11

ئۇيغۇر تىبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرى

ئەلقانۇن فىت تىب

(III)

شىنجاڭ خەلق مەتبىئە نەشرىياتى

ئۇيغۇر تېبابىتى كلاسسىك ئەسەرلىرى

11-تۇم

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

图书在版编目（CIP）数据

艾力卡农非提比(医典) 3：维吾尔文/（北宋）埃布艾里·阿维森纳著；阿卜杜杰力力·拜克尔、库尔班江·吾斯曼、吾不里卡斯木·玉赛音译.—乌鲁木齐：新疆人民卫生出版社，2010.12
（维吾尔医药学古籍：11）
ISBN 978-7-5372-4829-7

Ⅰ.①艾…Ⅱ.①埃…②阿….③库…④吾…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211887号

作　　者：埃布艾里·阿维森纳
译　　者：阿卜杜杰力力·拜克尔、库尔班江·吾斯曼、吾不里卡斯木·玉赛音
整　　理：艾则孜·阿塔吾拉·萨尔特肯
责任编辑：谢米西卡麦尔·阿布都热合曼
　　西尔尼江·艾沙
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
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：2010年 12 月第 1 次印刷
开　　本：889×1194 毫米　1/16 开本　70 印张　插页4
书　　号：ISBN 978-7-5372-4829-7
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 پارتكومىنىڭ مۇئاۋىن شۇجىسى، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ رەئىسى)

مۇدىرلار:

تىلۋالدى ئابدۇرېشىت (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ مۇئاۋىن رەئىسى)

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

مۇھەممەت ياسىن (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ نازىرى)

شى يوڭچياڭ (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئاخبارات ـ نەشرىيات ئىدارىسى پارتگورۇپپىسىنىڭ 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 تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئىدارىسىنىڭ باشلىقى)

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

گۈلشەن 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 تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىنىڭ مۇدىرى)

ئەزالار:

چېن گۈڭچاڭ (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)

ئېھسان 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:

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

بېكىتكۈچىلەر:

ئېھسان ئىمىن، ئەركىن قاسىم، ئەجمەلخان ھەببۇللا ھاجى

《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：谢米西卡麦尔·阿布都热合曼，西尔尼江·艾沙，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，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

سۆز بېشى

ئۇيغۇر تېبابىتى ــ ئۇيغۇر مەدەنىيىتى جۈملىدىن 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 ساقلىق ساقلاش، كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاشنىڭ ئۆزىگە خاس سىستېمىسىنى بارلىققا كەلتۈردى. بۈگۈنكى ئۇيغۇر تېبابەت ئىلمى نەزەرىيە سىستېمىسى بىرقەدەر مۇكەممەللىكى، داۋالاش تەجرىبىلىرىنىڭ موللىقى، شۇنداقلا داۋالاش ئۇنۇمىنىڭ يۇقىرىلىقى بىلەن زامان تەلىپىگە ماس هالدا تەرەققي قىلىپ، تارىخنىڭ ئۇزۇلمەس ئېقىنلىرىغا جور بولۇپ، يېڭى ئەسىرنى كۈتۈۋالدى ۋە كەلگۈسىگە دادىل قەدەم تاشلىدى.

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

توپلاش، رەتلەش، قوغداش، نەشر قىلىش توغرىسىدىكى بىرقاتار يوليورۇقلىرى ۋە تەدبىرلىرىنىڭ تولۇقسىزلىقى كەڭ ئۇيغۇر تېبابەت مۇتەخەسسىسلىرى نەچچە ئون مىڭ كىلومېتىر 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 قۇرۇلۇشنى 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، بۇگۈنكى دەۋر ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ تەرەققىياتىغا قوشۇلغان تۆھپىلەرنىڭ ئۇلۇغسىنى 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 كۇتۇپ 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 بۇاسىته 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 يېزىش ئۇسلۇبى ۋە تىل ئىشلىتىش ئالاھىدىلىكلىرىگە ھۆرمەت قىلىش، ھەرقايسى تارىخي دەۋرلەردىكى تىل خۇسۇسىيەتلىرىنى ئىمكانقەدەر تولۇق، توغرا، چۈشىنىشلىك ئەكس ئەتتۈرۈش، تېكىستولوگىيەلىك 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

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 تېبابىتى ئۆزىنىڭ ئۇزاق ئەسىرلىك تارىخى تەرەققىياتى جەريا-
ندا شەكىللەندۈرگەن ئىلمىي نەزەريە 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 تېبابەت مەدەنىيىتى، جۈملىدىن ئېلى-
مىز تېبابەت 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 قوتقۇزۇش، 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 تېبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرىنى توپلاش، رەتلەپ نەشر قىلىش خىزمىتىدە
كىشىنى خۇشال قىلىدىغان نەتىجىلەر قولغا كەلدى. شۇنىڭ بىلەن بۇ مىراسلىرىمىز ئۆزىنىڭ
تەڭداشسىز ھاياتىي كۈچىنى قايتا نامايان قىلىش پۇرستىگە 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 قوتقۇزۇۋېلىش مەقسىتىدە بىر قانچە يىلدىن بېرى
ھەر دەرىجىلىك سەھىيە مەمۇرىي ئورۇنلىرىنىڭ قىزغىن قوللىشى، ئۇيغۇر تېبابەت 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 تېبابەتچىگە ئالاقىدار بولغان ۋە ئۇيغۇر تېۋىپلىرى قەلىمى بىلەن يازغان قەدىمكى ئەسەرلەردىن «زەخىرەئى خارەزىم شاھ(خارەزىم شاھ خەزىنىسى)»، «ئەغرازى تېببىيە (تېببي مەقسەتلەر)» (كىتابنىڭ تولۇق ئىسمى «ئەلئەغرازۇت تېببىيە ۋەلمە باھسۇل ئەلانىيە»)، «تۆھپەتۇل ئاشقىين(ئاشقلارغا تۆھپە)»، «قارابادىن قادىرى(مۇرەككەپ دورىلار توپلىمى)»، «دەستۇرۇلئىلاج(داۋالاش دەستۇرى)»، «جەمئي 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)»، «سۇرلھ»، «تارىخي تېببىيە(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(نۇرۇللاخۇنۇنىڭ داۋالاش تەجرىبىلىرى)»، «ئاقساراي»، «ئىختىياراتي بەدىئي»، «مۆجەزۇل قانۇن(تېبابەت قانۇنىنىڭ قىسقارتىلمىسى)» «مىزانى تىب (تېبابەت مىزانى)» قاتارلىق ئەسەرلەرنى توپلىدى. نەشرىياتىمىز يۇكسەك مەسئۇلىيەت تۇيغۇسى بىلەن مەخسۇس «ئۇيغۇر تېبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرىنى نەشرگە تەييارلاش ئىشخانىسى» نى قۇرۇپ، دەسلەپكى قەدەمدە تېبابەت ئۇستازلىرى ۋە يېتىلۇاتقان 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»، «جەمئي ئىلاج»، «ئەغرازى تېببىيە»، «شەرھى ئەسباب»، «زەخىرەئى خارەزىم شاھ»، «تېبابەت قانۇنى» قاتارلىقلارنى ھازىرقى زامان ئۇيغۇر تىلىدا نەشرگە تەييارلاپ، دۆلىتىمىز قۇرۇلغانلىقىنىڭ 60 يىللىقىغا سۇۋغا قىلدى. يەنە بىر قىسىم قەدىمي 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 ئەمەلي شارائىت بىلەن

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

«ئەلقانۇن فىت - تىب» شەيخۇر رەئىس (ئالىملار رەئىسى) ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنانىڭ 250 پارچىدىن ئارتۇق ئەسىرىنىڭ ئىچىدىكى ئەڭ مۇكەممەل، ئەڭ مەشھۇر ئەسىرى بولۇپ، تەخمىنەن مىلادىيە 1020 — 1023 - يىللىرى ئارىلىقىدا يېزىلغان.

ئىسىم شەرىپى مېدىتسىنا ئىلمىنىڭ ئىسمى قىلىپ قوللىنىلغان ئىبن سىنانىڭ «تېبابەت قانۇنى» ناملىق ئەسىرى ئۆزىدىن ئىلگىرىكى مىڭ يىللىق تېببىي تەجرىبىلەرنى ئىلمىي يەكۈنلىگەن ۋە ئۆزىدىن كېيىنكى مىڭ يىللىق مېدىتسىنا ئىلمى تەرەققىياتىغا ئاساس سالغان دۇنياۋى ئەسەردۇر.

بۇ ئەسەر پۈتكۈل مېدىتسىنا ئىلمىگە غايەت زور تەسىر كۆرسەتكىنىگە ئوخشاش ئۇيغۇر تېبابىتىگىمۇ مۇكەممەل مەزمۇن بەخش ئەتكەن.

قوللىنىزدىكى «ئەلقانۇن فىت -تىب III» ناملىق بۇ كىتابتا ئۆچەي ۋە ئۇنىڭ تەشرىھى، بۆرەك، دوۋساق ۋە ئەرلەر تاناسىل ئەزالىرىنىڭ ئەھۋالى، ئاياللار تاناسىل ئەزالىرىنىڭ ئەھۋالى، مەقئەت كېسەللىكلىرى، تاشقى كېسەللىكلەر ۋە مۈچە كېسەللىكلىرى، مەخسۇس بىر ئەزاغا تەۋە بولمايدىغان كېسەللىكلەرنىڭ ئالامتى، تەسىرى، ھەرخىل قىزىتما ۋە بوھرانلارغا تۇغرا تەدبىر قىلىش قاتارلىق مەزمۇنلار تەپسىلىي بايان قىلىنغان.

مەزكۇر ئەسەرگە 12 - ئەسىردە ياشىغان مەشھۇر ساجىيە مەدرىسىنىڭ مۇدەررىسى ئىمامۇددىن قەشقىرىنىڭ شەرھى يازغانلىقى مەلۇم بولۇپ، ھازىر بۇ شەرھى نۇسخىسى ئىزدىنىلىۋاتىدۇ.

قوللىنىزدىكى «تېبابەت قانۇنى» نىڭ ھازىرقى زامان ئۇيغۇر تىلىدىكى تەرجىمە نۇسخىسى 1870 - يىلى بېسىلغان ئەرەب تىلىدىكى تاش باسما نۇسخىسى، 2005 - يىلى بېيروتتا نەشر قىلىنغان تۆت تومлۇق ئەرەبچە نۇسخىسى، ئوردۇ تىلىدىكى بەش تومлۇق تەرجىمە نۇسخىسىنى سېلىشتۇرۇش، 2005 - يىلى بېيروتتا نەشر قىلىنغان ئەرەبچە نۇسخىسىنى ئاساس قىلىش ئارقىلىق تەرجىمە قىلىنىپ تۆت تۇم قىلىپ نەشر قىلىندى.

كىلاسسىك ئەسەرلەرنى قوغداش، قۇتقۇزۇش، نەشر قىلىش ھەربىر كەسىپ 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 بولۇشىنى سەمىمىي ئۈمىد قىلىمىز.

«ئۇيغۇر تېببىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرى»نى نەشرگە تەييارلاش جەريانىدىكى مۇناسىۋەتلىك خىزمەتلىرىمىزنى ئاكتىپ قوللاپ كەلگەن شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىگە، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى تېببىتچىلىك - دورىگەرلىك ئىدارىسىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېببىتچىلىك - دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر تېببىتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېببىت ئەسەرلىرىنى رەتلەش ئىشخانىسىغا، خىزمەتلىرىمىزنى ئاكتىپلىق بىلەن قوللاپ، بىزنى قەدىمىي ئەسەر ئورىگىناللىرى بىلەن تەمىنلىگەن ۋە نەشرگە ئۇيۇشتۇرۇش خىزمىتىمىزگە يېقىندىن ياردەمدە بولغان يولداشلارغا سەمىمىي رەھمەت ئېيتىمىز.

نەشرىياتتىن

2009 - 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。

您手中的这部《艾力卡农非提比(医典)》一书是埃布艾里·阿维森纳的250部著作中最为完善、最为著名的作品。成书时间大约为公元1020—1023年间。

闻名于世的医学大师阿维森纳的这部著作对过去一千年以来的医学内容进行了科学的总结，同时为今后一千年后的维吾尔医学发展奠定了基础。

这部著作不仅对全人类的医学产生了重大影响，而且大大丰富了维吾尔医学的内容。

《艾力卡农非提比(医典)Ⅲ》一书详细介绍了有关肛肠、肾脏、膀胱和男女性生殖器官的解剖与生理；肛肠疾病、外科疾病、四肢疾病、非专科疾病等疾病的症状、诊断和治疗及各种疾病危象，发烧的治疗措施等内容。

12世纪著名沙基雅经学院的院长伊玛目丁·喀什噶里为此著作做过注释，现在有人在研究这部注释本。

您手里的这部现代维吾尔语译本是2005年根据贝鲁特出版的阿拉伯文版本和乌尔都语译本翻译出版的。根据出版需要将原来的五部分的全译本按四卷出版。

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 Tébabet Qanuni (Medical Encyclopedia) that you have in your hands (Elqanun Fid-Tip in the original language), is an encyclopedic work by Sheykhulre'is (leader of scholars) Ebu'eli Ibn Sina, the most perfect, the most famous of his more than 250 works. It was written between approximately 1020 and 1023 AD.

The Medical Encyclopedia of the master Ibn Sina, whose name has been synonymous with medical science, is a the summation of the thousand years of medical science that came before it, and laid the groundwork for the development of medical science in the thousand years after it.

This work, just as it had a great influence on all medicine, has provided Uyghur medicine with much of enormous value.

The Medical Encyclopedia is comprised of five parts; the first part explains the four humors (mizaj, khilit, quwwet, ef'al), diagnosis, body parts, and various other important aspects of general medical theory.

In the second part, simple medicines, and their general characteristics and effects are explained.

Part three elaborates on the laws of becoming ill; diagnosis; illnesses of the head, of the five senses, and of the joints, as well as their treatment; and other subjects.

In the fourth part, general illnesses-- that is, illnesses not specific to one body part or other-- and their treatment are discussed.

In the fifth part, complex medicines are treated.

It is known that Imamuddin Qeshqiri, the 12th-century teacher at the famous Sajiye School, annotated this work, and his annotated version is currently being searched for.

The Modern Uyghur translation of the Medical Encyclopedia now in your hand was translated and prepared for publication on the basis of a comparison of the Arabic version published in 2005 in Beirut and the Urdu translation. Due to the necessities of publishing, what was originally a five-part work, fully translated, has been published as four volumes.

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 hand-written 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

ئون ئالتىنچى پەن ئۇچەي ۋە مەقئەتنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بىرىنچى ماقالە ئۇچەينىڭ تەشرىھى ۋە مۇتلەق ئېچ سۇرۇش توغرىسىدا

1 ـ پەسىل ئالتە ئۇچەينىڭ تەشرىھى توغرىسىدا 1
2 ـ پەسىل ئاشقازان ـ ئۇچەي مەنبەلىك ئېچ سۇرۇش، قانلىق ئېچ سۇرۇش، جىگەر، تال، مېڭە ۋە ئومۇمىي بەدەنلىك ئېچ سۇرۇش، قانلىق تولغاق (زەھىر) توغرىسىدا 9
3 ـ پەسىل ئىچى سۇرگەن بىمارلارنىڭ غىزالىرى توغرىسىدا 38

ئىككىنچى ماقالە ھەر خىل ئېچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا

1 ـ پەسىل يېمەكلىك سەۋەبىدىن بولغان ئېچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا 65
2 ـ پەسىل مېڭە مەنبەلىك ئېچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا 67
3 ـ پەسىل توسالغۇدىن بولغان ئېچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا 68
4 ـ پەسىل خوراش مەنبەلىك ئېچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا 69
5 ـ پەسىل تەر تۆشۈكچىلىرى ئېتىلىپ قېلىشتىن بولغان ئېچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا ... 70
6 ـ پەسىل خولېرانى داۋالاش توغرىسىدا 70
7 ـ پەسىل دورا سەۋەبىدىن پەيدا بولغان ئېچ سۇرۇشكە تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 77
8 ـ پەسىل بوھراندىن بولغان ئېچ سۇرۇشنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا 77
9 ـ پەسىل قانلىق تولغاق توغرىسىدا 78
10 ـ پەسىل تولغاققا ھەمەل قىلىنىدىغان شىيافلار توغرىسىدا 82

ئۇچىنچى ماقالە ئۇچەي ئاغرىقلىرى توغرىسىدىكى تۇنجى سۆز

1 ـ پەسىل ئۇچەي تولغاپ ئاغرىش توغرىسىدا 84
2 ـ پەسىل قورساق كوركىراش ۋە ئىختىيارسىز يەل چىقىش توغرىسىدا 88
3 ـ پەسىل قۇلۇنجى ۋە چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قېلىش توغرىسىدا 90
4 ـ پەسىل يەلدىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 101
5 ـ پەسىل ئىششىقتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 103
6 ـ پەسىل ئۇچەي ئالمىشىش ۋە چۈقۇقتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا ... 104
7 ـ پەسىل سوغۇقلۇقتىن، سېزىمنىڭ ئاجىزلىقىدىن ياكى قۇرتلاردىن پەيدا بولغان يېنىك قۇلۇنجىلارنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 104

تۆتىنچى ماقالە قۇلۇنجىنى داۋالاش، ئۇچەي كېسەللىكلىرى، ئۇچەينىڭ ئەھۋالى ۋە ئىلائۇس توغرىسىدىكى سۆز

1 ـ پەسىل قۇلۇنجىنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا 106
2 ـ پەسىل يەل، بەلغەم ياكى ماددىلىق سوغۇقتىن قۇلۇنجى بولغان كىشىگە ئىشلىتىلىدىغان سۇرگە دورىلىرىنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا 113
3 ـ پەسىل سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 132
4 ـ پەسىل قۇلۇنجى بىمارلىرىغا زىيان قىلىدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا 135
5 ـ پەسىل ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش توغرىسىدا 136
6 ـ پەسىل ئۇچەي ئالمىشىشنىڭ ئالامەتلىرى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا 138
7 ـ پەسىل چوڭ تەرەتنىڭ ئۆز قەرەلىدىن كېچىكىپ كېلىشى ياكى تېز كېلىشى توغرىسىدا ... 142
8 ـ پەسىل چوڭ تەرەتنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكى توغرىسىدا 143

بەشىنچى ماقالە قۇرتلار توغرىسىدا

1 ـ پەسىل قورساق قۇرتى توغرىسىدا 144
2 ـ پەسىل قۇرتلارنى ئۆلتۈرگۈچى بولۇپمۇ ئۇزۇن قۇرتلارنى ئۆلتۈرگۈچى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار توغرىسىدا 153

3 ـ پەسل قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىگە خاس دورىلار تـوغرىسـدا 154
4 ـ پەسل سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار ۋە ھارارىتى تۆۋەن دورىلار تـوغرىسـدا 155
5 ـ پەسل كىچىك قۇرتلارغا تەدبىر قـىلىش تـوغرىسـدا 156
6 ـ پەسل قۇرت بار كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنىلەر توغرىسدا 157
7 ـ پەسل قۇرت بار كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان زىماتلار توغرىسـدا 157
8 ـ پەسل قۇرت بار كىشىلەرنىڭ غىزاسى توغرىسـدا 158
9 ـ پەسل يىقىلىپ چۈشۈش ۋە قورساققا زەربە تېگىشنى داۋالاش توغرىسدا 159

ئون يەتتىنچى پەن مەقئەت كېسەللىكلىرى توغرىسدا

1 ـ پەسل مەقئەت كېسەللىكلىرى توغرىسدا ئـومۇمىي سـۆز 160
2 ـ پەسل بوۋاسىر توغرىسـدا 161
3 ـ پەسل بوۋاسىرنى كېسىش ۋە تېشىش توغرىسـدا 164
4 ـ پەسل ئاقمايدىغان بوۋاسىرنى ئېچىش ۋە ئۇنىڭ قېنىنى ئاقتۇرۇۋېتىش توغرىسـدا ... 167
5 ـ پەسل بوۋاسىر ۋە مۇدۇر ـ چاقىلارغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ھەم سېپىلمىلار توغرىسـدا ... 168
6 ـ پەسل بوۋاسىرغا قويۇلىدىغان ۋە نۇتۇل قىلىنىدىغـان سۇيۇق دورىلار تـوغرىسـدا ... 170
7 ـ پەسل پىلتە دورىلار ۋە ھەمەل دورىلار توغرىسدا 171
8 ـ پەسل ئېچىلىدىغان دورىلار توغرىسدا 171
9 ـ پەسل ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلار توغرىسدا 173
10 ـ پەسل بوۋاسىردىن ئاقىدىغان سۇيۇقلـۇقلارنى توخـتىتـىدىغان دورىلار تـوغرىسـدا ... 174
11 ـ پەسل بوۋاسىر بىمارلىرىغا بېرىلىدىغان غىزالار توغرىسـدا 175
12 ـ پەسل بوۋاسىر ئاغرىقى، ئىششىقى ۋە مۇدۇر ـ چاقسى توغرىسدا 175
13 ـ پەسل مەقئەت يېرىلىش تـوغرىسـدا 177
14 ـ پەسل مەقئەت يېرىلىشنى داۋالاش توغرىسـدا 177
15 ـ پەسل مەقئىتى يېرىلغان بىمارلارنىڭ غىزالىرى توغرىسدا 180
16 ـ پەسل مەقئەت بوشاپ كېتىش تـوغرىسـدا 180
17 ـ پەسل مەقئەت بوشاپ كېتىشنى داۋالاش توغرىسدا 181
18 ـ پەسل مەقئەت چىقىۋېلىش تـوغرىسـدا 182
19 ـ پەسل مەقئەت ئاقمىسى توغرىسدا 184

20 ـ پەسل مەقئەت ئاقمىسنى داۋالاش توغرىسدا 185
21 ـ پەسل مەقئەت قىچىشش توغرىسدا 186

ئون سەككىزىنچى پەن بۆرەكنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسدا

بىرىنچى ماقالە بۆرەكنىڭ ئومۇمىي ئەھۋالى ۋە تەپسلىي ئەھۋالى توغرىسدا

1 ـ پەسل بۆرەكنىڭ تەشرىھى توغرىسدا 187
2 ـ پەسل بۆرەك كېسەللىكلىرى توغرىسدا 189
3 ـ پەسل بۆرەكنىڭ ئەھۋالغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسدا 190
4 ـ پەسل بۆرەك مىزاجى ئىسسىقلىقىنىڭ ئالامتى توغرىسدا 191
5 ـ پەسل بۆرەك مىزاجى سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسدا 191
6 ـ پەسل بۆرەك ئورۇقلاش توغرىسدا 192
7 ـ پەسل بۆرەك ئورۇقلاشنى داۋالاش توغرىسدا 193
8 ـ پەسل بۆرەك ئاجىزلىقى توغرىسدا 194
9 ـ پەسل بۆرەكتىكى يەل توغرىسدا 197
10 ـ پەسل بۆرەك ئاغرىقى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسدا 197

ئىككىنچى ماقالە بۆرەك ئىششىقى ۋە بۆرەك پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشى

1 ـ پەسل بۆرەكتىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە يىرىڭلىق ئىششىق توغرىسدا 199
2 ـ پەسل بۆرەكتىكى بەلغەمدىن بولغان ئىششىق توغرىسدا 208
3 ـ پەسل بۆرەكتىكى قاتقان ئىششىق توغرىسدا 209
4 ـ پەسل بۆرەك يارىسى توغرىسدا 211
5 ـ پەسل غىزا توغرىسدا 219
6 ـ پەسل بۆرەك ۋە سۈيدۈك يولى قوتۇرى توغرىسدا 220
7 ـ پەسل بۆرەككە تاش چۈشۈش توغرىسدا 221
7 ـ پەسل تاش پارچىلىغۇچى دورىلار توغرىسدا 227
8 ـ پەسل دورىلارنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى توغرىسدا 232
9 ـ پەسل مۇرەككەپ دورىلار توغرىسدا 233

10 ـ پەسل مەتبۇخ دورىلار توغرىسىدا 236
11 ـ پەسل مەلھەملەرنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا 240
12 ـ پەسل تاش چۈشكەن بىمارلارنىڭ غىزاسى توغرىسىدا 240

ئون توققۇزىنچى پەن دوۋساق ۋە سۈيدۇكنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بىرىنچى ماقالە دوۋساق ئەھۋالى توغرىسىدا

1 ـ پەسل دوۋساقنىڭ تەشرىھى توغرىسىدا 241
2 ـ پەسل دوۋساق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 243
3 ـ پەسل دوۋساقتا ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان دورىلار توغرىسىدا 244
4 ـ پەسل دوۋساقتا سوغۇقلۇق يەتكۈزىدىغان دورىلار توغرىسىدا 244
5 ـ پەسل دوۋساق تېشى ۋە ئۇنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 244
6 ـ پەسل دوۋساق تېشىنى داۋالاش توغرىسىدا 247
7 ـ پەسل يېرىشتا بۇيرۇلىدىغان تەدبىرلەر توغرىسىدا 248
8 ـ پەسل دوۋساقنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقى ۋە يىرىڭلىق ئىششىقى توغرىسىدا ... 252
9 ـ پەسل دوۋساقنىڭ قاتقان ئىششىقى توغرىسىدا 255
10 ـ پەسل دوۋساق يارىسى توغرىسىدا 256
11 ـ پەسل دوۋساق قوتۇرى توغرىسىدا 260
12 ـ پەسل دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش توغرىسىدا 261
13 ـ پەسل دوۋساقنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىشى ۋە بوشاپ كېتىشى توغرىسىدا 262
14 ـ پەسل زىماتلار توغرىسىدا 264
15 ـ پەسل دوۋساق ئاغرىقى توغرىسىدا 265
16 ـ پەسل دوۋساق ئاجىزلىقى توغرىسىدا 265
17 ـ پەسل دوۋساقتىكى يەل توغرىسىدا 266

ئىككىنچى ماقالە سۈيدۇكنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسل سۈيدۇكنىڭ تەبئىي چىقىش ھالىتى توغرىسىدا 267
2 ـ پەسل سۈيدۇكتىكى ئاپەتلەر توغرىسىدا 267

3 ـ پەسل سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشى توغرىسىدا 267
4 ـ پەسل سۈيدۈكنىڭ ئازلىقى توغرىسىدا 270
5 ـ پەسل قېنىلىپ سېيىش ۋە سۈيدۈك توختاپ قېلىش توغرىسىدا 270
6 ـ پەسل كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا 278
7 ـ پەسل ياخشى مەلھەمنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا 279
7 ـ پەسل كۆپ جەھەتتىن مەنپەئەت قىلىدىغان سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرغۇچى نەرسىلەرنىڭ زىكرى توغرىسىدا 283
8 ـ پەسل كاتېتىر ۋە كاتېتىر ئىشلىتىپ سېيدۈرۈش ھەم دورا ماڭغۇزۇش ھەم سۈيدۈك چىقىرىش توغرىسىدا 284
9 ـ پەسل سۈيدۈك تامچىلاش توغرىسىدا 286
10 ـ پەسل سۈيدۈك تۇتالماسلىق توغرىسىدا 292
11 ـ پەسل سېيىپ يېتىش توغرىسىدا 294
12 ـ پەسل زىيابىتۇس (دىئابېت) كېسەللىكى توغرىسىدا 296
12 ـ پەسل كۆپ سېيىش توغرىسىدا 301
13 ـ پەسل قان، يىرىڭ ۋە گۆش يۇغان سۇدەك سېيىش، قىلدەك چۆكمىلىك سېيىش ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش غەيرىي تەبىئي سېيىش توغرىسىدا 302

يىگىرمىنچى پەن ئەرلەر تاناسىل ئەزالىرىنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بىرىنچى ماقالە ئومۇمىي ئەھۋاللار ۋە باھ توغرىسىدا

1 ـ پەسل ئىككى ئۇرۇقدان ۋە مەنىي خالتىسىنىڭ تەشرىھى توغرىسىدا 310
2 ـ پەسل زەكەر قايىم بولۇشنىڭ سەۋەبى توغرىسىدا 312
3 ـ پەسل مەنىينىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبى توغرىسىدا 313
4 ـ پەسل مەنىي ئەزالىرىنىڭ تەبىئي مىزاجلىرىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 316
5 ـ پەسل جىمانىڭ پايدىلىرى توغرىسىدا 317
6 ـ پەسل جىمانىڭ زىيىنى، ئۇنىڭ ئەھۋالى ۋە ناچار شەكىللىرى 318
7 ـ پەسل جىمانىڭ ۋاقىتلىرى توغرىسىدا 320
8 ـ پەسل باھ ئاجىزلىقى توغرىسىدا 322
9 ـ پەسل باھنى قۇۋۇەتلىگۈچى يەككە دورىلار توغرىسىدا 330

10 ـ پەسل ھەمەل دورىلار تـوغرىسـدا 336
11 ـ پەسل خالىس غىزالار تـوغرىسـدا 337
12 ـ پەسل دورىلارغا ئوخشىشپ كېتىدىغان غىزالار تـوغرىسـدا 339
13 ـ پەسل شەھۋەتنىڭ كۆپ بولۇشى توغرىسـدا 343
14 ـ پەسل مەنىي، مەزى ۋە ۋەدىنىڭ كۆپ ئېقىشى توغرىسدا 348
15 ـ پەسل كۆپ ئېھتىلام بولۇشنىڭ سەۋەبلىرى ۋە ئۇنىڭ ئىلاجى تـوغرىسـدا 351
16 ـ پەسل مەنىنىڭ ئازلىقى ۋە ئۇنىڭ يېپىسمان چىـقىشى تـوغرىسـدا 352
17 ـ پەسل جىما قىلىش ۋە جىما قىلماسلىق زىيان قىلىدىغان كىشىلەرگە تەدبىـر قىلىـش
توغرىسدا 352
18 ـ پەسل زەكەرنىڭ شەھۋەتسىز كۆپ قوزغىلىۋېلىشى ۋە قايىم بولۇۋېلىش كېسىلى
توغرىسدا 354
19 ـ پەسل جىما قىلىپ ئىنزال بولغاندا چوڭ تەرەت مېڭىپ كېتىش كېسىلى توغرىسـدا ... 357
20 ـ پەسل مەقئىتگە جىما قىلدۇرۇشقا ئادەتلىنىپ قالغان ئەرلەر توغرىسـدا 358
21 ـ پەسل قوش جىنسلىقلار «خۇنسا» توغرىسـدا 359
22 ـ پـەسل لەززەتـلەندۈرۈش، ئايـاللارنىڭ پـەرجىنى تـارايتىش ۋە قـىزىتـىش ھەققـىدە
مەلۇمات بېرىشتە تېۋىپلارنىڭ ئۆزرە ئېيـتىشى تـوغرىسـدا 360
23 ـ پەسل ئەر ۋە ئاياللارغا لەززەت پەيدا قىلىدىغان دورىلار توغرىسدا 361
24 ـ پەسل زەكەرنى چوڭايتىدىغان دورىلار تـوغرىسـدا 361
25 ـ پەسل ئاياللارنىڭ پەرجىنى تارايتقۇچى دورىلار تـوغرىسـدا 362
26 ـ پەسل ئاياللارنىڭ پەرجىنى قىزىتقۇچى دورىـلار 362

ئىككىنچى ماقالە ئەرلەر تاناسىل ئەزالىرىنىڭ باھقا ئالاقىدار بولمايدىغان ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسل ئۇرۇقدان، ئۇرۇقدانغا يېقىن جايلار ۋە مەقئەتنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىشىشلىرى
توغرىسـدا 363
2 ـ پەسل ئەرلەرنىڭ زەكىرى ۋە ئاياللارنىڭ بالىياتقۇ ئېغىزى لىـكىلداش تـوغرىسـدا ... 367
3 ـ پەسل ئىككى ئۇرۇقدان ۋە زەكەر ئاغرىقى توغرىسدا 369
4 ـ پەسل ئىككى ئۇرۇقداننىڭ يوغىناپ قېلىشى توغرىسـدا 370
5 ـ پەسل ئۇرۇقداننىڭ كۆتۈرۈلۈۋېلىشى ۋە كىچىكلەپ كېتىشى تـوغرىسـدا 370

6 ـ پەسل ئۇرۇقدان خالتىسى كۆك تومۇرنىڭ ئەگرى ـ بۇگرى بولۇشى ۋە ئۇنىڭ قېتىۋېلىشى توغرىسىدا 371
7 ـ پەسل ئۇرۇقدان خالتىسى بوشاپ كېتىش توغرىسىدا 372
8 ـ پەسل يەل پوداق ۋە چۇقۇق توغرىسىدا 372
9 ـ پەسل ئىككى ئۇرۇقدانىنىڭ يىغىلىۋېلىشى توغرىسىدا 372
10 ـ پەسل ئۇرۇقدان، زەكەر ۋە مەقئەت بېشى يارىسى توغرىسىدا 373
11 ـ پەسل مۇرەككەپ دورىلارنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا 374
12 ـ پەسل زەكەرنىڭ ئىچكى يارىلىرى توغرىسىدا 375
13 ـ پەسل زەكەر قىچىشىش توغرىسىدا 375
14 ـ پەسل زەكەرنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلىرى توغرىسىدا 376
15 ـ پەسل زەكەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلىرى توغرىسىدا 376
16 ـ پەسل زەكەر ۋە زەكەر ئەتراپى يېرىلىش توغرىسىدا 377
17 ـ پەسل زەكەر ئاغرىقى توغرىسىدا 377
18 ـ پەسل زەكەرگە سۆگەل چىقىش توغرىسىدا 377
19 ـ پەسل زەكەر مايماق بولۇپ قېلىش توغرىسىدا 378

يىگىرمە بىرىنچى پەن ئاياللار تاناسىل ئەزالىرىنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بىرىنچى ماقالە ئۇرۇق، هاملىدارلىق ۋە تۇغۇت توغرىسىدا

1 ـ پەسل بالىياتقۇنىڭ تەشرىھى توغرىسىدا 379
2 ـ پەسل تۆرەلمىنىڭ پەيدا بولۇشى توغرىسىدا 383
3 ـ پەسل بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 395
4 ـ پەسل بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 396
5 ـ پەسل بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 396
6 ـ پەسل بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ هۆللۈكىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 397
7 ـ پەسل بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 397
8 ـ پەسل تۇغماسلىق ۋە تەستە بويىدا قېلىش توغرىسىدا 397
8 ـ پەسل بالىنىڭ ئوغۇل ياكى قىز بولۇشىنىڭ سەۋەبى توغرىسىدا 412
9 ـ پەسل ئوغۇل تۇغۇشقا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 415
10 ـ پەسل قوشكېزەك ۋە هامىلە ئۇستىگە هاملىدار بولۇشنىڭ سەۋەبلىرى توغرىسىدا ... 417

ئىككىنچى ماقالە ھاملىدارلىق ۋە تۇغۇت توغرىسىدا

1 ـ پەسىل بالىسى چۈشۈپ كەتكەن ئاياللارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 438
2 ـ پەسىل بالا ھەمراھنى چىقىرىش توغرىسىدا 438
3 ـ پەسىل ھاملىدارلىقنى چەكلەش توغرىسىدا 441
4 ـ پەسىل ساختا ھاملىدارلىق توغرىسىدا 442
5 ـ پەسىل تۇغۇتنىڭ تەبئىي ۋە غەيرىي تەبئىي شەكىللىرى توغرىسىدا 445
6 ـ پەسىل قىيىن تۇغۇت توغرىسىدا 445
7 ـ پەسىل نېپاسدارنىڭ ئەھۋالى توغرىسىدا 456

ئۈچىنچى ماقالە ئىششىق ۋە ئىششىقنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان كېسەللىكلەردىن باشقا بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل ھەيزنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 458
2 ـ پەسىل بالىياتقۇدىن سۈيۇقلۇقنىڭ كۆپ ئېقىشى توغرىسىدا 459
3 ـ پەسىل بالىياتقۇ يارىسى ۋە ئۇنىڭ ئوفۇنەتلىنىشى توغرىسىدا 467
4 ـ پەسىل بالىياتقۇ ئوفۇنەتلىنىش توغرىسىدا 469
5 ـ پەسىل بالىياتقۇ گۆشخور يارىسى توغرىسىدا 469
6 ـ پەسىل قىزلىقى ئېلىنغان ئاياللارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 470
7 ـ پەسىل بالىياتقۇ يېرىلىش توغرىسىدا 471
8 ـ پەسىل بالىياتقۇ قىچىشىش ۋە ئاياللاردىكى پەرىسمۇس 472
9 ـ پەسىل بالىياتقۇ بوۋاسىرى توغرىسىدا 474
10 ـ پەسىل بالىياتقۇ ئاجىزلىقى توغرىسىدا 475
11 ـ پەسىل بالىياتقۇ ئاغرىقلىرى توغرىسىدا 475
12 ـ پەسىل بالىياتقۇدىن سۈيۇقلۇق ئېقىش توغرىسىدا 476
13 ـ پەسىل ھەيز تۇتۇلۇش ۋە ھەيزنىڭ ئاز كېلىشى توغرىسىدا 477
14 ـ پەسىل ھەيز قېنى تۇتۇلۇشنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 479

تۆتىنچى ماقاله بالياتقۇنىڭ جايلىششىغا ئالاقدار كېسەللىكلەر، بالياتقۇ ئىششىقلىرى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش كېسەللىكلەر توغرىسىدا

1 ـ پەسل جىنسىي يول پۈتەيلىكى توغرىسىدا 483
2 ـ پەسل يېرىش ۋە كېسىش ئۇسۇلى توغرىسىدا 485
3 ـ پەسل بالياتقۇ ئېتىلىپ قېلىش توغرىسىدا 487
4 ـ پەسل بالياتقۇ چىقىپ قېلىش توغرىسىدا 487
5 ـ پەسل بالياتقۇ چىقىۋېلىشنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرى ۋە ئالامەتلىرى توغرىسىدا ... 487
6 ـ پەسل بالياتقۇ سىڭايان بولۇش ۋە مايماق بولۇش توغرىسىدا 489
7 ـ پەسل بالياتقۇدىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق توغرىسىدا 490
8 ـ پەسل بالياتقۇدىكى بەلغەمدىن بولغان ئىششىق توغرىسىدا 495
9 ـ پەسل بالياتقۇدىكى قاتقان ئىششىق توغرىسىدا 495
10 ـ پەسل مەلھەملەر توغرىسىدا 497
11 ـ پەسل بالياتقۇ بوينى بوغۇلۇش توغرىسىدا 498
12 ـ پەسل بالياتقۇدا كۆرۈلىدىغان ئۇجمىسمان، مىخسمان بوۋاسىر ۋە مۇدۇر ـ چاقىلار توغرىسىدا 506
13 ـ پەسل ئۆسمە گۆش، دىلچىقنىڭ ئۇزىراپ قېلىشى، زەكەرگە ئوخشاش بىر نەرسىنىڭ ۋە قەرقەس دەپ ئاتىلىدىغان ئۆسمىنىڭ ئاشكارا بولۇشى توغرىسىدا 508
14 ـ پەسل بالياتقۇدا ھاسىل بولغان سۇ توغرىسىدا 509
15 ـ پەسل بالياتقۇ كۆپۈش ۋە ئۇنى بىلىش توغرىسىدا 510
16 ـ پەسل بالياتقۇ يېلى توغرىسىدا 512

يىگىرمە ئىككىنچى پەن تاشقى كېسەللىكلەر ۋە مۇچىلەر كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى ماقاله سىرتقى ئەزالاردا ۋە مۇچىلەردە يۈز بېرىدىغان مقدارى كېسەللىك ۋە تۈزۈلۈشتىكى كېسەللىك توغرىسىدا

1 ـ پەسل چاۋا ۋە ئىككى ئورىغۇچى پەردىنىڭ شەكلى توغرىسىدا 513
2 ـ پەسل چۇقۇق (پەتەق) ۋە چۇقۇققا ئوخشايدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا 515
3 ـ پەسل كىندىك چىقىۋېلىش توغرىسىدا 524

4 ـ پەسل دوكلـۇق (ھۇدبە) ۋە ئومـۇرتقىلارنـىڭ قوزغـىلىشـىغا سەۋەب بولـىدىغان يـەل (رىياھى ئـەپرىسە) تـوغرىسـىدا 526
5 ـ پەسـىل دەۋالى (پاچـاق كۆك قان تـومـۇرلىرىـنـىڭ ئەگـرى ـ بـۇگرى كېـڭـيـىـشـى) توغرىسـىدا 530
6 ـ پەسىل دائۇل پىل (پىل پۇت كېسىلى) توغرىسـىدا 530

ئىككىنچى ماقالە سىرتقى ئەزالار ۋە مۇچىلەر ئاغرىقلىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل بەل ئاغرىقى توغرىسىدا 534
2 ـ پەسىل بىقىن ئاغرىقى توغرىسـىدا 537
3 ـ پەسىل بوغۇم ئاغرىقـلىرى، نۇقـرەس، ئىرقۇنـنسا ۋە ئـۇنـگدىـن باشقا ئـومـۇمىيۈزلـۈك بولىدىغان ئاغرىقلار توغرىسـىدا 537
4 ـ پەسىل نۇتۇللار ۋە ئابىزەنلەر تـوغرىسـىدا 567
5 ـ پەسىل ياغلىنىدىغان دورىلار تـوغرىسـىدا 567
6 ـ پەسىل تىلالار ۋە زىماتلار تـوغرىسـىدا 567
7 ـ پەسىل مەلـھەملەر تـوغرىسـىدا 568
8 ـ پەسىل سۈرگە دورىلىرى تـوغرىسـىدا 570
9 ـ پەسىل «بەدەم» دەپ مەشھۇر بولغان مۇدۇرلار تـوغرىسـىدا 572
10 ـ پەسىل سونجاق ئاغرىقى توغرىسىدا 572
11 ـ پەسىل پۇت ئاجىزلىقى تـوغرىسـىدا 572
12 ـ پەسىل تىرناق ئاغرىقلىرى ۋە تىرناقنىڭ ئېزىـلىشى تـوغرىسـىدا 574
13 ـ پەسىل تىرناقنىڭ كۆپۈشى ۋە قىچىشىشى تـوغرىسـىدا 575

تۆتىنچى كىتاب مەخسۇس بىر ئەزاغا تەۋە بولمايدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى پەن قىزىتمىلار توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

بىرىنچى ماقالە بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

1 ـ پەسىل قىزىتمىنىڭ ماھىيىتى تـوغرىسـىدا 576

2 ـ پەسل ئاسان قىزىيدىغان كىشىلەر توغرىسىدا 579
3 ـ پەسل قىزىتمىنىڭ ۋاقىتلىرى توغرىسىدا 579
4 ـ پەسل كېسەللىكنىڭ ۋاقىتلىرىنى بولۇپمۇ ئاخىرلىشىش ۋاقتىنى بىلىش توغرىسىدا ... 581
5 ـ پەسل بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 585
6 ـ پەسل بىر كۈنلۈك قىزىتمىنى ئومۇميۈزلۈك داۋالاش توغرىسىدا 590
7 ـ پەسل بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا 591
8 ـ پەسل غەمدىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا 592
9 ـ پەسل زىيادە كۆڭۈل بۆلۈشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 593
10 ـ پەسل خىيال قىلىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 593
11 ـ پەسل ئاچچىقلىنىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 594
12 ـ پەسل ئۇيقۇسىزلىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 595
13 ـ پەسل ئۇيقۇدىن راھەتلىنىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 595
14 ـ پەسل خۇشاللىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 596
15 ـ پەسل قورقۇشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 596
16 ـ پەسل چارچاشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 597
17 ـ پەسل تازىلىنىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 599
18 ـ پەسل ئاغرىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 600
19 ـ پەسل ھوشسىزلىنىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 600
20 ـ پەسل ئاچلىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 601
21 ـ پەسل ئۇسسۇزلۇقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 602
22 ـ پەسل توسالغۇدىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 602
23 ـ پەسل ماددا تولۇپ قېلىپ تاماق سىڭمەسلىكتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 607
24 ـ پەسل ئىششىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 610
25 ـ پەسل تېرە قېلىنلاشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 612
26 ـ پەسل سىرتقى ئىسسىقلىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 612
27 ـ پەسل سوغۇقلۇق تەر تۆشۈكچىلىرىنى قېلىنلىتىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 614
28 ـ پەسل قابىز سۇلاردىن تەر تۆشۈكچىلىرى قېلىنلاشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا 616

29 ـ پەسل شارابتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما تـوغرىسـدا 617
30 ـ پەسل غىزادىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسدا 617

ئىككىنچى ماقالە ئوفۇنەتلىك قىزىتما توغرىسدا ئومۇمىي سۆز

1 ـ پەسل ئوفۇنەتلىك قىزىتمىلارنىڭ ئالامەتلىرى توغـرىسدا ئـومۇمىي سـۆز 624
2 ـ پەسل دائىملىق قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى تـوغرىسـدا 626
3 ـ پەسل ئوفۇنەتلىك قىزىتما بەزىسىدە ئورتاق، بەزىسىدە ئورتاق بـولمايدىـغان ئىشلار
توغرىسـدا 627
4 ـ پەسل قىزىتمىنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرى تـوغرىسـدا 629
5 ـ پەسل تىترەش، توڭلاش، جۇغ ـ جۇغ، چارچاش توغرىسدا سـۆز 631
6 ـ پەسل ئوفۇنەتلىك قىزىتمىنى ئومۇمىي داۋالاشقا كۆرسەتمە بېرىش تـوغرىسـدا 633
7 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىنى غىزالاندۇرۇش توغرىسـدا 642
8 ـ پەسل سىركەنجۇبىل ۋە ئارپا سۇيى ئىچكۈزۈش قانۇنىيىتى توغرىسدا 648
9 ـ پەسل داۋالاش، بولۇپمۇ ئۆتكۈر قىزىتمىنى داۋالاش تـوغرىسـدا 649
10 ـ پەسل ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا ئېغىر بولىدىغان ئەگەشمە ئالامەتلەر توغرىسـدا 652
11 ـ پەسل تىترەش، جۇغ ـ جۇغ، سوغۇقتا توڭلاش قاتارلىقلارنىڭ تەدبىرى توغرىسدا ... 652
12 ـ پەسل قىزىتمىدىكى قاتتىق تەرلەشكە تەدبىر قـىلىش تـوغرىسـدا 655
13 ـ پەسل قاتتىق بۇرۇن قاناشنىڭ تەدبىرى توغرىسدا 656
14 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىدا يۇز بېرىدىغان قاتتىق قەينىڭ تەدبىرى تـوغرىسـدا 656
15 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىدا يۇز بېرىدىغان ئىچ سۇرۇشنىڭ تەدبىرلىرى توغرىسـدا ... 657
16 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ قاتتىق ئۇسسۇزلۇقىغا تەدبىر قىلىش توغرىسدا 658
17 ـ پەسل قىزىتما بـىمارلىـرىدا يۇز بېـرىدىغان ئـېغىر ئـۇيقۇ كېـسىلـگە تەدبـىر قىلـىش
توغرىسـدا 658
18 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ باش ئېغىرلىقىغا تەدبىر قـىلىش تـوغرىسـدا 658
19 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرى ۋە باشقىلارنىڭ ئۇيقۇسىزلىقىغا تەدبىر قىلىش تـوغرىسـدا 659
20 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىدا يۇز بېرىدىغان قورساق ئاغرىقى توغرىسـدا 659
21 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ تىلى يېرىكلىشىش ياكى چاپلاشقاق بولۇش تـوغرىسـدا ... 660
22 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىدا يۇز بېرىدىغان ئېغىر چۈشكۈرۈش توغرىسـدا 660

23 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۈز بېرىدىغان باش ئاغرىش توغرىسىدا 661
24 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدىكى يۆتەلگە تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 662
25 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ ئىشتىهاسى يوقىلىش توغرىسىدا 662
26 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ كالا ئىشتىهاسى توغرىسىدا 663
27 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ تىلىنىڭ قارا بولۇپ قېلىشى توغرىسىدا 663
28 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۈز بېرىدىغان هوشسىزلىنىش توغرىسىدا 664
29 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ دېمى سىقىلىش توغرىسىدا 664
30 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ قاتتىق بىئاراملىقى توغرىسىدا 665
31 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۈز بېرىدىغان يۇتۇش قىينىلىشى توغرىسىدا 665
32 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۈز بېرىدىغان قول ـ پۇتلار سوۋۇش توغرىسىدا 666
33 ـ پەسىل سەپرادىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز 666
34 ـ پەسىل مۇتلەق غىب توغرىسىدا 667
35 ـ پەسىل كۆيدۈرگۈچى قىزىتما توغرىسىدا 677
36 ـ پەسىل قاندىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا 681
37 ـ پەسىل بەلغەمدىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا 688
38 ـ پەسىل ئىچكى ئەزا سوغۇق ۋە سىرتقى ئەزا ئىسسىق بولىدىغان قىزىتما توغرىسىدا... 693
39 ـ پەسىل ئىچكى ئەزا ئىسسىق ۋە سىرتقى ئەزا سوغۇق بولىدىغان قىزىتما توغرىسىدا ... 694
40 ـ پەسىل ئىچكى ۋە سىرتقى ئەزانىڭ بىرىدە ئىسسىق ۋە سوغۇق تەك بولىدىغان قىزىتما توغرىسىدا 695
41 ـ پەسىل خىلىتتىن بولغان هوشسىزلاندۇرىدىغان قىزىتما توغرىسىدا 695
42 ـ پەسىل يېنىك هوشسىزلاندۇرىدىغان قىزىتما توغرىسىدا 697
43 ـ پەسىل كېچە ۋە كۈندۈزدە تۇتىدىغان بەلغەمدىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا 697
45 ـ پەسىل رۇبئى دائىرە[1] توغرىسىدا 713
46 ـ پەسىل بەش كۈندە، ئالتە كۈندە بىر تۇتىدىغان، يەتتە كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىلار توغرىسىدا 728
47 ـ پەسىل جۈدەتكۈچى قىزىتما توغرىسىدا 732
48 ـ پەسىل دىققىششەيخۇخە ناملىق قىزىتما توغرىسىدا 746
49 ـ پەسىل ۋابا قىزىتمىسى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشايدىغان قىزىتمىلار توغرىسىدا (بۇ قىزىتما چېچەك قىزىتمىسى ۋە قىزىل قىزىتمىسىدۇر) 748

50 ـ پەسل چېچەك توغرىسدا 754
51 ـ پەسل قىزىل توغرىسدا 758
52 ـ پەسل ئەزالارغا ئەھمىيەت بېرىش ۋە ئۇنى چېچەك ھەم قىزىلىنىڭ ئاپىتىدىن ساقلاش توغرىسدا 761
53 ـ پەسل چېچەك ئىزلىرىنى يوقىتىش توغرىسدا 766
54 ـ پەسل ئىششىق قىزىتمىلىرى توغرىسدا 767
55 ـ پەسل ئىششىقتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى ۋە ھۆكۈملىرى توغرىسدا 768
56 ـ پەسل مۇرەككەپ قىزىتمىلارنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسدا 771
57 ـ پەسل شەتروُل غىب (سەپرا ۋە بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدىن مۇرەككەپلەشكەن قىزىتما) توغرىسدا 774
58 ـ پەسل شەتروُل غىب قىزىتمىسىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسدا 775
59 ـ پەسل شەتروُل غىبنى داۋالاش توغرىسدا 778
60 ـ پەسل قىزىتمىنىڭ قايتا قوزغىلىشى توغرىسدا 781

ئىككىنچى پەن بوھران ۋە ئۇنىڭ ھۆكۈملىرىنى بىلىش توغرىسدا مۇقەددىمە

بىرىنچى ماقالە بوھران ۋە بوھراننىڭ ياخشى ـ يامانلىقىغا دەلىل ئىزدەش توغرىسدا

1 ـ پەسل بوھران ۋە ئۇنىڭ قىسىملىرى، ھۆكۈملىرى توغرىسدا 782
2 ـ پەسل بوھراندا ماددىنىڭ يۇقىرىغا ھەرىكەت قىلىش ئالامەتلىرى توغرىسدا 794
3 ـ پەسل قەينىڭ ئالامەتلىرى توغرىسدا 795
4 ـ پەسل يۇقىرىقىلارنىڭ تەپسىلىي ئالامەتلىرى توغرىسدا 795
5 ـ پەسل يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئورتاق ۋە خاس ئالامەتلەرنىڭ ھۆكمى توغرىسدا ... 797
6 ـ پەسل ماددىنىڭ تەرگە مايىل بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسدا 798
7 ـ پەسل ماددىنىڭ سۇيدۇك ئەزالىرىغا مايىل بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسدا ... 798
8 ـ پەسل ماددىنىڭ چوڭ تەرەت يولىغا مايىل بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسدا ... 799
9 ـ پەسل بوھراننىڭ بالياتقۇ يولىدىن بولىدىغانلىقىنىڭ ئالامتى توغرىسدا 800
10 ـ پەسل بوھراننىڭ مەقئەت تومۇرلىرىنىڭ كۆپۈشىدىن بولىدىغانلىقىنىڭ ئالامتى توغرىسدا 800
11 ـ پەسل بوھراننىڭ يۆتكىلىش بىلەن بولۇشىنىڭ ئالامتى توغرىسدا 801

12 ـ پەسل يۆتكىلىشنىڭ تۆۋەن تەرەپكە بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 802
13 ـ پەسل يۆتكىلىشنىڭ ئۈستى تەرەپكە بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 802
14 ـ پەسل كېسەللىكنىڭ يەنە بىر كېسەللىككە يۆتكەلگەنلىكىنىڭ ئالامتى توغرىسىدا ... 803
15 ـ پەسل يىرىڭلىق ئىششىقلىق بوھرانىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 803
16 ـ پەسل بۇ يىرىڭلىق ئىششىقلارنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 805
17 ـ پەسل تەشەننۇج يۇز بېرىشنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 806
18 ـ پەسل تىترەش يۇز بېرىشنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 806
19 ـ پەسل ياخشى بوھرانغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 807
20 ـ پەسل يامان بوھرانغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 808
21 ـ پەسل يامان بوھرانغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەرنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا ... 808
22 ـ پەسل پىششىنىڭ ئالامەتلىرى ۋە ئۇنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 809
23 ـ پەسل مۇتلەق ئالامەتلەرنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 810
24 ـ پەسل ياخشى ئالامەتلەرنىڭ بايانى توغرىسىدا 810
25 ـ پەسل ناچار ئالامەتلەرنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 811
26 ـ پەسل ناچار ئالامەتلەرنىڭ بايانى توغرىسىدا 812
27 ـ پەسل چىرايغا ئالاقىدار ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 812
28 ـ پەسل باش ئاغرىقىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 814
29 ـ پەسل سېزىمدىن مەلۇم بولىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 814
30 ـ پەسل كۆزدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 815
31 ـ پەسل بۇرۇندا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 816
32 ـ پەسل قۇلاقتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 817
33 ـ پەسل چىشتا كۆپ كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 817
34 ـ پەسل تىل، ئېغىز ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 818
35 ـ پەسل گال، قىزىلئۆڭگەچ ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا ... 819
36 ـ پەسل ئاشقازان ۋە ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا ... 820
37 ـ پەسل نەپەس ئەزالىرىدا كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 820
38 ـ پەسل تومۇر ھالىتىدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 820
39 ـ پەسل بەدەننىڭ بوشىشىپ كېتىشى، ناچار يېتىش ۋە ئاجىزلىقلاردا كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 821

40 ـ پەسل يېنىچە ياتقاندا كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 821
41 ـ پەسل تېرىدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 822
42 ـ پەسل قورساق ۋە قوۋۇرغا بېشى ئەتراپىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا ... 823
43 ـ پەسل مەقئەتتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 823
44 ـ پەسل زەكەر ۋە ئىككى ئۇرۇقدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 823
45 ـ پەسل بالياتقۇدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 824
46 ـ پەسل مۇچىلەردە كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 824
47 ـ پەسل ئۇيقۇ ۋە ئويغاقلىقتا كۆرۈلىدىغان ئەھۋاللار توغرىسىدا 825
48 ـ پەسل قولنىڭ ھەرىكىتىدە كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 826
49 ـ پەسل ئاغرىقلاردا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 826
50 ـ پەسل سۆزلەش ۋە شۇڭ تۇرۇشتىن مەلۇم بولىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 826
51 ـ پەسل ئەقىلدە كۆرۈلىدىغان ئەھۋاللار توغرىسىدا 827
52 ـ پەسل ھەرىكەتلەردە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 827
53 ـ پەسل ۋەھىمىلەرگە ئالاقىدار ئالامەتلەر توغرىسىدا 828
54 ـ پەسل ئەسنەش ۋە كېرىلىشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 828
55 ـ پەسل بىمارنىڭ چۈشىگە ئالاقىدار ئالامەتلەر توغرىسىدا 828
56 ـ پەسل ئىشتىھا ۋە ئۇسسۇزلۇققا ئالاقىدار ئالامەتلەر توغرىسىدا 829
57 ـ پەسل يەرقاننىڭ ھۆكۈملىرى ۋە ئۇنىڭدىن دەلىل ئىزدەش توغرىسىدا 829
58 ـ پەسل ئىششقلاردىن مەلۇم بولىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 830
59 ـ پەسل مۇدۇر ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنىڭ شەكلىدىن مەلۇم بولىدىغان ئالامەتلەر
توغرىسىدا 830
60 ـ پەسل تىترەشتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 831
61 ـ پەسل تازىلىنىشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 832
62 ـ پەسل تەرلەشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 832
63 ـ پەسل كۆپ تەرلەشنىڭ سەۋەبى توغرىسىدا 833
64 ـ پەسل ئەزالارنىڭ تەرلىشى ۋە تەرلىمەسلىكىنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا 833
65 ـ پەسل تەرلەش ۋە ئۇنىڭ باشقىسىدىكى ئەھۋاللارنىڭ ئوخشاشماسلىقى توغرىسىدا ... 833
66 ـ پەسل تەرلەش كۆپ ۋە ئاز بولىدىغان كۈنلەر توغرىسىدا 834
67 ـ پەسل تەرلەشتىن دەلىل ئىزدەش يوللىرى توغرىسىدا 835

68 ـ پەسل تەرلەشتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 835
69 ـ پەسل تومۇردا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 837
70 ـ پەسل بۇرۇن قاناشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 837
71 ـ پەسل بۇرۇن قاناشتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 838
72 ـ پەسل چۈشكۈرۈشتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 839
73 ـ پەسل چوڭ تەرەتنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 839
74 ـ پەسل چوڭ تەرەتتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 839
75 ـ پەسل قەينىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 840
76 ـ پەسل قەيدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 841
77 ـ پەسل سۈيدۈكنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 841
78 ـ پەسل سۈيدۈكنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكىدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 842
79 ـ پەسل سۈيدۈكنىڭ سۇيۇقلۇقىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 843
80 ـ پەسل سۈيدۈك قىيامىنىڭ قويۇقلۇقى ۋە ئۇنىڭ دۇغلۇقىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 844
81 ـ پەسل ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىكى سۈيدۈكنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 844
82 ـ پەسل ئۆتكۈر قىزىتمىلاردىكى قارا سۈيدۈك توغرىسىدا 845
83 ـ پەسل قىزىل رەڭلىك سۈيدۈك توغرىسىدا 846
84 ـ پەسل چۆكمىدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 847
85 ـ پەسل سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ۋە قىيامىدىن بىلىنىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا 849
86 ـ پەسل سۈيدۈكنىڭ ئاجرىلىپ چىقىشىغا ئالاقىدار ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 851
87 ـ پەسل سۈيدۈكتىكى بىرنەچچە خىل ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 851
88 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرى ۋە ئۇلارنىڭ باشقىسىدا ھەرخىل ناچار ئالامەتلەرنىڭ بىرلىشىشىدىن كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا 852
89 ـ پەسل كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇشىنىڭ ئالامتى توغرىسىدا 854
90 ـ پەسل كېسەللىكنىڭ بوھران بىلەن ياكى تارقىلىش بىلەن يوقىلىشنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 856
91 ـ پەسل كېسەللىك قايتا قوزغىلىشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 857
92 ـ پەسل كېسەللىك قايتا قوزغىلىشنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 857
93 ـ پەسل ئۆلۈمنىڭ سەۋەبلىرى توغرىسىدا 859

94 ـ پەسىل قىزىتمىدا يۇز بېرىدىغان ئۆلۈمنىڭ تۈرلىرى ۋە ئالامەتلىرى توغرىسىدا 859
94 ـ پەسىل بوھراندىن بولمىغان ئۆلۈمنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 861
95 ـ پەسىل كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلاردا يۇز بېرىدىغان ئەھۋاللار توغرىسىدا 862
96 ـ پەسىل كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 862
97 ـ پەسىل كېسەلدىن يېڭى ساقايغان كىشىلەرگە غىزا بېرىش توغرىسىدا 865
98 ـ پەسىل كېسەللىكلەرنىڭ قوزغىلىشى توغرىسىدا 867

ئىككىنچى ماقالە بوھراننىڭ ۋاقىتلىرى، كۈنلىرى ۋە دەۋرلىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل كېسەللىكنىڭ باشلىنىشى ۋە بوھراننىڭ تۇنجى ھېسابى توغرىسىدا 868
2 ـ پەسىل بوھران كۈنلىرىنىڭ سەۋەبى ۋە ئۇنىڭ دەۋرلىرى توغرىسىدا 869
3 ـ پەسىل بوھران كۈنلىرىنىڭ بىر ـ بىرىگە كۆچىلۈك ـ ئاجىزلىقتىكى مۇناسىۋىتى ۋە ئۇنىڭ كېسەللىكلەرگە بولغان ئۆلچەملىرى توغرىسىدا 874
4 ـ پەسىل بوھراننىڭ ئوتتۇرىدا يۇز بېرىدىغان كۈنلەر توغرىسىدا 876
5 ـ پەسىل بوھراننىڭ ئوتتۇرىدا يۇز بېرىدىغان كۈنلەرنىڭ كۆچلۈكلۈكى ۋە ئاجىزلىقى توغرىسىدا 877
6 ـ پەسىل بوھران كۈنلىرى بولسۇن ياكى بوھرانىنىڭ ئوتتۇرىسىدا يۇز بەرگەن كۈن بولسۇن ياكى ئاگاھلاندۇرۇش كۈنلىرى بولسۇن، ياخشى ۋە ناچار كۈنلەرنى تەرتىپى بويىچە سۆزلەش توغرىسىدا 878
7 ـ پەسىل بىرىنچى ۋە ئىككىنچى مەقسەت بىلەن بوھران بولمايدىغان كۈنلەر توغرىسىدا ... 878
8 ـ پەسىل ئاگاھلاندۇرۇش كۈنلىرى توغرىسىدا 879
9 ـ پەسىل بوھران كۈنلىرىنى تونۇش ۋە قىيىن بولغاندىكى تونۇش توغرىسىدا 880
10 ـ پەسىل بوھران كۈنلىرىنىڭ كۆپىنچە كېسەللىكلەرگە مەنسۇپ بولۇشى توغرىسىدا ... 883

ئۈچىنچى پەن ئىششىق ۋە مۇدۇرلار توغرىسىدا تولۇق سۆز

بىرىنچى ماقالە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە يامان سۇپەتلىك ئىششىق

1 ـ پەسىل ئىششىق ۋە مۇدۇرلار توغرىسىدا 884
2 ـ پەسىل قاندىن بولغان ئىششىق توغرىسىدا 886

3 ـ پەسل قاندىن بولغان ئىششىقنى داۋالاش توغرىسىدا 888
4 ـ پەسل سەپرادىن بولغان ئىششىق ۋە ئۇنىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا 892
5 ـ پەسل سەپرادىن بولغان ئىششىقنى داۋالاش توغرىسىدا 893
6 ـ پەسل قوناق شەكىللىك بەلباغسىمان قوقاق توغرىسىدا 895
7 ـ پەسل بەلباغسىمان قوقاقنى داۋالاش توغرىسىدا 895
8 ـ پەسل قوناق شەكىللىك بەلباغسىمان قوقاق تۈرىدىن قوناق شەكىلدىكىسىنى داۋالاش توغرىسىدا 897
9 ـ پەسل جەمرە، نارپارسىيە ۋە شۇنىڭ باشقىلىرى توغرىسىدا 897
10 ـ پەسل جەمرە ۋە نارپارسىيەنى داۋالاش توغرىسىدا 899
11 ـ پەسل سۇلۇق قاپارتما ۋە يەللىك قاپارتما توغرىسىدا 901
12 ـ پەسل قاپارتما ۋە يەللىك قارپارتمىلارنى داۋالاش توغرىسىدا 901
13 ـ پەسل شىرا توغرىسىدا 903
14 ـ پەسل شىرانى داۋالاش توغرىسىدا 903
15 ـ پەسل گۆشخور يارا، ئەزانىڭ بۇزۇلۇشى ۋە گانگرېنا بىلەن سەفاقۇلۇسنىڭ پەرقى توغرىسىدا 904
16 ـ پەسل داۋالاش توغرىسىدا 906
17 ـ پەسل تائۇنلار توغرىسىدا 907
18 ـ پەسل تائۇننى داۋالاش توغرىسىدا 908
19 ـ پەسل بەزلەردە پەيدا بولىدىغان ئىششقلار توغرىسىدا 910
20 ـ پەسل ئىسسىقتىن بولغان يىرىڭلىق ئىششق توغرىسىدا 911
21 ـ پەسل ئىششقنىڭ يىرىڭلىق ئىششقا ئۆزگەرگەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا ... 914
22 ـ پەسل پىششىنىڭ دەللىلىرى ۋە ئۇنىڭ ئالامتى توغرىسىدا 914
23 ـ پەسل يىرىڭنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا 914
24 ـ پەسل ئىچكى ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششقنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 915
25 ـ پەسل ئىچكى ئەزا يىرىڭلىق ئىششقنىڭ پىشىش ئالامەتلىرى توغرىسىدا 916
26 ـ پەسل ئىچكى ئەزا يىرىڭلىق ئىششقنىڭ ئېغىز ئېلىشى يېقىنلاشقانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 916
27 ـ پەسل سىرتقى ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششقلارنى داۋالاش توغرىسىدا 917
28 ـ پەسل سىرتقى ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششقلارنى پىشۇرۇشقا ۋە يىرىڭلىتىشقا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 919
29 ـ پەسل سىرتقى ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششقلارغا پىشقاندا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا ... 920

30 ـ پەسل سرتىدىن ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار توغرىسىدا 923
31 ـ پەسل ئىچكى ئەزا يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا 926
32 ـ پەسل چىيقان توغرىسىدا 926
33 ـ پەسل چىيقانىنى داۋالاش توغرىسىدا 926
34 ـ پەسل ئۆسمە گۆش توغرىسىدا 928

ئىككىنچى ماقالە سوغۇقتىن بولغان ئىششىق ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئىششىقلار توغرىسىدا

1 ـ پەسل ئۇزىيما دەپ ئاتىلىدىغان بەلغەمدىن بولغان يۇمشاق ئىششىق توغرىسىدا 929
2 ـ پەسل يۇمشاق ئىششىقنى داۋالاش توغرىسىدا 930
3 ـ پەسل سەلئە توغرىسىدا 932
4 ـ پەسل سەلئەنى داۋالاش توغرىسىدا 933
5 ـ پەسل بەز ئىششىقلىرى توغرىسىدا 935
6 ـ پەسل بەزلىك مۇدۇرلار توغرىسىدا 936
7 ـ پەسل فۇجەشلا توغرىسىدا 936
8 ـ پەسل خانازىر توغرىسىدا 936
9 ـ پەسل قاتقان ئىششىق توغرىسىدا 941
10 ـ پەسل بۇغۇملاردىكى قاتقان ئىششىق توغرىسىدا 945
11 ـ پەسل مەسامىير دەپ ئاتىلىدىغان ئىششىق توغرىسىدا 946
12 ـ پەسل سەرتان توغرىسىدا 946
13 ـ پەسل سەرتانىنى داۋالاشتا كۆتۈش زۆرۈر بولىدىغان تەدبىرلەر توغرىسىدا 947
14 ـ پەسل سەرتانىنى سۈردۈرۈش تەدبىرى توغرىسىدا 949
15 ـ پەسل سەرتانغا قويۇلىدىغان دورىلار توغرىسىدا 949
16 ـ پەسل يەلدىن بولغان ئىششىقلار ۋە مۇسكۇللارنىڭ كۆپۈشى توغرىسىدا 951
17 ـ پەسل داۋالاش توغرىسىدا 951
18 ـ پەسل ئەرقى مەدىنى (قىلقۇرت كېسىلى) توغرىسىدا 953
19 ـ پەسل داۋالاش توغرىسىدا 954

ئۈچىنچى ماقالە جوزام (ماخاۋ) توغرىسىدا

1 ـ پەسل جوزامنىڭ ماھىيىتى ۋە ئۇنىڭ سەۋەبى توغرىسىدا 956

2 ـ پەسل جوزامنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسدا 959
3 ـ پەسل جوزامنى داۋالاش توغرىسدا 960

تۆتىنچى پەن سۈنۈق ۋە تېڭىققا ئالاقدار بولمىغان پۈتۈنلۈك بۈزۈلۈش توغرىسدا

بىرىنچى ماقالە جاراھەتلەر توغرىسدا ئومۇمىي سۆز

1 ـ پەسل پۈتۈنلۈك بۈزۈلۈش توغرىسدا ئومۇمىي سۆز 972
2 ـ پەسل جاراھەتلەر توغرىسدا قىسقىچە سۆز 973
3 ـ پەسل جاراھەتلەرنى داۋالاش توغرىسدا ئومۇمىي سۆز 974
4 ـ پەسل گۆش ئۇندۇرىدىغان، جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرىدىغان، جاراھەتنى يوقىتىدىغان ۋە يەيدىغان دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى تونۇشتۇرۇش توغرىسدا 977
5 ـ پەسل جاراھەتنى ئېچىشقا ئېھتىياج چۈشكەندە، جاراھەتنى ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىنى يېرىش توغرىسدا 979
6 ـ پەسل ئاغرىيدىغان ئىششىقلىق جاراھەتلەرگە تەدبىر قىلىش توغرىسدا 980
7 ـ پەسل ئىچكى ئەزا جاراھەتلىرىگە ئىچى ۋە سىرتىدىن ئومۇمىي تەدبىر قىلىش توغرىسدا 980
8 ـ پەسل جاراھەتلەرنى تېڭىشنىڭ ھالىتى توغرىسدا 986
9 ـ پەسل جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار توغرىسدا 988
10 ـ پەسل جاراھەت ۋە ئۇنىڭ باشقىسىنى ساقايتقۇچى دورىلار توغرىسدا 989
11 ـ پەسل جاراھەت ۋە يارىلارغا گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلار توغرىسدا 992
12 ـ پەسل باش جاراھىتىنى داۋالاش توغرىسدا 995

ئىككىنچى ماقالە تېرە سويۇلۇش، مۇسكۇل بۈزۈلۈش، بوغۇم يىرىم چىقىپ كېتىش، يىقىلىش، ئۇرۇلۇش، پەي تارتىشىش، قاناش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى توغرىسدا

1 ـ پەسل مۇقەددىمە 996
2 ـ پەسل بۈزۈلۈش ۋە يىرتىلىش توغرىسدا 997
3 ـ پەسل داۋالاش توغرىسدا 997

4 ـ پەسل يەقلىش، تاشقا ياكى تامغا ياكى ئۇنىڭ باشقىسغا سوقۇلۇش تۇغرىسىدا ... 1000
5 ـ پەسل داۋالاش تۇغرىسىدا 1001
6 ـ پەسل قورساق ۋە ئىچكى ئەزالار سوقۇلۇش، ئۇرۇلۇش توغرىسىدا 1003
7 ـ پەسل قامچا ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن ئۇرۇلغان كىشىنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇنى داۋالاش تۇغرىسىدا 1004
8 ـ پەسل بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىش تۇغرىسىدا 1005
9 ـ پەسل تېرە سويۇلۇش توغرىسىدا 1005
10 ـ پەسل ۋەخزى ۋە خەزقى، تىكەن، ئوق ۋە سۆڭەكتىن ئىبارەت بەدەندە توختاپ قالغان نەرسىلەرنى چىقىرىش توغرىسىدا 1007
11 ـ پەسل ئوقنى تارتقۇچى دورىلار تۇغرىسىدا 1011
12 ـ پەسل ئوتتا كۆيۈشنى داۋالاش قانۇنىيىتى تۇغرىسىدا 1012
13 ـ پەسل بىرىنچى مەقسەتتە ئىشلىتىلىدىغان كۆيۈك دورىلىرى توغرىسىدا 1013
14 ـ پەسل ئىككىنچى مەقسەتتە ئىشلىتىدىغان كۆيۈك دورىلىرى توغرىسىدا 1013
15 ـ پەسل قاينىاق سۇدا كۆيۈش تۇغرىسىدا 1015
16 ـ پەسل قاناش ۋە ئۇنى توختىتىش تۇغرىسىدا 1015
17 ـ پەسل قاناشنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا 1018
18 ـ پەسىل قاناشنى توختىتىشتا كۈچلۈك بولغان ھەر خىل مۇرەككەپ دورىلارنىڭ تەركىبى تۇغرىسىدا 1024

ئۈچىنچى ماقالە يارا ۋە ئۇنىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسل يارىلار توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز 1026
2 ـ پەسل يارىلارنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا 1032
3 ـ پەسل زەردابلىق يارىلارنى داۋالاش توغرىسىدا 1037
4 ـ پەسل قويۇق، يىرىڭلىق يارىلارنى داۋالاش تۇغرىسىدا 1038
5 ـ پەسل كەڭرى، چوڭقۇر يارا ۋە ئېغىزى پۈتۈپ تۇۋى ساقايمىغان يارىنى داۋالاش تۇغرىسىدا 1039
6 ـ پەسل يارىلاردىكى قۇرتلارنى داۋالاش تۇغرىسىدا 1041
7 ـ پەسل يارىلارغا گۆش ئوندۇرۇش توغرىسىدا 1041
8 ـ پەسل ئوفۇنەتلەنمىگەن گۆشخور يارىنى داۋالاش تۇغرىسىدا 1042

9 ـ پەسىل ئوغۇنەتلەنگەن ۋە يامان سۈپەتلىك يارىلارنى داۋالاش توغرىسىدا 1043
10 ـ پەسىل تەستە ساقىيىدىغان يارا ۋە بۇزۇلغان يارىنى داۋالاش توغرىسىدا 1046
11 ـ پەسىل ئاقمىلار ۋە چاپلاشمايدىغان تېرىلەرنى داۋالاش توغرىسىدا 1050
12 ـ پەسىل جاراھەتلەر ئۈستىدىكى ئۆسمە گۆش توغرىسىدا 1053
13 ـ پەسىل پۈتكەندىن كېيىن قايتىلانغان يارىلارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 1054
14 ـ پەسىل يارا ۋە جاراھەتلەرنىڭ ئىزلىرى توغرىسىدا 1055

تۆتىنچى ماقالە نېرۋىدىكى پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش ۋە تېڭىققا ئالاقىدار بولمايدىغان سۆڭەكتىكى پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش توغرىسىدا

1 ـ پەسىل نېرۋا ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئەزالارنىڭ جاراھەتلىرى ۋە يارىلىرى توغرىسىدا 1056
2 ـ پەسىل نېرۋا پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇشنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا 1058
3 ـ پەسىل نېرۋا جاراھىتى ۋە ئۇنىڭ يارىلىرىنىڭ دورىلىرى توغرىسىدا 1063
4 ـ پەسىل جاراھەتلەنگەن نېرۋىدا يۈز بېرىدىغان ئىشىشقلار توغرىسىدا 1065
5 ـ پەسىل نېرۋىنىڭ ئېزىلىشى ۋە ئۇنىڭ يېنىك قوزغىلىشى توغرىسىدا 1066
6 ـ پەسىل نېرۋىنىڭ قېتىۋېلىشى ۋە ئەگرى ـ بۈگرى بولۇشى توغرىسىدا 1068
7 ـ پەسىل سۆڭەك كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 1068
8 ـ پەسىل رىيەۋشىۋكە ۋە سۆڭەكنىڭ بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 1069
9 ـ پەسىل سۆڭەك بۇزۇلغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 1069
10 ـ پەسىل سۆڭەك بۇزۇلۇشنى داۋالاش توغرىسىدا 1070
11 ـ پەسىل بۇزۇلغان گۆشنىڭ سىرتقى قەۋىتىنى قىرىش ئۇسۇلى توغرىسىدا 1071
12 ـ پەسىل ساقايغان يارىلاردا قېپقالىدىغان سۆڭەك پارچىلىرى ۋە ئۇنىڭ پوستلىرى توغرىسىدا 1072
13 ـ پەسىل سۇنۇققا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار توغرىسىدا 1072

ئون ئالتىنچى پەن

ئۇچەي ۋە مەقئەتنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بۇ پەن بەش ماقالىدۇر.

بىرىنچى ماقالە

ئۇچەينىڭ تەشرىھى ۋە مۇتلەق ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا

1 ـ پەسىل ئالتە ئۇچەينىڭ تەشرىھى توغرىسىدا

شەك شۇبھىسىزكى، بۇيۇك شەۋكەتلىك، ئىسىملىرى مۇقەددەس، ئۇنىڭدىن باشقا ئىلاھ يوق، ئىنسانغا ناھايىتى كۆڭۈل بۆلىدىغان، ئىنساننىڭ مەنپەئەتىنى ياخشى بىلىدىغان ياراتقۇچى ئاللا قۇرۇق ئېشىندىلارنى چىقىرىش ئەزاسى بولغان ئۇچەيلەرنى ئاشقازاندىن چۈشكەن يېمەكلىكلەر يېتەرلىك مۇددەتتە تۇرۇش ئۈچۈن، سانى كۆپ، يۇگىمەچ، يۇمىلاق ھالەتتە ياراتتى. ئەگەر ئۇچەيلەر بىر ئۇچەي قىلىپ ياكى ئۇزۇنلۇقى قىسقا قىلىپ يارىتىلغان بولسا، غىزا قورساقتىن تېز ئايرىلىپ، ئادەم ھەر

ۋاقىت ئارقىمۇئارقا غىزا يېيىشكە ۋە ئارقىمۇئارقا چوڭ تەرەت قىلىشقا ئېھتىياجلىق بولغان بولاتتى. بۇ ئەھۋاللار بىرىنچىدىن، تۇرمۇشنىڭ تەلەپلىرىنى ئورۇنداشقا توسالغۇ بولاتتى. ئىككىنچىدىن، ئادەمنى دائىم بىئارام قىلاتتى ۋە ئادەملەر ھايۋانغا ئوخشاپ قالاتتى. مۇشۇنداق مەنپەئەت ئۈچۈن ئۈچەيلەر سانى كۆپ، ئۇزۇن، يۇمىلاق يارىتىلدى.

بۇنداق يارىتىلىشنىڭ يەنە بىر مەنپەئەتى شۇكى، جىگەر بىلەن ھەزىم يوللىرى ئارىلىقىدىكى تومۇرلار پەقەت ئاشقازان پەردىلىرىدىن ئەمەس، بەلكى ئۈچەي پەردىلىرىدىن ئۆتىدىغان ئېغىزلىرى ئارقىلىق ئوزۇقلۇقلارنىڭ لەتىف قىسمىنى سۈمۈرىدۇ. لەتىف قىسمىدىنمۇ پەقەت تومۇر ئېغىزلىرىغا تېگىشىپ تۇرغانلىرىنى سۈمۈرىدۇ، ئەمما تومۇر ئېغىزلىرىدىن يىراق بولغانلىرىنى سۈمۈرۈش مۇمكىن بولمايدۇ ياكى قىيىن بولىدۇ. ئوزۇقلۇقلارنىڭ ئۈچەيلەرنىڭ بىر بۆلىكىدە سۈمۈرۈلمىسە، يەنە بىر بۆلىكىدە سۈمۈرۈلۈشى ئۈچۈن، يۆگەشمىلەر كۆپ قىلىپ يارىتىلدى.

ئۈچەيلەرنىڭ سانى ئالتىدۇر. بىرىنچىسى، ھەممىگە مەلۇم بولغان ئون ئىككى بارماق ئۈچەي، ئىككىنچىسى، سائىم ئۈچەي[1]، ئۈچىنچىسى، يۆگىشىپ تۇرىدىغان ئۇزۇن، ئىنچىكە ئۈچەي[2]، تۆتىنچىسى، قارىغۇ ئۈچەي[3]، بەشىنچىسى، قۇلۇن ئۈچەي[4]، ئالتىنچىسى، تۈز ئۈچەي[5].

بۇ ئۈچەيلەرنىڭ ھەممىسى ئۈچەيلەرنى ئۆز ئورنىدا تۇتۇپ تۇرىدىغان تارىمۇشلار بىلەن ئومۇرتقىغا ناھايىتى زىچ باغلانغاندۇر. بۇ ئۈچەيلەرنىڭ يۇقىرى قىسمىنىڭ جەۋھىرى نېپىز يارىتىلدى. چۈنكى يۇقىرى ئۈچەيلەرنىڭ پىشۇرۇشقا ۋە

---

① سائىم ئۈچەي — ئىنچىكە ئۈچەينىڭ ئون ئىككى بارماقتا تۇتىشىپ تۇرىدىغان قىسمى.

② ئىنچىكە ئۇچەي — بۇ، ئىنچىكە ئۈچەينىڭ چوڭراق قىسمى بولۇپ، بۇنىڭ ئاخىرقى تەرىپى چوڭ ئۈچەيگە تۇتىشىدۇ.

③ قارىغۇ ئۈچەي — چوڭ ئۈچەينىڭ باش قىسمى بولۇپ، بۇنىڭ ئىنچىكە ئۈچەيلەرگە تۇتىشىدىغان ئورنى ۋە ئۇزۇنلۇقى تەخمىنەن بەش سانتىمېتىردىن ئالتە سانتىمېتىرغىچە بولىدۇ.

④ قۇلۇن ئۈچەي — چوڭ ئۈچەينىڭ ئوتتۇرا قىسمى.

⑤ تۈز ئۈچەي — چوڭ ئۈچەينىڭ مەقئەتكە تۇتىشىدىغان قىسمى.

جىگەر قۇۋۇتسىزلىك ئۇچەيلەرگە ئۆتۈشكە بولغان ئېھتىياجى تۆۋەنكى ئۇچەيلەرنىڭ ئېھتىياجىدىن كۆپرەكتۇر، يۇقىرى ئۇچەيلەر ئۆز ئىچىگە ئالغان نەرسىلەر سۇيۇق بولۇپ، ئۇچەيدىن ئۆتۈش ئارقىلىق ئۇچەي جەۋھىرىنى بۇزۇۋېتىش ۋە ئۇچەيلەرنى زىيادە قىلىش خەۋپى بولمايدۇ.

قارىغۇ ئۇچەيدىن باشلانغان تۆۋەنكى ئۇچەيلەر قېتىپ، قويۇلۇپ سېسىيدىغان چىقىرىندىلارنىڭ زىيان يەتكۈزۈشىگە قارشى تۇرۇش ئۇچۇن توم، قېلىن چاۋا ياغلار بىلەن ئەستەرلەنگەن بولىدۇ. يۇقىرى ئۇچەيلەردە چاۋا ياغ بولمايدۇ، لېكىن بۇ ئۇچەيلەر تۇغما ھالەتتە ئۇچەينىڭ ئىچكى يۈزىنى چاۋا ياغ ئورنىدا تۇرۇپ سىلىقلاشتۇرۇپ بېرىدىغان شىلىمشىق چاپلاشقاق ھۆللۇكتىن خالىي بولمايدۇ. ئون ئىككى بارماق ئۇچەي ئاشقازانىنىڭ ئاستىغا تۇتىشىدۇ، ئون ئىككى بارماق ئۇچەينىڭ ئاشقازانغا تۇتىشىدىغان ئېغىزى ئاشقازان چىقىش ئېغىزى دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ ئېغىز ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، قىزىلئۆڭگەچ بىلەن ئۇزۇنسىغا ئۇدۇلمۇئۇدۇل تۇرىدۇ. قىزىلئۆڭگەچ پەقەت ئاشقازانغا ئۇستىدىن يېمەكلىكنى تارتىش ئۇچۇن بولغىنىدەك، بۇ ئېغىز ئاشقازاندىكى نەرسىلەرنى چىقىرىش ئۇچۇن خىزمەت قىلىدۇ. بۇ ئېغىز قىزىلئۆڭگەچتىن تارىراق بولۇپ، تۆۋەندىكى ئىككى سەۋەبتىن قىزىلئۆڭگەچ كەڭرى يارىتىلغانلىقى ئۇچۇن ئاشقازان چىقىش ئېغىزىنى كەڭرى يارىتىش ئېھتىياجى بولمىدى:

بىرىنچى، قىزىلئۆڭگەچتىن ئۆتىدىغان نەرسىلەر بىرىكمەك، قاتتىقراق، ھەجمى چوڭراق، ئۇچەيدىن ئۆتىدىغان نەرسىلەر ئاشقازاندا ھەزىم بولغانلىقى ۋە سۇيۇق ھۆللۇك ئارىلاشقانلىقتىن يۇمشاقراق، سىلىقراق ۋە ھەجمى كىچىكرەك بولىدۇ.

ئىككىنچى، قىزىلئۆڭگەچتىن ئۆتىدىغان يېمەكلىكلەر بىرلا تەبىئىي كۇچ يارىدەم بېرىدۇ. ئەگەر ئىختىيارىي قۇۋۇەت يارىدەم بەرسە، ئۇ بىرلا تەرەپتىن يارىدەم بېرىدۇ، ئۇ بولسىمۇ تارتىش قۇۋۇتىدۇر، شۇنىڭ ئۇچۇن تارتىش قۇۋۇتىگە قىزىلئۆڭگەچتىكى بەزلەر ئاجرىتىپ چىقارغان سۇيۇقلۇقنىڭ كېڭەيتىشى بىلەن يارىدەم بېرىلىدۇ.

ئۇچەيدىن ئۆتىدىغان يېمەكلىك ئىككى خىل قۇۋۇەتتىن تەسىرلىنىدۇ. بىرى، ئاشقازانىنىڭ ئىتتىرىش قۇۋۇتى، يەنە بىرى، ئۇچەينىڭ تارتىش قۇۋۇتى. تارتىش قۇۋۇتىگە ئومۇمىي يېمەكلىكتىن ھاسىل بولغان ئېغىرلىق يارىدەم بېرىپ، شۇنىڭ بىلەن يېمەكلىكنىڭ نورمال كەڭرى يولدىن ئۆتۈشى ئاسان بولىدۇ. بۇ ئۇچەي قىزىلئۆڭگەچكە ئوخشىمايدۇ. چۈنكى قىزىلئۆڭگەچ ئاشقازانىنىڭ بىر بۆلىكىگە ئوخشاشتۇر ھەمدە پەردىلەردىن تۈزۈلۈشىمۇ ئاشقازانغا ئوخشىشىپ كېتىدۇ. ئەمما بۇ ئۇچەي ئاشقازانغا چاپلاپ قويۇلغان يات نەرسىگە ئوخشاش بولۇپ، ئىچكى پەردىلىرى ئاشقازانىنىڭ ئىچكى پەردىلىرىگە ئوخشىمايدۇ. چۈنكى ئاشقازان ئۇچەي ئېھتىياجلىق بولمايدىغان كۈچلۈك تارتىشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇچەي پەردىلىرىدە توغرىسىغا كەتكەن تالالار كۆپتۈر. لېكىن تۈز ئۇچەيدە نۇرغۇن ئۇزۇنىسىغا كەتكەن تالالار مەۋجۇتتۇر. چۈنكى بۇ ئۇچەي ئۇچەيلەرنى پاكىزلىغۇچى بولۇپ، مەنپەئەتى زوردۇر. تۈز ئۇچەي ياخشى سىقىپ، ئىتتىرىپ چىقىرىشقا يارىدەم بېرىش ئۈچۈن ئۇستىدىكى نەرسىلەرنى تارتىشقا ئېھتىياجلىق. تالالار ھەقىقەتەن ئاز بولسا ئىتتىرىش ۋە سقىشتىن ئاجىز كېلىدۇ. شۇڭا تۈز ئۇچەينىڭ بوشلۇقى چوڭ يارىتىلدى.

ئۇچەيگە يېنىك دەرىجىدە كېسەل تەگكەندە ئوفۇنەتلىنىش ۋە بۇزۇلۇشنىڭ تېز تارقىلىشىدىن ئېھتىيات قىلىنىپ، ئۇچەيدە خىزمىتى ئوخشىمايدىغان ئىككى پەردە يارىتىلدى.

دەسلەپكى ئىتتىرىلىشنىڭ ئاسان بولۇشى ئۈچۈن ئون ئىككى بارماق ئۇچەي ئاشقازاندىن تۆۋەنگە سوزۇلغان ھالدا تۈز يارىتىلدى. چۈنكى ئېغىر نەرسىنىڭ ئاستى تەرەپكە سوزۇلغان تۈز نەرسىدە تۆۋەنگە چۈشۈشى ئەگرى ياكى يانتۇ نەرسىدە چۈشكەنگە قارىغاندا تېزرەك بولىدۇ. ئۇچەينىڭ بۇ خىل يارىتىلىشىنىڭ يەنە بىر مەنپەئەتى بار، ئۇ بولسىمۇ، ئەگەر ئون ئىككى بارماق ئۇچەي تۈز ھالەتتە چۈشسە، ئوڭ تەرەپتە جىگەرنىڭ يېرىمغا، سول تەرەپتە تال ۋە باشقا ئۇچەيلەرگە ئوخشاش ئاشقازانىنى ئوراپ تۇرىدىغان بارلىق ئەزالارغا ئوروۇن بوش قالىدۇ. بۇ ئۇچەينىڭ

ئۇزۇنلۇقى ئون ئىككى ئىلىك (ھەر كىشىنىڭ ئون ئىككى بارمىقىغا باراۋەر) بولغانلىقى ئۈچۈن ئون ئىككى بارماق ئۈچەي دەپ ئاتالدى. بۇ ئۈچەي بوشلۇقى كەڭرەكتۇر.

ئون ئىككى بارماقتا تۇتىشىدىغان ئىنچىكە ئۈچەينىڭ بىر قىسمى سائىم ئۈچەي دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ قىسمىدا ئۈچەيلەرنىڭ يۆگىشىشى، قاتلىنىشى، ئەگرىلىكى باشلىنىدۇ. بۇ ئۈچەيدە نۇرغۇن ئوزۇقلۇق ساقلاش ئورۇنلىرى بار، بۇ ئۈچەي كۆپىنچە بوش تۇرغانلىقى ئۈچۈن سائىم (روزا تۇتقۇچى) ئۈچەي دەپ ئاتالدى. بوش تۇرۇشنىڭ سەۋەبى ئىككى ئىشقا ياردەم بېرىش ئۈچۈندۇر. بىرى، بۇ ئۈچەيگە سۈمۈرۈلگەن كەيلۇس بۇ ئۈچەيدىن تېز ئايرىلىپ، بىر بۆلىكى جىگەر تەرەپكە سۈمۈرۈلىدۇ. چۈنكى ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ كۆپىنچىسى بۇ ئۈچەيگە تۇتاشتۇر. بۇ ئۈچەي باشقا ئۈچەيلەرگە قارىغاندا جىگەرگە يېقىنراقتۇر. بۇنىڭدا باشقا ئۈچەيلەردە بولمىغان ماسارىقا شاخچىلىرى باردۇر. بۇ ئۈچەي تارىيىدۇ، ئورۇقلايدۇ، كېسەل مەزگىلدە بەك كىچىكلەيدۇ، بۇ ئۈچەينىڭ يەنە بىر بۆلىكى ئاستىدىكى ئۈچەيلەرگە ئايرىلىدۇ. چۈنكى خاس سەپرا ئۆتتىن مۇشۇ ئۈچەيگە ئاقىدۇ. شۇڭا، بۇ سەپرانىڭ ئۈچەينى كۈچلۈك يۇيۇشى ۋە كۆيدۈرۈشى ھەم قۇۋۇەتنى قوزغىتىشى بىلەن نەرسىلەرنىڭ تۆۋەنگە ئىتتىرىلىشىگە ياردەم بېرىدۇ. ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەتنى قوزغاش بىلەن جىگەرگە ۋە ئاستى تەرەپكە ئىتتىرىلىشىگە ياردەم بېرىلىدۇ. نەتىجىدە بۇ ئەھۋاللار سەۋەبىدىن ئۈچەينىڭ بۇ قىسمى خالىي قالىدۇ، شۇڭا سائىم ئۈچەي دەپ ئاتىلىدۇ. سائىم ئۈچەيگە بىر - بىرىگە يۇمىلاق ھالەتتە يۆگىشىپ كەتكەن ئۈچەينىڭ بىر قىسمى تۇتىشىدۇ. ئۈچەيلەرنىڭ بەك يۆگىمەچ ۋە يۇمىلاق بولۇشىنىڭ مەنپەئەتىنى بىز يۇقىرىدا شەرھلەپ ئۆتتۇق. ئۇ بولسىمۇ، غىزانىڭ بۇ ئۈچەيدە تۇرۇشىدۇر، تومۇرلارنىڭ ئوزۇقلۇق سۈمۈرگۈچى ئېغىزلىرىغا تۇتىشىپ تۇرۇشىمۇ شۇ ۋەجىدىندۇر. بۇ ئۈچەي ئىنچىكە ئۈچەي دەپ ئاتىلىدىغان يۇقىرىقى ئۈچەيلەرنىڭ ئاخىرىسىدۇر. بۇنىڭدا چوڭ ئۈچەي دەپ ئاتىلىدىغان تۆۋەنكى ئۈچەيلەرگە قارىغاندا ھەزىم كۆپرەك بولىدۇ. چۈنكى تۆۋەنكى ئۈچەيلەرنىڭ ئۈچەي چىقىرىندىلىرىنى چوڭ تەرەت قىلىپ چىقىرىشقا تەييارلاش خىزمىتى چوڭدۇر

(گەرچە بۇ ئۇچەيلەر ئوزۇقلۇق سۈمۈرۈش ئۇچۇن كېلىدىغان جىگەر تومۇرلىرىدىن خالىي بولمىغىنىدەك ھەزىم قىلىشتىن خالىي بولمىسىمۇ). ئىنچىكە ئۇچەينىڭ ئاستىغا قارىغۇ ئۇچەي دەپ ئاتىلىدىغان بىر ئۇچەي تۇتىشىدۇ. بۇ ئۇچەينىڭ پەقەت بىرلا ئېغىزى بولۇپ، يۇقىرىدىن كەلگەن نەرسىلەرنى شۇنىڭدىن قوبۇل قىلىپ ھەم شۇ ئېغىزدىن چىقارغانلىقى ئۇچۇن قارىغۇ ئۇچەي دەپ ئاتالغان. ئۇنىڭ ئورنى ئازراق ئارقىدا بولۇپ، ئوڭغا مايىلراق. بۇ ئۇچەي نۇرغۇن مەنپەئەتلەر ئۇچۇن يارىتىلدى. بۇ مەنپەئەتلەرنىڭ بىرى شۇكى، بۇ، ئۇچەي چىقىرىندىلىرى يىغىلىدىغان ئوروۇن بولۇپ، ھەر ۋاقىت چىقىرىندىلارنى تۆۋەنكى ئۇچەيگە ئاز - ئازدىن يەتكۈزۈپ، دائىم چوڭ تەرەت قىلىشقا موھتاج قىلماي، بەلكى ئومۇمىيۈزلۈك يىغىلىپ بولغاندا، ئاندىن ئاسان ئىتتىرىپ چىقىرىدۇ. مەنپەئەتلەرنىڭ يەنە بىرى، قارىغۇ ئۇچەيدە غىزانىڭ چىقىرىندىغا ئۆزگىرىش ۋە ماسارىقا تومۇرىدىن ئوزۇقلۇقنى سۈمۈرۈش ئۇچۇن كەلگەن تومۇرلارغا ئوزۇقلۇق تەييارلاپ بېرىشتۇر (گەرچە بۇ ئۇچەيدە يېمەكلىك ھەرىكەتلىنىۋاتقان، يۆتكىلىۋاتقان، پارچىلىنىۋاتقان ۋاقىتتا سۈمۈرۈلۈش بولماي، بەلكى جىگەردە سۈمۈرۈلمەي قالغان ئوزۇقلۇقلار سۈمۈرۈلسىمۇ). ئاشقازاندا ھەزىم بولمىغان يېمەكلىكلەر بۇ ئۇچەيدە ئۇزاق مۇددەت تۇرۇپ، جىگەرنىڭ قوشنىدارچىلىق سەۋەبىدىن ھەزىم بولۇشى ئۇچۇن ئۇ جىگەرگە يېقىن ئورۇنلاشتۇرۇلدى. قارىغۇ ئۇچەينىڭ چوڭ ئۇچەي بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى ئاشقازانىنىڭ ئىنچىكە ئۇچەي بىلەن بولغان مۇناسىۋىتىگە ئوخشاش. شۇڭا، جىگەرنىڭ ھەزىمنى تولۇقلاش، جىگەردە تولۇق ھەزىم بولماسلىق ۋەجىدىن جىگەرنىڭ سۈمۈرۈشگە لايىقەتلىك بولالماي قېپقالغان نەرسىلەرنى مۇمكىن بولسا ياخشى ئوزۇقلۇقلارغا ئۆزگەرتىش ئۇچۇن بۇ ئۇچەينى جىگەرگە يېقىن قىلىشقا ئېھتىياج چۈشتى.

چۇنكى ئاشقازاندا يېمەكلىك ماددىسى كۆپ بولغانلىقتىن، تېز ھەزىم بولىدىغانلىرى تېز ھەزىم بولغانلىقتىن ۋە ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەر ئارىسىغا ئاسان ھەزىم بولمايدىغان يېمەكلىكلەر كىرىۋالغانلىقتىن تولۇق ھەزىم

بولالماي قالدۇ.

يېمەكلىك قارىغۇ ئۇچەيگە كەلگەندە تەستە ھەزىم بولىدىغانلىرى ئايرىلىپ قالىدۇ، ئەگەر بۇ يېمەكلىكتىن تەسىر كۆرسەتكۈچى قۇۋۋەت يوقالسا، بۇ ئۇچەيگە يېمەكلىكتىكى ھەزىم بولۇشقا تەييار، چىقىرىندىغا ئۆزگىرىشكە تېگىشلىك بولغان ئېشىندىلار بىللە كېلىدۇ. بۇنىڭغا ئارىلاشقان ئېشىندىلار تەسىر قوبۇل قىلىشقا لايىقراقتۇر. بولۇپمۇ ئاشقازاندا ئازراق تەسىرلەنگەن ۋە ھەزىم بولغانلىرى تەسىر كۆرسەتكۈچى كۈچىنىڭ تەسىرىگە ئۇچرىغاندا تولۇق تەسىرلىنىش ۋە ھەزىم بولۇشقا تەييار بولغان ۋە ئىختىيارىي ھەزىم بولۇشتىن ئېشىپ قالغان نەرسىلەر تولۇق ھەزىم بولىدىغان بىر ئۇچەيدۇر.

يېمەكلىكلەرنىڭ قارىغۇ ئۇچەيدە كۆپ ھەزىم بولۇپ، ئۇچەيلەر بىلەن ئۇچەيلەرگە سۈمۈرۈلگەن ھۆل كەيمۇسنىڭ ئارىلىقىنى توسۇپ قويۇشى ئىنتايىن ئازىيىپ، قۇۋۋەتتىنىڭ ئازلىقى جەھەتتىن تولۇق ھەزىم بولغۇدەك مىقداردا تۇرىدىغان بىر ئورۇننى تاپقاندا تولۇق ھەزىم بولىدۇ، ئاندىن باشقا ئۇچەيلەرگە چىقىپ كېتىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار، كەيمۇسنىڭ تۇرۇشى ۋە قارىغۇ ئۇچەيدە قېپقالغان ئوزۇقلۇق جەۋھىرىنى جىگەرنىڭ تولۇق ئېلىشى ئۈچۈن بۇ ئۇچەي قارىغۇ (پۈتەي) قىلىپ يارىتىلدى، دېدى. بۇ تېۋىپلار ماسارىقا تومۇرى قارىغۇ ئۇچەيگە كېلىدۇ، دەپ ئويلاپ خاتالاشتى. بىز يۇقىرىدا بايان قىلغاندەك بۇ ئۇچەي ئاشقازانغا ئوخشاش ئۇزۇنسىغا جايلاشمىغانلىقى ئۈچۈن، بۇ ئۇچەيگە بىرلا ئېغىز كۇپايە قىلىدۇ.

ئۇنىڭ قارىغۇ بولۇشىنىڭ مەنپەئەتلىرىنىڭ يەنە بىرى شۇكى، ئۇ باشقا ئۇچەيلەرگە بىراقلا يېتىپ بارسا، قۇلۇنجى پەيدا قىلىش خەۋپى بولىدىغان ئېشىندىلارنى يىغىدۇ. ئەگەر ئېشىندىلارنىڭ ھەممىسى قارىغۇ ئۇچەيگە يىغىلسا، ئۇچەي يولدىن يىراقلىشىدۇ. ئېشىندىلار يىغىلغانلىقى ئۈچۈن چوڭ تەرەتتىن بىراقلا چىقىرىش مۇمكىن بولىدۇ. يىغىلغان نەرسىنىڭ چىقىشى پارچە نەرسىلەرنىڭ چىقىشىدىن ئاسانراق بولىدۇ. ئۇنىڭ مەنپەئەتلىرىنىڭ يەنە بىرى، ئۇ، قارىغۇ ئۇچەي ئۇچەيلەردە پەيدا بولۇشقا تېگىشلىك بولغان، بەدەن ئۇنىڭدىن خالي بولالمايدىغان،

سانى ئاز، ھەجمى كىچىك بولغاندا بەدەنگە پايدىلىق بولىدىغان تۈتۈ مەددە ۋە سازاڭسىمان مەددىلەرنىڭ تۇرۇش ئورنىدۇر. بۇ ئۇچەي تارىمۇشلار بىلەن باغلانمىغان ۋە بۇ ئۇچەيگە كېلىدىغان ماسارىقا تومۇر بىلەن كۇچەيتىلمىگەن بولغاچقا، چات يىرىقىغا ئوڭاي چۈشۈۋالىدۇ. قارىغۇ ئۇچەينىڭ ئاستىغا قۇلۇن ئۇچەي (بوغماق ئۇچەي) دەپ ئاتىلىدىغان ئۇچەي تۇتىشىدۇ. بۇ ئۇچەي قېلىن، تۇم بولۇپ، قارىغۇ ئۇچەيدىن يىراقلاشقانىدەك جىگەرگە يېقىنلىشىش ئۇچۇن ئوڭ تەرەپكە بەكرەك مايىل بولىدۇ، ئاندىن سول تەرەپكە يانتۇ چۈشىدۇ، سول تەرەپ بىلەن ئۇدۇللاشقاندا ئوڭ تەرەپكە ۋە ئارقىسىغا يانتۇ چۈشۈپ، بۇ يەردە تۇز ئۇچەيگە تۇتىشىدۇ. بوغماق ئۇچەي تال ئۇدۇلىدىن ئۆتكەندە ئىنچىكىلەيدۇ. شۇڭا، تال ئىششىقى ئۇچەينى باسسىلا يەلنىڭ چىقىشىنى توسايدۇ، بۇ ئۇچەينىڭ مەنپەئەتى چىقىرىندىلارنى يىغىش، ئۇنى تۇسۇپ تۇرۇش ۋە غىزادىكى ئېشىندىلارنى ساپلاشتۇرۇش ئارقىلىق، تەدرىجىي چىقىرىشتىن ئىبارەت. بۇ ئۇچەيدە قۇلۇنجى (توسۇلۇش) كۆپ يۇز بېرىدۇ. تۇز ئۇچەي ئۇچەيلەرنىڭ ئەڭ ئاخىرقى قىسمى بولۇپ، قۇلۇن ئۇچەينىڭ ئاستىغا تۇتىشىدۇ. ئۇ قۇلۇن ئۇچەيدىن باشلاپ تىك چۈشكەن ھالەتتە ئاشقازانغا ئوخشىشىپ قالغۇدەك كەڭلىكتە مەقئەتكە تۇتىشىدۇ (بولۇپمۇ ئاستىنقى قىسمى). بۇ تۇز ئۇچەينىڭ مەنپەئەتى تۆۋەنگە چۈشكەن چىقىرىندىلارنى سىرتقا چىقىرىشتۇر. بۇ ئۇچەي ھەممىگە مەلۇم بولغاندەك تۆت مۇسكۇللۇق يارىتىلدى، چىقىرىندىلارنىڭ چىقىرىلىشى ئاسان بولسۇن ئۇچۇن تۇز يارىتىلدى. ئىتتىرىپ چىقىرىشقا يارىدەم بەرگۈچى مۇسكۇللار بۇ ئۇچەيدە بولماستىن، بەلكى قورساق پەردىسىدە بولىدۇ. قورساق پەردىسى مۇسكۇلى سەككىز مۇسكۇلدۇر. ئۇچەيلەرنىڭ تەشرىھى ۋە ئۇلارنىڭ مەنپەئەتلىرىنى بايان قىلىش مۇشۇ يەرگىچە بولسۇن. باش تەرىپى يۇتقۇنچاق، قىزىلئۆڭگەچ، ئاستى تەرىپى مەقئەتتىن باشقا غىزا ئۆتىدىغان ئەزالاردىن بىرەرسى مۇسكۇل بىلەن ھەرىكەتلەنمەيدۇ، بەزىدە ئۇچەيلەرنىڭ ھەممىسىگە كۆك قان تومۇر ۋە قىزىل قان تومۇرلار كېلىدۇ، بۇ ئۇچەيلەر سېزىمغا بەكرەك ئېھتىياجلىق بولغانلىقى ئۇچۇن جىگەر نېرۋىلىرىغا

قارىغاندا كۆپرەك نېرۋىلار كېلىدۇ. ئۇچەيلەرنىڭ يۇقىرىقى تەشرىھىنىڭ ھەممىسىنى بىلىۋالغايسىز. چۈنكى كېسەل داۋالىماقچى بولغان تېۋىپ ئۇچەيلەرنىڭ تەشرىھىنى ياخشى بىلىشى كېرەك.

2 - پەسىل ئاشقازان - ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش، قانلىق ئىچ سۇرۇش، جىگەر، تال، مېڭە ۋە ئومۇمىي بەدەنلىك ئىچ سۇرۇش، قانلىق تولغاق (زەھىر) توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، ھەرقانداق ئىچ سۇرۇش يېمەك - ئىچمەك ۋە ئەتراپتىكى ھاۋادىن ياكى ئەزالاردىن بولىدۇ.

بىز ئالدى بىلەن ئەزالاردىن بولىدىغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا سۆزلەيمىز. ئەزالاردىن بولىدىغان ئىچ سۇرۇش ئاشقازان، ماسارىقا تومۇرى، جىگەر، تال، ئۇچەي ۋە باشتىن ياكى ئومۇمىي بەدەندىن بولىدۇ. ئاشۇلارنىڭ ھەممىسى سەۋەبلەرگە شېرىك بولىدۇ.

ئۇلار تۇتقۇچى، ھەزىم قىلغۇچى، ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەتلەرنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدىغان ياكى ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەتنى ئاشۇرۇۋېتىدىغان مىزاجنىڭ بۇزۇلغانلىقىغا ئەگىشىپ كېلىدۇ. ئاشۇلارنىڭ ھەممىسى يەككە مىزاج بۇزۇلۇش ياكى ئەزالاردا ئورۇنلىشىپ كەتكەن ماددىلىق مىزاج بۇزۇلۇش ياكى ئەزالارنىڭ يۇزىگە چاپلىشىۋالغان ماددىلىق مىزاج بۇزۇلۇش ياكى ئۇرۇلۇش، يارا، چوقۇق قاتارلىق ئەزا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەردىن كېلىپ چىقىدۇ. ماسارىقا تومۇرىدىن بولىدىغان ئىچ سۇرۇشنى سۆزلەپ بولدۇق. ئەمما مېڭىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش مېڭىدىن ئاشقازانغا ۋە ئۇچەيلەرگە چۈشۈپ، غىزانى بۇزۇپ، ئۆزىنىڭ سىلىقلىقى ۋە ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەتنىڭ ئىتتىرىشىدىن غىزانى تۆۋەن تەرەپكە چۈشۈرۈۋېتىدىغان نەزلىلەر سەۋەبىدىن بولىدۇ.

ئەمما ئاشقازاندىن بولغان ئېچ سۇرۇشتە، چىقىرىندىلارنىڭ بەزىسى ھەزىم قىلىنغان، بەزىسى ھەزىم قىلىنمىغان بولىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئاشقازانىنىڭ تۈتۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىغانلىقتىن، تۈتۇش قۇۋۋىتى غىزانى ھەزىم قىلغۇدەك مۇددەتتە تۈتۈپ تۇرالمايدۇ. تۈتۈپ تۇرغۇچى كۈچ غىزانى پەقەت بەزىسى ھەزىم بولغۇچە كۆتۈرەلەيدۇ، شۇڭلاشقا چىقىرىندىنى تەدرىجىي قويۇپ بېرىپ چىقىرىشقا قادىر بولالمايدۇ.

بۇ ئېچ سۇرۇش كۆپىنچە ۋاقىتلاردا سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن، بەزىدە ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن، بەزىدە ھۆللۈكتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن، يەنە بەزىدە قۇرۇقلۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولىدۇ. ئېچ سۇرۇشلەر پەقەت بەلغەمدىن ۋە ھۆل سوغۇق مىزاجدىنلا بولىدۇ، دەپ ئويلىغان كىشىلەر خاتالىشىدۇ (گەرچە ھۆل مىزاجدىن بولغان ئېچ سۇرۇش كۆپ بولسىمۇ).

بۇ ھۆللۈك ئۇزۇن تۇرۇپ قالسا، ئىستىسقاغا ئېلىپ بارىدۇ، ھۆللۈكتىن بولغان ئېچ سۇرۇش مۇستەھكەملىشىپ قالسا، داۋالاش قىيىن بولىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋالدا ئېچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى ئۇچەي ۋە ئاشقازان يۇزىگە ياكى ئاشقازان ۋە ئۇچەي تومۇرلىرىنىڭ ئېغىزلىرىغا چاپلىشىپ قالغان سۇرگە دورىلىرىنىڭ قالدۇقلىرى سەۋەبىدىن بولىدۇ. بۇ خىل ئېچ سۇرۇش بەزىدە دەۋرىيلىك بولىدۇ، كۆپىنچە ھاللاردا بۇ يامان سۈپەتلىك ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشكە ۋە ئۇچەي يارا بولۇشقا ئېلىپ بارىدۇ. ئاشقازان مەنبەلىك ئېچ سۇرۇش ھەزىمنىڭ ئاجىزلىق سەۋەبىدىن بولسا، ئاشقازان بۇزۇلىدۇ ۋە يېمەكلىكنىڭ ئىتتىرىلىپ چىقىرىلىشىنى تەلەپ قىلىدۇ. بەزىدە ئاشقازاندىكى ھۆللۈكلەر سەۋەبىدىن يېمەكلىكلەر ئاشقازاندا ھەزىم بولغۇدەك دەرىجىدە تۇرالماي بۇزۇلۇپ ئىتتىرىلىشنى تەلەپ قىلغانلىقتىن ئېچ سۇرىدۇ. ئەمەلىيەتتە بۇ خىل ئېچ سۇرۇش بىز سۆزلىگەن ئېچ سۇرۇشلەردىن ھالقىپ كەتمەيدۇ، بۇ خىل ئېچ سۇرۇشنىڭ ئىستىسقاغا كۆپ ئېلىپ بارىدىغانلىقىنى مەخسۇس سۆزلىدۇق. بۇ خىل ئېچ سۇرۇشتە بۇقرات ئاچچىق كېكىرىشنى ماختايدۇ. چۈنكى ئاچچىق كېكىرىش بۇخارات پەيدا قىلىدىغان ھارارەتنىڭ بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ (گەرچە ھارارەت يوقاپ كەتكەندىن كېيىن تولۇق ئۆرلىمىسىمۇ). يەنە

شۇنىڭ ئۈچۈنكى، چۈچۈمەللىك بەزىدە ماددىنى پارچىلاپ، ئاشقازاندىكى يېمەكلىكنى ئېچىتىپ، ئىچ سۇرۇشنى ئازراق توختىتىدۇ. ئاشۇ ھۆللۈك بىردىنبىر سەۋەب، دەپ قارىلىدۇ. بەزىدە بۇ خىل تېبىلغاقلىق ئاشقازاندىكى يارىدىن ياكى ئاشقازانغا قوشنا بولغان ئۈچەيدىكى يارىدىن بولىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال ئاشقازانىنىڭ ئۆزىدە كەم ئۇچرايدۇ.

ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشتە، ئاشقازاندا ئومۇمىي بەدەندىن تۆكۈلگەن ناچار خىلتىلار بار بولغان ئەھۋالدا ياخشى ھەزىم بولغان يېمەكلىكلەرنىمۇ بۇزۇپ، يېمەكلىكلەرنى قۇستۇرۇۋېتىشكە ياكى تۆۋەنگە چۈشۈرۈۋېتىشكە ئېھتىياجلىق بولىدۇ. ئەگەر ئاشقازانىنىڭ يۇقرى قىسمى كۈچلۈك بولسا، ئۇستىگە ئىتتىرىلىپ، قەيى بىلەن چىقماي بەلكى ئىچ سۇرۇش بىلەن چىقىپ كېتىدۇ.

بەزىدە خىلتىلاردىن بولغان ئىچ سۇرۇش بۇ خىلتىلارنىڭ يېمەكلىكنى بۇزۇپ، ئاشقازانىنىڭ بۇزۇلغان يېمەكلىكلەرنى چىقىرىپ تاشلاشقا ئېھتىياجلىق بولغانلىقى سەۋەبىدىن ئەمەس، بەلكى ئۇ يېمەكلىكتە ئاشقازان ياقتۇرمايدىغان قۇۋۇۋەت بولۇپ، ئاشقازان بۇ يېمەكلىكنى ۋە بۇ يېمەكلىك بىلەن بىرگە بولغان چىقىرىندىلارنى ئىتتىرىپ چىقارغانلىقىدىن ياكى يېمەكلىكنىڭ ئۆزىدە سۇرگۈچى قۇۋۇۋەت ياكى يېمەكلىكنى تېيىلدۇرغۇچى قۇۋۇۋەت ياكى ئۈچەي شىللىق پەردىسىنى پارچىلاپ، ئۈچەي شىللىق پەردىسىنى تۆككۈچى قۇۋۇۋەت بارلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. خۇددى سەۋداناڭ ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا كۆپ قۇيۇلۇشى ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشكە سەۋەب بولغىنىدەك بەزىدە ئىچ سۇرۇش ھەزمنى بۇزىدىغان قورساقتىكى يەل سەۋەبىدىن بولىدۇ. بەزىدە ئۈچەي تېيىلىش — تۇتۇش قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىقىدىن ياكى يېمەكلىكنى بۇزغۇچى ماددىنىڭ ئارىلىشىشىدىن يېيىلگۈچى نەرسىلەرنىڭ كەيپىياتى ئېشىپ كەتمەي، مقدارى ئېشىپ كەتكەنلىكتىن بولىدۇ. چۈنكى يېمەكلىكنىڭ مقدارى كۆپ بولۇپ، تۇتۇش قۇۋۇتىدىن ئېشىپ كەتسە، يېمەكلىك كىرگەن پېتى چىقىپ كېتىدۇ. ئىچ سۇرۇش بەزىدە يېمەكلىكنىڭ ئاز - كۆپلۈكىدىن ياكى يېمەكلىك تەرتىپى قالايمىقانلىشىپ، يېمەكلىك بۇزۇلغانلىق سەۋەبىدىن يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئاشقازاندىكى ياكى

ئاشقازانغا قوشنا بولغان ئەزالاردىكى ئاغرىق سەۋەبىدىن ئاشقازانىنىڭ تۇتۇش قۇۋۇتى ئاجىزلىغانلىقتىن يۇز بېرىدۇ. ئاشۇ ئاغرىقلار بەزىدە يەلدىن، بەزىدە ئىششىقتىن، بەزىدە ئوخشاشمىغان مىزاج بۇزۇلغانلىقىدىن بولىدۇ، بۇلارنىڭ ھەممىسى ئاشقازاندا بولىدۇ ياكى ئاشقازانغا قوشنا ئەزالاردىن ئاشقازانغا كېلىدۇ. ئەما تالدىن بولغان ئېچ سۇرۇش تالنىڭ ئىتتىرىش قۇۋۋىتى ئېشىپ كەتكەنلىكى ۋە سەۋدانىڭ كۆپىيىپ كەتكەنلىكى ياكى قاتقان تالنىڭ ھەجمى كىچىكلەپ، ماددىسى تارقىغانلىقى ياكى تال ئىششىقلىرىنىڭ ئېغىز ئالغانلىقىدىن بولىدۇ. دەسلەپتە يۇقىرىقى بەش ئۇچەيدىن بولغان ئېچ سۇرۇش توغرىسىدا سۆزلەيمىز. يۇقىرىقى بەش ئۇچەيدىن بولغان ئېچ سۇرۇش ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش بىلەن بولىدۇ ياكى ئۇنداق بولمايدۇ. سەھەج — ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشتىن بولغان ئاغرىقتۇر. بۇ سويغۇچى ماددا سەپرا، ئۆتكۈر قان، زەرداب، يىرىڭ ياكى ئۇچەيلەرنىڭ ئۆزىدىن قوزغىلىدىغان ياكى باشقا ئورۇنلاردىن قوزغىلىپ ئۇچەيلەرگە كېلىدىغان چۆكمىلىك ماددىلاردۇر.

جىگەردىن بولىدىغان ئېچ سۇرۇش ھەققىدە يۇقىرىدا يېتەرلىك سۆزلەپ ئۆتتۇق. جىگەر ئىششىقىدىن بولغان ئېچ سۇرۇش جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ئېچ سۇرۇشكە قارىغاندا يېنىكرەك بولۇپ، داۋالاشنى ئاسان قوبۇل قىلىدۇ. ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشتىن بولغان ئېچ سۇرۇش، تالدىن بولغان ئېچ سۇرۇش، ئۆت مەنبەلىك ئېچ سۇرۇش، يىرىڭلىق ئېچ سۇرۇش، ئاشقازان ۋە قىزىلئۆڭگەچتىكى يارىلاردىن بولغان ئېچ سۇرۇشلەرنىڭ ھەممىسى ئۇچەيگە ماددا كېلىدىغان ئېچ سۇرۇش قاتارىدىنىدۇر. بىز تۆۋەندە بۇ خىل ئېچ سۇرۇشلەر ھەققىدە سۆزلىمەستىن، بەلكى ئۇچەينىڭ ئۆزىدىن بولىدىغان ئېچ سۇرۇش ھەققىدە سۆزلەيمىز. ئۇچەينىڭ ئۆزىدىن بولىدىغان ئېچ سۇرۇش ئۇچەيدىكى ئىششىقتىن ياكى سەپرانىڭ كۆيدۈرۈشىدىن ياكى جىگەردىن قۇيۇلغان ئىنتايىن ھارارەتلىك قاندىن ياكى يۇقىرىقى ئۇچەي ۋە تۆۋەنكى ئۇچەيلەردىكى تومۇرلارنىڭ يېرىلغانلىقىدىن ياكى شەھەنزەلگە ئوخشاش ئۇچەينى يارا قىلىدىغان سۇرگۈچى دورىلاردىن ياكى ئوفۇنەتلىنىپ يېيىلگەن يامان سۇپەتلىك ياردىن ياكى يېيىلمىگەن ۋە

ئوفۇنەتلەنمىگەن ياردىن ياكى يېرىڭلىق يارا ۋە ياكى يېرىڭسىز يارا قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ يارىلارنىڭ چوڭ ئۇچەيلەردە بولىدىغىنىنى داۋالاش يېنىكرەك، ئىنچىكە ئۇچەيلەردە بولىدىغىنىنى داۋالاش قىيىنراقتۇر، بولۇپمۇ سائىم ئۇچەيدە بولغان يارا تېخىمۇ شۇنداق. چۈنكى سائىم ئۇچەيىنىڭ تومۇرلىرى كۆپ، ئۆزى يوغان، دىۋارى نېپىز، باشقا نەرسە ئارىلاشمىغان بولۇپ، ساپ سەپرا ئۆتتىن بۇ ئۇچەيگە قۇيۇلغانلىقى ۋە بۇ ئۇچەي رەئىس ئەزا بولغان جىگەرگە يېقىن بولۇپ، زىيانغا ئۇچرىشى كۈچلۈك بولغانلىقى ئۈچۈن، بۇنىڭ تېشىلىشى ئۇياقتا تۇرسۇن، يارىسىمۇ ساقايمايدۇ (ئۇچەيلەرنىڭ ھېچقايسىسى جىگەرگە سائىم ئۇچەيدەك يېقىن ئەمەستۇر) ھەمدە بۇ ئۇچەيدە دورا توختماي، تۆۋەنگە چۈشۈپ كېتىدۇ.

ئۇچەي يارىسى چىقىرىندىلارنىڭ ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويۇشىدىن ۋە سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن ياكى خىلتىنىڭ شورلۇقلۇقىدىن ياكى ئاجرىسا چىقىدىغان چاپلاشقاق خىلتىنىڭ ئۇچەيگە بەك تارقاپ كەتكەنلىكىدىن ياكى ئىششىقلارنىڭ ئېغىز ئالغانلىقى ۋە ئۇچەيدىن ئۆتۈش ئارقىلىق ئۇچەيگە زىيان قىلىدىغان باشقا چىقىرىندىلاردىن بولىدۇ. ئىچ سۇرۇش دەسلەپتىلا سەۋدادىن بولغان ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشتىن بولسا، ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ، چۈنكى بۇ، ئۇچەيدە ئوفۇنەتلەنگەن سەرتانىڭ بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. قىزىتمىنىڭ ئاخىرىدا يۈز بەرگەن ئىچ سۇرۇش تېخىچە ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشكە ئۆزگەرمىگەن بولسىمۇ، ئادەمنى ئوخشاشلا ئۆلتۈرىدۇ، يەرگە چۈشسە قاينايدىغان سېسىق پۇراق بولغىنى تېخىمۇ شۇنداق. بىمارنىڭ قۇۋۇتى يوقالمىغان بولسا، ئۆزى ساغلام بولسىمۇ سەۋدادىن بولغان بۇ خىل ئىچ سۇرۇش ساقايمايدۇ. ئىچ سۇرۇشنىڭ بۇ خىل خۇسۇسىيىتى بولمىسا، يەرگە چۈشكەندە قاينىمىسا، سېسىق پۇراقلىق بولمىسا، ئۇ، تەبىئەت ئىتتىرگەن سەۋداۋى ئېشىندى بولۇپ، بۇ خىل بىمارنىڭ ساقىيىش ئۈمىدى بولىدۇ. ئۇچەي يارىسى بەزىدە ئىششىقتىن كېيىن، بەزىدە مۇسھىل دورىلاردەك ياكى ئۇچەيگە چاپلىشىپ، ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويۇپ ئاجرايدىغان چاپلاشقاق غىزادەك ياكى ئۇچەيدىن ئۆتكەندە ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويىدىغان قاتتىق غىزادەك ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويغۇچى نەرسىلەردىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە

ئىچىنى سۇرۇپ ئۇچەي يارىسى پەيدا قىلىدىغان خىلتىلاردىن پەيدا بولىدۇ. سەپراۋى ئىچ سۇرۇشتىن ئۇچەي يارىسىنىڭ پەيدا بولۇش ۋاقتى ئىككى ھەپتە، شورلۇق خىلتىلىق ئىچ سۇرۇشتىن ئۇچەي يارىسىنىڭ پەيدا بولۇش ۋاقتى بىر ئاي ئەتراپىدا بولىدۇ. سەۋداۋى ئىچ سۇرۇشتىن ئۇچەي يارىسىنىڭ پەيدا بولۇش ۋاقتى 40 كۈن ياكى ئۇنىڭدىن ئۇزاقراق بولىدۇ.

ئۇچەي يارىسى بار كىشىلەر كۆپىنچە ئۇچىيى تېشىلىش ۋەجىدىن ئۆلۈپ كېتىدۇ، بەزىسىنىڭ بەدەن قۇۋۇتى كۈچلۈك بولغاچقا بىر مەزگىل ياشايدۇ، قورسىقىغا چىقىرىندىلار يىغىلسا، ئىستىسقا بىمارىدەك بولۇپ ئۆلۈپ كېتىدۇ. ئۇچەي يارىسىدا ئۇچەي جەۋھىرىدىن ھەجىملىك بىر قىسمى چىقىپ كەتسە، ئوفۇنەتلىنىشكە ۋە ئاشقازانىنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن قۇۋۇەت يوقاپ كېتىشكە ۋە ئۆلۈمگە ئېلىپ بارىدۇ. بۇنداق تۇرۇقلۇق ئۇچەي تېشىلسە، بولۇپمۇ يۇقىرىقى ئۇچەيلەرنىڭ بەزىسى تېشىلسە قانداقمۇ ئۆلۈمگە ئېلىپ بارمىسۇن؟ بىر بۆلۈك تېۋىپلارنىڭ ھېكايە قىلىشچە، بىر كىشىنىڭ تۆۋەنكى ئۇچىيىنىڭ بەزىسى تېشىلىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇچەي تۆشۈكىنىڭ ئۇدۇلىدا، شۇ ئوفۇنەتلىنىش ۋە كېسەللىنىشكە شېرىك بولغان ئىششىق سەۋەبىدىن قورساق پەردىسى ۋە قورساق تېرىسى تېشىلىپ كېتىپتۇ. چىقىرىندىلار شۇ تۆشۈكتىن چىقىپتۇ، ئەمما ھېلىقى ئادەم ياشاۋېرىپتۇ. بۇ چىقىرىندىلار قورساق بوشلۇقىغا تۆكۈلۈۋاتسا، بۇ كىشىنىڭ ياشاش مۇمكىنچىلىكى ئەمەلىيەتتىن ناھايىتى يىراقتۇر.

ئۇلار مۇنداق دېدى: سائىم ئۇچەي ۋە ئۇنىڭ ئۇدۇلىدىكى قورساق تېشىلسە، ئاچلىق پەسەيمەي، ئاشقازاندا ھېچ نەرسە تۇرماي، ئورۇقلاپ، قورسىقى ئىششىپ ئۆلۈپ كېتىدۇ.

ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشىنىڭ تۈرلىرى: قانلىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش، زەردابلىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش، سەپرالىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش، يىرىڭلىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش، قاسراقلىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش (تۆكۈلگەن ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى چوڭ تەرەت بىلەن بىرگە كېلىش)، شىلمىشق ئۇچەي شىللىق پەردىسى

تۆكۈلۈش، كۆپۈكلۈك ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش، پوستلۇق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش قاتارلىقلاردۇر. سەپرادىن بولغىنى بىخەتەر بولۇپ، داۋالىغىلى بولىدۇ. ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش كۆپىنچە ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىن، كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ۋە تۇتقاقلىق قىزىتمىلاردىن بولىدۇ، كۆپىنچە ئۆتكۈر كېسەللىكلەرنىڭ بوھرانىدا كۆرۈلىدۇ.

يىرىڭلىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشتە دەسلەپتىلا يىرىڭ كەلسە، بۇ ئىچكى ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششىق ۋە ئادەتتىكى ئىششىقلار ئېغىز ئېلىپ، ئېغىز ئالغان بۇ يىرىڭلارنى تەبىئەت ئۇچەيلەرگە ئىتتىرىش سەۋەبىدىن بولغانلىقىنى چۈشەندۈرىدۇ، بۇ بىخەتەرلىك بولىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۇرۇش ئەمەلىيەتتە ئۇچەي مەنبەلىك بولمايدۇ، كۆپىنچە ئۇچەي مەنبەلىككە ئېلىپ بارىدۇ. نەتىجىدە، ئاخىرىدا بۇزۇلۇش پەيدا بولىدۇ، بۇ خىل ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشتىن كېيىن كۆپىنچە يىرىڭلىق ئىچ سۇرۇش پەيدا بولۇپ توختىمايدۇ، بەزىدە قان ئارىلاش كېلىدۇ. بەزىدە ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى يۇقىرىقىدەك بولمايدۇ ۋە ئىچكى ئەزالاردا پىشىپ ئېغىز ئالىدىغان ئىششىقتىن بولماي، ئىچكى ئەزالاردىكى ئوفۇنەتلەنگەن سەرتاندىن پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭغا ئۇرۇلىدىغان نەرسىلەرنىڭ كۆپلۈكى، ئىچكى ئەزالارنىڭ ئاز ئارام ئېلىشى، كېسەللىكنى داۋالاش قىيىن بولغانلىقى قاتارلىقلاردىن بۇ خىل ئىچ سۇرۇش ساقايمايدۇ.

زەردابلىق ئىچ سۇرۇش ئىچكى ئەزالاردىكى ئېرىشتىن ياكى پىشۇاتقان ئىششىق ماددىلىرىنىڭ سىرغىشىدىن بولىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپىنچىسى ئۇچەي مەنبەلىك بولمايدۇ.

قانلىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشنىڭ بەزىسى بىردىنلا پەيدا بولىدۇ، بەزىسى ئاستا - ئاستا پەيدا بولىدۇ. بىراقلا پەيدا بولىدىغىنىنىڭ سەۋەبى بىرەر تومۇرنىڭ ئېچىلىشى ۋە پۈتۈنلۈكنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولىدۇ. ئەگەر بۇنىڭغا ئاغرىق قوشۇلمىسا قان ئۇچەيدىن كەلگەن بولماي، بەلكى باشقا ئىچكى ئەزالاردىن كەلگەن بولىدۇ. بولۇپمۇ باشقا ئەزالارنىڭ كېسەللىك ئالامىتى قوشۇلۇپ كەلسە، قان باشقا ئەزادىن كەلگەن بولىدۇ. بەزىدە ئۇچەي تومۇرلىرىنىڭ ئېغىزلىرى سەۋەبسىز

ئېچىلغاندا قانلىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش ئاغرىقسىز بولىدۇ. ئەگەر قىش پەسلى شىمال تەرەپىنىكىدەك قاتتىق سوغۇق بولسا، ئاندىن بۇنىڭغا يامغۇرلۇق سوغۇق ئەتىياز، يامغۇرلۇق ياز پەسلى ئەگىشىپ كەلسە، قانلىق ئىچ سۇرۇش كۆپ بولىدۇ. قىش جەنۇبنىڭكىگە ئوخشاش، باھار شىمالنىڭكىگە ئوخشاش بولۇپ، يامغۇر كەم بولسىمۇ قانلىق ئىچ سۇرۇش كۆپ بولىدۇ. بولۇپمۇ ھۆللۈكى ئېشىپ كەتكەن بەدەنلەردە ۋە ئايالالاردا شۇنداق بولىدۇ. شىمالنىڭكىگە ئوخشاش باھار ۋە جەنۇبنىڭكىگە ئوخشاش قىشتىن كېيىن ياز كەلسە ھەم بۇ ياز ئۇزۇن بولسا، ئىچ سۇرۇش ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىسىنىڭ تۆكۈلۈشى كۆپ بولىدۇ. بۇنداق ئەھۋالالاردا ئىچ سۇرۇش ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشنىڭ كۆپ بولۇشنىڭ سەۋەبى نەزلىنىڭ كۆپ بولۇشىدۇر. بەزىدە جەنۇبىي رايونلاردا جەنۇب شامىلى كۆپ چىقىپ، يامغۇر كۆپ يېغىپ، مادداىنى ھەرىكەتلەندۈرۈپ، تەر تۆشۈكچىلىرىنى بوشاشتۇرۇپ قانلىق ئىچ سۇرۇش كۆپ بولىدۇ. بولۇپمۇ تۇزلۇق نەزلىدىن كېيىن شۇنداق بولىدۇ. سەپراۋى ئىچ سۇرۇش ۋە سەپراۋى ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈشتىن كېيىن يۇز بەرگەن قانلىق ئىچ سۇرۇشتىن كېيىن بولغان ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا ئاغرىق قوشۇلۇپ كەلسە، بۇ خەتەرلىكتۇر. بولۇپمۇ ئۇچەي قاسراقلىرى ئاۋۋال كېلىپ، ئاندىن ساپ قان كەلسە تېخىمۇ شۇنداق. چۈنكى ئالدى بىلەن قاسراق كېلىپ، ئاندىن ساپ قان كېلىش كېسەللىكىنىڭ ھەقىقەتەن ئۇچەي تېنىگە چوڭقۇر بارغانلىقىنى كۆرسىتىدۇ.

قاسراقلىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش ئۇچەي يۇزىدىكى نەرسىلەرنىڭ سويۇلۇپ چۈشۈشىدىن بولىدۇ. شىلىمشىق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش قويۇق ھۆللۈكتىن بولىدۇ. بەزىدە شىلىمشىق ئىچ سۇرۇش مۇرەككەپ قىزىتمىلاردا ھەم ئۆز بايانىدا سۆزلەيدىغان بىر قىسىم قىزىتمىلاردا ۋە ۋابا قىزىتمىلىرىدا يۇز بېرىدۇ، ۋابا قىزىتمىسىدا يۇز بېرىدىغان قانلىق ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپىنچىسى كۆپۈكلۈك كېلىدۇ.

پوستلۇق ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش بەزىدە ئاشقازانداىكى يارىدىن بولۇپ، ئۇچەي پوستى ئىچ سۇرۇش بىلەن چىقىدۇ. لېكىن بۇنىڭدا ئۇچەي شىللىق

پەردىسىدە تۆكۈلۈش بولمايدۇ. ئەگەر ئۇچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلسە، ئۇچەي پەردىلىرىنىڭ ئۆزىدىن بولغان بولىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن چىققان ئۇچەي پوستى قېلىن ھەم چوڭ بولسا، چوڭ ئۇچەيدە كېسەللىك بارلىقىنى، سويۇلۇپ چىققان نەرسىلەر نېپىز بولسا، ئىنچىكە ئۇچەيدە كېسەللىك بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ نەرسىلەر چوڭ تەرەت قىلغاندا چىقىدۇ. يۇغۇچى ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەندە كۆپرەك چىقىدۇ. بۇقرات مۇنداق دەيدۇ: سەۋادىن بولغان كونا ئىچ سۇرۇش ساقايمايدۇ. ئۇ يەنە مۇنداق دەيدۇ: ئىچى سۇدەك سۇرۇپ، ئاندىن مەلھەمدەك قويۇلسا، بۇ خەتەرلىكتۇر.

ئەگەر ئىستىسقادىن كېيىن ئىچ سۇرۇش پەيدا بولسا، بولۇپمۇ جىگەر ئىششىقدىن بولغان ئىستىسقادىن كېيىن پەيدا بولسا، بۇ خەتەرلىكتۇر. بۇ خىل ئىچ سۇرۇش ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش بولۇپ، سۇ قىسمى سۇرۇپ توختىمايدۇ. بۇقرات مۇنداق دەيدۇ: ھەربىر كېسەللىكتىن كېيىن توساتتىن ئىچ سۇرۇش يۈز بەرسە، بۇ ھال بىمارنىڭ يېقىندا ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئۇ يەنە مۇنداق دەيدۇ: بەزىدە ئىستىسقا بىلەن بىرگە ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش بولۇپ، توختىمايدۇ ھەم ئىستىسقاغا پايدىسىمۇ بولمايدۇ. چۈنكى بۇ خىل ئىچ سۇرۇشتە سۇ تەركىبى سۇرمەي، بەلكى بەدەننى ئاجىزلاشتۇرىدىغان ماددىلار چىقىدۇ. بەزىدە ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىسىنىڭ تۆكۈلۈشى ئىستىسقاغا ئېلىپ بارىدۇ. ئەگەر بىرەر كىشىدە ھېچ تۇتۇش، ئەقلىدىن ئېزىش قاتارلىقلار يۈز بەرسە، بۇ ھال ئۇ كىشىنىڭ ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇقراتنىڭ كىتابىدا مۇنداق يېزىلغان: قانلىق ئىچ سۇرۇشكە گىرىپتار بولغان كىشىنىڭ سول قۇلىقىنىڭ ئارقىسىدا كۆرسىنە چوڭلۇقىدا قارا نەرسە پەيدا بولسا، شۇنىڭ بىلەن بىرگە قاتتىق ئۇسسۇزلۇق يۈز بەرسە، بىمار يىگىرمە كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ، يىگىرمە كۈندىن ئارتۇق ياشىيالمايدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، كېسەلنىڭ ئېغىرلىقىنى بىلدۈرىدىغان، داۋالاش قىيىن بولغان، ئۇچەيدىكى ئىششىقنىڭ چوڭلۇقىغا دالالەت قىلىدىغان قاتتىق قىزىتما ۋە ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدىكى قۇۋۇقتىنىڭ يوقالغانلىقىنى بىلدۈرىدىغان ئىشتىھانىڭ

پەسىيشى ھەم ئۇچەي يارىسدا قاپقارا ئىچ سۇرۇش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى خەتەرلىكتۇر. ئەمما ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش بولمىغان، قان كەلمىگەن ۋە يۇقىرىقى ئۇچەيلەردىكى سەۋەبسىز ئىچ سۇرۇشلەرنىڭ ھەممىسى ئاشقازان تېيىلىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش بىلەن ئورتاق بولىدۇ.

لېكىن ئۇچەيلەردىكى يارىلارنىڭ ئېغىشىدىن بولغان قانلىق ئىچ سۇرۇش ئاشقازاندىكى يارىلارنىڭ ئېغىشىدىن بولغان قانلىق ئىچ سۇرۇشتىن كۆپرەك بولىدۇ، قانلىق ئىچ سۇرۇش پەقەت ئۇچەيدىلا بولىدۇ. ئەگەر ئۇچەي يارىسى يامان سۇپەتلىك بولسا ۋە بۇ يارىغا تەسىر كۆرسەتكەن ماددا داۋاملىق ئاقسا، قاندىن بولغان ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ۋە ئېغىر دەرىجىدىكى قان ئېقىپ كېتىشكە ئېلىپ بارىدۇ. ئۇچەيگە ۋە ئۇچەي يۇزىدىكى تومۇرلارنىڭ ئېغىزلىرىغا سۇرگۈچى دورىلارنىڭ قۇۋۇتىنى چاپلىشىپ قېلىشتىن شېرىكلىشىپ ئىچى سۇرىدۇ. ئۇچەي ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولىدىغان قانلىق ئىچ سۇرۇش ماددەتۇلبەتنى (قورساق ماددىسى) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇنىڭ كۆپىنچە سەۋەبى ئاشقازان - ئۇچەي ئاجىزلىشىش، يارا بولۇش ۋە ئىچكى ئەزانىڭ ئېرىشىدۇر. بەزىدە قورساققا قۇيۇلغان بۇ قانىنىڭ بىر قىسمى ئىچ سۇرۇشكە مەنپەئەت بېرىپ قالىدۇ. توساتتىن مۇچىلەرنىڭ سوۋۇشى، قورساقنىڭ كۆپىشى، قۇۋۇتەنىڭ ئاجىزلىشىشى، ھوشسىزلىنىش قاتارلىقلار قانىنىڭ قورساققا قۇيۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. تۈز ئۇچەي (ئالتىنچى ئۇچەي) دىن بولغان قانلىق ئىچ سۇرۇشنىڭ بەزىسى ئاغرىق بىلەن بولىدۇ، بۇ ئاغرىق تولغاق دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ خىل ئاغرىق تۈز ئۇچەي تارتىشقاندەك ۋە سويۇلغاندەك ئاغرىشتۇر.

تۈز ئۇچەيدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنىڭ بەزىسى ئاغرىقسىز بولىدۇ. تولغاق بىر نەرسە ئاقىدىغان ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق، قاتقان ئىششىق، يەل ياكى مەقئەت مۇسكۇللىرى بوشاپ كېتىپ، مەقئەت سىرتقا چىقىۋېلىش ياكى چوڭ تەرەتنى تۇتۇپ تۇرىدىغان مەقئەت ئەتراپىدىكى مۇسكۇللارنى ئۆز خىزمىتىدىن چەكلەپ قويىدىغان تارتىشىش ۋە قېتىپ قېلىش ياكى تۈزلۇق ئېشىندى ياكى شورلۇق ئېشىندى ياكى قويۇق كەيمۇس ياكى ئۇچەيگە سىڭىشىپ كەتكەن سەپرا ياكى

قانلىق ئىچ سۇرۇشكە ئەگىشىپ ئەزاغا يەتكەن سوغۇقلۇق ياكى قاتتىق نەرسە ئۈستىدە ئۇزاق ئولتۇرۇش ياكى چوڭ تەرەت قويۇق ۋە قاتتىق كېلىش ياكى ئۆتكۈر خىلتلار، ئاقما، بوۋاسىر، مەقئەت يېرىلىش، يارا ۋە يېيىلىش ياكى چوڭ تەرەتنىڭ ئۇزاق مۇددەت تۇرۇپ قېلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولىدۇ. شىلىملىق خىلتتىن بولغان ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپىنچىسى قاسراقلىق ئىچ سۇرۇشكە تەرەققىي قىلىدۇ. ئاندىن قان توچكىلىرى ئارىلىشىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، بەزىدە قانلىق ئىچ سۇرۇش بىلەن تاشقا ئوخشاش نەرسە چىقىدۇ. جالىنۇس بۇنداق بولۇشى مۇمكىن ئەمەس، دەپ قارايدۇ. ئوفۇنەتلىك بەلغەملىك كىشىلەردە يۇز بېرىدىغان قانلىق ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپىنچىسى ئوفۇنەتلىك بولغانلىقتىن، ھەر ۋاقىت تۇز ئۇچەيدىن ئۆتكەندە ئۇنىڭ تەسىرى قېيىقلىپ، ئاندىن بىئارام قىلىدىغان چاپلاشقاق نەرسىگە ئۆزگىرىدۇ، بەزىدە بىمار ئوفۇنەتلىك بەلغەمنىڭ شورلۇقلۇقىدىن مەقئىتىگە تۇز سېپىلگەندەك ھېس قىلىدۇ. قانلىق ئىچ سۇرۇشتىن پەيدا بولمىغان تولغاق تولغاقلار ئىچىدە ئەڭ ئاسان ساقىيىدىغىنىدۇر. بەزىدە مەقئەت ۋە تۇز ئۇچەي قېتىپ قېلىش ياكى تارتىشىپ قېلىش تۇپەيلىدىن، مەقئەت مۇسكۇلى مەقئەتكە يېتىپ كەلگەن نەرسىلەرنى تۈتۈپ تۇرالمايدۇ، خۇددى قېتىپ قالغاندا ئۇستىدىكى نەرسىنى چۇشۇرۇشكە قادىر بولالمىغاندەك. مەقئەتتىن ئاغرىتماي كەلگەن قان ساپ قاندۇر، بۇ خىل ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپىنچىسى بەدەندىكى يېمەكلىكلەرنىڭ ئېشىندىلىرى ياكى ئېقىشقا تېگىشلىك سۇيۇقلۇقلارنىڭ بەدەنىدە توختاپ قېلىشى ياكى بىرەر ئەزانىڭ كېسىلىشى ياكى ھەرىكەت قىلماسلىق قاتارلىق سەۋەبلەر ياكى ئۆز ئورنىدا سۆزلەنگەن باشقا سەۋەبلەردىن بەدەنىدە توختاپ قالغان ئېشىندىلارنى تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىشىدىن بولىدۇ. تومۇر سوقۇش ۋە قۇۋۋەتنىڭ ئاجىزلىشىش خەۋپى بولمىسا، بۇ خىل ئىچ سۇرۇشنى توختاتماسلىق لازىم.

مانا بۇلار ئالتە ئۇچەيدىن كېلىدىغان تولغاقلىق ئىچ سۇرۇشنىڭ تۈرلىرىدۇر. ئومۇمىي بەدەنلىك ئىچ سۇرۇش بوھران يولى ۋە ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەتنىڭ كۈچىيىپ كېتىش يولى بىلەن ياكى تۇتۇش قۇۋۋەتنىڭ زەئىپلىشىش يولى بىلەن بولىدۇ. خۇددى بىر نەرسىدىن چۆچۈپ قورققان، سىل كېسىلىگە گىرىپتار بولغان ياكى

ئۆمرىنىڭ ئاخىرىدا جۇدەتكۇچى قىزىتما بىلەن ئاغرىغان كىشىدە يۈز بەرگەن ئىچ سۇرۇشكە ئوخشاش. بەزىدە بەدەندىكى ماددىلارنىڭ ئېرىش يولى بىلەن بولىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۇرۇش دەسلەپتە سۇيۇق باشلىنىپ، كېيىن قويۇقلىشىدۇ. ئاچلىق ۋە ئاغرىق كۈچىيىدۇ. كېيىن ئىشتىهاسى سۇسلىشىدۇ، قۇۋۋىتى ئاجىزلىشىدۇ. قىزىتما يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ھوشىدىن كېتىش، قىينىلىپ سىيىش، قورساقتا يەل پەيدا بولۇش ۋە كۆرۈكراش، چىرايى خۇنۇكلىشىش، مۇچىلەر سوۋۇش، تىل قۇرۇش قاتارلىقلار كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۇرۇش ناچار قىزىتمىلار ۋە زىيانلىق پۇراقلار سەۋەبىدىن خىلىتلارنىڭ بۇزۇلغانلىق يولى بىلەن ياكى سۇ تەركىبى توشۇپ كېتىپ، تېشپ ئېقىش يولى بىلەن بولىدۇ. سۇنىڭ توشۇپ كەتكەنلىكى ئىستىفراغ قىلىنمىغانلىقتىن ياكى ئادەتلەنگەن سۇيۇقلۇق ئېقىشنىڭ توساتتىن توختاپ قېلىشىدىن ياكى بىرەر ئەزانىڭ كېسىلىشىدىن ياكى بەدەن چېنىقتۇرمىغانلىقتىن ياكى بەدەندىكى ماددا تارقىلىشنىڭ كەملىكىدىن ياكى ھەممىگە مەلۇم بولغان باشقا سەۋەبلەردىن بىلىنىدۇ. بەزىدە بىرقانچە قېتىم ھەزىم بۇزۇلۇپ، ئۆتكۈر كېسەللىككە ئۆزگىرىش يولى بىلەن بولىدۇ، بۇ، خولېرانىڭ بىر قىسمى ھېسابلىنىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۇرۇش تومۇرلاردىكى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئەزالاردىكى توسالغۇلار سەۋەبىدىن ئوزۇقلۇقنىڭ ئۆتۈشى توسالغۇغا ئۇچراش يولى بىلەن بولىدۇ، ئەمما خولېرا ئومۇمىي بەدەندىن ئىتتىرگۈچى قۇۋۋىتىنىڭ ئۆتكۈر ۋە قاتتىق ئىتتىرىشى بىلەن ھەزىم بولمىغان بۇزۇق ماددىلارنىڭ ئوچەيلەرگە قايتىپ، ئوچەي يولى بىلەن ئايرىلىشقا بولغان ھەرىكىتىدۇر. چۈنكى يېمەكلىكلەر ياخشى ھەزىم بولمىسا، بەدەنگە ماس كەلمەيدىغان خىلىتلارغا ئايلىنىدۇ. بۇ خىلىتلار تەبىئەتكە ئېغىر كەلسە، تەبىئەت بۇ خىلىتلارنى ھەر خىل قەي (سەپرالىق زەڭگەر رەڭ قەي، سۇ تەركىبلىك قەي) ۋە ھەر خىل ئىچ سۇرۇشلەر بىلەن ئىتتىرىپ چىقىرىشقا ھەرىكەت قىلىدۇ. يېمەكلىكنىڭ بىر قېتىم بۇزۇلۇشىدىن بولغان خولېرا ئارقىمۇئارقا بۇزۇلۇشتىن بولغان خولېراغا قارىغاندا يېنىكرەك. ئېغىر دەرىجىدىكى خولېرا دەسلەپتە يېنىك باشلىنىدۇ. ئاندىن قورساق، ئوچەيلەردە ئاغرىق ۋە تولغاق پەيدا بولۇپ، ئاشقازانغا يۈزلىنىۋاتقان ئىسسىق تەبىئەتلىك خىلىتلارنىڭ ئاشقازانغا تەسىر قىلىشى كۆپ بولغاچقا، ئاشقازانغا

ئۆرلەيدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە ئىچ سۇروۇش ۋە ئۇچەي مەنبەلىك قەي پەيدا بولىدۇ. بۇ خىلتىلار ئىتتىرىپ چىقىرىلسا، بۇنىڭغا ئەگىشىپ بەدەندىكى ساق خىلتىلارمۇ ھەيدىلىدۇ. دەسلەپتە سەپرالىق ئىچ سۇرىدۇ، كېيىن سېسىق پۇراقلىق سۇنىلا سۇرىدۇ، ئاخىرىدا بۇ خىل ئىچ سۇروۇش يېڭى گۆش يۇغان سۇدەك ئىچ سۇروۇشكە ۋە ئۇچەي قاسراقلىرى چۈشۈشكە، ھەتتا تومۇرنىڭ بوشاپ كېتىشى، تەشەننۇج، سوغۇق تەرلەش ۋە ئۆلۈمگە ئېلىپ بارىدۇ. خولېراغا مۇپتىلا بولغان كىشىلەردە ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولىدۇ، ھەر ۋاقىت سۇ ئىچىپ تۇرىدۇ. سۇ ئاشقازىنىدا قىزىسا قەي قىلىۋېتىدۇ. ئۇسسۇزلۇققا بەرداشلىق بېرىش ئۈلارغا پايدىلىق. بۇ خىل كىشىلەرنىڭ ئىچى سقىلىدۇ ۋە ماددا يېتىپ كېلىش يولى بىلەن ئېغىر ئالامەتلەر سەۋەبىدىن تومۇر ھەرىكىتى يوقىلىدۇ.

ئەگەر ئالامەتلەر پەسەيسە، تومۇر سوقۇشمۇ ئەسلىگە كېلىدۇ. داۋاملىق خولېراغا مۇپتىلا بولىدىغان كىشىلەردە ئانچە مۇپتىلا بولمايدىغان كىشىلەرگە قارىغاندا خولېرانىڭ خەتىرى بولمايدۇ. ياز ۋە كۈزدە ھەزىم ئاجىزلىغانلىقتىن خولېرا كۆپ يۈز بېرىدۇ. قىش ۋە ئەتىيازدا خولېرا ئاز يۈز بېرىدۇ. بەزىدە قويۇق غىزادىن كېيىن سوغۇق سۇ ئىچسە، بولۇپمۇ روزىدا ئىپتار قىلغاندا شۇنداق قىلسا خولېرا كۆپ پەيدا بولىدۇ، ئۆرۈك ۋە قوغۇن خولېرانى قوزغىغۇچى نەرسىلەردىندۇر. كۆپىنچە خولېرا ماددىسى سۈيدۈك ئەزالىرىغا بارسا سۈيدۈك ئېچىشتۇرۇپ كېلىدۇ.

ئوزۇقلۇقلارنىڭ ئۆتۈشى توسقۇنلۇققا ئۇچراشتىن بولغان ئىچ سۇروۇش، يەنى توسالغۇلاردىن بولغان ئىچ سۇروۇش «دەۋرىيلىك بولغان ئىچ سۇروۇش دېيىلىدۇ». توسالغۇدىن بولغان ئىچ سۇروۇشنىڭ دەۋرىيلىك بولۇشىدىكى سەۋەب شۇكى، توسۇلغان تومۇرلار بەرداشلىق بېرەلمىگۈدەك دەرىجىدە مەلۇم مۇددەت تولۇپ تۇرىدۇ، ئاندىن ئارقىغا قايتىپ بوشايدۇ. تولۇش ۋە بوشاش ئارىلىقىدا ساغلاملىققا ئوخشاش بىر ھالەت بولىدۇ. ئەڭ كۆپ دېگەندە يىگىرمە كۈندە بىر سۇرىدۇ. بەزىدە مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن، يىگىرمە كۈندىن ئىلگىرى ياكى كېيىن سۇرىدۇ. يېمەكلىكلەر سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۇروۇشنى ئاشقازان كېسەللىكى بايانىدا بىر قېتىم سۆزلىگەن ئىدۇق، بۇنى قايتا شەرھلەشنىڭ زىيىنى يوق، دەپ قاراپ

تۆۋەندىكىدەك سۆزلەيمىز:

يېمەكلىكلەردىن بولغان ئىچ سۇرۇش يېمەكلىكنىڭ ئاز بولغانلىقىدىن قىزىق ئاشقازاندا بۇزۇلۇپ، تەبىئەت ئۇنى قوبۇل قىلالماي، ئىتتىرىپ چىقىرىدۇ ياكى ئىچ سۇرۇش تاماقنىڭ كۆپلۈكىدىن بولغاندا، كۆپ تاماقتىن ئاشقازان تارتىشىدۇ ۋە ئېسىلىدۇ ياكى ھەزىم بولالماي بۇزۇلىدۇ ياكى ئېغىر بولغانلىقتىن تۆۋەنگە چۈشىدۇ ياكى يېمەكلىكنىڭ پىيازغا ئوخشاش ئېچىشتۇرۇشى ياكى زەھەرلىك موگۇغا ئوخشاش زەھەرلىك قۇۋۇتى بولۇشى ياكى سۈتكە ئوخشاش تېزلا بۇزۇلۇشى ياكى يېمەكلىك ئىنتايىن سۇيۇق بولۇپ تەپچىرەپ ئاشقازان چىقىش ئېغىزىدا توختىمغانلىقى ياكى يېمەكلىك ھۆل ۋە چاپلاشقاق بولۇپ تېيىلىپ كەتكەنلىكى ياكى يېمەكلىكنى يەپ بولۇپ كۆپ ھەرىكەت قىلغانلىقى ياكى سۇنى كۆپ ئىچكەنلىكى قاتارلىقلاردىن ئاشقازان ئېسىلىپ، يېمەكلىك تېيىلىپ چۈشۈپ كېتىپ ئىچ سۇرىدۇ. بەزىدە بەلغەمگە ئوخشاش تېيىلدۇرغۇچى خىلتىلارنىڭ ياكى سەپراغا ئوخشاش ماددىنى راۋانلاشتۇرغۇچى خىلتىلارنىڭ كۆپ بولۇشىدىن ياكى يېمەكلىكنىڭ كۆكتاتلارغا ئوخشاش مىقدارى كۆپ، ئوزۇقلۇقى ئاز بولۇشىدىن ئىچ سۇرىدۇ ياكى ئىچ سۇرۇش يېمەكلىكنى تېيىلدۇرىدىغان يېمەكلىك تەرتىپى جەھەتتىن بولىدۇ. مەسىلەن: ئاۋۇال يۇمشاق، ئاسان ھەزىم بولىدىغان تېيىلدۇرغۇچى يېمەكلىكلەر، كېيىن تۇتقۇچى، سىققۇچى يېمەكلىكلەر ياكى تېز بۇزۇلىدىغان يېمەكلىك يېيىلسە، بۇ يېمەكلىك ئاستىدىكى يېمەكلىكنى بۇزۇپ، تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىشىنى تەلەپ قىلغانلىغا ئوخشاش.

ئەتراپتىكى ھاۋا سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە كەلسەك، ئىسسىق ھاۋا ماددىنى تارقىتىپ، ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ. سوغۇق ھاۋا ماددىنى يىغىپ، قىزىل چىقىشقا سەۋەبچى بولىدۇ. جەنۇب شامىلى، يامغۇرنىڭ كۆپ بولۇشى ۋە جەنۇبتىكى رايونلار قىزىل چىقىشقا سەۋەبچى بولىدۇ ھەم ئىچىنى سۇرگۈزىدۇ. بەزىدە يەللەر ھەزىمنى بۇزۇپ، غىزانى ھەرىكەتلەندۈرگەنلىكتىن ئىچ سۇرۇشكە سەۋەبچى بولىدۇ.

بۇقرات مۇنداق دەيدۇ: كېكەچ كىشىلەردە ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش كۆپ بولىدۇ. بۇنداق بولۇشنىڭ سەۋەبى ھۆللۈك بۇلارنىڭ نېرۋا ئەزالىرىدا ۋە مېڭىسى

شېرىكلەشكەن ئاشقازىنىدا ئۇستۇنلۇكنى ئىگىلىگەن بولىدۇ ياكى مېڭە ۋە مېڭىدىن باشقا ئەزاغا ئومۇملاشقان سەۋەبتىن بولىدۇ. بۇ خىل كىشىلەرگە يېنىك دەرىجىدە مۇسهىل بېرىلىدۇ. بۇقرات يەنە مۇنداق دەيدۇ: ھەرقانداق كىشىنىڭ ياش ۋاقتىدا چوڭ تەرىتى يۇمشاق ياكى قاتتىق بولسا، ياشانغاندا ئۇنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ.

ئېغىر كېسەللىكتىن كېيىن توساتتىن يۇز بېرىدىغان ھەرقانداق ئىچ سۇرۇش ئۆلۈمنىڭ بەلگىسىدۇر. چۈنكى بۇ، خىلىتلارنىڭ توساتتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. قانلىق ئىچ سۇرگەن كىشىدە ھېچ تۇتۇش يۇز بەرسە، بۇ، يامانلىقنىڭ دەللىلى بولۇپ، جۈدەتكۈچى قۇرۇقلۇقنىڭ بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئىچى سۇرۇپ ئاجىزلىشىپ كەتكەن كىشىگە غىزا بېرىلسە ۋە بۇ غىزا تومۇرنى جانلاندۇرالمىسا، بۇنى داۋالغىلى بولمايدۇ، بۇ خىل ئىچى سۇرگەن كىشىنىڭ تومۇرى ئاستا - ئاستا سۇسلىشىپ، قۇرتسىمان، چۈمۈلسىمان سوقۇشقا ئۆزگىرىدۇ، بىمارنىڭ ئەقلى - ھوشى جايىدا تۇرىدۇ. ئاندىن بىمارنىڭ تومۇر ھەرىكىتى تامامەن يوقاپ، ئۆلۈپ كېتىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، سەپرالىق، كۆپۈكلۈك ۋە قەبھ ھالەتتە ھەر خىل ئىچ سۇرۇشتىن تېنى ئاجىزلاشمىغان كىشىدە ئىچ سۇرۇشنى توختاتماسلىق لازىم، ئەگەر ئىچ سۇرۇش توختىتىلسا، ئېغىر كېسەلگە ياكى يامان سۈپەتلىك ئىششىققا ئېلىپ بارىدۇ.

ئالامىتى

تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، ئەگەر سەپرادىن بولغان قىزىتمىلاردا ئەقلى جايىدا بولسا، باش ئاغرىمای تۇرۇپ سۈيدۈك ئاق كەلسە، ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلىدۇ. مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش بىلەن ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنىڭ پەرقى شۇكى، ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش تەرتىپسىز بولىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۇرۇشنىڭ قوزغىلىشى ۋاقىت ئېتىبارى بىلەن بولماي، تەدبىر ئېتىبارى بىلەن بولىدۇ.

ئەگەر ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتى ئاجىز بولسا، يېمەكلىك ھەزىم بولماي چىقىپ

كېتىدۇ. تۇتۇش قۇۋۋىتى ئاجىز بولسا، چوڭ تەرەت تېز چىقىپ كېتىدۇ. تۇتقۇچى ۋە ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەت تەڭلا ئاجىز بولسا، چوڭ تەرەت تېز چىقىدۇ، ئەمما بىراقلا كۆپ چىقماي، بەلكى ئاز - ئازدىن، ئارقىمۇئارقا ئىچ سۇرىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپىنچىسى سوغۇقتىن بولىدۇ. ئەگەر ئاجىزلىق ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۋەتنىڭ باشقىسىدا بولسا، يېمەكلىكنىڭ ئاشقازاندا تۇرۇش مۇددىتى ئېتىبارى بىلەن چالا ھەزىم بولۇپ چىقىدۇ. ھۆللۇكتىن بولغان تېيىلىشتىن ئىچ سۇرۇشتە چوڭ تەرەتتە ھۆللۇكلەر بولىدۇ. يارا مەنبەلىك ياكى مۇدۇر مەنبەلىك تېيىلىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇشتە پوستلاقلىق قەي قىلىش، ئېغىزغا مۇدۇر چىقىش، ئاغرىق قاتارلىق ئاشقازان يارىسىنىڭ ئالامەتلىرى بولىدۇ.

بۇقرات يەنە مۇنداق دەيدۇ: ئۇچەي مەنبەلىك ئىچى سۇرگەن كىشىنىڭ قەي قىلىشى خەتەرلىكتۇر. بۇ سەۋەبى ئېنىق بولمىغان ھۆكۈمدۇر، مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپىنچىسى ئۇزۇن ئۇخلىغاندىن كېيىن تۇتمايدۇ، بۇنىڭ بىلەن بىرگە نەزلە ۋە مېڭە مىزاجى بۇزۇلۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. كىتابۇل غەريبتا يېزىلىشىچە، ئۇچەي مەنبەلىك ئىچى سۇرگەن بىمارنىڭ قوۋۇرغىسىدا نوقۇتقا ئوخشايدىغان ئاق مۇدۇر - چاقىلار كۆرۈلۈپ، سۇيدۇكى توختىماي كۆپ كەلسە، بىمار شۇ سائەتنىڭ ئۆزىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ. جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ۋە ماسارىقا تومۇرىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنىڭ ئالامەتلىرىنى جىگەر كېسەللىكى بايانىدا سۆزلىدۇق. تال مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپىنچىسى سەۋەبىدىن بولىدۇ، بۇنىمۇ ئۆز بايانىدا سۆزلىدۇق. ياغنىڭ لېيىدەك ئىچ سۇرۇشتكى ياخشى ۋە يامان ئالامەتلەرنىمۇ ئۆز ئورنىدا سۆزلىدۇق ۋە جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشتىن پەرقلەندۇردۇق. بۇ خىل ئىچ سۇرۇشنىڭ ئاغرىش ئەھۋالىنىڭ ئادەتتىن تاشقىرى بولىدىغانلىقىنى تال كېسەللىكلىرى بايانىدا مۇشۇ بابتا ۋە جىگەر مەنبەلىك چىقىرىندىلارنى سۆزلىگەندە كۆرسەتتۇق. ئەمما ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى ئۇچەيلەرنىڭ ئاغرىشى، تولغاق قاتارلىقلار بىلدۇرىدۇ. ئۇ جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشكە ئوخشىمايدۇ. سىز بىلگەندەك جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش كۆپرەك ئارىلاپ تۇتىدۇ. ھەر قېتىملىق ئىچ سۇرۇش ئالدىنقى قېتىمقىسىغا قارىغاندا ئېغىرراق

ۋە سېسىقراق، بەدەننى ئورۇقلىتىدىغان، زىيىنى ئېغىر بولىدۇ. جىگەر بۇزۇلغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى ئېنىق كۆرۈلىدۇ. شۇنى بىلگىنكى، ئاغرىش، تولغاق ۋە ئوچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ئەڭ مۇھىم ئالامەتلەر بولۇپ، بۇلارنىڭ بىرى مەۋجۇت بولغاندا، ئۇ ئىچ سۇرۇشنىڭ شەكسىز ئوچەي مەنبەلىك ئىكەنلىكى بىلىنىدۇ. ئاغرىش بولمىغان ئىچ سۇرۇش بەزىدە ئوچەيدىن بولىدۇ. ئوچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ۋە خاس قانلىق ئىچ سۇرۇشنى ئاغرىش ۋە تولغاق قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ.

بەزىدە قانلىق ئىچ سۇرۇش تومۇر ئېغىزلىرى ئېچىلغانلىقتىن بولىدۇ. ئەگەر يارىغا ئۆزگەرسە قانلىق ئىچ سۇرۇش بىلەن ئوچەي شىللىق پەردىسى تۆكۈلۈش بىرگە بولىدۇ. بەزىدە ئاۋۋال ئوچەيدە يارا پەيدا بولۇپ، ئاندىن بۇنىڭغا قانلىق ئىچ سۇرۇش ئەگىشىپ كېلىدۇ. بۇ ئىچ سۇرۇشنىڭ ئوچەي مەنبەلىك ئىكەنلىكىنى ئوچەي پوستى سويۇلۇش ۋە ئاجراش بىلدۈرىدۇ. بەزىدە ئوچەيدىكى يارا تېخىچە يامان سۈپەتلىك بولسا، ئوچەي پوستىنىڭ سويۇلۇشى بىر مەزگىلدىن كېيىن ئاشكارا بولىدۇ. لېكىن مەلۇم ئورۇندا ئاغرىق پەيدا قىلمىغان ئىچ سۇرۇش يۇز بېرىدۇ. تەرەت ئاز - ئازدىن، ئارقىمۇئارقا ئۇزۇن ۋاقىت چىقىدۇ. ئىچ سۇرۇشتە ئوچەي شىللىق پەردىسى سويۇلماستىن، پوستلاقلارنىڭ چىقىشى پوستلاقنىڭ ئاشقازان ۋە ئاشقازانغا يېقىن ئەزادىن كەلگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئاشقازاندا يارا بارلىقىنى ئاشقازان ئاغرىقى ۋە ئاشقازان ئاغرىقى بايانىدا سۆزلەنگەن ئەھۋاللار بىلدۈرىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، چوڭ تەرەتتىن پوستلاق ۋە تىرىپلەرنىڭ كېلىشى يارا بارلىقىنىڭ كەسكىن دەلىلىدۇر. شۇنىڭ بىلەن بىرگە سېسىق پۇراق بولسا، يارىنىڭ يېيىلگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر سېسىق پۇراش بىلەن ئىچ سۇرۇش سەۋداۋى بولسا، بۇ يارىنىڭ سەرتاندىن بولۇشىنىڭ خەۋپى بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. يارىنىڭ ئورنى ياكى كېسەللىك ۋە قانىنىڭ كېلىش مەنبەسىنى ئاغرىغان ئورۇننىڭ كىندىكىنىڭ ئوستىدە ياكى ئاستىدا ئىكەنلىكىدىن ياكى ئاغرىقنىڭ كۈچلۈكلۈكىدىن بىلگىلى بولىدۇ. ئىنچىكە ئوچەينىڭ ئاغرىقى كۈچلۈك بولۇپ، يۇقىرىقى ئەزالارنىڭ ئاغرىقىغا ئوخشىمايدۇ. پوستلاققا قاراپ بىلىشتە پوستلاقنىڭ قېلىن - نېپىزلىقىغا قارىلىدۇ، قېلىن پوستلاق دائىم چوڭ ئوچەيدىن كېلىدۇ. نېپىز

پوستلاق كۆپىنچە ۋاقىتلاردا ئىنچىكە ئۇچەيدىن كېلىدۇ. چوڭ پوستلاق كۆپىنچە چوڭ ئۇچەيدىن، كىچىك پوستلاق ئىنچىكە ئۇچەيدىن كېلىدۇ. چوڭ تەرەتتىكى ئارىلاشمىلاردىن يارىنىڭ ئورنىنى بىلىشتە ئارىلاشمىلارنىڭ كۆپ بولۇشى يارىنىڭ ئۇستۈنكى ئۇچەيدە ئىكەنلىكىنى، ئارىلاشمىسىز بولۇشى يارىنىڭ تۆۋەنكى ئۇچەيدە ئىكەنلىكىنى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. كۆپىنچە ۋاقىتلاردا تۆۋەنكى ئۇچەيدىكى ۋە مەقئەتتىكى ياردىن چىقىدىغان قان چوڭ تەرەتتىن ئىلگىرى چىقىدۇ. ئاغرىش باشلانغاندىن تارتىپ تەرەت چىققۇچە بولغان ئارىلىقتىكى ۋاقىتتىن يارىنىڭ ئورنىنى بىلگىلى بولمايدۇ. ئەگەر ۋاقىت ئۇزۇن بولسا، قان كەلگەن ئورۇن ئىنچىكە ئۇچەيدە بولىدۇ. قان بىلەن بىللە كەلگەن چوڭ تەرەتنىڭ ئەھۋالىدىن قانىنىڭ كېلىش مەنبەسىنى بىلگىلى بولىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت كەيلۇسلۇق بولسا ياكى گۆش يۇغان سۇدەك بولسا، قانىنىڭ كېلىش مەنبەسى ئىنچىكە ئۇچەيدە بولغان بولىدۇ. سېسىقلىقتىنمۇ قانىنىڭ كېلىش مەنبەسىنى بىلگىلى بولىدۇ. ئىنچىكە ئۇچەيدىن چۈشكەن نەرسە سېسىقراق پۇرايدۇ. ئاغرىقتا قارامۇ قانىغان ئورۇننى بىلگىلى بولىدۇ. ئىنچىكە ئۇچەينىڭ ئاغرىشى قاتتىقراق بولىدۇ، بەزىدە چىقىقان قاندىنمۇ قانىنىڭ كېلىش مەنبەسى بىلىنىدۇ. ئىنچىكە ئۇچەيدىن كەلگەن قان كۆپىنچە چوڭ تەرەتكە ئارىلاشمايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئەگەر سوزۇلما يارا بولسا ھەم ئاغرىش چىققان نەرسىنىڭ ئېتىبارى بىلەن بولمىسا، بۇ يارا يىرىڭلىق ياردۇر. يىرىڭلىق يارا بىلەن گۆشخور يارىنىڭ پەرقى شۇكى، گۆشخور يارا قاتتىق ئاغرىيدۇ، ئۇنىڭدىن چىقىقان نەرسە بەك سېسىق پۇرايدۇ، ئازراق قارىغا مايىل بولىدۇ، يىرىڭلىق يارىنىڭ زەردابى سۇيۇق، ئاقما مايىل، سېسىق پۇرايدىغان بولىدۇ. ئەگەر يارا قاسراقلىرى سويۇلۇشتىن كېيىن كۆپ قان چىقسا، يارىنىڭ قايتا قوزغالغانلىقىنى، كېسەلنىڭ كۈچەيگەنلىكىنى، ئۇچەي يۇزىدىكى شىللىق پەردىلەرنىڭ تۈگەپ، يارا ئۇچەينىڭ بىر قىسمىغا يېتىپ كەلگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. كۆپىنچە ۋاقىتلاردا يارا ئىلگىرىكى ئىششىقلاردىن كېيىن پەيدا بولىدۇ. ئاغرىش ئالاھىدىلىكى ۋە بۇنىڭدىن باشقا بىز سۆزلىگەن ئالامەتلەر بىلەن ئۇ يارىنىڭ ئىششىقتىن ئۆزگەرگەنلىكىنى بىلگىلى بولىدۇ. كۆپىنچە ۋاقىتتا

يارا بىز سۆزلىگەن باشقا سەۋەبلەردىن بولىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي شاللىق پەردىسى سويۇلۇش تومۇرلارنىڭ ئېغىزى ئېچىلىپ قالغانلىق سەۋەبىدىن بولسا، ئىلگىرى ئازراق خىلىت ئارىلاشقان ساپ قاننىڭ تازىلانغانلىق تارىخى بولىدۇ. بەزىدە ئۇچەي شاللىق پەردىسى سويۇلۇش بىلەن ئاغرىش بولىدۇ، بەزىدە ئاغرىش بولمايدۇ، بەزىدە دەۋرىيلىك بولىدۇ. خۇددى ئۇچەيدىن بولمىغان ئېچ سۇرۇشكە ئوخشاش. ئۇچەي شاللىق پەردىسى سويۇلۇشتىن بۇرۇن ماددا تولۇپ قالغانلىق ئالامەتلىرى بولىدۇ. ئەگەر ئېچ سۇرۇش بوۋاسىردىن ۋە ئۇستۇنكى ئۇچەيلەردىكى سەرتان سەۋەبىدىن بولسا، ئېچ سۇرۇشكە ئوفۇنەتلەنگەن قارا قان بىرگە كېلىدۇ. بۇ خىل ئېچ سۇرۇش ئاز ھەم ئارقىمۇئارقا كېلىدۇ. بەزىدە بۇ ئېچ سۇرۇش بەدەن ماددىغا تولۇپ قېلىش ۋە تولۇپ قالماسلىق ئېتىبارى بىلەن دەۋرىيلىك بولىدۇ. ئەگەر بۇ ئېچ سۇرۇش تۇزلۇق ھۆللۇكلەردىن ياكى شورلۇق ھۆللۇكلەردىن ياكى قويۇق چاپلاشقاق ھۆللۇكلەردىن بولسا، ئۇنىڭ ھۆللۇكلەردىن بولغانلىقىنى ئىلگىرى ئېستىغاغ قىلىنغان تارىخى بولۇش، يەل پەيدا بولۇش، قورساق كۆرۈش، چوڭ تەرەت رەڭسىز بولۇش، بىر نەرسە ئورنىدىن يۆتكىلىۋاتقاندەك ھېس قىلىش، ئاغرىش بىر مەزگىلگىچە يۆتكەلمەي تۇرۇش ۋە بۇ ئېچ سۇرۇش بىلەن بىرگە ئېغىرلىق ھېس قىلىش، يارا قاسراقلىرىغا بەلغەم ئارىلىشىپ كېلىش قاتارلىقلار بىلدۇرىدۇ. ئەگەر ئېچ سۇرۇش ئۇچەي شاللىق پەردىسىنى تۆككەن سەپرادىن بولسا، سەپرادىن بولغانلىقىنى بۇ كېسەللىكتىن بۇرۇن ئېستىغاغ قىلىنغان تارىخى بولۇش، چوڭ تەرەت ئۇچەي قاسراقلىرىغا ئارىلىشىپ كېلىش، بەك رەڭلىك بولۇش قاتارلىقلار بىلدۇرىدۇ. شۇنداقلا سەۋادىن بولغان ئېغىر، يېنىك ئېچ سۇرۇشنىڭ بولغانلىقىنى ئىلگىرى سەۋدانىڭ تازىلىنىش تارىخى بولۇشى، سەۋدانىڭ ئاچچىق پۇراقلىق، يەرگە چۈشسە قاينايدىغان چوڭ تەرەتكە ئارىلىشىپ كېلىشى ياكى چوڭ تەرەتنىڭ ياغنىڭ لېيىدەك قارا، سېسىق پۇرىمايدىغان، يەرگە چۈشسە قاينىمايدىغان بولۇشى ۋە بۇ ئېچ سۇرۇش بىلەن بىرگە قاتتىق بىئارام بولۇش قاتارلىقلار بىلدۇرىدۇ، بەزىدە بۇ خىل ئېچ سۇرۇش ھوشسىزلىققا ئېلىپ بارىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئۇچەي شاللىق پەردىلىرى

سويۇلۇش ۋە قانلىق ئىچ سۈرۈشتە، ئەگەر ئۇچەي قاسراقلىرى بىلەن بىرگە سەپرا ياكى سەۋدا ياكى ئىسسىق قان ياكى ئوفۇنەتلەنگەن بەلغەم ياكى شېشسىمان بەلغەم ياكى قۇرۇق چىقىرىندى قاتارلىقلارغا ئوخشاش نەرسىلەر چىقسا، كېسەللىك سەۋەبى يوقالمىغانلىقى ئۈچۈن كېسەللىك كۈچىيىش باسقۇچىدا تۇرىدۇ.

ئەگەر تەرەتكە قوشۇلۇپ كەلگەن نەرسىلەر يوقلىپ، ئۇچەي قاسراقلىرى بىلەن قانلا قېپقالسا، بۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققان نەتىجە تەسىر كۆرسەتكەنلىكتىن بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئىچ سۈرۈشنىڭ ئۆزىنىلا داۋالاشنى مەقسەت قىلىش لازىم. ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق، خەتەرلىك ئىچ سۈرۈشنىڭ ئالامتى شۇكى، بۇ خىل ئىچ سۈرۈش ئاغرىق پەيدا قىلىدىغان ئۇچەي سويۇلۇشتىن ياكى ئارقىمۇئارقا ئىچ سۈرۈشتىن كېيىن پەيدا بولىدۇ. ئاندىن بۇ خىل ئىچ سۈرۈش بىلەن ئىشتىھا تامامەن يوقىلىدۇ، نەپەسته ئۆزگىرىش بولىدۇ ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا ئېلىپ بېرىپ، كۆپىنچە هاللاردا بىمار ئۆلۈپ كېتىدۇ. كۆپ ئاغرىتمايدىغان، ئىشتىھا ۋە باشقىلاردا ئۆزگىرىش پەيدا بولمايدىغان، توساتتىن كۆرۈلگەن ئىچ سۈرۈش خەتەرلىك ئەمەستۇر.

ئەگەر قانلىق ئىچ سۈرۈش چوڭ تەرەتنىڭ قاتتىقلىقىدىن بولسا، بۇنى چوڭ تەرەتنىڭ ئەھۋالى ۋە قانىنىڭ چوڭ تەرەت بىلەن بىرگە پەيدا بولۇشى، چوڭ تەرەت يۇمشىغاندا ئاغرىقنىڭ توختىشى قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ. چوڭ تەرەتتىن كەلگەن نەرسە چوڭ تەرەت قويۇلۇپ قۇرۇغاندا چوڭ تەرەتتىن ئاجرايدىغان سقىلمىدۇر. شۇڭا بىمار كۆپىنچە ئىچ سۈرۈش تۇختاپ قالدى، دەپ ئويلاپ قالىدۇ. ئۇ خىل ئىچ سۈرۈشنىڭ توختىشى ئادەمنى هالاك قىلىدۇ، ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، چوڭ تەرەت يۇمشاق ۋاقىتتا، بۇ سقىلمىدىن بىرەر نەرسە كەلمەيدۇ. بۇ سقىلما چوڭ تەرەتتىن بۇرۇن كېلىپ، ئاندىن قۇرۇق چوڭ تەرەت كېلىدۇ. ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۈرۈشنىڭ كۆپىنچىسى ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويىدىغان چوڭ تەرەتتىن كېيىن كېلىدۇ. ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش بىلەن ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۈرۈشنى يېمەكلىكنىڭ ئاز هەزىم بولۇپ، ئاشقازاندىن تۆۋەنلىگەندە ئۇچەيدە تۇرماي، تېز چىقىپ كېتىشىدىن پەرقلەندۇرگىلى بولىدۇ. ئەگەر بۇ خىل ئىچ

سۈرۈشنىڭ سەۋەبى يارا بولسا، بۇنى ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ۋە تەرەتتىكى يارا ئالامەتلىرى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر ئىچ سۈرۈش چاپلاشقاق بەلغەمدىن بولسا، چاپلاشقاق بەلغەمدىن بولغانلىقىنى چوڭ تەرەت بىلەن بىرگە چىققان بەلغەم، يەل ۋە قورساق كۆرۈكراش قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ.

بەلغەمدىن بولغىنىدا بىمار ئېغىر بىر نەرسىنىڭ تېيىلغانلىقىنى، ياردىن بولغىنىدا ئاشقازاننىڭ ئاستىدا ئاغرىش بارلىقىنى سېزىدۇ. ئەگەر تېيىلىش ياردىن ۋە بەلغەمدىن بولماي، بەلكى مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولسا، بۇنى يارا ۋە بەلغەم ئالامەتلىرىنىڭ بولماسلىقى بىلدۈرىدۇ. سەۋدا ۋە ئېرىشتىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى ئىچكى ئەزالارنىڭ ساغلام بولۇشى ۋە ئۇلارنىڭ ئىچ سۈرۈشكە سەۋەبچى بولىدىغان ئالامەتلەردىن خالىي بولۇشى، بەدەننىڭ قىزىشى ۋە بەدەن ھارارىتىنىڭ يۇقىرىلىشى، جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ داۋاملىشىشى، تەرەتنىڭ ھەر خىل رەڭ ۋە ھەر خىل ھالەتتە كېلىشى، سېسىق پۇرىشى قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ. خىلتلارنىڭ ئېرىشىدىن بولغان ئىچ سۈرۈش سۇيۇق، يېرىڭلىق بولىدۇ. ياغسىمان گۆشنىڭ ئېرىشىدىن بولغان ئىچ سۈرۈش قويۇق، يېرىڭلىق بولىدۇ. خۇددى يارىلاردا مايلىق ۋە ئوخشاشمىغان رەڭلەردە بولغىنىدەك قىيامى ۋە سۇيۇقلۇقىدا ئۆزگىرىش بولماستىن، ياغنىڭ قىيامىغا ئۆزگىرىدۇ. قىزىل گۆشنىڭ ئېرىشىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشنىڭ ئەھۋالىمۇ شۇنداق بولىدۇ. لېكىن بۇ خىل ئىچ سۈرۈشتە ياغ بولمايدۇ، بىراق ئاخىرىدا ياغ لېيىنىڭ رەڭگىگە ئۆزگىرىدۇ. يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سەۋەبلەردىن ئارتۇق نەرسە ۋە ماددا تولۇپ قېلىش پەيدا بولۇپ، بۇ نەرسىلەرنى تەبىئەت بەدەندىن ئىتتىرگەنلىكتىن بولغان قانلىق ئىچ سۈرۈشنى تازىلىنىپ چىقىرىلغان قانىنىڭ ئاجىز، ساپ، كۆپ بولۇشى، ئاغرىماي بىراقلا چىقىرىلىشى، بۇ ئىچ سۈرۈشتىن كېيىن ئىستىرخا ۋە ئاجىزلىقنىڭ يۈز بەرمەسلىكى ۋە بۇ قانلىق ئىچ سۈرۈشنىڭ تۇتقاقلىق بولۇشى قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ.

تولغاقتىن بولغان قانلىق ئىچ سۈرۈشنى چوڭ تەرەتتىن كەلگەن نەرسىلەر، داۋاملىق سوغۇقتا تۇرۇش ياكى قاتتىق نەرسىنىڭ ئۈستىدە ئولتۇرۇش، بوۋاسىر ۋە مەقئەت يېرىلىش، ئۇنىڭدىن باشقا مەۋجۇت بولغان سەۋەبلەر، ئىلگىرى ئىچ سۈرۈش

ۋە ئۇچەي شللىق پەردىسى سويۇلۇشنىڭ بولغان - بولمىغانلىق تارىخى ۋە چوڭ تەرەت توختاپ قويۇلۇپ قېلىپ، ئاغرىق پەيدا قىلىپ، سقىلما قويۇپ بېرىش، بۇ سقىلمىنى تولغاق شللمشقى دەپ ئويلاپ قېلىش قاتارلىقلار بىلدۇرىدۇ. بەزىدە بەلغەمگە ئوخشاش ئۇچەي تىرپىلىرى چىقسا، بۇ خىل ئىچ سۇرۇشنى بەلغەمدىن بولغان دەپ ئويلاپ قالىدۇ. بۇنىڭغا ئالدىنىپ قالماستىن، بەلكى ھەممىگە مەلۇم بولغان ئۇسۇللار بىلەن كېسەللىك سەۋەبىنى مۇلاھىزە قىلىش لازىم. تۇز ئۇچەي يارىسى بىلەن ئۇنىڭ ئۇستىدىكى ئۇچەيلەردىكى يارىنىڭ پەرقى شۇكى، تۇز ئۇچەيدىن كەلگەن نەرسىنىڭ سېسىق پۇرىقى ئاز بولىدۇ ياكى سېسىق پۇراق بولمايدۇ. ئەگەر ئۇچەي يارىسى بار كىشى ۋە قانلىق ئىچى سۇرىدىغان كىشىنىڭ قورسقىدا قان ئۇيۇپ قالسا، بىز مۇشۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبلىرى بايانىدا سۆزلىگەندەك قورساق كۆپۈش، مۇچىلەر بىراقلا سوۋۇش، كۇچ - قۇۋۋەتنى ۋە تومۇر ھەربكتى ئاجىزلاش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر بۇ خىل بىمارلاردا مۇشۇ ئالامەتلەرنىڭ بىرەرسى كۆرۈلسە، قانىنىڭ ئۇيۇپ قالغانلىقى بىلىنىدۇ. كۆيۈشتىن بولغان قارا قان يېشلغا مايىل بولسا، تەبئەت ياخشىلىنىشقا باشلاپ، ئۇ قان يېشللىشىپ، ئاندىن سارغىيىپ توختايدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بەزى نەرسىلەر بەزدەك تۇرۇپ قالسا، ئۇچەي ئىچكى پەردىسىنىڭ قاسراقلىرى دەپ گۇمان قىلىنىدۇ. ئەمەلىيەتتە ئۇچەي ئىچكى پەردىسىنىڭ سويۇلۇشى پەقەت تولغاپ ئاغرىش بىلەن بولىدۇ. بۇ بەزدەك نەرسىلەر ئۇچەي قاسراقلىرى ئەمەس، بەلكى خىلتىلارنىڭ ئارتۇقىدۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بىر كىشىنىڭ ئىچى سۇرۇپ توختىغاندا، قۇۋۋەتنى ئەسلىگە كەلمەي، ئۆز ھالىتىدە قېپقالسا، بۇنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئۇ كىشىنىڭ بەدىنى ئوزۇقلۇقنى قوبۇل قىلالمىغان بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، كېچىسىگە قارىغاندا كۈندۈزى كۆپرەك ئىچى سۇرسە ھەم كۈندۈزى يېگەن نەرسىلەرنىڭ ھەممىسى سۇرۇپ چىقىپ كەتسە، بۇنىڭ سەۋەبى، ئۇ ئادەمنىڭ ئاشقازىنىنىڭ ئاجىزلىقىدۇر، ئەگەر كېچىدە كۆپرەك سۇرسە، بۇنىڭ سەۋەبى، ئۇ كىشىنىڭ جىگىرىنىڭ ئاجىز بولغانلىقى ۋە جىگەرنىڭ ئوزۇقلۇقنى رەت قىلغانلىقىدۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى،

كۆپىنچە ئىچى سۇرگەندە تەرەتتىكى سۇيۇقى چىقىپ، قويۇقى قېپقالغانلىقتىن، ئىچى سۇرگەندىن كېيىن ئېغىر دەرىجىدە قۇلۇنجى يۇز بېرىدۇ. بۇنىڭ كېسەللىك سەۋەبلىرى ۋە ئالامەتلىرىنى ياخشى بىلىۋېلىڭ.

مۇتلەق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش مەن دەسلەپتە مۇنداق دەيمەن: تېۋىپ بولغان كىشى ئىچىلىدىغان سۇرگە دورىلارنىڭ بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر بىلەن شۇغۇللىنىشى ۋە ئۇلارنى بۇ باب بىلەن بىرلەشتۇرۇشى لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇنداق دەيمىز: ئىچ سۇرۇش ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى، ماددىلارنى قويۇلدۇرغۇچى، سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار بىلەن توختىتىلىدۇ. بەزىدە سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارغىمۇ ئېھتىياج چۈشىدۇ، شۇنداقلا بەزىدە ئىچ سۇرۇش سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، تەرلەتكۈچى، تەر تۆشۈكچىلىرىنى كېڭەيتكۈچى ۋە قەيىي قىلدۇرغۇچى دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. چۈنكى بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى ماددىنى باشقا ياققا ھەرىكەتلەندۈرىدۇ. ئەگەر ئىچ سۇرۇشكە ھارارەت قوشۇلۇپ كەلسە، بۇ دورىلارغا ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى دورىلاردىن سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ ۋە بەدەن سىرتىدىن تەر تۆشۈكچىلىرىنى كېڭەيتكۈچى، تەرلەتكۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئىچ سۇرۇشكە سوغۇقلۇق قوشۇلۇپ كەلسە، ئۇ دورىلارغا ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار قوشۇلىدۇ ياكى ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى دورىلاردىن ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. ھەزىم قۇۋۇتىنى ئاجىزلاشقاندا، چاپلاشقاق خىلىتلاردىن بولغان توسالغۇ پەيدا بولغاندا ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارغا بەك ئېھتىياج چۈشىدۇ ۋە ھەزىم ئاجىزلىقى بايانىدا سۆزلەنگەن دورىلار بىلەن يارىدەم بېرىلىدۇ. تۇتقۇچى قۇۋۇەت ئاجىزلاشقاندا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارغا بەك ئېھتىياج چۈشىدۇ. سۈمۈرۈش قۇۋۇتى بەزىدە غىزانى تېز ئۆتكۈزۈش ئالاھىدىلىكى بىلەن ئىچ سۇرۇشنى توختىتىشقا يارىدەم بېرىدۇ. بەزىدە سۈيدۈك ھەيدىلىدۇ ۋە تەرلىتىلىدۇ. بەزىدە سۇ قوشۇلمىغان، كۈچلۈك كونا شاراب شۇنداق تەسىر كۆرسىتىدۇكى، ئىچى سۇرۇۋاتقان كىشى ئاشۇ سۈپەتتىكى شارابتىن بىر نەچچە پىيالە ئىچىپ، مەست ئادەمدەك يۇرسە، ئىچ سۇرۇش توختايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئىچى سۇرۇۋاتقان كىشىلەر ئۇچۇن ئۇيقۇ ئەڭ

پايدىلىق. ئەگەر ئىچ سۈرۈش بىلەن بىرگە يۆتەل پەيدا بولسا، قورىغۇچى نەرسىلەر ۋە بەك چۈچۈمەل نەرسىلەردىن پەرھىز تۇتۇلىدۇ، شۇنداقلا سوغۇق تەبىئەتلىك سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار، شۇنىڭدەك قاتتىق نەرسىلەردىن تەييارلانغان غىزالار ۋە بەدەننى كۆچلەندۈرىدىغان تالقانلارغا ئوخشاش نەرسىلەر تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. بىمارغا تاتلىق ھالۋا ۋە شورپىدىن ئىبارەت ھەرقانداق سۈيۇق غىزا زىيان قىلىدۇ. شۇنىڭ بىلىش لازىمكى، تاتلىق قىلىنغان رۇببىلار ئۇسسۇزلۇقنى قوزغىغاچقا، كۆپىنچە ھاللاردا زىيان قىلىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈپ تەر تۆشۈكچىلىرىنى كېڭەيتكۈچى دورىلار بىلەن بەدەننى ئۇۋۇلاشمۇ ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى تەدبىرلەردىن سانىلىدۇ.

كۆپىنچە ياغلىنىدىغان ياغلار ۋە سۈركەلمە دورىلار ماددىنى بەدەن سىرتىغا تارتىدۇ. جۈملىدىن ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار، مەسىلەن: سىرىقچىچەك يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. قورساققا ھىجامەت قويۇشمۇ ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدىغان تەدبىرلەرنىڭ بىرىدۇر. ئىچ سۈرۈش ۋە ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا گىرىپتار بولغان كىشىلەرنىڭ قورسىقىغا تۆت سائەت ھىجامەت قويۇلسا ئىچى توختايدۇ. بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەن. ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلاردىن ھاجەت ئېتىبارى بىلەن ئېلىپ زىمات تەييارلاپ، ئاشقازان ۋە ئۈچەي ساھەسىگە سۈركەش ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى تەدبىرلەر قاتارىدىندۇر، ئاشقازان ۋە ئۈچەيگە تۆكۈلۈپ، يېمەكلىكنى تۆۋەنگە چۈشۈرۈپ، ئىچىنى سۈرگۈزىدىغان خىلىت ئىچ سۈرۈشنىڭ سەۋەبى بولغاندا، بۇ خىلىتنى سۈرگە ئارقىلىق سۈرۈپ چىقىرىشمۇ ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى تەدبىر قاتارىدىندۇر. ئەگەر خىلىتلار تۈپتىن تازىلانسا داۋالاش ئاسان بولىدۇ. دورا ئىشلەتمەكچى بولغاندا دەسلەپتە يەككە دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار مەنپەئەت قىلمىسا، ئىچىنى توختاتقۇچى مۇرەككەپ دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى دورىلار ھۆللۈكنى قۇرۇتقۇچى ياكى ئۈچەيلەرنى قورۇغۇچى ياكى سوۋۇتۇپ قويۇلدۇرغۇچى دورىلار ياكى ئىچ سۈرۈشنىڭ مەنبەسى بولغان تۆشۈكلەرنى ئېتىدىغان سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلاردۇر. ئىچ سۈرۈشنى مۇتلەق

توختىتىدىغان سوغۇق تەبىئەتلىك يەككە دورىلاردىن ئانارگۈلى، موزا، ئاقاقيا، قىزىلگۈل، ئەرەب يېلىمى، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، يەر مەدىكى، تاباشىر (بولۇپمۇ قورۇلغىنى ۋە كافۇر بىلەن لايىقلاشتۇرۇلغىنى)، يۇلغۇن مېۋىسى، ئەلىق ئۆسۈملۈكى، ئانار ئۇرۇقى، سۇماق، زىرىق، زىراۋەندە، ھۇممار ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت، قورۇلغان ئىسپىغۇل، پاقيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ياخشىدۇر. توك ئۇجمە (ئۇچەي سويۇلۇشقا پايدىلىق)، قۇرۇتۇپ ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى دورىلارنىڭ ئۇسارىسى ۋە رۇببىلىرى، سېمىزئوت ئۇرۇقى (بۇنىڭدىن 30 گىرام ئىچسە پايدىلىق)، قايماقسىز قېتىق سۈزمىسى قاتارلىقلارمۇ پايدىلىق. ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك يەككە دورىلار قورۇلغان زىرە، جۇۋىنە، قورۇلغان رۇمبەدىيان، كۈندۈر، مۇرمەككى، قۇرۇق مىئەسائىلە، جۇزبۇۋا، لادەن (بۇنىڭ ئۇچ گىرامى مەتبۇخ بىلەن بىرگە ئىچكۈزۈلىدۇ)، قايمقى ئېلىنمىغان زەردابسىز كونا قېتىق قاتارلىقلاردۇر. بۇ قېتىق ئۆز پېتى ئىستېمال قىلىنىدۇ ياكى ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى دورىلارنىڭ ئۇسارىسىدا قاينىتىپ ئىشلىتىلىدۇ، لېكىن بۇ ئۇسسۇتىدۇ. ئۇنى ياخشىلاش ئۇچۇن تۇزلۇق سۇ بىلەن بىر قانچە قېتىم يۇيۇلىدۇ ياكى تۇزى چىققۇچە قاينىتىپ ئاندىن قۇرۇتۇپ، ئۇنىڭدىن ئۇچ گىرام يېيىلسە ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ. ئۇ بارلىق دورىلاردىن كۈچلۈكرەكتۇر. بەزىدە ئىچى سۈرۈپ كەتكەن بالىلارغا ياڭاق مېغىزىنى قورۇپ، سوقۇپ، قورۇلغان شېكەر ۋە سوغۇق سۇ بىلەن پىندۇق چوڭلۇقىدا بېرىلىدۇ. زەمچىلەر ۋە ھايۋانلارنىڭ پەنىرمايىسى ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ. بەزىدە كىچىك بالىلارغا ئۆچكىنىڭ ئوغۇز سۈتىدىن بىر گىرام، چوڭلارغا بۇنىڭدىن كۆپرەك مىقداردا سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. توشقانىنىڭ ئوغۇز سۈتىدىن ئۇچ گىرام ئىچكۈزۈش ئىچ سۈرۈشنى دەرھال توختىتىدۇ. ئوغۇز سۈتىنى ئىچىشتە دەسلەپتە يېرىم گىرامدىن باشلاش كېرەك. بۇ پايدا قىلمىسا، ئۇچ گىرام مىقداردىن ئېشىپ كەتمىگەن ھالەتتە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. يۇقىرىدا سۆزلەنگەن بويىچە تۇزلۇق سۇدا بىرنەچچە قېتىم يۇيۇلغان ياكى تۇز تەركىبى چىقىپ كەتكۈچە قاينىتىلغان كونا قېتىقتىن ئۇچ گىرام ئىچكۈزۈلسە، زىيىنى ئاز ھەم تەسىرى ئوغۇز

سۈتلەردىن كۈچلۈكرەك بولىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، قاينىتىپ قويۇلدۇرۇپ قاتۇرۇلغان ئۈزۈم شىرنىسىدىن بىر پارچە ئېلىپ، قارىدىغىچە كۆيدۈرۈپ، ئاندىن 1.5 گىرام ئىچكۈزۈلسە، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدىكەن. تېۋىپلىق قىلغۇچى بىر دوستۇم ماڭا ئۆز تەجرىبىسى ئارقىلىق بۇنىڭ راست ئىكەنلىكىنى سۆزلەپ بەردى. سۆگەك يېگەن ئىتنىڭ پوقىدىن 4.5 گىرام ئىچكۈزۈلسە، ئىچ سۈرۈشنى كۈچلۈك توختىتىدۇ. بولۇپمۇ تومۇز ئېيىدا ئېلىنغان ئىتنىڭ قۇرۇق پوقى تېخىمۇ شۇنداق.

تۆگىقۇشنىڭ قۇرۇتۇلغان تاشلىقىنىڭ پوستىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، ئاشقازان مەنبەلىك ئىچى سۈرگەن كىشىگە مىزاجىغا قاراپ ئاس رۇبىبسى ياكى بېھى رۇبىبسى بىلەن سوۋۇتۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. شۇنداقلا قويۇلغۇچە قاينىتىلىپ، قىزىق تاش بىلەن ئۈچ قېتىم داغلاپ، ئازراق قورۇلغان گۈرۈچ سېلىنغان ئۆچكە سۈتىمۇ ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنداقلا سىركىدە قاينىتىلغان توخۇ تۇخۇمنىڭ سېرىقىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

سوغۇققا مايىل مۇرەككەپ دورىلاردىن قۇرسى تاباشىر، مۇمسىك، قەلەندىقۇن دەپ ئاتىلىدىغان قۇرسى ئەلىق، قۇرسى گىل مەختۇم، قۇرسى گۈلنار، قۇرسى فىلىزەھرەج، تەراسسىس، قۇرسى زەپەر، قۇرسى ئەپيۇن، قۇرسى خەشخاش، ھەببى ئەپيۇن، ھەببى يەبرۇج، مەقلىياسا، سۇفۇپى ھەببى رۇممان، ھەببى سۇندۇرۇس قاتارلىقلار بار.

سوزۇلما ئىچ سۈرۈشنى توختىتىشقا كۆيدۈرۈلگەن سەدەپتىن ئۈچ گىرام، گىل مەختۇمدىن 1.5 گىرام، گىل مەختۇم چۈشكەن ۋە گىل مەختۇم چۈشمىگەن ھەر خىل مەقلىياسالار مەنپەئەت قىلىدۇ. سەدەپنى كۆيدۈرۈشتە سەدەپنىڭ قۇۋۇتى كەتكۈچە كۆيدۈرمەستىن، بەلكى قازانغا چوغدا قىزىتىپ، ئۇنىڭغا سەدەپنى سېلىپ قورۇلغۇچە ئۆرۈپ تۇرۇلىدۇ.

ئىسسىقلىققا مايىل بولغان مۇرەككەپ دورىلار قۇرسى ئاپاۋىيە، جاۋارىش خۇزى ۋە بىز مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا بايان قىلغان جاۋارىشلار، جاۋارىش بۇزۇرى قابىز، قۇرسى زەپەر، قۇرسى كەھرىۋا قاتارلىقلاردۇر. تۆشۈكى يوق كۆك موزا،

ئانار پوستى، سۇماق، قارىمۇچلارنىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى بىلەن خېمىر قىلىپ، ئانارنىڭ ئىچىنى ئويۇپ ئېلىۋېتىپ، بۇ خېمىرنى ئانارنىڭ ئىچىگە سېلىپ، تۆشۈكنى چاۋا ياغ بىلەن ئېتىپ، چوغ ئۈستىگە قويۇپ ئاندىن ئىشلىتىلىدۇ. بۇغداي ئۇنىنى ئازراق جۇۋىنە، يۇلغۇن مېۋىسى ۋە ئاق قىچا بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، خام زەيتۇن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، تونۇرغا يېقىپ قۇرۇتۇپ، ئاندىن بۇنىڭدىن 30 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سوغۇق سۇ ۋە ئازراق شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلسە، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

باللارنىڭ چىشى چىقىش مەزگىلىدە ئىچى سۈرسە ئىشلىتىلىدىغان دورىلارمۇ مۇشۇ مۇرەككەپ دورىلار قاتارىدىندۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: خەشخاش، ھەببۇلئاس، ئەركەك كۈندۈر، سەئدى كۈفى قاتارلىقلاردىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سۈتىگە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ خىلدىكى دورىلاردىن تۆۋەندىكى دورا تەجرىبىدىن ئۆتكەن ياخشى دورىدۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: يۇمشاق سوقۇلغان قۇرۇق ئۈزۈم، كۆيدۈرۈلگەن سۆگەك، بەللۇت ئۇرۇقى، ئوغۇز سۈت، قورۇلغان يۇمغاقسۈت، سۇماق، خەرنۇب شەۋىك (بۇ، يىلتىزى سەرشۇلھەلاۋە دەپ ئاتىلىدىغان ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسىدۇر)، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىركىگە چىلانغان زىرە، پېتىرنان، كۈندۈر ۋە جۇۋىنە قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنى ئىنتايىن يۇمشاق سوقۇپ تەييارلاپ، ئاندىن ئوغۇز سۈت بىر ھەسسە قوشۇلغاندا، كۈنىگە 60 گىرام توغرا كېلىدىغان مىقدارىنى 12 گە بۆلۈپ، ھەر سائەتتە بىر قېتىمدىن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئوغۇز سۈت بىر ھەسسىدىن كۆپرەك قوشۇلسا، ئىچ سۈرۈشنى بىر كۈندە توختىتىدۇ. ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدىغان مۇرەككەپ دورىلاردىن تەجرىبىدىن ئۆتكەن تۆۋەندىكى دورا باردۇر. نۇسخىسى: سەئدى كۈفى، سۇمبۇل، ئانارگۈلى، ئۇششاق كۈندۈر قاتارلىقلاردىن ئۈچ گىرام، موزىدىن 1.5 گىرام ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ، سۈيىگە سوقۇلغان ئامىلە ئۇسارىسى، ئىپار، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئۇد خام قاتارلىقلارنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بىمارنىڭ مىزاجى، ياشاۋاتقان مۇھىتى، كېسەللىك سەۋەبى قاتارلىقلارغا قاراپ دورىلارنىڭ مىقدارى

كەم ياكى زىيادە قىلىپ ئىشلىتىش قانۇنىنى سىزمۇ بىلىسىز. ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدىغان دورىلارنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: زەنجىۋىل، زاك ۋە سۇماق قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇغۇپ تەييارلاپ، 6 ~ 8 گىرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدىغان مۆتىدىللىككە يېقىنراق بولغان پىرسىياۋشان، سۇمبۇل ھىندى، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، سەيىل ئۆسۈملۈكى ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ئاق تىكەن، سەنۇبەر دەرىخىنىڭ يىلتىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭدىن قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلىنىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، قانىنى توختىتىش مەقسەت قىلىنغاندا، تاباشىر، ئۈچەي مەنبەلىك ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش مەقسەت قىلىنغاندا، ئۇرۇق دورىلار، تولغاقنى توختىتىش مەقسەت قىلىنغاندا، ئىسپىغۇل ۋە قورۇلغان پاقىيوپۇرمىقنى ئېھتىياج چۈشىدۇ، ئىچ سۈرۈشنىڭ ئۆزىنى تالقانلار، بولۇپمۇ قورۇلغان تالقانلار توختىتىدۇ. بىمارنىڭ غىزاسىغا بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر بېرىلىدۇ. ئۈچەي ئوفۇنەتلىنىشتىن بولغان ئىچ سۈرۈشتە پىشۇرۇلغان تۇخۇمنىڭ پايدىسى بار. بىراق تۇخۇم جىگەر مەنبەلىك ۋە ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۈرۈشكە مۇۋاپىق كەلمەيدۇ، بەلكى بەزىدە زىيان قىلىدۇ. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە بەزىدە ئېھتىياج چۈشسىمۇ ئۇلارنى ئىشلىتىش خەتەرلىكتۇر. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار بەزىدە ماددىنى قويۇلدۇرۇش، ئادەمنى ئۇخلىتىش، ئۈچەينىڭ غىدىقلىنىشىنى توختىتىپ، چوڭ تەرەت قىلىشقا بولغان ئېھتىياجلارنى يوقىتىش جەھەتلەردىن مەنپەئەت قىلسىمۇ، مۇمكىنقەدەر سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئەگەر ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، بىزنىڭ يۇقىرىقى سۆزىمىزگە ئاساسەن بەدىنى سوۋۇپ، قۇۋۇتى ئاجىزلاپ كەتكەن كىشىلەرگە ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئەگەر ئىشلەتمەي ئامال بولمىسا، سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىغا زەپەر، قۇندۇز قەھرى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

بىز ئەپيۇن شامچىسىنى ھەمەل قىلىپ ئۆلۈپ كەتكەن كىشىنى كۆردۇق. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى شامچە قىلىپ ئىشلىتىش مۇمكىن بولسا شۇنداق قىلىش، بىراق ئىچكۈزمەسلىك لازىم. ئەگەر زىمات قىلىپ ئىشلىتىش مۇمكىن بولسا،

ھەمەل قىلىپ ئىشلىتىلمەيدۇ. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى زىماتلاردىن بىرى شۇكى، ئەپيۇن ۋە بەزرۇلبەنجى بىر ھەسسىدىن، بەللۇت، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، كۈندۇر، مۇرمەككىنىڭ ھەربىردىن بەش ھەسسىدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى بەزرۇلبەنجى ئۇسارىسى ياكى پوستى خەشخاش ئۇسارىسى ياكى ئىككىسىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن قوشۇپ تىلا قىلىنسا ياخشى بولىدۇ ھەم سېزىمسىزلاندۇرىدۇ.

ئېچ سۇرۇشنى ياخشى توختىتىدىغان ئېچىلىدىغان سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىنىڭ نۇسخىسى: توشقانىنىڭ ئوغۇز سۈتى ۋە ئەپيۇنىنىڭ ھەربىردىن بىر گىرامدىن، موزا ۋە كۈندۇرنىڭ ھەربىردىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ، بۇلاردىن قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، بىر قېتىمدا ئىككى گىرامدىن ئېچىلىدۇ.

ئېچ سۇرۇشنى ياخشى توختىتىدىغان ئېچىلىدىغان سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: خام موزىدىن بىر ھەسسە، كۈندۇر ۋە ئەپيۇنىنىڭ ھەر بىرىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، ئۈچ گىرامدىن ئېچىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇن، خەشخاش، تاباشىر، ئانارگۈلى، كۈندۇر قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، 2 ~ 3 گىرامغىچە ئېچىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: سۈندۇرۇس، ئەپيۇن، كۈندۇر، ئۇششاق كۈندۇر، مۇرمەككى، زەپەر قاتارلىقلارنى ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، ئىككى تال نوقۇت مىقداردا ئېچىلىدۇ.

يۇقىرىقىدىن ياخشىراق بولغان يەنە بىر نۇسخىسى: قۇندۇز قەھرى، ئەپيۇن، مىئەسائىلە، زەرنىخ، مۇرمەككى، زەپەر، كۈندۇر، ئاسارۇن، جۇۋىنە قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ، ئىككى تال نوقۇت مىقداردا ئېچىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: مەدەستاندىن 0.8 گىرام، ئوغۇز سۈتىتىن 1.5 گىرام، كۆيدۈرۈلگەن سۆڭەك، موزىنىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، ئەپيۇندىن 0.5 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ ئېچىلىدۇ. شۇنداقلا قۇرسى

بەزرۇلبەنجى، مەجۇنى بەزرۇلبەنجى ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ئاقاقيا، موزا، ئەپيۇن، ئەرەب يېلىمىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلىنىدۇ.

بىز تۆۋەندە سۈپەتلىمەكچى بولغان بۇ دورا تەجرىبىدىن ئۆتكەن بولۇپ، ئىككى كۈندە ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ. نۇسخىسى: جۇۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاچچىق ئانار پوستى، موزا، ئارچا مېۋىسى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا، ئەپيۇندىن ھەربىر دورىنىڭ يېرىم ھەسسىسچىلىك ئېلىپ، ھەممىسىنى سۈرمىدەك يۇمشاق سوقۇپ، ئەتىگەن ۋە كەچتە چوڭلارغا 3 ~ 4 گىرامغىچە، كىچىك بالىلارغا 0.5 ~ 1 گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىچ سۈرۈشكە يۆتەل قوشۇلۇپ كەلگەن كىشىگە مۇۋاپىق كېلىدىغان دورىلار نامازشامگۈلى، مەستىكى، ئەرەب يېلىمى، كۈندۇر، قورۇلغان ئىسپىغۇل، تاباشىر، شاھبەللۇت، ياڭاق ۋە قورۇلغان بادامغا ئوخشاش دورىلاردۇر.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئىچ سۈرۈشكە يۆتەل قوشۇلۇپ كەلگەن بىمارلارغا ئاچچىق ۋە بەك چۈچۈمەل نەرسىلەرنى بەرمەستىن، بەلكى توسۇش ۋە سىلىقلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بولغان نەرسىلەرنى بېرىش، ئەگەر ئامال بولمىسا، چۈچۈمەل نەرسىلەرنى بېرىپ، ئارقىدىن كۆكرەكنى يۇمشىتىدىغان لوئوق دورىلار ۋە خەشخاش، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى، ئاس مېۋىسى ۋە قورۇلغان نىشاستە، ئاۋۇال قورۇپ ئاندىن لوئابى ئېلىنىدىغان دورىلارنىڭ لوئابلىرى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان لوئوقلاردىن كۆپرەك بەرسە، ئىچ سۈرۈش ۋە يۆتەلگە تەڭ مەنپەئەت قىلىدۇ.

3 ـ پەسىل ئىچى سۈرگەن بىمارلارنىڭ غىزالىرى توغرىسىدا

ئىچى سۈرۈپ كەتكەن بىمارلارنىڭ غىزالىرى ئېچىشتۇرىدىغان، بەك تۇزلۇق ۋە ئاچچىق بولماسلىقى كېرەك. چۈنكى بۇنداق غىزالار ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەتنى غىزالارنى ئىتتىرىپ چىقىرىشقا ھەرىكەتلەندۈرىدۇ.

غەزالار بىز يۇقىرىدا سۆزلەپ ئۆتكەنىمىزدەك قاينىتىلغان سۈت ۋە تاشتا داغلانغان سۈت بولۇشى، بولۇپمۇ قىزىتىلغان تۆمۈر بىلەن بىرنەچچە قېتىم داغلانغان سۈت بولۇشى كېرەك. بۇنىڭدىنمۇ ياخشىراقى قايمىقنى ئېلىۋېتىپ، ئازراق قورۇلغان گۈرۈچ ۋە يېسىمۇق سېلىپ قاينىتىلغان سۈزمىدۇر. سۈتىنىڭ بىمارغا قانچىلىك سىڭىدىغانلىقى سىناپ كۆرۈلىدۇ. ئەگەر مەلۇم مىقداردىكى سۈتنى سىڭدۈرەلمىسە، بۇنىڭدىن ئازراق ئىچكۈزۈلىدۇ.

قاينىتىلغان سۈتلەر ئىچىدە ئەڭ قوۋۇقەت بېرىدىغىنى كالا سۈتىدۇر. سۈتلەردىن ئىسسىق مىزاجلىقلار ئۈچۈن بەك ماس كېلىدىغىنى ئۆچكە سۈتىدۇر، ئۇ ماس كېلىش بىلەن بىرگە ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ. قايمىقى ئېلىنغان سۈزمە ئىسسىق مىزاجلىقلارغا قايمىقى ئېلىۋېتىلمىگەنگە قارىغاندا ياخشىراقتۇر. قورۇپ، سوۋۇتۇپ قۇرۇتۇلغان ئاق نانىنىڭ ئىچىدىكى يۇمشىقى ۋە سىركىدە يۇغۇرۇپ يېقىلغان نانمۇ ئىسسىق مىزاجلىقلارغا ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە ئىككى قېتىم قاينىتىپ سۈيىنى تۆكۈۋېتىپ، ئۈچىنچى قېتىمدا قويۇلغۇچە قاينىتىپ، ئاچچىق ياكى ئاچچىق قىلىنمىغان يېسىمۇق ۋە پاقىيوپۇرمىقى چۈشكەن غەزالارمۇ ياخشىدۇر. چۈچۈمەل غەزالار سۇماق، ئانار ئۇرۇقى، قۇرۇق نان، يۇمغاقسۈت قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان غىزادۇر. بەزىدە بۇ غىزاغا گۈرۈچ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. سىركىدە قاينىتىلغان باقلە بۇ خىل بىمارلار ئۈچۈن ياخشىدۇر.

ئىچى سۇرۇۋاتقانلار ئۈچۈن ئۇزۇق ھەم ياخشى دورا بولىدىغان غەزالار شۇكى، ئارپا تالقىنىدىن ئىككى چاڭگال، خەشخاش ئۇرۇقى ۋە پوستىدىن بىر چاڭگالدىن ئېلىپ، ياخشى قاينىتىپ ۋە سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ غەزالار چۈچۈمەل ئالما تالقىنى ياكى ئانار ئۇرۇقى ۋە ياكى سۇماق بىلەن چۈچۈمەل قىلىنسا ياخشى بولىدۇ. ئۇلارغا ئىشلىتىلىدىغان تۇز ئەندۇران تۇزى بولۇپ، بۇ تۇزنى يۇمشاق سوقۇپ، ئاندىن ئۇنى يانجىپ ياخشىراق قورۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئانار، يۇمغاقسۈت، سۇماق ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ ھارارىتى كۆچلۈك بولمىسا، قورۇپ سوقۇلغان كونا قۇرۇت

ياكى پىشلاق ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئىچى سۇرگەن بىمارغا قانداقلا بولسۇن پەقەت سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈلىدۇ، چۈنكى سوغۇق سۇ ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ ۋە ئوسسۇزلۇقنى باسىدۇ. ئىسسىق سۇ ماددىنى تارقىتىپ بوشاشتۇرۇپ، سۇنى كۆپ ئىچىشكە مەجبۇر قىلىدۇ.

لېكىن خولېرا، توسالغۇدىن ۋە ئىششىقتىن بولغان ئىچ سۇرۇشتە سوغۇق سۇ ئىچىشكە بولمايدۇ. ئۇلارغا ماس كېلىدىغان گۆش چىل قۇشى گۆشى، كەكلىك، قىرغاۋۇل، قۇشقاچ، تورغاي گۆشى، توشقان گۆشى، لايخورەك، قىزىل تۇمشۇقلۇق ياۋا قاغا، ئالا پاختەك، بولۇپمۇ سېغىزخان گۆشلىرىدۇر. بۇ گۆشلەرنى پىشۇرۇپ، ئۇرۇق دورىلاردا چۈچۈمەل قىلىپ يېيىش ياخشىدۇر. سىركىدە پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى ھەم مەنپەئەتلىكتۇر. ئانار ئۇرۇقى، ئۇرۇقى كۆپ ئۈزۈم، يۇمغاقسۈت، سۇماق ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ئەلىق ئۆسۈملۈكى مېۋىسى، تالنىڭ يۇمران نوتىسى، ھۇممۇز يوپۇرمىقى، پاقىيوپۇرمىقى، قايتا ـ قايتا قايىنىتىلغان كاللەكبەسەي، سىركىدە پىشۇرۇلغان ئۇششاق بېلىق قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان مەسۇس دەپ ئاتىلىدىغان تاماقلار ياخشىدۇر.

ئۇرۇق دورىلارنىڭ ئورنىدا تۇرالايدىغان دورىلاردىن پىستە گۈلى، ياۋا ئالما گۈلى، يۇمغاقسۈت، ھەببۇلئاس قاتارلىقلاردۇر. ئەگەر بۇ خىل بىمارلار گۆشنى ھەزىم قىلالمىسا، يۇمشاق چانالغان چۈجە گۆشى، كەكلىك گۆشى ۋە يۇمغاقسۈت، ھەببۇلئاس قاتارلىقلارنى كۈچلۈك قايىنىتىپ، ئۇنىڭغا ئازراق گۈرۈچ ۋە تېرىق ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن سۈيىنى سۈزۈپ تاكى قويۇلۇشقا يېقىنلاشقىچە ئوتقا قايتا قويۇپ، ئاندىن سۇماق ياكى ئانار ئۇرۇقى قاتارلىقلار بىلەن چۈچۈمەل قىلىپ بېرىلىدۇ. ئىچى سۇرۇۋاتقان كىشىنىڭ ھەزىمى بەك بۇزۇلمىغان بولسا، كەردىناك ناملىق تاماق مەنپەئەت قىلىدۇ. كەردىناك پارسچە سۆز بولۇپ، قىزىلچىنى دورا ـ دەرمەكلەر بىلەن ئازراق سۇغا سېلىپ، چوغ ئۈستىدە ياكى قىزىتىلغان تاش ئۈستىدە قويۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇ تاماققا تۇزنى ئاز سېلىش ۋە بىر نەرسە سانجىپ

ھۆللۈكىنى ئاقتۇرۇۋېتىش لازىم. قورۇلغان گۈرۈچ بىلەن قاينىتىلغان كاللا - پاچاقلار بۇ خىل بىمارلارغا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، ئۇلارغا ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدىغان مېۋىلەرنىمۇ يېمەسۇن. ئەگەر بۇ مېۋىلەر ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى قۇۋۋەتكە ئىگە بولۇپ، ئاشقازان باشقا تاماقلارنى خالىمسا يېسە بولىدۇ. شاھبەللۇت ۋە شېكەر قومۇشى ئۇلارغا زىيان قىلمايدۇ. ئەگەر بۇ خىل بىمارلارنىڭ ئاشقازىنىدا ئاسان سىڭىدىغان تاماقلار بۇزۇلسا، ئازراق قۇرۇق يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. مەسىلەن: كاللا - پاچاق تۇتقۇچى رۇببىلار بىلەن ياكى گۈرۈچ، تېرىقتىن تەييارلانغان سۇيۇق ھالۋىلار بېرىلىدۇ. ئۇلارنىڭ بەزىسىگە قوينىڭ قېرىنى بىلەن تەييارلانغان قەرىس ناملىق تاماق مەنپەئەت قىلىدۇ. كالا گۆشىنىڭ ياخشى يېرىدىن تەييارلانغان سەكباج ناملىق تاماق مەنپەئەت قىلىدۇ. سەكباجنى يالغۇز نان بىلەن يەيدۇ ياكى ئىشتىھا تەلەپ قىلسا، سەكباج بىلەن گۆشنىڭ ياخشى يېرىدىن ھەزىم قىلالىغۇدەك مىقداردا ئازراق يەيدۇ. قېرىن ئىچى سۈرۈۋاتقانلارنىڭ ھەممىسىگە ماس كېلىۋەرمەيدۇ.

ئۇلار ئۇچۇن ياخشى بولغان سۇيۇق غىزالار شۇكى، ياخشى قورۇلغان خەشخاش، گۈرۈچ ۋە تېرىق قاتارلىقلاردىن ئېلىپ تاماق تەييارلىنىدۇ. ئەگەر بىمار خالسا، بۇنىڭغا سۇماق، ئانار ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى قوشۇپ چۇچۇمەل قىلىنىدۇ ياكى قۇرۇق نان، گۈرۈچ، ئۆچكىنىڭ بۆرەك مېيىدىن سۇيۇق تاماق تەييارلىنىدۇ ياكى سۇماقنى يامغۇر سۇيىگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ، يەڭگىل قاينىتىپ، ئاندىن ئوبدان سۈزۈپ، بۇنىڭغا قوناقنى ئېسىلگىچە چىلاپ، ئاندىن يەنە قاينىتىپ، بەك ئارىلاشتۇرۇپ ئاندىن سۈزۈپ، پىسىپىنى تاشلىۋېتىپ، سۇيىنى ئوتقا قويۇپ تاكى يېلىمدەك بولغۇچە ياغاچ بىلەن قوچۇپ تۇرۇلىدۇ، كېيىن ئازراق تۇز قوشۇپ تەملىك قىلىنىدۇ. بۇنىڭغا ئىشلىتىدىغان ياغقا ئوغلاقنىڭ چاۋا يېغى ياكى قورۇلغان بادام ۋە ئازراق زەيتۇن يېغى قوشۇلىدۇ. تۇز ۋە ياغ كۆپ قوشۇلمايدۇ. غىزا ئىسسىق تەبىئەتلىك ياكى سوغۇق تەبىئەتلىك بولسۇن، تۇز ۋە ياغ كۆپ سېلىنمايدۇ.

ئۇلارنىڭ غىزاسىغا خام زەيتۇن يېغى قوشۇلىدۇ. ئىچىدىغان سۇيى يامغۇر سۇيى بولۇشى كېرەك، چۈنكى يامغۇر سۇيىدە تۇتقۇچى خۇسۇسىيەت بار.

مېنىڭ ئويۇمچە، يامغۇر سۇيىنىڭ كۆپرەك مەنپەئەت قىلىشى ئۇنىڭ جىگەرگە تېز سۈمۈرۈلۈپ، تېز تارقاپ، كەيلۇستا ھۆللۈك قېپقالمىغانلىقى ئۈچۈندۇر. ئىچى سۇرگەن بىمارلاغا شاراب ياقمايدۇ. ئەگەر شاراب ئىچىش زۆرۈر بولسا، قۇۋۇەتنى قوزغاش ئۈچۈن تەمى ئاجىز بولغان تۇتقۇچى قارا شاراب ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇلار ئەڭ ياخشىسى خىلمۇخىل تاماقلارنى يېمەسلىكى ھەم تاماقنى كەينى - كەينىدىن يېمەسلىكى، بىر خىل تاماقنى بىر قېتىمدا ئازراق يېيىشى، تاماقتىن ئاۋۋال ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى يېمەكلىك ۋە ئاچچىق ئانارىدىن ئازراق يېيىشى، تاماقتىن كېيىن سۇ ئىچمەسلىكى كېرەك. ئەگەر سۇ ئىچمەي چىدىيالسا، بولۇپمۇ تاماقنى يەپ بولۇپ ھەرىكەت قىلمىسا، مانا مۇشۇنىڭ ئۆزى ئىچ سۈرۈشكە ياخشى چارە بولىدۇ. ئۇزۇقلۇقنى يۇقىرىقى مۇچىگە تارتىش ئۈچۈن، ئىچى سۈرۈۋاتقانلارنىڭ يۇقىرىقى مۇچىلىرى ئۇۋۇلىنىدۇ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئاشقازان ساھەسىگە سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى، توختاتقۇچى زىماتلار ياكى ئىسسىق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى، توختاتقۇچى زىماتلار ياكى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان تۇتقۇچى، توختاتقۇچى زىماتلار زىمات قىلىنىدۇ. بۇ زىماتلارغا سۇمبۇل، مۇرمەككى، مەستىكى ۋە قۇرۇق نان قاتارلىقلار چۈشۈرۈلىدۇ.

ئىچ سۈرۈشكە ئاشقازان ۋە جىگەر شېرىكلەشكەن بولسا، ئاشقازان ۋە جىگەر ئارىلىقىغا تىلا قىلىنىدىغان تۆۋەندىكى بۇ تىلا ياخشىدۇر. نۇسخىسى: ئەفسەنتىندىن ئون ھەسسە ئېلىپ، شارابتا قاينىتىپ، سۈزۈپ، يەرلىك ئورۇنغا لاتا بىلەن قويۇپ، ئاندىن قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، قۇرۇق ئاس، ئاقاقىيا، يەر مەدىكى، موزا قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئاس سۇيى ۋە شارابتا قاينىتىلغان ئەفسەنتىننىڭ پىسپى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلىنىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ھوشىدىن كەتكۈزىدىغان،

قۇۋۋەتنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان، ئىششىق ۋە كۆچلۈك قىزىتما سەۋەبىدىن بولمىغان ئىچى سۇرۇشكە تەرياق ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. ئېچ سۇرۇش توختىغان بولسىمۇ، ئۇنىڭ قۇۋۋىتى ئەسلىگە كەلمىسە ۋە بەدىنى تاماقنى قوبۇل قىلمىسا، ئۇ كىشىگە قۇشقاچ ۋە چۈجىنىڭ گۆشىنى تاۋىدا قورۇپ ياكى كاۋاپ قىلىپ بېرىلىدۇ. لېكىن ئۇلارنىڭ قانات، سان گۆشلىرى بېرىلمەيدۇ. چۈنكى ئۇلار تەستە سىڭىدۇ. ئىشتىهاسى كۆچلۈك، بىراق ھەزىمى ئاجىز كىشىگىمۇ شۇ نەرسە بېرىلىدۇ. شۇنىڭدەك زەيتۇن يېغى بىلەن قورۇلغان مايسىز گۆشكە دارچىن سېپىپ، بېھى ۋە ئالما شەربىتى بىلەن بەرسە مەنپەئەت قىلىدۇ. بىز قانلىق ئېچ سۇرۇشتە بايان قىلغان تەدبىرلەردىن بىرى قىزىتىلغان تاش سېلىنغان ئۆچكە سۈتى بېرىشتۇر.

ئىككىنچى ماقالە

ھەر خىل ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا

جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش

جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبلىرىنى ۋە ھەرقانداق سەۋەبتىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشنى بىز يۇقىرىدا سۆزلەپ بولدۇق. شۇنىڭغا مۇراجىئەت قىلىپ، مىزاج بۇزۇلۇش، ئاجىزلىق، ئىششىق، توسالغۇ، ماددا تولۇپ قېلىش قاتارلىقلاردىن بولغان ئىچ سۇرۇشنىڭ ھەربىرىنى ئۆز بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر بىلەن داۋالىسىڭىز بولىدۇ.

جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشتا يۇز بېرىدىغان خاتالىق شۇكى، توسالغۇ سەۋەبلىك جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشكە گىرىپتار بولغان كىشىگە ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش ئۈچۈن توسالغۇنى كۆپەيتىپ، ئىچ سۇرۇشنى كۈچەيتىۋېتىدىغان دورىلار بېرىلسە، چوڭ خەتەرگە ئېلىپ بارىدۇ.

كۆپىنچە ۋاقىتتا بىلىمسىز تېۋىپ توسالغۇدىن بولغان جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشتە، قانىنى قويۇقلاشتۇرغۇچى، جىگەر ھارارىتىنى ئۆچۈرگۈچى دورىلارنى سوغۇق دورىلار بىلەن بىرگە تىلا قىلىپ، بىمارنى ھالاك قىلىدۇ ۋە ئاسان ئوفوئونەتلىنىدىغان قىلىپ قويىدۇ. ئىچ سۇرۇش جىگەر ياكى ماسارىقا تومۇرىدىكى توسالغۇلار سەۋەبىدىن ئىكەنلىكى بىلىنسە، توسالغۇلارنى ئېچىشقا كۆڭۈل بۆلۈش لازىم. ئۇلار بۇ ھەقتە گۆشلۈك قۇرۇق ئۇرۇمنى ياخشى دېدى. بىر بۆلۈك تېۋىپلار

گۆشلۈك قۇرۇق ئۇزۇم داۋالاش قېيىن بولغان، گۆش يۇغان سۇدەك ئىچ سۇرۇشنى ساقايتىدۇ، دېدى.

بىز بۇنى تەجربە قىلدۇق، نەتىجسى ئۇلارنىڭ دېگىنىگە سەل يېقىنلاشتى. جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنىڭ دەسلىپىدە ئەڭ ياخشىسى بىمارغا نان بەرمەسلىك لازىم. چۈنكى جىگەر نانىنى قوبۇل قىلالمايدۇ. كۈنىگە 2 ~ 3 قېتىم تالقان سۇيىنىلا بېرىش ياخشىراق. ئەگەر بىمار جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنىڭ ئاخىرىدا بەرداشلىق بېرەلسە، تالقان سۇيىگە يېسسىمۇقنى ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، سۇزۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بىمار يەنە بەرداشلىق بېرەلسە، تالقان سۇيىدە قاينىتىلغان يېسسىمۇق سۇزۇلدۇرمەي بېرىلىدۇ. 120 گىرام تالقان 2500 گىرام سۇدا قويۇلغۇچە قاينىتىلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ تىندۇرۇلغان سۇيدۇكىدە بىرەر ئۆزگىرىش بولمىسا، توخۇ يېغى ساقايتىدۇ. ئەگەر ئىچ سۇرۇش قانلىق، جىگەر مەنبەلىك بولسا، زىيان يەتكۈزگۈچى بىرەر نەرسە ئۇستىدە توختاپ قېلىپ، كېسەللىك پەيدا قىلماسلىقى ئۈچۈن، ئىچ سۇرۇشنى ئاستىدىن توختاتماي، بەلكى ئۇستىدىن ياخشى تەدبىر ۋە داۋالاشلارنى قىلىش كېرەك. جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشقا چوڭقۇر نەزەر سېلىڭ، چۈنكى بۇنىڭدا تېۋىپلارنىڭ كۆپىنچىسى خاتالىشىپ كېتىدۇ.

ئۇچەي شىللىق پەردىسىدە سويۇلۇش بولمىغان ئاشقازان، ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش

بىز سۆزىمىزنى ئاشقازان، ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشلەرنىڭ بىرى بولغان تېپىلىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش بىلەن باشلايمىز. ئاشقازانىنىڭ تېپىلىشىدىن بولغان ھەر خىل ئىچ سۇرۇشنى قانداق داۋالاشنى سۆزلىگەن ئىدۇق. ئۇچەينىڭ تېپىلىشىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش ئاشقازانىنىڭ تېپىلىشىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشقا يېقىن ھەم مۇناسىپتۇر. شۇنداق بولسىمۇ بىز بۇ يەردە ئۇچەينىڭ تېپىلىشىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە ئەڭ ياخشى بولغان شەربەت، زىمات ۋە داۋالاش قانۇنلىرىنى سۆزلەيمىز.

ياردىن بولمىغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش قانۇنىيىتى شۇكى، ئىچىشكە ۋە زىمات قىلىشقا كۈچلۈك تۇتقۇچى دورىلارنى ئىسسىق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇش ۋە تەبىئەتكە ياردەم بېرىدىغان، روھنى كۈچلەندۈرىدىغان دورىلاردىن تەرياقى پاروق، ئاساناسىيا، ئەمرۇسيا ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بۇ كېسەللىككە ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر بەلغەم كۆپلۈكىنىڭ ئالامتى كۆرۈلسە بەلغەمنى تازىلاش لازىم. ئەگەر كۈچسىز ۋە كۈچلۈك دورىلار مەنپەئەت قىلمىسا، مۆتىدىل دورىلار ئىشلىتىلىدۇ، بەزىدە خەربەققە ئوخشاش دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

بۇ خىل ئىچ سۇرۇشتە بەلغەم ماددىسىنى قەي بىلەن تازىلاش ناھايىتى قىيىندۇر، قەينىڭ ئاشقازانغا چۈشكەن بەلغەمنى چىقىرىپ تاشلىشى ناھايىتى ئازدۇر. مۇمكىن بولسا سۇ ئىچمەسلىك، ئەگەر سۇ ئىچىشكە توغرا كەلسە، قايناق سۇ ئىچمەسلىك لازىم. كونا، سۈيۇق، ساپ شارابتىن ئازراق ئىچىش ئۈلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ ئەكسى بولغان شاراب زىيان قىلىدۇ. ئەگەر بىمار تامىقىنى ئۆزگەرتىشنى ياخشى كۆرسە، ئارپا تالقىنى، شېكەر قومۇشى تالقىنى، خەرنۇب تالقىنى، ئانار ئۈرۈقى تالقىنى، تەبىق تالقىنى قاتارلىقلارغا ئۆزگەرتسە بولىدۇ. يۇمغاقسۇتنىڭ ئاشقازاندا تاماقنى توختىتىش تەسىرى كۈچلۈكتۇر. بۇ خىل بىمارلارغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدىغان مۇرەككەپ دورىلارنىڭ بىرى شۇكى، پاقىيوپۇرمىقى ئۈرۈقى ۋە رۇمبەدىياننىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، ئانار پوستى ۋە خۇنسىياۋشاننىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەممىسى بىر قېتىمدىلا ئىچكۈزۈلسە ياخشىدۇر. بۇ، موزا شارابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر قىزىتما بولسا يامغۇر سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ. بۇ خىلدىكى بىمارلارغا مەنپەئەتلىك بولغان مۇرەككەپ دورىلاردىن جاۋارىش ئەپەس، جاۋارىش كۈندۇر، جاۋارىش خەرنۇب قاتارلىقلار بار. زىماتلاردىن زىغىر ئۈرۈقى خورما بىلەن زىمات قىلىنىدۇ. بېھى ئۇسارىسى، ھۆل سېرىقچېچەك، يەر مەدىكى، ئاقاقىيا، ئانارگۈلى، مەستىكى، ئۇسەج ئۆسۈملۈكى، قىزىلگۈل، ئاس قاتارلىق دورىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، بۇ زىماتقا قوشۇپ كۈچەيتىلىدۇ. بەزىدە بۇ دورىلارغا موم، مەستىكى

يېغى ياكى بېھى يېغى ياكى قىزىلگۈل قوشۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. يەنە مۇرەككەپ زىماتلاردىن زىماتى ئەنتۈلۈس، زىماتى دەرۇنۇس، ھارارەت بولغاندا زىماتى پىلپىل ئىشلىتىلىدۇ. ئۇچەيلەردىكى ياردىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشنىڭ ئۈسۈلى يارىنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاشتۇر. سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلاردىن غوراپ ۋە سۇماق چۈشكەن سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارغا ئوخشاش تۇتقۇچى، قۇرۇتقۇچى دورىلار كۆپ ئىشلىتىلىدۇ. بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان قانلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش تەدبىرلىرى بىلەن داۋالىنىدۇ.

ئەگەر ياردىن بولغان ئىچ سۇرۇش قويۇلۇپ يارا قىلغان سەپرادىن كېلىپ چىققان بولسا، سەپرانى يازدا قاتتىق قەي بىلەن تازىلاش، بىراق يارىنى تازىلاش ئۇسۇلى بىلەن تازىلىماسلىق لازىم. ئەگەر ياردىن بولغان ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى بەلغەم بولسا، بەلغەمنى ئۆز بايانىدا سۆزلەنگەن بەلغەمنىڭ ھۆقنىلىرى بىلەن چىقىرىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بىمارغا ئاسان سىڭدۈرگىلى بولىدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك غىزالار بېرىلىدۇ، بۇ غىزالار ئاسان سىڭدۈرگىلى بولىدىغان گۆشلەردىن تەييارلانغان كاۋاپلار بولىدۇ.

ئەگەر ئۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەككە ئېھتىياج چۈشسە، خەربەق ئىشلىتىلىدۇ. ئاق خەربەق ئاشقازاندىكى ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن، قارا خەربەق تۆۋەنكى ئۈچەيلەرنى تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. خەربەق ماددىنى تازىلاش بىلەن بىرگە مىزاجنى ئۆزگەرتىدۇ ۋە قىزىتىدۇ. تۆۋەندىكى بۇ دورا ھۆللۈكتىن بولغان ئۈچەي تېيىلىشنىڭ ياخشى دورىسىدۇر. ئۇ دورا غىزاغا ئوخشاش بولۇپ، بىز بۇنى تەجرىبىدىن ئۆتكۈزدۇق.

نۇسخىسى: پىشقان زەيتۇننى قاينىتىپ، ئۇرۇقى بىلەن يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنىڭغا ئانار پوستى، ئاقمۇچ، خام زەيتۇن يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، نان بىلەن يېيىلىدۇ. بۇ كېسەللىككە ئىشلىتىلىدىغان سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى دورىلارغا مەستىكى، كۇندۇر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر بىمار قارىمۇچقا بەرداشلىق بېرەلمىسە قارىمۇچ قوشۇلىدۇ. ئەگەر ئۈچەي تېيىلىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش سوزۇلما بولۇپ، قۇۋۇەت ئاجىزلىشىپ كەتسە، بۇنىڭدا ئالدى بىلەن مىزاجنى ئۆزگەرتىش ۋە ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش، بىمارنى بەرداشلىق بېرەلىگۈدەك دەرىجىدە چىنىقتۇرۇش ياكى مۇنچىغا

كىرگۈزۈش، بەدىنىي يېنىك ئۇۋۇلاش، ئاندىن بىمارنى يېنىچە ياتقۇزۇپ، ساغرىسىغا بىر نەرسە قويۇپ، بېشىدىن ئېگىزرەك قىلىپ تۇرۇپ، قانىز شاراب، قۇرۇق نان ئارىلاشتۇرۇلغان كۈچلۈك مائۇللەھمى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ قۇۋۋىتى ۋە مىزاجى كۆتۈرەلسە، مائۇللەھمنىڭ ئارقىسىدىن مەجۇنى فەلافلى ياكى مەجۇنى پۇدىنەجكە ئوخشاش قۇۋۋەتنى ئۆتكۈزگۈچى دورىلاردىن ئازراق ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ئارقىلىق جىگەر مۇشۇ ئوزۇقلۇقتىن ئازراق سۈمۈرۈپ كۈچىيىدۇ. ئۈچەي تېيىلىشتىن بولمىغان ئاشقازان، ئۈچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنىڭ باشقا تۈرلىرىنىڭ كۆپىنچىسىنى داۋالاش ئۈچەي تېيىلىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشقا يېقىندۇر. ئاشقازان، ئۈچەيلەرگە قۇيۇلغان سەپرا سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشتە، سەپرا پەيدا بولۇپ، قوزغالغان ئەزانى، يەنى جىگەر بىلەن ئۆتنى داۋالاشتا ھەربىرىنىڭ بايانىدا سۆزلەنگەن دورىلار بىلەن تەڭشەش ۋە سەپراۋى ئېشىندىلار كۆپ بولغاندا ئۇنى تازىلاش لازىم. ئەڭ ياخشىسى مۇمكىن ۋە ئاسان بولسا، قەي بىلەن تازىلاش ياكى بىمارنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىز بولمسا ياكى ئۈچەيدە يارا پەيدا بولۇش خەۋپى بولمسا ياكى ئۈچەيدە يارا بولسا، سۇرگە بىلەن تازىلىنىدۇ. شۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. كۆپىنچە ۋاقىتتا بۇ خىل ئىچ سۇرۇشكە سېرىق ھېللە ئىچكۈزۈش شپا قىلىدۇ، چۈنكى سېرىق ھېللە سەپرانى چىقىرىپ، سوغۇقلۇق يەتكۈزىدىغان تۇتقۇچى قۇۋۋەتنى قويۇپ قويىدۇ. ئۇلارغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى قايمىقى ئېلىنغان سۈزمە ئىشلىتىش، بولۇپمۇ تاباشىر بىلەن ئىشلىتىشتۇر. ئارپا تالقىنىنىڭ سۈيىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى بەلغەم بولۇپ، بەلغەم ناھايىتى كۆپ بولسا، بەلغەمنى چىقىرىدىغان ئىچىلىدىغان دورىلار ۋە ھۆقنىلەر بىلەن داۋالاپ، ئاندىن ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدىغان ۋە نورمال ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان دورىلار بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭغا باب كېلىدىغان دورىلار زىرە چۈشكەن جاۋارىش ھەببى رۇممان، جاۋارىش خۇزى، قۇرسى ئافاۋىيە قاتارلىقلاردۇر. ئەگەر بەلغەم شېشىسمان بەلغەم بولسا، ھىڭ كۆتىكى، جۇۋىنە، سىركىگە چىلاپ قورۇلغان زىرە، قورۇلغان زىغىر

ئۇرۇقى، ئامىلە ئۇسارىسى، ئانارگۈلى، تاغ زىرىسى، مۇرمەككى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئېلىپ، تاباشىر قوشۇپ ياسالغان سۇفۇپ قاتارلىقلارنى ئىشلەتمەي بولمايدۇ. ئەگەر ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى بەلغەم ۋە سەپرا بولسا، چىقىۋاتقان نەرسە ۋە باشقا ئالامەتلەر ئىككىسىنىڭ بىرگە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرسە، سىرىق ھېلىلىدىن بىر ھەسسە، ئاق قىچىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ئۇنىڭغا ئامىلە ئۇسارىسى، ھەببۇلئاس، سۇماق، يۇلغۇن مېۋىسى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئالتىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى ئوچەيگە قۇيۇلغان سەۋدا بولسا، بۇنى تال مەنبەلىك سەۋدادىن بولغان ئىچ سۇرۇش دەپ ئايرىم بىر بابتا سۆزلەيمىز. يېمەك - ئىچمەكتىن بولغان ئىچ سۇرۇشنمۇ يەنىلا ئايرىم بىر بابتا سۆزلەيمىز. ئەگەر قۇۋۇەت ئاجىزلىغانلىق ۋە مىزاج بۇزۇلۇش ئېنىق بولمىسا، مىزاج بۇزۇلغانلىقىنى مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ ئالامەتلىرى بىلەن مۇلاھىزە قىلىڭ. ئوچەي مىزاجى بۇزۇلۇشنىڭ كۆپىنچىسى ئاشقازان مىزاجى بۇزۇلۇش بىلەن ئوخشاشتۇر. ئوچەي مىزاجى بۇزۇلۇشنىڭ ئالامەتلىرى ئاشقازان مىزاجى بۇزۇلۇشنىڭ ئالامەتلىرىگە شېرىك بولىدۇ.

ئەگەر ئاجىزلىق يالغۇز ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتىدە بولسا ۋە سوغۇقلۇقتىن كېلىپ چىققان بولسا، جاۋارىش خۇزى ۋە بىزنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىلىق جاۋارىشمىز مەنپەئەت قىلىدۇ. نۇسخىسى: ئۇدخام، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان زىرە، جۇۋىنە، تاغ زىرىسى، كۈندۇر، مۇرمەككى، قورۇلغان زەنجىۋىل، قاقىلە، سوقۇلغان قۇرۇق ئۇزۇم ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭدىن قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، توققۇز گىرامدىن ئىچىلىدۇ.

ئەگەر ھەزىم قۇۋۋىتى ئاجىزلاشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش بىلەن بىرگە يەل كۆپ بولسا، بۇ نۇسخىغا رەيھان ئۇرۇقى ۋە سۇزاپ ئۇرۇقى سېلىندۇ. يەنە بەزى تېۋىپلارنىڭ پايدىسى كۆپ بولغان مۇرەككەپ دورىسى بار. ئۇنىڭ نۇسخىسى: زەنجىۋىل، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، پىلپىل، قاقىلەنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، جۇۋىنە، زەپەر، كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، قېلىن

دارچىن، قەسبۇزەررە، سەئدى كۇفى، ئۇدخامنىك ھەربىرىدىن 10.5 گىرامدىن، ئامىلە ئۇسارىسىدىن 15 گىرام، قەلەمپۇر، ئەزپاراتىپ ۋە لاچىنداننىك ھەربىرىدىن 9.5 گىرامدىن، ھەببۇلئاستىن 60 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ھەزىم قۇۋۋىتى ئاجىزلاشتىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە قۇرسى مىرماخۇر مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ ھەزىم قۇۋۋىتى بىلەن بىرگە ئىتتىرىش قۇۋۋىتىمۇ ئاجىزلىغان بولسا، بۇ خىل ئىچ سۇرۇشكە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى، ئىسسىتقۇچى زىماتلارمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر بۇ خىل ئىچ سۇرۇش ئىتتىرىش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىشىشى بىلەن بولسا، بۇ زىماتقا ئەفسەنتىن ئاربىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر ھەزىم بۇزۇلۇش ئىسسىقلىقتىن بولسا، ئازراق تۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار سوۋۇتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ، قويۇق غىزا بېرىلىدۇ ۋە بۇ غىزالار بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن قويۇق، سوغۇق دورىلاردىن قىلىنىدۇ، شۇنداقلا بىز ھەزىم بۇزۇلۇش بايانىدا سۆزلىگەن دورىلار بىلەن يارىدەم قىلىنىدۇ.

ئەگەر تۇتۇش قۇۋۋىتى سوغۇقلۇقتىن ياكى ئىسسىقلىقتىن ئاجىزلىسا، مۇشۇ بابنىڭ بېشىدا سۆزلەنگەن ئىسسىق ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئىتتىرىش قۇۋۋىتى يەنىلا ئاجىز بولسا، جۇزبۇۋا چۇشكەن سۇفۇپ ۋە خۇبسۇلھەددە پىننە شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، شۇنداقلا زۆرۇرىيەت ئېتىبارى بىلەن زىماتلار ئىشلىتىلىدۇ.

سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش

بىز سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشنى ئاشقازان بايانىدا سۆزلىدۇق. بۇ ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش كۆپىنچە ئەھۋاللاردا جىگەر ئەھۋالى، ئۆت ۋە سەپرانى پەيدا قىلغۇچى ئاشقازاننى داۋالاشقا ئالاقىدار بولىدۇ. شۇ يەردىن ئىزدىگەيسىز.

سەۋدادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش

بۇ، ئۇچەي شىللىق پەردىسىدە سويۇلۇش بولمىغان تال مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشتۇر.

سەۋادىن بولغان ئىچ سۇرۇشتە تالنى داۋالاش مەقسەت قىلىندۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن تالنىڭ ئەھۋالىنى بىلىپ، ئۇنىڭ ئەھۋالغا ئاساسەن داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك. سەۋادىن بولغان ئىچ سۇرۇشتە سەۋدا كۆپ، قۇۋۋەت كۈچلۈك بولسا، مەتبۇخى ئەقتىمۇن ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن سەۋدا تازىلىنىدۇ. ئەگەر سەۋادىن بولغان ئىچ سۇرۇش ياغنىڭ لېيىدەك قويۇق بولسا، بۇ قويۇقلۇق ئىششقتىن بولماي، بەلكى سەۋدانىڭ ئۆزىدىكى قويۇقلۇقتىن بولسا ھەم بىمارنىڭ قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولسا، تۆۋەندىكى سۇرگە دورىسى ئىشلىتىلىدۇ. نۇسخىسى: ئەندۇران تۇزىدىن بىر ھەسسە، شەۋكە مىسرىيە (بۇ، ئۇرۇقى تېرە ئاشلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان قۇرۇز دەرىخىدۇر)دىن ئۈچ ھەسسە، قارا خەربەقتىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، شەۋكە مىسرىيە ۋە خەربەقنى سۇدا كۈچلۈك قاينىتىپ، ئۇنىڭدا ئەندۇران تۇزىنى ئېرىتىپ، سۇزۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. مانا بۇ سۇرگە ئىشلىتىش ۋە ئۇ سەۋدانى سۇرگە بىلەن تازىلاش ئۇسۇلىدۇر.

ئەگەر قان ئېلىش زۆرۇر بولۇپ قالسا قان ئېلىنىدۇ. جىگەر كۈچەيتىلىدۇ. ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى سەۋدا خىلتىلرى ئاشقازانغا قۇيۇلغانلىقىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش بولسا، ئاشقازان كىرىش ئېغىزى قۇۋۋەتلەندۈرۈلىدۇ ۋە تال ساھەسىگە ھىجامەت قويۇلۇپ، تالدىن ئاشقازان ۋە ئۈچەيگە قۇيۇلىدىغان سەۋدا توختىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى مۇرەككەپ دورىدەك لەتىپ، قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار بىلەن تەدبىر قىلىنىدۇ.

دورىنىڭ نۇسخىسى: ئانار ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، قورۇلغان قىزىل بەھمەن، قۇرۇلغان زورەمبات، كەھرىۋا، سۇزاپ ئۇرۇقى، رەيھان ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، توققۇز گىرامدىن ئىچىلىدۇ.

مۇرەككەپ دورىنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: ئانار ئۇرۇقى ۋە قارا ئۈزۈمدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە ۋە سۇ بىلەن سالايە قىلىپ سىقىپ، سۇزۇپ، سۇزۇلگەن سۇيىگە ئازراق تۇز ۋە يالپۇز سېلىپ نانغا قوشۇپ يېيىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەككە ئېھتىياج چۈشسە، كۈندۇر، سەئدى كۇفى، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى ۋە ئامىلە ئۇسارىسىنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم گىرامدىن، قۇرۇق نانداىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، كونا، ساپ شاراب بىلەن ئىچىلىدۇ.

ئۇچەي شاللىق پەردىسى سويۇلۇشتىن بولمىغان قانلىق ئىچ سۈرۈشنى داۋالاش

قانلىق ئىچ سۈرۈشنىڭ قاندىن، جىگەردىن، ئاشقازاندىن، يۇقىرى ۋە تۆۋەنكى ئۇچەيلەردىن ھەمدە مەقئەتتىن بولىدىغانلىقىنى، شۇنداقلا ئۇنىڭ ئالامەتلىرىنى يۇقىرىدا سۆزلىدۇق.

ئىچ سۈرۈشنىڭ يىرىڭلىق ياكى ياغنىڭ لېيىدەك ۋە ياكى گۆش يۇغان سۇدەك بولغىنى جىگەر جەھەتتىن جىگەرنىڭ مىزاجىنى ياخشىلاش ۋە جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش يولى بىلەن داۋالىنىدۇ. ئۇنىڭدىن بۇرۇن ئومۇمىي بەدەننىڭ ماددىغا تولۇپ قېلىش ئەھۋالى ۋە كېسەللىكىگە سەۋەبچى بولغان سەۋەبلەرنىڭ ئەھۋالىغا رىئايە قىلىپ، شۇنىڭغا قارىتا تەدبىر قوللىنىلىدۇ. ئاغرىق بولمىغان ئىچ سۈرۈشنىڭ ئومۇمىي بەدەنلىك ياكى جىگەر مەنبەلىك ئىكەنلىكى بىلىنسە ۋە قۇۋۋەت يوقالمىسا، بۇنداق ئىچ سۈرۈش توختىتىلمايدۇ. ئەگەر ئىچ سۈرۈشنىڭ داۋاملىشىشىنىڭ ئۇچەي شاللىق پەردىسى سويۇلۇش ياكى ئاجىزلىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش خەۋپى بار بولسا، قان ئېلىنىدۇ، ئاندىن قانىنى توختاتقۇچى قابىز دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۇچەي تومۇرلىرى يېرىلىشتىن بولغان قانلىق ئىچ سۈرۈش بەزىدە ئۇچەي شاللىق پەردىسى تېز سويۇلۇشقا ئېلىپ بارىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن ماددا تولۇپ قېلىش ئېغىر ۋە كۆپ بولغاندا، بۇ قانلىق ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش ۋە ئۇنى قارشى تەرەپكە مايىل قىلىشقا ئالاھىدە ئېتىبار بېرىلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى دورىلاردىن ئىچىلىدىغانلىرى ئۇچەي ۋە ئۇنىڭ ئەتراپى ھەم ئۇنىڭ ئۇستىدىكى ئەزالاردىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە مۇۋاپىق. ھۆقنىلەر تۆۋەنكى ئۇچەيلەردىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە ئەڭ مۇۋاپىقتۇر. يۇقىرىقى ئۇچەي بىلەن تۆۋەنكى ئۇچەينىڭ ئارىلىقىدا بولغان قانلىق ئىچ سۈرۈشنى داۋالاشتا، ئەڭ ياخشىسى ئىچىلىدىغان دورىلار بىلەن ھۆقنىلەرنى بىرلەشتۈرۈش لازىم. بارلىق سوغۇق تەبىئەتلىك ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى دورىلار ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلارنىڭ ھەممىسى قانىنى توختىتىدۇ. بولۇپمۇ بۇ دورىلارغا

زەمچە، يۇمشاق سوقۇلغان شادىنەج، خۇنسياۋشان، كەھرىۋا، بىخ مارجان، مەرۋايىت قاتارلىقلار چۈشۈرۈلگىنى ئىچىلسە ۋە ھۆقنە قىلىنسا قانىنى توختىتىدۇ. بەزىدە سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارغا، بەزىدە تۇتۇش بىلەن بىرگە قۇۋۇشەتلەش خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلار بىلەن قۇۋۇشەتلەشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. قۇرسى گۈلنار كۈچلۈك قۇۋۇشتى بار ئىچىلىدىغان دورا قاتارىدىنىدۇر. قۇرسى بۇزرۇلھۇمماز، قۇرسى شادىنەج بىز بىلىدىغان تۇتۇش بىلەن قۇۋۇشەتلەش خۇسۇسىيىتى بىرگە بولغان دورىدۇر. پاقىيوپۇرمقى ئۇسارىسى، ئىسپىغۇل ئۇسارىسى، تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى قاتارلىقلارنىڭ بۇ ھەقتە چوڭ مەنپەئەتى باردۇر. بولۇپمۇ بۇ ئۇسارىلەرگە يۇقىرىدا بايان قىلىنغان يەككە دورىلار ۋە قۇرس دورىلار ئارىلاشتۇرۇلسا تېخمۇ شۇنداق. قانلىق ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى يەنە بىر نۇسخا: ئالما، بېھى، قۇرۇق قىزىلگۈلنىڭ ھەربىرىدىن 170 گىرامدىن ئېلىپ، 1700 گىرام سۇدا 510 گىرام قالغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ، سۈزۈلگەن سۈيىگە قىزىلگۈل يېغى سېلىپ، سۇ تۇگەپ ياغ قالغۇچە قاينىتىپ، بۇ ياغ شەربەتلەر بىلەن ئىچىلىدۇ. قان توختاتقۇچى ھۆقنىلەر مۇشۇ ئۇسارىلەردىن ۋە ھەممىزگە مەلۇم بولغان قاينىتىلغان سۇلاردىن تەييارلىنىدۇ، ئاندىن ئۇستىگە دورىلار سېپىلىدۇ. بۇ ھۆقنىنىڭ يېغىغا ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى، قىزىلگۈل يېغى ئىشلىتىلىدۇ. بىز بۇلارنى مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش بايانىدا سۆزلەيمىز. بۇنداق بولۇشى بۇ ھۆقنىلەردىن ئۆتكۈر دورىلار ۋە ئۆتكۈر قۇرسلار بولمىغان، مۆتىدىل، بىخەتەرلىرىنى تاللاش ئۇچۇندۇر.

بىز تۈزۈپ چىققان ياخشى ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى: ئانار پوستى، پاقىيوپۇرمقى، خەرنۇبى شەۋىك، تەبىق تالقىنى، گۈرۈچ تالقىنى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 24 گىرامدىن، خام موزىدىن ئىككى تال، ئانارگۈلى، قىزىلگۈلنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، ئۇستىگە 680 گىرام سۇ قۇيۇپ (قۇيۇلىدىغان سۇ قىزىل چۇغلۇق سۇيى بولسا بەك ياخشى)، ئاندىن ئۇچتىن بىرى قالغۇچە سۇس قاينىتىپ سۈزۈلىدۇ ۋە زەمچىدىن يېرىم گىرام، خۇنسياۋشان، ئاقاقيا، شادىنەج، ئانارگۈلى، لىھيەتۇتتىس ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، قوغۇشۇن ئۇپىسى، كۆيدۈرۈلگەن

سەدەپ ۋە گىل ئەرمننىڭ ھەربىرىدىن ئۇچ گىرام ئېلىپ، يۇقىرىقى دورىلارغا قوشۇلىدۇ. ئەگەر تېۋىپ خالىسا، بۇ ھۆقنىگە 0.5 ~ 0.8 گىرامغىچە ئەپيۇن قوشۇپ ھۆقنە قىلسا بولىدۇ. ئەگەر ھۆقنە قىلىشتىن مەقسەت قان توختىتىش بولسا، گۈرۈچ ۋە تېرىقتىن ئىبارەت سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار بىلەن قويۇلدۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ.

ئەگەر ھۆقنە قىلىشتىن مەقسەت ئۇچەي شىللىق پەردىسگە تەدبىر قىلىش ياكى ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش بىلەن قانلىق ئىچ سۈرۈشكە بىرلا تەدبىر قىلىش بولسا، قويۇلدۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ھۆقنە قىلغاندا ھاۋا كىرىپ كېتىشتىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك. بۇ ھەقتە كۈچلۈك بولغان شامچىلاردىن بىرى شۇكى، ئاقاقيا، ئەرەب يېلىمى، بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇن، قوغۇشۇن ئۇپىسى، گىل ئەرمنى، كەھرىۋا، خام موزا قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قاينىتىلغان دورا بىلەن قىزىق ھالەتتە بىرلەشتۈرۈپ ۋە ئۇنى بەللۇت شەكلىدە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. مەقئەتتىن قان كېلىشتە تۆۋەندىكى دورىلارنى ئىشلىتىش يېتەرلىك: مەدەستان، ئانارگۈلى، قوغۇشۇن ئۇپىسى، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ قاتارلىقلارنى ئېلىپ، يەرلىك ئورۇننى يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقلارنىڭ ھەممىسى قوللىنىلسمۇ ئىچ سۈرۈش ۋە قان توختىمسا، بىمارنىڭ ئىككى قولىنى قولتۇقىدىن باشلاپ باغلاش، مۇچىلرىنى ئۇۋۇلاش، بىمارنى ياز پەسلىدە سوغۇق سۇدا، قىش پەسلىدە سوغۇق ھاۋادا ئولتۇرغۇزۇش، سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈش ۋە ئىچكى ئەزالار ساھەسىگە قار بىلەن سوۋۇتۇلغان سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارىلەر ۋە قان توختاتقۇچى شەربەتلەردىن قار بىلەن سوۋۇتۇلغان غوراپ رۇببىسى ۋە رەۋەن يىلتىزى رۇببىسىنى قويۇش قاتارلىقلاردىن باشقا ئامال بولمايدۇ.

ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ۋە ئۇچەي يارىلىرىنى داۋالاش

ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشنى داۋالاشتا سەۋەنلىك ئۆتكۈزمەسلىك كېرەك. بەزىدە ئۇچەي شىللىق پەردىسىنىڭ سويۇلۇشى كۈچلۈك دورىلارغا

موھتاج بولمايدۇ. چۈنكى كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلىتىش بىمارنى ھالاك قىلىدۇ.

قاتتىق سوۋۇتۇشتا تاۋۇز، كاھۇ ئېرىش، سېمىزئوت قاتارلىقلار بىلەن داۋالاش يېتەرلىكتۇر. داغلىغۇچى دورىلار چۈشكەن ھۆقنىلەر ئىشلىتىلسە بىمار ھالاك بولىدۇ. بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەندەك يۇقىرى ئۈچەيلەردىكى شىللىق پەردە سويۇلۇش ۋە يارىلارنى ئېچىلدىغان دورىلار بىلەن، تۆۋەنكى ئۈچەيلەردىكىنى ھۆقنىلەر بىلەن، ئىككى خىل ئۈچەينىڭ ئوتتۇرىدىكىسىنى ئېچىلدىغان دورىلار ۋە ھۆقنىلەر بىلەن داۋالاش لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن تۇنجى بولۇپ ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ئەھۋالى ۋە ئۈچەي يارىلىرىغا تەسىر كۆرسەتكەن سەۋەبنىڭ ئەھۋالىغا ريئايە قىلىش لازىم، ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ۋە ئۈچەي يارىسىنى كەلتۈرۈپ چىقارغان سەۋەب باشقا ئەزالاردىن قۇيۇلغان ماددا بولسا، بۇ ماددا تېخى قۇيۇلۇۋاتامدۇ ياكى ئۇنىڭ ئىلگىرىكى سەۋەبى تومۇرلارنىڭ يىرتىلىشى ياكى ماددا تولۇپ قېلىش، قېپقالغان ئىششىق ياكى توختاپ قالغان، يوقالغان ۋە يارا ئىزناسى قېپقالغان ئىششىق قاتارلىقلارغا ريئايە قىلىش. بىز بۇنىڭ ئالامەتلىرىنى يۇقىرىدا سۆزلىدۇق. ئەگەر كېسەللىككە سەۋەب بولغان ماددا تېخى قۇيۇلۇۋاتقان بولسا، بۇ ماددىنى ئۆز ئورنىدا سۆزلەنگەن دورىلار بىلەن ئۈزۈپ تاشلاشقا تەدبىر قىلىنىدۇ.

ئەگەر خىلىت ناچار بولغانلىقتىن، سۈرۈپ چىقارماي ئامال بولمىسا، ئېھتىيات ۋە ھوشيارلىق بىلەن سۈرۈپ چىقىرىش، سۈرگە دورىسىنىڭ ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلغان ئورۇن ۋە يارىغا قاتتىق زىيان قىلماسلىقىغا تىرىشىش، شۇنىڭدەك ھېلىلىگە ئوخشاش دورىلارغا تاغ زىرىسى، كەتىرا قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىسلاھ قىلىپ بېرىش، بەدەندىن تۆكۈلگەن نەرسىلەر بىلەن بەدەننىڭ ئورۇقلىشى ئۈچۈن، مۇمكىن بولسا بىمارغا ئىككى كۈن تاماق بەرمەسلىك لازىم. تاماق بەرمەكچى بولغاندا ئۆز بايانىدا سۆزلەنگەن بويىچە قىزىتىلغان تاش سېلىنغان سۈت ۋە قاينىتىلغان سۈت بېرىلىدۇ. بۇ سۈت دورا يولى بىلەن بېرىلىدۇ، ئەمما غىزانىڭ ئۆزىگە ئېھتىياج چۈشكەندە ۋە بىمارىدا ئاجىزلىق كۆرۈلگەندە جىسمى ئېغىر بولغان غىزالار بېرىلىدۇ. مەسىلەن: سېمىز توخۇنىڭ جىگىرى، پېتىرغا مايىل بۇغداي نېنى، خورازنىڭ تاشلىقى ۋە چالا پىشقان توخۇ تۇخۇمىغا ئوخشاش. بەزىدە قىزىق

بېلىق كاۋىپى ۋە سۈتتە پىشۇرۇلغان كاللا - پاچاقمۇ بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. قورۇلغان گۈرۈچتە ئېتىلگەن غىزامۇ ئىنتايىن ياخشىدۇر. بىمارلارنىڭ قۇۋۇتىنى مېۋىلەرنىڭ رۇببىلىرى ۋە بىرىنچى بابتا سۆزلەنگەن غىزالار بىلەن ساقلاش لازىم. ئۇلارنىڭ غىزاسىغا ئىشلىتىلىدىغان تۇز قورۇلغان ئەندۇران تۇزى بولۇشى كېرەك، هارارەت بولمىسا شاراب ئىچىشكە بولمايدۇ. هارارەت بولغاندا ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدىغان قارا شارابتىن ئازراق ئىچسە بولىدۇ. بىمارنىڭ ئىچىدىغان سۈيى سوغۇق سۇ بولۇشى شەرت. ئۆزىنىڭ تۇتقۇچى، يېرىك، تاتلىغۇچى كەيپىياتى بىلەن زىيان يەتكۈزىدىغان دورىلار دەسلەپتە يالغۇز ئىشلىتىلمەيدۇ. كېسەللىك ئېغىرلاشسا سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار ئۆزىنىڭ شىلىمشىقلىقى بىلەن كېسەللەنگەن ئورۇنغا پەردە هاسىل قىلىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى سوغۇق تەبىئەتلىك بارلىق دورىلارغا ۋە سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش بۇ كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدۇ. بىراق يېيىلىش بولغان بولسا مەنپەئەت قىلمايدۇ. بەزىدە ماددىنى راۋانلاشتۇرغۇچى ۋە داغلىغۇچى دورىلارنى كۆيۈشتۈرمەي تۇرۇپ هۆللۈكنى قۇرۇتىدىغان دورىلارغا ئېهتىياج بولمىز، ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا مۇپتىلا بولغان بىمارغا ئىچكۈزۈلىدىغان ئۇرۇق دورا ۋە ئۇنىڭدىن باشقا دورىلارنى قاينىق سۇدا ئەمەس، بەلكى سوغۇق سۇدا ئىچكۈزۈش كېرەك.

ئۈچەي يارىسى ۋە شىلىملىق ئىچ سۈرۈشتە زىراۋەندىنىڭ ئۆزگىچە خۇسۇسىيىتى بار، بولۇپمۇ ئازراق كونا شاراب قوشۇلغان پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلسە ئۈنۈمى تېخىمۇ كۈچىيىدۇ. قورۇلغان بەللۇت ۋە خەرنۇبنى يەككە هالەتتە ياكى بىرلەشتۈرۈلگەن هالەتتە ئىشلەتسە قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولىدۇ. قىزىلگۈل ئۇرۇقى بۇ خىل كېسەللىككە ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ. بىز بۇنى تەجرىبىدىن ئۆتكۈزدۇق. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە 12 گىرام ئەرەب يېلىمىنى سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزسە، بىمارنىڭ كېسىلى ساقىيىدىكەن. گىل مەختۇم هەرقانداق ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. هەتتا ئۈچەينىڭ گۆشخور يارىسىغمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. گۆشخور يارا ۋە كىرنى بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان هۆقنىلەردىن

بىرەر ھۆقنە بىلەن تازىلىغاندىن كېيىن گىل مەختۇم ئىچكۈزۈلىدۇ، شۇنداقلا گىل مەختۇم پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسى، گىل شامۇس، سىمىزئوت ئۇسارىسى قاتارلىقلار بىلەن ھۆقنە قىلىنسا، بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

بۇ خىل كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن پىشمىغان ئۇجمە ئۇسارىسى، شۇنىڭغا ئوخشاش تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكى ۋە قىزىلگۈل ئۇسارىسى قاتارلىقلار ئىچىلسە ياكى ھۆقنە قىلىنسا ئوخشاشلا مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ تېۋىپلارنىڭ بەزىسى مۇشۇ ھەقتىكى دورىلار ئىچىدە رىجلۇلئەقئەق (بۇ شەكلى ۋە رەڭگى قاغا پۇتىغا ئوخشايدىغان بىر خىل ئۆسۈملۈكتۇر)نى بايان قىلدى. بۇقرات رىجلۇلئەقئەقنى تىلغا ئالسا، ئۇنىڭ ئورنىغا ئەنجۇر يوپۇرمىقنى ئىشلىتىشنى مەقسەت قىلىدۇ. ئەنجۇر يوپۇرمىقى بۇ ھەقتە لايىق بولمايدىغان نەرسىلەر قاتارىدىندۇر. توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىنى ئىچكۈزۈش بۇلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. بىز ئاۋۋالقى بابتا بايان قىلغىنىمىزدەك تۇزلانمىغان قۇرۇت ئۇلارغا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. گەرچە ئۇچەيلىرى بەك نېپىزلاپ كەتسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش دورا ئىچىش سەۋەبىدىن بولسا، ئۇلارغا پايدىلىق نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، 90 گىرام سېرىقمايغا توقۇز گىرام خۇنسياۋشان ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلىش پايدىلىق. ئۇلارغا مەنپەئەتلىك مۇرەككەپ دورىلاردىن قۇرسلار ۋە يۇقىرىدا بايان قىلىنغان سوغۇق تەبىئەتلىك سۇفۇپلار بار. نانغا سوغۇق سۇ سېپىپ يېيىلسە تېخىمۇ ياخشى. ئۇلارغا بەكرەك مەنپەئەت قىلىدىغان دورا شۇكى، قۇلۇلە كۆلىدىن تۆت ھەسسە، موزىدىن ئىككى ھەسسە، قارىمۇچتىن بىر ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇچ گىرامنى تاماققا سېپىپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. پۇلونيانى سوغۇق سۇ بىلەن ئىچىپ بەرسە، بۇ خىل كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. مۇشۇ كېسەلگە شىپا بولىدىغان ھۆقنە ۋە شامچىلار مۇتلەق قانلىق ئىچ سۇرۇشكە شىپا بولغان ھۆقنە ۋە شامچىلاردۇر. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە بۇ ھۆقنە ۋە شامچىلارغا ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدىغان سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار قوشۇلىدۇ. كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا ئۇچەي يېيىلىپ نېپىزلىگەنگە قەدەر تازىلىغۇچى ۋە داغلىغۇچى دورىلار قوشۇلىدۇ، بۇنىڭ بىلەن ئۇچەينىڭ يۇزى تازىلىنىدۇ، شۇنىڭ

ئۇچۇن ئۇچەينى سىلىقلاشتۇرغۇچى ۋە تۈتقۇچى دورىلاردىن ھالقىپ كەتمەسلىك كېرەك. بەزى تېۋىپلار مۇنداق دېدى: چوڭ تەرەتتە قان بولمىسا، ھۆقنىلەرگە ئاقاقىيانى سالماسلىق كېرەك. بۇ گەپنىڭ ئاساسى يوقتۇر. يارا جاراھەت بولۇپ قېپقالسا، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدىغان قۇرۇتقۇچى دورىلار سىلىقلاشتۇرغۇچى مايلىق دورىلار بىلەن بىرگە ئىشلىتىلىدۇ. ئاندىن كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە چىرىشكە يېتىپ بارغانغا قەدەر تازىلىغۇچى ۋە داغلىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بەزى تېۋىپلار ئازراق پەلەپپەيۇننى بەزى ئۇسارىلەرگە ۋە بىخەتەر بولغان ھۆقنىلەرگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىپ، ئۇنىڭدىن زور مەنپەئەت ئالىدۇ. لېكىن ئۆتكۈر ۋە چۈچۈمەل ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىش زۆرۈرىيىتى بولمىسا، ياخشىسى ئىشلەتمەسلىك، ئاۋۋال ئاچچىق ھۆقنىگە، ئاندىن ئۆتكۈر ھۆقنىگە يۆتكىلىش كېرەك. ئەگەر ئۇچەي يېيىلىش سەۋەبىدىن ئۆتكۈر ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىش زۆرۈرىيىتى بولسا، باشقا دورىلار ۋە پەلەپپەيۇنغا پەرۋا قىلماستىن ئۆتكۈر ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىش كېرەك. بەزىدە بىمار ئۆتكۈر ھۆقنىلەرگە بەرداشلىق بېرەلمەسە، ئالدى بىلەن ئازراق سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىپ، ئاندىن ئۆتكۈر ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىش ياخشىدۇر. بۇ ئۆتكۈر ھۆقنە ۋە زەرنىخ چۈشكەن ھۆقنىنىڭ ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويۇپ، ئۇچەينى تېشىۋېتىش خەۋپى بار. شۇڭا يارا بۇزۇلغانلىقى بىلىنگەندە زەرنىخلىق ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىشكە ئالدىراش ۋە بۇ ھۆقنىنى يارا كېڭىيىپ چوڭقۇرلاپ، ئۇچەي تېشىلىشنى پەيدا قىلىش خەۋپى بولغان ۋاقىتقا قەدەر كېچىكتۈرمەسلىك لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئۆچكە يېغى ھۆقنىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلارنىڭ ھەممىسىدىن ئەۋزەل. چۈنكى ئۆچكە يېغى سوۋۇتۇپ، ئېچىشىشنى توختىتىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇندا دەرھال ئۆيىدۇ. ئۆچكە يېغىغا پەقەت كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر ئۇچەي يارىسى يىرىڭلاشقا ئېلىپ بارسا، تازىلاشقا، ئۇنىڭدىن كېيىن تازىلاشتىن كۈچلۈكرەك دورا بىلەن كېسەللەنگەن ئورۇنىنىڭ ئارىلىقىنى توسۇپ قويىدىغان ماي ۋە سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلارنى بىكار قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. يارىلارنىڭ

كىرلەشكەنلىكى بىلىنسە، كىرلەر مائۇلھەسەلگە ئوخشاش دورىلار بىلەن تازىلىنىدۇ. مائۇلھەسەلدىنمۇ كۆچلۈكرەكى تۈز سۇيى ۋە تۈزلانغان زەيتۇن چىلانغان سۇ، تۈزلانغان بېلىق قاينىتىلمىسىدۇر. يارا يىرىڭلاپ يېڭى ۋاقتىدىن ئۆتۈپ كېتىپ، بىرەر توسقۇچى بولمىسا، قۇرسى رازىيانەجنى ئىشلىتىشتىن باشقا ئامال بولمايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ياغلىق سىلىقلاشتۇرغۇچى ھۆقنىلەر ئۇچىيىدە گۆشخور يارا بار كىشىنىڭ ئاغرىقىنى توختىتىدۇ، لېكىن ساقايتالمايدۇ. گۆشخور يارا يەتكەن يەرگە پەقەت گۆشخور يارىغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇ دورا قۇرۇتۇش ۋە تۇتۇش خۇسۇسىيىتى بولۇش بىلەن بىرگە ماددىلارنى تازىلاش، راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلاردۇر. قۇرس دورىلاردىن تەييارلىنىدىغان ھۆقنىلەرگە سىلىقلاشتۇرغۇچى دورا ۋە ياغلارنى كۆپ ئىشلەتمەسلىك كېرەك. چۈنكى ياغ ۋە سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار دورا بىلەن گۆشخور يارا ئارىلىقنى توسۇپ قويىدۇ. گۆشخور يارىغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورا بەزىدە بىئارام قىلىدۇ، ئاغرىتىدۇ، بۇنىڭغا پەرۋا قىلماسلىق لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئۆتكۈر ھۆقنىلەر بىلەن يارا تازىلانغاندىن كېيىن، تۇتقۇچى ۋە سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلاردىن تەييارلانغان يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار ساق گۆش ئېنىق بىلىنگەندە ئىشلىتىلىدۇ. گۆشخور يارا بىرگە كەلسە، قىزىتما، ئاجىزلىق ۋە ھارارەت بولسا، يالغۇز قۇرسى زەرنىخنىلا ئىشلىتىشكە جۈرئەت قىلالمىغاندا، قۇرسى زەرنىخنى غوراپ سۇيى، سۇماق، رەۋەن ئۇسارىسى، قىزىلگۈل قاتارلىق سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى مېۋىلەرنىڭ سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن قايتا - قايتا قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە بەزرۇلبەنجى ۋە ئەپيۇنلەرنى ھۆقنىگە ئارىلاشتۇرماي ياكى ھۆقنىلەردىن بۇرۇن سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەي بولمايدۇ. بۇ خىل بىمارلارغا ياخشى تاماقتىن ئازراق بېرىلىدۇ. بۇ قۇرسلار 1.5 ~ 6 گىرامغىچە ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە بۇ قۇرسنى سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى سۇلار بىلەن ئىشلىتىش ئەڭ ياخشىدۇر. جۇملىدىن يېسىمۇق، جۇپتى بەللۇت سۇتى بىلەن ئىشلىتىش ياخشىدۇر. چۈنكى قۇرسنى سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى دورىلارنىڭ

سۈيى بىلەن بىرگە ئىشلىتىش يارىنىڭ قاقاچ تۇتۇشىغا ياردەم بېرىدۇ. قاتتىق ئاغرىتىدىغان، مەنپەئەتى زور بولغان ھۆقنە قۇرسى زەرىنخنى تۇز سۈيىگە قوشۇپ، يىرىڭ قويۇلغاندا ھۆقنە قىلىشتۇر.

بەزىدە قىزىپ كەتكەن، سېزىمى ئېشىپ كەتكەن، ئاجىز ۋە ئۆتكۈر ھۆقنىلەرگە بەرداشلىق بېرەلمەيدىغانلار تۆۋەندىكى بۇ تەدبىر بىلەن داۋالىنىدۇ: ئالدى بىلەن مائۇلھەسەل ھۆقنە قىلىنىپ، تۆت سائەتتىن كېيىن تۇز سۈيى ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئاندىن كېيىن گىل مەختۇم سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ تەدبىرلەر بىلەن كېسەلنى ساقايتقىلى بولىدۇ. ھۆقنە بايانىدىكى تەدبىر شۇكى، بىر قانچە قېتىم ئاز - ئاز ھۆقنە قىلىنىدۇ، ئەگەر قاتتىق ئېچىشىپ كەتسە، قىزىلگۈل يېغى بىلەن داۋالاپ، قايتا ھۆقنە قىلىنىدۇ. قانىنى ۋە قانلىق ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنىلەر ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنىلەرگە يېقىنراقتۇر. بەزىدە بۇ ھۆقنىلەر ئۈچۈن ھۆقنىنىڭ سۈيىگە قوشۇپ ئىشلىتىلىدىغان قۇرسلار ياسىلىدۇ. تۆۋەندە بىرنەچچە خىل ھۆقنە، شامچە ۋە ھۆقنىلەرگە چۈشىدىغان قۇرسلارنى سۆزلەيمىز:

قانلىق ئىچ سۈرۈش ۋە ئىسسىقتىن بولغان ئىچ سۈرۈشتە ئىشلىتىلىدىغان يەڭگىل ھۆقنىلەردىن يالغۇز پاقىيوپۇرمىقى سۈيى ھۆقنە قىلىنىدۇ ياكى ياقىيوپۇرمىقى سۈيى بىز تۆۋەندە بايان قىلىدىغان بەزى قۇرسلار بىلەن ياكى بۇغداي نېنى ۋە ئۇسارىگە ئارىلاشتۇرۇلغان پېتىر نان بىلەن ھۆقنە قىلىنىدۇ. يەڭگىل بولغان ھۆقنىلەردىن يەنە بىرى شۇكى، ئارپا سۈيى، تۇخۇم ئېقى، بادام يېغى، بىر ياشقا توشقان ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى بىلەن قاينىتىپ سۈزۈلگەن گۈرۈچ سۈيى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ئۇنىڭغا گىل مەختۇم سېلىپ ھۆقنە قىلىنىدۇ، شۇنداقلا قورۇپ ياغ بىلەن قاينىتىلغان گۈرۈچ سۈيى ھۆقنە قىلىنىدۇ. بەزىدە بۇ گۈرۈچ سۈيىگە ئانار پوستى، موزا سېلىنىدۇ. شۇنداقلا تالقان سۈيى ۋە گىل مەختۇم ھۆقنە قىلىنىدۇ. قاتتىق ھارارەت بولغاندا مەنپەئەت قىلىدىغان ھۆقنە شۇكى، قاپاق قىرىندىسى ئۇسارىسى، سېمىرئوت، پاقىيوپۇرمىقى، قىزىل چۇغلۇق ئۇسارىسى، ھەببۇلئاس، ئىككى قېتىم يۇيۇلغان يېسسىمۇق قاتارلىقلارنى ئېلىپ، بۇ ئۇسارىلەرنى

ئارىلاشتۇرۇپ، بۇنىڭغا قىزىلگۈل يېغى، ئۇپا، گىل ئەرمىنى، ئاقاقىيا، تۇتىيا قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلىنىدۇ.

ئەگەر ئەپيۇنگە ئېھتىياج چۈشسە، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بۇ ھۆقنىگە ئەپيۇن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا تەجرىبىدىن ئۆتكەن ھۆقنىلەرنىڭ بىرى تۆۋەندىكى بۇ ھۆقنىدۇر: بادام، ئانار پوستى، موزا، سۇماق، ئەلىق ئۆسۈملۈكى يوپۇرمىقى، خەرنۇب نەبىتى يىلتىزى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، قويۇلغۇچە شاراب بىلەن قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ، ھۆقنىگە ئىشلىتىلىدىغان قۇرسلارنىڭ بەزىسى بىلەن سوقۇپ، بۇنىڭغا ئاس يېغى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان شىيافلارنىڭ ئاساسلىق دورىلىرى مۇرمەككى، كۇندۇر، زەپەر، سۇندۇروس، زەمچە، مىئەسائىلە، قۇندۇز قەھرى (بۇ ھۆقنىگە ئەپيۇن چۈشكەندە ئىشلىتىلىدۇ)، ئەپيۇن، ھۇزۇزى مەككى، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، خۇنسياۋشان، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، گىل قىيمۇلىيا ۋە گىل قىيمۇلىيا ئورنىدا تۇرىدىغان گىللەر، ئالتۇن چىلىندان، كۈمۈش چىلىندان، مەدەستان ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلاردۇر. بەزىدە زاكلارغا ۋە زەنگارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ۋە تولغاققا ئىشلىتىلىدىغان شىيافنىڭ نۇسخىسى: مۇرمەككى، زەپەر، كۇندۇر، ئەپيۇن قاتارلىقلارنى ئېلىپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: سۇندۇروس، مىئەسائىلە، مۇرمەككى، زەپەر، ئەپيۇن قاتارلىقلارنى ئېلىپ، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلانسا مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، ئەرەب يېلىمى، ھۇزۇزى مەككى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلىنىدۇ. بەزىدە مۇشۇ دورىلاردىن قىزىلگۈل يېغى، ئۇپا قاتارلىقلار بىلەن مەلھەم تەييارلاپ لاتا ياكى پاختىغا يۇقتۇرۇپ پەلكۇچ بىلەن مەقئەتكە كىرگۈزۈلىدۇ. پەلكۇچنى مەقئەتكە كىرگۈزۈپ تازىلانغانغا قەدەر سۇر كىلىدۇ.

قۇرسلارنىڭ نۇسخىلىرى: ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا ئىشلىتىلىدىغان قۇرسلاردىن قۇرسى كەۋكەب بار. گۆشخور يارا ئۇچۇن قۇرسى زەرنىخ ئىشلىتىلىدۇ. قۇرسى زەرنىخنىڭ قۇۋۇتىنى ساقلاش ئۇچۇن ئۇزۇم پىسىپىدە ساقلاش كېرەك. قۇرسى قىرتاسمۇھرەق ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا ئىشلىتىلىدىغان قۇرسلار قاتاردىندۇر. نۇسخىسى: كۆيدۇرۇلگەن قەغەز 30 گىرام، كۆيدۇرۇلگەن ئىككى خىل زەرنىخ، مىس پوقى، زەمچە، موزا، سۇ تەگمىگەن ھاك قاتارلىقلارنىڭ ھەربىردىن 36 گىرامدىن ئېلىپ، پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسى بىلەن ھەربىرى 12 گىراملىق قۇرس ياسىلىدۇ. بۇنىڭدىن بالىلارغا ئۇچ گىرام، چوڭلارغا تولۇق بىر قۇرس ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: سۇماق، ئانار خەمكى، سۇقوم قۇتۇن (ھەمشىباھارنىڭ بىر تۇرى)، ئانارگۈلى، غوراپ ئۇزۇمنىڭ ئۇرۇقى، كۆك زاك، سىرىق زاك، كۆيدۇرۇلگەن قوغۇشۇن، تاش سۇرمە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىردىن بىر ھەسسە، زەنگاردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلىنىدۇ.

كۆچلۇك قۇرسنىڭ نۇسخىسى: ھاك، كۇشتە قىلىنغان قەلەي، ئاقاقيا، موزا، بىر قانچە كۇن سىركىگە چىلانغان زەرنىخ قاتارلىقلارنى ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلىنىدۇ. بۇ قۇرس كۆچلۇك بولغانلىقى ئۇچۇن بەزىدە پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۇيى بىلەن ھۆقنە قىلىش كۇپايە قىلىدۇ.

زىمات ۋە تىلالارنىڭ نۇسخىلىرى: بۇ ھەقتە مەنپەئەت قىلىدىغان زىماتلار مۇتلەق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش بايانىدا سۆزلەنگەن زىماتلاردۇر. قۇرسى كەۋكەبنى ئاس سۇيى بىلەن تىلا قىلىش تەجرىبىدىن ئۆتكەن بولۇپ، ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق پەسەيمىسە، مەلۇم تۇتقۇچى دورىلارغا ئازراق سىرىقچىچەك، شۇمشا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قوشۇپ قايىنىتىلغان سۇدا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. سەپرادىن بولغان ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشتا ئۇسسۇزلۇق ۋە بىئارامىلىق ئېغىر بولسا، يېغىنى ئېلىۋېتىپ، قاينىتىپ سۇۋۇتۇلغان سۇرمە ۋە سۇۋۇتۇلغان ئارپا تالقىنى سۇيى ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۆچىيىپ بىمار ھوشىدىن كېتەي دەپ قالسا، سىزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەي بولمايدۇ. سىزىمسىزلاندۇرغۇچى

دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئاۋۋال مۇداپىئەلەنمەي تۇرۇپ ئۆچكە مېيى، ئارپا تالقىنىنىڭ سۇيى بىلەن ھۆقنە قىلىندۇ. بەزىدە بۇ ھۆقنە ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ، ئاغرىقنى پەسەيتمەسمۇ خىلىت نورمالاشقانلىقتىن كېسەللىك يوقىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق پەسەيمىسە، ھەممىگە مەلۇم بولغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ.

ئەگەر تېۋىپ خالسا، تۆۋەندىكى بۇ ھۆقنە ئىشلىتىلىدۇ. نۇسخىسى: گۈرۈچ، قاينىتىلغان ئارپا سۇيى، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى، قىزىلگۈل يېغى، ئەرەب يېلىمى، تۇخۇمنىڭ ئېقى، ئۈپا قاتارلىقلارنى ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلىنىدۇ. ئەگەر تېۋىپ خالسا، بۇنىڭغا بىرئاز ئەپيۇن قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش بەلغەمدىن بولسا، ئالدى بىلەن بەلغەمنى پارچىلاپ چىقىرىۋېتىدىغان، ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇپ ئاغرىشقا ئارام بېرىدىغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. يېمەكلىكىگمۇ شۇ خىل خۇسۇسىيەتلىك يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ھەتتا غىزاسىغا تۇزلانغان بېلىق، سەبزاغات، قىچا، قىزىلچا، ئاچچىقسۇ، تېتىتقۇلار بېرىلىدۇ. بۇ خىل بىمارلارنىڭ سەبزاغاتى ئانار ئۈرۈقى، ئۈرۈق دورىلارغا قوشۇلغان قۇرۇق ئۈزۈم، قىچا، بەلغەمنى پارچىلايدىغان نەرسىلەردىن بولىدۇ. قورۇلغان، چالا پىشقان خورمىدىن كۆپرەك يەپ، جاۋارىش خۇزى، مەجۇنى فەلافىلىگە ئوخشاش ئىسسىققا مايىل دورىلاردىن ئازراق يېسە مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزى تېۋىپلار مۇنداق دېدى: ئۈچەي يارىسى بار بىمارلارنىڭ بەزىسى ھەر كۈنى جاۋۇشرنى سۇزاپ بىلەن ئىچىپ، ئاندىن قورۇلغان، چالا پىشقان خورمىنى بىرنەچچە كۈن يەپ ساقايدى. يۇقىرىدا سۆزلىگىنىمىمۇ شۇنىڭغا ئوخشايدۇ.

بەزى تېۋىپلار مۇنداق دېدى: بىر ئادەم ئىلگىرى كونا قانلىق ئىچ سۇرۇشنى ئادەمنى ئۆلتۈرىدىغان دەرىجىدىكى كۈچلۈك داۋالاش بىلەن ياكى بىر كۈن ئارام بېرىدىغان دورا بىلەن داۋالىدى. ئاغرىق كىشىگە نانىنى ئاچچىق پىياز بىلەن بەردى ھەم شۇ كۈنى ئىچىدىغان سۇيىنى ئازلاتتى، ئەتىسى تۇزلۇق، ئىسسىق سۇنى ھۆقنە قىلدى، ئاندىن ئۇنىڭغا يارا ئېغىزىنى پۈتۈرگۈچى ھۆقنىلەردىن كۈچلۈك بىر ھۆقنىنى قىلدى، ئەگەر بىمار داۋالاشنىڭ ئاخىرىغىچە چىدىيالسا ساقىيىپ كېتىدۇ، بولمىسا ئۆلۈپ كېتىدۇ.

بۇ خىل بىمارلارغا ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنە تۆۋەندىكى بۇ ھۆقنىگە ئوخشاشتۇر.
نۇسخىسى: مەرزەنجۇش، زىرە، تۇز، ھەببۇلغار، سۇزاپ، زەمچە، ئىكلىلمىلىكنىك ھەربىردىن 30 گىرام، زەيتۇن يېغىدىن 1200 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى ئۇچتىن بىرى قالغۇچە زەيتۇن يېغىدا قاينىتىپ، سۇزۇپ، سۇزۇلگەن ياغ ھۆقنە قىلىندۇ. بۇ خىل كىشىلەرگە يەنىلا تۇزلانغان بېلىق سېلىنغان گۈرۈچ قاينىتىلمىسىنى ھۆقنە قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

بۇ خىل كېسەللىككە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ، دەپ سۇيەتلەنگەن قۇرۇتىنىك نۇسخىسى: گۆشلۈك خورمىدىن 510 گىرام، سەبرە، مەستىكىنىك ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ھۆل سېرىقچېچەكتىن 180 گىرام، مومدىن 300 گىرام، شاراب، قىزىلگۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرۇتى تەييارلىنىدۇ، بەزىدە بۇ قۇرۇتىنىك ئۇرۇق دورىلىرىغا ئاق قىچا سېلىنىدۇ، بولۇپمۇ سوغۇقلۇق ۋە چاپلاشقاق بەلغەم سېزىلسە.

سەۋادىن بولغان ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش بىز بۇنىڭدىن بۇرۇن سۆزلىگىنىمىزدەك كېيىن داۋالىنىدۇ. تال ۋە سەۋداغا ياخشى تەدبىر قىلغاندىن كېيىن سۇفۇپى تىيىن ئىشلىتىلسە مەنپەئەت قىلىدۇ، بۇ خىل بىمارلارغا خۇش پۇراق، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا - دەرمەكلەر، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك ئۇرۇق دورىلار، ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار چۈشكەن گۆش تەركىبلىك ھۆقنىلەر مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە بۇ ھۆقنىلەرگە قىزىلگۈل يېغى، تۇخۇم سېرىقى سېلىنىدۇ. غىزاسىغا ساپ قان كۆپەيتىدىغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ.

يارا يامان سۇيەتلىك بولسا، ئەندۇران تۇزىنىڭ سۇيى ھۆقنە قىلىنىدۇ، ئېھتىياجلىق بولغاندا، ساق گۆش ئاشكارا بولغۇچە تازىلايدىغان دورىلارنى ئىشلەتمەي ئامال بولمايدۇ. ئاندىن يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى ۋە يۇمشاتقۇچى ھۆقنىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ، مەسىلەن: شەۋكە مىسرىدىن ئۇچ ھەسسە، قارا خەربەقتىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، سۇ ۋە ئەندۇران تۇزى بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدىغان ھۆقنىگە ئوخشاش. ئەگەر بۇ ھۆقنە مەنپەئەت قىلمىسا، قۇرسى زەرنىخ ھۆقنە قىلىنىدۇ.

چوڭ تەرەت سەۋەبىدىن بولغان ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشنى داۋالاشتا چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان ۋە يۇمشىتىش، مايلاشتۇرۇش، سىلىقلاشتۇرۇش، تېيىلدۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار بولغان دورىلار تاللىنىدۇ. بۇ بىمارنىڭ تامىقىدىن بۇرۇن چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، قېرى خورازنىڭ شورپىسى ياكى چۈجلەردىن قىلىنغان شورپىلارنىڭ قايسىبىرى بولسا شۇ ئىچكۈزۈلىدۇ. قىزىلگۈل يېغى، تۇخۇم سېرىقى بىلەن تەييارلانغان چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ھۆقنىلەر ئىشلىتىلىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۈرۈش ئۇزىراپ كەتسە، زىغىر ئۇرۇقى، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، لوئابنى چىقرىپ، تاماقتىن بۇرۇن ئىچكۈزۈلسە، سىلىقلاشتۇرۇش ۋە تېيىلدۇرۇش بىلەن بىرگە ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ. تاماقتىن بۇرۇن ئاموت يېگۈزۈلسە، بەزىدە بۇ ئالامەتنى يوقىتىدۇ. دورا ئىچكەندىن كېيىن يۈز بەرگەن ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سوغۇق تەبىئەتلىك سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە قورۇلغان كەتىرادىن 4.5 گىرام ياكى ئۇنىڭدىن كۆپرەكنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئىچسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۈرۈشكە كالىنىڭ يېڭى، ياخشى يېغىغا ياخشى خۇنسياۋشاندىن ئازراق سېلىپ ھۆقنە قىلىش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. سەۋادىن بولغان ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشنىڭ بەزىسىگە كالا قېرىنىنىڭ شورپىسى مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ خۇسۇسىيىتى كۆپ ئەمەستۇر.

1 ـ پەسىل يېمەكلىك سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇنىڭ ھەممىگە مەلۇم بولغان دەسلەپكى داۋاسى شۇكى، كۈچلۈك خولېرا پەيدا قىلمىسا، يېمەكلىكنىڭ تۆۋەنگە چۈشۈشىنى چەكلىمەسلىك كېرەك. ئەمما ئىچ سۈرۈش يېمەكلىكنى كۆپ يېگەنلىكتىن بولسا، يېمەكلىكنىڭ تۆۋەنگە چۈشۈشى

چەكلىنىپ، بىمار ئاچ قويۇلىدۇ. يېمەكلىك تۆۋەنگە چۈشۈپ بولسا، تۈتقۇچى رۇببىلارنىڭ بەزىسى يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئاجىزلىق يۈز بەرسە، جاۋارىش خۇزى ياكى سۇفۇپى ھەببى رۇممان يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر تاماقنى كۆپ يېيىش بىلەن بىرگە ئاشقازاندا ئاجىزلىق سېزىلسە (ئاشقازاندا ئاجىزلىق بارلىقنى قورساق كورىكراش ۋە قورساق ئېسىلىشنىڭ پەيدا بولۇشى بىلدۈرىدۇ)، ئانار گۈلى، كۈندۇر، جۇۋىنە قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۈرۈقى بىلەن سوقۇلغان قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن يۇغۇرۇپ، بۇنىڭدىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە ياڭاقچىلىق ئېلىپ يېگۈزۈلىدۇ. شۇنداقلا مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلەنگەن داۋائى ۋەج ۋە داۋائى گەزمازەج يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۈرۈش غىزانىڭ ئۆزىدىكى سەۋەبتىن ياكى تاماقنى تەرتىپسىز يېيىش، توق قورساققا تاماق يېيىش، ئاسان سىڭدىغان غىزالار بىلەن تەستە سىڭدىغان غىزالارنى بىرگە يېيىش ۋە غىزادىكى ناچار كەيپىياتلاردىن ياكى تاماقنىڭ تېز ئۆزگىرىشى قاتارلىقلاردىن بولسا، تاماقتىن كېيىن ياخشى كەيمۇسلۇق تۈتقۇچى غىزالارنى يېيىش كېرەك. ئىسسىقلىقتىن ياكى سوغۇقلۇقتىن بولغان قانلىق ئىچ سۈرۈشنىڭ ئاسارىتىگە قارىتا ھەممىگە مەلۇم بولغان سوغۇق ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك تۈتقۇچى جاۋارىشلار بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئىچ سۈرۈش تاماقنىڭ چاپلاشقاقلىقى ياكى تېيىلىش سەۋەبىدىن بولسا، ئاسان سىڭدىغان، قابىزلىقى بار دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئىچ سۈرۈش يېمەكلىكنىڭ ئىسسىقلىقى ياكى سوغۇقلۇقى سەۋەبىدىن بولسا، ئىسسىق - سوغۇقنىڭ تەلىپى بويىچە داۋالىنىدۇ.

ئىچ سۈرۈش تېيىلدۇرغۇچى تاماقنى ئاۋۋال يېيىشتىن بولغان بولسا، تۈتقۇچى تاماق ئاۋۋال يېگۈزۈلىدۇ. ئىچ سۈرۈش تېز ھەزىم بولىدىغان تاماقنى كېيىن يېگەنلىك سەۋەبىدىن بولغان بولسا تەدبىر ئۆزگەرتىلىدۇ. ئاشقازانغا زىيان قىلىپ، ئاشقازاننى ئۆزگەرتىۋەتكەن نەرسىنىڭ تەسىرىنى ياخشىلاش ئۈچۈن تاباشىر بەزى رۇببىلار بىلەن ئىچىلىدۇ. چۈنكى تاباشىر كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ئاشقازاندا ئىسسىقلىق پەيدا قىلىدۇ. ئەگەر بۇ خىل تەدبىرلەر ئىشلىتىلگەن بەزى ئەھۋاللاردا تاماقنىڭ چۈچۈمەللىكىدىن ئاز ساندا سوغۇقلۇق پەيدا بولسا، تاباشىر جاۋارىش خۇزى بىلەن

يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئىچ سۈرۈش يېمەكلىكنىڭ ئازلىقى ياكى تاماق جەۋھىرىنىڭ سۈيۇقلۇقى سەۋەبىدىن بولسا، تاماقتىن كېيىن تەستە سىڭىدىغان گۆشلەر بىلەن تەييارلانغان مەسۇس ناملىق تاماق، سىركە چۈشكەن غىزا ۋە تۇزلانغان بېلىق قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. ئەگەر بۇ تاماقلار بىلەن ھەزىم ئاجىزلاشنىڭ خەۋپى بولسا، غىزالار سۇۋۇتۇپ بېرىلىدۇ.

2 ـ پەسىل مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۈرۈشنى داۋالاش توغرىسىدا

مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۈرۈشكە گىرىپتار بولغان كىشى ئوڭدا يېتىپ ئۇخلىماسلىقى لازىم، ئۇيقۇدىن ئويغانغاندا باشتىن ئاشقازانغا تۆكۈلۈپ ئىچ سۈرۈشكە سەۋەب بولىدىغان خىلتنى چىقىرىش ئۈچۈن قەي قىلدۇرۇش ۋە نەزلە بايانىدا سۆزلىگەن چاچنى چۈشۈرۈش، باشقا ئىسسىق ئۆتكۈزگۈچى يىرىك نەرسىلەرنى سۈركەپ ئۇۋۇلاش، قىزارتقۇچى ۋە داغلىغۇچى دورىلارنى باشقا ئىشلىتىش، باشنى قۇۋۇتلەش ۋە باش مىزاجىنى ياخشىلاش تەدبىرلىرىنى قىلىش لازىم، بەزىدە داغلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئاشقازانغا باشتىن تۆكۈلۈۋاتقان خىلتنى تۇتقۇچى دورىلار بىلەن توسماسلىق لازىم. چۈنكى توسۇشنىڭ خەتىرى زوردۇر. ئۇستى تەرەپكە يىغىلغان نەزلىنىڭ قەي بىلەن ئاستىغا چۈشكىنى ھۆقنىلەر بىلەن بولسىمۇ چىقىرىلىدۇ. نەزلىدىن قورساقنا چۈشكىنى ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى دورىلار بىلەن ئەمەس، بەلكى بىز كۆكرەك كېسەللىكلىرى بايانىدا سۆزلىگەن نەزلىنى كۆكرەكتىن توختىتىدىغان دورىلار بىلەن توختىتىلىدۇ ۋە بىز نەزلىنى داۋالاش بايانىدا تونۇشتۇرغان نەزلىگە سەۋەبچى بولغان سەۋەبلەرنى يوقىتىش، نەزلىنى ئىسلاھ قىلىش قاتارلىق تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. بۇ يەردە ئۇنى تەكرار سۆزلەشنىڭ ھاجىتى يوق.

3 ـ پەسىل توسالغۇدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا

توسالغۇدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپىنچىسى ئوموڭمي بەدەنلىك توسالغۇدىن بولسۇن ياكى جىگەردىكى توسالغۇدىن بولسۇن ۋە ياكى جىگەر بىلەن ئاشقازان ئارىسىدىكى توسالغۇدىن بولسۇن دەۋرىيلىك بولىدۇ. بۇ كېسەللىكتە تۇتقۇچى دورىلار بىلەن توسالغۇنى زىيادە قىلمۇيتىش خاتادۇر. شۇڭا توسالغۇلاردىن ئىنتىرىپ چىقىرىلىدىغان نەرسىلەرگە ماددىنى تازىلاش بىلەن ياردەم بېرىلىدۇ. ماددا ئۆتۈش يوللىرى خالي بولسا، توسالغۇنى ئاچقۇچى دورىلار توسالغۇ بار ئورۇنلارغا يېتىپ بارالايدۇ.

بەزىدە توسالغۇلارنى ئېچىشتا، توسالغۇلارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان قويۇق ماددىلارنى تارتىدىغان كۇچلۇك سۇرگە دورىغا ۋە ماددىنى تارتىشى كۈچلۈك بولغان ھۆقنىلەرگە ئېھتىياج چۈشىدۇ. توسالغۇنى ئېچىش ۋە ئۆزلۈكىدىن بولغان قەي بۇقرات شاھىت بولغىنىدەك توسالغۇدىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى بۇنداق بىمارلار غىزانى بىر قېتىمدىلا يېمەي، بىرنەچچە قېتىمغا بۆلۈپ يېيىشى، ھەر قېتىمدا ئۆزىنىڭ ئوزۇقلىنىشىغا مۇۋاپىق مىقداردا يېيىشى ۋە غىزادىن كېيىن ئوزۇقلۇقلارنى تېز ئۆتكۈزۈشكە ياردەم بېرىدىغان ۋە ئوزۇقلۇقلارنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدىغان غىزالارنى يېيىش كېرەك. جالىنۇسنىڭ كۆزقارىشىدا يۇقىرىقى تەدبىرلەرنىڭ ئەڭ ياخشىسى مەجۇنى فۇدىنەجتۇر. مەجۇنى فۇدىنەج تاماقتىن بۇرۇن تۆت گىرامغىچە بېرىلىدۇ، تاماق ھەزىم بولغاندا يەنىلا 1.5 گىرام مىقداردا بېرىلىدۇ. كونا، كۈچلۈك، سۈيۇق شاراب ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ. تەرياقلار (زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلار) بۇ خىل ئىچ سۇرۇشكە ھەممىدىن بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، ئەگەر ھەزىم ياخشىلانسا مۇنچىغا چۈشۈرۈلىدۇ.

تاماقتىن بۇرۇن ۋە تاماقتىن كېيىن بەدەننى ئۇۋۇلاپ بېرىشكە بىپەرۋالىق

قىلماسلىق كېرەك، بەدەن ئاجىزلاشقاندا بەل ۋە قورساقنى يىرىك رەخت بىلەن قاتتىق ئۇۋۇلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە بەدەنگە زۇپتى رۇمى ۋە قىزارتقۇچى دورىلارنى تىلا قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. توسالغۇلارنى ئېچىشنى بىز يۇقىرىدا سۆزلەپ بولدۇق، شۇ يەرگە مۇراجىئەت قىلغايسىز. بىمارنىڭ بەدىنىنىڭ ئورۇقلاپ قېلىشى يۇقىرىقى تەدبىرلەرنى ئىشلىتىشتىن توسۇپ قويمىسۇن، چۈنكى بىمارنى داۋالاپ، توسالغۇلىرى ئېچىلسا ۋە توسالغۇ پەيدا قىلغۇچى خىلتىلار سۈرۈپ چىقىرىلسا، ئوزۇقلۇق بىمارنىڭ بەدىنىگە ئۆتۈپ، شۇنىڭدىن كېيىن ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش پەيدا بولمىغانلىقتىن بىمارنىڭ بەدىنى كۈچلىنىدۇ.

4 ـ پەسىل خوراش مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا

جۈدەتكۈچى قىزىتما، سىل ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش كېسەللىكلەردە يۇز بەرگەن ئىچ سۇرۇشنى داۋالىغاندا ساقىيىش ئۈمىدى يوق دېيەرلىك. ئەمما يۇقىرىقىلاردىن باشقا كېسەللىكلەردىن بولغان ئىچ سۇرۇشتە، بەدەن ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار ۋە داۋالار بىلەن، شۇنداقلا كېسەللىك ئېتىبارىغا ئاساسەن تاللاپ ئىشلىتىلگەن نۇتۇللار بىلەن داۋالىنىدۇ ھەمدە قۇرسى تاباشىر، قۇرسى كافۇر قاتارلىقلار كۆكرەك ساھەسى، يۈرەك ساھەسى، جىگەر ساھەسگە تىلا ۋە زىمات قىلىنىپ، ھارارەت ئۆچۈرۈلىدۇ. بىمارنىڭ غىزاسىغا تېرىسى بىلەن پىشۇرۇلغان ئاسان سىڭىدىغان گۆشلەر ۋە يۇمشاق چاناپ، كاۋاپ قىلىنغان گۆشلەر ياكى تاش ئۈستىدە پىشۇرۇلغان گۆشلەر بېرىلىدۇ ياكى مەسۇتاتىلدىن تاماق قىلىپ بېرىلىدۇ، سۇيۇق تاماقلار ۋە سىركە بىلەن ياخشى يۇغۇرۇلغان، خېمىرتۇرۇچ سېلىنغان ئاق نانلار ھەم بېلىق گۆشى شورپىسى ۋە نانىنى قورۇپ، ئۇنىڭغا ئەرەب يېلىمى، نىشاستە قوشۇپ تەييارلانغان ھالۋا قاتارلىقلار ۋە پاقىيوپۇرمىقى تەركىبلىك غىزالار بېرىلىدۇ. ئىچ سۇرۇش بىراقلا توختىتىلماي، قۇرسى تاباشىر مۇسىك ۋە

تۆۋەندىكى بۇ نۇسخىلىق قۇرس بىلەن تەدرىجىي توختىتىلىدۇ. بۇ قۇرسنىڭ نۇسخىسى: گىل ئەرمىنى، تاباشىر، شاھىبەللۇت، پوستى ئېلىنغان پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، زىرىق، قىزىلگۈل، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، كۆيدۈرۈلگەن سەرتان قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، بېھى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

5 ـ پەسىل تەر تۆشۈكچىلىرى ئېتىلىپ قېلىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش توغرىسىدا

بىز بۇ خىل ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشقا تولۇپ قالغان ماددىلارنى بەدەن سىرتىغا تارتىش تەدبىرىنى تەۋسىيە قىلغانىدۇق.

ئەگەر ياخشىسى خىلتىلارنى قان ئېلىش ۋە بىز يۇقىرىدا سۆزلەپ بولغان مۇناسىپ سۇرگىلەر بىلەن چىقىرىش ھەمدە توسالغۇلارنى ئاچىدىغان دورىلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن مۇنچىغا چۈشۈرگۈزۈش، ئېغىر بولغاندا يەرقاينىڭ ئابزەنلىرىنى كۆپ ئىشلىتىش، يىرىك لۆگگە ۋە خورما قوۋزاقلىرىنى تېرە قىزارغىچە سۇرتۇپ، ئاندىن بەدەنگە ئىسسىق سۇ ۋە يۇقىرىدا سۆزلىگەن توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار قاينىتىلغان سۇلارنى قۇيۇش لازىم.

6 ـ پەسىل خولېرانى داۋالاش توغرىسىدا

خولېرانى داۋالاشتا دەسلەپكى مەزگىلدە بىر تەدبىر، ئوتتۇرىسىدا بىر تەدبىر، ئېغىرلاشقاندا بىر تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

خولېرانىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولۇپ، قورقۇنچلۇق ئالامەتلىرى كۆچەيسە، كېكىرىك ئۆز ھالىدىن ئۆزگىرىشكە باشلىسا، ئاشقازاندا ئېغىرلىق، ئۇچەيلەردە سانجىپ ئاغرىش سېزىلسە، بەزىدە خولېرا بىلەن كۆگۈل ئېلىشىش بولسا ھەمدە

بۇنداق ئەھۋاللاردا بىمارنىڭ قۇۋۋىتى تۆۋەنلەپ كېتىش خەۋپى بولمسا، بىمارغا قەتئىي بىر نەرسە يېگۈزمەي، بىز تۆۋەندە سۆزلىگەن نەرسىلەر بىلەن تەدبىر قىلىش لازىم.

دەسلەپتە قىلىشقا تېگىشلىك ئىش شۇكى، تاماق ئاشقازانىنىڭ يۇقىرىسىدا ئىككىلىكى بىلىنسە، تاماق قۇسۇپ چىقىرىۋېتىلىدۇ، ئەگەر يېيىلگەن تاماق ئاشقازانىنىڭ يۇقىرىسىدا بولمسا، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان دورىلاردىن تاماقنى پەسكە چۈشۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

يۇمشاتقۇچى دورا ۋە قەي قىلدۇرىدىغان دورىلار ئارتۇق نەرسىنى ياكى باشقا نەرسىلەرنى چىقىرىۋەتمەيدىغان، پەقەت خولېرانى پەيدا قىلىدىغان يېمەكلىكنىڭ مىقدارى بويىچە چىقىرىدىغان بولۇشى كېرەك.

قەي قىلدۇرۇشتا سىركە يېغى، زەيتۇن يېغى، قاينىق سۇ قاتارلىق ئاشقازاننى بوشىتىش ۋە ئاشقازان قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بولمغان دورىلار بىلەن ۋە مائۇلھەسەل، قاينىق سۇغا قوشۇلغان تاتلىق سىركەنجۈبىل قاتارلىق ئوزۇقلاندۇرۇش قۇۋۋىتى بولمغان دورىلار بىلەن قەي قىلدۇرۇش لازىم. چۈنكى ئۇلار ئوزۇقلۇقى يوق نەرسىلەرگە موھتاج. بىراق زۆرۈرىيەت بولغاندا، يالغۇز قاينىق سۇ بىلەن ياكى ئازراق توغرىغۇ بىلەن ياكى كاندىن چىقىدىغان قارا تۇز، قاينىق سۇ ۋە ياكى ئازراق زىرە قوشۇلغان قاينىق سۇ بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ. شۇنداقلا بىمار ئۆزلۈكىدىن قەي قىلىپ، ھۆ پەيدا بولۇپ، بىئارام بولسا، داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك. چۈنكى بۇقرات مۇنداق دېدى: قەي بەزىدە قەينى توسىدۇ، ئىچ سۈرۈش بەزىدە ئىچ سۈرۈشنى توسىدۇ. قەي ئىچ سۈرۈشنى توسىدۇ، ئىچ سۈرۈش قەينى توسىدۇ. بۇ خىل بىمارغا ئىشلىتىلىدىغان سۈرگۈنى تەرەنجىبىن، شېكەر، تۇز قاتارلىقلاردىن تەييارلىغان ياخشى، ئۇ يەڭگىل بولۇشى لازىم. بەزىدە 180 گىرام قىزىلچا سۈيىگە تۆت گىرام توغرىغۇ، 30 گىرام قارا شېكەر، 21 گىرام قىزىلگۈل يېغى ياكى سىركە يېغى قاتارلىقلارنى قوشۇپ تەييارلانغان يەڭگىل ھۆقنە بىلەن ياكى زىرىگە ئوخشاش ئىچىلىدىغان نەرسىلەر بىلەن ئىشلىتىلسە ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. بەدەندىكى ماددىنىڭ قوزغىلىۋاتقان سەپرا ئىكەنلىكى ۋە بەزىدە ئۇ

ماددىلارنىڭ خولىرا پەيدا قىلىشقا ياردەم بېرىۋاتقانلىقى بىلىنسە، بارلىق خەۋپ غىزادىن بولمسا، بۇ ۋاقىتتا ئاشقازاننى سىرتىدىن سوۋۇتىدىغان نەرسىلەر بىلەن سوۋۇتمايى ئامال بولمايدۇ (گەرچە بىمار قەيي قىلىشقا مايىل بولسا، بەرداشلىق بېرەلىگۈدەك ھالەتتە قەيگە ياردەم بەرگەندىن كېيىن قار بىلەن سوۋۇتۇلسمۇ). بۇ سوۋۇتۇشتا بىماردا ئۇسسۇزلۇق بولسا، ئۇسسۇزلۇق پەسىيدۇ.

قەيي توختىمسا قەينى توختىدىغان ئۇسۇللاردىن بىرى، ئاشقازاننى يۇقىرىقى ئۇسۇل بويىچە سوۋۇتۇش ۋە قورساقتا تىلماي ھەجامەت قۇيۇشتۇر، ئەگەر سوۋۇتقۇچى نەرسىلەر مېۋە ئۇسارىسىدىن ئىبارەت سوغۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەر بولسا، ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر مېۋە ئۇسارىسىگە سەندەل، كافۇر، قىزىلگۈل ئارىلاشتۇرۇلۇپ قورساقتا تىلا قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ، بەزىدە پۇت ـ قولنى باغلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئەگەر ھارارەت كۈچلۈك بولمسا، مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلەنگەن داۋائۇتتىينى نسابۇرى بىلەن داۋالىنىدۇ. ئاندىن چوڭ تەرەتكە قارىلىدۇ، ئەگەر كەيلۇس ۋە كەيلۇسقا ئوخشايدىغان نەرسە ياكى ھەزىم بولمغان يېمەكلىك چىقسا، بۇنى بىرەر ئۇسۇل بىلەن توختاتماسلىق لازىم، چۈنكى بۇنى توختىتىش ئىنتايىن خەتەرلىكتۇر. ئەگەر بۇ ئىچ سۈرۈشتىن چاپلاشقاق ياكى ئاچچىق سۇغا ئوخشاش ئۈچەي قاسراقلىرى چىقسا ياكى بۇنىڭدىن باشقا بەدەنىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ، تومۇر سوقۇشقا تەسىر كۆرسىتىپ، تومۇرنى ئارقىمۇئارقا نورمالسىز، تۆۋەن سوقتۇرىدىغان ئەھۋاللار ۋە بەدەن ئورۇقلىغاندەك، قورساق تېرىسى تارتىشقاندەك ئېغىر ئۆزگىرىش كۆرۈلسە، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش كېرەك.

بەزىدە قىزىتما ۋە ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولسا، بۇ ئىچ سۈرۈشنىڭ ساقىيىشقا يۈزلەنگەنلىكىنى كۆرسىتىدۇ. بۇ خىل ئىچ سۈرۈشنى توختىتىشتا تۇتقۇچى رۇبىلار بىلەن ياردەم تەلەپ قىلىنىدۇ. بەزىدە پىننىگە ئوخشاش دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ، ئەگەر ئۇلار پىننىگە ئوخشاش دورىلارنى قەيي قىلىۋەتسە، قايتا ئاز ـ ئازدىن بېرىلىدۇ. قەيي قىلىۋەتكەنلىك سەۋەبىدىن ئۇلارغا ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى دورىلار ۋە تۇتقۇچى رۇبىلارنى ئىچكۈزۈشتىن توختاپ قالماستىن، بەلكى قايتا ـ

قايتا بېرىش ۋە دورىلارنى ئالماشتۇرۇپ تۇرۇش، دورىلارنىڭ ھەممىسى تەييار بولۇش لازىم. قىزىتىلغان قىزىلگۈل سۇيى ئۇلارنىڭ ئاشقازىنىنى كۈچلەندۈرىدۇ ۋە كېسىلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

بۇ رۇببىلار ئۇلارنىڭ ئاشقازىنىنى ئېچىشتۇرۇپ، ئىچ سۇرۇشكە سەۋەبچى بولغان ماددىغا ياردەم بېرىدىغان چۈچۈمەل بولماسلىقى كېرەك. ئەگەر بۇ رۇببىدا چۈچۈمەللىك بولسا، ئىچىنى سۇرگۈزمەيدىغان ياكى قەيە قىلدۇرمايدىغان دورىلار بىلەن چۈچۈمەللىك يوقتىلىدۇ. چۈچۈمەل نەرسىلەر ئۈچەي شىللىق پەردىسىنى تۆكۈۋېتىدۇ. شۇنداقلا بەك سوغۇق بولغان ئىچىملىكلەر ئاشقازانىنىڭ تېگىگىچە يېتىپ بارغانلىقتىن، بۇ خىل كىشىلەرگە ماس كەلمەيدۇ. بەك سوغۇق ئىچىملىكلەر كۆپىنچە سەپرادىن بولغان خولېراغا مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇڭا، ئۇلارنىڭ بەك سوغۇق ئىچىملىكلەرنى قوبۇل قىلىش ئەھۋالىنى سىناپ بېقىش لازىم.

ئىچكى پوستى بىلەن سىقىلغان ئانارنىڭ سۇيىگە ئازراق ياخشى پىننە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان پىننە شەربىتى قەيە قىلىشنى توسىدۇ. ئازراق يېيىشكە بولىدىغان گىل سېلىنغان ئاچچىق ئانار سۇيىمۇ شۇنداق تەسىرنى بېرىدۇ. خولېرا بىمارلىرىنىڭ كۆپىنچىسى بەك قىزىق قايناق سۇ ئىچىسە، قۇۋۇەت تومۇرلارغا تارقاپ، تۆكۈلگەن ماددىلار تومۇرلارغا قايتىدۇ. ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، قۇۋۇەتلەش، تۇتۇش ۋە ئازراق ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش خۇسۇسىيىتى بولغان ياغلار بىلەن بىمارنىڭ قوۋۇرغا بېشىنى ياغلاش لازىم. سۇمبۇل رۇمى يېغى، سەۋسەن يېغى، مەغزگۈلى يېغى، قىزىلگۈل يېغى ۋە مەستىكى سېلىپ قاينىتىلغان ياغ ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ.

قويۇق تاماق يېگەندىن خولېرا بولغان كىشىگە بەك ياخشى مەنپەئەت قىلىدىغان سۇۋالما دورىنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل يېغى ۋە ئازراق موم قوشۇلغان بىنەپشە يېغىدىن تەييارلانغان بولۇپ، ئۇ ياغ بىلەن بوغۇم ۋە مۇسكۇللار ياغلىنىدۇ. قىش پەسلىدە ئازراق موم سېلىنغان سۇمبۇل يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ. بىمارنىڭ ئاشقازان ساھەسىگە ھەممىگە مەلۇم بولغان كۈچلۈك تۇتۇش خۇسۇسىيىتى بولغان سوغۇق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلار چۈشكەن زىمات سۇركىلىدۇ. ئەگەر خولېرانى

توسۇشتىن خەۋپ بولۇپ، بۇزۇق يېمەكلىك ياكى كېسەللىك قوزغىغۇچى ناچار خىلتىتىن ئىبارەت تازىلاشقا تېگىشلىك بارلىق نەرسىلەر تازىلانمىسا، بۇ خىلتىلارنىڭ قۇۋۇتىنى تۆۋەنلىتىدىغان يېمەكلىكلەر بىلەن تەڭشەپ، بىرقانچە كۈندىن كېيىن مۇڭاپىق دورىلار بىلەن چىقىرىپ تاشلاش كېرەك. ئەگەر خولېرا پۈتۈنلەي غىزا سەۋەبىدىن بولماي، بەلكى ئاشقازانىنىڭ سوغۇقلۇقىدىن ئىبارەت يارەمچىنىڭ بارلىقىدىن بولسا، بىمار يېتەرلىك مىقداردا قەي قىلىپ بولغاندىن كېيىن، داۋاملىق قەي قىلىشنى توختىتىش ئۈچۈن ئازراق ئۇزۇم شىرنىسى ياكى ئوردان ئارىلاشتۇرۇلغان پىننە شەربىتى بىلەن تەدبىر قىلىندۇ ۋە ئۇلارغا ئىسسىققا مايىل زىماتلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۇخلىتىدىغان غىزاغا ئوردان ۋە ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇدەك مىقداردىكى ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق تەم تەڭشىگۈچلەر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئۇلارغا يەنىلا خورما شىرنىسىغا چىلانغان نان مەنپەئەت قىلىدۇ.

بۇ خىل بىمارلارغا بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن دورىلار ئىچكۈزۈلۈپ ۋە زىمات قىلىنىپ بولغاندىن كېيىن يۇمشاق كۆرپىدە ياتقۇزۇش، سەگەنچۈك (ياكى تەۋرەنمە ئورۇندۇق) تە تەۋرىتىش، نەغمە ـ ناۋا قىلىش، يېنىك ئۇۋۇلاش قاتارلىق تەدبىرلەر بىلەن ۋە بىز ئۇيقۇسىزلىق غەلىبە قىلغان كىشىنى ئۇخلىتىش بايانىدا سۆزلىگەن تەدبىرلەر بىلەن ئۇخلىتىلىدۇ.

بۇ خىل بىمارلار تۇرىدىغان ئۆي يورۇق ۋە سوغۇق بولماسلىقى كېرەك، چۈنكى سوغۇق ئۇلارنىڭ خىلتىلرىنى ئىچگە ئىتتىرىدۇ. بىز خىلتىنى ئىچىدىن سىرتىغا تارتىشقا بەك ئېھتىياج بولمىز. ئەگەر تومۇر كېچىكىپ، تەشەننۇج ياكى ھېچ تۇتۇش ئالامەتلىرىدىن بىرەرسى كۆرۈلۈشكە باشلىسا، بىمارغا دەرھال ئازراق قابىزلىقى بولغان رەيھان شەربىتى بېھى سۇيى ياكى مۇمكىن بولسا قىزىق بۇغداي نېنىنىڭ يۇمشىقى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈك دورىغا ئېھتىياج چۈشسە، قۇش ۋە پاقلانلارنىڭ يۇمشاق گۆشىدىن كۆپرەك ئېلىپ، يۇمشاق چاناپ قازانغا سېلىپ شورپىسى تۈگەي دېگۈچە قاينىتىپ، ئاندىن قاتتىق سىقىپ، سىقىلغان سۇيى ئازراق قاينىتىلىپ، سوغۇق تەبىئەتلىك مېۋىلەر بىلەن چۈچۈمەل قىلىندۇ. سوغۇق تەبىئەتلىك مېۋىلەرنىڭ ياخشىسى ئانار ۋە بېھىدۇر. بەزى تېۋىپلار ئۇنىڭغا

ئازراق شاراب قوشۇپ ئىچكۈزۈپ ئاندىن ئۇخلىتىدۇ. بۇنىڭغا ئازراق نان ئارىلاشتۇرۇلسا دەخلىسى بولمايدۇ، بۇ خىل بىمارلارنىڭ ئىشتىهاسى ئۆزۈمنى خالىسا، ئازراق ۋاقتى ئۆتكەن ئېسىلغان ئۆزۈمنى ئۇرۇقى بىلەن يۇمشاق چاينا پ يېسە زىيىنى بولمايدۇ.

ئاشقازىنىدا ھېچ نەرسە تۇرماي، قۇسۇشقا مايىل بولسا، قورسقىنىڭ ئاستىغا، كىندىك تۆۋىگە تىلماي چوڭ ھىجامەت قويۇلىدۇ. بۇنىڭدىمۇ تۇرمىسا، ئېغىزمانىنىڭ تۆۋەنرەكىگە ھىجامەت قويۇلىدۇ. ئەگەر ھىجامەت قويۇقلۇق ھالەتتە ئۇخلىتىش مۇمكىن بولسا تېخى ياخشى. ئەگەر يېگەن يېمەكلىك ئاشقازانىنىڭ ئاستىغا ئازراق تۆۋەنلىسە، قولتۇق ۋە ئىككى بىلىكىدىن باغلاپ ئۇخلىتىلىدۇ. ھىجامەت ياكى تېڭىقنىڭ ئاغرىقىدىن ئويغىنىپ كەتسە قايتا تېڭىلىدۇ.

كېسەلدىن ئەمىن تېپىپ، تاماق قەي بىلەن يانمايدىغان بولغۇچە ياكى ئىچ سۇرۇش توختىغىچە ھىجامەت قويۇش بىلەن تېڭىقنى بوشاشتۇرۇشقا بولمايدۇ. قەي ۋە ئىچ سۇرۇش توختىغاندا ئىككى خىل تەدبىرنىڭ قايسىسىنى خالىسا تەدرىجىي بوشاتسا بولىدۇ.

ئەگەر بىمار غىزانى قوبۇل قىلالماي ئىچى سۇرۇۋەرسە، تۇتۇش خۇسۇسىيىتى بىلەن ئازراق سېزىمسىزلاندۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر بىرلەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. مەسىلەن: قورۇلغان نىشاستىنى پوستى خەشخاش قاينىتىلمىسىغا سېلىپ، ئۇستىگە ئازراق ئىپار قوشۇلغان ئامىلە ئۇسارىسى سېلىپ، تاتلىق قىلماي بېرىلىدۇ. چۈنكى تاتلىق نەرسە بەزىدە بۇ دورىلارنى بەدەن ياقتۇرماسلىققا ۋە چوڭ تەرەت يۇمشاپ، ئىچى سۇرۇپ كېتىشىگە سەۋەب بولىدۇ. بۇنداق دورا بېرىلگەندە بىمار ئۇخلاتقۇزۇلىدۇ، ئەگەر قەي بار بولسا، بۇ دورىدىن كېيىن بىر قوشۇق پىنىنە شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى دورا پىنىنە شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بولسا، دورىدىن بۇرۇن تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بېھى سۇيى، ياۋا ئالما سۇيى، ئامۇت سۇيى، شامنىڭ ئاچچىق ئالما سۇيى قاتارلىقلارغا ئەمبەر سېلىپ، سۇمۇرتۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇلارنىڭ ئۇسسۇزلۇقى ئارپا تالقىنى بىلەن ياكى ئانار سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇلغان ئالما تالقىنى بىلەن پەسەيتىلىدۇ. بىماردىن

قۇۋۋەتلەيدىغان خۇش پۇراق نەرسىلەرنى ئايرىماسلىق ۋە ئۇلارنىڭ ئەھۋالىنى كۆزىتىپ تۇرۇش، خۇش پۇراقلىق نەرسىلەرنىڭ قايسىبىرى كۆڭلىنى ئېلىشتۇرسا، باشقا بىرىنى ئالماشتۇرۇش لازىم. بۇ خىل بىمارلارنىڭ بەزىسى ناننىڭ پۇرىقىنى ئۆچ كۆرسە، بەزىسى ناننىڭ پۇرىقىدىن ھۇزۇرلىنىدۇ. بەزىسى شورپىنىڭ پۇرىقىنى ئۆچ كۆرسە، بەزىسى ئۇنىڭدىن ھۇزۇرلىنىدۇ. شاراب ۋە بۇخۇرلارمۇ بەزىسىگە ياقسا، بەزىسىگە ياقمايدۇ. ئەمما بۇلارنىڭ كۆپىنچىسى مېۋىلەرنىڭ پۇرىقىنى ياقتۇرىدۇ، بۇ خىل بىمارلارغا ھەقىقىي ئاجىزلىق بولمىسا تاماق بەرمەسلىك لازىم. ئەگەر تازىلاشتىن بۇرۇن ئۇلارنىڭ قورسىقى ئاچسا، تاماق بېرىلمەي، بەلكى مۇنچىغا كىرگۈزۈلۈپ، باشلىرىغا ئىسسىق سۇ قۇيۇلىدۇ ۋە مۇنچىدا ئۇزۇن تۇرغۇزۇلمايدۇ. ئەگەر تەشەننۇج كۆرۈلسە، بوغۇملىرىغا ئاسان سىڭدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك يۇمشاتقۇچى قىرۇتلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇ قىرۇتلار قىشتا سۇمبۇل رۇمى يىغى، گۈلسەۋسەن يىغى بىلەن، يازدا قىزىلگۈل يىغى ۋە بىنەپشە يىغى بىلەن تەييارلىنىدۇ. شۇنداقلا قىرۇتنىڭ ئۈستىدىن ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ۋە يۇمشاتقۇچى ياغلارغا، زەيتۇن يىغىغا چۆكۈرۈلگەن رەخت تېڭىلىدۇ ۋە ئىككى تەرەپ جاغ سۆڭىكىگە ئەھمىيەت بېرىپ، ئاستىنقى ۋە ئۈستۈنكى جاغ تۇتاشقان ئورۇن ۋە ئاستىنقى جاغنى ئۈستى تەرەپكە ھەرىكەتلەندۈرىدىغان مۇسكۇللار داۋاملىق قىرۇتلار بىلەن بوشىتىلىدۇ. ئەگەر خولېرانى قوزغىغان ماددا پەسىيىپ، بىمار ئۇخلاپ ئويغانسا، بىمارغا ئازراق رۇببىلار ئىچكۈزۈلىدۇ ھەم مۇنچىغا كىرگۈزۈپ، مۇنچىنىڭ ھۆللۈكى يەتكۈدەك ۋاقىت تۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن ئۇلارنى مۇنچىدىن چىقىرىپ خۇش پۇراقلىق نەرسىلەرنى چېچىپ، ئاسان ھەزىم بولىدىغان ياخشى كەيمۇسلۇق غىزالاردىن ئازراق يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە بىمار خۇشال قىلىنىدۇ. ئۇلارنىڭ كۆپ سۇ ئىچىشىگە ياكى سۇ ۋە شارابقا يېقىنلاشتۇرۇپ ياكى تاماقتىن كېيىن تۇتقۇچى نەرسىلەرنى يېيىشىگە رۇخسەت قىلىنمايدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى ۋەرد سەغىر، قۇرسى ۋەرد كەبىر، جۈلەنجەبىن (ھەسەل سېلىنغان گۈلقەنت)، تاباشىر، جاۋارىش خۇزى قاتارلىقلار بىلەن ئۇلارنىڭ ئاشقازىنىنى كۈچەيتىشكە تەدبىر قىلىنىدۇ. كۆپىنچە مۇنچىغا چۈشۈرۈش خىلىتلار ۋە خولېرا ماددىسىنىڭ بەدەنگە تاراپ كېتىشى ۋە ئەزالاردا سۇنۇق پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولىدۇ.

7 ـ پەسل دورا سەۋەبىدىن پەيدا بولغان ئىچ سۇرۇشكە تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

سۇركە دورىلار ۋە قەي قىلدۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش تەدبىرىنى سۆزلىگەندە دوردىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى ئايرىم سۆزلىگەندۇق، شۇنداق بولسىمۇ بۇ يەردە قىسقىچە سۆزلەيمىز.

دورا سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش دەسلەپتە ياغ ۋە سۇتلەر بىلەن داۋالىنىدۇ، بولۇپمۇ سۇتلەرنىڭ تۇتقۇچى بولۇشىغا چارە قىلىنغاندا ۋە ياغلارغىمۇ ئازراق چارە قىلىنغاندا، ياغ، سۇتلەر ئېچىشىشنى پەيدا قىلغان سەۋەبىنى نورماللاشتۇرىدۇ. بەزىدە ئىچ سۇرۇشنىڭ دەسلىپىدە سۇت، ياغ، قاينىاق سۇ ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە بۇ نەرسىلەرنى بىر قانچە قېتىم ئىچىش ۋە قاينىاق سۇ ئىچىش شىپا بولىدۇ، بولۇپمۇ ئاشقازان ۋە ئۇچەيلەرگە دورا جەۋھىرىدىن بىر نەرسە چاپلىشىپ قالغاندا قاينىاق سۇ ئىچىش ئۇنىڭ زىيىنىنى يوقىتىدۇ. ئاندىن كېيىن مىزاجنى تەڭشىگۈچى، سىلىقلاشتۇرغۇچى ھۆقنە ياكى غىزا ئىشلىتىلسە، شۇنداق مەنپەئەت قىلىدۇ. مۇنچىغا كىرىشمۇ بەزىدە ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ.

8 ـ پەسل بوھراندىن بولغان ئىچ سۇرۇشنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا

بوھراندىن بولغان ئىچ سۇرۇش زور خەتەرگە ئېلىپ بارمىسا، توختاتماسلىق لازىم. بوھراندىن بولغان ئىچ سۇرۇش كۆچىيىپ كەتسە، خولىرانى داۋالايدىغان دورىلارغا يېقىن دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. لېكىن كېسەللىك بەك ئۆتكۈر بولسا، مائۇللەھمى تاماق قىلىپ بېرىلمەستىن، بەلكى ئارپا تالقىنى، ئالما تالقىنى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ھالۋىغا ئوخشاش سوۋۇتۇش ۋە قويۇقلاشتۇرۇش

خۇسۇسىيتى بار نەرسىلەر تاماق قىلىپ پىشىرىلىدۇ. ئەگەر گۆشنى كۆتۈرەلسە، ئانار ئۇرۇقى بىلەن پىشۇرۇلغان پىلىق ياكى ماددىنى تارقىتىدىغان، قۇرىتىدىغان يۇمغاقسۇت قاتارلىق تۇتقۇچى دورىلار سىپىلگەن پىلىق سۇيى قاتارلىقلار تاماق قىلىپ پىشىرىلىدۇ.

9 ـ پەسىل قانلىق تولغاق توغرىسىدا

قانلىق تولغاقنىڭ ئەھۋالىدىن تۇنجى بولۇپ تولغاقنىڭ راست تولغاق ياكى ساختا تولغاق ئىكەنلىكىنى بىلىش كېرەك.

ساختا قانلىق تولغاق مەقئەتنىڭ ئۇستىدە قۇرۇپ توختاپ قالغان چوڭ تەرەت بولۇپ، بەزىدە بۇ چوڭ تەرەتتىن بىر نەرسە سقىلىپ ئاقىدۇ. بەزىدە بۇ تەرەتنى ماڭدۇرۇش قىيىن بولغانلىقتىن، ئۇچەي سويۇلىدۇ. بەزىدە شۇنداق ئەھۋال بولۇپ، بۇ قانلىق تولغاق دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ. ئەگەر مۇشۇنداق بولسا، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ھۆقنىلەر ۋە كۆيۈشتۇرگۈچى شىيافلار بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەگەر يۇمشاتقۇچى ھۆقنە كار قىلمىسا، بۇ ھۆقنە يۇمشىتىشى ۋە ھۆللۈكى بىلەن قۇرۇپ تەرەتنى چىقارغۇدەك دەرىجىدە ئۆتكۈرلەشتۈرۈلىدۇ. قۇرۇپ قالغان چوڭ تەرەتنىڭ قالدۇقنى چىقىرىش ئۈچۈن يۇمشاتقۇچى ھۆل ھۆقنىگە ئېھتىياج چۈشسە، شۇ ھۆقنىلا ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە ماددا قويۇق بولغاندا ھەببى مۇقەل ئىچىشكە ياكى بەتەم يېيىلمى ئىچىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر ھارارەت بولسا، خىيارشەنبەر، بىنەپشە شەربىتى قاتارلىقلارغا ۋە خىيارشەنبەر، رۇببىسۇس، كەتىرا قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ھەبكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر راست قانلىق تولغاق بولۇپ، ئۇ مەقئەتكە يەتكەن سوغۇقلۇق سەۋەبىدىن بولسا، قىزىتىلغان رەخت ياكى قىزىتىلغان بۇغداي كېپىكى بىلەن مەقئەت، ئىككى كاسا، دوۋساق ۋە سۈيدۈك توشۇش نەيچىسى ئۇدۇلغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ داۋالىنىدۇ، قىزىتىلغان تېرىق ۋە تۇزنى خالتىغا سېلىپ ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ياكى ئىسسىق سۇغا چۆكۈرۈلگەن بۇلۇت

ياكى قىزىتىلغان قۇرۇق بۇلۇت بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ، تۇتقۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارنىڭ بەزىسىدىن تەييارلانغان قىرۇتى بىلەن ياغلاپ، يەرلىك ئورۇن ئوتقا قاقلىنىدۇ ھەم يەرلىك ئورۇنغا قىزىتىلغان شاراب ۋە خام زەيتۇن يېغى تىلا قىلىنىدۇ ياكى بىمار قىزىق مۇنچىغا كىرىشكە ۋە قىزىق يەردە ئولتۇرۇشقا بۇيرۇلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، سوغۇق كۆپىنچە ئەھۋاللاردا قانلىق تولغاقتا زىيان قىلىدۇ، يېنىك دەرىجىدە ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش كۆپىنچە ئەھۋاللاردا قانلىق تولغاقتا مەنپەئەت قىلىدۇ. تولغاق تۇرلىرىنىڭ كۆپىنچىسىگە قويۇق، چاپلاشقاق كەيمۇس پەيدا قىلىدىغان يېمەكلىكلەر زىيان قىلىدۇ.

تولغاق يېگەن قاتتىق نەرسە سەۋەبىدىن بولسا، سىرىنقىچىچەك يېغى، بابۇنە يېغى، مۇقەل، موم قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان قىرۇتى بىلەن ياكى قىزىق زەيتۇن يېغى بىلەن بوشىتىلىدۇ.

ئەگەر تولغاق ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق سەۋەبىدىن بولسا، ئىششىققا تومۇر يولىدىن ياكى ئىچ سۇرۇش يولىدىن ئېقىپ كەلگەن نەرسىلەرنى توختىتىشقا كۆڭۈل بۆلۈنىدۇ ۋە ئىششىقنىڭ تەدبىرىنى قىلىشقا ھەم ئىسسىق خىلىتلارنى نورماللاشتۇرۇشقا ئەھمىيەت بېرىلىدۇ.

تولغاقنىڭ دەسلىپىدە قان ئېلىش زۆرۈر بولسا، قان ئېلىپ داۋالاش ۋە غىزانى ئىنتايىن ئازايتىش، مۇمكىن بولسا ئىككى كۈن روزا تۇتقۇزۇش ۋە كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە بوشىتىش بىلەن بىرگە ئازراق سوغۇقلۇققا مايىل بولغان ۋە قويۇلۇۋاتقان ماددىنى توسىدىغان دورا سۈلىرىدا يۇيۇش لازىم. بۇ خىل كېسەللىككە ئاس سۈيى، ئازراق خېنە قوشۇلغان قىزىلگۈل سۈيىگە چۆكۈرۈلگەن كىگىز پارچىسىنى قويۇش مەنپەئەت قىلىدۇ، يەنە دەسلەپتە ئارپا سۈيى، ئىتئۈزۈمى سۈيى، قىزىلگۈل سۈيى ۋە يېغى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى قاتارلىقلار ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئەگەر باشقا ئەزادىن قۇيۇلغان نەرسە ئىسھال بولسا، ئۇ ھەممىگە مەلۇم بولغان دورىلار بىلەن توختىتىلىدۇ. ئاندىن يەرلىك ئورۇننى دورا سۈيىدە يۇيۇپ، بابۇنە، سىرىنقىچىچەك قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنى ھەممىگە مەلۇم بولغان تۇتقۇچى دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلىنىدۇ. ئاخىرىدا ماددىنى

پىشۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يىغىلىپ قېلىش بولسا، ماددا پىشقاندىن كېيىن توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسى يۇقىرىدا سۆزلىنىپ بولدى.

بەزىدە تۇتقۇچى دورىلار بىلەن قاينىتىلغان تاتلىق زەيتۇن يېغىنى ھۆقنە قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. غىزا ھېرىشكە توغرا كەلسە، ئەڭ ياخشى غىزا قاينىتىلغان يېڭى سۈتتۇر. چۈنكى قاينىتىلغان يېڭى سۈت ئۈستىدىن سۈيۇقلۇق ئېقىشنى توختىتىپ يەرلىك ئورۇننى يۇمشىتىدۇ. ماددىنى پىشۇرۇش، تارقىتىش، ئاغرىق توختىتىش مەقسەت قىلىنغاندا ياخشى دورىلاردىن شۇمشا ۋە ھەمىشباھارنى زىمات قىلىش، ئىكلىلمىلىكنى زىمات قىلىش، قاينىتىلغان كاللەكبەسەينى زىمات قىلىش مۇۋاپىقتۇر. ئەگەر بۇنىڭدىن كۈچلۈكرەككە ئېھتىياج چۈشسە، بۇ زىماتلارغا ئازراق پىشۇرۇلغان پىياز ۋە مۇقەل ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئىششىق ياللۇغلىنىپ بىئارام قىلغاندا ئىشلىتىلىدىغان تەجرىبىدىن ئۆتكەن مەلھەملەردىن بىرى كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن، نارەنجى بىلەن ياسالغان قوغۇشۇن ئۇپىسى، سىركىگە چىلانغان مەدەستان قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، تۇخۇم سېرىقى ۋە ياخشى تەييارلانغان قىزىلگۈل يېغى قاتارلىقلار بىلەن يۇغۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر تېۋىپ خالىسا، بۇ مەلھەمگە ئىتئۈزۈمى سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى تېمىتىلىدۇ. ئەگەر يەنە خالىسا، ئالتۇن ۋە كۈمۈش چىلىندانلار كۆپەيتىلىدۇ.

بەزىدە بۇ خىل بىمارلارغا گىل قىيمۇلىيانى تۇخۇم سېرىقى، قىزىلگۈل يېغى بىلەن قوشۇپ مەلھەم قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر تولغاق قاتقان ئىششىق سەۋەبىدىن بولسا، قاتقان ئىششىق بايانىدا تونۇشتۇرۇلغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ.

بۇ ھەقتە تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلاردىن بىرى شۇكى، مۇقەل، زەپەر، خېنە، قۇرۇق سېرىق خەيرى، قوغۇشۇن ئۇپىسى قاتارلىقلار توخۇ ۋە ئۆردەكنىڭ كونا يېغى ھەم كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى بىلەن بىرلەشتۇرۇلىدۇ. بولۇپمۇ بۇغا پاچىقىنىڭ يىلىكى، تۇخۇم سېرىقى، قىزىلگۈل يېغى، ئاق لەيلى يېغى قاتارلىقلار بىلەن بىرلەشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر قانلىق تولغاق ئوفۇنەتلەنگەن بەلغەم خىلتى ياكى سەپرا خىلتىنىڭ شۇ ئورۇنغا سىڭىپ كىرىش

سەۋەبىدىن بولسا، شۇنىڭدەك بەلغەم چاپلاشقاق بەلغەم بولسا، ھەسەل بىلەن داۋالىنىدۇ. بۇنى داۋالاشنىڭ ئەڭ ياخشىسى 170 گىرام تۇزدا داغلانغان زەيتۇن يېغى شۇ يەردىكى ئوفۇنەتلەنگەن خىلتىنى چىقارغانغا قەدەر ھۆقنە قىلىنىدۇ ياكى قىزىلچا يوپۇرمقى ئۇسارىسىدىن تەييارلانغان ھۆقنىنى بىنەپشە، تۇربۇت بىلەن كۆچلەندۈرۈپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئاندىن شىيافى زەھرىنىڭ ئاغرىق پەسەيتىدىغانلىرى بىلەن داۋالىنىدۇ. بەزىدە بەلغەمدىن بولغان قانلىق تولغاقتا ھەببى مەنتىن ئىچىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئەگەر تولغاق يۇقىرىدىن چۈشكەن نەرسىنىڭ قالدۇقى سەۋەبىدىن بولۇپ، قەي قىلسا ۋە ئىچ سۇرۇش توختىتىلسا، ئىچ سۇرۇش توختىتىلغاندا بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قارىلىدۇ، ئەگەر بىمار بەرداشلىق بېرەلسە ھەم ئىچ سۇرۇشنىڭ قايتا قوزغىلىش خەۋپى بولمىسا، يەڭگىل ھۆقنىلەر ئىشلىتىلىدۇ ياكى ماددا سەپراۋى بولغاندا، بىنەپشىگە ئازراق تۇز قوشۇپ تەييارلانغان شامچە ھەمەل قىلىنىدۇ. تۇربۇت ياكى قويۇلدۇرۇلغان خىيارشەنبەر ھەسىلىگە ئازراق توغرىغۇ ۋە تۇربۇت قوشۇپ تەييارلانغان شامچە ھەمەل قىلىنىدۇ.

ئەگەر تولغاق ماددىسى بەلغەمدىن بولسا ھۆقنە ئىشلەتمەي، بوشىتىدىغان، سېزىمسىزلاندۇرىدىغان، يۇمشىتىدىغان، ئاغرىق پەسەيتىدىغان نۇتۇل ۋە شىيافلار بىلەن بەلغەم ماددىسى ئىتتىرىپ چىقرىلىدۇ. ئەگەر تولغاقتا ئېغرىلىشپ چىقىدىغان ماددا بولماي، بەلكى ئارقىمۇئارقا كېلىدىغان ئىچ سۇرۇش كۆرۈلسە، ئۇنىڭ سەۋەبى بەزىدە قاتقان ئىششىق بولىدۇ، بەزىدە بەدەنگە يەتكەن سوغۇقلۇق بولىدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا يۇڭنى قىزىلگۈل يېغى، ئاس يېغى، بىنەپشە يېغى، بابۇنە يېغى ۋە ئازراق شاراب قاتارلىقلارغا ئوخشاش قىزىتىلغان ياغ بىلەن نەمدەپ، مەقئەت، دوۋساق، ئۇرۇقدان قاتارلىقلارغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ توختىمسا، ياغلار بىلەن مەقئەت، زەكەر ۋە ئىككى ئۇرۇقدانغا قىزىتىلغان قارا كۈنجۈت يېغىنى ھۆقنە قىلىپ، بىر سائەت تۇرغۇزسا شىپا بولىدۇ. بۇنى تېۋىپلار سۆزلىگەن. كېيىنكى تېۋىپلارنىڭ بەزىسى مېنىڭ دەپ دەۋا قىلغان بىر تەدبىرنى بىز تەجرىبىدىن ئۆتكۈزدۇق، بۇ ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر تولغاق يارا ۋە

گۆشخور ياردىن بولسا، چوڭ تەرەتكە قارىلىدۇ. ئەگەر چوڭ تەرەت قاتتىق قۇرغاقلىق سەۋەبىدىن ئېزىلمەيدىغان بولسا، چوڭ تەرەتنى ئۆتكۈر بولمىغان نورمال مۆتىدىل سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار بىلەن يۇمشىتىشقا تىرىشچانلىق كۆرسىتىلىدۇ. بۇنداق ئوروندا چوڭ تەرەتنىڭ قۇرۇپ قېلىشى بەك خەتەرلىكتۇر. بۇ خىل بىمارلارغا ئاچچىق، تۇزلۇق، ئۆتكۈر، بەك چۈچۈمەل يېمەكلىكلەرنى بەرمەسلىك كېرەك. چۈنكى بۇ نەرسىلەرنىڭ هەممىسى چوڭ تەرەتنى ئاغرىتىدىغان، ئېچىشتۇرىدىغان، ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويۇلدىغان قىلىپ قويىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، شىيافلارغا تايانغان ئاساستا ئۇچەي گۆشخور يارىسى ۋە ئۇچەي يامان سۈپەتلىك يارىسىنى داۋالايدىغان دورىلار بىلەن داۋالاش لازىم.

ئەگەر ماددىنى تازىلاشقا ئېهتىياج چۈشسە، دەسلەپتە ئازراق تۇز ئارىلاشتۇرۇلغان مائۇلھەسەل ھۆقنە قىلىنىدۇ. بۇنىڭ ھۆقنىسى يۇقىرىقىغا يەتمەيدىغان ھۆقنە بولۇشى لازىم. بەزىدە هەسەل، توغرىغۇدىن شىياق تەييارلاپ ئىشلىتىپ، ئاندىن يارىلارنى داۋالاشقا مەشغۇل قىلىنىدۇ. ئەگەر تولغاق بوۋاسىر، ئاقما ۋە تۇز ئۇچەينىڭ ئېچكى پەردىلىرى يېرىلىش قاتارلىقلاردىن بولسا، ھەربىرىنىڭ بايىندا سۆزلىنىدىغان دورىلار بىلەن تولغاقنىڭ سەۋەبىگە قاراپ داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

10 ـ پەسىل تولغاققا هەمەل قىلىنىدىغان شىيافلار توغرىسىدا

تولغاققا هەمەل قىلىنىدىغان شىيافلارنىڭ ئەڭ ياخشىسى تۇتۇش قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولغىنىدۇر. ياخشى شىيافلار هەممىگە تونۇشلۇق بولغان شىيافى ئىسكەندەر، شىيافى سۇندۇرۇس ۋە بىز ئۇچەي يارىسىنى داۋالاش بايىندا سۆزلىگەن سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورا چۈشكەن كۆپلىگەن شىيافلاردۇر.

تولغاققا ئىشلىتىلىدىغان شىيافنىڭ نۇسخىسى: ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، كۈندۈر، زەپەر قاتارلىقلارنى ئېلىپ، شىياق تەييارلاپ هەمەل قىلىنىدۇ. يەنە بىر

نۇسخىسى: خام موزا، قوغۇشۇن ئۇپىسى، كۇندۇر، خۇنسىياۋشان، ئەپيۇن قاتارلىقلاردىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ھەمەل قىلىنىدۇ. زىمات دورىلاردىن تۇخۇم سېرىقى، بۇغداي نېنىنىڭ يۇمشىقى، بابۇنە ياكى ھۆل بابۇننىڭ سقىلغان سۇيى، قۇرۇق سېرىقچېچەك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى لوئابى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان زىماتتۇر. مەقئەتكە ئىشلىتىلىدىغان زىماتلارنىڭ ياخشىسى پىشۇرۇلغان شام كۆدىسگە كالىنىڭ سېرىقمېيى، قىزىلگۈل يېغى، ئازراق سۈزۈك موم قوشۇپ تەييارلانغان زىماتتۇر.

بۇخۇر قىلىش (دورىلارنى كۆيدۈرۈپ ئىسنى يەتكۈزۈش): بۇ خىل بىمارلارنى بۇخۇر قىلىشتا ئاغرىق كۈچەيگەندە بىمارنى ئاستى تۆشۈك بولغان ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزۇپ، ئاستىغا مەقئەتكە توغرىلاپ بىر كانايچە قويۇپ، ئۇنىڭ بىلەن دورىنىڭ ئىسى يەتكۈزۈلىدۇ. بۇنىڭدا زەيتۇن ئۇرۇقى، تۆگە مايىقىنىڭ كۆپرەكىنى كۆيدۈرۈپ ئىسى يەتكۈزۈلىدۇ.

بەزىدە كۆپرەك كىبرىت بىلەن بىراقلا بۇخۇر قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل بىمارلار ئولتۇرغۇزۇلىدىغان دورا سۇلىرى ئاغرىق پەسەيتىش ئۈچۈن ھەمىشباھار، سېرىقچېچەك، بابۇنە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك قاتارلىقلار قاينىتىلغان سۇلار بولۇپ، ئاققان سۇيۇقلۇقنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە تۇتقۇچى دورىلار قاينىتىلغان سۇلارمۇ ئىشلىتىلىدۇ. ئېھتىياج بويىچە دورا سۇلىرىنى بىرلەشتۈرۈش، ئەگەر مەقئەت چىقۇالسا، تۇتقۇچى شاراب بىلەن يۇيۇپ پاكىزلاپ، ئۆز ئورنىغا كىرگۈزۈپ، بىمار تۇتۇش قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولغان دورىلار سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ياكى كىرگۈزۈپ بولغاندىن كېيىن قۇۋۋىتى كۈچلۈك دورىلارنى سوقۇپ، تۇتۇش قۇۋۋىتى كۈچلۈك ئۇسارىلەر بىلەن بىرلەشتۈرۈپ زىمات قىلىنىدۇ.

ئۈچىنچى ماقالە

ئۈچەي ئاغرىقلىرى توغرىسىدىكى تۇنجى سۆز

1 ـ پەيدا بولۇش سەۋەبلىرى

ئۈچەي تولغاپ ئاغرىش توسۇلۇپ قالغان يەل ياكى ئۆتكۈر ئېچىشتۇرىدىغان ئېشىندى ياكى شورلۇق ئېچىشتۇرىدىغان شورلۇق ئېشىندى ياكى ئۈچەيگە كىرىۋېلىپ چىقمايدىغان قويۇق ئېشىندى، يارا، ئىششىق، قىزىتما ۋە ياكى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولىدۇ. ئۈچەي تولغاپ ئاغرىشنىڭ بىر تۈرى بوھران يولى بىلەن بولىدۇ ھەم ئۇنىڭ ئالامىتى بوھراننىڭ ئالامىتىگە ئوخشايدۇ. ھەرقانداق قاتتىق تولغاپ ئاغرىش قۇلۇنجىغا ئوخشاش بولۇپ، ئۇنى داۋالاشتا قۇلۇنجىنى داۋالاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ. لېكىن سەپرا خىلتىدىن بولغان تولغاپ ئاغرىشنى قۇلۇنجىنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالىسا ئېغىر خەتەر چىقىدۇ.

ئىچ سۇرۇش قوشۇلۇپ كەلمەيدىغان تولغاپ ئاغرىش ئېغىرلاپ كەتسە، قۇلۇنجى ياكى ئۈچەي ئالمىشىپ قېلىش يۈز بېرىدۇ. ئۈچەي تولغاپ ئاغرىش قاتما ياكى قەي قىلىش، ھېق تۇتۇش ۋە ئەقلى ـ ھوشى يوقىلىش قاتارلىقلارغا ئېلىپ بارسا، بۇ، بىمارنىڭ ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقىنى كۆرسىتىدۇ.

ئالامىتى

ئەگەر ئۈچەي تولغاپ ئاغرىش يەلدىن بولسا، ئاغرىق، قورساق كۆرىكىراش،

كۆپۈش، ئېغىرلىق بولماستىن تارتىشىش، يەل چىقىش بىلەن ئاغرىق توختاش قاتارلىقلار كۆرۈلىدۇ. ئەگەر تولغاپ ئاغرىش سەپرا خىلىتىدىن بولسا، بۇنى قاتتىق ئېچىشىش ۋە قاتتىق ئۇسسۇزلۇق بىلەن بىرگە ئېغىرلىق ئاز بولۇش ۋە چوڭ تەرەتتە سەپرا خىلىتىنىڭ چىقىشى قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ. بۇ خىل ئاغرىش قۇلۇنجىغا ئوخشاپ كېتىدۇ، ئۇنى قۇلۇنجىنى داۋالىغاندەك داۋالىسا خەتىرى زور بولىدۇ. شورلۇق خىلتتىن بولغان تولغاپ ئاغرىشنىڭ ئالامتى ئېغىرلىق بىلەن ئېچىشىشنىڭ بولۇشى ۋە چوڭ تەرەتتە بەلغەمنىڭ چىقىشىدۇر. قويۇق، چاپلاشقاق خىلتتىن بولغان تولغاپ ئاغرىشنىڭ ئالامتى ئېغىرلىق، مەلۇم بىر ئورۇن دائىم ئاغرىش ۋە شۇ خىل خىلتىنىڭ چوڭ تەرەتتىن چىقىشى قاتارلىقلاردۇر. يارىدىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنىڭ ئالامتى ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشنىڭ مەلۇم ئالامتىدۇر. ئىششىقتىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنىڭ ئالامتى قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەنگەن ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرىدۇر. قۇرتتىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنىڭ ئالامتى قۇرت بايانىدا سۆزلەنگەن ئالامەتلەردۇر.

داۋالاش

ماددىنىڭ توسۇلۇشىدىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىغان ھەرقانداق بىمارنى داۋالاشتا قەي قىلدۇرۇپ، ئاندىن ئىچنى سۈرگۈزۈش لازىم.

يەلدىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشتا دەسلەپتە مۇڭاپىق تەدبىرلەر بىلەن داۋالاش، يەل پەيدا قىلدىغان تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇش، ئىچىملىكنى ئاز ئىچىش، تاماقتىن كېيىن ھەرىكەتنى ئاز قىلىش قاتارلىق تەدبىرلەر ئېلىپ بېرىلىدۇ، ئەگەر يەل يوقىمسا ئۇچەيگە يەل ئېلىپ كېلىدىغان خىلتنى تازىلاش ئۇچۇن ئۇچەينى ھۆقنە قىلىش كېرەك. بۇ ھۆقنىدە توخۇ يېغى، قىزىلگۈل يېغى، موم ئىشلىتىلىدۇ ياكى كېسەللىك يۇقىرىقى ئۇچەيلەردە بولسا، جاۋارىش شەھرىياران، جاۋارىش تەمرى ۋە ئۇرۇق دورىلار سۈيىدە ئىچىلىدىغان ئايارەج ۋە ئايارەج سەپەرجىلگە ئوخشاش ئىچىلىدىغان دورىلار بېرىلىدۇ، ئاندىن تەرياق، مەجۇنى

سەنجىرىنا ۋە يەل تارقاتقۇچى ئۇرۇق دورىلار يېگۈزۈلىدۇ.

ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى: بىستىپايەج، زىرە، قەنتەرىيۇن، سېرىقچېچەك، قۇرۇق سۇزاپ، شۇمشا، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، سۇدا ياخشى قاينىتىپ، قاينىتىلغان سۇدىن 300 گىرامدا مۇقەل ۋە سەكبىنەجنىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن ئېرىتىلىدۇ. مۇقەل بىلەن سەكبىنەج ئېھتىياج ئېتىبارى بىلەن مىقدارى ئاز - كۆپ ئېلىنىدۇ، بۇنىڭغا سۇمبۇل يېغى ياكى سۇزاپ يېغىدىن 30 گىرام ۋە ھەسەلدىن 30 گىرام سېلىپ ھۆقنە تەييارلىنىدۇ.

سۇفۇپلارنىڭ نۇسخىسى: زىرە، ھەببۇلغار، سۇزاپ، جۇۋىنەنىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن، شېكەردىن 15 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەممىسى بىر قېتىمدىلا ئىچىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: تۇم قەنتەرىيۇندىن تۆت گىرام ئېلىپ، مەتبۇخ بىلەن ئىشلىتىلىدۇ.

يەلدىن بولغان تولغاقنا ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدىغان تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلاردىن قۇرۇق ھەببۇلباندىن ئىككى قوشۇق ئىچكۈزۈلىدۇ. يەل ۋە بەلغەمدىن بولغان تولغاپ ئاغرىشقا ھەببۇلبان ۋە ھەببى بىلساننىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامى ئەتىگەن ۋە كەچتە قايناق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

يەل ۋە بەلغەمدىن بولغان تولغاپ ئاغرىشقا ئورتاق زىماتلاردىن بىرى شۇكى، پوستى بىلەن قورۇلغان پىندۇق يەرلىك ئورۇنغا قىزىق ھالەتتە زىمات قىلىنىدۇ. سېرىقچېچەك، سۇزاپ، قۇرۇق مەرزەنجۇش قاتارلىقلار بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈشمۇ زىماتقا ئوخشاش يەل ۋە بەلغەمدىن بولغان تولغاپ ئاغرىشقا ئورتاق ئىشلىتىلىدۇ.

ھەببۇلغارنى يۇمشاق سوقۇپ، شاراب بىلەن ياكى سۇزاپ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ كىندىككە زىمات قىلىپ، پۈتۈن بىر كېچە تۇرغۇزۇش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. يەل ۋە بەلغەمدىن بولغان ئۇچيىي تولغاپ ئاغرىغان بىمارنىڭ غىزاسىغا ياۋا توخۇ شورپىسى، كۆپرەك سېرىقچېچەك، خۇش پۇراق، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا - دەرمەكلەر ۋە ئۇرۇق دورىلار بىلەن بېقىلغان قېرى خوراز شورپىسىلا بېرىلىدۇ. تۇزى ياخشى نان بېرىلىدۇ. قۇرۇق نان ۋە كونا سۇيۇق شاراب بىمارغا ياخشىدۇر.

بىمار تاماقتىن بۇرۇن يېنىك ھەرىكەت قىلدۇرۇلىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، كاۋاپ قىلىنغان كىرپە ئۇچىيى تولغاپ ئاغرىغان بارلىق كىشىلەرگە مەنپەئەتلىك ئىكەن.

چاپلاشقاق بەلغەمدىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنى داۋالاش يەلدىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنى داۋالاشقا يېقىندۇر. لېكىن بەلغەمدىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنى داۋالاشتا ماددىنى ئۇستىدىن قەي بىلەن، ئاستىدىن سۇرۇپ چىقرىش بىلەن كۆپرەك شۇغۇللىنىش كېرەك. ئىچ سۇرۇش بىرگە كەلمىگەن چاپلاشقاق بەلغەمدىن بولغان تولغاقتا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى سۇفۇپى ھۇمامادۇر. بۇ خىل بىمارغا يەنە ئاق قىچىنى قۇرۇق ئۇرۇم بىلەن بىرگە ئىچكۈزۈش ۋە قۇرسى ئافاۋىيەنى ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەلغەمدىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشتا بەلغەمنى بىستىپايەج، تۇربۇت چۈشكەن ھۆقنىلەر بىلەن ۋە سەرپىستان، بىنەپشە قاتارلىقلار بىلەن مۆتىدىللەشتۇرۇپ تەييارلانغان ھۆقنىلەر بىلەن تازىلاشقا ئالدىراش كېرەك. يەنە ئايارەج پەيقىرا، جاۋارىش سەپەرجىلى بىلەن بەلغەم تازىلىنىدۇ. ئاندىن ياخشى كەيمۇسلۇق، مايلىق غىزالار، مەسىلەن: ياغ، ئانىسىنى ئېمىۋاتقان پاقلانىڭ گۆشى، توخۇ گۆشى، سەمرىتىلگەن چۈجە قاتارلىقلارنىڭ گۆشىدىن تەييارلانغان غىزالار بېرىلىدۇ. تاماقنى ياخشىلاش بىلەن بىرگە مىقدارى كېمەيتىلىدۇ. سۇيۇق شارابتىن ئازراق ئىچكۈزۈلىدۇ. سوغۇقتىن بولغان ھەرقانداق ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن، ھەببى رىشاد، رۇمبەدىيان، ئېگىر، ھەببۇلغار، غار يوپۇرمىقى، زىراۋەندە، قەنتەرىيۇن، ئۇد بىلسان قاتارلىقلارنى يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە بولسۇن، مائۇلھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈشتۇر.

سەپرادىن بولغان ئۇچەي تولغان ئاغرىشتا، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراش لازىم. ئەگەر بىمارنىڭ تەن قۇۋۋىتى كۈچلۈك، كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ماددا كۆپ بولسا، ھېلىلە قاينىتىلمىسى ياكى ئانار سۈيى، ئازراق سوقمونىيا قوشۇلغان ياكى قوشۇلمىغان ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈيى بېرىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن قاينىق سۇ بېرىلىدۇ ۋە تەمرى ھىندى، خىيارشەنبەر، شىرخىست قاتارلىقلارنىڭ

قاينىتىلمىسى بىلەن سەپرا خىلىتى تازىلىنىدۇ، ئاندىن قىزىلگۈل يېغى، ئانار سۈيى قوشۇلغان ئىسپىغۇل ئۇرۇقى ۋە قىزىلگۈل يىغى قوشۇلغان تەرخەمەك ئۇسارىسى بىلەن ماددا تەكشىلىدۇ، ئىتئۈزۈمى، تال چېچىكى قاتارلىقلار چۈشكەن سوغۇق تەبىئەتلىك زىماتلار قورساققا زىمات قىلىنىدۇ، ئۇ زىماتلارغا ھەم ئەفسەنتىن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. غىزالىرىغا يېيىسمۇق، سۇماق ۋە پالەك چۈشكەن غىزالار ھەم زىرىق چۈشكەن غىزالار بېرىلىدۇ. سەپرادىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنى قۇلۇنجى دەپ ئويلاپ، قۇلۇنجىنى داۋالغاندەك داۋالاپ خاتالىشىپ، بىمارنى ھالاك قىلىپ قويۇشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنىڭ بۇ قىسمىنى داۋالايدىغان دورىلارنى بىز سەپرادىن بولغان قۇلۇنجى تۇرلىرىنى سۆزلىگەندە تولۇق تونۇشتۇرىمىز. سۆزنىڭ تامامىيسىنى شۇ يەردىن كۆرۈۋېلىڭ.

ياردىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىش يارىنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالىنىدۇ. بىز ئۇنى يۇقىرىدا سۆزلەپ بولدۇق.

ئىششىقتىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىش ئىششىقنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالىنىدۇ.

قۇرتتىن بولغان ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنى داۋالاشتا قۇرتلارنى داۋالاش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ. بىز بۇلارنىڭ ھەممىسنى سۆزلەپ بولدۇق.

2 ـ پەسل قورساق كورىراش ۋە ئىختىيارسىز يەل چىقىش توغرىسىدا

قورساق كورىراش قورساقنى كۆپتۈرگۈچى غىزالار پەيدا قىلغان يەلنىڭ كۆپلۈكىدىن ياكى ئەزالار ۋە غىزالاردىكى ھەزىم بۇزۇلۇش سەۋەبلىرىنىڭ بىرىدىن ھەزىم بۇزۇلغانلىقتىن بولىدۇ.

ئەزالاردىكى ھەزىم بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بولغان قورساق كورىراشنىڭ

كۆپىنچىسى سوغۇقلۇق سەۋەبىدىن ياكى سىل كېسىلىدە قۇۋۇەت تۆۋەنلەپ كەتكەنلىكتىن بولىدۇ. خۇددى سىل كېسىلىنىڭ ئاخىرىدا بولغىنىدەك، غىزالاردىكى سەۋەبتىن ھەزىم بۇزۇلۇشتىن بولغان قورساق كورىكراشنىڭ كۆپىنچىسى چوڭ تەرەت يۇمشاق بولۇش ۋە چوڭ تەرەت قىلىشقا بولغان ئېھتىياج كۈچلۈك بولۇش بىلەن بىرگە بولىدۇ. بەزىدە قورساق كورىكراش ئىنچىكە ئۈچەيدە بولسا، ئاۋازى كۈچلۈك بولىدۇ، چوڭ ئۈچەيلەردە بولسا، ئاۋازى بومراق بولىدۇ.

بەزىدە قورساق كورىكراش بوھرانىڭ ئالامتى بولۇپ، ئىچ سۈرۈشنىڭ ئاگاھلاندۇرغۇچسى بولىدۇ. بەزىدە قورساق كورىكراش تالىنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولىدۇ.

بەزىدە سېرىقئېت يىرتىلغان كىشىلەرنىڭ ئۈچىيى سوۋۇپ كەتكەنلىك سەۋەبىدىن توسالغۇ پەيدا بولسا، قورساق كورىكراش كۆپ يۈز بېرىدۇ. جىگەردە ئاجىزلىق بولسا بەزىدە قورساق كورىكرايدۇ. ئەمما ئىختىيارسىز يەل چىقىپ كېتىش بەزىدە تۈز ئۈچەي بوشاپ كەتكەنلىكتىن، بەزىدە سائىم ئۈچەي بوشاپ كەتكەنلىكتىن بولىدۇ. بۇ ئىككىسى مەقئەت سېزىمنىڭ ئاجىزلىقى ياكى مەقئەتنىڭ چىقىپ قېلىشىدىن پەرقلەندۇرۇلىدۇ.

داۋالاش

بۇ خىل كىشىلەر قورساقنى كۆپتۈرىدىغان غىزالاردىن ۋە غىزالارنى كۆپ يېيىشتىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ. ئاچلىققا سەۋر قىلدۇرۇلىدۇ ۋە ھەممىگە مەلۇم بولغان ھەزىمنى كۈچلەندۈرگۈچى دورىلار بىلەن ھەزىم كۈچلەندۈرۈلىدۇ ھەم بىز يەلدىن بولغان قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەيدىغان دورىلار بىلەن يەل تارقىتىلىدۇ. كۆپىنچە ۋاقىتلاردا بۇنىڭغا ياخشى بولغان دورىلاردىن جاۋارىش كۈمۈنى، مەجۇنى فەلافىلى، ئېگىر مۇرابباسى قاتارلىقلار بار. ئەگەر يەل ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىش ئىچ سۈرۈش بىلەن بىرگە بولسا، جاۋارىش خۇزى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە زىرە، جۇۋىنە، ھىلىك كۆتىكى ۋە تاغ زىرىسىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسە، رۇمبەدىيانىدىن

ئىككى ھەسسە ئېلىپ، 15 گىرام شېكەر بىلەن سۇغۇپ قىلىپ يېگۈزۈلىدۇ.

يەل ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىش مەقئەت پالىچى دورىسى بىلەن داۋالىنىدۇ ياكى تەرياق، كەلكىلانەج يېغى يېگۈزۈلىدۇ. ئىختىيارسىز يەل چىقىپ كېتىش سائىم ئۇچەي سەۋەبىدىن بولغاندا كىندىك ئۈستىگە ياغ سۈركىلىدۇ.

3 - پەسىل قۇلۇنجى ۋە چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قېلىش توغرىسىدا

قۇلۇنجى چوڭ تەرەتنىڭ ئۆزلۈكىدىن تەبىئىي چىقىشى قىيىن بولىدىغان، ئاغرىق پەيدا قىلىدىغان ئۇچەي كېسەللىكىدۇر. قۇلۇنجى ئەمەلىيەتتە چوڭ ئۇچەيلەردىكى، يەنى قۇلۇن ئۇچەي ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى ئۇچەيلەردىكى سەۋەبتىن بولىدىغان كېسەللىكنىڭ نامىدۇر. بۇ چوڭ ئۇچەيلەردە ئۇچەيلەرنىڭ سوغۇقلۇقى ۋە قېلىنلىقى سەۋەبىدىن كۆپ يۇز بېرىدىغان ئاغرىقتۇر.

ئۇچەيلەرنىڭ سوغۇقلۇقى سەۋەبىدىن بۇ ئۇچەيلەردە چاۋا ياغ كۆپ بولمايدۇ، ئەگەر ئىنچىكە ئۇچەيلەردە بولسا، ئۇنىڭ ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان مەخسۇس نامى ئۇچەي ئالمىشىش (ئىلاۋۇس) تۇر. لېكىن بەزىدە ئۇچەي ئالمىشىش قۇلۇنجىغا بەك ئوخشىشىپ كەتكەنلىكتىن قۇلۇنجى دەپ ئاتىلىدۇ.

قۇلۇنجىنىڭ سەۋەبلىرى بەزىدە قۇلۇن ئۇچەيدە بولىدۇ ياكى قۇلۇن ئۇچەينىڭ باشقىسىدا بولۇپ، قۇلۇن ئۇچەيگە شېرىكچىلىك يولى بىلەن يېتىپ كېلىدۇ. قۇلۇنجىنىڭ قۇلۇن ئۇچەيدە يۇز بېرىدىغان مەخسۇس سەۋەبلىرى يالغۇز ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ياكى سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ياكى قۇرۇقلۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتۇر.

ئىسسىق مىزاج قاتتىق قۇرۇتقانلىقى، تاماقنى جىگەرگە يۇزلەندۈرگەنلىكى ۋە ئىتتىرىشىدىن قۇلۇنجىغا سەۋەب بولىدۇ. سوغۇق مىزاج ماددىلارنى ئۈيۈتقانلىقى ياكى بىئارام قىلىدىغان مىزاج بۇزۇلۇشنى پەيدا قىلغانلىقتىن قۇلۇنجىغا سەۋەب بولىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ كۆپىنچىسى سوغۇق رايونلاردا ۋە شىمال شامىلى چىققاندا يۈز بېرىدۇ.

ئىسسىقلىق بەزىدە قورساقنى قاتتىق قىزىتىپ، چوڭ تەرەتنى قۇرۇتقانلىقتىن ۋە مەقئەت مۇسكۇلىنى چىڭىتقانلىقتىن، مەقئەت مۇسكۇلى چىقىرىندىلارنى ئۇستى تەرەپكە كۆتۈرۈپ قۇلۇنجى يۈز بېرىدۇ. قۇرۇقلۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇش چوڭ تەرەتنى سىلىقلاشتۇرىدىغان نەرسىلەرنى يوقاتقانلىق ۋە ھۆللۈكنى قۇرۇتىدىغان نەرسىلەرنى پەيدا قىلغانلىقتىن قۇلۇنجىغا سەۋەب بولىدۇ.

ئەمما يالغۇز ھۆللۈكتىن مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ ئۆزى قۇلۇنجىنىڭ سەۋەبى بولالمايدۇ. لېكىن سوغۇقلۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بىرەر كېسەللىك يۈز بەرسە، شۇ كېسەللىك سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجى ياكى ماددىلىق ھۆللۈكتىن بولغان قۇلۇنجىغا سەۋەب بولىدۇ. ئەمما ماددىلىق مىزاج بۇزۇلۇش ئىسسىق ماددىدىن بولسا، ئېچىشتۇرۇپ، كۆيدۈرۈپ، پۈتۈنلۈكنى بۇزۇپ، قورساق ئاغرىش دەرىجىسىدىن قۇلۇنجى دەرىجىسىگە ئۆتىدۇ. ماددىلىق مىزاج بۇزۇلۇش سوغۇقتىن بولسا، سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل مىزاج بۇزۇلۇش ياكى پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇشنى پەيدا قىلغانلىقتىن ياكى سوغۇق ماددىنىڭ قۇلۇن ئۇچەيدىن ئۆتكەنلىكى سەۋەبىدىن ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ (گەرچە بۇلار قۇلۇنجى دائىرىسىدە بولمىسىمۇ). بەزىدە سوغۇق مىزاجدىن ئۇچەي تېنىدە يەل پەيدا بولغانلىقتىن قۇلۇنجىنى پەيدا قىلىدۇ. بەزىدە بۇ ئاغرىقنى ياكى بۇ ئاغرىققا ئوخشىشىپ كېتىدىغان ئاغرىقنى پەيدا قىلغۇچى خىلىت سەۋدا خىلىتىدۇر. بەزىدە بۇ ئاغرىق تۇتاقلىق بولىدۇ ياكى تاماق يېگەندە پەيدا بولىدۇ. بەزىدە سەۋدا ئارىلاشقان نەرسىلەرنى قەي قىلغاندا پەسىيىدۇ (گەرچە بۇنداق ئاغرىقتىكى قەي قىلىش كۆپىنچە ئەزالارنىڭ سوغۇقلۇقى، ھەزىم بۇزۇلۇش، يېمەكلىك، مېۋە - چېۋە ۋە كۆكتاتلار پەيدا قىلغان بەلغەم بولسىمۇ).

قۇلۇنجىنىڭ مەخسۇس سەۋەبى چوڭ تەرەت، خىلىت ۋە يەللەرنى ئۆتۈشتىن توسىدىغان توسالغۇدىن ئىبارەت بولۇپ، چوڭ تەرەت، خىلىت ۋە يەللەرنىڭ چىقىرىلىشىغا ئەگىشىپ، ئاغرىق ۋە كۈچلۈك تارتىشىشنى پەيدا قىلىدۇ، بۇ توسالغۇنىڭ كۆپىنچىسى ئىششىق بولمىغاندا قارىغۇ ئۇچەي ماددىغا توشۇپ

كەتكەندىن كېيىن، مادىدا قۇلۇن ئۇچەيگە يېتىپ كەلگەندە پەيدا بولىدۇ.

بۇ توسالغۇ بەزىدە ئۇچەيدىكى ئىششىقتىن (بۇ ئىششىقنىڭ كۆپىنچىسى ئىسسىقتىن بولىدۇ)، بەزىدە مادىدىنى تولدۇرۇپ توسالغۇ پەيدا قىلىدىغان چاپلاشقاق بەلغەم خىلتىدىن (بۇ كۆپىنچە قىزىتما مەنپەئەت قىلىدىغان توسالغۇدۇر)، بەزىدە پەيدا بولغان يەلدىن ياكى ئۇچەينى تۇتۇپ تۇرغۇچى تارىمۇشلارنىڭ ئۇزۇلۇشىدىن ياكى ئۇچەي چۇقۇقىدىن ياكى مۇتلەق چۇقۇقتا ئۇچەيلەرنىڭ يىرىق ۋە ئۇرۇقدانغا چۈشۈۋېلىشىدىن ياكى ئۇنىڭ ئۈستى تەرىپىدىكى چۇقۇق قاتارلىقلاردىن ئۇچەي ئالمىشىشتىن ياكى قۇرتلارنىڭ قىستالغانلىقىدىن ياكى چوڭ تەرەتنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن بولىدۇ.

چوڭ تەرەت قۇرۇق يېمەكلىكلەرنىڭ چىقىرىندىسى بولغانلىقتىن ياكى ئۇچەيدە ئۇزاق ۋاقىت تۇرۇپ قالغانلىقتىن قۇرۇيدۇ. چوڭ تەرەتنىڭ ئۇچەيدە ئۇزاق ۋاقىت تۇرۇپ قېلىشى ئۇچەيلەردىكى ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەتنىڭ ئاجىزلىغانلىقى سەۋەبىدىن بولىدۇ. كۆپىنچە چوڭ تەرەتنىڭ ئۇچەيدە ئۇزاق ۋاقىت تۇرۇپ قېلىشى چوڭ تەرەتكە تەسىر كۆرسەتكۈچى قۇۋۋەتنى سېزىمسىزلاندۇرىدىغان دورىنى ئىچكەنلىك سەۋەبىدىن بولىدۇ ھەمدە شۇنىڭ بىلەن بىرگە بۇ چوڭ تەرەت ئۇيۇيدۇ. چوڭ تەرەتنىڭ ئۇچەيدە ئۇزاق تۇرۇپ قېلىشى قورساق مۇسكۇللىرىنى سىقىۋۇچى قۇۋۋەتنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن بولىدۇ، خۇددى كۆپ جىسما قىلغان كىشىلەردە يۇز بەرگىنىدەك ئۇچەي سېزىمىنىڭ يوقالغانلىقى ياكى ئۇچەينى يۇيۇپ، چوڭ تەرەتنى ئىتتىرىپ چىقىرىدىغان سەپرانىڭ ئاز قوبۇل قىلغانلىقىدىن بولىدۇ ۋە ياكى چوڭ تەرەتنىڭ قۇرۇق بولۇپ قېلىشى كۆپ سىيىش ياكى تەرلىگۈدەك چىنىقىش قاتارلىقلار سەۋەبىدىن ماسارىقا تومۇرى چوڭ تەرەتنىڭ ھۆللۈكنى كۆپ قۇرۇتۇۋەتكەنلىكىدىن ياكى بىرەر مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن تېرە ئېغىر دەرىجىدە يالاڭلىشىپ، ئەتراپتىكى ئىسسىق ھاۋانى سۈمۈرۈشكە بويسۇنغانلىقلىق سەۋەبىدىن بولىدۇ(شۇنىڭ ئۈچۈن ئىسسىق سۇدا يۇيۇنۇش ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى تەدبىرلەر قاتارىدىن سانىلىدۇ) ياكى تېرىدە يالاڭلىشىش بولمىسمۇ، ھۆللۈكنى سۈمۈرۈش دەرىجىسىدىكى ئىسسىق ھاۋادىن ياكى ئاقما سەۋەبىدىن چوڭ تەرەت

قۇرۇيدۇ. بەزىدە چوڭ تەرەت قۇرۇش شېشىچىلىك، تۆمۈرچىلىك ۋە قۇيمىچىلىققا ئوخشاش ئىسسىقلىققا چىداشقا مەجبۇر قىلىدىغان ھۈنەر سەۋەبىدىن بولىدۇ ياكى قورساقنىڭ ئۆزىدىكى ئىنتايىن ئىسسىق مىزاجنىڭ چوڭ تەرەتنى قۇرۇتقانلىقىدىن بولىدۇ ياكى بۇ ئىسسىقلىقنىڭ سەۋەبى قورساققا تۆكۈلۈپ، ئاز ياكى جەۋھىرى قۇرۇق بولغان، چوڭ تەرەتنى كۆيدۈرىدىغان سەپرانىڭ كۆپلۈكىدىن بولىدۇ. بۇ ئەھۋال ئاز كۆرۈلىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا سەپرا ئىچىنى سۇرۇۋېتىدۇ. بۇ خىل قۇلۇنجى ئاز ساندا يۇز بېرىدۇ، يۇز بەرگەندە ئۇچەينى چىدىغۇسىز دەرىجىدە قاتتىق ئاغرىتىدۇ.

بەزىدە سرتقى ھاۋانىڭ قاتتىق سوغۇقلۇقىدىن بەدەن ھارارىتى ئىچكى ئەزادا توسۇلۇپ قېلىپ، چوڭ تەرەتنى قۇرۇتىدىغان ھارارەتكە سەۋەبچى بولىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە سۇيدۇك ھەيدەپ مەقئەتنى چىڭىتىپ، چوڭ تەرەتنى ئۇستىگە ئىتتىرىدۇ. ئۇچەي ۋە قورساقتىكى قۇرۇق مىزاج سەۋەبىدىن چوڭ تەرەت قۇرۇيدۇ ياكى تولغاق ۋە تۇز ئۇچەي ئىششىش سەۋەبلىكمۇ چوڭ تەرەت توختاپ قالىدۇ. بەزى تېۋىپلار توختاپ قالغان چوڭ تەرەت تاشتەك قېتىپ مايماقتەك چىقىدۇ، دەپ قارايدۇ.

باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن يۇز بېرىدىغان قۇلۇنجى، جىگەر، دوۋساق، بۆرەك ياكى تال قاتارلىقلاردا ئىششىق پەيدا بولۇپ، بۇ ئىششىق ئۇچەينى بېسىپ، قورۇپ چىڭىتىۋالغانلىقتىن بۇنىڭغا ئۇچەي شېرىكلىشىپ يۇز بېرىدۇ.

بەزىدە بۆرەككە تاش چۈشۈش ئاغرىقلىرىغا ئۇچەي شېرىكلىشىپ، بۆرەك تېشى ئاغرىقى ئۇچەينىڭ خىلىتلارنى چىقىرىش خىزمىتىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ، خىلىتلار ئۇچەيدە توختاپ قېلىپ، بۆرەك تېشىنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن قۇلۇنجىنى پەيدا قىلىدۇ، بۆرەك تېشىنىڭ ئاغرىقى قۇلۇنجىنىڭ ئاغرىقىغا ئوخشايدۇ، بۇنى پەقەت زېرەك، بىلىملىك تېۋىپلار ئايرىيالايدۇ. بىز بۆرەك تېشى ئاغرىقى بىلەن قۇلۇنجى ئاغرىقىنىڭ پەرقىنى قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى بايانىدا سۆزلەيمىز. بەزىدە قۇلۇنجى ۋە ئۇچەي ئالمىشىش ۋابا كېسىلىدىكىدەك يۇرتتىن - يۇرتقا، بىرىدىن - بىرىگە يۇقىدۇ. بۇنى قەدىمدە ئۆتكەن تېۋىپلارنىڭ بىرى بايان قىلغان. ئۇنىڭ ئېيتىشىچە، قۇلۇنجى

بەزى كىشىلەردە ئۆلۈشكە سەۋەبچى بولىدىغان سەرئىگە، بەزى كىشىلەردە قۇلۇن ئۇچەينىك سەزگۈسى ساغلام تۇرۇپ، بوشىشىش ۋە تۆۋەنلەشكە ئېلىپ بارىدۇ. ئۇچەينىك سەزگۈسى ساغلام تۇرۇپ بوشىشى ۋە تۆۋەنلىشىدە ساقىيىشتىن ئۇمىد بولىدۇ. بۇ كۆپىنچە ئۇچەي ئالمىشىشتا كۆرۈلۈپ، بوھرانغا كۆچۈش يولغا ئوخشاش ئىككى قۇلۇنجىغا ئۆزگىرىدۇ. يەنە ئاشۇ تېۋىپىنىڭ ئېيتىشىچە، بەزى تېۋىپلار بۇ كېسەللىكنى ئاجايىپ داۋالغان ئىكەن. بۇ داۋالاش شۇكى، ئۇلارغا كاھۇ، كاسنە، چوڭ بېلىق گۆشى، تۇياقلىق ھايۋانىنىڭ گۆشى ۋە كاللا - پاچاقلىرىنى پىشۇرۇپ، سوۋۇتۇپ يېگۈزگەن، سوغۇق سۇ، چۈچۈمەل نەرسىلەرنى ئىچكۈزگەن، شۇنىڭ بىلەن بارلىق كېسەللىرى ساقايغان. يۇقىرىدا سۆزلەنگەن پالەچ ۋە سەرئىگە يولۇقمىغان كىشىلەرنىڭ ھەممىسى ساقايغان. سەرئى يېڭى باشلانغان بەزى كېسەللەرمۇ ساقايغان.

بەزىدە تارتىشىش كېسىلىگە گىرىپتار بولغان كىشىلەردە تۆۋەنكى ئۇچەيلەردىكى چوڭ تەرەتنى تۇتۇۋېلىشقا ئاجىز كەلگىنىدەك يۇقىرىقى ئۇچەيلەردىن چوڭ تەرەت ۋە خىلىتلارنى ئىتتىرىپ چىقىرىشقا ئاجىز كەلگەنلىكتىن قۇلۇنجى يۇز بېرىدۇ. بەزىدە بۇ خىل بىمارلارنىڭ مىزاجىنىڭ سوغۇق بولۇشى قۇلۇنجىغا سەۋەب بولىدۇ. قۇلۇنجىنىڭ كۆپىنچىسى قويۇق بەلغەمدىن، ئاندىن قالسا توسالغۇ پەيدا قىلىدىغان يەلدىن ياكى ئۇچەي قاتىلاملىرى ۋە تالالىرىغا ئۆتۈپ، پۈتۈنلۈكنى بۇزىدىغان يەلدىن پەيدا بولىدۇ. چۈنكى يەل ئاشقازاندا ئاشقازانىنىڭ كەڭلىكى، ئىسسىقلىقى ۋە ئىسسىق ئەزالارنىڭ ئاشقازانغا يېقىنلىقى سەۋەبىدىن تارقايدۇ. ئۇچەيلەرنىڭ سوغۇق، تار، ئەگمىلىرى كۆپ، پەردىلىرى قېلىن بولغانلىقى ئۇچۇن يەل توختاپ قالىدۇ.

يەلدىن بولغان قۇلۇنجى گەرچە يەلگە يارىمم بېرىدىغان ماددىدىن خالىي بولمىسىمۇ، ئاشۇ ماددا سەۋەبىدىن بولغان، دەپ قارىغىلى بولمايدۇ. چۈنكى ئاشۇ ماددا يالغۇز ئۆزى چىقىپ كېتىدىغان نەرسىلەرنىڭ يولىنى توسۇپ ئاغرىق پەيدا قىلماي، بەلكى ئۆزىدىن پەيدا بولغان يەل ئارقىلىق ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ. بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىدا بەلغەم ئۆزى يولنى توسۇپ ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ. قۇلۇنجىنىڭ باشقا تۈرلىرى بەلغەم ۋە يەلدىن بولغان قۇلۇنجىغا قارىغاندا كەمرەك ئۇچرايدۇ.

ئۇچەيلەرنى قۇلۇنجىغا، بولۇپمۇ يەلدىن بولغان قۇلۇنجىغا ئاسان گىرىپتار قىلىدىغان سەۋەبلەر سۇ كۆپ قوشۇلغان شاراب ئىچىش، كۆكتاتلار بولۇپمۇ قاپاق، ھۆل مېۋىلەر، ئۇزۇم ۋە شۇنىڭغا ئوخشايدىغان نەرسىلەرنى يېگەندىن كېيىن سۇ ئىچىش، ھەرىكەت قىلىش، جىما قىلىش، يەلنى چىقىرىۋەتمەي تۇتۇپ تۇرۇش، ئۇچەيگە قاتتىق سوغۇق تېگىپ ئۇچەينى سوۋۇتۇپ قېلىنلىتىۋېتىش قاتارلىقلاردۇر. ئۇچەيلەرنى چوڭ تەرەتتىن بولغان قۇلۇنجىغا ئاسان گىرىپتار قىلىدىغان نەرسىلەردىن پىشۇرۇلغان تۇخۇم، ئاموت، چۇچۇمەل بېھى، ئۇۋاق نان، قورۇما تالقان، تېرىق، گۈرۈچ ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى يېيىش، كۆپ جىما قىلىش، بولۇپمۇ قويۇق تاماقنى يېگەندىن كېيىن جىما قىلىش قاتارلىقلاردۇر. چوڭ تەرەتنى تۇتۇۋېلىشمۇ بەزىدە قۇلۇنجىنى پەيدا قىلىدۇ.

قويۇق خىلتتىن ياكى چوڭ تەرەتتىن بولغان ھەربىر قۇلۇنجىدا كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ئاۋۋال قارىغۇ ئۇچەي قۇلۇنجى ماددىسىغا تۇشۇپ، ئاندىن كېيىن قۇلۇنجى ماددىسى باشقا ئۇچەيلەرگە ئۆتىدۇ. قارىغۇ ئۇچەيدىكى ماددا تازىلانمىسا، بۇ ماددىلار تامامەن چىقىپ كېتەلمەيدۇ. قاچان ھۆقنە قىلىنسا ياكى ئىسسىق ئۆتكۈزۈلسە، ماددا چۈشۈپ ئاغرىقنى كۈچەيتىۋېتىدۇ، قويۇق يەل، بەلغەم ياكى سوغۇق مىزاج قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولىدىغان قۇلۇنجى ئاغرىقلىرىنىڭ ھەرقايسىسىغا قىزىتما مەنپەئەت قىلىدۇ (بىمار قىزىغاندىن كېيىن ئوخشىلىدۇ)، قىزىتما يەلدىن بولىدىغان قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەرنىڭ ئەكسىچە ياخشىسىدۇر.

سۇيۇق ماددىلار قول - پۇتلارغا ھەيدىلىپ، بۇ سۇيۇق ماددىنى مۇسكۇللار سۈمۈرگەندە، كۆپىنچە پالەچكە ئۆزگىرىپ بوھران پەيدا بولىدۇ، شۇنداقلا بەزىدە بوغۇم ئاغرىقلىرى بىلەن بوھران پەيدا بولىدۇ. قۇلۇنجى بەزىدە بەلغەمدىن بولغان بەل ئاغرىقى ياكى قان خىلتىدىن بولغان بەل ئاغرىقىغا ئۆزگىرىپ، قاندىن بولغىنىدا ئاغرىق پەيدا قىلىدىغان ھارارەتنى پىشۇرغانلىقى ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ. بەلغەمدىن بولغىنىدا خام ماددىلارنى پىشۇرغۇچى قۇلۇنجىنىڭ دورىلىرى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر قۇلۇنجى ئەقىل ئېلىشىش، مالىخوليا ۋە سەرئىگە ئۆزگەرسە خەتەرلىكتۇر.

بەزىدە قۇلۇنجى جىگەر مىزاجىنى بۇزغانلىقتىن ئىستىسقاغا ئېلىپ باردۇ. ئەگەر قۇلۇنجى بىلەن بوغۇم ئاغرىقلىرى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ئاغرىقلار بىرلا ۋاقىتتا كۆرۈلسە، قۇلۇنجى ئاغرىقى ئۇچ سەۋەبتىن سېزىلمەيدۇ. بىرى، ئېغىر ئاغرىق بولغاندا يېنىك ئاغرىق سېزىلمەيدۇ. ئىككىنچىسى، ماددىلار ئۇچەي ئاغرىقى تەرەپكە يۆزلەنگەن بولىدۇ. ئۇچىنچىسى، ئاغرىق، ئاچلىق، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلار چىقىندىلارنى تارقىتىۋېتىدۇ. ئەگەر چوڭ تەرەت ئۇچەيدە ئۇزاق توختاپ قالسا، قورساقنى كۆپتۈرۈپ، ئاندىن ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ. قۇلۇنجى يۇز بېرىدىغان ئۇچەي كۇچلۇك بولۇپ، ئېشىندىلارنى قوبۇل قىلمىسا، كۆپىنچە ئېشىندىلار يۇقىرىغا ئۆرلەپ باشتا كېسەللىك پەيدا قىلىدۇ. كۆپىنچە سۇيۇقى چىقىپ كېتىپ، قويۇقى قالدىغان ئىچ سۈرۈشلەردىن كېيىنمۇ قۇلۇنجى پەيدا بولىدۇ. قۇلۇنجى ۋە ئۇچەي تولغاپ ئاغرىشنى داۋالاش كۆپىنچە ھېق تۇتۇشنى پەيدا قىلىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى بىلىۋالغايسىز.

مۇتلەق قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى مۇستەھكەم بېكىنىۋالمىغان ھەقىقىي قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، چوڭ تەرەتنىڭ مىقدارى ئازىيىدۇ، كېلىش ۋاقتى ئېگىز - پەس بولىدۇ، ئىشتىها تۆۋەنلەيدۇ ھەم پۈتۈنلەي يوقىلىدۇ. ياغلىق ۋە تاتلىق نەرسىلەرنى كۆڭۈل تارتمايدۇ، چۈچۈمەل، قىرتاق ياكى تۇزلۇق نەرسىلەرنى كۆڭۈل تارتىدۇ. ھۆ بولۇش، كۆڭۈل ئېلىشىشقا مايىل بولىدۇ. بولۇپمۇ مايلىق يېمەكلىكلەرنى يېسە ياكى ياغنىڭ پۇرىقىنى پۇرىسا ۋە تاتلىق يېمەكلىكنى تېتىسا شۇنداق بولىدۇ. ھەزىم ئىنتايىن ئاجىزلىشىدۇ، دائىم قورساق ئاغرىيدۇ. كۆپرەك سۇ ئىچىشكە كۆڭۈل تارتىدۇ، بەل ۋە ئىككى پاچاقنىڭ ئاغرىغانلىقىنى ھېس قىلىدۇ. بۇ ئالامەتلەر كۇچەيسە قۇلۇنجى ئېغىرلىشىپ، چوڭ تەرەت توختايدۇ، يەلمۇ چىقمايدۇ. بەزىدە كېكىرىك توختاپ، قورساق ئاغرىش كۇچىيىپ، خۇددى بىمارنىڭ قورسىقى ئۇشكە بىلەن تېشىلىۋاتقاندەك ياكى ئۇچەيلىرىگە جۇۋالدۇرۇس قادىلىپ قالغاندەك ھەرقاچان مىدىرلىسا سانجىلىپ ئاغرىيدۇ، ئۇسسۇزلۇق كۇچىيىپ ئۇسسۇلۇققا قالمايدۇ. چۈنكى ماسارىقا تومۇرىنىڭ قورساققا ياندىشىدىغان ئېغىزلىرىدا توسالغۇ پەيدا بولغانلىقتىن، ئىچكەن سۇ جىگەرگە ئۆتەلمەيدۇ. بەزى بىمارلاردا سەۋەبسىز

جۇغ - جۇغ كۆپ بولىدۇ.

قۇلۇنجى بولغان بىمارنىڭ چوڭ تەرىتىدىن بىر نەرسە چىقىرىشقا تەدبىر قىلىنسا، ھۆللۈكلەر، مايا‌قا ئوخشاش چوڭ - كىچىك، قاتتىق ۋە سۇدا لەيلەيدىغان نەرسىلەر چىقىدۇ. بىمار ئارقىمۇئارقا سەپرالىق ۋە بەلغەملىق قەي قىلىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ئاۋۋال بەلغەملىك، ئاندىن سەپرالىق قەي قىلىدۇ، بەزىدە كۈدە رەڭ ۋە تۆمۈر دېتى رەڭلىك قەي قىلىدۇ. بەزىدە سەۋدا تۈرىدىن بولغان پارچە - پارچە نەرسىلەرنى قەي قىلىدۇ. چۈنكى خىلتىلار بەزىدە ئاغرىق، ئۇيقۇسىزلىق ۋە ئىسسىق دورىلار سەۋەبىدىن بۇزۇلۇپ كۆيىدۇ.

ئاشقازان، ئۈچەي شىرىك بولغانلىقتىن، ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن ۋە ئۇ ماددىنىڭ تۆۋەنگە ماڭمىدىغان يولى بولمىغانلىقتىن چۈشەلمەسلىكى سەۋەبلىك بىمار ئارقىمۇئارقا قەي قىلىدۇ.

چۈنكى چىقىرىندىلارنىڭ ئۈچەيگە مېڭىش يولى كۆپىنچە ئەھۋاللاردا توسۇلۇپ قالغانلىقتىن، قەي بىلەن چىقىرىپ تاشلىنىدۇ، شۇڭا قۇلۇنجى بولغان بىمارنىڭ سۈيدۈكى قىزىرىدۇ. چۈنكى سەپرانىڭ كۆپ قىسمى ئۆز مەركىزى ئۆتكە بېرىش يولىدا توسالغۇ بولغانلىقتىن بۆرەككە يۈزلىنىدۇ. شۇڭا قۇلۇنجى سۈيدۈكنى قىزارتىۋېتىدۇ. بۆرەك ئاغرىقى شىرىكلەشكەنلىكتىن بەزىدە سۈيدۈك تۇتۇلىدۇ. بەزىدە قۇلۇنجىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە سۈيدۈك نورمۇت سۈيى رەڭگىدە ياكى پىشلاق سۈيى رەڭگىدە بولىدۇ. بەزىدە كېسەلدە ئېغىر دەرىجىدە خەفەقان يۈز بېرىپ، بىمار كۆكرىكىنى قولى بىلەن تۇتۇۋېلىشقا مەجبۇر بولىدۇ. بەزىدە سوغۇق تەرلەش، بىھوش بولۇش، پۇت - قوللار سوۋۇش، ئەقلى ئېلىشىش قاتارلىقلارغا ئېلىپ بارىدۇ.

يېنىك قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى قۇلۇنجىنىڭ يېنىك بولغىنى چوڭ تەرەت توسۇلۇش ئېغىر بولمىغان، ئىچ سۇرۇش ياكى ئاغرىق يۆتكىلىپ تۇرىدىغىنىدۇر. بەزىدە قۇلۇنجى قايتا قوزغالسىمۇ يەڭگىل ئۆتىدۇ. بىمار يەل ۋە چوڭ تەرەت چىققاندا ھەمدە ھۆقنە قىلغاندا كۆرۈنەرلىك راھەتلىنىدۇ. بۇنىڭ ئەكسىچە بولغان ئالامەتلەر ئېغىر قۇلۇنجىدا بولىدۇ.

ئېغىر قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى قاتتىق ئاغرىش، ئارقىمۇئارقا قەي قىلىش، سوغۇق تەرلەش، قورساق قاتتىق ئاغرىشتىن قول - پۇت سوۋۇش، قان ۋە روھ قورساق تەرەپكە مايىل بولۇش قاتارلىقلاردۇر. ئەگەر بۇ ئالامەتلەر ئارقا - ئارقىدىن ھېچ تۇتۇش، ئەقلى ئېلىشىش، قاتما قاتارلىقلارغا ئېلىپ بارسا، چىقىشقا تېگىشلىك نەرسىلەر توختاپ قېلىپ، ھەر خىل تەدبىرلەر بىلەنمۇ چىقمىسا، بۇنداق قۇلۇنجى بىمارنى ئۆلتۈرىدۇ.

«غەرائىبۇل ئالامات» دېگەن كىتابتا بايان قىلىنىشىچە، قورساق ئاغرىقى بار كىشىنىڭ قېشىغا باقىلەگە ئوخشاش قارا مۇدۇر - چاقا چىقىپ يارىغا ئۆزگىرىپ، ئىككى كۈنگىچە ياكى ئۇنىڭدىن كۆپرەك تۇرسا، ئۇ كىشى ئۆلۈپ كېتىدۇ. بۇنداق كىشى كېسەللىكىنىڭ دەسلىپىدە ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى ۋە كۆپ ئۇخلاشقا گىرىپتار بولىدۇ. بۇنداق ۋاقىتتا بىمارنىڭ نەپسى ياخشى بولسىمۇ، ئۇ كىشىنىڭ كېسەلدىن قۇتۇلالىشىدىن دېرەك بەرمەيدۇ. نەپەس ئېلىشى ياخشى بولمىسا، كېسەلدىن قۇتۇلالىشىدىن قانداقمۇ دېرەك بەرسۇن.

قۇلۇنجىدىكى ئاغرىق بىلەن بۆرەك تېشى ئاغرىقىنىڭ پەرقى بەزىدە قۇلۇن ئۇچەينىڭ ئۆزى بۆرەككە شېرىكلىشىدۇ، شۇڭا قۇلۇن ئۇچەيدە ئاغرىش يۈز بېرىدۇ. لېكىن قولۇنجى ئاغرىقىغا خاس بولغان ۋە قۇلۇنجى ئاغرىقى بىلەن بۆرەك تېشى ئاغرىقىنىڭ ئەھۋالى ھەربىرىگە خاس بولغان، ماس كېلىدىغان ۋە ماس كەلمەيدىغان ئىشلار چىققان تەرەت، ئالامەتلەرنىڭ يېتىپ بېرىش ئورنى، كېسەللىك سەۋەبلىرى ۋە ئىلگىرى يۈز بەرگەن ئالامەت قاتارلىق جەھەتلەردىن پەرقلىنىدۇ. ئاغرىقنىڭ ھالىتىدىن بولغان پەرققە كەلسەك، ئاغرىقنىڭ ھالىتى قۇلۇنجى بىلەن ئاغرىقنىڭ دائىرىسى، ئورنى، ۋاقتى، يۆتكىلىشى قاتارلىقلاردىن پەرقلەندۇرۇلىدۇ. ئاغرىقنىڭ دائىرىسىدىكى پەرق شۇكى، بۆرەككە تاش چۈشكەندە تىكەن سانجىلغاندەك ئاغرىيدۇ، دائىرىسى كىچىك بولىدۇ. قۇلۇنجىدىكى ئاغرىقنىڭ دائىرىسى چوڭ بولىدۇ. ئورۇن جەھەتتىكى پەرق شۇكى، قۇلۇنجىدىن بولغان ئاغرىق تۆۋەندىن ۋە ئوڭ تەرەپتىن باشلىنىپ، يۇقىرىغا ۋە سولغا سوزۇلىدۇ. قۇلۇنجى بىر ئورۇنغا

مۇقىملاشسا، ئاغرىق ئوڭ - سولغا كېڭىيىدۇ. بىر قىسىم تېۋىپلارنىڭ قارىشىدا، قۇلۇنجى قەتئىي سولدىن باشلانماسمىش، بۇ توغرا ئەمەس. بىز بۇنىڭ ئەكسىچە بولىدىغانلىقىنى تەجرىبە قىلدۇق، قۇلۇنجىدىكى ئاغرىق ئالدىغا ۋە ئەۋرەت تەرەپكە بەكرەك مايىل بولىدۇ.

بۆرەككە تاش چۈشكەندىكى ئاغرىق يۇقىرىدىن باشلىنىپ مۇقىملىشىدىغان جايغا ئاستا - ئاستا چۈشىدۇ ۋە بەدەننىڭ ئارقا تەرىپىگە مايىلراق بولىدۇ. ۋاقىت جەھەتتىكى پەرق شۇكى، بۆرەككە تاش چۈشكەندىكى ئاغرىق قورساق بوش ۋاقىتتا قاتتىق بولىدۇ. قۇلۇنجىدىن بولغان ئاغرىق قورساق بوش ۋاقىتتا يېنىكلەپ، بىر نەرسە يېگەندە ئېغىرلىشىدۇ.

قۇلۇنجىدىن بولغان ئاغرىق قىسقىنە ۋاقىتتا بىراقلا يۈز بېرىدۇ. بۆرەككە تاش چۈشكەندىكى ئاغرىق ئاستا - ئاستا يۈز بېرىپ، ئاخىرىدا كۈچىيىدۇ، دەسلەپتە ئاغرىق دۈمبە تەرەپتە بولىدۇ، سۈيدۈك تەستە كېلىدۇ، ئاندىن قولۇنجىغا شىبرىك بولىدىغان ئالامەتلەر يۈز بېرىدۇ. قولۇنجىدا ئالامەت بۇرۇن كۆرۈلۈپ، ئاندىن ئاغرىق يۈز بېرىدۇ. ئاغرىقنىڭ يۆتكىلىپ ئاغرىشىدىكى پەرق شۇكى، قۇلۇنجىدا ئاغرىق ئوخشاشمىغان تەرەپلەرگە يۆتكىلىدۇ. بۆرەككە تاش چۈشكەندىكى ئاغرىق يۆتكەلمەيدۇ. مەخسۇس سىلىشتۇرما جەھەتتىكى پەرق شۇكى، جۇغ - جۇغ بۆرەككە تاش چۈشكەندىكى ئاغرىقتا كۆپ كۆرۈلىدۇ، قۇلۇنجىدا بولمايدۇ. ھۆقنە قىلىش، يەل ۋە چوڭ تەرەتنىڭ چىقىشى كۆپىنچە ئەھۋاللاردا بۆرەك ئاغرىقىنى سەل يەڭگىلىتىدۇ. تاش پارچىلىغۇچى دورىلار بۆرەك ئاغرىقىنى يەڭگىللىتىپ، قۇلۇنجى ئاغرىقىنى يەڭگىللىتەلمەيدۇ. چىققان نەرسىلەر جەھەتتىكى پەرق شۇكى، بۆرەككە تاش چۈشۈشتىكى ئاغرىقتا چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قالمايدۇ. چوڭ تەرەت كالا تېزىكىدەك، تۆگە تېزىكىدەك، پىندۇقتەك چىقىدۇ ۋە بىر نەرسە ئۆرلەپ تۇرىدۇ. بەزىدە چوڭ تەرەت توختاپ قېلىش ۋە قورساق كورىكراش بولمايدۇ. قۇلۇنجىدىن بولغان ئاغرىق چوڭ تەرەت توختاپ قېلىش ۋە قورساق كورىكراشتىن خالىي بولمايدۇ. ئاغرىق ئالامەتلىرىنىڭ يېتىپ بېرىش ئورنى جەھەتتىكى پەرقى شۇكى،

ئىككى پاچاق ۋە بەل ئاغرىقى، جۇغ - جۇغ بۆرەككە تاش چۈشكەندىكى ئاغرىقتا كۆپرەك بولىدۇ، لېكىن ئىشتىھا تۆۋەنلەش، سەپرالىق ۋە بەلغەملىك قەي قىلىش، ھەزىمنىڭ ئاز بولۇشى، قاتتىق ئاغرىش، ئاغرىق ئازابىدىن بىھوشلىنىش، سوغۇق تەرلەش، قەي قىلىسا مەنپەئەت قىلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بۆرەككە تاش چۈشكەندىكى ئاغرىقتا بولىدۇ.

كېسەللىك سەۋەبلىرى ۋە ئىلگىرىكى ئالامەتلەر جەھەتتىكى پەرق شۇكى، ئارقىمۇئارقا تاماق سىڭمەسلىك، ناچار غىزالارنى يېيىش، دائىم قورساق تولغاپ ئاغرىش، قورساق كورىكىراش، چوڭ تەرەت توسۇلۇش قاتارلىقلار قۇلۇنجىدىن بۇرۇن بولغان بولىدۇ.

قۇم ئارىلاش سىيىش، قويۇق سىيىش بۆرەك ئاغرىقىدىن بۇرۇن بولغان بولىدۇ. بۆرەككە تاش چۈشكەندىكى ئاغرىشتا دەسلەپتە سۈيۇق، ئاندىن قويۇق سىيىدۇ، ئاخىرىدا قۇم ئارىلاش سىيىدۇ.

قۇلۇنجىنىڭ تەپسىلىي ئالامەتلىرى جۈملىدىن بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى قۇلۇنجىنىڭ بەلغەمدىن بولغانلىقىنى تاماق سىڭمەسلىك، ھەر خىل غىزا، بىمارنىڭ يېيىشى، ياشاۋاتقان ماكان ۋە بەلغەم پەيدا قىلغۇچى سەۋەبلەرنىڭ ئىلگىرى بولۇپ ئۆتكەنلىكى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ھەممىمزگە مەلۇم بولغان بەلغەمنىڭ ئالامەتلىرى بىلدۈرىدۇ، يەنە قۇلۇنجى بولۇشتىن بۇرۇن چوڭ تەرەتتە بەلغەمنىڭ چىقىشى، ھۆقنە قىلغاندا چوڭ تەرەت بىلەن بەلغەمنىڭ بىرگە چىقىشى، تۆۋەنكى مۈچىلەرنىڭ سوۋۇپ كېتىشى، ئېغىرلىق سېزىلىش، چوڭ تەرەت قاتتىق توسۇلۇپ قېلىپ، چوڭ تەرەت، خىلت ياكى يەل چىقماسلىق، ئەگەر چىقسىمۇ يەلدىن بولغان قۇلۇنجىدىكىدەك كالا تېزىكىدەك چىقىش قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ. لېكىن يەلدىن بولغان قۇلۇنجىدا ئاغرىق يەڭگىل ۋە ئۇزاق مۇددەت بولىدۇ. ئۇسسۇزلۇقنىڭ ئېغىر بولۇشى، قاتتىق كۆيۈشۈش ۋە سۈيدۈكنىڭ قىزىرىشى قاتارلىقلاردىن كېسەلنى ئىسسىق، دەپ گۇمان قىلماسلىق لازىم. چۈنكى بۇلار ھەممە قۇلۇنجىنىڭ ئورتاق ئالامىتىدۇر.

4 - پەسل يەلدىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

يەلدىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى ئىلگىرى ئۇنىڭ مەلۇم سەۋەبلىرىنىڭ بولغانلىقىدۇر. مەسىلەن: سوغۇق سۇنى كۆپ ئىچىش، سۇ قوشۇلغان شاراب ئىچىش، يەللىك كۆكتات ۋە مېۋىلەرنى يېيىش، ئاسان ھەزىم بولمايدىغان تاماقلارنى يېيىش، قورساق كورکىراش، ئۇچەي تولغىشىش، تارتىشىش، ئۇچەيلەرنى ئۇشكە بىلەن تەشكەندەك ياكى جۇۋالدۇرۇس سانجىغاندەك قاتتىق ئاغرىشنى ھېس قىلىش قاتارلىقلار. جۇۋالدۇرۇس سانجىلغاندەك ئاغرىش بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىدا يەل توختاپ قالغاندا ياكى بەلغەم يەل پەيدا قىلغاندا بولىدۇ، لېكىن يەلدىن بولغاندا ئېغىرراق بولىدۇ ۋە يەلدىن بولغان قۇلۇنجىدا قاتتىق ئېغىرلىق سېزىلمەيدۇ. يەلدىن بولغان قۇلۇنجىدا قۇلۇنجى بولۇشتىن ئىلگىرى قورساق كۆپ كورکىراش پەسىيىپ، قورساق كورکىراتمايدىغان ۋە چىقىپ كەتمەيدىغان يەللەر پەيدا بولىدۇ، بۇ يەللەر ئىسسىق ئۆتكۈزگەندە ۋە قورساقنى باسقاندا قورساقنى كورکىرىتىشى مۇمكىن. بەزىدە ئاغرىق مۇقىملىشىپ يۆتكەلمەيدۇ. بەزىدە قورساق كۆپۈش قول بىلەن تۇتقاندا بىلىنىدۇ، كۆپىنچە ھاللاردا قول بىلەن بېسىش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە ئىسسىق ئۆتكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ، بەزىدە مەنپەئەت قىلمايدۇ. ئىسسىق ئۆتكۈزۈشنىڭ مەنپەئەت قىلىشىنىڭ سەۋەبى شۇكى، يەل پەيدا قىلغۇچى ماددا جىم تۇرسا، ھەرقاچان ھارارەت ۋە ئىسسىتىشقا ئۇچرىغاندا، ئۇ ماددا يەل پەيدا قىلغانلىقىدىندۇر. يەلدىن بولغان قۇلۇنجىنى يەل كۆپ بولغانلىقتىن سۇ ئۇستىدە لەيلەيدىغان چوڭ تەرەت كۆرسىتىپ بېرىدۇ. بەزىدە ئۇ يەللىك قۇلۇنجى بىلەن چوڭ تەرەت يۇمشاق بولىدۇ، بەزىدە سۇركە بېرىپ خىلتىلار چىقىرىلسىمۇ، ئۇچەي قاتلاملىرىدا قويۇق يەل توختاپ قالغانلىقتىن مەنپەئەت قىلمايدۇ، ئاغرىق يۆتكىلىپ تۇرىدىغان قۇلۇنجى يېنىكرەك بولىدۇ. قورساق ناغرىدەك كۆپكەن قۇلۇنجى

خەتەرلىك بولىدۇ.

چوڭ تەرەتتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى چوڭ تەرەتتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرىدە ئاغرىق پەيدا بولۇشتىن بۇرۇن چوڭ تەرەت توختاپ قېلىش تارىخى بولىدۇ ۋە چوڭ تەرەت كۆپ بولىدۇ. بىمار ئۈچىيى يېرىلىپ كېتىدىغاندەك ھېس قىلىدۇ. ئەگەر تولغاق بولسا، بىر نەرسە چىقمايدۇ، بەلكى بەزىدە چاپلاشقاق بىر نەرسە چىقىپ قويۇلىدۇ.

لېكىن سەپرالىق چوڭ تەرەت توسۇلۇشتىن بولغان قۇلۇنجىنى چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى سەپرانىڭ رەڭگىدە بولۇش، سەپرانىڭ كۆپ چىقىشى، كۆيۈشۈش، ئېچىشىش، ئىلگىرى سەپرادىن بولغان ئىچ سۈرۈش بولۇش، تىل قۇرۇش قاتارلىقلار كۆرىستىپ بېرىدۇ. تېرىنىڭ يالاڭلىشىشىدىن، چوڭ تەرەتنىڭ توسۇلۇشىدىن بولغان قۇلۇنجى ئىلگىرى چوڭ تەرەتنىڭ ئاز بولۇشى، بەدەننىڭ يۇمشاق بولۇشى، سىرتقى ئىسسىق ياكى سوغۇقتىن بەدەن تېز بىئارام بولۇش قاتارلىقلار كۆرىستىپ بېرىدۇ. قورساق ھارارىتى ياكى قورساقنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن كېلىپ چىققان چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قېلىشتىن بولغان قۇلۇنجىنى قورساق سىرتقى قېلىن پەردىسىنىڭ كۆيۈشۈشى ياكى قۇرۇق بولۇشى ۋە چوڭ تەرەتنىڭ قۇرۇشى، ئازراق قىزىلغا مايىل قارا بولۇشى قاتارلىقلار كۆرىستىپ بېرىدۇ. ھاۋا، چېنىقىش ۋە پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش قاتارلىقلارنىڭ ھۆللۈكنى تارقىتىشىدىن بولغان چوڭ تەرەت توسۇلۇشتىن كېلىپ چىققان قۇلۇنجىنى ئىلگىرى چوڭ تەرەتنىڭ ئاز بولۇشى كۆرىستىپ بېرىدۇ. ئۈچەيلەرگە قۇيۇلىدىغان سەپرا خىلىتىنىڭ توختاپ قېلىشى سەۋەبلىك پەيدا بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامتى چوڭ تەرەت تۇرۇپ قېلىش، قورساق كۆپۈش، چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى ئاق بولۇش، چوڭ تەرەتنىڭ ئاغرىتىپ تەستە چىقىشى ۋە قىستىلىپ چىقىشى قاتارلىقلاردۇر. بەزىدە بۇنىڭغا يەرقان قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

جىگەر ياكى جىگەردىن باشقا ئەزا سوۋۇپ كېتىشتىن بولغان چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قېلىشنىڭ ئالامتى شۇكى، تەرەت سىسىق پۇرىمايدۇ، تەرەتنىڭ رەڭگى يېشىلغا مايىل بولىدۇ.

سەۋدادىن بولغان چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قېلىشنىڭ ئالامىتى ئاچچىق كېكىرىش، چوڭ تەرەت قارا كېلىش، قورساق ئاغرىش بىلەن بىرگە كۆپۈش قاتارلىقلاردۇر.

5 ـ پەسىل ئىششىقتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئىسسىق سەۋەبلىك ئىششىقتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامىتى ئېغىرلىق، لوقۇلداپ ئاغرىش، كۆيۈشۈش، ئۆتكۈر قىزىتما، قاتتىق ئۇسساش، چىرايى قىزىرىش، كۆزى ئېسىلىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇپ قېلىش (بۇ كۈچلۈك ئالامەتتۇر)، ئىچى سۈرگەندە بىئارام بولۇش قاتارلىقلار بىلەن بىرگە بىر ئورۇندىن يۆتكەلمەيدىغان تارتىشىدىغان ئاغرىق بولۇشتۇر.

بەزىدە بۇ ئاغرىق چوڭ تەرەتنىڭ يۇمشاق بولۇشى بىلەن بىرگە بولىدۇ. بەزىدە قورساق قاتتىق قىزىش بىلەن بىرگە قول ـ پۇتلار سوۋۇشقا ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە قۇلۇنجى بولغان ئورۇنغا توغرا كېلىدىغان قورساق تېرىسى قىزىرىدۇ.

ئەگەر ئىششىق سەپرادىن بولغان بولسا، تارتىشىش، لوقۇلداپ ئاغرىش، ئېغىرلىق ئازراق بولىدۇ، قىزىتما، كۆيۈشۈش ئېغىرراق بولىدۇ.

قۇلۇنجىنىڭ ئالامىتى (بۇ ئاز ساندا كۆرۈلىدۇ) بەلغەمنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلىق بۇ، بىر ئورۇندا كۆرۈلىدىغان ئارقىمۇئارقا ئاغرىيدىغان يېنىك ئاغرىقتۇر. بولۇپمۇ ئاشقازاندىن بىرەر يېمەكلىك تۆۋەنلىگەندە، قول بىلەن تۇتقاندا يۇمشاق كۆپكەنلىك بىلىنىدۇ، چىرايى بوشاپ كەتكەن كىشىلەرنىڭ چىرايىدەك بولىدۇ. ئىلگىرى سۈت، مېۋە، بېلىق، تەستە سىڭدىغان گۆش، ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك كۆكتات قاتارلىق سوغۇقتىن بولغان ئىششىقا سەۋەب بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى يېگەنلىك تارىخى بولىدۇ. بىمارنىڭ مەنىسى سۈيۇق ھەم سوغۇق بولىدۇ. مەنىنىڭ سۈيۇق بولۇشى مۇشۇ كېسەللىككە خاس ئالامەتتۇر. چوڭ تەرەت بەلغەم ئارىلاش كېلىدۇ.

6 ـ پەسىل ئۇچەي ئالمىشىش ۋە چۈقۇتتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئۇچەي ئالمىشىتىن بولغان قۇلۇنجى قاتتىق سەكرەش، يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ياكى يۈگۈرۈش، چېلىشىش ياكى ئېغىر نەرسە كۆتۈرۈش قاتارلىق قاتتىق ھەرىكەتتىن كېيىن ياكى سېرىقئەت يىرتىلغاندىن كېيىن ياكى كۆپ يەلدىن كېيىن بىراقلا پەيدا بولىدۇ. ئاغرىق بىر ـ بىرىگە ئوخشىشىپ كەتكەچكە ئاغرىقنىڭ باشلىنىشىنى بىلگىلى بولمايدۇ. ئاغرىق ئاستا ـ ئاستا كۈچىيىدۇ. بەزىدە چۈقۇق چۈقۇتتىن بولغان قۇلۇنجىنى بىلدۈرىدۇ.

7 ـ پەسىل سوغۇقلۇقتىن، سېزىمنىڭ ئاجىزلىقىدىن ياكى قۇرتلاردىن پەيدا بولغان يېنىك قۇلۇنجىلارنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئۇچەيلەرنىڭ سوغۇقلۇقىدىن پەيدا بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامتى ئۇسسۇزلۇق ئاز بولۇش، چوڭ تەرەتنىڭ كۆپىشى، ئۇچەيلەردە سوغۇقلۇقنىڭ توختاپ قېلىشى، ئاغرىقنىڭ يېنىك بولۇشى قاتارلىقلاردۇر. بەزىدە بۇ خىل كېسەللىك بىلەن مەنىي سوغۇق بولىدۇ. مۇررە سەپرا (سۇيۇق ھۆللۈك ئارىلاشقان سەپرا) دىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامتى بۇرۇن يۈز بەرگەن سەۋەبلەر، بىمارنىڭ يېشى، ئولتۇراقلاشقان رايونى، چىرايى، كېسەللىك يۈز بەرگەن پەسىل ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئىچىنى سۈگۈزىدىغان، سەپرانى تۆۋەنگە چۈشۈرىدىغان نەرسىلەر ھەمدە ئاچلىق زىيان قىلىش، سوغۇق تەبىئەتلىك تەڭشىگۈچى دورىلار ۋە ماددا ئۇچەي تېنىگە سۈمۈرۈلمىگەن ئەھۋال ئاستىدا سەپرانى چىقىرىش مەنپەئەت قىلىش، كۈن ئارىلاپ

تۇتىدىغان قىزىتما قوزغىلىش قاتارلىقلاردۇر. بۇ كېسەلگە بەزىدە قىزىتما قوشۇلۇپ كېلىدۇ، بەزىدە قوشۇلۇپ كەلمەيدۇ. قىزىتما ئالامەتلەرنىڭ ئېغىر بولۇشىدا ئىششىقتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ قىزىتمىسىدەك بولمايدۇ. بەزىدە دوۋساقتا پىچاق سانجىغاندەك ئاغرىش قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

ئىتتىرىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامتى بۇ كېسەللىك يۈز بېرىشتىن بۇرۇن چوڭ تەرەت يۇمشاق بولىدۇ. ئارقىمۇئارقا تەرەت قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، لېكىن تەرەت ئاز - ئاز كېلىدۇ. ئىسسىقلىق ياكى سوغۇقلۇق يېتىشتىن ياكى ئىسسىق ۋە سوغۇق نەرسىلەرنى يېيىش، قۇۋۇۋەتنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان سەۋەبلەر ئىلگىرى ئۆتكەن بولىدۇ. كۆپىنچە چوڭ تەرەت يۇمشاق بولىدۇ ياكى چوڭ تەرەتنىڭ مىقدارى ۋە كەيپىياتى نورمال تەبىئي يول بىلەن مېڭىپ تۇرۇقلۇق قۇلۇنجى بولۇپ قالىدۇ. لېكىن بۇ قۇلۇنجى چوڭ تەرەتنى سايمان ياكى ھەمەل بىلەن چىقىرىشقا موھتاج قىلىدۇ. بەزىدە ئاقمىدىنمۇ قۇلۇنجى يۇز بېرىدۇ.

سېزىمنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامتى بۇنىڭدا چوڭ تەرەتنىڭ كەيپىياتىنى ئېچىشتۇرۇشقا مايىل قىلىدىغان يېمەكلىكلەرنى يېگەنلىك تارىخى بولىدۇ، مەسىلەن: پىياز، كۈدە، قېتىق، شۇمشا قاتارلىقلارغا ئوخشاش. يەنە ئۆتكۈر ھەمەل دورىلار ھەمەل قىلىنسا، ئۇنىڭ بىئارام قىلىشىنى سەزمەيدۇ. يېگەن نەرسىدىن قورساق كۆپۈپ، يېگەن نەرسە ئۈچەيدە تۇرۇپ قېلىپ ئېغىر ئاغرىق پەيدا قىلمايدۇ، بەزىدە ئۈچەيدە سېزىمنى بۇزىدىغان ئاقما پەيدا بولۇپ قالىدۇ.

قۇرتتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامتى قورساقتا قۇرت بولغانلىق ئالامتى كۆرۈلىدۇ. قۇلۇنجى بولۇشتىن بۇرۇن مەقئەتتىن قۇرت چىقىدۇ.

تۆتىنچى ماقالە

قۇلۇنجىنى داۋالاش، ئۇچەي كېسەللىكلىرى، ئۇچەينىڭ ئەھۋالى ۋە ئىلائۇس توغرىسىدىكى سۆز

1 ـ پەسىل قۇلۇنجىنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا

قۇلۇنجغا تەدبىر قىلىشتا چوڭ تەرەتنى ئىتتىرىپ چىقارماسلىق، قۇلۇنجىنىڭ دەسلەپكى ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، يېتەرلىك ئۇسۇل بىلەن تەدبىر قىلىشقا ئالدىراش كېرەك. ئەگەر قۇلۇنجى تاماق يېگەندىن كېيىن كۆرۈلسە، شۇ ھامان تاماقنى قەي قىلدۇرۇش ۋە تاماق بىلەن بىرگە چىقىرىش زۆرۈر بولغان خىلتلارنى تازىلانغانغا قەدەر قەي قىلدۇرۇش لازىم. قەي بەزىدە ھۆللۈكتىن بولغان قۇلۇنجى ۋە سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ ماددىسىنى ئۈزۈپ تاشلايدۇ. ئەگەر قەي كۆپ بولۇپ كەتسە، قەينى توختاتقۇچى دورىلار بىلەن قەي توختىتىلىدۇ. ئانار سۈيىدىن تەييارلانغان پىننە شەربىتىگە ئازراق زىرە ۋە سۇماق سېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەن قۇلۇنجىدا ئالدىراپ مۇسھىل ئىچكۈزۈشنى ياخشى كۆرمەيمەن. چۈنكى، بەزىدە توسالغۇ كۈچلۈك بولىدۇ. بۇ توسالغۇ خىلىت ۋە يۇمىلاقلىشىپ قۇرۇپ كەتكەن تەرەتتىن ئىبارەتتۇر. ئەگەر مۇسھىل دورىلارنىڭ تەسىرىدە خىلىت ئۇستىدىن توسالغۇغا يۈزلەنسە، چىقىش ئورنى تاپالماي، زور خەتەرگە ئېلىپ

باردۇ. بۇنىڭدا ئالدى بىلەن بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان ھەم يەككە دورىلار بايانىدا سۆزلەپ بولغان قېرى خوراز شورپىسىغا ئوخشاش سىلىقلاشتۇرغۇچى، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى نەرسىلەرنى ئىچكۈزۈش، ئاندىن خىلتىلارنى ۋە يۇمىلاقلىشىپ قېپقالغان چوڭ تەرەتنى ئاز - ئازدىن چىقىرىش ئۈچۈن چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىش لازىم. ئەگەر قىزىتما بولسا، خوراز شورپىسى ئورنىغا ئارپا سۈيى ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر يۇمىلاقلىشىپ قېتىپ كەتكەن تەرەتلەر ۋە ئىنتايىن قويۇلۇپ كەتكەن خىلتىلارنىڭ چىقىپ كەتكەنلىكى بىلىنىپ، دورا ئىچكۈزۈش زۆرۈر بولسا، دورا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئارقىمۇ ئارقا قەي بىلەن ماددىنى تازىلاش مۇمكىن بولسا، ماددا تازىلىنىدۇ. ماددىنىڭ باشلىنىش ئورنى ئاشقازان ۋە يۇقىرىقى ئۇچەيدە بولغاندا ھەم ئاشقازان ئاجىز بولۇپ، ئاشقازاندا يىغىلىۋالغان خىلتىلارنىڭ كۆپلۈكى بىلىنگەندە ۋە ماددا تولۇپ قېلىش، چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قېلىش كىندىكىنىڭ ئۈستىدە بولغاندا، دورا ئىچكۈزۈش ئېھتىياجى كۈچلۈك بولىدۇ. ئەگەر بۇلارنىڭ ھەممىسى ئۈستىدىن سۈرگە بېرىشنى تەلەپ قىلسا ۋە شۇنداقلا قۇلۇنجى ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشتىن كېيىن يۇز بەرسە، ئۈستى تەرەپتىن ئىلاج قىلىش ياخشىراقتۇر.

قۇلۇنجىنىڭ يەنە بىر تۈرى: ئۇ بولسىمۇ ئاشقازان ۋە يۇقىرى ئۇچەيدىن باشلانغان قۇلۇنجى بولۇپ، ئاشقازاندا ماددا ئورۇنلىشىۋالىدۇ، ئاندىن ئاشقازان كېسەللىك ماددىسىنى كېسەللەنگەن ئۇچەيگە بىر - بىرلەپ ئەۋەتىپ بېرىدۇ. ماددا ھەر قېتىم كېسەللەنگەن ئۇچەيگە يېتىپ كەلگەندە ئاغرىق قايتا قوزغىلىپ، كېسەللىك باشلانغان ئورۇننى تازىلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر سۈرگە دورىسى ئىچكۈزۈلسە، ماددىنى چىقىرىپ ئارام بېرىدۇ ياكى ماددىنى ئەڭ تۆۋەن ئورۇنغا چۈشۈرۈپ، بىر قېتىملىق ھۆقنە ئارقىلىق ياكى ھۆقنە قىلىش قېتىم سانىنى ئازايتىش ئارقىلىق تازىلاشقا بولىدۇ.

ئەگەر ئېنىق زۆرۈرىيەت سەۋەبىدىن دورا ئىچكۈزۈش زۆرۈر بولمىسا، ھېچ نەرسە ئىچكۈزمەستىن ھۆقنە بىلەن بولدى قىلىشنى ياخشىراق، دەپ قارايمەن.

چۈنكى، كۆپىنچە قۇلۇنجىنىڭ سەۋەبى ئۇچەي تېنىگە كىرىۋالغان، تازىلىغۇچى دورىلار بىلەن تامامەن چىقمايدىغان خىلىتتۇر. ئەگەر دورا ئىچكۈزۈلسە، بۇ دورا ئاشقازان، ئۇچەينىلا تازىلىماستىن، تازىلاش، پاكىزلاش زۆرۈر بولمىغان باشقا ئورۇنلارنىمۇ تازىلاپ، بىمارنىڭ ئاجىزلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئەگەر مۇشۇنداق بولۇپ، ئۇچەينى تازىلاشتا كۆپ قېتىم ھۆقنە قىلىشقا ۋە قۇۋۋەتنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدىغان ئارقىمۇئارقا تازىلاشقا ئېھتىياج چۈشسە، ئەڭ ياخشى ھاجەت مۇمكىن بولسا، ھۆقنە ۋە ھۆقنىنىڭ ئورنىنى باسىدىغان دورىلارنىلا ئىشلىتىش لازىم. چۈنكى ھۆقنە باشقا ئورۇنلاردىن سۈمۈرۈلمىگەن ۋە باشقا ئەزالاردىن تازىلانمىغان خىلتنى تولۇق تازىلايدىغان نەرسىدۇر.

ئاغرىقنى پەيدا قىلغۇچى خىلتنىڭ ئۇچەيگە چاپلىشىۋېلىش ئېتىبارى بىلەن كۆپ قېتىم ھۆقنە قىلىنسا، ماددىنى ئومۇمىي بەدەندىن سۈمۈرىدىغان دورىلار بىلەن ئۇستىدىن تازىلىغان چاغدىكىدەك خەتەر بولمايدۇ. ھۆقنە بىر نەرسىنى چىقىرالمىسا ھەم ماددا پىشمىغان بولسا، سەۋر قىلىپ ھۆقنە قىلماسلىق، بولۇپمۇ ئۆتكۈر ھۆقنىلەرنى قىلماسلىق كېرەك (ھۆقنە ماددا پىشقاندىن كېيىن قىلىنىدۇ). چۈنكى ئۆتكۈر ھۆقنىلەرنىڭ مېڭە ۋە يۈرەككە تەسىر قىلىش خەۋپى بولىدۇ. كۆپىنچە ۋاقىتتا ھۆقنە قىلىنسا ئىچى سۈرمەي، بەلكى بېشى ئاغرىپ كۆڭلى ئېلىشىدۇ. شۇڭا ئۇستىدىن يارىدەم قىلىش لازىم. بەزىدە ئاستى تەرەپ توسولغاچقا تاماق يېنىپ كېتىدۇ.

ئۇستى تەرەپ ئاستى تەرەپتەك مەزمۇت بولغانغا قەدەر ئۇستى تەرەپنى تۇتقۇچى دورىلار بىلەن چىڭتىپ، ئاندىن ماددىنى تازىلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. قىزىتما بولسا، ھۆقنىلەرنى يۇمشىتىش ۋە بەزىدە يەتتە گىرامغىچە ئىشلىتىش ئېھتىياج چۈشىدىغان تۇزنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ھۆقنىنىڭ يېغىنى كۆپەيتىش كېرەك.

ئەگەر ھۆقنە ھېچ نەرسىنى چىقىرالمىسا، يېڭىدىن يۇغۇرۇلغان ھۆل ئايارەج پەيقىرا ياكى قۇرۇق ئايارەج پەيقىرا ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ئايارەج پەيقىرا جاۋارىش شەھرىياران، جاۋارىش تەمرى قاتارلىقلارنى يېگۈزگەندىن كېيىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇلارغا ئىشلىتىلىدىغان ئايارەجنى غاربقۇن بىلەن كۆچەيتىۋەتمەسلىك كېرەك. چۈنكى غاربقۇن ئەزاغا بەك چۆكۈپ، ئىچكى ئەزادا تۇرۇۋۇالىدۇ. ئاشقازاندا ماددا تۇرۇقلۇق ھۆقنە قىلماسلىق لازىم. چۈنكى ئاشقازاندا ماددا تۇرۇپ ھۆقنە قىلىنسا، خام ماددىنى تۆۋەنگە تارتىدۇ، مۇسھىلدىن كېيىن ئازراق ۋاقىت ئۆتمەي تۇرۇپ ھۆقنىلەر بىلەن داۋالىماسلىق لازىم.

سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىدا ھەببى زەھەبنى ئىچكۈزۈش بىلەن ئۇنىڭ ئاپەتلىرىنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ. بەزىدە بەدەندىن ماددىنى سۈمۈرىدىغان دورىلار ئۇچەيلەرگە باشقا ناچار خىلىتلارنى سۈمۈرسە، يەنە بەزىدە ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويىدىغان خىلىتلارنى سۈمۈرگەچكە، ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ۋە قۇلۇنجى بىرگە يۇز بېرىدۇ. مانا بۇ ئادەمنى ئۆلتۈرىدىغان ئاپەتتۇر. قۇلۇنجىغا ئىچكۈزۈلىدىغان سۇرگە دورىلىرىنىڭ ئەڭ ناچارراقى ھەجمى چوڭ، ئاشقازاندا تۇرمايدىغان دورىلاردۇر. بۇنىڭغا ھەبلەر ۋە ئايارەجلەر ۋە ھەجمى كىچىك، خۇش پۇراق دورىلارنى ئىچكۈزۈش لايىقراقتۇر.

باش ۋە قورساقتا توختاپ قالغان نەرسىلەرنىڭ بۇخاراتلىرىنى ۋە قۇلۇنجىنىڭ كۆپىنچىسىدە ئىشلىتىش زۆرۈر بولغان ئۆتكۈر دورىلارنىڭ بۇخاراتلىرىنى قوبۇل قىلماسلىق ئۈچۈن باشقا ئىنتايىن كۆڭۈل بۆلۈش كېرەك. بەزىدە بۇ بۇخاراتلار ئەقىل ئېلىشىشقا، قۇلۇنجىدا ئېھتىيات قىلىدىغان ھەرقانداق ئىشلارغا ئېلىپ بارىدۇ. قۇلۇنجى سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان زىيانلارنىڭ بىرى شۇكى، تېۋىپ بىمارنىڭ ئەھۋالىنى بىلەلمىگەچكە، كېسەلنى قانداق داۋالاشقا ئامال تاپالمايدۇ. باشقا كۆڭۈل بۆلۈش، سوغۇق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلار ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار، ئۇنىڭدىن باشقا بىز باشنىڭ مىزاجىنى سوۋۇتۇشقا تەۋسىيە قىلغان دورىلار بىلەن مۇكەممەل بولىدۇ. بەزىدە ئۇچەينى قىزىتىشقا بولغان ئېھتىياج جىگەرنى سوۋۇتۇشقا بولغان ئېھتىياجقا ئۇدۇل كېلىپ قالسا، جىگەر ۋە جىگەرگە ئوخشاش ئەزالارنى سوۋۇتقۇچى زىماتلارغا ئەھمىيەت بېرىلىدۇ، جىگەر ساھەسىگە قورساقنىڭ ئىشلىتىلىدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك زىمات ۋە ياغلارنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم. يۇرەكنىڭ ئەھۋالىمۇ جىگەرنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشاشتۇر، سوۋۇتۇشقا ئەڭ

مۇئاپىق بولغان دورىلار كافۇر ۋە سەندەل قوشۇلغان سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارىلەردۇر. سوۋۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە بىر ئەزاغا خاس بولغان دورىنىڭ يەنە بىر ئەزاغا ئېقىشىنى چەكلەش ئۈچۈن، جىگەر ۋە يۈرەك ساھەلىرىنىڭ ئارىلىقلىرىغا رەخت ياكى خېمىر قاتارلىقلاردىن پاسىل قىلىش كېرەك. بىماردا ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولىدۇ، ئۇلارغا سۇنى ئاز ئىچكۈزۈپ، سەۋر قىلدۇرۇش كېرەك. ئەگەر ئىچكۈزۈلىدىغان سۇغا ئازراق جۇلاپ ئارىلاشتۇرۇلسا، جىگەر تاتلىق نەرسىنى ياقتۇرغانلىقى ۋە تاتلىق نەرسە سۇنى جىگەرگە ئۆتكۈزگەنلىكى ئۈچۈن ئۇسسۇزلۇقتا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاش داۋالاش قانۇنىغا ئاساسەن، سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالىغاندا سېزىمسىزلاندۇرۇشقا ئالدىرىماسلىق كېرەك. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار بىلەن ئاغرىقنى پەسەيتىشكە ئالدىرىغۇچىلار زور خەتەرگە ئۇچرايدۇ. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ھەرقانداق كېسەلدە ھەقىقىي داۋالاش ئەمەستۇر، چۈنكى ھەقىقىي داۋالاش كېسەللىك سەۋەبىنى يوقىتىشتۇر. سېزىمسىزلاندۇرۇش كېسەللىك سەۋەبىنى بېكىتىپ، كېسەللىككە بولغان سېزىمنى يوقىتىدۇ. چۈنكى كېسەللىكنىڭ سەۋەبى قويۇق خىلىت بولسا، خىلىت تېخىمۇ قويۇلۇۋالىدۇ ياكى سوغۇق خىلىت ۋە سوغۇق مىزاجنىڭ ئۆزى بولسا، خىلىت تېخىمۇ سوۋۇپ كېتىدۇ ياكى سەۋەب قويۇق يەل بولسا، يەل تېخىمۇ قويۇلۇۋالىدۇ ياكى سەۋەب ئۈچەي تېنىنىڭ قاتتىق قېلىنلىشى بولسا، ئۈچەيدە توختاپ قالغان نەرسىلەر ئۈچەيدىن تارقىماي، ئۈچەي تېخىمۇ قېلىنلىشىپ، ئاغرىق بىر - ئىككى كۈن ياكى ئۇزاق كۈندىن كېيىن بۇرۇنقىدىن بەكرەك كۈچىيىدۇ. شۇڭا، مۇمكىنقەدەر سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەي، بەلكى كېسەللىك سەۋەبىنى يىراقلاشتۇرىدىغان، كېسەللىك سەۋەبىنى يوقىتىدىغان ۋە كېسەللىك سەۋەبىنى تارقىتىدىغان ھەمدە ماددا توسۇلۇپ قالغان ئورۇننى بوشىتىپ، تۆشۈكنى كېڭەيتىدىغان تەدبىرلەرنى قوللىنىش لازىم. بۇ تەدبىرلەر كۆپىنچە بەك ئىسسىقلىق يەتكۈزمەيدىغان، ماددىنى لەتىپلەشتۇرگۈچى دورىلار بىلەن مۇمكىن بولىدۇ. چۈنكى بەك ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش ماددىغا تۈيۇقسىز كەلسە، بۇنىڭ يەل

قوزغىشى ۋە ماددىنى تارقىتىشى يەل تارقىتىشىدىن كۆپرەك بولۇشىدىن ئەمىن بولغىلى بولمايدۇ. ئىشلىتىدىغان بۇ دورىلار يەلنى كۈچلۈك تارقىتىدىغان، ھۆل ماددىلارنى كۈچلۈك تارقاتماي تۇرۇپ پىشۇرىدىغان بولۇشى لازىم. شۇنىڭ ئۈچۈن بەزىدە بىرنەچچە كۈن ئارقىمۇئارقا يېمەكلىكنى تەرك ئېتىش كۈپايە قىلىدۇ. شۇنىڭدەك ئىسسىق ئۆتكۈزۈش بەزىدە قاتتىق ئاغرىقنى قوزغايدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئىسسىق ئۆتكۈزمەسلىككە ياكى قايتا ئىسسىق ئۆتكۈزۈشكە مەجبۇر بولىمىز. قايتا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش بىرىنچى قېتىم ئۆتكۈزگەن ئىسسىق قوزغىغان يەلنى تارقىتىش ئۈچۈندۇر. ئاندىن تازىلىغۇچى ھۆقۇملەرنى ئىشلەتمەكچى بولغاندا چوڭ تەرەت توسۇلغان ھالەتتە بولسا، ئالدى بىلەن لوئابلىق بولغانلىقتىن چوڭ تەرەتنى تېيىلدۇرىدىغان دورىلار، ياغلار ۋە چوڭ تەرەت كەپلىشىشتىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاشقا ياخشى مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلار بىلەن باشلاش كېرەك.

بۇ دورىلار قۇلۇنجى يەلدىن بولغاندا ئىشلىتىلىدۇ. قۇلۇنجى بەلغەمدىن بولغان بولسا، بەلغەمنى تازىلىغۇچى ھۆقۇملەر ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يەلدىن بولغان بولسا، يەلنى تارقىتىپ، تازىلىغۇچى ھۆقۇملەر ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە ھەرقانداق خىلىت تازىلانسىمۇ، بىراق ئاغرىغان جايىنىڭ ئەتراپىغا چاپلاشقاق ۋە ئاغرىقتا تەسىر كۆرسەتكەن ئاز بىر قىسىم خىلتىنىڭ قېپقېلىشىنى بىلىش لازىم، شۇڭا داۋالاش مەنپەئەت قىلمايدۇ دېمەي، بەلكى بۇنىمۇ يەنە ھۆقۇملەر بىلەن تازىلاش لازىم.

بەزىدە ئاشۇ سەۋەب يالغۇز يەل بولۇپ قالىدۇ. يەل بولغانلىقىنى يەلنىڭ ئالامەتلىرى بىلدۈرىدۇ. شۇڭا ئەزانى قۇۋۇۋەتلىگۈچى، يېنىك ئىسسىتىش بىلەن يەلنى تارقاتقۇچى ھۆقۇملەر ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بەزىدە تەرياقتا ئوخشاش كۈچلۈك ئىسسىق تەبىئەتلىك مەجۇننى ئىچىش كۈپايە قىلىدۇ. بەزىدە ئاغرىغان ئورۇنغا ئوتلۇق ھىجامەت قويۇش كۈپايە قىلىدۇ. بەزىدە يەل تارقاتقۇچى ئورۇق دورىلارنى ئىچكۈزۈش، بەزىدە ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى شارابنى ئىچكۈزۈش، بەزىدە يەل تارقاتقۇچى زىمات دورىلار كۈپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەكى قىچا چۈشكەن قىزارتقۇچى دورىلاردۇر، بەزىدە بۇ دورىلار ماددىنى قورساق مۇسكۇللىرىغا تارتىدۇ، چۈنكى قىزارتقۇچى دورىلار يەلنى تارقىتىدۇ، ئىسسىق بۇلاق سۇيى (ئارىشاق) بىلەن

يۇيۇنسا، قاتتىق ئاغرىقتا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. نۆشۈدۇر ئېرىتىلگەن سۇدا يۇيۇنۇش بۇ ئاغرىقتا مۇتلەق مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر بىمار كۆتۈرەلمىگۈدەك بولسا، ئىچسىمۇ بولىدۇ. يەل تارقاتقۇچى، ماددىنى لەتىفلەشتۈرگۈچى دورىلار قاتارلىقلار سۇدىن تەييارلانغان ئابزەن (دورا سۈيىگە چىلىنىش) مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە قورساقنى يېنىك، پۇتنى كۆچلۈك ئۇۋۇلاش كۈپايە قىلىدۇ. بەزىدە سوغۇق سۇ ئىچىش ئاغرىقنى قوزغايدۇ. بۇ ئۇسسۇزلۇقنى ئازراق باسسىمۇ، لېكىن بۇ خىل كېسەلگە بەك زىيانلىق. قويۇق خورما شىرنىسىدىن ئازراق ئىچىش سوغۇق سۇ ئىچكەندىن ياخشىراقتۇر. قاياق سۇ ئىچىش ئاغرىقنى توختىتىشقا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل بىمارلارغا ئىسسىقلىق ۋە ئىسسىق ھاۋا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەرقانداق سوغۇقلۇق ۋە سوغۇق ھاۋا ئىنتايىن زىيان قىلىدۇ. قۇلۇنجىنىڭ سەۋەبى ئۇچەينىڭ سوۋۇپ كېتىشى بولۇپ، قورساق تېرىسى نېپىز كىشى قۇلۇنجىغا ھەر ۋاقىت ئاسان گىرىپتار بولىدۇ. شۇڭا، بۇ خىل كىشىلەر قورسقىنى دائىم ئىسسىق تۇتۇشى ۋە يۇڭ كىيىملەرنى كىيىپ ياكى يۇڭنى تېڭىپ قورسقىدىن سوغۇقلۇقنى قايتۇرۇشى كېرەك. ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلاش ۋە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك نۇتۇللار بىلەن قورساقنى يۇيۇش قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە ئىسسىق ئۆتكۈرۈشكە، بەزىدە قۇلۇنجىغا ئىشلىتىدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارغا قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن قوشۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ سەۋەبى كېسەللەنگەن ئورۇنغا ماددىنىڭ ئاستا ـ ئاستا سىرغىپ چۈشۈشى بولۇپ، مۇشۇ مەزگىلدە ئاغرىق پەيدا قىلسا، ئۇنىڭ ئىلاجى يەڭگىل دەرىجىدە بىرنەچچە قېتىم ئارقىمۇئارقا تازىلاشتۇر. بىراق ئۇ ئورۇندا ماددىنىڭ كۆپلۈكى بىلىنسە، بىراقلا تازىلىنىدۇ، ماددىنىڭ سىرغىش ۋە پەيدا بولۇش يولى بىلەن بولغان قۇلۇنجىدا ئاغرىق تۇتقان ۋاقىتتا ۋە شۇ كېچىسى ھەببى سەبىرە، ھەببى ئايارەج ۋە شەھمەنزەل، سوقمونىيا، سەكبىنەج، سەبرە قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ھەبلەرنىڭ قايسىسى بولسا 2 ~ 3 گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. بىمار بۇ خىل داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئۇدا بىرقانچە كۈن داۋالانسا ۋە غىزانى ياخشىلاپ بەرسە، كېسەلدىن ساقىيىپ كېتىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجى قاتارىدىكى يەلدىن بولغان قۇلۇنجىغا خاس بولغان داۋالاش قانۇنىيەتلىرى ھۆقنىلەر، ھەمەللەر ۋە بىز سۆزلەيدىغان زىماتلارنى ئىشلىتىش، ئۇچ كۈنگىچە قەتئىي غىزا بەرمەسلىك، مۇمكىن بولسا ئۇخلىتىش ۋە يەل ماددىسىنى يوقىتىپ تاشلاشقا ھەم ئەزانى قىزىتىشقا تىرىشىش لازىم. بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ئۇسۇللار سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بۇ يەردە خىلىت بار دەپ ئەندىشە قىلىنمىسا، خالىغانچە ئىسسىقلىق يەتكۈزۈلىدۇ ھەم خالىغانچە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە يەنە تىلماي ئوتلۇق ھىجامەت قويۇلىدۇ. ئەگەر چوڭ تەرىتى كەلسە، ئاغرىغان جاينى يېنىك ئۇۋۇلاش بىلەن قىزىتىلغان زەنبىق يېغى، سۇمبۇل يېغى، بان يېغى قاتارلىق ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ. تېرىق ۋە قىزىتىلغان تۇز بىلەن مۇڭاپىق مقداردا ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ ياردەم بېرىلىدۇ. يېنىچە يېتىش، ئوڭدىسىغا يېتىش، دۇم يېتىشنىڭ قايسىسى يەلنى ئىتتىرىپ چىقىرالىسا سىناپ بېقىپ، شۇ بويىچە ياتقۇزۇلىدۇ. تاغ زىرىسى، سۇزاپ ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى ئۇرۇق دورىلار سۈيىدە ياكى كونا شارابتا ۋە ياكى مائۇلھەسەل، شېكەر سۈيى قاتارلىقلاردا ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە پۇلونيانى ئىچكۈزۈش يەلدىن بولغان قۇلۇنجىدىن خالاس قىلىدۇ.

2 ـ پەسىل يەل، بەلغەم ياكى ماددىلىق سوغۇقتىن قۇلۇنجى بولغان كىشىگە ئىشلىتىلىدىغان سۈرگە دورىلىرىنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا

بەلغەم ياكى چوڭ تەرەتنى چىقىرىدىغان ھۆقنە ئوغرىتىكەن، بىستىپايەج، زاراڭزا ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، سەرپىستان قاتارلىقلاردىن تەڭ مقداردا، تۇربۇتتىن ئالتە گىرام، سوقۇلمىغان شەھمەنزەلدىن ئىككى گىرام، ئەنجۈردىن 10 دانە، زىغىر ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، نېپىز قەنتەرىيۇن، سوقۇلغان ئابدىملىك ئۇرۇقى، بىنەپشە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، سۇزاپتىن بەش گىرام،

كاللەكبەسەي يوپۇرمقىدىن بىر تۇتام ئېلىپ، كۆپرەك سۇدا ئاز قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ، قولدا مىجىپ، سۈزۈپ، سۈزۈلگەن سۈيىدىن 300 گىرام ئېلىپ، بۇنىڭغا خىيارشەنبەر، قارا شېكەردىن 21 گىرام، سەكبىنەجىتىن ئۇچ گىرام، توغرىغۇدىن ئىككى گىرام، قارا كۈنجۈت يېغىدىن 45 گىرام ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلىندۇ، بەزىدە بۇ ھۆقنىگە كالا ئۆتى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

چاپلاشقاق بەلغەمنى چىقىرىدىغان ھۆقنە يۇقىرىقى ھۆقنىنىڭ دورىلىرىنى ئېلىپ، كۆپرەك مىقداردا چاۋا ياغ قوشۇلىدۇ ۋە 15 گىرام ئابدىملىك ئۇرۇقىنى ئېلىپ، ھەشقىپىچەك سۈيىگە چىلاپ، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ھۆقنىدەك سۈزۈپ، ئابدىملىك ئۇرۇقى بىلەن ھەشقىپىچەك سۈيى قۇيۇلىدۇ. خىيارشەنبەر بىلەن شېكەر ئورنىغا 45 گىرام ھەسەل سېلىنىدۇ. ئۇنىڭغا ئىشلىتىلىدىغان ياغقا زاراڭزا يېغى ئىشلىتىلىدۇ، بۇ ھۆقنىگە سەكبىنەج ۋە جاۋشىردىن 1.5 گىرامدىن سېلىپ ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە ئۇنىڭغا ئابدىملىك يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. كۆپىنچە ئۇرۇق دورىلار، تاغ پىننىسى، يالپۇز، زۇپا، زىرە، پەتەر ئاسالىيۇن، سۇزاپ ئۇرۇقى، بىستىپايەج، قەنتەرىيۇن، پىننە، ھىك كۆتىكى قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىلمىسىغا ئېشەك مەرىسى ئۇسارىسىدىن 1.5 گىرام قوشۇپ ھۆقنە قىلىندۇ ياكى بۇ دورىلار بىلەن ئېشەك مەرىسى يىلتىزى ۋە ئازراق شەھمەنزەلنى قاينىتىپ، بۇنىڭغا سەكبىنەج، جاۋشىر، مۇقەلنىڭ ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن قوشۇپ ھۆقنە قىلىندۇ. كۆپىنچە بۇ دورىلار زەيتۇن يېغىدا ياكى ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغدا قاينىتىلىپ ھۆقنە قىلىندۇ.

كۆپىنچە ماددىنى پارچىلىغۇچى سىركەنجۇبىلەر ھۆقنە قىلىندۇ، بۇ قائىدىلەرنى بىلىۋېلىڭ.

قۇلۇنجىغا گىرىپتار بولغان كىشىلەرگە ھۆقنە قىلىنىدىغان سىركەنجۇبىل سىركەنجۇبىل، ھەسەلدىن 595 گىرامدىن، شەھمەنزەلدىن 12 گىرام، بىستىپايەج، قارىمۇچىتىن 30 گىرامدىن، زەنجۇبىلدىن 60 گىرام، يەرلىك سۇزاپ ئۇرۇقى، ھۇماما، ھىك ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، ئەفتىمۇن قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 16 گىرامدىن، زىرە، سىرىقچىچەك ئۇرۇقىدىن سەككىز گىرامدىن ئېلىپ، بارلىق

دورىلارنى چالا سوقۇپ، سىركە ۋە ھەسەلدە يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا نىشاستە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، مەن بۇ تەدبىرنى بەك ياقتۇرمايمەن.

قەدىمكى تېۋىپلارنىڭ بەزىسى تۈزۈپ چىققان ئاغرىقنى پەسەيتىدىغان، ياخشى مەنپەئەت قىلىدىغان ھۆقنە سەبرە، قۇندۇز قەھرى، مىئەسائىلە، بەتەم يېلىمى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام، بۇخۇر مەريەم ناملىق دەرەخنىڭ يېڭى ئۇسارىسىدىن 60 گىرام، ئەپيۇندىن 45 گىرام ئېلىپ ساقلاپ قويۇپ، ھاجەت چۈشكەندە، 2.08 گىرامى باشقا ھۆقنىلەرگە قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە بۇ دورا كونا چاۋا ياغ ۋە مايلىق دان مايلىرىغا ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلىنىدۇ.

بەك چاپلاشقاق بەلغەملەر بىلەن بىرگە چوڭ تەرەت چىقماي توختاپ قالغاندا كۈچلۈك تەسىر قىلىدىغان تەڭداشسىز ھۆقنە بۇ ھۆقنە شۇكى، ھۆل ئۆشنان سۈيىدىن 170 گىرام ئېلىپ، 30 گىرام سىركە، 15 گىرام توغرىغۇ قوشۇپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. بۇ ھۆقنىدىنمۇ كۈچلۈكرەكى شۇكى، ھەببى شۇبرۇم، مازارىيون يوپۇرمىقى، قەردمانە، بۇخۇر مەريەم ناملىق دەرەخ، شەھمەنزەل ۋە پوستى ھەنزەل، تۇربۇت، بىستىپايەج قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى ئېلىپ، سۇدا قائىدە بويىچە قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈلگەن سۈيىگە ئابدىملىك يېغى، ھەسەل، كالا ئۆتى سېلىپ ھۆقنە قىلىنىدۇ ياكى بۇ دورىلارنى ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغقا سېلىپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. قسائۇل ھمار ئۆسۈملۈكى يېغى ھۆقنە قىلىنسا، بەزىدە بمار بىرنەچچە سائەت سەۋر قىلالىشى، كۆپ چاپلاشقاق بەلغەمنى چىقىرالىشى مۇمكىن. تۇرۇپ يېغى، كەلكىلانەج يېغى ۋە ئابدىملىك يېغىمۇ شۇنداق مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە ئاغرىق كۈچەيگەندە، مۇشۇ ھۆقنىگە ھىك، ئوشەق، كەپتەر مايىقى، قەتران ئارىلاشتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزى ۋاقىتلاردا پەرپىيۇنغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

بەزىدە قەتران ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراقلىق دورىلار كۆپ سېلىنغان مائۇلھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ ھۆقنە قىلىنسا ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ. بۇخۇر مەريەم ناملىق دەرەخ ئۇسارىسى ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە سوقمونىيا، پەرپىيۇن قاتارلىقلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىلەر زەنبۇل پەئرى (چاشقان قۇلقى) دەپ

ئاتىلىدىغان ئۆسۈملۈكنى ماختايدۇ، بەزىدە ئالتە گىرام قۇندۇز قەھرى زەيتۇن يېغىغا سېلىنىپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. يەنە زۇپتى رۇمىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، بۇنىڭغا تىلا ۋە سۇزاپ يېغى، سېرىقمايىنىڭ ھەربىرىدىن 125 گىرامدىن قوشۇپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. بەزىدە كۆچلۈك ھۆقنىگە ئەنجۇر يوپۇرمىقى سۈتى ۋە دەرەخ قوۋزىقى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىدا بەلغەمنى سۈرىدىغان، ئىچىلىدىغان دورىلار بۇ ھەقتە كۆچلۈك مەنپەئەت قىلىدىغان ھەبلەردىن سەكبىنەج چۈشكەن ھەببى شەبرۇم، شاقاقۇل چۈشكەن ھەببى سەكبىنەج ۋە ئادراسمان چۈشكەن ھەببى سەكبىنەج ۋە تۇربۇت، سەبرە سۇقۇتىرى، شەھمەنزەل قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا، سوقمونىيانى ئۇچتىن بىر ھەسسە ئېلىپ، كۆپۈكى ئېلىۋېتىلگەن ھەسەل بىلەن بىرلەشتۇرۇپ قائىدە بويىچە ھەب ياسىلىدۇ.

بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدىغان ھەب شۇكى، قۇندۇز قەھرى، زەنجىۋىل، شەھمەنزەلنىڭ ھەربىرىدىن 0.5 گىرامدىن، قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسىدىن 0.25 گىرام، قۇندۇز قەھرى، ئايارەج پەيقرادىن ئىككى گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب ياسىلىدۇ. بۇ ھەبكە سوقمونىيا قوشۇپ كۆچەيتىلسە دورۇس بولىدۇ. بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلىدىغان باشقا سۈرگە دورىلىرى جاۋارىش ئەسقۇبى، جاۋارىش تەمرى، جاۋارىش شەھرىياران، شەھمەنزەل بىلەن كۆچەيتىلگەن ئابدىملىك يېغى قوشۇلغان ئايارەج ۋە جاۋارىش سەپەرجەلى قاتارلىقلاردۇر. چوڭ تەرەت بىلەن بەلغەم ئارىلىشىپ، چوڭ تەرەت كۆپ بولۇپ، يۇملاقلىشىۋېلىپ كەلمسە، كۆچلۈك سۈرگە دورىسى ئىشلىتىشكە زۆرۈرىيەت بولىدۇ. كۆچلۈك سۈرگە دورىلار قاتاردىن تۆۋەندىكى نۇسخىلىق ھەب باردۇر: پەرپىيۇن، تازىلانغان ھەببى مازارىيون ۋە سوقمونىيا قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب ياساپ، ئۇچ گىرامدىن ئىچىلىدۇ.

ئىنتايىن كۆچلۈك بولغان يەنە بىر سۈرگە دورىسى كىچىك بىر سېۋەت كەپتەر مايىقى ۋە بىر باغلام سېرىقچېچەكنى 28.5 كىلوگرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، بۇنىڭدىن 60 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ بەك كۆچلۈك ۋە

خەتەرلىكتۇر. سۆتى زەھەرلىك بولغان ئۆسۈملۈكلەرنىڭ سۈتلىرى قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ. مەسىلەن: لائىيە ئۆسۈملۈكى ۋە شۇبرۇم ئۆسۈملۈكى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. يەل كەلتۈرىدىغان ئۆسۈملۈك ھەببى زۇرات دېگەن نام بىلەن مەشھۇردۇر. زەھەرلىك سۆتلۈكئوتلارنىڭ تۈرلىرىدىن مەرزەنجۇشقا ئوخشايدىغان، چاشقانلارنىڭ قۇلىقىغا ئوخشاش چوڭ يوپۇرماقلىق، چايان چېقىۋالغان كىشى داۋالىنىدىغان، سۆتى كۆپ چىقىدىغان بىر خىل ئۆسۈملۈك بار بولۇپ، بىز بۇنى يەككە دورىلار بايانىدا سۆزلىدۇق.

چاپلاشقاق بەلغەم بىلەن چوڭ تەرەتنى كۆپ چىقىرىدىغان كۈچلۈك ھەمەل قىلىنىدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى: بۇ دورىلاردىن بىرى شۇكى، تاشتۇزدىن چوڭلۇقى بەللۇتچىلىك، ئۇزۇنلۇقى ئالتە ئىلىك ئېلىپ ھەمەل قىلىنىدۇ. بۇ ھەمەللەرنىڭ يەنە بىرى چاشقان مايىقىدىن ياسالغان چوڭ بەللۇتتەك دورىدۇر. تۇرۇپتىن پىلتە ياساپ، ھەسەلگە يۇقتۇرۇپ ھەمەل قىلىنىدۇ ياكى شەھمەنزەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇلغان ھەسەلدىن بەللۇتچىلىك چوڭلۇقتا ياساپ ھەمەل قىلىنىدۇ ياكى قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى، شەھمەنزەل، كالا ئۆتى، قىزىل توغرىغۇ، ھەسەل قاتارلىقلاردىن بەللۇت شەكلىدە ياساپ ھەمەل قىلىنىدۇ ياكى شەھمەنزەل شېكەر بىلەنلا ھەمەل قىلىنىدۇ ياكى شەھمەنزەل، ئەنزىرۇت، شېكەر قاتارلىقلار قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇلۇپ ھەمەل قىلىنىدۇ ياكى ھەسەل، سەنۇبەر دەرىخى يېپلىمى، شەھمەنزەل، كاندىن چىقىدىغان قارا تۇز قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەمەل تەييارلاپ ھەمەل قىلىنىدۇ. بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجى ۋە چوڭ تەرەت توسۇلۇشتىن بولغان قۇلۇنجى، يەلدىن بولغان قۇلۇنجىغا ئورتاق ئىشلىتىلىدىغان ھەمەلنىڭ نۇسخىسى: شەھمەنزەل، قۇندۇز قەھرىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچكىچىلىك، قەتراندىن ئىككى قوشۇق ئېلىپ، ئازراق ھەسەل بىلەن ھەمەل قىلىنىدۇ.

بۇخۇر مەريەم ناملىق دەرەخنىڭ ئۇسارىسى ئىنتايىن كۈچلۈك بولۇپ، ھېچ نەرسە مەنپەئەت قىلمىغاندا بۇنىڭغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. كۆپىنچە سوقمونىيا، چاققاقئوت ئۇرۇقى ئىشلىتىشكە ۋە پەرىيۇن ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

يەلدىن بولغان قۇلۇنجىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدىغان ھۆققىنىڭ نۇسخىسى

تاغ پىننىسى، زۇپا، قۇرۇق سۇزاپ، يالپۇز، شۇسىرا (بۇ خەلق تېبابىتىدە مسكۇل جىن دېگەن نام بىلەن مەشھۇر بولغان ئۆسۈملۈكتۇر)، ئېگىر، سۇزاپ ئۇرۇقى، چاڭگاك ئۇرۇقى، چالا سوقۇلغان ئابدىمىلىك ئۇرۇقى، بابۇنە، ئوغرىتىكەن، قەنتەرىيۇن، سېرىقچېچەك، ئۇچ خىل ئۇرۇق (كەرەپشە ئۇرۇقى، زىرە، بەدىيان ئۇرۇقى)، ھىلگ ئۇرۇقى، پەتەر ئاسالىيۇن قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، كۆپ مىقدارلىق سۇزاپ ۋە پىننە ئۇسارىسىدە ئاز قالغۇچە كۈچلۈك قاينىتىپ، ئاندىن زەيتۇن يېغىدىن بىر ھەسسە، دورىلار بىلەن قاينىتىلغان ئۇسارىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، يالغۇز زەيتۇن يېغى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، ئاندىن ئۇنىڭدىن بىر ھۆقنە مىقدارى ئېلىپ، بۇنىڭغا ئۆردەك يېغى، ئۆچكە يېغى، ئازراق جاۋشىر ۋە سەكبىنەج قوشۇپ ھۆقنە قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئۇسارىلەرنىڭ ئۆزىنى ئېلىپ، ئۇنىڭدا يېلىم دورىلار ۋە ھايۋاناتلار يېغىنى ئېرىتىپ، 30 گىرام ھەسەل قوشۇپ ھۆققنە قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل بىمارلارنىڭ ھۆققنىسىگە قۇندۇز قەھرى، ھىلگ قاتارلىقلارنى سېلىش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە 30 گىرام مىئەسائلەنى 60 گىرام زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىپ ھۆققنە قىلسا، ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە 30 گىرام تەنكارنى سۇزاپ ئۇسارىسىدە ئېرىتىپ ھۆققنە قىلىنىدۇ. 45 گىرام تۇزنى سۇزاپ ئۇسارىسىدە ئېرىتىپ ھۆققنە قىلىنىدۇ، بەزىدە بۇ خىل بىمارلارغا سۇزاپ يېغى، ناردىن يېغى، بابۇنە يېغى، تۇرۇپ يېغى، مىئەسائلە يېغى، ئابدىمىلىك يېغى قاتارلىقلار ھۆققنە قىلىنىدۇ.

يەلگە مەنپەئەت قىلىدىغان ھەمەل دورىلارنىڭ نۇسخىسى: سۇزاپنى مائۇلھەسلدە خۇلۇق دېگەن خۇش پۇراق دورىدەك بولغۇچە سالايە قىلىپ، بۇنىڭغا سالايە قىلىنغان سۇزاپنىڭ يېرىم ھەسسىسچىلىك زىرە، تۆتتىن بىر ھەسسە قىزىل توغرىغۇ سېلىپ، ئالتە ئىلىك ئۇزۇنلۇقتا بەللۇت چوڭلۇقىدا ھەمەل تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ ۋە يەنە سۇزاپ ئۇرۇقى، ھەسەل قوشۇلغان قۇندۇز قەھرى، كالا ئۆتى، تەنكار قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ ھەمەل تەييارلىنىدۇ ۋە يەنە سەكبىنەج، مۇقەل، شەھمەنزەل، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن بەللۇت شەكلىدە ھەمەل ياساپ ئىشلىتىلىدۇ.

ماددىسىز ئۇچەي سوۋۇپ كەتكەن بىمارلارغا ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنە ۋە ھەمەللەر

ماددىسىز سوغۇق مىزاجدىن قۇلۇنجى بولغان كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنە ۋە ھەمەللەر يەلدىن قۇلۇنجى بولغان كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنە ۋە ھەمەللەرگە ئوخشاشتۇر. بەزىدە بۇ خىل بىمارلارغا قەتراندىن ئالتە گىرامنى زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلسا مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش كەپتەر مايىقىنى پىننە ئۇسارىسى ۋە ئابدىمىلىك يېغى بىلەن ھۆقنە قىلسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئابىزەنلەر، مۇنچىلار ۋە نۇتۇللار

ئابىزەنلەر قۇلۇنجى ئاغرىقلىرىغا بەك مەنپەئەتلىك، بولۇپمۇ ئابىزەنىڭ سۇيى قۇلۇنجىغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار قاينىتىلغان سۇ بولسا تېخىمۇ شۇنداق. چۈنكى، ئابىزەن ئوتتىن ئالغان ھارارىتى، دورىدىن ئالغان قۇۋۋىتى بىلەن ئىششىقنىڭ سەۋەبلىرىنى تارقىتىدۇ، ئۇ ھۆل ئىسسىق بولۇش بىلەن ئەزانى بوشىتىپ، ئاغرىقنى پەيدا قىلغۇچى سەۋەبنىڭ يوقىلىشىنى ئاسانلاشتۇرىدۇ ۋە مەقئەت مۇسكۇلنى بوشىتىدۇ. مەقئەت ۋە ئەزالارنىڭ بوشىشى توسۇلۇپ قالغان تەرەتلەرنىڭ ئىتتىرىلىشىگە يارەدەم بەرسەمۇ، لېكىن ئابىزەن قۇۋۋەتنى ئاجىزلاشتۇرغانلىق سەۋەبىدىن بىئارامىلىق ۋە كۆڭۈل ئېلىشىشنى پەيدا قىلىدۇ. شۇڭا، بەدىنى ئاجىز كىشىگە ئېھتىيات بىلەن ئابىزەن قىلىش، ئابىزەن قىلغاندا خۇش پۇراق مېۋىلەر، خۇش پۇراق نەرسە، كەردىياج (ھالۋىنىڭ بىر تۈرى)، ئىسسىق نان، بىمار ھۇزۇرلىنىدىغان ۋە كۆڭۈلنى تىنجىتىدىغان نەرسىلەرنى بىمارغا يېقىن قويۇش، ئابىزەن قىلغان سۇنى كۆكرەك ۋە يۇرىكىگە يەتكۈزۈۋەتمەسلىك كېرەك. سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجى بىمارنىڭ تاتلىق سۇ مۇنچىسىغا يېقىن كەلتۈرمەسلىك ياخشى بولغىنىدەك، لاۋىلىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇشمۇ بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر بەزى قاچىلارنى لاۋىلىق سۇغا ياكى قۇلۇنجىغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

قاينىتىلغان سۇلارغا توشقۇزۇپ، قاچىنىڭ تېگىدىن كىچىك، كۆپ تۆشۈكلەرنى ئېچىپ، بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، قاچىنى كۆتۈرۈپ تۇرۇپ، بۇ قاچىدىكى سۇ بىمارنىڭ قورسقىغا تامچىتىلسا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ.

ھۆقنە قىلىش ئۇسۇلى ۋە ھۆقنە سايمانلىرى

ئىلگىرىكى ئالىملار سۆزلىگەن ھۆقنە قىلىش نەيچىسىنىڭ ئەڭ ياخشى شەكلى شۇكى، نەيچىنىڭ دائىرىسى 33 كە بۆلۈنگەن بولىدۇ. نەيچىنىڭ ئىككى بېشىنىڭ ئارىلىقىدا نەيچە ياسالىدىغان جىسىمدىن پەردە قىلىنىدۇ. بۇ پەردە بىلەن نەيچە قاتتىق توسۇلۇپ، نەيچىنىڭ ئوخشىمايدىغان ئىككى بېشىدا پەردە ھاسىل قىلىدۇ. دورا ماڭغۇزۇش خالىتىسى نەيچىنىڭ چوڭ بېشىغا ئورۇنلاشتۇرۇلغان بولىدۇ، نەيچىنىڭ كىچىك بۆلىكى ئوچۇق بولىدۇ، ئەگەر دورا ماڭغۇزۇش خالىتىسى نەيچىنىڭ ئومۇمىيسىغا ئورۇنلاشتۇرۇلغان بولسا، ھاۋا كىرىۋالماسلىق ئۈچۈن، كىچىك بۆلىكىنىڭ بېشى كۈچلۈك نەرسە بىلەن ئېتىلىدۇ.

دورا ماڭغۇزۇش خالىتىسىنىڭ مەقئەتكە كىرمەيدىغان ئاستى تەرىپىدە يەل چىقىدىغان ئورۇن بولىدۇ. ئەگەر ھۆقنە ئىشلىتىپ، ھۆقنە يەلنىڭ كۈچى بىلەن ماڭغۇزۇلسا، يەل قايتىپ دورا ماڭمايدىغان بۆلەكتىن چىقىپ كېتىدۇ. ھۆقنە قىلىنغان دورا ئۈچەيدە ياخشى تۇرىدۇ. چۈنكى يەل ھۆقنە قىلىنغان دورىنى ئىچ سۈرۈش بىلەن سىرتقا تېز چىقىرىۋېتىدۇ. ئاندىن بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قارىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق بەل تەرەپكە مايىل بولسا، بەك ياخشىدۇر. بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئوڭدا ياتقۇزۇپ ھۆقنە قىلىش بۆرەك شېرىكچىلىكى بىلەن قۇلۇنجى بولغان كىشىگە بەك ياخشىدۇر. ئەگەر ئاغرىق ئالدى تەرەپكە مايىل بولسا، تىزلاندۇرۇپ ياتقۇزۇپ ھۆقنە قىلىنىدۇ، چۈنكى تىزلاندۇرۇپ ھۆقنە قىلىش ھۆقنە دورىلىرىنى ئۈچەينىڭ ئەگمىلىرىگىچە يەتكۈزىدۇ. بەزىدە سول يېنىچە ياتقۇزۇپ، جەينىكىنى ساغرىسىنىڭ ئاستىغا قويۇپ، ئوڭ تىزىنى مەيدىسىگە چاپلاپ كۆتۈرۈپ، سول پۇتىنى ئۇزۇن قىلىپ ھۆقنە قىلىنىدۇ، ھۆقنە قىلىپ بولغاندىن كېيىن بىمار ئوڭدا ياتقۇزۇلىدۇ.

ھەرقانداق ھۆقنە قىلىنغان كىشى شۇنداق ياتقۇزۇلىدۇ، بەزى كىشىلەرنى ئوڭدا ياتقۇزۇشقا ئېھتىياج بولمايدۇ، مەقئەت كېڭىيىپ نەيچە ئوبدان ئورۇنلىشىش ئۈچۈن تېۋىپ چىمچىلاق بارمىقىغا قىرۇتى يۇقتۇرۇپ، بىمارنىڭ مەقئىتىگە بىرنەچچە قېتىم كىرگۈزۈش ئەڭ ياخشىدۇر.

بەزى كىشىلەرگە بۇنداق قىلىش زۆرۈر ئەمەس، ھۆقنە قىلماقچى بولغاندا نەيچە ۋە مەقئەتكە قىرۇتى سۈركەپ، نەيچە ئۈچەي توسۇلۇپ قالغان ئورۇندىن ۋە تۈز ئۈچەيدىن ئۆتۈپ كەتمىگۈدەك دەرىجىدە مەقئەتكە كىرگۈزۈلىدۇ. ئەگەر تۈز ئۈچەيدىن ئۆتۈپ كەتسە، ھۆقنە قىلغان دورا ماڭمايدۇ، نەيچە ئۆز ئورنىغا كىرگۈزۈلسە، سۇيۇق ھۆقنە دورىسىنى قۇيۇپ، ئاندىن دورا ماڭغۇزۇش خالتىسى ئىككى قول بىلەن يېنىك دەرىجىدە ئارقىمۇئارقا مۇجۇپ بېرىلىدۇ.

مۇشۇنداق قىلغاندا ھۆقنە قىلىنغان دورا ئېھتىياجلىق بولغان ئورۇندىنمۇ يىراقراق ئورۇنغا بارىدۇ، بۇنداق قىلغاندا ۋە ھۆقنە دورىسىنى يۇقىرى تەرەپكە ئىتتىرگەندە ئەڭ ياخشىسى بىمارنىڭ چېچىنى تارتىش ۋە ئاغرىغان ئورۇنغا سوغۇق سۇ چېچىش، كىرگەن ھۆقنە دورىسىنى تۆۋەنگە تارتىشقا يارىدەم بېرىش لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ھۆقنە قىلغاندا ھۆقنىلەرنى توسۇلغان چوڭ تەرەت بىلەن بىرگە تۆۋەنگە چۈشۈرۈش ئۈچۈن، ھەمەللەرنى ئىشلەتمەي ئامال بولمايدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئىشلەتمەكچى بولغان ھۆقنىنى ئېھتىياجلىق بولغان ئورۇنغا يەتمىگۈدەك دەرىجىدە سۇيۇق قىلىۋەتمەسلىك كېرەك. ھۆقنە بىئارام قىلىپ چىقىپ كېتەي دېسە توسماسىتىن، بەلكى شۇ ۋاقىتتا ئۆز پېتى قايتا ھۆقنە قىلىش كېرەك. بىمار چۈشكۈرۈۋاتقان، يۆتىلىۋاتقان چاغدا ھۆقنە قىلماسلىق كېرەك. شۇنى بىلىش لازىمكى، مىقدارى نورمال بولغان ھۆقنىلەرنىڭ مەنپەئەتى يۇقىرى ئۈچەيلەرگە يەتمەيدۇ. ئەگەر ھۆقنىنىڭ مىقدارى كۆپ بولۇپ كەتسە، زىيىنى ئېغىر بولۇپ، بىرەر ئاپەتنىڭ خەۋپى بولىدۇ. ھۆقنە قويۇق بولۇپ كەتسە، چاپلىشىۋېلىپ كۆپ زىيان كەلتۈرىدۇ. ھۆقنە سۇيۇق بولۇپ كەتسە، مەنپەئەت قىلمايدۇ ۋە ئۇنىڭ مەنپەئەتى يۇقىرى ئۈچەيلەرگە يەتمەيدۇ.

ئادەتكە ئايلىنىپ قالغان سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجىغا ئابدىمىلىك يېغى ئىچكۈزۈپ داۋالاش توغرىسىدا تەلىپى ۋە ۋاقتى: ئابدىمىلىك يېغى ئۇرۇق دورىلارنىڭ سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلسە، بۇ خىل بىمارلارغا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. ئابدىمىلىك يېغى چوقۇم بەدەننى ھەببى سەكبىنەج ياكى ئۇنىڭ باشقىلىرى بىلەن تازىلىغاندىن كېيىن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئابدىمىلىك يېغىدىن بىرىنچى كۈنى سەككىز گىرام، ئىككىنچى كۈنى 10 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش ھەر كۈنى ئىككى گىرامدىن يەتتە كۈنگىچە كۆپەيتىلىدۇ، ئاندىن سەككىز گىرام قالغۇچە ئاز - ئازدىن تۆۋەنلىتىلىدۇ. تۆۋەنلىتىشكە باشلاپ يەتتە كۈن بولغاندا توختىتىشقا بولىدۇ. ھەرقاچان ئابدىمىلىك يېغىنى ئۇرۇق سۈيىگە قۇيماقچى بولغاندا، ئۇنى قايماققا ياخشى ئارىلاشتۇرۇش لازىم. ئابدىمىلىك يېغىنى ئىچىدىغان ھەرقانداق كۈندە غىزانى 6 ~ 10 سائەتكىچە كېچىكتۈرۈش لازىم، ھەتتا يېگەن تاماقنىڭ پۈرىقىنى سەزمىگۈدەك دەرىجىدە كېچىكتۈرۈپ، ئاندىن ئابدىمىلىك يېغى ئۈستىدىن ئىسپىدباج (گۆش، ياغ، تۇز، يۇمغاقسۈت، پىياز، نوقۇت، سىرىقچىچەك، بادام ۋە توخۇ گۆشى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان سۇيۇقئاش) غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر ئاچچىق - چۈچۈك نەرسىلەرنى كۆكىلى تارتسا، زىرىباج (گۆش، نوقۇت، سىركە، شېكەر، دارچىن، بادام، يۇمغاقسۈت، نىشاستە، زەپەر، قىزىلگۈل سۈيى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان شورپا) بېرىلىدۇ، بىمارنىڭ ئىچىملىكى مائۇلھەسەل بولىدۇ. بىمار ئابدىمىلىك يېغىنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن شەھمەنزەل بىلەن كۈچلەندۈرۈلگەن ئايارەج پەيقىرا ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى كۈچلەندۈرۈشكە ئېھتىياج چۈشمىگەندە، كۈچەيتىلمىگەن ئايارەج پەيقىرا ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈنكى ئايارەج پەيقىرا ئابدىمىلىك يېغىنىڭ باش ۋە كۆزگە بولغان زىيىنىنى توسىدۇ.

تازىلاش يولى بىلەن ئەمەس، ھەزىم قىلىش يولى، ئىسلاھ قىلىش يولى ياكى ئۆز خاسىيىتى بىلەن سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجى بىمارلىرىغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى بۇ دورىلار ئىچىلىدىغان، زىمات قىلىنىدىغان، ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدىغان، سۈركىلىدىغان دورىلار ۋە باشقا تەدبىرلەرنى كۆرسىتىدۇ.

ئىچىلىدىغان دورىلاردىن بىرى سامساقتۇر، سامساقنىڭ پىيازغا ئوخشاش

سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجى ئاغرىقىنى پەسەيتىشتە ئاجايىپ خاسىيەتى باردۇر. بەزىدە قۇلۇنجى كېسىلىگە گىرىپتار بولغان كىشى سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ باشلانغانلىقىنى ھېس قىلغاندا، ئۇ كىشى سامساق يەپ، باشقا تاماقلارنى ئەسلا ئىستېمال قىلماي، ياخشى چىنىقىدۇ. ھېچ نەرسە يېمەي، بەلكى خاس شارابتىن بىر قېتىم ئىچىپ ئۇخلاپ ساقىيىپ قوپىدۇ. ئاغرىقنى پەسەيتكۈچى ئىچىلىدىغان دورىلاردىن يەنە بىرى، ئەفسەنتىن ۋە زىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈشتۇر. پەقەت جاۋشىر چىقىدىغان چۆپ يالغۇز ھالەتتە ياكى زىرە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى رۇمبەدىيان، قارىمۇچ، قۇندۇز قەھرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ قىلىپ، بۇ سۇفۇپتىن 4.5 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسا، مەجۇنى سەنجىبىنا، جاۋارىش كۇمۇنى، تەرياق قاتارلىقلار ئىچكۈزۈلىدۇ. قۇندۇز قەھرى پىننە بىلەن ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلاردىن بىرى شۇكى، گۈلسەۋسەن يىلتىزىدىن 12 گىرامى تاغ كۈدىسى قاينىتىلمىسىدا ياكى مائۇلجە بىنىدە ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە 15 گىرام شېكەر سۇيى ۋە 30 گىرام كۈنجۈت يېغىدا ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە غەرىب دەرىخى يىلتىزى پوستىدىن 12 گىرام، زەنجىۋىلدىن توققۇز گىرام، ياڭاق ۋە قۇرۇق خورمىنىڭ ھەربىرىدىن 18 گىرام، تاتلىق سۇدىن 595 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئۈچتىن بىر ھەسسە سۇزاپ شېخىدا قوچۇپ تۇرۇپ قاينىتىپ، بۇ قاينىتىلمىدىن ھەر كۈنى 60 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە غەرىب دەرىخى يىلتىزىنىڭ پوستى، بەرگى سۇزاپ، زەنجىۋىل قاتارلىقلارنى ئېلىپ، تۆت ھەسسە سۇدا ئۈچتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىپ، بۇ قاينىتىلمىدىن ئۈچ كۈنگىچە ھەر كۈنى 60 گىرامدىن ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈپ، يەنە ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈلمەيدۇ. مائۇلھەسەل ئىچكۈزمەكچى بولغاندا بەك قاينىتىلغان مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈنكى بوش قاينىتىلغان مائۇلھەسەل قورساق كۆپۈشنى پەيدا قىلىدۇ.

ئۆز خاسىيىتى بىلەن تەسىر قىلىدىغان نەرسىلەر ھۆپۈپ شورپىسى ۋە ھۆپۈپ گۆشىدۇر. يەنە قۇرۇتۇلغان سازاڭ تېۋىپلارنىڭ سۆزىگە قارىغاندا قۇلۇنجى ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەتلىك ئىكەن. سۆگەك يېگەن بۆرىنىڭ پوقى، بولۇپمۇ تىكەننىڭ

ئۇستىگە چىقارغىنى قۇلۇنجىغا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بۆرە پوقى شارابتا ياكى مائۇلھەسەلدە ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى دۆشىدە قويۇپ ئەزگەندىن كېيىن ھەسەل بىلەن يالتىلىدۇ ياكى تۇز، قارىمۇچ ۋە ئازراق ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلار بىلەن خۇش پۇراق قىلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بۆرە پوقىدا ھەزىم بولمىغان سۆگەك تېپىلسا، بۇ بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزى تېۋىپلار بۆرە پوقىنى يېگۈزگەندىن سىرت، قورساق ساھەسىگە ئېسىپ قويۇشمۇ مەنپەئەتلىك، دەيدۇ. بۇلار بۆرە پوقىنى يىلپىز تېرىسىگە ياكى بۇغا تېرىسىگە ياكى بۆرە ئېسىلىپ قېچىپ كەتكەن قوچقارنىڭ يۇڭىغا يۆگەپ ئېسىپ قويۇشقا بۇيرۇيدۇ.

جالىنۇس ھەكىم بۆرە پوقىنى ئېسىپ قويۇشنىڭ مەنپەئەت بېرىدىغانلىقىغا گۇۋاھلىق بېرىدۇ. ھەتتا كۈموش ئىچىگە ئېلىپ ئېسىپ قويسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ، دەپ گۇۋاھلىق بېرىدۇ. بەزى تېۋىپلار بۆرىنىڭ ئۆچىينى قۇرۇتۇپ سوقۇپ بەرسە، بۆرە پوقىدىن بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، دەيدۇ. بۇ گەپ ئەمەلىيەتكە ئۇيغۇن. بۆرە پوقىنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان دورىلارنىڭ بىرى كاۋاپ قىلىنغان چايانىدۇر، چۈنكى كاۋاپ قىلىنغان چايان قۇلۇنجىغا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. كاۋاپ قىلىنغان چايانىنى ھەققىي قۇلۇنجىغا ئىشلىتىش، بىراق بۆرەك تېشىغا ئەگىشىپ كەلگەن ساختا قۇلۇنجىغا ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئەگەر ساختا قۇلۇنجىغا ئىشلىتىلسە، بۆرەك تېشىغا بۇاستە، قۇلۇنجىغا ۋاستىلىك تەسىر قىلىدۇ. قۇلۇنجى ئاغرىقلىرىدا ئاغرىق كۈچەيىپ كېتىشكە مەنپەئەت بېرىدۇ، دەپ ماختالغان دورىلاردىن بىرى كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى ئىچكۈزۈشتۇر.

تېۋىپلار كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى ئاغرىقنى شۇ ۋاقىتتا توختىتىدۇ، دەيدۇ.

سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ زىماتلىرى توغرىسىدا

زىماتلاردىن ئازراق سۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار زىماتلار باردۇر، مەسىلەن: شەھمەنزەلگە زاراڭزا مېغىزى قوشۇپ تەييارلانغان زىماتلارغا ۋە كالا ئۆتى،

شەھەمنزەل قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان تىللالارغا ئوخشاش. بۇ زىماتلاردىن ئىچىنى سۈرۈش مەقسەت قىلىنمايدىغانلىرى بار. مەسىلەن: چاقىقائوت ئۇرۇقىنى زاراڭزا مېغىزى بىلەن ۋە ئۇرۇق دورىلارنى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ھۆقنىلەرگە چۈشىدىغان ئوت - چۆپ دورىلار بىلەن زىمات قىلىشقا ئوخشاش. بەزىلەر پەقەت ھەببۇلغارنىلا زىمات قىلىدۇ.

زىماتنىڭ نۇسخىسى: مومدىن سەككىز گىرام، بەتەم يېلىمىدىن ئالتە گىرام، تۇربۇتتىن ئۇچ گىرام، ياۋا ئۈزۈم، ئاقىرقەرھا، مەرزەنجۇش، ھەببۇلغار، چاقىقائوت ئۇرۇقى، قۇرۇق ماش، شەھمەنزەل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن، سوقمونىيادىن 38 گىرام، كالا ئۆتى ۋە ھەببۇلغار يېغىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ زىمات تەييارلىنىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: خەربەق، چاقىقائوت ئۇرۇقى، ئەفسەنتىننىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسە، كالا ئۆتى، مومنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم ھەسسە، ئۆردەك يېغىدىن ئۇچ ھەسسە ئېلىپ زىمات تەييارلاپ، كىندىكتىن ئەۋرەتنىڭ تۈۋىگىچە زىمات قىلىنىدۇ. بۇ زىماتقا ماھۇدانە قوشۇلسا، بەك ياخشى بولىدۇ. بۇ زىماتقا بەزىدە مىس پوقى زىيادە قىلىنىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجىغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدىغان دورىلار بۇنىڭدا قوناق، قورۇلغان تېرىق ۋە ئۇرۇق دورىلارنى، ھۆقنىلەردە سۆزلەنگەن سوقۇلغان ئوت - چۆپلەرنى قىزىتىپ ياكى قىزىتىلغان زەيتۇن يېغىغا سېلىپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. سۈركىلىدىغان ياغلاردىن قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى يېغى، قىچا يېغى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارنىڭ قايسىبىرىنى خالىسا، شۇنى قوشۇپ ئىشلەتسە بولىدۇ. بۇ ياغقا ئېھتىياج ئېتىبارى بىلەن قۇندۇز قەھرى ۋە پەرپىيۇن سېلىپ ياغلىنىدۇ.

سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاش سەپرادىن بولغان قۇلۇنجى ئەمەلىيەتتە ئۇچەي تولغاپ ئاغرىش بايانىدىن سانىلىشى كېرەك. لېكىن قۇلۇنجى ئۇچەي ئاغرىقلىرى قاتارىدىن بولغاچقا، ئادەت بويىچە قۇلۇنجى ھەققىدىمۇ دورىلارنى تەجرىبە قىلدۇق. بەزىدە قۇلۇنجىنى داۋالاشتا زور خاتالىق يۈز بېرىپ، ئاندىن يۇمشاتقۇچى، ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىپ قالىدۇ. بۇنىڭدىنمۇ

ئاسانراقى شۇكى، خىلتىلار تامامەن ئۇچەي تېنىگە سۈمۈرۈلمەي ئۇچەي بوشلۇقىغا قۇيۇلغاندا، بۇنى داۋالاشتا مىزاج، خىلىتلارنى تەڭشەش ۋە ھۆل، سوغۇق يېمەكلىكلەرنى بېرىش ياكى يېڭنە بىلەن تېشىپ، جۇلاپقا چىلانغان ئالۇچىدىن 20 دانە ئېلىپ يېگۈزۈش كۇپايە قىلىدۇ. شۇنداقلا ئۆرۈك بىلەن ئالۇچا چىلانمىسى ۋە ئاچچىق، تاتلىق ئانار سۈيى، تەرەنجىبىن، شىرخىست ۋە جۇلاپقا سېلىنغان ئازراق سوقمونىيا، بىنەپشە ۋە بىنەپشە شەربىتى، بىنەپشە قۇرسى ۋە بىنەپشە مۇرابباسى قاتارلىقلارنىڭ بىرى بىلەن ماددىنى سۈرۈپ چىقىرىش كۇپايە قىلىنىدۇ. سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىدىكى ئېغىر ئەھۋاللاردا بەزىدە ئەنجۈرنى زاراڭزا مېيى بىلەن يېيىش، تاماقتىن بۇرۇن زەيتۇن يېغىنى يېيىش ياكى زەيتۇن يېغى ۋە ئاچچىقسۇ بىلەن قاينىتىپ، خۇش پۇراق قىلىنغان قىزىلچا يېيىش كۇپايە قىلىدۇ. بەزىدە ھەشقىپچەك سۈيى، تەنكار، بىنەپشە، ئاچچىقسۇ ۋە بىنەپشە يېغى بىلەن تەييارلانغان ياكى ئارپا سۈيى، بىنەپشە يېغى، تەنكار قاتارلىقلار بىلەن تەييارلانغان ھۆقنىلەرگىمۇ ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئۇچەي تېنىگە سۈمۈرۈلگەن ماددىنى سۈرۈپ چىقىرىشتا ئايارەج پەيقىراغا ئوخشاش دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. چۈنكى ئايارەج پەيقىرا سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىغا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدىغان دورىدۇر. ھەببى سەبرە بىلەن سوقمونىيانى ئىشلىتىشمۇ ئىنتايىن مەنپەئەتلىك. ھۆقنىلەردىن تۆۋەندىكى نۇسخىلىق ھۆقنە مەنپەئەت قىلىدۇ. نۇسخىسى: تەرەنجىبىن ۋە ئوغرىتىكەن توققۇز گىرامدىن، قىزىلچا يوپۇرمقىدىن بىر تۇتام، بىنەپشىدىن 21 گىرام، سەرپىستاندىن 30 دانە، خىيارشەنبەردىن 30 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۇنىڭغا 36 گىرام ئاچچىقسۇ، 36 گىرام قارا شېكەر، تۆت گىرام سەبرە، تۆت گىرام تەنكار سېلىپ ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىدا يەنىلا بۆرە پوقىنى ئىچكۈزۈش ياكى بۆرە پوقىنى ھۆقنىلەرگە ئارىلاشتۇرۇش مۇئاپىق كېلىدۇ. بۇ ئورۇندا سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار ئەڭ مۇئاپىقتۇر، چۈنكى سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار ئاغرىقنى پەسەيتىش بىلەن بىرگە، بەزىدە ئاغرىقنى پەيدا قىلغۇچى ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنىمۇ پەسەيتىپ، ماددىنى ياخشىلايدۇ.

ئۇچەيدە سەپرا توسۇلۇپ قېلىشتىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاش بۇ قۇلۇنجىنى داۋالاش ئۇسۇلى شۇكى، سەپرانىڭ يوللىرىنى ئېچىش بىلەن بىرگە بىز يەرقان كېسەللىكى بايانىدا كۆرسىتىلگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. ئاندىن ئەنجۇر قوشۇلغان زاراڭزا مېغىزى ۋە مەجۇنى خولىنجانغا ئوخشاش ئۆتكۈزۈش ۋە راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە بۇ كېسەللىككە سۇ يېغى، ئاچچىقسۇ ۋە قىچا بىلەن پىشۇرۇلۇپ خۇش پۇراق قىلىنغان قىزىلچىنى تاماقتىن بۇرۇن يېيىش كۇپايە قىلىنىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن كېلىپ چىققان قۇلۇنجىنى داۋالاش ئەگەر ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن كېلىپ چىققان قۇلۇنجىدا بىمارنىڭ يېشى، ئەھۋالى، قۇۋۋىتى ۋە باشقا ئەھۋاللىرى مۇۋاپىق كەلسە ياكى ۋاجىپ قىلسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىپ تازىلاش لازىم. ئىششىق بەك چوڭ بولۇپ، بۆرەك شېرىكلىشىپ سۈيدۈك توختاپ قالغۇدەك دەرىجىگە يەتسە، باسلىق تومۇردىن قان ئالغاندىن كېيىن سافىن تومۇردىنمۇ قان ئېلىنىدۇ. داۋالاشتا ئالدى بىلەن ھۆل سوغۇق نەرسىلەر بېرىلىدۇ، مەسىلەن: تەرخەمەك سۈيى، ئىسپىغۇل لوئابى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار. قاپاق سۈيى بېرىلمەيدۇ، قاپاق سۈيىنىڭ ئۇچەي كېسەللىكلىرىگە ناچار تەسىرى باردۇر، بېرىلسىمۇ ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنىڭ بىرى شۇكى، ئىسپىغۇل لوئابىدىن 12 گىرام، قىزىلگۈلنىڭ ياخشى يېغىدىن 30 گىرام ئېلىپ، 60 گىرام سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە ئاچچىق تاتلىق ئانار سۈيى، لەيلى يوپۇرمىقى سۈيى، كاسنە سۈيى، ئىتئۈزۈمى سۈيى قاتارلىقلار ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە بۇ سۇلارغا شىرخىست، خىيارشەنبەر سېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇنداق ئەھۋالدا ھۆقنە قىلىشقا ئېھتىياج چۈشسە، ئارپا سۈيى، ئازراق خىيارشەنبەر ۋە شىرخىست بىلەن ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئەگەر ئارپا سۈيىدە سەرپىستان، بىنەپشە قاينىتىلسا بەك مۇۋاپىق بولىدۇ، ئەگەر ئارپا سۈيىگە ئىتئۈزۈمى سۈيى ۋە كاكىنەچ سۈيى قوشۇلسا تېخىمۇ مۇۋاپىق بولىدۇ.

بۇ خىل بىمارلارغا مەن ئېشەك سۈتى، خىيارشەنبەر سۈيى، خىيارشەنبەر يېغى، قىزىلگۈل يېغى، قارا كۈنجۈت يېغى قاتارلىقلارنى ھۆقنە قىلىشنى ياخشى كۆرىمەن.

بەزىدە سەپرا ماددىسى ۋە ئىسسىقلىق كۆپ بولسا، بۇ ۋاقىتتا سوقمونىيا ۋە سەبرە بىلەن ئېھتىيات قىلىپ تۇرۇپ ئىچىنى سۇرگۈزۈشكە، ئاندىن سوۋۇتۇش ۋە ھۆللەشكە يۈزلىنىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. داۋالاشنىڭ مەنپەئەتلىك ۋە ئۇنۇملۇك بولۇشى ئۇچۇن ئىششىق ئېتىبارى بىلەن ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك بۇ ئورۇندىن ئۆتۈپ كېتىپ، ئازراق يەڭگىللەش كۆرۈلسە، ئارپا سۇيى ھۆقنىسىگە ئاق لەيلى يوپۇرمىقى سۇيى، زىغىر ئۇرۇقى، ئازراق كۈچلۈك شۇمشا، بابۇنە، سېرىقچېچەك، كاللەكبەسەي قاتارلىقلار ياكى سېرىقچېچەك، كاللەكبەسەي ئۇسارىسى ۋە ياكى ئىككىسىنىڭ يېغىنى قوشۇپ، ئاندىن ئۇزۇم شىرنىسى ۋە خىيارشەنبەردىن تەييارلانغان مۇسەللەس قوشۇلىدۇ. شۇنىڭدەك ئىچىنى سۇرگۈزۈش ئۇچۇن ئىچىملىكىگە قارا شېكەر قوشۇلىدۇ. بىمارنىڭ غىزاسىغا پوستى ئاقلانغان ئارپا بىلەن قاينىتىلغان نوقۇت سۇيى بېرىلىدۇ ۋە يەنە ئارپىبەدىيان سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىماتلار ۋاقىت ئېتىبارى بىلەن ھۆقنىلەر تەييارلىنىدىغان دورىلارنىڭ ئۆزىدىن تەييارلىنىدۇ ۋە ئالدى بىلەن ئازراق يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتى بار سوغۇقلۇق يەتكۈزگۈچى زىماتلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: بىنەپشە، زىغىر ئۇرۇقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش، ئاندىن يۇمشاتقۇچى دورىلار كۆپرەك سېلىنىدۇ. مەسىلەن: بابۇنە ۋە قىزىلگۈل يېغى، بابۇنە يېغى، مەستىكى ۋە ھايۋانات مېيى قاتارلىقلار بىلەن تەييارلانغان قىرۇتىلارغا ئوخشاش. ئەگەر بىمار ئازراق ياخشىلانسا، زىماتقا بەتەم يېلىمى، شۇمشا ۋە زۇپتى رۇمى قوشۇلىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان ئىششىقتىن كېلىپ چىققان قۇلۇنجى (بەك ئاز كۆرۈلىدۇ) نى داۋالاش بۇنىڭ ئەڭ ياخشى داۋالاش ئۇسۇلىنىڭ بىرى شۇكى، غار يېغىدىن بىر ھەسسە، زەيتۇن يېغى ۋە ئۆردەك يېغىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ ئىشلەتسە، ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل بىمارغا قەيسۇم، سېرىقچېچەك، ئىزخىر، ئىكلىلمىلىك قاتارلىقلاردىن ھەرقايسى ئورۇنلاردا سۆزلەنگەن سوغۇقتىن بولغان ئىششىقنى داۋالايدىغان باشقا دورىلاردىن تەييارلانغان زىماتلار مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل بىمارلارغا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلارنىڭ بىرى قەپرۇلىيەھۇد ناملىق

تاش بىلەن تەييارلانغان زىماتى قەيسۇمدۇر.

سەۋدادىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاش يېمەكلىكلەر سەۋەبىدىن بولغان قۇلۇنجىدا مۇمكىن بولسا، ئاشقازاندا قېپقالغان قالدۇق يېمەكلىكلەر قەي قىلدۇرۇلدۇ ۋە ئىسسىق - سوغۇق تەبىئەتلىك سىلىقلاشتۇرغۇچى غىزالار بېرىلىدۇ. مۆتىدىل دورىلار كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ بېرىلىدۇ. سىلىقلاشتۇرغۇچى يېمەكلىكلەر، مەسىلەن: مايلىق شورپىلار ۋە بولۇپمۇ قېرى خورازنىڭ شورپىسى. بۇ قېرى خورازنى كۆچ - قۇۋۋىتى قالمىغۇچە بېقىپ، ئاندىن بوغۇزلاپ، پارچىلاپ، سۆڭەكلىرىنى سۇندۇرۇپ، سېرىقچېچەك، تۇز، بىستىپايەج قاتارلىقلار بىلەن ئىنتايىن كۆپ سۇدا ياخشى پىشىپ، كۆچلۈك شورپىسى قېپقالغانغا قەدەر قاينىتىپ ئاندىن ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە بۇ شورپىغا زاراڭزا يېغى قوشۇلىدۇ. سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار سېمىز چۈجە گۆشى بىلەن تەييارلانغان ئىسپىدباج (گۆش، ياغ، تۇز، يۇمغاقسۇت، پىياز، نوقۇت، سېرىقچېچەك، بادام قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان شورپا) ۋە ئەينۈلا چۈشكەن شورپا قاتارلىقلاردۇر. بۇ سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار توسۇلۇپ قالغان چوڭ تەرەتنى چىقىرىدۇ. ئەگەر سۈرگە دورىسى ئىچكۈزۈلسە ياكى ھۆقنە قىلىنسا، چوڭ تەرەتنىڭ چىقىشى ئاسان بولىدۇ. سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىدا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن يەڭگىل ھۆقنىلەر ۋە قىزىلچا ئۇسارىسى، سوقۇلغان بىنەپشە، ئاچچىقسۇ، قارا كۈنجۈت يېغى، تەنكار قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ھەممىزگە مەلۇم بولغان تۆۋەندىكى نۇسخىدەك ھۆقنە ئىشلىتىلىدۇ: تالقاندىن بىر چاڭگال، بۇغداي كېپىكىدىن بىر ئوچۇم، ئەنجۈردىن 10 دانە، سۇدىن 3.4 كىلوگرام ئېلىپ، ئۇنىڭغا ئازراق ئاق لەيلى ئۇرۇقى سېلىپ، ئوندىن بىرى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۇنىڭغا قارا شېكەردىن 30 گىرام، تەنكاردىن تۆت گىرام، ئاچچىقسۇدىن 15 گىرام، قارا كۈنجۈت يېغىدىن 15 گىرام سېلىپ ھۆقنە قىلىنىدۇ، بۇ ھۆقنە بارلىق قېتىپ يۇمىلاقلىشۇالغان تەرەت يۇمشاپ چىققانغا قەدەر قايتا - قايتا قىلىنىدۇ. يۇقىرىقى ھۆقنىگە ئوخشاش يەنە بىر ھۆقنە: ئوغرىتىكەن، بىستىپايەج، چالا سوقۇلغان زاراڭزا ۋە زەمچىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام، ئەينۈلادىن 10 دانە، بىنەپشىدىن بىر چاڭگال، كەرەپشە ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرام، تەرەنجىبىن، تەمرى

ھىندىنىڭ ھەربىردىن 90 گىرام، شىرخىست، خىيارشەنبەرنىڭ ھەربىردىن 36 گىرام، قىزىلچا يوپۇرمقى، كاللەكبەسەينىڭ ھەربىردىن بىر تۇتامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈزۈلگەن سۈيىگە ئاچچىقسۇ ۋە قارا شېكەرنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، تەنكاردىن تۆت گىرام، قارا كۈنجۈت يېغدىن 40 گىرام ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلىندۇ. كېسەللىك ئېغىر بولۇپ، بۇ ھۆقنە مەنپەئەت قىلمىسا، بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەنگەن چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قېلىش بىلەن قوشۇلۇپ كەلگەن، بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، دەپ سۈپەتلەنگەن ۋە ئۆشنان چۈشكەن ھۆقنە قوشۇلغان كۈچلۈك ھۆقنە ئىشلىتىلىدۇ. ئەمما ئىچىلىدىغان دورىلار جاۋارىش تەمرى، جاۋارىش شەھرىياران، جاۋارىش ئەسقۇپى، جاۋارىش سەپەرجەلى قاتارلىقلاردۇر. بۇ ئىچىملىك دورىلار سەپرادىن بولغان قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەنگەن سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار كۆپ مەنپەئەت قىلمىغاندا ئىشلىتىلىدۇ. ئوتتۇراھال دورىلار تەسىر قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى شۇكى، قارا شېكەر ۋە شېكەرنى تەڭ مىقدارداكى كۈنجۈت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ، شۇنداقلا ئەنجۇر، سەرپىستان قاينىتىلمىسى مۇسەللەس بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار ۋە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن جاۋارىشلار مەنپەئەت قىلمىسا، بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەنگەن بەلغەم ۋە چوڭ تەرەتنىڭ توسۇلۇپ قېلىشىغا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ، دەپ سۈپەتلەنگەن كۈچلۈك ھەب دورىلار ۋە شەربەتلەرنى ئىشلەتمەي بولمايدۇ. بۇ خىل بىمارلارغا كۈچلۈك تەسىر قىلىدىغان دورىلارنىڭ بىرى شۇكى، قۇرۇق ئۈزۈم، سەرپىستان، خىيارشەنبەر قاتارلىقلارنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، سۈزۈلگەن سۈيىگە تۆت گىرام ئايارەج پەيقىرا، ئازراق ئابدىملىك يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: ئايارەج پەيقىرادىن ئىككى گىرام، ئابدىملىك يېغىدىن 21 گىرام ئېلىپ، سىرىنقېچەك قاينىتىلمىسىدا ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە سوغۇق بېلىقنى ۋە قورۇلغان تۇخۇمنى كۆپ يېگەن كىشىلەر كۆپرەك تۇزنى سۇفۇپ قىلىپ ئىشلىتىپ، ئارقىدىن مۇمكىن بولغۇدەك دەرىجىدە قاينىق سۇ ئىچىپ، ئاندىن قاتتىق چىنىقسا، بەزىدە توسۇلۇپ قالغان چوڭ تەرەتنى سۈرۈپ

چىقىرىدۇ. ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى بەدەن شالاڭلاپ قېلىش، تەرلەش، هارارەت ياكى قورساقنىڭ قۇرۇق ئىسسىقلىقىدىن بولسا، سەپرادىن بولغان قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەنگەن يەڭگىل داۋالاش تەدبىرى ئىشلىتىلىدۇ.

بۇ خىل قۇلۇنجى بىمارلىرىغا ۋە بۇنىڭدىن بۇرۇن سۆزلەنگەن قۇلۇنجى بىمارلىرىغا تاماقتىن ئاۋۋال زەيتۇن يېغى بىلەن خۇش پۇراق قىلىنغان قىزىلچا، ئاچچىقسۇ، شىرخىست، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، ئۈزۈم، ئەنجۈر، ئۆرۈك قاتارلىق شىرىلىك يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ئاچچىقسۇ ياكى سۇ يېغى ناشتىدا ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ خىل بىمارلارنىڭ يېمەكلىكىگە ياغ كۆپ سېلىنىدۇ. تاماقتىن بۇرۇن سېمىز پاقلان گۆشى ياكى سېمىز تۇخۇ گۆشى بىلەن قايىنىتىلغان كاللەكەبەسەي شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بەدەن هەددىدىن زىيادە شالاڭلىشىپ كەتسە، قىزىلگۈل يېغى ۋە ئاس يېغىنى ياغ هالەتتە ياكى قىرۇتى قىلىپ بەدەنگە سۈركەپ، بەدەن تېرىسى قېلىنلاشتۇرۇلىدۇ. مەلهەم قىلىپ ياغلاپ تېرە زىچلاشتۇرۇلىدۇ.

يۇقىرىدا سۆزلەنگەن بارلىق تەدبىرلەرنى ئىشلىتىش بىلەن بىرگە مۇنچىغا ئازراق چۈشۈرۈلىدۇ هەم سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ. ئەگەر چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قېلىشنىڭ سەۋەبى كۆپ سېيىش بولسا، چوڭ تەرەت هەممىگە مەلۇم بولغان ئۇسۇل بىلەن چىقىرىلىدۇ. ئاندىن قۇرۇق خورما، قۇرۇق ئۈزۈم، هۆل تەبىئەتلىك تاتلىق نەرسىلەر ۋە شېكەر قاتارلىقلار هەمدە سۈيدۈكنى ئازايتىدىغان، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان بارلىق نەرسىلەر يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇچەي سېزىمىنىڭ ئاجىزلىشىشى ۋە سېزىمىنىڭ يوقاپ كېتىشىدىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاش بۇ خىل قۇلۇنجىغا لوغانزىيا، ئەنقەردىيا، پەندادىقۇم، تەرياق، مەسرۇدىتۇس قاتارلىق دورىلارنى يېگۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. شەربەتلەردىن شەربىتى خەندىقۇن، شەربىتى مىسۇسەن، خاس شاراب، ياغلاردىن ئىچىش ۋە هۆقنە قىلىشقا كەلكىلانەج يېغى، ئابدىملىك يېغى، قۇستە يېغى، قەتران قوشۇلغان زەيتۇن يېغى، زۇپتى رۇمى قوشۇلغان زەيتۇن يېغى قاتارلىقلار سۆزلىنىپ بولغان قۇلۇنجى تۇرلىرىدە هەممىزگە مەلۇم بولغىنىدەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئۇچەي ئالمىشىشتىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاش بۇنى داۋالاشنىڭ ئەڭ ياخشى ئۇسۇلى: بۇ خىل بىمار تىنچ ئورۇندا ئولتۇرغۇزۇلۇپ قورسىقىنى يېنىك سىلاش ۋە ئۇچەيلەرنى ئۆز ئورنىغا يانداۋۇرىدىغان دەرىجىدە تۇز سىلاش قاتارلىق تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. شۇنىڭدەك بىمارنىڭ دۇمبىسى سىلاپ بېرىلىدۇ، ئىككى پاچىقى قاتتىق باغلاپ قويۇلىدۇ.

قۇرتتىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاش بۇنى بىزنىڭ قۇرت ۋە قۇرتنى داۋالاش توغرىسىدىكى سۆزنىمىزدىن بىلىۋېلىش لازىم. قۇرتتىن بولغان قۇلۇنجى كىندىكنىڭ يۇقىرىسىدا بولسا، ئىچىلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر كىندىكنىڭ ئۈستىدا بولسا، بۇ يەردە سۆزلەنگەن ھۆقنىلەر ئىشلىتىلىدۇ.

چۇقۇقتىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاش چۇقۇقتىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاشتىكى مەقسەت چۇقۇقنى ياخشىلاشتۇر. چۇقۇقنى ياخشىلاش بىلەن قۇلۇنجى يوقالمىسا، قۇلۇنجىنىڭ ئۆزىگە تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

3 ـ پەسىل سىزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

بىز ئومۇمىي داۋالاش تەدبىرى توغرىسىدا سىزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلاردىن ئېھتىيات قىلىشنىڭ زۆرۈر ئىكەنلىكىنى سۆزلىدۇق. ئەگەر زۆرۈرىيەت كۈچلۈك بولۇپ، سىزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەي ئامال بولمىسا، سىزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنىڭ مۇڭاپىقراقى پۈلونيا ۋە بىز مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلىگەن مەجۇناتلار ۋە ھەرقانداق سىزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلاردىن قۇندۇز قەھرى چۈشىدىغىنىدۇر.

قۇندۇز قەھرى چۈشىدىغان سىزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلاردىن قۇرسى ئەستىرا باردۇر. نۇسخىسى: زەپەر، مىئەسائىلە، زەنجۇىل، پىلپىل، بەزرۇلبەنجىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرام، ئەپيۇن، قۇندۇزقەھرىنىڭ ھەربىرىدىن 0.75 گىرام

ئېلىپ، بۇنىڭدىن كىچىك ھەب ياساپ، 2 ~ 3 گىرامغىچە ئىچىلىدۇ.

بۇ ھەقتە ياخشى بولغان دورىنىڭ نۇسخىسى: ئۇد سەلىب، زەپەر، قەردانە، سەئدى كۇفىنىڭ ھەربىردىن 60 گىرامدىن، قۇرۇق پىنىنە يوپۇرمىقى، قۇستە تەلىخ، پىلپىل، ھۇماما، سۇمبۇل ھىندى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىردىن 90 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، ھىلە ئۇرۇقى، زەنجىۋىل، قېلىن دارچىن، ھەببى بىلساننىڭ ھەربىردىن 120 گىرامدىن، ئەپيۇن، شەۋكىران ئۇرۇقى، ئادەمگىياھ پوستىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ھەسەلدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، مەجۇن تەييارلاپ ئالتە ئايدىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ. يەنە ھەممىگە مەلۇم بولغان بەزى مۆتىدىل ھۆقنىلەر ئىستېمال قىلىنىدۇ. بۇ ھۆقنىگە 1.5 گىرام قۇندۇز قەھرى، باقىلە مىقدارىچىلىك ياكى ئۇنىڭدىن ئازراق مىقدارda ئەپيۇن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە ئەپيۇن ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار قۇلۇنجىغا ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنىنىڭ ياغلىرىغا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە ھۆقنىگە سەكىبىنەج، ھىلە، بىلسان يېغى، ئازراق ئىپار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە پىلتە ياساپ، ئۇرۇق دورىلارنىڭ يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان ئەپيۇن ۋە قۇندۇز قەھرىگە پىلتىنى چۆكۈرۈپ مەقئەتكە كىرگۈزۈلىدۇ، ئۇ پىلتىنىڭ بىر ئۇچىغا يىپ چىگىپ، پىلتىنى ھەر سائەتتە بىر قېتىم مەقئەت سىرتىغا تارتىپ چىقىرىپ، قايتا دورا يۇقتۇرۇپ سىلىش ئۇچۇن قويۇپ قويۇلىدۇ.

قۇلۇنجى بىمارلىرىنىڭ غىزاسى توغرىسىدا قۇلۇنجىنىڭ بارلىق تۇرلىرى سىلىقلاشتۇرغۇچى، يۇمشاتقۇچى غىزاغا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. بۇ شەك ـ شۇبھىسىز ئىشلاردىندۇر. ئەمما بىمار قاتتىق ئاغرىغاندا، ماددا كۆپ تازىلانغاندا كۆرۈلىدىغان ئاجىزلىق يۈز بەرگەندە كۇچلەندۇرگۇچى غىزالارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

كۇچلەندۇرگۇچى دورىلار بولسا ئوبدان قاينىتىلغان گۆش شورپىلىرى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، شورپىغا ئارىلاشتۇرۇلغان نانىنىڭ يۇمشىقى، شاراب قاتارلىقلاردۇر. بەلغەمدىن، يەلدىن بولغان قۇلۇنجىغا ۋە ئۇنىڭدىن باشقا قۇلۇنجىلارغا قەتئىي غىزا بەرمەسلىكنىڭ پايدىسى داۋالاش قانۇنىيىتى ئورنىدا تۇرىدىغان بىر ئىشتۇر. بەزىدە بۇ خىل بىمارلارغا بېرىلىدىغان شورپا ۋە نانغا تۇربۇت، سوقمونىيا قوشۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، ئۇلارغا بېرىلىدىغان نان كېپەكلىك ئۇندا بولىدۇرۇپ يېقىلغان يۇمشاق يېڭى نان بولۇشى لازىم.

بۇ خىل بىمارلارنىڭ كۆپىنچىسىگە يەرلىك ئەنجۇر، ياۋا ئەنجۇر، قۇرۇق ئۈزۈم، ھۆل بانان قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى تاتلىق بولسا مەنپەئەت قىلىدۇ ياكى زىيان قىلمايدۇ. بەك پىشقان ناھايىتى تاتلىق قوغۇن بېرىلىدۇ، ئىششىقتىن بولغان قۇلۇنجى بىمارلىرى ۋە سەپرادىن بولغان قۇلۇنجى بىمارلىرىنىڭ غىزاسىغا سوغۇق تەبىئەتلىك سىلىقلاشتۇرغۇچى غىزالار، مەسىلەن: ئارپا سۈيى، يېسىمۇق شورپىسى، ئىسپىدباج، پالەكنىڭ قورساقنى ئېسىش خەۋپى بولمىغاندا پالەك شورپىسى ۋە ئەينۈلا تەركىبلىك غىزالار بېرىلىدۇ. قېرى خوراز گۆشى شورپىسى، ياۋا توخۇ گۆشى شورپىسى ۋە چۈجە گۆشى شورپىسى چوڭ تەرەت توسۇلۇشتىن ۋە سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل قۇلۇنجىغا ئورتاق مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەمما قېرى خورازنىڭ گۆشىنى يېيىشكە رۇخسەت قىلىنمايدۇ. بىر قىسىم تېۋىپلار قۇۋۋەتلى شورپىغا چىقىپ كەتكەن گۆشنىڭ ئەقلىگە تەسىرى بولغانلىقى ئۈچۈن ياۋا توخۇ گۆشىنى يېيىشكە رۇخسەت قىلمايدۇ. «رۇپىس» ۋە «جالىنۇس» قا ئوخشاش تېۋىپلار ئۆزىنىڭ كىتابلىرىدا، بولۇپمۇ «ئەتتەرياق» ناملىق كىتابىدا ياۋا توخۇ گۆشى كاۋاپ قىلىپ يېيىلسە مەنپەئەت قىلىدۇ، دەپ ھۆكۈم قىلىدۇ. ھۆپۈپ گۆشىمۇ ياۋا توخۇ گۆشىگە ئوخشاشتۇر. تاماقتىن بۇرۇن ئاچچىقسۇدىن يەتتە يۇتۇم ئىچىش ھارارەت بولمىغان قۇلۇنجىنىڭ ھەممىسىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭدەك سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجىغا ئاچچىقسۇ ئىچكۈزۈش خاس بولغىنىدەك چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمۇ بۇ خىل بىمارلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل بىمارلارنىڭ تامىقىغا سامساق ۋە ئۇرۇق دورىلارنى سېلىش، تۇزلۇق قىلىش، دارچىن، زەنجىۋىل، يالپۇز، زىرە، چاققاقئوت ئۇرۇقى، زاراڭزا قاتارلىقلار بىلەن غىزاسىنى خۇش پۇراق قىلىپ بېرىش ۋە ئىسپىدباجنى قىچا يېغى بىلەن تەييارلاپ يېگۈزۈش لازىم. ئۇلارنىڭ تامىقىغا زاراڭزا، سىيادان، زىرە، رۇمبەدىيان قاتارلىقلار ئارىلاشتۇرۇلغان ئەندۇران تۇزى ئىشلىتىلىدۇ.

سۇزاپ ۋە قىزىلچىدىن باشقا بارلىق كۆكتاتلاردىن پەرھىز قىلىنىدۇ. پىننىنىڭمۇ ئازراق يەل پەيدا قىلىش خۇسۇسىيىتى باردۇر. بىمارنىڭ ئىچىملىكىگە ساپ رەيھان شەربىتى ۋە ئىسسىق دورا - دەرمەكلەر سېلىنغان ھەسەل شەربىتى بېرىلىدۇ.

4 - پەسىل قۇلۇنجى بىمارلىرىغا زىيان قىلىدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا

ئۇلارغا زىيان قىلىدىغان نەرسىلەرنىڭ بەزىسى يېمەكلىكلەر، بەزىسى ئىش - ھەرىكەتلەردۇر. زىيان قىلىدىغان يېمەكلىكلەردىن گۆشى تەستە سىڭىدىغان ھايۋانلارنىڭ گۆشى ھەتتا توشقان، بۆكەن، كالا، تۆگە، چوڭ بېلىق (يېڭى بولسۇن ياكى تۇزلانغان بولسۇن) گۆشلىرى، قورۇلغان ۋە كاۋاپ قىلىنغان ھەرقانداق گۆش ۋە بارلىق ھايۋانلارنىڭ ئىچ باغرى قاتارلىقلار زىيان قىلىدۇ. بىز يۇقىرىدا يېسە بولىدۇ، دەپ رۇخسەت قىلغان گۆشلەردىن باشقا ھەرقانداق گۆش زىيان قىلىدۇ.

ئۇلارغا ئاق ئۇندا يېقىلغان نان ۋە پېتىر نان، سىركىدە پىشۇرۇلغان گۆش، مۇزىرە (سۇت بىلەن قاينىتىلغان گۆش شورپىسى)، زەيتۇن يېغىدا قاينىتىلغان سىركە، بەھەت (قېتىق سۇزمىسى بىلەن پىشۇرۇلغان گۇرۇچ)، لەۋزىنەج ناملىق تاماق قاتارلىقلار زىيان قىلىدۇ، پالەك ئازراق زىيان قىلىدۇ. قۇرۇق نانلارنىڭ ھەممىسى زىيانلىقتۇر. ئۇۋاق نان، كۈنجۈت يېغىدا پىشۇرۇلغان قۇيماق ۋە بارلىق سۇتلەر، كونا قېتىق قاتارلىقلار ۋە بىز يۇقىرىدا رۇخسەت قىلغان قىزىلچا، سۇزاپتىن باشقا بارلىق يەل پەيدا قىلىدىغان غىزالار ئۆزىنىڭ يەل پەيدا قىلىشى بىلەن زىيان قىلىدۇ. پىننىمۇ يەل پەيدا قىلغانلىقتىن بەزىدە زىيان قىلىدۇ. شۇنىڭدەك زاغۇن، تەرخۇن ئۆسۈملۈكىمۇ ھەم زىيانلىقتۇر. زەيتۇن ۋە بارلىق مېۋىلەرمۇ زىيانلىق، لېكىن ئۆرۈك، ئەينۈلا سەپرادىن بولغان قۇلۇنجى ھەم ئىسسىقتىن بولغان قۇلۇنجى ۋە ئىسسىقلىقتىن چوڭ تەرەت توسۇلۇش قاتارلىقلاردىن بولغان قۇلۇنجىغا زىيان قىلمايدۇ. قۇلۇنجى قوزغالمىغاندا تاماقتىن بۇرۇن تاتلىق قوغۇن يېيىش قۇلۇنجى بىمارلىرىنىڭ كۆپىنچىسىگە زىيان قىلمايدۇ. ئەمما قاپاق، تەرخەمەك، قەنت، بېھى، كاللەكبەسەي ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، ئامۇت، ئالما بولۇپمۇ چۈچۈمەل توڭ ئالما،

ياۋا ئالما، نەبىق، جىگدە، كۈندۈش، شاتۇت، زىرىق، سۇماق، غوراپ، رەۋەن ئۇسارىسى ۋە بۇلارغا ئوخشايدىغان نەرسىلەردىن تەييارلىنىدىغان غىزا قاتارلىقلار قۇلۇنجىنىڭ كۈشەندىسى بولۇپ يېيىشكە بولمايدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش بۇلارغا ھۆل ياڭاق، ھۆل بادام بەك زىيان قىلىدۇ. ھۆل باقلە زىيان قىلىدۇ، ئەمما تاتلىق ئانار ئاچچىق ئانارغا قارىغاندا ئازراق زىيان قىلىدۇ.

قۇلۇنجى بىمارلىرى دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار: مەسىلەن: يەلنى ياكى چوڭ تەرەتنى قىسۇېلىش، چوڭ تەرەت قىستىغان ھالدا ئۇخلاش، بولۇپمۇ قاتتىق چوڭ تەرەتنى قىسىپ ئۇخلاشتىن ساقلىنىش، ھەر قېتىم ئۇخلاش ئالدىدا ھاجەتخانىغا بېرىش كېرەك. شۇنى بىلىش لازىمكى، كۆپىنچە ۋاقىتتا يەلنى قىسۇېلىش چوڭ تەرەتنى يۇقىرىغا ئىتتىرگەنلىكى ۋە ئۇچەينى ئاجىزلاشتۇرغانلىقى ئۈچۈن چوڭ تەرەت بىر يەرگە يىغىلۇېلىپ قۇلۇنجىنى پەيدا قىلىدۇ. يەلنى قىسۇېلىش ئىستىسقاغا ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە كۆز قاراڭغۇلىشىش، باش قېيىش ۋە باش ئاغرىشنى پەيدا قىلىدۇ. بەزىدە بوغۇملارغا يىغىلۇېلىپ تەشەننۇجنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. تاماقتىن كېيىن ھەرىكەت قىلىش، سوغۇق سۇ ئىچىش، كۆپ شاراب ئىچىش بۇلار ئۈچۈن زىيانلىقتۇر.

5 ـ پەسىل ئۈچەي ئالمىشىپ قېلىش توغرىسىدا

ئۈچەي ئالمىشىش ئىنچىكە ئۈچەيدە يۈز بەرسە قۇلۇنجىغا ئوخشاش بولىدۇ. ئۈچەي ئالمىشىش قۇلۇنجىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان بارلىق سەۋەبلەردىن يۈز بېرىدۇ. ئۈچەي ئالمىشىنىڭ سەۋەبلىرى، ئالامەتلىرى، داۋالاشلىرىدا قۇلۇنجى بايانىدىكى تەپسىلاتلارغا مۇراجىئەت قىلىش كېرەك. بەزىدە ئۈچەي ئالمىشىش ئۈچەي ئالمىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان زەھەرلىك نەرسىلەرنىڭ بىرەرسىنى ئىچىپ قالغانلىقتىن يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ئۈچەينىڭ تۈتۇش قۇۋۇتى ئېشىپ كېتىپ، ئۈچەي ئۆزىدىكى نەرسىلەرنى تۈتۈۋالغانلىقتىن يۈز بېرىدۇ. ئۈچەي ئالمىشىنىڭ

قوللۇنجىدىن پەرقلىنىدىغان يېرى شۇكى، ئۇچەي ئالمىشىش قوللۇنجىغا قارىغاندا يەككە مىزاج بۇزۇلۇشتىن كۆپرەك يۈز بېرىدۇ. ئۇچەي ئالمىشىش كۆپىنچە سوغۇق مىزاجدىن بولىدۇ. بولۇپمۇ مىزاجى سوغۇق بولۇش بىلەن بىرگە ئاشقازىنى ئىنتايىن ئىسسىق، ئۇچىيى تولغاشقان، يەل ئېغىر، بەلغەم كۆپ بولسا، ئۇچەي ئالمىشىش كۆپ يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ئۇچەي ئالمىشىش ئورۇنسىز سوغۇق سۇ ئىچىشتىن يۈز بېرىدۇ. يەلدىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىنىڭ توسالغۇ پەيدا قىلىپ ئاغرىشى ئۇچەي قاتلاملىرىنى تېشىپ ئاغرىتىشتىن كۆپرەك بولىدۇ. ئۇچەي ئالمىشىنىڭ بارلىق زىيىنى توسالغۇدىن بولىدۇ. بۇ قوللۇنجىدا بولغىنىنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ.

ئىششىقتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىتا ئاغرىق قوللۇنجىغا قارىغاندا كۈچلۈك بولىدۇ. شۇڭا ئىششىقتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش خەتەرلىكتۇر. چوڭقۇقتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىتمۇ ئاغرىق يەنىلا كۈچلۈك بولىدۇ. چوڭ تەرەت توسۇلۇشتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىتا ئاغرىق ئىنتايىن كۈچلۈك بولىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋالدا قوللۇنجى ئۇچەي ئالمىشىقا ئۆزگىرىدۇ. بۇ كۆپ يۈز بېرىدىغان ئىشتۇر. ئۇچەي ئالمىشىقا گىرىپتار بولغان كىشى كۆپىنچە يەتتە كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ. ئۇچەي ئالمىشىش بەزى كىشىلەردىن بەزى كىشىلەرگە، يۇرتتىن - يۇرتقا يۇقۇملۇق ھاۋادا يۆتكىلىپ يۇقىدۇ.

بۇقرات مۇنداق دېدى: قوللۇنجى بولۇشقا ئادەتلىنىپ قالغان كىشىلەردە ھېچ تۇتۇش، قەي قىلىش، ئەقىل ئېلىشىش، تەشەننۇج قاتارلىقلارنىڭ پەيدا بولۇشى ناچار ئالامەتتۇر، بۇ ئالامەتلەر ئاشقازان ۋە مېڭىنىڭ شېرىكچىلىكىدە يۈز بېرىدۇ. بۇقرات يەنە مۇنداق دېدى: ئەگەر سۇيدۇك تامچىلاشتىن ئۇچەي ئالمىشىش يۈز بەرسە، بىمار يەتتە كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ. لېكىن قىزىتما پەيدا بولۇپ، بىمار كۆپ تەرلىسە، ئۆلۈپ كەتمەيدۇ. جالىنۇس بۇنىڭ سەۋەبىنى تونۇشتۇرمىدى. بەلغەم ۋە يەلدىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىقا قىزىتما يەنىلا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئارقىمۇئارقا قەي قىلىش، كۈزاز ۋە ھېچ تۇتۇش كۈچەيسە بىمار ئۆلۈپ كېتىدۇ.

بۇ خىل كېسەللىكتە تىندۇرۇلغان سۇيدۇكنىڭ ياخشى بولۇشى ياخشىلىققا كۆپ دالالەت قىلمايدۇ. تىندۇرۇلغان سۇيدۇكى ناچار بولسا، قانداقمۇ ياخشىلىققا دالالەت

قىلسۇن؟ ئۇچەي ئالمىشىنىڭ ئەڭ ناچىرى قەي بىلەن چوڭ تەرەت چىقىدىغىنىدۇر. بۇ، سېسىق پۇراقلىق قەي دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا، تەرنىڭ چوڭ تەرەتتەك سېسىق پۇرىغىنىدۇر. ئۇنىڭدىن قالسا تىنىقى سېسىق پۇرىغىنىدۇر، ئۇنىڭدىن قالسا، كېكىرىكى سېسىق پۇرىغىنىدۇر. ئۇنىڭدىن قالسا مەقئەتتىن چىققان يەلنىڭ سېسىق پۇرىغىنىدۇر.

6 ـ پەسىل ئۇچەي ئالمىشىنىڭ ئالامەتلىرى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

ئۇچەي ئالمىشىنىڭ ئالامىتى شۇكى، ئاغرىق كىندىكىنىڭ ئۈستىدە بولىدۇ، مەقئەتتىن ھېچ نەرسە چىقمايدۇ. بۇقراتنىڭ ئېيتقىنىدەك ھۆقنىمۇ بەك مەنپەئەت قىلمايدۇ. بەزىدە ئۇچيى ئالمىشپ قالغان بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى ئۈستى تەرەپكە ئىتتىرىلىپ، بىمار چوڭ تەرەت، قۇرت، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قاتارلىقلارنى قەي قىلىدۇ. بىمارنىڭ ئېغىزى ۋە كېكىرىكى سېسىق پۇرايدۇ، شۇنىڭدەك ئومۇمىي بەدىنى سېسىق پۇرايدۇ. بۇلار ئۆزگەرمەيدىغان ئالامەتلەردۇر. تۆۋەندىن چىقىدىغان نەرسىلەرنىڭ توختاپ قېلىشى بۇ كېسەللىكنىڭ دائىملىق ئالامىتىدۇر. ئەمما چوڭ تەرەتنى قەي قىلىش ئەھۋالىنىڭ ئېغىرلىشىشى داۋاملىق بولماي، بەلكى خەتەرلىك ئەھۋالدا بولىدۇ. قەي قىلىش، ھۆ بولۇش ئۇچەي ئالمىشىتا قۇلۇنجىغا قارىغاندا كۆپرەك بولىدۇ. چۈنكى بۇ ئۇچەي ئالمىشىش ئاشقازانغا يېقىنراق ئۇچەيدە بولىدۇ.

بىئاراملىق، غەم ـ قايغۇ، خەپەقان، ھوشسىزلىنىش، ئۇيقۇسىزلىق، قول ـ پۇتلار سوۋۇش قاتارلىق ئالامەتلەر قۇلۇنجىغا قارىغاندا كۆپرەك بولىدۇ. ئۇچەي ئالمىشىش يۇقىرىراق، بەدىنى ئاجىزراق، بەدەنگە ئورۇنلىششى مۇستەھكەمرەك ئەزادا بولغانلىقى ئۈچۈن، بەلغەمدىن ۋە چوڭ تەرەت توسۇلۇشتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىتا چوڭ تەرەت قۇلۇنجىغا قارىغاندا كۆپرەك بولىدۇ، بەزىدە ئۇچەي ئالمىشىتا كۆزنىڭ كۆپۈشى قۇلۇنجىغا قارىغاندا كۆپرەك بولىدۇ. ئۇچەي ئالمىشىتا ئاغرىش ئورنى،

ئاغرىقنىڭ قوزغىلىشى ۋە ھۆقۇنىنىڭ ئاز مەنپەئەت قىلىشى قاتارلىق تەپسىلىي ئالامەتلەر قۇلۇنجىنىڭ تەپسىلىي ئالامەتلىرىگە ئوخشايدۇ. لېكىن زەھەرلىنىشتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش ئېغىرلىشىشتىن بۇرۇن باشقا ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. زەھەر سەۋەبىدىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش بەزىدە ئېغىرلىشىپ، ئاغرىق كۈچىيىشتىن بۇرۇن ئاجىزلىشىش، ئىستىرخا، خەفەقان قاتارلىقلارغا ئېلىپ بارىدۇ. زەھەرلىنىشتىن بولغانلىقىنى باشقا سەۋەبىنىڭ ئېنىق كۆرۈلمىگەنلىكى بىلدۈرىدۇ.

ئۇچەينىڭ قۇۋۇتى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىشى چوڭ تەرەتنىڭ قېتىۋېلىشى، بىمارنىڭ تېز جۇدەپ كېتىشى قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ. قىزىتما بولمايدۇ، بىمارنىڭ قۇۋۇتى بەك ئاجىزلىمايدۇ.

داۋالاش

ئۇچەي ئالمىشىشنى داۋالاش قۇلۇنجىنى داۋالاشقا ئوخشاپ كېتىدۇ، لېكىن ئۇچەي ئالمىشىشنى داۋالاش كۈچلۈكرەك بولىدۇ. ئۇچەي ئالمىشىتا ئېچىلىدىغان دورىلار بەكرەك مەنپەئەت قىلىدۇ، لېكىن ھۆقنە قىلمايمۇ ئامال بولمايدۇ. چۈنكى بىمار دورا ئىچكەندىمۇ، چوڭ تەرەت ماڭمىسا، ھۆقنە قىلىپ، ئېچىلىدىغان دورىغا ياخشى يارىمم بېرىلىدۇ.

ھۆقنە بۇرۇن قىلىنسۇن ياكى ئېھتىياج بويىچە كېيىن قىلىنسۇن ئوخشاش. ھۆقنە بىلەن ئېچىلىدىغان دورىلارنىڭ قايسىبىرى بۇرۇن ئىشلىتىلسە، كېيىن ئىشلىتىلىدىغىنى ئاجىزراق قىلىنىدۇ. قايناق سۇ ئۇچەي ئالمىشىپ قالغان ئورۇنغا تېز يېتىپ بېرىپ، شۇ ئورۇندىكى نەرسىلەرنى تېز تارقاتقانلىقى ئۈچۈن كۆپىنچە قايناق سۇ ئېچكۈزۈلۈپ ئاغرىق پەسەيتىلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار ئالدى بىلەن ئۇچەينى پۈۋلەش سايمىنى بىلەن يېرىپ، ئاندىن ھۆقنە يىراق ئورۇنغا يەتكۈچە ھۆقنە قىلىشنى توغرا كۆرىدۇ ۋە قان ئېلىش زۆرۈر، دەپ قارايدۇ. ئەگەر ئىششىق بولسا، قان ئالماي ئامال يوقتۇر. ئەگەر ئاغرىق

قاتتىق بولۇپ، ئىششقىنىڭ خەۋپى بولسا، ئىششىقىنىڭ بار - يوقلۇقىنى ئېنىقلاش كېرەك. ئىششىق سەۋەبىدىن بەدەندىن چىقىپ كېتىشكە تېگىشلىك ناچار خىلتىلار توسۇلۇپ، بەدەنگە تارقاپ كېتىپ، ئۇنى سۇرگە بىلەن چىقىرىش قىيىن بولسا، قان ئېلىش زۆرۈردۇر. قان ئېلىش يەنە چوڭقۇر سىڭىپ ئاغرىق پەيدا قىلىدىغان ماددىلارنى توسىدىغان نەرسە قاتارىدىندۇر.

ئىسسىققا مايىل سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلارنى ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك لوئابلارنى ئابدىمىلىك يېغى بىلەن ئىشلىتىش ئۇچەي ئالمىشىنىڭ كۆپىنچىسىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. لېكىن سەپرادىن بولغان ۋە ھارارىتى كۈچلۈك ئىششقىتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىقا مەنپەئەت قىلمايدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش تۇز ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىلغان سېرىقچېچەك سۇيىنى ئىچكۈزۈش ۋە بەدەنگە قىزىتىلغان زەيتۇن يېغىنى سۇركەش مەنپەئەت قىلىدۇ.

بەلغەمدىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىتا قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەنگەن ھەببى سەبرە، ھەببى سەكبىنەج، ھەببى ئايارەجگە ئوخشاش ئىچىلىدىغان دورىلار ئابدىمىلىك يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە ماددىنى تۆۋەن تەرەپكە تارتىدىغان مۆتىدىل ھۆقنىلەر بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. يەلدىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش بۇ ئورۇندا سۆزلەنگەن يەلگە مەنپەئەت قىلغۇچى ئىچىلىدىغان دورىلار ۋە ھۆقنىلەر بىلەن (ھۆقنىلەر ئىچىلىدىغان دورىلارغا يارىدەم بېرىش ئۇچۇن ئىشلىتىلىدۇ) ھەم قورساقنىڭ ئۇستۇنكى تەرىپىگە كۆپ ھىجامەت قويۇش بىلەن داۋالىنىدۇ. بەزىدە ئاغرىققا يېقىن بولغان ئورۇننى تىلىپ ھىجامەت قويۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە ھىجامەت قويۇش ئارقىلىق ماددا قورساق تېرىسىگە تارتىلىدۇ.

ماددىسىز مىزاجىدىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش ماددىلىق قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەنگەندەك مىزاجنى ئۆزگەرتىش، خىلتىنى تازىلاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالىنىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن كېلىپ چىققان ئۇچەي ئالمىشىش ۋە سوغۇقتىن بولغان ئىششىقتىن كېلىپ چىققان ئۇچەي ئالمىشىش بىز قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلىگەن تەدبىرلەر بىلەن داۋالىنىدۇ.

دورىلارنىڭ مۇۋاپىقراقى ئابدىمىلىك يېغىنى مائۇلئۇسۇل بىلەن ياكى خىيارشەنبەر سۈيى ۋە ھەممىمزگە مەلۇم بولغان دورىلارنىڭ بىرى بىلەن ئىچكۈزۈشتۇر، يەنە سۇمبۇل رۇمى، سۇمبۇل ھىندى، سېرىقچېچەك، ھەببۇلغار، زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن تۆت گىرامدىن، بىخ بەدىيان، بىخ كەرەپشە، بىخ كاسىنىنىڭ ھەربىرىدىن 28 گىرامدىن، ئەنجۈردىن 20 گىرام، سەرپىستاندىن 30 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئابدىمىلىك يېغى ياكى ئاچچىق بادام يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. سەپرادىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالايدىغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. ئۇچەي تولغىشتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەنگەن ئۇسۇللار بىلەن داۋالىنىدۇ. چۇقۇقتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش چۇقۇقتا چىقىپ قالغان نەرسىلەرنىڭ قايتىشى ئۈچۈن مۇناسىپ ئورۇن قويۇپ، تېڭىپ داۋالىنىدۇ. ئۇچەينىڭ قۇۋۇتى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش مايلىق، سىلىقلاشتۇرغۇچى نەرسىلەر بىلەن، سېمىز توخۇ ۋە چۈجە شورپىلىرى بىلەن داۋالىنىدۇ.

بۇ شورپىلارغا دورا - دەرمەك سېلىپ تەييارلىنىدۇ. بولۇپمۇ سېرىقچېچەك، كۈدە يىلتىزى، بادام يېغى قاتارلىقلار سېلىنغان شورپىلارنى ئىچكۈزۈپ داۋالىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھارارىتى تۆۋەن بولغان، ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان ھۆقنە ئىشلىتىلىدۇ.

چوڭ تەرەت توسۇلۇشتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىشنى دەسلەپتە يېنىك ھۆقنىلەر بىلەن داۋالاپ، ئاندىن تەدرىجىي كۈچەيتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قېپقالغان قالدۇقلارنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن چوڭ تەرەت توسۇلۇشتىن بولغان قۇلۇنجىغا خاس بولغان مۇسھىللاردىن بىر قېتىم ئىچكۈزۈلىدۇ.

زەھەرلىنىشتىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش دەسلەپتە قاينىق سۇ، قارا كۈنجۈت يېغى ئىشلىتىپ تازىلاپ داۋالىنىدۇ. بەزىدە بىمارنى قەي قىلدۇرىدىغان دورىلارغا تۇرۇپ ياكى تۇربۇت ئۇرۇقى قۇشۇپ كۈچلەندۈرۈشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن تەرياقى كەبىر ۋە پادى زەھرى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىچىملىكىگە شېكەر سۈيى، غىزاسىغا مايلىق شورپا بېرىلىدۇ. ئەگەر بىمار ئارقىمۇئارقا قەي قىلىپ، تاماقنى قوبۇل قىلالمىسا، قۇلۇنجىدا مۇشۇنداق ئەھۋال يۈز بەرگەندە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە قەي قىلىش توختاپ، يېمەكلىك يېنىپ كەتمەيدىغان بولسا، قاينىاق سۇغا چۆكۈرۈلگەن نان بېرىلىدۇ. تۇتقۇچى يېمەكلىكلەر، چۈچۈمەل يېمەكلىكلەر ۋە چاپلاشقاق يېمەكلىكلەردىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىنى داۋالاش شۇنداق يېمەكلىكلەردىن پەيدا بولغان قۇلۇنجىنى داۋالاشقا ئوخشاشتۇر. لېكىن ئۇچەي ئالمىشىقا سۈيۇق غىزالار ۋە ئىچىلىدىغان دورىلار بەكرەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

7 ـ پەسىل چوڭ تەرەتنىڭ ئۆز قەرەلىدىن كېچىكىپ كېلىشى ياكى تېز كېلىشى توغرىسىدا

تەرەتنىڭ كېچىكىپ كېلىشى ياكى تېز كېلىشى غىزاغا ياكى قۇۋۇەتكە ئالاقىدار بولىدۇ. غىزاغا ئالاقىدار بولۇشى غىزانىڭ تۇتقۇچى، قىرتاق، قويۇق، چاپلاشقاق، يۇمشاق، چاپلىشاڭغۇ ياكى سۈيۇق بولۇشىدىن بولىدۇ.

قۇۋۇەتكە ئالاقىدار بولۇشى شۇكى، ئەگەر ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەت كۈچلۈك بولسا، ئىتتىرىپ چىقىرىدۇ، ئەگەر ئاجىز بولسا، ئىتتىرىپ چىقىرالمايدۇ. قورساق مۇسكۇلى كۈچلۈك بولسا، چوڭ تەرەتنى تازىلايدۇ، ئەگەر ئاجىز بولسا، چوڭ تەرەتنى تازىلىيالماي چوڭ تەرەت توختاپ قالىدۇ.

ئۇچەينىڭ سېزىم قۇۋۇتى كۈچلۈك بولسا، چوڭ تەرەتنى تولۇق چىقىرىش خىزمىتىنى ئادا قىلالايدۇ. ئەگەر ئاجىز بولسا، ئادا قىلالمايدۇ. ئۇچەي مىزاجىنىڭ سوغۇق ياكى ئىسسىقلىقى شۇكى، كۈچلۈك بولسا چوڭ تەرەتنى توختىتۇالىدۇ. بۇنى داۋالاشتا سەۋەبىگە قاراپ تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

8 ـ پەسىل چوڭ تەرەتنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكى توغرىسىدا

چوڭ تەرەتنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكى يېمەكلىكنىڭ كەيپىياتى، مىقدارى ۋە جىگەرگە ئىتتىرىلگەن نەرسىنىڭ ئەھۋالىغا ئالاقىدار بولىدۇ. ھۆللۈكنى كۆپ سۈمۈرىدىغان يېمەكلىكتىن چوڭ تەرەت كۆپ ھاسىل بولىدۇ. ئۇنىڭ ئەكسىچە بولغىنىدىن چوڭ تەرەت ئاز ھاسىل بولىدۇ. جىگەرگە ئۆتكەن ئوزۇقلۇق بەك سۈزۈك ھەم كۆپ بولسا، چوڭ تەرەت ئاز ھاسىل بولىدۇ. جىگەرگە ئۆتكەن ئوزۇقلۇق سۈزۈك ھەم ئاز بولمسا، چوڭ تەرەت كۆپ بولىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن كۆپ بولۇپ كەتكەنگە قارشى تۇرۇشنى سەۋەبىگە قارشى تۇرۇش ئېتىبارى بىلەن بىلگىلى بولىدۇ.

بەشىنچى ماقالە

قۇرتلار توغرىسىدا

1 ـ پەسىل قورساق قۇرتى توغرىسىدا

ئەگەر ماددا ھاسىل بولۇپ (بىرەر مىزاج بولمىسا)، بۇ ماددىغا مۇۋاپىق شەكىل ۋە سۈرەت بېرىلسە، بۇ شەكىل ۋە سۈرەت ھەممىگە قادىر ياراتقۇچىدىن دەپ ئويلىنىپ قالمىغان تەبئىي مۇكەممەللىكنى قوبۇل قىلىشتىن مەھرۇم قىلىنمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن قۇرتلار، چۈشىنەر ۋە بۇلارغا ئوخشاشلار ئوفۇنەتلەنگەن ناچار ھۆل ماددىلاردىن شەكىللىنىدۇ. چۈنكى بۇ ماددىلارنىڭ قوبۇل قىلىشقا ئەڭ مۇۋاپىق بولغان سۈرىتى قۇرتسىمان ھاياتلىق ياكى چۈشىنسىمان ھاياتلىق سۈرىتىدۇر. قۇرت ۋە چۈشەن بولۇشى ماددىنىڭ خاس ئوفۇنەتلىك ھالەتتە قېپقېلىشىدىن ياخشىدۇر. چۈشەن ۋە قۇرتلار ئوفۇنەتلەنگەن ناچار ھۆل ماددىلاردىن شەكىللىنىش بىلەن بىرگە دۇنياغا تارقاپ كەتكەن ئوفۇنەتلەرگە ھۆكۈمرانلىق قىلىپ، شەكلى ئوخشاشقانلىقتىن شۇ ئوفۇنەتلەر بىلەن ئوزۇقلىنىدۇ، ئۇ ئوفۇنەتلەرنى كىشلەرنىڭ ئۆيلىرى ۋە ئۇلارنىڭ ئەتراپىدىكى ھاۋادىن ئالىدۇ. قورساق قۇرتلىرى شۇ قاتارىدىندۇر. قۇرت ھەممە خلىتتىن ھاسىل بولمايدۇ. يەنى قۇرت سەپرا ۋە سەۋادىن ھەرگىز ھاسىل بولمايدۇ. چۈنكى سەپرانىڭ ھارارىتى كۈچلۈك بولۇپ، ئۇنىڭدىن ھۆل قۇرت پەيدا بولمايدۇ. سەپرا قۇرتنىڭ مىزاجىغا قارىمۇقارشىدۇر.

سەۋدا قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، ھاياتلىق مۇناسىۋىتىدىن يىراقتۇر. ئەمما قانغا ھاياتلىقنى ساقلاش قۇۋۋىتى بېرىلگەندۇر. ئەزالار قانغا بەك ئېھتىياجلىقتۇر. قان قۇرتلارغا ئەمەس، بەلكى ئىنسانلارنىڭ گۆشى ۋە سۆڭىكىگە مۇناسىپتۇر ۋە يەنە ئۇ قان ئۇچەيلەرگە قۇيۇلۇپ، ئۇچەيلەردە تۇرۇپ قېلىپ، قۇرت ۋە قۇرت شەكلى پەيدا بولىدىغان نەرسىلەردىن ئەمەستۇر. قۇرتنىڭ رەڭگى قۇرتنىڭ قان مادىسىدىن پەيدا بولغانلىقىنى كۆرسەتمەيدۇ. قۇرت مادىسى ئۇچەيلەردە قىزىپ، كۆپىيىپ، ئوفۇنەتلىنىپ قېپقالغان بەلغەم مادىسىدۇر.

يېمەكلىكلەردىن بولغان تاماق سىڭمەسلىك، قايسى سەۋەبتىن بولسۇن ھەزىم ئاجىزلاش، سوغۇق تەبىئەتلىك ئەزالارنىڭ مىزاجى، بۇغداي، لوبىيا، باقلە قاتارلىق يۇمشاق، چاپلاشقاق غىزالارنى يېيىش، خام ئۇننى كاپ ئېتىش، خام گۆش يېيىش، سۈت ئىچىش، كۆكتات، ھۆل مېۋە ۋە مېۋە مۇرابباللىرىنى يېيىش، تاماقتىن كېيىن قىزىق سۇدا يۇيۇنۇش، قورساقنى تويغۇزۇپلا جىما قىلىش قاتارلىق بەلغەمنى كۆپ پەيدا قىلىدىغان سەۋەبلەر ھەممىمزگە مەلۇمدۇر.

قۇرت تۆت تۈرلۈكتۇر. ئۇزۇن، تۇم؛ يۇمىلاق؛ ياپىلاق (بۇ قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىدۇر) ۋە كىچىك قۇرتتىن ئىبارەت. قۇرتنىڭ ھەر خىل شەكىلدە بولۇشى قۇرت پەيدا بولغان مادىدا ۋە ئورۇننىڭ ئوخشىماسلىق ئېتىبارى بىلەن ئوخشىمايدۇ. قۇرت پەيدا بولىدىغان مادىدىنىڭ ئوخشاشماسلىقىغا كەلسەك، بەزى قۇرتلار جىگەرنىڭ سۈمۈرۈشى ۋە قاتتىق ئوفۇنەتلىنىش جەھەتلەردىن تارقاش ۋە بۆلۈنۈش غەلىبە قىلمىغان ھۆللۈكتىن پەيدا بولىدۇ. بەزىسى جىگەرنىڭ ئارقىمۇئارقا سۈمۈرۈشى، ئوفۇنەتلىنىش ۋە چوڭ تەرەتنىڭ كۆپ ئۆتۈشى پارچىلىۋەتكەن، ئازلىتىۋەتكەن ۋە كىچكىلىتىۋەتكەن ھۆللۈكتىن پەيدا بولىدۇ. ئەگەر قۇرت پەيدا بولسا، قۇرت چىقىش ئورنى تار بولغان مەقئەتكە يېقىن بولغانلىقتىن قۇرت چوڭىيىشتىن بۇرۇن كىچىك ھالەتتە چىقىشقا چوڭ تەرەت يارىدەم بېرىدۇ. ئۇ قۇرتنىڭ بەزىسى ئىككى خىل ھۆللۈك ئارىسىدىكى بىر ھۆللۈكتىن پەيدا بولىدۇ. يۇقىرىقى ئۇچەيلەردىكى ھۆللۈكتىن پەيدا بولغان قۇرت ئاۋۋالقى ھۆللۈكتىن بولىدۇ. تۈز ئۇچەيدىكى ھۆللۈكتىن پەيدا بولغان قۇرت ئىككىنچى ھۆللۈكتىن

بولىدۇ. قارىغۇ ئۇچەي ۋە قۇلۇن ئۇچەيدىكى ھۆللۈكتىن پەيدا بولغان قۇرت ئۇچىنچى ھۆللۈكتىن بولىدۇ. ئۇزۇن قۇرت يۇقىرىقى ئۇچەيلەردە بولغان قۇرت تۇرىدىندۇر. بەزىدە بۇ قۇرتنىڭ ئوزۇنلۇقى بىر گەزگە يېتىدۇ.

يۇمىلاق ۋە ياپىلاق قۇرت قارىغۇ ئۇچەي ۋە قۇلۇن ئۇچەيدە بولىدۇ، بەزىدە قۇرت يۇقىرىقى ئۇچەيلەردە ھەم چوڭ ئۇچەيلەردە پەيدا بولىدۇ، يەنە بەزىدە پەقەت قۇلۇن ئۇچەي ۋە قارىغۇ ئۇچەيدە پەيدا بولۇپ، ئاندىن بىر تەرەپتىن مەقئەتكە، يەنە بىر تەرەپتىن ئاشقازانغا سۇمۇرۇلىدۇ.

كىچىك قۇرت ئىككىنچى ھۆللۈكتىن بولىدۇ. ياپىلاق قۇرت ۋە يۇمىلاق قۇرت ئۇچەي يۇزىگە يېپىشىۋالغان چاپلاشقاق خىلتىنىڭ ئۆزىدىن پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ ئۇستىدىن ئۇنى يېپىپ تۇرىدىغان شىلىمشىق پەردە ئۆتىدۇ، بۇ قۇرتلارنىڭ زىيىنى ئەڭ ئاز بولغىنى كىچىك قۇرتلاردۇر. چۈنكى بۇ قۇرتلار كىچىك، ئۇچەينىڭ تېگىدىن يىراق ۋە يەنە قويۇق، كۈچلۈك چوڭ تەرەتنىڭ ئىتتىرىشىگە ئۇچرىغانلىق سەۋەبىدىن زىيىنى ئەڭ ئاز بولىدۇ. لېكىن ئۇ كىچىك قۇرت زورايسا ۋە ئۇچەيدە زورايغۇدەك مۇددەتتە تۇرسا، ماددىسى ناچار بولغاچقا، ھەممە قۇرتلاردىن زىيىنى كۆپ بولىدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا ئۇزۇن قۇرت بولۇپ، ئۇ تۇم قۇرتتەك ناچار ئەمەستۇر. چۈنكى ياپىلاق قۇرتنىڭ ماددىسى بەك ئوفۇنەتلەنگەن بولىدۇ. ياپىلاق قۇرت، كىچىك قۇرت مەقئەتكە يېقىن ۋە ئاجىز بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇزۇن قۇرت چاپلاشقاندەك ئۇچەيگە چاپلىشىپ تۇرالماي، مەقئەتتىن كۆپ چىقىپ كېتىدۇ.

قورسىقىدا قۇرت بار كىشىدە قىزىتما بولسا، ئالامەتلەر كۈچلۈك ۋە ئېغىر بولىدۇ. چۈنكى قىزىتما قۇرتنىڭ ئوزۇقلۇقىنى يوقتىۋەتكەچكە، قۇرت ئوزۇقلۇق ئىزدەپ ئۇچەيگە چاپلىشىدۇ، قىزىتما يەنە قۇرتنىڭ جەۋھىرىگە زىيان يەتكۈزۈپ، قۇرتنى بىئارام قىلىدۇ ۋە يەنە قىزىتما قۇرتنىڭ تەبىئىتىدە ئوفۇنەتلىنىش، ئۆتكۈرلۈك ۋە بىئاراملىقنى كۆپەيتۈېتىدۇ، قىزىتمدا قۇرتلارغا سەپرا قۇيۇلسا، سەپرا قۇرتلارنى بىئارام قىلىدۇ. ئەگەر قۇرت ئۇچەيدە يۆگىلىشۈبلىپ ئۇچەينى چىشلىسە، بىمار قاتتىق بىئارام بولىدۇ.

بەزى تېۋىپلارنىڭ ھېكايە قىلىشچە، قۇرت قورساقنى تېشىپ، ئۇ تۆشۈكتىن

سىرتقا چىقىپتۇ. بۇ مېنىڭ قارىشىمدا ناھايىتى كەم يۈز بېرىدىغان ئىش. شۇنىڭدەك ئۇ قۇرتلاردىن مېڭىگە ناچار بۇخاراتلار ئۆرلەپ بىئارام قىلىدۇ. بەزىدە قۇرتنىڭ ئۇچەيدە تۇرۇپ قېلىپ، ئوفۇنەت پەيدا قىلىشى قىزىتمىغا سەۋەب بولىدۇ. دۇنيادا ئوفۇنەتلەرنى تازىلاشتا قۇرت ۋە شۇ تۇرىدىكىلەردىن پايدىلانغىلى بولغان بىلەن، ئۇچەيلەرنى تازىلاشتا قۇرتلاردىن پايدىلانغىلى بولمايدۇ. چۈنكى ئۇچەيلەرنىڭ تەبىئي تازىلىغۇچىسى باردۇر. ئۇچەيلەردە تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىشىدىن ئېشىپ قالغان ئوفۇنەتلەر ئۇچەيدىكى قۇرتلارغا نىسبەتەن بەك كۆپتۇر. قۇرتلارنىڭ ئوزۇقلۇققا ئېھتىياج بولۇشى ئۇلارنىڭ قارىمۇقارشى ھەرىكەت قىلىشى ۋە قۇلۇنجىنى پەيدا قىلىشى، قۇرت پەيدا بولغان كەيپىياتنىڭ بەدەن مىزاجىغا قارشى بولۇشى قاتارلىقلاردىن ھەر خىل كېسەللىكلەر پەيدا بولىدۇ. بەزىدە قۇرت ۋە يىلانسىمان قۇرت سەۋەبىدىن سەرئى يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ئۇ قۇرتلار ئوزۇقلۇقنى تېز سۈمۈرۈۋالغاچقا، ئىت ئىشتىھا كېسىلى پەيدا بولىدۇ.

بەزىدە قۇرت ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا ئۆرلەپ، كالا ئىشتىھا كېسىلىنى پەيدا قىلىپ، قۇقۇۋەتنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدۇ.

ئىت ئىشتىھا ۋە كالا ئىشتىھادىن كېيىن ئېغىز دەرىجىدە خەفەقان يۈز بېرىدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا ئادەمنىڭ بوۋاقلىق، ئۆسمۈرلۈك ۋە ياشلىق مەزگىللىرىدە قۇرت پەيدا بولىدۇ.

قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە كۆپىنچە ئۆسمۈرلەردە پەيدا بولىدۇ. يۇمىلاق قۇرت كۆپىنچە ھاللاردا نارەسىدە بالىلاردا، ئاندىن قالسا ياشلاردا كۆپ بولىدۇ، ياشانغانلاردا ئاز بولىدۇ. كۈز پەسلىدە مېۋە - چۆلەرنى كۆپ يېگەنلىكتىن ۋە ئوفۇنەت كۆپ بولغانلىقتىن، قۇرت باشقا پەسىللەرگە قارىغاندا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ، كەچتە ئۇخلىغاندا كۆپرەك ھەرىكەت قىلىدۇ، ئېغىر ئەمگەك قىلىش، قاتتىق چېنىقىش بەزىدە قۇرتنى ھەيدەپ چىقىرىدۇ. ئەگەر ئۆتكۈر قىزىغان بىمارلاردا يىلانسىمان قۇرت چىقسا، قۇقۇۋەتنىڭ ساغلاملىقىنى ۋە ئىتتىرىشقا قادىر بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بولۇپمۇ قۇرت قىزىتما تۆۋەنلىگەندىن كېيىن چىقسا تېخىمۇ ياخشى. ئەگەر قۇرت ئۆلۈك ھالەتتە چىقسا، بۇ ناچار ئالامەتتۇر. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا،

قىزىتمىدا ئۆلۈك قۇرتلارنىڭ چوڭ تەرەت بىلەن چىقىشى ياخشى ئالامەت ئەمەس. قىزىتما يېنىشتىن بۇرۇن چىقسىمۇ ياخشى ئالامەت ئەمەس. لېكىن قۇرت تىرىك چىقسا ياخشىدۇر. قىزىتمىسىز ھالەتتە قۇرت قان بىلەن چىقسا، بۇمۇ يەنىلا ناچار ئالامەتتۇر. ئۇ، بەدەندە ياكى ئۈچەيدە بىرەر كېسەللىكنىڭ بارلىقىنى ئاگاھلاندۇرىدۇ. قۇرتنىڭ قەي بىلەن چىقىشى ئاشقازاندا ناچار خىلتلارنىڭ بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئالامەتلەر توغرىسىدا

ھەر خىل قۇرتلارنىڭ بارلىقىنى بىلدۈرىدىغان ئورتاق ئالامەتلەر شۆلگەي ئېقىش، كالپۇك كېچىدە ھۆل، كۈندۈزى قۇرۇق بولۇش قاتارلىقلاردۇر. ھارارەت تارقىسا، قۇرتلار ئاچ قېلىپ ھۆللۈكنى ئۆزى بىلەن تارتىۋېلىپ ھەم ئاشقازاندىن سۈمۈرۈپ، ئېغىز ۋە كالپۇكنىڭ ئاشقازانغا تۇتىشىدىغان يۇزىنى سىرتقى ھاۋانىڭ يارىدىمىدە قۇرۇتىۋېتىدۇ. شۇڭا بىمار كالپۇكنى ھەمىشە تىلى بىلەن نەمدەپ تۇرىدىغان بولۇپ قالىدۇ. قورسىقىدا قۇرت بار ئادەمدە بەزىدە ئىچى تىتىلداش، تېرىكىش، تىلى ئېغىرلىق يۇز بېرىدۇ. ئاچچىقى يامان، ئەخلاقسىز ئادەمنىڭ سىياقىدا بولۇپ قالىدۇ. بەزىدە قۇرتتىن ناچار بۇخارات ئۆرلىگەنلىكتىن جۆيلۈشكە ئېلىپ بارىدۇ.

قورسىقىدا قۇرت بار ئادەمدە ئىسسىقتىن بولغان سەرسامنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. لېكىن بىمار ئەخلەت ۋە پارچە - پۇرات نەرسىلەرنى تېرىپ يۇرمەيدۇ. بېشى ئاغرىمايدۇ، قۇلىقى قىچقرمايدۇ.

قورسىقىدا قۇرت بار ئادەم چىشىنى غۇچۇرلىتىدۇ، بولۇپمۇ كېچىدە بەك غۇچۇرلىتىدۇ، كۆپىنچە ھاللاردا بىر نەرسە چاينىۋاتقاندەك، تىلىنى چىقارماقچى بولغاندەك كۆرۈنىدۇ. ئۇخلاۋېتىپ ئەسنەيدۇ، ۋارقىرايدۇ، زېرىكىدۇ، قالايمىقان ھەرىكەت قىلىدۇ. ئويغاتقان ئادەمگە قاتتىق ئاچچىقلايدۇ. تاماق يېگەندىن كېيىن كۆڭلى ئېلىشىپ بىئارام بولىدۇ، ئاۋازى پەسلەيدۇ، تومۇرى ئاجىزلايدۇ، قۇرت

مىدىرلىغاندا تومۇر سوقۇشى يوقاپ كەتكەندەك بولىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى ھۆل بولىدۇ.

ئەمما ئىشتىھانىڭ يوقاپ كېتىشى ۋە كۈچىيىپ كېتىشى، بىز كېسەللىك سەۋەبلىرى بايانىدا سۆزلىگەن بويىچە بولىدۇ.

بەزىدە قورسقىدا قۇرت بار كىشىلەردە قانىمايدىغان ئۇسسۇزلۇق يۈز بېرىدۇ. شۇنىڭدەك قورسقىدا قۇرت بار ئادەمدە بەزىدە بىز بۇ يەردە سۆزلىگەن كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ، كېسەللىك ۋە ئاغرىق كۈچەيسە، بىمار يېقىلىپ چۈشۈپ تەشەننۇج بولىدۇ ۋە سەرئى بولغان كىشىلەردەك پۈكلىنىپ قالىدۇ. بۇنداق ۋاقىتلاردا بەزىلىرى قەي قىلىدۇ. چىرايى ۋە كۆزلىرىنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىپ كېتىدۇ ۋە بىر تۇرۇپ ئەسلىگە كېلىدۇ. بەزىدە قورسقى ئېسىلىدۇ، قول - پۇتلىرى ۋە يۈزلىرى كۆبجۈيدۇ ياكى قورساقلىرى ئىستىسقا بولغان كىشىدەك تارتىشىدۇ. قورسقى خۇددى قېتىپ كەتكەندەك كۆرۈنىدۇ. بەزىدە ئۇلارنىڭ ئۇرۇقدېنى ئىششىيدۇ ۋە بەك سېسىق، سوغۇق تەرلەيدۇ.

ئالامىتى

بۇ ئالامەتلەرنىڭ بەزىسى ھەر خىل قۇرتلارغا ئورتاق ئالامەتلەردۇر. ئورتاق ئالامەتلەر بولسا قۇرتنىڭ مەقئەتتىن چىقىشىدۇر. قۇرنىڭ ئۇزۇنلۇقىنى ئاشقازانغا يېقىن ئورۇن تولغاپ ئاغرىش، ئاشقازان كىرىش ئېغىزى غىدىقلىنىش ۋە كۆيۈشۈش، تاماقنى تەستە يۇتۇش، كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ئىشتىھا تۆۋەنلەپ كېتىش، تاماقتىن سەسكىنىش، ھېچ تۇتۇش قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ. بەزىدە ئۆپكە يۈرەككە قوشنا بولغانلىقتىن، ئۆپكە ۋە يۈرەككە زىيان قىلىپ، قۇرۇق يۆتەل، خەپەقان، تومۇر قالايمىقان سوقۇش قاتارلىقلار پەيدا بولىدۇ، ئۇخلاش ۋە ئۇيقۇدىن ئويغىنىش تەرتىپسىز بولىدۇ. بىمار ھۇرۇنلىشىپ ھەربىر قېتىم قىلىشنى، نەرسىلەرگە قاراشنى ۋە كۆزىنى ئېچىشنى يامان كۆرىدۇ، بەلكى كۆزىنى يۇمۇشقا مايىل بولىدۇ. كۆزلىرى دەسلەپتە قىزىرىپ، ئاندىن تۇتۇقلىشىدۇ، بەزىدە قورساقلىرى تارتىشىپ ئىستىسقا

بولغان كىشىدەك كۆرۈنىدۇ، بەزىدە ئىچى سۇرۇپ كېتىدۇ.

ئەمما قۇرت ياپىلاق، يۇمىلاق بولسا، كۆپىنچە ھاللاردا ئىشتىھا كۆپىيىدۇ. چۈنكى بۇ قۇرتلار كۆپىنچە ئاشقازاندىن يىراق بولغاچقا ئاشقازانغا تەسىر كۆرسەتمەيدۇ. بىمار تاماقنى تېز يەيدۇ. قۇرت قورساق ئاچقاندا بىئارام قىلىدىغان، قۇۋۇەتنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان، كىندىكنىڭ ئاستىنقى قىسمىنى بوشاشتۇرىدىغان ھەربىكەتلەرنى قىلىدۇ.

قۇرتلارنىڭ كىچىك ئىكەنلىكىنى مەقئەتنىڭ قىچىشىشى ۋە مەقئەت ئەتراپىنىڭ دائىم غىدىقلىنىشى بىلدۈرىدۇ. بەزىدە قىچىشىش ئېغىرلاپ، ھوشسىزلىنىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. قورسىقىدا قۇرت بار ئادەم قۇرت ئۇچىيىگە يىغىلغاندا قوۋۇرغا بېشىنىڭ ئاستى تەرىپى ۋە ئومۇرتقىسىدا ئېغىرلىقنى ھېس قىلىدۇ. قورسىقىدا قۇرت بار كىشىلەرنىڭ ھەممىسىگە مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى ئۇخلاش ئالدىدا ئازراق سىركە ئىچىپ يېتىشتىن ئىبارەت.

داۋالاش

قۇرتلارغا قارىتا داۋالاشتىكى مەقسەت، بىمارلارنى يۇقىرىدا سۆزلىگەن قۇرت پەيدا قىلىدىغان يېمەكلىكلەردىن چەكلەش، ئۇچەيلەردىكى قۇرت پەيدا قىلىدىغان بەلغەملەرنى تازىلاش، قۇرتلارغا نىسبەتەن زەھەرلىك بولغان دورىلار بىلەن قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش. بۇ دورىلار ئاچچىق تەملىك دورىلار (بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى ئىسسىق تەبىئەتلىك، بەزىسى سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلاردۇر) ۋە ئۆز خۇسۇسىيىتى بىلەن قۇرتلارنى ئۆلتۈرگەندىن كېيىن تەبىئەت ئىتتىرىپ چىقارمىسا، سۇرۇپ چىقىرىدىغان دورىلاردۇر. قۇرت ئۆلۈپ قۇرۇپ بولغاندىن كېيىن، قورساقتا ئۇزۇن تۇرغۇزماسلىق كېرەك. ئەگەر ئۇزاق تۇرغۇزۇلسا، ئۇنىڭ بۇخاراتى زەھەرلىك بولغاچقا بەدەنگە زەرەر يەتكۈزىدۇ.

ئۇچىنچى دەرىجىگىچە بولغان ئىسسىق دورىلار: بۇ دورىلار ھەر ۋاقىت

قۇرتلارغا تەدبىر قىلىشتا ئەڭ مۇۋاپىقتۇر. لېكىن قىزىتما ۋە ئىششىق بولۇپ قالسا، مۇۋاپىق كەلمەيدۇ. سەپراۋى ئىسسىق ئىسسىقلىقى سەۋەبىدىن قۇرتنىڭ مىزاجىغا ۋە قۇرت ئىنتايىن ياخشى كۆرىدىغان كەيپىياتلارغا، يەنى ياغ، تاتلىق نەرسىلەرگە زىت كېلىدۇ.

بەزىدە ئىچىلىدىغان دورا ۋە ھۆقنىلەردىن بىز ھازىر سۆزلىگەن ئۇچ خىل خىسلەت مۇجەسسەملەنگەن دورىلار تېپىلىدۇ. ئەمما ھەمەل دورىلار قۇرتنى ئۆلتۈرۈشكە قارىغاندا چىقىرىشقا بەك لايىقتۇر. لېكىن تۇز ئۇچەيدىكى كىچىك قۇرتلارغا لايىق ئەمەستۇر.

بەزىدە ھەمەل دورىلار قۇرتلارنى ئۆزىگە تارتىپ، ئۆزى بىلەن بىرگە ئېلىپ چىقىش ئۇچۇن، قۇرتلار ياخشى كۆرىدىغان ياغ ۋە تاتلىق نەرسىلەردىن تەييارلىنىدۇ. ئىچىلىدىغان دورىلار بىلەن قۇرتنى چىقىرىشنىڭ ئەڭ ياخشى ۋاقتى قورساق ئاچ ۋاقتىتۇر.

قۇرتنى ئۆلتۈرىدىغان زەھەرلىك دورىلار قۇرت ئىنتايىن ياخشى كۆرىدىغان سۇت، كاۋاپ ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىغا سېلىنسا، قۇرتلارنى بەكرەك ئۆلتۈرىدۇ.

بەزىدە قورساقتا قۇرت بار ئادەمگە ئىككى كۇن سۇت ئىچكۈزۈپ، ئۇچىنچى كۇنى سۇتكە قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەزىدە دورىلارنى ئىچكۈزۈشتىن ئىلگىرى بىمارغا كاۋاپ شۇمگۈزۈلىدۇ. ئەگەر قۇرت ئۇ كاۋاپنىڭ پۇرىقىنى ھېس قىلسا، ئاشقازانغا چۈشكەن نەرسىلەرنى شوراشقا يۇزلىنىدۇ. بۇ ھالەتتە قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورا ئىچكۈزۈلسە، قۇرتلار بەكرەك ئۆلىدۇ. ئەگەر قۇرت ئۆلتۈرگۈچى زەھەرلىك ھۆقنىلەر ئىشلىتىلسە، ئەڭ ياخشىسى ئاشقازان ساھەسىگە تۇتقۇچى دورىلار تىلا قىلىنىدۇ. سۇماق، يەر مەدىكى ۋە شارابقا ئارىلاشتۇرۇلغان ئاقاقىياغا ئوخشاش كۈچلۈك قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلار تىلا قىلىنىدۇ. شۇنىڭدەك قىزىل سېغىز، كەبىر دەرىخى ۋە شاراب قوشۇلغان سېرىقچېچەك قاتارلىقلار تىلا قىلىنىدۇ. ئەگەر بىمار بۇ خىل دورىلارنىڭ قۇرۇشىغا بەرداشلىق بېرەلمىسە، شاراب قوشۇلغان گىل مەختۇم تىلا قىلىنىدۇ. بىمارغا قۇرت

ئۆلتۈرىدىغان دورىنى ئىچكۈزمەكچى بولغاندا، بىمارنىڭ بۇرنىنى مەھكەم ئېتىۋېلىش لازىم. مۇمكىنقەدەر تىنماي ئىچىش، ئەگەر ياخشىسى تىنىقىغا دورىلارنىڭ پۈرىقى ئارىلىشىپ قالماسلىقى لازىم.

قۇرتنى داۋالاشقا ئالاقىدار داۋالاش تۈرىدىن بىرى ئىشتىها تۈتۈلۈپ قالسا ئىشتىهانى ياخشىلاشتۇر. بەزىدە زىمات ۋە ئىچىلىدىغان دورىلار ئىچىدە قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ چىقىرىپ تۇرۇپ، ئىشتىهانى قۇۋۇەتلەيدىغان دورىلار باردۇر. مەسىلەن: ئەفسەنتىن بىلەن سەبرىدىن تەييارلانغان ھەبنى ئىچكۈزۈش ۋە ئەفسەنتىن بىلەن سەبرىنى تىلا قىلىشقا ئوخشاش. شۇنداقلا سەبرىنى چۈچۈمەل رۇببىلار بىلەن ئىچىش قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ چىقىرىپ، ئىشتىهانى قۇۋۇەتلەيدۇ، بەزىدە قۇرت بولۇش بىلەن ئىچ سۇرۇش بىرگە كەلسە، پەقەت قۇرتنى ئۆلتۈرۈش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. چۈنكى چوڭ تەرەتنىڭ مېڭىشى قۇرتنى چىقىرىۋېتىدۇ.

بەزىدە قۇرت بىلەن ئىچ سۇرۇش بىرگە بولۇپ، بىماردا قۇۋۇەت تۆۋەنلەشنىڭ خەۋپى بولغاندا قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش ئۈچۈن قۇرتنى ئاچچىق تۇتقۇچى دورىلار بىلەن ئۆلتۈرۈش تەلەپ قىلىنىدۇ، بولۇپمۇ قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيتى بار، قۇۋۇەتنى تۆۋەنلەتمەيدىغان زىماتلار بىلەن قۇرتنى ئۆلتۈرۈش تەلەپ قىلىنىدۇ. ئاندىن تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىشى بىلەن ياكى ئىچىلىدىغان دورىلار بىلەن ياكى ھەمەل قىلىنىدىغان دورىلار بىلەن چىقىرىلىدۇ.

بەزىدە ئۇ قۇرتلار بىلەن بىرگە ئىچكى ئەزالاردا ئىشىشق بولۇپ، يەڭگىل تەدبىر قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە ۋە يۇمىلاق قۇرتنى ئۆلتۈرىدىغان دورىلار ئۇزۇن قۇرتنىمۇ ئۆلتۈرىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە ئىچىلىدىغان دورىلاردىن يىراقراق ۋە ھۆللۈكلەر بىلەن قوغدىنىشى كۈچلۈكرەك بولغانلىقتىندۇر. بەزىدە ئۇ قۇرت ئۆزنىڭ قېپىغا كىرىۋالىدۇ. چۈنكى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە ئەگە قويۇق، ئەگە كۈچلۈك، ئىسسىق مىزاجغا ئەگە يېقىن ھەم زەھەرگە بەك ئوخشايدىغان ماددىدىن پەيدا بولغاندۇر. شۇڭا، دورا مىقدارى كۆپ بولمىسا، ئۆزىگە ئوخشاش نەرسىلەردىن تەسىرلەنمەيدۇ.

2 ـ پەسىل قۇرتلارنى ئۆلتۈرگۈچى بولۇپمۇ ئۇزۇن قۇرتلارنى ئۆلتۈرگۈچى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار توغرىسىدا

ئىسسىق تەبىئەتلىك قۇرت ئۆلتۈرگۈچى يەككە دورىلار تاغ كۈدىسى، قەردانە (بۇنىڭدىن تۆت گىرام ئىچىلىدۇ)، شېھ، قىزىل لوۋيا، قىلىن دارچىن، يالپۇز، پىننە ئۇسارىسى، چاڭگاك ئۇرۇقى، قۇسته تەلىخ، ئەفتىمۇن، زاراڭزا، پىننە، قەنبىل، كەمافتۇس، قەنتەرىيۇن، تاغ پىننىسى، سامساق قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى ئۆلتۈرىدۇ. قورۇلغان زىرە، قەيسۇم، قەنتەرىيۇن، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاق قىچا (بۇ ئۆز بايانىدا كۆچلۈكتۇر)، سىيادان، ياۋا پالەك ئۇرۇقى قاتارلىقلار قۇرتنى ئۆلتۈرۈش بىلەن بىرگە سۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ھەشقىپىچەك، بىستىپايەج قۇرتنى ئۆلتۈرۈش بىلەن بىرگە سۈرۈپ چىقىرىدۇ. قۇرتنى ئۆلتۈرگەندىن كېيىن سۈرۈپ چىقىرىدىغان ئەڭ ياخشى نەرسە سەبرىدۇر. زەيتۇن يېغىدىن ئىچەلىگۈدەك مىقداردا بىر قېتىم ئىچىسمۇ، قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، بولۇپمۇ خام زەيتۇن يېغى ياپىلاق قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ. خام زەيتۇن يېغى ئۆزىنىڭ ئاچچىقلىقى بىلەن قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ، چاپلاشقاقلىقى بىلەن تېپىلدۇرۇپ چىقىرىدۇ. ئەگەر زەيتۇن يېغىنى بىر قېتىمدا ئىچىش مۇمكىن بولمىسا، ئىككى قوشۇقتىن بىرنەچچە قېتىم ئىچىلىدۇ. ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى يىلانسىمان قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، بەزىدە ياپىلاق قۇرتقىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. قۇرتقا ئىشلىتىلىدىغان مۇرەككەپ دورىلار بىر نەچچىگە بۆلۈنىدۇ. قۇرتنى ئۆلتۈرگۈچى دورىلار، مەسىلەن: تەرياقى پاروقا ئوخشاش. قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ چىقىرىدىغان دورىلار، مەسىلەن: ئايارەج پەيقراغا ئوخشاش. شېھ ۋە ئەفسەنتىننىڭ ھەربىرىنى تۆت گىرامدىن، شەھمەنزەلدىن 0.75 گىرام، نەمەك ھىندىدىن يېرىم گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە زىرە ۋە قىزىل توغرىغۇدىن تۆت

گىرامدىن ئېلىپ ئىچكۈزگەندە قۇرت ئۆلىدۇ. قىزىل توغرىغۇ، قارىمۇچ، قەردمانە قاتارلىقلاردىن تەك مقداردا ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، تۆت گىرامغىچە ئىچكۈزۈشمۇ قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ. قارىمۇچ، سىيادان، ھەببۇلغار، مەستىكى قاتارلىقلارنى تەك مقداردا ئېلىپ ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، ئەتىگەن ۋە ئۇخلاش ئالدىدا بىر قوشۇقتىن ئىچىپ بەرسە، قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ ياكى شام زەنجۈبلى، شېھ، قارىمۇچ، سەرخىس قاتارلىقلاردىن تەك مقداردا ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، 4 ~ 9 گىرامغىچە ئىچكۈزۈش قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ. ئەفسەنتىن ئۇرۇقى ئۇزۇن قۇرتنى چىقىرىدۇ.

ياپىلاق قۇرتلارغا بۇنىڭدىن كۆچلۈكرەك دورا ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

3 ـ پەسىل قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىگە خاس دورىلار توغرىسىدا

بۇ دورىلار قەتران (بۇ، ھۆقنە ۋە تىلالارغا ئىشلىتىلىدۇ)، بەرەڭگى كابۇلى ۋە ئۇنىڭ ئۇرۇقى، سەرخىس، قۇستە تەلىخ، ئۇجمە يىلتىزى پوستى ۋە ئۇنىڭ ئۇسارىسى، قەنبىل، شەھمەنزەل، سەبرە، شەنجار (ئەبۇخەلسا ئۆسۈملۈكى بولۇپ، بۇ ياپىلاق قۇرتقا بەك مەنپەئەتلىك) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى ئاغرىتماي چۈشۈرىدىغان دورىلاردىن بىرى يېڭى شام زەنجۈبىل ئۇسارىسى بولۇپ، ئۇنىڭدىن 90 گىرام ئىچكۈزۈلسە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ئالىملار ئەركەك خورمىنىڭ چېچىكى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى چۈشۈرىدۇ، دەپ قارايدۇ. بارلىق قۇرتلارغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى ئەھرىمۇن دەپ ئاتىلىدىغان ھايۋاننىڭ تۇكىدۇر. قورساقتا قۇرت پەيدا بولۇش بىلەن بىرگە ئىچ سۈرۈش كۆرۈلسە، سىرىق زاك ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىش بىلەن بىرگە قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى ئۆلتۈرىدىغان دورىلار قاتارىدىندۇر. مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە ئۇچۇن سىرىق زاك ۋە قەنتەرىيۇندىن تەييارلىنىدىغان بىر مەتبۇخنى سۆزلىدۇق. قۇرتقا ئىشلىتىلىدىغان مۇرەككەپ

دورىلار تەرياقلا ئوخشاش قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلاردۇر ياكى قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ چىقىرىدىغان دورىلاردۇر. بۇ دورىنىڭ نۇسخىسى: بەرەڭگى كابۇلى ئۇرۇقى، تۇربۇت، سەرخىسنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرام، نەمەك ھىندىدىن ئالتە گىرام، قۇستە تەلبختىن 18 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ قىلىپ، 15 گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: بەرەڭگى كابۇلى ئۇرۇقى، شىرخىست، قەنبىلنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، تۇربۇتتىن 45 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ قىلىپ، 15 گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: ئۇچ كۈن ئەتىگەندە يېڭى سېغىلغان سۈت ئىچكۈزۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىسپىدباج شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ، ئاندىن بەرەڭگى كابۇلىدىن 24 گىرام، شىرخىست ۋە قەنبىلنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، چۈچۈمەل سىركە ياكى سىركەنجۈبىلگە ئارىلاشتۇرۇپ، قۇرتلارنىڭ ھېرىسلىقىنى قوزغاش ئۈچۈن كاۋاپ شوراتقاندىن كېيىن، تەجرىبىدىن ئۆتكەن مىقدارىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

4 ـ پەسىل سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار ۋە ھارارەتنى تۆۋەن دورىلار توغرىسىدا

بۇ خىلدىكى دورىلار يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىدۇر. يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىنى ئۈچ كۈن ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن ئىچسە قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ. كەرەپشە ئۇرۇقى بۇ ھەقتە ئىنتايىن كۈچلۈك بولۇپ، ھەرقانداق قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ.

كەرەپشە ئۇرۇقى سىركەنجۈبىلدە ياكى قېتىق سۈزمىسىدە ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ قايناتىلمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. نىشاستەمۇ بەزىدە قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ. فۇپەل، شاپتۇل يوپۇرمىقى، شەۋكە مىسرىيە ئۇسارىسى (بۇنىڭ ھارارىتى كۆپ ئەمەستۇر)، ئەلىق ئۆسۈملۈكى، چۈچۈمەل ياكى ئاچچىق ئانار دەرىخى پوستىنىڭ سۈيى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى بىر كېچە سۇدا قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ ئىچكۈزسە قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش ئانار دەرىخى يىلتىزى،

پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسىنىڭ قاينىتىلمىسى قۇرت ۋە ئىچ سۇرۇش بىرگە يۇز بەرگەن كىشىگە ياخشىدۇر. تۇپى سۇدا تۇرىدىغان سۇماق قۇرتلارنى بەك ئۆلتۈرىدۇ. يەر مەدىكى ۋە گىل مەختۇم شاراب بىلەن بېرىلسە، قۇرت ئۆلتۈرىدۇ. گىل ئەرمىنى ھەم قۇرت ئۆلتۈرىدۇ، سېمىرئوت ئۇرۇقىدىن كۆپرەك يەپ بەرسەمۇ قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ. ئاچچىق كاسنە، ئاچچىق كاھۇ، سىركىگە چىلانغان بىخ كەبىر قاتارلىقلارمۇ يۇقىرىقىلاردەك قۇرت ئۆلتۈرىدۇ. تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، قوغۇن ئۇرۇقىمۇ قۇرتلارنى ئۆلتۈرىدىكەن، ئوغرىتىكەننىڭ تەسىرىمۇ يۇقىرىقى دورىلارنىڭ تەسىرىگە يېقىندۇر. ياپىلاق قۇرتلارنى چىقىرىشقا قۇۋۋىتى يېتىدىغان دورىلار مەجنۇنتال ئۇرۇقى، شاپتۇل ئۇسارىسى، يۇمغاقسۇت، ئاچچىق كاسنە، چاڭگاك قاتارلىقلاردۇر. بۇ دورىلار قايماق بىلەن ياكى قاينىق سۇ بىلەن ۋە ياكى سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

5 ـ پەسىل كىچىك قۇرتلارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

تۇزنى ھەمەل قىلىش ۋە ئىسسىق سۇنى ھۆقنە قىلىش بەزىدە كىچىك قۇرتلارنى ئۆلتۈرىدۇ. تۇز كىچىك قۇرت پەيدا بولىدىغان ماددىلارنى يوقتىدۇ. بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەكى قەنتەريۇن، زاراڭزا، زۇپا ۋە ئازراق شەھمەنزەل چۈشكەن ھۆقنىدۇر، بۇ ھۆقنە ئىسسىق ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ، بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەكى قەترانىنى ھەمەل قىلىش ياكى ھۆقنە قىلىشتۇر، بولۇپمۇ ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى يېغى ۋە ياكى ئاچچىق شاپتۇل مېغىزى يېغىدا قۇرت ئۆلتۈرىدىغان دورىلارنى قاينىتىپ ھەمەل قىلىنسا ۋە بەزىدە ئۇ تاتلىق شاپتۇل شەربىتىدە قۇرتنى ئۆلتۈرگۈچى دورىلارنى قاينىتىپ قەتران بىلەن ھۆقنە قىلىنسا مەنپەئەتى كۆپتۇر. ھەمەل قىلىنىدىغان دورىلاردىن ئەرتەنسا، بۇخۇرى مەريەم، لەبىخى دەرىخى يىلتىزى پوستى قاتارلىقلار بار. بۇ كىچىك قۇرتلارنى يىغىۋالىدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، تۇزلانغان سېمىز گۆشنى يېپتا باغلاپ، مەقئەتكە كىرگۈزۈپ، يېپىنىڭ بىر

ئۇچى مەقئەتتىن چىقىرىپ قويۇلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا قۇرتلار گۆشكە ھېرىسمەنلىك بىلەن يىغىلىدۇ. بىر دەم تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن گۆش تارتىپ چىقىرىلىدۇ، گۆش بىلەن تەڭ قۇرتلارمۇ چىقىدۇ. قۇرتلار تازىلانغىچە بۇ ئۇسۇل تەكرار قوللىنىلىدۇ.

6 ـ پەسىل قۇرت بار كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنىلەر توغرىسىدا

قۇرت ئۆلتۈرۈش توغرىسىدا سۆزلەنگەن دورىلارنىڭ قايىتىلىمىسىغا بىمارنىڭ قۇۋۋىتى ۋە داۋالىنىۋاتقان ۋاقىت ئېتىبارى بىلەن شەھمەنزەل، سەبرە، تۇربۇت، قىسائۇل ھىمارغا ئوخشاش سۈرگە دورىلىرى ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئۇلارنىڭ ھۆقنىسىگە قەترانىنى ئىشلىتىش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا مەقئەت قاناپ تولغاق پەيدا قىلىدىغان شىيافلار ھەم ئاشقازان ئاجىزلاپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن شەربەت دورىلار ۋە ئاشقازانغا ئىشلىتىلىدىغان زىماتلار بىلەن مەقئەت ۋە ئاشقازانغا ئەھمىيەت بېرىلىدۇ. بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى سۆزلىنىپ بولدى. بەزىدە تۇزلۇق سۇلارنى ھۆقنە قىلىش ياكى قىزىل توغرىغۇ بىلەن تۇزلۇق قىلىنغان سۇلارنى ھۆقنە قىلىش، بولۇپمۇ قەتران بىلەن ھۆقنە قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

بۇ خىل كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنىلەرگە شاپتۇل يوپۇرمىقى ئۇسارىسى، ئۈجمە يىلتىزىنىڭ قاينىتىپ ئېلىنغان سۈيى، ئانار پوستى قاتارلىقلار چۈشىدۇ، بولۇپمۇ ھارارەت بولغاندا.

7 ـ پەسىل قۇرت بار كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان زىماتلار توغرىسىدا

زىماتلار قۇرت ئۆلتۈرىدىغان كۈچلۈك دورىلاردىن ياسىلىپ، شەھمەنزەل، كالا ئۆتى، قىسائۇل ھىمار ئۇسارىسى، قەتران، سەبرە قاتارلىق دورىلار بىلەن

كۆچەيتىلىدۇ. ئەگەر سەبرە بىلەن ئەفسەنتىن زىمات قىلىنسا ياكى سەبرە بىلەن بېھى رۇببىسى ياكى ئالما رۇببىسى زىمات قىلىنسا، قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ ئىشتىهانى ئاچىدۇ. ئەگەر هەممە دورىلار بىرلەشتۈرۈلۈپ زىمات قىلىنسا، تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

ئەڭ ياخشى زىمات: سىيادانىنى هۆل شەهمەنزەل سۈيى ياكى شەهمەنزەلنىڭ قاينىتىپ ئېلىنغان سۈيى بىلەن سالايە قىلىپ، قورساق ۋە كىندىككە تىلا قىلىنىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، بۇغا يىلكى كىندىككە زىمات قىلىنسا قۇرتنى ئۆلتۈرىدىكەن. شۇنىڭدەك يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ياغلار تىلا قىلىنسا قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ، بولۇپمۇ بابۇنە يېغى ۋە ئەفسەنتىن يېغى تىلا قىلىنسا تېخىمۇ شۇنداق.

8 ـ پەسىل قۇرت بار كىشىلەرنىڭ غىزاسى توغرىسىدا

سەۋەبكە قارشى تۇرۇش ئېتىبارى بىلەن زۆرۈر بولغان غىزا ئىسسىق تەبىئەتلىك، قۇرۇق، چاپلاشقاق بولمىغان، ئازراق سىلىقلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بولۇپ، قۇرتلارنى سىلىقلاشتۇرۇپ چىقىرىدىغان بولۇشى كېرەك. بۇ خىل بىمارلارنىڭ غىزاسىغا نوقۇت سۈيى، كاللەكبەسەي يوپۇرمىقى چۈشىدۇ. كەپتەر گۆشى يەنىلا بۇلار ئۈچۈن پايدىلىقتۇر. تۇزلۇق سۇنى ئىچىش قۇرت بار كىشىلەرنىڭ هەممىسگە مەنپەئەت قىلىدۇ. قۇرت بولۇش بىلەن بىرگە ئىچ سۈرۈش ۋە هارارەت بولسا، بۇنداق كىشىلەرگە سۇماق بىلەن چۈچۈمەل قىلىنغان سۈيۇقئاش غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ. چۈنكى سۇماق قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش ئاچچىق ئانار سۈيىمۇ قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ، ئىچ سۈرۈشنى ئاجىز توختىتىدۇ. ئىچ سۈرۈش بىمارنى ئاجىزلاشتۇرۇۋەتسە، قۇۋۋەتلەيدىغان غىزالارنى بېرىشكە ئېهتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر بۇ غىزالار هەزىم بولمىسا، سۈيۇقئاش ۋە مائۇللەهمىلەر بېرىلىدۇ. ۋاقىت تەرتىپىگە كەلسەك، بىمارنى ئاچ قويماسلىق كېرەك. چۈنكى بىمار ئاچ قالسا، قۇرت قوزغىلىپ ئاشقازانىنى چىشلەيدۇ، بەزىدە ئىشتىهانى تۆۋەنلىتىۋېتىدۇ. شۇڭا بىمار قۇرت قوزغىلىشتىن

ئىلگىرى غىزالىنىش كېرەك. تاماقنى ئاز - ئازدىن يەپ، ئارىلىقتا ۋاقىت قالدۇرۇش كېرەك. ئەگەر ئىچ سۇرۇپ كېتىش خەۋپى بولسا، ھەممىگە مەلۇم بولغان زىماتلار قورساققا زىمات قىلىنىدۇ. كىچىك قۇرت بار كىشىلەرگە ئەك ياخشىسى ياخشى كەيمۇسلۇق، تېز ھەزىم بولىدىغان غىزالارنى بېرىش لازىم. بۇ غىزانىڭ قۇۋۋىتى قۇرتلارغا قارىمۇقارشى بولغانلىقتىن قۇرتلارغا يېتىپ بارمايدۇ. ئەگەر غىزا ياخشى كەيمۇسلۇق بولسا، قۇرتنىڭ پەيدا بولۇش مادداسى بولغان بۇزۇق كەيمۇس ئازلايدۇ.

9 - پەسىل يىقىلىپ چۈشۈش ۋە قورساققا زەربە تېگىشنى داۋالاش توغرىسىدا

ئەك ياخشىسى، بۇلارنىڭ ھەممىسىدە مۇمكىن بولسا قانىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن كۇندۇر، خونسياۋشان، گىل ئەرمىنى، كەھرىۋا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، سۇيۇق مۇسەللەس بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قاناپ كېتىش ياكى قانلىق ئىچ سۇرۇش ياكى قانلىق قەي قىلىش پەيدا بولسا، بۇ دورىلارغا ئەپيۇندىن 0.25 گىرام قوشۇلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن بىز ئۇرۇلۇش بايانىدا سۆزلىگەن تەدبىرلەر ياخشى مۇلاھىزە قىلىنىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئون يەتتىنچى پەن

مەقئەت كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

ئۇ پەن بىر ماقالىدۇر

1 ـ پەسىل مەقئەت كېسەللىكلىرى توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

شۇنى بىلىش لازىمكى، مەقئەت ئۆتۈشمە يول بولغانلىقى، دۇم ئورۇنلاشتۇرۇلغانلىقى، ئاستىدىن ئۇستىگە تۆشۈك بولغانلىقى ۋە ئىنتايىن سەزگۈر بولغانلىقى هەم ئەڭ تۆۋەن تەرەپكە ئورۇنلاشتۇرۇلغانلىقىدەك ئەھۋاللار ۋەجىدىن مەقئەت كېسەللىكلىرىنىڭ ساقىيىشى قىيىن بولىدۇ. چۈنكى مەقئەت ئۆتۈشمە يول بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇنىڭغا هەر ۋاقىت چوڭ تەرەت كىيىپ هەرىكەتلەندۈرۈپ ئاغرىقنى كۈچەيتىۋېتىدۇ. دورىلارنىڭ مەنپەئەتىنى تولۇق قوبۇل قىلدىغان، تەبىئەتنى ياخشىلاش ئىمكانىيىتىگە ئىگە قىلدىغان تىنچلىقنى يوقتىدۇ، مەقئەت دۇم بولغانلىقى ئۈچۈن دورىلارنى تۇرغۇزۇش قىيىن بولىدۇ، مەقئەت سەزگۈر بولغانلىقى ئۈچۈن ئاغرىقى كۆپ بولىدۇ. ئاغرىقنىڭ كۆپ بولۇشى ماددىنى كۆپ تارتقانلىقتىندۇر. مەقئەت ئەڭ تۆۋەنگە ئورۇنلاشتۇرۇلغانلىقى ئۈچۈن ئارتۇق

ماددىلارنىڭ بۇنىڭغا چۈشۈشى ئاسان بولىدۇ، بولۇپمۇ مەقئەتتە بىرەر كىسەللىك بولۇپ، كىسەللىك سەۋەبىدىن مەقئەت ئاجىزلىسا تېخىمۇ شۇنداق بولىدۇ.

2 - پەسىل بوۋاسىر توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، كۆپىنچە تۈز ئۇچەيدە ۋە تۈز ئۇچەينىڭ ئۈستۈنكى قىسمىدا يارا بولسا، بۇ، بوۋاسىر دەپ گۇمان قىلىنىدۇ. بۇنى ياخشى مۇلاھىزە قىلىش كېرەك.

بوۋاسىر مەشھۇر سۆگەلسىمان (بۇ بوۋاسىرنىڭ ناچارراقىدۇر)، ئۈزۈمسىمان ۋە ئۇجمىسىمان قاتارلىق بىر نەچچە قىسمىغا بۆلۈنىدۇ. سۆگەلسىمان بولغىنى كىچىك سۆگەللەرگە ئوخشايدۇ؛ ئۈزۈمسىمان بولغىنى ياپىلاق، يۇمىلاق توق قىزىل ياكى توق قىزىلغا مايىل بولىدۇ؛ ئۇجمىسىمان بوۋاسىر يۇمشاق، قانلىق بولىدۇ. بەزىدە بوۋاسىر ئىچىدە يەللىك قاپارتمىدەك بوۋاسىر بولىدۇ. بەزى بوۋاسىر تاشقى بوۋاسىر ۋە ئىچكى بوۋاسىرغا بۆلۈنىدۇ. ئىچكى بوۋاسىر بوۋاسىرلارنىڭ ئىچىدە ئەڭ ناچىرىدۇر. بولۇپمۇ سۈيدۈك يولى تەرەپتە بولىدىغان ئىچكى بوۋاسىر بەك ناچاردۇر. بەزىدە سۈيدۈك يولى تەرەپتىكى ئىچكى بوۋاسىر ئىششىق پەيدا قىلىش بىلەن سۈيدۈك يولىنى قىسىپ، سۈيدۈكنى توختىتىپ قويىدۇ. سىرتقى بوۋاسىر يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئۇچ خىل بوۋاسىرنىڭ بىرى بولىدۇ. ئىچكى بوۋاسىرنىڭ بەزىسى قانلىق، بەزىسى قانسىز بولىدۇ.

بەزىدە بوۋاسىر ئېسىلىپ سۈيۇقلۇق ئاقىدىغان (بەزىدە كۆپ تومۇرلار ئېسىلغانلىقتىن كۆپ سۈيۇقلۇق ئاقىدۇ) ۋە سۈيۇقلۇق ئاقمايدىغان قۇرۇق بوۋاسىرغا بۆلۈنىدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا بوۋاسىر سەۋداسىن ياكى سەۋداۋى قاندىن پەيدا بولىدۇ. بەلغەمدىن ئاز ساندا پەيدا بولىدۇ. بەلغەمدىن بوۋاسىر پەيدا بولسا، بۇ بوۋاسىرلار قاپارتمىلاردەك ۋە بېلىق قورسىقىدىكى پۈۋەكچىدەك بولىدۇ. سۆگەلسىمان بوۋاسىر ساپ سەۋداغا يېقىنراق، ئۇجمىسىمان بوۋاسىر قانغا يېقىنراق،

ئۇزۇمسمان بوۋاسر بۇ ئىككىسىنىڭ ئوتتۇرىسىدا بولىدۇ.

جالىنۇسنىڭ سۆزىگە ئاساسەن مەقئەتتىكى تومۇرلارنىڭ ئېغىزى ئېچىلمايلا تۇرۇپ بوۋاسىرنىڭ پەيدا بولۇشى مۇمكىن بولمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بوۋاسىر جەنۇب شامىلى چىققاندا ۋە جەنۇبىي رايونلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ. تومۇرلار ئېسىلىپ قانايدىغان بوۋاسىردىن قان كېلىۋاتقان بولسا، تاكى بىمار ئاجىزلىشىپ تىزلىرى بوشاپ تىترەپ، خەۋەقان غەلىبە قىلمىغۇچە ۋە قىزىل قان كۆرۈلمىگۈچە (قارا قان يوقالمىغۇچە) قانىنى توختاتماسلىق كېرەك. قاننىڭ بىراقلا ئاقماي ئاز - ئازدىن سىرغىپ چىقىشى ياخشىراقتۇر. ئەگەر ئاياللاردا بوۋاسىر قېنى بالىياتقۇ تەرەپكە مايىل بولۇپ، ھەيز قېنى بىلەن بىرگە چىقسا، ئۇلار ئۈچۈن پايدىلىقتۇر. بۇ ۋاقىتتا بوۋاسىر قېنى ھەيز ماڭدۇرۇش تەدبىرى بىلەن بالىياتقۇغا مايىل قىلىنىدۇ. بوۋاسىر بىلەن ئاغرىغانلارنىڭ چىرايى كۆپىنچە كۆكۈچ سېرىق بولىدۇ. بوۋاسىر بىلەن ئاغرىغان كىشىلەرنىڭ بۇرنى قانسا، كۆپىنچىلىرىدە بوۋاسىر يوقىلىدۇ.

داۋالاش

داۋالاشتا ئالدى بىلەن بەدەننى ئىسلاھ قىلىپ، بەدەندىكى ناچار قان سافىن تومۇردىن ۋە سونجاق تومۇردىن ئېلىپ تازىلىنىدۇ. مابەز تومۇردىن قان ئېلىش يۇقىرىقى ئىككى تومۇردىن قان ئېلىشتىن كۆچلۈكرەكتۇر، ئىككى ساغرا ئوتتۇرىسىغا ھىجامەت قويۇش بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ، بۇ خىل بىمارنىڭ سەۋداۋى خىلتلىرى تازىلىنىپ، تال ۋە جىگەردە پەيدا بولغان ناچار قانىنى ئىسلاھ قىلىش زۆرۈر بولغاندا، تال ۋە جىگەر داۋالىنىدۇ. ئەگەر ئاغرىق، ئىششىق، كۆپۈش بولمىسا، بوۋاسىرنى داۋالاشنىڭ كۆپ ئېھتىياجى يوق. چۈنكى بوۋاسىرنى داۋالاش بەزىدە ئاقمىغا ۋە مەقئەت يېرىلىشقا ئېلىپ بارىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن چوڭ تەرەتنىڭ قاتتىقلىقى مەقئەتكە زىيان يەتكۈزۈپ، كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇۋەتمەسلىكى ئۈچۈن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىشقا تىرىشىش كېرەك. بۇنىڭ ئەڭ ياخشىسى ئىچىنى سۈرىدىغان ۋە يۇمشىتىدىغان دورىلار بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن

بولۇشى كېرەك. مەسىلەن: ھەببى مۇقەل، ھەببى پىلى زەھرەج، ھەببى دادى ۋە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان ھەبلەرگە ئوخشاش. شۇڭا سۈيۇقلۇق ئاقمايدىغان بۇۋاسرنىڭ تومۇرلىرىنى ئېچىپ، مۇمكىنقەدەر بىمار ئاجىزلاشقىچە ياكى قارا بولمىغان ساپ قىزىل قان چىققۇچە قان ئاققۇزۇش لازىم.

ئەگەر بۇ تەدبىر مەنپەئەت قىلمىسا، بۇۋاسرنى ئاجرىتىپ كېسىپ چۈشۈرۈۋېتىش ياكى قۇرۇتۇپ كۆيدۈرىدىغان دورىلار بىلەن چۈشۈرۈۋېتىش تەدبىرىنى قىلىش لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇۋاسر ۋە مەقئەتتىن قان ئېقىش بىمارنى گۆشخور يارا، جۇنۇن، مالىخوليا، سەۋدادىن بولغان سەرئى، يەلتاشما، سەرتان، تېرە سوياللۇش، قوتۇر، تەمرەتكە، ماخاۋ، زاتىلجەنبە، زاتىررىيە ۋە سەرسام قاتارلىق كېسەللىكلەردىن ساقلايدۇ. ئەگەر بۇۋاسردىن ئېقىشقا ئادەتلىنىپ قالغان قان توختىتىپ قويۇلسا، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن كېسەللىكلەرنىڭ بىرەرسى يۈز بېرىشى، توختىتىلغان قان جىگەردە يامان سۇپەتلىك ئىششىق، قاتقان ئىششىق، مىزاج بۇزۇلۇش پەيدا قىلغانلىقتىن، ئىستىسقاغا گىرىپتار بولۇشى، ناچار قان ئۆپكىگە چىقىرىلغانلىقتىن سىل كېسىلى، ئۆپكە ئاغرىقلىرى پەيدا بولۇشى مۇمكىن.

ئەگەر قان ئېقىش غەيرىي ئەھۋالنى پەيدا قىلسا، ئارپا تالقىنىنى تاباشىر، گىل ئەرمىنى بىلەن ئېلىپ، قىزىق ھالەتتە ئاز - ئازدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇۋاسرغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ بەزىسى بۇۋاسر تومۇرلىرىنى ئاچقۇچى، بەزىسى يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى، بەزىسى ئىششىقلارنى يانداۋرغۇچى، بەزىسى سۈيۇقلۇقنىڭ كۆپ ئېقىشىنى توختاتقۇچى، بەزىسى بۇۋاسرنى پارچىلىغۇچى، بەزىسى بۇۋاسر ئاغرىقىنى پەسەيتكۈچى دورىلاردۇر. بۇ دورىلار ئىچىلىدىغان دورىلار، ھەمەل قىلىنىدىغان دورىلار، تىلا قىلىنىدىغان، زىمات قىلىنىدىغان دورىلار ۋە سۈركىلىدىغان دورىلار، سىپىلىدىغان دورىلار، بۇخۇر دورىلار ياكى كېسەل ئولتۇرغۇزۇلىدىغان دورا سۈلىرى ۋە ياكى قانىنى توختاتقۇچى دورىلاردۇر. بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى يەككە دورا ياكى مۇرەككەپ دورىلاردۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ھەببى مۇقەلنىڭ مەنپەئەتى تۇتاقلىق بۇۋاسرغا

كۆرۈنەرلىكتۇر، ئەمما تۇتقاقلىق بولمىغان ئۆزگەرمەس بوۋاسىرغا كۆپ مەنپەئەت قىلمايدۇ. ئەگەر مەقئەت يېرىلىش ۋە ئىششىق بوۋاسىر بىلەن بىرگە كۆرۈلسە، ئالدى بىلەن مەقئەت يېرىلىش ۋە ئىششىقنى داۋالاپ، ئاندىن بوۋاسىر داۋالىنىدۇ. مۇقەل ئېرىتىلگەن ئۆرۈك مېغىزى يېغى بوۋاسىر ۋە مەقئەت يېرىلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3 ـ پەسىل بوۋاسىرنى كېسىش ۋە تىكىش توغرىسىدا

بوۋاسىر بەزىدە كېسىش بىلەن، بەزىدە ئۆتكۈر دورىلار بىلەن چۈشۈرۈۋېتىلىدۇ. ئەگەر بوۋاسىر مۇنەكچىسى بىر نەچچە تال بولسا، ھەممىسىنى بىراقلا كەسمەي، بەلكى بۇقراتنىڭ ۋەسىيىتىنى ئاڭلاپ، ئۇلاردىن بىرىنى قالدۇرۇپ قويۇپ ئاندىن داۋالاش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى بىمار بەرداشلىق بېرەلسە، بىردىن ـ بىردىن كېسىپ داۋالاش، ئاخىرىدا ئۇنىڭدىن بىرسى قالدۇرۇلسا، ئۇنىڭدىن چىقىپ تۇرۇشى ئادەتكە ئايلانغان بۇزۇق قان ئېقىپ تۇرىدۇ. كېسىلىدىغان بوۋاسىر مۇنەكچىسى سىرتقى بوۋاسىر بولسا، ئۇنىڭ تەدبىرى ئاسان بولىدۇ، ئەگەر ئىچكى بوۋاسىر بولسا، تەدبىرى قىيىن بولىدۇ.

سىرتقى بوۋاسىر مۇنەكچىسىنىڭ تۈۋى ئەڭ ياخشىسى يىپەك يىپ ۋە ياكى زىغىر تالالىق يىپ ياكى مەزمۇت ئات قىلى بىلەن بوغۇپ قويۇلىدۇ. ئەگەر شۇنىڭ بىلەن چۈشۈپ كەتسە ياخشى، چۈشمەي قالسا، چۈشۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىپ سىناپ كۆرۈلىدۇ. بۇنىڭ بىلەنمۇ چۈشمىسە كېسىلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر ئىچكى بوۋاسىر بولسا، مەقئەتنى ئۆرۈپ تۇرۇپ ئاندىن كېسىلىدۇ. مەقئەتكە ئوتلۇق ھىجامەت قويۇپ ياكى قانداق ئۇسۇل بىلەن بولسۇن مەقئەت سىرتقا چىققۇچە ھىجامەت قويۇپ، ئۆرۈگۈچى سايمان بىلەن چىڭ تۇتۇپ ئۆرۈلىدۇ، ئەگەر مەقئەت ئىچىگە تېز كىرىپ كېتىش خەۋپى بولسا، يەرلىك ئورۇن ئىششىغچە بىر سائەت ھىجامەت قويۇپ قويۇلسا مەقئەت كىرىۋالمايدۇ. بەزىدە يىپ بىلەن ئىششىق پەيدا قىلغۇدەك دەرىجىدە بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى تېزدىن بوغۇپ،

بوۋاسىر مۇنەكچىسى سىرتقا قالدۇرۇلىدۇ. بەزىدە ئۆرۈگۈچى دورىلار بىلەن سىرتقا ئۆرۈلىدۇ. مەسىلەن: قەنتەرىيۇن ئۇسارىسى، ھۆل سېرىقچېچەك، ياۋا ئۈزۈم قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەقئەتكە تىلا قىلىنسا ياكى يۇكغا يۇقتۇرۇپ ھەمەل قىلىنسا، چوك تەرەتنى قوزغاپ، مەقئەتنى سىرتىغا چىقىرىپ، چوك تەرەتنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ. قىزىل توغرىغۇ، بۆرە ئەرمىنى، كالا ئۆتى ياكى قارىمۇچ ۋە قىزىل توغرىغۇلاردىن تەييارلانغان دورىغا بۇخۇرى مەرىيەم ئۇسارىسى ياكى ياۋا ئۈزۈم قوشۇپ تىلا قىلىنىدۇ ياكى ھەمەل قىلىنىدۇ.

بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى كېسىش ۋە تېشىشتىن ئىلگىرى باسلىق تومۇردىن قان ئېلىشتىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك. ئەگەر بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى كەسمەكچى بولسا، كەسمەكچى بولغىنى ئۆزى چىقىپ تۇرسۇن ياكى ئۆرىگۈچ بىلەن كۆرۈندىغان قىلىنغان بولسۇن، چوك تۇتۇپ، ئۆزى تەرەپكە تارتىپ، ئاندىن ئۆتكۈر سايمان بىلەن تۈۋىدىن كېسىش، كەسكەندە بوۋاسىر مۇنەكچىسىنىڭ تۈۋىدىن ئۆتۈپ باشقا ئورۇنلارنى كېسىپ، ئىششىق ۋە ئېغىر ئاغرىقلارنى كەلتۈرۈپ چىقارماسلىق لازىم. بەزىدە بوۋاسىرنى كېسىش سۈيدۈك ۋە چوك تەرەت توختاپ قېلىشقا ئېلىپ بارىدۇ. بىمارنىڭ تېنى ئاجىزلىشىش خەۋپى بولغۇچە قانىنى ئاققىلى قويۇپ، ئاندىن بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان قان توختاتقۇچى دورىلار بىلەن قان توختىتىلىدۇ. قان كۆپ ئاقمىسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

ئەگەر بىمار بەرداشلىق بېرەلسە، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تومۇرنىڭ ئېغىزىنى ئاچقۇچى دورىلار بىلەن بوۋاسىرنى قانىتىش لازىم. بۇنىڭدا ئاغرىقتىن قۇتۇلۇش تۆۋەندىكىلەپ كېتىش خەۋپى بولمىسا توغرا بولىدۇ. بەزىدە پىياز ئۇسارىسىغا ئوخشاش دورا كۈپايە قىلىدۇ. بوۋاسىر ئىششىق ۋە ئاغرىق پەيدا قىلماسلىق ئۈچۈن، بوۋاسرنىڭ تۈۋىدىن كىچىك تېشىپ ياكى ئوتتۇرىسىدىن چوڭراق ياكى باشقا قىسمىدىن چوڭراق تېشىپ داۋالماقچى بولغاندا، بوۋاسرنىڭ ئۇستىگە قاينىتىپ پىشۇرۇلغان پىياز ياكى قاينىتىپ پىشۇرۇلۇپ، سېرىقمايغا ئارىلاشتۇرۇلغان كۈدە قويۇلىدۇ. ئىششىق پەيدا قىلماسلىق ئۈچۈن ئاغزى كىچىك قاچىدا قاينىتىلغان توتقۇچى دورىلار سۈيى، سىركە ۋە موزا، ئانار پوستى قاينىتىلغان دورا سۈلىرىدا

بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، ئاندىن گۆش ئۇندۇرىدىغان مەلھەملەر بىلەن داۋالىنىدۇ.

بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى تېشىشتىن مەقسەت بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى چۇشۇرىدىغان دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى بوۋاسىرغا ئۆتكۈزۈشكە تەييارلاشتۇر. ئەگەر بۇ خىل داۋالاشتىن مەقسەتنىڭ ئىششىپ قاتتىق ئاغرىغانلىقى كۆرۈلسە، مۇقەل ۋە تۆگە لوكسى يېغى بىلەن ئىسرىقلاش ھەم يۇقىرىدا سۆزلەنگەن زىماتلارنى زىمات قىلىش ياكى ئاق نان ۋە تۇخۇم سېرىقىنى ئارزاق ئەپيۇن ۋە زەپەر بىلەن زىمات قىلىش لازىم.

دادى ئۆسۈملۈكى شىرنىسىدە ئولتۇرغۇزۇش كېسىشتىن ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئەھۋاللاردىن بولغان ئاغرىقنى پەسەيتىشكە ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش يۇمشاتقۇچى دورا سۈلىرىدا ئولتۇرغۇزۇش ۋە دورا سۈلىرىدا نۇتۇل قىلىش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. يۇمشاتقۇچى دورىلار قاينىتىلغان سۇلار زىغىر ئۇرۇقى، ئاق لەيلىگۈلى ۋە ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كاللەكبەسەي قاتارلىقلار قاينىتىلغان سۇلاردۇر.

بوۋاسىردىن بولغان مەقئەت ئىششىقىغا خاس دورىلاردىن قوغۇشۇن ئۇپىسىدىن 90 گىرام، سوقۇلۇموس ئۆسۈملۈكىدىن 30 گىرام، مەدەستاندىن 60 گىرام، مەستىكىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، بەزرۇلبەنجى ئۇسارىسى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ قويۇلىدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، قاتۇرۇپ قويماسلىق لازىم. ئەگەر سۈيدۈك توسۇلۇپ قالسا، ئىششىقنى يۇمشىتىپ داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ ۋە بۇ خىل بىمار بىر كېچە - كۈندۈز ھاجەتخانىغا كىرىشتىن چەكلىنىدۇ. ئېغىر دەرىجىدە قانىغاندىن كېيىن، ئەگەر بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى بىرەر سايمان بىلەن كېسىش ياكى تېشىش ئىرادە قىلىنماي، بەلكى دورا بىلەن قۇرۇتۇپ چۈشۈرۈش ئىرادە قىلىنسا، بوۋاسىر مۇنەكچىسى ئۇستىگە ئۆتكۈر دورا سېپىلىدۇ. چۈنكى بۇ ئۆتكۈر دورا بوۋاسىرنى يەپ تۈگىتىپ، ساق گۆش كۆرۈنىدۇ. ئەگەر ئاغرىپ كەتسە تۇتقۇچى دورىلارنىڭ سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئۆتكۈر دورىنى سېپىشتىن بۇرۇن بوۋاسىرنى سېرىقماي بىلەن ياغلاپ، ئاندىن مەلھىمى ئىسپىداج، مەلھىمى مۇردارسەڭگى ۋە ئىتئۈزۈمى سۈيى، كاكىنەچ سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان مەلھەم بىلەن داۋالىنىدۇ.

بەزىدە بىر قېتىم ئۆتكۈر دورا ئىشلەتمەستىن ئاغرىق ئۆزگىرىپ، ئۆتكۈر دورا ئىشلىتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. ئەگەر ئاغرىق داۋاملاشسا، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالاپ، ئاندىن ئۆتكۈر دورا قايتا ئىشلىتىلىدۇ (چۈنكى ئۆتكۈر دورىنى قۇرۇتقۇچى دورىلار بىلەن تەكرار ئىشلىتىش ئاسانراقتۇر). ئاخىرىدا بوۋاسىر مۇنەكچىسى قارىداپ چۈشۈپ كېتىدۇ. ئۆتكۈر دورىلار بولسا دېيەك بەردىك (بۇ ئۆچۈرۈلمىگەن ھاك تېشى، قىزىل زەرنىخ ۋە سېرىق زەرنىخ، مۇرمەككى قاتارلىقلاردىن تەييارلىنىدىغان مۇرەككەپ دورىدۇر)، پەلدەپىيۇن ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلاردۇر. ئەگەر بوۋاسىر مۇنەكچىسى قارىدىسا، كاللەكبەسەينى زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىپ، بوۋاسىر ئۈستىگە قۇيۇپ ئاغرىق پەسەيتىلىدۇ، ئاندىن ئۆتكۈر دورا بوۋاسىر مۇنەكچىسى چۈشۈپ كەتكەنگە قەدەر ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇجمىسمان بوۋاسىر ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىغا زاكلار سېپىلسا، بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى قۇرۇتۇپ چۈشۈرۈۋېتىدۇ، بەزىدە بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى ئۇزۇپ چۈشۈرىدۇ، دورىلارنى سېپىشتە قان ئېلىش ۋە سۇرگە بېرىش زۆرۈردۇر. دورا سېپىش، ئىسلاش، دورا تىلا قىلىش قاتارلىقلار ئۇجمىسمان بوۋاسىرغا ناھايىتى تەسىر قىلىدۇ.

4 ـ پەسىل ئاقمايدىغان بوۋاسىرنى ئېچىش ۋە ئۇنىڭ قېنىنى ئاقتۇرۇۋېتىش توغرىسىدا

دەسلەپتە بىمارنى مۇنچىغا چۈشۈرگۈزۈپ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ۋە بوۋاسىر ئېغىزىنى ئېچىشتا سافىن تومۇر ۋە مابەز تومۇردىن قان ئېلىپ ياردەم بېرىش ھەمدە شاپتۇل مېغىزى يېغى، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى يېغى، كونا تۆگە لوكسى يېغى، بۇغا يىلىكى، مۇقەل قاتارلىقلارنى يەككە ھالەتتە ۋە بىرلەشتۈرۈپ ياغلاش، ئاندىن ئۈستىگە كۈچلۈك پىياز ئۇسارىسى ئىشلىتىش لازىم، بەزىدە پىياز ئۇسارىسىگە بۇخۇرى مەرىيەم ئۇسارىسى قوشۇلىدۇ. بەزىدە پىياز ئۇسارىسىگە

يەتاۋۇئات (زەھەرلىك دورا سۈتلىرى) ۋە ياۋا ئۇزۇم، كەپتەر مايىقى قوشۇلسا، شەكسىز بوۋاسىرنىڭ ئېغىزىنى ئاچىدۇ. بەزىدە بۇ دورىلار كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ، قۇننىمۇ بۇ دورىلارغا قوشۇلىدىغان دورىلار قاتارىدىندۇر. شۇنىڭدەك سۇزاپ يوپۇرمىقى، كالا بابۇنسى يېغى قاتارلىقلارمۇ بۇ دورىلارغا چۈشىدىغان دورىلار قاتارىدىندۇر. كالا بابۇنسىنىڭ ئۆزىنى يېگۈزۈش قانىنى ماڭدۇرۇپ، تەر تۆشۈكچىلىرىنى كېڭەيتىدۇ. داۋائى ھېلىلە ئۇرۇق دورىلار بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. داۋائى ھېلىلىدە لەتىفلەشتۈرگۈچى ئۇرۇق دورىلار بولغانلىقتىن، بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىش بىلەن بىرگە، بوۋاسىر قېنىنى ماڭدۇرىدۇ. بوۋاسىردا توختاپ قالغان قانىنى ماڭدۇرىدىغان دورىلاردىن يەنە بىرى شۇكى، شەھمەنزەلدىن توققۇز گىرام، ئاچچىق بادامدىن 12 گىرام ئېلىپ، ئۇزۇن پىلتە ياساپ مەقئەتكە كىرگۈزۈلىدۇ ۋە ھەر سائەتتە بىر قېتىمدىن، بەش سائەتكىچە ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچىيىپ كەتسە، قىزىلگۈل يېغىدىن پىلتە ياساپ، مەقئەتكە كىرگۈزۈپ تۇرغۇزۇلىدۇ. سافىن تومۇرىدىن قان ئېلىش بەزىدە بوۋاسىر ئېغىزىنى ئۆزلۈكسىز ئاچىدۇ.

5 ـ پەسىل بوۋاسىر ۋە مۇدۇر ـ چاقىلارغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ھەم سېپىلمىلار توغرىسىدا

ئەڭ ياخشىسى كۈچلۈك سېپىلمىلارنى ئىشلىتىشتىن ئاۋۋال سۈغا ئارىلاشتۇرۇلغان ئەنزىرۇتنى سۈركەش لازىم، ئەگەر بىمار ئاغرىقىغا چىدىيالسا، مەقئەتنىڭ ئىچىگە ئۆچۈرۈلگەن ھاكنى سۈركەپ، بىردەم تۇرغۇزۇپ، ئاندىن تۈتقۇچى شاراب بىلەن يۇيۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن دورا سېپىلىدۇ.

بوۋاسىرغا سوقۇلغان مىس پوقى يەككە ھالەتتە ۋە كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن بىلەن سېپىلىدۇ. يەنە زەرنىخ، زەرارىھ ۋە نۆشادۇر قاتارلىقلارنى سېپىپ، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سېرىقماي قاتارلىقلار بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ دورىلارنىڭ

كۆچلۈكرەكى كىچىك باللارنىڭ سۆيدۈكى بىلەن يۇغۇرۇلغىنىدۇر. بۇ دورا ئۆتكۈر دورىلارنىڭ ئورنىنى باسىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن يەڭگىلرەك ۋە يۇمشاقراق بولغىنى شاراب بىلەن يۇيۇلغان سەرۋى دەرىخى پوستىنىڭ كۈلى، تۇخۇم شاكىلىنىڭ كۈلى، خورما ئۇرۇقىنىڭ كۈلى، كۆيدۈرۈلگەن ئاچچىق قىزىل لوۋىيادۇر. مۇشۇ كېسەللىككە خاس دورىلارنىڭ ئورۇنباسارى بولىدىغان دورىلارنىڭ بىرى تۇزلانغان بېلىقنىڭ بېشىنى ئېلىپ، ئوتقا يېقىن قويۇپ قۇرۇتۇپ، تەڭ مىقداردىكى كونا قېتىققا ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەتكە سېپىشتۇر.

تۇزلانغان بېلىقنىڭ قۇرۇقىنىڭ كۈلىمۇ شۇنداق سېپىلىدۇ. سىيادان سېپىلىدىغان دورىلارنىڭ ياخشىسى بولۇپ ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ. بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ بەزىسى بۇخۇر دورىلاردۇر. بۇخۇر قىلىنىدىغان دورىلارنىڭ كۆچلۈكى بالادۇرنى يەككە ھالەتتە ياكى باشقا دورىلار بىلەن بىرگە، بولۇپمۇ زەرنىخ بىلەن بىرگە بۇخۇر قىلىشتۇر. زەرنىخ ۋە كاللەكبەسەي يەككە ھالەتتە بۇخۇر قىلىنىدۇ، ئەمما باشقا دورىلار، مەسىلەن: ھەڭ كۆتىكى، دىغلى ئۆسۈملۈكى يىلتىزى، تۆگىتىكەنى (بۇ تۆگە ياخشى كۆرۈپ يەيدىغان بىر خىل تىكەنلىك ئۆسۈملۈك)، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، بىخ كەبىر، بىخ كەرەپشە، شەھمەنزەل يىلتىزى، ئادراسمان يىلتىزى، قەلەي، ئۆشنان، قۇنىنە، ئوردان، كۈدە ئۇرۇقى، قىچا، تۆگە مايىقى، ئەنزىرۇت قاتارلىقلاردۇر. بۇ دورىلار يەككە ھالەتتە ۋە مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ. بۇ دورىغا ئازراق بالادۇر قوشۇپ، يەسمەن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ، بۇخۇر قىلىش ئۈچۈن ساقلاپ قويۇلىدۇ. ئۆشنان، قەلەي، ئەنزىرۇت، تۆگە مايىقى قاتارلىقلار چۈشكەن قۇرسنى بۇخۇر قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە يۇلغۇننى ئارقىمۇئارقا بىرنەچچە قېتىم بۇخۇر قىلىشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

مۇرەككەپ بۇخۇرنىڭ نۇسخىسى: بىخ كەبىر، بىخ كەرەپشە، دىغلى ئۆسۈملۈكى يوپۇرمىقى، تۆگىتىكەنى، ھەڭ كۆتىكى، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، بالادۇر

قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، يەسىمەن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، قۇرس تەييارلاپ بۇخۇر قىلىنىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، ئاس يوپۇرمىقىنى بۇخۇر قىلىش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدىكەن. ئاس يوپۇرمىقى بىلەن، شۇنىڭدەك سويۇلغان قارا تېرىنى نۆشۈدۇر بىلەن بۇخۇر قىلىشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭدا بىر تەرىپى مەقئەتكە تۇتاشقان، يەنە بىر تەرىپى دورىلار كۆيدۈرۈلگەن چوغ ئۈستىگە قويۇلغان كانايچە بىلەن بۇخۇر قىلىنىدۇ. بەزىدە بىمارنى تۆشۈك تاغارنىڭ ئۈستىدە ئولتۇرغۇزۇپ بۇخۇر قىلىنىدۇ، بۇخۇر دورىسىنى كۆيدۈرىدىغان چوغلارنىڭ ئەڭ مۇۋاپىقراقى تۆگە مايىقىنىڭ چوغىدۇر.

6 ـ پەسىل بوۋاسىرغا قويۇلىدىغان ۋە نۇتۇل قىلىنىدىغان سۇيۇق دورىلار توغرىسىدا

سۇيۇق دورىلارنىڭ بەزىسى ئۆچۈرۈلمىگەن ھاك، قەلەي، زەرنىخ قاتارلىقلار تەكرار قاينىتىلىپ، ئاندىن ھاك ۋە قەلەيىنى بۇ سۇدا يۇغۇرۇپ ياسىلىدىغان سۇلاردۇر. زەمچىلنىڭ سۇلارنى ئىچىش ۋە تىلا قىلىشمۇ بوۋاسىردىن سۇيۇقلۇق ئېقىشنى توختىتىدىغان دورىلاردىندۇر.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن ياخشى تىلا نۇسخىسى: ھۆل شەھمەنزەلنى تۆت پارچە قىلىپ، ئۇنىڭغا جاڭگالدا ئوتلايدىغان تۆگىنىڭ سۈيدۈكىنى قۇيۇپ، بولۇپمۇ ئەرەب تۆگىسىنىڭ سۈيدۈكىنى قۇيۇپ، يازنىڭ تومۇز كۈنلىرىدە ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلىدۇ. سۈيدۈك ئازىيىپ قالسا، يەنە قۇيۇپ قويۇلىدۇ. بۇ دورا بوۋاسىرغا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى شەكسىز چۈشۈرۈۋېتىدۇ. بەزىدە ھايۋانلارنىڭ ئۆتلىرى تىلا قىلىنسا، بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى يەيدۇ، ھۆل خەرنۇبنىڭ سۈيىگە يۇگنى چۆكۈرۈپ بوۋاسىرغا قويۇلسا، بوۋاسىرنى چوقۇم يوقىتىدۇ. ئەگەر ھۆل خەرنۇب بىلەن بوۋاسىر دائىم قاشلاپ بېرىلسە، سۆگەللەرنى يوقاتقانداك

بوۋاسرىنىمۇ يوقىتىدۇ. شۇنىڭدەك كەبىر دەرىخىنىڭ ھۆل مېۋىسىنى تىلا قىلىش، كونا سېرىقمايىنى سۈركەش، ئۆرۈك مېغىزى يېغى، شاپتۇل مېغىزى يېغى، تۆگە لوكسى يېغى، لەيلىقازاق يېغى، خېنە يېغى قاتارلىقلار بىلەن ياغلاشمۇ بوۋاسرىنى يوقىتىدۇ.

7 ـ پەسىل پىلتە دورىلار ۋە ھەمەل دورىلار توغرىسىدا

بىر پارچە پاختىنى ھەسەلگە چۆكۈرۈپ، ئۇنىڭغا كۆيدۈرۈلگەن سىيادان سېپىپ ھەمەل قىلىنىدۇ. بەزىدە ئاق زەرنىخ، سېرىق زەرنىخ ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلاردىن پىلتە ياسىلىدۇ. سېپىلىدىغان دورىلارنىڭ ھەممىسىدىن ھەسەل بىلەن پىلتە ياساپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ، بەك مەنپەئەتلىك دورىلاردىن بىرى (لېكىن بۇ دورا بەك تەستە تەييارلىنىدىغان ئۆتكۈر دورىدۇر) شۇكى، لوف دەرىخىنىڭ يىلتىزىنى ئىنتايىن ئۇششاق پارچىلاپ، بىر كېچە ـ كۈندۈز شارابقا چىلاپ، مۇمكىنقەدەر بوۋاسرىغا قويۇلىدۇ. بەزى تېۋىپلار نېلۇپەردىن پىلتە ياساپ قويۇلسا مەنپەئەت قىلىدۇ، دەيدۇ. مەن ئۇنى ئاغرىق پەسەيتىشتە مەنپەئەت قىلىدۇ، دەپ قارايمەن.

8 ـ پەسىل ئىچىلىدىغان دورىلار توغرىسىدا

ئىچىلىدىغان دورىلارنىڭ بىرى ھەممىگە مەلۇم بولغان نۇسخىلىق ھەببى مۇقەل ۋە يېلىم دورىلار بىلەن تەييارلىنىدىغان ھەببى مۇقەل ۋە قۇلۇلە بىلەن تەييارلىنىدىغان ھەببى مۇقەلدۇر. يەنە بىرى ھەببى دادىدۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، سۈتكە چىلانغان ئامىلە قاتارلىقلار تەڭ مىقداردا، دادى بەسىر ئۆسۈملۈكىدىن بەش ھەسسە ئېلىپ، ئۆرۈك مېغىزى يېغىدا سىقىپ، ياغ چىققۇدەك دەرىجىدە نەمدەپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھەب قىلىپ، 6 ~ 12 گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىرى ھەببى سۈندۈرۈستۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: سۈندۈرۈس، تۇخۇم شاكىلى، شەترەنجى ھندى، كۈدە ئۇرۇقى قاتارلىقلار تەڭ مقداردا، نۆشۈدۈر يېرىم ھەسسە، خۇبسۈلھەددىتىن تۆت ھەسسە ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب ياساپ، ئەتىگەنىدە 6 ~ 7 ھەبگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ، بۇ باھنى قوزغايدۇ. ھەببى سۈندۈرۈسنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: قارا ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلەنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام، كۆيدۈرۈلگەن قاپاقتىن 21 گىرام، كەھرىۋادىن توققۇز گىرام، زاكىتىن ئالتە گىرام، مۇقەلدىن 60 گىرام ئېلىپ، كۈدە سۈيىگە چىلاپ، قائىدە بويىچە ھەب قىلىپ ئىستېمال قىلىنىدۇ. تەجرىبىدىن ئۆتكەن يەنە بىر نۇسخىسى: خۇبسۈلھەددە، كۈدە ئۇرۇقى، جۇۋىنە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، قۇرۇق كەبىر مېۋىسىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى كۈدە سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: كالا يېغى بىلەن قورۇلغان قارا ھېلىلە ۋە ئارپىبەدىيانىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسە، ئاق قىچىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ سۈفۈپ تەييارلاپ، ھەر كۈنى بىر قوشۇقتىن شاراب بىلەن ئىچىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: كالا يېغى بىلەن قورۇلغان قارا ھېلىلىدىن تەڭ مقداردا ئېلىپ، كۈدە سۈيى، ياڭاق يېغى، ئىترىفل سەغىر، خۇبسۈلھەددە چۈشكەن ئىترىفىللاردىن تەڭ مقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ئىچىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن خۇبسۈلھەددىتىن توققۇز گىرامنى ئالتە گىرام ئاق قىچا بىلەن ئېلىپ، ناشتىدا 30 گىرام كۈدە سۈيى، ئالتە گىرام ياڭاق يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: يەنە ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئاقىرقەرھا، ئوغرىتىكەن، ئاچچىق بادام، جۇۋىنە قاتارلىقلارنى تەڭ مقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭغا بىر چاڭگال ئارپا ئۇنى سېلىپ، كاللەكبەسەي سۈيى ۋە ئۆرۈك يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق مقداردا ئىچىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: پاكىز، يېڭى ئارچا مېۋىسىدىن 30 گىرام ئېلىپ، كۈدە سۈيىگە بىرنەچچە كۈن چىلاپ، سايىدا قۇرۇتۇپ سوقۇپ، ئۇنىڭغا ئادراسمان ئۇرۇقى، ھىلىك ئۇرۇقى، ئاق قىچا، شۇمشا، جۇۋىنە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 18 گىرامدىن ئېلىپ، ئادراسمان ئۇرۇقى بىلەن ئاق قىچىنى ياڭاق يېغى ۋە ئۆرۈك يېغى بىلەن قورۇپ، باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، شىشە قاچىدا ياكى

ساپال قاچىدا بىرلەشتۈرۈپ، 4 ~ 8 گىرامغىچە ئېچىلىدۇ.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن تاللانغان رېتسېپلاردىن بىرى شۇكى، قۇرۇق قۇنۇنىدىن ئالتە گىرامنى سۇدا ئېچكۈزۈش بوۋاسىرنى ساقايتىدۇ. ئەگەر بۇنى ئۇچ قېتىم ئېچىپ بەرسە، بوۋاسىر قايتا قوزغالمايدۇ، سەكبىنەج، مىئەسائىلە بوۋاسىردا ئېچىلىدىغان دورىلار قاتارىدىندۇر. ئەگەر چوڭ تەرەت يۇمشاق بولسا، سۇفۇپى ھېلىلنى ئۈرۈق دورىلار بىلەن ئېچسە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە بوۋاسىر قېنىنى ماگنىزىدۇ. بوۋاسىر بولغانلارغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى لوف ئۆسۈملۈكىنى ھەسەل بىلەن داۋاملىق يەپ بېرىشتۇر، ئىتىرىفىلنى خۇبسۇلھەدىد بىلەن يېيىش قانۇنىتىپ، بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

9 ـ پەسىل ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلار توغرىسىدا

سەكبىنەج ۋە مۇقەلدىن ئالتە گىرامدىن، مىئەسائىلەدىن ئۇچ گىرام، ئەپيۇندىن 1.5 گىرام، ئۆرۈك مېغىزى يېغىدىن 45 گىرام ئېلىپ، يېلىم دورىلارنى ئۆرۈك مېغىزى يېغىدا ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا 1.5 گىرام قۇندۇز قەھرى قوشۇپ ئېچىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: قۇرۇق نېلۇپەردىن بىر ھەسسە، ئاق لەيلى ئۈرۈقىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ ئېچىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: ئىكلىلمىلك ۋە پوستى ئاقلانغان يېسسىمۇقنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، تۇخۇم سېرىقى ۋە قىزىلگۈل يېغى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئېچىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: ئاق لەيلىگۈلى يوپۇرمىقى، ئىكلىلمىلك قاتارلىقلارنى تۇخۇم سېرىقى ۋە قىزىلگۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ بوۋاسىرغا قويۇلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: ئۇلارغا مەلھىمى داخلىيون قىزىلگۈل يېغى، ئازراق زەپەر ۋە ئەپيۇن، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن بوۋاسىرغا قويۇلسا ئاغرىقنى توختىتىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: بۇ نۇسخا ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ (بولۇپمۇ ئىششىق بولغاندا). بانۇنە، ئىكلىلمىلك، ئازراق زەپەر قاتارلىقلارنى ئېلىپ سوقۇپ، زىغىر ئۈرۈقى لوئابى ۋە مۇسەللەس بىلەن يۇغۇرۇپ بوۋاسىرغا قويۇلىدۇ. ئاغرىق پەسەيتىش ئۇچۇن بىز

مەقئەت ئىششىقى بايانىدا سۆزلىگەن دورىلار قوشۇلىدۇ. چۈنكى مەقئەت ئىششىقى بايانىدىكى دورىلار بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى كېسىش، تېشىش ۋە ئىششىقتىن بولغان ئاغرىقلارنى پەسەيتىش ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ.

10 - پەسىل بوۋاسىردىن ئاقىدىغان سۇيۇقلۇقلارنى توختىتىدىغان دورىلار توغرىسىدا

بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى كەسكەندىن كېيىنكى ئاقىدىغان سۇيۇقلۇقنى توختىتىدۇ. بۇ دورىلار كۈچلۈك ۋە داغلىغۇچى بولۇشى كېرەك. بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى بوۋاسىر ئېغىزىنى ئېچىپ، ئاققان سۇيۇقلۇقنى توختىتىدۇ.

بوۋاسىر مۇنەكچىسىنى كەسكەندىكى قانىنى توختىتىدىغان دورىلار زاكىلاردۇر. بەزىدە سەبرە، كۇندۇر، خۇنسياۋشان، ئانارگۈلى، شىيافى مامىسا قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان سېپىلمىلارنى يەرلىك ئورۇنغا سېپىپ، مەزمۇت تېڭىپ قويۇلىدۇ. يەنە بەزىدە توشقان تۇكى ياكى ئۆمۈچۈك تورىنى تۇخۇم ئېقى بىلەن نەمدەپ، زۆرۈرى جالىنۇسقا ئارىلاشتۇرۇپ، قان تەلتۆكۈس توختىغىچە مەزمۇت تېڭىپ قويۇلىدۇ. كۈچلۈكرەكى شۇكى، سېرىق زاكىنى ئاقاقيا، موزا بىلەن يۇمشاق سوقۇپ، مەزمۇت تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر ھېچ نەرسە تەسىر قىلمىسا، قاينىتىلغان زەيتۇن يېغىغا چۆكۈرۈلگەن پاختا بىلەن داغلاپ قانىنى توختىتىپ، ئاندىن قان توختىتىدىغان قۇرۇق دورىلار سېپىلىدۇ. ئەمما بۇنىڭ تەشەننۇج پەيدا قىلىش خەتىرى بار. يۇقىرىقى دورىلاردىن تۆۋەنرەك تەسىر قىلىدىغان دورىلار ھەممىگە مەلۇم بولغان تۇتقۇچى دورىلار ۋە تۇتقۇچى دورىلار قاينىتىلغان دورا سۇلىرى ياكى ئانار پوستى، موزا قاينىتىلغان موزا شارابى قاتارلىقلاردۇر. بوۋاسىر كېسىلىگە ئېچىلىدىغان دورىلاردىن بىرى ئىترىفىل سەغىردۇر. بەزىدە ئىترىفىل سەغىرگە بىر ھەپتە سىركىگە چىلاپ، سۈزۈپ، پىشقۇدەك دەرىجىدە قورۇلۇپ، ئاندىن يۇمشاق سوقۇلغان خۇبسۇلھەدىد ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

11 ـ پەسىل بوۋاسىر بىمارلىرىغا بېرىلىدىغان غىزالار توغرىسىدا

بوۋاسىر بىمارلىرى تەستە سىڭىدىغان ھەرقانداق گۆشلەر، سۈت قوشۇلغان غىزالار ۋە قانىنى كۆيدۈرىدىغان، ئىسسىق تەبىئەتلىك، خۇش پۇراق تەم تەڭشىگۈچلەر ۋە ئۇرۇق دورىلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ. بىراق مەنپەئەت قىلغۇدەك مىقداردا يېسە بولىدۇ. بۇ خىل بىمارلارغا تېز ھەزىم بولىدىغان، ئوزۇقلۇقى ياخشى گۆشلەرنى، تۇخۇم سېرىقى، مايلىق ئىسپىدىباج ناملىق شورپا ۋە ياڭاق چۈشكەن غىزالار، زىرىباج شورپىسى قاتارلىقلار يېگۈزۈلىدۇ. نوقۇت سۈيى، چۈچۈتۈلگەن قارا كۈنجۈت يېغى ۋە نارجىلنى شېكەر بىلەن ئىشلىتىش قاتارلىقلار بۇ خىل بىمارلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئىچى سۇرسە ۋە قان كۆپ ئاقسا، گۈرۈچ ۋە قۇرۇق ئۇزۇم قوشۇلغان ئانار تەركىبلىك غىزالار مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇلارغا ئىشلىتىلىدىغان ياغلار بادام يېغى، نارجىل يېغى، ياڭاق يېغى، ئۆرۈك مېغىزى يېغى، تۆگە لوكسى يېغى، بۆرەك يېغى بولىدۇ. قورۇلغان تۇخۇم سېرىقى، كۈدە ۋە ئازراق پىياز مەنپەئەت قىلىدۇ، شېكەرمۇ مۇۋاپىق كېلىدۇ. ئەنجۈر بۇلار ئۈچۈن خورمىدىن ياخشىراق.

12 ـ پەسىل بوۋاسىر ئاغرىقى، ئىششىقى ۋە مۇدۇر ـ چاقسى توغرىسىدا

مەقئەت ئىششىقلىرى ئاز ساندىكى ئەھۋالدا بوۋاسىرنى كەسمەي تۇرۇپ يۇز بېرىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋالدا مەقئەت يېرىلىش، مەقئەت قىچىشىش، بوۋاسىر ئېغىزلىرى ئېتىلىپ قېلىش، بوۋاسىرنى سايمان ياكى ئۆتكۈر دورىلار بىلەن كېسىپ داۋالاش قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ. ئەگەر يىرىڭ يىغىلىپ يىرىڭلىق ئىششىقلا

ئۆزگەرسە، بۇ يىرىڭلىق ئىششقلارنىڭ ئاقمىغا ئۆزگىرىش خەۋپى بولىدۇ ھەم مەقئەت ئۆسمىسىگە ئايلىنىشىدىن ئەندىشە قىلىنىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن يىرىڭلىق ئىششقىنى پىششىتىن ئاۋۋال تىلىپ يىرىڭلىرىنى چىقىرىۋېتىشكە بۇيرۇلىدۇ ۋە بۇ ئىششقلارنىڭ دەسلەپكى مەزگىلدە قان ئېلىش زۆرۈر بولىدۇ. بەزىدە قان ئېلىشنىڭ ئۆزى ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ. بۇ خىل ئىششقلارغا مەلھەمى ئىسپىداج ئىشلىتىلىدۇ ياكى قوغۇشۇن ھاۋانچىسىدا قىزىلگۈل يېغى بىلەن قارىدىغچە لايىقلاشتۇرۇلغان تۇخۇم ئېقى تىلا قىلىنىدۇ ياكى مەدەستاندىن 15 گىرام، نىشاستىدىن 24 گىرام، ئۇپىدىن ئالتە گىرام، مومدىن 90 گىرام، سېرىقمايدىن 60 گىرام، ئۆردەك يېغىدىن 30 گىرام، قارا كۈنجۈت يېغىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، مەلھەم قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى بۇ مەلھەمگە ئازراق مۇسەللەس ۋە شاراب قوشۇلىدۇ. ئۆردەك يېغىنى يالغۇز زىمات قىلىش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ، شۇنىڭدەك سۇدا قاينىتىلغان نان، تۇخۇم سېرىقى ۋە قىزىلگۈل يېغى بىلەن زىمات قىلىنسا، بۇمۇ ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. كېپەكسىز ناندىن 340 گىرام، زەپەردىن 30 گىرام، ئەپيۇندىن 15 گىرام ئېلىپ، ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن زىمات قىلىنسىمۇ، ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. زىماتى كاكىنەچمۇ ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنداقلا موم ۋە قىزىلگۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدىغان زىماتمۇ ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر دەسلەپكى مەزگىلدىن ئۆتۈپ كېتىپ، كەسمەي ئامال بولمىسا، مەلھەمى داخىلىيون قىزىلگۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ. ئازراق مەلھەمى باسلىقۇن چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ، يەنىلا قاينىتىپ پىشۇرۇلغان پىياز ۋە كۈدە بابۇنە بىلەن ئىشلىتىلىدۇ ياكى مەلھەمى ئىسپىداج ئوشەق بىلەن ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق كۈچەيىپ كەتسە، ھۆل بەزرۇلبەنجىنىڭ يوپۇرمىقىنى سىقىپ، ئۇنىڭ سۈيىدىن ئازراق ئېلىپ سۇغا قوشۇپ، ئاندىن بۇنىڭغا نان چىلاپ ۋە ئۈيۇمغان تۇخۇم سېرىقى ۋە قىزىلگۈل يېغى قوشۇپ، مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. يەنە مۆتىدىل ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ۋە ئاغرىق پەسەيتىدىغان دورا قاينىتىلمىلىرىدا، مەسىلەن: زىغىر ئۇرۇقى، ئاق لەيلىگۈلى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، يەرلىك ھەمشىباھار قاتارلىقلارنى قاينىتىپ، بۇنىڭغا قاينىتىلغان بۇغداي لوئابىنى قۇيۇپ

ئولتۇرغۇزۇش مەنپەئەت قىلىدۇ، قانلىق تولغاق بايانىدا بۇ، كېسەللىكنىڭ ياخشى دورىسى بولغانلىقى ئۈچۈن شۇ يەرگە مۇراجىئەت قىلىش لازىم. ئەگەر مەقئەتنىڭ سىرتىغا يېقىن ئىششىقلار يىرىڭ يىغىدىغان ئىششىقلار تۇرىدىن بولسا، ماددا ئىچى تەرەپكە مايىل بولۇپ، ئاقمىغا ئۆزگەرمەسلىكى ئۈچۈن، يىرىڭ پىشىشتىن بۇرۇن يېرىپ، يىرىڭنى چىقىرىۋېتىشكە ئالدىراش لازىم. بۇ تەدبىر بۇقراتتىن ھېكايە قىلىنغان.

13 ـ پەسىل مەقئەت يېرىلىش توغرىسىدا

مەقئەت يېرىلىش مەقئەتتە يۇز بەرگەن قۇرۇق ئىسسىقتىن بولۇپ، مەقئەت قۇرغاق چوڭ تەرەت ۋە ئاددىي سەۋەبتىن يېرىلىدۇ. بەزىدە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق سەۋەبىدىن، بەزىدە چوڭ تەرەتنىڭ بەك قويۇق ۋە قۇرۇق بولغانلىقى سەۋەبىدىن، يەنە بەزىدە بوۋاسىرنىڭ يېرىلىشىدىن، بەزىدە قانىنىڭ مەقئەت تومۇرلىرى ئېغىزلىرىغا كۆچلۈك ئىتتىرىلىشىدىن بولىدۇ.

14 ـ پەسىل مەقئەت يېرىلىشنى داۋالاش توغرىسىدا

مەقئەت يېرىلىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ بەزىلىرى يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرىدىغان، بەزىلىرى چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ ھۆللەيدىغان، يۇمشاتقۇچى، ھۆللىگۈچى ۋە بەزىلىرى ئىششىقنى داۋالايدىغان، بەزىلىرى مەقئەت يېرىلىشقا مەخسۇس بولغان ياكى مەخسۇسلۇققا يېقىنلىشىدىغان دورىلاردۇر. يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرىدىغان دورىلار تۇتقۇچى، قۇرۇتقۇچى دورىلاردۇر. مەسىلەن: تۆشۈكى يوق موزىنى سۇ ۋە ئازراق موزا شارابىدا يۇمشاق سالايە قىلىپ، تىلا قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭدىنمۇ كۆچلۈكرەكى زەنجىپەر، ئانارگۈلى، ئۇپا، مەدەستان، قىزىلگۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: مەدەستان، كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن، خۇبسۇلھەدىد، كۈموش، ئىقلىميا قاتارلىقلار قىزىلگۈل يېغى ۋە ئازراق موم بىلەن مەلھەم قىلىپ ئىستېمال قىلىنىدۇ. يەنىلا هەممىگە مەلۇم بولغان مەلھىمى ئىسپىداج ياكى ئۇپا، قىزىلگۈل يېغى، تۇخۇم ئېقى، كۆيدۈرۈلگەن قارا قوغۇشۇن ياكى قوغۇشۇن پوقى، قىزىلگۈل ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى سوقۇپ، قۇرۇق مەلھەم قىلىپ ياكى چاپلىما مەلھەم قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: خېنىدىن بىر هەسسە، ئاق مومدىن ئۈچ هەسسە ئېلىپ، مومنى قىزىلگۈل يېغىدا ئېرىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش قۇرۇق خەيرىمۇ مەلھەم قىلىنىدۇ، خاس دورىلارنىڭ ئورنىنى باسالايدىغان دورىلاردىن بىرى شۇكى، سەدەپ كۈلى ۋە نىشاستىنى تەڭ مىقداردا، زەيتۇن دەرىخى يوپۇرمىقىنى يېرىم هەسسە ئېلىپ تىلا قىلىنىدۇ. پايدىلىق دورىلاردىن يەنە بىرى شۇكى، ئاق مەدەستان، ئۇپا، ئاق بەزرۇلبەنجى چېچىكى، قوغۇشۇن ئېكەكدەلمىسى، موم قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا، قىزىلگۈل يېغىنى يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: تۆگە يىلىكى، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، تۇتىيا، يۇيۇلغان ئىقلىميا، قوغۇشۇن ئۇپىسى، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان قارا قوغۇشۇن، ئەپيۇن، هۆل زۇپا، كاسنە ئۇسارىسى، ئىتئۈزۈمى ئۇسارىسى، قىزىلگۈل يېغى قاتارلىقلارغا ئازراق موم قوشۇپ قىرۇتى تەييارلىنىدۇ. بۇ مەلھەم جاراھەتنى ياخشىلاش بىلەن بىرگە ئىششقىنى توسۇپ هەم ياخشىلاپ، ئاغرىقنى قايتۇرىدۇ. بىمار ئىتئۈزۈمى، قىزىلگۈل، يېسسىمۇق، پوستى ئاقلانغان ئارپا قاتارلىقلار قاينىتىلغان ئاغزى كىچىك قاچىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئەگەر قىچىشش بولمىسا، گىل قىيمۇلىيانى ئاس يېغى بىلەن مەلھەم قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن كۈچلۈك ۋە كۆپ خۇسۇسىيەتلىك دورىلاردىن بىرى شۇكى، قارا كۈنجۈت، كۇندۇر، سازەج هىندى، يۇمىلاق زەمچىنىڭ هەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، زەپەر، مۇرمەككىنىڭ هەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، بەتەم يېلىمى، مومنىڭ هەربىرىدىن 36 گىرامدىن ئېلىپ، قىزىلگۈل يېغى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ تىلا

قىلىنىدۇ.

بۇ ھەقتە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار مىزاجنى تەڭشەش ۋە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش بىلەن مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردۇر. بۇ دورىلار ھايۋاناتلارنىڭ چاۋا يېغى، تۆگە لوكسى يېغى، دورا لوئابلىرى، ئۇسارىلىرى ۋە ياغلاردۇر. سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار نىشاستە، تۇغمەن توزۇندىسى، كەتىرا قاتارلىقلاردۇر. بۇ دورىلارغا مەقئەت يېرىلىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار قوشۇلىدۇ.

تۆۋەندىكى نۇسخا شۇ قاتارىدىندۇر. نۇسخىسى: ھۆل زۇپا، موزاي يىلىكى، يۇيۇلغان نىشاستە، ئۆردەك ۋە توخۇ يېغى، قىزىلگۈل يېغى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى ۋە نىشاستىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ تىلا قىلىنىدۇ ۋە يەنە مەلھىمى مۇقەل تۆگە لوكسى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. يەنە كالا پاچىقى يىلىكى، ئارپا خېمىرى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ تىلا قىلىش تەجرىبىدىن ئۆتكەندۇر. يەنە كالا پاچىقى يىلىكى، بۇغا پاچىقى يىلىكى، بۇغا يېغى، نىشاستە، كەتىرانىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، مۇمىيادىن 15 گىرام، قارا كۈنجۈت يېغىدىن 60 گىرام ئېلىپ، قارا كۈنجۈت يېغى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

كۆپ ھارارەت ۋە ئىششىق بولماي، بەلكى قۇرۇقلۇق بولغان مەقئەت يېرىلىشقا مەنپەئەت قىلىدىغان ياغلار مۇقەل ئېرىتىلگەن خەيرى يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى، شاپتۇل مېغىزى يېغىدۇر. بەزىدە بۇ خىل بىمارلارغا چاۋا ياغدا يۇغۇرۇلغان مۇقەلنى بۇخۇر قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەمما مەقئەت ئىششىقى ھەمىگە مەلۇمدۇر، بۇ ئىششىققا ئاس يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان قېيمۇلىيا مەنپەئەت قىلىدۇ. بىمار تۈتقۇچى دورىلارنىڭ سۈيى ۋە خام زەيتۇن يېغىدا ئولتۇرۇغۇزۇلىدۇ. يەنە موزىنى سىركىنىڭ لېيى بىلەن قاينىتىپ زىمات قىلىنىدۇ.

بوۋاسىردىن بولغان مەقئەت يېرىلىشقا مەلھەم ئىشلىتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ، چوڭ تەرەتنىڭ قاتتىقلىقىدىن بولغان مەقئەت يېرىلىشتا داۋاملىق چوڭ تەرەتنى

يۇمشىتىدىغان غىزا ۋە شەربەتلەر بىلەن ھەم ھەببى مۇقەللنى كېچە - كۈندۈز ئىچكۈزۈش بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ تۇرۇش لازىم. ئەگەر مەقئەتتىكى يېرىقتىن بىرەر نەرسە ئاقسا، ئازراق پاختا ئېلىپ، ئۇنى زەمچە سۈيىگە چۆكۈرۈپ ئېلىپ قۇرۇتۇپ، ئۇنىڭ بىلەن مەقئەت سۈرتۈلىدۇ. بىمار تۇتقۇچى دورىلار ۋە چوڭ تەرەتنى قۇرۇتقۇچى نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ.

15 - پەسىل مەقئىتتى يېرىلغان بىمارلارنىڭ غىزالىرى توغرىسىدا

بۇ خىل بىمارلارنى تۇتقۇچى، چۈچۈمەل نەرسىلەر ۋە چوڭ تەرەتنى قۇرۇتقۇچى يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش لازىم. بۇلارنىڭ غىزاسى ئىسپىدباج شورپىسى، پالەك چۈشكەن شورپا بولۇشى، غىزاسىغا ئىشلىتىلىدىغان ياغ تۆگە لوكسى يېغى، تۇخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى بولۇشى لازىم. ئۇلارغا كاللەكبەسەي چۈشكەن ئىسپىدباج شورپىسى ۋە چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى قاتارلىقلار مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ تاماقتىن بۇرۇن يېگۈزۈلسە تېخىمۇ شۇنداق.

تۇخۇم سېرىقى، كۈدە، پىياز قاتارلىقلار كالىنىڭ سېرىقمېيى بىلەن بەك قويۇلدۇرۇۋەتمەي قورۇپ بېرىلىدۇ. نارجىل، بادام، شېكەر قاتارلىقلار بۇلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇلارنى غىزالاندۇرۇش ئۈسۈلى بوۋاسىر كېسەللىرىنى غىزالاندۇرۇش ئۇسۇلىغا ئوخشايدۇ.

16 - پەسىل مەقئەت بوشاپ كېتىش توغرىسىدا

مەقئەتنىڭ بوشاپ كېتىشى پالەچنى كەلتۈرۈپ چىقرىدىغان مىزاجدىن ياكى ئۇنىڭدىن تۆۋەنرەك سوغۇقلۇقتىن بولىدۇ. پالەچنى كەلتۈرۈپ چىقرىدىغان مىزاج بەزىدە سۇيۇق ھەم ئەزالارغا مېڭىپ كەتكەن ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك ھۆللۈكتىن

بولىدۇ. بەزىدە ئازراق ئىسسىقلىقتا مايىل ھۆللۈكتىن بولىدۇ، ئۇ ھۆللۈكنىڭ ئىسسىقلىقى ئۇنىڭ ئەزالارغا سىڭگەنلىكىدىن بولىدۇ. بۇ ھارارەتنى تۇتۇپ باققاندا بىلگىلى بولىدۇ، بەزىدە مەقئەت بوشاپ كېتىش ئاقما سەۋەبىدىن ياكى بوۋاسىر تېشىلگەنلىك ۋە كەسكەندە مەقئەت مۇسكۇلغا بېرەر ئاپەت تەگكەنلىك سەۋەبىدىن بولىدۇ ياكى بەزىدە ساغرىسىچە يېقىلىپ چۈشۈش سەۋەبىدىن ۋە ياكى نېرۋا مەركىزىگە زىيان يەتكۈزىدىغان ئۇرۇلۇش سەۋەبىدىن بولىدۇ. يېقىلىش ياكى ئۇرۇلۇشتىن بولغان مەقئەت بوشاپ كېتىش بىراقلا يۈز بەرسە داۋالىغىلى بولمايدۇ. ئەمما مىزاجدىن بولغان مەقئەت بوشاپ كېتىش ئاستا - ئاستا پەيدا بولۇپ، داۋالاشنى قوبۇل قىلىدۇ. مەقئەت بوشاپ كېتىشتىن ئىختىيارسىز تەرەت چىقىپ كېتىش كېلىپ چىقىدۇ. بەزىدە مەقئەتتە سىرتقى تەرەپكە تارتىشىش بولۇپ، بۇ تارتىشىشمۇ چوڭ تەرەت ئىختىيارسىز چىقىپ كەتكەنلىكتىن مەقئەت بوشاپ كېتىشكە ئوخشايدۇ. كۆپىنچە چوڭ تەرەتنى تۇتقۇچى قۇلۇنجىدىن كېيىن مەقئەت بوشاپ كېتىش كېلىپ چىقىدۇ. قۇلۇنجىدىن كېيىن بولغانلىقىنى تۇتقاندا قاتتىق بىلىنىش بىلەن بىلگىلى بولىدۇ.

مەقئەت بوشاپ كېتىش بەزىدە سېزىم بىلەن بولىدۇ، يەنە بەزىدە سېزىم يوقلىش بىلەن بولىدۇ، سېزىم بىلەن بولغىنى يېنىكرەكتۇر.

17 - پەسىل مەقئەت بوشاپ كېتىشنى داۋالاش توغرىسىدا

ئەگەر مەقئەت بوشاپ كېتىش ماددىلىق قاتتىق سوغۇق ياكى ماددىسىز قاتتىق سوغۇق سەۋەبىدىن بولسا، بىمار ئارچا مېۋىسى، قۇرۇتە شېرىن، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى، سۇمبۇل، ئازراق ئىزخىر قاتارلىقلار قاينىتىلغان ئاغزى كىچىك قاچىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭدىن كۆچلۈكرەكە ئېھتىياج چۈشسە، پەرپىيۇندىن تەييارلانغان داۋائى پەرپىيۇننى ھۆقنە قىلىپ، ئۇستىدىن قۇرۇتە يېغى ۋە باشقىلار

ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر مەقئەتنى بوشاتقۇچى ماددا ئازراق هارارىتى بار هۆللۈك بولسا (هارارەتنىڭ بارلىقىنى تۇتۇپ باققاندا بىلگىلى بولىدۇ)، بىمار ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى دورىلار ئارىلاشتۇرۇلغان سوغۇققا مايىل، كۈچلۈك تۇتقۇچى دورىلارنىڭ سۇلىرىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئەگەر تارتىشىشنىڭ بارلىقى گۇمان قىلىنسا، ئۆسۈملۈك ياغلىرى ۋە هايۋانات ياغلىرىدىن ئىبارەت تارتىشىشنى بوشاشتۇرغۇچى، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئاخىرىدا قۇۋۇۋەتنى ئويغىتىش ئۈچۈن تۇتقۇچى، لەتىفلەشتۈرۈش خۇسۇسىيتى بولغان هەربىرىكەتلەندۈرگۈچى ۋە ماددىلارنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. تۇزلۇق سۇ ۋە شەھمەنزەل قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار بىلەن ماددا تازىلىنىدۇ ۋە مەقئەت چىقىۋېلىش بايانىدا سۆزلەنگەن دورىلار مۇلاهىزە قىلىنىدۇ.

18 ـ پەسىل مەقئەت چىقىۋېلىش توغرىسىدا

مەقئەت چىقىۋېلىش بەزىدە مەقئەتنى ئۈستىگە كۆتۈرۈپ تۇتۇپ تۇرىدىغان مۇسكۇلنىڭ بىرى بوشاپ كەتكەنلىكىدىن بولىدۇ، بەزىدە بۇ مەقئەتنى ئۆرىگۈچى ئىششقىلار سەۋەبىدىن بولىدۇ. كىرىپ كېتىدىغان مەقئەت چىقىۋېلىشنى داۋالاش كىرىپ كەتمەيدىغان ئىششقىتىن بولغان مەقئەت چىقىۋېلىشنى داۋالاشتىن ئاسانراقتۇر. هەربىرىنىڭ داۋالاش ئۇسۇلى هەممىگە مەلۇمدۇر، ئەڭ ياخشىسى كىرىپ كەتمەيدىغان مەقئەت چىقىۋېلىشنى كىرىپ كېتىدىغان مەقئەت چىقىۋېلىش ئۇسۇلى بىلەن داۋالاپ كىرگۈزۈپ تېڭىپ قويۇلسا بولىدۇ. ئەگەر كىرىپ كەتمىسە، بوشاشتۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەقئەتنى چىڭىتىدىغان، قورۇيدىغان دورىلارغا ئېهتىياج بەك چوڭ بولغانلىقى ئۈچۈن، مەقئەتنى چىڭىتىدىغان ۋە قورۇيدىغان دورىلارنى سۆزلىشىمىز زۆرۈر. چۈنكى، بۇ تەدبىرلەرنى ئىشلەتكەندىن كېيىن، مەقئەتنى كىرگۈزۈپ تېڭىپ قويۇلسا، مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ دورىلاردىن

بىرى، تۇتقۇچى دورىلار قاينىتىلغان سۇدا بىمارنى ئولتۇرغۇزۇش ۋە نۇتۇل قىلىشتۇر. بۇلارنىڭ ئەڭ مۇۋاپىقراقى دورا قاينىتىلىدىغان سۇ تۇتقۇچى شاراب بولۇشى لازىم، تۇتقۇچى دورىلاردىن قىزىلگۈل، يېپىسمۇق، ئىتئۈزۈمى، سۇماق قاتارلىقلارنى ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ، بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ۋە نۇتۇل قىلىنىدۇ. بۇ تەدبىر ئىششىق بولغاندىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

مەقئەتنى چىڭىتقۇچى دورىلاردىن سېپىلما دورىلار باردۇر. بۇ دورىلار كۈچلۈك ھارارەت بولمىغاندا ئىشلىتىلىدۇ.

نۇسخىسى: بەتەم دەرىخىنىڭ پوستىدىن 24 گىرام، سەرۋى دەرىخى مېۋىسىدىن ئالتە گىرام، ئۇپىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، تۇتقۇچى شاراب بىلەن نەمدەپ، يۇيۇپ سېپىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ئۇششاق كۇندۇر ۋە مەدەستانىنىڭ ھەربىرىدىن 24 گىرام، قۇرۇق سەرۋى دەرىخى مېۋىسى ۋە قوغۇشۇن ئۇپىسىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ مەقئەتكە سېپىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: قوغۇشۇن پوقى، سۇماق ۋە قىزىلگۈل ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، مۇرمەككىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، سېپىلما تەييارلاپ سېپىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: يەرلىك ئورۇننى يۇيۇپ، خام قىزىلگۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، ئاندىن زەمچە، موزا، سۇرمە، قوغۇشۇن ئۇپىسى قاتارلىقلارنى مەقئەتكە سېپىپ، مەقئەت كىرىپ كېتەلسە كىرگۈزۈپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر ئىششقىنىڭ چوڭلۇقىدىن مەقئەت كىرىپ كەتمىسە، ئەڭ ياخشىسى ئىششققا تەدبىر قىلىنىدۇ، ئاغرىقنى پەسەيتكۈچى ۋە ئىششقنى يانداۋرغۇچى دورىلار قاينىتىلغان سۇدا ئولتۇرغۇزۇپ بوشتىلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن سىرىقچېچەك يېغى ۋە بابۇنە يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ. بۇ ياغلار چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ، مەقئەتنى كىرگۈزىدۇ. بۇ چاغدا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن بويىچە دورا قىلىنىدۇ، بۇنىڭغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلاردۇر. بولۇپمۇ يۇقىرىدا سۆزلەنگەن داۋائى نېلۇپەر ۋە يېپىسمۇق، نوقۇت، باقىلە چۈشكەن دورىدۇر.

19 - پەسل مەقئەت ئاقمسى توغرىسىدا

بەزىدە بۇ ئاقما مەقئەتتىكى ياردىن ۋە مەقئەت يېرىلىشتىن پەيدا بولىدۇ، بەزىدە ئېغىر بوۋاسىردىن پەيدا بولىدۇ. مەقئەت ئاقمسىنىڭ بەزىسى ئىچى تەرەپكە ئۆتىمەيدۇ، بۇ يېنىكرەكتۇر، بەزىسى ئىچى تەرەپكە ئۆتىدۇ، بۇ ناچارراقتۇر. ئاقمىنىڭ مەقئەت كاۋىكى ۋە مەقئەت ئېغىزىغا يېقىن بولغىنى بىخەتەررەكتۇر، چۈنكى ئۇ داۋالاش ئۈچۈن تېشىلسە، پۈتۈن مەقئەت مۇسكۇلىغا ئاپەت يەتمەي، بەلكى ئايرىم بىر قىسمىغا زەرەر يېتىدۇ، قالغانلىرى ئۆزىنىڭ تۇتۇش خىزمىتىنى نورمال داۋاملاشتۇرىدۇ.

ئەگەر مەقئەت ئېغىزىدىن يىراقراق بولغان ئاقما داۋالاش ئۈچۈن تېشىلسە، مەقئەتنى تۈتۈپ تۇرغۇچى مۇسكۇللارنىڭ هەممىسى ياكى كۆپىنچىسى ئۈزۈلۈپ، مۇسكۇللارنىڭ تۇتۇش ئىقتىدارى يوقىلىپ، چوڭ تەرەت ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىشكە ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە مەقئەت ئاقمسى كۆك تومۇر ۋە نېرۋىلارغا تۇتاش بولىدۇ. بۇنى داۋالاش ئۈچۈن تېشىش بەك خەتەرلىك. ئاقمىنىڭ ئىچى تەرەپكە ئۆتكەن ۋە ئۆتمىگەنلىكىنى ئاقمىغا پەلكۈچ كىرگۈزۈش ياكى مەقئەتكە بارماق كىرگۈزۈش بىلەن بىلگىلى بولىدۇ. پەلكۈچنىڭ يېتىپ بارغان ئورنى بىلەن ئاقمىنىڭ ئىچىگە ئۆتكەن - ئۆتمىگەنلىكىنى بىلگىلى بولىدۇ. ئاقمىنىڭ ئىچىگە ئۆتكەنلىكىنى بەزىدە چوڭ تەرەتنىڭ ئاقمىدىن چىققانلىقى بىلدۈرىدۇ. تېشىشنىڭ مۇسكۇلنىڭ هەممىسىگە ياكى بەزىسىگە يەتكەنلىكىنى ئىلگىرىكى تېۋىپلارنىڭ بەزىسى سۆزلىگەن، كېيىنكى تېۋىپلارنىڭ بەزىسى مېنىڭ تۈزگەن تەدبىرىم دەپ داۋا قىلغان تەدبىر بىلەن بىلگىلى بولىدۇ. بۇ تەدبىر بولسا مەقئەتكە بارماقنى، ئاقمىغا پەلكۈچنى كىرگۈزۈپ، بىمارنى مەقئەتنى چىڭىتىپ، ئۇنى ئۇستىگە كۆتۈرۈشكە بۇيرۇلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن مۇسكۇلنىڭ تۇتۇش ۋە تۇتالماسلىقىنى،

ئاقمىنىڭ ئۈزۈنلۈقىنى ۋە پەلكۈچنىڭ بىر تەرىپى بىلەن يەنە بىر تەرىپىنىڭ ئارىلىقىنىڭ ئۈزۈن ياكى قىسقىلىقىنى بىلگىلى بولىدۇ.

ئىچىگە ئۆتكەن مەقئەت ئاقمىسىنىڭ بىرلا ئېغىزى بولىدۇ، بەزىدە كۆپ ئېغىزى بولۇشى مۇمكىن.

20 - پەسىل مەقئەت ئاقمىسىنى داۋالاش توغرىسىدا

تېشىلمىگەن مەقئەت ئاقمىسىدىن كۆپ سۇيۇقلۇق ئېقىپ، سېسىق پۇرىمسا، ئۇنى داۋالماي قويۇۋېتىشكە بولىدۇ.

ئەگەر كۆپ سۇيۇقلۇق ئېقىپ، سېسىق پۇرىسا شىيافى غەرىب ۋە بۇنىڭ ئورنىنى باسىدىغان ئاقما دورىلىرى سىناپ كۆرۈلىدۇ. ئەگەر شىيافى غەرىب ئاقمىنى ياخشىلىسا ياكى زىيىنىنى ئازايتسا، ناھايىتى ياخشى. ئەگەر ئاقمىنى ياخشىلاپ، زىيىنىنى ئازايتالمىسا، بۇزۇلغان گۆش ئاجراپ، ساق گۆش كۆرۈنگىچە ئۆتكۈر دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن سېرىقماي ۋە قىزىلگۈل يېغى سۈركىلىدۇ. ئاندىن يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى مەلھەملەر بىلەن يارا ئېغىزى پۈتتۈرۈلىدۇ. بولۇپمۇ مەلھەمى رۇسۇل مەقئەت ئاقمىسىنى ساقايتىدۇ، ئەگەر ئاقما ساقايمسا تېشىپ داۋالماي، يېنىك دەرىجىدە داۋالسا بولىدۇ. مەلھەمى ئەسۈەد يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلاردىندۇر.

ئىچىگە ئۆتكەن مەقئەت ئاقمىسىنى تېشىپ داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. تېشىشتە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ئەھۋاللارغا رىئايە قىلىنىدۇ، ئەڭ ياخشىسى ئېشىلگەن ئىنچىكە ئات قىلى ياكى ئېشىلگەن يىپەك يىپ بىلەن قاتتىق بوغۇپ تېشىلىدۇ.

ئەگەر قاتتىق ئاغرىسا، تەشەننۇج ۋە باشقا ناچار ئالامەتلەرنىڭ پەيدا بولۇش خەۋپى بولسا، يىپنى ئېلىۋېتىپ، ئاغرىق پەسەيتىدىغان دورىلار بىلەن داۋالاپ، قايتىدىن بوغۇپ قويۇلىدۇ.

21 - پەسىل مەقئەت قىچىشش توغرىسىدا

مەقئەت قىچىشش بەزىدە مەقئەتتە پەيدا بولغان كىچىك قۇرتلار سەۋەبىدىن بولىدۇ. بەزىدە مەقئەتنى قىچىشتۇرىدىغان سەپراۋى خىلىت ۋە شورلۇق خىلتلاردىن بولىدۇ، بەزىدە مەقئەتتىكى كىرلىق يارىدىن بولىدۇ.

داۋالاش

ئەگەر مەقئەت قىچىشش قۇرتتىن بولغان بولسا، قۇرتنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەگەر يارىدىن بولغان بولسا، يارىنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەگەر مەقئەتتە توختاپ قالغان خىلتلاردىن بولۇپ، بۇ خىلتلار ئۈستىدىن ئېقىۋاتقان بولسا، غىزانى ياخشىلاپ، خىلت تازىلىنىدۇ. ئەگەر خىلت شۇ ئورۇندا توختاپ قالغان بولسا، زەھىر (قانلىق تولغاق) بايانىدا سۆزلەنگەن تۈز ئۇچەينى بەلغەم خىلتى ۋە سەپرا خىلتىدىن تازىلايدىغان، ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان شىيافلار بىلەن تازىلىنىپ، مىزاجنى نورماللاشتۇرغۇچى ۋە سېزىمسىزلاندۇرغۇچى ھەمەللەر بىلەن داۋالىنىدۇ. ھاراق سىركىسىنى سۇركەش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ، شۇنىڭدەك ساغرىغا ھجامەت قويۇشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر مەقئەت قىچىشش كىرلىق يارىدىن بولسا، ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش بايانىدا سۆزلەنگەن كۆچلۈك قۇرۇتقۇچى دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. ئەگەر قاتتىق ئاغرىقتىن بولسا، يەرلىك ئورۇن سېزىمسىزلاندۇرۇلىدۇ. مەقئەت قىچىششقا مەلھىمى ئەسۈەد ۋە مەلھىمى زەنجار مەنپەئەت قىلىدۇ، پەلكۆچنىك ئۇچىغا يۇڭنى يۆگەپ بۇ مەلھەملەرگە مىلەپ ھەمەل قىلىپ، ئازراق ۋاقىتتىن كېيىن چىقىرىپ ئارام ئالدۇرۇپ، ئىككىنچى قېتىم قايتا ھەمەل قىلىنىدۇ.

ئون سەككىزىنچى پەن

بۆرەكنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بۇ پەن ئىككى ماقالىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بىرىنچى ماقالە

بۆرەكنىڭ ئومۇمىي ئەھۋالى ۋە تەپسىلىي ئەھۋالى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل بۆرەكنىڭ تەشرىھى توغرىسىدا

. قانىنى ئېشىندى سۇ تەركىبىدىن تازىلاش ئېھتىياجى بولغانلىقتىن بۆرەك قانىنى ئېشىندى سۇ تەركىبىدىن تازىلايدىغان ئەزا قىلىپ يارتىلدى. بۇ ئېھتىياج قان پىشىپ بەدەنگە ئۆتۈشكە تەييارلانغاندا تۇغىدۇ، بۇ ھەمىگە مەلۇمدۇر. بۇ سۇ تەركىبى ئىنتايىن كۆپ بولغانلىقتىن، بۇ سۇ تەركىبىنى ئۆزىگە سۈمۈرۈپ تازىلىغۇچى ئەزا چوڭ بىر ئەزا ياكى كىچىك ئىككى ئەزا قىلىپ يارىتىلىشى زۆرۈر بولدى. ئەگەر چوڭ بىر ئەزا قىلىپ يارىتىلغان بولسا، بۇ ئەزا تار كېلىپ، سۇ تەركىبى قىستىلىپ قالاتتى. شۇڭا، بىر يارىتىلماي ئىككى قىلىپ يارىتىلدى. بۇ ئەزانى ئىككى قىلىپ يارىتىشتا ئەزالارنى جۈپ، ئىككى قىسىم ياكى بىرنەچچە قىسىم قىلىپ يارىتىشنىڭ

ھەممىگە مەلۇم بولغان مەنپەئەتى باردۇر. بۇنىڭ يەنە بىر مەنپەئەتى شۇكى، ئىككى ئەزانىڭ بىرىدە كېسەللىك يۈز بەرسە، ئىككىنچى ئەزا ئۇنىڭ ئورنىدا بەزى خىزمەتلەرنى ياكى كۆپىنچە خىزمەتلەرنى ئۆتەش ئۈچۈندۇر. ئۇنىڭ ئاغزىنى كىچىك يارىتىش بىلەن جەۋھرىنى كۆپەيتىۋېتىشتىن ئىبارەت قىلىندى. ئۇنىڭ ئاغزىنى كىچىك يارىتىش بىرنەچچە مەنپەئەت ئۈچۈندۇر. ئۇنىڭ بىرى، سانىنى كۆپەيتىش بىلەن ھەجمىنى كىچىكلىتىشنى يوقتىش ئۈچۈندۇر. ئىككىنچى مەنپەئەتى، قويۇق نەرسىلەرنى تارتىش ۋە سۈمۈرۈشتىن چەكلەش ئۈچۈندۇر. ئۈچىنچى مەنپەئەتى، بۆرەك جەۋھرى ھەر ۋاقىت ئۆزىدىن ئۇزۇن ئۆمۈر كۆرىدىغان، كۆپىنچە ۋاقىتلاردا ئۆتكۈر خىلتىلار قوشۇلۇپ كېلىدىغان ئۆتكۈر سۇ تەركىبىدىن تېز تەسىرلەنمەسلىك ئۈچۈندۇر.

ئىككى بۆرەك شۇنداق يارىتىلغاچقا، ئىككى بۆرەك ئارىلىقىدىكى قوشنىدارچىلىقتا قىزىل قان تومۇرىنىڭ ئۆتۈشى ئاسان بولدى. بۇ يەرگە ئىچكى ئەزالارنى ئورۇنلاشتۇرۇش ئۈچۈن ئىككى بۆرەكنىڭ ئارىلىقى بوش قويۇلدى، ئوڭ بۆرەك جىگەرگە يېقىنراق بولۇشى ۋە مۇمكىنقەدەر جىگەردىن سۇ تەركىبىنى بەكرەك سۈمۈرۈشى ئۈچۈن سول بۆرەكتىن ئېگىزرەك قىلىپ يارىتىلدى. بۇ بۆرەك جىگەرگە تېگىپ تۇرىدىغان ھەم بۆرەككە يېقىن جىگەر تالاسغا تېگىپ تۇرىدىغان دەرىجىدە يېقىن يارىتىلدى. سول بۆرەك تۆۋەنرەك يارىتىلدى. چۈنكى بۇ، سول بۆرەك سول تەرەپتە تال بىلەن قىستالدى ۋە يەنە سۈمۈرۈلگەن سۇ تەركىبى تەڭ تەقسىمات ئارىسىدا تېڭىرقاپ قالماي، بەلكى دەسلەپتە يېقىنراقتا، كېيىن يىراقتا سۈمۈرۈلۈش ئۈچۈن، سول بۆرەك تۆۋەنرەك يارىتىلدى. بۇ ئىككى بۆرەكنىڭ ئويمان قىسمى بىر - بىرىگە قارىشىپ تۇرىدۇ. ئۇنىڭ دۆڭچە تەرىپى ئومۇرتقا سۆڭىكىگە ياندىشىپ تۇرىدۇ، ھەربىر بۆرەكنىڭ ئىچكى قىسمىدا تۆپىدىن كەلگەن سۇ تەركىبى سۈمۈرۈلىدىغان قىسقا بىر بوشلۇق قىلىندى. ئاندىن بۆرەك سۇ تەركىبىگە قوشۇلۇپ كەلگەن قان ئېشىندىلىرىنى مۇمكىنقەدەر مۇكەممەل تازىلاپ، بۇنىڭدىن تازىلانغان قان بىلەن ئوزۇقلىنىپ، ئېشىندىسىنى ئىتتىرگەندىن كېيىن، بۇ ئېشىندى بۆرەكنىڭ ئىچكى قىسمىدىن سۈيدۈك نەيچىسى ئارقىلىق دوۋساقتا، ئاز

ـ ئازدىن سىرغىيدۇ. چۈنكى سۇ تەركىبى بۆرەككە بەك تازىلانغان ۋە ئايرىلغان ھالەتتە كەلمەستىن، بەلكى خۇددى خام گۆش يۇيۇلغان سۇدەك قان ئارىلاش ھالەتتە كېلىدۇ. شۇنىڭدەك بۆرەك ئاجىزلاشسا، قانىنى سۈزەلمەي، سۇ تەركىبى قان ئارىلاشقان ھالەتتە كېلىدۇ. ئەگەر جىگەر ئاجىز بولۇپ، سۇ تەركىبىنى قان تەركىبىدىن تېگىشلىك ئايرىيالماي، سۇ تەركىبى بىلەن قان تەركىبىنى تېگىشلىك مىقداردىن ۋە بۆرەك ئوزۇقلىنىشقا ئېھتىياجلىق بولغىنىدىن كۆپرەك ئۆتكۈزۈۋەتسە، بۆرەك ئوزۇقلىنىشتىن ئاجىز كەلسە، سۈيدۈك گۆش يۇغان سۇنۇقۇ رەڭگىدەك كېلىدۇ. بۆرەككە كىچىك بىر نېرۋا كېلىپ، ئۇنىڭدىن بۆرەك پەردىسى شەكىللىنىدۇ. بۆرەكىكە جىگەر قاپقا ۋېناسى تەرەپتىن بىر كۆك قان تومۇر ۋە جىگەرگە كېلىدىغان قىزىل قان تومۇردەك بىر قىزىل قان تومۇر كېلىدۇ.

2 ـ پەسىل بۆرەك كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۆرەكتە مىزاجدىن بولغان كېسەللىكلەر، ئۇنىڭ چوڭ ـ كىچىك بولۇشىدىن ۋە توسالغۇدىن ئىبارەت شەكلى ئۆزگىرىش كېسەللىكلىرى (بۆرەككە تاش چۈشۈشمۇ شەكلى ئۆزگىرىش كېسەللىكلىرى قاتارىدىنىدۇر) ۋە يارا، گۆشخور يارا، تومۇرلارنىڭ ئۈزۈلۈشى، تومۇر ئېغىزلىرىنىڭ ئېچىلىپ قېلىشى قاتارلىق پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش كېسەللىكلىرى يۈز بېرىدۇ. بۇ كېسەللىكلەرنىڭ ھەممىسى بۆرەكنىڭ ئۆزىدە ياكى ئىككى بۆرەك ئارىلىقى ۋە بۆرەك بىلەن باشقا ئەزالار ئارىلىقىدىكى كانالچىلاردا يۈز بېرىدۇ. بۇ كەم ئۇچرايدۇ، ئەگەر شۇ قاندىن ياكى خىلىتتىن ياكى تاشتىن توسالغۇ پەيدا بولسا، داۋالاشتا بۆرەكمۇ شېرىكلىشىدۇ.

ئەگەر بۆرەكتە كېسەللىكلەر كۆپ بولسا، بۆرەكنىڭ مىزاجى مەيلى ئىسسىق ياكى سوغۇق بولسۇن، جىگەر ئاجىزلايدۇ، ھەتتا ئىستىسقاغا ئېلىپ بارىدۇ، ئەگەر بۆرەك كېسىلى بىمارىنىڭ چاپلاشقاق ۋە يېلىمسىمان سىيگەنلىكى كۆرۈلسە، ناچار

ماددىلارنى تارتقانلىقتىن، بۆرەك كېسىلىنىڭ كۈچىيىپ كەتكەنلىكى بىلىنىدۇ. بەزىدە بۇ ئەھۋال تاش پەيدا قىلىدۇ، بۆرەك كېسەللىكلىرى قويۇق، چۆكمىلىك سېيىش بىلەن ساقىيىپ كېتىدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا كەمەرنى چىڭ باغلاش بۆرەكتە ئاغرىق ۋە ھارارەت پەيدا قىلىدۇ.

3 ـ پەسىل بۆرەكنىڭ ئەھۋالىغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

بۆرەكنىڭ ئەھۋالىغا سۈيدۈكنىڭ مىقدارى، سۈيۇقلۇقى، رەڭگى، ئۇنىڭغا ئارىلىشىپ كەلگەن نەرسىلەر ۋە ئۇسسۇزلۇق ئەھۋالى، جىمغا بولغان ھەۋىسى، بەل ئەھۋالى ۋە بەل ئاغرىقى، ئىككى پاچاقنىڭ ئەھۋالى ۋە ئاغرىقنىڭ ئۆزى، تۇتقاندىكى بىلىنىش، بىمارغا نېمىنىڭ ياقىدىغان، نېمىنىڭ ياقمايدىغانلىقى قاتارلىقلاردىن دەلىل ئىزدىلىدۇ.

بۆرەك كېسەللىكىرىگە بەزىدە سۈيدۈكنىڭ ئاز كېلىشى قوشۇلۇپ كېلىدۇ. بۆرەك كېسەللىكلىرى ئۇنىڭغا ئوخشاپ كېتىدىغان جىگەر كېسەللىكلىرىدىن ئىشتىھانىڭ پۈتۈنلەي تۆۋەنلەش ياكى تۆۋەنلىمەسلىكى بىلەن پەرقلىنىدۇ. ھەرقانداق ئادەم كۆپۈكلۈك سىيسە، بۇ ئادەمنىڭ ئىككىلا بۆرىكىدە كېسەللىك بار بولىدۇ. گۆشسىمان چۆكمە، قىلسىمان چۆكمە، پىشقان كۇرسىنسىمان چۆكمە سېيگەن كىشىنىڭمۇ بۆرىكىدە كېسەللىك بولغان بولىدۇ. چۈنكى پىشىش بۆرەككە كېلىشتىن بۇرۇن بولىدۇ. لېكىن سۈيدۈكنىڭ پىشىشى ناھايىتى كۈچلۈك بولۇپ، ئۇنىڭغا باشقا نەرسىلەر ئارىلاشقان بولسا، كېسەللىكنىڭ دۇۋاقتا ئىكەنلىكى مۆلچەرلىنىدۇ. ئەگەر پىشىشى تۆۋەنرەك بولسا، كېسەللىكنىڭ بۆرەكتە ئىكەنلىكى مۆلچەرلىنىدۇ. ئەگەر سۈيدۈك پىشمىغان بولسا، كېسەللىكنىڭ باشلىنىش ئورنى جىگەردە ئىكەنلىكى مۆلچەرلىنىدۇ. چۈنكى پىشىش يۇقىرىقى ئەزالارنىڭ سەۋەبىدىن بولىدۇ، ئەگەر يۇقىرىقى ئەزالار ساغلام بولمسا، پىشىش بولمايدۇ. ئەگەر يۇقىرىقى ئەزالاردا كېسەللىك بولمسا، پىشىش تامامەن يوقالمايتتى.

4 ـ پەسل بۆرەك مىزاجى ئىسسىقلىقنىڭ ئالامىتى توغرىسىدا

بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقىغا قىزىل ۋە سېرىق رەڭلىك سېيىش، بۆرەك يېغىنىڭ ئاز بولۇشى، بۆرەكنى تۇتقاندا كۆرۈلدىغان ئەھۋاللار ۋە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق، ئىسسىقتىن بولغان زىيابىتۇس قاتارلىق كېسەللىكلەرنىڭ تېز يۈز بېرىشى، جىما ھەۋىسىنىڭ كۈچلۈك بولۇشى، ئۇسسۇزلۇقنىڭ كۆپ بولۇشى قاتارلىقلاردىن دەلىل ئىزدىلىدۇ.

5 ـ پەسل بۆرەك مىزاجى سوغۇقلۇقنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىغا رەڭسىز سېيىش، جىما ھەۋىسىنىڭ يوقاپ كېتىشى، بەلنىڭ ئاجىز بولۇشى ۋە بەلنىڭ ياشانغانلارنىڭ بېلىدەك بولۇپ قېلىشى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە بۆرەكتە سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەر كۆپ بولۇپ، سوغۇقلۇق زىيان قىلىدۇ.

بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقنى داۋالاش بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى تاش پەيدا بولۇش خەۋپى بولمىغاندا ئېشەك سۈتى ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك ئوت ـ چۆپ بىلەن بېقىلغان ئۆچكىنىڭ سۈتى ياكى كالا سۈتى قېتىقى سۈزمىسى قاتارلىقلارنى ئىچكۈزۈش بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەگەر تاش پەيدا بولۇشنىڭ خەۋپى بولسا، قېتىق سۈزمىسىنىڭ سۇيى ئىستېمال قىلىنىدۇ، چۈنكى بۇ بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقنى تۆۋەنلىتىدۇ، شۇنىڭدەك ھەممىگە مەلۇم بولغان سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارە ۋە لوئابلارنىڭ ھەممىسى بۆرەك ھارارىتىنى تۆۋەنلىتىدۇ.

ئەگەر سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارىلەر ۋە لوئابلار ھۆقنە قىلىنسا، ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە سوغۇق سۇ ۋە تەرخەمەك ئۇرۇقى يېغى بىلەن ھۆقنە قىلىنسا ياخشى بولىدۇ، شۇنىڭدەك سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارە ۋە لوئابلاردىن تەييارلانغان زىماتلارنى زىمات قىلىش ھەم سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلاش بۆرەكنى سوۋۇتىدۇ. كافۇرنىڭ بۆرەكنى سوۋۇتۇشتا كۈچلۈك تەسىرى بار. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئۇسسۇزلۇق بۇ خىل مىزاجدا داۋاملىشىدۇ.

سوغۇق سۈنى چەكلەش بۆرەكنىڭ سوغۇق مىزاجىنى داۋالاشتۇر، بۆرەك سوۋۇپ كېتىشكە ئىسسىق ياغلار ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار، كالىنىڭ سېرىقمېيى، كۈنجۈت يېغى، ياڭاق يېغى، كەلكىلانەج يېغى، ئاچچىق بادام يېغى، زاراڭزا يېغى، شۇمشا سۈيى، سېرىقچېچەك سۈيى، ھايۋاناتلار باشلىرىنىڭ شورپىسى، چۈجە شورپىسى قاتارلىقلارنى ھۆقنە قىلىش، سىرتىدىن تۈلكىنىڭ چاۋا يېغى، بۆرە يېغى، غار يېغى، ياڭاق يېغى، پىستە يېغى ۋە قۇستە يېغى قاتارلىقلار بىلەن ياغلاش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە دورا سۈلىرى بىلەن ياغلار تەڭ مىقداردا ئارىلاشتۇرۇلۇپ ھۆقنە قىلىنىدۇ، بەزىدە ھەممىگە مەلۇم بولغان ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى دورىلاردىن زىمات تەييارلىنىدۇ. جاۋارىش كۇمۇنىنىڭ بۆرەكنىڭ سوۋۇپ كېتىشىنى داۋالاشتا زور مەنپەئەتى بار، بولۇپمۇ بەكرەك سوقۇلغان جاۋارىش كۇمۇنى ۋە قۇستە يېغىنى ھۆقنە قىلىپ، ئارقىدىن ھەببەتۈلخۇزرا يېغى ۋە پىستە يېغىنى ھۆقنە قىلىش كۈچلۈك مەنپەئەت قىلىدۇ. قۇيرۇق يېغىنى ھۆقنە قىلىش بۆرەكنى قىزىتىش ۋە قۇۋۇشتەلەشتە ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ.

6 ـ پەسىل بۆرەك ئورۇقلاش توغرىسىدا

بەزىدە بۆرەكتە ئورۇقلاش ۋە يېغى ئازلاش كۆرۈلىدۇ. بەزىدە مىزاج بۇزۇلۇش، كۆپ جىما قىلىش، ماددىنى كۆپ تازىلاش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بۆرەك يېغى تامامەن يوقىلىدۇ. ئۇنىڭ ئالامىتى جىما ھەۋىسىنىڭ تۆۋەنلىشى، سۈيدۈكنىڭ

رەڭسىز بولۇشى ۋە كۆپ كېلىشى، بەل ئومۇرتقىسىنىڭ ئاجىز بولۇشى ۋە يەڭگىل دەرىجىدە ئاغرىشىدۇر. بەزىدە بۆرەك ئورۇقلاش بىلەن بىرگە ئومۇمىي بەدەن ئورۇقلايدۇ.

7 - پەسىل بۆرەك ئورۇقلاشنى داۋالاش توغرىسىدا

بۆرەك ئورۇقلاشقا مېغىز دورىلارنى يېيىش مەنپەئەت بېرىدۇ. بادام مېغىزى، نارجىل، پىندۇق، پىستە قاتارلىق مېغىز دورىلارنى شېكەر بىلەن يېيىش ۋە خەشخاش، نوقۇت، باقىلە، لوبىيا قاتارلىقلارنى توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى ۋە ياغ سېلىنغان ئىسسىق نان قاتارلىقلارنى يېيىش مەنپەئەت قىلىدۇ. داۋاملىق سۈيدۈك ھەيدەش ۋە قۇۋۇشتۇرۇش قوزغاش ئۇچۇن بۇ نانغا سۈيدۈكنى ھەيدىگۈچى ۋە قۇۋۇشتۇرغۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە بۇ نانغا بۆرەكنىڭ جەۋھىرىنى قۇۋۇشتۇرغۇچى ئۇچۇن لوك ۋە چاپلاشقاق مايلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. كالا سۈتى ئىچكۈزۈش ۋە كالا سۈتىنىڭ ئۇچتىن بىر ھەسسىسى ياكى تۆتتىن بىر ھەسسىسىگە توغرا كېلىدىغان تەرەنجىبىن سېلىپ قاينىتىلغان سۈتنى ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ھايۋاناتلار بۆرىكىنى ئۇششاق توغراپ قاينىتىپ، بۆرەكنى سەمرىتىپ قۇۋۇشتۇرغۇچى دورىلار ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلار بىلەن خۇش پۇراق قىلىپ بېرىلسە، مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە يەنە بۇلارغا پاقلان گۆشى، چۈجە گۆشى، قوينىڭ كاللىسى قاتارلىقلارغا خۇش پۇراق ياغ ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئورۇق دورىلارنىڭ ياغلىرى، بولۇپمۇ قۇيرۇق يېغى قاتارلىقلارنى قوشۇپ تەييارلىغان ھۆقنىلەرنى ھۆقنە قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر بۇ ھۆقنىگە ھايۋاناتلارنىڭ سېمىز بۆرىكى سېلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ. ياخشى ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى: سېمىز پاقلاننىڭ كاللىسىنى قازانغا سېلىپ، بىر كىلوگىرام سۇ قۇيۇپ، قازاننىڭ تۇۋىقىنى

لاي بىلەن ھەم ئېتىپ، تىتىلىپ پىشقۇچە بىر كېچە - كۈندۈز تونۇردا قويۇپ، ئۇنىڭغا سېرىقماي، يەسسەن ۋە ئازراق كۈدە ئۇسارىسى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر ئۇ كاللا بىلەن پىدىگەن، ئوغرىتىكەن، مۇغاس، شۇمشا، يۇمشاق سوقۇلغان خەشخاش ئۇرۇقى، پىياز قاتارلىقلار قاينىتىلسا بەك ياخشى بولىدۇ. ئەگەر بەكرەك ئىسسىقلىق يەتكۈزۈشكە ئېھتىياج چۈشسە، يۇقىرىدىكى ھۆقىنىگە ئابدىمىلىك يېغى ۋە قۇستە يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. مۆتىدىل قىلىشقا ئېھتىياج چۈشسە، زاراڭزا يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. يەنىلا يېڭى سېغىلغان ئىسسىق سۈتنى ھۆقنە قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر سۈتنى ئوتتا ئازراق قىزىتىشقا ئېھتىياج چۈشسە شۇنداق قىلىنىدۇ. بىز بۇ ھەقتە مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا باشقا ھۆقنىلەرنى ۋە مېغىزلىق مەجۇناتلارنى سۆزلىدۇق.

8 - پەسىل بۆرەك ئاجىزلىقى توغرىسىدا

بۆرەك ئاجىزلىقى بەزىدە بىرەر مىزاجنىڭ بۇزۇلغانلىقىدىن ۋە كونترول قىلىش سىستېمىسىنىڭ بۇزۇلغانلىقىدىن، بەزىدە بۆرەكنىڭ ئورۇقلىغانلىقىدىن، بەزىدە بۆرەك كانالچىلىرى كېڭىيىپ، تومۇر ئېغىزلىرى ئېچىلىپ بوشاپ كەتكەنلىكتىن بولىدۇ. بۆرەك كانالچىلىرى كېڭىيىپ كېتىش، تومۇر ئېغىزلىرى ئېچىلىش، قىيامى بوشاپ كېتىش قاتارلىقلاردىن بولغان بۆرەك ئاجىزلىقى بۆرەككە مەخسۇس بولغان ئاجىزلىقتۇر. بۇ ئاجىزلىق سەۋەبىدىن بۆرەك سۇ تەركىبىنى بۆرەككىچە قوشۇلۇپ كەلگەن قان تەركىبىدىن ئايرىشتىن ئاجىز كېلىدىغان ئاجىزلىقتۇر، بەزىدە تومۇرلار ساغلام بولىدۇ، بەزىدە ساغلام بولمايدۇ.

بۆرەك ئاجىزلاشنىڭ سەۋەبى جىمانى كۆپ قىلىش، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى كۆپ ئىشلىتىش، كۆپ سېيىش، ئاتنى تەدرىجي مىنمەي بىراقلا ئۇزۇن ۋاقىت مىنىش ۋە بۆرەككە زىيان يەتكۈزىدىغان ھەرقانداق چارچاش، ئۇرۇلۇش

قاتارلىقلاردۇر. ئۇزاق ئۆره تۇرۇش، ئۇزۇن سەپەر قىلىش، بولۇپمۇ پىيادە ئۇزۇن سەپەر قىلىش بۆرەكنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان سەۋەبلەر قاتارىدىندۇر.

ئالامىتى

مىزاج سەۋەبىدىن بول-غان بۆرەك ئاجىزلىقىغا مىزاجنىڭ ئالامەتلىرى دالالەت قىلىدۇ. بۆرەك ئورۇقلاش سەۋەبىدىن بولغان بۆرەك ئاجىزلىقىنى بۆرەك ئورۇقلاش ئالامەتلىرى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. كانالچىلارنىڭ كېڭىيىپ كېتىشى، بۆرەك گۆشىنىڭ بوشاپ كېتىشى سەۋەبىدىن بولغان بۆرەك ئاجىزلىقىدا ئاغرىق ئازىلاپ كۆرۈلىدۇ، ئىشتىها تۇتۇلىدۇ، كۆپىنچە ۋاقىتلاردا تاماق ھەزىم بولۇش ۋە تومۇرلارغا يېتىپ بېرىشتىن بۇرۇن سۈيدۈكى سۈيۇق بولىدۇ. ئەمما يەمەكلىك تومۇرلارغا يېتىپ بارسا، كۆپىنچە ئەھۋالىلاردا قان ۋە قويۇق ھۆللۈكلەر كۆپ چىقىدۇ. سۈيدۈكى كۆپىنچە گۆش يۇغان سۇدەك بولىدۇ، چۈنكى بۆرەك ئۆزگە ئېقسىپ كەلگەن نەرسىلەردىن ئوزۇقلىنالمايدۇ ۋە قويۇقنى سۈيۇقىدىن ئايرىيالمايدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا قانلىق چۆكمە ھاسىل بولۇپ، سۈيدۈك ئۈستىدە دېڭىز كۆپۈكىگە ئوخشاش بىر نەرسە لەيلەيدۇ. بۇ ئەھۋاللار تومۇر ساغلام بولغان ۋاقىتتا بولىدۇ. ئەگەر تومۇر ساغلام بولمىسا ھېچ نەرسىنى ئايرىيالمايدۇ ھەم سۈيدۈك پىشىش ئاجىز بولغانلىقتىن، ئۆز ھالىدا قېپقالىدۇ. ھەرقانداق سەۋەبتىن بولغان بۆرەك ئاجىزلىقى ۋە بۆرەك ئورۇقلاشقا سۈيدۈك ئازىيىش، جىسما قىلالماسلىق، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش قاتارلىقلار ئەگىشىپ كېلىدۇ.

داۋالاش

مىزاجدىن بولغان بۆرەك ئاجىزلىقىدا مىزاجنى داۋالاش ئۇسۇلى بويىچە مىزاجنى ئۆزگەرتىپ، ماددىلىق بولسا ماددىنى تازىلاپ داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بۆرەكنىڭ ئورۇقلىشىدىن بولغان بۆرەك ئاجىزلىقى بۆرەك ئورۇقلاشنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالىنىدۇ. بۆرەك كانالچىلىرىنىڭ كېڭىيىپ كېتىشىدىن بولغان بۆرەك ئاجىزلىقى (بۇ ھەقىقىي بۆرەك ئاجىزلىقىدۇر)دا كانالچىلارنىڭ كېڭىيىپ كېتىش سەۋەبلىرىنى توسۇش ۋە كانالچىلارنى تارايتىش ھەم قۇۋۋەتلەشنى مەقسەت قىلىش كېرەك.

كانالچىلارنىڭ كېڭىيىپ كېتىش سەۋەبلىرىنى توسۇش تەدبىرلىرى ھەربىر قىلماسلىق، جىما قىلماسلىق، مۇنچىغا كۆپ چۈشمەسلىك، كۆپ ئارام ئېلىش، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك قاتارلىقلاردۇر. كانالچىلارنىڭ ئېغىزىنى تارايتىش چاپلاشقاق، قورىغۇچى، سىلىقلاشتۇرغۇچى غىزالار بىلەن بولىدۇ. غىزالاردىن تالقان، شېكەر قومۇشى، ياۋا ئالما، ببھى، ئۆچكە يېغى قوشۇپ، قۇرۇق ئۈزۈم ئۇرۇقى بىلەن تەييارلانغان ئانار تەركىبلىك غىزا، مەسۇس ناملىق غىزا ۋە ئانار ئۇرۇقى، چۈچۈمەل، ئاچچىق ئۇسارىلەر، سىركە قاتارلىقلارغا يۇمغاقسۈت قوشۇپ تەييارلانغان قەرىس ناملىق غىزالار باردۇر. شەربەتلەردىن چۈچۈمەل قۇرۇق ئۈزۈم شىرنىسى بار. دورىلاردىن گىل ئەرمىنى ۋە ئەرەب يېلىمى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلغان تۇتقۇچى ئۇسارىلەر ۋە تالقان، شېكەر قومۇشى، ببھى، قىزىلگۈل ۋە شۇنكۇغا ئوخشاش دورىلاردىن تەييارلىنىدىغان زىماتلار، جىگەر ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقىدا سۆزلەنگەن مەلھەملەر باردۇر.

بۆرەكنى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار بۆرەك ئورۇقلاش بايانىدا سۆزلەنگەن سەمرىتكۈچى غىزالار، ھۆقنىلەر ۋە مەجۇناتلاردۇر. بۇ ھۆقنىلەرگە تۇتقۇچى دورىلارنى كۆپەيتىپ، شېكەر قومۇشى ۋە ببھى قاتارلىقلارنى قوشماي، تۆگە سۈتى ۋە قوي سۈتى قوشۇش لازىم. چۈنكى بۇ سۈتلەر بۆرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ، يىغىدۇ ۋە بۆرەكنىڭ ئېغىزىنى تارايتىدۇ. قوي سۈتى بۆرەك ئاجىزلىقىدىن بولغان بۆرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ ئۇنكۇغا گىل ئەرمىنىگە ئوخشاش دورىلار ئارىلاشتۇرۇلسا تېخىمۇ شۇنداق. ھايۋانلار بۆرىكىنى باشقا يېمەكلىكلەر بىلەن يېيىش ۋە بۆرەككە مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ يېيىشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

9 ـ پەسىل بۆرەكتىكى يەل توغرىسىدا

بەزىدە بۆرەكتە بۆرەكنى تارتىشتۇرىدىغان قويۇق يەل پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭ يەل ئىكەنلىكىگە ئېغىرلىق ۋە تاشنىڭ ئالامىتى كۆرۈلمەستىن ئاغرىق ۋە تارتىشىش بولۇش، ئازراق يۆتكىلىش، قورساق بوش ۋاقتىدا ۋە يېمەكلىك ياخشى ھەزىم بولغاندا ئېغىرلىق بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر دالالەت قىلىدۇ.

داۋالاش

يەل پەيدا قىلىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش، يەللەرنى تارقىتىپ، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىچكۈزۈش، مەسىلەن: سۇزاپ ئۇرۇقى ۋە چاڭگاكنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ، مائۇلھەسەلدە ياكى جۇلاپتا ئىچكۈزۈش ۋە زىرە، بابۇنە، سېرىقچېچەك، قۇرۇق سۇزاپ قاتارلىقلارنى زىمات قىلىش ۋە بۇ دورىلارغا قۇستە يېغى، يەسمەن يېغى قاتارلىقلارنى قوشۇپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈش لازىم.

10 ـ پەسىل بۆرەك ئاغرىقى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

بۆرەك ئاغرىقى ئىسسىقتىن، يەلدىن، تاشتىن، ئاجىزلىقتىن ياكى ياردىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بۆرەك ئاغرىقىغا ھەزىم ئاجىزلاش، ئىشتىھا تۆۋەنلەش، كۆڭۈل ئېلىشىش قاتارلىقلار ئەگىشىپ كېلىدۇ. يۇقىرىدا بايان قىلىنغان كېسەللىكلەرنىڭ ئالامەتلىرى ۋە ئۇنى داۋالاش ئۇسۇللىرى سۆزلىنىپ بولدى. ئەگەر ئاغرىق كۈچىيىپ كەتسە، ئاغرىقنى توختىتىش ئۈچۈن پۇلونيا، قۇرسى كەۋكەب ۋە ئۇنىڭ ئورنىنى باسىدىغان دورىلارنى ئاغرىق پەسەيگۈچە ئىشلىتىپ، ئاندىن قايتا ئىلاج قىلىش

لازىم. ئابىزەن قىلىش بۆرەك ئاغرىقىغا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ ئابىزەن قىلىدىغان سۇدا بىز يۇقىرىقى بابلاردا سۆزلىگەن يۇمشاتقۇچى، ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلار قاينىتىلغان بولسا، بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بەنادەقۇل بۇزۇرى بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىش زۆرۈر بولغان دورىلار قاتارىدىندۇر، بولۇپمۇ يارىلىق بۆرەك كېسىلى ۋە دوۋساق كېسىلىنى داۋالاشتا. بۆرەك ئاغرىقى بار تۇرۇقلۇق، بانادۇق بۇزۇرىنى ئىشلىتىش ماددىنى سۈمۈرگەنلىكى ۋە تۆۋەنگە چۈشۈرگەنلىكى ئۈچۈن خەتەرلىكتۇر، سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى مۇمكىنقەدەر ئىشلەتمەي، ئاغرىق پەسەيتىشتە سېزىمسىزلىنىش ۋە ماددىنى سۈمۈرۈشكە ئېلىپ بارمايدىغان دەرىجىدە ئۇزاق ئىشلىتىۋەتمەي قاينىق سۇ ئىچىپ بېرىش لازىم.

ئىككىنچى ماقالە

بۆرەك ئىششىقى ۋە بۆرەك پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشى

1 ـ پەسىل بۆرەكتىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە يىرىڭلىق ئىششىق توغرىسىدا

بۆرەكتىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارنىڭ ماددىسى ئوخشاشمايدۇ، بەزىسى قويۇق قاندىن، بەزىسى سەپرا ئارىلاشقان سۇيۇق قاندىن بولىدۇ. بەزىدە بۇ ئىششىقلار ئورۇن ئېتىبارى بىلەن ئوخشاشمايدۇ، بەزىسى بۆرەكنىڭ تېنىدە، بەزىسى كاۋاك قىسمىدا، بەزىسى بۆرەكنى ئوراپ تۇرىدىغان پەردە قىسمىدا بولىدۇ، يەنە بەزىسى سۈيدۈك توشۇش نەيچىسىنىڭ يولىدا، بەزىسى ئۇچەي تەرەپتە، بەزىسى بەل تەرەپتە، بەزىسى بۆرەكنىڭ ئۈستۈنكى كانالچە تەرىپىدە بولىدۇ. بەزىسى ئىككىلا بۆرەكتە بولىدۇ، بەزىسى بىر بۆرەكتە بولىدۇ، بەزىسى يىرىڭ يىغىدۇ، بەزىسى يىرىڭ يىغمايدۇ. ئەگەر يىرىڭ يىغسا، بۇ يىرىڭ ئېغىز ئالغاندا دوۋساق تەرەپكە ئېغىز ئالىدۇ (بۇ بارلىق ئېغىز ئالىدىغان ئىششىقلارنىڭ ياخشىراقىدۇر) ياكى تەبىئەتتىنىڭ ئىتتىرىشى بىلەن ئۇچەي تەرەپكە ئېغىز ئالىدۇ، خۇددى كۆكرەكتىكى زاتىلجەنبە ماددىسى بەدەن سىرتىغا ئىتتىرىلگەندەك. بەزىدە جىگەرگە، ئاندىن ماسارىقا تومۇرىغا، ئاخىرىدا ئۇچەيلەرگە قايتىش يولى بىلەن ئۇچەيگە ئىتتىرىلىدۇ، ئۇچەيگە ئىتتىرىلىپ چىقىرىلدىغىنى قانداقلا بولمىسۇن خەتەرلىكتۇر. قورساق بوشلۇقى ۋە بوش

ئورۇنلارغا ئىتتىرىلىپ، شۇ يىرىڭنى چىقىرىدىغان بىر ئورۇننى يېرىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ ياكى ئىششىق ئېغىز ئالماي، بەلكى يىرىك ئىششىقتا قېپقالىدۇ. بۇمۇ يېرىپ ئىلاج قىلىنىدۇ. بۆرەك ئىششىقلىرىنىڭ ھەممىسى تېز قېتىۋالىدۇ، بۇ قانداقمۇ قېتىۋالمىسۇن؟ بۆرەك تاش پەيدا بولىدىغان ئورۇن تۇرسا.

ئەگەر بۆرەكتە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق بولۇپ (بۇ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق قىزىتمىدىن خالىي بولمايدۇ)، ئاندىن ئەقىل ئېلىشىش پەيدا بولسا، كېرىگەتنىڭ چوڭ ئىششىققا شېرىكىلەشكەنلىك سەۋەبىدىن ئادەمنى ئۆلتۈرۈپ قويىدۇ، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا ناچار ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كەلسە. ئەگەر ئۇنىڭغا ياخشى ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كەلسە، بىخەتەر ئېغىز ئالىدۇ. بەزىدە بۆرەكنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقىدا سۈيدۈكتە بۆرەك يېغىدىن ئازراق چىقىدۇ، بەزىدە بىر غېرىچ ئوزۇنلۇقتا ۋە ئۇنىڭدىن ئۇزۇنراق قىلغا ئوخشاش بىر نەرسە چىقىدۇ.

بۆرەك ئىششىقنىڭ سەۋەبلىرى ئومۇمىي بەدەندە ياكى بۆرەك شېرىكلىشىدىغان ئەزالاردا قانىنىڭ مىقدار ئېتىبارى ياكى كەيپىيات ئېتىبارى بىلەن ماددا تولۇپ قېلىش، بۆرەك تېشىنىڭ بۆرەك پەردىسىنى سويۇشى، قاتتىق ئۇرۇلۇش ياكى بۆرەكتە سۈيدۈكنىڭ ئوزۇن تۇرۇپ قېلىشى قاتارلىقلاردۇر، چۈنكى بۇنداق ئەھۋاللار بۆرەكنى ئىششىتىدۇ. بۆرەكتىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق تېز قېتىۋالىدۇ، قېتىۋالغاندا ئۇنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولىدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا كەمەرنى چىڭ باغلاش بۆرەك ئىششىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

بۆرەكتىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقنىڭ ئالامىتى داۋاملىق قىزىش ۋە ئۇ قىزىتما تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدەك قالايمىقان قوزغىلىشتۇر. بۇ قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە باشقا قىزىتمىلارنىڭ دەسلىپىدىكىدەك تومۇر كېچىكىلەش بولمايدۇ. بۇ قىزىتما مۇچىلەر سوۋۇش بىلەن بولىدۇ ۋە كۆيۈشۈشكە ئارىلاش جۇغ - جۇغ بولىدۇ. بۆرەك ئەتراپىدا داۋاملىق تارتىشىش ۋە

ئېغىرلىق سېزىلىدۇ. بارلىق سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار، قىرتاق، تۇزلۇق، ئاچچىق نەرسىلەر زىيان قىلىدۇ. كۆيۈشۈش ماددا ئېتىبارى بىلەن بولىدۇ، ئىششىق يىرىڭلىق ئىششىق بولغاندا ئاغرىق قوزغىلىدۇ ياكى پەسەيدۇ.

ئىششىق بۆرەكتىكى تېشىنىڭ بولغاندا ئاغرىق يېنىك بولىدۇ. ئەمما ئىششىق بۆرەكنى ئوراپ تۇرىدىغان پەردىنى ياكى ئۇنى تۇتۇپ تۇرىدىغان تارىمۇشتا بولسا، ئاغرىق قاتتىق بولىدۇ ۋە چوڭ تىنىش، يۆتەل، چۈشكۈرۈك بىلەن ئېغىرلىشىدۇ. ئەگەر ئىششىق بىر ئورۇنغا مۇقىملاشمىغان بولسا، تىك تۇرۇش قىيىن بولىدۇ. ئەگەر بىمار ئوڭدا ياتسا، دۈم ياتقانغا قارىغاندا ئاغرىق يەڭگىلەيدۇ بولىدۇ. بەزىدە ئىششىق يوغىناپ كەتكەنلىكتىن، قىزىتما ئۆرلەپ كېتىپ، مېڭە پەردىسىنىڭ شېرىكچىلىكى سەۋەبىدىن ئەقىل ئېلىشىشقا، ئاشقازانىنىڭ جىگەرگە شېرىكچىلىكى سەۋەبىدىن ئاچچىق قەي قىلىشقا ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە ئاغرىق يۈز ۋە قاپاققىچە يېتىپ بارىدۇ. ماددىنىڭ ئۈچەينى باسقانلىقىنى قورساق سېزىمى ئارقىلىق ھېس قىلغىلى بولىدۇ.

بىمارنىڭ سۈيدۈكى دەسلەپتە رەڭسىز بولۇپ، ئاندىن ھېچ نەرسە ئارىلاشمىغان ئوت رەڭلىك سېرىق بولۇپ، ئاخىرىدا قىزىرىدۇ. ئەگەر سۈيدۈك داۋاملىق رەڭسىز كەلسە، ئىششىقنىڭ قاتقانلىقى ياكى يىرىڭلىق ئىششىققا ئۆزگەرگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بۇ خىل كېسەلدە سۈيدۈك چاپلاشقاق ئاق بولۇپ، داۋاملىق شۇنداق كەلسە، بۇ ناچار ئالامەتتۇر.

سۈيدۈكتە ياخشى چۆكمە (يىرىڭ ۋە قان ئارىلاشمىغان چۆكمە) پەيدا بولۇشقا باشلىسا، بۇ، ئىششىق باشقا نەرسىگە ئۆزگەرمەستىن، پىشقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىششىق دەسلەپكى كۈنلەردىن ئۆتۈپ كېتىپ، سۈيدۈك سۈزۈك ھەم سۈيۇق ھالەتتە قېپقالسا، ئىششىق يىرىڭ يىغىۋاتقان ياكى قېتىۋاتقان بولىدۇ. ئىششىقنىڭ بۆرەك تېشىنىڭ ياكى بۆرەكنى ئوراپ تۇرىدىغان پەردىنى ئىكەنلىكىنى بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ئالامەتلەر بىلەن بىلگىلى بولىدۇ.

ئىششىقنىڭ ئوڭ ياكى سول بۆرەكتە ئىكەنلىكىنى ئىششىق بار تەرەپنى بېسىپ ياتسا، ئىششىق بولمىغان تەرەپنى بېسىپ يېتىشقا قارىغاندا ئاغرىقنىڭ يېنىكرەك

بولىدىغانلىقى بىلەن بىلگىلى بولىدۇ (ئىششىق يوق تەرەپنى بېسىپ ياتقاندا، ئىششىق بار بۆرەك ئېسىلىپ تۇرغانلىقتىن بەك ئاغرىيدۇ). ئەگەر ئاغرىق جىگەر تەرەپكە سوزۇلسا، ئىششىق ئوك بۆرەكتە بولىدۇ، ئەگەر دوۋساق تەرەپكە سوزۇلسا، ئىششىق سول بۆرەكتە بولىدۇ. بۇ ئىككى خىل ئالامەت بىرگە كەلسە، ئىششىق ئىككىلا بۆرەكتە بولىدۇ. ئەگەر ئىششىق يىرىڭلىق ئىششىققا ئۆزگەرسە، بۆرەكنىڭ ئېغىرلىقى ئېشىپ، بىمار قورسقىدا ئېغىر بىر نەرسە بارەك ھېس قىلىدۇ. بوش ئورۇنلاردا ئېسىلىش پەيدا بولىدۇ، ئالامەتلەر بەك كۆچىيىدۇ، قورساق قاتتىق ئاغرىيدۇ، سول بۆرەكتىكى ئىششىقتا ئاغرىق ئىككى ئۇرۇقدانىڭ ئۈستىدە بىلىنىدۇ. بۆرەك ئىششىقىنىڭ ھەممىسدە ئاغرىق ئومۇرتقا مۇسكۇللىرىدا زورىيىدۇ. ئەگەر ئىششىق پىشسا، قىزىتما يەڭگىللەپ، جۇغ - جۇغ كۆپىيىدۇ، سۈيدۈك قويۇلىدۇ، سۈيدۈكتە ياخشى چۆكمىلەر كۆپ بولىدۇ. ئەگەر ئىششىق ئېغىز ئالسا، قىزىتما ۋە جۇغ - جۇغ يوقالمايدۇ. ئەگەر چىققان يىرىڭ ئاق، تەكشى، سىپسىق پۈرىمايدىغان بولسا ۋە سۈيدۈك بىلەن چىقسا، بۇ ئەڭ ياخشىدۇر. شۇنىڭدەك يىرىڭ قان ۋە ئاق زەردار بولسىمۇ ياخشىدۇر. بۇنىڭ ئەكسىچە بولۇپ قالسا، ناچارراقتۇر.

داۋالاش

داۋالاشنىڭ دەسلىپىدە ئىششىق غالىب بولسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش بىلەن ئىششىقنىڭ سەۋەبى ئۈزۈپ تاشلىنىدۇ. بەزىدە باسلىق تومۇردىن قان ئالغاندىن كېيىن، تىزنىڭ مابەز تومۇرىدىن قان ئېلىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. ئەگەر تىزنىڭ مابەز تومۇرىنى تاپقىلى بولمىسا، سافىن تومۇردىن قان ئېلىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. ئەگەر ئىششىق بىلەن ئۆتكۈر خىلىتلار بولسا، مۇمكىنقەدەر چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى لوئابلىق ھۆقنىلەر بىلەن ماددىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بۇ كېسەللىككە ئىشلىتىلىدىغان سۈرگىلەرنىڭ ئەڭ ياخشىسى مائۇلجەبىن ۋە خىيارشەنبەردۇر. مائۇلجەبىننىڭ ماددىنى ئۈچەيلەرگە مايىل قىلىش، يۇيۇش، ماددىنى راۋانلاشتۇرۇش، سوۋۇتۇش، ماددىنى پىشۇرۇش، يارىنى ياخشىلاش

خۇسۇسىيىتى باردۇر. خىيارشەنبەرنىڭ مادداسى سۇرۇش، يېنىك دەرىجىدە پىشۇرۇش خۇسۇسىيىتى باردۇر. شېكەر سۇيى ۋە سۇ كۆپ ئارىلاشتۇرۇلغان ھەسەلمۇ مۇشۇ قاتاردىندۇر. ئەگەر مۇمكىن بولسا خىلتىنى تەڭشەپ، ئاندىن سۇرۇش ياخشىراقتۇر، ئەمما سۇرگە كۆچلۈك بولماسلىقى كېرەك، چۈنكى سۇرگە كۆچلۈك بولسا، بۆرەككە قوشنا ئۆچەيلەرگە قۇيۇلغان خىلتىنىڭ كۆپلۈكى سەۋەبىدىن ئېغىر زىيان يەتكۈزىدۇ، ئارپا سۇيى داۋاملىق ئىشلىتىشكە تېگىشلىك دورا قاتارىدىندۇر. سۇيدۇك ھەيدەيدىغان دورىلاردىن ئۇرۇق دورىلار ھەم ئۇرۇق دورىلاردىن ياسالغان بانادۇقلارنى ئىچكۈزمەسلىك كېرەك، بولۇپمۇ بەدەن خىلتىتىن تازىلانمىغاندا. چۈنكى بۇ ۋاقىتتا خىلتىلار بۆرەككە قۇيۇلىدۇ، پىشقاندا سۇيدۇك قىلىپ ھەيدىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ۋاقىتتا سۇ ئىچىشتىن مۇمكىنقەدەر چەكلەش كېرەك.

سۇ ئىچكۈزۈش گەرچە مادىدا تازىلانمىغىچە داۋالاشقا مۇۋاپىق كەلمەسمۇ ھەم ئۆزىنىڭ سووۇقتۇشى ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشى بىلەن ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارغا مۇۋاپىق بولسىمۇ، لېكىن سۇيدۇكنى قالايمىقانلاشتۇرۇۋېتىدىغان ئىششىق تەرەپكە تۆكۈلگەن نەرسە ئىششىقنىڭ جەۋھىرىنى قىستاپ قويىدىغان دەرىجىدە بولسا، ئىششىقنى ھەرىكەتلەندۈرگەنلىك سەۋەبىدىن سۇ مىقدار جەھەتتە مەنپەئەت قىلسىمۇ، بىراق كەيپىيات جەھەتتە زىيان قىلىدۇ. شۇنداق تۇرۇقلۇق سۇ ئۆزى بىلەن بىرگە سۇنىڭ ھەمراھلىقىدا بۆرەككە چۈشۈشى ئاسان بولىدىغان خىلتىلارنى بۆرەككە ئېلىپ كېلىدۇ. ئەگەر سۇ ئىچمەي ئامال بولمىسا، تاتلىق، سۇزۇك سوغۇق سۇنى تامچىلىتىپ ياكى سۈمۈرتۈپ ئىچكۈزۈش لازىم. سۇ پىششىنى توسقۇدەك دەرىجىدە سوغۇق بولماسلىقى، بىمار گۆش ۋە تاتلىق نەرسىلەردىن پەرھىز تۇتۇشى كېرەك. ئىسسىق سۇ ۋە بەك ئىسسىق بولغان ھەرقانداق نەرسىلەر بۇ خىل بىمارلارغا زىيان قىلىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، سۇنى كۆپ ئىچسە، ئۇ ئۆزىنىڭ ھەرىكىتى ۋە بۆرەكتىن ئۆتۈشى بىلەن بۆرەكنى چارچىتىشتىن خالىي بولالمايدۇ. ئىششىق ۋە يارىلارغا ئازار ئېلىشتەك ياخشى نەرسە يوقتۇر، مۇنچىغا چۈشۈش بۇ خىل بىمارلارغا ماس كەلمەيدۇ، لېكىن ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق يېنىشقا

باشلىغاندىن كېيىن مۇنچىغا چۈشسە بولىدۇ.

دەسلەپتە ئىچىلىدىغان دورىلار، تىلالار، ھۆقنىلەر ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىدىن مەنپەئەتلىك بولغانلىرىنى ئىشلىتىش، ئاندىن ئىششىقنىڭ چوڭ - كىچىكلىك ئېتىبارى بىلەن بۇ دورىلارغا ماددىنى راۋانلاشتۇرغۇچى، بوشاشتۇرغۇچى، پىشۇرغۇچى دورىلاردىن ئازراق ئارىلاشتۇرۇش، ئاخىرىدا ماددىنى راۋانلاشتۇرغۇچى ۋە بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، شۇنىڭدەك ماددىنى راۋانلاشتۇرىدىغان ۋە بوشاشتۇرىدىغان دورىلاردىن ئېچىشتۇرمايدىغانلىرىنى تاللاش كېرەك.

ئەگەر ئىششىق چوڭ بولغانلىقتىن ئېچىشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار كۈچلۈك دورىغا ئېھتىياج چۈشسە، ئەڭ ياخشىسى ئېچىشتۇرمايدىغان دورىلارنىمۇ كۆپرەك قوشۇش كېرەك. ئەگەر ئېچىشتۇرغۇچى خىلتىلار بار بولسا، ئۇنى تازىلىماي، بۆرەك ۋە ئىششىقلارغا ماس كېلىدىغان سۈيۇق تاماقلار تۇرىدىن بولغان غىزالار بىلەن خىلتىنى سۇندۇرۇش لازىم. بۇ تاماقلار ئېچىشتۇرمايدىغان نەرسىلەرنىڭ قاتارىدىن بولۇشى كېرەك، چۈنكى بۆرەك بۇ خىل غىزالار بىلەن ئوزۇقلىنىدۇ. خىلتىنىڭ سۈيۇق ياكى قويۇق ئىكەنلىكىنى، جەۋھرىنىڭ بۇزۇق تۇرىدىن ياكى ساغلام تۇردىن ۋە ياكى باشقا خىلتىتىن ئىكەنلىكىنى ھەم خىلتىنىڭ ئاز - كۆپلۈكىنى بىلىش لازىم. بۇنداق قىلىش دورىنىڭ كەيپىياتى ۋە مىقدارى بىلەن خىلتىلارغا تاقابىل تۇرۇش ئۈچۈندۇر.

كۈچسىزرەك دورا بىلەن داۋالىنىدىغان كېسەللەرنى كۈچسىزرەك دورا بىلەن داۋالاپ، كۈچلۈك دورىلار ئىشلىتىلمەيدۇ. ئەگەر ئىششىق پۈتۈنلەي پىشىپ، پىشقانلىقى سۈيدۈكتە بىلىنسە، ئۇرۇق دورىلار ۋە ئۇرۇق دورىلاردىن ياسالغان بانادۇقلارغا ئوخشاش سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئارپا سۈيى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىششىق پىششىتىن بۇرۇن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىچكۈزۈلمەيدۇ، بولۇپمۇ بەدەندىكى خىلتىلار ناچار بولغاندا. بەزىدە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىچكۈزۈش ئېغىرلىقنى پەيدا قىلىدۇ، بۇنىڭغا پەرۋا قىلماسلىق كېرەك. چۈنكى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىچكۈزۈشنىڭ ئۆزى ئېغىرلىقنى يوقىتىدۇ. ئىششىقنى ياخشىلاش ۋە ناچار خىلتىلارنى سۈرۈپ چىقىرىشتا

ئىشلىتىلىدىغان ئەڭ ياخشى نەرسە ھۆقنە قىلىدىغان دورىلاردۇر، چۈنكى ھۆقنە ئىششقىلارغا قۇۋۇەتنى ساقلاپ تۇرۇپ تەسىر قىلىدۇ. ھۆقنە قۇۋۇەتنى ساقلاش بىلەن بىرگە ئىچىلىدىغان دورىلار، بولۇپمۇ سۈرگە دورىلىرى چۈشۈرگەندەك ئۈستىدىن ھېچ نەرسىنى چۈشۈرمەيدۇ. ھۆقنە مەجبۇرىي، زورلاپ قىلىنغان ھۆقنە بولماستىن، بەلكى قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلەنگەن ھۆقنە سايمىنى بىلەن بولۇشى كېرەك. چۈنكى زورلاپ ھۆقنە قىلىش ئاغرىتىدۇ ۋە زىيان يەتكۈزىدۇ. خىيارشەنبەر بۆرەكنى داۋالاشتا بەك ياخشىدۇر، ئەگەر خىيارشەنبەر ھۆقنە ۋە ئىچىملىك دورىلارغا چۈشسە، يېنىك دەرىجىدە تازىلايدۇ ۋە ئىششقىنى پىشۇرىدۇ. ئەگەر بەدەننىڭ ماددىدىن پاك ئىكەنلىكى، ئىششقىنىڭ كىچىك ئىكەنلىكى بىلىنسە، بەزىدە مائۇلھەسەلنى ياكى كۆپ سۇ قوشۇلغان شېكەر سۈيىنى ئىچكۈزۈش كۇپايە قىلىدۇ. چۈنكى بۇ ئىككىسى ماددىنى راۋانلاشتۇرۇپ، لەتىپلەشتۈرۈپ، پارچىلاپ، بەزىدە ئىششقىنى كۆيۈشتۈرمەي تۇرۇپ تارقىتىدۇ. دەسلەپكى مەزگىلدە مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەر: ئازراق ياغ، سۆگەت ئۇسارىسى ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارىلەر ئارىلاشتۇرۇلغان ئارپا سۈيى ۋە ھارارەتنى ئۆچۈرگۈچى دورىلارنى زىمات قىلىش، ئىسپىغۇلغا ئوخشاش دورىلارنىڭ لوئابىنى ئىچكۈزۈش قاتارلىقلاردۇر. بەزىدە سۈت ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئىششق بولسا، سۈت بىز يۇقىرىدا سۈپەتلىگەندەك بولۇشى كېرەك. بۇ دورىلاردىن كېيىن ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى قاتارلىقلارغا ئازراق سوغۇق تەبىئەتلىك دورا ۋە قىزىلگۈل يېغى قوشۇپ تەييارلانغان ھۆقنىلەر ۋە ئارپا تالقىنى، بىنەپشە، باقلا قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ھۆقنىلەر ئىشلىتىلىدۇ. كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى قوشماي، شۇمشا، بابۇنە قاتارلىقلار قوشۇلىدۇ. ھۆقنىگە قارا كۈنجۈت يېغى، زاراڭزا يېغى ئىشلىتىلىدۇ. سىرتىدىن ماددىنى پىشۇرىدىغان ۋە بەك ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان دورىلار زىمات قىلىنىدۇ. شۇلاردىن بىرى شۇكى، ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار ھەم سېرىقچېچەك ۋە ئاق لەيلىنىڭ قۇۋۇتى بار ياغلارغا چۆكۈرۈلگەن يۇڭ بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. بۇغداي ئۇنى، قايىنىتىلغان مائۇلھەسەل، شۇمشا يوپۇرمىقى، كاللەكبەسەي، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، سېرىقچېچەك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى،

بابۇنە، قارا كۈنجۈت يېغى قاتارلىقلاردىن زىمات تەييارلىنىدۇ. بۇ زىماتلارغا بىنەپشە ۋە يۇمشاتقۇچى ھايۋانات ياغلىرىنى قوشۇش ئىختىيار بولىدۇ. بەزىدە ئاغرىق سەۋەبىدىن بۇ زىماتلارغا ئازراق خەشخاش قوشۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. ئادەمگىيلە يىلتىزىنىڭ پوستىنى ئاغرىق پەسەيتىش ئۈچۈن زىماتقا سېلىش مۇۋاپىقتۇر.

تاش چۈشۈشتىن بۇرۇن كېلىپ چىققان ئىششىقتىن بولغان ئاغرىققا بىز سۆزلىگەن بويىچە شۇ ئورۇنغا تەدبىر قىلىش كېرەك. ئەمما ئاغرىق قوزغالغاندا (بولۇپمۇ دوۋساقتىكى تاش چوڭ ھەم يىرىك بولۇپ، دوۋساق شىللىق پەردىسىنى سويغانلىقتىن دوۋساقتا ئاغرىق بولغاندا) مۇنچىغا چۈشۈرۈش ۋە ئابىزەن قىلىش مۇمكىن بولىدۇ. ئەگەر تاش كۆپ بولۇپ، ئاغرىق بىر سائەتتىن كېيىن قوزغالسا، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى تەركىبلىك نۇتۇللار ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت ئازراق قەۋزىيەتلىك بولسا، ئەڭ ياخشىسى چوڭ بولمىغان شىياق ياكى ھۆقنە بىلەن چىقىرىلىدۇ. ئەگەر شىياق ياكى ھۆقنە چوڭ بولۇپ كەتسە، بېسىپ ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ، شۇڭا بۇنىڭدا شىياق دورىلار ياخشىراقتۇر. چوڭ تەرەتكە تەدبىر قىلىش ھۆللۈكنى قۇرۇتۇپ ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ. سۈرگە دورىسىنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ، چۈنكى سۈرگە دورىسى يۇقىرىدىن چۈشۈرگەن نەرسىلەر بىلەن ئاغرىتىپ بىئارام قىلىدۇ. ئەمما بۇ ھۆقنىگە ھايۋاناتلار ياغلىرى، كۈچلۈك بوشاشتۇرغۇچى ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئارىلاشتۇرۇلسا، ئازراق ئىچ سۈرۈش بىلەن ئاغرىقنى يوقىتىدۇ.

بۆرەكتە پەيدا بولغان يىرىڭلىق ئىششىقنى پىشۇرۇشتىكى كۈچلۈك زىماتلاردىن بىرى مائۇلھەسەلدە پىشۇرۇلغان ئەنجۈردۇر. ئەگەر بۇ زىماتنى مازارىيون ۋە گۈلسەۋسەن يىلتىزى بىلەن كۈچلەندۈرۈش ئېھتىياجى چۈشسە كۈچلەندۈرۈلىدۇ. تەجرىبىدىن ئۆتكەن ئىچلىدىغان دورىلاردىن بىرى شۇكى، زىغىر ئۇرۇقىدىن سەككىز گىرام، نىشاستىدىن تۆت گىرام ئېلىپ، ئىككىگە بۆلۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق تولۇق پىشسا، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە ھۆقنە قىلىنىدۇ.

زىماتلاردىن كەمافتۇس، چاڭگاك، پەتەرئاسالىيۇن، ئىزخىر چېچىكى، سۇمبۇل قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان زىماتلار بار. ئاغرىقنىڭ ئەھۋالىنى ئىگىلەپ تۇرۇپ، ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلار ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئابزەنلەر بىلەن ئاغرىقنى پەسەيتىش لازىم. بەزىدە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ، ئاغرىقنى پەسەيتىپ ئارام بېرىدىغان چوڭ تەرەتنى چىقارغۇچى ھۆقنە ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇنداق قىلىنمىسا، قان ئېلىش ۋە چات ئارىلىقىدىن بەلگىچە ھىجامەت قويۇپ، ئاندىن تىلىش شۇنداقلا ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە قەيسۇم، بابۇنە قاتارلىق دورىلار قاينىتىلغان قىزىق زەيتۇن يېغىغا چۆكۈرۈلگەن يوڭ بىلەن يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇشقا ۋە زىغىر ئۇرۇقىغا ئوخشاش دورىلارنى زىمات قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە بۇ زىماتنى چاڭگاك، كۈندۇر، كۈرسىنە، موم، گۈلسەۋسەن يېغى قاتارلىقلار بىلەن كۈچلەندۈرۈش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بەزىدە ھىجامەت قويۇپ يەڭگىل دەرىجىدە تىلىپ، دورىلارنىڭ ئۆتۈشى ئۈچۈن تۆشۈك قويۇپ، ئاندىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ئۇسۇللىرى بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بەزىدە سوغۇق تەبىئەتلىك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ئۇرۇق دورىلارنى يېنىك دەرىجىدىكى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار ۋە ئازراق سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلاردىن ئەپيۇنغا ئوخشاش دورىنى بىرگە ئىشلىتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ، پۇلونيا بۇ ھەقتىكى ئەڭ ياخشى دوريدۇر.

يىرىڭلىق ئىششىقتا يىرىڭ يىغىش زۆرۈر دەپ قارالغاندا، يىرىڭلىق ئىششىققا مەخسۇس بولغان داۋالاش شۇكى، بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ماددىنى پىشۇرغۇچى دورىلار بىلەن يارىدەم بېرىلىدۇ ۋە بۇ پىشۇرغۇچى دورىلارغا بەتەم يېلىمى، چاققاقئوت ئۇرۇقى، ئەفسەنتىن، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، كۈرسىنە تالقىنى قاتارلىقلارنى قوشۇپ، پىشۇرغۇچى دورىلار كۈچەيتىلىدۇ. بەزىدە بۇ پىشۇرغۇچى دورىلارغا پاشىرا يىلتىزى ياكى مازارىيون ۋە كەپتەر مايىقى قاتارلىقلار قوشۇلىدۇ. بەزىدە ئەنجۇر قاينىتىلمىسى بىلەن ھەسەل كۈپايە قىلىدۇ. ھۆقنە ۋە ئىچىلىدىغان دورىلاردا يىرىڭلىق ئىششىقنى كۈچلۈك پىشۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈشلەر كۈچەيتىشكە تېگىشلىك نەرسىلەر بىلەن كۈچەيتىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا پىششىنىڭ ئاستا بولۇش سەۋەبى كۆيۈشىدىغان ئىسسىقتىن مىزاج

بۇزۇلۇشتىن بولىدۇ، ئەگەر مىزاج تەڭشەلسە، ئىششىق پىشىدۇ. بۇ خىل تەڭشەش سۈتلەرنى ئىچكۈزۈش، ھۆقنە قىلىش ۋە زىماتلار بىلەن بولىدۇ. پىشۇرۇشتا تەبىئىتى سوغۇق، ئىككىلەمچى ھالەتتە ئىسسىقراق بولغان نەرسىلەر ئىشلىتىلىدۇ، مەسىلەن: ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزغانغا ئوخشاش.

ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق ئېغىز ئالمىسا، ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار ۋە ئۆتكۈر ھۆقنىلەر ئىشلىتىلىدۇ. ھەتتا خەرىەق، قىسائۇل ھىمار، سامساق قاتارلىقلار چۈشىدىغان ھۆقنىلەر ئىشلىتىلىپ، بۇ ھۆقنىلەرگە سىرتىدىن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ۋە زىمات قىلىش، ئېگىر، چاڭگاك ئۇرۇقىغا ئوخشاش كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن يارىمم بېرىلىدۇ. ئىششىقنى ياخشى ئېغىز ئالدۇرىدىغان دورىلار دارچىن ۋە ئاق قىچىدۇر.

ئەگەر ئىششىق ئېغىز ئالسا، ئىششىقنى تازىلاش ئۈچۈن كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىپ، ئاندىن بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان بۆرەك يارىسى ئۈچۈن تەييارلانغان دورىلاردىن گۆش ئۈندۈرىدىغانلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

2 ـ پەسىل بۆرەكتىكى بەلغەمدىن بولغان ئىششىق توغرىسىدا

بۆرەكتىكى بەلغەمدىن بولغان ئىششىق بەلغەمنى پەيدا قىلىدىغان سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ئېغىرلىق، تارتىشىش ۋە بۆرەك خىزمەتلىرىدە يېتەرسىزلىك بولىدۇ، كۆيۈشۈش بولمايدۇ. بەزىدە بەلغەمدىن بولغان ئىششىق بىلەن بىرگە يۇز ۋە ئۇمۇمىي بەدەنىدە كۆبجۈش بولىدۇ. ئومۇرتقىغا خاس ئالامەتلەر بولماسلىق بىلەن بىرگە مەنىي ئىنتايىن ھۆل، سۈيۇق، سوغۇق بولىدۇ.

داۋالاش

ماددىنى تازىلىغۇچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى دورىلار زىمات قىلىنىدۇ. بۇ كېسەللىكتە غار يېغى، غار يوپۇرمىقى ۋە سۇزاپقا بەكرەك تايىنىش زۆرۈر. بۇ دورىلار ھۆقنىلەر، ئىچىلىدىغان دورىلار ۋە زىماتلارغا چۈشۈرۈلىدۇ.

3 ـ پەسىل بۆرەكتىكى قاتقان ئىششىق توغرىسىدا

ئىششىق دەسلىپىدىلا قاتقان بولىدۇ، كۆپىنچىسى قىزىتمىدىن كېيىن پەيدا بولىدۇ. قاتقان ئىششىقنىڭ سەۋەبى ئىششىققا ئېقىپ كەلگەن سەۋداۋى ماددىنىڭ كۆپلۈكى ياكى سوغۇقلۇقنىڭ قاتۇرۇشىدىن قېتىۋالغان ياكى ئىسسىقلىقنىڭ قويۇلىدۇرۇشىدىن قېتىۋالغان، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن كېلىپ چىققان قېتىۋېلىشتۇر. بۇ ئىككىسى (قاتۇرىدىغان سوغۇقلۇق، قويۇلدۇرىدىغان ئىسسىقلىق) ئىششىق پىشماسلىقنىڭ سەۋەبىدۇر. چۈنكى پىشىش مۇتىدىل ھارارەتكە ئەگىشىپ بولىدۇ.

ئالامىتى

بۆرەكتىكى قاتقان ئىششىقنى قاتتىق ئېغرىلىق بىلدۈرىدۇ. بۇ ئېغرىلىق بىلەن زارلانغۇدەك ئاغرىق بولمايدۇ. لېكىن ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن كېيىن كېلىپ چىققان قاتقان ئىششىقتا ئاغرىق بولىدۇ. بەزىدە بۇنىڭدا ئاغرىق قوزغىلىدۇ. قاتقان ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرىدىن بىرى بەل ئىنچىكىلەشتۇر.

بەل ۋە ئىككى ساغرىنىڭ سېزىمى تۆۋەنلەيدۇ، بەزىدە ئىككى پاچاقنىڭمۇ سېزىمى تۆۋەنلەيدۇ، لېكىن ئىككى پاچاق سېزىمى تۆۋەنلىسۇن ياكى تۆۋەنلىمىسۇن

ئاجىزلىقتىن خالىي بولمايدۇ. تۆۋەندىكى مۇشۇ ئەزالارنىڭ ھەممىسىدە ئورۇقلاش يۈز بېرىدۇ. بۆرەكنىڭ قۇۋۇتى ۋە ئىتتىرىش قۇۋۇتى ئاجىزلاپ، سۇ تەركىبىنى ئاز سۈمۈرگەنلىكتىن سۈيدۈك سۈيۇق، مىقدارى ئاز بولىدۇ ۋە يەنە سۈيدۈك پىشمىغان ۋە سۈيۇق بولىدۇ، سۈيدۈكنىڭ پىشماي، سۈيۇق بولۇشىنىڭ سەۋەبى توسالغۇدۇر. چۈنكى توسالغۇ دۇغ ۋە سۈيۇق سۈيدۈكنىڭ كۆپ قىسمىنىڭ ئۆتۈشىنى توسىدۇ. بۇ توسالغۇ بەزىدە سۈيدۈكنى تۇتۇۋالىدۇ. ئاجىزلىق قۇۋۇەتنىڭ پىشۇرۇشىنى توسۇپ قويىدۇ. بەزىدە بۇ خىل ئىششىقتىن كۆبجۈش پەيدا بولىدۇ، كۆپىنچە بۇ خىل ئىششىق سۇنىڭ ئۆتۈش يوللىرى توسۇلۇپ، بەدەنگە قايتقانلىقتىن ئىستىسقاغا ئېلىپ بارىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇنداق كېسەللەردە داۋاملىق سۈيدۈكنى ھەيدەش لازىم.

داۋالاش

جىگەرنىڭ قاتقان ئىششىقىنى داۋالاش ئۈسۇللىرى ۋە دورا ئىشلىتىش ئۈسۇللىرىنى مۇلاھىزە قىلىش لازىم. جىگەرنىڭ قاتقان ئىششىقىنى داۋالاش ئۈسۇلى ۋە دورا ئىشلىتىش ئۈسۇلى ئۆز ئەينى بۆرەكنىڭ قاتقان ئىششىقىنى داۋالاش ئۈسۇلىدۇر. ئەگەر سەۋدا ئارىلاشقان قان كۆپ بولغانلىقتىن، قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشسە، قان ئېلىنىدۇ. بەزىدە بۇ خىل كېسەللىكە يۇمشىتىش ۋە تارقىلىش خۇسۇسىيىتى بار ئۈرۈق دورىلارنى ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ، مەسىلەن: ھەشقىپىچەك ئۈرۈقى، زىغىر ئۈرۈقى، ئاق لەيلى ئۈرۈقى، شۇمشا ئۈرۈقى، زاراڭزا ئۈرۈقى قاتارلىقلاردىن سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ، بۇ سۇفۇپقا ئېھتىياج ئېتىبارى بويىچە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بۇنىڭدا سۈيدۈك كۆپ ھەيدەلمەيدۇ، ئەگەر سۈيدۈك كۆپ ھەيدەلسە، سۈيۇقى چىقىپ كېتىپ، قويۇقى قېتىپ قالىدۇ.

بىمارنىڭ سۈيدۈكىگە ئەھمىيەت بېرىلىدۇ، ھەرقاچان سۈيدۈك قويۇقلىشىپ قالسا، نورمال سۈيدۈك ھەيدىلىدۇ، ھەرقاچان سۈيدۈك توختاپ قالسا پىشۇرۇلىدۇ.

ئۇنىڭ پىشقانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، سۈيدۈك كۆپ ھەم قويۇق كېلىدۇ. ئۇنىڭغا قۇسته يېغى، سۇمبۇل يېغى، يەسمەن يېغى، بابۇنە يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، غار يېغى قاتارلىق بوشاشتۇرغۇچى ۋە ئىسسىق ئۆتكۈزگۈچى دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ. زىماتلاردىن بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، زىغىر ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان زىمات مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە مۇقەل، ئوشەق، سەكبىنەج، ئېپىق يېغى، شىر يېغى، كالا يېلىكى، بۇغا يېلىكى قاتارلىقلاردىن مەلھەم ۋە زىمات تەييارلاپ ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

بەزىدە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسىغا مۇقەل، ئوشەققە ئوخشاش دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. شۇنىڭدەك بابۇنە، ئوغرىتىكەن، ئىكلىلمىلىك، بىستىپايەج قاتارلىقلارنى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسىغا قوشۇپ ئىچكۈزۈش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

4 ـ پەسىل بۆرەك يارىسى توغرىسىدا

بۆرەك يارىسىنىڭ سەۋەبى باشقا يارىلارنىڭ سەۋەبىنىڭ ئۆز ئەينىدۇر، بۇ سەۋەب پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش، ئاندىن يىرىڭلاشتۇر. بۆرەك يارىسى بەزىدە تومۇرنىڭ يىرىلىشى ۋە ئېغىز ئېلىشى ياكى تومۇرنىڭ مەلۇم سەۋەبلەردىن ئۈزۈلۈشىدىن بولىدۇ. بەزىدە ئېغىز ئالغان يىرىڭلىق ئىششىقتىن، بەزىدە چۈشۈپ كەتكەن تاشتىن، بەزىدە سەپراۋى خىلتىتىن ياكى بۆرەك نېپىز پەردىسىنى سويىدىغان شورلۇق خىلتىتىن ياكى چاپلىشىۋالغان ئورۇندىن قاتتىق تارتىلسا، شىللىق پەردىنى سويىدىغان چاچىلاشقاق خىلتىتىن پەيدا بولىدۇ. بۆرەك يارىسىنىڭ خەتىرى دۇۋساق يارىسى، ئىككى بۆرەك ئارىلىقىدىكى كانالچە يارىسى ۋە ئىككى سۈيدۈك توشۇش نەيچىسى يارىسىغا قارىغاندا ئازراقتۇر. بۇنىڭ سەۋەبى نېرۋىلىق ئەزانىڭ يارىسىنىڭ ساقىيىشى مۇسكۇللۇق ئەزالارنىڭ يارىسىغا قارىغاندا قىينىراقتۇر. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا كانالچىلاردىكى ماددىنىڭ كانالچە شىللىق پەردىلىرىنى سويىدىغان

سەپرالىق بولغانلىقى ياكى كانالچىلاردىن ئۆتكەن تاش كانالچىنى زىيادە قىلغانلىقتىن بولىدۇ. بەزىدە بۇ يارىلار گۆشخور بولىدۇ، بەزىدە گۆشخور بولمايدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا بۆرەك يارىسىدىن ساقايمايدىغان ئاقمىلار پەيدا بولىدۇ (گەرچە بۇ ئاقمىلار بەدەن ماددىدىن پاك بولغاندا ئېقىشتىن توختايدىغان، بەدەندە ماددا تولۇپ قالغاندا ئاقىدىغان بولسىمۇ)، بۇ ئاقمىلارنىڭ ياخشى يىرىڭ يىغىدىغىنىدىن يامىراش ۋە گۆشخور يارىغا ئۆزگىرىش خەۋپى بولمايدۇ. ئەمما ناچار يىرىڭ يىغىدىغىندا يارا يامراش، گۆشخور چاقا پەيدا بولۇش، ھالاكەتكە ئېلىپ بېرىش خەۋپى بولىدۇ. ئىككىلا بۆرىكى تېشىلىپ كەتكەن ئادەم ئۆلۈپ كېتىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ئىششىقنىڭ سىرتىغا مايىل بىر بېشى پەيدا بولۇپ، سىرتىغا ئېغىز ئالىدۇ.

ئالامتى

بۆرەك يارىسىنىڭ ئالامتى شۇكى، سۈيدۈكتە بەزىدە نەرسىلەر ۋە قىلسىمان پارچىلار ھەم گۆشتەك قىزىل پۇرچاقسىمان نەرسىلەر چىقىدۇ. بەزىدە بىمار بۆرەك ساھەسى ئاغرىۋاتقانلىقىنى ھېس قىلىدۇ، بەزىدە بۆرەك يارىسى شەكىللىنىشتىن بۇرۇن قان سېيىش ياكى بۆرەك يىرىڭلىق ئىششىقى ياكى تاش ئورنىدىن قوزغالغاندىكى ئاغرىق بولىدۇ. بەزىدە يارا پەيدا بولغانلىقىنى ئۇرۇلۇش ياكى سوقۇلۇشنىڭ يۈز بېرىشى بىلدۈرىدۇ. ئەمما تومۇر ئېغىزىنىڭ ئېچىلىشى بىلەن ئاغرىق بولمايدۇ. تومۇر ئېغىزىنىڭ ئېچىلغانلىقىنى ئاز - ئازدىن داۋاملىق قان سېيىش بىلدۈرىدۇ، ئەگەر قان سېيىش يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ ئېغىز ئېلىشى ياكى ئۈستىدىكى بىرەر تومۇرنىڭ يېرىلىشىدىن بولسا، 2 ~3 كۈن داۋاملىشىدۇ. ئەگەر 2 ~ 3 كۈندىن ئۇزىراپ كەتسە، ئۇ قان تومۇر ئېغىزى ئېچىلغانلىقتىن ياكى ياردىن بولغان بولىدۇ. ئەگەر قان سېيىش ئۇزىراپ كەتسە (سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ئۆزگەرسە ياكى يىرىڭ ئارىلاش بولسا)، بۇ قان پەقەت بۆرەكتىكى ياردىن ياكى دوۋساقتىكى ياردىن بولىدۇ. بۇ خىل قان سېيىش بىمارنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان قان سېيىشتۇر. چۈنكى، ئاز - ئازدىن داۋاملىق قان سېيىش كۆپ مىقداردىكى قاننىڭ چىقىپ

كېتىشىگە ئېلىپ بارىدۇ. بۆرەك يارىسى بىلەن دوۋساق يارىسىنىڭ پەرقى شۇكى، بۆرەك يارىسى سۈيدۈك تامچىلاش بىلەن بولىدۇ. دوۋساق يارىسى سۈيدۈك تەستە كېلىش بىلەن بولىدۇ. بۆرەك يارىسىدا سۈيدۈك بىلەن چىققان قاسراق قىزىل بولىدۇ. دوۋساق يارىسىدا ئاق بولىدۇ، يارا دوۋساقنىڭ ئۆزىدە بولغاندا قاسراق چوڭ، قېلىن بولىدۇ. يارا كانالچىلاردا بولغاندا قاسراق كىچىك، نېپىز بولىدۇ ۋە يەنىلا ئاغرىغان ئورۇندىن دوۋساق يارىسى بىلەن بۆرەك يارىسىنى پەرقلەندۈرگىلى بولىدۇ. چۈنكى بۇ ئىككىسىدە ئاغرىش ئورنى ئوخشاش بولمايدۇ. بۆرەك يارىسىدا ئاغرىق ئۇستى تەرەپتە بولىدۇ، كانالچە يارىسىدا ئاغرىق ئوتتۇرىدا بولىدۇ، تاناسىل ئەزا يولى يارىسىدا ئاغرىق ئورنى ھەممىدىن تۆۋەن بولىدۇ. بەزىدە كانالچە يارىسىدا ئاغرىق ئېغىر بولۇپ، ھەر ۋاقىت تۇغۇت تولغىقىدەك قوزغىلىدۇ.

بەزىدە ئاغرىقنىڭ كۈچلۈكلۈك دەرىجىسى بىلەن پەرقلەندۈرۈلىدۇ، دوۋساق يارىسىدا ئاغرىق ئېغىرراق بولىدۇ، چۈنكى دوۋساق سەزگۈرلۈكى كۈچلۈك بولغان نېرۋىلىق ئەزادۇر. ئارقىمۇئارقا قان سىيىش گەرچە ئىككىلىسىنىڭ ئالامتى بولسىمۇ، دوۋساق يارىسىدا مقدارى ۋە سۈيدۈككە ئارىلىششى ئاز بولىدۇ.

بۆرىكىدە ياكى دوۋسقىدا يارا بار كىشى يېرىڭ سىيىپ بولغاندىن كېيىن قان سىيسە، بۇنىڭدىن بۇ يارىنىڭ گۆشخور يارا ئىكەنلىكى بىلىنىدۇ. بەزىدە بۆرەكتىكى يارىنىڭ ئېغىر ۋە يامان سۈپەتلىك ئىكەنلىكىنى داۋالاشنى ئاز قوبۇل قىلىشى، كېسەللىك مۇددىتىنىڭ ئۇزۇن بولۇشى، سۈيدۈكتە چۆكمىنىڭ كۆپ بولۇشى، سۈيدۈكنىڭ ناچار، يېشىل رەڭلىك بولۇشى ۋە ناھايىتى سېسىق پۇرىشى قاتارلىقلاردىن بىلگىلى بولىدۇ.

داۋالاش

بۆرەك ۋە دوۋساق يارىسىنى داۋالاشتىكى تۇنجى مەقسەت، خىلىتلارنى تەڭشەش ۋە خىلىتلارنىڭ قايتا ـ قايتا يارا پەيدا قىلماسلىقى ئۈچۈن خىلىتلارنى سەپرالىق ۋە شورلۇقتىن تاتلىقلىققا مايىل قىلىش، بىمارنى ھەرقانداق ئاچچىق،

چۈچۈمەل، قىرتاق، تۇزلۇق نەرسىلەردىن پەرھىز تۇتقۇزۇش، شۇنداقلا كۆپ سىيمەسلىكى ۋە بۆرەك ئۆزنىگە ئېقىپ كەلگەن نەرسىلەرنى ئايرىشتا كۆپ ھەرىكەت قىلماسلىقى ئۈچۈن سۇنى ئاز ئىچكۈزۈش لازىم. چۈنكى، يارىنى داۋالاشنىڭ قانۇنىيىتى يارىنى تىنچ قويۇشتۇر. خىلتلارنى تەڭشەيدىغان تەدبىردىن بىرى، زۆرۈر بولغاندا قان ئېلىش، يەڭگىل ئىچىنى سۈرگۈزۈش، ئۆتكۈر خىلتلارنى بىراقلا سۈرۈپ چىقىرىۋەتمەسلىكتۇر. چۈنكى، مۇشۇنداق ئىشلار ماددىنى بۆرەكتىن باشقا تەرەپكە مايىل قىلىش بىلەن بىرگە بەدەندىن يېنىك دەرىجىدە كېمەيتىدۇ. سەپراغا زۆرۈر بولمىسا، سۈرگە ئىشلەتمەسلىك، ئەڭ ياخشىسى ماددىنى تەڭشەپ بولغاندىن كېيىن چىقىرىپ تاشلاش، بولۇپمۇ قەي بىلەن چىقىرىپ تاشلاش كېرەك. خىلتنى تازىلاپ چىقىرىدىغان ۋە خىلتلارنى بۆرەكنىڭ قارشىسىغا تارتىدىغان دورىلار بىلەن قەي قىلدۇرۇش بۆرەك يارىسنى داۋالايدىغان دورىلارنىڭ ئەڭ ياخشىسىدۇر.

بەزىدە ئارقىمۇئارقا قەي قىلدۇرۇش يېتەرلىك بولۇپ، باشقا داۋالاشتىن بىھاجەت قىلىدۇ، ئەڭ ياخشىسى دەسلەپتە ئۇرۇق دورىلار بىلەن تەدبىر قىلىپ ئاندىن قەي قىلدۇرۇش، قەيگە تاماقنى يەپ بولۇپ، تاماقنى سۈرۈۋېتىدىغان نەرسىلەرنى ئىشلىتىش لازىم، مەسىلەن: قوغۇننى ئۇرۇقى بىلەن، بولۇپمۇ تاتلىق شاراب بىلەن، سىركەنجۈبىلنى قاينىق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ. قەي قىلدۇرىدىغان نەرسىلەر قەينى بەك قوزغايدىغان بولماسلىقى كېرەك.

خىلتلارنى تەڭشەيدىغان تەدبىرلەردىن بىرى تاۋۇز، تەرخەمەك، كاكنەچ، خەشخاش[1] قاتارلىق دورىلارنى يېگۈزۈشتۇر.

بۆرەك يارىسنى داۋالاشتا رىئايە قىلىشقا تېگىشلىك ئۇسۇللارنىڭ بىرى شۇكى، ئەگەر ئاغرىق كۈچەيىپ كەتسە، ئالدى بىلەن ئاغرىقنى داۋالاپ، ئاندىن يارىنى داۋالاش لازىم. ئەگەر ئۇ يارا يېڭى بولسا ۋە ئىششىق ئېغىز ئالسا، ئۇنى داۋالاش ئوڭاي بولىدۇ. بەزىدە تەرخەمەك ئۇرۇقنى بىنەپشە شەربىتى بىلەن بېرىش كۈپايە

① خەشخاشنى بۇ ئورۇنغا كەلتۈرۈشنىڭ مەقسىتىنى بىز چۈشىنەلمىدۇق، ئەسلىي كىتابتا شۇنداق بولغانلىقى ئۈچۈن، شۇنداق كەلتۈرۈپ قويدۇق.

قىلىدۇ. ئەگەر يارا سوزۇلما بولسا، داۋالاش تەس بولىدۇ، بۇنىڭدا ماددىنى تازىلاشقا ئالدىراش كېرەك.

ئەگەر يارا يېنىك بولسا، كاكىنەچ ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە بەدىيان قاتارلىقلارغا ئوخشاش يەڭگىل سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يارا ناچار، يامان سۈپەتلىك بولسا، نورمال مىقداردىكى پىرسىياۋشان، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، تاغ كۈدىسى، كۇرسىنە تالقىنى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر كېسەل ئېغىر بولسا، دورىلارنى ئىچكۈزۈش ۋە زىمات قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە بۇ دورىلارغا زۇپا، سۇزاپ ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار چۈشىدۇ. ئەگەر يارا تازىلانسا، يېيىلىش يۈز بەرمەسلىك ئۈچۈن، يارىنى پۈتتۈرۈش ۋە گۆش ئۇندۇرۇشكە مەشغۇللۇق قىلىنىدۇ. بۇ خىل بىمارلارنى ئىمكانقەدەر ئارام ئالدۇرۇش، چارچاتماسلىق، قول - پۇتىنى ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىش لازىم، بىمارنى ماڭدۇرۇش ۋە ھەرىكەت قىلدۇرۇش مۇمكىن بولمىغاچقا، ھەرىكەتلەندۈرۈپ چىقىرىلىدىغان نەرسىلەر قۇرۇق ئىسسىق ئۆتكۈزۈش بىلەن چىقىرىلىدۇ. ئەگەر بۇلار ساقايسا، ئۆزلىرىنىڭ ئادەتلەنگەن ھەرىكىتىگە قايتقۇچە، تەدرىجىي يەڭگىل ھەرىكەت قىلدۇرۇلىدۇ.

يارىنىڭ ئۆزىنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن جىمانى تەرك ئېتىش كېرەك، چۈنكى جىما يارىغا زىيان قىلىدۇ، بىمار كۆپ ھەرىكەت قىلماسلىقى ۋە چېنىقماسلىقى، بەدىنىنى ئۇۋۇلاپ بېرىشى لازىم. چۈنكى ئۇۋۇلاش مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە قانىنى شۇ ئورۇنغا تارتىدۇ.

بۇلارنى دورا بىلەن داۋالاشتا، ئېچىشتۇرمايدىغان، يارىنى پاكىزلىغۇچى، قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. ئەگەر يارا يامان سۈپەتلىك بولمسا، يارىنى نورمال پاكىزلاش ۋە قۇرۇتۇش كۈپايە قىلىدۇ. ئەگەر يارا يامان سۈپەتلىك بولسا، كىرنى تازىلىشى ۋە يۇيۇشى كۈچلۈك بولغان دورىلارغا، ئۇنىڭدىن كېيىن بەك تۇتقۇچى ۋە ياردا كىر بولۇشنى توسقۇچى دورىلاردىن ئاقاقىيا، لەھيەتۇتتىس ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى قاتارلىقلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

بەزىدە ناچار خىلتلارنىڭ قۇيۇلۇشىنى توسۇش ئۈچۈن سىرتقىچىچەككە ئوخشاش دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر يارا پاكلىنىپ قۇرۇپ، ئۇنىڭدىن ماددا توختىسا ساقايغان بولىدۇ، يارىنىڭ بارلىق دورىلىرىغا نىشاستە، كەتىرا، سوغۇق تەبىئەتلىك يېپلىم دورىلارغا ئوخشاش چاپلاشقاق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇش لازىم. چۈنكى، چاپلاشقاق دورا يارىنى يارىدىن ئۆتىدىغان نەرسىلەرنىڭ سويۇقلىشىدىن قوغدايدۇ.

بۇ دورىلاردىن لوكقا ئوخشاش مايلىق بولغىنىنى ئەزانىڭ گۆشى ئۈچۈن ۋە دوۋساق ئوزۇقلىنىدىغان، يارىنى چاپلاشتۇرۇپ، پۈتۈشكە تەييار قىلىدىغان دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇش كېرەك، يەنە بۇ دورىلارغا سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ۋە يارىنى ياخشىلاپ تۈگىتىدىغان دورىلارنى يارىغا يەتكۈزۈش ئۈچۈن لەتىفلەشتۈرگۈچى دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇش لازىم (گەرچە بۇ دورىلارنىڭ ئۆزى زىيان قىلىپ يارىنى قوزغىسىمۇ). بەزىدە بۇ يارا دورىلىرىغا خەشخاش، بەزرۇلبەنجى، ئادەمگىياھ، ئەپيۇن، شەۋكىران قاتارلىق ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بۇ سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار ئاغرىقنى پەسەيتىش، قۇرۇتۇش ۋە ماددىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

ئەگەر يارىدا كىرنىڭ بارلىقى بىلىنسە، شېكەر سۈيى، مائۇلھەسەل قاتارلىقلارغا ئوخشاش سۈيدۈك ھەيدەش قۇۋۋىتى بار بولغان يارىنى تازىلىغۇچى دورىلار بەزى ئۇرۇق دورىلار بىلەن سۈيدۈك ھەيدەپ، يارىنى يۇغانغا قەدەر ئېچكۈزۈلىدۇ، ئاندىن ئېغىر بولمىغان بۆرەك يارىسىنى داۋالايدىغان ئېچىلىدىغان دورىلار قۇرۇتقۇچى دورىلار بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ۋە ھەشقىپىچەكنىڭ يىلتىزى مائۇلھەسەل بىلەن، كاكىنەچ ئۇرۇقى، ئىتئۈزۈمى سۈيى، بولۇپمۇ تاغ ئىتئۈزۈمىنىڭ سۈيى ۋە يەنە تەرخەمەك ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى جۇلاپ بىلەن، پىرسىياۋشان مائۇلھەسەل بىلەن ئېچكۈزۈلىدۇ. گۈلسەۋسەن يىلتىزىنىڭ قۇرۇتۇش، تازىلاش، پىشۇرۇش ۋە چاپلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى باردۇر. زىغىر ئۇرۇقى ۋە كەتىرادىن بىر ھەسسىدىن، نىشاستىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، مائۇلھەسەل بىلەن بىرىلىدۇ ۋە يەنە چىلغوزا، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن ئېلىپ

سۇفۇپ قىلىپ، بىر چاڭگالدىن كاپ ئېتىلىدۇ ۋە يەنە قورۇپ سوقۇلغان خەشخاش ئۇرۇقىدىن 4.5 گىرام ئېلىپ، ئىزخىر، گۈلسەۋسەن يىلتىزىنىڭ قاينىتىلغان سۈيىدە بېرىلىدۇ. بىز بايان قىلغان دورىلاردىن كۆچلۈكرەكى پەتەرئاسالىيۇن ياكى ياۋا سەۋزە ئۇرۇقىنى رەيھان شارابى ۋە ئازراق گىل ئەرمىنى بىلەن بېرىشتۇر. بەزىدە مۇقەل، بەتەم يېلىمى، گىل مەختۇم قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئىككى خىل يېلىمنى ئېرىتىپ، ئۈستىگە گىل مەختۇم سېلىپ، تۆت گىرامغىچە بولغىنىنى تاتلىق شارابتا ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە كۇرسىنە تالقىنى يۇقىرىقى دورىلار بىلەن بىرگە بېرىلسە، ماددىنى كۆچلۈك تازىلايدۇ ۋە قۇرۇتىدۇ. ئەگەر كۇرسىنە تالقىنى بىلەن گىل مەختۇم، ئاقاقيا، لەھيەتۇتتىس ئۇسارىسى قاتارلىقلار بىرلەشتۈرۈلسە، تولۇق مەنپەئەت قىلىدۇ. گۈلسەۋسەن يىلتىزى يەنىلا كۆچلۈك بولۇپ، مۇشۇنداق تەسىر قىلىدۇ.

بۇ كېسەللىككە ئىشلىتىلىدىغان مۇرەككەپ دورىلار نۇسخىسى: پوستى ئاقلانغان تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 35 دانە، چىلغوزىدىن 12 دانە، بادامدىن بەش دانە، زەپەردىن مۇشۇ دورىلارنىڭ مىقدارىچە ئېلىپ ناشتىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ھارارەت كۆچلۈك بولسا، چىلغوزا ئۇرۇقىنىڭ ئورنىغا تەرخەمەك ئۇرۇقى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: چىلغوزىدىن 20 دانە، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 40 دانە، نىشاستىدىن 4.5 گىرام ئېلىپ، 24 گىرام سۇمبۇل رۇمى ۋە 24 گىرام كەرەپشە ئۇرۇقى تۆتتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىلغان سۇدىن 340 گىرامدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: گىل مەختۇم، خۇنسياۋشان، كۈندۇر، نىشاستە، قوغۇن ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، رۇببىسۇس، لوك، رەۋەنچىنى، چوڭ چىلغوزا، خەشخاش، بەزرۇلبەنجى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئۆزۈم شىرنىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: چىلغوزىدىن 30 دانە، پوستى ئاقلانغان بادامدىن 20 دانە، ئەتلىك خورمىدىن 15 دانە، كەتىرا، رۇببىسۇسنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، زەپەردىن 0.7 گىرام ئېلىپ، ئۆزۈم شىرنىسى بىلەن يۇغۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق كۈچەيسە كەتسە، يارىنى داۋالاشنى توختىتىپ، تۆۋەندىكى دورىلارغا ئوخشايدىغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: بەزرۇلبەنجىدىن 0.5 گىرام، ئەپيۇندىن 0.25 گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، كاھۇ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ ئىشلىتىلسە، ئاغرىقنى دەرھال توختىتىدۇ. ئەگەر ئاغرىق يېنىك بولسا، سۇنىڭ ئورنىغا سۈت ۋە بىنەپشە شەربىتى ئىچسە ئاغرىق توختىتىدۇ.

كۈچلۈك دورىلاردىن قۇۋۇپى[1]، قۇرسى كاكىنەچ، قۇرسى ئەسقىل سادۇس، قۇرسى دىسقۇرىدۇس، سۇفۇپى لوك ۋە تاغ زىراۋەندىسى، كاكىنەچ ئۇرۇقى ۋە سۇفۇپى كەمادەرىيۇس ئىنتايىن كۈچلۈكتۇر؛ كۆپىنچە قوشنىدارچىلىق يولى بىلەن قانلىق ئىچ سۈرۈشنىڭ ھۆقنىلىرى مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە مۇشۇ خىلدىكى زىماتلار بەلگە ۋە ئاچ بىقىنغا ئىشلىتىلىدۇ، مەسىلەن: شاراب ۋە ھەسەلدە قاينىتىلغان كۇرسىنە تالقىنىغا ئوخشاش. يەنە قۇرۇق قىزىلگۈل، يېسسىمۇق، ھەسەل، ھەببۇلئاس قاتارلىقلار زىمات قىلىنىدۇ. بۇ زىمات يارىنىڭ ئوفۇنەتلىنىشى ۋە كېڭىيىپ كېتىشىنى توسىدۇ. سۈركىلىدىغان دورىلاردىن خېنە يېغى، مەستىكى دەرىخى يېغى، بېھى يېغى سۈركىلىدۇ. بەزىدە بۇلارغا مىئەسائىلەگە ئوخشاش دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە يۇمشىتىش ئۈچۈن ئۆردەك يېغىغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلىتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بۆرەك ئاقمىلرىنىڭ قۇرۇتۇش ۋە بۇزۇلۇشنى توسۇشتىن باشقا دورىسى يوقتۇر. ئەمما قۇرۇتۇش بولسا بەدەننى داۋاملىق تازىلاش بىلەن ۋە مىقدارى، كەيپىيات ئېتىبارى بىلەن تولۇپ قېلىشتىن ئېھتىيات قىلىش بىلەن بولىدۇ. بۇ قۇرۇتۇش يامان سۈپەتلىك بولمىغان ئاقمىلارنى داۋالاشتا يېتەرلىك. ئەمما يامان سۈپەتلىك ئاقمىلار بۇنىڭدىن كۈچلۈكرەك دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ، مەسىلەن: ھەممىگە مەلۇم بولغان تۇتقۇچى دورىلارغا غىدىقلاش بولمىغان، ماددىنى تازىلاش، يارىنى پاكلاش خۇسۇسىيىتى بار بولغان دورىلارنى قوشۇپ تەييارلانغان ئوفۇنەتلىنىشتىن توسىدىغان زىمات ۋە شەربەتلەر.

---

① قۇۋۇپى — بۇ خۇش پۇراق بۇخۇردۇر.

5 ـ پەسىل غىزا توغرىسىدا

بۇ خىل بىمارنىڭ غىزاسى هەممىگە مەلۇم بولغان ئۇچارقاناتلارنىڭ گۆشى ۋە تاشلىق دەريا بېلىقنىڭ گۆشى، ياۋا پالەك، سېمىزئوتقا ئوخشاش ياخشى كۆكتاتلاردىن تەييارلانغان ياخشى كەيمۇسلۇق بولۇش لازىم. يارا ناچار هالەتتە داۋاملاشسا، بۇ گۆشلەر كاۋاپ قىلىپ بېرىلىدۇ. بۇ گۆشلەرنىڭ ئەڭ ياخشىسى ئۇچارقاناتلار گۆشى ۋە كاۋاپ قىلىنغان تاغ قۇشقىچىنىڭ گۆشىدۇر. يەنە چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، سېمىز توخۇ گۆشى ۋە كەسكەن چۆپ بېرىلىدۇ. سۈتنى هەزىم قىلالىسا، سۈت ئۇلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ هەمدە ئېشەك سۈتى، ئات سۈتى، تۆگە سۈتى قاتارلىقلارغا ئوخشاش سۈتلەرمۇ ئۇلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. چۈنكى، بۇ سۈتلەر يارا ماددىلىرىنى ياخشىلايدۇ، يۇيىدۇ، قايمىقى بىلەن يارىنى سىلىقلاشتۇرىدۇ.

كالا سۈتى ۋە قوي سۈتى ئەزالارنى زىيادە سىلىقلاشتۇرىدۇ ۋە ئوزۇقلاندۇرىدۇ. لېكىن ئېشەك سۈتى ۋە ئۆچكە سۈتى مىزاجنى ياخشىلىغانلىق، يارىنى يۇغانلىق ۋە ئۆزىنىڭ خاسىيىتى جەھەتتىن باشقىلارغا قارىغاندا بولۇپمۇ يارىغا مۇۋاپىق. ئوت ـ چۆپلەر بىلەن بېقىلغان ئېشەك ۋە ئۆچكىنىڭ سۈتى بەكرەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل بىمارلارنىڭ ئىچىدىغان سۈتى ۋە غىزالىرىغا كەتراغا ئوخشاش يارىنى ياخشىلايدىغان دورىلاردىن ئازراق ئارىلاشتۇرۇش كېرەك.

بۇ سۈتلەرنى ماددىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، نىشاستە، ئەرەب يېلىمىنى ئىشلەتكەندىن كېيىن ۋە هەممىگە تونۇش بولغان سۈيدۈك هەيدىگۈچى ئۇرۇق دورىلاردىن كېيىن ئىچكۈزۈش لازىم. ئەگەر سۈت ئىچسە، سۈت ئاشقازاندىن تۆۋەنلىمىگىچە هېچ نەرسە بېرىلمەيدۇ. ئەگەر سۈتنىڭ ئاشقازاندىن تۆۋەنگە چۈشۈشى كېچىكسە، سۈتكە ئازراق تۇز ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، بەزىدە سۈتكە تۇز ۋە هەسەل ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. سۈت سۇ ۋە تاماق ئورنىدا بېرىلىدۇ. يېرىڭ كۆپ ئاققاندا قوي سۈتىنى يارىنى تۈگىتىدىغان، سىلىقلاشتۇرىدىغان ۋە قۇۋۇتلەيدىغان

دورىلار بىلەن بىرگە بېرىش مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل بىمار ئۇسسىغان چاغدا سۇت ئىچىشى كېرەك، بۆرىكىدە يارا بار كىشىلەرگە ماس كېلىدىغان مېۋىلەر ۋە تاماقتىن كېيىن يېيىلىدىغان مېۋىلەر تاۋۇز، پىشقان تەرخەمەك، ئامۇت، ياۋا ئالما، تاتلىق ئانار، بېھى، ئالما قاتارلىقلاردۇر. تاماقتىن كېيىن يېيىلىدىغان قۇرۇق مېۋىلەردىن بادام بولۇپمۇ قورۇلغىنى، پىستە، پىندۇق، چىلغوزا، شېكەر قومۇشى قاتارلىقلاردۇر.

بۇ خىل بىمارلار قۇرۇق ئەنجۈردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ، چۈنكى قۇرۇق ئەنجۈر يارىغا ناچاردۇر، ئۇ يارىنى پاكلىسىمۇ، بىراق قىچىشتۇرۇپ، يېنىك دەرىجىدىكى زەھەرلىك سۈتى بىلەن يارىنى قوزغايدۇ. بۇ خىل بىمارلار يەنە ناھايىتى چۈچۈمەل، ئاچچىق، تۇزلۇق ۋە بەك قىرتاق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ.

6 ـ پەسىل بۆرەك ۋە سۈيدۈك يولى قوتۇرى توغرىسىدا

بۇ، بۆرەك يارىسىنىڭ تۇرىدىنىدۇر. بۇ كۆپىنچە بۆرەككە سەپراۋى خىلىت، تۇز ياكى شورلۇق خىلىتلاردىن پەيدا بولۇپ، ئاندىن يارا بولىدىغان مۇدۇر - چاقىلاردۇر.

ئالامىتى

بۆرەك قوتۇرىدا نەرسىلەرنىڭ چىقىشى بىلەن بۆرەك ساھەسىدە غىدىقلىنىش ۋە قىچىشىشتىن ئىبارەت يارىنىڭ ئالامەتلىرى بولۇپ، بۇ ئالامەتلەرگە سانجىلىپ ئاغرىش قوشۇلۇپ كېلىدۇ. بەزىدە بۆرەك قوتۇرى بىلەن بىرگە ئاغرىق پەيدا بولىدۇ. سۈيدۈك يولىدا قوتۇر بولغاندا سۈيدۈك بىلەن چىققان نەرسىدە شىللىق پەردە پارچىلىرى بولىدۇ.

داۋالاش

بۆرەك قوتۇرىدا ئومۇمىي بەدەن ماددىغا توشۇپ كەتكەن بولسا، باسلىق

تومۇردىن قان ئېلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەرقانداق ھالەتتە ئۇنىڭدىنمۇ مەنپەئەتلىكرەكى سافىن تومۇردىن قان ئېلىش، بۆرەك ئورنىنىڭ ئاستىغا ھجامەت قويۇش ۋە بەدەننى دائىم ماددىدىن تازىلاش، بولۇپمۇ قەي بىلەن تازىلاشتۇر. گىل ئەرمنى ۋە رۇببىسۇستىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ھەببى بانادۇق بىلەن تازىلاشتۇر. غىزاسىغا ياخشى ھەزىم بولىدىغان ياخشى كەيمۇسلۇق غىزالار بېرىلىدۇ، مەسىلەن: تۇخۇم سېرىقىغا ئوخشاش. سوۋۇتىدىغان، ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان نەرسىلەر بېرىلىدۇ، مەسىلەن: توخۇ چۈجىلىرى، ياۋا پالەك، سېمىزئوت، قاپاق، يەرلىك پالەك ۋە ھۆل مېۋىلەرگە ئوخشاش. تاتلىق ئانار ۋە ھۆل كۆكتاتلار بېرىلسە تېخىمۇ ياخشى.

سۈيدۈك يولى قوتۇرنى داۋالاش: سۈيدۈك يولى قوتۇرنى داۋالاش بۆرەك قوتۇرنى داۋالاش بىلەن دوۋساق قوتۇرنى داۋالاشنىڭ ئوتتۇرىسىدا بولىدۇ، بۇنىڭ ئىككىلىسىگە قارىغايسىز.

7 ـ پەسىل بۆرەككە تاش چۈشۈش توغرىسىدا

تاش پەيدا بولۇشتا بۆرەك ۋە دوۋساق شېرىكلىشىدۇ. چۈنكى، تاش تەسىرلەنگۈچى ماددا ۋە تەسىر قىلغۇچى قۇۋۋەتتىن تولۇپ پەيدا بولىدۇ. ئەمما ماددا چاپلاشقاق، قويۇق بەلغەم ھۆللۈكى ياكى يېرىڭ ھۆللۈكى ياكى ئىشىقتا يىغىلىدىغان قان ھۆللۈكىدۇر، ئىشىقتا يىغىلىدىغان قان ھۆللۈكىدىن تاش ئاز پەيدا بولىدۇ. ئەمما تەسىر قىلغۇچى قۇۋۋەت نورمالدىن سىرتقى ھارارەتتۇر.

ماددىنىڭ ئىككى سەۋەبى بار، بىرى ئۇنىڭ ماددىسى، يەنە بىرى، ماددىنى توختاتقۇچىدۇر، ماددىنىڭ ماددىسى قويۇق سۈتلەردىن ئىبارەت تەستە سىڭىدىغان غىزالاردۇر (بولۇپمۇ ئۈيۇغان پىشلاقتۇر). تەستە سىڭىدىغان گۆشلەر، مەسىلەن: جاڭگال قوشى ۋە چوڭ قۇشلارنىڭ گۆشى، تۆگە گۆشى، كالا گۆشى، تېكە گۆشى، يېرتقۇچ ھايۋانلارنىڭ گۆشى، يوغان بېلىق گۆشى ۋە بارلىق تاۋىدا

پىشۇرۇلغان غىزالار، چاپلاشقاق بۇغداي نېنى، خام نان، پېتىر نان، كەسمە چۆپ، ئارپىدىن تەييارلانغان غىزالار، گۈرۈچتىن تەييارلانغان غىزا، ئاق نان، چاپلاشقاق ھالۋىلار، چۈچۈمەل ھۆل مېۋىلەر، تەستە ھەزىم بولىدىغان مېۋىلەر ۋە چاپلاشقاق خىلىت پەيدا قىلىدىغان مېۋىلەر، توك ئالما، توك شاپتۇل، ئاپېلسىن ئېتى، ئامۇت ئېتى قاتارلىقلار. سۇلاردىن دۇغ سۇلار، بولۇپمۇ ئىچىپ ئادەتلەنمىگەن قارا ھەم قويۇق سۇ قاتارلىقلار. بولۇپمۇ ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۇەتنىك ئاجىزلىقىدىن ياكى يېيىلگەن نەرسىلەرنىك كۆپلۈكىدىن ياكى تاماقنى تەرتىپسىز يېگەنلىكتىن ۋە قورساق توق ۋاقىتتا ھەرىكەت قىلغانلىقتىن ھەزىم ئاجىزلاپ، قۇۋۇەتنى تۆۋەنلىتىۋەتسە، غىزالار تاش پەيدا قىلىدىغان ماددىغا ئۆزگىرىدۇ.

بەزىدە تاش پەيدا بولىدىغان ماددا بۆرەكتىكى ياكى بۆرەكتىن باشقا ئەزادىكى ياردىن چىققان يىرىنك بولىدۇ، ئەمما ماددىنى توختاتقۇچى مىزاجدىن ياكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششقتىن ياكى بۆرەكتىكى ياردىن بولغان بۆرەكنىك ئىتتىرىش قۇۋۇتى ئاجىزلىغانلىقى بلۇپ، بۆرەكتە يېتىپ كەلگەن سۇ تەركىبىنىك ئېشىندىلىرى ۋە چۆكمىلىرى توختاپ قالىدۇ. ئەمما كۈچلۈك ھارارەت ئېشىندىلار چىقىپ كېتىشتىن ئىلگىرى ئېشىندىنى قۇمسمان ماددىغا ئۆزگەرتىپ قاتۇرۇپ، قۇمسمان ماددىنى بەدەننىك يۇقرى قىسىملىرىدا مۇكەممەل ھەزىم بولۇشتىن بۇرۇن بۆرەككە تارتىدۇ. بۇ كۈچلۈك ھارارەت دائىملىق بولىدۇ ياكى چارچاش، ئىسسىق نەرسىلەرنى يېيىشتىن ئىككىلەمچى ھالەتتە پەيدا بولىدۇ ۋە ياكى تاش يىغىلىۋالغان ئېشىندىلاردىن بولغان توسالغۇدىن ياكى قورىغۇچى سوغۇقتىن ياكى ئىسسىقتىن بولغان ماددىسىز ئىششقتىن (بۇ كۆپ يۈز بېرىدۇ)، سوغۇقتىن بولغان ئىششق ۋە قاتقان ئىششقتىن ياكى ئۈچەي ۋە ئۈچەيگە ئوخشاش بۆرەككە يېقىن ئەزالار بۆرەكنى قىستاپ، بۆرەكتە توسالغۇ پەيدا قىلغانلىقتىن تاش پەيدا بولىدۇ. بۇ نەرسىلەرنىك ھەممىسى دوۋساقتا تاش پەيدا قىلىدۇ، بۆرەككە چۈشكەن تاش بىلەن دوۋساقا چۈشكەن تاشنىك سىلىشتۇرمىسىدا، بۆرەككە چۈشكەن تاش ئازراق يۇمشاق، كىچىكرەك، قىزىلغا مايىلراق بولىدۇ. دوۋساقا چۈشكەن تاش قاتتىقراق، كۆپرەك، قارا، كۈل رەڭ ۋە ئاقما مايىلراق بولىدۇ (گەرچە دوۋساقتا ئۈۋۈلىدىغان تاش پەيدا بولسىمۇ).

بۆرەك تېشى كۆپىنچە سۈيدۈك ئاجرىلىپ چىققاندىن كېيىن پەيدا بولىدۇ، بۇ تاش قانغا ھەمراھ بولماي، قاندىن ئايرىلىپ قالغان چۆكمىدۇر. بۆرىكىگە تاش چۈشىدىغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسى سېمىز كىشىلەردۇر، دوۋسقىغا تاش چۈشىدىغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسى ئورۇق كىشىلەردۇر. ياشانغانلاردا دوۋساققا تاش چۈشۈشكە قارىغاندا بۆرەككە تاش چۈشۈش كۆپرەك بولىدۇ، باللاردا ۋە ياشلاردا دوۋساققا تاش چۈشۈش كۆپرەك بولىدۇ. باللىق مەزگىلىنىڭ ئاخىرىدىن بالاغەتكە يېتىش مەزگىلىنىڭ دەسلىپىگىچە بولغان ئارىلىقتا دوۋساققا تاش چۈشۈش كۆپ بولىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى شۇكى، باللاردا ۋە ياشلاردا ئىنتىرىش كۈچى كۈچلۈكرەك بولۇپ، تاش پەيدا بولىدىغان ماددىنى ئۈستۈنكى ئەزالاردىن تۆۋەنكى ئەزالارغا ئىنتىرىدۇ. ئەمما ياشانغانلارنىڭ بۆرىكىنىڭ قۇۋۇتى ناھايىتى ئاجىز بولىدۇ، باللار ۋە ياشلارنىڭ خىلتى سۈيۇقراق بولغانلىقتىن، بۆرىكىدىن ئۆتۈپ دوۋساقتا تاش پەيدا قىلىدۇ. ياشانغانلارنىڭ خىلتى قويۇقراق بولۇپ، بۆرىكىدىن ئۆتەلمەيدۇ. كۆپىنچە كىچىك باللار كۆپ تاماق يېگەنلىكى، قورساقنى تويغۇزۇپلا ھەرىكەت قىلغانلىقى، سۈت ئىچكەنلىكى ۋە ئۇلارنىڭ دوۋساق يولىنىڭ تار بولغانلىقى، ياشانغانلاردا بولسا ھەزىم ئاجىز بولغانلىقى ئۈچۈن تاش پەيدا بولىدۇ.

بۇقرات ياشانغانلاردا پەيدا بولغان تاش چۈشۈپ كەتمەيدۇ، دەپ ھۆكۈم قىلدى. خىلتلار كۆپ بولغان ھەرقانداق سۈيدۈكتە تاش پەيدا بولۇش ئېھتىمالى زور. خىلت كۆپ بولغان سۈيدۈك قويۇپ قويۇلسا تۇز كۆپ پەيدا بولىدىغان سۈيدۈكتۇر. چۈنكى، تۇز ھارارەت كۆيدۈرۈۋەتكەن تۇپراق ماددىسى بار سۇ تەركىبىدىن ھاسىل بولىدۇ، كىچىك باللارنىڭ سۈيدۈكىنىڭ ياشانغانلارنىڭ سۈيدۈكىگە قارىغاندا تۇزلۇقراق بولۇشى، ئۇنىڭ تۇپراق قىسمى كۆپ بولغانلىقتىن ئەمەس، بەلكى ھارارەت كۆپ، تۇپراق قىسمىنىڭ كۆيۈشى كۈچلۈكرەك بولغانلىقىدىندۇر.

باللارنىڭ خىلتى كۆپ، بەدىنى بوش بولغانلىقتىن، ئۇلارنىڭ سۈيدۈكى دۇغلۇق بولۇپ، سۇ تەركىبىنىڭ كۆپىنچىسى يوشۇرۇن تارقاپ كېتىدۇ. چوڭ تەرتىپ قۇرۇق، ئاشقازىنى ئىسسىق باللاردا تاش كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. ھۆللۈكلەر

دەسلەپتە جىگەرگە، ئاندىن سۈيدۈك ئەزالىرىغا تارتىلىپ كەتسە، كۆپىنچە ۋاقىتتا ئۇلارنىڭ چوڭ تەرىتى قۇرۇق بولىدۇ. ئەگەر بۇ ئەزالاردا ھارارەت بولسا، تەسىر قىلغۇچى سەۋەب بار بولغان بولىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، چوڭ تەرەتنىڭ قۇرۇق بولۇشى سۈيدۈكنى قويۇق ھەم كۆپ قىلىۋېتىدۇ.

سۈيدۈكىدە قۇمسىمان چۆكمە كۆپ بولغان كىشىدە تاش پەيدا بولمايدۇ، چۈنكى ماددا توسۇلۇپ قالمىغان بولىدۇ، ئېھتىمال ئۇ ماددا يەنىلا كۆپ ئەمەستۇر، ئەگەر ماددا كۆپ بولغان بولسا، ئەلۋەتتە ئۇنىڭدىن دەسلەپتە يىغىلغان نەرسە چوڭ ھەم قاتتىق تاش بولىدۇ، لېكىن تاش چوڭ بولسىمۇ، بىراق ئۇ تاش يۇمشاق ۋە پارچىلىنىشنى قوبۇل قىلىدىغان بولىدۇ. يۇمشاق ۋە پارچىلىنىدىغان بولمىسا، ئۇنىڭ سۈيدۈكتە ئاجرىشى كۆپ بولمىغان بولاتتى. ئەگەر ئەھۋال شۇنداق بولسا، ماددا ئۆزىدىكى سەۋەبتىن ئەمەس ۋە ماددىنى پارچىلاشنى قوبۇل قىلمايدىغان دەرىجىدىكى تاشقا ئۆزگەرتىۋېتىدىغان دەرىجىدە كۈچلۈك ھارارەت سەۋەبىدىن ئەمەسلىكى مەلۇم بولىدۇ. بۇ ئىتتىرىش قۇۋۋىتىنىڭ كۈچلۈكلۈكىگە دالالەت قىلىدۇ. بۇ، زۆرۈر بولمىغان ئارتۇقچە ھۆكۈم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، نارەسىدە قىزلارنىڭ، بولۇپمۇ ئايالالارنىڭ دوۋسىقىدا تاش ناھايىتى ئاز پەيدا بولىدۇ، چۈنكى بۇلارنىڭ سۈيدۈك يولى سىرتقا نىسبەتەن قىسقا، كەڭرى، ئەگرى - بۈگرىسى ئازراق بولۇپ، ئىتتىرىپ چىقىرىشى ئۇزۇن يولغا قارىغاندا ئاسان بولىدۇ، تاش چۈشكەن كىشىلەرنىڭ بەزىسىدە سۈيدۈك توختاپ قالغانلىقى ئۈچۈن باشقا كېسەللىكلەر پەيدا بولىدۇ. ئەگەر تاش يىغىلىپ چىقىپ كېتىشكە يېقىنلاشسا، قۇلۇنجىغا ئوخشاش ئاغرىق يېتىدۇ.

بۇ بىر ئايدىن بىر يىلغىچە سوزۇلىدۇ، بىر ئادەم چوڭ تاشنىڭ ئاغرىقىغا چىداپ ئادەتلەنگەن بولسا، باشقا دوۋساق ئاغرىقلىرىغىمۇ بەرداشلىق بېرەلەيدۇ.

بۇ خىل كىشىنىڭ چوڭ تاشنىڭ ئاغرىقىغا ئادەتلىنىپ كەتكەنلىكىگە ئەزانىڭ ئىششىقنى تېز قوبۇل قىلمايدىغانلىقى دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى بۇ ئەزا چوڭ تاشنىڭ ئاغرىتىشىدىن ۋە ئۇ چوڭ تاشنىڭ داۋاملىق ئاغرىتىشىدىن ئىششىمايدۇ. بۇلارنىڭ قايسىبىرى يالغۇز ھالەتتە كەلسىمۇ ئىششىق پەيدا قىلاتتى.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بۆرەك ۋە دوۋساققا تاش چۈشۈش ئىرسىيەت خاراكتېرلىك كېسەللىكتۇر.

بۆرەك تېشىنىڭ ئالامتى دەسلەپكى ئالامتى شۇكى، سۈيدۈك دەسلەپتە قويۇق بولۇپ، ئاندىن سۈيۇلۇشقا ئۆزگەرسە ۋە دۇغنىڭ بۆرەكتە توختاپ قالغانلىقىدىن سۈيدۈك سۈيۇق بولسا، تاش پەيدا بولغانلىقى مۆلچەرلىنىدۇ. تاش پەيدا بولغان كىشى دەسلەپتىلا سۈيۇق سيىدۇ، سۈيدۈكنىڭ دەسلەپتە قويۇق بولۇشى قۇۋۇقتىنىڭ ساغلاملىقىنى، سۈيدۈك يولىنىڭ كەڭرى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. سۈيدۈكىدە كۆپىنچە جىگەر كېسەللىكلىرىدە بولىدىغان چۆكمىگە ئوخشاش كۆپ چۆكمىلەر بولىدۇ. بىمارنىڭ سۈيدۈكى ئۇزاق مۇددەت بەك سۈزۈك، چۆكمىسى ئاز بولسا، تاشنىڭ قاتتىق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، ساغلام كىشى، بولۇپمۇ ياشانغان كىشىنىڭ سۈيدۈكى ئاغرىتىپ ياكى ئاغرىتماي قارا كەلسە، بۇ ئەھۋال ئۇنىڭ دوۋسقىدا تاش پەيدا بولۇۋاتقانلىقىدىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. بۇ ئەھۋاللارنىڭ ھەممىسىدە سۈيدۈكتە قۇم چۆككەنلىكى كۆرۈلسە ھەمدە بۇ قۇم قىزىل ۋە سېرىققا مايىل بولسا، دەللىلەر تولۇق بولىدۇ. بىمار توققۇزكۆزىدە ئېغرىلىقىنى ھېس قىلسا ۋە توققۇزكۆزگە يېقىن جايدا بىر نەرسە مىدىرلىسا، سانجىلىپ ئاغرىيدىغان ئاغرىقىنى كۆچەيتىپ بېرىدۇ. بۇ قۇۋۇقتىنىڭ كۆچلۈك، سۈيدۈك يوللىرىنىڭ كەڭرى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

بۆرەك تېشى سەۋەبلىك بولىدىغان ئاغرىقىنىڭ ئەڭ كۆچلۈكرەكى تاش پەيدا بولۇشىنىڭ دەسلىپىدە تاش ئورۇنلىشىش ئۇچۇن ئەزانى تىتقاندا، تاش قوزغالغاندا ۋە سۈيدۈك يولىغا ئۆتكەندە پەيدا بولىدۇ، بولۇپمۇ دوۋساققا كېلىدىغان سۈيدۈك نەيچىسىدىن ئۆتكەندە، بەزىدە تاش مىدىرلىغاندا ئاغرىتىدۇ. ئەمما بۆرىكىدە تاش ئۇيۇۋاتقان ۋە جىم تۇرغان ئەھۋالدا بىمار تاشنى بېسىپ ھەرىكەتلەندۈرىدىغان دەرىجىدە تويۇپ غىزالانمىغان بولسا، پەقەت ئېغرىلىقىنى ھېس قىلىدۇ. تاماقنى كۆپ يەۋېلىش ئاغرىقنى بەك قوزغايدۇ، بولۇپمۇ تاماق ئۆچەيلەرگە چۈشۈپ ئۆچەيلەردىن ئۆتكەندە. ئەگەر چىقىرىدىنلار ئۆچەيدىن چىقىپ كەتسە ئاغرىق پەسىيىدۇ. تاش قوزغالغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئاغرىق تۆۋەنگە قاراپ كۆچىيىدۇ ۋە توققۇز كۆز

ۋە سۈيدۈك نەيچىسگىچە تارقىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تاش سۈيدۈك توشۇش نەيچىسىنىڭ ئەگمىسگە كەلگەن بولىدۇ، ئەگەر بۇ ئاغرىق پەسەيسە، تاش دوۋساقىغا چۈشكەن بولىدۇ.

داۋالاش

بىز بۇ يەردە بۆرەك تېشىغا خاس بولغان ۋە دوۋساق تېشىغا ئورتاق بولغان داۋالاش ئۇسۇلىنى سۆزلەيمىز، ئاندىن دوۋساق تېشىغا مەخسۇس بىر باب ئاجرىتىپ، ئۇنىڭ مەخسۇس داۋالاش ئۇسۇللىرىنى سۆزلەيمىز.

تېۋىپلارنىڭ تاشنى داۋالاشتىكى مەقسىتى، تاش پەيدا بولۇش سەۋەبىنى ئۇزۇپ تاشلاش ۋە ئۇنى ياخشىلاش بىلەن تاشنىڭ ماددىسىنى يوقىتىش، ئۇنىڭ پەيدا بولۇشىنى چەكلەش، ئاندىن تاشنى پارچىلاش، قوزغاش ۋە دورىلار بىلەن تاشنى ئورنىدىن ئاجرىتىپ چىقىرىشتۇر. تاشنى چىقىرىپ تاشلاشتا سىلىق ۋە تەرتىپلىك بولۇش كېرەك. تاشنى پارچىلاپ چىقىرىپ تاشلاش سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن ياكى سىرتىدىن يارىدەم بەرگۈچى دورىلار بىلەن ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئاندىن تاش چىققاندىن كېيىنكى ئاغرىقنى پەسەيتىش ۋە ئۇ تاشلار پەيدا قىلغان يارىلارنى ساقايتىش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ. بىر قىسىم تېۋىپلار تاشنى چىقىرىشتا بىقىندىن ياكى دۈمبىدىن يېرىپ چىقارماقچى بولىدۇ، بۇ بەك خەتەرلىك بولۇپ، ئەقىلسىز كىشىنىڭ قىلىقىدۇر. ئەمما تاش ماددىسىنى ئۇزۇش دەسلەپتە ماددىنى تازىلاش ياكى ئىچىنى سۇرگۈزۈش ياكى قەي قىلدۇرۇش، ئاندىن قويۇق يېمەكلىكلەر ۋە لاي سۇدىن پەرھىز قىلدۇرۇش، ئاخىردا يېمەكلىكلەرنى تەڭشەش، ئاشقازانىنى كۈچلەندۈرۈش، ھەزىمنى ياخشىلاش، ئاچ قورساق ھالەتتە نورمال چېنىقتۇرۇش، بېلىنى چىڭ باغلاپ ئۇۋۇلاپ بېرىش ۋە قويۇق خىلىتلارنى چوڭ تەرەت تەرەپكە مايىل قىلىش، چوڭ تەرەتنىڭ بۆرەكنى سىقىپ، توسالغۇ پەيدا قىلماسلىقى ئۈچۈن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش قاتارلىقلار بىلەن بولىدۇ. تاشقا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلارنىڭ بىرى دوۋساقنى يۇيىدىغان سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن

داۋاملىق سىيگۈزۈشتۇر. بۇنىڭدىن بەك مەنپەئەتلىك بولغانلىرى نوقۇت سۈيى، ھەرشۇڭ سۈيى، تۇرۇپ يوپۇرمقىنىڭ سۈيى، تۇرۇپنىڭ ئۆزى، بولۇپمۇ يۇمشاق چانالغان ھۆل تۇرۇپ قاتارلىقلاردۇر. بۇلارنى بىرنەچچە كۈن ئىشلەتكەندىن كېيىن كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورا ئىشلىتىلىدۇ. سۈيۇق، ئاق، سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شارابنى ئىچكۈزۈش كېچىك بالىلاردا تاش پەيدا بولۇشنى توسىدۇ. بەزىدە تاش پەيدا بولغان كىشىلەرگە مۆتىدىل ھۆقنە مەنپەئەت قىلىدۇ، چۈنكى مۆتىدىل ھۆقنە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ چىقىرىدۇ. بۇ ھۆقنىگە تاشقا مەخسۇس بولغان دورىلار سېلىنىپ، يېقىنلىق سەۋەبىدىن دورىنىڭ قۇۋۋىتى تاشقا يېتىپ بارىدۇ. تاشنىڭ پەيدا بولۇشنى توسقۇچىلاردىن بىرى تاماق يەپلا قەي قىلىش ۋە قەينى كۆپ قىلىشتۇر، چۈنكى قەي قىلىش قويۇق ئېشىندىلارنى بۆرەككە ھەرىكەت قىلىش يولىغا قارىمۇقارشى يولدىن ئىتتىرىپ چىقىرىپ، بۆرەك تەرەپنى پاكىز قىلىدۇ، ئەمما مۇنچىغا چۈشۈرۈش ۋە ئابىزەن قىلىش تاشنى سىيرىلدۇرۇشقا ياردەم بېرىدۇ، بەزىدە ماددىلارنى بەدەن سرتىغا تارتىپ بۆرەكتىن قايتۇرىدۇ. ئەگەر مۇنچىغا چۈشۈرۈش ۋە ئابىزەن قىلىش كۆپ قوللىنىلسا، بۆرەكنىڭ قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدۇ، ئۇنىڭ ئۈستىگە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ۋە ئاغرىقنى پەسەيتىش ئېھتىياجى بولمىغان ۋاقىتتا مۇنچىغا چۈشۈرۈپ ئابىزەن قىلىش بۆرەكنى ئاجىزلاشتۇرۇپ قويغانلىقتىن، بۆرەككە قۇيۇلىدىغان ماددىلارنى قوبۇل قىلىدىغان ھالەتكە كەلتۈرۈپ قويىدۇ. ئوڭدا يېتىپ ئۇخلاشمۇ تاشقا مەنپەئەت قىلىدىغان چارىلەردىن بىرى.

7 ـ پەسىل تاش پارچىلىغۇچى دورىلار توغرىسىدا

تاش پارچىلىغۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىسى ھارارىتى كۈچلۈك بولۇپ، تاش پەيدا بولۇش سەۋەبىنى كۈچەيتىۋەتمەيدىغان ئاچچىق دورىلاردۇر. تاش پارچىلىشى كۈچلۈكرەك، ھارارىتى ئاجىزراق بولغان دورىلار ئەڭ ياخشىدۇر، دوۋساق تېشىغا

ئىشلىتىلىدىغان دورىلار بۆرەك تېشىغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارغا قارىغاندا ئىسسىقراق بولۇشى لازىم. بۇ يەردە يەنە بىر تۈردىكى دورىلارمۇ بار بولۇپ، ئۇلار ئىسسىقلىق ياكى سوغۇقلۇققا قاراپ تەسىر قىلماستىن، بەلكى ئۆز خۇسۇسىيىتى بىلەن تەسىر قىلىدۇ.

تاش پارچىلىغۇچى دورىلارنىڭ بەزىسى يۇقىرى دەرىجىدە كۈچلۈك بولمايدۇ. ئۇنىڭ تەبىئىتى بەك قاتتىق بولمىغان ئۈششاق تاشلارنى پارچىلاشتۇر. ئۇ دورىلارنىڭ بەزىسى بۆرەكتىكى تاشقا نىسبەتەن بەك كۈچلۈك بولسىمۇ، لېكىن دوۋساقتىكى تاشقا نىسبەتەن كۈچى ئاجىزدۇر ياكى كۈچى يوقتۇر، مەسىلەن: ھەجرۇلىيەھۇدقا ئوخشاش. بەزىسى بۆرەك ۋە دوۋساق تاشلىرىغا نىسبەتەن قۇۋۋىتى ناھايىتى كۈچلۈك، مەسىلەن: ئەتراغۇلدۇس دەپ ئاتىلىدىغان قۇشقاچ ۋە چايانىڭ كۈلىگە ئوخشاش. تاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلاردىن مۇرەككەپ دورىلارنى تەييارلىماقچى بولغاندا، دورىلارنىڭ تەسىر قىلىشىغا ياردەم بېرىدىغان يەنە بىرنەچچە خىل دورىلارنى قوشۇش كېرەك. قوشۇلىدىغان دورىلارنىڭ بەزىسى كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بولۇپ، ئاجرالغان ۋە پارچىلانغان تاشنى چىقىرىش ئۈچۈن قويۇق سۈيدۈكنى ھەيدەيدۇ. بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى دورىلار بەدەندە تۇرۇپ تولۇق تەسىر قىلىش ئۈچۈن باشقا دورىلارنىڭ ھەربىرىنى سۇسلاشتۇرۇپ، بەدەندە تۇرغۇزىدىغان دورىلاردۇر. بۇ دورىلار مايلىق ۋە چاپلاشقاق بولغانلىقتىن، بەدەندىن تېز ئۆتۈپ كەتمەيدىغان، شۇنىڭ بىلەن بىرگە پىشۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار دورىلاردۇر، مەسىلەن: بىستېپايەج يېلىمىغا ئوخشاش. بۇ دورىلارنىڭ بەزىلىرىنىڭ دورىنىڭ تەسىرىنى تېز ئۆتكۈزۈش ۋە تازىلاش خۇسۇسىيىتى باردۇر. بەزىلىرى دورىلارنىڭ تەسىرى ۋە ھەربىتى قالايمىقان بولغاندا ئەزانى قۇۋۋەتلەيدىغان زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلاردۇر، مەسىلەن: سۇمبۇل، قېلىن دارچىن ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىغا ئوخشاش. بۇ دورىلاردىن بەزىسى يەڭگىل تۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار دورىلاردۇر، مەسىلەن: ئەزانىڭ قۇۋۋەتنى ساقلايدىغان مېۋە رۇببىلىرىغا ئوخشاش. بەزىدە بۇ دورىلارغا ئۆزىنىڭ خۇسۇسىيىتى ياكى سېزىمسىزلاندۇرۇشى بىلەن ئاغرىق پەسەيتىدىغان دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

ئەگەر دورىنى مۇشۇ تەرىقىدە مۇرەككەپ قىلساق، تەبئىي قۇۋۋەت بۇ ئەزادا تەسەررۇپ قىلالايدۇ. تاش پارچىلايدىغان دورىلار تاش پەيدا بولغاندا ئىشلىتىلىپ، تاش پارچىلىغۇچى دورىلارنى تاش ئورنىغا يەتكۈزۈش ئۈچۈن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار دەسلەپتە ئىشلىتىلىپ، ئاندىن كېيىن ئىشلىتىلمەسە، بۇ ۋاقىتتا تاش پارچىلايدىغان دورىلارنىڭ بەدەندە تۇرۇپ ئۆزىنىڭ تەسىرىنى كۆرسىتىشى، بۇ دورىلارنى ئۆتكۈزگۈچى ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار تۇرۇپ تەسىر قىلىشقا ئېھتىياجلىق بولغان ئورۇندىن قوزغىتىۋەتمەسلىكى ئۈچۈن بۇ دورىلارغا دورا تەسىرىنى بەدەندە تۇرغۇزغۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى دورىلار قوشۇلىدۇ.

ئەگەر تاش پارچىلىغۇچى ۋە تاشنى قوزغىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىپ، بۇ دورىلار ئۆز تەسىرىنى كۆرسەتسە، كىچىكلەتكۈچى دورىلار ئىشلىتىلمەي، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ۋە ئۆتكۈزگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچەيمەي كەتسە، سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار دورىلارنى مۇرەككەپ قىلىشتا قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە مۇرەككەپ دورىغا ئوخشاش خۇسۇسىيەتلىك يەككە دورىلارنىڭ كۆپى چۈشىدۇ. ھازىر بىز تاشنى پارچىلاپ چىقىرىدىغان دورىلارنى تەييارلايمىز.

بۇ دورىلار قۇستە يىلتىزى، ئەلىق ئۆسۈملۈكى يىلتىزى، مۇقەل، قارا نوقۇت ۋە ئۇنىڭ سۈيى، بېدە يىلتىزى، ھەببۇلغار يىلتىزى پوستى، ئاق لەيلىگۈلى ئۇرۇقى، ئالۇچا مېۋىسى، ياۋا ئالما يېلىمى (ياۋا ئالما بۇ ھەقتە قۇۋۋەتلىكتۇر)، ئوغرىتىكەن (بۇنىڭ يىلتىزى بۇ ھەقتە بەك ياخشى)، خېنە يىلتىزى، ئەنسىل، ئەنسىل سىركىسى، سىركەنجۈبىل ئەنسىلى، تاغ كەرەپشىسى، پىننە، ئەفسەنتىن، قېلىن دارچىن، ياۋا تەرخەمەك يىلتىزى، ئۇد بىلسان، ھەببى بىلسان، بىلسان يېغى (بىلسان يىلتىزى بەك كۈچلۈك)، ياۋا تەرخەمەك ئۇرۇقى، ھەرشۇف ئۆسۈملۈكى ۋە ئۇنىڭ يىلتىزىنىڭ سۈيى، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن، تۇرۇپ سۈيىگە قوشۇلغان ئالتە گىرام پىرسىياۋشان، كەرەپشە، سەيل ئۆسۈملۈكى يىلتىزى، شادىنەج ئۇرۇقى، قىزىل چۇغلۇق، بولۇپمۇ رۇمدىن چىقىدىغان قىزىل چۇغلۇق، ياۋا زىرە، پەنتاپىلۇن ئۆسۈملۈكى يىلتىزى ۋە ئۇنىڭ سۈيى، كەمافىتۇس، چاڭگاك، ھەلىيۇن يىلتىزى، سەئىدە مىسرى ئۇرۇقى، غار يىلتىزىنىڭ پوستى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ياۋا سامساق،

پاشىرا ئۆسۈملۈكنىڭ شاخلىرى، ياۋا سۈزاپ قاتارلىقلاردۇر. يەنە توغرىغۇدىن 15 گىرام ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، تۇرۇپ سۈيىدە ئۇچ كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە بەرەنجاسپتىن تۆت گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، 70 دانە قارىمۇچنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنىڭدىن يەتتە دانە قۇرس تەييارلاپ، ھەر كۈنى بىر قۇرستىن ئىچسە، تاش سۈيدۈك بىلەن چۈشىدىكەن. پىستىنىڭمۇ بۆرەك تېشىنى پارچىلايدىغان قۇۋۋىتى بار. بۆرەككە نىسبەتەن كۆچلۈك دورىلاردىن ھەجرۇلىيەھۇد، تاغ پىننىسى، كەمافىتۇس قاتارلىقلاردۇر. مۇتلەق كۈچلۈك دورىلاردىن چايان كۈلى، چايان يېغى (بۇ، چايانىنى زەيتۇن يېغىغا سېلىپ ئاپتاپتا قويۇپ قويۇلغان ياغدۇر) دوۋساق سىرتىدىن تىلا قىلىنىدۇ. چايان كۈلىنى تەييارلاشنىڭ ئەڭ ياخشى ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە: قېلىن شىشىگە چايانلارنى سېلىپ، گىل ھېكمەت قىلىپ، تونۇردا بىر كېچە ياكى ئۇنىڭدىن ئازراق بەك كۆيدۈرۈۋەتمەي تۇرغۇزۇپ، ئەتىسى ئېلىپ ئىشلىتىلىدۇ. شىشە قاچا قۇۋۋەتنى سۈمۈرۈپ ئېلىۋالىدىغان ساپال قاچىدىن ياخشى، بوغۇزلانغان توشقانىنىڭ مۇشۇ ئۇسۇل بويىچە تەييارلانغان كۈلى كۆچلۈك بولۇپ، بۇنىڭدىن ئالتە گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇنىڭ سۈيى تاشنى بەك پارچىلايدۇ. باش ۋە پۇتلىرىنى ئېلىۋېتىپ، تېنىنى مىس قاچىغا سېلىپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇلغان قاغىنىڭمۇ تاشنى پارچىلاش قۇۋۋىتى بار. يەنە قۇرۇتۇلغان سازاڭ، يۇمشاق سوقۇپ تەييارلانغان شىشە ۋە شېشىنىڭ كۈلى قاتارلىقلارمۇ بار. شىشە كۈلىنىڭ ئەڭ ياخشىسى شۇكى، شېشىنى تۆشۈكلۈك تۆمۈر چۆمۈچته قىزىتىپ، ئاندىن باقىلە سۈيىدە قويۇپ، ئۇنىڭغا شېشىنى گىل ھېكمەت قىلىدىغان نەرسىلەر سېپىلىدۇ، قالغانلىرى ھەتتا ھەممىسى يوقالغانغا قەدەر قايتا قىزىتىلىپ، ئاندىن توزاندەك يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنىڭ تۆت گىرامى 48 گىرام قاينىق سۇدا ئىچكۈزۈلىدۇ، شېشىنىڭ ئەڭ ياخشىسى ئاق، سۈزۈك بولغىنىدۇر.

بەك كۆچلۈك دورىلارنىڭ بىرى بۇلۇتتا تېپىلىدىغان تاشلاردۇر. كۆچلۈك دورىلاردىن بىرى تېكىنىڭ قۇرۇتۇلغان قېنىدۇر. تېكىنىڭ قېنىنى ئېلىشنىڭ ئەڭ ياخشى ۋاقتى ئۈزۈم قىزىرىشقا باشلىغان ۋاقتىتۇر، تېكىنىڭ قېنىنى ئېلىش ئۈچۈن

يېڭى قازان تېپىپ، بۇ قازاننىڭ كۆز ئاغرىقى پەيدا قىلىش تەبىئىتى ۋە تۇزلۇقلۇقى يوقالغۇچە قازاندا سۇ قايىنىتىلىدۇ (ئەگەر بۇ قازان تاش قازان بولسا، ناھايىتى ياخشى)، ئاندىن تۆت ياشقا كىرگەن تېكىنى بوغۇزلاپ، قېنىنىڭ دەسلىپى ۋە ئاخىرىسىنى قازان سىرتىغا ئاققۇزۇۋېتىپ، پەقەت ئوتتۇرىلىقتىكى قانىنى قازانغا ئېقىتىپ ئۈيۈغىچە قويۇپ قويۇلىدۇ، ئاندىن كىچىك پارچە - پارچە قىلىپ قۇرۇس ياساپ، بۇ قۇرۇسنى تورغا ياكى پاكىز رەختكە ئېلىپ قويۇپ، ئۈستىگە چاڭ - توزاندىن ساقلايدىغان يېپەك رەخت يېپىپ، قۇياش نۇرىدا قاتتىق قۇرۇغانغا قەدەر قەتئىي نەم تەگمەيدىغان ئورۇندا قويۇپ قويۇلىدۇ. بۇ قۇرۇستىن بىر قوشۇقنى ئاغرىق پەسەيگەن ۋاقىتتا تاتلىق شاراب بىلەن ياكى تاغ كەرەپشىسىنىڭ سۈيى بىلەن ئىچكۈزسە بەك تەسىر قىلىدۇ. كۈچلۈك دورىلارنىڭ بىرى چۈجىسى چىقىپ بولغان تۇخۇم شاكىلىنىڭ كۈلىدۇر. ھەممىدىن كۈچلۈك ۋە ھەممىدىن ياخشى دورىلارنىڭ بىرى يۇنانچە ئەتىراغۇلىدەۋىتۇس دەپ ئاتىلىدىغان قۇشقاچنىڭ كۈلىدۇر. بۇ، قۇشقاچ تۇرىدىن بولۇپ، شاخ قۇشقىچىدىن باشقا بارلىق قۇشقاچلاردىن كىچىكرەكتۇر. ئۇنىڭ بەدىنىنىڭ رەڭگى سارغۇچ يېشىلغا مايىل كۈل رەڭ، قاناتلىرىدا ئالتۇن رەڭلىك پەيلىرى، تېنىدە ئاق چېكىتلەر بار. بۇ قۇشقاچ كۆپىنچە قىشتا ۋە شورلۇق يەرلەردە، تام تۆۋىلىرىدە پەيدا بولىدۇ. ئۇ كۆپ ئۇچالمايدۇ، بەلكى ئاز ئۇچۇپ قونىدۇ. سايرىغاندا قۇيرۇقىنى ھەرىكەتلەندۈرىدۇ. ئۇ خام پېتى يېيىلىدۇ، ئۇنى خام پېتى يېيىش ئەڭ ياخشى. پىشۇرۇپ، قورۇپ، تۇزلاپ، قاق قىلىپمۇ يېيىلىدۇ، بەزىدە بۇ ئۆز پېتى كۆيدۈرۈلىدۇ ياكى قۇۋۇتىنى كېسىپ قويىدىغان دەرىجىدە قىزىق بولمىغان تونۇردا كۆيدۈرۈلىدۇ. بەزىدە چايان ۋە باشقىلار ھەققىدە سۆزلەنگەن ئۇسۇل بويىچە شېشىگە سېلىپ كۆيدۈرۈلىدۇ. بەزىدە ئاغزى ھەم ئېتىلگەن كىچىك تاش قازاندا ياكى ساپال قازاندا كۆيدۈرۈلىدۇ. ئۇ نورمال دەرىجىدىن كۆيۈش دەرىجىسىگە يەتكەندە ئاندىن ئېلىنىدۇ، بەزىدە ئۇنىڭ تۇزلانغىنى ۋە قورۇلغىنىغا قارىمۇچ ۋە سازەجگە ئوخشاش دورىلار سېپىلىدۇ. قاق قىلىنىپ سوقۇلغىنى ياكى كۆيدۈرۈپ سوقۇلغىنى سۈزۈك شاراب بىلەن ۋە ياكى ھەسەل بىلەن ياكى مائۇلھەسەل بىلەن ياكى ھەندىقۇن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەربىرى مۇشۇنىڭغا ئوخشاش ئىچكۈزۈلىدۇ. بىر قىسىم تېۋىپلار بۇ قۇشقاچنى تىكەن قۇشقىچى دەيدۇ. يەنە بىر خىل قۇش بار بولۇپ، ئۇنى سەپراغۇن دەپ ئاتايدۇ. بىلمەيمەن، بۇ قۇشقاچ بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن قۇشقاچمۇ ياكى باشقىسمۇ. بەزى تېۋىپلار بۇ قۇشقاچنى قۇرۇتۇپ، ئاز - ئازدىن ئىچىپ بەرسە، ھەرقانداق ئورۇندىكى تاشنى چىقىرىدۇ، دەپ قارايدۇ. بەزى تېۋىپلار تاش (بۆرەكتىن چىقىرىلغان تاش) نىڭ ئۆزى تاشنى چىقىرىدۇ، دەپ قارايدۇ. يەنە كەپتەر مايىقى ۋە خوراز مايىقمۇ تاشنى چىقىرىدۇ. ھۇنەيىن ۋە كىندى دېگەن تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، كەپتەر مايىقى ۋە خوراز مايىقىدىن چوڭلارغا ئالتە گىرام، كىچىكلەرگە 1.5 گىرام تەڭ مىقداردىكى شېكەر بىلەن ئىچكۈزۈلسە، ھەرقانداق تاشنى چىقىرىدۇ. بەزىدە ئۇنىڭغا قارىمۇچ ۋە تۇز ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، بولۇپمۇ تاغ پىنىنسى قاينىتىلمىسدا ئىچۈرۈلسە. قۇرۇتۇلغان قوڭغۇزمۇ تاشنى چۈشۈرىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، كىرپە تىكىنى بىلەن ئەۋرەتنى ئىسلاش بەزىدە تاشنى سۈيدۈك بىلەن چىقىرىدىكەن. مەن بۇنى ھەق، دەپ بىلمەيمەن.

8 - پەسىل دورىلارنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى توغرىسىدا

تاش پارچىلايدىغان دورىلارنى بەدەنگە ياخشى ئۆتكۈزۈش ئۈچۈن ئارىلاشتۇرۇلىدىغان دورىلار قارىمۇچ، پىننە، دارچىن قاتارلىقلاردۇر. بۇ دورىلار بەدەنگە تاش پارچىلايدىغان دورىلارنى ئۆتكۈزۈش بىلەن بىرگە تاشنى قوزغاشقىمۇ يارىدەم بېرىدۇ. بۇ تاش پارچىلىغۇچى دورىلارغا كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدەش ۋە قويۇق چىقىرىدىنلارنى چىقىرىش ئۈچۈن ئارىلاشتۇرۇلىدىغان دورىلار ھەممىگە مەلۇم بولغان ئۇرۇق دورىلاردۇر، بولۇپمۇ شۇمشا ئۇرۇقى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، تاغ سۇمبۇلى يىلتىزى، فۇ، ئاسارۇن، ئېگىر، جۇۋىنە، ھىلىك كۆتىكى، ھىلىك ئۇرۇقى، چاڭگاك ئۇرۇقى، ئىزخىر، قەردمانە قاتارلىقلاردۇر.

بەزى كىشىلەر زەرارىھنى ئىشلىتىشكە جۈرئەت قىلىدۇ، بۇ دورىلار كۈچلۈك

سۈيدۈك ھەيدەش بىلەن بىرگە تاشقا تەسىر قىلمايدۇ. دورىلارنى قوراقتا تۇرغۇزۇش ئۈچۈن ئارىلاشتۇرۇلىدىغان دورىلار يېلىم دورىلاردۇر. بەزىدە يېلىم دورىلارنىڭ ئۆزى تاشقا تەسىر قىلىدۇ، مەسىلەن: بىستىپايەج يېلىمى ۋە ياڭاق يېلىمغا ئوخشاش. ئەمما ئاغرىقنى پەسەيتكۈچى دورىلار، مەسىلەن: زىغىر ئۇرۇقى ۋە ئۇنىڭ لوئابى، چىلغوزا، پىندۇق، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ يەنىلا تاشنىڭ دورىلىرىنى بەدەندە تۇرغۇزۇش خۇسۇسىيىتى بار بولۇپ، بۆرەك تېنىگە مۇئاپىق كېلىدۇ. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلاردىن ھەممىگە مەلۇم بولغانلىرى ئىشلىتىلىدۇ. بۆرەكنى قۇۋۇەتلىگۈچى دورىلار بەھمەن، زورەمبات، قۇرۇق گۈلسەۋسەن يىلتىزى، چاڭگاك ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، ئىزخىر، سەندەل قاتارلىقلاردۇر.

9 ـ پەسىل مۇرەككەپ دورىلار توغرىسىدا

تاش پارچىلاشقا ئىشلىتىلىدىغان مۇرەككەپ دورىلار مەسرۇدىتۇس (بۇ بۆرەك تېشىغا نىسبەتەن باشقا دورىلاردىن كۈچلۈك ۋە ئەۋزەلدۇر)، سەنجىرىنا ۋە بۆرەك، دوۋساق ئۈچۈن مەشھۇر بولغان مەجۇنى ئەقرەب قاتارلىقلاردۇر. يەنىلا كاتتىلىقىدىن ئۇلۇغلۇق يەدۇللا دەپ ئاتىلىدىغان تېكە قېنىدىن ياسىلىدىغان دورا بولۇپ، ئۇ بىلسان يېغى بىلەن تەييارلىنىدۇ. خەزائىنى دەپ مەشھۇر بولغان دورا (بۇ دورا بەك مەنپەئەتلىك) ۋە بىز تەجرىبىدىن ئۆتكۈزگەن تۆۋەندىكى دورا كۈچلۈكتۇر.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: شىشە كۈلى، چايان كۈلى، كاللەكبەسەي يىلتىزى كۈلى، توشقان كۈلى، بۇلۇت تېشى، قۇرۇتۇپ سوقۇلغان تېكە قېنى، چۈجىسى چىقىپ كەتكەن تۇخۇم شاكىلىنىڭ كۈلى، ھەجرۇلىيەھۇد، ياڭاق يېلىمى، ئېگىر قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، پەتەر ئاسالىيۇن، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، تاغ پىننىسى، ئەرەب يېلىمى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قارىمۇچىنىڭ ھەربىرىدىن بىر يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ساقلاپ قويۇلىدۇ. بۇنىڭدىن ھەر

قېتىمدا سەككىز گرامى قارا نوقۇت بىلەن قاينىتىلغان ئوغرىتىكەن سۈيىدە ئىچۈرۈلىدۇ. بۇ يەنىلا دوۋساق تېشى ئۈچۈن ياخشىدۇر.

يەنە بىر نۇسخىسى: كاللەكبەسەي يىلتىزى كۈلى، چۈجىسى چىقىرىلغان تۇخۇم شاكىلىنىك كۈلى، ھەجرۇلىيەھۇد ئېكەكدەلمىسى قاتارلىقلارنى ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، بۇنىڭدىن بىر قوشۇق مىقدارى شارابتا ياكى ئوغرىتىكەن سۈيىدە ئىچۈرۈلىدۇ. بۇ يەنە دوۋساق تېشىغا مەنپەئەت قىلىپ، دوۋساق تېشىنى ئاق لايەك چىقىرىدۇ. ھەممىگە كۈچلۈك مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلارنىڭ بىرى شۇكى، قوغۇن ئۇرۇقى ۋە كۆيدۈرۈلگەن شېشىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، نوقۇت سۈيى بىلەن بېرىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: كەپتەر مايىقى ۋە خوراز مايىقىنى ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، ئازراق تۇرۇپ سۈيى، شاراب ياكى قايناق سۇ بىلەن بېرىلسە، ھەممىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

كۈچلۈك يەنە بىر نۇسخىسى: كۈندۈش ۋە كەپتەر مايىقىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گرام، قوڭغۇزدىن 0.25 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، شاراب بىلەن بېرىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: بۇلۇت تېشى، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن، پىرسىياۋشان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، پەتەر ئاسالىيۇن قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئېھتىياج مىقدارى بويىچە كەرەپشە سۈيى، مائۇلئۇسۇل، ئوغرىتىكەن سۈيى ياكى تۇرۇپ سۈيىدە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەممىگە مەنپەئەت قىلىدىغان يەنە بىر نۇسخىسى: بىلسان مېۋىسى ئۇرۇقى، قۇرۇق ياۋا پىننە، بۇلۇت تېشى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، قۇرۇق رەيھان قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بۇنىڭدىن ھەر كۈنى بىر قوشۇق ئېلىپ، سۇ قوشۇلغان 120 گرام شاراب بىلەن بېرىلىدۇ. بۆرەككە خاس بولغان دورىلاردىن گۈلسەۋسەن يىلتىزى، ياۋا كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گرامدىن، قارىمۇچتىن 12 گرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا سىركەنجۈبىل ئەنسىلى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ياۋا سۇزاپ، ياۋا ھەمىشباھار، بىخ كەرەپشە قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭدىن ئىككى قوشۇقنى شارابتا قاينىتىپ سۈزۈلدۇرۇپ

ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: پوستى ئاقلىنىپ يۇمشاق سوقۇلغان ھەببى مەلەبتىن سەككىز گىرام، ئۈرۈكتىن سەككىز گىرام، زەپەردىن تۆت گىرام، رەۋەندىن ئىككى گىرام ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ 12 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: قەردەمانە، رەۋەنىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، تەڭ مىقداردىكى غار دەرىخىنىڭ يىلتىزىنىڭ پوستى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ئادراسمان ئۈرۈقى، مۇقەلدىن ھەب ياسىلىپ، كۈنىگە ئۈچ گىرامى تۈرۈپ يوپۇرمىقى سۈيى ۋە ھۆل شام زەنجىۋىل سۈيى بىلەن ياكى زەيتۇن سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاغرىقنى پەسەيتىپ تاشنى چىقىرىدىغان، مەنپەئەتى ئەڭ يۇقىرى دورىلارنىڭ نۇسخىسى: ياۋا كەرەپشە ئۈرۈقىدىن 30 گىرام، سەئدى مىسرى، سۇمبۇل ھىندى، ئاق كۆكنار ئۈرۈقى، دارچىن، قىلىن دارچىن، ئاقموچ، سەۋزە ئۈرۈقى، ئادەمگىياھنىڭ ھەربىرىدىن 45 گىرامدىن، ھەجرۇلىيەھۇد، ماقادونىيە شەھرىدىن ئەكىلىدىغان تاشنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، تۆت گىرامى شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاش پەيدا بولۇشقا قارشى تۇرىدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى: سامىرىيۇما ئۈرۈقى[1]، تاغ پىننىسى، ئاق لەيلى ئۈرۈقىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرام، يەرلىك تەرخەمەك ئۈرۈقى، قوغۇن ئۈرۈقى، كەتىرانىڭ ھەربىرىدىن يېرىم گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، 1.5 گىرامى سۇ قوشۇلغان سۈيۇق شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: بۇلۇتتا تېپىلىدىغان تاش، ئوغرىتىكەن يىلتىزى، سەۋزە ئۈرۈقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ئاق لەيلى ئۈرۈقى، نىشاستىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان، چاڭگاكنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە تاش بار بىمارلارغا تاش پارچىلىغۇچى دورىلار قاينىتىلغان دورا سۇلىرى ئىچكۈزۈلىدۇ. مەسىلەن: كەمافىتۇس، چاڭگاك،

① سامىرىيۇما ئۈرۈقى — بۇ چايانغا ئوخشايدىغان بىر خىل چۆپنى ئۈرۈقىدۇر.

پىننە، ھىك كۆتىكى، ئوغرىتىكەن يىلتىزى، ئوغرىتىكەن، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن، ھەمشىباھار يىلتىزى، پىرسىياۋشان، قىزىل چۇغلۇق، سەيل ئۆسۈملۈكى يىلتىزى، غاپەس يىلتىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سامىرىيۇما، بەرەنجاسىپ، تاغ پىننىسى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا دورىلار قايناتمىسى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار تاش پەيدا بولمىغاندا ئىچكۈزۈلسە، تاش پەيدا بولۇشنى چەكلەيدۇ.

10 ـ پەسىل مەتبۇخ دورىلار توغرىسىدا

ئاغرىق تۇتقاندا داۋاملىق ئىشلىتىلسە، بۆرەك تېشىنى پارچىلايدىغان مەتبۇخلاردىن بىرى شۇكى، ياۋا ھەمشىباھار يوپۇرمىقىنى قاينىتىپ، ئۇنىڭ قاينىتىلمىسىغا سىرىقماي ۋە ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ، كۆپ مىقداردا ئىچكۈزۈلسە، تاشنى سىرىلدۇرۇپ، سۈيدۈكنى ھەيدەپ تاشنى ئاسان چىقىرىدۇ. رۇفىس مۇنداق دەيدۇ: كىبرىتلىق مۇنچىلارغا كۆپ چۈشۈش تاشنى پارچىلايدۇ، بۇ شۇنىڭغا ئىشارەتكى، بەزى ئۆتكۈر سۇلار بەزىدە تېرىنى يارا قىلىپ قويىدۇ. ئەگەر بۇ سۇلارغا تاش پارچىلايدىغان دورىلارنى سېلىپ، بۇ سۇغا قىزىق ھالەتتە رەختنى چۆكۈرۈپ، تاش بار ئورۇنغا قويۇلسا تاشنى ئېرىتىدۇ. بىز بۇنىڭدىن بىر نەرسىنى تەجرىبە قىلىپ باقتۇق.

تاشنى ئىتتىرىلىشقا ۋە دورىلاردىن تەسىرلىنىشكە ھەمدە ئاسان تېپىلىپ چىقىپ كېتىشكە تەييارلاش تەدبىرى شۇكى، بوشاشتۇرغۇچى ياغلار سۈركىلىدۇ ۋە شۇنىڭدەك بوشاشتۇرغۇچى نۇتۇل، زىمات ۋە قىرۇتىلار ئىشلىتىلىدۇ، شۇنداقلا قۇۋۇەتنى بەك بوشاشتۇرۇپ، ئىتتىرىش قۇۋۇتىنى ئاجىزلاشتۇرغۇدەك دەرىجىدە مۇنچىغا چۈشۈرگۈزۈلىدۇ ۋە ئابزەن قىلىنىدۇ.

بەزىدە بۇنىڭ سەۋەبىدىن ئەزاغا ئارتۇق ماددا يېتىپ كېلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تاشنى قوزغاش ۋە چىقىرىش ئاسان بولۇش ئۈچۈن تاشنى قوزغىغۇچى دورىلار

ئىچكۈزۈلىدۇ. بوشاشتۇرغۇچى دورىلارغا قۇۋۇەتلىگۈچى دورىلار ھەممىگە مەلۇم بولغان قانۇنىيەت بويىچە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، بولۇپمۇ قۇۋۇەتلەش بىلەن تاش پارچىلاش مەقسىتىگە كۆپ قارشى كەلمەيدىغان قۇۋۇەتلىگۈچى دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، مەسىلەن: گۈلسەۋسەن يېغى، سۇمبۇل يېغى، خېنە يېغى، خەيرى يېغى قاتارلىقلار. بۇ ياغلار ۋە ياغلارنىڭ جىسملىرى نۇرغۇن خۇسۇسىيەتلەرنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. سۈيدۈك يوللىرىنى كېڭەيتىش ئۈچۈن بەل، بىقىن ۋە ئەۋرەت ئەتراپىنى قاتتىق تېڭىپ ياكى قول بىلەن ئۇۋۇلاپ، ئاندىن تاش پارچىلىغۇچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. تاش پارچىلىغۇچى دورىلارنى ئىچكۈزگەندە، ئارقىدىن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ.

خىيارشەنبەرنى بادام يېغى بىلەن ياكى چاپلاشقاق، تېيىلدۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ئۇسارىلەرنى بادام يېغى بىلەن ئىچكۈزۈشمۇ زىيان قىلمايدۇ.

سۈيدۈك يولىنى بوشاتقاندىن كېيىن ياكى تاشنىڭ ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ ھەرىكەتلەنگەنلىكى بىلىنىپ، بوشتىشتىن بىھاجەت بولغاندا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلارنىڭ بىرى، سۇغا ۋە زەيتۇن يېغىغا چۆكۈرۈلگەن بۇلۇت بىلەن ۋە لاچىندانە، كېپەكلەر بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى زىماتلارنى زىمات قىلىش ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى ياغلارنى سۈركەشتۇر، مەسىلەن: سۇزاپ يېغى ياكى سۇزاپ يېغىنى زەيتۇن يېغى، قۇندۇز قەھرى بىلەن سۈركەش. بۇنىڭدا زىماتنى ئىسسىق ھالەتتە زىمات قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر بۇنىڭدىن كۈچلۈكرەكىگە ئېھتىياج چۈشسە، تاشنى تۆۋەنگە تارتىش ئۈچۈن تاش بار ئورۇندىن ئازراق تۆۋەنگە ئوتسىز ھجامەت قويۇلىدۇ، ئاندىن بۇ ھجامەت شۇ ئورۇندىن تۆۋەنگە چۈشۈرۈلۈپ، چاپلاپ قويۇلىدۇ. شۇنىڭدەك ئىككى بۆرەك ئورنىدىن ئىككى سۈيدۈك نەيچىسىنى بويلاپ تەدرىجىي ئاستىغا چۈشۈرۈلىدۇ. ئەگەر تاش دوۋساققا چۈشسە ئاغرىق توختايدۇ. بەزىدە چېنىقىش، ھەرىكەت قىلىش، يورغا ئاتقا مىنىش، پەشتاقتىن چۈشۈش بۇ كېسەلگە

كۆپايە قىلىدۇ، بولۇپمۇ بوشاشتۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلگەندە. ئەگەر تاش دوۋساقتىن سۈيدۈك يولىغا چۈشسە بەزىدە ئاغرىتىدۇ، بۇ ۋاقىتتا بۇ ئورۇنغا بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ھىجامەت قىلىش تەدبىرىنى ئىشلىتىش لازىم. ئەمما ئاغرىق قوزغالغاندا، بولۇپمۇ دوۋساقتا تاشنىڭ چوڭلۇقىدىن ياكى تاشنىڭ قىرلىقلىقىدىن ئاغرىق قوزغالغاندا، مۇنچىغا چۈشۈرگۈزۈش ۋە ئابزەن قىلىش بىلەن پەسەيتىلىدۇ.

مۇنچا ۋە ئابزەنلەردە ھەددىدىن ئارتۇق تۇرۇش ئەزانى بوشىتىۋەتسە، ئاغرىق بىردەمدىن كېيىن ناھايىتى قاتتىق قوزغىلىدۇ. بۇنىڭغا بابۇنە، ئىكىلىملىك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە كېپەك تەركىبلىك نۇتۇللار ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر قەۋزىيەت بولسا، چوڭ تەرەت شىياق ياكى كىچىك ھۆقنە بىلەن چىقىرىلىدۇ. ئەگەر ھۆقنە چوڭ بولۇپ قالسا، تاشنى بېسىپ ئاغرىتىدۇ، شۇڭا مەن شىياق دورىلارنى ياخشى كۆرىمەن. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ، بۇ ۋاقىتتا سۇرگە دورىسى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ، چۈنكى سۇرگە دورىسى ئۇستىدىكى نەرسىلەرنى تېيىلدۇرۇپ چۈشۈرۈپ، ئاغرىتىپ بىئارام قىلىدۇ.

ئەمما ھۆقنىلەرگە ھايۋانات ياغلىرى، ئۆسۈملۈك ياغلىرى ۋە بوشاشتۇرغۇچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى قۇۋۋەتتى بار دورىلار سېلىنسا، ئىچىنى سۇرگۈزۈش بىلەن بىرگە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ، ئاغرىقنى پەسەيتىپ، تاشنى چىقىرىشقا ياردەم بېرىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچلۈك بولۇپ، بىز يۇقىرىدا بايان قىلغان دورىلار بىلەن داۋالىنىپ ئاغرىق پەسەيسە، ئاندىن تاش چۈشۈرۈش دورىلىرىنى ئىشلەتكەندە ئاغرىق قوزغالسا، ئەڭ ياخشىسى تاشنى كۈچلۈك قوزغايدىغان دورىلارنى توختىتىپ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان ھۆقنىلەرگە ۋە بوشاشتۇرغۇچى ياغلارغا، شۇنداقلا چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى، بوشاتقۇچى ۋە تاشنى سىيرىلدۇرغۇچى قۇرۇتىلارغا مەشغۇللۇق قىلىش لازىم. بەزىدە قەي قىلدۇرۇش مەنپەئەت قىلىدۇ، قەي قىلدۇرغۇچى دورىلار تاشنى قىستىغۇچى ماددىلارنى ئازلىتىدىغان دورىلار قاتارىدىندۇر. بەزىدە قەي قىلدۇرۇش تاشنى ئۇستىگە تارتقانلىق سەۋەبىدىن زىيان يەتكۈزىدۇ. ئەگەر ئاغرىق قەتئىي پەسەيمىسە، سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى

ئىچكۈزۈش لازىم. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنىڭ ئەڭ ياخشىسى پۇلونيا، داۋائى لوپاھى ۋە كونىرىمغان، ئەپيۈننىڭ قۇۋۇتى كەتمىگەن تەرياق كۆپ جەھەتلەردىن مەنپەئەت قىلىدۇ. تەرياق زەھەر قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، تاشنى پارچىلاش ۋە ئاغرىقنى سېزىمسىزلاندۇرۇش جەھەتتىن مەنپەئەت قىلىدۇ.

بەزىدە بۆرەكتىكى يەل تاشنى قىستىقانلىقتىن، ئاغرىشقا ياردەم بېرىدۇ، يەلنىڭ ئاغرىقىغا ياردەم بەرگەنلىكى بۆرەكتىكى يەلنىڭ ئالامتى ياكى ئۈچەيلەردە قىستاش پەيدا قىلىدىغان يەلنىڭ ئالامتى بىلەن بىللىنىدۇ. بۇ ۋاقىتتا يەل سۈندۈرىدىغان دورىلارغا تايىنىش لازىم، مەسىلەن: سۈزاپ، سۈزاپ ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، جۇۋىنە، تاغ زىرىسى، سىيادان قاتارلىقلار مائۇلھەسەلدە ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى زىمات قىلىنىدۇ ياكى بۇلاردىن ياغدا قىرۇتى تەييارلىنىدۇ ياكى ئۇلار ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئەگەر تاش ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن پەيدا بولغان بولسا، ئاۋۋال بۆرەك ئىششىقى داۋالىنىدۇ ۋە ئۇ ئىششىقنىڭ ھارارىتى ھەممىگە مەلۇم بولغان دورىلار بىلەن ئۆچۈرۈلىدۇ. ھارارەتنى ئۆچۈرىدىغان نۇتۇل، زىمات ۋە قىرۇتىلار ئىلگىرى كۆپ بابلاردا سۆزلەندى. بۇ نۇتۇل ۋە زىمات دورىلارغا دورىنىڭ قۇۋۇتىنى بەدەنگە ئۆتكۈزۈش ئۈچۈن سىركە سېپىلىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش بۇ ئۇسارىلەر قىزىلگۇل يېغى بىلەن ھۆقنە قىلىنىدۇ، ئەگەر قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشسە قان ئېلىنىدۇ. ئەگەر تاش قاتقان ئىششىقتىن بولسا، ئىسسىق تەبىئەتلىك لوئابلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. مەسىلەن: زىغىر ئۇرۇقى لوئابى، شۇمشا ئۇرۇقى لوئابى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابى، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى لوئابى قاتارلىقلار سوغۇقلۇق يەتكۈزىدىغان دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ، شۇنىڭدەك بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئوغرىتىكەن ۋە سېرىقچېچەك قاتارلىقلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. بۇ دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ، ھۆقنە قىلىنىدۇ، تىلا قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار تىلا قىلىپ ئىشلىتىلسە، ئۇنىڭغا ئۇدخام، سەكبىنەج، ئوشەق، مىئەسائىلە، قۇندۇز قەھرى، مۇرمەككى قاتارلىق دورىلار ۋە يەنە ئازراق قۇۋۇتەلەش خۇسۇسىيتى بار ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

11 ـ پەسىل مەلھەملەرنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا

مەلھەملەردىن مەلھىمى داخلىيۇن، مەلھىمى شۇھۇم ۋە ئۇنىڭدىن باشقا مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئىششىقنىڭ پىشقانلىقى كۆرۈلسە، سۈيدۈك ھەيدىلىدۇ.

12 ـ پەسىل تاش چۈشكەن بىمارلارنىڭ غىزاسى توغرىسىدا

تاش چۈشكەنلەرنىڭ غىزاسى: بۇلارغا زىيان قىلمايدىغان غىزالار بېرىلىدۇ. چوغدا كاۋاپ قىلىنغان قۇشقاچ گۆشى، ئۆيدە ئۇۋلايدىغان قۇشقاچ گۆشى، قاينىتىپ ياخشى پىشۇرۇلغان چۈجە گۆشى زىيان قىلمايدۇ، شۇنىڭدەك ئاسان سىڭدىغان گۆشلەرمۇ زىيان قىلمايدۇ. كاۋاپ قىلىپ پىشۇرۇلغان سەرتانىنىڭ گۆشى بۇ خىل بىمارلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇلارنىڭ غىزاسىغا ھەرشۇق، ئادراسمان چۈشۈشى، بولۇپمۇ ياۋا ئادراسمان چۈشۈشى لازىم. نوقۇت سۈيى، زەيتۇن يېغى، زاراڭزا يېغى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاشلىرى مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئون توققۇزىنچى پەن

دوۋساق ۋە سۈيدۇكنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بۇ پەن ئىككى ماقالىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بىرىنچى ماقالە

دوۋساق ئەھۋالى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل دوۋساقنىڭ تەشرىھى توغرىسىدا

ئۆزىدىن باشقا ئىلاھ يوق، زاتى بۈيۈك، ئىسىملىرى مۇقەددەس ئاللا خۇددى چىقرىندىلار تولۇق يېغىلغىچە ئۆزىگە سىغدۇرۇپ پات ـ پات ھاجەتكە بېرىشنى بىھاجەت قىلىدىغان، ۋاقتى كەلگەندە ئىتتىرىپ چىقىرىدىغان ئەزا (ئۈچەي) نى ياراتقىنىدەك، چىقىپ كېتىشكە تېگىشلىك بولغان سۇ ئېشىندىلىرى سىرغىيدىغان، ئومۇمىي سۇ ئېشىندىلىرىنى ياكى كۆپرەكىنى بىراقلا چىققىچە سىغدۇرالايدىغان يۇمىلاق ئەزانى ياراتتى. شۇڭا سۇ ئېشىندىلىرىنى ئارقىمۇئارقا چىقىرىش ھاجىتى بولمايدۇ، خۇددى سۈيدۈك تامچىلاش كېسىلىگە گىرىپتار بولغان كىشىدە يۈز بەرگىنىدەك. بۇ يۇمىلاق ئەزا دوۋساقتۇر. دوۋساقنىڭ كۈچلۈك بولۇشى ۋە بۇنىڭ

بىلەن بىرگە تارتىشىشنى قوبۇل قىلىشى ھەم سۇ توشقاندا كېڭىيىشى ئۈچۈن دوۋساق تارىمۇش نېرۋىلىرىدىن نېرۋىلىق يارىتىلدى. ئەگەر دوۋساق سۇغا تولسا، ئۆزىدىكى سۇنى زۆرۈرىيەتنىڭ ئېھتىياجى بىلەن ئىختىيارىي چىقىرىدۇ. دوۋساق بوينىدا بىر پارچە گۆش بولۇپ، دوۋساق ئۇنىڭ يارىدىمى بىلەن مۇسكۇلنىڭ سۈيدۈكنى ئۆتكۈزۈۋېتىشنى توسىدۇ. دوۋساق ئىككى قەۋەت بولۇپ، ئۇنىڭ ئىچكى قەۋىتى سىرتقى قەۋىتىدىن بىر ھەسسە قېلىندۇر. چۈنكى دوۋساق ئۆتكۈر سۈيدۈك بىلەن ئۇچرىشىدۇ. ياراتقۇچى زات ئۆزىنىڭ ھېكمىتى بىلەن سۈيدۈكنى دوۋساققا تارتىشتا ۋە دوۋساقتىن چىقىرىشتا مېھرىبانلىق قىلىپ، ئىككى بۆرەكتىن ئىككى نەيچىنى دوۋساققا تۇتاشتۇردى. ئىككى نەيچە دوۋساققا كەلگەندە دوۋساقنى ئىككى قەۋەتكە ئايرىدى، بۇ ئىككى نەيچىنى ئىككى قەۋەت ئارىلىقىدا ماڭدۇردى. بۇ ئىككى نەيچە ئالدى بىلەن بىرىنچى قەۋەتنى تېشىپ ئۆتۈپ، ئاندىن ئىككىنچى قەۋەتكە مېڭىپ، ئاخىرىدا ئىچكى قەۋىتىنى يېرىپ ئۆتۈپ، دوۋساق بوشلۇقىغا سۇ ئېشىندىلىرىنى قۇيىدۇ.

دوۋساق سۇغا توشۇپ مۇقىملاشسا، ئىچكى قەۋىتى سىرتقى قەۋىتىگە ئىچكى تەرەپتىن ئىتتىرىلىپ، تۆشۈكى يوق بىر قەۋەت دەپ ئويلاپ قالغۇدەك دەرىجىدە يېپىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، دوۋساق ئارقىغا ۋە ئىككى سۈيدۈك نەيچىسىگە مەركەزلەشكەندە سۈيدۈك قايتىمايدۇ. ئاندىن قۇدرىتى بۈيۈك ياراتقۇچى ئاللا دوۋساققا سۈيدۈكنى يولغا ئىتتىرىدىغان ئەگمىلىرى كۆپ بىر بويۇننى يارىتتى، ئەگمىلىرى كۆپ بولغانلىقى ئۈچۈن سۈيدۈك بىر قېتىمدا تولۇق چىقىرىلمايدۇ، بولۇپمۇ ئەرلەردە. چۈنكى ئەرلەردە ئۇچ ئەگمە باردۇر، ئاياللارنىڭ دوۋسقى بالىياتقۇسغا يېقىن بولغانلىقتىن، بىر ئەگمە باردۇر. بويۇننىڭ باشلىنىش مەركىزى سۈيدۈكنىڭ شۇ بويۇندىن چىقىپ كېتىشىنى توسۇش ئۈچۈن بوغقۇچى ۋە سىققۇچىغا ئوخشاش مۇسكۇللار بىلەن ئورالدى. بىراق ئۆز ئورنىدا ھەممىگە مەلۇم بولغان قورساق مۇسكۇلىدىن يارىدەم تەلەپ قىلىدىغان، شۇ مۇسكۇلنى بوشىتىدىغان ئىختىيارىي ھەرىكەت بىلەن سۈيدۈك چىقىدۇ. ئەگەر شۇ مۇسكۇلغا

ياكى قورساق مۇسكۇلىغا بىرەر كېسەللىك يەتسە، سۈيدۈك ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىدۇ. دوۋساقنىڭ ئىككى تەرىپىگە مەلۇم نېرۋا ۋە ھەرىكەتلىنىدىغان ھەم ھەرىكەتلەنمەيدىغان تومۇرلار تۇتىشىدۇ. دوۋساقنىڭ مەركەزلەشكەن نەرسىنى سېزىشى ۋە تارتىشىشى كۆپرەك بولۇش ئۈچۈن نېرۋىلىرى كۆپ يارىتىلدى.

2 ـ پەسىل دوۋساق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بەزىدە دوۋساقتا ماددىلىق ۋە ماددىسىز مىزاج كېسەللىكلىرى، ئىششىق ۋە توسالغۇ (تاش چۈشۈشمۇ بۇنىڭ قاتارىدىن) قاتارلىق كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ. بەزىدە دوۋساقتا چوڭىيىش ۋە كىچىكلەشتىن ئىبارەت مىقدار كېسەللىكلىرى يۈز بېرىدۇ. بەزىدە دوۋساق چىقۇبلىش، ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىش خاراكتېرلىك ئورۇن ئۆزگىرىش كېسەللىكلىرى يۈز بېرىدۇ. يەنە دوۋساقتا يېرىلىش، ئېغىزى ئېچىلىش، ئۈزۈلۈش، يارا بولۇش قاتارلىق پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش كېسەللىكلىرى يۈز بېرىدۇ. بەزىدە دوۋساققا مېڭىگە ئوخشاش رەئىس ۋە شەرەپلىك باشقا ئەزالار شېرىكلەشكەچكە، دوۋساقتا كېسەللىك يۈز بەرسە، باش ئاغرىيدۇ ۋە باش قايىدۇ، بەزىدە شېرىكچىلىك سەۋەبىدىن دوۋساقنىڭ ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلىرى سەرسامغا ئېلىپ بارىدۇ. دوۋساق سوۋۇپ كېتىش كۆپىنچە ئىستىسقانى پەيدا قىلىدۇ. دوۋساق كېسەللىكلىرى قىشتا كۆپ يۈز بېرىدۇ، بەزىدە دوۋساق كېسەللىكلىرىگە قارىتا بۆرەكنى داۋالايدىغان دورىلار بىلەن ۋە بۆرەككە ئىشلىتىدىغان دورىلاردىن كۈچلۈكرەك ھەمدە بەكرەك پاكىزلايدىغان دورىلارنى ئىچكۈزۈپ، ھۆقنە قىلىپ، سۈيدۈك نەيچىسى ئورنى ۋە كىندىكنىڭ ئاستى، ئىككى يېرىققا زىمات قىلىپ داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

دوۋساق ئاغرىقلىرى شىمال تەرەپتىكى رايونلاردا، سوغۇق ھاۋادا ۋە شامال چىققاندا ھەم سوغۇق پەسىللەردە كۆپ يۈز بېرىدۇ.

3 - پەسىل دوۋساققا ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان دورىلار توغرىسىدا

ئىسسىق تەبىئەتلىك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ ھەممىسى ئىسسىق ياغلار ۋە ئىسسىق ياغلاردىن تەييارلانغان ھۆقنىلەر، ئىسسىق تەبىئەتلىك پېلىملاردۇر، مەسىلەن: قۇستە يېغى، سۇمبۇل يېغى، كۈندۈر يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ۋە بۆرەككە ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش بايانىدا سۆزلەنگەن دورىلارنى زىمات قىلىش قاتارلىقلار دوۋساققا ئىسسىقلىق يەتكۈزىدۇ.

4 - پەسىل دوۋساققا سوغۇقلۇق يەتكۈزىدىغان دورىلار توغرىسىدا

سېمىزئوتنىڭ سىقىلغان سۈيى، تەرخەمەك سۈيى، قاپاق سۈيى ۋە سوغۇق سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان تاباشىر قاتارلىقلارنى ئىچكۈزۈش دوۋساققا سوغۇقلۇق يەتكۈزىدۇ. تىلالاردىن سەندەل، كافۇر، فۇپەل قاتارلىقلارنى قېتىق بىلەن تىلا قىلىش دوۋساققا سوغۇقلۇق يەتكۈزىدۇ، شۇنىڭدەك سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارىلەرنى ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك لوئابلارنى تىلا قىلىش، سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلاش، مەسىلەن: ياخشى قىزىلگۈل يېغى، كاھۇ ئۇرۇقى يېغى، خەشخاش يېغى قاتارلىقلارنى كافۇر قاتارلىقلار بىلەن تىلا قىلىش، بولۇپمۇ ھۆقنە قىلىش ۋە ئېشەك سۈيدۇكى ئىچكۈزۈش قاتارلىقلار دوۋساققا سوغۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

5 - پەسىل دوۋساق تېشى ۋە ئۇنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بۇنىڭدا بۆرەك تېشى توغرىسىدا سۆزلىگەنلىرىمىزنى مۇلاھىزە قىلىپ، ئاندىن بۇ بابنى مۇلاھىزە قىلىشقا يۆتكىلىمىز.

بۆرەك تېشى بىلەن دوۋساق تېشىنىڭ كەيپىيات ۋە مقدار جەھەتتىكى پەرقىنى ۋە ئىككى ئەزادىكى تاشنىڭ پەرقىنى سۆزلىگەندە، بۆرەكتىكى تاشنىڭ يۇمشاقراق، قىزىلغا مايىلراق، كىچىكرەك بولىدىغانلىقىنى؛ دوۋساقتىكى تاشنىڭ قاتتىق، چوڭراق، كۈل رەڭگە مايىل بولىدىغانلىقىنى، دوۋساق تېشى كۆپىنچە ھاللاردا ئاجراپ سۈيدۈك بىلەن چىققاندىن كېيىن سېزىلىدىغانلىقىنى، ئورۇق كىشىلەرنىڭ دوۋساق تېشىغا كۆپرەك گىرىپتار بولىدىغانلىقىنى؛ سېمىز كىشىلەرنىڭ بۆرەك تېشىغا كۆپ گىرىپتار بولىدىغانلىقىنى؛ بالىلار ۋە ياشلارنىڭ دوۋساق تېشىغا كۆپرەك گىرىپتار بولىدىغانلىقىنى سۆزلىگەن ئىدۇق. بىز بۇ يەردە شۇنى ئېيتىمىزكى، دوۋساق تېشىدا سۈيدۈك ئاققا مايىل، چۆكمىلىك بولىدۇ. بەزىدە سۈيدۈك زەيتۇن يېغىنىڭ دۇغىغا ئوخشاش قويۇق بولىدۇ، كۆپىنچە ھاللاردا بولۇپمۇ دەسلەپكى مەزگىلدە سۈيۇق بولىدۇ.

دوۋساق تېشىنىڭ ئاغرىتىشى بۆرەك تېشىنىڭ ئاغرىتىشىدەك بولمايدۇ، چۈنكى دوۋساق بوشلۇقلۇق ئەزا بولۇپ، پەقەت تاش سۈيدۈكنى توسۇۋالغاندا ياكى تاش سۈيدۈك يولىغا چۈشۈۋالغاندا ئاغرىق ئېغىر بولىدۇ. دوۋساق تېشىدا يىرىكلىك كۆپرەك بولىدۇ، چۈنكى دوۋساقتىكى تاش بوشلۇقتا بولۇپ، ئۇنى يىرىكلەشتۈرىدىغان نەرسىلەرنىڭ ئۇنىڭ بىلەن بىرىكىشى مۇمكىن بولىدۇ. بۇ تاش ئورۇنلاشقان جاي كەڭرى بولغاچقا، يوغان بولىدۇ. بەزىدە بىر دوۋساقتا ئىككى ياكى ئىككىدىن كۆپرەك تاش بولىدۇ، ئۇلار بىر - بىرى بىلەن سۈركىلىشكەچكە، قۇمسىمان تاش پارچىلىرى كۆپ بولىدۇ. بەزىدە يىرىك تاشتىن دوۋساقنىڭ ئىچكى يۈزى ئاجرىغانلىقتىن قۇمسىمان تاش، كېپەكسىمان چۆكمە پەيدا بولىدۇ. دوۋساق تېشىدا زەكەرنىڭ دوۋساققا شېرىكلەشكەنلىكىدىن زەكەر، زەكەر تۈۋى ۋە ئەۋرەت ساھەسىدە داۋاملىق قىچىشىش ۋە ئاغرىش بولىدۇ. دوۋساق تېشىغا گىرىپتار بولغان كىشى، بولۇپمۇ بالىلار زەكىرىنى كۆپ تۇتىدىغان بولۇپ قالىدۇ. دوۋساقتىكى تاش سەۋەبىدىن زەكەر دائىم قوزغىلىپ تۇرىدۇ. بەزىدە دوۋساق تېشى مەقئەت چىقىۋېلىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، سۈيدۈك تار ئورۇندىن ئېتىلىپ چىقىقانلىق ۋە ئارقىسىدىن ئېغىر بىر ئىتتىرگۈچى بولغانلىقتىن كۈچلۈك چىقىش بىلەن بىرگە

قىينىلىپ سىيشكە ئېلىپ باردۇ. بەزىدە بىمار كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە ئىختىيارسىز سىيۇبتىدىغان بولۇپ قالىدۇ، سىيىپ بولۇپلا يەنە سىيگۈسى كېلىدۇ. پات - پات سىيشنى تەلەپ قىلىدىغان نەرسە يىغىلغان سۇيدۇكنىڭ ئىتتىرىلىشىنى تەلەپ قىلىدىغان تاشتۇر. كۆپىنچە ھاللاردا بىمار تاشنىڭ دوۋساقنى زىدە قىلغانلىقىدىن قان سىيىدۇ، بولۇپمۇ تاش چوڭ ھەم يىرىك بولسا. كۆپىنچە ھاللاردا تاش سۇيدۇكنى توسۇۋالىدۇ. ئەگەر دوۋسقىدا تاش بار كىشىنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، ساغرىسىنى كۆتۈرۈپ ھەرىكەتلەندۈرۈلسە، تاش سۇيدۇك يولى ئېغىزىدىن ئايرىلىدۇ. ئەگەر مۇشۇ چاغدا دوۋساقنى قول بىلەن باسقاندا سۇيدۇك ئوقتەك چىقسا، بۇ، دوۋساقتا تاش بارلىقىنىڭ كۆچلۈك دەلىلىدۇر. بەزىدە تاش بار كىشىنى تىزلاندۇرۇپ، ئەزالىرىنى بىر - بىرىگە چاپلاپ ئولتۇرغۇزۇش تاشنىڭ چىقىشىنى ئاسانلاشتۇرىدۇ. بەزىدە بارماقنى مەقئەتكە كىرگۈزۈپ تىكلىنىۋالغان تاشنى يىراقلاشتۇرۇپ، سىيىش ئاسانلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە دوۋساقنى بېسىش، سىقىش، ئوڭدا ياتقۇزۇش قاتارلىق باشقا شەكىللەر بىلەن سۇيدۇكنىڭ چىقىشى ئاسانلاشتۇرۇلىدۇ. يۇكۇندۇرۇپ ئولتۇرغۇزۇشنىڭ سۇيدۇكنىڭ چىقىشىنى ئاسانلاشتۇرۇشى تەجرىبىدىن ئۆتكەن. ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەر مەنپەئەت بەرمىسە، تاشنى ئىتتىرىۋېتىش ئۈچۈن سۇيدۇك يولىغا كاتېتىر سېلىنىدۇ. ئەگەر كاتېتىر سالغاندا بىر نەرسە كاتېتىرغا تاقىشىپ، كاتېتىر ئۇنى ئىتتىرىۋەتكەندە سۇيدۇك ئېتىلىپ چىقسا، تاش بارلىقىنىڭ كۆچلۈك دەلىلىدۇر. ئەگەر كاتېتىرنى كىرگۈزۈش تەس بولسا، ئەڭ ياخشىسى ئۇنى زورلاپ كىرگۈزمەسلىك كېرەك. بەزىدە كاتېتىر ئۆزىگە قوشۇلۇپ كەلگەن نەرسە بىلەن تاش پەيدا بولغان ماددىنىڭ بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

كىچىك تاش چوڭ تاشقا قارىغاندا سۇيدۇكنى بەكرەك توختىتىۋالىدۇ، چۈنكى كىچىك تاش سۇيدۇك يولىغا كەپلىشىۋالىدۇ. چوڭ تاش سۇيدۇك يولىدىن تېز ئايرىلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، دوۋساق تېشى شىمالدىكى رايونلاردا، بولۇپمۇ شىمالىي رايوندىكى باللاردا كۆپ بولىدۇ.

6 ـ پەسىل دوۋساق تېشىنى داۋالاش توغرىسىدا

دوۋساق تېشى سوغۇقراق، ئورنى يىراقراق ۋە بەك قېتىۋالغان بولغاچقا، كۆچلۈكرەك دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ دورىلار بۆرەك تېشىنى داۋالاشتا سۆزلەنگەن كۆچلۈك دورىلاردۇر.

تاش كىچىك ياكى يۇمشاق بولسا، مەجۇنى سەنجىبىنا ۋە مەسرۇدىتۇس مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇنىڭدەك مەجۇنى ئاساناسىيا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇلارغا ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇندىن 30 گىرامنى 15 گىرام پوستى ئاقلانغان ھەببى مەھلەب بىلەن، چۆكۈپ بىر ئىلىك ئاشقۇدەك مىقداردىكى سۇدا ياخشى قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە تۆۋەندىكى دورىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ:

نۇسخىسى: سوقۇلغان ھەببى قىللەتتىن 45 گىرام، پىرسىياۋشاندىن 21 گىرام، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇندىن توققۇز گىرام، ئوغرىتىكەندىن 30 گىرام، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، پەتەرئاسالىيۇننىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، ئاق ئەنجۈردىن يەتتە دانە ئېلىپ، 1500 گىرام سۇ بىلەن تۆتتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىپ، مۇنچىدىن چىقاندىن كېيىن 170 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. دوۋساق تېشىغا ئىشلىتىلىدىغان ئابزەنلەرنى كۆچلۈك قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، بۇ ئابزەنگە ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان دورىلار بىلەن بىرگە چاكىگاك يوپۇرمىقى، پىرسىياۋشان، سازەج ھىندى، بەرەنجاسىپ، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلار ۋە ھەددىدىن زىيادە بەك بوشتۇەتمەسلىك ئۈچۈن ئازراق تۇتۇش خۇسۇسىيتى بار دورىلار سېلىنىدۇ. ياغلايدىغان دورىلارغا قۇننە، زۇپتى رۇمى، ئوشەق، پەرپىيۇن قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بۇلارنىڭ ئەڭ ياخشىسى مۇقەل مەككىنى زىمات قىلىشتۇر.

ياغلارنىڭ ياخشىسى چايان يېغىدۇر. چايان يېغى زىمات قىلىپ، قۇلاققا تېمىتىپ ۋە ھۆقنە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ياغقا ئازراق قۇۋۇەتلىگۈچى دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئۇلارغا زىمات قىلىنىدىغان دورىلار ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن يىلتىزى،

سەيل ئۆسۈملۈكى يىلتىزى، چاڭگاك، سازەج ھىندى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، پىرسىياۋشان قاتارلىقلاردۇر. بۇ دورىلارغا قىزىل چۇغلۇق يوپۇرمقى ۋە بۆرەك تېشى بايانىدا سۆزلەنگەن قۇشقاچ تەركىبلىك دورىلار قوشۇلىدۇ. بۇ خىل بىمارلارنى داۋالاشتا مەخسۇس بولغان تەدبىرلەردىن بىرى شۇكى، تاش پارچىلايدىغان دورىلارنى سايمان بىلەن بەدەنگە كىرگۈزۈش بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر سىيىش قىيىن بولسا ياكى دوۋساق تېشى سەۋەبىدىن سۈيدۈك توختاپ قالسا، بىرەر توسقۇنلۇقتىن ياكى قورقۇش سەۋەبىدىن دوۋساقنى يېرىش مۇمكىن بولمىسا، بەزى كىشىلەر چارە قىلىپ، مەقئەت بىلەن ئۇرۇقدان ئارىلىقىدىن كىچىك تۆشۈك ئېچىپ، سۈيدۈكنى چىقىرىش ئۈچۈن نەيچە سېلىپ قويىدۇ (گەرچە بۇ ئاۋارىچىلىك بولسىمۇ).

ئەگەر دورىلار ئۇنۇم بەرمەي يېرىش مەقسەت قىلىنسا، يېرىش ئۈچۈن ساقلىنىشقا تېگىشلىك بولغان ئىشلاردىن ساقلىنىپ، نەسىللىنىشتە بىرەر كېسەللىك پەيدا قىلماسلىقى ياكى قان كۆپ ئېقىپ كەتمەسلىكى ياكى گۆش ئۇنمەيدىغان ئاقما پەيدا بولۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن دوۋساقنىڭ تەشرىھىنى بىلىدىغان ۋە دوۋساقنىڭ بويىنىدىن دوۋساققا تۇتىشىدىغان مەنىي قاچىلىرىنىڭ ئورنىنى، قىزىل قان تومۇرلارنىڭ ئورنىنى ۋە دوۋساقنىڭ گۆش ئورنىنى بىلىدىغان تېۋىپلارنى تالىلاش كېرەك. يېرىشتىن ئىلگىرى ئوكۇدا ياتقۇزۇپ، ئۈچەي ۋە دوۋساققا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش لازىم. شۇنداق تۇرۇقلۇق يېرىشقا مەشغۇللۇق قىلىش بەك خەتەرلىكتۇر، مەن بۇنىڭغا رۇخسەت قىلمايمەن.

7 ـ پەسىل يېرىشتا بۇيرۇلىدىغان تەدبىرلەر توغرىسىدا

يېرىشتا بۇيرۇلىدىغان تەدبىر شۇكى، بىر ئورۇندۇق تەييارلاپ بىمارنى ئولتۇرغۇزۇپ، ھازىر بولغان خادىم قولىنى كېسەلنىڭ ئىككى تىزى ئاستىغا كىرگۈزۈپ، ئاندىن يېرىش مەشغۇلاتى ئېلىپ بارىدۇ، يېرىشتىن بۇرۇن تاشنى

تۇتۇپ، يېرىش زۆرۈر بولغان ئورۇندا تۇرغۇزۇش لازىم، يەنى تاشنى توختىتىشتا ئوتتۇرا بارماقنى ئەرلەرنىڭ ۋە قىزلارنىڭ مەقئىتتىگە كىرگۈزۈش بىلەن، توي قىلغان ئاياللاردا پەرجىدىن تاشقا يەتكەنگە قەدەر كىرگۈزۈش بىلەن، يەنە بىر قولدا كىندىكتىن باشلاپ تاش دوۋساق ئېغىزىغا يېقىن ئورۇنغا چۈشكەنگە قەدەر بېسىپ سىيرىپ بېرىلىدۇ. تاشنى دوۋسۇن بىرلەشمىسىدىن بىر ئارپا مىقدارى تۆۋەنگە چۈشۈرۈشكە تىرىشچانلىق قىلىنىدۇ. دوۋسۇن بىرلەشمىسىنى يېرىشتىن ئېھتىيات قىلىش لازىم، چۈنكى ئۇ بەك خەتەرلىكتۇر. دوۋسۇن بىرلەشمىسىدىن يېرىش ئەمەلىيەتتە ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ.

تاشنى ئىتتىرىشتا بېپەرۋالىق قىلماسلىق كېرەك، چۈنكى بېپەرۋالىق قىلىنسا، يېرىق ساقايمايدىغان دەرىجىدە كېڭىيىپ كېتىدۇ. ئەگەر تاش ئىتتىرىلسە ۋە يېرىق ئىچىگە ئۆتمىدى، دەپ قارالسا ھەم قاتتىق ئاغرىق، بويۇن قاتلىشىپ قېلىش، قۇۋۋەت تۆۋەنلەش، تىلى تۇتۇلۇش، قاپاق ۋە كۆز ئولتۇرۇشۇپ كېتىش قاتارلىق ئەھۋاللار كۆرۈلمىسە، يېرىشقا بولىدۇ. ئەگەر يېرىش شۇنداق ئەھۋاللارغا ئېلىپ بارسا، يېرىشقا بولمايدۇ. ئەگەر يېرىلسا، بىمار دەرھال ئۆلۈپ كېتىدۇ، دوۋساق سولغا مايىلراق قىلىپ، نېرۋىلارغا يېتىپ قېلىشتىن ئېھتىيات قىلغان ئاساستا تاشنىڭ دوۋساقنىڭ بويۇن تەرىپىگە چۈشۈشكە تىرىشچانلىق قىلىش بىلەن بىرگە يېرىلىدۇ. ئەگەر يېرىق دوۋساق تېنىگە چۈشۈپ قالسا، ھەرگىز پۈتمەيدۇ. مۇمكىنقەدەر يېرىقنى كىچىكلىتىشكە تىرىشىش لازىم. ئەگەر تاش كىچىك بولسا، بەزىدە سىققاندا تاش ئېتىلىپ چىقىپ كېتىدۇ. ئەگەر تاش چوڭ بولسا، چوڭراق يېرىشقا ۋە تاشنى تارتىپ چىقىدىغان سايمانغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر تاش ناھايىتى چوڭ بولۇپ، بۇ تاشنىڭ چوڭلۇقىدا يېرىش مۇمكىن بولمىسا، بۇ ۋاقىتتا تاشنى ئامبۇر بىلەن قىسىپ، ئاز - ئازدىن پارچىلاپ ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ تاشتىن بىرەرسى دوۋساقتا قېپقېلىشقا بولمايدۇ، چۈنكى قېپقالسا چوڭىيىپ كېتىدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا تاش دوۋساق بوينىدا ۋە زەكەر ئەتراپىدا ئاشكارا بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئەۋرەتنى سىلاپ بېرىش ۋە مۇجۇش لازىم. بۇ ئىشتا تېۋىپقا بىرسى ياردەمچى بولۇش كېرەك، تاش بىر يەرگە قادىلىپ قالسا، ئاشۇ جاينىڭ ئاستىدىن يېرىپ تاش چىقىرىلىدۇ. بەزىدە

تاشنىڭ كەينىگە قايتماسلىقى ئۈچۈن تاشنىڭ ئۈستى تەرىپىدىن يىپ بىلەن بوغۇپ قويۇش ياخشىدۇر. ئەگەر تاش زەكەرنىڭ بېشىغا يېقىن ئورۇنغا ئۆتسە، ئۇ تاشنى زەكەرنىڭ بېشىدىن چىقىرىشقا قوپاللىق قىلماسلىق كېرەك، چۈنكى بۇنداق قىلىش بەزىدە پۈتمەيدىغان يارا پەيدا قىلىپ قويىدۇ. تاشنى رۇسلاپ، ئۇنىڭ تۆپىسىدىن بوغۇپ قويۇپ، تاشنى چىقىرىش ئۈچۈن زەكەر بېشىنىڭ ئاستىدىن يېرىش كېرەك. ئەگەر يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىپ تاش چىقىرىلسا، بەزىدە قورساقنىڭ كۈچلۈك سىققانلىقىدىن ۋە يېرىلغان ئورۇننىڭ ئاغرىقىدىن ئىششىق پەيدا بولىدۇ ياكى ئىششىقنىڭ پەيدا بولۇشىدىن ئەندىشە قىلىنىدۇ.

ئىششىقنىڭ ئالدىنى ئالىدىغان تەدبىرلەردىن بىرى، بىمارغا ھۆقنە قىلىپ چوڭ تەرەتنى چىقىرىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان نەرسىلەرنى ئىچكۈزۈش ۋە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان غىزالارنى ئاز - ئازدىن يېگۈزۈشتۇر. ئەگەر ئىششىقتىن غالىب كېلىش ئۈچۈن قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشسە قان ئېلىنىدۇ. ئەگەر ئىششىقتىن كۈچلۈكرەك غالىب كېلىش ئىرادە قىلىنسا ياكى ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈپ، ئاغرىق بەك كۈچىيىپ كەتسە، بىمار سۇدا ئابزەن قىلىنىدۇ ياكى يەرلىك ھەمشىباھار، زىغىر ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىق يۇمشاتقۇچى دورىلار قاينىتىلغان سۇدا ئابزەن قىلىنىدۇ. ئابزەن قىلىنىدىغان سۇغا كۆپرەك ياغ ئارىلاشتۇرۇلغان بولىدۇ ۋە بۇ سۇ ئىلمان قىلىنىدۇ. ئەگەر بىمار ئابزەندىن چىقىرىلسا، دوۋساق ساھەسىگە بابۇنە يېغى، سېرىقچېچەك يېغىغا ئوخشاش يۇمشاتقۇچى ياغلار سۈركىلىدۇ. جاراھەتكە ئىللىتىلغان سېرىقمايىنى قۇيۇپ، سېرىقمايىنىڭ ئۈستىگە قىزىلگۈل يېغى ۋە ئازراق سىركىگە چۆكۈرۈلگەن پاختا قويۇپ، ئاندىن جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار بىلەن تېڭىلىدۇ. ئەگەر ئىششىق چوڭايسا، بىمار شۇمشا ۋە زىغىر ئۇرۇقىنىڭ قاينىتىلمىسىدا داۋاملىق ئابزەن قىلىنىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچىيىپ كەتسە، ئىككىنچى، ئۈچىنچى كۈنى سۇ ۋە ئىللىتىلغان ياغدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ھەرقانداق كىشىدە يېرىق ۋە جاراھەت دېگەندەك ئاغرىق پەيدا قىلمىسا، ئۈچىنچى كۈنى تېڭىق يېشىۋېتىلىدۇ. سۇزاپ يېغى بىلەن دوۋساققا داۋاملىق ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش

كېرەك. چۈنكى دوۋساقسا ئىسسىقلىق يەتكۈزۈلسە، دوۋساقنىڭ ئەھۋالى ياخشىلىنىدۇ، ئاغرىق پەسىيىدۇ ۋە سۈيدۈك ئازىيىدۇ. دوۋسقى يېرىلغان كىشىگە سۈيدۈك ناھايىتى زىيان قىلىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ خىل كىشىلەرگە كۆپ سۇ ئىچكۈزمەسلىك كېرەك. بىمار ھەر قېتىم سىيمەكچى بولغاندا سۈيدۈكنىڭ يېرىلغان يەرگە تەگمەسلىكى ئۈچۈن تېڭىپ تېڭىلغان ئورۇننى ئېھتىيات قىلىپ قولى بىلەن بېسىپ تۇرۇشى كېرەك. يېرىلغان ئورۇن تۆۋەندىكى ئىككى ئىشنىڭ بىرىدىن خالي بولمايدۇ. بىرى، قان تېگىشلىك مىقدارىدا ئاقماي، ئەزا بۇزۇلغانلىقتىن ئىششىقنىڭ خەۋپى بولىدۇ، بولۇپمۇ قاننىڭ رەڭگى قىزىللىقتىن بۇزۇلۇشقا ئۆزگەرگەن بولسا؛ يەنە بىرى، قان ئېقىپ تامچىلاپ قاناپ كېتىشنىڭ خەۋپى بولىدۇ. بىرىنچى ھالەتتە مەزكۇر ئالامەتلەر كۆرۈلگەن ھامان بۇزۇلۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن نەشتەر ئۇرۇپ قان ئاققۇزۇش، شۇ يەرگە سىركە ۋە تۇزغا چۆكۈرۈلگەن زىغىر تالالىق رەختنى قويۇپ تېڭىپ قويۇش كېرەك.

ئىككىنچى ھالەتتە، يەنى قاناپ كېتىشنىڭ خەۋپى بولغاندا، ئەڭ ياخشىسى بىمار ھەممىگە مەلۇم بولغان تۇتقۇچى دورىلار سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، يەرلىك ئورۇنغا سوقۇلغان كۇندۇر ۋە زاكنى، ئۇنىڭ ئۈستىگە پاختىنى قويۇپ، شۇ پاختىنىڭ ئۈستىگە سىركە ۋە سۇ بىلەن نەمدەلگەن چوڭراق پاختا قويۇلىدۇ. چوڭ تومۇرنىڭ ياكى قىزىل تومۇرنىڭ ئۇزۇلگەنلىكى مەلۇم بولسا، ئۇنى تېڭىش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ. قان توختىمسا ۋە قان تومۇر ئۈزۈلمىگەن بولسا، بىمار ئۆتكۈر سىركىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بەزىدە قاننى تارتىش ئۈچۈن قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، بەزىدە ئەۋرەت ساھەسى ۋە ئىككى يېرىققا سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى قويۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. يېرىش ۋە قان ئېقىشتىن يۇز بېرىدىغان ئەھۋاللاردىن بىرى شۇكى، قان دوۋساققا ئېقىپ كىرىپ، دوۋساق ئېغىزىدا ئۈيۈپ قېلىپ سىيىش قىينلىشىدۇ، بۇ ۋاقىتتا بارماقنى يېرىققا كىرگۈزۈپ، ئۈيۈپ قالغان قاننى دوۋساق ئېغىزى ۋە بوينىدىن يىراق قىلىپ چىقىرىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ ۋە يەرلىك ئورۇننى ئۈيۈپ قالغان قان تارقاپ چىقىپ كەتكۈچە سىركە ۋە سۇ بىلەن داۋالىماي ئامال بولمايدۇ. يېرىلىشتىن يۇز بېرىدىغان ئەھۋاللارنىڭ يەنە بىرى

نەسلىنىڭ ئۇزۇلۇشىدۇر. نەسلى ئۇزۇلگەندە تېۋىپ بىمارنىڭ ئۆلىدىغانلىقىغا جەزم قىلىدىغان ناچار ئالامەتلەر شۇكى، كىندىك ئاستىدا ئاغرىق كۆچىيىدۇ، قول - پۇتلىرى سوۋۇيدۇ، قىزىتما ئۆتكۈرلىشىدۇ، تىترەك پەيدا بولىدۇ، قۇۋۇەت تۆۋەنلەيدۇ. ئەگەر كېسىلگەن ئورۇننىڭ ئاغرىقى كۆچىيىپ ھېچ تۇتسا، قورساق قاتتىق ھەرىكەتلەنسە، ئۇ ئادەم چوقۇم ئۆلۈمگە يېقىنلىشىپ قالغان بولىدۇ.

ياخشىلىقنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، بىمار ھوشىغا كېلىدۇ، ئىشتىھاسى ياخشىلىنىدۇ، رەڭگىرويى ساغلام كۆرۈنىدۇ.

8 - پەسىل دوۋساقنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقى ۋە يىرىڭلىق ئىششىقى توغرىسىدا

بەزىدە كۆپ بولمىسمۇ قان ۋە سەپرا ماددىسىدىن ياكى مۇرەككەپ ماددىدىن دوۋساقتا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق پەيدا بولىدۇ، بۇ ناچار كېسەللىكتۇر. بۇ كېسەللىك كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا تاشنىڭ سەۋەبىدىن، تاشنىڭ ئاغرىتىشىدىن ۋە تاشنىڭ دوۋساقنى زەدە قىلىشىدىن يۈز بېرىدۇ.

ئالامىتى

دوۋساقتا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقنىڭ بارلىقىنى قىزىتما، سۈيدۈك توختاپ قېلىش، قىينىلىپ سىيىش ياكى سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش، يېنىچە ياتقاندا سۈيدۈك توسۇلۇپ قېلىش، ئۆرە تۇرغاندا سۈيدۈك ئازراق كېلىش قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ. بەزىدە سانجىپ ئاغرىش ۋە لوقۇلداپ ئاغرىش بىلەن قويۇق سۈيدۈك توسۇلۇپ قېلىش، دوۋساق ئەتراپى ۋە بەل قىسمى ئېسىلىش قاتارلىقلار بولىدۇ. بەزىدە ئىششىق بار ئورۇننىڭ سىرتقى تەرىپى قىزىل كۆرۈنىدۇ.

دوۋساقتا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق بارلىقىنى بىمارنىڭ ئىسسىق ئۆتكۈزۈشتىن راھەتلەنگەنلىكى كۆرسىتىپ بېرىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتا يۇز بېرىدىغان ئىككىلەمچى ئالامەتلەر قاتتىق ئۇسساش، ساپ سەپرا قەي قىلىش، پۇت - قول سوۋۇپ كېتىش، تۇتاقلىق دەم سىقىلىش، جۆيلۈش، تىلى قاپداش، ھەرقانداق ئۆتكۈر ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى نەرسىلەر زىيان قىلىش قاتارلىقلاردۇر، بولۇپمۇ بەدەنىنىڭ خىلتىلىرى ئىسسىق بولسا، بەدەن خىلتىلىرىنىڭ ئىسسىقلىقىنى بىمارنىڭ يېيىشى، ئۆتمۈشى ۋە ھاۋىرىگى سەۋەبلەر كۆرىستىپ بېرىدۇ. بۇ ئىششىقنىڭ ئەڭ ناچارراقى ئۆتكۈر قىزىتما قوشۇلۇپ كەلگەن، سۈيدۈك ۋە چوڭ تەرەت بەك توسۇلغان، ئاغرىق كۈچەيگەن، سۈيدۈكىدە پىشىش بولمىغىنىدۇر. بۇ خىل ئىششىق ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ، بۇ ئەھۋاللارنىڭ كۆپىنچىسى دوۋساقتىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق يىرىڭلىق ئىششىققا ئۆزگەرگەندە كۆرۈلىدۇ. ئەگەر سۈيدۈكتە ئاق، سىلىق چۆكمە كۆرۈلسە، ئۇنىڭ ساقىيىش ئۈمىدى بولىدۇ، ئەمما يىرىڭلىق ئىششىقتا بىز بۆرەك يىرىڭلىق ئىششىقىدا بايان قىلغان جۇغ - جۇغ، ھەر خىل قىزىتمىلار كۆرۈلىدۇ ۋە ئۇ يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ پىشقانلىقىنى ئىششىقنىڭ يۇمشىشى، كېسەللىك ئالامەتلىرىنىڭ پەسىيىشى، سۈيدۈكنىڭ پىشىشى ۋە چۆكمىلىك بولۇشى قاتارلىقلار كۆرىستىپ بېرىدۇ، يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ ئېغىز ئالغانلىقىنى يىرىڭلىق سىيىش كۆرىستىپ بېرىدۇ. ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ پىشقانلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلمىسە ۋە ئېغىز ئالمىسا، بىمار بىر ھەپتە ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ.

دوۋساق يىرىڭلىق ئىششىقلىرىنىڭ كۆپىنچىسى دوۋساقنىڭ بويىنى تەرەپتە بولىدۇ، بەزىدە باشقا تەرەپلەرگىمۇ مايىل بولىدۇ، بەزىدە ئۇ يارا دوۋساقنىڭ ئىچكى تەرىپىگە، بەزىدە باشقا تەرىپىگە ئېغىز ئالىدۇ.

دوۋساق ئىششىقلىرىنى داۋالاش توغرىسىدا دەسلەپتە بىمارنىڭ قۇۋۇشتىگە قاراپ سول باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش كېرەك، چۈنكى باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش ئەڭ ياخشى داۋالاش ئۇسۇلىدۇر. ئەگەر بىماردا ھارارەت ئىنتايىن كۈچلۈك بولسا، ماددىنى قايتۇرىدىغان زىماتلارنى قىسقا مۇددەت ئىشلىتىشكە ئالدىراش، زىماتنى كۈچلۈك قىلماسلىق ۋە ئۇزۇن قويماسلىق لازىم. چۈنكى زىماتنى ئۇزۇن قويۇش، كۈچلۈك قىلىۋېتىش زىيان قىلىدۇ ۋە ئىششىقنى تېز قاتۇرۇۋالىدۇ. ئەگەر

بوشاشتۇرغۇچى دورىلار بىلەن داۋالاش باشلانسا، كۆچلۈك سەزگۈرلۈك توسالغۇ بولمسا، كېسەللەنگەن ئەزا نېرۋىلىق ئەزا بولغانلىقتىن بۇ لايىقراقتۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن يۇمشاتقۇچى، ماددىلارنى تارقاتقۇچى دورىلار قاينىتىلغان سۇغا چۆكۈرۈلگەن بۇلۇت ۋە يۇڭ بىلەن ۋە ياكى قاينىق سۇ ۋە يۇمشاتقۇچى، لەتىفلەشتۈرگۈچى ياغلار توشقۇزۇلغان ھايۋاناتلارنىڭ سۆيدۈك خالتىسى بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش بىمارنى بەك راھەتلەندۈرىدۇ. بۇ تەدبىرلەر بۆرەكنى داۋالاش بايانىدا سۆزلەندى. ئەگەر بىمار بەرداشلىق بېرەلسە، نەيچە كىرگۈزۈپ، ئىسپىغۇل لوئابىنى ئېشەك سۈتىدە ياكى ئارپا سۈيىنى ئېشەك سۈتىدە دوۋساقا ماڭغۇزۇش بىخەتەرەكتۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن ئېشەك سۈتى ۋە چاۋا ياغلار، ئاندىن ئاياللار سۈتىدە ئېرىتىلگەن خىيارشەنبەر ئىششقىنىڭ ۋاقتىغا قاراپ ھەممىگە مەلۇم تەرتىپ بىلەن دوۋساقا ماڭغۇزۇلىدۇ؛ بەزىدە يۇقرىقى دورىلارنى شۇ تەرتىپ بويىچە ھۆقنە قىلىشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدىن كېيىن ياخشى بولغان زىماتلاردىن بىرى ئاق ئۇن نېنى، پوستى ئاقلانغان كۆنجۈت، سۈت، بىنەپشە يېغى، بابۇنە يېغى قاتارلىقلار بىلەن زىمات قىلىشتۇر. يەنىلا بەك پىشۇرۇلغان چامغۇر ۋە بېدە زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر ھەپتە ئۆتۈپ كېتىپ، ئىششىق ئاخىرقى باسقۇچقا يېقىنلاشسا باقلە ئۇنى، زىغىر ئۇرۇقى، بابۇنە قاتارلىقلار مۇسەللەس بىلەن زىمات قىلىنىدۇ. سافىن تومۇردىن قان ئېلىپ، كېسەللىك يېنىكلەشكە باشلىغاندا بۆرەك بايانىدا سۆزلەنگەن ئىششىق قايتۇرغۇچى زىمات ۋە مەلھەملەر كەڭرى ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە زۇپا، قۇندۇز قەھرى، موم قاتارلىقلارنى زىمات قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، بولۇپمۇ سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن. شۇنى بىلىش لازىمكى، بىمارنى ئابزەندە داۋاملىق ئولتۇرغۇزۇش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ، ھەتتا ئۇلارنىڭ سىيگۈسى كېلىپ قالسا، ئەڭ ياخشىسى ئابزەنگە سىيگۈزۈلىدۇ. ئابزەن قىلىدىغان سۇلارنىڭ ياخشىراقى بىر قانچە قېتىم تونۇشتۇرۇلغان بوشاشتۇرۇش قۇۋۋىتى بار سۇلاردۇر. بەزىدە بۇ سۇلارغا جۇزبۇۋا، سەئىدى كۇفى، قەردمانە، سۇمبۇل، ھۇماما، ئىزخىر، شۇمشا، زىغىر ئۇرۇقى قاتارلىقلار چۈشۈپ ئىششىقنىڭ ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

بىرنەچچە قېتىم تونۇشتۇرۇلغان بوشاشتۇرغۇچى دورا سۈلىرى زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى قاينىتىلمىسىدۇر، شۇنداقلا ئوغرىتىكەن، كاللەكبەسەي، چامغۇر، قاينىتىلغان سۈلاردۇر.

دوۋساق يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ ئىلاجى: بۆرەك يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ ئىلاجىغا ئوخشايدۇ. دوۋساق يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ دورىلىرى كۆچلۈكرەك بولۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىلەر ئاق خەشخاشتىن 4.5 گىرامنى سۈمبۈل، ئىزخىر قاينىتىلمىسىدا ئىچكۈزۈشنى ياخشى دېيىشتى، بولۇپمۇ سۈيدۈك ئاغرىتىپ تەستە كەلگەندە. ئەگەر ئاغرىق كۈچەيىپ كېتىپ ئۆلۈپ كېتىشنىڭ خەۋپى بولسا، سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى تىلا قىلىش ۋە ھەمەل قىلىشتىن باشقا ئامال بولمايدۇ.

بۇ تىلالار بەزرۇلبەنجى، خەشخاش، ئادەمگىياھ قاتارلىقلارنى زەيتۇن يېغىدا يۇغۇرۇپ تەييارلانغان تىلادۇر ياكى 0.08 گىرام ئەپيۇنغا ئازراق زەپەر بىلەن بىنەپشە ئارىلاشتۇرۇپ، رەختكە سۈركەپ، مەقئىتىگە ھەمەل قىلىنسا، بەزىدە بىمار ئۇنىڭدىن راھەتلىنىپ، ئۆز ئورنىدا ئۇخلاپ قالىدۇ. ئەگەر بىمار بەرداشلىق بېرەلسە، بۇ دورىلاردىن بىر قىسمى نەيچە ئارقىلىق دوۋساققا كىرگۈزۈلىدۇ. سىرتتىن ئەپيۇننى تىلا قىلىش كۈچلۈك سېزىمسىزلاندۇرىدۇ. ئەمما شەربەتلەر ۋە باشقا داۋالاش ئۇسۇللىرى سەرسام ۋە بەرسام (كۆكرەك پەردە ئىششىقى) نىڭ ئىلاجىدۇر.

9 - پەسىل دوۋساقنىڭ قاتقان ئىششىقى توغرىسىدا

بەزىدە دوۋساقتىكى قاتقان ئىششىق بۆرەكتىكى قاتقان ئىششىقىنىڭ سەۋەبلىرىگە ئوخشاش سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. بۇ ئىششىقنىڭ كۆپىنچىسى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن ياكى ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇشتىن كېيىن پەيدا بولىدۇ، بەزىدە دوۋساقنى يارغاندىن كېيىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامتى

بۇ قاتقان ئىششقتا چوڭ ـ كىچىك تەرەت قىلىش تەڭلا قىينىلىشىدۇ ۋە دوۋساقتىكى قاتقان ئىششىقتا چوڭ تەرەت توسۇلۇش، ئىككى پاچاق سېزىمسىزلىنىش، ھەركىتى قالايمقانلىشىش، ئاجىزلىشىش، ئىستىسقاغا ئېلىپ بېرىشتىن ئىبارەت بۆرەك قاتقان ئىششقىنىڭ ئالامەتلىرى يۈز بېرىدۇ.

گەرچە ئۇ بۆرەك قاتقان ئىششقىغا ئېلىپ بېرىشتىن تۆۋەنرەك بولسىمۇ، بۆرەك قاتقان ئىششىقى بىلەن دوۋساق قاتقان ئىششىقى ئېغىرلىق بولغان ئورۇن ۋە دەسلەپتە يۈز بەرگەن سەۋەبلەر بىلەن پەرقلەندۈرۈلىدۇ.

داۋالاش

ئىسسىق تەبىئەتلىك يانغار بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار قاينىتىلغان سۇلارنى ھەسەل ۋە خىيارشەنبەر بىلەن ئىچكۈزۈش، مۇشۇ سۈپەتتىكى ئابزەنلەرگە قاتقان ئىششقا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلارنى چۈشۈرۈش بۆرەك قاتقان ئىششقىنى داۋالاشنىڭ ئۆز ئەينىدۇر.

دوۋساق قاتقان ئىششىقغا خاس ئۇسۇللاردىن بىرى شۇكى، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن يانغار، يېلىملار ۋە دورا سۇلىرى مۇمكىن بولسا، نەيچە بىلەن دوۋساقنى كىرگۈزۈلىدۇ.

10 ـ پەسىل دوۋساق يارىسى توغرىسىدا

دوۋساق يارىسى بەزىدە مەلۇم بولغان يارىنىڭ سەۋەبلىرىدىن يۈز بېرىدۇ. بۇ سەۋەبلەرنى بىز بۆرەك يارىسى بايانىدا سۆزلەپ ئۆتتۇق. كۆپىنچە ھاللاردا دوۋساق يارىسى تاشنىڭ ياكى سەپراۋى خىلىتنىڭ دوۋساقنىڭ ئىچكى پەردىسىنى

سويۇشىدىن، بەزىدە ئېغىز ئالغان ئىششىقتىن كېيىن ياكى ياريغا ئۆزگەرگەن مۇدۇر - چاقىلاردىن كېيىن پەيدا بولىدۇ. ئادەم داۋاملىق ئۆتكۈر سىيسە، ئارقىدىن دوۋساق يارىسى پەيدا بولىدۇ. دوۋساق يارىسىنىڭ بۆرەك يارىسىغا قارىغاندا ساقىيىشى تەستۇر. چۈنكى دوۋساق يارىسى نېرۋىلىق ئەزانىڭ يارىسىدۇر.

بىر ئادەمنىڭ دوۋسقى يىرتىلىپ كەتسە، كۆپىنچە ھاللاردا ئۆلۈپ كېتىدۇ. ئەگەر پۈتمىگۈدەك يېرىلسىمۇ ئۆلۈپ كېتىدۇ. لېكىن يېرىلىش گۆش بۆلىكىدىن بىر بۆلەككە چۈشسە، ئۆلۈپ كەتمەيدۇ.

ئالامىتى

بىز بۆرەك يارىسى بايىنىدا بۆرەك يارىسى بىلەن دوۋساق يارىسىنىڭ پەرقىنى، دوۋساق يارىسىنىڭ سىيىشنى قىينىلاشتۇرىدىغانلىقىنى، سۈيدۈكنى توسۇۋالىدىغانلىقىنى، دوۋساق يارىسى ئاغرىقىنىڭ دوۋساق ئەتراپىدا ۋە بىقىندا بولىدىغانلىقىنى ۋە دوۋساق يارىسىدا يارا دوۋساقتا بولغاندا ئاق، قېلىن، چوڭ قاسراقلارنىڭ چىقىدىغانلىقىنى، يارا سۈيدۈك يولىدا بولسا ئاق، نېپىز، كىچىك قاسراقلارنىڭ چىقىدىغانلىقىنى ۋە شۇنىڭدىن باشقا بۇ يەردە بىلىشكە تېگىشلىك بولغان نەرسىلەرنى سۆزلەپ ئۆتتۇق.

يېيىلىش بولغان دوۋساق يارىسىنىڭ ئالامىتى بۆرەك بايىنىدا سۆزلەنگەنگە ئوخشاش بولىدۇ. بۆرەك يارىسى ۋە دوۋساق يارىسىنىڭ ئورتاق ئالامىتى قان سىيىش ۋە ئاز - ئازدىن يىرىڭ سىيىش قاتارلىقلاردۇر. بۇ ئىككىسى ئايرىلىشقا تېگىشلىك ئالامەتلەر بىلەن ئايرىلىدۇ؛ كۆپۈش، يېيىلىش، يېرىلىش ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ئالامەتلەر بۇ ئىككىسىدە ئوخشاشتۇر.

داۋالاش

بىمارنى ئۆتكۈر، تۇزلۇق، چۈچۈمەل، بەك تاتلىق ۋە ئاچچىقما مايىل يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش، ئۇلارغا ياخشى كەيمۇسلۇق تاتلىق

يېمەكلىكلەرنى ۋە چاپلاشقاق يېمەكلىكلەرنى يېگۈزۈش لازىم. ياخشى ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى يېيىش، چىنىقتۇرۇش ماددىنى تۆۋەنگە چۈشۈرگەنلىكتىن ۋە ھارارەت پەيدا قىلغانلىقتىن بۇ خىل كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ. ئەگەر ماددىنى تۆۋەنگە چۈشۈرۈپ ھارارەت پەيدا قىلمىسا، چىنىقتۇرۇش ئەزانى كۆچلەندۈرگەنلىكتىن مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇڭا ئاز - ئازدىن چىنىقتۇرۇپ سىناپ بېقىلىدۇ ۋە بۆرەك يارىسى بايىندا سۆزلەنگەن قانۇنىيەتلەرگە قاراپ، ئۇ قانۇنىيەتلەرنىڭ كۆپىنچىسىگە بۇ ئورۇندا رىئايە قىلىنىدۇ، شۇنىڭدەك بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن سۈت ئىچكۈزۈشكە قارىلىدۇ. سۈتنى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن شەرت ئاستىدا ئىچكۈزۈش سۈيدۈك يولى يارىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ ئات سۈتى. شۇنى بىلىش لازىمكى، دوۋساق يارىسىنى داۋالاپ غەلىبە قىلىشتا، ئاۋۋال مائۇلھەسەل بىلەن تازىلاپ ياكى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن قاينىتىلغان شىكەرنى ئىچكۈزۈپ ياكى سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇپ تازىلاپ، ئاندىن باشقا دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر سۈيدۈك بىلەن چىقىقان يىرىڭ كۆپ بولسا، بۇنىڭغا ئەنجۈر دەرىخى كۈلى ياكى بەللۇت كۈلى ۋە ياكى شىۋە كۈلىدە تولۇق تازىلانغانغا قەدەر تىندۇرۇلغان سۇنى سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇش لازىم. ئەمما بۇنىڭ ئۈچۈن ئىچىلىدىغان دورىلاردىن ئاق تىكەننى قىزىلگۈل يېغى بىلەن ياكى ئىشەك سۈتى، ئۆچكە سۈتى ۋە ئات سۈتىنى بىرنەچچە كۈن ئارقىمۇئارقا ھەزىم قىلغۇدەك مىقداردا ئىچىش، ئەڭ كۆپ بولغاندا 90 گىرامغىچە ئىچىش كۇپايە. بۇ ھايۋانلار سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى دورىلار بىلەن بېقىلىدۇ، شۇنداقلا قۇرسى خەشخاش ۋە قۇرسى كاكنەچتىن تۆت گىرامى سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. چاپلىنىدىغان ياخشى مەلھەملەردىن مىئەسائىلەدىن ئۈچ گىرام، ئۆردەك يېغىدىن توققۇز گىرام، ئاق مومدىن 34 گىرام ئېلىپ، مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

مەنپەئەتلىك يەنە بىر مەلھەمنىڭ نۇسخىسى: بولۇپمۇ يارا يېيىلگەندە قۇرۇق خورما، قۇرۇق ئۈزۈم، موزا، ئاقاقىيا، زەمچە، يەر مەدىكى قاتارلىقلارنى ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بەزىدە بۇ مەلھەمگە زۇپا ۋە مىئەسائىلە قوشۇلىدۇ. بەزىدە بۇ مەلھەمدىن بۇرۇن يەنە بىر مەلھەم ئىشلىتىلىدۇ.

يېيىلىش بولمىغاندا ئىشلىتىلىدىغان مەلھەمنىڭ نۇسخىسى: موم، ئۆردەك يېغى، قىزىلگۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مەلھەم تەييارلىنىدۇ. قۇرۇتقۇچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە دوۋساققا ماڭغۇزۇلىدۇ. بەزىدە مۇشۇ دورىلاردىن ئۆز پېتى ھۆقنە تەييارلاپ، بىمارنى تىزلاندۇرۇپ ئولتۇرغۇزۇپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئىچىلىدىغان دورىلار مەنپەئەت قىلمسا، بولۇپمۇ سۈيدۈك يولىغا يېقىن بولغان ۋە يېيىلىش بولغان يارىغا مەنپەئەت قىلمسا، ئاياللارنىڭ سۈتىگە ئارىلاشتۇرۇلغان گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلارنى سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇپ داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلار قاتارىدىن ئازراق مەدەستان، ئۇپا، نىشاستە، ئۆچۈرۈلگەن ھاك ئارىلاشتۇرۇلغان قۇرسى قەراتىس ۋە قۇرسى ئەندىرۇبىلۇستۇر.

بۇ كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدىغان ياخشى بىر نۇسخا: گىل مەختۇم، گىل قىيمۇلىيا، بەك كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى قاتارلىقلاردىن بىر ھەسسىدىن، سازەج ھىندى ۋە زەمچىنىڭ ھەربىردىن ئۈچتىن بىر ھەسسىدىن، ئەپيۈندىن بىر ھەسسىنىڭ ئالتىدىن بىرىنىڭ يېرىمى، مەلھەمى ئىسپىداجتىن ئۈچ ھەسسە، ئەنزىرۇتتىن بىر يېرىم ھەسسە، مۇرمەككى ۋە كۇندۇرنىڭ ھەربىردىن ئۈچتىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، ھەممە دورىلارنى ئازراق قىزىلگۈل يېغى ۋە موم بىلەن بىرلەشتۇرۇپ سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇلىدۇ. بەزىدە بۇ دورىلارغا بىر ھەسسە زىراۋەندە قوشۇلىدۇ ۋە ئەنزىروت ئېلىۋېتىلىدۇ. نىشاستە، ئۇپا سۈت بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇلىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن ۋە كۇندۇش بىلەن كۇچەيتىلسە كۇچلۇك بولىدۇ.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن بىر قۇرسنىڭ نۇسخىسى: يەر مەدىكى، گىل مەختۇم، بىخ مارجان، كەھرىۋا، نىشاستە، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى ياكى كەرەپشە ئۇرۇقى ياكى ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ياكى پەتەر ئاسالىيۇن ۋە قۇرسى كاكىنەچ قاتارلىقلارنى ئېلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر داۋانىڭ نۇسخىسى: تەرخەمەك ئۇرۇقى، پىدىگەن ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، قۇننە ئۇرۇقى، پوستى ئېلىۋېتىلگەن قاپاق ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، رۇببىسۇستىن 24 گىرام، چىلغوزا، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن

10 گرامدىن، پوستى ئاقلانغان تاتلىق بادام، نىشاستە، قورۇلغان پىندۇقنىڭ ھەربىرىدىن 12 گرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى، پوستى ئاقلانغان ھەببى مەلھەب ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن يەتتە گرامدىن، ھۇمماز ئۇرۇقى، پوستى ئاقلانغان ئاچچىق بادام، كەتىرا، بادام يېلىمى، بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇنىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گرامدىن، قارا نوقۇتتىن 30 گرام، زەپەردىن 15 گرام ئېلىپ، ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ، ئالتە گرام قۇرس تۇرۇپ سۈيى بىلەن ياكى قارا نوقۇت سۈيى ۋە ياكى كەرەپشە سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، بولۇپمۇ يارا پاك بولغاندا سوغۇق سۇ ئاز ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچىيىپ كەتسە، كۆز ئۈچۈن تەييارلانغان ئاق شىيافى ئەبىيەزنى ئايالالارنىڭ سۈتىدە ئېرىتىپ، نەيچە بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماگنۇزۇلىدۇ. يەنىلا خەشخاش، ئەپيۇن، توخۇ يېغى قاتارلىقلارنى ھەمەل قىلىش ۋە ھۆقنە قىلىش ياكى نەيچە بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماگنۇزۇش شىيافى ئەبىيەزنىڭ تەسىرىگە يېقىنلىشىپ قالىدۇ.

11 ـ پەسىل دوۋساق قوتۇرى توغرىسىدا

دوۋساق قوتۇرى سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشى، سېسىق پۇرىشى، قىچىشىش ۋە قاتتىق ئاغرىش، كېپەكسىمان چۆكمە قاتارلىقلاردىن بىلىنىدۇ. بەزىدە ئىششىقتىن ھۆللۈكلەر ياكى قان ئاقىدۇ.

داۋالاش

ماددىنى تازىلىغۇچى، يارىنى پاكلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، ئاندىن كۆيۈشتۈرمەي تۇرۇپ قۇرۇتىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى باشقا يارا دورىلىرىدىن كۈچلۈكرەك بولۇشى كېرەك. بۆرەك قوتۇرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار دوۋساق قوتۇرىنى داۋالاشتا تەمرەتكىگە نەيچە بىلەن ماگنۇزۇلىدۇ ۋە ئىچكۈزۈلىدۇ ھەم يەنە بادام يېغى

قوشۇلغان بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل ئۇرۇقى لوئابى قاتارلىق سوغۇقلۇق يەتكۈزگۈچى، سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ بىمارلارغا ياخشى كەيمۇسلۇق چاپلاشقاق غىزالار مەنپەئەت قىلىدۇ، مەسىلەن: پاچاق، بادام يېغى قوشۇلغان مايلىق شورپىلار، ئارپا سۈيى، ئۇچارقاناتلار گۆشى بىلەن تەييارلانغان سۈيۇقئاش ۋە ئېشەك سۈتى، ئۆچكە سۈتى، قوي سۈتى، كالا سۈتىگە ئوخشاش سۈتلەر. بەدەننى داۋاملىق ماددىدىن تازىلاشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

12 ـ پەسىل دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش توغرىسىدا

دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قالغانلىقىنى بىئاراملىق ۋە ھوشىدىن كېتىش قوشۇلۇپ كېلىش، پۇت ـ قول سوۋۇپ كېتىش، كىچىك نەپەسلىنىش، تومۇر ئارقىمۇئارقا سوقۇش بىلەن بىرگە كىچىك سوقۇش، سوغۇق تەرلەش ۋە كۆكۈل ئېلىشىش قاتارلىقلار كۆرىستىپ بېرىدۇ.

بەزىدە دۋوساقتا قان ئۈيۈپ قېلىشتىن ئىلگىرى قان سىيىش ياكى دوۋساققا بىر نەرسە ئۇرۇلغانلىق ياكى سوقۇلغانلىق بولۇش بىلەن بىرگە تىترەش بولىدۇ.

داۋالاش

دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىشنى داۋالاشنىڭ ئۇسۇلى دوۋساق تېشىنى داۋالاش ئۇسۇلىغا ئوخشايدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا سىركەنجۇبىل ئىچىش كۇپايە قىلىدۇ. ئەگەر سىركەنجۇبىل بىلەن قەي قىلسا دۇرۇس بولىدۇ، بولۇپمۇ سىركەنجۇبىل ئەنسىلى ئىچكۈزۈش ياكى ئازراق ئەنجۇر دەرىخىنىڭ كۈلى، تاش پارچىلىغۇچى دورىلار ۋە تاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار قاينىتىلغان مەتبۇخنى ئىچكۈزۈش كۇپايە قىلىدۇ. بەزىدە بىمارنىڭ دوۋسقىغا توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتى ۋە تاش پارچىلايدىغان دورىلار نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇلىدۇ. بىمار تاش پارچىلايدىغان ئوت ـ چۆپ دورىلار قاينىتىلغان ئابزەندە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بۇ بىمارلار ئۇچۇن مەدھىيەلەنگەن دورىلارنىڭ

بىرى، ھەببى بىلساندىن ئالتە گىرام ئىچىش ياكى ئۇنىڭغا تەڭ مىقداردىكى ئۇد سەلبىنى قوشۇپ ئىچىش ياكى ھەببى بىلسان مىقدارىدىكى ئەزپاراتپىنى ئىچىش ياكى تۆت گىرام قەردانىنى قاياناق سۇ، زەيتۇن يېغى بىلەن ئىچىشتۇر. چۈچۈمەل ئەنسىل سىركىسى مېنىڭ نەزىرىمدە سىركىدىن ياخشىراقتۇر. چۈنكى ئەنسىل چۈشكەن سىركە ماددىنى پارچىلايدۇ. ھەسەل ماددىنى تارقىتىپ، يارىنى پاكلايدۇ.

يەنە ئارچا مېۋىسى، ھىڭ، ئوشۇق، ئوردان قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، بۇلاردىن بانادۇق تەييارلاپ، ئىككى گىرام بانادۇق مائۇلھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە سۈيدۈك يولىغا نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇلىدۇ ياكى غارىقۇن، ھىڭ كۆتىكى ياكى ھىڭدىن سەككىز گىرام ئېلىپ ياكى ئوزۇنچاق نازىراۋىندە نەيچە بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇلىدۇ. بۇ ھەقتە خاسىيەتلىك دورىلاردىن ئېشەك جىگىرى، تاشپاقا ئۆتى، توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتى، بولۇپمۇ تال ياغىچىنىڭ كۈلى بىلەن قەيسۇم ياغىچىنىڭ كۈلىمۇ مەنپەئەتلىكتۇر. ئەنجۈرنىڭ قۇرۇتۇلغان سۈتىدىن ئازراق ئېلىپ، سۈيدۈك يولىغا نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇلسا ياكى بۇنىڭدىن ئۈچ قېتىم نۇتۇل قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭدەك توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىدىن سەككىز گىرامنى سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ نۇتۇل قىلسىمۇ بولىدۇ.

دورا ئىچكۈزۈلىدىغان سۇلار قارا نوقۇت سۈيى، ئوغرىتىكەن سۈيى، ئەنجۈر ياغىچىنىڭ كۈلىنىڭ سۈيى، تال ياغىچى كۈلىنىڭ سۈيى، سۇزاپ قوشۇلغان قەيسۇم قاينىتىلمىسى قاتارلىقلاردۇر.

13 ـ پەسىل دوۋساقنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىشى ۋە بوشاپ كېتىشى توغرىسىدا

دوۋساقنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىپ كەتكەنلىكى دوۋساقنىڭ ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ كەتكەنلىكىدىن بىلىنىدۇ. دوۋساقنىڭ بوشاپ كەتكەنلىكى سۈيدۈكنىڭ ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىشىدىن بىلىنىدۇ.

دوۋساقنىڭ قوزغىلىپ كېتىشى بەزىدە ھۆللۈك، يەل، بەلگە تاياق تېگىش ياكى بېلىچە يىقىلىش سەۋەبىدىن بولىدۇ. دوۋساق بوشىشىپ كېتىش بوشىشىپ كېتىشنىڭ مەلۇم سەۋەبلىرىدىن بولىدۇ. بەزىدە دوۋساقنىڭ بوشىشىپ كېتىشى ۋە ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشىگە مۇسكۇلدا يۈز بەرگەن تارتىشىش ۋە كېڭىيىش ئېتىبارى بىلەن بىر قېتىم قىينىلىپ سىيىش، بىر قېتىم سۈيدۈك تۇتالماسلىق ئەگىشىپ كېلىدۇ.

داۋالاش

ئۇرۇلۇش ياكى سوقۇلۇشتىن بولغان دوۋساق قوزغىلىپ كېتىشنى داۋالاش قىيىندۇر. بەزىدە داۋالاش سوغۇقلۇق يەتكۈزۈش بىلەن ۋە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان قۇرۇتقۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى تېڭىش بىلەن بولىدۇ. پالەچىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان مىزاجدىن بولغان دوۋساق قوزغىلىشقا سۈيۇق بەلغەم ماددىلىرىنى تازىلاش ۋە سۈيۇق بەلغەم ماددىلىرىنى پەيدا قىلىدىغان نەرسىلەرنى چەكلەش، يېمەك - ئىچمەك، ھەرىكەت ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئەھۋاللاردا پالەچ بولغان كىشىلەرگە قىلىدىغان تەدبىرنى قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ، بىمارنى ئېھتىيات بىلەن قەي قىلدۇرۇشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ، گەرچە ئاق خەرىەق بىلەن قەي قىلسىمۇ. ئەگەر سۈيدۈك ئىختىيارسىز چىقىپ كەتسە، كۈچلۈك تۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ۋە بەك بوشىتىۋەتمەسلىك، بەلكى پالەچنى داۋالاشقا قىياس قىلىپ، ماددىنى تارقىتىش بىلەن چىڭتىشنى بىرلەشتۈرۈش كېرەك. پالەچنى داۋالاشقا ئاساسەن فالۇزەج (نىشاستە، شېكەر قاتارلىقلاردىن تەييارلىنىدىغان بىر خىل تاماق)كە ئوخشاش سۇ تەركىبىنى قويۇلدۇرىدىغان ۋە چاپلاشتۇرىدىغان، ئىسسىق، قويۇق ۋە ياخشى قان پەيدا قىلىدىغان نەرسىلەر يېگۈزۈلىدۇ، ئەگەر سىيىش نورمال بولسا ياكى قىينىلىپ سىيىشكە مايىلراق بولسا، ياخشى تارقىتىش ۋە يېتەرلىك پارچىلاش بىلەن بىرگە مەلۇم مىقداردا بوشاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۈردۇر.

سەرئى ۋە پالەچنى كەلتۈرۈپ چقىرىدىغان ماددىدىن بولغان ھەر خىل دوۋساق قوزغىلىشقا مەنپەئەتلىك ئىچىلىدىغان دورىلار تەرياق، مەسرۇدىتۇس، سەنجىرىنا، ئەمرۇسيا، داۋائى كۆركۈم، مەجۇنى قۇفى قاتارلىقلاردۇر. يەنىلا كالا بابۇنسى چېچىكى، سەئدى كۇفى، كۇندۇر قاتارلىقلارنى بىرگە ۋە يەككە ھالەتتە ئىشلىتىش ۋە مەھلەبنى ئىشلىتىش مۇۋاپىق. ھۆل سۈزاپ ئۈرۈقنىڭ قاينىتىلغان سۈيى شارابتا قاينىتىلغان ھۆل سۈزاپ چېچىكى، چاڭگاك ۋە ئۇنىڭ ئۈرۈقى، جاۋشىر، زىرە قاتارلىقلارنى ئىچىش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە بولۇپمۇ سىيىش قىيىن بولغاندا قۇرۇق قوغۇن شاپىقىدىن بىر چاڭگالنى شېكەر بىلەن ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. مۇشۇ دورىلارنىڭ ئورنىنى باسىدىغان ۋە بۇ كېسەللىككە خاس دەپ قارالغان دورىلاردىن بىرى توشقاننىڭ قۇرۇتۇلغان تاشقىنى رەيھان شارابى بىلەن ئىچكۈزۈشتۇر ياكى خورازنىڭ كۆيدۈرۈلگەن پوكىنىنى ناشتىدا قاينىق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈشتۇر.

نەيچە بىلەن كىرگۈزىدىغان دورىلار سۈزاپ يېغى، قۇسىتە يېغى، غار يېغى، قۇندۇز قەھرى، سۇمبۇل رۇمى يېغى، سماب يېغى، قسائۇل ھمار يېغى، چىلغوزا يېغى قاتارلىقلاردۇر. بۇ يالغارغا قۇندۇز قەھرى، قۇننە، جاۋشىر قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بۇ دورىلار يەنىلا ئەۋرەت ئەتراپى ۋە دوۋساقنى يالغاشقا ياخشى بولىدۇ، بولۇپمۇ خۇشبۇي ئۇرۇق دورىلار ئارىلاشتۇرۇلغان سۈزاپ يېلىمى يېغى.

14 ـ پەسىل زىماتلار توغرىسىدا

زىماتلار ئازراق تۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلاردىن تەييارلىنىدۇ، مەسىلەن: سەئدى كۇفى، دارچىن، سۇمبۇل، بەسباسە، بابۇنە، شېھ، ھەسەل قاتارلىقلار. بەزىدە بۇ كېسەللىككە يەنىلا قەنتەرىيۇن، شەھمەنزەل، ئابدىملىك ۋە ئۇنىڭدىن باشقا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئىسسىق تەبىئەتلىك يالغار بىلەن

تەييارلانغان ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى هۆقنىلەر ئىشلىتىلىدۇ. دېڭىزدا سۇ ئۇزۇش، مۇنچىدا يۇيۇنۇش بۇ خىل بىمارلارغا يۇقىرىقىلارداىنمۇ بەكرەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

15 - پەسىل دوۋساق ئاغرىقى توغرىسىدا

دوۋساق ئاغرىقى بەزىدە ئوخشاشمىغان مىزاج بۇزۇلۇشتىن، دوۋساقتىكى تاشتىن، يارىدىن، دوۋساق قوتۇرىدىن، دوۋساق ئىششىقىدىن ۋە يەلدىن بولىدۇ. هەربىرىنىڭ بايانى ۋە ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇلى سۆزلىنىپ بولدى.

كۆپىنچە هاللاردا دوۋساق ئاغرىقى سۈيدۈك بىلەن كۆزىتىلىدىغان بوهراننىڭ دەللىلىدۇر. شىمال شامىلى چىققاندا دوۋساق ئاغرىقى كۆپ بولىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، ئەگەر دوۋساقتا ئاغرىق بولۇپ، بىمارنىڭ سول قولتىقىنىڭ ئاستىدا بېهدەك ئىششىق كۆرۈلسە ۋە بۇ ئىششىق يەتتىنچى كۈنى يۇز بەرسە، بىمار 15 كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدىكەن، بولۇپمۇ بۇ كىشىدە ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى يۇز بەرسە.

16 - پەسىل دوۋساق ئاجىزلىقى توغرىسىدا

بەزىدە دوۋساق مىزاج جەھەتتىن كۆپىنچە سوغۇقلۇقتىن قاتقان ئىششىقتىن، بوشاپ كېتىشتىن ۋە دوۋساق ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشتىن ئاجىزلىشىدۇ، هەممىسىنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارىدۇر. ئۇنى داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ هەممىگە مەلۇمدۇر.

ئەگەر دوۋساق ئاجىزلىسا، كۆپ سۈيدۈكنى كۆتۈرەلمەي، ئۇنى چىقىرىۋېتىشنى ئارزۇ قىلىدۇ. بەزىدە دوۋساق مۇسكۇلى كېسەللىك سەۋەبىدىن سۈيدۈكنى ئۆزى قويۇپ بېرىپ، چىقىرىشقا ئاجىز كەلگەنلىكتىن سۈيدۈكنى تۇتالماي سۈيدۈك تامچىلاش يۇز بېرىدۇ.

17 ـ پەسىل دوۋساقتىكى يەل توغرىسىدا

دوۋساقتىكى يەل بەزىدە دوۋساقتا توختاپ قالغان يەل بولىدۇ. بەزىدە يۆتكىلىدىغان يەل بولىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەر ياكى ھارارەتنىڭ ئاجىز بولۇشى بىلەن دوۋساقتىكى ھۆللۈكنىڭ كۆپ بولۇشىدۇر.

ئالامىتى

يەلنىڭ ئالامىتى يەل يۆتكەلمەي تۇرۇپ دوۋساق تارتىشىش، بولۇپمۇ يەل يۆتكەلگەندە بولىدىغان تارتىشىشتىن ئىبارەتتۇر.

داۋالاش

يەل پەيدا قىلىدىغان يېمەكلىكلەر ۋە ھەزىم بۇزۇلۇشتىن پەرھىز قىلغاندىن كېيىن دوۋساقتىكى يەلنى ئەڭ مەنپەئەتلىك داۋالاشنىڭ ئۇسۇلى — مائۇلئۇسۇل بىلەن ئابدىمىلىك يېغىنى ئىچكۈزۈش ۋە ئەۋرەت ساھەسىگە يەل تارقاتقۇچى خۇشبۇي ياغلارنى ھەم ئىسسىق تەبىئەتلىك يېلىم دورىلارنى تىلا قىلىش، سۈزاپ، پىننە، سېرىقچېچەك قاتارلىقلارنى، شۇنداقلا ئازراق قۇندۇز قەھرى، ھەڭ ياكى سوك (ئىپار، رامەك قاتارلىقلاردىن مۇرەككەپ قىلىپ تەييارلانغان بىر خىل خۇشبۇي دورا) قاتارلىقلارنى زىمات قىلىشتۇر. بۇ ياغلار ئازراق قۇندۇز قەھرى بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇلىدۇ ياكى سۈيدۈك يولىغا سۈزاپ ئۇسارىسى ئىپار بىلەن ياكى بان يېغى ئىپار بىلەن ياكى غالىيە (بۇ بىر خىل خۇش پۇراق مۇرەككەپ دورا) سىماب يېغى بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇلىدۇ. بىز بۆرەك كېسەللىكلىرى بايانىدا بۆرەك ۋە دوۋساقتا ئاغرىق ياكى كېسەللىك بولسا، بانادۇق بۇزۇرىنى ئىشلىتىپ ئاغرىقنى كۈچەيتىۋەتمەسلىك ۋە سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەي، بەلكى ئىلمان سۇنى مادداىنى تارتمىغۇدەك ۋە سېزىمسىزلاندۇرمىغۇدەك دەرىجىدە ئىشلىتىشنى بايان قىلغانىدۇق. شۇ جايغا مۇراجىئەت قىلغايسىز.

ئىككىنچى ماقالە

سۈيدۈكنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل سۈيدۈكنىڭ تەبىئىي چىقىش ھالىتى توغرىسىدا

دوۋساق سىققۇچىغا ئوخشاش ھەممە تەرەپلەردىن يىغىلغاندا دوۋساق ئېغىزىدىكى مۇسكۇللار ئېچىلىپ، قورساق مۇسكۇلىنىڭ سىقىلىشى بىلەن سۈيدۈك ئىتتىرىپ چىقىرىلىدۇ.

2 ـ پەسىل سۈيدۈكتىكى ئاپەتلەر توغرىسىدا

بۇ ئاپەتلەر بولسا سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشتۇرۇپ كېلىشى، تەستە كېلىشى، تۇتۇلۇپ قېلىشى، سۈيدۈكنى تۇتالماسلىق قاتارلىقلاردۇر. سۈيدۈكنىڭ كۆپ كېلىشى، تامچىلاپ كېلىشى ئاپەتلەر جۈملىسىدىندۇر. زىيابىتۇس سۈيدۈك كۆپ كېلىش جۈملىسىدىندۇر.

3 ـ پەسىل سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشتۇرۇپ كېلىشى توغرىسىدا

سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشتۇرۇپ كېلىشىنىڭ سەۋەبى مىزاج سەۋەبىدىن ياكى سۈيدۈكنى تەڭشەشكە تەييارلايدىغان نەرسىنىڭ يوق بولغانلىقى سەۋەبىدىندۇر.

سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈر ۋە شورلۇق بولۇشى سۈيدۈكنى تەڭشەشكە تەييارلايدىغان نەرسە بولسا شۇ يەردىكى بەزسىمان گۆشلەردە تەييارلىنىدىغان سۈيۇقلۇقتۇر. چۈنكى بۇ سۈيۇقلۇق سۈيدۈك يولىدا مېڭىپ، سۈيدۈك يولىنى سىلىقلاشتۇرىدۇ ۋە يەنە سۈيدۈككە ئارىلىشىپ سۈيدۈكنى تەڭشەيدۇ. ئەگەر بۇ سۈيۇقلۇق تۈگەپ كەتسە، يەرلىك ئورۇننى سىلىقلاشتۇرۇش ۋە تەڭشەپ تۇرۇش خىزمىتى يوقلىپ، سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشىنى پەيدا قىلىدۇ.

بۇ سۈيۇقلۇقنى يوق قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى كۆپ جىما قىلىشتۇر، چۈنكى بۇ سۈيۇقلۇق جىمادا مەنىيگە قوشۇلۇپ كۆپ چىقىپ كېتىدۇ ۋە يەنە بەدەننى خۇراتقۇچى كېسەللىك سەۋەبىدىنمۇ چىقىپ كېتىدۇ. سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشىنىڭ يەنە بىر سەۋەبى شۇكى، زەكەرگە يېقىن سۈيدۈك يولىدا يارا ۋە قوتۇر پەيدا بولسىمۇ، سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىدۇ.

سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈر ۋە شورلۇق بولۇشى سەۋەبىدىن سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشىنىڭ ئالامىتى سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈر بولۇشى ۋە يىرىڭ بولماسلىقىدۇر. زەكەرگە يېقىن بولغان سۈيدۈك يولىدا بولىدىغان يارا ۋە قوتۇر سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشىنىڭ ئالامىتى سۈيدۈكتە يىرىڭ ۋە قانىنىڭ چىقىشىدۇر، كۆپىنچە ھاللاردا بىرىنچى خىلدىكى سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىش يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئەھۋاللارغا ئاساسەن ئىككىنچى خىل سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈشكە ئېلىپ بارىدۇ.

بىرىنچى خىل سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىش ئىككىنچى خىل سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشنىڭ مۇقەددىمىسىدۇر، خۇددى سەپرالنىڭ ئىچ سۇرۇش ئۇچەي يارىسىنىڭ مۇقەددىمىسى بولغىنىغا ئوخشاش.

داۋالاش

ئەگەر سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىش يىرىڭ ۋە قان چىقىش بىلەن بىرگە بولسا، ئۇنى داۋالاش ئۈسۈلى دوۋساق يارىسى ۋە دوۋساق ئەتراپىدىكى ئەزالار

ياربسنى داۋالىغانغا ئوخشاشتۇر. بۇ خىل داۋالاش ئۇسۇلى يۇقىرىدا تەپسىلىي بايان قىلىندى. سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشكە ئىشلىتىلىدىغان قۇرس تۆۋەندىكى نۇسخا بويىچە تەييارلىنىدۇ:

قوغۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن، كۈندۈر، خۇنسياۋشان، ئەرەب يېلىمىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، ئەپيۈندىن توققۇز گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، ئالتە گىرام قۇرس خەشخاش شارابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر يارا ۋە يىرىڭ بولمىسا، ئۇنىڭ ئەكسى ياخشى داۋالاش ئۇسۇلى دوۋساق كېسەللىكلىرى بايانىدا سۆزلەنگەن بويىچە يەڭگىل سۈرگە بېرىش ۋە قەي قىلدۇرۇش ھەم ھۆللۈك يەتكۈزۈپ سوۋۇتىدىغان غىزا، كۆكتات ۋە مېۋىلەر بىلەن ئارتۇق ماددىلارنى تازىلاپ، سۈيدۈكنى تاتلىقلاشتۇرۇش ۋە ھەرقانداق تۇزلۇق، ئۆتكۈر ۋە بەك تاتلىق يېمەكلىكلەردىن ھەمدە ئېغىر ئەمگەك قىلىشتىن پەرھىز قىلدۇرۇشتۇر.

مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى دورا لوئابلىرىنى ئىچكۈزۈش ۋە ئۇنى نەيچە بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇش، مەسىلەن: ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئازراق خەشخاش ئۇرۇقى لوئابى ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار. بۇلارنىڭ ھەممىسى سوغۇق سۇدا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئارپا ئېشى، ئارپا سۈيى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، قاپاق چۈشكەن غىزا ۋە ماش چۈشكەن غىزا بادام يېغى بىلەن ياكى چۈجە گۆشلىرى ۋە سېمىز توخۇ گۆشلىرى بىلەن بېرىلىدۇ. ئەگەر سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشنىڭ سەۋەبى بەزلەردە يۇز بەرگەن قۇرۇقلۇق بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ئومۇمىي بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، جىمادىن تەرك ئېتىش، بەزلەرنى قۇرۇتىدىغان نەرسىلەردىن ساقلىنىش. بۇ كېسەللىكتە نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇلىدىغان دورىلار ئىسپىغۇل لوئابى، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئەرەب يېلىمى، ئۇپا، يېڭى توخۇمنىڭ ئېقى، ئايالارنىڭ سۈتى قاتارلىقلاردۇر. بەزىدە ئېشەك سۈتى، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى، ئۆچكە سۈتى قاتارلىقلارنى سۈيدۈك يولىغا داۋاملىق ماڭغۇزۇش كۇپايە قىلىدۇ. بەزىدە بۇ سۈتلەرگە ئازراق سوغۇق تەبىئەتلىك لوئاب ۋە شىيافى

ئەبىەز قوشۇلىدۇ. بەزىدە پەقەت تۇخۇم ئېقىلا سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇلىدۇ ياكى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن دورىلاردىن بىرەرسى قىزىلگۈل يېغى بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇلىدۇ. بەزىدە ماڭغۇزۇلىدىغان دورىلارغا سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق قاتتىق بولسا، بولۇپمۇ يىرىڭ سىيگەندە ماڭغۇزۇلىدىغان دورىلارغا ئازراق سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى يارا بايانىدا سۆزلەنگەن نۇسخا بويىچە ئارىلاشتۇرماي ئامال بولمايدۇ.

ياخشى نۇسخا: پوستى خەشخاش، نىشاستە، رۇببىسۇس قاتارلىقلارنى ئېلىپ، بۇلاردىن دوۋساقتا ماڭغۇزۇلىدىغان دورا تەييارلىنىدۇ. ئەگەر بۇلارنى كۆچەيتىشكە ئېھتىياج چۈشسە، بۇنىڭغا ئازراق ئەپيۇن ۋە بەزرۇلبەنجى قوشۇلىدۇ.

4 ـ پەسىل سۈيدۈكنىڭ ئازلىقى توغرىسىدا

سۈيدۈكنىڭ ئازلىقى سۇنى ئاز ئىچكەنلىكتىن بەدەننىڭ بەك شالاڭلىشىپ كېتىشىدىن، كۆپ ئىچ سۈرۈشتىن، بۆرەكنىڭ سۇنى سۈمۈرۈشكە ئاجىز كەلگەنلىكىدىن ياكى جىگەرنىڭ سۇ تەركىبىنى ئايرىشتىن ئاجىز كېلىپ، سۇ تەركىبىنى قويۇپ بەرگەنلىكىدىن بولىدۇ، خۇددى سۇئۇلقۇنىيە ۋە ئىستىسقادىكىدەك سەۋەبلەردىن بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، سۈيدۈكى ئازىيىپ كەتكەن بىمارغا ئاچچىق ـ چۈچۈك نەرسىلەر زىيان قىلىدۇ. جىما قىلىش ئۇلارنىڭ كېسىلىنى ئېغىرلاشتۇرۇۋېتىدۇ.

5 ـ پەسىل قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك توختاپ قېلىش توغرىسىدا

قىينىلىپ سىيىش دوۋساقنىڭ ئۆزىدىكى ئاجىزلىق سەۋەبىدىن بولىدۇ. قىينىلىپ سىيىش ناچار مىزاجغا، بولۇپمۇ سوغۇق مىزاجغا ئەگىشىپ كېلىدۇ، خۇددى شىمال

شاملى كۆپ چىققاندا يۇز بەرگىنىدەك. بەزىدە ئىششىق ۋە باشقا كېسەللىكلەردىن بولۇپ، دوۋساق سۈيدۈكنى تەبئىي ھالەتتە ئېقىتىپ چىقىرىش ئۈچۈن ئىتتىرگەندە سۈيدۈكنى ئۆز ئىچىگە ئالالمايدۇ.

بەزىدە قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك توختاپ قېلىشنىڭ سەۋەبى سىرتقى سوغۇقلۇق، ئىسسىقلىق، ئۇرۇلۇش ياكى سۈيدۈكنى ئۇزاق قىستۇبلىشتىن بولىدۇ، قىينىلىپ سىيىش دوۋساق بوينى بولغان سۈيدۈك يولى سەۋەبىدىن، قۇۋۇۋەتتىكى ياكى مۇسكۇلدىكى بىرەر سەۋەبتىن ياكى سۈيدۈكنى قوزغىغۇچى بىرەر سەۋەبتىن ياكى سۈيدۈكتىكى بىرەر سەۋەبتىن بولىدۇ.

سۈيدۈك يولىدا بولىدىغان سەۋەب، سۈيدۈك يولىنىڭ ئۆزىدە بولىدىغان ياكى باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكىدە بولىدىغان سەۋەبتۇر. سۈيدۈك يولىنىڭ ئۆزىدە بولىدىغان سەۋەب— سۈيدۈك يولىنىڭ ئۆزىدىكى توسالغۇ ياكى باشقا ئەزانىڭ شېرىكچىلىكىدە بولىدىغان توسالغۇدۇر. سۈيدۈك يولىنىڭ ئۆزىدە بولىدىغان توسالغۇ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق سەۋەبىدىن ياكى قاتقان ئىششىق سەۋەبىدىن ياكى ھۆللۈك ياكى ئۈيۈغان قان ۋە يىرىڭغا ئوخشاش قويۇق نەرسىلەر سەۋەبىدىن بولىدۇ. كۆپىنچە يىرىڭ توسالغۇغا، تاشقا، يەل پەيدا بولۇشقا، سۆگەلگە، يارا ئېغىزىنىڭ پۈتۈشىگە، سوغۇقتىن ياكى بەك ئىسسىقتىن يىغىلىشقا سەۋەب بولىدۇ، خۇددى كۆيدۇرگۈچى قىزىتما ۋە خوراتقۇچى كېسەللىكلەردە يۇز بەرگىنىدەك. بەزىدە قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك توسۇلۇش سۈيدۈك يولىدىكى يارا سەۋەبىدىن، بەزىدە سۈيدۈك يولىدا يۇز بەرگەن قاتتىق ماددىسىز تارتىشىش سەۋەبىدىن بولىدۇ، خۇددى سۈيدۈكنى كۆپ قىسۇالغان كىشىدە دوۋساق بىر يەرگە مەركەزلىشىپ، سۈيدۈك يولى ئېتىلىپ، قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇش يۇز بەرگىنىدەك. سۈيدۈكنى قىستۇبلىش كېچىسى ئۇيقۇ سەۋەبىدىن، كۈندۈزى مەشغۇلات سەۋەبىدىن بولىدۇ.

باشقا ئەزانىڭ شېرىكچىلىكىدىن يۇز بەرگەن توسالغۇ سەۋەبىدىن بولغان قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇش شۇكى، ئۇچەي، بالىياتقۇ ۋە كىندىكتە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ياكى قاتقان ئىششىق بولىدۇ ۋە ياكى ئۇچەيدە قۇرۇق

چقىرىندى ياكى تارتىشتۇرىدىغان كۆپ بەلغەم، تارتىشتۇرىدىغان يەل ياكى مەقئەتتە ئەسلىدىلا بار بولغان ئىششىق، قانلىق تولغاق، بوۋاسىرنى كەسكەنلىك ياكى بوۋاسىر ئاغرىقى سەۋەبىدىن ۋە ياكى ئاغرىق پەيدا قىلىدىغان مەقئەت يېرىلىش سەۋەبىدىن ۋە يەنە ئومۇرتقىنىڭ ئاستى تەرىپىدىكى ئۇچەيدە ئىششىق ياكى ئالمىشىش بولۇش، ئۇرۇقدان قورساق پەردىسى تەرەپكە كۆتۈرۈلۈۋېلىپ، سۈيدۈك يولىنى سقىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن سۈيدۇكنىڭ چقىشى قىينىلىشىدۇ ھەم سۈيدۈك ئاغرىتىپ ئاز - ئازدىن چقىدۇ.

بەزىدە سىيىشنى قىينىلاشتۇرغۇچى ياكى توختىتىۋالغۇچى سەۋەب سۈيدۈك يولىدىكى توسالغۇسىز، ئىششىقسىز يارا سەۋەبىدىن بولغان ئاغرىقتۇر. بىمار سىيەكچى بولغاندا ئاغرىتىدۇ، بىمار ئاغرىقتىن قېچىپ، دوۋسقىنى قورساق مۇسكۇلى بىلەن سقالمايدۇ، بولۇپمۇ يارا سەۋەبىدىن بولغان ئاغرىش بىلەن بىرگە قورساق مۇسكۇلىدا ئاجىزلىق ياكى تەشەننۇج ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش كېسەللىكلەر بولسا. ئەگەر بۇ بىمار تىرىشچانلىق قىلسا، تەبئىي مقدارىدا ۋە تەبئىي كەيپىياتتا سىيىپ ئاغرىق پەسىيىدۇ، شۇنىڭدەك كۆچەپ سىيسمۇ مقدارىدا ۋە تەبئىي كەيپىياتتا سىيىپ ئاغرىقنى پەسەيتەلەيدۇ. بەزىدە بۇ خىل بىمار قىينىلىپ سىيىش بىلەن بىرگە تامچىلاپ سىيىدىغان بولۇپ قالىدۇ. ئەگەر سۈيدۈك ئاز - ئاز چقسا، بىمار يېنىكلەپ قالغاندەك بولۇپ، سىيىشكە بەرداشلىق بېرەلەيدۇ.

قۇۋۇشەتتىكى سەۋەب سەزگۈچى قۇۋۇشەتتە ۋە ياكى ھەربىكەتلەندۈرگۈچى قۇۋۇشەتتە ياكى تەبئىي قۇۋۇشەتتە بولىدۇ. سەزگۈچى قۇۋۇشەت سەۋەبىدىن بولغان قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشتا دوۋساقنىڭ سەزگۈسىگە ياكى دوۋساق مۇسكۇلىغا بېرەر كېسەللىك يېتىپ، دوۋساق ئىتتىرگۈچى قۇۋۇشەتتىن كۆچلۈك ئىتتىرىشنى تەلەپ قىلالمايدۇ ياكى ئىتتىرىشنى ئەسلا تەلەپ قىلالمايدۇ ۋە ياكى سەزگۈرلۈكنىڭ باشلىنىش ئورنىدا كېسەللىك يۈز بېرىدۇ، خۇددى سەپرادىن بولغان سەرسام ۋە بەلغەمدىن بولغان سەرسامدا يۈز بەرگەن ئۇنتۇغاقلىق ۋە سېزىمنىڭ تۆۋەنلىكىگە ئوخشاش.

ھەربىكەتلەندۈرگۈچى قۇۋۇشەت سەۋەبىدىن بولغان قىينىلىپ سىيىش ۋە

سۈيدۈك تۇتۇلۇشتا مۇسكۇل ئۆزىنى قويۇپ بېرىپ يەغلىشتىن كېڭىيىشكە، كېڭىيىشتىن يەغلىشقا ھەرىكەت قىلالمايدۇ ۋە قورساق مۇسكۇلى قۇۋۇەتنىڭ ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن ياكى قورساق مۇسكۇلىدىكى تارتىشىش سەۋەبىدىن دوۋساقتىكى سۈيدۈكنى سقىشتا ئۆز قۇۋۇتىگە بويسۇنمايدۇ. تەبئىي قۇۋۇەت سەۋەبىدىن بولغان قېينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشتا، ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەت ئوخشاشمىغان مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن ئاجىزلايدۇ. بۇنىڭدا ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەتنىڭ ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن ئاجىزلىشىشى كۆپ كۆرۈلىدۇ. بەزىدە ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەت ماددىلىق مىزاج بۇزۇلۇشتىن ئاجىزلايدۇ، خۇددى ئىسسىقلىق سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكى بىلەن، سوغۇقلۇق بوشاشتۇرغۇچى ياكى تارتىشتۇرغۇچى ھۆللۈك بىلەن بولغىنىدەك.

بەزىدە بۇ ئاجىزلىقنىڭ سەۋەبى تەبئەتنىڭ سۈيدۈكنى تۇتۇۋېلىش ئىختىيارىغا قارشى تۇرۇپ، ئىتتىرىش قۇۋۇتىنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ. مۇسكۇلدىكى سەۋەب مىزاجدىن بولغان كېسەللىك، ئىششىق، تەشەننۇج ياكى ئىستىرخا ۋە ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش ۋە ياكى ئۇنىڭدىن باشقا سەۋەبلەردىن بولغان ھەرىكەت قۇۋۇتىنىڭ يوقىلىشىدىن ئىبارەت نېرۋا كېسەللىكلىرىدۇر. بۇ كېسەللىكلەر نېرۋىنىڭ ئۆزىدە ياكى نېرۋا شاخچىسى ياكى يۇلۇن شاخچىسى ياكى مېڭە نېرۋا شاخچىسىدىن بولغان نېرۋىنىڭ باشلىنىش مەركىزىدە بولىدۇ.

سۈيدۈكنى قوزغىغۇچى ئەزا سەۋەبىدىن بولغان قېينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشتا بۆرەكتە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق، قاتقان ئىششىق، تاش ئۇستىدىن سۈمۈرگۈچى قۇۋۇەتنىڭ ئاجىزلىقى ياكى تۆۋەنگە ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەتنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان بولىدۇ. بەزىدە جىگەر سۇ قىسمىنى ئايرىشقا ۋە ئىستىسقا بولغانلىقىدىن تۆۋەنگە يوللاشقا قادىر بولالمىغان بولىدۇ. بۇ قىسمىنى تارمىقى بىلەن قوشۇپ ئايرىم بىر باب قىلىش ۋە بۇنى سۈيدۈك ئازىيىش جۈملىسىدىن قىلىش سىزنىڭ ئىختىيارىڭىز.

سۈيدۈك سەۋەبىدىن بولغان قېينىلىپ سىيىش سۈيدۈك ئاغرىتىدىغان دەرىجىدە ئۆتكۈر بولىدۇ. بۇ كۆپ قېتىم تەجرىبە قىلىندى. بەزى تېۋىپلارنىڭ

ئېيتىشچە، قېينىلىپ سىيگەن كىشىگە قېينىلىپ سىيىشتىن كېيىن قانلىق تولغاق يەتسە، بۇ خىل بىمار يەتتە كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدىكەن.

بىراق قىزىتما يۈز بېرىپ كۆپ سىيسە، ئۆلۈپ كەتمەسلىكى مۇمكىن. شۇنىڭ بىلىش لازىمكى، سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىپ، كۆيۈشتۈرۈپ كېلىش يوقالغاندىن كېيىن، ئۇستىدىن سۈيدۈك ئۆتىدىغان بەزدە قۇرۇقلۇق يۈز بېرىپ، سۈيدۈك ئۇيۇپ قېلىش ۋە توختاپ قېلىشقا ئېلىپ بارىدۇ. شۇڭا، بۇنداق ئەھۋال يۈز بەرمەسلىك ئۈچۈن ھۆججەتكە يەتكۈزۈپ تۇرۇش لازىم.

ئالامىتى

مىزاج سوغۇقلۇقى سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە قېينىلىپ سىيىشنىڭ ئالامىتى شۇكى، سۈيدۈك قويۇق ياكى سۇيۇق بولۇش بىلەن بىرگە ئاق بولىدۇ. بۇ كېسەللىكتىن بۇرۇن سىيىشكە بولغان ئېھتىياج كۆپ بولىدۇ. كۆپ مۇنچىغا چۈشۈش، سوغۇقلۇقنى ھېس قىلىش ۋە باشقا ئالامەتلەردىن خالىي بولۇش قاتارلىقلار بولىدۇ. ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ ئالامىتى سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە كۆيۈشتۈرۈپ كېلىشنىڭ سېزىلىشىدۇر. ئەگەر سۈيدۈك توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى سوغۇقلۇقتىن يىغىلىپ قېلىش بولسا، سوغۇقلۇقتىن يىغىلىپ قالغانلىقنى بوشتىشنىڭ مەنپەئەت قىلىشى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. ئەگەر سۈيدۈكنىڭ تۇتۇلۇشى خوراشتىن ۋە كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىلاردىن بولغان بولسا، بۇنى ھۆججەتكە يەتكۈزۈشنىڭ مەنپەئەت قىلىشى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. خوراشتىن ۋە كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىدىن بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ ئالامەتلىرىدىن بىرى شۇكى، ئاز سۈيدۈك چىقمايدۇ. ئۆزىنىڭ ھۆججەتكە يىلىغا سۈيدۈك يولىغا ھۆججەتكە يەتكۈزۈپ كېڭەيتىدىغان نەرسىلەردىن كۆپ سۈيدۈكنىڭ چىقىشى ئاسان بولىدۇ. دوۋساقتىكى ئىششىق ياكى دوۋساققا يېقىن ئەزادىكى ئىششىق ياكى يىرىڭلىق ئىششىق سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ ئالامىتى يۇقىرىدا ھەربىرى

مۇستەقىل بىر بابتا سۆزلىنىپ بولدى. ئىششىقتىن بولغان قىينىلىپ سىيىش بىلەن ئىششىقنىڭ باشقىسىدىن بولغان قىينىلىپ سىيىشنىڭ پەرقى شۇكى، ئىششىقتىن بولغان قىينىلىپ سىيىش بىراقلا بولماي ئاستا ـ ئاستا بولىدۇ. لېكىن ئىششىق ئېغىر بولغاندا، ئاستا ـ ئاستا يۇز بەرمەي، بىراقلا يۇز بېرىدۇ.

دۇساقنىڭ ئۆزىدىكى توسالغۇدىن بولغان قىينىلىپ سىيىش دۇساقتىكى بىرەر كېسەللىكتىن ياكى دۇساقنىڭ مەركەزلىشىشى، ئېسىلىشى، تارتىشىشى سەۋەبلىك دۇساققا چۈشكەن بېسىمدىن ياكى ئاغرىق بىلەن بولغان بېسىمدىن بىلىنىدۇ.

سۈيدۇكنى قوزغىغۇچى ئەزا سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۇك تۇتۇلۇشتا دۇساقتا مەركەزلىشىش ياكى ئېسىلىش بولمايدۇ. دۇساقتا دۇساقنىڭ ئۆزىدىن بولسۇن مەيلى قىسقۇچى بېسىمدىن ياكى ئاغرىتىش بىلەن بولىدىغان بېسىمدىن بولغان ھەر خىل توسالغۇلار ۋە توسالغۇدىن بولغان ئىششىق يۇقىرىقىلاردىن بىلىنىدۇ.

ئىششىقتىن باشقا توسالغۇ پەيدا قىلىدىغان نەرسە كاتېتىر ۋە كاتېتىر بىلەن چىققان قان ياكى خىلت بىلەن ياكى كاتېتىر ئالدىدا تۇرۇۋالغان نەرسە بىلەن بىلىنىدۇ، شۇڭا سۈيدۇك يولىغا سۆگەل چىقىشقا ياكى تاش پەيدا بولۇشقا ۋە ياكى گۆش ئۇنۇشكە يول قويماسلىق لازىم. تاش ئۆزىنىڭ ئالامەتلىرى بىلەن ياكى كاتېتىرنىڭ بەك قاتتىق بىر نەرسىگە تېگىشى بىلەن بىلىنىدۇ. يەنى خىلت سۈيدۇك تۇتۇلۇشتىن ئىلگىرىكى سۈيدۇك تۇتۇلۇش ئەھۋالى بىلەن بىلىنىدۇ. قان خىلتى سۈيدۇك رەڭگىنىڭ سېرىق كېلىشىدىن، نەپەس بىلەن تومۇر سوقۇشنىڭ كىچىكلىشى ۋە ئارقىمۇئارقا بولۇشىدىن، سوغۇق تەرلەشتىن، تىترەكلىك قىزىتمىدىن ۋە كۆڭۈل ئېلىشىشتىن ئىبارەت دۇساقتا قان ئۈيۈپ قېلىشنىڭ ئالامەتلىرى بىلەن بىلىنىدۇ. بۇ ناچار ئەھۋال بولۇپ، بۇنىڭدىن قۇتۇلۇش تەس. ئەگەر قويۇق خىلت قاتارغا ئالغۇدەك بولسا، سېزىلگەن ئېغرىلىق ۋە سۈيدۇكتە خام خىلتىنىڭ چىقىشىدىن بىلىنىدۇ. قورۇغۇچى ياكى تېرىنى قېلىنلاشتۇرغۇچى سوغۇقلۇقتىن

بولغان سىيىش قىينىلىشىشنىڭ ئالامتى سېلىشتۇرما سەۋەب ۋە ئىلگىرى ئۆتكەن سەۋەبلەردىن بىلىنىدۇ. يەلدىن بولغان سۇيدۇك تۈتۈلۈشنىڭ ئالامتى ئېغىرلىقسىز تارتىشىشتۇر. بۇ يەللەر بەزىدە يۆتكىلىپ تۇرىدۇ، بەزىدە دوۋساقتا توختاپ قالىدۇ.

سېزىمنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان سۇيدۇك تۈتۈلۈشنىڭ ئالامتى شۇكى، بىمار سۇيدۇكنىڭ غىدىقلىشىنى سېزەلمەيدۇ، ئىتتىرگۈچى قۇۋۇۋەتنىڭ ئاجىزلىشىشىدىن بولغان سۇيدۇك تۈتۈلۈشنىڭ ئالامتى شۇكى، دوۋساقنى قول بىلەن باسسا سۇيدۇك ئاسان چىقىدۇ. مۇسكۇل بوشاپ كەتكەنلىكىنىڭ ئالامتى سۇيدۇك كۆچسىز چىقىدۇ ۋە ئىچى تەرەپتىن بىر نەرسە سقىشقا بويسۇنمىغاندەك سېزىلىدۇ، قول بىلەن دوۋساقنى باسقاندا سۇيدۇك چىقىدۇ. مۇسكۇل تەشەننۇج بولغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، چىقىدىغان ئاز سۇيدۇكمۇ زەربە بىلەن چىقىدۇ.

بۆرەك ئاجىزلاشتىن بولغان سۇيدۇك توسۇلۇشنى ئىلگىرى ئۆتكەن بۆرەك ئاجىزلىقىنىڭ ئالامەتلىرى بىلدۈرىدۇ. شۇنىڭدەك بۆرەك تېشى ۋە بۆرەك ئىششىقى سەۋەبىدىن بولغان سۇيدۇك تۈتۈلۈشنى بۆرەك تېشى ۋە ئىششىقىنىڭ ئالامەتلىرى بىلدۈرىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئېغىرلىق ۋە ئاغرىش بۆرەك تەرەپتىن باشلانسا، كېسەل بۆرەكتە بولغان بولىدۇ. ئەگەر ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرى بولسا، بۆرەكتە ئىششىق بولغان بولىدۇ. ئەگەر بۆرەكتە قاتتىق ئېغىرلىق بولسا، بۆرەكتە سۇيدۇك توختاپ قالغان بولىدۇ. ئەگەر ئېغىرلىق ئازراق بولسا، بۇ يەردە ئىششىق ياكى ئىششىقسىز توسالغۇ پەيدا قىلىدىغان ھۆللۈك بولغان بولىدۇ. ئەگەر ئېغىرلىق بولماي، تارتىشتۇرىدىغان ئاغرىق بولسا، بۆرەكتە يەل بار بولىدۇ. ئەگەر قورساق قىسمى يۇمشاق بولسا، بۆرەك، دوۋساق توسالغۇلىرى، دوۋساق ئاجىزلىقى ۋە باشقا كېسەللىك ئالامەتلىرى بولمسا، سۇيدۇك تۈتۈلۈشنىڭ سەۋەبى بۆرەكنىڭ تارتىش قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدۇر.

بۆرەكنىڭ تارتىش قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىقى ياكى جىگەرنىڭ ئىتتىرىش قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان سۇيدۇك تۈتۈلۈشقا ئىستىسقانىڭ ئەھۋاللىرى دالالەت قىلىدۇ. يارا ياكى سۇيدۇكنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن كېلىپ چىققان ئاغرىق

سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا ئاغرىقتا سەۋر قىلسا، سۈيدۈكنىڭ چىقىدىغانلىقى ۋە ئاغرىقنىڭ پەسىيىدىغانلىقى، شۇنىڭدەك زورلاپ سىيسە سۈيدۈكنىڭ چىقىدىغانلىقى دالالەت قىلىدۇ.

يارا ئاغرىقى سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇش يارىنىڭ ئالامەتلىرى بىلەن بولىدۇ. بەز ئەزالىرىدىكى ھۆللۈكنىڭ قۇرۇشىدىن بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سەۋەبلەرنىڭ ئىلگىرى بولۇشى ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشنىڭ سۈيدۈكنى ماڭدۇرىدىغانلىقى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش

ئەگەر قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى يىرىڭ ياكى خىلىت بولسا، كېسەللىكنىڭ سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ مەنپەئەتىدىن ئېغىرراق ئىكەنلىكى بىلىنىپ، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىشلىتىلسە، دوۋساقتا باشقا ماددىنى چۈشۈرۈپ، ئاغرىق ۋە تارتىشىشنى كۈچەيتىۋېتىپ، توختاپ قالغان سۈيدۈك چىقماسلىق خەۋپى بولمىسا، ھەممىگە مەلۇم بولغان كۈچلۈك توسالغۇنى ئاچقۇچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن داۋالاش، ھەتتا تۇرۇپ سۈينى ھەر ۋاقىت غىزا بىلەن بىللە ئىچكۈرۈش كېرەك، شۇنىڭغا ئوخشاش قارا نوقۇت سۈيىنىڭمۇ كۈچلۈك تەسىرى باردۇر. ئەمما سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار، مەسىلەن: پەتەر ئاسالىيۇن، ئوشەق، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، مۇ، ئوردان، ھۇماما، قۇستە شېرىن، ئېگىر، ھىلك ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ۋە سېرىقچېچەك ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەممىسى قاينىتىلغان تۇرۇپ سۈيى، قارا نوقۇت سۈيى، ئوغرىتىكەن سۈيى ياكى كەرەپشە ۋە بەدىيان ئۇسارىسىدە، بولۇپمۇ ياۋا كەرەپشە ئۇسارىسىدە ئىچكۈزۈلىدۇ. سىركەنجۈبىل ئەنسىلى ياكى تەرياقى پاروق، مەسرۇدىتۇس بەك مەنپەئەتلىكتۇر. داۋائى كۇركۇم، ئەمرۇسيا، داۋائى قۇبادىلمەلىك قاتارلىقلارمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ دورىلار بوۋاقلارغا ئانىلىرىنىڭ سۈتى بىلەن ياكى ئىنىكئانىلىرىنىڭ سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

6 - پەسىل كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا

ئارچا مېۋىسى، ئاسارۇن، ھۇماما، جۇۋىنە، پەتەر ئاسالىيۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئوردان، ئاچچىق بادام، سۇمبۇلنىڭ ھەربىردىن 60 گىرامدىن، قوغۇن ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، بېشى ۋە قاناتلىرى ئېلىۋېتىلگەن زەرارھەتتىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، ئوشەقنى سۈيۇق مۇسەللەستە ئېرىتىپ بانادۇق تەييارلاپ، توققۇز گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش بايانىدا سۆزلەنگەن داۋائى ئۇبھەل، داۋائى ھىلتىت ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە نەيچە بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماگنۇزۇلىدۇ. بەزىدە تەركىبىگە قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن، زەنجىۋىل، پىلپىل، بىلسان يېغى چۈشىدىغان نۇسخا تۇزۇپ چىقىلىدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا ئاغرىق سەۋەبىدىن ئەپيۇن ۋە بەزرۇلبەنجى قوشۇلىدۇ. بۇ دورىلار مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا تېپىلىدۇ. تاشقا ئىشلىتىلىدىغان بارلىق دورىلار قېينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىششىق ياكى يارا بولماي تۇرۇپ ئىسسىقتىن ياكى سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل قېينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلار چايانىڭ كۈلى، بۇلۇت تېشى ۋە شىشە كۈلىدۇر. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، ئاغمىخانىڭ قۇرۇتۇلغان دوۋسقى سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدىغان خاسىيەتلىك دورىلار قاتارىدىندۇر. ئۇنىڭدىن توققۇز گىرامى رەيھان شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. كۆيدۈرۈلگەن دېڭىز سەرتانىدىن ئالتە گىرامى شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، بولۇپمۇ باللارغا شۇنداق قىلىنىدۇ. دوۋساق سوۋۇپ كېتىشتىن بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاشتا سۆزلەنگەن باشقا دورىلارنى مۇشۇ ئورۇندىمۇ ئىشلىتىش لازىم. قويۇق قان ئۈيۈپ قېلىش سەۋەبىدىن بولغان قېينىلىپ سىيىش بىلەن سۈيدۈك تۇتۇلۇش بىز دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش بايانىدا سۆزلىگەن ئۇسۇللار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. بەزىدە مۇشۇ دورىلاردىن تۇرۇپ سۈيى بىلەن زىمات تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە

تەرياق، مەستىكى، ئەمرۇسيا، داۋائى كۆركۈم، داۋائى قۇبادىلمەلىك قاتارلىقلار تىلا قىلىنىدۇ. بەزىدە ئادراسمان، تاغ پىنىنسى قاتارلىقلارغا كەپتەر مايىقى قوشۇپ تەييارلانغان نۇتۇللارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. يەنىلا تەنكار، ئاقرقەرھا ۋە قىچا قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان نۇتۇل مەنپەئەت قىلىدۇ. تۆۋەندە بىز سۆزلىمەكچى بولغان زىمات تەجرىبىدىن ئۆتكەن زىماتتۇر:

ياخشى زىماتنىڭ نۇسخىسى: ھەببۇلغار، سېرىقچېچەك، ھۇماما، ئىكلىلمىلىك، قارا نوقۇت ئۇنى ۋە بابۇنەلەرنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، يەرلىك كەرەپشە ئۇرۇقى ۋە تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 21 گىرامدىن ئېلىپ، بىلسان يېغى ياكى سەۋسەن يېغى قوشۇپ، كاللەكبەسەي سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات تەييارلىنىدۇ.

7 ـ پەسىل ياخشى مەلھەمنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا

سەكبىنەج، مۇقەل، جاۋشىر، ئېگىر قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۆردەك يېغى، سېرىق موم ۋە گۈلسەۋسەن يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

نەيچە بىلەن دوۋساقا كىرگۈزىدىغان دورىلاردىن بىرى قۇننە، مىئەسائىلە، جاۋشىر، سېرىق زاك قاتارلىقلاردىن تەييارلىنىدىغان دورىدۇر. بەزىدە بۇ دورىغا ھەڭ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

ئەگەر قېينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى تاش بولسا، تاش قەيەردە بولسۇن تاشنىڭ دورىسى ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر سەۋەب سۆگەل چىقىش ياكى گۆش ئۈنۈڭبلىش بولسا، دوۋساق بايانىدىكى ھەممىگە مەلۇم بولغان بوشاشتۇرغۇچى ئابىزەن ۋە ياغلار بىلەن داۋالىنىدۇ ھەم ئاچچىق ـ چۈچۈك، تۇتقۇچى يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ. بۇ دورىلار بەزىدە ئۈنۈم بېرىپ، بەزىدە ئۈنۈم بەرمەيدۇ.

قېينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى ئىششىق بولسا، ئىششىققا

ئىلاج قىلىندۇ ۋە ئىششىق بوشاشتۇرۇپ يۇمشىتىلىدۇ. كېسەل سۇ مۇنچىسىدا تەرلىتىلىدۇ. يۇمشاتقۇچى دورىلار زىمات قىلىنىدۇ، دوۋساقتا نەيچە بىلەن دورا ماڭغۇزۇلىدۇ ۋە مەقئەتكە ھەمەل قىلىنىدۇ، سۇ ئاز ئىچكۈزۈلىدۇ. سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىشلىتىلمەيدۇ. ئىككى كۈن تاماق يېگۈزۈلمەيدۇ.

كۆپ بوشىتىپ ۋە يۇمشاتقاندىن كېيىن بەزىدە دوۋساقنى قول بىلەن بېسىپ سىققاندا سۈيدۈك چىقىدۇ. سۇدا قاينىتىلغان كاللەكبەسەي، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، پىياز، كۈدە قاتارلىقلار زىمات قىلىنسا، بۇ ھەقتە كۆپ يارىمى باردۇر. ئالدى بىلەن باسلىق تومۇردىن، ئاندىن سافىن تومۇردىن قان ئېلىش ئەڭ زۆرۈر بولغان ئىشتۇر.

بەزىدە قان ئېلىش بىلەن سۈيدۈك راۋانلىشىپ كېتىدۇ. ئەگەر قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى قورۇغۇچى سوغۇقلۇق بولسا، سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشنى داۋالاشنىڭ ئۇسۇلى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. ئەگەر قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى ئىسسىقلىق بولسا، مۆتىدىل ياغلار، يۇمشىتىش ۋە بوشىتىش قۇۋۋىتى بار سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. مەسىلەن: بىنەپشە يېغى ۋە سىرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان قاپاق يېغى قاتارلىقلار. ئەگەر قۇرۇقلۇق بولسا، بوشاشتۇرغۇچى ئابزەنلەر، بوشاشتۇرغۇچى ياغلار ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى غىزالار ئىشلىتىلىدۇ، يېگىدىن كېسەلدىن ساقايغان ئاجىز كىشىلەرنىڭ تەدبىرى ھەم مۇنچىغا چۈشۈش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى سۈيدۈك ئەزالىرىنىڭ پالەچلىنىشى بولسا، پالەچنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. ئەگەر قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى مۇسكۇللارنىڭ تەشەننۇج بولغانلىقى بولسا، تەشەننۇج بايىندا سۆزلەنگەن داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. ئەگەر قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى سوغۇق مىزاج بولسا، ھەممىگە مەلۇم بولغان ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك مەجۇناتلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. مۇسكۇللارنىڭ تەشەننۇجى ۋە پالەچلىنىشىدىن بولغان قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت

قىلىدىغان دورىلارنىڭ بىرى شۇكى، ياۋا كەپتەر مايىقىدىن 1.5 گىرام ئېلىپ، كىچىك بالىلارنىڭ سۈيدۈكى بىلەن ئىچكۈزۈلسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ ياكى چاشقان مايىقىدىن تۆت گىرام ئېلىپ، سىرىقچىچەك قاينىتىلمىسىدا ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە سىرىقچىچەك قاينىتىلمىسىغا قوشۇلغان چاشقان مايىقى مۇمىيا بىلەن دوۋساقتا ماڭغۇزۇلىدۇ ياكى تۇرنا تاشلىقنىڭ قۇرۇتۇلغان ئىچكى پوستىدىن ئۇچ گىرامنى تەڭ مىقداردىكى نەمەك ھىندى بىلەن قوشۇپ، قاينىاق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. سۇمبۇل يىغىنى قاينىاق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ ياكى بىر گىرام ھېڭنى ئېشەك سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ يەنىلا قويۇق خىلىتتىن بولغان قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان قىينىلىپ سىيىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇرۇق دورىلار ۋە سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شارابقا قوشۇلغان كاھۇ ئۇرۇقى ۋە ئاچچىق ئانار قاتارلىقلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. ئەگەر قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇش ئاغرىتىپ ئىششىق پەيدا قىلغان ياكى ئىششىق پەيدا قىلماي، بەلكى بىرەر ئەزانى ئورنىدىن قوزغىۋەتكەن بولسا، قان ئېلىپ، مۆتىدىل يۇمشاتقۇچى دورىلار ۋە ئابزەنلەر ئىشلىتىلىدۇ، زورلاپ سىيدۈرۈلىدۇ. ئەگەر كۆپ قان سىيسە، قۇرسى كەھرىۋا ۋە ياڭاق يىلىمى قاتارلىقلار بىلەن قان توختىتىلىدۇ. ئەگەر قويۇق قاننىڭ پەيدا بولۇش خەۋپى بولسا، ئۇيۇپ قالغان قاننى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ.

قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى يەل بولسا، دوۋساقتىكى يەلنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ، ئەگەر ئۇيۇپ قالغان قان توسالغۇ پەيدا قىلسا، ئۇيۇپ قالغان قاندىن بولغان توسالغۇنىڭ ئىلاجى قىلىنىدۇ. بۇ يۇقىرىدا سۆزلەندى. قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈكنىڭ تۇتۇلۇشى سۈيدۈكنى توسقۇچى ئاغرىق سەۋەبىدىن بولسا، ئۇيۇشتۇرغۇچى دورىلارنى نەيچە بىلەن دوۋساقتا كىرگۈزۈش ئارقىلىق ئىلاج قىلىنىدۇ.

بىرەر توسقۇچى سەۋەبتىن بولغان قىينىلىپ سىيىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى

داۋالاشتا، سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىنى سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇپ، ئاندىن سىيدۇرۇش مەقسەت قىلىنىدۇ، بۇنىڭدىن كېيىن يارىنىڭ ئىلاجى قىلىنىدۇ ياكى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن غىزا ۋە كۆكتاتلار بىلەن ئۆتكۈر سۈيدۈكنى تەڭشەشكە ئىلاج قىلىنىدۇ. سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكى بىلەن سۈيدۈك يولىنىڭ سەزگۈر قەۋەت يۈزىنى توسقۇچى شىلىملىق دورىلار سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇلىدۇ، سېزىمنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشتا، كېسەللىك سېزىمنىڭ باشلىنىش مەركىزىدىن قوزغالغان بولسا ياكى مۇسكۇلنىڭ ئۆزى ۋە دوۋساقتا بولغان بولسا، سەزگۈنىڭ باشلىنىش ئورنى تەرياق، مەسرۇدىتۇسقا ئوخشاش زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلار ۋە يەسىمەن يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى، مەغىزگۈلى يېغى، زەپەر يېغى، بىلسان يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش روھقا مۇۋاپىق كېلىدىغان ياغلار بىلەن ۋە بۇ ياغلارنى سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزۇش بىلەن داۋالىنىدۇ.

روھىي نەپسانىيغا ياقىدىغان مېۋىلىك دەرەخلەرنىڭ يوپۇرمقى ۋە كۆكتاتلارنىڭ يوپۇرمقى، مەسىلەن: ئالما يوپۇرمقى، پىنىنە يوپۇرمقى، سۇزاپ يوپۇرمقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش يوپۇرماقلارغا ئادىراسمان ئۇرۇقى، تاغ سۇزاپىغا ئوخشاش روھنى ئىنتايىن ئويغاتقۇچى دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئەۋرەتكە زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇش ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەتنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولسا، غالىب كەلگەن مىزاج ۋە ئاجىزلاشتۇرغۇچى كېسەلگە رىئايە قىلىپ، شۇ بويىچە ئىلاج قىلىنىدۇ. ئىتتىرگۈچى قۇۋۇەتنىڭ ئاجىزلىششى كۆپىنچە سوغۇقلۇقتىن بولىدۇ. شۇڭا ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش ۋە تۇتۇش قۇۋۇتى بار دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ، بولۇپمۇ بىز سېزىمنىڭ ئاجىزلىقى بايانىدا سۆزلىگەن دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ.

ئەگەر قىينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى سۈيدۈكنى ئۇزۇن قىسۋالغانلىق بولسا، زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا، زاراڭزا، بىدە قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان بوشاشتۇرغۇچى، يۇمشاتقۇچى ئابزەنلەر بىلەن ۋە شۇ دورىلاردىن تەييارلانغان زىماتلار بىلەن، ئاندىن كۆچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ۋە كاتېتىر

ئىشلىتىش بىلەن داۋالىنىدۇ. بىلسان يېغى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ياغلارنىڭ بۇ يەردە بەك مەنپەئەتى باردۇر.

بۆرەك، جىگەر، ئۈچەي ۋە بەل سەۋەبىدىن بولغان قېينىلىپ سىيىش ھەم سۈيدۈك تۇتۇلۇشتا، شۇ ئەزالارنى مەقسەت قىلىپ داۋالاش كېرەك. ئەگەر داۋالاش ئۇ ئەزالارغا مەنپەئەت قىلسا، قېينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشقىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇ ئەزالارغا مەنپەئەت قىلمىسا، قېينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشقىمۇ مەنپەئەت قىلمايدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بوشاشتۇرغۇچى ئابزەنلەر، زىماتلار، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ۋە سۈيدۈك يولىغا ماگنىزىلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بىراق سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ ماددىلارنى دوۋساقا كۆپ چۈشۈرۈش خەۋپى بولسا، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، سۈت قىزىتما بولمىغان ئەھۋالدا بۇلار ئۈچۈن ئەڭ ياخشى نەرسىدۇر. قىزىتما بولمىغان ۋاقىتتا ۋە بانادۇق بۇزۇرنى ئىشلىتىشكە بولىدىغان ھەرقانداق ۋاقىتتا سۈت ئىچكۈزۈشكە بولىدۇ.

7 ـ پەسىل كۆپ جەھەتتىن مەنپەئەت قىلىدىغان سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرغۇچى نەرسىلەرنىڭ زىكرى توغرىسىدا

بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، كەپتەر مايىقى مۇمىيا بىلەن نەيچە ئارقىلىق دوۋساقا كىرگۈزۈلسە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدىكەن. يەنە ئېغىر تۇسۇلۇشنى داۋالاش بايانىدا سۆزلەنگەن، سوغۇقتىن بولغان قېينىلىپ سىيىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش توغرىسىدا سۆزلەنگەن دورىلارمۇ سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

بەزى تېۋىپلار مۇنداق دېدى: بىز تەجرىبە قىلىپ ئۇنۇم بەرگەن دورىلاردىن بىرى شۇكى، ئاق تۇزدىن ھەمەل دورا تەييارلاپ مەقئەتكە ھەمەل قىلىش سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، سۈيدۈك يولىغا پىت

ياكى كانا كىرگۈزۈلسە، شۇ يەردىكى توسالغۇنى يېيىش ئارقىلىق سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ. بۇ كانا فەسافس ۋە ئەنجىل دەپ ئاتىلىدىغان كانا بولسا كېرەك. شۇنىڭدەك سامساق ياكى پىياز زەكەر ئۇستىگە تىلا قىلىنسىمۇ سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ ياكى سۈيدۈك يولىغا زەپەردىن بىر تال كىرگۈزۈلسە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ. ئەگەر ئىششىق بولماي، بەلكى قانداقلا بولمىسۇن بىر توسالغۇ بولسا، بەك زەھەرلىك بولمىغان ئاق چايانلار سېلىنىپ، ئاپتاپقا قويۇلغان زەيتۇن يېغى كۆمۈشتىن ياسالغان نەيچە بىلەن پۈۋلەپ كىرگۈزۈلسە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

8 ـ پەسىل كاتېتىر ۋە كاتېتىر ئىشلىتىپ سىيدۇرۇش ھەم دورا ماگنىزىيە ھەم سۈيدۈك چىقىرىش توغرىسىدا

ئەگەر سۈيدۈك تۇتۇلۇپ قېلىپ دورا ئۇنۇم بەرمىسە، باشقا چارە ئىشلەتمەي ياكى كاتېتىر، سۈيدۈك خالتىسى ئىشلەتمەي ئامال بولمايدۇ. دوۋساقتا ئىششىق بولغاندا ياكى يېقىن ئورۇندا دوۋساقنى بېسىپ تۇرىدىغان نەرسە بولغاندا كاتېتىر ئىشلەتمەسلىك لازىم. چۈنكى كاتېتىر سېلىش ئىششىق پەيدا قىلىپ ئاغرىقنى كۈچەيتىۋېتىدۇ.

كاتېتىرنىڭ ئەڭ ياخشىسى يۇمشاق، ئېگىلىدىغان جىسمدىن ياسالغىنىدۇر، بەزى دېگىز ھايۋانلىرى ۋە قۇرۇقلۇقتا ياشايدىغان ھايۋانلارنىڭ تېرىسىنى بىرئاز ئاشلاپ، بۇنىڭدىن كاتېتىر ياساپ، ئۇ قۇرۇپ بۇزۇلۇپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن سۈت قايمىقىدا چاپلاپ قويۇلىدۇ.

بەزىدە كاتېتىر قوغۇشۇن ۋە قەلەيدىن ياسىلىدۇ. بۇلارمۇ بەك ياخشى بولىدۇ، ئەگەر كاتېتىر بەك يۇمشاق بولۇپ قالسا، ئازراق مەسھۇقۇنىيا (شىشە، تاش سۇرمە، ئىقلىميا، كۆيدۈرۈلگەن مىس قاتارلىقلارنى سوقۇپ، ھاك سۈيى ۋە قەلەي سۈيى ئىچۈرۈلۈپ تەييارلىنىدىغان مۇرەككەپ دورا) ياكى چىلىنداندىن ئازراق قوشۇش

ئارقىلىق ياكى كاتېتىر ياسلىدىغان قوغۇشۇننى كۆپ قېتىم ئېرىتىپ قۇيۇپ، ئۇستىگە تېكە قېنى سېلىش ئارقىلىق قاتتىقراق قىلىندۇ. چۈنكى تېكە قېنىنىڭ قۇۋۋىتى بۇ ھەقتە مەنپەئەتلىكتۇر. شۇنىڭ بىلەن بىرگە تېكە قېنى قوغۇشۇننى قاتتىقلاشتۇرىدۇ. كاتېتىرنىڭ بېشى قاتتىق، يۇمىلاق بولۇشى ھەم بىرنەچچە تۆشۈك ئېچىلغان بولۇشى لازىم. بۇ تۆشۈكلەرنىڭ كۆپرەك بولۇشىنىڭ پايدىسى شۇكى، بەزىسىدە ئازراق قان، قۇم ياكى قويۇق خىلت توختاپ قالسا، باشقىلىرىدىن دورا مېڭىش ئۈچۈندۇر ياكى باشقا تۆشۈكلەردىن سۈيدۈكنىڭ مېڭىشى ۋە كاتېتىرنى ئېلىپ - سېلىش ئېھتىياجى بولماسلىقى ئۈچۈندۇر. كاتېتىر بەزىدە كۈمۈشتىن ۋە باشقا جىسىملاردىن ياسلىدۇ. بۇلارنىڭ بەزىسى دۇڭساققا دورا ماڭغۇزۇشقا، بەزىسى سۈيدۈك چىقىرىشقا ئىشلىتىلىدۇ. دۇڭساققا دورا ماڭغۇزۇش مەقسىتىدە ياسالغىنىنىڭ ئوچۇق تەرىپىگە كىچىك خالتىدەك بىر نەرسە ياكى ئۈۋۈلاپ يۇمشىتىلغان ھايۋانات دۇڭسىقىدەك بىر نەرسىنى باغلاپ، ئۇنىڭغا دورا قۇيۇپ ھۆقنە ماڭغۇزۇلغاندەك سقىپ ماڭغۇزۇلىدۇ. بۇ كاتېتىرنى بىز قۇلۇنجى بايانىدا سۆزلىگەن، تاللانغان ھۆقنە سايمىنىدەك تەييارلاشمۇ مۇمكىن بولىدۇ. ئەگەر كاتېتىر سۈيدۈك چىقىرىشقا مۇۋاپىق تەييارلانسا، بۇنىڭغا بوشلۇق قويۇش مۇمكىن بولمىغانلىقتىن، سۈمۈرتكۈچتەك تەييارلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ شۇنداق بولىدۇكى، سۈمۈرتكۈچنىڭ ئىچىگە بىرەر نەرسىنى تولدۇرۇپ، ئاندىن بۇ نەرسە سۈمۈرتكۈچتىن كۈچلۈك تارتىلىپ، ئارقىسىدىن سۈيدۈك ياكى باشقا نەرسىلەر تارتىلىدۇ. بەزىدە كاتېتىرنىڭ ئىچىگە ھاۋادىن ساقلايدىغان مۇۋاپىق بىرەر نەرسە كىرگۈزۈپ قويۇلىدۇ. ئەگەر بۇ نەرسە تارتىلىپ، ھاۋانىڭ كىرىش ئورنى بولمىسا، ئامالسىز سۈيدۈك ياكى باشقىلارنى تارتىدۇ.

كاتېتىر ئىچىدىكى بوشلۇق تالالىرى تەكشى يۈك پارچىسى بىلەن تولدۇرۇلىدۇ، ئۇنىڭ ئوتتۇرىسى يىپ بىلەن باغلىنىدۇ. ئەگەر يۇڭنى كاتېتىرنىڭ ئىككىلا تەرىپىدىكى كاۋاك ئىچىگە تىقىپ كېيىن يىپ تارتىلسا، يۇڭغا ئەگىشىپ سۈيدۈكمۇ چىقىدۇ. يەنە بىر سايمان كاتېتىرنىڭ كاۋىكىدىن ئۆتىدىغان تۈز بىر تاياقچە ياكى ئۇنى قاپلايدىغان غىلاپ بولۇپ، بۇنىڭ تۈتۈپ تارتىدىغان تۈتقۇچى

بولىدۇ. بۇ سايماننى ئىشلىتىشنىڭ ئەڭ ياخشى ئۇسۇلى بىمارنى يانتۇ ئولتۇرغۇزۇپ، ئارقىسىدىن بىرەرسى تۇتۇپ تۇرىدۇ ۋە بىمارنىڭ ئىككى تىزى قورسىقىغا تەگكۈزۈلمىگەن ئاساستا ئېگىزرەك كۆتۈرۈلىدۇ. كاتېتىر ئىشلىتىشتىن بۇرۇن بوشاشتۇرغۇچى ئابىزەن، زىمات ۋە ياغلار ئىشلىتىلىپ، ئاندىن سۈيدۈك يولىنىڭ ئوزۇنلۇقى ھەم كەڭ - تارلىقىغا مۇناسىپ كېلىدىغان كاتېتىر كىرگۈزۈلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى ھەربىر كىشى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان كاتېتىر سۈيدۈك يولىنىڭ ئۇزۇن - قىسقىلىقى ۋە كەڭ - تارلىقىغا قاراپ ياسالغان بولۇشى كېرەك. كاتېتىر ئاۋۇال قىرۇتى، بولۇپمۇ سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇشقا مۇناسىپ ياغلاردىن تەييارلانغان قىرۇتىلار بىلەن ياغلىنىدۇ. كاتېتىرنى سۈيدۈك يولىنىڭ ئوزۇنلۇقىغىچە كىرگۈزگەندە زەكەر كىندىك تەرەپكە مايىل قىلىنىپ، قايىم بولغاندەك تۇز تىكلىنىدۇ. ئاندىن كاتېتىر دوۋساق يولىغا بىر بوغۇم ياكى ئىككى بوغۇم ئۇزۇنلۇقتا يېنىك ئىتتىرىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا كاتېتىر دوۋساق بوشلۇقىغا يېتىپ ئاغرىق توختايدۇ ياكى پەسىيدۇ ياكى كاتېتىرنىڭ ئۆتۈپ چىقارماقچى بولغان سۈيدۈكنى قوزغاتقانلىقى بىلىنىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، كاتېتىرنىڭ دوۋساققا ئۆتكەنلىكى بىلىنگەندە، زەكەرنىڭ قايىم بولغان ھالىتىگە تەڭ ياكى ئۇنىڭدىنمۇ تۆۋەنرەك قايتۇرۇلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئەگەر سۈيدۈك تارتماقچى بولسا، سۈيدۈك تارتىلىدۇ، دورا ماڭغۇزماقچى بولسا، دورا ماڭغۇزۇلىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، كاتېتىرنىڭ سۈيدۈك يولىنى زىدە قىلماسلىقى ۋە كاتېتىرنىڭ چىقىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن ئالدىرىماي يېنىك مەشغۇلات قىلىش لازىم.

9 - پەسىل سۈيدۈك تامچىلاش توغرىسىدا

سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش سۈيدۈكنىڭ ئۆزىدىكى ياكى سۈيدۈك ئەزاسىدىكى سەۋەبتىن (دوۋساق مۇسكۇلىدا ياكى دوۋساق تېنىنىڭ ئۆزىدە بولىدۇ) ياكى

مەركىزىي ئەزالاردىكى سەۋەبتىن بولىدۇ.

سۈيدۈكنىڭ ئۆزىدىكى سەۋەب: سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ياكى كۆپلۈكىدۇر. سۈيدۈك ئۆتكۈرلۈكنىڭ سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشكە سەۋەبچى بولۇشى بىز قىينىلىپ سىيىش بايانىدا سۆزلىگىنىمىزدەك. سۈيدۈكنىڭ ئۆزىدىكى كۈچلۈك ئۆتكۈرلۈك سەۋەبىدىن ئاغرىتىپ كېلىشى، سۈيدۈكنىڭ يىغىلىشى ۋە شۇنداقلا بەرداشلىق بەرگىلى بولمايدىغان ئېغرىلىقىدىن سۈيدۈك تۇتۇلۇش بىلەن سۈيدۈك كېلىش ئارىلىقىدا بىر ئەھۋال كۆرۈلىدۇ. بۇ ئەھۋال سۈيدۈك تامچىلاشتۇر. سۈيدۈك ئۆتكۈر بولۇپ، قاتتىق بىئارام قىلغانلىقتىن ھەرقانداق ئاز سۈيدۈكمۇ ئىتتىرىشنى تەلەپ قىلىپ گەرچە ئىتتىرىش ئىرادىسى بولمىسىمۇ ئىتتىرىپ، سۈيدۈك تامچىلاش كېلىپ چىقىدۇ. سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكى يەمەكلىكلەردىن، دورىلاردىن، چارچاشتىن، جىمادىن ۋە باشقىلاردىن ياكى جىگەر ۋە جىگەر تومۇرلىرى ھەم بۆرەككە ئوخشاش سۈيدۈكنىڭ باشلىنىش ئەزاسىدىكى ماددىسىز ياكى يىرىڭلىق ماددا ياكى يىرىڭسىز ماددىدىن بولغان مىزاجدىن ياكى ئومۇمىي بەدەندە ئۆتكۈر ئېشىندى ماددىلار كۆپ بولۇپ، ئۇنى تەبئىەت ئىتتىرگەنلىكتىن بولىدۇ.

سۈيدۈك كۆپلۈكنىڭ سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشكە سەۋەبچى بولۇشى كۆپ سۈيدۈكنىڭ مۇسكۇلنى ئازراق ئېچىشقا مەجبۇرلىشى سەۋەبىدىندۇر (گەرچە ئىرادە مۇسكۇلنىڭ ئېچىلىشىنى تەلەپ قىلمىسىمۇ). مۇسكۇل ۋە مۇسكۇلنىڭ باشلىنىش ئەزالىرىغا خاس بولغان سەۋەب، مەسىلەن: يالغۇز ئىستىرخا بولۇش ياكى سېزىمسىزلىنىش ۋە سەزگۈرلۈكنىڭ يوقاپ كېتىشىدىن ئىستىرخا بولۇش (خۇددى مەقئەتتە يۇز بەرگىنىدەك). سۈيدۈك تامچىلاش ئىششىقتىن، سۈيدۈك چىقىرىش مۇسكۇللىرىنىڭ باشلىنىش مەركىزىنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان مىزاج بۇزۇلۇشتىن ياكى مۇسكۇللارغا مۇسكۇللارنىڭ باشلىنىش مەركىزىدىن كەلگەن ئاجىزلىقتىن بولىدۇ. سۈيدۈك تامچىلاشنىڭ كۆپىنچىسى سوغۇقتىن بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن قاتتىق سوغۇق ئۆتۈپ كەتكەن كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ سۈيدۈكى تامچىلاپ كېلىدۇ. ئەگەر مۇسكۇلدا ئاجىزلىق يۇز بەرسە، مۇسكۇل ئۆزىنىڭ سۈيدۈك يولىنى

قورۇشتىن ئاجىز كېلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە مۇسكۇل ئۆزىنى قويۇپ بېرىشتىنمۇ ئاجىز كېلىدۇ، بولۇپمۇ سۈيدۈك چىقىرىش مۇسكۇلىنىڭ ئاجىزلىقىغا قوراق مۇسكۇلىنىڭ ئاجىزلىقى شېرىكلەشسە.

دوۋساق سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاش دوۋساقتىكى ئىسسىقتىن بولغان يەككە مىزاج بۇزۇلۇش ۋە ياكى ماددىلىق ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ياكى سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولىدۇ. سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولۇشى كۆپرەك كۆرۈلىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن بىز يۇقىرىدا قاتتىق سوغۇق ئۆتۈپ كەتكەن كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ سۈيدۈكى تامچىلايدۇ، دېدۇق. سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ۋە سوغۇقتىن ئاجىزلاش ئىككى خىل سەۋەبتىن سۈيدۈك تامچىلاشنى پەيدا قىلىدۇ. ئۇنىڭ بىرى، سوغۇقلۇق تۇتۇش قۇۋۇتىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ، تۇتۇش قۇۋۇتى دوۋساقتا پەيدا بولغان ئاز سۈيدۈكنى كۆپ سۈيدۈك يىغىلغىچە تۇتۇپ تۇرۇشقا قادىر بولالماي، ئىختىيارسىز ھالەتتە قويۇپ بېرىدۇ. ئىككىنچىسى، سوغۇقلۇق ئىتتىرگۈچى قۇۋۇتىنى ئاجىزلاشتۇرغانلىقتىن سۈيدۈكنى پەقەت ئاز - ئاز سقىدۇ. بۇ، قىينىلىپ سىيىشكە ئارىلىشىپ كەلگەن سۈيدۈك تامچىلاشتۇر. بەزىدە بۇ ئاجىزلىق دوۋساقنىڭ ئۆزىدە بولىدۇ، بەزىدە بۆرەكتىكى ئىششىق، يىرىڭلىق ئىششىق ۋە يىرىڭلاش سەۋەبىدىن شېرىكلىشىش يولى بىلەن بولىدۇ. دوۋساق ئۈستىدىكى ئەزالار بىلەن شېرىكلىشىپ، ئۈستىدىن دوۋساققا ئېقىپ كەلگەن نەرسىلەر بىلەن زەرەرلىنىدۇ.

بەزىدە سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنىڭ سەۋەبى دوۋساقتىكى يارا ۋە قوتۇر بولۇپ، دوۋساق ئاغرىق سەۋەبىدىن سۈيدۈكنى تۇتۇپ تۇرۇشقا قادىر بولالمايدۇ. بەزىدە سۈيدۈك تامچىلاش دوۋساق ياكى بالياتقۇ ياكى ئۇچەيدىكى ئىششىقتىن ياكى قاتقان ئىششىقتىن ياكى تاشتىن بولغان توسالغۇلاردىن ياكى تولۇق بولمغان باشقا توسالغۇلاردىن بولۇپ، تەبىئەت ئامال قىلىپ سۈيدۈكنى ئاز - ئاز چىقىرىدۇ. بەزىدە سۈيدۈك تامچىلاش بىز قىينىلىپ سىيىشنىڭ بايانىدا سۆزلىگىنىمىزدەك دوۋساقتىكى ياردىن كېلىپ چىققان دوۋساق ئاغرىقى سەۋەبىدىن بولىدۇ. سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنىڭ بەزىسىدە سۈيدۈك تامچىلاش بىلەن بىرگە قىينىلىپ سىيىش

بولىدۇ، بەزىسىدە قىينىلىپ سىيىش بولمايدۇ، بەزىسىدە كۆيۈشۈش ۋە ئاغرىق بولىدۇ، بەزىدە كۆيۈشۈش ۋە ئاغرىق بولمايدۇ. سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنىڭ كۆپىنچىسى سۈيدۈك تۇتالماسلىق، قىينىلىپ سىيىش ياكى سۈيدۈك كۆيۈشتۇرۇپ كېلىشنىڭ سەۋەبلىرىگە ئوخشاپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

ئىششىق، توسالغۇ، ماددىلىق سەۋەبلەر، ئاغرىقلار ۋە ئۇنىڭدىن باشقا سەۋەبلەرنىڭ ئالامەتلىرى يۇقىرىدا سۆزلىنىپ بولدى ۋە سۈيدۈكنىڭ رەڭلىك بولۇشى، يەرلىك ئورۇننىڭ كۆيۈشۈشى ۋە سەۋەبلەرنىڭ ئىلگىرى پەيدا بولغانلىقىدىن ئىبارەت ئىسسىق مىزاجنىڭ ئالامىتى، سۈيدۈكنىڭ رەڭلىك بولۇشى، سوغۇقلۇقنىڭ مەۋجۇت بولۇشى ۋە سەۋەبلەرنىڭ ئىلگىرى بولۇشىدىن ئىبارەت ئىسسىق مىزاجنىڭ ئالامىتى، سۈيدۈكنىڭ رەڭلىك بولۇشى، سوغۇقلۇقنىڭ مەۋجۇت بولۇشى ۋە ئالامىتىمۇ سۆزلىنىپ بولغانىدى. سۈيدۈك رەڭگى سەۋەبلەرنىڭ ئىلگىرى بولۇشىدىن ئىبارەت سوغۇق مىزاجنىڭ ئالامىتى هەممىگە مەلۇم بولدى. باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاشنىڭ ئالامەتلىرى يەنىلا مەلۇمدۇر.

داۋالاش

بىزنىڭ بۇ ھەقتە ئوزۇن سۆزلىشىمىز زۆرۈر ئەمەس، ھەر سەۋەبتىن بولغىنى داۋالاش ئۇسۇلىنىڭ ئۆز بايانىدا يەككە ھالەتتە سۆزلىنىپ بولدى. لېكىن بۇ كېسەللىكنىڭ كۆپىنچىسى سوغۇقلۇق ۋە پالەچ سەۋەبىدىن يۈز بېرىدۇ. ئۇنى داۋالاشنىڭ ئەڭ ياخشى ئۇسۇلى، ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى، تۇتقۇچى دورىلار بىلەن داۋالاشتۇر. سۈيدۈكنى تۇتۇۋېلىشقا ئاجىز كەلگەن ھەرقانداق كىشىگە باھنى قۇۋۋەتلەيدىغان دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ ھەقتە مەنپەئەتلىك ئىچىلىدىغان دورىلار تەرياقى مەسرۇدىتۇس، ئايارەج جالىنۇس، ئەنقەردىيا، ئىترىفىل كەبىر،

جاۋارىش كۇندۇر ۋە ئەنقەردىيا ياكى سەنجىرنا بىلەن كۆچەيتىلگەن ۋە ھەببۇلئاس، جۇپتى بەللۇتقا ئوخشاش كۆچلۈك تۈتقۇچى دورىلارنىڭ بەزىسى ئارىلاشتۇرۇلغان سەغىردۇر.

يەنە ئاق قىچمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ، سامساق ئىشلىتىش ئۈزۈلۈپ قالغان سۈيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇپ، سۈيدۇكنى نورمال ھالەتكە كەلتۈرىدۇ.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلاردىن بىرى تاغ پىننىسى ئۇرۇقىنى ئاقىرقەرھا بىلەن ئىشلىتىشتۇر. بىزنىڭ تەجرىبىمىزدىن ئۆتكەن دورىلاردىن بىرى شۇكى، قورۇلغان ھېلىلە كابۇلىدىن بىر ھەسسە، ئاق بەھەمەدىن يېرىم ھەسسە، قۇرۇق پىنىنە، ھەببۇلئاس، سۇندۇروس، مۇرمەككى، كۇندۇر، سەئىدى كۇفى، بەسباسەنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچتىن بىر ھەسسە، قەلەمپۇردىن يېرىم ھەسسە، قۇشقاچ مېڭىسى ۋە ھەببى مەھەلبىنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، ئامىلە شىرىسى بىلەن مەجۇن قىلىپ، ساقلاپ قويۇپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆچلۈك بىر مەجۇننىڭ نۇسخىسى: قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابۇلى، ئامىلە ئۇسارىسىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، مۇرمەككى ۋە قۇندۇز قەھرىنىڭ ھەربىرىدىن 4.5 گىرامدىن، كەھرىۋا، سەئىدى كۇفىنىڭ ھەربىرىدىن 7.5 گىرامدىن، كۇندۇر، ھەببى مەھەلبىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، داۋاملىق تۆت گىرام يېگۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: زىرە، قەنتەرىيۇن، يالپۇزنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، تۆت گىرامى قايناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ھەببۇلئاس، بەللۇت، كۇندۇر پوستى، قارا زىرىنىڭ ھەربىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، توققۇز گىرامى كونا شارابتا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ھېلىلە كابۇلى، قورۇلغان بەلىلە ۋە قورۇلغان ئاملىنىڭ ھەربىرىدىن 21 گىرامدىن، كۇندۇر پوستىدىن 15 گىرامدىن، ھەببۇلئاستىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، قىزىق تۆمۇر بىرنەچچە قېتىم داغلانغان سۇ بىلەن نەمدەپ، ئاندىن ئاس رۇببىسى بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

يەنە بىر مەجۇننىڭ نۇسخىسى: ھەببۇلئاستىن بىر ھەسسە، لادەندىن بىر

ھەسسىنىڭ تۆتتىن بىرى، ياۋا خورمىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ مەجۇن قىلىپ، 24 گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئاس يۇپۇرمىقى، خېنە يۇپۇرمىقى، مۇرمەككى، كۈندۈر، ئانارگۈلى، بەللۇت قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، زۆرۈرىيەت مىقداردا شارابتا ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن پايدىلىق بىر مەجۇننىڭ نۇسخىسى: بۇ مەجۇن سىيىپ ياتىدىغانلارغىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ھېلىلە كابۇلى، بەلىلە، ئامىلىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، بىر كېچە - كۈندۈز سىركىگە چىلاپ، ئاندىن قورۇلغان بەللۇت، سۇندۇرۇس، سەئدى كۇفى، ئەركەك كۈندۈر، قۇرۇق شام زەنجۇبلى، قۇرۇق مىئەسائىلە، بىخ مارجاننىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، مۇرمەككىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

كۈچلۈك بىر دورىنىڭ نۇسخىسى: قۇندۇز قەھرى، ئاچچىق قۇستە، تاغ پىننىسى، جۈپتى بەللۇت، ئاقىرقەرھا قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ھۆل ئاس سۈيى بىلەن مەجۇن قىلىپ، ئۇخلايدىغان ۋاقىتتا ئۈچ گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى كۈندۈر، خېنە چېچىكىنىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ. يېنىك ئىلاجلاردىن بىرى شۇكى، قاقىلە ئۇرۇقىدىن تۆت گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە بەللۇت ئۇنى مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ ھەسەل سىركىسگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ، ئاندىن تاۋاقتا قورۇلغان بەللۇت ئۇنىدىن 30 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە يەنە زەيتۇن يېغى بىلەن نەمدەلگەن ئەنجۈر يېگۈزۈلىدۇ. سەئدى كۇفى، كۈندۈر قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، تۆت گىرامى ناشتىدا كاپ ئېتىلىدۇ. سىيادان، سۇزاپ ئۇرۇقىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۈچ گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. شام زەنجۇبلى سۈيدۈك تامچىلاشقا ئەڭ ياخشى دورىدۇر. ئابدىمىلىك يېغىنى ئىچكۈزۈش ۋە ياغلاش بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. داۋاملىق ناشتىدا ھەسەل يەپ بېرىشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

ياشانغانلارغا پايدىلىق بولغان بىر دورىنىڭ نۇسخىسى: قۇندۇز قەھرى، ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى، سۇزاپ ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، بۇلاردىن تۆت گىرامى 30 گىرام

ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر يەسمەن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان مۇمىيا مەقئەتكە ھەمەل قىلىنىپ، سۈيدۈك يولىغا تېمىتىلسا، سۈيدۈكنى تۇتالايدۇ، شۇنىڭدەك ئەنجۈرنى زەيتۇن يېغى بىلەن يېسىمۇ سۈيدۈكنى تۇتالايدۇ.

10 ـ پەسىل سۈيدۈك تۇتالماسلىق توغرىسىدا

سۈيدۈك تۇتالماسلىق — سۈيدۈكنىڭ ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىشىدۇر. سۈيدۈك تۇتالماسلىقنىڭ كۆپىنچىسى سوغۇقلۇقنىڭ ھەددىدىن ئېشىپ كەتكەنلىكىدىن، مۇسكۇلنىڭ بوشاپ كەتكەنلىكىدىن، خۇددى كېسەللىكلەرنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە يۇز بەرگىنىدەك مۇسكۇل ۋە دوۋساقتا يۇز بېرىدىغان ئاجىزلىقتىن يۇز بېرىدۇ. بەزىدە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى كۆپ ئىشلەتكەنلىكتىن يۇز بېرىدۇ. سۈيۇق شاراب سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار قاتارىدىندۇر. بولۇپمۇ بۆرەكتىكى سۈيدۈك كانالچىلىرى كېڭىيىپ كەتكەندە ۋە سۈمۈرۈش قۇۋۋىتى كۈچىيىپ كەتكەندە، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى كۆپ ئىشلەتكەنلىكتىن يۇز بېرىدۇ. بەزىدە سۈيدۈكنى دوۋساققا كۆپ تارتىپ، بەدەندىن سىرغىتىدىغان ھارارەتنىڭ كۆپلۈكىدىن بولىدۇ.

سۈيدۈك تۇتالماسلىقنىڭ سەۋەبلىرىدىن بىرى ئومۇرتقا ئورنىدىن قوزغىلىپ، مۇسكۇلدا يىغىلىشقا قادىر بولالمىغۇدەك كېسەللىك پەيدا قىلىشتۇر. بەزىدە سۈيدۈك تۇتالماسلىق دوۋساقتىكى، مۇسكۇلدىكى ياكى سۈيدۈكتىكى سەۋەبتىن بولماستىن، بەلكى ھەر ۋاقىت سقىپ سۈيدۈكنى چىقىرىۋېتىدىغان سىققۇچنىڭ سەۋەبىدىن بولىدۇ. مەسىلەن: ھامىلدار ئاياللار، قورسىقىدا كۆپ چوڭ تەرەت بار كىشىلەر ۋە دوۋساقنىڭ ئۈستىدىكى ئەزالاردا چوڭ ئىششىق بار كىشىلەردە يۇز بەرگەنگە ئوخشاش.

تەپسىلىي بايان قىلىنغاندىن كېيىن بۇنىڭ ئالامەتلىرىنى بىلىشكە ئېھتىياج چۈشمەيدۇ، يۇقىرىلاردىن بۇنىڭ ئالامەتلىرىنى بىلىش ئاسانىدۇر.

داۋالاش

ئىسسىقتىن بولغان سۇيدۇك تۇتالماسلىقتا (ئىسسىقتىن بولغان سۇيدۇك تۇتالماسلىق ئاز ساندا كۆرۈلىدۇ) سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ. سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى دورىلاردىن تۆۋەندىكى نۇسخىلىق سۇفۇپ بار. نۇسخىسى: قۇرۇق يۇمغاقسۇت، گىل ئەرمىنى، خەمكى ئېلىۋېتىلگەن قىزىلگۈلنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، تاباشىردىن 30 گىرام، كاھۇ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 45 گىرامدىن، ئانارگۈلىدىن ئۈچ گىرام، كافۇردىن 1.5 گىرام، ئەرەب يېلىمىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، ئاچچىق ئانار سۇيى بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: كەھرىۋا، گىل ئەرمىنى، قارا ھېلىلە، بەللۇت مېغىزى، پوستى ئاقلانغان يېسىسمۇقنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، قورۇپ سىركىگە چىلانغان يۇمغاقسۇتتىن ئۈچ گىرام ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ، بۇ سۇفۇپتىن توققۇز گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە زىيابىتۇسنى داۋالاش ئۈسۈلى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ ھەم ئۇسسۇزلۇقى قايمىقى ئېلىنغان سۇت، سۇماق، تەمرى ھىندى ئۇرۇقى، ئانار ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن ئېلىنغان ئېغىزدا تۇتۇلىدىغان سۇ بىلەن پەسەيتىلىدۇ. ئەمما سوغۇقتىن بولغان سۇيدۇك تۇتالماسلىق سۇيدۇك تامچىلاپ كېلىش بايانىدا سۆزلەنگەن داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ئېگىر، سەئدى كۇفى، قۇرۇق شام زەنجۇبىلى، بەللۇت مېغىزىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرام، مۇرمەككىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. جاۋارىش كۇمۇنىمۇ بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ دورىلىرى يۇمشاق سوقۇلغىنى. جاۋارىش كۇمۇننى تىلا قىلىشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، جاۋارىش كۇمۇنى سۇيدۇك ئەزالىرىدىكى قاتتىق سوغۇقلۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. سۇيدۇك تۇتالماسلىقتا

مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى 12 گىرام كۇندۇرنى ئىچكۈزۈشتۇر، چۈنكى كۇندۇر ئىچكۈزۈش سۈيدۈك تۇتالماسلىقنى داۋالايدۇ ياكى ئالتە گىرام ھەببى مەھەببنى ئىچكۈزۈشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىپار، ھىلە، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇنغا ئوخشاش دورىلار سىلىنغان ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

ياخشى بىر ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى: ئوغرىتىكەندىن 340 گىرام، سەئدى كۇفىدىن 60 گىرام، ھەببى مەھەببتىن 30 گىرام ئىلىپ، 1360 گىرام سۇدا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويغاندىن كېيىن سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ئۇنىڭغا شۇ سۇنىڭ يېرىمچىلىك كېلىدىغان كۈنجۈت يېغى قۇيۇپ قاينىتىپ، يېغى قالغاندا ھۆقنە قىلىنىدۇ ياكى دورا سۈيىدىن بىر ھەسسە، غار يېغى، بان يېغى، پىندۇق يېغى، پىستە يېغى، ھەببەتۇلخۇزرا يېغى، مەھەب يېغىدىن ئەھۋالغا قاراپ تەڭ مىقداردا ئىلىپ، ئۇنىڭغا ئىپار سىلىپ ھۆقنە قىلىنىدۇ، بان يېغى بۇ ھەقتە بەك قۇۋۋەتلىكتۇر.

11 - پەسىل سىيىپ يېتىش توغرىسىدا

سىيىپ يېتىشنىڭ سەۋەبى مۇسكۇلنىڭ بوشاپ كېتىشىدۇر. بەزىدە مۇسكۇلنىڭ بوشاپ كېتىشىگە سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكى يارىدىم بېرىدۇ، كىچىك بالىلارنىڭ سىيىپ يېتىشىغا قاتتىق ئۇخلاش يارىدىم بېرىدۇ. ئەگەر ئۇلارنىڭ سۈيدۈكى قوزغالسا، تەبىئەت ۋە ئويغىنىشتىن بۇرۇنقى نەپەسلىنىش، تىنىش ئىرادىسىگە ئوخشاش يوشۇرۇن ئىرادە سۈيدۈكنى چىقىرىۋېتىدۇ، ئەگەر سىيىپ ياتىدىغان كىشىلەر كۆچىلەنسە، ئۇيقۇ يەڭگىللەپ، بوشاپ كەتكەن ئەزا كۈچىيىپ سىيمەيدۇ.

داۋالاش

ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇلى دوۋساق بوشاپ كېتىش، سۈيدۈك تامچىلاپ

كېلىش، سۈيدۈك تۇتالماسلىق كېسىلىگە گىرىپتار بولغان كىشىلەرنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاشتۇر. بولۇپمۇ ھېلىلە چۈشكەن دورىلارنى شام زەنجۈبىلى ۋە مىئەسائىلە بىلەن بېرىشتۇر. ياغلاردىن بان يېغى ناھايىتى مەنپەئەتلىك، مۇشۇنداق داۋالاش بىلەن بىرگە ئۇلارنىڭ ئۇيقۇسى سەگەك بولۇش ئۈچۈن، يەڭگىل غىزا بېرىپ ئوخلىتىش، كۆپ سۇ ئىچكۈزمەسلىك ۋە ئۇلارنى سىيدۇرۇش كېرەك. بەزىلەر (ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەت ۋە سۈيدۈكنى سەزگۈچى قۇۋۋەت تەلەپ قىلغاندەك) ئوخلاپ تۇرۇقلۇق بىرەر ئورۇندا ئولتۇرۇپ سيگەندەك چۈش كۆرۈپ ئورنىغا سيىپ قويىدۇ ھەم سيىپ ئادەتلىنىپ قالىدۇ. ئەگەر بۇ كىشى چۈشىدە سيىپ ئادەتلىنىپ قالغان شۇ ئورۇن مەۋجۇت بولسا ۋە شۇ ئورۇن ھاجەتخانا، ئەخلەتخانا ياكى چۆل بايۋان ئورنىدا تۇرۇۋاتقان بولسا، بۇ كىشىنىڭ خىيالىدا بۇ ئورۇندا مەسچىت ۋە باشقا ئىمارەتلەرنىڭ بىنا قىلىنغانلىقىدەك تۇيغۇ پەيدا بولسا، ئۆز خىيالىدا بۇ ئورۇننىڭ بۇرۇنقىدىن ئۆزگەرگەنلىكىنى ئەسلىسە، ئوننىڭغا ئۇيقۇدا ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەتنى توسىدىغان، بىر ئاگاھلاندۇرغۇچى پەيدا بولۇپ، ئۇ كىشى دەرھال ئويغىنىدۇ.

ئۇلار ئۈچۈن تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلاردىن بىرى تۆۋەندىكى بۇ دورىدۇر: ئۇنىڭ نۇسخىسى: بەللۇت، كۈندۈر، مۇرمەككى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، 90 گىرام شارابتا 30 گىرام قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، ئۈچ گىرام ئاس يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، قۇرۇتۇلغان توشقان بۆرىكىدىن بىر ھەسسە، كەرەپشە ئۇرۇقى ۋە ئاقىرقەرھانىڭ ھەربىرىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، بۇ سۇفۇپتىن 7.5 گىرامى 30 گىرام سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلسە، بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، يەنە ياۋا توشقانىنىڭ مېڭىسىنى شاراب بىلەن ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. كەپتەر مايىقى سېلىنغان خېمىردىن يېقىلغان نانىنى سوغۇق سۇ بىلەن بېرىش مەنپەئەت قىلىدۇ ياكى مۇرمەككىنى ناشتىدا شاراب بىلەن بېرىش بۇ كېسەلنى ساقايتىدۇ. سۈيدۈكنى توختاتقۇچى دورىلارنى ھۆقنە قىلىش ۋە ئۇ دورىلارنى نەيچە بىلەن دوۋساقتا ماڭغۇزۇشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

12 - پەسىل زىيابىتۇس (دىئابېت) كېسەللىكى توغرىسىدا

زىيابىتۇس كېسىلى ئىچكەن سۇنىڭ قىسقىغىنە ۋاقىتتا چىقىپ كېتىشىدۇر، بۇ كېسەللىكتە ئىچىدىغان سۇنى كېسەللىك يۈز بېرىدىغان ئەزاغا نىسبەتەن بېرىش ئاشقازان مەنبەلىك ۋە ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنىڭ يېمەكلىكلەرگە نىسبەتەن بەرگەنگە ئوخشاشتۇر. ئۇنىڭ يۇنانچە زىيابىتۇس دېگەن ئىسمىدىن باشقا ئىسىملىرىمۇ بار، بۇ زىيابىتۇس دىياسقۇمس، قەرامسمۇ دېيىلىدۇ. ئەرەبچە ئۇنى دەۋۋارە (تۇتقاقلىق)، دۇلاپ (سۇ تارتىدىغان چاق)، زەلەقۇلكۇلىيە (بۆرەكنىڭ تېيىلدۇرۇشى)، زەلەقۇلمەجاز (ئۆتۈش يولىنىڭ تېيىلدۇرۇشى)، مەئبەر (ئۆتۈش يولى) دەپ ئاتىلىدۇ.

بۇ كېسەلگە يولۇققان كىشى ئۇسساپ سۇ ئىچىدۇ، ئۇسسۇزلۇقى قانمايدۇ، بىراق ئىچكەن سۇنى تۈتۈپ تۇرۇشقا قادىر بولالماي، ئىچكەن پېتى سىيىۋېتىدۇ. بەزى تېۋىپلار بۇ كېسەل تۈيۇقسىز يۈز بېرىدۇ، چۈنكى بۇ كېسەل ئىختىيارىي بولمايدىغان تەبىئىي ئىشتۇر. ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئۇچەيدە ھېس ۋە ئىراده بولغانلىقى ئۈچۈن ئاستا - ئاستا يۈز بېرىدۇ، دەيدۇ، بۇ سۆز ئاساسى يوق سۆزدۇر، زىيابىتۇسنىڭ سەۋەبى بۆرەكنىڭ ئەھۋالىدۇر. بۆرەكتە يۈز بېرىدىغان ئاجىزلىق ۋە كانالچە ئېغىزىنىڭ ئېچىلىپ، كېڭىيىپ قېلىپ يىغىلالمىغانلىقتىن سۇ بۆرەكتە تۇرالمايدۇ، بەزىدە بۇ زىيابىتۇس ئومۇمىي بەدەنده ياكى جىگەردە ئۇستۈنلۈكنى ئىگىلىگەن سوغۇقلۇقتىن بولىدۇ. بەزىدە سوغۇق سۇ ئىچىش ۋە قاتتىق سوغۇقتا ئۇزاق تۇرۇپ قېلىشتىن بولىدۇ. بەزىدە زىيابىتۇس ماددىلىق ياكى ماددىسىز (بۇ كۆپ يۈز بېرىدۇ) غەيرىي تەبىئىي ئىسسىقلىقنىڭ قۇۋۋىتىدىن سۇنى كۈچلۈك سۇمۇرۇشتىن پەيدا بولۇپ، بۆرەك جىگەردىن ئۆزى بەرداشلىق بېرەلمىگۈدەك دەرىجىده سۇنى تارتىپ، ئىتتىرىپ چىقىرىۋېتىدۇ، ئاندىن بۆرەك جىگەردىن، جىگەر ئۇنىڭ ئۇستىدىكى ئەزالاردىن سۇنى تارتىپ، بۇ يەردىن سۇنى تارتىش ۋە چىقىرىش

داۋاملىشىدۇ. ھەممىزگە مەلۇمكى، ئەگەر سۈيۇقلۇق كۈچلۈك ئىتتىرىلسە، تازىلاشنىڭ زۆرۈرىيىتىدىن سۈيۇقلۇق ئارقا - ئارقىدىن ئىتتىرىپ چىقىرىلىدۇ. بۇ يامان كېسەللىك بولۇپ، بەزىدە بەدەن خوراشقا ۋە بەدەندىن ھۆللۈكنىڭ كۆپ تارتىلغانلىقى ۋە بۇ تارتىشنىڭ سۇ ئىچىش بىلەن بەدەنگە يېتىشى زۆرۈر بولغان ئارتۇق ھۆللۈكنى چەكلەپ قويۇش سەۋەبىدىن جۈدەشكە ئېلىپ بارىدۇ، ھازىرغا كەلگۈچە سۆزلەنگەنلەردىن كېسەلنىڭ ئالامەتلىرى بىلىنىدۇ.

داۋالاش

زىيابىتۇس كۆپىنچە ئوتتەك ئىسسىقتىن پەيدا بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنى داۋالاشتا كۆپىنچە كاھۇ، خەشخاشقا ئوخشاش سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتى بولمىغان سوغۇق تەبىئەتلىك كۆكتات، مېۋە - چېۋە، رۇببىلار بىلەن سۇۋۇتۇلىدۇ ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈلىدۇ. سوغۇق ھاۋادا تۇرغۇزۇلىدۇ، بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، بۆرىكىنى سۇۋۇتۇپ، مۇسكۇللىرىنى چىڭىتىش ئۈچۈن سوغۇق ئابزەندە بېلىگىچە چىلىنىپ كۆكرىپ كەتكۈچە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، بۇ كېسەللىككە كافۇر ۋە نېلۇپەرگە ئوخشاش سوغۇق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدىغان تەدبىرلەرنىڭ بىرى بىمارنى ئۇخلىتىش ۋە ئۇسسۇزلۇقنى ئۇنتۇلدۇرۇش، ئۇسسۇزلۇققا سەۋر قىلىش قاتارلىقلاردۇر. ئۇسسۇزلۇقنىڭ تەدبىرى ئىلگىرى ئۆتكەن تەدبىرلەردۇر، شۇ تەدبىرلەرگە مەشغۇللۇق قىلىش، گەرچە ئارتۇق سۇ ئىچكۈزۈش بىلەن بولسىمۇ. بۇنىڭ ئەكسى ياخشى ئۇسۇلى ناھايىتى سوغۇق سۇنى ئىچكۈزۈپ، ئاندىن قەي قىلدۇرۇش ۋە بۇ ئىشنى تەكرار ئېلىپ بېرىشتۇر.

قەي قىلدۇرۇش ۋە كۈچلۈك تەرلىتىش بىلەن سۇ تەركىبىنى بۆرەكتىن باشقا تەرەپكە قايتۇرۇش لازىم. توققۇزكۆز ئەتراپىنى سېزىمسىزلاندۇرۇش قۇۋۋەتنى سۇ تەلەپ قىلىشتىن توختاتقانلىقى ۋە قۇۋۋەتنى سۈنى سۈمۈرۈشتىن ئاجىزلاشتۇرغانلىقى ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدىغان تەدبىرلەر قاتارىدىندۇر.

بىمارنى بەلنى چارچىتىشتىن ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىچىشتىن توسۇش لازىم. مۆتىدىل يۇمشاتقۇچى ھۆقنىلەر بىلەن بولسىمۇ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش بۇ خىل بىمارلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. چۈنكى، بۇلارنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ چوڭ تەرىتى قۇرۇق بولىدۇ، بەزىدە كىسەللىكنىڭ دەسلىپىدە قان ئېلىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

ئۇلارغا مەنپەئەت قىلىدىغان ئىچىلىدىغان دورىلارنىڭ بىرى سوۋۇتۇلغان، قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن چۈچۈمەل قېتىقتۇر، ئۇنىڭ ئەڭ ياخشىسى بەك ئۇيۇغىنىدۇر، بولۇپمۇ قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن قوي سۈتىدىن قىلىنغان قېتىق ئەڭ ياخشىدۇر، چوغدا قاقلانغان قاپاق سۈيى، تەرخەمەك ئۇسارىسى، ئىسپىغۇل ئۇرۇقى، ئاچچىق ئانار سۈيى، ئۈجمە سۈيى، ئەينۇلا سۈيى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش سۇلارغا سۇ قوشماي، سۇنىڭ ئورنىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

پىننە رۇببىسى ئۇلارغا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. قىزىلگۈل سۈيى، بولۇپمۇ قىزىلگۈل ئۇسارىسى ئۆز ۋاقتىدا ئىچىلسە، ئۇلارغا يەنىلا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇنىلا كالا قېتىقى ياكى قوي قېتىقىنىڭ زەرداب سۈيى بۇلارغا مەنپەئەت قىلىپ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، ئۇلارغا مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، ئۇچ دانە تۇخۇمنى سىركىگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويۇپ ئاندىن ئىچكۈزۈشتۇر. بۇ خىل كىسەللىكلەرگە بىز تەجرىبە قىلغان تەدبىرلەردىن بىرى شۇكى، تەكرار قاينىتىلغاندىن كېيىن سۈزۈپ ئېلىنغان ئارپا سۈيى، قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن چۈچۈمەل قېتىق سۈيى سوغۇق ھالەتتە ئىچكۈزۈلسە بەك سوۋۇتىدۇ. بۇ كىسەللىككە مەنپەئەت قىلىدىغان مۇرەككەپ دورىلاردىن تۆۋەندىكى ئۇسۇلدا تەييارلانغان قۇرسى گۈلنارىدۇر: ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئاقاقىيادىن ئالتە گىرام، قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبىدىن ئۇچ گىرامدىن، كەتىرادىن 1.5 گىرام ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، ئىسپىغۇل لوئابى ۋە سوغۇق سۇ بىلەن ياكى قاپاق سۈيى بىلەن ياكى تەرخەمەك سۈيى بىلەن ياكى ئانار سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن يەنە بىر نۇسخا: قۇرسى تاباشىر قاپاق سۈيى بىلەن ياكى

تەرخەمەك سۈيى ياكى ئانار سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى تاباشىر، گىل مەختۇم، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان دېڭىز سەرتانىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، لوكتىن ئۇچتىن بىر ھەسسە، خەشخاش ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن بىر يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىماتلار توغرىسىدا سوۋۇتۇش، ئاندىن چىڭىتىش خۇسۇسىيىتى بار دورىلاردىن تەييارلىنىدىغانلىرى بار بولۇپ، ئۇنىڭ نۇسخىسى: تالقان، ئۇزۇم دەرىخىنىڭ ياش نوتىلىرى ئېلىنىدۇ، ئەگەر تېپىلسا بېھى چېچىكى، ئالما چېچىكى، ياۋا ئالما چېچىكى قاتارلىقلاردىن ئازراق قوشۇلىدۇ. شۇنىڭدەك يېڭى قىزىلگۈل، رەۋەن ئۇسارىسى، غوراپ، قىزىل چۇغلۇق، ئانار پوستى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ زىمات قىلىنىدۇ.

زىيابىتۇسقا ئىشلىتىلىدىغان تىلانىڭ نۇسخىسى: ئاقاقىيادىن 12 گىرام، كۇندۇردىن ئالتە گىرام، لىھيەتۇتتىس ئۇسارىسى، لادەن، رامەك (بىر خىل مۇرەككەپ دورا) نىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، موزىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، ھۆل ئاسنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ تىلا قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ھۆقنىلەرنىڭ نۇسخىسى بۇ كېسەللىككە كۈچلۈك ياخشى ھۆقنىلەردىن بىرى، قېتىقنى ۋە زىماتلاردا سۆزلەنگەن سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى ئۇسارىلەرنى ھۆقنە قىلىشتۇر، بەزىدە يېڭى سېغىلغان سۈت، قاپاق يېغى، بادام يېغى قاتارلىقلار ھۆقنە قىلىنسا، بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

زىيابىتۇس بىمارلىرىنىڭ غىزاسى توغرىسىدا ئۇلارنىڭ غىزالىرى سۈيۇقلۇقىدىن سەپراغا تېز ئۆزگەرمەيدىغان بولۇشى ياكى سۈيۇق ۋە ئازلىقىدىن بۇخاراتقا ئۆزگىرىپ، تارقاپ، سۇ تەركىبىنى ئۈچەيلەردىن بۆرەككە قايتۇرۇپ چوڭ تەرەتنى قۇرۇتۇۋېتىدىغان بولماستىن، بەلكى سۈيۇق بولسىمۇ، ئۇنىڭ سۇ تەركىبىدىن كۆپ سۈيدۈك يغىلماي، سۇ تەركىبى تارقاپ كېتىدىغان بولۇشى ۋە ئۇلار يېيىشكە بۇيرۇلىدىغان غىزالارنىڭ ئەڭ ياخشىسى چوڭ تەرەتنى

يۇمشىتىدىغان، ئۇسسۇزلۇقنىڭ كۆپ قىسمىنى قاندۇرىدىغان يېمەكلىك بولۇشى لازىم.

بۇلارغا مۇۋاپىق كېلىدىغان غىزالاردىن كونا بۇغداي سۇيۇقئېشى، ئارپا ئېشىنىڭ سۇيى، سىركىگە چىلاپ پىشۇرۇلغان گۆش، تېرىسى بىلەن پىشۇرۇلغان پاقلان گۆشى قاتارلىقلار بار. بەزىدە بۇلارنىڭ غىزاسىغا قەۋزىيەتنى يوقىتىدىغان نەرسىلەر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بىر يىللىق پاقلان گۆشى ۋە سېمىز توخۇ، كالا پاچىقى قاتارلىقلاردىن تەيىارلانغان مېيى كۆپ ئىسپىدباج شورپىسى بېرىلىدۇ. ئەگەر ئۇسسۇزلۇق كۆپىيىپ كېتىش خەۋپى بولمىسا، چۈچۈمەل قىلىنغان ۋە چۈچۈمەل قىلىنمىغان يېڭى بېلىق، سۇ بىلەن سۇيى تۇغەپ ئازراق سۈت قالغۇچە قاينىتىلغان قوي سۈتى قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسى زىيابىتۇس بىمارلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

سۇۋۇتۇش ۋە تۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار مېۋىلەردىن بېھىگە ئوخشاش سۇيۇقلۇكنى ھەيدەش خۇسۇسىيىتى بارلىرىدىن ئېھتىيات قىلىش لازىم، ئەمما سوغۇقتىن بولغان زىيابىتۇس (سوغۇقتىن بولسىمۇ ئۇسسۇزلۇقتىن خالىي بولمايدۇ، بىز سوغۇقتىن بولغان زىيابىتۇسنى كۆزدە تۇتىمىز) قا ئىلگىرى ئۆتكەن بەزى ئالىملار تەدبىر قىلىپ مۇنداق دېگەن: سوغۇقتىن بولغان زىيابىتۇس بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش ئۈچۈن يەڭگىل تەدبىر قوللىنىپ، ئاندىن يېنىك ھۆقنە بىلەن بىرقانچە قېتىم ئىچى سۇرگۈزۈلىدۇ. ئاخىرىدا ھەر ھەببىسى نوقۇتتەك كېلىدىغان 11 دانە ھەببى سەبرە بىلەن ئىچى سۇرگۈزۈلىدۇ ھەم بىمارنى ئۈچ كۈن دەم ئالدۇرۇپ، بۇ تەدبىر قايتا قوللىنىلىدۇ. ئاندىن تاماقتىن كېيىن، تۇرۇپ ۋە شۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ، بىمارنىڭ بەدىنىگە بولۇپمۇ پۇت - قوللىرىغا ھىجامەت قويۇش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، بۇخۇر قىلىش قاتارلىقلار بىلەن ئىسسىقلىق يەتكۈزۈلىدۇ.

بەزىدە قىزارتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىپ، بىرقانچە كۈن ئارام ئالدۇرغاندىن كېيىن، ئاتقا نورمال مىندۈرۈپ ۋە بەدەننى نورمال ئۇۋۇلاپ، بولۇپمۇ پۇت - قوللىرىنى ئۇۋۇلاپ چىنىقتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، بىمارنى قىزىق مۇنچىغا چۈشۈشكە بۇيرۇلىدۇ ۋە رەيھان شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

12 - پەسىل كۆپ سېيىش توغرىسىدا

كۆپ سېيىش بىرقانچە يوللار بىلەن بولىدۇ، شۇنىڭ قاتارىدىن بىرى زىيابىتۇس يولى بىلەن بولغىنىدۇر.

زىيابىتۇس يولى بىلەن بولغان كۆپ سېيىش پەقەت ئۇسسۇزلۇق بولىدىغان كۆپ سېيىش بولماستىن، بەلكى ئۇسسۇزلۇق بولۇپ، ئۇسسۇزلۇقى قانمايدىغان ۋە سۇ ئىچكەن پېتى چىقىپ كېتىدىغان كۆپ سېيىشتۇر.

سۈيدۈك كۆپ بولۇش سەۋەبلىرىنىڭ يەنە بىرى، سۈيدۈكنىڭ كۆپ كېلىشى بىلەن بىرگە دېگۈدەك ئۇسسۇزلۇق بولمايدىغان كۆپ سېيىشتۇر، ئەگەر بۇنىڭغا سۈيدۈك كۆيۈشتۇرۇپ كېلىش ۋە ئۆتكۈرلۈك قوشۇلسا، بۇنىڭ سەۋەبى يۇقىرىدا سۆزلىگىنىمىزدەك سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ياكى دوۋساق يارىسىدۇر.

ئەگەر كۆپ سېيىش بىلەن بىرگە سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشتۇرۇپ كېلىشى ۋە ئۆتكۈرلۈكى بولمىسا، بۇنىڭدا سوغۇقتىن بولغان سۈيدۈك تۇتالماسلىقىنىڭ سەۋەبلىرى بولغان بولىدۇ. سوغۇقلۇق قەۋزىيەت قىلغانلىقى ۋە ئىچكى ئەزانى قىزىتقانلىقى سەۋەبىدىن سۈيدۈكنى كۆپ ماڭغۇزىدۇ. ھەرقانداق كىشىنىڭ چوڭ تەرىتى كۆپ ۋە سۈيۇق بولسا، سۈيدۈكى ئاز بولىدۇ. چوڭ تەرىتى قۇرۇق بولسا، سۈيدۈكى كۆپ بولىدۇ. بۇنىڭغا ئالاقىدار نەرسىلەر ۋە ئۇنىڭ داۋالاش ئۇسۇللىرى يۇقىرىدا سۆزلەندى. بىز بۇ يەردە يەنىلا سوغۇقتىن بولغان كۆپ سېيىشنى داۋالاش توغرىسىدا سۆزلەپ، شۇنداق دەيمىزكى، باھنى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلارنىڭ ھەممىسى سوغۇقتىن بولغان كۆپ سېيىشكە گىرىپتار بولغان كىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. ناشتىدا چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم ۋە قاينىتىلغان سۈتلەر ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بۇلارغا مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەرنىڭ بىرى ھەببۇلئاس، قۇرۇق ئامۇت، ياۋا خورما قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىلمىسىنى ھەر كۈنى 60 گىرامدىن ناشتىدا ئىچىشتۇر. مۇرمەككى، ھەببى مەھلەب، سەئدى كۇفى، يۇمغاقسۈت قاتارلىقلار بۇ كېسەللىكنىڭ ياخشى دورىسى بولۇپ مەنپەئەت قىلىدۇ. تۆۋەندە بىز سۆزلىمەكچى

بولغان دورا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ نۇسخىسى: قۇندۇز قەھرى، قۇستە، مۇرمەككى، تاغ پىننىسى، جۇپتى بەللۇت، ئاقىرقەرھا قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ھۆل ئاس سۈيى بىلەن ھەب ياساپ، ئۇخلايدىغان ۋاقىتتا ئۇچ گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆپ سىيىشكە مەنپەئەت قىلىدىغان ۋە بۆرەكنى قۇۋۋەتلەيدىغان ياخشى ھۆقىنىڭ نۇسخىسى: قويۇلغۇچە قاينىتىلغان ئوغرىتىكەن ئۇسارىسى، قوي يىلىكى، قوي ئۇرۇقدېنى، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى قاتارلىقلار تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ ۋە يېڭى سېغىلغان سۈت، سېرىقماي، قوينىڭ قۇيرۇق يېغى، ھەببەتۇلخۇزرا يېغى قاتارلىقلار تەڭ مىقداردا ئېلىنىپ، يۇقىرىقى دورىلارنىڭ بىرىنىڭ مىقدارىچىلىك قىلىنىدۇ، ئاندىن بۇلار يۇقىرىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ھۆقنە قىلىنىدۇ.

13 - پەسىل قان، يىرىڭ ۋە گۆش يۇغان سۇدەك سىيىش، قىلدەك چۆكمىلىك سىيىش ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش غەيرىي تەبىئىي سىيىش توغرىسىدا

قان سىيىش بەزىدە بۆرەك، دوۋساقتىن ئىبارەت سۈيدۈك ئاجرىتىش ئەزالىرىنىڭ ئۈستىدىكى جىگەر ۋە ئومۇمىي بەدەندىن قوزغالغان بولىدۇ. بۇ قوزغىلىش مەلۇم ئۇچ تەرەپتىكى تومۇرلارنىڭ پۈتۈنلۈكىنى بۇزۇۋېتىدىغان كۆپ قان تولۇپ قېلىش سەۋەبىدىن ياكى ئېقىشقا ئادەتلەنگەن قانىنىڭ ئاقمىغانلىقى ياكى بىرەر ئەزانىڭ ئۈزۈلۈشى ۋە بۇنىڭدىن باشقا ھەممىگە مەلۇم سەۋەبلەردىن ياكى بوھران يولى بىلەن ياكى ئېشىندىلارنى تازىلاش يولى ياكى قانىنى قوزغىتىدىغان ئۇرۇلۇش، يىقىلىش، سەكرەش ۋە زەربە تېگىش قاتارلىقلاردىن ياكى ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇشنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان ئەھۋاللاردىن بولىدۇ. بۇ ئەھۋاللاردىن قان سىيىش ئاز ساندا كۆرۈلىدۇ. ياكى قان سىيىش سۈيدۈك ئەزالىرى ئەتراپىدا تومۇرنىڭ

ئۇزۇلگەنلىكى ياكى تومۇر ئېغىزىنىڭ ياكى ئۇرۇلۇش، يېقىلىش بىلەن تومۇرنى يېرىۋېتىدىغان سوغۇقلۇق قاتارلىقلاردىن تومۇرنىڭ يېرىلىشىدىن ياكى يېيىلىشىدىن بولىدۇ، بەزىدە قان سىيش كۆچلۈك تارتىشىش ۋە كۈزازدىن پەيدا بولىدۇ.

بەزىدە قان سىيشنىڭ بىر قىسمى گۆشسىمان ماددىنىڭ سۈيۈق قان بولۇپ ئېرىشى ياكى بەدەندىكى قانىنىڭ بەك سۈيۇقلۇقى سەۋەبىدىن بولىدۇ. چۈنكى بۇ (بۆرەكنىڭ قۇۋۇتى بىلەن بىرلىشىپ قالسا) كۆپ قانىنى تارتىدۇ، گۆش تەركىبىنىڭ سۈيۇق قان بولۇپ، ئېرىش سەۋەبىدىن بولغان قان سىيىشتە قانىنىڭ ئېقىشىنى ئاسانلاشتۇرىدىغان ئىككى يارەمچى بار، بىرى، ئۇ، ئېشىندىنىڭ ئورنىدا ماڭىدۇ ۋە ئۇنىڭ سقىلغىدەك قىيامىمۇ بولمايدۇ. بەدەندىكى قانىنىڭ بەك سۈيۇلۇپ كېتىشى سەۋەبىدىن بولغان قان سىيشنىڭ يەنە بىرى، ئەگەر بۇ قانىنى بۆرەك كۆچلۈك تارتسا، دوۋساقا ئىتتىرىپ بېرىدۇ.

گۆش يۇغان سۇدەك قان سىيش بۆرەكتىكى ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۇەت ۋە ئايرىغۇچى قۇۋۇەتنىڭ ئاجىزلىغانلىقى سەۋەبىدىن ياكى جىگەردىكى ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۇەت ۋە ئايرىغۇچى قۇۋۇەتنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن بولىدۇ. ئەمما قويۇق خىلتىلار ئارىلاشقان قان سىيشنىڭ كۆپىنچىسى بۆرەك ئاجىزلىغانلىقتىن بولىدۇ. قىلغا ئوخشاش نەرسىلەرنى سىيشنىڭ سەۋەبى بەزىدە بۆرەكنىڭ ھەزىمى ئاجىزلىغانلىقتىن، بەزىدە تومۇرلارنىڭ ھەزىمى ئاجىزلىغانلىقتىن بولىدۇ. بەزىدە قىلغا ئوخشاش سىيش ئىككى غېرىچ مىقدارىدا بەك ئۇزۇن بولىدۇ. بەزىدە بۇنىڭ رەڭگى ئاققا مايىل، بەزىدە قىزىلغا مايىل بولىدۇ، بۇ قىلغا ئوخشاش سۈيدۈك ماددىسى تومۇر تالالىرى ياكى تومۇردىن باشقا تالالاردا بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇزۇن بولىدۇ ۋە تەستە سىڭىدىغان يېمەكلىكلەر، سۈتلەر ۋە باقىلەگە ئوخشاش دانلىق زىرائەتلەردىنمۇ ئۇزىراپ كېتىدۇ. قىلغا ئوخشاش سىيشنىڭ قورقۇدەك خەتىرى يوق.

يىرىڭ سىيش ۋە يىرىڭ ئارىلاش قان سىيش بەزىدە ئۆپكە، كۆكرەك، جىگەردىن ئىبارەت يۇقىرىقى ئەزالاردىكى يىرىڭلىق ئىششىق (بۇلارنىڭ ھەربىرى

ئۆز ئورنىدا سۆزلەندى) ياكى سۈيدۈك ئاجرىتىش ئەزالىرىدىكى ئىششىقلارنىڭ ئېغىز ئالغانلىقىدىن ياكى سۈيدۈك ئاجرىتىش ئەزالىرىدىكى قېچىشىدىغان ۋە قېچىشمايدىغان يارىلاردىن بولىدۇ. ئەمما قويۇق سېيىش تازىلاش ۋە بوھران سەۋەبىدىن ھەمدە ئارقىدىن يېنىكلەش ئەگىشىپ كېلىدىغان ئىتتىرىش سەۋەبىدىن بولىدۇ. بەزىدە قويۇق سېيىش ھەزىمنىڭ ئاجىزلىقىدىن، قويۇق خىلىتلار كۆپ بولغانلىقتىن بولىدۇ. ئارقىمۇئارقا مايلىق سېيىش بەدەندىكى چاۋا مايىنىڭ ئېرىگەنلىكىنى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. سۈيدۈكنىڭ قالغان تەپسىلاتلىرىدا سۈيدۈك توغرىسىدىكى سۆزىمىزگە قايتىشىمىز لازىم. بۇقرات مۇنداق دېدى: ئاغرىتماي ئاز ۋاقىت قان سېسىە چاتاق يوق، ئەگەر داۋاملىق قان سېسىە، بەزىدە قىزىتما ۋە يىرىڭ سېيىشنى پەيدا قىلىدۇ.

ئالامتى

تولۇش ۋە ئۇنىڭغا يېقىن سەۋەبلەردىن بولغان قان سېيىشكە ئۇنىڭ سەۋەبلىرى دالالەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ سەۋەبلىرى يۇقىرىدا سۆزلىنىپ بولدى. تومۇر ئېغىزىنىڭ ئېچىلغانلىقى ۋە يېرىلغانلىقىدىن بولغان قان سېيىش ئاغرىقسىز بولىدۇ، چىققان قان پاكىز، ساپ بولىدۇ. لېكىن تومۇر ئېغىزىنىڭ ئېچىلغانلىقىدىن بولغان قان ئاز - ئاز بولىدۇ. تومۇرلارنىڭ يېرىلىش سەۋەبىدىن بولغان قان كۆپ بولىدۇ، دوۋساقتا تومۇرلارنىڭ ئېچىلىشى بولمايدۇ. تومۇرلار يېرىلغاندا سۈيدۈكنىڭ بۆرەكتىكى ھالىتىدىكىدەك كۆپ قان سېيىدۇ. چۈنكى دوۋساققا سۇ تەركىبى سۆزۈك ھالەتتە كېلىدۇ. ئەمما دوۋساقنى ئوزۇقلاندۇرىدىغان قانىنى دوۋساق دوۋساقتا كەلگەن تومۇرلاردىن ئالىدۇ. دوۋساقتا قان كۆپ بولمايدۇ.

بۆرەككە سۇ تەركىبى بىلەن كۆپ قان كېلىپ، بۆرەك قاندىن سۇ تەركىبىنى سۆزۈۋالىدۇ. بۆرەككە سۇ تەركىبىدىن قانىنى باشقا ئەزالارغا ئايرىپ بېرىدىغان چوڭ تومۇرلار كېلىدۇ. بۇ تومۇرنىڭ قېنى بۆرەكنىڭ ئېھتىياجىدىن كۆپرەك بولىدۇ، شۇڭا بۆرەكنىڭ تومۇرى يېرىلغاندىن كېيىن كېلىدىغان قان كۆپ بولىدۇ. بۆرەك

تومۇرلىرى مەزمۇت باغلانمىغان، تەكشى ئورۇنلاشمىغان بولىدۇ، بىراق دوۋساق تومۇرلىرى مۇھاپىزەت قىلىنغان بولۇپ، ئۆز ئورنىدا يېرىلىشقا دۇچار بولمايدۇ. ياردىن ئازراق ئاغرىتىپ قان كېلىدۇ.

ئەگەر يېيىلىش بولسا، قان ئاز - ئازدىن كېلىدۇ ۋە قارىغا مايىل بولىدۇ، بەزىدە قان بىلەن يىرىك بولىدۇ، بەزىدە يىرىك ئارىلىقىدا ساپ قان چىقىدۇ. خۇددى يارا ئالامەتلىرى ۋە ياردىن چىققان نەرسىلەرنىڭ ئالامەتلىرىدە سۆزلەنگەندەك.

ئەمما ئەزالارنىڭ ئېرىشىدىن بولغان قان سىيىشنى ئەزالارنىڭ ئېرىشى ۋە سىيگەن سۇيۇق قانىنىڭ كاۋاپتىن ئاققان سۇدەك بولۇشى كۆرىستىپ بېرىدۇ.

ئومۇمىي بەدەندىكى قانىنىڭ سۇيۇقلۇقىدىن بولغان قانلىق سىيىشنى قان ئالغاندا چىققان قانىنىڭ بەك سۇيۇق بولۇشى بىلدۈرىدۇ، باشقا ئالامەتلەر بولمايدۇ. ئەمما يىرىڭ ۋە قانىنىڭ كەلگەن ئورنى ئاغرىقنىڭ ئورنى ۋە شۇ يەردە يۇز بەرگەن كېسەللىك ئالامەتلىرىدىن بىلىنىدۇ. يىرىڭ قايسى ئەزادا بولسا، شۇ ئەزادىكى ئىششىق، يىرىڭلىق ئىششىق، يارا ۋە ياكى ماددا تولۇپ قېلىش ئالامەتلىرىدىن ۋە قانغا ئارىلىشىپ كەلگەن نەرسىلەردىن بىلىنىدۇ. چۈنكى، قان قانچىكى يۇقىرى ئەزادىن كەلسە، سۈيدۈككە بەك ئارىلاشقان ھالەتتە كېلىدۇ، قان قانچىكى تۆۋەندىكى ئەزادىن كەلسە، سۈيدۈككە شۇنچە ئاز ئارىلاشقان بولىدۇ.

سۈيدۈك يولىغا يېقىن سەۋەبلەردىن بولغان قان سىيىشتە، قان سۈيدۈكتىن بۇرۇن كېلىدۇ. سۈيدۈك يولىغا يىراق سەۋەبلەردىن بولغان قان سىيىشتە، بەزىدە قان سۈيدۈكتىن كېيىن كېلىدۇ ياكى سۈيدۈككە بەك ئارىلاشقان ھالەتتە كېلىدۇ. ئەمما بۆرەكتىكى ياكى جىگەردىكى ئاجىزلىقتا دالالەت قىلىدىغان گۆش يۇغان سۇدەك سىيىشنىڭ بۆرەك ئاجىزلىقىدىن بولغىنىدا سۈيدۈك ئاقىراق ۋە قويۇقراق بولىدۇ. جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغىنى قىزىلراق، سۇيۇقراق، قانغا بەك ئوخشايدىغانراق بولىدۇ. گۆش يۇغان سۇدەك سىيىش ۋە يىرىڭ سىيىشنىڭ ئىششىقتىن بولغىنىنى ھەر ئەزادىكى ئىششىقنىڭ خاس ئالامەتلىرى ۋە داۋاملىق قىزىش قاتارلىقلار بىلدۈرىدۇ.

ئېغىز ئالغان ئىششىقتىن چىقىدىغان يىرىڭ كۆپ بولىدۇ ھەم بىراقلا چىقىدۇ.

سۈيدۈك يولىنىڭ زىدە ياكى يارا بولۇشىغا ۋە باشقا زىيانغا ئېلىپ بارمايدۇ. ياردىن بولغان قان ئاز - ئازدىن بىرنەچچە قېتىم كېلىدۇ، بەزىدە ياردىن كەلگەن قان ئۆتۈش يولىنى بۇزۇپ، يىرىڭلىتىپ قويىدۇ. چىقىرىندىلاردىن بوھران خاراكتېرلىك بولغىنىدا كېسەل يېنىكلەپ قۇۋۇەتلىنىپ قالىدۇ. بۇ، بىراقلا بولىدۇ. ماددا تولۇش ياكى ھەرىكەت قىلماسلىق ياكى بىرەر ئەزانىڭ كېسىلىشى سەۋەبلىك بولغان قان سىيىش دەۋرىيلىك بولىدۇ.

داۋالاش

ماددا تولۇش ۋە ماددا تولۇش بىلەن بىرگە زىكرى قىلىنغان نەرسىلەردىن بولغان قان سىيىشنىڭ ئىلاجى ئومۇمىي قائىدىلەر ۋە ئۇنىڭدىن كېيىنكى قائىدىلەردە سۆزلەندى. ياردىن بولغان قان سىيىشنى داۋالاشنىڭ ئۇسۇلى يارا ۋە يېيىلىشنى داۋالاش ئىكەنلىكى ئېنىق بولدى. بىز بۇلارنىڭ ھەممىسىنى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىپ بولدۇق. بۆرەك ۋە جىگەردىكى ھەز مىنى تەبىزلىقىدىن بولغان قان سىيىش ۋە خىلىتلارنىڭ سۈيۇقلۇقىدىن بولغان قان سىيىشمۇ سۆزلىنىپ بولدى.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بوھراندىن بولغان ۋە كېسەللىك يەڭگىللەۋاتقان قان سىيىشنى توختاتماسلىق لازىم. ئەگەر قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشسە، سافىن تومۇردىن قان ئېلىش باسلىق تومۇردىن قان ئېلىشتىن مەنپەئەتلىكرەكتۇر. قان ئالغاندىن كېيىن لەتىف غىزالار بېرىلىدۇ. شىشىگە ئېلىپ تىندۇرۇلغان سۈيدۈكنىڭ قان ۋە يىرىڭدىن پاكلانغانلىقىغا دالالەت قىلمىغۇچە سۇماق تەركىبلىك غىزاغا ئوخشاش تۇتقۇچى غىزالارنى بەرمەسلىك لازىم. چۈنكى تۇتقۇچى غىزالار قاننى ئۈيۈتۈپ، سۈيدۈك يوللىرىنى تارايتىۋېتىدۇ. بەزىدە تەركىبىنى ئارقىغا قايتۇرۇۋېتىدۇ، بۇنىڭ خەتىرى باردۇر، شۇنىڭغا ئوخشاش چۈچۈمەل غىزالارمۇ بېرىلمەيدۇ. قىلغا ئوخشاش سىيىشتە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ۋە تاش چۈشۈرۈشكە ئىشلىتىلىدىغان دورىلاردىن لەتىفلەشتۈرگۈچى ۋە پارچىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، غىزانىڭ تەبىئىي ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان بولۇشىغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

بىز ھازىر داۋالاشنى سۆزلەش زۆرۈر بولغان قان سىيىش تومۇرلارنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇشىغا سەۋەبچى بولىدىغان ساپ قان سىيىشتۇر. بۆرەك ۋە دوۋساق سەۋەبىدىن بولغان قان سىيىشنى ئورتاق داۋالاش ئۇسۇلى شۇكى، نورمالسىز ھەيز قېنى ئېقىش بايانىدا سۆزلىگەن تۇتۇش، سوۋۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار دورىلارنى دورىنىڭ قۇۋۋىتىنى بەدەنگە ئۆتكۈزۈش ئۈچۈن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن بىرگە ئىشلىتىپ سوۋۇتۇش ۋە تۇتۇشتىن ئىبارەتتۇر. بۇ دورىلارنى ئىشلىتىشتىن بۇرۇن ھىجامەت قويۇلىدۇ ۋە باسلىق تومۇرنى ئىنچىكە تېشىپ قان ئېلىنىدۇ. بۇنىڭ بىلەن قان قارشى تەرەپكە تارتىلىدۇ. بىمارغا قويۇلدۇرۇپ سوۋۇتىدىغان غىزالار يېگۈزۈلىدۇ، تىنچ ئولتۇرغۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. قول - پۇتلىرى باغلىنىدۇ. جىما قىلىشقا قەتئىي رۇخسەت قىلىنمايدۇ. پوستى ئاقلانغان يېسىسمۇق، ئانار پوستى يېغى، ئاموت، موزا، قىزىل چۈغلۇق قاتارلىق تۇتقۇچى دورىلار قاينىتىلغان ئابزەنلەردە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

سۈيدۈكتىكى قانىنى توختىتىشتا كۆچلۈك دورىلاردىن بىرى ئوغرىتىكەن، نەبىق دەرىخىنىڭ ھەرىدىلگەن كېپىكى، قەنتەرىيۇن، كەبىر يىلتىزى، ئۇد سەلىب ئۇرۇقى قاتارلىقلاردۇر. تىلالاردىن (ھەرقانداق ئورۇندىن كەلگەن قانغا) ئۇسەج دەرىخى يىلتىزى، خەرنۇب نەبتى، خەرنۇب شەۋىك، سۇماق، ياۋا ئەينۇلا يىلتىزى، ئانار پوستى، رەۋەن يىلتىزى سۈيى ياكى غوراپ سۈيى قاتارلىقلار بىلەن تىلا تەييارلىنىدۇ. بولۇپمۇ ھەمشىباھار يىلتىزى، كەتىرا ۋە ئازراق تۇتقۇچى ئۇسارىلەر بىلەن بىرگە تىلا قىلىنسا، بەل ۋە ئەۋرەتكە سۈركىلىدىغان دورىلاردىن تۆۋەندىكى نۇسخىلىق دورا باردۇر. نۇسخىسى: مۇرمەككى، موزا، زاك، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، ئاقاقىيا قاتارلىقلاردىن سۈركەلمە تەييارلاپ سۈركىلىدۇ. ئىچىلىدىغان دورىلاردىن قۇرسى گۈلنار خۇنسياۋشان بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىلغا ئوخشاش قان سىيىشنى داۋالايدىغان كۆچلۈك دورىلاردىن بىرى (بۇ دورىغا دوۋساقتىن كەلگەن قان سىيىشتە ئېھتىياج چۈشىدۇ) تۆۋەندىكى تەركىبلىك بۇ قۇرستۇر. بۇ قۇرس تەجرىبىدىن ئۆتكەندۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: زەمچە، ئانارگۈلى، خۇنسياۋشاننىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، كەتىرادىن ئالتە گىرام،

ئەرەب يېلىمىدىن يېرىم گىرام ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، تاتلىق موزا شارابى بىلەن ياكى سېمىزئوت ئۇسارىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ تەركىبلىك دورىلارنىڭ بىخەتەرەكى تۆۋەندىكى دورىدۇر.

نۇسخىسى: كەتىرا ياكى خەشخاش ئۇرۇقى، گىل مەختۇم، لىھيەتۇتتىس ئۇسارىسى، قارا ئەينۇلا يېلىمى، كەھرىۋا قاتارلىقلارنى تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ 6 ~ 9 گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: ھەمشىباھار يىلتىزى ۋە كەھرىۋانىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسە، سازەج ھىندىدىن يېرىم ھەسسە، زەمچىدىن ئالتىدىن بىر ھەسسە، گىل ئەرمىنىدىن بىر يېرىم ھەسسە ئېلىپ، قۇرس تەييارلاپ ئالتە گىرامچە ئېلىپ، تۇتقۇچى ئۇسارىلەرنىڭ بەزىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە بۇ نۇسخىغا تۆۋەندىكى نۇسخىغا ئوخشاش سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار قوشۇلىدۇ.

نۇسخىسى: زەپەر، ئادراسمان ئۇرۇقى، ياۋا ھەمشىباھار ئۇرۇقى، ئەپيۇنىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، تازىلانغان بادامدىن ئۈچ يېرىم دانە ئېلىپ، چىلغوزا مىقدارىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: قورۇلغان ئادەمگىيا يىلتىزى پوستى، قورۇلغان رۇمبەدىيان، قورۇلغان كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، قارا خەشخاشتىن 36 گىرام ئېلىپ، سىركە لېيى بىلەن مەجۇن قىلىپ، ئۈچ گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۈڭگۈزى ۋە كەتىرا قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، ئاس رۇببىسى بىلەن كاپ ئېتىلسە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

قەدىمكىلەر ماختىغان دورىلارنىڭ تەركىبى توغرىسىدا تازىلانغان موغاس ئۇرۇقىدىن 30 دانە، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن تۆت گىرام، چىلغوزىدىن 12 دانە، پوستى ئاقلانغان ئاچچىق بادامدىن توققۇز دانە، ھەمشىباھار ئۇرۇقىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ، ناشتىدا تۆت گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

دوۋساقتىن كەلگەن قانغا خاس بولغان نۇسخا: ئىچىلىدىغان دورىلار ۋە بۇ دورىلارغا قوشۇلىدىغان سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار كۈچلۈكرەك قىلىنىدۇ.

مەنپەئەت قىلىدىغان تەدبىرلەردىن بىرى، سىركىگە چۆكۈرۈلگەن بۇلۇتنى دوۋساق ئەتراپى ئىككى سۈيدۈك نەيچىسى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئورۇنلارغا زىمات قىلىپ قويۇشتۇر، شۇنداقلا دورىلار پاقىيوپۇرمقى ئۇسارىسى، قىزىل چۇغلۇق ئۇسارىسى، سېمىزئوت ئۇسارىسىغا ئوخشاش ئۇسارىلەر بىلەن دوۋساققا نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇلىدۇ.

دورىلاردىن قۇرسى شەب، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن قۇرسى كەتىرا ۋە قۇرسى مۇخەددەر، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۆڭگۈزى، كەھرىۋا، شادىنەج، ئەرەب يېلىمى، موزا، لىھيەتوتتىس ئۇسارىسى، ئانارگۈلى، ئازراق زەمچە، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان قوغۇشۇن، ئەپيۇن ۋە بەزرۇلبەنجى چۈشكەن كۈچلۈك سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلاردۇر.

دوۋساقتىن كەلگەن قانغا تەدبىر قىلماقچى بولغاندا بەل، ساغرا ۋە ئەۋرەتكە ھىجامەت قويۇلىدۇ، چۈنكى ھىجامەت قويۇش قانىنى توختىتىدۇ. ئاندىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن بويىچە قويۇق قانغا قوللىنىلىدىغان تەدبىر قوللىنىلىدۇ. غىزالاردىن قېتىق، ئانار تەركىبلىك ۋە سۇماق تەركىبلىك غىزاغا چىلانغان نان يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، تۇتقۇچى دورىلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيىگە چانالغان گۆشنى سېلىپ كۈچەيتىلىدۇ ۋە كەكلىك، تورۇلغا، قىزىل تۇمشۇقلۇق ياۋا قاغا قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ئىسپىدباج شورپىسى، غورا سۈيى، ئانار ئۇرۇقى، قاينىتىلغان سۈت قاتارلىقلار بىلەن چۈچۈمەل قىلىپ تەييارلانغان ئىسپىدباج شورپىسى بېرىلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ قۇۋۇتى بەك ئاجىزلاپ كەتكەنلىكتىن ياكى بىمار بەك تەلەپ قىلغانلىقتىن شاراب بەرمەي ئامال بولمىسا، قارا قويۇق موزا شارابى بېرىلىدۇ. ئەگەر قان، يىرىڭ سىيدىغان كىشى ساقايسا، يارىنى پاكلاش ۋە سۈيدۈكنى ھەيدەش ئۈچۈن ئارىلاشتۇرۇلما شاراب بېرىلىدۇ. كېسەللىك قايتا قوزغىلىپ قالماسلىقى ئۈچۈن سۈيدۈك توختىتىلمايدۇ.

يىگىرمىنچى پەن

ئەرلەر تاناسىل ئەزالىرىنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بۇ پەن ئىككى ماقالىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بىرىنچى ماقالە

ئۇمۇمىي ئەھۋاللار ۋە باھ توغرىسىدا

1 ـ پەيسل ئىككى ئۇرۇقدان ۋە مەنىي خالتىسىنىڭ تەشرىھى توغرىسىدا

ھەممىگە مەلۇم بولغاندەك ئىككى ئۇرۇقدان تومۇرلاردىن ئۇمۇمىي بەدەندىكى تۆتىنچى ئوزۇقلىنىشتىن سىرغىغان ھۆللۈكتىن مەنىي پەيدا بولىدىغان ئىككى رەئىس ئەزا قىلىپ يارىتىلدى.

مەنىي قانىنىڭ ئەڭ ياخشى پىشقان، لەتىف قىسمى بولۇپ، ئىككى ئۇرۇقداندىكى ھەربىرىكەتلىنىدىغان ۋە ھەربىرىكەتلەنمەيدىغان تومۇرلاردىن شاخلاپ چىققان تومۇرلار ئارقىلىق ئۇرۇقدانغا قۇيۇلىدۇ ھەم روھ سەۋەبىدىن ئىككى ئۇرۇقداندا تۇختىمايھەربىرىكەتلىنىدۇ.

ھەربىرىكەتلىنىدىغان ۋە ھەربىرىكەتلەنمەيدىغان ئىككى تومۇر ئەگمىسى ۋە يۆگمىچى

شاخچىلىرى ناھايىتى كۆپ بولغان ئاساسىي ئىككى تومۇردۇر. ھەتتا بۇ ئىككى تومۇردىن بىرەرسىنى كېسىش بۇ تومۇرلارنىڭ ئېغىزلىرى كۆپ بولغانلىقتىن كۆپ تومۇرنى كەسكەنگە ئوخشايدۇ. ئاندىن بۇ ئىككى ئۇرۇقداندىن بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان مەنىي خالتىسىغا سۈيدۈك يولى ئېغىزىغا قەدەر مەنىي قۇيۇلۇپ، ئاياللارنىڭ جىنسا قىلىدىغان ئورنىغا كىرىدۇ. بۇ، بالياتقۇغا بولغان تەبئىي جىمادۇر. مەنىي ئېتىلىپ چىققاندا بالياتقۇ ئېغىزى ئېچىلىش ۋە سۈمۈرۈش بىلەن بۇ مەنىنى قوبۇل قىلىدۇ.

ئىككى ئۇرۇقدانىڭ ئىچى بوش بولىدۇ. ئۇرۇقدان جەۋھىرى گۆشى ئاق، سىمىز، ئەمچەك گۆشىگە ئوخشايدىغان بەزسىمان ئەزادۇر. قۇيۇلغان قان ئۇرۇقدانغا ئوخشاش ئاقىرىدۇ. بولۇپمۇ ئۇرۇقداندا ھەرىكەتلەنگەن روھنىڭ ھاۋاسى سەۋەبىدىن ئاقىرىدۇ. تومۇرلار ئىككى ئۇرۇقدانغا كىلىدىغان يول دوۋسۇن ساھەسىدىكى قىلىن قورساق پەردىسىدۇر. ئىككى دوۋساققا كىلىدىغان قىزىل قان تومۇر ۋە كۆك قان تومۇرلارنى ئوراپ تۇرىدىغان پەردە، بىز ئۆز ئورنىدا سۆزلىگىنىمىزدەك چوڭ قورساق قىلىن پەردىسىدىن باشلىنىپ، بۇ يەنىلا يۇلۇن پەردىسىگە تۇتىشىدۇ. تۆۋەنلىگەن تومۇر ۋە تارىمۇشلار يىرىقنىڭ ئىككى تۆشۈكىدىن ئىككى ئۇرۇقدانغا چۈشۈپ، بۇنىڭدىن ئۇرۇقدانغا ئۆتكەن بىر تۆشۈك پەيدا بولىدۇ. تۆشۈككە ئۆتكەن تومۇرنى ئوراپ تۇرىدىغان پەردە يەنىلا مۇشۇ تومۇردىن پەيدا بولىدۇ. تۆشۈكتىن ئۆتكەن تومۇرنى ئوراپ تۇرىدىغان پەردىمۇ يەنىلا شۇ قىلىن پەردىدىن پەيدا بولىدۇ.

تومۇرلارنىڭ تەشرىھىدە شۇ سۆزلەندىكى، سول ئۇرۇقدانغا كىلىدىغان تومۇر ئوڭ ئۇرۇقدانغا ئوزۇقلۇق ئېلىپ كىلىدىغان تومۇرنىڭ باشقىسىدۇر. ئوڭ ئۇرۇقدانغا كىلىدىغان تومۇر ئۇرۇقدانغا پىشقانراق ۋە ساپراق قانىنى قۇيىدۇ. كۆپىنچە كىشىلەردە ئوڭ تەرەپتىكى ئۇرۇقدان سول تەرەپتىكى ئۇرۇقداندىن كۆچلۈكرەكتۇر. مەنىي قاچسى نەيچىلەرگە ئوخشاش باشلىنىدۇ. ھەر ئۇرۇقداندا ئۇرۇقدانىدىن شەكىللەنمەي، ئۇرۇقدانىدىن ئاجراپ تۇرغانەك بىر نەيچە بولىدۇ (گەرچە بۇ نەيچە ئۇرۇقدانغا تېگىشىپ تۇرسىمۇ). بۇ ئىككى نەيچىنىڭ ھەربىرى

ئۇرۇقدانغا يېقىن جايدا بىلىنگۈدەك كاۋاك بولۇپ كېڭىيىپ، ئاندىن تارىيىشقا باشلايدۇ (گەرچە بۇ ئىككى نەيچە كەڭرى بولسىمۇ، بولۇپمۇ ئاياللاردا يەنە بىر قېتىم بالىياتقۇنىڭ تېگى تەرىپىگە يېتىكەندە). بۇ مەنىي قاچىسى ئالدى بىلەن يۇقىرىغا ئۆرلەپ، ئاندىن سۈيدۈك يولىدىن تۆۋەنرەكتە دوۋساق بوينىغا تۇتىشىدۇ. زەكەر تارىمۇش، نېرۋا، تومۇر، مۇسكۇللاردىن تۈزۈلگەن يەكىكە ئەزادۇر. زەكەر دوۋسۇن سۆڭەك بوشلۇقىدىكى كۆپ كەڭرى تارىمۇشلۇق جىسمىدىن باشلىنىدۇ (گەرچە بۇ كاۋاكچىلار كۆپىنچە ئەھۋاللاردا يېپىلىپ تۇرسىمۇ). ئۇ كاۋاكچىلارغا يەل تولۇش بىلەن زەكەر قايىم بولىدۇ. زەكەر تېنىنىڭ ئاستىدىن زەكەرنىڭ ھەجمىگە نىسبەتەن ناھايىتى كۆپ كەڭرى قىزىل قان تومۇرلار ماڭىدۇ ھەمدە قۇيرۇق ئومۇرتقىسىدىن نۇرغۇن نېرۋىلار كېلىدۇ (گەرچە بۇ نېرۋىلار زەكەر تېنىگە بەك چوڭقۇرلاپ كىرمىگەن بولسىمۇ). زەكەر تېنىنىڭ نېرۋىسى سېزىمسىز نېرۋىدۇر.

جالىنۇسنىڭ قارىشىدا بۇنىڭدىن زەكەرنى قايىم قىلىدىغان نېرۋىلار باشقا نېرۋىلاردۇر. مۇسكۇللار بايانىدا زەكەرگە خاس مۇسكۇللار سۆزلەندى. زەكەردە سۈيدۈك يولى، مەنىي يولى، مەزى بېزى سۈيۇقلۇقى يولىدىن ئىبارەت ئۈچ يول باردۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، زەكەرنى قايىم قىلىدىغان قۇۋۋەت ۋە يەل يۇرەكتىن كېلىدۇ. سېزىم مېڭە ۋە يۇلۇنىدىن كېلىدۇ. نورمال قان ۋە شەھۋەت جىگەردىن ھەمدە زەكەرنىڭ تەبىئىي شەھۋىتىدىن كېلىدۇ. بەزىدە بۆرەكنىڭ شېرىكچىلىكىدە بولىدۇ. مېنىڭ قارىشىمچە، شەھۋەتنىڭ يىلتىزى يۇرەكتىن كېلىدۇ.

2 ـ پەسىل زەكەر قايىم بولۇشنىڭ سەۋەبى توغرىسىدا

زەكەر كاۋاكچە نېرۋىلارغا قۇيۇلغان كۆچلۈك يەلنىڭ مەزمۇت شەھۋانىي روھنى ھەيدىشى بىلەن كۆپ قان ۋە قويۇق روھ ھەيدىلىپ كېلىپ، كاۋاكچە نېرۋا ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىنىڭ توغرىسىغا ھەم ئوزۇنىسىغا سوزۇلغانلىقىدىن قايىم بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇخلىغاندا مەنىي ئەزالاردىكى قىزىل قان تومۇرلارنىڭ قىزغانلىقى

ۋە يەل، روھ، قانىنىڭ بۇ تومۇرلارغا تارتىلغانلىقىدىن زەكەر قايىم بولىدۇ. زەكەرنىڭ قايىم بولۇشىغا ياردەم بېرىدىغان نەرسىلەر يەلگە ئۆزگىرىشكە تەييار تۇرىدىغان، لېكىن ئاسان ئۆزگەرمەيدىغان يات ھۆللۈكى بار يېمەكلىكلەردۇر. مۇشۇ سەۋەبتىن بىرىنچى ھەزىم يېمەكلىكلەرنى يەلگە ئۆزگەرتىشكە ۋە يەلگە ئۆزگەرتكىنىنى يوقىتىپ، تېز تارقىتىشقا قادىر بولالمايدۇ. بەلكى يېمەكلىك ئۇچىنچى ھەزىمگىچە قېپقېلىپ، شۇ يەردە يەل پەيدا قىلىدۇ.

جىمانى كۆپ قىلىش زەكەرنى كۆچەيتىدۇ ۋە تومۇلتىدۇ. جىمانى تەرك ئېتىش زەكەرنى ئورۇقلىتىپ قويىدۇ. بۇقرات ئېيتقاندەك جىما قىلىش زەكەرنى تومۇلتىدۇ. جىما قىلماسلىق زەكەرنى كىچكىلتۇېتىدۇ. شەھۋەتنىڭ سەۋەبى ۋە ھەرىكەتلىنىشى خىيالغا باغلىق بولىدۇ ياكى مەنىي ھاسىل بولۇپ، ئۇنىڭدىن زەكەر ئەزالىرى ئوزۇقلىنىدىغان قاندىكى يەلنىڭ كۆپ بولوش سەۋەبىدىن بولىدۇ، شۇڭا بۇ ۋاقىتتا زەكەر چىڭقىلىپ قايىم بولىدۇ.

شەھۋەتنىڭ زەكەرنى ھەرىكەتلەندۈرگەنلىكى، زەكەرنىڭ قايىم بولۇشقا تەييار تۇرغانلىقىدىن ۋە تارتىشىشنىڭ غىدىقلىنىشىنى تەلەپ قىلغانلىقىدىن زەكەر قايىم بولىدۇ. ئەگەر مەنىي ھاسىل بولۇپ، مەنىي بۇ ئەزادىن ئايرىلىشنى بەك تەلەپ قىلىپ، بۇ ئەزادىكى ماددىلارنى ھەرىكەتلەندۈرسىمۇ زەكەر قايىم بولىدۇ. دوۋساق ئېغىزىنىڭ ئىككى تەرىپىگە ئورۇنلاشتۇرۇلغان بەزلەرگە بارىدىغان ماددىنىڭ ياكى بۇ بەزلەرگە بۆرەكتىن كېلىدىغان سۈيۇق ماددىنىڭ غىدىقلىشى سەۋەبىدىنمۇ زەكەر قايىم بولىدۇ. خۇددى مەنىي ئۆتكۈرلىشىپ كۆپىيىپ، غىدىقلاپ تارتىشتۇرغاندا مەنىي ھەرىكەتلىنىپ زەكەر قايىم بولغاندەك.

3 ـ پەسىل مەنىنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبى توغرىسىدا

مەنىي ئەزالارغا ئوزۇقلۇق تارقالغاندا بولىدىغان تۆتىنچى ھەزىمنىڭ تومۇرلاردىن سىرغىپ چىققان قالدۇقىدۇر. بۇ ئۇچىنچى ھەزىمنى تولۇق تاماملىغان بولىدۇ. ئۇ يېگىدىن قويۇلغان تەبىئىي ھۆللۈكنىڭ جۈملىسىدىندۇر. بۇ تەبىئىي ھۆللۈكتىن

تومۇر ۋە قىزىل قان تومۇرلارغا ئوخشاش ئەسلىي ئەزالار ئوزۇقلىنىدۇ. بەزىدە بۇ ھۆللۈكتىن تومۇرلارغا تارقىلىپ، تۆتىنچى ھەزىمۇ تەسىر قىلىپ، تومۇرلارنىڭ ئوزۇقلىنىشى ئۇچۇن قېپقالغان ياكى ئوخشاش ئەزالارغا يېتىپ كېلىپ، بۇ ئەزالار بۇنى كۆپ ئۆزگەرتىشكە ئېھتىياج چۈشمەيلا ئوزۇقلىنالايدىغان تومۇرلارغا تارقالغان كۆپ قىسمى تېپىلىدۇ. مەنپي تۆتىنچى ھەزىمدىن تومۇرلارغا يېتىدۇ.

جالىنۇس ۋە تېۋىپلارنىڭ كۆزقارىشىچە، ئەر - ئاياللارنىڭ ھەممىسىنىڭ ئۇرۇقى بولىدۇ. بۇ ئۇرۇق ئەر - ئايال ئىككىسىدە مەنپي دەپ ئاتىلىدۇ. مەنپي دەپ ئاتاش ئىسمىنىڭ ئورتاق بولغانلىقىدىن ئەمەس، بەلكى بىر - بىرىگە ماس كەلگەنلىكىدىندۇر. ئەر - ئاياللار مەنىسىنىڭ ھەربىرىدە سۇرەت شەكىللەندۈرۈش ۋە سۇرەت شەكىللىنىش قۇۋۋىتى باردۇر. لېكىن ئەرنىڭ ئۇرۇقىنىڭ ئاللانىڭ ئىزنى بىلەن سۇرەت شەكىللەندۈرۈش قۇۋۋىتى كۈچلۈكرەكتۇر. ئايالنىڭ ئۇرۇقىنىڭ سۇرەت ياساپ چىقىش قۇۋۋىتى كۈچلۈكرەكتۇر.

ئەرنىڭ مەنىسى بالىياتقۇ بوينىغا كۈچلۈك ئېتىلىپ كىرگەندە، بۇنى بالىياتقۇ ئېغىزى كۈچلۈك سۈمۈرۈۋالىدۇ. ئايالنىڭ مەنىسى بالىياتقۇ ئىچىدىكى مەنپي قاچىلىرى ۋە تومۇرلاردىن تۆرەلمە بولىدىغان ئورۇنغا ئېتىلىپ چىقىدۇ. ھۆكۈما ئالىملارنىڭ كۆزقارىشىنىڭ نەتىجىسى شۇ بولىدىكى، ئەرنىڭ مەنىسىدە سۇرەت شەكىللەندۈرۈش، ئايالنىڭ مەنىسىدە سۇرەت ياساپ چىقىش باشلىنىدۇ. ئەمما ئەرنىڭ مەنىسىدىكى سۇرەت شەكىللەندۈرۈش قۇۋۋىتى سۇرەت شەكىللەندۈرۈشتە مەنىدىن ئايرىلغان سۇرەتكە ئوخشاش تارتىلىدۇ. لېكىن بىرەر توسقۇچى ۋە تارتقۇچى بولۇپ قالسا ئۇنداق بولمايدۇ.

ئاياللارنىڭ مەنىسىدىكى سۇرەت ياساپ چىقىدىغان قۇۋۋەت سۇرەتنى قوبۇل قىلىشتا سۇرەتنى مەنىدىن ئايرىلغان سۇرەتكە ئوخشاش قوبۇل قىلىشقا تارتىدۇ. ئەگەر ئىككىسىگە مەنپي دېگەن ئىسىم ئىشلىتىلىشتە، شەكىلداش ئىسىم ئىشلىتىلگەن بولىدۇ.

ئەمەلىيەتتە ئەرنىڭ مەنىسى ئىسسىق، پىشقان، قويۇق بولىدۇ. ئايالنىڭ مەنىسى ھەيز قېنى تۇرىدىن بولۇپ، ئازراق پىشقان ۋە ئازراق ئۆزگەرگەن بولىدۇ ھەم قانلىق

خۇسۇسيەتتىن ئەرنىڭ مەنىسى يىراقلاشقاندەك يىراقلاشمىغان بولىدۇ. شۇڭا، ئىلگىرىكى پەيلاسوپلار ئىياللارنىڭ مەنىيسىنى ھەيز دەپ ئاتىغان. ئۇلار مۇنداق دەيدۇ: ئەرنىڭ مەنىيسى ئىيالنىڭ مەنىيسگە ئارىلاشما ئۆز قۇۋۋىتى بىلەن تەسىر قىلىدۇ ۋە تۆرەلمىنىڭ بەدىنىنىڭ جىسمى شەكىللىنىشتە ئەرنىڭ مەنىيسىنىڭ جىسمىنىڭ چوڭ ئورنى بولمايدۇ. چۈنكى ئاشۇ تۆرەلمە جىسمىنىڭ شەكىللىنىشى ئىيالنىڭ مەنىيسىدىن ۋە ھەيز قېنىدىن بولىدۇ. ئەرنىڭ مەنىيسى تۆرەلمىنىڭ روھىغا بەكرەك كۆڭۈل بۆلىدۇ. ئەرنىڭ مەنىيسى سۈتكە تەسىر كۆرسەتكەن كۆنەلگۈگە ئوخشاش. ئەمما ئىيالنىڭ مەنىيسى تۆرەلمە بەدەن جىسمىنىڭ ئاساسىدۇر. ئەر - ئىيالنىڭ مەنىيسىنىڭ ھەربىرى تۆرەلمىگە ئىسسىق قان، روھىي ھۆللۈكنى پەيدا قىلىدىغان نەرسىلەرنى كۆپەيتىپ بېرىدۇ.

ئىككى خىل كۆزقاراشنىڭ توغرىلىقىنى بىلىش تەبىئىي پەن ئالىمىغا خاستۇر. تېۋىپنىڭ بۇنى بىلمەسلىكى تېۋىپقا زىيان يەتكۈزمەيدۇ. بىز بۇ توغرىسىدىكى ئەھۋاللارنى ئەسلىي كىتابلىرىمىزدا شەرھلەپ بولغان ئىدۇق. بۇقرات تۆۋەندىكىدەك سۆزلەيدۇ: مەنىي ماددىسىنىڭ كۆپى مېڭىدىن بولىدۇ، ئۇ ئىككى قۇلاق ئارقىسىدىكى تومۇر ئارقىلىق چۈشىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ئىككى تومۇردىن قان ئېلىش نەسلىنى ئۆزۈپ، تۇغماسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. مەنىنىڭ قېنى سۈتسىمان بولىدۇ. بۇ ئىككى تومۇرنىڭ مېڭە ۋە مېڭىگە ئوخشايدىغان ئەزادىن ناھايىتى يىراقلاپ كېتىپ، بۇ قاننىڭ مىزاجى ئۆزگىرىپ كەتمەي، بەلكى يۇلۇنغا، ئاندىن بۆرەكىكە، ئاندىن ئىككى ئۇرۇقدانغا كېلىدىغان تومۇرلارغا قۇيۇلۇشى ئۈچۈن بۇ ئىككى تومۇر يۇلۇنغا تۇتىشىدۇ. جالىنۇس بۇ ئىككى تومۇرنى كېسىشنىڭ تۇغماسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ياكى چىقارمايدىغانلىقىنى بىلمىدى. مەن گەرچە مەنىنىڭ ئەسلىي ماددىسى مېڭىدىن كەلگەنلىكىگە، بۇقراتنىڭ ئىككى تومۇر ھەققىدىكى سۆزىنىڭ توغرا ئىكەنلىكىگە قوشۇلساممۇ، بىراق مەنىنىڭ يالغۇز مېڭىدىنلا كېلىشى كېرەك ئەمەس، بەلكى مەنىي ئۈچۈن ھەرقانداق رەئىس ئەزادا بىر بۇلاق بولۇشى ۋە باشقا ئەزالار شۇ بۇلاقلارغا مەنىنى سىرغىتىپ بېرىشى لازىم، دەپ قارايمەن.

شۇنىڭ بىلەن ئوخشاشلىق بولىدۇ، كەمتۈك ئەزادىن كەمتۈك ئەزا پەيدا بولىدۇ

(بۇ يەردىكى ئوخشاشلىق بالىنىڭ ئاتا ـ ئانىسىغا ئوخشىشىدۇر. ئەگەر ئاتا ـ ئانىسىنىڭ بىرەر ئەزاسى كەمتۈك بولسا، بالىنىڭمۇ شۇ ئەزاسى كەمتۈك بولىدۇ). ئەزانىڭ كەمتۈك بولۇشى تومۇرلار سەزگۈرلۈك بىلەن كېڭىيەلمىگەنده ۋە مەنىي تولۇق پىشىش بىلەن يېتەرلىك شەھۋەت قوزغالمىغاندا بولىدۇ. بەزىده مەنىنى مەنىيگە ئارىلاشقان يەل ئىتتىرىپ چىقىرىدۇ. مەنىي چوقۇم يەلدىن بۇرۇن چىقىشى لازىم.

4 ـ پەسىل مەنىي ئەزالىرىنىڭ تەبىئىي مىزاجلىرىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

مەنىي ئەزالىرىنىڭ ئىسسىق مىزاجىنىڭ ئالامىتى: زەكەر ۋە ئۇرۇقدان خالتىسىدا تومۇرلار كۆرۈنۈپ تۇرىدۇ. ئۇرۇقدان خالتىسى يىرىك ۋە قېلىن بولىدۇ. ئەۋرەت ۋە ئەۋرەت ئەتراپلىرىغا ئۇنگەن تۈك يىرىك، كۆپ، قويۇق بولۇپ، تېز ئۆسىدۇ. تېز بالاغەتكە يېتىدۇ. مەنىيسىنىڭ مىزاجىنى بىلمەكچى بولغان كىشى تەدبىرىنى ياخشىلاپ، ئاندىن مەنىيسىنىڭ رەڭگىنى مۇلاھىزە قىلىشى لازىم.

مەنىي ئەزالىرىنىڭ سوغۇق مىزاجىنىڭ ئالامىتى ئىسسىق مىزاج ئالامىتىنىڭ ئەكسىدۇر.

مەنىي ئەزالىرىنىڭ ھۆل مىزاجىنىڭ ئالامىتى شۇكى، مەنىي سۇيۇق، كۆپ، ھەۋىسىنىڭ قوزغىلىشى ئاجىز بولىدۇ.

مەنىي ئەزالىرىنىڭ قۇرۇق مىزاجىنىڭ ئالامىتى ھۆل مىزاجىنىڭ ئالامىتىنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ. مەنىي ئەزالىرىنىڭ مىزاجى قۇرۇق بولغاندا مەنىي يېپىسمان چىقىدۇ.

مەنىي ئەزالىرىنىڭ قۇرۇق ئىسسىق مىزاجىنىڭ ئالامىتى شۇكى، مەنىنىڭ جەۋھىرى كۆچلۈك بولىدۇ، ئاياللارنى سىلاش ۋە جىمانى ئويلاش بىلەنلا مەنىي يۇرۇپ كېتىدۇ. بويىدا قالدۇرۇشى كۆپ بولىدۇ. شەھۋىتى كۆچلۈك ۋە تېز بولىدۇ. ھەۋىسىنىڭ قوزغىلىشى كۆچلۈك بولۇپ، جىما قىلسا تېز يوقىلىدۇ. ئەگەر

قۇرۇقلۇق ۋە ئىسسىقلىق ھەددىدىن زىيادە بولسا، زەكەر كۆپ قايىم بولۇش بىلەن بىرگە ئىنزال بولۇشى ئاز بولىدۇ. مەنىي ئاز چىقىدۇ. ئەۋرەت ساھەسى، ئىككى يوتا ۋە ئۇلارغا يېقىن ئەزالار ئۇستىدە تۇك كۆپ ھەم قويۇق بولىدۇ.

مەنىي ئەزالىرىنىڭ ھۆل ئىسسىق مىزاجىنىڭ ئالامىتى شۇكى، مەنىي قۇرۇق ئىسسىق مىزاجدىكىگە قارىغاندا كۆپرەك بولىدۇ. لېكىن ئەۋرەت ساھەسىنىڭ تۇكى ئازراق بولىدۇ. بويىدا قالدۇرۇشى كەمرەك بولىدۇ. جىمانى كۆپ قىلىشقا ئامراق بولىدۇ. شەھۋىتى ۋە زەكىرىنىڭ قايىم بولۇشى كۆپ بولمايدۇ. جىمانى ئۇزاق مۇددەت قىلماسلىق زىيان قىلىدۇ. كۆپ ئېھتىلام بولىدۇ، سۈرئىتى ئىنزال بولىدۇ.

مەنىي ئەزالىرىنىڭ ھۆل سوغۇق مىزاجنىڭ ئالامتى شۇكى، ئەۋرەت ئەتراپىغا تۇكلەر ئازراق ئۇنىدۇ. شەھۋىتى ئاستا قوزغىلىدۇ، جىما ۋاقتى ئوزۇن بولىدۇ، مەنىسى سۇيۇق بولىدۇ، ئەۋلاد قالدۇرۇشى كەم بولىدۇ. ئىنزال بولۇشى ئاستا، مەنىسى ئاز چىقىدۇ.

مەنىي ئەزالىرىنىڭ قۇرۇق سوغۇق مىزاجنىڭ ئالامتى شۇكى، مەنىي قويۇق، ئاز بولىدۇ، بارلىق ئەھۋاللاردا ھۆل ئىسسىق مىزاجنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ.

مەنىي ئەزالىرىنىڭ غەيرىي تەبئىي مىزاجنىڭ ئالامتى تېخىچە پەيدا بولمىغان ئالامەتلەرنىڭ يۈز بېرىشىدۇر. ئۇنىڭ تەپسىلاتىنى ھېس كۆرسىتىپ بېرىدۇ.

5 ـ پەسىل جىمانىڭ پايدىلىرى توغرىسىدا

ئۆز ۋاقتىتا قىلىنغان نورمال جىمادىن كېيىن ئارتۇق نەرسىلەر چىقىپ كېتىدۇ، بەدەن قۇرۇيدۇ، بەدەن تەرەققىي قىلىشقا تەييارلىنىدۇ. بەزىدە جىمادىن كېيىن كاللىسىغا كىرىۋالغان خىيال يوقىلىدۇ، تېتىكلىشىدۇ، قاتتىق ئاچچىق بېسىلىپ، تىنچلىنىدۇ، يەنە جىما روھلاندۇرغانلىقى ۋە مېڭە، يۈرەك ئەتراپىدا يىغىلىۋالغان مەنىنىڭ بۇخاراتلىرىنى يوقاتقانلىقىدىن مالىخولىيا ۋە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرنىڭ كۆپىنچىسىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. ماددا تولۇشتىن بولغان بۆرەك ئاغرىقلىرى ۋە بارلىق بەلغەمدىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ

تەبىئىي ھارارىتى كۆچلۈك بولۇپ، مەنىنىڭ چىقىشى تەبىئىي ئىسسىقنى ئاجىزلاشتۇرالمايدىغان كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن جىما ئىشتىھانى ئاچىدۇ. بەزىدە ئىككى يېرىق ۋە ئىككى ئۇرۇقدان ئەتراپىدا پەيدا بولغان ئىششىق ماددىلىرىنى يوقىتىدۇ.

جىمانى تەرك ئېتىشتىن مەنىي توسۇلغاندا كۆز قارىغۇلىشىش، باش قېيىش ياكى باش قېيىش ئېغىرلاش، ئىككى سۈيدۈك نەيچىسى ۋە بەل ئاغرىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلىدۇ. بەل ئىششىقىغا گىرىپتار بولغان كىشىلەرگە نورمال جىما قىلىش شىپا قىلىدۇ.

مىزاجى جىما قىلىشنى تەلەپ قىلىدىغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسى جىمانى تەرك ئەتسە بەدىنى سوۋۇپ كېتىدۇ، ئەھۋالى ناچارلىشىدۇ، ئىشتىھاسى تۆتۈلىدۇ، ھەتتا كۆڭلى ھېچ نەرسە تارتمايدۇ، يېگەن تاماقنى قۇسۇۋېتىدۇ. بەدىنىدە گازلىق بۇخارات كۆپ بولغان كىشىلەرنى جىما قىلىش يەڭگىللىتىدۇ ۋە مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ كىشى ئەندىشە قىلىۋاتقان گازلىق بۇخاراتلارنىڭ توسۇلۇپ قېلىش زىيىنىنى يوقىتىدۇ.

بەزىدە ئەرلەردە جىمانى تەرك ئېتىپ، مەنىنى يىغىلىۋالغانلىقى ۋە مەنىنىڭ زەھەرلىك گازغا ئۆزگەرگەنلىكىدىن مەنىنىڭ يۇرەك ۋە مېڭىگە ناچار زەھەرلىك گازنى يەتكۈزۈشى يۈز بېرىدۇ. خۇددى ئاياللاردا بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇش يۈز بەرگىنىدەك. ئۇنىڭ ئەڭ تۆۋەن زىيىنى شۇكى، ئۇنىڭ زەھىرى كۆپىيىشتىن بۇرۇن بەدەن ئېغىرلايدۇ ۋە سوۋۇيدۇ، ھەرىكەت قىلىشى قىيىنلىشىدۇ.

6 ـ پەسىل جىمانىڭ زىيىنى، ئۇنىڭ ئەھۋالى ۋە ناچار شەكىللىرى

جىما ئاخىرقى ئۇرۇقلۇق جەۋھىرىنى ئۇنىڭغا ئوخشاش باشقا ماددىلار چىقىپ كېتىپ ئاجىزلاشتۇرغاندەك ئاجىزلاشتۇرمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن جىمادىن بەك لەززەتلىنىدىغان كىشىلەر بەك ئاجىزلايدۇ. جىمانى كۆپ قىلغۇچىلارنىڭ بەدىنى تېز

سوۋۇيدۇ، بەدىندىن ھۆللۈك چىقىپ كېتىدۇ. تەبئىي ھارارىتى تارقايدۇ، قۇۋۇتى ئاجىزلايدۇ. ئالدى بىلەن يات، گازلىق ھارارەت قوزغىلىدۇ، ھەتتا بەدىنىدە تۈك كۆپىيىپ كېتىدۇ. ئارقىدىن ئومۇمىي بەدەنلىك سوۋۇش، كۆز ۋە قۇلاقنىڭ سەزگۈرلۈكى ئاجىزلايدۇ. پاچاقتا ماغدۇرسىزلىق ۋە ئاغرىق پەيدا بولۇپ، ئۆزىنىڭ بەدىنىنى كۆتۈرۈشكە ماجالى قالمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بەزىدە بۇ خىل كىشىلەرنىڭ ئەھۋالى يوشۇرۇن سەرئىگە ئوخشايدۇ.

بەزىدە بۇنداق كىشىدە ئاۋۋال سەۋدا ئاندىن سەپرا غالىب بولۇپ، بۇ كىشىدە ئاجىزلىقتىن بولغان باش قېيىش ۋە بېشىدىن باشلاپ ئومۇرتقىسىنىڭ ئاخىرىغىچە چۈمۈلە ماڭغاندەك سېزىم بولۇش ۋە قۇلاق قىچقىرىش كۆرۈلىدۇ. كۆپىنچە جىمانى كۆپ قىلغان كىشىلەردە يەنە كۆيدۈرگۈچى ئۆتكۈر قىزىتما پەيدا بولۇپ، شۇ قىزىتمىدا ھالاك بولىدۇ. جىمانى كۆپ قىلغان كىشىلەردە قول - پۇت تىترەش، نېرۋا ئاجىزلاش، ئۈيقۇسىزلىق، سەكراتقا چۈشكەن كىشىدەك كۆزى پۇلتىيىپ چىقىش پەيدا بولىدۇ. ئۇلاردا چاچ چۈشۈش، بەدىنى سوۋۇپ كېتىش، بەل، بۆرەك، دوۋساق ئاغرىش قاتارلىقلار يۈز بېرىدۇ. بەل ئالدى بىلەن قىزىپ، ئاندىن ئاغرىق ماددىسى ئۇنىڭغا تارتىلىدۇ. قەۋزىيەت بولىدۇ، بەزىدە قۇلۇنجى يۈز بېرىدۇ. بەدىنى، ئېغىزى، چىش مىلكى سېسىق پۇرايدۇ، ئۇلارنى غەم بېسۋالىدۇ.

بەدىنىدە ناچار سەپراۋى خىلتىلار بار كىشىلەردە جىمادىن كېيىن جۇغ - جۇغ قوزغىلىدۇ. بەدىنىدە ئوفۇنەتلەنگەن خىلتىلار بار كىشىنىڭ بەدىنى جىمادىن كېيىن سېسىق پۇرايدۇ. ھەزىمى ئاجىز، كۈچسىز كىشىلەردە جىما قورساق كۇركىراشنى پەيدا قىلىدۇ. ناچار مىزاجغا گىرىپتار بولغان بىر قىسىم كىشىلەر بارىكى، ئەگەر جىما قىلمىسا بىئارام بولىدۇ. بەدىنى ۋە بېشى ئېغىرلىشىدۇ. ئاچچىقى يامان بولىدۇ. كۆپ ئېھتىلام بولىدۇ. ئەگەر جىما قىلسا ئاشقازىنى ئاجىزلاپ قۇرۇيدۇ.

جىمادىن يىراق تۇرۇشقا تېگىشلىك كىشىلەر جىمادىن كېيىن تىترەش ياكى سوغۇقتا تۇڭلاش ياكى يوشۇرۇن دەم سىقىلىش، يۈرەك ئېغىش، كۆزى ئولتۇرۇشۇپ كېتىش، ئىشتىھاسى تۈتۈلۈش يۈز بېرىدىغان كىشىلەر ۋە كۆكرىكىدە كېسەل بار ياكى كۆكرىكى ئاجىز ياكى ئاشقازىنى ئاجىز كىشىلەردۇر. ئاشقازىنى

ئاجىز كىشىلەر جىمانى تەرك ئېتىش ئەڭ مۇۋاپىقتۇر. بويىدىن ئاجراپ كېتىدىغان ئاياللار جىمادىن يىراق تۇرۇشى كېرەك.

جىمانىڭ بىرنەچچە ناچار شەكىللىرى بار، مەسىلەن: ئايال ئەرنىڭ ئۈستىگە چىقىپ جىما قىلىش. بۇ، جىمانىڭ ناچار شەكلى بولۇپ، بۇنىڭدىن مەنىنىڭ شىددەت بىلەن ئېتىلىپ چىقىشىدىن ئۇرۇقدان خالتىسىغا سۇ چۈشۈۋېلىش، ئۇرۇقدان ئېسىلىش، سۈيدۈك يولى ۋە دوۋساق يارىسى بولۇش خەۋپى بولىدۇ. ئايال تەرەپتىن زەكەر تۆشۈكىگە سۈيۇقلۇقنىڭ ئېقىپ كىرىش ئېھتىمالى بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، مەنىنى قىسۋېلىش ۋە قايتۇرۇش ئىنتايىن زىيانلىقتۇر. بەزىدە بۇ ئەھۋال ئىككى ئۇرۇقدانىنىڭ بىرىگە سۇ چۈشۈۋېلىشكە ئېلىپ بارىدۇ. چوڭ - كىچىك تەرەت قىستاپ تۇرغاندا، قاتتىق چىنقىقاندا ۋە ھەرىكەت قىلغاندا ياكى كۆچلۈك روھىي تەسىرلىنىشتىن كېيىن جىما قىلماسلىق كېرەك. ئەرلەر بىلەن ئەرلەر جىما قىلىش كۆپچىلىكنىڭ قارىشىدا قەبىھ جىنايەت ۋە شەرىئەتتە ھارامدۇر. بۇنىڭدا تەبىئەت مەنىنى چىقىرىش ئۈچۈن كۆپرەك ھەرىكەت قىلىشقا ئېھتىياج بولغانلىقى ئۈچۈن بەك زىيانلىقتۇر. ئەمما مەنىي ئاياللار بىلەن جىما قىلغاندىكىدەك كۆپ ئېتىلىپ چىقمىغانلىقى جەھەتتىن ئازراق زىيان قىلىدۇ. ئاياللارنىڭ مەقئىتىگە جىما قىلىشمۇ بۇنىڭ ھۆكۈمگە كىرىدۇ.

7 - پەسىل جىمانىڭ ۋاقىتلىرى توغرىسىدا

قورساق توق ھالەتتە جىما قىلماسلىق كېرەك، چۈنكى جىما قىلىش ھەزىمگە توسقۇنلۇق قىلىپ، قورساق توق ۋاقىتتا ھەرىكەت قىلغاندا كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىكلەرگە ئاسان گىرىپتار قىلىدۇ ۋە ساقىيىشى قىيىنراق بولىدۇ. ئەگەر بىرەر كىشى قورسىقى توق ۋاقىتتا جىما قىلسا، تاماق ئاشقازاندا ئورۇنلىشىپ لەيلىۋالماسلىق ئۈچۈن جىمادىن كېيىن ئازراق ھەرىكەت قىلىپ، ئاندىن ئۇخلىشى كېرەك. ئاچ قورساق ھالەتتىمۇ جىما قىلماسلىك كېرەك. چۈنكى بۇ بەك زىيان قىلىدۇ.

تەبىئەتكە ئېغىر كېلىدۇ، تەبىئىي هارارەتنى ئۆلتۈرىدۇ، بەدەننىڭ خورشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. تاماق ئاشقازاندىن تۆۋەنلەپ، بىرىنچى ۋە ئىككىنچى هەزىم تولۇق بولۇپ، ئۇچىنچى هەزىم ئوتتۇرىلاشقاندا جىما قىلىش لازىم. ئۇچىنچى هەزىم كىشىلەردە ئوخشاش بولمايدۇ. «تاماق هەر جەهەتتىن تولۇق هەزىم بولغاندىن كېيىن جىما قىلىش كېرەك» دېگەن سۆزگە ئاساسلىنىشقا بولمايدۇ. چۈنكى بۇ ۋاقىت، يەنى بەدەن نەرسىلەرنى ئايرىشقا باشلاپ، پۈتۈن ئەزانىڭ هەزىم يولىدا غىزا قالدۇقى قېپقالغان ۋاقىت ئاچلىق ۋاقتىدۇر.

بەزى كىشىلەردە ئۇچىنچى هەزىم ۋاقتى كېچىنىڭ ئاۋۇتلىغا توغرا كېلىدۇ. بۇ ۋاقىت بۇ كىشى ئۇچۇن ئەڭ مۇۋاپىق جىما ۋاقتىدۇر. كېچىنىڭ دەسلىپىدە جىما قىلىش جىمادىن كېيىن ئۇخلاش، قۇۋۋەت ئەسلىگە كېلىش، ئايال ئۇخلىغانلىقتىن بالىياتقۇدا ئۇرۇق قارار تېپىش قاتارلىق جەهەتلەردىن ئەڭ مۇۋاپىقتۇر.

جىما قاراش، ئويلاش، غىدىقلاش ياكى مەنىنىڭ كۆيۈشتۈرۈشى بىلەن قوزغالغان بولماسلىقتىن، بەلكى مەنىنىڭ كۆپلۈكى ۋە مەنىنىڭ تولۇشى قوزغىغان هەقىقىي شەهۋەت بىلەن بولۇشى كېرەك. چۈنكى بۇلارنىڭ هەممىسى قۇۋۋەتنىڭ ساغلام بولۇشىغا ياردەم بېرىدۇ.

هەزىم بوزۇلغاندىن كېيىن ياكى قەي، ئىچ سۇرۇش، خولېرا بىراقلا يۇز بەرگەن ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت كۈچلۈك سۇيۇقلۇق يوقاتقاندىن كېيىن ۋە جىسمانىي، روهىي هەرىكەتلەردىن كېيىن، چوڭ - كىچىك تەرەت قىستىغاندا ۋە قان ئالغاندىن كېيىن جىما قىلماسلىق كېرەك. سوزۇلما ئىچ سۇرگەندە جىما قىلىش بەزىدە جىمانىڭ قۇرۇتۇشى، ماددىنى ئۇچەيدىن باشقا تەرەپكە تارتىشى بىلەن ئىچنى قاتۇرىدۇ.

هاۋا ئىسسىق ۋاقتىتا، هاۋاسى ئىسسىق رايونلاردا جىما قىلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. ئەر كىشىنىڭ بەدىنگە ئىسسىقلىق ياكى سوغۇقلۇق يەتكەندە جىما قىلماسلىق كېرەك. بىراق بەدەنگە ئىسسىق ئۆتكەندىن كېيىن قىلغان جىما سوغۇق ئۆتكەندىن كېيىن قىلغان جىماغا قارىغاندا بىخەتەرەكتۇر. شۇنىڭدەك بەدەنگە هۆللۈك يەتكەندىن كېيىن قىلىنغان جىما بەدەنگە قۇرۇقلۇق يەتكەندىن كېيىن

قىلغان جىمغا قارىغاندا ياخشىراقتۇر. مۆتىدىل مىزاجلىقلارغا تەجرىبە قىلىنغان جىمانىڭ ئەڭ ياخشى ۋاقتى بىر مەزگىل جىمانى تەرك قىلىپ، ئۆزى يەڭگىللىك، روھىي ساغلاملىق ۋە ھېس سەزگۈرلۈكىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى ھېس قىلغاندىن كېيىنكى ۋاقتىتۇر.

بالا بولىدىغان ۋە بالا بولمايدىغان مەنىي توغرىسىدا مەسىتنىڭ مەنىيسى، ياشانغان كىشىلەرنىڭ مەنىيسى، نارەسىدە ۋە باللارنىڭ مەنىيسى، كۆپ جىنسا قىلغان كىشىنىڭ مەنىيسىدىن بالا بولمايدۇ. ئەزالىرىدا كېسەللىك بار كىشىنىڭ مەنىيسىدىن ساغلام بالا تۇغۇلۇشى كەم ئۇچرايدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، ئەگەر زەكەر بەك ئۆزۈن بولسا، مەنىينىڭ ھەرىكەت قىلىش مۇساپىسى ئۆزۈن بولۇپ، تەبىئىي ئىسسىقلىقى تۆۋەنلىگەن ھالدا بالىياتقۇغا يېتىپ بېرىپ، كۆپىنچە ئەھۋاللاردا بالا بولمايدۇ. جىنسا قىلغان كىشىنىڭ سۈيدۈكى مەنىي قالدۇقلىرىغا ئارىلاشقان ھالەتتە چىچىلىپ چۈشىدۇ.

8 ـ پەسىل بالا ئاجىزلىقى توغرىسىدا

بالا ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى زەكەرنىڭ ئۆزىدە ياكى مەنىي ئەزالىرىدا ياكى رەئىس ئەزالار ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى ئەزالاردا ياكى رەئىس ئەزالار بىلەن ئالەت ئەزالار ئوتتۇرىسىدىكى ئەزالاردا بولىدۇ. بەزىدە بۇ مەخسۇس قوشنا ئەزالاردىكى سەۋەبتىن ياكى بەدەننىڭ تۆۋەن قىسمىدىكى ياكى ئومۇمىي بەدەندىكى يەلنىڭ كەملىكىدىن بولىدۇ.

زەكەرنىڭ ئۆزىدىكى سەۋەبتىن بولغان بالا ئاجىزلىق زەكەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ۋە زەكەرنىڭ بەك بوشاپ كېتىشىدۇر. ئىككى ئۇرۇقدان ۋە مەنىي قاچىلىرى سەۋەبىدىن بولغان بالا ئاجىزلىق ھەددىدىن ئارتۇق يەككە مىزاج بۇزۇلۇش ياكى قۇرۇقلۇق بىلەن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولىدۇ. قۇرۇقلۇق بىلەن مىزاج بۇزۇلۇش ناچارراقتۇر. بەزىدە يالغۇز قۇرۇقلۇق ئۈستۈنلۈكىنى ئىگىلىگەن بولىدۇ. بۇ ئاجىزلىق

بەزىدە مەنپي ھەرىكتىنىڭ ئازلىقى ۋە مەنپىنى قوزغايدىغان غىدىقلىنىشنىڭ يوقالغانلىق سەۋەبىدىن بولىدۇ. ھەتتا بەزى كىشىلەردە مەنپي كۆپ بولسىمۇ، ئۇلار جىما قىلغاندا مەنپي ئۈيۇپ قالغانلىقتىن ئىنزال بولمايدۇ. ئاشۇ مەنپي تولۇپ قېلىش بىلەن كېچىسى ئېھتىلام بولىدۇ. چۈنكى بۇلارنىڭ مەنپي قاچىلىرى كېچىدە قىزىپ، مەنپىنى قىزىتىپ سۈيۈلدۈرىدۇ.

رەئىس ئەزالار سەۋەبىدىن بولغان بىلە ئاجىزلىق يۈرەك تەرەپتىن بولۇپ، زەكەرنى قايىم قىلىدىغان روھ ۋە يەل مادىسى ئۈزۈلۈپ قالىدۇ ياكى جىگەر تەرەپتىن بولۇپ، مەنپي مادىسى ئۈزۈلىدۇ ياكى مېڭە تەرەپتىن بولۇپ، سەزگۈر قۇۋۋەت مادىسى ئۈزۈلىدۇ ياكى بۆرەكتىن بولۇپ، بۆرەكنىڭ سوۋۇپ كېتىشى، ئورۇقلىشى ۋە جىنسىي قۇۋۋەتنىڭ زەئىپلىكى بۆرەكتىن بۆرەكنىڭ سوغۇقلۇقىدىن، ئورۇقلۇقىدىن مەلۇم كېسەللىكلەردىن بولىدۇ ياكى ئاشقازانىنىڭ ھەزىم قىلىشى ئاجىزلىغانلىقتىن بولىدۇ.

بۇلارنىڭ ھەممىسى باشلامچى ئەزالارنىڭ ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن ياكى باشلامچى ئەزالار بىلەن ئەزالىرى ئارىسىدىكى يوللارنىڭ توسۇلۇپ قالغانلىقى سەۋەبىدىن بولىدۇ. كۆپىنچە مېڭە سەۋەبىدىن بولغان بىلە ئاجىزلىق يېقىلىش ياكى ئۇرۇلۇشتىن كېيىن بولىدۇ. تۆۋەنكى ئەزالارنىڭ ئېتىبارى بىلەن بىلە ئاجىزلاشنىڭ سەۋەبى تۆۋەنكى ئەزالارنىڭ مىزاجى سوغۇق ياكى ئىنتايىن ئىسسىق ياكى مىزاجى قۇرۇق بولۇپ، بۇ ئەزالاردا يەل يوقالغانلىقتىن بولىدۇ. ھالبۇكى، يەل باھا ياخشى يارەمچىدۇر. ھەتتا بىر ئادەمنىڭ قورسىقىدا ئاغرىتمىغۇدەك كۆپ يەل بولسا، جىنسىي ھەۋەسنى قوزغايدۇ. سەۋدا مىزاجلىق كىشىلەردە يەل كۆپ بولغاچقا، جىنسىي ھەۋىسى كۆپ قوزغىلىدۇ.

قوشنا ئەزالاردىكى سەۋەب، مەسىلەن: بوۋاسىرى كېسىلگەن ياكى مەقئىتىگە ئاغرىق يېتىپ، ئاغرىق مەقئىەت مۇسكۇللىرى بىلەن زەكەر ئارىلىقىدىكى ئورتاق نېرۋىغا زىيان يەتكۈزگەن كىشىدە يۇز بەرگەن بىلە ئاجىزلىقىغا ئوخشاش. جىمانى ئاجىزلاشتۇرىدىغان ۋە ئۇنىڭغا توسالغۇ بولىدىغان ئىشلاردىن بىرى خىيالىي ئىشلاردۇر، مەسىلەن: جىما قىلماقچى بولغان ئايالنى ئۆچ كۆرۈش ياكى ئۇ ئايالدىن

ئەيمىنىش ياكى جىمادىن بۇرۇن كۆڭلىدە جىماغا ئاجىز كېلىش تۇيغۇسى بولۇش قاتارلىقلاردۇر. بولۇپمۇ بىرەر قېتىم جىمادا ئاجىز كېلىپ قالغان بولسا، ھەر قېتىم جىما قىلماقچى بولغىنىدە شۇ ئاجىز كەلگەنلىكى خىيالىغا كېلىۋېلىپ، جىمادىن ئاجىزلاشتۇرۇپ قويىدۇ ۋە ئۇنىڭغا توسقۇنلۇق قىلىدۇ. بەزىدە بىلە ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى ئۇزاق مۇددەت جىما قىلماسلىق، جىمانى خىيالىغا كەلتۈرمەسلىك، ئەزالارنىڭ جىمادىن يىغىلۇۋېلىشى، تەبىئەتنىڭ مەنىنى ئاز ئىشلەپچىقىرىشى قاتارلىقلاردۇر. خۇددى ئانا بالىنى ئەمچەكتىن ئايرىغاندا تەبىئەت سۈت ئىشلەپچىقىرىشتىن توختىغىنىغا ئوخشاش.

شۇنى بىلىش لازىمكى، جىنسىي ھەۋەس مەنىيدىن ياكى مەنىنىڭ باشقىسىدىن قوزغىلىدىغان يەل سەۋەبىدىن قوزغىلىدۇ. سوغۇق ۋە ئىسسىقنىڭ ئىككىلىسى يەلگە قارشىدۇر. چۈنكى سوغۇقلۇق يەلنىڭ پەيدا بولۇشىنى توسىدۇ. ئىسسىقلىق يەل ماددىسىنى تارقىتىدۇ. يەلنى پەيدا قىلىشتا مۆتىدىل ھۆللۈك ۋە ھۆللۈك مىقدارىدىكى ھارارەتكە ئوخشاش نەرسە يوقتۇر. جىماغا يارىمم بېرىدىغان ئىشلاردىن بىرى نورمال ئات مىنىش ۋە ئات مىنىشكە ئادەتلىنىش. بۆرەك ۋە بۆرەككە يېقىن ئەزالاردا ھۆل سوغۇق بولغان كىشىلەرگە نورمال ئات مىنىش جىماغا يارىمم بېرىدۇ. لېكىن بۆرەك مىزاجى قۇرۇق ئىسسىق بولغان كىشىلەر ئاتنى نورمال مىنىسە زىيان قىلىپ، تۇغماسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

زەكەر بوشاپ كېتىشتىن ياكى نېرۋا مىزاجىنىڭ سوۋۇپ كېتىشى سەۋەبىدىن بولغان بىلە ئاجىزلىق زەكەرنىڭ قايىم بولماسلىقى ۋە سوغۇق سۇغا كىرسىمۇ يىغىلماي تۇرۇشىدىن بىلىنىدۇ. بەزىدە مەنىي كۆپ بولۇپ، ئاسان چىقىپ كېتىدۇ. بەزىدە زەكەر قايىم بولماي تۇرۇپ ئىنزال بولىدۇ. بەزىدە زەكەر بوشاپ كېتىش ياكى نېرۋا مىزاجى سوۋۇپ كېتىش بىلەن بىرگە بەدىنى ئورۇق، ئاجىز بولىدۇ، بىراق شەھۋىتىدە ئاجىزلىق بولمايدۇ.

ئۇرۇقدان ۋە مەنىي ئەزالىرى سەۋەبىدىن بولغان بالە ئاجىزلىقتا، ئەگەر ئاجىزلىق شۇ ئەزالارنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولسا، سوغۇقلۇقتىن بولغانلىقىنى مەنىسى ئاز بولمىسىمۇ تەستە چىقىدىغانلىقى ۋە تۇتۇپ باققاندا مەنىنىڭ سوغۇق بىلىنىشى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بالە ئاجىزلىقى ئۇرۇقدان ۋە مەنىي ئەزالىرىنىڭ قۇرۇقلۇقى ۋە مەنىنىڭ ئازلىقى سەۋەبىدىن بولسا، مەنىي ئاز بولۇپ تەستە چىقىدۇ. بۇ خىل كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ بەدىنى ئورۇق، گۆشى ۋە قېنى ئاز بولىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈرۈش، ئوزۇقلۇقلار بىلەن ھۆللۈك يەتكۈزۈش بۇلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. جىما ئەزالىرىدىن يۇقىرى تۇرىدىغان ئەزالار سەۋەبىدىن بولغان بالە ئاجىزلىق ئەگەر جىگەر ۋە بۆرەكتىن بولسا ئىشتىھا تۆۋەنلەيدۇ. ھەزىم، ئىشتىھا، قان ھاسىل بولۇش ئېھتىياجىغا لايىق بولمايدۇ. ئەگەر ئاجىزلىق يۈرەكتىن بولسا، زەكەرنىڭ قايىم بولۇشى كەم بولىدۇ. بەزىدە قايىم بولماي تۇرۇپ ئېنزال بولىدۇ. تومۇرى ئاجىز، يۇمشاق سوقىدۇ، بەدەن ھارارىتى تۆۋەن بولىدۇ. ئەگەر ئاجىزلىق مېڭىدىن بولسا، مەنىنىڭ قوزغالغانلىقىنى سېزىش كەم بولىدۇ. جىمانى تەلەپ قىلىدىغان غىدىقلاش جىمانى قوزغايدىغان نەرسىلەر قاتارىدىن بولالمايدۇ. ئۇنى ھېسسىي ئەزالار، خۇسۇسەن كۆز كۆرسىتىپ بېرىدۇ. بولۇپمۇ بالە ئاجىزلىق مېڭىگە يەتكەن ئۇرۇلۇش ياكى يىقىلىپ چۈشۈشتىن كېيىن بولغان بولسا، جىگەر، يۈرەك ۋە مېڭىنىڭ ھەربىرىنىڭ ئاجىزلىقىنى كۆرسىتىپ بېرىدىغان ئالامەتلەر يۇقىرىدا سۆزلىنىپ بولدى. بۆرەك كېسەللىكلىرىنىڭمۇ ئۆزىگە خاس ئالامەتلىرى بار. ئۇنى شۇ يەردىن بىلىۋالغايسىز.

تۆۋەنكى ئەزالاردىكى يەلنىڭ ئازلىقىدىن بولىدىغان بالە ئاجىزلىقتا ئەزالارنىڭ قۇۋۋىتى ساغلام كۆرۈنىدۇ. يۈرەك، بۆرەك، شەھۋەت ۋە مەنىي كۈچلۈك بولۇش بىلەن بىرگە، ئاجىزلىق پەقەت زەكەرنىڭ قايىم بولۇشىدا كۆرۈلىدۇ. نەرسىلەر ئىستېمال قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ. مەنىي ھەرىكىتىنىڭ ئازلىقى ۋە غىدىقلىنىشىنىڭ كەملىكى سەۋەبىدىن بولغان بالە ئاجىزلىقنىڭ ئالامىتى جىما قىلغاندا مەنىي كۆپ ئۈيۈغان ھالەتتە چىقىدۇ. بۇنىڭ كۆپىنچىسى سوغۇق مىزاجدىن كېيىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزىدە مەنىي كۆپ بولسىمۇ، لېكىن بىز يۇقىرىدا ئېيتقاندەك

ھەربىرىنى تەلەنمەيدىغان بولىدۇ.

سېمىز كىشىلەر جىمادا ئوروۇق كىشىلەردىن ئاجىزراقتۇر. جىمانى كۆپ قىلماقچى بولغان كىشى ئاز تەرلىنىشى، تەرلىتىدىغان مۇنچىغا ئاز چۈشۈشى، مۇمكىنقەدەر قان ئالدۇرماسلىقى ۋە ئىككى تاپىنىنى ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلىشى لازىم. چۈنكى ئىككى تاپىنىنى ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلاش بۆرەك ۋە مەنىي قاچىلىرىنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

داۋالاش

ئەگەر بىر ئاجىزلىقنىڭ سەۋەبى رەئىس ئەزالاردا ئىكەنلىكى بىلىنسە، داۋالاشتا شۇ ئەزالارنى ئاساس قىلىپ تۇرۇپ داۋالاش لازىم. ئەگەر بىر ئاجىزلىقنىڭ سەۋەبى رەئىس ئەزالارنىڭ سوۋۇپ كېتىشى بولسا (بۇ كۆپ يۈز بېرىدۇ)، بۇنىڭغا مەسرۇدىتۇستەك ياخشى نەرسە يوقتۇر. چۈنكى مەسرۇدىتۇس سوغۇقلۇقتىن بولغان بىر ئاجىزلىقنىڭ ئەڭ كۈچلۈك دورىسىدۇر. مەسرۇدىتۇس ھەرقايسى ئەزالارنىڭ سوۋۇپ كېتىشىدىن بولغان بىر ئاجىزلىقنىڭ ھەممىسگە ئەڭ كۈچلۈك دورىدۇر.

جىگەرنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان بىر ئاجىزلىقغا داۋائى كۇركۇم، ئەمرۇسىيا، سەنجىرىناغا ئوخشاش ياخشى دورا يوقتۇر. ئەگەر بىر ئاجىزلىق ئاشقازاندىكى ھەزىم بۇزۇلۇشتىن بولسا، ئاشقازانىنى قۇۋۋەتلەندۈرىدىغان، ئەگەر بىر ئاجىزلىق بۆرەكتىكى سەۋەبتىن بولسا، بۆرەككە خاس بولغان داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. بۆرەكنى داۋالاشنىڭ كۆپىنچىسى ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش بىلەن بولىدۇ. چۈنكى بەل ۋە بۆرەككە ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش جىنسىي ھەۋەسنى قوزغاشقا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئاشۇ ئىسسىتىش تەسىر قىلسا باشقا دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. خۇش پۇراق ئىيارەجلەر ۋە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان بۇرۇن تېمىتىلمىلىرى مېڭە ۋە يۈرەكتىن بولغان بىر ئاجىزلىقغا مەنپەئەت قىلىدۇ. يۈرەكتىن بولغان بىر ئاجىزلىقغا يەنىلا داۋائىلمىشكى، تەرياق ۋە مەسرۇدىتۇس مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر بىر ئاجىزلىقى تۆۋەنكى ئەزالاردىكى يەلنىڭ كەملىكىدىن بولسا ھەم يەل

كەملىكىنىڭ سەۋەبى شۇ ئەزالارنىڭ قاتتىق سوۋۇپ كېتىشى بولسا، يېنىك ئۇۋۇلاپ بېرىلىدۇ ۋە بىز يۇقىرىدا سۆزلەپ ئۆتكەن ياغلار ۋە قېلىن دارچىن ئىشلىتىلىدۇ. غىزاسىغا باقلە، لوۋىيا، نوقۇت، پىياز قاتارلىقلار ئازراق ھېلىڭ سېلىنغان تۇز بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يەل پەيدا بولۇشنىڭ سەۋەبى ئىسسىقلىق بولسا، سوغۇقلۇق يەتكۈزۈلىدۇ ۋە ئابزەن، ياغلار، تىلالار ۋە غىزالار بىلەن تەڭشىلىدۇ ھەمدە ئامۇت، قارا ئۇجمە، باقلە، سۈت ياكى قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن سۈت قاتارلىقلارغا ئوخشاش سوۋۇتۇش ۋە يەل پەيدا قىلىش خۇسۇسىيىتى بار غىزالار يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بالا ئاجىزلىقى ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن بولسا، بەدەن قۇۋۋەتلىگۈچى غىزالار بىلەن قۇۋۋەتلەندۈرۈلىدۇ، مەسىلەن: ئىسپىدباج شورپىسى، تاۋۇدا پىشۇرۇلغان گۆشلەر، شەربەتلەر، كاۋاپلار، ھالۋىلار، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، چامغۇر، سۈت، سېرىقماي، ئاق نان قاتارلىقلار ھەم مېغىز دورىلار بىلەن قۇۋۋەتلەندۈرۈلىدۇ. مەسىلەن: بادام مېغىزى، ياڭاق مېغىزى، نارجىل، پىستە، ھەببەتۇلخۇزرا ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى گۆشلەر بىلەن قاينىتىپ ھەم سوقۇپ گۆشلەرگە سېپىپ، پىياز، پىننە، كۈدە، شۇمشا، ھەندى قوقى، زاغۇن قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ. شۇنىڭدەك بەدەن زۆرۈر بولغان مۇنچىلارغا چۈشۈرۈپ، گۈلسەۋەسەن يېغى، بان يېغىغا ئوخشاش كۈچەيتكۈچى ياغلار بىلەن ياغلاپ كۈچەيتىلىدۇ. ئەگەر بەكرەك ئىسسىقلىق يەتكۈزۈشكە ئېھتىياج چۈشسە، بۇ ياغقا ئىپار، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلار سېلىنىدۇ.

ئەگەر بالا ئاجىزلىقى مەنىي ئەزالىرىنىڭ سوۋۇپ كېتىش سەۋەبىدىن بولسا، بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى دورىلار ۋە سۈركەلمىلەر بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. ئەگەر سوغۇقلۇق بىلەن بىرگە قۇرۇقلۇق بولسا، يېيىلىدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى نەرسىلەر بىلەن يارىدەم بېرىلىدۇ. ئەگەر بالا ئاجىزلىق مەنىي ئەزالىرىنىڭ ئىسسىقلىقى بەك ئېشىپ كېتىش سەۋەبىدىن بولسا، قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن كالا سۈتى ياكى سېمىزئوت قوشۇپ قاينىتىلغان سۈتكە ئوخشاش مۆتىدىل سوغۇقلۇق ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ھەرقانداق نەرسىلەر مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ھەددىدىن ئارتۇق ئىسسىقلىق بىلەن قۇرۇقلۇق بولسا،

مۇنچىغا چۈشۈرۈش، تۇخۇم سېرىقى يېگۈزۈش، سۈتنىڭ بەشتىن بىرىگە تەڭ تەرەنجىبىن سېلىپ قايىنىتىلغان يېڭى سۈت ئىچكۈزۈش، ئىسپىدباج شوربىسىنى غىزا قىلىپ بېرىش قاتارلىقلار بىلەن نورمال ھۆللۈك يەتكۈزۈلىدۇ ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار ھەتتا كاھۇ يېغى ۋە قاپاق يېغى بىلەن ھۆللۈك يەتكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بالە ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى قۇرۇقلۇق بولسا، غىزا بېرىش، ياغلار بىلەن ياغلاش، سۈتلەرنى ئىچكۈزۈش، مۇنچىلارغا چۈشۈرۈش، سۈيۇق شاراب ئىچكۈزۈش، دانلىق زىرائەتلەردىن تەييارلانغان سۈيۇقئاشلارنى بېرىش، خۇشاللاندۇرۇش، ئارام ئالدۇرۇش قاتارلىقلار بىلەن بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بالە ئاجىزلىقى زەكەر نېرۋىلىرىنىڭ سوۋۇپ كېتىشى ۋە بوشاپ كېتىشى سەۋەبىدىن بولسا، دوۋساق بايىندا سۆزلەنگىنىدەك بوشاپ كېتىش ۋە سوۋۇپ كېتىشكە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. بۇ خىل بىمارلار مادداسى تازىلاش، چارچاش، يېرىڭلىق ئىششىقنى يېرىش ۋە روھىي ھەرىكەتلەردىن كېيىن جىما قىلماسلىقى كېرەك. چۈنكى بۇ خىل ئەھۋاللاردىن كېيىن جىما قىلىش باھانى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدۇ، شۇنىڭدەك ئارقىمۇئارقا كۆپ جىما قىلىشتىن ساقلىنىشى كېرەك. ئەگەر ئارقىمۇئارقا جىما قىلىنىپ قالسا، بىر مەزگىل جىمانى توختىتىشى كېرەك. چۈنكى كۆپ جىما قىلىش بەزىدە باھانى ئاجىزلاشتۇرىدۇ. يەنە ھەزىم بۇزۇلۇشتىن ساقلىنىشى كېرەك. ئەگەر ھەزىم بۇزۇلسا، تاماقنى يەڭگىل بېرىپ ھەزمىنى ياخشىلاپ، ئاشقازان قۇۋۇشەتلەندۇرۇلىدۇ. يەنە سۇنى ئاز ئىچىش كېرەك، چۈنكى سۇنى كۆپ ئىچىش ئەڭ زىيانلىقتۇر.

سۇزاپ، مەرزەنجۇش، ئادراسمان، فۇپەل، مىرماخۇر، زىرە، چاڭگاك ئۇرۇقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ئىسسىقلىقى بىلەن يەلنى تارقىتىپ قۇرۇتىدىغان ھەرقانداق نەرسىلەردىن، يېسسىمۇق، خەرنۇب، قوناقتا ئوخشاش سوغۇقلۇق يەتكۈزۈش بىلەن بىرگە قورۇيدىغان ھەرقانداق نەرسىدىن، چۈچۈمەل ۋە قورۇغۇچىغا ئوخشاش قۇرۇتىدىغان نەرسىلەردىن ۋە سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار، كافۇر، ئىسپىغۇل، نېلۇپەر، قىزىلگۈلگە ئوخشاش بەك سوۋۇتىدىغان نەرسىلەردىن يىراق تۇرۇش لازىم. گەرچە خەشخاش ئۇرۇقىنىڭ بىرئاز سېزىمسىزلاندۇرۇش خۇسۇسىيىتى

بولسىمۇ، ئۇنىڭ مايلىقلىقى ۋە يەلنى قوزغىشى سېزىمسىزلاندۇرۇشنى يوقىتىپ باھنى كۈچەيتىدۇ. ھەيزدار ئايال، ياشانغان ئايال، كېسەل ئايال، بالاغەتكە يەتمىگەن قىز، ئۇزاق مۇددەت جىما قىلىنمىغان ئايال ۋە قىزى بىلەن جىما قىلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. چۈنكى بۇلارنىڭ ھەممىسى مەنىي ئەزالىرىنىڭ قۇۋۋىتى ۋە جىمانى ئۆزىنىڭ خۇسۇسىيىتى بىلەن ئاجىزلاشتۇرىۋېتىدۇ.

بالە ئاجىزلىغان كىشىلەرگە جىماغا ئالاقىدار خەۋەرلەرنى، جىما ئەھۋالى ۋە شەكىللىرى توغرىسىدا يېزىلغان كىتابلارنى ئوقۇپ بېرىش ۋە جىمانى قۇۋۋىتى ئەسلىگە كەلگۈچە قەتئىي تەرك ئېتىپ تۇرۇپ، جىما شەكىللىرىدە پىكىر يۈرگۈزۈشكە بۇيرۇش كېرەك. بۇ خىلدىكى بالە ئاجىزلاشقا جىمانى ئۇزاق مۇددەت تەرك ئېتىش ۋە ئۆزىنى تۇتۇۋېلىش سەۋەبىدىن بالە ئاجىزلاش ئوخشىشىپ كېتىدۇ. بۇلار تەدرىجىي ھالدا جىماغا كۆندۈرۈلىدۇ ھەم تۆۋەندە سۆزلىنىدىغان ياغ ۋە سۇۋالمىلار ئىشلىتىلىدۇ. بىمار ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ ۋە ئۇۋۇلىنىدىغان نەرسىلەر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. بۇلارنىڭ ئالدىدا جىماغا ئالاقىدار سۆزلەر سۆزلىنىدۇ ۋە ھاۋالانىڭ جۈپلىشىشى كۆرسىتىلىدۇ. بۇلارنى ئېسىگىزدە چىڭ تۇتقايسىز. باھقا مەخسۇس تەدبىرنىڭ كۆپىنچىسى ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش، ھۆللۈك يەتكۈزۈش، توسالغۇلارنى ئېچىش قاتارلىقلارغا قارىتىلغاندۇر. بەل ۋە بۆرەككە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە بان يېغىغا ئوخشاش ياغلار بىلەن ياغلاپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. چىگىت مېغىزى يېغى ئىسسىقلىق يەتكۈزىدۇ.

باھنى قۇۋۋەتلىگۈچى دېگەن نامى مەخسۇس بولغان دورىلار سۇركەلسە ۋە ئىچكۈزۈلسە، سوغۇقلۇق ۋە نېرۋىغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلار، ئىككىنچى ۋە ئۈچىنچى ھەزىمدە يەل ۋە ھارارەت پەيدا قىلىدىغان، يات ھۆللۈك سەۋەبىدىن يەل پەيدا قىلىدىغان دورىلار ۋە ئۆز خاسىيىتى بىلەن باھقا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلار ۋە ئىسسىق، ھۆل، كۆپ قان پەيدا قىلىش بىلەن بىرگە يەل، چاپلاشقاقلىق ۋە مۇستەھكەملىك پەيدا قىلىش خۇسۇسىيىتى بار غىزالار نوقۇت، لوۋىيا ۋە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان غىزالادۇر. بۇ دورا ۋە غىزالارنى ھۆل مۇنچىغا چۈشۈرگەندىن كېيىن ۋە يەسمەن يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى، مەغزگۈلى يېغى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش

ياغلار بىلەن ياغلىغاندىن كېيىن ئىشلىتىش ئەڭ ياخشىدۇر. غىزالىنىشتىن بۇرۇن چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمغا سەقەنقۇر تۇزى ياكى شۇنكۈغا ئوخشاش تۇز سېپىپ يېگۈزۈلىدۇ. باھنى قۇۋۇەتلەيدىغان تاماقلارنى يېگەندىن كېيىن رەيھان شارابىدىن ئازراق ئىچكۈزۈپ، ئاندىن ياتقۇزۇپ ئىككى پۇتىنى ئىسسىق سۇدا يۇيۇپ، زەكەرنى قوزغايدىغان ياغ ۋە سۇركەلمىلەر ئىشلىتىلىدۇ. بىز تۆۋەندە باھقا مەنپەئەت قىلىدىغان دورا ۋە غىزالارنى سۆزلەيمىز، يەنە بۇ دورا، غىزالارنىڭ قايسى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بالە ئاجىزلىقىغا مۇۋاپىق كېلىدىغانلىقىنى كۆرسىتىپ بېرىمىز. شۇنى بىلىش لازىمكى، بالە ئاجىزلىقىدا كۆپىنچە غىزالارغا تايىنىلىدۇ.

غىزالاردىن ماددىنى كۆپەيتىش ۋە قۇۋۇەتنى قوزغاش كۆزدە تۇتۇلىدۇ. باھنى قۇۋۇەتلەشكە رىغبەت بېرىپ، باھنى قۇۋۇەتلىگۈچى دورىلارنى كۆپ ئىشلەتكەن كىشى بەدەن ئەھۋالىغا رىئايە قىلىشى، ئەگەر قىزىتما، ھارارەت ۋە ماددا تولۇپ قېلىش كۆرۈلسە، قان ئالدۇرۇپ تەبىئەتنى تەڭشەپ، ئاندىن قايتا دورا ئىشلىتىشى لازىم. بەدەننى قۇرۇتۇۋۇەتمەسلىك ئۈچۈن ھەددىدىن زىيادە ئىسسىقلىق يەتكۈزۈۋۇەتمەسلىك لازىم.

ئەگەر باھنى قۇۋۇەتلەيدىغان دورا ۋە غىزالار ئىشلىتىلسە، ئارقىدىن بىر پىيالە رەيھان شارابى ئىچىش لازىم.

9 ـ پەسىل باھنى قۇۋۇەتلىگۈچى يەككە دورىلار توغرىسىدا

باھنى قۇۋۇەتلەيدىغان ئۇرۇق دورىلار، مەسىلەن: چامغۇر ئۇرۇقى، كاللەكبەسەي ئۇرۇقى، چاققاقئوت ئۇرۇقى، كۆك ماش، زاغۇن ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، يەرلىك پىننە ئۇرۇقى، ئادراسمان ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، بېدە ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، پەتەر ئاسالىيۇن، قەردمانە، ئاقمۇچ، قارىمۇچ، پىلپىل، لاچىندانە، كۈنجۈت، زىغىر ئۇرۇقى، ھەببى رىشاد، ھەببۇلبان ۋە ئۇنىڭ

يېغى، ھەببى قەلقەل، ھەببى زەلەم، شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىقلار. بولۇپمۇ ھەسەل بىلەن قاينىتىلىپ قۇرۇتۇلغان شۇمشا ئۇرۇقى.

باھنى قۇۋۇتلەيدىغان دانلىق دورىلار، مەسىلەن: نوقۇت، باقلە، لوبىيا ۋە ئۇلارغا ئوخشاش دورىلار. قوۋزاق ۋە ئوت - چۆپ دورىلار، مەسىلەن: دارچىن، بەسباسە، ئوغرىتىكەن، زەرنەپ قاتارلىقلار.

باھنى قۇۋۇتلەيدىغان مېغىز دورىلار، مەسىلەن: چىلغوزا مېغىزى، لسانۇل ئاساپىر، ھەببەتۇلخۇزرا مېغىزى، ھەببى قەلقەل مېغىزى، پىستە مېغىزى، پىندۇق مېغىزى قاتارلىقلار.

باھنى قۇۋۇتلەيدىغان يېلىم دورىلار، مەسىلەن: كەتىرا، ھىك قاتارلىقلاردۇر. چۈنكى ھىك ئىسسىق بولۇپ، يەلنى كۆپ پەيدا قىلىدۇ. ئەگەر سوغۇقتىن باشقا ئاجىزلاشقان ياكى زەئىپلەشكەن كىشى تۆت گىرام ھىكنى شاراب بىلەن ئىچسە مەنپەئەتى ياخشى بولىدۇ.

باھنى قۇۋۇتلەيدىغان يىلتىز ۋە ياغاچ دورىلار، مەسىلەن: لۇپ ئۆسۈملۈكى يىلتىزى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، زورەمبات، قۇستە شېرىن، سۆئلەپ مىسرى (سۆئلەپ مىسرى باھنى قوزغاشتا بەك كۆچلۈكتۇر). ئادراسمان، ھەرشۇف يىلتىزى، پىياز بولۇپمۇ قورۇلغىنى، قورۇلغان ئەنسىل، شاقاقۇل، زەنجۇبىل، بولۇپمۇ شاقاقۇل ۋە زەنجۇبىل مۇرابباسى، خولىنجان، ئاقىرقەرھا، ئوغرىتىكەن يىلتىزى، مۇ، ئاسارۇن، بوزىدان، مۇغاس، سۆرۈنجان، لۆئىبەبەربەرى (بۇ سۆرۈنجانغا ئوخشايدىغان تەمى ئۆتكۈر يىلتىز دورىدۇر). شاراب ئومۇمىي بەدەنىدە ھارارەتنى قوزغىغاندەك باھنى قوزغايدۇ. سەئدى كۇفى ئېچىلسە ھەم سۇركەلسە باھنى قۇۋۇتلەيدۇ.

باھنى قۇۋۇتلەيدىغان ھايۋانات تۇرىدىكى دورىلار، مەسىلەن: كېلەر، ئۆچكىئېمەر، سەقەنقۇر، بولۇپمۇ ئۇنىڭ قۇيرۇقىنىڭ تۈۋى ۋە كىندىكى، ئىككى بۆرىكى، سەقەنقۇر تۇزلانغان تۇز. ئۆچكىئېمەرنى ئەتىياز مەزگىلىدە تۇتۇپ بوغۇزلاپ، ئىچكى ئەزالىرىنى تازىلاپ، ئىچىگە تۇز قاچىلاپ قۇرۇغىچە سايىغا ئېسىپ قويۇلىدۇ، قۇرۇغاندا تۇزى ئېلىنىپ، تېنى تاشلىۋېتىلىدۇ. ئۇنى سەقەنقۇر تۇزىغا قارىغاندا ئازراق ئىشلەتسە كۇپايە قىلىدۇ. يەھۇدىيلار يېمەيدىغان، سىلىق ئوزۇنچاق

بېلىق، تاسمىبېلىق، لەھەك ۋە ئىسسىق بېلىق قاتارلىقلار. تۆگە سۈتىدىن 20 كۈن، ھەر كۈنى ھەزىم قىلالىغۇدەك ۋە ئېغىر كەلمىگۈدەك دەرىجىدە ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇششاق، ئوروق بېلىق، قۇرۇتۇلغان دەريا بېلىقى قاتارلىقلار 21 گىرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ. بېلىق تۇخۇمى، توخۇ تۇخۇمى، بولۇپمۇ كەكلىك تۇخۇمى، كەپتەر تۇخۇمى، قۇشقاچ تۇخۇمى، ھايۋانلار مېڭىسى بولۇپمۇ توخۇ چۈجىسى، قۇشقاچ، ئۆردەك، قۇشلارنىڭ چۈجىسى، پاقلان قاتارلىقلارنىڭ مېڭىسى تۈز بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ. بالا ئاجىزلىقغا مەخسۇس ئورۇندا تۇرىدىغان نەرسىلەردىن بىرى كالا چۈيىسىنى ئېلىپ قۇرۇتۇپ، ئاندىن يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنى چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم ئۈستىگە ئازراق سېپىپ يېگۈزۈلىدۇ. يەنە ھايۋانلاردىن ئېلىنىدىغان ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسە بوتىلاقنىڭ قۇرۇتۇلغان پەنەرمايىسىدۇر. بۇ پەنىرمايىدىن نوقۇت مقدارىنى 12 سائەت بۇرۇن 110 گىرام سۇدا ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر پەنىرمايە زىيان قىلسا، سوغۇق سۇدا يۇيۇنىدۇ. يەنە قاينىتىلغان ھەسەلدىن ئىسسىق دورا - دەرمەكسىز مائۇلھەسەل تەييارلاپ داۋاملىق ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئۇنىڭغا ئازراق زەپەر ئارىلاشتۇرۇلسا دۇرۇس بولىدۇ.

باھنى قۇۋۇتلەيدىغان سۇلار تۆمۈر تەركىبلىك سۇ، تۆمۈر داغمال سۈيى ۋە يېڭى شارابتۇر. كونا شاراب بۇخاراتنى لەتىفلەشتۈرۈپ تارقىتىپ زىيان قىلىدۇ.

باھنى قۇۋۇتلەيدىغان مېۋىلەردىن تاتلىق ئۈزۈم، بولۇپمۇ ئۇنىڭ يېگىسى باھقا ياخشىدۇر. چۈنكى تاتلىق ئۈزۈم قانىنى ھارارەتلىك بولغان ھۆللۈك ۋە يەلگە توشقۇزىدۇ.

باھنى قۇۋۇتلەيدىغان كۆكتاتلاردىن ئوغرىتىكەن، بولۇپمۇ ئۇنىڭ سۈيى لوئوقتەك قىيام بولغۇچە قاينىتىلغان ھەسەل بىلەن ئىچىلسە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

زاغۇن بولۇپمۇ ئەتىگەندە زاغۇن ئۇسارىسىنى 340 گىرام قاتقان خورما شىرنىسى بىلەن ئىچكۈزۈپ، ئاندىن زۆرۈر بولغان غىزا بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇلسا، دەرھال مەنپەئەت قىلىدۇ.

باھنى قۇۋۇتلەيدىغان ئىچىلىدىغان مۇرەككەپ دورىلارنىڭ ئالدىنقى قاتاردىكىسى مەسرۇدىتۇستۇر. داۋائىلمىشكى يۈرەك ئاجىزلىقىدىن بولغان بالا

ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، جاۋارىش بۇزۇرىدىن 12 گىرامنى 30 گىرام ھۆل زاغۇن سۈيى بىلەن ئىچسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. باھنى قۇۋۇەتلەيدىغان مۇرەككەپ دورىلاردىن بىرى ھەممىگە مەشھۇر بولغان داۋائى سەقەنقۇردۇر. ھۆل زاغۇن ئۇرۇقىدىن توققۇز گىرامى كالىنىڭ سېرىقمېيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

سەقەنقۇر تۇزى ۋە سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن سەۋزە ئۇرۇقى تۇخۇم سېرىقى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. خورازنىڭ قۇرۇتۇلغان ئۇرۇقدېنى ۋە سەقەنقۇر تۇزىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، كۈنىگە ئالتە گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە زاغۇن ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى ۋە قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يېڭى سۈت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە چىلغوزا مېغىزى، پەتەرئاسالىيۇن، ئەركەك بۇغىنىڭ ئۆتى، بەتەم يېلىمى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، تۆت گىرامدىن يېيىلىدۇ.

يەنە شاقاقۇل، زاغۇن ئۇرۇقى، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، زەنجۇل، پىلپىلنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، لىسانۇل ئاساپىر، قۇشقاچ مېڭىسى، كۈندۈرنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، نارجىل يېغى بىلەن نەمدەپ، ھەسەل ۋە شېكەر بىلەن مەجۇن قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

سوغۇقلۇقى بەك ئىشپ كەتكەن كىشىلەرگە مەجۇنى ھەرقانى ئاقىرقەرھا بىلەن ئىچكۈزۈش بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

يەنە جاۋشىردىن توققۇز گىرامنى مەرزەنجۇش قاينىتىلمىسىدىن 30 گىرامغا قوشۇپ ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە زەنجۇبىلدىن ئۈچ ھەسسە، پىلپىلدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، بۇنىڭدىن تۆت گىرامى قاينىق سۇ بىلەن بېرىلىدۇ.

يەنە ئادراسمان ئۇرۇقى، شاقاقۇل، زەنجۇبىلنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، قورۇلغان ئەنسىل، سەقەنقۇر كىندىكىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، بېدە ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى، چاققاقئوت ئۇرۇقى، لىسانۇل ئاساپىرنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن،

شىكەردىن 120 گرام ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ، 12 گرامدىن ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بۇ كىشىنىڭ تامىقى باھانى قۇۋۇەتلەيدىغان تاماق بولىدۇ.

يەنە بىر تۈرۈپ چىققان باھانى قۇۋۇەتلەشتە بەك كۈچلۈك بولغان تۆۋەندىكى دورىلار باردۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ھىڭ، زاغۇن ئۇرۇقى، قاقىلە، سەۋزە ئۇرۇقى، لىسانۇل ئاسابىر، قەردمانە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىردىن بىر ھەسسە، بوزىداندىن ئۈچ ھەسسە، ئىپاردىن ئالتىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، چىلغوزا مېغىزى يېغى بىلەن نەمدەپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ناھايىتى كۈچلۈك يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى: بالادۇر ھەسىلى، ھەسەل ھەرىسى ھەسىلى، كالىنىڭ سېرىقمېيى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، كۆتۈرەلىگۈدەك مىقدارىنى خورما شىرنىسى بىلەن ئىچكۈزۈش بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

ھەددىدىن تاشقىرى ئىسسىق بولمىغان ياخشى دورىلاردىن بىرى خورما ۋە شۇمشىنى پىشقۇچە قاينىتىپ، ئاندىن خورمىنى سۈزۈپ، ئۇرۇقىنى ئېلىۋېتىپ قۇرۇتۇپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ، چىلغوزا مىقداردا ئىچىپ، ئۈستىدىن خورما شىرنىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە ھەببەتۈلخۇزرادىن 170 گرام، خورمىدىن 340 گرام ئېلىپ سوقۇپ، 680 گرام قوي سۈتىگە چىلاپ، ئاندىن چىلانغان ھەببەتۈلخۇزرا بىلەن خورمىنى يېگۈزۈپ، ئۈستىدىن سۈت ئىچكۈزۈلىدۇ.

باھانى قۇۋۇەتلەيدىغان ياخشى دورىلاردىن بىرى مەجۇنى لوبوبتۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: بادام، پوستى ئېلىنغان پىستە، پوستە، پوستى ئاقلىنىپ قىرىلغان نارجىل، چىلغوزا مېغىزى، ھەببى قەلقەل، ھەببى زەلەم، ھەببەتۈلخۇزرا قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا، نارمشكى، پىلپىل، زەنجىۋىلنىڭ ھەربىردىن ئون ھەسسە ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، شىكەر بىلەن مەجۇن قىلىپ، ھەر كۈنى تۇخۇمچىلىك ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەقئەت، ئەۋرەت ئەتراپى، ئىككى ئۇرۇقدان، زەكەرگە سۈركىلىدىغان ۋە تېمىتىلىدىغان دورىلار: ئاقىرقەرھادىن 1.5 گرام ئېلىپ، خۇش پۇراق يەسمەن

يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا پەرپىيۇن ۋە ئىپار ئارىلاشتۇرۇپ، زەكەر، چات ئارىلىقى ۋە ئۇ ئىككىسىگە يېقىن جايلار ياغلىنىدۇ ياكى ئاقىرقەرھادىن بىر ھەسسە، ئىپاردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، بۇ ئىككىسىدىن تۆت گىرامنى 30 گىرام يەسمەن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، زەكەر، چات ئارىلىقى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپى ياغلىنىدۇ. يەنە قىچا سۈمبۈل يېغى بىلەن ياكى چاققاقئوت ئۇرۇقى سۈمبۈل يېغى بىلەن ياكى ھىڭ يەسمەن يېغى بىلەن سۈركىلىدىغان كۈچلۈك دورىدۇر. يەنە مازارىيون ئۇرۇقى ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغ بىلەن، تەنكار كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ۋە كالا ئۆتى كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن سۈركىلىدۇ. يەنە تەجرىبىدىن ئۆتكەن ياخشى بىر دورا باردۇر.

نۇسخىسى: مەغزىگۈلى پىيىزىدىن ئازراق ئېلىپ، يەسمەن يېغى بىلەن سۈركىلىدۇ ياكى ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى ۋە ئاقىرقەرھادىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغ بىلەن سۈركىلىدۇ ياكى ياۋا ئۈزۈم ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغ بىلەن سۈركىلىدۇ. يەنە ھىڭ، ھەسەل بىلەن سۈركىلىدۇ ۋە يەنە سەئىدى كۇفىنىڭ ئۆزىلا سۈركىلىدۇ ياكى قەنتەربىيۇن، زۇپتى رۇمى، گۈلسەۋسەن يېغى، خەيرى يېغى بىلەن تەييارلانغان قىرۇتى، مەستىكى، موم ۋە سەئىدى كۇفى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، زەكەر ۋە زەكەر ئەتراپىغا تىلا قىلىنىدۇ ۋە ھۆقنە بايانىدا سۆزلەنگەن ياغلار بىلەن زەكەر ۋە ئۇنىڭ ئەتراپى ياغلانسا، بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ چىگىت مېغىزى يېغى، سەئىدى كۇفى يېغى بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، شىر يېغى بۇ ھەقتە بەك كۈچلۈكتۇر.

تەبىب رۇفىسنىڭ بەك كۈچلۈك بولغان سۈركەلمىسىنىڭ نۇسخىسى: مۇرمەككى، ئۆچۈرۈلمىگەن كىبرىت، زاراڭزا مېغىزىنىڭ ھەربىردىن تۆت گىرامدىن، ئاقىرقەرھا، قارىمۇچنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، ئۈزۈم ئۇرۇقىدىن 10 گىرام ئېلىپ، تۆت گىرام ئەنسىل پىيىزى بىلەن يۇمشاق سوقۇپ (ئەنسىل پىيىزىغا ئارىلاشتۇرماي سوقۇلسا ياخشىراق بولىدۇ)، ئاندىن قىرۇتىغا ئارىلاشتۇرۇپ، قويۇق ھەسەلدەك سالايە قىلىپ، چات ئارىلىقى ۋە زەكەر تۈگىگە سۈركىلىدۇ.

ھېكمىنى زەكەرگە سۈركەش ھەۋەسنى قوزغاپ، زەكەرنى قايىم قىلدۇ. ئەگەر ئۇنىڭ بەك ئىسسىق كېلىپ كېتىش خەۋپى بولسا، بىنەپشە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىلىدۇ.

10 ـ پەسىل ھەمەل دورىلار توغرىسىدا

ئۆردەك يېغى، چىگىت مېغىزى يېغى، ئاقىرقەرھا قاتارلىقلارنى نارجىل يېغىغا قوشۇپ ھەمەل تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، ئەگەر ئېشەك يېغىدىن شىياق تەييارلاپ ھەمەل قىلىنسا، ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن زۇپتى رۇمى سۈركەلمىسىدىن ھەمەل قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەمما بالا ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنىلەر كاللا شورپىسىدىن تەييارلىنىدۇ. تۇخۇم سېرىقى بىلەن چۈجە شورپىسى، قوچقارنىڭ ئۇرۇقدېنى ھۆقنىگە سېلىنسا ياخشى بولىدۇ. قوچقار ئۇرۇقدېنىنىڭ مېڭە ۋە ئومۇمي بەدەننى قۇۋۇەتلەشتە مەنپەئەتى بار. قوچقارنىڭ قۇيرۇق يېغى، ياڭاق يېغى، قارا كۈنجۈت يېغى، كالىنىڭ سېرىقمېيى، پىستە يېغى، پىندۇق يېغى، نارجىل يېغى، ھەببى مەھەب يېغى، چىگىت يېغى قاتارلىقلار بۇ ھەقتە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرگە ئوغرىتىكەن يېغى، خەشخاش يېغى، قاپاق ئۇرۇقى يېغى، قوغۇن ئۇرۇقى يېغى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ياغلار بىلەن تەييارلانغان ھەمەللار ياخشىدۇر.

بىز تۈزۈپ چىققان بۇ ھەقتە ياخشى بولغان ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى: مۇغاس، شاقاقۇل، بوزىدان قاتارلىقلار بىلەن تونۇردا بىر كېچە بەك كۈچلۈك قاينىتىلغان كاللا ۋە چۈجە شورپىسىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ئۇنىڭغا سۈتتىن يېرىم ھەسسە، سېرىقمايدىن ئون ئىككىدىن بىر ھەسسە، ھەببى مەھەب يېغى، نارجىل يېغىنىڭ ھەربىردىن بىر ھەسسىنىڭ يەتتىدىن بىرىنىڭ ئۇچتىن بىر ھەسسىسى ھۆقنە قىلىنىدۇ.

يەنە بىر ھۆقۇنۇشنىڭ نۇسخىسى: ھۆل ئوغرىتىكەندىن بەش باغلام، شۇمشا ۋە چامغۇر ئۇرۇقىدىن بىر چاڭگالدىن، زاغۇن ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، ئادراسمان ئۇرۇقى، تېكىنىڭ يۇلۇنى، سوقۇلغان ئۇرۇقدېنى، مېڭىسى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، بۇلارغا 680 گرام سۇ، 680 گرام يېڭى سۈت قويۇپ، قويۇلغۇچە قاينىتىپ، بۇنىڭ قاينىتىلمىسىدىن 120 گرامنى 30 گرام بەتەم يېغى بىلەن ھۆقنە قىلىندۇ. بۇ ھۆقنە ناشتىدىن بۇرۇن، چوڭ تەرەت قىلىپ بولغاندىن كېيىن ئۈچ كۈن ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر ھۆقۇنۇشنىڭ نۇسخىسى: قۇيرۇق يېغىنى ئېلىپ، ئۇنى تىلىپ، تىلىنغان ئورۇنغا يۇمشاق سوقۇلغان 1.5 گرام قۇندۇز قەھرىنى تەكشى سېپىپ، ئېغىر نەرسىنىڭ ئاستىغا ئۈچ كۈن باسۇرۇپ قويۇلىدۇ. ئاندىن ئۇنى توغراپ، ئىچىدىكى قۇندۇز قەھرى بىلەن بىرگە ئېرىتىپ يېغى ساقلىنىدۇ. شۇ يېغىدىن 125 گرام، كالىنىڭ سېرىقمېيىدىن 15 گرام، كۈدە سۈيىدىن 53 گرام، شۇمشا قاينىتىلمىسىدىن 62 گرام ئېلىپ، قىزىق ھالەتتە كەچتە ھۆقنە قىلىپ، ئاندىن يەنە ئۇخلايدىغان ۋاقتىدا ھۆقنە قىلىپ ئۇخلىتىلىدۇ، مۇشۇ ئۇسۇل بىلەن ئۈچ كۈن ھۆقنە قىلىنىدۇ.

كۈچلۈك ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى: قوي كاللىسىدىن بىر دانە، قوينىڭ ئۇرۇقدېنىدىن ئۈچ دانە ياكى تۆت دانە، قۇيرۇق يېغىدىن بىر پارچە، نوقۇتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تونۇردا قاتتىق قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈيى ۋە يېغىنى ئېلىپ، ئۇنىڭغا ياڭاق يېغى، ھەببەتۈلخۇزرا يېغى ياكى ئازراق سەقەنقۇر يېغى سېلىپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. بۇ ھەقتە ئىشلىتىلىدىغان باشقا ھۆقنىلەر مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلەندى.

11 ـ پەسىل خالىس غىزالار توغرىسىدا

بىلە ئاجىزلىغان بىمارلارغا سېمىز ئەركەك ئوغلاق گۆشى، قوي گۆشى، نوقۇت، پىياز قاتارلىقلاردىن گۆشنى قورۇماي تەييارلانغان غىزالار بېرىلىدۇ. چۈنكى گۆشنى

قوروش گۆشنىك قۇۋۇەتلىشنى توسىدۇ. ئۇ كىشىلەرنىڭ غىزاسىنىڭ كۆپىنچىسى گۆشنى ئۇششاق توغراپ، سۇ قوشۇلغان سىركە بىلەن تەييارلانغان شورپىدۇر. ئەگەر بۇ شورپا ئاچچىقسۇ بىلەن چۇچۇمەل قىلىنسا تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ، شۇنىڭدەك سىمىز توخۇ ۋە توخۇ چۇجىلىرىنىڭ گۆشلىرى، بولۇپمۇ ھىك كۆتىكى سىلىپ تەييارلانغىنى ياخشىدۇر. چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، بولۇپمۇ دارچىن، پىلپىل، خولىنجان، سەقەنقۇر تۇزى قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ سىپىلغىنى، بىلىق تۇخۇمى، ئىسسىق بىلىق گۆشى قاتارلىقلاردۇر.

ئەگەر سوغۇقلۇقتىن بولسا، غىزاسى زەنجۇىل، قارىمۇچ، پىلپىل، دارچىن، قەلەمپۇر ۋە شۇ دورىلار بىلەن خۇش پۇراق قىلىپ كۇچەيتىلىدۇ. چامغۇر سىلىنغان شورپا، يەنى گۆش، سۇت، چامغۇر، كەپتەر باچكىسى قاتارلىقلارنى سىرىقماي بىلەن قاينىتىپ تەييارلانغان شورپا ۋە كاللەكەبەسەي سىلىنغان شورپا، يەنى گۆش، سۇت، كەپتەر، كاللەكەبەسەي قاتارلىقلارنى سىرىقماي بىلەن قاينىتىپ تەييارلانغان شورپا، بولۇپمۇ سەۋزە سىلىنغان شورپا، يەنى گۆش، سۇت، كەپتەر، سەۋزە قاتارلىقلارنى سىرىقمايدا قاينىتىپ تەييارلىنىدىغان شورپىلاردۇر. بۇ شورپىلارنىڭ گۆشى ياخشى قاينىتىلغاندىن كېيىن ئىچكۇزۇلىدۇ. قۇشقاچ مېڭىسى، كەپتەر مېڭىسى، سىرىقماي ۋە سۇت چۇشكەن غىزالار، شۇنىڭدەك گۆش ۋە ئاقلانغان بۇغدايدىن تەييارلىنىدىغان تاماق، جوز چۇشكەن غىزا، كاۋاپلار، سۇت بىلەن گۇرۇچ، قوي سۇتى بىلەن گۆش قاتارلىقلار ياخشىدۇر. بۇلار يەيدىغان كۆكتاتلارغا ئادراسمان، زاغۇن، كۇدە، ھەرشۇف، بولۇپمۇ پىننە (چۇنكى پىننە مەنىي قاچىلىرىنى بەك كۇچەيتكەچكە، مەنىي قاچىلىرىنىڭ مەنىنى تۇتۇپ تۇرۇشى بىلەن شەھۋەت كۇچىيىدۇ)، ھەندى قوقى، شۇمشا قاتارلىقلار چۇشىدۇ. زەپەر، ئاق نان، سۇت، نارجىل سۇيى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان غىزا ياخشىدۇر. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، داۋاملىق قۇشقاچ گۆشنى يەپ، ئۇستىدىن سۇ ئورنىغا سۇت ئىچىشكە ئادەتلەنگەن كىشىنىڭ مەنىسى كۆپ، زەكىرى دائىم قايىم بولۇپ تۇرىدىغان بولىدۇ ياكى پىيازنى سىرىقماي بىلەن قىزىرتىپ ياخشى پىشقۇچە قورۇپ، ئۇستىگە تۇخۇم تۆكۇپ يېيىلسە، شۇنداق تەسىرنى بېرىدۇ.

ئىسسىق مىزاجلىقلارغا قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن سۈت ياكى قايمىقى ئېلىنمىغان سۈت، كاۋاپ قىلىنغان ئىسسىق بېلىق، قوغۇن، تەرخەمەك، قاپاق، ھۆل مېۋە - چېۋىلەر، ھۆل كۆكتاتلار، ھەتتاكى كاھۇ، سېمىزئوتنىڭ ئۇرۇقى قاتارلىقلار مەنىي كۆپەيتىدۇ. تۇخۇم ئېقى ئۇلارغا كۆپ مەنپەئەتلىك بولۇپ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ، ھايۋاناتلارنىڭ مېڭىسى، يىلىكى، دېڭىز سەرتانى قاتارلىقلارمۇ تۇخۇم ئېقىغا ئوخشاش بەك مەنپەئەت قىلىپ مەنىي كۆپەيتىدۇ.

12 - پەسىل دورىلارغا ئوخشىشىپ كېتىدىغان غىزالار توغرىسىدا

دورىلارغا ئوخشىشىپ كېتىدىغان غىزالارنىڭ بىرى شۇكى، سۈتتىن 340 گىرام ئېلىپ، ئۇنىڭغا (مۆتىدىل مىزاجلىق كىشىلەر ئۈچۈن) تەرەنجىبىندىن 120 گىرام سېلىپ قويۇلغۇچە قاينىتىپ، ھەر كۈنى بىر پىيالە ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ئىسسىق مىزاجلىقلارغا مۆتىدىلدۇر.

ئەمما سوغۇق مىزاجلىقلار ئۈچۈن 30 گىرام دارچىننى يۇمشاق سوقۇپ، 340 گىرام سۈتكە ئارىلاشتۇرۇپ قوچۇپ، ناشتىدا بىر پىيالىدىن، تاماقتىن كېيىن سۇ ئورنىدا ئىچىپ بېرىدۇ. بىراق سۇ ئىچمەيدۇ. بولۇپمۇ ئۇلارنىڭ تامىقى تاباھىجلەر [1] بولسا، شەھمەنزەل سوغۇقلۇق ۋە قۇرۇقلۇق بىرگە يۇز بەرگەن كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

دورىلارغا ئوخشىشىپ كېتىدىغان غىزالارنىڭ بىرى شۇكى، كالىنىڭ سېرىقمېيىدىن بىر كوزا، كالا سۈتىدىن بىر كوزا، پىستە يېغىدىن بىر كوزا ئېلىپ، ھەممىسىنى ئۈچتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىپ، ئەتىگەندە بۇنىڭدىن ئىككى قوشۇق ئېلىپ ئازراق شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە شېكەردىن 340 گىرام، پىيازنىڭ سقىلغان سۈيىدىن 340 گىرام، يېڭى

① تاباھىجلەر — بۇ گۆش ۋە كۆپلىگەن دورا - دەرمەكلەرنى قاينىتىپ تەييارلىنىدىغان بىر خىل شورپا.

سۈتتىن 340 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى قويۇلغۇچە قاينىتىپ، بۇنىڭدىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە 30 گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە چوڭ قارا نوقۇتنى ئازراق ئېسىلگىچە زاغۇن سۈيىگە چىلاپ ئېلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، ئاندىن شېكەر بىلەن سوقۇپ مەجۇن قىلىپ، ئەتىگەندە ياڭاق مىقدارى، كەچتە پىندۇق مىقدارى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭ ئۈستىگە بىر پىيالە شاراب ئىچكۈزۈلىدۇ.

قارا نوقۇتنى ئوغرىتىكەن سۈيىگە چىلاپ، ئۇنىڭغا چاڭ - توزانلارنى قوندۇرماي ئېھتىيات بىلەن كۈن نۇرىدا ئېسىلدۇرۇپ، قۇرۇتۇپ، ئاندىن ئۇندەك سوقۇپ ساقلاپ قويۇلىدۇ ۋە بۇنىڭدىن يېڭى سېغىلغان سۈت ۋە شېكەر بىلەن ھالۋا تەييارلىنىدۇ.

يەنە يېڭى سېغىلغان سۈتتىن 120 گىرام ئېلىپ، بۇنىڭغا 170 گىرام تەرەنجىبىن، 170 گىرام يۇمشاق سوقۇلغان ھەببەتۇلخۇزرا سېلىپ قاينىتىپ، ئاندىن ئارىلاشتۇرۇپ سۈزۈپ، بۇنىڭدىن 170 گىرام ئېلىپ، 1.5 گىرام سوقۇلغان خولىنجان سېلىپ، سىكگۈدەك مىقدارىدا بىرنەچچە كۈن ئىچىپ بەرسە، باھقا ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ.

يەنە پىياز سۈيى ۋە پىياز سۈيى بىلەن تەڭ مىقدارىدا ھەسەلنى ئېلىپ، پىياز سۈيى تۇغەپ، ھەسەل قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇخلايدىغان ۋاقتىتا بىر ياكى ئىككى قوشۇقتىن قاياق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە ئۇننى شورپىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن ئۇننى سقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، بۇ سقىلغان سۇنى يېڭى سېغىلغان سۈت ۋە ئۇنىڭ يېرىمىغا تەڭ كېلىدىغان نارجىل سۈيى بىلەن قاينىتىپ، ئاندىن ئۆردەك يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، بۇلاردىن ھالۋىدەك نەرسە تەييارلىنىدۇ. تۇخۇم سېرىقىنى چالا پىشۇرۇپ، ئۇنىڭغا سوقۇلغان ھىڭ ۋە سەقەنقۇر تۇزى سېپىلسە، بۇ ناھايىتى كۈچلۈك تەسىر قىلىدۇ، بولۇپمۇ بىمارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈپ، گۈلسەۋسەن يېغى ۋە يەسىمەن يېغى ياغلىغاندىن كېيىن ئىشلىتىلسە.

يەنە تۇخۇم سېرىقىنى ئېلىپ قوچۇپ (ئېقى بىلەن قوچۇلسىمۇ بولىدۇ)، ئاندىن

ئۇنىڭ تۆتتىن بىرى باراۋىرىدە سوقۇلغان پىياز ئۇسارىسى قوشۇپ چالا پىشۇرۇپ، ئازراق تۇز ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئۇرۇق دورىلار بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە سەۋزە، چامغۇرنى ئۇششاق توغراپ، باقىلە، نوقۇت ۋە ھەسەل قوشۇپ، ياخشى سىمىز گۆش بىلەن قاينىتىپ، ئىسسىق دورىلارنى سىلىپ شورپا تەييارلىنىدۇ.

يەنە باقىلە، نوقۇت، لوبيا قاتارلىقلارنى قاينىق سۇغا چىلاپ، ئاندىن قوي گۆشنى ئۇششاق توغراپ، بۇلاردىن شىياق تەييارلىنىدۇ ۋە پىياز ھەم دانلىق دورىلاردىن شىياق تەييارلاپ، بۇ شىياقلارنىڭ ھەربىرىگە سەقەنقۇر تۇزى ۋە ئازراق ھىلە، دارچىن، كۆپرەك قەلەمپۇر سىپىپ، ئاندىن ئۇنىڭ ئۈستىگە قۇشقاچ ۋە كەپتەر مېڭسى سىپىپ، شىياق تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. قېلىنراق شىياق ئوزۇنسىغا توغرالغان گۆش شىيافى بولىدۇ. ئۇلارنىڭ ئۈستىگە يالغۇز سەۋزە سۇيى ياكى سىركە ۋە تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ گۆش چىلانغان سۇ قۇيۇلىدۇ.

يەنە 30 دانە قۇشقاچنىڭ مېڭسىنى ئېلىپ، ئۇلارنى سۇيى تۈگەپ خېمىرەك بولغۇچە شىشە قاچىغا سېلىپ، ئۇنىڭغا شۇ سائەتتە بوغۇزلانغان ئۆچكىنىڭ بۆرەك مېيىنى قوشۇپ، ئۈستىگە قارىمۇچ، قەلەمپۇر، زەنجۈبىل قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ سىپىپ، بانادۇق ياساپ، بۇ بانادۇقلاردىن بىرى جىما قىلماقچى بولغان ۋاقتىتا ئىككى دانىدىن ئارقىمۇئارقا يېيىلىدۇ.

بىزنىڭ تەجرىبىدىن ئۆتكەن ناھايىتى ياخشى ئەججە ناملىق تامىقمىز بار بولۇپ ئۇ قۇشقاچ مېڭسى ۋە كەپتەر مېڭسىدىن 50 دانە، قۇشقاچ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىدىن 20 دانە، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىدىن 12 دانە ئېلىپ ئۇششاق توغرىلىپ، بەك قاينىتىلىپ سقىلغان قوي گۆشنىڭ سۇيىدىن بىر قاچا، سقىلغان پىياز سۇيىدىن 90 گىرام، سەۋزە سۇيىدىن 150 گىرام، تۇز ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا - دەرمەكلەردىن ئېھتىياج مىقدارىدا، كالىنىڭ سېرىقمېيىدىن 150 گىرام ئېلىپ، بۇلاردىن قورۇما (ئەججە) تەييارلاپ يېگۈزۈپ، ھەزىم بولغاندا ئۈستىدىن تاتلىقراق كۈچلۈك رەيھان شارابى ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىز تۈزۈپ چىققان تەجرىبىدىن ئۆتكەن غىزا: ھەببى قەلقەل، بادام، پىندۇق ۋە

پىستىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن (ھەممىسىنىڭ پوستى ئاقلىنىدۇ)، نارجىل ۋە چىلغوزىنىڭ ھەربىردىن 21 گىرامدىن ئىلىپ، ئايرىم - ئايرىم ھالدا يۇمشاق سوقۇپ، تۆت گىرام ئىپار ۋە يېرىم گىرام زەپەر ئارىلاشتۇرۇلغان سۇدا ئېرىتىلگەن دورىلاردا تەڭ مىقداردىكى شېكەر بىلەن يۇغۇرۇپ، ئەتىگەندە 15 گىرام ئىچكۈزۈلسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئۇلار ئۆچۈن تۇزۇپ چىقىلغان ياخشى غىزا: تازىلانغان چىلغوزا مېغىزىدىن ئىككى ھەسسە، زاغۇن ۋە قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن بىر ھەسسىدىن ئىلىپ، سېرىقماي بىلەن قورۇپ، ئۇنىڭغا ئازراق قارىمۇچ، پىلپىل، دارچىن سېلىپ، ئۈستىگە يېتەرلىك مىقداردا ھەسەل قۇيۇپ ھالۋا تەييارلىنىدۇ.

يەنە تۇزۇپ چىقىلغان بىر خىل غىزا: نوقۇتنى ئىلىپ ئېسىلغۇچە سۇغا ياكى زاغۇن سۇيىگە ياكى ئوغرىتىكەن سۇيىگە چىلاپ، ئاندىن كالىنىڭ سېرىقمېيىدا كۆيدۈرۈۋەتمىگەن ئاساستا يەڭگىل قورۇپ، چىلغوزا مېغىزىدىن تەڭ مىقداردا قوشۇپ، ئۇنىڭغا مەجۇن بولغۇدەك مىقداردا ھەسەل قۇيۇپ، ئازراق مەستىكى ۋە دارچىن ئارىلاشتۇرۇپ، ھالۋىنى كەسكەندەك كېسىپ يېيىلىدۇ.

تۇزۇپ چىقىلغان يەنە بىر خىل غىزا: ھەسەلنى قاينىتىپ قويۇلدۇرۇپ، ئۇنىڭغا چوڭ چىلغوزا مېغىزى، سەۋزە ئۇرۇقى، پىلپىل، شاقاقۇل، دارچىن، زاغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى سوقۇپ سېپىپ، بۇلاردىن جاۋارىشتەك تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر سەۋزە ئۇرۇقى بىلەن زاغۇن ئۇرۇقىنى ياقتۇرمىسا، ئورنىغا ھەببەتۇلخۇزرا ياكى ئازراق ئىپار قوشۇلىدۇ.

ئۇلار ئىچىدىغان ئىچىملىكلەر: ھەقىقىي تاتلىق قۇرۇق ئۈزۈمدىن تەييارلانغان تاتلىق شەربەتلەر ۋە ئازراق قويۇلغان شەربەتلەر مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئۇلارغا ناھايىتى مۇۋاپىق كېلىدىغان شەربەتنىڭ نۇسخىسى: زاغۇن، چامغۇر، ئەنجۈر قاتارلىقلارنى ئىلىپ سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈلگەن قۇرۇق ئۈزۈم چىلانمىسىنى ئىلىپ، ھەممىسىنى تەڭ مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، شېكەر ۋە خورما شىرنىسى بىلەن تاتلىق قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. بىز تۇزۇپ چىققان يەنە بىر شەربەت: ئوغرىتىكەن، زاغۇن، چامغۇر، سەۋزە قاتارلىقلارنى سۇدا قاتتىق قاينىتىپ، سۈيىنى سۈزۈپ،

ئاندىن ھەربىر ھەسسە سۇغا بىر ھەسسىنىڭ ئالتىدىن بىرىنىڭ تۆتتىن بىرىگە باراۋەر ئاق شېكەر ياكى قارا شېكەر، بىر ھەسسىنىڭ ئالتىدىن بىرىنىڭ تۆتتىن بىرىگە باراۋەر ئىرانىنىڭ بەستى شەھىرىدىن چىقىدىغان قىزىل ئەنجۈر، بىر ھەسسىنىڭ ئالتىدىن بىرىنىڭ يېرىمچىلىك تائىپ[1]نىڭ تاتلىق قۇرۇق ئۈزۈمى ۋە بىر ھەسسىنىڭ يەتتىدىن بىرىنىڭ ئالتىدىن بىرى باراۋىرىدە سوقۇلغان نارجىل ۋە خورما شىرنىسى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

بىز تۈزۈپ چىققان يەنە بىر شەربەت: ئۈزۈمنىڭ سىقىلغان سۈيىنى ئېلىپ، ھەر ئون ھەسسىگە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان دورىدىن ئۈچ ھەسسە قوشۇلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: زاغۇن ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، بوزىدان، ئادراسمان ئۇرۇقى، لسانۇل ئاساپىر، ھەببى قەلقەل، لۆھئىبەربەرى[2]، ئاق بەھمەن ۋە قىزىل بەھمەن قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، خالتىغا سېلىپ ئاغزىنى بوشراق بوغۇپ، ئۈزۈم سىقىلمىسىغا سېلىپ، ھەر ۋاقىت چايقاپ تۇرۇلىدۇ.

يەنە بىر شەربەت: سەۋزە ۋە ئەنجۈرنى كۆپ سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ، بۇنىڭ سۈيىدە ئۇرۇقى ئېلىنغان ئۈزۈمنىمۇ سېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، بۇنىڭغا پانىز سېلىپ، قاينىغىچە قويۇپ قويۇلىدۇ. تۆمۈر تەركىبلىك سۇ ۋە تۆمۈر داغمال سۈيى باھنى كۈچەيتىدۇ.

13 ـ پەسىل شەھۋەتنىڭ كۆپ بولۇشى توغرىسىدا

بەدەن كۈچلۈك، قان كۆپ، مىزاجى ساغلام، ئۆزى ياش، جىمادىن كېيىن ئاجىزلىق يۈز بەرمەيدىغان بىلە ئىقتىدارى يۇقىرى بولۇش بىلەن بىرگە شەھۋەت كۆپ بولسا، ئۇنىڭغا تەدبىر قىلىپ ئۇنى سۇندۇرماسلىق لازىم. چۈنكى شەھۋەتنى

① تائىپ — مەككىنىڭ بىر يېزىسى.

② لۆھئىبەربەرى— سۆرۈنجانغا ئوخشايدىغان بىر خىل دورا.

سۈندۈرۈش مىزاجنى تۆۋەنلىتىپ، قۇۋۋەتنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ، مىزاجنىڭ ساغلام بولۇشى بەك زۆرۈر ئەمەس. شۇنى بىلىش لازىمكى، مەنىنىڭ كۆپ پەيدا بولۇشى ئومۇمىي بەدەن ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ، مەنىنىڭ ئاز پەيدا بولۇشى، چىرايىنى بۇزىدۇ، ئەستە تۇتۇش ۋە چۈشىنىش ئىقتىدارىنى تۆۋەنلىتىدۇ. ئەگەر بۇ خىل كىشىلەردە بەدەن شالاڭلىشىش، تومۇرلار بوشاش يۈز بەرسە، ئۇلار يەڭگىل چېنىقتۇرۇلىدۇ، مۇمكىن بولسا سوغۇق سۇدا يۇيۇلدۇرۇلىدۇ. هارارەتنىڭ ياكى هۆللۈكنىڭ بەك تولۇپ كەتكەنلىكىدىن شەھۋەتنى سۈندۈرۈش زۆرۈر بولسا، ماددىنى تەڭشەش بىلەن نورماللاشتۇرۇلىدۇ. شەھۋەتنىڭ كۆپلۈكى، مەنىنىڭ كۆپ بولۇشى ياكى بەدەن ئاجىز بولسىمۇ، مەنىي قاچىلىرى كۈچلۈك بولۇپ، مەنىي ماددىسىنى ئۆزىگە تارتىپ، مەنىنىڭ كۆپ بولغانلىقى سەۋەبىدىن بولىدۇ (گەرچە بەدەن ئوزۇقلۇققا ئېھتىياجلىق بولسىمۇ). خۇددى بەزى ئەزالار بەزى ئەزالاردىن كۈچلۈكرەك يارىتىلىپ، ئارقىدىن يېنىكلىگەندەك ياكى مەنىي قاچىلىرىدىكى قىچىشىش ۋە مۇدۇر - چاقىدىن بولىدۇ، خۇددى ئاياللارنىڭ بالىياتقۇ ئېغىزىدا قىچىشىش يۈز بېرىپ، جىما بۇلاردا شەھۋىتى پەسەيمىگەندەك ياكى يەلنىڭ كۆپلۈكىدىن بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بەزىدە ئاغرىتمايدىغان، قورساق كوركىراشتىن قاتتىق شەھۋەت قوزغىلىش يۈز بېرىدۇ. سەۋدا مىزاج ئەرلەرنىڭ شەھۋىتىنىڭ قوزغىلىشى ناھايىتى كۈچلۈك بولىدۇ. سوغۇق شەھەرلەردە، سوغۇق هاۋالاردا ۋە سوغۇق پەسىللەردە ئەرلەرنىڭ قۇۋۋىتى يىغىلغانلىقتىن، بۇلارنىڭ شەھۋىتى كۈچىيىپ كېتىدۇ. ئاياللارنىڭ هالى ئەكسىچە بولۇپ، ئىسسىق رايون، ئىسسىق هاۋا، ئىسسىق پەسىللەردە ئاياللارنىڭ ئۇيۇپ قالغان قۇۋۋىتى ۋە قاتتىق سوۋۇپ كەتكەن ئارزۇلىرى قوزغالغانلىقتىن، شەھۋىتى كۈچىيىپ كېتىدۇ. ئوڭدا يېتىش شەھۋەتنى قوزغىغۇچىلار جۈملىسىدىندۇر.

ئالامتى

بەدەن ساغلاملىقىنىڭ ئالامتى ۋە ماددا تولۇپ قېلىشنىڭ ئالامتى هەممىگە مەلۇمدۇر. مەنىي ئۆتكۈرلۈكىدىن بولغان شەھۋەت كۆپلۈكىنىڭ ئالامتى مەنىي

ئۆتكۈر ۋە كۆيۈشتۈرۈش بىلەن بىرگە تېز چىقىدۇ. سۈيدۈك كۆيۈشتۈرۈپ كېلىش پەيدا بولىدۇ. مەنىي چىققاندىن كېيىن ئاجىزلىق بولىدۇ.

يالغۇز مەنىي كۆپلۈكىدىن بولغان شەھۋەت كۆپلۈكىنىڭ ئالامىتى شۇكى، بەدەندە بەدەن كۈچلۈكلۈك ۋە قان كۆپلۈك ئەھۋالى بولمايدۇ. بەزىدە مەنىي كۆپ بولۇش بىلەن بىرگە، بەدەن ئاجىز بولىدۇ، بىراق مەنىي كۆپ بولىدۇ، ئارقىمۇئارقا ئېھتىلام بولىدۇ، چىققان مەنىي كۆپ بولىدۇ، مەنىي چىقىشتىن بەدەن ئاجىزلايدۇ.

مەنىي قاچىلىرى قېچىشىشتىن بولغان شەھۋەت كۆپلۈكىنىڭ ئالامىتى شۇكى، جىما شەھۋەتنى زىيادە قىلىدۇ، بەزىدە شەھۋەت كۆپ بولىدۇ، مەنىي چىقمايدۇ، جىمادىن كېيىن ئاغرىش بولىدۇ. يەلدىن بولغان شەھۋەت كۆپلۈكىنىڭ ئالامىتى شەھۋەت ناھايىتى كۈچلۈك قوزغىلىدۇ، ئىلگىرى يەل پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەرنى يېگەنلىك تارىخى بولىدۇ، مىزاجى سەۋداغا ئوخشاش يەل پەيدا قىلىدىغان مىزاج بولىدۇ.

داۋالاش

ئىسسىق ماددا تولۇپ قېلىشتىن بولغان شەھۋەتنىڭ كۆپلۈكى قان ئېلىش، ئاسان سىڭىدىغان يېنىك غىزالارنى يېيىش، سوۋۇتقۇچى يېمەكلىكلەرنى يېيىش بىلەن داۋالىنىدۇ.

ھۆل ماددا تولۇپ قېلىشتىن بولغان شەھۋەتنىڭ كۆپلۈكى بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان مەنىنى قۇرۇتقۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى مەنىي قاچىلىرىغا يەتكۈزۈش ئۈچۈن باھنى قۇۋۇتلىگۈچى دورىلار بىلەن بىرگە قوشۇپ ئىشلىتىپ داۋالىنىدۇ. مەنىي ئۆتكۈرلۈكىدىن بولغان شەھۋەت كۆپلۈككە كاھۇ، سېمىزئوت ۋە ئۇنىڭ ئۇرۇقى، كاسنە، قاپاق، تەرخەمەك، مېۋىلەر، ھۆل يۇمغاقسۈت قاتارلىقلارنى يېگۈزۈش. نېلۇپەر ۋە مەھلەبگە ئوخشاش دورىلارنى زىمات قىلىش، سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار ۋە ھۆل قوموش ئۇسارىسى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان قىرۇتىلار بىلەن ۋە كافۇرنى تىلا قىلىش ۋە ئىچكۈزۈش بىلەن، بەلگە ياپىلاق قوغۇشۇننى

تېڭىش، سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈش، زىغىر تالالىق كۆرپىلەردە ئۇخلاش، يېسسىمۇق، سېمىرزئوت قاتارلىقلاردىن غىزا قىلىپ بېرىش، ھەزىمى كۈچلۈك كىشىلەرگە ھايۋاناتلارنىڭ قېرىنىدىن تەييارلانغان شورپىلارنى بېرىش بىلەن خىلتلارنى تەڭشەپ ۋە سوۋۇتۇپ داۋالىنىدۇ. مەنىنىڭ كۆپ پەيدا بولۇشىدىن بولغان شەھۋەتنىڭ كۆپلۈكى بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن سوۋۇتقۇچى دورىلار بىلەن مەنىي قاچىلىرى سوۋۇتۇپ داۋالىنىدۇ.

قىچىشىش ۋە مۇدۇر - چاقا سەۋەبىدىن بولغان شەھۋەتنىڭ كۆپلۈكى قان ئېلىش، ئىسسىق ماددىنى سۈرۈپ چىقىرىش، مىزاجنى تەڭشەش، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سوۋۇتقۇچى تىلالارنى ئىشلىتىش قاتارلىقلار بىلەن داۋالىنىدۇ.

بەزىدە سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارغا ۋە بەزرۇلبەنجى، شەۋكىران يوپۇرمىقىغا ئوخشاش دورىلارنى تىلا قىلىشقا ۋە سوغۇق سۇغا چىلىنىپ ئولتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەردىن بولغان شەھۋەتنىڭ كۆپلۈكى ھارارەت كۈچلۈك بولسا، يەل پەيدا قىلىدىغان ھارارەت ئۆچكىچە سوۋۇتۇش بىلەن ياكى يەل بەك سوغۇقلۇق بىلەن بولغاندا كۈچلۈك قۇرۇتقۇچى ۋە يەل تارقاتقۇچى دورىلار بىلەن سەۋدا مىزاجلىق كىشىلەر بولسا، سەۋدانى تازىلاش بىلەن داۋالىنىدۇ.

مەنىنى قۇرۇتقۇچى سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار: يېسسىمۇق ۋە ئۇنىڭ سۈيى، بولۇپمۇ كەندىر بىلەن قاينىتىلغىنى (گەرچە كەندىر ئىسسىق تەبىئەتلىك بولسىمۇ)، نىلۇپەر، يۇمغاقسۈت، سېمىرزئوت ئۇرۇقى، ھۆل قومۇش ئۇسارىسى، ناھايىتى چۈچۈمەل قېتىق سۈيى، بەللۇت ئۇنى، سىركە، كەندىر، كاھۇ ئۇرۇقى قاتارلىقلار. بەزىدە سوغۇق تەبىئەتلىك دورا ۋە ياغلار كۆپ ئىشلىتىلسە شەھۋەتنى كېسىدۇ، چۈنكى بۇ ياغلار مەنىنى ئازايتىدۇ.

سۇ لېشى، شەۋكىران چۆپى، بەزرۇلبەنجى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا دورىلار ئىككى ئۇرۇقدان ۋە مەغىزىتكە زىمات قىلىنىدۇ. شۇنىڭدەك يۇيۇلغان ئۇپا، مەدەستان، گىل قىيمۇلىيا ۋە سىركە قاتارلىقلار سۈركىلىدۇ.

يەنىلا مۇرەككەپ سوۋۇتقۇچى دورا: كاھۇ ئۇرۇقى، بەزرۇلبەنجى، تەرخەمەك

ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، قۇرۇق نېلۇپەر قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ئىسپىغۇلدىن باشقا ھەممىسىنى سوقۇپ سۈفۈپ تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. تەجرىبىدىن ئۆتكەن نەرسىلەردىن بىرى، يالاڭ ئاياغ مېڭىش جىما شەھۋىتىنى تۆۋەنلىتىدۇ.

مەنىنى قۇرۇتقۇچى ئىسسىق دورىلار: قورۇلغان ۋە قورۇلمىغان سىيادان، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، سۇزاپ ئۇرۇقى، چاڭگاك ئۇرۇقى، پىننە، پەرپىيۇن، ھەندى قۇقى، ياۋا سۇزاپ، مۇرمەككى، زىرە قاتارلىقلاردۇر. مۇرەككەپ دورىلاردىن جاۋارىش كۇمۇنى مەنىنى بەك قۇرۇتىدۇ. ئەگەر شەھۋىتى كۆپ كىشى ئىسسىق مىزاجلىق كىشى بولسا، سىركە ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ بەك مەنپەئەتلىك بولۇپ، تەجرىبىدىن ئۆتكەن.

مەنىنى قۇرۇتىدىغان مۇرەككەپ دورىنىڭ نۇسخىسى: پوستى ئاقلىنىپ قورۇلغان ۋە قورۇلمىغان چىلغوزىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ئانارگۈلى ۋە قىزىلگۈل، چاڭگاك ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، سۇزاپ ئۇرۇقىدىن 21 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېھتىياج مىقدارى بويىچە كاپ ئېتىلىدۇ. چىلغوزىنى سېلىشتۇرمىسى مەقسەت باشقا دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى يەتكۈزۈش ئۈچۈن، قورۇشتۇرمىسى مەقسەت ئۇنىڭ باھقا بولغان قۇۋۋىتىنى سۇندۇرۇش ئۈچۈندۇر.

مەنىنى قۇرۇتىدىغان دورىنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: سېرىقچېچەك ئۇرۇقىدىن توققۇز گىرام، كاھۇ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، يېسىمۇق سۈيىدە ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەنىنى قۇرۇتىدىغان دورىنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: سۇزاپ ئۇرۇقى، قۇندۇز قەھرى، بەزرۇلبەنجى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، ئۈچ گىرامى سۇ قوشۇلغان شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەنىنى قۇرۇتىدىغان دورىنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: سۇزاپ ئۇرۇقى، رۇمىيانىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، قۇندۇز قەھرى، ئاق بەزرۇلبەنجىنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، قىزىلگۈل ۋە ئانارگۈلىنىڭ ھەربىردىن توققۇز

گىرامىدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئالتە گىرامى سوغۇق سۇ بىلەن ياكى سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەنىنى قۇرۇتىدىغان دورىنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: گۈلسەۋسەن يىلتىزىدىن ئالتە گىرام، سۇزاپ ئۇرۇقىدىن تۇققۇز گىرام، ئانارگۈلىدىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ئالتە گىرامى سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە سۇزاپ ئۇرۇقى، چاڭگاك ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام، ئانارگۈلىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ھەممىسى بىر قېتىمدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە ئىسسىق تەبىئەتلىك مەنىنى قۇرۇتقۇچى مۇرەككەپ دورا: قۇرۇق شېكەر قومۇشى يىلتىزى، پىلپىل يىلتىزىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، پەرپىيۇندىن 1.5 گىرام، سۇزاپ ئۇرۇقى، مۇرمەككى، ياۋا سۇزاپ، چاڭگاك، مەرزەنجۇشنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئۈچ گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە خۇسىيل كەلىبى دەپ مەشھۇر بولغان ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى ۋە ياۋا كەندىر ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 32 گىرامدىن، قورۇلغان چاڭگاك ئۇرۇقىدىن سەككىز گىرام، نېلۇپەر ئۇرۇقىدىن تۆت گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تۆت گىرامى بۇ ھەقتە ئىلگىرىكىلەر ماختىغان تۇتقۇچى قارا شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

14 ـ پەسىل مەنىي، مەزى ۋە ۋەدىنىڭ كۆپ ئېقىشى توغرىسىدا

بۇنىڭ سەۋەبى مەنىيدە مەنىي قاچىلىرىدا ياكى بۆرەكتە ياكى مەنىي ساقلىغۇچى مۇسكۇلدا ياكى مەركىزىي ئەزالاردا بولىدۇ.

مەنىيدىكى سەۋەب: جىمان لىڭ ئاز بولغانلىقى ۋە مەنىي پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېگەنلىكتىن مەنىنىڭ كۆپ بولۇشىدۇر. ئەگەر مەنىي كۆپ بولۇپ، مەنىي قاچىلىرى مەنىيگە تولۇپ كەتسە، مەنىي قاچىسى مەنىنى

سەققانلىقتىن ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەتنىڭ ھەربىر كەلتىنىشىگە ئېھتىياجى چوڭ، ئاغرىتۇق سۇيۇقلۇقنىڭ ئىتتىرىلىش يولىنىڭ ئېچىلىشىغا ئېلىپ بارىدۇ.

مەنىدىكى سەۋەب ياكى مەنبەنىڭ سۇيۇقلۇقىدىن بولۇپ، مەنبەي ھەرقانداق سۇيۇق نەرسە تەپچىرىگەندەك تەپچىرەيدۇ ياكى مەنىدىكى سەۋەب مەنبەنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە غىدىقلىشى بولۇپ، مەنبەي غىدىقلاپ، تەبىئەت ئۇنى ئىتتىرىپ چىقىرىشقا موھتاج بولىدۇ.

مەنبەي قا چىلىرىدىكى سەۋەب مىزاج تۇتۇش قۇۋۋىتىنىڭ بۇزۇلغانلىقتىن ئاجىزلىشىش ياكى ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەتنىڭ بەك كۈچەيىپ كېتىشى ياكى تەشەننۇج ياكى تارتىشىشتىن ئىبارەت يامان ھەربىر كەلتىرگە قىستايدىغان ئەزا خاراكتېرلىك كېسەللىكتىن ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەت ھەربىر كەلتىنىپ مەنبەنى باشقا بىئارام قىلغۇچىلارنى ئىتتىرگەندەك ئىتتىرىدۇ، خۇددى ئاشقازاندا يېمەكلىكتىن باشقا بىئارام قىلغۇچى نەرسە بولغاندا قەي يۈز بەرگەندەك.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، تەشەننۇجنىڭ ئۆزى سەققۇچىدۇر، سەقىش مەنبەنى چىقىرىۋېتىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، مەنبەي قاچىلىرىنىڭ تەشەننۇج بولۇشى مەنبەنى ئاقتۇرىدۇ، مەقئەت مۇسكۇلنىڭ تەشەننۇج بولۇشى چوڭ تەرەتنى توختىتىدۇ. چۈنكى مەقئەت مۇسكۇلى چوڭ تەرەتنى توختىتىش ئۈچۈن، مەنبەي قاچىلىرى سەقىش ئۈچۈن يارىتىلغان. ئەمما، مەنبەي قاچىلىرىدا كېتىش بولسا، مەنبەنى تۇتالمايدۇ ياكى مەنبەنىڭ ئېقىشى مەنبەي يوللىرىنىڭ كېڭىيىپ كەتكەنلىكىدىن بولىدۇ. ئەمما مەنبەنى ساقلايدىغان مۇسكۇللاردىكى سەۋەب يەنىلا تەشەننۇج بولۇش ياكى بوشاپ كېتىشتۇر.

بۆرەكتىكى سەۋەب، بەزىدە جىما شەھۋىتىنىڭ بەك كۈچەيىپ كېتىشى ياكى جىماد كۆپلۈكىدىن بۆرەك يېغىدا ئېرىش يۈز بېرىپ، جىما قىلغۇچىلاردا سىيگەندىن كېيىن كىيىمگە چاپلىشىدىغان كۆپ نەرسە چىقىدۇ. بۇ ناچار ئەھۋال بولۇپ، بەدەننى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدۇ.

مەركىزىي ئەزالاردىكى سەۋەب جىمانى كۆپ ئويلايدۇ، جىما توغرىسىدا

پاراڭلارنى كۆپ ئاڭلايدۇ، باشقىلارنىڭ جىما قىلمۇاتقانلىقىنى سېزىپ قېلىپ، مەنپي ئەزالىرى جىما قىلىشقا يېنىك ھەرىكەتلىنىپ، مەزى چىقىرىدۇ ياكى كۈچلۈك ھەرىكەتلىنىپ، ئىنزال بولىدۇ. بەزىدە ئايالىلاردا بالىياتقۇ ئاغزىنىڭ بوشاپ كەتكەنلىكى ۋە مەنپي قاچىلىرىنىڭ ئاجىزلاپ كەتكەنلىكى ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سەۋەبلەردىن مەزى كۆپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

مەنىنىڭ كۆپلۈكى سەۋەبىدىن بولغان مەنىنىڭ كۆپ ئېقىشىدىن كېيىن جىمانى كۆپ قىلسىمۇ، ئاجىزلىق ۋە نۇقسان بولمايدۇ. لېكىن بەدەن ئاجىز، مەنپي قاچىلىرى كۈچلۈك بولسا، ئاجىزلاش بولىدۇ. بەدەن ئاجىز، مەنپي قاچىلىرىنىڭ كۈچلۈك ئىكەنلىكىنى چىققان مەنىنىڭ كۆپلۈكى ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلاش بىلەن بىرگە مەنىنىڭ تەكشى چىقىشى بىلدۈرىدۇ.

مەنىنىڭ سۇيۇقلۇقىدىن بولغان مەنىنىڭ كۆپ ئېقىشىنى ئەمەلىيەتتە سۇيۇق بولۇشى بىلدۈرىدۇ. مەنىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە غىدىقلىشىدىن بولغان مەنىنىڭ كۆپ ئېقىشى، مەنىنىڭ چىققاندىكى ئۆتكۈرلۈكى ۋە غىدىقلىشىدىن بىلىنىدۇ. بەزىدە مەنپي ئۆتكۈر بولۇش بىلەن بىرگە سۈيدۈك كۆيدۈرۈپ كېلىپ، سۈيدۈكنىڭ رەڭگى سېرىققا مايىل بولىدۇ. مەنىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى يۇقىرىدا سۆزلىگەن غىزا ۋە ھەرىكەتلەردىن ئىبارەت سەۋەبلەر كۆرسىتىپ بېرىدۇ. زەكەرنىڭ ئاجىزلىقى ۋە ئۇ زەكەرنىڭ تۇتۇش قۇۋۋىتىدىكى ئاجىزلىق سەۋەبىدىن بولغان مەنپي كۆپ ئېقىشتا زەكەر قايىم بولماي تۇرۇپ ئىنزال بولىدۇ، شۇنداقلا جىما ئەزالىرىدا ئىستىرخا بولسىمۇ، زەكەر قايىم بولماي تۇرۇپ ئىنزال بولىدۇ. تەشەننۇجدىن بولغان مەنىنىڭ كۆپ ئېقىشىدا زەكەر قايىم بولۇپ تۇرۇپ ئىنزال بولىدۇ، شۇنىڭدەك ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەتنىڭ تېشىپ كەتكەنلىكىدىن بولغان مەنپي كۆپ ئېقىشتىمۇ زەكەر قايىم بولۇپ تۇرۇپ ئىنزال بولىدۇ. ئاندىن ئىستىرخا بولۇش ئىستىرخادىن بولغانلىقنىڭ ئالامىتى، تەشەننۇج بولۇش تەشەننۇجدىن بولغانلىقنىڭ ئالامىتىدۇر.

داۋالاش

غىزا ئازايتىلىدۇ ۋە بەدەن تازىلىنىدۇ ھەمدە بىز يۇقىرىدا بايان قىلغان مەنىنى قۇرۇتىدىغان ۋە ئازايتىدىغان نەرسىلەر ھەم بىز مەنىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى تەڭشەيدۇ دەپ سۆزلىگەن نەرسىلەر ئىشلىتىلىدۇ. تەشەننۇج ۋە ئىستىرخانى داۋالاشنى بىز سۆزلەپ بولدۇق، سىلەرمۇ بىلىپ بولدۇڭلار.

مەنىنىڭ سۇيۇقلۇقىنى تەڭشەشتە قۇرۇتقۇچى دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇلغان تۈتۈش ۋە قىزىتىش خۇسۇسىيتى بار دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇلارمۇ يۇقىرىدا سۆزلىنىپ بولدى. بەھەت (گۈرۈچنى سۇت ۋە سىرىقماي بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدىغان غىزا) ۋە ھالۋىغا ئوخشاش قويۇلدۇرغۇچى غىزالار بېرىلىدۇ.

كۆچلۈك تۈتقۇچى دورىلار بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ئىچىلىدىغان تىلا قىلىنىدىغان تۈتقۇچى دورىلاردۇر. ئەمما ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەت سوۋۇتقۇچى ۋە ئازراق سىزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار بىلەن پەسەيتىلىدۇ. پىننە مەنىنى قويۇلدۇرۇش ۋە مەنىي ئەزالىرىنى مۇۋاپىق كۆچەيتىشتە ئالاھىدە ياخشى دورىدۇر.

قەۋمىلەرنىڭ كىتابلىرىدا مەنىي ئېقىشنى توختىتىدىغان مۇرەككەپ دورىلار بولۇپ، مەن بۇ دورىلارنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ مەنىنى كۆپەيتۈۋېتىشىدىن ئەنسىرەيمەن.

15 ـ پەسىل كۆپ ئېھتىلام بولۇشنىڭ سەۋەبلىرى ۋە ئۇنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا

كۆپ ئېھتىلام بولۇشنىڭ سەۋەبلىرى مەنىي ئېقىش ۋە مەنىي ھەرىكەتلىنىشنىڭ سەۋەبلىرىدۇر. بەزىدە مەنىي پەقەت ئۇخلىغان چاغدا بولۇپمۇ ئوڭدىسىغا يېتىپ ئۇخلىغاندا ھەرىكەتلىنىدۇ. بىز بۇنىڭ سەۋەبلىرىنى يۇقىرىدا سۆزلەپ بولدۇق. كۆپ ئېھتىلام بولۇشنىڭ ئىلاجى مەنىي ھەرىكەتلىنىشنىڭ ئىلاجىدۇر. بەلگە قوغۇشۇن

تاۋاقنى تېگىشىنىڭ تەسىرى زۆرۈردۇر، لېكىن بۇ ئۇسۇل بەزىدە بۆرەككە زىيان قىلىدۇ، مۇشۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەك. شۇنىڭغا ئوخشاش سوغۇق كۆرپە ئۈستىدە يېتىش، سۆگەت ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دەرەخلەرنىڭ يوپۇرمىقى ئۈستىدە ئۇخلاشنىڭمۇ تەسىرى باردۇر.

16 ـ پەسىل مەنىنىڭ ئازلىقى ۋە ئۇنىڭ يېپىسمان چىقىشى توغرىسىدا

بۇ مەنىي ئېقىش سەۋەبلىرىنىڭ ئەكسىچە سەۋەبلەردىن بولىدۇ. بۇ چارچىغان ۋە چېنىققان كىشىلەردە كۆپ بولىدۇ، ئۇنىڭ داۋاسى باھانىڭ داۋاسىغا ئوخشاشتۇر. مەنىنىڭ يېپىسمان چىقىشى ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ.

17 ـ پەسىل جىما قىلىش ۋە جىما قىلماسلىق زىيان قىلىدىغان كىشىلەرگە تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

بۇ خىل كىشىلەر ئاشقازىنىنى كۈچەيتىشكە ۋە ئاشقازان بايانىدا سۆزلەنگەن ئىچىلىدىغان دورىلار، تىلالار، ياغ ۋە زىماتلار بىلەن ئاشقازىنىنى كۈچەيتىشكە ۋە ھەزىمنى ياخشىلاشقا يۈزلىنىشى لازىم. نەتىجىدە زۆرۈرىيەت سەۋەبىدىن جىمادىن كېلىپ چىققان ئاجىزلىقنى ئوڭشۇالىدۇ ۋە بۇنىڭدا يۈرەكنىڭ دورىلىرى ئىشلىتىلىدۇ. مەنىي ئەزالىرىغا بىز تۆۋەندە بايان قىلىدىغان مەنىي تۇتقۇچى، سوۋۇتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ۋە مەنىيگە قارشى سوۋۇتقۇچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ.

ياتىدىغان ئورنى ۋە ياغلىنىدىغان ياغلىرىغا زەكىرى قايىم بولۇۋېلىش كېسىلىگە گىرىپتار بولغان كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان نەرسىلەر ئىشلىتىلىدۇ. بۇ خىل كىشىلەر مەنىي پەيدا قىلىدىغان بارلىق نەرسىلەرنى تەرك ئېتىدۇ.

تىكتاك توپ ئويناش، گولف توپ ئويناش، تاش كۆتۈرۈش قاتارلىقلار بىلەن بەدەننىڭ يۇقىرىقى قىسمى داۋاملىق چېنىقتۇرۇلىدۇ. ئەگەر كېچىنىڭ ئاۋۇنلىدا جىما قىلسا، بىر كۈن ياكى ئىككى كۈن تەرك ئېتىپ، يەنە بىر كېچىسى ئۇخلاش ۋاقتىدا ياكى ئۇنىڭدىن كېيىنرەك جىما قىلىش كېرەك. مۇشۇ ئارىلىقتا غىزانى ياخشىلاش، جىمادىن كېيىن ئۇخلاش، ئاندىن ئويۇن - تاماشا بىلەن كۆپرەك مەشغۇل بولۇپ، جىمانى تەدرىجىي ئازايتىش كېرەك. ئۇلارنىڭ ئاجىزلىقىغا داۋا بولىدىغان غىزالارنىڭ بىرى، ياخشى شارابقا چۆكۈرۈلگەن ساپ ياخشى ناندۇر.

جىمانى كۆپ قىلىشتىن زىيان قىلىپ، ئومۇمىي بەدىنىنى ئاجىزلاشتۇرۇۋەتكەن ياكى كۆزى، سېزىمى، بېشى، نېرۋىسىغا زىيان قىلىپ، جىما سەۋەبىدىن قول - پۇت تىترەش پەيدا بولغان كىشىلەرنىڭ تەدبىرى شۇكى، ئاز يېسىمۇ كۆپ ئوزۇق بولىدىغان ياخشى غىزالارنى بېرىش بىلەن بىرگە مۇنچىغا چۈشۈرۈش، خۇش پۇراق نەرسىلەرنى پۇرىتىش، ئۇخلىتىش، ئارام ئالدۇرۇش، چالغۇ ئاھاڭلىرى بىلەن خۇشال قىلىش قاتارلىقلار بىلەن بەدىنىنى ئىسسىتىش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە مەشغۇل قىلىش كېرەك.

قوي ۋە كالا سۈتىنى ناشتىدا سىڭگۈدەك دەرىجىدە ئىچىپ ئۇخلىسا، بەك مەنپەئەت قىلىپ، قۇۋۇەتلەش ۋە قۇۋۇەتنى قوزغاشقا يارىدەم بېرىدۇ. نورمال چېنىقىش كېرەك، ئەگەر بەك ھۆللۈك يەتكۈزۈپ تۇرۇپ مەسرۇدىتۇس ياكى داۋائىلمىشكى ئىشلىتىلسە قۇۋۇەت قوزغىلىدۇ. ئەگەر كۆز ئاجىزلىشىش كۆرۈلسە، ئۇنىڭ سەۋەبى مېڭىدۇر، باشنى بىنەپشە يېغى بىلەن دائىم يېغىلاش، بىنەپشە يېغىنى بۇرنىغا ياكى قۇلىقىغا تېمتىش ۋە تاتلىق سۇغا چۈشۈپ كۆزنى سۇدا ئېچىش لازىم.

ئەگەر جىمادىن قول - پۇت تىترەش ھاسىل بولۇپ، ماددا كۆپ، ھۆل بولسا، شەھمەنزەلگە ئوخشاش دورا بىلەن ياكى قىسائۇل ھىمار ۋە قەنتەرىيۇنغا ئوخشاش دورىلار بىلەن ماددا سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ. شۇنىڭدىن كېيىن نېرۋىلار ئىپار، ئەنبەر، بان چۈشكەن كۈچلۈك يېغىلار ۋە قۇستە يېغى، سۇمبۇل يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى، سەئىدى كۇفى، مەھلەب يېغى، ئارچا مېۋىسى يېغى ۋە ھەرقانداق تۇتۇش

خۇسۇسىيىتى بار ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلاپ، ئەگەر ماددا بولمسا، قول - پۇت تىترەشكە ئىشلىتىلىدىغان ياغلار بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەگەر بىرەر كىشىدە جىمادىن كېيىن قول - پۇت تىترەش يۈز بەرسە، جاۋشىر، مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋشىر بىمار كۆتۈرەلەيدىغان مىقداردا بولىدۇ، مەرزەنجۇش سۈيى 30 گىرام بولىدۇ.

18 - پەسىل زەكەرنىڭ شەھۋەتسىز كۆپ قوزغىلىشى ۋە قايىم بولۇۋېلىش كېسىلى توغرىسىدا

زەكەرنىڭ كۆپ قوزغىلىشىنىڭ يېقىن سەۋەبى جىما ئەزالىرى ئەتراپىدا قويۇق يەلنىڭ كۆپ بولۇشىدۇر. بۇ يەلنىڭ كۆپ بولۇشى كاۋاك نېرۋىلارنىڭ ئۆزىدىكى يەل پەيدا قىلغۇچى سەۋەبتىن يەلنىڭ كۆپ بولۇشىدۇر ياكى جىما ئەزالىرىغا قىزىل قان تومۇر ۋە مەنىي قاچىلىرىدىن كەلگەن بولىدۇ ياكى ئىككى سەۋەب (يەلنىڭ كاۋاك نېرۋىلارنىڭ ئۆزىدە كۆپ پەيدا بولۇشى ۋە يەلنىڭ مەنىي ئەزالىرىغا قىزىل قان تومۇرلاردىن ۋە مەنىي قاچىلىرىدىن كېلىشى) بىرگە يۈز بېرىدۇ.

بۇ يەل پەيدا قىلىدىغان ماددا مەنىي قاچىلىرىدا ۋە پەيدا بولغان ئورۇندا مۇستەھكەم تۇرۇپ قالغان ياكى تۇرۇپ قالمىغان يەلدۇر. قانداقلا بولسۇن، بۇ يەلنىڭ مۇستەھكەم ۋە كۈچلۈك بولۇشى يەلنىڭ سوغۇقلۇقى ياكى قويۇقلۇقىدۇر. بەزىدە ماددىي سەۋەب ۋە تەسىر كۈرسەتكۈچى سەۋەب ئەزادىكى سەۋەبلەرگە يارىدەم بېرىدۇ. مەسىلەن: زەكەر ۋە زەكەرگە يېقىن جايلارنىڭ تېرىسىدە ماددا تارقاشنى چەكلەيدىغان قېلىنلاش بولىدۇ ياكى زەكەرگە يۈزلەنگەن تومۇرلارنىڭ ئېغىرلىرى كېڭىيىپ (خۇددى بېلىنى بەك چىلىك باغلىغان ۋە بىر مەزگىل جىمانى تەرك ئەتكەن كىشىدە يۈز بەرگىنىدەك)، تومۇردا مەنىي ۋە يەل كۈچلۈك ھەرىكەت

قىلىدۇ. بەزىدە بۇ ئەھۋال زەكەرنىڭ قايىم بولۇۋېلىش كېسىلىگە ئېلىپ بارىدۇ، بەزىدە بۇلارنىڭ ھەممىسگە ئىلگىرىكى سەۋەبلەر ياردەم بېرىدۇ. مەسىلەن: نوقۇت، ئۇزۇم، تۇخۇم سېرىقنىغا ئوخشاش ئۆتكۈر ئىسسىق تەبىئەتلىك غىزالارنى يېيىش ۋە زاغۇنغا ئوخشاش ئۆتكۈر، ئىسسىق تەبىئەتلىك يەل پەيدا قىلىدىغان قوش خۇسۇسىيەتلىك نەرسىلەرنى يېيىش ۋە يېڭى شارابقا ئوخشاش مەنپي پەيدا قىلىش خاسىيىتى بار نەرسىلەرنى ئىچىشكە ئوخشاش.

زەكەرنىڭ كۆپ قوزغىلىۋېلىشى ئوڭدىسىغا يېتىپ ئۇخلىغان ھالەت ۋە شەكىللەردىن مەنپي ئېرىپ يەل بولغانلىقتىن ياكى كەمەر ۋە پوتىلار بىلەن بەك چىڭ باغلىغانلىقتىن تومۇر ئېغىزلىرى كېڭەيگەنلىكتىن بولىدۇ. ئەمما زەكەرنىڭ قايىم بولۇۋېلىش كېسىلى يۇقىرىقى سەۋەبلەرنىڭ بىرەرسى كۈچىيىپ كېتىپ، گەرچە شەھۋەت ۋە جىما ئېھتىياجى بولمىسىمۇ زەكەر قوزغىلىۋېلىش كۈچىيىدۇ ۋە زەكەر چىڭىيىدۇ.

جىمادىن كېيىن بەزىدە زەكەرگە قۇيۇلغان ماددىلارنىڭ كۆپلۈكىدىن زەكەر چوڭىيىپ، ئۆسۈشكە ياكى ئۇزىراشقا باشلايدۇ. بۇنىڭ سەۋەبلىرىنىڭ كۆپىنچىسى ئىسسىقلىقتۇر. بۇ ئىسىم بۇ كېسەللىككە زەكەرنىڭ ئايال كىشى بىلەن جىما قىلغاندىكى قايىم بولۇشنى تەسەۋۋۇر قىلىش سۈرىتىدىن يۆتكەلگەن. ئەگەر بۇ بىمار داۋالانمسا، بەزىدە مەنپي قاچىلرىنىڭ تارتىشىش ۋە مەنپي قاچىلرىنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىشغا ئېلىپ بېرىپ، بىمارنى ئۆلتۈرۈپ قويىدۇ.

ئالامىتى

بۇ يەرگىچە سۆزلەنگەن ئۇسۇل - قائىدىلەرگە مۇراجىئەت قىلىنسا، بىز سانىغان ئالامەتلەردىنمۇ كۆپرەك ئالامەتلەرنى بىلگىلى بولىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئەگەر يەل زەكەرنىڭ ئۆزىدە پەيدا بولسا، زەكەر قايىم

بولۇشتىن بۇرۇن زەكەردە كۆپ لىكىلداش بولىدۇ. ئەگەر ئۇنداق بولمىسا، سەۋەب زەكەرگە قىزىل قان تومۇر ۋە مەنىي قاچىلىرىدىن كەلگەن يەل تەرەپتىن بولىدۇ.

داۋالاش

زەكەرنىڭ دائىم قوزغىلىۋېلىشى بىز يۇقىرىدا بايان قىلغان يەل پەيدا بولۇشنى توسىدىغان ئىچىلدىغان ۋە تىلا قىلىنغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ.

ئەمما زەكەر قايىم بولۇۋېلىش كېسىلىنى داۋالاش قانۇنىيىتى سۈرگۈنىڭ ماددىلارنى يۇقىرىقى ئەزالاردىن تۆۋەنكى ئەزالارغا چۈشۈرۈش خەۋپى بولغانلىقتىن، قەتئىي سۈرگە بەرمەي، قەي قىلدۇرۇش ۋە قان ئېلىش بىلەن ماددىنى تازىلاشتۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن يۇقىرىقى ئەزالارنى تىكتاك توپ ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ھەرىكەتلەر بىلەن چىنىقتۇرۇش لازىم. جىمانى تەرك ئەتكەنلىكتىن، زىيانغا ئۇچراش خەۋپى بولمىسا، جىمانى تەرك ئېتىش لازىم. ئاندىن سۇدا ۋە قىزىلگۈل تىكىلگەن ۋە سۆگەت تىكىلگەن ئورۇنلاردا سوۋۇتۇش ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن كۈچلۈك سوۋۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار تىلا ۋە قىرۇتىلارنى ئىشلىتىش ھەمدە ئەۋرەت ئەتراپىغا قوغۇشۇن تاۋاقنى تېڭىش، سوۋۇتقۇچى، ئىچىلدىغان دورىلار ۋە نېلۇپەر، كافۇر، كاھۇ قاتارلىقلار باشقا تەدبىرلەرنى ئىشلىتىشتىن بىھاجەت قىلىدۇ. شۇ ئەسنادا ۋە ئۇنىڭدىن كېيىن يەل ماددىسىنى ئازايتىش كېرەك. ئەگەر ياخشىسى بابۇنە چۈشكەن نۇتۇللار ۋە چاڭگاك چۈشكەن نۇتۇللارغا ئوخشاش ئىسسىلىق يەتكۈزمەي تۇرۇپ لەتىفلەشتۈرىدىغان نەرسىلەرنى ئىشلىتىش ۋە ماددىنى ئۈزۈپ بولغاندىن كېيىن سۇزاپ ۋە چاڭگاك ئۇرۇقنىغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلىتىش ۋە بۇ ۋاقىتتا سۈيۇق ئاق شارابنى ئىچكۈزۈش، قەتئىي جىما قىلماسلىق ۋە جىمانى ئويلىماسلىق، شەھۋەتنى قوزغايدىغان نەرسىلەرگە قارىماسلىق كېرەك.

لېكىن، بىزنىڭ يۇقىرىدىكى سۆزىمىزگە ئاساسەن، جىمانى ئۇزاق مۇددەت تەرك ئەتكەنلىكتىن، زەكەر قايىم بولۇۋېلىش كېسىلىگە گىرىپتار بولغان كىشى جىما بىلەن

داۋالىنىدۇ ۋە يېسسىمۇق ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ ۋە چۈچۈمەل نەرسىلەر كۆپ بېرىلمەيدۇ. چۈنكى چۈچۈمەل نەرسىلەر يەل قوزغايدۇ.

19 - پەسىل جىما قىلىپ ئىنزال بولغاندا چوڭ تەرەت مېڭىپ كېتىش كېسىلى توغرىسىدا

جىما قىلىپ ئىنزال بولغاندا چوڭ تەرەت مېڭىپ كېتىش كېسىلى بولسا، جىما قىلىپ ئىنزال بولغاندا، ئىختىيارسىز چوڭ تەرەت مېڭىپ كېتىشتۇر.

بۇلارنىڭ كۆپىنچىسىدە شەھۋەت بەك غەلبە قىلغان بولۇپ، بۇلارنىڭ روھى تارقالغانلىقتىن جىمادىن بەك راھەتلىنىپ، لەززەتلىنىدۇ. بۇلارنىڭ كۆپىنچىسى بەدىنى بوش كىشىلەردۇر.

داۋالاش

مۇسكۇللارنى قۇۋۇتلەيدىغان تۇتقۇچى مەلھەم ۋە زىماتلارنى ئىشلىتىش لازىم. مەسىلەن: سۇمبۇل يېغى، سەرۋى دەرىخى يېغى، ئارچا مېۋىسى يېغىغا ئوخشاش.

بىز بۇ يەردە بۇ كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدىغان تەجرىبىدىن ئۆتكەن بىر مەلھەمنى سۆزلەيمىز.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: كەھرىۋا، ئاقاقىيا، قۇرۇق گۈلسەۋسەن، خېنە قاتارلىقلارنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بۇلارغا مۇۋاپىق مىقداردا بېھى يېغى ۋە خېنە يېغى قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ، بىمارنى ئۆرە تۇرغۇزۇپ، مەقئەت ئەزاسىغا ئىشلىتىلىدۇ ۋە قۇرۇق ھەمەل تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ، بولۇپمۇ جىما قىلغاندا. مەسىلەن: رامەك (جالنۇس تۇزۇپ چىققان بىر خىل مۇرەككەپ دورا) قاتارلىقلاردىن شىياق تەييارلاپ ھەمەل قىلىنىدۇ. يەنىلا تۇتقۇچى يېغىلار ھەمەل قىلىنىدۇ. ئەمما ئۇلارنىڭ غىزاسىنى ياخشىلاش ۋە لەتىپلەشتۈرۈش توغرىسىدا سۆزلەنگەن سۆزلەرنىڭ ئەھمىيىتى

يوقتۇر. بىراق تۇتقۇچى غىزالار بېرىلىدۇ، شۇنىڭدەك تېۋىپلار سۆزلىگەن مەن پايدىسى يوق، دەپ قارايدىغان ياغلار ھۆقنە قىلىنىدۇ. بەلكى بىز دېگەن ئىشلارغا ئەھمىيەت بېرىش ۋە ئۇلارنىڭ مەنىيسىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى سۈندۈرۈشقا ۋە يۈرەك، مېڭىنى قۇۋۋەتلەشكە ئەھمىيەت بېرىش لازىم.

20 - پەسىل مەقئىتنىگە جىما قىلدۇرۇشقا ئادەتلىنىپ قالغان ئەرلەر توغرىسىدا

بۇ ئەمەلىيەتتە ئەرلەر جىما قىلىپ ئادەتلىنىپ كەتكەن ئەرلەردە يۈز بېرىدىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، بۇ جىما قىلدۇرىدىغان كىشىدە كۆپ خىيالىي شەھۋەت ۋە ھەرىكەتلەنمەيدىغان مەنىي بولىدۇ. بۇ كىشىنىڭ يۈرىكى ئاجىز بولىدۇ، ئەسلىدىن تارتىپلا زەكەرنىڭ قايىم بولۇشى ئاجىز بولىدۇ ياكى كېيىن ئاجىزلاشقان بولۇپ، ئۇ جىما قىلىشقا ئادەتلىنىپ كەتكەن بولىدۇ. جىما قىلىشنى ئارزۇ قىلىدۇ، ئەمما جىما قىلىشقا قادىر بولالمايدۇ ياكى ئىنتايىن ئاجىز ھالەتتە جىما قىلالايدۇ. ئاندىن بۇ كىشى ئىككىيلەنىنىڭ ئارىسىدا جارى بولىدىغان بىر جىمانى كۆرۈشنى ئارزۇ قىلىدۇ. ئۇنىڭ ئەڭ يېقىنراقى ئەر بىلەن جىما قىلىپ تۇرۇپ بولغىنىدۇر. مانا بۇ ۋاقىتتا بۇ كىشىنىڭ شەھۋىتى قوزغىلىپ، جىما قىلىنغاندا ئىنزال بولىدۇ ياكى ئەزاسىنىڭ قۇۋۋىتى قوزغىلىپ، شەھۋىتىنى ئادا قىلىش مۇمكىن بولىدۇ. بۇلارنىڭ بىر بۆلىكىنىڭ شەھۋىتى جىما قىلىنغاندا قوزغىلىدۇ ۋە زەكەرى ھەرىكەتلىنىدۇ. بۇ ۋاقىتتا باشقىلارنى جىما قىلسۇن ياكى قىلمىسۇن، ئىنزال لەززىتى بىلەن مەنىيسى ئاز - ئازدىن تامچىلايدۇ. بۇلارنىڭ بىر بۆلىكى جىما قىلىنسا، جىما قىلىنغان ۋاقىتتا ئىنزال بولماي، بەلكى باشقا ئاياللار بىلەن جىما قىلىش مۇمكىن بولىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بۇ ئەھۋال تەبىئىتى ناچار، كۆڭلى پەسرەك

ئەخلاقسىز ۋە ئايال مەجەز كىشىلەردە بولىدۇ، بەزىدە ئۇلارنىڭ ئەزالىرى ئەرلەرنىڭ ئەزالىرىدىن چىرايلىقراق بولىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئۇلار توغرىسىدا بۇنىڭدىن باشقا دېيىلگەن سۆزلەرنىڭ ھەممىسى يالغاندۇر، بۇلارنى دورا بىلەن داۋالىماقچى بولغان كىشى ئەڭ بىلىمسىز كىشىدۇر. چۈنكى ئۇلارنىڭ كېسىلى تەبىئىي كېسەل بولماستىن، بەلكى خىيالىي كېسەللىكتۇر. بۇلارغا غەم ـ قايغۇغا چۆمدۈرۈش، ئاچ قويۇش، ئۇيقۇسىز قويۇش، سولاپ قويۇش، ئۇرۇش قاتارلىق شەھۋەتنى سۇندۇرىدىغان ئىشلار مەنپەئەت قىلىدۇ.

بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، مەقئىتتىگە جىما قىلدۇرۇشنى خالاشنىڭ سەۋەبى شۇكى، زەكەرگە كېلىدىغان سەزگۈر نېرۋا بۇ خىل كىشىلەردە ئىككى شاخچىغا بۆلۈنۈپ، ئۇ ئىككى شاخنىڭ ئىنچىكىسى زەكەرنىڭ تۈۋىگە، تومراقى بەل تەرەپكە تۇتۇشۇپ، ئىنچىكە نېرۋا سەزگۈدەك دەرىجىدە قاتتىق قىچىشتۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولۇپ، جىما قىلىدىغان ئىنسانداە ھەرىكەتلىنىدۇ. مانا بۇ ۋاقىتتا جىما ھاسىل بولىدۇ، بۇنداق بولۇش ئەمەلىيەتكە ئۇيغۇن ئەمەس، دەسلەپتە ئېيتىلغان سۆز ئىشەنچلىك سۆزدۇر، بۇ سۆز تېبابەت ئىلمىدىن خەۋىرى بار، ئەرلەرنى جىما قىلدۇرۇشتىن ئىبارەت يامان قىلىققا كىرىپ كەتكەن ۋە بۇلارنىڭ ھېكايىسىنى ئاڭلىغان بىر بۆلۈك كىشىلەردىن ئاڭلانغان سۆزدۇر.

21 ـ پەسىل قوش جىنسلىقلار «خۇنسا» توغرىسىدا

خۇنسالارنىڭ بەزىسىنىڭ ئەرلىك ئەزاسىمۇ يوق، ئاياللىق ئەزاسىمۇ يوق بولىدۇ. بەزىسىنىڭ ئاياللىق ئەزاسىمۇ، ئەرلىك ئەزاسىمۇ بولۇپ، بىرى مەخپىيرەك ۋە ئاجىزراق ياكى مەخپىي بولىدۇ. يەنە بىرى كۆچلۈكرەك ۋە ئاشكارا بولۇپ، ئۇ ئىككىسىنىڭ بىرسىدىن سىيىدۇ. ئۇلارنىڭ بەزىسىنىڭ ئەر ۋە ئاياللىق ئەزاسى

ئورتاق بولىدۇ. ماڭا ئۇلارنىڭ بەزىسىنىڭ ئەرلىك ۋە ئاياللىق خىزمەتىنى تەڭ ئۆتىيەلەيدىغانلىقىنىڭ خەۋىرى يەتتى. بۇ خەۋەرنىڭ راستلىقى ناھايىتى ئاز، بۇ كىشىلەر كۆپىنچە مەخپىيەك ئەزاسىنى كېسىپ يارىغا تەدبىر قىلىش بىلەن داۋالىنىدۇ.

22 - پەسىل لەززەتلەندۈرۈش، ئاياللارنىڭ پەرجىنى تارايتىش ۋە قىزىتىش ھەققىدە مەلۇمات بېرىشتە تېۋىپلارنىڭ ئۆزرە ئېيتىشى توغرىسىدا

زەكەرنى چوڭايتىش، ئاياللارنىڭكىنى تارايتىش ۋە ئايال كىشىنى لەززەتلەندۈرۈش توغرىسىدا سۆزلەش تېۋىپلارغا نومۇس ئەمەس. شۇنداق بولۇشى، چۈنكى بۇ ئىككى ئەزا ئەۋلاد قالدۇرۇشقا ۋاستە بولىدىغان سەۋەبلەردىندۇر. كۆپىنچە زەكەرنىڭ كىچىك بولۇشى ئايالنىڭ زەكەر بىلەن لەززەتلىنىلمەسلىكىگە سەۋەب بولىدۇ. چۈنكى زەكەرنىڭ كىچىكلىكى ئاياللار ئادەتلەنگەن زەكەرنىڭ ئەكسىچە بولۇپ، ئاياللاردا ئىنزال بولمايدۇ. ئەگەر ئاياللاردا ئىنزال بولمسا، بالا بولمايدۇ.

بەزىدە زەكەرنىڭ كىچىكلىكى ئايالنىڭ ئېرىدىن قېچىپ، باشقا ئەرنى ئىزدەشكە سەۋەب بولىدۇ، شۇنىڭدەك ئايالنىڭ پەرجى تار بولمسا، ئايالى ئېرىگە، ئېرى ئايالىغا مۇۋاپىق كەلمەي، ھەربىرى باشقىسىنى ئىزدەشكە موھتاج بولىدۇ، شۇنىڭدەك لەززەتلىنىش، ئىنزال بولۇشقا سەۋەب بولىدۇ. چۈنكى، كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ئاياللاردا ئىنزال بولۇش ئەرلەردىن كېيىن بولۇپ، ئاياللارنىڭ ھاجىتى قانماي قېلىپ، بالا بولمايدۇ. يەنە ئۇ ئاياللار ھەۋەس بىلەن قېيقالىدۇ، بۇ ئاياللاردىن شۇ ھالەتتە ئۆزىنى تۇتالمايدىغانلىرى كىمنى تاپسا، شۇنىڭغا ئۆزىنى بېغىشلىۋېتىدۇ. شۇ سەۋەبتىن ئاياللار بىر - بىرىگە سۈركىشىپ ئۆزئارا ھاجەتلىرىنى ئادا قىلىپ، ھالاك بولۇشقا ئېلىپ بارىدۇ.

23 ـ پەسىل ئەر ۋە ئاياللارغا لەززەت پەيدا قىلىدىغان دورىلار توغرىسىدا

ئەر ۋە ئايالدا لەززەت پەيدا قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى ئاغزىغا ھىك سېلىنغان كىشىنىڭ شۆلگىيى، ئاغزىغا كاۋاۋىچىن سېلىنغان كىشىنىڭ شۆلگىيى، ئامىلە ھەسىلى، سوقمونىيا ۋە زەنجۈبىل بىلەن مەجۇن قىلىنغان ھەسەل، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلغان پىلپىل قاتارلىقلارنى زەكەرگە سۈركەش، بولۇپمۇ زەكەرنىڭ ئوتتۇرىدىن تۇۋۇنگىچە سۈركەش لەززەت پەيدا قىلىدۇ. چۈنكى، بۇ دورىلارنى زەكەرنىڭ بېشىغلا سۈركەشنىڭ كۆپ پايدىسى يوق.

24 ـ پەسىل زەكەرنى چوڭايتىدىغان دورىلار توغرىسىدا

زەكەرگە قىزىتىلغان يېرىك لاتىنى قىزارغىچە سۈركەپ، ئۈستىگە سۈتنى قۇيۇپ، بولۇپمۇ قوي سۈتىنى قۇيۇپ بولغاندىن كېيىن، زەكەرگە چاۋا ياغ ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغنى سۈركەپ، ئاندىن چاپلاشقاقلىقى بىلەن قانىنى تارتىپ توختىتىدىغان، مايلىقلىقى بىلەن قانىنى ئۈيۈتىدىغان زۇپتى رۇمنى چاپلاش زەكەرنى چوڭايتىدۇ. بۇ ئۇسۇل ئەتىگەن، ئاخشامدا داۋاملىق قوللىنىلىدۇ. زۇپتى رۇمنى قانداق چاپلاشنى مۇشۇ كىتابنىڭ تۆتىنچى قىسمىدىكى زىننەتلەش توغرىسىدىكى مەزمۇندىن يەنى ئەزالارنى سەمرىتىش سۆزلەنگەن ئورۇندىن بىلىۋالغايسىز.

زەكەرنى چوڭايتىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، زۇلۇك قۇرتىنى قۇرۇتۇپ، ئۇنىڭ بىلەن ياغلاش ۋە سازاڭ، سۈتلۈك ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، تاغ رەيھىنى سۈيى قاتارلىقلارنى تىلا قىلىشتۇر. زۇلۇك قۇرتى ئىشلىتىش ئۇسۇلى زۇلۇك قۇرتىنى ئېلىپ، سۈيى چىقىپ كەتمىگەن نارجىلغا سېلىپ، قۇرۇغۇچە ھەپتە ياكى ھەپتىدىن كۆپرەك قويۇپ، ئاندىن سوقۇپ تىلا قىلىنىدۇ.

25 ـ پەسىل ئايالالرنىڭ پەرجىنى تارايتقۇچى دورىلار توغرىسىدا

ئۇد ھىندى، سەئدى كۇفى، شام زەنجۈبلى، قەلەمپۇر، رامەك ۋە ئازراق ئىپار قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈلسەۋسەن سۈيىگە چۆكۈرۈلگەن يۇڭغا يۇقتۇرۇپ ھەمەل قىلىنىدۇ.

يەنە خام موزىدىن ئىككى ھەسسە، ئىزخىر چېچىكىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، قېلىن ئەلىگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شارابتا نەمدەلگەن رەختكە يۇقتۇرۇپ، پەرجىگە بىرنەچچە قېتىم قويسا، قىز ھالىتىگە كەلتۈرىدۇ.

يەنە سوقۇلغان چىلغوزا پوستىدىن تۆت ھەسسە، زەمچىدىن ئىككى ھەسسە، سەئدى كۇفىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، رەيھان شارابدا قاينىتىپ، بۇنىڭدا زىغىر تالالىق لاتىنى نەمدەپ ھەمەل قىلىنىدۇ. بۇنى ئاغزى چىڭ ئېتىلىدىغان قاچىدا ساقلاپ، قايتا ـ قايتا ئىستېمال قىلىنسا، ناھايىتى ياخشى بولىدۇ، بۇ بىرنەچچە قېتىم تەجرىبىدىن ئۆتكەن.

26 ـ پەسىل ئايالالرنىڭ پەرجىنى قىزىنتقۇچى دورىلار

ئىپار، ئامىلە ئۇسارىسى، زەپەر قاتارلىقلارنى رەيھان شارابدا قاينىتىپ، ئاندىن زىغىر تالالىق رەختنى چۆكۈرۈپ ھەمەل قىلىنسا، پەرجىنى قىزىنتىدۇ ۋە خۇش پۇراق قىلىدۇ. ئۇزۇم ئۇرۇقىنىڭ ئايالالرنىڭ پەرجىنى قىزىنتىشتا ئاجايىپ تەسىرى باردۇر.

ئىككىنچى ماقالە

ئەرلەر تاناسىل ئەزالىرىنىڭ باھقا ئالاقىدار بولمايدىغان ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل ئۇرۇقدان، ئۇرۇقدانغا يېقىن جايلار ۋە مەقئەتنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلىرى توغرىسىدا

ئىششىق بەزىدە ئۇرۇقداننىڭ ئۆزىدە، بەزىدە ئۇرۇقدان خالتىسىدا بولىدۇ. ئۇرۇقدان خالتىسىدىكى ئىششىقنى تۈتۈپ، ئۇنىڭ قاتتىقلىق ئەھۋالى، رەڭگى، يۇمشاقلىقىنى بىلگىلى بولىدۇ. ئۇرۇقداننىڭ ئۆزىدىكى ئىششىقنى تۈتۈپ بىلىش تەس بولىدۇ. ئۇ ئىششىق ئۇرۇقدان خالتىسى ئىچىدە سېزىلىدۇ. بەزىدە ئۇرۇقدان ئىششىقىدا قىزىتما بولىدۇ، چۈنكى، بۇ ئەزا يۇرەكتە تۈتىشىدىغان مۇھىم ئەزادۇر. كۆپىنچە ئۇرۇقدان خالتىسى چۈشۈپ كېتىپ، ئىككى ئۇرۇقدان ساڭگىلاپ قالىدۇ، ئاندىن ئۇرۇقدان خالتىسى ئۆسۈپ، گۆش تولۇپ، ئۇرۇقدان ئۈچۈن بۇرۇنقىغا ئوخشىمايدىغان قاتتىق بىر خالتا شەكىللىنىدۇ. كۆپىنچە ئۇرۇقدان يېيىلىپ، يېيىلىش تاراپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن ئۇرۇقدانغا تەدبىر قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. كۆپىنچە ئۇرۇقدان ئىششىقى يۆتەلگە ئېلىپ بېرىپ، ماددا كۆكرەك تەرەپكە يۆتكىلىدۇ.

داۋالاش

قان ئېلىش ۋە چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، بولۇپمۇ ئاستى تەرەپتىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار بىلەن چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش كېرەك. چۈنكى، ھەمەل دورىلار ئىشلىتىلسە، ئىششىققا ناھايىتى مەنپەئەت قىلىپ، مادداننى مەقئەت تەرەپكە تارتىدۇ. بەزىدە قولنىڭ تومۇرىدىن قان ئالغاندىن كېيىن ئىككىنچى قېتىم سافىن تومۇرىدىن قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئاغرىق تەرەپكە ئەھمىيەت بېرىپ، شۇ تەرەپتىن قان ئېلىش كېرەك، ئەگەر ئىششىق ئىككىلا ئۇرۇقداندا بولسا، ئېلىشقا تېگىشلىك قان ئىككى قولدىن ئېلىنىدۇ، ئاسان سىڭىدىغان غىزا بېرىپ، گۆش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بېرىلمەيدۇ، شۇنداقلا يەڭگىل تەدبىر قوللىنىپ، ئالدى بىلەن ئەزاغا سىركە، قىزىلگۈل سۈيى، دورا لوئابلىرىنىڭ سۈيى، سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارىلەرگە چىلانغان رەخت قويۇلىدۇ. كېسەللىك كۈچىيىشكە باشلىغاندا تۆۋەندىكى زىمات ۋە تىلالار ئىشلىتىلىدۇ. بۇ زىماتلارنىڭ نۇسخىسى: ئىتئۈزۈمى سۈيى، قاپاق سۈيى، ھۆل قومۇش سۈيى، كاسنە سۈيى، ئارپا ئۇنى، باقلە ئۇنى، ئازراق زەپەر، قىزىلگۈل يېغى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىمات قىلىنىدۇ.

يەنە بىزنىڭ تەجرىبىمىزدىن ئۆتكەن زىماتلاردىن بىرى، كاكىنەچ يوپۇرمىقى، ئارپا ئۇنى، يېسىمۇق ئۇنى، قومۇش يوپۇرمىقى، باقلە ئۇنى، قىزىلگۈل يېغى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، زىمات تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

بىزنىڭ تەجرىبىمىزدىن ئۆتكەن يەنە بىر زىمات: باقلە ئۇنى ۋە يۇمشاق سوقۇلغان بىنەپشە قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر ھارارەت ۋە ئاغرىق بەك كۈچلۈك بولسا، بەزرۇلبەنجى يوپۇرمىقىغا ئوخشاش مادداننى قايتۇرغۇچى دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر ئىششىق ئازراق قاتقان بولسا ياكى دەسلەپكى دەۋرىدىن ئېنىق ئۆتۈپ كەتكەن بولسا، پىشۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار دورىلار بىلەن تەدبىر قىلىش كېرەك. دەسلەپكى باسقۇچتىكى پىشۇرغۇچى دورىلارنىڭ ئەڭ ياخشىراقى باقلە ئۇنى، بابۇنە، ئاق لەيلى

ئۇرۇقى قاتارلىقلار زىغىر ئۇرۇقى لوئابى ۋە ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن زىمات تەييارلاپ زىمات قىلىنىدۇ. يەنە ئارپا ئۇنى ھەسەل ۋە سۇ بىلەن زىمات قىلىنىدۇ.

يەنە كاللەكبەسەي يوپۇرمىقى، ئارپا ئۇنى، تۇخۇم سېرىقى ۋە قىزىلگۈل يېغى بىلەن زىمات قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئىششىقنى ياندۇرۇشقا ۋە كۆچىيىشنى توختىتىشقا ئېھتىياج چۈشسە، تەجرىبىدىن ئۆتكەن ياخشى زىماتتىن بىرى، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۇزۇم ۋە زىرىنى يۇمشاق سوقۇپ، بۇ ئىككىسىدىن زىمات تەييارلىنىدۇ ياكى كاللەكبەسەي يوپۇرمىقى، شۇمشا ئۇرۇقى ياكى باقلە ئۇنى، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن شىرنىلىك قۇرۇق ئۇزۇم، زىرە قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەممىسىنى سۇ قوشۇلغان شارابتا قاينىتىپ تىلا قىلىنىدۇ ياكى ئارپا ئۇنى، سىركىگە چىلانغان كالا تېزىكى، ئازراق زىرە ۋە ئازراق ئىتئۈزۈمى سۇيى بىلەن زىمات قىلىنىدۇ ياكى خورما ئۇرۇقىنىڭ كۈلى ۋە ئاق لەيلىگۈل ئۇرۇقىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ تۇخۇم سېرىقى ياكى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇلغان كاللەكبەسەي كۈلىنى قوشۇپ زىمات قىلىنىدۇ ياكى ياۋا تەرخەمەك يىلتىزىنى ھەسەل شەربىتى بىلەن ئېلىپ، مەلھەمدەك سوقۇلغان گۈلسەۋسەن يىلتىزىنىڭ ئۇنى بىلەن قوشۇپ زىمات قىلىنىدۇ ياكى ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۇزۇمدىن بەش ھەسسە، قاينىتىپ پىشۇرۇلغان ھەببەتۇلخۇزرادىن 1.5 ھەسسە، زىرىدىن بىر ھەسسە، كاللەكبەسەيدىن توققۇز ھەسسە، چىلغوزا يېلىمىدىن ئۇچ ھەسسە ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلىنىدۇ.

يەنە يارا قوشۇلۇپ كەلگەن ئىششىقنى كۆمۈش پوقىنى زەيتۇن يېغىدا قىيام بولغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن بۇنىڭغا موم ۋە ئۇدخام سېلىپ زىمات قىلىنىدۇ.

يەنە بەتەم يېلىمى، ئوشەقتىن تەڭ مىقداردا، گۈلسەۋسەن يېغى ۋە كالىنىڭ سېرىقمېيىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ تىلا قىلىنىدۇ.

يەنە شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، سۇ ۋە ھەسەل بىلەن زىمات قىلىنىدۇ.

يەنە كونا شارابنىڭ لېيى تالقان بىلەن زىمات قىلىنىدۇ.

يەنە بىز سوغۇق ئىششىقلار بايىندا سۆزلەنگەن دورىلار زىمات قىلىنىدۇ. يەنە پىشۇرۇش ئېھتىياجى چۈشكەن ئىششىق ۋە سوغۇقتىن بولغان ئىششىق ھەمدە

ئۇرۇقداندىكى يەلگە كۆچلۈك مەنپەئەت قىلىدىغان زىماتىنىڭ نۇسخىسى: قارا نوقۇت، ياۋا ئۇزۇم، كۆيدۈرۈلگەن چايانىڭ ھەربىردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ زىمات قىلىپ، سۈيدۈك يولغا يەسمەن يېغىدىن ئازراق قۇيساق، پىشىش ئېھتىياجى چۈشكەن ئىششقىتا، بولۇپمۇ سوغۇقتىن بولغان ئىششقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭدەك ئوردانىنى ئېسىپ قويۇشمۇ ئۇرۇقدان ئىششقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئىششىق يىرىڭلىق ئىششق بولسا، ئۇرۇقدان خالتىسىدىن ئېغىز ئالدۇرۇش دۇرۇس بولىدۇ. مەقئەت تەرەپتىن ئېغىز ئالدۇرۇش دۇرۇس بولمايدۇ. بەزىدە مەقئەت تەرەپتىن ئېغىز ئالدۇرۇلسا، ناچار ئاقىمغا ئۆزگىرىدۇ، ئىششقىنىڭ يىرىڭ يېغىشىنى توسۇش ئۈچۈن سۇ بىلەن يۇغۇرۇلغان گۈرۈچ ئۇنىنى ئۇنىڭغا داۋاملىق قويۇش كېرەك. ئىششقىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە ئىپارنى يەسمەن يېغى بىلەن سۈيدۈك يولغا ماڭغۇزۇش بەك مەنپەئەت قىلىدۇ ياكى يەسمەن يېغىنىلا بىرنەچچە قېتىم سۈيدۈك يولغا ماڭغۇزۇش كۇپايە قىلىدۇ.

ئۇرۇقداندىكى سوغۇقتىن بولغان ئىششقىنى داۋالاش

كۆپىنچە سوغۇقتىن بولغان ئىششىق سۈئۈلقۇنىيە ۋە ئىستىسقا ھالىتىدە يۈز بېرىدۇ. ئۇنىڭ ئىلاجى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتا بايان قىلىنغان پىشۇرغۇچى دورىلاردۇر. شۇلاردىن بىرى باقىلە ئۇنى ۋە شۇمشا ئۇنى مۇسەللەس بىلەن زىمات قىلىنىدۇ.

يەنە كاللەكبەسەيدىن بىر تۇتام، ئەنجۈردىن بەش دانە ئېلىپ، سۇدا پىشقۇچە قاينىتىپ زىمات قىلىنىدۇ. بۇنىڭدىنمۇ كۆچلۈكرەكى نوقۇت ئۇنى، باقىلە ئۇنى، زىرە، بۆرەك يېغى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، موم قاتارلىقلارنى ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

يەنە مۇقەللىنى ئۇزۇم شىرنىسىدە ئېرىتىپ ئىشلىتىلسە ۋە سۈيدۈك يولغا يەسمەن يېغى تېمىتىلسا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

يەنە مەستىكى، ئەنزىرۇت قاتارلىقلارنى ياغ ۋە يەسمەنگە چىلاپ، ئۇرۇقدانغا تىلا قىلىنىدۇ. ئابدىمىلىك يېغىنىڭ خاس سوغۇقتىن بولغان ئىششىقىغا ئۇنۇمى بار. سۈيدۈك يولغا ئىپارنى يەسمەن يېغى بىلەن تېمىتسا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئۇرۇقداندىكى قاتقان ئىششىقنى داۋالاش

ئەنجۈر، ئۆردەك يېغىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، زەيتۇن يېپۇرمىقى، سەرۋى دەرىخى يوپۇرمىقى، ئوشەقنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، قارىغا مايىل قويۇلغان شاراب ۋە كالىنىڭ سېرىقمېيى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ تىلا قىلىندۇ. يەنە سېرىق زاك، ھۆل زۇپا، موم، قىزىلگۈل يېغى، بۇغا پاچىقىنىڭ يىلىكى، ئەلىف ئۆسۈملۈكى يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۈركەلمە تەييارلىنىدۇ. يەنە مۇقەل، ئوشەقنى مۇسەللەستە ئېرىتىپ، ئازراق ياغ ۋە باقىلە ئۇنى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ تىلا قىلىنىدۇ.

ئۇرۇقداندىكى قاتقان ئىششىققا تەجرىبىدىن ئۆتكەن ياخشى داۋالاش: بۇغداي كېپىكىنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئوشەقنى سىركەنجۈبىلدە ئېرىتىپ، بۇنىڭدا كېپەكنى يۇغۇرۇپ، ئىششىق بار ئورۇنغا چاپلىنىدۇ. بۇ، مۆتىدىل دەرىجىدە ئىسسىق بولۇپ، دائىم ئىشلىتىپ بېرىلسە، ھەرقانداق قاتقان ئىششىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

قاتقان ئىششىققا يەنە بابۇنە، ھىڭ، شۇمشا، باقىلە، سېرىقماي، ئۇزۇم شىرنىسى، قاينىتىپ پىشۇرۇلغان ئەنجۈر قاتارلىقلار زىمات قىلىنىدۇ.

يەنە مەشھۇر بولغان خورما ئۇرۇقىنىڭ كۆلىدىن ئىككى ھەسسە، ئاق لەيلىگۈل ئۇرۇقىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، سىركە بىلەن سالايە قىلىپ زىمات قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2 ـ پەسىل ئەرلەرنىڭ زەكىرى ۋە ئايالالارنىڭ بالىياتقۇ ئېغىزى لىكىلداش توغرىسىدا

بۇ ئاز كۆرۈلىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ئايالالاردا ئىنتايىن ئاز كۆرۈلىدۇ. بۇ، ئەرلەرنىڭ زەكىرى ۋە ئايالالارنىڭ بالىياتقۇ ئېغىزىدا يۈز بېرىدىغان لىكىلداش ۋە

مەنىي قاچىلىرىدىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق سەۋەبىدىن يۈز بېرىدىغان تارتىششتۇر. ئەگەر بۇنىڭغا داۋا قىلىنمىسا، مەنىي قاچىلىرىنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشى، بوشاپ كېتىشى، تارتىشپ قېلىشى، تەشەننۇج بولۇشى قاتارلىقلارغا ئېلىپ بارىدۇ. بەزى تېۇپىلارنىڭ ئېيتىشىچە، بۇ كېسەللىك يۈز بەرگەندە، بىمارنىڭ قورسىقى سوغۇق تەرلەش بىلەن كۆپىدۇ.

داۋالاش

بۇ كېسەللىك ئاشكارا بولغاندا، قان ئېلىش، ھىجامەت قويۇش، زۇلۇك قۇرتى قويۇش، ئاندىن كېسەللەنگەن ئەزاغا بىرەر ماددا چۈشۈۋالماسلىق ئۈچۈن، بىراقلا ئىچىنى سۈرگۈزمەستىن، بەلكى يېنىك دەرىجىدە ئاز - ئازدىن سۈرگۈزۈش كېرەك. ئاشۇ سۈرگۈزۈش خىيارشەنبەر سېلىنغان ھەشقىپىچەك سۈيى، خىيارشەنبەر سېلىنغان نېلۇپەر سۈيى، ئىتئۈزۈمى سۈيى قۇلۇلە شورپىسى ۋە چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى سوغۇق تەبىئەتلىك كۆكتات شورپىسى قاتارلىقلارغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن بولىدۇ.

سوغۇق تەبىئەتلىك كۆكتات شورپىلاردىن پالەك ۋە ياۋا پالەك چۈشكەن شورپىلارغا ئوخشاش.

يەنە سەرپىستان، ئەينۇلا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قىزىلچا، شىرخىست قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ھۆقنە بىلەن ئىچى سۈرگۈزۈلىدۇ. جىما ئەزالىرى، بەل قاتارلىقلارغا بەك سوۋۇتىدىغان تىلالارنى كۆپ ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ھەتتا شەكىران، گىل قىيمۇلىيا، ئىسسىقتىن بولغان زەكەر قايىم بولۇۋېلىش كېسىلى ۋە ئىككى ئۇرۇقدانىنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلىرىدا سۆزلەنگەن بارلىق سوۋۇتىدىغان دورىلارنى كۆپ ئىشلەتمەسلىك كېرەك.

نېلۇپەر يىلتىزى، گۈلسەۋسەن يىلتىزى بۇ خىل بىمارغا مۇۋاپىقتۇر.

3 ـ پەسىل ئىككى ئۇرۇقدان ۋە زەكەر ئاغرىقى توغرىسىدا

بۇ ئاغرىق ئىسسىق ياكى سوغۇقتىن بولغان ئوخشاشمىغان مىزاج بـۇزۇلۇشتىـن، يەلدىن، ئىششىقتىن ياكى ئۇرۇلۇش ۋە سوقۇلۇشتىن بولىدۇ.

ئالامىتى

مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغان ئاغرىقتا قاتتىق تارتىشش بولمايدۇ، بىراق مىزاجنىڭ بۇزۇلغانلىقى ياخشى بىلىنىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان ئاغرىق كۆيۈشسىدىغان، سوغۇقتىـن بولغان ئاغرىق سېزىمى تۆۋەنلەيدىغان بولىدۇ، ئاغرىق كۆپ بولمايدۇ. يەلدىن بولغان ئاغرىقتا تارتىشش ۋە يۆتكىلىش بولىدۇ. ئۇلاردىن باشقىلىرىدىن بـولغانلىرىنىڭ سەۋەبى ۋە ئالامىتى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش

داۋالاش ئۇرۇقدانىنى قىزىتىش، سوۋۇتۇش ۋە ئۇرۇقدان ئىششىقىنى داۋالاش، ئۇرۇقداندىكى يەلنى تارقىتىش قاتارلىقلار توغرىسىدا سۆزلەنگەن بايانلاردىـن ئېنىق بىلىنىدۇ. ئەگەر سوغۇقلۇق قاتتىق بولسا، پەرىيۇن ئېرىتىلگەن ئابدىمىلىك يېغى بىلەن داۋالىنىدۇ. ئـەگەر هارارەت ۋە كۆيـۈشۈش قاتتـىق بولسـا، ئۇ شەۋكـران ۋە ئەپيۇن سېلىنغان سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارىلـەر بىلەن داۋالـىنىدۇ. ئـەگەر ئاغرىـق ئۇرۇلۇش ياكـى سوقۇلۇشـتىن بـولسا قان ئېـلىش لازىـم. ئـەزاغا ئاغـرىتىدىغـان دەرىجىدىكى بەك تۇتقۇچى بولماي، بەلكى تۇتۇش بىلەن بىرگە يۇمشىتىش قۇۋۋىتى بولغان ماددىنى قايتۇرغۇچـى سوغۇق تەبـىئەتلىك دورىلار چېپىلىـدۇ. مەسىلـەن: بىنەپـشە، نېلـۇپەر، قاپاق ۋە ئـۇنىڭ ئوخـشاشلىـرىدەك، ئاندىـن كېيىـن ئاق لەيلـى ئۇرۇقى، لوئابى، بابۇنە قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە ئۇدخام ۋە مۇرمەككى سوغۇق سۇ بىلەن ئىشلىتىلىدۇ ھەمدە سوغۇق سۇدا يۇغۇرۇلغان زىغىر ئۇرۇقى، سېرىقماي، بەتەم يېلىمى قاتارلىقلار تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

4 ـ پەسل ئىككى ئۇرۇقدانىنىڭ يوغىناپ قېلىشى توغرىسىدا

بەزىدە ئىككى ئۇرۇقدان ئىششش يولى بىلەن ئەمەس، بەلكى سەمرىش يولى بىلەن يوغىناپ قالىدۇ، خۇددى ئىككى ئەمچەك سەمرىش يولى بىلەن يوغىناپ قالغاندەك.

داۋالاش

قىزلار ۋە ئەمچىكى يوغىناپ قالغان ئاياللارنىڭ ئەمچىكى ساڭگىلاپ قالماسلىقى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلاردىن شەۋكىران ۋە بەزرۇلبەنجىنى تىلا قىلغاندەك، ئوزۇقلاندۇرغۇچى قۇۋۋەتنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان بارلىق نەرسىلەر بىلەن ۋە قوغۇشۇننى بىر ـ بىرىگە سۈركەپ چىقىقان ئېكەكدەلمىسنى ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن ۋە بىلەي تېشى ئېكەكدەلمىسى ھەم تۈگمەن تېشى ئېكەكدەلمىسنى تىلا قىلىش بىلەن داۋالىنىدۇ. ئىككى ئۇرۇقدان يوغىناپ قېلىشقا مەنپەئەت قىلىدىغان ۋە نورماللاشتۇرىدىغان تەدبىرلەردىن بىرى، يەسمەن يېغىنى سۈيدۈك يولىغا داۋاملىق ماڭغۇزۇشتۇر.

5 ـ پەسل ئۇرۇقدانىنىڭ كۆتۈرۈلۈۋېلىشى ۋە كىچىكلەپ كېتىشى توغرىسىدا

بەزىدە سوغۇق مىزاجىنىڭ ۋە ئاجىزلىقىنىڭ غەلبە قىلغانلىقىدىن ئۇرۇقدان يىغىلىۋالىدۇ ۋە كىچىكلەيدۇ. بەزىدە خالتىسىدىن غايىب بولۇپ، قورساق پەردىسىگە

كۆتۈرۈلۈۋېلىپ سىيگەندە ئاغرىتىپ، سۈيدۈك تامچىلاش كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش

زەكەرنى قوزغاش بايانىدا سۆزلەنگەن ئىسسىق تەبىئەتلىك كۈچلەندۈرگۈچى ياغ ۋە زىماتلار شۇنداقلا تارتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئۇرۇقدان خالتىسىدىن غايىب بولۇپ كەتسە، داۋاملىق مۇنچىغا چۈشۈرۈش ۋە ئارقىمۇئارقا ئابزەن قىلىش بىلەن داۋالىنىدۇ. بەزىدە قەدىمكىلەر كۆرسەتكەن بويىچە زەكەر تۆشۈكىگە نەيچە كىرگۈزۈپ، ئۇرۇقدان ئاشكارا بولۇپ، خالتىسىغا چۈشكىچە پۈۋلىنىدۇ.

6 ـ پەسىل ئۇرۇقدان خالتىسى كۆك تومۇرىنىڭ ئەگرى ـ بۈگرى بولۇشى ۋە ئۇنىڭ قېتىۋېلىشى توغرىسىدا

بەزىدە ئۇرۇقدان خالتىسى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى كۆك قان تومۇرلاردا يۆگىشىپ كەتكەن كۆپ ئەگرى ـ بۈگرىلىك بولىدۇ. بەزىدە ئۇرۇقدان خالتىسىدا يەل توسۇلۇپ قېلىپ ئارقىمۇئارقا لىكىلدايدۇ. كۆپىنچە ئۇرۇقدان خالتىسىدا قاتقان ئىششىق پەيدا بولىدۇ. بۇ قاتقان ئىششىق سوغۇقتىن بولغان ئىششىق تۈرىدىندۇر. كۆپىنچە ئىششىق سول تەرەپ ئاجىز بولغانلىقتىن ۋە سول تەرەپتە ماددا قۇيۇلىدىغان زىيادە تومۇر بولغانلىقتىن سول تەرەپتە كۆپرەك يۈز بېرىدۇ.

داۋالاش

بۇنىڭ ئىلاجى قاتقان ئىششىقنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر.

7 ـ پەسىل ئۇرۇقدان خالتىسى بوشاپ كېتىش توغرىسىدا

بەزىدە ئۇرۇقدان خالتىسى ئۇزىراپ بوشاپ كېتىپ، بۇنىڭدىن قەبەھ ئىش يۈز بېرىدۇ.

داۋالاش

سوغۇق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى دورىلار بىلەن داۋاملىق نۇتۇل قىلىش ۋە ئۇ دورىلارنى زىمات قىلىش ھەم جىمانى ئازلىتىش لازىم.

بەزى تېۋىپلار ئۇرۇقدان خالتىسىنىڭ ئارتۇق قىسمىنى كېسىۋېتىپ، ھەجمىنى نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن قالغان قىسمىنى يىپ بىلەن بوغۇپ قويىدۇ. ئەك ياخشىسى ئالدى بىلەن يىپتا بوغۇپ، ئاندىن ئارتۇقى كېسىۋېتىلىدۇ.

8 ـ پەسىل يەل پوداق ۋە چۇقۇق توغرىسىدا

بىز يەل پوداق ۋە چۇقۇق ئۈچۈن مەزكۇر كىتابنىڭ ئۈچىنچى قىسمىنىڭ ئاخىرقى ماقالىلىرىدا بىر باب ئاجراتتۇق. شۇ يەرگە مۇراجىئەت قىلغايسىز.

9 ـ پەسىل ئىككى ئۇرۇقدانىنىڭ يىغىلىۋېلىشى توغرىسىدا

بۇ، قاتتىق سوغۇقلۇق ئېشىپ كېتىش ۋە ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىكى ناچار ئالامەت قاتارىدا يۈز بېرىدىغان قۇۋۇۋەتنىڭ تۆۋەنلىشى سەۋەبىدىن كۆرۈلىدۇ. بىز بۇنى ئۆتكۈر كېسەللىكلەرنىڭ ناچار ئالامەتلىرى بايانىدا سۆزلەيمىز.

10 ـ پەسىل ئۇرۇقدان، زەكەر ۋە مەقئەت بېشى يارىسى توغرىسىدا

ئەگەر يارا بۇ ئورۇنلاردا يۈز بەرسە، يارا تارايدۇ، چۈنكى، بۇ ئەزالار ھاۋا ئۆتۈشمەيدىغان، ھارارەت ۋە ھۆللۈككە شۇنداقلا ئېشىندى يوللىرىغا يېقىن بولغانلىقتىن، ئەتراپىغا تېز ئوفۇنەتلىنىدىغان شەكىلدە بولۇپ، بىر تەرەپتىن، ئىچكى ئەزا ۋە ئېغىز يارىسىغا ئوخشايدۇ. بۇ يارىلارنىڭ ئەڭ خەتەرلىكى زەكەر تۈۋى ۋە مەقئەتتىكى مۇسكۇللاردا بولغىنىدۇر. شۇنداق بولغانلىقتىن يارىلارنى داۋالاشتا يارىنى كۆچلۈك قۇرۇتۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. يەنە بىر تەرەپتىن، ئەزالارنىڭ سېزىمى ناھايىتى كۆچلۈكتۇر. بەزىدە ئوفۇنەتلىنىپ كېڭەيگەندە زەكەرنىڭ ئۆزىنى كېسىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

داۋالاش

زەكەر بېشىدا پەيدا بولغان يارىنى داۋالاشتا خەتنىلىكتىكى يارىغا قارىغاندا قۇرۇتۇشقا بەكرەك ئېھتىياج چۈشىدۇ. چۈنكى زەكەر بېشىنىڭ مىزاجى بەك قۇرۇقتۇر. بۇ يارىلار يېڭى يارا ياكى كونا يارا بولۇپ، يارىلارنىڭ بەزىسى يامان سۈپەتلىكتۇر. يېڭى يارىغا سەبرىدىنمۇ ياخشىراق دورا يوقتۇر. مەدەستان، شاراب بىلەن يۇيۇلغان ئىقلىمىيا ۋە تۇتىيا قاتارلىقلار سەبرىگە ئوخشاش تەسىر بېرىدۇ. مەرۋايىتنىڭ تەسىرى سەبرىنىڭ تەسىرىگە يېقىنلىشىدۇ. بۇ ھەقتە كۆيدۈرۈلگەن قاپاق بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

سېرىقچېچەك كۈلى ۋە تۇتىيادىن سېپىلمە تەييارلاپ سېپىلىدۇ، بۇلار سوغۇق سۇ بىلەن تىلا قىلىنىدۇ. ئەگەر يارا ھۆلرەك بولۇپ، يىرىڭلىغان كۆيدۈرۈلگەن مىس ۋە كىچىك ئۇرۇقلۇق چىلغوزا دەرىخىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن پوستىغا ئوخشاش كۆچلۈكرەك دورىغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر گۆش ئۈندۈرۈشكە ئېھتىياج چۈشسە، بۇ دورىلارغا كۈندۇر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

11 - پەسىل مۇرەككەپ دورىلارنىڭ نۇسخىسى توغرىسىدا

گۆش ئۇندۇرۇش بىلەن قاتتىق قۇرۇتۇشقا ئېھتىياج چۈشكەن يارىغا ئىشلىتىلىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى: تۇتىيا، سەبرە، ئەنزىرۇت، كۇندۇر، سازەج ھىندى، كۆيدۇرۇلگەن غەرب دەرىخى قوۋزىقى، زەمچە، كۆيدۇرۇلگەن زاك، موزا، ئانارگۈلى، ئاقاقيا قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا، زەنگاردىن بىر يېرىم ھەسسە، ئاچچىق ئانار خەمكىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، قىزىلگۈل يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: خۇبسۇلھەدىد، مەدەستان، خۇنسىياۋشيان، كۆيدۇرۇلگەن قەغەز، كۆيدۇرۇلگەن زەمچە قاتارلىقلارنى ئېلىپ، قىزىلگۈل يېغى بىلەن زىمات ياكى مەلھەم ياكى قۇرس تەييارلىنىدۇ. ئەگەر يارا كونا بولسا، ئۇنىڭغا كۇندۇر ۋە ئۇنىڭ تالقىنى، سەبرە تەڭ مىقداردا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەمما بۇ يەردە يېگۈچى خىلىت بولسا، بۇنىڭغا مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، ئادەم چېچىنىڭ كۈلى، ھىڭ كۆتىكى، تاغ يېسىمۇقى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، بۇلاردىن سېپىلما ۋە زىمات تەييارلىنىدۇ. يۇقىرىقىدىن كۈچلۈك بولغان يەنە بىر نۇسخا: ئاق ۋە سېرىق زەرنىخنىڭ ھەربىرىدىن 21 گىرامدىن، ئۆچۈرۈلمىگەن ھاكىتىن 60 گىرام، ئاقاقيادىن 36 گىرام ئېلىپ، سىركە ۋە ھۆل ئىسپىغۇل ئۇسارىسى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ، سايىدا قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇ نۇسخا ئاۋۋالقىسىدىن كۈچلۈكرەكتۇر. بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەك نۇسخا: ئاق ۋە قىزىل زەرنىخ، ئاقاقيا، زەنگار، ياۋا ئۇزۇم، زەمچە كۈلى، قارىمۇچ قاتارلىقلارنى ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يارا ناچار بولۇپ قاردىپ كەتسە، ئەڭ ياخشىسى يارىنى ئاجرىتىپ بۇزۇلغان ئورۇننى كېسىپ ئېلىۋېتىپ، گۆش ئۇندۇرىدىغان مەلھەملەر بىلەن گۆش ئۇنگىچە داۋالىنىدۇ.

12 ـ پەسىل زەكەرنىڭ ئىچكى يارىلىرى توغرىسىدا

ئۇنىڭ ئىلاجى دوۋساق يارىسىنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاشتۇر. بەزىدە داۋائىل قىرتاسىل مۇھرەققە ئوخشاش دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان ئىقلىميا، كىچىك ئۇرۇقلۇق چىلغوزا دەرىخىنىڭ قوۋزىقى، سازەج ھىندى، كۇندۇر قاتارلىقلارنى ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، سۈيدۈك يولىغا ماڭغۇزىدىغان دورىلارغا قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

13 ـ پەسىل زەكەر قىچىشىش توغرىسىدا

زەكەر قىچىشىش زەكەرگە قۇيۇلغان ئۆتكۈر ماددىدىن ۋە زەكەر ئەتراپىغا سىرغىپ چىقىپ زەكەرنى قىچىشتۇرىدىغان ئۆتكۈر تەردىن بولىدۇ.

داۋالاش

قان ئېلىش ۋە سۈرگە بېرىش بىلەن خىلىت ئازايتىلىدۇ، ئاندىن ئاقاقيا، ماميسانىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن، نۆشۈدۈر ۋە سەبرىدىن 0.5 گىرامدىن، زەپەردىن 0.25 گىرام، ئۆشنىدىن ئومۇمىي دورىلارنىڭ باراۋىرىچە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يەسمەن يېغى بىلەن مەجۇن قىلىپ ئىچكۈزۈلسە، ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەندۇر.

بەزىدە مۇنچىدا تۇرۇپ سىركە، قىزىل توغرىغۇ، زەمچە سېلىنغان قىزىلگۈل يېغىنى تىلا قىلىش قىچىششنى پەسەيتىدۇ. ئەگەر قىچىشىش ئېغىرراق بولسا، بۇ دورىلارغا ئازراق ياۋا ئۇزۇم قوشۇلىدۇ. مۇنچىدىن چىققاندا تۇخۇم ئېقى بىلەن تىلا

قىلىنىدۇ. ئەگەر بىرەر نەرسە مەنپەئەت قىلمىسا، قان ئېلىنغان ۋە ماددا تازىلىنىپ بولغان بولسا، يارىغا يېقىن يوتىنىڭ ئىچكى تەرىپىگە ھجامەت قويۇلىدۇ ياكى زۇلۇك قۇرتى قويۇلىدۇ.

14 - پەسىل زەكەرنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلىرى توغرىسىدا

بۇنى داۋالاش ئۇسۇلى ئۇرۇقداندىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارنى داۋالاش ئۇسۇلىغا يېقىندۇر. لېكىن زەكەرنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلىرى دەسلەپكى مەزگىلدە قابىز دورىلارنى كۆتۈرەلەيدۇ. زەكەر ئىششىقىغا خاس بولغان تۇتقۇچى دورىلارنىڭ نۇسخىسى: ئانارنىڭ قۇرۇق پوستى، قۇرۇق قىزىلگۈل، يېسسىمۇق قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەممىسىنى سۇدا قاينىتىپ، پىشقاندا قىزىلگۈل يېغى بىلەن سالايە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: گىل قىيمۇلىيانى ئىتئۈزۈمى سۇيى بىلەن، شۇنداقلا گىل ئەرمىنى، يېسسىمۇق، كاكنەچ يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى ئېلىپ زىمات قىلىنىدۇ.

15 - پەسىل زەكەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلىرى توغرىسىدا

زەكەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقى توغرىسىدىكى سۆز ئىككى ئۇرۇقداننىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقى توغرىسىدىكى سۆزگە يېقىنلىشىدۇ. زەكەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقى سۈئۈلقۇنىيە ۋە ئىسستىش ھالىتىدە كۆپ يۇز بېرىدۇ. زەكەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقى ئۇچۇن تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلاردىن بىرى، خورمىنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىككى ھەسسە، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، سىركىدە قاينىتىپ زىمات قىلىنىدۇ ۋە ئىككى ئۇرۇقداندىكى قاتقان ئىششىق

بايانىدا سۆزلەنگەن كېپەك ۋە ئوشەقتىن تەييارلانغان دورا زىمات قىلىنىدۇ. زەكەردە قاتقان ئششق بولغاندا، بۇ دورىلارنى ئىشلىتىدىغان ئەك مۇڭاپىق ئورۇن زەكەردۇر.

16 ـ پەسىل زەكەر ۋە زەكەر ئەتراپى يېرىلىش توغرىسىدا

بۇ، مەقئەت يېرىلىشنىك داۋالاش ئۇسۇلى بويىچە داۋالىنىدۇ.

مەقئەت يېرىلىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارغا مەنپەئەتى يېقىن دورىلاردىن گىل قىيمۇلىيا، تۇتىيا، سوقۇلغان خېنە ۋە كەترا قاتارلىقلارنى تەك مىقداردا ئېلىپ، بۇ دورىلارغا موم، تۇخۇم سېرىقى، يەسمەن يېغى قاتارلىقلارنى قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

17 ـ پەسىل زەكەر ئاغرىقى توغرىسىدا

زەكەر ئاغرىقى خىلمۇخىل سەۋەبلەردىن، كۆپىنچە سۇيدۇكنى قىسۇېلىشتىن پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭغا چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ھۆقنىلەر ۋە جۇلاپ بىلەن ئارپا سۇيىنىلا ئىشلىتىش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئېشىندىلارنى تارتماسلىق ئۈچۈن ئۇرۇق دورىلار يېقىن قىلنمايدۇ. ھۆقنىدىن كېيىن ئەۋرەت ئەتراپى ۋە زەكەرگە تېرىنى يۇمشاتقۇدەك دەرىجىدە ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ، ئۇستىگە ئىلمان سۇ قۇيۇپ، بىنەپشە يېغىنى تىلا قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

18 ـ پەسىل زەكەرگە سۆگەل چىقىش توغرىسىدا

سۆگەلنى كېسىپ، ئۇستىگە قان توختاتقۇچى دورىلارنى قۇيۇپ، بارلىق سۆگەلنىڭ ئىلاجى قىلىنىدۇ.

ئۇجمىگە ئوخشايدىغان مۇدۇر ۋە زەكەر ئەتراپىدىكى ئۆسمە گۆشكە ئشلىتىلىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى: كۆيدۈرۈلگەن تەنكار ۋە ئۈزۈم ياغچىنىڭ كۈلىنى ئېلىپ، سۇ بىلەن يۇمشاق سالايە قىلىپ، ئۇجمىگە ئوخشايدىغان مۇدۇر ئۇستىگە قۇيۇلىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇنۇم بەرمىسە، كېسىپ، ئۇستىگە زەنگار ۋە زاك سېپىلىدۇ. ئەگەر يامان خاراكتېرلىك بولسا، داغلىماي ئامال بولمايدۇ.

19 ـ پەسىل زەكەر مايماق بولۇپ قېلىش توغرىسىدا

گۈلسەۋسەن يېغى، مەغىزگۈلى يېغى، قارا كۈنجۈت يېغىغا ئوخشاش يۇمشاتقۇچى ياغلار ۋە ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى، كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى، بۇغا پاچىقىنىڭ يىلىكى، موم ۋە ئۇدخامغا ئوخشاش ھەممىگە مەلۇم بولغان لەتىپلەشتۈرگۈچى ياغلار بىلەن مۇنچىدا ۋە مۇنچىنىڭ سىرتىدا زەكەر ياغلاپ يۇمشىتىلىدۇ ھەم مۇشۇنىڭغا ئوخشاش ياغلار نەيچە بىلەن زەكەر تۆشۈكىگە ماڭغۇزۇلىدۇ ۋە زەكەر رۇسلانغىچە ھەمەل قىلىنىدۇ. زەكەرنى كىچىك تاختايغا تېڭىپ، يۇمشاق قوللۇق بىلەن رۇسلىنىدۇ.

يىگىرمە بىرىنچى پەن

ئاياللار تاناسىل ئەزالىرىنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بۇ پەن تۆت ماقالىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بىرىنچى ماقالە

ئۇرۇق، ھامىلدارلىق ۋە تۇغۇت توغرىسىدا

1 ـ پەسىل بالىياتقۇنىڭ تەشرىھى توغرىسىدا

بىز شۇنداق دەيمىزكى، ئاياللارنىڭ ئەۋلاد قالدۇرۇش ئەزاسى بولغان بالىياتقۇ ئەسلىي يارىتىلىشتا ئەرلەرنىڭ زەكىرى ۋە ئۇرۇقدىنىدىن ئىبارەت ئەۋلاد قالدۇرۇش ئەزاسىغا ئوخشايدۇ، لېكىن ئەرلەرنىڭ سىرتىغا تولۇق چىقىپ تۇرىدۇ. ئاياللارنىڭ ناقىس بولۇپ، ئىچكى قىسمىغا سولانغان بولىدۇ. گويا بالىياتقۇ ئەرلەر زەكىرىنىڭ ئۆرۈلگەن شەكلىگە، ئۇرۇقدان خالتىسى بالىياتقۇ پەردىسىگە، زەكەر بالىياتقۇ بويىنىغا ئوخشايدۇ. ئەرلەرنىڭ ئىككى ئۇرۇقدىنى بولغىنىدەك، ئاياللارنىڭ ئىككى تۇخۇمدىنى بولىدۇ. لېكىن ئەرلەرنىڭ ئۇرۇقدىنى چوڭ، ئۇزۇنچاق بولۇپ، سىرتقا چىقىپ تۇرىدۇ. ئاياللارنىڭ كىچىك ھەم تۇزرەك بولۇپ، پەرجىنىڭ ئىچكى قىسمىدا بالىياتقۇنىڭ ئىككى تەرەپىگە بىردىن ئورۇنلاشقان بولىدۇ. ئىككىسى ھەربىرىگە خاس

بولغان پەردىلەر بىلەن ئايرىلىپ، بىر خالتىدا تۇرمايدۇ. ئىككى تۇخۇمداننىڭ ھەربىرىنىڭ پەردىسى نېرۋىلىقتۇر.

ئەرلەرنىڭ زەكەر تۇۋىدىن ئىبارەت مەنىنى چىقارغۇچى ئەزاسى بىلەن ئىككى ئۇرۇقدان ئارىلىقىدا مەنىي قاچىلىرى بولغىنىدەك ئاياللارنىڭمۇ بالىياتقۇ ئىچىدە مەنىي چىقارغۇچى ئورۇن بىلەن ئىككى تۇخۇمدان ئارىلىقىدا مەنىي قاچىلىرى بولىدۇ. لېكىن ئەرلەرنىڭ مەنىسى ئۇرۇقداندىن باشلىنىپ ئۇستىگە كۆتۈرۈلۈپ، ئۇرۇقدان ئالاقىسى ئاجىزلايدىغان مەزمۇت ئويمانغا تىقىلىپ كىرىدۇ، ئاندىن ئۇ تۆۋەنلەپ چاۋا بىلەن ئورالغان ئەگرى ئىككى نەيچىگە چۈشىدۇ. مەنىي ئىككى نەيچە ئارىسىدىكى ئەگمىلەردىن زەكەر تۇۋىگە كەلگۈچە تولۇق پىشىدۇ. بۇ خىزمەتكە دوۋساق بوينىنىڭ بىر تەرىپىمۇ قاتنىشىدۇ. دوۋساق بوينى ئەرلەردە ئۇزۇن، ئاياللاردا قىسقا بولىدۇ.

ئەمما ئاياللارنىڭ مەنىسى ئىككى تۇخۇمداندىن باشلىنىپ، ئىككى نەيچىگە كۆتۈرۈلگەن بەلدىكى ئوقياسمان ئىككى مۇڭگۈزگە ئوخشايدىغان ئورۇنغا مايىل بولىدۇ. ئىككى تۇخۇم توشۇش نەيچىسىنىڭ ئىككى تەرىپى ئىككى يىرىقتا تۇتىشىپ، جىما قىلغاندا ئارقىمۇئارقا ھەرىكەت قىلىپ، مەنىنى بالىياتقۇنىڭ ئىككى تەرىپىگە تارتىپ، بالىياتقۇ قوبۇل قىلىش ئۈچۈن بالىياتقۇ بوينىنى تۈزلەيدۇ، ئاندىن بالىياتقۇ بوينى كېڭىيىپ، ئېچىلىپ مەنىنى يۇتىدۇ.

بۇ ئىككى نەيچە ئەرلەردىكى ئۇرۇق توشۇش نەيچىسىدىن قىسقىراق بولۇپ، ئەر ۋە ئايالنىڭ نەيچىسى ئوخشاشمايدۇ. ئاياللارنىڭ مەنىي قاچىسى ئىككى تۇخۇمدانغا تۇتىشىدۇ. ئىككى مۇڭگۈزسىمان نەيچە تۇخۇمداندىن چىققان مەنىنى ئۆتكۈزۈپ، مەنىي قاچىسىغا ئېتىپ چىقىرىدۇ. ئۇ ئىككىسى مەنىي ئېتىپ چىقارغۇچى دەپ ئاتىلىدۇ.

ئاياللارنىڭ مەنىي قاچىسى يۇمشاقلىقتا ئۇرۇقدانغا ئوخشاپ كەتكەچكە ئىككى تۇخۇمدانغا تۇتاشقان بولىدۇ. ئىككى تۇخۇمدان پەردە ئىچىدە بولغانلىقتىن ئىككى تۇخۇمدان ۋە ئىككى تۇخۇمدان پەردىسىنى قاتتىق قىلىشقا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ ۋە ئۇزۇن نەيچىگىمۇ ئېھتىياج چۈشمەيدۇ. ئەمما ئەرلەردە مەنىي قاچىلىرىنىڭ ئىككى

ئۇرۇقدانغا تۇتىشىشى ياخشى بولماي، ئىككى ئۇرۇقدانغا ئارىلىشالمايدۇ. ئەگەر ئىككى ئۇرۇقدانغا مەنسي قاچىلىرى ياخشى تۇتىشىپ كەتسە، مەنسي قاچىلىرى قاتتىق بولغانلىقتىن، جىددىي ھەرىكەت قىلغاندا ئىككى ئۇرۇقدانغا زەرەر يېتىدۇ. ئىككىسى ئارىسىدا «ئەفىدرۇمىس» دەپ ئاتىلىدىغان بىر ۋاستە قىلىندى. بۇ، تېۋىپلارنىڭ نەزىرىدە ئېتىپ چىقىرىلغان مەنىنى نەيچىنىڭ ئىچىگە يەتكۈزۈپ بېرىدۇ. بالىياتقۇنىڭ ئىچىدە تاسمىدەك، ئوتتۇرىسى يۇمىلاق نېرۋىلىق بىر چەمبىرەك بولىدۇ ۋە ئۇ چەمبىرەكتە كۆپ ئۆسۈكچىلەر بولىدۇ.

بالىياتقۇ تۆرەلمىگە تەييار بولۇش ۋە ھەيز ئېشىندىلىرىنى ماڭدۇرۇش ئۈچۈن، بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن تومۇرلاردىن شاخلاپ چىققان كۆپ تومۇرلۇق يارىتىلدى. بالىياتقۇ كىندىك تەرەپ، دوۋساق تەرەپ، داس سۆڭىكى ۋە داس سۆڭىكىنىڭ ئۈستى تەرەپلىرىگە كۆپلىگەن كۈچلۈك تارمۇشلار ئومۇرتقىغا باغلاندى، بۇ تارمۇشلار زەنجىرسىماندۇر. نېرۋا ۋە تومۇرلار تەشرىھىدە سۆزلەنگەن نېرۋا ۋە تومۇرلاردىن بالىياتقۇغا تۇتىشىدىغىنى بار. بالىياتقۇ ھامىلدار بولغاندا كۆپ سوزۇلىدىغان، تۇغۇپ بولغاندا يىغىلىپ كىچىكلەيدىغان نېرۋىلىق جەۋھەر قىلىپ يارىتىلدى.

ئىككى ئەمچەكنىڭ ھەجمى تولۇق ئۆسۈپ بولغاندا تولۇقلانغىنىدەك بالىياتقۇ بوشلۇقمۇ تولۇق ئۆسۈپ بولغاندا تولۇق يېتىلگەن بولىدۇ. چۈنكى بالىياتقۇ تولۇق يېتىلىشتىن بۇرۇن ئۇنىڭغا ئېھتىياج چۈشمىگەنلىكتىن بىكار تۇرىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن قىزلارنىڭ بالىياتقۇسى چوكانلارنىڭكىدىن كىچىكرەك بولىدۇ. ئىنسان بالىياتقۇسىنىڭ ئىككى بوشلۇقى بار، ھايۋانلار بالىياتقۇسىنىڭ ئەمچەك تۈگمىسىنىڭ سانىچە بوشلۇقى بار.

بالىياتقۇ دوۋساقنىڭ كەينىگە، ئۈچەينىڭ ئالدىغا جايلاشقانىدۇر. بالىياتقۇنىڭ ئىككى تەرىپىدە يۇمشاق ئورۇن بولۇش ۋە بالىياتقۇ قوغدىنىش ئىچىدە بولۇش ئۈچۈن بالىياتقۇ ئۈستى تەرەپتە دوۋساقتىن ئېشىپ تۇرىدۇ، خۇددى ئاستى تەرەپتە دوۋساق بوينى بالىياتقۇدىن ئېشىپ تۇرغاندەك.

بالىياتقۇنى مۇشۇنداق قوغداشتىكى مەقسەت بالىياتقۇنىڭ ئۆزىگە يۈزلەنگەن

ئەمەس، بەلكى تۆرەلمىگە يۈزلەنگەن بولىدۇ. بۇ قوغداش كىندىككە يېقىن جايدىن جىنسىي يولنىڭ ئاخىرىغىچە بولغان ئارىلىقنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. بۇ، بالىياتقۇ بويىنىدۇر.

ئاياللاردىكى نورمال جىنسىي يولنىڭ ئۈزۈلۈقى ئالتە ئىلكىتىن ئون بىر ئىلىككىچە بولىدۇ. بەزىدە جىما قىلىش ۋە جىما قىلماسلىق ئېتىبارى بىلەن جىنسىي يول ئۈزۈن - قىسقا بولىدۇ. بەزىدە جىنسىي يولنىڭ چوڭ - كىچىكلىكى شۇ ئايال بىلەن جىما قىلىشقا ئادەتلەنگەن كىشىنىڭ زەكىرىنىڭ چوڭ - كىچىكلىكى بىلەن ئوخشاش بولىدۇ. بۇنىڭغا جىنسىي يولنىڭ ئۆزىنىڭ ئۈزۈنلۈقى يېقىنلىشىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇ يۇقىرىقى ئۇچەيگە تېگىشىپ تۇرىدۇ.

بالىياتقۇ ئىككى قەۋەت قىلىپ يارىتىلدى، ئۇنىڭ ئىچكى قىسمى ۋە يىرىك قىسمى تومۇرلۇق بولۇشقا يېقىنراق. بۇ تومۇرلارنىڭ ئېغىزلىرى بالىياتقۇغا چوڭقۇرلاپ كىرىدۇ. بۇ، بالىياتقۇ كاۋاكلىرى دەپ ئاتىلىدۇ.

بۇ تومۇر ئېغىزلىرىغا تۆرەلمە پەردىلىرى تۇتىشىدۇ، تومۇر ئېغىزلىرىدىن ھەيز قېنى ئاقىدۇ ۋە ئۇنىڭدىن تۆرەلمە ئۈزۈقلىنىدۇ. بۇ ئىككى قەۋەتنىڭ سىرتقى تەرىپى نېرۋىلىق بولۇشقا ئەڭ يېقىن. بۇ ھەربىر قەۋەت ئۆزىنىڭ تەبىئىي ئىقتىدارى بىلەن بەزىدە يىغىلىدۇ ۋە كېڭىيىدۇ. سىرتقى قەۋەت يالغۇز بىر قەۋەتتۇر، ئىچكى قەۋەت چاپلاش ئىككى قەۋەت ئەمەس، بەلكى ئۆزئارا قوشنا ئىككى قەۋەتكە ئوخشاش ئىككى قىسمغا بۆلۈنىدۇ. ئەگەر بۇ ئىككى قەۋەتنىڭ سىرتقى قەۋىتى سويۇۋېتىلسە، بىر بالىياتقۇدىن ئەمەس، بەلكى بىر بوينى بار ئىككى بالىياتقۇدىن سويۇلغانىدەك سويۇلىدۇ. بارلىق تالالارنىڭ تۈرلىرى ئىچكى قاتلامدا تېپىلىدۇ.

بالىياتقۇ ھەيز ۋاقتىدا سەمرىگەندەك قېلىنلايدۇ، ھەيزدىن پاكلانغاندا بالىياتقۇ قورۇلۇپ قۇرۇيدۇ. بالىياتقۇ يەنىلا تۆرەلمىنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ يۇمشاقلىشىدۇ ۋە كېڭىيىدۇ. جىما قىلغاندا، بالىياتقۇ تەبىئىي ھالدا مەنىنى سۈمۈرۈشكە ئىنتىلىپ، پەرجە ئېغىزى تەرەپكە سىلجيدۇ. ئەگەر بالىياتقۇ نېرۋىلىق دېيىلسە، بالىياتقۇ مېڭە نېرۋىسىدىن يارىتىلغان دېمەي، بەلكى ئاق، قانسىز، يۇمشاق، سوزۇلىدىغان نېرۋىغا ئوخشايدىغان جەۋھەردىن يارىتىلغان دەيمىز. ھەقىقەتەن بالىياتقۇغا سەزگۈر نېرۋا

مېڭىدىن ئازراق كېلىدۇ. ئەگەر بالياتقۇ بەك نېرۋىلىق بولسا، مېڭىگە بەك شېرىكلەشكەن بولاتتى. بالياتقۇ بوينى مۇسكۇللۇق بولۇپ، ھەممىسى كۆمۈرچەكسىماندۇر، خۇددى بالياتقۇ بوينى شاخ ئۇستىدىكى شاختەك قېلىنلىق ئۇنىڭغا قاتتىقلىق ۋە كۆمۈرچەكلىكنى زىيادە قىلىدۇ. بالياتقۇدا پەرجىنىڭ سىرتقى ئېغىزىغا ئۇدۇل بىر يول بار بولۇپ، بۇ يولدىن مەنىي بالياتقۇغا يېتىدۇ، ھەيز قېنى چىقىدۇ، بالا تۇغۇلىدۇ. ھامىلدارلىق ھالىتىدە بالياتقۇ ئېغىزى سۈرمە تايىقى پاتمىغۇدەك دەرىجىدە تارىيىدۇ، ئاندىن ئاللانىڭ ئىزنى بىلەن بالياتقۇ ئېغىزى كېڭىيىپ بالا چىقىدۇ.

سۈيدۇك يولى ئېغىزى جىنسىي يول ئېغىزىنىڭ ئۈستى تەرىپىدىكى يېقىن ئورۇندا بولىدۇ. بەزى ئاياللاردا جىنسىي يول ئېغىزىنىڭ ئۈستىدە ئوكۇغا مايىلراق، بەزىلەردە سولغا مايىلراق بولىدۇ.

قىزلارنىڭ قىزلىقى بۇزۇلۇشتىن ئىلگىرى جىنسىي يول ئېغىزىدا تومۇرلاردىن ۋە ئىنتايىن نېپىز تالالاردىن توقۇلغان پەردىلەر بولۇپ، بۇ پەردىلەرنىڭ ھەربىر شاخچىسىدىن قىزلىق پەردىسى بۇزۇۋېتىدىغان ۋە ئۇنىڭدىكى قانىنى ئاققۇزۇۋېتىدىغان بىر نەرسە ئۇنىدۇ. بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەنلىرىمىزنىڭ ھەممىسىنى بىلىۋالغايسىز.

2 ـ پەسىل تۆرەلمىنىڭ پەيدا بولۇشى توغرىسىدا

بالياتقۇ مەنىنى ئۆز ئىچىگە ئالغاندا كۆرۈلىدىغان تۇنجى ئەھۋال مەنىنىڭ كۆپۈكسىمان بولۇشىدۇر. بۇ، سۇيۇقتەك كىرگۈزگۈچى قۇۋۇۋەتنىڭ تەسىرىدىن بولىدۇ. ئەمەلىيەتتە شۇ كۆپۈكچىنىڭ ئەھۋالى سۇيۇقتەك كىرگۈزگۈچى قۇۋۇۋەت مەنىدىكى روھىي نەپسانىي، روھىي تەبىئىي، روھىي ھايۋانىيىنىڭ ھەربىرى ئورۇنلىشىدىغان ئورۇنغا ۋە بىز ئۇرۇقلا ئالاقىدار كىتابلاردا روشەن بايان قىلغان يول بىلەن شۇ ئەزا شەكىللىنىدىغان ئورۇنغا قوزغاشتىن ئىبارەتتۇر. شۇڭا يۇيۇرەكنىڭ ئورنىنى تەييارلاش ئۈچۈن بارلىق روھ ھۆللۈكنىڭ ئوتتۇرىسىغا ئىتتىرىلىدۇ، ئاندىن

يۈرەكنىڭ ئوڭ ئۈستى تەرىپىدىن كېڭەيگۈچىگە ئوخشاش ئىككى قېتىم روھ پۈۋلىنىپ، بۇ روھ بىر مۇددەتكىچە يۈرەككە تېگىشىپ تۇرۇپ، ئاندىن يۈرەكتىن يىراقلىشىپ ئايرىلىدۇ. بىرىنچى قېتىملىق پۈۋلەنگەن روھ يۈرەك شەكىللىنىدىغان ئۈيۈل قان ۋە ئوڭ تەرەپتىكسى جىگەر شەكىللىنىدىغان ئۈيۈل قان بولىدۇ. يەنە بىرى ئاققا مايىل قانغا توشۇپ، تارقالغان ھۆللۈكلەرنىڭ سىرتقى يۈزىگە يەللىك پۈۋلەشنىڭ ئۆتكىنىدەك تېشىپ ئۆتىدۇ. بۇنداق بولۇشى بالىياتقۇ، روھ ۋە قان قاتارلىقلارنىڭ ياردىمىگە ئېرىشىپ، كىندىك شەكىللىنىش ئۈچۈندۇر. كىندىك تۇنجى شەكىللىنىپ ئايرىلىدۇ. بىراق يۈرەك، جىگەر ۋە مېڭە قاتارلىقلارغا پۈۋلىنىدىغان روھ كىندىك يارىتىلىشتىن ئىلگىرى بولىدۇ. گەرچە بۇ ئۈچ ئەزانىڭ تولۇق يارىتىلىشى كىندىك جەۋھىرى تولۇق بولۇشتىن كېيىن بولسىمۇ. بۇ بىز تەتقىق قىلىپ بولغان ۋە بۇ ھەقتىكى ئىختىلاپنى تەبىئەت ئىلمىنىڭ ئۇرۇقلا ئالاقىدار كىتابلىرىدا بايان قىلىپ بولغان ئىشلاردۇر.

مەنىي ئورۇنلىشىپ كۆپۈك بولۇپ، كۆپۈك چوڭقۇر قاتلاملارغا ئۆتۈپ يۈرەككە روھ بولغىنىدەك ئىيالنىڭ مەنىيسىنىڭ ئەزنىڭ مەنىيسىگە ھەرىكەت قىلىشىدىن پەردە ھاسىل بولىدۇ. بۇ پەردە ئايرىم تۇرىدۇ، ئاندىن بۇ پەردە ئۇرۇقلۇق سۈمۈرۈش ئۈچۈن پەقەت بالىياتقۇنىڭ ئويمانچاقلىرىغا تۇتىشىدۇ. بۇ پەردە نېپىز بولغان مۇددەتتە تۆرەلمە بۇ پەردە بىلەن ئۇرۇقلىنىدۇ ھەم ئۇرۇقا بولغان ئېھتىياجى ئازراق بولىدۇ. ئەمما پەردە قاتقان بولسا، ئۇرۇقلىنىش ئۇ پەردە تۆشۈكلىرىدە پەيدا بولغان تومۇرسىمان ئوچۇق يوللار ئارقىلىق بولىدۇ. بىر مەزگىلدىن كېيىن ئۇ پەردە بىرقانچە پەردىگە بۆلۈنىدۇ.

تۇنجى شەكىللىنىدىغان ئەزا يۈرەكتۇر. گەرچە بۇقراتتىن تۇخۇمدىكى چۈجىنىڭ ئەھۋالىدىن كۆرۈنگىنى بويىچە دەسلەپتە شەكىللىنىدىغان ئەزا مېڭە ۋە ئىككى كۆز دەپ ھېكايە قىلىنغان بولسىمۇ، لېكىن يۈرەك دەسلەپتە يارىتىلغان ئەزالار ئىچىدە ئاشكارا كۆرۈنۈپ تۇرمايدۇ. تېخى بەزىلەر ئىش ئۇنىڭ ئارزۇسى بويىچە بولىدىغاندەك تۇنجى يارىتىلغان ئەزا جىگەردۇر، چۈنكى بەدەننىڭ تۇنجى خىزمىتى ئوزۇقلىنىش، دېيىشتى.

ئۇلارنىڭ بۇ سۆزى تەجرىبىگە ئاساسلانغاندا خاتادۇر. چۈنكى بۇ ئىشقا ئۇلارنىڭ بۇ سۆزى قىياس بىلەنمۇ خاتادۇر. ئۇ قىياس شۇكى، ئەگەر ئىش ئۇلار ئېيتقانىدەك ئاۋۋال جىگەردىن ئىبارەت ئىلگىرى خىزمەت قىلىدىغان ئەزانى يارىتىشقا ئېھتىياج چۈشسە، شۇنى بىلسۇنكى، ھاياتلىققا تەييارلىقى يوق ھايۋانىي ئەزا (تېنى يارىتىلمىغان ئەزا) تەبىئىي ھارارەت بىلەن ئوزۇقلانمايدۇ. ئەگەر ئىش ئۇلار ئويلىغاندەك بولسا، ئوزۇقلۇق بەرگۈچى ئەزا يارىتىلىشتىن ئىلگىرى تەبىئىي ھارارەت ۋە روھىي ھايۋانىي قوزغىلىدىغان ئەزادىن ئىبارەت يۈرەكنى يارىتىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. سۈرەتكە كىرگۈزگۈچى قۇۋۋەت سۈرەتكە كىرگۈزگەن ھالەتتە ئوزۇقلۇققا موھتاج بولمايدۇ. بىلىنگۈدەك دەرىجىدە زىيان يەتكۈزىدىغان قۇۋۋەت تارقىلىش يۈز بېرىپ، قۇۋۋەتنىڭ ئورنىنى تولدۇرۇشقا ۋە تۇرۇش ئۈچۈن روھىي ھايۋانىي ۋە تەبىئىي ھارارەتكە ئېھتىياج چۈشمىگەنلىكتىن، سۈرەتكە كەلتۈرگۈچى قۇۋۋەت سۈرەتكە كەلتۈرۈش ھالىتىدە بىرەر ئوزۇقلۇققا ئېھتىياجلىق بولمايدۇ. ئەگەر سۈرەتكە كەلتۈرۈش سۈرەتكە كەلتۈرگۈچى قۇۋۋەتكە دادىدىن ھاسىل بولغان دېيىلسە، ئوزۇقلۇق بەرگۈچى قۇۋۋەتمۇ دادا تەرەپتىن سۈرەتكە كىرگۈزگۈچى قۇۋۋەتكە قوشۇلۇپ ھاسىل بولىدۇ. قانداقمۇ شۇنداق بولمىسۇن؟ بۇ، ئاشۇ تۆرەلمىنىڭ مەۋجۇت بولۇشىدىكى ساۋاقلاردۇر.

بىرىنچى ۋە ئىككىنچى ھالەت بالىياتقۇ پەردىسىدە قانسىمان چېكىتىنىڭ كۆرۈنۈشى ۋە قانسىمان چېكىتىنىڭ ئازراق سوزۇلۇشىدۇر. بۇ ھالەتتە مەنىنىڭ كۆپۈكسىمان قىسمى ئازراق قانلىقا ۋە كىندىك شەكلىگە بىلىنگۈدەك تەرىقىدە ئۆزگەرگەن بولىدۇ. ئۇچىنچى ھالەتتە مەنىي ئۇيۇل قانغا ئۆزگىرىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن بىر پارچە گۆشكە ئۆزگىرىدۇ. بۇ ھالەتتە رەئىس ئەزالار سېزىلگۈدەك دەرىجىدە ۋە سېزىلگۈدەك مىقداردا ئاشكارا بولغان بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇ بىر پارچە گۆش يۈرەك ۋە تۇنجى ئەزالار تولۇق شەكىللىنىپ بولغۇچە ئۆزگىرىدۇ ھەمدە ئەزالار بىر - بىرىدىن يىراقلىشىشقا باشلايدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇستۇنكى ئەزالار شەكىللىنىدۇ. قول - پۇتلارنىڭ شەكلى كۆرۈلۈشكە باشلاپ بىر - بىرىدىن تامامەن ئايرىلمىغان بولىدۇ، ئاندىن پۇت - قوللار شەكىللەنگىچە ئۆزگىرىدۇ.

ھەربىر ئۆزگىرىش ياكى ئىككى ئۆزگىرىشنىڭ ئارىسىدا ئۆزگەرمەيدىغان ئېنىق مۇددەت بولىدۇ. شۇنداق بولسىمۇ ئوغۇل ۋە قىزنىڭ تۆرەلمىسىنىڭ ئۆزگىرىش مۇددىتى پەرقلىنىدۇ. قىزلارنىڭ ئۆزگىرىش مۇددىتى ئاستىراق بولىدۇ.

شۇنىڭدىن تەجرىبە ئېلىپ بارغان ۋە سىناق قىلغان كىشىلەرنىڭ ئەمەلىيەتتە زىت بولمىغان كۆزقاراشلىرى بار. چۈنكى بۇلارنىڭ ھەربىرى ئۆزىنىڭ سىنىقىدا كۆرگەن نەرسىلەر بىلەن ھۆكۈم قىلغان. بۇ ھۆكۈم باشقىلار سىناق قىلغان نەرسىنىڭ ئۇنىڭغا قارشى بولۇشىنى توسمايدۇ. چۈنكى ئاشۇنىڭ ھەممىسى كۆپىنچە ئەھۋالدا يۈز بېرىدىغىنىدۇر. كۆپ ساندا بولىدىغىنى كۆپىنچە كىشىلەردە يۈز بېرىدىغىنىغا قارىتىلغاندۇر.

ئەمما كۆپۈكچە مۇددىتى ئالتە ياكى يەتتە كۈندۇر، بۇ كۈنلەردە مەنىيدە سۇيۇقتەك كىرگۈزگۈچى قۇۋۋەت بالىياتقۇدىن يارىدىم ئالماستىن تەسەررۇپ قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بالىياتقۇدىن يارىدىم ئالىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىنكى ئۈچ كۈندە سىزىقلار ۋە چېكىتلەر پەيدا بولۇشقا باشلايدۇ. كۆپۈكلۈك مۇددىتى، سىزىقلار ۋە چېكىتلەر باشلىنىش مۇددىتىنىڭ ئومۇمىيسى توققۇز كۈن بولىدۇ. بەزىدە بىر كۈن بۇرۇن ياكى بىر كۈن كېيىن بولىدۇ، ئاندىن يەنە ئالتە كۈندىن كېيىن، يەنى ھامىلدار بولۇپ، ئون بەش كۈندىن كېيىن قانلىق كۆپۈك ھەممىسىگە ئۆتۈپ، قويۇق قانغا ئۆزگىرىدۇ. بەزىدە بىر كۈن ياكى ئىككى كۈن ئىلگىرى بولىدۇ، شۇنىڭدىن كېيىن ئون ئىككى كۈندە ھۆللۈك، گۆش پارچىلىرى ئايرىلغان ۋە ئۈچ ئەزا ئېنىق ئايرىلغان، بەزىسى بەزىسىگە تېگىپ تۇرۇشتىن ئايرىلغان ۋە يۇلۇن ھۆللۈكى سوزۇلغان ھالەتتىكى گۆشكە ئۆزگىرىدۇ. بەزىدە ئىككى ياكى ئۈچ كۈن ئىلگىرى - كېيىن بولىدۇ. توققۇز كۈندىن كېيىن باش ئىككى مۇرىدىن، قول - پۇتلار قوۋۇرغا ۋە قورساقتىن بەزى تۆرەلمىدە بىلگىلى بولغۇدەك، بەزى تۆرەلمىدە بۇنىڭدىن تۆت كۈن كېيىن، يەنى تولۇق قىرىق كۈن بولغاندا بىلگىلى بولغۇدەك ئايرىلىدۇ. قىسمەن ئەھۋالدا قىرىق بەش كۈندە، ئەڭ ئاز بولغاندا ئوتتۇز كۈندە ئايرىلىدۇ.

دەسلەپكى تەلىماتتا شۇنداق بايان قىلىندىكى، قىرىق كۈندىن كېيىن چۈشۈپ

كەتكەن تۆرەلمە پەردىسىنى يىرتىپ سوغۇق سۇدا قويۇلسا، قول - پۇتلىرى ئايرىلغان كىچىك بىر نەرسە كۆرۈنىدۇ. ئۇغۇل مۇشۇ ئۆزگىرىشلەرنىڭ ھەممىسىدە قىزغا قارىغاندا تېزرەك ئۆزگىرىدۇ. ئوغۇلنىڭ سۈرەتكە كىرىش مۇددىتى ئاز بولغاندا ئوتتۇز كۈن، تۇغۇلۇش مۇددىتى ئاز بولغاندا ئالتە ئاي بولىدۇ. بىز تۇغۇلۇشنىڭ بايانىنى يېقىندا سۆزلەيمىز.

ئۇغۇل ۋە قىزنىڭ مۇددەتلىرىنىڭ تەپسىلاتىنى بەلگىلەش بىر بۆلۈك تېۋىپلار قارىسىغا يېنىكلىك بىلەن ھۆكۈم قىلىدىغان بىر ئىشتۇر.

تۆرەلمىنىڭ تۇنجى نەپەسلىنىشى سېزىلگەندە، تۇنجى بولۇپ سۈرەتكە كىرگۈزگۈچى قۇۋۋەت تەبىئي ھارارەتنىڭ توپلىنىش ئورنى بولغان يۈرەكتە، ئاندىن قالسا چىقىش يوللىرى ۋە ماددا ئۆتۈش يوللىرىدا خىزمەت قىلىدۇ، شۇنىڭدىن كېيىن ئوزۇقلاندۇرغۇچى قۇۋۋەت خىزمەت قىلىشقا باشلايدۇ.

بەزى تېۋىپلارنىڭ قارىشىدا، تۆرەلمە ئېغىزىدىن نەپەس ئالىدۇ، تۆرەلمە بالىياتقۇغا ئورۇنلاشقاندا ئېغىزىدىن كۆپرەك نەپەسلىنىدۇ. بۇنىڭ دەلىلى يوقتۇر. بەزى تېۋىپلارنىڭ قارىشىدا، تۆرەلمە سۈرەتكە كىرىپ، سۈرەتكە كىرگەن مۇددەتنىڭ ئىككى ھەسىسىدە مىدىرلايدۇ. تۇنجى مىدىرلىغاندىن باشلاپ مۇددەت بىر قاتلانسا، ھامىلدارلىقتىن باشلاپ ھامىلە مىدىرلىغچە بولغان ئارىلىق ئۇچ قاتلانسا بالا تۇغۇلىدۇ.

سۈت ھامىلىنىڭ مىدىرلىشى بىلەن پەيدا بولىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، ھامىلىنىڭ سۈرەتكە كىرىشىنىڭ نورمال ۋاقتى تەخمىنەن ئوتتۇز بەش كۈندۇر. ھامىلە يەتمىش كۈندە مىدىرايدۇ. ئىككى يۈز ئون كۈندە يەنى يەتتە ئايدا تۇغۇلىدۇ. بەزىدە بىرنەچچە كۈن ئىلگىرى ياكى كېيىن بولىدۇ. چۈنكى بەزىدە تۆرەلمىنىڭ سۈرەتكە كىرىش مۇددىتىدە ئازراق پەرق بولغاچقا، بالا ئىلگىرى - كېيىن تۇغۇلىدۇ.

كۆپ بولغاندا قىرىق بەش كۈندە سۈرەتكە كىرسە، ئىككى يۈز يەتمىش كۈندە، يەنى توققۇز ئايدا تۇغۇلىدۇ. بەزىدە يۇقىرىدا ئېيتىلغان كۈنلەردە ئوخشىماسلىق يۈز بېرىدۇ. بۇ بىرەر نەرسە بىلەن ئىسپاتلانمايدىغان ھۆكۈمدۇر. سەككىز ئايدا تۇغۇلغان بالا، گەرچە بۇنداق تۇغۇلۇش كۆپ بولمىسىمۇ، تۆۋەندە

سۆزلىنىدىغان سۆزگە ئاساسەن بالا ياشىيالمايدۇ. بۇ بالا يۇقىرىدا بايان قىلىنغان نىسبەت بويىچە تولۇق تاماملىنىپ تۇغۇلغان بولىدۇ. چۈنكى، بۇ بالىنىڭ سۈرەتكە كىرىش مۇددىتى قىرىق كۈن، مىدىرلاش مۇددىتى سەكسەن كۈن بولۇپ، 240 كۈندە تۇغۇلىدۇ.

يۇقىرىدا سۆزلەنگەندەك بۇ مۇددەتلەر بەزىدە كەم، بەزىدە ئارتۇق بولىدۇ. ئۇلار مۇنداق دېدى: ئوتتۇز كۈندىن ئىلگىرى چۈشۈپ كەتكەن ئوغۇل تۆرەلمە، قىرىق كۈندىن ئىلگىرى چۈشۈپ كەتكەن قىز تۆرەلمە تولۇق يېتىلمىگەن بولىدۇ. ئۇلار يەنە مۇنداق دېدى: يەتتە ئايدا تۇغۇلغان بالىغا تۇغۇلۇپ يەتتە ئايدىن كېيىن، توققۇز ئايدا تۇغۇلغان بالىغا تۇغۇلۇپ توققۇز ئايدىن كېيىن، ئون ئايدا تۇغۇلغان بالىغا تۇغۇلۇپ ئون ئايدىن كېيىن كۈچ ۋە قۇۋۋەت پەيدا بولىدۇ. بىز بۇ ماقالىدىن كېيىنكى ماقالىدا ھامىلدارلىق ۋە تۇغۇش مۇددىتى توغرىسىدا سۆزلەيمىز.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ھامىلدار ئاياللاردىكى ھەيز قېنى ئۈچ قىسمىغا بۆلۈنىدۇ. بىر قىسمى بالىغا ئوزۇق بولىدۇ، بىر قىسمى ئەمچەككە ئۆرلەيدۇ، بىر قىسمى نىپاس ۋاقتى كەلگۈچە توختاپ تۇرىدىغان ئارتۇق نەرسە بولۇپ. نىپاس ۋاقتىدا نىپاس بولۇپ چىقىدۇ.

ھامىلىنى ئۈچ پەردە ئوراپ تۇرىدۇ. بىرىنچىسى، بالا ھەمراھى بولۇپ، ئۇ ھامىلنى ئوراپ تۇرغۇچى پەردىدۇر. بۇ پەردىدە ئىككى تومۇرغا تۇتىشىدىغان كۆك قان تومۇر ۋە قىزىل قان تومۇرلار توقۇلىدۇ. ئىككىنچىسى، فەلاس دەپ ئاتىلىدۇ، بۇ لىپاپسىمان پەردىدۇر. بۇنىڭغا تۆرەلمە سۈيدۈكى قۇيۇلىدۇ. ئۈچىنچىسى، ئەنفەس دېيىلىدۇ، بۇ، ھامىلنىڭ تەرى تۆكۈلىدىغان جايدۇر. ھامىلە چوڭ تەرەت چىقىرىشتا باشقا قاچىغا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ. چۈنكى ھامىلە ئوزۇقلانغان نەرسە قاتتىق بولمىغان، پىسىپى بولمىغان سۈيۇق ئوزۇقلۇقتۇر. چوقۇم تۆرەلمىدىن سۈيدۈك ياكى تەر ئايرىلىپ چىقىدۇ. پەردىلەرنىڭ ھاملىگە يېقىنراقى ئۈچىنچى پەردىدۇر. بۇ ئۈچىنچى پەردە تۆرەلمىدە ئورۇنلاشقان ھۆللۈكنى يىغىش ئۈچۈن پەردىلەرنىڭ ئەڭ نېپىزىدۇر. ھامىلە ۋە بالىياتقۇغا ئېغىرلىق سالماسلىق ئۈچۈن ئاشۇ ھۆللۈكنى يىغىشتا پەردىنىڭ كۆتۈرۈپ تۇرۇشىنىڭ پايدىسى باردۇر.

شۇنىڭدەك ھامىلە تېرىسى بىلەن بالىياتقۇ ئارىلىقىنى يىراقلاشتۇرۇشتا پايدىسى بار. چۈنكى قاتتىق پەردە تېگىش بىلەن ھامىلىنى ئاغرىتىدۇ. خۇددى يارا ئۈستىگە يېڭى ئۇنگەن، تېنى قېلىنلاشمىغان تېرىگە بىر نەرسە تەگسە ئاغرىتقانىدەك. ئەمما بۇ پەردىگە سىرتقى تەرەپتىن يېقىن بولغان پەردە لىپاپسىمان پەردىدۇر. چۈنكى ئۇ لىپاپقا ئوخشايدۇ. بۇنىڭغا كىندىكتىن ھامىلىنىڭ سىيىش ئۈچۈن سۈيدۈك يولىدىن بولمىغان بىر نېرۋا ئۆتىدۇ. چۈنكى سۈيدۈك يولى تار بولىدۇ ھەم ئىختىيارىي قويۇپ بېرىدىغان مۇسكۇل ئوراپ تۇرىدۇ، شۇنىڭدەك سۈيدۈك يولىنىڭ ئاخىرىدا ئەگمىلەر باردۇر. بۇنىڭغا ئوخشاش ئەزالار تۇغۇلغاندا ئىشلەيدۇ.

كىندىككە ئۆتىدىغان نېرۋا كەڭرى، باشلىنىش ئورنى تۇزدۇر. ئۇنىڭدا مەخسۇس سۈيدۈك قۇيۇلۇش ئورنى باردۇر. ئەگەر بەدەن سۈيدۈك يولىن ئۇچراشسا، سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكىگە بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ، بۇ ئېنىقتۇر. سۈيدۈك بىلەن تەرنىڭ پەرقى پۇراق ۋە رەڭگىنىڭ قىزىللىقىدا ئاشكاردۇر. ئەگەر ھامىلىدىن چىققان سۈيدۈك بالا ھەمراھىغا ئۇچراشسا، بەزىدە بالا ھەمراھى تومۇرلىرى ئۆز ئىچىگە ئالغان نەرسىلەرنى بۇزۇۋېتىدۇ.

بالا ھەمراھى نېپىز ئىككى پەردىلىك بولۇپ، بۇ ئىككى پەردە ئارىلىقىدا تومۇرلار توقۇلغان بولىدۇ. بۇ تومۇرلارنىڭ ھەربىرى ئۆز تۇرىگە، يەنى قىزىل قان تومۇر قىزىل قان تومۇرلارغا، كۆك قان تومۇر كۆك قان تومۇرلارغا يېتىدۇ. ئەمما ئىككى كۆك قان تومۇر جىگەرگە كىرسە، بىخەتەرەك بولۇش ئۈچۈن ئۆزئارا تومۇر بىرلىشىدۇ ۋە جىگەرنىڭ تېگى تەرىپىدىكى سەپرانىڭ قۇيۇلۇش ئورنىنى قىستاپ قويماسلىق ئۈچۈن جىگەرنىڭ دۆڭچە تەرىپىدىن يىراقلىشىدۇ. ئەمەلىيەتتە بۇ تومۇر جىگەردىن ئۇنۇپ، بالا ھەمراھىدىن كىندىككە چۈشۈپ، كىندىكتە ئىككىگە بۆلۈنۈپ، ئىككى تومۇرغا ئۆزگىرىپ چىقىپ، بالا ھەمراھىدا بالىياتقۇدىكى تومۇرلارنىڭ ئېغىزلىرى تەرەپكە ھەرىكەتلىنىدۇ. بۇ تومۇرلاردا ئىككى ئىش يۈز بېرىدۇ. ئۇنىڭ بىرى، ئۇ تومۇرلار ئۇچراشقان ئېغىزىدا، خۇددى شاخلارنىڭ ئۇچىدەك ئىنچىكىلەيدۇ، يەنە بىرى بۇ تومۇرلار دەسلەپتە بۇ يەردىن باشلاپ قىزىرىدۇ، چۈنكى بۇ تومۇرلار قانىنى بۇ يەردىن ئالغاچقا، بۇ تومۇرلار شۇ يەردىن

باشلانغان دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ. ئەگەر تۆشۈكىنىڭ كەڭرىلىكى ئېتىبارغا ئېلىنسا، ئەسلىي جىگەردىن دەپ گۇمان قىلىنىدۇ. ئەگەر قانغا ئۆزگىرىشى ئېتىبارغا ئېلىنسا، ئەسلىي بالا ھەمراھىدىن دەپ گۇمان قىلىنىدۇ. لېكىن ئالدى بىلەن تۆشۈك ۋە يوللار ئېتىبارغا ئېلىنىدۇ.

ئەمەلىيەتتە بۇ ئۆزگىرىشلەر تۆشۈكنى ئوراپ تۇرغۇچى يۇزەكى قىسمىنىڭ تولۇق ئۆزگىرىشىدۇر. شۇنىڭدەك قىزىل قان تومۇرلار ئىككى قىزىل قان تومۇرغا يىغىلىدۇ. ئەگەر بالا ھەمراھىنىڭ باش تەرىپى تۇتۇپ بېقىلسا، بۇ ئىككى قىزىل قان تومۇرنىڭ دوۋساق ئۈستىگە يۆگەشكەن ھالدا كىندىكتىن ئومۇرتقىدىكى چوڭ قىزىل قان تومۇرغا ئۆتكەنلىكى بىلىنىدۇ. چۈنكى ئومۇرتقىدىكى چوڭ قىزىل قان تومۇر ساغلاملىق ئۈچۈن پەردىلەر بىلەن چىگىتىلغان بولۇپ، بۇ يەردىكى تايىنىش مۇمكىن بولمىغان ئەزالارنىڭ ئەڭ يېقىنراقىدۇر. ئاندىن ئۇ ئىككى تومۇر جانلىقلاردا ھاياتنىڭ ئاخىرىغىچە بۇزۇلماي دائىم تۇرىدىغان قىزىل قان تومۇرغا ئۆتىدۇ. مانا بۇ تېۋىپلارنىڭ ئوچۇق سۆزىدۇر.

ئەمەلىيەتتە ئۇ ئىككى تومۇر ئىككى شاخچە تومۇر بولۇپ، ئۇنىڭ ھەقىقىي ئۇنۇش ئورنى قىزىل قان تومۇردۇر. يۇقىرىدا بايان قىلىنغان قىياسقا ئاساسەن تېۋىپلار ئېيتىدۇكى، مۇساپە ئۇزاق بولغانلىقى ۋە توسقۇچلارنىڭ بولغانلىقىدىن، بۇ ئىككى تومۇر بىرلىشىپ يۇرەكچە سوزۇلۇشقا يارىمايدۇ. بۇ ئىككى تومۇرنىڭ تۇتىشىدىغان ئورۇنغا بولغان مۇساپىسى يېقىن بولغان بولسا بىرلىشىشكە ئېھتىياج چۈشمىگەن بولاتتى.

ئۇلار مۇنداق دەيدۇ: ئۆپكە ۋە يۇرەكتىن ئۆتىدىغان كۆك قان تومۇر ۋە قىزىل قان تومۇرنىڭ بۇ ۋاقىتتا نەپەسلىنىشكە كۆپ مەنپەئەتى بولمىغاچقا، بۇ ئىككىسىنىڭ مەنپەئەتى ئوزۇقلىنىشقا قايتۇرۇلۇپ، ئىككىسىنىڭ بىرىدىن يەنە بىرىگە تۇغۇلغاندا ئېتىلىدىغان ئۆتۈش يولى قىلىندى. ھاملىنىڭ ئۆپكىسى قىزىل بولىدۇ. چۈنكى ھامىلە ئۆپكە ئارقىلىق نەپەسلەنمەي، بەلكى لەتىف (سۇيۇق) قىزىل قان بىلەن ئوزۇقلىنىدۇ. ھاۋانىڭ ئۆپكىگە كىرىشى ئۆپكىنى ئاقارتىدۇ. تېۋىپلار دەيدۇكى، لىپاپسىمان پەردە ئاياللارنىڭ مەنىسىدىن ئازراق، ئەرلەرنىڭ مەنىسىدىن تېخىمۇ

ئازراق يارىتىلىپ، كەڭرىشى مۇمكىن بولماي، هامىله بالىياتقۇنىڭ تېگىگە يېتىش ئۈچۈن ئۇزۇن قىلىندى. لېپاسمان پەردە بارلىق هۆللۈكلەردىن تار كېلىپ، تۆرەلمىدىن سىرغىپ چىققان سۇيۇقلۇقنىڭ قۇيۇلۇشى ئۈچۈن كەڭرى بىر ئورۇننى يالغۇز يارىتىش زۆرۈر بولدى. مانا بۇ ئۇلارنىڭ ئۆزلىرىنى ئىلىملىك دەپ هېسابلىغىنىدۇر. تۆرەلمىنىڭ يۈرىكىگە ئەڭ مىزاج ئىلگىرى كەلسە، ئەڭ مىزاج بارلىق ئەزالارغا قۇيۇلىدۇ. ئۇ تۆرەلمە ئەڭ مىزاج بىلەن دادىسىغا تارتىدۇ.

بەزىدە تۆرەلمىنىڭ ئوغۇل بولۇشىنىڭ سەۋەبى دادىسىنىڭ مىزاجى بولماي، بەلكى بالىياتقۇ ياكى مەنىگە خاس ئىككىلەمچى مىزاجنىڭ هالى بولىدۇ. شۇنىڭدەك دادىسىغا ئەڭ لىكتە ئوخشىغاندا بارلىق ئەزالىرىنىڭ دادىسىغا ئوخشىشى زۆرۈر بولمايدۇ، بەلكى بەزىدە ئانىسىغا ئوخشاپ قالىدۇ. شەخسىي ئوخشاشلىق شەكىلگە ئەگىشىدۇ، ئەڭ لىك شەكىلگە ئەگەشمەي، بەلكى مىزاجغا ئەگىشىدۇ. بەزىدە يالغۇز يۈرەكتە دادىنىڭ مىزاجىغا ئوخشاش مىزاج يۈز بېرىپ ئەزالارغا قۇيۇلىدۇ. ئەمما شەكلى تەييارلىق جەهەتتە قول - پۇتلاردىكى ماددىنى قوبۇل قىلىش ئانىنىڭ شەكلىگە مايىل بولىدۇ. بەزىدە سۈرەتكە كىرگۈزگۈچى قۇۋۋەت مەنىيدىن غالىب كېلىپ، مەنىينى لايىهەلەش جەهەتتىن دادىنىڭ شەكلىدە شەكىللەندۈرىدۇ، لېكىن مىزاج جەهەتتىن ئۇنى دادىنىڭ مىزاجىغا ئوخشاش قىلىشتىن ئاجىز كېلىدۇ.

بىر قىسىم ئالىملار مۇنداق دېدى (ئۇلار دۇرۇسلۇق هۆكۈمىدىن يىراقلاشمىدى): ئوخشاشلىق سەۋەبلىرىدىن بىرى، تۆرەلمە ئايال ياكى ئەرنىڭ خىيالىدا شەكلى ئورۇنلىشىپ كەتكەن ئادەمنىڭ سۈرىتىدە شەكىللىنىدۇ.

ئەمما بوي تۇرقىدىكى سەۋەب، بەزىدە بوي تۇرقىدىكى نۇقسان دەسلەپتىكى ماددىنىڭ ئازلىقى جەهەتتىن ياكى شەكىللىنىۋاتقاندىكى ئوزۇقلۇقنىڭ يېتىشمەسلىكى جەهەتتىن ياكى بالىياتقۇنىڭ كىچىكلىكىدىن، تۆرەلمە بالىياتقۇدا چوڭىيىدىغان ئورۇن تاپالمىغانلىقى جەهەتتىن بولىدۇ. خۇددى توك مېۋىلەرنى توك پېتى قاپقا سېلىپ قويسا، پىشقاندا چوڭىيالمىغاندەك.

قوشكېزەك بولۇشنىڭ سەۋەبى مەنىينىڭ كۆپ بولۇشى بولۇپ، بالىياتقۇنىڭ ئىككى بۇلۇڭنىڭ هەربىرىگە توشقۇدەك دەرىجىدە مەنىينىڭ قۇيۇلۇشىدۇر. بەزىدە

بالىياتقۇنىڭ سۈمۈرۈش ھەرىكىتى ئوخشاش بولمىغاندا، ئەر - ئايالنىڭ مەنپىسىنىڭ ئېتىلىپ چىقىشى ئوخشاش بولمايدۇ. چۈنكى بالىياتقۇ مەنپىنى سۈمۈرگەندە كەلسە بالىياتقۇدا ئارقىمۇئارقا ھەرىكەتلەر يۈز بېرىدۇ، خۇددى تاماقنى بىر لوقما - بىر لوقمدىن يېگەندەك ياكى بېلىقلار ئارقىمۇئارقا تىنغاندەك. چۈنكى ئارقىمۇئارقا ھەرىكەت مەنپىنى بالىياتقۇنىڭ تېگىگە بىر نەچچە قېتىم ئىتتىرىدۇ. ھەر قېتىملىق ئىتتىرىشتا بالىياتقۇ ئەر - ئايالنىڭ مەنپىسىنى بىرلەشتۈرۈشنى تەلەپ قىلغانلىقتىن، مەنپي سىرتقى تەرەپتىن تارتىلىدۇ. مانا بۇ جىسما قىلغان ئەر - ئايال تەڭ يۇقىرى پەللىگە يەتكەندە سېزىدىغان بىر ئىشتۇر ھەم بۇنى ئۇلارنىڭ ئۆزىمۇ بىلەلەيدۇ.

ئاشۇ ئىتتىرىش ۋە تارتىشلار نوقۇل بولماي، بەلكى ھەرىكەتلىك بولىدۇ، خۇددى ھەربىرى بىرنەچچە ھەرىكەتلەرتتىن مۇرەككەپ بولغاندەك، لېكىن بۇ ئىتتىرىلىش ۋە سۈمۈرۈشلەر بىرنەچچە قېتىم ھەرىكەتلەنگەندە تولۇق بولىدۇ. بەلكى ھەر قېتىملىق ھەرىكەتتىن كېيىن ئازراق پەسىيىش بولىدۇ. ئاندىن زەكەرنىڭ مەنپىنى ئىتتىرىپ چىقىرىش ئارىلىقىدىكى پەسىيىشكە ئوخشاش پەسىيىش بولىدۇ. مەنپي ھەرىكەت قىلغاندا پەسىيىش بولىدۇ. ئىككىنچى قېتىم ھەرىكەت قىلغاندا كۈچسىزرەك، ھەرىكەت قىلىش سانى ئازراق بولىدۇ. بەزىدە مەنپىنىڭ ھەرىكەت قىلىشى ئۇچ ياكى تۆت قېتىمدىن يۇقىرىراق بولىدۇ. شۇڭا ئاياللارنىڭ لەززەتلىنىشى ھەسسىلەپ ئاشىدۇ. چۈنكى ئاياللار ئۆزىنىڭ مەنپىسىنىڭ قوزغىلىشىدىن ۋە بالىياتقۇسدا ئەرنىڭ مەنپىسىنىڭ بالىياتقۇ تېگىگە قاراپ ھەرىكەتلىنىشىدىن ھەمدە ئاياللار بالىياتقۇدا يۈز بېرىدىغان ھەرىكەتنىڭ ئۆزىدىن لەززەتلىنىدۇ. ئايالارنىڭ لەززەتلىنىشى ئەرلەرنىڭ ئىنزال بولۇشىغا قاراشلىق، خۇددى ئەردە ئىنزال بولمىسا، ئايال ئۆزىنىڭ ئىنزال بولۇشى بىلەن لەززەتلىنەلمەيدىغاندەك. ئەگەر ئەردە ئىنزال بولۇپ، بۇ ئىنزال ئايالنىڭ بالىياتقۇسدا ھەرىكەت پەيدا قىلالمسا، بۇنىڭدىن ئايال ئارام تاپمايدۇ. چۈنكى ئاياللار ئەرلەرنىڭ مەنىسى قوزغىلىشتىن بۇرۇن قىچىشىش ۋە ۋەدى سۈيۇقلۇقنىڭ غىدىقلىنىشىدىن ئاز لەززەتلەنگەندەك لەززەتلىنىدۇ، دېگەن سۆزى توغرا ئەمەستۇر.

بەزى ئەرلەرنىڭ مەنىسى بالىياتقۇغا تۆكۈلسە، خۇددى قاينىۋاتقان قازانغا

سوغۇق سۇ قۇيغاندەك بالىياتقۇنىڭ ھارارىتىنى ئۆچۈرۈپ، يالقۇنجىشنى توختىتىدۇ، دېگەن سۆزنى توغرا ئەمەستۇر. چۈنكى بۇ ئايال مەنىي چىقارغاندا ۋە بالياتقۇ ئەزنىڭ مەنىسىنى ئۆز پېتى يۇتقاندا بىز يۇقىرىدا بايان قىلغان يول بىلەن بولىدۇ. باشقا ۋاقىتتا مەنىي تىلغا ئالغۇدەك كۆچلۈك بولمايدۇ. بەزىدە ئايالنىڭ مەنىسى ئەزنىڭ مەنىي چىقىرىشىغا ئۇدۇل كېلىپ، ئىككىسى ئارىلىشىپ ۋە بۇنىڭغا بىرقانچە قېتىم مەنىي چىقىرىش ئەگىشىپ، ئاندىن ئايال بىرنەچچە كېزەككە ھامىلدار بولىدۇ. چۈنكى ھەربىر ئارىلىشىش ئۆز ئالدىغا ئايرىلىدۇ. بەزىدە ئىككى مەنىنىڭ ئارىلىشىشى بىللە بولۇپ ئاندىن ئايرىلىدۇ. يەل سەۋەبىدىن ياكى ھەرىكەتلىنىش سەۋەبىدىن ياكى ئۇنىڭدىن باشقا ئايرىغۇچى سەۋەبلەردىن تۇخۇمغا باشتا كىرگىنى ئايرىلىپ، ھەربىرى ئۆز ئالدىغا ئايرىلىدۇ. بەزىدە تولۇق شەكىللەنمىگەن ۋە جان كىرمىگەن چوڭ بىر پارچە گۆش بىر قاپتا شەكىللىنىپ، پەردە كېڭەيگەندىن كېيىن ئىككىگە بۆلۈنىدۇ. بەزىدە پەردە كېڭىيىشتىن بۇرۇن ئىككىگە بۆلۈنىدۇ. مۇشۇنىڭغا ئوخشاشلىرى بەك ئاز مۇۋەپپەقىيەت قازىنالايدۇ. مۇۋەپپەقىيەت قازىنالايدىغىنى ئەسلىدىنلا ئايرىلىپ چۈشكەن ئۇرۇقتۇر. ئۇرۇق تەنھا ھالدا ئۇكچىگە ئوخشاش ئىككى مۇڭگۈزسىمان ئۆسۈكچىدىن كەلگەن ئاياللارنىڭ تۇخۇمى بىلەن ئۇچراشمىغۇچە تۆت تەرەپكە يەتمىگەن ۋە بالياتقۇنى توشقۇزمىغان ھالەتتە ئاز بولىدۇ.

ئىككى مەنىي ئارىلاشقاندەك قايناش بولىدۇ. كۆپۈش ۋە بىرىنچى پەردە شەكىللىنىدۇ. بارلىق ئۇرۇق بۇ ۋاقىتتا ئىككى مۇڭگۈزسىمان ئۆسۈكچىگە ئېسىلىپ، بۇ يەردە ئۇرۇق، ھەيز قېنىدىن ۋە بالا پەيدا بولىدىغان پەردىگە تۇتىشىدىغان كاۋاكچىلاردىن ئوزۇق ئالغانغا قەدەر قۇۋۋەت ئالىدۇ.

جالنۇسنىڭ قارىشىدا، ئايالنىڭ مەنىسى ئەزنىڭ مەنىسى قۇيۇلىدىغان جايغا قۇيۇلغاندا ئايالنىڭ مەنىسىدىن شەكىللىنىدىغان سۇۋالمىغا ئوخشاش بىر پەردە ئايالنىڭ مەنىسىدىن ئەزنىڭ مەنىسىگە ئارىلاشتۇرمىسىمۇ ئارىلىشىدىغان ۋاقىت كەلگەندە ئارىلىشىۋېرىدۇ. بەزىدە بالياتقۇ مەنىي ئۇستىگە مەنىي قوبۇل قىلىپ ئاندىن قوشكېزەك تۇغۇلىدۇ.

ئەمما بالا چوقۇم بالىنىڭ ئەزالىرى تولۇق يېتىلىپ بولۇپ، بالا ھەمراھى بالىغا يەتكۈزۈپ بېرىدىغان قان ۋە ھاۋائى نەسىمى يېتەرلىك قالمىغاندا تۇغۇلىدۇ. بالا بۇ چاغدا، يەنى يەتتە ئايلىق بولۇپ، قۇۋۋىتى تولۇقلانغاندا چىقىشقا ھەرىكەتلىنىدۇ. ئەگەر ھامىلە ئاجىز بولسا، بۇ ھامىلىگە توققۇزىنچى ئېيىغچە قۇۋۋىتى ئەسلىگە كەلمەيدىغان ئاجىزلىق يەتكەن بولىدۇ. ئەگەر بالا سەككىز ئايلىقتا تۇغۇلسا، تۇغدۇرغۇچى قۇۋۋەتتىن قوزغالماي، بەلكى بىئارام قىلغۇچى ئاجىز باشقا قوزغىغۇچى سەۋەبتىن قوزغالغان بولۇپ، ئاجىز ھالەتتە تۇغۇلىدۇ.

بالىنىڭ تۇغۇلۇشى ھۆل پەردىلەرنىڭ يېرىلىشى، ئۇ پەردە ھۆللۈكلىرىنىڭ قۇيۇلۇشى ۋە ئۇ ھۆللۈكلەرنىڭ بالىنى تېيىلدۇرۇشى بىلەن تولۇق بولىدۇ. بالىنىڭ بالياتقۇدىن ئايرىلىشى ئاسان بولۇش ئۈچۈن تەبئىي تۇغۇتتا بالىنىڭ بېشى تۆۋەندە بولىدۇ.

بالا پۈتچىلاپ كېلىش بالا ئاجىز بولۇپ، ئۆرۈلۈشكە قادىر بولالمىغانلىقىدىن بولىدۇ. بۇ خەتەرلىك بولۇپ، كۆپىنچە بالا مۇۋەپپەقىيەتلىك تۇغۇلمايدۇ.

بالا تۇغۇلۇشقا ھەرىكەت قىلىشتىن ئىلگىرى يۈزى بىلەن ئىككى پۈتىغا، ئىككى ئالقىنى بىلەن ئىككى تىزىغا تايىنىدۇ. بالىنىڭ بۇرنى ئىككى تىزىنىڭ ئارىسىدا، ئىككى كۆزى ئىككى تىزىنىڭ ئۈدۈلىدا بولىدۇ. بالا ئىككى تىزىنى ئالدىغا يىغقان بولىدۇ. يۇرىكىنى قوغداش ئۈچۈن بوينى ۋە يۈزىنى ئانىسىنىڭ بېلىگە يۆلەپ تۇرىدۇ. بۇ ھالەتتە تۇرۇش ئۆرۈلۈشكە ئەڭ مۇۋاپىقتۇر.

بىر بۆلۈك تېۋىپلار مۇنداق دېدى: يۇقىرىقى ھالەت ئوغۇل بالىنىڭ تۇرۇش ھالىتىدۇر. قىزنىڭ يۈزىنىڭ تۇرۇش ھالىتى يۇقىرىقى ھالەتنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ.

بالىنىڭ ئۆرۈلۈشىگە بالىنىڭ ئۇستۈنكى ئەزالىرىنىڭ ئېغىرلىقى، بولۇپمۇ باشنىڭ ئېغىرلىقى ياردەم بېرىدۇ. ئەگەر بالا بالياتقۇدىن ئاجرىسا، بالياتقۇ مۆلچەرلىگۈسىز ئېچىلىدۇ ھەمدە بوغۇملار ئاجرايدۇ.

ئاللا پەزىلىتى، مەرھەمىتى بىلەن ياردەم قىلىپ، بوغۇملارنى ئاجراشقا تەييارلىغان. تۇغۇپ بولغاندىن كېيىن ئاز مۇددەتتە بوغۇملار تەبئىي تۇتاش ھالىتىگە قايتىدۇ. بۇ تەبئىي قۇۋۋەت ۋە سۈرەتكە كىرگۈزگۈچى قۇۋۋەتنىڭ

خىزمەتلىرىنىڭ بىرىدۇر، بولۇپمۇ بۇ، ھاملىنىڭ ئۆسۈشى بىلەن ئۈزلۈكسىز ھاسىل بولۇپ، سېزىلمەيدىغان تەيىارلىق ئۇچۇن ياراتقۇچى ئاللاغا ئالاقدار بولغان بىر ئىشتۇر ۋە بۇ ئاللانىڭ سىرىدىندۇر. ھەقىقىي ئىگىمىز ئاللا بۇيۇكتۇر، ئەڭ گۈزەل ياراتقۇچى ئاللا پەزىلەتلىكتۇر.

بۇنىڭ ھاسلاتى شۇكى، بالىنىڭ تەبىئىي تۇغۇلۇشىنىڭ سەۋەبى بالىنىڭ ھاۋاغا ۋە ئوزۇقلۇققا ئېھتىياجلىق بولۇشىدۇر.

كەڭرى ئوروۇن كەڭرى ھاۋا ۋە مول ئوزۇقنى تەلەپ قىلىش ئۈچۇن بالا قۇۋۇتى ئويغانغاندا، تارلىقتىن، ھاۋانىڭ ئازلىقىدىن ۋە ئوزۇقلۇقنىڭ كەملىكىدىن قېچىپ تۇغۇلۇشقا ئىنتىلىدۇ. ئەگەر بالا تۇغۇلسا ئۇيقۇ ۋە ئويغاقلىق ھاسىل بولمايدۇ. ئەگەر بالىدا ئۇيقۇ ۋە ئويغاقلىق ھاسىل بولسا، بالا قىرىق كۈندىن كېيىن كۈلىدۇ.

3 ـ پەسىل بالياتقۇ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بالياتقۇدا مىزاجى كېسەللىك، ئەزا خاراكتېرلىك كېسەللىك ۋە شېرىكىي كېسەللىكلەرنىڭ ھەممىسى يۈز بېرىدۇ ھەمدە ھاملىدارلىققا ئائىت كېسەللىكلەردىن يۈز بېرىدۇ. بويىدا قالماسلىق، بويىدىن ئاجراش ياكى بالا چۈشۈپ كەتمەي، بەلكى قىينىلىپ بالياتقۇدا ئۆلۈپ قېلىش يۈز بېرىدۇ ۋە ھەيز كەلمەسلىك ياكى ھەيز ئاز كېلىش ياكى ناچار كېلىش ياكى ئۆز ۋاقتىدا كەلمەسلىك ياكى ھەيز قېنى كۆپ كېلىش قاتارلىق ھەيزگە ئائىت كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ ۋە بالياتقۇغا خاس كېسەللىكلەر ۋە شېرىكىي كېسەللىكلەر، يەنى بالياتقۇ باشقا ئەزالارغا شېرىكلىشىپ بولىدىغان كېسەللىكلەر بولىدۇ، خۇددى بالياتقۇ بوينى بوغۇلۇش كېسەللىكىدە بولغىنىدەك. ئەگەر بالياتقۇدا كېسەللىك كۆپ بولسا، جىگەر ئاجىزلاپ، جىگەر سەۋەبلىك ئىستىسقا بولۇشقا باشلىنىدۇ.

4 ـ پەسىل بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقىنىڭ ئالامەتلىرى: بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ ئىسسىق بولۇشى ۋە ھەيزىنىڭ ئازلىقىدۇر. بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ ئىسسىقلىقىنى بەدەننىڭ شېرىكچىلىكى كۆرسىتىپ بېرىدۇ، ھەيزىنىڭ ئازلىقىنى ھەيز قېنىنىڭ رەڭگى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. بولۇپمۇ زىغىر تالاسىدىن قىلىنغان رەختنى بىر كېچە پەرجىدە قويۇپ، ئاندىن سايىدا قۇرۇتۇپ قارىغاندا، ئۇنىڭ قىزىل ياكى سېرىق ئىكەنلىكى كۆرۈنسە. قىزىل كۆرۈنۈشى ھارارەتنى، سېرىق كۆرۈنۈشى سەپرا ياكى قان خىلتىنى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. قارا ياكى ئاق كۆرۈنسە، يۇقىرىقىنىڭ ئەكسىنى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. لېكىن ئوفۇنەتلەنگەن قۇرۇقلۇق بىلەن بولغان قارىلىق ھارارەتنى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. ئاشۇنىڭدىن باشقىسى بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىنى كۆرسىتىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقىغا جىگەر ساھەسىنىڭ ئاغرىشى، بالىياتقۇدا پەيدا بولىدىغان يارا، يىرىڭلىق ئىششىقلار ۋە ئىيالىنىڭ ئىككى لېۋىنىڭ قۇرۇشى، چېچىنىڭ كۆپ بولۇشى ۋە ئاق خۇننىڭ كۆپىنچە رەڭلىك كېلىشى، تومۇرنىڭ تېز سوقۇشى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ.

5 ـ پەسىل بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىغا ھەيزىنىڭ تۇتۇلۇشى ياكى سۇيۇق بولۇشى ياكى ئاز بولۇشى ياكى ئاق بولۇشى ياكى بەك قارا بولۇشى ۋە بەلىنىڭ ئۇزۇن بولۇشى، ئىلگىرى قويۇق ياكى سوغۇق غىزالارنى يېگەنلىكى ۋە ئىلگىرى كۆپ جىما قىلغانلىقى، بالىياتقۇنىڭ يۇقىرىقى قىسمىنىڭ سېزىمىنىڭ تۆۋەن بولۇشى، ئەۋرەت

تۇكلىرىنىڭ ئاز بولۇشى، سۈيدۈك رەڭلىك بولۇشىنىڭ ئاز بولۇشى ۋە رەڭگىنىڭ بۇزۇلۇشى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ.

6 ـ پەسىل بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ھۆللۈكىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ھۆللۈكىگە ھەيزىنىڭ سۈيۇق بولۇشى، ئاق خۇننىڭ كۆپ كېلىشى، تۆرەلمىنىڭ چوڭىيىپ چۈشۈپ كېتىشى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ.

7 ـ پەسىل بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقىغا پەرجىنىڭ قۇرۇق بولۇشى، ئاق خۇننىڭ ئاز كېلىشى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ.

8 ـ پەسىل تۇغماسلىق ۋە تەستە بويدا قېلىش توغرىسىدا

تۇغماسلىقنىڭ سەۋەبى ئەرنىڭ مەنىسىدە ياكى ئايالنىڭ مەنىسىدە ياكى بالىياتقۇ ئەزالىرى ياكى زەكەر ئەزالىرى ۋە مەنىي ئەزالىرىدا بولىدۇ ياكى غەم ـ قايغۇ، قورقۇش، باش ئاغرىقلىرى، ھەزىم ئاجىزلاش ۋە تاماق سىڭمەسلىكە ئوخشاش مەركىزىي ئەزالاردا بولىدۇ ياكى تاسادىپىي خاتالىقتىن بولىدۇ.

مەنىيدە بولىدىغان سەۋەب، مەسىلەن: مەنىنىڭ بالا پەيدا قىلىش قۇۋۋىتىگە قارشى ئىسسىقتىن بولغان مىزاج بۇزۇلۇش ياكى تەبىئىي سوغۇقلۇقتىن بولغان مىزاج بۇزۇلۇش ياكى سوغۇقلۇق ۋە ئۇزۇن مۇددەت سۈيدۈك توسۇلۇپ قېلىش ۋە

سۈيدۈك تۇتۇلۇپ قېلىشتىن مىزاج بۇزۇلۇش ياكى ھۆللۈكتىن ياكى قۇرۇقلۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇش قاتارلىقلاردۇر. مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبى ماس كەلمەيدىغان غىزالاردۇر ۋە يەنە چۈچۈمەل غىزالاردۇر. چۈنكى چۈچۈمەل نەرسىلەر سوغۇقلۇق ۋە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدىغان نەرسىلەر قاتارىدىندۇر.

بەزىدە مەنىدىكى سەۋەب مەنىنىڭ بالا پەيدا قىلىشىنى توسۇدىغان دەرىجىدە مىزاج بۇزۇلۇش بولماستىن، بەلكى بالا بولۇشنى قىينىلاشتۇرىدىغان ياكى بالىياتقۇغا كېلىدىغان بالىنىڭ ئوزۇقىنى بۇزۇپ قويىدىغان مىزاج بۇزۇلۇش بولىدۇ. بەزىدە مەنىدىكى سەۋەب ئەرنىڭ مەنىسىنىڭ ئەرنىڭ مەنىسىنى قوبۇل قىلىشقا تەييار تۇرىدىغان ئايالنىڭ مەنىسىدىكى تۇخۇمغا قارشى تەسىر قىلىشىدۇر ياكى ئىككى خىل يولنىڭ بىرىدە ئورتاقلىشىپ بالا بولمايدۇ. ئەگەر ئەر - ئاياللار جورىسىنى ئالماشتۇرسا بالا بولۇشى مۇمكىن.

بەزىدە ئەر ۋە ئايالنىڭ ھەربىرىدىكى مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن ئەر - ئايال مەنىسىنىڭ بىر - بىرىگە قارىمۇقارشى بولۇشى يەنە بىرىنى نورماللاشتۇرماي، بەلكى ئۇنىڭدا مەنىنىڭ بۇزۇلۇشىنى زىيادە قىلىدۇ. ئەگەر ئەر ۋە ئايال ئىككىلىسى جورىسىنى ئالماشتۇرسا، ھەربىرى قارىمۇ قارشىلىق بىلەن مەنىنى نورماللاشتۇرىدىغان ئامىلغا ئۇچراپ، ئىككىيلەننىڭ مەنىسى نورماللىشىدۇ. بالاغەتكە يەتمىگەنلەرنىڭ مەنىسى، مەستىنىڭ مەنىسى، تاماق سىڭمەسلىككە گىرىپتار بولغان كىشىنىڭ مەنىسى، ياشانغانلارنىڭ مەنىسى، جىمانى كۆپ قىلغان كىشىنىڭ مەنىسى، بەدىنى ساغلام بولمىغان كىشىلەرنىڭ مەنىسى بالا بولمايدىغان مەنىي قاتارىدىندۇر. چۈنكى مەنىي ھەربىر ئەزادىن كېلىدۇ. بۇقراتنىڭ دېگىنىگە ئاساسەن ساغلام كىشىدىن ساغلام مەنىي كېلىدۇ. كېسەل كىشىدىن كېسەل مەنىي كېلىدۇ. جەزمەن ئۇلار مۇنداق دېدى: ئەرنىڭ مەنىسىنى بۇزىدىغان سەۋەبلەرنىڭ بىرسى بالاغەتكە يەتمىگەن قىزلار بىلەن جىما قىلىش. بۇ، مەنىنى بۇزىدىغان مەخسۇس ئەھۋاللارنىڭ ئورنىدا تۇرىدۇ. بالىياتقۇدىكى سەۋەبتىن بولغان، مەنىنى بۇزىدىغان بالىياتقۇ مىزاجنىڭ بۇزۇلغانلىقىدىن بولىدۇ. ئۇنىڭ كۆپىنچىسى مەنىنى سوۋۇتىدىغان سوغۇقتۇر، خۇددى سوغۇق سۇنى سوۋۇتىدىغان نەرسىلەر بىلەن

قوشۇپ ئىچكەن ئايالالاردا يۇز بەرگەندەك. شۇنىڭغا ئوخشاش بۇنداق ئەھۋال ئەرلەردىمۇ بولىدۇ. بەزىدە سوغۇقلۇق ھەيز قانلىرىنىڭ لەختىلىرىنى ئۆزگەرتىۋېتىدۇ، بەزىدە ھەيز تۆشۈكلىرىنى تارايتىپ، ھەيز قېنى تۆرەلمىگە تۆكۈلمەيدۇ.

بەزىدە مىزاج بۇزۇلۇش ماددا ياكى ھۆللۈكلەر بىلەن بولۇپ، سوغۇقلۇقنىڭ ماددا ۋە ھۆللۈكلەرگە ئارىلاشقانلىقىدىن مەنىنى بۇزىدۇ ياكى بۇزۇلغان مىزاج ئۇرۇقنى قۇرۇتىۋېتىدۇ ياكى پارچىلىۋېتىدۇ ياكى ھۆل قىلىۋېتىدۇ ياكى تۇتقۇچى قۇۋۇەتنى زەئىپلەشتۈرۈپ، مەنىنى تېيىلدۇرۇۋېتىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال كۆپ ئۇچرايدۇ ياكى بالىياتقۇ مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى ئۇرۇقنى تارتىدىغان قۇۋۇەتنى ئاجىزلاشتۇرۇپ، مەنىنى كۆچلۈك تارتمايدۇ. ئىسسىقلىقتىن ياكى قۇرۇقلۇقتىن ياكى سوغۇقلۇقتىن بالىياتقۇنىڭ ئۇزۇقلۇق يوللىرىنى تارايتىۋېتىدۇ ياكى بالىنىڭ ئۇزۇقنى بۇزىدۇ ياكى بەك قۇرۇقلۇقتىن ياكى سوغۇقلۇقتىن ياكى ياڭغا گۆش ئۇنۇشتىن ياكى سۆگەلسىمان ئۆسمىدىن بالىياتقۇ يىغىلىپ قالغاچقا ياكى بالىياتقۇنى كونترول قىلىۋېلىپ، ئوزۇقلۇق ئۆتۈش ئېغىزىنى بۇزۇپ قويىدىغان قۇرغاقلىق بولغاچقا، ئوزۇقلۇقنىڭ ھامىلگە يېتىپ بېرىشىغا توسقۇنلۇق قىلىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇ قۇرۇقلۇقتىن قۇرۇق تېرىگە ئوخشاپ قېلىش دەرىجىسىگە يېتىدۇ ياكى سوغۇق، ھۆل بالىياتقۇدا ئەرنىڭ مەنىسىدە زەي يەرگە سىلىنغان ئۇرۇقتا يۇز بەرگەن ئۇنۇمەسلىك ئەھۋالى يۇز بېرىدۇ. ئىسسىق، قۇرۇق مىزاجلىق بالىياتقۇدا ھاك چېچىلغان زېمىنغا سىلىنغان ئۇرۇقتەك ئۇنۇمەسلىك يۇز بېرىدۇ.

تۇغماسلىق ماددىنىڭ ئۇزۇلۇپ قالغانلىقىدىن بولىدۇ، ئۇ بولسا ھەيز قېنىدۇر. بۇ، بالىياتقۇ ماددىنى تارتىشتىن ۋە يەتكۈزۈشتىن ئاجىز كەلگەندە بولىدۇ. تۇغماسلىقنىڭ سەۋەبى بالىياتقۇنىڭ سىڭايان بولۇپ قالغانلىقى ياكى بالىياتقۇنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىپ قالغانلىقىنىڭ توسالغۇ بولغانلىقى ياكى توسالغۇ ياكى قاتتىقلىق ياكى سۆگەلسىمان ئۆسمە ياكى سۆگەلسىمان بولمىغان ئۆسمە ياكى يارا ئېغىزى پۈتۈش ياكى قورۇغۇچى سوغۇقلۇق ۋە ئۇنىڭدىن باشقا توسالغۇ سەۋەبلىرىنىڭ بىرەرسىدىن ھامىلدار بولۇشتىن بۇرۇن توسالغۇ بولۇپ، بالىياتقۇ ئېغىزى

يغملىۋالغانلىقتىن مەنىي ئۆتەلمەيدۇ ياكى ئاجىز ئۆتىدۇ ياكى ھاملىدارلىقتىن كېيىن بالياتقۇ يىغىلىپ ئۇرۇقنى تۆتۈپ تۇرالمايدۇ ياكى چاۋا ياغنىڭ كۆپلۈكى مەنىنى تېيىلدۇرۇۋېتىدۇ. بەزىدە تۇغماسلىق ئومۇمىي بەدەننىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن بولىدۇ. بەزىدە مەخسۇس بالياتقۇدىكى سەۋەبتىن ۋە سېرىقئەت سەۋەبىدىن ياكى يالغۇز بالياتقۇدىكى سەۋەبتىن بولىدۇ. ئەگەر سېرىقئەتنىڭ چاۋىسى كۆپ بولسا، مەنىنى سۇيۇق چىقىرىۋېتىدۇ ياكى تۇغماسلىق بەدەننىڭ بەك ئورۇقلۇقىدىن ياكى بالياتقۇدىكى ئورۇقلۇق ياكى بالياتقۇدىكى ئىشىش، ياراق، بالياتقۇ بوۋاسىرى ۋە مەنىنىڭ ئۆتۈشنى توسىدىغان ئۆسمە، بالياتقۇدىكى بىرەر كېسەللىكتىن بولىدۇ.

بەزىدە جىنسىي يول ئېغىزىدا زەكەرگە ئوخشاش قاتتىق بىر نەرسە بولۇپ، زەكەرنىڭ ۋە مەنىنىڭ كىرىشىنى توسىدۇ ياكى بالياتقۇ يارىلىرىنىڭ ئېغىزى پۈتۈپ بالياتقۇنى توشقۇزۇۋېتىپ، ھەيز قانلىرى تومۇرلىرىنىڭ ئېغىزىنى توسۇۋالىدۇ ياكى بالياتقۇ ئېغىزىنى يىرىكلەشتۈرۈۋېتىش سەۋەبىدىن تۇغماسلىق كېلىپ چىقىدۇ. تۇغماسلىقنىڭ نەسىل قالدۇرۇش ئەزالىرىدىكى سەۋەبى مەنىي قاچىلىرىنىڭ ئاجىزلىقى ياكى مەنىي قاچىلىرى مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدۇر، خۇددى قۇلقىنىڭ ئارقىسىدىكى كۆك قان تومۇر كېسىلگەن كىشىگە ئوخشاش ياكى دوۋساقتىكى تاشنى ئېلىش ئۈچۈن دوۋساقنى يېرىپ، زىيان نەسىل قالدۇرۇش ئەزالىرىغا شېرىكلەشكەندەك. بەزىدە مەنىي قاچىسى نېرۋىسىنىڭ بىرەرسى كېسىلىپ، مەنىي قاچىلىرىدا ۋە مەنىي قاچىلىرىنىڭ مەنىي پەيدا قىلىش قۇۋۋىتىدە ھەمدە مەنىي قاچىلىرىنىڭ مەنىنى ماڭغۇزۇش قۇۋۋىتىدە ئاجىزلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. شۇنىڭدەك ئۇرۇقدىنى ئېزىلىپ شەۋكىران زىمات قىلىنغان ياكى كافۇرنى كۆپ ئىچكەن كىشىلەرمۇ يۇقىرىقىغا ئوخشاش. ئەمما زەكەر سەۋەبىدىن تۇغماسلىق كېلىپ چىقىدۇ، مەسىلەن: زەكەر ئەسلىدىنلا قىسقا يارىتىلغان بولىدۇ ياكى ئەرلەرنىڭ سېمىزلىكىدىن گۆش زەكەرنىڭ كۆپ قىسمىنى ئىگىلىۋېلىپ، زەكەر قىسقا بولۇپ قالىدۇ ياكى ئايالنىڭ سېمىزلىكىدىن بالياتقۇ يىراقلىشىپ كېتىپ، زەكەر بويلىماي قالىدۇ ياكى ئەر ۋە ئايال بىراقلا سېمىز بولۇپ، زەكەر بويلاشماي بالا بولماي قالىدۇ ياكى تۇغماسلىق زەكەر مايماق بولغانلىقتىن

ئۇرۇقداندىن چىقىدىغان پەي قىسقا بولۇپ قېلىپ، زەكەر بالىياتقۇغا ئۇدۇل بولماي، مەنىنى بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ ھالقىسىغا ئاتالمايدۇ.

مەركىزىي ئەزالاردىكى سەۋەبتىن بولغان تۇغماسلىقتا، بىز ئاسان ھامىلدار بولۇش ئۈچۈن ھەزىم ئەزالىرى ياكى روھ ئەزالىرى كۈچلۈك بولۇش لازىملىقىنى سۆزلەپ ئۆتتۇق.

ئەمما تاسادىپىي خاتالىق بالىياتقۇ مەنىنى ئۆز ئىچىگە ئېلىشتىن بۇرۇن ئىنزال بولغاندا ياكى بالىياتقۇ مەنىنى ئۆز ئىچىگە ئالغاندىن كېيىن يۈز بېرىدۇ.

ئىنزال بولغاندا يۈز بېرىدىغان خاتالىق شۇكى، ئەر - ئايالنىڭ جىمادىكى ئىنزال ۋاقتى ئوخشىمايدۇ. ھەمىشە بۇ ئىككىسىنىڭ بىرى بۇرۇن ئىنزال بولىدۇ. ئەگەر ئەر بۇرۇن ئىنزال بولسا، ئايال ئىنزال بولمىغان ھالەتتە قالىدۇ. ئەگەر ئايال بۇرۇن ئىنزال بولسا، ئەر ئايالدىن كېيىن ئىنزال بولۇپ، ئايال ئىنزال بولغاندا سېزىلىدىغان كۈچلۈك سۈمۈرۈش بىلەن بالىياتقۇ ئېغىزىنى ئارقىمۇئارقا ئېچىپ، مەنىي سۈمۈرۈش ھەرىكەتلىرىدىن بالىياتقۇ ئېغىزى توختاپ قالىدۇ. مەنىنى كۈچلۈك سۈمۈرۈش ئۈچۈن بالىياتقۇ ئېغىزىنى ئېچىش ئايال ئىنزال بولغاندا بولىدۇ.

بىر بۆلۈك تېۋىپلارنىڭ كۆزقارىشىدا، ئايالنىڭ بالىياتقۇسى ئەرنىڭ مەنىيسىنى ئۆزىنىڭ بالىياتقۇ ئىچىدىكى مەنىي قاچىلىرىدىن بالىياتقۇ ئىچىگە قۇيۇلىدىغان سۇيۇقلۇقلار بىلەن تارتىش ئۈچۈن ئېغىزىنى ئاچىدۇ. ئەگەر يەنە بىر قىسىم تېۋىپلارنىڭ ئايالنىڭ مەنىيسى گەرچە بالىياتقۇنىڭ ئىچىدە ھاسىل بولسىمۇ، بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ سىرتىغا قۇيۇلىدۇ، ئاندىن بالىياتقۇ سىرتتىن ئۆزىنىڭ مەنىيسىنى تارتىشقا ھەرىكەت قىلغانلىقىنى ئاگاھلاندۇرۇش ئۈچۈن بالىياتقۇ ئېغىزى مەنىنى بالىياتقۇغا يەتكۈزىدۇ، دېگەن سۆزى ھەق بولسا، ئاشۇنىڭ بىلەن بىرگە ئەرنىڭ مەنىيسىنمۇ سۈمۈرىدۇ. چۈنكى بالىياتقۇنىڭ ھەرىكىتى ئەرنىڭ ئىنزال بولۇشىغا خاس بولمايدۇ.

بالىياتقۇ ئەرنىڭ مەنىيسىنى ئۆز ئىچىگە ئېلىپ بولغاندىن كېيىن تۈيۇقسىز يۈز بېرىدىغان خاتالىق سەكرەش ياكى بىر نەرسىگە سوقۇلۇشتەك قوپال ھەرىكەت قىلىش ۋە ئىنزال بولغاندىن كېيىن ئايال ئورنىدىن تېز تۇرۇپ كېتىش ۋە بويىدا

قالغاندىن كېيىن قوپال ھەربىكەتلەرنى قىلىش قاتارلىقلار بولۇپ، بۇلار مەنىنى بالىياتقۇدىن تېيىلدۇرۇۋېتىدۇ. تۈيۇقسىز قورقۇپ كېتىش ياكى بالا چۈشۈپ كېتىش بايانىدا سۆزلىنىدىغان سەۋەبلەرنىڭ بىرەرسى يۈز بېرىدۇ.

بۇقرات مۇنداق دەيدۇ: كېيىنكى مىزاجلارنى قاتارغا ئالمىغاندا، ئەر ئۆزىنىڭ رەئىس ئەزالىرىنىڭ مىزاجىدا، تۇنجى مىزاجىدا ۋە ساغلام مەنىنىڭ مىزاجىدا ئەلۋەتتە ئايالغا قارىغاندا سوغۇقراق بولمايدۇ.

شۇنىڭ بىلىش لازىمكى، تۇغدىغان، ھاملىدار بولىدىغان ئاياللار تۇغماس ئاياللارغا قارىغاندا ئازراق كېسەللىنىدۇ. بىراق تۇغقان ئاياللارنىڭ بەدىنى تۇغماس ئاياللارغا قارىغاندا ئاجىزراق بولىدۇ ۋە تېزرەك قېرىيدۇ. لېكىن تۇغماس ئاياللار كۆپرەك كېسەللىنىدۇ، ئاستىراق قېرىيدۇ، كۆپىنچە بىر ئۆمۈر ياش قىزدەك بولىدۇ.

ئالامىتى

تۇغماسلىقنىڭ ئەر ۋە ئايالنىڭ مەنىيسىنىڭ قايسىسىدا ئىكەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى ھەققىدە كۆپ سۆزلەندى. ئۇلارنىڭ توغرىلىقىنى ئىسپاتلىغىلى بولمايدىغان نۇرغۇن نەرسىلەر ئېيتىلدى. بىز بۇ ھەقتە بىرەر نەرسىگە ھۆكۈم قىلالمايمىز، مەسىلەن: بەزى تېۋىپلار ئېيتىدۇكى، ئەر - ئايالنىڭ مەنىيسىنى سۇغا سېلىپ سىناپ كۆرۈش لازىم، قايسىسىنىڭ مەنىيسى سۇدا لەيلىسە، كەمچىلىك شۇ تەرەپتە بولغان بولىدۇ. يەنە بەزى تېۋىپلار شۇنداق دەيدۇكى، ئىككى تەرەپنىڭ سۈيدۇكى كاھۇ يىلتىزىغا قۇيۇپ كۆرۈلىدۇ، قايسىسى كاھۇنى قۇرۇتسا، كەمچىلىك شۇنىڭدا بولىدۇ. يەنە بەزى تېۋىپلار شۇنداق دەيدۇكى، بۇغدايدىن يەتتە دانە، ئارپىدىن يەتتە دانە ۋە باقلەدىن يەتتە دانە ئېلىپ، ساپال قاچىغا سېلىپ، ئۇستىگە ئەر ئايالنى سىيدۇرۇپ يەتتە كۈن قويۇلىدۇ. ئەگەر دان ئۇنسە، تۇغماسلىق ئۇ تەرەپتە بولمايدۇ.

بۇلارنىڭ بۇنداق دېگىنى يۇقىرىقىلارغا قارىغاندا ئەقىلدىن يىراقتۇر. ئايالنى تەجرىبە قىلىشتا دېيىلگەنلەرنىڭ ياخشىراقى، بىر قاچىدىكى ھۆل خۇش پۇراق نەرسىنىڭ بۇخۇرى ئايالنىڭ بالىياتقۇسىغا كانايچە ئارقىلىق يەتكۈزۈلىدۇ. ئەگەر

بۇخۇرنىڭ ھىدى ئايالنىڭ ئېغىز ۋە بۇرنىدىن چىقسا، سەۋەب ئايال كىشىدە بولمايدۇ. ئەگەر ئۆتمسە، بۇ يەردە بۇخۇرنىڭ ھىدىنى توسىدىغان توسالغۇ ۋە ناچار خىلىتلار بولغان بولىدۇ. يەنە بەزى تېۋىپلار شۇنداق دەيدۇكى، ئايال كىشىگە سامساقنى ھەمەل قىلىپ، ئۇستۇنكى ئەزادا تەمىنىڭ سېزىلگەن ۋە سېزىلمىگەنلىكىگە قارىلىدۇ. ئەگەر سامساقنىڭ تەمى ۋە پۇرىقى يۇقىرىقى ئەزالاردا سېزىلمىسە، توسالغۇ بار بولغان بولىدۇ. ئەگەر توسالغۇ بولسا، تۇغماسلىقنىڭ دەللىلىدۇر. ئەگەر سامساقنىڭ تەمى ۋە پۇرىقى يۇقىرىقى ئەزالاردا سېزىلسە توسالغۇ بولمىغان بولىدۇ. توسالغۇ بولمىسا، تۇغماسلىقنىڭ باشقا سەۋەبلىرى ۋە بويىدا قالماسلىقنىڭ باشقا توسالغۇلىرى بارلىقىنىڭ ئېھتىماللىقى يىراق ئەمەس.

ھەرقانداق ئايال ھەيزدىن پاك بولۇپ، بالىياتقۇنىڭ ئېغىزى ھۆل ھالەتتە قېپقالسا، بۇ بالىياتقۇ مەنىنى تېيىلدۇرۇۋېتىدۇ.

ئەرلەرنىڭ مەنىسى ۋە مەنىي ئەزالىرىنىڭ مىزاج ئالامىتى يۇقىرىدا سۆزلەنگەندەك ئەرنىڭ مەنىسىنىڭ ئىسسىق، سوغۇقلۇقى ئايال كىشىگە تەگكەندىكى سېزىمى ھەم مەنىينىڭ قويۇق - سۇيۇقلۇقى ۋە ئەۋرەت ئەتراپىدىكى تۈكنىڭ ئەھۋالى، مەنىينىڭ رەڭگى ۋە پۇرىقى، تومۇرنىڭ تېز ۋە ئاستا سوقۇشى، تىندۇرۇلغان سۈيدۈكنىڭ رەڭلىك بولۇشى ۋە ئازراق رەڭلىك بولۇشى ۋە ئومۇمىي بەدەننىڭ شېرىكلىشىشى قاتارلىقلاردىن بىلىنىدۇ.

ئەمما مەنىي ۋە مەنىي ئەزالىرىنىڭ مىزاجىنىڭ ھۆل ۋە قۇرۇقلۇقى مەنىينىڭ قويۇق بولۇشى بىلەن ئازلىقىدىن، سۇيۇق بولۇشى بىلەن كۆپلۈكىدىن بىلىنىدۇ[1]. ساغلام مەنىي ئاق، چاپلاشقاق، پارقىراق بولىدۇ. ئۇنىڭ ئۇستىگە چۈتۈن قونىدۇ ۋە ئۇنى يەيدۇ. پۇرىقى خورمىنىڭ يېڭى چىققان چېچكى ياكى يەسمەنگۈلىنىڭ پۇرىقىغا ئوخشايدۇ.

ھەيز قېنى ۋە ئۇنىڭ ئەزالىرىنىڭ مىزاجىنىڭ ئىسسىق - سوغۇقلۇقىغا تېگىشىش سېزىمى، ھەيز قېنىنىڭ سېرىق ۋە قارىغا مايىل بولۇشى ياكى دۇغ ياكى

① مەنىي قويۇق ۋە ئاز بولسا، مەنىي ئەزالىرىنىڭ مىزاجى قۇرۇق بولغان بولىدۇ. مەنىي كۆپ ۋە سۇيۇق بولسا، مەنىي ئەزالىرىنىڭ مىزاجى ھۆل بولىدۇ.

ئاق بولۇشى ۋە ئەۋرەت تۇكىنىڭ ئەھۋالى قاتارلىقلاردىن دەلىل ئىزدىلىدۇ.

بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ھۆل ۋە قۇرۇقلۇقىغا ھەيز قېنىنىڭ سۈيۇق بولۇشى بىلەن بىرگە كۆپ بولۇشىدىن، ۋە ئىككى كۆزنىڭ ئىششىغان كۆكۈش بولۇشىدىن دەلىل ئىزدىلىدۇ. چۈنكى كۆز بۇقراتنىڭ قارىشچە بالىياتقۇغا دالالەت قىلىدۇ ياكى ھەيز قېنىنىڭ قويۇق بولۇشى بىلەن بىرگە ئاز بولۇشىدىن دەلىل ئىزدىلىدۇ. قايسىبىر ئايال ھەيزدىن پاكلىنىپ، بالىياتقۇ ئېغىزى قۇرۇماي، بەلكى ھۆل تۇرسا، بويىدا قالمايدۇ. ئەمما سېمىزلىك، ئورۇقلۇق، چاۋا ماينىڭ كۆپ بولۇشى، زەكەرنىڭ قىسقا بولۇشى، زەكەرنىڭ مايماق بولۇشى، پەيلەرنىڭ قىسقا بولۇشى، بالىياتقۇنىڭ سىڭايان بولۇپ قېلىشى ۋە ئەر - ئايالنىڭ ئىنزالى قاتارلىقلار سىناش بىلەن بىلىنىدۇ. قورساق پەردىلىرى مايلىق، ئاياللارنىڭ پەرجە ئېغىزى تار، بالىياتقۇ ئېغىزى يىراق، بالىياتقۇنىڭ مۇڭگۈزسىمان شورىغۇچلىرى قىسقا، قورساقلىرى چىقىپ قالغان، ھەرقانداق ھەرىكەت قىلغاندا مىدىرلايدىغان، ئادەتتىكى پۇراقلار زىيان قىلىدىغان بولىدۇ. بالىياتقۇنىڭ سىڭايان ئىكەنلىكىگە پەرچە ئىچىدىكى سېزىم دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر بالىياتقۇ ئېغىزى ئۇدۇل بولمىسا، بالىياتقۇ بىر تەرەپكە سىڭايان بولغان بولىدۇ. بالىياتقۇسى سىڭايان بولغان ۋە ئورنىدىن قوزغىلىپ كەتكەن ئايال جىما قىلغاندا ئاغرىقنى ھېس قىلىدۇ.

تەدبىر ۋە داۋالاش

تۇغماسلىقنىڭ تەدبىرى ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئۇنىڭ بىرى، ئېغىر - بېسىقلىق بىلەن ھامىلدار بولۇشنى كۈتۈش، يەنە بىرى، ھامىلدارلىقنى توسقۇچى سەۋەبلەرگە قارشى ئىلاج قىلىش.

تۇغما خاراكتېرلىك تۇغماسلىق ۋە مىزاجى ئۆزىنىڭ جورىسىغا قارشى كېلىپ، جورىسىنى ئالماشتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدىغان تۇغماسلىق ۋە زەكەر قىسقىلىقتىن بولغان تۇغماسلىق، شۇنىڭدەك ھەيز قېنى كېلىدىغان تومۇرلارنىڭ ئېغىزى پۈتكەن يارىلاردىن توسۇلۇپ سىلىقلىشىپ تۇغمىغان ئاياللارنىڭ داۋاسى يوقتۇر. جورىسىنى

ئالماشتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشكەن ئايالالارنى داۋالاشنىڭ تېۋىپقا ئالاقىسى يوقتۇر، ئەمما ئاشۇلاردىن باشقىسىنىڭ تەدبىرى باردۇر. مەنىنىڭ مىزاجى بۇزۇلغانلىق سەۋەبىدىن هامىلدار بولالمىغاندا جىمانىڭ ئەكۈ مۇۋاپىق ۋاقىتلىرىنى تالالاش، هەيزدىن پاكلانغاندىن كېيىنكى ۋاقىتنى ۋە جىما قىلىش زۆرۈر بولغان ۋاقىتنى بىز بايان قىلغانغا ئاساسەن تاللاش كېرەك. بىز جىما قىلىش زۆرۈر دەپ قارىغان ۋاقىتلاردا جىمانى ئەر - ئايالنىڭ مەنىيسى بۇزۇلمايدىغان دەرىجىگە يەتكۈچە ئۇزاق ۋاقىت تەرك ئېتىش لازىم. ئەگەر جىمانى تەرك ئېتىش ۋاقتى قىسقا بولۇپ قالسا، بالا بولسۇن دېگەن مەقسەتتە جىما قىلماسلىق هەمدە كېيىن ياخشى مەنىنىڭ توپلانغانلىقى بىلىنگىچە جىما قىلماسلىق لازىم. ئايال هەيزدىن پاك بولغان دەسلەپكى ۋاقىتتا جىمانىڭ بولۇشىغا رىئايە قىلىپ، ئەر - ئايال ئۇزۇن ئويىنىشىدۇ، بولۇپمۇ مىزاجى ناچار بولمىغان ئايالالار بىلەن، كېيىن ئەر ئايالنىڭ ئەمچىكىنى سىلىق سىلايدۇ، ئەۋرىتىنى غىدىقلايدۇ، ئايالنى جىما قىلمىغان ئاساستا قۇچاقلايدۇ، ئايال قىزىپ، هېسسىياتى قوزغىلىپ روهلانغاندا ئۇستىدىن ئايالنىڭ ئىككى دىلچىقى ئارىسىغا زەكەرنى تەگكۈزۈپ غىدىقلايدۇ، چۈنكى ئاشۇ جاي ئايالنىڭ لەززەت ئالىدىغان جايىدۇر. ئاندىن ئايال چىڭ چاپلىشىپ، كۆزلىرى قىزىرىشقا، كۆكىلى كۆتۈرۈلۈشكە باشلاپ، بۇلبۇلدەك يېقىملىق سۆزلىگەن ۋاقىتقا توغرىلاپ، مەنىنى بالىياتقۇ ئېغىزىغا ئۇدۇللاپ قويۇپ بېرىدۇ، بۇنداق قويۇپ بېرىشتە بالىياتقۇ ئېغىزىنى سىرتقى هاۋانىڭ تەسىرى يەتمىگۈدەك دەرىجىدە كەڭرى قىلىپ قويۇپ بېرىدۇ، چۈنكى هاۋا كىرىپ كەتسە، مەنىنى بۇزۇپ، بالا پەيدا قىلىشقا يارىمايدىغان قىلىپ قويىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئەگەر ئەر مەنىنى تار ئورۇنغا قويۇپ بەرسە ياكى زەكەر مۇقابىل دىۋارغا تېگىپ قالسا، بەزىدە مەنىي زايە كېتىدۇ، بەلكى مەنىي بالىياتقۇ ئېغىزىغا ئازراق يېتىشى ۋە زەكەر تۆشۈكى ئېتىلىپ قالماسلىقى كېرەك، ئاندىن ئەر ئايالغا بىرئاز چاپلىشىپ تۇرغان هالدا زەكىرىنى ئىنتايىن نېرىغا تىرەپ تۇرىدۇ، هەتتا بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ ئېچىلىشى ۋە بالىياتقۇنىڭ تىنىقلىرى پۈتۈنلەي تىنجىغىچە شۇنداق يېتىپ تۇرىدۇ، شۇنىڭدىن كېيىن ئەرمۇ بىرئاز تىنجىيدۇ. ئايال

پۇتلىرىنى كېرىپ، ساغرىسىنى كۆتۈرۈپ بېلىنى تۆۋەن تۇتۇپ ياتىدۇ، كېيىن ئەر ئايالىنى ئىككى پۇتىنى جۈپلىگەن، نەپسىنى ئىچىگە يىغقان ھالەتتە قالدۇرىدۇ، ئەگەر ئايال شۇنىڭدىن كېيىن ئۇخلىسا بويىدا قېلىشى مۇقەررەردۇر. ئەگەر جىمادىن ئىلگىرى ئايالغا ھاملىدار بولۇشقا ئۇيغۇن كېلىدىغان بۇخۇر ۋە ھەممىلار ئىشلىتىلسە مۇۋاپىقراقتۇر، بولۇپمۇ مۇقەل ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش بەك ئىسسىق بولمىغان يېلىم دورىلار جىمادىن بۇرۇن ھەمەل قىلىنسا.

بۇ ھەقتە ئاجايىپ تەسىر كۆرستىدىغان تەتبىرلەردىن بىرى شۇكى، ئايال ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇشبۇي دورىلار بىلەن بالىياتقۇ ئاستىدىن بۇخۇر قىلىپ، ئۇستىدىن بۇنىڭ پۇرىقىنى پۇرىمايدۇ، ئاندىن ئۇزۇن بىر نەيچىنى ئېلىپ، ئۇنىڭ بىر تەرىپىنى قىزىق كۈلگە، يەنە بىر تەرىپىنى ئىسسىقلىقى بالىياتقۇغا يەتكۈدەك دەرىجىدە قىلىپ بالىياتقۇ ئېغىزىغا يەتكۈزۈپ، شۇ ھالەتتە ئۇخلايدۇ ياكى نەيچىنى كىرگۈزۈپ، بەرداشلىق بېرەلىگۈدەك دەرىجىدە ئولتۇرۇپ، ئاندىن جىما قىلىدۇ.

يەنە بىر داۋالاش ئۇسۇلى، ئەگەر تۇغماسلىق ئىسسىق خىلتلارنىڭ ئىسسىقلىقى سەۋەبىدىن بولسا، ئۇ ئىسسىق خىلتلارنى تازىلاپ، مىزاج غىزالار ۋە شەربەتلەر بىلەن تەڭشىلىپ، بالىياتقۇغا ھەممىگە مەلۇم بولغان ئۇسارىلەر، لوئابلار ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلاردىن تەييارلانغان ھارارەتنى تەڭشىگۈچى قىرۇتلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر تۇغماسلىق سوغۇقلۇق ۋە ھۆللۈك سەۋەبىدىن بولسا (بۇ كۆپ يۈز بېرىدۇ)، بىز كېيىنچە سۆزلەيدىغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەگەر تۇغماسلىقنىڭ سەۋەبى بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ قوزغىلىشى بولسا، قوزغىلىشنىڭ ئىلاجى بىلەن بالىياتقۇ قوزغىلىش بايانىدا سۆزلەنگەن ھىجامەت قويۇش ۋە قان ئېلىشقا تېگىشلىك تەرەپتىكى سافىن تومۇردىن قان ئېلىپ داۋالىنىدۇ.

ئەگەر تۇغماسلىقنىڭ سەۋەبى چاۋا ياغنىڭ كۆپلۈكى بولسا، ھەربىكەت قىلىپ چىنىقتۇرۇلىدۇ ۋە يەڭگىل تاماقلار بېرىلىدۇ، ھۆل مۇنچىلارغا چۈشۈرۈلمەيدۇ، بىراق ئارىشاڭ سۇلىرىغا چۈشۈرۈلىدۇ. قان ئېلىش ۋە ئىسسىق ھۆقنىلەر بىلەن مادىدا تازىلىنىدۇ. تەرياق، تەيادەرىتۇسقا ئوخشاش قۇرۇتقۇچى، ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىش، سۇيۇق ئاق شاراب ئىچمەسلىك، سۇ قوشۇلمىغان

كۈچلۈك قىزىل شارابتىن ئاز ئىچىش كېرەك.

بۇ خىل ئاياللارغا ماس كېلىدىغان پەرزىجىلەردىن بىرى، ئاق سۈيۈق ھەسەل، گۈلسەۋسەن يېغى، مۇرمەككى قاتارلىقلاردۇر. ئەگەر تۇغماسلىقنىڭ سەۋەبى ئەرنىڭ مەنىسىنىڭ بالياتقۇغا ياخشى ئورۇنلىشىشىنى توسقۇچى يەل بولسا، جاۋارىش كۈمۈنغا ئوخشاش دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى ۋە سۈزاپ ئۇرۇقى قاتارلىقلار ئىچكۈزۈلىدۇ، بولۇپمۇ سۈزاپ ئۇرۇقى مائۇلئۇسۇلدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەل تارقاتقۇچى دورىلاردىن قۇندۇز قەھرى، سۈزاپ ئۇرۇقى، چاڭگاك ئۇرۇقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر تۇغماسلىقنىڭ سەۋەبى قۇرۇقلۇقنىڭ زىيادە ئېشىپ كېتىشى بولسا، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ھۆقنىلەر ۋە چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى چاۋا ياغلاردىن تەييارلانغان ھەمەللەر ئىشلىتىلىدۇ، سۈت ئىچكۈزۈلىدۇ، بولۇپمۇ ئۆچكە سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى شورپىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر تۇغماسلىقنىڭ سەۋەبى بالياتقۇ ئېغىزنىڭ تارلىقى بولسا، قوغۇشۇندىن ياسالغان پەلكۈچنى داۋاملىق ئىشلىتىپ، تەدرىجىي كېڭەيتىش ۋە يۇمشاتقۇچى مەلھەمنى سۈركەش، جىمانى كۆپ قىلىش كېرەك. بالياتقۇ ئېغىزى تار ئاياللارغا كاللەكبەسەي يېگۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ.

داۋالاشنى قوبۇل قىلىدىغان ھامىلدارلىقنى چەكلەيدىغان سەۋەبلەرنىڭ كۆپىنچىسى ھۆل سوغۇقلۇقتۇر. بويىدا قېلىشقا ياردەم بەرگۈچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىسى شۇ ھۆللۈكنى يوقىتىشقا قارىتىلغاندۇر. ئەگەر ھۆللۈك بولسا، ئاياغەجلەر، ھەمەل ۋە ھۆقنىلەر بىلەن ھۆللۈكنى تازىلاش لازىم. ئىچىلىدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك مەجۇن دورىلاردىن مەسرۇدىتۇس، تەرياق، تەيادەرىتۇس، داۋائى كاكنەچ قاتارلىقلار بېرىلىدۇ.

ھامىلدار بولۇشقا ياردەم بېرىدىغان ئىچىلىدىغان دورىلاردىن ئايالغا پىل سۈيدۈكى ئىچكۈزۈلىدۇ، چۈنكى پىل سۈيدۈكى ھامىلدار بولۇشقا ئاجايىپ ياردەم بېرىدۇ. پىل سۈيدۈكى جىما قىلىشقا يېقىن ۋە جىما قىلىۋاتقاندا ئىچكۈزۈلىدۇ، يەنە پىل چىشىنىڭ ئېكەكدەلمىسى ئىچكۈزۈلسە تېز مەنپەئەت قىلىدۇ. ھىك ئۇرۇقى

ياخشى بولۇپ، تەجرىبىدىن ئۆتكەن. بەزىدە ھىچ ئۇرۇقى چىشى ھايۋانلارغا كۆپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ ھەقتە مەنپەئەت قىلىدىغان پەرزىجىلەردىن بىلسان يېغى، بان يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى قاتارلىقلاردىن تەيىارلىنىدىغان پەرزىجىلەر ۋە قارا نېفتتىن قىلىنغان پەرزىجە ئىشلىتىلىدۇ. يەنە ئۆردەك يېغى يۇقۇرۇلۇپ پەرزىجە قىلىنىدۇ ۋە ئەزپاراتىپ، ئىپار، سۇمبۇل، سەئىدى كۇفى، سىرىنقىچىچەك، يالپۇز، جۇۋىنە، زۇپا، مۇقەل، سۆئىلەپ مىسرى، جۇزبۇۋا، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى، ھەببۇلغار، ئامىلە ئۇسارىسى، ھۇماما، سازەج ھىندى، قەردمانە، زىرە قاتارلىقلاردىن ۋە ھەرقانداق تۇتقۇچى، ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى دورىلاردىن تەيىارلانغان پەرزىجىلەر ئىشلىتىلىدۇ، بولۇپمۇ بالىياتقۇنىڭ مەنىنى تېبىلدۇرۇشىدىن بولغان تۇغماسلىققا پەرزىجە قىلىنىدۇ. پەنىرمايىلەرنى پەرزىجە قىلىش، بولۇپمۇ ئايال ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن توشقان پەنىرمايىسىنى قايماق بىلەن ياكى بىنەپشە يېغى بىلەن پەرزىجە قىلىش ھاملىدار بولۇشقا ياردەم بېرىدۇ. ياكى بەنەپسەج يېغى بىلەن ھەمەل قىلىش ياردەم بېرىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش ئۆچكىنىڭ مايىقىنى پەرزىجە قىلىش. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، ئەركەك كېيىكنىڭ ئۆتنى پەرزىجە قىلىش ھاملىدار بولۇشقا ياردەم بېرىدۇ، بولۇپمۇ ئەركەك كېيىكنىڭ ئۆتىگە ئازراق سۆئىلەپ مىسرى قوشۇلسا، ھاملىدار بولۇشقا ياردەم بېرىدۇ. شۇنىڭدەك بۆرىنىڭ مايىقىنى پەرزىجە قىلىش، بۆرە ئۆتى ۋە شىر ئۆتىدىن بىر گىرام مىقدارىنى پەرزىجە قىلىش ھاملىدار بولۇشقا ياردەم بېرىدۇ.

بۇ ھەقتە ياخشى شىيافنىڭ نۇسخىسى: زەپەر، سۇمبۇل رۇمى يېغى بىلەن شىياق تەيىارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: مۇرمەككىدىن 12 گىرام، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، توشقان مايىقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، بەللۇت شەكلىدە پەرزىجە تەيىارلاپ ئىشلىتىپ، ھەر ئۇچ كۈندە بىر قېتىم ئالماشتۇرۇلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ھەسەل، سەكبىنەج، مۇقەل، گۈلسەۋسەن يېغى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، پەرزىجە تەيىارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ياخشى پەرزەنجەنىڭ نۇسخىسى: زەپەر، ھۇماما، سۇمبۇل، ئىكلىلمىلىكنىڭ ھەربىرىدىن 10.5 گىرامدىن، سازەج ھىندى، قەردەمانەنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، غاز يېغى، تۇخۇم سېرىقىنىڭ ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن، سۇمبۇل يېغىدىن 15 گىرام ئېلىپ، ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن كۆك يۇڭغا يۇقتۇرۇپ، ئۇچ كۈن ئىشلىتىلىدۇ ۋە ھەر كۈنى يېڭىلاپ تۇرغۇزىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: قۇرۇق سامساق ياكى ھۆل سامساقنى ئېلىپ، ئۇنىڭغا تەڭ مىقداردا كۈنجۈت يېغى قۇيۇپ، پىشىپ سۇ تەركىبى يوقىغچە قايىنىتىپ، يۇڭغا يۇقتۇرۇپ ھەمەل قىلىنسا ناھايىتى ياخشىدۇر. بەزىدە پەرزەنجەلەرنى ئىشلىتىشتىن بۇرۇن شەھەنزەلنىڭ قۇۋۇتى بار دورىلارنى ھۆقنە قىلىپ، ھۆللۈكلەرنى چىقىرىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ ياكى پەرجىگە كۈندۇرغا ئوخشاش دورىلارنى ھەمەل قىلىپ، پەرجىدىن ھۆللۈك چىقىرىلىدۇ.

بۇخۇر قىلىدىغان دورىلاردىن مۇرمەككى، مىئەسائىلە، ھەببۇلغار قاتارلىقلاردىن تەييارلىنىدىغان قۇرس بىلەن ھەر كۈنى بۇخۇر قىلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: قىزىل زەرنىخ، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، مىئەسائىلە بىلەن مەجۇن قىلىپ، ئايال ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن، كانايچە ئارقىلىق ئۇچ كۈن ئارقىمۇئارقا بۇخۇر قىلىنىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش مۇرمەككى، مىئەسائىلە، قۇننە، ھەببۇلغار، سىيادان، مۇقەل، زۇپا قاتارلىقلار بۇخۇر قىلىنىدۇ.

ھاملىدارلىقنىڭ ئالامەتلىرى ۋە ئۇنىڭ ھۆكۈملىرى

ھاملىدار بولغانلىقنى ئەر - ئايالنىڭ مەنىسىنىڭ تەڭ چىققانلىقى ۋە جىمادىن كېيىنلا ئەرنىڭ ھالى سۇسلاشقاندەك بولۇشى، ئىنزال بولغاندا زەكەر بېشىنىڭ شوراغاندەك بولۇشى، زەكەر بېشىنىڭ قۇرۇق چىقىشى قاتارلىقلار كۆرىنىپ بېرىدۇ ۋە جىمادىن كېيىن بالىياتقۇ ئېغىزى سۇرمە پەلكۈچى كىرمىگۈدەك دەرىجىدە قاتتىق يۇمۇلىدۇ. شۇنىڭدەك بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ ئۈستى تەرەپكە ۋە ئالدى تەرەپكە

كۆتۈرۈلۈشى، قېتىۋالماستىن يىغلىۋېلىشى ۋە بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ بەك قۇرۇق بولۇشى بىلدۈرىدۇ. ھەيز توختاپ، بىر مەزگىلگىچە ھەيز كەلمەيدۇ ياكى ئازراق كېلىدۇ، كىندىك بىلەن پەرجە ئارىسىدا ئازراق ئاغرىق پەيدا بولىدۇ، بەزىدە تەستە سىيدۇ، ئايال شۇنىڭدىن كېيىن جىمانى ياقتۇرمايدۇ ۋە ئۆچ كۆرىدۇ. ئەگەر جىما قىلىنسا ئىنزال بولمايدۇ، جىما قىلغان چاغدا ئايالنىڭ كىندىك ئاستىدا ئاغرىق پەيدا بولىدۇ ۋە كۆكلى ئېلىشىدۇ.

ئوغۇلغا ھامىلدار بولغان ئايال قىزغا ھامىلدار بولغان ئايالغا قارىغاندا جىمانى بەكرەك ئۆچ كۆرىدۇ، بەزىدە ئۆچ كۆرمەيدۇ. ھامىلدار بولغاندىن كېيىن، بىئارام بولۇش، بەدىنى ئېغىر بولۇش، مىجەزى ناچار بولۇش قاتارلىقلار كۆرۈلىدۇ.

بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، ھامىلدار بولغاندىن كېيىن كۆكۈل ئېلىشىش، ئاچچىق كېكىرىش، جۇغ - جۇغ بولۇش، باش ئاغرىش، باش قېيىش، كۆز قارىغۇلىشىش، خەۋەقان قاتارلىقلار كۆرۈلۈپ، ئاندىن بىر ياكى ئىككى ئايدىن كېيىن سېزىك بولىدۇ، ئايالنىڭ كۆزىنىڭ ئېقى سارغىيىپ ۋە كۆكىرىدۇ. بەزىدە كۆزى ئولتۇرۇشۇپ كېتىدۇ، قاپىقى ساڭگىلاپ قالىدۇ، كۆزى ئۆتكۈرلىشىدۇ، كۆز ئالمىسى سارغىيىپ كېتىدۇ، كۆزىنىڭ ئېقى چوڭىيىدۇ، كۆپىنچە كۆز ئالمىسى سارغايمايدۇ. رەڭگى ئۆزگىرىپ، تەبئىي ئەھۋالدىن سىرت ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ (گەرچە بۇ ئەھۋاللار ئوغۇلغا ھامىلدار بولغاندا ئازراق، قىزغا ھامىلدار بولغاندا كۆپرەك كۆرۈلسىمۇ)، بەزىدە ھامىلدار بولۇش بالىياتقۇنى قىزىتقانلىقتىن بەل ۋە ساغرا ئاغرىقلىرىنى پەيدا قىلىدۇ، بالىنى تۇغقاندىن كېيىن قايتا ئاغرىيدۇ. بەزىدە ھامىلدار بولغان ئايالنىڭ بەدىنى بۇرۇنقىدىن ئۆزگىرىپ، كېڭىيىپ كېتىدۇ، تومۇرلىرى سارغىيىپ، كۆكىرىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ھامىلدارلىقنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ھەيز توختاپ، تۆرەلمە كېچىك ۋە ئۇزۇقلىنىشتىن ئاجىز بولۇپ، تۆرەلمىنىڭ ئۇزۇقلىنىش ئېھتىياجىدىن ئېشىپ كەتكەنلىكتىن، ھامىلدارنىڭ بەدەنلىرى بوشىشىپ كېتىدۇ. ئاندىن تۆرەلمە چوڭايسا، شۇ ئارتۇق ھەيز قېنى بىلەن ئۇزۇقلىنىپ، ئۆسۈپ يېتىلىپ، ھەيز توختاپ قالغانلىقنىڭ ئالامەتلىرى پەيدا بولىدۇ. قىز بالا ئون بەش ياشقا كىرمەي تۇرۇپ ھامىلدار بولسا، بالىياتقۇ كىچىك

بولغانلىقتىن، ئۇ قىزنىڭ ئۆلۈپ كېتىش خەۋپى بولىدۇ. شۇنىڭدەك يېشى چوڭ ھامىلدار ئاياللارغا ئۆتكۈر قىزىتما يەتسە، قىزىتما ئاجىز ۋە مىزاج بۇزۇلۇشقا بەرداشلىق بېرەلمەيدىغان ھامىلىگە مىزاج بۇزۇلۇشنى كەلتۈرگەنلىكتىن ۋە ئانا ھامىلىگە قارىغاندا ئىككى ھەسسە ئوزۇقلىنالمىغانلىقى جەھەتتىن ھامىلىنى ئۆلتۈرىدۇ. ئەگەر ھامىلە ئوزۇقلانسا، ئانا ئاجىزلاپ كېتىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش ھامىلدار ئايالنىڭ بالياتقۇسدا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق يۇز بەرسە، بەزىدە ئاز ساندا ئانا ۋە تۆرەلمىنىڭ قۇتۇلۇپ قېلىش ئۇمىدى بولىدۇ. ھامىلدار ئايالدا تىلما كېسىلى (ماشرا) بولسا، ناھايىتى خەتەرلىكتۇر. بەزىدە ھامىلدارلىق تەجرىبىلەر ئارقىلىق بىلىنىدۇ، ئۇ تەجرىبىلەردىن بىرى، ئايال ئۇخلايدىغان چاغدا 60 گىرام مائۇلھەسەلنى تەڭ مىقداردىكى يامغۇر سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈپ، قورساقنىڭ تولغاپ ئاغرىش - ئاغرىماسلىقىغا قارىلىدۇ[1] قورساق تولغاپ ئاغرىشنىڭ سەۋەبى يەلنىڭ ئۇچەي شېرىكچىلىكى بىلەن توسۇلۇپ قېلىشىدۇر.

بىراق تېۋىپلار بۇنىڭدىن ئەجەبلىنىۋاتىدۇ، بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەن توغرا ئىشتۇر، بىراق مائۇلھەسەلنى ئىچىشكە ئادەتلەنگەن ئايالدا بىلگىلى بولمايدۇ. يەنە ئايالنى بىر كۈن روزا تۇتقۇزۇپ، كەچتە رەختكە يۆگەپ، تېگى تېشىلگەن ۋە بۇخۇر كانايچىسى بېكىتىلگەن قاچىدا بۇخۇر قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇخۇرنىڭ ھىدى ۋە پۇرىقى ئېغىز - بۇرۇندىن چىقسا، ئۇ ئايال ھامىلدار ئەمەستۇر، شۇنىڭدەك قورساق ئاچ ھالەتتە سامساقنى ھەمەل قىلىپ، شۇ ھالەتتە ئۇخلاپ، ئۇنىڭ پۇرىقى ۋە تەمى ئېغىزدىن چىقىش - چىقماسلىقىغا قارىلىدۇ (ئەگەر سامساقنىڭ پۇرىقى ئېغىزدا سېزىلسە، ئايال ھامىلدار بولمىغان بولىدۇ. سېزىلمىسە، ھامىلدار بولغان بولىدۇ).

بالىنىڭ ئوغۇل ۋە قىزلىقىنى بىلىش بايىندا سۆزلىگەن زىراۋەتتىنى ھەسەل بىلەن ھەمەل قىلىش تەجرىبىسىمۇ شۇنداقتۇر.

ھامىلدار ئايال سىيگەندە سۆيدۈكىنىڭ ئوتتۇرىسى ئېتىلغان پاختا بارەك كۆككە مايىل سېرىق بولىدۇ. بەزىدە ھامىلدارلىققا قىيامى سۆزۈك تومپىيىپ تۇرغان

---

① ئەگەر قورساقى تولغاپ ئاغرىسا، ئايال ھامىلدار بولغان بولىدۇ، تولغاپ ئاغرىمسا، ھامىلدار بولمىغان بولىدۇ — (ت)

نەرسىگە ئوخشاش نەرسىنى سېتىش دالالەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ سۈيدۈكتە دانغا ئوخشاش لەيلەپ، چۆكىدىغان نەرسە بولسا. ئەمما ھامىلدارلىقنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە بەزىدە ھامىلدارلىقنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدىكى كۆك رەڭلىك سۈيدۈكنىڭ ئورنىغا ئۇلارنىڭ تىندۇرۇلغان سۈيدۈكىدە قىزىللىق ئاشكارا بولىدۇ. ئەگەر ھامىلدار ئايالنىڭ تىندۇرۇلغان سۈيدۈكىنى چايقىغاندا دۇغ بولسا، ئۇ ھامىلدارلىقنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدۇر. ئەگەر دۇغ بولمىسا، ئۇ ھامىلدارلىقنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدۇر.

8 ـ پەسىل بالىنىڭ ئوغۇل ياكى قىز بولۇشىنىڭ سەۋەبى توغرىسىدا

بالىنىڭ ئوغۇل بولۇشىنىڭ سەۋەبى ئەرنىڭ مەنىيسىنىڭ ئىسسىق ۋە كۆپ بولۇشى، جىمانىڭ ئايالنىڭ ھەيزدىن پاك بولۇشىغا ئۇدۇل كېلىشى، ئوڭ ئۇرۇقدانىدىن مەنىينىڭ كۆپ كېلىشى، چۈنكى ئوڭ تەرەپتىن كەلگەن مەنىي ئىسسىقراق، قېيامى قويۇقراق بولىدۇ ۋە ئوڭ بۆرەكتىن باشلىنىدۇ. ئوڭ بۆرەك قىزىقراق، ئېگىزرەك، جىگەرگە يېقىنراقتۇر. شۇنىڭدەك ئەرنىڭ مەنىيسى بالياتقۇنىڭ ئوڭ تەرىپىگە چۈشسىمۇ ۋە ئايالنىڭ مەنىيسى بالياتقۇنىڭ ئوڭ تەرىپىگە ۋە مەخسۇس تەرىپىگە چۈشسىمۇ بالا ئوغۇل بولىدۇ.

سوغۇق رايون، سوغۇق پەسىل، شىمال تەرەپتىن چىققان شامال بالىنىڭ ئوغۇل بولۇشىغا ياردەم بېرىدۇ. ئىسسىق رايون، ئىسسىق پەسىل، جەنۇبتىن چىققان شامال بالىنىڭ قىز بولۇشىغا ياردەم بېرىدۇ. شۇنىڭدەك ياشىنىڭ بەك چوڭ بولماي، ياش بولۇشىمۇ بالىنىڭ ئوغۇل بولۇشىغا ياردەم بېرىدۇ. بەزى تېۋىپلار ئەرنىڭ ئوڭ تەرىپىدىن ئايالنىڭ بالياتقۇسىنىڭ ئوڭ تەرىپىگە چۈشسە، بالا ئوغۇل بولىدۇ، ئەرنىڭ سول تەرىپىدىن ئايالنىڭ بالياتقۇسىنىڭ سول تەرىپىگە چۈشسە، قىز

بولىدۇ. ئەگەر ئەرنىڭ سول تەرىپىدىن ئايالنىڭ ئوڭ تەرىپىگە چۈشسە، بالا ئوغۇل مىجەز قىز بولىدۇ. ئەگەر ئەرنىڭ ئوڭ تەرىپىدىن ئايالنىڭ سول تەرىپىگە چۈشسە، بالا قىز مىجەز ئوغۇل بولىدۇ، دەيدۇ. بەزى قارىسىغا سۆزلەيدىغانلار ئاينىڭ بېشى جۈمە كۈنىدىن باشلانسا، بەشىنچى كۈنىگىچە بالا ئوغۇل بولىدۇ، بەشىنچى كۈنىدىن سەككىزىنچى كۈنىگىچە بالا قىز بولىدۇ، ئاندىن سەككىزىنچى كۈنىدىن ئون بىرىنچى كۈنىگىچە بالا ئوغۇل بولىدۇ، ئاندىن قالغان كۈنلەردىكىسى خۇنسا (قوش جىنسلىق) بولىدۇ، ئوغۇلغا هاملىدار بولغان ئايالنىڭ قېنى قىزغا هاملىدار بولغان ئايالنىڭ قېنىدىن قىزىقراق بولىدۇ، دەيدۇ.

بالىنىڭ ئوغۇل ياكى قىز ئىكەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى

ئوغۇلغا هاملىدار بولغان ئايالنىڭ تېرىسى سۈزۈلۈپ، چىرايلىقلىشىپ، ئۆزى روهلۇق، ئىشتىهاسى ياخشى، سېزىك ئالامەتلىرى پەيدا بولىدۇ. ئوڭ تەرەپتە ئېغىرلىقنى هېس قىلىدۇ، چۈنكى ئوغۇل بولىدىغان مەنىي كۆپىنچە بالياقۇنىڭ ئوڭ تەرىپىگە ئېتىلىپ چىققان بولىدۇ. شۇ ئوڭ تەرەپكە ئېتىلىش شۇ تەرەپنىڭ مەنىنى قوبۇل قىلىشقا هېرىس بولغانلىقىدىن ياكى ئەرنىڭ مەنىسى ئوڭ ئۇرۇقداندىن ئېتىلغانلىقىدىن بولىدۇ.

ئوغۇل بالا مىدىرلىسا ئوڭ تەرەپتىن مىدىرلايدۇ، ئوغۇلغا هاملىدار بولغان ئايالنىڭ تۇنجى بولۇپ ئوڭ ئەمچىكى يوغىنايدۇ، بولۇپمۇ توپچىسى يوغىنايدۇ، يۈزىنىڭ ئوڭ تەرىپىدە ئۆزگىرىش بولىدۇ، ئوڭ ئەمچەككە سۈت ئاۋۋال هەم كۆپ كېلىدۇ. هاملىدار ئايالنىڭ ئەمچىكىدىن سۈت سېغىپ، هاملىنىڭ ئوغۇل ياكى قىز ئىكەنلىكىنى تەكشۈرمەكچى بولغاندا، ئوغۇلغا هاملىدار بولغان ئايالنىڭ سۈتى دەسلەپتە قويۇق، يېپىشقاق، كېيىن سۇدەك سۈزۈك بولىدۇ. هەتتا ئوغۇلغا هاملىدار بولغان ئايالنىڭ سۈتى ئەينەككە تېمتىلىپ، كۈن نۇرىغا تۇتۇپ قارالسا، گويا ئۇ سۈت بىر تامچە سىمابتەك ياكى ئېقىپ تۇرىدىغان ئېرىتىلگەن بىر تامچە

مەرۋايىتتەك تۇرىدۇ. ئوغۇلغا ھاملىدار بولغان ئايالنىڭ ئەمچەك تۇگمىسى قىزىرىدۇ، قارامتۇل بولمايدۇ. ئىككى پۇتنىڭ تومۇرلىرى سۈزۈك قىزىرىدۇ، ئوڭ تەرەپنىڭ تومۇرى ماددا بەك تولۇپ كەتكەنلىكتىن ئارقىمۇئارقا سوقىدۇ. تېۋىپلار مۇنداق دېدى: ئوغۇلغا ھاملىدار بولغان ئايال ھەرىكەتلەنمەكچى بولسا، ئاۋۋال ئوڭ پۇتىنى ھەرىكەتلەندۈرىدۇ، بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەن. ئورنىدىن تۇرماقچى بولسا، ئوڭ قولىغا تايىنىدۇ، ئوڭ كۆزىنىڭ ھەرىكىتى يەڭگىل ۋە تېزرەك بولىدۇ. ئوغۇل بالا ئۈچ ئايدىن كېيىن، قىز بالا تۆت ئايدىن كېيىن مىدىرلايدۇ. يەنە ئۇلار مۇنداق دېدى: ھاملىدارلىقتىن بالىنىڭ قىز، ئوغۇللۇقىنى بىلىشتە زىراۋەندىدىن تۆت گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، كۆك يۇڭ بىلەن ناشتا قىلماي تۇرۇپ ئەتىگەندىن چۈشكىچە پەرجىگە ھەمەل قىلىنىدۇ. ئەگەر ئايالنىڭ ئېغىز تەمى تاتلىق بولسا، ئوغۇلغا ھاملىدار بولغان بولىدۇ، ئەگەر ئاچچىق بولسا، قىزغا ھاملىدار بولغان بولىدۇ. ئەگەر ئېغىز تەمى ئۆزگەرمىسە، ھاملىدار بولمىغان بولىدۇ. بۇ چاردە مۇنازىرە بار، قىزغا ۋە ئوغۇلغا ھاملىدار بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرىدىكى ئىللەتلىرىنى تەجرىبە قىلىشقا ياكى بەكرەك تەكشۈرۈشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئوغۇلغا ھاملىدار بولغانلىقىنى كۆرستىدىغان كۆچلۈك ئالامەتلەردىن بىرى، ئىككى پۇتنىڭ كۆپ يارا بولۇشى، بولۇپمۇ ئىككى پاچاقتىكى يارىلارنىڭ كۆپ بولۇشى ۋە ئىككى پۇتنىڭ كۆپ ئىششىشىدۇر. بەزىدە ئاجىز ئوغۇلغا ھاملىدار بولغان ئايالنىڭ ئەھۋالى كۆچلۈك قىزغا ھاملىدار بولغان ئايالنىڭ ئەھۋالىدىن ناچارراقتۇر. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ئوغۇل تۇغقان ئايالنىڭ نېپاسى يىگىرمە بەش كۈندىن ئوتتۇز كۈنگىچە بولغان ئارىلىقتا توختايدۇ. قىز تۇغقان ئايالنىڭ نېپاسى ئوتتۇز بەش كۈندىن قىرىق كۈنگىچە بولغان ئارىلىقتا توختايدۇ.

بىر بۆلۈك تېۋىپلارنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن ئىشلارنىڭ بىرى شۇكى، ھاملىدار ئايالنىڭ سۈتى سۇغا سېغىلغاندا سۈت سۇ ئۈستىدە لەيلەپ چۆكمىسە، بالا ئوغۇلدۇر. ئەگەر سۇ ئۈستىگە لەيلىمەي چۆكسە، بالا قىزدۇر.

9 ـ پەسىل ئوغۇل تۇغۇشقا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

ئەر ۋە ئايال خۇش پۇراق نەرسىلەر، بۇخۇرلار ۋە غىزالار بىلەن ئۆزىگە ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش، مەسرۇدىتۇس ئىچىش، ئېھتىياج چۈشسە، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان پەرزىجىلەرنى ئىشلىتىش، ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان ھۆقنىلەرنى قىلىش ۋە ياغلار بىلەن ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش كېرەك. بالا ئوغۇل بولۇش ئۈچۈن ئايالنىڭ مەنىيسى ئاجىز بولۇش كېرەك، دېگەن كىشىنىڭ سۆزىگە قۇلاق سېلىنمايدۇ، بەلكى ئايالنىڭ مەنىيسى قويۇق، كۈچلۈك، ئىسسىق بولۇشى كېرەك. بۇ خىل مەنىي ئوغۇللۇقنى قوبۇل قىلىشقا لايىقراق، لېكىن ئەرنىڭ مەنىيسى ئايالنىڭكىدىن ئاجىز بولماسلىقى، بەلكى ئەرنىڭ مەنىيسى بۇ ھەقتە كۈچلۈكرەك بولۇشى كېرەك. بىز دېگەندەك مەنىنى بۇزۇپ قويمىغىدەك دەرىجىدە جىمانى تەرك ئېتىش كېرەك. ئەر ـ ئايال سۇنى كۆپ ئىچمەي، بەلكى ئاز ـ ئازدىن ئىچىپ، كۈچلۈك، ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى غىزالار بىلەن ئوزۇقلىنىپ، ئاندىن ئەر مەنىيسىنى سىناپ باقسا بولىدۇ، ئەگەر مەنىيسى سۇيۇق بولسا، داۋالاشقا ئېھتىياج بارلىقى بىلىنىدۇ. ئەگەر مەنىيسى قويۇق بولسا، ئاشۇنىڭدىن كېيىن بىرقانچە كۈن جىما قىلماي، سەۋر قىلىپ، مەنىيسى كۈچلەنگەندە، ئاندىن تەيىارلانغان ئىسرىق ياغچى، زەپەر، ئۇدخامغا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇشبۇي نەرسىلەر بىلەن خۇش پۇراق قىلىنغان ئورۇندا يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن بويىچە ئايالى بىلەن جىما قىلىدۇ. خۇش پۇراق قىلىدىغان دورىلارغا كافۇر قوشماسلىق كېرەك. ئەر ناھايىتى چىرايلىق ئورۇندا ئۆزىنى خۇشال تۇتۇپ، ئوغۇل بالىنى ئويلاپ، كۆڭلىگە كۈچلۈك، ئەقىللىق، باتۇر ئوغۇلنى كەلتۈرۈپ، كۆز ئالدىغا ئەكىلىپ چىرايلىق، كېلىشكەن، قامەتلىك بىر ئادەمنىڭ سۈرىتىنى كەلتۈرۈپ تۇرۇپ جىما قىلىپ، مەنىي چىقىرىشى كېرەك.

تېز هاملىدار قىلالايدىغان ۋە باللىرىنىڭ كۆپىنچىسى ئوغۇل بولىدىغان ئەرلەرنىڭ ئالامەتلىرى

تېز هاملىدار قىلالايدىغان ۋە باللىرىنىڭ كۆپىنچىسى ئوغۇل بولىدىغان ئەر بەدىنى كۈچلۈك، بەدىنىنىڭ گۆشى يۇمشاق ۋە قاتتىقلىقتا نورمال، مەنىسى كۆپ هەم قويۇق ۋە ئىسسىق كىشىلەردۇر. بۇنداق كىشىلەرنىڭ ئىككى ئۇرۇقدېنى چوڭ، تومۇرلىرى كۆرۈنۈپ تۇرىدىغان، شەهۋىتى كۈچلۈك، جىمادىن ئاجىزلاشمايدىغان، مەنىسى ئوڭ تەرەپتىن چىقىدىغان كىشىلەردۇر. چۈنكى هايۋانلارنى چاڭلاشتۇرغۇچىلارمۇ مەنىنىڭ ئوڭ تەرەپكە قۇيۇلۇشى ئۈچۈن ئەركەك مالنىڭ سول ئۇرۇقدىنىنى چىڭ تۇتۇۋالىدۇ، ئەگەر ئەرنىڭ ئوڭ ئۇرۇقدېنى دەسلەپتە ئېسىلسە، ئەرنىڭ بالىسى ئوغۇل بولىدۇ، سول تەرەپنىڭ ئېسىلسە، بالىسى قىز بولىدۇ. شۇنىڭدەك بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، مەنىسىدە بىرەر كېسەللىك بولماستىن، پات - پات ئېهتىلام بولىدىغان كىشىنىڭ ئوغۇل بالىسى كۆپ بولارمىش.

تېز هاملىدار بولىدىغان، كۆپ ئوغۇل تۇغىدىغان ئاياللارنىڭ ئالامەتلىرى

تېز بويىدا قالىدىغان، كۆپ ئوغۇل تۇغىدىغان ئاياللار بەدىنى بەك قاتتىق بولمىغان ۋە بەك يۇمشاق بولمىغان، هەيز قېنى يىرىڭدەك سۇيۇق بولمىغان ۋە بەك كۆيۈپ سۇ تەركىبى ئازىيىپ كەتمىگەن، بالىياتقۇ ئېغىزى پەرجىگە ئۇدۇل كەلگەن، تومۇرلىرى كۆپۈشكەن هالەتتە كۆرۈنۈپ تۇرىدىغان، سەزگۈلىرى ۋە هەرىكەتلىرى جايىدا، هەزىمى ياخشى، ئىچى دائىم سۈرەيدىغان ۋە دائىم قەۋزىيەت بولمايدىغان، كۆزى شەهلا ئەمەس، بەلكى قارىغا مايىل بولغان، خۇش تەبىئەتلىك، كۆڭلى ئوچۇق، بالاغەتكە يەتكەن، ئىشچان، رەڭگى ۋە چىرايى نورمال ئاياللاردۇر. ئۇلارنىڭ ئىسسىقلىقى كۈچلۈك، بالىياتقۇ ياغلىرى ۋە هۆللۈكلىرى ئاز بولغانلىقتىن، ئۇلار تېز هاملىدار بولىدۇ، يېمەكلىك تېز هەزىم بولىدىغان ئاياللار ئوغۇل تۇغۇشقا لايىقراق،

ئىككى ھەيز ئارىلىقى قىرىق كۈنگە يېقىنلاشماي، يىگىرمە ئىككى كۈنگە قىسقارغان ئاياللار ئوغۇل تۇغۇشقا لايىقراقتۇر.

10 ـ پەسىل قوشكېزەك ۋە ھامىلە ئۇستىگە ھاملىدار بولۇشنىڭ سەۋەبلىرى توغرىسىدا

قوشكېزەك ۋە ھامىلە ئۇستىگە ھاملىدار بولۇشنىڭ سەۋەبى، مەنىنىڭ كۆپ بولۇشى ۋە ئۇ مەنىنىڭ ئىككىگە ياكى ئۈنىڭدىن كۆپرەكىكە بۆلۈنۈشى ۋە ئۇنىڭ بالىياتقۇنىڭ ئىككى بوشلۇقىغا چۈشۈشىدۇر. قوشكېزەك بالىنىڭ ئىككىلىسىنىڭ سالامەت بولۇشى كۆپ بولمايدۇ. ئىككى قوشكېزەك ئارىلىقىدا بىرقانچە كۈننىڭ بولۇشى ناھايىتى ئاز ئۇچرايدۇ، چۈنكى قوشكېزەك كۆپىنچە بىر جىمادىن بولىدۇ، ھاملىدار بولغاندىن كېيىنكى جىمادىن كېيىن ھاملىدار بولۇش كەمدىن ـ كەم ئۇچرايدۇ. ھامىلە ئۇستىگە ھاملىدار بولۇپ قېلىش ھارارىتى كۈچلۈك بولغانلىقتىن بەدىنى سېمىز، تۈكلىرى كۆپ، قېنى كۆپ ئاياللاردا كۆرۈلىدۇ.

بۇ ئاياللار ھاملىدار تۇرۇپ ھەيز كۆرۈپ، مەنىسى ۋە بالىياتقۇسى كۈچلۈك بولغانلىقتىن، ئۈنىڭغا پەرۋا قىلمايدىغان، ھەيز كېلىش ۋە بالىياتقۇ ئېغىزى ئېچىلىش بىلەن بويىدىن ئاجراپ كەتمەيدىغان ئاياللاردۇر. بەزىدە ھاملىدار ئايال ئىككى قېتىم ياكى ئىككى قېتىمدىن كۆپرەك ھەيز كۆرىدۇ. بەك كۈچلۈك بولمىغان ئايال ۋە بالىياتقۇسىنىڭ كۈچلۈكلۈكىدىن ئەمەس، بەلكى بالىياتقۇ ھامىلە ئۇستىگە ھاملىدار بولۇپ قالغان ئاياللاردا بىرىنچى ھامىلە ئاجىزلىشىپ، ئىككىنچى ھاملىنى بۇزۇپ قويۇش خەۋپى بولىدۇ.

يەنە كۈچلۈك ئايالىلاردا بەزىدە ئىككى ھاملىنىڭ ئارىسىدا قىستىشىش ۋە چاپلىشىشنىڭ يۈز بېرىش خەۋپى بولىدۇ، كۆپىنچە ھامىلە ئۇستىگە ھاملىدار بولۇش ئىككى ھاملىنىڭ بىرى چۈشۈپ كەتكۈچە قىزىتما، چىرايى كۆبجۈش ۋە كېسەللىكلەرنىڭ پەيدا بولۇشىغا ئېلىپ بارىدۇ.

تېۋىپلارنىڭ سۆزى ۋە تەجرىبىسىگە ئاساسەن قوشكېزەك ۋە كۆپ كېزەك ئىكەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرىدىن بىرى شۇكى، تۇنجى تۇغۇلغان بالىنىڭ كىندىكىگە قارىلىدۇ، ئەگەر كىندىكىدە دۆگىلەك بۆرتمە ۋە چىگىك بولمسا، بۇ بالىدىن باشقا بالا يوق بولغان بولىدۇ، ئەگەر كىندىكىدە دۆگىلەك بۆرتمە بولسا، بالا دۆگىلەكنىڭ سانى بويىچە بولىدۇ.

تۇغۇت يېقىنلاشقانلىقنىڭ ئالامەتلىرى

هامىلدار ئايالنىڭ تۇغۇتى يېقىنلاشقاندا كىندىكىنىڭ ئاستى ۋە ئومۇرتقىسىدا ئېغرىقنى، يىرىقدا ئاغرىقنى ۋە قورسىقدا ئىسسىقلىقنى، بالىياتقۇ ئېغىزىدا كۆچلۈك سېزىلىدىغان ئېسىلىشنى سەزسە ۋە هۆل بولسا، تۇغۇتى يېقىنلاشقان بولىدۇ. ئەگەر داس سۆڭىكى بوشاپ، يىرىقى كۆپسە ۋە يىرىقنىڭ كۆپۈشى ئېغىرلاشسا، تۇغۇت بىلەن تولغاق ئارىلىقى يېقىنلاشقان بولىدۇ.

هامىلنىڭ ئاجىزلىقىنىڭ ئالامەتلىرى

هامىلنىڭ ئاجىزلىقىغا ئانىدىكى كېسەللىك ۋە ئانىدىكى تازىلىنىشلار، بولۇپمۇ ئاز ساندا كۆرۈلگەن ۋە غىزانىڭ ئېشىندى يولى بىلەن كۆرۈلگەن هەيز قېنىنىڭ ئارقىمۇئارقا كۆپ كېلىشى، شۇنىڭدەك هامىلدار بولغان دەسلەپكى ئايدا ئەمچەكتە سۈتنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە ئەمچەكىنى سىقىقاندا سۈتنىڭ چىقىشى قاتارلىقلار ۋە هامىلنىڭ كۆرۈنەرلىك مىدىرلىماسلىقى ياكى ئۆز ۋاقتىدا مىدىرلىماسلىقى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ.

تۇغۇلغان بالىنىڭ ئاجىزلىقىنىڭ ئالامىتى

بالا تۇغۇلۇپ كىندىكى كۆيمسە، چۈشكۈرمسە، مىدىرلىمسا ۋە بىر هازاغىچە يىغلىمسا، بۇ بالا ئاجىز بولغان بولۇپ، ياشىيالمايدۇ.

ئىككىنچى ماقالە

ھاملىدارلىق ۋە تۇغۇت توغرىسىدا

تۆرەلمىنىڭ شەكىللىنىشى، مىدىرلىشى ۋە تۇغۇلۇش مۇددەتلىرىنى بىز تەشرىھىدە ۋە ئۇنىڭدىن كېيىنكى پەسىللەردە سۆزلەپ بولدۇق. بۇ يەردە يەتتىنچى ئايىنىڭ يارتىلىشى تېز، مىدىرلىشى، تۇغۇلۇشنى تەلەپ قىلىشى، يارتىلىشى ۋە مىزاجى كۆچلۈك ھامىلە تۇغۇلدىغان تۇنجى ئاي ئىكەنلىكى بىلىنىدۇ. يەتتە ئايلىقتا تۇغۇلغان بالىلارنىڭ كۆپىنچىسى ئۆلۈپ كېتىدۇ، چۈنكى ئۇلارنىڭ تېنى ئاجىز تۇرۇقلۇق، ئېغىر ھەرىكەتلەرگە دۇچ كېلىدۇ. بۇ خىل بالا ئەسلىدە كۆچلۈك بولسىمۇ، بالىياتقۇدا تۇرۇش ۋاقتى قىسقىدۇر. سەككىز ئايدا تۇغۇلغان بالىلارنىڭ كۆپىنچىسى ئۆلۈپ كېتىدۇ، لېكىن سەككىز ئايدا تۇغۇلغان بالىنىڭ ئەي بولۇشى كەمدىن - كەم ئۇچرايدۇ، بۇ مۇددەتتە تۇغۇلغان قىز بالا ئەي بولمايدۇ[1]. بەزى رايونلاردا سەككىز ئايدا تۇغۇلغان بالا قەتئىي ئەي بولمايدۇ، چۈنكى ئۇلارنىڭ ئەھۋالى يارتىلىش، مىدىرلاش ۋە تۇغۇلۇشقا ئىنتىلىشى مۇشۇ ۋاقتچە كېچىكىشتىن خالىي بولمايدۇ، بۇ ھالەت ئۇلارنىڭ ئەسلىدىنلا كۆچلۈك ئەمەسلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر سەككىز ئايلىق بولغان بالا يېتىلىش تاماملىنىشىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە چىقىپ كېتىشكە ئۇرۇنسا، يەتتە ئايلىقتا ئەسلىي قۇۋۋىتى كۆچلۈك بولۇپ، يېتىلىش تاماملىنىشىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە چىقىپ كېتىشكە ئۇرۇنغان

① بىراق ھازىر ئۇسكۇنىلەر بار دوختۇرخانىدا تۇغۇپ، بالىنى بالىياتقۇنىڭ ھاۋاسىغا ئوخشاش سۇنئىي ھاۋا بار ساندۇققا سالسا، بالا ئەي بولىدۇ.

بالىدىن كۆپرەك ئاجىزلاپ كېتىدۇ. ئەگەر ئۇ بالا شۇنداق بولماي، بەلكى يارىتىلىشى ۋە مىدىرلىشى، تۇغۇلۇشقا بولغان ئىنتىلىشى ۋە تۇغۇلۇشقا بولغان ھەرىكىتى بۇنىڭدىن بۇرۇن تامامىلانغان بولسا، بۇنداق ھامىلە ئورنىدىن ئايرىلىش ئۇچۇن دۇم بولىدۇ، ئۇنىڭ مەقسىتىگە يېتەلمىگەن دۇم بولۇشى كېسەللىك پەيدا قىلىپ، قۇۋۋىتى ئەسلىگە كەلگۈچە دۇم ھالەتتە قېپقېلىپ، قۇۋۋىتى ئاجىزلاپ، قۇتۇلۇش ھەرىكەتلىرىگە ئۇرۇنغان ئاجىز بالىلاردا يۇز بېرىدىغان ئەھۋاللار چوقۇم يۇز بېرىپ، ھامىلە مۇقەررەر كېسەل بولۇپ ۋە ئاجىزلاپ، قۇۋۋىتى خوراپ كېتىدۇ. ئەگەر بالا مۇشۇنداق ئەھۋالدا تۇغۇلسا، ئۇ بالىنىڭ ھۆكۈمى كېسەل، ئاجىز تۇغۇلغان بالىنىڭ ھۆكۈمىدە بولىدۇ. ئاجىز، كېسەل بالىنىڭ ھۆكۈمى ئۇ بالىنىڭ ئەي بولۇش ئۈمىدى بولمايدۇ، ئەمما توققۇز ئايدا تۇغۇلغان بالىنىڭ يارىتىلىشى تولۇق بولۇپ، يەتتىنچى ئايدا چىقىشقا ئىنتىلىپ، ئۇنىڭغا چىقىش مۇمكىن بولماي، بەلكى بالىياتقۇدا قېپقېلىپ، سەككىزىنچى ئايدا بىز بايان قىلغان ئىشلار يۇز بەرسە، بۇ ھامىلە دۇم بولۇپ، بىر ئاي ئىچىدە قۇۋۋىتى ئەسلىگە كېلىدۇ ھەم قايتا ئۆرۈلۈۋالماي، رۇسلىنىپ بالىياتقۇغا مۇستەھكەم ئورۇنلىشىدۇ ۋە چىڭ يېپىشىدۇ. ئەگەر مۇشۇنداق ھالەتتە تۇغۇلسا، بالا سالامەت بولىدۇ. ئەگەر ئۇنداق بولماي، بەلكى شۇ ۋاقىتتا ھەرىكەتلىنىشكە ئىنتىلسە، ئۇ بالىنىڭ ھۆكۈمى بارلىق ئاجىز بالىلارنىڭ ھۆكۈمى بىلەن ئوخشاش بولىدۇ. ئون ئايلىقتا تۇغۇلغان بالىلارنىڭ كۆپىنچىسى توققۇزىنچى ئايدا تۇغۇلۇشقا ئىنتىلىپ، بىراق تۇغۇلۇشقا مۇيەسسەر بولالمىغان بولسا، بۇ بالىدا سەككىز ئايلىقتا تۇغۇلغان بالىلاردا يۇز بېرىدىغان ئەھۋالىلار كۆرۈلىدۇ. بالىنىڭ بالىياتقۇدىن ئايرىلىش ۋاقتى يەتتىنچى ئېيىغا توغرا كېلىپ، بالىنىڭ قۇۋۋىتىنىڭ ئەسلىگە كېلىشى ئونىنچى ئايغا سوزۇلسا، ئونىنچى ئايدا قۇۋۋىتىنىڭ ئەسلىگە كېلىشى ئىنتايىن ئاز ئۇچرايدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە قۇۋۋەتنىڭ كېچىكىپ ئەسلىگە كېلىشى بالىنىڭ قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىز ئىكەنلىكىنىڭ دەلىلىدۇر، چۇنكى بالىنىڭ قۇۋۋىتىنىڭ ئەسلىگە كېلىشى يەتتىنچى ئايدىن ئونىنچى ئايغا كېچىكىپ كەتكەن بولىدۇ.

هاملىدار ئاياللارنىڭ ئومۇمىي تەدبىرى

هاملىدار بەك قەۋزىيەت بولسا، ياغلىق ئىسپىدباج شورپىسى، شىرخىست ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نورمال هالەتتە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان نەرسىلەر بىلەن ئۇلارنىڭ چوڭ تەرىتىنى داۋاملىق يۇمشىتىپ تۇرۇشقا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك. هاملىدارنى نورمال ھەرىكەت قىلدۇرۇش، ئاستا، ئاز ماڭغۇزۇش كېرەك، چۈنكى كۆپ ماڭغۇزۇش بالىنى چۈشۈرۈۋېتىدۇ. بۇ ئىشلار ئۇلاردا ھەيز قېنى توختاپ، چىقىندىلار كۆپىيىپ كەتكەنلىكتىن قىلىنىدۇ. ئۇلار مۇنچىغا كۆپ چۈشمەسلىكى، تۇغۇتى يېقىنلاشمىغۇچە مۇنچىغا چۈشۈشنى ھارامدەك بىلىشى كېرەك، شۇنىڭدەك بېشىنى ياغلىماسلىقى كېرەك، بولمىسا بۇنىڭدىن نەزلە پەيدا بولۇپ، يۆتەل يۆز بېرىپ، هاملىنى قوزغاپ، هاملىنى چۈشۈپ كېتىشكە تەييارلايدۇ. هاملىدار ئايال قاتتىق ھەرىكەت قىلىشتىن، سەكرەشتىن، ئۇرۇلۇشتىن ۋە سوقۇلۇشتىن، بولۇپمۇ جىمادىن، قورسىقى تويغىچە غىزا يېيىشتىن، ئاچچىقلىنىشتىن ساقلىنىشى كېرەك. ئۇلارغا غەم ـ قايغۇغا سالىدىغان، خاپا قىلىدىغان ئىشلارنى يەتكۈزمەسلىك، ئۇلاردىن بالا چۈشۈپ كېتىشنىڭ بارلىق سەۋەبلىرىنى يىراق قىلىش كېرەك، بولۇپمۇ بويىدا قالغان تۇنجى ئايدا يىگىرمە كۈنگىچە، بولۇپمۇ تۇنجى ھەپتىسىدىكى ئۇچ كۈنگىچە بۇ ئايالنى ئاۋارە قىلىدىغان بارلىق ئىشلار چەكلىنىدۇ. قورساقتىكى بالىنى ساقلاش توغرىسىدا يازغانلىرىمىزغا قارالسۇن. هاملىدار ئاياللار ئۆزلىرىنىڭ تۆش سۆڭىكىنىڭ ئاستىنى يۇمشاق يۇڭ بىلەن ئوراپ قويۇشى كېرەك.

هاملىدارلارنىڭ غىزالىرى ئۇچۇن ئاق ئۇننىڭ نېنى، ئىسپىدباج شورپىسى ۋە زىرە باج شورپىسى بىلەن بېرىلىدۇ. بۇلارنى كەبىر، كۆك ماش، خام زەيتۇنغا ئوخشاش ھەرقانداق ئۆتكۈر ۋە ئاچچىق نەرسىلەردىن، لوۋىيا، نوقۇت ۋە كۈنجۈتكە ئوخشاش ھەيزنى ماڭدۇرغۇچى نەرسىلەردىن يىراق قىلىش كېرەك.

ئۇلار بويىدا قالغان كۈنى تاماق كۆڭلى تارتسا، بۇقرات ئۇلارغا تالقاننى سۇغا سېلىپ بېرىشنى بۇيرۇيدۇ، چۈنكى تالقان گەرچە قورساقنى كۆپتۈرسىمۇ، تېز

ئوزۇق بولىدۇ. ئۇلارنىڭ ئىچىملىكىگە رەيھاننىڭ سۇيۇق، كونا شارابى بېرىلىدۇ. بۇقرات يەنە ئۇلارغا قارا شاراب ئىچكۈزۈش كېرەك، دەيدۇ. بۇقراتنىڭ قارا شاراب دېگەن سۆزى بىلەن دۇغلۇقىدىن ئەمەس، بەلكى كۆچلۈكلۈكىدىن قارا، سۇيۇق شارابنى خالىغان بولۇشى مۇمكىن.

ئۇلارنىڭ يېمەكلىكىگە قوشۇپ يەيدىغان مېۋىلەر قۇرۇق ئۈزۈم، تاتلىق بېھى، ئىشتىھانى ئاچىدىغان ئامۇت، چۈچۈمەل ئالما، ئاچچىق ئانار قاتارلىقلاردۇر. ئەمما ھاملىدارلارغا جاۋارىش لۇئلۇۋى بېرىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، ئاقىرقەرھانىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، زەنجۇبىل، مەستىكنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، كەرەپشە ئۇرۇقى، شەترەنجى ھىندى، قاقىلە، جۇزبۇۋا، بەسباسە، نېپىز دارچىننىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن. ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، قارىموچ، پىلپىلنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، دارچىندىن 15 گىرام، شېكەردىن ئومۇمىي دورىلارنىڭ باراۋىرىدە ياكى كۆپرەك ئېلىپ، قائىدە بويىچە جاۋارىش تەييارلاپ، بىر قېتىمدا بىر قوشۇقتىن يېگۈزۈلىدۇ. چۈنكى بۇ جاۋارىش بالىياتقۇ ۋە ئاشقازانىنىڭ ئەھۋالىنى ياخشىلايدۇ. ھاملىدار ئاياللارنىڭ ئاشقازىنىغا بەك كۆكۈل بۆلۈپ، ئېگىر، مەستىكى قوشۇلغان جۇلەنجىبىن (ھەسەلدە سېلىنغان گۈلقەنت) بىلەن ۋە بەك ئۆتكۈر بولمىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلارغا كۆپ شېكەر قوشۇپ تەييارلانغان جاۋارىشلار ۋە خۇش پۇراق ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى قابىز زىماتلار بىلەن ئۇلارنىڭ ئاشقازىنىنى كۈچلەندۈرۈش كېرەك.

تۇغۇتلۇق ئاياللار (نېپاسدار) ئۈچۈن قوللىنىلىدىغان تەدبىر ئايال تۇغقاندا ئايالنى يۆگەپ، نېپاس قېنىنى يېتەرلىك كەلتۈرۈشكە تىرىشىش ۋە يېنىك تەدبىر قىلىپ تۇرۇپ، بىراقلا ئېغىر تەدبىرگە يۆتكىمەسلىك كېرەك. چۈنكى ئېغىر تەدبىر قىلىش ئايالنى قىزىتىپ، جىگەردىكى ئۆزگەرتكۈچى قۇۋۋەتنى ئاجىزلاشتۇرۇپ، ئۇسسۇزلۇقنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ، بەزىدە ئىستىسقا پەيدا قىلىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە جىگىرى قېتىپ قالسا، ساقىيىش ئۇمىدى بولمايدۇ. نېپاس كۈنلىرىنىڭ ھەربىرىدىكى ۋە دەۋرلىرى باردۇر، ئۇ ئىزتىراپ ۋە ئاغرىق پەيدا بولۇشنىڭ دەسلىپىدە باشلىنىدۇ.

ئەگەر تۇغۇتلۇق ئايالدا 20 ~ 24 كۈنگىچە نىپاس توختىمسا ياكى توختاپ قايتا كەلسە، بۇ نىپاسنىڭ كېچىكىپ توختايدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ئاجىزلىق بولمىسا، بوھران كۈنلىرىنىڭ باشقىسىدا مادداننى تازىلاش لازىم، ئەگەر ئاجىزلىق بولسا سۈرگۈنى تەرك ئېتىش لايىقراقتۇر.

ھامىلدار ئاياللارنىڭ ئىشتىھاسى ھامىلدار ئاياللارنىڭ ئىشتىھاسى تۆۋەنلەپ كەتسە، بەك مايلىق ۋە بەك تاتلىق يېمەكلىكلەرنى تەرك ئېتىش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئاستا مېڭىپ بېرىش، نورمال سۇ ئىچىش، سۈيۇق رەيھان شارابىنى ئىچكۈزۈش ئۇلاردىكى كۆڭۈل ئېلىشىش، كۆپ قەي قىلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىپ، ئىشتىھاسىنى ياخشىلايدۇ. ئىشتىھانى ئەسلىگە كەلتۈرگۈچى ۋە ئىشتىھانى كۈچەيتكۈچى دورىلار ھەرقانداق يەڭگىل ھارارەت بولۇش بىلەن بىرگە تۇتۇش خۇسۇسىيتى بار دورىلاردۇر، مەسىلەن: سېرىقچېچەك بىلەن قاينىتىلغان قىزىل چۇغلۇق ۋە ئۈنىڭ قاينىتىلغان سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ، تاماقتىن بۇرۇن ۋە تاماقتىن كېيىن زىراۋەندىدىن ئازراق يېگۈزۈلىدۇ. بېھى، شېكەر قومۇشى، قەسبۇزەرىرە، سۇمبۇل قاتارلىقلار، كونا رەيھان شارابىغا قوشۇپ تەييارلانغان ئاشقازانىنى كۈچەيتكۈچى مەشھۇر زىماتلار ئىشلىتىلىدۇ. كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، بولۇپمۇ ئاشقازىنىدا ئاغرىش ۋە كۆپۈش بولسا. ئەگەر ھامىلدار ئاياللارنىڭ ئىشتىھاسى بەك ناچار بولۇپ كەتسە، پارس قىزىلگۈلى بىلەن تەييارلانغان جۈلەنجىبىن سۈيىگە ئوخشاش دورىلار بىلەن ئاشقازىنىنى تازىلاشقا تىرىشىپ، ئاندىن چۈچۈمەل دورىلار بىلەن ئىشتىھاسى ياخشىلىنىدۇ. غوراپ رۇببىسى ۋە ھەسەل ياكى شېكەر سۈيى بىلەن تەييارلانغان شاراب بۇ ھەقتە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ھامىلگە مۇۋاپىق كېلىدۇ. قۇرۇق نىشاستە لاي يېيىشكە سىزىك بولغان ئاياللارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ. بەزىدە بۇلارغا قىچا ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئۆتكۈر نەرسىلەر مەنپەئەت قىلىدۇ. چۈنكى، قىچا ناچار خىلتىنى پارچىلاپ، ئىشتىھاسىنى ئاچىدۇ ۋە سىزىكنى قايتۇرۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئۇلار قېتىقنى ھەققىي ئىشتىھا قىلسا، ھۆل قېتىقنى قۇرۇغىچە چوغ ئۈستىگە قويۇپ، ئاندىن ئۇلارغا بېرىلىدۇ. چۈنكى، چوغدا قۇرۇتۇلغان قېتىق ئۆتكۈرلۈكى بىلەن قۇرۇغان قېتىقتىن

ياخشىراق بولىدۇ ھەم ئېشىندىسى ئاز بولىدۇ، ئۆتكۈرلۈكى بىلەن قۇرۇغان قېتىق ئىشتىھانى بەك ئاچىدۇ. ھاملىدارلارنىڭ ئاشقازىنىدىكى يەل ۋە ئاشقازان ئاغرىقىغا تۆۋەندىكى جاۋارىش ئىشلىتىلىدۇ:

ئۇنىڭ نۇسخىسى: بىر كېچە - كۈندۈز سىركىگە چىلاپ، ئاندىن قورۇلغان زىرە، كۈندۇر، يالپۇز قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، قۇندۇز قەھرىدىن بىر ھەسسىنىڭ ئۈچتىن بىرىنى ئېلىپ، بۇنىڭدىن 2 ~ 4 گىرامغىچە كاپ ئېتىلىدۇ. ئەگەر شېكەر شارابى بىلەن مەجۇن قىلىنسا، بۇنىڭدىن كۆپرەك يەيدۇ.

ئەمما ھاملىدارلارنىڭ تاماقتىن كېيىن قەي قىلىشى: بۇلارغا تاماقتىن كېيىن پىشۇرۇلغان بېھىگە ئوخشاش خۇشبۇي ۋە قابىزلىقى بار نەرسىلەر، بولۇپمۇ ئۇد ھىندى پارچىلىرىنى چوقۇپ پىشۇرۇلغان بېھى بېرىلىدۇ. ئۇلارنىڭ قول - پۇتلىرى دائىم مۇجۇپ بېرىلىدۇ، ئاشقازان ساھەسىگە ھەممىگە مەلۇم بولغان زىماتلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۇلار ئېغىز پىننە يوپۇرمىقى بىلەن ئانار ئۇرۇقىنى سىلىۋالسا بولىدۇ. ئۇلارغا يەنە ئازراق ئۇزۇم شىرنىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. گىل ئەرمىنى ئۇلارنىڭ كۆڭلى ئېلىشىنى پەسەيتىدىغان نەرسىلەر قاتارىدىدۇر.

ھاملىدار ئاياللاردىكى خەپەقان خەپەقانىنىڭ كۆپىنچىسى ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنىڭ شېرىكچىلىكى ۋە ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدىكى خىلىت سەۋەبىدىن يۈز بېرىدۇ. كۆپىنچە خەپەقانىنى قاينىق سۇ ئىچىپ بېرىش ۋە ئاشقازاندىكى نەرسىلەرنى تۆۋەنگە چۈشۈرىدىغان يەڭگىل ھەرىكەت يېنىكلىتىدۇ.

ھاملىدار ئاياللاردا قان كېلىشكە تەدبىر قىلىش خۇش پۇراق بولمىغان قابىز دورىلارنى سۇدا قاينىتىپ ئابزەن قىلىنىدۇ، مەسىلەن: يېسىمۇق، ئانار پوستى، ئانارگۈلى، موزا، بەللۇت ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدەك. بەزىدە موزا، ئانارگۈلى، ئانار پوستى، قۇرۇق ئەنجۈر قاتارلىقلاردىن زىمات تەييارلاپ، دوۋساق ساھەسىگە سىركە بىلەن قويۇلىدۇ.

ھاملىدار ئاياللارنىڭ پۇتلىرىنىڭ ئىششىشى ۋە كۆپۈشى ئۇلارنىڭ پۇتلىرىغا كاللەكسەپەي يوپۇرمىقى زىمات قىلىنىدۇ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇلغان خورما شىرنىسى تىلا قىلىنىدۇ، تۇرۇنجىنى قاينىتىپ، ئۇنىڭ بىلەن نۇتۇل قىلىنىدۇ ياكى

گىل قىيمۇلىيا سۈركىلىدۇ. بەزىدە يۇمران شاخلارنى ئېزىپ، سىركە بىلەن زىمات قىلىنىدۇ، يەنىلا سېرىقچېچەك سىركە بىلەن زىمات قىلىنىدۇ.

بويىدىن ئاجراپ كېتىش بويىدىن ئاجراپ كېتىشنىڭ سەۋەبى ئېنىق بولۇپ، يىقىلىش، ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش ياكى ئېغىر ھەرىكەت قىلىش ياكى قاتتىق سەكرەش، بولۇپمۇ ئارقىسىغا سەكرەش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. چۈنكى يۇقىرىقى ئەھۋاللار كۆپىنچە يېڭى تۆرەلمىنى چۈشۈرۈۋېتىدۇ ياكى قاتتىق قورقۇش، قاتتىق ئاچچىقلىنىش، قايغۇرۇش قاتارلىقلارغا ئوخشاش روھىي ئامىللاردىن ۋە سوغۇق ياكى ئىسسىق ھاۋانىڭ ھەددىدىن زىيادە بولۇپ كېتىشىدىن چۈشۈپ كېتىدۇ.

مۇشۇ قاتاردىن ھامىلدارلارغا تىنىقى چوڭايغۇدەك دەرىجىدە مۇنچىغا ئۇزۇن چۈشۈش چەكلىنىدۇ. چۈنكى، مۇنچا گەرچە تۆرەلمىنى تېيىلدۇرۇپ چۈشۈرۈۋەتمىسمۇ، بەزىدە تۆرەلمە سوغۇق ھاۋاغا ئېھتىياجلىق بولغانلىقتىن چۈشۈپ كېتىدۇ. بەزىدە مۇنچا قۇۋۇۋەتنى يوقىتىپ ئاجىزلاشتۇرغانلىقتىن ۋە تارقىتىش سەۋەبى بىلەن بوشاشتۇرغانلىقتىن ۋە بەدىنى ئاغرىقلاردىن، كېسەللىكتىن، قاتتىق ئاچلىقتىن ياكى خىلتىنىڭ ئىستىفراغ بولۇشىدىن ياكى دورا بىلەن ياكى قان ئېلىش بىلەن ياكى ئۆزلۈكىدىن كۆپ قاننىڭ ئىستىفراغ بولۇشىدىن، مەسىلەن: ھەيز قېنى كۆپ ئېقىپ كېتىش قاتارلىقلاردىن بالا چۈشۈپ كېتىدۇ. ھامىلە چوڭ بولغانسېرى قان ئېلىشىنىڭ زىيىنى كۆپرەك بولىدۇ ياكى قاتتىق مادىدا تولۇپ قېلىشتىن ياكى بالىنىڭ ئوزۇقلۇقنى بۇزىدىغان كۆپ تاماق سىڭمەسلىكتىن ياكى بالىنىڭ ئوزۇقلۇق يولىنى توسۇپ قويىدىغان تاماق سىڭمەسلىكتىن ۋە بالىياتقۇنى سىرتقى تەرەپكە كۆپ ھەرىكەتلەندۈرىدىغان جىمانى كۆپ قىلىشتىن، بولۇپمۇ يەتتە ئايلىقتىن كېيىن جىمانى كۆپ قىلىش ۋە بالىياتقۇنى بوشىتىپ ھامىلىنى تېيىلدۇرۇپ چۈشۈرۈۋېتىدىغان مۇنچىلارغا كۆپ چۈشۈش ۋە كۆپ يۇيۇنۇشتىن بالا چۈشۈپ كېتىدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن مۇنچا بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەندەك قۇۋۇۋەتنى بوشىتىۋەتكەنلىكى ۋە ھامىلىنىڭ سوغۇق ھاۋاغا ئېھتىياج بولغانلىقى سەۋەبىدىن ھامىلىنى چۈشۈرۈۋېتىدۇ، بۇ بولسا سەۋەبلەر تەبىقىسىدۇر.

بەزىدە ھامىلىنىڭ چۈشۈپ كېتىشى ھامىلىدىكى سەۋەبلەردىن بولىدۇ،

مەسىلەن: ھامىلە بىرەر سەۋەبتىن ئۆلۈپ قېلىپ، ئۇنى تەبىئەت يامان كۆرۈپ چۈشۈرۈۋېتىدۇ، بولۇپمۇ ئۆلۈك ھامىلىدىن يىرىك ئېقىپ، بالىياتقۇنى غىدىقلاپ بىئارام قىلغان بولسا. ياكى تۆرەلمە ئاجىزلىقىدىن بالىياتقۇدا تۇرالماي چۈشۈپ كېتىدۇ ياكى تۆرەلمىنى ئوراپ تۇرىدىغان پەردە ۋە لىپاپسىمان پەردە سەۋەبلىك چۈشۈپ كېتىدۇ. چۈنكى ئۇ پەردىلەر يىرتىلسا ياكى بوشاپ كەتسە، ئۇ پەردىدىن ھۆللۈكلەر قۇيۇلۇپ، ھۆللۈكلەر بالىياتقۇنى بىئارام قىلىپ، ئاندىن ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەتنى ھەرىكەتلەندۈرۈپ، ھامىلىنىڭ تېيىلىپ كېتىشىگە ياردەم بېرىدۇ ياكى بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ كەڭلىكى ياكى بوش يۇمۇلۇشى ياكى بالىياتقۇدىكى ھۆللۈك ياكى كۆك قان تومۇرلىرى ئېغىزىدىكى ھۆللۈك قاتارلىقلار ھامىلىنى تېيىلدۈرۈپ، ئېغىرلاشتۇرۇۋېتىشتىن ئىبارەت بالىياتقۇدىكى سەۋەبتىن بالا چۈشۈپ كېتىدۇ. بەزىدە ئىسسىقلىق ياكى سوغۇقلۇق ياكى قۇرۇقلۇقتىن ئىبارەت بالىياتقۇنىڭ ھەر خىل مىزاج بۇزۇلۇشىدىن ۋە ھامىلىنىڭ ئۆزۈقلۇقىنىڭ ئازلىقىدىن ھامىلە چۈشۈپ كېتىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇدىكى يەلدىن، ئىششىقتىن ۋە تىلمىدىن ياكى قاتقان ئىششىق ۋە سەرتاندىن، بەزىدە بالىياتقۇدىكى ياردىن ھامىلە چۈشۈپ كېتىدۇ. ئىككى ئايلىق ۋە ئۈچ ئايلىقتا چۈشۈپ كەتكەن ھامىلىنىڭ كۆپىنچىسى يەلدىن ۋە بالا ھەمراھى تومۇرى توقۇلىدىغان بالىياتقۇ ئويمىنى، دەپ ئاتىلىدىغان بالىياتقۇ تومۇر ئېغىرلىرىدىكى ھۆللۈكتىن چۈشۈپ كېتىدۇ. ئەگەر بۇ تومۇر ئېغىزلىرى ھۆل بولۇپ كېتىپ، تومۇر ئېغىرلىرى ۋە ئۇلاردىن توقۇلىدىغان بالا ھەمراھى تومۇرلىرى بوشاپ كەتسە، يەل ياكى ئېغىزلىقتىن ئىبارەت ئاددىي ھەرىكەتلەندۈرگۈچىدىن ھامىلە چۈشۈپ كېتىدۇ. بەزىدە قۇرۇتقۇچى ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ياكى مۇزلاتقۇچىدىن مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن ھامىلە چۈشۈپ كېتىدۇ. ھامىلىنى دەسلەپكى مەزگىلدە چۈشۈرۈۋېتىدىغان سەۋەبلەردىن بىرى ئەسلىدە مەنىنىڭ سۇيۇقلۇقىدۇر. چۈنكى سۇيۇق مەنىيدىن قانىنى سۈمۈرۈش بىلەن بىرگە يېرىلىشقا تەييار تۇرىدىغان ئاجىز بىرىنچى پەردە يارتىلىدۇ. ئالتە ئايلىقتا ۋە ئۇنىڭدىن كېيىن بالىياتقۇغا قۇيۇلۇپ، ھامىلىنى تېيىلدۈرۈۋېتىدىغان ھۆللۈكلەردىن ھامىلە چۈشۈپ كېتىدۇ. بىر بۆلۈك تېۋىپلار ئالتە ئايلىقتا ۋە ئالتە ئايلىقتىن كېيىن چۈشۈپ كەتكەن

هاملىنىڭ كۆپىنچىسى يەلدىن چۈشۈپ كېتىدۇ، دەيدۇ. بۇ سۆز توغرىدۇر.

ئەمما مەلۇم مۇددەتتىن كېيىن بويىدىن ئاجراپ كېتىشنىڭ كۆپىنچىسى سوغۇقتىن بولغان ئاجىزلىقتىن بولىدۇ، دېيىلىپتۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، بەك ئورۇق ئايال هاملىدار بولسا، سەمرىشتىن ئىلگىرى بالىسى چۈشۈپ كېتىدۇ. چۈنكى بەدەن ئۆزىنى ياخشىلاش ۋە قۇۋۋەتنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن تۆرەلمىگە ئوزۇقلۇق قالمىغۇدەك دەرىجىدە ئوزۇقلۇقنى سۈمۈرۈپ، تۆرەلمە ئاجىزلاپ كېتىدۇ.

نورمال بولمىغان بەك سوغۇق رايونلار ۋە بەك سوغۇق پەسللەردە هاملىنىڭ چۈشۈپ كېتىشى كۆپ بولىدۇ. شۇنداقلا تاغلاردا، جەنۇبتىكى رايونلاردا هاملىنىڭ چۈشۈپ كېتىشى كۆپ بولىدۇ ۋە شۇنداقلا جەنۇبنىڭ هاۋاسىدا هاملىنىڭ چۈشۈپ كېتىشى كۆپ بولىدۇ. شىمالنىڭ هاۋاسىدا ئاز بولىدۇ. بىراق، هاملىگە زىيان قىلمىغان قاتتىق سوغۇق بولسا شىمالدىمۇ هامىلە چۈشۈپ كېتىدۇ.

ئەگەر جەنۇبتىن باشلانغان ئىللىق قىش ۋە شىمالدىن باشلانغان يامغۇرى ئاز باهاردا تۇغمىغان هاملىدارلارنىڭ هاملىسى ئاددىي سەۋەبتىن ئاي - كۈنى توشماي ئاجىز تۇغۇلۇپ قالىدۇ. بالا چۈشۈپ كەتكەندە يۇز بېرىدىغان ئاغرىق بالا تۇغۇلغاندا يۇز بېرىدىغان ئاغرىقتىن ئېغىرراق بولىدۇ. چۈنكى بالىنىڭ چۈشۈپ كېتىشى غەيرىي تەبىئىي ئىشتۇر.

ئالامىتى

بويىدىن ئاجراپ كېتىشنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، ساغلام يۇغىنىغان ئەمچەك كىچىكلەشكە باشلايدۇ. ئەمما تەبىئەت كېسەللىكتىن بولغان يۇغىناشنى تەبىئەت چۈشۈپ كېتىشنىڭ خەۋپى بولمىغان كىچىكلەش بىلەن ياخشىلايدۇ. ئىككى ئەمچەكنىڭ قايسىسى ساغلام يۇغىناشتىن كىچىكلىسە، بۇنداق ئايالنىڭ قوشكېزەك بالىسىنىڭ شۇ تەرەپتىكىسى چۈشۈپ كېتىدۇ. ئەگەر سۈت ئەمچەك كىچىكلىگىچە كۆپ ۋە ئارقىمۇئارقا ئاقسا، هاملىنىڭ ئاجىزلىقىدىن ۋە چۈشۈپ كېتىدىغانلىقىدىن

ئاگاھلاندۇرىدۇ. شۇنىڭدەك بالىياتقۇدا ئاغرىقلارنىڭ كۆپ بولۇشى، ھامىلىنىڭ ئاجىز ئىكەنلىكىدىن ۋە چۈشۈپ كېتىدىغانلىقىدىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. ئەگەر قىزىتمىدا ھامىلدار ئايالنىڭ چىرايى بەك قىزارسا ۋە تىترەش ياكى باش ئېغرىلاش پەيدا بولسا ھەم ھارغىنلىق غەلبە قىلسا ۋە كۆزىنىڭ تېگىدە ئاغرىقنى ھېس قىلسا، بۇ، ھامىلە چۈشۈپ كېتىش سەۋەبلىرىنىڭ كۆپ ئىكەنلىكىگە ۋە قان كېلىپ، ئاندىن ھامىلىنىڭ چۈشۈپ كېتىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. شۇنىڭدەك ھامىلە چۈشۈپ كېتىشنىڭ كۈچلۈك سەۋەبلىرى كۆپ بولسا، ھامىلىنىڭ چۈشۈپ كېتىشىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەمما مىزاج، يارا، ئىششىق ۋە ھۆللۈكلەر سەۋەبىدىن بولغان ھامىلە چۈشۈپ كېتىش بىرقانچە قېتىم سۆزلەنگەن بايانلار بىلەن بىلىنىدۇ. ئەمما يەلدىن بولغان بالا چۈشۈپ كېتىش ئېغىرلىق بولماستىن تارتىشىش، يۆتكىلىش، يەللىك يېمەكلىكلەرنى يېگەندە كۆپۈش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت بولۇپ، يەلنىڭ ئالامەتلىرى بىلەن بىلىنىدۇ. ئوچۇق سەۋەبلەر ئۇنىڭ باشلىنىشىدىن بىلىنىدۇ.

ئەمما ھامىلىنىڭ ئۆلۈپ قالغانلىقىغا قورساق بوشلۇقىدا قويۇپ بېرىلگەن، بىر تەرەپتىن يەنە بىر تەرەپكە يۆتكىلىدىغان ئېغىر تاشتەك بىر نەرسىنىڭ ھەرىكەتلىنىشى دالالەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ ھامىلدار ئايال يېنىچە ياتسا. ئىلگىرىكى ئىسسىق كىندىكى سوۋۇيدۇ، ئەمچىكى سوۋۇيدۇ. بەزىدە يىرىڭدەك سېسىق پۇرايدىغان ھۆللۈكلەر ئاقىدۇ. ھامىلىنىڭ ئۆلۈپ قالغانلىقىغا ھامىلدار ئايالدا باشقا ئېغىر كېسەللىكلەرنىڭ يۈز بەرگەنلىكى كۆچلۈك پاكىت بولىدۇ.

بەزىدە ھامىلە ئۆلگەندە ۋە ئۆلۈشتىن ئىلگىرى (بۇ ھامىلىنىڭ ئۆلۈپ كەتكەنلىكىدىن ئاگاھلاندۇرىدىغان ئالامەتلەردۇر) ھامىلدار ئايالنىڭ كۆزى ئولتۇرۇشۇپ كېتىدۇ ۋە كۆزىنىڭ ئېقى كۆكىرىدۇ. بەزىدە ھامىلدارنىڭ لېۋى قىزىل بولۇش بىلەن بىرگە قۇلىقى ۋە بۇرنىنىڭ بىر تەرىپى ئاقىرىدۇ، ئىستىسقائى لەھمىگە ئوخشاش ھالەت يۈز بېرىدۇ.

ھامىلىنى ساقلاش ۋە چۈشۈپ كېتىشتىن قوغداش ھامىلە بالىياتقۇغا شاختىكى مېۋىدەك ئېسىلىپ تۇرىدۇ. شاختىكى مېۋە دەسلەپتە كۆرۈلگەندە ياكى پىشقاندا ئۇنىڭ چۈشۈپ كېتىش خەۋپى بولغىنىدەك، تۆرەلمىنىمۇ دەسلەپكى

چاغدا ۋە تۇغۇلۇشقا ئازراق قالغاندا چۈشۈپ كېتىشىنىڭ خەۋپى يۇقىرى بولىدۇ. شۇڭا، بۇ ئىككى مەزگىلدە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ھاملىنى چۈشۈرۈۋېتىدىغان سەۋەبلەردىن ساقلىنىش لازىمدۇر. سۈرگە دورىلىرى بالىنى چۈشۈرۈۋېتىدىغان سەۋەبلەر قاتارىدىندۇر. شۇڭا، تۆت ئايلىقتىن بۇرۇن ۋە يەتتە ئايلىقتىن كېيىن سۈرگە ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش كېرەك ۋە يەنە تۆت ئايلىق بىلەن يەتتە ئايلىق ئارىسىدىمۇ سۈرگە ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش كېرەك. بىراق بۇ ئارىلىقتا سۈرگە ئىشلىتىش بىخەتەرەكتۇر، زۆرۈرىيەت بولسا، ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

بەزى ۋاقىتلاردا مىزاج بولۇش سەۋەبىدىن تۆرەلمە بۇزۇلۇپ كەتمەسلىك ئۈچۈن ھاملىدارغا سۈرگە بېرىپ قېنىنى تازىلىماي بولمايدۇ. زۆرۈر بولغاندا يېنىك دەرىجىدىكى سۈرگە بېرىلىدۇ. بەزىدە بويىدا قېلىشتىن ئىلگىرى كېلىش زۆرۈر بولغان ھەيز قېنى كەلمەي، ھەيز قېنىنىڭ قالدۇقى قېپقېلىپ تازىلاش ئېھتىياجى بولسا ۋە ھەيز ئېشىندىلىرى تۆرەلمىنى بۇزۇۋېتىشتىن ئىلگىرى تازىلانمىغان بولسا، ئىچىلمەيدىغان، لېكىن ھەمەل قىلىنىدىغان سۈيۇق تازىلىغۇچى دورىلار بىلەن يەڭگىل دەرىجىدە تازىلاش لازىم.

ھەمەل قىلىشتا بالىياتقۇ ئېغىزىدىن ئاشۇرۇۋېتىلمەي، بەلكى بالىياتقۇ بوينىغا ھەمەل قىلىنىدۇ. بۇ ھەمەللار بىلەن تازىلاشقا تېگىشلىك نەرسىلەر بىر قېتىمدا تازىلىماي، بەلكى نەچچە قېتىم تازىلىنىدۇ. ئەگەر مىزاج، ئىششىق، يارا، يەل ۋە باشقا سەۋەبلەردىن بالا چۈشۈپ كېتىش خەۋپى بولسا، ھەربىرى ئۆز بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ.

ئەگەر بالا چۈشۈپ كېتىش ئاشكارا سەۋەبتىن بولۇپ، ئۇ سەۋەب مىزاجنى ھەرىكەتلەندۈرىدىغان نەرسىلەر قاتارىدىن بولسا، مىزاج تەڭشىلىدۇ. ئەگەر شۇنداق بولماي، بەلكى ئاشكارا سەۋەبنىڭ تۆرەلمىنى چۈشۈرۈۋېتىش ياكى ئۆلتۈرۈپ قويۇش خەۋپى بولسا، بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان تۆرەلمىنى ساقلىغۇچى دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىش كېرەك. ئەمما ھۆللۈكتىن ھاملىنىڭ تېيىلىپ كېتىشى (بۇ كۆپ يۈز بېرىدۇ) دە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ چىقىرىدىغان ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىش، ئاندىن نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇلىدىغان دورىلارنى، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلارنى

ۋە بالياتقۇنى تازىلىغۇچى ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىش لازىم.

ھۆللۇكنىڭ تېيىلدۇرۇشىدىن بولغان بالا چۈشۈپ كېتىشنىڭ مائۇلئۇسۇل ئابدىمىلىك يېغى بىلەن، ياكى ئوغرىتىكەن، شۇمشا قاينىتىلمىسى ئابدىمىلىك يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئون كۈن ئازراق ھەببى مەنتىندىن ۋە ئايارەج جالىنۇس ئىچكۈزۈلسە، بۇ ھەقتە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

ھۆللۇكنىڭ تېيىلدۇرۇشىدىن ۋە يەلدىن ھاملىنىڭ چۈشۈپ كېتىشگە ئىشلىتىلىدىغان ياخشى ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى: يالپۇز، ئارچا مېۋىسى، جۇۋىنە، ھىڭ كۆتىكى، سېرىقچېچەك ياغچى، بابۇنە، سۇزاپ، ئوغرىتىكەن، شۇمشىنىڭ ھەربىرىدىن بىر چاڭگالدىن ئېلىپ، 1200 گىرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن 340 گىرامدىن ئازراق ئېلىپ، ئۇنىڭغا سۇمبۇل يېغىدىن 17 گىرام، كۈنجۈت يېغىدىن 106 گىرام سېلىپ ھۆقنە قىلىندۇ، ھەر تۆت كۈندە بىر قېتىم شۇ مىقداردا ھۆقنە قىلىندۇ.

ھۆقنىنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: شەھمەنزەلنى ئويۇپ، ئۇرۇقنى چىقىرىۋېتىپ، ئىچىگە گۈلسەۋسەن يېغى توشقۇزۇپ، بىر كېچە - كۈندۈز قويۇپ، ئاندىن ئەتىسى ياغ تولۇق قاينىغۇچە چوغدا تۇرغۇزۇپ، ئاندىن ئۇنى سۈزۈپ تەييارلاپ، ئىلمان ھالدا پەرجىگە ھۆقنە قىلىندۇ، بۇ، ھۆللۇكنىڭ ھاملىنى تېيىلدۇرۇۋېتىشىغا قارشى بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ھۆللۇكلەرنى مۇشۇنداق تازىلىغاندىن كېيىن ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق ياغلارنى ياغلاش، نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇش ۋە يۇڭغا يۇقتۇرۇپ ھەمەل قىلىش قاتارلىق ئۇسۇللار بىلەن ئىشلىتىش لازىم. چوڭ نۇسخىلىق مەجۇناتلار ۋە داۋائى كاسكەبىتەج، دەخمەرسا، سەنجىبىنا قاتارلىق دورىلار ھەر ئۈچ كۈندە ياكى بەش كۈندە بىر قېتىم ئىشلىتىلىدۇ، شۇنىڭدەك داۋائىلمىشكى، داۋائى بۇزۇر ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: سوقۇلغان كۈندۇر پوستى، سوقۇلغان سەئدى كۇۋىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، مۇرمەككىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ئۇنىڭغا ئالتە ھەسسە سۇ قويۇپ، تۆتتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ، بۇنىڭدىن 120 گىرامى ھۆللۇك تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ھەر ئۈچ كۈندە بىر قېتىم ھۆقنە

قىلىنىدۇ. بۇ ھەقتە ياخشى بۇخۇرلاردىن بىرى مۇقەل، بەتەم يېلىمى، ئوشاق، سيادان قاتارلىقلار ھۆللۈكلەرنى تازىلىغاندىن كېيىن بىرلەشتۈرۈپ ياكى ئايرىم - ئايرىم ھالدا بۇخۇر قىلىنىدۇ ۋە سۇمبۇل، زەپەر، مەستىكى، مۇرمەككى، ئىپار، قۇندۇز قەھرى، مۇقەل ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى سۇمبۇل رۇمى يېغىدا ياكى غاز يېغىدا يېشىل يۇكۇغا يۇقتۇرۇپ ھەمەل قىلىنىدۇ ۋە ھۆللۈكنى تازىلىغاندىن كېيىن توشقان پەنىرمايىسى ۋە تۆرەلمىنى ئانا قورسقىدا ساقلىغۇچى دورىلار ئىسسىق مىزاجدىن ياكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششقىتىن ئىبارەت بىرەر كېسەللىك بولمىغاندا ھەمەل قىلىنىدۇ. تۆرەلمىنى ئانىسىنىڭ قورسقىدا ساقلايدىغان دورىلار يۈرەك دورىلىرىدۇر. مەسىلەن: زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، مۇپەررەھ، داۋائىلمىشكى، مەسرىدىتۇس قاتارلىقلار.

بالىنىڭ چۈشۈپ كېتىشىنى چەكلەيدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى: دۇرنەج ئەقرەبى، زورەمبات، قۇندۇز قەھرى، ھىڭ، ئامىلە ئۇسارىسى، ئىپار، لاچىندانە، موزا، تاباشىرنىڭ ھەربىرىدىن بىر گىرامدىن، زەنجۇبىلدىن 30 گىرام ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ، كۈندە تۆت گىرامى سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى ھۆقنىلەر ھامىلىنىڭ چۈشۈپ كېتىشىنى توسىدىغان دورىلار قاتارىدىندۇر. بالىنىڭ چۈشۈپ كېتىشگە قارشى مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى يالپۇز، بابۇنە، شۇمشا، سىرىقچېچەك، جۇۋىنە قاتارلىقلاردۇر.

بالىنى چۈشۈرۈۋېتىش ۋە ئۆلۈك تۆرەلمىنى چىقىرىش تەدبىرى بەزىدە بىرنەچچە ۋاقىتلاردا ھامىلىنى چۈشۈرۈۋېتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئۇ ۋاقىتلاردىن بىرى، ھامىلىدار بولغان ئايال كىچىك بولۇپ، تۇغۇتتا ئۆلۈپ كېتىش خەۋپى بولغاندا، يەنە بىرى، بالىياتقۇدا كېسەللىك بولغاندا ۋە بالىنىڭ چىقىش يولىنى تارلاشتۇرۇپ، بالىنى ئۆلتۈرۈپ قويىدىغان گۆش ئۆسۈپ قالغاندا، يەنە بىرى، ھامىلە ئانىسىنىڭ قورسقىدا ئۆلۈپ قالغاندا ھامىلىنى چۈشۈرۈۋېتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، تۇغۇت قىينىلىشىپ تۆت كۈنگىچە تۇغالمىسا، ھامىلە ئۆلۈپ قالغان بولىدۇ. بۇنداق ۋاقىتتا ھامىلىنى قۇتۇلدۇرۇشقا مەشغۇل بولماي،

ئانىنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قېلىشقا مەشغۇل بولۇپ، ھاملىنى چىقىرىشقا تىرىشىش لازىم.

ھاملىنى بەزىدە ھەرىكەتلەر، بەزىدە دورىلار چۈشۈرۈۋېتىدۇ. دورىلار ھاملىنى ئۆلتۈرۈش بىلەن ۋە ھەيزنى كۆچلۈك ماگنىزۇش بىلەن ھاملىنى چۈشۈرۈۋېتىدۇ. بەزىدە ھاملىنى تېيىلدۇرۇش بىلەن چۈشۈرۈۋېتىدۇ. تۆرەلمىنى ئۆلتۈرگۈچى دورىلار ئاچچىق دورىلاردۇر. ھەيزنى ماگدۇرىدىغان دورىلار يەنىلا ئاچچىق ۋە ئۆتكۈر دورىلاردۇر. ھاملىنى تېيىلدۇرغۇچى دورىلار ھۆل چاپلاشقاق دورىلاردۇر. بۇ دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە ھەمەل قىلىنىدۇ. ھەرىكەتلەردىن بىرى قان ئېلىشتۇر، بولۇپمۇ باسلىق تومۇردىن قان ئالغاندىن كېيىن سافىن تومۇردىن قان ئېلىشتۇر، بولۇپمۇ بالاغەتكە يېتىپ ھاملىدار بولغان ئاياللارغا شۇنداق قىلىنىدۇ. يەنە ئاچ قالدۇرۇش، كۆپ ھەرىكەت قىلدۇرۇش، كۆپ سەكرىتىش، ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرگۈزۈش، قەي قىلدۇرۇش، چۈشكۈرتۈش قاتارلىقلاردۇر. ھاملىنى چۈشۈرۈشتىكى ياخشى تەدبىرنىڭ بىرى، ھاملىدار ئاياللارنىڭ بالياتقۇ ئېغىزىغا يۆگەلگەن قەغەز ياكى پەي ياكى ئۆشنان، سۈزاپ ياكى ئۆشنان يىلتىزى ياكى سەرخەس قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ياغاچنى كىرگۈزۈش بالىنى شەكسىز چۈشۈرۈۋېتىدۇ، بولۇپمۇ يۆگەلگەن قەغەز، پەي، تەييارلانغان ياغاچ قاتارلىقلارغا قەتان، شەھمەنزەل سۈيىگە ئوخشاش بالىنى چۈشۈرىدىغان دورىلار سۈركەلگەن بولسا.

بالىنى چۈشۈرىدىغان دورىلار بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى يەككە دورىلار، بەزىسى مۇرەككەپ دورىلاردۇر. بىز يەككە دورىلارنى يەككە دورىلار بايانىدا، مۇرەككەپ دورىلارنى مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلىدۇق. لېكىن بىز بۇ يەردە ئىككى خىل دورىدىن بۇ مەقسەتتە بەكرەك تەسىر قىلىدىغانلىرىنى سۆزلەيمىز.

بەك ئىسسىق بولمىغان يەككە دورىلار، مەسىلەن: ئەفسەنتىن، شاھتەررىگە ئوخشاش. ئەمما ئىسسىق يەككە دورىلار، مەسىلەن: شەترەنجى ئۇرۇقى (بۇ ئۇرۇق ئاق قىچقا ئوخشاش بولۇپ، ئۇنىڭ ئۆتكۈر پۇرىقى بار) ھەمەل قىلىنسا بالىنى چۈشۈرىدۇ. ئادراسمان ئۇرۇقى ئىچكۈزۈلسە ۋە ھەمەل قىلىنسا بالىنى چۈشۈرىدۇ.

بىلسان يېغى ھەمەل قىلىنسا، بالا ۋە بالا ھەمراھىنى چىقىرىدۇ. ھىلگ ۋە قۇننە بۇ ھەقتە يەنىلا كۆچلۈكتۇر. ھاملىنى چۈشۈرۈشتە بۇخۇرى مەريەم دەرىخى ئىچكۈزۈلىدۇ، ھەتتا بىر بۆلۈك تېۋىپلار، ھاملىدار ئايالنىڭ بۇخۇرى مەريەم دەرىخىگە دەسسەپ سېلىشىمۇ ھاملىنىڭ چۈشۈپ كېتىشىگە ئېلىپ بارىدۇ، دېگەن. بۇخۇرى مەريەمنىڭ ئۇسارىسى قورساقتا تىلا قىلىنسا، قورساقتىكى بالىنى زەرەرلەيدۇ. پاختىغا يۇقتۇرۇپ ھەمەل قىلىنسا، قانداقمۇ زەرەرلىمسۇن؟ شۇنىڭغا ئوخشاش بارلىق ئۆشنان يىلتىزلىرىنىڭ ئۇسارىسىمۇ ھاملىنى چۈشۈرىدۇ. پارس ئۆشنانىدىن توققۇز گىرام ئىچكۈزۈلسە، شۇ كۈنى ھاملە چۈشۈپ كېتىدۇ. ئەگەر ياۋا سۇزاپتىن بىر گىرام يېگۈزۈلسە، ھاملىنى چۈشۈرۈۋېتىپ، ھارارەت ۋە كۆيۈشۈشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. يەنە شەھەنزەل قاينىتىلمىسى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن شەرتلەرگە رىئايە قىلغان ئاساستا نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇلسا ياكى يۇڭغا يۇقتۇرۇپ ياخشى ھەمەل قىلىنسا ھاملىنى چۈشۈرىدۇ.

ياخشى دورىلار دارچىن تۇخۇم شاكىلغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلسە ياكى ھەمەل قىلىنسا ھاملىنى چۈشۈرىدۇ. ھاملىنى چۈشۈرۈش بىلەن بىرگە كۆڭۈل ئېلىشىشنى پەسەيتىدۇ، بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، بۇ ھەقتە خاسىيتى بار نەرسىلەردىن بىرى، ئېشەك تۇيىقى ھەمەل قىلىنسا ھايات ياكى ئۆلۈك ھاملىنى چىقىرىدۇ. ئېشەك تېزىكىنىڭ ئىسى نەيچە بىلەن يەتكۈزۈلسە، ئۆلۈپ قالغان ھاملىنى تېز چىقىرىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش تۇزلانغان بېلىقنىڭ كۆزىنىڭ ئىسىنى يەتكۈزۈشمۇ ئۆلۈك ھاملىنى چىقىرىدۇ. ئىچىلىدىغان مۇرەككەپ دورىلاردىن تۆۋەندىكى دورا ھاملىنى چۈشۈرۈش ۋە ئۆلۈك ھاملىنى چىقىرىشتا كۈچلۈك دورىدۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ھىگدىن 1.5 گىرام، قۇرۇق سۇزاپ يوپۇرمىقىدىن توققۇز گىرام، مۇرمەككىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، ئومۇمىيسى بىر قېتىمدا ئارچا مېۋىسى قاينىتىلمىسى بىلەن ئەتىگەن ۋە ئاخشامدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، جىنتىيانا، ھەببۇلغار، مۇرمەككى، ئاچچىق قۇستە تەلخى، ئوردان، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، قېلىن دارچىن، قەردمانە، تاغ پىننىسى، قارىموچ قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، ھەر كۈنى

ئالته گىرامدىن ئون كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆكۈل ئېلىشىشنى پەسەيتىش بىلەن بالىنى ئاسان چۈشۈرىدىغان ياخشى دورىلاردىن تۆۋەندىكى دورىلاردۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى دارچىن، قەردمانە، ئارچا مېۋىسىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، مۇرمەككىدىن 15 گىرام ئېلىپ، ھەر كۈنى توققۇز گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە بۇ دورا ھامىلىنى چۈشۈرۈش بىلەن نىپاسدارنى تازىلاشنى، بالا ھەمراھىنى چىقىرىشنى ئاسانلاشتۇرىدۇ. تەيارقى ئەربەئە بالىنى چۈشۈرۈش ۋە ئۆلۈك ھامىلنى چىقىرىشتا كۈچلۈك تەسىر قىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: سۇزاپ سۈيىدىن 90 گىرام، ئەنجۇر بىلەن ياخشى قاينىتىلغان شۇمشا سۈيىدىن 90 گىرام، يالپۇزدىن توققۇز گىرام ئېلىپ ئىچكۈزۈلسە، ئۆلۈك ھامىلنى تېپىلدۇرۇپ چۈشۈرىدۇ. بەزىدە 340 گىرام مىقدارىدا سۇزۇك سوغۇق سۇغا 30 گىرام ئاق لەيلى ئۇرۇقى سېپىپ ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇپ، ئۇسسۇزلۇق پەيدا قىلىپ، كۆپ سۇزاپ سۈيى قۇرۇق خورما بىلەن قاينىتىلغان شۇمشا يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ بالا ھەمراھىنىمۇ ياخشىلايدۇ.

پەرزىجە دورىلاردىن ياۋا سۇزاپ ئۇرۇقى، ئوشۇق قاتارلىقلاردىن پەرزىجە تەييارلاپ ھەمەل قىلىندۇ. شۇنىڭدەك سۇزاپ سۈيىدىن 120 گىرام، ساپ ياڭاق يېغىدىن 30 گىرام ئىچكۈزۈلسە ھامىلنى چۈشۈرىدۇ. بىز بۇنى بىرنەچچە قېتىم تەجرىبىدىن ئۆتكۈزدۇق. بىر بۆلۈك تېۋىپلار مۇنداق قارايدۇ: مۇرمەككى بىلەن ياكى سەبرە بىلەن ياكى سۇزاپ سۈيىدە ئېرىتىلگەن شەھمەنزەل بىلەن يەككە ھالدا ياكى ئومۇمىيسىنى بىرلەشتۈرۈپ، زەكەرگە بولۇپمۇ زەكەر بېشىغا تىلا قىلىپ، قۇرۇغاندىن كېيىن جىما قىلسا، ئىنزال ئاستا بولىدۇ، ئىنزال بولۇپ، بىر سائەت سەۋر قىلسا ھامىلنى چۈشۈرىدۇ.

پەرزىجە قسائۇل ھىمار ئۇسارىسىدىن 2.5 گىرام ئېلىپ، بۇقا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەمەل قىلسا، تېرىك ياكى ئۆلۈك ھامىلنى چىقىرىدۇ.

بۇلس دېگەن ھەكىم تۇزۇپ چىققان پەرزىجە قارا خەربەق، ياۋا ئۇزۇم، يۇمىلاق زىراۋەندە، بۇخۇرى مەريەم، ھەببى مازارىيون، شەھمەنزەل، ئوشۇق قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ئوشەقتىن باشقا ھەممىسىنى سوقۇپ، ئوشەقنى سۇدا ئېرىتىپ،

قالغانلىرى ئوشەقنىڭ سۈيىدە بىرلەشتۈرۈلىدۇ. بەزىدە ئوشەق بىلەن بۇقا ئۆتنى ئارىلاشتۇرۇپ، پەرزىجە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ناھايىتى كۆچلۈك پەرزىجە سوقۇلغان نۆشۈدۇردىن 30 گىرام، ئوشەقتىن توققۇز گىرام ئېلىپ، نۆشۈدۇرنى ئوشەقنىڭ ئېرىتىلمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ پەرزىجە تەييارلاپ، پۈتۈن بىر كېچە ئىككى پۇتنى تەكشى قىستۇرۇپ كۆتۈرۈپ ھەمەل قىلىندۇ، دورا ماڭغۇزۇلىدۇ ۋە يەنە ئەفسەنتىن قاينىتىلمىسى، سۇزاپ ئۇسارىسى، ئارچا مېۋىسى قاينىتىلمىسى ۋە ئابدىملىك يېغى قاتارلىقلار نەيچە ئارقىلىق ماڭغۇزۇلىدۇ.

بالىياتقۇغا سېلىندىغان ھۆقنە نەيچسى ئۇچ قىرلىق بولۇپ، بوينىنىڭ ئۇزۇنلۇقى ھامىلدارنىڭ بالىياتقۇسىنىڭ چوڭقۇرلۇقى مىقدارىدا ۋە ھامىلدار بالىياتقۇ بوشلۇقىغا يەتكەنلىكىنى سەزگۈدەك بولۇشى كېرەك. بۇنىڭدا ھامىلنى ئۆلتۈرىدىغان ۋە تېيىلدۇرۇپ چىقىرىدىغان دورىلار ماڭغۇزۇلىدۇ.

بەزى قەدىمكى تېۋىپلارنىڭ ئۆلگەن ھامىلنى چىقىرىش تەدبىرى ئۆلگەن ھامىلنى چىقىرىش ۋە ئۇنى تۆمۈر سايمان بىلەن پارچىلاپ ئېلىشتا، ئايالنىڭ ساغلام ياكى ساغلام ئەمەسلىكىگە قارىلىدۇ. ئەگەر ئايال ساغلام بولسا، داۋالاشقا قەدەم بېسىلىدۇ، ئەگەر ساغلام بولمسا، داۋالاشتىن توختاش لازىم. چۈنكى ئەھۋالى ناچار ئايالدا ھوشىدىن كېتىش، ئۇيقۇسىزلىق، ئۇنتۇغاقلىق، ئىستېرخا بولۇش، ئەزالار چىقىپ كېتىش قاتارلىق ئەھۋاللار يۈز بېرىدۇ، چاقىرسا جاۋاب قايتۇرمايدۇ، يۇقىرى ئاۋازدا چاقىرسا ئاجىز جاۋاب بېرىدۇ، ئاندىن ھوشىدىن كېتىدۇ.

ئۇلارنىڭ بەزىسى تارتىشىپ قېلىش بىلەن تەشەننۇج بولىدۇ. نېرۋىسى قالايمىقانلىشىدۇ، غىزا يېمەيدۇ، تومۇر سوقۇشى كېچىك، ئارقىمۇئارقا بولىدۇ. ساغلام ئايالدا يۇقىرىقى ئەھۋاللاردىن بىرەرسى يۈز بەرمەيدۇ. ئايالنى كارىۋاتتا بېشىنى پەسرەك، ئىككى پۇتنى كۆتۈرۈپ ئوڭدا ياتقۇزۇپ، ئىككى تەرەپتىن ئايالار ياكى خىزمەتچىلەر چىڭ تۇتۇپ تۇرىدۇ. ئەگەر ئايالار ياكى خىزمەتچىلەر بولمسا، بالىنى تارتقاندا ئايالنىڭ تېنى تارتىلماسلىق ئۈچۈن، ئۇ ئايالنىڭ مەيدىسىدىن كارىۋاتقا چىڭ باغلاپ قويۇلىدۇ، ئاندىن تۇغۇت ئانسى بالىياتقۇ

بويىنىڭ ئۈستى تەرىپىنى ئېچىپ، ئاندىن سول قولىنى ياغلاپ، بارماقلىرىنى جۈپلەپ تۇرۇپ بالىياتقۇ ئېغىزىغا كىرگۈزۈپ، بالىياتقۇ ئېغىزىنى كېڭەيتىپ ياغ قۇيۇپ، ھاملىنى تارتىدىغان قىسقۇچ بىلەن قىسىدىغان ئورۇننى ئىزدەيدۇ. قىسقۇچ بىلەن قىسلىدىغان ئورۇنلار باشقىچە كەلگەن ھاملىدە ئىككى كۆز، ئېغىز، بويۇن، تاڭلاي، ئېڭەك ئاستى، ئوقۇرەك سۆڭىكى، قوۋۇرغىلارغا يېقىن ئورۇنلار ۋە قوۋۇرغا بىرلەشمە ئاستى قاتارلىقلاردۇر.

ئەمما پۈتىچە كەلگەن ھاملىدە ئوتتۇرا قوۋۇرغىلار، ئوقۇرەك سۆڭىكى قاتارلىق ئورۇنلار قىسقۇچ بىلەن قىسلىدۇ، ئاندىن ھاملىنى تارتىدىغان سايمانىنى ئوڭ قولى بىلەن تۇتۇپ، سول قولىنى قىسقۇچ ئاستىدىن بارماقلار ئارىسىغا كىرگۈزۈپ تۈز تارتىلىدۇ، ھامىلە بىر تەرەپكە مايىل بولۇپ قالماسلىق ئۈچۈن قىسقۇچنىڭ ئۇدۇلىغا يەنە بىر قىسقۇچنى سانجىپ، ئاندىن ھامىلە تارتىلىدۇ. تارتقاندا پەقەت ئۇدۇلىغا تۈز تارتماي، بەلكى چىش تارتقاندەك ئۇياق - بۇياققا لىڭشىتىپ تارتىلىدۇ. شۇ ئارىلىقتا تارتىشنى بوشاشتۇرۇپ، ياغلانغان كۆرسەتكۈچ بارمىقى ۋە باشقا بارماقلىرىنى بالىياتقۇ بىلەن توختاپ قالغان ھامىلە ئارىسىغا كىرگۈزۈپ بارماقلىرىنى ھامىلە ئەتراپىدا ئايلاندۇرىدۇ. ئەگەر ھامىلە لايىقىدا بارماقلارغا ئەگىشىپ چىقسا، بىرىنچى قىسقۇچ يەنە بىر ئورۇنغا يۆتكىلىدۇ، شۇنىڭدەك باشقا قىسقۇچلارمۇ ھامىلە پۈتۈنلەي تارتىلىپ چىقىپ بولغۇچە يۆتكىلىدۇ.

ئەگەر ھاملىنىڭ بىر قولى يەنە بىر قولىدىن ئىلگىرى چىقىپ، قىستىلىپ قالغانلىقتىن قايتۇرۇش مۇمكىن بولمىسا، سىيرىلىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن قولىغا لاتا يۆگەپ تارتىلىدۇ، ھەتتا قول پۈتۈنلەي چىققاندا قول ئالقاندىن كېسىۋېتىلىدۇ. شۇنىڭدەك ئىككى قول ئىككى يۇقىرىقى بىلەكتىن ئىلگىرى چىقىپ قايتۇرۇش مۇمكىن بولمىسا، ئىككى قول كېسىۋېتىلىدۇ. شۇنىڭدەك ئىككى پۇت كېلىپ، باشقا ئەزالار كەلمىسە، ئىككى پۇت يىرىقتىن كېسىۋېتىلىدۇ. ئەگەر ھاملىنىڭ بېشى چوڭ بولۇپ، چىقىشتا قىستىلىپ قالغان سۇ بولسا ۋە ھاملىنىڭ بېشىدا يىغلىپ قالغان بولسا، بارماقلار ئارىسىغا ئوپېراتسىيە پىچقىنى ياكى ئۇچلۇق پىچاقنى ياكى بۇرۇن بوۋاسرىنى كېسىدىغان پىچاقنى كىرگۈزۈپ سۇنى چىقىرىپ، باشنىڭ كىچىكلىشى

ئۇچۇن باش تىلىنىدۇ. ئەگەر ھاملىنىڭ بېشىدا سۇ بولماي، مېڭىسىنى چىقىرىشقا ئېھتىياج چۈشسە، مېڭىسى چىقىرىلىدۇ. ئەگەر ھاملىنىڭ بېشى تەبىئىي چوڭ بولسا، باش سۆڭىكىنى يېرىپ، چىش ۋە سۆڭەك تارتىدىغان ئامبۇر بىلەن تۇتۇپ چىقىرىلىدۇ. ئەگەر باش چىقىپ، كۆكرەك كەپلىشپ قالسا، بۇ سايمان بىلەن ئوقۇرەك سۆڭىكىگە يېقىن ئوروۇنلار بوش سۆڭەكلەرگە يېتىپ، كۆكرەكتىكى ھۆللۈك تۆكۈلۈپ، كۆكرەك يىغلىغچە يېرىلىدۇ. ئەگەر كۆكرەك يىغلىمسا، بۇ ۋاقىتتا ئوقۇرەك سۆڭەكلىرىنى كېسىپ تارتىش كېرەك. چۈنكى ئوقۇرەك سۆڭەكلىرى تارتىلسا، كۆكرەكمۇ تارتىلىپ چىقىدۇ. ئەگەر قورساقنىڭ ئاستى تەرىپى ئىششىغان بولسا، تۆرەلمە ھايات بولسۇن ياكى ئۆلۈك بولسۇن بىز بايان قىلغان تەدبىرلەر بىلەن تۆرەلمە قورسقىنى بىكار قىلىش كېرەك.

ئەمما ئىككى پۇتى بىلەن كەلگەن ئۆلۈك ھاملىنى تارتىش ۋە ئۇنى بالىياتقۇ ئېغىزىغا ئۈدۈللاپ تۈزلەش ئاسان بولىدۇ. ئەگەر قورسقى ياكى كۆكرىكى كەپلىشپ قالسا، بۇ ۋاقىتتا لاتا بىلەن تارتىش كېرەك. قورساقتىكى نەرسىلەر تۆكۈلگىچە بىز يۇقىرىدا سۈپەتلىگەن بويىچە يېرىش كېرەك.

ئەگەر قالغان ئەزالار تارتىلىپ، باش كىرىپ كېتىپ چىقماي توسۇلۇپ قالسا، تۇغۇت ئانىسى سول قولىنى كىرگۈزۈپ باشنى تېپىپ، بالىياتقۇ ئېغىزىغا ئۈدۈللاپ، ھاملىنىڭ بېشىنى ھاملىنى تارتىدىغان بىر ياكى ئىككى قىسقۇچ بىلەن قىسىپ تارتىدۇ. ئەگەر بالىياتقۇ ئېغىزى يۇز بەرگەن ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن يۇمۇلۇپ قالغان بولسا، قوپاللىق قىلماي، بەلكى بالىياتقۇ ئېغىزى ئېچىلىش ئۈچۈن ياغلىق نەرسىلەرنى كۆپ قۇيۇش، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ئابزەندە ئولتۇرغۇزۇش، زىماتلارنى ئىشلىتىش ۋە باشنى بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن بويىچە تارتىش لازىم.

ئەمما يېنىچە كەلگەن ئۆلۈك ھاملىنى تۈزلەش مۇمكىن بولسا تۈزلەپ، بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ئۇسۇللارنى ئىشلىتىش، ئەگەر مۇمكىن بولمىسا، ھاملىنى بالىياتقۇدا تۇرغۇزۇپ پارچىلاش ۋە ئۇنىڭدىن كېيىن بالىياتقۇدا پەيدا بولغان ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقنىڭ داۋالاش تۈرلىرىنى ئىشلىتىش كېرەك. ئەگەر قان كۆپ چىقىپ كەتسە، قاناش بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر بىلەن داۋالىنىدۇ.

1 ـ پەسىل بالىسى چۈشۈپ كەتكەن ئاياللارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

ئەگەر ئايالنىڭ ھامىلىسى چۈشۈپ كەتسە، بۇ يەردىكى قان قويۇلۇپ توختاپ قېلىپ، زىيان قىلماي ئېقىپ كېتىش ئۈچۈن يالپۇز، ئاق قىچا قاتارلىقلار بىلەن بۇخۇر قىلىنىدۇ.

2 ـ پەسىل بالا ھەمراھىنى چىقىرىش توغرىسىدا

بالا ھەمراھىنى دورىسىز چىقىرىشتا ئىشلىتىلىدىغان چارە شۇكى، ئايال چۈشكۈرتكۈچى دورىلار بىلەن چۈشكۈرتۈلۈپ، ئاندىن ئېغىز ۋە بۇرنى چىڭ تۇتۇلىدۇ، ئاندىن قورسىقى چىڭىپ ۋە تارتىشىپ بالا ھەمراھى چۈشىدۇ.

ئەگەر بالا ھەمراھى كۆرۈنسە، ئۇزۇلۇپ كەتمەسلىك ئۈچۈن ئاستا ـ ئاستا تارتىلىدۇ. ئەگەر ئۇزۇلۇپ كېتىشىدىن ئەندىشە قىلىنسا، قول بىلەن تۇتقان قىسمىنى ئايالنىڭ يوتىسىغا نورمال چىگىپ قويۇپ، چۈشكۈرتۈشكە مەشغۇل قىلىنىدۇ. ئەگەر بالا ھەمراھىنىڭ چۈشۈشى كېچىكىپ كەتسە، بۇنى بەك تارتماي، بەلكى ئايالنىڭ ئىككى يوتىسىغا قايتىپ كىرىپ كەتمىگۈدەك دەرىجىدە باغلاپ قويۇلىدۇ.

ئەگەر بالا ھەمراھى بالىياتقۇنىڭ تېگىگە چاپلىشىپ قالغان بولسا، بۇنى ئاجرىتىشتا تارىمۇشلارنى بوشىتىش ئۈچۈن ئۇياق ـ بۇياقنا يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈلىدۇ. بۇنى ھەرىكەتلەندۈرۈشتە قەتئىي قوپاللىق قىلماسلىق كېرەك (چۈنكى قوپاللىق قىلىش بەزىدە ئۆتكۈر قاناشقا سەۋەب بولىدىغان تومۇرلارنىڭ ئۈزۈلۈشىگە ئېلىپ بارىدۇ). ئەگەر بالا ھەمراھىنىڭ توختاپ قېلىشى كۈچلۈك توسالغۇدىن ياكى بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ تارىيىشىدىن بولسا، بالىياتقۇ ئېغىزىنى كېڭەيتىشكە چارە قىلىنىدۇ. بالىياتقۇ ئېغىزىنى بارماقلار بىلەن ياكى ئۆتكۈر

بوشاشتۇرغۇچى قىرۇتىلارنى قۇيۇشتا ئىياللارنى مۇمكىن بولىدىغان شەكىلدە ياتقۇزۇش بىلەن كېڭەيتىشكە چارە قىلىنىدۇ. بەزىدە ئايالنى يېنىچە ياتقۇزۇش مۇۋاپىقتۇر. بەزىدە بالا ھەمراھنى چۈشۈرۈشكە، كىندىك ئاستىغا ۋە توققۇز كۆزگە زىمات ۋە يۇمشاتقۇچى ياغلارنى ئىستېمال قىلىش يارىدەم بېرىدۇ. بەزىدە تۇغۇت ئانىسىنىڭ بارمقىنى ياغلاش كۇپايە قىلىدۇ، ئاندىن چۈشكۈرتۈش، بۇخۇر قىلىش، ئابزەنگە چۈشۈرۈش، دورا ئىچكۈزۈش قاتارلىق تەدبىرلەر بىلەن تەدبىر قىلىنىدۇ ۋە ھەرقانداق چارە بىلەن چارە قىلىنىدۇ. چۈنكى بالا ھەمراھى ئەڭ قىسقا ۋاقىت ئىچىدە ئوفۇنەتلىنىپ سېسىپ چۈشۈپ كېتىدۇ. كۆچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن يارىدەم تەلەپ قىلىنىدۇ ۋە ئۆشنان قاينىتىلمىسى بىلەن ئابزەن قىلىنىدۇ، چۈنكى ئۆشنان قاينىتىلمىسدا ئابزەن قىلىش بالا ھەمراھنى چۈشۈرىدۇ.

بالا ھەمراھنى چۈشۈرىدىغان تەدبىرلەردىن بىرى، بالىياتقۇغا مەلھەمى باسلىقۇننى قۇيۇش. چۈنكى مەلھەمى باسلىقۇننى قۇيۇش بالا ھەمراھنى سېستېپ چۈشۈرىدۇ. ئەگەر بالا ھەمراھى چۈشسە، قىزىلگۈل يېغى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

بالا ھەمراھنى تېيىلدۇرۇپ چۈشۈرۈشكە يارىدەم بېرىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، ئاق لەيلىگۈل ئۇرۇقى سېپىلگەن قىزىلگۈل سۈيى ئىچكۈزۈشتۇر ياكى ئازراق قارچىغا مايىقى ئىچكۈزۈش ياكى ھەمەل قىلىشتۇر. ھاملىنى چۈشۈرگۈچى دورىلار، پەرزىجىلەر ۋە بۇخۇرلاردىن يۇقىرىدا سۆزلەنگىنى ئىشلىتىلىدۇ.

ياخشى بۇخۇرلاردىن ئاق خەربەقنى بۇخۇر قىلىش، كەپتەر مايىقىنى بۇخۇر قىلىش، زىراۋەندىنى بۇخۇر قىلىشتۇر.

قەدىمكى تۇغۇت ئانىلىرىنىڭ تەدبىرىنىڭ بىرى، قولىغا لاتا يۆگەپ بالىياتقۇغا كىرگۈزۈپ بالا ھەمراھنى تۈتۈپ ئالىدۇ. بۇ ئاغرىتىدىغان ئىلاجدۇر. ئەگەر بالا ھەمراھى چىقمىسا، سېسىپ بىرقانچە كۈندىن كېيىن چىقىدۇ. بالا ھەمراھىدىن مېڭىگە، يۈرەككە ۋە ئاشقازانغا ئۆرلىگەن ناچار بۇخاراتلاردىن نىپاسداردا ناچار ھالەت يۈز بېرىدۇ. ئۇ بۇخاراتلارنىڭ زىيىنىنى قايتۇرۇشتا خۇش پۇراق بۇخۇرلار بىلەن

ۋە گۈلسەۋسەن يىلتىزى سۈيى ۋە داۋائىلمىشكى ئىچكۈزۈش بىلەن ياردەم تەلەپ قىلىش كېرەك. يۇرەك، ئاشقازان ساھەسىگە تىلا ۋە يۇرەكنىڭ خۇشبۇي دورىلىرى ئىشلىتىلىدۇ. بەزى ھۆكۈمالار بالا ھەمراھىنى چىقىرىشتا بەزى سۆزلەرنى قىلدى. بىز بۇ سۆزنى ئۆز لەۋزى بىلەن ھېكايە قىلدۇق.

يۇنانلىق تېۋىپ لاۋېدۇس مۇنداق دېدى: ھامىلە چىقىپ بولغاندىن كېيىن بالىياتقۇدا بالا ھەمراھى قېپقېلىپ، بالىياتقۇ ئېغىزى ئوچۇق بولسا ۋە بالا ھەمراھى ئاجراپ، يۆگىشىپ، بالىياتقۇنىڭ بىر تەرىپىدە توپتەك بولۇپ قالغان بولسا، ئۇنىڭ چىقىشى ئوڭايدۇر. تۇغۇت ئانىسى سول قولىنى ياغلاپ قىزىتىپ، بالىياتقۇنىڭ چوڭقۇر قىسمىغا كىرگۈزۈپ، بالىياتقۇنىڭ چوڭقۇر قىسمىغا چاپلىشىپ قالغان بالا ھەمراھىنى تېپىپ ئۇدۇلىسىغا قاتتىق تارتماي (چۈنكى ئۇدۇلىسىغا تارتقاندا بالىياتقۇنىڭ ئۆرۈلۈپ چىقىش خەۋپى بولىدۇ)، بەلكى دەسلەپتە ئوڭ - سول تەرەپكە مىدىرلىتىپ تارتىپ، ئاندىن بەكرەك تارتىلىدۇ. چۈنكى بالا ھەمراھى بۇ ۋاقىتتا ئاجراپ چىقىدۇ. ئەگەر بالىياتقۇ ئېغىزى يۇمۇلغان بولسا، بىز بايان قىلغان ھەر خىل ئىلاجلار ئىشلىتىلىدۇ، ئەگەر ئايالنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىز بولمىسا، چۈشكۈرتكۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئىسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلار بۇخۇر قىلىندۇ. ئەگەر بالىياتقۇ ئېغىزى ئېچىلسا، بىز يۇقىرىدا بايان قىلغانداك قولنى كىرگۈزۈپ بالا ھەمراھى چىقىرىلىدۇ. ئەگەر مۇشۇ تەدبىرلەر بىلەن چىقمىسا، چىقمىدى دەپ بىئارام بولماسلىق كېرەك، چۈنكى بالا ھەمراھى بىرنەچچە كۈندىن كېيىن ھەرىكەتلىنىپ، قان سۈيۇقلۇقىغا ئوخشاش ئېقىپ كېتىدۇ، لېكىن ئۇنىڭ ناچار پۇرىقى باشنى ئاغرىتىدۇ، ئاشقازانىنى بۇزىدۇ ۋە بىئارام قىلىدۇ، شۇڭا ئەڭ ياخشىسى بالا ھەمراھىنى چىقىرىشقا ئالدىراش كېرەك. بالا ھەمراھىنى چىقىرىشقا مۇۋاپىق بولغان نەرسىلەر بىلەن بۇخۇر قىلىشنى توختاتماسلىق كېرەك.

ئىبن سىنا مۇنداق دېدى: بىز بۇ ھەقتە ھەببى رىشاد ۋە قۇرۇق ئەنجۈر بىلەن بۇخۇر قىلىشنى تەجرىبە قىلدۇق. باشقا بىر تېۋىپ مۇنداق دېدى: بىز بۇنى ئۆز پېتى يېرىپ قويدۇق، ئۇ مۇنداق: سۇزاپ، تاغ كۈدىسى، قەيسۇم قاتارلىقلارغا ئوخشاش ئۆتكۈر دورىلارنى ئىلىپ، گۈلسەۋسەن يېغى ۋە خېنە يېغىدىن قۇرۇق

دورىلارنى ھۆل قىلغۇدەك مىقاردا ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى يېڭى قازاندا بىرلەشتۈرۈپ، قازاننىڭ ئاغزىنى ئېتىپ، ئۇنىڭدىن كىچىك بىر تۆشۈك ئېچىپ، ئۇ تۆشۈككە نەيچە كىرگۈزۈپ، قازاننىڭ ئاستىدىن ئوت يېقىلىدۇ. ئەگەر بىر قېتىم قاينىسا، ئۇنى ئوچاقتىن ئېلىپ ئايال ئولتۇرىدىغان ئورۇندۇققا يېقىن قويۇلغان چوغ ئۈستىدە قويۇپ، نەيچىنىڭ بىر ئۇچىنى ئايالنىڭ پەرجىگە قويۇپ، سىرتقا چىقىپ كەتمەسلىك ئۈچۈن ئايالنىڭ ئەتراپىنى نۇرغۇن رەختلەر بىلەن يۆگەپ، شۇ ھالەتتە بالا ھەمراھى چۈشكۈچە ئىككى سائەت قويۇلىدۇ. ئەگەر بۇ چارە كۈپايە قىلمىسا ۋە بۇخۇر بالا ھەمراھنى چىقىرىشتىن ئاجىز كەلسە، ھاملىنى چۈشۈرىدىغان زىماتلار ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى بۇ زىماتلارنى بۇخۇردىن كېيىن ئىشلىتىش كۈچلۈكرەكتۇر. قۇۋۋىتى ئۆتكۈررەكتۇر.

3 ـ پەسىل ھاملىدارلىقنى چەكلەش توغرىسىدا

تېۋىپ بەزىدە بالىياتقۇسىدا كېسەللىك بار، دوۋسىقىدا ئاجىزلىق بار، يېشى كىچىك، تۇغۇتىدا خەۋپ بار ئايالىلارنىڭ تۇغۇتىدىن ئەندىشە قىلغاندا ھاملىدارلىقتىن چەكلەشكە موھتاج بولىدۇ. چۈنكى ھاملە ئېغىرلىقى دوۋساق يېرىلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ، سۈيدۈك تۇتالماسلىق يۈز بېرىپ، ئايال بىر ئۆمۈر سۈيدۈك تۇتالمايدۇ. ھاملىدارلىقتىن ساقلىنىش تەدبىرى شۇكى، جىما قىلغاندا بىز يۇقىرىدا بايان قىلغان ھاملىدار بولىدىغان شەكىللەردىن ساقلىنىشقا، ئەر ـ ئايالنىڭ ئىنزال ئارىلىقى ئىلگىرى ـ كېيىن بولۇشقا ۋە تېز ئايرىلىشقا بۇيرۇلىدۇ، ئايال جىمادىن كېيىن قوپۇپ يەتتە، سەككىز قېتىم سەكرەشكە بۇيرۇلىدۇ. شۇنداق قىلسا بەزىدە مەنىي چىقىپ كېتىدۇ. ئەمما سەكرەش، ئاتلاش بەزىدە مەنىنى بالىياتقۇغا ئورۇنلاشتۇرۇپ قويىدۇ. بەزىدە مەنىنى تېيىلدۇرۇشقا چۈشكۈرتۈش يارىدەم بېرىدۇ. ئەھمىيەت بېرىش زۆرۈر بولغان ئىشلاردىن بىرى، جىمادىن بۇرۇن ۋە جىمادىن كېيىن قەتران ھەمەل قىلىنىدۇ ۋە زەكەرگە سۈركىلىدۇ. شۇنىڭدەك

بىلسان يېغى ۋە ئۇپا ھەمەل قىلىنىدۇ ۋە زەكەرگە سۈركىلىدۇ. جىمادىن بۇرۇن ۋە جىمادىن كېيىن ئانار ئېتى ۋە زەمچە ھەمەل قىلىنىدۇ. ھەيزدىن پاك بولغاندا كاللەكبەسەي چېچىكى ۋە ئۇنىڭ ئۇرۇقى ھەمەل قىلىنىدۇ. جىمادىن بۇرۇن ۋە جىمادىن كېيىن كاللەكبەسەي چېچىكى ۋە ئۇرۇقىنى ھەمەل قىلىش بۇ ھەقتە كۆچلۈكتۇر. بولۇپمۇ كاللەكبەسەي چېچىكى ۋە ئۇرۇقىنى قەترانغا ئارىلاشتۇرۇپ ياكى پىننە قاينىتىلمىسى ياكى پىننە ئۇسارىسىگە چۆكۈرۈپ ھەمەل قىلىنسا، ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن غەرب دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقىنى يۇڭغا يۇقتۇرۇپ ھەمەل قىلىنسا، بولۇپمۇ غەرب دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقىنىڭ سۈيىگە چۆكۈرۈلگەن يۇڭ ھەمەل قىلىنسا ھامىلدارلىقتىن چەكلەيدۇ. شۇنىڭدەك شەھمەنزەل، پاشىرا، خۇبسۇلھەدىد، كىبرىت، سوقمونىيا، كاللەكبەسەي ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، قەتران بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ھەمەل قىلىنسا، ھامىلدارلىقتىن چەكلەيدۇ. شۇنىڭدەك پىل مايىقى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ۋاقىتلاردا يالغۇز ھەمەل قىلىنسا ياكى بۇخۇر قىلىنسا ھامىلدارلىقتىن چەكلەيدۇ.

ئىچىلىدىغان دورىلاردىن بىرى، تاغ رەيھانى سۈيىدىن 90 گىرامنى ئىچكۈزۈش ھامىلدارلىقنى چەكلەيدۇ، كۈنجۈت يېغى بىلەن زەكەرنى، بولۇپمۇ زەكەر بېشىنى ياغلاپ جىما قىلسا ھامىلدارلىقتىن چەكلەيدۇ، شۇنىڭدەك ھەشقىپىچەك يوپۇرمىقىنى ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن ھەمەل قىلسا ھامىلدارلىقتىن چەكلەيدۇ.

4 ـ پەسىل ساختا ھامىلدارلىق توغرىسىدا

بەزىدە ئايال كىشىدە ھەيز قېنى توختاش، رەڭگرويى ئۆزگىرىش، ئىشتىھاسى تۇتۇلۇش ۋە بالىياتقۇ ئېغىزى يۇمۇلۇشتىن ئىبارەت ھامىلدار ئايالنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشاپ كېتىدىغان ئەھۋاللار يۈز بېرىدۇ، بەزىدە بالىياتقۇ قاتتىق بولىدۇ، بەزىدە

پۈتكۈل بالىياتقۇ قاتتىق بىلىنىدۇ، ئىككى ئەمچەك چىڭقىلىدۇ، بەزىدە ئىككى ئەمچەك ئىششىيدۇ، ئايال قورسقىدا ھامىلىنىڭ ھەرىكىتىگە ئوخشاش ھەرىكەتنى ۋە باسقاندا ئوڭ - سولغا يۆتكىلىۋاتقان ھامىلىنىڭ ھەجمىدەك بىر ھەجمنى سېزىدۇ. بەزى ئاياللاردا بۇ ھالەت تۆت - بەش يىل داۋاملىشىدۇ. بەزى ئايلاردا ئۆمۈر بويى داۋاملىشىپ، داۋالاشنى قوبۇل قىلمايدۇ. بەزىدە ئايالدا ئىستىسقاغا ئوخشاش ۋە قورساق كۆپكەنگە ئوخشاش ھالەت يۈز بېرىدۇ. لېكىن دۇمباق ئاۋازىدەك ئاۋاز چىقىرىدىغان دۇمباقسىمان ئىستىسقاغا مايىل بولماي، بەلكى قاتتىقلىققا مايىل بولىدۇ. بەزىدە تولغاق يۈز بېرىپ، تولغاق بىلەن بالا چۈشمەيدۇ، بەلكى ھەيز قېنى تومۇرلىرىدىكى تارتىشىش ۋە كۆپۈشۈش بولۇپ، ھېچ نەرسىنى تۇغمايدۇ. بەزىدە قايسى خىلدىكىلىكىنى بىلگىلى بولمايدىغان سۈرەتكە كىرگەن بىر پارچە گۆش تۇغىدۇ، بەزىدە چىققىنى پەقەت يەل بولىدۇ، بەزىدە چىققىنى يىغىلىپ قالغان ئېشىندى بولۇپ، توختاپ قالغان كۆپ قان بىلەن چىقىدۇ. ساختا ھامىلدارلىق بۇلارنىڭ ھەممىسىنىڭ ئىككىنچى قىسمىدۇر. بۇنىڭ ئۆز ئەينى «مولى» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇنىڭدىن باشقىسى «مولى» دېيىلمەيدۇ. پارسچە «يالغان يەل» دېيىلىدۇ. مۆلچەرگە ئاساسلانغاندا، بۇ گۆش پارچىسىنىڭ پەيدا بولۇشىدا ئىككى سەۋەب باردۇر. بىرىنچىسى، ھارارەتنىڭ كۈچلۈك بولۇشى بىلەن بالىياتقۇغا قۇيۇلىدىغان ماددىلارنىڭ كۆپ بولۇشىدۇر؛ ئىككىنچىسى، جىما بولۇپ، ئۇ جىمادا بالىياتقۇ پەقەت ئايالنىڭ سۈيىنىلا ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ ۋە بالىياتقۇغا ئوزۇق يەتكۈزۈپ بېرىدۇ. ئەرلىك قۇۋۋەت يوق بولغانلىقى ئۈچۈن بالا پەيدا بولمايدۇ.

ئالامىتى

بۇ تۇرلەردىن بولغان ساختا ھامىلە بىلەن ھەقىقىي ھامىلىنى پەرقلەندۈرىدىغان ئالامەتلەردىن بىرى شۇكى، ئاشۇ ساختا ھامىلە مەلۇم ۋاقىت مىدىرلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن مىدىرلىمايدۇ. ساختا ھامىلدار بولغان ئايالنىڭ قورسقى ھەقىقىي ھامىلدار

بولغان ئايالنىڭ قورسقىدىن قاتتىقراق بولىدۇ. قول - پۇتى ئىنچىكىلەش بىلەن بەك كۆبجۈگەن بولىدۇ.

باشقا تۈرلەر بىلەن ساختا ھامىلدارلىقنى پەرقلەندۈرگۈچى ئالامەتلەر شۇكى، ساختا ھامىلە بالا دەپ گۇمان قىلىنىدۇ ۋە بالىياتقۇ ئۆز ئىچىگە ئالغان بىر جىسمنىڭ بارلىقى گۇمان قىلىنىدۇ. كۆپىنچە ساختا ھامىلدارلىق قارىغۇ ئۈچەينى قىستىغانلىقتىن ساختا ھامىلدارلىقتا بالىياتقۇ ئىششىقىدا يۇز بېرىدىغان قۇلۇنجىنىڭ ئالامەتلىرى يۇز بېرىپ، قاتتىق ئاغرىقنى پەيدا قىلىدۇ، ھەتتا كۆپىنچە ساختا ھامىلدارلىققا قۇلۇنجىنىڭ ئاغرىقلىرى قوشۇلۇپ كېلىدۇ. بەزىدە ساختا ھامىلدارلىقتىكى قۇلۇنجى ئاغرىقىغا جاۋارىش تەمرى ۋە جاۋارىش شەھرىياران ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى مەنپەئەت قىلىدۇ. چۈنكى بۇلار ئاشۇ ئاغرىقنى تارقىتىدۇ ۋە ئاغرىقنى تارقىتىش بىلەن بىرگە ساختا ھامىلنى چىقىرىدۇ.

داۋالاش

بۇنىڭ تەدبىرى، ساختا ھامىلدار بولغان ئايال ئاز ھەرىكەت قىلىش، چىنىقماسلىق، تۆۋەنكى ئەزالىرىنى ئېگىز كۆتۈرگەن ھالەتتە ئوڭدا يېتىپ ئۇخلاش، ماددىلارنى تۆۋەنكى ئەزالاردىن توسۇش قاتارلىقلاردۇر. ئەگەر قان ئېلىشقا، ماددىنى تازىلاشقا ۋە قەي قىلدۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشسە، شۇنداق قىلىنىدۇ ھەمدە باشقا ئىلاجلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. دېمەك، توسقۇچى ئىششقىلارنىڭ ئىلاجى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. بوشاشتۇرغۇچى زىماتلارنى زىمات قىلىش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، نۇتۇل ۋە ئابزەنلەرنى ئىشلىتىش، شۇنىڭدىن كېيىن ھامىلنى چۈشۈرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىپ داۋالاش كېرەك. بەزىدە بۇ تەدبىرلەر يالغان ھامىلدارلىق ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى پەيدا قىلغۇچى ماددىلارنى تارقىتىۋېتىدۇ. بەزىدە ساختا ھامىلنى چۈشۈرىدۇ. كۆپىنچە لوغازىيانى ئىچكۈزۈش كۈپايە قىلىدۇ. كەلكىلانەج يېغى بۇ ھەقتە بەك مەنپەئەتلىكتۇر.

5 ـ پەسىل تۇغۇتنىڭ تەبئىي ۋە غەيرىي تەبئىي شەكىللىرى توغرىسىدا

تۇغۇتنىڭ تەبئىي شەكلى شۇكى، بالا بىرەر تەرەپكە مايىل بولماستىن، بېشى بالىياتقۇ ئېغىزىغا ئۇدۇل كەلگەن، ئىككى قولى ئىككى يوتىسىغا يېيىلغان ھالەتتە چىقىدۇ، ئاشۇنىڭدىن باشقىسى تۇغۇتنىڭ غەيرىي تەبئىي شەكلىدۇر. تۇغۇتنىڭ تەبئىي شەكلىگە يېقىنراق تۇغۇت شەكلى شۇكى، بالا ئىككى قولى ئىككى يوتىسىغا يېيىلغان ھالەتتە پۇتى بىلەن چىقىدۇ. ئەگەر بالىنىڭ بېشى بالىياتقۇ ئېغىزىغا ئۇدۇل كەلمىسە ياكى ئىككى قولى ئىككى يوتىدىن ئاجراپ، ئىككى پۇتى چىقىپ، ئىككى قولى توسۇلۇپ قالسا، بۇ تۇغۇتنىڭ ناچار شەكلىدۇر. ناچار چىقىش شەكىللىرى بەزىدە بالىنى ۋە ئانىنى ئۆلتۈرىدۇ، بەزىدە ئانا ئامان قېلىپ، بالا مۇشەققەت تارتقانلىقتىن ئۆلۈپ قالىدۇ. تۇغۇت جەريانى ئۇزىراپ، بالا تۇغۇلغاندىن كېيىن ئىششىپ كەتسە، ئۇچ كۈنگىچە ئۆلۈپ كېتىدۇ. بەزىدە ناچار تۇغۇت شەكلى ئۆلتۈرگۈچى بالىياتقۇ ئىششىقىغا ئېلىپ بېرىپ، بالا ئامان قېلىپ، ئانىسى ئۆلۈپ كېتىدۇ. بەزىدە ئۇ ئىششىقنىڭ ئوخشاشلىرىدا بالا بوغۇلۇپ ئۆلۈپ كېتىدۇ.

6 ـ پەسىل قېيىن تۇغۇت توغرىسىدا

قېيىن تۇغۇت ھامىلدار ئايال سەۋەبىدىن ياكى بالا سەۋەبىدىن ياكى بالىياتقۇ سەۋەبىدىن ياكى ھامىلە قېپى سەۋەبىدىن ياكى قوشنا ئەزالار سەۋەبى ۋە باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكى سەۋەبىدىن ياكى تۇغۇش ۋاقتى سەۋەبىدىن ياكى تۇغۇت ئانىسى سەۋەبىدىن ياكى ئاشكارا سەۋەبلەردىن بولىدۇ.

ھامىلدار ئايال سەۋەبىدىن بولغان قېيىن تۇغۇت ئايال ئاجىز، ئۇزۇن كېسەل تارتقان، ئاچارچىلىقتا قالغان ياكى ئايال قورقۇنچاق ياكى ھامىلدار بولۇپ باقمىغان

ۋە تۇغۇپ باقمىغان، بەلكى تۇنجى تۇغقان بولۇپ، بەك قورقۇپ كەتكەن ۋە بەك ئاغرىپ كەتكەن بولىدۇ ياكى ئايالنىڭ يېشى چوڭ، ئاجىز بولىدۇ ياكى سېمىز بولىدۇ ياكى بەك سېمىز بولۇپ، جىنسىي يول تار بولۇپ كېڭىيەلمەيدۇ ۋە قورساق مۇسكۇلى بالىياتقۇنى بەك سىقىشقا كۈچىيەلمەيدۇ ياكى ئايال ئاغرىقنى ئانچە بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ ياكى ئايال كۆپ ئۆرۈلۈپ - چۆرۈلىدىغان ۋە بىئارام‌لىقتىن تولغىنىدىغان بولۇپ، بۇ ئەھۋال باشقا سەۋەبكە ئېلىپ بارىدۇ. ئۇ سەۋەب بالىنىڭ ئورنى بالىياتقۇ ئېغىزى ئۇدۇلىدىن ئۆزگىرىپ كېتىشتۇر

بالا سەۋەبىدىن بولغان قىيىن تۇغۇت بالىنىڭ تەستە تۇغۇلۇشى جىنسىي سەۋەبلىك بولىدۇ. چۈنكى قىز بالا ئوغۇل بالىغا قارىغاندا تەسرەك تۇغۇلىدۇ ياكى بالىنىڭ چوڭلۇقىدىن ياكى بېشىنىڭ چوڭلۇقىدىن ياكى بەدىنىنىڭ زورلۇقىدىن ياكى قۇۋۇشەت بىلەن تۆۋەنلىمەيدىغان بالىنىڭ بەك كىچىك ۋە يەڭگىللىكىدىن ياكى بالىنىڭ يارىتىلىشى ئىككى بېشى بار بالىغا ئوخشاش ئوڭاي تېيىلىپ چىقىدىغان تەكشىلىكتىن ئۆزگەرگەنلىكىدىن ياكى بىرنەچچە كېزەكنىڭ قىستالغانلىقىدىن بولىدۇ. چۈنكى بەزىدە بىر قورساقتا بەش كېزەك بولىدۇ، بەلكى بەزىدە شۇنىڭدىنمۇ كۆپرەك كىچىك، بىر - بىرىگە ئوخشىمايدىغان بىرنەچچە كېزەك بولىدۇ. بەزىدە بىر قاپنىڭ ئىچىدە ناھايىتى كۆپ بالا بولىدۇ. بەزىدە تۇغۇتنىڭ قىيىن بولۇشى بالا ئۆلۈپ قېلىپ، بالىنىڭ ھەرىكىتى تەرەپتىن ياردەم بولمىغانلىقى ياكى بالىنىڭ ھەرىكىتى تەرەپتىن ئاز ۋە ئاجىز ياردەم بولغانلىقىدىن بولىدۇ. بەزىدە تۇغۇتنىڭ قىيىن بولۇشى بالىنىڭ غەيرىي تەبئىي شەكىلدە چىققانلىق سەۋەبىدىن بولىدۇ، مەسىلەن: بالا پۇتى بىلەن ياكى يېنىچە ياكى پۇكلەنگەن ھالدا ياكى ئىككى تىزى ۋە ئىككى يوتىسى بىلەن كەلگەنگە ئوخشاش. بۇ ھامىلىنىڭ ھەرىكىتىنىڭ بۇزۇلغانلىقى ياكى ئانىنىڭ كۆپ ئۆرۈلگەنلىكى سەۋەبىدىن بولىدۇ. خاتىرجەم قىلىدىغان ئىشلاردىن بىرى تولغاق ۋە ئاغرىق تۆۋەنگە مايىل بولۇپ، ئانىنىڭ نەپىسىنىڭ ياخشى بولۇشىدۇر.

بالىياتقۇ سەۋەبىدىن بولغان قىيىن تۇغۇت بالىياتقۇ كىچىك بولۇپ، بالىياتقۇدا بوشلۇق تار بولۇپ قالىدۇ ياكى بالىياتقۇ قۇرۇق بولۇپ، تېيىلدۇرغۇچى

يوق بولۇپ قالىدۇ ياكى بالياتقۇ ئېغىزى يارىتىلمىغا ناھايىتى تار بولىدۇ ياكى يارىغا گۆش ئۇنگەنلىكتىن ۋە باشقا سەۋەبلەردىن بالياتقۇ ئېغىزى تار بولىدۇ ياكى بالياتقۇدا قاندىن بولغان ئىششىق ياكى يارا ياكى يېرىلىش ياكى بالياتقۇ بوۋاسىرىغا ئوخشاش ناچار كېسەللىكلەردىن بىرەرسى بولغان بولىدۇ ياكى جىنسىي يول پۈتەي بولۇپ، ئاندىن بالياتقۇ ئېغىزىنىڭ ئۇدۇلىدىكى قورساق پەردىسى تولۇق بولمىغان هالەتتە يېرىلىپ ئوڭشالغان بولىدۇ. بۇ ئايالنىڭ ئەھۋالى تۇغما بالياتقۇسى تار ئايالنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشاشتۇر.

بالا ھەمراھى سەۋەبىدىن بولغان قېيىن تۇغۇت هامىله قېپى قېلىن بولغانلىقى ئۈچۈن يىرتىلماي، هامىله چىقىدىغان ئورۇن تاپالماي تۇغۇت قېيىنلىشىدۇ ياكى هامىله قېپى تېز يىرتىلىپ، هۆللۈكلەر بالياتقۇدىن ئاجرىغان هامىله تولۇق كېلىشتىن بۇرۇن چىقىپ كېتىپ ياكى تېزلىكته هامىله تېيىلدۇرغۇچى تاپالماي تۇغۇت قېيىنلىشىدۇ.

قوشنا ئەزالار سەۋەبىدىن بولغان قېيىن تۇغۇت دوۋساقتا ئىششىق ياكى سۈيدۈكنىڭ يىغىلىشى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا بىرەر كېسەللىك بولىدۇ ياكى ئۈچەيده قۇرۇق هەم كۆپ چوڭ تەرەت ياكى ئىششىق ياكى باشقا تۇردىن بولغان قۇلۇنجى ياكى بوۋاسىر ياكى مەقئەت يېرىلىش بولىدۇ ياكى ئايالنىڭ بېلى ئىنچىكه بولىدۇ.

تۇغۇت ۋاقتى سەۋەبىدىن بولغان قېيىن تۇغۇت هامىله تۇغۇلۇشقا ئالدىراپ تىركىشىدۇ، هاملىگه قېيىنلىق تۇغدۇرغان ئەزىيەت تارقالماي، بەلكى داۋاملىشىپ، قېيىن تۇغۇت يۈز بېرىدۇ، چۈنكى هامىلىنىڭ قۇۋۋىتى بىر تەرەپتىن كۈچلۈك بولسىمۇ، يەنه بىر تەرەپتىن ئاجىزدۇر.

ئاشكارا سەۋەبلەردىن بولغان قېيىن تۇغۇت مەسىلەن: هاۋا سوغۇق بولسا، تۇغۇت ئەزالىرى قاتتىق يىغىلىۋالىدۇ، بۇ سەۋەبتىن شىمالىي رايونلاردا، شىمال شامىلى چىققاندا، سوغۇق رايون ۋە سوغۇق پەسىللەردە قېيىن تۇغۇت كۆپ بولىدۇ. بەزىده بۇ خىل قېيىن تۇغۇت قورساق تېرىسى ۋە قورساق پەردىسىنىڭ يېرىلىشىغا ئېلىپ بارىدۇ ياكى ئىسسىق قاتتىق بولۇپ، قۇۋۋەت بەك بوشاپ كېتىدۇ ياكى ئايالغا غەم يېتىدۇ. مەسىلەن: ئايال ئەتىرنى كۆپ ئىشلەتكەن ۋە خۇشبۇي

نەرسىلەرنى كۆپ پۇرىغان بولۇپ، ئايالنىڭ بالىياتقۇسى دائىم ئۇستى تەرەپكە تارتىلغان بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن تۇغۇت قىينىلاشقاندا ۋە قۇۋۇۋەت تۆۋەنلەپ كەتكەندە، قۇۋۇۋەتنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن خۇش پۇراق نەرسىلەرنى ئېھتىياجدىن كۆپ ئىشلەتمەسلىك لازىم.

كۆپىنچە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سەۋەبلەردىن ۋە مادداننى قويۇلدۇرۇپ ئەزالارنى يىغدىغان سوغۇقتىن بولغان قىيىن تۇغۇت كۆكرەك ۋە ئۆپكىدىكى تومۇرلارنىڭ ئۈزۈلۈشىگە ئېلىپ بېرىپ، قان تۆكۈرۈش ۋە ئېغىر يۆتەلگە ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە يۇمشاقلىق ۋە ئەۋرىشىملىك يوق بولغانلىقى ئۈچۈن ماسلىشىشنىڭ ئاز بولۇشى بىلەن تارتىشىش قاتتىق بولغانلىقتىن، نېرۋا ۋە مۇسكۇللارنىڭ ئۈزۈلۈشىگە ئېلىپ بېرىپ، ئاندىن كۇزازغا ئېلىپ بارىدۇ. بەزى ئاياللاردا ئەھۋال قورساق پەردىسىنىڭ يېرىلىشىغا يېتىپ بارىدۇ. بۇ، سوغۇقتىن قويۇلۇش كۆپ بولغاندا يۈز بېرىدۇ.

قىيىن تۇغۇت ۋە ئاسان تۇغۇتنىڭ ئالامتى ئەگەر تۇغۇتتىن ئىلگىرى ۋە تۇغۇتتىن كېيىن ئاغرىق ئالدى تەرەپكە، قورساق تەرەپكە ۋە دوۋسۇن تەرەپكە مايىل بولسا، تۇغۇت ئوڭاي بولىدۇ. ئەگەر ئاغرىق ئارقا تەرەپكە ۋە ئومۇرتقا تەرەپكە مايىل بولسا، تۇغۇت قىيىن بولىدۇ.

تولغاق تۇتقان ئايالنىڭ تەدبىرى ھامىلدار ئايالنىڭ تۇغۇت ۋاقتى يېقىنلاشسا، ئايالنى داۋاملىق مۇنچا ۋە ئابىزەنلەرگە چۈشۈرۈش لازىم. ئەگەر ياخشىسى، ئايال ئاجىزلاپ ۋە بوشاپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن مۇنچىنىڭ سىرتىدا تۇرغۇزۇش، دوۋسۇن، بەل، چات ئارىلىقى قاتارلىق ئورۇنلارنى سىرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى، خەيرى يېغى ۋە شۇنىڭدىن باشقا ياغلار بىلەن ياغلاش كېرەك. چات ئارىلىقىغا سۈيۇق قىرۇتلار، بوشاشتۇرغۇچى ياغ ۋە لوئابلارنى قۇيۇش، بەك سوۋۇپ كەتمىگەن ئىلمان ھالەتتىكى ئېرىتىلگەن تۇخۇ ۋە غاز ياغلىرىنى قۇيۇش، بولۇپمۇ پەرجى ياكى ئومۇمىي بەدەنگە پەرجىسى قوشۇلۇپ قۇرۇق بولغاندا.

تۇغۇتى قىيىن بولىدىغان ئايالارغا بىر ئاي بۇرۇن ھەر كۈنى ناشتىدا لوئابلاردىن بېھى ئۇرۇقى لوئابىنى زىغىر ئۇرۇقى لوئابى بىلەن ئىچكۈزۈش، شۇنىڭدەك تولغاق كۈنلەردە شۇمشا سۈيىنى ئىچكۈزۈش كېرەك. ئايالنىڭ غىزاسىغا

چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى كۆكتاتلار، ئىسپىدباج شورپىسى، سېمىز گۆش ۋە سېمىز توخۇ گۆشلىرىنى بېرىش، قابىز نەرسىلەردىن چەكلەش لازىم.

ئايالنىڭ پەرجىگە ئىپار ۋە خۇش پۇراق نەرسىلەرنى بۇخۇر قىلىش كېرەك. ئەگەر تۇغۇش مەزگىلى توشۇپ تولغاق باشلانسا ئايالغا مقدارى ئاز، ئۇزۇقلۇق قۇۋۋەتتى كۆپ يېمەكلىكلەر يېگۈزۈلىدۇ ۋە رەيھان شارابى ئىچكۈزۈلىدۇ، ئاندىن ئايالنى ئىككى پۇتىنى سوزغۇزۇپ ئوڭدىسىچە بىردەم ياتقۇزۇلىدۇ، ئاندىن بىراقلا ئورنىدىن قوپۇپ پەشتاقتىن چۈشۈپ - چىقىدۇ، ۋارقىرايدۇ. ئەگەر بالىياتقۇ ئېغىزى ئازراق ئېچىلىپ، چوڭىيىشقا باشلىسا، مۇمكىن بولسا ئىنجىقلىتىلىدۇ، بولۇپمۇ ھامىلە قېپى يېرىلغاندا، زورلاپ چۈشكۈرتۈلىدۇ. مۇمكىن بولسا، ئاغزىنى ئېچىپ كۆپ ھاۋانى سۈمۈرۈپ ئاندىن ئۇنى چىقىرىدۇ، چۈنكى بۇنداق قىلىش ھامىلە ۋە بالا ھەمراھىنى چىقىرىدۇ.

ئايال كىشى تۇغىدىغان چاغدا ئولتۇرغۇزۇلىدىغان ئەڭ ياخشى نەرسە ئارقىسىدا يۆلەنچۈكى بار ئورۇندۇق. بۇنداق ئورۇندۇقتا بالىياتقۇ ئېغىزى ئېچىلغاندا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئەگەر ئايال سېمىز بولسا، بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ پەرجىگە ئۇدۇل بولۇشى ئۈچۈن، ئايالنى دۈم ياتقۇزۇپ، بېشىنى پەس قىلىپ، تىزىنى قورسىقىنىڭ ئاستىغا كىرگۈزۈپ، ئاندىن پەرجىگە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن يۇمشاتقۇچى دورىلار سۈركىلىدۇ، پەرجى بارماقلار بىلەن كەڭرىتىپ ئېچىلىدۇ. ئەگەر شۇنداق قىلىپ، قورسىقىنى بېسىپ بەرسە، تۆت پۇتلۇق ھايۋاندەك تېز تۇغىدۇ. ئەگەر ھامىلە قېپى كۆرۈنۈپ ھامىلىنىڭ يېقىنلاشقانلىقى بىلىنسە، قېلىنلىقىدىن يىرتىلمىغان بولسا، ھامىلە قېپىنى تىرناق بىلەن ياكى ئىككى بارماق ئارىسىدا تۇتۇلىدىغان سايمان بىلەن ھامىلە قېپى يېرىلىپ سۇيۇقلۇق ئېقىپ، ھامىلە تېيىلىپ چىققۇچە ھامىلىگە زىيان يەتكۈزمەي، يېنىك دەرىجىدە تىلىش لازىم. ئەگەر ھامىلە قېپى تېز يېرىلىپ، ھامىلە تولۇق كەلمەي، مۇددەت ئۇزىراپ پەرجى قۇرۇپ كەتسە، ئارقىدىن تېيىلدۇرغۇچى دورىلار، سۇيۇق قىرۇتىلار ۋە لوئابلار، ئېرىتىلگەن ھايۋاناتلار ياغلىرى، تۇخۇمنىڭ ئېقى ۋە سېرىقى پەرجىگە قۇيۇلىدۇ.

داۋالاش

بىز بۇ يەردە تۇغۇتى قىيىن بولغان ئاياللارغا دورا ئىشلەتمەي تەدبىر قىلىش توغرىسىدا سۆزلەيمىز. بىز مۇنداق دەيمىز: ئەگەر تۇغۇتى قىيىن بولۇپ، قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، ئاز مىقداردىكى خۇش پۇراق نەرسىلەر پۈرتىلىدۇ ۋە مائۇللەھمى ئىچكۈزۈلىدۇ. چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمغا ئوخشاش مىقدارى ئاز، ئوزۇقلۇقى يۇقىرى غىزالار يېگۈزۈلىدۇ، خۇش پۇراق رەيھان شارابىدىن بىر پىيالە ئىچكۈزۈلىدۇ، ئاندىن ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئەگەر قىش بولسا، ئولتۇرغۇزىدىغان جايىنى مۆتىدىل قىلىش ئۈچۈن، ئوت قالىنىدۇ. ئەگەر ياز بولسا، ئايالنىي يەلپۈپ راھەتلەندۈرۈپ ئىسسىق سۇدا مەيدىسىگىچە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، بولۇپمۇ ئون باغلام پىننە قايىنىتىلغان ساپال قاچىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ۋە مۇرمەككىگە ئوخشاش دورىلار شىياق قىلىپ ھەمەل قىلىنىدۇ. تۇغۇش ئەزالىرى ۋە ئومۇرتقىسى قىرۇتى بىلەن ۋە ئىللىتىلغان ئىسسىق ماي بىلەن ياغلىنىدۇ، بولۇپمۇ قىيىن تۇغۇتنىڭ سەۋەبى سوغۇق بولسا. شۇنىڭدەك لوئابلار ۋە تېيىلدۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە لوئاب ۋە تېيىلدۇرغۇچى دورىلارنى ئايالنىڭ پەرجىگە ھۆقنە قىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئوڭدا ياتقان ئايالنىڭ ساغرىسىغا ياستۇق قويۇپ، ئىككى پۇتى كۆتۈرۈلىدۇ ۋە مۇمكىن بولسا، چات ئارىلىقى ئېچىلىپ، پەرجىگە تېيىلدۇرغۇچى دورىلار ۋە ئۇنىڭدىن باشقا دورىلارنى ئۇزۇنلۇقى بالىياتقۇ ئۇزۇنلۇقىغا باراۋەر كېلىدىغان ھەتتا ئۇزۇنراق كېلىدىغان نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇپ، ئاياللار بۇ ئايالنىڭ بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ ئېچىلغانلىقىغا ۋە ھۆللۈكلەرنىڭ ئېقىشقا باشلىغانلىقىغا گۇۋاھلىق بەرگەنگە قەدەر قويۇپ قويۇلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئايال چۈشكۈرتۈپ ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزۇپ، قورسىقىنىڭ ئاستى تەرىپى سىقىلىدۇ، ئايالنى ئىنجىقلاپ بېرىشكە بۇيرۇلىدۇ ۋە ئۇ ئايالنىڭ ئىككى بىقىنى بېسىپ بېرىلىدۇ، مۇشۇنداق قىلغاندا ئايال تېز تۇغىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ كۆرۈنۈشى ۋە ئېچىلىشى ئۈچۈن پەرجىنى كەرگۈچ بىلەن ئېچىشقا ئېھتىياج

چۈشىدۇ. ئايالنى دۈم ياتقۇزۇش، ئوڭدا ياتقۇزۇش ۋە تىزلاندۇرۇپ ياتقۇزۇش قاتارلىق شەكىللەرنى سىناپ، بۇ شەكىللەرنىڭ قايسىسىنىڭ بالىنىڭ بېشىنى پەرجىگە يېقىنلاشتۇرىدىغانلىقى ۋە تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدىغانلىقىنى مۇلاھىزە قىلىش لازىم. تۇغۇت ئانىسى بالىنى ئېلىشتا ۋە پەرجىگە تېپىلدۇرغۇچى دورىلارنى قويۇشتا قوپاللىق قىلىشتىن قاتتىق ساقلىنىش كېرەك.

ئەگەر بۇ تەدبىرلەر كارغا كەلمىسە، دورىلار، بۇخۇرلار ۋە ھەمەل بىلەن يارىدەم تەلەپ قىلىنىدۇ. ئەگەر ئەتىگەندە ھەب دورىلار ۋە ئۇنىڭدىن باشقا تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرغۇچى دورىلار ئىچكۈزۈلۈپ، تۇغمىسا، چۈشتە لوۋىيا ۋە نوقۇت شورپىسى كۈنجۈت يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، ئاندىن كەچتە بىز بايان قىلغان ھەمەل دورىلاردىن بىرەرسىنى ھەمەل قىلىپ ئۇخلىتىلىدۇ. ئەگەر تاڭ ئاتسا، بىز سۆزلەيدىغان بۇخۇرلارنىڭ بەزىسى بۇخۇر قىلىنىپ، ئاندىن قايتا دورا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر مەنپەئەت قىلمىسا، بەل ۋە كىندىكىگە سۇزاپ سۈيى ياۋا بۇغداي ئۇنى بىلەن تىلا قىلىنىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچىيىپ كەتسە، بولۇپمۇ سوغۇقتىن بولغان ئاغرىق كۈچىيىپ كەتسە، پەرجىگە ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى ياغلار سۈركىلىدۇ. بۇ ياغلار مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلەندى. قەدىمكى ھۆكۈمالار ھامىلىنىڭ ھەربىتىگە ئائىت بايانلاردا ھامىلىنى چىقىرىشنىڭ بىر چارىسىنى سۆزلىدى. بىز بۇ چارىدىن ئۈمىد ئاز ھەم خەتەرلىك بولغاچقا سۆزلىمىدۇق.

ھامىلىسى پۈتچە كەلگەن ئايالنىڭ تەدبىرى

ناھايىتى سىلىقلىق بىلەن ھامىلىنىڭ پۈتىنى كىرگۈزۈپ، ھامىلىنى تۈز ئولتۇرغۇزۇپ ئۆرۈپ، ئىككى پۇتى بالىنىڭ بېشى ئاستا ـ ئاستا تۆۋەنلىگەنگە قەدەر كۆتۈرۈلىدۇ. ئەگەر بۇ تەدبىرلەردىن بىرەرسى مۇمكىن بولمىسا، ھامىلىنى تېڭىق بىلەن باغلاپ چىقىرىش كېرەك. ئەگەر پارچىلاپ ئېلىشتىن باشقا ئامال بولمىسا، ئۆلۈك ھامىلە بايانىدا سۆزلەنگەن بويىچە پارچىلاپ ئېلىنىدۇ.

ھاملىسى يېنىچە كەلگەن ئايالنىڭ تەدبىرى

بالىنىڭ يېنىچە كېلىشى پۈتچىلاپ كېلىشىگە ئوخشاپ كېتىدۇ. بالىنى يۇقىرىغا كۆتۈرۈپ ئولتۇرغۇزۇش ۋە بېشىنى پەسكە قارىتىش بىلەن بالىنىڭ ئورنى تۈزلىنىدۇ.

بالياتقۇسدا ئىششىق بار ھالدا تۇغقان ئايالنىڭ تەدبىرى

بۇ ئايالغا قىرۇتىلار ۋە ياغلار ئىشلىتىلىدۇ. تۇغۇت شەكلى ۋە ئۇنىڭ باشقىسدا سېمىز ئايالارغا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

بوۋاقنىڭ چوڭلۇقى سەۋەبىدىن تۇغۇتى قىيىن بولغان ئايالنىڭ تەدبىرى

تۇغۇت ئانىسى ھاملىنى ياخشى تۇتۇپ، ھاملىنى سىلىقلىق بىلەن ئاستا - ئاستا تارتىشى كېرەك. ئەگەر مۇشۇ تەدبىر ئۇنۇم بەرسە ياخشى، ئەگەر ئۇنۇم بەرمىسە، بالىنى رەخت بىلەن باغلاپ ئاستا - ئاستا سىلىق تارتىلىدۇ. ئەگەر بۇمۇ ئۇنۇم بەرمىسە، ئىلمەك ئىشلىتىپ چىقىرىلىدۇ. ئەگەر بۇمۇ ئۇنۇم بەرمىسە، ئۆلۈك ھاملىنىڭ تەدبىرىنى قوللىنىپ، ئاسان بولغان ئۇسۇل بىلەن پارچىلاپ چىقىرىلىدۇ.

ھامىلە ئۆلگەنلىك سەۋەبىدىن ياكى ھاملىنىڭ ھايات قېلىش ئۇمىدى بولمايدىغان ناچار شەكىلدە كېلىش سەۋەبىدىن بولغان قىيىن تۇغۇتنىڭ تەدبىرى

يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ۋە تۆۋەندە سۆزلىنىدىغان ئۆلۈك ھاملىنى چىقىرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار ئۇنۇم بەرمىسە، ئىلمەك بىلەن ئىلىپ تۇرۇپ پارچىلاپ چىقىرىلىدۇ. ئۆلۈك ھاملىنى كۆپۈپ قېلىشتىن بۇرۇن چىقىرىشقا ئالدىراش لازىم. ئەگەر ھاملىنىڭ بېشى يوغان بولۇپ، بېشىدىكى ھۆللۈكلەرنى ئاققۇزۇۋېتىش ئۈچۈن تېلىش ياكى كېسىش مۇمكىن بولسا، شۇنداق قىلىنىدۇ.

تۇغۇتتىدا هوشسىدىن كەتكەن ئايالنىڭ تەدبىرى

بالىنىڭ قايتىپ كىرىپ كېتىش خەۋپى بولمىسا، ئايالنىڭ يۈزىگە سۇ چېچىش، خۇشبۇي نەرسىلەر بىلەن ئايالنىڭ قۇۋۇتىنى جانلاندۇرۇش، شاراب ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورا - دەرمەكلەرنى ئىچكۈزۈش كېرەك.

تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرغۇچى دورىلار

قورساقتىكى قۇرتلارنى ۋە قاپاق ئۇرۇقىسمان مەددىنى چىقىرىدىغان بارلىق دورىلار هامىلىنى چىقىرىدۇ. ئەگەر ئايالغا خىيارشەنبەر پوستىدىن 12 گىرام ئىچكۈزۈلسە، شۇ يەردە تۇغىدۇ. هىچ ۋە قۇندۇز قەهرىنى ئىچكۈزۈش ناهايىتى ياخشىدۇر. دارچىننى ئىچكۈزۈش بەك ياخشىدۇر، چۈنكى دارچىن تولغاق ۋە تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ. يەنە رۇم ئاق لەيلىسى يوپۇرمىقىنىڭ قاينىتىلمىسى سۇ ۋە هەسەل بىلەن تۇغۇتنى بەك ئاسانلاشتۇرىدىغان نەرسىلەر قاتارىدىندۇر. يەنە شۇمشا سۈيى تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ. يەنە ناهايىتى مەنپەئەتلىك بىر دورا بار، ئۇ بولسىمۇ پىرسىياۋشاننى ئېلىپ سوقۇپ، شاراب ۋە ئازراق ياغقا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلار قاتارىدىندۇر، تاغ پىننىسىمۇ شۇنىڭغا ئوخشاش مەنپەئەت قىلىدۇ.

قەدىمكى تېۋىپلارنىڭ بەزىسى تۇزۇپ چىققان، لېكىن كېيىنكى تېۋىپلارنىڭ بەزىسى ئۆزىنىڭ قىلىۋالغان ياخشى هەب دورىنىڭ نۇسخىسى: دارچىن، ئارچا مېۋىسىنىڭ هەربىرىدىن 30 گىرامدىن، ياخشى قېلىن دارچىندىن 21 گىرام، نېپىز دارچىن، مۇرمەككى، يۇمىلاق زىراۋەندە، قۇستە تەلخىنىڭ هەربىرىدىن 15 گىرامدىن، مىئەسائىلە، ئەپيۇننىڭ هەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ئىپارىدىن 0.08 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە هەب تەييارلاپ، 12 گىرامى 60 گىرام كونا شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. مەن ئەپيۇننى ئازلىتىشنى ۋە ئۇچ گىرامغا قىسقارتىشنى ياخشى، دەپ قارايمەن.

ياخشى بولغان باشقا بىر ھەب دورىنىڭ نۇسخىسى: ئارچا مېۋىسىدىن 30 گىرام، سۇزاپتىن 15 گىرام، ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 12 گىرام، ھىڭ، ئوشاق، ئوردانىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ، توققۇز گىرامى ئارچا مېۋىسى، تاغ پىننىسى، ئوردان قاينىتىلمىسغا ئوخشاش ھەيز قېنىنى ماڭدۇرغۇچى دورىلار قاينىتىلمىسدا ياكى قىزىل لوۋيا قاينىتىلمىسى ۋە سۇزاپ ئۇسارىسى قاينىتىلمىسدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر كۈچلۈك ھەب دورىنىڭ نۇسخىسى: ئارچا مېۋىسىدىن ئالتە گىرام، ھىڭ، ئوشاق، ئوردانىنىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ، ئومۇمىيسى بىر قېتىمدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر كۈچلۈك ھەب دورىنىڭ نۇسخىسى: ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، مۇرمەككى، قارىمۇچ قاتارلىقلارنى تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ، ھەر كۈنى توققۇز گىرامى 30 گىرام ماش سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ، تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ، بالىياتقۇنى كۈچلۈك تازىلايدۇ.

كۈچلۈك يەنە بىر ھەب دورىنىڭ نۇسخىسى: مۇرمەككى، ئارچا مېۋىسى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، قائىدە بويىچە بانادۇق تەييالاپ ئىچكۈزۈلسە، ھامىلىنى چۈشۈرىدۇ، تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ.

ئىنتايىن ياخشى مەجۇننىڭ نۇسخىسى (بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، بۇ نۇسخىنىڭ تەڭدىشى يوقتۇر): مۇرمەككى، قۇندۇز قەھرى، مىئەسائىلە، دارچىن، ئارچا مېۋىسىنىڭ ھەربىرىدىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ، سەككىز گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ، ئەڭ ياخشىسى ئۇنى شارابتا ئىچىش بەك مەنپەئەتلىك.

زىمات ۋە تىلالارنىڭ نۇسخىسى: شەھمەنزەل قاينىتىلمىسى (ئۇنىڭ ھۆلى بەك ياخشىدۇر)نى ئېلىپ، سۇزاپ ئۇسارىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا ئازراق مۇرمەككى سېلىپ، ئەۋرەت ساھەسىدىن كىندىككىچە تىلا قىلىندۇ.

بالىياتقۇدىن ئاجرىغان بالىنى چىقىرىشتا كۈچلۈك تەسىر قىلىدىغان ھەمەل

دورىلار: يۇڭنى شەھمەنزەل ئۇسارىسى ۋە سۇزاپ ئۇسارىسىگە چۆكۈرۈپ ھەمەل قىلىندۇ ياكى زىراۋەندىنى يۇڭغا يۇقتۇرۇپ، يۇڭ ھەمەل قىلىندۇ ياكى بۇخۇرى مەريەم ياكى ياۋا ئۈزۈم ياكى قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى ياكى كۈندۈش ھەمەل قىلىندۇ ياكى خەربەق، جاۋشىر، بۇقا ئۆتى قاتارلىقلاردىن شىياق تەييارلاپ ھەمەل قىلىندۇ. بۇ ھەمەل ھامىلە تىرىك بولسۇن ياكى ئۆلۈك بولسۇن چۈشۈرىدۇ.

ئۆز خاسىيىتى بىلەن تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدىغان دورىلار: بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، تۇغۇتى قىيىن بولغان ئايالنىڭ سول قولىغا ماگنىت تۇتقۇزۇپ قويۇلىدۇ ياكى ئېشەك تۇيىقىنىڭ كۈلى تىلا قىلىندۇ، بۇ بەك مەنپەئەتلىكتۇر ياكى ئېشەك تۇيىقى بىلەن بۇخۇر قىلىندۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش ئاتنىڭ تۇيۇقى بىلەن بۇخۇر قىلىندۇ، شۇنىڭدەك تۇزلانغان بېلىقنىڭ كۆزى بىلەن بۇخۇر قىلىندۇ. يەنە بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، تۇغۇتى قىيىن بولغان ئايالنىڭ ئوڭ يوتىسىغا بىخ مارجان ئېسىپ قويۇلسا، بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، ئەگەر تۇغۇتى قىيىن بولغان ئايالنىڭ يوتىسىغا ئافرىقىنىڭ مىئەسائىلەسى ئېسىپ قويۇلسا، ئايالغا ئاغرىق يەتمەيدۇ. يەنە بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، ئەگەر زەپەرنى يۇمشاق سوقۇپ، مەجۇن قىلىپ مۇنچاق ياساپ، تۇغۇتى قىيىن بولغان ئايالغا ئېسىپ قويۇلسا، بالا ھەمراھىنى چۈشۈرىدۇ.

بۇخۇر قىلىش ئايال مۇرمەككى بىلەن بۇخۇر قىلىنسا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە مۇرمەككى، قۇننە، جاۋشىر، كالا ئۆتى قاتارلىقلاردىن تۆت گىرام ئېلىپ بۇخۇر قىلىندۇ ياكى سېرىق كىبرىت، قىزىل مۇرمەككى ۋە كالا ئۆتى، جاۋشىر، قۇننە قاتارلىقلارنى ئېلىپ بۇخۇر قىلىندۇ. يىلاننىڭ پوستى ياكى كەپتەرنىڭ مايىقىنى بۇخۇر قىلىش تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ. ئېيتىلىشچە، كىچىك يىلان پوستىنى بۇخۇر قىلىش، جاۋشىرنى يالغۇز ھالەتتە بۇخۇر قىلىش تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ، شۇنىڭدەك قارچىغا مايىقىنى بۇخۇر قىلىش قىيىن تۇغۇتقا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

تۇغدۇرۇشقا تېگىشلىك ئۇسۇل بىلەن تۇغۇلىدىغان بالىلارغا تەدبىر قىلىش

بىز بۇنى ئومۇمىي بايانداً سۆزلەپ بولغانىدۇق. شۇ يەرگە مۇراجىئەت قىلغايسىز.

7 ـ پەسىل نىپاسدارلىقنىڭ ئەھۋالى توغرىسىدا

ئوغۇل تۇغقان ئاياللارنىڭ نىپاسى ئوتتۇز كۈندىن ئېشىپ كەتمەيدۇ. قىز تۇغقان ئاياللارنىڭ نىپاسى 40 كۈندىن ئازراق ئاشىدۇ. نىپاسداردا قان كۆپ چىقىش ۋە قان توختاپ قېلىشقا ئوخشاش نۇرغۇن كېسەللىكلەر يۈز بېرىپ، كۆپ قان چىقىپ كېتىش ئىشتىهانىڭ تۆۋەنلەپ كېتىشىگە، قان توختاپ قېلىش ئېغىر قىزىتما ۋە ئېغىر ئىششىقلارغا ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە قېيىن تۇغۇتتىن يىرىڭلىق ئىششىق يۈز بېرىدۇ، بەزىدە قورسىقى كۆپۈش يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ. نىپاس قېنى ھەيز قېنىدىن قارىراق بولىدۇ. چۈنكى ئۇنىڭ توسۇلۇش مۇددىتى ئۇزۇنراق.

نىپاس قېنىنىڭ كۆپلۈكىگە تەدبىر قىلىش

تۇغۇتلۇق ئاياللىنىڭ نىپاس قېنى كۆپ كەلسە، بارماقلىرىنى بوغۇپ قويۇش، قورسىقىغا سىركىدە نەمدەلگەن لاتىنى قويۇش، ئانارگۈلى، كەھرىۋا، قىزىلگۈل، كۈندۈر قاتارلىقلاردىن موزا شارابى بىلەن تەييارلانغان شىيافلارنى ھەمەل قىلىش كېرەك. بۇنىڭدا داغلىغۇچى دورىلاردىن يىراق تۇرۇش لازىم، چۈنكى داغلىغۇچى دورىلار بالىياتقۇ نېرۋىلىق بولغانلىقى ئۈچۈن بالىياتقۇغا زىيانلىقتۇر. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، نىپاس قېنىنىڭ كۆپ كېلىشىنى توختىتىشتا خاسىيىتى بار تەدبىرلەردىن بىرى، چوشقا پوقىنى يۇڭغا يۇقتۇرۇپ، ئاياللىنىڭ يوتىسىغا ئېسىپ قويۇشتۇر.

نىپاس قېنىنىڭ ئازلىقىغا تەدبىر قىلىش

ھامىلدار ئايال تۇغسا ياكى بالىسى چۈشۈپ كەتسە ۋە نىپاس قېنىنىڭ ئاز بولۇشىدىن ئەندىشە قىلىنسا ياكى نىپاس قېنىنىڭ ئازلىقى ئاشكارا بولسا، ئەڭ

ياخشىسى نېپاس قېنىنى ماڭدۇرۇشقا ۋە ئۇنى سۈيۈلدۈرۈشقا تىرىشىش كېرەك. چۈنكى نېپاس قېنى توسۇلۇپ قالسا، ئىششىق پەيدا بولىدۇ. چۈشكۈرتۈش بۇ ھەقتە يەنىلا مەنپەئەتلىكتۇر. بۇخۇر قىلىنىدىغان دورىلاردىن قىچا، ئادراسمان، مۇقەل، مۇرمەككى قاتارلىقلار بۇخۇر قىلىنىدۇ. يەنە تۇزلانغان بېلىقنىڭ كۆزى ياكى ئاتنىڭ تۈيىقى ياكى ئېشەكنىڭ تۈيىقى بۇخۇر قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇلار مەنپەئەت قىلمىسا، قانىنى چىقىرىش، قان تولدۇرۇش ۋە ئىششىقنىڭ زىيىنىنى توسۇش ئۈچۈن سافىن تومۇردىن قان ئېلىش لازىم. بەزىدە بۇ قان ئېلىش نېپاس قېنىنى راۋانلاشتۇرىدۇ. تىزنىڭ مابەز تومۇرىدىن قان ئېلىش باشقا تومۇرلاردىن قان ئالغانغا قارىغاندا كۈچلۈكرەكتۇر.

نېپاسداردىكى قىزىتمىغا تەدبىر قىلىش

ئارپا سۈيى قىزىتمىسى بار نېپاسدارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. چۈنكى ئارپا سۈيى قىزىتمىغا مەنپەئەت قىلىش بىلەن بىرگە نېپاس قېنىنى توختاتمايدۇ. بۇنىڭغا تاتلىق ئانارمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

نېپاسدارنىڭ قىزىتمىسىنىڭ كۆپىنچىسى نېپاس قېنىنىڭ توسۇلۇپ قالغانلىقىدىن بولىدۇ. ئەگەر سافىن تومۇردىن قان ئېلىپ داۋالسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

نېپاسدارنىڭ قورسىقى كۆپۈشنىڭ تەدبىرى دەھمەرسا، مەجۈنى كەلكىلانەج ئىچكۈزۈلىدۇ (بۇ ئىككىسى مۇرەككەپ دورا) ۋە سەكبىنەج، يالپۇز، مەستەكى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

نېپاسدارنىڭ بالىياتقۇ ئاغرىقىغا تەدبىر قىلىش بالىياتقۇسى ئاغرىغان نېپاسدار ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ۋە ئاغرىغان ئورۇن ئىسسىتىلغان تاتلىق بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ.

نېپاسداردىكى يارىلارغا تەدبىر قىلىش نېرۋىلىق ئەزالاردىكى يارىلارغا ياخشى بولغان مەلھەملەر قاتارىدىن بولغان مەلھىمى ئەبىيەز بىلەن داۋالىنىدۇ.

ئۇچىنچى ماقالە

ئىششىق ۋە ئىششىقنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان كېسەللىكلەردىن باشقا بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل ھەيزىنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

مىقدارى، كەيپىياتى ۋە ھەر قېتىملىق تەبئىي ئادىتى بويىچە ئۆز ۋاقتىدا كېلىۋاتقان ھەيز قېنى، ئايالنىڭ ساغلام بولۇشى، بەدىنىنىڭ مىقدارى ۋە كەيپىياتى بىلەن زىيان يەتكۈزىدىغان ھەرقانداق نەرسىدىن پاك بولۇشىنىڭ سەۋەبىدۇر. ھەيزنىڭ كېلىشى ئايال كىشىنى ئىپپەتلىك قىلىدۇ، شەھۋىتىنى تۆۋەن قىلىدۇ. نورمال ھەيز دەۋرانى شۇكى، ئايال 20 كۈندىن 30 كۈنگىچە ئارىلىقتا ھەيز كۆرىدۇ. ئەمما 30 كۈندىن كېيىن ۋە 20 كۈندىن بۇرۇن، يەنى ئون بەش كۈندە، ئون ئالتە كۈندە، ئون توققۇز كۈندە كۆرگەن ھەيز نورمال ئەمەستۇر. ھەيز ئۆزىنىڭ تەبئىي ھالىتىدىكى مىقدارىدىن ئۆزگىرىپ كەتسە، ئۇ نۇرغۇن كېسەللىكلەرگە سەۋەب بولىدۇ. ھەيز دەۋرىنىڭ ئۆزگىرىشى كەمدىن ـ كەم بولىدۇ. ھەيز قېنىنىڭ كۆپ كېلىشىنىڭ زىيانلىرىدىن بىرى ئايالنىڭ ئاجىزلىشىشى ياكى چىرايىنىڭ ئۆزگىرىشى، بويىدا قېلىشىنىڭ ئاز بولۇشى، ھامىلىنىڭ كۆپ چۈشۈپ كېتىشى، تۇغقان تەقدىردىمۇ كارغا كەلمەس بالا تۇغۇشى قاتارلىقلاردۇر. ئەمما ھەيزنىڭ تۇتۇلۇپ

قېلىشى ۋە ئاز بولۇشى، ئۇلار ئايالدا ماددا تولۇپ قېلىش كېسەللىكلىرىنى، ئىششقلارنى، باش ۋە باشقا ئەزالاردىكى ئاغرىقلارنى، كۆز ۋە سەزگۈ ئەزالارنىڭ قاراڭغۇلىشىنى، سېزىمنىڭ گاللىشىنى، قىزىتما قاتارلىقلارنى قوزغايدۇ. ھەيزنىڭ تۈتۈلۈشى بىلەن ئايالنىڭ مەنىي قاچىلىرى بەك تولۇپ قېلىپ، ئايال ئېپىتىنى ساقلىيالمايدىغان شەھۋىتى كۈچلۈك بولۇپ كېتىدۇ. بالىياتقۇسى ۋە مەنىسى بۇزۇلغاچقا، ھامىلدار بولالمايدۇ ۋە ئۇ ئايالنى بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇش، دەم سقىلىش، نەپسى توختاپ قېلىش، خەپەقان، ھوشسىزلىنىش قاتارلىقلارغا ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە ئايال ئۆلۈپ كېتىدۇ. بەزىدە ئۇ ئايالدا ماددىلارنىڭ توسالغۇ پەيدا قىلغانلىقىدىن سۈيدۈك تۈتۇلۇپ قېلىش ۋە سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ئۇ ئايالدا قان تۇكۇرۇش ۋە قان قۇسۇش يۈز بېرىدۇ، بولۇپمۇ قىزلاردا يەنە ئىچ سۇرۇش يۈز بېرىدۇ. ئۇ ئايالارنىڭ مىزاجىنىڭ ھەر خىل بولۇشىغا ئاساسەن، ئۇلارغا بېرىدىغان دورىلارمۇ ئوخشىمايدۇ. ئەگەر ئايال سەپرا مىزاجلىق بولسا، ئۇنىڭدا سەپرادىن بولغان كېسەللىكلەر، ئەگەر سەۋدا مىزاجلىق بولسا، سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەر، ئەگەر بەلغەم مىزاجلىق بولسا، بەلغەمدىن بولغان كېسەللىكلەر، ئەگەر قان مىزاجلىق بولسا، قاندىن بولغان كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ. بەزى ئايالاردا ھەيزنىڭ توختىشى تېز بولۇپ، 35 ياشتا ياكى 40 ياشتا توختاپ قالىدۇ. بەزى ئايالاردا 50 ياشتا توختايدۇ. بەزىدە ھەيز تۈتۈلۈش بايانىدا سۆزلىگەن بويىچە ھەيز قېنى تۈتۈلۈش ئايالنىڭ مىزاجىنى ئەرلىك مىزاجغا ئۆزگىرىشكە ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە ھەيز قېنى ئۈزۈلگەن ئايالدا سۈت كېلىپ، بۇ، ھەيز قېنىنىڭ ئۈزۈلگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە ھەيز تۈتۈلۈش بالىياتقۇغا ئالاقىدار بولىدۇ.

2 ـ پەسىل بالىياتقۇدىن سۈيۇقلۇقنىڭ كۆپ ئېقىشى توغرىسىدا

سۈيۇقلۇق كۆپ كېلىش بەزىدە تەبىئەتنىڭ ئارتۇق ماددىلارنى ئىتتىرىپ چىقىرىش يولى بىلەن بولىدۇ. سۈيۇقلۇق كۆپ كېلىش ھەددىدىن زىيادە ئېقىشقا ۋە

ئېھتىياجى بولمىغان ماددىلارنىڭ ئېقىشىغا ئېلىپ بارمىسا ياخشىدۇر. بەزىدە سۈيۇقلۇقنىڭ كۆپ كېلىشى كېسەللىك يولى بىلەن، يەنى بالياتقۇنىڭ ئەھۋالىدىن ياكى قانىنىڭ ئەھۋالىدىن بولىدۇ. بالياتقۇنىڭ ئەھۋالىدىن بولغان سۈيۇقلۇق كۆپ كېلىش مىزاج بۇزۇلۇشتىن ياكى بالياتقۇ يارىسى، گۆشخور يارا، بوۋاسىر، قىچىشىش ۋە يىرىلىش قاتارلىقلاردىن بالياتقۇ ۋە بالياتقۇنىڭ كۆك قان تومۇرلىرىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن ياكى بالياتقۇ تومۇر ئېغىزلىرىنىڭ ئېچىلغانلىقى ۋە ئۇزۇلگەنلىكىدىن ياكى بەدەندىكى سەۋەب ياكى ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇشتىن ئىبارەت سىرتقى سەۋەب ياكى تۇغۇت ناچار بولۇش ياكى قىيىن بولۇش ياكى ھامىلە كۆچلۈك بولۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بالياتقۇ تومۇرلىرى يىرىلغانلىقتىن بولىدۇ.

قان سەۋەبىدىن بولغان سۈيۇقلۇق كۆپ كېلىش، قانىنىڭ غالىبلىقى، كۆپلۈكى، تەبىئەتنىڭ قۇۋۋىتى ۋە تەبىئەتنىڭ ياخشىلىنىشى بىلەن ئەمەس، بەلكى قانىنىڭ ئۆز قۇۋۋىتى بىلەن چېقىش سەۋەبىدىن بولىدۇ. تەبىئەتنىڭ تەدبىرى بىلەن بولىدىغان سۈيۇقلۇق كېلىشنى بايان قىلىپ بولدۇق. قانىنىڭ قۇۋۋىتى بىلەن كەلگەن سۈيۇقلۇق بىلەن تەبىئەتنىڭ قۇۋۋىتى بىلەن كەلگەن سۈيۇقلۇق گەرچە ئاجىزلاشقان چاغدا توختاشتا بىر - بىرىگە يېقىنلىشىپ كەتسىمۇ ئوخشىمايدۇ. قان سەۋەبىدىن بولغان سۈيۇقلۇق كېلىش بەدەندىكى بىرەر ئاجىزلىقتىن قانىنىڭ بەدەنگە ئېغىر كەلگەنلىكىدىن بولىدۇ (گەرچە قان مىقدارى ۋە كەيپىياتىدا نورمالىقتىن ئۆتۈپ كەتمىگەن بولسىمۇ) ياكى قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن ياكى قانىنىڭ سۈيۇقلۇقىدىن ياكى قانىنىڭ ھارارىتىدىن ياكى سۇ تەركىبى ۋە ھۆللۈكىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولىدۇ. شۇنىڭغا ئاساسەن ھەرقانداق قاناش دەسلەپتە ئاز ۋە سۈيۇق باشلىنىپ، ئاندىن قويۇقلۇقى داۋام بولىدىغان قويۇقلۇقتا ئۆزگىرىدۇ، ئاندىن قويۇقلۇقى تۆۋەنلەپ سۈيۈلىدۇ. مانا بۇ قايسى سەۋەبتىن بولسۇن ھەرقانداق قاناشنىڭ ھالىدۇر. بۇنىڭ سەۋەبى شۇكى، تومۇرلارنىڭ ئېغىزلىرى ۋە قان ماڭىدىغان يوللار دەسلەپتە تار بولۇپ، ئاخىرىدا يەنە تارىيىدۇ ۋە قۇرغاقلىقتىن يۇمۇلىدۇ. ئەگەر قاناش كۆپ بولسا، ئىشتىھاسى تۆۋەنلەيدۇ، تاماق سىڭمەس بولۇپ قالىدۇ، قول - پۇت ۋە ئومۇمىي بەدەن كۆبجۈيدۇ، چىرايى ناچارلىشىدۇ. بەزىدە

ئاشۇ قاناش ئىستىسقاغا ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە قانىنىڭ كۆپ چىقىشى سەپرانىڭ غالىب بولۇشىغا ئېلىپ بېرىپ، ئاندىن سەپرادىن بولغان كۆيۈشتۇرىدىغان قىزىتما يۈز بېرىدۇ. قان بىلەن نورماللاشقان كۆيدۈرگۈچى هارارەتنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىدىن جۇغ - جۇغ يۈز بېرىدۇ.

ئەگەر بۇ هارارەت يۈز بەرسە، قان ئازلىقتىن بولغان ئاشقازانىنىڭ ئاجىزلىقى ئىشتىهانىڭ تۆۋەنلەپ كېتىشىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ. ئومۇرتقىغا جايلاشقان نېرۋىلارنىڭ تارتىشقاقلىقىدىن ئومۇرتقىدا ئاغرىق يۈز بېرىدۇ. بەزىدە يامغۇرنىڭ كۆپ يېغىشى بىلەن بالياتقۇدىن قان كۆپ كېلىدۇ.

ئالامىتى

تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىش يولى بىلەن بولغان قان ئېقىشنىڭ ئالامىتى شۇكى، قان كېلىش زىيان قىلماي، بەلكى مەنپەئەت ئېلىپ كېلىدۇ. قان ئېقىشقا زىيان ۋە قۇۋۋەتنىڭ ئۆزگىرىشى قوشۇلۇپ كەلمەيدۇ. بۇ ئەھۋال كۆپىنچە بايقاشات تۇرمۇشتا ياشايدىغان ئايالالاردا يۈز بېرىدۇ. ئەمما ئومۇمىي بەدەن توشۇپ قېلىش (ئۇ قانىنى تەبىئەت ئىتتىرگەن بولسۇن ياكى قان غالىب كېلىپ چىققان بولسۇن) ئۇنىڭ ئالامىتى ئومۇمىي بەدەن ۋە يۈزنىڭ تولۇپ قېلىشى، كۆپ تەرلەش، ئۇنىڭدىن باشقا ماددا تولۇپ قېلىش ئالامەتلىرىنىڭ كۆرۈلۈشىدۇر. بەزىدە قان كېلىش بىلەن ئاغرىق بولىدۇ، بەزىدە بولمايدۇ. ئاجىزلىق يۈز بەرمىسە قان توختىتالمايدۇ. قان بىلەن غالىب بولغان خىلىتنى بىلىشتە، قانىنى ئاق لاتىغا يۇقتۇرۇپ قۇرۇتۇپ، ئاندىن ئۇنىڭ رەڭگىنىڭ ئاقلىقى ياكى سېرىقلىقى ياكى قارىلىقى ياكى توق قىزىللىقىغا قاراپ بىلىپ، قان بىلەن غالىب كەلگەن خىلىت ئىستىفراغ قىلىنىدۇ. بالياتقۇ ئاجىزلىقى ۋە تومۇرلىرىنىڭ ئېچىلىشى سەۋەبىدىن بولغان قان كېلىشنى قانىنىڭ ئاغرىتماي سۈزۈك هالەتتە چىقىشى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. ئەگەر سەۋەب قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى بولسا، قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى، قانىنىڭ رەڭگى، قانىنىڭ كۆيۈشتۇرۇپ كېلىشى، قانىنىڭ تېز چىقىشى، قاناشنىڭ ئاسان توختىماسلىقى قاتارلىقلار بىلەن بىلىنىدۇ. سۈيۇق

ماددا ۋە ھۆللۇكتىن بولغان قانىنىڭ سۈيۇقلۇقى سەۋەبلىك قان كېلىشتە، قان ئۆتكۈر بولماي سۈيۇق بولىدۇ. قابىز نەرسىلەر زىيان قىلىدۇ، بەزىدە ئايالدا ھامىلدارلىققا ئوخشاش ئەھۋال كۆرۈلىدۇ. بەزىدە تولغاقتا ئوخشاش ئەھۋاللار كۆرۈلۈپ ھۆللۇكنى تۇغىدۇ. بەزىدە قورساق مۇسكۇلى ئۈيۇشقا تەييارلانغان، تېخى ئۈيۇمغان سۈتكە ئوخشاش بەك بوشاپ كېتىدۇ. بەزىدە ئۇ ئايالارغا ھارارەتنى ئېرىتكۈچى داۋالاشلار زىيان قىلىپ، قانىنىڭ سۇ تەركىبىنى كۆپەيتىۋېتىدۇ.

يارىدىن بولغان قان كۆپ كېلىشتە، قان يېرىڭ ۋە ئاغرىق بىلەن كېلىدۇ. گۆشخور يارىدىن كەلگەن قان ئاز - ئازدىن ياغنىڭ لېيىدەك چىقىدۇ، بولۇپمۇ قىزىل قان تومۇرلاردىن كەلمەي، كۆك قان تومۇرلاردىن كەلسە. ئەگەر گۆشخور يارا بالىياتقۇ بويىندا بولسا، قانىنىڭ رەڭگى سەل قارا بولىدۇ. ئەگەر بالىياتقۇ بويىندا ۋە بالىياتقۇ ئېغىزىدا بولسا، ئۇنى تۈتۈپ بىلىش مۇمكىن بولىدۇ.

بۇۋاسىردىن كەلگەن قان ھەيزەدەك دەۋرىيلىك بولماي، بەلكى ماددا تولۇشتىن كېيىن بولغاندەك بولىدۇ. بالىياتقۇ بۇۋاسرىنىڭ ئالامەتلىرى ئېنىق كۆرۈلىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا قان قارا بولىدۇ، لېكىن قىزىل قان تومۇردىن كەلسە ئۇنداق بولمايدۇ. بەزىدە بالىياتقۇ بۇۋاسرىدىن كەلگەن قان تامچىلاپ كېلىدۇ، كۆپىنچە بالىياتقۇ بۇۋاسرىغا باش ئاغرىش، باش ئېغىرلاش، ئىچكى ئەزالاردا، جىگەردە ۋە تالدا ئاغرىش بولۇش قاتارلىقلار قوشۇلۇپ كېلىدۇ. ئەگەر بۇۋاسىردىن قان ئاقسا، شۇ ئالامەتلەر يوقلىدۇ.

داۋالاش

بۇ يەردە قان كېلىشنى داۋالاش توغرىسىدا سۆزلەيمىز، ئاخىرىدا ئىستىھازى (خۇن تەۋرەش)نى داۋالاشنى سۆزلەيمىز.

تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىش يولى بىلەن ۋە قان تولۇش، قانىنىڭ بەدەنگە ئېغىر كېلىشىدىن بولغان قان كېلىشتىن ئاجىزلاشنىڭ خەۋپى بولمىسا توختاتماسلىق كېرەك. بەزىدە قان ئېلىش ماددا تولۇپ قېلىشنى دەپئى قىلغانلىقى ۋە ماددىنى

قارشى تەرەپكە تارتقانلىقى ئۈچۈن ئاجىزلاش خەۋپىنى كۈتۈپ تۇرۇشتىن بىھاجەت قىلىدۇ. ئەگەر قان كېلىشىنىڭ سەۋەبى مۇررە سەپرا بولسا، سەپرا تازىلىنىدۇ، بولۇپمۇ شاھتەررە، ھېلىلىگە ئوخشاش دورىلارنى قابىزلىق قۇۋۋىتى بار دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ تازىلىنىدۇ. ئەگەر قان كېلىشىنىڭ سەۋەبى سۇيۇقلۇق بولسا، سۇيۇقلۇقنى تۆۋەنگە ماگغۇزۇش ۋە قارىمۇقارشى تەرەپكە تارتىش بىلەن داۋالىنىدۇ، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر قان كېلىشىنىڭ سەۋەبى بالىياتقۇنىڭ ئاجىزلىقى بولسا، ئۆزىنىڭ خۇشبۇيلۇقى ۋە خۇسۇسىيىتى بىلەن قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر قان كېلىش سەۋەبى بالىياتقۇ يارىسى بولسا، قابىز، چاپلاشقاق دورىلار ۋە مادداننى تۆۋەنگە چۈشۈرگۈچى دورىلاردىن مۇرەككەپ قىلىنغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ، بالىياتقۇ بوۋاسىرى بوۋاسىر ئىلاجى بىلەن، ئىسسىق سۇ بىلەن زىغىر ئۇرۇقىنى ئىچكۈزۈش ئارقىلىق ئىلاج قىلىنىدۇ. ئەگەر قان كېلىش دەۋرىيلىك بولسا، قان كەلمىگەن ۋاقىتقا رىئايە قىلىپ، قان كەلمىگەن چاغدا ئىلاج قىلىنىدۇ. قان كەلگەن ۋاقىتتا ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. ئەگەر قان كۆپ كەلسە، ئىككى قولنى يۇقىرىقى بىلەكنىڭ تۈۋى بىلەن بىرگە، ئىككى پۇتنى يوتىنىڭ تۈۋى بىلەن بىرگە بوغۇپ، ئاندىن ئەمچەكنىڭ ئاستىغا ۋە بالىياتقۇدىن ئەمچەككە ئۆرلەيدىغان تومۇرلار ماگدىغان جايغا ھىجامەت قويۇلىدۇ ۋە ئۇنىڭغا چوڭ لوگقىلار تاللىنىدۇ. چۈنكى، چوڭ لوگقىلار قانىنى دەرھال توختىتىدۇ، ئاندىن باشقا ئىلاج قىلىنىدۇ. بەزىدە ئىككى ساغرىنىڭ ئوتتۇرىسىغا ھىجامەت قويۇش قانىنى توختىتىدۇ. قان كەلگەن ئاياللارغا چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىغا ئوخشاش غىزالارنى ۋە ھەرقانداق تېز ھەزىم بولىدىغان قۇۋۋەتلەيدىغان يېمەكلىكلەرگە ئوخشاش غىزالارنى بېرىش لازىم. بەزىدە سۇماق بىلەن چۈچۈمەل قىلىنغان كۈچلۈك مائۇللاھمنى غىزا قىلىپ بېرىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ياخشى گۆشلەردىن تەييارلانغان كاۋاپلارنى يېيىش كېرەك، شۇنىڭدەك تالقان، نىشاستە ۋە ئازراق تاتلىق، قويۇق يېگى شارابتىن تەييارلانغان ھۆل يېمەكلىكلەرنى بېرىش، كونا ۋە سۇيۇق شارابتىن پەرھىز قىلىش لازىم. بەزىدە ئاياللارغا يېگى ھەسەل شەربىتى مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەمما، ھەر خىل قاناشلارغا (بولۇپمۇ ئۆتكۈر ئىسسىقتىن بولغان قان كېلىشكە) پاقىيوپۇرمىقى ئەڭ ياخشىسىدۇر، بەلكى ئۇنىڭ تەڭدىشى يوقتۇر. بەزىدە پاقىيوپۇرمىقىنى ئىچسىمۇ، بالىياتقۇغا نەيچە بىلەن كىرگۈزسىمۇ، سوزۇلما ۋە سوزۇلما بولمىغان قان كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ. سىركە ئىچىشمۇ يەنىلا مەنپەئەت قىلىدۇ. كافۇرنى ئىچىش ۋە ھەمەل قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭغا مەنپەئەتلىك دورىلاردىن بىرى، خۇبسۇلھەددە سېلىپ قىزىتىلغان تۆمۈر بىلەن ياخشى قاينىتىلغان سۇت ئىچكۈزۈشتۇر، بۇ سۇت قابىز دورىلارنىڭ بەزىسى بىلەن كۈنىگە 90 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈچۈمەل تۇرۇنجى رۇببىسى ئىچكۈزۈش بەك مەنپەئەتلىك. شۇنىڭدەك ئەرەب يېلىمنى كەتىرا بىلەن ئىچكۈزۈش ياكى زىغىر ئۇرۇقىنى قاينىتىق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈش ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. قۇرسى تاباشىرنى كافۇر بىلەن يېگۈزۈش بۇلار ئۈچۈن بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. قورسى گۈلىنارنى ئىچكۈزۈشمۇ ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ.

قان توختىتىشتا بەك مەنپەئەت قىلىدىغان، تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىنىڭ نۇسخىسى: مۇمىيا، گىل مەختۇم، گىل ئەرمىنى، زەمچە، موزا، خۇنسىياۋشان قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تالقاندىن ئۈچ گىرام، كافۇردىن بىر گىرام، ئىپاردىن 0.5 گىرام قوشۇپ، 30 گىرام ئاس شارابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ئاقاقىيا، ئانارگۈلى، موزا، يەر مەدىكى، سازەج ھىندى، تازىلانغان سۇماق، مۇرمەككى، كۇندۇر قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا، ئەپيۇنىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۆتكۈر، كۈچلۈك سىركە بىلەن مەجۇن قىلىپ، 1.5 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ئەساكىپە زەمچىسى، جۈپتى بەللۇت، مۇرمەككى، كۇندۇر، ئەپيۇن قاتارلىقلارنى ئېلىپ يۇغۇرۇپ ھەب ياساپ، ئۈچ گىرام ئىچكۈزۈش ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ئالتە گىرام كۆيدۈرۈلگەن قۇلۇلە قېپى، سۇماق سۈيى، بېھى سۈيى، تۇك خورما سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇلارنىڭ غىزاسىغا قۇۋۋەتىنى جانلاندۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشۈشتىن ئىلگىرى ئوغلاق گۆشى، تاغ قوشى گۆشى

قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان شورپا بېرىلىدۇ. تاۋىدا پىشۇرۇلغان غىزالار ۋە چۈچۈمەل يېسسىمۇق تەركىبلىك غىزالار سوغۇق هالەتتە يېگۈزۈلىدۇ هەمدە ئەمەلىيەتتە ئىسسىق ياكى تەبئىتى ئىسسىق هەرقانداق غىزادىن پەرهىز قىلدۇرۇلىدۇ. هەر خىل قاناشلارغا ئورتاق هەمەل دورىلاردىن ئاق مەدەستان، زاك، ئانارگۈلى، گىل مەختۇم، گىل ئەرمىنى، سۈرمە ياكى ئۇنىڭ باشقىسىدىن تەييارلىنىدىغان هەمەل دورىلاردۇر.

هەمەلنىڭ نۇسخىسى: سېرىق زەمچە، ئاقاقىيا، كۇندۇر پوستى، سۈرمە قاتارلىقلارنى ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، ئاندىن بىر قۇرستىن تۆت گىرام، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، كەهرىۋانىڭ هەربىردىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ، قابىز دورىلارنىڭ ئۇسارىسىدىن ياكى سۈيىدىن 60 گىرامدا يۇغۇرۇپ، بالىياتقۇغا هۆقنە قىلىشتا سۆزلەنگەن ئۇسۇل بويىچە هۆقنە قىلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: زەمچىدىن 1.5 گىرام، بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇنىڭ هەربىردىن 0.5 گىرامدىن ئېلىپ هەمەل قىلىنىدۇ. بىز تۇزۇپ چىققان تەجرىبىدىن ئۆتكەن بىر نۇسخا: سېمىزئوت ئۇرۇقى، كەهرىۋا، سەمغى ئەرەبى، كۆيدۇرۇلگەن تۇخۇم شاكىلى، كۆيدۇرۇلگەن قەغەزنىڭ هەربىردىن ئالتە گىرامدىن، كۆيدۇرۇلگەن سۆڭەك، كەتىرانىڭ هەربىردىن توقۇز گىرامدىن ئېلىپ هەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، بۇنىڭدىن توققۇز گىرام بېهى رۇببىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ياخشى پەرزىنجە (بولۇپمۇ يېيىلىش ۋە ياردىن بولغان قاناشقا ئىشلىتىلىدىغان) نىڭ نۇسخىسى: تونۇر داشقىلى، لەهيەتۇتتىس ئۇسارىسى، ئاقاقيا قاتارلىقلارنى ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ، بۇلاردىن خام موزا سۈيى بىلەن پەرزىنجە تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: خام موزا، ئانارگۈلى، نىشاستە، ئەپيۇن، زەمچە، رەۋەنچىنى، قىزىلگۈل، كۆك هەبۇلئاس، سۇماق، لەهيەتۇتتىس ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، غورا ئۇرۇقى، كۆيدۇرۇلگەن قەغەز، ئاق سەندەل، كۇندۇر پوستى، گىل مەختۇم، ئانار خەمكى، شادىنەج، يېڭى ساپال، قۇرۇق يۇمغاقسۈت قاتارلىقلارنى ئېلىپ، بۇلاردىن 12 گىرامنى ئاس سۈيىگە چۆكۈرۈلگەن كۆك يۇڭغا يۇقتۇرۇپ هەمەل قىلىپ، پۈتۈن بىر كېچە قويۇپ قويۇلىدۇ. بەزىدە كۆيدۇرۇلگەن قەغەزنى سالماي باشقا

دورىلاردىن قۇرس تەييارلاپ، بۇ قۇرستىن تۆت گىرام پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: ئانار گۈلى، كاۋاپ زىخىنىكى كىرى، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، زەمچە، زاك، سىركىگە چىلانغان زىرە، گىل ئەرمىنى، ئاقاقيا قاتارلىقلارنى ئېلىپ، سۆگەت سۇيى، كۆك كۈدە قيامى ئېلىنىپ يۇمغاقسۈت سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، پۈتۈن بىر كېچە ھەمەل قىلىنىدۇ.

ئابىزەن توغرىسىدا

بۇ خىل كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلىدىغان ئابىزەنلەردىن پىننە، پىننە يوپۇرمىقى، ئاس بىلەن قاينىتىلغان پىننە يىلتىزى، خەمكىدىن ئايرىلمىغان قىزىلگۈل، ئانار پوستى، خەرنۇب نەبىتى، ئانارگۈلى، لىھيەتۇتتىس ئۆسۈملۈكى، كۆك موزا، يۇلغۇن مېۋىسى قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىلمىسىدا ئابىزەن قىلىشتۇر.

تىلالار توغرىسىدا

بۇ خىل كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلىدىغان تىلا ۋە ياغلاردىن گەجنى كىندىككە تىلا قىلىش ۋە بالىياتقۇ ئەتراپىنى كۈچلۈك قابىز ياغلار بىلەن ياغلاش ۋە سۇ تەركىبىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولغان قاناشنى داۋالاشنىڭ تەپسىلاتىنى قايتا سۆزلەيمىزكى، بۇنىڭ داۋالاش يولى، سۇ تەركىبى سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ ۋە سۇيىدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار ھەمەل قىلىنىدۇ ھەمدە ئاسارۇن، كەرەپشە، ئوردان قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن تەرلىتىلىدۇ ۋە بىر قېتىم يېنىك سۈرگە بېرىلىدۇ، يەنە بىر قېتىم يېنىك سۇيىدۇك ھەيدىلىدۇ ۋە تەرلىتىلىدۇ، بەدىنگە يۇمشاق لاتىنى، ئاندىن يىرىك لاتىنى سۈركەپ، ئاندىن مائۇلھەسەل تىلا قىلىنىدۇ. ئىستىسقا بىمارلىرىغا ئىشلىتىلىدىغان زىماتىلار ئىشلىتىلىدۇ، بەزىدە ئۇلارنى ئاشقازىنىدا ھېچ نەرسە قالمىغۇدەك دەرىجىدە قەيى قىلدۇرۇش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بۇلارنىڭ دورا ۋە غىزالىرى

قانىنى قۇرۇتىدىغان ۋە قانىنى قويۇقلاشتۇرىدىغان دورا ۋە غىزالارغا مايىل بولۇشى كېرەك.

ئەگەر قان كېلىشىنىڭ سەۋەبى يارا بولسا، تۆۋەندىكى مەلھەم مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئانارگۈلى، موم، قىزىلگۈل يېغى بىلەن قىروتى تەييارلاپ ھەمەل قىلىنىدۇ.

داۋالاش

بەزى تېۋىپلار ئىستىھازە (خۇن تەۋرەش)نى داۋالاش توغرىسىدا بىر باب بولۇشى زۆرۈر، دەپ قارىدى. خۇن تەۋرەشنىڭ ئىلاجى تازىلاش، تۇتۇش ۋە قۇۋۋەتلەش قاتارلىقلاردىن مۇرەككەپ بولغان بىر داۋالاشتۇر. بۇ داۋالاش شۇكى، كېچىكىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن ئۆز ۋاقتىدا ئۇ ئايالنىڭ ھەيز قېنى ماڭدۇرۇلىدۇ، ئاندىن ھەيز قالايمقانلاشتۇرۇلىدۇ، ئايالنىڭ بالياتقۇسى تازىلىنىدۇ ۋە ئېھتىياجدىن سىرت ئېشىندىلارنى قوبۇل قىلماسلىقى ئۈچۈن بالياتقۇ كۈچەيتىلىدۇ. ئۇ بىر بۆلۈك تېۋىپلار مۇنداق دېدى: ئارچا مېۋىسىدىن 30 گىرام، پىننە ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام، ئارپىبەدىيانىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ قازانغا سېلىپ، ئۈستىگە ساپ شارابتىن 680 گىرام قۇيۇپ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۈستىگە ئەنزىروت، ھۆزۈزى مەككىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، كالىنىڭ سېرىقمېيى ۋە ھەسەلنىڭ ھەربىرىدىن بىر قوشۇقتىن سېلىپ، بۇنىڭدىن ناشتىدا بىر قوشۇق مىقدارى ئىچكۈزۈلىدۇ، ئەسىرگىچە غىزا بېرىلمەيدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل ئۈچ كۈنگىچە قوللىنىلىدۇ. مەن مۇنداق دەيمەن: بۇ كۆپىنچە ۋاقىتلاردا مەنپەئەت قىلسىمۇ، بەزىدە ئىستىھازە باشقا سەۋەبلەردىن بولۇپ، پەقەت تۇتۇش زۆرۈر بولىدۇ. بۇ يۇقىرىقلاردىن بىلىنىدۇ.

3 ـ پەسىل بالياتقۇ يارىسى ۋە ئۇنىڭ ئوفۇنەتلىنىشى توغرىسىدا

بىز يۇقىرىدا شۇنى كۆرسەتىپ بەردۇقكى، بالىياتقۇ يارىسىنىڭ سەۋەبلىرى ئىچكى سەۋەبلەر ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك سۇيۇقلۇقلارنىڭ ئېقىشى، يارىغا ئۆزگەرگەن

يىرىكلىق ئىششقلار ياكى ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، تۇغۇت ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ھەمەل قىلىنغان دورىنىڭ جاراھەت قىلىشى ياكى بالىياتقۇنى زىيدە قىلىدىغان سايمانلارنى ئىشلىتىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولىدىغانلىقى ھەممىگە مەلۇمدۇر. بەزىدە يارا بولۇش بىلەن بىرگە ئوفۇنەتلىنىش بولىدۇ. بەزىدە يارىلارنىڭ ھەممىسى كىرلىق[1] بولىدۇ ياكى پاكىز بولىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا، بەزىدە يۈزەكى قىسمىدا، بەزىدە گۆشخور يارا بىلەن، بەزىدە ئىششق بىلەن بىرگە بولىدۇ. بەزىدە ئىششقسىز بولىدۇ.

ئالامىتى

يارا بولغانلىقىنى ئاغرىق كۆرسىتىپ بېرىدۇ، بولۇپمۇ بالىياتقۇ ئېغىزىغا يېقىن بولسا. يارىنىڭ بارلىقىنى يىرىڭ ۋە ئۇنىڭ رەڭگى، پۇرىقى ئوخشاشمىغان ھۆللۈكلەرنىڭ ئېقىشى، بوشىتىدىغان دورىلارنىڭ زىيان قىلىشى ۋە قابىز دورىلارنىڭ مەنپەئەت قىلىشى قاتارلىقلار كۆرسىتىپ بېرىدۇ. بالىياتقۇ يارىسىنىڭ تازىلانغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، چىققان نەرسە قويۇق ۋە ئاقما مايىل بولىدۇ. قاتتىق ئاغرىش، سېسىق پۇراش ۋە كۆيۈشۈش بولمايدۇ. يارىنىڭ كىرلىق بولۇشنىڭ ئالامىتى يىرىڭلىق ھۆللۈكلەرنىڭ كۆپ بولۇشىدۇر. ئەگەر ئوفۇنەتلىنىش بولسا، ئاققان سۇيۇقلۇق پاكىز بولماي، گۆش يۇغان سۈدەك بولىدۇ. ئەگەر يارا كىرلىق بولسا، ئاققان نەرسە سېسىق پۇرايدىغان ناچار بولىدۇ. ئەگەر گۆشخور يارا بىلەن بولسا، چىققان نەرسە قاتتىق ئاغرىتىش ۋە لوقۇلداپ ئاغرىتىش بىلەن بىرگە قارا بولىدۇ. يارىنىڭ ئىششق بىلەن بىرگە بولغانلىقىنىڭ ئالامىتى، قىزىتما ۋە جۇغ - جۇغنىڭ داۋاملىششىدۇر. بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان ئىششقتۇر، بۇنىڭدا ئوفۇنەتلىنىش ۋە يېيىلىش قاتارلىق ئىششقنىڭ ئالامەتلىرى بولىدۇ.

---

① بۇ ھەر خىل يىرىڭ بولۇپ، پۈتۈشى قىيىن بولىدىغان يارىنى كۆرسىتىدۇ (ت).

4 ـ پەسىل بالىياتقۇ ئوفۇنەتلىنىش توغرىسىدا

بۇ يەنىلا بالىياتقۇ يارىسىنىڭ بىر تۈرىدۇر. بۇنىڭ سەۋەبى تۇغۇتنىڭ تەس بولۇشى ياكى ھاملىنىڭ ئۆلۈپ قېلىشى ياكى ئۆتكۈر دورىلارنى بالىياتقۇغا ئىشلىتىش ياكى ئۆتكۈر سۇيۇقلۇقلارنىڭ ئېقىشى ياكى بالىياتقۇدا ئوفۇنەتلەنگەن يارىلارنىڭ بولۇشى قاتارلىقلاردۇر. بۇ ئوفۇنەتلىنىش بالىياتقۇنىڭ ئېغىز تەرىپىدە، چوڭقۇر قىسمىدا كىرلىق ۋە كىرسىز بولىدۇ. چوڭقۇر قىسمىدا بولغىنى ئوخشاشمىغان ھۆللۈكلەرنىڭ چىقىشىدىن خالىي بولمايدۇ. بەزىدە چىققان نەرسە ياغنىڭ لېيغا بەك ئوخشاپ كېتىدۇ.

5 ـ پەسىل بالىياتقۇ گۆشخور يارىسى توغرىسىدا

بىز گۆشخور يارىنىڭ چىققان نەرسىلەردىكى ئالامتى ۋە ئاغرىق ئەھۋالىدىكى ئالامەتنى قاناش بايانىدا سۆزلىدۇق.

بالىياتقۇ گۆشخور يارىسى بىلەن بالىياتقۇ سەرتانى (بالىياتقۇ راكى) نىڭ پەرقى شۇكى، بالىياتقۇ گۆشخور يارىسىدا قاتتىقلىق بولمايدۇ. بالىياتقۇ گۆشخور يارىسىغا ئەگىشىپ ئاغرىق توختايدۇ. بولۇپمۇ يىرىڭ چىققاندىن كېيىن توغرا داۋالاش ئېلىپ بېرىلسا، گۆشخور يارا ئۇزاق مۇددەت تۇرمايدۇ. ئەمما بالىياتقۇ سەرتانى دائىم ئاغرىيدۇ، يەنى لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ، ئۇزۇن مۇددەت داۋاملىشىدۇ، بۇنى داۋالاش قىيىن بولىدۇ.

داۋالاش

بۇنىڭدا يارىنىڭ كىر ياكى كىر ئەمەسلىكىگە قاراش كېرەك. ئەگەر كىر بولسا،

دەسلەپتە مائۇلھەسەل ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى نەيچە ئارقىلىق بالىياتقۇغا ماڭغۇزۇپ، كىر تازىلىنىدۇ ۋە گۈلسەۋسەن يىلتىزى قاينىتىلمىسى بىلەن ۋە تازىلىغۇچى مەلھەملەر بىلەن تازىلىنىدۇ، ئەگەر گۆشخور يارا بولسا، بەدەننى تازىلاش ۋە مۇۋاپىق غىزالارنى بېرىش بىلەن بىرگە، گۆشخور يارىنى ياخشىلىغۇچى مەلھەملەر نەيچە بىلەن بالىياتقۇغا ماڭغۇزۇلىدۇ. يەنە گۆشخور يارىنىڭ ئىششىق بىلەن بىرگە بولۇش ياكى بولماسلىقغا قارىلىدۇ. ئەگەر ئىششىق بىلەن بىرگە بولسا، ئىششىققا دەسلەپتە ئىلاج قىلىپ، بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان ئىششىقنىڭ ئىلاجلىرى بىلەن ئاغرىق پەسەيتىلىدۇ ۋە بالىياتقۇنى تازىلىغاندا، يارا ئېغىزىنى پۈتكۈزگۈچى دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. مەلھەملەردىن كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە (يىرىڭلىق ئىششىققا گۆش ئۇنمىگەن ۋاقىتتا) مەنپەئەت قىلىدىغان مەلھەم بارىدۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئاق مەدەستان، ئۇپا، ئەنزىرۇت قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، موم ۋە قىزىلگۈل يېغى بىلەن قىرۇتى تەييارلىنىدۇ. ئەگەر يارىدا كىر بولسا، بۇ مەلھەمگە ئازراق زەنگار قوشۇلىدۇ. ئەگەر گۆش ئۇنۇشكە باشلىسا ۋە گۆش ئۇنۇشكە باشلىغانلىقى بىلىنسە، تۆۋەندىكى مەلھەم بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. نۇسخىسى: يۇيۇلغان تۇتىيا ئىككى ھەسسە، كۈمۈش چىلىندان، ئۇپا، ئەنزىرۇتنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، قىزىلگۈل يېغى ۋە موم بىلەن قىرۇتى تەييارلىدۇ.

6 ـ پەسىل قىزىلچى ئېلىنغان ئاياللارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

بەزى ئاياللارنىڭ قىزىلچى ئېلىنغان چاغدا، قاتتىق ئاغرىيدۇ. بولۇپمۇ بالىياتقۇ بوينى تار، قىزىلچ پەردىسى قېلىن، يىگىتنىڭ زەكىرى توم بولسا. ئەگەر قىزىلچى ئېلىنغان ئايالدا قاناش ۋە ئاغرىق بولسا، قابىز دورىلارنىڭ سۈيىدە، شارابتا ۋە زەيتۇن يېغىدا ئولتۇرغۇزۇش، ئاندىن يارىغا گۆش ئۇنۇشنى توسىدىغان نەيچىگە يۆگەلگەن يۇڭغا يۇقتۇرۇلغان قىرۇتىلارنى ئىشلىتىش ۋە جىمانى يەڭگىللىتىش، ئەگەر

يىرىكلىسا، تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم، شۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن يارىغا ئىشلىتىلىدىغان مەلھەم بىلەن داۋالىنىدۇ. بەزىدە بۇ مەلھەمگە گۈل مەختۇم ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

7 ـ پەسىل بالىياتقۇ يىرىلىش توغرىسىدا

بالىياتقۇ يىرىلىش بالىياتقۇدا يۈز بەرگەن ئېغىر قۇرۇقلۇقتىن، بولۇپمۇ تۇغقاندا يۈز بەرگەن قۇرۇقلۇقتىن ياكى تۇغۇت ئاغرىقى ۋە تۇغۇت ئاغرىقىنىڭ قالدۇقلىرىدىن كېيىن يۈز بېرىدۇ. دەسلەپتە يېنىك ئاغرىقتىن، ئاندىن ئاشكارا بولىدىغان ئىششقىتىن بولىدۇ، بولۇپمۇ شۇ ئىششقىقا تەگكەندە يىرىلىش يۈز بېرىدۇ. بەزىدە يىرىق بەك توم بولىدۇ، بەزىدە سۆگەلگە ئوخشاش بولۇپ، پۈتسىمۇ يىرىق قېپقالىدۇ.

ئالامىتى

يىرىقنى ئايال ئەينەكنى پەرجىگە ئۇدۇللاپ قويۇپ پەرجىنى ئاچسا كۆرەلەيدۇ. يىرىقنىڭ بارلىقىنى كۆرسىتىپ بېرىدىغان ئالامەتلەردىن بىرى جىما قىلغاندا ئاغرىش ۋە زەكەرنىڭ قان يۇقان هالەتتە چىقىشىدۇر.

داۋالاش

يىرىلىش بالىياتقۇنىڭ ئىچىدە ياكى بالىياتقۇ بوينىدا ۋە ئۇنىڭغا يېقىن جايدا بولىدۇ. بالىياتقۇ چوڭقۇر قىسمىدىكى يىرىلىشقا دورىنىڭ قۇۋۇتىنى ئۆتكۈزگۈچى ھەمەللەر ۋە بالىياتقۇغا ماسلاشقان قابىز دورا سۈلرىنى ئىقلىمىيا ۋە مەدەستانىدىن تەييارلانغان مەلھەم ۋە مەقئەت يىرىلىشقا ئىشلىتىلىدىغان، يىرىلىشنى ياخشىلىغۇچى مەلھەملەرگە ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتىپ داۋالىنىدۇ. داۋالاش ئېتىبارى

بويىچە بارلىق كۆيۈشتۈرگۈچى نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ. پىشۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشسە، بۇ مەلھەملەرگە مەلھەمى باسلىقۇن ھايۋاناتلار ياغلىرى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر يېرىلىش بىلەن بىرگە بەك قېلىنلاش بولسا (يېرىلىش بىلەن قېلىنلاشنىڭ بىرگە ئىكەنلىكىنى يېرىلىش مۇددىتىنىڭ ئۇزۇنلۇقى ۋە داۋالاشنى ئاز قوبۇل قىلىشى كۆرسىتىپ بېرىدۇ) مەلھەمى قىراتىس قىزىلگۈل يېغى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭغا بەرداشلىق بېرەلمىسە، گۈلسەۋسەن يېغى ۋە بەتەم يېلىمغا ئۆزگەرتىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق توختىسا، نوقۇل يېرىلىشنىڭ ئىلاجى قىلىنىدۇ، بولۇپمۇ يارا بولغاندا. بەزىدە يۇمشاق سوقۇلغان مىسنىڭ سىرتقى پوستىغا ياكى راك ۋە موزىغا ياكى ھەممىسىنىڭ بىرلەشتۈرۈلمىسگە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەمما سىرتقى قىسمىدىكى يېرىلىشتا، بەك سوقۇلغان تۇتىيانى تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئىشلىتىش كۇپايە قىلىدۇ ياكى بۇلارنىڭ ھەممىسى بىرگە ئىشلىتىلىدۇ ۋە داۋاملىق ئىشلىتىلىدۇ. مەلھەمى ئىسپىداج ھەم بەك مەنپەئەتلىك.

8 ـ پەسىل بالىياتقۇ قىچىشىش ۋە ئاياللاردىكى پەرىسمۇس[1]

بەزىدە بالىياتقۇ[2] دا ئۆتكۈر سەپرا خىلتىدىن ياكى شورلۇق خىلتىتىن ياكى سەۋداۋى يېگۈچى خىلتىتىن (خىلتىنىڭ ئەھۋالى قۇرۇتۇلغان ھەيز قېنىنىڭ رەڭگىنىڭ ئەھۋالىدىن بىلىنىدۇ) ياكى بالىياتقۇدا پەيدا بولغان مۇدۇر ـ چاقىلاردىن ياكى ئىسسىق بەك ئۆتكۈر مەنىدىن قىچىشىش يۈز بېرىدۇ. بەزىدە قىچىشىش ھەددىدىن زىيادە بولۇپ ھەتتا قۇۋۇزەتنى تۆۋەنلىتەلەيدۇ. بەزىدە بۇ ئاياللاردا جىماغا قانماسلىق يۈز بېرىپ، ئاياللاردىكى پەرىسمۇس يېتىدۇ. بۇ خىل ئاياللاردا جىماغا قىلغانسېرى جىماغا ھەۋىسى كۈچىيىپ كېتىدۇ.

① پەرىسمۇس — ئاياللارنىڭ داۋاملىق جىمانى ئارزۇ قىلىشى، دىلچىقنىڭ تىكلىنىۋېلىشى، پەرجىنىڭ ھۆل تۇرۇشىدۇر.

② بۇ جايدا سۆزلەنگەن بالىياتقۇ جىنسىي يولنى كۆرسىتىدۇ.

داۋالاش

ئۇكھەل تومۇردىن قان ئېلىپ ئومۇمىي بەدەننى تازىلاش، بولۇپمۇ بالىياتقۇنى تازىلاش، ئەگەر قان ئېلىش ئېھتىياجى چۈشسە، ئىككىنچى قېتىم باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش، ھەرقانداق ئۆتكۈر خىلىتنى شۇ خىلىتنى تازىلىغۇچى دورا بىلەن تازىلاش لازىم. مەسىلەن: سەپرانى ھەببى سوقمونىيا بىلەن، بەلغەمنى ھەببى ئىستەمخقۇن بىلەن، سەۋدانى ھەببى ئەفتمۇن ۋە مەتبۇخى ئەفتمۇن بىلەن تازىلاش لازىم ھەمدە ئۆتكۈر خىلىتنىڭ مەنبىنى قوزغىشنى سۈۋۈتىدىغان يەككە دورىلار بىلەن ۋە مەنبىنى ھەرىكەتلەندۈرىدىغان دورىلار بىلەن مىزاجنىڭ ئېھتىياجى ۋە ئەمەلىيەت ئېتىبارى بىلەن سۈندۈرۈش لازىم شۇنداقلا بالىياتقۇ ئېغىزنىغا ئاقاقىيا، يەر مەدىكى، ۋەلەد، سەندەل، شىيافى مامىيسا ياكى بەۋرەس زەر نەبزى، سىركە، قىزىلگۈل يېغى قاتارلىقلار سۈركىلىدۇ. يەنە سېمىزئوت ئۇسارىسىغا ئوخشاش دورىلار سۈركىلىدۇ. بەزىدە يۇقىرىقى دورىلارغا زىغىر ئۇرۇقى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ۋە قابىز دورىلار قاينىتىلغان سۇلار بىلەن نۇتۇل قىلىپ، پىسپى زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر تازىلىغۇچى دورىغا ئېھتىياج چۈشسە، ھەسەل بەك سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بىز بۇ يەردە سۆزلەيدىغان دورا بالىياتقۇ قىچىشقا تەجرىبىدىن ئۆتكەن دوريدۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: پىننە يوپۇرمىقى، ئانار پوستى، يېسسمۇق قاتارلىقلارنى ئېلىپ، خورما شىرنىسىدە قاينىتىپ ھەمەل قىلىندۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: زەپەر ۋە كافۇرنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم گىرامدىن، مەدەستاندىن بىر گىرام، ھەببۇلغاردىن 1.5 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تۇخۇم ئېقى، قىزىلگۈل يېغى ۋە ئازراق شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ ھەمەل قىلىندۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: ھېلىلە، ئانارگۈلىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ھۇزۇرى مەككى، نۆشادۇر، كونا سۇزاپنىڭ ھەربىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يەرلىك ئورۇنغا قىزىلگۈل

يېغى سۇركىگەندىن كېيىن ئۇستىگە سېپىلىدۇ. بۇخۇر دورىلاردىن ھۆزۈرى مەككى ۋە تۈرۈنجى ئۇرۇقى مېغىزى بۇخۇر قىلىنسا ياكى ئىككىسىنىڭ بىرى بۇخۇر قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

9 ـ پەسىل بالىياتقۇ بوۋاسىرى توغرىسىدا

بەزىدە بالىياتقۇدا بوۋاسىر يۈز بېرىدۇ. بەزىدە بوۋاسىر بالىياتقۇدىن ئۆتۈپ، بالىياتقۇغا قوشنا بولغان ئەزالاردا كۆرۈلۈپ ھەتتا دوۋسۇن سۆگىكىنى بۇزىدۇ ۋە ئوفۇنەتلەندۈرىدۇ ھەم بالىياتقۇ بوينىنى بۇزىدۇ. بەزىدە ئەۋرەت تۈكىنىڭ چۈشۈپ كېتىشىگە ئېلىپ بارىدۇ ۋە بالىياتقۇنى ناھايىتى كىچىك تېشىۋېتىدۇ. بەزىدە دوۋساق تەرەپتىن باشلاپ، مەقئەت ۋە مەقئەت مۇسكۇلى تەرەپكە يۈزلىنىدۇ. بۇنىڭ بەزىسى سىرتتىن بىلىنىدۇ. بەزىسى بالىياتقۇ ئىچىدە بولىدۇ. بەزىسى بالىياتقۇنىڭ ھەرقانداق تەرىپىدە بولىدۇ. بالىياتقۇ بوينىدا بولغىنىنى داۋالاش مۇمكىن بولمايدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش دوۋساق ۋە دوۋساق ئېغىزىغا ۋە ھەربىر نېرۋىلىق ئەزاغا يەتكىنىنى داۋالاش مۇمكىن بولمايدۇ. دوۋساق مۇسكۇلىغا ۋە باشقا جايلارغا يەتكىنىنى تەستە بولسىمۇ داۋالغىلى بولىدۇ. داۋالاش ئەڭ تەس بولغىنى دوۋساق تۈكىنى چۈشۈرۈۋېتىشكە يەتكىنىدۇر، بولۇپمۇ سۆگەك ناھايىتى كىچىك تېشىلىپ كەتسە.

ئالامىتى

ئۇنىڭ ئالامەتلىرى ئوفۇنەتلىنىش ئۇزۇن بولۇشى، ئاغرىقنىڭ داۋاملىششى، ئىلگىرى داۋالاش بىلەن ساقايمايدىغان يارىلارنىڭ ئۇزاق مۇددەت بولۇشى، زەردابنىڭ ئېقىشى، ئاندىن سەرتانىڭ ئاغرىقلىرىدەك ئاغرىقلارنىڭ بولۇشى قاتارلىقلاردۇر. بوۋاسىرنىڭ ئورنى پەلكۈچنىڭ يەتكەن جايى بىلەن بىلىنىدۇ. پەلكۈچ تەگكەن ئورۇننىڭ يۇمشاق ۋە سىلىقلىقى بىلەن بوۋاسىرنىڭ تېخى گۆشتە ئىكەنلىكى ياكى سۆگەككە ئۆتكەنلىكى بىلىنىدۇ.

داۋالاش

ئۇنى داۋالاشلارنىڭ بىرى بوۋاسرنى كېسىشتۇر. كېسىش كۆپىنچە ئەزا نېرۋىلىق بولغانلىقى ئۈچۈن كۇزار (قاتما)غا ۋە ئاۋازنىڭ ئۇزۇلۇپ قېلىشىغا، ئەقلىنىڭ ئېلىشىشغا ئېلىپ بارىدۇ. كېسىشتە يەنىلا پەقەت كۆرگىلى بولىدىغان ۋە ئۇلۇك گۆش پارچىسى بولغان گۆشنى كېسىشكە مۇمكىن بولىدۇ. لېكىن قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك. ئومۇمىي بەدەننى تازىلاپ، بالياتقۇ كۈچەيتىپ داۋالىنىدۇ.

10 ـ پەسىل بالياتقۇ ئاجىزلىقى توغرىسىدا

بالياتقۇ ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى، مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى، بالياتقۇ توقۇلمىلىرىنىڭ بوشاپ كېتىشى ۋە ئىلگىرىكى ئۇزاق مۇددەت كېسەل تارتىش قاتارلىقلاردۇر. بەزىدە بالىياتقۇ ئاجىزلىقىدىن شەھۋەت ئازلاش، ھەيز قېنى ۋە مەنىي ھەم ئۇنىڭدىن باشقىلارنىڭ كۆپ ئېقىشى ۋە ھامىلىدار بولماسلىق قاتارلىقلار يۈز بېرىدۇ. ئۇنىڭ ئىلاجى مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ ئىلاجىدۇر. بالىياتقۇدا يۈز بېرىدىغان مەلۇم ئاپەتلەر ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ.

11 ـ پەسىل بالياتقۇ ئاغرىقلىرى توغرىسىدا

بالياتقۇ ئاغرىقلىرىنىڭ سەۋەبى ھەر خىل مىزاج بولۇش، تارتىشتۇرىدىغان يەل ۋە يەل پەيدا قىلىدىغان ھۆللۈكلەردىن ئىبارەتتۇر. بالياتقۇدا ھەتتا بەزىدە ئۇچەيدە يۈز بېرىدىغان قۇلۇنجى يۈز بېرىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇ ئاغرىقى ئىشىشقىتىن، سەرتاندىن، يارىدىن پەيدا بولىدۇ ھەم بېقىن، ئىككى يىرىق، ئىككى پاچاق، بەل،

ئەۋرەت ساھەسى، كېرىگەت، ئاشقازان، باش قاتارلىقلار شېرىكلىشىدۇ. بولۇپمۇ باشنىڭ ئوتتۇرىسى شېرىكلىشىدۇ. بەزىدە ئاغرىقلار بالىياتقۇدىن ئىككى ساغرىغا يۆتكىلىپ ساغرىدا ئورۇنلىشىپ قالىدۇ.

يۇقىرىدا سۆزلەنگەنلەردىن هەممىسىنىڭ ئىلاجىنى بىلگىلى بولىدۇ. ئۇنى تەكرارلاشنىڭ هاجىتى يوقتۇر.

12 - پەسىل بالىياتقۇدىن سۈيۇقلۇق ئېقىش توغرىسىدا

بەزىدە بالىياتقۇدىن ئوفۇنەتلەنگەن هۆججەتلەر ئاقىدۇ هەم مەنىيمۇ ئاقىدۇ. ئوفۇنەتلەنگەن هۆججەتلەرنىڭ ئېقىشى چىرىندىلارنىڭ كۆپلۈكى، بالىياتقۇ ئوفۇنەتلەنگەندە هەيز قېنى تومۇرلىرىدىكى هەزىمنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولىدۇ. بۇ ئايرىم بابتا سۆزلىنىدۇ. ئۇنىڭ جەۋهىرى لاتىغا يۇقتۇرۇپ قورۇتۇلغان هەيز قېنىنىڭ رەڭگى ۋە هەيز قېنىنىڭ ئۆزىنىڭ رەڭگىدىن بىلىنىدۇ. مەنىنىڭ ئېقىشى ئەرلەرنىڭ مەنىيسىنىڭ ئېقىشىنىڭ سەۋەبلىرىگە ئوخشاشتۇر. ئەگەر مەنىي ئېقىش شەهۋەتسىز بولسا، ئۇنىڭ سەۋەبى بالىياتقۇ ۋە مەنىي قاچىلىرىنىڭ ئاجىزلىشىشى ۋە بوشاپ كېتىشىدۇر. ئەگەر ئازراق شەهۋەت ۋە كۆيۈشۈش هەم غىدىقلاش بىلەن بولسا، ئۇنىڭ سەۋەبى، مەنىنىڭ سۈيۇقلۇقى ۋە ئۆتكۈرلۈكىدۇر. بەزىدە مەنىي ئېقىشنىڭ سەۋەبى بالىياتقۇنىڭ قىچىشىشى بولۇپ، بالىياتقۇنىڭ غىدىقلىنىشى ئىنزال بولۇشقا ئېلىپ بارىدۇ. بالىياتقۇدىن سۈيۇقلۇق ئاقىدىغان ئايالنىڭ نەپسى قىينىلىشىدۇ، ئىشتىهاسى تۆۋەنلەيدۇ، چىرايى ئۆزگىرىدۇ ياكى كۆپىنچە ئەهۋاللاردا كۆزىدە ئاغرىقسىز ئىششىق ۋە كۆپۈش بولىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇدىكى ئاغرىق بىلەن بولىدۇ.

داۋالاش

ئاياللارنىڭ مەنىيسىنىڭ ئېقىشى ئەرلەرنىڭ مەنىيسىنىڭ ئېقىشىنى داۋالىغاندەك داۋالىنىدۇ. باشقا سۈيۇقلۇقلارنىڭ ئېقىشىدا ئېهتىياج چۈشسە، دەسلەپتە ئومۇمىي

بەدەندىن قان ئېلىنىدۇ ۋە سۈركە بىلەن تازىلىنىدۇ، ئاندىن بالياتقۇغا قورۇتۇپ تازىلىغۇچى سەۋسەن يىلتىزى قاينىتىلمىسى ۋە تاغ كۈدىسى قاينىتىلمىسىغا ئوخشاش قورۇتۇپ تازىلىغۇچى دورىلار ھۆقنە قىلىنىدۇ ۋە ئىككى پاچاققا لەتىفلەشتۈرگۈچى ياغلار ئۆتكۈر دورىلار بىلەن سۈركىلىدۇ. مەسىلەن: ئىزخىر يېغى، ئاقىرقەرھا ۋە قارىمۇچ بىلەن سۈركىلىدۇ. شۇنىڭدىن كېيىن قابىز دورىلار ھۆقنە قىلىنىدۇ ۋە ئىچكۈزۈلىدۇ. ھۆقنە قىلىنىدىغان دورا ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن بەكرەك تەسىر قىلىدۇ. ھۆقنە قىلىنىدىغان دورىلار موزا، ئانار پوستى، ئىزخىر، ئاس، ئانارگۈلى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار قاينىتىلغان سۈلاردۇر.

13 ـ پەسىل ھەيز تۈتۈلۈش ۋە ھەيزنىڭ ئاز كېلىشى توغرىسىدا

ھەيز بالياتقۇغا خاس سەۋەبتىن ياكى باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن تۈتۈلۈپ قالىدۇ. خاس سەۋەبتىن تۈتۈلۈپ قالغىنى تەبئىي سەۋەبتىن ياكى باشقا يول بىلەن پەيدا بولغان سەۋەبتىن بولىدۇ. ھەيز قېنى قۇۋۇشتىكى سەۋەبتىن ياكى ماددىدىكى سەۋەبتىن ياكى يالغۇز ئەزادىكى سەۋەبتىن تۈتۈلۈپ قالىدۇ.

قۇۋۇشتىكى سەۋەب سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ياكى قورۇقلۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ياكى قورۇق ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ياكى قورۇق سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولىدۇ. سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ماددىلىق ياكى ماددىسىز بولىدۇ.

ماددىدىكى سەۋەب ماددىنىڭ مىقدارى ياكى كەيپىياتى ياكى ئىككىسىنىڭ بىرلىششىدە بولىدۇ. مىقدارىدا بولغىنى ئۇ ماددىنىڭ ئازلىقىدۇر. ماددىنىڭ ئازلىقى ئوزۇقلۇقلارنىڭ بولماسلىقى ۋە ئازلىقىدىن ياكى غىزالار گەرچە كۆپ بولسىمۇ، غىزالارنى ئىگىلىگۈچى قۇۋۇەت كۈچلۈك بولغانلىقتىن ھەيز قېنىغا ئېشىندى قېپقالمايدۇ. مەسىلەن: بۇنداق ئايالنىڭ تەبئىتى ئەرلەرنىڭ تەبئىتىگە ئوخشايدۇ. يېتەرلىك ھەزىم قىلىشقا، زۆرۈر بولغان نەرسىلەرنى چىقىرىشقا ۋە چىقىرىندىلارنى

ئەرلەر ئىتتىرىدىغان تەرەپكە ئىتتىرىشكە قادىر بولالايدۇ. ئۇلارنىڭ نېرۋىلىق ئەزالىرى ۋە مۇسكۇللىرى سېمىز، ئەرلىك مىزاجى كۈچلۈك، ساغرىسى مەيدىسىدىن تار، قول - پۇتلىرى قاتتىق ئىياللاردۇر ياكى ماددا مىقدارىنىڭ ئازلىقى دورا ۋە چېنىقىش بىلەن ئىستىفراغنىڭ كۆپ بولغانلىقىدىندۇر، بولۇپمۇ بۇرۇن قاناش ياكى بوۋاسىر ياكى يارا ياكى شۇنىڭدىن باشقا بىرەر ئورۇننىڭ قانىشىدىن قان چىقىپ كېتىشتۇر. ئەممما ماددىنىڭ كەيپىياتىدىكى سەۋەب سوغۇقلۇقتىن ياكى قانغا ئارىلاشقان قويۇق خىلتىلارنىڭ كۆپلۈكىدىن بولىدۇ. ئۇنىڭ كۆپىنچىسى بىرەر نەرسە چېقىۋىلىش ۋە ھەممەنزگە مەلۇم بولغان بىرەر ئىشتىن بولىدۇ. ھەيز تۇتۇلۇشنىڭ ئەزا جەھەتتىن بولغان سەۋەبى تۇسالغۇدۇر. ئاشۇ تۇسالغۇ قۇرۇتۇپ قۇرۇغۇچى ئىسسىقلىقتىن ياكى قاتتىق سوغۇقلۇقتىن بولىدۇ. سۇنى كۆپ ئىچىش كۆپىنچە ھەيز تۇتۇلۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ، تۇغماسلىققا ئېلىپ بارىدۇ ياكى ھەيز تۇتۇلۇش تېرىنى قېلىنلاشتۇرغۇچى قۇرۇقلۇقتىن ياكى ياغنىڭ كۆپلۈكىدىن ياكى قويۇق چاپلاشقاق خىلتتىن ياكى ئىششقلاردىن ياكى جىنسىي يول پۈتەيلىكىدىن ۋە جىنسىي يولغا گۆش ئۆسۈپ قېلىشتىن ياكى بالىياتقۇدا يارا يۈز بېرىپ، يارا ئېغىزى پۈتۈپ، يارا ئېغىزىنىڭ پۈتۈشى سىرتقى تومۇر ئېغىزلىرىنى بۇزغانلىقتىن ياكى بالىياتقۇنىڭ مايماق بولۇشى ياكى ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشى ياكى بالىياتقۇ بوينىنىڭ قىسقا بولۇشى ياكى تومۇرلارنى ئېتىپ قويىدىغان ئۇرۇلۇش ياكى يېقىلىشتىن ياكى بويىدىن ئاجرىغاندىن كېيىن بولىدۇ.

باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكى سەۋەبلىك ھەيز قېنىنىڭ توسۇلۇشىدا، يەنە جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبلىك بولغان ھەيز تۇتۇلۇشتا قان جىگەردىن قوزغالمايدۇ ۋە جىگەر قانىنى ئايرىيالمايدۇ ياكى بالىياتقۇدىكى ۋە ئومۇمىي بەدەندىكى توسۇلۇشتىن بولىدۇ. سېمىزلىك يوللارنى بەك قىسىپ تارايتقانلىق تۈپەيلى تۇسالغۇ پەيدا قىلىدۇ. ئورۇقلۇق يوللارنى قورۇغانلىقتىن ياكى قانىنىڭ ئازلىقىدىن ئۇنى تارايتۇېتىدۇ. قان بالىياتقۇدا ئۇيۇپ قالىدۇ. ئەگەر چىقىدىغان يول تاپالمىسا قايتىپ كېتىدۇ. ئەگەر قايتىپ كېتىش داۋاملاشسا، بەدەنگە تاراپ كېتىپ ناچار كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

14 - پەسل ھەيز قېنى تۇتۇلۇشنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بەزىدە ھەيز قېنى تۇتۇلۇپ قالغان ئايالدا نۇرغۇن كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ. جۈملىدىن ھەيز قېنى بىر تەرەپكە تېز ماڭغانلىقى ۋە مايىل بولغانلىقىدىن بالىياتقۇ بويىنى بوغۇلۇش كۆرۈلىدۇ ھەم ئۇ ئايالاردا بالىياتقۇنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلىرى ۋە قاتقان ئىششىقى، ئىچكى ئەزالار ئىششىقلىرى، شۇنىڭدەك ھەزىم ئاجىزلاش، ئىشتىھا تۆۋەنلەش، ئىشتىھا بۇزۇلۇش، كۆڭۈل ئېلىشىش، قاتتىق ئۇسسۇزلۇق، ئاشقازان كۆيۈشۈش قاتارلىق ئاشقازان كېسەللىكلىرى ۋە باش كېسەللىكلىرى، سەرئى، پالەچتىن ئىبارەت نېرۋا كېسەللىكلىرى، يۆتەل ۋە تەستە نەپەسلىنىشتىن ئىبارەت كۆكرەك كېسەللىكلىرى ۋە ئىسسىتقا ھەم ئۇنىڭ باشقىسىدىن ئىبارەت نۇرغۇن جىگەر كېسەللىكلىرى يۈز بېرىدۇ. ھەيز قېنى تۇتۇلۇشتىن چىرايى ئۆزگىرىدۇ، ئىشتىھاسى ئازلايدۇ. ئۇ ئايالاردا يەنىلا تەستە سىيىش يۈز بېرىدۇ. بولۇپمۇ قەۋزىيەت بولىدۇ. توققۇزكۆز ۋە بويۇن ئاغرىش، بەدەن ئېغىرلاش، ئورۇقلاش، بىئارام بولۇش قاتارلىقلار، جۈغ - جۈغ ۋە ئۆتكۈر قىزىتما يۈز بېرىدۇ.

بەزىدە ئىسسىق بۇخارات تىل مۇسكۇلىنى قۇرۇتقانلىقتىن تەستە گەپ قىلىدۇ. بەزىدە بەدەن باش ئاغرىقى سەۋەبىدىن ئېغىرلايدۇ. ئوفۇنەتلىنىشتىن بولغان ئاغرىق ۋە ئىسسىقتىن بولغان بۇخاراتلاردىن بىئارام‌لىق يۈز بېرىدۇ. بەزىدە يېرىكلىق ئىششىقتىن قان سىرغىغانلىقتىن ئومۇمىي بەدەن ۋە قورساق ئىششىيدۇ. بەزىدە ھەيز تۇتۇلۇپ قالغاندا ئايال كۈچلۈك بولۇپ، توسۇلۇپ قالغان ئېشىندى قانلارنى تەسەررۇپ قىلىشقا قۇدرىتى يەتسە، ئايال كىشىنىڭ مىزاجىدا ئەرلەرگە ئوخشاپ قېلىش، چېچى كۆپ بولۇش ۋە ساقالغا ئوخشاش تۈكلەر چىقىش، ئاۋاز يېرىكلىشىش ۋە تومۇلىشىش يۈز بېرىپ، ئاندىن ئۆلۈپ كېتىدۇ. بەزىدە ئايال ئۆلۈپ كېتىشتىن

ئىلگىرى ھەيزنى ماڭدۇرۇش مۇمكىن بولمايدىغان بىر ھالەتكە كېلىپ قالىدۇ. ئۇلارنىڭ كۆپىنچىسى كۆپ تۇغقان ئاياللاردۇر. ئۇ ئاياللار جىما قىلىنمىسا ۋە ئەرلىرى ئۇ ئاياللاردىن غايىپ بولسا ياكى ھەيز تۇتۇلسا ۋە قانىنى ئىستىغراغ قىلىشنى تەلەپ قىلىدىغان قەۋزىيەت يوقالسا، ھامىلدار بولغان بولسا ۋە جىما قىلىنسا، ئۇنىڭ سۈيدىكى قارىغا ئۆزگىرىدۇ. سۈيدۈكتىن گۆش سۈيىگە ئوخشاش يىرىڭ ئارىلاش نەرسىلەر كېلىدۇ، بەزىدە قان سىيىدۇ.

ئالامىتى

سوغۇققا ئالاقىدار بولغان ھەيز تۇتۇلۇشنىڭ ئالامىتى ئۇيقۇ ئېغىر بولۇش ھەم قاتتىق ئۇخلاش، بەدەن رەڭگى ئاق بولۇش، كۆك قان تومۇر كۆكىرىپ، تومۇر سوقۇشى رىتىمسىز بولۇش، سوغۇق تەرلەش، كۆپ سىيىش، چوڭ تەرەت بەلغەملىك كېلىش قاتارلىقلاردۇر. ئىسسىققا ئالاقىدار بولغان ھەيز تۇتۇلۇشنى بەدەنىڭ ھارارىتى ئۆرلەش، بالىياتقۇ قۇرۇق بولۇش ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ھەممىگە مەلۇم بولغان ئىسسىقلىقنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرىنىپ بېرىدۇ. قۇرۇقلۇققا ئالاقىدار بولغان ھەيز تۇتۇلۇشنى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن قۇرۇقلۇقنىڭ مەلۇم ئالامەتلىرى ۋە بەدەننىڭ ئورۇق بولۇشى، تومۇرلارنىڭ ماددىلاردىن خالىي بولۇشى كۆرىنىپ بېرىدۇ. ئەمما ئىششىق ۋە جىنسىي يول پۈتەيلىكتىن بولغان ھەيز تۇتۇلۇشنىڭ ئالامەتلىرى ئېنىقتۇر. شۇڭا بۇنى تەكرارلاشنىڭ ھاجىتى يوقتۇر.

داۋالاش

ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش، سوۋۇتۇش، قان كۆپەيتىش، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش قاتارلىقلارغا ئالاقىدار بولغان ھەيز تۇتۇلۇشنى داۋالاش ۋە ئىششىق، پۈتەيلىك ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى داۋالاش تەكرار سۆزلەنگەن داۋالاش ئۇسۇللىرىدىن مەلۇمدۇر. داۋالغىلى بولمايدىغان پۈتەيلىكتىن ۋە يارىغا گۆش ئۆنگەنلىكتىن ھەم ئۇنىڭ باشقىلىرىدىن، تومۇرلارنىڭ ئېغىزلىرى توسۇلۇپ

قالغانلىقتىن بولغان ھەيز تۇتۇلۇش ھەيزدىن ئۇمىدىنى ئۈزگەن ئايالغا ئوخشاشتۇر. بۇنى داۋالاش قان كۆپىيىپ كەتمەسلىك ئۈچۈن قان ئېلىش، بەدەننى تازىلاش، چېنىقتۇرۇش قاتارلىقلاردۇر. بىز ھازىر ھەيزنى ماڭدۇرىدىغان داۋالاش ئۇسۇللىرىنى سۆزلەيمىز. ئۇ بولسىمۇ قانىنى بالىياتقۇغا ھەرىكەتلەندۈرىدىغان، ئۇ قانىنى تۆشۈكلەردىن ئۆتكۈزىدىغان ۋە تۆشۈكلەرنى ئوچۇق قىلىدىغان دورىلاردۇر. بىز بۇ دورىلارنى يەككە دورىلار جەدۋەللىرىدە ۋە مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلىگەن ئىدۇق. ئەمدى بۇ داۋالاش تەدبىرى ۋە ئۇسۇلىدىن مۇشۇ ئورۇنغا بەكرەك مۇۋاپىق بولغىنىنى سۆزلەيمىز. ئۇ بولسىمۇ قانىنى ھەيزگە كۈچلۈك ھەرىكەتلەندۈرۈشتۇر. قانىنى ھەيزگە ھەرىكەتلەندۈرىدىغان تەدبىرلەردىن بىرى، سافىن تومۇردىن ۋە سونجاقنىڭ ئارقىسىدىكى تومۇردىن قان ئېلىشتۇر، تىز تومۇرىدىن ۋە مابەز تومۇرىدىن قان ئېلىش يۇقىرىقى تومۇرلاردىن قان ئېلىشتىن كۈچلۈكرەكتۇر. پاچاققا ۋە ئوشۇققا ھىجامەت قويۇش، بولۇپمۇ سېمىز ئاياللارغا ھىجامەت قويۇش بەك مۇۋاپىقتۇر. بەزىدە يەنە بىر پۈتنىڭ سافىن تومۇرىدىن قان ئېلىشقا ۋە بەدەننىڭ تۆۋەنكى ئەزالىرىنى داۋاملىق تېڭىش ۋە باغلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ھەيز تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى ھۆللۈك بولغاندا تۆشۈكچىلەرنى ئاچىدىغان ۋە چاپلاشقاق ھۆللۈكلەرنى سۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ، ئاندىن سۈيدۈك ھەيدەشكە خاس بولغان سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇ دورىلار ماددىنى لەتىفلەشتۈرگۈچى، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلاردۇر. بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى ئۈچلىدىغان دورىلاردۇر، مەسىلەن: پىننە ۋە ئۇنىڭ قاينىتىلمىسى مائۇلھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. پىننىنى مائۇلھەسەلگە سېپىپ ئىچكۈزۈش ھەم ئارچا مېۋىسىنى يېگۈزۈش بۇ ھەقتە پىنىدىن كۈچلۈكتۇر. ياۋا پىننە ئىنتايىن كۈچلۈكتۇر. دارچىن، ئايارەج پەيقىرا، سەكبىنەج، جاۋشىر، جاۋشىر چىقىدىغان دەرەخنىڭ مېۋىسى، قۇندۇز قەھرى، شام زەنجۈبىلى قاينىتىلمىسى، ئۆشنان قاينىتىلمىسى، قىزىل لوۋيا قاينىتىلمىسى، ھىڭ كۆتىكى، ئۇشتۇرغار، مەرزەنجۇش ئۇرۇقى قاتارلىقلار ئىچكۈزۈلىدۇ. لەتىفلەشتۈرىدىغان، توسالغۇلارنى ئاچىدىغان دورىلارنىڭ بەزىسى ھەمەل دورىلاردۇر. مەسىلەن: ئاق خەربەق، شەھمەنزەل، مىئەسائىلە، قەنتەربيۇن،

ياۋا زەيتۇن يېلىمى، جاۋشىر، قۇندۇز قەھرى، ھىلك، سەكبىنەج، قەردمانە، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بەزىدە پەرپىيۇننى پاختىغا يۇقتۇرۇپ ھەمەل قىلىپ، ئاز ۋاقىت تۇرغۇزۇلىدۇ. بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان ھەمەلنى تەجرىبىدىن ئۆتكۈزدۇق.

نۇسخىسى: مۇرمەككى ۋە پىنىنىلك ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، ئارچا مېۋىسىدىن 24 گىرام، قۇرۇق سۇزاپتىن 30 گىرام، ئۇرۇقى ئېلىنغان قۇرۇق ئۈزۈمدىن 60 گىرام ئېلىپ، كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەمەل تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: قۇندۇز قەھرى، مۇرمەككى، ئىپار قاتارلىقلارنى ئېلىپ، بان يېغى بىلەن بەللۇتتەك قىلىپ ھەمەل قىلىندۇ. كالا بابۇنە يېغى ھەمەل قىلىنسا، ھەيز قېنىنى راۋانلاشتۇرىدۇ. شاقائىق ۋە سېرىنگۈل ئۇسارىسى ھەمەل قىلىنسمۇ ھەم شۇنداق مەنپەئەت قىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: پارس ئۆشنانى، ئاقىرقەرھا، سىيادان، ھۆل سۇزاپ، پەرپىيۇن قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قۇنىنە بىلەن يۇغۇرۇپ، يەسمەن يېغىغا چۆكۈرۈلگەن يۇكنىڭ ئىچىگە ئېلىپ ھەمەل قىلىندۇ. لەتىفلەشتۈرۈپ توسالغۇلارنى ئاچىدىغان دورىلارنىڭ بەزىسى زىمات قىلىنىدىغان ۋە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدىغان دورىلاردۇر. ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلار بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ. بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى بۇخۇر دورىلاردۇر. مەسىلەن: شەھمەنزەلنى يالغۇز ھالەتتە بۇخۇر قىلىش ھەيزنى دەرھال راۋانلاشتۇرىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش جاۋشىر، ھىلك، سەكبىنەج، قەردمانە قاتارلىقلارنى بۇخۇر قىلىشمۇ ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ. لەتىفلەشتۈرۈپ توسالغۇلارنى ئاچىدىغان دورىلارنىڭ بەزىسى پىننە، سۇزاپ، تاغ پىننىسى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ماددىنى لەتىفلەشتۈرۈپ ھەيزنى راۋانلاxتۇرىدىغان دورىلار قاينىتىلمىسىدا ئابزەن قىلىشتۇر.

تۆتىنچى ماقالە

بالىياتقۇنىڭ جايلىششىغا ئالاقىدار كېسەللىكلەر، بالىياتقۇ ئىششىقلىرى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش كېسەللىكلەر توغرىسىدا

1 ـ پەسىل جىنسىي يول پۇتەيلىكى توغرىسىدا

جىنسىي يول پۇتەي ئايال پەرجە ئېغىزىدا مۇسكۇلىمان ئۆسۈكچە يېكى كۆچلۈك پەردىسى ئىبارەت جىمانى توسىدىغان نەرسە بار ئايالدۇر. پەرجە ئېغىزىدا يارىدىن گۆش ئۇنگەن ياكى تۇغما گۆش ئۇنگەن بولىدۇ ياكى يۇقىرىقى يوللارنىڭ بىرىدىن بالىياتقۇ ئېغىزى ۋە پەرجى ئېغىزى سېسىق پۇراشتىن گۆش ئۇنگەن بولىدۇ. ياكى پەرجى ئېغىزىدا ھامىلدار بولۇشنى ۋە ھەيزنىڭ چىقىشىنى توسۇيدىغان پەردە ياكى گۆش ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بولىدۇ ياكى تۇغما تۆشۈك يوق بولىدۇ، ھەتتا تۇنجى ھەيز كۆرگەندە يۇقىرىقى سەۋەبلەرنىڭ بىرىدىن ھەيز ئاقىدىغان تۆشۈك تاپالماي، قاتتىق ئاغرىش ۋە ئېغىر خەتەر يۈز بېرىدۇ. ئەگەر بۇنىڭغا چارە قىلىنمىسا قان كەينىگە قايتىپ، ئايال قارىداپ بوغۇلۇپ ئۆلۈپ كېتىدۇ. بەزىدە جىنسىي يولى پۇتەي ئايال ناۋادا ھامىلدار بولۇپ قېلىپ، ئەگەر تەدبىر قوللىنىلمىسا، بۇ ئايال ۋە ھامىلە چوقۇم ئۆلۈپ كېتىدۇ. جىنسىي يولى پۇتەي ئايالنىڭ بويىدا قېلىشى بىرقانچە يوللارنىڭ بىرىدە مۇمكىن بولىدۇ. ئۇنىڭ بىرى

شۇكى، بالياتقۇ ئېغىزنغا ئۇدۇل كەلگەن پۈتەيلىكتە بالياتقۇ توقۇلمىلىرى مەنىنى ئازراق سۈمۈرەلىگۈدەك دەرىجىدە بوشاپ كېتىپ ۋە كۆپ تۆشۈكلۈك بولۇپ، شۇ ئاز مەنىيدىن بالا پەيدا بولىدۇ ياكى ھەق گەپنىڭ بەزىسى پەيلاسوپنىڭ پىكرى، بەزىسى تېۋىپ جالىنۇسنىڭ پىكرى بولىدۇ. پەيلاسوپنىڭ سۆزى بويىچە ئەزالارنىڭ شەكىللىنىشىدە ئېھتىياجلىق بولغان نەرسە ئايالنىڭ مەنىيسىدۇر. جالىنۇسنىڭ سۆزىگە ئاساسلانغاندا ئەزالارنىڭ شەكىللىنىشىدە ئېھتىياج چۈشىدىغان نەرسە بالياتقۇغا بالياتقۇ ئىچىدىن كېلىدىغان نەرسىدۇر. پەيلاسوپنىڭ سۆزىگە ئاساسلانغاندا، ئەرنىڭ مەنىيسى ئايالنىڭ مەنىيسىدىن قۇۋۋەت ۋە پۇراق ئالىدۇ. چۈنكى ئۇ پەيلاسوپ مۇنداق دېدى: جىما قىلغاندا ئايالنىڭ تۇخۇمى ئەرنىڭ مەنىيسىنىڭ پۇرىقىغا ئۇچرىسا، بالا بولۇش تۇخۇمىغا ئۆزگىرىدۇ.

داۋالاش

پۈتەيلىكنى داۋالاش پەقەت تۆمۈر سايمان ئىشلىتىش بىلەن بولىدۇ. ئەگەر پۈتەيلىك كۆرۈنۈپ تۇرسا داۋالاش يولى شۇكى، پەرجىنىڭ لېۋىنى پۈتەيلىكتىن يىرتىپ، لەۋلەرگە داكا تېڭىپ، ئىككى باش بارماقنى لاتا بىلەن ئوراپ، پەرجىنىڭ ئىككى لېۋى ئارىلىقتىكى پۈتەيلىك يىرتىلغۇچە تارتىلىدۇ. تىغسىز پىچاق بىلەن يارىدەم تەلەپ قىلىنىدۇ، ئۆسمە گۆش قېلىن پەردىنىڭ ئاستىدا بولسا، قېلىن پەردىنى يىرتىپ، ئۆسمە گۆش چالا قويماي ئاز - ئاز كېسىلىدۇ. ئەسلىي گۆشتىن ھېچ نەرسە كېسىلمەيدۇ. ئۆرۈش ئۆرۈگۈچى سايمان بىلەن بولىدۇ.

قېلىن پەردە بىلەن ئۆسمە گۆشىنىڭ پەرقى شۇكى، قېلىن پەردە قانمايدۇ، گۆش قانايدۇ. پەرجىنىڭ ئىككى لېۋى ئارىلىقىغا زەيتۇن يېغى ۋە ھاراقنى چۆكۈرۈلگەن يۇڭ سېلىپ ئۇچ كۈن قويۇلىدۇ. ھاجەت چۈشسە مائۇلھەسەل بىلەن تازىلاپ، گۆش ئۇنۇش، تاريىش ۋە چاپلىشىۋېلىشتىن ساقلانغان ئاساستا گۆش بولسا، زىننەتلىگۈچى مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ. بولۇپمۇ كېسىلگىنى گۆش

بولسا، قېلىن پەردە كېسىلگەندىن كېيىن گۆش ئۇنۇشنى قوبۇل قىلمايدۇ. ئەگەر پۇتەيلىك چوڭقۇر يەردە بولۇپ، قېلىن پەردە بولسا، داۋالاش يولى شۇكى، سايماننى كىرگۈزۈپ، تۈز قىلماي (بەزىدە تىلىش دوۋساق ۋە ئۇنىڭ باش قىسمىغا يېتىپ قالىدۇ) بەلكى دوۋساق ئورنىدىن ئەگىپ بىر تىلىپ ئاز - ئازدىن كېسىلىدۇ، كەسكەن ئورۇنغا قابىز موزا شارابىغا چۆكۈرۈلگەن يۇڭ ھەمەل قىلىنىدۇ. شۇنىڭدىن كېيىن يۇمشاتقۇچى دورىلار قاينىتىلغان سۇلاردا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن جاراھەتكە ياخشى بولغان مەلھەملەرنى ھەمەل قىلىپ ۋە نەيچە بىلەن ماڭغۇزۇپ، ئاندىن گۆش ئۇنۇمۇرۇپ داۋالىنىدۇ. بىمارنىڭ ساقايغانلىقى ئاشكارا بولغاندا، زورلاپ جىسما قىلىنىدۇ، يارغان ۋە كەسكەن چاغدا ئىككى ئىشتىن ساقلىنىش كېرەك. بىرى، كېسىشتە چالا قويماي كېسىش لازىم. ئەگەر چالا كېسىلىپ قالسا، جىسما قىلغاندا ھامىلدار بولۇش مۇمكىن بولۇپ، تۇغۇت قىينىلىشىپ، ئانا - بالىنى ھالاكەتكە دۇچار قىلىدۇ.

ئاز كېسىپ قويۇش تۇغۇتنى تەسلەشتۇرىدۇ. يەنە بىرى، ئۆسمىنىڭ مىقدارىدىن ئۆتكۈزۈپ، بالىياتقۇ جەۋھىرىگە يەتكۈزۈپ كېسىشتىن ساقلىنىش لازىم. چۈنكى بۇنداق كېسىش بالىياتقۇنى ئىسسىتىپ ۋە ئاغرىتىپ، كۈزاز، تەشەننۇج ۋە خەتەرلىك كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئەگەر كېسىلسە، سوغۇقتىن قەتئىي ساقلىنىش ۋە سوغۇق دورىلارنىمۇ يېقىن كەلتۈرمەي، بەلكى بارلىق تېمپىراتۇرا دورىلار ۋە نەيچە ماڭغۇزۇلىدىغان دورىلارنى ئىسسىتىپ ھەمەل قىلىش لازىم.

2 - پەسىل يېرىش ۋە كېسىش ئۇسۇلى توغرىسىدا

يورۇقلۇققا ئۈدۈل قىلىپ، بىر ئورۇندۇق تەييارلاپ، ئۇ ئايالنى يۆلەندۈرۈپ ئورۇندۇقنىڭ لېۋىدە ئولتۇرغۇزۇپ، ئىككى تىزىنى ئەگدۈرۈپ، ئىككى پۇتىنى كېرىپ، ئىككى يوتىسى قورسىقىغا چاپلاپ قويۇلىدۇ ۋە ئىككى قولى ئىككى تېقىمغا قويۇلىدۇ. مۇشۇ ھالەتتە قاتتىق تېڭىلىدۇ. ئاندىن تېۋىپ پەردىنى يېرىشقا ۋە ئۆسمە

گۆشنى كېسىشكە ئۇرۇنىدۇ. بەزىدە تېۋىپ ھايۋاناتلارنىڭ ئۆتنى ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ، بولۇپمۇ پۈتەيلىك ئىچى تەرەپتە بولسا. ئەگەر قېلىن پەردە سايمان ۋە قىسقۇچلار بىلەن بالياتقۇ، دوۋساق بوينى ۋە دوۋساق قېلىن پەردىسى ۋە شۇ ئەزالارنى قوزغىمىغۇدەك، بىئارام قىلمىغۇدەك دەرىجىدە بىرىنچى قېتىم سوزۇلسا، ئىككىنچى قېتىم تېغىنىڭ بىسى تېگىدىغان جايدىن يىراق بولماسلىق شەرتى بىلەن سوزۇلىدۇ. يارەمچى ئايال تېۋىپقا قىلۋاتقان ئىشنى كۆرسىتىپ تۇرىدۇ. دوۋساق ۋە دوۋساقتىن ئىبارەت بۇ ئەزادىن ئۆتىدىغان پۈتەي پەردىگە تۇتاش ئەزالارنى تونۇشتۇرۇپ، ئەگەر كۆپ تارتىلىپ كەتسە، ئېھتىياج بولمايدىغان پەردىلەر ئەسلىگە كېلىۋالماسلىق ئۈچۈن، تارتقان پەردە قويۇپ بېرىلىدۇ. ئاندىن پۈتەي پەردە سلىقلىق بىلەن قايتا تارتىلىدۇ. ئاندىن دوۋساقنى يەتمىگۈدەك دەرىجىدە يانتۇ ھالەتتە يېرىلىدۇ، ئاندىن تۇنجى يېرىلغان ئورۇنغا قارىلىدۇ، ئەگەر ئازراق قان چىقسا، قورقماستىن مەشغۇلات داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر قان كۆپ چىقسا، ھوشىدىن كەتمەسلىكى ۋە نەپەس كىچىكلەپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن ئاز ـ ئازدىن ئاستا ـ ئاستا يېرىلىدۇ. بەزىدە يۇڭ يۆگلىپ لاتا بىلەن تېڭىلغان «قالەب» دەپ ئاتىلىدىغان سايماننى ئەتسىگىچە قويۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. ئەتسى ئايالنىڭ قۇۋۇتىگە قارىلىدۇ. ئەگەر ئايالنىڭ قۇۋۇتى كۈچلۈك بولسا، داۋالاش داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر قۇۋۇتى كۈچلۈك بولمىسا، ئۈچىنچى كۈنىگىچە قويۇپ، ئۈچىنچى كۈنى سايماننى تارتىپ ئېلىپ، يارغان ئورۇننىڭ ئاستى تەرىپىگە بارماقنى قويۇپ، يارغان ئورۇننىڭ ئەھۋالى كۆزىتىلىدۇ. بۇنداق قىلىش يېرىشقا ئېھتىياج بولغان ئورۇننى بىلىش ئۈچۈندۇر. داۋالاش مەشغۇلاتى تۈگىگەندە ئىسسىق ھالەتتىكى يۇمشاتقۇچى دورىلار قاينىتىلمىسىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، بولۇپمۇ ئىششىق ئاشكارا بولسا. ئەڭ ياخشىسى «قالەب» ناملىق سايمانغا چاپلىشۇېلىشنى چەكلەيدىغان مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ. چىقىرىندىلار ۋە يەل چىقىش ئۈچۈن «قالەب» ناملىق سايمانىنىڭ ئىچى كاۋاك، تۆشۈكلۈك بولغىنى ئەڭ ياخشىدۇر. ئەگەر كېسىش ئۆسمىدىن باشقا گۆشكە تېگىپ كەتسە، بەزىدە داۋالغىلى بولمايدىغان سۈيدۈك ئېقىش يۈز بېرىدۇ.

3 ـ پەسىل بالىياتقۇ ئېتىلىپ قېلىش توغرىسىدا

بەزىدە بۇ پۈتەيلىكتىن، بەزىدە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە قاتقان ئىششىقتىن يۈز بېرىدۇ. بۇنى داۋالاش پۈتەيلىك ۋە ئىششىقنى داۋالاش بىلەن ئوخشاشتۇر.

4 ـ پەسىل بالىياتقۇ چىقىپ قېلىش توغرىسىدا

يېقىلىش ياكى كۈچلۈك يۈگۈرۈش ياكى قاتتىق ۋارقىراش ياكى قاتتىق چۈشكۈرۈش ياكى باشقىلارنىڭ ۋارقىرىغان ئاۋازىنى ئاڭلاپ چۆچۈپ كېتىش ياكى بالىياتقۇ تارمۇشلىرىنى بوشتۇپتىدىغان ئۇرۇلۇش قاتارلىق سىرتقى سەۋەبلەردىن ياكى قىيىن تۇغۇت سەۋەبىدىن ياكى بالىنىڭ ئېغىرلىق سەۋەبىدىن ياكى تۇغۇت ئانىسىنىڭ بالا ۋە بالا ھەمراھىنى چىقىرىشتا قوپاللىق قىلىشى سەۋەبىدىن ياكى بالىنىڭ بىراقلا چىقىش سەۋەبىدىن ياكى بالىياتقۇ تارمۇشلىرىنى بوشتۇپتىدىغان ھۆللۈكلەر سەۋەبىدىن ياكى تارمۇشلاردا يۈز بەرگەن ئوفۇنەتلىنىش سەۋەبىدىن بالىياتقۇ چىقىۋالىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇ تامامەن چىقىپ قالىدۇ، بەزىدە ئۆرۈلۈپ قالىدۇ. بەزىدە پەقەت ئۈزۈلۈپلا چۈشۈپ قالىدۇ.

5 ـ پەسىل بالىياتقۇ چىقۇېلىشنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرى ۋە ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئايال كىشىدە بالىياتقۇ چىقۇېلىشتىن ئەۋرەت ساھەسىدە قاتتىق ئاغرىش، ئاشقازان، توققۇزكۆزدە ۋە بېلىدە ئاغرىش كۆرۈلىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇ چىقۇېلىشتا قىزىتما بولىدۇ. كۆپىنچە بالىياتقۇ چوڭ تەرەت يولى ۋە سۈيدۈك يولىنى

قىستىغانلىقتىن قەۋزىيەت ۋە سۈيدۈك توختاپ قىلىش يۈز بېرىدۇ. بەزىدە كۈزاز، رەئىشە ۋە سەۋەبسىز قورقۇش يۈز بېرىدۇ. ئەۋرەت ساھەسىدە يۇمىلاق بىر نەرسە بارەك ھېس قىلىدۇ. پەرجىدە پەسكە ساڭگىلىغان يۇمشاق بىر نەرسىنى ھېس قىلىدۇ، بولۇپمۇ بالىياتقۇ تولۇق ئۆرۈلۈپ سىرتقا چىقىۋالغان بولسا. ئەگەر تۆشۈك ھېس قىلىنمىسا، بالىياتقۇ تېگىنىڭ ئورۇلۇپ چىقىپ قالغانلىقى بىلىنىدۇ. ئەگەر تۆشۈك بولسا، بالىياتقۇ ئۆرۈلمەي، شۇ پېتى چىقىپ، بالىياتقۇ بوينى چۈشكەن بولىدۇ.

داۋالاش

بالىياتقۇ چىقىۋېلىشنىڭ ياش ئايالالاردا يېڭىدىن پەيدا بولغىنىنىڭ داۋالاش ئۇسۇلى بولىدۇ. ئاۋۋال چوڭ تەرەت ھۆقنە بىلەن راۋانلاشتۇرۇلىدۇ. سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن سۈيدۈك ماڭغۇزۇلىدۇ. چوڭ تەرەت ۋە سۈيدۈك ماڭغۇزۇلۇپ بولغاندىن كېيىن ئايالنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، ئىككى پۇتىنى كېرىپ، يۇمشاق يۇڭ بالىياتقۇغا كىرگۈزۈپ قويۇلىدۇ. ئاندىن يەنە بىر پارچە يۇڭنى ئېلىپ، ئاقاقىيا ئۇسارىسى ياكى قايىز دورىلار ئارىلاشتۇرۇلغان شاراب بىلەن نەمدەپ بالىياتقۇ ئېغىزىغا قويۇلىدۇ. يۇڭنىڭ ھەممىسى ئىچىگە كىرىپ بولغانغا قەدەر يۇمشاقلىق بىلەن بالىياتقۇ كىرگۈزۈلىدۇ. ئاندىن يەنە بىر پارچە يۇڭنى ئېلىپ، سىركە ۋە سۇ بىلەن نەمدەپ پەرجىگە قويۇپ، ئايالنى يېنىچە ياتقۇزۇپ، ئىككى يوتىسى جۈپلەپ قويۇلىدۇ. كىندىكنىڭ ئاستىغا ۋە ئومۇرتقىغا ھجامەت قويۇلىدۇ. بالىياتقۇنىڭ خوش پۇراق نەرسىلەر سەۋەبىدىن ئۇستىگە كۆتۈرۈلۈشى ئۈچۈن خۇش پۇراق نەرسىلەر پۈرتىلىدۇ. ئۇ ئايالغا مەيلەت نەرسىلەرنى يېقىنلاشتۇرماسلىق كېرەك. ئەگەر ئۈچىنچى كۈنى بولسا، سېلىپ قويۇلغان يۇڭ ئالماشتۇرۇلىدۇ، يۇڭ ئورنىغا ئاس، قىزىلگۈل، ئاقاقىيا، ئانار پوستى قاتارلىقلار قاينىتىلغان ۋە ئىلمان شارابتا نەمدەلگەن يۇڭ قويۇلىدۇ ھەم شۇ شاراب بىلەن ئايال كىشىنىڭ كىندىكى ۋە ئەۋرەت ساھەسى نۇتۇل قىلىنىدۇ ھەمدە تالقاندىن تەييارلانغان چاپىلما، سۇ

لېشىدىن تەييارلانغان چاپلىما ۋە يېسسىمۇقتىن تەييارلانغان چاپلىما قاتلىز دورىلار بىلەن ئىشلىتىلىدۇ (بۇ تەدبىر ھەققەتەن بەزىدە ئايالنى ساقايتىدۇ). شۇنىڭدىن كېيىن ئۇ ئايال ئىزخىر، ئاس، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ قايىنتىلمىسىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ۋە يۇقىرى ئاۋازدىن، چۈشكۈرتكۈچى ۋە يۆتەل پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەردىن يىراق قىلىنىدۇ، ئۇ ئايالنى خۇشال قىلىپ ئارام ئالدۇرىدۇ.

6 ـ پەسىل بالىياتقۇ سىڭايان بولۇش ۋە مايماق بولۇش توغرىسىدا

بەزىدە بالىياتقۇ ئىككى تەرەپنىڭ بىرىگە سىڭايان بولۇپ، بالىياتقۇ ئېغىزى مەنىي ئېتىلىپ كىرىدىغان جىنسىي يولنىڭ ئۇدۇلىدىن قوزغىلىپ كېتىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇنىڭ سىڭايان بولۇشنىڭ سەۋەبى ئىككى تەرەپنىڭ بىرسىنىڭ قاتتىق بولۇشى ياكى قېلىنلاپ يىغىلىۋېلىشى بولۇپ، ئىككى تەرەپ ھۆل ۋە قۇرۇقلۇقتا، بوشاپ كېتىش ۋە تەشەننۇج بولۇشتا ئوخشاشمايدۇ. بەزىدە بالىياتقۇنىڭ سىڭايان بولۇپ قېلىشى ئىككى تەرەپنىڭ تومۇرلىرىدا ماددا تولۇپ قېلىشتىن بولىدۇ. بالىياتقۇ سىڭايان بولۇشنىڭ يەنە بىر سەۋەبى شۇكى، ئىككى تەرەپنىڭ بىرىدە شۇ تەرەپنى ئېغىرلاشتۇرۇۋېتىدىغان قويۇق، چاپلاشقاق خىلىت بولۇپ، يەنە بىر تەرەپنى ئۆزىگە تارتىدۇ. كۆپىنچە بالىياتقۇ سىڭايان بولۇشتىن بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇپ قالىدۇ. تۇغۇت ئانىلىرى بارماق بىلەن سىلاپ سىڭايان كەتكەن تەرەپنى بىلەلەيدۇ ۋە يەنە سىڭايان كېتىشنىڭ قاتتىقلىقتىن ياكى ماددا تولۇپ قېلىشتىن ئىكەنلىكىنىمۇ ئاسان بىلەلەيدۇ ۋە شۇنداقلا تومۇرلارنىڭ تارتىشىش، قاتتىقلىقى ۋە تازىلاشقا ئېھتىياجلىق ئىكەنلىكىنى بىلۇالالايدۇ.

داۋالاش

ماددا تولۇپ قالغانلىقى بىلىنسە ۋە تۇغۇت ئانىسى شۇ تەرەپتىكى تومۇرلارنىڭ تارتىشقانلىقىنى، ماددىغا تولۇپ كەتكەنلىكىنى ۋە قېلىنلاش بارلىقىنى ئېيتسا،

بالىياتقۇ سىڭايان بولغان تەرەپنىڭ ئۇدۇلسىدىكى سافىن تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئەگەر شۇ يەردە قورۇلۇش ۋە يىغىلىش بولسا، بىراق قېلىنلاش بولمىسا، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ھۆقنىلەر، ھەمەللەر ۋە ياغلار ئىشلىتىلىدۇ ھەم مۇنچىغا چۈشۈرۈلىدۇ، ياخشى غىزا بېرىلىدۇ. ئەگەر شۇ يەردە ھۆللۈك بولسا، ھۆللۈكنى تازىلايدىغان دورىلار بىلەن ھۆللۈك تازىلىنىدۇ ۋە ئابدەملىك يېغى ئىچكۈزۈلىدۇ، ھەمەللار ئىشلىتىلىدۇ، شۇنداقلا چات ئارىلىقى ياغلىنىدۇ ۋە بالىياتقۇسىغا بىلسان يېغى، سۇمبۇل يېغى نەيچە بىلەن ماگنىزىيە دۇ. بۇ ۋاقىتتا تۈغۈت ئانىسى بارمىقىغا قىرۇتى ياكى ئۆردەك يېغى سۈركەپ كىرگۈزۈپ، بالىياتقۇنى رۇسلاپ، سىڭايان كەتكەن بالىياتقۇنى بالىياتقۇ ئېغىزى پەرجىگە ئۇدۇل كەلگەنگە قەدەر تارتىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسى ياخشى بىلىۋالغايسىز.

7 ـ پەسىل بالىياتقۇدىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق توغرىسىدا

بەزىدە بالىياتقۇدا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق كۆرۈلىدۇ. بۇ سىرتقى سەۋەبتىن بولىدۇ، مەسىلەن: يىقىلىش، ئۇرۇلۇش، كۆپ جىسما قىلىش، بويىدىن ئاجراپ كېتىش ياكى تۈغۈت ئانىسى بالىنى قوبۇل قىلغاندا يىرتىۋېتىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بەزىدە بالىياتقۇنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقى ھەيز تۈتۈلۈش، ماددا تولۇپ قېلىش ياكى ھۆللۈك كۆپ بولۇش، تارقىمايدىغان قويۇق يەل قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولىدۇ. بەزىدە مەنىنىڭ ئۈستىگە كۆتۈرۈلگەنلىكىدىن بولىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق بەزىدە بالىياتقۇ ئېغىزىدا، بەزىدە بالىياتقۇنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا، بەزىدە ئىككى تەرەپنىڭ بىرىدە، يەنى ئارقىدا ياكى ئالدىدا بولىدۇ. خەتەرلىكرەكى ھەممە تەرەپكە ئومۇملاشقىنىدۇر. بەزىدە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق يىرىڭلىق ئىششىققا، بەزىدە قانلىق ئىششىققا ياكى سەرتانغا ئۆزگىرىدۇ.

ئالامىتى

بەزىدە ئىسسىقتىن بولغان ئىششققا باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن دەللىل ئىزدىلىدۇ، چۈنكى ئاشقازان بالىياتقۇغا شېرىكلىشىپ ئاغرىيدۇ ۋە ئاشقازانداپېقىمسىزلىنىش، كۆڭۈل ئېلىشىش، ھېچ تۇتۇش پەيدا بولىدۇ. تاماق سىڭمەيدۇ ۋە ئىشتىھا بۇزۇلىدۇ ياكى ئاجىزلايدۇ. مېڭە بالىياتقۇغا شېرىك بولۇپ، باشنىڭ چوققىسى ئاغرىش، بويۇن ئاغرىش، ئىككى كۆزنىڭ تېگى ۋە چوڭقۇر يېرىدە ئېغىرلىق بولۇش بىلەن ئاغرىش پەيدا بولىدۇ. ئاغرىق قول، پۇت، بارماقلارغا، يۇقىرىقى بىلەك، ئىككى پاچاق، بوغۇملارغا تارقىلىدۇ، بوغۇملار بوشاپ كېتىش بىرگە پەيدا بولىدۇ. كىندىك ئەتراپى، ئىككى چات، ئەۋرەت ساھەسى ئاغرىيدۇ ۋە كۆپىدۇ. قورساق پەردىسىمۇ كۆپىدۇ. شۇلارنىڭ ھەممىسىدە ئېغىرلىق سېزىلىدۇ. چوڭ تەرەت ياكى سۇيدۇك توختاپ قېلىش كۆرۈلىدۇ، ھەتتا يەل چىقىدىغان ئوروۇن تاپالمايدۇ. بۇ، ئىششىقنىڭ چوڭ تەرەت يولى ۋە سۇيدۇك يولىنى باسقانلىقىدىن بولىدۇ. ئىششىق سۇيدۇك يولىنىڭ كۆپرەكىنى بېسىۋالسا، توسۇلۇش ئېغىرراق بولىدۇ. بەزىدە سۇيدۇك تۇتۇلماي چوڭ تەرەت تۇتۇلىدۇ. بەزىدە چوڭ تەرەت تۇتۇلماي، سۇيدۇك تۇتۇلىدۇ. تۆمۇر ئاجىز، ئىنچىكە، ئارقىمۇئارقا سوقىدۇ. ئەگەر ئىششىق ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق بولسا، جۇغ - جۇغ، تىل قاپداش بىلەن بىرگە قىزىتما ئۆرلەپ، ئەگەشمە كېسەللىكلەرنىڭ ھەممىسى ئېغىر بولىدۇ. ئاغرىش ۋە لوقۇلداپ ئاغرىش ئېغىر بولىدۇ. قول - پۇت كۆپ تەرلەيدۇ. بەزىدە بۇ ئىششىق ئاۋاز ئۇزۇلۇش، تەشەننۇج بولۇش ۋە ھوشىدىن كېتىش قاتارلىقلارغا ئېلىپ بارىدۇ. ئىششىق تەرەپنى لوقۇلداپ ئاغرىغان ئوروۇن ۋە باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكى يەنىلا كۆرىنىپ بېرىدۇ، يەنى ئاغرىقنىڭ كىندىك تەرەپكە ياكى بەل تەرەپكە ياكى ئىككى بىقىن تەرەپكە مايىل ئىكەنلىكى كۆرىنىپ بېرىدۇ. بالىياتقۇ ئېغىزىغا يېقىن بولغان ئىششىق بالىياتقۇنىڭ چوڭقۇر قىسمىدىكى ئىششىققا قارىغاندا ئېغىر ۋە قاتتىقراق بولىدۇ. چۈنكى بالىياتقۇ ئېغىزى نېرۋىلىق ئەزادۇر. ئۇنى تۇتۇپ بىلگىلى

بولىدۇ. بالياتقۇنىڭ چوڭقۇر قىسمىدىكى ئىشىشقىنى تۈتۈپ بىلگىلى بولمايدۇ. ئىششىق قايسى تەرەپتە بولسا، بالياتقۇ شۇ تەرەپنىڭ ئەكسىگە مايىل بولىدۇ. ئىششىق تەرەپنىڭ ئەكسىنى بېسىپ يېتىش قىيىن بولىدۇ. ئۆرۈلۈش ۋە قوپۇش تەس بولىدۇ. بىمار ماڭغاندا سىڭايان ماڭىدۇ.

ئىششىقنىڭ يىرىڭلىق ئىششىققا ئۆزگەرگەنلىكىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئاغرىق بەك كۈچىيىدۇ، ئەگەشمە كېسەللىكلەر ئېغىرلىشىدۇ، قىزىتمىلار قالايمىقان بولىدۇ ۋە ئارىلىشىپ كېتىدۇ. چوڭ - كىچىك تەرەت قىلغاندا راھەت ھېس قىلىدۇ. ئىششىقنىڭ تولۇق پىشقانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، قىزىتما پەسىيىدۇ، تىتىرەش قوزغىلىدۇ. بالياتقۇ ئىششىقى ۋە يىرىڭلىق ئىششىق جىنسىي يولدا بولسا، كۆرۈش مۇمكىن بولىدۇ. ئەگەر چوڭقۇر قىسمدا بولسا، كۆرۈش مۇمكىن بولمايدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارنى داۋالاش ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتا ئىسسىقتىن بولغانلىقىغا تېپىك ئالامەتلەر يارىدەم بەرسە، قانىنى تازىلاشقا ۋە باسلىق تومۇردىن قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر قان ئېلىش مەنپەئەت قىلسا، ھەيز قېنى توختايدۇ ۋە قان ئۈستىگە تارتىلىدۇ. سافىن تومۇردىن قان ئېلىش بەك شېرىكلىشىدۇ ۋە قانىنى بەك تارتىدۇ. ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇشقا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ ھەيز توسۇلۇش سەۋەبىدىن بولغان ئىششىقتا ئەڭ ياخشىسى ماددىنىڭ قۇيۇلۇشىنى توسۇش ئۈچۈن دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ، ئاندىن سافىن تومۇردىن قان ئېلىپ، ماددا يەرلىك ئورۇندىن تارتىلىدۇ ۋە باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش كەلتۈرۈپ چىقارغان زىيان يوقىتىلىدۇ. قان ئالغاندا ئايالنى يېنىچە ياتقۇزۇپ، قان ئالماقچى بولغان پۇتنى ئۈستىگە ئېلىپ قان ئېلىش ۋە كۆپ ئېلىش كېرەك. تاماقتىن چەكلەش ياكى تاماقنى بىرىنچى كۈندىن ئۈچىنچى كۈنگىچە ئازايتىش، قەتئىي سۇ بەرمەسلىك، بولۇپمۇ بىرىنچى كۈنى بەرمەسلىك كېرەك، ھاۋاسى ياخشى ئۆيدە ئولتۇرغۇزۇش، مۇمكىنقەدەر ئۈيقۇسىز قويۇش لازىم. قەي قىلىش ئىسسىقتىن بولغان ئىششىققا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە خىلىتلارنى چىقىرىدىغان سۈرگە دورىلىرىنى ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ، بۇ سۈرگە دورىلىرى

كۆڭۈل ئېلىشىشنى باسىدىغان دورىلار بولۇشى كېرەك. ھاجەت چۈشكەندە تاماق ئاز يېرىلىدۇ. دەسلەپتە ياخشى قىزىلگۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان تاتلىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ۋە قابىز دورىلارنىڭ سۈيىدە نۇتۇل قىلىندۇ. ئاندىن ئىششىق قېتىۋالماسلىقى ئۈچۈن قابىز دورىلار كۆپ ئىشلىتىلمەيدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئىشلىتىشكە ياخشى بولىدىغان دورىلاردىن قاينىتىپ پىشۇرۇلغان خەشخاشنى زەيتۇن يېغى ياكى قىزىلگۈل يېغى ياكى ئالما يېغى بىلەن زىمات قىلىپ، ئاندىن چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلار تېز ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. ئاندىن ئىللىتىلغان قىزىلگۈل يېغى قوشۇلغان شاراب بىلەن نۇتۇل قىلىندۇ ۋە ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، كۆپرەك ئادراسمان قاتارلىقلار پاقىيوپۇرمىقى ياكى سېمىزئوتتىن ئىبارەت قابىز، قۇۋۇتى بار دورىلار بىلەن قاينىتىلغان سۇلاردا نەمدەلگەن يۇڭ ھەمەل قىلىندۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش تۇخۇم، قاينىتىپ پىشۇرۇلغان ئىكىلىملىك قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان مەلھەم ھەمەل قىلىندۇ. بەزىدە بۇ مەلھەمگە زەپەر يېغى، سۇمبۇل رۇمى يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، ئاندىن پىشۇرۇشقا يۇزلىنىدۇ. ئىششقىنى پىشۇرىدىغان دورىلاردىن بىرى تالقان بىلەن قاينىتىپ پىشۇرۇلغان خورما قىزىلگۈل يېغى ۋە خېنە يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، بولۇپمۇ ئىششىقنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە زۇپا، غاز يېغى، سېرىقماي، بۇغا يىلكى ۋە شۇنىڭ ئوخشاشلىرىدىن تەييارلانغان زىماتلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك تۆۋەنلەشكە باشلىسا، بۇ ۋاقىتتا تاغ پىننىسى، مەرزەنجۇش، چاشقانقۇلاق ئوتى، ئۇدخام قاتارلىقلار چۈشكەن خالىس تارقاتقۇچىلار بىلەن داۋالىنىدۇ، ئۇ ئايالغا غىزا بېرىپ قۇۋۇتلەندۈرۈلىدۇ ۋە جانلاندۇرۇلىدۇ. ئەگەر ئىششىققا زىمات قويۇلسا، زىماتنى تاڭماسلىق كېرەك. چۈنكى تېڭىش ئىششىققا زىيان قىلىدۇ، ئەمما يىرىڭلىق ئىششىقتا ئۇنى پىشۇرۇشقا مەشغۇل بولۇش لازىم. ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق بالىياتقۇ ئېغىزىغا يېقىن بولسا ۋە پۈتەيلىككە قىلىنغان تەدبىرگە ئوخشاش تەدبىرلەر بىلەن يېرىشقا مۇمكىن بولسا يېرىلىدۇ، ئەمما ئىچكى قىسمىدىكى يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ ئۆزلۈكىدىن پىششىنى كۈتۈش ۋە يېنىك دەرىجىدە سۈيدۈك ھەيدەيدىغان نەرسىلەرگە قىسقارتىش لازىم، مەسىلەن: سۈت،

قوغۇن ئۇرۇقى ئازراق لوئابلار بىلەن. يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئېلىشى ياخشىدۇر، ئەگەر ئىششىقنى پارچىلاش ۋە تارقىتىش مۇمكىن بولسا، ياخشىراقتۇر. ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق ئېغىز ئالسا، يىرىڭ پەرجىدىن چىقىدۇ، مەلھىمى باسلىقۇن سەغىرنىڭ ئوخشاشلىرىنى نەيچە ئارقىلىق ماڭغۇزۇپ، ئىششىقنىڭ قالدۇقىنى تازىلاش ۋە تارقىتىشقا يارىدەم بېرىلىدۇ. بەزىدە يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ يىرىڭى دوۋساقتىن چىقىدۇ، بۇ چاغدا ئۇنى تازىلاشتا كۆچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن يارىدەم بېرىش زۆرۈر بولمايدۇ، چۈنكى كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار باشقا مادداىلارنى دوۋساقا قويۇپ، ئىككى مادا دوۋساق يارىسى پەيدا قىلىشقا ئۆزئارا يارىدەملىشىدۇ. يەڭگىل سۈيدۈك ھەيدىلىدۇ ۋە سۈت، قوغۇن ئۇرۇقىغا ئوخشاش يېنىك سۈيدۈك ھەيدەيدىغان دورىلارنى ئازراق لوئابلار بىلەن ئىشلىتىشكە قىسقارتىلىدۇ. بەزىدە يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ يىرىڭى چوڭ تەرەت يولى بىلەن چىقىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇ ۋە بالىياتقۇدىن باشقا ئورۇنلاردا بولىدىغان يىرىڭلىق ئىششىقلاردا سۆزلەنگەن دورىلار بىلەن يىرىڭلىق ئىششىقنى ئېغىز ئالدۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. مەسىلەن: ئەنجۈر، قىچا، كەپتەر مايىقى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان زىماتلار. شۇنىڭدىن كېيىن يارا مائۇلھەسىلگە ئوخشايدىغان دورىلار بىلەن تازىلىنىدۇ. يىرىڭ قويۇق بولسلا بىرقانچە قېتىم ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يارا تازىلىنىپ بولسا، يارا ئىلاجلىرى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىقتا ئەگەشمە كېسەللىكلەر ئېغىر بولسا، ئارپا ئۇنى، ئەنجۈر، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، ئىكىلىملىك قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان يۇمشاتقۇچى زىماتلارنى ۋە شۇ تەسىردىكى ئابزەنلەرنى ئىشلەتمەي بولمايدۇ. بالىياتقۇدىن باشقا ئورۇنلاردىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە يىرىڭلىق ئىششىق بايانلىرىدا سۆزلەنگەن ئىلاجلارغا رىئايە قىلىش ۋە بىز بۇ يەردە قىسقارتىپ سۆزلىگەن مەزمۇنلارنى شۇ يەردىن تولۇقلىۋېلىش لازىم. چۈنكى، بىز باشقا ئورۇنلاردا بۇ توغرىسىدا تولۇق سۆزلىدۇق.

8 ـ پەسىل بالىياتقۇدىكى بەلغەمدىن بولغان ئىششىق توغرىسىدا

بالىياتقۇدىكى بەلغەمدىن بولغان ئىششىقنى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئالامەتلىرىدىن ئېغىرلاش ۋە كۆپۈشكە ئالاقىدار بولغانلىرى كۆرسىتىپ ببېرىدۇ. لېكىن بەلغەمدىن بولغان ئىششىقتا تىلغا ئالغۇدەك ئاغرىق بولمايدۇ. قول ـ پۇتىدا ۋە ئەۋرەت ساھەسىدە يەللىك ئىششىق بولىدۇ. بۇ خىل بىمارنىڭ چىرايى ئىستىسقائى لەھمى بىمارلىرىنىڭ چىرايىدەك بولىدۇ. بالىياتقۇنىڭ بەلغەمدىن بولغان ئىششىقىغا بىز باشقا بابلاردا سۆزلىگەن ئىچكى ئەزالارنىڭ بەلغەمدىن بولغان ئىششىقىنى داۋالىغاندەك داۋالاش ئېلىپ ببېرىلىدۇ.

9 ـ پەسىل بالىياتقۇدىكى قاتقان ئىششىق توغرىسىدا

قاتقان ئىششىقنى تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ. قاتقان ئىششىقتا سۈيدۈك ياكى چوڭ تەرەتنىڭ چىقىشى قىينىلىشىدۇ. ئەمما قاتقان ئىششىق سەرتانغا ئۆزگەرمىگەن بولسا، گەرچە سەرتان يوشۇرۇن بولسىمۇ، ئاغرىش ئاز بولىدۇ. قاتقان ئىششىقتا بەدەن ئورۇقلاپ ئاجىزلايدۇ، بولۇپمۇ ئىككى پاچاق ئاجىزلايدۇ، ئىككى پۇت ئىششىيدۇ، ئىككى پاچاق ئورۇقلايدۇ، بەزىدە قورساق يوغىناپ، ئىستىسقا ھالىتىگە ئوخشاش بىر ھالەت يۈز ببېرىدۇ، بولۇپمۇ قاتتىقلىق ئومۇملىشىپ كەتكەن بولسا. بەزىدە قاتقان ئىششىقتىن ھەقىقىي ئىستىسقا پەيدا بولىدۇ.

ئەگەر قاتقان ئىششىق يانمىسا، سەرتانغا تېز ئۆزگىرىدۇ. قاتقان ئىششىقنىڭ سەرتانغا ئۆزگەرگەنلىكىنىڭ ئالامىتى شۇكى، قاتقان ئىششىقمۇ سەرتاندۇر ياكى سەرتانغا ئۆزگەرگەندۇر. ئەگەر قاتقان ئىششىق كۆرگىلى بولمىدىغان ئورۇندا بولسا،

ئۇ تەكشى بولمىغان پاچاق كۆك تومۇرلىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرى بولغىنىغا ئوخشاش شاخلىمىغان بولىدۇ. رەڭگى ناچار، چۆكمىسى ياغنىڭ لېيىدەك قىزىلغا مايىل بولىدۇ. بەزىدە قوغۇشۇن رەڭگە ۋە كۆك رەڭگە مايىل بولىدۇ. ئەگەر ئىششىقنى كۆرگىلى بولمىسا، ئىششىقنىڭ بارلىقىنى ئېغىرلىق ۋە ئىچكى قىسمىدىكى ئاغرىش، بولۇپمۇ سانجىلىپ ئاغرىش كۆرسىتىپ بېرىدۇ. بۇ ئاغرىققا ئەۋرەت ساھەسى، ئىككى سۈيدۈك توشۇش نەيچىسى، ئىككى بىقىن، ئىككى چات شېرىكلىشىدۇ. ئۇنىڭ ئاغرىقى كېرىگەت ۋە ئومۇرتقىغا يېتىپ بارىدۇ. كۆپىنچە قاتقان ئىشىشق بىلەن بىرگە كۆزدە ۋە ئىككى چېكىدە ئاغرىش، بەزىدە قول - پۇتتا سوۋۇپ كېتىش كۆرۈلىدۇ. بەزىدە كۆپ تەرلەيدۇ، بەزىدە بۇ قاتقان ئىششىققا سۈت كېلىش بىلەن باشلىنىدىغان قىزىتما ئەگشىپ كېلىدۇ، ئاندىن ئۇ قىزىتما ئاغرىقنىڭ كۈچىيىشى بىلەن ئۆتكۈرلىشىدۇ ۋە ئۆرلەيدۇ. سۈيدۈكنىڭ تەستە چىقىشى، تامچىلاپ كېلىشى ۋە تۇتۇلۇشى ۋە چوڭ تەرەتنىڭ توسۇلۇشى قاتارلىقلار قاتقان ئىششىق ۋە قاندىن بولغان ئىششىقتا ئورتاق بولىدىغان ئالامەتلەردۇر. ئەگەر قاتقان ئىششىق يارىغا ئۆزگەرسە، كىر بولمىغان يىرىڭ ئاشكارا بولىدۇ. كۆپىنچە كىرنىڭ رەڭگى ناچار ھەم قارا، بەزىدە قىزىل ۋە يېشىل بولىدۇ. ئىنتايىن ئاز ساندا ئاق بولىدۇ. قاتقان ئىششىقتىن ئۆتكۈر ھۆللۈكلەر، ئاچچىق ۋە يېشىلغا مايىل، سېسىق پۇرايدىغان يىرىڭ ئاقىدۇ. بەزىدە قاتقان ئىششىققا گۆشخور يارا قوشۇلغانلىقتىن، ساپ قان ئاقىدۇ، ھەتتا شۇ قان ھەيز قېنى دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ. ھەرقاچان بىر نەرسە ئاقسا، قىزىتما ۋە ئاغرىق پەسىيىدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرى قوشۇلۇپ كېلىدۇ. ئۇنىڭ ئىلاجى يوق ئەلۋەتتە.

داۋالاش

قاتقان ئىششىقنى داۋالاش ۋە ئۇنىڭ بىلەن بىرگە بەدەننى قويۇق خىلىت ھەم سەۋدا خىلىتلىرىدىن تازىلاش كېرەك. بۇنىڭدا مەلھىمى داخىلىيۇنىغا ئوخشاش مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش مەلھىمى باسلىقۇن ۋە مۇقەل، غاز يېغى،

بۇغا يىلىكى، قوي سۈتى قايمىقى قاتارلىقلارغا گۈلسەۋسەن يېغى، سۇمبۇل يېغى، نەرگىز يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى، شۇمشا يېغى، ئابدىمىلىك يېغى، خېنە يېغى، كالا بابۇنسى يېغى قاتارلىقلارنى قوشۇپ تەييارلانغان قىرۇتى ئىشلىتىلىدۇ. قىرۇتىغا ئىشلىتىلىدىغان موم سېرىق بولۇشى كېرەك. بەزىدە بۇ قىرۇتىغا تۇخۇم سېرىقى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر كۆچلۈكرەك قىلىشقا ئېھتىياج چۈشسە، قۇندۇز قەھرى، سەبرە، توشقان پەنىرمايىسى، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، بەتەم يېلىمى، كالا بابۇنسى، زەپەر، ئەلكۈلئەنبات، بادام دەرىخى يېلىمى قاتارلىقلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

10 - پەسىل مەلھەملەر توغرىسىدا

تەجرىبىدىن ئۆتكەن مەلھەملەردىن بىرى تۆۋەندىكى تەركىبلىك مەلھەمدۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: كەبىر يوپۇرمقىنى يۇمشىغىچە سۇغا چىلاپ، ئۇنىڭ بىلەن بىرگە قايماقنى مائۇلھەسەل بىلەن سالايە قىلىپ، مەلھەم تەييارلىنىدۇ ياكى تال چېچىكى، قايماق، مائۇلھەسەل ۋە كاللەكبەسەي يوپۇرمقى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. مېنىڭچە، كاللەكبەسەي چېچىكى بۇ كېسەلگە مۇۋاپىقتۇر.

بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، قۇلاق كىرىنى ھەمەل قىلىش مەنپەئەت قىلىدىكەن. قاتقان ئىششققا گىرىپتار بولغان ئايال يۇمشاتقۇچى دورىلارنىڭ قۇۋۋىتى بار سۇلاردا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بادام دەرىخى يېلىمى، غاز يېغى بىلەن سوقۇلغان ئاق لەيلىگۈلنىڭ يۇمران يوپۇرمقى ۋە مەرزەنجۇش، ئىكلىلمىلىك، شۇمشا، بابۇنە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان زىماتلار زىمات قىلىنىدۇ.

ئەمما بالىياتقۇ سەرتانىنى ئاغرىق پەسەيتكۈچى مەلھەملەر بىلەن، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش ۋە باسلىق تومۇردىن دائىم قان ئېلىش بىلەن، ئۇنىڭدىن كېيىن سافىن تومۇردىن بەزى ۋاقىتلاردا قان ئېلىش بىلەن ۋە سەۋدانى سۇرۇپ چىقىرىش قاتارلىق داۋالاش ئۇسۇللىرى بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. مەلھەمى رۇسۇلنىڭ

بۇ ھەقتە ئاجايىپ خاسىيەتلى بار بولۇپ، ئۇ، سەرتاننىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، ئەگەر ئاغرىق كۆچىيىپ كەتسە، قان ئېلىنىدۇ ۋە ئاغرىق پەسەيتىشتە مۇۋاپىق دورىغا تايىنىش ئۈچۈن، ئىسسىق، سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى بىرگە ئىشلىتىپ سناپ كۆرۈلىدۇ، بولۇپمۇ يارا بولغىنغا ئاغرىقنى پەسەيتكۈچى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلاردىن شۇمشا قاينىتىلمىسى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى ئىشلىتىلىدۇ ۋە مىسىنىڭ دېتىدىن ئازراق ئېلىش ئۈچۈن مىس قاچىدا قويۇپ قويۇلغان زەيتۇن يېغىنىڭ لېيغا سېرىق موم ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان قىرۇتى سىرتىدىن تىلا قىلىنىدۇ. يۇمغاقسۇت، ئىتئۈزۈمى، قىزىلگۈل يېغى، تۇخۇم ئېقى ۋە يۇمغاقسۇت سۈيى بىلەن بىر - بىرىگە سۈركەپ چىقىرىلغان قوغۇشۇن ئۇۋۇقى قاتارلىقلار بىلەن تەييارلانغان خەشىنىش تەركىبلىك زىماتلاردۇر، يەنە يېسىمۇق قاينىتىلمىسى ھۆقنە قىلىنىدۇ. يەنە ئېشەك سۈتى بىلەن پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسىنى بىرلەشتۈرۈپ ياكى ئايرىم - ئايرىم ھالدا ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئەگەر يارا بولغان سەرتاندىن قان كەلسە، قاناشقا ئىشلىتىلىدىغان مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ.

11 - پەسىل باليانقۇ بوينى بوغۇلۇش توغرىسىدا

بۇ، سەرئى ۋە ھوشىدىن كېتىشكە ئوخشايدىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، بۇنىڭ باشلىنىش مەركىزى باليانقۇ بولىدۇ. بۇ كېسەللىك كېرىگەت، مېڭە تور پەردىسى، كۆك قان تومۇر ۋە قىزىل قان تومۇرلارنىڭ ۋاستىسى بىلەن يۈرەك ۋە مېڭىنىڭ كۈچلۈك شېرىكلىششىگە ئېلىپ بارىدۇ. تېۋىپ ئۆلىمالىرىنىڭ بەزىسى باليانقۇ بوينى بوغۇلۇش سەۋەبىنى بىلمەيدىغانلىقىنى ئېيتقان. لېكىن، بۇنىڭ سەۋەبى بار دېيىلسە، ئۇ سەۋەب شەھۋىتى قوزغالغان ئاياللاردا ۋە تۇنجى بالاغەتكە يەتكەن قىزلاردا، تۇل ئاياللاردا ھەيز ياكى مەنىينىڭ توسۇلۇپ قېلىشى ۋە ئاشۇ توسۇلۇپ قالغان نەرسىلەرنىڭ كۆپىنچە سوغۇقلۇقتا ئۆزگىرىشىدىن يۈز بېرىدۇ. خۇسۇسەن ئەسلىدە سوغۇقتىن يۈز بەرسە، يىغلىش ۋە تېرىنىڭ قېلىنلىششى

سوغۇقلۇقنى زىيادە قىلىدۇ ياكى توختاپ قالغان ھەيز قېنى ياكى مەنىنىڭ ئىسسىقلىققا ۋە ئوفۇنەتلىنىشكە ئۆزگەرگەنلىكىدىن بولىدۇ. بۇ ئاز ساندا يۈز بېرىدۇ ۋە ھەربىرىنىڭ رەڭگىدىن مىزاجىنىڭ قايسىسىغا مايىللىقىنى بىلگىلى بولىدۇ. ئەگەر ھەيزدىن بۇرۇن بۇ ئىككىسىنىڭ بىرى يېغىلسا ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن بۇزۇلۇش يۈز بەرسە ھەمدە تەبىئەتكە زەھەرلىك ماددا مايىل بولسا، ئىككى تۈرلۈك كېسەللىكنى پەيدا قىلىدۇ.

بىرىنچىسى، ئەزا خاراكتېرلىك كېسەللىك بولۇپ، دەسلەپتە بالىياتقۇدا پەيدا بولۇپ، بالىياتقۇ تەشەننۇج بولىدۇ ۋە ئۈستىگە يېغىلىدۇ ياكى بالىياتقۇ تومۇرلاردا توسۇلۇپ چىقىش ئورنى تاپالماي، بەلكى تومۇرلارنى كېڭەيتىپ، كېڭەيتىش بىلەن تەشەننۇج پەيدا قىلىدىغان ماددىنىڭ سەۋەبى ئېتىبارىچە ئوڭ - سولغا ۋە ئارقا - ئالدىغا يېغىلىپ ئاغرىيدۇ. بەزىدە ئۇ كېسەللىك بالىياتقۇ جەۋھىرىگە تاراپ، بالىياتقۇ قېلىنلىشىپ، ئاندىن بالىياتقۇنى يېغىۋالىدۇ ياكى بالىياتقۇدا تارىماي، بالىياتقۇدا ئىششىق پەيدا قىلىپ، ئاندىن بالىياتقۇنى يېغىۋالىدۇ. مۇشۇنداق تۇرۇقلۇق يەنە بىر قېتىملىق ھەيز قېنى كېلىپ، چىقىپ كېتىشكە يول تاپالماي، بارا - بارا كۆپىيىپ، رەئىس ئەزالارغا ئاۋۇالقى زىياندىن ئېغىرراق زىيان يەتكۈزىدۇ. بەزىدە ئىششىق ياكى قۇرۇتقۇچى مىزاج بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن دەسلەپتە يېغىلىپ، ئاندىن بالىياتقۇ ئېغىزى ۋە تومۇرلارنىڭ ئېغىزىدا توسۇلۇش پەيدا قىلىپ، ئاندىن ھەيز توسۇلۇش، شۇنىڭدەك بىر تەرەپكە مايىل بولۇش يۈز بېرىدۇ.

ئىككىنچىسى، توسۇلۇپ قالغان ماددا يۈرەك ۋە مېڭىدىن ئىبارەت ئىككى رەئىس ئەزاغا ئەۋەتكەن زەھەرلىك ناچار بۇخاراتتىن بولىدىغان ماددىي كېسەللىك بولۇپ، سەرئى ۋە ھوشسىزلىنىشقا ئوخشاش بىر ھالەت پەيدا بولىدۇ. چۈنكى بۇ كېسەللىك يالغۇز ھوشسىزلىنىشتىن كۆچلۈكرەكتۇر. شۇڭا، بۇ كېسەللىكتىن بۇرۇن ھوشسىزلىنىش پەيدا بولىدۇ. ئاندىن بۇ كېسەللىكتىن بۇرۇن ھوشسىزلىنىش خۇددى ئاجىز كۆچلۈكتىن ئىلگىرى بولغىنىدەك ئىلگىرى بولىدۇ. ھەيز توسۇلۇپ قېلىشتىن بولغان بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇش، مەنىي توسۇلۇپ قېلىشتىن بولغان بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇشقا قارىغاندا يېنىكرەكتۇر. چۈنكى، مەنىي (گەرچە قاندىن ھاسىل بولسىمۇ،

بولۇپمۇ ئاياللاردا مەنىگە ئۆزگىرىشتىن بۇرۇن قاندىن ھاسىل بولسىمۇ) قانغا قارىغاندا ناچار ئۆزگىرىشنى بەكرەك قوبۇل قىلىدۇ، خۇددى قاندىن ھاسىل بولغان سۈت قانغا قارىغاندا ئۆزگىرىشنى بەكرەك قوبۇل قىلغاندەك. بەزىدە بۇ كېسەللىك دەۋرىيلىك بولۇپ، كۆپىنچە كۈزدە يۈز بېرىدۇ. بەزىدە بۇ كېسەللىكنىڭ دەۋرى ناھايىتى ئاستا بولۇپ، بەزىدە ھەر كۈنى ئاز ـ ئازدىن يۈز بېرىدۇ، لېكىن تۇغۇتتا يۈز بەرمەيدۇ. چۈنكى، بۇ ۋاقىتتا بالىياتقۇنىڭ ھەرىكىتى ھەممە تەرەپتىن ئارىلىشىپ كەتكەن بولىدۇ، ئۇ تەدرىجىي بولىدۇ، بىراقلا بولمايدۇ، ئۇ ھەرىكەت تۆۋەنگە مايىل بولىدۇ. ئۇنىڭ ھەرىكىتىدىن زەھەرلىك بۇخارات رەئىس ئەزالارغا يەتمەيدۇ.

بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇشنىڭ داۋالاش قىيىن بولغىنى گەرچە نەپەسلەنسىمۇ نەپەسلەنگەنلىكىنى بىلگىلى بولمىغىنىدۇر. بەزىدە نەپەسلەنگۈچىنىڭ بۇرۇن تۆشۈكىگە قويۇلغان يۇڭغا ئوخشاش نەرسىلەردىن نەپەسلەنگەنلىكىنى بىلگىلى بولسىمۇ، ھېس ۋە ھەرىكىتى يوقلىپ، بىمار ئۆلۈككە ئوخشاپ قالىدۇ. بۇنىڭ كۆپىنچىسى مەنىي سەۋەبىدىن ۋە مەنىي سوۋۇپ كېتىشتىن بولىدۇ. داۋالاش قىينىراق بولغىنى تىنىقى يوقالماي، بەلكى كىچىكلەپ، ئاجىزلايدىغىنىدۇر. ئۇچىنچى دەرىجىلىكى ئەقىل ۋە ھېسقا زىيان يەتكۈزمەستىن، تارتىشىش ۋە ھوشسىزلىنىشنى پەيدا قىلىدىغىنىدۇر، بۇلارنى بىلىۋالغايسىز.

ئالامىتى

ئەگەر بۇ كېسەللىكنىڭ تۇتۇش ۋاقتى يېقىنلاشسا، تۇتقاقلىق دەم سىقىلىش، نەپەس قىيىنلىشىش، خەپەقان، باش ئاغرىش، پىكرى ئاجىزلاش، تېڭىرقاش، ھۇرۇنلۇق، ئىككى پاچاق ئاجىزلاش، چىرايى سارغىيىش، بىر ھالەتتە مۇقىم تۇرۇشنىڭ ئاز بولۇشى بىلەن چىراينىڭ ئۆزگىرىشى قاتارلىقلار يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ئۆتكۈر بۇخاراتنىڭ ئوفۇنىتىدىن ئۇسسۇزلۇق يۈز بېرىدۇ. ئەگەر كېسەللىك كۈچەيسە، ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى ياكى ئەقىل ئېلىشىش پەيدا بولىدۇ. يۈزى، كۆزى، كالپۇكى قىزىرىدۇ، ئىككى كۆزى يۇمۇلمايدۇ، بەزىدە يۇمۇلۇپ ئېچىلمايدۇ. نەپەسى

ناھايىتى ئاجىزلايدۇ، ئاندىن كۆپىنچە ھالدا نەپسى ئۈزۈلىدۇ، بىمار ئەۋرەت ساھەسىدىن بىر نەرسە ئۆرلەۋاتقاندەك ھېس قىلىدۇ، مۇسكۇللار بۇزۇلۇپ ھالى ئۆزگەرگەنلىكتىن چىشلىرىنى غۇچۇرلىتىش ۋە كىرىشتۇرۇش ۋە ئىختىيارسىز ھەرىكەتلەر يۈز بېرىدۇ، سۆز قىلالمايدۇ، سۆزلەرنى چۈشىنىشى قىيىن بولىدۇ، ئاندىن (بولۇپمۇ مەنىي توسۇلۇشتىن بولغان بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇشتا) ھوشسىزلىنىش، ئاۋازى يوقلىش، پاچاق ئۇستىگە تارتىلىش قاتارلىقلار يۈز بېرىدۇ ۋە بەدەندە ئومۇمىي بولمىغان ئازراق ھۆللۈك ئاشكارا بولىدۇ. بەزىدە ساپ بەلغەم قەي قىلىش، باش ئاغرىش، تىز ۋە بەل ئاغرىش، قورساق كورکىراش، بالىياتقۇدىن ھۆللۈك چىقىش قاتارلىقلار كۆرۈلۈپ، كېسەللىك تارقايدۇ. بەزىدە ئۆپكە يالليۇغى، بوغما، بويۇن ئىششىقى، كۆكرەك ئىششىقى قاتارلىقلارغا ئېلىپ بارىدۇ. بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇشنىڭ دەسلىپىدە تومۇر تارتىشقان، يىغلىغان ھالەتتە ئېگىز - پەس سوقىدۇ، ئاندىن تەرتىپسىز ئارقىمۇئارقا سوقىدۇ، بولۇپمۇ قۇۋۇۋەت تۆۋەنلەپ ئۆلۈم يېقىنلاشقاندا. سۈيدۈكى بەزىدە گۆش يۇغان سۇدەك، بەزىدە قان ئارىلاش كېلىدۇ. ھەيز توسۇلۇشتىن بولغان بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇشنى ھەيزنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى كۆرىستىپ بېرىدۇ. مەنىي توسۇلۇشتىن بولغان بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇشنى شەھۋىتى قوزغىلىپ تۇرۇپ ئىپپىتىنى ساقلاش، ئۇزۇن مەزگىل جىما قىلماسلىق كۆرىستىپ بېرىدۇ. ھەيز تۇتۇلۇشتىن بولغان بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇشقا بەزىدە سۈت كۆپىيىش ئەگىشىپ كېلىدۇ. بەدىنى ئېغىر بولۇش، سەزگۈلىرى ئاجىز بولۇش، ئىككى كۆزى ۋە بوينى ئاغرىش، قىزىتما قاتارلىق ئەھۋاللار پەيدا بولىدۇ.

يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ھەيز تۇتۇلۇشقا ئەگىشىپ كېلىدىغان ئەگەشمە كېسەللىكلەر ئېنىق كۆرۈلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە قاندا غالىب خىلىتنىڭ ئۈستۈنلۈكىنى ئىگىلىشى ۋە سەۋداۋى يامانلىقى ئېنىق كۆرۈلۈپ، مېڭىنىڭ ھەمكارلىقى بىلەن ئەقلىنىڭ ئېلىشىشىنى، يۈرەكنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن ئېغىر ھوشىدىن كېتىشنى، مېڭە ۋە يۈرەكنىڭ شېرىكچىلىكى ۋە كېرىگەتنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن نەپەسنىڭ يوقاپ كېتىشنى پەيدا قىلىدۇ. بەلغەمدىن بولغىنى ئېغىرراق ۋە ئەگەشمە كېسەللىكى يېنىكرەك بولىدۇ، شۇنىڭدەك سەپرادىن بولغىنى ئۆتكۈررەك ۋە بىخەتەررەك بولىدۇ.

ماي توسۇلۇشتىن بولغان بالياتقۇ بويىنى بوغۇلۇشنىڭ نەپەسكە زىيان يەتكۈزۈشى تېز بولىدۇ، ھەيز توسۇلۇشتىن بولغان بالياتقۇ بويىنى بوغۇلۇشقا قارىغاندا خەتىرى چوڭراق بولىدۇ، ئەمما باشقا ئەگەشمە كېسەللىكلەر ئېنىق كۆرۈلمەيدۇ. كۆپىنچە ئاياللار كېسەللىكلىرى تېۋىپى بۇ ئايالنىڭ تەشەننۇج بولغان بالياتقۇسىنى تۇتۇشىدىن غىدىقلىنىش ۋە شەھۋەت ھاسىل بولۇپ، قويۇق مەنىنى ئىنزال قىلىپ راھەتلىنىدۇ. بەزىدە ئۆزلۈكىدىن مەنىي چىقىرىپ راھەتلىنىدۇ. ئەمما بالياتقۇ بويىنى بوغۇلۇش بىلەن سەرئى كۆپىنچە ھۆكۈملەردە ۋە بىراقلا يۈز بېرىشىدە ئوخشىشىپ كەتسىمۇ. بالياتقۇ ۋە ئەۋرەت ساھەسىدىن ئۆرلىگەن نەرسىنىڭ توختاپ قېلىشى ۋە ئەقلىنىڭ دائىم يوقاپ كەتمەي، بەلكى بالياتقۇ بويىنى بوغۇلۇش بەك ئېغىرلاشقان ئەھۋالدا يوقاپ كېتىشى قاتارلىقلاردىن پەرقلەندۈرۈلىدۇ. ئەگەر بالياتقۇ بويىنى بوغۇلغان ئايال ئوڭشالسا، بولغان ئىشلارنىڭ كۆپىنچىسىنى سۆزلەپ بېرەلەيدۇ. لېكىن بىمارنىڭ كېسىلى بەك ئېغىر بولسا، سۆزلەپ بېرەلمەيدۇ. مېڭىدىكى سەۋەبتىن بولغان ئېغىر سەرئىدە ئېغىزىدىن كۆپۈك ئاقمايدۇ. ئەگەر كۆپۈك چىقسا، كېسەللىك شۇ ھامان پەسەيدۇ - دە، باشقا تەدبىر قىلىشقا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ. بۇنىڭدا بىز سەرئى بايانىدا بايان قىلغان پەرقلەندۈرۈشكە مۇراجىئەت قىلايلى. بالياتقۇ بويىنى بوغۇلۇپ قېلىش بىلەن سەكتىنىڭ پەرقى بەك ئېنىقتۇر. قانداقسىگە ئېنىق بولمىسۇن، بالياتقۇ بويىنى بوغۇلۇشتا كۆپىنچە سېزىم تامامەن يوقمايدۇ، تىنىق ئاۋازى بولمايدۇ. بالياتقۇ بويىنى بوغۇلۇش بىلەن بەلغەمدىن بولغان سەرسامنىڭ پەرقى شۇكى، بالياتقۇ بويىنى بوغۇلۇشتا قىزىتما بولمايدۇ، تومۇرى ماددا تولۇپ كەتكەندەك دولقۇنسىمان سوقمايدۇ، دەسلەپتە باش ئاغرىيدۇ، چىرايى خىلمۇخىل ئۆزگىرىدۇ، بەلغەمدىن بولغان سەرسامدا بىر ھالەتتە تۇرىدۇ.

داۋالاش

ھەيز توتۇلۇش سەۋەبىدىن بولغان بالياتقۇ بويىنى بوغۇلۇشتا، ئاق خۇن كۆپ

بولمسا ۋە ھەيز توسۇلۇش چاپلاشقاق ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكى سەۋەبىدىن بولمسا، باسلىق تومۇردىن ۋە سافىن تومۇردىن قان ئېلىپ تەدبىر قىلىش لازىم ۋە ھەرقانداق ئەھۋالدا ھەيزنى ماڭدۇرغۇچى دورىلارنى، بولۇپمۇ ياۋا سۇزاپ، قارىمۇچقا ئوخشاش بالياتقۇ ئېغىزنى غىدىقلىغۇچى ئۆتكۈر ھەمەللەرنى ئىشلىتىش لازىم. ئەمما پەرىسيۇن بۇ ھەقتە بەك كۈچلۈك بولۇپ، ھەيز قېنىنى دەرھال ماڭدۇرىدۇ. ئۇ ئايالنىڭ بالياتقۇ ئېغىزنى ۋە پەرجى ئەتراپىنى غىدىقلاش مەنپەئەت قىلىدۇ. چۈنكى غىدىقلاش بالياتقۇنى تۆۋەنگە ۋە تۈزلىنىشكە مايىل قىلىدۇ، ھەيزنى مېڭىشقا تەييارلايدۇ. بەك غىدىقلاش بۇنىڭغا ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ، ھەيزنى ماڭدۇرغۇچى ئابزەنلەر مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ ھىڭ كۆتىكى، شۇمشا، زىغىر ئۇرۇقى، مەرزەنجۇش، بەرەنجاسپ قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ئابزەنلەر. ئارىشاڭ سۇلىرى ھەم مەنپەئەت قىلىدۇ. قان ئالغاندا بالياتقۇ مايىل بولغان تەرەپتىكى باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش كېرەك. ئەگەر بالياتقۇ بىر تەرەپكە مايىل بولماي، بەلكى ئۈستىگە يىغىلىۋالغان بولسا، ئىككى تەرەپتىن قايسى تەرىپىدىن قان ئېلىنسا ياكى ئىككىلا تەرەپتىن قان ئېلىنسا ئىختىيار. ئەگەر ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكى ھېس قىلىنسا ئايارەج رۇپىس، بەيادەرىتۇسقا ئوخشاش ھۆللۈكنى تازىلىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر قان ئېلىنسا ۋە قان تازىلانسا، بەزىدە يەتتىنچى كۈندىن كېيىن ئايارەج ھەنزىل بىلەن ۋە ئايارەج پەيقىرا بىلەن سۈرگۈزۈشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە ئۇ تازىلىغۇچى دورىلارنى تەكرار ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە ھەببى شەترەنجى ۋە ھەببى مەنتىن ئىچكۈزۈشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئۇچ كۈندىن كېيىن ئومۇرتقىغا ۋە قورساققا ھجامەت قويۇلىدۇ، ئىككى يوتا ۋە يىرىققا بىر قېتىم يەڭگىل ھجامەت قويۇلىدۇ ۋە تۆۋەنكى ئەزالارغا ئۇۋۇلاش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، ياغلاش بىلەن ئىسسىقلىق يەتكۈزۈلىدۇ، ئاندىن قۇندۇز قەھرىگە ئوخشاش دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇرمەككى سۇ بىلەن ياكى مائۇلھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. سەنجىرىنا، دەھمەرسا، مەجۈنى فەلافىلى، جاۋارىش كۈمۈنى، كاسكەبىكەج[1] قاتارلىقلار رۇمبەدىيان سۈيى بىلەن ياكى قىزىل لوۋىيا سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، قەلەمپۇر ھەم مەنپەئەت قىلىدۇ.

① كاسكەبىنەج — بۇ مۇرەككەپ دورا بولۇپ، مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلىنىدۇ.

ئىچىلىدىغان ياخشى دورىلاردىن بىرى شۇكى، زىرىدىن بىر موزا مىقدارىدا ئىپلىپ، سۇزاپ سۈيى بىلەن ياكى چاڭگاك قاينىتىلمىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. غارىقۇن شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلسە بۇ كېسەللىككە بەك ياخشىدۇر، قۇندۇز قەھرى بەزىدە بۇ كېسەلنى پۈتۈنلەي ساقايتىدۇ، شۇنىڭغا ئوخشاش ئەزىپاراتىپمۇ پۈتۈنلەي ساقايتىدۇ، شۇنىڭدەك ئەنسىل ۋە چۈچۈمەل سىركەنجۈبىل ئەنسىلى ئىچكۈزۈلسە ساقايتىدۇ، يەنە بەرەنجاسىپ سۈيى ئىچكۈزۈلسمۇ ساقايتىدۇ. يەنە دادىدىن ئالتە گىرامنى كۈچلۈك خورما شىرنىسىدە ئىچكۈزۈش ۋە ئابدىمىلىك يېغىنى ئىچكۈزۈش بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە چاڭگاك يوپۇرمىقى ئۇسارىسىنى شاراب ۋە ياغ بىلەن ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە جاۋشىردىن ئۈچ گىرام، قۇندۇز قەھرىدىن بىر گىرامنى شاراب بىلەن ئىچكۈزۈش بەك مەنپەئەت قىلىپ، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ، بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەن.

زىمات ۋە ئىسسىق ئۆتكۈزۈشلەردىن قانىنى لەتىپلەشتۈرىدىغان ۋە قانىنى سەپراۋى قىلىدىغان ھەرقاندىقى مەنپەئەت قىلىدۇ. ياخشى ھەمەل دورىلاردىن بىرى سەنجىرىنانى غار ئۆسۈملۈكى يېغى بىلەن ياكى تۆت گىرام گۈلسەۋسەن يېغى بىلەن ھەمەل قىلىش ياكى دادىدىن تەييارلانغان شىيافنى شاراب بىلەن ھەمەل قىلىشتۇر. يەنە مىئەسائىلەدىن 90 گىرام، قارىمۇچ، كۈندۈرنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام، ئۆردەك يېغىدىن 120 گىرام، چاققاقئوت ئۇرۇقىدىن 12 گىرام ئىپلىپ، پىلتە تەييارلاپ ھەمەل قىلىندۇ. يەنە ھۆقنە ۋە شىياقلاردىن ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدىغان، قويۇق خىلتىلارنى سۈرىدىغان، يەللەرنى تارقىتىدىغان دورىلاردىن تەييارلانغانلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇشنىڭ سەۋەبى مەنىي توسۇلۇش بولسا، مەنىنى ماڭغۇزۇش، چېنىقتۇرۇش، سۇزاپ، پىننە، چاڭگاك ئۇرۇقى ۋە جاۋارىش كۈمۈنغا ئوخشاش مەنىنى قۇرۇتقۇچى دورىلارنى يىلتىز دورىلار قاينىتىلمىسى بىلەن ئىشلىتىش ھەمدە تېۋىپ ئايال قولىنى گۈلسەۋسەن يېغى ياكى سۈمبۈل يېغى ياكى غاز يېغى بىلەن ياغلاپ، پەرجىگە كىرگۈزۈپ، يېنىك غىدىقلاش ۋە ئۇ غىدىقلاشتا بىمار لەززەتلىنىش بىلەن بىرگە ئاغرىق قوشۇلۇش ۋە جىسما ھالىتىدىكىدەك بىر ھالەتتە بولۇش لازىم. چۈنكى ئۇ ئايال بەزىدە سوغۇق مەنىي چىقىرىپ ساقىيىدۇ. شۇنىڭدەك ئېچىشتۇرۇپ غىدىقلىغۇچى نەرسىلەرنى ھەمەل قىلىش، مەسىلەن:

سەنجىرىنانى غاز يېغى بىلەن ۋە زەنجىۋىل، قارىمۇچ، ياۋا سۇزاپ قاتارلىقلارنى ھەمەل قىلىش بۇ ھەقتە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنداق ھالەتتە قان ئېلىشتىن ساقلىنىش لازىم، مەنىي توسۇلۇپ قېلىشتىن بولغان بالىياتقۇ بويىنى بوغۇلۇشتا ھارارەتنى ئويغىتىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش ۋە ھوشسىزلىنىشنى داۋالاش ئۈسۈلى بىلەن داۋالاش لازىم. بۇنىڭغا ۋە بۇنىڭ ناچار ئەگەشمە كېسەللىكلىرىگە مەجبۇرى نۇجۇھ دەپ مەشھۇر بولغان مەجۇن ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ.

مەسرۇدىتۇس، داۋائىلمىشكى، تەرياق قاتارلىقلارمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ، ئەگەر داۋائىلمىشكى ۋە مەسرۇدىتۇسنىڭ مەنىينى قوزغىشىدىن ئەندىشە قىلىنسا، بۇنىڭ يۇرەك ۋە تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىش كۈچىنى كۈچلەندۈرۈشى، شۇنىڭغا قارشى تۇرۇپ ئۇنىڭدىن غالىب كېلىدۇ. كاسكەبىنەج ۋە مەجۇنى قەرەنپۇلى بۇ ھەقتە ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ.

كېسەللىك قوزغالغاندا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

كېسەللىك قوزغالغان ئاياللارنىڭ بېشىغا سۇمبۇل يېغى ياكى بان يېغىغا ئوخشاش خۇشبۇي، كۈچلۈك ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى ياغلارنى سۈركەش ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن غىدىقلاشلارغا ئالدىراش، بولۇپمۇ ئېچىشتۇرىدىغان ۋە قىچىشتۇرىدىغان دورىلار بىلەن غىدىقلاشقا ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرغۇچى، شىيافلارنى ۋە غالىيە[1] گە ئوخشاش بالىياتقۇنى تۆۋەنگە تارتىدىغان ھەمەللەرنى ھەمەل قىلىشقا ۋە بان يېغى، يەسمەن يېغى ۋە كالا بابۇنسى يېغى، سازەج ھىندى يېغىغا ئوخشاش ياغلارنى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئىسسىق تەبىئەتلىك، خۇش پۇراق، بالىياتقۇ ئۇنىڭغا مايىل بولىدىغان ۋە مايىل بولۇش بىلەن بىرگە لەتىفلەشتۈرۈش ۋە ھەيز ماڭدۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار خۇش پۇراق ياغلارنى ئىشلىتىشكە ئالدىراش لازىم. شۇنىڭدەك ئاستىدىن ئىپار، ئۇد ھىندى بىلەن ۋە قىزىق تاش ئۇستىدە كۆيدۈرۈلگەن گۈلسەۋسەن يىلتىزىنىڭ ئىسى بىلەن بۇخۇر قىلىش، خۇلۇق[2] ۋە غالىيەنى تىلا قىلىش، نەپسى ۋە بۇرنىنى

① غالىيە — خۇش پۇراق دورىلار ئىچىدە ئەڭ خۇش پۇراق، ئەڭ قىممەت بىر خىل خۇش پۇراقتۇر.

② خۇلۇق — زەپەر قوشۇلغان بىر خىل خۇش پۇراق دورا.

تۇتۇۋېلىش، توخۇ پېيىنى گېلىگە كىرگۈزۈپ قەي قىلدۇرۇش لازىم. چۈنكى ئايال قەي قىلدۇرۇش بىلەن يېنىكلىك ھېس قىلىدۇ. چۈشكۈرتۈلىدۇ، ئەنجۈر پۈرىتىلىدۇ. ئۇ ئايالنىڭ تۆۋەنكى ئەزالىرىغا قان ۋە بالياتقۇنى ئاستىغا تارتىدىغان ھىجامەتلەر قويۇلىدۇ، بولۇپمۇ ئىككى سۈيدۈك نەيچىسىگە ۋە ئىككى يوتىغا ياكى بالياتقۇ بىر تەرەپكە مايىل بولغان بولسا، مايىل بولغان تەرەپنىڭ ئۇدۇلىغا بالياتقۇ ۋە قانىنى ئاستىغا تارتىش ئۈچۈن ھىجامەت قويۇلىدۇ. ئىككى پۇتى كۈچلۈك ئۇۋۇلىنىدۇ، يەنە ئىككى ساغرىسى ۋە دوۋسۇن ئەتراپىمۇ ئۇۋۇلىنىدۇ، ئىككى يوتا ۋە ئىككى پاچىقى ئۇستىدىن ئاستىغا قاراپ تېڭىلىدۇ. سۇمبۇل يېغى ۋە قىزارتقۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار سۈركىلىدۇ. قىزارتقۇچى تېڭىلىدۇ، بۇنىڭغا پەرىيۇنغا ئوخشاش دورىلار چۈشىدۇ. مەقئىتىگە يەل تارقىتىدىغان دورىلار قويۇلىدۇ. ئاشقازان ساھەسىگە يەل تارقىتىدىغان دورىلار تىلا قىلىنىدۇ. ئۇ ئايالنى توۋلاپ تۇرۇپ مىدىرلىتىلىدۇ. ئەگەر شۇ تەدبىرلەرنىڭ ھەممىسى قوللىنىلىپ، ئايالنىڭ نەپسى ئەسلىگە كەلمىسە، قاينىتىلغان ئىسسىق ياغنى بېشىغا قۇيۇش ياكى چوققىسىنى داغلاش لازىم. بەزىدە قان ئېلىش بىلەن ھوشىغا كېلىدۇ. بۇ خىل ئايالغا شاراب ئىچكۈزۈشتىن، تەستە سىڭدىغان گۆشلەرنى يېگۈزۈشتىن، مەنىنى كۆپەيتۈۋېتىدىغان نەرسىلەرنى يېگۈزۈشتىن ساقلىنىش لازىم ۋە بۇنىڭدىن باشقا داۋالاشلار سەن بىلگەن بويىچە بولىدۇ.

12 ـ پەسىل بالياتقۇدا كۆرۈلىدىغان ئۇجمىسمان، مىخسمان بوۋاسىر ۋە مۇدۇر ـ چاقىلار توغرىسىدا

بەزىدە بالياتقۇدا بوۋاسىر پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بالياتقۇدا زەكەر ھەققىدە دېيىلگەنگە ئوخشاش ئۇجمىسمان ئۆسمە پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بالياتقۇدا خىلمۇخىل مۇدۇر ـ چاقىلار پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ بەزىسى ھاشانىڭ بېشىغا ئوخشىغانلىقتىن

«ھاشا» دېيىلىدۇ. بەزىدە ئۇ مۇدۇر - چاقلار ئاق بولىدۇ. بەزىدە يېرىلىش ۋە قاتقان ئىششىقتىن كېيىن مىخسىمان سۆگەلگە ئوخشاش بوۋاسىر پەيدا بولىدۇ. بالىياتقۇنىڭ يۇزەكى قىسمىدا پەيدا بولغان بوۋاسىر ساقىيىشى مۇمكىن. بالىياتقۇ چوڭقۇر قىسمىدا پەيدا بولغان بوۋاسىرنىڭ ساقىيىشى بەك ئاز. بەزىدە ھەيز تۈتۈلۈپ قالغان ئايالغا مەقئىتى ۋە بالىياتقۇ سىرتىغا بوۋاسىرنىڭ چىقىشى مەنپەئەت قىلىدۇ. چۈنكى، بوۋاسىرنىڭ توسالغۇ ئېچىلىش ۋە تازىلىنىش ئۈمىدى بولىدۇ ۋە ئۇ ئايال ھەيز توسۇلۇش سەۋەب بولىدىغان ئېغىر كېسەللىكلەردىن بوۋاسىر بولۇش ئارقىلىق ئامان قالىدۇ. بوۋاسىر ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى بىز بالىياتقۇ يېرىلىش بايانىدا بايان قىلغان بويىچە پەرجىگە ئەينەكنى ئۇدۇل قويۇپ ئېچىش ئارقىلىق كۆرۈش مۇمكىن بولىدۇ. ئەگەر ئايالنىڭ پەرجى ئېچىپ كۆرۈلسە، ئاغرىق ۋاقتىتا ئېچىلىشتىن خالىي بولمايدۇ. ئاغرىق ۋاقتى دېگىنىمىز، ھەيز قېنىنىڭ توسۇلغان ۋاقتىدۇر. بۇ ۋاقىتتا بوۋاسىر قىزىل، قاتقان ھالەتتە كۆرۈنىدۇ. ئاغرىق پەسەيگەن ۋاقتى دېگىنىمىز، بالىياتقۇدىن ياغنىڭ لېيىدەك قارا نەرسە ئېقىۋاتقان ۋاقىتتۇر، بۇ ۋاقىتتا بوۋاسىر كىچىك كۆرۈنىدۇ.

داۋالاش

بوۋاسىر كۆپكەندە ۋە ماددا يىغىلغاندا قاتتىق ئاغرىيدۇ. بوۋاسىرنى يۇمشىتىش ۋە ئېقىشقا تەييارلاش كېرەك، ئەگەر بۇ مەنپەئەت قىلمىسا (بوۋاسىرنى ياپىلاق، كەڭرى بولمىسا)، مەقئەتتىكى بوۋاسىرغا تۆمۈر ئىشلىتىشتە سۆزلىگەن بويىچە تۆمۈر سايمان ۋە شۇ يەرگە مەخسۇس بولغان سايمانىنى ئىشلىتىش كېرەك. بالىياتقۇنىڭ يۇزەكى قىسمىدا بولغاندا ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بوۋاسىر كېسىلسە، كەسكەن ئورۇنغا زاك، زەمچە، كۇندۇر پوستى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار سېپىلىدۇ. كەسمەكچى بولغاندا ئايالنى سوغۇق ئۆيگە كىرگۈزۈپ، بوۋاسىر كېسىلىدۇ ۋە ئۇ ئايال پۇتىنى تامغا يۆلەپ ئىككى سائەت ياتقۇزۇلىدۇ. ئەۋرەت ئەتراپى، ئومۇرتقا ۋە چات ئارىلىقغا قار بىلەن سوۋۇتۇلغان قابىز دورىلارنىڭ سۇلىرىدا نەمدەلگەن لاتا قويۇلىدۇ. ئەگەر

قان توختىمسا، ئەۋرەت ئەتراپى، ئومۇرتقا ۋە ئۇنىڭغا يېقىن ئورۇنلارغا داۋاملىق ھىجامەت قويۇلىدۇ. ئاقاقيا، ھۇزۇزى مەككى، يەر مەدىكى قاتارلىقلار ئېرىتىلگەن قابىز دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسىغا چۆكۈرۈلگەن يۇڭ ھەمەل قىلىنىدۇ ۋە قابىز دورا سۈلىرىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئەگەر بوۋاسىر ياپىلاق، كەڭرىدەك بولسا، ئۇنى كېسىشكە يۈزلەنمەي، ئۈستىگە ھۇزۇرى مەككى، ئاقاقيا ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى سېپىلغان زىرىق ئۇسارىسى ياكى پاقىيوپۇرمقى ئۇسارىسى بىلەن نەمدەلگەن لاتىغا ئوخشاش كۈچلۈك قۇرۇتقۇچى، قانىنى توختاتقۇچى دورىلار ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئۇ ئايالنىڭ قول - پۇتلىرى مەھكەم باغلىنىدۇ، ئايال ھەمەل قىلىنغان دورا چۈشۈپ كەتمەيدىغان شەكىلدە يېتىشقا بۇيرۇلىدۇ. قاناشقا ئىشلىتىلىدىغان تەدبىر ئىشلىتىلىدۇ. نورمال قان ئېقىپ تۇرۇپ ئاغرىپ كەتمەسلىك ئۈچۈن ۋە كۆپ قاناپ كېتىپ قۇۋۇەت تۆۋەنلەپ كەتمەسلىك ئۈچۈن بوۋاسىر تېشىپ قويۇلىدۇ. بوۋاسىرنى يۇمشىتىدىغان تەدبىرلەردىن بىرى ئاق لەيلىگۈلى، بابۇنە، زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا، ئىكلىلمىلىككە ئوخشاش يۇمشاتقۇچى دورىلار قاينىتىلمىلىرىدا ئولتۇرغۇزۇش ۋە زەيتۇن يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى، ئىكلىلمىلىككە ئوخشاش ياغلارنى ئىستېمال قىلىشتۇر.

مىخسىمان بوۋاسىرنىڭ ئىلاجى بۇنداق بىمارنى شۇمشا قاينىتىلمىسى ۋە ياغ قوشۇلغان يۇمشاتقۇچى دورىلار قاينىتىلمىسىدا ئولتۇرغۇزۇش، شۇنداقلا زوپا، قىزىل توغرىغۇ، ئۇدخام قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان پەرزىجىلەرنى ھەمەل قىلىش كېرەك.

13 - پەسىل ئۆسمە گۆش، دىلچىقىنىڭ ئۇزىراپ قېلىشى، زەكەرگە ئوخشاش بىر نەرسىنىڭ ۋە قەرقەس دەپ ئاتىلىدىغان ئۆسمىنىڭ ئاشكارا بولۇشى توغرىسىدا

بەزىدە بالىياتقۇ ئېغىزىدا ئۆسمە گۆش ئۆسىدۇ ۋە بەزىدە ئايال كىشىدە زەكەرگە ئوخشاش بىر نەرسە ئاشكارا بولۇپ، جىما قىلىشنى توسىدۇ. بەزىدە بۇ ئايال باشقا ئاياللار بىلەن جىماغا ئوخشاش ئىشلارنى قىلالايدۇ. زەكەرگە ئوخشاش يوغىناپ

كەتكەن ئۇ نەرسە دىلچىق بولۇشى مۇمكىن. قەرقەس بالىياتقۇ ئېغىزىغا ئۆسكەن گۆشتۇر. ئۇ بەزىدە ئۇزىرايدۇ، بەزىدە قىسقىرايدۇ. بەلكى يازدا ئۇزىراپ قىشتا قىسقىرايدۇ. ئۇنى ئەخەمانىس ۋە جالىنۇسقا ئوخشاش بىر بۆلۈك تېۋىپلار بۇنىڭغا گۇۋاھلىق بەرگەن ۋە ئەنباد قەلىسى دېگەن تېۋىپ بۇنى ئىنكار قىلغان.

داۋالاش

زەكەرگە ئوخشاش نەرسە ۋە دىلچىقى يوغىناپ كەتكەن ئايالنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ كېسىپ داۋالىنىدۇ. كېسىشتە قاناپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن تۆۋەندىن چوڭقۇرراق كېسىلىدۇ. ئەمما باشقا ئۆسمىگە ئۆز بايانىدا سۆزلەنگەن گۆشنى يېگۈچى دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىش مۇمكىن بولىدۇ. بەزىدە كەسمەي ئامال بولمايدۇ. بۇ ۋاقىتتا بوۋاسىرنى كەسكەن ئۇسۇل بىلەن كېسىلىدۇ. قەرقەس ناملىق ئۆسمە بەزىدە يېپ بىلەن چىڭ بوغۇپ، ئىككى ياكى ئۈچ كۈن تۇرغۇزۇپ ئاندىن كېسىلىدۇ. بەزىدە قان ئاز ئېقىش ئۈچۈن ئۆسمىنى بۇزۇلغىنچە بوغۇپ قويۇپ، ئاندىن كېسىشكە كۆرسەتمە بېرىلدى.

14 ـ پەسىل بالىياتقۇدا ھاسىل بولغان سۇ توغرىسىدا

بەزىدە ئاياللارنىڭ بالىياتقۇسىدا سۇ يىغىلىپ توختاپ قالىدۇ.

ئالامىتى

ئۇنىڭ ئالامىتى، بۇ كېسەللىك يۈز بېرىشتىن بۇرۇن ھەيز توسۇلىدۇ. قورساق كۆرىكىراش كۆپ بولىدۇ. بولۇپمۇ ھەربىر قىلغاندا ۋە ماڭغاندا قورساق كۆپ كۆرىكىرايدۇ. قورساقنىڭ ئاستى تەرىپىدە سۇلۇق ئىششىق يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ئۇ

ئايال ئىستىسقا بولغان كىشىگە ئوخشاپ قالىدۇ. سۈيۇق ھۆللۈكىنىڭ ئېقىشى كۆپ بولىدۇ. بەزىدە زىمات قىلغاندا، بۇ ئايالنىڭ پەرجىدىن بىراقلا كۆپ سۇ كېلىدۇ.

داۋالاش

بۇ كېسەللىكنىڭ ئىلاجى شۇكى، ئېھتىياج چۈشسە قان ئېلىنىدۇ، ھەربىر قىلدۇرۇلىدۇ. سۈيۇقلۇقنى كۈچلۈك ماگدۇرغۇچى دورىلاردا ۋە ئىستىسقا زىماتلىرىدا ئىشلىتىلىدىغان دورىلاردا ماددا پىشقۇچە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن ئۇ ئايالغا كۈچلۈك ھەيز ماگدۇرغۇچى دورىلار يېقىنلاشتۇرۇلىدۇ ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىستىسقا بىمارلىرىغا ئىشلىتىلىدىغان ھۆقنىلەرنى ھۆقنە قىلسا، سۇ ۋە ھەيزنى ماگدۇرغۇچى شىيافلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ. ئاق خەربەقنى ھەمەل قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە كۆپ سۇنى چىقىرىدۇ.

15 ـ پەسىل بالىياتقۇ كۆپۈش ۋە ئۇنى بىلىش توغرىسىدا

بالىياتقۇ كۆپۈش ۋە بالىياتقۇدا يەل پەيدا بولۇشنىڭ تۆنجى سەۋەبى: بالىياتقۇ مىزاجىنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدىغان ئۇرۇلۇش ياكى يىقىلىش بولىدۇ، بەزىدە تۇغۇت قىيىن بولۇش ياكى بالىياتقۇ ئېغىزى ئۆرۈلۈپ قېلىش ياكى بالىياتقۇ بوشلۇقى ياكى بالىياتقۇ تالالىرى ياكى بالىياتقۇ بۇلۇڭلىرىدا يەلنى توسۇپ قويىدىغان، بالىياتقۇ ئېغىزىدا توسالغۇ پەيدا قىلىدىغان سوغۇقلۇقنىڭ بەك كۆپ بولۇپ كېتىشى بولىدۇ. بالىياتقۇ تالالىرى ئارىسىدىكى يەلنى داۋالاش قىينىراقتۇر، ئاندىن قالسا بالىياتقۇ بۇلۇڭىدا، ئاندىن قالسا بالىياتقۇ بوشلۇقىدا بولغان يەلنى داۋالاش قىينىدۇر.

ئالامىتى

بەزىدە بالىياتقۇ ۋە بالىياتقۇ تالالىرى ئارىسىدا يەل توختاپ قالغاندا، يەلنىڭ

تارتىشتۇرۇپ ئاغرىتىشى شۇ دەرىجىدە كۈچىيىدۇكى، دوۋساققىچە يېتىدۇ. ئاغرىق ئىككى چاتقا كېڭىيىدۇ ۋە ئىككى يوتا، كېرىگەت ۋە ئاشقازانغا يېتىپ بارىدۇ. بالىياتقۇدا ناغرىنىڭ ۋە ئىستىسقائى تەبەلىنىڭ ئاۋازىدەك ئاۋازلار بولىدۇ. بەزىدە يەل يۆتكىلىدۇ. بۇ يەلنىڭ يۆتكىلىشىگە قورساق مۇجۇپ ئاغرىش، لوقۇلداپ ئاغرىش ۋە يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىش قاتارلىقلار قوشۇلۇپ كېلىپ، بۇ ئاغرىقلارنى ئىسسىق تەبىئەتلىك قوقى[1] بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش پەسەيتىدۇ. سوغۇقلۇق قايتىلانسا، كېسەللىك قايتا قوزغىلىدۇ. بۇ كېسەلدە ئەۋرەت ساھەسى پۈلتىيىپ چىقىدۇ. بەزىدە بۇ يەل ئۆمۈر بويى قېپقالىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، بالىياتقۇنىڭ مەنىنى ئۆز ئىچىگە ئېلىشى بۇ يەلنى يەل پەيدا بولمىغاندەك تارقىتۇېتىدۇ.

داۋالاش

بەدەندىن ۋە بالىياتقۇدىن بولۇپمۇ ئايرىج پەيقرانىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن يەل پەيدا قىلغۇچى ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن لوغانزىيا، سەنجىرىنانى مائۇلئۇسۇل بىلەن ئىچكۈزۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك سوزۇلما بولۇپ كەتكەن بولسا، ئايرىج ئەركىغانسىنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن ماددا تازىلىنىدۇ. كەلكىلانەج يېغى بۇ ھەقتە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە مۇقەل، ئۇد بىلسان، ھەببى بىلسان قاتارلىقلارغا سۇمبۇل يېغى، سۈزاپ يېغى قوشۇپ تەييارلانغان شىيافلار ھەمەل قىلىنىدۇ. بەزىدە سۈزاپ يېغى، سېرىقچېچەك يېغى بىلەن نۇتۇل قىلىنىدۇ. بەزىدە بالىياتقۇغا سۈزاپ، چاڭگاك ئۇرۇقى، زىرە، قەنتەرىيۇن، بەرەنجاسپ، مەرزەنجۇش، رۇمبەدىيان، پىننە، قېلىن دارچىن، جۇۋىنە ۋە باشقا ئۇرۇق دورىلاردىن تەييارلانغان زىماتلار قويۇلىدۇ. بەزىدە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن زىمات دورىلىرى قاينىتىلغان سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بەزىدە ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورا - دەرمەكلەر بۇخۇر قىلىنىدۇ. بەزىدە ئەۋرەت ساھەسى ۋە بالىياتقۇ ساھەسىگە ئوتلۇق ھىجامەت قويۇلىدۇ.

① قوقى — بىرخىل مۇرەككەپ دورىدۇر —(ت).

16 ـ پەسل بالىياتقۇ يېلى توغرىسىدا

بالىياتقۇسىدا يەل بار ئايال ھەر ۋاقىت، بولۇپمۇ سوغۇق مەزگىللەردە بىر نەرسە ساڭگىلىغاندەك ھېس قىلىدۇ ۋە ئوڭ ـ سول تەرەپكە يۆتكىلىدىغان ئاغرىقنى ھېس قىلىدۇ.

داۋالاش

ماھىر تېۋىپ بۇ ئايالغا ھەر كۈنى 4.5 گىرام دەھمەرسا (مۇرەككەپ دورا) نى ئۈچ گىرام زىرە، 0.5 گىرام مەستىكى قاتارلىقلار قاينىتىلغان 30 گىرام سۇدا ئىچكۈزۈش كېرەك ۋە بەدىيان سېلىنغان نوقۇت سۈيىنى غىزا قىلىپ بېرىش كېرەك.

يىگىرمە ئىككىنچى پەن

تاشقى كېسەللىكلەر ۋە مۇچىلەر كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

(بۇ پەن بۇ كىتابتىكى ئاخىرقى پەندۇر)

بۇ پەن ئىككى ماقالىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بىرىنچى ماقالە

سىرتقى ئەزالاردا ۋە مۇچىلەردە يۈز بېرىدىغان مىقدارى كېسەللىك ۋە تۈزۈلۈشتىكى كېسەللىك توغرىسىدا

1 ـ پەسىل چاۋا ۋە ئىككى ئورىغۇچى پەردىنىڭ شەكلى توغرىسىدا

شۇنى بىلىش كېرەككى، قورساق تېرىسىنىڭ ئاستىدا ئىككى پەردە بار. ئۇ ئىككىسىنىڭ بىرى، تاپى (سىرتقى پەردە) دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ، ئۇچەينى ئوراپ تۇرىدۇ ۋە ئۆزىنىڭ زىچلىقى، مايلىقلىقى بىلەن ئۇچەيلەرنى قىزىتىپ تۇرىدۇ ھەمدە

مۇسكۇللارنى ئوراپ تۇرىدۇ؛ ئىككىنچىسى، باتىن (ئىچكى پەردە)دۇر. ئۇ بارىتون ۋە مۇدەۋۋەر دەپ ئاتىلىدۇ. چۈنكى ئۇ پەردە ئۇنى ئوراپ تۇرغۇچى نېپىز پەردىدىن ئايرىۋېتىلسە، ئۇستىدە تۇتىتى، بوش ئارتۇق نەرسىلىرى ۋە تۆشۈكلىرى بار توپقا ئوخشاش بولىدۇ. ئۇستىدىن كېرىگەتكە تۇتىشىپ، ئۇ كېرىگەتتىن ئايرىلىپ تۇرىدۇ. ئۇ، قورساق تېرىسى ۋە قورساق شىللىق پەردىسى ئاستىدىكى نېپىز پەردىدۇر. بۇ پەردىگە قورساقنىڭ ئوك - سول تەرىپىدىكى ئىككى مۇسكۇل بەك چاپلىشىپ تۇرىدۇ. بۇ ئىككى مۇسكۇلدىن كېيىن كېرىگەت ۋە ئۇ كېرىگەتنىڭ گۆشلۈك بۆلەكلىرىگە بىرلىشىپ كەتكەندەك تۇتىشىدۇ. جەۋھىرى ئورۇنلىشىپ مۇقىملىشىپ بولغاندىن كېيىن ئاشقازانغا تۇتىشىدۇ. شۇ تۇتىشىش يېيىلغان تۇتىشىش بولىدۇ. لېكىن ئۇ پەردە جىگەرگە تۇتاشقاندا ناھايىتى نېپىز بولىدۇ. ئۇنىڭ ئاشقازانغا ئۆرلىشىدە ۋە ئاشقازاندا يانتۇ چۈشۈشىدە تومۇرلار ۋە شۇ پەردىگە ئالاقىدار چوڭ قىزىل قان تومۇرلارنى ئۆتكۈزۈش خۇسۇسىيىتى بار ۋە بۇ پەردە تۆۋەنلەپ چاۋنغا ئۆزگىرىدۇ. بەزىدە قورساق ئىچكى پەردىسىنىڭ كۆپىنچىسىدە قورساق سىرتقى پەردىسىگە تۇتاش نېرۋىلىق بولۇشتا، قورساق قېلىن پەردىسىگە ئوخشاش بولغانلىقتىن، قېلىن پەردىنىڭ بىر بۆلىكى دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدىغان نېپىز توغرا مۇسكۇل ماڭىدۇ. ئەگەر بۇ پەردىدىن قورساق ئىچكى پەردىسى ئاجرىتىلسا، ئۇنىڭ توقۇلمىسى ئىنتايىن نېپىز بولىدۇ. مانا بۇ ھەقىقىي ئىچكى پەردىدۇر. ئۇنىڭ ئەڭ نېپىز، ئەڭ ئايرىلغان قىسمى ئىككى بىقىندا ۋە بۇ پەردىلەردىن قوۋۇرغىنى ئوراپ تۇرغان پەردىلەر ئۇنگەن جايدا بولىدۇ.

ئىچكى پەردىنىڭ بۇ قېلىن پەردىگە بولغان مەنپەئەتى شۇكى، ئۇ، قورساق مۇسكۇلى بىلەن ئۇچەي ئارىلىقىنى توشقۇزىدۇ، يەرلىك ئورۇن بىلەن ئۇچەيلەرنى چىڭىتىدۇ ۋە مۇسكۇللارنىڭ بوش ئورۇنغا چۈشۈپ كېتىشىنى ئارقا تەرەپتىن كېرىگەتنىڭ يارىمى بىلەن توسۇپ قالىدۇ ۋە ئۇچەيلەرنىڭ ئارقا تەرىپىنى ھەمدە چىقىرىندىلارنى بىكارلىغۇچى ئىچكى ئەزالارنى ئۆزىدىكى چوڭ تەرەت، سۈيدۈك ۋە تۆرەلمىنى ئىتتىرىپ چىقارغۇدەك دەرىجىدە تولۇق سىقىدۇ. قورساقنىڭ بەك ئېسىلىپ قېلىشىنى توسىدۇ ۋە ئىچكى ئەزالارنى كۆچلۈك تارىمۇشلار بىلەن باغلاپ تۇرىدۇ. ئۇ پەردە ئومۇرتقىدا بىرلا نەرسىدەك مەلۇم بولىدۇ. بۇ پەردىلەرنىڭ ھەممىسى ئارقا تەرەپتىن بەزلىك گۆشكە بەزلىك گۆشنىڭ سىلىنجىسىدەك

تۇتىشىدۇ، شۇنداقلا چوڭ تومۇرلارغا ۋە ئۈچەي بىلەن ئاشقازان ئارىلىقىدا تۇتىشىپ تۇرىدىغان ماددا ئۆتۈش يولىغا تۇتىشىدۇ. بەزى تېۋىپلار مۇنداق دېدى: قورساق قېلىن پەردىسىنىڭ ئورنىغۇچى ئۈچ تەبىئىي قۇۋۋەت ئەزاسى بولغان تالاغا مەلۇم بولغان يۆنىلىش بويىچە تۇقۇلغان تالالاردىن بولغان ئوخشاشلىرى بار، دېيىشكە بولمايدۇ. بۇ خىل تېۋىپلارغا بۇ پەردە دوۋساق، بالىياتقۇ قەۋەتلىرىدە شىللىق پەردىنىڭ بىر بۆلىكى بولماي، بەلكى يەككە بىر جىسىم دېيىش مۇمكىن بولىدۇ. بۇ ئىككى پەردە تۆۋەنكى كاۋاك ئەزالارنى ساقلايدۇ. ئەگەر بۇ پەردە ئەۋرەت ساھەسىگە يەتسە، بۇ ئىككى پەردىدە ئوڭ - سول تەرەپتىكى ئىككى ھۇجرىدەك تار تۆشۈك پەيدا بولۇپ، بۇ ئىككى تۆشۈك تۆۋەنلەپ، ھەتتا ئىككى ئۇرۇقدانىنىڭ خالتىسىدەك بولىدۇ. ئىككى «پەردىنىڭ» ئاستىدا سېرىقئەت باردۇر. سېرىقئەت ئۈستمۇئۈست تۇرىدىغان، ئارىسىدا نۇرغۇن قىزىل قان تومۇر ۋە ئۇنىڭدىن باشقا تومۇرلار بولغان ئىككى پەردىدىن تۈزۈلگەن بولۇپ، ئۇنىڭ شەكلى خالتىغا ئوخشايدۇ. ئۇ ئاشقازانغا، ماسارىقىغا، قۇلۇن ئۈچەي (تۈز ئۈچەي)گە باغلانغان. ئۇنىڭ باشلىنىش ئورنى ئاشقازان ۋە ئون ئىككى بارماق ئۈچەي يېنىدىكى ئىچكى پەردىنىڭ قالدۇقىدىن چۈشكەن ۋە ئۇنىڭ قالدۇقىدىن ئۆرلىگەن نەرسىلەردىن، دوۋساق يېنىدىكى ئىچكى پەردىدىن بولىدۇ. قورساق قىسمىنىڭ بىرىنچى قەۋىتى تېرە، ئۇنىڭ ئاستىدىكىسى بىرىنچى پەردە بولۇپ، بۇ ئىككىسىنىڭ ئومۇمىيسى مەراق (قورساق مۇسكۇل پەردىسى) دەپ ئاتىلىدۇ، ئاندىن قورساق ئىچكى پەردىسى، ئاندىن چاۋا، ئاندىن ئۈچەيلەر بولىدۇ.

2 - پەسىل چۇقۇق (پەتەق) ۋە چۇقۇققا ئوخشايدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا

چۇقۇق پەردىنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇش بىلەن ۋە ئۇ پەردە يىرتىلىپ پەردە ئىچىدە تۇرىدىغان ئۈچەيلەر چىقىۋېلىش بىلەن بولىدۇ ياكى پەردە يوللىرىنىڭ كېڭىيىشى ۋە پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشى بىلەن بولىدۇ. ئەگەر شۇ ئىش يۈز بېرىپ

چىقىۋالغان نەرسە ئىككى ئۇرۇقدانغا چۈشسە، ئۇ، «ئۇدرە»، «قىلە» (ئۇرۇقدان چۈقۇقى ۋە ئۇرۇقدانغا سۇ چۈشۈۋېلىش) دەپ ئاتىلىدۇ. شۇنىڭدىن باشقىسى ئومۇمىي ئىسىم بىلەن پەتەق، يەنى چۈقۇق دەپ ئاتىلىدۇ.

كۆپىنچە ئۇرۇقدان چۈقۇقى ۋە ئۇرۇقدان كۆك قان تومۇرلىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرى بولۇشى ۋە ئۇنىڭ قېتىۋېلىشى، ئۇرۇقدان خالتىسىنىڭ قېتىۋېلىشى سېرىقئەت يىرتىلىشتىن بولغان چۈقۇقتا بولىدۇ. چۈنكى، بەزىدە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئىككى تۆشۈك ئاجىزلىغانلىقتىن كېڭىيىدۇ ياكى ئۇ ئىككى تۆشۈكنىڭ ئەتراپى سىلىقلاشتۇرغۇچى ھۆللۈكتىن ياكى سايمان ۋە بوشاشتۇرغۇچى نەرسىلەر بىلەن ياكى ئۈنلۈك ۋارقىراش، كۈچلۈك ھەرىكەت قىلىش ياكى يېقىلىش ياكى قوزغىلىپ بولغان مەنىنى تۇتۇۋېلىپ، ئېتىلىپ چىقىشتىن توسۇش ياكى جىمادا ئايال ئەر كىشىنىڭ ئۈستىگە چىقىش ياكى جىمادا ئۆزىنى بەك چارچىتىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئىككى تۆشۈكنىڭ چۆرىسى يىرتىلىدۇ. شۇنىڭدەك ھەزىم بۇزۇلغاندا، قورساقتا يەل ۋە چوڭ تەرەت يىغىلغاندا جىما قىلىشتىن ئىككى تۆشۈك يىرتىلىپ، سېرىقئەت ياكى كېرىگەت ياكى ئىككىلىسى، ئۈچەيلەر، بولۇپمۇ قارىغۇ ئۈچەي چۈشۈۋالىدۇ، چۈنكى قارىغۇ ئۈچەي باغلانمىغاندۇر. بەزىدە ئۇرۇقدان خالتىسىغا تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىشىدىن ھۆللۈك قۇيۇلىدۇ ياكى ئۇرۇقدان خالتىسى سوغۇق بولغانلىقى ۋە يەرلىك ئورۇندىكى قانىنى سۈيۇقلۇققا ئۆزگەرتىۋەتكەنلىكىدىن ئۇرۇقدان خالتىسىدا سۈيۇقلۇق پەيدا بولىدۇ. بەزىدە ئۇرۇقدان خالتىسىدا مەخسۇس پەردە پەيدا بولىدۇ. ئۇرۇلۇش، يېقىلىش ياكى پىشمغان يەل سەۋەبىدىن بولغاندا ھۆللۈك قانلىق ۋە يىرىڭلىق بولىدۇ. بەزىدە تۆمۇر سايمان بىلەن ئىلاج قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە بۇ يەرگە زىيادە گۆش ئۈنىدۇ. بەزىدە ئىشىق ياكى سېمىزلىكتىن ئۇرۇقدان خالتىسى قېلىنلاپ ياكى قاتتىقلىشىپ چۈقۇقىغا ئوخشاپ قالغاچقا، گۆش چۈقۇقى دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە چۈقۇق يىرىقتا بولىدۇ. بەزىدە ئۇرۇقدان خالتىسىنىڭ تومۇرلىرى كۆپۈپ، ئۇ، «ئۇدرەتۇد داۋالى» (ئۇرۇقدان خالتىسىنىڭ كۆك تومۇرلىرى ئەگرى - بۈگرى بولۇش) دەپ ئاتىلىدۇ.

بەزىدە ئۇرۇقدان خالتىسى چۈقۇق بولماستىن قاتتىق بوشاپ كېتىپ، ئۇزىراپ

ئۇرۇقدان چۇقۇقنا ئوخشاپ قالىدۇ. بەزىدە چۇقۇق ئىككى ئۇرۇقدانىڭ ئۈستىدە، يىرىقتا ۋە يىرىقىنىڭ ئۈستىدە، كىندىكتە ۋە كىندىكىنىڭ ئۈستىدە، ئىككى سۈيدۈك توشۇش نەيچىسىدە بولىدۇ. كىندىك ئۈستىدە بولىدىغان چۇقۇق باشقا چۇقۇقلارغا قارىغاندا ئاز كۆرۈلىدۇ. چۈنكى كىندىكىنىڭ ئۈستى مۇسكۇللار بىلەن كۈچەيگەندۇر. ئۇ ئورۇننىڭ ئاستى مۇسكۇلىنىڭ ئەتراپىغا ئۇدۇل كېلىدۇ. بەزىدە كىندىك چىقىۋالىدۇ، بۇمۇ چۇقۇق جۈملىسىدىندۇر. كىندىكنىڭ ئۈستىدە بولىدىغان چۇقۇق گەرچە بەك يوغىناپ كەتمىسىمۇ ۋە دەسلەپتە ئاغرىتمىسىمۇ، ئەگەشمە كېسەللىكلىرى ناچاردۇر. چۈنكى، بۇ چۇقۇقتا چىقىۋالغان نەرسە قىستىلىپ، سقىلىپ تۇرىدىغان ئىنچىكە ئۈچەي بولۇپ، چوڭ تەرەت توسۇلۇپ قالغاندا، ئۇنى قەي قىلىدۇ. بۇ چۇقۇق ئۈچەي ئالمىشىش ۋە ئۈچەي ئالمىشىش قاتارلىنىدۇر. لېكىن كىندىكنىڭ ئاستىدا يۇز بەرگەن چۇقۇق تېز كېڭىيىدۇ ۋە يوغىنايدۇ، دەسلەپتە ئاغرىتمايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئۈچەي ۋە سېرىقئەت چىقۇقى گەرچە كىچىك بولسىمۇ، داۋالاش قىيىن بولغان ئېغىر كېسەللىك. ئۇرۇقدان خالتىسىغا سۇ چۈشۈۋېلىش گەرچە كۆپ بولسىمۇ، داۋالاش ئاسان بولغان كېسەللىكتۇر.

ئالامىتى

چۇقۇقنىڭ ئورتاق ئالامىتى ئورىغۇچى پەردە بىلەن قورساق تېرىسى ئارىسىدا كۆرگىلى ۋە سەزگىلى بولىدىغان زىيادىلىك بولۇپ، ھەرىكەت قىلغاندا ۋە نەپەسنى ئىچىگە تارتقاندا، ئۇ زىيادە يوغىنايدۇ. يوللار كېڭەيگەنلىكتىن بولغان چۇقۇقنىڭ ئالامىتى شۇكى، ئۇ قوپال ھەرىكەت قىلمىسىمۇ، ئۈنلۈك ژارقىرىمىسىمۇ ۋە باشقا سەۋەبلەر بولمىسىمۇ، ئۇرۇق خالتىسىدا ئاستا - ئاستا ئاشكارا بولۇپ، ئۇ ئۇرۇقدان چۇقۇقى بولىدۇ. ئەمما ئۇنىڭدىن باشقىسى شەكسىز سېرىقئەت يىرتىلغانلىقتىن بولۇپ، ئۇنىڭغا قۇرۇتۇش مەنپەئەت قىلمايدۇ. يىرىلغان ئورۇندىن ئۈچەي چىقىۋېلىشنىڭ ئالامىتى: ئوڭدا ياتقان ئۈچەينىڭ تېز كىرىپ كېتىشى ۋە ئۈچەينىڭ كۆرىنىلىقنى ھېس قىلىشتۇر، بولۇپمۇ قورساقنى باسقاندا. سېرىقئەت

يىرتىلغانلىقتىن بولغان چۈقۇقنى چۈقۇقنىڭ ئاستا - ئاستا پەيدا بولۇشى ۋە چۈقۇقنىڭ تۆز جايلىششى بىلەن بىرگە تېگىگە مايىل بولۇشى دەللىلەپ بېرىدۇ. بۇ چۈقۇقتا كوركىراش سېزىلمەيدۇ، كۆپىنچە ھەجمى كىچىك بولىدۇ. بەزىدە پۈتۈنلەي چىقۇبلىپ، ھەجمى چوڭىيىپ، ساقىيىشى قىيىن بولىدۇ. بۇ ئۇچەي چۈقۇقنى ئوخشىمىغاچقا، ئۇنى تۈتۈپ بىلىش ئۇچەي چۈقۇقنى تۈتۈپ بىلىشكە ئوخشايدۇ. ئۇچەي چۈقۇقى ۋە سېرىقئەت چۈقۇقنىڭ كىرىپ كېتىشى يەل چۈقۇقنى قارىغاندا قىينىراق بولىدۇ. ئۇرۇقدان خالتىسىغا سۇ چۈشۈۋېلىش تۈتۈپ بېقىش، ئۇرۇقدان خالتىسى تارتىشىش، پارقىراق ۋە سىلىق بولۇش قاتارلىقلار بىلەن بىلىنىدۇ. بۇ كىرىپ كەتمەيدۇ.

ئۇرۇقدان خالتىسىغا يەل چۈشۈۋېلىش ھەممىگە مەلۇمدۇر. چۈنكى، يەللىك كۆپۈش تونۇشلۇق ۋە ئاشكارىدۇر. يەلدىن بولغان چۈقۇق كۆپ قىسلىماي ۋە ئاغرىتماي كىرىپ كېتىدۇ. بەزىدە چىقۇبلىپ دەرھال كىرىپ كېتىدۇ. ئوڭدا ياتقاندا باشقا ۋاقىتقا قارىغاندا كىرىپ كەتمەيدۇ. چۈنكى، يەلنىڭ ئېغىرلىقى بولمىغانلىقتىن ئوڭدا ياتسۇن ياكى ياتمىسۇن ئوخشاشلا كىرىپ كەتمەيدۇ. ئۇچەي چۈقۇقنى ئوخشىمايدۇ. ئۇچەي چۈقۇقى ئوڭدا ياتقاندا ئاسانلا كىرىپ كېتىدۇ. بەزىدە يەلدىن بولغان چۈقۇق ئۇرۇقدان خالتىسىنى تارتىشتۇرغانلىقتىن بەك ئاغرىيدۇ. بەزىدە ئۇرۇقدان چىقىدۇ. گۆش چۈقۇقنىڭ ئالامىتى شۇكى، گۆش چۈقۇقى ئۇرۇقدان خالتىسىنىڭ ئىچىدە بولماستىن، ئۇرۇقدان خالتىسىنىڭ قاتقان ئىششىقىدىن تاشتەك قېتىۋالىدۇ. بۇ بۇرس[1] دەپ ئاتىلىدۇ. ئەمما ئۇرۇقدان خالتىسى كۆك تومۇرلىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرى چۈقۇقى تومۇرلارنىڭ ماددىغا توشۇپ كېتىشىدىن ۋە ئىككى ئۇرۇقدان بوشاپ كېتىشتىن ئىبارەت ساپاقسىمان ئەگرىلىكتىن، يىغىشقا ۋە مىدىرلىتىشقا بولماسلىقتىن بىلىنىدۇ. قىزىل قان تومۇرلىرىدا بولغان چۈقۇقنى بارماق بىلەن باسقاندا تارقايدۇ. قىزىل قان تومۇرلاردا

① بۇرس — پەردىلىرى قېتىۋالغان ئۇرۇقدان خالتىسى چۈقۇقى.

بولماي، بەلكى شۇ ئەزالارغا ئوزۇقلۇق يەتكۈزگۈچى كۆك قان تومۇرلاردا بولسا، ئۇنى بارماق بىلەن باسقاندا تارقىمايدۇ.

داۋالاش

چۈقۇق بىمارلىرىغا ئومۇمىي تەدبىر: تويغۇچە تاماق يېمەسلىك، ئېغىر ھەرىكەتلەرنى قىلماسلىق، سەكرىمەسلىك، ئىتتىك ئورنىدىن تۇرماسلىق، جىما قىلماسلىق قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. بۇ ئەھۋاللارنىڭ ئەڭ يامانراقى قورساق توق ۋاقتىدا بولغىنىدۇر. بۇ خىل بىمارلار يەللىك تاماقلارنى يېمەسلىكى، سۇنى كۆپ ئىچمەسلىكى، بارلىق بوشاشتۇرغۇچى نەرسىلەرنى ھەتتا مۇنچىغا چۈشۈشنىمۇ تەرك ئېتىشى لازىم. ئەگەر تاماق يېسە ئوڭدا يېتىشى، ئولتۇرغاندا، بولۇپمۇ جىما قىلغاندا چۈقۇقنى تېڭىۋېلىشى، يېگەن تامقى سىڭىپ بولغاندا جىما قىلىشى لازىم. بۇ خىل چۈقۇققا گىرىپتار بولغان كىشى مۇمكىن بولسا يېرىقنى پۈتتۈرۈش ياكى يېرىقنى چوڭىيىپ كەتمەسلىكتىن ساقلاش، يېرىقنى بوشاشتۇرىدىغان ۋە كېڭەيتىدىغان نەرسىلەرنى قۇرۇتۇش، چۈشۈۋالغان نەرسە چاۋا ياكى ئۇچەي بولسا، ئۇنى كىرگۈزۈۋېتىش، يىغىلغان نەرسە سۇ ۋە يەل بولسا، ئۇنى تارقىتىش ھەمدە ئۇنىڭغا ياردەم بېرىدىغان ماددىنى توسۇش ئىكەنلىكىنى بىلىش لازىم. ئەگەر يىغىلغان سۇ ۋە يەل تارقىمسا، ئۇنى چىقىرىشقا تەدبىر قىلىنىدۇ. يېرىقنى پۈتتۈرۈش ياكى كېڭىيىپ كېتىشتىن ساقلاش قۇۋۇۋەتلىگۈچى ۋە قابىزلىقى بولغان سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار بىلەن بولىدۇ. يېرىق قانچىكى كىچىك بولسا، پۈتۈشى شۇنچە ئاسان بولىدۇ. بەزىدە يېرىقنى پۈتتۈرۈشتە داغلاش بىلەن ياردەم قىلىنىدۇ. چۈقۇقنى قۇرۇتۇش تارقاتقۇچى دورىلار بىلەن بولىدۇ. بەزىدە قۇرۇتۇشقا داغلاش بىلەن ياردەم قىلىنىدۇ. چۈشۈۋالغان نەرسىنى تېڭىش ۋە باغلاش بىلەن قايتۇرۇلىدۇ. يىغىلىپ قالغان سۇ ۋە يەللەر ئىستىسقاغا ئىشلىتىلىدىغان ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن تارقىتىلىدۇ. يىغىلىۋالغان سۇ ۋە يەل ماددىسىز ئىستىفراغ قىلىش ھەمدە غىزانى تەڭشەش بىلەن توسۇلىدۇ. يىغىلىۋالغان سۇ ۋە يەللەر كۈچلۈك تەرلەتكۈچى دورا ۋە تۆمۈر سايمان ئىشلىتىش بىلەن چىقىرىلىدۇ.

ئۇچەي ۋە چاۋا چۇقۇقنى داۋالاش

ئەگەر ئۇچەي ۋە چاۋا ئۇرۇقدان خالتىسىغا چۈشۈۋالسا، ئۇلارنى قايتۇرۇش مۇمكىن بولمىدۇ (گەرچە ئۇستىدىكى چۇقۇقلارغا نسبەتەن چۈشۈۋالغان ئۇچەي ۋە چاۋىنى قايتۇرۇش قىيىن بولسىمۇ)، ئۇرۇقدان خالتىسىغا چۈشۈۋالغان ئۇچەي ۋە چاۋا ئوڭدا ياتقۇزۇش، يېنىك ئۇۋۇلاش بىلەن ئاسانلا كىرىپ كېتىدۇ. ئەگەر چۇقۇق كېڭەيسە، چۇقۇقنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتۇشقا ۋە يېرىقنى پۈتتۈرۈشكە چارە قوللىنىلىدۇ. ئەگەر قايتۇرۇش تەس بولسا، بىمار ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ۋە چۇقۇققا يۇمشاتقۇچى دورىلار زىمات قىلىنىدۇ ياكى چۇقۇق كىرىپ كەتكۈچە قىزىتىلغان رەخت بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئاندىن چۇقۇق ئۈستىگە يىغقۇچى دورىلارنى قويۇپ تېڭىپ، ئۈچ كۈن ئوڭدا ياتقۇزۇلىدۇ. تۆت بۇرجەكلىك تېڭىق لاتسى بىلەن ۋە يېرىقنىڭ ئىككى يېنىنى يىغىشقا تەييارلانغان تېڭىق لاتسى بىلەن تېڭىلىدۇ. بەزىدە بۇ تېڭىق ئۈستىدىن داغلىنىدۇ. يۇمىلاق تېڭىق لاتسى ئىشلىتىلمەيدۇ، چۈنكى يۇمىلاق تېڭىق لاتسى يېرىقنى كېڭەيتۈۋېتىدۇ. ئەمما چوڭ چۇقۇقتا يېرىقنى پۈتتۈرۈش، قەتئىي تۆمۈر سايمان ئىشلەتمەسلىك كېرەك. چۇقۇق بولغان كىشىگە مەنپەئەت قىلىدىغان ئىچىلىدىغان دورىلار سەنجىرىنا ۋە جەۋزى سەرۋى قاينىتىلمىسىدۇر، بولۇپمۇ ئۇنىڭدا سەنجىرىنا ۋە جاۋارىش كۈمۈنى ئېرىتىلگەن بولسا تېخىمۇ ياخشى. يېرىققا ئىشلىتىلىدىغان زىماتلارنى يېرىقنىڭ ئىككى تەرىپىنى جۈپلەپ، ئىككى ئۇرۇقدانىنى ئۈستىگە كۆتۈرۈپ، چۈشكەن نەرسىلەرنى ئارچا مېۋىسى، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى، سەرۋى دەرىخى يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان زىماتلار بىلەن قايتۇرۇپ بولغاندىن كېيىن ئىشلىتىش لازىم. چۈنكى، بۇ دورىلار مەنپەئەتى كۆپ زىماتلارنىڭ ئاساسىدۇر ۋە يەنە مۇقەل، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى، بېلىق يېلىمى، تېرە يېلىمى، دەبىق يەر مەرىسى، قۇرۇتۇلغان يەر مەرىسى، سەرتان گۆشى، خەمىكىدىن ئايرىلمىغان قىزىلگۈل ۋە بارلىق قابىز دورىلار، مەستىكى، قۇرۇق ئاس، پوستى ئاقلانغان ماش، سىياھ (بۇرۇنقى زامانلاردا ئېزىپ

خەت يازىدىغان سىياھ)، ھۆزۈزى مەككى يوپۇرمىقى، زەمچە، سۇماق، يۇلغۇن مېۋىسى، گىل ئەرمىنى، قەنتەربىيون، سەبرە، مۇرمەككى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان زىماتلار ئىشلىتىلىدۇ.

تۆۋەندىكى نۇسخا بۇ ھەقتە تەجرىبىدىن ئۆتكەن زىماتنىڭ نۇسخىسىدۇر: ئوشەق، كۈندۈر، سەبرە، دىبىقىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرام، كۆك مۇقەلدىن ئالتە گىرام، ئاقاقىيا، ئەنزىرۇتنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، ھاۋانچىدا چالا سوقۇپ، ئاخشىمى سىركىدە نەمدەپ، ئەتىسى ئازراق ئارچا بىلەن يۇمشاق سوقۇپ، پاختىغا يۇقتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ تېڭىلىدۇ.

يەنە بىر يەڭگىل زىماتنىڭ نۇسخىسى: مەستىكى، ئەنزىرۇت، كۈندۈر قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، قۇرۇق ئۈزۈمنىڭ شىرنىسىدە ئېرىتىلگەن يېلىم بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، قەغەزگە يۇقتۇرۇپ تېڭىلىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش سەبرە، كۈندۈر، يېلىم قاتارلىقلارمۇ تېڭىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: كۈندۈر، ئاقاقىيا، ئانارگۈلى، ئەنزىرۇت، خۇنسياۋشان، مۇرمەككى، ھۆزۈزى مەككى، ئارچا مېۋىسى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەرەب يېلىمى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئۇرۇقدانغا ياكى قايسى ئورۇندا چۇقۇق بولسا، شۇ ئورۇنغا چۈشۈپ كەتكىچە چاپلىنىدۇ.

ياخشى زىماتنىڭ نۇسخىسى: بەزىدە بۇ زىمات كىچىك باللاردىكى چۇقۇققا گۆش ئۈندۈرىدۇ. ئانار پوستىدىن 30 گىرام، خام موزىدىن 15 گىرام ئېلىپ، 150 گىرام قابىز شارابتا بەكرەك قاينىتىپ، ئاندىن ئۈچەينى ئۈستى تەرەپكە قايتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇننى سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇپ، بۇ زىمات چاپلىنىدۇ. بۇ زىمات ھەپتىدە ياكى ئون كۈندە بىر قېتىم ئېلىۋېتىلىدۇ.

ئاجايىپ ياخشى يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى: مەستىكى، كۈندۈر پوستى، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى، مۇرمەككى، بېلىق يېلىمى، ئەنزىرۇت قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يېلىمنى ھاراق سىركىسىدە ئېرىتىپ، باشقا دورىلارنى بۇنىڭ بىلەن بىرلەشتۈرۈپ زىمات تەييارلىنىدۇ. بەزىدە كىچىك بالىلارغا ئانارگۈلى، ئىسپىغۇل، ياۋا گۈلسەۋسەن يىلتىزى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان زىمات كۈپايە قىلىدۇ. بەزىدە

ئۇلارغا سۇ يېپسسىمۇقى (سۇ لېشىنىڭ بىر تۇرىدۇر) نى زىمات قىلىش كۇپايە قىلىدۇ. بەزىدە ئۇلاردىكى چۇقۇققا شارابتا ۋە يەسسەن يېغىدا ئېرىتىلگەن مۇقەلنى تىلا قىلىش ياكى بۇ مۇقەلنى قۇندۇر قەھرى بىلەن تىلا قىلىش كۇپايە قىلىدۇ، بولۇپمۇ سۇ چۇشۇۋالغان چۇقۇققا بەزىدە يەر يېلىمنى ئارپا تالقىنى بىلەن زىمات قىلىش كۇپايە قىلىدۇ.

سۇ چۇشۇۋالغان چۇقۇقنى داۋالاش

بەزىدە چۇقۇقتا چۇشۇۋالغان سۇ يىڭنە بىلەن تارتىپ تازىلىنىدۇ، بەزىدە سۇيۇقلۇقنى چقارغۇچى زىماتلار بىلەن تازىلىنىدۇ. شۇنىڭدىن كېيىن تۆمۇر سايمان بىلەن ياكى چۇقۇقنىڭ ئەتراپىدىكى ئورىغۇچى پەردىنى قورۇغۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن تارايتىپ تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ ۋە سۇنىڭ قايتا چۇشۇشى توسۇلىدۇ. يىڭنە بىلەن سۇ ئېلىش ۋە كېسىشتە، بىمارنىڭ ئەۋرەت ساھەسىدىكى تۈكلەرنى چۇشۇرۇۋەتكەندىن كېيىن، ئىككى ئۇرۇقدانىنى ئۇستىگە كۆتۈرۈپ، ئۇرۇقدان خالتىسىدىن يىراقلاشتۇرۇش كېرەك. بىمار كارىۋاتتا ياكى مەخسۇس ئۇستەلدە ئوڭدا ياتقۇزۇلىدۇ. ئوڭ تەرىپىدە بىر يارەمچى تېۋىپ ئولتۇرۇپ، زەكىرىنى ئۇستىگە تارتىپ، ئاندىن ياپىلاق تېغ بىلەن تىلىدۇ. ئۇرۇقدان خالتىسىنىڭ ئۇستى تەرىپىگە تېغ تېگىپ كېتىشتىن ئېھتىيات قىلىپ، ئوڭ ياكى سولدىن تىلىنىدۇ، ئاندىن چاك ئۇدۇلىدىن يېرىپ، بارلىق يېغلىغان سۇنى چىقىرىپ تازىلاشقا تىرىشچانلىق قىلىنىدۇ. كېسەللىك قايتا قوزغالسا، داۋالاش ئۇچۇن داغلاش ياكى داغلىماسلىق تېۋىپنىڭ ئىختىيارىدۇر. داغلاش مۇنداق بولىدۇ: ئەگرى، ئىنچىكە تۆمۇرنى ئېلىپ، داغمالنى قىزىتقاندەك قىزىتىپ، ئىككى ئۇرۇقدانىنى مۇمكىنقەدەر يىراقلاشتۇرۇپ، تۆمۇرنى ئۇرۇقدانغا يەتكۈزمەي، ئۇرۇقدان خالتىسى ۋە ئىچكى پەردىگە يەتكۈزۈپ ئايلاندۇرۇپ، ئىچكى پەردە قايتا سۇ چۇشۇۋالماسلىق ئۇچۇن قورۇپ يېغىلىدۇ. داغلايدىغان تۆمۇرنى كىرگۈزۈش ئۇچۇن تۆشۈكنىڭ چوڭراق قىلىنغىنى ياخشى، ئاندىن قاقاچقا ئىلاج قىلىپ، يارا ئېغىزى پۈتتۈرۈلىدۇ.

بەزىدە ئىچكى پەردىدىن ئازراق كېسىپ، ئاندىن ئۇنى داغلاپ، يېرىقتا قالىز دورىلار قۇيۇلىدۇ. بىمار سۇ ئىچىشتىن چەكلىنىدۇ. سۇ چۈشۈۋېلىشقا ئىشلىتىلىدىغان زىماتلار ئىستىسقا ۋە تالغا ئىشلىتىلىدىغان زىماتلار تۇرىدىندۇر. زىماتنىڭ نۇسخىسى: ياۋا ئۇزۇم، زىرە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۇزۇم بىلەن سوقۇپ، بىرلەشتۈرۈپ مەلھەمدەك قىلىپ زىمات قىلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: قارىمۇچ، ھەبۇلغار، تەنكار، موم، كونا زەيتۇن يېغى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تەييارلاپ قويۇلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىسى: بەللۇت كۈلىنى ئېلىپ، قاينىتىپ قىيام قىلىنغان زەيتۇن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلىدۇ. بۇ بەك مەنپەئەتلىكتۇر.

يەنە بىر نۇسخىسى: قىزىل توغرىغۇدىن 90 گىرام، موم، زەيتۇن يېغىنىڭ ھەربىرىدىن 180 گىرامدىن، قارىمۇچتىن 50 گىرام، ھەبۇلغاردىن 40 گىرام ئېلىپ، زىمات تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەرەب مۇقەلىگە ئادەمنىڭ تۈكۈرۈكى بىلەن كىچىك بالىلاردىكى يىغلىۋالغان سۇنى تارقىتىدىغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ زىمات تەييارلىنىدۇ.

يەللىك چۇقۇقنى داۋالاش

بۇنىڭ تەدبىرى، كۆكتات ۋە دانلىق زىرائەتلەردىن يەل پەيدا قىلغۇچىلارنى تەرك ئېتىش، قورساق كوركىراشقا ۋە ھەزىم بۇزۇلۇشقا ئېلىپ بارىدىغان زىيادە تويۇنۇشنى تەرك ئېتىش، سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شاراب ۋە يەل پەيدا قىلىدىغان يېڭى شاراب ئىچىشنى تەرك ئېتىش، جاۋارىش كۈمۈنى، سەنجىرىنا، ئىترىفىل كەبىرگە ئوخشاش يەل تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىچكۈزۈشتۇر. بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى خولىنجان قاينىتىلمىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ خىل بىمارلارغا ياخشى بولغان مەجۇنىنىڭ نۇسخىسى: قۇرۇق سۇزاپ يوپۇرمىقى، زۇفرا، زىرە، جۇنا، چاڭگاك ئۇرۇقى، پىننە، تەنكار قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا، ئەفتىمۇندىن ئومۇمىي دورىلار مىقداردا ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ

ۋە سۇزاپ، زىرە، چاڭگاك، پىننە، ئېگىر، ھەببۇلغار، مەرزەنجۇش قاتارلىقلار زىمات قىلىنىدۇ ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن يەل تارقاتقۇچى دورىلار بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچەيسە، ھەسەل، قىزىل تورغىغۇ، سەكبىنەج، جاۋشىر، زىرە، سۇزاپ ئۇرۇقى، سۇزاپ يوپۇرمىقى، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىدىن ياكى ھاجەت ئېتىبارى بىلەن بەزىسىدىن تەييارلانغان ياخشىلىغۇچى شىيافلار ئىشلىتىلىدۇ.

گۆش چۇقۇقى ۋە پاچاق كۆك قان تومۇرلىرى ئەگرى - بۈگرى بولۇپ قېلىشنى داۋالاش

ئۇنىڭ ئىلاجى قاتقان ئىششىقنىڭ ئىلاجىدۇر. كۆپىنچە پاچاق كۆك قان تومۇرلىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرى بولۇپ قېلىشىغا مەلھەمى باسلىقۇن، يۇمشاتقۇچى چاۋا ياغلار ۋە يىلىكلەر كۈپايە قىلىدۇ.

3 - پەسل كىندىك چىقىۋېلىش توغرىسىدا

كىندىك چىقىۋېلىش يۇقىرىدا سۆزلەنگەن چۇقۇق يولى بىلەن، بەزىدە شۇ ئورۇنغا ھۆللۈك ياكى يەل يىغىلىۋېلىپ، ئىستىسقا يولى بىلەن، بەزىدە كۆك قان تومۇر ياكى قىزىل قان تومۇرلاردىن كىندىككە قان ئېقىش يولى بىلەن، بەزىدە قاتتىق ئىششىق ياكى تېرە ئاستىغا گۆش ئۆسۈۋېلىش يولى بىلەن بولىدۇ.

ئالامىتى

چاۋا ياكى ئۈچەي چۇقۇقى سەۋەبىدىن بولغان كىندىك چىقىۋېلىشتا، چىقىۋالغان كىندىكنىڭ رەڭگى بەدەننىڭ رەڭگى بىلەن ئوخشاش بولىدۇ، بىراق ئورنى ئوخشىمايدۇ، بولۇپمۇ ئۈچەي چۇقۇقىدا. ئۈچەي چۇقۇقىغا يېنىك ئاغرىق قوشۇلۇپ

كېلىدۇ. قول بىلەن باسقاندا كىرىپ كېتىدۇ. بەزىدە قورساق كوركىراش بىلەن كىرىپ كېتىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈش، ياغلاش قاتارلىق بوشاشتۇرغۇچىلار ۋە ھەرىكەت قىلىش چۈقۇقنى چوڭايتۇۋېتىدۇ. ھۆللۈكتىن بولغان كىندىك چىقىۋېلىش قول بىلەن باسقاندا كىرىپ كەتمەيدۇ، ئۇ يۇمشاق بولۇپ، باسقاندا ئۆزگەرمەيدۇ. رەڭگى بەدەن رەڭگى بىلەن ئوخشاش بولىدۇ. يەلدىن بولغىنى ھۆللۈكتىن بولغىنىغا قارىغاندا يۇمشاقراق ۋە ئاسان كىرىپ كېتىدىغان بولۇپ، ئۇنى چەككەندە دۇمباقنىڭ ئاۋازىدەك ئاۋاز چىقىدۇ. قاندىن بولغىنىنىڭ رەڭگى قان رەڭگىدە ياكى قارىراق بولىدۇ. گۆش ئۈنۈشتىن ياكى قاتقان ئىششىقتىن بولغىنى قاتتىق بولۇپ، باشقا چۈقۇقلاردەك بېسىلمايدۇ.

داۋالاش

سوقىدىغان تومۇر ياكى سوقمايدىغان تومۇرنىڭ ئېچىلىشىدىن بولغان ياكى يەلدىن بولغان كىندىك چىقىۋېلىشنى داۋالاشقا ئۇرۇنماسلىق كېرەك، ئەگەر ئۇنى داۋالاشقا توغرا كەلسە كېسىش ۋە تىكىش لازىمدۇر. ئەمما ئۇنىڭدىن باشقىلىرىنىڭ ئىلاجى شۇكى، بىمارنى ئۆرە تۇرغۇزۇپ، چىقىپ قالغان كىندىك كۆرۈنگىچە قورسقىنى كۆپتۈرۈپ تۇرۇشقا بۇيرۇلىدۇ. ئەگەر چىقىۋالغان كىندىك كۆرۈنسە، ئۇنىڭ ئەتراپىغا رەڭ بىلەن يۇمىلاق بەلگە سىلىنىدۇ، ئاندىن بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، بەلگە سىلىۋالغان دائىرىدىكى قورساق تېرىسىنى قىسقۇچ بىلەن قىسىپ قويۇپ، بۇنىڭغا قورساق تېرىسى ئاستىدىكى ئەزالارغا تەگمىگۈدەك دەرىجىدە تىكىدىغان يىڭنە كىرگۈزۈلىدۇ، ئاندىن قورساق تېرىسىنىڭ ئاستىدىكى نەرسىلەر ئېچىلغۇدەك دەرىجىدە يېرىلىدۇ. ئەگەر قورساق تېرىسىنىڭ ئاستىدا ئۇچەي بولسا، ئۇچەي ئاستى تەرەپكە ئىتتىرىلىدۇ. ئەگەر چاۋا بولسا، ئۇنى تارتىپ تۇرۇپ مۇسكۇل كېسىلىدۇ، ئاندىن يېرىلغان ئورۇننى بىر - بىرىنى تارتىپ تۇرغۇدەك دەرىجىدە قارىمۇقارشى تىكىپ، توققۇزكۆز قىسمىغا تېڭىپ قويۇلىدۇ. تىكىدىغان يىپقا تۆت ئۇچ قىلىنىدۇ. چوڭ تەرەتنىڭ مېڭىشى ۋە يېرىلغان ئورۇننىڭ قالدۇق قىسمىنىڭ

پۈتۈشىگە ئەھمىيەت بېرىلىدۇ. داۋالىغان ئوروننىڭ سەت بولۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن كىندىكنىڭ كۆرۈنمىگۈدەك دەرىجىدە چوڭقۇر پۈتۈشىگە ئەھمىيەت بېرىلىدۇ. يەلدىن بولغان كىندىك چىقۇبلىشنىڭ تەدبىرى يېڭنە بىلەن تېشىش، تىغ بىلەن كېسىش، شۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن بويىچە تىكىشتۇر.

4 - پەسىل دوكلۇق (ھۇدبە) ۋە ئومۇرتقىلارنىڭ قوزغىلىشىغا سەۋەب بولىدىغان يەل (رىياھى ئەپرىسە) توغرىسىدا

دوكلۇق ئومۇرتقىسىنىڭ ئىچىگە ياكى ئالدىغا قوزغىلىشىدۇر. ئومۇرتقا ئالدى تەرەپكە قوزغالسا، ئالدى دوكلۇق دېيىلىدۇ. بەزى تېۋىپلار ئۇنى «تەقسىئى» دەپ ئاتايدۇ. ئەگەر دوكلۇق تۆش سۆڭىكى شېرىكچىلىكى بىلەن بولسا، ئۇ ئالدى دوكلۇق ۋە «تەقەسسوئى» دەپ ئاتىلىدۇ. ئەگەر ئومۇرتقا ئارقا تەرەپكە قوزغالسا، بۇ «ئارقا دوكلۇق» دەپ ئاتىلىدۇ. ئەگەر يان تەرەپكە قوزغالسا، بۇ سىڭايان بولۇپ قېلىش «ئىلتىۋا» دەپ ئاتىلىدۇ. دوكلۇقنىڭ سەۋەبلىرى ئورۇلۇش ياكى سوقۇلۇش ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش سىرتقى سەۋەبلەردىن بولىدۇ ياكى سىلقلاشتۇرۇپ تارىمۇشلارنى بوشتىپ پالەچ قىلىدىغان ھۆججەت ياكى تەشەننۇج پەيدا قىلىدىغان ھۆججەتنىن ئىبارەت بەدەندىكى سەۋەبلەردىن بولىدۇ. پالەچ قىلىدىغان ھۆججەتنىن بولغان دوكلۇقنىڭ كۆپىنچىسى ئارقا ۋە ئالدى تەرەپكە بولماستىن، بەلكى يان تەرەپكە بولىدۇ. بەزىدە دوكلۇق ئورۇنلىشىپ كەتكەن يەلدىن ياكى قورساق پەردىلىرىنى ئۆز تەرىپىگە تارتىدىغان ئىششىق ۋە يىرىڭلىق ئىششىقتىن بولىدۇ. كۆپىنچە ئىششىقتىن بولغان دوكلۇق ئىششىقنىڭ پىششىغا ۋە ئېغىز ئېلىشىغا دالالەت قىلىدىغان مۇددەتنىڭ ئوخشاش بولماسلىقى بىلەن ساقىيىدۇ. بۇ ئىششىق قاتقان ئىششىقتۇر. بەزىدە دوكلۇق تارىمۇشلار سەۋەبىدىن ئاز ساندا يۈز بېرىدۇ ۋە ئادەمنى تېز ئۆلتۈرىدۇ. شۇنىڭ ھەممىسى بىرقانچە ئومۇرتقىنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن ۋە

تەدرىجىي بولىدۇ ياكى ئۇنداق بولمايدۇ. بولۇپمۇ ئومۇرتقا ئىچگە ئېگىلىشىدىن بولغان دوكلۇق ئۆپكىنىڭ ئورنىنى تارايتىپ، قېنىنلىپ نەپەسلىنىشنى پەيدا قىلىدۇ. ئەگەر دوكلۇق كىچىك بالىدا يۇز بەرسە، كۆكرەكنىڭ كېڭىيىشىنى توسۇپ، نەپەس ئەزالىرىدا ھەر خىل كېسەللىكنى پەيدا قىلىپ، نەپەسنى قىينىلاشتۇرۇپ قويىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇقرات مۇنداق دېدى: تۇتقاقلىق دەم سىقىلىش ياكى يۆتەلدىن دوكلۇق يەتسە، ئۇ بالا ئۆلۈپ كېتىدۇ. چۈنكى بۇ، تۇتقاقلىق دەم سىقىلىش ۋە يۆتەل پەيدا قىلغۇچى ماددىنىڭ ئومۇرتقىلارغا يۆتكەلگەنلىكىنى ۋە ئۇ ماددىنىڭ ئومۇرتقىلاردا قويۇق ماددىدىن پەيدا بولغان كۈچلۈك يىرىڭلىق ئىششىقنى پەيدا قىلغانلىقىنى كۆرسىتىپ بېرىدۇ (ئەگەر ماددا قويۇق بولمىسا، ئۇنىڭدىن دوكلۇق پەيدا بولمايتتى). ئەگەر شۇنداق بولسا، كۆكرەك ئۆپكە ئۈچۈن كېڭىيىپ، ئۆپكە ياخشى نەپەسلىنەلمەي، بەلكى نەپەسلىنىش قىينىلىشىپ ھالاكەتكە ئېلىپ بارىدۇ. كىچىك بالىلاردا دوكلۇق ۋە ئومۇرتقىنىڭ قوزغىلىشىغا سەۋەب بولىدىغان يەل، بۇ بالىلار تەرتىپسىز تاماق يەپ، خىلتىلىرى قويۇلۇپ كېتىپ، ئومۇرتقىلار تەرەپكە مايىل بولغاندا يۇز بېرىدۇ. دوكلۇق ئوزۇقلۇق ئۆتىدىغان يوللارنى ۋە ماددىنىڭ ئۆتۈش يوللىرىنىڭ بەزىسىنى توسۇپ قويغانلىقتىن دوك بولغان كىشىنىڭ پاچىقى ئىنچىكىلەپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

سىرتقى سەۋەبلەردىن بولغان دوكلۇقنىڭ ئالامىتى سىرتقى سەۋەبلەرنىڭ يۇز بېرىشىدۇر. ھۆللۈكتىن بولغان دوكلۇقنىڭ ئالامىتى قىياپەتنىڭ ئۆزگىرىشى ۋە شۇ ئورۇنىنىڭ ياغلىغان يېغىنى ئاز ۋە ئاستا سۈمۈرۈشى، ئىلگىرى ھۆللىگۈچى تەدبىرلەرنىڭ ئىشلىتىلگەنلىكىدۇر. ئىششىقتىن بولغان دوكلۇقنىڭ ئالامىتى يەرلىك ئورۇنىنىڭ سىلىق بولۇشى، بولۇپمۇ ئۇنىڭ ئاغرىشى، دوك بولغان كىشىدە يۇز بېرىدىغان قىزىتمىدۇر. قۇرۇقلۇقتىن بولغان دوكلۇقنىڭ ئالامىتى بەدەننىڭ قۇرغاق بولۇشى، ئۆتكۈر قىزىتما، ئىستىفراغلار ۋە يەرلىك ئورۇنىنىڭ ياغلىغان يېغىنى تېز سۈمۈرۈشىدۇر.

داۋالاش

ھۆل ۋە قۇرۇقلۇقنىڭ ئىلاجى ئىستىفراغنىڭ زۆرۈر بولۇش - بولماسلىقى، زىمات ۋە نۇتۇللارنىڭ كەيپىياتى شۇنداقلا پالەچ، ھۆللۈكتىن بولغان تەشەننۇج ۋە قۇرۇقلۇقتىن بولغان تەشەننۇجنىڭ ئىلاجىدۇر. قۇرۇق بولمىغان دورىلارنىڭ قانۇنىيىتى شۇكى، بۇ دورىلار بوشاپ كېتىپ، ئومۇرتقىنى بىر تەرەپكە مايىل قىلغان تارىمۇشلارنى چىگىتىش ئۈچۈن قابىز بولۇشى ۋە ئۇ تارىمۇشلارنى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان بولۇشى، بوشاشتۇرغۇچى ھۆللۈكلەرگە پارچىلاش ئۈچۈن تارقاتقۇچى بولۇشى لازىم. چۈنكى پەقەت قابىز دورىلار ئىشلىتىلسە، تارىمۇشلارنى كۈچەيتىش مۇمكىن بولىدۇ، لېكىن ماددا تارقىتىلمىسا، باشقا ئەزالارغا يۆتكىلىشى مۇمكىن. كۆپىنچە ماددا ئىككى پۈتقا ئوخشاش تۆۋەنكى ئەزاغا يۆتكىلىپ، شۇ ئەزاغا ماددىنىڭ قويۇق - سۇيۇقلۇقى ۋە ئۇ ماددىنىڭ سىڭىپ كىرىپ ئارىلىشىش ئېتىبارىچە پالەچ ياكى شۇنىڭغا ئوخشاش كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلىدۇ.

ئەگەر ئىلگىرى ماددا تازىلانغان بولسا، قابىز دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. بەزىدە قابىزلىق، ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش، ماددىنى تارقىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەر بىر خىل دورىدا، مەسىلەن: سەرۋى دەرىخى مېۋىسى ۋە ئۇنىڭ يوپۇرمىقى، غار يوپۇرمىقى، قەسبۇزەرىرە، ئۆشنە، شام زەنجۈبىلى قاتارلىق دورىلاردا تېپىلىدۇ. بەزىدە قىزىلگۈل، ئاقاقيا، ئانارگۈلىگە ئوخشاش سوغۇق تەبىئەتلىك قابىز دورىلار بىلەن ھەببۇلغار، قۇندۇز قەھرى، دەپلى يوپۇرمىقى، ئېگىر قاتارلىقلارغا ئوخشاش ئۆتكۈر ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى، تارقاتقۇچى دورىلار بىرلەشتۈرۈپ مۇرەككەپ دورا تەييارلىنىدۇ. ھۆللۈكتىن بولغان دوكلۇققا مەنپەئەت قىلىدىغان ياغلار ئىسسىق تەبىئەتلىك قابىز دورىلارنىڭ يېغىدۇر، مەسىلەن: سەرۋى يېغى، سۇزاپ يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ئۇلارنىڭ زىماتلىرىغا دەپلى يوپۇرمىقى، ئېگىرگە ئوخشاش تارقىتىش خۇسۇسىيىتى كۈچلۈك بولغان تارتقۇچى دورىلار قوشۇلىدۇ، شۇنىڭغا ئوخشاش قۇندۇز قەھرى ۋە تۆۋەندىكى ئۇسۇلدا تەييارلانغان پەرپىيۇن يېغى قوشۇلىدۇ. بۇ ياغنى تەييارلاش ئۇسۇلى: قارىموچ، قۇندۇز قەھرى،

ئاقىرقەرھا، شەھمەنزەل، پەرپىيۇن، ھىك قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەر 30 گىرام دورىغا 340 گىرام سۇزاپ يېغى قويۇپ، ئاندىن ئاپتاپتا قويۇپ، ئىككى ھەپتىدىن كېيىن سۈزۈپ، دورىلار يېگىلاپ سېلىنىدۇ. دورىلارنى بىرقانچە قېتىم، ئاز دېگەندە ئۈچ قېتىم يېگىلاپ، ئاندىن ئىستېمال قىلىنىدۇ. تۆۋەندە بىز سۆزلەيدىغان ياغ ھۆللۈكتىن ۋە يەلدىن بولغان دوكلۇققا كۈچلۈك مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئارچا مېۋىسى، بان، ئاس، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى، ئاقىرقەرھا، مەرزەنجۇش، ئىكلىلمىلىك، قەردمانە، ئىزخىر، قېلىن دارچىن قاتارلىقلارنى ئېلىپ، سۇدا دورىلارنى يۇمشىغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۇنىڭغا سۈزۈلگەن سۇنىڭ يېرىمچىلىك ياغ قويۇپ، بىرنەچچە قېتىم قاينىتىپ، ئۇنىڭغا سوقۇلغان قوندۇز قەھرى، پەرپىيۇن ۋە ئارچا مېۋىسى سېلىپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ياغنىڭ ئەزانى كۈچەيتىش، يەلنى تارقىتىش ۋە قويۇق، يات ھۆللۈكلەرنى تارقىتىش خۇسۇسىيتى باردۇر. يەلدىن بولغان دوكلۇققا ئىشلىتىلىدىغان زىماتنىڭ نۇسخىسى: مىئەسائلە، قۇسته، قەسبۇزەرىرە، ئارچا مېۋىسى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، پەرپىيۇندىن ئۈچ گىرام، سۇمبۇل رۇمى يېغىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىمات تەييارلىنىدۇ. ئەمما ئىششقىتىن بولغان دوكلۇقنىڭ ئىلاجى تەستە پىشىپ تەستە ئېغىز ئالىدىغان ئىششقىنىڭ ئىلاجىدۇر ياكى قاتقان ئىششقلارغا خاس تارقىتىشتۇر.

ھۆللۈكتىن بولغان دوكلۇققا ئىشلىتىلىدىغان ياخشى زىماتنىڭ نۇسخىسى: ئېگىر ۋە شام زەنجۇبلىنى چالا سوقۇپ، سەرۋى سۈيىدە قاينىتىپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا زىمات قىلىنىدۇ.

يەلدىن ۋە ھۆللۈكتىن بولغان دوكلۇققا مەنپەئەت قىلىدىغان زىماتنىڭ نۇسخىسى: شام زەنجۇبلى، ئارچا مېۋىسى، ئېگىر قاتارلىقلارنى ئېلىپ، شارابتا ياخشى پىشقۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدا مۇقەللىنى مەلھەمدەك بولغۇچە ئېرىتىپ زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر ئىچىلدىغان دورىلار، زىماتلار ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى مەنپەئەت قىلمىسا، بوشاپ كېتىشنى يوقىتىش ۋە يەرلىك ئورۇننى قاتۇرۇش ئۈچۈن داغلىنىدۇ.

5 ـ پەسىل دەۋالى (پاچاق كۆك قان تومۇرلىرىنىڭ ئەگرى ـ بۇگرى كېڭىيىشى) توغرىسىدا

پاچاق كۆك قان تومۇرلىرىنىڭ ئەگرى ـ بۇگرى كېڭىيىشى پاچاق ۋە پۇت تومۇرلىرىغا چۈشكەن قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن پاچاق ۋە پۇت تومۇرلىرىنىڭ كېڭىيىشىدۇر. چۈشكەن قانىنىڭ كۆپ قىسمى سەۋداۋى قان بولىدۇ، بەزىدە سەۋداۋى بولمىغان ساپ قان بولىدۇ، بەزىدە بەلغەمى قويۇق قان بولىدۇ. قانداقلا قان بولسۇن، ئۇ ئوفۇنەتلەنمىگەن قاندۇر. ئەگەر ئوفۇنەتلەنگەن قان بولغان بولسا، پۇت يارا بولۇش ۋە ياماق سۈپەتلىك ئىششىقلاردىن خالىي بولالمىغان بولاتتى. دەۋالى كۆپىنچە ياشانغانلاردا، پىيادە كۆپ يۈرگۈچىلەردە، ھاممالاردا ۋە پادىشاھنىڭ ئالدىدا دائىم ئۆرە تۇرىدىغانلاردا يۈز بېرىدۇ. كۆپىنچە بۇ ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىن كېيىن ماددىنىڭ شۇ ئورۇنغا ئىتتىرىلگەنلىكىدىن بولىدۇ. بەزىدە بۇ كېسەللىك بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ئوخشاش ئاۋۇال بىرەر كېسەللىك پەيدا بولماي كۆرۈلۈۋېرىدۇ. بەزىدە تال كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغانلاردا يۈز بېرىدۇ. بۇ دەۋالى بەزىدە داۋالاشنى قوبۇل قىلمايدۇ، بەزىدە كېسىلىشتىن ئۈزۈلگۈچى تومۇرلار يوقالغانلىقتىن ئەزا ئورۇقلاپ كېتىدۇ. دەۋالىنى كەسكەندە سەۋداۋى كېسەللىكلەر ۋە مالىخولىيا يۈز بېرىدۇ. ئەگەر بۇ تومۇرلارغا چۈشكەن قان ساپ قان بولۇپ، بۇ قان تارتىپ ئېلىۋېتىلسە، مالىخولىيا يۈز بېرىشنىڭ خەۋپى بولمايدۇ. كۆپىنچە ئەگرى ـ بۇگرى بولۇپ كېڭەيگەن تومۇرلاردىكى نەرسىلەر ئوفۇنەتلىنىپ يارىغا ئايلىنىدۇ.

6 ـ پەسىل دائۇل پىل (پىل پۇت كېسىلى) توغرىسىدا

دائۇل پىل دەۋالىدا يۈز بەرگەن بويىچە پۇت ۋە پاچاقتىكى زىيادىلىك بولۇپ، پۇتنى يوغىنىتىپ قېلىنلاشتۇرىدۇ. بۇ كېسەللىك بەزىدە سەۋدا خىلىتىدىن بولىدۇ

(بۇ كۆپ يۈز بېرىدۇ). بەزىدە قويۇق بەلغەم خىلتىدىن بولىدۇ. بەزىدە دەۋالىنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبلىرىدىن ۋە قان كۆپ چۈشۈپ پۈت ئازراق ئوزۇقلانغان ياخشى قاندىن بولىدۇ. بۇ ياخشى قان دەسلەپتە قىزىل بولۇپ، ئاندىن قارىيدۇ. دائۇل پىلىنىڭ پەيدا بولۇشىغا ماددىنىڭ بەك تولۇپ قېلىشى، ھارارەتنىڭ كۆپلۈكىدىن ئەزانىڭ ئاجىز بولۇشى ۋە ئۇ ئەزانىڭ ھەرىكەتتىن قوزغالغان كۈچلۈك ھارارەتتىن قانىنى بەك سۈمۈرۈشى سەۋەب بولىدۇ. بۇنىڭغا دەۋالغا ياردەم بېرىدىغان ئەھۋاللار ياردەم بېرىدۇ.

ئالامتى

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئەزانىڭ رەڭگى ۋە كېسەل بولۇشتىن بۇرۇن قوللانغان تەدبىر بىلەن پەرقلەندۈرۈلىدۇ. سەۋدادىن بولغىنى بىرئاز ئىسسىققا مايىل بولىدۇ. رەڭگى قىزىل بولغىنى قارا بولغىنىغا قارىغاندا يېنىكرەك بولىدۇ. بەلغەمدىن بولغىنى يۇمشاققا مايىل بولىدۇ. كۆپىنچە سەۋدادىن بولغىنى تېز يېرىلىپ يارا بولىدۇ. قاندىن بولغىنى ھەممىگە مەلۇمدۇر.

داۋالاش

دائۇل پىل كېسەللىكى يامان سۈپەتلىك بولۇپ، ئاز ساندىكىلىرى ساقىيىدۇ. ئەگەر ئۇ بىئارام قىلمىسا، ئۇنى ئۆز ھالىدا قويۇش كېرەك. ئەگەر ئۇ يارا بولۇشقا ئېلىپ بارسا ۋە گۆشخور چاقىغا ئۆزگىرىشتىن ئەندىشە قىلىنسا، پۈتنى تۇۋىدىن كېسىشتىن باشقا چارە يوق. ئەگەر كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئىلاج قىلىنسا، ئۇنى ئىستىفراغ ئارقىلىق توسۇش مۇمكىن بولىدۇ. بولۇپمۇ قاتتىق قەي قىلدۇرۇش، بەلغەم ۋە سەۋدانى چىقىرىدىغان نەرسىلەر ۋە ئېھتىياج چۈشكەندە قان ئېلىش بىلەن تازىلىنىدۇ. ئاندىن قابىز دورىلار پۈتقا ئىشلىتىلىدۇ. ئەمما كېسەللىك مۇستەھكەم ئورۇنلىشىۋالسا، داۋالاشنىڭ مەنپەئەت قىلىش ئۈمىدى ئاز بولىدۇ. ئەگەر مەنپەئەت قىلىش ئۈمىدى بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى دەۋالىنىڭ ئىلاجىنى كۈچەيتىپ ئىشلىتىش

ۋە كۆچلۈك تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشتۇر. بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشچە، قەترانىنى يالىتىش ياكى ئۇنى سۈركەش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەمما دەۋالىنىڭ تەدبىرى: قانىنى قولنىڭ تومۇرلىرىدىن تازىلاش، سەۋدانى ۋە قويۇق خىلىتلارنى تازىلاش، ھەرقانداق قويۇلدۇرغۇچى نەرسىلەرنى، ھەرقانداق ئېغىر ھەرىكەتلەرنى ۋە ئۇزۇن مۇددەت ئۆرە تۇرۇشنى تەرك ئېتىش، ئاندىن شۇ تومۇرلاردىن قان ئېلىش ۋە شۇ تومۇرلاردىكى سەۋداۋى قانىنىڭ ھەممىسىنى چىقىرىۋېتىش، ئاخىرىدا سافىن تومۇرىدىن قان ئېلىش، ئاندىن كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ئايارەج پەيقىراغا ئازراق ھەجرى لاجۇۋەرد قوشۇپ، بەدەننى پات - پات تازىلاپ تۇرۇش كېرەك. مۇمكىن بولسا بۇ تەدبىر داۋاملىق قوللىنىلىدۇ. ئەقتىمۇن پات - پات مائۇلجەبىن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە قەتئىي ھەرىكەت قىلدۇرۇلمايدۇ. پۇتى ئاستىدىن باشلاپ ئۇستىگە، يەنى سونجاقتىن تىزغىچە قاتتىق باغلىنىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە قابىز تىلالار ئىشلىتىلىدۇ، بولۇپمۇ تېڭىقنىڭ ئاستىغا. ئەڭ ياخشىسى پۇتىنى تاڭمىغاندا بىمار ماڭماسلىقى كېرەك، بەزىدە يەرلىك ئورۇنغا بولۇپمۇ ئىككى قولنىڭ تومۇرلارنىڭ قان ئېلىپ ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن كاللەكەبەسەي كۈلى ۋە يۇلغۇن مېۋىسى سېپىلگەن زىغىر يېغى، قاينىتىلغان ماش قاتارلىقلار تىلا قىلىنىدۇ ۋە ئۇنىڭ سۈيى بىلەن نۇتۇل قىلىنىدۇ. ئۆچكە مايىقى، شۇمشا ئۇنى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى مۇشۇ قاتارىدىنىدۇر. ئەگەر كېسىشتىن باشقىلار ئۇنۇم بەرمىسە، گۆشنى يېرىپ ئەگرى - بۈگرى كۆپكەن تومۇرنى چىقىرىپ، بۇ تومۇر ئۇزۇنسىغا يېرىلىدۇ. توغرىسىغا يېرىشتىن ياكى مايماق كېسىشتىن، تومۇرنى ياخشى چىقارغىلى بولماسلىقتىن تومۇردىكى قانىنىڭ ھەممىسىنى ئاققۇزۇش مۇمكىن بولسا ئاققۇزۇۋېتىش، ئاندىن ئۇ تومۇرنى ئۇزۇنسىغا يېرىپ تازىلاش لازىم. بەزىدە بۇ تومۇر ئاستا تارتىپ چىقىرىلىپ تۇۋىدىن كېسىلىدۇ، تۇۋىدىن كېسىلمىسە، باشقا تومۇرلارغا زىيان يەتكۈزىدۇ.

تومۇرنى تارتىپ چىقىرىشنىڭ ئەڭ ياخشىسى داغلاش بىلەن بولىدۇ، چۈنكى داغلاش كېسىشتىن ياخشىراق. پەقەت قارىداپ كەتكەن تومۇرلارنى ئەمەس، رەڭگى قىزىل تومۇرلارنى چىقىرىش دۇرۇس بولىدۇ. قارىداپ كەتكەن تومۇرلارغا بىز

دەسلەپتە بايان قىلغان تازىلاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ. بەزىدە كەسكەندىن كېيىن سەۋداۋى خىلىت ۋە قويۇق خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقارغىلى بولمىسىمۇ، ماددا بەك تازىلانمىسا، يارا ساقايمايدۇ. كېسىپ چىقارغاندىن كېيىن ياكى داغلىغاندىن كېيىن سەۋداۋى خىلىت پەيدا قىلىدىغان نەرسىلەرنى تەرك ئېتىش ۋە پۈتقا ماددا كېلىدىغان يول توسۇلمىغاندا ياكى پۈتتىن يۇقىرىقى ئەزالارغا ھەرىكەتلىنىپ ئادەتلىنىپ قالغان نەرسىلەر ھەرىكەتلەنگەندە سەۋداۋى ئېشىندى پەيدا بولۇپ، كېسەللىك قايتا قوزغالماسلىق ئۈچۈن بەدەن داۋاملىق تازىلىنىپ تۇرىدۇ.

يۇقىرىقى ئەھۋالدا كېسىش ۋە يېرىشتا ئىتتىرىلگەن ماددىنىڭ سەزگۈ ئەزاغا قايتۇرۇلۇپ، يۇقىرى ئەزالارغا قايتىش خەتىرى بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، ياخشىسى بەدەننى يېتەرلىك تازىلىماي تۇرۇپ تومۇرنى يارماسلىق ۋە باشقا تەدبىر قوللانماسلىق كېرەك. بەزىدە ئۆسمە دائۇل پىل كېسىلگە ئوخشاپ كەتكەچكە، بۇنىڭدا تېۋىپ خاتالىشىپ قالىدۇ. بۇنى پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى شۇكى، ئۆسمىنى تۇتۇپ باققاندا مىدىرلايدۇ. دائۇل پىل كېسىلى بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەنگە ئوخشاشتۇر.

ئىككىنچى ماقالە

سىرتقى ئەزالار ۋە مۇچىلەر ئاغرىقلىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل بەل ئاغرىقى توغرىسىدا

بەل ئاغرىقى مۇسكۇلدا ۋە ئومۇرتقىنى ئوراپ تۇرغان ئىچكى، سىرتقى تارىمۇشلاردا بولىدۇ. قانداقلا بولسۇن سوغۇق مىزاجدىن، خام بەلغەمدىن ياكى كۆپ چارچاشتىن ياكى كۆپ جىمادىن بولىدۇ. بەزىدە بەل ئاغرىقى تېخىچە ئورۇنلىشالمىغان دوكلۇق سەۋەبىدىن ۋە بەزى ئىچكى ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولىدۇ. خۇددى بۆرەك زەئىپلەشكەنلىك ۋە ئورۇقلىغانلىقتىن ئومۇرتقىغا ئورۇنلاشقان چوڭ تومۇر قاتتىق ماددىغا تولۇپ قالغىنىغا ئوخشاش. بەزىدە بەل ئاغرىقى كانايدىكى ئىششىق ۋە جاراھەت سەۋەبىدىن بولۇپ، ئاغرىق بەل ئوتتۇرىسىدا بولىدۇ. بەزىدە بەل ئاغرىقى بالىياتقۇنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولىدۇ. خۇددى ھەيز كېلىشكە يېقىنلاشقاندا ياكى بالىياتقۇ بوينى بوغۇلغاندا ۋە تۇغۇت تولغىقىدا بولغىنىغا ئوخشاش. بەل ئاغرىقى بەزىدە بوھران ئالامەتلىرىدىنمۇ بولىدۇ.

ئالامىتى

سوغۇقتىن ۋە خام بەلغەمدىن بولغان بەل ئاغرىقىنى كۆپىنچە مېڭىش ۋە چېنىقىش پەسەيتىدۇ. ئۇنىڭ باشلىنىشى ئاستا ـ ئاستا بولىدۇ. بەزىدە ئۇنىڭ بىلەن

بىرگە سوغۇقلۇق سېزىلىدۇ. چارچاشتىن، ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈشتىن ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ئەھۋاللاردىن ھەمدە جىمادىن بولغان بەل ئاغرىقىغا شۇ ئىشلاردىن بىرەرسىنىڭ ئىلگىرى بولغانلىقى دالالەت قىلىدۇ. بۆرەك سەۋەبىدىن بولغان بەل ئاغرىقى توققۇزكۆزدە بولىدۇ. بۇنىڭ بىلەن بىرگە بىلە ئاجىزلاپ، بەل ئاغرىقى بۆرەك ئاجىزلىقى بىلەن بىرگە بولىدۇ. يالغۇز ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن بولغان بەل ئاغرىقىغا ھارارەت، بەدەن يېنىك بولۇش بىلەن بىرگە كۆيۈشۈش، لوقۇلداپ ئاغرىماسلىق قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ. تومۇرلارنىڭ تولۇشى سەۋەبلىك بولغان بەل ئاغرىقىغا ھارارەت، كۆيۈشۈش، لوقۇلداپ ئاغرىش، بەدەن ماددىغا تولۇپ قېلىش قاتارلىقلار بىلەن بىرگە بەل تارتىشىپ ئاغرىش دالالەت قىلىدۇ. دوكلۇق سەۋەبىدىن بولغان بەل ئاغرىقىغا بەزىدە بىز بەل ئاغرىقىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر دالالەت قىلىدۇ. بەل ئاغرىقى ئالدىغا ئېگىلىشكە ياكى تىك تۇرۇشقا موھتاج قىلىدۇ. ئالدىغا ئېگىلىشكە موھتاج قىلىدىغان بەل ئاغرىقى قاتقان ئىششىق ياكى بۇنىڭدىن باشقا دوكلۇقتىكى ئېغىر بىرەر ئامىل سەۋەب بولغان بەل ئاغرىقىدۇر. تىك تۇرۇشقا موھتاج قىلىدىغان بەل ئاغرىقى شۇنداق ئاغرىقكى، مۇسكۇللارنى ئاغرىتىدىغان ئېگىلىش ۋە داغلاشتىن خالىي قويۇشتىن ئىبارەت نەپەس ماددىلىرىغا قارشى تۇرۇشقا مەجبۇر قىلىدىغان ئاغرىقتۇر. ئەگەر ئاغرىق تارقالسا، سەۋەب سىرتقى ئەزادا، تارقالمىسا ئىچكى ئەزادا بولغان بولىدۇ.

داۋالاش

بەل ئاغرىقىنى داۋالاشتا، بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان بوغۇم ئاغرىقلىرى، دوكلۇق ۋە سۆڭەكنىڭ سۇنۇشىغا سەۋەب بولىدىغان يەللەر (رىياھى ئەفرىسە) نى داۋالاشقا مۇراجىئەت قىلىش لازىم. چۈنكى داۋالاش ئۇسۇلى بىردۇر. سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىقىنى ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىنغان ئىچىلىدىغان دورىلار، زىماتلار ۋە ياغلار بىلەن داۋالاش، خام بەلغەمدىن بولغان بەل ئاغرىقىنى داۋالاشتا ئايارەج،

شەھەمەنزەل، ھەببى مەنتىنگە ئوخشاش دورىلار بىلەن ماددىنى تازىلاش لازىم. چارچاشتىن ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئەھۋاللاردىن بولغان بەل ئاغرىقىنى ياخشى غىزالار، مۆتىدىل ياغلار ۋە ئىللىتىلغان ياغلار بىلەن داۋالاش كېرەك. جىمادىن بولغان بەل ئاغرىقىنىڭ ئىلاجى جىمادىن ئاجىز كەلگەن كىشىلەرنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر. بۆرەك سەۋەبىدىن بولغان بەل ئاغرىقىنىڭ ئىلاجى بۆرەك ئاجىزلىقىنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر. چوڭ تومۇرلار تولۇش سەۋەبلىك بولغان بەل ئاغرىقىنىڭ ئىلاجى باسلىق تومۇردىن ۋە مابەز تومۇردىن قان ئېلىشتۇر. قان ئېلىش ئاغرىقنى دەرھال توختىتىدۇ، بولۇپمۇ قان ئالغاندىن كېيىن قىزىلگۈل يېغى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ياغلار بىلەن ياغلانسا. دوكلۇق سەۋەبىدىن بولغان بەل ئاغرىقىنىڭ ئىلاجى دوكلۇقنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر. بەل ئاغرىقىنىڭ كۆپىنچىسى ئومۇرتقىنىڭ سوغۇقلۇقىدىن ياكى بۆرەك زەئىپلىكىدىن يۈز بېرىدۇ. شۇڭا كۆپىنچە داۋالاش بۇ ئىككى تەرەپتىن بولۇش لازىم. بۆرەكنى داۋالاش ھەققىدە تولۇق سۆزلىدۇق. دوكلۇق بايانىدا ئومۇرتقىغا ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش توغرىسىدىمۇ تولۇق سۆزلىدۇق. سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىقىغا خاس داۋالاشلاردىن بىرى پەرپىيۇن يېغىنى يالغۇز ئىشلىتىشتۇر. تەجرىبىدىن ئۆتكەن ئىچىلىدىغان دورىلاردىن بىرى تەرياقى ئەرىبەئەدۇر ياكى كەرەپشە سۈيى بىلەن ئابدىملىك يېغى ۋە قارا نوقۇت چىلانمىسى، 12 گىرامدىن كۆپرەك ئېگىر، سېرىقماي، ئۇچ گىرام ھەسەل قاتارلىقلار ئون تۆت كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەلىيۇننى داۋاملىق يېيىش بەك مەنپەئەتلىكتۇر. سوغۇق مىزاجنى سۈرگۈچى ھەبلەر ھەببى مەنتىندۇر. زىماتلاردىن دىبلىنى زىمات قىلىش كونا بەل ئاغرىقىنى ساقايتىدۇ. جاۋشىر، مۇقەل، ئوشەق، سەكبىنەج، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى يەككە ھالەتتە ۋە غار يېغى، سۇزاپ يېغى، مىئەسائىلە يېغى قاتارلىقلار بىلەن مۇرەككەپ قىلىپ زىمات قىلىش مەنپەئەتلىكتۇر. ئابدىملىك يېغى بەك مەنپەئەتلىكتۇر. ياغلىنىدىغان دورىلاردىن پەرپىيۇن يېغى ۋە قۇستە يېغى بار، گۈلسەۋسەن يېغى بۇ ھەقتە ئاجايىپ خاسىيەتلىكتۇر، ياخشىسى بەلنى ئاۋۋال قىزىتىپ، ئاندىن يىرىك رەخت بىلەن ئۇۋۇلىغاندىن كېيىن ياغلاشتۇر.

نەرسىلەرنىڭ توختاپ قېلىشى، ئادەتتىلەنگەن قان ئېلىش ياكى سۇرگە بېرىشنى تەرك ئېتىش قاتارلىقلاردۇر. يەنە توق قورساق چېنىقىش، توق قورساق جىما قىلىش، توق قورساق مۇنچىغا چۈشۈش، ناشتىدىن بۇرۇن كۆپ شاراب ئىچىش قاتارلىقلارمۇ شۇ سەۋەبلەردىندۇر. چۈنكى ناشتىدىن بۇرۇن شاراب ئىچىش نېرۋىغا زىيان يەتكۈزىدۇ. خام خىلتلار بەدەنگە يىغىلىپ، چوڭ تەرەت بىلەن تەبئىي چىقىرىلمىسا ۋە تەدبىر بىلەنمۇ چىقىرىلماي بوغۇملارغا ئېتىتىرىلسە، ئەلۋەتتە بوغۇم ئاغرىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ياكى بەدەنده قېپقېلىپ ئوفۇنەتلەنسە، قىزىتمىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئەگەر تەبئەت ئۇ خىلتنى چوڭ تەرەت ياكى سۈيدۈك بىلەن ئېتىتىرىپ، بۇ خىلتلار بىلەن سۈيدۈك سۈيۇق، خام بولماستىن، دائىم قويۇق ئىكەنلىكى بايقالسا، ئۇ خىلتلارنىڭ زىيان يەتكۈزۈشىدىن خاتىرجەم بولۇش لازىم. ئەگەر ئۇنداق بولمىسا، بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن كېسەللىكلەردىن بىرى يۈز بېرىدۇ. ئەگەر بۇ خام ماددىلارغا بوغۇملارنىڭ چارچاتقۇچى ھەرىكىتى ياكى ئۇرۇلۇش، يېقىلىش ياردەم بەرسە ياكى قۇۋۇەتلەرنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان ۋە ماددىلارنى بوغۇملارغا تارتىدىغان بۇزۇلۇش ۋە ئۇيقۇسىزلىق قۇۋۇەتلەرنىڭ ئاجىزلىشىشىنى كۆپەيتىۋېتىپ، ماددا بوغۇملارغا ئۆتۈپ چوكۇرلاپ كىرسە، بوغۇم ئاغرىقى پەيدا بولىدۇ. بۇ خىلتلارنىڭ كۆپىنچىسى ئىككىنچى ۋە ئۈچىنچى ھەزىم قالدۇقلىرىدۇر. بۇ كېسەللىك ياشانغانلار، ئۇزۇن مەزگىل كېسەل تارتقانلار ۋە كېسەلدىن يېڭى تۇرۇپ تۇغرا تەدبىر قوللانمىغانلاردا كۆپ بولىدۇ. بۇلاردا يۈز بېرىشى لايىقراقتۇر، چۈنكى بۇلارنىڭ قۇۋۇەتلىرى ياخشى ھەزىم قىلىشتىن ئاجىز كېلىدۇ، بولۇپمۇ بۇلار ماددىنى تولۇق تازىلاش بىلەن ۋە يېتەرلىك ئېتىتىرىپ چىقىرىش بىلەن داۋالانماي، ئاغرىق پەسەيتىش بىلەن داۋالانغان بولسا.

ئاغرىقلار بوغۇملاردا كۆپرەك بولىدۇ. چۈنكى، بوغۇملار باشقا ئەزالارغا قارىغاندا بوشلۇقى بار، ھەرىكىتى كۆپرەك، مىزاجى ئاجىزراق ۋە سوغوقراق بولىدۇ. بوغۇملارنىڭ مۇچىلەرگە ئورۇنلاشقىنى تۈنجى تەدبىردىن يىراق بولىدۇ. كۆپىنچە بوغۇملاردىكى ماددىلار، بولۇپمۇ خام ماددىلار گەجدەك بولۇپ قالىدۇ.

كۆپىنچە بوغۇملار ئارىسىدا گۆش ئۇنىدۇ، بولۇپمۇ بارماق بوغۇملىرى ئارىسىغا

گۆش ئۇنۇپ، بارماقلار ئېگىلىدۇ ۋە يىغىلىۋالىدۇ. ئاغرىق بەزىدە كۈچىيىدۇ، بەزىدە پەسىيىدۇ. بۇنداق ئەھۋال كۆپىنچە ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەردە بولىدۇ. بوغۇملار ئارىسىغا گۆش ئۇنۇش كۆپىنچە ماددىسى بولغاندا بولىدۇ. بوغۇم ئاغرىقلىرى يۇز بېرىدىغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسىدە دەسلەپتە نۇقرەس پەيدا بولىدۇ. بوغۇم ئاغرىقى ئىرسىيەت قالىدىغان كېسەللىكلەر قاتارىدىندۇر. چۈنكى مەنىي ئاتا مىزاجدا بولىدۇ. كۆپىنچە بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش ۋە بوغۇملارنى كۈچەيتىش ھەم ئۇنىڭدىن ماددىلارنى ئىتتىرىپ چىقىرىش ھالاكەتكە سەۋەب بولىدۇ. چۈنكى، بۇ ۋاقىتتا بوغۇملارغا بېرىشقا ئادەتلەنگەن ماددىلار رەئىس ئەزالارغا قايتىدۇ. ئەگەر شۇ چىقىرىندىلار بوغۇملارغا قايتا چۈشمىسە، بىمارنى خەتەرگە ئۇچرىتىدۇ.

بوغۇم ئاغرىقى ۋە نۇقرەس پەيدا بولۇشقا ئەڭ لايىق ۋاقىت ئەتىيازدۇر. چۈنكى بۇ ۋاقىتتا قان ۋە خىلتلار ھەرىكەتلىنىدۇ. كۈز پەسلى ناچارراقتۇر. چۈنكى بۇ ۋاقىتتا خىلتلار ۋە ھەزىم ناچارلىشىدۇ. يازدا ئىسسىقتىن تەر تۆشۈكچىلىرى كېڭىيىدۇ. بوغۇم ئاغرىقلىرى دەسلەپتە كۆرۈلگەندە داۋالانسا، داۋالاش ئاسان بولىدۇ. ئەگەر ئاغرىق ئورۇنلىشىپ قالسا ۋە قايتا قوزغالسا (بولۇپمۇ ھەر خىل خىلتتىن پەيدا بولغان ئاغرىق) داۋالاپ ساقايتقىلى بولمايدۇ. ئەگەر بوغۇم ئاغرىقى ۋە نۇقرەس بار كىشىلەرنىڭ پۇت ۋېنالىرى ئەگرى - بۈگرى كۆپسە، ئۇلار بۇنىڭ بىلەن ساقىيىدۇ. بوغۇم ئاغرىقىنى يۇمشاتقۇچى دورىلارنى بەزىلەر ئۆزىگە يامان تەدبىر بىلەن قوللىنىدۇ، بەزىلەر بۇ تەدبىرنى ئەزانىڭ شەكلىنىڭ بۇزۇلۇشى، تومۇرلارنىڭ كېڭىيىشى ۋە ئۆزىنىڭ ئەزالارنىڭ ئەسلى مىزاجى بۇزۇلۇپ، ئەزادا ناچار خىلت پەيدا بولغانلىقتىن قوللىنىلىدۇ. بوغۇم ئاغرىقلىرى بەزىدە قىزىتمىلاردا ۋە قىزىتمىلار ئۆرلىگەندە قوزغىلىدۇ. خۇددى بىز يۇقىرىدا بەزىدە بوغۇم ئاغرىقلىرى قىزىتمىلاردا پەيدا بولىدۇ، دەپ سۆزلىگىنىمىزدەك. ئىرقىۇننىسا بوغۇم ئاغرىقلىرى قاتارىدىن بولۇپ، يانپاش بوغۇمىدىن باشلىنىپ، يوتىنىڭ كەينىدىن تۆۋەنگە ماڭىدىغان ئاغرىقتۇر. بەزىدە بۇ ئاغرىق تىز ۋە ئوشۇققىچە يېتىپ كېلىدۇ. ئۇنىڭ ۋاقتى ئۇزارغانسېرى ماددىنىڭ ئاز ياكى كۆپلۈك ئېتىبارى بىلەن ئاغرىق پەسىيىدۇ.

بەزىدە بۇ ئاغرىق بارماقلارغىچە يېتىپ كېلىدۇ ھەم ئۇنىڭدىن پۇت ۋە يوتا ئورۇقلايدۇ. كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا ئاغرىغان جايىنى قول بىلەن باسسا ياكى پۈتنىڭ ئۈچىدا ئازراق ماڭسا ئارام بېرىدۇ. بۇ كىشىگە ئېڭىشىش ۋە تىك تۇرۇش تەس كېلىدۇ. بەزىدە ئىچ سۇرۇش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە بۇ ئاغرىق يوتا سۆڭەك بېشىنىڭ ئورنىدىن چىقىپ كېتىشىگە ئېلىپ بارىدۇ. يانپاش ئاغرىقى يانپاشتا تۆۋەنلىمەي مۇقىم تۇرىدىغان ئاغرىقتۇر. لېكىن يانپاش ئاغرىقى ئىرقۇنىنساغا ئۆزگەرسە، ئاغرىق تۆۋەنگە ماڭىدۇ. بۇ كۆپىنچە قاتتىق نەرسىدە ئولتۇرۇش، ئۇرۇلۇش، داۋاملىق ئات مىنىش سەۋەبىدىن يانپاشتا پەيدا بولغان زەئىپلىكتىن يۈز بېرىدۇ. يانپاش ئاغرىقلىرىنىڭ سەۋەبلىرى مانا شۇ سەۋەبلەردۇر. لېكىن بۇنىڭ كۆپىنچىسى خام بەلغەمدىن بولىدۇ. كۆپىنچە ئۇزاق مۇددەت ھەتتا ئون ئايلاپ ئاغرىۋاتقان بالياتقۇنىڭ سوزۇلما ئاغرىقلىرى يانپاشقا يۆتكىلىدۇ. بەزىدە بۇ، ئىسسىق ماددىلار ۋە ئارىلاشما ماددىلاردىن، يانپاش تومۇرلىرىنىڭ قانغا تولۇشىدىن ھەم شۇ ئورۇننىڭ چوڭقۇر قىسمىدىكى ئىچكى ئىششىقلاردىن بولىدۇ. لېكىن بۇ ئىششىقلار تېگىدە بولغانلىقتىن باشقا بوغۇم ئىششىقلىرى كۆرۈنگەندەك كۆرۈنمەيدۇ. ئېيتىلىشچە، يانپاش ئاغرىقى بار كىشىنىڭ يوتىسىدا ئۆچ ئىلىك چوڭلۇقتا ئاغرىتمايدىغان قاتتىق قىزىرىش كۆرۈلسە ۋە قاتتىق قىچىشسا، بىمارنىڭ پىشۇرۇلغان كۆكتاتلارنى يېگۈسى كەلسە، بىمار يىگىرمە بەش كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدىكەن. بوغۇم ئاغرىقى بولغان ھەربىر ئەزا ئاجىزلايدۇ ۋە ئورۇقلايدۇ. ئىرقۇننىسا ۋە نۇقرەستىن باشقا بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالاپ ماددىلىرى تۆپتىن يوقىتىلسا تېز قايتىلانمايدۇ. ئەمما ئىرقۇننىسا ۋە نۇقرەس داۋالانسا ۋە ماددىسى تۆپ يىلتىزىدىن يوقىتىلسا، ئاددىي سەۋەب بىلەن تېز قايتىلىنىدىغان كېسەللىكلەردىندۇر. بۇنداق بولۇشى ئەزانىڭ ئورنىغا باغلىقتۇر. چۈنكى، بۇ كېسەللىكلەر نۇقرەس ئىرسىيەت قالدىغان كېسەللىكلەردىندۇر. ئىرقۇننسانىڭ ماددىسى كۆپىنچە بوغۇمدا بولۇپ، بوغۇمدىن كەڭرى نېرۋىغا تارقايدۇ. ئەگەر ئاغرىسا دەسلەپتە توختاپ قالغان ماددىلاردىن باشقا ئومۇمىي بەدەننىڭ ئۈستۈنكى تەرىپىدىن ماددىلارنىڭ قۇيۇلۇشىغا تەييار بولىدۇ. بەزىدە ماددا بوغۇمدا بولماستىن، بەلكى كەڭ نېرۋىدا بولىدۇ.

كۆپىنچە يانپاشتا شىلىمشىق ھۆللۈك كۆپ بولۇپ، ئۆسۈكچە بىلەن يانپاش ئارىسىدىكى تارىمۇشنى بوشىتىپ، يانپاش بوغۇمى ئالدى تەرەپكە چىقىپ كېتىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بىرىكىش ۋە چىقىپ كېتىش ئارىسىدا بىر ھالەت يۈز بېرىدۇ. ئۇ ھالەت شۇكى، بوغۇم تېز ئورنىدىن چىقىپ، تېز ئەسلىگە قايتىدۇ ۋە ناھايىتى بىئارام بولىدۇ. ئىرقۇننسا بوغۇم ئاغرىقلىرىنىڭ ئەڭ كۈچلۈكرەكدۇر. داغلاش ئۇنىڭدىن خاتىرجەم قىلىدۇ.

نۇقرەس بوغۇم ئاغرىقلىرىدىن بولۇپ، بارماقلاردىن بولۇپمۇ باش بارماقتىن باشلىنىدۇ، بەزىدە سونجاقتىن باشلىنىدۇ، بەزىدە تاپاننىڭ ئاستىدىن باشلىنىدۇ ۋە بەزىدە تاپاننىڭ بىر يېنىدىن باشلىنىپ، ئاندىن پۈتقا ئومۇملىشىدۇ. بەزىدە يوتقا ئۆرلەيدۇ، بەزىدە ئىششىيدۇ. بۇ كېسەللىك پەي ۋە نېرۋىدا بولماي، بەلكى جالنۇس ئېپىتقاندەك، تارىمۇشلاردا ۋە بوغۇملارنى سىرتىدىن ئوراپ تۇرىدىغان ئەزالاردا بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، نۇقرەس كېسىلى بار كىشىلەردىكى ئىششىق ۋە ئاغرىق تەشەننۇجقا ئېلىپ بارمايدۇ. نۇقرەس بىمارلىرىدا يۈز بېرىدىغان ئەھۋاللاردىن بىرى ئۇرۇقدان خالتىلىرى ئۇزىراپ قېلىشتۇر. سەپرادىن بولغان نۇقرەس كۆپىنچە تۇيۇقسىز ئۆلۈشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بولۇپمۇ كۆپ سوغۇقلۇق يەتكۈزگەندە.

ئالامتى

بۇ كېسەللىكلەرنىڭ ئالامەتلىرىدە دەسلەپتە بىلىشكە تېگىشلىكى مىزاجنىڭ ماددىسىزلىقى ياكى ماددا بىلەن مۇرەككەپلەشكەنلىك ئەھۋالىدۇر. ماددىسىز بولغىنى ئاز ساندا بولىدۇ. ماددىلىق بولغىنىدىن تۇنجى بىلىشكە تېگىشلىك نەرسە ماددىنىڭ تۈرىدۇر، بۇنىڭدا ئاغرىق ئېغىرلىق بولمىغان، كۆپۈش بولمىغان، رەڭگى ئۆزگەرمىگەن ۋە ماددىنىڭ ئالامىتى بولمىغان ھالەتتە بولىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ رەڭگى ئاغرىق بىلەن بىرگە بولغان ئىششىقنىڭ رەڭگىدىن بىلىنىدۇ، خۇددى خام بەلغەمدىن بولغاندا بىلىنگىنىدەك. تۇتۇش ئارقىلىق سوغۇق ياكى ئىسسىقلىقى، ھارارەتلەنگىلىكى ياكى ئادەتتىكىچە ئىكەنلىكى بىلىنىدۇ ۋە ياكى

ئاغرىقنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرىدىن ئاغرىقنىڭ قاتتىق هارارەت ۋە لوقۇلداپ ئاغرىش بىلەن بىرگە بولۇشى ياكى نورمال هارارەت ۋە تارتىشىش بىلەن بىرگە بولۇشى ياكى پەقەت تارتىشىش بىلەنلا بىرگە بولۇشى قاتارلىقلاردىن بىلىنىدۇ. ئەمما مەنپەئەت قىلىدىغان، ماددىنى قويۇلدۇرمىسمۇ ئاغرىق پەسەيتىدىغان نەرسە سېزىمسىزلاندۇرۇش بولۇپ، بۇ سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىقىغا ماس كەلگەنلىكتىن، ماددا ئۆتكۈر دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ. هەقىقەتەن سېزىمسىزلاندۇرۇش يولى بىلەن ماس كەلگەن بولىدۇ. ياكى ماددىنى قويۇلدۇرىدىغان دەرىجىدە سوۋۇتقاندا ئاغرىق كۈچەيمىسە، ماددا قويۇق هەم سوغۇق ماددا دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ ياكى ماددا ئاغرىقنىڭ پەسىيىشى بىلەن تارقاشتىن قويۇلغاچقا، سوغۇق دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ. بەزىدە ماددا ئىسسىق بولۇپ، تارقاپ ئۇنىڭ ئاغرىشى پەسىيىدۇ. مۇشۇلارنىڭ هەممىسگە رىئايە قىلىش لازىم. ئاغرىقنىڭ ۋاقتى ۋە ئۇنىڭ كۈچىيىشىدىن بىلىشتە ئاغرىق قورساق ئاچ ۋاقتىتا كۈچىيەمدۇ ياكى قورساق توق ۋاقتىتا كۈچىيەمدۇ ياكى تېز ئىششىش ئەھۋالى ۋە ئاستا ئىششىش ئەھۋالىدىن ياكى قەتئىي ئىششىماسلىق ئەھۋالىدىن بىلىنىدۇ، قەتئىي ئىسسىماسلىق ناچار، ئىسسىق خىلتىلارغا ياكى سۇيۇق مۇرەككەپ، ئوتتۇراهال ۋە خام خالىس خىلتىلارغا دالالەت قىلىدۇ. ئېغىرلىق هالىتىدىن بىلىشتە، ئېغىرلىق بىر قېتىمدا كۆپ يىغىلىش مۇمكىن بولىدىغان سۇيۇق ماددىلاردا كۆپرەك بولىدۇ. كۆپ ۋاقتىلاردا تىنىدۇرۇلغان سۇيدۇكتە غالىب كەلگەن نەرسە ۋە چوك تەرەتتە غالىب كەلگەن نەرسىلەرنىڭ ئەھۋالىدىن بىلىنىدۇ.

غالىب كەلگەن نەرسە سەپرالىق نەرسىمۇ ياكى شىلىمشىق نەرسىمۇ، ئۇنىڭ رەڭگى قانداق قاتارلىقلاردىن ماددىنىڭ تۈرى بىلىنىدۇ. يانپاش ئاغرىقى ۋە ئىرقۇننسادا چوك تەرەتتە شىلىمشىق نەرسە كۆپ بولىدۇ. ماددىنىڭ تۈرى بىمارنىڭ يېشى، ئادىتى، يېمەك ـ ئىچمەكتىكى ئىلگىرى قوللانغان تەدبىرى، چېنىقىش، ئارام ئېلىش ۋە چارچاش، ئومۇمىي بەدەن مىزاجىنىڭ شېرىكلىشىشى قاتارلىقلاردىن بىلىنىدۇ. قان ماددىسىغا بەك چوڭقۇر بولمىغان ياكى تېخىچە ئاشكارا بولمىغان كېسەللىك ئورۇنىنىڭ قىزىللىقى ۋە قاتتىق تارتىشىش ۋە ئىتتىرىشىش، لوقۇلداپ

ئاغرىش، ئېغىرلىق، ئىلگىرى قوللىنىلغان تەدبىر قاتارلىقلار ۋە قان كۆپ بولۇپ كەتكەن بەدەن ئەھۋالىدىن بىلىنگەن نەرسىلەر دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە بەدەن يوغان، گۆشلۈك ۋە ياغلىق بولىدۇ. قاندىن بولغان ئىرقۇننىسادا ئاغرىق ئۇزۇنىسىغا بولۇپ، قان ئېلىش ئۇنى دەرھال توختىتىدۇ. سەپرا ماددىسىغا كېسەللىك ھەجمىنىڭ كىچىك بولۇشى بىلەن بىرگە تۇتقۇچىغا سېزىلىدىغان كۈچلۈك هارارەت، ئېغىرلىق ۋە تارتىشىشنىڭ ھەم قىزىللىقنىڭ ئازلىقى، ئاغرىقنىڭ تېرە سىرتىغا مايىل بولۇشى، سوغوقتىن قاتتىق راھەتلىنىش، ئىلگىرى قوللانغان تەدبىر ۋە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن باشقا ئالامەتلەر ۋە بەدەننىڭ سەپرالىق هالىتى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ. بەلغەم ماددىسىغا كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرە رەڭگىنىڭ ئۆزگەرمەسلىكى ياكى قوغۇشۇن رەڭگىگە ئۆزگىرىشى ۋە هارارەتنىڭ ئاز بولۇشى، ئاغرىقنىڭ داۋاملىششى، قان ۋە سەپرانىڭ ئالامەتلىرىنىڭ بولماسلىقى، ئاغرىقنىڭ توغرىسىغا قاراپ كۈچلۈك كېڭىيىشنىڭ، بەدەننىڭ گۆشلۈك بولماي، بەلكى ياغلىق بولۇپ، چوڭ بولۇشى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ. بۇ مىزاجنىڭ ھەممىگە مەلۇم ئالامەتلىرى يۇقىرىدا سۆزلەندى. سەۋدا ماددىسىغا ئاغرىقنىڭ يوشۇرۇن بولۇشى، تارتىشىشنىڭ ئاز بولۇشى، داۋالاشنىڭ ئاز مەنپەئەت قىلىشى ۋە ئاغرىغان ئورۇن ناچارلىشىپ، ئۇنىڭدا كۆپۈش ۋە پارقىراقلىقنىڭ بولماسلىقى، بەزىدە كۆكۈشكە مايىل بولۇشى دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا بىمارنىڭ مىزاجى ۋە تالىنىڭ ئەھۋالى ۋە ئىشتىهاسىنىڭ هەددىدىن زىيادە بولۇشى، ئىلگىرى قوللانغان تەدبىرلەر ۋە بىز سەۋدا مىزاجنى تونۇش توغرىسىدا كۆرسىتىپ ئۆتكەن باشقا ئالامەتلەرمۇ دالالەت قىلىدۇ. يىرىڭلىق ماددىغا قىچىشىقا ئوخشاش بىر هالەت ۋە ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەرنىڭ زىيان قىلىشى بىلەن بىرگە بولغان كۈچلۈك هارارەت، سوۋۇتۇش ۋە ئازراق قابىزلىقى بار نەرسىلەرنىڭ مەنپەئەت قىلىشى دالالەت قىلىدۇ. يەللىك ماددىغا ئېغىرلىق بولماستىن، قاتتىق تارتىشىش ۋە ئاغرىقنىڭ يۆتكىلىشى ھەم ئىلگىرى يەل پەيدا قىلغۇچى تەدبىرلەرنى قوللانغانلىقى دالالەت قىلىدۇ. ئەمما ئارىلاش ماددىلارغا ئىسسىق ۋە سوغوق تەبىئەتلىك داۋالاشلارنىڭ ئاز مەنپەئەت قىلىشى ھەم مەنپەئەت قىلىش ۋاقىتلىرى ئوخشاش بولماي، بىر ۋاقىتتا بىر

دورا مەنپەئەت قىلسا، يەنە بىر ۋاقىتتا ئۇنىڭ ئەكسىچە بولغان دورىلارنىڭ مەنپەئەت قىلىشى دالالەت قىلىدۇ. بۇنداق ئەھۋال كۆپىنچە ئىسسىق مىزاجلىق، سەپرا تەبىئەتلىك كىشىلەردە يۈز بېرىپ، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى، سۇۋۇتقۇچى، بەلغەم پەيدا قىلغۇچى تەدبىرلەر، خام غىزالار ۋە قورساق توق ۋاقىتتا ھەرىكەت قىلىش قاتارلىقلارنى قوللانغاندا، ئىككى خىلىت ئارىلىشىدۇ ۋە بۇ ئىككى خىلىتنىڭ قويۇقى قانلىق ۋە سەپرالىق سۇيۇقىنىڭ چىقىپ كېتىشى بىلەن بوغۇملارغا ئىتتىرىلىدۇ. كۆپىنچە قولدا يېنىك بېسىپ بەرگەندە ئاغرىقلىرى پەسىيىدۇ. چۈنكى، سۈتسىمان خىلىت ئۇنىڭ بىلەن تارقايدۇ ۋە پىشىدۇ. بىمار ھەرىكەت قىلماسلىق بىلەن بىرگە ھارارىتى مۆتىدىل ياغلارنى ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلىدۇ. چۈنكى، ھەرىكەت خىلتنىڭ پىشىشىنى چەكلەيدۇ.

بوغۇم ئاغرىقلىرى، نۇقرەس ۋە ئىرقۇنىنسا ئاغرىقلىرىنى داۋالاش

ئەگەر كېسەللىك سەۋەبىنىڭ ماددىسىز مىزاج ئىكەنلىكى بىلىنسە، ئۇنىڭ تەدبىرى ئاسان بولىدۇ. چۈنكى، كۆپىنچە ماددىسىز ھارارەت ئىششىقسىز بولۇپ، مىزاجنى ئۆزگەرتىش كۈپايە قىلىدۇ. بۇ ئاغرىقتا ئەڭ ئېھتىياج چۈشىدىغان نەرسە سەپرالىق ماددىنى ۋە قانىنى تازىلاشتۇر. بەزىدە سەۋەب ئۈيۇپ قېلىش ۋە ئاغرىق پەيدا قىلىدىغان سوغۇقلۇق بولۇپ، مىزاجنى ئۆزگەرتىش كۈپايە قىلىدۇ ھەم قانىنى قىزىتىش بىلەن بىرگە بەلغەم تازىلىنىدۇ. ئەگەر سەۋەب قىزىتقۇچى قۇرۇقلۇق بولسا، ھەممىگە مەلۇم بولغان بويىچە ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر سەۋەب ماددا بولسا، ماددىنى قارشى تەرەپكە تارتىش ۋە ئازلىتىش بىلەن قويۇلۇۋاتقان ماددىنى چەكلەش ۋە قانىنى قوبۇل قىلماسلىق ئۈچۈن ئەزانى كۈچلەندۈرۈش ۋە بار بولغان ماددىنى يوقىتىش ئۈچۈن تارقىتىش تەلەپ قىلىنىدۇ، بۇلارنىڭ ھەممىسىدە داۋالاش قانۇنىيەتلىرىگە مۇراجىئەت قىلىش كېرەك. ئەگەر ماددا قان ماددىسى بولسا ياكى قان غالىب كەلسە، قارشى تەرەپتىن قان ئېلىنىدۇ. ئەگەر ئاغرىق بەدەن بوغۇملىرىنىڭ ئومۇمىيسىدا بولسا ئىككىلا تەرەپتىن قان ئېلىپ،

ئاندىن قەي قىلىشقا مەشغۇل بولۇش لازىم. بولۇپمۇ ئاغرىق تۆۋەنكى ئەزالاردا بولسا. چۈنكى، قەي بوغۇم ئاغرىقىغا سۈرگىدىن بەكرەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ئاندىن سۈرگىگە مەشغۇللۇق قىلىنىدۇ. ئەگەر ماددىنىڭ پىشمىغانلىقى ۋە قويۇقلۇقى چەكلىمسە، كۈچلۈك سۈرگە بىلەن باشلىنىدۇ. بۇنىڭغا يېنىك سۈرگە بىخەتەرەكتۇر، تەدرىجىي كۈچەيتىش مۇۋاپىقراقتۇر. ئارقىدىن تەدرىجىي تازىلايدىغان سۈرگىلەر بېرىلىدۇ. بەزى كىشىلەر يەڭگىل سۈرگىدىن باشلاشنى ۋە ماددا پىشقاندىن كېيىن كۈچلۈك سۈرگە بىلەن ئاخىرلاشتۇرۇشنى قائىدە قىلغان. بۇ ھەقتە توغرىسى شۇكى، ئەگەر ماددا سۇيۇق، سەپرالىق بولسا، ماددىنىڭ پىشقانلىقى كۆرۈلگەندە تېز تازىلىنىدۇ. ئەگەر ماددا قويۇق بولسا، ئاۋۋال ماددىنى سۇيۇلدۇرىدىغان ۋە پىشۇرىدىغان ۋە ئۇنى تازىلىنىش تەرەپكە ئىتتىرىدىغان نەرسىلەرنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. شۇ ئەسنادا يېنىك سۈرگە بىلەن ھۆللۈك قۇرۇتۇلىدۇ، ئەگەر ماددا مۇرەككەپ بولسا، سۈرگە ۋە زىمات مۇرەككەپ قىلىنىدۇ. توغرىسى شۇكى، دەسلەپتە دورا بىلەن داۋالىماسلىق ۋە قان ئالماسلىق لازىم. قان ئېلىش خىلىتلارنى ھەرىكەتلەندۈرىدۇ ۋە ئۇنى بەدەندە ئايلاندۇرىدۇ، چىقىشقا تېگىشلىك ماددا چىقمايدۇ. ماددىنى تازىلاشمۇ شۇنىڭغا ئوخشاش، ماددىنىڭ پىشقانلىقى ئاشكارا بولغۇچە ئارپا سۈيى داۋاملىق بېرىلىدۇ. ئەگەر تولۇش چىقىرىپ تاشلاشنى زۆرۈر قىلسا، چىقىرىپ تاشلاش بىر ياكى ئىككى قېتىمغا يېتىدىغان ئىچىملىك بىلەن بولسۇن. مەسىلەن: خىيارشەنبەر قوشۇلغان كاسىنە سۈيى ۋە ئىتئۈزۈمى سۈيىگە ئوخشاش بولسۇن ياكى ھۆقنە بولسۇن. بۇنىڭدا ھۆقنە ياخشىراقتۇر. ئەگەر ماددىنى تازىلاش بىلەن ئاغرىق پەسىيىشكە باشلسا، بۇرۇن ئىشلىتىلگەن تازىلاشتىن باشقا تازىلاش ئىشلىتىلمەيدۇ. ئەگەر ئىشلىتىلسە، خىلىتلارنى ئۆز ئورنىدىن كېسەللىك تەرەپكە ھەرىكەتلەندۈرىدۇ. بۇنىڭدا بوھرانلارغا ۋە تۆتنىچى كۈنى، يەتتىنچى كۈنى، ئون بىرىنچى كۈنى بولىدىغان ئەھۋاللارغا رىئايە قىلىنىدۇ. ئۇنىڭ ياخشى بوھران ۋاقتى ئون تۆتىنچى كۈنىدۇر. ئەگەر ماددا پىشقۇچە تازىلاش بىلەن مۇداپىئەلىنىش ھاجەت بولسا ھەم سوغۇق سۇ، ئىسسىق سۇ، ئىلمان سۇ بىلەن نۇتۇل قىلىشقا قىسقارتىش مۇمكىن بولسا، شۇنىڭدەك

نۇتۇللار بايانىدا سۆزلەنگەن قانۇنىيەتكە رىئايە قىلىش مۇمكىن بولسا شۇنداق قىلىنىدۇ ۋە دەسلەپتە سوغۇق سۇ بىلەن نۇتۇل قىلىنىدۇ.

تىلالار

ئىسسىق تەبىئەتلىك تىلالار ۋە سېزىمسىزلاندۇرغۇچى تىلالارنىڭ ھەممىسى زىيانلىقتۇر. ئىسسىق تەبىئەتلىك تىلالار ماددىنى تارتىش بىلەن، سېزىمسىزلاندۇرغۇچى تىلالار ماددىنى توسۇپ پىشىشنى چەكلەش بىلەن زىيانلىقتۇر. ئەمما سوۋۇتقۇچى تىلالار قويۇق خىلتىلارنىڭ پىششىنى چەكلەپ، سۈيۇقىنى تارقىتىدۇ ۋە كېسەللىكنى ئۇزۇنغا سوزىدۇ. ئىسسىق سۇ ئۇلارغا زىيانلىقتۇر. چۈنكى ئۇ، بوغۇملارنى ھۆللەيدۇ. سىركەنجۈبىل چۈچۈمەل بولغانلىقتىن، بۇلارغا بەك مۇۋاپىق ئەمەستۇر، بەدىيان ئۇرۇقنىغا ئوخشاش كۈچلۈك ئۇرۇقلار بەزىدە ئېشىندىلارنى كۆيدۈرۈپ قاتۇرۇۋېتىدۇ. ئەگەر ماددا تولۇق پىشسا سۆرۈنجان، بوزىدان ۋە بۇ ئىككىسىنىڭ ئۇرۇقىنغا ئوخشاش دورىلار بىلەن تازىلىنىدۇ ۋە يېنىك قان ئېلىنىدۇ، بۇ ۋاقىتتا سۇ لېشى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار تىلا قىلىنىدۇ. دەسلەپتە ئاجىز دورىنى ئىچكۈزمەسلىك لازىم. چۈنكى ئۇ، ماددىنى ھەرىكەتلەندۈرىدۇ ۋە ھېچ نەرسىنى سۈرمەي، بەلكى بەزىدە ئۈيۈپ قالغان باشقا ماددىلارنى سۈيۇلدۈرۈپ، ئۇنى ئەزاغا ئاقتۇرىدۇ. دورا يېمەكچى بولغان كىشى دورا يەپ، ئۈچ سائەتتىن كېيىن شاراب ۋە ئازراق سۇ بىلەن 40 گىرام نان يېيىش، ئالتە سائەتتىن كېيىن يۇيۇنۇش، ئاندىن مۇۋاپىق كېلىدىغان تاماقلارنى يېيىش، ئاندىن سۈيدۈك ھەيدەش لازىم. چۈنكى، سۈيدۈك ھەيدەش بوغۇم ئاغرىقنىڭ ماددىسىنى توختىتىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈنكى، بوغۇم ئاغرىقنىڭ ماددىسى ھەممىگە مەلۇم بولغىنىدەك جىگەر ۋە تومۇرلاردىكى ھەزىمنىڭ ئېشىندىسىدۇر، بولۇپمۇ ئىسسىقتىن بولغان نۇقرەستە. سوغۇقتىن ۋە ھۆل مىزاجلاردىن بولغان بوغۇم ئاغرىقى بىمارلىرىنىڭ كۆپىنچىسىگە ئىچىلىدىغان ۋە ھۆقنە قىلىنىدىغان كۆپ سۈرگە مەنپەئەت قىلمايدۇ. ئەگەر ئۇلار سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن داۋالانسا

ساقىيىدۇ. ئوروق بىمارلار كۆپىنچە سۇرگىلەرگە ۋە كۆپ سۇيىدۇك ھەيدەشكە بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. سۇرگىلەردىن قان كۆيۈش پەيدا بولىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسگە رىئايە قىلغايسىز. تەرياقلار سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن. چۈنكى تەرياق ماددا قالدۇقلىرىنى يېنىك تازىلايدۇ ۋە تارقىتىدۇ ھەم ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ. ماددا كۈچلۈك، كۆپ مىقداردا قويۇلۇۋاتقاندا ماددىنى ئەزالاردىن قايتۇرۇش زۆرۈر ئەمەستۇر. چۈنكى، بۇ ئىككى ناچار ئىشنى پەيدا قىلىدۇ. ئۇنىڭ بىرى، ماددىنى سىقىپ ۋە ماددىنىڭ ھەرىكىتىگە قارشى تۇرۇپ قاتتىق ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ. ئەگەر شۇنداق ئەھۋال يۈز بەرسە، ماددىنى قايتۇرۇشتىن توختاپ، يۇمشاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئىككىنچىسى شۇكى، بەزىدە ماددىنى رەئىس ئەزالارغا قايتۇرۇپ خەتەرگە گىرىپتار قىلىدۇ. ئەگەر ماددا كۆپ بولمىسا ياكى قۇيۇلۇشى ئاز بولسا، دەسلەپتە ئۇنى قايتۇرۇشقا بولىدۇ، بىراق، ئىرقۇننىسادا قايتۇرۇشقا بولمايدۇ، ماددىنى قايتۇرۇش ماددىنى چوڭقۇر ئورۇنغا توسۇپ قويىدۇ. شۇڭا ماددىنى قايتۇرۇش ئاز ۋە ئاجىز بولۇشى كېرەك. ياكى ماددىنىڭ قويۇلۇشىغا يول قويۇپ، تازىلاشقا مەشغۇل بولسىمۇ بولىدۇ. ئەمما كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا، ماددىنى تارقىتىدىغان، لەتىپلەشتۈرىدىغان ۋە ماددىنى چوڭقۇر ئورۇندىن سىرتقا چىقىرىدىغان نەرسىلەرگە مەشغۇل بولۇش كېرەك. تىلىپ ياكى شورىتىپ ھاجامەت قويۇش بىلەن، داغلاش بىلەن ۋە قىزارتقۇچى، قاپارتما پەيدا قىلغۇچى دورىلار بىلەن ماددىلار ئاقتۇرۇلىدۇ ۋە بىر مەزگىلگىچە يارا ئېغىزى پۈتتۈرۈلمەيدۇ. قاپارتما پەيدا قىلغۇچى دورىلار سامساق ۋە پىيازدۇر. بالادۇر ھەسىلگە تەڭ كېلىدىغان داۋالاش يوقتۇر. ئۇنىڭدىن قالسا، يەتۇ ئۆسۈملۈك سۈتى ۋە ئەنجۈر سۈتىدۇر. تارقاتقۇچى ۋە قاپارتما پەيدا قىلغۇچى دورىلارغا يۇمشاتقۇچى دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇش كېرەك، ئەگەر يۇمشاتقۇچى دورىلار ئارىلاشتۇرۇلمسا، بوغۇملار قېتىۋېلىشقا ئېلىپ بارىدۇ. چۈنكى قاپارتما پەيدا قىلىشمۇ، قويۇق ماددىدىن قېپقالغان نەرسىنى تارقىتىشقا ئوخشاشتۇر. تارقاتقۇچى ۋە قاپارتما پەيدا قىلغۇچى دورىلارنى ۋە ھايۋاناتلار چاۋا ياغلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش مەنپەئەت قىلىدۇ. سوۋۇتقۇچى دورىلاردىن

يىراق تۇرۇش ۋە كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ماددىنى تازىلاشتىن بۇرۇن كۆچلۈك تارقاتقۇچى دورىلارنى سۈۋۈتقۇچى دورىلارغا بىرلەشتۈرمەسلىك لازىم. چۈنكى بىرلەشتۈرۈش كۆپ ماددىلارنى تارتىپ، ئاندىن ماددىلارنىڭ لەتىف قىسمىنى تارقىتىپ، قېپقالغىنىنى قويۇلدۇرۇپ توسۇپ قويىدۇ. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدىمۇ بۇنىڭغا رىئايە قىلىش لازىم، بولۇپمۇ ماددا چاپلاشقاق ياكى سەۋدالىق بولغاندا. ئەگەر ئاغرىق كۆچىيىپ بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، ئىچىلىدىغان ۋە تىلا قىلىنىدىغان ئاغرىق پەسەيتكۈچىلەرنى ئىشلەتمەي ئامال بولمايدۇ. تىلا قىلىنىدىغان دورىلار لەتىفلەشتۈرۈش ۋە ماددىنى تارقىتىش بىلەن ياكى سېزىمسىزلاندۇرۇش بىلەن ئاغرىق پەسەيتىدۇ. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار پەقەت زۆرۈرىيەت بولغاندا، ئاغرىقنىڭ كۈچىنى پەسەيتكۈدەك مىقدارda ئىشلىتىلىدۇ. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار ئىسسىقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىدا قورقماي ئىشلىتىلىدۇ. كۆپىنچە سېزىمسىزلاندۇرۇش كېسەللىك ئورنىغا يۈزلىنىۋاتقان ماددىنى قويۇلدۇرۇش جەھەتتىن بولۇپ، ماددا توسۇلۇپ قالىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بەزىدە بىر دورا بىر ئەزاغا مەنپەئەت قىلىدۇ، يەنە بىر ئەزاغا مەنپەئەت قىلمايدۇ ۋە ئاغرىقنى قوزغايدۇ. بوغۇم ئاغرىقلىرى بىمارلىرى شارابنى قەتئىي تەرك ئېتىشى كېرەك. بىراق بوغۇم ئاغرىقىدىن تولۇق ساقىيىپ تۆت پەسل ئۆتۈپ كەتكەن بولسا، شارابنى تەرك ئەتمىسىمۇ بولىدۇ. ئىچىپ ئادەتلەنگەن شارابنى تەدرىجىي تەرك ئېتىش ۋە تەرك ئەتكەندە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. ھەسەل سىلىنغان شاراب سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن بىرلىسە مەنپەئەت قىلىدۇ. سەۋدا مىزاجلىق بۇغۇم ئاغرىقى بىمارلىرىدا تالنى ياخشىلاش، سەۋدانى تازىلاش، بەدىنىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، غىزالار، ياغلار ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، خۇددى ئومۇمىي ئۇسۇل - قائىدىلەردە سۆزلەنگەندەك كۆپ يۇمشاتماسلىق ھەم يالغۇز كۆپ تارقاتماسلىق لازىم. بۇ كېسەللىكنىڭ سوغۇقتىن بولغىنىدا گۆشنى تەرك ئېتىش لازىم. ئەگەر گۆش يېيىش زۆرۈر بولسا، تاغ قۇشلىرىنىڭ گۆشى، توشقان گۆشى، كېيىك گۆشى ۋە ھەرقانداق ئېشىندىسى ئاز گۆشلەر بېرىلىدۇ. ئەگەر

ئاغرىق دەسلەپتە بەلدە سېزىلىپ ئاندىن ئىككى قولغا يۆتكەلسە، قان ۋە خىلتىنى ئۆزى مايىل بولغان تەرەپتىن چىقىرىش ئۈچۈن قولدىن قان ئېلىنىدۇ.

بوغۇم ئاغرىقى بىمارلىرىنىڭ ئىچىنى سۈرگۈزۈش

بوغۇم ئاغرىقى بىمارلىرىدا يالغۇز بەلگەمنى سۈرمەستىن، بەلكى سەپرا بىلەن بىرگە سۈرۈش لازىم. چۈنكى، يالغۇز بەلگەمنى سۈرسە دەرھال مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە سەپرا بەلگەمنى ئەزاغا يەنە بىر قېتىم قايتا ئاققۇزىدۇ. بۇلارغا ئىشلىتىلىدىغان سۈرگە دورىلىرىنىڭ ھارارىتى كۈچلۈك بولماسلىقى كېرەك. ئەگەر بۇنداق بولسا، خىلتىلارنى ئېرىتىپ، ئەزاغا بۇرۇنقىدىن نەچچە ھەسسە كۆپەيتىپ قايتۇرۇپ بېرىدۇ. سۆرۈنجان سوغۇق خىلتىنى دەرھال سۈرگەنلىكتىن، ئۇنىڭ مەنپەئەتى كۆپ، دەپ قارىلىدۇ. ئۇنىڭدا يەنە بىر خۇسۇسىيەت باردۇر. ئۇ بولسىمۇ، سۆرۈنجان سۈرگەندىن كېيىن قابىزلىق پەيدا قىلىدۇ ۋە قۇۋۋەتلەيدۇ. شۇڭا قابىزلىق ۋە قۇۋۋەتلەش ئارقىلىق، تازىلانمىغان ئېشىندىلارنىڭ ئارقىسىغا قايتىشى مۇمكىن بولمايدۇ. سۇيۇق بولغانلىرى سۈرگە دورىنىڭ قۇۋۋىتى بىلەن يوللارغا ئېقىشتىن چەكلىنىدۇ. مانا بۇ باشقا تارقاتقۇچى ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك تازىلىغۇچىلارغا خىلاپ سۆرۈنجاننىڭ خۇسۇسىيىتىدۇر. تازىلىغۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىسى ماددىنىڭ ئۆتۈش يوللىرىنى كېڭەيتىدۇ ۋە ئۇنى كەڭرى ھالەتتە قويۇپ قويىدۇ. لېكىن سۆرۈنجان ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ. شۇڭا ئۇنى قارىمۇچ، زەنجۈبىل، زىرىگە ئوخشاش دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇش لازىم. بەزىدە سۆرۈنجاننىڭ سۈرۈش خۇسۇسىيىتىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن ئۇنىڭغا سەبرە ۋە سوقمونىياغا ئوخشاش دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىلەر «رىجلۇلغوراب» ئۆسۈملۈكىدە سۆرۈنجاننىڭ تەسىرى بولۇپ، ئاشقازانغا زىيان قىلمايدۇ، دەيدۇ. ھەجرى ئەرمەنى بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. مەشھۇر دورىلاردىن ھەببى نۇجلە، ھەببى مەنتىن بار. ئايارەج رۇپىس قاتارلىقلار ئىرقۇننىسا ۋە نۇقرەسكە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەببۇننەيمۇ مەنپەئەتلىكتۇر. ھەببۇلمۇلۇك، بوزىدان، شاھتەررە، رىئەلھۇمام، قەنتەرىيۇن،

شەھمەنزەل، سەبرە، پاشرىستىين قاتارلىقلارغا ئوشەق، ئەنزىرۇت، مۇقەل، تۇربۇت، ئاقىرقەرھا قاتارلىقلار قوشۇلىدۇ.

بىز تۆۋەندە سۈپەتلەيدىغان بۇ دورا يېنىك سۈرىدۇ ھەم بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: زەنجۈبلىدىن ئۈچ گىرام، قارىمۇچ، غارىقۇننىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن، زاراڭزا مېغىزىدىن ئالتە گىرام، رىجلۇلغوراب ئۆسۈملۈكى يىلتىزىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، بىر قېتىمدا 3.5 ~ 6 گىرامغىچە ئىچكۈزۈپ، ئالتە ياكى يەتتە قېتىم ئىچىنى سۈرگۈزسە مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە تۆۋەندىكى بۇ دورا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: قارا زىرە، زەنجۈبىل، سۆرۈنجانىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، سەبرىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، بۇنىڭدىن 7.5 گىرام مىقدارى سېرىقچېچەك قاينىتىلمىسى بىلەن كاپ ئېتىلىدۇ. چۈنكى بۇ دەرھال مەنپەئەت قىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: ياڭاق يېغى ۋە ئەنزىرۇت بىر كۈن ئايرىج پەيقىرا بىلەن، بىر كۈن يالغۇز ھالەتتە يەتتە كۈنگىچە قاينىتىلغان ئوغرىتىكەن ۋە سېرىقچېچەك سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: سۆرۈنجان، بوزىدان، شاھتەررە، قارىمۇچ، رۇمبەدىيان، جەللۇز، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: سۆرۈنجاندىن 90 گىرام، شەھمەنزەلدىن 30 گىرام ئېلىپ، 5100 گىرام سۇدا 1020 گىرام سۇ قالغۇچە قاينىتىپ، بۇنىڭدىن ھەر كۈنى 170 گىرامى 90 گىرام شېكەر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن يەڭگىل مەنپەئەت قىلىدىغان سۈرگۈنىڭ نۇسخىسى: قىزىل ئەنزىرۇت ۋە سۆرۈنجاننىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ، 100 دانە ياڭاقنىڭ يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سېرىقچېچەك سۈيىدە ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈنكى بۇ نۇسخا مەنپەئەت قىلىپ، چارچاتماي ئىچىنى سۈرىدۇ ۋە ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ.

ئىنتايىن كۆچلۈك قەي قىلدۇرغۇچىنىڭ نۇسخىسى: بۇ قەي قىلدۇرغۇچى بوغۇم ئاغرىقى ۋە ئىرقۇننىسا بىمارلىرىدىن ھۆل مىزاج ۋە سەۋدا مىزاجلىقلارغا

مەنپەئەت قىلىدۇ. سەبرە، سوقمونىيانىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، پەرپىيۇن، قەنتەرىيۇننىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، كاللەكبەسەي سۈيى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ بىلەن قەي قىلدۇرۇلسا، كېسەللىكنىڭ يىلتىزىنى يوقتىدۇ.

سۈرۈش ئۇچۇن ئىچىلىدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى: بوغۇم ئاغرىقى بىمارلىرىغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى، داۋائى بۇسسەدتۇر، ئۇنىڭ نۇسخىسى: بۇسسەدتىن (بىر بۆلۈك تېۋىپلار ئۇنى «خەيرى» دېدى) ئالتە گىرام، قەلەمپۇردىن 15 گىرام، مۇرمەككى، ئۇدسەلىب، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىردىن 30 گىرام ئېلىپ، چاڭگاكتىن 12 ئۇكچە مىقدارى، رەۋەندىن 60 گىرام ئېلىپ، بۇنىڭدىن بىر ئۇكچە مىقدارى مائۇلھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە توققۇز سائەت غىزا بېرەلمەيدۇ. بۇ 10 كۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ھەر ۋاقىت ئىشلىتىلسە سۈيدۈك ھەيدەش بىلەن تازىلايدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى: كەمافىتۇس، كەمادەرىيۇس، جىنتىيانا، قۇرۇق سۇزاپ ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 270 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەر كۈنى بىر قوشۇق ئېلىپ، ناشتىدىن بۇرۇن 90 گىرام سوغۇق سۇدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بۇ نۇسخا: بۇسسەدنى قىزىلگۈلۈك خەيرى دەيدىغانلارنىڭ سۆزىگە ئاساسلانغاندا، ئىلگىرىكى نۇسخىغا يېقىنلىشىدۇ. دارچىن، ئۇدسەلىب، مۇرمەككى، سۇمبۇلنىڭ ھەربىردىن 60 گىرامدىن، سازەج ھىندىدىن 30 گىرام، قەلەمپۇردىن توققۇز گىرام، بۇسسەدتىن (ئۇ يۇقىرىدا سۆزلەنگەن خەيرىدۇر) 15 گىرام، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، يۇمىلاق زىراۋەندىنىڭ ھەربىردىن 120 گىرامدىن ئېلىپ، ھەر كۈنى 0.75 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنى كېچە - كۈندۈز تەڭشەپ 50 كۈندىن كېيىن ئىچىشكە باشلايدۇ ۋە 15 كۈن ئىچمەيدۇ، ئاندىن مۇشۇ تەرتىپ بويىچە يىلنىڭ ھەممىسىدە ئىچىدۇ. بىراق شەھرى يۇلتۇزى چىققاندا بىر يېرىم ئايغىچە ئىچمەيدۇ ۋە رايون ئېتىبارى بىلەن ئىچىدۇ. ئەگەر بۇنى بىر يىلنىڭ ھەممىسىدە ئىچىشكە قادىر بولالمىسا، يىلنىڭ سوغۇق قىسمىدا ئىچىدۇ. ئەگەر ئۇنى بىر يىل ئىچسە، ئىككى يۈز

كۈن ئۆتۈپ كەتكەندىن كېيىن بىر كۈن ئىچىپ، بىر كۈن ئىچمىسە ياكى بىر كۈن ئىچىپ، ئىككى كۈن ئىچمىسمۇ بولىدۇ. مۇمكىنقەدەر تاماق يېگەندە بۇ دورىدىن يىراق تۇرۇش لازىم، گەرچە ئەسىرگىچە بولسىمۇ. باشقا تەدبىرلەرنى ياخشىلاش ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىغا زىيان قىلمىغان نەرسىلەردىن يىراق تۇرۇش لازىم. بىر بۆلۈك تېۋىپلارنىڭ قارىشىچە، ئادەم سۆڭگىنى كۆيدۈرۈپ ئىچىش پايدا قىلمىغان، تەجرىبىدىن ئۆتكەن نەرسىلەردىندۇر. بۇنى بىر بۆلۈك يەھۇدىيلار ئىشلىتىپ، ئۇنىڭ بىلەن نۇقرەس ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىدىن شىپا تاپقان. ئۇ ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ. ئايارەج ھۇرمىسمۇ بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. كىمكى ئۇنى ئەتىيازدا بىرنەچچە كۈن ئىچىپ بەرسە بوغۇملىرى كۆچىيىدۇ. ئېشىندىلارنى سۈيدۈك ھەيدەش ۋە تەرلىتىش بىلەن كۆپرەك چىقىرىپ، ئىرقۇننىسانى ساقايتىدۇ. ئەگەر ئىشىشق ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرى سوزۇلما بولسا، تېۋىپ «ھونەيىن» گە مەنسۇپ بولغان تۆۋەندىكى تەدبىر مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: قۇرۇق ئارچا مېۋىسىدىن 40 گىرام ئېلىپ، چۆككۈدەك سۇدا سۇس ئوت بىلەن سۇ قاردىغچە قاينىتىپ، سۈزۈلگەن سۈيىدىن 340 گىرام ئېلىپ، ئۇنىڭغا 90 گىرام كۈنجۈت يېغى قۇيۇپ ئىچىدۇ ۋە ئۇنىڭ ئۈستىدىن غوراپ تەركىبلىك غىزانى يەيدۇ. يانپاش ئاغرىقنى مۇنچىغا چۈشۈش، ئىسسىق سۇ ۋە ئۇرۇق دورىلار بىلەن كەچتە پەسەيتكىلى بولمىسا، بولۇپمۇ ناچار تاماقتىن كېيىن پەسەيتمىگەندە، يەڭگىل تەدبىر شۇكى، نوقۇت سۈيىدە قەي قىلدۇرۇلىدۇ ۋە كۆكتات سۈلىرى ھەم خىيارشەنبەر بىلەن سۈرگۈزۈلىدۇ.

پايدىلىق زىماتلار

قويۇق خىلىت ۋە قېتىشقا باشلىغان بوغۇم ئاغرىقلىرى ئۈچۈن ياخشى زىمات شۇكى، تازىلانغان ئابدىمىلىك ئۇرۇقىدىن 90 گىرام ئېلىپ، 30 گىرام كالىنىڭ سېرىقمېيى بىلەن يۇمشاق سوقۇپ، چاپلىشىدىغان قىلىش ئۈچۈن ئۇنىڭغا 30 گىرام ھەسەل سېلىپ زىمات قىلىنىدۇ، بولۇپمۇ قۇرۇغان بوغۇملارغا. بەزىدە بۇ زىماتقا

ئۆتكۈر سىركىدىن 30 گىرام قوشۇلىدۇ. كالا تېزىكىنى زىمات قىلىش بوغۇم ئاغرىقى، بەل ئاغرىقى ۋە تىز ئاغرىقلىرىغا ئىنتايىن كۈچلۈكتۇر، خۇددى ئۇ باشقا كۆپ زىماتلاردىن ياخشىراق بولغىنىدەك.

كۈچلۈك زىمات: كونا زەيتۇن يېغىدىن 510 گىرام، ئىسكەندەرىيە قىزىل توغرىغۇسى، بەتەم يېلىمىنىك ھەربىرىدىن 340 گىرامدىن، پەرپىيۇندىن 30 گىرام، گۈلسەۋسەن يىلتىزىدىن 60 گىرام، شۇمشا ئۇنىدىن 510 گىرام ئېلىپ، بۇلاردىن زىمات تەييارلىنىدۇ. يەنە بىر نۇسخىسى: مۇقەل، جاۋشىر ۋە ئېرىتىلگەن چاۋدىن زىمات تەييارلانسا، تىز ۋە بوغۇملاردىكى خام بەلغەمدىن بولغان ئاغرىقلار ئۈچۈن ئىنتايىن بەك مەنپەئەتلىكتۇر.

ماددىنى شورىغۇچى ۋە تارقاتقۇچى زىمات: قىزىل توغرىغۇ، ئوشەق، ھاكتىن يېرىم گىرامدىن ئېلىپ زىمات تەييارلىنىدۇ ياكى تەنكار، ئامىلە ئۇسارىسى، ئاقىرقەرھا، ياۋا ئۈزۈم، ھاك قاتارلىقلارنى ئېلىپ ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ھەسەل، كونا شاراب ۋە ئازراق سىركە بوغۇملارغا تىلا قىلىنىدۇ.

ماددىنى تارقاتقۇچى ياخشى زىمات: ئوشەق، ھۇزۇزى مەككىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇلىدۇ، خام زەيتۇن يېغى، باقلە ئۇنىنى ئېلىپ، ئىسسىق ھالەتتە زىمات قىلىنىدۇ.

ئەرتەنسا كۈلىنى سىركە ۋە ھەسەل بىلەن زىمات قىلىش ئاجايىپ مەنپەئەتلىكتۇر. زىماتلاردىن ئەزالارنى كۈچەيتىش ۋە قالدۇق ماددىلارنى تارقىتىش ئۈچۈن ئېھتىياجلىق بولىدىغان بىر قىسىم زىماتلار بار بولۇپ، بۇ زىماتلارغا ماددىنى تولۇق تازىلىغاندىن كېيىن ئېھتىياج چۈشىدۇ. تۆۋەندىكى زىمات شۇ قاتارىدىنىدۇر: ئارچا، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى، كۆيدۈرۈلگەن سۆڭەكتىن تەڭ ھەسسىدىن، زەمچە ۋە زاكىتىن بىر ھەسسىنىك ئالتىدىن بىرىدىن، بېلىق مېيىدىن ئومۇمىيسىنى يۇغۇرۇشقا يېتەرلىك مىقداردا ئېلىنىدۇ.

يەنە بىر زىمات: بۇ زىمات كۆپ كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ، تۇسالغۇنى ئاچىدۇ، تىكەن ۋە ئوقۇنەتلەنگەن سۆڭەكلەرنى چوڭقۇر ئورنىدىن تارتىدۇ ۋە ئىستىرخاغا ئالاھىدە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: تازىلانغان چاققاقئوت ئۇرۇقى، تەنكار كۆپۈكى، نۆشۈدۇر، يۇمىلاق زىراۋەندە، شەھمەنزەل يىلتىزى، بەتەم يېلمى ھەربىرىدىن 80 گىرامدىن، شۇمشا، قارىمۇچ، پىلپىل، مۇقەل، قەردمانە، ئۇد بىلسان، مۇرمەككى، كۇندۇر، ئۆچكە چاۋىسى، ئۇدخام قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 40 گىرامدىن، ئوشەقتىن 48 گىرام، مومدىن 1020 گىرام، سەرپىستاندىن 2720 گىرام، ياۋا ئەنجۇر سۇتىدىن 32 گىرام، گۈلسەۋسەن يېغىدىن ھۆل دورىلارنى ئېرىتىشكە يەتكۈدەك مىقدارda، ئالىي شارابتىن قۇرۇق دورىلارنى يۇغۇرۇشقا يەتكۈدەك مىقدارda ئېلىپ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر زىمات: بۇ زىمات ئىرقۇنىسا، قول ئاغرىقى، پۇت ئاغرىقى ۋە باشقا بوغۇم ئاغرىقلىرىغا دەرھال مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇمشىنى ساپال قاچىدا ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا يېتەرلىك مىقدارda سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە قۇيۇپ، ئومۇمىيسىنى ياخشى پىشقۇچە چوغدا قويۇپ قاينىتىپ، ئاندىن يېتەرلىك مىقدارda ھەسەل سېلىپ، ئىككىنچى قېتىم چوغدا قويۇپ قاينىتىپ، تىندۇرۇپ، يەنە ھەسەل سېلىپ ئۇچىنچى قېتىم قاينىتىپ ساقلاپ قويۇپ، زۆرۈر بولغاندا ئىشلىتىلىدۇ. يۇقىرىقىنىڭ تەسىرىگە ئوخشاش يەنە بىر زىمات: مەدەن زۇپتىسىدىن 1020 گىرام، كۆيدۇرۇلگەن قۇرۇق سىركە لېيىدىن 680 گىرام، تەنكاردىن 510 گىرام، چىلغوزا دەرىخى يېلمى، موم، كۆيدۇرۇلمىگەن كىبرىت، ياۋا ئۇزۇمنىڭ ھەربىرىدىن 340 گىرام، ئاقىرقەرھادىن 170 گىرام، قەردمانەدىن 595 گىرام ئېلىپ زىمات تەييارلىنىدۇ.

بوشاشتۇرغۇچى دورىلار

يۇقىرىقىلارغا ئوخشاش تەسىر بېرىدىغان شەھمەنزەل يېغى، قۇندۇز قەھرى يېغى، قىچا يېغى، رۇم ياڭقى يېغى، بولۇپمۇ كۆيدۇرۇپ يېغى ئېقىتىلغىنى، قۇستە يېغى بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ مىئەسائىلە ۋە شەھمەنزەل ئۇسارىسىنىڭ قاينىتىلمىسىدىن ئېلىنغان شەھمەنزەل يېغى قىزىلگۈل يېغى بىلەن ياكى قۇستە يېغى

ھەك بىلەن ئىشلىتىلسە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ياخشى مەنپەئەتلىك بوشاشتۇرغۇچىلاردىن بىرى قۇرۇقلۇق يىلنى قاينىتىلغان زەيتۇن يېغىدۇر. ئۇ ياغ بوغۇم ئاغرىقنى تولۇق ساقايتىدىغان نەرسىلەردىندۇر. ياخشى مەنپەئەتلىك بوشاشتۇرغۇچىلاردىن بىرى شەپەرەك يېغىدۇر. ئۇ ياغنىك نۇسخىسى: بوغۇزلانغان شەپەرەكدىن 12 دانە، مىرماخۇر يوپۇرمىقى ئۇسارىسى ۋە كونا زەيتۇن يېغىدىن 340 گىرامدىن، زىراۋەنددىن 12 گىرام، قۇندۇز قەھرى ۋە قۇستىنىك ھەر بىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ، سۇيى تۇگەپ، يېغى قالغۇچە ھەممىسى بىرگە قاينىتىلىدۇ.

نۇتۇللار

بۇ تۇردىكى نۇتۇللاردىن بىرى ئاغرىقنى پەسەيتىدىغان تۆۋەندىكى نۇسخىلىق نۇتۇلدۇر. ئۇنىك نۇسخىسى: يالپۇز ۋە كاھۇنى پىشقىچە سىركىدە قاينىتىپ، ئۇنىك بىلەن نۇتۇل قىلىندۇ. بۇ نۇتۇل ئىسسىقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقغىمۇ ياخشىدۇر. يەنە مەرزەنجۇش، زەمچە، غار يوپۇرمىقى، سۇزاپ، زىرە قاتارلىقلارنى قاينىتىپ، ئۇنىك بىلەن نۇتۇل قىلىندۇ. يەنە مەنپەئەتلىك نەرسىلەردىن بىرى، بىر ھەسسە سىركىگە بىر ھەسسىنىك ئالتىدىن بىر ھەسسە سوقۇلغان ئادراسمان سېلىپ، قىزىتىلغان تاش سېلىنغان سىركىنىك ھورى بىلەن بوغۇملار ۋە تىزنى ھوردىتىشتۇر. بۇ ھوردىتىش يۆگىنىپ تۇرۇپ ئېلىپ بېرىلىدۇ ۋە سېرىقچىچەك، تۇز، ئۇرۇق دورىلار، كۈدە ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار ياۋا ئېشەك قاينىتىلمىسى، بۆرە ۋە تۈلكە قاينىتىلمىسىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بۆرە ۋە تۈلكە قاينىتىلمىسىنىك سۇيىتى شۇكى، سۇنى ئۇچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭغا تىرىك ياكى بوغۇزلانغان بۆرە ۋە تۈلكىنى قېنى بىلەن تاشلاپ بۇزۇلغۇچە قاينىتىپ، سۇيىنى سۈزۈپ، بىمار ئۇنىڭغا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ياكى شۇ سۇغا زەيتۇن يېغى سېلىپ، ئىككىسى ئارىلاشقۇچە ياكى سۇيى تۇگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ ۋە بىمار ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بەزىدە تۈلكە ياغدا ئۆز پېتى قاينىتىلىدۇ.

بۇ خىل كىشىلەر ئۇچۇن مۇۋاپىق ھامماملار: ھۆل ئىسسىق ھاممامىلار خىلىتلارنى ئېرىتىپ، تەر تۆشۈكچىلىرىنى كېڭەيتكەنلىكتىن ئۇلارغا زىيان قىلىدۇ. لېكىن لاۋا سۇ زىيان قىلمايدۇ، قىزىل توغرىغۇ ۋە تۇز بىلەن ئۇۋۇلاش بىلەن بىرگە قۇرۇق مۇنچىغا چۈشۈش، قىزىق قۇمغا كۆمۈلۈش ۋە تەرلىتىش قاتارلىقلار بۇ خىل كىشىلەرگە مەنپەئەتلىكتۇر.

ئاغرىقنى پەسەيتكۈچى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار

شۇمشىنى سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە بىلەن يۇمشاق سوقۇپ، ئاندىن ئۇنىڭغا ھەسەل قۇيۇپ، قويۇلغۇچە قايىنىتىپ سالايە قىلىپ، غالىيەگە ئوخشاش يۇمشاق سوققاندىن كېيىن تىلا قىلىنىدۇ ۋە شۇ ئورۇنغا زىغىر رەخت چاپلاپ، ئىككى ياكى ئۈچ كۈن قويۇلىدۇ. ئۇنىڭ قۇرۇقى قىزىلگۈل يېغى بىلەن داۋالىنىدۇ. بۇ تەدبىر كېسەللىكىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ۋە ئۇ كېسەللىك تەرەققىي قىلىۋاتقاندا ياخشىدۇر. يەنە كېسەللىكىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلى ۋە كېسەللىك قالدۇقلىرىدا شۇمشا ئۇرۇقى لوئابى ۋە زىغىر ئۇرۇقىنى ئېلىپ، ھەسەلدەك قويۇلغۇچە كۈنجۈت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ تىلا قىلىنىدۇ. ئاغرىق بەك كۈچلۈك بولمىغاندا يېڭى كاللەكبەسەي ۋە كەرەپشە زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچلۈكرەك بولسا، گۈلسەۋسەن يېغى، شۇمشا ئۇنى، نوقۇت ئۇنى ئازراق شاراب ۋە ئازراق خېنى يېغى قوشۇلغان ھەسەل شارابى بىلەن زىمات قىلىنىدۇ. يەنە كاللەكبەسەي كۈلى چاۋا ماي بىلەن زىمات قىلىنىدۇ. بابۇنە يېغى بىلەن تەييارلانغان قىرۇتمۇ بۇلار ئۇچۇن ناھايىتى ياخشىدۇر.

سېزىمسىزلاندۇرۇپ ئاغرىقنى پەسەيتكۈچى دورىلار

ئەپيۇندىن 12 گىرام، زەپەردىن تۆت گىرام ئېلىپ، كالا سۈتى بىلەن يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنىڭغا ئاق ئۇن نېنىنىڭ ئىچىدىكى يۇمشىقىنى سېلىپ زىمات تەييارلىنىدۇ ۋە قىزىلچا يوپۇرمىقى ياكى كاھۇ يوپۇرمىقىغا يۆگىلىدۇ ياكى ئاق نانىنىڭ ئىچىدىكى

يۇمشقىنىڭ ئېرىتىلمىسى بىلەن قىرۇتى تەييارلىنىدۇ. يەنە شەۋكىران ئۇرۇقىدىن 18 گىرام، ئەپيۇن ۋە زەپەرنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، تاتلىق شارابتىن دورا يۇغۇرۇلغۇدەك مىقداردا ئېلىپ، قىرۇتنىغا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. يەنە بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇن، ئىسپىغۇل، ئاقاقيا، مۇغاس قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ قۇرس قىلىپ، كالا سۈتى بىلەن تىلا قىلىنىدۇ. يەنە بىر نۇسخا: سەبرە ۋە ئەپيۇننىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، بەزرۇلبەنجى ئۇسارىسى ۋە يەر مەدىكىنىڭ ھەربىرىدىن 18 گىرامدىن، شەۋكىراندىن 12 گىرام، ئادەمگىياھتىن 80 گىرام، زەپەردىن 16 گىرام ئېلىپ، ئادەمگىياھنى سىركىدە ياخشى پىشقۇچە قاينىتىپ، دورىلارغا قۇيۇپ تىلا قىلىنىدۇ. يەنە بىر نۇسخا: سوقۇلغان ئادەمگىياھنى كالىنىڭ سېرىقمېيىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئاغرىغان ئورۇنغا سۈركىلىدۇ. يەنە بىر نۇسخا: مىئەسائىلە ۋە ئەپيۇندىن تىلا تەييارلىنىدۇ. سېزىمسىزلاندۇرىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، يارا بولمىسا كۆپ سۇ قۇيۇشتۇر. يەنە بىر نۇسخا: ئىسپىغۇل ئىسسىق سۇغا چىلىنىدۇ. ئەگەر كۆپسە قىزىلگۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ سوۋۇتۇپ تىلا قىلىنىدۇ. ئىچىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، بىر گىرام ئادەمگىياھ قويۇلدۇرۇلغان ئۈزۈم شىرنىسى ۋە ھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. يەلدىن بولغان بوغۇم ئاغرىقىنىڭ ئىلاجى يەلدىن بولغان دوكلۇقنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر.

سېزىمسىزلاندۇرۇش بىلەن ئاغرىقنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتى بار دورىلارنىڭ نۇسخىسى: جىنتىيانا، ئوردان، جۇۋىنە، زىراۋەندە، پىننە، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سۆرۈنجان، بوزىدان، ماھىزەھرەج، مۇغاس قاتارلىقلاردىن بىر ھەسسىدىن، ئەپيۇندىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، بىر قېتىمدا ئالتە گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ خىل كىشىلەرنى داغلاش تەدبىرى

ئۇلارغا پايدىلىق داغلاشلاردىن ياكى داغلاش ئورنىدا تۇرىدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، بىمارنى مۇۋاپىق ئۇسۇلدا يېنىچە ياتقۇزۇپ، ھەربىكەت قىلىشتىن چەكلەپ، ئاغرىق ئەتراپى خېمىر بىلەن ئورىلىدۇ. ئۇنىڭ ئوتتۇرىسىغا تۆز

توشقۇزۇلدۇ ۋە تۇزغا ئازراق زەيتۇن يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە رەخت قويۇلىدۇ ۋە ھەر خىل داغمال سايمانلىرى ھازىر قىلىنىدۇ. داغمال سايمانلىرى قىزىتىلىپ دەسلەپتە ئىسسىقلىقى سېزىلمىگۈدەك دەرىجىدە، ئاندىن سەزگۈدەك دەرىجىدە ئىشلىتىلىدۇ. ئاندىن بەرداشلىق بېرەلمىگۈدەك قىزىتىلىدۇ، ئەگەر بەرداشلىق بېرەلمىسە، تۇز ۋە زەيتۇن يېغى چىقىپ كېتىش ئۈچۈن ئازراق سىغايان قىلىنىدۇ. ئاندىن يۇڭ بىلەن يېپىپ تېڭىلىدۇ، بىمارنىڭ بېشىدا سۇ ۋە قىزىلگۈل سۈيى توشقۇزۇلغان بىر قاچا بولۇش كېرەك. بىمار تەرلىگەندە بۇ سۇ بىلەن يۈزى سۈرتۈلىدۇ. تېرىنىڭ كۆيۈپ يارا بولۇپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن ئېھتىيات قىلىنىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش

كۆكتات، گۆش، يېمەكلىك، مېۋە - چىۋە سۈركىلىدىغان دورا، نۇتۇل ۋە قىرۇتى قاتارلىق سوۋۇتىدىغان، ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان نەرسىلەر بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ، بىمارلار نورمال چىنىقتۇرۇلىدۇ. مۇچىلىرىگە سوغۇق سۇ قۇيغاندىن كېيىن تاتلىق سۇ بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ. ئىلمان ئابزەندە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن بىراقلا سوغۇق سۇغا چۆمدۈرۈلىدۇ. پۇتلىرىغا سوغۇق سۇ قۇيۇلىدۇ. قىزىلگۈل شارابى ۋە سەپەرجىلى مۇسھىلىگە ئوخشاش كۆپ ئىسسىقلىق يەتكۈزمەيدىغان نەرسىلەر بىلەن ئىچى سۈرگۈزۈلىدۇ ۋە سۈيدۈك ھەيدىلىدۇ.

سۈيدۈك ھەيدەش، سۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيتى بار ياخشى دورا: تاۋۇز ۋە قوغۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئاق سۆرۈنجان، مۇغاسىنىڭ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، ئەپيۇندىن بىر ھەسسىنىڭ ئۈچتىن بىرىنى ئېلىپ ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ، بىر قېتىمدا 12 گىرامنى شېكەر بىلەن ئىچسە، دەرھال مەنپەئەت قىلىدۇ.

تىلالار شۇنى بىلىش لازىمكى، تىلالار سەندەلگە ئوخشاش سوغۇق، قابىز بولسا ئاغرىتىدۇ، شۇڭا ئىللىتىش ۋە يۇمشىتىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر سوۋۇتقۇچى دورىلار تارتىشتۇرۇپ زىيان قىلسا، ئۇزۇم شىرنىسى، قىزىلگۈل يېغى

ۋە قىرۇتىغا ئوخشاش بوشاشتۇرىدىغان نەرسىلەر ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە تىلا ئۇستىگە سۇ ۋە سىركە بىلەن نەمدەلگەن رەخت قويۇلىدۇ. تەجرىبىدىن ئۆتكەن نەرسىلەردىن بىرى ھۆل قوموش شاللىرىنىڭ ئۇسارىسىدۇر، چۈنكى ئۇ چېپىلسا ئاغرىقنى دەرھال پەسەيتىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: بەللۇتنى ئىنتايىن يۇمشاق سوقۇپ قاينىتىپ، ئۇنىڭ بىلەن ئۇزۇن ۋاقىت نۇتۇل قىلىندۇ. ئەگەر بىمار سوۋۇتقۇچى دورىلارغا بەرداشلىق بېرەلسە، سوۋۇتقۇچى دورىلار قويۇلدۇرۇش ۋە تارتىشتۇرۇش بىلەن ئاغرىق پەيدا قىلمىسا، كاسىنە، ئىتئۈزۈمى سۇيى، ھەمشىباھار سۇيى، سېمىزئوت سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، قاپاق سۇيى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ياخشى نەرسە يوقتۇر. شۇنىڭدەك چاۋا ماي ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى زىمات قىلىندۇ ۋە قوغۇن زىمات قىلىندۇ. چۈنكى قوغۇن بىرلا ۋاقىتتا سوۋۇتىدۇ ۋە يۇمشىتىدۇ. ئىسپىغۇل لوئابى كۆچلۈك سوۋۇتىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: سەندەل، مامىسا ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى ئىشلىتىپ ئاغرىق پەسەيسە، دەرھال ئېلىۋېتىش كېرەك. ئىسسىقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىنىڭ ئاسارىتى ۋە نۇقرەسنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە مەنپەئەتلىك نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، سەبرە، زەپەر، مۇرمەككىنىڭ ھەربىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئىسسىقلىقنىڭ مىقدارى ئېتىبارى بىلەن كاللەكبەسەي سۇيى بىلەن ياكى كاسىنە سۇيى تىلا قىلىندۇ. يەنە قىرۇتى بابۇنە يېغى بىلەن تەييارلىنىدۇ. يەنە بابۇنە يېغىدا ئېرىتىلگەن داخلىيۇن ئىشلىتىلىدۇ. ئەمما بۇ خىل كىشىلەرگە زىيان قىلىدىغان ئىسسىق ياكى سوغۇق مۇنچىلار بەزىدە مەنپەئەت قىلىپ، ماددىنى قايتۇرىدۇ، ئەزانى قۇۋۇشتۇرىدۇ، ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ.

سۇرگىلەر سېرىق ھېلىلىدىن 30 گىرام، سۆرۈنجان، بوزىدانىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيانىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، ئېرىتىلگەن شېكەر بىلەن يۇغۇرۇپ ھەر كۈنى ئالتە گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: بېھى ئۇسارىسىدىن 340 گىرام، ھاراق سىركىسىدىن 90

گرام، شېكەردىن 340 گرام، سوقمونىيادىن ھەر 340 گرامغا توققۇز گرام ئېلىپ، بىر قېتىمدا 15 ~ 45 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: سۆرۈنجاندىن 30 گرام، سوقمونىيادىن تۆت گرام، كاۋاۋىچىندىن توققۇز گرام، ناۋاتتىن 90 گرام ئېلىپ تەييارلاپ، بىر قېتىمدا توققۇز گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: پىشۇرۇلۇپ تەڭ مىقدارى چۈچۈمەل بېھى سۈيىدە ياكى ئالما سۈيىدە ياخشى قاينىتىلغان سوقمونيا ئىشلىتىلىدۇ. قاينىتىشتا ئۇنىڭ قېيامغا رىئايە قىلىنىدۇ. ئەگەر قويۇلۇشقا باشلىسا، قاچىنىڭ ئاغزىنى ئېتىپ قۇرۇغىچە قويۇپ قويۇپ، بۇنىڭدىن 30 گرام، ناۋاتتىن 60 گرام، سۈرمەدەك يۇمشاق سوقۇلغان كاۋاۋىچىندىن ئالتە گرام ئېلىپ، ھەممىسىنى جۇلاپ بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەب ياساپ ۋە سايىدا قۇرۇتۇپ، بىر قېتىمدا بۇنىڭدىن ئىككى دانە ھەب ياكى كۈندە ئۈچ دانە ھەب ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇ يەردە ئازراق خىلىتلار مۇرەككەپلەشكەن بولسا، ئۇنىڭغا ئايارەج پەيقرا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇلارغا مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، تۆۋەندىكى تەركىبتىكى قىزىلگۈل شەربىتىدۇر. قىزىلگۈل ئۇسارىسىدىن 680 گرام، ھەسەلدىن 1360 گرام، قورۇلغان سوقمونىيادىن 30 گرام ئېلىپ، قېيام بولغۇچە قاينىتىپ، بىر قېتىمدا ئىككى پىيالىدىن بەش پىيالىگىچە ئىشلىتىلىدۇ.

ياخشى دورىنىڭ تەركىبى خىيارشەنبەر قوشۇلغان تەمرى ھىندى چىلانمىسى كاسىنە سۈيى ۋە بەدىيان سۈيىدە ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر قىزىتما بولمىسا، ھېلىلە، شاھتەررە، ئەينۇلا، تەمرى ھىندى، ئەفسەنتىن قاتارلىقلاردىن خالىغان بويىچە مەتبوخ تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: بوزىدان، سۆرۈنجان، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭدىن بىر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇنىڭ ئاغرىق پەسەيتىشتە سوۋۇتۇش خۇسۇسىيتى باردۇر. بۇ خىل كىشىلەرگە كۆپىنچە سىركە ۋە ئەدەس بىلەن تەييارلانغان غىزاغا ئوخشاش سوغۇق تەبىئەتلىك قويۇق غىزالار ۋە ئۇنىڭدىن باشقا پاقىيوپۇرمىقى سېلىنغان تاماق، چۈچۈمەل قىلىنغان قېيىن ۋە كالا گۆشى،

سەكباج قاتارلىقلارغا ئوخشاش سوۋۇتقۇچى، قاننى قويۇلدۇرغۇچى غىزالار مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە بۇلارغا كىبرىتلىق غىزاغا ئوخشاش قۇرۇتقۇچى غىزالار مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇلارنى بەك ئاچ قويماسلىق لازىم. بۇلارغا مېۋىلەردىن ئاموت يېيىشكە، بولۇپمۇ ئەينۇلا، ئالما، ئانار، شاپتۇل يېيىشكە رۇخسەت قىلىنىدۇ. ئەمما مەن شاپتۇل، ئۆرۈككە ئوخشاش نەرسىلەرنى ۋە قانغا سۇ تەركىبىنى كۆپ توشقۇزىدىغان نەرسىلەرنى ياخشى كۆرمەيمەن.

قاتقان ۋە قۇرۇغان بوغۇملارنى داۋالاش

بۇ خىل كىشىلەر ئىسسىق مىزاجلىق ۋە قويۇق ماددىلىق كىشىلەردۇر. بۇلاردىكى ماددىنى يۇمشاتماي تۇرۇپ تارقاتماسلىق، بەلكى تارقىتىش ياكى يۇمشىتىشنى بىللە قىلىش كېرەك. بوغۇملارنى قېتىشتىن ساقلايدىغان نەرسىلەردىن بىرى، كۇرسىنە ئۇنى، سىركەنجۇبىل ۋە ئەنجۇدان قوشۇلغان ماش، بىر ھەسسە ھۇزۇرى مەككى ۋە ئوشەق قوشۇلغان پاشىرا قاتارلىقلاردىن كونا شاراب ۋە خام زەيتۇن يېغى بىلەن تەييارلانغان زىماتلاردۇر. بەزىدە بۇ زىماتقا باقلە ئۇنى قوشۇلىدۇ. بوغۇملىرى قاتقان ياكى قېتىشقا باشلىغان كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، قويۇق خىلتلاردىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىنىڭ سوغۇقتىن پەيدا بولغىنى توغرىسىدا بايان قىلىنغان زىماتلار ۋە بىز بۇنىڭ بىلەن بىرگە سۆزلىگەن نۇتۇللاردۇر. بۇ خىل كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، كۇرسىنە ئۇنى، سىركەنجۇبىل قوشۇلغان ماش ۋە ياكى سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە، يەنە ھىڭ كۆتىكى، يەنە سۇغا ئارىلاشتۇرۇلغان بۇلۇبوس زىمات قىلىنىدۇ. چۈنكى بۇ، يېڭىدىن باشلانغان قېتىشنى چەكلەيدۇ، شۇنداقلا پىننە، تاغ پىننىسى قاينىتىلغان سۇلارنى نۇتۇل قىلىش ياكى شۇ دورىلار قاينىتىلغان سىركىنى نۇتۇل قىلىش ۋە كونا قېتىقنى نۇتۇل قىلىش، بولۇپمۇ خىيارشەنبەر، قىزىل توغرىغۇ، پەرپىيۇن، كۈل سۈيى، كۆيدۈرۈلگەن كاللەكبەسەي قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىلمىسىدا قېتىقنى نۇتۇل قىلىش يېڭىدىن باشلانغان قېتىششقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئولتۇرۇپ قېلىشنى ۋە سوزۇلما بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش

شۇنى بىلىش لازىمكى، ھەندى قوقى يېغىنى ئىچىش ۋە ئۇنىڭ بىلەن ياغلاش ئۇلارغا ئەڭ مەنپەئەتلىك. ھەندى قوقى يېغى مۇنداق تەييارلىنىدۇ: ئۇرۇق دورا سېلىنغان ھەندى قوقىنى تەڭ مىقداردىكى شاراب ۋە زەيتۇن يېغىدا سۇ تەركىبى يوقاپ كەتكۈچە قاينىتىپ، بىر قېتىمدا توققۇز گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئازراق ئىچكۈزۈلىدۇ. يەلدىن بولغان ئولتۇرۇپ قېلىشنىڭ ئىلاجى سۆڭەك سۇنۇشقا سەۋەب بولىدىغان يەل (رىياھى ئەپرىسە)نى داۋالاشقا ئوخشاشتۇر. ئولتۇرۇپ قېلىشقا تەجرىبىدىن ئۆتكەن نەرسىلەردىن بىرى، تۆۋەندىكى بۇ تەركىب بىلەن تۈزۈلگەن دورىدۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: يېڭى سويۇلغان قوينىڭ تېرىسىنى ئېلىپ، بىمارغا يېپىپ قويۇلسا ۋە يېڭى سېغىلغان كالا سۈتى سۈركەلسە مەنپەئەت قىلىدۇ. قۇرۇق مۇنچىغا چۈشۈش، تونۇردا ياكى قىزىتىلغان ئازگالدا تەرلەش ياكى يازدا چۈشتە قۇم ئازگالدا تەرلەش مەنپەئەت قىلىدۇ.

بوغۇم ئاغرىقىدىن ساقلىنىش

بوغۇمى ئاغرىيدىغان كىشى ئەتىيازدا ۋە بوغۇم ئاغرىقى تۇتۇش ۋاقتى يېقىنلاشقاندا قان ئالدۇرۇش، ئىچىنى سۈرگۈزۈش ۋە لەتىپلىكتە نورمال تەدبىرنى قوللىنىش لازىم. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئەگەر بۇ كىشىدە يۇز بېرىدىغان بوغۇم ئاغرىقىنىڭ سەۋەبى خىلتلارنىڭ كۆپلۈكى بولسا، خىلتلارنى تازىلاش، غىزانى ئازلىتىش، ياخشى چېنىقىش قاتارلىقلار بىلەن خىلتلارنى كۆپەيگىلى قويماسلىق كېرەك. ئەگەر سەۋەب خىلتلارنىڭ بۇزۇلۇشى بولسا، بۇنىڭغا يېغىلغان خىلتنى تازىلاش، خىلت پەيدا بولۇۋاتقان نەرسىگە قارشى تەدبىر قىلىش بىلەن تاقابىل

تۇرۇش لازىم. چۈنكى، بەلغەم سوۋۇتقۇچىلارنىڭ ياردىمى بىلەن پەيدا بولىدۇ، بۇ ۋە بۇنىڭغا تاقابىل تۇرۇش ھەممىگە مەلۇمدۇر. سەپرا ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچىلەرنىڭ ياردىمى بىلەن پەيدا بولىدۇ، بۇ ۋە بۇنىڭغا تاقابىل تۇرۇش ھەممىگە مەلۇمدۇر. شۇنىڭدەك سەۋدا ھەممىگە مەلۇم نەرسىلەردىن ھاسىل بولىدۇ، بۇ ھاسىل بولغان سەۋداغا ھەممىگە مەلۇم نەرسىلەر بىلەن تاقابىل تۇرۇلىدۇ. ئەگەر تازىلانسا، ياخشىسى ئەزا ئېشىندىلارنى قوبۇل قىلماسلىق ئۈچۈن قابىز دورىلار بىلەن كۈچلەندۈرۈلىدۇ، بولۇپمۇ ئىلگىرى تازىلانغانلىق سەۋەبىدىن ماددىنىڭ رەئىس ئەزالارغا قايتىش خەۋپى بولمىغاندا، بۇ قابىز دورىلار، مەسىلەن: ئاقاقيا، ئانارگۈلى، قىزىل چۈغلۇق ئۇسارىسى، ھۇزۇرى مەككى، مامىيسا قاتارلىقلادۇر. يەنە ئاغرىغان ئورۇنغا سوقۇلغان تۇز زەيتۇن يېغى بىلەن سۈركىلىدۇ، لېكىن قۇرۇقلۇق ھەددىدىن زىيادە بولسا سۈركەلمەيدۇ. ئەگەر ئىششىق بەلغەمدىن بولغان بولسا، بىمارغا يۇمىلاق زىراۋەندە ئالتە گىرامدىن ئەتىياز ۋە قىشتا بىرنەچچە قېتىم ئىچكۈزۈلسە، بەزىدە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە بوغۇم ئاغرىقىنىڭ تۈتۈشىنى چەكلەيدۇ ھەمدە بىمار نورمال چېنىقتۇرۇلىدۇ، ئۇلاغقا مىنگۈزۈلىدۇ. ئۇلاغقا مىنىش ۋە چېنىقىشنى ھەددىدىن ئاشۇرۇۋېتىپ، نۇقرەس ۋە ئاغرىقلارنى قوزغىتىۋەتمەسلىك ئۈچۈن، چېنىقىش ۋە ئۇلاغقا مىنىشنى تەدرىجي قىلىش بىراقلا قوللانماسلىق لازىم. بۇنداق قىلىنىپ قالسا، كۈچلەندۈرگۈچى ياغلار سۈركىلىدۇ.

بوغۇم ئاغرىقى بىمارلىرى تەستە سىڭىدىغان تۇزلۇق گۆشلەرنىڭ ھەممىسىدىن، قىزىلچا، سەۋزە، تەرخەمەككە ئوخشاش كۆكتاتلاردىن يىراق بولۇشى لازىم. قوغۇن سۈيۈق خىلىت پەيدا قىلىش بىلەن زىيان قىلىدۇ، سۈيدۈك ھەيدىشى بىلەن پايدا قىلىدۇ. ئۇنىڭ ئەھۋالى بەدەنلەردە ئوخشاش بولمايدۇ. بىمار كۆپ ھەم قويۇق شاراب ئىچىشتىن، شۇنداقلا ھەرقانداق شاراب ئىچىشتىن يىراق تۇرۇشى لازىم. بۇلار ياخشى ھەم تېز ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەر بىلەن غىزالىنىشى لازىم، قورساقنى بەك تويغۇزۇۋېتىشتىن، چېنىقماي بىكار يۈرۈشتىن، شۇنىڭ بىلەن چارچاش ۋە چېنىقىشنى ھەددىدىن ئاشۇرۇۋېتىشتىن يىراق تۇرۇش، مۇنچىغا ئاز چۈشۈش لازىم، چۈنكى مۇنچىغا چۈشۈش خىلىتلارنى ئېرىتىپ، ئۇنى بوغۇملارغا ئاقتۇرىدۇ. ئەمما

ئارىشاڭ سۇلىرى ئۇلارغا كېسەل ۋاقىتتا مەنپەئەتلىك. مۇنچىغا كىرگەندە، مۇنچىدىن چىققاندا ۋە مۇنچىغا كىرىش ئارىلىقىدا بۇلارغا مەنپەئەتلىك نەرسىلەردىن بىرى، نېرۋا ئاجىزلىقىدىن ئىبارەت بىرەر چەكلىگۈچى بولمىغاندا، بوغۇملارغا سوغۇق سۇ قويۇشتۇر. بەزىدە بۇ، مۇنچىنىڭ زىيىنىنى تۇسىدۇ. بۇ خىل بىمارلار تاماقنى يەپلا ئۇخلىماسلىقى كېرەك، چۈنكى تاماقنى يەپلا ئۇخلاش ئۇلارغا ئەڭ زىيانلىق.

ئىرقۇننسانى داۋالاش

ئىرقۇننسا، يانپاش ئاغرىقى ۋە بېكىۋالغان تىز ئاغرىقىغا خاس بولغان داۋالاشتا بوغۇم ئاغرىقلىرى بايانىدا بېرىلگەن قانۇنىيەتلەرگە مۇراجىئەت قىلىنىدۇ. ھەممىگە مەلۇمكى، بۇ خىل ئاغرىقلار باشقا بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ئىنتايىن زىيان قىلىدۇ. چۈنكى ماددا چوڭقۇر بولۇپ، قايتۇرۇش ماددىنى شۇ جايدا توختىتىپ قويىدۇ ۋە ماددىنى تارقىلىشى قىيىن بولىدىغان ھالەتتە قالدۇرۇپ قويىدۇ ھەمدە بوغۇملارنى ئاسان چىقىرىۋېتىدۇ. چۈنكى بوغۇملار ماددىنى قايتۇرماستىنمۇ ئاسان چىقىپ كېتىدۇ. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئاغرىقنى پەسەيتمەكچى بولغاندا، ئۇنى يۇمشاتقۇچى ۋە بوشاشتۇرغۇچى دورىلار بىلەن پەسەيتىش لازىم. لېكىن ماددا سۇيۇق بولغان ھالەتتە بوشاشتۇرغۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى دورىلار بىلەن، بەزىدە سوغۇق يۇرتتا، سوغۇق ۋاقىتتا ۋە سېمىز كىشىلەردىكى ئىرقۇننسانى داۋالاش قىيىن بولىدۇ. ئەمما قاندىن بولغان ئىرقۇننسانىڭ ئەڭ مەنپەئەتلىك چارە قان ئېلىشتۇر. ئاۋۋال قولدىن، ئاندىن پۇتتىن قان ئېلىش دەرھال مەنپەئەت قىلىدۇ. پۇتتىن پەقەت قولدىن قان ئېلىپ بولغاندىن كېيىن قان ئېلىنىدۇ، بۇنىڭدا قەي قىلدۇرۇشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەمما ئىچ سۇرۇش ماددىنى تۆۋەنگە تارتماسلىق ئۈچۈن ئىچ سۇرۇشنى كېچىكتۈرۈپ، كۈچلۈك قەي قىلىشقا توختىتىلىدۇ. لېكىن ماددا ئاز بولسا، ئۇنداق قىلمىسىمۇ بولىدۇ، ياخشىسى ئىككى كۈن روزا تۇتۇپ، ئاندىن قان ئېلىشتۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئىرقۇننسادا ئىرقۇننسا تومۇرىدىن قان ئېلىش سافىن تومۇردىن قان ئالغانغا قارىغاندا كۆپرەك مەنپەئەت قىلىدۇ، لېكىن ئاغرىق ئوڭ تەرەپكە تارالماي سول تەرەپكە تارالغان بولسا، بۇنىڭدا سافىن تومۇردىن قان ئېلىش ئىرقۇننسا

تومۇردىن قان ئېلىشتىن ياخشىراقتۇر. بۇنىڭغا ئاساسەن ئىككى تومۇر ئىككى قولدىكى باسلىق ۋە قىيفال تومۇرغا ئوخشايدىغان ھالەتتە بىر تومۇرنىڭ شاخچىسىدۇر. لېكىن جالىنۇس سافىن ۋە مابەز تومۇرنى تىلغا ئالمىدۇ. مابەز تومۇردىن قان ئېلىش ئىرقۇننىسا تومۇردىن قان ئېلىشتىن مەنپەئەتلىكرەكتۇر. ئېيتىلىشچە، بۇ تومۇردىن قان ئېلىش ئىرقۇننىسا تومۇردىن قان ئېلىشتىن مەنپەئەتلىكتۇر، خۇددى تال ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىدە ئۇسۇلىم تومۇردىن قان ئېلىش باسلىق تومۇردىن قان ئېلىشتىن مەنپەئەتلىك بولغىنىدەك. بەلغەمدىن بولغان ئىرقۇننىسا داۋالاشقا لايىق بولۇشتا ئىششىقلارنىڭ ئورنىدا تۇرىدۇ. شۇڭا بىز يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ھەممىگە مەلۇم سەۋەبلەر ئۈچۈن مادداننى تازىلاشتىن بۇرۇن كۈچلۈك تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك. بىز يۇقىرىدا قەيىي قىلىش سۈرگىدىن مەنپەئەتلىكرەكتۇر، دېگەن ئىدۇق. چۈنكى، سۈرگە ناچار مادداننى ئاغرىق تەرەپكە ھەرىكەتلەندۈرىدۇ. قەيىي ناچار مادداننى ئاغرىق ئورنىدىن باشقا تەرەپكە ھەرىكەتلەندۈرىدۇ. بۇ ھەقتە ياخشىسى تەنكار ۋە سىركە بىلەن قەيىي قىلدۇرۇشتۇر، ئەگەر بىمارلار ئۇلارنىڭ سوغۇق، قويۇق خىلتلىرىدا ئېھتىياج چۈشىدىغان كۈچلۈك قەيىي قىلدۇرغۇچىلار بىلەن قەيىي قىلدۇرۇلسا، ئارقىدىن لەتىفلەشتۈرگۈچى ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. بەزىدە بەلغەمدىن بولغان ئىرقۇننىسادىمۇ بىرنەچچە ۋاقىت، بەلكى بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەتلىك ئىچىلىدىغان دورىلار بىلەن، بولۇپمۇ داۋائى ھۇرمىس بىلەن مادداننى تازىلىغاندىن كېيىن، كۆپ قېتىم قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. تۆۋەندىكى بۇ دورا ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدىغان دورىنىڭ تەركىبىدۇر: كەمادەرىيۇس، جىنتىيانانىڭ ھەربىرىدىن 270 گىرامدىن، يۇملاق زىراۋەنددىن 60 گىرام، قۇرۇق سۇزاپ ئۇرۇقىدىن 340 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ مەجۇن قىلىپ، بىر قېتىمدا بىر قوشۇقتىن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە يەنە زىماتلار، تارقاتقۇچى نۇتۇللار ۋە ئارىشاڭ سۈلرى ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر مەنپەئەت قىلمىسا ھۆقنە قىلىنىدۇ، ئاندىن يانپاشقا تىلىپ ۋە تىلماي ھىجامەت قويۇلىدۇ، قىزارتقۇچى ۋە قاپارتقۇچى دورىلار قويۇلىدۇ.

ساقايغىچە يارا ئېغىزى پۈتتۈرۈلمەيدۇ.

بوغۇم ئاغرىقلىرىدا ئىشلىتىلىدىغان زىماتلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ئىككى مەقسەت ئۈچۈن قايتۇرۇلىدۇ. بىرى ماددىنى تارقىتىش، يەنە بىرى سىرتقا تارتىشتۇر. ئۇنىڭ ئۆتكۈرلۈكى مەقسەتكە ئۇيغۇن كەلمەيدۇ. ئۇ مەقسەت شۇكى، ئۆتكۈرلۈك بەزىدە ماددىنى قۇرۇتۇپ، قاتۇرۇپ، دورىنى قوبۇل قىلمايدىغان قىلىپ قويىدۇ. شۇڭا يۇمشىتىشقا سەل قارىماسلىق كېرەك. بەزىدە ماددىنى تارتىش ئۈچۈن ھىجامەت قويۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

4 ـ پەسىل نۇتۇللار ۋە ئابزەنلەر توغرىسىدا

خېنە يېغىدىن 340 گىرام، سىركىدىن 170 گىرام، قىزىل توغرىغۇدىن 85 گىرام، قاقىلە، زۇپانىڭ ھەربىرىدىن 45 گىرامدىن ئېلىپ، بۇنىڭغا يۇڭنى چۆكۈرۈپ، يۇڭ بىلەن كېسەللەنگەن ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە مۇشۇ بايتا سۆزلەنگەن تارقاتقۇچى يەككە دورىلار سۈيىدە ئابزەن قىلىنىدۇ.

5 ـ پەسىل ياغلىنىدىغان دورىلار توغرىسىدا

قۇستە يېغى، پەرپىيۇن يېغى، ئاقىرقەرھا يېغى، خېنە يېغى، قۇندۇز قەھرى يېغى (بۇ ياغلار ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ) ھەمدە جاۋشىر، پەرپىيۇن ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ياغلار بىلەن تەييارلانغان قىرۇتى قاتارلىقلاردۇر.

6 ـ پەسىل تىلالار ۋە زىماتلار توغرىسىدا

ئۇ زىماتلاردىن بىرى، ماددىنى تارقىتىدىغان ۋە ماددىنى چوڭقۇر ئورۇندىن سىرتقا بەك تارتىدىغان بىر زىماتتۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ياۋا سۇزاپ ئۇرۇقى،

ھەببۇلغار، ئەنجۈدان، قىزىل تۇغرىغۇ، شېھ ئەرمىنى، قەردمانە، شەھمەنزەل، جاۋشىر، ئوت كۆرمىگەن كىبرىت، جۇۋىنەنىڭ ھەربىرىدىن 16 گىرامدىن، قىممەت باھالىق يېڭى سۈزاپ، قىممەت باھالىق موم، ئوشەق، قىممەت باھالىق زۈپتى رۇمى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 680 گىرامدىن، ئاق تىكەندىن 20 گىرام ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ، ئەگەر ئىرقۇننىساغا ئۆچكە مايىقى، ئۆتكۈر سىركە تىلا قىلىنسا، داۋائى خەردەلگە ئوخشاش ۋە ئۇنىڭدىن ياخشىراق بولىدۇ.

7 ـ پەسىل مەلھەملەر توغرىسىدا

قىزارتقۇچى ۋە قاپارتقۇچى مەلھەملەر بەك ياخشىدۇر. قاپارتقۇچى دورىلارنى پارچىلاپ، ئاندىن ئۇنىڭغا قۇرۇتقۇچى دورىلارنى سېپىپ، ئاندىن بىمار ساقايغىچە قايتا قاپارتقۇزۇش كېرەك.

يەنە بىر نۇسخا: 340 گىرام تەنكار، 340 گىرام زەيتۇن يېغىنى ئېلىپ، ئۇنىڭدىن تىلا تەييارلىنىدۇ. يەنە مەنپەئەتلىك بىر زىمات: ياۋا ئۈزۈم، كىبرىت، تەنكار قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 340 گىرامدىن، كۆيدۈرۈلگەن سىركە لېيىدىن 680 گىرام، ئاقىرقەرھا، ئاق تىكەننىڭ ھەربىرىدىن 170 گىرامدىن، ئاق قىچىدىن 510 گىرام، زەيتۇن يېغىدىن 624 گىرام، ئاق تىكەن بىلەن پىشۇرۇلغان سەنۇبەر يېلىمىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئومۇمىيسىنى مەلھەم قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: زۈپتى رۇمى ۋە كىبرىتنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، سۈرمىدەك يۇمشاق سوقۇپ، يانپاشقا تىلا قىلىپ، ئۈستىگە خام قەغەز يېپىپ، ئۆزلۈكىدىن چۈشۈپ كەتكۈچە قويۇلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: تەجرىبىدىن ئۆتكەن نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، يازدا كۆركەم شەترەنجى ئۆسۈملۈكىدىن ئېلىپ، ئىنتايىن يۇمشاق سوقۇپ (چۈنكى بۇ تەستە سوقىلىدۇ)، ئاندىن چاۋا ماي بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، يانپاش ۋە ئاغرىغان ئورۇنغا چاپلاپ، ئاندىن تېڭىپ تۆت سائەتتىن ئالتە سائەتكىچە قويۇپ، ئاندىن مۇنچىغا

كىرگۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئازراق ھۆل بولسا، ئابزەن قىلدۇرۇلىدۇ، زىمات ئېلىۋېتىلىدۇ ۋە زىمات قىلغان ئورۇنغا يۇقۇ قويۇلىدۇ ۋە يەتتە كۈن ياكى 10 كۈن ئارام ئالدۇرۇپ قايتا قويۇلىدۇ. چۈنكى بۇ قىچا ۋە ساپسيادىن بىھاجەت قىلىدۇ. يەنە ياۋا ئۈزۈم ۋە زەرارە ئېلىنىدۇ. يەنە ساپسيا، موم، سۇزاپ يېغى ئېلىنىدۇ. يەنە ئاقرقەرھا، سەرپىستان، ئاسيۇس تېشى چېچكى، تەنكار، ياۋا ئۈزۈم قاتارلىقلارنى ئېلىپ بۇلاردىن مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بەزىدە بۇ دورىلارغا ئاق قىچا قوشۇلىدۇ. ئىرقۇننىسا ۋە تىز ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى پەرپىيۇندىن تەييارلانغان قىرۇتىدۇر.

يەنە بىر نۇسخا: خېنە يېغىدىن 240 گىرام، سىركىدىن 120 گىرام، قىزىل توغرىغۇدىن 60 گىرام، ئاقرقەرھادىن 30 گىرام ئېلىپ، ئاقرقەرھانى چالا سوققاندىن كېيىن خېنە يېغىغا چىلاپ ياغدا ئۈچ كۈن قويۇپ، يەڭگىل قايىنىتىپ، ئاندىن ئۇنىڭغا سىركە ۋە قىزىل توغرىغۇنى سېلىپ، ئاندىن كىر يۇڭغۇ ئىچۈرۈپ ئاغرىغان ئورۇنغا بەلدىن باشلاپ قويۇلىدۇ.

يۇقىرىقىغا ئوخشاش يەنە بىر تىلانىڭ نۇسخىسى ساپلاشتۇرۇلغان مومدىن 400 گىرام، بەتەم يېلىمىدىن 100 گىرام، زەنگار، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، ئاق تىكەن، مۇرمەككى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 24 گىرامدىن، قەتراندىن 20 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ مەلھەم تەييارلاپ، ئاغرىغان ئورۇنغا بەلدىن باشلاپ تىلا قىلىنىدۇ، بولۇپمۇ ئاغرىقنى پەيدا قىلغان ماددا بوغۇمنىڭ ئۆزىدە ئورۇنلىشىۋالغان قان ياكى بوغۇم ئارىلىقى سۈمۈرگەن شېشىسمان قويۇق بەلغەم بولسا.

ئىرقۇننىسانىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىدىغان مەلھەمنىڭ نۇسخىسى كونا زەيتۇن يېغىدىن 540 گىرام، ئېكەكلەنگەن قوغۇشۇن، ئاش تۇزى، بەتەم يېلىمىنىڭ ھەربىرىدىن 400 گىرامدىن، ئېكەكلەنگەن قىزىل مىستىن 90 گىرام، پوستى سويۇۋېتىلگەن زەنگار، كۇندۇش، قارا مازارىيون يىلتىزى، رەۋەن، قىچا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بەزىدە بۇ دورىلارغا 30 گىرام ئاقرقەرھا قوشۇلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: ئەنجۇدان، ياۋا سۇزاپ ئۇرۇقى، ھەببۇلغار، تەنكار، شەھمەنزەل، شېھ، جۇۋىنە، قەردمانەنىڭ ھەربىرىدىن 16 گىرامدىن، يەرلىك ھۆل سۇزاپ، قۇرۇق زۇپتى رۇمى، بەتەم يېلىمى، ئۇدخام، ئوشەق، موزاينىڭ چاۋا مېيى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 64 گىرامدىن، جاۋشىردىن 24 گىرام، كۆيدۈرۈلمىگەن كىبرىتتىن 16 گىرام، خېنە يېغىدىن 540 گىرام ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: ھۆل بېدىدىن 240 گىرام، زىراۋەندىدىن 45 گىرام، مومدىن 340 گىرام، چىلغوزا دەرىخى يېلىمىدىن 160 گىرام، كۆيدۈرۈلمىگەن كىبرىتتىن 340 گىرام، تەنكاردىن 510 گىرام، ياۋا ئۈزۈمدىن 595 گىرام، ئاقىرقەرھادىن 170 گىرام، قەردمانەدىن 595 گىرام، ئاق تىكەندىن 170 گىرام ئېلىپ، ئېرىيدىغان دورىلارنى ئېرىتىپ، قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ھەممىسنى ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تەرەپكە ۋە بۇنىڭدىن كېيىن سۆزلىنىدىغان تەرەپكە سۈركىلىدۇ.

8 ـ پەسىل سۈرگە دورىلىرى توغرىسىدا

بەك ياخشى مەنپەئەت قىلىدىغان سۈرگە ھەببى سۆرۈنجان، ھەببى مەنتىن، ھەببى شەترەنجى، ھەببى لەبەنى قاتارلىقلاردۇر. ھەببى نۇجاھ، ئايارەج ھۇرمىسقا ئوخشاش ياخشى دورا يوقتۇر. ئايارەج ھۇرمىس ئەتىيازدا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنى ئىچكەن كىشىنىڭ ئاغرىغان بوغۇملىرى نەملىشىدۇ ۋە تەرلەيدۇ. بۇ ئايارەج ھۇرمىس كۆپ سۈرمەي، بەلكى ماددىنى لەتىفلەشتۈرۈش بىلەن تازىلايدۇ. ئايارەج ھۇرمىسنىڭ سۈرىدىغان تەركىبلىرى شەھمەنزەل، قەنتەرىيۇن، يېلىملەر، ماھىزەھرەج، شەترەنجى ھىندى، قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى قاتارلىقلار. ئىككى دانە شەھمەنزەلنى ئېلىپ تېشىپ، ئىچىدىكى ئېتىنى چىقىرىۋېتىپ، كۈنجۈت يېغى توشقۇزۇپ، تۆشۈكىنى ئېتىپ، بىر كېچە قويۇپ، ئاندىن ئەتىگەندە ئىككى دانە شەھمەنزەلنى

ئىچىدىكى ياغ بىلەن بىرگە قازانغا سېلىپ، ئۇستىگە ياغ مقدارى ئۆت سۈيۇقلۇقى، يېرىم ھەسسە سۇ قۇيۇپ، ئىككى دانە شەھمەنزەل پىشقىچە قاينىتىلىدۇ، ئىككى دانە شەھمەنزەل پىشقاندا شەھمەنزەلنى قازاندىن ئېلىۋېتىپ، ئىچىدىكى سۇ ۋە ياغ يېتەرلىك قاينىتىلىدۇ، ئاندىن بۇنىڭغا سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن پاكىز نان، سۇ قويۇلۇپ ھالۋا رەڭ بولغۇچە سېلىنىدۇ ۋە بۇنىڭدىن پىندۇق مقدارى بانادۇق تەييارلاپ، شۇ بانادۇقتىن 18 دانە ئېلىپ، بىمار مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن يېگۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر خىل ئۇسۇل: كۈنجۈت يېغى شەھمەنزەل ئۇسارىسى بىلەن قاينىتىلىدۇ، ئەگەر سۈرگە ۋە قەي بىلەن تازىلانسا، كېسەللىك سوزۇلما بولسا، ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويغۇچى، قاننى سۈرگۈچى دورىلاردىن تەييارلانغان ھەمەللەر داۋاملىق ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: قسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى قاينىتىلمىسى، شەھمەنزەل، كالا ئۆتى، ئاقىرقەرھا، قەنتەرىيۇن، ئاق قىچا، شەترەنجى ھىندى، بېلىق قاينىتىلمىسى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بۇلارنىڭ ھەممىسى دەرھال مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە ساقايتىدۇ، بەزىدە ھۆقنىلەرگە پەرپىيۇن سېلىنىدۇ. ئېيتىلىشىچە، ھۆقنىلەرگە پەرپىيۇن سېلىش ئىنتايىن زىيانلىق بولۇپ، باشقا تەسىررۇپلارنى چەكلەيدىكەن. ئەمما كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە مەنپەئەتلىكتۇر. بولۇپمۇ قاپارتما پەيدا قىلغاندىن كېيىن ئىشلىتىلسە، كۆپىنچە ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ئۆزلۈكىدىن يۈز بېرىپ، بۇنىڭ بىلەن كېسەللىك ساقىيىدۇ.

ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى سويغۇچى ياخشى ھەم يېنىك بولغان ھۆقنە

شەھمەنزەل، ئاق قىچا، بىخ كەبىر، قەنتەرىيۇن، قسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى، شەترەنجى ھىندى، ئوردان قاتارلىقلارنى قاينىتىپ، سۈيىنى ھۆقنە قىلىپ، پىسىپى يانپاشقا زىمات قىلىنىدۇ. يەنە سىركە ۋە كېپەك ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئەگەر يەرلىك ئورۇندا ئۈيۇپ قالغان قان بولسا، قاننى ئاقتۇرۇش ئۈچۈن قان بار ئورۇن قىزىل ئالتۇن بىلەن قاتتىق داغلىنىدۇ. يەنە بىر نۇسخا: قاينىتىلغان بابۇنە، غاربقۇن،

شەھمەنزەل تەجرىبىدىن ئۆتكەن.

9 - پەسىل «بەدەم» دەپ مەشھۇر بولغان مۇدۇرلار توغرىسىدا

بۇ مۇدۇرلار خۇددى يۇلغۇن مېۋىسى ۋە چوڭ ھەببەتۇلخۇزرادەك قارا رەڭلىك، پاچاققا چىقىدىغان مۇدۇر - چاقىلاردۇر. ئۇنىڭ ماددىسى پۈت ۋېنالىرى ئەگرى - بۈگرى كۆپۈشنىڭ ماددىسىدۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى تازىلاش جەھەتتىن پۈت ۋېناسى ئەگرى - بۈگرى كۆپۈشنىڭ ئىلاجى بىز تۆتىنچى كىتابتا سۆزلەيدىغان سەۋدادىن بولغان يارىلارنىڭ ئىلاجىدۇر.

10 - پەسىل سونجاق ئاغرىقى توغرىسىدا

بەزىدە سونجاقتا يىقىلىش ياكى سوقۇلۇشتىن ياكى يېنىك بېسىلىشتىن ياكى باشقا سەۋەبلەردىن ئاغرىق پەيدا بولىدۇ. ئۇنىڭغا سوغۇق سۇ بىلەن كۆپ نۇتۇل قىلىش ۋە مامىسا ھەم ئېكەكلەنگەن گىل ئەرمەننى تىلا قىلىش شىپا بولىدۇ.

11 - پەسىل پۈت ئاجىزلىقى توغرىسىدا

پۈت ئاجىزلىقى بەزىدە تۇغما بولىدۇ. بەزىدە كۆپ چارچاشتىن، ئىلگىرىكى ئىستىرخادىن ۋە پۇتقا ئوزۇقلۇق كېلىدىغان يوللارنىڭ توسۇلۇشىدىن بولىدۇ. خۇددى ئىككى ئۇرۇقداندا يۇز بەرگىنىدەك.

سەبەبنىڭ توغرىسىدا سۆز سەبەبنىڭ تىرناقتا قاتتىق ئاغرىش ۋە لوقۇلداپ ئاغرىش بىلەن بىرگە يۇز بېرىدىغان ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتۇر. بەزىدە بۇنىڭ

ئاغرىقى قولتۇققا يېتىدۇ. بەزىدە بۇنىڭ بىلەن قىزىتما كۆچىيىدۇ. ئەگەر تىرناق تۈۋىدە يۇز بەرسە، ئۇنىڭدىن تىرناق چىقىپ كېتىش يۇز بېرىدۇ. كۆپىنچە ئىككى قولدا يارا بولىدۇ. بەزىدە يارا بولۇشتىن يېيىلىشكە ۋە بارماقنىڭ بۇزۇلۇشىغا ئېلىپ بارىدۇ. بۇ، سەينەكتىن سېسىق پۇراقلىق يىرىڭ ئاققاندا پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش

قان ئېلىش، سۈرگە بېرىش، يېنىك تەدبىر قىلىش، دەسلەپتە قابىزلىقى بار دورىلاردىن چەكلەش، ئاندىن ئۆسۈپ قالغان گۆشنى بەك كۆيۈشتۈرمەيدىغان نەرسىلەر بىلەن يوقتىش لازىم. كىچىك ۋە يېڭىدىن باشلانغان سەينەكنى موزا يۇغۇرۇلغان ھەسەل ساقايتىدۇ. كۆپەيتىشتىن ۋە بىر يەرگە يىغىلىشتىن چەكلەيدۇ. سەينەككە دەسلەپكى مەزگىلدە مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەرنىڭ بىرى شۇكى، ئىسسىتىلغان سىركە ۋە كېپەك زىمات قىلىنىدۇ. يەنە كافۇر چۈشكەن مەلھەم زىمات قىلىنىدۇ. بۇ مەلھەم كافۇر بىلەن تەييارلىنىدىغان مەلھەمدۇر. يەنە ئەپيۇن سىركىگە چىلانغان ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن زىمات تەييارلىنىدۇ. ئىسسىق، خۇش پۇراق دورا - دەرمەكلەر سۈيىدە يۇيۇلغان ئەرەب سەبرىسى سەينەككە مەنپەئەت قىلىدۇ. ھىندى سەبرىسى شۇنداقلا گۈلسەۋسەن يىلتىزى، يالغۇز ۋە باشقىلار بىلەن بىرگە سوقۇلغان كۇندۇر قاتارلىقلارمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

سەينەك ئۈچۈن ياخشى دورا: سەبرە، ئانارگۈلى، كۇندۇر، موزا قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ئۇنىڭدىن زىمات تەييارلىنىدۇ. بۇ زىمات سەينەكنى ساقايتىدۇ ۋە يىرىڭ يىغىلىشتىن چەكلەيدۇ، يەنە قۇلاقنىڭ كېرى، ھۈزۈزى مەككى سەينەككە يىرىڭ يىغىلىشتىن بۇرۇن تىلا قىلىنسا، مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە يىرىڭ يىغىلىشنى چەكلەيدۇ. يەنە ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن قاينىتىلغان ھەببۇلئاس مەنپەئەت قىلىدۇ. سەينەككە ئۆز خاسىيىتى بىلەن مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى پىل چىشىنىڭ ئېكەكدەلمىسىدۇر. ئەگەر سەينەكنىڭ ئاغرىتىشى كۈچلۈك بولسا، قىزىتىلغان ياغقا بىرنەچچە قېتىم چۆكۈرۈلىدۇ. ئاندىن بەزى زىماتلار زىمات قىلىنىدۇ. بۇ كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئىششىقنى چەكلەيدۇ ۋە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر سەينەك

پىششقا باشلىسا، ئۇنىڭغا ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى ۋە ئىسپىغۇل سۇت بىلەن قويۇلىدۇ. ئەگەر يىرىڭ يىغىلسا بەك چوڭقۇر تىلماستىن، كىچىك تىلىپ يىرىڭنى تازىلاش، ئاندىن ئالما تالقىنى ياكى ياۋا ئالما تالقىنى، يىپسىمۇق، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنى زىمات قىلىش لازىم. ئەگەر ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئالسىمۇ، شۇنىڭغا يېقىن داۋالىنىدۇ. ئەگەر يارا بولۇشقا باشلىسا، ماش ئۇنى ھەسەل بىلەن زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر يارا ئېغىرلاشسا، يالغۇز مەلھەمى زەنگار بىلەن ياكى مەلھەمى ئەبىيەز ۋە مەلھەمى ئىسپىداجغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ قاينىتىپ، شارابتا نەمدەلگەن رەختكە يۇقتۇرۇلغان زەنگارنى قويۇش بىلەن داۋالىنىدۇ.

يەنە كۆيدۈرۈلگەن زاك ۋە كۇندۇرنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسە، زەنگاردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇمشاق سوقۇپ سەينەككە قويۇلىدۇ. يەنە ئاچچىق ئانار پوستى، موزا، مىس پوقى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەسەل بىلەن بىرلەشتۈرۈپ سۈركەلمە تەييارلىنىدۇ. مەلھەمى جۇللىنار بۇ ۋاقىتتا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر سەينەك يارا بولسا گۆشنى تىرناقتىن ئاجرىتىش لازىم. ئەگەر يارا ھەددىدىن زىيادە ھۆل ۋە كىر بولسا، زاك، زەنگار، زەرنىخ، ھاك قاتارلىقلاردىن قەلقەدىرىيۇن تەييارلىنىدۇ. چۈنكى بۇ، ھۆللۈكنى بەك قۇرۇتىدۇ. سەينەككە يەنە كۇندۇر ۋە قىزىل زەرنىختىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، سىپىلما تەييارلاپ بارماق بىلەن بېسىلىدۇ. ئەگەر سەينەكتىن سۈيۇق، سىپسىق پۇراقلىق يىرىڭ ئېقىۋاتقانلىقى كۆرۈلسە، سەينەك بارماقنى يېيىشكە باشلىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا كېسىشكە ۋە داغلاشقا ئالدىراش لازىم. بەزىدە بىزلەرگە بۇ ئورۇنىڭ باشقىسىدا سەينەكنىڭ ئەھۋالىغا قارشى تۇرۇشقا توغرا كېلىدۇ.

12 ـ پەسىل تىرناق ئاغرىقلىرى ۋە تىرناقنىڭ ئېزىلىشى توغرىسىدا

ئۇنىڭ ئىلاجى سۆڭەك سۇنۇشنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر. بۇنىڭغا مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، ئاس يوپۇرمىقى ۋە سەرۋى دەرىخى يوپۇرمىقىنى

زىمات قىلىش، ئۆچكە مايىقى، كالا تېزىكى ۋە چاۋا ياغلاردىن قىلىنغان مەلھەملەرنى ئىشلىتىشتۇر. بۇنىڭغا يەنە سەرۋى دەرىخى مېۋىسى ۋە ئارچا مېۋىسىنى زىمات قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. قاينىتىلغان پىستىنى زىمات قىلىشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئېزىلگەن تېرناق ئاستىدىكى سۇيۇق قاننى ئېرىتىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، ئارپا ئۇنىنى زۇپتى رۇمى بىلەن تېرناق ئۈستىگە قويۇشتۇر. چۈنكى ئۇمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

13 ـ پەسىل تېرناقنىڭ كۆپۈشى ۋە قىچىشىشى توغرىسىدا

تېرناق كۆپۈش ۋە تېرناق قىچىشىشنى دائىم دېگۈدەك سۈيى بىلەن يۇيۇپ داۋالسا ياكى يېسىمۇق قاينىتىلمىسى بىلەن، كۇرسىنە قاينىتىلمىسى بىلەن، خۇمسا ئۆسۈملۈكى قاينىتىلمىسى بىلەن يۇيۇپ داۋالسا يوقىلىدۇ.

ئۇنىڭ زىماتلىرىدىن بىرى بولۇبۇس، زۇپتى رۇمى، سېرىق ئەنجۈر قاتارلىقلارنى بىرگە ياكى يەككە ھالەتتە زىمات قىلىشتۇر.

تۆتىنچى كىتاب مەخسۇس بىر ئەزاغا تەۋە بولمايدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى پەن

قىزىتمىلار توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

بۇ پەن ئىككى ماقالىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بىرىنچى ماقالە

بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

1 ـ پەسىل قىزىتمىنىڭ ماھىيىتى توغرىسىدا

بىز دەيمىزكى، قىزىتما يۈرەكتە ئۆرلەپ، يۈرەكتىن قىزىل قان تومۇر ۋە تومۇرلاردىكى روھ ۋە قاننىڭ ۋاستىسى بىلەن ئومۇمىي بەدەنگە تارقاپ، بەدەننىڭ تەبئىي خىزمەتلىرىگە زىيان يەتكۈزمەيدىغان ھالەتتە ئۆرلەيدىغان يات ھارارەتتۇر. بۇ ھارارەت خىزمەتكە ئاپەت يەتكۈزۈش دەرىجىسىگە يەتكۈزمىسە، غەزەپلىنىش ۋە چارچاش ھارارىتىگە ئوخشىمايدۇ. بىر بۆلۈك تېۋىپلار قىزىتمىنى كېسەل قىزىتمىسى ۋە ئەگەشمە قىزىتما دەپ ئىككى خىلغا بۆلىدۇ. ئىششىقلاردىن بولغان قىزىتمىنى

ئەگەشمە كېسەللىك تۇرىدىن، دەپ قارايدۇ. ئۇلارنىڭ بۇ سۆزىنىڭ مەنىسى شۇكى، كېسەللىكتىن بولغان قىزىتما، قىزىتما بىلەن كېسەللىك بولمىغان سەۋەب ئارىسىدا ۋاستە بولمايدىغان قىزىتمىدۇر، خۇددى ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىغا ئوخشاش. چۈنكى ئوفۇنەتنىڭ ئۆزى كېسەللىك بولماستىن، بەلكى كېسەللىك سەۋەبىدۇر. ئەمما ئىششىقتىن بولغان قىزىتما ئىششىقنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكىدۇر. ئىششىقنىڭ ئۆزى كېسەللىكتۇر. بىر مۇنازىرە قىلغۇچى مۇنداق دېگەن: ئەگەر ئىششىقتىن بولغان قىزىتما ئىششىق هارارىتىگە ئەگىشىپ كەلسە، ئەگەشمە قىزىتما بولۇشى مۇمكىن هەم بۇ ۋاقىتتا بىر كۈنلۈك قىزىتمىلارنىڭ كۆپىنچىسى ئەگەشمە قىزىتما بولۇشى مۇمكىن. ئەگەر ئىششىقتىن بولغان قىزىتما ئىششىقتىكى ئوفۇنەتكە ئەگىشىپ كەلگەن بولسا، ئىششىقنىڭ ئۆزى قىزىتمىغا سەۋەب بولماستىن، بەلكى ئىششىقتىكى ئوفۇنەت سەۋەب بولىدۇ، يەنى ئۇ قىزىتمىنىڭ بىرلەمچى سەۋەبى ئوفۇنەت بولىدۇ. ئىششىق قىزىتمىغا پەقەت ئەگەشمە هالەتتە سەۋەب بولىدۇ. بىز دەيمىزكى، ئەگەر قىزىتمىغا ئىششىقنىڭ يۈز بېرىشى ياردەم بەرمىسە، بەلكى قىزىتما ئىششىققا ئەگىشىپ كەلگەن دەپ قارالسا، قىزىتما ئىششىقنىڭ مەۋجۇت بولۇشى بىلەن مەۋجۇت بولىدۇ. ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئەھۋالىمۇ ئوفۇنەتكە نىسبەتەن شۇنداق بولىدۇ. لېكىن بۇنداق مۇنازىرىلەر تېبابەت ئىلمىدە بىرەر پايدا بەرمەيدۇ ۋە تېۋىپنى ئۆز كەسپىدىن تەتقىقاتلارغا ماڭىدىغان قىلىپ قويىدۇ، بەزىدە تېۋىپنى ئۆز كەسپىدىن يۈز ئۆرىتىدۇ، شۇڭا، بىز بۇ هەقتە ئادەتتىلەنگەن بويىچە ئېيتىمىزكى، ئىششىقلار ۋە توسالغۇلاردىن بولغان قىزىتمىلار ئەگەشمە قىزىتمىلاردۇر.

بىز شۇنداق ئېيتىمىزكى، ئىنسان بەدىنىدە مەۋجۇت بولغان هەممە نەرسە ئۇچ تۈرلۈك بولىدۇ. بىرىنچىسى، بەدەندىكى هۆللۈكلەر ۋە روهلارنى ئۆز ئىچىگە ئالغان بولۇپ، بۇ ئەزالار مۇنچىنىڭ تېمىغا ئوخشىتىلىدۇ. ئىككىنچىسى، شۇ ئۆز ئىچىگە ئالغان هۆللۈكلەر مۇنچىنىڭ سۇلىرىغا ئوخشايدۇ. ئۈچىنچىسى، روهىي نەپسانىي، روهىي هايۋانىي، روهىي تەبىئىيلەر ۋە تارقىغان بۇخاراتلار مۇنچىنىڭ هاۋاسىغا ئوخشايدۇ. يات هارارەت دەسلەپتە ئۆرلىگەن ئەزانىڭ هارارىتى تۆۋەنلىسە، ئۇنىڭغا

قوشنا بولغان ئەزا سوۋۇيدۇ، ئەگەر قوشنا ئەزا سوۋۇسا، ھارارەتنىڭ تۆۋەنلىشى لازىم بولماي، بەلكى ھارارەت قېيقىلىپ قايتا قوزغىلىپ، قوشنا ئەزانى ئىسسىتۋېتىشى مۇمكىن بولىدۇ، ئىنسانىدا شۇ ئۇچ جىسمنىڭ بىرى بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما ئاساسلىق ئەزالارغا ئاۋۇالقىسى تارقىغاندەك تارقسا، مەسىلەن: مۇنچىنىڭ تېمىغا ياكى تۆمۈرچىنىڭ كوررىكىگە ياكى ئاشپەزنىڭ قازىنىغا تارقىغاندەك تارقسا، بۇ، جۇدەتكۇچى قىزىتما دەپ ئاتىلىدىغان تۇرىدىندۇر.

ئەگەر قىزىتما ئاۋۇالقىسىغا تارقىغاندەك خىلتىلارغا تارقاپ، ئاندىن خىلتىلاردىن ئەزالارغا تارقسا، خۇددى مۇنچىغا قىزىق سۇ قۇيغاندا بۇنىڭ سەۋەبىدىن مۇنچىنىڭ تاملىرى قىزىپ كەتكەندەك ياكى قازانغا قىزىق شورپا قۇيغاندا بۇنىڭ سەۋەبىدىن قازان قىزىپ كەتكەندەك، بۇ خىلتىتىن بولغان قىزىتما دەپ ئاتىلىدىغان قىزىتما تۇرىدىندۇر. ئەگەر قىزىتما دەسلەپتە روھ ۋە بۇخاراتلارغا تارقاپ، ئاندىن بۇلاردىن ئەزا ۋە خىلتىلارغا تاراقالسا، خۇددى مۇنچىغا قىزىق سۇ قۇيغاندا مۇنچىنىڭ ھاۋاسى ئىسسىپ كەتكەندەك، قازانغا ئوت قالغاندا ئىسسىقلىق تاملارغا يېتىپ كەلگەندەك، بۇ بىر كۇنلۇك قىزىتما، دەپ ئاتىلىدىغان قىزىتما تۇرىدىندۇر. چۇنكى، بۇ قىزىتما تېز تارقايدىغان لەتىف نەرسىگە تارقىغاندۇر.

بۇ قىزىتما باشقا تۇردىكى قىزىتمىغا ئۆزگەرمىسە، كۇندۇزدىن كېچىگە ئۆتمەي پەسىيدۇ. بۇ، قىزىتمىلارنىڭ پەسىللەردە يۇز بېرىدىغان تۇرىدىندۇر. بەزىدە قىزىتمىلار يەنە بىر جەھەتلەردىن تۇرگە بۆلۈنۈپ شۇنداق دېيىلىدۇ. قىزىتمىلارنىڭ بەزىسى ئۆتكۇر، بەزىسى ئۆتكۇر بولمىغان، بەزىسى سوزۇلما، بەزىسى سوزۇلما بولمىغان، بەزىسى كېچىدە قوزغىلىدىغان، بەزىسى يېنىك، بەزىسى يامان ئالامەتلىك، بەزىسى بوشاشتۇرغۇچى، بەزىسى داۋاملاشقۇچى قىزىتمىلاردۇر. داۋاملىشىدىغان قىزىتمىلارنىڭ بەزىسى كۇچلۇك ۋە قوزغىلىدىغان قىزىتمىلاردۇر. بەزىسى ئۆزئارا ئوخشىشىپ كېتىدىغان قىزىتمىلاردۇر. بەزىسى ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىدۇر. بەزىسى سوغۇقتىن بولغان، تىترەيدىغان ياكى جۇغ - جۇغ بولىدىغان قىزىتمىدۇر. بەزىسى ئاددىي، بەزىسى مۇرەككەپ قىزىتمىدۇر.

2 ـ پەسىل ئاسان قىزىيدىغان كىشىلەر توغرىسىدا

تېۋىپلار دېدىكى، ئاسان قىزىيدىغان بەدەنلەر ھۆل ئىسسىق بەدەنلەردۇر. بولۇپمۇ ھۆللۈك ئىسسىقلىقتىن كۆچلۈكرەك بولسا، بۇ خىل كىشىلەرنىڭ چوڭ ـ كىچىك تەرىتى، تەرى سېپىق پۇرايدىغان بولىدۇ، قۇرۇق ئىسسىق بەدەنلەرمۇ ئۆتكۈر قىزىتمىلارغا ئاسان گىرىپتار بولۇپ، دەسلەپتە بىر كۈنلۈك قىزىتما پەيدا بولىدۇ، ئاندىن تېز ئوفۇنەتلىك قىزىتما ۋە كۆيگەندىن بولغان قىزىتمىغا گىرىپتار بولىدۇ. بەزىدە جۈدەتكۈچى قىزىتما بولىدۇ.

بۇ ئىككىسىگە ھۆللۈك ۋە قۇرۇقلۇق باراۋەر بولىدىغان قىزىتما ئەگىشىپ كېلىدۇ ۋە ئىسسىقلىق ئۈستۈنلۈكنى ئىگىلەيدۇ. بۇ ئىككىسى ئىسسىق بۇخاراتتىن بولغان قىزىتما دەسلەپتە باشلىنىپ، ئاندىن خىلتتىن بولغان قىزىتمىغا ئۆزگىرىدىغان قىزىتما تۈرىدىندۇر. ئۇنىڭدىن قالسا ئىسسىق سوغۇقلۇق باراۋەر بولىدىغان ۋە ھۆللۈك كۆپ بولىدىغان قىزىتمىدۇر. بۇ خىل ئەھۋالدا كۆپىنچە ۋاقىتلاردا ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما دەسلەپتە يۇز بېرىدۇ. ھۆل سوغۇق بەدەنلەر ۋە قۇرۇق بەدەنلەر قىزىتمىدىن، بولۇپمۇ بىر كۈنلۈك قىزىتمىدىن ئەڭ يىراق بەدەنلەردۇر.

3 ـ پەسىل قىزىتمىنىڭ ۋاقىتلىرى توغرىسىدا

باشقا كېسەللىكلەرنىڭ باشلىنىش، ئۆرلەش، ئاخىرقى باسقۇچتا تۇرۇش ۋە تۆۋەنلەش ۋاقىتلىرى بولغىنىدەك قىزىتمىلارنىڭمۇ تۆۋەندىكىدەك ۋاقىتلىرى بولىدۇ.

بەزىدە بۇ ۋاقىتلار قىزىتمىنىڭ تۇتۇش ئېتىبارى ۋە باشلىنىشتىن ئاخىرلىشىشقىچە خەتەرلىك بولۇش ئېتىبارى بىلەن بەزىدە ئومۇمىيۈزلۈك، بەزىدە جۈزئى بولىدۇ. قىزىتما تۆۋەنلىگەندە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان سەۋەبتىن باشقا

قىزىتمىنىڭ ئۆزىدىن ھالاك بولمايدۇ. قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلى تەبئىي ھارارەتنىڭ ئەزاغا چوڭقۇر بولغان سۇ تەركىبىگە يېتەلمىگەن ۋاقتىدۇر. يەنى ماددىنىڭ پىششىغا ياكى پىشمىغانلىقىغا ئاشكارا تەسىر كۆرسەتمىگەن ۋاقىتتۇر. باشلىنىش مەزگىلى ھەرقانداق كېسەللىكتە مەۋجۇتتۇر. لېكىن بەزىدە سۇنۇخۇس قىزىتمىسى، سەرئى، سەكتە قاتارلىقلاردا يوشۇرۇن بولغاندەك يوشۇرۇن بولىدۇ. ئەگەر باشلىنىش مەزگىلىدىكى يوشۇرۇن ئالامەتلەر ئاز بولسا باشلىنىش مەزگىلى يوق، دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ. شۇنداقلا بەزىدە ئۆتكۈر قىزىتمىلارنىڭ تۇنجى كۈنىدە ماددا پىشقانلىق ئالامتى كۆرۈلۈپ، ئۇنىڭ باشلىنىش مەزگىلى بولمىدى، دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ. ئەمەلىيەتتە ئەھۋال ئۇنداق ئەمەستۇر. قىزىتمىنىڭ ئۆرلەش ۋاقتى تەبئىي ھارارەت ماددىغا قارشى تۇرۇش ئۈچۈن ئوچۇق ھەرىكەت قىلىپ، پىشىش ئالامەتلىرى ياكى پىشىشقا قارشى ئالامەتلەر كۆرۈلىدىغان ۋاقىتتۇر.

سۇنۇخۇس[1] ئاخىرقى مەزگىلى تەبئەت بىلەن ماددا ئارىسىدىكى قارشىلىشىش كۈچىيىپ، بىرىنىڭ ئۈستۈنلۈكىنى ئىگىلەش ھالتى ئېنىق كۆرۈلىدىغان ۋاقىتتۇر. ئۇ ۋاقىت جەڭ ۋاقتىدۇر. ئۇ قىزىتمىنىڭ مۇددىتى ئىسسىقتىن بولغان تۇتاقلىق قىزىتمىلاردا بىر قېتىم تۇتۇشتۇر. بۇ ۋاقىت پەقەت ئۇنىڭدىن كېيىنكى قېتىم تۇتىدىغان ۋاقىت بىلەن بىلىنىدۇ ياكى ئىككى قېتىم تۇتۇش بولۇپ، ئۇ ئۈچىنچى قېتىم تۇتۇشتا بىلىنىدۇ. كۆپىنچە سوزۇلما كېسەللىكلەردىن باشقىسىدا ئىككى قېتىمدىن زىيادە تۇتمايدۇ، بەزىدە كۆپ تۇتقاقلىق قىزىتما ھۆكۈملىرىنىڭ ھەممىسىدە ئوخشىشىپ كېتىدۇ. قىزىتمىنىڭ ئاخىرلىشىش مەزگىلىدە ماددا پىشىش ئالامەتلىرى ۋە ئۇنىڭ ئەكسى تولۇق بولىدۇ. قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلەش ۋاقتى تەبئىي ھارارەت ماددىدىن غەلبە قىلىپ، ماددىنىڭ پۈتۈنلۈكىنى ئاز ـ ئازدىن پارچىلاشقا باشلىغان ۋاقىتتۇر. بۇ ۋاقىتتا ئىچكى ئەزانىڭ ھارارىتى قۇرۇپ تارقاپ مۇچىلەرگىچە ھارارەت تۆۋەنلەيدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە ماددا قويۇلىدۇ. قىزىتمىنىڭ ئاخىرلىشىش مەزگىلى كېسەللىكلەردە ئوخشاش بولمايدۇ. بەك ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ئاخىرلىشىش مەزگىلىنىڭ ئۇزاقىراقى تۆت كۈنگىچە بولىدۇ. بىر

① سۇنۇخۇس — ئۇ قاننىڭ ھارارىتى ئۆرلەشتىن كېلىپ چىققان دائىملىق قىزىتمىلاردىن بىرىدۇر.

كۈنلۈك قىزىتما شۇ قاتاردىندۇر. لېكىن ئۇ ئۆتكۈر قىزىتما ھېسابلانمايدۇ. چۈنكى كېسەللىكنىڭ ئۆتكۈر بولۇشدا ئۇنىڭ ئاخىرلىشىش ۋاقتىنىڭ يېقىن بولۇشى كۈپايە قىلماي، بەلكى خەتەرلىك كېسەللىكلەردىن بولۇشى ۋە بۇ كېسەللىكلەرگە ئىنتايىن ئۆتكۈر بولماي بىرئاز ئۆتكۈر بولغان كېسەللىكلەرنىڭ ئەگىشىپ كېلىشى كۈپايە قىلىدۇ. بۇ كېسەللىكلەر ئاخىرلىشىش ۋاقتى يەتتە كۈنگىچە بولغان كېسەللىكلەردۇر. مەسىلەن: كۆيدۈرگۈچى قىزىتما، دائىم تۇتىدىغان قىزىتمىلارغا ئوخشاش. بەزى قىزىتمىلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكى بۇنىڭدىن تۆۋەنرەك بولىدۇ.

ئۆتكۈر كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلى ئون تۆت كۈن بولىدۇ. شۇنىڭدەك كېيىنكىسى يىگىرمە بىر كۈنگىچە سوزۇلىدىغان، ئاندىن قىرىق كۈنگىچە، ئاتمىش كۈن ۋە ئۇنىڭدىن كۆپرەك سوزۇلىدىغان كېسەللىكلەردۇر. ئۆتكۈر كېسەللىكلەرنىڭ دەرىجىسى ۋە سوزۇلما كېسەللىكلەرنىڭ دەرىجىسىنى بىلىش بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغىنىمىز بويىچە كېسەللىكلەرنىڭ غىزاسىغا تەدبىر قىلىشتا پايدىلىقتۇر. كۆپىنچە قىزىتمىلاردا باشلىنىش، كۈچىيىش ۋە ئاخىرلىشىش مەزگىلى بىر قېتىمدىلا تولۇق بولىدۇ. پەسەيگەن ھالەتتە يەنە بىر قىزىتما تۇتىدۇ. قىزىتمىلارمۇ بۇ ۋاقىتلاردا ئوخشاش بولمايدۇ، يەنى، بەزىسىنىڭ ئۆرلەش ۋاقتى ئۇزۇن بولسا، بەزىسىنىڭ تۆۋەنلەش ۋاقتى ئۇزۇن بولىدۇ.

4 ـ پەسىل كېسەللىكنىڭ ۋاقىتلىرىنى بولۇپمۇ ئاخىرلىشىش ۋاقتىنى بىلىش توغرىسىدا

كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي ۋاقىتلىرى بەزىدە كېسەللىكنىڭ تۇرىدىن بىلىنىدۇ. چۈنكى، قورۇقلۇقتىن بولغان تەشەننۇج، سەرىسى، سەكتە، بوغما قاتارلىقلار بەك ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىندۇر. خالىس سەپرادىن بولغان ئۆچ كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ۋە كۆيدۈرگۈچى قىزىتما بەك ئۆتكۈر بولمىغان كېسەللىكلەردىندۇر. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ۋە پالەچ سوزۇلما كېسەللىكلەردىندۇر. بەزىدە

كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي ۋاقىتلىرى كېسەللىكنىڭ ھەربىرىدىن بىلىنىدۇ. چۈنكى تۇتقاقلىق قىزىتما قىسقا بولسا، بۇ خالىس سەپرادىن بولغان قىزىتمىغا ئوخشاش ئاخىرلىشىش مەزگىلىنىڭ يېقىن ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى قىزىتمىنىڭ تۇتۇش ۋاقتى 3 ~ 14 سائەتكىچە بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما ئۇزۇن بولسا، بۇ ماددىنىڭ قويۇق ئىكەنلىكىگە ۋە خالىس بولمىغان ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمىغا ئوخشاش ئاخىرلىشىش مەزگىلىنىڭ يېراق ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر بۇ يەردە تۇتقاقلىق قىزىتمىلار بولماي، بەلكى قىزىتمىنىڭ ماددىسى سۇنۇخۇس قىزىتمىسىغا ئوخشاش ئىسسىق بولسا كېسەللىك ئۆتكۈردۇر. ئەگەر قىزىتمىنىڭ ماددىسى قويۇق، سوغۇق بولسا ۋە قويۇقىغا مايىل بولسا، كېسەللىك ئۆتكۈر ئەمەستۇر. بەزىدە كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي ۋاقىتلىرى بىمارنىڭ قىياپىتىدىن بىلىنىدۇ، چۈنكى قىياپىتى تېز ئۆزگەرسە ۋە يۈزى، قوۋۇرغا باشلىرى ئورۇقلىسا، كېسەللىك ئۆتكۈردۇر. ئەگەر ئۆز ھالى بىلەن تۇرسا، كېسەللىك ئۆتكۈر ئەمەستۇر.

بەزىدە كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي ۋاقىتلىرى بىمارنىڭ قۇۋۋىتىدىن بىلىنىدۇ. بىمارنىڭ قۇۋۋىتى تېز ئاجىزلىغان بولسا، كېسەللىك ئۆتكۈر بولىدۇ، تېز ئاجىزلىمىسا، كېسەللىك ئۆتكۈر بولمىغان بولىدۇ.

بەزىدە كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي ۋاقىتلىرى بىمارنىڭ يېشى ۋە كېسەل بولغان پەسلىدىن بىلىنىدۇ. چۈنكى مىزاجى ئىسسىق بولىدىغان ياش ۋە ئىسسىق پەسلىدە كېسەللىك ئاخىرقى مەزگىلگە تېز يېتىپ بارىدۇ. مىزاجى سوغۇق بولىدىغان ياش ۋە سوغۇق پەسلىدە كېسەللىكنىڭ ئاخىرلىشىشى ئاستا بولىدۇ. يۇرتلارنىڭ ئەھۋالىمۇ شۇنداق بولىدۇ.

بەزىدە تومۇر ھەربىتىدىن بىلىنىدۇ، چۈنكى تومۇر ھەربىتى تېز، ئارقىمۇ ئارقا، چوڭ بولسا، كېسەللىك ئۆتكۈردۇر. ئەگەر ئۇنداق بولمىسا كېسەللىك ئۆتكۈر ئەمەستۇر.

بەزىدە تىترەشتىن بىلىنىدۇ، چۈنكى تىترەش ئۇزۇن مەزگىل داۋاملاشسا، كېسەللىك بىر مەزگىلگىچە سوزۇلىدۇ. ئەگەر تىترەش قىسقا مۇددەت بولسا، كېسەللىك ئۆتكۈرگە مايىل بولىدۇ. ئەگەر قەتئىي تىترەش بولمىسا، كېسەللىك ۋاقتى

شۇ تۇردىكى كېسەللىكلەر ئىچىدە ئەڭ قىسقا بولىدۇ.

بەزىدە كېسەللىك ۋاقىتلىرى تۇتقاقلىق قىزىتمىلارنىڭ ۋاقىتلىرى جەھەتتىن بىلىنىدۇ. چۈنكى تۇتقاقلىق قىزىتمىلار داۋاملىق ئۆرلىسە، كېسەللىك كۈچىيىش باسقۇچىدا تۇرىدۇ. شۇنداق بولغاچقا بەزى كېسەللىكلەر ئاخىرقى ۋاقىتلىرىغىچە كۈچىيىش ھالىتىدە بولىدۇ. بەزىدە قىزىتما ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتما تۇرىدىن ۋە داۋاملىق تۇتىدىغان قىزىتما تۇرىدىن بولىدۇ. گەرچە قىزىتما يۇقىرىلاشتىن توختاپ ۋە ئېشىندىلارمۇ توختاپ، كېسەللىك ئاخىرقى مەزگىلىگە يېقىنلاشسىمۇ، ئەگەر قىزىتما كېچىكسە، كېسەللىك ساقىيىش مەزگىلىدە بولغان بولىدۇ، شۇنداقلا ۋاقىتلارنىڭ ئەھۋالى قىزىتما ئالامەتلىرىنىڭ كۈچىيىشى، توختىشى ۋە ئازلىشىدىن ھەم قىزىتمىنىڭ تۇتۇش ۋاقتىنىڭ ئۇزۇن - قىسقىلىقىدىن بىلىنىدۇ. بەزىدە قىزىتمىنىڭ ئۇزۇن - قىسقىلىقى ئوخشاش بولمايدۇ. بەزىدە تازىلىنىشلارنىڭ ئەھۋالىدىن بىلىنىدۇ، چۈنكى بىر قېتىملىق قىزىتمىدا تەرلەش ۋە ئىچ سۇرۇش يۈز بەرسە ھەمدە ئۇنىڭدىن كېيىنكى قېتىملىق تۇتۇشى بىرىنچى قېتىمقىدىكىدەك كۈچلۈك بولسا ياكى ئۇنىڭدىن كۈچلۈكرەك بولسا، تازىلىنىش كۈچلۈكلۈكتىن ئەمەس، كۆپلۈكتىن بولغان بولىدۇ، بۇ، كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بەزىدە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن بويىچە ماددىنىڭ پىشىش ۋە پىشماسلىقى جەھەتتىن بىلىنىدۇ. مەسىلەن: بەلغەم ئازراق پىشىپ چىقسا ياكى سۇيدۇكتە ئازراق پىشقانلىق ئالامىتى بولسا، بۇ، كېسەللىك كۈچىيىشنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدۇر. ئەگەر پىشىش كۆپ بولسا ۋە ئېنىق كۆرۈلسە ياكى پىشمىغانلىقى ئېنىق كۆرۈلسە، كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدۇر. ئەگەر ماددىنىڭ پىشقان ياكى پىشمىغانلىقى بەلغەم ياكى باشقا ئالامەتتىن تېز ھەم ئېنىق كۆرۈلسە، كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىنىڭ يېقىنلاشقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر كېچىكسە كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىنىڭ يېراق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

كېسەللىكنىڭ جۈرئى ۋاقىتلىرىنى بىلىش قىزىتمىنىڭ تۇتۇش ۋاقتى تومۇر ھەربىتى سەكىلدىغان ۋاقىتتۇر. ئۇنىڭ مەنىسى ھەممىگە مەلۇمدۇر. بۇنىڭدا پۇت - قولنىڭ رەڭگى كۆكىرىدۇ، ئەتراپتىكى ئەزالار، بولۇپمۇ قولاق ۋە بۇرۇنىنىڭ بىر

تەرىپى ھارارەتنىڭ تارقىلىشىغا سېزىلگەن ۋاقىتقا قەدەر سوۋۇيدۇ.

بەزىدە كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدە بىمارنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىش، ھورۇنلۇق، غەم - قايغۇ، ھەرىكەتلەر ئاستىلاش، ئېغىر ئۈيقۇ كېسىلى، قاپاق ئىستىرخاسى، تىلى كالۋالىشىش، ئىككى تاغاق ئارىسى ۋە ئومۇرتقا تىترەش قاتارلىقلار بولىدۇ. بەزىدە كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە كۆچلۈك تىترەش يۈز بېرىدۇ. بەزىدە شۆلگەي ئېقىش، ئىككى چېكە لىكىلداش، قۇلاق قىچقىرىش، چۈشكۈرۈش، ئەزالار تارتىشىش قاتارلىقلار يۈز بېرىدۇ. قۇۋۋەت كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى ۋە ئاخىرقى مەزگىللىرىدە بەك ئاجىزلايدۇ. كېسەللىك كۈچىيىۋاتقان ۋاقىتلىرىدا ئاۋۋالقى يېرىمى تومۇر ھەرىكىتى ئاشكارا، چوڭ ھەم تېز بولۇشقا باشلايدىغان ۋە ھارارەت ئومۇمىي بەدەنگە تارقايدىغان ۋاقىتتۇر. ئاخىرقى يېرىمى ئورتاق تارقىغان ھارارەت داۋاملىق كۆپىيىدىغان ۋاقىتتۇر. ئاخىرقى ۋاقتى ھارارەت ۋە ئالامەتلەر ئۆز ھالىتىدە تۇرىدىغان ۋاقىتتۇر. بۇ ۋاقىتتا تومۇر ھەرىكىتى چوڭراق، تېزرەك ھەم ئارقىمۇئارقا بولىدۇ. تۆۋەنلەش ۋاقتى قىزىتما تۆۋەنلەشكە، تومۇر ھەرىكىتى نورماللىشىشقا باشلايدىغان ۋاقىتتۇر. ئۇنىڭدىن قالسا بەزىدە تەرلەشكە باشلايدىغان ۋە قىزىتمىنىڭ يوقىلىشىغا يېتىپ بارىدىغان ۋاقىتتۇر. كۆپىنچە ئۆلۈم يېقىنلاشقاندا قىزىتما تۆۋەنلەشكە ئوخشاش بىر ھالەت يۈز بېرىدۇ. بىمار ئۆلۈمگە يۈزلەنگەن بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بۇنىڭغا مەشغۇل بولماي، بەلكى تومۇر ھەرىكىتىنىڭ چوڭ ۋە كۈچلۈكلۈك ئەھۋالىنى بىلىش، سەپرادىن بولغان، كۈن ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ مىسالى شۇكى، كۆپىنچە ئەھۋاللاردا بۇ قىزىتمىدا جۇغ - جۇغ، توڭلاپ تىترەش باشلىنىدۇ، ئاندىن توڭلاپ تىترەش پەسىيىپ، قىزىشقا باشلايدۇ. ئاندىن قىزىتما نورماللىشىدۇ، ئاندىن يەنە كۈچىيىپ توختايدۇ، ئاندىن يوقالغانغا قەدەر تۆۋەنلەشكە باشلايدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، كېسەللىك مەزگىلى ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن ياكى قويۇقلۇقىدىن ياكى سوغۇقلۇقىدىن ئۈزىرايدۇ. بەزىدە كېسەللىك مەزگىلى ئۈزىراشقا زامان، سوغۇق ماكان، تەبئىي ھارارەتنىڭ ئاجىزلىقى، تېرىدە قىزىل كېسەللىكنىڭ كۆرۈلۈشى يارىدەم بېرىدۇ.

5 ـ پەسىل بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

ھەر خىل بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ سەۋەبلىرى بىۋاستە قىزىتىدىغان سىرتقى سەۋەبلەر، ئۇچرىشىش، يېمەك ـ ئىچمەك، جىسمانىي تەسىرلىنىش، روھىي تەسىرلىنىش، ئاغرىق، سىرتقى ئىششىق قاتارىدىن بولغان ۋاستىلىك قىزىتقۇچى سەۋەبلەردۇر. بەزىدە توسالغۇدىن بولغان قىزىتمىلارنىڭ سەۋەبى ئېنىق بولمايدۇ ۋە ئۇنىڭ سەۋەبلىرى كۆچىيىپ، روھنىڭ ھارارىتىنى ئۆرلىتىدىغان دەرىجىگە يەتمەيدۇ. چۈنكى قىزىتما روھنىڭ ھارارىتىنى ئۆرلىتىشكە ئۆتسە، جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ياكى بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان خىلىتلاردىن بولغان قىزىتمىنىڭ بىر تۈرىگە ئېلىپ بارىدۇ. چۈنكى سىرتقى سەۋەبلەر كۆپىنچە ئىلگىرىكى قىزىتمىنى قوزغايدۇ. قىزىتمىنىڭ ئوفوئۇنەتلىنىشكە بولغان ھەرىكىتى ئوفوئۇنەتتىن بولغان قىزىمىنى پەيدا قىلىدۇ. بەزى تېۋىپلار بىر كۈنلۈك قىزىتما پەقەت بەدەننىڭ، روھنىڭ چارچىشىدىن بولىدۇ، دەيدۇ. بۇ خاتادۇر. بۇ قىزىتمىلار كۆپىنچە بىر كۈندە يوقلىدۇ.

ئاز ۋاقىتتا ئۈچ كۈنگە بارىدۇ. ئەگەر ئۇنىڭدىن ئېشىپ كەتسە، ئۇ باشقا قىزىتمىغا يۆتكەلگەن بولىدۇ. يۆتكىلىشنىڭ مەنىسى شۇكى، ھارارەتنىڭ تارقىلىشى روھتىن بەدەنگە ياكى خىلىتقا ئۆتىدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن بەزى كىشىلەر بۇ قىزىتما باشقا تۈرگە يۆتكەلگەن بولسا، بەزىدە ئالتە كۈن داۋاملىشىدۇ ۋە تولۇق يوقلىدۇ، دەيدۇ. بۇ قىزىتمىنى داۋالاش ئاسان، تونۇش قىيىندۇر. جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىمۇ شۇنداقتۇر. بىر كۈنلۈك قىزىتمىغا تېز گىرىپتار بولىدىغان ۋە ئۇ قىزىتما بەك زىيان قىلىدىغان كىشىلەر قۇرۇق ئىسسىقلىق بەك غەلىبە قىلىپ، جۈدەتكۈچى قىزىتما ۋە سەپرادىن بولغان ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمىغا تېز يېتىپ بارىدىغان كىشىلەردۇر. ئۇنىڭدىن قالسا ھۆل ئىسسىقلىق بەك غەلىبە قىلىپ، ئوفوئۇنەتتىن بولغان قىزىتمىغا تېز يېتىپ بارىدىغان كىشىلەردۇر.

ئۇنىڭدىن قالسا ئىسسىقلىق كۆپرەك بولغان، ئۇنىڭدىن قالسا قۇرۇقلۇق كۆپرەك بولغان كىشىلەردۇر. مىزاجى ئىسسىق، قۇرۇق بولغان كىشىدە ئاچلىق يۈز بەرسە ۋە ئۇنىڭغا ئۇيقۇسىزلىق ياكى روھىي چارچاش ياكى جىسمانىي چارچاش قوشۇلسا، ئۇ كىشىدە ئازراق جۇغ - جۇغ بولۇش بىلەن بىرگە بىر كۈنلۈك قىزىتما تېز كۆرۈلىدۇ، ئەگەر داۋالانمىسا ۋە دەرھال غىزا بېرىلسە، ئوقۇنەتتىن بولغان قىزىتما كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ باشقا قىزىتمىلاردىن پەرقلەندۈرۈلىدىغان مەخسۇس ئالامەتلىرى شۇكى، بىر كۈنلۈك قىزىتما ئىلگىرىكى سەۋەبلەردىن بولمايدۇ ۋە بېسىلىش بىلەن باشلانمايدۇ. بۇ قىزىتما كۆپىنچە تىترەش، مۈچىلەر سوۋۇش، هارارەت كۈچىيىش، بىمار ھۇرۇنلۇققا ۋە ئۇيقۇغا مايىل بولۇش، تومۇر ھەرىكىتى چوڭقۇر، قالايمىقان، كىچىك بولۇش قاتارلىقلار بىلەن باشلانمايدۇ، بەلكى قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە ناچار كەيمۇسنىڭ بۇخاراتى سەۋەبىدىن توڭلاش ياكى جۇغ - جۇغ ۋە يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىشقا ئوخشاش بىر ھالەت يۈز بېرىپ، بۇ ھالەت تېز يوقىلىدۇ. ئاز ساندا يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىش بىلەن مۇسكۇللارغا زىيان يەتكۈزىدىغان بۇخاراتلارنىڭ ھەددىدىن زىيادە كۆپلۈكىدىن تىترەش يۈز بېرىدۇ ۋە ئۇ هارارەتنىڭ ئۆرلىشى كۆيۈشتۇرىدىغان، قۇرغاقلاشتۇرىدىغان بولماي، بەلكى چارچىغۇچىنىڭ ۋە مەستىنىڭ بەدىنىنىڭ هارارىتىگە ئوخشاش ياخشى بولىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك بىرىنچى كۈنىدە پىشقان بولسا ياكى تومۇر ھەرىكىتى ياخشى بولسا، ئۇ قىزىتمىنىڭ بىر كۈنلۈك قىزىتما ئىكەنلىكىگە ھۆكۈم قىلىنىدۇ. چۈنكى، سۈيدۈك قىزىتمىنىڭ بىر كۈنلۈك قىزىتما بولغانلىقىدىن ئۆزگەرمەيدۇ ۋە ئۇ سۈيدۈك بىرەر خىلىتنىڭ رەڭگىگە مايىل بولمىغان هالەتتە پىشقان بولىدۇ. بەزىدە سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ئېسلىغان بۇلۇتتەك، بەزىدە كۆپۈكلۈك بولىدۇ. ئەگەر رەڭگى نورمال بولمىسا، قىيامى نورمال بولىدۇ. چوقۇم سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ئۇنىڭغا

يېقىنلاشقان سۈيدۈك ئۆزگىرىش سەۋەبىدىن ئۆزگىرىدۇ.

ئەگەر چارچاشتىن بولغان قىزىتما ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى ھەققىدە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان نەرسىلەردىن قىزىتما بولمىسا، تومۇر ھەرىكىتى ئارقىمۇئارقا، كۈچلۈك ۋە چوڭقا مايىل بولىدۇ، بىراق ئاجىزلاشقۇرغۇچى تەسىرلىنىشلەردىن بولىدىغان قىزىتمىدا ئۇنداق بولمايدۇ. لېكىن ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا خىلىت بولسا ياكى سوغۇقلۇق بولسا ياكى قىزىتمىدىن تومۇر ھەرىكىتىنى كېچىكتىدىغان باشقا سەۋەب بولسا، تومۇر ھەرىكىتى قالايمقان بولمايدۇ. ئەگەر قالايمقانلاشسا ئۇنىڭ تەرتىپى بولىدۇ. ئەگەر بۇ ھەقتە ئوخشاشمىسا قىزىتمىدىن ئىلگىرى بولىدىغان ياكى قىزىتمىغا يېقىنلىشىدىغان باشقا سەۋەبتىن بولىدۇ. مەسىلەن: قاتتىق چارچاش ياكى ئىچكى ئەزالار ۋە ئۇنىڭ ئوخشىشىدىكى قاتتىق كۆيۈشۈشتۇر.

بەزىدە قويۇلدۇرىدىغان، سوۋۇتىدىغان قاتتىق سوغۇقلۇقتىن ياكى قۇياشنىڭ قۇرۇتىدىغان قاتتىق ئىسسىقلىقىدىن ياكى قۇرۇتىدىغان قاتتىق چارچاشتىن ياكى ئۇيقۇسىزلىقتىن ياكى غەم - قايغۇدىن ياكى تازىلىنىشتىن تومۇر قېتىشىدۇ. بەزىدە تومۇر ھەرىكىتىدە كېڭىيىش تېز، يىغىلىش ئاستا بولىدۇ ۋە تەبىئىي تومۇر ھەرىكىتىدىن بەك تېز بولمايدۇ، بىراق ئاز ساندا تېز بولىدۇ. چۈنكى بۇ قىزىتمىدا راھەتلەندۇرۇشكە بولغان ئېھتىياج بۇزۇق بۇخاراتنى چىقىرىشقا بولغان ئېھتىياجدىن كۈچلۈكرەك بولىدۇ. چۈنكى بۇخارات بۇ قىزىتمىدا نورمال بۇخاراتقا نىسبەتەن ئاجىز بولىدۇ. ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى ۋە تومۇرنىڭ يىغىلىشىنى بىلىش قىيىن بولسا، قىزىتما نەپەسلىنىشتىن ۋە قىزىتما يوقالغاندىن كېيىن شۇ بەدەندىكى تەبىئىي ئادىتىگە قايتىدىغان تومۇر ھەرىكىتىدىن بىلىنىدۇ. بۇ ياخشى ئالامەتتۇر. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، شۇنى بىلىش لازىمكى، ھەرقاچان سۈيدۈك ۋە تومۇر ھەرىكىتى ياخشى بولسا، بۇ قىزىتمىنىڭ بىر كۈنلۈك قىزىتما ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ئۇنداق بولمىسا، قىزىتمىنىڭ بىر كۈنلۈك قىزىتما بولۇشى زۆرۈر ئەمەس. چۈنكى كۆپىنچە قىزىتمىدا سۈيدۈكى رەڭلىك، تومۇر ھەرىكىتى قالايمقان، ئاجىز،

كىچىك بولىدۇ. قىزىتمىنىڭ بىر كۈنلۈك قىزىتما ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ باشلىنىشى يېنىك بولىدۇ، ئۇنىڭ كۈچىيىشى ئىككى سائەتتىن ئېشىپ كەتمەيدۇ. ئۇنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىگە ئېغىر ئەگەشمە ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كەلمەيدۇ. ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما بۇنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ. بىر كۈنلۈك قىزىتمىدا ئېغىر ئەگەشمە كېسەللىكلەر بولمايدۇ ۋە ئاغرىق ئاز بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما بىلەن باش ئاغرىقى ياكى ئاغرىق بولسا، قىزىتما يوقالغاندىن كېيىن ئاغرىق داۋاملاشمايدۇ. بۇ، قىزىتمىنىڭ بىر كۈنلۈك قىزىتما ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. بۇ قىزىتما كۆپىنچە تەرلەش ۋە ھۆللۈك بىلەن يوقىلىدۇ. بۇ تەرلەش خىلىتتىن بولغان تەرلەشكە ئەمەس، بەلكى تەبئىي تەرلەشكە ئوخشايدۇ. بۇ تەرلەشنىڭ مىقدارى بەك كۆپ بولماستىن، بەلكى تەبئىي تەرلەشنىڭ مىقدارىغا يېقىندۇر. خۇددى ئۇ كەيپىياتىدا تەبئىي تەرلەشكە يېقىن بولغىنىدەك. ئەگەر تەر كۆپ بولسا قىزىتما بىر كۈنلۈك قىزىتما ئەمەستۇر. بىر كۈنلۈك قىزىتمىنى سىنايدىغان تەدبىرلەردىن بىرى شۇكى، قىزىتما بولغان كىشى مۇنچىغا كىرگۈزۈلگەندە، ئەگەر مۇنچىدا تۇرۇش ئادەتتىكى جۇغ - جۇغدىن باشقا جۇغ - جۇغقا ئوخشاش بىر ھالەتنى پەيدا قىلسا، قىزىتمىنىڭ ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما ئىكەنلىكى بىلىنىدۇ ۋە مۇنچىدىن دەرھال چىقىرىلىدۇ. ئەگەر مۇنچىدا تۇرۇش بىمارنىڭ ھالىتىنى ئازراق ئۆزگەرتمىسە، ئۇ قىزىتما بىر كۈنلۈك قىزىتمىدۇر.

بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ ئۆزگىرىش ئالامەتلىرى

بىر كۈنلۈك قىزىتما، بىمارغا غىزا بېرىشنى تەلەپ قىلسا، تېۋىپ خاتالىشىپ ئۇنىڭغا غىزا بەرمىسە، ئۇ قىزىتما سەپرالىق بەدەنلەردە جۇدەتكۈچى قىزىتما ۋە كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ. سېمىز بەدەنلەردە ئوفۇنەتسىز بولغان سۇنۇخۇس قىزىتمىسىغا ئۆزگىرىدۇ. بەزىدە ئوفۇنەت بىلەن بىرگە بولغان قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ. شۇنداقلا قىزىتما تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئېچىشتا ۋە بەدەننى بوشىتىشتا

ياردەمگە ئېھتىياجلىق بولۇپ، تېۋىپ ياردەم قىلمىسا، بەدەندە توختاپ قالغان خىلىتلاردا ئازراق ھارارەت ئۆرلەپ قىزىتىدۇ، ئوفۇنەتلەندۈرمەيدۇ.

بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ باشقا قىزىتمىلارغا ئۆزگىرىش ئالامەتلىرى

ئۆزگەرگەنلىكىنىڭ دەللىلى شۇكى، بەدەن تەرلىمەستىن ياكى نەم بولماستىن ياكى تەرلىسمۇ، تەر بىلەن پاك بولماستىن قىزىتما تۆۋەنلەش تومۇر پاكلانماي، تومۇردا بىر نەرسە قېپقالغان ھالەتتە بولغاچقا، تومۇرنىڭ ھەربىكتى نورماللاشمغان بولىدۇ. شۇڭا قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلىشى ئۇزۇنغا سوزۇلىدۇ ھەم قىيىن بولىدۇ. ئەگەر تومۇر پاكلانمسا، باش ئاغرىقى قېپقالىدۇ. بۇنىڭ ھەممىسى قىزىتمىنىڭ خىلىتىنىڭ ئوفۇنەتلىنىشىدىن بولغان قىزىتما ياكى جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئۆزگەرگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر سەۋەبلەر كۈچلۈك بولسا ۋە ئۇزۇن تۇرسا قىزىتما جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ. ئەگەر قىزىتما جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئۆزگەرسە، قىزىل قان تومۇرنى تۇتقاندا ئىنتايىن قىزىق بىلىنىدۇ ۋە پۈتۈن ئەزادىكى قىزىتمىنىڭ ئوخشاشلا قورساق تويغاندا ۋە تاماق يېگەندە كۈچەيگەنلىكى ۋە تومۇر ھەربىكىتىنىڭ قاتتىق ھەم كىچىك بولۇشى بىلەن بىرگە نورماللىقنى ساقلاپ قالغانلىقى مەلۇم بولىدۇ ۋە بىز سۆزلەيدىغان جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئەگەر بىر كۈنلۈك قىزىتما قاندىن بولغان قىزىتما تۇرىگە ئۆزگەرسە، بۇ «ئوفۇنەتلەنمگەن سۇنۇخۇس» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇنىڭدا تولۇپ قېلىش، ھارارەتنىڭ كۈچىيىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ، چىرايى كۆپىدۇ.

ئەگەر بىر كۈنلۈك قىزىتما ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىغا ئۆزگەرسە جۇغ - جۇغ كۆرۈلىدۇ. تومۇر ھەربىكتى قالايمقان ۋە كىچىك بولىدۇ، سىقىلىش كۆرۈلىدۇ، ھارارەت كۆيۈشتۇرىدىغان، قۇرۇق بولىدۇ، ئەگەشمە ئالامەتلەر كۈچىيىدۇ. ئەمما سۈيدۈكدە بەزىدە بۇرۇنقى پىشىش قېپقالىدۇ. كۆپىنچە پىشىش كۆرۈلمەيدۇ.

6 - پەسىل بىر كۈنلۈك قىزىتمىنى ئومۇميۈزلۈك داۋالاش توغرىسىدا

بارلىق بىر كۈنلۈك قىزىتما بىمارلىرىنىڭ بەدەنلىرىگە تېز ھەزىم بولۇش بىلەن بىرگە ياخشى ئوزۇق بولىدىغان غىزالارنى يەتكۈزۈش لازىم. چۈنكى قىزىغان كىشى كېسەللىنىدۇ. كېسەللىك ئاپەتتۇر. لېكىن قىزىتما بىمارلىرىنىڭ بەزىسىگە قىزىتمىدا پاراۋان ياشاشقا رۇخسەت بېرىلىدۇ. مەسىلەن: جاپادىن، غەم - قايغۇدىن، ئاچلىقتىن قىزىتما بولغان كىشىلەرگە ئوخشاش. بەدەنلىرىدە كۆپ سەپرا بار قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە جۇغ - جۇغنى شىكايەت قىلىدىغان، تاماق يەكرەك ئۆتۈش ئۈچۈن سۇغا ياكى شارابقا چۆكۈرۈلگەن تائامنى يېيىشنى كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى دەپ قارايدىغان كىشىلەرگە قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە بولسىمۇ غىزا بېرىلىدۇ. ئۇلارنىڭ بەزىسى بىر كۈنلۈك قىزىتمىدا پاراۋان ياشاشتىن چەكلىنىدۇ ۋە ئۇلارغا لەتىف غىزا بېرىشكە كۆرسەتمە بېرىلىدۇ. مەسىلەن: توسالغۇدىن بولغان قىزىتما، تېرە قېلىنلاشتىن بولغان قىزىتما ۋە ئىششىقتىن بولغان قىزىتما بىمارىغا ئوخشاش. ياخشىسى، بىز غىزانى كېچىكتۈرمەسمۇ بولىدۇ، دېگەنلەردىن باشقا قىزىتما بىمارلىرىغا قىزىتما تۆۋەنلىگۈچە غىزا كېچىكتۈرۈلىدۇ. قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە سوغۇق سۇنى چەكلىمەسلىك لازىم. چۈنكى قۇۋۋەت كۈچلۈك بولسا، ئۇنىڭ ئاجىزلاش خەۋپى بولمايدۇ. ئۇ سوۋۇتۇشتىكى ئەڭ ياخشى داۋالاشتۇر. لېكىن بۇ يەردە ئىچكى ئەزالاردا ئاجىزلىق بولسا ياكى قىزىتما سوزۇلما بولسا ياكى قىزىتما توسالغۇدىن بولغان بولسا، سوغۇق سۇنى كۆپ ئىچمەسلىك ياخشىدۇر. بىر كۈنلۈك قىزىتمىلاردا قىزىتما تۇتۇش ئاخىرلاشقاندا بۇلارغا بىرنەچچە مەقسەت ئۈچۈن مۇنچىغا چۈشۈشكە كۆپ مەسلىھەت بېرىلىدۇ. ئۇ مەقسەتلەردىن بىرى ھۆللۈك يەتكۈزۈش، يەنە بىرى تەرلىتىش ۋە تەر تۆشۈكچىلىرىنى بوشىتىش، يەنە بىرى سوۋۇتۇش. سوۋۇتۇش — ئوفۇنەتلىنىش يۈز بېرىش خەۋپى بولغاندا چەكلىنىدۇ. توسالغۇدىن قىزىتما بولغان كىشى مۇنچىغا چۈشۈشتىن يىراق تۇرغۇزۇلىدۇ. بەزىدە

مۇنچىغا چۈشۈش ئوفۇنەتلىك كېسەللىكنى قوزغىتىلىقتىن، توسالغۇدىن قىزىتما بولغان كىشىنى مۇنچىدىن يىراق قىلىش، شۇنداقلا تاماق سىڭمەسلىكتىن قىزىتما بولغان كىشىنىمۇ مۇنچىدىن يىراق قىلىش لازىم. بىراق ئاخىرقى مەزگىلدە مۇنچىغا چۈشۈشكە يول قويۇلمىدۇ.

تەر تۆشۈكچىلىرى كېڭەيگەن ۋە قورساق ئېسىلىش تۆۋەنلىگەندىمۇ مۇنچىغا كىرگۈزۈش لازىم. زۇكام بولغان كىشى مۇنچىغا كىرگۈزۈلمەيدۇ، بىراق خىلىت كۆيدۈرگەندىن قىزىتما بولسا، مۇنچىغا چۈشۈرۈلمىدۇ. بىر كۈنلۈك قىزىتما بولغان كىشىلەرنىڭ ھەممىسى مۇنچىنىڭ ھاۋاسىدا ئۇزاق تۇرماي، بەلكى مۇنچا سۈيىدە ياخشى كۆرگەن مۇددەتتە تۇرۇش لازىم. تېرە قېلىنلىشىپ قالغانلىق ۋە تەر تۆشۈكچىلىرى توسۇلۇپ قالغانلىقتىن قىزىتما بولغان كىشى مۇنچا ھاۋاسىدا تەرلىگەنگە قەدەر ئۇزاق تۇرۇشى لازىم. ياغلاشتا ئەگەر ياغنى قۇيسا ۋە تىلا قىلسا، تەر تۆشۈكچىلىرىنى توسىدۇ ۋە ئىچكى - سىرتقى توسۇلۇشتىن بولغان ھەرقانداق بىر كۈنلۈك قىزىتمىنى كېچىكتۈرىدۇ. ئەگەر بۇ بىمارنى ياغلاشتىن ئىلگىرى ئۇۋۇلسا توسالغۇنى ئاچىدۇ. ئۇۋۇلاش ھۆللۈكىنى تارقىتىدۇ، ئەگەر ھۆللۈك ئاز بولسا بەدەننى قۇرۇتىدۇ. ئەمما بىر كۈنلۈك قىزىتما بىمارلىرىدىن پەقەت تولۇپ قېلىشتىن بولغان توسالغۇلاردىن ۋە تاماق سىڭمەسلىكتىن قىزىغان ھەمدە تېرە قېلىنلاشتىن بىر كۈنلۈك قىزىغان، بەدىنى توشۇپ كەتكەن كىشىلەرنى تازىلاش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

7 - پەسىل بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا

بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ بەزىسى روھىي ئەھۋاللارغا، بەزىسى بەدەنىي ئەھۋاللارغا، بەزىسى سىرتتىن تۈيۇقسىز يۇز بېرىدىغان ئىشلارغا مەنسۇپ بولىدۇ.

روھىي ئەھۋاللارغا مەنسۇپ بولغانلىرى غەمدىن بولغان قىزىتما، قايغۇدىن بولغان قىزىتما، ئوي - خىيالدىن بولغان قىزىتما، غەزەپلىنىشتىن بولغان قىزىتما، ئۈيقۇسىزلىقتىن بولغان قىزىتما، ئۈيقۇدىن بولغان قىزىتما، خۇشاللىقتىن بولغان

قىزىتما، چۆچۈشتىن بولغان قىزىتما، چارچاشتىن بولغان قىزىتما قاتارلىقلاردۇر. بەدەنىي ئەھۋاللارغا مەنسۇپ بولغانلىرىنىڭ بەزىسى خىزمەتلەر ۋە ھەربىكەتلەرگە مەنسۇپ بولىدۇ. بەزىلىرى خىزمەتلەر، ھەربىكەتلەرنىڭ باشقىسىغا ۋە ئۇنىڭ ئەكسىلىرىگە مەنسۇپ بولىدۇ. ھەربىكەت ۋە ئۇنىڭ ئەكسىچە ئىشلارغا مەنسۇپ بولغىنى چارچاشتىن بولغان قىزىتما، راھەتلىنىشتىن بولغان قىزىتما، تازىلىنىشتىن بولغان قىزىتمىلاردۇر.

ئاغرىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما، ھوشسىزلىنىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما، ئاچلىقتىن بولغان قىزىتما، ئۇسسۇزلۇقتىن بولغان قىزىتما ھەربىكەتكە مەنسۇپ بولغان قىزىتمىلاردىندۇر. خىزمەتلەرنىڭ باشقىسىغا مەنسۇپ بولغان قىزىتمىلارنىڭ بەزىسى توسالغۇدىن بولغان قىزىتما، بەزىسى تاماق سىڭمەسلىكتىن بولغان قىزىتما، بەزىسى ئىششىقتىن بولغان قىزىتما، تەر تۆشۈكچىلىرى ئېتىلىپ قېلىشتىن بولغان قىزىتمىدۇر. سىرتتىن تۈيۈقسىز يۇز بەرگەن ئىشلاغا مەنسۇپ قىزىتمىلار ئىسسىق ئۆتۈپ كېتىشتىن بولغان قىزىتما، سوغۇق ئۆتۈپ كېتىشتىن بولغان قىزىتما، تېرە قېلىنلاشتىن بولغان قىزىتما، يۇيۇنۇشتىن بولغان قىزىتما قاتارلىقلاردۇر. بىز تۆۋەندە بىر - بىرلەپ داۋالىشى بىلەن بىرگە سۆزلەيمىز.

8 - پەسىل غەمدىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە روھنىڭ ئىچكى تەرەپكە ھەربىكەت قىلغانلىقى ۋە غەم - قايغۇنىڭ كۆپلۈكىدىن، يەنە روھنىڭ ئىچكى تەرەپتە توسۇلۇپ قالغانلىقىدىن روھىي قىزىتما يۇز بېرىدۇ. ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، سۇيدۇكنىڭ ئوتتەك قىزىق ۋە ئۆتكۈر بولۇشى، ھەتتا قۇرۇقلۇق غەلىبە قىلغانلىق سەۋەبىدىن بىمار سۇيدۇكنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى سېزىدۇ. كۆز ھەربىكتى يۇمۇلۇشقا مايىل بولىدۇ. روھ تارقىلىپ كەتكەنلىكتىن، كۆز ھەربىكەتسىز ۋە بوش بولۇش بىلەن بىرگە چوڭقۇر بولىدۇ. ھارارەت ئىچكى ئەزاغا كىرىپ كەتكەنلىكتىن، يۇز سېرىققا مايىل، تومۇر ھەربىكتى كىچىك ۋە ئاجىزراق بولىدۇ. بەزىدە قېتىشقا مايىل بولىدۇ.

داۋالاش

بىمارنى كۆپ ئابزەن قىلىش لازىم. بىمارنى مۇنچىغا كىرگۈزۈشتىكى مەقسەت مۇنچىنىڭ ھاۋاسى بولماستىن ئۇنىڭ سۇيىدۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن كۆپ ياغلىنىدۇ. چۈنكى ياغ بىمارغا مۇنچىدىن بەكرەك پايدىلىق. يەنە خۇشاللىق يەتكۈزگۈچى دورىلار ۋە سوغۇق، خۇش پۇراق دورىلارنى ئىشلىتىش ھەمدە بىمارنىڭ كۆكرىكىگە لوئابلار، ئۇسارىلەر ۋە خۇش پۇراق دورا سۈلرىدىن تەييارلانغان تىلالارنى، مەلھەم دورىلارنى ئىشلىتىش ۋە كۆپ سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شارابنى ئىچكۈزۈش لازىم. چۈنكى بۇلار بىمارلار ئۈچۈن ئەڭ ياخشى دورىلاردۇر.

9 ـ پەسىل زىيادە كۆڭۈل بۆلۈشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە تەلەپ قىلىنغان نەرسىگە زىيادە كۆڭۈل بۆلۈشتىن روھنى قىزىتىپ، قىزىتمىغا گىرىپتار قىلىدىغان قاتتىق ھەرىكەت يۈز بېرىدۇ. ئۇنىڭ ئالامىتى غەمدىن بولغان قىزىتمىغا ئوخشايدۇ. لېكىن كۆز ھەرىكىتى روھ تارقىغانلىقتىن چوڭقۇر بولۇش بىلەن بىرگە سىرتىغا مايىل بولىدۇ. تومۇر ھەركىتى ئاجىز بولماي، بەلكى ئازراق يۇقىرىلاش بولغاندا ئاجىزلىق بىلەن بىرگە بولىدۇ. بۇنىڭ داۋاسى غەمدىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ.

10 ـ پەسىل خىيال قىلىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە ئىشلار ھەققىدە كۆپ ئويلاشتىن غەم ـ قايغۇدىن بولغان قىزىتمىغا ئوخشاش قىزىتما كۆرۈلىدۇ. لېكىن بۇنىڭدا كۆز ھەرىكىتى يۇمۇلۇشقا ۋە تېشىغا

چىقىشقا مايىل بولماي، ئولتۇرۇشۇشقا مايىل بولىدۇ. شۇنداقلا تومۇر ھەرىكىتى يۇقىرىلاش ۋە تۆۋەنلەشكە مايىل بولىدۇ ھەم كۆپىنچە نورمال سوقىدۇ. يۈز سېرىقتا مايىل بولىدۇ. داۋالاشنىڭ ئۈسۈلى زىيادە كۆڭۈل بۆلۈشتىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاشقا ئوخشاشتۇر.

11 ـ پەسىل ئاچچىقلىنىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە ئاچچىقلانغاندا روھ سىرتقا ھەددىدىن زىيادە ھەرىكەت قىلغانلىقتىن قاتتىق قىزىش كۆرۈلۈپ، بۇ قىزىش روھقا تارقاپ قىزىتما يۈز بېرىدۇ. بۇنىڭ ئالامىتى يۈزى قىزىرىشتۇر. لېكىن ئۇنىڭغا قورقۇنچ ئارىلىشىپ چىرايى سارغىيىدۇ، چىرايى خۇددى بويۇن كۆپكەندەك كۆپىدۇ. روھنىڭ سىرتقا بەك ھەرىكەت قىلغانلىقى سەۋەبىدىن ئىككى كۆز قىزارغان ۋە پۈلتايغان بولىدۇ. بۇ خىل كىشىلەرنىڭ بەزىسىدە خىلىت ھەرىكەت قىلغانلىقتىن ياكى تەبىئەت ئاجىز بولغانلىقتىن تىترەش پەيدا بولىدۇ. سۈيدۈكى قىزىل ۋە ئۆتكۈرلۈكىنى ھېس قىلغىدەك دەرىجىدە ئۆتكۈر ھەم ئازراق سۈزۈك كېلىدۇ.

تومۇرى چوڭ، توشۇپ كەتكەن، يۇقىرى ئۆرلىگەن، ئارقىمۇئارقا بولىدۇ.

داۋالاش

ئۇلارنىڭ ئاچچىقىنى پەسەيتىش ھەم خۇشال قىلىدىغان ھېكايە، مۇڭلۇق ئاۋاز، ئويۇن ـ تاماشا، ياخشى مەنزىرىلەرگە مەشغۇل قىلىپ داۋالاش ھەم ئۇلارنى ئىسسىق سۇ مۇنچىسىغا كىرگۈزۈش ۋە كۆپ ياغ بىلەن ياغلاش لازىم. ياغلاش بۇلار ئۈچۈن ئىسسىق سۇدىن مۇڭلىقراقتۇر ھەم ئۇلارنى سوۋۇتىدىغان ۋە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان غىزالار بىلەن غىزالاندۇرۇش، شارابنى قەتئىي چەكلەش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. شۇ سەۋەبتىن شاراب ئىچىشكە يول قويۇلمايدۇ.

12 ـ پەسىل ئۇيقۇسىزلىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە ئۇيقۇسىزلىق سەۋەبىدىنمۇ بىر كۈنلۈك قىزىتما يۈز بېرىدۇ. ئۇنىڭ ئالامىتى شۇكى، ئىلگىرى ئۇيقۇسىزلىق بولۇپ، قاپىقى ئېغىرلىشىپ، كۆزىنى ئاچالمايدۇ. روھ تارقىغانلىقتىن كۆزى ئولتۇرۇشىدۇ. بۇزۇق غىزا ۋە بۇخاراتنىڭ كۆپ بولۇشى سەۋەبلىك قاپاق كۆبجۈيدۇ. ھەزىم ياخشى بولمىغانلىقتىن سۈيدۈك دۇغلۇق بولىدۇ. تومۇر ئاجىز سوقىدۇ. ھەزىم بۇزۇلغانلىقتىن چىرايى سارغىيىدۇ ھەم كۆبجۈيدۇ، لېكىن چىرايى كۆبجۈش ئاچچىقلىنىشتىن بولغان قىزىتمىدىكىدەك قىزىللىق بىلەن بىرگە بولمايدۇ.

داۋالاش

ئۇنى داۋالاش ئارام ئالدۇرۇش ۋە جىم تۇرغۇزۇش، ئۇخلىتىش، باشنى ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان ۋە سوۋۇتىدىغان نەرسىلەر بىلەن نۇتۇل قىلىش، ھۆل مۇنچىغا كىرگۈزۈش، ياخشى كەيمۇسلۇق غىزالارنى بېرىش، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ياغلارنى سۈركەش قاتارلىقلاردۇر. شاراب ئۇلار ئۈچۈن مەنپەئەتلىك نەرسە بولۇپ، قورقماستىن ئىچكۈزۈلىدۇ، لېكىن باش ئاغرىقى بولسا ئىچكۈزۈلمەيدۇ.

13 ـ پەسىل ئۇيقۇدىن راھەتلىنىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە ئويغاقلىق ۋە ھەرىكەت سەۋەبىدىن روھتىن قىزىق بۇخاراتلار تارقايدۇ، ئەگەر ئۇيقۇ ۋە راھەتلىنىش بەك ئۇزۇن بولۇپ كەتسە، بۇخارات تارقىيالماي، روھ قىزىشتىن بولغان قىزىتما يۈز بېرىدۇ.

ئالامتى

بۇنىڭغا ئىلگىرى كۆپ ئۇخلاش ۋە كۆپ راھەتلىنىش، بولۇپمۇ ئادەتتىن تاشقىرى كۆپ ئۇخلاش ۋە راھەتلىنىش دالالەت قىلىدۇ.

14 - پەسىل خۇشاللىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە بەك خۇشاللىنىشتىن خۇددى ئاچچىقلىنىشتىن يۈز بەرگەن قىزىتمىدەك قىزىتما يۈز بېرىدۇ.

ئالامتى

ئاچچىقلىنىشتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئالامىتىگە يېقىنراقتۇر. لېكىن بۇنىڭدا بىمارنىڭ كۆزى ئاچچىقلانغان كىشىلەرنىڭ كۆزىدەك ئەمەس، بەلكى خۇشاللانغان كىشىلەرنىڭ كۆزىدەك قىزىيدۇ. تومۇردىكى ئارقىمۇئارقىلىق ئازراق بولىدۇ.

داۋالاش

ئۇنى داۋالاش ئاچچىقلىنىشتىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاشقا يېقىنراقتۇر. بىز ئۇنى سۆزلەپ بولدۇق.

15 - پەسىل قورقۇشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە قورقۇش سەۋەبىدىنمۇ بىر كۈنلۈك قىزىتما كۆرۈلىدۇ. چۈنكى قورقۇش غەم قايغۇغا نىسبەتەن قورقۇشنىڭ ئىچكى تەرەپكە ئاچچىقلىنىشنىڭ سىرتقى

تەرەپكە ھەرىكەت قىلىشى جەھەتتىن ئاچچىقلىنىشنىڭ خۇشاللىققا مەنسۇپ بولغىنىغا ئوخشاشتۇر. بۇ قىزىتما بىراقلا كۆرۈلىدۇ. ئاچچىقلىنىش ۋە خۇشاللىنىشتىن بولغان قىزىتما تەدرىجىي كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

بۇ قىزىتمىنىڭ ئالامىتى غەمدىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرىگە يېقىنراق بولىدۇ. لېكىن تومۇر ھەرىكىتىدىكى ئوخشىماسلىق ئېغىرراق بولىدۇ. بىمارنىڭ كۆزى قورققان كىشىنىڭ كۆزىدەك قىزىق بولىدۇ.

داۋالاش

ئۇنى داۋالاش غەمدىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاشقا يېقىنلىشىدۇ. ئۇلارنى قورقماسلىققا، خۇشال يۈرۈشكە دەۋەت قىلىش لازىم. شاراب بۇ كىشىلەر ئۈچۈن پايدىلىقتۇر.

16 ـ پەسىل چارچاشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە چارچاش روھنى قاتتىق قىزىتىۋېتىدۇ. ھەتتا ئۇ روھنىڭ خىزمەتلىرىگە زىيان يەتكۈزىدىغان قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ. يەنى كۆپىنچە روھىي ھايۋانىي ۋە روھىي نەپسانىيغا زىيان قىلىدۇ.

ئالامىتى

بۇنىڭ ئالامەتلىرى چارچاش، بوغۇملار باشقا ۋاقىتلارغا قارىغاندا زىيادە قىزىش، بەدەندە ھارغىنلىق ۋە قۇرغاقلىقنى سېزىش قاتارلىقلاردۇر. بەزىدە

قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە چارچاش نورمال بولسا، قۇرۇتقۇچى ئىسسىقلىق ياكى تەرنى توسىدىغان سوغۇقلۇق بولمسا ھۆللۈك پەيدا بولىدۇ. ئەگەر چارچاش ھەددىدىن زىيادە بولسا ھۆللۈك ۋە تەرلەش ئاز بولىدۇ. بەزىدە ئۆپكىنىڭ شېرىكلىششى بىلەن قىزىتمىغا قۇرۇق يۆتەل ئەگىشىپ كېلىدۇ. بىمارنىڭ تومۇر ھەربىكتى كىچىك، ئاجىز بولىدۇ ۋە بەزىدە قاتتىقلىققا مايىل بولىدۇ. سۈيدۈكى ھەربىكەت سەۋەبىدىن سېرىق، ئۆتكۈر، ئىسسىق بولىدۇ، ھارارەت تارقاش سەۋەبىدىن سۇيۇق كېلىدۇ.

داۋالاش

ئۇلارنى داۋالاشتا ئارام ئالدۇرۇش، مۇنچىغا چۈشۈرۈش، ئابىزەن قىلىش، ئابىزەندىن كېيىن بوغۇملارنى ياغلاش ۋە چۈجە، ئوغلاق، رەزراز بىلەنىڭ گۆشلىرىدىن بولغان ياخشى كەيمۇسلۇق ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان تائاملارنى ھەزىم قىلالىغۇدەك بېرىش لازىم. چۈنكى، ئۇلارنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىز بولۇپ، ساق ھالىتىدە ھەزىم قىلغان نەرسىلەرنى ھەزىم قىلىشى مۇمكىن بولمايدۇ، بەلكى ئۇنىڭدىن تۆۋەنرەك نەرسىلەرنى ھەزىم قىلالايدۇ.

شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇلار بىز يۇقىرىدا سۆزلەنگەن نەرسىلەر ۋە چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمنىڭ سېرىقى، خوراز تاشلىقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ئاز مىقداردىكسى كۆپ ئوزۇقلۇق بېرەلەيدىغان نەرسىلەر بىلەن غىزالانسا ياخشى بولىدۇ. بەزىلەر شۇنداق دېدىكى، ھېرىپ قالغان كىشىلەرگە يېنىكرەك تەدبىر قىلىش زۆرۈردۇر. بۇ خىل قاراش توغرا ئەمەستۇر. ئۇلار ھۆل مېۋىلەرنى يېيىشكە ئادەتلەنگەن بولسۇن - بولمىسۇن كۆپ سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شاراب، جۇلاپ ۋە ئىچىملىكلەرنى ئىچىشى لازىم. ئۇلارنىڭ ئەزالىرى ۋە قۇرۇپ كەتكەن بوغۇملىرىغا ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن باشقىلارغا قارىغاندا كۆپرەك ياغلاش، يەنى بوغۇملاردىكى تارتىششنى يۇمشىتىش ئۈچۈن كۆپرەك ياغلاش لازىم. بىنەپشە يېغى بۇلار ئۈچۈن ئەڭ ياخشى ياغدۇر. بىنەپشە يېغىنى ئومۇمىي بەدەنگە، بولۇپمۇ باش، بويۇن ۋە ئومۇرتقىنىڭ

تۇتىشىش ئورۇنلىرىغا ھەم بارلىق بوغۇملارغا مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن سۈركەش لازىم، ئۇلارنىڭ ياتىدىغان جايىنى پەس قىلىش، كىيىملىرى ۋە ئورۇنلىرىنى خۇش پۇراق قىلىش لازىم. ئەگەر قىزىتما ئازراق قېيقالغانلىقى سەۋەبىدىن مۇنچىغا قايتا چۈشۈش زۆرۈر بولسا، ئۇلارغا شۇ قىزىتما بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەرنىڭ ھەممىسى قايتا ئىشلىتىلىدۇ.

17 ـ پەسل تازىلىنىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە ئىچى سۈرگەندە خىلتىلار قالايمىقانلاشقانلىقتىن روھ زىيادە ھەرىكەت قىلىپ، قىزىتما ئۆرلەيدۇ، بۇ قىزىتمىنىڭ كۆپىنچىسى ئىچ سۈرۈشكە ئەگىشىپ كېلىدىغان ھارغىنلىقتۇر. بەزىدە بۇ خىل قىزىتما سۈرگە دورىلىرى ئىسسىقلىق يەتكۈزگەنلىكتىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بۇ قىزىتما قان ئېلىش سەۋەبىدىن بۇخاراتنىڭ ھۆللۈكى يوقالغانلىقتىن ۋە قاننىڭ گازلىق، سەپرالىق قانغا ئۆزگەرگەنلىكىدىن قان ئېلىشقا ئەگىشىپ كېلىدۇ.

داۋالاش

ئۆز بايانىدا مەلۇم بولغان نەرسىلەر بىلەن چوڭ تەرەتنى يېنىك توختىتىش ۋە بىمارغا قۇۋۇتلەيدىغان نەرسىلەرنى قابىز نەرسىلەر، سوۋۇتىدىغان، ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان نەرسىلەر بىلەن ھەزىم قىلىش مقدارىدىن كۆپرەك بېرىش لازىم. ئاشقازان ساھەسىگە بوشىتىۋەتمەيدىغان، ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى، قۇۋۇتلىگۈچى زىمات ۋە نۇتۇللارنى ئىشلىتىش لازىم. چۈنكى ھەرقانداق بوشاتقۇچى قۇۋۇتنى بوشىتىدۇ ۋە تارقىتىدۇ. بۇنىڭ مىسالى ناردىن يېغىغا ياكى ئۇنىڭدىن سوغۇقراق ھەم خۇش پۇراق قىلىنغان ياغقا چۆكۈرۈلگەن يۇكىدۇر، بۇ يۇك ياغنىڭ تەسىرى يوقالغۇچە سقىلىدۇ ۋە يۇرەك، جىگەر ساھەسىگە سوۋۇتىدىغان نەرسىلەر قويۇلىدۇ.

18 - پەسىل ئاغرىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

ئاغرىق بەزىدە روھنى قىزىتىدۇ، ھەتتا قىزىتمىنى ئۆرلىتىدۇ.

ئالامىتى

باش، كۆز، قۇلاق، چىش، بوغۇملار، مۇچىلەردە ئاغرىق پەيدا بولىدۇ. قۇلۇنجى، بوۋاسىر قاتارلىقلارنىڭ ئاغرىقى ياكى بۇلاردىن باشقا چىقان ئاغرىقى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش

يۇقىرىقى ئاغرىقلارغا ئۆز بايانىدا زۆرۈر بولغان نەرسىلەر بىلەن تەدبىر قىلىنىدۇ، ئاندىن چارچاشتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئىلاجى بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ، ئەگەر شاراب ئىچكۈزۈشتىن ئاغرىقنىڭ قوزغىلىش خەۋپى بولسا شاراب ئىچكۈزۈلمەيدۇ.

19 - پەسىل ھوشسىزلىنىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە روھىي ھەرىكەتنىڭ قالايمىقان بولۇشىدىن ھوشسىزلانغان كىشىدە قىزىتمىغا ئۆزگىرىدىغان قىزىش كۆرۈلىدۇ، بەزىدە ھوشسىزلىنىشتىكى خەتەر يوقالغاندىن كېيىن قىزىتمىنىڭ قالدۇقى قېپقالىدۇ.

ئالامىتى

هوشسزلىنىشنىڭ يېقىنلىششى بىر كۈنلۈك قىزىتمىدىن باشقا قىزىتمىلارنىڭ ئالامەتلىرى بولماستىن، قۇۋۋەت تۆۋەنلەشتۇر. بۇ قىزىتمىدا تومۇر ھەرىكىتىنىڭ ئەھۋالى ئوخشاش بولمايدۇ. يەنى بەزىدە تۆۋەنلەيدۇ ۋە سوغۇقلۇق غەلبە قىلغاندا يوقلىدۇ، بەزىدە تېزلىشىدۇ ۋە ھارارەت غەلبە قىلغاندا ئاشكارا بولىدۇ. تومۇر ھەرىكىتى دەۋرىيلىك بولۇش بىلەن بىرگە، قاتتىق بولۇشىدا قۇرۇپ ئورۇقلاپ كەتكەن كىشىلەرنىڭ تومۇر ھەرىكىتىگە ئوخشايدۇ.

داۋالاش

ئۇنىڭ ئىلاجى هوشسزلىنىشنى داۋالاشنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر ۋە ھەممىگە مەلۇم تېز ھەزىم بولىدىغان، ياخشى كەيمۇسلۇق غىزالارنى بېرىشتۇر. ئەگەر شاراب ئىچكۈزۈش ئېھتىياجى چۈشسە ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە قىزىتمىغا پەرۋا قىلىنمايدۇ. ئەگەر هوشسزلىنىشتىن خالاس بولسا ۋە جۈدەشتىن بولغان قىزىتمىغا ئوخشاش قىزىتما قېپقالسا، سوۋۇتۇش ۋە هۆللۈك يەتكۈزۈش قانۇنىيىتى بىلەن داۋالىنىدۇ.

20 - پەسل ئاچلىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە بەدەندىكى بۇخاراتلار ئوزۇقلۇق تاپالمىغاندا ئۆتكۈرلىشىپ، قىزىتما پەيدا قىلىدۇ، بۇ ۋاقىتتا بىمارنىڭ تومۇرى ئاجىز، كىچىك بولىدۇ، بەزىدە قاتتىقلىققا مايىل بولىدۇ.

داۋالاش

قىزىتمىدا كۆكتاتلار بىلەن ئارپا يارمىسىدىن تەييارلانغان سۇيۇق غىزا،

ئۇنىڭدىن كېيىن كۆچلەندۈرگۈچى ياخشى غىزالار بېرىلىدۇ ۋە بىمار مۇنچىغا چۈشۈرۈلىدۇ، بىمارنىڭ بېشىغا ئىسسىق سۇ كۆپ قۇيۇلىدۇ ۋە ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، شۇنداقلا بەدىنگە بىنەپشە يېغى، قىزىلگۈل يېغى، قاپاق يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ياغلار بىلەن ھۆللۈك يەتكۈزۈلىدۇ.

21 ـ پەسىل ئۇسسۇزلۇقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بۇ خىل قىزىتما ئاچلىقتىن بولغان قىزىتمىغا يېقىنراقتۇر، بۇنىڭدا ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدىغان سۇ يوق بولغانلىقتىن بۇخاراتلاردا كۆچلۈك ھارارەت پەيدا بولۇشقا لايىقراقتۇر.

داۋالاش

سوغۇق سۇ، سوغۇق مېۋىلەرنىڭ سۈيى، بولۇپمۇ ئانار سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە بەدەنگە ئابزەن بىلەن ھۆللۈك يەتكۈزۈلىدۇ. ئەگەر سوغۇق سۇ بىلەن مۇنچىغا چۈشۈرگۈزۈش مۇمكىن بولسا شۇنداق چۈشۈرگۈزۈلىدۇ.

22 ـ پەسىل توسالغۇدىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە تېرىنىڭ قۇرغاقلاشقانلىقى ۋە ئاز يۇيۇنۇش، چاڭ ـ توزانىنىڭ كۆپلۈكى، سوغۇقلۇق، قابىز سۇلاردا يۇيۇنۇش ۋە كۈن نۇرىنىڭ كۆيدۈرۈشى قاتارلىقلاردىن تېرە تۆشۈكچىلىرى ئېتىلىپ، توسالغۇ پەيدا بولىدۇ. بەزىدە تومۇر تالالىرىدا ۋە ئۇنىڭدا ئاقىدىغان نەرسىلەردە، تومۇر ئېغىزىدا ۋە تومۇر يوللىرىدا

بولىدۇ. ئەگەر توسالغۇدىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما ئاز بولسا، بۇ خىل ئازابىش مۇشۇ قىزىتمىنى كۆرسىتىدۇ. چۈنكى تارقىلىش ئاز، تولۇپ قېلىش، توسۇلۇپ قېلىش كۆپ بولۇپ، ئۇنىڭدىكى نەپەسلىنىش يوقلىپ، ئىسسىقتىن بولغان، تارقىمايدىغان كۆپ بۇخارات يىغىلىپ، ھەددىدىن زىيادە ھارارەت پەيدا بولىدۇ. بۇ ھارارەت ئەڭ ئاجىز بولغان روھتا دائىم ئۆرلىسە، بىر كۈنلۈك قىزىتما پەيدا بولىدۇ، ئەگەر قاندا ئۆرلىسە، سۇنۇخۇس نامى بىلەن مەشھۇر بولغان قىزىتما بولىدۇ. بىز بۇنى تۆۋەندە سۆزلەيمىز. ئۇ، ئوفۇنەتتىن بولماي، بەلكى خىلتلارنىڭ ھارارىتى ئۆرلەش، قاياناش، قىزىش قاتارلىقلاردىن بولغان قىزىتما قاتارىدىندۇر.

ئەگەر بۇ قىزىتما توسالغۇ ۋە نەپەسلىنەلمەسلىك سەۋەب بولىدىغان ئوفۇنەتلىنىشكە ئېلىپ بارسا، ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ. بۇنداق توسالغۇ ياكى خىلتلارنىڭ ۋە قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن ياكى خىلتلارنىڭ قويۇقلۇقىدىن ياكى چاپلاشقاقلىقىدىن ياكى خىلت يولىدا ئەمەس، ئەزادا قورۇيدىغان سوغۇقلۇق ياكى باسىدىغان ئىششىق ياكى بىرەر نەرسە ئۆسۈپ قېلىش ياكى ئۇنىڭدىن باشقا نەرسىلەرگە ئوخشاش توسالغۇ سەۋەبلىرىنىڭ بىرەرسى يۈز بەرگەنلىكتىن بولىدۇ.

بۇ خىل قىزىتما بىر كۈنلۈك قىزىتمىلار ئىچىدە جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئىنتايىن ئاز ئۆزگىرىدۇ، چۈنكى بۇ قىزىتمىدا بەدەندە ماددا كۆپ بولىدۇ، ئۇسسۇزلۇق، ھارارەت ئۆرلەش ۋە سۇيدۇك رەڭگى توپا رەڭ بىلەن ئوت رەڭنىڭ ئارىسىدا بولۇش قاتارلىقلار بولىدۇ. بۇ قىزىتمىنىڭ تارقىشى قىيىن بولۇپ، خىلتتىن بولغان قىزىتمىلارغا بەك ئوخشايدۇ. توسالغۇ كۆپ ھەم كۈچلۈك بولغاندا، تېرە قېلىنلىشىش ۋە تەر تۆشۈكچىلىرى ئېتىلىشتىن بولىغاندا، بۇ قىزىتما ئوچ كۈن ۋە ئۇنىڭدىن كۆپرەك داۋاملىشىدۇ. ئەگەر توسالغۇ ئاز بولسا، خاتا تەدبىر قىلىنمىسلا قىزىتما تېز يوقلىدۇ، بۇ قىزىتما بىر كۈنلۈك قىزىتمىلار ئارىسىدا كېسەللىك بولغان توسالغۇنىڭ مۇستەھكەم بولۇشىغا دۇچ كېلىپ، خۇددى تۇتاقلىق قىزىتمىلاردەك بولىدۇ. بۇ خىل قىزىتما كۆپىنچە جۇغ - جۇغقا ئۆزگىرىپ، ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىغا ئۆزگەرگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ.

توسالغۇدىن بولغان قىزىتمىدا قان ئالغاندىن كېيىن بەدەننىڭ سول تەرىپىدە ئاغرىق پەيدا بولسا، قايتا قان ئېلىش لازىم، بولۇپمۇ قىزىتما پەسىيىپ، ئاغرىق داۋاملاشقان ھالەتتە.

ئالامىتى

ئەگەر سىرتقى سەۋەبتىن بولمىغان بىر كۈنلۈك قىزىتما كۆرۈلسە ۋە ئۇزۇندا پەسەيسە، ئۇنىڭ توسالغۇدىن بولغان قىزىتما ئىكەنلىكى مۆلچەرلىنىدۇ، بولۇپمۇ ھۆللۈكنى تازىلىماستىن قىزىتما پەسەيسە. بۇ مۆلچەرنى ماددا تولۇپ قېلىشنىڭ ئالامەتلىرى كۆچلەندۈرۈپ بېرىدۇ. قان كۆپ بولسا ۋە قان پەيدا قىلغۇچى بەدەنلەردە خىلىتلىرى كۆپ ۋە چاپلاشقاق بولسا قىزىتمىلار شۇنداق پەرقلەندۈرۈلىدۇكى، ئەگەر بەدەندىكى توسالغۇلار خىلىتلارنىڭ قويۇقلۇقى ۋە چاپلاشقاقلىقى سەۋەبىدىن بولسا، بۇنىڭغا خىلىتلارنىڭ قويۇق ۋە چاپلاشقاقلىقىنىڭ مەلۇم ئالامەتلىرى دالالەت قىلىدۇ. بەدەندە كۆپۈش، تارتىشىش، قىزىللىق بولمايدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، خىلىت كۆپلۈكىنىڭ ئالامەتلىرى بولىدۇ. ئەگەر توسالغۇدىكى سەۋەب تولۇپ قېلىش بولسا، چىرايى قىزىرىش، تومۇرلىرى كۆپۈش، ئېسىلىش، تارتىشىش ۋە ئۇنىڭدىن باشقا تولۇپ قېلىش ئالامەتلىرى بەدەندە ئېنىق بولىدۇ. ئەگەر توسالغۇ ھەددىدىن زىيادە كۆپ بولسا، تومۇر ھەربىكتى كېچىك بولىدۇ، ئەگەر ھەددىدىن زىيادە كۆپ بولمىسا، تومۇر ھەربىكتىنىڭ كېچىك بولۇشى زۆرۈر بولمايدۇ.

داۋالاش

ئەگەر سەۋەب خىلىتلارنىڭ كۆپلۈكى ۋە تولۇپ قېلىشى بولسا، قان ئېلىش ۋە ماددىنى تازىلاشقا ئالدىراش لازىم. ئەگەر تېخى قان ئېلىنمىغان ۋە مۇنچىغا چۈشۈرۈلمىگەن بولسا، قان ئېلىش ياخشىدۇر، ئەگەر مۇنچىغا چۈشۈرۈلگەن بولسا،

قان ئېلىشتىن توختاش مۇۋاپىقراقتۇر. لېكىن، زۆرۈرىيەت بولسا توختاش مۇۋاپىق ئەمەستۇر، چۈنكى قان ئېلىش بەزىدە خىلىتلارنى ماڭدۇرىدۇ ۋە ئۇلارنى ئارىلاشتۇرۇۋېتىدۇ، ئەگەر قان ئېلىش زۆرۈر بولسا، قان ئېلىش ۋە تازىلاشنى كېچىكتۈرمەسلىك، ئاندىن توسالغۇلارنى ئاچىدىغان، يوللارنى تازىلايدىغان نەرسىلەرگە مەشغۇل بولۇش ۋە ماددىنى تازىلاشتىن بۇرۇن توسالغۇنى ئېچىشقا ئالدىرىماسلىق لازىم. چۈنكى بۇ، بەزىدە خىلىتلارنىڭ بەزى يوللارغا بىراقلا تارتىلىشىغا ۋە كىرىۋېلىشىغا سەۋەب بولىدۇ، بۇ كۆپ خەتەرى بار ئىشلارداندۇر. بەزىدە خىلىت قويۇق بولغاندا توسالغۇلارنى كۆپەيتىۋېتىدۇ، بولۇپمۇ خىلىتلارنىڭ ئۆتۈش يوللىرى تۇغما تار بولسا. بۇنىڭغا ئاساسەن قان ئېلىش ۋە ماددىنى تازىلاش بەزىدە توسۇلۇپ قېلىش تۈپەيلى بۇ خىل قىزىتمىنى پەيدا قىلغان گازلىق ئېشىندىلارنى چىقىرىدۇ ۋە قىزىتمىنىڭ ئوفوئنەتلىك قىزىتمىغا ئۆزگىرىشىنى چەكلەيدۇ، بولۇپمۇ گازلىق ئېشىندىلار كۆپ بولۇپ، ھوشسىزلىنىشقا يېقىنلاشسا.

ئەگەر خىلىتلارنىڭ كۆپلۈكى سېزىلمەي، بەلكى توسالغۇلار ۋە ئۇ توسالغۇلارنىڭ قويۇق، چاپلاشقاق خىلىتلاردىن پەيدا بولغانلىقى سېزىلسە، زىيادە قان ئېلىش ۋە تازىلاشقا ئېھتىياج چۈشمەي، بەلكى توسالغۇنى ئېچىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. توسالغۇنى ئېچىش پاكلىغۇچى دورىلار ۋە غىزالار بىلەن بولىدۇ، كېسەللىك قىزىتما بىلەن كەلسە، توسالغۇنى ئېچىشتا ئىسسىق تەبىئەتلىك پاكلىغۇچى دورىلارغا مۇراجىئەت قىلىش مۇمكىن بولماي، بەلكى سىركەنجۈبىل ساددە بىلەن سىركەنجۈبىل بۇزۇرى ئارىسىدىكى نەرسىلەرگە ۋە كاسىنە سۈيىدىن بەدىيان سۈيىگىچە بولغان نەرسىلەرگە مۇراجىئەت قىلىش مۇمكىن بولىدۇ. غىزا — يۇيۇش خۇسۇسىيىتى بار، چاپلاشقاقلىقى يوق نەرسىلەر قاتارىدىندۇر. مەسىلەن: ئارپا يارمىسى ۋە شېكەرگە ئوخشاش. شېكەر غىزاغا يېقىن بولۇش بىلەن بىرگە، ئۇنىڭدا توسالغۇنى ئېچىش، پاكلاش خۇسۇسىيىتى باردۇر، شۇڭا ئارپا يارمىسىغا ئارىلاشتۇرۇشقا بولىدۇ.

تازىلاش زۆرۈر بولۇپ، تازىلانغاندا ۋە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەنگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن توسالغۇنى ئاچقاندا قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلىگەن ۋە ئاجىزلىغانلىقىغا

ھەمدە تۇتقاقلىق قىزىتمىنىڭ ئىككىنچى قېتىم تۇتۇشى بىرىنچى قېتىم تۇتۇشىدىن ئاجىز بولغان - بولمىغانلىقىغا قاراش لازىم. سۈيدۈككە قارىغاندا، سۈيدۈكنىڭ پىشمىغانلىقى بايقالسا، تومۇر ھەرىكىتىگە قارىلىدۇ. تومۇر ھەرىكىتىنىڭ ئوفۇنەتلىنىشكە دالالەت قىلمايدىغانلىقى بايقالسا، بۇ تەدبىر داۋاملاشتۇرۇلىدۇ ۋە ئۇچىنچى كۈنى قىزىتما تۇتقاندا، قىزىتما بەش سائەتكىچە داۋاملاشسا، قىزىتما پەسەيگەن ۋاقىتتا مۇنچىغا كىرگۈزۈلىدۇ ۋە بىمار ياغلىنىدۇ ھەم نورمال پاكلاش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر سۈركىلىدۇ. مەسىلەن: ئازراق ھەسەل ۋە سۇ بىلەن يۇغۇرۇلغان باقلە ئۇنى، كۈرسىنە ئۇنى، گۈلسەۋسەن يىلتىزى ئۇنى، زىراۋەندە قاتارلىقلارغا ئوخشاش.

ئەگەر بۇنىڭدىن كۈچلۈكرەكنى ئىشلىتىشكە جۈرئەت بولسا تەنكار كۆپۈكى ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر مۇنچىغا چۈشۈشنىڭ بۇ كىشىنىڭ تەبىئىتىنى ئازراق ئۆزگەرتكەنلىكى ۋە جۇغ - جۇغقا ئوخشاش بىرەر ھالەت پەيدا قىلغانلىقى مۆلچەرلەنسە، مۇنچىدا بىردەممۇ تۇرغۇزۇلمايدۇ، چۈنكى بۇ توسالغۇ مۇنچىغا چۈشۈش ئارقىلىق ئاچىدىغان توسالغۇ تۈرىدىن ئەمەستۇر. ئەگەر مۇنچىدىن چىقسا غىزا ۋە ئىچىملىكنى يېقىن كەلتۈرمەسلىك لازىم، لېكىن قىزىتمىنىڭ قوزغىلىشىدىن خاتىرجەم بولغاندىن كېيىن بەرسە بولىدۇ.

ئەگەر بىمار بىرەر نەرسە يېيىشنى زۆرۈر تاپسا ۋە ئۇ نەرسە زىيان قىلمىسا، توسالغۇنى ئېچىش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەردىن سۈيى كۆپ، ئارپىسى ئاز، كەرەپشە بىلەن قاينىتىلغان سۈيۇق ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر قىزىتما قايتا قوزغالمسا، بىمار مۇنچىغا چۈشۈشنى ئارزۇ قىلسا، مۇنچىغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە غىزا بېرىلىدۇ. ئەگەر سۈيدۈكى ياخشى بولسا، داۋالاشنىڭ توغرا بولغانلىقىغا ۋە توسالغۇلارنىڭ ئازلىغانلىقىغا ئىشەنچ قىلىنىدۇ. قىزىتما يوقالغاندىن كېيىن بىرىنچى قېتىم داۋالىغانغا ئوخشاش داۋالىنىدۇ ۋە غىزا بېرىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما بۇرۇنقىدەك قوزغالسا ياكى ئۇنىڭدىن كۈچلۈكرەك قوزغالسا، سۈيدۈك ئۆزگەرگەن بولسا، كېسەللىك ئوفۇنەتلىنىشكە يۈزلەنگەن بولىدۇ، بۇنىڭ ئىلاجى ھەممىگە مەلۇم بولغان ئوفۇنەتنىڭ ئىلاجىدۇر.

23 ـ پەسل ماددا تولۇپ قېلىپ تاماق سىڭمەسلىكتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە تاماق سىڭمەسلىكتىن ناچار بۇخاراتلار پەيدا بولۇپ، هارارەت ئۆرلەپ روھ هارارەتلىنىپ، قىزىتمىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، بولۇپمۇ سەپرالىق بەدەندە تەر تۆشۈكچىلىرى كېڭىيىشتىن بولمىغان قىزىتما ئېشىندىلىرىنىڭ كۆپىنچىسى گازلىق بۇخاراتلارنى پەيدا قىلىدۇ. بۇ قىزىتمىدا ئاچچىق كېكىرىش ئاز بولىدۇ. قىزىتمىغا ئاسان گىرىپتار بولىدىغان كىشىلەرنىڭ بەزىلىرى تاماق سىڭمىگەندىن كېيىن چېنىقىدىغان، تەنھەرىكەت قىلىدىغان، ئاپتاپقا قاقلىنىدىغان، ئاندىن كېيىن مۇنچىغا چۈشىدىغان كىشىلەر بولۇپ، ئۇلاردا گازلىق بۇخاراتلار كۆپ بولىدۇ. بولۇپمۇ بەدىنىدە ئاغرىق ۋە كۆيۈشۈش بولسا، ئاچچىق كېكىرىش مادداسىدىن قىزىتما ئىنتايىن ئاز پەيدا بولىدۇ. پەيدا بولغان تەقدىردىمۇ ئاجىز بولىدۇ، بەزىدە پەيدا بولماسلىقىمۇ مۇمكىن. ئاچچىق كېكىرىش بىلەن بىرگە پەيدا بولىدىغان قىزىتما تاماق سىڭمەسلىكتىن ئەمەس، بەلكى باشقا سەۋەبتىن، دەپ گۇمان قىلىنىدۇ. بۇ خىل قىزىتما بولغانلارنىڭ چوڭ تەرىتى راۋانلاشسا قىزىتمىسى چۈشىدۇ، مۇسكۇللاردىكى گازلىق بۇخارات ئازلىغانلىقتىن قىزىتما يوقىلىدۇ.

بۇ خىل قىزىتما بولغانلاردىن چوڭ تەرىتى توختاپ قالغان كىشىلەرنىڭ، ئىچى سۇرگەن كىشىلەرنىڭ ۋە تاماق سىڭمەسلىكتىن قىزىتما بولۇپ، چوڭ تەرىتى ئىككى ـ ئۈچ قېتىم يۇمشاق كەلگەن كىشىلەرنىڭ ئىلاجى ئوخشاش بولمايدۇ. قان ئېلىنسا ئۇ كىشىدە ئىچ سۇرۇش كۈچىيىدۇ، بەزىدە ئىچ سۇرۇش جىگەر مەنبەلىك بولۇپ، ئۇنىڭغا خەۋەقان ۋە تىلنىڭ قارىلىقى دالالەت قىلىدۇ. تولۇپ قېلىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى داۋاملىق بولىدىغان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرىگە ئوخشاش بولۇپ، ئىككى كۈز ۋە يۈز بەك قىزىرىدۇ، هارارەت كۈچلۈك بولىدۇ،

تومۇر ھەرىكىتى چوڭ ۋە تېز بولىدۇ، سۈيدۈكى قىزىرىدۇ، كۆپىنچە بۇ خىل ئەھۋال ئۇچ كۈن داۋاملىشىدۇ، شۇنى بىلىش لازىمكى، تاماق سىڭمەسلىكتىن بولغان قىزىتما بەزىدە تۆت قېتىم ياكى يەتتە قېتىم تۇتىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بىر كۈنلۈك قىزىتما بولىدۇ، لېكىن ئۇ كىشىنىڭ تومۇر ھەرىكىتى ساغلام بولىدۇ.

ئالامىتى

ئۇنىڭ ئالامەتلىرى كېكىرىكىنىڭ ئاچچىق ياكى گازلىققا ئۆزگىرىشىدۇر، ئەگەر كېكىرىك ئاچچىق ۋە گازلىق بولمسا، سوغۇقلۇقنى بىلدۈرىدۇ. بۇلارنىڭ سۈيدۈكى پىشمىغان، سۈيۇق بولىدۇ. ئەگەر تاماق سىڭمەسلىكنىڭ سەۋەبى ئۇيقۇسىزلىق بولسا، بىمارنىڭ يۈزى كۆبجۈيدۇ، قاپاقلىرى ئېغىرلىشىدۇ.

داۋالاش

تاماق سىڭمىگەن كىشىنىڭ چوڭ تەرىتى بەزىدە راۋان، بەزىدە راۋان بولمايدۇ. ئەگەر راۋان بولمسا ئۇنى راۋانلاشتۇرۇش، ئەگەر ئاشقازاندا ئازراق يېمەكلىك ۋە ئېغىرلىق قالسا، يېمەكلىكنى قەي قىلدۇرۇش، ئاندىن سۈرۈش ۋە ئېغىرلىقنىڭ قەيەردە ئىكەنلىكىگە قاراپ، ئۇنى ھۆقنە ۋە ھەمەللەر بىلەن تازىلاش ياكى سۈرۈش ياكى تۆۋەنلىتىش ياكى ھەزىم قىلدۇرۇش ئۈچۈن ئىچكۈزۈلىدىغان نەرسىلەر بىلەن تازىلاشنىڭ ياخشىراق ئىكەنلىكىنى ئويلىشىپ كۆرۈش كېرەك. شۇنىڭ ھەممىسىنىڭ ياخشىلانغانلىقىغا كېكىرىكىنىڭ ئەھۋالى دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە تاماق ئۇستىدە تۇرۇپ قېلىپ، قەي قىلىش تەس بولسا ۋە تاماقنى تۆۋەنگە چۈشۈرۈش ۋە ھەزىم قىلدۇرۇش ئۈچۈن مەجۇنى پەلاپىلى ئىشلىتىشكە ياكى ئۇنىڭدىن ئاجىزراقنى ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. شۇنداقلا ھەزىم بايىنىدا سۆزلەنگەن ھەزىم قىلدۇرغۇچى زىمات، نۇتۇللارنى ئىشلىتىشكە ۋە ئىچ سۈرۈش بايىنىدا سۆزلەنگەن سۈرگە دورىلىرىنى ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئەگەر يېمەكلىك تۆۋەنلىسە ئۆزلۈكىدىن چىقىدۇ ياكى ھەمەللەر بىلەن يارىدەم

بېرىلىدۇ. تاماق سىڭمەسلىكىنىڭ يوقىلىشىدا بۇنداق يېمەكلىك قېپقالماسلىق ئۈچۈن ئاچ قويۇلىدۇ. ئاندىن ياخشى كەيمۇسلۇق، ئاسان ھەزىم بولىدىغان ياخشى غىزالار بېرىلىدۇ. زورلاپ ئوخلىتىش ۋە ئاچ قويۇش توشۇپ كېتىشتىن بولغان يېنىك قىزىتمىغا كۈپايە قىلىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت راۋان بولسا، چىقىقان نەرسىنىڭ بۇزۇق ئىكەنلىكىگە قارىلىدۇ. ئەگەر بۇزۇق بولسا چوڭ تەرەتنىڭ ھەممىسى چىقىپ بولغۇچە توختىتىلمايدۇ ۋە قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلىشى كۈتۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا مۇنچىغا كىرگۈزۈلىدۇ، غىزا بېرىلىدۇ، لېكىن، بۇ يەردە قۇۋۋەتنى يوقىتىدىغان ھەددىدىن زىيادە سۈرۈش بولسا، مۇنچىغا كىرگۈزمەي، بەلكى غىزا بېرىلىدۇ ۋە بىمارنىڭ ئاشقازىنى ھەممىگە مەلۇم نەرسىلەر بىلەن ۋە ئىچ سۈرۈش بايانىدا سۆزلەنگەن نەرسىلەر بىلەن كۈچەيتىلىدۇ. بۇنىڭ مىسالى شۇكى، ئەفسەنتىن قۇۋۋىتى بار زەيتۇن يېغىغا ياكى سۇمبۇل رۇمى يېغىغا چۆكۈرۈپ سقىلىپ، ياغنىڭ كۆپ قىسمى ئايرىلغان يۇڭ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئىچى سۈرۈش داۋاملاشسا ۋە چىققان نەرسىنىڭ بۇزۇلغان نەرسىنىڭ تۈرىدىن باشقا نەرسە ئىكەنلىكى بىلىنسە، تۆۋەندىكى تەركىبتىكى يېڭى، ئىسسىق بېھى يېغى ۋە مەستىكى يېغى ئىشلىتىلىدۇ. ناردىن يېغى بۇنىڭغا قارشى كەلمەيدۇ، بەزىدە ئۇنىڭغا قىرۇتىلار ئىشلىتىلىدۇ، بولۇپمۇ بىمار قورساقلىرىغا قىرۇتىلارنى تېڭىشقا بەرداشلىق بېرەلمىسە. بەزىدە خولېرا توغرىسىدا سۆزلەنگەن زىماتلاردىن بۇنىڭدىن كۈچلۈكرەك زىماتلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بىمار مېۋە سۇلىرىنى خالىسا، ئۇنىڭغا مېۋە سۇلىرى ئىچكۈزۈلىدۇ. خوراز تاشلىقى ۋە رەزراز بېلىقىغا ئوخشاش ئوزۇقلۇقى يەڭگىل، ئاسان ھەزىم بولىدىغان نەرسىلەر غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ. بۇنىڭدىن بۇرۇن ئازراق مېۋە، ئۇسارىلەر ۋە قابىز روببىلار بېرىلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ ئىشتىھاسى يوقالسا، ھەممىگە مەلۇم نەرسىلەر بىلەن بولۇپمۇ بېھى چۈشكەن دورىلار بىلەن ئىشتىھاسى كۈچەيتىلىدۇ، ئاندىن قىزىتما ۋە قىزىتما ئالامەتلىرى يوقالغاندىن كېيىن ھەزىم قىلدۇرىدىغان، ئاشقازانىنى كۈچەيتىدىغان ۋە توسالغۇلارنى ئاچىدىغان كۈچلۈك جاۋارىشلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. قىزىتما چۈشكەندىن كېيىن قان ئېلىنىدۇ. ئىچىلىدىغان نەرسىنىڭ ئەڭ ياخشىسى ئارپا سۈيىدۇر، غىزاسى قاپاق ۋە ئازراق بادام بىلەن تەييارلانغان غوراپ

سېلىنغان غىزادۇر. بىمارنىڭ ياتقىنغان ئورنى ۋە پۈرتىلىدىغان نەرسىلەر سوغۇق قىلىنىدۇ. رەۋەنىڭ تىلنى قارىدىتىپ، تىل تومۇرلىرىدىكى بۇ خىل قارىلىق ئىسسىقلىقتىن دەپ گۇمان قىلىنىپ قالماسلىق ئۈچۈن قۇرسى كافۇرغا رەۋەن سېلىنمايدۇ. خۇددى كۆكرەك ئىششىقى بىمارلىرى ۋە ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە بولغىنىدەك.

24 ـ پەسىل ئىششىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

ئىچكى ئىششىقلارغا ئەگىشىپ كەلگەن قىزىتمىلار ئوفۇنەتتىن بولىدۇ، بەزىدە بۇنىڭغا جۈدەتكۈچى قىزىتما قوشۇلۇپ كېلىدۇ. ئۇ بىر كۈنلۈك قىزىتما قاتارىدىن ئەمەس، ئەمما سىرتقى ئىششىققا كەلسەك، بەزلىك ئەزالاردا، بوش گۆشلەردە پەيدا بولىدىغان چىيقان ۋە يىرىڭلىق ئىششىقلارغا ئوخشاش سىرتقى ئىششىقلار، مەسىلەن: جىگەردىن سىرت يىرىقتا، يۈرەكتىن سىرت قولتۇقتا، مېڭىدىن سىرت قۇلاق ئاستىدا پەيدا بولىدىغان ئىششىقلارغا قىزىتمىلار ئەگىشىپ كېلىدۇ. بۇ ئىششىقلار يۈرەككە يېتىپ كېلىدۇ، يۈرەكنى قاتتىق قىزىتقان نەرسە يالغۇز قىزىش ياكى ئوفۇنەت بىرگە بولغان قىزىشتۇر. يالغۇز قىزىش بىر كۈنلۈك قىزىتمىلارنىڭ تۈرىدىندۇر. ئەگەر ئۇ پەقەت ئوفۇنەتلىنىش بىلەن بىرگە بولغان قىزىش بولسا، ئىچكى ئىششىقلار قىزىتمىلىرىنىڭ تۈرىدىندۇر. مۇشۇ قىزىتمىلارنىڭ كۆپىنچىسى ئىششىقتىن كېيىن يۈز بېرىدۇ ۋە ياراً، قوتۇر، ئاغرىق، ئۇرۇلۇش ۋە يىقىلىشلاردىن ئىبارەت سىرتقى سەۋەبلەرگە ئەگىشىپ يۈز بېرىپ، بۇلاردا ماددىلار ئىتتىرىلىپ ئۆزىنىڭ يولى بىلەن يۇمشاق گۆشلەردە توختاپ قېلىپ يۈز بېرىدۇ. بۇ قىزىتما بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ تۈرىدىندۇر ۋە مۇشۇ قىزىتمىلارنىڭ كۆپىنچىسى ئىلگىرىكى ئىششىقلارغا ئەگىشىپ كېلىدۇ، مەسىلەن: تولۇپ قېلىش ۋە توسالغۇلارغا ئوخشاش. ئۇ قىزىتما ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىدۇر، ئىششىقلارغا ئەگىشىپ كەلگەن قىزىتمىلارنىڭ كۆپىنچىسى ئىششىقلار ئاساس بولغاندا بىر كۈنلۈك قىزىتما بولىدۇ،

ئۇنىڭ ئەكسىچە ئوفۇنەتتىن بولغان ئىششىقلارنىڭ كۆپىنچىسى قىزىتمىلار ئاساس، ئىششىقلار ئەگەشمە بولغاندا بىر كۈنلۈك قىزىتما بولىدۇ. بۇقىرات بۇ قىزىتمىلارنى بىر كۈنلۈك قىزىتما بولسۇن - بولمىسۇن ئۇنى يامان قىزىتما، دەپ ئاتىغان. بۇنىڭ كۆپىنچىسى قاندىن بولغان ئىششىقلارغا ئەگىشىپ كېلىدۇ، بەزىدە سەپرادىن بولغان ئىششىق ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئىششىقلارغا ئەگىشىپ كېلىدۇ.

ئالامىتى

بىز يۇقىرىدا سۆزلەنگەن قىزىتمىلاردىن بۇرۇن ئىششىقلارنىڭ پەيدا بولۇشى، يۈزىنىڭ ساق ھالىتىدىن زىيادە قىزىل ھەم كۆبجىگەن بولۇشى، ھارارەتنىڭ بەك كۆيدۈرمەسلىكى قاتارلىقلار كۆرۈلىدۇ. گەرچە ھارارەت كۆپ بولسىمۇ، بۇنداق ئىششىقلار قاندىن بولغان ئىششىقتۇر، بىراق سەپرادىن بولغان ئىششىققا ئەگىشىپ كېلىدىغان قىزىتمىلاردا ھارارەتنىڭ كۆيدۈرۈشى قاتتىق بولىدۇ. بۇ قىزىتمىلاردىن كېيىن بەدەندىن تارقايدىغان ھۆللۈك بولىدۇ.

بۇ قىزىتمىدا تولۇپ كېتىش ۋە ھارارەت سەۋەبىدىن تومۇر ھەرىكىتى چوڭ، تېز، ئارقىمۇئارقا بولىدۇ. مادداىلار ئىششىق ۋە يارىلارغا مايىل بولغانلىقتىن سۈيدۈك سۇيۇق، ئاق بولىدۇ.

داۋالاش

بۇ قىزىتمىدا ئالدى بىلەن قان ئېلىش، ئىچىنى سۈرگۈزۈش ۋە ئىششىقنىڭ بابىدا ئېيتىلغان نەرسىلەر بىلەن داۋالاش ۋە يېنىك تەدبىرلەرنى قىلىش، شارابنى قەتئىي ئىچكۈزمەسلىك، قىزىتما تولۇق تۆۋەنلىمەي تۇرۇپ غىزا بەرمەسلىك كېرەك ۋە ئۇ بىمارغا ھارارەتنى ئۆچۈرگۈچى، سوۋۇتقۇچى، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلارنى، مۇز بىلەن سوۋۇتۇلغان زىماتىلارنى ئىششىغان ئەزاغا ئىششىققا زىيان قىلمايدىغان ۋە ئۇنى بىئارام قىلمايدىغان، بەلكى ئىششىق بىلەن يۇرەك ئاربىسىدىكى يوللارنى تېگىگە يەتكۈدەك سوۋۇتىدىغان دەرىجىدە ئىشلىتىش لازىم.

25 - پەسىل تېرە قېلىنلاشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بۇ قىزىتمىمۇ چوڭقۇر بولمىغان توسالغۇلاردىن ماددا تارقىلالماسلىققا ئەگىشىپ كېلىدۇ، كۆپىنچە كىشىلەر ئۆزلىرىنىڭ مۇنچىغا چۈشۈش ئادىتىنى تەرك ئەتسە قىزىپ قالىدۇ.

ئۇلارنىڭ كۆپىنچىسى بەدەن مىزاجىدىن ياكى ناچار غىزادىن، ئۇيقۇسىزلىق ۋە چارچاشتىن ئىبارەت ئىككىلەمچى ئەھۋاللاردىن بەدەنلىرىدە سەپرالىق بۇخاراتلار پەيدا بولىدىغان كىشىلەردۇر.

داۋالاش

بەدەننى تازىلاش، مۇنچىغا چۈشۈش، قىزىتما چۈشكەندىن كېيىن ھاممامدا تەرلىنىش، كېپەك ۋە باقلە ئۇنى، ئاچچىق بادام، قوغۇن ئۇرۇقى ۋە ئازراق ئۆشنان ۋە تەنكار قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى سۈركەش لازىم.

غىزاسىنى ھارارەتنى ئۆچۈرىدىغان ۋە ھۆللەيدىغان قىلىش، شارابقا كۆپ سۇ ئارىلاشتۇرۇش، بىرنەچچە قېتىم قايتا - قايتا مۇنچىغا چۈشۈرۈش قاتارلىقلار مەنپەئەت قىلىدۇ.

26 - پەسىل سىرتقى ئىسسىقلىقتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە ھاۋانىڭ ۋە ھاممامنىڭ ھارارىتى ھەمدە ئۇنىڭغا ئوخشاش سەۋەبلەردىن قىزىتما كۆرۈلىدۇ. بۇنىڭ كۆپىنچىسى قۇياش ھارارىتىنىڭ كۈچلۈكلۈكىدىن

بولىدۇ.

بۇ ئىسسىقلىق دەسلەپتە باشقا زىيان قىلىپ، باشنىڭ ھارارىتى ئۆرلىسە، دەسلەپتە روھىي نەپسانىيغا ئاندىن يۈرەككە يېتىپ كېلىپ، قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ، ئاندىن پۈتۈن بەدەنگە تارقايدۇ. بەزىدە ساپ ھاۋانىڭ ئىسسىقلىقىدىن ۋە باش ئىسسىقلىقتىن ساقلانغاندا قىزىتما دەسلەپتە يۈرەككە ئالاقىدار بولىدۇ. لېكىن قۇياشنىڭ ئىسسىقلىقىدىن قىزىتمىنىڭ كۆپىنچىسى مېڭە ۋە باشقا تەسىر قىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئەگەر باش پاك بولمىسا، ماددىغا توشۇپ كېتىدۇ. قۇياشنىڭ ئىسسىقلىقىدىن باشقا، ئاچچىقلىنىش، مۇنچىغا چۈشۈش ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئىشلاردىن بولغان قىزىتمىمۇ يۈرەككە تەسىر قىلىدۇ.

ئالامتى

قۇياش ئىسسىقلىقىدىن بولغان مېڭە مەنبەلىك قىزىتمىنىڭ ئالامتى باش ھارارىتىنىڭ كۆچىيىشىدۇر، بەزىدە بۇ ئەھۋال بەدەن پاكىز بولمىغاندا، ئېغىرلىق ۋە بەدەن تولۇپ قېلىش بىلەن بىرگە بولىدۇ. يۈرەك مەنبەلىك قىزىتمىدا نەپەس چوڭ بولىدۇ ۋە بەدەن سىرتىنىڭ ئىسسىقلىقى كۆچلۈك بولۇپ، ئىچىدىن قىزىقراق بولىدۇ.

بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقى ئاز بولىدۇ، ھارارىتى شۇنداق بولغان كىشىلەرنىڭ ئۇسسۇزلۇقىدىن ئازراق بولىدۇ، مۇشۇ نۇقتىدىن ئېيتقاندا، بۇ قىزىتما تەر تۆشۈكچىلىرى قېلىنلاشتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئەكسىدۇر.

داۋالاش

ئۇنى داۋالاشتا باش ۋە يۈرەكنى سوۋۇتىدىغان نۇتۇللار بىلەن، سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن، بولۇپمۇ مۇزدا سوۋۇتۇلغان گۈل يېغىنى باش ۋە

كۆكرەككە يېراق ئورۇندىن قۇيۇش، سوغۇق سۇ ۋە ئۇنىڭ ئورنىنى باسىدىغان نەرسىلەرنى ئىچكۈزۈش، شۇ نەرسىلەرنى ئاشۇ قىزىتما چۈشكىچە داۋاملاشتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر قىزىتما يوقىسا مۇنچىغا كىرگۈزۈلىدۇ، مۇنچىغا كىرگۈزمەكچى بولغان كىشىدە قىزىتما بولسىمۇ، ئۇنىڭغا پەرۋا قىلماي ئىسسىق سۇغا چۈشكۈزۈلىدۇ. مۇنچا ھاۋاسىنىڭ بەك قىزىپ كېتىشىگە يول قويۇلمايدۇ. بىمارنىڭ بېشىغا ئىسسىق سۇ قۇيۇشتىن قورقماسلىق كېرەك. چۈنكى ئىسسىق سۇ ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ ۋە قىزىتمىنى تارقىتىدۇ، بىمارنىڭ مۇنچىغا چۈشۈشكە بولغان ئېھتىياجى ياغلاشقا بولغان ئېھتىياجىدىن كۆپرەكتۇر، بىمار مۇنچىدىن چىققاندا، بېشىغا قىزىلگۈل يېغى، نېلۇپەر يېغىغا ئوخشاش سوغۇق ياغلارنى سۈركەپ تەرلىتىلىدۇ.

27 ـ پەسىل سوغۇقلۇق تەر تۆشۈكچىلىرىنى قېلىنلىتىشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە سوغۇقتىن ۋە سوغۇق، قاباۋ سۈلاردا مۇنچىغا چۈشۈشتىن تەر تۆشۈكچىلىرى قېلىنلاپ، تېرە قېلىنلاشتىن بولغان قىزىتمىدا سۆزلەنگەن بويىچە گازلىق بۇخارات توسۇلۇپ قېلىپ، قىزىتما پەيدا بولىدۇ. كۆپىنچە بۇ قىزىتما ئوفۇنەتكە ئېلىپ بارىدۇ. بۇ، قىزىتما توسۇلۇپ قالغان بۇخارات تاتلىق بولماستىن ئۆتكۈر بولغاندا بولىدۇ، چۈنكى تاتلىق بۇخارات قىزىتما پەيدا قىلمايدۇ.

ئالامىتى

سەۋەبى مەۋجۇت بولىدۇ، بۇ قىزىتمىدا بەدەننى تۇنجى قېتىم تۇتقاندا بەك قىزىق بىلىنمەيدۇ، ئەگەر قولنى بەدەنگە ئۇزاقراق تەگكۈزۈپ تۇرساق ئۆرلەۋاتقان ھارارەت سېزىلىدۇ. تومۇر ھەربىكتى غەم ـ قايغۇدىن بولغان قىزىتما، ئاچلىقتىن بولغان قىزىتمىدا كىچىك بولغاندەك كىچىك بولمايدۇ. چۈنكى بۇنىڭدا تارقاش

بولمايدۇ، بەلكى تومۇر ھەربىر تېز بولۇشقا ئېھتىياجلىق بولغانلىقتىن تېز بولىدۇ. بىراق سوغۇقلۇق كۈچلۈك بولسا، تېز بولمايدۇ، بەزىدە تومۇر ھەربىر قاتتىققا مايىل بولىدۇ، كۆز ئولتۇرۇشماي، بەلكى توسۇلۇپ قالغان بۇخارات سەۋەبىدىن ئېچىلغان بولىدۇ، ھارارەت توسۇلۇپ قالغاندا، سۈيدۈكى بەزىدە ئاق بولىدۇ، بەزىدە رەڭلىك بولىدۇ، چۈنكى تەر تۆشۈكچىلىرىدىن تارقايدىغان ھارارەت سۈيدۈك يولغا ئىتتىرىلگەن بولىدۇ.

داۋالاش

بىمارلار قىزىتمىدا تەرلىگەنگە قەدەر يۆگەپ قويۇلىدۇ، ئەگەر قىزىتما تۆۋەنلىسە مۇنچىغا كىرگۈزۈلىدۇ ۋە ئىسسىقراق سۇ، ئىسسىق ھور بىلەن مۇنچىغا چۈشۈرۈلىدۇ ھەمدە مەرزىنجۇش، سېرىقچېچەك، تاغ پىنىسى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار قاينىتىلغان سۇلار نۇتۇل قىلىنىدۇ، شۇنداقلا بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن تەر تۆشۈكچىلىرىنى پاكلايدىغان ۋە ئۇنى بوشىتىدىغان نەرسىلەر سۈركىلىدۇ. ياغلاش تەرلىگەنگە قەدەر ياكى دورا سۈركىگەنگە قەدەر ۋە بەك ئىسسىق سۇ بىلەن مۇنچىغا چۈشكەنگە قەدەر كېچىكتۈرۈلىدۇ. ھور مۇنچىسىغا چۈشۈشتىن بۇرۇن سۇ مۇنچىسىغا چۈشۈش، ئاندىن تەر تۆشۈكچىلىرىنى كېڭەيتىدىغان ياغلارنى سۈركەش، بېشىغا سېرىقچېچەك يېغى، خەيرى يېغى، بابۇنە يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ياغلارنى قۇيۇش، ئاسان سىڭدىغان غىزالارنى بېرىش، خۇش پۇراق قىلىش، ئاق سۇيۇق شارابنى ياكى سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شارابنى ئىچكۈزۈش، سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شارابتا تەرلىتىش لازىم. ئۇنىڭ سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتى بولغانلىقى ئۈچۈن، بىمار ئۇچۇن ياخشىدۇر، ياغ سۈركەش تەر تۆشۈكچىلىرى قېلىنلاشتىن قىزىتما بولغان كىشىلەرگە قارىغاندا چارچاشتىن قىزىتما بولغان كىشىلەرگە بەكرەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

28 ـ پەسىل قابىز سۇلاردىن تەر تۆشۈكچىلىرى قېلىنلاشتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە زەمچە ياكى زاكقا ئوخشاش قۇۋۇتتى غالىب كەلگەن قابىز سۇلاردا مۇنچىغا چۈشكەن كىشىلەردە تەر تۆشۈكچىلىرى بەك قېلىنلاپ، بۇخاراتلار توسۇلۇپ قىزىتما يۈز بېرىدۇ، كۆپىنچە بۇ ئوفۇنەتكە ئېلىپ بارىدۇ.

ئالامىتى

بۇ قىزىتمىغا تېرىنىڭ ئاپتاپقا سېلىنغان ياكى ئاشلانغان تېرىدەك ئورۇق بولۇشى، تۇتقاندا زاك سۈيىگە چىلانغان تېرىدەك بىلىنىشى دالالەت قىلىدۇ. باشقا تەر تۆشۈكچىلىرى توسۇلۇشتىن يۈز بەرگەن قىزىتمىلاردىكىدەك تېرىنى تۇتۇپ، بىر مەزگىلدىن كېيىن ھارارەت كۆپىيىدۇ، تومۇر ھەرىكىتى ئاجىزراق، كىچىكرەك ۋە بەك تېزرەك بولىدۇ، سۈيدۈكى قوي سۈيدۈكىدەك بەك ئاق ۋە بەك سۈيۇق بولىدۇ، بەدەنلىرىدە ئورۇقلاش، كۆزلىرىدە ئولتۇرۇشۇش بولمايدۇ.

داۋالاش

بۇلارنى ئالدىنقىلارنىڭ داۋالىشىغا ئوخشاش داۋالاش لازىم، بىراق تەر تۆشۈكچىلىرىنىڭ بەك كېڭەيگەنلىكىگە ئىشەنچ قىلمىسا، شاراب ئىچكۈزۈلمەيدۇ. لېكىن، تەر تۆشۈكچىلىرى قېلىنلاش ئاز بولسا، بەزىدە ئۇنى شاراب ئاچىدۇ. بۇلارغا

كۆپرەك يېنىك تەدبىر قىلىش، مۇنچا هاۋاسىدا كۆپرەك تۇرغۇزۇش، ئىسسىق سۇ مۇنچىسىغا كۆپرەك چۈشۈرۈش، بىراق ياغلاشنى كۆپرەك كېچىكتۈرۈش لازىم.

29 ـ پەسىل شارابتىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

بەزىدە شاراب ئىچىشتىن بىر كۈنلۈك قىزىتما پەيدا بولىدۇ، ئۇلارنىڭ ئىلاجى خۇمارنىڭ ئىلاجىدۇر. بەزىدە مېۋە سۈلىرى ۋە ئۈنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ئىچىنى سۈرۈش ۋە قان ئېلىش، شۇنىڭدەك قەي قىلدۇرۇشقا ئېهتىياج چۈشىدۇ. بۇ خىل كىشىلەر شارابتىن بىر هەپتە يىراق تۇرغۇزۇلىدۇ، بولۇپمۇ باش ئاغرىقى داۋاملاشسا. بۇلار قىزىتما تۆۋەنلىگەندىن كېيىن مۇنچىغا كىرگۈزۈلىدۇ.

30 ـ پەسىل غىزادىن بولغان بىر كۈنلۈك قىزىتما توغرىسىدا

ئىسسىق تەبىئەتلىك غىزالار بەزىدە بىر كۈنلۈك قىزىتمىنى پەيدا قىلىدۇ، خۇددى قۇياش ئىسسىقلىقىدىن بولغان قىزىتما كۆپىنچە مېڭە مەنبەلىك ۋە روهىي نەپسانىيدا بولغىنىدەك، مۇنچىغا چۈشۈشتىن بولغان قىزىتما يۈرەك مەنبەلىك ۋە روهىي هايۋانىيدا بولغىنىدەك غىزادىن بولغان قىزىتما جىگەر مەنبەلىك بولىدۇ ۋە روهىي تەبىئىيدە بولىدۇ. ئۇنىڭ ئىلاجى هەممىگە مەلۇم سوۋۇتقۇچى دورىلار بىلەن سۈيدۈك هەيدەشتۇر، بىزنىڭ بۇ دورىلارنى يەنە تەكرارلىشىمىزنىڭ هاجىتى يوق. شىرخىست ۋە تەمرى هىندىغا ئوخشاش دورىلار بىلەن ئىچىنى سۈرۈش، دەسلەپتە كاسنە سۈيى، كۆكتاتلار، سىركەنجۈبىلغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ۋە سەندەل،

كافۇر، قىزىلگۈل سۇيى ۋە ئۇنىڭ ئۇسارىسى بىلەن ۋە ئەمەلىي سوغۇق، سوغۇق تەبىئەتلىك كۆكتاتلارنىڭ ئۇسارىلىرىدىن تەييارلانغان سوۋۇتقۇچى زىماتلار بىلەن جىگەرنى ياخشىلاش، ھۆل سوغۇق غىزالار بىلەن ھارارەتنى ئۆچۈرۈش لازىم. بىر كۈنلۈك قىزىتما ھەققىدىكى سۆزنىمىز ئاخىرلاشتى. تۆۋەندە ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما ھەققىدە سۆزلەيمىز، بۇ سۆزنىمىز قاندىن ۋە سەپرادىن بولغان قىزىتمىلاردا تاماملىنىدۇ.

ئىككىنچى ماقالە

ئوفۇنەتلىك قىزىتما توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

ئوفۇنەت يېمەكلىكىنىڭ جەۋھىرى ناچار بولغاچقا ياكى سۇتكە ئوخشاش جەۋھىرى ياخشى بولسىمۇ، تېز بۇزۇلۇشنى قوبۇل قىلغاچقا، ئۇنىڭدىن ھاسىل بولغان نەرسىلەر ئاسان ئوفۇنەتلىنىدىغان بولغاندا ناچار غىزا سەۋەبىدىن ياكى يېمەكلىك بەك ھۆل مېۋىلەردىن پەيدا بولغان نەرسىلەرگە ئوخشاش قانىنىڭ مەزمۇتلۇقىنى تارتىۋالىدىغان سۇدەك يېمەكلىك بولغانلىقتىن ياكى تەرخەمەك، قەنت، ئامۇت قاتارلىقلاردىن پەيدا بولغان نەرسىلەرگە ئوخشاش ياخشى قانغا ئۆزگەرمەي، بەلكى تەبىئىي ھارارەت ئىتتىرىدىغان، يات ھارارەت ئوفۇنەتلەندۈرىدىغان ناچار، سوغۇق خىلىت بولۇپ قالغانلىقتىن ياكى يېمەكلىكنى تەييارلاشنىڭ ناچارلىقى ياكى يېيىلىدىغان ۋاقىت ۋە تەرتىپنىڭ ناچارلىقىدىن پەيدا بولىدۇ ۋە ياكى ياخشى ھەزىم قىلالماي، ھەزىم غىزا ۋە خىلىتقا ئازراق تەسىر قىلماي، غىزانى خام ھالەتتە قويۇپ قويغاندا چەكلەيدىغان توسالغۇ سەۋەبىدىن ئوفۇنەت پەيدا بولىدۇ. بۇنداق مىزاج ياكى ناچار خىلىتلارنى پەيدا قىلىدۇ ياكى مىزاج پەيدا قىلغان نەرسە ئاز ھەزىم بولغانلىقتىن ۋە ئۇنى ئاز ھەرىكەتلەندۈرگەنلىكتىن مىزاج پەيدا قىلغان نەرسىلەرنى بۇزىدۇ. بۇ ئوفۇنەتنى پەيدا قىلغۇچى توسالغۇلارنىڭ پەيدا بولۇشىغا يارىدەم بەرگۈچى سەۋەبلەردۇر ۋە ياكى ۋابا ھاۋاسى، بايقۇان ھاۋاسى، سېسىق پۇراقلىق ھاۋا قاتارلىقلارغا ئوخشاش ناچار ھاۋالاردىن ئىبارەت ئەھۋاللار سەۋەبىدىن ئوفۇنەت پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بۇ سەۋەبلەردىن بىرنەچچىسى بىرلىشىدۇ، ئوفۇنەت

سەۋەبلىرىنىڭ كۆپىنچىسى توسالغۇدۇر، ئۇ، توسالغۇ ياكى خىلتىنىڭ كۆپلۈكىدىن ياكى قويۇقلۇقىدىن ياكى چاپلاشقاقلىقىدىن بولىدۇ. خىلتىلارنىڭ كۆپ، قويۇق، چاپلاشقاق بولۇشىنىڭ سەۋەبلىرى ۋە ئۇ سەۋەبلەرنىڭ توسالغۇلارنى كەلتۈرۈپ چىقرىشى ھەممىگە مەلۇمدۇر. توسالغۇدىن كېيىن قورساق تويۇش، تاماق سىڭمەسلىكتىن ئىبارەت ھەرىكەتلەر بولسا ۋە قورساق تويغاندا، تاماق سىڭمىگەندە مۇنچىغا چۈشۈش ياكى ئاپتاپقا قاقلىنىش ياكى قورساق ئاچ ۋاقتىتا ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچىلەرنى يېيىش، ئاشقازان ۋە جىگەردىكى ھەزىمگە رىئايە قىلماسلىق، ئاشقازان ۋە جىگەرگە تىلالار بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزگەندە يۈز بەرگەن ئاجىزلىقنى يوقىتىش قاتارلىقلار بولسا، ئوفۇنەت بەزىدە ئومۇمىي بەدەندە بولىدۇ. بەزىدە بىرەر ئەزا ئاجىزلىغانلىقتىن ياكى ئۇ ئەزانىڭ تەبىئي ھارارىتى كۆچلۈك ۋە ئۆتكۈر بولغانلىقتىن ياكى ئۇ ئەزانىڭ ئاغرىشىدىن بىرەر ئەزادا ئوفۇنەت بولىدۇ. ئوفۇنەتنى قوبۇل قىلغۇچى خىلىت ياكى سەپرا بولۇپ، سەپرادىن پەيدا بولغان بۇخارات گازلىق، سۇيۇق، ئۆتكۈر بۇخارات بولۇشقا لايىقتۇر ياكى قان بولۇپ، قاندىن ئۆرلىگەن بۇخارات گازلىق، سۇيۇق بۇخارات بولۇشقا لايىقتۇر ۋە ياكى بەلغەم بولۇپ، ئۇنىڭدىن پەيدا بولغان بۇخارات گازلىق، قويۇق بۇخارات بولۇشقا لايىقتۇر ياكى سەۋدا بولۇپ، ئۇنىڭدىن پەيدا بولغان بۇخارات گازلىق، قويۇق، چاك ـ توزانلىق بولۇشقا لايىقتۇر. سەپرا ئوفۇنتى ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتما ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىغا سەۋەب بولىدۇ. قان ئوفۇنىتى داۋاملىق بولىدىغان قىزىتمىغا سەۋەب بولىدۇ. بەلغەم ئوفۇنتى كۆپىنچە ھەر كۈنى تۇتىدىغان قىزىتما ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىغا سەۋەب بولىدۇ. سەۋدا ئوفۇنىتى تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىغا سەۋەب بولىدۇ. قان تومۇلارنىڭ ئىچىدە سەۋدانىڭ ئورنىدا بولۇپ، ئۇنىڭ ئوفۇنىتى تومۇرلارنىڭ ئىچىدە بولىدۇ. ئەمما سەپرا، بەلغەم، سەۋدا بەزىدە تومۇرلارنىڭ ئىچىدە، بەزىدە تومۇرلارنىڭ سىرتىدا ئوفۇنەتلىنىدۇ، ئەگەر تومۇرلارنىڭ سىرتىدا ئوفۇنەتلەنسە ۋە باشقا سەۋەب بولمىسا ھەم ئوفۇنەت يۈرەككە ئارقىمۇئارقا ئوفۇنەتنى يەتكۈزۈپ ببرىدىغان ئىچكى ئىششىقتا بولمىسا، بىز ھەربىرى ئۇچۇن سۆزلىگەن قىزىتمىنىڭ تۇتۇشىغا سەۋەب بولۇپ،

قىزىتما يۈز بېرىدۇ ۋە يوقىلىدۇ. گەرچە بەلغەمدىن بولغان قىزىتما يوقالمىسمۇ، بىراق بۇ يەردە يوشۇرۇن قالدۇقى باردۇر، ئەگەر تومۇرلارنىڭ ئىچىدە ئوفۇنەتلەنسە قىزىتمىنىڭ داۋاملىششىغا سەۋەب بولىدۇ، قىزىتما يوقالماي ۋە يوقىلىشقا مايىل بولماي، بەلكى دائىم بولىدۇ. لېكىن، بۇ قىزىتمىنىڭ تۈتۈش ۋاقتى بىلىنىدىغان كۈچىيىش بولىدۇ. ئەگەر ئىچكى ئوفۇنەت تومۇرلارنىڭ ھەممىسگە ياكى تومۇرلاردىن يۈرەككە يېقىنلاشقانلارنىڭ كۆپىنچىسىگە ئومۇملاشسا، قىزىتما يۇقىرىلاش ۋە تۆۋەنلەش ئېنىق كۆرۈلمەيدۇ. ئەگەر بۇنىڭ ئەكسىچە بولسا، ئۆزگىرىشلەر ئوچۇق كۆرۈنىدۇ، سىرتقى ئوفۇنەتلەر يوقىلىدۇ، ئاندىن قوزغىلىدۇ. چۈنكى، ئوفۇنەتلەنىدۈرىدىغان ماددا بۇ قىزىتمىغا ئوفۇنەتنى قىزىتما تۈتۈش مەزگىلىدە ئېلىپ كېلىپ، ماددىنىڭ ھارارەتكە ئالاقىدار بولىدىغان ھۆللۈكلىرىنى يوقىتىپ، تارقىتىپ، بەدەندىن چىقىرىۋېتىدۇ، چۈنكى بۇ ھۆللۈك تامامەن تارقاپ كېتىشتىن توسىدىغان تومۇرلاردا توسۇلمايدۇ، ئۇنىڭ قىزىتمىدىن گۇمان قىلىنمايدىغان كۈل ۋە تۈپراق قىسمى قېپقالىدۇ.

ئەگەر ئوفۇنەت بىلەن كۆيگەن خىلىتتا ھارارەت قالمىسا، قىزىتما ئوفۇنەت ئورنىغا يەنە بىر يىغىلمىغچە يوقىلىدۇ، بۇ قىزىتمىدا ئاۋۋالقى ئوفۇنەتتىن ئازراق ھارارەت قېپقالغان بولىدۇ، ئەگەر ماددا قېپقالمىسا ياكى تۈنجى ماددىدا تۈنجى ئوفۇنەتلىنىش سەۋەبى مەۋجۇت بولسا، ھارارەت ئىككىنچى ماددىدا ئوفۇنەتلەنىدۈرۈش يولى بىلەن ئۆرلەيدۇ. ئوفۇنەت ئوفۇنەتلەنىدۈرىدىغان، تارقىتىدىغان، كۆيدۈرۈپ كۈل قىلىدىغان ۋە قوشنا ئەزاغا ھەتتا پاسىل پارچىلىنىپ ماددا يوقىلىپ باشقا بىر قوشنا ئەزا تېپىلماي، قىزىتما ئورنىغا سىرغىيدىغان باشقا بىر ماددىنى كۈتىدىغان قىزىتما قالدۇقى قېپقالغۇچە ئۆتىدىغان، ئاجىزلاشتۇرغۇچى ھارارەتنىڭ مەۋجۇتلۇقى ئۈستىدە ئايلىنىدۇ. ئەگەر ئوفۇنەت تومۇرلارنىڭ ئىچىدە بولسا، بەزىدە تولۇق تارقاش قىيىن بولۇپ، تومۇرلاردىكى نەرسىلەرنىڭ بەزىسى بەزىسىگە تۈتاشقانلىقتىن ئوفۇنەت ئايلىنىپ، تومۇر ئىچىدىكى نەرسىلەرگە قوشنا ھەرقانداق نەرسىنى ئوفۇنەتلەنىدۈرىدۇ. ئاندىن باشقا قوشنا ئورۇنلاردىن ئايلىنىدۇ، يەنە تومۇرلاردا توسۇلغان ئوفۇنەت يۈرەككە بەك يېتىدۇ. بۇ تۈتقاقلىق قىزىتمىلار

يوقىلىدۇ ۋە ئاجىزلايدۇ. بەزىدە ماددىلارنىڭ ئاز - كۆپلۈكى، قويۇق - سۇيۇقلۇقى، تۇرى ئوخشاش بولمىغانلىقتىن قىزىتمىنىڭ تەرتىپى ئۆز ھالىتىدە قېلىپ، بەزى ماددىلار يۆتكىلىپ، ئۇ ماددىغا پەقەت ئاز - كۆپلۈكى، قويۇق - سۇيۇقلۇقىدا ئەمەس، تۇرىدە قارشى تۇرىدىغان باشقا ماددا تۇرىگە ئۆزگىرىدۇ. بەزىدە قىزىتما بىمارنىڭ ناچار تەدبىرىدىن ياكى ئاجىزلىقىدىن ياكى سېزىمنىڭ كۈچلۈكلۈكىدىن بولىدۇ.

مۇقلىئە قىزىتمىسىنىڭ تۇتۇشى كۆپىنچە جۇغ - جۇغ بىلەن ياكى توڭلاش بىلەن ياكى تىترەش بىلەن باشلىنىپ، تەرلەش بىلەن تارقايدۇ، بۇ قىزىتما كۆپىنچە خىلتىنىڭ سوغۇقلۇقى سەۋەبىدىن ياكى خىلتىنىڭ مۇسكۇللارنى ئۆتكۈرلۈكى بىلەن كۆيۈشتۈرۈشىدىن ياكى ھارارەت ماددا تەرەپكە يۈزلىنىپ ئىچكى ئەزاغا چۆككەنلىكتىن ياكى قۇۋۇەت ئاجىزلىغانلىقتىن ياكى ھاۋانىڭ سوغۇقلۇقىدىن سوغۇقتا توڭلاش ياكى جۇغ - جۇغ بىلەن باشلىنىدۇ. ھارارەتنىڭ كۆيۈشتۈرۈشىدىن بولغىنى سوغۇقا مەنسۇپ بولۇشتىن جۇغ - جۇغقا مەنسۇپ بولۇشقا لايىقراق. بۇ خىل قىزىتمىدىن يۇز بېرىدىغان ئەھۋالنىڭ كۆپىنچىسى ھەرقانداق ئەزادا يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىق پەيدا بولۇشتۇر، ئەمما ماددىنىڭ تەر بىلەن تارقىشىدا ئوفۇنەتلەندۈرگۈچى ھارارەت ھۆللۈكنى تارقىتىپ، كۈل قىسمىنى قويۇپ قويىدۇ. ئەگەر شۇ ھۆللۈك تومۇرلاردا توسۇلۇپ قالمىغان بولسا، ئۇنىڭ تەر تۆشۈكچىلىرىگە تەر بولۇپ ئىتتىرىلىشى ئاسان بولىدۇ. ئاجىزلىمايدىغان، يوقالمايدىغان دائىملىق قىزىتمىنىڭ تۇتۇشى سوغۇقلۇق بىلەن باشلانمايدۇ، بىراق قۇۋۇەت ئاجىزلىغانلىقتىن ياكى تەبئىي ھارارەت ئەزاغا چوڭقۇرلاپ كەتكەنلىكتىن مۇچىلەر سوۋۇيدۇ، بۇ ناچار ئالامەتتۇر. بەزى قىزىتمىلاردا سوغۇق ۋە جۇغ - جۇغ بىرگە مۇرەككەپلىشىدۇ، چۈنكى ئوفۇنەت پەيدا قىلغان ماددا سوغۇقتىن ۋە كۆيۈشتۈرگۈچىدىن مۇرەككەپ بولغاندۇر. بەزىدە ئوفۇنەتتىن بولغان بەزى قىزىتمىلار دائىملىق قىزىتمىنىڭ شەكلىگە ئۆزگىرىدىغان ھالەتتە مۇرەككەپلىشىدۇ، مەسىلەن: ئوفۇنەتلەندۈرىدىغان بىر خىلت بىر ئورۇندا باشلانسا، ئۇنىڭغا ئوفۇنەت كېلىشى ھامان ئۇ خىلتىنىڭ تۇرىدىن بولغان ياكى ئۇ خىلتىنىڭ تۇرىدىن بولمىغان

يەنە بىر خىلىت ئوقۇنەتلەندۈرۈشكە باشلاپ، ئىككىنچى خىلىتنىڭ ئوقۇنىتى بىرىنچى قىزىتمىنىڭ يوقلىش ۋاقتىغا ئۇدۇل كېلىپ مۇرەككەپلىشىدۇ. بەزىدە ئوقۇنەتتىن بولغان قىزىتمىلار باشقا بىر تۈردە مۇرەككەپلىشىدۇ، بىز ئۇنى يېقىندا ئۆز بايانىدا تەپسىلىي بايان قىلىمىز. قىزىتمىنىڭ دەۋرلىرى بەزىدە ئۇزۇن، بەزىدە قىسقا بولىدۇ. ئۇزۇن بولۇشى ماددىنىڭ قويۇقلۇقى ياكى چاپلاشقاقلىقى ياكى كۆپلۈكى ياكى ماددىنىڭ تۇرغۇنلۇقى ياكى قۇۋۇەتنىڭ ياكى سېزىمنىڭ ئاجىزلىقى ياكى تەر تۆشۈكچىلىرى قېلىنلاپ خىلىت تارقىيالمىغانلىقتىن بولىدۇ. قىسقا بولۇشى شۇنىڭ ئەكسىلىرىدىندۇر.

تۇتقاقلىق قىزىتمىلار تېز ۋە ئاستا بولىدۇ، ئاستا بولۇشى ماددىنىڭ ئازلىقى سەۋەبىدىن ياكى ماددا قويۇق بولغانلىقتىن ئوقۇنەتلىنىش ئورنىغا ئاستا ھەرىكەت قىلغانلىقتىن بولىدۇ. بۇ تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ ماددىسىغا ئوخشاشتۇر. ئۇنىڭ تېز بولۇشى شۇكى، ماددا بەلغەمگە ئوخشاش كۆپتۇر، بىراق شېشىسمان بەلغەمنىڭ قىزىتمىلىرى بەزىدە ئاستا بولىدۇ ياكى ماددا سەپراغا ئوخشاش سۇيۇق بولىدۇ. ئەڭ ناچار قىزىتما ئوقۇنەت تومۇرلارنىڭ ئىچىدە بولىدىغان دائىملىق قىزىتمىدۇر. ئۇنىڭدىن قالسا، ئوقۇنەت ئومۇمىي بەدەندە ياكى يۈرەك ئەتراپىدا بولىدىغان مۇقلىئە ناملىق قىزىتمىدۇر. ياشانغانلارنىڭ مىزاجى سوغۇق، ھەزىم بۇزۇلۇش ئاز بولغانلىقتىن بۇلاردا ھۇماسالىب[1] دەپ ئاتىلىدىغان قىزىتما ئىنتايىن ئاز كۆرۈلىدۇ. ئەمما تومۇر ھەرىكىتى ئوقۇنەتلىك قىزىتمىلاردا قىزىتمىلار تۈرىنىڭ ئوخشاشماسلىق ئېتىبارى بىلەن ياكى بىر خىل قىزىتمىنىڭ ئېغىر - يېنىكلىكى ئەگەشمە كېسەللىك ئالامەتلىرىنىڭ كۆچلۈك - ئاجىزلىقىنىڭ ئوخشاشماسلىق ئېتىبارى بىلەن تومۇر ھەرىكىتى ھەر خىل بولىدۇ.

بەزىدە ئوقۇنەتتىن بولغان قىزىتمىدا ئىسسىقتىن بولغان قاتتىق تارتىشتۇرىدىغان ئىششىقتىن ياكى نېرۋىلىق ئەزادىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن ياكى بەك قۇرۇقلۇقتىن ياكى قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە سوغۇقلۇق غەلىبە قىلغاندا تومۇردا قېتىشىش يۈز بېرىدۇ. بەزىدە بەلغەملىك ۋە قانلىق ھۆل يۇمشاق ماددا

① ھۇماسالىب — بۇ، سوغۇقلۇق ۋە جۇغ - جۇغ بولمىغان ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىدۇر.

سەۋەبىدىن ۋە يۇمشاق ئەزادىكى ئىششىق سەۋەبىدىن، مەسىلەن: جىگەر ئىششىقى، ئۆپكە ئىششىقى، بەلغەمدىن بولغان سەرسام قاتارلىقلارغا ئوخشاش ياكى تەرلەتمەكچى بولغاندا كۆزلەنگەن ئوروننىڭ نەم بولۇشى سەۋەبىدىن قىزىتما يېنىك بولىدۇ. قىزىتمىلارنىڭ دەسلىپىدە قۇۋۋەت ماددىغا يۈزلەنگەنلىكى ۋە ئۇ قۇۋۋەت تازىلاش، ئارام ئالدۇرۇش بىلەن مەشغۇل بولغانلىقى سەۋەبىدىن تومۇر ھەربىر ئاجىز، سىقىلغان بولىدۇ.

1 ـ پەسىل ئوفۇنەتلىك قىزىتمىلارنىڭ ئالامەتلىرى
توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

بەزىدە ئوفۇنەتلىك قىزىتمىلارغا بۇ قىزىتمىدا ئىلگىرى كۆرۈلگەن سەۋەبلەرنىڭ تولۇق بولۇشى، بولۇپمۇ قىزىتمىنىڭ ئاشكارا سەۋەبى بولمىغاندىكى تومۇر ھەربىر ياكى تېز يىغىلىدىغان نەپەس دالالەت قىلىدۇ، چۈنكى تازىلاشقا بولغان ئېھتىياج ئىنتايىن كۈچلۈكتۇر، ھارارەت بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ ھارارىتىگە ئوخشاش كۆيۈشتۈرىدىغان تاتلىق بولمىغان بولىدۇ. ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىلارنىڭ كۆپىنچىسىدىن ئىلگىرى مەلىلە بولىدۇ، مەلىلە قىزىتما بولۇش دەرىجىسىگە يەتمەيدىغان ھارارەت ئارىلىشىدىغان بىر ھالەتتۇر. بۇ ھالەتكە ھارغىنلىق، سۇسلۇق، ھۇرۇنلۇق، كېرىلىش، ئەسنەش، ئۇيقۇ قالايمقان بولۇش، ئۇيقۇسىزلىق، دەم سىقىلىش، تومۇرلار ۋە قۇۋۇرغا باشلىرى تارتىشىش، باش ئاغرىش، باش لوقۇلداپ ئاغرىش قاتارلىقلار قوشۇلۇپ كېلىدۇ. ئەگەر بۇ ھالەت سوزۇلسا ئوفۇنەتلىك قىزىتمىلارغا گىرىپتار قىلىدۇ ۋە ئاجىزلىقنى، چىرايى سارغىيىشنى پەيدا قىلىدۇ. بەزىدە قىزىتمىدىن ئىلگىرى بولىدىغان مەلىلە ھالىتىگە ئېشىنىڭ كۆپ بولۇشى، پوتلا كۆپ ئېقىش، كۆپ سىيىش، ئوفۇنەتلىك چوڭ تەرەت كۆپ كېلىش، باش ئېغىرلىق، بەدەن كۆپۈش قاتارلىقلار قوشۇلۇپ كېلىدۇ ۋە تومۇر سوقۇشتا چارچاش ياكى ئاچچىقلىنىش ياكى ئۇنىڭدىن باشقا سىرتقى سەۋەبتىن بولمىغان

ئارقىمۇئارقىلىق يۈز بېرىدۇ. ئەگەر تومۇر ھەرىكىتىدە بېسىلىش يۈز بەرسە، قىزىتما نۆۋىتى كەلگەن بولىدۇ. بېسىلىش دېگىنىمىز، كۈچلۈك، چوڭ تومۇر ھەرىكەتلىرى يۈز بېرىدىغان، تېزلىكى ياخشى بولمايدىغان، تومۇرنىڭ چوڭقۇرلىشىشى ۋە كىچىكلىشىدۇر. قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى ۋە كۈچىيىش مەزگىلىدىكى تومۇر ھەرىكىتىنىڭ قالايمىقان بولۇشى ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىنىڭ مەخسۇس ئالامىتىدۇر. گەرچە ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمدا، ئۇ قىزىتمىنىڭ ماددىسى يېنىك بولغانلىقتىن بەك ئېنىق كۆرۈلمىسىمۇ، قىزىتمىنىڭ ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما ئىكەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرىدىن بىرى قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى تۇتۇشىنىڭ تەرلەش ۋە ھۆللۈكتىن خالي بولۇشىدۇر. چۈنكى بىر كۈنلۈك قىزىتما بۇنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ، ئەگەر ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلى ماددا يېنىك بولغانلىقتىن بىر كۈنلۈك قىزىتمىغا ئوخشىسىمۇ، ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىغا ئۆزگەرمەيدۇ. قىزىتمىنىڭ كۈچىيىشى مۇناسىپ بولمىغان، ئوخشاشمىغان ھالدا ئارىلاش بولىدۇ، كۈچىيىش مەزگىلىنىڭ ئۇزۇن بولۇشىمۇ قىزىتمىنىڭ ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. تومۇر ھەرىكىتىنىڭ داۋاملىق چوڭىيىشى قىزىتمىنىڭ كۈچىيىۋاتقانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئاندىن قىزىتمىلار تىترەش ياكى جۇغ - جۇغ بىلەن باشلىنىدىغان مۇقلىئە قىزىتمىسى بولىدۇ، بۇ قىزىتما كۆپىنچە تەرلەش ياكى ھۆل بولۇش بىلەن تەرك ئېتىلىدۇ. دەۋرىيلىك قىزىتما بولىدۇ ياكى قىزىتما تومۇر ھەرىكىتى، سۈيدۈك، تولۇق تازىلىنىش، ئەگەشمە ئالامەتلەرنىڭ يېنىكلىشى قاتارلىقلاردا بىر كۈنلۈك قىزىتمىغا ئوخشىمايدىغان ھالدا ئاجىزلاپ ياكى ئاجىزلىماستىن داۋاملىشىدىغان قىزىتما بولىدۇ. ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىلارنىڭ كۆپىنچىسىدە ئۇسسۇزلۇق، باش ئاغرىش، تىل قاپداش قاتارلىق كۆپ ئەگەشمە ئالامەتلەر بولىدۇ، بولۇپمۇ ئاخىرقى مەزگىلدە. ماددا ۋە قۇۋۋەتنىڭ قارشىلىششى سەۋەب بولىدىغان بىئاراملىق ۋە قاتتىق ئىزتىراپتىن كېلىپ چىققان قالايمىقانچىلىق كۆپ بولۇپ، بىر قېتىم ماددا ئۈستۈنلۈكنى ئېگىلەيدۇ، بىر قېتىم قۇۋۋەت ئۈستۈنلۈكنى ئېگىلەيدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن تومۇر ھەرىكىتى بىر قېتىم چوڭ ۋە كۈچلۈكلۈككە باشلىغان، بىر قېتىم كىچىك ۋە ئاجىز بولۇشقا باشلىغان بولىدۇ.

تومۇر بەزىدە قاتتىق بولىدۇ، بىراق قىزىتما بىلەن بىرگە قايسى ئەزادا بولسۇن قاتقان ئىششىق بولسا ياكى ئىششىق قاتتىق ئەزادا بولسا، تومۇر دائىم قاتتىق بولىدۇ، گەرچە ئىششىق قاتقان بولمىسىمۇ. بەزىدە تومۇر ھەرىكىتى بايانىدا سۆزلەنگەن نەرسىلەردىن بەدەننى قاتۇرىدىغان سوغۇق سۇ ۋە باشقا نەرسە ئىچىلگەن بولىدۇ. قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى ۋە كۆچىيىش مەزگىللىرىدە تومۇر ھەرىكىتىنىڭ قالايمىقان بولۇشى ئوفۇنەتلىك قىزىتمىنىڭ خاس ئالامەتلىرىدىندۇر. ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرىدىن بىرى، تومۇر ھەرىكىتى كۆچلۈك بولۇشتۇر، گەرچە ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمىدا ئۇ قىزىتمىنىڭ ماددىسى يېنىك بولغانلىقتىن ئېنىق كۆرۈلمەسلىكى مۇمكىن. تومۇر ھەرىكىتى كۆچلۈك بولمىغان ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەندەك تېز بولمىغان مۇددەتتە قىزىتما بىر كۈنلۈك قىزىتمىدىن كېيىن ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىغا ئۆزگەرمىگەن بولىدۇ. سۈيدۇكى دەسلەپكى مەزگىلدە پىشمىغان ياكى ئاز پىشقان بولىدۇ، بەزىدە بەك ئۆتكۈر بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئۆتكۈر، سوزۇلما ھالاك قىلىدىغان قىزىتمىلاردىن پەقەت بىرەر ئەزانىڭ سوزۇلما كېسەل بولۇشى بىلەن خالاس بولغىلى بولىدۇ. ئەگەر زاتىلجەنبە ۋە ئۇنىڭ ئوخشىشىدا ئىششىق يانغاندىن كېيىن قىزىتما قېپقالسا، ماددا قالدۇقلىرىنىڭ قېپقالغانلىقى ۋە ماددىنىڭ ئاغرىق ئوچۇق كۆرۈلمەيدىغان ئورۇنغا مايىل بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

2 ـ پەسىل دائىملىق قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

دائىملىق قىزىتمىدا قىزىتما ئېتىبارى بىلەن تومۇر ھەرىكىتىنىڭ قالايمىقانلىقى ئىنتايىن ئېنىق بولىدۇ، كۆپىنچىسىدە تەرتىپسىز، ۋەزىنسىز بولىدۇ. قىزىتما داۋاملىشىدۇ ۋە يىگىرمە تۆت سائەتتىن كېيىنمۇ يوقالمايدۇ، بۇ قىزىتمىغا بىر يۇقىرىدا سۆزلىگەن ئىلگىرى تىترەش ۋە ئۇنىڭدىن باشقا مۇقلىئە ناملىق قىزىتمىنىڭ ئەھۋاللىرى قوشۇلۇپ كەلمەيدۇ، بۇ قىزىتمىغا دالالەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى قىزىتمىنىڭ داۋام بولۇشى ۋە قىزىتمىنىڭ يۇقىرىلاش مەزگىلىدە قىزىتما ئەھۋالى بەك ئوخشاش بولماي، بىر قېتىم تۆۋەنلەپ يەنە بىر قېتىم كۆچىيىشىدۇر.

3 ـ پەسىل ئوفۇنەتلىك قىزىتما بەزىسىدە ئورتاق، بەزىسىدە ئورتاق بولمايدىغان ئىشلار توغرىسىدا

سەپرانىڭ ئوفۇنەتلىنىشىدىن بولغان قىزىتمىنىڭ ھەربىرى دەسلەپتە باشلانغان بولسۇن ياكى كۆچىيىپ باشلانغان بولسۇن، ئارىلاپ تۇتىدىغان بولىدۇ. بىراق «مۇھرىقە» دەپ تونۇلىدىغان بىر قىسىم قىزىتمىنىڭ ھەربىكەتلىرى ئىنتايىن يوشۇرۇن بولىدۇ، ئۇ قىزىتما داۋام قىلىدىغان قىزىتمىغا ئوخشاشتۇر. خالىس سەپرادىن بولغان قىزىتما ماددا سۈيۇق بولغانلىقتىن ئۆتكۈردۈر، ئۇنىڭ ھارارىتى سەپرا كۆچلۈك بولغانلىقتىن چوڭ كۆيۈشتۈرىدىغاندۇر، لېكىن ئۇ سەپرا تەبىئەتكە يېنىك بولغانلىق ۋە ئارام بەرگەنلىك سەۋەبتىن بىخەتەردۇر. خالىس سەپرادىن بولمىغان قىزىتمىنىڭ مۇددىتى خالىس سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ مۇددىتىدىن ئۇزۇنراقتۇر. خالىس سەپرادىن بولغان قىزىتما توققۇز قېتىمدىن ئېشىپ كەتمەيدۇ، بىراق خاتا تەدبىر قىلىنسا ئېشىپ كېتىدۇ، دائىملىق قىزىتما بەزىدە بىر ھەپتىدە ئاخىرلىشىدۇ. قانىنىڭ ئوفۇنىتىدىن بولغان قىزىتما داۋاملىشىدىغان قىزىتمىدۇر، ئۇنىڭ ھارارىتى سەپرادىن بولغان قىزىتمىدەك كۆيۈشۈش بولماستىن، يۇمشاقلىق بولۇش بىلەن بىرگە ئومۇمىي بەدەنلىك بولىدۇ. بەزىدە 14 كۈندە ئاخىرلىشىدۇ، ئەمما بەلغەمدىن بولغان ھەر كۈنى داۋاملىشىدىغان قىزىتما سەپرادىن بولغان قىزىتمىغا نىسبەتەن ھارارىتى تۆۋەن ماددا چاپلاشقاق، سوغۇق كۆپ بولغانلىقتىن ئۇزۇن ۋە خەتىرى چوڭ بولىدۇ. چۈنكى ئۇ قىزىتمىنىڭ يوقلىش ياكى ئاجىزلاش مۇددىتى ئازدۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇ ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا زۆرۈر بولىدىغان بۇزۇلۇش ۋە ئاجىزلىقنى قوشۇلۇپ كېلىدۇ ھەم كۆڭۈل ئېلىشىش، خەپەقان، قۇسۇۋەت تۆۋەنلەش قاتارلىق ناچار ئالامەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، دائىملىق قىزىتما تومۇر

ھەربكتىنىڭ يۇمشاقلىقى بولمسا، جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا بەك ئوخشايدۇ، بۇنىڭغا ئاساسەن تومۇر بەزىدە قېتىپمۇ قالىدۇ، ھەرقاچان قىزىتمىدىن خالاس بولۇش ئازراق بولسا، تۈتۈش نۆۋىتى قىسقراق بولىدۇ. بىراق قىزىتما ئۇنىڭدىن خالاس تېپىش ئاز بولۇش بىلەن سەۋدادىن بولغان قىزىتمىغا مايىل بولسا، تۈتۈش نۆۋىتى قىسقراق بولمايدۇ، ئەمما تۆت كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتما ماددا سوغۇق بولغانلىقتىن ئۆتكۈر بولماي ئۇزۇن بولىدۇ. بەزىدە خالىس قىزىتما بىر يىلغا سوزۇلىدۇ، خالىس بولمىغان قىزىتمىنىڭ مۇددىتى قىسقراقتۇر، لېكىن بۇ قىزىتمىدا خەتەر بولمايدۇ. بۇ قىزىتما ئۇزاق مەزگىل ئارام بېرىدۇ. بۇ قىزىتما ئېغىر ئالامەتلەر ئەگىشىپ كېلىدىغان دەرىجىدە ئۆتكۈر ئەمەستۇر. تۆت كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتما ۋە دائىم ئارىلاپ تۈتىدىغان قىزىتما ۋە ئاجىزلاشتۇرغۇچى قىزىتما قەي قىلىش ياكى ئىچ سۇرۇش ياكى تەرلەش ياكى كۆپ سېيىش بىلەن يوقلىدۇ.

ئەمما كۆيدۈرگۈچى قىزىتما يۇقىرىقى ئەھۋاللار بىلەن ۋە بۇرنى قاناش بىلەن يوقىلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، باشلىنىش مەزگىلى ئارىلاپ تۈتىدىغان، ئاخىرلىشىش مەزگىلى قاندىن بولغان، تۆۋەنلەش مەزگىلى داۋام بولىدىغان قىزىتما ئۇزۇن بولىدۇ، بۇنىڭغا ئاساسەن تۆت كۈندە بىر تۈتىدىغان، داۋاملىشىدىغان قىزىتما ۋە تولۇق يوقىلىدىغان، ھەمىشە بولىدىغان قىزىتما ئىنتايىن ئاز ئۇچرايدۇ. قىزىتمىلار بولۇپمۇ ئىششىقتىن بولىدىغان قىزىتما تېگىشلىك داۋالانمسا، جۈدەشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، بولۇپمۇ قىزىتما بولغان كىشىلەرگە غىزا بېرىش زۆرۈر بولۇپ، تەبىئەت ماددىنى قوبۇل قىلىش مەقسىتىدە غىزا بېرىلمەيدىغان ياكى سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈش زۆرۈر بولۇپ، ماددا پىشماسلىق مەقسىتىدە سۇ ئىچكۈزۈلمەيدىغان ۋە باشقا ھارارەتنى ئۆچۈرۈش بىلەن داۋالانمايدىغان ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا. چۈنكى بىز يېقىندا غىزالاندۇرۇش ۋە سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈش تۇغرىسىدا سۆزلەيدىغان مەقسەت يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئىككى مەقسەتتىن كۈچلۈكرەك بولسا، بۇ مەقسەتتىن ئىلگىرى غىزا بېرىلىدۇ ھەم ئۇ ئىككى مەقسەتكە رىئايە قىلىنمايدۇ.

4 - پەسىل قىزىتمىنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى ئىلگىرىكى تەدبىرلەر، ئۇنىڭ قانداق بولغانلىقى ۋە بىمارنىڭ ئەھۋالى، بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان ھازىرقى ئەگەشمە كېسەللىكلىرى، يۇرت كىشىلىرى كېسەل بولغان پەسىل، يېشى، مىزاجى، تومۇر ھەرىكىتى، سۈيدۈكى، قەي، چوڭ تەرىتى، بۇرۇن قاناش، تىترىگۈچىدىكى قىزىتما ئەھۋالى، تەرلەش ۋە ھارارەتنىڭ كەيپىياتى، قىزىتمىلارنىڭ تۈتۈشلىرى، ئىشتىھا، ئۇسسۇزلۇق ئەھۋالى، نەپەسلىنىش ئەھۋالى قاتارلىقلاردىن ۋە باش ئاغرىقى، ئۇيقۇسىزلىق، جۆيلۈش، بىئارام بولۇش ۋە ئۇنىڭدىن باشقىلارغا ئوخشاش قوشۇلۇپ كېلىدىغان كېسەللىكلەردىن ئىبارەتتۇر.

چۈنكى قىزىتمىلارنىڭ ئەگەشمە ئالامەتلىرى كۆرۈلگەندە، ئۇلاردىن قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرىگە دەلىل ئىزدىلىدۇ. قىزىتمىنىڭ ئېغىر - يېنىكلىكىگە دالالەت قىلىدىغان ئەگەشمە ئالامەتلەر ھارارەتنىڭ كەيپىياتى ۋە مىقدارىغا ئوخشاش. بۇ قىزىتمىلارنىڭ بەزىسى تۈنجى باشلىنىشىدىن ئاخىرغىچە بەك كۆيۈشتۇرىدىغان بولىدۇ، بەزىسى دەسلەپتە كۆيۈشتۇرۇپ، ئاندىن ماددا تارقىغانلىقتىن ئاجىزلاپ يېنىكلەيدۇ، بەزىسى كۆيۈشتۇرمەيدۇ، بەزىسىنىڭ ئىسسىقلىقى ھۆل ئىسسىق، بەزىسىنىڭ ئىسسىقلىقى قۇرۇق ئىسسىق بولىدۇ.

ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمىغا خاس بولغان ئەگەشمە ئالامەتلەرگە ئوخشاش قىزىتمىنىڭ تۇرىگە دالالەت قىلىدىغان ئەگەشمە ئالامەتلەر قىزىتمىنىڭ يېڭىنە سانجىغاندەك ئاغرىش ۋە جۇغ - جۇغ بىلەن باشلىنىشى قىزىتمىدىكى ھارارەتنىڭ كۆيۈشتۇرۇشىدۇر. قىزىتمىنىڭ ناچارلىقىغا دالالەت قىلىدىغان ئەگەشمە ئالامەتلەر: بىئارام بولۇش، چۆچۈش ئۇيقۇسىزلىقتۇر. پىشقان ۋە پىشمىغانلىقىغا دالالەت قىلىدىغان ئەگەشمە ئالامەتلەر بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان سۈيدۈك ئەھۋالىغا ئوخشاش ئەگەشمە ئالامەتلەر ۋە بىخەتەرلىككە ياكى ئۇنىڭ ئەكسىگە دالالەت قىلىدىغان

ئەگەشمە ئالامەتلەردۇر. قىزىشنىڭ كۆپ خىل ھۆكۈملىرى باردۇر. قىزىغۇچىنىڭ رەڭگى ئاق ۋە كۆكۈچ قوغۇشۇن رەڭگىگە ئۆزگەرسە بۇ، خىلىتلارنىڭ سوغۇقلۇقنىڭ ئالامىتى دالالەت قىلىدۇ ياكى كۆپۈش ۋە ئىسسىقلىشىش ئۆزگىرىدۇ. تاماق سىڭمەسلىك سەۋەبىدىن قىزىتما يۈز بەرگەندەك. مەسىلەن: بىمارنىڭ يۈزىنىڭ تېز ياداپ كېتىشى ۋە سەتلىشىپ كېتىشى، بۇرۇننىڭ ئىنچىكىلەپ كېتىشى ھارارەتنىڭ كۈچلۈكلۈكىگە ياكى خىلىتلارنىڭ سۈيۇقلۇقى تەر تۆشۈكچىلىرىنىڭ كەڭ بولغانلىقى ۋە خىلىتلار ئۆزى ھەرىكەتلىنىپ چىقىپ كەتكەنلىكىدىن خىلىتلارنىڭ تېز تارقىغانلىقىغا ياكى ئۇنىڭ تۆۋەنلەپ كەتكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ.

قىزىتمىنىڭ ئەگەشمە ئالامەتلىرىدىن بەزىسى قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە بولىدۇ، مەسىلەن: جۆيلۈش، باشنىڭ ھارارىتى ئۆرلەش سەۋەبىدىن بولغان ئەقىل ئىلىششقا ئوخشاش. بەزىسى دەسلەپكى مەزگىلدە بولىدۇ، مەسىلەن: جۇغ - جۇغ، سوغۇقلۇق، مېڭە ئاجىزلىغانلىقتىن قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە بولىدىغان ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى، ماددىنىڭ ناچارلىقى، بەدەندە باشلانغان قالايمىقانچىلىقتىن ئۆرلەيدىغان بۇخاراتلارنىڭ كۆپلۈكىدىن ھارارەتنىڭ ئىچكى ئەزاغا ئۇنى ھارارەت ئۆرلەپ تارقاتقانغا قەدەر مايىل بولۇشى، بۇنىڭغا مېڭىنىڭ ئۆزىنىڭ سوغۇق بولۇشى ۋە ئوفۇنەتلەنمەكچى، قىزىتماقچى بولغان خىلىتنىڭ سوغۇقلۇقى ياردەم بېرىدۇ. قىزىتمىنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇ قىزىتمىنىڭ قايسى تۈردە ئىكەنلىكى بىلىنىدىغان نەرسىلەر قىزىتمىنىڭ ئۆتكۈرلۈك ياكى يېنىكلىك ئەھۋالى، قىزىتمىنىڭ سىرتقى سەۋەبتىن ياكى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن شەرت بويىچە ئىلگىرىكى سەۋەبلەردىن يۈز بېرىش ئەھۋالى ۋە قىزىتمىنىڭ داۋاملىشىش، يوقىلىش، ئاجىزلاش ئەھۋالى، قىزىتمىنىڭ تىترەش، توڭلاش، جۇغ - جۇغ قاتارلىقلار بىلەن باشلىنىش ئەھۋالى ياكى ئۇنىڭ ئەكسى قىزىتمىنىڭ قاچان بولغانلىقى، قىزىتمىنىڭ كۆپ تەرلەش ۋە ئاز تەرلەش بىلەن پەسىيىش ياكى ئۇنىڭ ئەكسىچە ئىلگىرى قوللانغان تەدبىرنىڭ ئەھۋالى، بىمارنىڭ يېيىش، چىرايى، كېسەل بولغان ۋاقتى، ھاۋانىڭ كەسپى، تومۇر ۋە سۈيدۇكنىڭ ئەھۋالى قاتارلىقلاردۇر.

5 ـ پەسىل تىترەش، توڭلاش، جۇغ ـ جۇغ، چارچاش
توغرىسىدا سۆز

جۇغ ـ جۇغ بەدەندىكى سوغۇقلۇق، تېرە ۋە مۇسكۇللاردىكى يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىشنى ئوخشىمىغان ھالەتتە ھېس قىلدۇرغان بىر ئالامەتتۇر. بۇ ھالەتتىن بۇرۇن چارچاش بولىدۇ، خۇددى چارچاش ئۇ ھالەتتىن يېنىكرەكتەك. ئەمما توڭلاش بولسا بىمار ئەزالىرىدا ۋە مەزمۇت مۇسكۇللىرىدا خالىس سوغۇقلۇقنى ھېس قىلدۇرىدۇ. تىترەش بولسا ئەزالىرىدا يۇز بەرگەن تىترىتىدۇغان ۋە ئىختىيارسىز ھەرىكەتلەردە ئەزاسىغا ئىگە بولالمايدۇغان بىر ھالەتتۇر. بەزىدە توڭلاش كۈچلۈك بولۇپ، تىترەش كۈچلۈك بولمايدۇ، مەسىلەن: بەلغەمدىن بولغان قىزىتما ۋە تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا ئوخشاش. تىترەشنىڭ كۈچىيىپ كېتىشىدىكى سەۋەبلەردىن بىرى مۇسكۇللاردىكى تىترىگۈچى قۇۋۋەتنىڭ كۈچىيىپ كېتىشىدۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن ھەرقاچان تىترەش پەيدا قىلغۇچى سەۋەب چاپلاشقاق بولسا، تىترەش كۈچلۈكرەك بولىدۇ. تىترەش بىلەن قان ئىچكى ئەزالارغا چوڭقۇرلايدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، سوغۇق خىلىتقا ئەزا كۆنۈپ، ئۇنىڭدىن داۋاملىق تەسىرلىنىپ سوغۇق خىلىتنىڭ سوغۇقلۇقى بىلىنمەي تۇرۇپ قالىدۇ. سوغۇقلۇقنى پارچىلىغۇچى ھارارەت ياكى ئۇنىڭدىن باشقا بىرەر سەۋەب بىلەن سوغۇقلۇق ھەرىكەت قىلسا ياكى ئۇنىڭدىن سوغۇقلۇققا ئۇچرىشالمىغان ئەزا كۆپ ياكى ئاز تەسىرلىنىپ، ھەر خىل مىزاج سەۋەبىدىن ئۇنىڭ سوغۇقلۇقى سېزىلىدۇ. بۇ تېبابەت ئىلمىنىڭ ئومۇمىي ئۇسۇل ـ قائىدىلىرىدە ھەممىگە مەلۇم بولدى.

كۆپىنچە بەدەندە تارقالغان شىششسىمان بەلغەمدىن قىزىتمىغا ئېلىپ بارمايدىغان تىترەش يۇز بېرىدۇ، بەزىدە تىترەش دەۋرىيىلىك بولىدۇ، ئۇ قىزىتمىغا ئېلىپ بارىدىغان تىترەشتەك كۈچلۈك بولمايدۇ. ئازلىقى بىلەن چارچاشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان مادىدا ئوفۇنەتلىنىشتىن بۇرۇن كۆپلۈكى بىلەن تىترەشنى پەيدا

قىلىدۇ. ئەگەر ئوفۇنەتلەنمسە قىزىتمىغا ئېلىپ بارمايدۇ، بەزىدە غىزا ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ سەۋەبىدىن ھارارەت ئىچكى ئەزالارغا چوڭقۇرلىغانلىقتىن توڭلاش ۋە تىترەش يۈز بېرىدۇ. تىترەش ۋە توڭلاش قىزىتمىدىن ئىلگىرى بولىدۇ، چۈنكى خام خىلىت دەسلەپتە مۇسكۇللارغا تۆكۈلىدۇ، خام خىلىت ئۆزىنىڭ سوغۇقلۇقى بىلەن مۇسكۇللارغا زىيان يەتكۈزىدۇ، ئوفۇنەتلىنىشكە باشلىغاندا ئاندىن قىزىشقا باشلايدۇ.

بەزىدە خىلىت كۆيۈشتۈرگەنلىكتىن ۋە مۇسكۇللاردىكى ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەت كۈچلۈك بولغانلىقتىن قىزىتمىدىن بۇرۇن تىترەش بولىدۇ، خۇددى ئادەم بەدىنگە ئىنتايىن قىزىق سۇ قۇيغاندا بولۇپمۇ تۇزلۇق قىزىق سۇ قۇيغاندا تىترىگەندەك.

بەزىدە كۆيۈشتۈرىدىغان نەرسىنىڭ زىيان يەتكۈزۈشى تەبىئىي ھارارەتنىڭ ئىچكى ئەزاغا قېچىشىغا سەۋەب بولىدۇ ۋە سوغۇقلۇق غەلىبە قىلىپ ئىسسىقلىقنىڭ كۆيۈشتۈرۈشى بىلەن بىرگە سوغۇقلۇق بولىدۇ. خۇددى سوغۇقلۇق ئومۇملاشقاندەك ۋە ئىسسىقتىن بولغان كۆيۈشۈشنىڭ پەردىدە ۋە ئىچكى ئەزادا بولغىنىدەك.

بەزىدە تىترەش ھارارەتنىڭ ئىچكى ئەزاغا قاچقانلىقىدىن بولىدۇ، خۇددى ئىچكى ئىششقلاردا بولغىنىدەك. بەزىدە تىترەش ۋە جۇغ - جۇغ دائىملىق قىزىتمىلاردا ساقايغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى ئۇ، ماددىنىڭ تومۇرلاردىن تىترەپ چىققانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. لېكىن تىترەش پىشىش بىلەن بىرگە ۋە بوھران ۋاقتىدا بولمىسا ۋە ئۇنىڭغا يېنىكلەش ئەگىشىپ كەلمىسە، بۇ شۇ مىقدارى تىترەش قۇۋۋەتنىڭ غالىب كەلگەنلىكىدىن ئەمەس، بەلكى ماددا كۆپ بولۇپ، كۆپلۈكى بىلەن تىترەتكەنلىكىدىن بولىدۇ. تىترەشنىڭ بەزىسى ئۆلۈمگە دالالەت قىلىدۇ، ئۇ، قۇۋۋەت ئاجىزلاش، تەبىئىي ھارارەت ۋە نەپەس تۆۋەنلەش ئەگىشىپ كېلىدىغان تىترەشتۇر.

ئەمما جۇغ - جۇغ تىترەش سەۋەبلىرىنىڭ ئازراقىدىن بولىدۇ، قورقۇش ۋە باش قېيىشنىڭ قوزغىلىشى تىترەشنىڭ دەۋرىدىن ئاگاھلاندۇرىدۇ، ياشانغانلارنىڭ قىزىتمىلىرى يوشۇرۇن بولىدۇ، بەزىدە قىزىتمىنىڭ ئۆزۈن بولۇشىدىكى سەۋەب

ئىچكى ئەزالاردىكى قېلىنلاش بولۇپ، قىزىغان كىشىنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، ئىككى پۇتنى سوزۇپ، ئۇنىڭ ئىچكى ئەزالىرى قول بىلەن تۇتۇپ تەكشۈرۈلىدۇ، ئەگەر قىزىغان كىشىنىڭ تىلى قىزىتما يېنىكلەش بىلەن بىرگە قاردىسا، ئۇ كىشىنىڭ قىزىتمىسى يوشۇرۇندۇر. بەزىدە قىزىتمىغا پالەچ قوشۇلۇپ كەلسە، ئالدى بىلەن قىزىتما داۋالىنىدۇ. بۇلارغا ياخشى بولغان نەرسىلەردىن بىرى، قىزىغان بىمار بەرداشلىق بېرەلسە، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇلغان سىركەنجۈبىل ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن نوقۇت سۈيى بىرىلىدۇ. چاچنى چۈشۈرۈش باش تېرىسى قېلىنلاپ بۇخاراتلار مايىل بولۇپ، قىزىتما كۆچىيىدىغان نەرسىلەردىندۇر.

6 ـ پەسىل ئوفۇنەتلىك قىزىتمىنى ئومۇمىي داۋالاشقا كۆرسەتمە بېرىش توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇ قىزىتمىلارنى داۋالاشتىكى مەقسەت، بەزىدە قىزىتما تەرەپكە يۈزلەندۈرۈلۈپ، سوۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە ماددا تەرەپكە يۈزلەندۈرۈلۈپ، ھەتتا ماددىنى پىشۇرۇش ياكى تازىلاش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. پىشۇرۇش قويۇق ماددىدا ئۇنى سۈيۇلدۇرۇپ تەڭشەشتۇر، سۈيۇق ماددىدا ئۇنى قويۇلدۇرۇپ تەڭشەشتۇر. بەزىدە قىزىتما تەلەپ قىلغان سوۋۇتۇش، خىلىت تەلەپ قىلغان پىشۇرۇش، تازىلاش ۋە تارقىتىش قاتمۇقارشى بولۇپ، كۆپىنچە ۋاقىتلاردا پىشۇرغۇچى ۋە تازىلىغۇچى ئىسسىق بولىدۇ، بۇ ۋاقىتتا ئىككى ئىشنىڭ مۇھىملىقىغا رىئايە قىلىش زۆرۈر. بەزىدە قىزىتمىغا نىسبەتەن تاۋۇز سۈيى ۋە باشقا كۆكتاتلارغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن سوۋۇتۇش تەلىپى ۋە ماددىنى ئازلىتىش تەلىپى قاتمۇقارشى كېلىپ، ئۇ دورىلارنى ماددا بولغان ھالەتتە ئىچكۈزۈشتىن چەكلەيدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، مېۋە سۈيىنى ھەپتىگىچە كېچىكتۈرۈپ، پەقەت ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈش لازىم. بارلىق مېۋىلەر قاينىغانلىقى ۋە ئاشقازاننى بۇزغانلىقىدىن قىزىتما بار كىشىگە زىيان قىلىدۇ.

كۆپىنچە سىركەنجىۋىلىگە ئوخشاش سوۋۇتۇپ تۇرۇپ پىشۇرىدىغان، لەتىپلەشتۈرىدىغان ۋە تازىلايدىغان نەرسىلەرمۇ تېپىلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بەزىدە قىزىتما سەۋەبىگە تەدبىر قىلىشقا ئەمەس، بەلكى يېتەرلىك سوۋۇتۇشنى تەلەپ قىلىدىغان دەرىجىدە كۈچلۈك ۋە ئۆتكۈر بولىدۇ، بولۇپمۇ قۇۋۋەت كۈچلۈك قارشى تۇرالايدىغان بولمىسا. ئەگەر قۇۋۋەت كۈچلۈك قارشى تۇرالايدىغان بولسا، سەۋەب يوقتىلىدۇ، خىلتقا تەدبىر قىلىنىدۇ، غىزا ھېرىلمەيدۇ ۋە تارقاشنى چەكلەيدىغان ھالەتتە سوۋۇتۇلمايدۇ. ئەگەر قۇۋۋەت ئاجىز بولسا، قىزىتمىغا قارشى مىزاجنى تەڭشەشكە مەشغۇل بولۇپ، مىزاج سوۋۇتۇلىدۇ ۋە غىزا ھېلەن قۇۋۋەت قوزغىتىلىدۇ. ئەگەر قۇۋۋەت ئۇنى قوزغاش ھېلەن كۈچەيسە ۋە ئۆزىگە قارشى تۇرغۇچىدىن غەلىبە قىلسا، كېسەللىكنى داۋالاشقا ئۆتۈش لازىم.

ئەگەر بۇ قىزىتمىلاردا سوۋۇتماقچى بولسا، سوۋۇتقۇچى قۇرسىلارغا ئوخشاش قاپىزلىق ۋە قويۇقلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر ھېلەن سوۋۇتۇلمايدۇ. بىراق ماددا پىشىپ تازىلانغاندىن كېيىن سوۋۇتۇلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاش جۈدەتكۈچى قىزىتمىنى داۋالاشنىڭ ئەكسىچىدۇر. چۈنكى جۈدەتكۈچى قىزىتمىنى داۋالاش پەقەت كېسەللىككە قارشى تۇرۇشتۇر. ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاش پەقەت كېسەللىككە قارشى تۇرۇش بولماستىن، كېسەللىككە قارشى تۇرۇش ھېلەن بىرگە كېسەللىكنىڭ سەۋەبىنى يوقتىشتۇر. گەرچە ئۇ كېسەللىككە ئوخشىشىپ كەتسىمۇ. غىزالاندۇرۇش ئۆزى جەھەتتىن قۇۋۋەتنىڭ دوستىدۇر. قۇۋۋەتنىڭ دۈشمىنى بولغان ماددىنىڭ دوستى بولغانلىق جەھەتتىن قۇۋۋەتنىڭ دۈشمىنىدۇر. شۇڭا، غىزالاندۇرۇش قۇۋۋەت ۋە ماددىنىڭ ھەر ئىككىلىسىگە يارىدىم بېرىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن غىزالاندۇرۇش تەدبىرىدە قانۇنىيەتكە ئېھتىياج چۈشىدۇ، بىز ئۇنى ئايرىم بابتا سۆزلەيمىز.

شۇنى بىلىش لازىمكى، قىزىتمىنى تونۇماي تۇرۇپ، داۋالاش مۇمكىن بولمايدۇ. ئەگەر قىزىتمىنىڭ قايسى تۈردىكى قىزىتما ئىكەنلىكى ئېنىق بولمىسا يېنىك تەدبىر قىلىنىدۇ، قىزىتما تۇتقاندا قورساقنىڭ بوش بولۇشىغا تىرىشچانلىق قىلىنىدۇ،

قىزىتما تۇتقان كۈندە مۇمكىنقەدەر بىرەر ماددا ھەربىر كەتلەندۈرۈلمەيدۇ. بۇنىڭ ھەممىسىدە قۇۋۋەتنىڭ ئەھۋالىغا رىئايە قىلىش لازىم.

ئەگەر قۇۋۋەت كۆچلۈك ۋە قان غالىب بولسا ياكى غالىب خىلىت بولماي قان بولسا، قان ئېلىش ئەڭ زۆرۈر. بولۇپمۇ سۈيدۈك ئوت رەڭلىك بولماي، قىزىل، قويۇق بولۇپ، قان ئالغاندا سەپرانىڭ غەلبە قىلىش خەۋپى بولسا، قان ئالغاندىن كېيىن يېنىك سۈرگە بېرىلىدۇ، بولۇپمۇ بۇ يەردە قۇرۇقلۇق بولسا، ئارپا سۈيى، ئازراق شىرخىست، سىركەنجۈبىلگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن سۈرگە بېرىلىدۇ. ئەگەر چوڭ تەرەت كەلمىسە، شىرخىستقا ئوخشاش دورىغا بىنەپشە شەربىتىگە ئوخشاش دورىلار قوشۇلىدۇ، شۇنىڭدەك مەقسەت قاتتىق سۈرۈش ۋە بەك راۋانلاشتۇرۇش بولماستىن يۇمشىتىش بولىدۇ.

مەن قۇۋۋەتتە ئېھتىياج چۈشىدىغان دەرىجىدە ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىشنى ياخشى كۆرىمەن. مەنپەئەتى ئورتاق بولغان بۇ خىل يېنىك ھۆقنىلەر بىنەپشە يېغى، قىزىلچا يوپۇرمىقى ئۇسارىسى، تۇخۇم سېرىقى، قارا شېكەر، تەنكار قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ھۆقنىدۇر. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىشقا بۇلارغا بەزىدە قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە دەسلەپكى مەزگىلگە قارىغاندا تۆۋەنرەك ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ تەبىئەت توختاپ قالغاندا بولىدۇ، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقاندىن كېيىن كەرەپشە يىلتىزى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن قاينىتىلغان سىركەنجۈبىلگە ئوخشاش دورىلار بىلەن سۈيدۈك ھەيدىلىدۇ، ئاندىن كۆچلۈك ئىسسىق بولمىغان نەرسىلەر بىلەن تەرلىتىلىدۇ ۋە تەر تۆشۈكچىلىرى ئېچىلىدۇ، مەسىلەن: بابۇنە يېغى بىلەن ياغلاش، ئاق شاراب ۋە ئىلمان تاتلىق سۇ سۈركەشكە ئوخشاش.

ئەگەر قىزىتما بەك ئۆتكۈر بولسا، ياغلاش، نۇتۇل قىلىش دۇرۇس بولمايدۇ. ئەگەر دەسلەپتە خىلىتنىڭ ئاشقازانغا مايىل بولغانلىقى بايقالسا، خىلىتنى تەبىئەت قەي تەرەپكە ھەربىكەتلەندۈرگەن بولسا، بىمارنىڭ ئادىتىدە قارشى كەلمەيدىغان نەرسىلەر بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ ھەم ئىسسىق سۇ قوشۇلغان سىركەنجۈبىلگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ. ماددا ئۇچەيلەرگە مايىل بولغاندا تەبىئەتكە قارشىلىق قىلىنمايدۇ. ماددىنىڭ ئۇچەيگە مايىل بولغانلىقى قورساق كوركىراش،

ئېغىرلىق تۆۋەنلەش ياكى شۇنىڭغا ئوخشاش ئەھۋاللاردىن بىلىنىدۇ ۋە بىمار قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە ئۇيقۇدىن چەكلىنىدۇ، بولۇپمۇ جۇغ - جۇغ ياكى سوغۇقتا توڭلاش ياكى تىترەش بولۇپ، سوغۇقتا توڭلاش ئۇزۇن بولسا. تىترەش ماددىلار ئىچكى ئەزالارنىڭ بەزىسىگە يۇزلەنگەندە ماددىلارغا ياردەم بېرىدۇ ۋە خىلىتلارنىڭ پىشىشىنى توسىدۇ. ئەمما قىزىتما تۆۋەنلىگەندە ئىنتايىن پايدىلىقتۇر، بەزىدە قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە زىيان قىلمايدۇ، بىمار سوغۇق سۇدىن چەكلەنمەيدۇ، لېكىن بىماردىكى خىلىت خام، قويۇق بولۇپ، سوغۇق سۇ پىشىشنى چەكلەيدىغان بولسا، سوغۇق سۇدىن چەكلىنىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، قان ئېلىش مەنپەئەت قىلسا، ناچار ئۇسۇل ئىشلىتىلىپ، بۇ ئۇسۇل ماددىنى تازىلىيالمىسا، قىزىتما قايتا قوزغىلىدۇ. ئەمما سەپرا خىلىتىنىڭ پىشىشى شۇكى، خىلىت ئۆزىنىڭ سۇيۇقلۇقىدىن قويۇلىدۇ، سوغۇق سۇ سەپرا خىلىتنى قويۇلدۇرىدۇ، بىراق ئاشقازان ياكى جىگەر ئاجىز ياكى سوغۇق بولسا ياكى ئىچكى ئەزالاردا ئىششىق ياكى ئاغرىق بولسا ياكى بىماردا قان ئاز بولسا ياكى بىمارنىڭ تەبئىي هارارىتى ئاجىز بولۇپ، سوغۇق سۇ ئىچكەندىن كېيىن ئاجىزلىسا ياكى بىمار سوغۇق سۇ ئىچىشكە ئادەتلەنمىگەن بولسا، مەسىلەن: ئىسسىق يۇرتتا ياشايدىغان كىشىلەرگە ئوخشاش. بۇ خىل كىشىلەر تېز تەشەننۇج بولىدۇ ۋە ھېچ تۇتىدىغان بولۇپ قالىدۇ. ئورۇق كىشىلەر مۇشۇ قاتارىدىندۇر.

ئەمما ماددا ئىسسىق ياكى قويۇق بولۇپ پىشقان بولسا، بەدەن سېمىز، تەبئىي هارارەت تولۇق، بىمارنىڭ قۇۋۋىتى كۈچلۈك ۋە ئىچكى ئەزالار ئەسلىي مىزاجى سوغۇق بولماستىن ساغلام بولسا، بىمار ئادەتتىكى سوغۇق سۇغا ئادەتلەنمەي، بەك سوغۇق سۇغا ئادەتلەنگەن بولسا، سوغۇق سۇ ئەك ياخشىدۇر. كۆپىنچە سوغۇق سۇ چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ياكى قەي ياكى سۈيدۈك ياكى تەرلىتىش ئارقىلىق ماددىنى چىقىرىپ تاشلاشقا ياردەم بەرگەنلىكتىن، بىمار دەرھال ساقىيىدۇ، بەزىدە تېۋىپ بىمارغا سوغۇق سۇنى بىمارنىڭ رەڭگى كۆكىرىپ تىترىگۈچە كۆپ مىقداردا ئىچكۈزۈش تۈپەيلى قىزىتما بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ ۋە بەزىدە تەبئىەت كۈچىيىپ، ماددىنى تەر، سۈيدۈك ۋە ئىچ سۈرۈش بىلەن ئىتتىرىپ بىمار

ساقىيىدۇ. ئەگەر بەزى ئورۇنلار ئىششىپ، ئاندىن ھارارەت ۋە ئۇسسۇزلۇقنىڭ زىيان قىلىش خەۋپى بولسا ۋە ئۇ قىزىتمىنىڭ جۈدەشكە ئېلىپ بارىدىغانلىقى گۇمان قىلىنسا، سوغۇق سۇ چەكلەنمەيدۇ.

چۈنكى ئىششىقنىڭ ئېغرىلىشىشى ياكى خام بولۇشى بەزىدە جۈدەشتىن ياخشىراقتۇر، سىركەنجۈبىل بەزىدە ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، يوقتىدۇ ۋە ئىچىنى سۇرگۈزىدۇ، ئىششققا سوغۇق سۇ زىيان قىلغاندەك كۆپ زىيان قىلمايدۇ، ماددىنى يىغمايدۇ ۋە قويۇقلاشتۇرمايدۇ. كۆپ سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شاراب بۇنىڭغا ئوخشاشتۇر. ئەگەر سوغۇق سۇ دۇرۇس ئىچىلمەي قالسا، تەر تۆشۈكچىلىرىنى تارايتىش خەۋپى بولۇپ، باشقا توسالغۇ پەيدا بولغانلىقتىن، يەنە بىر قىزىتمىغا سەۋەب بولىدۇ. بەزىدە كېيىن پەيدا بولىدىغان قىزىتما ئاۋۋالقى قىزىتمىدىن قاتتىقراق بولىدۇ.

ئەگەر سوغۇق سۇ ئاجىز ئەزاغا ئۇچراشسا، ئۇ ئاجىز ئەزانىڭ خىزمىتىنى بۇزۇپ، كۆپىنچە نەپەس قىينىلىشىدۇ ۋە رەئىشە، تەشەننۇجنى پەيدا قىلىدۇ، دوۋساق ياكى بۆرەك ياكى قۇلۇن ئۇچەينى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدۇ. قىزىتما بولغانلار ئىچىدە سوغۇق سۇدىن چەكلەشكە تېگىشلىك بولغانلارنىڭ كۆپىنچىسى ساق ۋاقتىدا سوغۇق سۇ زىيان قىلمىدىغان كىشىلەردۇر. ئىسسىقلىقنىڭ كۈچلۈك، مۇسكۇللارنىڭ قېلىن، مىزاجنىڭ قۇرۇق ئىسسىقلىقى كۆرۈلسە ۋە تازىلانسا، بەزىدە سوغۇق سۇغا چىلىنىشقا رۇخسەت قىلىنىدۇ، قىزىتما تۆۋەنلىگەندە ۋە خىلىتلارنىڭ پىشقانلىق ۋە تازىلانغانلىق ئالامەتلىرى ئاشكارا بولغاندا مۇنچىغا چۈشۈرۈشكە، سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سۇيۇق شاراب ئىچكۈزۈشكە ۋە تارقاتقۇچى ياغلار بىلەن ياغلاشقا بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما يۇز بېرىشنىڭ دەسلىپىدە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن قانۇنىيەتلەر تەدبىقلانسا، شۇنىڭدىن كېيىن ماددىنى پىشۇرۇشتا ئازلىتىش ۋە قۇرۇتۇش يولى بىلەن بولماي، بەلكى سەۋەبىنى يوقىتىش يولى بىلەن تازىلاشقا مەشغۇل بولۇش لازىم، بىز ئۇنى يۇقىرىدا سۆزلىدۇق.

پىشمىغان ماددا ئىسسىقتا ياكى سوغۇقتا تازىلانمايدۇ، لېكىن زۆرۈرىيەت سەۋەبىدىن بولسا تازىلىنىدۇ. بەزىدە پىشىش بىلەن تازىلىنىشقا تەييار بولمىغان

خىلىتتىن باشقا خىلىت كۆپ تازىلىنىپ قالىدۇ. ناچار خىلىت پىشماي ھەرىكەتلەنگەنلىكتىن ناچار خىلىت ياخشى خىلىتقا ئارىلىشىدۇ. ماددىنى پىشۇرۇشتىكى مەقسەت سۈيۇلدۇرۇشتۇر. ئۆتكۈر خىلىت سۈيۇق بولغاچقا، ئۇنى سۈيۇلدۇرۇشنىڭ ھاجىتى يوق، دېگەن كىشىنىڭ سۆزىگە قۇلاق سالما، ئىش ئۇ دېگەندەك ئەمەستۇر. بەلكى پىشۇرۇشتىكى مەقسەت، ماددىنىڭ قىيامىنى مادا ئاسان ئىتتىرىپ چىقىرىلىشقا تەييار بولغۇچە تەڭشەشتۇر.

سىڭىپ كېتىدىغان سۈيۇق مادا، سىگمەيدىغان قويۇق مادا ۋە چاپلىشاقلىغۇ مادا قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى ماددىنىڭ ئاسان ئىتتىرىلىپ چىقىرىلىشى ئۈچۈن تەييار ئەمەستۇر. بەلكى سۈيۇق خىلىتنى ئازراق قويۇلدۇرۇش، قويۇق خىلىتنى ئازراق سۈيۇلدۇرۇش ۋە چاپلىشاقلىغۇ خىلىتنىڭ چاپلىشاقلىغۇلۇقىنى يوقىتىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئەگەر بۇ كىشى ئىلگىرىكىلەرنىڭ پىشىش ھەققىدىكى بىرەر سۆزىنى ئاڭلىغان ھەم بەلغەم قىلىپ چىقىرىلىدىغان خىلىتلارنىڭ سۈيۇقىنى قويۇلدۇرۇشقا، قويۇقىنى سۈيۇلدۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولىدىغان ئەھۋالنى مۇلاھىزە قىلغان بولسا توغرا يول تاپقان بولاتتى. ئۇ ئادەم نېمە ئۈچۈن ئۆزى مۇلاھىزە قىلىپ، ئۆتكۈر قىزىتمىلارنىڭ دەسلىپىدە سۈيدۈك چۆكمىلىك بولماي، ئاندىن چۆكمىلىك بولىدۇ؟ ياخشى چۆكمە كېسەللىكنى پەيدا قىلغۇچى خىلىتنىڭ باشقىسىمۇ؟ دېمەيدۇ. پىشىشتىكى مەقسەت سۈيۇلدۇرۇش بولسا، قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە نېمە ئۈچۈن ئىتتىرىپ چىقىرىلمايدۇ؟ قان ۋە سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە ياخشى چۆكمە بولۇش لازىم. ئەگەر تەبىئەتكە شۇ ئېشىندىنى ئىتتىرىپ چىقىرىش مۇمكىن بولمىسا، لېكىن سۈيدۈكتە ئىتتىرىلىپ چىقىرىلىشقا تەييار بولىدىغان ۋاقىتتىن كېيىن، شۇنداق تەدبىر قىلغاندا مۇمكىن بولسا، تەبىئەتنىڭ خىلىتنى سۈيدۈكتە پىشىش كۆرۈلىدىغان ۋاقىتتىن بۇرۇن تازىلىشى مۇمكىن بولمايدىغانلىقىنى ياكى قىيىن بولىدىغانلىقىنى بىلىش لازىم.

بەزىدە تازىلاش خىلىتنى ھەرىكەتلەندۈرۈپ، يېتەرلىك تەسىر قىلالمايدۇ، بەزىدە ناچار خىلىتنى ياخشى خىلىتقا ئارىلاشتۇرۇۋېتىدۇ، بۇ ئادەم جالىنۇس ۋە

بۇقراتقا ئوخشاش تېۋىپلارنىڭ بۇ ھەقتە يازغان نەرسىلىرىگە بەكرەك گۇمان قىلىشى ياكى بەكرەك مۇلاھىزە قىلىپ، ئاندىن زىت كېلىدىغان ئورۇنلارغا قايتىشى لايىقتۇر. چۈنكى ئاۋۋالقىلارنىڭ ھەقنى ياقلاپ بىر - بىرىگە قارشى تۇرۇشى ئۆزرىسى قوبۇل قىلىنىدىغان ئىشتۇر. لېكىن، بۇ كىشى دەسلەپتە ياخشى قاراشتا بولۇشى لازىم.

بۇ ئادەمگە مۇشۇ بابتا ئۈنۈم بەرگەن تەجرىبىلەر تۇغرا كېلىپ، ئۇ تەجرىبىلەرگە تايانغاندۇ، دەپ ئويلايمەن. بۇنداق قانۇنىيەتلىك بولمىغان تەجرىبىلەر بەزىدە بىرەر كىشىگە ئۈنۈم بەرمەيدۇ ۋە بىرەر كىشىنمۇ دۇرۇس ئىش قىلدۇرمايدۇ.

ئەگەر ماددا كۆپ، ھەرىكەتلەنگەن، ئەزادىن ئەزاغا يۆتكەلگەن بولسا ۋە ئۇ ماددىنى پىشۇرۇشقا ۋاقىتلىك يوقلۇقى گۇمان قىلىنسا ياكى بەزىدە بۇ ماددىدىن سەرسامىلىق ئىششىق ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئىششىق پەيدا بولسا ۋە داۋالىماي قويۇپ قويۇلسا، ماددىنىڭ پىشىشى كۆزىتىلىدىغان ۋاقىتتىن بۇرۇن خەتەرگە گىرىپتار قىلىدۇ. بۇ ئەلۋەتتە نورمال پىشىش كۆزىتىلىدىغان ۋاقىتتىن ئۇزۇنراقتۇر، شۇڭا ئۇ خىلىتنى تازىلاش لازىم. چۈنكى تازىلاشتىكى خەتەر ماددىدىكى خەتەردىن ئازراقتۇر. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ماددىنىڭ زىيىنى كۆپ بولغانلىقتىن، تەبىئەت بۇ ماددىنى ئىتتىرىپ چىقىرىشقا ھەرىكەتلەنگەن بولىدۇ. ئەگەر تەبىئەتكە ياردەم بېرىلسە، ئۇنىڭغا ياردەم مۇۋاپىق كېلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، قان ئېلىشتا پىشىش سۇرگىلەردە كۈتۈلگەندەك كۈتۈلمەيدۇ. چوقۇم پىشىش باشقا خىلتلاردا كۈتۈلىدۇ، ئەگەر قان ئېلىش قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدىن كېچىكسە ئاخىرىدا قان ئېلىنمايدۇ، چۈنكى ئۇنىڭ پايدىسى يوق، بەزىدە ئاخىرقى مەزگىلدە قان ئېلىش قۇۋۋەت ئاجىزلىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش بىلەن ھالاك قىلىدۇ. شۇنداقلا بىرەر خىلتنىڭ غەلىبە قىلىش خەۋپى بولسا ۋە ئېھتىيات يۈزىسىدىن قان ئېلىش زۆرۈر بولسا، خىلت پىشمىغان بولسىمۇ، پەقەت دەسلەپكى مەزگىلى بولمىسا ھەرىكەتلەندۈرۈلمەيدۇ. ئەمما ئاخىرقى مەزگىلدە تەبىئەت غەلىبە قىلىپ خىلت پىشمىغىچە ھەرىكەتلەندۈرۈلمەيدۇ، ئەگەر تەبىئەت ھەرىكەتلەنمىسە، ئۇ تەبىئەت ئۆزىنىڭ ھەرىكەتلىنىشىگە مۇۋاپىق ھەرىكەتلەندۈرۈلىدۇ. ئەگەر تەبىئەت ھەرىكەتلەندۈرۈلسە

ياكى ئۆزى ھەربىرىدىن بىرسىدۇر، تەبىئەت خىزمىتى بىلەن قويۇپ قويۇلىدۇ، بۇ، بۇقىرات كېسەللىك پىشقاندىن كېيىن سۈرگە دورىسى ئىشلىتىش لازىم دېگەندە، قوزغۇچى دەپ ئاتايدىغان نەرسىدۇر، ئەمما كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئېھتىياج بولمىسا ئىشلەتمەسلىك لازىم. كۆپىنچە ئېھتىياج بولمايدۇ.

ئۆز ۋاقتىدا بولمىغان بۇ زۆرۈر تازىلاش ئۆز ۋاقتىدا بولمىغان زۆرۈر ئوزۇقلاندۇرۇشقا ئوخشاشتۇر، بۇ تازىلاش ماددىنىڭ ھەددىدىن ئېشىشىدىن يىغىلىشقا نىسبەتەن شۇ ئوزۇقلاندۇرۇشنىڭ قۇۋۋەت تۆۋەنلەشنى چەكلىشىگە ئوخشاشتۇر. تازىلىماقچى بولغاندا قىزىتمىنىڭ يوقلىش ۋاقتى ياكى ئاجىزلاش ۋاقتى ياكى ئەڭ سوۋۇغان ۋاقتىغا رىئايە قىلىنىدۇ. قىزىتما تۇتقان كۈندە سۈرگە بىلەن تازىلانمايدۇ، قان ئېلىنمايدۇ ۋە تەدبىر ئارقىلىق تازىلاش بىلەن تەبىئەتنىڭ تازىلىشى مايىل بولغان تەرەپكە قارشىلىق قىلىنمايدۇ. قىزىتمىنىڭ قوزغىلىشى ھەربىرىدىن ھالەتتە قىلغان تەدبىرلەر بىلەن خىلىت قوزغىتىلمايدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، قىزىتما تۇتقان ۋاقىتتا تەدبىر قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم، ھەتتا يوللارنى تارايتىش بىلەن قىزىتمىنىڭ تۇتۇشىنى قوزغىماسلىق ئۈچۈن ئارپا سۈيىگە شىكەر سېلىپ ئىچكۈزمەسلىك ۋە جۇلاپ ئىچكۈزمەسلىك لازىم. چۈنكى ئۇ خەتەرلىكتۇر، شۇنداقلا قىزىتمىنىڭ كۈچىيىپ كېتىشىگە ياردەم بېرىدۇ. چۈنكى تېۋىپ تەبىئەتكە ياردەم بېرىدۇ، تەبىئەتكە قارشىلىق قىلمايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، كۆپىنچە كۈچلۈك ھەم ئاجىز دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ، ئەمما قويۇق، چاپلاشقاق خىلتىنى سۈرىدىغان جەھەتتىن كۈچلۈك، بىر قېتىم ياكى ئىككى قېتىم سۈرىدىغان، قۇۋۋەت تۆۋەنلەپ كەتمەسلىك ئۈچۈن كۆپ خىلتىنى تازىلىماسلىق جەھەتتىن ئاجىز دورىدۇر. قان ئېلىشتىن مەقسەت مۇمكىنقەدەر قان ئېلىش بىلەن ماددىنى ئىتتىرىشتۇر، ئەگەر ئىتتىرىلمىسە، كۆپ قېتىم قان ئېلىش بىر قېتىمدا كۆپ مىقداردا قان ئالغاندىن ياخشىدۇر.

كۆپ قاننى بىراقلا چىقارماسلىق لازىم، كۆپ قان بىراقلا چىقىرىلسا، چىقىرىشقا تېگىشلىك بولمىغان كۆپ قان چىقىپ كېتىدۇ ۋە قاندا تازىلاشقا تەييارلىق بولماي قالىدۇ. بەزىدە بىراقلا كۆپ قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ ۋە يۈز بېرىش

ئېھتىماللىقى بولغان بوھرانىڭ تېگىشىدىن قۇتۇلايدۇ. شۇنىڭ بىلەن لازىمكى، سەرئى بىلەن قىزىتما بىرلەشسە، ئاۋۋال قىزىتمىنى داۋالاش ياخشىراقتۇر.

شۇنىڭ بىلەن لازىمكى، باش ئاغرىقى بەزىدە تۆۋەنلىگەن قىزىتمىنى ئۆرلىتىدۇ. شۇ سەۋەبتىن جىم تۇرۇش زۆرۈر بولىدۇ. ئېمۇلاتقان بالا قىزىپ قالسا، ئاننىڭ سۈتىنى ياخشىلاش لازىم. ئەگەر قىزىتمىدا سۈيدۈك يەرقانىڭكىدەك بولسا، ئۇ ئىششققا دالالەت قىلىپ، ئارپا سۈيى ۋە سىركەنجۈبىل ئىچكۈزۈپ ئىلاج قىلىندۇ. ئەگەر قىزىتما پەسەيسە ئىششق ئۇچۇن قان ئېلىندۇ، ئەگەر قىزىتما بىلەن قۇلۇنجى بولسا، يول ئېچىلمىغىچە ئارپا سۈيى ئىچكۈزمەي، زۆرۈر بولسا خوراز گۆشىنىڭ شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. ھۆقىنىنى يېنىكلەشتۈرۈپ، ھۆقىنىنىڭ يېغى كۆپەيتىلىدۇ، ئاندىن زۆرۈر بولسا ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەمما سۈرگە دورىلىرىنىڭ بەزىسى تەمرى ھىندى، تەرەنجىبىن، شىرخىست قاتارلىقلاردىن تەييارلىنىدىغان شەربەتلەردۇر. بەزىدە بۇ شەربەتلەرگە ھەشقىپىچەك سۈيى قوشۇلىدۇ، بەزىدە خىيارشەنبەر سېلىنىدۇ. بەزىدە سوقمونىيا سېلىنىدۇ، بەزىدە يالغۇز سوقمونىيا جۇلاپتا ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە ماددا قويۇق بولغاندا سەبرىگە ئوخشاش دورىنى ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ياخشىسى سەبرىنى يۇيۇپ، كاسنە سۈيى ۋە تەئسىد سۈيىگە چىلاپ ئاندىن ھەب قىلىنىدۇ، ئەمما سېرىق ھېللىنى بىر تۈركۈم تېۋىپلار ئىشلىتىدۇ. لېكىن ئۇنىڭ تەسىر قىلغانلىقى بايقالمىدى، چۈنكى سېرىق ھېللىلە ئىچىنى سۈرگەندىن كېيىن تەر تۆشۈكچىلىرىنى تارايتىدۇ ۋە ئىچكى ئەزالارنى يېرىكلەشتۈرۈۋېتىدۇ. ئەگەر ئىشلىتىش زۆرۈر بولۇپ قالسا، ماددا تولۇپ پىشقاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ. ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈيى بەك مەنپەئەتلىك، بولۇپمۇ ئۆز ۋاقتىدا ئېتى بىلەن سقىلغان ئانار سۈيى. سۈرگە دورىلىرىنىڭ بەزىسى بىنەپشە ۋە سوقمونىيادىن تەييارلىنىدۇ. بىنەپشىدىن تۆت گىرام، سوقمونىيادىن 0.25 گىرام ئېلىنىدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا ئازراق پىننە قوشۇلىدۇ، بەزىدە سوۋۇتقۇچى، لەتىفلەشتۈرگۈچى دورىلاردىن تۆۋەندىكى نۇسخىدىكى ھەبكە ئوخشاش سوقمونىيا سېلىنىدىغان دورا تەييارلىنىدۇ.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: يۇمغاقسۈت، تاباشىر ۋە قىزىلگۈلنىڭ ھەربىرىدىن 1.5

گىرام، كافۇردىن 0.18 گىرام، سوقمونىيادىن يېرىم گىرامغىچە ئېلىپ ھەب تەييارلاپ، يېرىم گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدىغان ياكى شىرخىست، تەرەنجىبىن، شام ئالمىسى ئۇسارىسى، بېھى ئۇسارىسىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، ھۆل يۇمغاقسۈت ئۇسارىسىدىن بىر ھەسسىنىڭ ئالتىدىن بىرىنى ئېلىپ، ئۇسارىلەرنى بىرلەشتۈرۈپ، ئۇنىڭغا شىرخىست، تەرەنجىبىننى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇيۇغلى يېقىنلاشقانغا قەدەر قىيام قىلىپ، ئاندىن كافۇردىن0.75 گىرام، سوقمونىيادىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، قىيامنى ئوتتىن چۈشۈرۈپ، ئۇنىڭغا كافۇر، سوقمونىيا سېپىلىدىغان ۋە ھورى تارقاپ كەتمەسلىك ئۈچۈن ساقلىنىدىغان، ئاندىن ئۆزلۈكىدىن يېنىك قويۇلغانغا قەدەر قويۇپ قويۇلىدىغان. بىر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن يەتتە گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدىغان.

بەزىدە شىرخىست، تەرەنجىبىن، ناۋات قاتارلىقلاردىن ھالۋا تەييارلاش مۇمكىن بولىدىغان. ئۇ ھالۋىغا سوقمونىيا، كافۇر سېلىنىدىغان، كافۇر بىر قېتىم يېيىلىدىغان ھالۋىغا 0.25 گىرامغىچە سېلىنىدىغان، سوقمونىيادىن يېرىم گىرامغىچە سېلىنىدىغان. بۇ كۆكۈلگە ياقىدىغان، تەبىئەت ياقتۇرىدىغان بولىدىغان، يازدا سوغۇقتىن قىزىپ قالغان كىشىنى مادا تارقاشتىن قايتماسلىق ئۈچۈن، چېدىرغا كىرگۈزمەسلىك، بولۇپمۇ تەرلىگەندە. قۇرسلار بۇ خىل قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە مۇۋاپىق كەلمەيدىغان، بىراق مادا پىشقان ۋە تازىلانغاندىن كېيىن مۇۋاپىق كېلىدىغان. قۇرسلار قىزىتما ئاشقازانغا جۈدەتكۈچى قىزىتما مۇناسىۋەتلىك بولغانىدەك بولىدىغان كىشىلەرگە بەك مۇۋاپىقتۇر. ئۆزىنىڭ تەدبىر قىلىش ئادىتىنى ئۆزگەرتكەن كىشى بەزىدە قىزىتمىنى سېزىدىغان، بۇ زىيانلىق ئەمەستۇر، چۈنكى سەۋەب تەدبىر قىلىش ئادىتىنى تەرك ئېتىشتۇر، سۆزلىگەنلىرىمىزنىڭ ھەممىسىنى بىلىۋالغايسىز.

7 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنى غىزالاندۇرۇش توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، قىزىتما بىمارلىرىغا ئەڭ مۇۋاپىق غىزا ھۆل غىزادۇر، بولۇپمۇ مىزاجى ھۆل بولغان كىچىك بالىلار ۋە كۆپ ئارام ئېلىپ ئاز ھەرىكەت

قىلىدىغانلارغا. ھۆل غىزا مىزاجىغا ئوخشىمىغانلىقى جەھەتتىن ۋە كېسەللىككە زىت بولغانلىقى ئۈچۈن بۇلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ. ئەگەر قىزىتما باشلانسا ۋە چوڭ تەرەت قۇرۇق بولسا، چوڭ تەرەت تولۇق چىقمىغۇچە غىزا بېرىلمەيدۇ، تۇتقاقلىق قىزىتما ياكى كۈچلۈك قىزىتما بولغاندا بىمار قورسقى ئاچ، ئاشقازىنى قۇرۇق ھالەتتە يېتىشى لازىم، چۈنكى بۇلار بۇ ۋاقىتتا غىزالىنىپ بولغان بولسا، تەبىئەت پىششىتىن ھەزىم قىلىشقا ۋە ئىتتىرىپ چىقىرىشقا يۈزلىنىپ، كېسەللىك بېكىۋالىدۇ ۋە سوزۇلما بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن غىزا بېرىشنى قىزىتما چۈشكىچە ۋە ئۇنىڭدىن كېيىنكى ۋاقىتقىچە كېچىكتۈرۈش لازىم. ئەگەر قىزىتمىنىڭ چۈشۈش ۋاقتى غىزالىنىشتىكى ئادەت ۋاقتىغا ئۇدۇل كېلىپ قالسا، ئۇ ياخشىراقتۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، غىزالاندۇرۇش ۋە تەدبىر قىلىشنىڭ بەزىسى بەك لەتىف، بەزىسى بەك قويۇق، بەزىسى ئوتتۇراھال بولىدۇ، بەزىسى لەتىپلىككە، بەزىسى قويۇقلۇققا مايىلراق بولىدۇ. لەتىپلىكتە چېكىگە يەتكەن غىزانى بېرىش ئۇزۇقلۇقنى چەكلەشتۇر، بەك قويۇق غىزالارنى بېرىش ساقلارنىڭ غىزالىرىنى ئىستېمال قىلىشتۇر. لەتىپلىككە يېقىن تۇرىدىغان ئوتتۇراھال غىزالار شۇكى، غىزاسىغا پەقەت ئانار ئۇسارىسى ۋە بەك سۇيۇق جۇلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۇيۇق ئارپا سۈيى ۋە ئۇنىڭدىن كېيىن قويۇق ئارپا سۈيى ۋە ياۋا پالەك، يەرلىك پالەك، سېمىزئوت ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ھۆل سوغۇق كۆكتاتلار، ئۇنىڭدىن كېيىن ئارپا يارمىسى ئۆز پېتى بېرىلىدۇ. قويۇقلۇق تەرەپتە تۇرىدىغان غىزالار توخۇ ۋە كاللا ـ پاچاقتۇر، ئۇنىڭدىن لەتىپراقى پاختەك، چۈجە گۆشلىرى، ئۇنىڭدىن لەتىپراقى تورۇلغا، بېلىق گۆشلىرى، ئۇنىڭدىن لەتىپراقى چۈجە ۋە تۇرۇلغىلارنىڭ قانىتى، چالا پىشقان تۇخۇم، بەك كىچىك بېلىق، ئۇنىڭدىن لەتىپراقى ئارپا يارمىسى، ئۇنىڭدىن لەتىپراقى سوغۇق سۇدا سۇيۇق ئېرىتىلگەن ئاق ناننىڭ ئېرىتىلمىسى قاتارلىقلاردۇر. قويۇق غىزا كۈچلۈك غىزادۇر، ئارپا يارمىسى قىزىتما بىمارلىرىغا بەك ياخشى غىزادۇر، چۈنكى بۇنىڭدا قويۇقلۇقى ۋە تۇتۇشۇپ تۇرۇشىغا سىلىقلىق، تېپىلغاقلىق، تاتلىقلىق، ھۆللۈك يەتكۈزۈش، يۇمشاقلىق، قىزىتمىغا قارشى تۇرۇش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، بەدەنگە تېز ئۆتۈش، يۇيۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەر بىرلەشكەن

بولۇپ، ئۇنىڭدا قابىزلىق يوقتۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇ چۆكۈۋالمايدۇ ۋە ئۆتۈش يوللىرى گەرچە تار بولسىمۇ چاپلىشىۋالمايدۇ. ئاشقازان ۋە قىزىلئۆڭگەچكە چاپلىشىۋالمايدۇ، بەزىدە بەلغەمگە ئوخشاش خىلتىنى پاكلايدۇ، ئەگەر ياخشى پىشۇرۇلسا، قورساقنى قەتئىي كۆپتۈرمەيدۇ. قەدىمكى تېۋىپلار ئارپا يارمىسى ۋە ئۇنىڭ سۈيى بىلەن تەدبىر قىلىشتىن لەتىپرەك تەدبىر قىلىشقا ئېھتىياج چۈشكەندە سۈيى كۆپ مائۇلھەسەل ئىشلىتەتتى، چۈنكى ئۇنىڭ ئوزۇقلۇقى ئاز، سۇنى بەدەنگە ئۆتكۈزۈشى ۋە ئۇ سۇ بىلەن ھۆللۈك يەتكۈزۈشى، پاكلىشى، تۇسالغۇنى ئېچىشى ۋە سۈيدۈك ھەيدىشى كۆپتۇر. ئىسسىقلىقمۇ تۆۋەنلىتىلگەندۇر، ئۇ بەزىدە قۇۋۇۋەتنى كۈچەيتىدۇ، ئىلگىرىكى تېۋىپلار مائۇلھەسەلدىن كېيىن سىركەنجۇبىل ھەسەلى ئىشلىتەتتى. ئۇ قويۇقراق، بەك ئوزۇق بېرىدىغان بولۇپ پارچىلاش ۋە پاكلىشى كۈچلۈكرەكتۇر، بۇنىڭدا ھەسەلدىكىدەك ئىسسىتىش ۋە ئىسسىق ئىچكى ئەزالارغا زىيان يەتكۈزۈش خۇسۇسىيىتى يوقتۇر. شېكەر بولۇپمۇ تازىلانغان شېكەرنىڭ پاكلىشى ھەسەلنىڭ پاكلىشىدىن ئازراق بولسىمۇ ھەسەلدىن ياخشىراقتۇر، شۇنداقلا سىركەنجۇبىل سۇككەرىمۇ ياخشىراقتۇر. لېكىن، يالغۇز سىركەنجۇبىل ئىشلىتىش بەزىدە ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە قورقۇنچلۇقتۇر.

بىز ئارپا سۈيى ۋە سىركەنجۇبىل ئىچكۈزۈشنى ئايرىم تېمىدا ئايرىم سۆزلەيمىز. يېنىك تەدبىر قىلىشنى كېسەللىك ماددىسىنىڭ تەبىئىتى ۋە تەبىئەتنىڭ ماددىنى پىشۇرۇش، تارقىتىش، تازىلاشقا مۇمكىن بولۇشى تەلەپ قىلىدۇ. لەتىف تەدبىر قىلىشتىكى ئەڭ ياخشى ۋاقىت قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىدۇر. بۇ چاغدا تەبىئەتنىڭ ماددا بىلەن قارشىلىششى كۈچىيىدۇ، شۇڭا ئۇنىڭدىن باشقا نەرسىگە يۈزلەنمەسلىك لازىم، بولۇپمۇ بوھراندا. ئەمما بۇنىڭدىن بۇرۇن قارشىلىش بېكىنىۋالغان بولمايدۇ، لەتىف تەدبىر قىلىشنى تەلەپ قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، قان ئېلىشقا ياكى ئىچىنى سۈرۈشكە ۋە ھۆقنە قىلىشقا ياكى ئاغرىق پەسەيتىشكە ھاجەت بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا شۇ ھاجەتنى ئادا قىلىشتىن بىكار بولۇش، ئاندىن غىزا بېرىش زۆرۈر بولغان بىرەر توسقۇچى بولمىغاندا غىزا بېرىش لازىم.

كۈچلۈك تەدبىر قىلىشنى قۇۋۋەت تەلەپ قىلىدۇ، كۈچلۈك تەدبىر قىلىشقا ئەڭ ياخشى ۋاقىت قۇۋۋەت ماددىغا بەك مەشغۇل بولمايدىغان ۋاقىتتۇر، ئۇ ۋاقىت كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدۇر، كۈچلۈك تەدبىر قىلىشنىڭ زىيىنىنى كۈچلۈك تەدبىر قوللىنىش بىلەن داۋالاش لازىم. چۈنكى بۇمۇ قۇۋۋەتكە يەڭگىلىكتۇر، ياز پەسلى ماددىنى تارقاتقانلىقىدىن زىيادە ئوزۇق بېرىشكە ۋە كۈچلۈك تەدبىرنى ئايرىم - ئايرىم قوللىنىشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇ، چۈنكى قۇۋۋەت كۆپ نەرسىنى بىراقلا تولۇق ھەزىم قىلالمايدۇ ۋە شۇنىڭ ئۈچۈنكى يازدىكى تارقىتىش ئايرىم - ئايرىم بولىدۇ، شۇڭا ئورۇنباسارىمۇ ئايرىم - ئايرىم تەدبىر قوللىنىش بىلەن بولۇش لازىم. قىشتا ئەھۋال ئەكسىچە بولۇپ، قىش ماددىنى ئاز تارقاتقانلىقىدىن كۆپ ئورۇنباسارغا ئېھتىياجلىق بولمايدۇ، ئەگەر ئورۇنباسارى بىراقلا بېرىلسە، قۇۋۋەت ئۇنىڭ بىلەن تولۇقلىنىپ، ئۇنىڭدىن بىراقلا چۆچۈيدۇ. كۈز ناچار ۋاقىتتۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنىڭدا قۇۋۋەتنى ساقلاش بىلەن ماددىنىڭ غەلىبە قىلىش ئارىسىدا لەتىپلەشتۈرۈش بولۇش لازىم ۋە ئۇنىڭدا ئاز - ئازدىن ئايرىپ تەدبىر قىلىش ياخشىراقتۇر. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، قۇۋۋەت ئاجىز بولغاندا ئايرىم تەدبىر قىلىش ياخشىراقتۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئەگەر قۇۋۋەت تەلەپ قىلمىغان بولسا، غىزانى بەك لەتىپلەشتۈرۈش زۆرۈر بولغان بولاتتى، لېكىن قۇۋۋەت بۇنىڭغا بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ ۋە ئاجىزلايدۇ. ئەگەر ئاجىزلىسا داۋالاش مەنپەئەت قىلمايدۇ، چۈنكى ھەممىگە مەلۇم بولغىنىدەك بۇنىڭ داۋاسى تېۋىپ ئەمەس قۇۋۋەتتۇر. ئەمما تېۋىپ دورىلارنى قۇۋۋەتكە يەتكۈزىدىغان خادىمدۇر، ئەگەر كېسەللىك بەك ئۆتكۈر بولسا، شۇ كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىنىڭ يېقىنلاشقانلىقىدۇر. قىزىتمىنىڭ باشلىنىش مەزگىلى بىلەن ئاخىرلىشىش مەزگىلى ئارىلىقىدىكى ۋاقىتتا، قۇۋۋەتنىڭ ئاجىزلىمىغانلىقى مۆلچەرلەنسە، قۇۋۋەتكە مەشغۇل بولۇش يېنىكلىتىلىدۇ، ئۇ قۇۋۋەتنى ماددىدىن غەلىبە قىلدۇرۇلىدۇ ۋە قۇۋۋەتنى قويۇق غىزاغا مەشغۇل قىلماي، بەلكى يېنىك تەدبىر قىلىنىدۇ. گەرچە غىزانى قەتئىي تەرك ئېتىش بىلەن بولسىمۇ، بولۇپمۇ بوھران كۈنىدە.

ئەگەر كېسەللىك بەك ئۆتكۈر بولماي، بەلكى مۇتلەق ئۆتكۈر بولغانلىقى مەلۇم

بولسا، غىزانى بەك لەتىفلەشتۇرۇۋەتمەي، مۇۋاپىق لەتىفلەشتۇرۇش لازىم. بىراق قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە بولۇپمۇ بوھران كۈنىدە بەكرەك لەتىفلەشتۇرۇشكە بولىدۇ، ئەگەر كېسەللىكىنىڭ سوزۇلمىغا ياكى سوزۇلمىغا يېقىن ئىكەنلىكى مەلۇم بولسا، لەتىف تەدبىر قىلىنمايدۇ. چۈنكى لەتىف تەدبىر قىلىش بىلەن قۇۋۋەت ئاخىرقى مەزگىلىگىچە نورمال بولمايدۇ، لېكىن شۇنداق تۇرۇقلۇق قىزىتما تۇرلىرىنىڭ ھەممىسىدە تۇنجى تەدبىر كۈچلۈكرەك، قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە لەتىفرەك بولۇشى زۆرۈر بولىدۇ. بۇ ئارىلىقتا كېسەللىكىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە قۇۋۋەت ساقلانغانغا قەدەر تەدرىجىي كۈچەيتىپ تەدبىر قىلىنىدۇ. بۇ يەردە قۇۋۋەت ماددىغا ئەۋەتىلىدۇ ۋە بۇنى باشقىسىغا مەشغۇل قىلىنمايدۇ، ئەگەر قۇۋۋەتنىڭ كۈچلۈك ئىكەنلىكى بىلىنسە، بەزىدە بىمارنىڭ ئەھۋالى گەرچە بىر ھەپتە بولسىمۇ، پەقەت جۇلاپ ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى بېرىش زۆرۈردۇر، بولۇپمۇ ئىششىقتىن بولغان قىزىتمىلاردا. ئەگەر ئاجىزلاش خەۋپى بولسا، پەقەت ئارپا سۈيى ئىشلىتىلىدۇ، ئەگەر بىمارنىڭ ئەھۋالى مۇرەككەپ بولۇپ بىلگىلى بولمىسا، لەتىف تەدبىر قىلىش كۈچلۈك تەدبىر قىلىشتىن ياخشىراقتۇر. ئۆتكۈر كېسەللىكتە غىزا بېرىش، قۇۋۋەتلەش ياخشىراق، چۈنكى ئۇ پىشىشقا ياردەم بەرمەيدۇ، تازىلاش سىنىڭ قولۇڭدا، قاچان خالىساڭ تەبىئەت تازىلايدۇ ياكى تازىلىمايدۇ، دېگەن كىشىنىڭ خاتالىقىنى ھەممىگە تونۇشتۇردۇق. ئەگەر قۇۋۋەت تۆۋەنلەش خەۋپى بولسا، غىزا بېرىش ياخشىراقتۇر. سەپرالىق بەدەنلەر بىز يۇقىرىدا سۆزلىگىنىمىزنىڭ ئەكسىچە تەدبىر قىلىشنى تەلەپ قىلىدۇ، بولۇپمۇ كۆپ يېيىشكە ئادەتلەنگەن بولسا. چۈنكى ئۇلارغا غىزا بېرىلمىسە، قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلى ۋە ئاخىرلىشىش مەزگىلىنىڭ ئېغىرراق ۋاقىتلىرىدا، ئۇلارنىڭ ھالى ئىككى ئىشتىن خالىي بولمايدۇ، ئەگەر قۇۋۋەتلىرى ئاجىز بولسا، ھوشسىزلىنىپ ئۆزۈن ئۆتمەي ئۆلۈپ كېتىدۇ. ئەگەر كۈچلۈك بولسا، جۈدەشكە باشلايدۇ ۋە بۇرنى ئىنچىكىلەش، كۆزى ئولتۇرۇشۇش، چېكە سۆڭىكى چىقىپ قېلىش قاتارلىق جۈدەش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بەزىدە ئۇلارنىڭ ئاشقازىنىغا كۆيۈشتۇرگۈچى سەپرا قۇيۇلغانلىقتىن غىزادىن بۇرۇن ھوشسىزلىنىدۇ ۋە بەزى سېمىز كىشىلەردە غىزا ئۇزۇلۈپ قالسا،

ئورۇقلاپ ئاجىزلاپ، غىزانى چەكلەشكە بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. تەبئىي ھارارىتى بەك كۆچلۈك ياكى بەك ئاجىز بولغان كىشىلەرنىڭ ھەممىسى غىزانى تەرك ئېتىشكە بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. ئاشقازىنىغا ئاغرىق يېتىپ، شېرىكچىلىك بىلەن بېشى ئاغرىيدىغان كىشىلەر شۇ قاتاردىدۇر. بۇلار بەزىدە ئارپا سۈيى بىلەن قانائەتلىنىدۇ، بەزىدە ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنى كۆچلەندۈرۈش ئۈچۈن ئارپا سۈيىگە ئانار ئۇسارىسى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاشلارنى ئارىلاشتۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇ، بەزىدە غىزادىن بۇرۇن ئارپا سۈيىنى يېنىك قەي قىلدۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

بۇلارنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ ئاجىزلاپ ھوشسىزلىنىشقا يېقىنلىشىشىدىكى سەۋەب كۆچلۈك - ئاجىزلىق ئەمەس، بەلكى سەپرانىڭ ئاشقازان ئېغىزىغا قۇيۇلۇشىدۇر، ئەگەر بۇلارغا ئىسسىق سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركەنجۈبىل كۆپ ئىچكۈزۈلسە ۋە كۆپ سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شاراب ئىچكۈزۈلسە، سەپرالىق خىلىتلارنى قەي قىلدۇ ۋە قۇۋۋەتنى نورمال بولىدۇ. ئەگەر قابىز رۇببىلاردىن بىرەرسى بېرىلسە، قەي قىلىش پەسەيدۇ. ياشانغانلار، ئاجىزلار، كىچىك بالىلار ئاچلىققا بەرداشلىق بېرەلمەيدىغان كىشىلەردۇر، ئەمما ئوتتۇرا ياشلىقلار ئاچلىققا بەرداشلىق بېرەلەيدۇ. كۆپىنچە بۇنداق بىمارلاردا تېۋىپلار يەنە بىر يولدىن خاتالىشىدۇ، يەنى تېۋىپلار قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە بىمارلاردىن غىزانى چەكلەيدۇ، ئاخىرقى مەزگىلدە قۇۋۋەتنىڭ تۆۋەنلىگەنلىكى بىلىنگەندە ئامالسىز غىزا بېرىدۇ. ئەگەر بۇ تېۋىپلار قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە بىمارغا غىزا بەرگەن ھەم ئۇۋۇلغان بولسا، بۇ خاتالىق يۇقىرىقى خاتالىقتىن تۆۋەن بولاتتى، شۇنداقلا بۇ بىمارلارنى خام ۋە سەپرالىق نەزلىلەر، پىشمىغان ماددىلار بىئارام قىلغانلىقتىن ئۇلار ئۇيقۇسىزلىققا گىرىپتار بولىدۇ ۋە ئارامسىزلىنىپ تولغىنىپ ياتالمايدۇ، بەزىدە يۇگۈرەيدۇ. ماددىلار ئۇلارنىڭ قۇۋۋەتلىرىنى باسقانلىقى ھەم بۇخاراتلىرى كۆپەيگەنلىكى تۈپەيلى يوق نەرسىنى ئاڭلايدۇ ۋە ئۆرۈلۈپ - چۆرۈلۈپ ياتىدۇ، يوق نەرسىنى خىيال قىلىدۇ، ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاغرىغانلىقتىن تۆۋەنكى كالپۇكى تىترەيدۇ ۋە لىكىلدايدۇ، ئاشقازان ئېغىر بولغانلىقتىن كۆڭۈللىرى غەمكىن بولىدۇ.

8 ـ پەسىل سىركەنجۇبىل ۋە ئارپا سۇيى ئىچكۈزۈش قانۇنىيىتى توغرىسىدا

ئارپىنى قاياناتقاندا ئۇنىڭ قۇۋۇتى چىققاچقا بەزىدە ئارپا تېنى بولمىسمۇ، داۋالاش رولى ۋە مەنپەئەت بېرىش ئۈمىدى بولىدۇ.

ئارپا سۇيىنىڭ ئەڭ ياخشىسى سۇنى 2012 گىرام، ئارپىنى 106 گىرام قوشۇپ، بەشتىن ئىككى قىسمى قالغۇچە قايناتلىغىنىدۇر. ئارپا سۇيىدىن قىزىل، سۇيۇقى ئېلىنىدۇ، بۇ ئوزۇقلۇقى ئازراق، ھۆللۈك يەتكۈزۈشى كۆپ، يۇيۇشى، ئېشىندىلارنى چىقىرىشى، پىشۇرۇشى ياخشى، نورمال بولغان سۇيۇق ئارپا سۇيىدۇر. ئارپا سۇيىنىڭ بەزىسىدە ئارپا تېنى ۋە ئارپا ئۇنىدىن ئازراق بولىدۇ، بۇنداق ئارپا سۇيىدە ئارپا بەك كۆپ قاينىتىلماي، بەلكى ئارپىنى قورساق ئېسىلىش يوقالغان مىقدارىدا قاينىتىلسا بەك چاپلاشقاق قىلمايدىغان دەرىجىدە بولسا بولىدۇ. بۇنداق ئارپا سۇيىنىڭ ئوزۇقلۇقى كۆپرەك، يۇيۇش ۋە پىشۇرۇشى ئازراق بولىدۇ، بۇنىڭ جەۋھىرى كۆپىنچە سوغۇق ئاشقازاندا چۈچۈمەل بولۇۋالىدۇ، گەرچە ئۇنىڭدا مىزاج بۇزۇلۇشقا يات كۆپ ئىسسىقلىق بولسىمۇ. ئارپا سۇيى بەزىدە پوستى ئاقلانمىغان ئارپىدىن، بەزىدە پوستى ئاقلانغان ئارپىدىن قاينىتىلىدۇ. مېنىڭ قارىشىمدا، سىركەنجۇبىلنىڭ ياخشىسى شېكەرنى قازاندا تەكشى يېيىتىپ، ئاندىن ئۈستىگە ئۆتكۈر سىركە، يەنى ھاراق سىركىسىدىن شېكەردىن كۆپرەك مىقدارىدا قۇيۇپ، ئاغزى ئوچۇق قويۇلغان، ئاندىن قازان ئاستىغا چوغ ياكى ئىسسىق كۈل قويۇپ قاينىتىپ، شېكەر ئېرىگەندە كۆپۈكنى ئېلىۋېتىپ شېكەر ۋە سىركە ئارىلاشقۇچە بىر سائەت تۇرغۇزۇپ، ئاندىن ئۈستىگە ئىككى ئىلىك مىقدارى سۇ قويۇپ، قىيامغا كەلگۈچە قاينىتىلغان سىركەنجۇبىلدۇر. سىركەنجۇبىل بىلەن ئارپا سۇيىنى بىرلەشتۈرۈپ ئىشلىتىش كۆپىنچە بىئارام قىلىدۇ ھەم ئارپا سۇيىنى بۇزىدۇ، چوڭ تەرتى قۇرۇق كىشىگە ئارپا سۇيى ئىچكۈزمەي، ئاۋۋال ھۆقنە قىلىش لازىم.

ئەگەر ئارپا سۇيى ئاشقازاندا چۈچۈمەللەشسە، سۇيۇقراق ئارپا سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ، ئەگەر يەنە چۈچۈمەللەشسە، ئۇنىڭ بىلەن كەرەپشە يىلتىزى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار قاينىتىلىدۇ. ئەگەر يەنە چۈچۈمەللەشسە، ئۇنىڭغا ئازراق قارىمۇچ ئارىلاشتۇرۇش لازىم. بولۇپمۇ ماددا بەك سۇيۇق ۋە ئىسسىق بولمىسا. ئەگەر بۇنىڭ مەنپەئەتى كۆپ بولسا، بەزىدە ئىسسىق مىزاجلىقلار ئۇچۇن ئازراق ھاراق سىركىسى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. لېكىن سىركەنجۇبىلنى ئەتىگەندە ئىچكۈزۈپ خىلتىلار پارچىلانسا ۋە ئېشىندىلار ئىتتىرىلىشكە تەييار بولسا، ئۇ پارچىلىغان ۋە پاكلىغان نەرسىلەرنى يۇيۇش ۋە ئۇ نەرسىلەرنى تەرلەش ۋە سۇيدۇك ھەيدەش بىلەن چىقىرىش ئۈچۈن ئىككى سائەتتىن كېيىن، ئالدى بىلەن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سۇيۇق ئارپا يارمىسى سۇيى ئىچكۈزگەندىن كېيىن، يەنە سىركەنجۇبىل ئىچكۈزۈلىدۇ. كەچتە غىزا ئاشقازاندىن ئايرىلىپ بولغاندا سىركەنجۇبىل ئىچكۈزسە زىيان قىلمايدۇ.

بەزىدە زىيادە ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن ئارپا سۇيىدىن بۇرۇن جۇلاپ ئىچكۈزۈشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ بەدەن ۋە تىلدا قۇرۇقلۇقنىڭ غەلىبە قىلغانلىقىدىن بىلىنىدۇ. بەزىدە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن ئارپا سۇيى ۋە جۇلاپتىن ئىلگىرى ئازراق تەمرى ھىندى سۇيى ئىچكۈزۈش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بۇنىڭ ھەممىسى ئىككى سائەت بۇرۇن ئىچكۈزۈلىدۇ.

9 ـ پەسىل داۋالاش، بولۇپمۇ ئۆتكۈر قىزىتمىنى داۋالاش توغرىسىدا

يۇمشىتىش، سۇيدۇك ھەيدەش، تەرلىتىش، پىشۇرۇش تەدبىرلىرى، ئۇنىڭدىن كېيىن دورا بىلەن تازىلاش ۋە غىزا بېرىش توغرىسىدا سۆزلەنگەن مەزمۇنلارنى بۇ يەردە ئەسلىشىڭىز لازىم. ئەمما ھارارەت كۈچىنى ئۆچۈرۈش يوللىرى ھاۋا ۋە غىزانىڭ سوۋۇتۇشى، تىلا ۋە زىماتلارنىڭ سوۋۇتۇشى بىلەن ۋە ئۇسسۇزلۇقنى

پەسەيتىش ئۇچۇن ئىسپىغۇل لوغابى، بېھى ئۇرۇقى لوغابى، سېمىزغوت ئۇسارىسى، رۇببىسۇس قاتارلىق دورىلارنى ئېغىزدا تۇتۇش بىلەن بولىدۇ. بىمارنىڭ بېشى ھۆل تۇرۇشى ئۇچۇن ئۆتكۇر كېسەللىك بىمارىنىڭ چېچىنى پات - پات چۇشۇرۇۋېتىش زۆرۇر.

بەزىدە تاۋۇز ئۇسارىسى، تەرخەمەك، قاپاق، سېمىزغوت قاتارلىقلارغا قىزىلگۇل يېغى بىلەن ئازراق كافۇر قوشۇپ تەييارلانغان ھۆقىنلەرنى ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىقتۇر. شۇڭا، مۇمكىنقەدەر ھاۋانى سوۋۇتۇش زۆرۈر بولىدۇ، ھاۋانى سوۋۇتۇش بىمار تۇرىدىغان ئۆينى ئازادە قىلىش ۋە كۆپ شامالدۇرغۇچىلارنى ئېسىش، كۆپ مۇزلارنى تىزىش بىلەن بولىدۇ. ئەگەر ئۆي لاي بىلەن يېقىندا سوۋالغان بولسا بولۇپمۇ ئۇ لايغا سامان ئورنىغا توزغاق ئارىلاشتۇرۇلغان بولسا بەك ياخشىدۇر. ئەگەر ئۆيدە فونتان ۋە سۇ سەپكۇچى ئۇسكۇنىلەر قويۇلۇپ، ئۇنىڭدا تاتلىق سۇ ئاقسا ياكى ياتىدىغان ئورۇن تور بىلەن يۆگەلگەن كۆلچەك ئۇستىدە بولسا ۋە بىمار ئۇخلايدىغان كۆرپە تەبرى ئۆسۈملۈكى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ياسالغان بولسا ۋە باشقا سېلىنچىلار سۆگەت شېخى، بېھى شېخى، قىزىلگۇل سېپىلگەن رەيھان، ئالما شېخى، نېلۇپەر، قىزىلگۇل، بىنەپشە قاتارلىقلار بولسا ۋە ئۆيگە سوغۇق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق مېۋىلەر پارچىلاپ قويۇلغان تاۋاقلار قويۇلسا، مەسىلەن: ئالما، بېھى، قىزىلگۇل سۇيى چېچىلغان ھەر خىل خۇش پۇراق ئاموت، نېلۇپەر ۋە سەندەل، كافۇر سېپىلگەن ئازراق خۇش پۇراق شاراب تېمىتىلغان سۆگەت قاتارلىقلار قويۇلسا بەك ياخشىدۇر، مانا بۇ ھاۋا تەدبىرىدۇر. غىزا تەدبىرى ھەممىگە مەلۇمدۇر. ئەگەر سوۋۇتۇش بىلەن بىرگە يۇمشىتىش مەقسەت قىلىنسا، قاپاق سۇيى، مەخسۇس تاۋۇز سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، كاھۇ قاتارلىقلار سىركە بىلەن ئىشلىتىلسە ياخشىدۇر. ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش ئۇچۇن ياخشى بولغان نەرسىلەردىن بىرى بەك سۇزۇلگەن ئېرىمچىكتىن تەييارلانغان مائۇلجەبىن بىلەن ئاق نانىدىن تەييارلانغان شەربەتتۇر. ئەگەر سوۋۇتۇش بىلەن بىرگە چوڭ تەرەتنى توختىتىش مەقسەت قىلىنسا، ئاچچىق ۋە ناخۇش ئانار ئۇسارىسى، غوراپ سۇيى، شاتۇت سۇيى، تۇزلانمىغان ئاچچىق لىمون سۇيى، ئاچچىق ئاپېلسىن سۇيى، ئۇنىڭغا

ئوخشاش نەرسىلەر ۋە زىرىق سۇيى قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەمما تىلا ۋە زىماتلار ھەممىگە مەلۇم ئۇسارىلەردىن، بولۇپمۇ قىزىلگۈل سۇيىدىن ياكى سەندەل ۋە كافۇر قوشۇلغان يېڭى قىزىلگۈل ئۇسارىسىدىن تەييارلىنىدۇ. يۇمغاقسۇت سۇيى ۋە كاسنە سۇيى چوڭ تەرەتنى توختىتىش بىلەن بىرگە كۆپ سوۋۇتىدۇ. ئىسپىغۇل لوئابى سىركە ۋە قىزىلگۈل سۇيىمۇ مۇشۇ قاتارىدىندۇر. جىگەر ساھەسىگە سوۋۇتقۇچى نەرسىلەرنى نۇتۇل قىلىش ئەڭ مەنپەئەتلىكتۇر. بەزىدە نۇتۇل قىلىشقا سۇ يارايدۇ، ئەگەر نەزلە ۋە يۆتەل بولسا ياكى بىمارنىڭ بېشىدا بۇخاراتنىڭ كۆپلۈكىگە دالالەت قىلىدىغان ئېغىرلىق ياكى تارتىشىش بولسا، باشقا سۇ ياكى سىركە قۇيماي، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ سۇنىڭ ھورىدا ھورلاندۇرۇشقا مەشغۇل بولۇش لازىم.

ئەگەر نەزلە ۋە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن نەرسىلەردىن بىرەرسى بولمىسا، نۇتۇل ۋە تىلالاردىن خالىغىنى ئىشلىتىلىدۇ. باش تولۇپ قالغان ئەھۋالدا ئەڭ زىيان قىلىدىغان نۇتۇل باشقا سۇت سېغىشتۇر، چۈنكى ئۇ بەزىدە باشتا ئىشىشق پەيدا قىلىدۇ ۋە بىمارنى ھالاك قىلىدۇ. باش تولۇپ قالغاندا باشنى نۇتۇل قىلىدىغان ئەڭ بىخەتەر ۋاقىت بۇخارات ھۆل بولماستىن، سەپرالىق بولغان ۋاقىتتۇر. بۇنداق ۋاقىتتا بەزىدە نۇتۇل قىلىش زىيان قىلماي، بەلكى مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ ئۇيقۇ ۋە ئۇيقۇسىزلىق ئەھۋالى ۋە شۇنداقلا بۇرۇن تۆشۈكىنىڭ ھۆل ۋە قۇرۇقلۇق ئەھۋالىدىن بىلىنىدۇ. ئەگەر ئۇيقۇ ياكى ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى ۋە بۇرۇن تۆشۈكى ھۆل بولۇش ئەھۋالى كۆرۈلسە، نۇتۇل قىلىش ۋە ياغلاشتىن ئېھتىيات قىلىپ، مادداىنى تۆۋەنگە تارتىشقا تىرىشچانلىق قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇرۇن ۋە يۈزدە بەك قىزىللىق كۆرۈلسە، بۇرۇندىن قان ئاقتۇرۇشقا بولىدۇ ۋە جىگەر زىماتلار بىلەن سوۋۇتۇلىدۇ. سوۋۇتماقچى بولغاندا بەك سوۋۇتۇشنىڭ تەرلەش ۋە تارقاش ۋاقتىغا ئۇدۇل كېلىپ قېلىشىدىن ئېھتىيات قىلىش لازىم. بەزىدە بۇ، كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇشىغا سەۋەب بولىدۇ، دېمەك بەزىدە كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇشى ئۆتكۈرلۈكىدىن بىخەتەرەكتۇر. ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشتىن ئېھتىيات قىلىشى لازىم، چۈنكى ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش

قۇۋۋەت ئاجىزلىقىنى ئېغىر لاشتۇرۇۋېتىدۇ ۋە ئېشىندىلار غەلىبە قىلمىسا، ئېشىندىلارنى ئۇچەيگە قوبۇل قىلىشتىن ۋە ئۇلارنى ئۇچەيدىن ئىتتىرىپ چىقىرىشتىن تەبىئەت يىغلىۋالىدۇ. بەزىدە ئېشىندىلار ئۇستىگە قايتىپ قوۋۇرغا باشلىرىنى ئاغرىتىدۇ، كۆپتۇرىدۇ ۋە باشنى ئاغرىتىدۇ. بەزىدە سۇيۇق ماددىنى قويۇلدۇرىدۇ. ماددىنىڭ پىششىشىدا ۋە ئۇخلىتىشتا خەشخاش شەربىتىنىڭ ئاجايىپ تەسىرى بارىدۇر.

10 ـ پەسىل ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا ئېغىر بولىدىغان ئەگەشمە ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئالدى بىلەن قىزىتمىلاردا ئېغىر بولىدىغان ئەگەشمە ئالامەتلەر ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا سۆزلەيمىز. ئاندىن ئۆتكۈر قىزىتمىلارنى تەپسىلىي بايان قىلىشقا باشلايمىز. بۇ ئالامەتلەر تىترەش، سوغۇقتا توڭلاش، جۇغ ـ جۇغ، كۆپ تەرلەش، ھەددىدىن زىيادە بۇرنى قاناش، ئېغىر قەي، ئاجىزلاشتۇرىدىغان ئىچ سۈرۈش، تاقەت قىلغىلى بولمايدىغان ئۇسسۇزلۇق، ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى، دائىملىق ئۇيقۇسىز، تىلى يېرىكلىك، ئېغىزى قۇرۇش، كۆپ چۈشكۈرۈش ۋە ئېغىر باش ئاغرىقى، ئارقىمۇئارقا يۆتەل، ئىشتىها تۆۋەنلەش، كالا ئاچلىق كېسىلى، ئىت ئىشتىهاسى، ناچار ئىشتىها ۋە ھېچ تۇتۇش قاتارلىقلاردۇر.

11 ـ پەسىل تىترەش، جۇغ ـ جۇغ، سوغۇقتا توڭلاش قاتارلىقلارنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا

بۇلاردىن تەرلەشكە ئەگىشىپ كەلگەنلىرى تېز ياخشىلىنىدۇ ۋە تەدبىر قىلىشقا ئېھتىياجلىق بولمايدۇ. بوھراندىن بولغىنىغا ماددىنى ئىتتىرىش بىلەن قارشى تۇرماسلىق لازىم. ئۇ ئاجىزلاشتۇرىدىغان نەرسىلەردىن ئەمەستۇر. بەزىدە ئۇنى

مۇچىلەرنى باغلاش ۋە يېنىك ئۇۋۇلاش، يۆگەپ ئىسسىتىش، ئېھتىياج چۈشكەندە سېرىقچېچەك يېغى ياكى بابۇنە يېغى بىلەن ياغلاش پەسەيتىدۇ. ئەمما كۆچلۈك بولغىنى قىزىتمىلاردا ياكى ئۇنىڭ باشقىسىدا داۋاملاشسا، مۇچىلەرنى كۆپ ئورۇندىن باغلاش، بابۇنە يېغى ۋە گۈلسەۋسەن يىلتىزى يېغىنى سۈركەش لازىم. بەزى تېۋىپلار بۇ ياغنى قاقىلە، قۇندۇز قەھرى، سۇزاپ، شېھ ئەرمىنى، پىننە، تەنكار، قارىمۇچ، ئاقىرقەرھاغا ئوخشاش دورىلار بىلەن كۆچەيتىدۇ. بەزىدە قىچا ۋە ھىكنى سۈركەشكە ئۆتىدۇ. بەزىدە بۇ دورىلار سۇدا قايناتىلىدۇ، ئاندىن ئۇ سۇدا ياغ قايناتىلىدۇ. زاغۇن سۈيى يالغۇز ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ، ياكى زاغۇن سۈيىدە قايناتىلىدىغان ياغ بۇ ھەقتە كۆچلۈكتۇر. رەيھان قايناتىلمىسى ۋە ئۇنىڭ سۈيىمۇ كۆچلۈكتۇر.

ياخشى ياغنىڭ تۈسخىسى قۇرۇق سېرىقچېچەك، مۇرمەككى، سۇزاپ، پىننە، قارىمۇچ، ئاقىرقەرھا قاتارلىقلارنى ئېلىپ، شارابتا ياخشى قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈلگىنىنى يېرىم ھەسسە كۈنجۈت يېغىدا سۈيى تۈگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ ياغلىنىدۇ. تۆت كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتمىدىن بولغان تىترەشكە ئىشلىتىلىدىغان كۆچلۈك ياغلار قۇسىتە يېغى، شېھ يېغى، قەيسۇم يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى، مۇرمەككى يېغى قاتارلىقلاردۇر. 30 گىرام ياغقا توققۇز گىرام سوقۇلغان قارىمۇچ، 0.5 گىرام سوقۇلغان ئاقىرقەرھا سېلىنىدۇ ۋە ياغدا ياكى كەرەپشە قاينىتىلغان زەيتۇن يېغىدا قاينىتىلغان ئەفسەنتىن ئىشلىتىلىدۇ. ئىسسىق زەيتۇن يېغىغا چىلىنىش بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، بەزىدە ئىچىلىدىغان دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ، بەزىدە بۇنى بەك قىزىق سۇ ئىچىش ۋە ئۇنىڭ ھورىدا ھورداش پەسەيتىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ بىلەن پەسەيمىسە، رۇمبەدىيان، پىننە، كەرەپشە ئۇرۇقى، مەستىكى، زاغۇن، سېرىقچېچەك ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار سۇدا قاينىتىلىدۇ ۋە شېھ، قەيسۇم، پىننە، سېرىقچېچەك، ئىزخىر، سۇزاپ، مەرزەنجۇش، قۇسىتە ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك ئۇرۇق دورىلارغا ئوخشاش دورىلار قاينىتىلغان سۇلار بىلەن بۇخۇر قىلىنىدۇ. كۆچلۈك سۈيدۈك ھەيدەيدىغان دورىلار تىترەشنى پەسەيتىدۇ.

تۆت كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتما ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىلاردىكى

كۈچلۈك تىترەشنى پەسەيتكۈچى دورىلاردىن قۇستىدىن تۆت گىرامى ياكى غارىقۇندىن تۆت گىرامى قاياق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. غارىقۇنىڭ كۆپ مەنپەئەتلىرى باردۇر، بەزىدە غارىقۇنغا ئازراق ئەپيۇن قوشۇپ ئىچكۈزۈپ ئۇخلىتىلىدۇ ۋە تەرلىتىلىدۇ. كۈچلۈك تىترەش ۋە ئۇنىڭ باشقىسى چەكلىنىدۇ، يەنە گۈلسەۋسەن يىلتىزىدىن تۆت گىرامى قاياق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۈچلۈك تىترەش ۋە ئۇنىڭ باشقىسى چەكلىنىدۇ، يەنە گۈلسەۋسەن يىلتىزىدىن تۆت گىرامى قاياق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە ئارچا مېۋىسىدىن تۆت گىرامى ياكى پەتەر ئاسالىيۇندىن تۆت گىرامى قاياق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇرەككەپ دورىلاردىن تەرياقى ئەربەئە، تەرياقى ئۆزرە، جاۋارىش كۇمۇنى، مەجۇنى پۇدىنەج، مەجۇنى پەلاپىلى، سۇزاپ، ھىڭ، ئاقىرقەرھا، قارىمۇچ قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار قاينىتىلغان ھەسەل شەربىتى ئىشلىتىلىدۇ. بىز تۆۋەندە سۈپەتلەيدىغان تەجرىبىدىن ئۆتكەن ھەب تىترەك قوزغىلىشتىن بىر سائەت بۇرۇن بىمارنى ئۇخلايدىغان ئورنىدا تۇز ياتقۇزۇپ، ئۆينىڭ ھاۋاسىنى ئوت بىلەن ياكى بىمارنى يۆگەش بىلەن ئىسسىتىپ، نورماللاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەبنىڭ نۇسخىسى

مىئەسائىلە، مۇرمەككى، ئەپيۇن، جاۋشىر ۋە قارىمۇچنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، سىرىقماي بىلەن يۇغۇرۇپ، بىر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە جاۋشىر، قۇندۇز قەھرى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، ھىڭ، ئاقىرقەرھا ۋە ئەپيۇن قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئالدىنقى ھەب ياسالغاندەك ياسىلىدۇ.

يەنە بىر ياخشى نۇسخا

جاۋشىر، سەكبىنەج، ھىڭ كۆتىكى، ئاق زىرە، كەرەپشە ئۇرۇقى ۋە قارىمۇچنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، بەزرۇلبەنجى، زەپەر، زىراۋەندە، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن، مۇرمەككى، جۇۋىنە، زەنجۇبىل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بىر

گىرامدىن، ئادراسمان ئۇرۇقى، ئاقىرقەرھانىڭ ھەربىرىدىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، بىر قېتىمدا ئىنتايىن قىزىق قايناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ كېسەللىكتە ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان شاراب ئىچكۈزۈشكە ۋە ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان غىزالارنى يېگۈزۈشكە، شۇنداقلا ئايارەج، جاۋارىش سەپەرجەلى، جاۋارىش تەمرىگە ئوخشاش دورىلار بىلەن سۈرۈشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر تىترەش بىئارام قىلسا، بولۇپمۇ قىزىتمىسىز بولسا، ھەببى مەنتىن ئىچكۈزۈلىدۇ، چۈنكى ئۇ تىترەشكە شىپا قىلىدۇ.

12 ـ پەسىل قىزىتمىدىكى قاتتىق تەرلەشكە تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

بوھراندىن بولغان تەرلەشنى مۇمكىنقەدەر توختاتماسلىق لازىم، ئەگەر زۆرۈرىيەت بولسا ۋە تەرلەش ھەددىدىن ئېشىپ كەتسە، بىمارنى يەلپۈش ۋە بىمار تۇرۇۋاتقان ئورۇننى سوۋۇتۇش لازىم. ئەگەر بۇ مەنپەئەت قىلمىسا، سوغۇق ئورۇنغا يۆتكەش، تەرنى قايتا ـ قايتا سۈرتمەسلىك لازىم، بۇ تەرنىڭ كۆپ چىقىشىغا سەۋەب بولىدۇ، بەزىدە ھوشسىزلىنىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، چۈنكى تەرنى سۈرتۈش تەرلەشنى زىيادە قىلىۋېتىدۇ، سۈرتمەسلىك تەرنى توختىتىدۇ. بەدەنگە كۈچلۈك قىزىلگۈل يېغى، ئاس يېغى، سۆگەت يېغى، ئانارگۈلى يېغى قاتارلىقلار سۈركىلىدۇ ياكى قىرتاق بېھى، قىرتاق ئالما، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى قاتارلىقلار قاينىتىلغان سۇلاردىن ياغ تەييارلاپ سۈزۈپ ھەممىگە مەلۇم بولغان ئوسۇلدا ياغ قاينىتىلىدۇ. بەزىدە يۇمشاق سوقۇلغان ھەببۇلئاس، ئانارگۈلى، كەھرىۋا ۋە ئونىڭغا ئوخشاش دورىلارنى توزانىدەك يۇمشاق سوقۇپ سەپكەندە تەرنى توختىتىدۇ. بەزىدە سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە، غوراپ ئوسارىسى، ئانارگۈلى قاينىتىلمىسى ۋە مۇزا قاينىتىلمىسى، ئاس قاينىتىلمىسى، سۆگەت ئوسارىسى قاتارلىقلارنىڭ، شۇنداقلا ھەمشىباھار سۈيىنىڭ تەرنى توختىتىشتا ئاجايىپ رولى بار. ئەگەر ئەھۋال ئېغىرلاشسا، سوغۇق تەبىئەتلىك لوئابلار، ئەرەب يېلىمى تىلا قىلىنىدۇ. بولۇپمۇ

بۇنداق دورىلارغا سەندەل ۋە كافۇر سېلىنسا. بىمار يەلپۇنىدۇ، ئەگەر ئەھۋال ئېغىرلاشسا، ئەتراپقا مۇز قويۇپ، ئۇنىڭغا قول - پۇتلارنى كىرگۈزۈش ياكى بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇندۇرۇش كېرەك.

13 - پەسىل قاتتىق بۇرۇن قاناشنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا

بوھراندىن بولغان بۇرۇن قاناشنى مۇمكىنقەدەر چەكلەشكە ئالدىرىماسلىق لازىم. ئەگەر ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا بۇرۇن قاناشنى چەكلەش زۆرۈر بولسا، مۇچىلەرگە ھۆللۈك يەتكۈزۈلىدۇ ۋە قانغان بۇرۇن تەرەپكە ھجامەت قويۇلىدۇ. ئاندىن شۇ ئورۇن سوۋۇتۇلىدۇ، سوۋۇتۇش بىلەن بۇرۇن قاناشنى توختىتىش مۇمكىن بولسا، ھجامەت قويۇلمايدۇ ۋە بۇرۇنغا بۇرۇن قاناش بايانىدا سۆزلەنگەن بەزى تېمىتىلملار تېمىتىلىدۇ. ئەگەر بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسا، باش بۇرۇن قاناش بايانىدا سۆزلەنگەن سوۋۇتقۇچلار بىلەن سوۋۇتۇلىدۇ. بەزىدە تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بىمارلىرىنىڭ بۇرنى قاناپ، ھەممىگە مەلۇم بولغان بۇرۇن قاناتقۇچى دورىلار بىلەن يارىمم بېرىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. چۈنكى بۇ، تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا شىپا قىلىدۇ، ئەگەر بۇرۇن قاناشنىڭ ئېغىرلىشىپ كېتىش خەۋپى بولسا، بۇرۇن قاناشقا تەدبىر قىلغانىدەك قىلىنىدۇ، بۇلار ھەممىگە مەلۇمدۇر.

14 - پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۇز بېرىدىغان قاتتىق قەينىڭ تەدبىرى توغرىسىدا

بوھراندىن بولغان قەيمۇ زۆرۈرىيەت بولمىسا يوقتىلمايدۇ، بەزىدە قەي قىلىش ۋە كۆڭۈل ئېلىشىش قەي بىلەن ياكى سىركەنجۇبىل ساددە ۋە قاينىق سۇغا ئوخشاش زىيان قىلىدىغان خىلتىنى چىقىرىدىغان نەرسىلەرنىڭ يارىمى بىلەن توختىتىلىدۇ.

بەزىدە كۈچلەندۈرۈشكە ئېھتىياج چۈشسە، سىركەنجۇبىل ساددە ئورنىغا

سىر كەنجۈىل بۇزۇرى ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بەدەنگە سۈمۈرۈلگەن خىلىت قويۇق بولسا، سەبرە ۋە ئايارەجگە ئوخشاش دورىلار بىلەن سۈرگۈزۈش ياخشىدۇر. ئەگەر خىلىت سۈمۈرۈلمىگەن بولسا، بەزىدە ئايارەج ۋە سەبرە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر سۈمۈرۈلگەن خىلىت قويۇق بولمىسا، ئۇنىڭغا سىر كەنجۈىل قاينىق سۇ بىلەن كۇپايە قىلىدۇ. ئاندىن قەينى ئاچچىق، تاتلىق ئانار سۈيى نورماللاشتۇرىدۇ. ئانار سۈيى ئىچكۈزگەندە، ئەگەر ئۇنى قەي قىلىۋەتسە، قەي نورماللىشىپ پەسەيگەچە يەنە بىر قېتىم ئىچكۈزۈلىدۇ، شۇنىڭدەك پىننە شەربىتى ئانار ئۇرۇقى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە ئاشقازاننى سوۋۇتۇش قەينى توختىتىدۇ. قىرتاق نەرسىلەرنى ۋە چۈچۈمەللىكى بىلەن قەينى توختاتقۇچى نەرسىلەرنى يېقىنلاشتۇرماسلىق لازىم، چۈنكى ئۇ ناچار بولۇپ، سۈمۈرۈلۈشنى كۆپەيتىدۇ. ئەگەر خىلىت سۈمۈرۈلمىگەن بولسا، بەزىدە ئۇنى قەي گەرچە قويۇق بولسىمۇ، ئاستى تەرەپكە چىقىرىپ تاشلايدۇ. بەزىدە ئاشقازان ئۇنى ئۇستىدىن چىقىرىپ تاشلاشقا كۈچلۈك بولىدۇ. ئەگەر سەپرادىن بولغان قەي داۋاملاشسا ۋە سۈمۈرگەن خىلىت تۈرىدىن بولمىسا، قابىز دورىلارنى بولۇپمۇ زىماتلارنى ئىشلىتىش مەنپەئەتلىكتۇر. مەسىلەن: ئانار پوستى، موزا ۋە ئۇ ئىككىسىنىڭ ئوخشاشلىرىدىن سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شاراب ياكى سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە بىلەن تەييارلىنىدۇ. كۆپ سەۋدانى چىقىرىش ئۈچۈن بۇلۇتنى سىركىگە چىلاپ ئاشقازان ساھەسىگە قويۇلىدۇ، ئەگەر كۈچلۈكرەككە ھاجەت چۈشسە قەينى توختىتىش بايانىدا سۆزلەنگەن دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

15 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۈز بېرىدىغان ئىچ سۈرۈشنىڭ تەدبىرلىرى توغرىسىدا

ئىچ سۈرۈش توغرىسىدا ئايرىم بابتا سۆزلىدۇق، شۇ يەرگە مۇراجىئەت قىلغايسىز. غىزا بېرىش يولى بىلەن مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەر قورۇلغان ماش ۋە قورۇلغان بېسىسمۇق، يۇمغاقسۈت قاتارلىقلاردۇر. بۇلارنىڭ قايسىسى بولسا پىشۇرۇپ، ئۈستىگە سۇ قۇيغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئىككىسى ئانار ئۇرۇقى بىلەن چۈچۈمەل قىلىنسا تېخىمۇ ياخشى.

16 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ قاتتىق ئۇسسۇزلۇقنىڭ تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

ئەگەر بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسا باشنى قاتتىق سوۋۇتقۇچى سوغۇق تەبىئەتلىك ياغ بىلەن ياغلاش ۋە ئۇ ياغنى بېشىغا قويۇش لازىم. سوۋۇتقۇچى سۈلار بىلەن بەك پىشقان قىزىلگۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان بېھى ئۇرۇقى لوئابنى ياكى ئەينۈلا، تەرخەمەك مېغىزى، قەنت، قاپاق، قارا خەشخاش ئۇرۇقى، گۈلسەۋسەن يىلتىزى چىلانمىسىنى ۋە مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا ئۇسسۇزلۇق ئۈچۈن بېرىلىدىغان ھەبنى، چايىنلىدىغان ۋە شۈمۈلىدىغان دورىلاردىن تەمرى ھىندىنى ئېغىزدا تۇتۇش لازىم. ئۇسسۇزلۇق بەزىدە قۇرۇقلۇقتىن بولىدۇ، ئۇنى ئۇخلاش يوقىتىدۇ، بەزىدە ئىسسىقلىقتىن بولىدۇ، ئۇنى ئۇيقۇسىزلىق يوقىتىدۇ.

17 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۈز بېرىدىغان ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلىگە تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

سۆزلەش ۋە ھەرخىل ئاۋازلار بىلەن بىمارنى ئۇخلاتماسلىق، ئەگەر بىرەر توسقۇچى بولمىسا، تۆۋەنكى ئەزالىرىنى ئاغرىتقۇدەك باغلاش، قەۋزىيەت بولسا يېنىك شامچىلارنى ھەمەل قىلىش، ئارام ئالغان ۋاقىتتا ياكى ئېغىر ئۇيقۇ تۇتقان مەزگىلدە ئېغىزمان ۋە گەدەنگە ھىجامەت قويۇش لازىم.

18 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ باش ئېغىرلىقىغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

ئۇلارنىڭ بېشىغا سۇت سېغىش، ياغ قويۇش، نۇتۇل قىلىش ياكى بۇرۇنغا دورا تېمىتىشتىن يىراق تۇرۇش. پەقەت بىنەپشە، كېپەك ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار چۈشكەن بابۇنلىك نۇتۇللار بىلەنلا بۇخۇر قىلىش لازىم.

19 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرى ۋە باشقىلارنىڭ ئۇيقۇسىزلىقىغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

خەشخاش يېغى، كاھۇ ئۇرۇقى يېغى، نېلۇپەر يېغى ۋە قاپاق يېغى بۇرنىغا تېمىتىلىدۇ ۋە مەشھۇر سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلاردىن ئازراق ئېلىپ چېكىگە چاپلىنىدۇ، ھۆللۇك يەتكۈزگۈچى بۇخۇرلار بىلەن بۇخۇر قىلىنىدۇ، نېلۇپەر، ئادەمگىياھ، يىراقتىن سېپىلىدىغان رەيھان قاتارلىقلار پۈرتىلىدۇ. ھۆللۇك يەتكۈزگۈچى نۇتۇللار ھەممىگە مەلۇمدۇر. ئەگەر بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسا، خەشخاش شەربىتى ۋە لوئوقى خەشخاش شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاندىن بىمارنىڭ ئالدىدا چىراغلار كۆپ قويۇلىدۇ، ئەترەپتىكى كىشىلەر يۇقىرى ئاۋازدا سۆزلىتىدۇ. بىمارنىڭ مۇچىلىرىنى ئارغامچىنىڭ ئۇچى بىلەن سەل ئاغرىغىدەك باغلاپ، تېز يېشىش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ. بىمار ئۇخلاشقا ۋە كۆزنى يۇمۇشقا زورلىنىدۇ، ئەگەر ئازراق مۇگدىسە چىراغلار ئۆچۈرۈلىدۇ ۋە ئاۋازلار توختىتىلىدۇ. ئۇخلاپ قالغاندا ئارغامچا يېشىلىدۇ. ئەگەر قىزىتمىنىڭ يېنىكلىگەنلىكى بايقالسا، قارا خەشخاش ۋە ئازراق ئادەمگىياھ يىلتىزى بىلەن قاينىتىلغان سۇ بىلەن يۇزى داۋاملىق يۇيۇلىدۇ. ئەگەر بۇ يەردە شورلۇق خىلىت بولسا ياۋا پىننە، ئىكلىلمىلىك، كالا بابۇنسى، خەشخاش قاتارلىقلار قاينىتىلغان سۇدا يۇزىنى يۇيۇش ۋە ئۇنىڭ ھوردىتىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

20 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۇز بېرىدىغان قورساق ئاغرىقى توغرىسىدا

بۇ ئاغرىق سەپرانىڭ ئاشقازانغا قۇيۇلغانلىقىدىن بولىدۇ. ئەگەر بۇ ئاغرىق دەسلەپتە يۇز بەرسە، ئازراق ئالما شەربىتى سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

21 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ تىلى يىرىكلىشىش ياكى چاپلاشقاق بولۇش توغرىسىدا

چاپلاشقاقلىقتىن تىل يىرىكلەشسە، قومۇش ياكى بادام يېغى ۋە ناۋات سۇركەلگەن سۆگەت شېخى بىلەن تىل پاكلانغىچە قىرىلىدۇ ياكى بۇلۇت ئازراق تۇز ۋە قىزىلگۈل يېغى بىلەن تىل قىرىلىدۇ. قىزىلگۈل يېغى بىلەن كېسەلدە بەكرەك يەڭگىللەش بولىدۇ. چاپلاشقاقلىقتىن ئەمەس، بەلكى قۇرۇقلۇقتىن تىل يىرىكلەشكەندە سەرپىستان ياكى ئەينۈلا ئۇرۇقى ياكى ھىندىستاندىن كەلتۈرۈلىدىغان تۇزنى ئېغىزىدا تۇتۇش لازىم. بۇ تۇزنىڭ رەڭگى تۇزنىڭ رەڭگىدە بولۇپ، ھەسەلدەك تاتلىقتۇر، ئەرخىيجانسىنىڭ ئېيتىشىچە، بۇ تۇزدىن تۆت گىرام مىقدارى ئېلىنىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى تىلنى ھۆللەيدىغان ۋە تىلنىڭ قۇرۇشىنى چەكلەيدىغان نەرسىلەردىندۇر. بۇنىڭدا بىمار ئاغزىنى كۆپ ئاچماسلىق ۋە ئوڭدا ئۇخلاتماسلىق لازىم، چۈنكى بۇ ئىككىسى تىلنى قۇرغاقلاشتۇرۇۋېتىدۇ.

22 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۇز بېرىدىغان ئېغىر چۈشكۈرۈش توغرىسىدا

بەزىدە قىزىتما بىمارلىرىغا ئېغىر چۈشكۈرۈشنىڭ زەرەرى چوڭ بولىدۇ، چۈنكى چۈشكۈرۈش ئۇلارغا ئازار بېرىدۇ ۋە ئۇلارنىڭ باشلىرىنى ماددىغا توشقۇزۇۋېتىدۇ، قۇۋۇەتلىرىنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدۇ ۋە بەزىدە بۇ خىل چۈشكۈرۈشتىن بۇرنى قانايدۇ. بۇنداق بىمارنىڭ پېشانىسى ۋە كۆزىنى، بۇرنىنى ئۇۋۇلاپ بېرىش ھەمدە ئېغىزىنى ئېچىپ تاڭلايىنى قاتتىق ئۇۋۇلاش، باشلىرىنى سوزۇش ۋە ئۇلارنى ئۇيان

- بۇيانغا ئۆرۈش هەم پۇت - قوللرىنى بارماق بىلەن بېسىش، قۇلاقلىرىغا ئازراق ئىلمان ياغلارنى قۇيۇش، مۇسكۇللىرى هەم ئېگىلىشى هۆللەش، گەدىنىگە قىزىتىلغان ياستۇقنى قويۇش، ئۇلارنى ئۇيقۇدىن بىراقلا ئويغىتىۋەتمەسلىك ۋە چاڭ - توزان، ئىس - تۈتەك ۋە هەرقانداق ئۆتكۈر پۇراقلىق نەرسىلەردىن يىراق قىلىش، ئارپا تالقىنى، تېنىۋىنەجاھ، دېڭىز بۇلۇتى قاتارلىقلارنى پۇرىتىش لازىم.

23 - پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۈز بېرىدىغان باش ئاغرىش توغرىسىدا

ئۇلارنىڭ پۇت - قوللىرى بولۇپمۇ يوتىسى تېڭىلىدۇ ۋە بوغۇلىدۇ. پۇتلىرى ئۇۋۇلىنىدۇ ۋە مادىدىنى تۆۋەنگە تارتىدىغان شىياق دورىلار هەمەل قىلىنىدۇ، باشلىرى مەلۇم سوۋۇتقۇچى دورىلار بىلەن كۆچلەندۈرۈلىدۇ. ئەگەر نەزلىدىن ۋە يۆتەلدىن بولغان چەكلىگۈچىلەر بولمىسا، ئۇلارنىڭ باشلىرىغا قىزىلگۈل، بىنەپشە، ئارپا، سۆگەت يوپۇرمىقى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار نۇتۇل قىلىنىدۇ، شۇنداقلا قىزىلگۈل يېغى ۋە سۆگەت يېغى سۈركىلىدۇ. ئەگەر بۇ مەنپەئەت قىلمىسا، سوۋۇتقۇچى نۇتۇللارغا بابۇنگە ئوخشاش يۇمشىتىدىغان ۋە خەشخاشقا ئوخشاش سېزىمسىزلاندۇرىدىغان دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بىمارنىڭ بېشىغا پەقەت قىزىتما يوقالغاندا سۇت سېغىلىدۇ. ئەگەر قۇۋۇۋەت كۆچلۈك بولسا ئۆچكە سۈتى سېغىلىدۇ. ئەگەر قۇۋۇۋەت ئاجىز بولسا ئاياللارنىڭ سۈتى سېغىلىدۇ، بەدەنگە هۆللۈك توشۇپ ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى بولغاندا، سۈتتىن شۇنداقلا بارلىق هۆللىگۈچىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ. هۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلار پەقەت بۇخارات گازلىق ۋە باش قۇرۇق، ئۇيقۇ ئاز بولغاندا ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر باشتا هۆل بۇخاراتلار توشۇپ كېتىش كۆپ بولسا، ئۇ شىيافلار ۋە هۆقنىلەر بىلەن ياكى تۆۋەنكى ئەزالارنى هەتتا ئىككى ئۇرۇقدانىنى ياغلاش بىلەن ماددا تۆۋەنگە تارتىلىدۇ.

24 - پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدىكى يۆتەلگە تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

يۆتەل كۆپىنچە قىزىقلىق ياكى قۇرغاقلىق سەۋەبىدىن يۈز بېرىدۇ، شۇڭا بىمار ئېغىزىدا ھەببى سۇئال ۋە لوئوقلارنى تۇتۇش، مەسىلەن: سوغۇق تەبىئەتلىك مېغىز دورىلار ۋە نىشاستە ھەم ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلاردىن ياسالغان لوئوقى خەشخاشقا ئوخشاش ۋە خالىس قىزىلگۈل يېغى، ئىسپىغۇل لوئابى، سېمىزئوت ئۇسارىسى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلاردىن تەييارلانغان سوۋۇتقۇچى، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى قىرۇتىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

25 - پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ ئىشتىھاسى يوقلىش توغرىسىدا

بەزىدە بۇنىڭ سەۋەبى ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدىكى خىلىت بولىدۇ. بۇ ئەھۋال ئىشتىھا يوقلىپ كېتىش توغرىسىدا دېيىلگەن نەرسىلەردىن بىلىنىدۇ ھەم قەي ياكى ئېچ سۇرۇش بىلەن تازىلىنىدۇ. كۆپىنچە بارماقنى گالغا كىرگۈزۈپ قەي قىلدۇرۇش مەنپەئەتلىكتۇر، بولۇپمۇ سەپرالىق ياكى ئاچچىق نەرسىلەرنى قەي قىلسا. بەزىدە ئىشتىھا يوقلىش قاتتىق ئاجىزلىقتىن بولسا، ئۇ ئاجىزلىققا سەۋەب بولغان مىزاج ھەممىگە مەلۇم بولغان نەرسىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ ۋە ئۇلارغا سوغۇق سۇ بىلەن ياكى سىركە بىلەن ھۆللەنگەن تالقانىنىڭ پۇرىقىدەك ئىشتىھانى قوزغايدىغان خۇش پۇراق نەرسىلەر ئىشلىتىلىدۇ.

قىزىتما بىمارلىرىغا مەنسۇپ بولغان جاۋارىشلار ۋە ئازراق شاراب، خۇش پۇراقلىق قىرتاق مېۋىلەرنىڭ سۈيى بېرىلىدۇ. قىرىس ناملىق غىزا سېلىنغان

سىركە ۋە بېلىق ياكى ئوغلاق ياكى شۇنىڭغا ئوخشاشلارنىڭ گۆشىدىن تەييارلانغان تاماق ئازراق يالتىلىدۇ. كېيىن ئاشقازان ساھەسىگە مېۋىلەردىن ياسالغان، ئەفسەنتىن، سەبرە چۆشكەن زىماتلار زىمات قىلىندۇ ۋە ئاشقازان ساھەسى خۇش پۇراق ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ.

26 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ كالا ئىشتىھاسى توغرىسىدا

بىمارنى پۇرىتىلىدىغان دورىلار ۋە تېنىن نەجىھ ياكى سىركە بىلەن ھۆللەنگەن گىل ئەرمىنى بىلەن داۋالاش ۋە مەسۇس ناملىق غىزا، ئىسسىق نان ۋە كاۋاپ قىلىنغان گۆشنى پۇرىتىش ھەمدە ئۇلارنىڭ پۇت ـ قوللىرىنى باغلاش، قۇلاقلىرى، چاچلىرىنى سوزۇش ۋە مېڭىلىرىنى ھۆللىگۈچى، سوۋۇتقۇچى نۇتۇللار بىلەن كۆچلەندۈرۈش لازىم. چۈنكى، بۇلاردىكى كالا ئىشتىھانىڭ كۆپىنچىسى ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا سېزىم ئېلىپ كېلىدىغان شاخچە نېرۋىلارنىڭ شېرىكچىلىكى سەۋەبىدىن ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنىڭ سېزىمى يوقالغانلىقتىن بولىدۇ، شۇڭا بەدەن بۇنى تەلەپ قىلىدۇ.

27 ـ پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ تىلىنىڭ قارا بولۇپ قېلىشى توغرىسىدا

ئۇلارنىڭ تىلىنى قارا ھالەتتە قويۇشقا بولمايدۇ، شۇڭا ھەممىگە مەلۇم بولغان نەرسىلەر بىلەن قىرىش لازىم. ئەگەر ئۇنداق قىلىنمىسا باشقا ناچار بۇخارات ئۆرلەپ، سەرسامنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئەمما ئۇلاردىكى ئىت ئىشتىھاسى سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلىق نەرسىلەر ۋە تاتلىق نەرسىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ.

28 - پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۇز بېرىدىغان هوشسىزلىنىش توغرىسىدا

بەزىدە بۇلاردا سەپرا ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا قۇيۇلغانلىقتىن قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدىلا هوشسىزلىنىش يۇز بېرىدۇ. هوشسىزلىنىشتىن بۇرۇن ياكى هوشسىزلانغاندا بىر پارچە ئاق نانىنى ئانار سۇيى ياكى غوراپ سۇيى بىلەن بېرىش زۆرۈر بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، هوشسىزلىنىش بىلەن قىزىتما بىرلەشسە، ئالدى بىلەن هوشسىزلىنىشنى داۋالاش ياخشىراقتۇر. ئەگەر تاماققا ئېهتىياج چۈشسە، توققۇز گىرام كونا شارابقا ئارىلاشتۇرۇلغان ئازراق نان بېرىلىدۇ. ئەگەر كونا شاراب بولمىسا، نانىنىڭ ئېشىندىلىرىنى تارقىتىدىغان كونا ئالما شەربىتى بېرىلىدۇ. قان ئېلىش كۆپىنچە هوشسىزلىنىشنى ئېغىرلاشتۇرىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن يېنىك هۆقنە مۇڭاپىقراقتۇر. قەي قىلىش بۇلارغا بەك مەنپەئەتلىكتۇر. ئىككى پاچاقنى باغلاش، ئىككى قول ۋە ئىككى پۇتنى قىزىق سۇغا قۇيۇشمۇ بەك مەنپەئەتلىكتۇر. هەرقاچان هوشىغا كەلسە، ئانار ئۇرۇقى سېلىنغان سوۋۇتقۇچى ئارپا تالقىنى بېرىلىدۇ. چۈنكى بۇ، ئۇلار ئۈچۈن بەك پايدىلىقتۇر.

29 - پەسىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ دېمى سىقىلىش توغرىسىدا

دەم سىقىلىش قىزىتما بىمارلىرىدا نەپەس مۇسكۇللىرىدا يۇز بېرىدىغان تەشەننۇج ۋە قۇرۇقلۇقتىن ياكى ئۇلارنىڭ گېلىغا چۈشىدىغان بوغقۇچى ماددىدىن ياكى نەپەسلىنىش ئەزالىرىغا كېلىدىغان نېرۋىغا غەلبە قىلىدىغان ئاجىزلىقتىن يۇز بېرىدۇ. بۇنىڭ بىرىنچىسىگە هۆللۈك يەتكۈزگۈچى مەلهەملەر بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ. ئىككىنچىسىدە، بوغقۇچى ماددىلار چەكلىنىدۇ. ئۈچىنچىسىدە، مېڭە مىزاجىنى

تەكشەش ۋە بويۇنغا سوۋۇتقۇچى، ھۆللىگۈچى نەرسىلەرنى سۈركەش بىلەن ۋە قاپاق قىرىندىسى، سېمىزئوت، سەندەل قاتارلىقلارنى قىزىلگۈل يېغى بىلەن ئاشقازان ساھەسىگە قويۇش بىلەن داۋالىنىدۇ.

30 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ قاتتىق بىئاراملىقى توغرىسىدا

ئەگەر ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ۋە ئاشقازاندا ئېچىشتۇرغۇچى خىلىتىنىڭ بولغانلىقى سەۋەبىدىن بىئاراملىق كۆپ بولۇپ كەتسە، ئۇلارنىڭ ئاشقازىنىنى ھەممىگە مەلۇم غىزالار بىلەن سوۋۇتۇش ۋە ئاشقازان ئەتراپىغا خۇش پۇراق نەرسىلەرنى قويۇش، سوغۇق تەبىئەتلىك يوپۇرماقلار ۋە شاخلار سېلىنغان، ئەتراپىغا نېلۇپەر، قىزىلگۈلدىن ئىبارەت خۇش پۇراق نەرسىلەر ۋە سوغۇق خۇش پۇراق مېۋىلەر ۋە سەندەلدىن تەييارلانغان سوغۇق تەبىئەتلىك پىشۇرغۇچىلار قويۇلغان ئېقىن سۇغا يېقىن ئورۇندا ياتقۇزۇش لازىم. كۆپىنچە بۇلارنىڭ بىئاراملىقىغا قاپاق سۈيى، تەرخەمەك، سېمىزئوت ئۇسارىسى، ھەمىشباھار قاتارلىقلارغا قىزىلگۈل يېغى قوشۇپ تەييارلانغان سوغۇق تەبىئەتلىك ھۆقنىلەر پايدا قىلىدۇ.

31 ـ پەسل قىزىتما بىمارلىرىدا يۇز بېرىدىغان يۇتۇش قىيىنلىشىش توغرىسىدا

ئەگەر بۇلاردا يۇتۇش قىيىنلىشىش يۇز بەرسە ۋە قىزىتما ئوفۇنەتلەنگەن قاندىن پەيدا بولغان بولسا، قان ئېلىنىدۇ ۋە قان ئاز چىقىرىلىدۇ. قان ئېلىشقا ئادەتلەنگەن كىشىگە ئىشتىھاسى ئازراق ئاجىزلىغان بولسا، سىركە ۋە كاھۇ غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر ئىشتىھا ئاجىزلىمىغان بولسا، پەقەت ئارپا سۈيى بېرىلىدۇ ۋە قەۋزىيەت بولۇپ

قېلىشتىن ئېھتىيات قىلىندۇ. ئەگەر بىماردا قەۋزىيەت بولسا، ھەمەل ۋە ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىش سۈرگە ئىچكۈزگەندىن كۆپ ياخشىدۇر.

32 - پەسىل قىزىتما بىمارلىرىدا يۈز بېرىدىغان قول - پۇتلار سوۋۇش توغرىسىدا

كۆپىنچە بۇلارنىڭ ھارارىتى چوڭقۇرلاپ، قول - پۇتلىرى سوۋۇيدۇ ۋە چوڭقۇرلىغان ھارارەت باشقا بۇخارات ئۆرلىتىدۇ. شۇڭا، قول - پۇتلىرىغا ئىسسىق سۇ قۇيۇلىدۇ، ھەرگىز سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈلمەيدۇ، مانا بۇ، ئۇلارنى داۋالاشقا يېتەرلىك بولىدۇ.

33 - پەسىل سەپرادىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

سەپرادىن بولغان قىزىتما غىب دائىرە، غىب لازىمە، مۇھرىقەدىن ئىبارەت. غىب دائىرە[1] بەزىدە خالىس بولۇپ، خالىس سەپرادىن بولىدۇ، بەزىدە «غەيرىي خالىس» بولۇپ، بەلغەمنىڭ سەپرا بىلەن بىرلەشكەندەك ئارىلىشىپ كەتكەنلىكىدىن جەۋھىرى قويۇق سەپرانىڭ ئوفۇنەتلىنىشىدىن بولىدۇ. مۇشۇ ئارىلىشىش بىلەن شەتروۇل غىبقا ئوخشىمايدۇ، چۈنكى شەتروۇل غىبقا ئايرىلىپ تۇرىدىغان ماددا سەۋەب بولىدۇ. غىب غەيرىي خالىسقا بۇخاراتى، ئوفۇنەتلىنىشى، تارقىشى، پىششىق ئېغىر بولىدىغان، ئازراق سوغۇق نەرسىگە ئارىلىشىدىغان بىر ماددا سەۋەب بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن شەتروۇل غىب ئىككى قېتىم قوزغىلىدۇ. غىب غەيرىي خالىس بىر قېتىم قوزغىلىدۇ، غىب

① غىب دائىرە — سەپرا خىلىتى قان تومۇرلارنىڭ سىرتىدا ئوفۇنەتلەنگەندىن بولىدىغان قىزىتمىدۇر. غىب لازىمە - سەپرا خىلىتى قان تومۇرلارنىڭ ئىچىدە ئوفۇنەتلەنگەندىن بولىدىغان قىزىتمىدۇر. مۇھرىقە - سەپرا خىلىتى يۇرەك، ئاشقازان ۋە ئاشقازانغا يېقىن قان تومۇرلاردا ئوفۇنەتلەنگەنلىكتىن پەيدا بولۇپ، قىزىتمىغا قوشۇلۇپ كېلىدىغان، ئىككىلەمچى ئالامەتلەر ئۆتكۈر بولىدىغان قىزىتمىدۇر.

غەيرىي خالىس بەزىدە ئۇزاق مەزگىل سوزۇلۇپ، يېرىم يىلغا يېقىن داۋاملىشىدۇ، بەزىدە ئاجىزلاش ۋە تال چوڭىيىشقا ئېلىپ بارىدۇ. ئەمما مۇھىرىقە داۋاملىق قوزغىلىدىغان قىزىتما تۇرىدىنىدۇر. لېكىن ئۇنىڭ كۆچىيىشى ۋە ئاجىزلىشىشىنىڭ پەرقى سېزىلمەيدۇ، ئۇنىڭ ئەگەشمە ئالامەتلىرى كۆچلۈكتۇر، سەۋەبى ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە كۆپلۈكىدۇر. چۈنكى ماددا يۇرەككە يېقىن ئورۇنغا ۋە ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنىڭ تومۇرلىرىغا ياكى مەخسۇس جىگەر ئەتراپىغا، ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، يۇرەككە يېقىن ئاساسلىق ئەزالارغا چۈشىدۇ. ئەمما غىب قىزىتمىسىدا سەپرا گۆشتە ۋە تېرىدە بولىدۇ، دائىملىق قىزىتمىدا سەپرا بەدەننىڭ يۇرەكتىن يىراق تومۇرلىرىغا تارقالغان بولىدۇ، قاتتىق ئۇسسۇزلۇق، بىئارامىلىق، ئۇيقۇسىزلىق، جۆيلۈش، ھوشسىزلىنىش، ئېغىزى ئاچچىق بولۇش، ئىككى كالپۇكىغا مۇدۇر چىقىش ۋە يېرىلىش، باش ئاغرىقى قاتارلىقلار سەپرادىن بولغان قىزىتمىدا كۆپ بولىدۇ. سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ كۆپىنچىسىدە چوڭ تەرەت قۇرۇققا مايىل بولىدۇ، چۈنكى ماددا يۇقىرىقى ئەزالارغا بەدەن ئۈستى ياكى سىرتى ۋە تېرىگە قاراپ ھەرىكەتلەنگەن بولىدۇ.

34 - پەسىل مۇتلەق غىب توغرىسىدا

بۇ «تەرى تاھۇس» دەپ ئاتىلىدۇ، غىب دەسلەپتە جۇغ - جۇغ ۋە يىگىنە سانجىغاندەك ئاغرىش بىلەن باشلىنىدۇ، ئاندىن سوۋۇيدۇ ۋە سوۋۇمايدىغان ياكى ئازراق سوۋۇيدىغان باشقا تىترەشلەردىن كۆچلۈكرەك بولغان قاتتىق تىترەشكە باشلايدۇ. ئۇنىڭ سوۋۇشى پەقەت ھارارەتنىڭ ئىچكى ئەزاغا يەنى ماددا تەرەپكە چوڭقۇرلىغانلىقىدىنىدۇر. بىمار يىگىنە سانجىغاندەك ئاغرىقنى ھېس قىلىدۇ، بۇ تىترەش كۆچلۈك بولسىمۇ تېز پەسىيىدۇ ۋە تېز قىزىيدۇ. بۇنداق تىترەشنىڭ سەۋەبى ھەممىگە مەلۇمدۇر. بۇ قىزىتمىدا تىترەش تۇنجى كۈنلىرىدە كۆچلۈكرەك ۋە ئېغىرراق بولىدۇ. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىدا ئۇنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ،

يەنە تىترەش كۈچلۈك باشلىنىپ، ئاندىن بارا - بارا ئاجىزلاپ، تېز يوقلىدۇ. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بۇنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ. سەپرادىن بولغان قىزىتمىدا تەرلەش قىزىتما قويۇپ بەرگەندە كۆپ بولىدۇ ۋە بۇنىڭدا سۈيدۈك بەك قويۇق بولماستىن، ئوتقا مايىل قىزىل بولىدۇ ياكى قىزىتما غەيرىي خالىس بولۇپ، بىمارنىڭ سۈيدۈكى خام ياكى قويۇق بولىدۇ. غەبنىڭ ھارارىتى مۇھىرىقەنىڭ ھارارىتىدىن بىخەتەررەك بولىدۇ. قول بىلەن بەدەننى ئۇزۇن تۇتسا، ھارارەتنى زىيادە قىلماي، بەلكى بەزىدە بەدەن قولنىڭ ھارارىتىنى تۆۋەنلىتىدۇ. مۇھرىقەدە قولنىڭ ھارارىتى كۈچىيىدۇ، غىبتا يۈز بېرىدىغان ئەگەشمە ئالامەتلەر باش ئېغىر بولمايدىغان ئۇيقۇسىزلىق (لېكىن غەيرىي خالىسنىڭ بەزىسىدە ئۇنداق بولمايدۇ)، ئۇسسۇزلۇق، ئاچچىقلىنىش، گەپ خالىماسلىق قاتارلىقلاردۇر. تومۇر باشقا قىزىتمىلاردىكى تومۇرغا قارىغاندا ئۆتكۈر ھەم تېز بولىدۇ. تومۇرنىڭ تارىيىشى ۋە كېڭىيىشى نورمال بولمايدۇ، چۈنكى خىلت تومۇرنى جىددىيلەشتۈرۈۋېتىدۇ ۋە ئاخىر قالايمىقانچىلىقنى كۆپەيتىۋېتىدۇ. بۇ تومۇر ھەرىكىتىدىكى قالايمىقانلىق تومۇرنىڭ قاتتىق بولۇشى بىلەن بىرگە باشقا خىلتتىن بولغان قىزىتمىلاردىكى قالايمىقانلىقتىن تۆۋەنرەك ۋە ئازراق بولىدۇ، تومۇر كۈچلۈكرەك سوقىدۇ، كۆپىنچە قىزىتمىغا خاس قالايمىقانچىلىقتىن باشقا قالايمىقانچىلىق بولمايدۇ.

دەسلەپتە قىزىتما تارقالغىچە تومۇرنىڭ سقىلىشى زۆرۈر بولىدۇ، ئاندىن تومۇر ھەرىكىتى كۈچىيىدۇ ۋە تېز، ئارقىمۇئارقا سوقىدۇ. تومۇرنىڭ قالايمىقانلىقى ھەددىدىن زىيادە كۆپ بولمايدۇ، بەزىدە تومۇرنىڭ قالايمىقان بولۇشىغا بىمارنىڭ يېشى، ئادىتى، يۇرتى، كەسپى، رەڭگى، پەسىل ۋە مۇشۇ ۋاقىتلاردا سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ كۆپ يۈز بېرىشى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ئىككى تۈرلۈك غەب مۇرەككەپلەشسە، قىزىتمىلار ھەر كۈنى قوزغىلىدۇ. غەبنىڭ قوزغىلىشىغا رىئايە قىلغان كىشى خاتالىشىدۇ، شۇڭا باشقا ئالامەتلەرگە رىئايە قىلىش لازىم. قىزىتمىنىڭ قوزغىلىشى بۇ ئالامەتلەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، غەب بىمارلىرىدا بەزىدە ئۇيقۇسىزلىق ۋە ياغۇزلۇقنى ياخشى كۆرۈش يۈز بېرىدۇ. كۆپىنچە جىگەر قاناۋاتقاندەك ھېس قىلىدۇ. غەب خالىس بىلەن غەب غەيرىي خالىسنىڭ پەرقى: غەب خالىس يېنىك،

يەڭگىل بولۇپ، ئۇنىڭ قوزغىلىشى تۆت سائەتتىن ئون ئىككى سائەتكىچە داۋاملىشىپ، ئۇنىڭدىن ئېشىپ كەتمەيدۇ. ئەگەر ئېشىپ كەتسە ئۇ غەيرىي خالستۇر. بۇ كۆپىنچە يەتتە سائەتكىچە داۋاملىشىدۇ. بۇنىڭدا بەدەن تېز قىزىيدۇ، بەدەن ۋە قول - پۇتلار سوۋۇپ بولغاندىن كېيىن هارارەتنىڭ ئۇنىڭغا تارقىلىقى كۆرۈلىدۇ. غەيرىي خالسا خاتا تەدبىر قىلىنمىسا، تۇتۇشى يەتتە قېتىمدىن ئېشىپ كەتمەيدۇ. بەزىدە ماددىسى لەتىف بولغانلىقتىن قەي ياكى تازىلىغۇچى ئىچ سۇرۇش يۈز بېرىدىغان بىر قېتىملىق تۇتۇشتا ئاخىرلىشىدۇ، سۈيدۈكتە ياكى تۇنجى كۈندە ياكى ئۈچىنچى كۈندە ياكى تۆتىنچى كۈندە ياكى يەتتىنچى كۈندە پىشىش ئاشكارلىنىدۇ. ئەگەر يەتتە قېتىم تۇتۇشتىن بەك كۆپ ئېشىپ كەتسە، ئۇ غەيرىي خالس قاتارىدىنىدۇر. تىترەش مۇددىتى ئۇزۇن بولسىمۇ، غەيرىي خالس قاتارىدىنىدۇر. ئۇ قىزىتمىنىڭ تۇتۇش نۆۋەتلىرى كۆپ بولىدۇ ۋە ئۇ قىزىتمىدىكى تىترەش قىزىتمىغا مەنسۇپلۇقى ساقلانغان ئۇسۇل بىلەن ئىلگىرى بولىدۇ. غەيرىي خالستا بۇ ئالامەتلەر قالايمىقان ۋە قائىدىسىز بولىدۇ، قىزىتمىنىڭ تۇتۇشلىرى بىر دەرىجىدە بولسا، قىزىتمىنىڭ سوزۇلما بولۇشىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى يۇقىرىدا سۆزلەندى. ئەگەر قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە بىز بەلگىلەنگەن بويىچە تىترەش كۆرۈلۈپ، ئاخىرقى مەزگىلدە كۆپ تەرلەش كۆرۈلسە، قىزىتمىنىڭ غەيرىي خالس ئىكەنلىكىگە شەك قىلىنمايدۇ. غەيرىي خالس بىمارى سۇ ئىچسە، ئۇنىڭ بەدىنىدىن خۇددى تەرلىگەندەكتەك بۇخارات قوزغىلىدۇ. بەزىدە تەرلەيدۇ، غەيرىي خالستا باشتا كۆپ ئېغىرلىق ۋە تارتىشىش بولىدۇ. تىترەش ۋە قىزىتمىنىڭ قوزغىلىشى ئۇزۇن بولۇپ، هەتتا يىگىرمە تۆت سائەتكە ياكى ئوتتۇز سائەتكە يېتىدۇ. بۇ قىزىتما قىرىق سەككىز سائەتتە تولۇق تۆۋەنلەيدۇ، تۇتۇش ئون ئىككى سائەتتىن كۆپ بولسا، قىزىتمىدىن خالاس بولۇشى ئۇزۇن بولىدۇ. غەيرىي خالستا پىششىنىڭ كۆرۈلۈشى ئاستا بولىدۇ. چىرايىدا ئاجىزلىق ۋە ئورۇقلۇق كۆرۈلمەيدۇ، بەزىدە كۆپ تەرلەش بىلەن قىزىتما يوقالمايدۇ، بەزىدە قىزىتما كۈچلۈك تىترەش بىلەن باشلانمايدۇ ۋە هارارەت كۈچلۈك بولمايدۇ. هارارەتنىڭ ئېشىشى نورمال بولماي، خۇددى كۈچىيۋاتقاندەك بولۇپ تۆۋەنلەيدۇ. ئېغىر

ئەگەشمە ئالامەتلەر ئازلايدۇ.

غىب لازىمە: بۇ، قىزىتمىنىڭ كۆچلۈك، ئارىلاپ تۇتۇش ۋە غىبنىڭ ئەگەشمە ئالامەتلىرىنىڭ كۆچلۈك بولۇشى بىلەن بىلىنىدۇ.

جالىنۇسنىڭ قارىشىدا، قان ئوفۇنەتلەنسە قىزىتما مۇشۇ تۈرگە ئۆزگىرىدۇ.

غىب خالىسنى داۋالاش ئىچ سۈرۈشتىكى قىزىتمىنى داۋالاش، غىزا بېرىش توغرىسىدا ۋە باشقا بابلاردا سۆزلەنگەن ئۇسۇل - قائىدىلەرنى ئەستە تۇتۇپ، ئۇنىڭغا ئاساسلىنىش لازىم. قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە كۆچلۈك سۈرگە بېرىشكە ۋە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ئۇسۇلدىن باشقا ئۇسۇل بىلەن ھېلىلە ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى بېرىشكە رۇخسەت قىلىدىغان كىشىلەرنىڭ سۆزىگە قارىماي، بەلكى دەسلەپتە بىز بۇ يەردە سۆزلىگەن نەرسىلەر بىلەن چوڭ تەرەتنى يېنىك يۇمشىتىشقا ئالدىراش لازىم. مەسىلەن: 120 گىرام تەمرى ھىندىنى بىر كېچە قاينىق سۇغا چىلاپ، سۈزۈپ، ئۇنىڭغا شىرخىست ياكى تەرەنجىبىن سىلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈيى، ھەشقىپىچەك قاينىتىلمىسى تەرەنجىبىن ۋە ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن ياكى ئەينۇلا چىلانمىسى تەرەنجىبىن بىلەن ياكى شىرخىست ياكى بىنەپشە شەربىتى ياكى بىنەپشە مۇرابباسى قاتارلىقلار بىلەن چوڭ تەرەت يۇمشىتىلىدۇ. بەزىدە ئىسپىغۇل لوئابى ئەينۇلا شەربىتىگە ئوخشاش بەزى شەربەتلەر بىلەن بىرگە بېرىلسە، چوڭ تەرەتنى سىلىقلاشتۇرىدۇ ۋە يۇمشىتىدۇ ياكى ھەشقىپىچەك قوشۇلغان يېسسىمۇق قاينىتىلمىسى بىلەن ئاق لەيلى ئۇرۇقى، چىلان، سەرپىستان، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، بىنەپشە قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىلمىسىنى ھۆقنە قىلىش ۋە قىزىلچا ئۇسارىسى، بىنەپشە يېغى، تەنكارنى ھەممىگە مەلۇم ئۇسۇل بويىچە ھۆقنە قىلىش بىلەن ياكى چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ھۆقنىلەر بىلەن چوڭ تەرەت يۇمشىتىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل ئېھتىياج كۆچلۈك بولغاندا قوللىنىلىدۇ. ياخشىسى چوڭ تەرەتنى يۇمشاتماي تۇرۇپ ئارپا سۈيى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى ئىچكۈزمەسلىك ۋە غىزا بەرمەسلىك لازىم. بۇنىڭغا ئاساسەن غىب غەيرىي خالىس قىزىتمىسىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە سۈرگۈزۈشنىڭ زىيىنى باشقا قىزىتمىلارغا قارىغاندا ئازراق بولىدۇ. گەرچە ئۇنىڭ زىيىنى چوڭ بولسىمۇ. ئەگەر قىزىتما ئۈچ

قېتىم تۇتقىچە قان ئالماسلىققا مۇمكىن بولسا قان ئېلىنمايدۇ، كېسەللىك قان ئېلىشقا ئېھتىياجلىق بولۇپ قان ئېلىنسا، خاتالىقتىن يۈز بەرگەن زىيان ئازراق بولىدۇ. قىزىتما تۇتقان كۈندە زۆرۈرىيەت بولمىسا، ماددىنى قوزغىماسلىق، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن شەرتلەرگە ئۇيغۇن كەلمىسە، غىزا بەرمەسلىك ۋە ئۇرۇق دورىلارنىڭ شىرىسى بىلەن سۈيدۈك ۋە قىزىتما تۇتقاندا بىمارنىڭ ئاشقازىنىنى خالىي قويۇش لازىم.

قىزىتما تۇتمايدىغان كۈننىڭ ھەر ئەتىگىنىدە سىركەنجۈبىل ئىچكۈزۈپ، ئىككى سائەتتىن كېيىن ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈش لازىم. سىركەنجۈبىل قىزىتما تۇتقاندىن كېيىن ئىچكۈزۈلسە ياخشىدۇر، شۇنداقلا ھارارەتنىڭ قالدۇقلىرىنى تارتىش ئۈچۈن پۇتنى ئىسسىق سۇغا چىلاش، بولۇپمۇ قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە ياكى قىزىتما تۇتۇشتىن 3 ~ 4 سائەت بۇرۇن سوغۇق تەبىئەتلىك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ئۇرۇق دورىلارنىڭ شىرىسىگە چىلاش ۋە قىزىتما تۇتقاندىن كېيىن ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈش ياخشىدۇر.

ئەگەر يېنىك تەدبىر قىلىش زۆرۈر بولسا، ئانار سۈيى، تاۋۇز سۈيى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاشلار ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئۇسۇل بويىچە ئاخىرقى مەزگىل يېقىنلاشقانسېرى تەدرىجىي يېنىك تەدبىر قوللىنىلىدۇ. دەسلەپكى كۈنلەردە ئارپا يارمىسى ۋە سوغۇق سۇغا چىلانغان نان بېرىلىدۇ ياكى نانىڭ سوغۇق سۇغا چىلانغان سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ. ماش ۋە يېسىمۇقتىن تەييارلانغان غىزالار بېرىلىدۇ. ئەگەر يېمەكلىك بىمارنىڭ ئاشقازىنىدا چۈچۈمەللىشىدىغان بولسا، بەك سۇيۇق بولمىغان ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلمەيدۇ.

ئەگەر ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈشكە ئېھتىياج چۈشسە، ئارپا سۈيىدە كەرەپشە يىلتىزىنى قاينىتىش بىلەن ئازراق كۈچلەندۈرۈلىدۇ. ئەگەر ئاشقازان بۇنىڭدىن سوغۇقراق بولسا، قىزىتما ئېغىر خالىس بولمىسا، بۇقراتنىڭ كۆزقارىشى بويىچە ئارپا سۈيىگە ئازراق قارىمۇچ سېلىنىدۇ. ئەگەر ئالامەتلەر بوھراننىڭ يېقىنلاشقانلىقىغا دالالەت قىلسا ئارپا سۈيى، تاتلىق ۋە ئاچچىق ئانار سۈيى ۋە سىركەنجۈبىل قاتارلىقلارنى بېرىش كۆپايە قىلىدۇ. بۇلارغا ماس كېلىدىغان مېۋىلەر ئاچچىق -

تاتلىق ئانار، پىششىق ۋە خام ئەينۈلادۇر.

تاۋۇز بەك مەنپەئەت قىلىدىغان بولۇپ، ئۆزىنىڭ تاتلىقلىقى بىلەن چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، قىزىتمىنى پەسەيتىدۇ ۋە تەرلىتىدۇ. بەزىدە كىچىك دەستۇنبۇنات[1]، كۆكتاتلاردىن قاپاق، تەرخەمەك، ياۋا تەرخەمەك قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، مۇتلەق غىب بىمارلىرىغا بېرىلىدىغان غىزالاردا مەقسەت ھۆللۈك يەتكۈزۈشتۇر. خۇددى قىزىتمىنىڭ ئاخىرىدا تورۇلغىنىڭ قاناتلىرى، خوراز تاشلىقى، كۆكلى ئېلىشمايدىغان كىشىلەرگە ئوغلاق مېڭىسى، تۇخۇم سېرىقى بېرىلگەنگە ئوخشاش. بەزىدە سوۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈش بىرگە ئېلىپ بېرىلىدۇ. مەسىلەن: ئارپا يارمىسىغا ئوخشاش. قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ھەددىدىن زىيادە سوۋۇتۇۋەتمەسلىك، بىراق بىمار كۈچلۈك ھارارەتنى ھېس قىلسا ۋە ئۇ قىزىتمىنىڭ كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ياكى دائىملىق قىزىتمىغا ئۆزگىرىش خەۋپى بولسا بەك سوۋۇتۇشقا بولىدۇ. ئەگەر بوھران بايقالسا ۋە سۈيدۈكتە پىشقانلىق كۆرۈلسە، ئۇ ھەممىگە مەلۇم ياخشى چۆكمىدۇر. ئەگەر سوۋۇتۇش مەنپەئەت قىلمىسا، بۇ ۋاقىتتا تەبىئەتكە ياردەم بېرىدىغان سۈيدۈك ھەيدەش، سۈرۈش ياكى قەي قىلدۇرۇش ياكى تەرلىتىش قاتارلىقلار بىلەن داۋالىنىدۇ ۋە بۇ توغرىدا تەبىئەتكە قارشى تۇرۇلمايدۇ. ئەگەر ماددىنىڭ ئېنىق مايىل بولغانلىقى بىلىنمىسە، سۈرگە بىلەن تازىلىنىدۇ، شۇ قاتاردىن يېرىم گىرام مىقدارى سوقمونىيا جۇلاپتا ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ھەممىگە مەلۇم بولغان ھېلىلە قاينىتىلمىسى تەمرى ھىندى، تەرەنجىبىن، قۇرۇق ئۈزۈم، يىلتىز دورىلار ۋە خىيارشەنبەر قاتارلىقلار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ مەتبۇخنى شاھتەررە، سانا، سوقمونىيا قاتارلىقلار بىلەن كۈچلەندۈرۈش تېۋىپنىڭ ئىختىيارىدۇر. ئۇلارغا مۇۋاپىق كېلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى قۇرسى تاباشىر مۇسھىلدۇر.

---

① دەستۇنبۇنات بىلەن دەسبۈيات دەسبۈيەنىڭ كۆپلۈكى بولۇپ، شام شەھىردە شامامات دەپ تونۇلىدىغان بىر خىل كىچىك قوغۇننى كۆرسىتىدۇ ۋە ئادەمگىياھنىمۇ كۆرسىتىدۇ (ئىبنى بەيتار) شۇنداقلا كىچىك ئاپېلسىننىڭ يەنە بىر تۈرىنىمۇ كۆرسىتىدۇ (ئىبنى بەيتار). دەستۇنبۇيە شام شەھىرىدىغان چىقىدىغان مەشھۇر ئۈزۈنچاق كىچىك قوغۇننىڭ بىر تۈرى بولۇپ، ئۇنىڭ ھۆكۈمى قوغۇننىڭ ھۆكۈمىگە ئوخشايدۇ. بۇ نام ئەستىيۇپقىمۇ ئىشلىتىلىدۇ (ئەنتاكى). بۇ ئەسلىي پارسچە سۆز بولۇپ، دەستى ئەنجۈيە پۇراقلىق قوغۇن ياكى ھەرقانداق خۇش پۇراق مېۋىنى خالايدۇ.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن سېرىق ھېلىلىدىن 12 گىرام، ئاق شېكەردىن 60 گىرام، سوقمونيادىن يېرىم گىرام ئېلىپ سوغۇق سۇ بىلەن ئېچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن سۈيدۈكنى ھەيدەش ئۇسۇلى ئارقىلىق داۋالىنىدۇ. ئەگەر بۇ يەردە زىيادە كۆپ ھارارەت، ئېغىر كۆيۈشۈش بولۇپ، تازىلانغان بولسا، ئۇلارغا ئۆتكۈر كېسەللىكلەرگە تەدبىر قىلىش توغرىسىدا سۆزلەنگەن كۈچلۈك ھارارەتنى ئۆچۈرگۈچى دورىلارنى ئېچكۈزۈشكە بولىدۇ. بەزىدە بۇ دورىلار ۋە زىماتلار بىلەن قانائەتلىنىدۇ، ئەمما ماددا پىشىشتىن بۇرۇن مۇنچىغا چۈشۈرۈلمەيدۇ، ماددا پىشقاندىن كېيىن ۋە قىزىتما تۆۋەنلىگەندە مۇنچىغا چۈشۈرۈش بۇلار ئۈچۈن ئەڭ ياخشى داۋالاشتۇر، بولۇپمۇ ئادەتلەنگەنلەرگە. ئۇلار چۈشىدىغان مۇنچا نورمال، ھاۋاسى ياخشى، ھۆل بولۇپ، بىمار مۇنچىدا يۇرىكى ھارارەتلەنمەيدىغان دەرىجىدە يېنىك تەرلىشى ۋە بىنەپشە يېغى ھەم سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان قىزىلگۈل يېغى بىلەن ياغلىنىشى ۋە مۇنچىدا ئۇزۇن تۇرماي، تېز چىقىپ كېتىشى لازىم. قايتا مۇنچىغا چۈشۈش مۇنچىدا ئۇزۇنراق تۇرغاندىن مۇۋاپىقراقتۇر. بۇلار مۇنچىدىن چىققان چاغدا ئىلمان سۇدا لەززەتلەنگىدەك دەرىجىدە تۇرسا ياخشىدۇر. مۇنچىدىن چىققاندا ئاق، سۇيۇق، كۆپ سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شارابنى ئىچىشى ۋە ئۆز ئورنىدا يۆگىنىشى لازىم، چۈنكى ئۇلار قاتتىق تەرلەيدۇ ھەم پىشماي قالغان ماددىلار پىشىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھۆللىگۈچى، سوۋۇتقۇچى كۆكتاتلار غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ. قىزىتما چۈشكەندىن كېيىن كۆپ سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شارابلارنى ئېچكۈزۈشتىن ئەندىشە قىلىنمايدۇ. چۈنكى سۇ ئارىلاشتۇرۇش بىلەن ئىسسىقلىقى پەسەيتىلگەن شاراب، تارقىتىشقا تېگىشلىك نەرسىلەرنىڭ قالدۇقلىرىنى تارقىتىدۇ ۋە بەدەنگە ئۆتكەن سۇنى ئۆز قۇۋۇتى بىلەن ۋە ئۇ سۇنى ئازراق ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان نەرسىگە ئارىلاشتۇرۇشى بىلەن ياخشىلاپ، بەدەننى بەك سوۋۇتىدۇ ۋە ھۆللەيدۇ. ئۇسسۇزلۇقتىن، باش ئاغرىشتىن، ئۇيقۇسىزلىقتىن ۋە ئۇنىڭدىن باشقىلاردىن بولغان ئەگەشمە ئالامەتلەرنى داۋالاش ئۇسۇلى يۇقىرىدا سۆزلەندى. ئەگەر بوھراندىن كېيىن داۋاملىق بولىدىغان ھارارەتتىن ئازراق قىزىتما قېپقالسا، سىركەنجۇبلىنى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ئۇسارىلەر بىلەن بېرىش ياكى سۈيدۈكنى

راۋانلاشتۇرغۇچى يىلتىزلار ۋە ئۇرۇقلار قاينىتىلغان سىركەنجۇبلىنى بېرىش لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، غىب لازىمەنىڭ ئىلاجى غىبنىڭ ئىلاجىدۇر. لېكىن غىب لازىمەنىڭ ئىلاجى پىشىش ئەھۋالىغا رىئايە قىلىشقا ۋە تەرخەمەك ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى بىلەن، بولۇپمۇ چالا سوقۇلغان تەرخەمەك ۋە كاسنە ئۇرۇقى بىلەن تەييارلانغان سىركەنجۇبل بىلەن سوۋۇتۇشقا مايىلراقتۇر بولۇپ، ئىككى سائەتتىن كېيىن ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە لەتىف غىزالارنى بېرىشكە، دەسلەپتە يېنىك ھۆقنە ئىشلىتىشكە ۋە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇشقا مايىل بولىدۇ. يەنى يېنىك تەدبىرلەرنى قوللىنىپ، دەسلەپتە سۈركە دورىلىرىدىن پەقەت بىنەپشە شەربىتى ۋە مېۋە سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ ھەم يېنىك ھۆقنىلەر ئىشلىتىلىدۇ.

غىب غەيرىي خالىسنى داۋالاش

غىب غەيرىي خالىستا غىب خالىسقا ئوخشمايدىغان ئىشلار سوغۇقتىن بولغان قىزىتمىلار شېرىكلىشىدىغان ئىشلاردۇر. بۇ ئىشلار شۇكى، بەزىدە غىب خالىس بىمارىغا رۇخسەت قىلىنىدىغان ماددىنىڭ پىشىپ تۇرۇشنى ۋە قىزىتمىنىڭ بەك تۆۋەنلىشىنى كۈتمەسلىك قاتارلىقلاردا ئورتاق بولىدۇ. غىب غەيرىي خالىس بىمارلىرىدا پىشىشنى كۈتۈپ تۇرۇش چەكلىنىدۇ، چۈنكى مۇنچىغا چۈشۈش پىشمىغان بەلغەمنى ئوفۇنەتلەنگەن ئورۇنغا قويۇلغان نەرسىگە ئارىلاشتۇرىدۇ ۋە ناچار خىلىت ئوفۇنەتلەنگەن خىلىتقا ئارىلىشىپ، سۇيۇقى تارقاپ قويۇقى قېپقالىدۇ. چوقۇم ھەر كۈنى تاماق بېرىش ياكى غىزاغا يېقىن نەرسىلەرنى بېرىش ئۇلارغا زىيان قىلىدۇ. شۇڭا كۈن ئاتلاپ غىزالاندۇرۇش شۇنىڭدەك غىزاسىدا پاكلايدىغان ۋە ئازراق ئىسسىتىدىغان نەرسىلەر بولۇشى لازىم. غىزانى كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە غىب خالىسنىڭ دەسلىپىدىكىدىن قۇيۇقراق قىلىش، ئاندىن تەدرىجىي غىب خالىسنىڭكىدىن لەتىفلەشتۈرۈش لازىم. دەسلىپىدە ئاچ قويۇش بىلەن غىزانى لەتىفلەشتۈرۈش بەك لەتىف غىزا بىلەن لەتىفلەشتۈرۈشتىن كۆپرەك بولىدۇ ۋە سوۋۇتۇش ئازراق بولىدۇ. ئۇلار دەسلەپتە ئۆتكۈر ھۆقنىلەر بىلەن ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئۇلارنىڭ كۈچلۈك سۈرگىلىرىدە پىشىشنى كۈتۈش كۆپرەك بولىدۇ ۋە ئۇلارغا

ئىشلىتىلىدىغان ئارپا سۈيىدە پىشۇرغۇچى ۋە تارقاتقۇچى قۇۋۇتلەرنىڭ بولۇشى زۆرۈر بولىدۇ. بۇ خۇددى بىز ئاشقازىنىدا ئارپا سۈيى چۈچۈمەللىشىدىغان كىشى ئۈچۈن ئېيتقىنىمىزغا ئوخشاش. بەلكى شۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈك بولۇپ، بەزىدە مىزاج ئېتىبارى بىلەن ئۇ ئارپا سۈيىدە زۇپا، يالپۇز، پىننە ۋە سۇمبۇل قاتارلىقلارنى قاينىتىشقا ھاجەت چۈشىدۇ. قىزىلچا ئۇ بىمارلار ئۈچۈن بەك پايدىلىقتۇر ۋە كاھۇ سۈيىنى ئارپا سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىشمۇ بەك پايدىلىقتۇر. قىزىتمىنىڭ ئاخىرىدا نوقۇت سۈيى ئۇلار ئۈچۈن بەك پايدىلىقتۇر. غىب غەيرىي خالىس بىلەن غىب خالىسنىڭ يېقىنلىقى ياكى يىراقلىقىغا قاراش، شۇ ئېتىبار بىلەن غىب غەيرىي خالىسنىڭ ئىلاجى بىلەن غىب خالىسنىڭ ئىلاجىنى قارىمۇقارشى قىلىش لازىم. ئەگەر غىب غەيرىي خالىس غىب خالىسقا بەك يېقىن بولسا، بۇ ئىككىسىنىڭ داۋالاش ئارىلىقى ئازراق قارىمۇقارشى قىلىنىدۇ، ئەگەر ئۇلارنىڭ تىندۇرۇلغان سۈيدۇكى قويۇق كۆرۈلسە قان ئېلىنىدۇ، قان ئالغاندا ھۆقنىگە ئېھتىياج چۈشمەيدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇلار ئۈچۈن غىزادىن كېيىن قەي قىلدۇرۇشتىن مەنپەئەتلىكرەك تەدبىر يوقتۇر. قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە مۆتىدىلىككە يېقىن سۈرگىلەردىن بىرى، قاينىتىلغان ھەسەلدە ياسالغان گۈلقەنت سۈيى ۋە سىركەنجۈبىل سۈيىدۇر، بەزىدە ئۇنىڭغا خىيارشەنبەر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ۋە بۇنىڭدىن كۈچلۈكرەك قىلماقچى بولسا، بۇنىڭغا كۈچلۈك تۇربۇت سېلىنىدۇ، قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە ھۆقنىلەر باشقا سۈرگىلەردىن ياخشىراقتۇر. ئۇ ھۆقنىلەر ئوغرىتىكەن قۇۋۇتى، بابۇنە، قىزىلچا، زاراڭزا ئۇرۇقى، بىنەپشە، سەرپىستان، ئەنجۈر قاتارلىقلار ۋە تۇربۇتنىڭ پۇرىقى، خىيارشەنبەر ۋە كۈنجۈت يېغى، تەنكار قاتارلىقلار چۈشكەن ھۆقنىلەردۇر. بەزىدە قىزىتمىنىڭ غىب خالىسقا يىراقلىق ئېتىبارى بىلەن بۇنىڭدىن ئۆتكۈررەك دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

پىشىشقا يارىمى بەرگۈچى دورىلارغا كەلسەك، ئۇلار ئازراق گۈلقەنتكە ئارىلاشتۇرۇلغان سىركەنجۈبىل ياكى سىركەنجۈبىل ئۇسۇلىغا ئوخشاش دورىلاردۇر. يەتتىنچى كۈنىدىن كېيىن ئەفسەنتىن قاينىتىلمىسىغا ئوخشاش دورىلار بەك پايدىلىقتۇر. چۈنكى ئەفسەنتىن قاينىتىلمىسى مادىدىنى لەتىپلەشتۇرىدۇ ۋە ئاشقازانىنى

كۆچلەندۈرىدۇ، شۇنداقلا بەدىيان سۆيى، كەرەپشە سۆيى سىركەنجۈبىل بىلەن ماددىنى لەتىفلەشتۈرۈپ ئاشقازاننى قۇۋۇتلەيدۇ. ئەگەر كېسەللىك سوزۇلما بولسا، قۇرسى غاپەس قاينىتىلمىسغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۈر بولىدۇ. قوۋۇرغا ئەتراپلىرىنى ئىسسىتىشمۇ شۇ قاتاردىندۇر. بىمارنىڭ قورساق تېرىسىگە پشۇرىدىغان، تارتىشىش يۈز بەرگەن بولسا تارتىشىنى بوشاشتۇرىدىغان نەرسىلەر زىمات قىلىنىدۇ، سۆيدۈك پىشىپ بولغانلىقى بىلىنسە، پەرۋا قىلماي تازىلىنىدۇ، راۋانلاشتۇرۇلىدۇ.

ئۇلار ئۇچۇن ئەڭ ياخشى تازىلىغۇچىلار شۇكى، كاھۇ ئۇسارىسى، غاپەس ئۇسارىسىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرام، ئايارەج، كەرەپشە ئۇرۇقى، سېرىق ھېلىلە ۋە ھەللە كابۇلىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، تۇربۇتتىن 21 گىرام ئېلىپ، كەرەپشە سۆيى بىلەن ھەب قىلىپ، بىر قېتىمدا ئالتە گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. تازىلىغۇچىلاردىن بىز تۇرۇپ چىققان ياخشى بىر مەتبۇج بار، ئۇنىڭ نۇسخىسى: غاپەس، ئەفسەنتىن ۋە ھېلىلە كابۇلىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام، قوغۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ياۋا تەرخەمەك ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، شۇكائى ئۇرۇقى ۋە ئاق تىكەندىن 30 گىرامدىن، تۇربۇتتىن ئۇچ گىرام، خىيارشەنبەردىن 18 گىرام، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈمدىن 20 دانە، سەرپىستاندىن 30 دانە، ئەنجۇردىن 10 دانە، پارس قىزىلگۈلدە ياسالغان گۈلقەنتتىن 45 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى قائىدە بويىچە تەڭ مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۆيىدىن چوڭ بىر پىيالە ئېلىپ، يېرىم گىرام سوقمونىيا سېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە بىر تەرەپتىن كۆچلۈك، يەنە بىر تەرەپتىن ئاجىز دورىغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەمما چاپلاشقاق خىلتىنى تازىلاش ئېتىبارى بىلەن بىر قېتىمدا كۆپ تازىلىمايلا، بەلكى قۇۋۋەت ئاجىزلىماسلىق ئۈچۈن بىرنەچچە قېتىم تازىلاشقا ئېھتىياجلىق خىلتىنى تەدرىجىي تازىلاش ئۈچۈن ئاجىز دورىغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ دورا خىلتىنىڭ بىر قىسمىنى سۈرۈش ئۈچۈن خىلتىنى پارچىلاش ۋە بىر يەرگە يىغىش مۇمكىن بولغان دورىدۇر، بۇنىڭ ئاز قىسمى ناچار خىلتىنىڭ ئاز قىسمىدۇر، كۆپ قىسمى ناچار خىلتىنىڭ كۆپىدۇر. بەزىدە دورا سۈلرىنىڭ ئاز قىسمى ئانچە تەسىر قىلمايدۇ، بۇ

دورىنىڭ مىسالى شۇكى، تۇربۇتتىن 1.5 گىرام ياكى ھاجەت ئېتىبارى بىلەن ئۇنىڭدىن ئازراق ياكى كۆپرەك، سوقمونىيادىن 0.18 گىرامغا يېقىن ياكى ئۇنىڭدىن كۆپرەك ئېلىپ، پارس قىزىلگۈلى بىلەن يۇغۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى غارىقۇن ۋە سوقمونىيادىن يۇقىرىقى ئۆلچەم بويىچە، گۈلقەنت ۋە تۇربۇتتىن 1.5 گىرامدىن ياكى ھاجەت مىقدارى بويىچە كۆپرەك ياكى ئازراق ئېلىنىدۇ. سوقمونىيادىن بىر تەسۇجقا يېقىنراق ياكى ئۇنىڭدىن ئازراق ئېلىپ تىلغا ئېلىنغان ھەسەلدە ياسالغان گۈلقەنت بىلەن مەجۇن قىلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى غارىقۇن ۋە سوقمونىيا مۇشۇ قىياس بويىچە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ۋە ھەسەلدە ياسالغان گۈلقەنت بىلەن يۇغۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى 30 گىرام، يېڭى قىزىلگۈل ئۇسارىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى قىزىلگۈل شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

35 ـ پەسىل كۆيدۈرگۈچى قىزىتما توغرىسىدا

بۇ «پاريقۇس» دەپمۇ ئاتىلىدۇ، كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ئىككى خىل بولىدۇ. بىرىنچىسى، سەپرادىن بولغان كۆيدۈرگۈچى قىزىتما بولۇپ، بۇنىڭ سەۋەبى ئوفۇنەتنىڭ كۆپلۈكىدۇر، ئوفۇنەت ئومۇمىي بەدەندىكى تومۇرلارنىڭ ئىچىدە ياكى مەخسۇس يۇرەكنىڭ ئەتراپىدىكى تومۇرلاردا ياكى ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئەتراپىدىكى تومۇرلاردا ياكى جىگەر ئەتراپىدىكى تومۇرلاردا بولىدۇ. ئىككىنچىسى، بەلغەمدىن بولغان كۆيدۈرگۈچى قىزىتما بولۇپ، بۇ يۇرەك ئەتراپىدىكى تومۇرلاردا ئوفۇنەتلەنگەن شورلۇق بەلغەمدىن بولىدۇ. خۇددى بۇقرات «ئىبتىزىما»[1] دا ئېيتقاندەك شورلۇق بەلغەم سەپرا ئارىلاشقان سۇدەك بەلغەمدىن بولۇپ، ئوفۇنەتلەنگەن سەپرا كۆپ سۇ تەركىبىگە ئارىلاشقان بولىدۇ. كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ئەگەشمە ئالامەت جەھەتتە غىب قىزىتمىسىدىن كۆچلۈكرەك بولۇۋېدى، غىب

① ئىبتىزىما — ۋابا توغرىسىدا سۆزلەنگەن كىتاب بولۇپ، يېقىندا تېۋىپلار تەرجىمھالى قاتارىدا بۇقراتنىڭ تەرجىمھالىدا سۆزلىنىدۇ.

قىزىتمىسىدىن تۇتۇش مەزگىلى قىسقىراق بولۇش زۆرۈر بولدى. ياشانغانلاردا كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ئىنتايىن ئاز يۈز بېرىدۇ، ئەگەر يۈز بەرسە ھالاك قىلىدۇ. چۈنكى كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ئۇلاردا پەقەت بەك كۈچلۈك سەۋەبتىن بولىدۇ، ياشانغانلارنىڭ قۇۋۇەتلىرى ئاجىز بولۇپ، ياشلار ۋە كىچىك بالىلاردا كۆپ يۈز بېرىدۇ. كىچىك بالىلارنىڭ مىزاجى ھۆل بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇلاردا يېنىكرەك بولىدۇ، بەزىدە قىزىتما باشقا بۇخارات قوزغىغانلىقتىن كىچىك بالىلاردا ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى بىلەن بولىدۇ. شۇنداق سۆزلىدۇقكى، كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىدا رەئىسە يۈز بەرگەن كىشىدە ئەقىل ئېلىشىش بولسا رەئىسەنى تارقىتىدۇ، بۇ، مېڭە بەك ئىسسىپ نېرۋىنى ئىسسىتىۋەتكەنلىكتىن بولۇشى ۋە قىزىتما كۆيدۈرگۈچى قىزىتما بولۇشى مۇمكىن. ئەقىل ئېلىشىشنىڭ بۇ كىشىدىن رەئىسەنى تارقىتىشى ماددىلار نېرۋىغا تارقىغانلىقتىن بولىدۇ، بۇ قىزىتما كۆپىنچە قەي قىلىش ياكى ئىچ سۇرۇش ياكى بۇرنى قاناش ياكى تەرلەش بىلەن تارقايدۇ.

ئالامتى

ئۇنىڭ ئالامتى قىزىتما داۋاملىشىش، بوشاڭلىق قىلىش، تىل يېرىكلىشىش، تىل دەسلەپتە سارغىيىپ كېيىنچە قارىداش، بوھران بولماي تۇرۇپ تەر توختاش، ئۇسساپ چاڭقاپ كېتىش قاتارلىق ئەگەشمە ئالامەتلەر كۆچىيىشتۇر. بۇقرات دېدىكى، ئەگەر يەڭگىل يۆتەل ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتسە، بۇلارنىڭ ئۇسساپ چاڭقاپ كېتىشى ئۆپكە سەۋەبىدىن بولۇشى مۇمكىن. ئەگەر ئۆپكە يۆتەل بىلەن ئازراق ھەرىكەتلەنسە، يۇمشاق گۆشتىن ئۆپكىگە ئاققان نەرسىلەر تەكشۈرۈلىدۇ. كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىدىكى كۆپىنچە ھارارەت سىرتقى تەرەپتە كۈچلۈك بولماي، ئىچكى تەرەپتە كۈچلۈك بولىدۇ. كېسەللىكنىڭ قوزغىلىشى باشقا قىزىتمىلارغا قارىغاندا يەڭگىلرەك بولىدۇ، سەپرادىن بولغان كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىدا ئۇيقۇسىزلىق، بىئاراملىق، كۆيۈشۈش، ئەقىل ئېلىشىش، بۇرۇن قاناش، باش ئاغرىش، ئىككى چېكە چېڭقىلىش، كۆز ئولتۇرۇشۇش، پەقەت سەپرالىق ئىچ

سۇرۇش، ئىشتىها تۆۋەنلەش قاتارلىق ناچار ئەگەشمە ئالامەتلەر ئېغىر بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما كېچىك بالىلاردا يۇز بەرسە، ئۇلار ئېمشىنى خالىمايدۇ ياكى ئەمگىلى ئۇنىمايدۇ ۋە شورىغان سۈتى بۇزۇلۇپ چۈچۈمەللىشىدۇ.

داۋالاش

كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىنى داۋالاش غەب خالىسنى داۋالاشقا ئوخشاشتۇر، ئەگەر بۇلار يۇقىرىدا ئېيتىلغان نەرسىلەرگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن تازىلاشقا ئېھتىياجلىق بولسا، تازىلاشقا ئالدىراش ياخشىراقتۇر، ئەمما تولۇق تازىلاش ماددا پىشقاندىن كېيىن بولىدۇ. قان ئېلىش سۈيدۈك دۇغ قىزىل بولغاندا، بەزىدە ئۇلارنىڭ هارارىتىنى ئۆرلىتىۋېتىدۇ، بەزىدە مەنپەئەت قىلىدۇ، لېكىن بەكرەك لەتىپلەشتۈرۈش ۋە سوۋۇتۇشقا، شۇنداقلا ئۇلار يەيدىغان نەرسىنى ئەمەلىي سوۋۇتۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر قۇۋۇۋەت تۆۋەنلەش خەۋپى بولۇپ، گەرچە غىزانى كۆكلى تارتمىسىمۇ غىزا بېرىلىدۇ. بولۇپمۇ كۆپ نەرسە تارقايدىغان كىشىلەردە. چۈنكى بۇنىڭدا كۆپىنچە سېزىم يوقىلىدۇ ۋە يەنە كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە كۈچلۈكرەك يۇمشىتىشقا، ئۆتكۈر قىزىتمىنى يۇقىرىدا سۈپەتلەنگەن تەرەپلەرنىڭ هەممىسگە رىئايە قىلغان ئاساستا داۋالاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

بەزىدە قىزىتما ئازراق پەسەيگەن چاغدا ئازراق كافۇر سېلىنغان تەمرى هىندى سۈيى ئىچىپ ئۇخلاش ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇلار ئۈچۈن سىركەنجۈبىل ياكى سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى ياكى كاسنە ئۇرۇقى شىربىسى ياخشىدۇر.

تاۋۇز سۈيىمۇ بۇلار ئۈچۈن ياخشىدۇر، سوغۇق سۇ ئىچىشتە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر ئېتىبارغا ئېلىنىدۇ. ئەگەر بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسا، سوغۇق سۇ بىمار كۆكەرگىچە بولسىمۇ ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە ئەقىل ئېلىشىش تۈپەيلى سۇ ئىچىشنى ئۇنتۇپ قالىدۇ. شۇڭا، بۇلارغا هەر ۋاقىت ئىچكۈزۈلىدۇ، بولۇپمۇ تىلى قۇرۇپ تۇرىدىغان كىشىلەرگە. ئۇ قىزىتمىنىڭ ئېغىر ئەگەشمە ئالامەتلىرى بىز قىزىتما بايانلىرىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ. بىمار بۇرنى قاتتىق قاناپ

كېتىشتىن ساقلىنىش لازىم، چۈنكى بۇرۇن قاناشنىڭ خەتىرى چوڭدۇر. ئۇلارنىڭ نەپەسلىنىش ئەھۋالىغا دىققەت قىلىش، كۆكرەك ئەتراپىنىڭ تەشەننۇجلىنىشىغا يول قويماسلىق، ئۇلارنىڭ بېشىنى سركە، قىزىلگۈل يېغى، سەندەل، قىزىلگۈل سۈيى، كافۇر ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن مۇھاپىزەت قىلىش ھەم يۇقىرىدا سۆزلەنگەن دورىلار قاينىتىلغان سۇلار بىلەن نۇتۇل قىلىش[1] لازىم. ئەگەر بىماردا ئۇيقۇسىزلىق ئېغىر بولسا، داۋالىنىدۇ. خەشخاش شەربىتى ئىچكۈزۈشتە قارا خەشخاش شەربىتى بولسىمۇ بولىدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا ۋە قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە قۇرسى كافۇرغا ئوخشاش ياخشى قۇرس ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا سركەنجۈبىل، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، كاسنە ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىقلاردىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن بېرىش مۇۋاپىق كېلىدۇ. سركەنجۈبىلدىن 75 ~ 105 گىرامغىچە ئېلىنىدۇ. ئەگەر بۇ قىزىتمىدا ئىچ سۇرۇش بولسا، قۇرسى تاباشىر مۇمسىك ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن ياخشى قۇرس تاباشىر ۋە قىزىلگۈلنىڭ ھەربىرىدىن 7.5 گىرامدىن، زەپەردىن 0.5 گىرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرام، قاپاق ئۇرۇقى ۋە تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، سەندەلدىن 4.5 گىرام، رۇببىسۇس، نىشاستىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، كافۇردىن 0.75 گىرام ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، بىر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: قىزىلگۈلدىن 12 گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، ياۋا تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، زەپەردىن بىر گىرام، كافۇردىن 0.75 گىرام، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، كەتىرا، رۇببىسۇسنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، بىر قېتىمدا

---

① نۇتۇل قىلىش — ئۇ ئىسسىق سۇنى ئەزاغا بىرنەچچە قېتىم قۇيۇش ياكى ئەزانى ئىسسىق سۇ ياكى قىزىق سۇ بار قاچىغا بىمار بەرداشلىق بېرەلىگەنگە قەدەر تۇرغۇزۇشنى كۆرسىتىدۇ، بۇ سۇ بىرەر ئۆسۈملۈكنىڭ قاينىتىلمىسىدۇر.

ئالته گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر قىزىتما ئېنىق تۆۋەنلىسە، سۇيى سوغۇققا مايىل مۇنچىغا چۈشۈرۈشكە بولىدۇ، بۇ خىل قىزىتما بىمارلىرى ئىچىدە بەلغەمى شوردىن قىزىتما بولغان كىشىنى مۇنچىغا چۈشۈرۈش ياخشىراقتۇر.

36 ـ پەسىل قاندىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا

جالىنۇس قاندىن بولغان قىزىتما قانىنىڭ ئوفۇنەتلىنىشىدىن بولمايدۇ، دەپ قارىغان. چۈنكى قان ئوفۇنەتلەنسە سەپراغا ئۆزگىرىدۇ. شۇڭا بۇ ۋاقىتتا قاندىن بولغان قىزىتما بولماستىن، سەپرادىن بولغان قىزىتما بولىدۇ. يۇقىرىدا سۆزلەنگەن كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ياكى غەب قىزىتما بولىدۇ ۋە ئۇ قىزىتما مۇشۇ قىزىتما بىلەن داۋالىنىدۇ. جالىنۇسنىڭ بۇ سۆزى بۇقراتنىڭ سۆزى ۋە ئەملىيەتكە قارشىدۇر، بۇ ھەقتىكى ئەڭ چوڭ خاتالىق قان ئوفۇنەتلەنسە سەپراغا ئۆزگىرىدۇ، دېيىشتۇر. چۈنكى بۇ سۆز ئىككى ئىشنى گۇمان قىلدۇرىدۇ، ئۇنىڭ بىرى شۇكى، ئەگەر قان ئوفۇنەتلەنسە، ئوفۇنەتلەنگەندىن كېيىن سەپراغا ئۆزگىرىشكە ئېلىپ بارىدۇ، خۇددى ئوتۇن كۆيسە كۈلگە ئۆزگەرگەندەك. ئىككىنچىسى، ئەگەر قان ئوفۇنەتلەنسە سەپرا ئوفۇنەتلەنگەندەك ھالەت بولىدۇ، خۇددى ياغاچ ئىسسىتىلغان كۈلگە ئايلىنىپ قالىدۇ، دېيىلگەندەك. يۇقىرىقى ئىككى چۈشەنچىنىڭ بىرىنچىسىدە، ئۇچ تەرەپتىن مەنبەسى بۇزۇقتۇر. ئۇنىڭ بىرى ئەگەر قان ئوفۇنەتلەنسە، ئۇنىڭ سۇيۇقى ناچار سەپراغا، قويۇقى سەۋداغا ئۆزگىرىدۇ، ھەرگىز ئىككىلىسى سەپرا بولمايدۇ. ئىككىنچىسى شۇكى، يۇقىرىقى ئەھۋاللار ئوفۇنەتلەنگەندىن كېيىن كۆرۈلىدۇ ۋە بىز ئوفۇنەت ھالىتىدە كۆردۇق. ئۇچىنچىسى شۇكى، قان شۇنىڭدىن كېيىن سەپرا بولۇپ، ئۇ قاندا ئوفۇنەتنىڭ بار ـ يوقلۇقى بىلىنمەيدۇ، چۈنكى نەرسىلەرنىڭ كۆپىنچىسى ئوفۇنەتلىنىدۇ ۋە ئۇنىڭدىن قويۇق ـ سۇيۇقى ئايرىلىدۇ. قويۇق ـ سۇيۇق ئوفۇنەتلەنمەيدۇ، سۇيۇق ۋە قويۇقنىڭ ئوفۇنەتلىنىشى قىزىتمىنىڭ ئوفۇنەتتىن بولغانلىقىغا سەۋەب بولىدىغان ئوفۇنەتتىن بولمايدۇ، بەزىدە ئوفۇنەتلەنمىگەن نەرسە ئوفۇنەتتىن بولىدۇ، دەپ قارىلىپ قالىدۇ. ئەگەر ئۇنىڭ

ئوفۇنەتتىن بولۇشى ئوفۇنەتلىنىشكە سەۋەب بولىدىغان بولسا، قويۇق، كۈل بولغىنىمۇ ئوفۇنەتلەنگەن بولاتتى، بۇ يەردە سەۋادىن بولغان قىزىتمىمۇ بولىدۇ. بۇ بىرىنچى چۈشەنچىنى خۇلاسىلەشكە سەۋەب بولىدىغان نەرسىدۇر.

ئەمما ئىككىنچى چۈشەنچە پۈتۈنلەي خاتا، چۈنكى ئوفۇنەتلىنىش بۇزغۇنچىلىققا ئېلىپ بارىدىغان يولدۇر، ئوفۇنەتلىنىشنىڭ ۋاقتى بولىدۇ، قانىنىڭ سەپراغا ئۆزگىرىشنىڭ ۋاقتى بولمايدۇ، ئوفۇنەتلىنىش قاندا يۇز بېرىدىغان بۇزۇقلۇقتۇر، خۇددى بەلغەمدە يۇز بەرگەندەك، ئۇ سەپراغا ياكى سەۋداغا ئۆزگەرمىگەن بەلغەمدۇر. بىراق شۇنىڭدىن تولۇق ئوفۇنەتلىنىش بىلەن ئۆزگىرىدۇ. دېمەك ھەقىقىي توغرا سۆز بۇقراتنىڭ سۆزىدۇر. سۆز شۇكى، بەزىدە قانىنىڭ ئوفۇنەنلىنىشىدىن بولىدۇ، بىز ھازىر شۇنداق دەيمىزكى، قاندىن بولغان قىزىتما ئىككى خىل قىزىتمىدۇر، بىرى، ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما، يەنە بىرى، قانىنىڭ قىزىپ قېلىشى ۋە قاينىشىدىن بولغان قىزىتمىدۇر. ئۇنى بۇقرات سۇنۇخۇس، يەنى مۇتىبقە دەپ ئاتايدۇ. قان قاياناشنىڭ كۆپىنچىسى ھارارەتنى توسىدىغان توسالغۇلاردىن بولىدۇ، بەزىدە بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ سەۋەبلىرىدىن كۈچلۈكرەك باشقا سەۋەبلەردىن بولىدۇ. بەزىدە بۇ خىل قىزىتما «شابېەتۇل قەۋىيە» (كۈچلۈك ياش) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ قىزىتما ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما بىلەن بىر كۈنلۈك قىزىتما ئارىسىدىكى قىزىتما تۇرىدىن بولۇپ، بۇ قىزىتمىدىكى تۇنجى قىزىش خىلىتتىن بولغان سەۋەبتىن بىر كۈنلۈك قىزىتمىدىن پەرقلىنىدۇ. بۇ قىزىتمىدا ئوفۇنەت بولمىغانلىقتىن، ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىلاردىن پەرقلىنىدۇ. بۇ خىل قىزىتما بىر كۈنلۈك قىزىتما، جۈدەتكۈچى قىزىتما ۋە ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما بولماستىن، بەلكى ئۆتكۈر قىزىتمىدۇر، كۆپىنچە بۇ خىل قىزىتما ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما ياكى جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ. بۇ قىزىتمىنى جالىنۇس بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ ئورنىدا تۇرغۇزىدۇ.

جالىنۇس قاندىن بولغان قىزىتما باشقا قىزىتمىلار بىلەن مۇرەككەپلەشمەيدۇ، دەپ قارايدۇ. چۈنكى ئوفۇنەتلىنىش قاندا بولسا بارلىق خىلىتلارغا ئومۇمىي بولىدۇ. ئۇنىڭ بەزى كۆزقاراشلىرىدا قارىمۇقارشىلىق بار، بىز بۇ ھەقتە ئۇزۇن سۆزلەپ ئولتۇرمايمىز، چۈنكى تېۋىپلار ئۇنىڭدىن مەنپەئەتلىنەلمەيدۇ، بۇ قىزىتمىنىڭ سەۋەبى

تولۇپ قېلىش ۋە توسالغۇدۇر. ئۇ قىزىتمىنىڭ كۆپىنچىسى چېنىقىشتىن بولۇپمۇ ئادەتلەنمىگەن چېنىقىشتىن ۋە تازىلاشنى تەرك ئەتكەنلىكتىن، ئۇنىڭدىن قالسا قاتتىق چېنىقىشتىن بولىدۇ. بەزىدە بۇ قىزىتمىدىكى ئوفۇنەتكە سۇلۇق مېۋىلەرنى يېيىشتىن بولغان قانىنىڭ سۇ تەركىبىنىڭ كۆپلۈكى سەۋەب بولۇپ، قانىنىڭ سۇ تەركىبى ئوفۇنەتلىنىشكە ئۆزگىرىدۇ ياكى ئۇنىڭدىكى خام خىلتىنىڭ كۆپلۈكى سەۋەب بولۇپ، خىلتىنىڭ كۆپلۈكى ئۇ خىلتىنى ئوفۇنەتلىنىشكە مەجبۇرلايدۇ. تەرخەمەك، ياۋا تەرخەمەك، ئامۇت ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدىن پەيدا بولغاندەك، بۇ قىزىتما داۋاملىشىشچان قىزىتما بولۇپ، ماددا ئومۇمىي بەدەندە بولغانلىقتىن پەسەيمەيدۇ، ئۇنىڭ داۋام بولۇشى بوھرانغچە ياكى ئۆلۈمگىچىدۇر، ئۇ قىزىتمىنىڭ تۈرلىرى ئۇچتۇر، ئۇنىڭ بىخەتەررەكى پەسىيدىغان قىزىتما بولۇپ، دەسلەپتە ئېغىر باشلىنىپ، كېيىنچە يېنىكلەيدۇ، چۈنكى تارقاش ئوفۇنەتلىنىشتىن كۆپرەكتۇر.

ئۇنىڭدىن قالسا بىر ھالەتتە تۇرىدىغان قىزىتمىدۇر، بەزىدە بۇ قىزىتما يەتتە كۈن بىر ھالەتتە تۇرىدۇ، ئۇ قىزىتمىنىڭ ئېغىرراقى كۈچەيگۈچى قىزىتمىدۇر. چۈنكى تارقاش بۇ قىزىتمىدا ئوفۇنەتلىنىشتىن ئازراقتۇر، ئۇ قىزىتمىنىڭ بوھرانى كۆپىنچە يەتتە كۈنگىچە بولىدۇ ۋە ئۇ قىزىتما سېزىلىدىغان ياكى سېزىلمەيدىغان تازىلىنىش بىلەن ئاخىرلىشىدۇ. بەزىدە ئۇ قىزىتما كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ۋە سەرسامغا ئۆزگىرىدۇ، بەزىدە كۆپ سوۋۇتۇش بىلەن بەلغەمدىن بولغان سەرسامغا ئۆزگىرىدۇ، بەزىدە چېچەك ۋە قىزىلغا ئۆزگىرىدۇ.

ئەگەر ئۇ قىزىتمىدا ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى ۋە دۇمباقنىڭ ئاۋازىغا ئوخشاش ئاۋاز چىقىدىغان قورساق ئېسىلىش يۈز بېرىپ، ئۇنى ئىچى تىتىلداپ ئولتۇرالماي قېلىش بىلەن بىرگە بولغان ئىچ سۈرۈش پەسەيتىلمىسە، ئاندىن ياپىلاق، كۆك مۇدۇر چىقسا، ئۇ، ئۆلۈمنىڭ بېشارىتىدۇر.

ئالامتى

قاندىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئالامتى قىزىتمىنىڭ داۋام بولۇشى، يۈز - كۆزنىڭ

قىزىرىشى، كۆك قان تومۇرلار ۋە ئىككى چېكىنىڭ كۆپۈشى، بوھران بولمىغاندا تىترىمەستىن ۋە تەرلىمەستىن تومۇرلارغا تولۇق تولۇش قاتارلىقلاردۇر. كۆپىنچە جالىنۇس بۇ قىزىتمىنى بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ ئورنىغا تۇرغۇزىدۇ، جالىنۇس قاندىن بولغان قىزىتمىغا بۇرۇن ۋە بۇرۇن تۈۋى قىچىشش قوشۇلۇپ كېلىدۇ ھەم دەم سقىلىدۇ، دەپ قارايدۇ. بۇلاردا ئېغىر ئۈيقۇ كېسىلى ۋە سۆزلەش قىينلىشىش كۆرۈلسە، بۇ ناچار ئەھۋالدۇر. شۇنداقلا گال، ئىككى بادامبەز، كىچىك تىل ئىششقلىرى، كۆزدىن ياش ئېقىش قاتارلىقلار يۈز بېرىدۇ. بۇ قىزىتمىنىڭ ھارارىتى كۆپ، ھۆل، بۇخاراتلىق بولىدۇ، خۇددى كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىغا ئوخشاش. ئۇ خىل قىزىتمىدا بىمارنىڭ تومۇرى چوڭ، يۇمشاق، كۈچلۈك، تولۇپ كەتكەن، تېز، بەك ئارقىمۇئارقا، تەرتىپسىز، كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ۋە سەپرادىن بولغان قىزىتمىغا قارىغاندا ئازراق قالايمىقان ۋە تېزرەك بولىدۇ. ئوفۇنەت بولمىغانلىقى ئۈچۈن ئۇنىڭ ھارارىتى كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ۋە غەب قىزىتمىسىنىڭ دەرىجىسىدە بولمايدۇ.

ئوفۇنەتتىن بولغانلىرىنىڭ ھارارىتى ۋە ئەگەشمە كېسەللىكلىرى قاتتىقراق، داۋالاش قىينراق بولۇپ، كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىغا بەك ئوخشايدۇ. ئەمما قانىنىڭ سۇيۇق ياكى قويۇقلۇقى چىققان قان بىلەن بىلىنىدۇ، قان قاينىشىدىن بولغان سۇنۇخۇس قىزىتمىسى دەسلىپىدە بىر كۈنلۈك قىزىتمىغا بەك ئوخشايدۇ، لېكىن ئۇنىڭ ھارارىتىنىڭ كۆيۈشتۈرۈشى ۋە زىيان يەتكۈزۈشى بەك ئازدۇر، ئۇنىڭ تەسرىنىڭ كۆپىنچىسى يۈرەكنىڭ يېقىنلىقى بىلەن بولىدۇ شۇنداقلا ئۇنىڭدىن ھاسىراش ۋە تۇتقاقلىق دەم سقىلىش پەيدا بولىدۇ، ئەمما ئوفۇنەت كۆپىنچە تەكشى بولىدۇ.

بوغما، گال ئىششقى ۋە ئىككى بادامبەز ئىششقى قاتارلىقلارغا ئۆزگىرىدىغان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى، چېچەكنى ئۆزگىرىشنىڭ ئالامەتلىرى يېقىندا مەلۇم بولىدۇ. سەرسام، باش ئاغرىقى، ئەقىل ئېلىشش ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىغا ئۆزگىرىشنىڭ ئالامەتلىرى يۇقىرىدا بايان قىلىندى.

بۇ خىل قىزىتمىنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇش ئالامەتلىرى پىشىش ئالامىتى كېچىكىش، يۈزى ئورۇقلاش، قىزىتمىنىڭ كۈچىيىشى توختاش، ئاجىزلاش

مەزگىلدىكى ھالىتى ئوخشاش بولماي، ھەتتا قىزىتما ئاجىزلىغاندەك بولۇش قاتارلىقلارغا ئوخشاش هەممىگە مەلۇم ئالامەتلەردۇر. چۈنكى بۇ قانۇنۇك خام خىلىتقا توشۇپ كەتكەنلىكىنىڭ دەلىلىدۇر.

قىزىتمىنىڭ بوھران مەزگىلىگە كەلسەك، گەرچە ئۇچىنچى كۈنىدىن كېچىكىپ، يەتتىنچى كۈنىگە يەتمىگەن بولسىمۇ، پىشىش ئالامەتلىرىنىڭ ئېنىق كۆرۈلۈشى دالالەت قىلىدۇ. كۆپىنچە بوھران تۆتىنچى كۈنىدە بولىدۇ.

داۋالاش

قاندىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاشتىكى مەقسەت، بىمار ھوشسىزلانغىچە قانىنى تازىلاش، قان بەك سۇيۇق سۇدەك ياكى سەپرالىق بولسا قان جەۋھىرىنى قويۇلدۇرۇش، قان ۋە خام خىلىت پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەرنى يېگەن كىشىلەردە قان قويۇق بولسا سوۋۇتۇش، تازىلاش، سۇيۇلدۇرۇش، قىزىتمىنى پەيدا قىلغۇچى ماددىنى پىشۇرۇش ۋە تارقىتىشتۇر، تازىلاشتا قايسى ۋاقىتتا بولسۇن قولدىن قان ئالغانغا ئوخشاش ياخشىسى يوقتۇر. قان ئېلىشتا بوھران ۋە ماددىنىڭ پىشىشى كۈتۈلمەيدۇ، بىراق تاماق سىڭمەسلىك كۆرۈلسە، قان ئېلىشتىن ئېھتىيات قىلىندۇ ۋە قورساق بوشتىلىدۇ، ئەگەر قىزىتما داۋاملاشسا قان ئېلىندۇ ۋە هوشسىزلىنىش يېقىنلاشقانغا قەدەر داۋاملاشتۇرۇلىدۇ ياكى بەدەن كۈچلۈك بولسا، هوشسىزلىنىش يۈز بەرگەنگە قەدەر داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. چۈنكى هوشسىزلىنىشمۇ كۈچلۈك مىزاجنى سوۋۇتىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، قان ئېلىش ۋە سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈش بەزىدە باشقا تەدبىردىن بىھاجەت قىلىدۇ، ئەگەر قىزىتمىنى تېز سوۋۇتۇشقا سەۋەب بولىدىغان نەرسە بولمىسا، بۆلۈپ - بۆلۈپ قان ئېلىش ياخشىراقتۇر، چۈنكى بەزىدە قان ئېلىشتا هوشسىزلىنىشقا يېقىنلاشماي تۇرۇپمۇ مەقسەتكە يەتكىلى بولىدۇ. بەزىدە يېتەرلىك قان ئېلىشقا دەرھال سەپرالىق ئىچ سۇرۇش، تەرلەش ئەگىشىدۇ، تەرنى هەر ۋاقىت ئارقىمۇئارقا تەرلىگەنگە قەدەر سۈرتۈپتىش لازىم. بەزىدە قان ئېلىش بىلەن ساقىيىدۇ، يۈز بەرگەن ئاجىزلىق ۋە هوشسىزلىنىش لەتىپ غىزا ۋە ئارام

ئالدۇرۇش بىلەن داۋالىنىدۇ ۋە چوڭ تەرەتنى بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ھەممىگە مەلۇم ئاچچىق، تاتلىق ئانار سۇيى، شىرخىست، تەمرى ھىندى ۋە يېنىك شىيالار بىلەن داۋاملىق يۇمشىتىش لازىم.

بەزىدە مادا پىشقاندا ھەممىگە مەلۇم نەرسىلەردىن ھېلىلە، شاھتەررە، خىيارشەنبەر ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن تازىلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ ئەھۋالى قولدىن قان ئېلىشقا يار بەرمىسە، پېشانىدىكى تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ، ھىجامەت قويۇلىدۇ. ئەگەر بىرەر چەكلىگۈچى سەۋەبتىن ئاشۇلاردىن بىرەرسىنى قوللىنىش مۇمكىن بولمىسا، كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىدىكىگە ئوخشاش سۇرگە بىلەن تازىلىنىدۇ، توسالغۇنى ئاچىدىغان، ماددىنى پارچىلايدىغان، قايناشنى پەسەيتىدىغان نەرسىلەر بىلەن سۈۋۈتۇلىدۇ. ئەگەر قان ئېلىشتىن ھوشسىزلىنىش يۈز بەرسە، نان غوراپ سۇيى بىلەن غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر ئۆزلۈكىدىن بۇرنى قانسا ھوشسىزلىنىشقا يېقىنلاشمىغىچە توختىتىلمايدۇ. ئەما قان چىلان رۇببىسىغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن قويۇلدۇرۇلىدۇ. چىلان رۇببىسى شۇكى، 100 دانە چىلانىنى 1750 گىرام سۇدا ئۇچتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىپ شېكەر بىلەن قىيام قىلىنىدۇ. شېكەر ئازراق بولسا ياخشىراقتۇر، يېسىمۇق بولۇپمۇ ئۆتكۈر، چۈچۈمەل سىركە بىلەن تەييارلانغان يېسىمۇقمۇ مۇشۇ قاتارىدىندۇر. مادا قويۇق بولسا چىلان رۇببىسى ياكى يېسىمۇق ئىچكۈزۈشتىن ساقلىنىش لازىم.

سۈۋۈتۇلغان يېسىمۇق سۇيى ۋە سۈۋۈتۇلغان كاھۇ سۇيىگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن قان سۈۋۈتۇلىدۇ. بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسا سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈلىدۇ، بەزىدە تىترەپ كۆكەرگىچە سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈلسە بەزىدە ساقىيىدۇ، بەزىدە قىزىتما بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىغا ئۆزگىرىپ قۇرسى ۋەرد ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. بۇ خىل داۋالاش ئىلگىرىكى تېۋىپلارنىڭ داۋالاش ئۇسۇلى بولۇپ، ئۇنى كېيىنكى تېۋىپلارنىڭ بەزىسى ئۆزىنىڭ قىلىۋالغان.

ئارپا سۇيى ئىچكۈزۈش ئۇ كىشى ئۇچۇن مەنپەئەتلىك بولۇپ، چوڭ تەرەت يۇمشاق بولغاندا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئارپا سۇيى ئىچكۈزۈشتىكى ئەڭ ياخشى ۋاقىت

قاياناش، بىئاراملىق، هارارەت كۆچلۈك بولغان، خەۋەقان ئارقىمۇئارقا بولغان ۋاقىتتۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، پەقەت سوۋۇتۇش، قان ئالماسلىق ۋە ئىچىنى سۇرۇش توسۇلۇشلارنى كۆچەيتىپ، ئىككىنچى خىل ئەھۋالدا ئوۋغۇنەت ۋە هارارەتنى كۆپەيتىۋېتىدۇ، ئەمما قۇۋۇەت ئاجىزلىقنىڭ ئوخشاشماسلىق ئېتىبارى بويىچە سەپرانى سۇرگۈچى دورىلار بىلەن ۋە خام خىلتنى پىشۇرغۇچى دورىلار بىلەن قان تازىلىنىدۇ، بەزىدە خام خىلت قانىنىڭ ئوۋغۇنەتلىنىشىگە سەۋەب بولىدۇ. بەزىدە قۇرسى تاباشىر، قۇرسى كاۋۇرغا ئوخشاش نەرسىلەر ئىچكۈزۈلىدۇ، تۆۋەندىكى بۇ قۇرس بەك ياخشىدۇر.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: تاباشىردىن توققۇز گىرام، سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن 15 گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 12 گىرام، قاپاق ئۇرۇقىدىن 18 گىرام، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نىشاستىنىڭ هەربىردىن توققۇز گىرام، گۈلسەۋسەن رۇببىسىدىن 21 گىرام ئېلىپ، ئۇلاردىن قۇرس تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: جىگەر ئاجىزلىغاندا، قىزىلگۈلدىن توققۇز گىرام، زىرىق ئۇساربىسىدىن ئالتە گىرام، ياۋا تەرخەمەك ئۇرۇقى، يەرلىك تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تاباشىرنىڭ هەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نىشاستىنىڭ هەربىردىن 1.5 گىرامدىن، رەۋەنچىنى، زەپەر، كاۋۇرنىڭ هەربىردىن 0.75 گىرامدىن ئېلىپ قۇس تەييارلىنىدۇ.

قاندىن بولغان قىزىتما بىمارلىرىغا غىزا بېرىش توغرىسىدا

بۇلارغا بېرىلىدىغان غىزالار چىلان چۈشكەن غىزا، يېپىسىمۇق چۈشكەن، چۈچۈمەل قىلىنغان غىزا، ئانار چۈشكەن غىزا، سۇماق چۈشكەن غىزا قاتارلىقلاردۇر. ئەگەر بۇ نەرسىلەرنىڭ بىرەرسىنىڭ قەۋزىيەت قىلىش خەۋپى بولسا، شىرخىست، ئەينۇلا، قاپاق چۈشكەن غىزا، پاقىيوپۇرمىقى چۈشكەن غىزا، جۇڭگو ئامۇتى، ئانار، شام ئالمىسى، قاپاق، تەرخەمەك، ياۋا تەرخەمەك كۆكى، كاسنە،

سېمىزئوت، پاقىيوپۇرمىقى، يۇمغاقسۇت قاتارلىقلار ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەگەر باش ئاغرىقى ياكى خەپەقان ياكى ئۇيقۇسىزلىق ياكى ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى، قۇۋۇۋەتنى ئاجىزلاتىدىغان قاتتىق بۇرۇن قاناش ۋە شۇنىڭدىن باشقا ئېغىر ئەگەشمە كېسەللىكلەر يۈز بەرسە، بىز ئۆز ئورنىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ. يەنە تەكرارلاپ ئولتۇرۇشمىزنىڭ ھاجىتى يوق.

37 ـ پەسىل بەلغەمدىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا

يۇقىرىدا مەلۇم بولدىكى، بەلغەمنىڭ ئوفۇنەتلىنىشىدىن بولغان قىزىتما بەزىدە تۇتاقلىق قىزىتما، بەزىدە داۋاملىشىدىغان قىزىتما بولىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبىمۇ يۇقىرىدا مەلۇم بولدى. بۇ خىل قىزىتمىنىڭ باشقا قىزىتمىلارغا ئوخشاش ۋاقىتلىرى بولىدۇ، ئۇ خىل قىزىتمىنىڭ باشلىنىش ۋاقتى ئاز دېگەندە سەككىز كۈندۇر. ئۇنىڭ يوقىلىشى 40 ~ 60 كۈنگىچە بولىدۇ، قىزىتمىنىڭ بىخەتەرەكى ئارىلىق مەزگىلدە تازىلىنىپ تۇرىدىغىنىدۇر. بولۇپمۇ كۆپ تەر بىلەن يۈز بېرىدىغىنى بولۇپ، ئۇ ماددىنىڭ سۇيۇقلۇقىغا، ئازلىقىغا ۋە بەدەننىڭ بوشلۇقىغا دالالەت قىلىدۇ. بۇ كېسەللىك ۋاقىتلىرىنىڭ ئۇزۇنراقى ئۆرلەش ۋاقتىدۇر، شۇڭا ئۇنىڭ تۆۋەنلەش ۋاقتىمۇ سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلىشىدىن ئۇزۇنراقتۇر.

ئوفۇنەتلەنگەن بەلغەم بەزىدە شىشسىمان، بەزىدە چۈچۈمەل، بەزىدە تاتلىق ۋە بەزىدە شورلۇق بولىدۇ. شورلۇق بەلغەمدىن كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىنىڭ قانداق بولىدىغانلىقى يۇقىرىدا سۆزلەندى. كۆپىنچە بەلغەمدىن بولغان قىزىتما ھۆل مىزاجلىقلار، كۆپ ئارام ئالىدىغانلار، ياشانغانلار، كىچىك بالىلار، تاماق سىڭمەيدىغانلار، چېنىقىدىغانلار، قورساق توق ۋاقتىدا مۇنچىغا چۈشىدىغانلار، ئاچچىق كېكىرىدىغانلار ۋە ئاشقازانغا نەزلىلەر چۈشۈپ ئوفۇنەتلىنىپ تولۇپ قالغان كىشىلەردە كۆپ يۈز بېرىدۇ ۋە بۇ خىل قىزىتما ئاشقازاندىكى ئاغرىقتىن خالىي بولمايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، سوغۇقلۇق بىرگە بولغان ھەرقانداق قىزىتما

تومۇرنى تارايتىدۇ ۋە ئىنچىكىلەشتۈرىدۇ.

بەلغەمدىن بولغان تۇتقاقلىق قىزىتما (ئۇ «ئەمغىمرىنىبۇس» دەپ ئاتىلىدىغان قىزىتمىدۇر) نىڭ ئالامەتلىرى

شېشىسىمان بەلغەم ياكى چۈچۈمەل بەلغەم سەۋەبىدىن بولغان قىزىتمىدا سوغۇقتا توڭلاش كۆپرەك، شېشىسىمان بەلغەمدىن بولغىنىدا تىترەش كۈچلۈكرەك بولىدۇ، لېكىن بۇنىڭدا سوغۇقتا توڭلاش بىراقلا باشلانماي، بەلكى مۇچىلەردە ئاز - ئازدىن باشلىنىپ، ئاندىن مۇزدەك بولغانغا قەدەر يېتىپ تەستە ئىسسىيدۇ، تەدرىجىي ئىسسىماي، بەلكى سوغۇقتا توڭلاش، قايتا قوزغىلىش بىلەن بىرگە ئاز - ئازدىن ئىسسىيدۇ، بەزىدە قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە سوغۇققا توڭلاشقا جۇغ - جۇغ ئارىلىشىپ سوغۇقتا توڭلاش ئوفۇنەتلەنمىگەن خىلىتتىن، جۇغ - جۇغ ئوفۇنەتلەنگەن خىلىتتىن بولىدۇ، سوغۇقتا توڭلاپ تىترەشنىڭ كۆپىنچىسى قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى دەۋرلىرىدە بولىدۇ.

بۇ خىل قىزىتما تىترەشكە تىترەش يولى بىلەن سەۋەب بولماسلىق ئۈچۈن يېڭىنە سانجىغاندەك ئاغرىقنى پەيدا قىلىدىغان ماددىدىن پەيدا بولمايدۇ، چۈنكى بۇ قىزىتمىنىڭ ئوفۇنتى يېنىك نەرسىنىڭ ئوفۇنتىدۇر. بۇ قىزىتما ئېغىرلىق ۋە ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى بىلەن باشلىنىدۇ. كۆپىنچە تۇنجى تۇتۇشىدا سوغۇقتا توڭلىماستىن ۋە تىترىمەستىن باشلىنىدۇ، شۇنداقلا بىر مەزگىلگىچە كېچىكىدۇ، بەزىدە سوغۇقتا توڭلاش بولىدۇ، تىترەش بولمايدۇ. بەزىدە ھوشسىزلىنىش بىلەن باشلىنىدۇ، بەزىدە ئۇنداق بولمايدۇ.

بۇ كېسەللىكتە ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاجىز بولغانلىقتىن ۋە ئىشتىھا تۆۋەنلىگەنلىكتىن، غىزا ماددىسى ۋە قۇۋۋەتنى يوقىتىدىغان تاماق سىڭىش بولمىغانلىقتىن ھوشسىزلىنىش كۆپ بولىدۇ. بەلغەمى شوردىن بولغان قىزىتمىدىن بۇرۇن جۇغ - جۇغ بولىدۇ ۋە سوغۇقتا توڭلاش قاتتىق بولمايدۇ. ئەمما تاتلىق بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدا قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە قىزىتما كۆپ تۇتقانغا

قەدەر جۇغ - جۇغ، سوغۇقتا توڭلاش ۋە تىترەش بولمايدۇ، بەلغەمدىن بولغان قىزىتما تۇتۇشنىڭ كۆپىنچىسى ھوشسىزلىنىش بىلەن باشلىنىدۇ. بەزىدە بۇ خىل قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە كۈچلۈك ئىسسىقلىق كۆرۈلىدۇ. ئاخىرقى مەزگىلدە ئاز كۆرۈلىدۇ. بۇنىڭدىكى سەۋەب ئوفۇنەتنىڭ دەسلەپتە تاتلىق، شورلۇق، سۇيۇقراق بەلغەمگە، ئۇنىڭدىن كېيىن قويۇقراق ۋە سوغۇقراق بەلغەمگە يېتىشىدۇر. بۇ قىزىتمىدا دەسلەپتە تۇتقاندا ھارارەتنىڭ بىلىنىشى ئاجىزدۇر. قول ئەزاغا ئۇزاقراق قويۇلسا ئۆتكۈرلۈك سېزىلىدۇ. بىراق ھارارەت قول قويۇلغان ئورۇننىڭ ھەممىسىدە ئوخشاش تەكشى بولماي، بىر ئورۇندا ئۆتكۈر يەنە بىر ئورۇندا يېنىك بولىدۇ. چۈنكى، بەلغەم چاپلاشقاق بولغاچقا، ئۇنىڭ ھارارەتتىن تەسىرلىنىشى ۋە سۇيۇلۇشى ئوخشاش بولمايدۇ، خۇددى باشقا چاپلاشقاق خىلتىلار قاينىغاندا يۇز بەرگىنىدەك. چۈنكى ھارارەت بىر ئورۇندىن ئايرىلسمۇ، كۆپ ئورۇندىن ئايرىلمايدۇ. قانداقلا بولسۇن بۇ خىل قىزىتمىنىڭ ھارارىتى ھارارەتنى ئۆرلىتىش ۋە بىئارام قىلىشتىن تۆۋەنرەكتۇر. بىمارىدا سوغۇق ھاۋا ۋە سوغۇق سۇنى ئارزۇ قىلىش ئىستىكى كۈچلۈك بولىدۇ. نېپىز يېپىنىپ يېتىش، تولغىنىپ يېتىش ۋە چوڭ نەپەسلىنىشنى ئانچە خالاپ كەتمەيدۇ. كۆپىنچە بۇ قىزىتمىنىڭ ھارارىتىدىن قىزىتما ئىككى ياكى ئۈچ سائەت توختاپ، ئاخىرقى مەزگىلگە يەتتى، دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ، بىراق بۇ تېخى كۈچىيىش باسقۇچىدۇر. چۈنكى قىزىتمىنىڭ كۈچىيىۋاتقانلىقى كۆرۈلىدۇ. قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلەش مەزگىلىدىمۇ توختاشلار بولىدۇ. بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدا ھۆللۈك ۋە ئۇنىڭ بۇخارىتى كۆپ بولغانلىقتىن ھۆل بولۇشى كۆپ، خىلىت چاپلاشقاقلىق بولغانلىقتىن تەرلىشى ئاز بولىدۇ. ئەگەر تەرلىسە، تەر سىڭمەيدۇ. بۇ قىزىتمىنىڭ مەخسۇس ئالامەتلىرىدىن بىرى ئاز تەرلەش ياكى تەرلىمەسلىكتۇر. بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىلاردا ئۇسسۇزلۇق ئاز بولىدۇ، بىراق بەلغەمنىڭ تۇزلۇقلۇقى سەۋەبىدىن ياكى بەك ئوفۇنەتلىنىشى سەۋەبىدىن ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولسمۇ، يەنىلا باشقا قىزىتمىدىكى ئۇسسۇزلۇقتىن ئازراق بولىدۇ. ئىككى بەتىن كۆپۈش كۆپ

بولىدۇ. بەزىدە بىقىن تېرىسى تارتىشىش بىلەن نېپىزلايدۇ.

بەلغەمدىن قىزىتما بولغان كىشىنىڭ چىرايى ئاقۇچ كۆك ۋە سېرىق بولىدۇ، ھەتتا بەزىدە ھەممە ئەزا قوغۇشۇن رەڭگىدە بولىدۇ. ھەتتا ئاخىرقى مەزگىلدىمۇ شۇنداق بولىدۇ، باشقا قىزىتمىلارنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدىكىدەك قىزىرىش ئاز بولىدۇ. ئەمما بىمارنىڭ تومۇرى دەسلەپتە ئاجىز، تۆۋەن، كىچىك، تەرتىپسىز بولۇپ، ئاخىرىدا ئارقىمۇئارقا بولىدۇ. تومۇرنىڭ ئارقىمۇئارقا ۋە كىچىك بولۇشى تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ۋە سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ تومۇر ھەرىكىتىدىكى ئارقىمۇئارقا ۋە كىچىك بولۇشىدىن كۆچلۈكرەك بولىدۇ، تومۇرنىڭ بەك ئارقىمۇئارقا سوقۇشى تومۇرنىڭ بەك كىچىك بولغانلىقىدىندۇر. لېكىن ئۇ، تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ تومۇر ھەرىكىتىدىن تېز بولمايدۇ، بەزىدە ئۇنىڭدىن ئاستىراق ياكى ئاۋۋالقىسىدەك بولىدۇ، ئۇ تەرتىپسىز، كىچىك بولۇش بىلەن بىرگە بەك قالايمىقان بولۇشتۇر. بۇلاردىن ئاجىز كىشىلەرنىڭ تومۇر ھەرىكىتىنىڭ قالايمىقانلىقى كۆپرەك بولىدۇ. تومۇر ھەرىكىتىنىڭ ئالامەتلىرى بۇ قىزىتمىغا ئەڭ توغرا ئالامەتلەردىندۇر.

دەسلەپتە توسالغۇلار ۋە سوغۇقلۇق كۆپ بولغانلىقتىن، بىمارنىڭ سۈيدۈكى سۈيۇق ۋە ئاق بولىدۇ. ئاندىن ئوفۇنەتلەنگەنلىكتىن قىزىرىدۇ ۋە ياخشى پىشمىغانلىقى ئۈچۈن دۇغلىشىدۇ.

بەزىدە بۇ قىزىمدا سۈيدۈكىنىڭ ئەھۋالى پات - پات ئۆزگىرىدۇ. ئەگەر ماددىنىڭ قويۇقى قېلىپ، ئوفۇنتى تارقاپ، توسۇلۇش ۋاقتى قايتىلانسا سۈيدۈك ئاقىرىدۇ. شۇنىڭدىن كېيىن كۆپ نەرسە ئوفۇنەتلىنىپ ئىتتىرىلسە ۋە توسالغۇلار ئېچىلسا، توسالغۇلارغا ئۇنى يەنە بىر قېتىم توسىدىغان شۇ خىلىت ئۆز ئەينى كەلگىچە سۈيدۈك قىزىرىدۇ، ئەمما بىمارنىڭ چوڭ تەرتى يۇمشاق، سۈيۇق، بەلغەملىك بولىدۇ. قىزىتمىنىڭ بەلغەمدىن بولغان قىزىتما ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، قىزىتمىنىڭ تۈتۈش مەزگىلى ئون سەككىز

سائەت، قويۇپ بېرىش مەزگىلى ئالتە سائەت بولىدۇ. قويۇپ بېرىشى قىزىتمىنىڭ ئاخىرلاشقانلىقى بولمايدۇ. چۈنكى بۇ ۋاقىتتا ماددا قويۇق، چاپلاشقاق بولۇش بىلەن بىرگە كۆپتۈر. بەزىدە قىزىتمىنىڭ بەلغەمدىن بولغان قىزىتما ئىكەنلىكىگە بىمارنىڭ يېشى، ئادىتى، پەسلى، يۇرتى، ئىستېمال قىلغان غىزا قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ. قىزىتمىنىڭ تاماق سىڭمەسلىكتىن ئىبارەت ئىلگىرىكى سەۋەبلىرى ساقلىنىدۇ. بىمارنىڭ رەڭگى ۋە قىزىتمىنىڭ قوزغىلىشى، بەدەننى تۇتقاندا يۇمشاق بىلىنىش، ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاجىزلاش، ئىشتىها تۆۋەنلەش قاتارلىقلار دالاۋالەت قىلىدۇ. بەزىدە قىزىتما بىلەن بىرگە تال چوڭىيىدۇ ۋە كۆپىنچە ۋاقىتلاردا قىزىتمىدىن بۇرۇن كۆپ ئاچچىق كېكىرىدۇ.

. دائىملىق قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى (ئۇ «لىسقە» دەپ ئاتىلىدىغان قىزىتمىدۇر).

بۇ قىزىتمىنىڭ ئالامتى شۇكى، قىزىتما يوقلىش ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ئەھۋاللار بىلەن باشلىنىشتىن باشقىسىدا تىترەش، سوغۇقتا توڭلاش، جۇغ - جۇغ قاتارلىقلار بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىنىڭ باشقا ئالامەتلىرىگە ئوخشاشتۇر. بۇ قىزىتما جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا بەك ئوخشايدۇ. بۇ قىزىتمىدا ئالتە سائەتتە بىر قېتىم قىزىتما تۆۋەنلەش تۇتقاقلىق قىزىتمىدىن يۇقىرىراق بولىدۇ. چۈنكى تۇتقاقلىق قىزىتمىمۇ قىزىتما تۆۋەنلەشتىن خالىي بولمايدۇ. لېكىن ئۇ تۆۋەنلەش ئېنىق بولماي يوشۇرۇن بولىدۇ.

قىزىتمىلار

ئۇ كۆپىنچە بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىلار تۈرىدىن بولىدۇ. بەزىدە سەپرادىن بولىدۇ، سەۋدادىن بولمايدۇ. ئۇ مەخسۇس ئىسىم ۋە ھۆكۈملەرگە خاس بولىدۇ. بۇ ئىسىملار ئىيغىيالىيۇس قىزىتمىسى ۋە لىيفۇرىيا قىزىتمىسىدۇر. بۇ ئىككىسى ئوفۇنەتلەنگەن ياكى ئوفۇنەتلەنمىگەن ئورۇننىڭ ئوخشىماسلىقى سەۋەبىدىن ئىچكى ۋە سىرتقى ئەزالارنىڭ ئىسسىق - سوغۇق ئورۇنلىرى ئوخشىمايدىغان قىزىتما

قاتاردىندۇر. بۇ، قىزىتما خىلىتىدىن بولغان مەخسۇس ھوشسىزلىنىدىغان قىزىتما، كۆندۈزدە قوزغىلىدىغان قىزىتما ۋە كېچىدە قوزغىلىدىغان قىزىتمىدىن ئىبارەت ئۈچ خىل بولىدۇ.

38 ـ پەسىل ئىچكى ئەزا سوغۇق ۋە سىرتقى ئەزا ئىسسىق بولىدىغان قىزىتما توغرىسىدا

بۇ ئىيغىيالىيۇس قىزىتمىسىدۇر. بۇ خىل قىزىتما ئىچكى ئەزادا ھاسىل بولغان شېشىسىمان پەيدا بەلغەمدىن بولىدۇ. بەدەنىڭ ئىچكى تەرىپىدە شۇ بەلغەم بار ئورۇن سوغۇق بولىدۇ. لېكىن ئۇنىڭدا ئوفۇنەت يۈز بەرگەن بولۇپ، ئۇنىڭدىن ئازراق بۇخارات تارقايدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئوفۇنەت تارقاپ، سىرتقى ئەزانىڭ ھارارىتىنى ئۆرلىتىدۇ. ئوفۇنەتلەنمىگىنى ئىچكى ئەزادا سوۋۇيدۇ. ئۇنىڭ سوغۇقلۇقى بۇنداق ۋاقىتتا ئاشكارا بولمايدۇ. چۈنكى ئۇ ھەرىكەتسىزدۇر. ئۇنىڭ بىلەن ئۇچراشقان نەرسىلەر ئۇنىڭدىن تەسىرلەنگەن بولىدۇ. ئۇنىڭدا ئوفۇنەت باشلانغاندا ھەرىكەتلىنىدۇ ۋە ئازراق پارچىلىنىدۇ، گەرچە بەدەنگە ئومۇملىشىپ كەتمىسمۇ.

ئالامىتى

بۇ، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئالامەتنىڭ ئۆز ئەينىدۇر. بىمارنىڭ سۈيدۈكى سوغۇق، خام، ھارارىتى باشقا قىزىتما بىمارلىرىنىڭ سۈيدۈكىنىڭ ھارارىتىدىن تۆۋەن، تومۇر ھەرىكىتى ئاستا، تەرتىپسىز بولىدۇ. بۇ خىل قىزىتما ھەر كۈنى كۈچەيسىمۇ، لېكىن ماددىسى قويۇق بولغانلىقى ئۈچۈن تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ۋە كۈن ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ. چۈنكى بۇنداق ماددا بەدەندە ئاز بولىدۇ ۋە ئاز ئوفۇنەتلىنىدۇ. ئازلىق قىزىتمىنىڭ ئۇرۇندا تۇتۇش سەۋەبلىرىدىندۇر. بۇ قىزىتمىنى بەلغەمدىن بولغان قىزىتما تۇرىدىن چىقىرىۋېتىشكە بولمايدۇ. چۈنكى بۇ قىزىتما ھەر كۈنى قايتىلانغانلىق سەۋەبىدىن ئەمەس،

ئوفۇنەتنىڭ بەلغەمدىن بولغانلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان قىزىتمىدۇر. بۇ قىزىتمىنىڭ تۈتۈش مەزگىلى تۆت سائەتتىن يېگىرمە تۆت سائەتكىچە بولىدۇ. كۆپىنچە ئاشۇ مۇدەتتىن ئىلگىرى قىزىتما يوقلىدۇ. چۈنكى بۇ ماددا ئۇنداق كۆپ بولمايدۇ.

39 - پەسىل ئىچكى ئەزا ئىسسىق ۋە سىرتقى ئەزا سوغۇق بولىدىغان قىزىتما توغرىسىدا

بۇ قىزىتما «لىيفۇرىيا» دەپ ئاتىلىدۇ. كۆپىنچە بەلغەمدىن بولىدۇ. بەزىدە بەك قويۇق سەپرادىن بولىدۇ. ئۇنىڭ بەلغەمدىن قانداق بولىدىغانلىقىغا كەلسەك، ئىچكى ئەزادىكى بەلغەم ھارارەتلەنسە ۋە ئوفۇنەتلەنسە، شۇ ئورۇننى قىزىتىدۇ، چۈنكى بەلغەم تارقىمايدۇ، شۇڭا بەدەننىڭ سىرتى ئۇنىڭ بۇخارىتىنىڭ تارقىلىشى بىلەن بەك قىزىمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن قۇۋۋەت ئەڭ تۆۋەن دائىرىگە قۇيۇلۇپ، سىرتقى ئەزا ئىسسىقلىقتىن خالىي بولۇپ سوۋۇيدۇ، بولۇپمۇ سىرتقى ئەزادا خام، شىشسىمان سوغۇق بەلغەم بولسا. يەنە شۇنىڭ ئۈچۈنكى، كۆپىنچە بەلغەمدىن ئوفۇنەتلەنمىگەن بۇخارات تارقايدۇ ھەم ئۆرلەپ ۋە ھارارەتكە تۇتىشىدۇ. لېكىن ھارارەت ئاز مەزگىل قوشۇلىدۇ، ئاندىن بەلغەمدىن قىزىق سۇنىڭ ھورى ئايرىلغاندەك ئايرىلىدۇ. ئەگەر بەلغەمدىن ئايرىلسا ۋە ئەسلىدە ئوفۇنەتلىنىشتىن بۇرۇن بەك سوغۇق بولسا، بەدەن سوۋۇيدۇ. قىزىتمىنىڭ سەپرادىن قانداق پەيدا بولىدىغانلىقىغا كەلسەك، ئەگەر سەپرا ئاز ۋە ئىچكى تەرەپتە بولسا، ئوفۇنەتلەنسە ۋە شۇ ئورۇننى قىزىتسا ھەم ئۇنىڭدىن بىر نەرسە تارقىمسا، بىز سەپرانىڭ ئوخشىشى بولغان بەلغەم توغرىسىدا سۆزلىگەن قىزىتما يۈز بېرىدۇ. بەزىدە بۇ سەپرادىن بولغان قىزىتما «بىتغۇدىس» دەپ ئاتىلىدۇ.

«لىيفۇرىيا» قىزىتما تۇرۇنىڭ نامىدۇر. ئۇنىڭ مۇددىتى شەتروۇل غىب قىزىتمىسىنىڭ مۇددىتىدىن ئۇزۇنراق بولىدۇ. ئەگەر بىرەر كىشى ھارارەت يۈرەكتىن ئومۇمىي بەدەنگە قوزغالماي تۇرۇپ قانداق قىزىتما بولىدۇ؟ بۇ قىزىتما ھارارەت يۈرەكتىن ئومۇمىي بەدەنگە قوزغالماي تۇرۇپ بولىدىغان قىزىتما قاتارىدىنمۇ؟ دەپ

سورىسا، جاۋاب شۇكى، بۇنىڭدا بىرەر چەكلىگۈچىنىڭ بولماسلىقى شەرت قىلىنىدۇ. مەسىلەن: سۇ ئۆز تەبئىتى بىلەن بولغاندا، بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسمۇ، بىراق ھۆل سوغۇقلۇقى بىلەن ئۆتكۈر بولغىنىغا ئوخشاش. ئېغىر نەرسە ئۆز تەبئىتى بىلەن خالىي بولسىمۇ، چۈشۈش بىلەن ئۆتكۈر بولغىنىغا ئوخشاش. بۇنىڭ ھەممىسىدە ھارارەت يۈرەككە يېتىدۇ ۋە قىزىل قان تومۇرلاردا قوزغىلىدۇ ھەم تارقايدۇ. لېكىن بەزى ئورۇنلاردا بۇنىڭدىن چەكلەيدىغان نەرسىلەر يۈز بېرىدۇ، خۇددى بەدەن ئۈستىگە مۇز قويۇلغاندا يۈز بەرگەن ئەھۋالغا ئوخشاش. ئەمما قىزىمىنىڭ ئەمەلىي زىيانلىرىدىن ساقلانغىلى بولمايدۇ.

40 ـ پەسىل ئىچكى ۋە سىرتقى ئەزانىڭ بىرىدە ئىسسىق ۋە سوغۇق تەڭ بولىدىغان قىزىتما توغرىسىدا

ئەگەر بۇنداق قىزىتما كۆرۈلسە ئوفۇنەتلىنىش سەۋەبىدىن ھەرىكەتلىنىدىغان، سوغۇق ئىككى ماددىدىن پەيدا بولىدىغان ئورۇندا بولىدۇ. بۇ ئىككى ماددىنىڭ بىرى ئىچكى ئەزادا، يەنە بىرى سىرتقى ئەزادا بولىدۇ. بۇ ئىككىسىنىڭ ھەربىرى كۆپ تارقىمىغان بولىدۇ. بۇ ئىككىسى ئوفۇنەتلىنىشكە باشلىسا، ھەربىرى ئۆز ئەتراپىنى قورشاپ تۇرىدىغان ئورۇنغا ۋە سوغۇق ئورۇنغا ئىسسىق بۇخارات قويۇپ بېرىدۇ. سوغۇق خىلتىنىڭ ھەرىكەت قىلغان ھالەتتە قالايمىقانلىششىنىڭ سەۋەبى يۇقىرىدا ھەممىگە مەلۇم بولدى. يۇقىرىدا سۆزلىگەنلەرنىڭ ھەممىسنى بىلىۋالغايسىز.

41 ـ پەسىل خىلتىتىن بولغان ھوشسىزلاندۇرىدىغان قىزىتما توغرىسىدا

بۇ خىل قىزىتما كۆپىنچە قۇۋۇۋەتتىن غالىب كەلگەن، ھەزىمنى بۇزىدىغان، تاراپ كەتكەن خام بەلغەم سەۋەبىدىن بولىدۇ. كۆپىنچە قىزىتمىنىڭ ئېغىرلىشىشىغا ئاشقازان

ئاجىزلىقى يارىدەم بېرىدۇ. ئەگەر بەلغەم ھەرىكەتلىنىپ، ئوفۇنەتلىنىشكە باشلىسا قۇۋۋەتتىن كۆپرەك غەلبە قىلىدۇ ۋە قىزىتمىنى داۋالمايۋاتقان ۋاقىتلا، ئۇنى قالايمىقانلاشتۇرۇۋېتىدۇ، مادا ئۇنى تولۇقلىيالمايدۇ. ئەگەر ماددىنى يېنىك تازىلاشقا مەشغۇل بولسا، تازىلانمايدۇ ياكى قۇۋۋەتنى بوغدىغان ھالەتتە ھەرىكەت قىلىدۇ. ئەگەر ماددىنى سۇرگە ياكى قان ئېلىش بىلەن تازىلاشقا مەشغۇل بولسا، قۇۋۋەت بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. مادا ھەرىكەتلەنمەي تۇرۇپ ھوشسىزلىنىش كۆرۈلسە، تازىلاشقا ۋە غىزاغا بولغان ئېھتىياج كۈچىيىدۇ. چۈنكى، ئۇلارنىڭ خىلتلىرىدا بەدەنگە ئوزۇق بولۇپ، ئۇنى قوزغايدىغان نەرسە يوقتۇر ھەم بەدەندىمۇ ئوزۇق يوقتۇر. چۈنكى ئوزۇق بېرىش ئېغىر ماددىنى كۆپەيتىۋېتىدۇ. ئەگەر غىزا بەرمىسە قۇۋۋەت تۆۋەنلەيدۇ. قىزىتمىنىڭ دەسلەپىدە يۈرەككە ھوشسىزلىنىشنى پەيدا قىلىدىغان سوغۇق نەرسە قۇيۇلۇپ، تومۇر ھەرىكىتى كېچىك، ئاستا ۋە تەرتىپسىز بولىدۇ، ئاندىن تەبئەت ماددىنى ئىسسىتىش ۋە ئۇنى لەتىپلەشتۈرۈشكە تىرىشىدۇ. بەلغەمنىڭ بەزىسىنى ھەرىكەتلەندۈرىدىغان ئوفۇنەت بەلغەمگە يارىدەم بېرىپ، يۈرەك ئۇنىڭ سوغۇقلۇقىنىڭ زىيىنىدىن قۇتۇلۇپ، ئىسسىقلىقنىڭ زىيىنىغا ئۇچراپ، تومۇر ھەرىكىتى تېز بولىدۇ، بولۇپمۇ تارىيىشىدا كېڭىيىشىدىن تېرزەك بولىدۇ. شۇڭا تومۇر تېز سوقۇش بىلەن بىرگە تومۇر ھەرىكىتى كېچىك، ئاستا ۋە تەرتىپسىز بولىدۇ. قىزىتمىنىڭ تۇتۇشى بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىنىڭ تۇتۇشىدەك بولمايدۇ، ئۇ قىزىتما بىلەن بىرگە چىرايى كۆپۈش، بەدىنى بوشاش كۆپ كۆرۈلىدۇ. بىمارنىڭ رەڭگى بىر خىل ھالەتتە تۇرماي، بەلكى بەزىدە سۇ رەڭگىدە ۋە قوغۇشۇن رەڭگىدە، بەزىدە سېرىق، بەزىدە قارا بولىدۇ، بەزىدە كالپۇكلىرى ئۇجمە يېگەن كىشىنىڭ كالپۇكىغا ئوخشاش بولىدۇ. ئەمما قىزىتما بىمارنىڭ كۆزى تۇتۇق، كۆك بولۇپ، كېسەللىك قوزغالغاندا بەك پۇلتىيىپ، بوغۇلغان كىشىگە ئوخشاش بولىدۇ. قوۋۇرغا بېشىنىڭ ئاستى، شۇنداقلا ئىچكى ئەزالىرى بەك كۆپۈشكەن بولىدۇ. بەزىدە چۈچۈمەل قەي قىلىدۇ. ئەگەر بۇ كىشىنىڭ ئىچكى ئەزالىرىنىڭ بەزىسىدە ئىششىق بولسا، قەتئىي ساقىيىش ئۇمىدى بولمايدۇ.

بىمارنىڭ كۆزى پارقىراپ كېتىدۇ. كېسەل قوزغالغان چاغدا، كۆزنىڭ

قارىچۇقى يوغىناپ، گېلى بوغۇلغان ئادەمدەك بولۇپ كېتىدۇ ۋە قورساق مۇسكۇل پەردىسىنىڭ ئاستىدىكى ئەزالار قاتتىق كۆپىدۇ. شۇنىڭدەك ئىچكى ئەزالارمۇ كۆپىدۇ، بەزىدە چۈچۈمەل قەي قىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما بىلەن ئىچكى ئەزالارنىڭ بەزىسىدە ئىششىق بار بولسا، قەتئىي ساقىيىش ئۈمىدى بولمايدۇ. بەزىدە بۇ قىزىتما غەلىبە قىلغان قويۇق سەپرادىنمۇ يۇز بېرىدۇ، ئۇ قىزىتما بىلەن بىرگە كۆيۈشۈش بولىدۇ ۋە سەپرا قەي قىلىدۇ. ئۇ قىزىتما كۆپىنچە بەلغەمدىن بولغان قىزىتما تۇتقاندەك تۇتىدۇ.

42 ـ پەسل يېنىك هوشسىزلاندۇرىدىغان قىزىتما توغرىسىدا

بۇ، ئىسسىقتا تېز پەيدا بولىدىغان، جۈدەش بىلەن بىرگە بىر قېتىم ياكى ئىككى قېتىم تۇتۇشتا تومۇر هەرىكىتى ۋە قۇۋۋەتنى تۆۋەنلىتىۋېتىدىغان ئۆتكۈر قىزىتمىدۇر. بەزىدە بۇ قىزىتمىدا قۇۋۋەت تۆتىنچى كۈنىگىچە يەتمەيدۇ. بۇ قىزىتما كۆپىنچە بەك سۇيۇق، بەدەنگە چوڭقۇرلاپ كىرىدىغان، جەۋهرى ناچار، زەهەرلىك، سەپراۋى ماددا بولىدىغان، بەك قۇرۇق ئىسسىق بەدەنلەردە ئوفۇنەتلىنىش يۈز بەرگەن سۇيۇق كەيمۇسلاردىن بولىدۇ. بۇ قىزىتما كۆپىنچە ئارىلاپ تۇتىدۇ.

43 ـ پەسل كېچە ۋە كۈندۈزدە تۇتىدىغان بەلغەمدىن بولغان قىزىتما توغرىسىدا

كۈندۈزدە تۇتىدىغان قىزىتما كۈندۈزى تۇتۇپ، كېچىدە پەسەيدىغان قىزىتمىدۇر. كېچىدە تۇتىدىغان قىزىتما ئەكسىچە بولىدۇ. ئىككىلىسى ناچاردۇر. كۈندۈزى تۇتىدىغان قىزىتما ئۇزۇنراق، ناچارراق بولۇپ، ئۇزۇن بولغانلىقى ۋە

كۈندۈزنىڭ ئىسسىقىدا يۈز بەرگەنلىكى ئۈچۈن كۆپىنچە كىشىلەرنى جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا گىرىپتار قىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما ناچار بولمىسا، تەر تۆشۈكچىلىرى ئېچىلغان، بۇخاراتلار تارقىغان ۋاقىتتا يۈز بەرمىگەن بولاتتى. بۇ قىزىتما پەقەت ماددىنىڭ كۆپلۈكى ۋە ئۇنىڭ كۈچلۈكلۈكىدىن يۈز بېرىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە قىزىتما بولغان كىشىگە كېچىدە غىزا بېرىش ۋە ئاشقازىنى توشقان ھالەتتە ئۇخلىغىلى قويماسلىققا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بىمار مەجبۇرىي ئۇيقۇسىز قالدۇرۇلىدۇ. بۇ قۇۋۋەتنى تۆۋەنلىتىدىغان تەدبىرلەردىندۇر. كۈندۈزنىڭ ئىسسىقىدا قىزىتمىنىڭ دەردىنى تارتىش، كېچىنىڭ سوغۇقىدا ئۇيقۇسىز تۇرۇش جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا گىرىپتار قىلىدىغان نەرسىلەردىندۇر. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بۇ خىل قىزىتما داۋالاش قىيىن بولغان قىزىتما قاتارىدىندۇر.

بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاش

كېسەللىكنى داۋالاش بەزىدە ۋاقىت ئېتىبارى بىلەن، يەنى دەسلەپكى مەزگىلى، ئاخىرقى مەزگىلى، تۆۋەنلەش مەزگىلى قاتارلىقلارنىڭ ئېتىبارى بىلەن، شۇنداقلا قىزىتمىدا ماددىنىڭ پىشىشنىڭ ئاشكارا ۋە يوشۇرۇن بولۇش ئېتىبارى بىلەن ئوخشاش بولمايدۇ. بەزىدە ماددا ئېتىبارى بىلەن، يەنى چۈچۈمەل بەلغەم ماددىسى، شېشىسىمان بەلغەم ماددىسى، شورلۇق ۋە تاتلىق بەلغەم ماددىسى ئېتىبارى بىلەن ئوخشاش بولمايدۇ. بۇ قىزىتما تۇرلىرىنىڭ ھەممىسى باشلىنىش ۋاقتىدا ئۇچ نەرسىدە ئورتاق بولىدۇ.

بىرىنچى، نورمال يۇمشىتىش ۋە قەي قىلدۇرۇشنىڭ زۆرۈرلۈكىدە. ئىككىنچى، لەتىفلەشتۈرگۈچى، پارچىلىغۇچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشنىڭ زۆرۈرلۈكىدە ئورتاق بولىدۇ. ھەرقاچان قىزىتما ئۇچ كۈن داۋاملاشسا قىزىتما سەۋەبىدىن ماددا سوۋۇيدۇ. شۇنىڭدىن بۇرۇن ماددا ھەرىكەتلەنسىمۇ، بىراق، ياماق ئاقىۋەت پەيدا قىلمايدۇ. ئۇچىنچى، لەتىف تەدبىر قىلىش بىلەن مۆتىدىل تەدبىر قىلىشتا ئورتاق بولىدۇ. بەزىدە ماددا سۇيۇق ياكى ئاز بولغانلىقتىن، قىزىتمىنىڭ

ئاخىرلىشىش مەزگىلىنىڭ يېقىنلاق بولۇشىنى ئۈمىد قىلىپ، دەسلەپكى ئۈچ كۈنىدە پەقەت ئارپا سۈيى بېرىلىدۇ. ئەگەر قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىنىڭ كېچىكىدىغانلىقى جەزم قىلىنسا لەتىن تەدبىر قىلىنمايدۇ.

دېمەك، ئاچلىق ۋە ئاچ ھالەتتە ئۇخلاش ھەم چېنىقىش ئاجىزلاشتۇرۇلمىسا، بۇ كېسەللىككە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. دەسلىپىدە يەتتىنچى كۈنگە قەدەر كۈچلۈك تەدبىر قىلىشقا بولىدۇ. ئاندىن تەدرىجىي لەتىن تەدبىر قىلىنىدۇ، لېكىن يارىمىم تەلەپ قىلىش دەسلەپتە لەتىن تەدبىر قىلىشنى زۆرۈر قىلىدۇ. ئەگەر قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىنىڭ يېراق ئىكەنلىكى ئېنىق بولسا، بۇنىڭغا كۈچلۈك تەدبىر قىلىش بىلەن ئۇچرىشىش مۇمكىن بولىدۇ. ئاندىن ئاخىرقى ۋاقىتقىچىلىك تەدرىجىي لەتىنلەشتۈرىدۇ. چۈنكى ۋاقىت بۇ كېسەللىكتە بۇنىڭغا ئىمكانىيەت يارىتىپ بېرىدۇ، ئۆتكۈر كېسەللىكتە ئىمكانىيەت يارىتىپ بەرمەيدۇ. ئەگەر يەتتىنچى كۈنىدىن ئۆتۈپ كەتسە، لەتىنلەشتۈرۈش داۋاملاشتۇرۇلمايدۇ. چۈنكى بۇ ئاجىزلاشتۇرىدۇ ۋە ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنىڭ ئاجىزلىقىنى كۈچەيتىۋېتىدۇ، ھەرقاچان ئۇزۇن لەتىنلەشتۈرۈشنىڭ كۆپرەك ئىكەنلىكى سېزىلسە ئازراق لەتىنلەشتۈرۈلىدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن بۇ قىزىتمىدا لەتىن تەدبىر قىلىش تۆت كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتمىغا قارىغاندا زۆرۈررەكتۇر. شۇنداقلا بىمارغا چۈجە شورپىسى ۋە نانغا ئوخشاشلارنى مەزۇراتلار[1] بىلەن ئىچكۈزۈشكە بولىدۇ، بولۇپمۇ ئاجىزلاش خەۋپى بولسا ياكى قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلىگەنلىكى ئاشكارا بولسا. ئاندىن شورلۇق بەلغەم ياكى تاتلىق بەلغەم سەۋەبىدىن بولغان قىزىتما ۋە شېشىسمان بەلغەم ياكى چۈچۈمەل بەلغەم سەۋەبىدىن بولغان قىزىتما ئوخشاش بولماي، بەزىسى بەدەن ئىسسىمايدىغان، قاتتىق توڭلايدىغان قىزۇمۇدىيۇس قىزىتمىسى بولىدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن ئاۋۋالقى ئىككىسىدە يۇمشىتىدىغان دورىلار بىلەن يۇمشىتىشقا ۋە ئازراق سوۋۇتۇشقا، كېيىنكى ئىككىسىدە كۈچلۈكرەك دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئاۋۋالقى ئىككىسىدە گەرچە كۆپ قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بولسىمۇ، يېنىك ئىسسىتىش خۇسۇسىيىتى بار

① مەزۇرات — ئۇنىڭ يەككە تۇرلىنىشى مەزۇمەدۇر. ئۇ بىمار غىزالىنىدىغان، ياغلاردىن خالىي ھالەتتە قايىنىتىلىدىغان شورپىدۇر.

لەتىفلەشتۇرگۈچى، پارچىلىغۇچى دورىلار بىلەن پارچىلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئاخىرقى ئىككىسىدە ئىسسىتىشى بىلەن لەتىفلەشتۇرىدىغان، ئۆتكۈرلۈكى بىلەن پارچىلايدىغان نەرسىلەرگە ئېھتىياج چۈشىدۇ، بولۇپمۇ بەلغەم سەۋداغا ئارىلاشقان بولسا. بۇنداق ئەھۋالدا جاۋارىش كۈمۈنى، مەجۇنى كىبرىتقا ئوخشاش دورىلارنى ۋە تۇزلانغان يېمەكلىكلەرنى ئىشلىتىش لازىم. قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە يەتتىنچى كۈنىگە قەدەر ئىشلىتىلمىدىغان ئەڭ مۇۋاپىق دورا گۈلقەنتتۇر. ئېھتىياج ئېتىبارى بىلەن بەدىيان سۈيى، كاسنە سۈيى ۋە كەرەپشە سۈيى قاتارلىقلارنى گۈلقەنت بىلەن ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. سىركەنجۈبىلمۇ بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. مائۇلھەسەل زۇپا بىلەن مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە گۈلقەنت بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش مەقسىتىگە يەتكىلى بولىدۇ، بولۇپمۇ شېكەر بىلەن قىزىلگۈلدىن تەييارلانغان سۈرگىچى گۈلقەنت بىلەن چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش مەقسىتىگە يەتكىلى بولىدۇ. چۈنكى ئۇ ئىچنى سۈرىدۇ ھەم چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ. ئەگەر گۈلقەنتىنىڭ يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتى كۈچەيتىشكە بەك ئېھتىياج چۈشسە، خىيارشەنبەر، پانىز شېكىرى ئىشلىتىش مەقسەت قىلىنغاندا، گۈلقەنتنى ھەشقىپىچەك سۈيىدە ئېزىپ ئۇنىڭغا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. تەرەنجىبىن ھەسىلى بىلەن ياسالغان گۈلقەنت ھەشقىپىچەك سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە ۋە ئاخىرىدا سۈرگە دورىلىرىنى ئارقىمۇئارقا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ، بولۇپمۇ ماددا بىلەن سەپرا تەڭ پەيدا بولۇپ قالغاندا. ئۇ مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىغا ئېلىپ بارىدۇ. كۆپىنچە كىشىلەر قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە ھەر كېچىدە داۋائى تۇربۇتقا ۋە ھەببى مەستىكىگە ئوخشاش دورىلارنى ئىككى قېتىم ئىشلىتىدۇ ۋە ھەببى بۇزۇرى مۇدۇرغا ئوخشاش دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ.

داۋائى تۇربۇتنىڭ نۇسخىسى: زەنجۇبىل ۋە مەستىكىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام، تۇربۇتتىن 60 گىرام، ئاق شېكەردىن ئومۇمىي دورىلارنىڭ باراۋىرىدە ئېلىپ، قەۋزىيەت بولغاندا، ھەر كېچىدە تۆت گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ، ئەگەر چوڭ تەرەت كۈندە ئىككى قېتىم كەلسە، بۇ دورىغا ھاجەت چۈشمەيدۇ، ئەمما مەن پەقەت ماددىنىڭ پىششىشنى كۈتۈشنى ۋە بىز دەسلەپتە سۆزلىگەن نەرسىلەر بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىشنى ياخشى كۆرىمەن. بەلكى بۇنىڭدىن ئازراق تازىلاش ۋە

قېيقالغىنىنى پىشقەچە ساقلاش، شۇنداقلا بۇ خىل تازىلاش ئاز - ئازدىن يېنىك بولۇش لازىم. ئاندىن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارغا يۈزلىنىدۇ، ئاشۇ دورىلاردا مەن ئەينۇلا سۈيى، تەمرى ھىندى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ئاشقازانىنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدىغان، ماددىنى سۈرىدىغان نەرسىلەرنى ياخشى كۆرۈپ كەتمەيمەن، ئەگەر ماددا بەك سوغۇققا مايىل بولسا، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارغا زىرائكزا ئۇرۇقى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر ماددا سەپرا‌غا مايىل بولسا، ئۇ دورىلارغا بىنەپشە شەربىتى ياكى بىنەپشە مۇرابباسى ياكى شىرخىست ياكى يۇمشاق سوقۇلغان قۇرۇق بىنەپشە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، ھەسەلدىن، تۇزدىن ۋە قىزىلچا سۈيىدىن، كۈنجۈت يېغىدىن ياسالغان يېنىك ھۆقنىلەر بىلەن ياردەم تەلەپ قىلىنىدۇ. تۇرۇپ سۈيى ياكى سىركەنجۇبىل بۇزۇرىغا چىلانغان تۇرۇپ ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ، ئەگەر بىمارىدا كۆڭلى ئېلىشىش، ئېغىز تەمى ئۆزگىرىش كۆپ بولۇپ، كۆپرەك قەي قىلدۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشسە، ھەببۇل پۇجلى ئىشلىتىلىدۇ ۋە ئۇنىڭدىن تۆت گىرامغىچە بولغىنى ئىچكۈزۈلىدۇ، ئاشقازانىنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان قەي قىلدۇرۇش بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇ قەي بۇ كېسەللىكنى يوقىتىۋېتىدۇ، ئاشقازانىنى ئاجىزلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر بىلەن قەي قىلدۇرماسلىق، دەسلەپتە ئاشقازانىنى ئىششىتىدىغان قوپاللىق يۈز بەرمەسلىك ئۈچۈن، يەتتە كۈن كۈتۈش لازىم. ئەگەر قەي قىلىش قىيىن بولسا، قوپاللىق بىلەن قەي قىلىشقا مەجبۇرلانمايدۇ. ئەگەر بىمارىدا قەي قىلىش يۈز بەرسە، بولۇپمۇ قىزىتما تۇتۇشنىڭ دەسلىپىدە يۈز بەرسە، توختىتىلمايدۇ. بىراق ئاجىزلاشتۇرسا، ئۇزۇم شىرنىسى، پىننە شەربىتىگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ھەم بىز تۆۋەندە سۆزلىمەكچى بولغان نەرسىلەر بىلەن توختىتىلىدۇ.

ئەگەر باش ئاغرىش يۈز بەرسە، قىزىق سۇغا پۇت - قولنى چىلاش، ئىككى پاچاقنى كۆچلۈك باغلاش بىلەن بىرگە بابۇنە قاينىتىلمىسىدىن تەييارلانغان نۇتۇللار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئارپا سۈيىگە ئېھتىياج چۈشسە، ئۇنىڭدا يىلتىز دورىلارنىڭ مۆتىدىل قاينىتىلغىنى ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئارپا سۈيى بىمارنىڭ ئاشقازىنىدا چۈچۈمەللەشمىسە، سىركەنجۇبىل ھەسلى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، ئاشقازاندا

چۈچۈمەللەشسە مائۇلھەسەل ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئارىسىنى ئىچكۈزىدىغان ئەڭ ياخشى ۋاقىت ئارىسى سۈيى رەڭگىنىڭ ئۆزگەرگەن ۋاقتىدۇر. شۇڭا، ئالدى بىلەن گۈلقەنت ئىچكۈزۈپ، ئىككى سائەتتىن كېيىن ئارىسى سۈيى ئىچكۈزۈش، تارقاتقۇچى، بوشاشتۇرغۇچى ياغلار بىلەن ياغلىماسلىق كېرەك. كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ۋە بەدەندە ئايلىنىپ يۈرىدىغان خىلىت پەيدا بولغاندا، لەتىفلەشتۈرىدىغان نۇتۇل دورىلار بىلەن نۇتۇل قىلماسلىق لازىم. چۈنكى، بۇ نۇتۇللار ئۆزىنىڭ ھۆللۈكنى قىزىتىشى بىلەن ئىچكى ئەزالارنى يۇمشىتىدۇ ۋە سوغۇق سۇدىن يىراقلاشتۇرىدۇ. ھەرقاچان سۈيدۈك قويۇق ۋە قىزىلراق بولسا، قان ئالسا بولىدۇ، بۇ چاغدا سىركەنجۈبىلنى ئىشلىتىش زۆرۈر بولىدۇ. بىلگىنكى، ئۇۋۇلاش بۇلار ئۈچۈن مەنپەئەتلىك داۋالاشلاردىندۇر.

ھەرقاچان بەلغەم چاپلاشقاق ۋە قويۇقراق بولسا ئۇۋۇلاش مەنپەئەتلىكتۇر، ئېيتىلىشچە، زەيتۇن يېغى بىلەن ئۆمۈچۈك تورىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۇۋۇلاپ بېرىش بەك پايدىلىق ئىكەن، بولۇپمۇ ئۆمۈچۈك توری ئىللىتىلغان قىزىلگۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلسا ۋە بارماقنىڭ ئۇچلىرى ئۇنىڭ بىلەن ياغلانسا. بۇنى بىز كېسەللىك كۈچەيگەندە بىرقانچە قېتىم تەجرىبە قىلدۇق. ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا ۋە ئۇنى كۈچلەندۈرىدىغان نەرسىلەرگە ھەمدە پىنىنە، مەستىكى، رۇمبەدىياندىن ياسالغان چاينىلىدىغان دورىلارغا ۋە غىزانى ئازلتىش بىلەن بىرگە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن نەرسىلەرگە ئاساسەن تۇرۇپ بىلەن قەي قىلدۇرۇشقا بەكرەك ئەھمىيەت بېرىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ۋە يەتتە سائەتتىن كېيىن بىمارغا ئىچكۈزۈلىدىغان گۈلقەنتكە رۇمبەدىيان، مەستىكىگە ئوخشاش كۆپ سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيتى بار، ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنى كۈچلەندۈرىدىغان نەرسىلەر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ۋە ئۇ دورىلار قاياق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، بولۇپمۇ قىزىتما تۇتۇشنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە. چۈنكى قاياق سۇ تىترەش ۋە توڭلاشقا قارشى تۇرىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئۇسسۇزلۇق كۆرۈلگەندە ئۇنى پەسەيتىدۇ. كۆپىنچە بۇ ۋاقىتتا بەلغەمنى ۋە خام خىلتىنى تازلاشقا رۇخسەت قىلىنىدۇ. بۇنىڭدا ئەڭ ياخشىسى خام خىلتىنىڭ تولۇق پىشىشىنى كۈتۈشتۇر.

ئەگەر كېسەللىك ئېغىر باشلانسا ۋە كۆچلۈك بولسا، تۆۋەندىكى بۇ قۇرس مەنپەئەت قىلىدۇ. نۇسخىسى: سېرىق هېلىله، سەبرە، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىن ئۇسارىسىنىڭ هەربىردىن 15 گىرامدىن، زەپەر، مەستىكىنىڭ هەربىردىن 18 گىرامدىن ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، ئۇ قۇرستىن كۈندۈزى ئۈچ گىرامدىن، هەر كېچىسى 1.5 گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر پىشىش ئالامەتلىرى ئاشكارا بولسا، ئۇنىڭغا كەرەپشە يوپۇرمىقى، بەدىيان، ئىزخىر يىلتىزى، پىرسىياۋشان قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار بىلەن يارىمم قىلىنىدۇ.

ئەگەر ماددىنىڭ بەك سوغۇق ئىكەنلىكى بىلىنسە، ئازراق پىلپىل ۋە ئازراق سۇيۇق شاراب ئىشلىتىشكە بولىدۇ، بەزىدە تارقاتقۇچى، بوشاشتۇرغۇچى ياغلار پىشۇرۇش ۋە تارقىتىشقا كۆچلۈك قۇۋۋەت بىلەن يارىمم بېرىدۇ.

تارقاتقۇچى ياغلار باشقا قىزىتمىلارغا قارىغاندا بۇ قىزىتمىغا مۇۋاپىقراقتۇر. ياغلاشتا بىمارنىڭ قۇۋۋىتى، قىزىتما، تىترەش قاتارلىقلارنى ئېتىبارغا ئېلىش لازىم. ئەگەر بىمارنىڭ قۇۋۋىتى كۆچلۈك، قىزىتما بەك ئېغىر بولمىسا، بوشاشتۇرغۇچى ياغلارنىڭ قۇۋۋىتى ئاشۇرۇلىدۇ، ئەگەر ئۇنداق بولمىسا، مۆتىدىللىككە مايىل لەتىف ياغلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر 14 كۈندىن ئۆتۈپ كەتسە، بەدىيان، كەرەپشگە ئوخشاش لەتىفلەشتۇرگۈچى نەرسىلەر كۆپرەك ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە بەدىيان، كەرەپشە ئۇۋۇقى، رۇمبەدىيان قاتارلىقلارغا ۋە زۇپا، تاغ پىنىسى چۈشكەن سىركەنجۈبىل بۇزۇرىغا ئوخشاش دورىلارغا، شۇنداقلا قۇرسى ۋەرد ئىشلىتىلىشكە ئېهتىياج چۈشىدۇ.

بەزىدە ئەمەلىيەت ئېتىبارى بىلەن بۇ دورىلارغا ئاشقازان سەۋەبىدىن كۈندۈر، مەستىكى، سەئىدى كۇفى، ئەفسەنتىن ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى قوشۇشقا ئېهتىياج چۈشىدۇ.

سۇيۇق شاراب بۇ ۋاقىتتا بۇلارغا لەتىفلەشتۇرۇشى ۋە تەبئىي هارارەتنى كۈچلەندۈرۈشى، سۈيدۈك هەيدىشى، تەرلىتىشى قاتارلىقلار بىلەن مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ماددىنىڭ پىشقانلىقى ۋە بىمارنىڭ كۈچلۈكلۈكى مەلۇم بولسا،

ئۇنىڭغا قۇرسى ئەفسەنتىن ئىشلىتىلىدۇ. شۇنىڭدىن كېيىن قىزىتما تۇتۇشنىڭ دەسلىپىدە سوغۇقلۇقنىڭ زىيان قىلىۋاتقانلىقى كۆرۈلسە، كېسەللىك باشلىنىش مەزگىلىدە بولمسا، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، رەيھان قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار قاينىتىلغان قىزىق سۇ ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇشۇنىڭغا ئوخشاش ۋە بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەك دورىلار نۇتۇل ۋە بۇخۇر قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە قاتتىق تىترەشكە تۆۋەندىكى نۇسخىلىق دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ:

نۇسخىسى: زەنجىۋىل، يالپۇز، جۇۋىنە، قىزىلگۈل ۋە پىنىنىڭ ھەربىردىن توققۇز گىرامدىن، يۇمغاقسۇتتىن 12 گىرام، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 21 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، بىر قېتىمدا 30 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ماددىنىڭ تولۇق پىشقانلىقى كۆرۈلسە، تازىلىنىدۇ ۋە كۈچلۈك نەرسىلەر بىلەن سۈيدۈك ھەيدىلىدۇ ۋە دەبىدى كىبرىساغا ئوخشاش دورا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ماددا سوغۇقلۇق دەرىجىسى يۇقىرىراق بەلغەم بولسا، تەرياق ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە يەنە قۇرسى ۋەرد كەبىر بەدىيان سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ھەر كۈنى كەچتە داۋائى تۇربۇت ۋە غاپەس بىلەن ياكى خۇش پۇراق ئىسسىق دورا - دەرمەكلەر بىلەن تەييارلانغان سەبرە كۈپايە قىلىدۇ.

تۆۋەندىكى بۇ مەتبۇخ شۇ قاتارىدىندۇر. نۇسخىسى: ئايارەجدىن 21 گىرام، تۇربۇتتىن 30 گىرام، قارا ھېلىلە ۋە غاپەسنىڭ ھەربىردىن 15 گىرام، نەمەك ھىندىدىن توققۇز گىرام، ئاق تىكەن، شۇكائىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرام، رۇمبەدىياندىن توققۇز گىرام ئېلىپ، كەرەپشە سۈيى بىلەن قاينىتىپ، ئېھتىياج مىقدارى ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇنىڭدىن كۈچلۈكرەك بىر نۇسخا: بىخ كەرەپشە، بىخ بەدىيان، بىخسۇسنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ئايارەجدىن 24 گىرام، غاپەس ئۇسارىسىدىن 15 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىياننىڭ ھەربىردىن 12 گىرام، قىزىلگۈل، سۇمبۇل، پىنىنىڭ ھەربىردىن 21 گىرامدىن ئېلىپ، قۇرس تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن نۇسخا: بىخ بەدىيان ۋە بىخ كەرەپشىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، تازىلانغان قۇرۇق ئۈزۈمدىن 21 گىرام، رۇمبەدىيان ۋە مەستىكىنىڭ

ھەربىردىن توقۇز گىرام، شۇكائى، ئاق تىكەن، غاپەسنىك ھەربىردىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، 1020 گىرام سۇدا 340 گىرام قالغۇچە قاينىتىپ، بىرنەچچە كۈن ناشتىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

كېسەللىك سوزۇلما بولغاندا ۋە تىترەش كۈچلۈك بولغاندا ياخشى مەنپەئەت قىلىدىغان، تەجرىبىدىن ئۆتكەن قۇرسنىك نۇسخىسى: ئايارەج، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىن، شۇكائى ۋە ئاق تىكەننىك ھەربىردىن 15 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، رۇمبەدىيانلارنىك ھەربىردىن توققۇز گىرامدىن، كاندىن چىقىدىغان قارا تۇزدىن 12 گىرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، ھېلىلە كابۇلىنىك ھەربىردىن 30 گىرامدىن، غارىقۇندىن 45 گىرام، قۇرسى ۋەرددىن 60 گىرام، تۇربۇتتىن 90 گىرام ئېلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ. بۇ قۇرس ئىچنى سۈرىدىغان بولۇپ، مەنپەئەتلىكتۇر.

يەنە بىر نۇسخا: سەبرە، سېرىق ھېلىلە، رەۋەن، مەستىكى، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىننىك ھەربىردىن بىر ھەسسە، زەپەردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قۇرس قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: ئايارەج، ھېلىلە كابۇلى، تۇزنىك ھەربىردىن 12 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، رۇمبەدىياننىك ھەربىردىن 4.5 گىرام، ئەفسەنتىندىن 15 گىرام، قۇرسى ۋەرددىن توققۇز گىرام، شۇكائى، ئاق تىكەننىك ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ھەب قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى ئۇ بەك پايدىلىقتۇر.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن ياخشى مەتبۇخنىك نۇسخىسى: غاپەس ۋە قىزىلگۈلنىك ھەربىردىن 15 گىرام، بىخسۇس، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، جۇۋىننەنىك ھەربىردىن توققۇز گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىياننىك ھەربىردىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، ھەر كۈنى 90 گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: بىخ بەدىيان، بىخ كەرەپشە، بىخ كەبىرنىك ھەربىردىن 30 گىرامدىن، رۇمبەدىيان ۋە كەرەپشە ئۇرۇقىنىك ھەربىردىن 15 گىرامدىن، قەنتەرىيۇندىن توقۇز گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، 120 گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: غاپەس چۆپى، شاھتەررە، شۇكائى، ئاق تىكەن، ئەفسەنتىننىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، قۇرۇق ئۈزۈم، سېرىق ھېلىلىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ، ياشانغانلار ۋە سەپرا بولغان كىشىلەرگە مۇۋاپىقتۇر.

غارىقۇنىدىن 3 ~ 4 گىرامغىچە ئېلىپ بىر نەچچە كۈن كاپ ئېتىلسە، كېسەللىكنىڭ ئۈزۈنغا سوزۇلۇشىنى چەكلەيدۇ. غارىقۇننى كاپ ئەتمەي، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسىمۇ بولىدۇ. چاققاقئوت ئۇرۇقى ماددا پىشقاندىن كېيىن سۇفۇپ قىلىپ ئىشلىتىلسە ياكى ھەسەل بىلەن ئىشلىتىلسە بەك پايدىلىقتۇر. ئەمما ماددىنى تارتىشتا سۈرگۈنىڭ رولى باردۇر، شۇڭا، بۇ دورىلارغا جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن رەۋەن، ئەفتىمۇن؛ ئاشقازان ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن مەستىكى، رۇمبەدىيان، تال ئاجىزلىق ۋە تال قېلىنلاش سەۋەبىدىن بىخ كەبىر، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن قوشۇش لازىم. چۈنكى، كۆپىنچە بۇ كېسەللىككە تال كېسىلى قوشۇلۇپ كېلىدۇ. بەزىدە تال ئۈچۈن سەئدى كۇفى، ھەببۇلبان، شۇمشا ئۇرۇقى قوشۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ھەددىدىن زىيادە قىزىتىش يۈز بەرمەسلىك ئۈچۈن قىزىتمىنىڭ كۈچلۈكلۈك ئەھۋالىغا رىئايە قىلىنىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە ماددا پىشقاندا بەك ئېھتىياج چۈشىدىغان كۈچلۈكرەك تازىلىغۇچى دورىلاردىن بىرى شۇكى، ھەببى تۇربۇتىنىڭ ئىچىش مىقدارى كۆپەيتىلىدۇ ۋە كۈچلۈك ھۆقنىلەر ئىشلىتىلىدۇ. شۇ قاتاردىن تۆۋەندىكى تەركىبلىك ھەب باردۇر. نۇسخىسى: مەستىكى ۋە شەھمەنزەلنىڭ ھەربىردىن 0.5 گىرام، ئايارەج پەيقرا، غارىقۇننىڭ ھەربىردىن 1.5 گىرامدىن، ئەفسەنتىن ئۇسارىسىدىن 0.75 گىرام ئېلىپ، سىركەنجۇبىل ھەسلى بىلەن ھەب قىلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. شۇ قاتاردىن ھەببى مەستىكى ۋە سەبرىمۇ باردۇر.

ئەگەر ماددا ئىسسىققا مايىل بولسا، قۇرسى تاباشىر مۇسھىلدىن ئۇچ دانە، تۇربۇتتىن تۆت گىرام، سوقمونىيادىن ئىككى گىرام، غاپەس ئۇسارىسىدىن سەككىز گىرام ئېلىپ، بىمارنىڭ قۇۋۇتىگە ئاساسەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: غاپەس، ئەفسەنتىن، پىرسىياۋشان، ھېلىلە، شاھتەررە، تازىلانغان قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ھاجەت مىقدارى

ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنى سۇرگىگە بەرداشلىق بېرەلمىسە، لەتىفلەشتۇرگۈچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، تازىلىغۇچى دورىلارغا يۈزلىنىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئېھتىياج چۈشىدىغان دورىلاردىن ھەسەل سېلىنغان سەبرە چىلانمىسى باردۇر. ئەگەر قىزىتما تۆۋەنلىسە، تاماقتىن بۇرۇن مۇنچىغا كىرىشكە بولىدۇ.

بۇ خىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ غىزالىرى: لەتىفرەك غىزالاردىن سىركە، زەيتۇن يېغىغا ئوخشاشلار بار بولۇپ، بەزىدە بۇنىڭغا ئازراق ئاچچىقسۇ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، بولۇپمۇ قىزىتمىنىڭ ئاخىرىدا. ئەمما قىزىتما پەسەيگەندىن كېيىن بېرىلىدىغان كۆچلۈكرەك غىزالار تورۇلغا گۆشى، چۈجە گۆشى، كەكلىك گۆشى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاشلاردۇر. بۇ غىزاغا بولۇپمۇ ماددا پىشقاندا سىركە، قىچا، ئاچچىقسۇغا ئوخشاش پارچىلاش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەرنى سېلىش لازىم. ئەگەر بەلغەم چۈچۈمەل، ناچار، چاپلاشقاق بەلغەم بولسا كۈدە بېرىلىدۇ. نوقۇت سۈيىگە زىرە، سېرىقچېچەك، زەيتۇن يېغى سېلىپ بېرىلسە، بۇلار ئۇچۇن ناھايىتى ياخشى غىزا بولىدۇ، يەنە قىزىلچا، ئاچچىقسۇ، سىركە، يۇيۇلغان زەيتۇن يېغى، بىخ كەبىر چىلانمىسى، سېرىقچېچەك چىلانمىسىغا ئوخشاش چىلانمىلار ۋە يالپۇز، ئەنجۈدان، ئادراسمان ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان غىزالار بېرىلىدۇ. قىزىتما تۆۋەنلەپ يوقىغاندىن كېيىن، غىزا بېرىشتە قىزىتما تۇتۇشقا تۆت سائەت قالغاندا سۇۋۇتۇش ۋە ھۆللەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە كۆكتاتلاردىن يىراق قىلىنىدۇ.

قىزىتما بىمارلىرىنىڭ ئۇيقۇسىنى مۆلچەرلەش شۇكى، پىشىش ئۇيقۇدا، تارقىتىش ئويغاقلىقتا بولىدىغانلىقى ئۈچۇن ئۇيقۇ بىلەن ئويغاقلىقنىڭ باراۋەر بولۇشى تەلەپ قىلىنىدۇ، مۇنچىغا چۈشۈش بۇلارغا بەك زىيان قىلىدۇ، لېكىن قىزىتما تۆۋەنلىگەندىن كېيىن زىيان قىلمايدۇ. قىزىتما بىمارلىرى بەك كۆپ قەي قىلسا، ئۇنى داۋالاشتا ئۇزۇم شىرنىسى ۋە ھەممىگە مەشھۇر پىننە سېلىنغان ئانار شەربىتىگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن يارىدەم تەلەپ قىلىش لازىم. ئەگەر كۆچلۈكرەكىگە ئېھتىياج چۈشسە، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، ئاق كۈندۈر ۋە مەستىكىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام، پىننىدىن 21 گىرام ئېلىپ، بىرنەچچە تۇتام پىننە سېلىنغان 680 گىرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ.

ھەددىدىن زىيادە ئىچى سۇرۇپ كەتكەن قىزىتما بىمارلىرىنى داۋالاش

بۇ ئىچ سۇرۇش ھەممىگە مەلۇم ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش تەدبىرلىرى ۋە دورىلىرى بىلەن توختىتىلىدۇ. ئەمما ئىچى سۇرۇشتىن بولغان ئاجىزلاشقا تەدبىر قىلىشتا، ئىچ سۇرۇش توختىغاندىن كېيىن، پىشۇرۇلغان چۇجە گۆشى ۋە تاۋۇدا پىشۇرۇلغان غىزالار بېرىلىدۇ. بۇخۇرلار ۋە قۇۋۇەتنى قوزغىغۇچى خۇش پۇراق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يۇزى ۋە قول - پۇتلىرىدا كۆپۈش يۇز بەرسە، تۆۋەندىكىدەك قۇرسنى ئىشلىتىش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: رۇمبەدىيان ۋە يۇيۇلغان لوكنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، ئاچچىق بادام، زەپەر، مىرماخۇرنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، ئىزخىر چېچەكنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، غاپەس ئۇسارىسىدىن 10.5 گىرام، سۇمبۇلدىن 18 گىرام، ئايارەج پەيقرادىن 21 گىرام، قىزىلگۈلدىن 30 گىرام ئېلىپ، قۇرس تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە ئەمرۇسيا، داۋائى لوك، داۋائى لەۋزىل مۇرىغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

سوغۇقتا توڭلاش بىلەن بىرگە بولىدىغان سوزۇلما قىزىتما ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان قۇرس

قىزىلگۈلدىن 30 گىرام، مەستەكى، سۇمبۇل، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىننىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، تاباشىردىن 15 گىرام ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، بىر قېتىمدا 3 ~ 6 گىرامغىچە قۇرسقا 30 گىرام گۈلقەنت قوشۇپ، 60 گىرام مىقدارى بەدىيان قاينىتىلمىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلغان جۇۋىنەنىڭ مەنپەئەتى بۇ ئورۇندا ياخشىدۇر. بەزىدە سوغۇقتا توڭلاش ئۇزۇن مۇددەت داۋاملاشسا، ئۇۋۇلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئۇۋۇلاش ئۇسۇلى شۇكى، ئۇۋۇلاش ئىككى مۇرە ۋە ئىككى

يىرىقتىن باشلىنىدۇ. ئەگەر ھارارەت قول - پۇتقا تارقاپ ۋە قول - پۇت قىزىپ بىر ئاز ھارغىنلىق ھېس قىلسا، قاتتىق ئۇۋۇلىنىدۇ، ئەگەر ئىسسىق كۆچەيسە، ھەتتا ئەزاغا ئېھتىياجلىق ئىسسىقلىق يەتكەنگە قەدەر ياغ بىلەن ئۇۋۇلاشقا بولىدۇ. ئاندىن بۇ ئەزانى قويۇپ باشقا ئەزا ئۇۋۇلىنىدۇ.

ياخشى ياغلار

قابىزلىقى بولمىغان تاتلىق زەيتۇن يېغى، بابۇنە يېغى، قاچىدا قايتا - قايتا قاينىتىلغان سىرىقچېچەك يېغىدۇر. ياغ بىلەن ئۇۋۇلاپ بولغاندا ياغ بىئارام قىلماسلىق ئۈچۈن سۈرتىۋېتىلىدۇ، قۇرۇق ئۇۋۇلاشتىن كېيىن ياغ بىلەن ئۇۋۇلاشقا بولىدۇ، بىمارنىڭ ئاشقازىنىنى ئاجىزلاپ كېتىشتىن ساقلايدىغان نەرسىلەردىن بىرى بابۇنە يېغى، ناردىن يېغى، سىرىقچېچەك يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش بوشاشتۇرغۇچى ياغلاردۇر. ئۇنىڭدىن كۆچلۈكرەكى سۇمبۇل يېغىدۇر.

مەنپەئەتلىك زىماتلاردىن بىرى شۇكى، بابۇنە ۋە ئازراق مەستەكنى ئىككى ھەسسە ھەسەل قوشۇلغان شاراب بىلەن قاينىتىپ زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر ئىشتىھا تۆۋەنلىگەن بولسا شاراب ئىشلەتمەي، بەلكى بابۇنە، قۇرۇق ياكى ھۆل خورما، ئىكلىلمىلىك، ئەفسەنتىن قاتارلىقلار قاينىتىلغان ئۈزۈم شىرنىسى ئىشلىتىش ياخشىراقتۇر.

بەلغەمدىن بولغان دائىملىق قىزىتمىنى داۋالاش

ئۇنىڭ ئىلاجى ھەر كۈنى تۈتىدىغان قىزىتمىنىڭ ئىلاجىدۇر. ھەر كۈنى تۈتىدىغان قىزىتمىنىڭ ئىلاجىدىن شۇنداق پەرقلىنىدۇكى، بۇنىڭدا ئۆتكۈر، لەتىفلەشتۈرگۈچى دورىلارنى يېنىك ئىشلىتىش زۆرۈر بولىدۇ. ئەگەر سىركەنجۈبىل ۋە گۈلقەنت، ھەسەل جۇلاپى، ھەسەل سۈيى ۋە بەدىيان، كەرەپشە ۋە بىخ بەدىيان، بىخ كاسنە، بىخ كەبىر قاتارلىقلارنىڭ سۈيى ئىشلىتىلسە مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە بۇلارغا سىرىقچېچەك چىلانمىسى، كەبىر چىلانمىسى مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ

ماددىنىڭ پىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلگەندە. غىزا تەدبىرىدە كېسەللىكنىڭ سوزۇلما ۋە سوزۇلما ئەمەسلىكىگە، قۇۋۇەتنىڭ كۈچلۈك ياكى ئاجىزلىقىغا رىئايە قىلىشتا، ئىلگىرى سۆزلەنگەن تەدبىرگە ئەمەل قىلىنىدۇ. بۇلارغا ياخشى دورىلاردىن بىرى قۇرسى ئۆشرەدۇر. يەنە بۇلار ئۈچۈن ياخشى، تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلاردىن تۆۋەندىكى دورىلار بار.

نۇسخىسى: قىزىلگۈلدىن 18 گىرام، رۇبىبسۇس، شاھتەررە، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، مەستىكى، كەھرىۋانىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىنىدۇ.

يەنە قۇرسى غاپەس ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: غاپەستىن 12 گىرام، قىزىلگۈلدىن تۆت گىرام، تاباشىردىن 7.5 گىرام ئېلىنىدۇ. يەنە غاپەستىن 90 گىرام، قىزىلگۈل ۋە سۇمبۇلنىڭ ھەربىرىدىن 170 گىرامدىن، تاباشىردىن 120 گىرام ئېلىنىدۇ.

يەنە ئەفسەنتىن قۇرسى ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئەفسەنتىن، ئاسارۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، ئاچچىق بادام، شۇكائى، ئاق تىكەن، غاپەس ئۇسارىسى، مەستىكى، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلىنىدۇ.

ئەنغىيالۇس ۋە لىفۇرىيا قىزىتمىسىنى داۋالاش

بۇ ئىككىسىنى داۋالاش ئۇسۇلى ئۇنىڭدىن ئىلگىرى زىكرى قىلىنغان قىزىتمىنىڭ داۋالاش ئۇسۇللىرىغا يېقىن. ئۇ ئىككىسىنىڭ داۋالاش يوللىرىمۇ يېقىندۇر. دەسلەپتە سىركەنجىۋىل ھەسلى ۋە سىركەنجىۋىل سۇككەرى بىلەن داۋالىنىدۇ. بەزىدە ھەسەل ۋە قىزىلگۈل شەربىتى بىلەن قاينىتىلغان غوراپ رۇببىسمۇ بۇيرۇلىدۇ، ئاندىن ئۇرۇق دورىلار ۋە ئۇلارنىڭ سۈيىنى ئىچكۈزۈش يولىدىن سەبرە چىلانمىسى ۋە مەستىكى چۈشكەن قۇرسى ۋەرد، ھەببى سەبرە، ئايارەج پەيقرا، ھەببى غاپەس قاتارلىقلارغا تەدرىجىي ئۆتۈلىدۇ. بۇ ئىككىسىدە ئاشقازانغا كۆڭۈل بۆلۈش ۋە لوبيا، تۇرۇپ، سىرىقچىچەك، پىننە قاتارلىقلارنىڭ سۇلىرى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى

دورىلار، قەيۋ قىلدۇرۇش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ. بۇ ئىككىسىگە مەنپەئەتلىك سۈرگىلەر قارا هېيلە، سېرىق هېيلە، تۇربۇت، شېكەر قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان دورىلاردۇر. بۇلارغا بەك پايدىلىق دورىلاردىن بىرى زاراڭزا مېغىزى، ئىنچىكە قەنتەرىيۇن، سېرىقچېچەك، بابۇنە، ئوغرىتىكەن، ئىكلىلمىلىك، ئاچچىقسۇ، هەسەل قاتارلىقلار چۈشكەن ئۆتكۈرلۈككە مايىل هۆقنىلەردۇر. «لىفۇرىيا»غا باشقا قىزىتمىلارغا قارىغاندا يەڭگىلرەك تەدبىر قىلىش ئېهتىياجى چۈشىدۇ.

خىلىتتىن بولغان هوشسىزلاندۇرغۇچى قىزىتمىنى داۋالاش

بۇ خىل قىزىتمىنى داۋالاش قېينىراقتۇر. ئۇنى داۋالاشنىڭ ئۇسۇلى دەسلەپتە يېنىك سۈرگىلەرنى ئىشلىتىپ، ئاندىن تەدرىجىي كۈچەيتىپ تازىلاشتۇر، بولۇپمۇ چوڭ تەرەت ئۆزلۈكىدىن كەلمەيدىغان بولسا، چوڭ ئۇچەي ۋە ئۇنىڭغا يېقىن تومۇرلاردىكى ئېشىندىلار هۆقنىلەر بىلەن تازىلىنىدۇ. قېپقالغىنى ئۇۋۇلاش بىلەن لەتىفلەشتۈرۈلىدۇ. جالىنۇس بۇ خىل قىزىتما بىمارلىرىنىڭ كۆپىنچىسىنى ئۇۋۇلاشتىن باشقا ئۇسۇل بىلەن تازىلاشتىن ئاجىز كەلگەنلىكىنى ئېيتقان. بۇلارنى ئۇۋۇلاشتىكى ئەڭ ياخشى ئۇسۇل شۇكى، ئىككى يۇتا ۋە ئىككى پاچاق يۇقىرىدىن تۆۋەنگە قارىتىپ ئۇۋۇلىنىدۇ. ئۇۋۇلاشتا تېرىنى تاتىلايدىغان يېرىك لۆڭگىلەر ئىشلىتىلىدۇ، ئاندىن ئۆشىندىن باشلاپ ئالقانغىچە تېرە قىزىغىچە ئۇۋۇلىنىدۇ، ئاندىن دۈمبە ۋە كۆكرەكنى ئۇۋۇلاپ، ئاندىن ئىككى پاچاق قايتا ئۇۋۇلىنىدۇ ۋە بىرىنچى تەرتىپ قايتىلىنىدۇ. مۇمكىن بولسا، ۋاقتىنىڭ يېرىمىدا ئۇۋۇلاپ، يېرىمىدا ئۇخلىتىلىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئۇلارنى داۋالاش قانۇنىيىتى بەك ئىسسىتىۋەتمەيدىغان هالەتتە لەتىفلەشتۈرۈشتۇر. ئۇلارغا مەنپەئەتلىك يۇمشاتقۇچى دورىلاردىن بىرى مائۇلھەسلىگە ئوخشاش نەرسىدۇر، بولۇپمۇ ئەتىگەندە زۇپانىڭ قۇۋۇتى ياكى كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ قۇۋۇتى بىلەن بىرگە ئىشلىتىلسە ياخشىدۇر. ئەگەر قاتتىق ئىچ سۈرۈش بولسا، بەك قاينىتىلغان مائۇلھەسەل ئېغىر ئىچىنى سۈرمەي، پەقەت نورمال

ئىچىنى سۈرۈپ مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەسەلدە تەييارلانغان سىركەنجۇبىلمۇ بۇلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەمما يازدا ۋە سوغۇق سۇ ئىچىشكە ئادەتلەنگەن كىشىلەرگە سىركەنجۇبىل ھەسلى سوغۇق سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. قىشتا قەتئىي سىركەنجۇبىل ئىچكۈزمەي، پەقەت قايناق سۇ ئىچكۈزۈش لازىم. ئىسسىق شەربەتلەرنى ئىچكۈزۈش بۇلار ئۈچۈن ياخشىدۇر، بىراق تومۇرنىڭ ئىسسىقلىقىدىن ۋە ئىسسىقنىڭ قاتتىق بىئارام قىلىشىدىن زۆرۈرىيەت تۇغۇلغاندا، ئىسسىق شەربەتلەر ياخشى ئەمەستۇر. بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن ئىچكۈزۈلىدىغان ئەڭ مۇۋاپىق نەرسە سىركەنجۇبىل ھەسلىدۇر. شاراب بۇلارغا قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ قىزىتمىلىرى كۈچلۈك بولسا. بۇ خىل قىزىتما بەك ئاز كۆرۈلىدۇ، بولۇپمۇ ياشانغانلاردا. بۇ خىل قىزىتما بولغانلارغا غىزادىن كېيىن شاراب بېرىش ھەم تومۇرغا دائىم ئەھمىيەت بېرىش لازىم. ئەگەر تومۇرنىڭ ئاجىزلاشقان ۋە ئۇشتۇمتوت تۆۋەنلەشكە باشلىغانلىقى كۆرۈلسە، ئىچكى ئەزالاردىكى ئىششىق چەكلىمىسىگە سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شارابتا نەمدەلگەن نان بېرىلىدۇ. ئەگەر قۇۋۋەت تۆۋەنلەش قوشۇلۇپ كەلسە، داۋالاش ئۇسۇلى ۋە ساقىيىش ئۈمىدى بولمايدۇ. بۇ يېمەكلىكلەرنى بېرىشكە ھوشسىزلىنىش ئېغىرلاشقاندا ئېھتىياج چۈشىدۇ. لېكىن بۇنىڭ ئارقىسىدىن ئۇۋۇلاش كېرەك.

بىمارغا ئۇخلاش ئالدىدا بېرىلىدىغان غىزا ئارپا سۈيىدۇر. قۇۋۋەت تۆۋەنلىمىسە، ئۇنىڭغا بىر نەرسە قوشۇلمايدۇ. ئەگەر قوشۇلسا جۇلاپقا ياكى مائۇلھەسەلگە چىلانغان نان قوشۇلىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈش ئۇلارغا بەك زىيانلىقتۇر. بەك ئىسسىق ۋە بەك سوغۇق ھاۋامۇ زىيانلىقتۇر. چۈنكى ئىسسىق ھاۋادا خىلتىلارنىڭ ئۆپكە، يۈرەك ۋە مېڭىگە ئېقىشىدىن خاتىرجەم بولغىلى بولمايدۇ. سوغۇق ھاۋا خىلتىلارنىڭ پىششىنى چەكلەيدۇ ۋە ئۇنىڭ توسالغۇ پەيدا قىلىشىنى كۈچەيتۈۋېتىدۇ. ئەگەر خىلت ئازراق سەپرالىق بولۇپ، قەي قىلدۇرۇش ئاسان ۋە يېنىك بولسا، بەك مەنپەئەتلىكتۇر. ئومۇمەن، قەي قىلدۇرۇش ئۇنۇم بېرىشكە لايىقراقتۇر.

ھوشسىزلاندۇرغۇچى يېنىك قىزىتمىنى داۋالاش

بىمارنىڭ كۆكرىكىگە سەندەل ۋە قىزىلگۈل سۈيىنى زىمات قىلىش، غىزا بىلەن بىمارنىڭ قۇۋۇتىنى ئازراق قوزغاش لازىم. بىمار ئارزۇ قىلسا ئۇنىڭ غىزاسى سۇۋۇتۇلغان ئانار سۈيى، شۇنداقلا مېۋە سۈيىگە چىلانغان نانغا ئوخشاش نەرسىلەر بولۇشى لازىم. ئەگەر قۇۋۇتى تەڭچۇن چۈجە گۆشىگە سىركە، غۇراپ سۈيى، سوغۇق تەبىئەتلىك كۆكتاتلار، بولۇپمۇ يۇمغاقسۇت قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان مەسۇس ناملىق غىزالارغا ئېھتىياج چۈشسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

كېچە ياكى كۈندۈزدە تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ تەدبىرى

بۇ ئىككى قىزىتمىنىڭ تەدبىرى بەلگەمدىن بولغان قىزىتمىنىڭ تەدبىرىنىڭ ئۆز ئەينىدۇر.

45 - پەسىل رۇبئى دائىرە[1] توغرىسىدا

بۇ قىزىتما «تېتراتىلۇس» دەپ ئاتىلىدۇ. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ كۆپىنچىسى رۇبئى دائىرەدۇر. رۇبئى لازىمە[2] نىڭ يۈز بېرىشى ئاز بولىدۇ. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ سەۋەبلىرى سەۋدانى پەيدا قىلىدىغان، ئاندىن ئۇنى ئوفۇنەتلەندۈرىدىغان نەرسىلەردۇر. بۇنىڭ ھەممىسى مەلۇمدۇر. يۇقىرىدا سەۋدانىڭ بەزىسىنىڭ قان چۆكمىسى، بەزىسىنىڭ قانىنىڭ كۆيگىنى، شۇنداقلا خىلتلارنىڭ كۈلى ئىكەنلىكى مەلۇم بولدى ۋە بۇنىڭدىن سەۋدانىڭ بەزىسىنىڭ قاندىن، بەزىسىنىڭ بەلغەمدىن، بەزىسىنىڭ سەپرادىن،

---

① رۇبئى دائىرە — سەۋدادىن بولغان، ماددىسى تومۇر سىرتىدا بولغان قىزىتمىنىڭ نامىدۇر.(ت)

② رۇبئى لازىمە — سەۋدادىن بولغان، ماددىسى تومۇر ئىچىدە بولىدىغان، قىزىتما داۋام بولىدىغان قىزىتمىنىڭ نامىدۇر (ت).

بەزىسىنىڭ تەبىئىي سەۋدانىڭ ئۆزىنىڭ كۆيۈشىدىن بولغان سەۋدا ئىكەنلىكى مەلۇم بولدى. بەزى تېۋىپلار تۆت كۇندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما تەبىئىي سەۋدادىن پەيدا بولمايدۇ، چۈنكى ئۇ ئوفۇنەتلەنمەيدۇ، دېدى. بۇنداق سۆزلەرگە قۇلاق سالماسلىق لازىم. چۈنكى ھەرقانداق ھۆللۇك گەرچە ئوفۇنەتلىنىشكە تەييار بولۇشتا پەرقلىق بولسىمۇ ئوفۇنەتلىنىدۇ. قىزىتما ۋە ئۇنىڭ ئوفۇنىتىدىن پەيدا بولىدىغان خىلتىلار ھەر خىل بولغانلىقتىن قىزىتمىلارنىڭ كۆپىنچىسى قىزىتمىلاردىن كېيىنكى ھەر خىل كېسەللىكلەردىن كېيىن پەيدا بولىدۇ. چۈنكى خىلتىلار كۆيۈپ كۈل بولسا ۋە تازىلانمىسا سەۋدا كۆپىيىدۇ. ئاندىن ئوفۇنەتلەنسە تۆت كۇندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بولىدۇ. كۆپىنچە بۇ قىزىتما تال ئىششقىدىن كېيىن پەيدا بولىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە، ئۇ كۆپىنچە تال ئاغرىقى ياكى تال قېتىشىشتىن خالي بولمايدۇ. تۆت كۇندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ بىخەتەرەكى تال ياكى ئۇنىڭدىن باشقا ئەزادىن پەيدا بولمىغان ۋە تال ئىششقى بولمىغان قىزىتمىدۇر. چۈنكى تال ئىششقىدىن پەيدا بولىدىغان ياكى تال ئىششقى بىرگە بولىدىغان، تۆت كۇندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما كۆپىنچە ئىستىسقا ۋە ئۇچەي چۇقۇقىغا ئېلىپ بارىدۇ. تۆت كۇندە بىر يېنىك قىزىيدىغان كىشى مالىخولىيا، سەرئىگە ئوخشاش سەۋدادىن بولغان ناچار كېسەللىكلەردىن خالاس تاپىدۇ ۋە تەشەننۇجدىن ئامان قالىدۇ، چۈنكى خىلت قۇرۇقتۇر. ئۇ كۆپىنچە يېنىك كېسەلدۇر. ئەگەر ئۇ قىزىتمىغا خاتا تەدبىر قىلىنمىسا، قىزىتما بىر يىلدىن ئېشىپ كەتمەيدۇ. بەزىدە 12 يىل ۋە ئۇنىڭدىن تۆۋەنرەك داۋاملىشىدۇ. بۇ تۆت كۇندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ سوزۇلما بولغىنى ئىستىسقاغا ئېلىپ بارىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، كۇز تۆت كۇندە بىر تۇتىدىغان قىزىمنىڭ دۇشمىنىدۇر.

ئالامىتى

تۆت كۇندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما دەسلەپتە ئازراق توڭلاش بىلەن باشلىنىدۇ، ئاندىن توڭلاش كۇچىيىدۇ، ئاخىرقى مەزگىلدە ئازراق ئازلايدۇ، خۇددى بەلغەمدىن

بولغان قىزىتمىدەك. گەرچە ھارارەت بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدىكىدەك كۆپرەك ۋە ئېنىقراق بولسىمۇ، بىراق كۆچلۈك بولمايدۇ. چۈنكى ھارارەت تەستە ئۆرلەسىمۇ كۆرۈنەرلىك ئۆرلەيدۇ، خۇددى چوڭ ئوتۇنلارغا ئوت تۇتاشقاندەك. ھارارەت ئومۇمىي بەدەنگە ئومۇملاشماي، بەلكى بۇ يەردە جۇغ - جۇغ ۋە ئېغىرلىق بولىدىغان ھارارەت بولىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى خىلتىنىڭ قويۇقلۇقىدۇر. توڭلاش بىلەن خۇددى سۇغەك سۇنغاندەك ئاغرىق بولىدۇ، بۇ يەردە چىشلار كاسىلدايدىغان تىترەش بولىدۇ، لېكىن بۇ تىترەش بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدىكىدەك بولمايدۇ، بۇ قىزىتما كۆز ئاجىزلىقىغا ئېلىپ بارىدۇ. لېكىن بۇ قىزىتما ماددا پىشقاندا ئايرىلىدۇ. چۈنكى ناچارلىق دەسلىپىدە ئاز بولغاندەك ئازلايدۇ. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرىدىن بىرى، ئۇنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلغان قىزىتما، تال ئىششىقى ياكى ئاغرىق قاتارلىقلاردىن ئىبارەت ئىلگىرىكى سەۋەبلىرىدۇر. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ ئالامتى مىزاجنىڭ ئەھۋالى، سەۋدادىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى، بىمارنىڭ يېشى، پەسىل، غىزا، چىراي، ئۆرپ - ئادەت قاتارلىقلاردا مەلۇم بولىدۇ. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ تۇتۇشى 24 سائەتتۇر. كۆپىنچە، بۇ قىزىتما يازدا سەپرادىن بولغان، ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتما بولۇپ، قىشتا تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ. ھەر خىل قىزىتمىلاردا قىزىتمىلاردىن كېيىن قېپقالغان خىلىت قالدۇقلىرى ھەر خىل بولغانلىقتىن تەرتىپسىز ئارىلاشما قىزىتمىلارغا ئېلىپ بارىدۇ. ئەگەر قالدۇق خىلىت كۆپىيىپ ئورۇنلاشسا، تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بولۇپ ئورۇنلىشىدۇ.

كۆيگەن بەلغەمدىن بولغان تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ تۇتۇشى ئۇزۇنراق بولىدۇ. بۇ قىزىتمىنىڭ كۆپىنچىسى داۋاملىق بولىدىغان قىزىتمىدىن پەيدا بولۇپ، تومۇر سوقۇش ئاستىراق، سۈيدۈك قويۇقراق، تومۇرنىڭ قاتتىقلىقى ئازراق بولىدۇ ۋە بۇ قىزىتما كۆپىنچە بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدىن كېيىن بولىدۇ. كۆيگەن قاندىن بولغان تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىدىن بۇرۇن قاناش ئالامەتلىرى، شۇنداقلا قاندىن بولغان قىزىتما ۋە سۈيدۈك قىزىرىش قاتارلىقلار كۆرۈلىدۇ. كۆيگەن قاندىن بولغان تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا بىمارنىڭ چىرايى،

يېشى، پەسل دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە بۇ خىل قىزىتما قاندىن بولغان قىزىتمىدىن كېيىن بولىدۇ. كۆيگەن سەپرادىن بولغان تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىدا تومۇر ھەرىكىتى بەك تېز ۋە ئارقىمۇئارقا بولىدۇ. بۇ خىل قىزىتما دەسلەپتە جۇغ - جۇغ ۋە توڭلاش، ئۇسساش، تەرلەش قاتارلىقلار بىلەن باشلىنىدۇ ۋە ئاچچىقلىنىش، ئۇسسۇزلۇق، ھارارەت ئۆرلەش بولىدۇ. كۆيگەن سەپرادىن بولغان تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا بىمارنىڭ چىرايى، يېشى، پەسل دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە ئۇنىڭغا تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ سەپرادىن بولغان قىزىتمىدىن كېيىن بولۇشى دالالەت قىلىدۇ. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىدا خىلىت قۇرۇق بولغانلىقتىن، تومۇر قاتتىقلىققا مايىل بولىدۇ، چۈنكى تومۇر ياشانغان كىشىنىڭ تومۇرىدەك ئىچكى تەرەپكە تارتىدۇ، قىزىتما قوزغالمسا تەكشۈرەك سوقىدۇ. ئەگەر قىزىتما قوزغالسا، ئېشىندى قويۇق بولغانلىقتىن تومۇر بەك قالايمقان سوقىدۇ. تومۇرنىڭ تەرتىپسىز سوقۇشى قىزىتما تۆۋەنلىگەندە ئاشكارا بولىدۇ. بۇ، تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا تولۇق دالالەت قىلىدۇ. بەش كۈندە بىر قىزىيدىغان بۇ قىزىتمىدا كۆپىنچە سەپرادىن بولغان ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ ئەكسىچە تەكشى بولمىغان كېڭىيىش ۋە بەك تېز تارىيىش بولىدۇ. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بىمارنىڭ تومۇرىنىڭ كىچىك ۋە ئارقىمۇئارقا بولۇشى بەلغەمدىن بولغان قىزىتما بىمارنىڭ تومۇرىدىن ياخشىراق بولىدۇ. لېكىن تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىدا بىمارنىڭ تومۇرى ئاستىلىقتا بەلغەمدىن بولغان قىزىتما بىمارنىڭ تومۇرىغا ئوخشايدۇ. قىزىتما تۇتۇشنىڭ دەسلىپىدە تومۇرنىڭ ئاستىلىقى ۋە تەرتىپسىزلىكى كۈچىيىدۇ، تومۇرنىڭ قالايمقانلىقى باشقا قىزىتمىلاردىكى تومۇر ھەرىكىتىنىڭ قالايمقانلىقىدىن كۆپرەك بولىدۇ، ئاندىن تومۇر چوڭ، ئارقىمۇئارقا، تېز سوقۇشقا باشلايدۇ.

تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىدا مادىدا سوغۇق ۋە قويۇق بولغانلىقتىن سۈيدۈكنىڭ پىشماسلىق ۋاقىتلىرى ئوخشاش بولىدۇ، بىراق ئاخىرقى مەزگىلدە ئۇنداق بولمايدۇ. لېكىن سۈيدۈكنىڭ ئەھۋالى ۋە رەڭگى ئوخشاش بولمايدۇ. چۈنكى سەۋدا ھەر خىل خىلتلاردىن پەيدا بولىدۇ. تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ پىشقانلىق ئالامتى تىترەشنىڭ يېنىكلىشىدۇر. ئەمما سۈيدۈك دەسلەپكى مەزگىلدە

كۆككە مايىل ئاق، خام، ھەزمى بولمىغان بولىدۇ. قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە سۈيدۇكنىڭ ئەھۋالى ئوخشاش بولمايدۇ ۋە سەۋدانىڭ كۆپىنچىسى ھەر خىل خىلتىلاردىن پەيدا بولغانلىق سەۋەبتىن رەڭلىك بولىدۇ. قىزىتما تۆۋەنلىگەندە قارا بولىدۇ. تۆت - بەش كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىدا بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىغا نىسبەتەن تەرلەش كۆپ بولىدۇ. باشقا قىزىتمىلارغا نىسبەتەن تەرلەش كۆپ بولمايدۇ. بۇ قىزىتمىدا ئۇسسۇزلۇق ئاز بولىدۇ، لېكىن سەپرانىڭ كۆيۈشىدىن بولغان سەۋدادىن بولغان قىزىتما بولىدۇ.

داۋالاش

بۇ كېسەللىكتە قىزىتمىنىڭ قانىدىن ئۆزگەرگەن سەۋدا ياكى بەلغەمدىن ئۆزگەرگەن سەۋدا ۋە ياكى سەپرادىن ئۆزگەرگەن سەۋدا ياكى سەۋدادىن ئۆزگەرگەن سەۋدادىن بولغانلىقىغا قارىلىدۇ، ئاندىن ھەربىرىگە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان نەرسىلەردىن ئۆزىگە لايىقراق بولغانلىرى بىلەن تەدبىر قىلىندۇ، لېكىن قىزىتما تۇرلىرىنىڭ ھەممىسىدە ئورتاق بولىدىغان ھۆكۈملەر باردۇر. بۇ ھۆكۈملەر شۇكى، قىزىتمىلارنىڭ ھەممىسىدە دەسلىپىدە تىترەش بولىدۇ، شۇڭا قانىنىڭ غەلىبە قىلغان ياكى قىلمىغانلىقىنى مۇلاھىزە قىلىش لازىم، بولۇپمۇ تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما قاندىن ئۆزگەرگەن سەۋدادىن بولسا، بۇ ۋاقىتتا قان ئېلىنىدۇ ۋە قان ئېھتىياج مىقدارىدا چىقىرىلىدۇ. بەزىدە قانىنىڭ كۆپ ۋە ناچارلىقى قانىنى كۆپ چىقىرىشنى زۆرۈر قىلىدۇ.

ئەگەر قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشمەي تۇرۇپ قان ئېلىنسا، ئاجىزلىغانلىق جەھەتتىن شۇنداقلا سەۋدانىڭ قارىشسى چىقىرىلغانلىق جەھەتتىن ۋە خىلتىلارنى سىرتقى تەرەپكە ھەرىكەتلەندۈرگەنلىكى جەھەتتىن زىيان قىلىدۇ. دەسلەپتە قىزىمنى پەيدا قىلغان خىلتتىن پاكلاش ئۈچۈن ئەمەس، يەڭگىللىتىش ئۈچۈن تازىلىنىدۇ. چۈنكى بۇ تازىلاش ماددا پىشقاندا بىز تۆۋەندە كۆرسىتىدىغان بويىچە بولىدۇ. تازىلاش قىزىتما تۇتۇپ بىر كۈندىن كېيىن بولۇش، دەسلەپتە كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتمەي، بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش

لازىم. ئەگەر ئىچىلىدىغان دورىلار توغرا كەلمىسە، ئۇنىڭ ئورنىغا مۇۋاپىق ھۆقنىلەر ئىشلىتىلىدۇ، لېكىن ھۆقنىلەر يېنىك بولۇشى لازىم. كېسەللىك ئاخىرقى مەزگىلگە يەتكەندە ھۆقنىلەرنى كۆچىلەندۈرۈشكە رۇخسەت قىلىنىدۇ.

گەرچە تېۋىپ بەزىدە قارامۇقلۇق قىلىپ قىزىتمىنىڭ دەسلەپىدە سەۋدانى بىرنەچچە قېتىم كۆچلۈك سۈرۈپ كېسەللىكنى چەكلىسىمۇ، لېكىن ئۇ خاتالاشقاندىن بولغان توغرىلىقتۇر. بىمارنى قىزىتما تۇتقان كۈندە غىزا يېيىشتىن چەكلەش، روزا تۇتقۇزۇش، قىزىتما تۇتىدىغان كۈنى تاماقنى بەرمەسلىك ۋە رامىزان كۈنى سوغۇق سۇدىن چەكلەش، باشقا كۈنلەردە دەسلەپتە تورۇلغا ياكى چۈجە گۆشىنى بېرىش، تورۇلغا گۆشىنى ئۆچ كۈن ياكى تۆت كۈنگىچە بېرىش، ئاندىن چۈجە گۆشى بېرىش لازىم. قىزىتما تۇتمىغان كۈنلەردە ئىسسىق سۇدا ئېزىلگەن گۈلقەنت كۈنىگە ئىككى قېتىم دورا ئورنىدا بېرىلىدۇ ياكى توققۇز گىرام گۈلقەنت، 30 گىرام سىركەنجۈبىل بىلەن بېرىلىدۇ. سەپرادىن ئۆزگەرگەن سەۋدا بولغاندا، ئۇنى سۈرىدىغان دورىلارغا ھېلىلە ۋە بىنەپشە تۈرىدىن بولغان نەرسىلەرنى قوشۇشنىڭ زۆرۈرلۈكى ھەممىگە مەلۇمدۇر. ئەگەر سەۋدا بەلغەمدىن ئۆزگەرگەن سەۋدا بولسا، ئۇنى سۈرىدىغان نەرسىلەرگە دەسلەپتە تۇربۇتنىڭ قۇۋۇتىدىن ئازراق قوشۇش لازىم.

ئەگەر سەۋدا سەۋدادىن ئۆزگەرگەن سەۋدا بولسا، ئۇنى سۈرىدىغان نەرسىلەرگە بىستېپايەج، ئەفتىمۇن ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنىڭ قۇۋۇتىدىن ئازراق قوشۇش لازىم. ھەممىگە مەلۇمكى، مائۇلجەبىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن قۇۋۇەتلەرنى يەتكۈزۈشتە ياخشىدۇر. بەزىدە مائۇلجەبىننى يالغۇز ئىشلىتىش ئۇنۇم بېرىدۇ، بولۇپمۇ ھارارەت غەلبە قىلغان ۋاقىتتا. گۈلقەنت ۋە ئۇنىڭ كۆچلۈك قاينىتىلمىسىدىن سۈزۈۋېلىنغان سۈيى مائۇلجەبىنگە ئوخشاشتۇر، بولۇپمۇ ئاشقازاندا ئاجىزلىق بولسا ياكى غەلبە قىلغان خىلت سوغۇق خىلت بولۇپ، گۈلقەنت ئىچكۈزۈلسە، بولۇپمۇ تاماقتىن بۇرۇن ۋە تاماقتىن كېيىن يەنە بىر قېتىم ئىچكۈزۈلسە، بولۇپمۇ قىزىتما تۇتقان كۈندە ۋە تۇتۇشتىن بۇرۇن ئىچكۈزۈلسە، بولۇپمۇ سەۋدا بەلغەمدىن ئۆزگەرگەن سەۋدا بولسا، بۇلار مەنپەئەتلىك ئىشلاردىندۇر. گۈلقەنت قىزىتمىنىڭ

دەسلىپىدە ئىچكۈزۈلمەي، ھەر ۋاقىت ئىچكۈزۈلىدۇ. شۇڭا، قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ۋە پىششىنىڭ باشلىرىدا تولۇق پىشقانغا قەدەر كۆچلۈك ئىسسىقلىق يەتكۈزمەيدىغان ۋە كۆچلۈك قۇرۇتمايدىغان دورىلار بىلەن ئېشىندىنى تازىلاشقا كۆچمەسلىك لازىم.

قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە غىزانى تەرك ئېتىش، ئىچىنى سۈرۈش ياكى يېنىك تەدبىر قىلىش بىلەن ئاجىزلاشتۇرۇشقا بولمايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما يازدا ياكى قىشتا يۇز بەرسە، قىزىتمىنىڭ تۈتۈشى ئۇچۇن يوللارنى ئېچىش ۋە قىزىتما تېز ئاخىرلىشىش ئۈچۇن ئارپا سۈيىنى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈش لازىم. بۇنىڭدا بىرىنچى قېتىملىق قىزىتما تۈتۈپ، ئۈچ سائەت ياكى تۆت سائەتتىن كېيىن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما قىشتا يۇز بەرسە، ئالامەتنىگە قاراپ داۋالىنىدۇ، قۇرس ئىچكۈزۈشكە يول يوقتۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، ھۆل سوغۇق، ئاسان ھەزىم بولىدىغان كەيمۇسلۇق نەرسىلەر بەزىدە قىزىتما جەھەتتىن ۋە سەۋدانىڭ ئىككى كەيپىياتىنىڭ بىرى بولغان قۇرۇقلۇققا قارشى بولغانلىقى جەھەتتىن بۇ كېسەللىككە مۇۋاپىق كېلىدۇ. شۇڭا، ئۇ نەرسىلەرنى پىششىقا زىيان يەتكۈزۈش خەۋپى بولمىغاندا ياكى پىششقا زىيان يەتكۈزۈش خەۋپى بولمايدىغان مىقدارىدا ئىشلىتىش ياكى بۇنىڭغا ئۇ نەرسىلەرنىڭ سوغۇقلۇقىنى نورماللاشتۇرىدىغان، ھۆللۈكنى تۆۋەنلەتمەيدىغان نەرسە ئارىلاشتۇرۇش لازىم. سوغۇقلۇقنى نورماللاشتۇرۇپ، ھۆللۈكنى تۆۋەنلەتمەيدىغان نەرسىلەر مۆتىدىل ئىسسىق نەرسىلەردۇر. بىمار ھەرقانداق قۇرۇق سوغۇق نەرسىلەردىن ئېھتىيات قىلدۇرۇلىدۇ.

بۇ كېسەللىككە بەزى ۋاقىتتا كاسنە، كاھۇ، قوغۇن، شاپتۇل قاتارلىق ھۆل سوغۇق نەرسىلەر مۇۋاپىق كەلسىمۇ، بىراق بۇنداق نەرسىلەرنىڭ سوغۇقلۇقى كۆچلۈك بولغانلىقتىن يىراق بولۇش لازىم. كاھۇغا ئوخشاش نەرسىلەردە كۆچلۈك سوغۇقلۇق مەۋجۇت، تاتلىق قوغۇنغا ئوخشاش نەرسىلەردە مەۋجۇت ئەمەستۇر، بىراق تاتلىق قوغۇنىنىڭ قان قويۇلۇشقا ئېلىپ بارىدىغان سۈيدۈك ھەيدىشى كۆچلۈك بولغانلىقتىن ياكى ئۇ نەرسە ئارىلاشقان نەرسىنى تېز

ئوفۇنەتلەندۇرگەنلىكىدىن ئۇنىڭدىن يىراق بولۇش زۆرۈر بولىدۇ، بۇ، شاپتۇلدا مەۋجۇتتۇر. بۇنداق ئەھۋاللارغا رىئايە قىلىش لازىم. ئەمما مۆتىدىل ئىسسىق، ھۆللۈكى كۆپ غىزالار بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ ھۆل ئىسسىق غىزالار بىلەن ھۆل سوغۇق نەرسىلەرنى پىشۇرۇشقا يارىمى تەلەپ قىلىش مەقسەت قىلىنمىغان، ھۆل سوغۇق غىزالارنىڭ ھارارىتىنى تەڭشەش ئىرادە قىلىنغاندا، خۇددى ئەنجۈرنى كاسنەگە ئارىلاشتۇرغانغا ئوخشاش قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە ھارارەتنىڭ ئۆرلەش خەۋپى بولمىغاندا، تۇزلۇق، قىرتاق، پارچىلاش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەرنى پىگۈزۈشكە بولىدۇ، كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا شۇ نەرسىلەرنى پىگۈزۈش لازىم. قۇرسى ئەفسەنتىن كېسەللىكنىڭ ئاخىرىغىچە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ھەر كۈنى تاماقتىن بۇرۇن تاتلىق ئىسسىق سۇدا ئولتۇرۇش، ھۆللەشتۈرىدىغان، تەرلەتمەيدىغان، ھارارەتنى قوزغاتمايدىغان مۇنچىغا چۈشۈش، دائىم راھەت - پاراغەتتە ياشاش ۋە ئارام ئېلىش، چىنىقىشنى ۋە جسماني روهي ھەرىكەتلەرنى تەرك ئېتىش قاتارلىقلار مەنپەئەتلىك تەدبىرلەردىندۇر. بۇ خىل قىزىتمىلارنىڭ ھەممىسى ھۆللىگۈچى دورىلارغا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. سۇۋۇتۇش ياكى ئىسسىتىش ئېھتىياجقا قاراپ ئوخشاش بولمايدۇ. قىزىتمىلارنىڭ قۇرۇتقۇچى دورىلارغا ئېھتىياجلىق بولۇشى قۇرۇتۇش سەۋەبىدىن ئەمەس، بەلكى قۇرۇتقۇچى دورىلادا پارچىلاش، پاكلاش، ئىچىنى سۈرۈش قۇۋۋىتى بولغانلىقىدىندۇر. بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ، ھارارەت كۈچى ئوتتۇراھال بولغان، ياخشى كۈچلەندۇرگۈچى زىماتلار بىلەن ئاشقازانىنىڭ ئەھۋالىغا رىئايە قىلىش لازىم. جىگەر ۋە تال قېتىۋالماسلىقى، ئىششىۋالماسلىقى ئۈچۈن جىگەر ۋە تالنىڭ ئەھۋالىغا رىئايە قىلىپ تەدبىر قىلىش لازىم.

بەزىدە تازىلاشتا تۇرۇپ سۈيى ۋە ئۇنىڭ ئۇرۇقىنى سىركەنجۇبىلگە ئارىلاشتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە تازىلاشنىڭ ئالدىدا قىزىلچا، تۇزلانغان بېلىق، قىچا ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى يېيىش بىلەن يارىمى تەلەپ قىلىنىدۇ. بەزىدە كۆپ سۇ ئىچىش بىلەن يارىمى تەلەپ قىلىنىدۇ. ئارقىدىن سىركەنجۇبىل ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

بىمارغا مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، قىزىتما تۇتقان كۈندە سىركەنجۇبىل ئىچكۈزۈپ ئاندىن قەي قىلسا، توڭلاش ۋە تىترەشنىڭ زىيىنىدىن ۋە قىزىتمىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن خاتىرجەم بولىدۇ ياكى سامساق بىلەن ھەسەل يەپ سىركەنجۇبىل ھەسلىنى ئىچىپ، قورساق تويغۇچە تاماق يەپ، ئاندىن قاياق سۇ ئىچىپ قەي قىلغۇزۇلىدۇ. ئەگەر قىزىتمىنىڭ تۇتۇشى ئۆتۈپ كەتسە، ئازراق نەرسە بىلەن كەچلىك تاماق يەيدۇ ۋە قىزىتما تۇتۇشتىن بەش سائەت بۇرۇن قەي قىلىش ئۈچۈن تاماق يەيدۇ. چۈنكى بۇ تەدبىر بەزىدە قەي قىلمىسمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. قىزىتما تۇتۇشتىن بۇرۇن قايسى خىلىت بولسۇن قەي قىلىش قىزىتمىنىڭ تۇتۇشىنى يەڭگىللىتىدۇ ياكى ئۇنى يوقىتىدۇ. ياخشى تەدبىر شۇكى، قىزىتما تۇتقاندا بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسا، روزا تۇتىدۇ ۋە قىزىتمىنىڭ تۇتۇشى يوقالمىغىچە بىر نەرسە يېمەيدۇ. ئىككىنچى كۈنى مۇنچىغا كىرىدۇ. ئەگەر ماددا پىشقان بولسا قائىدە بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر پىشمىغان بولسا، بەدەندە خىلىتنى قوزغاش دەرىجىسىگە يەتمەي، بەدەن لەززەتلەنگۈدەك ۋە ھۆللەنگۈدەك مىقداردا ئىسسىق سۇ قۇيۇشتىن باشقا تەدبىر قىلىنمايدۇ. ئۈچىنچى كۈنى تائام ئېشىندىسى ۋە خىلتىلارنى قوزغىتىش دەرىجىسىدە بولمىغان ھۆللىگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئارتۇق تاماقلارنى، ھاممام پارچىلىغان نەرسىلەرنى ۋە مۇنچىغا چۈشۈشتىن پەيدا بولغان نەرسىنىڭ ئېشىندىسىنى چىقىرىۋېتىش ئۈچۈن قەي قىلدۇرۇلىدۇ. شۇڭا قىزىتما تۇتقان كۈندىمۇ قەي قىلدۇرۇش لازىم. ئەگەر سەۋدا قاندىن ئۆزگەرگەن سەۋدا بولسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش، ئاندىن بۇ ھەقتە مەنپەئەت قىلىدىغان شۇكائى، ئاق تىكەن، بىستىپايەج، شاھتەررە، ھىلىلە كابۇلى قاتارلىق قۇۋۋەتلى بار قان تازىلىغۇچىلار بىلەن يېنىك تازىلاش مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇ خىل قىزىتما داۋالاشنى تېز قوبۇل قىلىدۇ.

ئەگەر سەۋدا سەپرادىن ئۆزگەرگەن سەۋدا بولسا، دورا ۋە غىزالار بىلەن يېتەرلىك سوۋۇتۇلىدۇ ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈلىدۇ ھەم ئىلمان سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، يۇيۇندۇرۇلىدۇ. قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە بىنەپشىگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ۋە بىستىپايەج قۇۋۋەتلى قوشۇلغان مائۇلجەبىن ياكى سىركەنجۇبىل ئەفتمۇن،

قىزىلگۈل شەربىتى، ھەشقىپىچەك سۈيى، خىيارشەنبەر قاتارلىقلار بىلەن چوڭ تەرتى يۇمشىتىلىدۇ. ئەمما چوڭ تەرەتنى تولۇق سۈرۈش بەزىدە 20 كۈندىن كېيىن ئاسان بولىدۇ. چۈنكى پىشىش ماددا سەپرادىن ئۆزگەرگەن سەۋدا ماددىسى بولغاندا 20 كۈندە ئاشكارا بولىدۇ، ئاندىن تەدرىجىي لەتىفلەشتۈرىدىغان ۋە پارچىلايدىغان نەرسە ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ ئاشقازىنىنى ياخشىلاشقا ئېھتىياج چۈشسە، بابۇنە، ئەفسەنتىن يوپۇرمىقى، ئىكلىلمىلىك ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىدىن ئۆتۈپ كەتمەيدىغان ياغ ۋە تىلالاردىن تەييارلانغان بوشاشتۇرغۇچىلار بىلەن ياخشىلىنىدۇ. كۆپ روزا تۇتۇش ھەتتا بەزىدە قىزىتما تۇتقان كۈندىمۇ روزا تۇتۇش گەرچە قىزىتما تۇتقان كۈندە پەقەت ئاز، تۇزسىز غىزا بېرىلسىمۇ مۇۋاپىق كەلمەيدىغان تەدبىرلەردىندۇر. بۇ ھەقتە مەنپەئەتلىك قەي قىلدۇرغۇچىلاردىن ھېلىلە، ئەفتىمۇن، سانا قاينىتىلمىسىنى بىنەپشە قاينىتىلغان سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈشتۇر. بەزىدە بىمارنىڭ كۆڭلى ئېلىشسا، ناشتىدا بولۇپمۇ قىزىتما تۇتقان كۈندە ھىڭ ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ. ئەگەر سەۋدا بەلغەمدىن ئۆزگەرگەن سەۋدا بولسا، ھەسەلدە تەييارلانغان گۈلقەنتكە كەرەپشە، بەدىيان ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنىڭ سۈيى قۇيۇلىدۇ. ئەگەر يۇمشىتىشقا ئېھتىياج چۈشسە، قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە بۇ دورىغا تۇربۇت، بىستىپايەجىنىڭ قۇۋۋىتىدىن ئىبارەت بەلغەمنى سۈرگۈچى قۇۋۋەت ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ۋە تەدرىجىي غارىقۇننىڭ قۇۋۋىتى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، شۇنداقلا ماددا پىشىشقا باشلىغانغا قەدەر سىركەنجۈبىل بۇزۇرى ھەسلى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ، ئاشقازانغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ھەم كۈچلۈكرەك نەرسىلەر ھەتتا قۇرۇق خورما، ئەنجۈر ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاشلار زىمات قىلىنىدۇ، شۇنداقلا ئىسسىق ياغلاردىن قۇسته يېغىغا قەدەر سۈركىلىدۇ. بەزىدە ئاق خەربەقنىڭ قۇۋۋىتى بار سىركەنجۈبىل بىلەن قەي قىلدۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. چۈنكى بەزىدە قۇۋۋەت ئاجىزلاش خەۋپى بولمىغاندا ئاق خەربەقنى ياكى خەربەقنىڭ قۇۋۋىتىنى تۇرۇپ بىلەن ياكى خەربەقنى ئۆز پېتى ئىچكۈزۈش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

ئەگەر سەۋدا قان چۆكمىسى تۇرىدىن بولغان خالىس سەۋدا بولسا، دەسلەپتە ئۇنى ھەشقىپىچەك سۈيى ۋە پانىز بىلەن سۈرۈپ چىقىرىش، ھەسەلدە ۋە شېكەردە تەييارلانغان گۈلقەنت ئىشلىتىش ياخشىدۇر. ئاخىرىدا سېرىق ھېلىلە، شاھتەررە، قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن تازىلىنىدۇ. ئەگەر كېسەللىك پىشسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ ۋە ۋاقىت، ئېھتىياج ئېتىبارىچە تاماقتىن كېيىن كۈچلۈك ياكى يېنىك قەي قىلدۇرۇلىدۇ. قەي قىلدۇرۇشنى داۋاملاشتۇرۇش تەلەپ قىلىنىدۇ، چۈنكى ئۇ ئاساستۇر. شۇنداقلا دورىلار ۋە كۈچلۈك ھۆقنىلەر بىلەن تازىلىنىدۇ. بۇنداق ۋاقىتتا ئەفتىمۇن، بىستىپايەج، غارىقۇن، ئۇستقۇددۇس، يۇيۇلغان ۋە يۇيۇلمىغان ھەجرى ئەرمەنى، ھەجرى لاجۇۋەرد، پىنتاپىلۇن يوپۇرمىقى ئۇسارىسى قاتارلىقلار ھەسەل شەربىتى بىلەن بېرىلىدۇ.

بەزىدە قارا خەرىبەققە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە سەپرادىن بولغىنىدا ئەفتىمۇن قوشۇلغان سانا ۋە شاھتەررە يېتەرلىك بولىدۇ، سىركەنجۇبىل بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ، ئاندىن سۈيدۈك ھەيدىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن بەلغەمدىن ۋە سەۋدادىن بولغىنغا تەرياق، مەسرۇدىتۇس، داۋائى ھىلتىت، كىبرىت قاتارلىقلار ئىچكۈزۈلىدۇ. قارىمۇچ سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. داۋائى خەردەلگە ئوخشاش دورا داۋاملىق ئىشلىتىلمەي، بەلكى ھەر ئۈچ كۈندە ۋە قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە ئىچكۈزۈلىدۇ. قىزىتمىدىن بۇرۇن ئۈزۈنراق مەزگىل ئىچكۈزۈلىدۇ. شۇنداقلا مەجۇنى پەلاپىلى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش جاۋارىشلار ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە ماددا پىشىشتىن بۇرۇن بۇ نەرسىلەردىن بىرەرسى ئالدىراپ ئىشلىتىلمەيدۇ. چۈنكى دەسلەپتە تەرياق ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاشلار ئىچكۈزۈلسە، بۇ قىزىتما تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بىلەن مۇرەككەپلىشىپ كېتىدۇ. بەزىدە باشقا كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلىدۇ، بولۇپمۇ قىشتا. قىزىتمىنىڭ ئاخىرىدا قان ئېلىش زۆرۈر بولسا قان ئېلىنىدۇ. پەزىلەتلىك ھەكىم جالىنۇس مۇنداق دېدى: مەن تۆت كۈندە تۇتىدىغان قىزىتما بىمارلىرىنىڭ كۆپىنچىسىگە ماددا پىشقاندىن كېيىن مۇسھىل، ئاندىن ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، ئاندىن تەرياق ئىچكۈزگەن ئىدىم ساقايدى. مەن دەيمەنكى،

يالغۇز ھىلە ۋە قارىمۇچ ماددا پىشىش كۆرۈلۈپ، قىزىتما ئاخىرقى مەزگىلگە يەتكەندە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە بىمارغا سەھنا ناملىق غىزا، سۈت، بىخ كەبىر، قىچا چىلانمىسى، ئاچچىقسۇ ۋە بارلىق كۈچلۈك لەتىپلەشتۈرۈش قۇۋۋىتى بار نەرسىلەر غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ. بەزىدە بىمارغا 40 كۈندىن كېيىن ئۆتكۈر قىزىتمىنى پەيدا قىلغان ئاساسىي ماددا سەپرا بولمىغاندا، ھەر ئەتىگەن ۋە كەچتە داۋائى ھىلىتىقا ئوخشاش دورىدىن چىلان مىقدارى ئىچكۈزۈش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

بۇ ۋاقىتتا ۋە قىزىتما تۆۋەنلىگەندە مەنپەئەتلىك قۇرسىلاردىن بىرى تۆۋەندىكى قۇرستۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: غاپەس ئۇسارىسى ۋە زەپەرنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن، لوك، رەۋەن، تاباشىرنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، سېمىزئوت يوپۇرمىقى ئۇرۇقى، سۇمبۇل، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، بىخ كەبىر، ھەببۇلبان ۋە بەدىياننىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، كەرەپشە سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ، بەدىيان سۇيى، كاسنە سۇيى، ئەفتىمۇن سۇيى قاتارلىقلار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆۋەندىكى بۇ دورا ماددا پىشقاندا كۆپ تەرەپلەردىن مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: مۇرمەككىدىن 81 گىرام، سۇمبۇلدىن 39 گىرام، پەتەر ئاسالىيۇندىن 45 گىرام، رۇمبەدىياندىن 30 گىرام، ئاقرقەرھا، قۇستە شېرىن، ئىزخىر چېچىكىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، كونا شاراب بىلەن ياكى زەنجۇبىل ھەسلى بىلەن يۇغۇرۇپ، بىر قېتىمدا ياڭاقچىلىك بېرىلىدۇ. بەزىدە قىزىتمىنىڭ ئاخىرىدا كېسەللىكتىن يېڭىدىن ساقايغان بىمارلارغا قىزىتمىنىڭ زىيىنى ئاز بولغاندا ۋە ماددا لەتىپ بولۇش بىلەن بىرگە ھارارەت كۆپ بولغاندا تۆۋەندىكى بۇ دورا ئىچكۈزۈلىدۇ.
ئۇنىڭ نۇسخىسى: بەزرۇلبەنجى ياكى ئادەمگىياھتىن 0.5 گىرام، ھىڭدىن توققۇز گىرامغا يېقىن، يەرلىك پىنىندىن 12 گىرام، چاققاقئوت ئۇرۇقىدىن 80 گىرام، ئەپيۇندىن تۆت گىرام ئېلىپ، كىچىك قۇرس تەييارلاپ، بىر قېتىمدا ئۇچ گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ماددا پىشقانلىقىنىڭ ئىزناسى كۆرۈلگەندىن كېيىن، ئاخىرقى مەزگىلگە قەدەر

ئىشلىتىش ياخشى بولىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، غەسسانىنىڭ ياكى ھەرەۋىنىڭ قۇرۇق ئۈزۈمى، ياۋا سامساق، يېڭى ئاسنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ سۇغا چىلاپ، ئاندىن بەك قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۈنىڭدىن 30 گىرام ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، قەردمانىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، ياۋا يالپۇز، غاپەس، جۇۋىنەنىڭ ھەربىرىدىن 21 گىرامدىن، شۇكائىدىن توققۇز گىرام، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 30 گىرام ئېلىپ، 1020 گىرام سۇدا 340 گىرام قالغۇچە قاينىتىلىدۇ.

بۇلار ئۇچۇن ياخشى نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، جۇۋىنە، سۇمبۇل، پىنىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، تاغ زىرىسى، رۇمبەدىياننىڭ ھەربىرىدىن 21 گىرامدىن، ھىڭدىن 15 گىرام، زەنجىۋىلدىن 12 گىرام، قېلىن دارچىندىن توققۇز گىرام ئېلىپ، يېتەرلىك مقداردىكى ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، بىر قېتىمدا ئۇچ گىرامى بەدىيان سۇيى ۋە كەرەپشە سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەنە تۆۋەندىكى قۇرس مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: غاپەس ئۇسارىسىدىن 10 ھەسسە، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن، تاباشىر، بەدىيان، سۇمبۇل ۋە زەپەرنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، لوك ۋە رەۋەنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 18 گىرامدىن ئېلىپ، كەرەپشە سۇيى بىلەن قۇرس قىلىپ، سىركەنجۇبل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەلغەمدىن بولغان قىزنىما ئۇچۇن مەنپەئەت قىلىدىغان قۇرسنىڭ نۇسخىسى: مۇرمەككىدىن 17 گىرام، زەپەر، پەتەر ئاسالىيۇننىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، سۇمبۇلدىن 13.5 گىرام، قۇندۇز قەھرىدىن توققۇز گىرام، رۇمبەدىياندىن 10.5 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، تاغ زىرىسىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، ھۇماما، قېلىن دارچىن، مىئەسائىلەنىڭ ھەربىرىدىن يەتتە گىرامدىن، سىيسالىيۇس، يۇغۇرۇلغان ئەرمۇدۇننىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ. ئەگەر تىترەش كۆچلۈك بولسا، ئىلمان سۇ ۋە سىركەنجۇبل بىلەن قەي قىلىش بۇنىڭغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر قەي كەلمىسە ۋاقىت ئېتىبارى بىلەن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن نەرسىلەر بىلەن كۆچلەندۈرۈلىدۇ ۋە شېھ، بابۇنە ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى قاينىتىلغان

دورا سۈلىرىدا كىيىمگە يۆگىلىپ تۇرۇپ هوردىنىش ئىسسىقلىقنى بىر يەرگە يىغىدۇ.

ماددا پىشقاندىن كېيىن، قىزىتما بىمارلىرى ئېھتىياجلىق بولىدىغان مۇسهىل دورىلار:

هېلىله كابۇلىدىن 18 گىرام، ئەفتىمۇن، ئەفسەنتىننىڭ هەربىرىدىن 15 گىرام، سپىرىق هېلىله، غاپىس ئۇسارىسى، ئاملىنىڭ هەربىرىدىن 12 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، بەدىيانىڭ هەربىرىدىن ئالته گىرام ئېلىپ، مەتبۇخ تەييارلانسا يېنىك سۇرىدۇ.

يەنه بىر نۇسخا: كىشمىشتىن 30 گىرام، هېلىله كابۇلى، ئەفتىمۇننىڭ هەربىرىدىن 24 گىرام، شاهتەرەدىن 21 گىرام، شۇكائى، تۇم قەنتەرىيۇننىڭ هەربىرىدىن 18 گىرامدىن، غاپىس، ئىزخىر يىلتىزىنىڭ هەربىرىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، 1700 گىرام سۇدا 340 گىرام قالغۇچه قاينىتىلىدۇ. يەنه تۆۋەندىكى يەڭگىل هەب ئىلتىلىدۇ. بۇ هەب هەر بەش كۈنده بىر قېتىم ئىشلىتىلسه مەنپەئەت قىلىدۇ هەم تەجرىبىدىن ئۆتكەندۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئەفتىمۇن ۋە تۇربۇتتىن 30 گىرامدىن، تاغ زىرىسى، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيانىڭ هەربىرىدىن 21 گىرامدىن، جۇۋىنەدىن 24 گىرام، بىستىپايەجدىن 18 گىرام، ئاق غارىقۇندىن 24 گىرام، هىندى تۇزىدىن 15 گىرام، ئايارەج پەيقرادىن 33 گىرام ئېلىپ، پىننه سۇيى بىلەن هەب قىلىپ، بىر قېتىمدا 4.5 گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ماددا بەلغەم ماددىسى بولسا تۆۋەندىكى بۇ هەب مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئەفتىمۇن، جۇۋىنه، غارىقۇننىڭ هەربىرىدىن 24 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، بەدىيانىڭ هەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، نەبىتى تۇزىدىن 15 گىرام، ئايارەج ۋە تۇربۇتنىڭ هەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ هەب ياساپ، بىر قېتىمدا 7.5 گىرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر قىزىتما تال ئاغرىقى بىلەن بىرگە بولسا، تۆۋەندىكى بۇ دورا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە يېنىك سۇرىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇندىن 45 گىرام، غارىقۇندىن 36 گىرام، قارا هېلىله، ئايارەجنىڭ هەربىرىدىن 30 گىرام، هېلىله كابۇلى، ئەفسەنتىننىڭ هەربىرىدىن 24 گىرام، شۇكائى، ئاق تىكەن، كەمافىتۇس، غاپىس ئۇسارىسىنىڭ هەربىرىدىن 21

گىرامدىن، يۇلغۇن مېۋىسى، بىخ كەبىرنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، بەدىياننىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ، ئۇنىڭدىن مەجۇن ياكى ھەب تەييارلىنىدۇ.

تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بىمارلىرىغا غىزا بېرىش تۈرىسىدا

ياخشىسى بۇلارغا تۇنجى ھەپتىدىن ئۇچىنچى ھەپتىسىگە قەدەر قۇۋۋەتنى ئاجىزلاشتۇرماستىن يېنىك تەدبىر قىلىش لازىم، بۇ تەدبىر بىمارنى گۆشتىن ۋە سېسىق پۇراقلىق نەرسىلەردىن يىراق قىلىش بىلەن بولىدۇ، چۈنكى بۇ ئۇلاردىكى ماددىنى ئازلىتىدۇ ۋە كېسىلنى يېنىكلىتىدۇ، كېسەللىك مۇددىتىنى قىسقارتىدۇ. شۇنىڭدىن كېيىن رەزراز بېلىقى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، چۈجە گۆشى، تورۇلغا گۆشى قاتارلىقلارغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن قۇۋۋەتنى قوزغاش لازىم. ئەگەر سېسىق پۇراقلىق نەرسىلەر چەكلەنگەن مەزگىلگە ئوخشاش بىر مەزگىلگە ئۆزگەرسە ۋە كېسەللىك پەسەيمىسە، بىمارنىڭ قۇۋۋىتىگە رىئايە قىلىش ۋە توخۇ گۆشى، پاقلان گۆشى، ئوغلاق گۆشى، شۇنداقلا تورۇلغا گۆشى، كەكلىك گۆشىگە ئوخشاش ئۇچار قاناتلىقلارنىڭ يۇمشاق گۆشى، چوڭ بولمىغان ياخشى بېلىق گۆشى قاتارلىقلاردىن ئىبارەت قۇۋۋەتلىكرەك نەرسىلەرنى غىزا قىلىپ بېرىش لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بىمارلىرى غىزالىنىدىغان نەرسىلەردە شۇ نەرسىنىڭ بىرنەچچە خىسلەتنى ئۆز ئىچىگە ئالغان بولۇشى شەرت قىلىنىدۇ. بۇ ئىشلارنىڭ بىرى، غىزا قورساقنى كۆپتۈرىدىغان بولماستىن، بەلكى سەۋدا پەيدا قىلغان كۆپۈشنى تارقاتقۇچى بولۇش؛ ئىككىنچىسى، غىزا قويۇق بولماي، بەلكى قويۇقلۇقنى لەتىپلەشتۈرگۈچى بولۇش؛ ئۈچىنچىسى، قەۋزىيەت قىلىدىغان بولماي، بەلكى ئىچنى راۋانلاشتۇرىدىغان بولۇش؛ تۆتىنچىسى، ئۇنىڭدىن پەيدا بولغان قان ياخشى بولۇش لازىم. بۇنداق غىزالارنىڭ كۆپىنچىسىدە ھارارەت ۋە ھۆللۈك بولمايدۇ، قىزىتما تۇتۇشتىن بۇرۇن قانداق غىزا بېرىلىدىغانلىقى، قايسى سائەتتە بېرىلىدىغانلىقى ۋە نېمە ئۈچۈن ئىكەنلىكى يۇقىرىدا سۆزلەندى. يەنە بەزىدە قىزىتما تۇتقاندا ۋە قىزىتما يېقىنلاشقاندا غىزاغا ئېھتىياج

چۈشىدىغانلىقى يۇقىرىدا سۆزلەندى. لېكىن تەبىئەت كېسەللىك ماددىسىدىن باشقا ماددىنى ئىتتىرىپ چىقىرىشقا مەشغۇل بولماسلىق ئۈچۈن، قىزىتما تۇتقاندا بىمارنىڭ قورسىقى بوش بولۇش ياخشىدۇر. سۈزۈك، سۇيۇق ئاق شاراب بۇ خىل قىزىتما بىمارغا مەنپەئەتلىكتۇر.

رۇبئى لازىمەنى داۋالاش

بۇ قىزىتمىنىڭ ئەھۋالى بىز يۇقىرىدا خەۋەر قىلغان بويىچە بولىدۇ، بۇنىڭ داۋالاش قانۇنىيىتى ئاجىزلىغان تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ قانۇنىيىتىگە ئوخشاشتۇر، پەقەت ئاز بىر قىسىم ئەھۋاللاردا ئوخشاشمايدۇ. ئۇنىڭ بىرى شۇكى، بۇ قىزىتمىدا قىزىتما داۋام بولغانلىقتىن ئىسسىتقۇچى دورىلارنى مۆتىدىلىككە ۋە سوۋۇتۇشقا مايىل قىلىش ياخشىراقتۇر. شۇڭا، بۇ قىزىتمىنى داۋالاشتا سىركەنجۈبىل، گۈلقەنت، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى، مائۇلئۇسۇل مۆتىدىل قاتارلىقلارغا ئوخشاشلارنى ئىچكۈزۈش لازىم. ئەگەر ئۇنداق بولمىسا، ياپىلاق توغرالغان گۆشلەر ھەسەل بىلەن بېرىلىدۇ، ئوخشاشمايدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، بۇ قىزىتمىدا قان زۆرۈررەكتۇر، چۈنكى ماددا تومۇرلاردا تۇسۇلغاندۇر، ئوخشاشمايدىغان نەرسىلەردىن يەنە بىرى، بۇ كېسەللىكتە غىزاسىغا گۆش بېرىش ئاز رۇخسەت قىلىنىدۇ.

46 ـ پەسىل بەش كۈندە، ئالتە كۈندە، يەتتە كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىلار توغرىسىدا

بۇ قىزىتما يۇنان تىلىدا «پىماتۇس» دەپ ئاتىلىدۇ. بىر بۆلۈك تېۋىپلار بۇنداق قىزىتمىنى «دەۋۇار» (تۇتاقلىق) دەپ ئاتايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇ قىزىتما

تۆت كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتمىنىڭ ماددىسىغا ئوخشاش ماددىدىن پەيدا بولىدۇ، لېكىن ئۇ ماددا قويۇقراق ۋە ئازراقتۇر. بۇ قىزىتما كۆپىنچە بەلغەمدىن ئۆزگەرگەن سەۋدادىن بولىدۇ، ئەمما ئالتە كۈندە ۋە يەتتە كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتما، سەككىز كۈندە، توققۇز كۈندە ۋە ئون كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتمىلارنى بۇقرات مۇنداق سۆزلەيدۇ: «ئۆمرۈمدە ئۇ قىزىتمىلاردىن بىرەرسىنى كۆرمىدىم، شۇنداقلا بەش كۈندە بىر تۈتىدىغان ئاشكارا، كۈچلۈك قىزىتمىنىمۇ كۆرمىدىم، پەقەت ئۇ قىزىتما يوشۇرۇن قىزىتمىغا ئوخشاشتۇر». جالىنۇس دېدىكى، يەتتە كۈندە بىر تۈتىدىغان، توققۇز كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتمىدا بىرەر تەدبىر داۋاملىق قوللىنىلسا، سەۋەبى قىزىتمىغا سەۋەب بولۇشى مۇمكىن. ئەگەر تەدبىر قايتىلانسا، بۇنداق ۋاقىتتا شۇ قىزىتمىغا سەۋەب بولىدۇ، ئەگەر تەدبىر قىلىنماي قويۇپ قويۇلسا ۋە تەدبىر ياخشىلانسا، سەۋەب بولمىسا، بۇ قىزىتمىنىڭ تۈتۈشى ۋە قايتا قوزغىلىشىنىڭ سەۋەبى تەدبىرنىڭ قايتىلانغانلىقىدۇر. ئۇنىڭ دەۋرلىك تۈتۈشى قۇيۇلىدىغان ماددىلارنىڭ دەۋرىيلىكى ۋە ئۇنىڭ قايتىلىنىشى ئەمەستۇر.

جالىنۇس ئېيتىدۇكى، خاتالىق يۈز بەرمەسلىك ئۈچۈن بۇ خىل قىزىتمىنى تەكشۈرۈشتە مۇشۇ مەزمۇنغا رىئايە قىلىش لازىم. بۇنىڭغا ئاساسەن جالىنۇس بۇ خىل قىزىتمىلارنىڭ بولۇشىنى ئىنكار قىلغۇچى ۋە بۇنداق قىزىتمىلارنىڭ باشقا بىر ئاساسىنىڭ بولۇشىنى ئىسپاتلىغۇچىغا ئوخشاشتۇر، لېكىن بۇقرات يەتتە كۈندە بىر تۈتىدىغان، توققۇز كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتمىنىڭ بولۇشى توغرىسىدىكى سۆزىنى ئىسپاتلىدى. بۇ سۆز، بۇقراتنىڭ بۇ خىل قىزىتمىلار توغرىسىدا سۆزلىگەن شەرھلىرى ۋە سۆزلىرىگە مۇراجىئەت قىلىش ئېھتىياجى چۈشكۈدەك قىلىن ۋە ئېنىقسىز ئەمەستۇر.

ھەقىقەتەن يەتتە كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتما سوزۇلما بولۇپ، ئۆلتۈرمەيدۇ، توققۇز كۈندە بىر تۈتىدىغان قىزىتمىمۇ ئۇنىڭدىن سوزۇلمىراق بولۇپ ئۆلتۈرمەيدۇ. جالىنۇس يەنە ئېيتىدۇكى، بەش كۈندە تۈتىدىغان قىزىتما ئەڭ ناچار قىزىتمىدۇر، چۈنكى ئۇ سىلدىن بۇرۇن ياكى كېيىن كۆرۈلىدۇ، جالىنۇسنىڭ بۇ ھەقتىكى سۆزى ھەممىگە مەلۇم بولغىنىدەكتۇر. مەن بۇ سۆزنى بىر تەرەپلىمە گۇمان قىلىمەن، ئۇ

بولسمۇ، ئۇ قىزىتما بىلەن سىل بولىدۇ، جالىنۇسنىڭ بەش كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما دېگەن سۆزى ئومۇمىيلىقنى تەلەپ قىلمايدىغان، مۇھىم دەپ قارالمىغان مەسىلە تېمىسى بولۇپ، خۇددى جالىنۇس بەش كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ناچار قىزىتمىلارنىڭ بىر تۈرى، چۈنكى ئۇ، سىلدىن بۇرۇن ۋە سىلدىن كېيىن بولىدۇ، دېگەندەك. جالىنۇسنىڭ بۇ سۆزىنىڭ مەنىسى قىزىتما سوزۇلما بولسا ۋە زىيان يەتكۈزسە، باشقا قىزىتمىلارغا ئارىلىشىپ كەلسە ھەم قالايمىقان بولسا، كۆپىنچە رەئىس ئەزالارنىڭ ھارارىتى ئۆرلەشكە ۋە جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئېلىپ بارىدۇ، بۇنداق قىزىتمىلار ئاخىرىغىچە بىر ھالەتتە تۇرىدۇ، ئۇنىڭ كۆپىنچىسى تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا ئېلىپ بارىدۇ. بىز بۇنى يۇقىرىدا بايان قىلدۇق، لېكىن بۇ قىزىتما تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا پەقەت خىلتىلار مول، ھۆللۈكلەر كۆپ بولغاندا ئېلىپ بارىدۇ، ئەمما خوراش كۆپ بولسا ۋە سېزىلىدىغان ياكى سېزىلمەيدىغان تازىلىنىشلار ئارقىسىدا كەلسە، خىلتىلارنىڭ كۆيۈپ كۈل بولغىنىدىن پەقەت ئازراق ۋە قويۇقراقى قېپقالىدۇ. بۇ قىزىتما تۇتۇشنىڭ ئاستىراق بولۇشىغا سەۋەب بولىدۇ ۋە يېقىندا بولىدىغان قىزىتما تۆت كۈندە ۋە بەش كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بولىدۇ، بۇنداق ھالەتتە بەدەن ھارارىتى ئۆرلەشكە ۋە جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئۆزگىرىشكە لايىق بولىدۇ، يەنە جۈدەتكۈچى قىزىتما ئىلگىرى بولسا، جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە خىلىت ئاز بولغانلىقتىن، كۈل قىسمىنى ئاز پەيدا قىلىپ، شۇ كۈل قىسمىدا ئوفۇنەت يۈز بېرىپ، قىزىتما پەيدا بولىدۇ. جۈدەتكۈچى قىزىتما بەدەننى ئاجىزلاشتۇرىدۇ. ئۇ پەقەت ئاز خىلتىتىن باشقا خىلتىنىڭ كۆيگەنلىكىنىڭ ئالامتى بولغانلىق جەھەتتىن ناچار قىزىتما بولىدۇ ۋە قىزىتمىنىڭ كۈچىيىشى، كۆپىيىشى سەۋەبىدىن بولغان قىزىتما بولغانلىقتىن ئازراق كۆيۈشتۇرگۈچى بولىدۇ. بىرەر ۋاقىتتا ياكى بىرەر يۇرتتا كۆرۈلمىگەن كېسەللىكلەرنى ئىنكار قىلىشقا بولمايدۇ، چۈنكى بۇ خىل قىزىتما كۆپ ھېسابلانمايدۇ ۋە يەنە بۇ خىل قىزىتما بەش كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بولسا، بەش كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ ماددىسى بولۇشى زۆرۈر، دېمەسلىك

لازىم. چۈنكى سەۋدا بولغانلىقىدىن ئەمەس، بەلكى ئاز، قويۇق بولغانلىقى جەھەتتىن تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بولۇپ كۆرۈلىدۇ.

بەزىدە بەزى بەدەنلەردە ئاز، قويۇق سەۋدا پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭدا ئوفۇنەت يۈز بېرىشى مۇمكىن. بىرەر كىشى بەلغەم قويۇلغاندا، ئۇنىڭ ئۈچۈن باشقا بىر خىل قىزىتما بولۇشى جايىز بولىدۇ دېسە، سىز ئۇنىڭغا ئېيتىپ قويۇڭكى، جايىز قىلىش كەڭرى ئىشتۇر، ئاز ساندا ئۇنىڭ قارشىسى لازىم بولۇپ قېلىشى مۇمكىن، ئاندىن قەتئىي كۆرۈلمىگەن ۋە ئاڭلىمىغان، شۇنداقلا باشقىلار گۇۋاھ بولمىغان نەرسىلەرنى جايىز قىلىش مۇجەررەپ ئەمەستۇر ياكى بۇقراتقا ئوخشاش تېۋىپلار گۇۋاھلىق بەرگەن نەرسىدەك جايىز قىلىشقا ئوخشاش بىر دۇنيادۇر. ماڭا ئىشەنچلىك بىر ئالىم توققۇز كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنى سۆزلەپ بەردى، ئەمما بەش كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنى بىز بىرنەچچە قېتىم كۆردۇق، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ يەردە باشقا خىلىت بار، دېيىشكە مەجبۇر بولمايمىز.

بۇ قىزىتما تۈرلىرىنى داۋالاش

بۇ خىل قىزىتمىنى داۋالاش بەلغەمدىن بولغان تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنى داۋالاشقا يېقىنلاشىدۇ ۋە بۇ قىزىتمىنى داۋالاشتا كۆپ روزا تۇتۇشقا، يېنىك تەدبىر قىلىشقا شۇنداقلا قويۇق ماددىنىڭ تارقىشى ۋە پىشىشى ئۈچۈن ھەزىم قىلدۇرىدىغان ئۇخلىتىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. يەنە قۇۋۋەت ئاجىزلاپ كەتمەسلىك ئۈچۈن كۈچلۈك تەدبىر قىلىشقىمۇ ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ ئىككىسى ئىككى قارشىلاشقۇچىغا ئوخشاشتۇر، بۇ قىزىتما قۇۋۋەتنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان دەرىجىدە بولمىسا، پەرۋا قىلماي لەتىف تەدبىر قىلىمىز ۋە بىمارنى بىر مەزگىل روزا تۇتقۇزىمىز، قاچان خالىساق ئوزۇقلۇقى ياخشى، تېز ھەزىم بولىدىغان، ماددىنى قويۇلدۇرۇش ۋە كۆپەيتىش خۇسۇسىيتى يوق غىزالارنى بېرىپ تولۇقلۇالىمىز، بۇ خىل قىزىتما ئۈچۈن ئەڭ مەنپەئەتلىك داۋالاش خەربەق، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ئىچىگە خەربەق سېلىنغان تۇرۇپ، جەۋزۇلقەي، ياۋا پالەك ئۇرۇقى قاتارلىقلار بىلەن قەي

قىلدۇرۇش ۋە ئايارەجلەر بىلەن تازىلاش، شۇنىڭدىن كېيىن تەرياق ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلىتىشتۇر. بۇ ۋاقىتتا سۇ ۋە ھۆللىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتمەستىن، باشقا دورىلار ۋە ئىسسىق مۇنچىلار بىلەن تەرلىتىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

47 - پەسىل جۈدەتكۈچى قىزىتما توغرىسىدا

ئەزالاردا ھەر خىل ھۆللۈكلەرنىڭ بارلىقى مەلۇم بولدى. بۇ ھۆللۈكلەرنىڭ بەزىسى ئوزۇق بېرىش ۋە بوغۇملارنى ھۆللەش ئۈچۈن تەييارلانغان ھۆللۈكلەردۇر. تومۇرلاردا يىغىلغان ۋە ئەزالاردا كېسەللىككە ئوخشاش تارقالغان ھۆللۈكلەر شۇ قاتاردىندۇر. بۇ ئىككى خىل ھۆللۈك ۋە ئۇنىڭ ئالدىدىكى ھۆللۈك ھەممىگە مەلۇم بولغىنىدەك ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ماددىسى ياكى قاياناشتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ماددىسىدۇر. چۈنكى غىزانىڭ ھەممىسى ھاسىل بولغان پېتى ئىشلىتىلمەي، بەلكى بەزىسى ئىشلىتىلىش يولىدا، بەزىسى يىغىلىش يولىدا قېپقالىدۇ. ئۇ ھۆللۈكلەرنىڭ بەزىسى يېڭىدىن ئۈيۈغان ھۆللۈكلەر بولۇپ، ئۇ ئەمەلىيەتتە ئوزۇقلۇققا ئۆزگەرگەن ھۆللۈكلەردۇر. يەنى ئەزادىن تارقىغان نەرسىلەرنى ئالماشتۇرۇش ئورۇنلىرىغا سۈمۈرۈلۈپ، ئۇ ئەزادا شۇ ئەزاغا ئوخشاش ئارتۇق نەرسىگە ئۆزگەرگەن، بىراق سىرغىغان ۋاقتى يېقىن، ئۈيۈمىغان ھۆللۈكتۇر، ئۇ ھۆللۈكلەرنىڭ بەزىسى يارىتىلىشىدىلا بۆلەكلىرى ئوخشىشىپ كەتكەن ئەزالارنىڭ بۆلەكلىرىگە تۇتىشىدىغان ھۆللۈكلەر بولۇپ، ئۇ ھۆللۈكلەرنىڭ يوقىلىشى بىلەن ئەزا بۆلۈنۈش ۋە پارچىلىنىشقا قاراپ يۈزلىنىدۇ. ئاۋۋالقى ھۆللۈكنىڭ مسالى، چىراغ قۇتىسىغا قۇيۇلغان چىراغ يېغىغا ئوخشاشتۇر، ئىككىنچى ھۆللۈكنىڭ مسالى، پىلىكىكە سۈمۈرۈلگەن ياغقا ئوخشاشتۇر، ئۈچىنچى ھۆللۈكنىڭ مسالى، پىلىك تەييارلانغان پاختا بۆلەكلىرىگە تۇتىشىدىغان ھۆللۈككە ئوخشاشتۇر. ئەگەر رەئىس ئەزالارنىڭ ھارارىتى ئۆرلىسە، بولۇپمۇ يۈرەكنىڭ ھارارىتى ئۆرلىسە، ھەممىگە مەلۇم

بولغان بويىچە جۈدەتكۈچى قىزىتما بولىدۇ، جىگەر ھارارىتى بەزىدە جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئېلىپ بارىدۇ، لېكىن ئۇنىڭ ئۆزى جۈدەتكۈچى قىزىتما بولمايدۇ، چۈنكى جۈدەتكۈچى قىزىتما يۈرەك سەۋەبىدىن بولغان قىزىتمىدۇر. شۇنداقلا ئۆپكە ۋە ئاشقازاننىڭ ئەھۋالىمۇ شۇنىڭغا ئوخشاشتۇر، لېكىن جۈدەتكۈچى قىزىتما ئەزالاردىن، بولۇپمۇ يۈرەكتىن بىرىنچى خىلدىكى ھۆللۈكنى خۇددى چىراغ قۇتىسىغا قۇيۇلغان ياغنى يوقاتقاندەك داۋاملىق يوقاتقاچقا، ئۇ يۇنان تىلىدا «ئەقتىپۇس» دەپ ئاتىلىدىغان جۈدەتكۈچى قىزىتما تۇرىنىڭ مەخسۇس بىرىنچى دەرىجىسىنىڭ نامىدۇر. چۈنكى، بۇ قىزىتمىنىڭ ئۆز تۇرى ئىچىدە نامى يوقتۇر.

ئەگەر بىرىنچى خىلدىكى ھۆللۈك يوقالسا، ئىككىنچى خىلدىكى ھۆللۈكنى تارقىتىشقا ۋە ئۇنى خۇددى ئوت چىراغ قۇتىسىغا قۇيۇلغان ياغنى يوقاتقاندەك يوقىتىشقا باشلسا ھەمدە پىلىككە سۈمۈرۈلگەن ياغنى يوقىتىشقا باشلسا، ئىككىنچى دەرىجىدىكى جۈدەتكۈچى قىزىتما بولىدۇ. بۇ قىزىتما «زەبۇل» ۋە «ماربسمۇس» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ قىزىتمىنىڭ ئەگەشمە ئالامتى، باشلىنىش مەزگىلى، ئاخىرلىشىش مەزگىلى ۋە ئوتتۇرا مەزگىلى بولىدۇ. ئىككىنچى دەرىجىدىكى جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىگە يەتكەن كىشى نىجات تاپالمايدۇ ۋە داۋالاشنى قوبۇل قىلمايدۇ، بىراق ئاللا خالسا قوبۇل قىلىدۇ، بولۇپمۇ جۈدەتكۈچى قىزىتمىدا گۆش جۈدەش دەرىجىسىگە يەتسە. ئەگەر بۇ ھۆللۈك يوقلىپ، ئۇچىنچى قىسىم ھۆللۈكنى خۇددى ئوت پىلىكنى ئۇنىڭ ئەسلىي ھۆللۈكلىرىنى كۆيدۈرۈشكە باشلىغاندەك يوقىتىشقا باشلسا، ئۇچىنچى دەرىجىدىكى جۈدەتكۈچى قىزىتما بولىدۇ، بۇ قىزىتما «مۇپەتتىن، مۇھەششىپ» دەپ ئاتىلىدۇ. يۇنان تىلىدا «ئۇماتىس» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ خىل قىزىتما تۇتقاقلىق ھالدا تۇتمايدىغان ۋە تۇتۇش ۋاقتى بولمايدىغان قىزىتمىدۇر. بىر بۆلەك تېۋىپلار جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئۇيۇش ۋاقتى يېقىن ھۆللۈكلەرگە ئالاقىدار بولۇشى ياكى گۆشكە ئوخشاش ئەزادا ياكى سۆڭەك ۋە نېرۋىغا ئوخشاش قاتتىق ئەسلىي ئەزالاردا بولىدۇ، دەپ قارايدۇ. ئەگەر بۇ سۆزدىن قىزىتما ئەزاغا ئالاقىدار ھۆللۈكنى يوقىتىش يولى بىلەن ئەزاغا ئالاقىدار بولىدۇ، دەپ چۈشىنىلسە، ئاۋۋالقى مەنا توغرا بولىدۇ. ئەگەر جۈدەتكۈچى قىزىتما تۇنجى يوقىتىدىغان نەرسە ئۇيۇش ۋاقتى يېقىن ھۆللۈكلەر دېيىلسە، بۇ سۆز دۇرۇس

بولمايدۇ. جۈمەتكۈچى قىزىتما بەزىدە بىر كۈنلۈك قىزىتمىدىن كېيىن، بەزىدە ئوفۇنەتتىن ۋە ئىششىقتىن بولغان قىزىتمىلاردىن كېيىن يۈز بېرىدۇ. ئەسلىي ئەزالارنىڭ ھارارىتى ئۆرلەپ، بۇنىڭدىن بۇرۇن خىلىت ۋە روھنىڭ ھارارىتى ئۆرلىمەي، جۈمەتكۈچى قىزىتمىنىڭ دەسلەپتە يۈز بېرىشى يىراق بولىدۇ. چۈنكى ئالدى بىلەن خىلىت ۋە روھ قىزىپ، ئاندىن كۈنلەرنىڭ ئۆتۈشى بىلەن ئەسلىي ئەزالار قىزىيدۇ، بىراق سەۋەب ئىنتايىن كۈچلۈك يۈز بەرسە، خىلىت ۋە روھ قىزىماي تۇرۇپ ئەسلىي ئەزالار قىزىيدۇ، بىر سەۋەب ئالاقىدارلىقنىڭ كۈچلۈكلۈك ۋە ئاجىزلىق ئېتىبارى بىلەن بەزىدە جۈمەتكۈچى قىزىتمىغا، بەزىدە بىر كۈنلۈك قىزىتمىغا سەۋەب بولىدۇ، خۇددى ئوت ئوتۇنغا ئىككى يول بىلەن ئۇچراشقاندەك. ئۇنىڭ بىرى، ئوتۇننى قىزىتىش ۋە ئۇنىڭدىن ئىس چىقىرىش يولى بىلەن، يەنە بىرى، كۆيدۈرۈش يولى بىلەن. ئوفۇنەتتىن ۋە ئىششىقتىن بولغان قىزىتما قىزىتمىنىڭ كۈچلۈكلۈكى ۋە بۇ قىزىتمىدا غىزانى بەك لەتىفلەشتۈرۈش، سوغۇق سۇنى چەكلەش، يۈرەك تەرەپكە تىلا ۋە زىماتلارنى ئاز ئىشلىتىشكە سەل قاراش قاتارلىق سەۋەبلەردىن جۈمەتكۈچى قىزىتمىغا كۆپ ئۆزگىرىدۇ، بولۇپمۇ كېرىگەتكە ئوخشاش يۈرەككە قوشنا ئەزالارنىڭ كېسەللىكلىرىدە.

كۆپىنچە قۇۋۋەت تۆۋەنلىگەنلىك ۋە ئارقىمۇئارقا ھوشسىزلانغانلىقتىن تېۋىپ شاراب، مائۇللاھمى، داۋائىلمىشكى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلانى ئىچكۈزۈشكە مەجبۇر بولىدۇ. بەزىدە جۈمەتكۈچى قىزىتما ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما ۋە ئىششىقتىن بولغان قىزىتما بىلەن مۇرەككەپ بولىدۇ. جۈمەتكۈچى قىزىتمىنى دەسلەپكى مەزگىلدە تونۇش قىيىن، داۋالاش ئاسانىدۇر. ئاخىرقى مەزگىلدە تونۇش ئاسان، داۋالاش قىيىندۇر، جۈمەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلى داۋالاشنى قەتئىي قوبۇل قىلمايدۇ.

ئالامىتى

تومۇر ھەربىتى ئىنچىكە، قاتتىق، ئارقىمۇئارقا، ئاجىز ھالەتتە تۇرىدۇ. ئەمما

ئۇلارنى تۈتۈپ تەكشۈرگەندە سېزىلىدىغان ھارارەت ماددىلاردا ئۆرلىگەن سۇنۇخۇس ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنىڭ ھارارىتىدىن تۆۋەنرەك بولىدۇ. تۈتۈپ تەكشۈرۈشنىڭ دەسلىپىدە قىزىتما تۆۋەنرەك بولىدۇ، تۈتۈپ بىر سائەت تۇرغاندا قىزىتما كۆچلۈك ۋە كۆيۈشتۈرۈش بىلەن ئاشكارا بولىدۇ ھەم داۋاملىق ئۆرلەيدۇ. بەك قىزىق ئورۇن تومۇر ۋە قىزىل قان تومۇر بار ئورۇندۇر، بۇلارنىڭ ھارارىتى ئوخشىشىپ كەتكەن بولۇپ پەسلىمەيدۇ. لېكىن ھارارىتى ئۆرلىگەن بىمارغا غىزا بېرىلسە، غىزا بىلەن ھارارەت كۆچىيىدۇ، تومۇر كۆچلۈك بولىدۇ ۋە چوڭىيىشقا باشلايدۇ. بەزى بىلىمسىز تېۋىپلار قىزىتمىدا مۇشۇ ئەھۋاللار يۈز بەرگەندە بىمارلاردىن غىزانى چەكلەپ، ئۇلارنى ھالاك قىلىدۇ. خۇددى ئوت ياغقا يەتكەندە ئۆرلىگىنىگە ئوخشاش ۋە قورۇلغان كاۋاپقا سۇ قۇيغاندا ئوت ئۆرلىگەنگە ئوخشاش. بۇ، جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ كۆچلۈك ئالامەتلىرىدىندۇر. باشقا قىزىتمىلاردا غىزا بېرىش گەرچە تەبىئەت ھەرىكەتلىرىنىڭ قالايمىقان بولۇشىغا سەۋەب بولسىمۇ، بۇ خىل ھارارەت ئۆرلەشكە سەۋەب بولمايدۇ، بۇ خىل ھارارەت ئۆرلەش باشقا قىزىتمىلارنىڭ ھارارىتى ئۆرلىگەنگە ئوخشاش بولمايدۇ ۋە مەلۇم تۇتقاقلىق بولماي، بەلكى قايسى ۋاقىتتا غىزا يېسە، شۇ ۋاقىتتا تۇتىدۇ.

بىمار ئۆزىدىكى ھارارەتنى بەك سەزمەيدۇ، چۈنكى ھارارەت ئەزاغا ماس مىزاجغا ئۆزگەرگەن بولىدۇ، نەزەرىيە قىسمىدا بۇنداق قىزىتمىدا ئەھۋالنىڭ قانداق بولىدىغانلىقى سۆزلەنگەن، لېكىن قىزىتما غىزا يېگەندە كۆچەيگەنلىكتىن شۇ چاغدا ئېنىق كۆرۈلىدۇ.

بىر كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئۆزگەرگەنلىك ئالامەتلىرىدىن بىرى، ئۇچىنچى كۈنى ھارارەتنىڭ بەك كۆچىيىشىدۇر، كۆپىنچە قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلەش مەزگىلىدە قىزىتما 12 سائەتتىن كېيىن باشلىنىدۇ، ئەگەر قىزىتما 12 سائەتتىن ئۆتۈپ كەتسە ۋە قىزىتما تۆۋەنلەش ئالامەتلىرى ئېنىق كۆرۈلمەي، بەلكى 13 سائەتكىچە داۋاملاشسا ۋە كۆچەيسە، ئۇ جۈدەتكۈچى قىزىتمىدۇر.

جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئوخۇنەتتىن بولغان قىزىتمىلار بىلەن مۇرەككەپلەشكەنلىك ئالامەتلىرىدىن بىرى، قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلەش مەزگىلىنىڭ

ئاخىرىدىن كېيىن ۋە كۆپ تەرلىگەندىن كېيىن قۇرۇق ھارارەتنىڭ قېيقېلىشى ۋە شۇ كېسەللىك سەۋەب بولغان بويىچە خوراش ۋە جۈدەشنىڭ زىيادە بولۇشى، سۈيدۈك ۋە چوڭ تەرەتنىڭ ياغلىق بولۇشىدۇر. ئەگەر جۈدەتكۈچى قىزىتما ئاشكارا بولسا، ئۇنىڭدىن باشقا قىزىتما يوشۇرۇن بولسا، بۇنىڭغا تۇتقاقلىق قىزىتمىلاردا يۈز بېرىدىغان سىقىلىش دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى بۇنداق ئەھۋال جۈدەتكۈچى قىزىتمىدا قەتئىي مەۋجۇت بولمايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بەزىدە ئاشقازانغا ئالاقىدار جۈدەتكۈچى قىزىتما باشلىنىپ، قوشنىدارچىلىق بىلەن ئاشقازان مىزاجىنى بۇزىدۇ.

ئىككىنچى دەرىجىدىكى جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى

ئەگەر قىزىتما ئىككىنچى دەرىجىدىكى جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا تېز ئۆزگەرسە، تومۇرنىڭ قاتتىقلىقى، ئاجىزلىقى، كىچىكلىكى ۋە ئارقىمۇئارقىلىقى كۈچىيىدۇ. بۇلۇپمۇ جۈدەتكۈچى قىزىتما يۈز بېرىشنىڭ سەۋەبى تارقىمايدىغان ئىششقلار بولسا، تومۇر سوقۇش ئارقىمۇئارقا، شۇنداقلا تېز سوقۇش بەك كۈچىيىدۇ ۋە تومۇر ھەرىكىتى چاشقان قۇيرۇقسىمان تومۇر دەپ مەشھۇر بولغان تومۇر تۇرىدىن بولىدۇ. ئەگەر بۇ قىزىتما ئىسسىق شاراب ئىچكەنلىكتىن بولسا، چاشقان قۇيرۇقسىمان تومۇرنىڭ ئورنىدا بىگىز سانجىغاندەك ئاغرىق بولىدۇ ۋە ئىككىنچى دەرىجىدىكى جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئەگەشمە ئالامەتلىرى بەك كۈچلۈك بولمايدۇ. چۈنكى قىزىتما بۇنداق ۋاقىتقىچە مۆھلەت بەرمەيدۇ. سۈيدۈكىدە مايلىقلىق ۋە سۈزۈكلۈك كۆرۈلىدۇ، كۆزى ئولتۇرۇشۇشقا باشلايدۇ. ئەگەر ئىككىنچى دەرىجىدىكى قىزىتما ئاخىرقى مەزگىلگە يەتسە، كۆز ئولتۇرۇشۇش روشەنلىشىدۇ ۋە قۇرۇق چاپاق كۆپ بولىدۇ. ھەرقايسى ئەزا سۆڭەكلىرى ۋە يۈز سۆڭەكلىرى چىقىۋالىدۇ، ئىككى چېكسى ئولتۇرۇشىدۇ، پېشانە تېرىسى تارتىشىدۇ ۋە تېرىنىڭ پارقىراقلىقى يوقلىپ، خۇنۇكلىشىدۇ ھەم ئاپتاپتا كۆيگەندەك بولىدۇ، قاشنى كۆتۈرۈش ئېغىر كېلىدۇ. مۈگدىگەن كىشىدەك كۆزى يۇمۇلۇپ تۇرىدۇ، بۇرنى

ئىنچىكىلەيدۇ، چېچى ئۇزۇن بولىدۇ، پىتلايدۇ ۋە قورسقى ئورۇقلاپ دۈمبىسىگە چاپلىشىپ، خۇددى تارتىلغان قۇرۇق تېرىدەك كۆرۈنىدۇ، بۇنىڭ بىلەن بىرگە كۆكرەك تېرىسىمۇ تارتىلىدۇ، ئەگەر تىرناقلىرى ئېگىلىپ ياچاقتەك بولسا، قىزىتما ئاخىرقى مەزگىلىگە يەتكەن ۋە ئۇچىنچى دەرىجىدىكى جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا تەرەققي قىلغان بولىدۇ. ئەگەر ئۇچىنچى دەرىجىدىكى جۈدەتكۈچى قىزىتما بولسا كۆمۈرچەكلەر ئېرىيدۇ.

داۋالاش

جۈدەتكۈچىنى قىزىتمىنى داۋالاشتىكى مەقسەت سۇۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشتۇر. بۇ ئىككىسىنىڭ ھەربىرى ئۇنىڭ سەۋەبلىرىنى يېقىن قىلىش ۋە ئۇنىڭ قارشى سەۋەبلىرىنى يوقىتىش بىلەن تولۇق بولىدۇ، بەزىدە بىرىنىڭ سەۋەبى يەنە بىرىنىڭ ئەكسىگە سەۋەب بولىدۇ، مەسىلەن: سۇۋۇتۇشقا ئوخشاش. چۈنكى سۇۋۇتۇش بەزىدە قۇرۇتۇشقا سەۋەب بولىدۇ، قۇرۇتۇش ھۆللەشنىڭ ئەكسىدۇر، قۇرسى كافۇر، قۇرسى تاباشىر ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن سۇۋۇتقانغا ئوخشاش.

بەزىدە ھۆللۈك يەتكۈزۈشمۇ ئىسسىتىشقا سەۋەب بولىدۇ. بۇ ئىسسىتىش سۇۋۇتۇشنىڭ ئەكسىدۇر، مەسىلەن: شارابقا ئوخشاش. چۈنكى شاراب ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ، لېكىن ئۇ قىزىتىدۇ، شۇڭا بۇنىڭغا رىئايە قىلىش لازىم. ئەگەر كۈچلۈك سۇۋۇتۇشقا ھاجەت چۈشسە، پەقەت ئۇ سۇۋۇتقۇچى دورا قۇرۇتقۇچى بولسا، ئۇنىڭغا ھۆللەش قۇۋۋىتى بار نەرسە قوشۇلىدۇ ياكى ئۇنىڭدىن ئىلگىرى - كېيىن ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر كۈچلۈك، تېز ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە ھاجەت چۈشسە، مەسىلەن: مائۇللەھمى ۋە شارابقا ئوخشاش. ئۇنىڭغا سۇۋۇتۇش قۇۋۋىتى بار نەرسىنى قوشۇش ياكى ئۇنىڭدىن ئىلگىرى - كېيىن ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ سەۋەبى بىر ئەزادىكى ئىششىق ياكى ئاغرىق بولسا ئالدى بىلەن شۇ ئەزانى داۋالاش لازىم، كىمكى قىزىتما بەك كۈچەيسە

كەتكەن كىشىگە مۇئاپىق كېلىدىغان ئۇسۇللاردىن قىزىتمىغا مۇرەككەپ تەدبىر قىلىشنى ياخشى كۆرسە، ئالدى بىلەن قۇرسى كاففۇر ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى سەھەر ۋاقتىدا سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈش، كۈن چىققاندا بىمار ياقتۇرسا ئارپا سۈيىنى سەرتتان بىلەن ياكى جۇلاپ بىلەن ياكى ئانار سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈش، كەچتە ئاشقازان ۋە ئۇنىڭ باشقىسى تەرىپىدىن بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسا، ئىسپىغۇل لوئابى ئىچكۈزۈش لازىم. سوۋۇتقۇچى تەدبىر ھەممىگە مەلۇم بولغان سوۋۇتقۇچى شەربەتلەر، سوۋۇتقۇچى كۆكتاتلار ۋە قۇرسى كاففۇرغا ئوخشاش قۇرسىلار، شۇنداقلا سوۋۇتقۇچى زىمات ۋە ياغلار، ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى، ھاۋانى سوۋۇتۇش، ھەتتا قىشتىمۇ سوۋۇتۇشتۇر.

ئەگەر بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، يېپىنچا يېنىكلىتىلىدۇ. چۈنكى، بىمار تۇرۇۋاتقان ھاۋانى سوۋۇتۇش ياخشىراقتۇر. مەسىلەن: سەندەل، كاففۇر سىلىنغان قۇرۇق نەرسىلەرنى ۋە قىزىلگۈل، كاففۇر، سەندەل، سوغۇق تەبىئەتلىك مېۋىلەر بار سۇنى ۋە قىزىلگۈل سۈيى سېپىلغان رەيھاننى پۈرىتىش ۋە تەرلىتىش، مۇنچىغا چۈشۈرۈش بىلەن بۇخارات پەيدا قىلغانغا ئوخشاش. بەك سوۋۇتىدىغان زىماتلارنى نەپەس ئەزالىرىغا يېقىن ئەزالاردا ئۇزاق تۇرغۇزماسلىق لازىم. بەزىدە بۇ نەپەسكە ۋە ئاۋازغا ئېغىر زىيان قىلىدۇ، بىمارنى راھەتكە، ئۇيقۇغا، ئارام ئېلىشقا، خۇشاللىققا مايىل قىلىش لازىم، بىمارنىڭ ئاچچىقىنى كەلتۈرمەسلىك ۋە بىمارنى غەم - قايغۇغا سېلىش، ئاچ قېلىش، ئۇزۇن ۋاقىت ئۇسسۇز تۇرۇش قاتارلىقلاردىن ساقلىنىش لازىم. بۇلارغا ئىشلىتىش زۆرۈر بولغان سوۋۇتقۇچى زىماتلار خۇش پۇراق زىماتلاردۇر. چۈنكى خۇش پۇراق زىماتلار تېز مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ كۆكرەك ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىغا زىمات قىلىنسا. بۇ زىماتلار سوۋۇتقۇچى بولىدۇ، ئۇنىڭدا قابىزلىق بولمايدۇ، چۈنكى قابىزلىق قۇرۇتۇش پەيدا قىلىش بىلەن بىرگە دورىنىڭ قۇۋۋىتىنىڭ ئىچكى ئەزاغا چۆكۈشنى چەكلەيدۇ ۋە دورا قېپقېلىپ ئىسسىتماسلىق ئۈچۈن داۋاملىق ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. دورىنىڭ بەك سوۋۇتۇشىغا رىئايە قىلىش بىلەن بىرگە ئىسسىقلىق يەتكۈزۈلىدۇ. چۈنكى دورا بەك سوۋۇتىۋەتسە ئەزانى ئاجىزلاشتۇرۇشى مۇمكىن. ئەگەر زىمات نەپەس ئەزالىرىغا يېقىن ئورۇندا بولسا،

كېرىگەت ۋە ئۇنىڭ باشقىسىدىن ئېھتىيات قىلىش مۇمكىن بولماي نەپەسنى ئاسان چىقىرىشتىن چەكلەيدۇ. ھۆللىگۈچى تەدبىرنىڭ بەزىسى يېنىك غىزالار، مېۋىلەر، ئاب‌زەنلەر، بوشاشتۇرغۇچى ياغلار، زىماتلار، سۈيۇق پۈرتىلمىلار، بۇرۇن تېمىتىلمىلىرى، بىمارنى ئارام ئالدۇرۇش، ئاچ ۋە ئۇسسۇز قويماسلىق قاتارلىقلاردۇر.

جۈدەتكۈچى قىزىتمىنى سوۋۇتقۇچى دورىلار

بۇ سوۋۇتقۇچى دورىلاردىن ھۆللىگۈچىلەرنىڭ كۆپىنچىسى غىزالىق ھۆللىگۈچىلەردۇر ياكى غىزالىقى غالىب كېلىدىغان ھۆللىگۈچىلەردۇر، مەسىلەن: سەرتانلار بىلەن قاينىتىلغان ئارپا سۈيىگە ئوخشاش. سەرتانىنىڭ قول - پۇتلىرىنى ۋە چىشلىرىنى ئېلىۋېتىپ، سوغۇق سۇ، ياخشى تۇز ۋە كۈل بىلەن ئۇچ قېتىم ۋە ئۇنىڭدىن كۆپرەك تاكى سەرتان پاكىزلىنىپ سىپسىق پۈراقلىرى يوقالغۇچە يۇيۇش، ئاندىن ئارپا سۈيىدە قاينىتىش لازىم. مەسىلەن: كالا قېتىقى سۈزمىسى ۋە ئۆتكۈر قىزىتمىلار بايانىدا سۆزلەنگەن مەلۇم كۆكتاتلارنىڭ ئۇسارىلىرى، ئىسپىغۇل لوئابى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. سىركىنىڭ كۈچلۈك قۇرۇتۇش ۋە تارقىتىش كۈچى باردۇر. شۇڭا، سىركىنى مۇشۇ ئىككى خۇسۇسىيەتكە قارشى تۇرىدىغان سۇنى كۆپ ئارىلاشتۇرۇش بىلەن ياكى ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى بەزى دورىلار بىلەن ئىچكۈزۈش لازىم. ئېشەك سۈتى ھۆللۈك يەتكۈزۈش بىلەن بىرگە سوۋۇتقۇچى بولۇشقا يېقىنلىشىدۇ، ھەتتا بىر بۆلەك تېۋىپلار ئۇنىڭ سوۋۇتۇشىنى كالا قېتىقى سۈزمىسىدىن ياخشى، دەپ قارايدۇ. لېكىن ئۇ پەقەت جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ماس كېلىدۇ، بىراق ئاسان ئوفۇنەتلىنىدىغان ماددا ۋە خىلىتقا ماس كەلمەيدۇ. سۈتنىڭ ئۈيۈپ قېلىشىدىن ئېھتىيات قىلىش لازىم، سۈتنىڭ ئۈيۈپ قېلىشىنى چەكلەيدىغان نەرسىلەردىن بىرى شېكەردۇر. ئەگەر سۈتتىن ئوفۇنەت پەيدا بولۇش خەۋپى بولسا، يېنىك سۇرگۈزۈلىدۇ. ئەگەر سۈتنىڭ ئىسسىتىش خەۋپى بولسا، سۇ بىرنەچچە كۈن توختىتىلىدۇ ۋە قۇرسىلار ھەم مېۋىلەرنىڭ سۈيى بىلەن داۋالىنىدۇ، ئاندىن قايتا سۈت ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھۆللەش خۇسۇسىيىتى يوق سوۋۇتقۇچى دورىلار يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ھەممىگە مەلۇم قۇرسلارغا ئوخشاش دورىلاردۇر. يەنى قۇرسى كافۇر، قۇرسى بۇسەت بارىد ۋە تۆۋەندىكى قۇرسقا ئوخشاش. ئۇنىڭ نۇسخىسى: تاباشىر ۋە گىل ئەرمەننىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، قىزىلگۈلدىن 18 گىرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، كەھرىۋانىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، بىر قېتىمدا ئالتە گىرام مقدارى ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ قۇرس بەك ياخشىدۇر. بۇ قۇرسقا يېقىن يەنە بىر قۇرسنىڭ نۇسخىسى: پاقىيوپۇرمقى، نىشاستە، ئەرەب يېلىمى، كەتىرانىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، گىل ئەرمنى، تاباشىرنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، خەشخاشتىن 15 گىرام، قاپاق ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 18 گىرامدىن، ئاقلانغان بېھى ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 21 گىرامدىن، رۇببىسۇستىن 30 گىرام ئېلىپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

سۇركىلىدىغان دورىلار، تىلالار، سوۋۇتقۇچى زىماتلار، سۇيۇق پۈرىتىلمىلار، سوۋۇتقۇچى بۇرۇن تېمىتىلمىلىرى قاتارلىقلار يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى. ئۇنىڭ ئەڭ ياخشىسى: قاپاق يېغى، خەشخاش يېغى، نېلۇپەر يېغى، سۆگەت يېغى، بىنەپشە يېغى قاتارلىقلارنى سۇركەشتۇر. ئەمما سوۋۇتقۇچى، ھۆللۇك يەتكۈزگۈچى سېلىنچىلار ھايۋانات تېرىسىدىن تەييارلانغان، قىزىلگۈل سۇيى سېپىلگەن سېلىنچا بولۇشى ياكى تېبرىستاندا ئىشلىنىدىغان بىر خىل زىغىر رەختنىڭ ئىچىگە ئېلىنغان قىزىتمايدىغان، تازىلانغان زىغىر تۇرىدىن بولۇپ، دائىم يېڭىلىنىپ تۇرىدىغان بولۇشى ياكى سېلىنچىلار تېرىدىن ياسالغان، ئىچىگە سۇ توشقۇزۇلغان، يېيىپ سېلىنغان، سۇ ئىچىدە ھەرىكەت قىلالايدىغان سېلىنچا بولۇشى لازىم. سېلىنچا يېنىدا سۇ ۋە ئۆستەڭلەر بولىدۇ، ئۇنىڭ ئاستىدا سۆگەت، ھەمشىباھار قاتارلىق ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك خۇش پۇراقلىق نەرسىلەر، سوغۇق تەبىئەتلىك دەرەخلەرنىڭ يوپۇرمقى، تالنىڭ يۇمران شېخى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بولۇشى لازىم.

جۈدەتكۈچى قىزىتما بىمارلىرىغا ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلار

سوۋۇتۇش بىلەن بىرگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان دورىلار يۇقىرىدا سۆزلەندى. ھازىر سۇت، قايمىقى ئېلىنغان قېتىق ئىچكۈزۈش، ئابزەنگە ۋە مۇنچىغا چۈشۈرۈش، سۇركىلىدىغان دورىلار، ياغلار، تىلالار ۋە ئۇنىڭدىن باشقا تەدبىرلەرنى ئىشلىتىش توغرىسىدا سۆزلىنىدۇ. سۇت ئىچكۈزۈش سىل كېسىلى ۋە ئاشقازانىنىڭ قۇرۇقلۇقى بايانىدا تونۇشتۇرۇلدى، شۇ قانۇنىيەت بويىچە بولۇش لازىم. ئانا سۈتىدىن قالسا ئېشەك سۈتى، ئۇنىڭدىن قالسا ئۆچكە سۈتىگە ئوخشاش ياخشى سۇت يوقتۇر. سۈتنى ئالماقچى بولغان ھايۋانلارنىڭ يېمەكلىكى ھەممىزگە مەلۇم بولغىنىدەك سوغۇق تەبىئەتلىك چۆپلەر ۋە كۆكتاتلار بولۇش لازىم، چۈنكى بۇ سۈتلەر بولۇپمۇ ئېشەك سۈتى جۈدەتكۈچى قىزىتمىنى يوقىتىدۇ ۋە ئۇنى قوزغىمايدۇ. بىراق يۇز بەرگەن ئوفۇنەت يېكى بار بولغان ماددىدىن يۇز بېرىش مۇمكىنچىلىكى بولغان ئوفۇنەت چەكلىسە قىزىتمىنى يوقىتالمايدۇ.

سۇت بۇلار ئۈچۈن جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ باشتىن ئاخىرىغىچە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئانا سۈتىنى بىۋاستە ئېمىش ھەممىسىدىن مۇۋاپىقراقتۇر. قايمىقى ئېلىنغان سۇت ئىچكۈزۈشتىكى قانۇنىيەتمۇ شۇنىڭغا يېقىنلىشىدۇ. ياخشىسى، بىمارنىڭ قۇۋۋىتى ياردەم بەرسە، دەسلەپتە 30 ~ 90 گىرامغىچە ۋە ئۇنىڭدىن كۆپرەك ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇ سۈتكە سوۋۇتقۇچى قۇرسىلاردىن ئازراق ئارىلاشتۇرۇش ۋە بىمارنىڭ قۇۋۋىتى ھەزىمگە ياردەم بەرسە، دەسلەپكى ۋە كېيىنكى ئىچكۈزۈش توغرىسىدا سۆزلەنگەن مىقدارىدىن كۆپەيتىش تېۋىپنىڭ ئىختىيارىدۇر. ئابزەننىڭ ياخشىسى كۆپ ئىسسىق بولماي، ئىلمان بولغان، شۇنىڭ بىلەن بىرگە سوۋۇتقۇچى، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى چۆپ ۋە كۆكتاتلارنىڭ قۇۋۋىتىلىرى بولۇش ۋە تەرلىتىشتىن سىرت، نەملىك پەيدا قىلمايدىغان ئابزەندۇر. ئابزەندە ئىسسىق بۇخارات بولۇش توغرا بولمايدۇ، ئەگەر سوغۇق تەبىئەتلىك ئابزەن قىلىشتىن بىرەر چەكلىگۈچى بولمىسا، ئابزەندە باشقىلار ياخشى ھېسابلانمايدۇ. لېكىن بىمارنىڭ بەدىنىنىڭ ئاجىز

ۋە ئورۇقلۇقى ئابزەندىن چەكلىگۈچىدۇر، ئەمما قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە بەزىدە ئۇلارغا ئابزەن شىپا بولىدۇ.

بەدىنى ئاجىز كىشىگە ئابزەن قىلىش ئازراق سوۋۇتۇش بىلەن شىپا بولىدۇ، ئەگەر بەدەن شۇنىڭدىن ئاجىزراق بولسا، دىققىششەيخۇخە دەپ ئاتىلىدىغان، قۇرۇقلۇق غەلىبە قىلغانلىقتىن بولىدىغان قىزىتمىنىڭ يۇز بېرىش خەۋپى بولىدۇ. بۇ ئاز ساندا بولىدۇ، لېكىن شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئۆلۈم ۋاقتى كېچىكىدۇ ھەم بۇ قىزىتما بولۇش بىلەن بىرگە بىمار بىر مەزگىل ياشايدۇ، كۆپىنچە ئەھۋالىلاردا جۈدەتكۈچى قىزىتما بۇ قىزىتمىغا يۆتكىلىدۇ. بىز سۆزلەۋاتقان ئابزەننى ئەڭ ياخشىسى دەسلەپتە ئىسسىق تەبىئەتلىك نەرسىلەر بىلەن باشلاش ۋە تەدرىجىي بىمار بەرداشلىق بېرەلەيدىغان، مۆتىدىل سوغۇق نەرسىلەرگە ئۆزگەرتىش لازىم. چۈنكى تەدرىجىي ئۆزگەرتىش بەدەننى سوغۇقلۇقنى قوبۇل قىلىدىغان قىلىدۇ، چۈنكى ئاغرىق مىزاجغا قارىمۇقارشى نەرسىنىڭ تۈيۇقسىز كېلىشى بىلەن بولىدۇ، يەنە بەدەن ئىسسىق سۇ بىلەن ئازراق سەمرىيدۇ ۋە ئۇنىڭ بىلەن سوغۇق سۇغا بەرداشلىق بېرەلەيدۇ. ئەگەر بىر كۈندە ئۈچ قېتىم ئابزەن قىلىنسا ياخشى بولىدۇ، قۇۋۋەت تۆۋەنلىمەسلىك ئۈچۈن يېنىك ئابزەن قىلىش لازىم، ئەگەر ئابزەن قىلىشتىن ئىككى سائەت بۇرۇن ئارپا سۈيى ئىچسە ياخشى بولىدۇ. غىزا يوللىرىنى كېڭەيتىش ئۈچۈن بىز تۆۋەندە تەپسىلىي بايان قىلىدىغان بويىچە بىمارنىڭ بەدىنىگە سۈت ساغقاندىن كېيىن ئابزەن قىلىپ، ئاندىن ئارپا سۈيى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى ئىچكۈزۈپ، بەرداشلىق بەرسە، ئاندىن غىزانى بەدەنگە تارقىتىش ئۈچۈن ئابزەن قىلىنسا ياخشى بولىدۇ. ئابزەندىن ۋە مۇنچىغا چۈشكەندىن كېيىن بىنەپشە يېغىغا ئوخشاش سوۋۇتقۇچى، ھۆللىگۈچى ياغلار سۈركىلىدۇ، بولۇپمۇ بىنەپشە يېغى ۋە قاپاق يېغىدىن، شۇنداقلا نېلۇپەر يېغى ۋە قاپاق يېغىدىن تەييارلانغان بولسا. ئەگەر ئابزەندىن كېيىن بىمار بەرداشلىق بېرەلىگۈدەك سوغۇق ئورۇنغا يۆتكىلىپ، ئاندىن ياغلانسا ياخشى بولىدۇ. ئالدى بىلەن ياغ ئىشلىتىپ، ئاندىن ئازراق سوغۇق سۇغا كىرسىمۇ ياخشى بولىدۇ، بۇ، بىمارنىڭ بەرداشلىق بېرىش ئېتىبارى بىلەن بولىدۇ، بۇ ھەقتە تەدرىجىي كۈچەيتىشكە بولىدۇ، بۇ ئىشلارنىڭ ئەڭ ياخشى ۋاقتى

تاماق ھەزىم بولغاندىن كېيىنكى ۋاقىتتۇر. ئەگەر ئىسسىق ئابزەندىن كېيىن بىمارنى تەدرىجىي چۆكۈرمەستىن، بىراقلا سوغۇق سۇغا چۆكۈرۈش مۇمكىن بولسا، بۇ داۋالاش جەھەتتە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. لېكىن خەتىرى ئېغىرراقتۇر، بىمارنىڭ ئۈستىگە يېنىك سۇ قۇيۇش بىمارنى بىراقلا سۇغا چۆكۈرگەنگە قارىغاندا خەتىرى ۋە مەنپەئەتى ئازراقتۇر، سوغۇق سۇ يازدىكى سۇنىڭ سوغۇقلۇقى دەرىجىسىدە بولۇش لازىم. ئەگەر بىمار ئاجىز بولمىسا، ئابزەندىن بۇرۇن بىمارنىڭ ئەزاسىغا سۈت سېغىش، ئەگەر بىمار ئاجىز بولسا، سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سۈت قۇيۇش، ئاندىن ئابزەن قىلىش ياخشىدۇر. سۈت بەدەنگە بۇاستە سېغىلسا بەك ھۆللەيدۇ، سېغىشقا ياخشى سۈتلەر يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سۈتلەردۇر. بۇ سۈتلەرنى ئەمچەكتىن بۇاستە سېغىش، ياخشىسى ئومۇمىي بەدەن ۋە بوغۇملارغا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ياغلارنى سۈركەپ يېتىش لازىم. ئەمما مۇنچىغا كىرىشتە پەقەت بىمار تەرلىمەيدىغان، قىزىمايدىغان ۋە نەپسى ئۆزگەرمەيدىغان ھالەتتە بولۇشى، مۇنچىنىڭ ھاۋاسى ئىسسىق بولماستىن، سۇيى ئىسسىق بولۇشى ۋە مۇنچىنىڭ سۇيىنىڭ ئىسسىقلىقى بەدەنگە ئۆتىدىغان، زىيان قىلمايدىغان، تەرلەتمەيدىغان دەرىجىدە بولۇشى، بىمارنىڭ بەدىنىدە ئاسان ئوفۇنەتلىنىدىغان ماددا بولماسلىقى، بولۇپمۇ يۇقىرىقى شارائىتلار تولۇق بولۇپ، يېمەكلىك ھەزىم بولمىغاندا كىرىشى رۇخسەت قىلىنىدۇ، مۇنچىغا چۈشۈش ھەزىم قىلىنغان يېمەكلىك بەدەنگە تارقاش مەقسەت قىلىنغاندا بولۇشى ۋە مۇنچىدا ئۇزاق تۇرماي، بەلكى تېز چىقىپ كېتىشى لازىم. مۇنچىدىن چىققاندا ھۆللىگۈچى دورىلار، ئارپا ۋە سۈتتىن تەييارلانغان، قىزىتمىغا زىيان قىلمايدىغان سۇيۇق غىزالاردىن ئازراق يېگۈزۈلىدۇ، ئەگەر مۇنچىدا ئۇسسۇزلۇق يۈز بەرسە ئارپا سۇيى، قېتىق سۈزمىسى سۇيى، سۈت، ئېشەك سۈتى قاتارلىقلار بىلەن ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىلىدۇ ۋە مۇنچىغا كىرگۈزۈش ۋە چىقىرىش بىمارنى قەتئىي چارچاتمايدىغان ھالەتتە بولىدۇ. بىز بۇنى بىرنەچچە ئورۇندا سۆزلىدۇق، بۇنىڭدىن بىر بۆلىكىنى قايتا سۆزلەيمىز. بىمارنى مۇنچىنىڭ بىرىنچى ئۆيىگە كەلگۈچە سېلىنچا سېلىنغان مەپىدە يۆتكەش، ئاندىن يۇمشاق چادىر بىلەن يۆتكەش، مۇنچا ئىسسىق بولمىسا مۇنچىدا ياكى مۇنچىنىڭ ئوتتۇرا ئۆيىدە كىيىمنى سېلىش ۋە ئىككىسىنىڭ بىرىدە پەقەت يۆتكەلگۈدەك ۋاقىت ۋە كىيىمنى سالغۇدەك ۋاقىت تۇرۇش، ئاندىن بەك

ئىسسىق بولۇپ كەتمىگەن ئاساستا ئۇچىنچى ئۆيگە كىرىش ۋە ئۇنىڭدا ئابىزەن قىلىشقا بەرداشلىق بەرگۈدەك ۋاقىت تۇرۇش لازىم. مەن ئوتتۇرىدىكى مۆتىدىل ئۆيدە ئابىزەن قىلىشنى ياخشى كۆرىمەن. بىمار ئابىزەندىن چىقسا، چوڭ لۆڭگە بىلەن ياكى قېلىن پەردىنجە بىلەن يۆگىلىپ ئۆز ئورنىغا ۋە مەپىسىگە يۆتكىلىدۇ، تەرى لۆڭگە ۋە ياغ بىلەن قۇرۇتۇلىدۇ ۋە غىزا بېرىلىدۇ.

جۈدەتكۈچى قىزىتما بىمارلىرىغا غىزا بېرىش

بۇلارغا غىزانى بۆلۈپ - بۆلۈپ بېرىش، بىر قېتىمدا قورساق تويغۇچە بەرمەسلىك لازىم. غىزا قىلىپ بېرىلىدىغان نەرسىلەرنىڭ ئەڭ ياخشىسى ئارپا سۈيى ياكى قاينىتىلغان، پوستى ئاقلانغان ئارپىنىڭ ئۆزى ياكى سوغۇق سۇغا چىلانغان نان ۋە يۇيۇلۇپ سوغۇق سۇغا چىلانغان بۇغداي نېنىدۇر. ئەگەر بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر چەكلىمىسە، سۈت، كالا قېتىقى سۈزمىسى (بۇنىڭ ئۆزۈقلۇقى كۆپتۇر)، ماش، قاپاق، تاۋۇز قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. ئەگەر قىزىتمىنىڭ يېقىنلاشقانلىقى سېزىلسە، بىمارغا تۇزسىز قېتىق بېرىلىدۇ. ئەگەر قۇۋۇەت ئاجىزلىسا، ھۆل يۇمغاقسۈت بىلەن خۇش پۇراق قىلىنغان، كەكلىك، تورۇلغىغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ گۆشى بىلەن قاينىتىلغان زىرىباج شورپىسى بېرىشكە بولىدۇ. بەزىدە كۆپ سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سۇيۇق شارابتىن ئازراق ئىچكۈزۈش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بەزىدە كەكلىك گۆشى، تورۇلغا گۆشى، پاختەك گۆشى، چۈجە گۆشى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان مەسۇس ناملىق غىزالارنى ۋە چۈچۈمەل شورپا ئۈيۈتمىسىنى ياكى ئوغلاق گۆشىدىن تەييارلانغان قىررىس ناملىق غىزانى ياكى ھەزىم كۈچلۈك بولسا، كالا گۆشىدىن تەييارلانغان قىررىس ناملىق غىزانى بېرىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. مەسۇس ناملىق غىزانىڭ سىركىسى ۋە قىررىس ناملىق غىزانىڭ سىركىسى بۇنداق ئەھۋالدا بۇلار ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە قۇۋۇەتلەيدۇ.

بەزىدە سوغۇق تەبىئەتلىك، چۈچۈمەل مېۋىلەرنىڭ شەربىتىگە ئارىلاشتۇرۇلغان شورپا ياكى چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى بەرمەي ئامال بولمايدۇ، ئەگەر ئاجىزلىق

ھەددىدىن ئېشىپ، ھوشسىزلىنىشقا يېتىپ بارسا، ئوغلاق گۆشىنىڭ شورپىسىنى ئازراق تۇز بىلەن غىزا قىلىپ بېرىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ ۋە بۇ شورپىغا ئومۇميسىنىڭ مىقدارىچە ئالما سۈيى، ئوندىن بىرىنىڭ يېرىمى مىقدارىچە رەيھان شەربىتى قۇيۇپ، ئىلمان ھالەتتە ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە بەك سوغۇق بولمىغان سوغۇق سۇنى ئىچكۈزۈشكىمۇ بولىدۇ. بىراق چەكلىگۈچى بولسا ئىچكۈزۈشكە بولمايدۇ، چەكلىگۈچى قوۋۇرغا بېشىدىن تۆۋەنكى ئەزالاردىكى ئىششىقتۇر، بەدەندە خام ياكى ئوفۇنەتلەنگەن كەيمۇسلار بولسا، بۇنىڭ ھەممىسى پىشۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇ ۋە خەۋپ ئازراق بولىدىغان پىشىش ئالامىتى كۆرۈلمەيدۇ.

جۈدەتكۈچى قىزىتما سەرسامدىن ياكى زاتىلجەنبىدىن ئۆزگەرگەن بولسا، بۇنىڭدا سوغۇق سۇنى ئىچىشنى چەكلەش باشقىلارغا قارىغاندا لايىقراقتۇر. چۈنكى جۈدەتكۈچى قىزىتما قۇۋۇۋەتنى ئاجىزلاشتۇرغۇچى، بوشاشتۇرغۇچى، سۆڭەك ۋە گۆشنى خوراتقۇچى كېسەللىكلەردە يۇز بەرسە، ئاجىزلىقتىن يۇز بەرگەن بولىدۇ. ئەگەر ئاجىزلىغاندا سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈش توغرا كېلىپ قالسا، ئۇزۇن ئۆتمەيلا جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ يەنە بىر تۈرى يۇز بېرىدۇ. ئۇ قىزىتما بۇ خىل جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا قۇرۇقلۇق جەھەتتىن ئوخشىشىدۇ، ئىسسىق ۋە سوغۇقلۇقتا ئوخشاشمايدۇ، ئۇ قىزىتما «دىققىششەيخۇخە»، «دىققۇلھەرەم» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ، تەبئىي ھارارەت يوقالغان ئېغىر كېسەللىكتۇر، شۇنداقلا بەك كۆپ سوغۇق سۇ بۇلارغا ھەرقانداق ھالەتتە زىيان قىلىدۇ ۋە ئۇلارنىڭ رەئىس ئەزالىرىنىڭ تەبئىي ھارارىتىنى بۇزىدۇ، بەزىدە ئۆلۈمنى تېزلىتىدۇ ياكى ئۇلارنى يەنە بىر خىل جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئۆزگەرتىدۇ.

جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئەگىشىپ كېلىدىغان ئەھۋاللارنى داۋالاش

جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئەگىشىپ كېلىدىغان ئەھۋالاردىن بىرى ھوشسىزلىنىشتۇر. بىز بۇنىڭ تەدبىرىدە غىزانى سۆزلىدۇق، بۇلاردىن بىرى ئىچ سۇرۇش بولۇپ، بۇنى داۋالاش لازىم، چۈنكى بۇ ئىچ سۇرۇشنىڭ خەتىرى

ئېغىردۇر. دەسلەپكى داۋالاشلاردىن بىرى شۇكى، ئۇلارغا ئىشلىتىلىدىغان ئارپا سۈيى ئارپا تالقىنى سۈيى قىلىنىدۇ ياكى ئارپىغا قورۇلغان قوناق، ئەرەب يېلىمى ياكى تەكرار پىشۇرۇلغان يېپىسمۇق ياكى قىزىتىلغان تاش بىلەن ياكى يالغۇز ئوت بىلەن سۇ قىسمى يوقالغۇچە قايىنىتىلغان سۈت، بولۇپمۇ قوناق بىلەن قايىنىتىلغان سۈت قوشۇلىدۇ ۋە تۆۋەندىكى بۇ قۇرس ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈنۈك نۇسخىسى: گىل ئەرمىنىدىن 15 گىرام، قورۇلغان شاھبەللۇت ۋە قىزىلگۈلدىن 12 گىرامدىن، تاباشىر، كەھرىۋادىن توققۇز گىرامدىن، ئاقلانغان پاقىيوپۇرمىقى ئۈرۈقى، زىرىقنىڭ ھەربىرىدىن 18 گىرامدىن ئېلىپ، بېھى ئۇسارىسى بىلەن قۇرس تەييارلاپ، ئەتىگەندە ئاموت سۈيى بىلەن، ئۇخلاش ۋاقتىدا ئىسپىغۇل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، شۇنداقلا مۇقەل چۈشكەن سۇفۇپى تاباشىر بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئىچ سۈرۈش ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا ئېلىپ بارسا، ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ھەممىگە مەلۇم ھۆقنىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ، بۇ مۇۋاپىقراقتۇر.

48 ـ پەسىل دىققىششەيخۇخە ناملىق قىزىتما توغرىسىدا

تېۋىپلار دىققىششەيخۇخەنى جۈدەتكۈچى قىزىتمىدىن كېيىن سۆزلەپ ئادەتلەندى. بىزمۇ ئادەتلەنگەن يول بىلەن ماڭىمىز، دىققىششەيخۇخەنىڭ مەنىسى قىزىتما بولماستىن، قۇرۇقلۇقنىڭ مىزاجدىن غەلبە قىلىشىدۇر، بەزىدە ئىسسىق ـ سوغۇقلۇق نورمال بولۇش بىلەن بولىدۇ، بۇ ئاز ساندا كۆرۈلىدۇ، بەزىدە توڭلاش بىلەن بىرگە بولىدۇ، بۇ ھالەت «دىققىششەيخۇخە»، «دىققۇلھەررەم» دەپ ئاتىلىدۇ. چۈنكى بەدەندە قېرىش ۋاقتى كەلمەي تۇرۇپ، قېرىغاندا يۈز بېرىدىغان جۈدەش ۋە قۇرۇقلۇق يۈز بېرىدۇ. ياشلارغا قارىغاندا ياشانغانلار، كىچىك باللارغا قارىغاندا ياشلار تېزرەك گىرىپتار بولىدۇ، بەزىدە بۇ قىزىتما ياشلاردا ۋە كىچىك باللاردا يۈز بېرىدۇ. بۇ قىزىتمىغا گىرىپتار قىلغۇچى سەۋەب ئومۇمىي بەدەن ئاجىز بولۇش بىلەن

بىرگە غەلبە قىلغان سوغۇقلۇق بولۇپ، ئۇ غىزا قۇۋۇتىنى ئۆزىنىڭ تولۇق خىزمەتىدىن چەكلەيدۇ، خۇددى ئۆمرىنىڭ ئاخىرىدا يۈز بەرگەندەك. مۇشۇ سەۋەبلەردىن بىرى ئورۇنسىز ئىچكۈزۈلگەن ياكى قىزىتما بولۇش بىلەن بىرگە بەدەن ئاجىزلىغاندا ياكى ماددا پىشقان ھالەتتە ياكى قۇۋۇتىنى تارقىتىۋەتكەن، تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئاچقان ۋە سوغۇق سۇنى ئىچكى ئەزاغا بىراقلا تارتىشقا ئۇندىگەن چىنقىشتىن كېيىن سۇ ئىچىشتۇر ياكى يۇرەكنى ئۆرلەپ يۇرەك مىزاجىنى سوۋۇتىدىغان ناچار، سوغۇق بۇخاراتلاردۇر ياكى ھۆللۈكلەرنى تارقىتىپ، ئىرىتىپ، تەبئىي ھارارەتنى ئۆچۈرىدىغان ۋە ئارقىدىن قۇرۇق سوغۇقلۇقنى ئېلىپ كېلىدىغان ھارارەتتۇر. بەزىدە بۇ خىل قىزىتما تازىلىنىشلاردىن كېيىن بولىدۇ، بەزىدە زىمات قىلىنىدۇ. بۇ خىل قىزىتما ئورۇنلىشۇالسا داۋالغىلى بولمايدۇ، ئەگەر بۇ كېسەللىككە بىرەر چارە تېپىلغان بولسا ئۆلۈمگىمۇ چارە تېپىلغان بولاتتى.

ئالامىتى

بۇ خىل قىزىتما بىمارلىرىدا ئىككىنچى دەرىجىلىك جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى ۋە تېرە قېلىنلاشتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۇلاردا ھارارەت ئۆرلەش كۆرۈلمەيدۇ. بەزىدە تۇتۇپ باققاندا سوغۇق بىلىنىدۇ، بۇلارنىڭ تومۇرى جۈدەتكۈچى قىزىتما بىمارلىرىنىڭ تومۇرىدەك بولماي، بەلكى كىچىك، ئاستا، قالايمقان بولىدۇ. بىراق ئاجىزلىق ئېغىر بولسا تومۇرى ئارقىمۇئارقا سېلىشقا باشلايدۇ، بۇلۇپمۇ سوغۇق سۇ ئىچىشتىن بۇ خىل قىزىتمىغا گىرىپتار بولغان كىشىلەردە. بۇ خىل بىمارلارنىڭ سۆيدۈكى ئاق، سۈيۇق بولىدۇ ۋە ئۇلارنىڭ ئەھۋالى ياشانغانلارنىڭ ئەھۋالىدەك بولىدۇ.

داۋالاش

بۇ خىل بىمار كېسەللىك ئورۇنلىشۇالمىغاندا كېسەللىكنىڭ ئورۇنلىشۇالماسلىق

ئۇمىدى بىلەن داۋالىنىدۇ، ئورۇنلىشىۋالغاندا ھالاك بولۇشنى ئازراق كېچىكتۈرۈش ئۈمىدىدە داۋالىنىدۇ، بۇلارنى داۋالاشتىكى قانۇنىيەت ئىسىستىش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشتۇر. ھۆللىگۈچىلەردىن بىرى ھەممىگە مەلۇم مۇنچىغا چۈشۈشتۇر، مۇنچىغا پەقەت يېمەكلىك ھەزىم بولغاندىن كېيىن چۈشۈرۈلىدۇ، چۈنكى تاماق يەپلا مۇنچىغا چۈشۈرۈلسە قۇۋۇتنى تۆۋەنلىتىۋېتىدۇ. كاللا ـ پاچاق، نوقۇت، پىشۇرۇلغان بۇغداي، ئوغرىتىكەن قوشۇلغان ئەنجۈر، بابۇنە قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ھۆقنىلەردىن 170 گىرامى 60 گىرام كۈنجۈت يېغى ۋە ئازراق بان يېغى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ ھەم غىزادىن كېيىن بەدەن ئۇۋۇلىنىدۇ. ئەمچەكتىن بىۋاستە سۈت ئېمىش بۇلارغا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەسەل جۈدەتكۈچى قىزىتما بىمارلىرىغا زىيان قىلسىمۇ، بۇ خىل بىمارلارغا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. مائۇللەھمى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، سۈيۇق، خۇش پۇراقلىق ئاز مىقداردىكى شاراب قاتارلىقلارغا ئوخشاش ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان، راۋان ئۆتىدىغان، تېز سۈمۈرۈلىدىغان، چاپلاشقاق بولمىغان ھەرقانداق غىزا بۇلار ئۈچۈن ناھايىتى مۇۋاپىقتۇر. جۈدەتكۈچى قىزىتما بايانىدا سۆزلەنگەن ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە رىئايە قىلىش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان نەرسىگە ئىسسىتىدىغان خۇش پۇراقلارنى، زىماتلار، سۇركىلىدىغان ياغلار، غىزالار ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىنى ئارىلاشتۇرۇش لازىم.

49 ـ پەسىل ۋابا قىزىتمىسى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشايدىغان قىزىتمىلار توغرىسىدا (بۇ قىزىتما چېچەك قىزىتمىسى ۋە قىزىل قىزىتمىسىدۇر)

ۋابا قىزىتمىسى توغرىسىدا سۆز

بەزىدە ھاۋادا بىز نەزەرىيە بايانىدا سۆزلىگەن ئەھۋاللار يۈز بېرىدۇ. مەسىلەن: سۇ كەيپىياتىنىڭ ئىسسىق ۋە سوغۇقلۇقىغا ئۆزگەرگىنىگە ۋە شۇنداقلا خۇددى

سۇنىڭ تەمى ئۆزگىرىپ سېسىق پۇراپ، ئوفۇنەتلىنىپ، سۇ تەبىئىتىنىڭ بۇزۇلۇش ۋە ئوفۇنەتلىنىشكە ئۆزگەرگىنىگە ئوخشاش ۋە خۇددى سۇ ئۆزىنىڭ ئادەتتىكى هالىتىدە ئوفۇنەتلەنمەي، بەلكى ئۇنىڭغا ئارىلىشىدىغان ناچار تۈپراق جىسىملىرىدىن ئۆزگىرىپ، ئومۇميىسىدا ناچار كەيپىيات پەيدا بولغىنىدەك هاۋا ئۆزىنىڭ ئادەتتىكى هالىتىدە ئوفۇنەتلەنمەي، بەلكى ئۇنىڭغا ئارىلىشىدىغان ناچار بۇخاراتلاردىن ئوفۇنەتلىنىپ، ئومۇمي هاۋادا ناچار كەيپىيات پەيدا بولىدۇ.

بەزىدە بۇ ياخشى ئورۇنغا هاۋاسى ئۆزگەرگەن سايلىق يېراق ئورۇنلاردىن ياكى جەڭلەردىكى ياكى ئۆلتۈرگۈچى ۋابادىكى دەپنە قىلىنمىغان ۋە كۆيدۈرۈۋېتىلمىگەن بۇزۇلغان جەسەتلەر بار يېراق ئورۇنلاردىن ناچار بۇخاراتلارنى ئېلىپ كەلگەن شامالار سەۋەبىدىن بولىدۇ. بەزىدە سەۋەب شۇ ئورۇنغا يېقىن ئورۇندا بولغان بولىدۇ. بەزىدە يەرنىڭ ئىچكى قىسمىدا تەپسىلاتى بىلىنمەيدىغان سەۋەبلەردىن ئوفۇنەتلەر يۈز بېرىپ، سۇ ۋە هاۋانى ئوفۇنەتلىنىشكە تەييار قىلىدۇ. قۇرۇق هاۋا سەۋەبىدىن پەيدا بولغان قىزىتمىلار هۆل هاۋادىن پەيدا بولغان قىزىتمىلاردىن ئازراقتۇر، لېكىن سەپرا قۇرۇق هاۋادا بولۇپ، شۇمۇ سەپرادىن بولغان قىزىتمىلارنىڭ پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولىدۇ. ۋابادىن بولغان قىزىتما تۇتۇق، هۆل هاۋادىن بولىدۇ. قىزىتمىلار هۆل هاۋادىن كۆپرەك بولىدۇ، لېكىن ئۆتكۈرلۈكى تۆۋەنرەك، مۇددىتى ئۇزۇنراق بولىدۇ، ئەمما يامغۇر ئاز ياغقان قۇرغاق يازدا پەيدا بولۇشى ئازراق، ئۆتكۈرلۈكى كۆپرەك بولىدۇ. پەسىللەرنىڭ ياخشىراقى ئۆزىنىڭ تەبىئىي هالىتى ساقلانغان پەسىلدۇر. بۇ ئۆزگىرىشلەرنىڭ هەممىسىنىڭ باشلىنىش ئورنى شۇ ئۆزگىرىشلەرگە بىز يولىنى بىلمەيدىغان هالەتتە سەۋەب بولىدىغان پەلەك شەكىللىرىدىن مەلۇم بىر خىلىدۇر. گەرچە بۇ هەقتە بىر بۆلۈك كىشىلەر پاكىتسىز نەرسىلەرنى دەۋا قىلسىمۇ، شۇنى بىلىش كېرەككى، بۇنىڭ تۈنجى يېراق سەۋەبى ئاسماندىكى شەكىللەردۇر. يېقىن سەۋەبى يەردىكى ئەھۋاللاردۇر. ئەگەر ئاسماندىكى تەسىر كۆرسەتكۈچى قۇۋۋەت ۋە تەسىرلەنگۈچى قۇۋۋەت هاۋانى كۈچلۈك هۆللەشكە سەۋەب بولسا، هاۋاغا بۇخارات ۋە گازلارنى كۆتۈرىدۇ، ئۇنى هاۋادا تارقىتىدۇ، ئارقىدىن ئاجىز هارارەتنى كەلتۈرىدۇ ۋە هاۋا مۇشۇ هالەتتە يۈرەككە

ھۇجۇم قىلىپ، يۈرەكتىكى روھنىڭ مىزاجىنى بۇزۇپ ۋە ئۇ يۈرەك ئۆز ئىچىگە ئالغان ھۆججۈكنى ئوفۇنەتلەندۈرۈپ، ئادەتتىن تاشقىرى ھارارەت پەيدا قىلىپ، شۇ ھارارەت يولى بىلەن بەدەنگە تارقاپ، ۋابا قىزىتمىسى بولىدۇ ۋە كىشىلەردىن بىر بۆلىكىدە ئاسان گىرىپتار بولۇش مايىللىقى بولغانلىقتىن ۋابا قىزىتمىسى ئومۇم بولىدۇ، چۈنكى تەسىر قىلغۇچى يالغۇز ھاسىل بولسا ۋە تەسىرلەنگۈچى تەييار بولمىسا، تەسىر قىلىش ۋە تەسىرلىنىش پەيدا بولمايدۇ. بەدەننىڭ تەسىرلىنىشكە تەييار بولۇشى شۇكى، بەدەن ناچار خىلتىلارغا توشۇپ كەتكەن بولىدۇ، چۈنكى پاك بەدەن بۇنىڭدىن تەسىرلەنمەيدۇ، ئاجىز بەدەنلەر بۇنىڭدىن تەسىرلىنىدۇ. مەسىلەن: جىمانى كۆپ قىلغان بەدەنلەر ۋە ماددا ئۆتۈش يوللىرى كەڭرى، ھۆل، مۇنچىغا كۆپ چۈشكەن بەدەنلەرگە ئوخشاش.

ئالامىتى

بۇ قىزىتما سىرتقى ئەزانى بىئارام قىلماي، ئىچكى ئەزانى بىئارام قىلىدىغان، ئۆتكۈرلۈك ۋە كۈچلۈك ھارارەت سېزىلىدىغان قىزىتمىدۇر. بۇ قىزىتمىدا نەپەس چوڭىيىدۇ، يۈقىرىلايدۇ ۋە ئارقىمۇئارقا بولىدۇ، نەپەس كۆپ قىستايدۇ ۋە بەك سېسىق پۇرايدۇ، قاتتىق ئۇسسۇزلۇق ۋە تىل قۇرۇش بولىدۇ. بەزىدە كۆڭۈل ئېلىشىش قوشۇلۇپ كېلىدۇ ياكى چىداپ تاماق يېيىش بىلەن قارشى تۇرمىسا، قۇۋۋەت تۆۋەنلەپ ھالاك قىلىدۇ ۋە ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاغرىش، تال چوڭىيىش، قاتتىق بىئاراملىقتىن تولغىنىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلىدۇ. بەزىدە قۇرۇق يۆتەل، قۇۋۋەت تۆۋەنلەش، ھوشسىزلىنىشقا يېقىنلىشىش، ئەقىل ئېلىشىش، قوۋۇرغا بېشىنىڭ تۆۋىنى تارتىشىش، ئۇيقۇسىزلىق، بەدەن بوشاش ۋە ئاجىزلاش بولىدۇ. بەزىدە قىزىتما بىلەن بىرگە قىزىل ۋە بۇغداي ئۆڭ مۇدۇرلار چىقىدۇ، بەزىدە قىزىتما تېز ئاشكارا بولۇپ، تېز پەسىيىدۇ، ئېغىز يارىسى ۋە يارىلار پەيدا بولىدۇ. تومۇرى كۆپىنچە ئارقىمۇئارقا. كىچىك بولىدۇ ھەم كۆپىنچە كېچىدە كۈچىيىدۇ، بەزىدە ئىستىسقاغا ئوخشاش بىر ھالەت پەيدا بولىدۇ. سەپرا ۋە ئۇنىڭ باشقىسى

قالايمقانلىشىدۇ، چوڭ تەرتىپ يوقىلىدۇ.

بەزىدە چوڭ تەرتىپ سەۋدالىق بولىدۇ، چوڭ تەرەت كۆپىنچە سېسىق پۇراقلىق، كۆپۈكلۈك بولىدۇ ۋە ئۈنگىدا ئېرىگەن ئازراق بىر نەرسە بولىدۇ. سۇيدۇكى سۇيۇق، چۆكمىلىك، سەۋدالىق بولىدۇ. كۆپىچە سەۋدا قەيلىدۇ، ئەمما سەپرانىڭ كۆپىنچىسىدە بىمار سېسىق تەرلەيدۇ.

بۇ قىزىتما يۇقىرىدا سۆزلەنگەن كۈچلۈك ئالامەتلەر بىلەن باشلىنىدۇ ۋە هوشسىزلىنىش، مۈچىلەر سوۋۇش، بەلغەمدىن بولغان سەرسام، تەشەنئوج، قاتما قاتارلىقلارغا قايتىدۇ، بەزىدە بۇ ۋابا قىزىتمىلىرىدا بىمار ۋە يات تەكشۈرگۈچى كۆپ هارارەتنى، تومۇر ۋە سۇيدۇكنىڭ كۆپ ئۆزگەرگەنلىكىنى سېزىلمەيدىغان ئەھۋاللار بولىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە تېۋىپلار هەيران قالىدىغان دەرىجىدە تېز هالاك قىلىدۇ، نەپسى سېسىق پۇرايدىغانلارنىڭ كۆپىنچىسى ئۆلۈپ كېتىدۇ، چۈنكى ئوفۇنەت يۈرەككە ئورۇنلاشقان بولىدۇ.

ۋابانىڭ ئالامەتلىرى

سەۋەبنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان، ۋاباغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەردىن بىرى، كۈزنىڭ دەسلىپىدە ۋە 9 - ئايدا يۈلتۈزلار ئېقىش كۆپ بولۇشتۇر، چۈنكى بۇ، پەيدا بولىدىغان ۋابادىن سەۋەب ئاگاهلاندۇرغاندەك ئاگاهلاندۇرىدۇ. ئەگەر 12 - ئاي ۋە 1 - ئايدا جەنۇب شامىلى ۋە شەرق شامىلى بىرنەچچە كۈن كۆپ چىقسا ۋە هاۋا قويۇق، تۇمانلىق كۆرۈلسە، يامغۇر ياغىدۇ، دەپ گۇمان قىلىپ يامغۇر ياغماي قۇرغاق بولۇپ، چاڭ - توزان بايقالسا، قىشنىڭ مىزاجىنىڭ بۇزۇق ئىكەنلىكىنى بىلىۋېلىش كېرەك.

يازدىكى ناچار، ئېغىر ۋاباغا ئەتىيازدا سوغۇق بولۇش بىلەن بىرگە يامغۇرنىڭ ئاز يېغىشى دالالەت قىلىدۇ. ئاندىن جەنۇب شامىلىنىڭ كۆپ چىققانلىقى، هاۋانىڭ بىرنەچچە كۈن تۇتۇقلاشقانلىقى، ئۈنگىدىن كېيىن بىر هەپتە ۋە ئۈنگىدىن كۆپرەك هاۋانىڭ ساپ بولغانلىقى كۆرۈلسە، ئاندىن كېچىدە توڭلاش، كۈندۈز ئۇزۇن

بولۇش، غەم - قايغۇ، تۇتۇقلۇق، ھارارەت پەيدا بولسا ۋابا كەلگەن بولۇپ، ۋابا، چېچەك قىزىتمىلىرى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىلارغا كۆز تىكىلىدۇ. شۇنداقلا ياز بەك ئىسسىق بولماي، بەك تۇتۇق، دەرەخلەر ئۆزگەرگەن ھالەتتە بولسا ۋە ئالدىنقى كۈزدە يۇلتۇزلار ئېقىش بولغان بولسا، ئۇ ۋابانىڭ ئالامىتىدۇر، شۇنداقلا ھاۋانىڭ بىر كۈندە بىرنەچچە قېتىم ئۆزگەرگەنلىكى ۋە ھاۋانىڭ بىر كۈنى ساپ بولۇپ، قۇياشنىڭ سۈزۈك چىققانلىقى ۋە يەنە بىر كۈن تۇتۇق بولۇپ، چاڭ - توزانلار ئىچىدە تۇرغانلىقى ئاشكارا بولسا، ۋابانىڭ پەيدا بولۇۋاتقانلىقىغا ھۆكۈم قىلىنىدۇ.

سەۋەبكە قوشۇلۇپ كېلىش يولى بىلەن بولىدىغان ئالامەتلەر شۇكى، تاشپاقىلارنىڭ ۋە ھاشاراتلارنىڭ كۆپىيىپ كەتكەنلىكى مەلۇم بولىدۇ. بۇنىڭغا دالالەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، چاشقان ۋە زېمىننىڭ تېگىدە ياشايدىغان ھايۋانلارنىڭ ئەتراپقا قاچماستىن، سىرتقا تېز قاچقانلىقى كۆرۈلىدۇ ۋە ئاق تۇرنىغا ئوخشاش زېرەك قۇشلارنىڭ ئۇۋۇسىدىن قاچقانلىقى ۋە ئۇنىڭدىن كۆچكەنلىكى كۆرۈلىدۇ. بەزىدە تۇخۇمنى قويۇپ قويىدۇ.

داۋالاش

ۋابا قىزىتمىسى بىمارلىرىنى داۋالاشنىڭ ئومۇمىيسى قۇرۇتۇشتۇر. قۇرۇتۇش قان ئېلىش ۋە سۈركە بىلەن بولىدۇ، بۇ قىزىتمىدا تازىلاشقا ئالدىراش لازىم، ئەگەر غالىب كەلگەن ماددا قان ماددىسى بولسا قان ئېلىش، ئەگەر باشقا خىلىت بولسا تازىلاش ۋە بىمارنىڭ ئۆيلىرىنى سۇۋۇتۇش ۋە ئۆي ھاۋاسىنى ياخشىلاش لازىم.

ئۆينى سۇۋۇتۇش ئەتراپقا سوغۇق تەبىئەتلىك مېۋىلەر ۋە خۇش پۇراق نەرسىلەرنى، سوغۇق تەبىئەتلىك دەرەخلەرنىڭ شاخلىرىنى قويۇش ۋە سۇيۇق پۇرتلىمىلارنى پۇرتىش، خۇش پۇراق سوغۇق تەبىئەتلىك مېۋىلەر، كافۇر، قىزىلگۈل سۇيى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان سۇيۇقلۇقلارنى ھەر كۈنى بىرنەچچە قېتىم بىمارنىڭ ئۆيىگە سېپىش بىلەن، بولۇپمۇ قىزىلگۈل سۇيى، سۆگەت سۇيى، نېلۇپەر سۇيى قاتارلىقلارنى سېپىش بىلەن بولىدۇ.

ئەگەر ئۆيدە فونتان ۋە سۇ چاچىدىغان سايمانلار بولسا، ياخشىراقتۇر. ھاۋانى ياخشىلاشنى بىز يېقىندا سۆزلەيمىز، بۇ بىمارلارغا قۇرسى كافۇر، سوغۇق تەبىئەتلىك رۇببىلار، قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن سۇزمە سۇيى ۋە چۇچۇمەل، خۇش پۇراق سۇزمە ئارىلاشتۇرۇلغان قىزىلگۈل سۇيى ئىشلىتىلىدۇ. سىركە سۇ بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. بىراقلا كۆپ سوغۇق سۇ ئىچىش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ، ئەمما ئاز، ئارقىمۇئارقا سوغۇق سۇ ئىچىش، بەزىدە ھارارەتنى قوزغايدۇ. ئەگەر ئەھۋال قوۋۇرغا بېشى تارتىش، مۇچىلەر سوۋۇشقا قايتسا، ئۇيقۇسىزلىق ۋە ئەقىل ئېلىشىش ئۇزۇن بولسا، كۆكرەك ۋە ئۇنىڭ ئۈستى تەرىپىنىڭ كۆتۈرۈلۈپ تۆۋەنلىگەنلىكى كۆرۈلسە، ھارارەتنى سىرتقا تارتىش ئۈچۈن نېپىز كىيگۈزۈش لازىم. ئەگەر ئىشتىھا تۆۋەنلىسە، مەجبۇرىي تاماق يېگۈزۈلىدۇ، چۈنكى مەجبۇرىي يەيدىغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسى داۋالاشنى قوبۇل قىلىدۇ. شۇڭا ئۇلارنى غىزاغا مەجبۇرلاش لازىم، ئۇلارنىڭ غىزالىرى چۈچۈمەل، قۇرۇتقۇچى ۋە مىقدارى ئاز بولۇش لازىم، چۈنكى بۇلارنىڭ غىزالىرى ناچار بولۇپ، ئۇنىڭ كۆپلۈكى ناچارلىقى جەھەتتىن ۋە توپۇش جەھەتتىن زىيان قىلىدۇ. ھاۋانى ياخشىلاشنىڭ بەزىسى ساغلام كىشىلەرگە قارىتا، بەزىسى بىمارلارغا قارىتا بولىدۇ. ساغلام كىشىلەرگە قارىتا بولىدىغىنىدا مەقسەت ھاۋانى قۇرۇتۇش ۋە خۇش پۇراق قىلىش، قايسى نەرسە بىلەن بولسۇن ھاۋانىڭ ئوفۇنىتىنى چەكلەش بولۇپ، ئۇدخام، ئەنبەر، كۇندۇر، ئىپار، تاتلىق قۇستە، مىئەسائلە، سۇندۇرۇس، ھىڭ، قەلەمپۇر دەرىخى يېلىمى، مەستىكى، بەتەم يېلىمى، لادەن، ھەسەل، زەپەر، ئامىلە ئۇسارىسى، سەرۋى دەرىخى، ئارچار مېۋىسى، ئۆشنە، غار دەرىخى، سەئىدى كۇفى، ئىزخىر، ئېگىر، شابابەك، ئاچچىق بادام، ئاسارۇن قاتارلىقلارنى ئىشلىتىش ياخشىدۇر. بەزىدە بۇ دورىلاردىن مۇرەككەپ دورىلار تەييارلىنىدۇ، ئۆيگە سىركە ۋە ھىڭ چېچىلىدۇ، ئەمما ساغلام كىشىلەر، قىزىپ قالغانلار، كېسەللەر ئېتىبارىچە سەندەل، كافۇر، ئانار پوستى، ئاس، ئالما، بېھى، ئەبنوس دەرىخى، چىنار دەرىخى، يۇلغۇن، رەۋەن ئۇسارىسى قاتارلىقلار بىلەن بۇخۇر قىلىنىدۇ ۋە شۇنداقلا بۇ نەرسىلەر بىلەن تەكرار بۇخۇر قىلىش تەلەپ قىلىنىدۇ.

ۋابادىن ساقلىنىش

بەدەندىن ئارتۇق ھۆللۇكلەرنى چىقىرىش ۋە غىزانى ئازلىتىش جەھەتتىن قۇرۇتۇشقا مايىل تەدبىر قىلىش، بىراق چېنىقتۇرماسلىق، مۇنچىغا چۈشۈرمەسلىك، شەربەتلەرنى ئىچكۈزمەسلىك ۋە ئۇسسۇزلۇققا سەۋر قىلدۇرماسلىق لازىم. ھاۋا بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر بىلەن ياخشىلىنىدۇ ۋە چۈچۈمەلگە مايىل غىزالار ئاز بېرىلىدۇ. ئىشلىتىلىدىغان گۆش چۈچۈمەل نەرسىلەردە پىشۇرۇلغان بولۇش لازىم. شورپا ئۈيۈتمىسى ۋە قىرىس ناملىق غىزا، سىركە ۋە سىركىنىڭ باشقىسىدىن سۇماق، غوراپ سۇيى، لىمون سۇيى، ئانار سۇيى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان مەسۇس ناملىق غىزا يېگۈزۈلىدۇ. مەنپەئەتلىك سىركىگە چىلانغان نەرسىلەر، بولۇپمۇ سىركىگە چىلانغان بىخ كەبىر، ھىڭ ئۇلارغا مەنپەئەت قىلىدىغان ۋە ئوفۇنەتنى چەكلەيدىغان نەرسىلەردۇر. ۋابادىن قوتۇلدۇرىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، تەرياق ۋە مەسرۇدىتۇسنى ۋابادىن بۇرۇن باشقا توغرا تەدبىرلەر بىلەن ئىشلىتىشتۇر. سەبرە، زەپەر، مۇرمەككى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان دورا ھەر كۈنى ئۈچ گىرامغا يېقىن ئىشلىتىلىدۇ، چۈنكى ئۇ مەنپەئەتلىكتۇر.

50 ـ پەسىل چېچەك توغرىسىدا

بەزىدە قاندا بىرەر ئوفۇنەتلىنىش يولى بىلەن ئۇسارىلەر قاينىغاندەك قاينىاش يۈز بېرىپ، ئۇنىڭ بىلەن قان بۆلەكلىرى ئايرىلىدۇ. بۇ قاتاردىن تەبئىي ئىشقا ئوخشاش سەۋەبتىن بولىدىغان، ھامىلدار ۋاقتىدا بولىدىغان ھەيزدىن ئىبارەت ئوزۇقلۇق قالدۇقلىرىغا ئارىلىشىۋالغان قانىنى ئايرىش ئۈچۈن قاينىتىدىغان قاياشتۇر ياكى شۇنىڭدىن كېيىن قاندا پەيدا بولۇپ، قانىنىڭ قىيامىنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان ۋە ئۇ قانىنى بىرىنچىسىدىن كۈچلۈكرەك ۋە ئېنىقراق قىياملىق جەۋھەر ھاسىل بولۇشقا

قوزغايدىغان چۆكمىلىك، ناچار غىزالاردىن بولىدىغان قان قاياناشتۇر، خۇددى تەبىئەت ئۇزۇم ئۇسارىسىگە تەسىر قىلىپ، ھەتتا ئۇنى ھاۋالىق كۆپۈك ۋە تۇپراق پارچىلىرى ئايرىلغان، جەۋھىرى ئوخشاش شاراب قىيامىغا كەلتۈرگەندەك. شۇ قاتاردىن سىرتقى سەۋەبتىن بولۇپ، قوزغاپ، خىلتىلارنى قانغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن قاياناش ۋە قاياناش ئاۋازى پەيدا قىلىدىغان قان قاياناشتۇر، خۇددى پەسسىلەر بولۇپمۇ ئەتىياز پەسلى ئۆزىگە تېگىشلىك كەيپىيات ۋە تەرتىپتىن ئۆزگەرگەندە يۇز بەرگىنىگە ئوخشاش. چۈنكى چېچەك، قىزىل تارقىلىشچان كېسەللىكلەر قاتارىدىنىدۇر، بۇ كېسەللىك جەنۇب شامىلى كۆپ چىققاندا پەيدا بولىدۇ. ئاسان چېچەك چىقىدىغان بەدەن ھۆل ئىسسىق، بولۇپمۇ ھۆللۈكى دۇغ ۋە قان ئېلىش بىلەن قان ئاز چىقىرىلغان بەدەندۇر. غىزالاردىن چېچەككە تېز گىرىپتار قىلىدىغان غىزالار باردۇر، بولۇپمۇ ئىستېمال قىلىپ ئادەتلەنمىگەن بولسا ۋە غىزادىن كېيىن ئىسسىقلىق يەتكۈزىدىغان دورا ۋە غىزالار ئىشلىتىلسە، مەسىلەن: سۈتكە ئوخشاش، بولۇپمۇ تۆگە سۈتى، ئات سۈتىگە ئوخشاش. بۇ سۈتلەر ئىچىپ ئادەتلەنمىگەن كىشىلەرگە كۆپ ئىچكۈزۈلسە، ئاندىن كۆپ شاراب ئىچكۈزۈلسە ياكى ئىسسىق دورىلار ئىچكۈزۈلسە، چېچەك بوھرانىنىڭ بىر تۈرى بولىدۇ.

چېچەك كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا، ئۇنىڭدىن قالسا ياشلاردا يۇز بېرىدۇ. ياشانغانلاردا ئاز يۇز بېرىدۇ، بىراق كۈچلۈك سەۋەبلەردە ۋە بەك ھۆل ئىسسىق يۇرتلاردا كۆپرەك يۇز بېرىدۇ. چېچەك ھۆل بەدەنلەردە قۇرۇق بەدەنلەرگە قارىغاندا كۆپرەك يۇز بېرىدۇ، ئەتىيازدا قىشقا قارىغاندا كۆپرەك يۇز بېرىدۇ. ئەتىيازدىن كېيىن ۋە كۈزنىڭ ئاخىرىدا كۆپرەك يۇز بېرىدۇ، بولۇپمۇ كۈزدىن بۇرۇن قۇرۇق ئىسسىق يېز بولغان بولسا ۋە شۇ كۈزمۇ قۇرۇق ئىسسىق بولغان بولسا. چېچەك پەقەت تېرە ۋە تېرە ئاستىدىلا يۇز بەرمەي، بەلكى بۆلەكلىرى ئوخشىشىپ كېتىدىغان سىرتقى ۋە ئىچكى ئەزالارنىڭ ھەممىسىدە، ھەتتا كېرىگەت ۋە نېرۋىلاردا يۇز بېرىدۇ. ئەگەر چېچەك ئاشكارا بولسا، قىچىشىشنى پەيدا قىلىدۇ. ئاندىن يىگىنە ئۇچىغا ئوخشاش مۇدۇر - چاقىلار كۆرۈلۈپ ۋە يىرىڭغا توشۇپ، يارا بولۇپ، ئاخىرىدا ھەر خىل رەڭدىكى قۇرۇق قاقاچ بولۇپ چۈشىدۇ.

بەزىدە چېچەك سەپرادىن بولغان ئىششىق ۋە قاندىن بولغان ئىششىققا، يىرىڭلىق ئىششىققا ئۆزگىرىدۇ. چېچەك كۆپىنچە قاندىن بولغان ئىششىقنىڭ رەڭگىدە كۆرۈلىدۇ، لېكىن بەزىدە كۈل رەڭ، بىنەپشە رەڭ ۋە قارا رەڭلەردىن ئىبارەت ھەر خىل رەڭدە چىقىدۇ. چۈنكى چېچەكنىڭ ھەر خىل تۈرلىرى ۋە ھەر خىل رەڭلىرى بولۇپ، ئۇنىڭ بەزىسى ئاق، بەزىسى سېرىق، بەزىسى قىزىل، بەزىسى كۆك، بەزىسى بىنەپشە رەڭ، بەزىسى قارىغا مايىل بولىدۇ. كۆك ۋە بىنەپشە رەڭ بولغىنى ناچارىدۇر، قارىغا بەكرەك مايىل بولغانلىرىنىڭ ھەممىسى ناچارراقتۇر. قارىدىن باشقا رەڭگە مايىل بولغانلىرىنىڭ ھەممىسى ياخشىغا مايىلراقتۇر. ئېقى ياخشىراقتۇر، بولۇپمۇ سانى ئاز، ھەجمى كۆپ، چىقىشى ئاسان، بىئارام قىلىشى ئاز، قىزىتمىسى تۆۋەن، ئۇنىڭ چىقىشى بىلەن قىزىتما يوقىلىدۇ، دەپ قارىلىدىغان، تۇنجى چىقىشى ئۇچىنچى كۈنىدە ۋە ئۇنىڭغا يېقىن كۈندە بولىدىغان بولسا. ئېقىدىن قالسا چوڭ، سانى كۆپ، تۇتىشىپ قالمايدىغان دەرىجىدە بىر - بىرىگە يېقىن بولغانلىرىدۇر. چۈنكى بەزىسى بەزىسىگە تۇتۇشۇپ قالىدىغان، ھەتتا گۆشىنىڭ چوڭ بىر تەرىپىنى قورشايدىغان، تۆت بۇرجەك ياكى يۇمىلاق بولىدىغان چېچەكلەر ناچارىدۇر. شۇنداقلا بىر چېچەكنىڭ ئىچىدە يەنە بىر چېچەك بولىدىغان چوڭ قاتمۇقات چېچەكمۇ ناچارىدۇر.

ئەمما ئاق، كىچىك، قاتتىق، بىرسى - بىرسىگە يېقىن، تەستە چىقىدىغان چېچەك گەرچە دەسلىپىدە يېنىك دەپ خىيال قىلىنسىمۇ، بەزىدە ئۇنىڭ پىششىق قىيىن بولۇش ۋە بۇنىڭدا بىمارنىڭ ئەھۋالى ياماں بولۇش ۋە بىمارنى ھالاكەتكە ئېلىپ بېرىش خەۋپى بولىدۇ، چۈنكى بۇنىڭدىكى سەۋەب ماددىنىڭ قويۇقلۇقىدۇر.

كۆپىنچە ھالاك قىلىدىغان، قورقۇنچلۇق ناچار تۈرىدىن بولغان چېچەكنىڭ ئەھۋالى ئوخشاش بولمايدۇ، يەنى بەزىدە ئېنىق كۆرۈلىدۇ، بەزىدە يوشۇرۇن بولىدۇ، بولۇپمۇ بىنەپشە رەڭ كۆرۈلسە، شۇنداقلا قۇۋۇەت ئاجىزلاشتىن، يەنى ئەزا كۆكىرىش ۋە قارىداشتىن ئايرىلمايدىغان جاھىل چېچەك ھالاك قىلىدۇ. ئەگەر چېچەككە چېچەك ساقايغاندىن كېيىن ئەگىشىپ كېلىدىغان كۆكىرىش ۋە قارىداش قۇۋۇەتنى تۆۋەنلەتمەي، بەلكى بۇ ئىككىسى بىلەن قۇۋۇەت كۈچەيسە ھالاك قىلمايدۇ، لېكىن

ئۇ بەزىدە يارىلارغا ۋە يارىغا ئوخشاش نەرسىلەرگە گىرىپتار قىلىدۇ.

ئالدى بىلەن قىزىتما بولۇپ، ئاندىن چېچەك چىقىش ئالدى بىلەن چېچەك چىقىپ، ئاندىن ئۇنىڭغا قىزىتما قوشۇلۇشتىن ياخشىراقتۇر. چېچەك بولغان بىمارنى تەكشۈرۈپ تۇرۇشتا، زۆرۈر بولغىنى بىمارنىڭ نەپسى ۋە ئۇنىڭ ئەھۋالىدۇر، چۈنكى بۇ ئىككىسى ياخشى بولسا ئەھۋال يېنىك بولىدۇ.

ئەگەر چېچەك ۋە قىزىل چىققان بىمارنىڭ نەپسى ئارقىمۇئارقا بولغانلىقى كۆرۈلسە، قۇۋۇەتنىڭ تۆۋەنلىگەنلىكى ياكى كېرىگەتنىڭ ئىششىغانلىقى مۆلچەرلىنىدۇ. ئەگەر ئۇسسۇزلۇقنىڭ قاتتىق، بىئارامليقنىڭ ئېغىر، بەدەن سىرتىنىڭ سوغۇق ئىكەنلىكى، چېچەك ياكى قىزىلنىڭ كۆكەرگەنلىكى كۆرۈلسە، بىمارنىڭ ھالاك بولىدىغانلىقى ئېنىق بولىدۇ، بۇنى چېچەكنىڭ ئاستا چىقىدىغان تۈرىدىن بولۇشى كۈچلەندۈرۈپ بېرىدۇ.

چېچەك بىلەن ئۆلۈپ كېتىدىغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسى بوغۇلۇپ ياكى بوغما كېسىلى كۆرۈلۈپ ئۆلۈپ كېتىدۇ. بەزىدە قۇۋۇەت تۆۋەنلىگەنلىكتىن ئۈچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش ۋە ئىچ سۈرۈش بىلەن ئۆلۈپ كېتىدۇ. ئەگەر بىنەپشە رەڭ چېچەك ۋە قىزىل ئىچكى ئەزاغا ئۆتسە، بۇنىڭ يېقىندا بىمارنى ھوشسىزلاندۇرىدىغانلىقىنى بىلۈپلىش كېرەك، ئەگەر بىمار تېز قان سىيسە، ئارقىدىن سۈيدۈكى قارا كەلسە، ھالاك بولىدۇ. بولۇپمۇ قۇۋۇەت تۆۋەنلەش ۋە بۇنىڭ بىلەن بىرگە كۆك، قانلىق ۋە گۆش يۇغان سۇدەك ئىچ سۈرۈش بولسا. ھۆمەيقا — چېچەك ۋە قىزىل ئوتتۇرىسىدىكى بىر خىل كېسەللىكتۇر. ئۇ قىزىل ۋە چېچەكتىن بىخەتەرەكتۇر. كۆپىنچە ماددا ئىتتىرىلىش ئۈچۈن ئىككى قېتىم يىغىلغاندا ئادەمگە ئىككى قېتىم چېچەك چىقىدۇ. مۇمى رۇساسى — بۇ پاچاق ۋە پۇتقا قارىغاندا يۇز - كۆكرەك قورساققا كۆپرەك مۇدۇر چىقىدىغان چېچەكتۇر. ئۇ چېچەك ناچاردۇر. بۇ مۇچىلەرگە ئىتتىرىلمەيدىغان قويۇق ماددىغا دالالەت قىلىدۇ.

چېچەك چىقىشنىڭ ئالامەتلىرى

بەزىدە چېچەك چىقىشتىن بۇرۇن بەل ئاغرىش، بۇرۇن قىچىشىش، ئۈيقۇدا چۆچۈش، ئەزالار يىگنە سانجىغاندەك قاتتىق ئاغرىش، ئۇمۇمىي بەدەن ئېغىر بولۇش، يۈز ۋە كۆزى قىزىرىش، كۆزى ياشاڭغىراش، ھارارەت ئۆرلەش، دەم سىقىلىش بىلەن بىرگە كۆپ كېرىلىش، ئەسنەش، ئاۋازى پۈتۈش، تۈكۈرۈكى قويۇقلىشىش، باش ئېغرىلاش، باش ئاغرىش، ئېغىزى قۇرۇش، بىئارامىلىق، گال ۋە كۆكرەك ئاغرىش، ئوڭدا ياتقاندا پۇت تىترەش قاتارلىقلار كۆرۈلىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسى كۆرۈلۈش بىلەن بىرگە قانىنىڭ ئوفۇنەتلىنىشىدىن بولغان قىزىتما كۆرۈلىدۇ.

51 - پەسىل قىزىل توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، قىزىل خۇددى چېچەككە ئوخشاش سەپرادىن بولىدۇ، كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ئىككىسىنى پەرقلەندۈرگىلى بولمايدۇ، پەقەت شۇنىڭدىن پەرقلەندۈرۈلىدۇكى، قىزىل سەپرادىن بولىدۇ ھەم ئۇ ھەجىم جەھەتتە كىچىكرەك، خۇددى تېرىدىن تېگىگە ئۆتەلمەيدىغاندەك بولىدۇ. ئۇنىڭدا تىلغا ئالغۇدەك قېلىنلاش بولمايدۇ، چېچەك چىقىشنىڭ دەسلىپىدە تېرىدىن كۆتۈرۈلۈش ۋە قېلىنلاش بولىدۇ. قىزىل چېچەككە قارىغاندا ئازراق كۆرۈلىدۇ ۋە كۆزگە ئازراق تەسىر قىلىدۇ، ئۇنىڭ چىقىش ئالامەتلىرى چېچەكنىڭ چىقىش ئالامەتلىرىگە يېقىندۇر. لېكىن قىزىلدا ھۆ بولۇش كۆپرەك، بىئارامىلىق، ھارارەت ئۆرلەش كۈچلۈكرەك، بەل ئاغرىقى ئازراق بولىدۇ. چېچەكتە ئاغرىقنىڭ بەل قىسمىغا مايىل بولۇشى بەلگىچە يېتىپ باردىغان تومۇرنى تارتىشتۇرغۇچى قان تولۇش سەۋەبىدىندۇر. چۈنكى چېچەك — بۇزۇق قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن، قىزىل — بۇزۇق، ئاز قانىنىڭ بەك ناچارلىقىدىن پەيدا بولىدۇ. قىزىل كۆپىنچە بىراقلا چىقىدۇ، چېچەك ئاز - ئازدىن چىقىدۇ.

قىزىلىنىڭ يېنىكلىكى چېچەكنىڭ يېنىكلىك ئالامەتلىرىگە ئوخشاشتۇر. تېز چىقىدىغان ۋە تېز پىشىدىغان قىزىل يېنىكتۇر، قاتتىق، كۆك، بىنەپشە رەڭ قىزىل ناچاردۇر. ئاستا پىشىدىغان، ئارقىمۇئارقا ھۇشسىزلانىدۇرىدىغان ۋە بىئارام قىلىدىغان قىزىل ئۆزگىرىدىغان قىزىلدۇر، بىراقلا يوقالغان قىزىل ناچار، ھوشسىزلانىدۇرىدىغان قىزىلدۇر.

داۋالاش

چېچەكتە تېرە تىلىشقا بەرداشلىق بېرەلىسە، شۇنداقلا قىزىل قان تولۇپ قېلىش بىلەن بىرگە بولسا، قان ئېلىشقا ئالدىراپ، قانىنى يېتەرلىك چىقىرىش لازىم. قان ئېلىشنىڭ مۇددىتى تۆتىنچى كۈنىگىچە بولىدۇ، ئەگەر چېچەك ئاشكارا بولسا، قان ئېلىشقا مەشغۇل بولماسلىق لازىم، بىراق بەك تولۇپ قېلىش ۋە ماددا غەلىبە قىلىش بىلىنسە، يېنىكلىگۈدەك مىقداردا قان ئېلىش لازىم.

بۇ كېسەللىكتە ئىشلىتىلىدىغان ئەڭ مۇئاپىق نەرسە قان ئېلىشتۇر، ئەگەر بۇرۇن تومۇرىدىن قان ئېلىنسا، بۇرۇن قاناش مەنپەئەت قىلغانىدەك مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە بەدەننىڭ يۇقىرى تەرىپىنى چېچەكنىڭ زىيىنىدىن ساقلاپ قالىدۇ، قان ئېلىش كىچىك بالىلارغا ئاسانراق بولىدۇ. ئەگەر قان ئېلىش زۆرۈر بولۇپ تولۇق قان ئېلىنمىسا، مۇچىلەرنىڭ بۇزۇلۇش خەۋپى بولىدۇ. شۇنداقلا ھارارەت داۋاملىق بەك تۆۋەنلىتىلگەن كىشىلەردىمۇ مۇچىلەر بۇزۇلۇش خەۋپى بولىدۇ.

چېچەك ۋە قىزىلدا دەسلەپتە مادداىنى قايتۇرۇش بىلەن بىرگە قۇۋۇتەلەش، قەۋزىيەت قىلماسىتىن ھارارەتنى ئۆچۈرۈش ۋە قانىنى قويۇلدۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەرنى غىزا قىلىپ بېرىش لازىم. مەسىلەن: چىلان چۈشكەن غىزا تەمرى ھىندى بىلەن ۋە خورما چېچىكى چۈشكەن غىزا، يېسىمۇق چۈشكەن غىزا، ئىسپىدباج شورپىسى ۋە يېنىك يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەرگە ئوخشاش، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ غىزالارغا تەمرى ھىندى ۋە ئۇنىڭغا ماس كېلىدىغان نەرسىلەرنى قوشۇش لازىم. قاپاق چۈشكەن غىزا ۋە تاۋۇزمۇ بېرىلىدۇ. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە

بىمارنىڭ چوڭ تەرتىپى يۇمشاق بولۇشى لازىم. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان ئەڭ ياخشى نەرسە تەمرى ھىندىدۇر. ئەگەر چوڭ تەرەت تەمرى ھىندى بىلەن كەلمىسە، ئۇنىڭغا ئېھتىيات بىلەن شىرخىست ياكى تەرەنجىبىن ياكى ئەينۇلا چىلانمىسى قوشۇلىدۇ. بەزىدە چېچەكنىڭ ئالامەتلىرىنىڭ دەسلىپىدە كەدەر دەرىخىنىڭ رۇببىسىدىن توققۇز گىرامنى بىر تال قۇرسى كافور بىلەن ئىچكۈزۈش پايدا قىلىدۇ. خورما چېچكى شەربىتى بۇ ۋاقىتتا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر كىسەللىك سوزۇلۇپ ئىككىنچى كۈندىن ئۆتۈپ چېچەك كۆرۈلۈشكە باشلىسا، سوۋۇتۇش ئېشىندىنى ئىچكى ئەزاغا توسۇپ قويۇپ، چوڭ خاتالىققا سەۋەب بولىدۇ. ئېشىندىنى رەئىس ئەزالارغا ۋە چىقىش مۇمكىن بولمايدىغان ئورۇنلارغا ئىتتىرىدۇ ھەم بىئارامليقنى ياكى بەزىدە ھوشسىزلىقنى پەيدا قىلىدۇ. بۇنداق ئەھۋاللاردا ئېشىندىدىن غالىب كېلىدىغان، توسالغۇلارنى ئاچىدىغان نەرسىلەر بىلەن مۇسكۇللارغا يارىمم بېرىش لازىم. مەسىلەن: بەدىيان، كەرەپشە، شېكەر، شۇنداقلا يىلتىز ۋە ئورۇق دورىلارنىڭ ئۇسارىسى ياكى قاينىتىلمىسىغا ئوخشاش. بەزىدە ئازراق زەپەر پۇرىتىلىدۇ، ئەنجۈر سۈيى بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. چۈنكى ئۇ چېچەكنى سرتىغا بەك ئىتتىرىدۇ. بۇ چېچەكنىڭ زىيىنىدىن قۇتۇلۇش سەۋەبلىرىنىڭ بىرىدۇر.

بۇ ۋاقىتتا بەك مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، يۇيۇلغان لوكتىن 15 گىرام، ئاقلانغان يېسىمۇقتىن 21 گىرام، كەتىرادىن توققۇز گىرام ئېلىپ، 170 گىرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. چېچەكنىڭ چىقىشىغا يارىمم بەرگۈچى نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، سېرىق ئەنجۈردىن 21 گىرام، ئاقلانغان يېسىمۇق، لوكنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، كەتىرا، بەدىياننىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، 510 گىرام سۇدا ئۈچتىن بىرىگە يېقىن قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ، ھارارەتنى يۈرەك ئەتراپىدىن ئىتتىرىدۇ ۋە خەفەقانىنى توسىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بىمارغا ياغنى قەتئىي يېقىنلاشتۇرماسلىق لازىم.

بىمارنى يۆگەش ۋە سوغۇق ھاۋادىن يىراق قىلىش، بولۇپمۇ قىشتا، تەرلەتمەكچى بولغان كىشىگە قوللانغان تەدبىرلەرنى ئىشلىتىش لازىم. چۈنكى،

سوغۇق تەر تۆشۈكچىلىرىنى توسۇپ، ماددىلارنى ئارقىغا قايتۇرىدۇ. مۇز بىلەن سوۋۇتۇلغان سۇنى كۆپ ئىچىش ۋە قېلىن نەرسىگە يۆگىلىش بۇ كېسەللىككە ئىنتايىن ناچاردۇر. بەزىدە قان ئېلىش چىقىۋاتقان چېچەكنى قايتۇرۇۋەتكەنلىكتىن ناچار بولىدۇ. شۇڭا، ئىككىنچى، ئۈچىنچى كۈنىدىن كېيىن قان ئېلىشتىن ساقلىنىش لازىم. ئەگەر يۆگەشتىن ۋە ئىسسىتىشتىن ھوشسىزلىنىش يۈز بەرسە، سۈمۈرۈلىدىغان ھاۋانى سوۋۇتۇش، سەندەل ۋە كافۇرنىڭ پۇرىقى بىلەن يارىدىم تەلەپ قىلىش لازىم. ئەگەر قېلىن يېپىنغانلىقتىن سوغۇق ھاۋالانمۇرۇش ئۈچۈن بەدەننى ئازراق ئېچىش زۆرۈر بولسا ئېچىلىدۇ. شۇنداق ئىسسىتىش بىلەن ياكى سوۋۇتۇشنى تەرك ئېتىش ۋە چېچەكنىڭ چىقىشىنى تېزلىتىش بىلەن يارىدىم بېرىلىپ، ئۇنىڭ بىلەن يېنىكلىك بولماي، بەلكى ھارارەت ئۆرلىسە، تىل قارىغا مايىل بولسا ئىسسىتىشتىن يىراق بولۇش لازىم.

چېچەك ۋە قىزىل بىمارلىرىنىڭ قورسىقىغا زىمات قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم. چۈنكى، بۇنىڭدا ئىككى خەتەر بار. بىرى، دەرھال دەم سقىلىدۇ، يەنە بىرى، ناچار ئىچ سۈرۈش ۋە قان سىيىش يۈز بېرىدۇ. ئاخىرىدا تەبىئەتنى مۇھاپىزەت قىلىش ۋە يېسىمۇقنى بىرنەچچە قېتىم سۈيىنى يېڭىلاپ قاينىتىلغان ھالەتتە تەمرى ھىندى بىلەن چۈچۈمەل قىلىپ بېرىلىدىغان يېسىمۇقنىڭ ئورنىغا ئانار سۈيى، سۇماق سۈيى ياكى غوراپ ياكى شۇنىڭ ئوخشاشلىرىنىڭ سۈيى بىلەن چۈچۈمەل قىلىنغان يېسىمۇقنى تاماق قىلىپ بېرىش لازىم. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئىشلىتىشكە بۇيرۇلغان، قانىنى قويۇلدۇرىدىغان ۋە سوۋۇتىدىغان، قاننىڭ قاينىشىنى چەكلەيدىغان دورىلار رەۋەن رۇببىسى، غوراپ، سوغۇق تەبىئەتلىك مېۋىلەرنىڭ سۈلىرى، بولۇپمۇ كەدەر دەرىخىنىڭ شەربىتى، خورما چېچىكى شەربىتى، خورما چېچىكى، ئالىي خورما ئۈرۈقى قاتارلىقلاردۇر. كەدەر شەربىتىنىڭ نۇرغۇنلىغان نۇسخىلىرى بولۇپ، بىز ئۇنى مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلىدۇق. بۇ يەردە بەك مەنپەئەت قىلىدىغان كۈچلۈك بىر نۇسخىنى سۆزلەيمىز. ئۇ قايمىقى ئېلىنغان خالىس سۈزمىنىڭ سۈيى بىلەن تەييارلىنىدىغان نۇسخىدۇر، كەدەر شەربىتىنىڭ قۇۋۇتى بەك كۈچلۈكتۇر.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: كەدەر دەرىخىنىڭ رۇببىسىدىن ئىككى ھەسسە، ئەگەر ئۇ

تېپىلمىسا، كەدەر دەرىخىنى ئېلىپ ھەرىدەپ، كېپىكى ئېلىنىدۇ ياكى كەدەر دەرىخىنى يۇمشاق سوقۇپ، تالقىنىنى ئېلىپ، يېرىم ھەسسە سەندەل بىلەن تازىلانغان سىركىگە ياكى خاس غوراپ سۈيىگە بىرنەچچە كۈن چىلاپ، ئاندىن سۈس ئوتتا ئۇزاق قاينىتىپ سقىلمىسى ئېلىنىدۇ. ھەرقاچان سىركە ياكى غوراپ سۈيى قانچە كۆپ بولسا شۇنچە ياخشى بولىدۇ. ئاندىن قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن قېتىقىنىڭ سۈيى يېتەرلىك تىندۇرۇپ ئېلىنىدۇ ياكى قېتىق سۇ تەركىبى ئايرىلغۇچە مائۇلجەبىن قاينىتىلغاندەك قاينىتىلىدۇ، ئاندىن ئارپا ئۇنىنى ئېلىپ، ئۇنىڭدىن ۋە قېتىق سۈيىدىن شەربەت تەييارلاپ ۋە بۇ شەربەتنى ئېچىتىپ ئاندىن تىندۇرۇپ، قېتىق سۈيى ۋە ئارپا ئۇنىدىن يېڭىدىن شەربەت تەييارلاپ چۈچۈمەل قىلىنىدۇ. بۇ قانچە تەكرارلانسا شۇنچە ياخشى بولىدۇ. مۇشۇ شەربەتتىن بەش ھەسسە، ئامۇت سۈيى، سۈيى كۆپ چۈچۈمەل بېھى سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى، سۈيى كۆپ چۈچۈمەل ئالما سۈيى، ياۋا ئالما سۈيى، لىمون سۈيى، ئاچچىق ئەينۇلا سۈيى، سقىپ ئېلىنغان خورما چېچكى سۈيى، يېڭى كۈندۈش سۈيى، تولۇق پىشمىغان شاتۇت سۈيى، پىشمىغان ئاچچىق ئۆرۈك سۈيى، غوراپ ئۇسارىسى، رەۋەن ئۇسارىسى، تال يۇمران شاخلىرىنىڭ ئۇسارىسى، قىزىلگۈل ئۇسارىسى، نېلۇپەر ئۇسارىسى، بىنەپشە ئۇسارىسى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىنىڭ ئۈچتىن بىرى، ئاپېلسىن ئۇسارىسىدىن بىر ھەسسىنىڭ ئۈچتىن ئىككى ھەسسىسى، يۇمغاقسۈت ئۇسارىسى، كاھۇ ئۇسارىسى، ھۆل خەشخاش يوپۇرمىقى ئۇسارىسى، كاسنە ئۇسارىسى، سېمىزئوت ئۇسارىسى، سۆگەت يوپۇرمىقى ئۇسارىسى، ئالما يوپۇرمىقى ئۇسارىسى، ئامۇت يوپۇرمىقى ئۇسارىسى، ياۋا ئالما يوپۇرمىقى ئۇسارىسى، قىزىلگۈل يوپۇرمىقى ئۇسارىسى، قىزىل چۇغلۇق يوپۇرمىقى ئۇسارىسى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىنىڭ تۆتتىن بىرى، لىھيەتۇتتىس ئۆسۈملۈك ئۇسارىسى، قىزىلگۈل، قۇرۇق نېلۇپەر، قۇرۇق زىرىق ئۇسارىسى، كاسنە ئۇرۇقى، كاھۇ ئۇرۇقى، ئانارگۈلى، نېلۇپەر، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىنىڭ يېگىرمىدىن بىرى، ھۆل پىننە ئۇسارىسىدىن بىر ھەسسىنىڭ ئالتىدىن بىرى، ھۆل زىرىق ئۇسارىسىدىن بىر ھەسسىنىڭ يېرىمچىلىك ئېلىپ، دورىلار ۋە ئۇسارىلەرنى بىرلەشتۈرۈپ ئوتقا

قويۇپ، ئۇنىڭغا يېسسىمۇقتىن تۆت ھەسسە، پوستى ئاقلانغان ئارپىدىن ئىككى ھەسسە، سۇماق، ئانار ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن ئۈچ ھەسسىدىن سېلىپ، ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، ئاندىن سوۋۇغىچە قويۇلىدۇ ۋە كۈچلۈك ئارىلاشتۇرۇپ سۈزۈلدۈرۈلىدۇ، بۇنىڭدىن ھەر تۇققۇز گىرامغا تۆت گىرام كافۇرنى يۇمشاق سوقۇپ سېپىلىدۇ ۋە ئۈستىگە دورا ئاستا قۇيۇلىدۇ، ئاندىن ئېغىزى كۈچلۈك نەرسە بىلەن ئېتىلىدۇ، ئاندىن چوغ ئۈستىگە قايناشقا يېقىنلاشقانلىقى بىلىنگەنگە قەدەر قويۇلىدۇ، ئاندىن ئوتتىن ئېلىپ چايقىلىدۇ ۋە كافۇر زايا بولۇپ، پۇرىقى يوقاپ كەتمەسلىك ئۈچۈن ساپال قاچىغا ئېلىپ، ئېغىزىنى مەھكەم ئېتىپ، بىر قېتىمدا 30 گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزى تېۋىپلار بۇ شەربەتكە سۇمبۇل، زەنجۈبىل، بەدىيان، رۇمبەدىيان، قارىمۇچ، سەئىدى كۇفى قاتارلىقلارنى خالىغان مىقداردا قوشىدۇ. ئەگەر چېچەك تولۇق چىقسا ۋە يەتتە كۈندىن ئۆتۈپ پىشقانلىقى كۆرۈنسە، ئالتۇن يىڭنە بىلەن ئاستا ـ ئاستا تېشىپ، پاختا بىلەن ھۆللۈكلەرنى سۈمۈرتۈش ياخشىدۇر. ئەمما تۇز سۈيى قۇيغاندا، تۇزنى تېشىلگەن ئورۇنغا يېقىنلاشتۇرماي قۇيۇش لازىم. چۈنكى تۇز ئاغرىتىدۇ. تەشكەن تۆشۈكنىڭ ئېتىلىشى ئۈچۈن ئەتراپىنى تۇزلاپ تەشكەن ئورۇننى قويۇپ قويۇش لازىم. تەشكەن ئورۇن چېچەك تولۇق پىشقاندىن كېيىن تۈزلىنىدۇ. چۈنكى، تولۇق پىشىشتىن بۇرۇن تۇزلاش بەزىدە ئىششىقنى ۋە قاتتىق ئاغرىقنى پەيدا قىلىدۇ. تۇزلاش پىشقاندىن كېيىن قوللىنىلىدىغان زۆرۈر بىر ئىشتۇر. بۇ تۇزلاش زەپەرنىڭ قۇۋۋىتى بار تۇز سۈيى بىلەن بولىدۇ. ئەگەر بۇ سۇ قىزىلگۈل سۈيى بولسا ياخشىراقتۇر. ئەگەر قىزىلگۈل، يۇلغۇن، يېسسىمۇق قاينىتىلغان تۇز سېلىنغان سۇ بولسا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ سۇغا كافۇر، سەندەل سېلىنسا. چۈنكى تۇزلاش چېچەكنى پىشۇرىدۇ، قۇرۇتىدۇ ۋە تېز چۈشۈرىدۇ. يۇلغۇن بىلەن ئىسرىقلاشمۇ بەك مەنپەئەت قىلىدىغانلىقتىن قىشتا يۇلغۇن ئوتۇنىنى داۋاملىق قالاش لازىم. ئەگەر چېچەك بەك ھۆل بولسا، ئاس ۋە ئۇنىڭ يوپۇرمىقىنىڭ تۈتۈنى بىلەن ئىسلاش لازىم. چېچەك پىشقاندا ۋە ئۇنى قۇرۇتۇشقا كىرىشكەن چاغدا بىمارنى گۈرۈچ، قوناق، ئارپا، باقلا

ئۇنلىرىنىڭ ئۈستىگە ياتقۇزۇش ياخشى تەدبىرلەردىندۇر. ئۇنلارنىڭ ئۈستىدە ياتقۇزۇشنىڭ مۇڭاپىقراقى ئۇننى قۇۋۇتتى ئۆتىدىغان نېپىز رەختنىڭ ئىچىگە ئېلىپ ياتقۇزۇشتۇر.

ئاس يوپۇرمىقى بۇ ھەقتە ياخشىدۇر، ياغ چېچەكنىڭ قۇرۇشىغا تۇسقۇنلۇق قىلغاچقا، بۇنداق چاغدا ياغلار بەك زىيانلىقتۇر. چېچەك قۇرۇشقا باشلىغاندا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئۇنلارغا ئوخشاش چېچەكنىڭ قۇرۇشىغا ياردەم بەرگۈچى نەرسىلەرنى زەپەرنىڭ قۇۋۇتتى بىلەن تىلا قىلىش لازىم. ئەگەر چېچەكتىن يارىلار پەيدا بولسا، ئۇنىڭغا مەلھەمى ئەبەيز مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ ئازراق كافۇر قۇشۇلغان مەلھەمى ئەبەيز مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭدەك قومۇش يىلتىزىنىڭ قىزىلگۈل سۈيى بىلەن ياكى سۆگەت يىلتىزىنىڭ ئېزىلگىنى ياكى ياۋا ئالما يىلتىزىنىڭ ئېزىلگىنى مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە ئۇپا ۋە مەدەستانىنى سېپىش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر بۇرۇندا قاقاچ بولسا، ئۇپا ۋە ئىقلىمىيانىڭ قۇۋۇتى قوشۇلغان خالىس قىزىلگۈل يېغى بىلەن تەييارلانغان قىرۇتى مەنپەئەت قىلىدۇ. ياغنى چېچەك قۇرۇغاندىن كېيىن ۋە يارا بولغاندا ئىشلىتىش ياخشىدۇر، چېچەك قۇرۇۋاتقاندا چېچەكنى تېز چۇشۇرىدىغان نەرسىلەر بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. ئەمما يارا بولغاندا ياغ مەلھەملەر ماددىسى بولغانلىقتىن ئىشلىتىلىدۇ، مەلھەمى ئەھمەر چېچەك يارىسىغا ياخشىدۇر.

52 ـ پەسىل ئەزالارغا ئەھمىيەت بېرىش ۋە ئۇنى چېچەك ھەم قىزىلنىڭ ئاپىتىدىن ساقلاش توغرىسىدا

چېچەك ئاپىتىدىن ساقلاش زۆرۈر بولغان ئەزالار گال، كۆز، بۇرۇن تۆشۈكى، ئۆپكە، ئۇچەيلەردۇر. چۈنكى چېچەكتە شۇ ئەزالار يارىلىنىدۇ. بەزىدە كۆز كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ، بەزىدە كۆزگە ئاق چۈشىدۇ. گالدا بەزىدە بوغما پەيدا بولىدۇ، بەزىدە قىزىلئۆڭگەچتە يۇتۇشنى چەكلەيدىغان يارا پەيدا بولىدۇ. بەزىدە چېچەك گالدا

ئۆلتۈرگۈچى گۆشخور يارىغا ئېلىپ بارىدۇ. بۇرۇن تۆشۈكىدە بەزىدە ھاۋا سۈمۈرۈش يولىنى توسىدىغان يارىلار پەيدا بولىدۇ. ئۆپكىدە بەزىدە قىزىل ۋە چېچەكنىڭ مۇدۇرلىرى پەيدا بولسا، قاتتىق دەم سقىلىش يۈز بېرىدۇ. بەزىدە مۇدۇرلار يارا بولغاندا سلغا گىرىپتار قىلىدۇ. ئۇچەيلەردە بەزىدە يوقىلىشى قىيىن بولغان ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش يۈز بېرىدۇ. كۆزنى مۇھاپىزەت قىلىشنىڭ ئەڭ ياخشىسى شۇكى، كۆزگە سۇماق، كافۇر سېلىنغان ئاچچىقسۇ ۋە يۇمغاقسۇت سۈيى سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ، بولۇپمۇ چېچەك چىقىپ تۇنجى كۈنى ئاچچىقسۇ يالغۇز ھالەتتە سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ. شۇنداقلا كافۇر سېلىنغان يۇمغاقسۇت ۋە سۇماق سۈيىگە چىلانغان سۈرمىلەر تارتىلىدۇ. ئانار ئېتىنىڭ ئۇسارىسىنى سۈرمە قىلىپ تارتىشمۇ چېچەكنىڭ دەسلىپىدە ياخشىدۇر. ئەمما چېچەك ئوچۇق كۆرۈلگەندە سۈرمىنى قىزىلگۈل سۈيى ۋە كافۇر بىلەن تارتىش مۇۋاپىقراقتۇر. ئېيتىلىشچە، ئاق نېفتنى سۈرمە قىلىپ تارتىش بەك ياخشى ئىكەن. پىستە يېغى بەزى يۇرتلاردا چېچەكتىن كېيىن ۋە كۆزدە ئاپەت پەيدا بولغاندىن كېيىن ئايالار ئىشلىتىلىدىغان نەرسىلەردىن بولۇپ، كۆزدە پەردە بولسا يوقىتىدۇ ۋە كۆزنى ياخشىلايدۇ. شىيافى ئەبىەز مۇدۇر ئاشكارا بولغاندا ياخشىدۇر. ئېغىز ۋە گالنى مۇھاپىزەت قىلىشتا، چېچەك ئاپىتىدىن ساقلىنىشتا ئانارنى شوراش ۋە دەسلىپىدە ئۇنىڭ ئۇرۇقنى چاياش، شاتۇتنى چاياش ۋە ئۇنىڭ رۇببىسى بىلەن غار - غار قىلىش ياخشىدۇر. بولۇپمۇ ئېغىز ۋە گالدا ئاغرىش باشلانغاندا شاتۇت رۇببىسنى ئاز - ئازدىن يالىتىپ تۇرۇش كېرەك. بۇرۇن تۆشۈكىنى مۇھاپىزەت قىلىشتا مامىيسا، سەندەل، غوراپ رۇببىسى ۋە سىركە قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان تىلالار ئىشلىتىلىدۇ. يالغۇز سىركىنى بۇرۇنغا تېمىتىش ئىنتايىن پايدىلىقتۇر. ئۆپكىنى مۇھاپىزەت قىلىشتا، خەشخاش ئۇرۇقى بىلەن سوقۇلغان يېسسمۇقتىن تەييارلانغان لوئوقا ئوخشاش ياخشى دورا يوقتۇر. ئەمما ئۇچەيلەرنى كۆپىنچە دەسلەپكى مەزگىلدىن كېيىن مۇھاپىزەت قىلىش لازىم. ئەگەر كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا ئېچ سۈرۈشكە باشلىسا، رەۋەن رۇببىسى قۇرسى تاباشىر بىلەن ۋە قۇرسى بۇزۇرۇل ھۇممانز بىلەن داۋالىنىدۇ.

53 ـ پەسىل چېچەك ئىزلىرىنى يوقىتىش توغرىسىدا

بۇ ھەقتە زىننەت توغرىسىدىكى سۆزىمىزدە يەنە بىر قېتىم سۆزلىسەكمۇ، ئەمما ھازىر ئەڭ مۇۋاپىق بولغانلىرىنى سۆزلەيمىز. چېچەك ئىزلىرىنى يوقىتىدىغان نەرسىلەردىن بىرى قۇرۇتۇلغان قومۇش يىلتىزى، باقلە ئۇنى، سۆگەت ياغىچىنىڭ ئېزىلگىنى، قومۇش يىلتىزىنىڭ ئېزىلگىنى، ئەنزىروت، قوغۇن ئۇرۇقى ۋە ئۇنىڭ قۇرۇتۇلغان پوستى، يۇيۇلغان گۈرۈچ، ئارپا سۇيى، تۇخۇم ئېقى، بوش لاي، مەدەستان، ئاق شېكەر، نىشاستە، تاتلىق بادام، ئاچچىق بادام قاتارلىقلاردۇر. ياغلاردىن گۈلسەۋسەن يېغى، پىستە يېغى، قىزىلگۈل يېغىغا قوشۇلغان ئېشەكنىڭ چاۋا يېغى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ياغلاردۇر. كۆچلۈكەرەك نەرسىلەردىن كۆپۈكى دەريا، پىلپىل خالتىسىدىن چىقىدىغان تاش، قۇستە، ئوشەق، كۇندۇر، تەنكار، كۆيدۈرۈلگەن سۆڭەك، چىرىگەن سۆڭەك، تۇرۇپ ئۇرۇقى، قۇرۇتۇلغان تۇرۇپ ئۇنى، زىراۋەندە، ماش قاتارلىقلاردۇر.

چېچەكنىڭ رەڭگىنى ياخشىلايدىغان، ياخشى يېيىلىدىغان نەرسىلەردىن تاتلىق ئانار، نوقۇت، خۇش پۇراق شاراب، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، توخۇ، كەكلىك، زەرارە، سېمىز تورۇلغا شورپىسى قاتارلىقلاردۇر. چېچەك ئىزى قالغان بىمارنى داۋاملىق مۇنچىغا چۈشۈرۈش لازىم. چېچەك ئىزىنى يوقىتىدىغان مۇرەككەپ دورىلاردىن كۆيدۈرۈلگەن سۆڭەك، قوينىڭ كونا مايىقى، يېڭى ساپال، نىشاستە، قوغۇن ئۇرۇقى، يۇيۇلغان گۈرۈچ ۋە نوقۇتلارنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ھەبۇلبان، ماش، قۇستە، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، قومۇشنىڭ قۇرۇق يىلتىزىدىن 60 گىرام ئېلىپ، بۇلاردىن قوغۇن سۇيى ياكى ياۋا توخۇ شورپىسى ياكى ئارپا سۇيى ياكى باقلە سۇيى بىلەن تىلا تەييارلاپ ئەزاغا تىلا قىلىپ، ئەتىسى ئەتىگەندە بىنەپشە قاينىتىلمىسى بىلەن يۇيۇۋېتىلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: يېڭى ساپال، چىرىگەن سۆڭەك، قومۇش يىلتىزى، نىشاستە،

ماش، قوغۇن ئۇرۇقى، يۇيۇلغان گۈرۈچ، ھەببۇلبان، قۇسته قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۇلاردىن تىلا تەييارلىنىدۇ. يەنە ماش ۋە قارا نوقۇتتىن تىلا تەييارلىنىدۇ.

54 ـ پەسىل ئىششىق قىزىتمىلىرى توغرىسىدا

سىرتقى ئىششىقلارغا ئەگىشىپ كېلىدىغان قىزىتمىلارنىڭ ئەھۋالى يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى. ئۇ قىزىتمىلار كۆپىنچە بىر كۈنلۈك قىزىتما تۈرىدىن بولىدۇ. چۈنكى، بۇنىڭدا كۆپىنچە يۇرەككە ئىششىقلاردىكى ئوفۇنەت يەتمەستىن، ئىششىقلارنىڭ ئىسسىقلىقى يېتىدۇ، بۇ ئىششىقنىڭ كۆپىنچىسى سىرتقى سەۋەبلەردىن بولىدۇ. ئەمما ئىششىق چوڭ ياكى يۇرەككە يېقىن بولغانلىقتىن ئىششىقنىڭ ئوفۇنتى يۇرەككە يەتسە، قىزىتما بىر كۈنلۈك قىزىتما تۈرىدىن بولمىغان قىزىتمىغا ئۆزگىرىدۇ. بۇنداق قىزىتمىلارنىڭ كۆپىنچىسى ئىلگىرىكى بەدىنى سەۋەبلەردىن ۋە ماددا تولۇشلاردىن، بەزىدە ناچار ماددىلار يۇزلىنىپ، بوش گۆشلەردە توختاپ قالىدىغان يارىلادىن بولىدۇ. ئەمما ئىچكى ئەزالاردىكى ئىششىقلارغا ئەگىشىپ كېلىدىغان قىزىتمىلار يۇرەككە ئوفۇنەتسىز قىزىتمىنىڭ يېتىشىدىن بولمايدۇ.

ئىششىق ئىچكى ئەزالارنىڭ بەزىسىدىكى سەپرادىن بولغان ئىششىق تۈرىدىن بولغاندا ئىچكى ئەزا ئىششىقلىرىدىن بولغان ئىششىقلارنىڭ يامانراقى ئاغرىق، ئۇسسۇزلۇق، ھارارەت كۆچىيىدىغىنىدۇر. بۇنىڭغا كۆپ سەپرانىڭ قانغا ئارىلاشقانلىق ئالامەتلىرى دالالەت قىلىدۇ. بۇ ئىچكى ئەزادىكى ئىششىقلار مېڭە ئىششىقى، مېڭە پەردە ئىششىقى، قۇلاق ئىچكى پەردە ئىششىقى، بەزىدە گال ئىششىقى ۋە كۆكرەك، جىگەر، بۆرەك، دوۋساق، بالىياتقۇ، ئۇچەي ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئەزالارغا يانداشىپ تۇرىدىغان كېرىگەت ئىششىقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بەزىدە ئىششىقنىڭ يۇرەككە يېقىن ۋە يىراقلىق ئېتىبارى بىلەن قىزىتمىنىڭ كۈچلۈك ـ ئاجىزلىقى ئوخشاش

بولمايدۇ. گۆشلۈك ئەزالاردىكى ئىششقتىن بولغان قىزىتما كۈچلۈكرەك بولىدۇ. پەردىلىك ئەزالار ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئەزالاردىكى ئىششقتا قىزىتما تۆۋەنرەك بولىدۇ. قىزىل قان تومۇرلارنىڭ يېنىدا بولىدىغان ئىششقتىن بولغان قىزىتما كۈچلۈكرەك بولىدۇ. يالغۇز كۆك قان تومۇرلار يېنىدا بولىدىغان ئىششقلاردىن بولغان قىزىتما تۆۋەنرەك بولىدۇ. بۇ قىزىتما پەيدا بولۇش، ھەركەت قىلىش، ھارارەت ۋە ئاغرىقنىڭ ئىششقتا تارتىلىش ئېتىبارىدىن ئىششقلارغا دەۋرىيلىك قۇيۇلىدىغان ماددىلار ئېتىبارى بىلەن دەۋرىيلىنىپ، ھەر خىلىتنىڭ ئۆزىگە لايىق دەۋرى بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، كۆپىنچە زاتىلجەنبە ۋە ئۇنىڭ باشقىسىدا ئىششق ساقىيىپ قىزىتما قېپقىلىپ، ماددىنىڭ تازىلانمىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بۇ قىزىتما سوزۇلما بولسا جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئېلىپ بارىدۇ، بولۇپمۇ ئىششىق جىگەردە بولسا. ئەمما كېرىگەتتىكى ئىششقلار ئورۇنلىشىۋالسا، مۆھلەت بەرمەي جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ئېلىپ بارىدۇ.

55 ـ پەسىل ئىششقتىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى ۋە ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

ئىچكى ئەزا ئىششقىدىن بولغان قىزىتمىلاردا ئۈچ تۈرلۈك ئالامەت ۋە ئەگەشمە كېسەللىك تېپىلىدۇ. ئۇ بولسىمۇ كېسەللەنگەن ئەزاغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەت ۋە ئەگەشمە كېسەللىكلەر، ماددىغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەت ۋە ئەگەشمە كېسەللىكلەر، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەت ۋە ئەگەشمە كېسەللىكلەردىن ئىبارەت. بىرىنچى خىل ئالامەتلەر شۇكى، تومۇر ھەرە چىشسىمان سوقۇش، كۆكرەك ئەتراپىدىكى ئىششقتا يىگىنە سانجىغاندەك ئاغرىق پەيدا بولۇش، شۇنداقلا دەسلەپتە يۆتەل، كېيىن ھۆل يۆتەل ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش كۆكرەك ئەتراپىدىكى ئىششقتا دالالەت قىلىدىغان زاتىلجەنبىنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرى

بولىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئېغىرلىق ياكى ئاغرىق ئىششىغان ئەزادا بولىدۇ ۋە ئۇ ئەزا باشقا ئەزالارغا قارىغاندا ئادەتتىن تاشقىرى زىيادە ئىسسىق بولىدۇ. بىرىنچى خىل ئالامەتنىڭ بىرى تەشەننۇجدۇر. چۈنكى تەشەننۇج كۆپىنچە نېرۋىلىق ئەزالاردىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىققا قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

ئىككىنچى خىل ئالامەت شۇكى، قىزىتمىنىڭ ئارىلاپ كۈچىيىپ قېلىشى كېسەللىكنىڭ سەپرادىن بولغان كېسەللىك ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەمما بىمارنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرى بىمارنىڭ ساغلام ئىكەنلىكىدىن بېشارەت بېرىدىغان ياكى بىمارنىڭ ھالاك بولىدىغانلىقىدىن ئاگاھلاندۇرىدىغان ئەگەشمە كېسەللىكتۇر. بەزىدە ئىچكى ئەزا ئىششىقلىرى ئىششىقنىڭ ئۆزىنىڭ چوڭلۇقى ۋە تومۇرلارنىڭ چوڭلۇقى، ئىششىق يۈز بەرگەن ئەزا ئېتىبارى بىلەن قىزىتمىغا سەۋەب بولۇشى، ئېغىر - يېنىكلىكى ۋە داۋام بولۇشى قاتارلىقلاردا ئوخشاش بولمايدۇ. چۈنكى، ئىچكى ئەزالارنىڭ بەزىسى يۈرەككە يېقىندۇر ياكى يۈرەككە شېرىكچىلىكى بەك كۆچلۈكتۇر. بەزىسى بۆرەككە ئوخشاش يۈرەكتىن يىراق ۋە يۈرەككە شېرىكچىلىكى ئازدۇر. چۈنكى بۆرەك ئۆزىدىكى ئىششىق سەۋەبىدىن كۆچلۈك ۋە داۋاملىشچان قىزىتمىغا سەۋەب بولماي، بەلكى كۆپىنچە ئارىلاشما قىزىتما تۇرىدىن ۋە ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتما، تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما، بەش كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما، ئالتە كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما تۇرىدىن بولىدۇ ۋە بۇ قىزىتمىدا تىترەش، جۇغ - جۇغ بولىدۇ ۋە قىزىتمىنىڭ ئەھۋالى ئېغىر بولىدۇ. بۇ قىزىتمىغا بۆرەك ئورنى ۋە توققۇزكۆز ئەتراپىدىكى ئېغىرلىق، ئاغرىق ۋە شۇ ئەزا ئادەتتىكىدىن ئىسسىق بولۇش قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ئەزا رەئىس ئەزاغا يېقىن بولسا ياكى كۈچلۈك شېرىك بولسا ياكى ئەزانىڭ سېزىمى كۈچلۈك بولسا ۋە نېرۋىلىق ئەزا بولسا، ئۇ ئەزادىكى ئىششىقلارغا ئەگىشىپ كەلگەن قىزىتمىلار كۈچلۈك بولۇش بىلەن بىرگە ئەزادا كۈچلۈك تىترەش ۋە تەشەننۇج يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ئۇ ئىششىققا بالىياتقۇ ئىششىقىغا ئوخشاش يات ئەگەشمە كېسەللىكلەر ئەگىشىپ كېلىدۇ. چۈنكى ئۇ ئىششىققا قىزىتما بىلەن بىرگە باش ئاغرىقى ۋە بويۇن ئاغرىقى قوشۇلۇپ

كېلىدۇ. بۇنىڭدا گەرچە ھارارەت ئۆرلىسىمۇ، كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىلاردىكىدەك بەك ئۆتكۈر بولمايدۇ. بىراق ئەھۋال ئېغىر بولسا، ئۆتكۈر بولىدۇ. ھارارەت بەك ئۆتكۈر بولماسلىقىنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئوفۇنەت تاراپ كەتمىگەن ۋە سىرتىغا ھەرىكەتلەنمىگەن بولىدۇ. ئىچكى ئەزا ئىششىقىدىن بولغان قىزىتمىلاردا تومۇر ھەرىكىتى ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىنىڭ تومۇرىدەك دەسلەپكى مەزگىلدە كىچىك، ئاخىرقى مەزگىلدە يىغلىشى تېز بولىدۇ. ئاندىن تومۇر ئىششىق ئەزادىكى ماددا ئېتىبارى بىلەن ھەممىگە مەلۇم بويىچە چوڭ، تېز، ئارقىمۇئارقا سوقىدۇ. ئاندىن ئىششىغان ئەزانىڭ نېرۋىلىق ۋە گۆشلۈك بولۇش ئېتىبارى بىلەن ھەرە چىشسىمان ۋە دولقۇنسىمان سوقىدۇ. بۇ قىزىتمىلارنىڭ كۆپىنچىسىدە ھەممىگە مەلۇم بولغاندەك ماددا ئىششىققا مايىل بولغانلىق سەۋەبتىن سۈيدۈك ئاققا مايىل، رەڭگى سۇس بولىدۇ.

داۋالاش

بۇ قىزىتمىلارنى داۋالاش ئىششىقلارنى داۋالىغاندىن كېيىنكى ئۆتكۈر قىزىتمىلارنى داۋالاشقا ئوخشاشتۇر. چۈنكى، داۋالاشتىكى ئاساس سوۋۇتۇش ۋە ھۆللەشتىن ئىبارەت قىزىتمىنى داۋالاشقا رىئايە قىلىش بىلەن بىرگە ئىششىقنى داۋالاشتۇر. بۇ قىزىتمىلارنى داۋالاش ئىسسىقلىقتىن بولغان يەككە قىزىتمىلارنى داۋالاشقا ئوخشىمايدۇ. بۇ قىزىتمىلاردا سوغۇق سۇ ئىچىش ۋە مۇنچىغا كىرىشكە رۇخسەت قىلىنىدۇ. ئەگەر ئىششىق سەپرادىن بولغان ئىششىق بولسا، سوغۇق ئەمەلىيەتتە سوۋۇتقۇچى نەرسىلەرنى سىرتىدىن قويۇش جايىز بولىدۇ. مەسىلەن: كافۇر ئۇسارىسى، ھەمشىباھار ئۇسارىسى، سېمىزئوت ئۇسارىسى قاتارلىقلارنى ئازراق ئاق ئارپا تالقىنى بىلەن داۋاملىق مۇزدا سوۋۇتۇپ ئالماشتۇرۇپ قويۇلىدۇ. بەزىدە ئۇ دورىلارغا خام زەيتۇن يېغى ياكى قىزىلگۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر يۇيۇلغان، سوۋۇتۇلغان كاھۇنى يېسە، جايىز بولىدۇ ۋە مەنپەئەت قىلىدۇ.

56 ـ پەسىل مۇرەككەپ قىزىتمىلارنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بەزىدە قىزىتمىلار ئۆزئارا بىرىكىپ مۇرەككەپلەشسە، بەزىدە ئۇ قىزىتمىلاردىن يىراق بولغان تۈردىكىلىرى مۇرەككەپلىشىدۇ. مەسىلەن: جۈدەتكۈچى قىزىتما ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتما بىلەن مۇرەككەپ بولغانغا ئوخشاش. بەزىدە قىزىتمىلاردىن يېقىن تۈردە بىرلىشەلەيدىغان بىرنەچچە خىلى مۇرەككەپلىشىدۇ. مەسىلەن: ئوفۇنەتتىن بولغان قىزىتمىلارنىڭ بىرنەچچە خىلى مۇرەككەپ بولغانغا ئوخشاش. شۇنداقلا شەتروُل غەپ دەپ تونۇشلۇق بولغان قىزىتمەدەك سەپرادىن بولغان قىزىتما، بەلغەمدىن بولغان قىزىتما مۇرەككەپ بولغانغا ۋە ئىششقتىن بولغان قىزىتمىلار مۇرەككەپ بولغانغا ئوخشاش. بەزىدە قىزىتمىلاردىن ئوخشاش تۈردىكىلىرى قىزىتمىلاردىن بىرنەچچە خىلى مۇرەككەپلىشىدۇ، مەسىلەن: ئىككى ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتما ۋە ئىككى تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ۋە تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىنىڭ ئۈچى مۇرەككەپلىشىپ، ئىككى ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتما سىرتقى ئەھۋالدا بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئورنىدا، ئۈچى تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما بولۇپ، بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئورنىدا تۇرىدۇ، بەزىدە سەپرادىن بولغان قىزىتمىلاردىن ئۈچى مۇرەككەپلىشىدۇ. ئەگەر قىزىتما ئارىلاپ تۇتىدىغان بولسا، ئۈچىنچى كۈننىڭ تۇتۇشى ئېغىرراق بولىدۇ. چۈنكى، ئۈچىنچى كۈنى بىرىنچى كۈنى قىزىتما تۇتۇشنىڭ ئېھتىياجى ۋە ئۈچىنچى كۈننىڭ باشلىنىشىدۇر. شۇنداقلا بەشىنچى كۈنمۇ كۈچلۈك بولىدۇ. بۇ خۇددى ئىككى سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ مۇرەككەپلىشىشى بەلغەمدىن بولغان تۇتاقلىق قىزىتمىغا ئوخشىغىنىدەك سەپرا بىلەن بەلغەم مۇرەككەپلەشكەن قىزىتمىغا ئوخشايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن تۇتاقلىق قىزىتمىلارغا پۈتۈنلەي مەشغۇل بولماي، بەلكى ئەگەشمە كېسەللىكلەرگە مەشغۇل بولۇش لازىم.

بۇ قىزىتمىلار خالىس سەپرادىن بولغان قىزىتما بولغاندا يۇز بېرىدىغان

ئەھۋاللاردىن بىرى شۇكى، قىزىتمىنىڭ تۇتۇشى تېز قىسقىراپ ھەتتا ئۇنىڭدىن ئاجىزراقى دەسلەپتە يوقلىدۇ. بەزىدە قىزىتمىنىڭ مۇرەككەپلەشكەنلىكىگە، قىزىتما پەسەيگەندىن كېيىن ئارقىمۇئارقا جۇغ - جۇغ بولۇش دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە بىلىملىك تېۋىپ ھەر قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى ۋە ئەگەشمە كېسەللىكلىرى بىلەن قىزىتمىنىڭ مۇرەككەپلەشكەنلىكىنى بىرىنچى كۈنى ياكى ئىككىنچى كۈنى بىلەلمەي ئىككىلىنىپ قالىدۇ. جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئوفۇنەتلىك قىزىتمىدىن مۇرەككەپ بولۇشنى پەرقلەندۈرۈش بەك مۇشكۈل ئىشلاردىندۇر. چۈنكى، بىمارلار قىزىتمىنىڭ چۈشۈۋاتقانلىقىنى ياكى تىترەش ۋە جۇغ - جۇغنىڭ باشلىنىۋاتقانلىقىنى، تەرلەش بولسا، تەرلەشنىڭ قايتا قوزغالغانلىقىنى ۋە تەپسلىي ۋاقىتلارنى كۆرۈپ، بۇ يەردىكى پەقەت ئوفۇنەتتىن بولغان داۋاملىق قىزىتما ياكى داۋاملىق يۇقىرىلايدىغان ۋە تۆۋەنلەيدىغان قىزىتمىدىن مۇرەككەپلەشكەن قىزىتما بار، دەپ گۇمان قىلىدۇ. بەزىدە مۇرەككەپلىك ئارقىمۇئارقا بولۇپ، ھەتتا سۇنۇخۇس قىزىتمىسىغا ئوخشايدىغان ئارقىمۇئارقا بولىدىغان بىر قىزىتما كۆرۈلىدۇ، بۇ ۋاقىتتا ئالامەتلەرگە قايتىش لازىم.

ئەگەر تۇتقاقلىق قىزىتمىلارنىڭ تۇتۇشى قىسقا بولسا، تۇتۇش سانى كۆپ بولۇپ، ئەھۋال ئېغىر بولمىسا، ئارقىمۇئارقا بولمايدۇ. بولۇپمۇ تۆۋەنلەش مەزگىلى ئۇزۇن بولغان قىزىتمىلاردا، ئەگەر سەپرا، بەلغەم ئارىلىشىپ كەلگەن قىزىتمىغا ئوخشاش ھەر خىل قىزىتمىلار مۇرەككەپلىشىپ، ئىككى خىل قىزىتمىنىڭ ئۆتكۈررەكى يوقلىپ خالىس سوزۇلمىسى قېپقالسا، بۇ ئىككى قىزىتما سوۋۇغان ئىككى قىزىتما ياكى داۋاملىشىدىغان ئىككى قىزىتما ياكى تۆۋەنلىگۈچى ۋە داۋاملاشقۇچى قىزىتما بولىدۇ. بەزىدە سەپرا ۋە بەلغەمدىن بىرىنچى كۈنى ياكى ئىككىنچى كۈنى بىلەلمەي ئىككىلىنىپ قالىدۇ. جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئوفۇنەتلىك قىزىتمىدىن مۇرەككەپ بولۇشنى پەرقلەندۈرۈش بەك مۇشكۈل ئىشلاردىندۇر. چۈنكى، بىمارلار قىزىتمىنىڭ چۈشۈۋاتقانلىقىنى ياكى تىترەش ۋە جۇغ - جۇغنىڭ باشلىنىۋاتقانلىقىنى، تەرلەش بولسا تەرلەشنىڭ قايتا قوزغالغانلىقىنى ۋە تەپسلىي ۋاقىتلارنى كۆرۈپ، بۇ يەردە پەقەت ئوفۇنەتتىن بولغان داۋاملىق قىزىتما ياكى داۋاملىق يۇقىرىلايدىغان ۋە تۆۋەنلەيدىغان قىزىتمىدىن مۇرەككەپلەشكەن قىزىتما بار

دەپ گۇمان قىلىدۇ. بەزىدە مۇرەككەپلىك ئارقىمۇئارقا بولۇپ، ھەتتا سۇنۇخۇس قىزىتمىسىغا ئوخشايدىغان ئارقىمۇئارقا بولىدىغان بىر قىزىتما كۆرۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئالامەتلەرگە قايتىش لازىم. ئەگەر تۇتقاقلىق قىزىتمىلارنىڭ تۇتۇشى قىسقا بولسا، تۇتۇش سانى كۆپ بولۇپ، ئەھۋال ئېغىر بولمىسا، ئارقىمۇئارقا بولمايدۇ. بولۇپمۇ تۆۋەنلەش مەزگىلى ئۇزۇن بولغان قىزىتمىلاردا. ئەگەر سەپرا، بەلغەم ئارىلىشىپ كەلگەن قىزىتمىغا ئوخشاش ھەر خىل قىزىتمىلار مۇرەككەپلىشىپ، ئىككى خىل قىزىتمىنىڭ ئۆتكۈرەكى يوقىلىپ خالىس سوزۇلمىسى قېلىپ قالسا، بۇ ئىككى قىزىتما سوۋۇغان ئىككى قىزىتما ياكى داۋاملىشىدىغان ئىككى قىزىتما ياكى تۆۋەنلىگۈچى ۋە داۋاملاشقۇچى قىزىتما بولىدۇ. بەزىدە سەپرا ۋە بەلغەمدىن بولغان قىزىتما بىلەن سەپرادىن بولغان يەنە بىر قىزىتما ۋە بەلغەمدىن بولغان قىزىتما ھەم سەۋدادىن بولغان قىزىتما مۇرەككەپلىشىدۇ. ئەگەر سەپرادىن بولغان قىزىتما بىلەن مۇرەككەپلەشسە، سەپرادىن بولغان قىزىتما يوقىلىپ، سەپرا بەلغەمدىن مۇرەككەپلەشكەن قىزىتما قېپقالىدۇ. ئەگەر بەلغەمدىن بولغان ۋە سەۋدادىن بولغان قىزىتما بىلەن بىرگە بولسا، سەپرا ۋە بەلغەمدىن مۇرەككەپلەشكەن قىزىتما يوقىلىپ بەلغەمدىن بولغان قىزىتما ۋە سەپرادىن بولغان قىزىتما قېپقالىدۇ. بەزىدە قىزىتمىلاردا مۇرەككەپلىشىش باشقا يول بىلەن بولىدۇ. ئۇ مۇرەككەپلىشىش شۇكى، تۈرى ئوخشىمىغان ياكى ئوخشىشىدىغان پەسەيگۈچى ۋە داۋاملاشقۇچى قىزىتما مۇرەككەپلىشىدۇ. مەسىلەن: غىب دائىرە غىب لازىمە بىلەن مۇرەككەپلىشىدۇ، خۇددى ئىككى تۆۋەنلىگۈچى قىزىتما مۇرەككەپلەشكىنىدەك بەزىدە ئىككى داۋاملىشىدىغان قىزىتما مۇرەككەپلىشىدۇ. تېۋىپلار شۇنداق دېدىكى، ئىككى داۋاملىشىدىغان قىزىتما ئىككى ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتمىغا ئوخشاش مۇرەككەپلەشمەيدۇ، چۈنكى ماددا تومۇرلارنىڭ ئىچىدە بولسا، ئۇنىڭدا يۇز بېرىدىغان ئوفۇنەت ئوخشاش بولماي، بەلكى ئوفۇنەت ھەممىسىدە تاراپ كەتكەن بولىدۇ. بۇ پىكىر مېنىڭ كۆزقارىشىمدا قەتئىي زۆرۈر بولىدىغان نەرسە ئەمەستۇر. چۈنكى، ئوفۇنەت ئەلۋەتتە بىر ئورۇندىن باشلىنىپ ئاندىن تارقايدۇ، ئاندىن قىزىتمىنىڭ كۈچىيىش ۋە ئاجىزلاش ھۆكۈملىرى تۇنجى ئوفۇنەتلىنىش تارىخى بىلەن جارى بولىدۇ، بۇنىڭدا ئوفۇنەتلىنىش ئېتىبارى بىلەن ھەربىرىكەتلەر بولۇپ، سەل كۈچلۈك

ئوفۇنەت باشقىلارغا ئەگىشىدىغان ئاجىز مادداللارنىڭ بىر بۆلىكىدە باشلىنىدۇ. بۇنىڭدا باشلىنىش ۋە ئەگىشىش بىرگە بولۇپ، قىزىتما ئاجىزلاش ۋە كۆچىيىش تارىخى بولىدۇ. قىزىتمىنىڭ مۇرەككەپلىشىشى ئۆچ تۈرلۈك بولىدۇ. يەنى مۇداخىلە، مۇبادىلە ۋە مۇشابەكەدۇر. مۇداخىلە شۇكى، ئىككى قىزىتمىنىڭ بىرى يەنە بىرىگە كىرىدۇ. مۇبادىلە شۇكى، بىر قىزىتما يوقالغاندىن كېيىن يەنە بىر قىزىتما كىرىدۇ. مۇشابەكە شۇكى، بىر قىزىتما يەنە بىر قىزىتما بىلەن بىرگە باشلىنىدۇ. ئەگەر قاندىن بولغان قىزىتمىدا تىترەش بولۇپ تەرلەش بولمىسا، بەزىدە كۆپ تىترەشتە بىر تەرلەش كۆرۈلسە، ئىككى قىزىتمىنىڭ مۇرەككەپ بولغانلىقىغا پاكىت بولىدۇ. شۇنداقلا قاندىن بولغان قىزىتمىدا مۇچىلەر بەك توڭلاش ۋە يىغلىش كۆرۈلسە، قىزىتمىنىڭ مۇرەككەپ بولغانلىقىغا پاكىت بولىدۇ. ئەمما مۇچىلەر ئاز توڭلاش بەزىدە قاندىن بولغان قىزىتمىدا بولىدۇ.

57 - پەسىل شەتروُل غىب (سەپرا ۋە بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدىن مۇرەككەپلەشكەن قىزىتما) توغرىسىدا

شەتروُل غىب سەپرا ۋە بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدىن مۇرەككەپلەشكەن قىزىتما بولۇپ، بىر كۈندە مۇشابەكە يولى ۋە تولۇقلاش يولى بىلەن ياكى مۇبادىلە يولى ۋە قوشنىدارچىلىق يولى بىلەن ياكى مۇداخىلە يولى ۋە تۈيۇقسىز يۈز بېرىش يولى بىلەن سەپرا ۋە بەلغەمدىن بولغان قىزىتما بىرگە تۇتىدۇ. تونۇش ئەڭ قىيىن بولغىنى بىرىنچى تۈرىدىكىسىدۇر، ئۇنىڭدىن قالسا ئىككىنچى تۈرىدىكىسىدۇر. بەزىدە ئىككى قىزىتما داۋاملىشىدىغان قىزىتما بولىدۇ. چۈنكى ئوفۇنەت تومۇرلارنىڭ ئىچىدىدۇر. بەزىدە دەۋرىيلىك يوقلىدىغان بولىدۇ. چۈنكى ئوفۇنەت تومۇرلارنىڭ سىرتىدىدۇر. بەزىدە سەپرادىن بولغان قىزىتما ئوفۇنتى تومۇرنىڭ ئىچىدە بولىدىغان داۋاملىشىدىغان قىزىتما بولىدۇ. بەلغەمدىن بولغان قىزىتما بۇنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ، بەزىدە قىزىتما ئەكسىچە بولىدۇ. بەزىدە تېۋىپلار تومۇرنىڭ سىرتىدىكى ئوفۇنەتتىن

بولغان سەپرادىن بولغان قىزىتمىدىن ۋە تومۇرلارنىڭ ئىچىدىكى بەلغەم ئوفۇنىتىدىن بولغان قىزىتمىدىن مۇرەككەپلەشكەن قىزىتمىنى شەتروُل غىب خالىسە، ئۇنىڭدىن باشقىسىنى شەتروُل غىب غەيرىي خالىسە دەپ ھېسابلايدۇ. بۇ زىيادە مەشغۇل بولۇشقا تېگىشلىك نەرسىلەردىن ئەمەستۇر.

بەزىدە بۇروُن ئوفۇنەتلەنگەن خىلىت سەپرا خىلىتى بولىدۇ. بەزىدە سەپرا ۋە بەلغەم خىلىتى بىرگە ئوفۇنەتلىنىدۇ. يەنە بەزىدە قىزىتمىغا تەسىر كۆرسەتكەن بەلغەم ماددىسى كۆپرەك بولىدۇ. بەزىدە قىزىتمىغا تەسىر كۆرسەتكەن سەپرا ماددىسى كۆپرەك بولىدۇ. قانداق بولسۇن بەلغەم ماددىسى سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ تۈتۈش ۋاقتىنى ئۇزۇنراق ۋە بوھرانىنى ئاستىراق قىلىدۇ. سەپرا ماددىسى بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىنى ئەكسىچە قىلىپ قويىدۇ. بەزىدە سەپرا ۋە بەلغەمدىن مۇرەككەپ بولغان قىزىتما ئۇزۇن مەزگىل، يەنى توققۇز ئاي ۋە ئۇنىڭدىن كۆپرەك ۋاقىت سوزۇلىدۇ. بەزىدە سەپرا ۋە بەلغەمدىن مۇرەككەپ بولغان قىزىتمىدىن ئۆتكۈر كېسەللىك بولىدۇ. بەزىدە سەپرا ۋە بەلغەمدىن مۇرەككەپ بولغان قىزىتما بەك ئولتۇرىدىغان قىزىتمىلاردىن بولىدۇ. چۈنكى ئۇ جۈدەتكۈچى قىزىتمىغا ۋە داۋالاش قىيىن بولغان سوزۇلما كېسەللىكلەرگە ئېلىپ بارىدۇ.

58 - پەسىل شەتروُل غىب قىزىتمىسىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

گەرچە باشقا ئىسپاتلار كۆرەك بولسىمۇ، بۇنىڭ مەخسۇس ۋە تۇنجى ئالامەتلىرى شۇكى، ئىككى كۈننىڭ بىرىدە قىزىتما مەزگىلى سەپرادىن بولغان قىزىتما مەزگىلىدىن ئۇزۇنراق ۋە قىزىتما تۆۋەنرەك بولىدۇ. ئاندىن يەنە بىر كۈنى ئىككى ماددا قارشىلاشقانلىقتىن ياكى بىرى يەنە بىرىگە كىرگەنلىكتىن يۈز بېرىدىغان جۇغ - جۇغ كۆپىنچە ئەھۋالدا بىر نەچچە قېتىم تەكرارلىنىپ تۇرۇپ، تۇتۇشى يېنىكرەك، ئەگەشمە كېسەللىكلىرى ئازراق بولىدۇ. بەزىدە بىرەر ئەزا قىزىق بولۇپ،

تېخى جۇغ - جۇغ بار ئەھۋالدىمۇ قىزىتما ئۇچ قېتىم تەكرارلىنىدۇ. مانا بۇ شەترۇل غىب دەپ ئاتىلىدىغان قىزىتمىدۇر. چۈنكى بەدەن بۇ قىزىتمىدىن تولۇق تازىلانمايدۇ ھەمدە ئۇ قىزىمنىڭ باشلىنىشى ۋە كۆچىيىشى بەك قالايمقان بولىدۇ. بولۇپمۇ بۇنداق ۋاقىتتا ئىككى خىل قىزىتما بىللە باشلانغان بولسا ياكى ئارىلاشقان بولسا، بۇ ۋاقىتتا جۇغ - جۇغ بىر نەچچە قېتىم قايتىلىنىدۇ ۋە ئاخىرقى مەزگىلى ئۇزۇن بولىدۇ. ھەرقاچان بەدەننىڭ قىزىغانلىقى ۋە بۇ قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىگە يەتكەنلىكى گۇمان قىلىنسا، تەكرارلىنىدىغان جۇغ - جۇغ كۆرۈلىدۇ. بۇ، خىلىتلارنىڭ قارشىلىشىشى بىلەن ئەگەشمە كېسەللىكلەرنىڭ قارشىلاشقانلىقىدىنىدۇر. بۇ قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلى ھەر ۋاقىت بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئاخىرلىشىشىدىن بۇرۇن ۋە ئۇنىڭدىن تېزرەك، شۇنداقلا سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ ئاخىرلىشىش مەزگىلىدىن ئاستىراق بولىدۇ. چۈنكى، ھارارەت پەقەت چارچاش بىلەن كېڭىيىدۇ، بولۇپمۇ قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە ۋە ئاخىرقى مەزگىلىدە ئۇنىڭ ئۆتكۈرلۈكى كۆچىيىدۇ، شۇنداقلا ئىككى ماددىنىڭ بىر - بىرىنى تارتىشى بىلەن بىرنەچچە قېتىم توختاشلار يۈز بەرگەنلىكتىن قىزىتمىنىڭ تۆۋەنلەش مەزگىلى ئۇزۇن بولىدۇ. ئاز سانىدىكى قىزىتما تەرلەش بىلەن تۆۋەنلەيدۇ. بۇ قىزىتمىنىڭ ئۇچىنچى كۈنى بىرىنچى كۈنىگە، تۆتىنچى كۈنى ئىككىنچى كۈنىگە ئوخشايدۇ. بەزىدە شەترۇل غىب قىزىتمىسىغا ئوخشاشمىغان يوللاردىن دەلىل ئىزدەلسە، بەزىدە ئادەتلەردىن، يەنە بەزىدە ئەگەشمە كېسەللىكلەردىن دەلىل ئىزدىلىدۇ.

ئادەتلەردىن دەلىل ئىزدەش شۇكى، ئادەمنىڭ بەدىنىدە سەپرا ۋە سەپرانىڭ ئوفۇنتى كۆپ بولىدۇ. شۇنداقلا راھەت - پاراغەتتە ياشىغان ۋە چېنىقىشنى تەرك ئەتكەن، بەلغەمنى پەيدا قىلىدىغان ھەر خىل غىزالارنى يېگەن ياكى ھەر خىل تەدبىرلەرنى ئىشلەتكەن ياكى بەدىنىدە بەلغەم ۋە بەلغەم ئوفۇنتى كۆپ بولغان، ئاندىن كۆپ چېنىققان ۋە سەپرانى پەيدا قىلىدىغان ھەر خىل تەدبىرلەرنى قوللانغانلىقىغا قارىلىدۇ. بەزىدە بىمارنىڭ يېگەن تامىقى بەلغەم كۆپىيىشكە سەۋەب بولىدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئادەم ھۆللۈك غەلىبە قىلغان ھالدا باللىقتىن ياشلىق

مەزگىلىگە يۆتكىلىدۇ ياكى بىر خىل مىزاج بىلەن ياشلىقتىن ئوتتۇرا ياشلىققا يۆتكىلىدۇ.

ئەگەشمە كېسەللىكلەردىن دەللىل ئىزدەشتە تومۇر، سۈيدۈك، قەي ۋە چوك تەرەتتىن چىققان نەرسىلەرنىڭ پىشىش ئەھۋالى ۋە ئۇنىڭ ئالامەتلىرى، ئۇسسۇزلۇق ئەھۋالى، بەدەننى تۇتقاندىكى ئەھۋالى، جۇغ - جۇغ ۋە تىترەش ئەھۋالى، ۋاقىت ۋە قىزىتمىنىڭ تۈتۈش ئەھۋالى قاتارلىقلاردىن دەللىل ئىزدىلىدۇ.

تومۇر بۇ قىزىتمىدا سەپرادىن بولغان قىزىتمىدىكىگە قارىغاندا، كىچىكرەك، ئاستىراق ۋە ئارقىمۇئارقا سوقىدۇ، بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدىكىگە قارىغاندا بۇ ئەھۋاللارنىڭ ئەكسى ئازراق بولىدۇ. سۈيدۈكنىڭ پىششى ئاستا، قەي ۋە چوك تەرىتىگە سەپرا ۋە بەلغەم ئارىلاشقان بولىدۇ.

ئىسسىش، سوۋۇش، ئۇسسۇزلۇق، جۇغ - جۇغ ئەھۋالى ۋە قىزىتمىنىڭ تۈتۈش ۋاقىتلىرى توغرىسىدا زۆرۈر بولغانلارنى يۇقىرىدا سۆزلىدۇق. ئىككى خىلتىنىڭ غالىبراقىنى بىلىشتە ئالامەتلەرنىڭ كۆپرەكى كۆزدە تۇتۇلىدۇ. چۈنكى ئەگەر بەلغەم غالىب بولسا، قىزىتمىنىڭ تۈتۈش ۋاقتى ئۇزۇنراق، جۇغ - جۇغ ئازراق، سقلىش، بولۇپمۇ تومۇر سقلىش كۈچلۈكرەك، كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە مۇچىلەرنىڭ سوغۇقلۇقنى قوبۇل قىلىشى تېزرەك، سوغۇقلۇقنىڭ يوقىلىشى ئاستىراق، ئۇسسۇزلۇق ۋە سەپرا قەي قىلىش ئازراق، سۈيدۈك ئاقراق ۋە خامراق، تەرلەش ئازراق، بىمارنىڭ بېشى كىچىكرەك ياكى چوڭراق بولىدۇ. بەدەن مىزاجى بەزىدە بەلغەمنىڭ غالىبلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. شۇنداقلا ئادەت ۋە ئۇنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان نەرسىلەرمۇ بەلغەمنىڭ غالىبلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر سەپرا غالىب بولسا قىزىتمىنىڭ تۈتۈش ۋاقتى قىسقىراق، مۇچىلەرنىڭ ئىسسىشى تېزرەك، ئۇسسۇزلۇق، سەپرا قەي قىلىش ۋە تەر كۆپرەك بولىدۇ. بەزىدە جۇغ - جۇغ تىترەشكە مايىل بولىدۇ. سۈيدۈكى رەڭلىك بولىدۇ. ئۆسمۇرلۈك يېشىدا بۇ كېسەلگە گىرىپتار بولغان بولىدۇ. بەدەن مىزاجى بەزىدە سەپرانىڭ غالىبلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. شۇنداقلا ئادەت ۋە ئۇنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان نەرسىلەرمۇ سەپرانىڭ غالىبلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر ئىككى خىلىت باراۋەر بولسا ئالامەتلەرمۇ باراۋەر بولىدۇ ۋە تۆۋەنلىمەيدىغان خالىس جۇغ - جۇغ تولۇق بولىدۇ.

ئەگەر دەۋرىيلىك قىزىتما بىلەن دائىم بولىدىغان قىزىتما مۇرەككەپلەشسە (بۇ كۆپىنچە كىشىلەر مەخسۇس شەترۇل غەيب خالىس نامى بىلەن ئاتايدىغان قىزىتمىدۇر) ۋە دائىم تۇتىدىغان قىزىتما بەلغەمدىن بولغان قىزىتما بولسا تىترەش ۋە ئاجىزلىق بولىدۇ. چۈنكى تومۇر سىرتىدىكى ماددا سەپرا ماددىسى بولۇپ، تومۇر سىرتىدا سەپرا بىلەن بولغان بەلغەم بۇنىڭ تىترەشكە سەۋەب بولۇشىغا قارشى تۇرالمايدۇ، لېكىن ئاجىزلىق بولىدۇ. بەزىدە بۇ قىزىتمىدا توڭلاش ۋە جۇغ - جۇغ تەكرارلىنىپ، ھەتتا ئاخىرقى مەزگىلدە ھەممىگە مەلۇم بولغاندەك كۆچىيدۇ ۋە بۇ قىزىتمىدا مۇچىلەر سوغۇق بولۇش بىلەن بىرگە ئىچكى ئەزا ۋە قورساقنىڭ ئىسسىقلىقى كۆپ بولىدۇ. تومۇرى كىچىكرەك ۋە قالايمقان سوقىدۇ. ئەگەر دائىملىق قىزىتما سەپرادىن بولغان قىزىتما بولسا، تىترەش ۋە كۆپ جۇغ - جۇغ بولمايدۇ. تومۇرى چوڭراق ۋە تېزرەك سوقىدۇ، بىئارامىلىق كۆچلۈكرەك بولىدۇ. ئەگەر ئىككى دائىملىق قىزىتما مۇرەككەپلەشسە تىترەش قەتئىي بولمايدۇ. دائىم بولىدىغان سەپرادىن بولغان قىزىتما گەرچە بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدىن بۇرۇن قايتىلانمىسىمۇ بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىدىن بۇرۇن يېنىكلەيدۇ.

59 - پەسىل شەترۇل غەيبنى داۋالاش توغرىسىدا

شەترۇل غەيبتا سۇرۇش، قەي قىلدۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، تەرلىتىش قاتارلىقلار بىلەن ماددىنى تازىلاشقا، ھارارەتنى ئۆچۈرگۈچى ۋە سۇرگۈچى دورىلارغا بەكرەك كۆڭۈل بۆلۈش لازىم. ماددا يۇمشىتىلىدىغان، سۇرگۈزىلىدىغان ماددا تۇرىدىن بولمىسا، تازىلاشقا كۆڭۈل بۆلۈش بىلەن ماددىنىڭ پىشىشىغا ئىككىلەنمەسلىك، شۇنىڭدەك بەلغەم غالىب بولسا، ھەشقىپىچەك سۈيىگە ئوخشاش نەرسىلەرنى گۈلقەنت بىلەن ئارىلاشتۇرماسلىق، سەپرا غالىب بولسا تەرەنجىبىن،

شىرخىست، تەمرى ھندى چىلانمىسى، بىنەپشە شەربىتى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرماسلىق، ئىككى خىلىت تەك بولسا، بۇ ئىككىسىدىن مۇرەككەپلەشتۈرۈلگەن نەرسىلەرنى ئارىلاشتۇرماسلىق لازىم. ماددىنىڭ پىشقانلىقى ئاشكارا بولغاندىن كېيىن كۆچلۈك دورا بىلەن تازىلاشقا بولىدۇ. قەينى غالىب بولغان خىلىت ئېتىبارى بويىچە ياكى ئىسسىق سىركەنجۈبىل قوشۇلغان تۇرۇپ سۈيى ياكى ئىسسىق سۇ قوشۇلغان سىركەنجۈبىل بىلەن، سۈيدۈكنى مۆتىدىل نەرسىلەر بىلەن ھەيدەش لازىم. ئەگەر ماددا پىششىتىن بۇرۇن ئالدىراپ مەتبۇخلار ئىچكۈزۈلسە، سەرسامنىڭ خەۋپى بولىدۇ.

ئاخىرلىششقا يۈزلەنگەن قىزىتمىدا ماددىنى ياخشىلاش، ئۇنى پىشۇرۇش ۋە ئۇنىڭ ئاپەتلىرىنى يوقىتىش ئۈچۈن مەنپەئەتلىك يەككە دورىلاردىن بىرى ئەفسەنتىندۇر. لېكىن يەتتىنچى كۇنىدىن كېيىن ۋە پىشش ئاشكارا بولغاندىن كېيىن ياخشى ئەفسەنتىن رۇمنى ئىشلىتىش لازىم. ئەگەر ئالدىراپ ئىشلىتىلسە، خىلىتنى ھەربىرىكەتلەندۈرۈپ تازىلىماي، بىئاراملىق، غەم ـ قايغۇ ۋە كۆڭۈل ئېلىشىشنى پەيدا قىلىدۇ. ئەفسەنتىن تەكرار ئىشلىتىلسە ئۆزىنىڭ ئاچچىقلىقى بىلەن ماددىنى قۇرۇتۇپ، خىلتىنىڭ تازىلىنىشىنى كېچىكتۈرىدۇ. جالىنۇس ۋە ئۇنىڭدىن ئىلگىرىكى كىشىلەر شەتۈل غىب قىزىتمىسىنى پىلىپىلىنىڭ قۇۋۋىتى بار ئارپا سۈيى بىلەن داۋالايتتى. ئىلگىرىكى تېۋىپلارنىڭ بەزىسى جالىنۇس چوڭقۇر خاتالىشىپ ھەيران قالارلىق ئىشلارنى قىلدى، پىلپىلنىڭ قىزىتمىنى ئۆرلىتىدىغانلىقىنى، ئارپا سۈيىنىڭ ماددىلارنى قويۇلدۇرىدىغانلىقىنى بىلمىدى، دېيىشتى. ئېتىراز بىلدۈرگۈچىلەر بۇ مەنىگە خاس بولمايدىغان ھالەتتە خاتالاشقانىدى. چۈنكى تەبىئەت بۇنداق ماددىلارغا قارشى تۇرغاندا ئىككى قۇۋۋەت ئارىسىنى ئايرىپ، سوۋۇتقۇچى دورىنى قىزىتمىغا ۋە يۇرەك ئەتراپىغا، ئىسسىتقۇچى دورىنى ماددىغا تەقسىملەپ، سوۋۇتقۇچى ۋە ئىسسىتقۇچى دورىلاردىن مۇرەككەپ قىلىنىدىغان دورىلار بىلەن بولىدىغان تەبىئەتكە يارەم بېرىش توغرىسىدا سۆزلەنگەن قانۇنىيەتكە خىلاپ بولاتتى. شەتۈل غىبنى بۇنىڭدىن باشقىسى بىلەن داۋالغان كىشىلەر گەرچە تەبىئەت ئايرىشقا كۆچلۈك بولمىسمۇ، قانداق ئەمەل قىلسۇن داۋالاشتا ئۇنۇم قازىنالمايدۇ ۋە يۇقىرىقى

ئېتىراز بىلدۇرگۈچى باشقا يوللاردا خاتالىشىدۇ. بۇ ھەقتىكى سۆزنى ئۇزارتىۋېتىشنىڭ ھاجىتى يوق. يۇقىرىقى ئېتىراز بىلدۇرگۈچى جالىنۇس كەرەپشە، سېرىقچېچەككە ئوخشاش قۇۋۇەتنى ئىسىستمايدىغان لەتىفلەشتۇرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشى زۆرۈر ئىدى، دېدى. بۇ كىشى قارىمۇچ بەزىدە ماددىنى ئازلىتىش بىلەن ئىسسىقلىق يەتكۈزۈشنى پەسەيتىشى مۇمكىن دېگەنلىكىنى ۋە قارىمۇچنىڭ لەتىفلەشتۇرۇشى كەرەپشنىڭ لەتىفلەشتۇرۇشىدىن بەك تۆۋەن ئەمەسلىكىنى، ئارپا سۇيىنىڭ قارىمۇچنىڭ قۇۋۋىتىنى يەتكۈزۈش ۋە ئۇنىڭ زىيىنىنى يوقىتىشتا، قارىمۇچنىڭ قۇۋۋىتىنىڭ قۇۋۋەتكە ئۆتۈشى ئاسان بولۇش ئۈچۈن، ماددىلارنىڭ ئۇزۇلۇشىدە يارەمچى بولىدىغانلىقىنى بىلمىدى. ھەيران قالارلىقى شۇكى، بۇ ئېتىرازچى جالىنۇسنى پىلپىلنىڭ ھارارەتنى ئۆرلىتىدىغانلىقىدىن بىخەۋەر كىشىلەردىن سانىدى. بۇ ۋاقىتتا ئىشلىتىشكە تېگىشلىك بولغان مۇرەككەپ دورىلار قۇرسى ئەفسەنتىن، قۇرسى ۋەردكە ئوخشاش دورىلاردۇر.

شەتروۇل غىب قىزىتمىسىغا مەنپەئەتلىك يەڭگىل قۇرسنىڭ نۇسخىسى: قىزىلگۈل، گۈلسەۋسەن يىلتىزىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن، تەرەنجىبىندىن توققۇز گىرام، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، تاباشىرنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

ئۆرلىگەن ھارارەت ئۈچۈن يەنە بىر نۇسخا: قىزىلگۈلدىن 18 گىرام، پاقىيوپۇرمقى ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن، نىشاستىدىن توققۇز گىرام، زىرىق، تاباشىر، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، كەتىرا، زەپەر، سۇمبۇل، رەۋەنىنىڭ ھەربىردىن بىر گىرامدىن، كافۇردىن 0.5 گىرام ئېلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

بۇ خىل قىزىتما بىمارىغا، بولۇپمۇ قىزىتما بىلەن بىرگە ئىچ سۇرۇش ۋە يۆتەلنى شىكايەت قىلغاندا ئىشلىتىلىدىغان ياخشى يەنە بىر قۇرسنىڭ نۇسخىسى: سۇمبۇل تېپ، ئۇد ھىندى، زەپەر، زىرىق ياكى ئۇنىڭ ئۇسارىسىنىڭ ھەربىردىن توققۇز گىرام، رەۋەندىن 12 گىرام، تاباشىر، خەمكى ئايرىلمىغان قىزىلگۈل، لوك، قورۇلغان سەمغى ئەرەبى، كەھرىۋانىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، قورۇلغان پاقىيوپۇرمقى

ئۇرۇقىدىن 18 گىرام، گىل ئەرمىنىدىن 21 گىرام ئېلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر ياخشى نۇسخا: قىزىلگۈلدىن 18 گىرام، زىرىق، ئەرەب يېلىمى، پاقيوپۇرمقى ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرام، سۇمبۇل، غاپەس، تاباشىر، نىشاستە، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، كاسنە ئۇرۇقى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 4.5 گىرامدىن، رۇببىسۇستىن ئۈچ گىرام، لوك، رەۋەننىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

بۇ كېسەللىككە ۋە بارلىق سوزۇلما كېسەللىكلەرگە، ئىچكى ئەزالارغا زىيان يەتكۈزىدىغان قىزىتمىلارغا، بولۇپمۇ بەلغەم ماددىسى غالىبراق بولغاندا مەنپەئەت قىلىدىغان ياخشى ھەبنىڭ نۇسخىسى: سەبرە، مەستىكى، سېرىق ھېلىلە، رەۋەن، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، قىزىلگۈل قاتارلىقلار بىر ھەسسىدىن، زەپەردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، كاسنە سۈيى بىلەن ھەب قىلىپ، بىر قېتىمدا ئالتە گىرامى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ياخشى بىر نۇسخا: بۇ نۇسخا ماددا پىشقاندا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە سۇرىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: سەبرە، مەستىكى، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنى بىر ھەسسىدىن، زەپەردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، كاسنە سۈيى بىلەن ھەب قىلىپ، بىر قېتىمدا ئالتە گىرامى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

60 ـ پەسىل قىزىتمىنىڭ قايتا قوزغىلىشى توغرىسىدا

بىز شۇنداق دەيمىزكى، قىزىتمىنىڭ قايتا قوزغىلىشى ئەسلىدىكىدىن يامانراقتۇر. بۇ ھەقتىكى كۆزقاراش ئەھۋال ئاشكارا بولمىغۇچە داۋالاشقا ئالدىرىماسلىقتۇر. چۈنكى قايتا قوزغىلىش كۆپىنچە ياماندۇر.

ئىككىنچى پەن

بوھران ۋە ئۇنىڭ ھۆكۈملىرىنى بىلىش توغرىسىدا مۇقەددىمە

بۇ پەن ئىككى ماقالىدۇر.

بىز بۇ پەندە بوھراننىڭ ئەھۋاللىرى، كۈنلىرى، ئالامەتلىرى ھەم پىشىش ئالامىتى ۋە ھەربىر ئالامىتىگە خاس ھۆكۈملەر، ياخشى - يامان ئالامەتلەر توغرىسىدا سۆزلەيمىز. بۇ ئىشلار بوھراننى بىلىشتىكى ئاساسلىق ئىشلاردۇر. بوھراننى بىلىشنىڭ مۇقەددىمىسى شۇكى، بىمارنىڭ قۇۋۋىتىنىڭ بارلىقى ياكى قۇۋۋەتنىڭ تۆۋەنلىشىدىن بىلىنىدىغان نەرسىنىڭ سەۋەبى بىلەن بار بولۇۋاتقان ئالامەتلەردىن ئاقىۋەتتە بىمارنىڭ ئەھۋالىنىڭ ياخشى بولۇش ياكى ھالاك بولۇشىغا ھۆكۈم قىلىنىدۇ.

بىرىنچى ماقالە

بوھران ۋە بوھراننىڭ ياخشى - يامانلىقىغا دەلىل ئىزدەش توغرىسىدا

1 - پەسىل بوھران ۋە ئۇنىڭ قىسىملىرى، ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

بوھراننىڭ مەنىسى ئاخىرقى ھۆكۈم دېمەكتۇر. ئۇنىڭ تېبابەتتىكى ئۇقۇمى كېسەللىكنىڭ ساقلىق ياكى كېسەللىك تەرەپكە بىراقلا ئۆزگىرىشىدۇر. ئۇنىڭدا

تېۋىپ بىمارنىڭ كېيىنكى ئەھۋالىنى بىلىدىغان ئەھۋاللىرى باردۇر. بۇنىڭ بايانى شۇكى، كېسەللىك بەدەن ئۇچۇن شەھەرنىڭ سىرتقى دۇشمىنىگە ئوخشاشتۇر. تەبىئەت شەھەرنى ساقلىغۇچى پادىشاھقا ئوخشاشتۇر.

بەزىدە كېسەللىك بىلەن تەبىئەت ئارىسىدا قاتارغا ئالمىغۇدەك ئېلىشىش يۈز بېرىدۇ.

بەزىدە بۇ ئىككىسى ئارىسىدا قارشىلىشىش كۈچىيىپ، ئۇنىڭ كۈچىيىشىدىن قوزغالغان چاڭ - توزان، قورقۇنچلۇق ئاۋاز ۋە قان ئېقىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش ئەھۋاللار ۋە سەۋەبلەر يۈز بېرىدۇ. ئاندىن مەلۇم بىر ۋاقىتتا ئايرىلىدۇ، خۇددى بىر ۋاقىتتا شەھەرنى قوغدىغۇچى پادىشاھ غەلىبە قىلغاندەك ياكى تاجاۋۇزچى دۇشمەن غەلىبە قىلغاندەك.

ئۇنىڭدا ئىككى تەرەپنىڭ بىرى تولۇق غەلىبە قىلىدۇ ياكى تولۇق مەغلۇپ بولىدۇ ۋە شەھەرنى تولۇق بىكارلاپ بېرىدۇ ياكى غەلىبە تولۇق بولماي، قايتا ئۇرۇش بولۇشنى چەكلىيەلمەيدىغان مەغلۇبىيەت بولۇپ، ھەتتا بىر قېتىم ياكى بىرنەچچە قېتىم ئۇرۇش يۈز بېرىپ، بۇ ۋاقىتتا ئايرىلىش ئۇرۇشنىڭ ئاخىرىدا بولىدۇ، خۇددى پادىشاھ تاجاۋۇزچى دۇشمەن ئۇستىدىن غەلىبە قىلىپ، دۇشمەننى يوقتىدۇ ۋە ئۇنى چېكىندۈرىدۇ ياكى پادىشاھ ئۇنى پۈتۈنلەي قوغلاپ، ھەتتا شەھەرنى، زېمىنلىرىنى ۋە شەھەرگە تۇتاشقان باشقا ناھىيەلەرنى قۇتقۇزىدۇ ياكى ئۇنى تولۇق بولمىغان ھالەتتە قوغلايدۇ، ھەم شەھەردىن يىراق قىلىدۇ. شەھەرگە تۇتاش باشقا ناھىيەلەردىن يىراق قىلالمىغىنىدەك ياخشى بوھرانىنى ئېلىپ كېلىدىغان قۇۋۋەت ياكى زىيانلىق ماددىنى بەدەنىنىڭ خوجايىنى بولغان يۈرەك ۋە باشقا رەئىس ئەزالاردىن ۋە ئۇنىڭ ئەتراپى بولغان مۈچىلەردىن قوغلايدۇ ياكى ئۇ ماددىنى رەئىس ئەزادىن قوغلايدۇ. مۈچىلەردىن چېكىندۈرۈشكە قادىر بولالمىغاندا ماددا مۈچىلەرگە يۆتكىلىدۇ. بۇ يۆتكىلىش بوھران دەپ ئاتىلىدۇ. يوقىلىدىغان ھەرقانداق كېسەللىك بوھران يولى بىلەن ياكى ماددا ئاز - ئازدىن ھەتتا تۈگىگىچە تەدرىجىي تارقاش يولى بىلەن يوقىلىدۇ. بۇنىڭ كۆپىنچىسى سوزۇلما كېسەللىكلەردە ۋە سوغۇق ماددىلاردا بولىدۇ. بۇنىڭدىن بۇرۇن قورقۇنچلۇق ئالامەتلەر ۋە ئېغىر ھەربكەتلەر بولمايدۇ،

شۇنداقلا هالاك قىلىدىغان ھەرقانداق كېسەللىك بوھران يولى بىلەن ياكى قۇۋۇەت ئاز - ئازدىن تارقاش يولى بىلەن بولىدۇ.

بوھراننىڭ ياخشىسى ئېنىق ئىشەنچ قىلىنىدىغان، ئەگەشمە كېسەللىكلىرى يېنىك، بىر كۈن بۇرۇن ئاگاھلاندۇرۇلغان تولۇق بوھران بولۇپ، بۇ بوھران ياخشى بوھران كۈنىدە يۈز بېرىدۇ. ھەرقانداق بوھران ياكى ياخشى ياكى ناچاردۇر. ھەربىر بوھران ياكى تولۇقتۇر ياكى تولۇق ئەمەستۇر.

ياخشى ياكى تەبىئەتنىڭ ماددىنى تولۇق ئىتتىرىشى بىلەن بولىدۇ ياكى يۆتكىلىش بىلەن بولىدۇ. تولۇق بولمىغان بوھراننىڭ بەزىسىگە ياخشى بوھراندا تارقاش، ناچار بوھراندا خوراش ياندىشىپ كېلىدۇ. تولۇق بولمىغان بوھران بىز بوھران كۈنلىرىنىڭ ئەھۋالى ئاگاھلاندۇرۇش كۈنلىرىنىڭ ئەھۋالىدىن بايان قىلغىنىمىز بويىچە ئاگاھلاندۇرغۇچى بولسا، تولۇق بولمىغان بوھران كۈنى تولۇق بولغان بوھران كۈنىدىن ئاگاھلاندۇرىدۇ، بۇ، ياخشى ۋە يامان بوھراندا بىرگە بولىدۇ. ئۆتكۈر، سۈيۇق ماددىدىن بولغان كېسەللىكلەردە ۋە بىمار كۈچلۈك بولغاندا تولۇق بوھراننى كۈتۈش، قۇۋۇەت ئاجىزراق، ماددا قويۇقراق بولغاندا يۆتكىلىش بوھراننى كۈتۈش كېرەك. تولۇق بوھراننى كۈتۈشنىڭ ھالىتىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. چۈنكى بوھراندا ماددا بەك سۈيۇق بولسا تەرلەش بىلەن بوھران بولىدۇ. ئەگەر بۇنىڭدىن تۆۋەنرەك بولۇپ، بەك ئۆتكۈر بولسا، بۇرۇن قاناش بىلەن بوھران بولىدۇ. ئەگەر بەك ئۆتكۈر بولمىسا، سۈيدۈك كۆپ ئېقىش بىلەن بوھران بولىدۇ. ئەگەر ئۆتكۈر بولمىسا ئىچ سۇرۇش ۋە قەي بىلەن بوھران بولىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، پوتلا ئېقىش، قۇلاق يىرىڭلاش، كۆز چاپاقلىشىش ياكى كۆز ياشاڭغىراش قاتارلىقلار باش كېسەللىكلىرىنىڭ بوھرانلىرىدىندۇر. بەلغەم تۈكۈرۈش كۆكرەك كېسەللىكلىرىنىڭ بوھرانلىرىدىندۇر. بوۋاسىر قېنىنىڭ ئېقىشى كۆپ كېسەللىكلەردە ياخشى بوھراندۇر. لېكىن ئۇ كۆپىنچە بوۋاسىر قېنى ئېقىشقا ئادەتلەنگەن كىشىلەردە يۈز بېرىدۇ. بوھراننىڭ ئەڭ ئۆتكۈر ۋە ئايرىلىشىغا ئەڭ يېقىن بولغىنى بۇرۇن قاناشتۇر، چۈنكى بۇرۇن قاناش ماددىنى بىر قېتىمدىلا چىقىرالايدۇ، ئۇنىڭدىن قالسا ئىچ سۇرۇش، ئۇنىڭدىن قالسا قەي قىلىش، ئۇنىڭدىن

قالسا سىيىش، ئۇنىڭدىن قالسا تەرلەش، ئۇنىڭدىن قالسا يىرىڭلىق ئىششىقلاردۇر.

يىرىڭلىق ئىششىقلار يۆتكىلىدىغان بوھران قاتاردىندۇر. بەزىدە بوھراندا يىرىڭلىق ئىششىقلار تەرلەشتىن كۆچلۈكرەك بولىدۇ. كۆپىنچە كېسەللىكلەر يېنىك بولسۇن ياكى ئەزالارنىڭ ھەرىكىتىنى يوقىتىدىغان دەرىجىدە ناچار بولسۇن يىرىڭلىق ئىششىق بىلەن يوقىلىدۇ. چۈنكى بوھران بولىدىغان يىرىڭلىق ئىششىقلار ھەر خىل تۈرلەردىن بولىدۇ، يەنى چىيقان، يىرىڭلىق ئىششىق، تائۇن، بەلۋاغسىمان قوقاق، ئۆسمە، كۆيدۈرگە، گۆشخور يارا، چېچەك، بوغما، يارا قاتالىقلار بەدەندە كۆپ بولىدۇ. بوھراننىڭ بەزىسى مۇسكۇل ۋە نېرۋىلارنىڭ قېتىشى قۇبا، سەرتان، بەرەس، بەز ئۆسمىسى، پىل پۇت كېسىلى، پۇت ۋېنالىرى ئەگرى - بۈگرى كۆپۈش، مۈچىلەر ئېسىلىش ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرى بىلەن بولىدۇ. يۆتكىلىدىغان بوھران تۈرلىرىنىڭ بەزىسى يىرىڭلىق ئىششىقا ئېلىپ بارماي، بەلكى لەقۋا، تەشەننۇج، ئىستىرخا، يانپاش ئاغرىقى، بەل ئاغرىقى، تىز ئاغرىقى، يەرقان، پىل پۇت كېسىلى، پۇت ۋېنالىرى ئەگرى - بۈگرى كۆپۈش كېسىلى قاتارلىقلارنى پەيدا قىلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، يۆتكىلىش بىلەن بولىدىغان بوھران بوھران بولىدىغان يۆتكىلىش مەزگىلىدە يۈز بەرمىسە كېسەللىك ساقايمايدۇ. ئەمما يۆتكىلىشنىڭ بىرەر ئەزالاردا يىرىڭلىق ئىششىق بولۇپ ياكى باشقا نەرسە بولۇپ ئورۇنلىشىشى بەزىدە كېسەللىك ساقايغاندىن كېيىن بولىدۇ. يۆتكىلىشلەرنىڭ ياخشىراقى ئاستى تەرەپكە يۆتكەلگىنىدۇر. يىرىڭلىق ئىششىق ۋە يۆتكىلىشنىڭ ياخشىراقى سىرتقى ئەزاغا ۋە ماددا تولۇق پىشقاندىن كېيىن رەئىس ئەزالاردىن يىراق ئورۇنغا چىققان يىرىڭلىق ئىششىقتۇر. خۇددى دەلىل ئىزدىگۈچى قوغدىغۇچى پادىشاھنىڭ غەلىبە قىلىشىدا ياكى ھۇجۇم قىلغۇچى دۈشمەننىڭ غەلىبە قىلىشىدا كۆرگەن ئەھۋاللىرىدىن دەلىل ئىزدىگەندەك تېۋىپ كۆرگەن ئەھۋاللاردىن ياخشى بوھران ۋە يامان بوھرانغا دەلىل ئىزدەيدۇ. شۇنىڭدەك تاجاۋۇزچى شەھەرگە ھۇجۇم قىلسا ۋە ئېلىشىشتا چىڭ تۇرۇپ شەھەرنى قورشۇالسا، پىتنە تارقالسا ۋە قاتتىق ئۇرۇشنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، پادىشاھ تېخى تەييارلىق قىلىپ بولالمىغان بولسا ۋە قورال ئىشلىتىش مۇمكىنچىلىكى

بولمىسا، بۇ چاغدىكى كۆرۈلگەن ئالامەتلەر پادىشاھنىڭ ھالىنىڭ ناچارلىقىغا دالالەت قىلغانىدەك، ئەگەر بۇ يەردە ئازراق پىشىش بولسا، بۇ، تولۇق بولمىغان بوھرانغا دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر پىشىش تولۇق بولسا، تولۇق، ياخشى بوھرانغا دالالەت قىلىدۇ. تولۇق بوھران كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە بولىدۇ. بەزىدە تولۇق بوھران كېسەللىك تۆۋەنلەشكە باشلىغاندا كېلىدۇ. شۇ سەۋەبتىن قاتتىق سوغۇقتا توسقۇنلۇققا ئۇچرىمايدۇ. چۈنكى قاتتىق سوغۇقتا كېسەللىكنىڭ ئاخىرلىشىشى قىيىن بولىدۇ. ئۇنىڭ تۆۋەنلەش مەزگىلى قانداق قىيىن بولمىسۇن؟

كۆپىنچە تېۋىپقا سوغۇقنىڭ زىيىنىنى يوقتىش زۆرۈر بولۇپ، كېسەللىك يەرلىك ئورۇننى ئىسسىتىش ۋە بىمارنىڭ قورسقىغا تەرلەشنىڭ باشلانغانلىقىنى كۆرگەنگە قەدەر ئىسسىق ياغنى قۇيۇش، ئاندىن ياغ قۇيۇشتىن توختاش، تەرنى سۈرتۈۋېتىش، يەرلىك ئورۇننى نورمال ساقلاش زۆرۈر بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بوھران ھەربىر قېتىم تالاش ۋە بىمارنىڭ ئەھۋالىنى ئېتىبارغا ئېلىشتا تەبىئەتنىڭ غەلىبە قىلىشىدىن بولىدىغان، تەبىئەت كېسەللىك بىلەن قارشىلىشىپ ئادەتتىلەنگەن كۈنلەردە ۋە ۋاقىتلاردا يۈز بەرسە، ئاللانىڭ ئىزنى بىلەن ساقىيىش ئۈمىدى بولىدۇ. ئەگەر قارشىلىشىش ۋاقتىدىن بۇرۇن ئۆزلۈكسىز يۈز بەرسە، ئۇ كېسەللىكنى چىقىرىش ۋە قىستاش ئۈچۈن بولغان قارشىلىشتۇر، بۇ كېسەللىكنىڭ بەك قىستالغانلىقىغا ۋە ماددىنىڭ ئېغىرلىق پەيدا قىلغانلىقىغا دالالەت قىلىدىغان نەرسىلەردىندۇر، خۇددى خىلىتلار ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا زىيان يەتكۈزگەندە قارشىلىشىپ قەينى قوزغىغاندەك ياكى ئاشقازانىنىڭ تېگىگە زىيان يەتكۈزگەندە قارشىلىشىپ ئېچ سۈرۈشنى قوزغىغاندەك. قارشىلىشىنىڭ يۆتەل ۋە چۈشكۈرۈكنى پەيدا قىلىش ئەھۋالى ۋە ئالامەتلەر بوھراننىڭ 14 - كۈنىگە ئوخشاش بىر كۈندە يۈز بېرىدىغانلىقىغا دالالەت قىلسا، بوھران شۇ كۈندىن بۇرۇن بولىدۇ ۋە بوھراننىڭ باشلىنىشى بوھراندىن بىر كۈن بۇرۇن قوزغالغانلىقى بىلىنىدۇ. ئەگەر بوھران 11 - كۈنىگە ئوخشاش بوھران كۈنى بولسا، گەرچە بوھران بەزىدە ياخشى بولسىمۇ، بوھراننىڭ تولۇق بولمايدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى، بۇمۇ

تەبىئەتنىڭ قارشىلىشىشقا ئالدىرىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ناچار، يامان سۈپەتلىك بولسا، بوھرانىنىڭ ياخشى بولۇشى ئۈمىد قىلىنمايدۇ. ئەگەر كېسەللىك ياخشى سۈپەتلىك بولسا، بوھرانىنىڭ تولۇق بولۇش ئۈمىدى بولمايدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بوھرانىنىڭ ھەرىكىتى شۇ كېسەللىككە لايىق ئاخىرلىشىش مەزگىلىدىن بۇرۇن بولسا ياكى كېسەللىكنىڭ كۈچلۈكلۈكىدىن ياكى كېسەللىك ھەرىكىتىنىڭ قاتتىقلىقىدىن ۋە ئۇنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن ياكى يېمەك - ئىچمەكتىكى خاتالىققا ئوخشاش ياكى چېنىقىشقا ئوخشاش ياكى روھىي ئالامەتلەرگە ئوخشاش جىم تۇرغان بوھراننى قوزغايدىغان سىرتقى سەۋەبتىن بولىدۇ. روھىي ئامىللارنىڭ بوھراننى قوزغاش ۋە ئۇنىڭ تەرىپىنى ئۆزگەرتىشتە ئورنى باردۇر. چۈنكى قورقۇش بوھراننى ئىچى سۇرىدىغان، قەي قىلدىغان ياكى كۆپ سىيدىغان بوھران قىلىپ قويىدۇ. خۇشاللىق بوھراننى تەرلەيدىغان بوھران قىلىدۇ. بۇ، روھنىڭ ئىچكى ۋە سىرتقى تەرەپكە ھەرىكەتلىنىش ئېتىبارى بىلەن بولىدۇ. ئەگەر ئىلگىرى قارشىلىشىش قۇۋۋەتنى ئاجىزلاشتۇرۇپ، قۇۋۋەت ئاخىرقى مەزگىلگىچە تۇرالمايدىغان ھالەتتە بولسا، بۇ، ئۆلۈمنىڭ ئالامىتىدۇر. بەزىدە قۇۋۋەت ئاخىرقى مەزگىلگىچە قېپقالىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بىمار سالامەت بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بوھران راھەت ۋاقتىدا، قىزىتما كۆتۈرۈلگەن ۋاقىتتا ۋە قىزىتما بەك ئۆرلەشتىن تۆۋەنلىگەن ۋاقىتتا يۇز بەرمەيدۇ، بىراق ئىنتايىن ئاز ساندا يۇز بېرىدۇ. بۇ ئىككىسىنىڭ بىرىنچىسى ئازراق كۆرۈلىدۇ، بۇنى ھەكىم ئەركاغانىس ئۆز تەجرىبىلىرىدە ئىككى قېتىم، جالىنۇس بىر قېتىم كۆرگەن. بوھراننىڭ ئەڭ ياخشىسى كېسەللىكنىڭ ھەقىقىي ئاخىرلاشقان چاغدا بولغىنىدۇر، ئۇنىڭدىن بۇرۇن بولغىنىغا ئىشەنچ قىلغىلى بولمايدۇ. بۇ بوھران تولۇق بولمىغان ياكى بىئارام قىلىدىغان ناچار بولىدۇ. ئەمما كېسەللىكنىڭ باشلىنىشىدا بوھران پەقەت ھالاك قىلغۇچى بولىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە بوھران ئالامەتلىرىنىڭ يۇز بېرىشى كېسەللىك كۈچەيگەندە بىمارنىڭ ھالاك بولۇشىغا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ئالامەت ياخشى ئالامەت بولسا،

بوھراننىڭ تولۇق بولمىغان بوھران ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەمما كېسەللىكنىڭ تۆۋەنلەش مەزگىلىدە قەتئىي بوھران بولمايدۇ. بوھرانىدا ئۆلۈمنىڭ قانداق يۈز بېرىدىغانلىقى ياكى بىمارنىڭ ئەھۋالىنىڭ ياخشى بوھرانغا ئوخشايدىغانلىقى توغرىسىدا تۆۋەندە سۆزلەيمىز. شۇنى بىلىش لازىمكى، يېنىك كېسەللىكلەردە بوھران كېچىكىدۇ. چۈنكى، تەبىئەت مۇشەققەتكە سالمىغان بولۇپ، ماددىغا تولۇق پىشقۇچە بەرداشلىق بېرىش مۇمكىن بولىدۇ. ئۆلتۈرگۈچى كېسەللىكلەردە بوھران بۇرۇن بولىدۇ. كېسەللىكتە تارقاش يولى بولماي تۇرۇپ، بىمار بىراقلا ساقىيالمايدۇ. لېكىن ياخشى تازىلاش بولسا ياكى ياخشى سۈپەتلىك يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولسا بىراقلا قۇتۇلالايدۇ. ئەمما كېسەللىكتىن خالاس قىلغۇچى تارقاش ۋە ھالاك قىلغۇچى خوراشتىن بۇرۇن ئېغىر ئەگەشمە كېسەللىكلەر ۋە بىلىنمىغان تازىلاشلار بولمايدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، كېسەللىكلەر ئوخشاش بولماي، بەزىسى دەسلەپىدە ھەرىكەتلىنىپ، ئاندىن پەسىيىدۇ، بەزىسى ئەكسىچە بولىدۇ. كۆپىنچە ئالامەتلەر بوھراننىڭ كېسەللىك ماددىسى ماددىنىڭ ئىتتىرىلىشى زىيانلىق بولغان تەرەپكە ئىتتىرىلىشى بىلەن بولىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىپ، شۇ تەرەپنى ۋە شۇ ئەزانى كۆچلەندۈرۈش ۋە ماددىنى قارشى تەرەپكە مايىل قىلىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بەزىدە ياخشى بوھران كەلسە، بۇنى ئالتىنچى كۈندىكى بوھران دەپ گۇمان قىلىنىدۇ، ئەمەلىيەتتە ئۇ كېسەللىكنىڭ ئاساسىي قىسمى ساقايغان يەتتىنچى كۈندىكى بوھرانىدۇر. چۈنكى ياخشى بوھران بەك ئاز سانىدا ئالتىنچى كۈنى بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، كېسەللىكلەرنىڭ ئۆزگىرىش تۈرلىرى ئالتە بولىدۇ، چۈنكى كېسەللىك بىراقلا ساقلىققا ئۆزگىرىدۇ ياكى بىراقلا ئۆلۈمگە ئۆزگىرىدۇ ياكى ئاستا - ئاستا ساقلىققا ئۆزگىرىدۇ. ياكى بۇنىڭدا ئىككى ئىش بىرلىشىپ ساقلىققا قايتىدۇ ياكى ئىككى ئىش بىرلىشىپ ئۆلۈمگە قايتىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بوھران دېگەن سۆز يۇنان تىلىدىن كەلگەن بولۇپ، ئىككى جېدەللەشكۈچىنىڭ بىرىنىڭ زىيىنىغا ھۆكۈم قىلغاندا خۇددى ئايرىلىش ۋە مەسئۇلىيەتتىن چىقىشقا ئوخشاش ئاشكارا بولغان ئاخىرقى ھۆكۈمدۇر.

بوھراننىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

بەزىدە بوھران كېچىدە يۇز بەرمەكچى بولسا كۈندۈزدە، كۈندۈزدە يۇز بەرمەكچى بولسا، كېچىدە بوھراننىڭ ئالامەتلىرى بولىدىغان ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن: تەشۋىشلىنىش، بىئارام‌لىق، تولغىنىش، ئۇياق ـ بۇياقىا مېڭىش، ئەقىل ئېلىشىش، باش ئاغرىقى، بويۇن ئاغرىقى، باش قېيىش، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش، كۆزگە يوق نەرسىلەر كۆرۈنۈش، قۇلاق قىچقىرىش، قۇلاق غوڭۇلداش، بۇرۇن قىچىشىش، يۇز ۋە بۇرۇن ئۇچى رەڭگىنىڭ بىراقلا قىزىلغا ياكى سېرىقىقا ئۆزگىرىشى، كالپۇكى ۋە ئىككى كۆزى لىكىلداش، ئۇسسۇزلۇق، خەپەقان، ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاغرىش، دەم سقىلىش ۋە نەپەس قىينىلىشىش ئۇشتۇمتۇت يۇز بېرىش، قوۋۇرغا بېشى ئېغىرلاش، تارتىشىش ۋە ئاغرىش، بەل لىكىلداش ۋە ئاغرىش، مۇسكۇللار لىكىلداش، قورساق ئاغرىقى، قورساق كوركىراش قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بەزىدە تىترەش يۇز بېرىپ بوھرانغا دالالەت قىلىدۇ ۋە چارچاش مەنبەلىك ئاغرىق يۇز بېرىدۇ. ئۆز ھالىتىدىن ئۆزگىرىپ بوھرانغا دالالەت قىلىدۇ. كېچىدە بولىدىغان ئالامەتلەر كۈندۈزدە بولىدىغان ئالامەتلەردىن كۆچلۈكرەك بولىدۇ. بەزىدە بوھران سەۋەبىدىن ھەيز قېنى ياكى بوۋاسىر قېنى ياكى ئىچ سۈرۈشتىن ئىبارەت تازىلىنىشقا تېگىشلىك نەرسىلەر توختاپ قېلىپ، بۇ ماددىنىڭ قارشى تەرەپكە ھەرىكەتلەنگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى كېسەللىكنى پەيدا قىلغان ماددا ئەگەشمە كېسەللىكلەر ۋە ئالامەتلەرنى قوزغاپ، ئۆزىنىڭ ھەرىكەتلىنىش سەۋەبى بىلەن ماددىنىڭ قارشى تەرەپكە ھەرىكەتلەنگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ ياكى ماددىنىڭ ئوخشىماسلىقى سەۋەبىدىن ۋە ياكى ماددا ھەرىكەتلەنگەن تەرەپنىڭ سەۋەبىدىن ئوخشاش بولمايدۇ.

ماددىنىڭ ئوخشىماسلىق سەۋەبى شۇكى، ماددىنىڭ ھەرىكەتلىنىشى ئۈستى تەرەپكە بولسا، ئاندىن كېسەللىك تۇرى، بىمارنىڭ يېشى، مىزاجى ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىدىن ئىبارەت ئالامەتلەر ماددىنىڭ قان ماددىسى ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلسا،

تېۋىپ بۇرۇن قاناشنى كۆتىدۇ، ئەگەر ئالامەتلەر ماددىنىڭ سەپرا ماددىسى ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلسا، تېۋىپ كۆپىنچە قەينى كۆتىدۇ، بىراق بوھاننى بۇرنى قاناشقا خاس قىلىدىغان باشقا ئالامەتلەر دالالەت قىلسا، كۆپىنچە ئۇنىڭ بوھانىمۇ بۇرۇن قاناش بىلەن بولىدۇ. بۇنىڭدىن بۇرۇن سېرىق ۋە ئوتتەك نەرسىلەر كۆزگە كۆرۈنىدۇ. قورقۇنچلۇق بۇرۇن قاناش بەزىدە يامان سۈپەتلىك كېسەللىكلەرنىڭ ماددىلىرىنى تەلتۆكۈس يوقىتىپ دەرھال ساقايتىدۇ.

ھەربىكەتلىنىش سەۋەبىدىن بولغان ئوخشاشماسلىق شۇكى، ماددا رەئىس ئەزالار ۋە رەئىس ئەزالارغا يانداش ئىچكى ئەزالار تەرەپكە ھەربىكەتلىنىپ، بۇ ئەزالارنىڭ خىزمىتىدە ئاپەتلەرنى ۋە ئۇ ئەزاغا يېتىدىغان زىيانلارنى پەيدا قىلىدۇ. مەسىلەن: مېڭە تەرەپتە ئەقىل ئىلىشىش، باش ئاغرىقى ۋە بىز ئۇ ئىككىسى بىلەن بىرگە سۆزلىگەن ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ؛ يۈرەك تەرەپتە خەپەقان، نەپەس بۇزۇلۇش ۋە بىز ئۇ ئىككىسى بىلەن بىرگە سۆزلىگەن ئەھۋاللار يۈز بېرىدۇ ۋە ياكى ماددا ئىتتىرىلىپ ھەربىكەتلىنىدۇ، بۇ ئىتتىرىلىش ئىككى يول بىلەن بولىدۇ. چۈنكى، ماددا ھەر تەرەپتىن ئىتتىرىلىشكە باشلاپ، بەدەن سىرتىنىڭ ھەممىسگە ئىتتىرىلىدۇ، ئۇ تەرلەش بىلەن بولىدۇ ۋە ياكى بىر تەرەپكە ئىتتىرىلىشكە باشلايدۇ. ئەگەر بىر تەرەپكە ئىتتىرىلىشكە باشلىسا، بەزىدە ماددا شۇ تەرەپكە ماڭغاندا رەئىس ئەزالاردىن ئۆتەلمەيدۇ. مەسىلەن: يۇقىرىقى ئەزالارغا ئوخشاش. چۈنكى، ئۇ يۇقىرىقى ئەزالارغا يۈزلەنگەن ماددا كۆكرەك ئەتراپلىرى، نەپەسلىنىش ئەزالىرى ۋە مېڭە ئەتراپلىرىدىن ئۆتۈپ، گەرچە ئىتتىرىلمەي شۇ يەردە ھاسىل بولغان بولسىمۇ، شۇ ئەزالارنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرىگە ئوخشاش ئەگەشمە كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلىدۇ. بەزىدە بوھران بىلەن ئىتتىرىلىدىغان ماددىنى قەي بىلەن ئىتتىرىش مەقسەت قىلىنغاندا ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا ئوخشاش رەئىس ئەزالاردىن تۆۋەن ئەزالار تەرەپكە ياكى رەئىس ئەزالاردىن بولغان ئەزالارغا ماددا يۈزلىنىدۇ، بىراق بۇ ئەزالار زىيانغا بەرداشلىق بېرىپ تېز بۇزۇلۇشقا يېتىپ بارمايدۇ. خۇددى ماددا جىگەر ئەتراپىغا يېتىپ كېلىپ، دوۋساق ياكى ئۆت يولىدىن ۋە ھەر تەرەپتىن بوھراندا ئىتتىرىلگەندەك ئىتتىرىلىدۇ. خۇددى ئاشقازانىدىكى ماددا قەي بىلەن، باش

تەرەپتىكى ماددا بۇرۇن قاناش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن، جىگەر تەرەپتىكى ماددا سۈيدۈك بىلەن، ئۇچەي تەرەپتىكى ماددا ئىچ سۈرۈش بىلەن ئىتتىرىلگەندەك. ئەگەر ئەھۋال شۇنداق بولسا، ماددىنىڭ ھەر تەرەپكە ھەرىكەت قىلىشى ئۈچۈن كۈتۈلۈۋاتقان بوھران ياخشى بولسا ۋە كۈتۈلۈۋاتقان بوھراننىڭ ياخشى بوھران ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدىغان ئالامەت تۇنجى زىيىنى شۇ ئەزاغا ناچار ماددا قاتاردىن بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەت بولۇشى مۇمكىن. بەزىدە كۆپ تەرەپلەرگە دالالەت قىلىشقا يارايدىغان بىر ئالامەت بولىدۇ. مەسىلەن: خەفەقان بەزىدە ماددىنىڭ ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا ئىتتىرىلگەنلىكىگە، بەزىدە ماددىنىڭ يۈرەككە ھۇجۇم قىلغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

بەزىدە ماددىنىڭ بىر تەرەپكە ھەرىكەتلەنگەنلىكىگە ئورتاق دالالەت قىلىدىغان بىر ئالامەت بولىدۇ ۋە ماددا ئىتتىرىلۈاتقان تەرەپكە دەلىل ئىزدىلىدىغان باشقا ئالامەتلەر كۆزىتىلىدۇ. مەسىلەن: باش ئاغرىقى، دەم سقىلىش، قۇۋۇرغا باشلىرى ئۇستى تەرەپكە تارتىلىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش. چۈنكى بۇ، ماددىنىڭ ئۇستى تەرەپكە ھەرىكەت قىلغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ، ئاندىن ماددىنىڭ قەي يولى بىلەن ياكى بۇرۇن قاناش يولى بىلەن ئىتتىرىلگەنلىكى پەقەت باشقا ئالامەتلەردىن پەرقلەندۈرۈلىدۇ. بەزىدە كۈتۈلۈۋاتقان بوھرانغا شۇ تەرەپنىڭ قارشى تەرىپىدىن ئاقىدىغان ۋە ئاجرايدىغان نەرسىنىڭ توختاپ قالغانلىقى جەھەتتىن دەلىل ئىزدىلىدۇ. مەسىلەن: ياخشى بوھراننىڭ ئالامەتلىرى بولۇش بىلەن بىرگە چوڭ تەرەتنىڭ توختاپ قېلىشى بوھران ھەرىكىتىنىڭ ئاستى تەرەپكە ئەمەس، بەلكى ئۇستى تەرەپكە ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ، شۇنداقلا بوھران ھەرىكىتىنىڭ سۈيدۈك كۆپ ئېقىش ياكى تەرلەش ياكى قەي قىلىش ياكى بۇرۇن قاناش بىلەن بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

بەزىدە كېسەللىك تۈرى شۇ كېسەللىك بوھراننىڭ تەرىپىگە دالالەت قىلىدۇ. مەسىلەن: جىگەر ئىششىقى جىگەرنىڭ دۆڭچە تەرىپىدە بولسا، ئۇنىڭ بوھرانى ئوڭ بۇرۇن تۆشۈكى ياكى ياخشى تەر بىلەن ۋە ياكى سۈيدۈك بىلەن بولىدۇ.

ئەگەر جىگەر ئىششىقى جىگەرنىڭ ئويمان تەرىپىدە بولسا، ئۇنىڭ بوھرانى ئىچ

سۈرۈش ياكى قەي قىلىش ۋە ياكى تەرلەش بىلەن بولىدۇ. كۆيدۈرگۈچى قىزىتما بوھراننىڭ كۆپىنچىسى بۇرۇن قاناش ياكى تەرلەش بىلەن بولىدۇ. ئۇنىڭدىن ئىلگىرى تىترەش بولىدۇ. بەزىدە قەي ۋە ئىچ سۈرۈش بىلەن بولىدۇ، بولۇپمۇ سەپرادىن بولغان قىزىتمىدا. بەزىدە باش ئىششىقلىرىدىكى قىزىتمىنىڭ بوھرانى بۇرۇن قاناش ياكى كۆپ تەرلەش بىلەن بولىدۇ.

بەلغەم ۋە سوغۇقتىن بولغان قىزىتمىنىڭ بوھرانى قەتئىي بۇرۇن قاناش بىلەن بولمايدۇ. زاتىررىيە ۋە بەلغەمدىن بولغان سەرسامنىڭ بوھرانىمۇ بۇرۇن قاناش بىلەن بولمايدۇ. ئەمما زاتىلجەنبىنىڭ بوھرانى ئارىلىقتا بولىدۇ. كۆپىنچە كېسەللىك بىرنەچچە تۈرلۈك بوھران بىلەن بوھران بولۇپ، ئۇ بوھرانلارنىڭ بىرلىشىشىدىن بىر بوھران تولۇقلىنىدۇ. مەسىلەن: دەسلەپتە بۇرنى قانسا كۆپ تەرلەش بىلەن تولۇقلىنىدۇ. ھامىلدار ئايال كۆپىنچە ھامىلە چۈشۈپ كېتىش بىلەن بوھران بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ھەر قاچان بوھراننىڭ ئالامەتلىرى مەۋجۇت بولسا، ياخشى بوھران ياكى ناچار بوھرانغا سەۋەب بولمايدۇ، بەلكى بەزىدە بوھراننىڭ ئالامەتلىرىگە ئەگىشىپ كېلىدىغان ياخشى ۋە ناچار بوھران زۆرۈر بولسىمۇ، ئۇ ئالامەتلەرگە شۇ ۋاقىتنىڭ ئۆزىدە بوھران قەتئىي ئەگىشىپ كەلمەيدۇ. چۈنكى ھەرقاچان تەرلەش، قەي قىلىش، ئىچ سۈرۈش، باش ئاغرىقى، ئەقىل ئېلىشىش، نەپەس بۇزۇلۇش ياكى ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى ياكى ئۇنىڭدىن باشقا ئەھۋاللار كۆرۈلسە، ئۇنىڭ بىلەن بوھران بولمايدۇ. گەرچە كۆپىنچە بوھرانغا دالالەت قىلسىمۇ، بۇ ئالامەتلەرنىڭ بەزىسى پەقەت باش ئاغرىقغا ئوخشاش ئالامەت بولىدۇ، بەزىسى كۆكۈل ئېلىشىشقا ئوخشاش ئالامەت ۋە بوھراننىڭ بىر تەرىپى بولىدۇ. ئەگەر بوھراننىڭ ئالامىتى كۆرۈلسە ۋە بوھران بولمىسا، بۇ ئالامەت بوقراتنىڭ سۆزىگە ئاساسەن ئۆلۈمگە ياكى بوھراننىڭ قىينىلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە بوھراننىڭ ئالامەتلىرىدىن بولغان ئىشلاردىن بىرەر ئىش بوھران يېقىنلىشىش سەۋەبىدىن باشقا سەۋەبتىن يۈز بېرىدۇ. گەرچە بوھران ئالامەتلىرىنىڭ ۋاقتىدىن بىرەر ۋاقىتتا بولسىمۇ، خۇددى ئۇزۇن داۋاملاشقان سەپرادىن بولغان قىزىتمىدا

كۆپىنچە قىزىتمىلاردا قىزىتما تۇتۇشتىن بۇرۇن بوھرانغا دالالەت قىلماستىن، قىينىچىلىق ۋە قالايمىقانلىق يۈز بەرگەنگە ئوخشاش. ئەمما خالىس سەپرادىن بولغان قىزىتما كۆپىنچە بوھراننىڭ ئالامىتى بولىدۇ. بىمار ساقىيىشنىڭ ياكى ئۆلۈپ كېتىشنىڭ بوھران بىلەن بولىدىغان ياكى بولمايدىغانلىقىنى بىلىشتە، تۇغرا يولغا باشلايدىغان ئىشلاردىن بىرى بىمارنىڭ ھەربىرىتى، كۈچ - قۇۋۋىتى، تەبىئىتى ۋە ھازىرقى ئەھۋالى قاتارلىقلارغا رىئايە قىلىشتۇر. چۈنكى بۇ، بەزىدە شۇ ئەھۋالنىڭ ماددا بىلەن تەبىئەت ئارىسىدىكى كۈچلۈك كۈرەشكە سەۋەب بولۇۋاتقانلىقىغا ياكى ئىككىسىنىڭ تەڭ بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بوھراننىڭ ياخشىلىقىنىڭ ئالامەتلىرى تەبىئەتنىڭ غەلبە قىلغانلىقىغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر بولۇپ، ئىچ سۇرمەيدۇ. بوھراننىڭ ناچار ۋە تولۇق بولمىغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى تەبىئەت ۋە ئۇنىڭ بىلەن كۈرەش قىلىۋاتقان كېسەللىك ئارىسىدا جارى بولىدىغان قىينىچىلىق ۋە توسقۇنلۇقلارغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر بولۇپ، تەبىئەتنىڭ چوقۇم غەلبە قىلىدىغانلىقىغا جەزىم قىلىش مۇمكىن بولمايدۇ، بىراق تەبىئەت كۈچلۈك بولسا، ئۇنىڭ غەلبە قىلىشىغا جەزم قىلغىلى بولىدۇ. ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى، تومۇر ھەربىتى تۆۋەنلەش، تومۇر يېرىلىش قاتارلىق ئېغىر ئالامەتلەرنىڭ بىرنەچچە سائەتتىن كېيىن تولۇق ياخشى بوھرانغا ئېلىپ بارغانلىقىنى كۆپ كۆردۇق. چۈنكى تەبىئەت بۇنداق ئەھۋالدا بارلىق خىزمەتلىرىدىن يۈز ئۆرۈپ، پۈتۈنلەي كېسەللىككە مەشغۇل بولغان بولىدۇ. بارلىق قۇۋۋەت كېسەللىككە قايتۇرۇلسا، كېسەللىك بىلەن كۈرەش قىلىدۇ ۋە ئۇنى ئىتتىرىدۇ. بەزىدە قۇۋۋەت بۇنىڭغا يەتمەيدۇ. چۈنكى، ئەھۋال ئېغىر بولۇپ، ئېغىرلىقى بىلەن تەبىئەتنى ئاجىزلاشتۇرۇشقا يېقىنلاشمىسا تەبىئەت ھەممە خىزمەتتىن توختىمايدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بوھران ئالامەتلىرىنىڭ ئۆچىنچى، تۆتىنچى كۈنگە ئوخشاش ئارقىمۇئارقا كېلىدىغان ئىككى كۈنگىچە داۋاملىق قوزغىلىشى بوھراننىڭ تېز بولۇشىغا دالالەت قىلىدۇ. بوھراننىڭ ياخشى ياكى يامانلىقى بىز تۆۋەندە

سۆزلەيدىغان قوشۇمچە ئالامەتلەر ئېتىبارى بىلەن بولىدۇ، بولۇپمۇ ئالامەتلەر قىزىتما تۇتۇشتىن بەك بۇرۇن ئاشكارىلانسا، شۇنىڭدەك تومۇر ھەرىكىتىدە بىراقلا ئۆزگىرىش كۆرۈلسە. ئەگەر ئۆزگىرىش تومۇر چوڭىيىشقا ۋە تۆۋەنلىمەسلىككە مايىل بولسا خۇرسەن بولۇش كېرەك. شۇنى بىلىش لازىمكى، كېسەللىك كۈنلىرىدە بەدەننىڭ قۇرۇق ۋە ئورۇق بولۇشى بوھراننىڭ ياخشىلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بەك قۇرۇقلۇقتىن بولغان كېسەللىكلەر بىمارنى ئۆلتۈرىدۇ ياكى بوھرانى ئاستا بولىدۇ.

بەزىدە بوھراننىڭ ۋاقتىلىرى ۋە ئۇنىڭ بارلىق ئەھۋاللىرى ھەم ئالامەتلىرىنىڭ ھۆكۈملىرىگە كۆپىنچە بىمارلارنىڭ ئەھۋالى دالالەت قىلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئۆرلەپ سوقىدىغان تومۇر تازىلىنىشتىن بولغان بوھران تۈرلىرىگە ئورتاق بولغان ئالامەتكە ئوخشاشتۇر. لېكىن چوڭ تومۇر بوھراننىڭ تەرلەش بىلەن ياكى بۇرۇن قاناش بىلەن سىرتىغا ھەرىكەت قىلغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. تومۇر چوڭ بولمىغان ۋە ئىچكى تەرەپكە تېز سوققان تومۇر قەي ۋە ئىچ سۈرۈشكە دالالەت قىلىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، تەبىئەت كۈچەيگەن تۇرۇپ ماددىنى ئىتتىرىشكە بولغان ھەرقانداق بىرلىششتە گەرچە ئىككى تەرەپكە مايىللىق بولمىسىمۇ، تومۇر يۇقىرى ئۆرلەپ سوقۇشتىن خالىي بولمايدۇ. تەبىئەت كۈچىيىشتىن بۇرۇن تومۇرنىڭ تۆۋەن ۋە بېسىلغان ھالەتتە سوقۇشى زۆرۈر بولىدۇ. بەزىدە قەي قىلىش ۋە تەرلەشكە ئوخشاش ئىككى خىل ئەھۋال بولىدۇ. بۇ قانۇنىيەتلەرنى كېيىنچە تەپسىلىرەك سۆزلەيمىز.

2 ـ پەسىل بوھراندا ماددىنىڭ يۇقىرىغا ھەرىكەت قىلىش ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بۇنىڭ ئالامىتى بۇخارات ئۆرلىگەنلىكتىن ياكى ئاشقازان كىرىش ئېغىزى شېرىكلەشكەنلىكتىن باش ئاغرىشتۇر.

3 ـ پەسىل قەينىكى ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بۇنىڭ ئالامەتلىرى باش قېيىش ۋە ئىككى چېكە ئېغىرلىشىش، قۇلاق قىچقىرىش، گاسلىق قاتارلىقلاردۇر. بۇنىڭ ھەممىسى بىراقلا يۈز بېرىدۇ ھەمدە دەم سىقىلىش، بويۇن ئاغرىش، قورساق پەردىسى ۋە قۇۋۇرغا باشلىرى ئاغرىماستىن، ئۈستى تەرەپكە تارتىشىش، باشنىڭ ھارارىتى ئۆرلەش قاتارلىقلار قوشۇلۇپ كېلىدۇ ياكى ئۇنىڭدىن ئازراق ئىلگىرى كېلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، كېسەللىك ۋە ئەگەشمە كېسەللىكلەر كېچىدە كۈچەيىدۇ. چۈنكى، كېچىدە تەبىئەت ھەممە نەرسىدىن ماددىنى پىشۇرۇش ۋە ئۇنىڭ باشقىسىغا يۈزلىنىدۇ.

4 ـ پەسىل يۇقىرىقىلارنىڭ تەپسىلىي ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئەگەر بۇنىڭغا كۆز تورلىشىش ۋە قاراڭغۇلىشىش، ئېغىزى ئاچچىق بولۇش، تۆۋەنكى كالپۇك لىكىلداش قوشۇلۇپ كەلسە، ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا ئاغرىق ياكى كۆڭۈل ئېلىشىش يۈز بەرگەنلىكى ياكى شۆلگەينىڭ سىرغىغانلىقى، تومۇر ھەرىكىتىنىڭ سىقىلغانلىقى ۋە تۆۋەنلىكىنى تېخىمۇ كۈچەيتىپ بېرىدۇ. بولۇپمۇ بىمارغا بۇنىڭ ئارقىسىدىن تىترەش ۋە قوۋۇرغا بېشىنىڭ ئاستى سوۋۇش يەتسە، بوھراننىڭ قەي بىلەن بولىدىغانلىقىغا ھۆكۈم قىلىنىدۇ. ماددا سەپرا ماددىسى بولسا ۋە قىزىتما سەپرادىن بولغان قىزىتما بولسا، بىراق كۆيدۈرگۈچى قىزىتما بولمىسا، بولۇپمۇ بۇ ھالەتتە چىرايى سارغايسا ياكى رەڭگى خۇنۈكلەشسە، باش ئېغىرلاشقاندىن كېيىن يۈز بەرگەن قەي ۋە بالىلاردىكى ئاشقازان ئاغرىقىدىن كېيىن يۈز بەرگەن قەي بالىلارنىڭ نېرۋىسى ئاجىز بولغانلىقتىن تەشەننۇجىنى، ئايالىلاردا

ئۇلارنىڭ بالياتقۇسى ئادەتلىنىپ قالغانلىقتىن بالياتقۇ ئاغرىقىنى، ياشانغانلاردا ئۇلارنىڭ قۇۋۇشتى ئاجىز بولۇپ، ھەربىر ئادەتلەنگەن مادىدا تارقىغانلىقتىن ھەر خىل كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئەگەر بۇنىڭغا جىگەر ياكى تال تەرەپتە ئاغرىماستىن تارتىشىش قوشۇلسا، تالمۇ يۇقىرىقى ئەزالارغا بۇرۇن تەرەپ ۋە ئۇنىڭ تومۇرلىرىغا يېقىنلىشىدىغان تومۇرلار بىلەن شېرىك بولىدۇ (گەرچە ئۇ تومۇر بىلەن تۇتاشمىسىمۇ) ۋە بىمار پارقىراپ تۇرىدىغان قىزىل سىزىقلارنى كۆرسە، چىرايى، كۆزى، بۇرنى ياكى بۇرۇننىڭ بىر تەرىپى بەك قىزارسا ۋە بىراقلا ياش ئاقسا، تومۇرى يۇقىرىغا ئۆرلىسە ۋە دولقۇنلىسا، تېزراق كېڭەيسە، بۇرۇن قېچىشسا ۋە باشنىڭ ھارارىتى بەك ئۆرلىسە، باش لوقۇلداپ ئاغرىسا، بۇرۇن قاناش كۆتۈلىدۇ، بولۇپمۇ كېسەللىك، بىمارنىڭ يېشى، ئادىتى، مىزاجى ۋە باشقا ئالامەتلەر مادىدىنىڭ قان مادىدىسى ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلسا. بۇنىڭغا ئاساسەن سەپرادىن بولغان كېسەللىكمۇ بەزىدە بۇرۇن قاناش بىلەن بوھران بولىدۇ ۋە بۇرۇن قاناش بىلەن كۆز ئالدىدىكى چاقناشلار، يېپىقا ۋە ئوتقا ئوخشاش نەرسىلەر كۆرۈنۈشتىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. بۇنىڭ كۆپىنچىسى سەپرادىن بولغان كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىدا بولىدۇ.

بەزىدە كۆزنىڭ چاقنىشى ۋە بۇرۇنىنىڭ قېچىشىشى، بۇرۇن قاناشنىڭ ئوڭ بۇرۇندىن ياكى سول بۇرۇندىن ۋە ياكى ھەر ئىككى تەرەپتىن بىرگە بولىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە بۇ ئالامەتلەرگە بىمارغا بوھران كۈنىدە يېتىدىغان توڭلاش، قورساق ۋە تېرە قۇرغاقلىشىش قاتارلىقلار يارىدەم بېرىدۇ. بەزىدە بىمارنىڭ يېشى دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى، بۇرۇن قاناش كۆپىنچە يېشى ئوتتۇزدىن تۆۋەن كىشىلەردە يۈز بېرىدۇ. بەزىدە بۇ ئالامەتلەرگە باش ئاغرىقىنىڭ باشقا ئاغرىقلار بىلەن بىرگە بولغان قەينىڭ يۈز بېرىشى سەۋەب بولىدىغان باش ئاغرىقىدىن بەكرەك كۈچىيىپ كېتىشى، ھارارەت ئۆرلەش ۋە قىزىتما دالالەت قىلىدۇ. باشقا ئالامەتلەر ئۆلۈم ئالامىتى بولماستىن ياخشى ئالامەت بولىدۇ. بۇنداق ھالەتتە بۇرۇن قاناش كۈتۈلىدۇ. تېۋىپ بۇلارنىڭ ھەممىسگە ياخشى رىئايە قىلىش لازىم.

5 ـ پەسىل يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئورتاق ۋە خاس ئالامەتلەرنىڭ ھۆكمى توغرىسىدا

يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئالامەتلەرنىڭ بەزىسى بۇرۇن قاناشقا لايىقراقتۇر. مەسىلەن: كۆز ياشاڭغىراش، قۇلاق غوڭۇلداش، گاسلىق، قوۋۇرغا باشلىرى، جىگەر ۋە تالنىڭ ئىككى تەرىپىنىڭ بىرگە ئاغرىماستىن تارتىشىشى ۋە باشنىڭ ھارارىتى ئۆرلەش قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بەزىسى قەيگە خاسراقتۇر. مەسىلەن: دەم سىقىلىش ۋە قوۋۇرغا بېشى مۇتلەق ئالدى تەرەپكە تارتىشىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بۇ تارتىشىشنىڭ كۆپىنچىسى ئاشقازاندىكى ئاغرىق بىلەن بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇرۇن قاناش ئالامەتلىرى قاتارىدىكى دەم سىقىلىش كاۋاك ئەزا ماددىغا تولۇپ، ماددىسىنى ئۇستى تەرەپكە ئىتتىرىپ نەپەس ئەزالىرى سىقىلغانلىق سەۋەبتىن، تەبىئەت بۇرۇن قاناش بىلەن ئىتتىرىشكە تەييار بولغاندا يۇز بېرىدۇ. قەي ۋە بۇرۇن قاناشقا خاس ئالامەتلەردىن ئىككىسىنىڭ بىرىدە مەۋجۇت بولغان ئالامەت يەنە بىرىدە مەۋجۇت بولغان ئالامەتكە قارشى بولىدۇ. خۇددى كۆزگە چاقنايدىغان نۇرلارنىڭ كۆرۈنۈشى بۇرۇن قاناشنىڭ ئالامەتلىرىدىن بولۇپ، بۇ قەينىڭ ئالامەتلىرىدىن بولغان كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش ۋە كۆز تورلىشىشقا قارشى؛ چىرايى قىزىرىش بۇرۇن قاناشنىڭ ئالامەتلىرىدىن بولۇپ، ئۇنىڭغا قەينىڭ ئالامەتلىرىدىن بولغان رەڭگى ئۆڭۈش ۋە سارغىيىش قارشى كېلىدۇ. بەزىدە ئۇنداق بولمايدۇ. مەسىلەن: كالپۇك لىكىلداش قەينىڭ ئالامەتلىرىدىن بولۇپ، ئۇنىڭغا بۇرۇن قاناشنىڭ ئالامەتلىرىدىن قارشى كېلىدىغىنى يوقتۇر. مەسىلەن: بۇرۇن قىچىشىش بۇرۇن قاناش ئالامەتلىرىدىن بولۇپ، ئۇنىڭغا قەي ئالامەتلىرىدىن قارشى كېلىدىغىنى يوقتۇر.

6 ـ پەسىل ماددىنىڭ تەرگە مايىل بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئەگەر تومۇر بەك دولقۇنسىمان سوقسا ۋە قولنى تېرىگە قويغاندا قول ئاستىدا ھۆللۈك پەيدا بولسا، تېرە رەڭگى قىزارسا، شۇنىڭ بىلەن بىرگە تېرە بۇرۇنقىدىن بەكرەك قىزىق بىلىنسە، بۇرۇنقىدىن بەكرەك كۆپسە، قىزارسا ۋە سۈيدۈك قويۇققا مايىل رەڭلىك بولسا، بولۇپمۇ تۆتنىچى كۈنى رەڭلىك بولۇپ، يەتتىنچى كۈنى قويۇقلاشسا تەرلەشنى پەيدا قىلىدۇ. شۇنداقلا بىرەر كېسەللىكتە كۆچلۈك تىترەش يۈز بەرسە، ئۇنىڭدىن كېيىن قىزىتما كۆچەيسە ۋە بىمارنىڭ قۇۋۋىتى كۆچلۈك، ئالامەتلىرى ياخشى بولسا تەرلەش كۆتۈلىدۇ. بولۇپمۇ چوڭ ـ كىچىك تەرەت ئاز بولسا ۋە ئازلىقى داۋاملاشسا.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، كۆيدۈرگۈچى قىزىتما بۇرۇن قاناش بىلەن بوھران بولمىسا، تەرلەش بىلەن بوھران بولىدۇ ۋە ئۇنىڭدىن بۇرۇن تىترەش بولىدۇ، بىمار چۈشىدە مۇنچا ۋە ئابزەننىڭ تەييارلىقىنى كۆرسە، ئۇ تەرلەشنىڭ دەللىدۇر. سۈيدۈكنىڭ رەڭلىك بولۇشى ئاۋۋالقىسى دالالەت قىلغاندەك ماددىنىڭ تومۇرلار يولىدىن بوھران بولىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. شۇ يول تەرلەش ياكى سۈيدۈكتۇر. ئاندىن بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر بىلەن پەرقلەندۈرىدۇ. تەرلەش بوھرانىنى كۆپ ئېچ سۇرۇش بىلەن كۈتمەسلىك، شۇنداقلا تەرلەش بىلەن كۈتۈلىدىغان تازىلاشقا ھاراڑەت كۆپىيىپ، تارقاش ۋە كۈچلۈك قۇۋۋەت غەلبە قىلغان بولۇشى لازىم.

7 ـ پەسىل ماددىنىڭ سۈيدۈك ئەزالىرىغا مايىل بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بۇنىڭغا دوۋساقتىكى ئېغرىلىق، چوڭ تەرەتنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى ۋە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان ئېچ سۇرۇش ئالامەتلىرى، شۇنداقلا يۇقىرىدا سۆزلىگەن

قەي، بۇرۇن قاناش، تەرلەش ئالامەتلىرىنىڭ يوقىلىشى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، دوۋساق ئېغىر بولۇش بىلەن بىرگە سۈيدۈك يولى كۆيۈشۈش ۋە باشقا ئالامەتلەر بوھراننىڭ سۈيدۈك مېڭىش بىلەن بولىدىغانلىقىنىڭ كۆچلۈك دەلىلىدۇر. بەزىدە بوھراننىڭ سۈيدۈك بىلەن بولىدىغانلىقىغا كۈنلەرنىڭ ھەممىسىدە سۈيدۈكنىڭ ئېتىلىپ چىقىشى ۋە ئۇنىڭ قويۇق بولۇشى دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە سۈيدۈك راۋان بولۇش چوڭ تەرەت بايانىدا سۆزلەنگەن بويىچە چوڭ تەرەتنىڭ ئالامەتلىرى بىلەن بولىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇ ۋاقىتتا بىمارنىڭ تەبئىتىدە ئىچ سۇرۇش ۋە تەرلەش ئاز بولۇش بىلەن بىرگە، دوۋساقتا سۈيدۈك كۆپ يىغىلسا ۋە سىرتقى تەرىپى قاتتىق بولسا، ئىچ سۇرۇش ۋە تەرلەش بولماستىن سۈيدۈك بىلەن بوھران بولىدىغانلىقى كۆتۈلىدۇ، بولۇپمۇ قىش پەسلىدە.

8 ـ پەسىل ماددىنىڭ چوڭ تەرەت يولىغا مايىل بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ماددىنىڭ چوڭ تەرەت يولىغا مايىل بولغانلىقىغا دەسلەپتە ئېشىندىنىڭ قاندىن بولغان ئېشىندى بولماسلىقى ۋە شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئېشىندىنىڭ كۆپ بولۇشى بىلىنگەندە ئېشىندىنىڭ توختاپ قېلىشى دالالەت قىلىدۇ. ئاندىن ئۇنى سۈيدۈك تۇسۇلۇش، قورساقنىڭ پۈتۈن قىسمى ئاغرىش، قورساقنىڭ تۆۋەنكى قىسمى ئېغرلاش، قەي ئالامتى يوقىلىپ، قورساق كۆرۈكسىراش، سۈيدۈك نەيچىسى ئېسىلىش، چوڭ تەرەت ئادەتتىكىدىن رەڭلىكرەك بولۇش ۋە قوۋۇرغا بېشىنىڭ تۆۋەن تەرىپىنىڭ كۆتۈرۈلۈۋېلىشى ۋە چىقىۋېلىشى، قورساق كورىكراشنىڭ بەل ئاغرىقىغا ئۆزگىرىشى قاتارلىقلار كۆچلەندۈرۈپ بېرىدۇ. بەزىدە بۇ يەلدىن بولىدۇ، بەزىدە سۈيدۈك راۋان بولۇپ، چوڭ تەرەتنىڭ ئالامەتلىرىگە قارشى كېلىدۇ، بولۇپمۇ قورسقى ئومۇرتقىسىغا چاپلىشىپ قالغان تېنى كىچىك بىمارلاردا ۋە سوغۇق

ھاۋادا. تومۇر كۆچلۈك بولۇش بىلەن بىرگە كىچىك سوقىدۇ، قاتتىق بولمايدۇ. ئۇنىڭ كىچىك سوقۇشى تۆۋەنلىگەنلىكى ۋەجىدىندۇر.

بەزىدە ئىچ سۈرۈشتىن بولغان بوھرانغا ئادەتتە بۇرۇن قاناش، تەرلەشنىڭ ئازلىقى ۋە ئىچ سۈرۈشنىڭ كۆپلۈكى دالالەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ سوغۇق سۇ ئىچىشكە ئادەتلىنىپ كەتكەن كىشىلەردە. ئېيتىلىشچە، قاچانكى سەپرادىن بولغان قىزىتمىدا بوھراندىن كېيىن سۈيدۈك ئاق، سۈيۇق بولسا، ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشقا يېقىنلىشىدىغان ئىچ سۈرۈش كۆتۈلىدۇ. چۈنكى، سەپرا سۈيدۈك ۋە ئۇنىڭ باشقىسى بىلەن چىقمىسا، ئىچ سۈرۈش بىلەن چىقىدۇ. تەر كۆپ بولۇش ياكى سۈيدۈك كۆپ ئېقىش بىلەن بىرگە بولغان ئىچ سۈرۈش بىلەن بوھران بەك ئاز يۈز بېرىدۇ.

9 ـ پەسىل بوھراننىڭ بالىياتقۇ يولىدىن بولىدىغانلىقىنىڭ ئالامىتى توغرىسىدا

باشقا ئالامەتلەر تېپىلمىسا ۋە ئىچ سۈرۈش خاراكتېرلىك تازىلاش بولمىسا، بالىياتقۇدا ئېغىرلىق، توققۇزكۆزدە ئاغرىق ۋە تارتىشىش بولسا، بوھراننىڭ ھەيزىلىك ئىكەنلىكىگە ھۆكۈم قىلىنىدۇ.

10 ـ پەسىل بوھراننىڭ مەقئەت تومۇرلىرىنىڭ كۆپۈشىدىن بولىدىغانلىقىنىڭ ئالامىتى توغرىسىدا

بۇنىڭغا باشقا ئالامەتلەرنىڭ بولماسلىقى، مەقئەت ئەتراپىدا سۈيۇقلۇقنىڭ ئېقىشى ۋە ئېغىرلىقىنىڭ بولۇشى، تومۇرنىڭ كۆچلۈككە مايىل چوڭ سوقۇشى دالالەت قىلىدۇ.

11 - پەسىل بوھراننىڭ يۆتكىلىش بىلەن بولۇشىنىڭ ئالامىتى توغرىسىدا

يۆتكىلىش بىلەن بولغان بوھراننىڭ ئالامەتلىرى ئاغرىق مۇقىم بولۇش، سۈيدۈك، چوڭ تەرەت، كۆپ تەرلەش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت تازىلىنىشلارنىڭ توختاپ قېلىشى بىلەن بىرگە قىزىتما كۈچلۈك بولۇش، قۇۋۇەت ساغلام، تومۇر ھەربىتى ياخشى بولۇش بىلەن بىرگە پىشىش كېچىكىش ياكى پىشماسلىق قاتارلىقلاردۇر، بولۇپمۇ پىشمايدىغان ئاستا خاراكتېرلىك يېنىك كېسەللىكلەردە. ئاغرىق ۋە ئۇنىڭغا ياندىشىدىغان بوش ئورۇنلاردىكى تومۇرلارنىڭ كۆپىشى ھارارەتنىڭ كۈچلۈك بولۇشى يۆتكىلىش تەرەپكە دالالەت قىلىدۇ. يەنە ئاجىز ئەزالار بار تەرەپ ياكى بوغۇم ئاغرىقى ياكى چارچىغان ئەزا بار تەرەپمۇ بوھراننىڭ ئالامەتلىرىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەمما قوۋۇرغا بېشى تارتىشسا ۋە ئاغرىسا، ئۇنىڭدىن ماددا مايىل بولغان ئورۇننىڭ ئۆزىگە ۋە ماددا مايىل بولغان تەرەپكە دەلىل ئىزدەش مۇمكىن بولمايدۇ. چۈنكى بۇ، مايىل بولۇشلارنىڭ ھەممىسىگە ئورتاق ئالامەتتۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، يۆتكىلىشلەر ۋە يىرىڭلىق ئىششىقلار سوغۇقتا ۋە سوغۇق پەسلىدە ئوتتۇرا ياشلىقلاردا كۆپرەك بولىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى سوغۇقنىڭ ماددىنى توسقۇچى، تۇتقۇچى بولغانلىقىدۇر ھەم شۇنىڭدەك سوغۇق پەسلىدە قۇۋۇەت تولۇق ئىتتىرىلىشتىن ئاجىز كەلگەنلىكى ۋەجىدىندۇر. بەزى تېۋىپلار ئەللىك ياشتىن بولۇپمۇ، ئوتتۇز ياشتىن ئېشىپ كەتكەن كىشىلەرنىڭ بوھرانى يىرىڭلىق ئىششىق ۋە يۆتكىلىش بىلەن ئاز بولىدۇ، دېيىشتى. بۇ ئىشەنچلىك ئەمەستۇر. چۈنكى يۆتكىلىشنىڭ ئىككى سەۋەبى باردۇر. بۇ ئىككىسىنىڭ بىرى ماددىدۇر. ماددا كۆپىنچە قويۇق بولغانلىقى ۋە ئاز ساندا كۆپ بولغانلىقى سەۋەبىدىن تولۇق ئىتتىرىلىشنى قوبۇل قىلمايدۇ. ئىككىنچىسى قۇۋۇەتتە بولىدۇ. بۇنىڭدا قۇۋۇەت بەك

كونترول قىلىدىغان ھالەتتە كۆچلۈك بولمايدۇ ۋە شۇنداقلا رەئىس ئەزالاردىن قەتئىي ئىتتىرمەيدىغان ئاجىز بولمايدۇ. بۇ سەۋەبلەرنىڭ ئىككىسى ياشانغانلارنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىگە مۇناسىپتۇر. كۆپىنچە يۆتكىلىش ئالامەتلىرى بولۇپ، ئۇنىڭدا ئۇشتۇمتۇت چوڭ تازىلاش يۈز بېرىپ، يۆتكىلىش بولمايدۇ. بولۇپمۇ كۆپ ھەم ئاق سۈيدۈك بىلەن تازىلاش بولمايدۇ.

12 ـ پەسىل يۆتكىلىشنىڭ تۆۋەن تەرەپكە بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بۇنىڭ ئالامىتى ھارارەت ئۆرلەش ئىككى سۈيدۈك نەيچىسى ۋە ئىككى ساغرا كۆپۈش بىلەن بىرگە تۆۋەنگە مايىل بولغان ئاغرىق پەيدا بولۇشتۇر.

13 ـ پەسىل يۆتكىلىشنىڭ ئۈستى تەرەپكە بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بۇنىڭغا باش ۋە سەزگۈر ئەزالارنىڭ ئېغىر بولۇشى، بولۇپمۇ قۇلاقنىڭ ئېغىر بولۇشى دالالەت قىلىدۇ. ھەتتا بەزىدە دەم سقىلىش ۋە نەپەس تەرتىپى ئۆزگەرگەندىن كېيىن گاسلىققا ئېلىپ بېرىپ، شۇنىڭ ھەمىسى ئۇشتۇمتۇت پەسىيىدۇ ۋە باشتا پەيدا بولغان ئەھۋاللار پەيدا بولىدۇ. شۇنداقلا ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى پەيدا بولسا، تۇيۇقسىز پەسىيىدۇ. بۇنىڭ كۆپىنچىسى قۇلاق تۈۋىدىكى يىرىڭلىق ئىششىق بىلەن بولىدۇ. شۇنداقلا ئىككى تەرەپتىكى بويۇن تومۇرى كۆپۈش، چېكە لوقۇلداپ ئاغرىش، چىرايىدىكى مۇقىم قىزىللىق يوقىلىش قاتارلىق ئالامەتلەر ئۇشتۇمتۇت پەسىيىدۇ.

14 - پەسل كېسەللىكنىڭ يەنە بىر كېسەللىككە يۆتكەلگەنلىكىنىڭ ئالامىتى توغرىسىدا

ئۆتكۈر كېسەللىكنىڭ كېسەللىك پەسىيىش مەزگىلىدە كۈچىيىۋاتقانلىقى كۆرۈلسە، كېسەللىكنىڭ سوزۇلما كېسەللىككە يۆزلىنىۋاتقانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

15 - پەسل يىرىڭلىق ئىششىقلىق بوھراننىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئەگەر قۇۋۇەت ساغلام، ئالامەتلەر ياخشى بولسا ۋە سۈيدۈكنىڭ سۈيۇقلۇقى ئۇزۇن مەزگىل داۋاملاشسا، بۇ يىرىڭلىق ئىششىقتىن بولغانلىقىغا، شۇنداقلا كېسەللىكنىڭ ئىسسىقلىقى بار ماددىدىن بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بىمارىدا بوھران كۆرۈلمەستىن، بەلكى يۆتكىلىش يولى بىلەن ئاشكارا بولسا، ئاندىن چېكە قىزىل قان تومۇرىنىڭ پەسەيمەيدىغان ھالەتتە بەك كېڭىيىشى، كۆپ لوقۇلداپ ئاغرىشى كۆرۈلسە ۋە چىرايىنىڭ ئۆزگەرگەنلىكى، نەپەسنىڭ ئېشىپ بارغانلىقى ۋە بەزىدە قۇرۇق يۆتەل قاتارلىقلار كۆرۈلسە، بۇ ئالامەتلەر بار كىشىنىڭ بوغۇملىرىدا يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولىدۇ. كېسەللىكتە تەرلەشكە كۆپرەك خاس بولىدىغان ئەزا يىرىڭلىق ئىششىق كۆپرەك كۆتۈلىدىغان ئەزادۇر. قىش پەسلى ۋە ئوتتۇرا ياش مەزگىلى بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن بويىچە بوھرانىنىڭ يىرىڭلىق ئىششىق بىلەن يۈز بېرىش مەزگىللىرى ۋە ئۇنىڭ سەۋەبلىرىدىنىدۇر. بۇ ۋاقىتتا كۆرۈلىدىغان يىرىڭلىق ئىششىقلار پىششىنى ئاستا قوبۇل قىلىدۇ. بىراق ئۇنىڭ قىش ۋە ياشانغانلاردا قايتا كۆرۈلۈشى سوغۇقلۇق پەسەيتكەنلىك سەۋەبتىن ئازراق بولىدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن بەزى تېۋىپلار بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەنگە قارىتا قارشى پىكىرنى ئوتتۇرىغا قويدى.

قىزىتما ئۆرلىگەندە سۇدەك سۈيدۈكنىڭ كۆپ بولۇشى بەدەننىڭ تۆۋەنكى تەرىپىدە ئاغرىق پەيدا بولىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. يىرىڭلىق ئىششىقلىق بوھراننىڭ كۈچلۈك ئالامەتلىرىدىن بىرى، باشقا بوھرانلارنىڭ كېچىكىشى ۋە كېسەللىكىنىڭ يېگىرمە كۈنگە سوزۇلۇشىدۇر. بۇنداق سوزۇلغان كېسەللىكتە بەزى ئورۇندا بىراقلا ئاغرىق يۈز بەرسە، يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولىدۇ، چارچاشتىن بولغان قىزىتمىدا قويۇق سۈيدۈك، بۇرۇن قاناش ۋە ئېچ سۈرۈش بولمىسا، بوغۇملاردا يىرىڭلىق ئىششىق يۈز بېرىدۇ، بولۇپمۇ بوھران كۈنىدە.

بۇنىڭ كۈچلۈك ئالامەتلىرىدىن بىرى شۇكى، كېچىكىدىغان بوھران ئۆزىنىڭ كېچىكىشى بىلەن تولۇق بولمايدۇ ۋە باشقا ئالامەتلەر قايتىلانمايدۇ. چارچاشتىن بولغان قىزىتما تۆتىنچى كۈنىدە قويۇق سۈيدۈك بىلەن بوھران بولمىسا، بۇرۇن قاناش كۈتۈلىدۇ. ئەگەر بۇرۇن قاناش ئۇزۇن بولسا، چارچاپ كەتكەن بوغۇملارنىڭ يىرىڭلىق ئىششىقى كۈتۈلىدۇ ياكى ئىككى ئېغىكنىڭ بىر تەرىپىدە چېنىقىشتىن ياكى ئۆزلۈكىدىن چارچاش بولىدۇ. لېكىن ئىككى ئېغىكتە يۈز بەرگەن يىرىڭلىق ئىششىق تارتىشىدىغان كېسەللىكلەردە كۆپرەك بولىدۇ. چۈنكى، بوغۇملارنىڭ چارچىشى كۈچلۈك بولمىسا، بوغۇملار تارتىلمايدۇ ۋە قىزىتما ئۆرلەيدۇ، بوش گۆشلەر يىرىڭلىق ئىششىقنى قوبۇل قىلىدۇ. چارچاش ھەرىكەتلىك بولسا، يىرىڭلىق ئىششىق بوغۇملاردا كۆپرەك بولىدۇ.

كۆپىنچە يىرىڭلىق ئىششىق كۈتۈلۈپ، ئۇنىڭغا يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرى دالالەت قىلىپ، بىمار ئاز، قويۇق، ئاق رەڭلىك سىيسە، يىرىڭلىق ئىششىق ئىتتىرىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما تىترەش بىلەن باشلىنىپ، تەرلەش بىلەن ئۆرلىسە، ئۇنىڭدا يىرىڭلىق ئىششىق ئاز بولىدۇ. بۇ سەپرادىن بولغان قىزىتما ۋە تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا ئوخشاشتۇر. لېكىن ماددا بەك كۆپ بولىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، قايتىلىنىدىغان تىترەش بىلەن ھەر كۈنى كۆپ ماددىنى تازىلىغاچقا، ئۇنىڭدا يىرىڭلىق ئىششىق ئۇچۇن ماددا ئىنتايىن ئاز ئېشىپ قالىدۇ. بۇ يالغۇز ماددا بولغاندا بولىدۇ. تەرلەش بىلەن بولسا، قانداق تازىلانمىسۇن قويۇق سۈيدۈك بىلەنمۇ يىرىڭلىق ئىششىق ئاز بولىدۇ. سوزۇلما كېسەللىكلەردە بولىدىغان

يىرىڭلىق ئىششقلار كۆپىنچە تۆۋەنكى ئەزالاردا ۋە ئۇستۇنكى ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە، ئوتتۇرىدىكى ئەزالاردا ۋە ئىككى تەرەپتىكى ئەزالاردا بولىدۇ، بەلغەمدىن بولغان سەرسامدا قۇلاق تۈۋىدە يىرىڭلىق ئىششق بولىدۇ. بۇ يىرىڭلىق ئىششقلار بىلەن كۆپىنچە تولۇق بوھران يۈز بېرىدۇ ۋە زاتىرىيە كۆپىنچە بوغۇملار يىرىڭلىق ئىششقى بىلەن بوھران بولىدۇ.

16 ـ پەسل بۇ يىرىڭلىق ئىششقلارنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

بۇ يىرىڭلىق ئىششقلاردىن پەيدا بولۇپ، كۆپەمستىن يوقالغانلىرىنىڭ ئەھۋالى ئىككى خىل بولىدۇ ياكى بۇرۇنقىدىن چوڭراق قايتا چىقىدۇ ياكى ئۆز پېتى چىقىدۇ ياكى ماددا بوغۇملارغا ۋە ئاغرىغان ياكى چارچىغان ياكى ئاجىزلاشقان ئەزالارغا ئىتتىرىلىدۇ. بۇ يىرىڭلىق ئىششقنىڭ ياخشىسى يەڭگىللىك كەلتۈرگەن، ماددا پىشقاندىن كېيىن پەيدا بولغان، سىرتىغا بەك مايىل بولغان ۋە رەئىس ئەزالاردىن يىراق بولغىنىدۇر، بۇ ئىششقلاردىن يېنىك باسسا بېسىلىدىغانلىرى قاتتىق ئۆتكۈر ئىششقلاردىن زىيىنى يېنىكرەك بولغىنىدۇر. بىراق ئۇ سوغۇق بولغانلىقى ئۈچۈن ئاستىراق ساقىيىدۇ. ئۇنىڭغا قاتتىق ئاغرىق قوشۇلۇپ كەلمەگەچكە يېنىك بولىدۇ. بۇنداق ئىششق بىلەن ئەگەر قىزىتما قېپقالسا ۋە تارقىمسا ئاتمىش كۈندىن كېيىن يىرىڭ يىغىدۇ. بۇنىڭدىن تۆۋەنرەك يىرىڭلىق ئىششق يىگىرمە كۈن بىلەن ئاتمىش كۈن ئارىسىدا يىرىڭ يىغىدۇ. يىرىڭلىق ئىششقلارنىڭ يېنىكرەكى شۇكى، ماددا مايىل بولغان ئەزا تۆۋەندىكى ئەزا بولىدۇ ۋە ناچار ماددىنىڭ ھەممىسىنى سىغدۇرالايدىغان ئورنى كەڭرى بولىدۇ. ئەگەر ئۇ ئورۇن ماددىنى سىغدۇرالمىسا، بىلىمسىز تېۋىپ ماددىنى سوۋۇتۇش بىلەن قايتۇرىدۇ. ماددا كەلگەن ئورۇنغا قايتقاندا ئۇنىڭ بۇزىدىغان ئورۇنلارغا ئىككىنچى قېتىم قايتىشىدىن ئۇ ئورۇنلاردا كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ. بەزىدە ماددىدىكى ئوفۇنەت ۋە قايتىلىشىتىن ئادەمنى

هالاك قىلىدۇ. بوھران يىرىڭلىق ئىششىقلىرىنىڭ يامانراقى ئىچكى ئەزاغا مايىل بولغىنى ياكى ئىچكى ئەزادا بولغىنىدۇر. لېكىن يىرىڭلىق ئىششىق چىقىشقا ئەڭ لايىق ئورۇن ئاجىز ۋە سوزۇلما كېسەللىك بار ئورۇندۇر، بولۇپمۇ تۆۋەنكى ئەزالار ۋە كۆپ تەرلەشكە خاس ئەزالاردىكى يىرىڭلىق ئىششقلارنىڭ ياخشىراقى ۋە ئۇنىڭ قايتا قوزغىلىشتىن يىراقراقى ئېغىز ئالغىنىدۇر، خۇددى يىرىڭلىق ئىششىقتىن دەللىرى غايىب بولغانلىرى قايتا قوزغالغاندەك.

17 ـ پەسىل تەشەننۇج يۇز بېرىشنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

كىچىك باللار ئۇخلىغاندا چۆچۈسە ۋە يىغىسى كۆپ بولسا ھەم قەۋزىيەت بولسا، رەڭگى قىزىل، كۆك، تۇتۇققا مايىل بولسا تەشەننۇج كۈتۈلىدۇ. بۇ توققۇز ياشقىچە بولىدۇ. باللار قانچە كىچىك بولسا تەشەننۇج شۇنچە كۆپ بولىدۇ. ئەمما ياشلاردىكى ئۆتكۈر قىزىتمىدا كۆزلىرى ئالغاي بولۇپ قالسا، كۆزىنى كۆپ چىمچىقلاتسا، بويىنى ۋە يۈزى مايماق بولسا، چىشلىرىنى كۆپ غۇچۇرلاتسا، تەشەننۇجنىڭ يۇز بېرىدىغانلىقىغا ھۆكۈم قىلىنىدۇ. كۆپىنچە قىزىتمىلىق ۋە قىزىتمىسىز بويۇن ئاغرىقى ئۇزۇن بولىدۇ. ئەگەر ئىسسىقتىن بولغان ئىششق بولسا، بولۇپمۇ مۇشۇ ئورۇنلارنىڭ ئەتراپلىرىدا بولسا ئىششق كېسۈپتىلىدۇ.

18 ـ پەسىل تىتىرەش يۇز بېرىشنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئەگەر ئۆتكۈر قىزىتمىدا كېسەللىكنىڭ يېنىكلىك ئالامەتلىرى ۋە ياخشى بوھران ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، سۈيدۈك ئاز بولسا، يېقىندا بوھران يۇز بېرىدىغان تىتىرەشنىڭ پەيدا بولۇشىنى بىلۈپلىش لازىم، بولۇپمۇ، نورمال ئىچ سۈرۈش يۇز بەرسە. ئەمما

نورمال ئىچ سۈرۈش كۈتۈلگەن تىترەشنى قايتۇرىۋېتىلمەيدۇ. كۆپىنچە تىترەشكە تەرلەش ئەگىشىپ كېلىدۇ. چۈنكى تىترەش ئۆتكۈر، كۆيدۈرگۈچى كېسەللىكلەردە تەرلەشنىڭ مۇقەددىمسى ھېسابلىنىدۇ.

19 ـ پەسىل ياخشى بوھرانغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، ياخشى بوھرانىنىڭ ئالامەتلىرىنىڭ ياخشىراقى شۇكى، پىشىش تولۇق بولىدۇ ھەمدە ياخشى بوھرانىنىڭ مۇناسىپ كۈنلىرىدىن ئاگاھلاندۇرغان بولىدۇ، بوھران يۆتكىلىش ۋە يىرىڭلىق ئىششىق بىلەن ئەمەس، بەلكى تازىلىنىش بىلەن بولىدۇ. تازىلاش كېسەللىكنى پەيدا قىلغان خىلتنى مۇناسىپ تەرەپكە ئاسان تازىلاش بىلەن بولىدۇ. بەزىدە بوھرانىنىڭ ياخشىلىقى بىلەن بوھران مۇناسىپ بوھران بولغاندا، كېسەللىكنىڭ تۈرىگە ئىشەنچ قىلىنىدۇ. مەسىلەن: سەپرادىن بولغان قىزىتما ۋە كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىغا ئوخشاش. كېسەللىكنىڭ ئەھۋالىغمۇ ئىشەنچ قىلىنىدۇ. مەسىلەن: قۇۋۇەت ۋە تومۇر ھەربىتى لايىقدا بولغان قىزىتمىغا ئوخشاش. قۇۋۇەت ۋە تومۇر ئەھۋالى ئېغىر ئالامەت ۋاقىتلىرىدا كۆچلۈك، ئېنىق بولسا، بولۇپمۇ قۇۋۇەت زىيادە بولسا ۋە تومۇرنىڭ قالايمىقانلىقى ئېغىر بولسا ھەم تەكشىلەنسە ئۇلارغا تايىنىشقا بولىدۇ. بۇنىڭ ھەممىسى راھەت، يېنىكلىككە قوشۇلۇپ كەلگەندۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ناچار ئالامەتلەر بىرلەشسە ۋە ئۇ كۈن بوھران كۈنى بولسا، ساقىيىش ئۈمىدى كۆچلۈكرەك بولىدۇ، ئۇنىڭغا تايىنىش لازىم. كۆپىنچە قورقۇنچلۇق ئالامەتلەر ئېغىر بولسىمۇ، تومۇر ھەربىتى ساغلام، تەكشى، كۆچلۈك كۆرۈلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، خىلتلىرى ياخشى بىماردا، كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە

سۈيدۈكىدە پىشىش كۆرۈلسە، خاتىرجەم بولسا بولىدۇ. ھەرقاچان بىمارىدا ئېغىر ئالامەتلەر كۆرۈلسە، ئۇنىڭ بىلەن خۇشال بولۇش زۆرۈردۇر، چۈنكى بوھران يېقىنلاشقان بولىدۇ.

20 - پەسىل يامان بوھرانغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

بۇنىڭ ئاساسلىرى شۇكى، بۇ ئالامەتلەر يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ياخشى ئالامەتلەرنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ. بۇ شۇنداق بولىدۇكى، بوھران كېسەللىك ئاخىرلىشىشتىن ۋە پىشىشتىن بۇرۇن بولىدۇ. بۇنى بۇقرات ئىلگىرى بولغۇچى بوھران دەپ ئاتىغان. ئۇنىڭ يامانلىقىنىڭ سەۋەبى ھەممىگە مەلۇمدۇر. ئۇ بوھران بوھران كۈنىنىڭ باشقىسىدا بولىدۇ، شۇنىڭدەك تومۇر ھەربىكتى تۆۋەنلەشكە ۋە كىچىكلەشكە باشلىغان بولىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بوھران ئالامەتلىرى كېسەللىك پىشىشتىن ۋە ئاخىرلىشىشتىن ئىلگىرى كۆرۈلسە ۋە تېز تازىلاش ئەگىشىپ كەلسە، ئۇنىڭغا ئالدىنىپ قالماسلىق لازىم. بۇ، ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن ۋە بۇ تەدبىرسىز ئاجىزلىقتىن بولغان ئىتتىرىشتۇر، خۇددى ئېنىق تازىلىماي تۇرۇپ بىمار ھېس قىلىدىغان يېنىكلىك ئالدانماسلىق زۆرۈر بولغان نەرسىلەردىن بولغىنىدەك. بۇ ماددىنىڭ ياخشىلىقىدىن ئەمەس، بەلكى ھەربىرىكەتسىزلىكىدىندۇر. كۆپىنچە ماددا پىشىدۇ ۋە تەبىئەت ئاجىز بولغانلىقتىن ئۇنى ئىتتىرىشكە ئاجىز كېلىدۇ.

21 - پەسىل يامان بوھرانغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەرنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

ئەگەر ماددا پىشىماسلىقتىن ئىبارەت ناچار ئالامەت ياكى ماددا تېگىشلىك پىشىشتىن ئۆزگىرىش ۋە بۇنىڭدىن باشقا ناچار ئالامەتلەر بىرلەشسە ۋە بۇ

ئالامەتلەردىن بىمارنىڭ ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقىغا ھۆكۈم قىلىنسا، بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن بوھراننىڭ ئىلگىرىكى سەۋەبلىرىنىڭ ئەھۋالىدىن بىلىنگەن نەرسىلەر بىلەن تېز ۋە ئاستا ئۆلۈپ كېتىشكە ھۆكۈم قىلىنىدۇ. بۇنىڭ مىسالى شۇكى، ئالامەتلەر ناچار بولسا ۋە قارا چۆكمە ياكى ئۇنىڭ باشقىسى بولسا ۋە بۇلار تۆتىنچى كۈنىدە كۆرۈلسە، بىمار يەتتىنچى كۈنى ئۆلىدۇ ياكى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سەۋەبلەر ئۆلۈپ كېتىشكە سەۋەب بولسا، ئالتىنچى كۈنى ئۆلۈپ كېتىدۇ.

22 ـ پەسىل پىششىقنىڭ ئالامەتلىرى ۋە ئۇنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

پىششىق سۈيدۈكتىن بىلىنىدۇ، بۇ ئۆز ئورنىدا شەرھلىنىدۇ. چۆكمە بولمىسا، سۈيدۈكنىڭ قېنىق رەڭلىك بولۇشى بىلەن ئالدىنماسلىق لازىم، چۈنكى بۇ پىشقانلىقتىن ئەمەستۇر. قىيامى پىشماسلىق رەڭگى پىشماسلىقتىن بەكرەك زىيان قىلىدۇ. چۈنكى ماددا قىيامى بىلەن تەستە ياكى ئاسانلا ئىتتىرىلىشكە تەييار بولىدۇ. ئەگەر كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە پىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بىمار شەكسىز ساغلامدۇر. ئەگەر پىشىش ئالامەتلىرى كېچىكسە، خەتەرلىك بولۇش بىلەن بىرگە ئالامەتلەرنىڭ دائىم بولۇشى زۆرۈر ئەمەستۇر. بەزىدە پىشىش ئۇزۇن، خەتەرسىز بولىدۇ. ھەرقاچان ياخشى بوھران بولسا پىشقان بولىدۇ. ھەرقاچان پىشىش بولسا، بوھران بولمايدۇ، بەزىدە كېسەللىك تارقاش بىلەن يوقىلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، پىشىش ئاشكارا بولسا، قىزىتمىنىڭ كۆچى بولمايدۇ، خۇددى ئىششىق پىشقاندا قاتتىق ئاغرىق بولمىغاندەك. ئەگەر پىشىش كېچىكسە ۋە ئەگەشمە كېسەللىكلەر يېنىك كۆرۈلسە ھەم قۇۋۋەت جايىدا بولسا، بوھراننى كۆتۈش لازىم.

23 - پەسىل مۇتلەق ئالامەتلەرنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

رەڭگىدىكى ياكى تۇتقاندىكى ھەرقانداق تۈيۇقسىز ئۆزگىرىش ناچار بولماي، بەلكى بەزىدە چوڭ ياخشىلىققا ۋە مەنپەئەتلىك بوھرانغا دالالەت قىلىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە بەدەننىڭ شۇنىڭدىن كېيىنكى ئەھۋالى ئېتىبارغا ئېلىنىدۇ. ئۇيقۇسىزلىق، چارچاش، چېنىقىش ۋە ئىچ سۇرۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن چىرايى ۋە قول - پۇتلىرىدا يۇز بەرگەن خوراش ئالامەتلىرى يېنىك بولۇپ، ئىككى ياكى ئۇچ كۈندە ياخشىلىنىدۇ. كۆيۈش ۋە قۇۋۇەت تۆۋەنلەش سەۋەبىدىن بولغان ئالامەتلەر ناچاردۇر.

24 - پەسىل ياخشى ئالامەتلەرنىڭ بايانى توغرىسىدا

ياخشى ئالامەتلەر كېسەللىكە بەرداشلىق بېرىش ۋە كېسەل بولۇش بىلەن بىرگە، گەرچە كېسەللىكنىڭ ئەگەشمە ئالامەتلىرى كۆچلۈك بولسىمۇ، بىمارنىڭ قۇۋۇتى ۋە رەڭگرويى جايىدا بولۇش، تومۇر كۈچلۈك ۋە تەرتىپلىك سوقۇش، پىشش ئالامەتلىرى كۆرۈلۈش، بوھران ئۇنۇملۇك بولۇش ۋە بوھران ئالامتى ياخشى بولۇش قاتارلىقلاردۇر. تازىلاشتىن كېيىن بولىدىغان يېنىكلىك، تازىلىنىش بىلەن بىرگە تومۇرنىڭ ياخشىلىنىشقا يۈزلىنىشى، تازىلاشتىن كېيىن يۇز بەرگەن جۇغ - جۇغ قاتارلىقلار ياخشى ئالامەتلەردىندۇر. چۈنكى جۇغ - جۇغ قىزىتمىنىڭ يۇقىرى ئۆرلىگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ ۋە ماددىنى يوقىتىش بىلەن بىرگە ئارقىدىن سوغۇقلۇقنى كەلتۈرىدۇ. زىيانلىق خىلتىنى ئاسان ۋە تۇغرا تازىلاش بۇنىڭدىن ياخشىراقتۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، ناچار ئالامەتلەر بولۇش بىلەن بىرگە قۇۋۇەت

جايدا بولسا كېسەللىكنىڭ ساقىيىشىدىن ئۈمىد قىلىنىدۇ، شۇنداقلا ئەقلى جايىدا بولۇش، نەپسى ياخشى بولۇش، تۈيۇقسىز يۈز بەرگەن يات قورقۇنچلۇق ئەھۋاللارغا ئاسان بەرداشلىق بېرىش، ئۈيقۇدىن كېيىن يېنىكلەش قاتارلىقلار ياخشىدۇر. ياخشى ئالامەتلەر ئىشتىها نورمال بولۇش، غىزانى ياخشى قوبۇل قىلىش، غىزا مەنپەئەت قىلىش، قۇۋۋەتنى قوزغاش قاتارلىقلاردۇر، نەپەسنىڭ ياخشى بولۇشى، چىرايى تەبئىي بولۇش، تەبئىي يېتىش، تەبئىي ئۇخلاش، ئەزالاردا ھارارەت ئوخشاش بولۇش قاتارلىقلارمۇ ياخشى ئالامەتلەردىندۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، قۇۋۋەت ساغلام بولۇش بىلەن بىرگە بولغان ياخشى ئالامەتلەر كېسەلنىڭ تېز ساقىيىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. قۇۋۋەت ئاجىزلاش بىلەن بىرگە بولغان ياخشى ئالامەتلەر كېسەللىكنىڭ ئاستا ساقىيىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

25 ـ پەسل ناچار ئالامەتلەرنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، بەك ناچار ئالامەتلەر ئۆلۈمدىن ئاگاھلاندۇرىدۇ، ئەگەر قۇۋۋەت كۈچلۈك بولسا، كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلىدۇ، ئاندىن ئۆلتۈرىدۇ. ئەگەر قۇۋۋەت ئاجىز بولسا، كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلماي ئۆلتۈرىدۇ.

كۆپىنچە ھالاك قىلغۇچى ئالامەتلەر ناچار كۈنلەردە ئاشكارا بولۇپ، ئاندىن ياخشى بوھران يۈز بېرىپ، ماددا بىرەر ئەزاغا يۆتكىلىپ، ئالامەتلەر يېنىكلەيدۇ. كېسەللىك ئاخىرلاشقاندا ياخشى ئالامەتلەرگە ئىشىنىش، ئۇ ئالامەتلەر تېز يۈز بەرگەندە ھالاك بولۇشتىن قورقۇش، قۇۋۋەتنىڭ تۆۋەنلىگەنلىكى كۆرۈلمىسە، بۇ ئالامەتلەر بىلەن ھۆكۈم قىلماسلىق لازىم.

يالغۇز قۇۋۋەت تۆۋەنلەش ناچار ئالامەتتۇر. زاتىلجەنبە كۆكرەكتىن باشلانغانغا ئوخشاش مۇئەييەن ئەزادىن باشلىنىدىغان ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە شۇ ئەزانىڭ ئەھۋالىغا رىئايە قىلىش لازىم. چۈنكى، بۇ باشقا ئەزالارنىڭ ئەھۋالىغا قارىغاندا بەكرەك دالالەت قىلىدۇ. زاتىلجەنبىدە بەلغەمنىڭ پىششىق سۈيدۈكنىڭ پىششىغا

قارىغاندا سالامەتلىككە بەك دالالەت قىلىدۇ. پاراسەتلىك تەۋسىپ بىمارنىڭ چىرايى، كۆزى ۋە ئۇنىڭ باشقىسىدا تەبىئىي بولمىغان ناچار ھالەتنى كۆپرەك كۆرسە، ئالدى بىلەن شۇ ھالەتنىڭ تەبىئىي ھالەت ياكى تەبىئىي ھالەت ئەمەسلىكىنى بىلىپ، قەتئىي ھۆكۈم قىلماسلىق ھەتتاكى تومۇر سوقۇشى تۇغرىسىدىمۇ قەتئىي ھۆكۈم قىلماسلىق ۋە شۇنداقلا شۇ ھالەتنىڭ كېسەللىكتىن ياكى سىرتقى سەۋەبتىن ئىكەنلىكىنى بىلىش لازىم. مەسىلەن: بەزىدە يىرىكلىكنى پەيدا قىلىدىغان نەرسىنى يېگەنلىكتىن تىلدا ناچار رەڭ ۋە بەك يىرىكلىك پەيدا بولىدۇ، بۇ كېسەللىكتىن ئەمەستۇر.

26 ـ پەسىل ناچار ئالامەتلەرنىڭ بايانى توغرىسىدا

ناچار ئالامەتلەر ئەزانىڭ خىزمەت ئېتىبارى بىلەن ئوخشاش بولمايدۇ. بۇنى ئۆز ئورنىدا تەپسىلىي سۆزلەشكە توغرا كېلىدۇ.

27 ـ پەسىل چىرايغا ئالاقىدار ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئەگەر قىزىتما بىمارنىڭ چىرايى ئۇيقۇسىزلىقتىن، ئاچلىقتىن، تازىلىنىش سەۋەبىدىن ئەمەس، بەلكى سەۋەبسىزلا ئۆلۈكنىڭ چىرايىغا ئوخشاش بولسا، ئۇ ناچار ئالامەتتۇر. بۇ ۋاقىتتا بىمارنىڭ يۈزى ئۆلۈكنىڭ يۈزىگە ئوخشايدىغان، كۆزى ئولتۇرۇشقان، بۇرنى قىرلىق بولغان، چېكە تېرىسى چاپلىشىپ يىغىلىپ قالغان، قۇلىقى سوۋۇغان، يۈزىنىڭ يېغى ئازلىغان، تېرىلىرى تارتىشقان، رەڭگى تۇتۇق ياكى قارا ياكى كۆك ياكى توپا رەڭ بولىدۇ، بولۇپمۇ ئېتىلغان پاختىنىڭ رەڭگىدەك توپا رەڭ بولسا، بۇ تېز ئۆلۈپ كېتىشنىڭ ئالامىتىدۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇ ئۆزگىرىشنىڭ كېسەللىكتىن باشقا سەۋەبلەردىن

بولغنى تەبئىي ھالتىگە تېز قايتىدۇ، گەرچە بىر كېچە - كۈندۈز بولسىمۇ. ئەمما كېسەللىك سەۋەبىدىن بولغان ناچار ئۆزگىرىش ئاسانلىقچە ياخشىلانمايدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن ئاچلىق، تازىلىنىش، ئۇيقۇسىزلىق ۋە شۇ قاتاردا سۆزلەنگەن بىرىنچى ئۆزگىرىشمۇ ياخشى ئەمەستۇر. لېكىن ئۇ باشقىلاردىن بىخەتەرەكتۇر. ئەگەر بۇ ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە بولۇپ قالسا، ناچار ھېسابلىنىدۇ ۋە يېقىندا كېسەللىكنىڭ غەلىبە قىلىدىغانلىقىغا دەلىل بولىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئۇ ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە مۇشۇ يارىمچىنىڭ سەۋەبىدىن ئەمەس، بەلكى كېسەللىك سەۋەبىدىن بولىدىغان ئۆزگىرىشتىن بىخەتەرەكتۇر.

شۇنىڭدەك كېسەللىك سەۋەبىدىن كۆرۈلگەن ئورۇقلاش ۋە چىرايىدىكى ئۆزگىرىش قاتارلىق ئالامەتلەرنى، ئۇيقۇسىزلىق ۋە تازىلىنىش سەۋەبىدىن بولغان ئۆزگىرىشنىڭ پەرقىنى، شۇنداقلا بىز كۆز توغرىسىدا سۆزلىگەن ئەھۋاللارنى بىلىش لازىم. ئەگەر ئۆزگىرىشنىڭ سەۋەبى ئۇيقۇسىزلىق بولسا، بۇنىڭدا قاپاق ئېغىرلىقى ۋە ئېغىر ئۇيقۇغا مايىل بولۇش، تومۇر بەك ئارقىمۇئارقا سوقۇش، زىيانلىق ئۇيقۇ قاتارلىقلار پەيدا بولىدۇ. ئىچ سۇرۇش سەۋەبىدىن بولغان ئۆزگىرىشتە، ئىچ سۇرۇش ئۆزگىرىشتىن ئىلگىرى بولغانلىقى ۋە كۆپ بولغانلىقى بايقىلىدۇ. ئاچلىقتىن بولغان ئۆزگىرىشتە شۇ ئۆزگىرىشنىڭ بىراقلا بولماي، تەدرىجىي پەيدا بولغانلىقى بايقىلىدۇ. ئۆزگىرىشنىڭ كېسەللىكتىن بولغانلىقىنى كۆچلەندۈرىدىغان نەرسىلەرنىڭ بىرى، ئاشۇ سەۋەبلەرنىڭ يوق بولۇشى، قىزىتمىنىڭ بەك ئۆتكۈر بولۇشى، تۇتقاندا قولغا ئوت ئۇچقۇنىدەك نەرسىلەرنىڭ سېزىلىشى قاتارلىقلاردۇر. چىرايىنىڭ بىراقلا سارغىيىشى ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر. چىرايىنىڭ ئۇشتۇمتوت قاردىاپ كېتىشمۇ ناچار ئالامەتتۇر. بۇلارنىڭ ھەممىسىنىڭ يامنى چىرايىنىڭ قاردىشى بولۇپ، ئۇنىڭ كۆپىنچىسى تەبئەتنىڭ يوقالغانلىقىدىندۇر. چىرايىنىڭ كۆكۈمتۇل بولۇشى قارىلىققا ئەگىشىدۇ. چىرايىنىڭ سارغىيىشى ياخشى ئەمەستۇر. لېكىن ئۇ بىخەتەرەكتۇر، چۈنكى بەزىدە ئۇنىڭ ھەممىسى سوغۇقلۇقتىن بولماي، ئىسسىقلىقتىن بولىدۇ. بەزىدە ئۇيقۇسىزلىقتىن ياكى ئاچلىقتىن ۋە ياكى ئاغرىقتىن بولۇپ، يېنىك بولىدۇ ھەمدە پېشانە ۋە بۇرۇندا قۇرۇقلۇق پەيدا بولىدۇ، بۇ ناچار ئالامەت ئەمەستۇر.

28 - پەسل باش ئاغرىقدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

قۇۋۇەت ئاجىز، كېسەللىك ئۆتكۈر بولۇپ، باش ئاغرىقى داۋاملاشسا ۋە ناچار ئالامەتلەر كۆرۈلسە، كېسەللىك ئۆلتۈرىدۇ. ئەگەر ئۇنداق بولمىسا، يەتتىنچى كۈنگىچە بۇرۇن قانايدۇ، يەتتىنچى كۈندىن كېيىن بۇرۇندىن ياكى قۇلاقتىن بىر نەرسە ئاقىدۇ. ئەگەر باش ئاغرىقى 20 كۈنگىچە داۋاملاشسا، ئۇنىڭ بۇرۇن قانىشى بىلەن تارقىشى ناھايىتى ئاز بولىدۇ. لېكىن بۇرۇننىڭ ئىككى تۆشۈكىدىن ۋە ئىككى قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىش بىلەن ياكى يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولۇش بىلەن تارقايدۇ، بولۇپمۇ تۆۋەن تەرەپتە يىرىڭلىق ئىششىق بولۇش بىلەن تارقايدۇ. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە باش ئاغرىپ تۆتىنچى ۋە بەشىنچى كۈنى ئېغىرلىشىدىغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسىدە يەتتىنچى كۈنى يوقىلىدۇ. كۆپىنچە كېسەللىكنىڭ ئۈچىنچى كۈنى باشلىنىپ بەشىنچى كۈنى ئېغىرلايدىغان باش ئاغرىقى توققۇزىنچى كۈنى ياكى ئون بىرىنچى كۈنى يوقىلىدۇ. بەزى تېۋىپلار كېسەللىكنىڭ ئونىنچى كۈنى باش ئاغرىغان يەتتىنچى كۈنى بولغانلىقتىن، ئونىنچى كۈنى باش ئاغرىقىنىڭ يوقىلىشى نورمال بولسىمۇ، لېكىن ئۇ ئونىنچى كۈنى بوھران كۈنى ئەمەس، دېدى. بۇ سۆز مېنىڭ نەزىرىمدە توغرا ئەمەس. چۈنكى ئۇ بۇ تۈردىن بولمىغان ھېسابلاشتۇر. ئەگەر باش ئاغرىقى كېسەللىكنىڭ بەشىنچى كۈنى باشلانسا، تېگىشلىك داۋالانغاندا ئون تۆتىنچى كۈنى يوقىلىدۇ. بۇ خىل باش ئاغرىقى كۆپىنچە سەپرادىن بولغان قىزىتمدا يۈز بېرىدۇ.

29 - پەسل سېزىمدىن مەھرۇم بولىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

بىمارنىڭ ئەما ياكى گاس بولۇپ قېلىشى ناچار ئالامەتتۇر. ئاۋاز ھەم پۇراقلاردىن، شۇنداقلا كۈچلۈك رەڭلەردىن قېچىشمۇ ناچار ئالامەت بولۇپ، روھىي نەپسانىيىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

30 - پەسىل كۆزدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئىككى كۆزنىڭ ئىچ سۇرۇش، ئاچلىق ۋە ئۇيقۇسىزلىق سەۋەبىدىن بولمىغان ئولتۇرۇشۇپ ۋە قىسىلىپ قېلىشى ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر. كۆز ئېقىنىڭ تۇتۇق ياكى بىنەپشە رەڭ ۋە كۆكۈچ قىزىل بولۇشمۇ ناچار ئالامەتلەردۇر. ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە، سەرسامدا ۋە ئۇنىڭ ئوخشىشىدا ئىككى كۆزنىڭ بىرىنىڭ كىچىك بولۇشى ئىنتايىن ناچار ئالامەتتۇر. بىمارنىڭ بىر نەرسىنى كۆرەلمەسلىكى ھالاك قىلغۇچى ئالامەتتۇر. ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە كۆزنىڭ جىرتاق ۋە ئالغاي بولۇپ قېلىشى ناچار ئالامەتتۇر.

بۇ ئالغايلىق مېڭىدىكى بىرەر ئاپەتتىن بولماي، پەقەت كۆز مۇسكۇللىرىغا خاس تەشەننۇجدىن بولسا، ئۇنىڭ ئالامتى ئەقىل ئېلىشىش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنىڭ كۆرۈلۈشىدۇر. كۆرۈنىدىغان نەرسىلەردىن ئېلىنىدىغان ئالامەتلەر شۇكى، قارىلىقنىڭ كۆرۈنۈشى قەيگە، قىزىللىق ۋە پارقىراقلىقنىڭ كۆرۈنۈشى بۇرۇن قاناشقا ۋە قانىنىڭ ئۇستى تەرەپكە مايىل بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ھەربىرىگە ئۇنىڭ باشقا ئالامەتلىرى دالالەت قىلىدۇ. ياشنىڭ ئىختىيارسىز ئېقىشى، بولۇپمۇ بىر كۆزدىن ئېقىشى ناچار ئالامەتتۇر. لېكىن بۇ يەردە بوھراننىڭ ۋە ساقلىقنىڭ ئالامتى بولسا ئۇنداق بولمايدۇ. بۇنىڭغا باشقا ئەھۋاللار نورمال بولۇش بىلەن بىرگە بۇرۇن قاناشنىڭ ئومۇمىي ئالامەتلىرى دالالەت قىلىدۇ.

بۇنىڭدا ياشنىڭ ئاز - كۆپلۈكى، قويۇق - سۇيۇقلۇقى، ئىسسىق - سوغۇقلۇقى، ئىختىيارسىز چېقىشى قاتارلىقلار تەكشۈرۈلىدۇ. يورۇقلۇقنى ياقتۇرماسلىق ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر. ئەگەر قاراڭغۇلۇقنى ياخشى كۆرۈش كۈچەيسە ئۆلتۈرىدۇ. بىراق ئاغرىق ۋە تارتىشىش بولسا ئۆلتۈرمەيدۇ. ئەگەر تارتىشىش ۋە ئاغرىق بولمىسا، ئۇ روھىي نەپسانىيىنىڭ قۇۋۋىتى تۆۋەنلىگەنلىكتىندۇر. كۆزنى يۇمۇپ ئاچماستىن ۋە ھەربىر كەتلەندۈرمەستىن بىر نۇقتىغا قادىلىش ناچار ئالامەتتۇر. چاپاقنىڭ ئاستا - ئاستا كۆپ يىغىلىشى ۋە بەك قورۇق بولۇشى ناچار ئالامەتتۇر. بۇنداق چاپاق كۆز

تەبئىي قۇۋۋەتتىنىڭ ماددىنى پىشۇرۇشقا ئاجىز كەلگەنلىكىدىن پەيدا بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن قۇرۇق چاپاق پەيدا بولغان كۆپىنچە كىشىلەر كۆزىگە سانجىلىدىغان بىرەر نەرسە چىقىۋالغاندەك ھېس قىلىدۇ. بىراق بۇ، كۆزگە تەبئىەت پىشۇرۇشقا ئاجىز كېلىدىغان دەرىجىدە ھۆللۈكنىڭ كۆپ كەلگەنلىكىدىن بولمايدۇ. چۈنكى كۆز بۇ ۋاقىتتا قۇرۇق ۋە ئولتۇرۇشقان ھالەتتە بولىدۇ. قۇرۇقلۇقنىڭ ئالامەتلىرى روشەندۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ چاپاق تېز قۇرۇيدۇ. بۇنىڭغا مۇناسىپ ئالامەتلەردىن بىرى شۇكى، كۆز ئالمىسى ئوچۇق تۇرۇقلۇق ئۇنىڭغا ئۆمۈچۈك تورىغا ئوخشاش بىر نەرسە يېغلىدۇ، ئاندىن بۇ نەرسە كۆزنىڭ ئەتراپىغا تارقىلىپ چاپاقنى ئۆزگىرىدۇ. بۇ ئەھۋال شۇنداق داۋاملىشىدۇ، بۇ ئۆلۈمگە يېقىنلاشقانلىقىنىڭ دەللىدۇر. ئۆتكۈر قىزىتمىدا كۆزنىڭ بەك قىزىرىشى ۋە ئۇنىڭ شۇ ھالەتتە تۇرۇشى ناچار ئالامەت بولۇپ، مېڭە ياكى ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىققا دالالەت قىلىدۇ. كۆزنىڭ يۇمىلاقلىقىغا ۋە ئاسمان رەڭگىگە ئۆزگىرىشى ناچارلاقتۇر. كۆزنىڭ پۈلتىيىپ چىقىشى ۋە بەك پارقىرىشىمۇ ناچار ئالامەتتۇر. بەزىدە بۇ ئىسسىق كۆپ ماددىلاردىن ۋە مېڭە ئەتراپىدىكى ئىششىقلاردىن بولىدۇ. ئۇخلىغاندا كۆزى ئوچۇق تۇرۇپ ئۇخلاشقا ئادەتلەنمىگەن كىشىلەردە كۆزنىڭ يۇمۇلماسلىقى ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر. قاپاقنىڭ قۇرۇق بولۇشى ناچار ئالامەتتۇر. ئويغاق ھالەتتە كۆزنى چىمچىقلاتماي تۇرۇش، ھەتتا بارماقنى يېقىن ئەكەلسىمۇ چىمچىقلىماسلىق ئۆلتۈرگۈچى ئالامەتتۇر. يېنىك جۆيلۈش بىلەن بىرگە كۆزنىڭ يوغناپ كېتىشىمۇ ئۆلتۈرگۈچى ئالامەتتۇر. ئېيتىلىشچە، كۆز ئاستىدا ئاق يېسىمۇققا ئوخشاش مۇدۇرلار چىققان ۋە تاتلىق نەرسىنى ئارزۇ قىلغان بىمار ئون كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدىكەن.

31 ـ پەسل بۇرۇندا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

بۇرۇنىنىڭ ئەگرى بولۇشى ناچار ئالامەت بولۇپ، ئۆلۈم يېقىنلاشقانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى ناچار ئۆلتۈرگۈچى تەشەنئوجدۇر. بۇرۇنىنىڭ تۈز بولۇشىمۇ

ناچاردۇر. ھاۋانى سۈمۈرۈشتە بۇرۇن ۋە بۇرۇنىنىڭ ئىككى تۆشۈكىگە تاينىش ناچار ئالامەتتۇر. ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا بۇرۇندىن ئىپارىنىڭ ياكى سېرىق ماينىڭ ۋە ياكى لاينىڭ پۇرىقىنى ھېس قىلىش، شۇنىڭدەك بۇرۇندىن سېرىق سۇ تامچىلاش قاتارلىقلار بەزىدە ئۆلۈمنىڭ يېقىنلاشقانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. چۈشكۈرتكۈچى دورىلار بىلەن چۈشكۈرۈك كەلمەسلىكمۇ ئۆلۈمنىڭ دەلىلىدۇر. سېزىمنىڭ يوقلىشى، شۇنداقلا بۇرۇننى زىدە قىلسىمۇ ۋە تاتىلىسىمۇ بۇرنى قانماسلىق ۋە بىمار سەۋەبسىز بارمىقىنى بۇرنىغا كىرگۈزۈپ، خۇددى بۇرنىنى تېشۈۋېتىدىغاندەك كولاش ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر. بۇرۇندىن سۇ ئېقىشمۇ ناچار ئالامەتتۇر.

32 ـ پەسىل قۇلاقتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

قۇلاق يۇمشىقىنىڭ قۇرغاق بولۇشى ۋە ئۆرۈلۈشى، قۇلاق سۈپۈرىسىنىڭ يىغىلىۋېلىشى ناچار ئالامەتتۇر. ئېيتىلىشچە، قۇلاق كىرىنىڭ تاتىلىق بولۇشى جالنۇسنىڭ قارىشىدا ناچار ئالامەتتۇر، بۇرۇنقىلارنىڭ قارىشىدا ھالاك قىلىدىغان ئالامەتتۇر. ئۆتكۈر قىزىتما بولۇش بىلەن بىرگە قۇلاقتا ئاغرىقنىڭ پەيدا بولۇشى خەتەرلىكتۇر. چۈنكى، قۇلاقتىن بىر نەرسە ئاقمىسا ۋە ئاغرىق پەسەيمىسە ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ. بۇ ياشانغانلاردا بولىدۇ. ئەمما ياشلارنىڭ سېزىمى كۈچلۈك بولغانلىقتىن يارا ئېغىز ئېلىشتىن بۇرۇن ئۆلۈپ كېتىدۇ.

33 ـ پەسىل چىشتا كۆپ كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا بىمارنىڭ خۇددى بىر نەرسە يەۋاتقاندەك چىشلىرىنى غۇچۇرلىتىشى ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر. ئېيتىلىشچە، قىزىتمدا بىمارنىڭ چىشلىرىنى چاپلاشقاق ماددىلار يېپىپ، بۇ قىزىتمىنىڭ كۈچىيىۋاتقانلىقىغا، كۈچلۈك ھارارەتكە ۋە ئاستا تارقايدىغان چاپلاشقاق ماددىغا دالالەت قىلىپ، ھەر ۋاقىت

بىمارلارنى ئادەتلەنمىگەن ئۇسۇلدا چىشلىرىنى تازىلاشقا دۇچار قىلىدۇ، بۇ ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر. چىشلىرىنى ئادەتتىن تاشقىرى غۇچۇرلىتىش بەزىدە سارائكلىقتىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. ئەگەر سارائكلىق يۈز بېرىپ، ئاندىن بۇ ئالامەتلەر كۆرۈلسە ھالاكەتكە دالالەت قىلىدۇ. بىراق، ئېگەك مۇسكۇللىرى ئاجىزلىغانلىقتىن چىشىنى غۇچۇرلىتىشقا ئادەتلەنگەنلەر ياكى ئاددىي سەۋەبتىن چىشىنى غۇچۇرلىتىدىغان كىشىلەردە ھالاك بولۇشقا دالالەت قىلمايدۇ. ئۇدۇل چىشلارنىڭ كۆكىرىشى ناچار ئالامەتتۇر.

34 ـ پەسىل تىل، ئېغىز ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە تىلنىڭ قارىدىشى ناچار ئالامەتتۇر. ئېغىزنىڭ قۇرۇشى ۋە تۈكۈرۈكنىڭ كەلمەسلىكى ياخشى ئەمەستۇر. ئەگەر تىل دەسلەپتە قۇرۇسا، كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە يېرىكلەشسە، ئاندىن قارىدىسا، ئۇ ئۆلتۈرگۈچىدۇر، بولۇپمۇ بۇ ئالامەتلەر 14 ـ كۈنى كۆرۈلسە.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ئېغىزنىڭ بەك سېسىق پۇرىشى ھالاكەتنىڭ دەللىدۇر. چۈنكى، ئۇ بارلىق خىلتلارنىڭ بۇزۇلغانلىقىنى كۆرسىتىدۇ. ئىككى كالپۇكنىڭ تۇغما بولماستىن، بىرىنىڭ يەنە بىرىدىن ئېگىز بولۇشى ناچار ئالامەتتۇر. ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا كالپۇكنىڭ مايماق بولۇشى ناچار ئالامەتتۇر. ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا ئىككى كالپۇكنىڭ يېرىلىشى ھارارەتنىڭ كۆپلۈكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئىككى كالپۇكنىڭ يىغىلىۋىلىشى ۋە سوۋۇشى ناچاردۇر. ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ئېغىزنىڭ ئوچۇق ھالەتتە قېلىشى ناچارلىقنىڭ دەللىدۇر. تىلنىڭ بەك قۇرۇشى ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر.

ئېيتىلىشچە، ئۆتكۈر قىزىتمىدا تىلغا قارا نوقۇتقا ياكى ئابدىملىك ئۇرۇقىغا ئوخشاش نەرسىلەر چىقسا ئۆلۈم يېقىنلاشقان بولۇپ، بۇ كىشى ئىسسىق نەرسىلەرنى ئارزۇ قىلىدىكەن.

تىلىنىڭ يېرىك ۋە قۇرۇق بولۇشى زاتىلجەنبىنىڭ دەللىدۇر. تىلىنىڭ يېرىك بولۇشى ۋە رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشىنى بويىغۇچى نەرسىلەرنىڭ سەۋەبىدىن بولۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن بەكرەك مۇلاھىزە قىلىشقا توغرا كېلىدۇ. تىل ھەرقانداق ئەھۋالدا شېرىك ئەزالارنىڭ بەزىسىدىن ئۇنىڭغا ئۆرلىگەن غالىب خىلىتىنىڭ جەۋھىرى ياكى ئۇنىڭ بۇخارىتى بىلەن رەڭلىك بولىدۇ.

35 - پەسىل گال، قىزىلئۆڭگەچ ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

بوھران كۈندىن باشقا ۋاقىتلاردا ئۇشتۇمتۇت بوغۇلۇپ قېلىش ناچار ئالامەتتۇر، ئاغزىدىن كۆپۈك چىقماستىن، بوغۇلۇش يېنىكرەكتۇر. چۈنكى، كۆپۈك يۇرەكنىڭ ئىسسىقى ئۆپكە ۋە كېرىگەتنىڭ خىزمىتىنى بىكار قىلمۇيدىغان دەرىجىگە يەتكەندە چىقسا، بىمار نەپسىنى تەكشى چىقىرىشقا قادىر بولالمايدۇ. بۇ خىل ئەھۋال ۋە گالدىكى ئىششىق پەقەت ئېغىر سەۋەبتىن بولىدۇ. بەزىدە كۆپىنچە مېڭە سەۋەبىدىن بولىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، كۈچلۈك قىزىتمىدا ئېغىر بوغما پەيدا بولسا، ئۆلۈم يېقىنلاشقان بولىدۇ. چۈنكى، يۇرەك قاتتىق ھارارەتنىڭ سەۋەبىدىن كۆپ ھاۋائى نەسىمنى تەلەپ قىلىدۇ ۋە ئۇ ھاۋائى نەسىمنىڭ يولى ئېتىلگەن بولۇپ، يۇرەكنىڭ ھارارىتى ئۆرلەپ مىزاجى ھەددىدىن زىيادە بۇزۇلۇپ، ھاياتلىققا بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. شۇنداقلا يۇتۇش مۇمكىن بولماسلىق بىلەن بىرگە بويۇننىڭ مايماق بولۇپ قېلىشى ئومۇرتقا قوزغالغانلىقتىن ياكى قۇرۇقلۇقنىڭ كۈچلۈكلۈكىدىن بولىدۇ. قىزىتما بولۇش بىلەن بىرگە بۇنىڭدىن يامانراق نەرسە يوقتۇر. شۇنىڭدەك مۇشەققەت بىلەن يۇتۇش ھەم سۇنى پۈرقۇپ بۇرنىدىن چىقىرىشمۇ ناچار ئالامەتتۇر، شۇنداقلا ھەر ۋاقىت تۈكۈرۈكى تۇرۇپ قالسا، ئۇمۇ ناچار ئالامەتتۇر.

36 - پەسىل ئاشقازان ۋە ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ھېچ تۈتۈش ناچاردۇر، بولۇپمۇ ئىچ سۈرۈشتىن كېيىن. ئاشقازان ھارارىتى ئۆرلەش ۋە قىزىتما بولۇش بىلەن بىرگە بولغان ئاشقازان مەنبەلىك خەفەقانمۇ ناچار ئالامەتتۇر.

37 - پەسىل نەپەس ئەزالىرىدا كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە سوغۇق نەپەس ناچار بولۇپ، تەبىئىي ھارارەتنىڭ يوقالغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. شۇنداقلا قالايمىقان نەپەس ۋە ھاۋانى ئىچىگە سۈمۈرىدىغان، يىغلىغۇچىنىڭ نەپىسىگە ئوخشاش ئۈزۈلۈپ چىقىدىغان نەپەس ھەم ئەقىل ئېلىشىشتىن بولغان يامان نەپەس ناچاردۇر. كۆكرەك ئىششقلىرىدىن بولغان نەپەس ناچارراقتۇر. ئۆلۈم يېقىنلاشقان كىشىلەرنىڭ قورسىقى كۆپىدۇ، نەپىسى ئاجىز بولۇش بىلەن بىرگە ئارقىمۇئارقا بولىدۇ. بۇ كىشىلەر ئۆرە نەپەسلىنىدۇ.

38 - پەسىل تومۇر ھالىتىدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

بۇقرات مۇنداق دېگەن: پېشانە، قاپاق ۋە ئوقۇرەك سۆڭەكتىكى كىچىك كۆك قان تومۇرلارنىڭ كۆپۈشى ناچار ئالامەتتۇر. كۆرۈنۈپ تۇرىدىغان تومۇر رەڭگىنىڭ ئۆز ھالىتىدىن بىنەپشە رەڭگە ئۆزگىرىشى ۋە ئىلگىرى كۆرۈلمەيدىغان تومۇرلارنىڭ بىنەپشە رەڭدە كۆرۈنۈشىمۇ ناچار ئالامەتتۇر.

39 ـ پەسل بەدەننىڭ بوشۇشپ كېتىشى، ناچار يېتىش ۋە ئاجىزلىقلاردا كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

بەدەننىڭ بوشۇشپ كېتىشى، ناچار يېتىش ۋە ئاجىزلىق بەزىدە ئىچكى ئەزالاردىكى قويۇق خىلىتلارنىڭ كۆپلۈكىدىن، بەزىدە بەدەننىڭ قۇرۇقلۇقى ۋە خىلىتلارنىڭ بەك ئازلىقىدىن، بەزىدە مۇسكۇللاردىكى قۇۋۋەتنىڭ بەك ئاجىزلاپ كەتكەنلىكىدىن بولىدۇ. بۇلارنى پەرقلەندۈرىدىغان دەلىل خۇددى بىر بۆلەك تېۋىپلار گۇمان قىلغاندەك بەدەننىڭ سېمىز ياكى ئورۇق بولۇشىدۇر. كۆپىنچە بەدەن ئورۇق تۇرۇقلۇق ئىچكى ئەزالار هۆللۈكلەرگە تۇشۇپ كەتكەن بولىدۇ، بەدەن سېمىز تۇرۇقلۇق مۇسكۇللاردىكى قۇۋۋەت ئاجىز بولىدۇ. بۇنىڭ ئالامىتى باشقا ئورۇنلاردا سۆزلەنگەن ئالامەتلەرگە ئوخشاشمايدۇ.

40 ـ پەسل يېنىچە ياتقاندا كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئادەتلەنگەن هالەتتە ئەمەس، بەلكى پەۋقۇلئاددە هالەتتە ئوڭدا يېتىش ناچار ئالامەتتۇر، بولۇپمۇ بىمار كۆرپىدىن ئاز ـ ئازدىن سىيرىلسا، بىمارنى تۇزلەپ ياخشى ياتقۇزغاندا ئوڭدىسىغا ئۆرۈلمىسا، ئوڭدىسىغا يېتىشنى ۋە پۇت ـ قوللىرىنى ئوچۇق قويۇشنى ياخشى كۆرسە ۋە هارارەت ئۆرلىمىسمۇ، پۇت ـ قوللىرىنى ئۇياق ـ بۇياقتا قالايمىقان تاشلىسا، بۇنىڭ سەۋەبى چوڭ بىئاراملىق بولىدۇ. بۇ هەقتىكى ئىشلارغا رىئايە قىلىش لازىم. بەزى ئادەملەر سېمىز، بەدىنى ئېغىر، تېز بوشۇشىدىغان

بولغاچقا، ئادەتتە ھەر ۋاقىت شۇ ھالەتتە يېتىشنى ياخشى كۆرىدۇ ياكى ئوڭدىسىغا يېتىشتىن باشقا ھالەتتە يېتىشنى چەكلىگۈچى بىرەر ئاغرىق بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئوڭدا يېتىش، تارتىشىش ۋە ئۇنىڭدىن باشقا بىمار ساغلام ھالىتىدە ئادەتلەنمىگەن، چوڭ خەۋپ ھېسابلانمايدىغان ئىشلار ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ناچار ئالامەت ھېسابلىنىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئوڭدا يېتىشنى ياخشى كۆرۈش ئىچكى ئەزالاردىكى خىلتىنىڭ كۆپلۈكىدىن ياكى قۇرۇقلۇق ۋە خىلتىلارنىڭ تارقاپ كېتىشىدىن مۇسكۇللار ئاجىزلىغانلىقتىن ياكى مۇسكۇللاردا باشقا تەرەپتىن يۈز بەرگەن ئاجىزلىقتىن ئەزالار ئاجىزلىشىپ كەتكەنلىكتىن ياكى باشقا سەۋەبتىن مۇسكۇللاردا يۈز بەرگەن ئاجىزلىقتىن بولىدۇ. بىمارنىڭ يېنىچە ۋە ئوڭدىسىغا يېتىشقا، ئۇنىڭدىن باشقا ھالەتتە يېتىشقا قادىر بولالماي، بەلكى ئولتۇرۇشنى خالىشى ناچار ئالامەتتۇر. بۇنىڭ كۆپىنچىسى ئوڭدا ياتقاندا نەپەس ئەزالىرىدىكى ئىششىق ۋە ئاپەتلەردىن نەپەس قىينىلاشقانلىقتىن بولىدۇ، نەپەس ئەزالىرىنىڭ ئەھۋالى ئىلگىرى تونۇشتۇرۇلدى. بىمارنىڭ كىشىلەردىن ئۆزىنى قاچۇرۇشى ۋە تامغا ئالدىنى قىلىپ يېتىشنى ياخشى كۆرۈشى ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر. ئادەتلەنمىگەن ھالەتتە دۇم يېتىپ ئۇخلاشنى خالاش ناچار ئالامەتتۇر. چۈنكى ئۇ ئەقىل ئىلىششىتىن ياكى قورساقتىكى ئاغرىقتىن بولىدۇ.

41 ـ پەسىل تېرىدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئەگەر تېرە ئۇنى تارتقاندا ئۆز ئورنىغا كەلمىگۈدەك دەرىجىدە قۇرغاقلاشقان بولسا، ئۇ ناچار ئالامەتتۇر. سوغۇق نەپەس بىلەن بىرگە تېرىدىن ئىسسىق بۇخاراتنىڭ چىقىشى ھالاكەتنىڭ دەللىلى. بۇ ئەھۋال ئىلگىرىكى تېڭىپلار گۇۋاھلىق بەرگەن بويىچە پەقەت يۈرەك ھارارىتى يوقاپ كەتكەندە بولىدۇ.

42 - پەسىل قورساق ۋە قوۋۇرغا بېشى ئەتراپىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە قورساق كۆپۈش، ھەزىم ئاز بولۇش شۇنىڭدەك ئىچ سۇرۇش ئۆلۈمنىڭ ئالامىتىدۇر، بولۇپمۇ ئۇ ئالامەتلەر بىلەن كەڭرى تارقالغان مۇدۇرلار ۋە رەڭگى ئۆڭۈش كۆرۈلسە. قوۋۇرغا بېشىنىڭ تارتىشىشى ۋە ئۇنىڭ بىر تەرىپىنىڭ ئۆسۈپ قېلىشى شۇنداقلا بىر تەرەپنىڭ يەنە بىر تەرەپتىن ئېگىزرەك ياكى پەسرەك بولۇشى ناچار ئالامەتتۇر. تۇتقاندا يۇمشاق ياكى قاتتىق بىلىنىشمۇ ناچار ئالامەتتۇر. ئەگەر قورساق پەردىسى ئورۇق، قۇرۇق بولۇش بىلەن بىرگە يەلدىن كۆپمەي باشقا سەۋەبتىن كۆپسە، ئىشىشق قورساق پەردىسىنىڭ ئۆزىدە بولماي، قورساق پەردىسىنىڭ ئىچىدە بولغان بولىدۇ. ئاغرىق بىمارنى ئورۇقلتىۋېتىدۇ. قوۋۇرغا بېشىنىڭ تارتىشىشى ئاغرىق بىلەن بولسا، ماددا تۆۋەنگە مايىل بولغان بولىدۇ. ئەگەر ئاغرىقسىز بولسا، ماددا ئۈستىگە مايىل بولغان بولىدۇ.

43 - پەسىل مەقئەتتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا مەقئەتنىڭ ئۆزلۈكىدىن چىقىۋېلىشى، ناچار ئالامەتتۇر.

44 - پەسىل زەكەر ۋە ئىككى ئۇرۇقدانىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ئىككى ئۇرۇقدانىنىڭ يۇمشاق بولۇشى ۋە ئىششىشى ناچار ئالامەتتۇر. ئىككى ئۇرۇقدان ۋە زەكەرنىڭ يىغىلىۋېلىشى تەبىئىي ھارارەتنىڭ

يوقالغانلىقىغا ياكى قاتتىق ئاغرىقىغا دالالەت قىلىدۇ. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئېھتىلام بولۇش كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ، ئېھتىلام كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا بولسا ياخشىراقتۇر.

45 - پەسل بالىياتقۇدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا بالىياتقۇنىڭ پەرجىدىن چىقىۋېلىشى شۇنداقلا بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇش ناچار ئالامەتتۇر.

46 - پەسل مۇچىلەردە كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

بۇ ئالامەتلەرنىڭ بەزىسى كەيپىياتى جەھەتتىن ناچاردۇر. مەسىلەن: ئۆتكۈر قىزىتما پەيدا بولۇپ يوقالماسلىق بىلەن بىرگە مۇچىلەر سوۋۇش ياخشى بولمىغان ئالامەتتۇر، ئەمما سوزۇلما كېسەللىكلەردە بۇ يامان ئەمەستۇر. ئۇنىڭ سەۋەبى، ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا قورساقتىكى چوڭ ئىششىقتۇر ياكى تەبئىي ھارارەتنىڭ ئۆچۈشىدۇر. ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا ھالاكەتكە ئېلىپ بارىدىغان مۇچىلەر سوۋۇپ كېتىشنىڭ ئەڭ كۈچلۈك دەلىلى كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە سوغۇقلۇق يۈز بېرىدىغىنىدۇر. شۇنىڭدەك بۇ سوغۇقلۇق ئىسسىمايدىغان سوغۇقلۇقتۇر. بۇنىڭ ھەممىسى بارلىق قانۇنىڭ ئىششىق سەۋەبىدىن ئىچكى ئەزاغا مايىل بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

قول - پۇت بارماقلىرى ۋە تىرناقلارنىڭ كۆكىرىشى ھالاك بولۇشنىڭ ئالامىتىدۇر. مۇچىلەرنىڭ قىزىرىشى ۋە بىراقلا بىنەپشە رەڭ بولۇشى، مۇچىلەرنىڭ كۆكىرىشىدىن بەكرەك ئۆلتۈرىدۇ. ئەگەر بىمار ئېغىرلىقنى ھېس قىلسا، ئۆلۈم

يېقىنلاشقان بولىدۇ. چۈنكى، ئېغىرلىق قۇۋۋىتى نەپسانىيىتىنىڭ ئاجىزلاشقانلىقىغا، قىزىللىق خىلتىلارنىڭ بۇزۇلغان ۋە غەلىبە قىلغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ، قارىداش ۋە كۆكىرىش قىزىللىقتىن ياخشىراقتۇر. بۇلار بىلەن بىرگە ياخشى ئالامەتلەر كۆپ كۆرۈلسە، بىمار ساقىيىشى شۇنداقلا ئۆزگەرگەن مۇچلىرى ئاجىزلىششى مۇمكىن. ئىچكى ئەزا سوغۇق بولۇش بىلەن بىرگە مۇچلەر ۋە تېرىنىڭ كۆيۈشمۇ ئۆلۈمگە دالالەت قىلىدۇ. ئۇ ئالامەتلەرنىڭ بەزىسى ئورنى جەھەتتىن ناچاردۇر. مەسىلەن: تەشەننۇج بولغانغا ئوخشاش، بولۇپمۇ ئىچ سۈرۈشتىن كېيىن تەشەننۇج بولغانغا ئوخشاش. چۈنكى ئۇ ئۆلتۈرىدۇ. جۆيلۈش ۋە قاتتىق قىزىتما بىلەن بىرگە كۈزاز بولۇش ئۆلۈمنىڭ دەلىلىدۇر.

47 - پەسل ئۈيقۇ ۋە ئويغاقلىقتا كۆرۈلىدىغان ئەھۋاللار توغرىسىدا

ئۈيقۇنىڭ كېچىدە بولماي، كۈندۈزدە بولۇشى ناچار ئالامەتتۇر. كېچە - كۈندۈزدە ئۇخلىماسلىق ياماندۇر. بۇنىڭدىكى سەۋەب قانداق بولسۇن مېڭىنىڭ بۇزۇلغانلىقىدۇر. كۈندۈزلۈك ئۈيقۇنىڭ بىخەتەرەكى ئەتىگەندە بولغىنىدۇر. بۇنىڭ ھەممىسى تۇتقاقلىق قىزىتمىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە ياماندۇر. ئەمما قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە كۆپىنچە زىيان قىلمايدۇ. تومۇر ئاجىز بولۇش بىلەن بىرگە بولغان ئېغىر ئۈيقۇ كېسىلى ناچاردۇر. چۈنكى ئۇ مېڭىنىڭ ھۆللۈكىدىن ئەمەس، بەلكى قۇۋۋەتنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن بولىدۇ، بولۇپمۇ ئەقىل ئېلىشىش بىلەن بىرگە بولسا. بەزىدە بۇ سوغۇق خىلتنىڭ ئوفۇنتىدىن بولىدۇ. ئارقىسىدىن ئەقىل ئېلىشىش بولىدىغان كېسەللىكلەردە مۇچلەرنىڭ سوۋۇشى ئەجەبلىنەرلىك ئەمەستۇر. زىيادە ئۇخلاش ناچار ئالامەتتۇر، خۇددى ئارقىسىدىن يەڭگىللىك بولىدىغان ئۇخلاش ياخشى بولغىنىدەك.

48 - پەسىل قولنىڭ ھەربكتىدە كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئەخلەت تېرىش يېكى ھەر ۋاقىت ئۆزىدىن يېكى تامدىن بىر نەرسە تېرىۋاتقاندەك ھەربكەت قىلىش ناچار ئالامەتتۇر. بۇنىڭ سەۋەبى، مېڭىگە ئۆرلەپ كۆز ۋە تۇخۇم ئېقىسمان ھۆللۈككە چۈشكەنلىكتىن كۆز ئالدىدا يوق نەرسىلەرنى كۆرگەندەك بولىدىغان بۇخاراتلاردۇر.

49 - پەسىل ئاغرىقلاردا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر قىزىتمىلادا ئىچكى ئەزالاردىكى قاتتىق ئاغرىق ناچار ئالامەت بولۇپ، قاتتىق كۆيۈشۈشكە يېكى چوڭ ئىششىققا يېكى يىرىڭلىق ئىششىققا دالالەت قىلىدۇ. بەزى ئەزادا قاتتىق ئاغرىق پەيدا بولۇپ، بۇ ئاغرىق سەۋەبسىز ئۇشتۇمتۇت تولۇق پەسەيسە ناچار ئالامەتتۇر.

50 - پەسىل سۆزلەش ۋە شۇك تۇرۇشتىن مەلۇم بولىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

كۆچلۈك ئاۋاز، تەرتىپلىك سۆزلەش ياخشىدۇر، ئۇنىڭ ئەكسى ناچاردۇر. ئۇزۇن شۇك تۇرۇش كۆپىنچە ۋەسۋەسىگە يېكى تىل ۋە يۇتقۇنچاق مۇسكۇللىرىنىڭ ئىستىرخا بولغانلىقى يېكى تەشەننۇج بولغانلىقىغا ۋە يېكى سۆزنىڭ باشلىنىش ئورنى بولغان خىيال قىلىش قۇۋۋىتىنىڭ يوقالغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر بىمار بوھران بولغاندا سۆزلىسە ياخشىدۇر. ئۇمۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، سۆزلىيەلەيدىغان كىشىنىڭ شۇڭ تۇرۇشى ۋەسۋەسە سەۋەبلىرىنىڭ باشلانغانلىقىغا ياكى يۇقىرىدا بىز سۆزلىگەن ئەھۋاللاردىن بىرەرسىگە دالالەت قىلىدۇ. شۇڭ تۇرىدىغان كىشىنىڭ كۆپ گەپ قىلىشى جۆيلۈش ۋە ئەقىل ئېلىشىشنىڭ باشلانغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

51 ـ پەسىل ئەقىلدە كۆرۈلىدىغان ئەھۋاللار توغرىسىدا

ھەرىكەت قىلىش، باش، بۇرۇن لوقۇلداپ ئاغرىش بىلەن بىرگە بولغان جۆيلۈش بىخەتەردۇر. ئېغىر بېسىقلىق ۋە جىمغۇرلۇق بىلەن بولغان جۆيلۈش ئۆلتۈرگۈچىدۇر.

52 ـ پەسىل ھەرىكەتلەردە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

قالايمىقان ھەرىكەت قىلىش ۋە بىئارام‌لىقنىڭ كۆپ بولۇشى ناچار ئالامەتتۇر. بۇ باشقا ئۆرلەيدىغان بۇخاراتلارنىڭ كۆپلۈكىگە دالالەت قىلىدۇ. بىمارنىڭ ھەر ۋاقىت سەكرىشى ۋە ئولتۇرۇشى ناچار ئالامەتتۇر. ئۇ بىئارام‌لىقتىن ياكى ئەقىل ئېلىشىشتىن ۋە ياكى دەم سىقىلىش، بوغما، زاتىررىيە قاتارلىقلاردىن بولغىنى ناچارراقتۇر. چۈنكى، بۇنىڭ كۆپىنچىسى گەرچە باشقا سەۋەبلەردىن بولسىمۇ، بىراق بوغما ۋە دەم سىقىلىش سەۋەبىدىن بولىدۇ. ئەگەر ئەزالار ھەرىكەتتىن ئېغىرلاشسا، ئۇمۇ ناچار ئالامەتتۇر. تىرناقلارنىڭ كۆكىرىشى ئۆلۈمنىڭ يېقىنلاشقانلىقىدۇر. رەئىشە ياخشى بوھراندىن بولمىسا ناچار ئالامەتتۇر.

53 - پەسىل ۋەھىمىلەرگە ئالاقىدار ئالامەتلەر توغرىسىدا

بىمارنىڭ ئۆلۈمدىن قورقۇشى كۆپ بولسا، ئۇ خەتەرلىك ئالامەتتۇر.

54 - پەسىل ئەسنەش ۋە كېرىلىشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

ئەسنەش ۋە كېرىلىش تەبىئەتنىڭ مۇسكۇللۇق ئەزالارنى شۇ ئەزالاردىن ئېشىندىنى ئىتتىرىش ئۈچۈن، ھەربىرىنى قوزغىتىش سەۋەبىدىن بولىدۇ. ئەزا ئاجىز بولسا ياكى ماددا ئاز، داۋالاشنى قوبۇل قىلمىغان بولسا، بۇنىڭغا ئېھتىياج چۈشمەي، بەلكى بۇنىڭ ئەكسىگە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر بۇ ئىسسىقلىقتىن سوغۇقلۇققا يۆتكىلىش بىلەن بولسا، ئۇ تەبىئەتنىڭ قايتۇرۇشىدۇر، بۇ ناچار بولمىغان ئالامەتتۇر. ئۇ كۆپىنچە ماددا كۆپ ياكى قۇۋۋەت ئاجىز بولغانلىقتىن تەبىئەتنىڭ پەقەت تارىمۇشنىڭ ياردىمى بىلەن تارقىتالايدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

55 - پەسىل بىمارنىڭ چۈشىگە ئالاقىدار ئالامەتلەر توغرىسىدا

كۆپىنچە بىمار چۈشىدە بوھرانغا مۇناسىۋەتلىك ئىشلارنى كۆرىدۇ، خۇددى تەرلەش بىلەن بوھران بولىدىغان كىشى مۇنچىغا كىرىپ ۋە مۇنچىغا تەييارلىق قىلىپ چۈش كۆرگەندەك.

56 ـ پەسىل ئىشتىها ۋە ئۇسسۇزلۇققا ئالاقىدار ئالامەتلەر توغرىسىدا

سوزۇلما كېسەللىكلەردە ئىشتىهانىڭ يوقىلىشى ناچار ئالامەتتۇر. ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىمۇ ناچار ئالامەتتۇر. لېكىن سوزۇلما كېسەللىكلەردىن تۆۋەنرەك بولىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئىشتىهانىڭ يوقىلىشى بۇزۇق خىلىتلارغا ياكى قۇۋۇتنى نەپسانىي ۋە قۇۋۇتنى تەبىئىيىنىڭ ئۆلگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىلاردا ئۇسسۇزلۇق يوقالسا، ئۇ ناچار ئالامەتتۇر، بولۇپمۇ تىلنىڭ قارىدىشى بىلەن بىرگە بولسا.

57 ـ پەسىل يەرقاننىڭ ھۆكۈملىرى ۋە ئۇنىڭدىن دەلىل ئىزدەش توغرىسىدا

يەتتىنچى كۈندىن ۋە ماددا پىششىتىن بۇرۇن بولغان يەرقان ناچاردۇر. بىراق بەزى تېۋىپلارنىڭ دېگىنى بويىچە سۇرگە بىلەن داۋالانسا ناچار ئەمەستۇر. ئۇ قىياسقا ئاساسەن بولىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، يەتتىنچى كۈندىن بۇرۇن بولغان بوھران ياخشى بوھران ئەمەستۇر. گەرچە يەتتىنچى كۈندىن كېيىن بولغان يەرقانمۇ باشقا ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كەلمىگەندە بىخەتەر بولمىسىمۇ. ئەگەر جىگەر تەرەپتە بىرەر ئاپەت ياكى قېتىش ۋە ئىششىق بولماسلىق بىلەن بىرگە يەتتىنچى كۈندە ياكى توققۇزىنچى كۈندە ياكى ئون تۆتىنچى كۈندە يەرقان يۇز بەرسە ياخشى ئالامەتتۇر. كۆپىنچە بۇنداق يەرقان بىلەن تولۇق بوھران بولىدۇ. بوھراننىڭ ياخشىلىقىغا بوھراندىن كېيىن يېنىكلەش، ناچارلىقىغا يېنىكلىمەسلىك دالالەت قىلىدۇ.

بوھراننىڭ ناچارلىقىغا دالالەت قىلىدىغان ئەھۋاللاردىن بىرى، يەرقان بىلەن

بىرگە بەك قاينايدىغان سەپرادىن بولغان كۆپ ئىچ سۇرۇش ۋە كۆيگەن ناچار نەرسىلەرنىڭ كېلىشىدۇر، بۇنداق ئەھۋالدا بىمار قورقۇنچلۇق بولىدۇ. بىراق يېتەرلىك سۇرگە ياكى كۆپ تەرلەش بىلەن داۋالانسا ۋە قۇۋۋەت كۈچلۈك بولسا، بۇ ۋاقىتتا يېنىكلىك تېز بولىدۇ.

58 - پەسىل ئىششىقلاردىن مەلۇم بولىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئەگەر ئۆتكۈر قىزىتما قولتۇق، تېقىم، جەينەك ئويمىنى قاتارلىقلاردا بولىدىغان ئىششىققا ئېلىپ بارسا، ئۇ ناچارلىقىدۇر ۋە ئالدى بىلەن شۇ ئىششىقلار بولۇپ، ئاندىن ئۇنىڭغا ئوخشاش سەۋەبىدىن قىزىتمىلار ئەگەشكەن ئىششىقتىنمۇ ناچارراقتۇر. قۇلاقنىڭ تۈۋىدە پەيدا بولىدىغان ۋە يىرىڭداش بىلەن پىشمايدىغان ئىششىقلارمۇ ناچار بولۇپ، ئۇنىڭغا تازىلىنىش ئەگىشىپ كېلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭدىن بىرەرسى بولمىسا ۋە ئىششىق پىشمىسا ھەمدە ئۇنىڭغا كۈچلۈك تازىلىنىش ئەگىشىپ كەلمىسە، ئۇ ناچار ئالامەتتۇر. يىرىڭلىق ئىششىق ۋە باشقا خىلتلاردا پىشىش ۋاقتىدىن بۇرۇن پىشىش يۈز بەرسە ئالدىنماسلىق لازىم. چۈنكى بۇ مەنپەئەت قىلمايدۇ. خۇددى بۇ كۆپ پەيدا بولۇپ كېسەللىك تۆۋەنلەش مەزگىلى، دەپ گۇمان قىلىنىپ ئۆلتۈرگىنىدەك. ئىلگىرى كۆرۈلۈپ ئاندىن ئېچىرىلەپ ماڭىدىغان ھەرقانداق مۇدۇر ۋە ئىششىق ناچارلىقىدۇر. بىراق، ئۇ قايتا قوزغالسا، تەبىئەتنىڭ كۈچلۈكلۈكىگە دەلىل ئىزدىلىدۇ. بەزىدە مۇدۇر - چاقىنىڭ چىقىشى ۋە چوڭقۇرلىشى ئىنسانىنى ئۆز تەبىئىتىدىكى نەرسىگە ئادەتلەندۈرىدۇ، ئۇ بەك ناچارلىققا دالالەت قىلمايدۇ.

59 - پەسىل مۇدۇر ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنىڭ شەكلىدىن مەلۇم بولىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا نوقۇت چوڭلۇقىدىكى قارا مۇدۇرلارنىڭ بولشى بەك ناچارلىقىدۇر. ئەگەر ئۇ كۈچلەنسە، بىمار كۆپىنچە ئىككىنچى كۈنى ھالاك بولىدۇ.

بەدەندىكى يارىنىڭ كۆك، قارا ۋە ئاسمان رەڭگىگە ياكى سېرىقلىققا ئۆزگىرىشى ناچار ئالامەتتۇر. بۇنىڭ ئىچىدىكى سېرىقى يەڭگىلرەكتۇر. ئېيتىلىشچە، ئەگەر بىمارنىڭ تىزىدا قارا ئۇزۇمدەك نەرسە كۆرۈنسە ۋە ئۇنىڭ ئەترايى قىزىل بولسا بىمار تېزلا ئۆلۈپ كېتىدىكەن. ئەگەر ئۇ نەرسە ئەللىك كۈنگە سوزۇلسا، ئۇ كىشىنىڭ ئۆلۈمىنىڭ ئالامىتى سوغۇق تەرلەشتۇر. ئەگەر بويۇنىدىكى كۆك قان تومۇرغا ئابدىملىك ئۇرۇقىغا ئوخشاش ئۇچى ئاق بولغان كۆپ مۇدۇرلار چىقسا، بىمارنىڭ ئىسسىق نەرسىلەرگە ئىشتىهاسى ئېچىلىدۇ ۋە بىمار يىگىرمە كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ. بىز تىلغا چىقىدىغان هالاك قىلىدىغان مۇدۇرلارنى يۇقىرىدا سۆزلىدۇق. ئېيتىلىشچە، قىزىتما بىر مەزگىل بولسا ۋە ئىككى قول بارماقلىرىنىڭ هەممىسىدە قاتتىق ئاغرىش بىلەن بىرگە كۆرسىنە ئۇرۇقىغا ئوخشاش قارا ئىششىق كۆرۈلسە، بىمار تۆت كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ ۋە بىمارىدا ئېغىرلىق ۋە ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلى يۈز بېرىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ بىلەن بىرگە قەۋزىيەت بولسا، سەرسام پەيدا بولىدۇ، بەزىدە قەۋزىيەت بولۇپ، هەتتا چوڭ تەرەت تاشتەك قېتىۋالىدۇ.

60 ـ پەسىل تىترەشتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

تەستە يانىدىغان قىزىتمىدا قۇۋۇەت ئاجىزلاش بىلەن بىرگە قايتا قوزغىلىدىغان كۆپ تىترەش هالاك قىلغۇچى ئالامەتتۇر. قۇۋۇەت ئاجىزلىماي تۇرۇپ بولغان تىترەش بىلەن قىزىتما پەسەيمىسە ياخشى ئەمەستۇر. هەممىسىنىڭ ناچارراقى شۇكى، تىترەشكە پايدا قىلمايدىغان ۋە ئۇنىڭ بىلەن قىزىتما پەسەيمەيدىغان تازىلىنىش ئەگىشىپ كېلىدۇ. ئەگەر تازىلانمىسىمۇ بۇ، خىلتىنىڭ هەربىرىنىڭ تولۇقلىنىشىغا ئاجىز كەلگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ، ئۇ ناچار ئالامەتتۇر. ئەمما بىر قېتىم يۈز بەرگەن تىترەش بىلەن تىترەشنىڭ قۇۋۇەتنىڭ هەددىدىن زىيادە ئاجىزلىغانلىقىدىن بولغانلىقىغا ياكى ئۇنىڭ باشقىسىدىن بولغانلىقىغا كەسكىن هۆكۈم قىلىش توغرا بولمايدۇ.

61 - پەسىل تازىلىنىشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

ئىچ سۇرۇش، قەي قىلىش ۋە ئۇنىڭ باشقىسى بىلەن بولغان مەنپەئەتلىك تازىلاش ماددا پىشقاندىن كېيىن بولىدىغان، تېگىشلىك خىلتىنى تازىلايدىغان، ئاسان ۋە ئارقىدىن يەڭگىللىك بولىدىغان تازىلاشتۇر. دورا بىلەن ياكى دورىسىز تازىلىنىدىغان خىلتىنى يوقاتقانلىقىنىڭ ئالامەتلىرىدىن شۇكى، تازىلاش يەنە بىر خىلتىنى تازىلاشقا باشلاشتۇر. ناچار تازىلاش شۇكى، تازىلاش بولىدۇ ۋە قارا قان ئاجراشقا ياكى سېسىق پۇراقلىق خىلىت ئاجراشقا ياكى ساپ خىلىت ئاجراشقا ئۆزگىرىدۇ. قەيىمۇ شۇنداق بولىدۇ، ئەگەر تازىلاشقا باشلىغاندىن كېيىن تازىلاش كەم بولۇپ قالسا ياردەم بېرىش لازىم.

ئەگەر تازىلاش ھەددىدىن زىيادە بولسا ۋە پىشىش كۆرۈلمىگەن بولسا، بۇنىڭ مەنپەئەت قىلىشىغا ئىشەنگىلى بولمايدۇ، تەرلەش ياكى بۇرۇن قاناش ياكى ئۇنىڭدىن باشقىلىرىدىن بولغان ئاز، يېنىك تازىلاش تەبىئەتنىڭ ھەرىكەتلىنىپ كۈچىيەلمىگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر باشقا ئالامەتلەر يامان بولسا، ئۆلۈمگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر يامان بولمىسا، كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

62 - پەسىل تەرلەشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

تەرلەش ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ۋە بەلغەمدىن بولغان سوزۇلما كېسەللىكلەردە خەتەرلىك. ئىششىق بىمارلىرىغا ۋە ئىچكى ئەزادا ئىششىق بار بىمارلارغا ياخشى بولغان بوھراندۇر.

63 - پەسىل كۆپ تەرلەشنىڭ سەۋەبى توغرىسىدا

تەرلەش ماددىنىڭ كۆپلۈكى ياكى ماددىنىڭ سۇيۇقلۇقى ياكى داپىئە قۇۋۋىتى كۈچەيگەنلىكى ياكى ماسكە قۇۋۋىتى بوشغانلىقى ياكى كېڭىيىش قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن تەر يوللىرى كېڭەيگەنلىك قاتارلىق سەۋەبلەردىن ۋە شۇ سەۋەبلەرنىڭ ئەكسىلىرىدىن تەرلەش ئېغىر بولغانلىقتىن ئېغىر كەلگەنلىك سەۋەبىدىن كۆپ بولىدۇ. تەر سۈرتۈۋېتىلسە ئاقىدۇ، سۈرتمەي قويۇۋېتىلسە توختايدۇ.

64 - پەسىل ئەزالارنىڭ تەرلىشى ۋە تەرلىمەسلىكىنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

كۆپرەك تەرلەيدىغان ئەزالار كېسەللىكنى پەيدا قىلغۇچى ماددا كۆپرەك بولغان ئەزادۇر. تەرلىمەيدىغان ئەزالار كېسەللىك ماددىسى بولمىغان ئەزادۇر ياكى تەر تۆشۈكلىرىنى تارايتىش سەۋەبلىرىنىڭ بىرەرسى غالىب كەلگەن ئەزادۇر.

شۇ قاتارىدىن بىمار بېسىپ ياتىدىغان تەرەپ كۆپىنچە بەك ئاز تەرلەيدۇ، چۈنكى بېسىپ ياتقان تەرەپنىڭ بېسىلغان يوللىرى قۇرغاق بولۇپ، ئۇنىڭغا ھۆللۈك ئاقمايدۇ ۋە ئۇنىڭدىن تەر ئاقمايدۇ. تەرلەش كۆكرەككە ئوخشاش ئالدىدىكى ئەزالارغا قارىغاندا دۈمبىگە ئوخشاش ئارقىدىكى ئەزالاردا كۆپ بولىدۇ ۋە تۆۋەنكى ئەزالارغا قارىغاندا يۇقىرىقى ئەزالاردا، بولۇپمۇ باشتا كۆپ بولىدۇ.

65 - پەسىل تەرلەش ۋە ئۇنىڭ باشقىسىدىكى ئەھۋاللارنىڭ ئوخشاشماسلىقى توغرىسىدا

ئۇيقۇ ئويغاقلىققا قارىغاندا كۆپرەك تەرلىتىدۇ، چۈنكى ئۇيقۇدا تەبئىي ھارارەتنىڭ ھۆللۈكلەرگە تەسىرۇپ قىلىشى كۆپرەك بولىدۇ ۋە ئۇيقۇدا

نەپەسلىنىش قىينىراق بولىدۇ. ئۇيقۇ، ماددىلارنى ئىچكى ئەزالارغا ھەربىر كەتلەندۈرىدۇ. بۇقرات دېدىكى، ئۇيقۇدا سەۋەبسىز كۆپ تەرلەش بىمارنىڭ بەدىنىگە ئوزۇقلۇق بىمارنىڭ كۆتۈرۈش كۈچىدىن كۆپرەك يۈكلەنگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر تەرلەش بىمارغا يېمەكلىك يەتمەستىن بولسا، بىمارنىڭ ماددىنى تازىلاشقا ئېھتىياجلىق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

بۇنىڭدىكى سەۋەب، كۆپ تەرلەش قۇۋۋەت ساغلام بولۇش بىلەن بىرگە پەقەت تەبىئەت ئىتتىرىپ چىقىرىشقا تېگىشلىك بولغان ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولىدۇ. بۇ كۆپلۈك يېقىن سەۋەب بىلەن بولىدۇ، بۇ، يېقىندىكى تولۇشتۇر، يېقىندىكى تولۇش شۇ ۋاقىتتىكى يېمەكلىكلەردىن بولغان تولۇشتۇر. بۇنداق تولۇشنى ئاچلىق ياكى چېنىقىش ياكى ئۆزلۈكىدىن ئىتتىرىلگەن تەر ئىتتىرىدۇ ۋە ياكى ماددىنىڭ كۆپلۈكى ئىلگىرىكى يېراق سەۋەبتىن بولىدۇ. ئۇ ئىلگىرىكى ئېشىندىلاردىن بولىدۇ، بۇنداق ئېشىندىلاردا پەقەت بەدەننى شۇ ئېشىندىلاردىن پاكلايدىغان تازىلاش مەنپەئەت قىلىدۇ، ئەمما بەزىدە ئۇ تەرلەشتە پەقەت ماددىنىڭ لەتىپ، سۈيۇق ئاز قىسمى چىقىدۇ، بۇزۇق، چىقمايدىغانلىرى قېپقالىدۇ. تەبىئەت بۇزۇق خىلتىنىڭ ئېغىرلىقى ئاستىدا قېپقالىدۇ، بۇ تەبىئەتنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان نەرسىلەردىندۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ھەرقاچان تەبىئىي ھارارەت كۈچلۈكرەك بولسا، تارقاش يوشۇرۇنراق بولۇپ، پەقەت باشقا سەۋەب بولغاندىلا تەرلەش بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن تەرلەش تەبىئەتتىن چىققان بولىدۇ، چۈنكى تەرلەش ياكى مادىدا تولۇشتىن ۋە كۆپلۈكتىن ھەمدە تەر تۆشۈكچىلىرى بەك كېڭىيىشتىن ياكى قۇۋۋەت ياخشى ھەزىم قىلىشتىن ئاجىز كەلگەنلىكتىن ۋە ياكى بەك ھەربىر كەتلىنىلقتىن بولىدۇ.

66 - پەسىل تەرلەش كۆپ ۋە ئاز بولىدىغان كۈنلەر توغرىسىدا

ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە بولىدىغان تەرلەشنىڭ كۆپىنچىسى ئۈچىنچى ۋە بەشىنچى كۈنىدە بولىدۇ، تۆتىنچى كۈنىدە ئاز بولىدۇ، دېمەك بۇ خىل كېسەللىكلەرنىڭ

تۆتنىچى كۈنى تەرلەش بىلەن بوھران بولۇش ئاز بولىدۇ، تەجرىبىلىك تېۋىپلارنىڭ دېگىنى بويىچە بىمارنىڭ يىگىرمە يەتتىنچى كۈنى، ئوتتۇز بىرىنچى كۈنى ۋە ئوتتۇز تۆتىنچى كۈنلىرىدە تەرلىشى ئىنتايىن ئاز بولىدۇ.

67 ـ پەسىل تەرلەشتىن دەلىل ئىزدەش يوللىرى توغرىسىدا

تەرنى تۇتۇپ بېقىش بىلەن ئۇنىڭ ئىسسىق ياكى سوغۇقلۇقىغا دەلىل ئىزدىلىدۇ ھەمدە تەر رەڭگىنىڭ سۈزۈك ياكى سېرىققا ياكى كۆككە مايىللىقى بىلەن دەلىل ئىزدىلىدۇ ۋە تەر تەمىنىڭ ئاچچىق ياكى تاتلىق ۋە ياكى چۈچۈمەللىككە مايىللىقى بىلەن دەلىل ئىزدىلىدۇ، تەر پۇرىقىنىڭ سېسىق ياكى چۈچۈمەل ياكى تاتلىق ياكى ئۇنىڭ باشقىسى بىلەن دەلىل ئىزدىلىدۇ، تەر قىيامىنىڭ سۇيۇق ياكى چاپلاشقاقلىقى بىلەن دەلىل ئىزدىلىدۇ، تەر مىقدارىنىڭ كۆپ ياكى ئازلىقى بىلەن دەلىل ئىزدىلىدۇ، تەرلىگەن ئورۇندا تەرنىڭ تولۇق كەلگەن ياكى كەلمىگەنلىكى ۋە ئۇ تەرنىڭ قايسى ئەزادىن كەلگەنلىكىگە دەلىل ئىزدىلىدۇ. تەرلەش ۋاقتىدىن كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى ياكى ئاخىرقى ۋە كېسەللىك پەسىيش مەزگىلى قاتارلىقلاردىن دەلىل ئىزدىلىدۇ، كېسەللىكنىڭ ئاقۇتتىدىن يەڭگىللىك بولۇش ياكى ئاغرىق، تىترەش، جۇغ ـ جۇغ ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىنىڭ بولۇشى بىلەن دەلىل ئىزدىلىدۇ.

68 ـ پەسىل تەرلەشتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

بەدەنده قىزىتما بولۇش بىلەن بىرگە سوغۇق تەرلەش بولسا ئىنتايىن ناچار ئالامەتتۇر، بولۇپمۇ باش ۋە بويۇن تەرەپكە ماڭغان تەرلەش. بۇ تەرلەش گەرچە سوغۇق بولمىسىمۇ ھوشسىزلىنىشتىن ئاگاھلاندۇرىدۇ، سوغۇق تەرلەش قانداقمۇ

ئاگاھلاندۇرمىسۇن! ئۇ تەرلەش تۇرلىرىنىڭ ناچارراقى تۇرسا. چۈنكى سوغۇق تەرلەش بۇندىن كېيىن بولىدىغان ھوشسىزلىققا ئەمەس، ئىلگىرىكى ھوشسىزلىققا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما كۆچلۈك بولسا ئۆلۈم يېقىنلاشقاندۇر. سوغۇق تەرلەش پەقەت تەبىئىي ھارارەت تۆۋەنلەپ، تەبىئىي ھۆللۈكلەرنى ساقلاپ قالالماي، ھۆللۈكلەردىن ئايرىلىپ، ئۇنى تارقىتىپ، بۇخاراتقا ئايلاندۇرغانلىقتىن بولىدۇ، ئاندىن ھارارەت يات ھارارەت بولغانلىقتىن ھۆللۈكتىن ئايرىلىپ ئاجرىغان تەر سوۋۇيدۇ، بۇ ناچار ئالامەتتۇر.

كۆپ تەرلەش كېسەللىك ماددىسى كۆپ بولغانلىقى ئۈچۈن كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇشغا دالالەت قىلىدۇ ۋە كۆپ تەرلىگەن بىمار ئاجىز بولغانلىقتىن ئۇنىڭغا قان ئېلىش ۋە سۇرگە بېرىش مۇۋاپىق كەلمەي، بەلكى يېنىك ھۆقنىلەر مۇۋاپىق كېلىدۇ.

تەرلىگەندىن كېيىن يەڭگىللىك بولمىسا، تەرلەش ياخشى ئالامەت ئەمەستۇر. ئەگەر تەرلەشتىن كېيىن زىيادە ئاغرىق بولسا، ئۇ ناچار ئالامەتتۇر ۋە گەرچە بۇ ئومۇمىي بەدەندە بولسىمۇ ھەم ناچار ئالامەتتۇر. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە تېز تەرلەش ناچار ئالامەت بولۇپ، ئۇ ماددىنىڭ كۆپلىكىگە دالالەت قىلىدۇ، بىراق بۇنىڭ سەۋەبى كۆپ يامغۇر ياغقانلىقتىن بولغان ھاۋانىڭ ھۆللۈكى بولسا ناچارلىقى تۆۋەنرەك بولىدۇ. كۆپىنچە كېسەللىك تەرلەش بىلەن باشلىنىپ، ئاندىن ئۇنىڭغا قىزىتما ئەگىشىدۇ ۋە ئۇ ئۇزۇنغا سوزۇلىدۇ. ئەگەر تەرلەشتىن جۇغ - جۇغ پەيدا بولسا، بۇ ناچار ئالامەتتۇر. شۇنداق بولۇشى جۇغ - جۇغ ناچار، بەدەنگە زىيانلىق خىلتىنىڭ تارقىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ ۋە شۇ تەرلەش تازىلىيالمايلا، بەلكى تەر بىلەن تارقىغان ھۆللۈكلەرگە ئارىلاشقانلىقتىن، ئۆتكۈرلۈكى پەسەيتىلگەن ناچار خىلتىلارنى قايتۇرغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ ۋە ماددا كۆپ بولۇپ، بۇنداق تەرلەشتىن ئىبارەت تازىلاش بىلەن تارقىمايدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر قۇۋۇەت ۋە تومۇر ھەرىكىتى ئاجىز بولسا ۋە پېشانىدىن تەر ئاز چىقسا، ئۇ ناچار ئالامەتتۇر. ئەگەر تومۇر سوقۇش پەسلەپ كەتسە، ئۇ ئۆلۈمنىڭ ئالامىتىدۇر. تولۇق بوھران بولۇشتا ئۇدۇل كېلىپ قالغان ياخشى تەر بوھران كۈنىدە بولىدىغان ۋە ئومۇمىي بەدەن

تەرلىگەنلىكتىن بىمار يېنىكلەيدىغان تەرلەشتۇر. بۇ تەرلەشكە ئومۇمىيۈزلۈك بولماي پەقەت ئارقىدىن يېنىكلىك بولىدىغان تەرلەش يېقىنلىشىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، تەردىن ئۇنىڭ ئىسسىق - سوغۇقلۇقتىكى كەيپىياتى، رەڭگى، پۇرىقى، مىقدارىنىڭ ئاز - كۆپلۈكى، تەرلەش ۋاقتىنىڭ كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلى ياكى ئاخىرقى مەزگىلى ۋە ياكى پەسىيىش مەزگىلىدە بولغانلىقى ۋە تەرلەشكە قوشۇلۇپ كېلىدىغان قىزىتمىنىڭ يۇقىرى - تۆۋەنلىكى ۋە قىزىتمىدىن كېيىن بولىدىغان يەڭگىللىك ۋە ئېغىرلىق قاتارلىقلارغا قارىلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، كېسەلدىن يېڭى ساقايغان كىشىدە ماددا قالدۇقلىرى سەۋەبىدىن تەرلەش كۆپ بولىدۇ، ئازراق قان ئېلىنسا، چاتاق چىقمايدۇ.

69 - پەسىل تومۇردا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

بازغان ئۇرغاندەك، چۈمۈلە ماڭغاندەك، ھەرە چىشىسمان ياكى دولقۇنسىمان تومۇر سوقۇشلار ناچار ئالامەتتۇر. ئاجىزلىق بولۇش بىلەن بىرگە يېپ ئېگىرگەندەك تومۇر سوقۇشمۇ ناچار ئالامەتتۇر. كۆپ ئۇزۇلۇش ۋە ئاجىز ھەربىكەتلەر بولغان، ئاندىن شۇ بىر قېتىم ئىلاج قىلىنغان قالايمقان تومۇر ئىلاج قىلىنمىغان، بەلكى ئارقىمۇئارقا بولىدىغان تومۇردىن كۈچلۈكرەك بولۇپ، ئىنتايىن ناچاردۇر. تېۋىپلار دېدىكى، ئەگەر تەرتىپسىز بولسا، بۇ ئاجىز بولۇش بىلەن بىرگە ناچار ئالامەتتۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، كۆپىنچە كىشىلەرنىڭ تەبىئىي تومۇرى كېسەللىك بولمىسىمۇ قالايمقان سوقىدۇ، شۇڭا، بۇنىمۇ بىلۈۋىلىش لازىم.

70 - پەسىل بۇرۇن قاناشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

سەرسام ۋە جىگەرنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلىرى ۋە قوۋۇرغا بېشى ئاستىدىكى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارغا ئوخشاش ئىششىقلار بۇرۇن قاناش بىلەن

تولۇق بوھران بولىدۇ. سەرسامدا بۇرۇننىڭ قايسى تەرىپى قانسا بولۇۋېرىدۇ، ئەمما ئىششىقتا ئىششىق بار تەرەپتە بۇرۇن قاناش بولىدۇ. شۇنىڭدەك كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىلار ئۇ بىرىنچىسىنىڭ قاتارىدىندۇر. ئەمما زاتىررىيە بۇرۇن قاناش بىلەن بوھران بولمايدۇ، ئەمما زاتىلىجەنبىنىڭ بۇرۇن قاناشتىكى ئەھۋالى ئوتتۇرا ھال بولىدۇ. سەپرادىن بولغان قىزىتما بەزىدە بۇرۇن قاناش بىلەن بوھران بولىدۇ. مەنپەئەتلىك بۇرۇن قاناش كۆپىنچە تاق كۈنلەردە يۇز بېرىدۇ، ئىنتايىن ئاز سانىدا تۆتىنچى كۈنىدە يۇز بېرىدۇ. ئەمما ئۈچىنچى، بەشىنچى، يەتتىنچى، توققۇزىنچى كۈنلىرىدە بۇرۇن قاناش يۇز بېرىدۇ. بۇرۇن قاناشتىن ياخشىلىق ئۈمىد قىلىنسا ۋە بىمار ئاجىز بولسا، بۇقرات ئۆگەتكەن بويىچە باشقا ئىسسىق سۇ قويۇش ۋە ئىسسىق ئۆتكۈزۈش بىلەن يارىدەم قىلىنىدۇ، خۇددى بۇرۇن قاناشنىڭ چېكىدىن ئېشىپ كېتىش خەۋپى بولغاندا سوغۇق سۇ قۇيۇش بىلەن چەكلەنگەندەك. بەزىدە بۇرۇن قانغان تەرەپتىكى قوۋۇرغىغا ھىجامەت قويۇلىدۇ. بۇرۇن قاناشنىڭ ياخشىراقى كېسەللىك بار تەرەپتە بولغىنىدۇر، قارشى تەرەپتىكى بۇرۇن تۆشۈكىدىن قاناش بولغىنى بۇنداق ياخشى ئەمەستۇر. ئىششىقلارنىڭ بۇرۇن قاناش بىلەن بوھران بولۇشقا لايىقراقى كىندىكنىڭ ئۈستىدە بولغان ئىششىقلاردۇر. بەلغەمدىن بولغان ئىششىق، قېتىشقا باشلىغان ۋە ئۈزۈنىغا سوزۇلىدىغان ئىششىقتا بۇرۇن قاناش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن بوھران بولۇشنى كۈتمەي يىرىڭلاش ۋە ئېغىز ئېلىشنى كۈتۈش، مېڭىدىكى سوغۇقتىن بولغان ئىششقنىڭ ۋە زاتىررىيەنىڭ بوھرانىدا بۇرۇن قاناش بىلەن بوھراننى كۈتمەسلىك لازىم.

71 ـ پەسىل بۇرۇن قاناشتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

بۇرۇن ئاز قاناش ناچار ئالامەتتۇر، ناچار بۇرۇن قاناشنىڭ كۆپىنچىسى قاننىڭ قارا بولۇشىدۇر. بۇرۇن قانغاندا قاننىڭ قىزىل، پارقىراق بولۇشى ئىنتايىن ئاز

ساندا ناچار بولىدۇ. تۆتىنچى كۈندە يۇز بېرىدىغان بۇرۇن قاناش بوھراننىڭ تەستە ساقىيىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. دېمەك ياخشى بۇرۇن قاناش تاق كۈنلەردە يۇز بەرگىنىدۇر.

72 - پەسىل چۈشكۈرۈشتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

چۈشكۈرۈش كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا يۇز بەرسە ياخشى ئالامەتتۇر، ئەمما كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدىكىسى زۇكام ياكى كۆيۈشتۇرگۈچى خىلتىنىڭ ئالامىتىدۇر.

73 - پەسىل چوڭ تەرەتنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

بىز نەزەرىيە قىسمىدا چوڭ تەرەت توغرىسىدا ئومۇمىي بولغان قىسقا بىر سۆزنى سۆزلىدۇق، بىز بۇ ھەقتە سۆزنى مۇكەممەل تولۇقلىشىمىز ۋە ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە سۆزگە مۇناسىپ ھالدا تولۇقلىشىمىز زۆرۈردۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، كۆپ تەرلىگەن كىشى ئىچ سۇرۇش بىلەن تولۇق بوھران بولمايدۇ.

74 - پەسىل چوڭ تەرەتتە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

چوڭ تەرەتتە كېلىدىغان نەرسىنىڭ رەڭگىنىڭ ئوخشاش بولماسلىقى پەقەت ئىككى ۋاقىتتا ياخشى بولىدۇ. ئۇنىڭ بىرى، ئىچ سۇرۇش بوھران كۈندە ماددا پىشقاندىن كېيىن ۋە بوھرانىنىڭ ياخشى ئالامەتلىرىدىن كېيىن بوھرانلىق بولغاندا بولىدۇ. يەنە بىرى، ھەر خىل كۈچلۈك سۇرگە دورىسىنى ئىچكەندىن كېيىن

بولىدۇ. چوڭ تەرەتنىڭ رەڭلىك بولۇشى بۇ ئىككى ھالەتتە بەدەندە كۆتۈلگەن تازىلاشنىڭ بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ، ئەمما بوھران كۈننىڭ باشقىسىدا چوڭ تەرەتنىڭ رەڭلىك بولۇشى كۆيۈشكە، خوراشقا ۋە بۇزۇق خىلتلارنىڭ كۆپلۈكىگە دالالەت قىلىدۇ. كىچىك بالىلارنىڭ چوڭ تەرىتىگە ۋە بوۋاقنىڭ تۇنجى پوقىغا ئوخشايدىغان سېسىق پۇراقلىق چوڭ تەرەت ناچار ئالامەتتۇر.

سەپرالىق چوڭ تەرەت كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە سەپرانىڭ غەلبە قىلغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ ۋە ئۇ ياخشى ئالامەت ئەمەستۇر كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا يەنى كېسەللىكنىڭ پەسەيىش مەزگىلىدە بەدەننىڭ تازىلىنىۋاتقانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئۇ بولسىمۇ ياخشى ئالامەتتۇر. ئەگەر سەپرالىق چوڭ تەرەت كۆپ كەلسە ۋە كېسەللىك يەڭگىللىمسە، بۇ ناچار ئالامەتتۇر.

ناچار ئالامەتلەردىن كېيىن ۋە قۇۋۋەت تۆۋەنلىگەندىن كېيىن ئارقىدىن يېنىكلەش بولمايدىغان ئىچ سۇرۇش ئۆلۈمنىڭ ئالامىتىدۇر، گەرچە قىزىتما يوقالغان بولسىمۇ. مايلىق نەرسىلەرنى يېگەنلىكتىن بولمىغان مايلىق ئىچ سۇرۇش رەئىس ئەزالارنىڭ خورىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئۇ ھالاك قىلمايدىغان ناچار ئالامەتتۇر. بەزىدە مايلىق ئىچ سۇرۇش گۆشتىن بولىدۇ، ئەگەر چوڭ تەرەت يېرىڭ ئارىلاش ھەم قېنىق سېرىق بولسا ۋە سېسىق پۇراق ئۇستۈنلۈكىنى ئىگىلىگەن بولسا، بۇ ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا ھالاك قىلغۇچىدۇر. ئەتراپىدا سۇيۇق بىر نەرسە تۇرىدىغان ئىچ سۇرۇش جىگەردىن كەلگەن يېرىڭ ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ، ئۇ كۆيۈشتۇرىدۇ ۋە چوڭ تەرەتنى تېز چىقىرىدۇ. بەزىدە چوڭ تەرەتلا چىقىدۇ، بۇ كېسەللىكلەرنىڭ ھەممىسىدە چوڭ تەرەتتە ماشىنىڭ پوستىدەك نەرسىلەرنىڭ كېلىشى ھالاك قىلغۇچى ئالامەتتۇر.

75 ـ پەسىل قەينىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

بىز نەزەرىيە قىسمىدا قەي توغرىسىدىمۇ سۆزلىدۇق، بۇ يەردە ئۇنىڭدىن باشقا بۇ ئورۇنغا مۇناسىپ نەرسىلەرنى سۆزلىشىمىز زۆرۈر بولدى.

شۇنىڭ ئۈچۈن دەيمىزكى، ئەڭ مەنپەئەتلىك قەي سەپرا ۋە بەلغەم بەك ئارىلىشىپ كەتكەن، شۇنداقلا سەپرا ۋە بەلغەم بەك قويۇق بولمىغان قەيدۇر. قاچانكى قەي خالىسراق بولسا، بۇ ناچار ئالامەتتۇر، چۈنكى خالىس سەپرا ئىسسىقلىقنىڭ كۈچلۈكلۈكىگە، خالىس بەلغەم سوغۇقلۇقنىڭ كۈچلۈكلۈكىگە دالالەت قىلىدۇ.

76 ـ پەسىل قەيدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئادەتتىكى قەينىڭ رەڭگىگە ئوخشىمايدىغان قەي (ئادەتتىكى قەي سۇدەك، ئاق ۋە سېرىق قەيدۇر) ناچار ئالامەتتۇر. ئادەتتىكىگە ئوخشىمايدىغان قەي، مەسىلەن: كۆك رەڭلىك، كۈدە رەڭلىك، بولۇپمۇ سېسىق پۇراقلىق قەي، قىزىلچا رەڭلىك قەي ۋە قېپقىزىل قەي، دۇغ قەي قاتارلىقلاردۇر. قەينىڭ يامانراقى زەڭگەر رەڭ قەي ۋە قارا قەيدۇر، بولۇپمۇ قەي بىلەن بىرگە تەشەننۇج بولسا، ئۇ دەرھال ئۆلتۈرىدۇ، بىراق بىمار كۈچلۈك بولسا، بەزىدە ئىككى كۈنگىچە ھايات قالىدۇ. ئۇنىڭدا قەي رەڭگىنىڭ يېيىلگەن نەرسىدىن بولماسلىقىغا دىققەت قىلىش لازىم. ئەگەر بىمار مۇشۇ رەڭلەرنىڭ ھەممىسىنى بىرگە قەي قىلسا، بۇ ئىنتايىن ناچار ئالامەتتۇر.

سېسىق پۇراقلىق قەي ناچار ئالامەتتۇر، خالىس قەي بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەندەك ناچار ئالامەتتۇر.

77 ـ پەسىل سۈيدۈكنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

بىز ئىلگىرى نەزەرىيە قىسمىدا ئەگەشمە كېسەللىكلەر توغرىسىدىكى پەندە سۈيدۈك ھەققىدە ئومۇمىيۈزلۈك سۆزلىدۇق، بىز ھازىر بۇنىڭ ۋە باشقىلىرىنىڭ

مۇشۇ ئورۇنغا لايىقراق بولغانلىرىنى كەلتۈرۈپ شۇنداق دەيمىزكى، ئەگەر سۈيدۈكتە كۈچلۈك پىششىقلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلمىسە، ئۇنى ھالاك بولدۇ، دەپ ھۆكۈم قىلىشقا بولمايدۇ. چۈنكى بىمار بەزىدە بىر تەرەپتىن كۈچلۈك يۇز بېرىدىغان پىشقان ۋە پىشمىغان ماددىنى ئىتتىرىپ چىقىرىدىغان تازىلاش بىلەن كېسەللىكتىن خالاس تاپىدۇ. بەزىدە خىلتىنىڭ تارقىشى ئۇزاق مۇددەتتە بولدۇ ياكى يېرىڭلىق ئىششىق بىلەن بوھران بولدۇ، بولۇپمۇ خىلت بەك ناچار بولمىسا. لېكىن ئۇ كۆپىنچە ناچاردۇر ۋە كېسەللىكنىڭ كۈچلۈكلۈكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئاز ۋاقىتتا كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. شۇنىڭدەك كېسەللىكنىڭ بارلىق ۋاقىتلىرىدا ساغلام كىشىلەرنىڭ سۈيدۈك رەڭگىدە تۇرىدىغان سۈيدۈك، ئەگەر كېسەللىكنىڭ كۈچىيىشى بىلەن ئۆزگىرىشكە باشلىسا، ئۇ يېنىكرەكتۇر. بەزىدە ۋابا كېسەللىكلىرىدە سۈيدۈكنىڭ قىيامى، رەڭگى، چۆكمىسى قاتارلىقلار بىمار ھالاكەتكە يۈزلەنگەن تۇرۇقلۇق تەبىئىي بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، كۆپىنچە بىمارلار قىيامى، رەڭگى ۋە ئۇنىڭ باشقىسىدا ناچار سۈيدۈكلەرنى سېيىدۇ، بۇ بوھرانلىق سىلكىنىش بولدۇ، بولۇپمۇ جىگەر ۋە سۈيدۈك يوللىرىنىڭ ئەتراپى سەۋەبىدىن بولغان ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە.

78 ـ پەسىل سۈيدۈكنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكىدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

بىر قېتىم ئاز، بىر قېتىم كۆپ سېيىش ۋە بىر قېتىم سۈيدۈك توختاپ قېلىپ سىيەلمەسلىك ناچار ئالامەتتۇر. ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا بۇ، كېسەللىك بىلەن تەبىئەت ئوتتۇرىسىدىكى قاتتىق توقۇنۇشقا دالالەت قىلىپ ياكى كېسەللىك غەلبە قىلىدۇ ياكى تەبىئەت غەلبە قىلىدۇ ۋە ماددىنىڭ قويۇقراق ئىكەنلىكىگە ۋە پىششىقلىق قېيىن

ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما تۇراقلىق بولسا، خىلىت قويۇق بولغانلىقتىن كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلغانلىقىدىن ئاگاھلاندۇرىدۇ.

79 - پەسىل سۈيدۈكنىڭ سۈيۇقلۇقىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

سۈيۇق سۈيدۈك بەزىدە زىيابىتقا ئوخشاش كېسەللىكلەردە بولىدۇ. بۇنىڭدا دائىم ئۇسسۇزلۇق بولىدۇ، سۈيدۈك تېز قىستاپ، ئاسان چىقىدۇ. بەزىدە سۈيۇق سۈيدۈك ماددىنىڭ خاملىقى ۋە ماددىنىڭ چىقىشىنى چەكلىگۈچى توسالغۇدىن بولىدۇ. بەزىدە ئۆزگەرتكۈچى قۇۋۋەتنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن بولۇپ، ئاسان چىقمايدۇ، بۇ زىيابىتتىن ئازراق ناچاردۇر. ئەگەر ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە سۈيدۈكنىڭ سۈيۇقلۇقى بىرنەچچە كۈن داۋاملاشسا، بۇ ئەقىل ئېلىشىشقا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ئەقىل ئېلىشىش يۈز بەرسە ۋە سۈيدۈكنىڭ سۈيۇقلۇقى داۋاملاشسا، ماددا مېڭىگە ھۇجۇم قىلىپ، نەپەس توختىغانلىق سەۋەبتىن تېز ئۆلۈمگە دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك كېسەللىك يېنىكلىمەي تۇرۇپ قويۇلسا، بەزىدە بۇ ئەزالارنىڭ خورىغانلىقىدىن بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما تولۇق ئۆرلىگەندە سۇدەك سۈيدۈك كۆپ بولسا، بۇ تۆۋەنكى ئەزالاردا ئىششىقنىڭ پەيدا بولۇۋاتقانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بۇنىڭدىن كېيىنكى بابلاردىمۇ سۈيدۈكنىڭ رەڭگى بىلەن بىرگە قويۇق - سۈيۇقلۇقىغا قاراش لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، سۈيدۈكنىڭ سۈيۇقلۇقى سۈيدۈكنىڭ قارا ۋە قىزىللىقى بىلەن بىرلىشىلمەيدۇ، ئەگەر بىرلەشكەنلىكى كۆرۈلسە، بۇنىڭدىكى سەۋەبنىڭ رەڭ پەيدا قىلغۇچى نەرسە ياكى كەيپىياتنىڭ بەك كۈچلۈكلۈكى ياكى سۈيدۈككە تەسىر قىلغان كېسەللىكنىڭ بەك كۈچلۈكلۈكىنى بىلىش كېرەك.

80 ـ پەسىل سۈيدۈك قىيامىنىڭ قويۇقلۇقى ۋە ئۇنىڭ دۇغلۇقىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئەگەر دائىم بولىدىغان قىزىتمىدا سۈيۇق سۈيدۈك قويۇلسا ۋە ئالامەتلەر ياخشى بولسا، بۇ، تەرلەش بىلەن بوھران بولىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ئالامەتلەر ياخشى بولمىسا ۋە قىزىتما بەك كۆيدۈرسە، بۇ، يۈرەك ياكى جىگەردە ھارارەت ئۆرلىگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. بوھراندىن ئىلگىرى قويۇق سۈيدۈكنىڭ سۈزۈلۈشى ياخشى ئالامەت ئەمەس. چۈنكى، ئۇ ماددىنىڭ توسۇلۇپ قالغانلىقىغا ۋە تەبىئەتنىڭ ئۇنى ئىتتىرىشتىن ئاجىز كەلگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. بىرەر چۆكمە بولمىغان ۋە سۈزۈك بولمىغان قويۇق، دۇغ سۈيدۈك يات ھارارەتنىڭ كۈچلۈكلۈكى ۋە پىشۇرغۇچى تەبىئي ھارارەت ئاجىزلىغانلىقتىن خىلتلارنىڭ قاينىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇ ناچاردۇر. قويۇق سۈيدۈك، بولۇپمۇ تۆتىنچى كۈنىدە ئۇنىڭ بىلەن چارچاشتىن بولغان قىزىتمىنىڭ بوھرانى كۆپ بولىدۇ، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا بۇرۇن قاناش قوشۇلۇپ كەلسە.

81 ـ پەسىل ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىكى سۈيدۈكنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

ئۆتكۈر قىزىتمىلاردىكى ئاق سۈيدۈك ماددىنىڭ تومۇرلارنىڭ باشقىسىغا ۋە سۈيدۈك ئەزالىرىنىڭ باشقىسىغا مايىل بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە ماددا مېڭىگە مايىل بولۇپ، باش ئاغرىقى ۋە سەرسام كېلىپ چىقىدۇ. بەزىدە ئىچكى ئەزالارنىڭ بەزىسىگە مايىل بولۇپ، ئىششىققا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ئالامەتلەر يېنىك بولمىسا، ئۇ ماددىنىڭ ئاز ساندا قەي بىلەن، كۆپىنچە قەي ئالامىتى بولمىغاندا ئىچ

سۈرۈش بىلەن چىقىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىپ، ئارقىدىن ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇش بولىدۇ. ئەگەر ئۆتكۈر قىزىتمىدا سۈيدۈك ئاق، سۈيۇق بولسا، ئاندىن ئاق بولۇش بىلەن بىرگە دۇغ ۋە قويۇق بولسا، بۇ، تەشەننۇج ۋە ئۆلۈمگە دالالەت قىلىدۇ.

82 - پەسىل ئۆتكۈر قىزىتمىلاردىكى قارا سۈيدۈك توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە گەرچە سۈيدۈكنىڭ قارا بولۇشى ناچار ئالامەت بولسىمۇ ۋە ئۇنىڭغا باشقا ناچار ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كەلسىمۇ، سۈيدۈكنىڭ قارا بولۇشى بىلەن بىمارنىڭ ھالاك بولىدىغانلىقىغا جەزمەن ھۆكۈم قىلىش توغرا ئەمەستۇر. ئەگەر قۇۋۇەتنىڭ كۈچلۈك ئىكەنلىكى ۋە ئۇنىڭ خىلىتلارنى ھەر خىل تازىلاشلارغا قادىر ئىكەنلىكى كۆرۈلسە، ئۇنىڭغا راھەتلىنىش ئەگىشىپ كېلىدۇ، خۇددى ھەيز بىلەن ناچار خىلىت تازىلانغاندا ئاياللاردا يۈز بەرگىنىدەك. شۇنىڭ ئۈچۈن، بۇ تازىلاش ئاياللارغا نىسبەتەن بىخەتەررەكتۇر. چۈنكى، ئۇلاردا بەزىدە مۇنداق ماددا ھەيز يولىدىن تازىلىنىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، قارا سۈيدۈك قانچىكى ئاز بولسا، يامانراق بولۇپ، ھۆللۈكنىڭ يوقاپ كەتكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. يەنە ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە قانچىكى قويۇق بولسا، يامانراقتۇر. ئەگەر قارا سۈيدۈك سۇيۇق ۋە لەتىپلىككە مايىلراق بولسا ۋە ئۇنىڭدا ئېغىرلىق بولسا ۋە ئۇنىڭ پۈرىقى ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ئۆتكۈر بولسا، باش ئاغرىقى ۋە ئەقىل ئېلىشىشتىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. سۈيدۈك ئەھۋالىنىڭ ياخشىراقى شۇكى، ئۇ قارا بۇرۇن قاناشقا دالالەت قىلىدۇ، چۈنكى ماددا ئۆتكۈر ۋە غالىبتۇر. بەزىدە ھارارەت بولۇپ، ھارارەت بەك كۆپ ۋە ئاز بولماي ماددىنى مۇسكۇللار تەرەپكە ئىتتىرگەنلىكتىن قارا سۈيدۈك بىلەن بىرگە تەرلەش بولىدۇ ۋە تەرلەشتىن بۇرۇن جۇغ - جۇغ بولىدۇ. ئەگەر قارا سۈيدۈككە پۈراق

بولماسلىق، ئىككى چېكسى تارتىشىش، قوۋۇرغا بېشى ئاستى ئىشىشى، تەرلەش قاتارلىقلار قوشۇلۇپ كەلسە، ئۆلۈمگە دالالەت قىلىدۇ.

قوۋۇرغا بېشىدىكى بۇنداق تارتىشىش تەشەنئۇجقا دالالەت قىلىدۇ ۋە ئاجىزلىغانلىقتىن بولىدىغان بۇنداق تەرلەش ۋە سۇدەك سۇيۇق، قارىغا مايىل سۇيدۇك سۇيۇق بولغانلىقى ئۇچۇن كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا، قارا بولىدىغانلىقى ئۇچۇن كېسەللىكنىڭ ناچارلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئېيتىلىشچە، لەتىف، قارا سىيگەن بىمار تاماقنى ئارزۇ قىلسا ئۆلۈپ كېتىدۇ. سۇيۇق، قارا سۇيدۇك قىزىلغا مايىل سېرىق رەڭگە ۋە قويۇقلۇققا ئۆزگەرسە ۋە بۇنىڭغا پۇراق قوشۇلۇپ كەلمىسە، جىگەردىكى بىرەر كېسەللىككە دالالەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ يەرقانغا دالالەت قىلىدۇ. چۇنكى سۇيۇقلۇقتىن قويۇقلۇققا، قارىلىقتىن قىزىلغا مايىل سېرىقلىققا ئۆزگىرىش ھارارەتنىڭ ئازلىقىغا ۋە ھەزىمنىڭ بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بۇ، يەڭگىللىك قوشۇلۇپ كېلىدىغان ياكى ئەگىشىپ كېلىدىغان نەرسىلەردىندۇر. ئەگەر بۇنداق بولمىسا، جىگەرگە كىرىۋېلىپ تازىلانمايدىغان ۋە توسالغۇلارنى پەيدا قىلىدىغان ماددىغا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ماددا ئىسسىق بولسا، ئىششىقنى پەيدا قىلىدۇ. ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا ئاز - ئازدىن ئۇزاق ۋاقىت كېلىدىغان لەتىف قارا سۇيدۇك باش ئاغرىقى ۋە بويۇن ئاغرىقى بىلەن بىرگە كەلسە، ئەقلىنىڭ تەدرىجىي يوقىلىشىغا دالالەت قىلىدۇ. ئۇ ئايالالاردا بىخەتەرەكتۇر.

83 - پەسىل قىزىل رەڭلىك سۇيدۇك توغرىسىدا

ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە سۇيدۇك قىزىل بولۇش بىلەن بىرگە سۇيۇق بولسا ۋە ئالامەتلەر ياخشى بولسا، بوھراننىڭ تېز بولىدىغانلىقىغا، ئالامەتلەر ناچار بولسا، تېز ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، كۈچلۈك ھارارەتكە دالالەت قىلىدۇ. ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە سۇيدۇكنىڭ قىزىل بولۇشى بىلەن بىرگە سۇيۇق بولۇشى باش ئاغرىقى ۋە ئەقىل ئېلىشىشقا دالالەت قىلىدۇ. ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىكى قويۇق، قىزىل سۇيدۇك ئاز - ئازدىن ۋە ئارقىمۇئارقا چىقسا ۋە

سېسىق پۇراقلىق بولسا، خەتەرگە دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى، ئۇ كۈچلۈك ھارارەت، بىئارام‌لىق ۋە تەبىئەتنىڭ ئاجىز كەلگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر سۈيدۈك كۆپ ۋە بەك ئېغىر بولسا، كېسەللىكنىڭ ساقايغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ خىلتىلارنىڭ ئارىلىششىدىن بولغان قىزىتمىلاردا.

ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ساپ قان سېيىش ئۆلتۈرىدۇ، چۈنكى ئۇ ئۆتكۈر قايناش بىلەن بىرگە قاتتىق قان تولۇشقا دالالەت قىلىدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا ماددا يۈرەككە مايىل بولغاندا يۈرەك بوشلۇقلىرى ماددىغا تولۇشتىن بولىدىغان بوغۇلۇشنىڭ ياكى مېڭىگە مايىل بولغاندا سەكتىنىڭ خەۋپى بولىدۇ. ئەگەر چارچاشتىن بولغان قىزىتمىلاردا بەك قىزىل سۈيدۈك قويۇلسا، ئاندىن چۆكمە بولماي، كۆپ ئېغىرلىق كۆرۈلسە ۋە باش ئاغرىسا، بۇ كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى ماددا بەك كۆپتۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇ ماددا دەسلەپتە قويۇق بولمايدۇ، قويۇق بولۇپ قالسا، تېزلا چۆكمە پەيدا بولمايدۇ. لېكىن ئۇنىڭ بوھرانى تەرلەش بىلەن بولىدۇ، چۈنكى ماددا تومۇرلارغا مايىلدۇر، بۇنداق سۈيدۈك يەرقان بىمارىنىڭ سۈيدۈكىگە ئوخشايدۇ. كېيىمگە رەڭ قالدۇرماسلىقى بىلەن يەرقان بىمارىنىڭ سۈيدۈكىدىن پەرقلىنىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، جەۋھىرى ۋە چۆكمىسى قىزىل سۈيدۈك ماددىنىڭ پىشمىغانلىقىغا ۋە كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ سۈيدۈك بەك قىزىل بولماي، دۇغقا مايىل بولسا. ئۆتكۈر قىزىتمىلاردىكى قىزىلغا مايىل سېرىق سۈيدۈك ئاق ياكى قارىغا ئۆزگەرسە ناچار ئالامەتتۇر، چۈنكى، ئۇ ئاقلىق بىلەن ماددىنىڭ باشقا ئۆرلىگەنلىكىگە، قارىلىقى بىلەن كېسەللىك ئەھۋالىنىڭ ئۆتكۈر ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ.

84 - پەسىل چۆكمىدە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ھەر خىل خىلتىلارنىڭ كۆپلۈكىگە دالالەت قىلىدىغان، قىيامى ۋە رەڭگىدە ئوخشاشلىق بولمايدىغان چۆكمە ناچاردۇر. ئۇنىڭ ئەڭ ناچىرى پارچىلىرى كىچىك

كەلگىنى بولۇپ، كىچىك بولغانلىقتىن تەبىئەت ئىنتىرىپ چىقىرىشقا قادىر بولالمايدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدىغىنىدۇر. چۆكمىنىڭ سلىق بولۇشى، كۆپىنچە چۆكمىنىڭ ئاق بولۇشىغا قارىغاندا ياخشىلىققا بەكرەك دالالەت قىلىدۇ، كۆپىنچە چۆكمىسى قىزىلغا مايىل، لېكىن سلىق بولغان كىشىلەر ھايات قالىدۇ. چۆكمىسى ئاققا مايىل، قالايمىقان، كۆپۈكلۈك كىشىلەر ئۆلۈپ كېتىدۇ. چۈنكى سۈيدۈك قىيامىنىڭ ياخشى بولۇشى رەڭگىنىڭ ياخشى بولۇشىغا قارىغاندا ئىنتىرىلىشنى ئاسانراق قوبۇل قىلىدۇ. بۇ يەنە خىلىتلارنىڭ كېسەللىكتىن كۆپ تەسىرلەنمىگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ، خۇددى ياخشى چۆكمىنىڭ پارچىلىرى كىچىك بولسا، تەبىئەتنىڭ ئۇنىڭغا بەك تەسىر قىلغانلىقىغا ۋە كېسەللىكنىڭ تەسىر قىلمىغانلىقىغا دالالەت قىلغىنىدەك. ھاۋا ئارىلاشقانلىقتىن ئاق بولغان كۆپۈكلۈك چۆكمە ئىنتايىن ناچارىدۇر ھەم خام چۆكمىمۇ ناچارىدۇر. ئۇستى تەرەپكە ئۆرلەپ تۇرىدىغان كىچىك چۆكمە ئۇستى تەرەپكە يېيىلغان، ئۇيۇغان چۆكمىدىن ياخشى بولۇپ، كېسەللىكنىڭ تېز ئاخىرلىشىدىغان، ئۆتكۈر ئىكەنلىكىگە بەك دالالەت قىلىدۇ. ئىلگىرى سۈيۇق ۋە چۆكمىسىز بولماي، بەلكى دەسلىپىدىلا چۆكمىلىك بولغان سۈيدۈك خىلىتنىڭ پىشقانلىقىغا ئەمەس، كۆپلۈكىگە دالالەت قىلىدۇ. دېمەك، چۆكمە خىلىت پىشىش ۋاقتىدىن كېيىن بولۇش لازىم.

سۈيدۈكنىڭ دەسلەپتە سۈيۇق، چۆكمىسى ئاز بولۇشى چۆكمە پەيدا قىلىدىغان ماددىنىڭ كۆپ ئىكەنلىكىگە ۋە كېسەللىكنىڭ ئۆلتۈرىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. شۇنداقلا چۆكمە بولماستىن سۈيدۈكنىڭ بەك رەڭلىك بولۇشى ياخشىلىققا ۋە سۈيدۈكنىڭ پىشقانلىقىغا دالالەت قىلمايدۇ. بەزىدە بۇ ئاغرىقتىن ۋە ھارارەتنىڭ كۈچلۈكلۈكىدىن ۋە ئاچلىقتىن بولىدۇ. چۈنكى، قورسىقى ئاچ كىشىنىڭ سۈيدۈكنىڭ رەڭلىكلىكى زىيادە بولىدۇ ۋە چۆكمىسى ئېغىر بولىدۇ. قىزىل چۆكمە قانىنىڭ كۆپلىكىگە ۋە پىششىنىڭ كېچىكىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ ۋە ئۇنىڭغا كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىلاردا بىئاراملىق ۋە غەم ـ قايغۇ قوشۇلۇپ كېلىدۇ. ئەگەر قىزىل چۆكمە 40 كۈنگىچە داۋاملاشسا، كېسەللىك ئۈزۈنغا سوزۇلىدۇ ۋە 60 كۈندە بوھران بولۇش ئۇمىدى بولمايدۇ.

ئۇستىگە مايىل بولغان چاپلىشاڭغۇ قىزىل چۆكمە لەتىف سۈيدۈكتە بولسا، ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ئەقىل ئېلىشىشقا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر بۇ خىل ھالەت داۋاملاشسا، ھالاك بولۇش خەۋپى بولىدۇ. ئەگەر سۈيدۈك قويۇلۇشقا باشلىسا ھەم چاپلىشاڭغۇ چۆكمە چۆكۈشكە ۋە ئاقىرىشقا باشلىسا ساغلاملىققا دالالەت قىلىدۇ ھەم ئۆتكۈر قىزىتمىلاردىكى پىشىش ئالامەتلىرى بولمىغان، گۆش پارچىسىغا ئوخشاش ئومۇمىي بەدەندىن بولمىغان، ئەزالارنىڭ ئاجرالمىلىرى ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر بۇ يەردە پىشىش بولۇپ، بىراق قىزىتما بولمىسا، بۇ ھەممىگە مەلۇم بولغان ئومۇمىي بەدەن ئەھۋالغا دالالەت قىلىدۇ. ئېلىق قاسىرىقىغا ئوخشايدىغان، پىشىش ئالامىتى بولمايدىغان، قىزىتما ئۆتكۈر بولغان چۆكمە قىزىتمىنىڭ نېرۋا، سۆڭەك، تومۇرلارنىڭ يۇزەكى قىسمىنى سويۇشىدىن بولغان بولىدۇ، بۇنىڭ باشقىسىدا دوۋساقتىن بولغان بولىدۇ. كېپەكسىمان چۆكمە بۇنداق ئەھۋالغا ۋە قىزىتمىنىڭ چوڭقۇر ئەزالارنىڭ يۇزەكى قىسمىنى سويۇشقا باشلىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بۇ خىل چۆكمە بىلەن دوۋساقتىن كەلگەن چۆكمە شۇنداق پەرقلەندۈرۈلىدۇكى، دوۋساقتىن كەلگەن چۆكمىدە دوۋساق ئاغرىقىنىڭ ئالامەتلىرى، پىشىش ۋە قويۇقلۇقنىڭ ئالامەتلىرى بىرگە بولىدۇ.

85 ـ پەسىل سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ۋە قىيامىدىن بىلىنىدىغان ئالامەتلەر توغرىسىدا

ياغسىمان سۈيدۈك

ياغسىمان سۈيدۈك رەڭگى، قىيامى جەھەتتە ياغنىڭ رەڭگىگە ئوخشايدىغان سۈيدۈكتۇر. بۇنىڭ قىيامى گەرچە ناچار بولسىمۇ باشقا ئالامەتلەر ساغلاملىققا دالالەت قىلسا ئۇ يامان ئەھۋالدۇر، لېكىن چۆكمە زەيتۇن يېغى رەڭگىدە بولسا، ئۇ ئىنتايىن ناچار ئالامەتتۇر. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ساپ زەيتۇن يېغى رەڭگىدە بولغان سۈيدۈك ناچاردۇر، ئۇ بولسىمۇ سېرىق ۋە كۆك بولۇش بىلەن بىرگە ياغنىڭ

رەڭگى كۆرۈلىدىغان رەڭدۇر، ئەگەر زەيتۇن يېغى رەڭگىدىكى سۈيدۈك قارا سۈيدۈكتىن كېيىن پەيدا بولغان بولسا، ھەكىم رۇپىس گۇۋاھلىق بەرگىنىدەك ياخشى ئالامەتتۇر.

زەيتۇن يېغى رەڭگىدىكى سۈيدۈكنىڭ ئەڭ ناچىرى كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە بولغىنىدۇر، ئەگەر ئالامەتلەر ناچارلىققا دالالەت قىلسا ۋە تۆتىنچى كۈنىدە زەيتۇن يېغى رەڭگىدە سىيسە، ئالتىنچى كۈنى بىمارنىڭ ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقىنى ئاگاھلاندۇرىدۇ. ياخشى ئالامەتتىن بىراقلا ناچار ئالامەتكە ئۆزگىرىدىغان سۈيدۈك ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە ئۆلۈمگە دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى ئۇ، ئەگەشمە كېسەللىكلەر ئېغىر بولغانلىقتىن ئۇشتۇمتۇت تۆۋەنلەپ كەتكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ.

ياغ رەڭگىدىكى سۈيدۈك بەزىدە ئەقىل ئېلىشىشقا دالالەت قىلىدۇ، چۈنكى ئۇ ئۆتكۈر قىزىتمىدا ئۈيۇغان قان پارچىسى بولغان سۈيدۈكنىڭ قۇرغاقلىقىدىن بولغان بولۇپ، ئۇنىڭ بىلەن بىرگە تىل قۇرغاقلىشىش بولسا، بۇ ناچار ئالامەتتۇر. سۈيدۈك ياغ رەڭگىدە بولۇش بىلەن بىرگە قارا بولسا بۇ ناچاردۇر، ئۆتكۈر قىزىتمىدا پەقەت سۈيدۈك بەك ئۆتكۈر بولغانلىقتىن قان ئارىلاش كېلىدۇ. دوۋساق ۋە سۈيدۈك يوللىرىنىڭ يېرىلىشى، شۇنىڭدەك سۈيدۈكتە قانىنىڭ ئۈيۇشى سۈيدۈك ھارارىتىنىڭ كۆچىيىپ كەتكەنلىكىدىندۇر.

كۆپۈك ۋە سېرىق بۇلۇتتەك نەرسە بار ئاق، سۇيۇق سۈيدۈك قالايمىقانلىق ۋە ماددىنىڭ بەك ئۆتكۈرلۈكىنىڭ ئىپادىسى بولۇپ، ئېغىر خەتەرگە دالالەت قىلىدۇ. قارا، سۇيۇق سۈيدۈك توغرىسىدا يۇقىرىدا يېتەرلىك سۆزلىدۇق.

ئۆتكۈر قىزىتمىلارنىڭ دەسلىپىدىكى قىزىلغا مايىل سېرىق رەڭلىك سۇيۇق سۈيدۈك قويۇقلۇققا ۋە ئاقلىققا ئۆزگەرسە، ئاندىن ئۇ سۈيدۈك ئېشەك سۈيدۈكىگە ئوخشاش دۇغ ۋە چۆكمە ھالىتىدە قالسا ۋە ئىختىيارسىز چىقىشقا باشلىسا، ئۇيقۇسىزلىق ۋە بىئارامىلىق پەيدا بولسا، بەدەننىڭ ئىككى تەرىپىدە ئۆلۈم ئەگىشىپ كېلىدىغان تەشەننۇجنىڭ بارلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر ياخشى ئالامەتلەر غەلبە قىلمىسا، پەقەت سەپرا ئىسسىقلىقى غەلبە قىلغانلىقتىن سۈيدۈك قىزىلغا مايىل سېرىق رەڭلىك بولۇش بىلەن بىرگە سۇيۇق بولىدۇ. سۈيدۈك پەقەت كېسەللىك ئېغىر، ئاشقازان ئەھۋالى قالايمىقان بولغاندا قويۇلۇپ ئۈيۈيدۇ. تېۋىپلار دېدىكى، قان

رەڭگىدىكى ئاز سۈيدۈك كۆرۈلسە، بولۇپمۇ قىزىتما بولغان كىشىدە ئىرقۇنسا بولسا ناچار ئالامەتتۇر.

86 - پەسىل سۈيدۈكنىڭ ئاجرىلىپ چىقىشىغا ئالاقىدار ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئەگەر ئۆتكۈر قىزىتما بىمارىدا سۈيدۈك چىقىرىش ئەزالىرىدا ئىششىق ياكى يارا بولماستىن ئاغرىش، تومۇر ئارقىمۇئارقا سوقۇش، ئاجىزلاش قاتارلىقلار بىلەن بىرگە پەقەت ئاز سىيىش كۆرۈلسە، ئۇ ناچار ئالامەتتۇر. دائىملىق قىزىتمىدا سۈيدۈك تۇتۇلۇش، قاتتىق باش ئاغرىش ۋە كۆپ تەرلەش پەيدا بولسا، بۇ كۈزازغا دالالەت قىلىدۇ.

بىر ھالەتتە تۇرىدىغان قىزىتمىدا تامچىلاپ سىيىش بۇرۇن قاناشقا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما ئۆتكۈر كۆيدۈرگۈچى بولسا، ئۇ مېڭگە يەتكەن ناچار ئەھۋالغا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما بىر خىل ھالەتتە تۇرسا، ئۇ تولۇپ قېلىشنىڭ كۆپ ئىكەنلىكىگە ۋە تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىشىدىن ئاجىز كەلگەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ.

ئۆتكۈر قىزىتمىلاردا ئىختىيارسىز سۈيدۈك چىقىپ كېتىشنىڭ سەۋەبى قۇۋۋەتنىڭ ئاجىزلىقى ۋە مېڭىدىكى بىر ئاپەتتۇر. بۇ پەقەت ئۆتكۈر، ئىسسىتقۇچى ماددىنىڭ مېڭگە ئۆرلەپ، ئۇنىڭغا مۇسكۇللۇق ئەزالارنىڭ شېرىكلەشكەنلىكىدىن بولىدۇ.

87 - پەسىل سۈيدۈكتىكى بىرنەچچە خىل ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

سۇدەك سۈيدۈك، قارا سۈيدۈك، سېسىق پۇراقلىق سۈيدۈك قويۇق سۈيدۈكلەرنىڭ ھەممىسى ناچاردۇر. يۇقىرىغا ئۆرلىگەن ئىس - تۈتەكتەك بىر

نەرسە چقىدىغان سۈيدۈك بىمارنى يېقىندا ھالاك قىلىدۇ، شۇنداقلا يەنە بىر سىسىق پۇرايدىغان، رەڭگى گۆش سۈيىنىكگە رەڭگىدە بولىدىغان مايلىق سۈيدۈكمۇ ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ.

88 - پەسىل قىزىتما بىمارلىرى ۋە ئۇلارنىڭ باشقىسىدا ھەرخىل ناچار ئالامەتلەرنىڭ بىرلىشىشىدىن كۆرۈلىدىغان ناچار ئالامەتلەر توغرىسىدا

ئەگەر قەي، قورساق ئاغرىقى، ئەقىل ئېلىشىش بىرلەشسە ئۆلتۈرگۈچى ئالامەت بولىدۇ. ئەگەر بەدەننىڭ تېگىشىش سېزىمى، رەڭگى، قەي قىلغان ۋە تازىلانغان نەرسىلەردىكى ئۆزگىرىشلەر ئوخشاش بولمىسا، بۇ تەبىئەتنىڭ ئومۇمىيىسىغا قارشى تۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدىغان ھەر خىل خىلتلار ۋە ھەر خىل كېسەللىكلەر بىلەن ئېھتىياجنى قامداۋاتقانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ، بۇ، تەبىئەتنى مۇتلەق ئاجىزلاشتۇرىدىغان نەرسىلەردىنۇر. ئەگەر داۋاملىشىدىغان قىزىتمىدا سىرتقى ئەزا سوغۇق، ئىچكى ئەزا كۆيۈش بىلەن بىرگە ئۇسسۇزلۇق كۈچىيىش قاتارلىقلار قوشۇلۇپ كەلسە ئۆلتۈرىدۇ، ئەگەر چىشنى غۇچۇرلىتىش بىلەن ئەقىل ئېلىشىش بىرگە كەلسە، بىمار ھالاكەتكە يېقىنلاشقان بولىدۇ. ئەگەر كۆيۈشۈش ۋە قورساقتىكى كۆيدۈرگۈچى ئاغرىق، خەپەقان، ھوشسىزلىنىش قاتارلىقلار بىلەن بىرگە ئۇشتۇمتۇت سەۋدا سۇرۇش يۈز بەرسە، بۇ ئۆلۈمنىڭ ئالامىتىدۇر.

ئەگەر پېشانە سوغۇق تەرلىسە، تىرناقلار سارغايسا، كۆكەرسە ۋە ئۆزگەرسە، تىل ئىششىسا، تىل ۋە بەدەنگە غەلىتە مۇدۇرلار چىقسا ئۆلۈم يېقىندۇر. ئەگەر قىزىتما بولۇش بىلەن بىرگە قوۋۇرغا بېشى ئەتراپىدا لوقۇلداپ ئاغرىش ۋە لىكىلداش بولسا، ئاندىن كۆز غەلىتە ھەرىكەتلەنسە، ئەھۋالنىڭ ناچارلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى، بۇ خىل ئەھۋال كۆپتۈرگۈچى يەللەرگە دالالەت قىلىدۇ. لوقۇلداپ ئاغرىش قاتتىق

ئىششىق ۋە قاتتىق تومۇر سوقۇشتىن بولىدۇ. كۆپ تەرلەش ۋە بەك ئۇرۇلۇپ سوقىدىغان ئىنتايىن چوڭ تومۇر ساراڭلىقتا بولىدۇ. ئويلاپ بېقىش لازىمكى، بەزىدە لوقۇلداپ ئاغرىش، لىكىلداش ئىچكى ئەزالارغا چوڭقۇرلىماي، بەلكى قورساق پەردىسىدە بولسا، ئىششىق بولمىسا زىيان قىلمايدۇ، بىراق ئىششىق بەك چوڭ بولسا زىيان قىلىدۇ.

ئەگەر بۇ ھالەت يىگىرمە كۈن داۋاملاشسا، ئىششىق ۋە قىزىتما پەيدا بولسا، بۇ ئىششىقنىڭ ئېغىز ئالغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە بىمار بۇ ئەھۋاللاردىن كۆپ سېيىش ياكى ماددىنىڭ مۇچىلەرگە، بولۇپمۇ ئىككى پۇتقا يۆتكىلىشى بىلەن ساقىيىدۇ. كېسەللىكلەردىن ئاجىزلىغان كىشىلەردە ئارقىمۇئارقا نەپەس ئېلىش ۋە ھوشسىزلىنىش يۈز بەرسە، بۇلار ئۆلۈمگە يېقىنلاشقان بولىدۇ ۋە تۆت سائەتتىن ئارتۇق ياشىيالمايدۇ. ئەگەر بىرەر ئادەمدە كۆيدۈرگۈچى قىزىتما بولۇپ، تازىلىنىش ياكى يۆتكىلىش بىلەن بولغان ئېنىق بوھران بولماستىن ۋە ھارارەت يېتەرلىك ئۆچۈرۈلمەستىن، يۇرتتىن يۇرتقا، ھاۋادىن ھاۋاغا يۆتكەلمەستىن ئۇشتۇمتۇت يېنىكلىگەنلىكىنى ۋە ھارارەتنىڭ پەسەيگەنلىكىنى ھېس قىلسا، تومۇردىكى تېزلىك پەسەيسە ۋە راھەتلەنگەندەك ھېس قىلسا، ئۇ كىشىنىڭ تېز ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقىغا ھۆكۈم قىلىنىدۇ.

ئەگەر بىر ئادەمدە قىزىتما بولسا ۋە ئۇشتۇمتۇت خەفەقان كۆرۈلسە ھەم ھېچ تۈتۈشقا باشلىسا، بىرەر سەۋەبسىز قەۋزىيەت بولسا، ئۆلۈپ كېتىدۇ.

ئۆتكۈر كېسەللىك بار بىمارنىڭ سۈيدۈكى دەسلەپتە قىزىلغا مايىل سېرىق، لەتىف بولسا، ئاندىن قويۇلسا، ئاندىن تارقىلىپ ئاقارسا ۋە تارقالغان ھالەتتە قالسا ھەم خۇددى ئېشەك سۈيدۈكىدەك بولسا ۋە ئىختىيارسىز سىيسە، ئۇيقۇسىزلىق ۋە بىئارامىلىق بولسا، بۇ، بەدەننىڭ ئىككى تەرىپىدە تارتىشىش كۆرۈلۈپ، ئاندىن ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

ئېيتىلىشچە، ئەگەر سۈيدۈك سەپرالىق بولسا ياكى شۇنىڭدىن بۇرۇن ئاق بولسا ۋە سۈيدۈك ئۇستىدە كۆپۈكتەك نەرسە بولسا، ئىككى بۇرۇندىن قارا قان ئاقسا، بۇ يامان ۋە ناچار ئالامەتتۇر. بىر بۆلۈك تېۋىپلار سۆزلىگەن ۋە ئۇنى قىياس قىلىشى

قىيىن بولغان ناچار ئالامەتلەردىن بىرى، بىرەر ئىنسانىنىڭ بويۇن كۆك قان تومۇرىدا قاپاق ئۇرۇقنىغا ئوخشايدىغان ئوتتۇرىسى ئاق مۇدۇرلار كۆرۈلسە ھەمدە ئۇ كىشى ئىسسىق نەرسىلەرنى يېيىشنى ياخشى كۆرسە، ئۆلۈپ كېتىدۇ، دەپ يۇقىرىدا سۆزلەنگەن نەرسىلەردۇر.

ئېيتىلىشىچە، ئەگەر بىر ئادەمنىڭ سول چېكىسىگە قاتتىق، قىزىل مۇدۇرلار چىقسا، شۇنىڭ بىلەن بىرگە بىمارنىڭ ئىككى كۆزى قاتتىق قىچىشسا ئۇ ئادەم تۆتىنچى كۈنى ئۆلۈپ كېتىدىكەن، بىر ئادەمنىڭ ئىككى كۆزىنىڭ ئاستىغا يېسىمۇقتەك مۇدۇرلار چىقسا، ئۇ ئادەم ئونىنچى كۈنى ئۆلۈپ كېتىدىكەن، بۇنداق ئادەملەر تاتلىق نەرسىلەرنى ياخشى كۆرىدىكەن.

ئېيتىلىشىچە، قايسىبىر ئېغىر كېسەللىك ئۇشتۇمتۇت يۈز بەرسە، ئاندىن بۇنىڭغا قەي ياكى ئىچ سۇرۇش ئەگىشىپ كەلسە، ئۇ ئۆلۈمنىڭ ئالامىتىدۇر. قىزىتما بىمارى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا بىمارلاردا ئىششىق ۋە يېنىك يارىلار يۈز بەرسە، ئاندىن بىمارنىڭ ئەقلى يوقالسا ئۆلۈپ كېتىدىكەن. بىر ئادەمنىڭ يۈزى ۋە ئىككى قولىدا سۇلۇق ئىششىق بولۇپ ئاغرىمسا، شۇنىڭ دەسلىپىدە بىمارنىڭ بۇرنى قىچىشسا بىمار ئىككىنچى ياكى ئۈچىنچى كۈنى ئۆلۈپ كېتىدىكەن. بىر ئادەمنىڭ تىزىدا يۇمىلاق ئۇزۇمگە ئوخشاش مۇدۇر بولسا ۋە ئۇ قارا، ئەتراپى قىزىل بولسا، تېز ئۆلۈپ كېتىدىكەن. لېكىن ئۇ ئادەم ئەللىك كۈنگىچە كۈتۈلىدۇ، ئۇنىڭ ئۆلۈمنىڭ ئالامىتى بەك سوغۇق تەرلەشتۇر.

89 - پەسىل كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇشىنىڭ ئالامىتى توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇشى ئىچكى ئەزالاردىكى ماددىنىڭ قويۇقلۇقىدىن ياكى قالايمىقان تەدبىر قىلىشتىن بولىدۇ. ھەرقانداق ئەھۋالدا كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلغاندا ئاشقازان ئاجىزلايدۇ، چۈنكى كېسەللىكنىڭ

ئۇزۇنغا سوزۇلۇشى ئاشقازانىنى ئورۇقلىتىدۇ. كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلۇشنىڭ ئالامتى شۇكى، پىششىقنىڭ ئاستىلىقى ياكى چاپلىشاقغۇ دۇغلارنىڭ چۆكۈشنىڭ ئاستا بولۇشى ياكى قىزىل چۆكمىنىڭ دائىم بولۇشى ھەم ئازراق ئورۇقلاشنىڭ كۆرۈلۈشى قاتارلىقلار كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. شۇنىڭدەك كېسەللىك ئۆتكۈر بولۇش بىلەن بىرگە بىمارنىڭ تومۇرى چوڭ، يۇزى سېمىز، قوۋۇرغا باشلىرى ئورۇقلىماستىن كۆپكەن بولسا، بۇ تارقىلىشنىڭ ئازلىقى ۋە كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

پىششىتىن بۇرۇن بوھراننىڭ ئالامەتلىرى كېلىپ قۇۋۋەت تۆۋەنلىمىسە ۋە ئۆلۈمنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلمىسە، كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بوھراندىكى قورقۇنچلۇق ئەھۋاللار ۋە ئاغرىقلار بىمارغا چوڭ تەسىر يەتكۈزمىسە، زىيان قىلمىسا ۋە ئەھۋاللار ئۆز ھالىتىدە تۇرسا كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلىدۇ. كېسەللىكتە لىكىلداشنىڭ كۆپ بولۇشى كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە باشلانسا. ئەمما كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا پەيدا بولسا، ئۇ ياخشىراقتۇر. كۆپ تەرلەشمۇ كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر تەبىئەت ماددىنى ھەرىكەتلەندۈرۈپ، ئۇنى تولۇق ئىتتىرىپ چىقىرىشتىن ئاجىز كېلىپ ئاز تازىلاشقا ئېھتىياج چۈشسە ھەم بۇ تازىلاش تەرلەش بولسۇن ياكى بۇرنى قاناش بولسۇن ياكى شۇنىڭ باشقىسى بولسۇن، باشقا ئالامەتلەر ياكى ناچار ئالامەتلەر بولمىسا، كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر قىزىل چۆكمە قىرىق كۈنگىچە داۋاملاشسا، كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇشىدىن، ھەتتا بوھران ۋە كېسەللىكنىڭ ئاخىرلىشىشى ئۈمىد قىلىنمايدىغان ۋە كېسەللىكنىڭ ئاتمىش كۈنگىچە سوزۇلىدىغانلىقى ئۈمىد قىلىنمايدىغان دەرىجىدە ئۇزاق سوزۇلۇشىدىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئېھتىلام بولۇش كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ.

ئەگەر ئىلگىرىكى كۈنلەردە كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ئۇ ئالامەتلەر كېيىنكى ئالامەتلەر دالالەت قىلغاندەك دالالەت قىلمايدۇ،

ئەگەر شۇ ئالامەتلەرگە زىت كېلىدىغان ئالامەتلەر كۆرۈلسە، بولۇپمۇ كېسەللىكنىڭ ئوتتۇرىسىدا ۋە ئاخىرىدا كۆرۈلسە، ئۇ ئالامەتلەرنىڭ قايسى كۈنى كۆرۈلىدىغانلىقىنى بىلىش ئۈچۈن ئاگاھلاندۇرۇش ھۆكمىگە ۋە شۇ كۈنىنىڭ قانداق كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدىغانلىقىغا قاراش، شۇنداقلا كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇشى توغرىسىدا سۆزلەنگەن شەرتلەرگە ريئايە قىلىش ۋە بىمارنىڭ قۇۋۋەت ئەھۋالى، يېشى، پەسىل ۋە مىزاجى قاتارلىقلارغا قاراش، كېسەللىك ھەربىكەتلىرىنىڭ كەيپىيات ۋە مىقدار ئەھۋالى، كېسەللىك ھەربىكەتلىرىنىڭ ئىلگىرى - كېيىنلىكىگە قاراش، بولۇپمۇ ئۆتكۈر قىزىتمىلارنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىرىگە ۋە ئۇنىڭ ئۇزۇن - قىسقىلىقىغا قاراپ قىزىتمىلارنىڭ ھەربىكەتلىنىشكە ياكى پەسىيشكە يۈزلەنگەنلىكىگە ئاساسەن ھۆكۈم قىلىش لازىم.

90 - پەسىل كېسەللىكنىڭ بوھران بىلەن ياكى تارقىلىش بىلەن يوقىلىشىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

قۇۋۋەت ۋە كېسەللىك ئۆتكۈر بولسا، تۇتقاقلىق قىزىتمىلارنىڭ دەرىجىسى ۋە كەيپىياتى ئاشقان بولسا، بىمارنىڭ يېشى ۋە مىزاجى ياكى پەسىل قىزىتمىنى پەسەيتمەي ھەربىكەتلەندۇرۇشكە مايىل قىلسا ھەم پىشىش ۋە پىشىماسلىقنىڭ ئالامەتلىرى تېز كۆرۈلسە، كېسەللىك بوھران بىلەن يوقىلىدۇ. ئەگەر ئەھۋال يۇقىرىقىنىڭ ئەكسىچە بولسا ۋە پىشىش ئالامەتلىرى مەۋجۇت بولسا، كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ، تارقىلىش بىلەن ئۆلتۇرىدۇ ياكى يوقىلىدۇ. ئەگەر ئالامەتلەر ھەر خىل بولسا، بوھران ناقىس بولىدۇ، كېچىكىپ كېلىدۇ ۋە ئۆزگەرگەن بولىدۇ. ئەمما ئۆلۈم ۋە ھاياتقا قۇۋۋەتسىزلىك ئەھۋاللىرى ۋە ئۇنىڭ ھەربىرىگە ياردەم بېرىدىغان ھەم ئۇنى تەلەپ قىلىدىغان ئالامەتلەر بىلەن دەلىل ئىزدىلىدۇ.

91 ـ پەسل كېسەللىك قايتا قوزغىلىشنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشىنىڭ ئەڭ ناچىرى قۇۋۋەت ئاجىز تۇرۇپ كېسەللىكنىڭ تېز قوزغالغىنىدۇر. بۇ ۋاقىتتا ئەلۋەتتە ھالاك بولۇش ئالامەتلىرى قوشۇلۇپ كېلىدۇ. كېسەللىكنىڭ خاتا تەدبىر قىلىش بىلەن قايتا قوزغىلىشى توغرا تەدبىر قىلىپ تۇرۇقلۇق ئۆزلۈكىدىن قايتا قوزغىلىشىدىن بىخەتەرەكتۇر. بۇ ھەقتىكى خاتالقلاردىن بىرى، ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى دورىلار ۋە ھەسەلدە تەييارلانغان گۈلقەنت، قۇرسى ۋەرد ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلاردەك ئىشتىھا ۋە ھەزىمنى ياخشىلاش مەقسەت قىلىنىدىغان دورىلارنى ئىچۈرۈشتۇر. بوھراندىن قېيقالغان كېسەللىك قالدۇقلىرى كېسەللىكنىڭ تېز قايتا قوزغىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، بىراق داۋالانسا ئۇنداق بولمايدۇ. كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشى ئەسلىدىكىدىن ياماندۇر، چۈنكى يامان ئاقىۋەت بىمارنىڭ بەدىنى ئاجىز ھالەتتە قايتا كۆرۈلىدۇ.

92 ـ پەسل كېسەللىك قايتا قوزغىلىشنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بوھران كۈنىدە تولۇق بوھران بىلەن قىزىتمىسى پەسەيمىگەن كىشىلەردە كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىش خەۋپى بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما قەتئىي بوھران بولماستىن پەسەيسە، چوقۇم كېسەللىك قايتا قوزغىلىدۇ، بولۇپمۇ بوھران چېچەك، يەرقان ياكى قوتۇرنىڭ بوھرانى بولسا. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، تېرىدىكى كېسەللىك سەۋەبىدىن بوھران بولسا، چوقۇم كېسەللىك قايتا قوزغىلىدۇ.

بەزىدە كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشىغا قۇۋۋەت ۋە ئىشتىهانىڭ ئاجىزلىشىشى، نەپەسنىڭ يامانلىشىشى، ھەزىمنىڭ ئاز بولۇشى، ئاشقازاندىكى يېمەكلىكنىڭ چۈچۈمەللىككە ياكى گازلىققا بۇزۇلۇشى، قۇۋۇرغا بېشى، جىگەر ۋە تال ئەتراپىنىڭ كۆپۈشى، ئۇيقۇنىڭ بۇزۇلۇشى، ئويغاقلىقنىڭ ئۇزۇن بولۇشى، ئۇسسۇزلۇقنىڭ كۈچلۈك بولۇشى، چىرايىنىڭ بەك كۆپۈشى (بۇ مەخسۇس چوڭ ئالامەتتۇر)، ئۇستۈنكى قاپاقنىڭ كۆپۈشى، بولۇپمۇ قاپاقنىڭ ئىششىشى ۋە يۈزنىڭ كۆپۈشى يوقالسىمۇ، بىراق قاپاقنىڭ كۆپۈشكەن ھالەتتە قېلىشى قاتارلىقلاردىن دەلىل ئىزدىلىدۇ. كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشىغا دالالەت قىلىدىغان ئەھۋاللاردىن بىرى شۇكى، بەدەننىڭ يېمەكلىكنى قوبۇل قىلىشى ياخشى بولمايدۇ ۋە بەدەن داۋاملىق ئورۇق بولىدۇ، بولۇپمۇ ناچار ئەگەشمە كېسەللىكلەر ھازىر بار كېسەللىكلەرنىڭ تۈتۈش ۋاقتىدا كۆرۈلسە ياكى كۈچەيسە.

بەزىدە كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشى تومۇر سوقۇشتىن بىلىنىدۇ، بولۇپمۇ تومۇر ھەرىكىتىدە ئارقىمۇئارقىلىق ۋە تېزلىك بولغاندا بوھرانلىق يېرىڭلىق ئىششىقلارنىڭ ئېچىرىلىشى ۋە غايىب بولۇشىدىن، سۈيدۈكتە سېرىقلىق ياكى قىزىلغا مايىل سېرىقلىق ۋە قىزىللىقتىن ئىبارەت كۆپ رەڭلەر قالغاندا ياكى سۈيدۈك چاپلاشمايدىغان، چۆكمە بولمايدىغان خام بولغاندا ۋە بىمارنىڭ سۈيدۈكى تەبىئىي سۈيدۈكىگە ئوخشاشمىغاندا سۈيدۈكتىن دەلىل ئىزدىلىدۇ. كۈز پەسلىگە ئوخشاش پەسللەر باشقا پەسللەرگە قارىغاندا كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشىغا بەكرەك دالالەت قىلىدۇ. چۈنكى كۈز پەسلىدە كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشى باشقا پەسللەرگە قارىغاندا كۆپرەك بولىدۇ. كېسەللىك تۈرىمۇ كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشىغا دالالەت قىلىشقا ياردەم بېرىدۇ، مەسىلەن: ئىششىقتىن بولغان قىزىتمىدىن كېيىن ئىچكى ئەزالاردا ھارارەت ئۆرلىسە بۇ، سەرئى، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش، بۆرەك، جىگەر، تال ئاغرىقلىرى ۋە باش يارىلىرى، دوبۇلغىسمان باش ئاغرىقى، نەزلە ۋە ئۇنىڭدىن پەيدا بولىدىغان كۆز ئاغرىقى ۋە ئۇنىڭ باشقىسى، شۇنداقلا نەپەس كېسەللىكلىرى قاتارلىقلاردا كۆرۈلىدۇ.

93 ـ پەسل ئۆلۈمنىڭ سەۋەبلىرى توغرىسىدا

ئۆلۈم ياكى يۇرەك مىزاجىنى بۇزىدىغان سەۋەبتىن ياكى قۇۋۋەت تارقاپ ھارارەت ئۆچىدىغان سەۋەبتىن بولىدۇ. يۇرەك مىزاجىنى بۇزىدىغان سەۋەب قاتتىق ئاغرىق ياكى مەلۇم كەيپىياتلاردىن بىرەر كەيپىياتنىڭ ئادەتتىن تاشقىرى ئېشىشى ياكى زەھەرلەيدىغان يات كەيپىيات ياكى نەپەس ماددىسىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى قاتارلىقلاردۇر. زاتىلجەنبە بولغانلار كۆپىنچە نەپەسلىنەلمىگەنلىكتىن ئۆلۈپ كېتىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن. بۇلارنى ئوڭدا ياتقىلى قويماسلىق، گاللىرىنىڭ قۇرۇپ كېتىشىدىن ساقلىنىش لازىم.

94 ـ پەسل قىزىتمىدا يۇز بېرىدىغان ئۆلۈمنىڭ تۈرلىرى ۋە ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بۇ ئەھۋاللاردىن بىرى، قىزىتما تۈتۈشنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە قىزىتما كۈچىيىش ياكى قىزىتما دەۋرىدە يۇز بېرىدىغان ئۆلۈمدۇر. ئۇنىڭ كۆپىنچىسى ئىچكى ئەزاغا ئېشىندا بىراقلا قۇيۇلغاندا، ئىچكى ئەزا ئىششىقلىرىدىن بولغان قىزىتمىلاردا ۋە تەبىئەت تۈنجى كۈچلۈك ھەرىكەت قىلىشتا مەغلۇپ بولىدىغان يامان كېسەللىكلەردە، بولۇپمۇ تەبىئەت ئاجىز بولغاندا يۇز بېرىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئۇ ئۆلۈم بوغۇلۇش ۋە كۆپ ئوتۇننىڭ ئوتنى ئۆچۈرگىنىگە ئوخشاشتۇر. بۇ ئەھۋاللاردىن ئىككىنچىسى تەبىئەت كېسەللىكتىن مەغلۇپ بولغانلىقتىن قىزىتما تۈتۈشنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدىكى ئۆلۈمدۇر. ئۈچىنچىسى شۇكى، كېسەللىك پەسىيش مەزگىلىدە بولغان ئۆلۈمنىڭ (بۇ ئىنتايىن ئاز ساندا كۆرۈلىدۇ) كۆپىنچىسى كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي پەسىيش مەزگىلىدە بولماي، قىسمەن پەسىيش مەزگىلىدە بولىدۇ. بۇنىڭدىكى سەۋەب شۇكى، قىسمەن تۆۋەنلەش مەزگىلىدە تەبىئەت

خاتىرجەم بولغۇچىغا ئوخشايدۇ، هارارەت تارقايدۇ ۋە پارچىلىنىدۇ، دەسلەپكى ۋاقىتلاردا ئېهتىياج چۈشىدىغان تۇتقۇچىدىن ئايرىلىدۇ. ئۇلارنىڭ كۆپىنچىسى هوشىدىن كېتىش بىلەن ئۇشتۇمتۇت ئۆلىدۇ ۋە ئۇلارنىڭ بىر قىسمى تەدرىجىي ئۆلىدۇ.

بەزىدە كېسەللىكنىڭ پەسىيىش مەزگىلى قۇۋۋەت بوشغانلىق ۋە تەبىئىي هارارەت تارقىغانلىقتىن قىزىتما تۇتۇشنىڭ پەسىيىش مەزگىلى بولۇپ، بۇ هەقىقىي پەسىيىش مەزگىلى، دەپ گۇمان قىلىنىپ قالىدۇ. ئىككى خىل پەسىيىش مەزگىلىدە تومۇر سوقۇش هەر خىل بولىدۇ. چۈنكى ئۇ ئەمەلىيەتتە كۈچىيىدۇ، ساختىسىدا بوشايدۇ، ئەمەلىيەتتىكسىدە تومۇر تەكشى سوقىدۇ، ساختىسىدا قالايمىقان ۋە تەرتىپسىز سوقىدۇ، ئەمما ئومۇمىي پەسىيىشتە بىمار ئاجىز بولغاچقا، ئۇنىڭغا كۈچلۈك سەۋەبلەر سىرتتىن تۈيۇقسىز تەسىر قىلىپ ئۆلىدۇ، مەسىلەن: هەرىكەتلىنىش ياكى ئۆرە تۇرۇش ياكى ئاچچىقلىنىشقا ئوخشاش. بەزىدە بۇنداق ئەهۋال قىسمەن تۆۋەنلەشتىنمۇ يۈز بېرىدۇ. بۇنداق ئۆلۈمدىن بۇرۇن ئازراق چاپلىشاڭغۇ تەر بولىدۇ.

كۆپىنچە ئادەم چېچەكنىڭ پەسىيىش مەزگىلىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ، كۆپىنچە ئۆلۈمدىن بۇرۇن نورمال بولمىغان سوغۇققا مايىل تەرلەش بولىدۇ. بەزىدە تەرلەش باشتا ۋە بويۇندا ياكى كۆكرەكتە بولىدۇ. ئەگەر سەكراتتا بىمارنىڭ تېرىسى قۇرۇق تارتىشقان بولسا، ئۆلۈم تەرلەش بىلەن بولمايدۇ، ئۇنىڭ ئەكسىچە بولسا، تەرلەش بىلەن بولىدۇ، لېكىن ئۆلتۈرگۈچى كېسەللىكلەردىكى ئۆلۈمنىڭ كۆپىنچىسى يېنىك كېسەللىكلەردە ياخشى بوهران بولىدىغان ۋاقىتتىكى يوللاردىن بولىدۇ، مەسىلەن: كېسەللىك جۈپ كۈنلەردە كۆرۈلسە ئۆلۈمۇ جۈپ كۈندە بولىدۇ. تاق كۈندە بولسا، ئۆلۈمۇ تاق كۈندە بولىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، كۆيدۈرگۈچى قىزىتما ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە كېسەللىكنىڭ تۇتۇشىدىن ئۆلۈمنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئەقىل ئېلىشىش، قاتتىق بىئارام بولۇش ياكى ئېغىر ئۇيقۇ كېپسلى، قىزىتمىغا بەرداشلىق بېرىشتىن ئاجىز كېلىش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت ناچار

ئەگەشمە كېسەللىكلەر پەيدا بولىدۇ. ئاندىن باش ئاغرىقى، كۆز قارىڭغۇلىشىش، ئاشقازان كىرىش ئېغىرى ئاغرىقى، بىئارامليق قاتارلىقلار پەيدا بولىدۇ. بەلغەمدىن بولغان كۆيدۈرگۈچى قىزىتما تۇتۇشدا ئۆلۈمنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا توڭلاش ئۇزاققا سوزۇلۇپ ئىسسىمايدۇ، تومۇر بەك كېچىك، ناچار بولىدۇ، ئېغىر ئۈيقۇ كېسىلى ۋە ھۇرۇنلۇق ئېغىر بولىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بۇ قىزىتمىلارنىڭ ھەممىسى مەيلى دەسلەپكى مەزگىلى ياكى ئۆرلەش مەزگىلى ياكى ئاخىرقى مەزگىلى بولسۇن، كۈچىيىدىغان ۋاقىتتا ئۆلۈمنى كۆپرەك كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. قىزىتما ئېنىق ئۆرلەش مەزگىلىدە ئۆلۈم ئاز ساندا يۈز بېرىدۇ.

ئەگەر بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن ۋاقىتلاردىن بىرەر ۋاقىتتا ئۆلۈمنىڭ ئالامەتلىرى تېپىلمىسا، ئەنسىرەش ھاجەتسىز. ئەگەر ئۆلۈمنىڭ ئالامەتلىرى تېپىلسا، ئۆلۈم يۈز بېرىدىغانلىقى مۆلچەرلىنىدۇ. ئەگەر ئۆلۈم ئالامىتى بىلەن بىرگە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ناچار ئالامەتلەردىن بىرەرسى بولسا، ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقى جەزم قىلىنىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋالدا ئەگەر قىزىتمىنىڭ تۇتۇشى تاق كۈنلەردە بولسا، بىمار يەتتىنچى كۈنى ئۆلۈپ كېتىدۇ ياكى جۈپ كۈنلەردە بولسا، بىمار ئالتىنچى كۈنى ئۆلۈپ كېتىدۇ، بولۇپمۇ كېسەللىك تېز قوزغالسا.

94 ـ پەسىل بوھراندىن بولمىغان ئۆلۈمنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

بوھراندىن بولمىغان ئۆلۈمنىڭ ئالامەتلىرى قۇۋۋەت ئاجىزلاش ۋە ئۇنىڭ كېسەللىككە قارشى تۇرۇشتىن ئاجىز كېلىشىدۇر. شۇنىڭ قاتارىدىن پىشىش ئالامەتلىرىنىڭ مۇتلەق كېچىكىشى، كېسەللىك ئاستا ھەرىكەت قىلىش بىلەن بىرگە كېسەللىكنىڭ كۈچلۈك بولۇشىدۇر. ئەگەر بۇلارنىڭ ھەممىسى بىرلەشسە، ئۆلۈمگە كۈچلۈك دالالەت قىلىدۇ.

95 ـ پەسىل كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلاردا يۈز بېرىدىغان ئەھۋاللار توغرىسىدا

بەزىدە كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغانلاردا بىز كېسەللىك قايتا قوزغىلىش بايانىدا سۆزلىگەن ئامىللار بولغاندا كېسەللىك قايتا قوزغىلىدۇ ۋە ئۇلاردا بىز ئۇلارغا تەدبىر قىلىش بايانىدا سۆزلىگەن ئەھۋالىلارنىڭ ئېتىبارى بىلەن قۇۋۋەت كۈچىيىدۇ ۋە ئاجىزلايدۇ، ئۇلارغا يېگەن نەرسە پايدا قىلماسلىق، ئۇ نەرسىلەر بىلەن بەدىنى كۈچلەنمەسلىك، شۇنداقلا ئۇلارنىڭ بەدىنى خىلتلاردىن تازىلانمىغان بولسا، ئۇلاردا يىرىڭلىق ئىششىقلار يۈز بېرىدۇ. بەزىدە كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلاردا، ماددا شۇ يەرگە ئىتتىرىلگەنلىكتىن بەزى ئەزالاردا بۇزۇلۇش كۆرۈلىدۇ. بەزىدە كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلارغا كېسەللىككە قارشى كۆپ تەدبىر قىلىنسا، بۇلاردىكى كېسەللىكلەرگە زىت كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ، مەسىلەن: تىل ئېغىرلىق، پالەچ، سوغۇقتىن بولغان قۇلۇنجى، سەكتە، سەرئى، دائىم بولىدىغان باش ئاغرىقى، شەقىقە قاتارلىقلار سوۋۇتۇش ۋە ھۆللەش ئۆلچەمدىن ئېشىپ كەتكەندە يۈز بەرگىنىگە ئوخشاش. بەزىدە بۇلاردا قىچىشىش كۆپ يۈز بېرىپ، ئۇنى ئىسسىق سۇ يوقىتىدۇ ۋە بۇلارنىڭ ئوزۇقلۇقنى سىڭىشى بولمىغانلىقتىن ۋە قارىلىقنى ھاسىل قىلىدىغان تەبىئىي ھۆللۈك تارقاپ كەتكەنلىكتىن چاچ ئاقىرىش يۈز بېرىدۇ، خۇددى زىرائەتلەر قۇرۇغاندا ئاقارغىنىغا ئوخشاش. ئەگەر ئۇلارنىڭ ئەھۋالى ياخشىلانسا، چېچىنىڭ قارىلىقى ئەسلىگە كېلىدۇ، خۇددى زىرائەتنى سۇغۇرغاندا قايتا كۆكەرگىنىگە ئوخشاش.

96 ـ پەسىل كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغانلارغا ھەرقانداق ئەھۋالدا يۇمشاقلىق قىلىش، ئېغىر غىزا بەرمەسلىك، ئېغىر ھەرىكەت قىلدۇرماسلىق، مۇنچىغا چۈشۈرمەسلىك، بىئارام

قىلىدىغان سەۋەبلەرنى، ھەتتا ئاۋاز ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىنىمۇ قىلماسلىق، نورمال يېنىك ھەرىكەتلەرنى تەدرىجىي قىلدۇرۇش لازىم. چۈنكى، بەك پايدىلىق ۋە بىمارنىڭ قېنىنى كۆپەيتىدىغان نەرسىلەر بىلەن مەشغۇل بولۇش، بىمارنى ئارام ئالدۇرۇش، خۇشال قىلىش لازىم. تازىلاشلاردىن، بولۇپمۇ جىمادىن يىراق قىلىش لازىم. نورمال شارائىت ئىچۈرۈش. بۇ كىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ لەتىف سۈيۇق شارابنى نورمال ئىچۈرۈش كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلاردىن پەرھىزنى بۇزماسلىققا لايىقراقى بوھرانى يوشۇرۇن بولغىنىدۇر، چۈنكى ئۇ قايتا قوزغىلىشقا تەييار بولىدۇ. بۇنداق بىمار بەزىدە تازىلاشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇ، تازىلاشنىڭ ئەڭ ياخشىسى يېنىك سۈرۈشتۈر، چوڭ تەرەت سەپرالىق ياكى قىزىتما پەيدا بولغان خىلىتلاردىن بىرەر خىلىتنىڭ رەڭگى ۋە قىيامغا مايىل بولسا ۋە ئىشتىھادا بۇزۇلۇش كۆرۈلسە، ئەگەر تازىلاش مەقسەت قىلىنسا، ئارام ئالدۇرۇپ قۇۋۇتنى يېنىك كۈچلەندۈرۈپ ئاندىن تازىلىنىدۇ.

بەزىدە غىزالاندۇرۇش بىلەن تازىلاش ۋە كۈچلەندۈرۈشنى بىرگە ئېلىپ بېرىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ، بۇ ۋاقىتتا بۇ كىشىنىڭ غىزالىرى سۈرىدىغان غىزايى داۋا قىلىنىدۇ ياكى غىزاسىغا مۇۋاپىق كۈچلۈكرەك سۈرگە دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، مەسىلەن: سەپرا مىجەز كىشىلەر ئۈچۈن، ئەينۈلا، شىرخىست، تەرەنجىبىن قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرغاندەك. بەزىدە بۇلارغا سۈيدۈك ھەيدەش مەنپەئەت قىلىپ، سۈيدۈك ھەيدەش بىلەن ئۇلارنىڭ تومۇرلىرى تازىلىنىدۇ. بەزىدە تونۇشلۇق بولغان سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار تازىلايدۇ ۋە سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شارابمۇ تازىلايدۇ. ئەمما، كېسەلدىن يېڭى ساقايغان كىشى قان ئېلىشقا ئېھتىياجلىق بولمايدۇ، بەزىدە ئېھتىياجلىقمۇ بولىدۇ، ئۇنىڭغا ئېھتىياج بولۇشقا بىمارنىڭ چىرايى ۋە قانىنىڭ ئالامەتلىرى دالالەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ قىزىتما بىمارنىڭ تومۇرلىرىدا چىگىتكە ئوخشاش نەرسە ۋە كالپۇكىدا مۇدۇرلار كۆرۈلسە. بەزىدە قىزىتما بىمارنىڭ قېنىدا ناچار خىلىتلارنىڭ كۈلى قالغانلىقى ئۈچۈن بىمارنىڭ قېنىنىڭ ناچارلىقى قان ئېلىشقا ئېھتىياجلىق قىلىپ، ئۇنىڭ ناچار قېنىنى چىقىرىش ۋە ئۇنىڭدا ياخشى قان كۆپەيتىش زۆرۈر بولىدۇ. بۇنىڭغا سىلىقلىق قىلىش ۋە بىر تەدبىرنى بىراقلا

قىلماسلىق لايىق بولىدۇ.

كۈندۈزدە ئۇخلاش بەدەننى بوشاتقانلىقتىن، بەزىدە كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغان كىشىلەرگە بىرنەچچە كۈن زىيان قىلىدۇ. بەزىدە بۇ كىشىنى مۇنچىغا چۈشۈرۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر مۇنچىغا چۈشۈرۈش مۇۋاپىق كەلمىسە، بەزىدە خىلىتنى پىششىنى كېچىكتۈرگەنلىكتىن ۋە تەبئىي ھارارەتنىڭ قۇۋۋىتىنى پەسەيتكەنلىكتىن قىزىتمىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغانلارنىڭ ھەممىسىدە، يەنى مادىدىن پاك بولغان ۋە بولمىغانلاردا ئىككى كۈن ۋە ئۈچ كۈنگىچە كېسەل ئېشى بېرىش ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىدا كېسەللىك تەدبىرى بويىچە بولۇش لازىم. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ساقايغان كۈننىڭ ئالدىدىكى بوھران كۈنىدىكى غىزادىن ئاشۇرۇۋۈتمەسلىك، ئاندىن غىزانىڭ مىقدارىنى كۆپەيتىش لازىم. كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغان كىشى ۋە قىزىتمىسى يېنىك كىشى لەتىف تەدبىر قىلىپ، بەدىنىنى قىزىتىپ، ئەھۋالىنى يامانلاشتۇرۇۋۈتمەسلىكى لازىم. ئورۇقلاپ كەتكەن كىشىلەرنى قىسقىغىنە ۋاقىتتا سەمرىتىش لازىم، چۈنكى ئۇ كىشىنىڭ قۇۋۋىتى باردۇر. ئەگەر ئۇ كىشى سەمرىپ كەتكەن بولسا ئورۇقلىتىلىدۇ.

ئەگەر كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغان كىشىنىڭ ئىشتىھاسى بولمىسا، ئىشتىھاسى بولسىمۇ سەمرىمىسە، ئۇ كىشى ئۆزىگە ئۆزىنىڭ كۈچ - قۇۋۋىتى ۋە تەبىئىتىنىڭ كۈچ - قۇۋۋىتىدىن يۇقىرى نەرسىنى يۇكلىۋالغان بولۇپ، تەبىئەت ئۇنى ھەزىم قىلىپ بەدەنگە تارقىتىشقا قادىر بولالمىغان بولىدۇ ياكى ئۇ كىشىنىڭ بەدىنىدە نۇرغۇن خىلىتلار بولۇپ، تەبىئەت ئۇنىڭ بىلەن مەشغۇل بولغانلىقىغا ياكى ئاشقازىنىنىڭ قۇۋۋىتى بەك تۆۋەنلەپ ياكى ئومۇمىي بەدىنىنىڭ قۇۋۋىتى ۋە ئۇنىڭ تەبىئىي ھارارىتى تۆۋەنلەپ، غىزانى تەبىئەتنىڭ ئايرىشى ئۈچۈن يارىغۇدەك ھالەتتە ئۆزگەرتەلمىگەنلىكىدىن بولىدۇ. بۇنداق كىشىلەرنىڭ گەرچە دەسلەپتە يېمەكلىككە ئىشتىھاسى بولسىمۇ، كېيىن ئىشتىھاسى يوقاپ كېتىدۇ. چۈنكى ئاپەتلەر ۋە ناچار خىلىتلاردىن بولغان تولۇش كۈچىيىدۇ ۋە كۆپىيىدۇ. قۇۋۋىتى قوزغالغانلىقتىن ئالدى بىلەن ئىشتىھاسى بولماي، ئاندىن ئىشتىھاسى بولۇش ئالدى بىلەن ئىشتىھاسى بولۇپ، ئاندىن ئىشتىھاسى بولماسلىقتىن ياخشىراقتۇر.

ئەگەر داۋاملىق ئىشتىهاسى بولۇپ، بەدەن كۆچلەنمىسە ۋە سەمرىمسە، ئىشتىها قۇۋۇتىنى ۋە ئۇنىڭ ئەزاسى ساغلام، هەزىم قۇۋۇتى ۋە ئۇنىڭ ئەزاسى ئاجىز بولغان بولىدۇ. ياخشىسى كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغان كىشىگە تۇرۇلغۇ، چۈجە گۆشىدىن ئوغلاق گۆشىگىچە تەدرىجىي كۆچەيتىپ بېرىش، تومۇرلار تار بولغاچقا، ئەسلىي غىزالىنىش ئادىتىگە قايتىماسلىق لازىم. ئۇلارنىڭ ئۈچىيى ئاجىز بولغانلىقتىن، بەزىدە سىركەنجۈبىل، شۇنداقلا هەرقانداق چۈچۈمەل نەرسە ئۇلارنىڭ ئۈچەي شىللىق پەردىسىنى سويۇۋېتىدۇ. كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغانلارغا قوللىنىلىدىغان تەدبىر ئۇلارنى كېسەللىككە قارشى هاۋاغا يۆتكەشتۇر. ئۇلارغا قوللىنىلىدىغان تەدبىردىن بىرى، كېسەللىكلەرگە تاقابىل تۇرۇش ئۈچۈن ئۆز بەدىنىدىكى كېسەللىكنىڭ تۈرىدىكى كېسەللىكتىن ئېهتىيات قىلىش لازىم، مەسىلەن: زاتىلجەنبە بىمارلىرىدا كۆكرەكنىڭ يىرىك بولۇشىدىن قورقۇش لازىم. كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغان كىشىنى مۇنچىدا تەرلىتىپ، ئۇنىڭ ئاجىز گۆشىنى تارقىتىۋەتمەسلىك لازىم، ئەگەر بىمارنىڭ تەرلىشى كۆپ بولسا، ئۇنىڭدا ئارتۇق ماددا بارىدۇر. يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئەهۋاللار سەۋەبىدىن چېچىنى ئۇستىرا بىلەن چۈشۈرۈش بۇ كىشىگە زىيان قىلىدۇ.

97 ـ پەسىل كېسەلدىن يېڭى ساقايغان كىشىلەرگە غىزا بېرىش توغرىسىدا

كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغان كىشىنىڭ غىزاسى ياخشى كەيمۇسلۇق، ئاسان هەزىم بولىدىغان بولۇشى ۋە ئۇ كىشى ئاچلىققا ۋە ئۇسسۇزلۇققا سەۋر قىلماسلىقى لازىم. بەزىدە كېسەللىك ئاسارىتى قېپقالغانلىقتىن ياكى ئېهتىيات يۈزىسىدىن غىزانىڭ تەبىئىتىنى ئىلگىرىكى كېسەللىكنىڭ مىزاجىنىڭ ئەكسىگە مايىل قىلىش ئېهتىياجى چۈشىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، هۆل سۈيۇق غىزالار تېز سۈمۈرۈلىدۇ، ئاز ئوزۇق بولىدۇ، قويۇق غىزالار يېمەكلىك ياكى ئىچىملىك بولسۇن، يۇقىرىقىنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ، ئەگەر هارارەت قالدۇقى سوغۇق نەرسىلەرنى تەلەپ قىلمىسا، غىزاغا سوغۇق

نەرسىلەرنى قوشماي بەلكى مۆتىدىل تولۇق ھۆللۈكى بولۇش بىلەن بىرگە يېنىك ھارارىتى بار، ھەزمنى تېز قوبۇل قىلىدىغان نەرسىلەر بىلەن تەدبىر قىلىش لازىم، بىمارنىڭ غىزاسىنىڭ مىقدارى ياخشى ھەزىم بولغۇدەك ۋە ياخشى ئاجرىغۇدەك مىقدارىدا بولۇش، ئېغىرلىق، قورساق كۆركىراش، غىزا تېز تۆۋەنلەش ۋە بەك ئاستا تۆۋەنلەش قاتارلىقلار كۆرۈلمىسە، غىزانى تەدرىجىي كۆپەيتىش، شۇلاردىن بىرەرسى كۆرۈلگەندە غىزانى ئازلىتىش لازىم. ئەگەر بىمار بىراقلا تويۇپ ئاشقازىنى تارتىشسا، بەزىدە قىزىپ قالىدۇ، بۇنىڭدا بىراقلا سۇ ئىچمەسلىك لازىم، چۈنكى ئۇ بەزىدە خەتەرلىكتۇر.

ئەمما كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغان كىشىگە غىزا بېرىش ۋاقتى يازنىڭ كەچ تەرەپلىرىدىكى ياكى قىشنىڭ چۈش ۋاقتلىرىدىكى ھاۋا مۆتىدىل بولغان ۋاقىتتۇر. بىراق بىرەر سەۋەبتىن تاماقنى تېز بېرىش تەلەپ قىلىنسا، بىمارغا بەك تويۇپ كەتمىگۈدەك مىقدارىدا بىرنەچچە قېتىمغا بۆلۈپ بېرىش لازىم. بەك سوغۇق سۇ كېسەلدىن يېڭىدىن ساقايغان كىشى يىراق بولۇشقا تېگىشلىك نەرسىلەردىن بولۇپ، بەزىدە ئىچكى ئەزالارنىڭ بەزىسىگە ھۇجۇم قىلىدۇ، بەزىدە تەشەننۇج قىلىدۇ، بىز بۇنىڭ بىلەن ئۆلۈپ كەتكەن كىشىلەرنىمۇ كۆردۇق.

شۇنى بىلىش لازىمكى، يېڭىدىن ساقايغان كىشىنىڭ ئىشتىھاسى بەزىدە ئاجىزلىقتىن ياكى ئاشقازاندىكى خىلىتلاردىن تۆۋەن بولىدۇ ۋە ئۇنىڭغا كۆپىنچە ھوشسىزلىنىشقا ئوخشاش ھالەت قوشۇلۇپ كېلىدۇ. بەزىدە جىگەر سەۋەبىدىن ۋە جىگەرنىڭ تارتىشىنىڭ ئازلىقى سەۋەبىدىن تۆۋەنلەيدۇ. جىگەر سەۋەبىدىن بولغانلىقى چىرايىدا ۋە سۈيۇق، ئاق چوڭ تەرىتىدە ئاشكارا بولىدۇ. بەزىدە ئومۇمىي بەدەندىكى خىلىت سەۋەبىدىن ۋە تاماق سىڭمەسلىكتىن ئىشتىھا تۆۋەنلەيدۇ.

بەزىدە بەدەن قۇۋۋىتى ۋە تەبئىي ھارارەت ئاجىزلىغانلىقتىن ياكى مەخسۇس ئاشقازاندىكى تەبئىي ھارارەت ئاجىزلىغانلىقتىن ئىشتىھا تۆۋەنلەپ، ھەربىرى ھەممىگە مەلۇم ئەك يېنىك تەدبىرلەر بىلەن بىر تەرەپ قىلىنىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، سىركەنجىۋىل سەپەرجىلى كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلار ئۇچۇن ئەك ياخشى دورىدۇر، بولۇپمۇ بۇلارنىڭ ئىشتىھاسى ئاشقازىنىدىكى ئاجىزلىقتىن تۆۋەنلىگەن

بولسا ۋە بۇلار ئۇچەي شىللىق پەردىسى سويۇلۇشتىن خاتىرجەم بولغان بولسا. ئەمما قۇرسى ۋەرد ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدەك سىركەنجۇبىل سەپەرجەلدىن ئىسسىقراق ئاشقازاننى قۇۋۇتلەيدىغان دورىلار بەزىدە كېسەللىكنىڭ قايتا قوزغىلىشىغا سەۋەب بولىدۇ.

98 ـ پەسىل كېسەللىكلەرنىڭ قوزغىلىشى توغرىسىدا

كېسەللىكنىڭ قوزغىلىش ۋاقىتلىرى ھەممىگە مەلۇمدۇر، شۇنى بىلىش لازىمكى، كېسەللىكلەرنىڭ دەۋرلىك قوزغىلىشى بەزىدە بەك كۆپ بولۇپ، كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىگە يەتكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ. بەزىدە تۆۋەن بولۇپ، كېسەللىكنىڭ پەسىيۇاتقانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. كېچىدە تەبىئەت ھەممە نەرسىدىن ماددىنى پىشۇرۇشقا بەك يۈزلەنگەنلىكتىن، كېچىدە كېسەللىكلەر ۋە ئۇنىڭ ئەگەشمە كېسەللىك ئالامەتلىرىنىڭ قوزغىلىشى كۈچلۈك بولىدۇ.

ئىككىنچى ماقالە

بوھراننىڭ ۋاقىتلىرى، كۈنلىرى ۋە دەۋرلىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل كېسەللىكنىڭ باشلىنىشى ۋە بوھراننىڭ تۇنجى ھېسابى توغرىسىدا

بىر بۆلەك تېۋىپلار بوھران كۈنلىرى ھېسابلىنىدىغان كېسەللىكنىڭ دەسلىپى بىمار كېسەللىكنىڭ تەسرىنى سەزگەن ۋاقىتنىڭ بىر قىسمىدۇر، دېدى. يەنە بىر بۆلەك تېۋىپلار ئۇنداق ئەمەس، بەلكى بىمار ئورۇن تۇتۇپ يېتىپ قالغان ۋە ئۇنىڭدا كېسەللىك تەسرىنىڭ زىيىنى كۆرۈلگەن ۋاقىتنىڭ بىر قىسمى، دېدى. بۇ ئىختىلاپ ئۇشتۇمتۇت يۈز بەرمەيدىغان قىزىتمىلاردا بولىدۇ.

ئەمما ئۇشتۇمتۇت يۈز بېرىدىغان قىزىتمىلاردا ۋاقىتنىڭ ئاۋۋالى يوشۇرۇن بولمايدۇ، مەسىلەن: قىزىتما بولۇشتىن بۇرۇن بىئارام بولماي، ئۇخلىغان ياكى مۇنچىغا كىرگەن ياكى چارچاپ ئۇشتۇمتۇت قىزىغان كىشىلەردە قىزىتما ئېنىق باشلانغانغا ئوخشاش. ئەمما قىزىتمىدىن بۇرۇن ھارغىنلىق، باش ئاغرىقى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلىرى بولىدىغان، ئاندىن قىزىتما يۈز بېرىدىغان قىزىتمىلاردا ئىككى خىل ئەھۋال قالايمىقان بولىدۇ. بىرىنچىسى شۇكى، بۇ ۋاقىت قىزىتمىنىڭ ئۆزىنىڭ باشلىنىش ۋاقتى دەپ ئېتىبارغا ئېلىنىپ قالىدۇ. بۇ يەردە مىزاجنىڭ تەبىئىي ھالەتتىن چىقىشى ئېنىق كۆرۈلگەن بولىدۇ.

ئەمما باش ئاغرىقى ۋە ھارغىنلىقنىڭ باشلىنىشى ئېتىبارغا ئېلىنمايدۇ، يېتىپ قېلىش ۋە ئۇخلاش ئاساسلانغىلى بولمايدىغان نەرسىلەردىن بولۇپ، بەزىدە بىمار قىزىتما باشلانغان تۇرۇقلۇق يېتىپ قالمايدۇ، ئەگەر ئايال كىشى تۇغۇپ، ئاندىن ئۇنىڭدا قىزىتما يۈز بەرسە، تۇغقان ۋاقتىتىن ئەمەس، قىزىغان ۋاقتىتىن ھېسابلايمىز، بۇ بىر بۆلەك كىشىلەرنىڭ خاتا سۆزىدۇر، كۆپىنچە قىزىتما تۇغۇپ ئىككىنچى ۋە ئۈچىنچى كۈنىدىن كېيىن يۈز بېرىدۇ.

2 ـ پەسىل بوھران كۈنلىرىنىڭ سەۋەبى ۋە ئۇنىڭ دەۋرلىرى توغرىسىدا

كۆپىنچە كىشىلەر ئۆتكۈر كېسەللىكلەر بوھرانلىرىنىڭ ۋاقتىلىرىنى مۆلچەرلەشتىكى سەۋەبنى ئاي تەرەپتىن بەلگىلىدى. چۈنكى، ئاينىڭ قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولۇپ، دۇنيا ھۆللۈكلىرىگە سىڭىپ كىرىپ، ئۇنىڭدىكى ھەر خىل ئۆزگىرىشلەرگە سەۋەب بولىدۇ ۋە پىشىش ھەم ھەزىمگە ياردەم بېرىدۇ ياكى ماددىنىڭ تەييارلىق ئېتىبارى بىلەن بۇنىڭ ئەكسىگە ياردەم بېرىدۇ ۋە بۇلار بۇ ھەقتە ئاينىڭ چوڭىيىش ۋە كىچىكلەش ئەھۋالى ۋە ئاي نۇرىنىڭ زىيادە بولۇشى بىلەن مېڭىنىڭ زىيادە بولۇشى ۋە ئاينىڭ تولۇن بولۇشى بىلەن دەرەخ مېۋىلىرى ۋە كۆكتاتلارنىڭ تېز پىشىشى قاتارلىقلار بىلەن دەلىل ئىزدەيدۇ.

ئۇلار يەنە مۇنداق دەيدۇ: بەدەن ھۆللۈكلىرى ئايدىن تەسىرلىنىپ، ئاي ئەھۋاللىرىنىڭ ئوخشاشماسلىق ئېتىبارى بىلەن ھۆللۈكلەرنىڭ ئەھۋاللىرىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. ئاي ئەھۋالىدا بەك ئوخشاشماسلىقنىڭ كۆرۈلۈشى بىلەن ئوخشاشماسلىق كۈچىيىدۇ، ئاي ھۆللۈكلەردىكى ئەھۋالغا قارشى بولغاندا، ئوخشاشماسلىق بەك كۈچىيىدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا، ئاينىڭ تۆتتىن بىرى قالغاندا كۈچىيىدۇ، بوھراننىڭ دەۋرى يېرىمغىچە، ئۇنىڭدىن قالسا، يېرىمىنىڭ يېرىمغا بۆلۈنىدۇ.

ئۇلار مۇنداق دېدى: ئاينىڭ دەۋرى تەخمىنەن يىگىرمە توقۇز كۈن ۋە بىر

كۈننىڭ ئۈچتىن بىرى بولسا، ئۇنىڭدىن يىغىلىش كۈنلىرى ئازلاپ كېتىدۇ، چۈنكى ئاي بۇ كۈنلەردە تەسىر قىلمايدۇ. بۇ كۈن تەخمىنەن ئىككى يېرىم كۈن ۋە بىر كۈننىڭ ئۈچتىن بىرى بولۇپ، يىگىرمە ئالتە يېرىم كۈن قىلىپ ئۇنىڭ يېرىمى ئون ئۈچ كۈن ۋە بىر كۈننىڭ تۆتتىن بىرى بولىدۇ، ئۇنىڭ تۆتتىن بىرى ئالتە يېرىم كۈن ۋە بىر كۈننىڭ سەككىزدىن بىرى بولىدۇ. ئۇنىڭ سەككىزدىن بىرى ئۈچ كۈن ۋە بىر كۈننىڭ تۆتتىن بىرى ۋە بىر كۈننىڭ سەككىزدىن بىرى بولىدۇ. ئۇ ئاي دەۋرىنىڭ ئەڭ كىچىكرەكىدۇر، بەزىدە بۇلار بۇ ھېسابنى باشقا بىر يول بىلەن چىقىرىپ، بۇ ھېسابقا ئازراق ئوخشاشمايدۇ ۋە ئۇنىڭدىن ئازراق زىيادە بولىدۇ، لېكىن ئۇنىڭدا يېنىكلىك بىلەن ھۆكۈم چىقىرىش بار، شۇڭا بۇ مۇددەت چوڭ ئىختىلاپلار كۆرۈلۈشكە سەۋەب بولىدىغان مۇددەت بولىدۇ. بۇ مۇددەت كېسەللىك تۇتۇشنىڭ ئەڭ كىچىك دەۋرى كۈنلىرىدۇر.

ئەگەر مۇددەت باشلىنىپ، ماددا ياخشى بولسا، ئۇنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە ياخشىلىنىشقا مايىل ئېنىق ئۆزگىرىش كۆرۈلىدۇ. ئەگەر مۇددەت باشلانسا، ماددا ۋە ئەھۋاللار بۇزۇلغان بولسا، ئېنىق ئۆزگىرىش مۇددەت بۇزۇلۇشقا مايىل تاماملانغاندا بولىدۇ. ئەمما سوزۇلما ۋە بىر ئايدىن كۆپ بولىدىغان كېسەللىكلەرنىڭ بوھرانلىرىنى بۇلار قۇياشتىن، دەپ ھېسابلايدۇ. ئاندىن بۇ مۆلچەرلەش ۋە بۆلۈشتە، شەك ـ شۇبھىلەر بولۇپ، تەتقىق قىلىش ئورۇنلىرىدۇر. لېكىن بۇنىڭ بىلەن شۇغۇللىنىش تەبىئىي پەن ئالىملىرىنىڭ ئىشى، تېۋىپقا پايدىسى بولمايدۇ. پەقەت تېۋىپ نۇرغۇن تەجرىبە ئارقىلىق چىققان نەرسىلەرنى بىلىشى كېرەك، شۇ كېسەللىكنىڭ بايانى باشقا پەنگە يۆتكىلىپ كەتسە، تېۋىپنىڭ ئۇنىڭ سەۋەبىنى بىلىشى زۆرۈر ئەمەس. بەلكى بوھران كۈنلىرىنى سۆزلەش تەجرىبە يولى بىلەن ياكى ئەھۋال ۋە مەنبە يولى بىلەن سۆزلىنىدىغان سۆز بولۇشى لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، تېۋىپلارنىڭ كۆپىنچىسى كۆپەيتكەندە ئۆز تۇرىدىن چىقىپ كەتمەيدىغانلىرىنى دەۋرى دەپ ئاتايدۇ. ئۇنىڭ مەنىسى شۇكى، كۆپەيتكەندە، يەنە بوھران كۈنلىرىگە چىقىدىغانلىرى دەۋرى دەپ ئاتىلىدۇ. شۇنىڭ مىسالى تۆتىنچى ۋە يەتتىنچى كۈنىدۇر، چۈنكى بۇ ئىككىسىنى كۆپەيتكەندە،

تۆتىنچى ۋە يەتتىنچى كۈنىگە لايىق كېسەللىكلەردە يۈز بېرىدىغان بوھران كۈنلىرىنىڭ ئېتىبارى بىلەن بوھران كۈنىگە يېتىدۇ.

ياخشى ئەسلىي دەۋرىيلەر ئۇچتۇر، تۆت كۈنلۈك دەۋرى ئۇ تولۇق دەۋرىدۇر. يەتتە كۈنلۈك دەۋرى ئۇمۇ تولۇق دەۋرىدۇر. لېكىن يىگىرمە كۈنلۈك دەۋرى ھەممىدىن تولۇق دەۋرى بولىدۇ، چۈنكى قىرىق كۈن، ئاتمىش كۈن ۋە سەكسەن كۈن بۇلارنىڭ ھەممىسى بوھران كۈنلىرىدۇر. ئەمما ئاۋۋالقى ئىككى دەۋرى رىئايە قىلىش زۆرۈر بولغان كەسىرنىڭ سەۋەبى بىلەن شۇنىڭدىن ئازلايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۈچ ھەپتە يىگىرمە بىر كۈن بولماستىن، يىگىرمە كۈن بولىدۇ. ئاۋۋالقى تۆت كۈن تۆتىنچى كۈنى بولىدۇ، ئىككىنچى تۆت كۈندە كەسىرنى تولۇقلاش بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن، بوھران يەتتىنچى كۈندە بولىدۇ. چۈنكى، بوھران ئالتە كۈن ۋە يەتتىنچى كۈنىنىڭ كۆپ قىسمىدا بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن، بوھران ئارقىمۇئارقا يۈز بېرىدۇ. ئۈچىنچى تۆت كۈن ئون بىرىنچى كۈندە يۈز بېرىدۇ، بۇ يەردە يەتتىنچى كۈنىگە كۆپەيتىش ۋاقتى تولۇقلىنىپ، ئىككىنچى يەتتە كۈن قوشۇلۇپ، بوھران ئون تۆتىنچى كۈنى بولىدۇ، ئاندىن ئۈچىنچى يەتتە كۈننى تولۇقلساق، يىگىرمىنچى كۈنى يۈز بېرىدۇ. تۆت كۈنلۈك بوھرانلاردا ئاۋۋالقى تۆت كۈن بىلەن ئىككىنچى تۆت كۈن بوھران ئۇلىشىپ كېلىدۇ، ئىككىنچى ۋە ئۈچىنچى تۆت كۈن ئايرىلىدۇ. ئۈچىنچى ۋە تۆتىنچى تۆت كۈن ئۇلىنىپ كېلىدۇ، ئەگەر بوھران ئون تۆتىنچى كۈندىن ئۆتۈپ كەتسە، ئۇنىڭدا ئىختىلاپ يۈز بېرىدۇ. ئەگەر ياخشىسى، بۇقرات ۋە جالىنۇسقا ئوخشاش كىشىلەر ئۇلىنىپ كېلىدىغان كۈن بىلەن باشلىدى، شۇنداق بولغاچقا كۈنلەرنىڭ تەرتىپى تۆۋەندىكىدەك بولدى. يىگىرمە يەتتىنچى كۈنى تۆت كۈنلۈك بوھراننىڭ ئۇلىنىپ كېلىدىغان كۈنى بولدى. يىگىرمە بىرىنچى كۈنى يەتتە كۈنلۈك بوھراننىڭ كۆپەيتىلگىنى بولىدۇ، شۇڭا ئايرىلمايدىغان ئىككى ھەپتىگە ئۇلىنىپ كېلىدىغان ئۈچىنچى ھەپتە قوشۇلۇپ كېلىپ، يىگىرمە كۈن تولۇق بولىدۇ، ئاندىن يىگىرمە كۈندىن ئايرىلىدىغان تۆت كۈن كېلىدۇ، ئۇ يىگىرمە تۆتىنچى كۈنىدۇر، ئاندىن ئۇلىنىپ كېلىدىغان يىگىرمە يەتتىنچى كۈنى كېلىدۇ، ئاندىن يەتتە كۈننىڭ ئايرىلىپ كېلىدىغان كۈنى بولغان

ئوتتۇز بىرىنچى كۈنى كېلىدۇ، ئاندىن ئۇلىنىپ كېلىدىغان ئوتتۇز تۆتىنچى كۈنى كېلىدۇ، ئاندىن ئايرىلىپ كېلىدىغان يەتتە كۈن كېلىپ، قىرىق كۈن بولىدۇ، ئاندىن ئۇچ ھەپتىنى كۆپەيتىش يىگىرمە كۈن بولۇش بىلەن ئۇلىنىپ كېلىدىغان كۈنلەر ئاتمىشىنچى، سەكسىنىنچى، يۈزىنچى، بىر يۈز يىگىرمىنچى كۈنلىرى بولىدۇ. ئۇلارنىڭ ئارىسىدىكى كۈنلەرگە بەك قارالمايدۇ.

ئەركاغانسقا ئوخشاش باشقا تېۋىپلار دېدىكى، ئون تۆتىنچى كۈندىن كېيىن ئون سەككىزىنچى كۈنى بوھران كۈندۇر. يىگىرمە بىرىنچى كۈنى، يىگىرمە سەككىزىنچى كۈنى، ئوتتۇز ئىككىنچى كۈنى، ئوتتۇز سەككىزىنچى كۈنى يەتتە كۈننىڭ ئۇلاپ كېلىدىغان كۈنلىرىدۇر. بىر بۆلەك تېۋىپلار قىرىق ئىككىنچى كۈنى، قىرىق بەشىنچى كۈنى، قىرىق سەككىزىنچى كۈنى قاتارلىقلارنى بوھران كۈنلىرىدىن ھېسابلىدى. بۇلار بۇ كۈندە قارىغۇلارچە گەپ قىلدى. بۇلارنىڭ تۆت كۈن ۋە يەتتە كۈننىڭ تەپسىلاتىدىن ئەمەل قىلغان نەرسىلىرىنىڭ يۈز بەرگەنلىكىنىڭ قانداق بولغانلىقىغا قاراش كېرەك. تۆت كۈنلۈك بوھران بوھران كۈنلىرى ئىچىدە يىگىرمىنچى كۈنىگىچە كۆچلۈكتۇر، ئاندىن قۇۋۋەت يەتتە كۈنلۈك بوھراندا ئوتتۇز تۆتىنچى كۈنىگىچە كېلىدۇ. ئەگەر بىمار سوزۇلما كېسەللىكتە يىگىرمە كۈندىن ئۆتۈپ كەتسە، يەتتە كۈنلۈك بوھران تەكشۈرۈلىدۇ. ئەركاغانسنىڭ كۆز قارىشىدا، يىگىرمە بىرىنچى كۈننىڭ بوھرانى يەتتە كۈنلۈك بوھران جەھەتتىن ئون يەتتىنچى كۈننىڭ ئون سەككىزىنچى كۈندىن ياخشى شاھىت بولىدىغان يىگىرمە كۈندىن ياخشىراقتۇر. بۇقرات، جالىنۇس ۋە ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېۋىپلار ئەھۋالنى مۇنداق بايقىمىدى. يىگىرمە يەتتىنچى كۈنى ۋە يىگىرمە سەككىزىنچى كۈندىكى ئىختىلاپمۇ مۇشۇنىڭغا ئوخشاشتۇر. چۈنكى، ئەركاغانسنىڭ قارىشى بۇقرات ۋە جالىنۇسنىڭ قارىشىدىن باشقا بولۇپ، ئۇ يىگىرمە سەككىزىنچى كۈننى ياخشى دەپ قارىدى. شۇنىڭدەك ئوتتۇز بىرىنچى، ئوتتۇز ئىككىنچى كۈننىڭ ئەھۋالى، ئوتتۇز تۆتىنچى كۈنى بىلەن ئوتتۇز بەشىنچى كۈننىڭ ئەھۋالى، قىرىقىنچى كۈنى بىلەن قىرىق ئىككىنچى كۈننىڭ ئەھۋالى.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بەزى كېسەللىكلەرنىڭ بوھرانى يەتتە ئايدا، بەلكى يەتتە

يىل، ئون تۆت يىل ۋە يىگىرمە بىر يىلدا بولىدۇ، بەزى تېۋىپلار قىرىق كۈندىن كېيىن كۆچلۈك، تازىلىنىش بىلەن بوھران بولمايدۇ، دەپ گۇمان قىلدى. ھالبۇكى، ئىش ئۇنداق ئەمەستۇر ۋە بۇنىڭ ئۈچۈن كېسەللىكنىڭ ئۆتكۈرلۈككە ئۆزگىرىش ياكى ئۇنىڭ قايتا قوزغىلىش ياكى ئۇنىڭدا بىرنەچچە كېسەللىك مۇرەككەپ بولۇش ئېھتىياجى چۈشمەيدۇ. سوزۇلما كېسەللىكتە تەبىئەت ئۇنى داۋاملىق پىشۇرۇپ، ئاندىن تەبىئەت بىراقلا كۆچىيىپ، ئۇنى گەرچە ئاز - ئازدىن بولسىمۇ تازىلىشى مۇمكىن. كۆپىنچىسى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن بويىچە بولۇپ، بۇنىڭدىكى ئايرىش ناقىس بوھرانلار بىلەن ياكى ئاستا قوزغىلىدىغان يىرىڭلىق ئىششىق بىلەن ياكى تارقاش بىلەن بولىدۇ.

بۇقرات مۇنداق دېدى: بوھران كۈنلىرىنىڭ بەزىسى جۈپ كۈنلەر، بەزىسى تاق كۈنلەردۇر. تاق كۈنلەر، بوھرانلاردا كۆپىنچە ئەھۋالدا ۋە سانىنىڭ كۆپلۈكىدە كۆچلۈكرەكتۇر. جۈپ كۈنلەر، مەسىلەن: تۆتىنچى كۈنى، ئالتىنچى كۈنى، سەككىزىنچى كۈنى، ئونىنچى كۈنى، ئون تۆتىنچى كۈنى، يىگىرمىنچى كۈنى، يىگىرمە تۆتىنچى كۈنى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ۋە بىز ئىككى كۆز قاراشقا ئاساسەن جۈپ كۈنلەردىن دەپ ھېسابلىغان كۈنلەرگە ئوخشاش. تاق كۈنلەر ئۈچىنچى كۈنى، بەشىنچى كۈنى، يەتتىنچى كۈنى، توققۇزىنچى كۈنى، ئون بىرىنچى كۈنى، ئون يەتتىنچى كۈنى، يىگىرمە بىرىنچى كۈنى، يىگىرمە يەتتىنچى كۈنى، ئوتتۇز بىرىنچى كۈنى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ئاندىن جالىنۇس بۇ پەسىلدە سەككىزىنچى كۈنى، ئونىنچى كۈنى توغرىسىدا سۆزلەنگەن نەرسىلەرنى ئىنكار قىلدى ۋە ئۇنى بۇقرات سۆزلىگىنىنىڭ ئەكسىچە بايقىدى. بۇقراتنىڭ بۇ سۆزى مەن بوھران كۈنلىرىنىڭ ئەھۋالىغا ھۆكۈم قىلىشتىن بۇرۇن سۆزلەنگەن بولۇشى مۇمكىن، ئۇنىڭ تۇنجىسى تەئۈلدۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بەزىدە بىرنەچچە كۈن تۇتىشىپ بوھراننىڭ بىر كۈنىگە ئوخشاش بولىدۇ، بۇنىڭ كۆپىنچىسى بوھران تازىلاش بولسۇن ياكى يىرىڭلىق ئىششىق بولسۇن، يىگىرمە كۈندىن كېيىن بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ياخشى

بوھران كۈنىدە ناچار ئالامەتلەر كۆرۈلسە، بۇ ناچارراقتۇر ياكى ئۆلۈمگە كۆپرەك دالالەت قىلىدۇ، خۇددى ناچار ئالامەتلەرنىڭ بەزىسى يەتتىنچى كۈنى ياكى ئون تۆتىنچى كۈنى يۈز بەرگەنگە ئوخشاش.

3 - پەسىل بوھران كۈنلىرىنىڭ بىر - بىرىگە كۈچلۈك - ئاجىزلىقتىكى مۇناسىۋىتى ۋە ئۇنىڭ كېسەللىكلەرگە بولغان ئۆلچەملىرى توغرىسىدا

بىز دەيمىزكى، بوھران كۈنلىرىنىڭ بەزىسى ئىنتايىن كۈچلۈك بولۇپ، ئۇنىڭدا دائىم بوھران بولۇشقا تاس قالىدۇ، بەزىسى ئىنتايىن ئاجىزدۇر، بەزىسى ئوتتۇرا ھالدۇر. بىز بۇلارنى تۆۋەندىكى سۆزلىمىزنى سۆزلەپ بولغاندىن كېيىن سۆزلەيمىز. بوھران كۈنلىرىنىڭ تۇنجىسى تۆتىنچى كۈنىدۇر، ئۇنىڭدا بوھران كۆپ يۈز بەرمەيدۇ ۋە ئۇ يەتتىنچى كۈنىدە بوھران بولۇشتىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. ئەمما يەتتىنچى كۈنى كۈچلۈك، ياخشى كۈندۇر، ئۇنىڭ بىلەن تۆتىنچى ۋە يەتتىنچى كۈنىدىن ئاگاھلاندۇرۇلىدۇ، بۇنى يۇقىرىقى تەبىقدىن قىلىش دۇرۇس بولىدۇ. ئون بىرىنچى كۈنى ئون تۆتىنچى كۈنىدەك كۈچلۈك ئەمەس، لېكىن ئون بىرىنچى كۈنى سەپرادىن بولغان قىزىتمىغا ئوخشاش تاق كۈنلەردە تۇتىدىغان كېسەللىكلەردە ئىنتايىن كۈچلۈكتۇر ۋە ئون تۆتىنچى كۈنىدىن كۈچلۈكرەكتۇر. ئون تۆتىنچى كۈنى كۈچلۈك كۈندۇر، ئۇنىڭ كۈچلۈكلۈكى شۇكى، ئون تۆتىنچى كۈنىگە مۇناسىپ كېلىدىغان بىرەر كۈن تېپىلمايدۇ، لېكىن تولۇق بوھران بولۇشتىن سىرت، بوھران ھۆكۈملىرى ۋە ئۇنىڭ ياخشىلىقىدا بەك كۈچلۈك بولمىغان كۈن تېپىلىدۇ.

ئون يەتتىنچى كۈنى ۋە ئۇنىڭغا مۇناسىپ كۈنلەر كۈچلۈك كۈندۇر، ئۇنىڭغا

مۇناسىپ كېلىدىغان كۇن يىگىرمىنچى كۈندۇر، خۇددى ئون بىرىنچى كۈنى ئون تۆتىنچى كۈنىگە مۇناسىپ كەلگەندەك. ئون سەككىزىنچى كۈنى بوھران ناھايىتى ئاز يۈز بېرىدىغان كۈندۇر، ئاز سانىدا ئون سەككىزىنچى كۈنى، ئون بىرىنچى كۈنىگە مۇناسىپ كېلىدۇ، يىگىرمە تۆتىنچى كۈنى ۋە ئوتتۇز بىرىنچى كۈنى بوھران ئاز بولىدىغان كۈنلەردۇر. بوھران ئەڭ ئاز يۈز بېرىدىغان كۈنى ئوتتۇز يەتتىنچى كۈنىدۇر، خۇددى ئۇ بوھران كۈنى ئەمەستىكىدەك. قىرىقىنچى كۈنى ئوتتۇز تۆتىنچى كۈنىدىن كۆچلۈكرەكتۇر، بۇنىڭغا ئاساسەن ئوتتۇز تۆتىنچى كۈنى قۇۋۋەتلى ياخشىدۇر ۋە ئوتتۇز بىرىنچى كۈنىدىن كۆچلۈكرەكتۇر.

شۇنى بىلىش لازىمكى، تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتمىغا ئوخشاش تاق كۈنلەردە تۇتىدىغان كېسەللىكلەر ۋە ئۆتكۈر كېسەللىكلەرنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ بوھرانى تېز بولۇپ، ئۇنىڭ بوھرانى تاق كۈنلەردە بولىدۇ. بۇ بوھرانىنى سەپرادىن بولغان قىزىتمىدا ئون بىرىنچى كۈنى كۈتۈش، ئون تۆتىنچى كۈنى پەقەت ئازراق كۈتۈش لازىم، گەرچە كۆپىنچە يەتتىنچى قېتىم تۇتۇشى ئون تۆتىنچى كۈنىدىن ئازراق تۆۋەنلىسمۇ. جۈپ كۈنلەردە تۇتىدىغان قىزىتمىلارنىڭ بوھرانى ئاستا بولۇپ، ئۇنىڭ بوھرانى جۈپ كۈنلەردە كۆپرەك بولىدۇ.

ئالىي تەبىقىدىكى بوھران كۈنلىرى مەسىلەن: يەتتىنچى، ئون بىرىنچى، ئون تۆتىنچى، ئون يەتتىنچى، يىگىرمىنچى كۈنلەرگە ئوخشاش. بەزىدە كېسەللىكلەرنىڭ دەۋرى كۆپىنچە بوھران كۈنلىرىنىڭ سانىغا مۇۋاپىق بولۇپ، سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ يەتتىنچى كۈنى كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىنىڭ يەتتىنچى كۈنىگە ئوخشاش بولىدۇ. بەزىدە سوزۇلما كېسەللىكلەردىكى يىللار ۋە ئايلارنىڭ سانىنىڭ ئەھۋالى ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىكى كۈنلەرنىڭ سانىنىڭ ئەھۋالى بويىچە بولۇپ، تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما ئۇچۇن يەتتە ئاي بولىدۇ. بۇنىڭ ئاگاھلاندۇرۇشى، كۈنلەرنىڭ ئاگاھلاندۇرۇشىغا ئوخشاش بولىدۇ. بۇ ئاگاھلاندۇرۇش ئارىسىدىكى ئىلگىرى - كېيىنلىك كۈنلەردە يۈز بېرىدىغان ئىلگىرى - كېيىنلىككە ئوخشاشتۇر، بىز بۇنى يېقىندا سۆزلەپ بېرىمىز.

4 - پەسىل بوھارانىڭ ئوتتۇرىدا يۇز بېرىدىغان كۈنلەر توغرىسىدا

بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن كۈنلەر بوھارانىڭ ئاساسلىق كۈنلىرىدۇر. بەزىدە بوھاران كۈنلىرى سىرتقى ئەگەشمە سەۋەبلەرنىڭ بىرەرسىدىن ياكى كېسەللىك ھەرىكىتىنىڭ تېز ياكى ئاستىلىقىدىن ياكى بەدەننىڭ كۈچلۈك ياكى ئاجىزلىق ئەھۋالىدىن ياكى سىرتقى تەرەپتىن بولغان قاتتىق ئۈيقۇسىزلىققا ئوخشاش يۇز بېرىدىغان ئەگەشمە كېسەللىكلەرنىڭ ئەھۋالىدىن يۇز بېرىدۇ ياكى ئۇ بوھاران گەرچە ئۆز ۋاقتىدا زۆرۈر بولغان بوھارانىڭ ئورنىدا تۇرماي، بەلكى ئۇنىڭدىن ئازراق بولسىمۇ، سەۋەب بەك كۈچلۈك بولغاندا بەدىنى ۋە روھىي سەۋەبلەردىن ئىلگىرى ۋە كېيىن يۇز بېرىدۇ، گەرچە ئۇ بوھاران ئۆز ۋاقتىدا يۇز بېرىشى زۆرۈر بولغان بوھارانىڭ ئورنىدا تۇرالماي، بەلكى ئۇنىڭدىن كەمرەك بولسىمۇ، بەدىنى ۋە روھىي سەۋەبلەردىن ئىلگىرى - كېيىن يۇز بېرىدۇ. ئەگەر بوھاران يۇز بەرگەن سەۋەب كۈچلۈك بولمىغان بولسا، بوھاران توغرا بولۇپ، ئىلگىرى - كېيىن بولمىغان بولاتتى. بوھاران يۇز بېرىپ كۈچلۈك بولسا، بوھاران ۋاقتىدىن چەتنەپ كېتىپ ئىلگىرى ياكى كېيىن بولىدۇ، ئەگەر ئاجىز بولسا بوھاران قىيىن بولىدۇ ۋە بوھارانى تولۇق بولۇشىدىن چەكلەيدۇ. مۇشۇ چەتنەپ كېتىش ئوتتۇرىدا يۇز بېرىدىغان كۈنلەر دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ كۈنلەر ئۈچۈن بىر تەرەپتىن بوھاران كۈنلىرىنىڭ ھۆكۈملىرى بولىدۇ. مۇشۇ كۈنلەر، مەسىلەن: ئۈچىنچى، بەشىنچى، ئالتىنچى، توققۇزىنچى ۋە ئون ئۈچىنچى كۈنلىرىگە ئوخشاش. چۈنكى ئۈچىنچى ۋە بەشىنچى كۈنى، تۆتىنچى ۋە توققۇزىنچى كۈننى يەتتىنچى كۈنى بىلەن ئون بىرىنچى كۈنى ئارىسىغا كىرگۈزۈۋېتىدۇ. بەزىدە بوھاران يۇز بەرگەن كۈنى ئۇ كۈننىڭ ئىككى تەرىپىدىكى ئىككى كۈننىڭ بىرىگە لايىقراقتۇر ياكى يۇز بەرگەن بوھاران بىلەن يەنە بىر تەرەپتە يۇز بەرگەن بوھاران ئارىسىدىكى كۈن بوھارانغا لايىقراقتۇر. چۈنكى

ئون بىرىنچى كۈنىدە يۈز بېرىدىغان بوھراننىڭ توققۇزىنچى كۈنىدە بولۇشى يەتتىنچى كۈنىدە بولىدىغان بوھراننىڭ توققۇزىنچى كۈنىگە كېچىكىشىدىن كۆپرەك بولىدۇ، گەرچە ئۇ ئىككىسىنىڭ ھەربىرى كۆپ بولسىمۇ.

5 ـ پەسىل بوھراننىڭ ئوتتۇرىدا يۈز بېرىدىغان كۈنلەرنىڭ كۈچلۈكلۈكى ۋە ئاجىزلىقى توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، توققۇزىنچى كۈنى بوھراندىن ئىلگىرى بولىدىغان كۈچلۈك كۈندۇر. ئۇنىڭدىن قالسا بەشىنچى كۈنى، ئۇنىڭدىن قالسا ئۈچىنچى كۈنىدۇر. بۇ بوھران ئاساس بولغان تۆتىنچى كۈنىدىن ئېنىق قىسقارمايدۇ. ئون ئۈچىنچى كۈنى خۇددى ئۇنىڭدا بوھران بولمايدىغاندەك ئاجىز بولىدۇ. ئەمما ئالتىنچى كۈنى بوھران يۈز بېرىدىغان كۈندۇر، لېكىن ئۇ ناچار بولسا بوھران يۈز بەرمەيدۇ. ئەگەر بوھران ناچار بولماي كەلسە، بىخەتەر بولمىغان، قېيىن، يوشۇرۇن، تولۇق بولمىغان بوھران بولىدۇ، خۇددى ئۇ بوھراننىڭ ئاز ۋە ناچار يۈز بېرىشىدىن ياكى ياخشى بولمىغان ھالەتتە يۈز بېرىشىدە يەتتىنچى كۈنى يۈز بېرىدىغان بوھراننىڭ ئەكسىچە بولىدۇ. بۇنىڭ بىلەن تۆتىنچى كۈنى يامانلىقتا ئاگاھلاندۇرىدۇ. ئىنتايىن ئاز ساندا بۇنىڭ بىلەن تۆتىنچى كۈنىدىكى بوھراننىڭ ياخشىلىقتىن ئاگاھلاندۇرۇشى تولۇق بولىدۇ. بىراق بوھران تەس بولىدۇ، شۇڭا ئۇنىڭدا سەكتىگە ۋە ھوشىدىن كېتىشكە ئوخشاش قورقۇنچلۇق ئالامەتلەر يۈز بېرىدۇ، بولۇپمۇ تازىلاش بولۇپ، ھوشىدىن كېتىش قەي بىلەن بولسا ۋە بۇ بوھراندا قۇۋۋەت تۆۋەنلەش، تىترەش، رەئىشە، تومۇر ھەرىكىتى يوقلىش قاتارلىقلار يۈز بېرىدۇ. ئەگەر بۇ بوھراندا تەرلەش كۆرۈلسە، بوھران ئېغىز ـ پەس بولىدۇ. بەزىدە ئۇ كۈندە بوھران تازىلاش بىلەن تولۇق بولماي، ناچار يىرىڭلىق ئىششىق ۋە يەرقان بىلەن تولۇق بولىدۇ، سۇيدۇك ۋە ئۇنىڭ چۆكمىسى ناچار بولىدۇ، بۇ بوھران يېنىك بولغاندا بولىدۇ، ئەگەر يېنىك بولمىسا قانداق بولىدۇ؟

بوھراننىڭ يېنىكلىكى كېسەلنىڭ قايتا قوزغىلىشى بىلەن بولىدۇ. جالنۇس دېدىكى، يەتتىنچى كۈندىكى بوھران ئادىل پادىشاھقا ئوخشايدۇ. ئالتىنچى كۈندىكى بوھران زالىم مەغلۇبىيەتچى پادىشاھقا ئوخشايدۇ. سەككىزىنچى كۈندىكى بوھران ئالتىنچى كۈندىكىگە يېقىنراقتۇر.

6 ـ پەسىل بوھران كۈنلىرى بولسۇن ياكى بوھراننىڭ ئوتتۇرىسىدا يۇز بەرگەن كۈن بولسۇن ياكى ئاگاھلاندۇرۇش كۈنلىرى بولسۇن، ياخشى ۋە ناچار كۈنلەرنى تەرتىپى بويىچە سۆزلەش توغرىسىدا

ئۇ كۈنلەرنىڭ ئەڭ ياخشىسى يەتتىنچى ۋە ئون تۆتىنچى كۈندۇر. ئۇنىڭدىن قالسا ئون توققۇزىنچى ۋە يىگىرمىنچى كۈندۇر. ئۇنىڭدىن قالسا، بەشىنچى كۈنى، ئۇنىڭدىن قالسا، تۆتىنچى ۋە ئون سەككىزىنچى كۈنى، ئۇنىڭدىن قالسا ئون ئۈچىنچى كۈندۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، ھۆكۈم جەھەتتە بوھران كۈنلىرىنىڭ ئەڭ كۈچلۈكى ۋە بوھران يۇز بەرگەن كۈننىڭ ئەڭ كۈچلۈك ۋە بوھراندىن ئاگاھلاندۇرغۇچى كۈنلەرنىڭ كۈچلۈكرەكى بوھران كۈنلىرىدىن ئىلگىرىكى كۈنلەردۇر. بوھران قانچىكى يوشۇرۇن بولسا، ئۇنىڭ ھۆكۈمى ئاجىز بولىدۇ.

7 ـ پەسىل بىرىنچى ۋە ئىككىنچى مەقسەت بىلەن بوھران بولمايدىغان كۈنلەر توغرىسىدا

ئۇ كۈنلەر بىرىنچى كۈنى، ئىككىنچى كۈنى، ئونىنچى كۈنى، ئون ئىككىنچى كۈنى، ئون ئالتىنچى كۈنى، ئون توققۇزىنچى كۈنى قاتارلىقلاردۇر. ئون بەشىنچى كۈنىمۇ مۇشۇ قاتارىدىندۇر. ھەيران قالارلىقى شۇكى، بۇ كۈنلەرنىڭ كۆپىنچىسى بوھران كۈنىگە يانداشىپ كېلىدۇ.

8 ـ پەسىل ئاگاھلاندۇرۇش كۈنلىرى توغرىسىدا

ئاگاھلاندۇرۇش كۈنلىرى ماددا ئۆزگىرىش ئالامەتلىرىنىڭ تەسىرى ياكى كېسەللىك ۋە قۇۋۋەتتىن ئىبارەت ئىككى قارشىلاشقۇچىنىڭ بىرىنىڭ غەلبە قىلغانلىق ئالامەتلىرىنىڭ تەسىرى ياكى ئايرىلىشتىن بولماي قوزغىلىشتىن بولغان، كېسەللىك بىلەن تەبىئەت ئارىسىدىكى يوشۇرۇن قارشىلىشىنىڭ باشلىنىش تەسىرى ئاشكارا بولىدىغان كۈنلەردۇر. بىرىنچىسى ماددىنىڭ ئۆزگىرىشى، پىشىش ۋە پىشماسلىق ئالامەتلىرىگە ئوخشاش، ئەمما پىششىنىڭ ئالامەتلىرى سۈيدۈكتە قىزىل ياكى ئاقما مايىل بۇلۇتقا ئوخشاش نەرسىنىڭ كۆرۈنۈشىدۇر. پىشمىغانلىقنىڭ ئالامەتلىرىمۇ ھەممىگە مەلۇمدۇر. ئىككىنچىسى ئىشتىھا قۇۋۋىتىنىڭ ئاشكارە بولۇشى ياكى ئۇ قۇۋۋەتنىڭ تۆۋەنلىشى ۋە ھەرىكەتنىڭ يەڭگىل ياكى ئېغىر بولۇشىغا ئوخشاش. ئۇچىنچىسى باش ئاغرىقى، بىئارامىلىق، دەم سىقىلىش، تىترەش، ئومۇمىي بەدەنلىك بولمىغان تەرلەش، تولۇق بولمىغان تازىلاش قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ئەگەر مۇشۇ كۈنلەردە يۇقىرىقى ئالامەتلەر ئاشكارا بولسا بوھران بۇ كۈنلەرگە مەلۇم ھالەتتە ئەگىشىپ كېلىپ، تۆتىنچى كۈنى ئالامىتى ياخشى بولغاندا، يەتتىنچى كۈندىكى ئالامىتى ناچار بولغاندا، ئالتىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ، بولۇپمۇ كۆيدۈرگۈچى ۋە تۇتقاقلىق قىزىتمىدا ئاز ساندا يەتتىنچى كۈندە بولىدۇ، لېكىن سەپرادىن بولغان قىزىتمىدا كۆپ بولىدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن بوھران ئالتىنچى ۋە توققۇزىنچى كۈندە بولىدۇ ياكى ئون بىرىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ ياكى كۆپىنچە ئون تۆتىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. ئون بىرىنچى كۈنمۇ ئون تۆتىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ، ئون تۆتىنچى كۈنى ياكى ئون يەتتىنچى كۈندىن ياكى ئون سەككىزىنچى كۈندىن ياكى يىگىرمىنچى كۈندىن ياكى يىگىرمە بىرىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. ئون يەتتىنچى كۈنمۇ يىگىرمىنچى كۈندىن ياكى يىگىرمە بىرىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. ئون سەككىزىنچى كۈنى

يىگىرمە بىرىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. يىگىرمىنچى كۈنى قىرىقىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. ئوتتۇرىدا يۈز بېرىدىغان كۈنلەردىن ئۈچىنچى كۈنى بەشىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ، ئەگەر ناچار بولسا ئالتىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. بەشىنچى كۈنى توقۇزىنچى كۈندىن ناچار بولسا، سەككىزىنچى كۈندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بەزىدە بوھران ئۆزىنىڭ تېگىشلىك كۈنلىرىدىن ئالدىغا ياكى ئارقىسىغا چەتنەپ كېتىش تۇغرىسىدا سۆزلەنگەن سەۋەبتىن ئاگاھلاندۇرۇش ئالامەتلىرى ئۆز كۈنلىرىدىن چەتنەپ كېتىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئاگاھلاندۇرۇش كۈنلىرىنىڭ ئىككىنچى كۈندە ئاگاھلاندۇرۇش كۈنىدە بولغان نەرسىنىڭ تۇرىدىن بولغان بىرەر نەرسە ياندىشىپ كەلسە، كېسەللىكنىڭ قوزغىلىشى تېز بولىدۇ. بوھرانىنى ئالدىغا سۈرگۈچى ۋە كېچىكتۈرگۈچى ئالامەتلەرنى مۇلاھىزە قىلىش ۋە ئالامەتلەر ئاگاھلاندۇرۇش كۈنلىرىدىن تېز بولسا ياكى كېچىكسە، كېسەللىكنىڭ ئاگاھلاندۇرۇش كۈنىدە ئىكەنلىكىگە ھۆكۈم قىلىش كېرەك.

9 ـ پەسىل بوھران كۈنلىرىنى تونۇش ۋە قىيىن بولغاندىكى تونۇش تۇغرىسىدا

بوھران كۈنلىرىنى تونۇشقا كۆپ مەقسەتلەردىن ئېھتىياج چۈشىدۇ. چۈنكى، بوھران يېقىنلاشسا، ئۇنىڭغا بىرەر تەدبىر قىلىش، ئەگەر يىراق بولسا، باشقا تەدبىر قىلىش لازىم. بوھران كۈنلىرىدە ۋە بوھرانغا يېقىن كۈنلەردە بىمارغا مەخسۇس تەدبىر قىلىپ، بوھرانىنى دورا بىلەن قوزغىماسلىق لازىم. چۈنكى، دورا بەزىدە تەبىئەتكە تازىلاشقا يارىمى بېرىپ، ھەددىدىن زىيادە تازىلىۋېتىدۇ، بەزىدە تەبىئەت بىر تەرەپكە قايتۇرۇپ، ئىككى ئىجابىي سەۋەبنىڭ تەڭپۇڭلۇقىنى پەيدا قىلىدۇ ۋە ئۇنىڭدا تازىلاش بولمايدۇ.

بوھران كۈنلىرىنى تونۇشتا مەلۇم بوھران كۈنلىرىنى ئۆزگەرتىدىغان ئىشلارغىمۇ رىئايە قىلىش لازىم. بوھران كۈنلىرىنى تونۇش ئىككىگە بۆلۈنىدۇ، ئۇنىڭ بىرى، كېسەللىكنىڭ بوھرانىنى مۇتلەق تونۇش تۇغرىسىدا؛ يەنە بىرى، بوھران بولغان مەزگىل قاتارىدىن بوھراننى بەلگىلەش تۇغرىسىدا بولۇپ، بەزىدە بوھراننىڭ كۈنلىرى ئىككى - ئۈچ كۈن ئۇزراپ، بوھراننى قايسى كۈنگە مەنسۇپ قىلىش قىيىن بولىدۇ.

ئەمما بىرىنچىسىگە ئىككى يولدىن دەلىل ئىزدىلىدۇ، يەنى كېسەللىك مۇددىتىنىڭ ئۇزۇن - قىسقا بولۇش ئالامەتلىرىدىن ۋە كېسەللىكنىڭ تەبىئىتى ۋە قۇۋۋەتلىرىدىن دەلىل ئىزدىلىدۇ. ئەمما كېسەللىك مۇددىتىنىڭ ئۇزۇن - قىسقىلىق ئالامەتلىرىدىن دەلىل ئىزدەش، كېسەللىكنىڭ ئاخىرلىشىشى بويىچە بولىدۇ، مەسىلەن: كېسەللىك تۆتىنچى كۈنى ۋە ئۇنىڭغا ياندىشىدىغان كۈندە يوقالمايدىغان، يەتتىنچى كۈندە ۋە ئۇنىڭدىن كېيىن يوقىلىدىغان كېسەللىكلەردىن بولىدۇ. ئەگەر پىشىشنىڭ ئالامەتلىرى تۆتىنچى كۈنىگە ياندىشىپ كېلىدىغان كۈندە ياخشى ئاشكارا بولسا، يەتتىنچى كۈنى بوھران بولۇش ئۈمىدى بولىدۇ. ئەگەر كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇش بايانىدا سۆزلەنگەن كېسەللىكنىڭ ئۇزۇنغا سوزۇلۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، كېسەللىك بوھراننىڭ كېچىكىدىغانلىقى بىلىنىدۇ ۋە ئۇنىڭ ئاقىۋىتى بوھرانسىز بولىدۇ. ئەگەر ئۇ ئىككى ئالامەتنىڭ بىرى كۆرۈلمىسە، كېسەللىكنىڭ يەتتىنچى كۈنى بىلەن ئۇن تۆتىنچى كۈنى ئارىسىدا يوقىلىدىغانلىقى ئۈمىد قىلىنىدۇ.

ئەمما كېسەللىكلەرنىڭ تەبىئىتىدىن دەلىل ئىزدەش، مەسىلەن: ھەممىگە مەلۇم بولغىنىدەك تاق كۈن تاق كۈندە قوزغىلىدىغان كېسەللىكلەرگە ۋە ئىسسىقتىن بولغان ئۆتكۈر كېسەللىكلەرگە لايىقراقتۇر. جۈپ كۈن بۇنىڭ ئەكسىچە كېسەللىكلەرگە لايىقراقتۇر.

ئەمما ئىككىنچىسىگە دەۋرلەرنى قىياس قىلىش يوللىرىدىن ۋە بوھران ۋاقىتلىرىنىڭ سانىدىن، بوھران زامانىسىدىن، كۈنلەرنىڭ بوھرانغا تېگىشلىك بولۇشىدىن ۋە ئۇنىڭ كۈچ - قۇۋۋەتىدىن دەلىل ئىزدىلىدۇ. ئەمما دەۋر قىياسىدىن دەلىل ئىزدەش، مەسىلەن: جۈپ كۈننىڭ بىرەر كېسەللىككە، تاق كۈننىڭ يەنە بىر

كېسەللىككە لايىقراق ئىكەنلىكى بىلىنگەنگە ئوخشاش. ئەمما بوھران زامانىسىدىن دەلىل ئىزدەش شۇكى، كېسەللىكنىڭ ئىككى كۈننىڭ قايسىسىدا قىينىلىشىشنىڭ ئۇرۇنراق بولغانلىقىغا قاراپ ۋە تونۇپ شۇ كۈننى بوھران ھېسابلاش لازىم. بىراق مۇشۇ دەلىلنىڭ ھۆكۈمىدىن ھۆكۈم جەھەتتە كۈچلۈكرەك نەرسە چەكلىسە ئۇ كۈن بوھران ھېسابلانمايدۇ. مۇشۇ قاتاردىن يۇقىرىدا سۆزلەپ ئۆتكەن شەرتلەرگە ئۇيغۇن كېلىش بىلەن ئۈچ كۈننىڭ ئوتتۇرىسىدىكى كۈننى بوھران ھېسابلاش لازىم.

ئەمما كۈنلەرنىڭ قۇۋۋىتى ۋە ئۇنىڭ تەبىئەتلىرىدىن دەلىل ئىزدەش، مەسىلەن: تەرلەش يەتتىنچى كۈنى كېچىدە باشلىنىدۇ ۋە سەككىزىنچى كۈنى كۈندۈزنىڭ ھەممىسىدە تەرلىمەيدۇ. چۈنكى، توقۇزىنچى كۈنى بولماستىن يەتتىنچى كۈنى بولىدۇ. ئەگەر سەككىزىنچى كۈنى بۇنىڭ ئەكسىچە بولسىمۇ قىزىتما يۇقىرىلاپ، ئون ئۈچىنچى كۈنى تەرلەشكە باشلىسا ۋە بىمار ئون تۆتىنچى كۈنگىچە داۋاملىق تەرلىسە ۋە ئون تۆتىنچى كۈنى قىزىتما يوقالسا، بوھران ئون تۆتىنچى كۈنگە مەنسۇپ بولىدۇ. بۇنداق بولۇشى شۇنىڭ ئۈچۈنكى، سەككىزىنچى ۋە ئون ئۈچىنچى كۈنى ئاخىرقى ئىككى كۈندىكىدەك كۈچلۈك ياخشى بولمايدۇ، بۇنىڭدا يەتتىنچى كۈنگە قارىغاندا ئالتىنچى كۈنى، توقۇزىنچى كۈنگە قارىغاندا ئونىنچى كۈنى ئۆلۈش لايىقراقتۇر.

ھۆكۈملەرنىڭ بىرلىشىشىدىن دەلىل ئىزدەش، مەسىلەن: بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن نەرسىلەردە تۆتىنچىسىنىڭ مىسالى سۆزلەنگەنگە ئوخشاش. چۈنكى، بۇ كۈندە تەرلەش ۋە قىزىتما ئۆرلەش بىرگە بولىدۇ. ئەمما ئاگاھلاندۇرىدىغان كۈنلەردىن دەلىل ئىزدەش شۇكى، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن مىسالىلاردا تۆتىنچى كۈنىدىن ئاگاھلاندۇرۇشنىڭ بارلىقىغا قاراپ بوھاننىڭ يەتتىنچى كۈنى ئۈچۈن بولىدىغانلىقى ياكى يەتتىنچى كۈنىدە بولىدىغانلىقىغا جەزم قىلىش ياكى مسىاللارنىڭ ئون بىرىنچى كۈنىدە بولغانلىقىغا قاراپ بوھاننىڭ ئون تۆتىنچى كۈنى ئۈچۈن بولىدىغانلىقىغا جەزم قىلىش لازىم.

10 ـ پەسىل بوھران كۈنلىرىنىڭ كۆپىنچە كېسەللىكلەرگە مەنسۇپ بولۇشى توغرىسىدا

يۇقىرىدا بەك ئۆتكۈر كېسەللىكلەرنىڭ بوھرانىنىڭ يەتتىنچى كۈنىگىچە بولۇشىنىڭ زۆرۈر ئىكەنلىكى، ئۇنىڭدىن ئۆتكۈرلۈكى تۆۋەنرەك كېسەللىكلەرنىڭ بوھرانىنىڭ ئون تۆتىنچى كۈنى ۋە يىگىرمىنچى كۈنىگىچە بولۇشىنىڭ زۆرۈر ئىكەنلىكى ۋە ئۇنىڭدىن ئاجىزراق كېسەللىكلەر بوھرانىنىڭ قىرىق كۈنگىچە بولۇشىنىڭ زۆرۈر ئىكەنلىكى ھەممىگە مەلۇم بولدى. شۇنىڭدىن كېيىن، مۇتلەق سوزۇلما كېسەللىكلەرنىڭ بوھرانلىرى كۆيدۈرگۈچى قىزىتما جۇپ كۈنلەردە كۆچەيسە ناچار ئالامەتتۇر. كۆپىنچە ئۇ ئالتىنچى كۈنى ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ. ئۇنىڭدىن تۆتىنچى كۈننى ئاگاھلاندۇرۇلىدۇ، بۇنىڭدا سوغۇق تەر ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئالامەتلەر بولىدۇ. سەرسامغا ئوخشاش كېسەللىكلەرنىڭ بوھرانى كۆپىنچە ئۆتكۈر بولۇش بىلەن بىرگە ئون بىرىنچى كۈنگىچە بولىدۇ. چۈنكى، بۇنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ باشلىنىشى ئۈچىنچى ۋە تۆتىنچى كۈنىدىن كېيىن بولىدۇ، ئاندىن بىر ھەپتە ئىچىدە بوھران يۈز بېرىدۇ. قىزىتما ۋە بوھران كۈنلىرى توغرىسىدىكى سۆز بۇ يەردە ئاخىرلاشتى.

ئۇچىنچى پەن

ئىششىق ۋە مۇدۇرلار توغرىسىدا تولۇق سۆز

بۇ پەن ئۇچ ماقالىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بىرىنچى ماقالە

ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە ياماق سۇيەتلىك ئىششىق

بىز نەزەرىيە قىسمىدا ئىششىق ۋە ئۇنىڭ تۈرلىرى، ئۇلارنى داۋالاش توغرىسىدا ئومۇمىيۈزلۈك سۆزلىگەن ئىدۇق. ھازىر بىز سۆزلەيدىغان مەزمۇنلارنى ئاڭلىماقچى بولغان كىشى شۇ بەرگە مۇراجىئەت قىلىشى لازىم. ئەمما، بۇ يەردە ئىششىقلار توغرىسىدا تەپسىلىي سۆزلەيمىز.

1 ـ پەسىل ئىششىق ۋە مۇدۇرلار توغرىسىدا

بىز دەيمىزكى، ھەرقانداق ئىششىق ۋە مۇدۇرلار ئىسسىقتىن بولىدۇ ياكى ئىسسىقتىن بولمايدۇ. ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق قاندىن ياكى قانغا ئوخشاش نەرسىلەردىن ياكى سەپرادىن ياكى سەپراغا ئوخشايدىغان نەرسىدىن بولىدۇ. قاندىن

بولغنى ياخشى قاندىن ياكى ناچار قاندىن بولىدۇ، ياخشى قان قويۇق ياكى سۇيۇق بولىدۇ، قويۇق ياخشى قاندىن پەيدا بولغان ئىششىق گۆش ۋە تېرىدە بىرگە بولىدىغان ئىششىقتۇر. بۇ ئىششىق لوقۇلداپ ئاغرىش بىلەن بىرگە بولىدۇ. سۇيۇق قاندىن پەيدا بولغان ئىششىق يالغۇز تېرىدە بولىدىغان ئىششىقتۇر، بۇ ياماندۇر. بۇنىڭدا لوقۇلداپ ئاغرىش بولمايدۇ. ئەمما ناچار، قويۇق قاندىن بولغان ئىششىقتىن ھەر خىل ناچار يىرىڭلىق ئىششىقلار پەيدا بولىدۇ. ئەگەر قانىنىڭ ناچارلىقى ۋە كۆيۈشى ئېغىر بولسا، كۆيدۈرگە پەيدا بولىدۇ، كۆيۈشۈش ۋە قاقاچنى پەيدا قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن يامانراقى سۇلۇق مۇدۇردۇر. ناچار، سۇيۇق قاندىن ناچار ۋە يامان سۈپەتلىك بولۇش بىلەن بىرگە كۆيدۈرگىگە مايىل قاندىن بولغان ئىششىق پەيدا بولىدۇ. ئەگەر قان سۇيۇقراق بولسا، قاندىن بولغان كۆيدۈرگە بولىدۇ. ئەگەر قان ناچارراق، كۆپرەك بولسا، سۇلۇق مۇدۇرلۇق، قاپارتمىلىق، كۆيدۈرگە، كۆيۈشۈش ۋە قاقاچ پەيدا بولىدۇ. ئەمما سەپرادىن بولغان ئىششىق تېرە ئىچىدە توختىمايدىغان، بەك لەتىف سەپرادىن بولىدۇ. ئۇ ئىششىق ئۆتكۈر بولۇپ، بەلباغسمان قوقاق ئۇنىڭ قاتارىدىنىدۇر. ئەمما يەككە يۇقۇملۇق بەلباغسمان قوقاق يېنىكرەكتۇر. ئەمما گۆشخور يۇقۇملۇق بەلباغسمان قوقاق ناچاردۇر ياكى سەپرادىن بولغان ئىششىق بۇنىڭدىن قويۇقراق ۋە ھارارىتى ئازراق، دەسلىپىدىلا تېرىنىڭ ئىچىدە توختاپ قالىدىغان، بەلغەم ئارىلاشقان سەپرادىن بولىدۇ ۋە بۇ خىل سەپرادىن يېسىمۇق شەكىللىك بەلباغسمان قوقاق پەيدا بولىدۇ. ئۇ ھارارىتى تۆۋەنرەك، تارقىشى ئاستىراق بولغان ئىششىقتۇر.

ئەگەر ماددا قويۇقراق ۋە ناچارراق بولسا، گۆشخور بەلباغسمان قوقاق پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ماددا قانىمدا قويۇق بولسا ۋە ناچار بولسا، ناچار كۆيدۈرگە پەيدا قىلىدۇ. بۇنىڭ ھەممىسىدە ماددا ناچار، لەتىف بولىدۇ. ئەگەر شۇنىڭدىن كېيىن ماددا قالايمىقان بولسا، ئۇ لەتىف بولغانلىقتىن ئۇنى تەبىئەت ئىتتىرىپ پەقەت تېرە ۋە تېرىگە يېقىن ئورۇندا توختاپ قالىدۇ. ئەگەر ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقنىڭ ماددىسى كۆپ بولسا ۋە ئىششىق ئىنتايىن چوڭ بولسا، ئۇ ئىششىق ئۆلتۈرگۈچى تائۇن ئىششىقلىرى جۈملىسىدىندۇر ۋە تۆۋەندە سۆزلىنىدىغان تەراقىيا دەپ

تونۇشلۇق بولغان ئىششىق مۇشۇ ئىششىقلار جۈملىسىدىندۇر.

بۇ خىل ناچار ئىششىقلار ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئىششىقلار ۋابا يىلىدا كۆپ بولىدۇ كۆرۈلىدۇ. تۆۋەنلەش دەرىجىسىگە يەتمىگەن، ئىسسىقتىن بولغان ناچار ئىششىقلارغا يۇمشاقلىق ۋە ئورۇقلاش ئەگىشىپ كېلىدۇ، بۇ ئىششىق يىرىڭ يىغماي، بەلكى ئەزانى بۇزۇپ، دائىم ئىششىقىنىڭ چوڭلۇقى ۋە ماددىسىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولماي، بەلكى بەزىدە ناچار ماددىدىن بولىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئىششىقلار كۆپىنچە مۇرەككەپ ھالەتتە بولۇپ، ئىنتايىن ئاز ساندا يەككە ھالەتتە بولىدۇ. بەدەن يۇزىدە بولىدىغان، لوقۇلدىمايدىغان ھەرقانداق ئىششىق يىرىڭلىمايدۇ. ئەمما ئىچكى ئەزادىكى ئىششىق توغرىسىدا بىز يۇقىرىدا سۆزلىدۇق.

2 ـ پەسىل قاندىن بولغان ئىششىق توغرىسىدا

قاندىن بولغان ئىششىق چوڭقۇر ۋە قىزىل قان تومۇرلارغا يېقىن ئورۇندا بولغانلىكى ۋە ئىششىغان ئەزا كۆپىنچە ئىچكى ئەزالاردەك بولماي سىرتىدىغان، نېرۋىلىق ئەزا بولغانلىكى ھارارەت، كۆيۈشۈش، ھەجمى يوغىناش، ئىتتىرىشىش، لوقۇلداش قاتارلىق قاندىن بولغان ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرى يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى. قاچانكى ئىششىقتا قىزىل قان تومۇرلار چوڭراق ۋە كۆپرەك بولسا، لوقۇلدىشى ۋە ئاغرىتىشى كۈچلۈكرەك، تارقىتىشى ياكى يىرىڭ يىغىشى تېز بولىدۇ. ئەگەر قاندىن بولغان ئىششىق سەزگۈ ئەزادا بولسا، قانداق بولسۇن ئۇنىڭغا قاتتىق ئاغرىق ئەگىشىدۇ ۋە ئۇنىڭدا ئاشۇ كېچىك ئەزا يوشۇرۇن تومۇرلىرى كۆرۈنۈپ قالىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، فەلغمۇنى دېگەن ئىسىم يۇنان تىلىدا كۆيۈشۈش بولغان نەرسىنىڭ ھەممىسىگە مۇتلەق بولغان ئىسسىقتىن بولغان ھەرقانداق ئىششىق ئۈچۈن ئىشلىتىلدى، ئاندىن ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلاردىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سۈپەتتىكىلىرىگە ئىشلىتىلدى. بۇ ئىششىق قان توختاپ قالغانلىق ۋە قانىنىڭ ئۆتۈش ئورنى ئىتىلىپ قالغانلىقتىن ھارارەتتىن خالىي بولمايدۇ.

قاندىن بولغان ئىششىق ئىنتايىن ئاز ساندا يەككە بولىدۇ. ئۇ كۆپىنچە كۆيدۈرگە ياكى قاتقان ئىششىق ياكى كۆپجۈش قاتارلىقلارغا قوشۇلۇپ كېلىدۇ، ئۇنىڭ بەزىسى قوبۇل قىلغۇچى ئەزانىڭ ئاجىز بولۇشى بىلەن بىرگە ماددا تولۇش ياكى خىلىتلارنىڭ ناچارلىقىدىن ئىبارەت ئىلگىرىكى جىسمانىي سەۋەبلەر بولىدۇ، گەرچە تولۇش ۋە ناچار خىلىتلار بولمىسىمۇ، ئۇ سەۋەبلەرنىڭ بەزىسى سىرتقى سەۋەبلەر بولىدۇ، مەسىلەن: بۇزۇلۇش ياكى كېسىلىش ياكى سۇنۇش ياكى چىقىپ كېتىش ياكى ئەزادا كۆپ بولۇپ، ئاغرىق ۋە ياكى ئاجىز بولغانلىقتىن ماددا مايىل بولىدىغان يارا قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بەزىدە ئەزاغا ماددىلار مايىل بولۇپ، ئاجىزراق بولغان ماددا ئۆتۈش يوللىرىدا توختاپ قالىدۇ، خۇددى بوش ئورۇنلاردا يارا ۋە ئاغرىتىدىغان قوتۇرلار بىلەن بىرگە ئىششىق يۈز بەرگىنىدەك. ئىششىقنىڭ چوڭىيىشى ھەجمىنىڭ چوڭىيىشى ۋە تارتىشىش بىلەن، ئىششىقنىڭ ئاخىرلىششى ھەجمىنىڭ كىچىكلىششى بىلەن ئاشكارا بولىدۇ. بۇ يەردە ئىششىق يىرىڭ يىغىدىغان ئىششىق بولسا يىرىڭ يىغىدۇ. ئىششىقنىڭ ساقىيىشقا قاراپ مېڭىشى ئۇنىڭ يۇمشاشقا ۋە ئاجىزلاشقا باشلىشى بىلەن بولىدۇ.

ياماق سۈپەتلىك ئىششىق ساقىيىشقا باشلىمايدىغان ۋە يىرىڭ يىغمايدىغان ئىششىقتۇر. بۇنداق ئىششىق ئەزانىڭ ئۆلۈشى ۋە ئۇنىڭ ئوفۇنەتلىنىشىگە ئېلىپ بارىدۇ. كۆپىنچە ناچارلىق ئىششىقنىڭ چوڭلۇقى ۋە ئۇنىڭ ماددىسىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولىدۇ. كۆپىنچە ئىششىق كىچىك بولسىمۇ ماددىنىڭ ناچارلىقى سەۋەبىدىن بولىدۇ. جىم تۇرغاندا پەسىيىشكە باشلايدىغان لوقۇلداش بىلەن تارقايدىغان ئىششىق ۋە لوقۇلداش، ھارارەتنىڭ زىيادە بولۇشى ۋە ئۇ ئىككىسىنىڭ داۋاملىششى بىلەن يىرىڭ يىغلىدىغان ئىششىق، تەستە پىشىش، كۆكۈچ بولۇش ۋە بەك تارتىشىش قاتارلىقلار بىلەن ئوفۇنەتلىنىدىغان ئىششىق قاتارلىقلار ھەممىگە مەلۇمدۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، تەبىئەت ماددىغا بېسىم قىلمىسا، ماددىدىن بەدەن سىرتىدا ئىششىق ۋە قاندىن بولغان ئىششىق پەيدا بولمايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، ئەگەر مۇدۇرلار چىقانغا ئۆزگەرسە يىرىڭ يىغىدىغان چىقاندىن ئاگاھلاندۇرىدۇ. ئىچكى ئىششىق پەيدا بولغان بىمارلارغا كاسنە سۈيى ۋە ئىتئۈزۈمى سۈيىنى پۈلۈسى خىيار شەنبەر

بىلەن ئىچۈرۈش لازىم.

3 ـ پەسىل قاندىن بولغان ئىششقنى داۋالاش توغرىسىدا

ئەگەر قاندىن بولغان ئىششق سىرتقى سەۋەبتىن پەيدا بولسا، سىرتقى سەۋەب بەدەن پاك ھالەتتە يېكى ماددىغا تولغان ھالەتتە ئۇچرىشىدۇ. ئەگەر بەدەن پاك ھالەتتە ئۇچراشسا، پەقەت ئىششقنى ئىششق بولغانلىق جەھەتتىن داۋالاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئىششقنى ئىششق بولغانلىق جەھەتتىن داۋالاش ئىششقنى پەيدا قىلغان يات ماددىنى چىقىرىشتۇر. بۇ چىقىرىش بوشاشتۇرغۇچى ۋە يېنىك تارقاتقۇچى دورىلار بىلەن بولىدۇ، مەسىلەن: سۇ ۋە ياغ بىلەن قاينىتىلغان بۇغداي ئۇنىدىن تەييار قىلىنغان زىماتقا ئوخشاش. بەزىدە بۇ زىمات تىلىشتىن بىھاجەت قىلىدۇ ۋە كېسەللىككە كۇپايە قىلىدۇ، بولۇپمۇ ئىششقنىڭ ماددىسى كۆپ بولغاندا.

ئەمما ئۇ سەۋەب بەدەن تولۇپ قالغان ھالەتتە ئۇچراشسا، ئىشىشقا بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىپ، ئۇنىڭغا تارقىغاندىن كۆپرەك ماددىنى تارتماي، بەلكى ماددىنى قان ئېلىش بىلەن تازىلاش لازىم. بەزىدە ئىچىنى سۇرۇشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئەگەر ماددا تازىلانسا بوشاشتۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئىششقنى داۋالاش بەدەن تولۇش سەۋەبىدىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا يېقىنلىشىدۇ، دەسلىپىدە ماددىنى كۆپ قايتۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولماسلىقىدا پەرقلىنىدۇ، خۇددى بەدەن تولۇشتىن بولغان كېسەللىكلەر ماددىنى قايتۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولغىنىدەك. ئەگەر سەۋەب سىرتقى سەۋەب بولماستىن ئىلگىرىكى سەۋەب بولسا، ئالدى بىلەن تازىلاش ئېھتىياجى چۈشسە قان ئېلىش ۋە سۇرگە بېرىش لازىم. قان ئېلىشقا بەدەن پاك بولمىغانلىقتىن ياكى كېسەللىك ئېغىر بولۇپ، ماددىنى تازىلاش ۋە ئازلىتىش ۋە قارشى تەرەپكە تارتىش زۆرۈر بولغاندا ئېھتىياج چۈشىدۇ. گەرچە بەدەندە ئارتۇق نەرسىلەر كۆپ بولمىسىمۇ، بەزىدە ئەزادا ئۇنى ئاجىزلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا بەدەندىكى

ماددىلار تارتىلىدىغان نەرسىلەر پەيدا بولىدۇ، گەرچە ماددىلار بولمىسىمۇ. قان ئېلىشتا بىمارنىڭ يېشى، پەسىل، يۇرت ۋە ئۇنىڭدىن باشقا مەلۇم شەرتلەرگە رىئايە قىلىش لازىم. دەسلەپتە قايتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىمىز. بىراق، بىز نەزەرىيە قىسمىدا شەرت قىلغان ئورۇندا ئىشلەتمەيمىز.

ئاندىن بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنى قايتۇرغۇچى دورىلارغا سېلىش بىلەن سوۋۇتۇش باراۋەر قىلىنىدۇ. سوۋۇتۇشقا ئەھمىيەت بېرىلگەندەك بوشاشتۇرغۇچىلارنى ئاز - ئازدىن كۆپەيتىشكە ئەھمىيەت بېرىلىدۇ. ئاخىرقى مەزگىلدە ئىششىق توختىغاندا، ئىششىقنىڭ ھەجمى ۋە تارتىشىش چېكىگە يەتكەندە بوشاشتۇرغۇچىلار كۆپەيتىلىدۇ ۋە يالغۇز ئىشلىتىلىدۇ. قۇرۇتقۇچى دورىلارنىڭ بەزىسى ئاخىرقى مەزگىلدىكى ساقايتقۇچى دورىلاردۇر.

ئەمما ھۆل بوشاشتۇرغۇچى دورىلار تەر تۆشۈكچىلىرىنى كېڭەيتىش ۋە ئاغرىق پەسەيتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ، قۇرۇتقۇچى دورىلار ئىششىقنى ساقايتىدىغان ۋە يىرىڭغا ئۆزگىرىدىغان نەرسىنىڭ قېپقېلىشىنى چەكلەيدىغان دورىلاردۇر. ئەگەر تولۇق ساقايتمىسا ۋە ئازراق نەرسە قويۇپ قويسا، پەقەت ئۆتكۈرلۈكى بار دورىلار تارقىتىدىغان ئازراق نەرسىنى قويۇپ قويىدۇ. بەزىدە ماددىنى قايتۇرۇشتىن مادىدا بوغۇلغانلىقى ۋە ئەزاغا مەركەزلەشكەنلىكىدىن قاتتىق ئاغرىق پەيدا بولىدۇ. بەزىدە ماددىنى قايتۇرۇشتىن ماددىنىڭ رەئىس ئەزالارغا قايتىشى يۈز بېرىدۇ، بەزىدە ئىششىق قېتىشالىدۇ، بەزىدە ئەزا كۆكىرىش ۋە قارىداشقا باشلايدۇ، بولۇپمۇ كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا ۋە ئاخىرقى مەزگىلگە يېقىن ۋاقتىتا ماددىنى قايتۇرۇش بىلەن داۋالانسا. شۇنى بىلىش لازىمكى، قاتتىق ئاغرىق ماددىنى تارتماستىن بوشاشتۇرىدىغان دورىلارغا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. بەزىدە بۇ دورىلار بىلەن بوشاشنى چەكلىمەيدىغان سوۋۇتۇش بولىدۇ.

ئەمما تازىلاش ماددىنىڭ رەئىس ئەزالارغا قايتىشىدىن خاتىرجەم قىلىدۇ، بىراق رەئىس ئەزالارغا تەبىئەتتىن كەلگەن نەرسە تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىش يولى بىلەن بولسا ۋە تەبىئەتتىن ماددىنى قوبۇل قىلغۇچى ئەزالار ماددىنىڭ قۇيۇلۇش ئورنىغا ئوخشاش بولسا، ماددىنى ئىتتىرىشكە ۋە ئۇنى قايتۇرۇشقا يول يوقتۇر. بىز بۇنى ئۆز ئورنىدا

تەھلىل قىلدۇق.

ئەگەر ئىششىقنىڭ قېتىشقا مايىل بولۇش خەۋپى بولسا، ئىسسىتىش ۋە كۆچلۈك ھۆللەش خۇسۇسىيىتى بار بوشاشتۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئوتتۇرا ھال ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلار كۆپىنچە بىز باشقا ئورۇنلاردا سۆزلىگەن سوغۇق تەبىئەتلىك كۆكتاتلارنىڭ ئۇسارىلىرىدۇر. مەسىلەن: سېمىزئوت، قاپاق، كاسنە، قىزىل چۇغلۇق ۋە ئۇنىڭدىن باشقىلارنىڭ ئۇسارىلىرى، مەخسۇس ئىتئۈزۈمى ئۇسارىسى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بۇلارنىڭ يوپۇرماقلىرى سوقۇلغان ھالەتتە زىمات قىلىشقا، ئىسپىغۇل ئۇسارىسى ۋە قىروتى سوغۇق سۇ بىلەن زىمات قىلىشقا يارايدۇ. بۇ ئىششىقتىكى خەتەرگە سىركە ۋە سوغۇق سۇغا چۆكۈرۈلگەن بۇلۇت كۈپايە قىلىدۇ. كاكىنەچ ئىششىقنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ئىشلىتىلسە كۆچلۈكتۇر. شۇنىڭدەك ئانار پوستى، ھەمشىباھار ۋە بەك قاينىتىلغان ئارپا تالقىنى، بولۇپمۇ سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە بىلەن قاينىتىلغان ئارپا تالقىنى كۆچلۈكتۇر ياكى سۇماق ۋە سۇ لېيشمۇ ياخشىدۇر. ئەگەر ئۇنىڭدىن كۆچلۈكرەكىگە ئېھتىياج چۈشۈپ، بۇنىڭغا سەندەل، ئاقاقىيا، مامىيسا، فۇپەل، بەزرۇلبەنجى، ھەششەتۇل ئەۋرام دەپ تونۇلغان چۆپ قاتارلىقلار قوشۇلسا ئىششىقنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە بەك ياخشىدۇر. بەزىدە دورىلارنىڭ قۇرۇشى ۋە قابىزلىقىغا زەپەر بىلەن يارىدەم قىلىنىدۇ. ئىششىقنىڭ دەسلىپىدە ھۆللەش خەتەرلىكتۇر.

ئەگەر سوۋۇتۇش بەك چېكىدىن ئېشىپ كەتسە، بەزىدە ئەزانى بۇزۇشقا ۋە ئىششىقتا توسۇلۇپ قالغان خلىتنىڭ بۇزۇلۇشىغا ئېلىپ بېرىپ، ئىششىق كۆكىرىشكە ۋە قارىداشقا باشلايدۇ. ئەگەر ئۇنىڭ خەۋپى بولسا، ئىششىق بار ئورۇنغا ئارپا ئۇنى، ھەشقىپىچەك ۋە بوشتىش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر شۇنىڭدىن بىرەر ئەھۋال كۆرۈلسە، ئىششىقنىڭ يىرىك يىغىشى ۋە پىشىشنى كۈتمەستىن ئىششىق بار ئورۇن تىلىنىدۇ ۋە يېرىلىدۇ. شۇ قۇيۇلغان ماددىنىڭ بەك كۆپ ئىكەنلىكى كۆرۈلگەندە، بەزىدە ئىششىق ئەزانىڭ خىزمىتىنى يوقىتىدۇ. تىلىشنىڭ بەزىسى يۇزەكى، بەزىسى چوڭقۇرراق بولىدۇ. بۇ، ئىششىقنىڭ ئورنى ۋە ئەزانىڭ ئەھۋالى ئېتىبارى بىلەن بولىدۇ.

ئەگەر ئىششىق تىلىنسا، دېگىز سۇيى ۋە تۇزلۇق سۇ بىلەن يۇيۇلىدۇ ۋە بوشاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر سۇ چېچىشقا ۋە يۇيۇشقا ئېھتىياج چۈشمىسە، پەقەت بوشاشتۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئىششىقنىڭ دەسلىپىدە كۆچلۈك قايتۇرغۇچى دورىلارنى ۋە ئاخىرىدا كۆچلۈك تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ناچار بولۇپ، ئۇنىڭدىن ئىمكانقەدەر ئېھتىيات قىلىش لازىم. زىيادە سوۋۇتۇش ھەممىگە مەلۇم نەرسىگە ئېلىپ بارىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن سوغۇق سۇ ئېھتىيات قىلىشقا تېگىشلىك نەرسىلەردىندۇر. بىراق كۆيدۈرگىگە ئوخشاش كېسەللىكتە ئېھتىيات قىلىشقا تېگىشلىك ئەمەستۇر. كۆچلۈك تارقىتىشتا ئاغرىق پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ئىششىقنىڭ دەسلىپىدە ئاغرىق پەسەيتىشكە تەدبىر قىلىنماقچى بولسا، ئىسسىق سۇ ۋە ياغلارنى يېقىنلاشتۇرماسلىق لازىم. مۇشۇنداق دورىلاردىن تەييارلانغان زىماتلار ماددىنىڭ قۇيۇلۇشىنى چەكلەشكە سەۋەب بولغانلىقتىن ئۇنىڭغا بەك قارشىدۇر. سۇغا ياكى قىزىلگۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلغان گىل ئەرمىنگە تايىنىش لازىم.

قىزىلگۈل يېغىنىڭ ئەڭ ياخشىسى قىزىلگۈل ۋە زەيتۇن يېغىدىن تەييارلانغىنىدۇر. چۈنكى زەيتۇن يېغىدا ئازراق تارقىتىش خۇسۇسىيىتى بارىدۇر ۋە يەنە قىزىلگۈل بىلەن قاينىتىلغان يېسسىمۇققا ياكى قىزىلگۈل يېغىغا قوشۇلغان ئاق مەدەستانىغا تايىنىش لازىم. ئەگەر بۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار ئۇنۇم بەرمىسە، ھەشقىپىچەك ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى ئۇ، ئىششىقنىڭ دەسلەپكى ۋە ئاخىرقى مەزگىلىدە ئىنتايىن مۇۋاپىقتۇر. ياۋا پالەك، ئوغرىتىكەن، كەرەپشە، ياۋا رەيھان قاتارلىقلار شۇنداق مۇۋاپىق كېلىدۇ. كۆپىنچە ئاغرىقنى قىزىلگۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان تاتلىق شاراب پەسەيتىدۇ. شۇنداقلا ئۇزۇم شىرنىسى ۋە يۇڭغا يۇقتۇرۇلغان ئازراق مۇم، يازدا سوۋۇتۇلغان، قىشتا ئىللىتىلغان زۇپا چاپلاشقان يۇڭ ياكى قابىز شارابقا چۆكۈرۈلگەن بۇلۇت ياكى سىركە، سوغۇق سۇ ۋە زەپەر قاتارلىقلار ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ. ئەگەر ئىششىقنىڭ يىرىڭلىق ئىششىققا قاراپ ئۆزگىرىۋاتقانلىقى بايقالسا، سوۋۇتۇش تەرك ئېتىلىدۇ. پىشۇرىدىغان ۋە توسالغۇنى ئاچىدىغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. ئەمما ئىششىق ئاخىرقى مەزگىلگە يەتسە

سەپرىقچىچەك، بابۇنە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلىتىش ھەم مەلھەمى داخلىيۇن ۋە مەلھەمى باسلىقۇنىنى ئىشلىتىش لازىم. مەلھەمى قەلقاتارنىڭ ئاغرىتماي قۇرۇتىدىغان خۇسۇسىيىتى بار. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنى قاندىن بولغان ئىششىقنىڭ ھارارىتى پەسەيگەن چاغدا ئىشلىتىش ياخشى بولىدۇ ۋە يىرىڭ يىغىش خەۋپى بولمىغاندا ئىشلىتىش ياخشى بولىدۇ. ئەڭ ياخشىسى ئىششىق ئۈستىگە قابىز شارابقا چۆكۈرۈلگەن يۇڭنى قويۇشتۇر.

گۆش نېرۋىغا قارىغاندا ئازراق ئېھتىياجلىقتۇر. چۈنكى گۆش ئازراق قۇرۇتۇش بىلەن ئۆز مىزاجىغا قايتىدۇ. گۆشنىڭ قۇرۇتۇشقا ئېھتىياجى ئازراقلىرى قىزىل قان تومۇرلىرى ئازراقلىرىدۇر. كۆپىنچە ئىششىق پىشىشتىن بۇرۇن تىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. كۆپىنچە ئىششىقنى رەئىس ئەزادىن ئادەتتىكى ئەزاغا تارتقۇچى دورىلار بىلەن تارتىشقا تەدبىر قىلىپ، ئاندىن ئىلاج قىلىنىدۇ، يىرىڭلىتىلىدۇ ۋە يىرىڭلىشىغا ئېھتىياجلىق ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارنىڭ ئۈچىغا ئىسپىغۇلنى، ئەتراپىغا ھارارەتنى ئۆچۈرگۈچى دورىلارنى زىمات قىلىش، تىلا ۋە زىماتلارنى توخۇ پېيى بىلەن تىلا قىلىش لازىم، چۈنكى بارماق بىلەن تىلا قىلىش ئاغرىتىدۇ.

4 - پەسىل سەپرادىن بولغان ئىششىق ۋە ئۇنىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا

نەزەرىيە قىسمىدا سەپرادىن بولغان ئىششىقنىڭ سەۋەبلىرى ۋە ئۇنىڭ تۈرلىرى تونۇشتۇرۇلدى. قاندىن بولغان ئىششىق بىلەن سەپرادىن بولغان ئىششىقنىڭ پەرقى شۇكى، سەپرادىن بولغان ئىششىقنىڭ قىزىللىقى ئوچۇقراق ۋە پارقىراقراق بولىدۇ. قاندىن بولغان ئىششىقتا قىزىللىق قارىغا ياكى كۆككە مايىل كۆرۈنىدۇ. قاندىن بولغان ئىششىقنىڭ قېنىنىڭ رەڭگى كۆپىنچە يوشۇرۇنغان بولىدۇ. سەپرادىن بولغان ئىششىقنىڭ قىزىللىقى تۈتۈش بىلەن يوقىلىپ، تۈتقان ئورۇن سەپرادىن بولغان ئىششىق ماددىسىنىڭ لەتىفلىكى ۋە ئۇنىڭ تارقىغانلىقى سەۋەبىدىن ئاقىرىدۇ، ئاندىن تېز ئەسلىگە كېلىدۇ. قاندىن بولغان ئىششىقنىڭ قىزىللىقى ئۇنداق بولمايدۇ،

سەپرادىن بولغان ئىششقىنىڭ قىزىللىقىدا زەپەررەڭ ۋە ئازراق سېرىقلىق كۆرۈلىدۇ، بۇ، قاندىن بولغان ئىششقىنىڭ قىزىللىقىدا كۆرۈلمەيدۇ. سەپرادىن بولغان ئىششقىنىڭ ئىششقى پەقەت تېرىنىڭ يۈزەكى قىسمىدا بولىدۇ. قاندىن بولغان ئىششق گۆشكىمۇ ئۆتكەن بولىدۇ، خالىس سەپرادىن بولغان ئىششق كېڭىيىدۇ، قاندىن بولغان ئىششق ئۇنداق بولمايدۇ. يېرىڭلىق سەپرادىن بولغان ئىششق قاپىرىدۇ، بۇ، قاندىن بولغان ئىششقتا ئاز بولىدۇ، خالىس سەپرادىن بولغان ئىششق باسقاندا بېسىلىدۇ، قاندىن بولغان ئىششق بېسىلمايدۇ. قان سەپرادىن قانچىكى كۆپ بولسا، بېسىلماسلىق ئېنىقراق، ئاغرىش ۋە لوقۇلداپ ئاغرىش قاتتىقراق بولىدۇ، سەپرادىن بولغان ئىششقىنىڭ قىزىتمىسى كۈچلۈكرەك بولىدۇ. بەزىدە سەپرادىن بولغان ئىششقىنىڭ هارارىتى تېرىنى كۆيدۈرۈش دەرىجىسگە يېتىپ كۆيدۈرگىگە ئۆزگىرىدۇ. قاندىن بولغان ئىششق ئۇنداق بولمايدۇ. سەپرادىن بولغان ئىششقىنىڭ هارارىتى قاندىن بولغان ئىششقىنىڭ هارارىتىدىن تۆۋەن بولماي، بەلكى كۆپرەك بولىدۇ، لېكىن قاندىن بولغان ئىششقىنىڭ تارتىشى ۋە تارتىشش سەۋەبىدىن ئاغرىشى بەزىدە كۆپرەك بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن سەپرادىن بولغان ئىششقىنىڭ ئاغرىقى يېنىكرەك بولىدۇ. سەپرادىن بولغان ئىششق كۆپىنچە يۈزدە كۆرۈلىدۇ ۋە بۇرۇننىڭ ئۇچىدىن باشلىنىپ، يۈزنىڭ هەممە يېرىگە كېڭىيىدۇ. ئەگەر سەپرادىن بولغان ئىششق سۆگەك سۈنغانلىقتىن تېرە ئاستىدا پەيدا بولسا، ئۇ ناچاردۇر. قاندىن بولغان ئىششقىنىڭ قىزىللىقى بىلەن سەپرادىن بولغان ئىششقىنىڭ قىزىللىقى ئاريىسىدىكى پەرق باشقا ئورۇندا تونۇشتۇرۇلدى.

5 ـ پەسىل سەپرادىن بولغان ئىششقنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇ ئىششقتا بەدەننى سەپرانى سۈرۈش ئارقىلىق تازىلاش لازىم. ئەگەر قان ئېلىشقا ئېهتىياج چۈشسە قان ئېلىنىدۇ، ماددا ئىككى تېرىنىڭ ئارىسىدا بولغاندا قان ئېلىش ئىنتايىن مەنپەئەتلىكتۇر. ئەمما ماددا چوڭقۇر بولسا، قان ئېلىش ئاز مەنپەئەت

قىلىدۇ، بەزىدە قان ئېلىش ماددىنى تارتىدۇ، ئەگەر قان ئالغاندىن كېيىن قايتا سۈرگە بېرىش ئېھتىياجى چۈشسە، شۇ ماددىنى مۆلچەرلەش ئېتىبارى بىلەن سۈرگە بېرىلىدۇ، ئاندىن ئىششقنى قاندىن بولغان ئىششىق بايانىدىكى ھەممىگە مەلۇم كۈچلۈك سوۋۇتقۇچى دورىلار بىلەن سوۋۇتۇشقا يۈزلەندۈرۈلىدۇ ۋە بىمارنىڭ رەڭگى ئۆزگەرگىچە سۇ قۇيۇلىدۇ. چۈنكى، خالىس سەپرادىن بولغان ئىششىق رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى ۋە ئۇنىڭ تۆۋەنلىشى بىلەن يوقىلىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، سەپرادىن بولغان ئىششىقتا سوۋۇتۇش زۆرۈردۇر. چۈنكى، ئۇنىڭدا كۆيۈشۈش ۋە كۆيۈشتۈرىدىغان ئاغرىق كۆپرەكتۇر. قاندىن بولغان ئىششىقتا تازىلاش زۆرۈردۇر. چۈنكى، بۇنىڭدا ماددا كۈچلۈك ۋە قويۇقراقتۇر. سەپرادىن بولغان ئىششقنىڭ دەسلىپىدە سوۋۇتقۇچى دورىلارنىڭ قابىزلىقى كۈچلۈكرەك بولۇپ، ئۇنىڭ قابىزلىقى سوۋۇتۇشتىن كۆپرەك بولۇش زۆرۈر بولىدۇ. ئەمما ئاخىرلىشىش مەزگىلىگە يېقىن دورىلارنىڭ سوۋۇتۇشى قابىزلىقىدىن كۈچلۈكرەك بولۇشى لازىم. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ماددىنىڭ ئىچكى ئەزا ياكى رەئىس ئەزاغا قايتماسلىقى ئۈچۈن ئېھتىيات قىلىش ۋە يەنە ئەزانىڭ قاريداپ، كۆكىرىپ، بۇزۇلۇشقا باشلىشىدىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك.

ئەگەر شۇنىڭدىن بىرەر نەرسە ئاشكارا بولسا، قابىزلىق ۋە سوۋۇتۇش يولىنىڭ ئەكسىنى تۇتىدۇ، ئەگەر سەپرادىن بولغان ئىششىق تېرىگە تارقىغان بولسا، شارابتا قاينىتىلغان قىزىلچا يوپۇرمقى بىلەن قاينىتىلغان موزا شارابى قوشۇلغان قوغۇشۇن پوقى بىلەن داۋالىنىدۇ ۋە سوۋۇتۇش بىلەن بىرگە تارقىتىش ھەم كۈچلۈك قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. بۇ داۋالاش شۇنداق بولىدۇكى، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلمىغان كونا يۇڭدىن 36.5 گىرام، سەنۇبەر دەرىخى ئۇرۇقىنىڭ كۈلىدىن 37.5 گىرام، مومدىن 45 گىرام، قوغۇشۇن پوقىدىن 27 گىرام، سۇ بىلەن يۇيۇلغان كونا ئۆچكە يېغىدىن 45 گىرام، ئاس يېغىدىن 150 گىرام ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. يەنە بۇنىڭدىن يېنىكرەكى، سۇزاپ ئۇسارىسى، قىزىلگۈل يېغى، موم قاتارلىقلار بىلەن قوغۇشۇن پوقىدىن تەييارلانغان مەلھەمدۇر.

6 ـ پەسىل قوناق شەكىللىك بەلباغسمان قوقاق توغرىسىدا

بەلباغسمان قوقاق ئازراق ئششىپ چقىدىغان ۋە يامرايدىغان بىر ياكى بىرنەچچە مۇدۇر بولۇپ، بەزىدە يارا بولىدۇ، بەزىدە تارقايدۇ. بۇنىڭدىن ھەربىرىنىڭ سەۋەبى يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى. بەلباغسمان قوقاقنىڭ رەڭگى سېرىقتا مايىل بولىدۇ، ئۇ سۆگەلسمان ۋە يۇمىلاق بولۇش بىلەن بىرگە كۆيۈشىدىغان بولىدۇ، ئۇنىڭ تۈۋى كۆپىنچە كەڭرى بولىدۇ. لېكىن ئەپرۇخۇرۇزۇن دەپ ئاتىلىدىغان بىرخىل بەلباغسمان قوقاقنىڭ تۈۋى ئىنچىكە بولۇپ، خۇددى ئۇ ئېسىپ قويۇلغاندەك بولىدۇ، بەلباغسمان قوقاقنىڭ ھەممىسىدە چۈمۈلە چاقاقاندەك سېزىم بولىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، تېرىدە بولىدىغان، يۇقىدىغان، چوڭقۇر بولمايدىغان ھەرقانداق ئىششىق بەلباغسمان قوقاقتۇر. لېكىن ھەممىگە مەلۇم بولغاندەك، ئۇنىڭ بەزىسى قوناق شەكىلدە، بەزىسى گۆشخور بولىدۇ. ئەگەر يارىغا ئۆزگەرسە ۋە ئوفۇنەتلەنسە، ئوفۇنەتلەنگەن بەلباغسمان قوقاق دېگەن مەخسۇس ئىسىمغا خاس بولىدۇ.

7 ـ پەسىل بەلباغسمان قوقاقنى داۋالاش توغرىسىدا

بەلباغسمان قوقاق ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى دەسلەپتە داۋالالىغاندا خىلت زۆرۈر بولغان بويىچە تازىلانمسا ياكى يارا ساقايتىدىغان دورا بىلەن داۋالانمسا، ئۇنىڭغا يېقىن ئورۇندىن ياكى شۇ ئورۇنىنىڭ ئۆزىدىن قايتا چقىدۇ ۋە ھەمىشە تېرىنى يەيدۇ. مائۇلجەبىن سوقمونيا بىلەن بەلباغسمان قوقاقنىڭ ماددىسىنى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى تازىلاشتا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەمما بەلباغسمان قوقاقنى داۋالاشتىكى ئۇسۇل شۇكى، بەلباغسمان قوقاقنىڭ گۆشخورلىرىدىن سەپرادىن بولغان ئىششقتا ئىشلىتىلىدىغان ھۆللىگۈچى دورىلار يىراق قىلىنىدۇ. چۈنكى ھۆللەش يارىلارغا ماس كەلمەيدۇ، بەلباغسمان قوقاقنىڭ دەسلىپىدە كاھۇ، نېلۇپەر، ھەمشباھار، سۇ لېشى، رىجلە ئۆسۈملۈكى قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ. بەلكى ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، ئىتئۈزۈمىگە ئوخشاش دورىلار ئىشلىتىلىدۇ، بولۇپمۇ قۇرۇق سوقۇلغىنى ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى ئۇنىڭ قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى باردۇر ۋە پاقىيوپۇرمىقى، ئەلىق ئۆسۈملۈكى، يېسىمۇقا ئوخشاش دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ۋە ئارپا تالقىنى، ئانار پوستى، تالنىڭ نوتىسى ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر گۆشخورغا ئۆزگىرىش ياكى يارا بولۇش خەۋپى بولسا، بۇ سوۋۇتقۇچى دورىلار بىلەن بىرگە ئازراق ھەسەل ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئۇششاق كۈندۇر سىركە بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. ھۆل تال نوتىسىنى كۆيدۈرگەندە تامچىلغان سۇ ياخشىدۇر، ئۆچكە مايىقى سىركە بىلەن ياكى كالا تېزىكى سىركە بىلەن ياخشىدۇر.

ئەگەر يارا بولسا ياكى گۆشخورغا ئۆزگەرسە، قۇرسى ئەنزىروت قابىز شاراب بىلەن ئىشلىتىلىدۇ ياكى سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە ياكى قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، تۇز، تېكە ئۆتى قاتارلىقلار قىزىل توغرىغۇ ۋە قارىمۇچ بىلەن ئىشلىتىلىدۇ ياكى قىزىل توغرىغۇ كېچىك بالىنىڭ سۈيدۈكى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. جالىنۇس توخۇ پېيى شۇنىڭدىن باشقىسىنىڭ بىر ئۇچى ئۆتكۇر نەيچىگە ئوخشاش نەرسىنى بەلباغسمان قوقاقنىڭ ئىچىگە كىرگۈزۈپ، ئاندىن قوقاق ئەتراپىدىن ئۆتكۈرلۈكى بىلەن چوڭقۇر ئورنىغا ئۆتكۈزۈپ بەلباغسمان قوقاقنى يىلتىزىدىن ئېلىۋېتىشنى ياخشى كۆرىدۇ. ئەمما، كېچىك بالىلاردىكى بەلباغسمان قوقاقنى ئۇلارنى مۇنچىغا كىرگۈزۈپ مۇنچىنىڭ ھاۋاسىدا تۇرغۇزۇپ، ئاندىن تېز چىقىرىپ، قىزىلگۈل يېغى ۋە قىزىلگۈل سۈيى بىلەن تىلا قىلىش يوقتىدۇ.

8 ـ پەسىل قوناق شەكىللىك بەلباغسمان قوقاقنى داۋالاش توغرىسىدا

قوناق شەكىللىك بەلباغسمان قوقاقنى داۋالاش بەلباغسمان قوقاقنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ. لېكىن بۇنىڭ سۇرگىسىدە سەپرانى سۇرىدىغان نەرسىلەر بىلەن بىرگە تۇربۇتقا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ قۇۋۋىتى بولۇشى لايىقراقتۇر.

ئەگەر ئەفتىمۇنۇنىڭ قۇۋۋىتى بولسا ياخشىراقتۇر. چۈنكى، بۇ يەردە چوقۇم سەۋدا ياكى سەپراغا ئارىلاشقان بەلغەم بولىدۇ. ئاندىن موزا، يۇلغۇن مېۋىسى، سەندەل، ئانار پوستى، گىل ئەرمىنى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەممىسىنى سىركىدە ۋە قىزىلگۈل سۈيىدە ئېچىشتۇرمايدىغان مىقداردا بىرلەشتۈرۈپ، ئاندىن بەلباغسمان قوقاققا پەي بىلەن سۈركىلىدۇ.

يېڭى سېغىلغان سۈت بۇ كېسەللىكنى داۋالاشقا بەك ماس كېلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك دەسلەپكى مەزگىلىدىن ئۆتۈپ كەتسە، تۇزلىنىپ كۆيدۈرۈلگەن بېلىقنىڭ بېشىغا ئوخشاش نەرسىلەرنى موزا شارابى بىلەن تىلا قىلىپ داۋالاش لازىم. بەك قۇرۇتۇشقا ئېھتىياج چۈشكەندە بۇنىڭدىن كۆچلۈكرەكى شۇكى، رەيھان يوپۇرمىقىنى ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ۋە ئۇنىڭغا سېرىق زاك ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىشلىتىلىدۇ، ئۇنىڭدىنمۇ كۆچلۈكرەكى زەنگار، كۆيدۈرۈلگەن سېرىق كىبرىتتىن شاراب ياكى تال نوتىلىرىنى كۆيدۈرگەندە تېمىپ چىققان سۇ بىلەن سۈركەلمە تەييارلىنىدۇ.

9 ـ پەسىل جەمرە، نارپارسىيە ۋە شۇنىڭ باشقىلىرى توغرىسىدا

بۇ ئىككى ئىسىم بەزىدە گۆشخور قاپارتما پەيدا قىلىدىغان، كۆيۈشتۇرىدىغان، كۆيۈش، داغلاش پەيدا قىلغاندەك قاقاچ پەيدا قىلىدىغان ھەرقانداق مۇدۇرلارغا

ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە نارپارسىيە دېگەن ئىسىم مۇشۇلاردىن بەلباغسىمان قوقاق تۇرىدىن بولغان گۆشخور كۆيۈشتۇرگۈچى، قاپارتما پەيدا قىلغۇچى، يامرايدىغان ۋە ھۆللۈكى بار مۇدۇرلارغا ئىشلىتىلىدۇ، بۇ مۇدۇر سەپرا ماددىلىق، سەۋداسى ئاز، چوڭقۇرلىشى ئاز بولىدۇ خۇددى بۇ يەردە ئۆتكۈر ۋە كۆپ قاينايدىغان مۇدۇرلار كۆپ چىقىدىغان خىلىت باردەك چوڭ - كىچىك مۇدۇر - چاقىلار بىلەن بىرگە بولىدۇ.

جەمرە دېگەن ئىسىم ھۆللۈك بولماستىن شۇ ئورۇننى قاپلىتىدىغان ۋە كۆمۈردەك قىلىۋېتىدىغان مۇدۇرلارغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ سەۋداسى كۆپ، چوڭقۇر، مۇدۇرلىرى ئاز، ھەجمى چوڭ، ماش شەكلىدە بولىدۇ. بەزىدە بۇ يەردە قەتئىي مۇدۇرلار بولماي، بەلكى دەسلەپتىلا جەمرە باشلىنىدۇ.

شۇنىڭ ھەممىسى قوتۇرغا ئوخشاش قىچىشىش بىلەن باشلىنىدۇ، بەزىدە نارپارسىيە ۋە جەمرەدە قاپارتما پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭدىن داغلىغان ئورۇندىن ئاقىدىغانىدەك كۆيدۈرۈپ شۇ ئورۇننى داغلايدىغان قارامتۇل كۈل رەڭ نەرسە ئاقىدۇ. بەزىدە بۇ نەرسە قوغۇشۇن رەڭلىك بولىدۇ ۋە ھەقىقىي جەمرە بولماستىن، ئەتراپىدا قاتتىق كۆيۈشۈش بولىدۇ، بەلكى قارىغا مايىل بولىدۇ، جەمرە دېگەن ئىسىمغا خاس بولغىنىدا جاراھەتنىڭ تۈۋى قارا، ئوت رەڭگىگە مايىل بولىدۇ ۋە ئۇنىڭدا چوغدەك چاقناش بولىدۇ، نارپارسىيەنىڭ بەزىسىنىڭ ئاشكارىلىنىشى ۋە قوزغىلىشى تېزرەك، جەمرەنىڭ ئاشكارىلىنىشى ئاستا ۋە چوڭقۇرراق بولىدۇ، خۇددى ئۇنىڭ ماددىسى مۇدۇر ۋە قۇبا ماددىسىدەك، لېكىن ئۇ ماددا نارپارسىيەدە ئۆتكۈر بولىدۇ. بۇ ئىككىسىدىن گۆشتە پەيدا بولغان ئىششىقنىڭ تارقىشى ئاسانراق بولىدۇ. بۇ ئىككىسىدىن نېرۋىدا يۇز بەرگىنى ئورۇنلىشىپ قالغان بولىدۇ ۋە تارقىشى ئاستا بولىدۇ، بۇ ئىككىسىنىڭ ھەربىرى كۆيگەن، سەۋداغا ئارىلاشقان سېرىق سەپرادىن بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ئىككىسىدىن قارا قاقاچ پەيدا بولىدۇ. نارپارسىيەنىڭ سەپرا ماددىسى، جەمرەنىڭ سەۋدا ماددىسى كۈچلۈكرەك بولۇپ، ئىككىسىنىڭ ھەربىرىنى جەمرە ئۆز ئىچىگە ئالىدىغان مەنە بىلەن ئاتاشقا بولىدۇ، ئاندىن ئىككىگە بۆلۈنىدۇ، مۇشۇ مەنە ئۈچۈن ھەر ئىككىسىنى نارپارسىيە دەپ ئاتاشقا بولىدۇ، ئاندىن

ئىككىگە بۆلۈنىدۇ ۋە ھەربىر مەنىگە جەمرە ۋە نارپارسىيەنى ئۇقتۇرىدىغان ۋە چوڭ پەرق بولمايدىغان نامنى بېرىشكە بولىدۇ. بەزىدە بۇنىڭ بىلەن ھەرخىل بەلباغسىمان قوقاق ۋە يېسىمۇق شەكىللىك ناچار قوقاق قاتارلىقلار بىلەن بەك ناچار ئۆلتۈرگۈچى قىزىتمىلار كۆرۈلىدۇ. بەزىدە جەمرە ۋابا سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ، كۆپىنچە بۇ قاندىن بولغان ئىششققا ئوخشايدۇ ۋە دەسلىپىدە ئازراق قارىغا مايىل بولىدۇ، بولۇپمۇ ۋابا تارقالغان يىللاردا.

10 ـ پەسىل جەمرە ۋە نارپارسىيەنى داۋالاش توغرىسىدا

سەپرالىق قانىنى تازىلاش ئۈچۈن قان ئېلىش لازىم. ئەگەر كېسەللىك خەتەرلىك بولسا، چوقۇم ھوشسىزلىنىش قوشۇلۇپ كېلىدۇ، بەزىدە بولۇپمۇ جەمرەدە توسۇلۇپ قالغان زەھەر تەبىئىتىدە بولغان ناچار قانىنى چىقىرىش ئۈچۈن چوڭقۇر تىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ماددا سەپراغا مايىل بولغاندا تىلىنمايدۇ، ئەمما كېسەللەنگەن ئورۇننى جەمرەنى داۋالىغاندەك داۋالاش لازىم. لېكىن سۈركىلىدىغان دورا جەمرەدىكىدەك بەك سوۋۇتىدىغان بولماسلىقى لازىم. چۈنكى، ماددا قويۇقلۇققا مايىلدۇر. ماددا زەھەرلىك ماددا بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇ ماددىدىن ئازراقىنىڭ ئىچكى تەرەپكە قايتىشىغا كېسەللىك بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ ۋە بەك قابىز نەرسىلەرنى ئىشلىتىش دۇرۇس بولمايدۇ، چۈنكى ماددا قويۇق، ئاستا تارقايدىغان ماددىدۇر، جەمرە دەسلەپتە ئاشكارا بولغاندا ۋە ھارارەت پەسەيگەندە تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىپ، ماددىنىڭ كەيپىياتىنى زىيادە قىلىۋېتىش دۇرۇس بولمايدۇ، بەلكى ئىتتىرىش بىلەن سوۋۇتۇش ۋە ئازراق تارقىتىش خۇسۇسىيتى بار قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم، مەسىلەن: پاقىيوپۇرمىقى، يېسىمۇق، كېپەكى ئايرىلمىغان ئۇندا يېقىلغان نان قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان زىماتقا ئوخشاش. چۈنكى، بۇنداق نانىنىڭ جەۋھىرى لەتىفرەكتۇر ۋە بۇنىڭغا ئوخشاش زىماتلار

مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا يېزىلغاندۇر. يەنە موزا ھاراق سىركىسى بىلەن، زەمچە ھاراق سىركىسى بىلەن زىمات قىلىنىدۇ.

بۇ ۋاقىتتا ۋە بۇنىڭدىن كېيىن ئىشلىتىلىدىغان ياخشى دورىلاردىن بىرى، ئاچچىق ئانارنى ئېلىپ يېرىپ، سىركە بىلەن يۇمشىغىچە قاينىتىپ، ئاندىن سوقۇپ رەختكە ئېلىپ ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى ئۇ ھەر ۋاقىت ياخشى بولىدۇ ۋە بۇ كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى ۋە ئاخىرقى مەزگىللىرىدە كېسەللىكنى يوقىتىدۇ. بەزىدە بۇ ۋاقىتتا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارغا يېڭى ياڭاق ۋە ئۇنىڭ يوپۇرمىقى، ئارپا تالقىنى، قۇرۇق ئۈزۈم، شاراب قوشۇلغان ئەنجۈر، قارا خەشخاش يېغى قاتارلىقلار چۈشىدۇ. ئۇنىڭ ئەڭ ياخشىسى ئومۇمىي دورىلاردىن زىمات تەييارلاشتۇر. كۆپ ۋاقىتلاردا ئىشلىتىلىدىغان ياخشى دورىلاردىن ئەپيۇن، ئاقاقيا ۋە قىزىل زاك، ئانار پوستىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، مىسنىڭ دېتى، بەزرۇلبەنجىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، بۇ دورىلار پەقەت يارا بولمىغاندا قويۇلىدۇ. ئەمما يارا بولغاندا، داۋائى ئەنزىروت، تاغ كۈدىسى، قۇرسى بۇلۇڭاندۇروس ۋە داۋائى قەيسۇر قاتارلىقلارغا ئوخشاش كۈچلۈك قۇرۇتقۇچى دورىلارنى تاتلىق شاراب ياكى ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن ئىشلىتىش ۋە يارا بولغان جەمرەنى داۋالاش تۇغرىسىدا ۋە يېسىمۇق شەكىللىك بەلباغسىمان قوقاقنى ۋە زىماتلارنى كۈندە ئىككى قېتىم، كېچىدە بىر قېتىم ياكى ئىككى قېتىم زىمات قىلىش، مۇمكىنقەدەر ئۇفۇنەتلەندۇرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك لازىم. چۈنكى، ئۇ دورىلار كېسەللىكنىڭ ناچارلىقىنى زىيادە قىلىۋېتىدۇ. كۆيگەن ئورۇننىڭ ئەتراپىغا گىل ئەرمەننى سىركە ۋە سۇ بىلەن پات - پات ئىشلىتىش ۋە بارلىق سوۋۇتىدىغان ۋە ماددىنى قايتۇرىدىغان نەرسىلەرنى ئىشلىتىش لازىم. بۇنىڭغا يېقىنلاشىدىغانراقى شارابقا چۆكۈرۈلگەن زۇپا چاپلاشقان يۇڭدۇر. كۆيۈشۈش پەسىيىپ يارىلار قېپقالسا مەلھەمى راسىيە، مەلھەمى دىيانۇتاسقا ئوخشاش دورىلار بىلەن ۋە مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلەنگەن گۆشخور يارىلارنىڭ باشقا دورىلىرى بىلەن داۋالىنىدۇ. بۇ ۋاقىتتا كونا ياغلىق ياڭاق نارپارسىيە ئۈچۈن ياخشىدۇر.

11 - پەسىل سۇلۇق قاپارتما ۋە يەللىك قاپارتما توغرىسىدا

سۇلۇق قاپارتما ئىككى يولدىن پەيدا بولىدۇ: ئۇنىڭ بىرى، خىلىتلاردىكى قاياناشتىن ئىتتىرىلگەن سۇلۇق ماددا سەۋەبىدىن ماددا بىراقلا تېرىنىڭ ئاستىغا ئۆرلەپ، ئاستىدىكى توقۇلمىلارغا قارىغاندا تېرە قېلىنراق بولغانلىقتىن، تېرىگە ئۆتەلمەي، بەلكى، سۇلۇق قاپارتما بولۇپ قالىدۇ، ئىككىنچىسى، سۇلۇق ماددىنىڭ ئورنىدا قان بولۇپ، قان ئاستىدىن يىرىڭلاپ، قاپارتما پەيدا بولىدۇ.

12 - پەسىل قاپارتما ۋە يەللىك قارپارتمىلارنى داۋالاش توغرىسىدا

بەدەننى تازىلاش، قان ئېلىش ۋە شۇنىڭ ئوخشاشلىرى ھەممىگە مەلۇم بويىچە بولىدۇ. تەدبىر ۋە غىزا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن يول بويىچە ئىشلىتىلىدۇ ھەمدە ئۇ قاپارتمىغا تۇنجى كۆرۈنۈشىدە سۇ بىلەن قاينىتىلغان يېپىسمۇققا ئوخشاش نەرسە ۋە ئانار پوستىغا ئوخشاش ياكى سۇدا قاينىتىلغان ئانار شاخلىرىنىڭ پوستىغا ئوخشاش نەرسىلەر قاياناتقاندىن كېيىن ۋە ئىسسىتىپ يۇمشاتقاندىن كېيىن قاپارتما بار ئورۇنغا قويۇلىدۇ.

ئەگەر قاپارتمىلار چىقسا ۋە ئۇنى داۋالاش مەقسەت قىلىنسا، تېرىسى قېلىن ئاغرىتىدىغانلىرىنى يېگەندە بىلەن تېشىپ ئۇنىڭدىكى نەرسىلەرنى ئاققۇزۇۋېتىش لازىم. نېپىز تېرە بەزىدە ئۆزلۈكىدىن تېشىلىدۇ. بۇنىڭغا مۆھلەت بەرمەي تېشىش ۋە ئۇنىڭدىكى نەرسىلەرنى يېنىك سقىپ، ئاز - ئازدىن چىقىرىۋېتىش لازىم. ئاندىن ياكى ساقىيىدۇ ياكى يارا بولىدۇ. ئەگەر يارا بولسا، ئۇپا ۋە مەدەستان چۈشكەن مەلھەملەر بىلەن داۋالىنىدۇ، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا گۈلسەۋسەن يىلتىزى چۈشسە.

مۇرەككەپ دورا:

مەدەستان ۋە زەرنىخنىڭ ھەربىردىن 340 گىرامدىن، كونا زەيتۇن يېغىدىن 510 گىرام ئېلىپ، مەدەستانىنى زەيتۇن يېغىدا چاپلاشمىغىچە قاينىتىپ، ئاندىن ئۇنىڭغا زەرنىخ قۇيۇلىدۇ. يەنە بۇ دورا ئەۋرەت ئەتراپى، كالپۇك ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىغا چىققان قاپارتمىلارنى ياخشىلايدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، قۇرۇتۇشقا بەك ئېھتىياجلىق ئەزالاردىكى قاپارتمىلارنى ياخشىلايدۇ.

يەنە بىر دورا: سىرىق زاك ۋە ئاق زاكنىڭ ھەربىردىن 24 گىرامدىن، تەنكاردىن 12 گىرام ئېلىپ، سۇ بىلەن سالايە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ، شۇنداقلا ئۆچكە مايىقى ھەسەل بىلەن ئىشلىتىلىدۇ، ئەگەر قاقاچ ۋە بۇزۇلغان گۆشلەر چۈشۈپ كېتىپ ياخشى گۆشلەر كۆرۈنسە، يەككە يىرتىلىق ئىششىقنى داۋالىغانغا ئوخشاش داۋالىنىدۇ. بەزىدە قاقاچ ۋە بۇزۇلغان گۆشلەرنى مەشھۇر دورىلار چۈشۈرۈۋېتىدۇ. ئىسكەندەرىيەلىكلەر قاقاچنى ساراقىياس، بارخىس ۋە تەرياخكس دەپ ئاتىلىدىغان چۆپلەر بىلەن چۈشۈرۈۋېتەتتى. كالا بابۇنىسى قاقاچنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن ياخشىدۇر. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، قاقاچنى چۈشۈرۈشكە مەشغۇل بولۇش ۋە قالغىنىنى يامان سۈپەتلىك بولمىغان جاراھەتلەرنى داۋالىغانغا ئوخشاش داۋالاش بەك ياخشىدۇر.

بۇرۇنقىلار تۈزۈپ چىققان ھەم تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن، كېيىنكىلەرنىڭ بەزىسى ئۆزىنىڭ قىلىۋالغان ياخشى دورا: ئەنزىرۇت، سەبرە، كۈندۇر، ئۇپا، زەنگار قاتارلىقلاردىن بىر ھەسسىدىن، گىل ئەرمىنىدىن ئومۇمىيسىنىڭ مىقدارىدا ئېلىپ، ئۇلاردىن بانادۇق تەييارلاپ، سىركە ۋە سۇدا ئېرىتىپ، قاپارتما بار ئورۇنغا قاتتىق قورۇلۇش پەيدا بولۇپ، قاقاچقا ئۆزگەرگەنگە قەدەر ئارقىمۇئارقا تىلا قىلىنىدۇ ياكى قاپارتما ئۇنىڭ ئاستىدا ھۆللۈك بولغاندا ئۆزلۈكىدىن چۈشۈپ كېتىدۇ ياكى ئۇنى ئاجرىتىپ ئومۇمىيسى چۈشۈپ كەتكەنگە قەدەر چۈشۈرۈۋېتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

13 - پەسىل شىرا توغرىسىدا

شىرا قىزىلغا مايىل قاپارتمىغا ئوخشاش ياپىلاق مۇدۇرلار بولۇپ، ئۇ كۆپىنچە بىراقلا پەيدا بولىدۇ، قىچىشتۇرۇپ بىئارام قىلمايدۇ. بەزىدە ئۇنىڭدىن ھۆللۈك ئاقىدۇ، بەزىدە ھۆللۈك قانلىق بولىدۇ، كۆپىنچە ئۇنىڭ بىئارام قىلىشى كېچىدە ئېغىرلايدۇ. ئۇنىڭ سەۋەبى سەپىرالىق قاندىن ياكى شورلۇق بەلغەمدىن بەدەندە بىراقلا قوزغىلىدىغان ئىسسىق بۇخاراتتۇر. قاندىن بولغىنىڭ قىزىللىقى ۋە ئىسسىقلىقى كۈچلۈكرەك، ئاشكارىلىنىشى تېزرەك بولىدۇ. بەلغەمدىن بولغىنىڭ قىزىللىقى ۋە ئىسسىقلىقى تۆۋەنرەك، ئاشكارا بولۇشى ئاستىراق بولىدۇ. بەلغەمدىن بولغان شىرانىڭ كېچىدە كۈچىيىشى قاندىن بولغان شىرانىڭ كۈچىيىشىدىن كۆپرەك بولىدۇ. ئەگەر شىرا كەڭرى ئورۇندا بولۇپ، قان ئېلىنمىسا، سەپرادىن بولغان قىزىتمىنىڭ خەۋپى بولىدۇ. شۇڭا، شىرا بىلەن باشلىنىش مەزگىلى ئارىسىدىكى ۋاقىتتا قان ئېلىش لازىم.

14 - پەسىل شىرانى داۋالاش توغرىسىدا

ئەگەر قان غالىب بولسا قان ئېلىشقا ئالدىراش لازىم، ئاندىن بەدەن قۇۋۋىتى كۆتۈرەلسە ئىككى ھەسسە ھېلىلە، بىر ھەسسە ئايارەجدىن توققۇز گرامنى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچۈرۈپ، سەپرانى سۈرۈش، تەمرى ھىندى ۋە پوستى بىلەن سقىلغان ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈيى ياكى پوستى بىلەن سقىلغان ئاچچىق ئانار سۈيى ۋە ئۆرۈك چىلانمىسى، قېتىق سۈزمىسى سۈيى قاتارلىقلارغا ئوخشاشلارنى ۋە قۇرسى تاباشىر كافۇرنى ئانار سۈيى بىلەن بېرىش ئارقىلىق سەپرا پەسەيتىلىدۇ. قايناق سۇنى كۈندە نەچچە قېتىم ئىچۈرۈش مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە بىمارنىڭ چوڭ تەرىتىنى بوشىتىدۇ. شىرانى پەسەيتىدىغان نەرسىلەردىن بىرى سۈزۈلگەن سۇماق

چىلانمىسىدۇر، بۇنىڭدىن 90 گىرام ئىشلىتىلىدۇ.

بىمارنىڭ غىزالىنىدىن بىرى تەفشىل[1]، بادام يېغى قوشۇلغان سىركە، غۇراپ سۇيى ۋە قېتىق سۈزمىسى سۇيى قوشۇلغان سىركە قاتارلىقلاردۇر. ئەگەر خىلىت شورلۇق بولسا، بەدەن يېرىم مىقدارى تۇربۇت قوشۇلغان ھېلىلىدىن تۇققۇز گىرام ئىچۈرۈش بىلەن تازىلىنىدۇ. بىمارغا ھۆل سەرۋى دەرىخى مېۋىسىدىن 30 گىرام ئۇچ گىرام سەبرە بىلەن بېرىلىدۇ ۋە زاراڭزىنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئاچچىق سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈلىدۇ ياكى گىل ئەرمىنى سۇيىنى ياكى يېڭى ساپال كوزا سۇيى ئىچۈرۈلىدۇ. بەلغەمدىن بولغان شىراغا كاۋاۋىچىندىن ئۇچ گىرامى تۇققۇز گىرام شېكەر بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ. تۇققۇز گىرام چاڭگاك ئۇرۇقى يېڭى سېغىلغان سۈت بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ. ھەرخىل شىراغا تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلاردىن پىننە، تاباشىرنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، قىزىلگۈلدىن بىر يېرىم گىرام، كافۇردىن يېرىم گىرام ئېلىپ، ئاچچىق ئانار سۇيىدە ئىچۈرۈلىدۇ ياكى ئارچا مېۋىسى ناشتىدا ئىچۈرۈلىدۇ.

15 ـ پەسىل گۆشخور يارا، ئەزانىڭ بۇزۇلۇشى ۋە گانگرېنا بىلەن سەفاقۇلۇسنىڭ پەرقى توغرىسىدا

بۇ نەرسىلەر توغرىسىدا سۆزلەش ئىلگىرى سۆزلەنگەن ئىشلار توغرىسىدا سۆزلەشكە بىر تەرەپتىن مۇناسىپ كېلىدۇ. بىز شۇنداق دەيمىزكى، بۇزۇلۇش ۋە ئوفۇنەتلىنىش شۇ ئەزادىكى روھىي ھايۋانىيىنى بۇزىدىغان ياكى ئۇنى شۇ ئەزاغا يېتىشتىن توسىدىغان ياكى بۇ ئىككى مەقسەتنى ئۆز ئىچىگە ئالىدىغان بىرەر سەۋەبتىن يۈز بېرىدۇ، مەسىلەن: ئۆز جەۋھىرى بىلەن روھىي ھايۋانىيغا قارشى ئىسسىق ـ سوغۇق زەھەرلەرگە ئوخشاش ۋە ئىششىق، مۇدۇر ۋە جەۋھىرى

① تەفشىل — بىر خىل مۇرەككەپ تەييارلىنىدىغان غىزا (ت).

زەھەرلىك، يۇقىدىغان، ناچار يارىلارغا ئوخشاش ۋە خاتا تەدبىر قىلىنغان يارىلارغا ئوخشاش، خۇددى چوڭقۇر يارىلارغا ياغ تېمىتىشتا خاتالىشىپ، گۆشنى ئوفۇنەتلەندۇرگەنگە ئوخشاش ۋە ئىسسىقتىن بولغان ئىششقىلارنى بەك سوۋۇتۇپ ئەزانىڭ مىزاجىنى بۇزغانغا ئوخشاش.

ئەمما روھىي ھايۋانىيىنىڭ ئەزاغا يېتىشىنى چەكلىگۈچى تۇسالغۇدۇر. بۇ تۇسالغۇ ياكى سىرتقى سەۋەبتىن كېيىن پەيدا بولغان تۇسالغۇدۇر، مەسىلەن: بەزى ئەزانى تۇتۇدىن قاتتىق باغلىغانغا ئوخشاش. چۈنكى بۇ باغلاش داۋاملاشسا، روھىي ھايۋانىينى ئەزادىن توسۇپ قويغانلىقتىن ئەزانى بۇزىدۇ ياكى شۇ ئەزادىكى روھىي ھايۋانىيغا ئۆرلەپ، نەپەس ئارقىلىق يۈرەككە تارقاپ، يۈرەك مىزاجىنى بۇزۇپ، ھالاك قىلىدىغان قۇۋۋەتنىڭ توسۇلۇپ قالغانلىقىدىن ئەزا بۇزۇلىدۇ. بەزىدە روھىي ھايۋانىينىڭ ئەزاغا يېتەلمەسلىكى داۋام بولىدىغان، چوڭ، ماددىسى قويۇق، ماددا ئۆتۈشۈش يوللىرىنى ۋە روھىي ھايۋانىي ھايات تۇرىدىغان نەپەس يوللىرىنى توسقۇچى ئىسسىقتىن بولغان ناچار ئىششقىقا ئوخشاش بەدەن تۇسالغۇسىدىن بولىدۇ. بۇ توسۇش بىلەن بىرگە بەزىدە مىزاجنىمۇ بۇزىدۇ. بۇنىڭدىن دەسلەپكى مەزگىلىدە بولغان ۋە سېزىمى بار ئەزانىڭ سېزىمىنى بۇزمىغانلىرى گانگرېنا دەپ ئاتىلىدۇ، بولۇپمۇ دەسلىپىدە قاندىن بولغان ئىششق بولغانلىرى.

سېزىمى بار ئورۇننىڭ سېزىمى يوقالغۇدەك دەرىجىدە ئورۇنلاشقانلىرى گۆش ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىنى ھەتتا دەسلەپتە سۆگەكنى بۇزىدۇ ياكى ئىششقتىن كېيىن بولغىنى سەفاقۇلۇس دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە گانگرېنا سەفاقۇلۇسقا ئۆزگرىدۇ. گانگرېنا سەفاقۇلۇسقا ئېلىپ بارىدىغان يولدۇر. بۇنىڭ ھەممىسى گۆشتە، سۆگەكتە ۋە ئۇنىڭ باشقىسىدا يۈز بېرىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ ئەزانى بۇزۇشى يامراشقا باشلىسا ۋە بۇزۇلغان ئەزانىڭ ئەتراپى بۇزۇلىدىغان دەرىجىدە ئىششسا، بۇ ۋاقىتتا يۈز بەرگەن كېسەللىكنىڭ ھەممىسى گۆشخور يارا دېيىلىدۇ. ئوفۇنەتلىنىدىغان ئەزانىڭ بىر قىسمىنىڭ ئەھۋالى ئۆلۈم دېيىلىدۇ. ئەگەر ماددىنىڭ قويۇقلۇقى بولمىغان بولسا، ماددا چاپلىشۇالماي ئىتتىرىلگەن بولاتتى.

16 ـ پەسىل داۋالاش توغرىسىدا

گانگرېنا دەسلەپكى مەزگىلىدە بولغاندا داۋالاش لازىم، ئەمما بۇزۇلۇش گۆشكە ئورۇنلىشىۋالسا بۇزۇلغان گۆشنىڭ ھەممىسىنى ئېلىۋېتىش لازىم، ئەگەر ئوفۇنەتلىنىۋاتقان ئەزانىڭ رەڭگىنىڭ ئۆزگەرگەنلىكى كۆرۈلسە، دەرھال ئۇنىڭغا سىركە قوشۇلغان گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇمغا ئوخشاش ئوفۇنەتتىنى چەكلەيدىغان نەرسىلەرنى سۈركەش لازىم. ئەگەر بۇ ئۇنۇم بەرمىسە، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تىلالارغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن گانگرېنا بولغان ئورۇننىڭ ئەتراپىنى ساقلاش بىلەن بىرگە ناچار قانىنى ئېلىش ئۇچۇن، بىرنەچچە ئورۇننى ئوخشىمىغان ئۇسۇلدا چوڭقۇر تىلىش ۋە زۇلۇك قۇرتى چاپلاش، ئۇ ئورۇنغا يېقىن كىچىك تومۇرلاردىن قان ئېلىش لازىم ۋە تىلىنغان ئورۇننىڭ ئۆزىگە كۇچلۇك چۆكۇش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەردىن ئوفۇنەتتىنى چەكلەيدىغان ۋە ئۇنىڭغا قارشى تۇرىدىغان نەرسىلەرنى قويۇش لازىم. مەسىلەن: كۇرسىنە ئۇننىنى سىركەنجۇبىل بىلەن ياكى باقىلە ئۇنى بىلەن، بولۇپمۇ تۇز ئارىلاشتۇرۇلغان باقىلە ئۇنى بىلەن قويغانغا ئوخشاش. گانگرېناغا تىلا قىلىنىدىغان نەرسىلەردىن ھېچ، قەيسى ئۆسۈملۈكى ئۇرۇقىدۇر، يەنە يۇمىلاق زىراۋەندە، شاپتۇل يوپۇرمىقى ئۇسارىسى بىر ھەسسىدىن، زەنگاردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، سۇ بىلەن ھەسىلدەك قويۇلغىچە سالايە قىلىپ، يارا ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىغا تىلا قىلىنىدۇ.

گۆشخور يارىنى چەكلىگۈچى دورىلار زەنگار، ھەسەل، زەمچە تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۈركىلىدۇ. چۈنكى ئۇ گۆشخور يارىنى چەكلەيدۇ، ئوفۇنەتلەنگىنىنى چۈشۈرىدۇ ۋە ئەتراپىنى مۇھاپىزەت قىلىدۇ. ئەگەر ئەھۋال ئىششىقنىڭ ئەھۋالى ۋە رەڭگىنىڭ بۇزۇلۇش ئەھۋالىدىن ئۆتۈپ كېتىپ، بوشاپ ۋە ئازراق ھۆللۈك پەيدا بولۇشقا باشلىسا، بۇ ئوفۇنەتلىنىشنىڭ يەنە بىر يولىدۇر، شۇڭا ئۇنىڭغا يۇمىلاق زىراۋەندە ۋە موزىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، گۆشخور يارىنى قۇرۇتقانغا قەدەر سېپىش

لازىم. شۇنىڭدەك كۆك زاك ۋە سېرىق زاك ياخشىدۇر، بولۇپمۇ سىركە ۋە ياڭاق يوپۇرمىقى بىلەن ياخشىدۇر. شۇنداقلا قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى ياكى ئۇنىڭ ئۇسارىسىنى تىلا قىلىش ياخشىدۇر. ئەگەر گۆشنىڭ بەزىسى بۇزۇلۇشقا باشلىسا، ئۇ قۇرسى ئەنزىرۇتقا ئوخشاش دورا بىلەن كېسىلىدۇ ياكى چۈشۈرۈۋېتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كۈچلۈكرەكى قەلقەدىقۇندۇر. ئەگەر بىر قەۋىتى چۈشۈپ كەتسە، سېرىقمايىنى تىلا قىلىپ داۋالىنىدۇ، ئاندىن قالغانلىرى ساق گۆشكە يەتكۈچە چۈشۈرۈۋېتىلىدۇ. قىزىل زاك بوشغان ۋە ئوفۇنەتلەنگەن گۆشخور يارىغا نىسبەتەن ياخشى سېپىلمىدۇر، ئەگەر ئوفۇنەت كۆرۈلسە، كېسىش ۋە ئاجرىتىش بىلەن داۋالاپ خەتەرنى چوڭايتىۋەتمەسلىك كېرەك. ئەگەر ئوفۇنەتلىنىش ئەتراپىدا ئىششىق چوڭىيىپ كەتسە، ئۇنىڭ ئۈچۈن ئارپا تالقىنى، بەزرۇلبەنجى ئۇسارىسى ياخشى بولىدۇ، دېيىلدى. ئۇ مېنىڭ قارىشىمدا ياخشى ئەمەستۇر، چۈنكى ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى ساق ئورۇندىن گۆشخور يارىنى چەكلەش، ماددىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن ساق ئورۇنغا ئىشلىتىش لازىم. ئەگەر ئوفۇنەتلەنگەن ئەزا كېسىلسە، ئۇنىڭ ئەتراپىنى ئوت بىلەن ياكى كۆيدۈرگۈچى، داغلىغۇچى دورىلار بىلەن داغلاش لازىم، بولۇپمۇ ئەرلەرنىڭ ئەۋرىتىنىڭ ئەتراپى ۋە مەقئىتنىگە ئوخشاش ھارارىتى ۋە مېڭۈاتقان ئېشىندىلارنىڭ قوشنىدارچىلىقى سەۋەبىدىن، ئوفۇنەتنى تېز قوبۇل قىلىدىغان ئەزالاردا. بىز بۇ يەردە سۆزلەيدىغىنىمىز مۇشۇنچىلىكتۇر. بىزنىڭ ئوفۇنەتلەنگەن يارىلار توغرىسىدا سۆزىمىزدە بۇ بابقا قوشۇپ قويۇشقا تېگىشلىك نەرسىلەر تېپىلىدۇ.

17 ـ پەسىل تاۋۇنلار توغرىسىدا

ئەڭ قەدىمكى تېۋىپلار گۆشى بەزلىك ۋە بوش ئەزالاردا بولىدىغان ھەرقانداق ئىششىقنى ئەرەبچىگە تاۋۇن دەپ تەرجىمە قىلىنىدىغان سۆز بىلەن ئاتايتتى. ئەمما ئۇرۇقدان، ئەمچەك، تىل تۈۋىدىكى بەزلىك گۆشكە ئوخشاش سەزگۈر ئەزالار ۋە قولتۇق، يېرىق ۋە ئۇنىڭ ئوخشىشىدىكى بەزلىك گۆشكە ئوخشاش سېزىمى يوق

ئەزالاردا بولىدىغان ھەرقانداق ئىششىقنى تائۇن دەپ ئاتايتتى. شۇنىڭدىن كېيىن ئىششىق بولۇش بىلەن بىرگە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق تائۇن دېيىلدى. ئاندىن ئىششىق بولۇش بىلەن بىرگە ئىسسىقتىن بولغان ئۆلتۈرگۈچى ئىششىق تائۇن دەپ ئاتالدى. ئاندىن ماددىسى زەھەرلىك جەۋھەرگە ئۆزگىرىپ، ئەزانى بۇزۇپ، ئۇ ئەزانىڭ ئەتراپىنىڭ رەڭگىنى ئۆزگەرتكەن ھەرقانداق ئۆلتۈرگۈچى ئىششىق تائۇن دەپ ئاتالدى. بەزىدە تائۇن يىرىڭ، زەرداب ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاشلارنى سىرغىتىپ، يۇرەككە قىزىل قان تومۇرىدىن ناچار كەيپىيات يەتكۈزۈپ، قەي، خەفەقان، ھوشسىزلىنىش قاتارلىقلارنى پەيدا قىلىدۇ، ئەگەر تائۇنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرى ئېغىر بولسا، ئۆلتۈرىدۇ.

بۇ ئاخىرقى ئىششىقنى قەدىمكىلەر «قۇماتا» دەپ ئاتىغان بولۇشى مۇمكىن. بۇنداق ئۆلتۈرگۈچى ئىششىقلار كۆپىنچە قولتۇق، يىرىق، قۇلاق كەينىگە ئوخشاش ئاجىز ئەزالاردا يۈز بېرىشى زۆرۈر بولىدۇ. تائۇنىڭ ئەڭ خەتەرلىكى قولتۇق ۋە قۇلاق كەينى رەئىس ئەزالارغا يېقىن بولغانلىقتىن، ئۇلاردا يۈز بەرگىنىدۇر. تائۇنىڭ ئەڭ بىخەتەررەكى قىزىل، ئۇنىڭدىن قالسا سېرىق رەڭلىكىدۇر. تائۇنىڭ قارىغا مايىل بولغىنىدىن بىرەر كىشى قۇتۇلۇپ قالغان ئەمەس. تائۇن ۋابا تارقالغان يۇرتلاردا كۆپ يۈز بېرىدۇ. تائۇنغا ئوخشايدىغان بىرنەچچە كېسەللىك ئۈچۈن تەرپىتىرىس[1]، قۇماتا، بۇماخلا، بۇبۇس[2] قاتارلىقلارغا ئوخشاش يۇنانچە ئىسىملار كەلدى. بىزنىڭ قارىشىمىزچە بۇ ئىسىملار ئارىسىدا كۆپ پەرق يوق.

18 ـ پەسىل تائۇننى داۋالاش توغرىسىدا

قان ئېلىش بىلەن ۋە ۋاقىت يار بېرىدىغان ياكى زۆرۈر دەپ قارايدىغان ئوفۇنەتلەنگەن خىلتىنى چىقىرىدىغان نەرسىلەر بىلەن تازىلاش زۆرۈردۇر. ئاندىن سوۋۇتۇش خۇسۇسىيىتى ۋە خۇش پۇراقلىقى بار نەرسىلەر بىلەن يۇرەكنى

① تەرپىتىرىس — تېرە كىرلىشىشتۇر. كۆچلۈكرەكى ئۇ تېرە سەرتانلىرىدۇر.

② بۇبۇس— ئۇ قالقانىمۇ ياكى قولتۇق ئاستىدىكى بەز چوڭايغانغا ئوخشاش بەز چوڭىيىش كېسىلىدۇر.

كۆچلەندۈرۈش ۋە مۇھاپىزەت قىلىشقا يۈزلىنىش لازىم. مەسىلەن: چۈچۈمەل ئاپپلسن، لىمون، ئالما رۇببىسى، بېھى رۇببىسى، ئاچچىق ئانار رۇببىسى، قىزىلگۈل، كافۇر، سەندەلگە ئوخشاش نەرسىلەرنى پۈرىتىش، يېسىمۇقنى سىركە بىلەن غىزا قىلىپ بېرىش ۋە تورۇلغا گۆشى، ئوغلاق گۆشىدىن تەييارلانغان ناھايىتى چۈچۈمەل مەسۇس ناملىق غىزانى بېرىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بىمارنىڭ تۇرىدىغان جايىنىڭ ئەتراپىغا كۆپ مۇز، سۆگەت يوپۇرمىقى، بىنەپشە، قىزىلگۈل، نېلۇپەر ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى قويۇش لازىم ۋە بىمارنىڭ يۈرەك ساھەسىگە ھەممىگە مەشھۇر ئىسسىقتىن بولغان خەفەقان بىمارلىرىنىڭ دورىلىرى ۋە ۋابا بىمارلىرىنىڭ دورىلىرىدىن سوۋۇتقۇچى، كۆچلەندۈرگۈچى تىلالارنى تىلا قىلىش لازىم. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ۋابالىق ھاۋاغا يولۇققان كىشىلەرگە تەدبىر قىلغاندەك تەدبىر قىلىش لازىم.

ئەمما تائۇننىڭ ئۆزى ۋە تائۇنغا ئوخشاش زەھەرلىك كېسەللىكلەر دەسلىپىدە قابىزلىقى بار سوۋۇتىدىغان نەرسىلەر بىلەن ۋە سۇ، سىركىگە ياكى قىزىلگۈل يېغىغا ياكى ئالما يېغىغا ياكى مەستەكى دەرىخى يېغىغا ياكى ئاس يېغىغا چۆكۈرۈلگەن بۇلۇت بىلەن داۋالىنىدۇ. بۇ تائۇننىڭ دەسلىپىدە ئىشلىتىلىدۇ ۋە مۇمكىن بولسا تىلىپ، ئۇنىڭدىكى نەرسىلەرنى ئاققۇزۇپ داۋالىنىدۇ، ئۇ نەرسىلەرنىڭ ئۇيۇپ زەھەرنى كۆپەيتىۋېتىشىگە يول قويۇلمايدۇ، ئەگەر يېنىك سۈمۈرىدىغان ھىجامەتكە ئېھتىياج چۈشسە ھىجامەت قويۇلىدۇ. جەۋھىرى يىرىڭلىق ئىششىق بولغان تائۇننىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە ياكى ئاخىرقى مەزگىلگە يېقىنلاشقاندا يىرىڭلىتىشقا مەشغۇل بولۇش لازىم. ئەگەر بۇ يەردە قىزىتما بولسا، ماددا ئارقىلىق قايتاماسلىق ئۈچۈن سوۋۇتۇشقا ئالدىرىماسلىق لازىم. يىرىڭلىتىش بابۇنە سۈيى، سىرىنقىچىچەك سۈيى قاتارلىقلارنى ۋە يىرىڭلىق ئىششىق بايانىدا سۆزلىنىدىغان باشقا يېنىك يىرىڭلاتقۇچىلارنى نۆتۈل قىلىش بىلەن بولىدۇ.

تېۋىپلار دېدىكى: ئەمما قۇماتا ۋە مىيغىلۇس ناملىق تائۇنغا پىرسىياۋشان، ياۋا پالەك، ھەشقىپىچەك، ئازراق ئوشەق قوشۇلغان ئاق لەيلى يىلتىزى، ھەسەل قاتارلىقلارنى شاراب بىلەن زىمات قىلىش ياكى سەرپىستاننى ئۇدخام ۋە قىرۇتى بىلەن زىمات قىلىش ياكى ھەسەل ھەرە كۆنىكىنىڭ كىرى ۋە سىركىگە چىلانغان

ماشىنى زىمات قىلىش ياكى قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى يىلتىزىنى بەتەم يېيىمى بىلەن زىمات قىلىش ياكى قىزىل توغرىغۇنى ئەنجۇر بىلەن ياكى خېمىرتۇرۇچ بىلەن زىمات قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

19 - پەسىل بەزلەردە پەيدا بولىدىغان ئىششقىلار توغرىسىدا

تائۇن ئىششقىلىرى بولىدىغان ئورۇنلاردا بولمىغان بەزلەردىكى ئىششقىلار چېكىندۈرۈش ئورنىدا بوھران يۈز بېرىدۇ. بەزىدە رەئىس ئەزالاردىن ئىتتىرىش ئورنىدا يۈز بېرىدۇ. بەزىدە بەزىدىكى ئىششقىلارنى مۇچىلەردە بولىدىغان ئۇنىڭغا ماددىلار ئېقىپ كېلىدىغان يارىلار ۋە باشقا ئىششقىلار پەيدا قىلىپ، ئۇنىڭ يولىدا گۆشلەرمۇ مېڭىپ گۆشلەردە تارقايدۇ، خۇددى ئىككى پۇتى ۋە ئىككى قولىدا قوتۇر ۋە يارا بار كىشلەرنىڭ يىرىقى ۋە قولتۇقىدا ئىششق يۈز بەرگىنىدەك. بەزىدە بەز ئىششقلىرى بەدەن تولۇپ قېلىش بىلەن بىرگە بولىدۇ. بەزىدە بەدەندە كۆپ تولۇپ قىلىش بولمايدۇ. بەز ئىششقىنى داۋالاش ھەممىگە مەلۇم بولغانىدەك، دەسلەپتە ماددىنى ئىتتىرمەي ۋە ئىتتىرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتمەي، بەلكى قان ئېلىش ۋە سۇرگە بېرىش بىلەن تازىلاشنىڭ زۆرۈرلۈكىدە باشقا ئىششقىلارغا ئوخشىمايدۇ. ئەمما باشقا داۋالاش مۇمكىنقەدەر ئەھۋال ئېنىقلانغانغا قەدەر توختىتىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر ئىششق بوھران يولى بىلەن ياكى رەئىس ئەزادىن ئىتتىرىلىش يولى بىلەن بولسا، قەتئىي چەكلىمەي، بەلكى قايسى يول بىلەن گەرچە ھىجامەت قويۇش بىلەن بولسىمۇ، شۇ ئىششىغان ئەزاغا ماددىنى تارتىش لازىم. ئەگەر ئىششق تولۇپ قېلىشنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، تازىلاش ئاساستۇر، غىزانى ئازايتىش ۋە ئۇنى لەتىفلەشتۈرۈش لازىم. ئىتتىرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتمەي، بەلكى بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. بۇنداق تۇرۇقلۇق بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنىمۇ ماددىنى تازىلىماي تۇرۇپ ئىشلەتمەسلىك لازىم. بەزىدە بۇمۇ ئەزاغا كۆپ ماددىنى تارتىدۇ. بەلكى بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەكچى بولغاندا تازىلىنىدۇ ۋە ماددا قارشى

تەرەپكە تارتىلىدۇ، ئىتتىرگۈچى دورىلاردىكى خەتەر ماددىنى ئىچكى ئەزالار ۋە رەئىس ئەزالارغا قايتۇرۇشتۇر. بوشاشتۇرغۇچى دورىلاردىكى خەتەر كۆپ ماددىنى تارتىشتۇر. تازىلاش ۋە ماددىنى قارشى تەرەپكە مايىل قىلىش، بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنىڭ زىيىنىدىن خاتىرجەم قىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، ئىسسىق زەيتۇن يېغىدا نەمدەلگەن يۇڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ئۇنى پەسەيتىش لازىم. ئاندىن ئاخىرىدا ئىششىق تارقاپ پەسەيگىچە تۇز قوشۇلىدۇ. دەسلىپىدە بەزىدە تۇز ئاغرىقنى كۈچەيتىۋېتىدۇ. ئەگەر بەدەن ماددىدىن پاك بولسا ياكى پاكلانسا، ئۇنىڭغا پەرۋا قىلماي ئىششىق تارقىتىلىدۇ. بەزىدە تارقىتىشتا بۇغداي ئۇنىغا ئوخشاش نەرسە ئۇنۇم بېرىدۇ. بۇنىڭدىن بىخەتەرەكى ئارپا ئۇنىدۇر. بەزىدە كۈچلۈك تارقىتىش ئىششىقنى چوڭايتىۋېتىپ، ئارپا ئۇنى ئىشلىتىلمەيدۇ. لېكىن رەئىس ئەزالاردىن ماددىنى تارتىپ ئىششىققا ئىتتىرىشكە ئېھتىياج چۈشكەندە ئىشلىتىلىدۇ. كۆپىنچە بۇ ئىششىقلارنى دەسلەپكى مەزگىلىدە ئىسىستىلغان زەيتۇن يېغىنى يالغۇز ھالەتتە قۇيۇش ساقايتىدۇ. ئەگەر ئىششىق ئەمچەك، ئۇرۇقدانغا ئوخشاش ئاساسلىق ئەزادىكى بوش گۆشتە بولسا ۋە ئىششىقنى چەكلەشتىن بىرەر ئاپەت بولۇش خەۋپى بولمىسا، ئىششىق چەكلىنىدۇ ۋە قايتۇرۇلىدۇ. ئەگەر ئىششىقنىڭ قېتىشقا مايىل بولغانلىقى سېزىلسە، قەيەردە بولسۇن يۇمشىتىلىدۇ.

20 ـ پەسل ئىسسىقتىن بولغان يىرىڭلىق ئىششىق توغرىسىدا

يىرىڭلىق ئىششىق (خۇراج) خالتىلىق ئىششىق (دۇبەيلە) قاتارىدىن بولۇپ، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلاردىن يىرىڭ يىغقىنىدۇر. شۇڭا، خالتىلىق ئىششىق ئىچى بوش بىرەر ماددا قۇيۇلۇپ قايسى ماددا بولسۇن تۇرۇپ قالالايدىغان ھەرقانداق ئىششىقنى ئېيتىلىدۇ. خۇراج شۇ ئىششىق قاتارىدىن ئىسسىقتىن بولۇپ، يىرىڭ يىغىدىغان ئىششىقنى ئېيتىلىدۇ. بەزىدە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق يىرىڭ يىغقان ۋە

ئىچكى پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان ھالەتتە باشلىنىدۇ. بەزىدە بۇنداق باشلانمايۇ، بەلكى يامان سۈپەتلىك بولمىغان ئۆتكۈر ئىششقلارنىڭ دەسلىپىدە باشلىنىپ، ئاخىرقى مەزگىلىدە يىرىڭ يىغىشقا باشلايدۇ.

بىز يېپىشقاق، گەجسمان، تاشسمان، قۇمسمان، قىلسمان ۋە ئۇنىڭدىن باشقا خىلىتلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدىغان سوغۇقتىن بولغان يىرىڭلىق ئىششىق توغرىسىدا كېيىن سۆزلەيمىز. بۇنىڭغا ئاساسەن بەزى تېۋىپلار مۇشۇ تۈردىكى خىلىتلار بار ئىششقنى مەخسۇس دۈبەيلە دەپ ئاتىغان.

لېكىن بىز ھازىر يىرىڭ يىغىدىغان ئىششىق توغرىسىدا سۆزلەيمىز. چۈنكى بۇ ئىششىق تەبىئەت ئىتتىرىپ تېرىگە ئۆتەلمەي ۋە ئۇنى گۆش سۈمۈرمەي، بەلكى قويۇق بولغانلىقتىن ئارقىمۇئارقا تارقىتىلىپ، تارقالغان ئورۇننىڭ بوش يەرلىرىدە ئورۇنلىشىپ قالغان ماددىنى چىقىرىش ئۈچۈن باشلانغان. كۆپىنچە بۇ ئىششقنىڭ چەكلىك ئۇچى بولىدۇ، بولۇپمۇ ماددا ئۆتكۈر بولسا. بۇ يىرىڭلىق ئىششقلار باشلىنىپ يىرىڭ يىغىپ، ئاندىن يىرىڭ پىشىدۇ، ئاندىن ئېغىز ئالىدۇ. بەزىدە پىشۇرۇش ۋە ئېغىز ئالدۇرۇشنى كۈچەيتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ، بەزىدە چۈشمەيدۇ.

يىرىڭلىق ئىششىق قانچىكى بەك كۆتۈرۈلگەن، بەك قىزىل، ئۇچلۇق بولسا، ئۇنى پەيدا قىلغان خىلىت ھارارىتى كۈچلۈكرەك بولىدۇ. ئۇ تېز پىشىدىغان، تېز تارقايدىغان، تېز ئېغىز ئالىدىغان ئىششقتۇر. بولۇپمۇ چىلغوزا شەكلىدە ئۆسۈپ چىققان ئىششىق. ئەكسىچە ياپىلاق، چوڭقۇر، قىزىللىقى تۆۋەن بولغىنىنىڭ ماددىسى قويۇق، ناچار، ئىچكى ئەزاغا مايىل، ئاغرىشى ئاز، مىدىرلىشى ئېغىردۇر. بۇ ئىششقنىڭ ناچارراقى ئىچكى ئەزاغا ئېغىز ئېلىپ، ئىششىق ئۈستىدىن ۋە ئىششقتىن ئىككى تەرەپكە ئىتتىرىلىدىغان نەرسىلەرنى بۇزىدىغىنىدۇر. تېز ئېغىز ئالىدىغان ئىششىق سىرتقا ماددا ئېقىش ئورنى بولغان ئەزاغا خاس بوشلۇقتا بولغان ئىششقتۇر. مەسىلەن: ئاشقازان يىرىڭلىق ئىششىقىغا ئوخشاش بۇ ئىششقنىڭ ئىچىگە ۋە بوشلۇققا ئېغىز ئېلىشى سىرتقا ھەم قورساق پەردىسى ئوراپ تۇرىدىغان بوشلۇققا ئېغىز ئېلىشىدىن ياخشىراقتۇر.

خۇددى مېڭىدىكى ئىشىشقىنىڭ ئالدىدىكى ئىككى بوشلۇققا ئېغىز ئېلىشى ياخشىراق بولغىنىدەك. چۈنكى، بۇ ئىككى بوشلۇقنىڭ بۇرۇن، قۇلاق يولىغا ئوخشاش يولى بار. ئەگەر ئىششىق مېڭىنى ئوراپ تۇرىدىغان بوشلۇققا ياكى مېڭىنىڭ ئارقا قېرىنچىسىغا ئېغىز ئالسا، سىرتىغا ئۆتىدىغان يول تاپالمايلا بەك زىيان قىلىدۇ. ھەرقانداق ئەزادا يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولمايدۇ. چۈنكى بۇغۇملاردا يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ چىقىشى ئاز بولىدۇ. چۈنكى بۇغۇملاردا شىلىملىق خىلتىلار بار ۋە ئۇنىڭ ئورنى كەڭرى بولۇپ، ماددىنى بۇغمايدۇ ۋە ئوفۇنەتلىنىش ئۇچۇن توسمايدۇ. ئەگەر بۇغۇملارغا يىرىڭلىق ئىششىق چىقسا، چوڭ سەۋەبتىن چىقىدۇ. يىرىڭلىق ئىششقلارنىڭ ناچارراقى كۆپ نېرۋىلىق ئەزالارنىڭ بىر تەرىپىگە چىققىنىدۇر.

خىلتىنىڭ لەتىف ۋە قويۇقلۇقى مىزاجنىڭ ئىسسىق - سوغۇقلۇقى ۋە نورماللىقى ئېتىبارى بىلەن، بىمارنىڭ يېشى ۋە ئەزانىڭ جەۋھىرى ئېتىبارى بىلەن يىرىڭلىق ئىششقلارنىڭ پىشىش مۇددىتى ئوخشاش بولمايدۇ. يىرىڭلىق ئىششىق پەقەت ئىششىغان ئەزادىكى تەبىئىي ئىسسىقلىقنىڭ ئازلىقى سەۋەبىدىن ياكى ماددا جەۋھىرىنىڭ قويۇقلۇقى سەۋەبىدىن پىشمايدۇ ۋە ئۇنىڭدىكى نەرسىلەر يىرىڭغا ئۆزگەرمەيدۇ. بەزىدە يىرىڭ چوڭقۇر ۋە يىرىڭلىق ئىششىقتىكى ماددا قويۇق بولغانلىقتىن، يىرىڭلىق ئىششقنىڭ ئىچكى تەرىپى يىرىڭلاپ سىرتىغا كۆرۈنمەيدۇ.

يىرىڭ بەزىدە تېز پىشىدۇ، بەزىدە جەۋھىرىنىڭ قويۇقلۇقى سەۋەبىدىن تېز پىشمايدۇ، پىشسىمۇ تېز يۇمشمايدۇ ۋە ئىششىق جەۋھىرىنىڭ سۇيۇقلۇقى ئېتىبارى بىلەن ۋە ئىششىق يۇزىدىكى گۆشنىڭ ئاز - كۆپلۈكى ئېتىبارى بىلەن تېز يۇمشايدۇ.

يىرىڭلىق ئىششىق ۋە يىرىڭلاشنىڭ سەۋەبلىرى تولۇش، ماددىنىڭ كۆپلۈكى ۋە ئۇنىڭ بۇزۇقلۇقىدۇر. ئۇنىڭ سەۋەبلىرىنىڭ سەۋەبلىرى تاماق سىڭمەسلىك، ناچار ھەرىكەت ۋە سىرتقى تازىلاش بىلەن قانىنى بۇزىدىغان غەم - قايغۇلاردىن ئىبارەت روھىي ئاپەتلەر بىلەن بوھران بولمايدىغان كېسەللىكلەردۇر.

يىرىڭلىق ئىششقنىڭ تەرمىسۇس دەپ ئاتىلىدىغان بىر تۈرى باردۇر. ئۇ ئېغىز ئېلىپ، ئاستى ياخشى گۆشكە ئوخشاش چىقىدىغان، ئاندىن باشقا يىرىڭ

كۆرۈلىدىغان يىرىڭلىق ئىششقتۇر. يەنە بىر قىسمى يىرىڭلىق ئىششق بولۇپ، ئۇ بۇن دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ يۇمىلاق قىزىل جاراھەتلىك يىرىڭلىق ئىششق بولۇپ، بىمار كۆپىنچە قىزىتمىدىن خالىي بولمايدۇ. ئۇ كۆپىنچە باشتا، بەزىدە باشتىن باشقا ئەزالاردا پەيدا بولىدۇ.

21 - پەسىل ئىششقنىڭ يىرىڭلىق ئىششققا ئۆزگەرگەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

كۆپ لوقۇلداپ ئاغرىش، قاتتىقلىشىش، قىزىش كۆرۈلسە، ئىششقنىڭ يىرىڭلىق ئىششققا ئۆزگىرىۋاتقانلىقىدىن گۇمان قىلىمىز.

22 - پەسىل پىششىنىڭ دەللىلىرى ۋە ئۇنىڭ ئالامىتى توغرىسىدا

ئىششقنىڭ ئازراق يۇمشىغانلىقى ۋە ئاغرىقنىڭ پەسەيگەنلىكى كۆرۈلسە، ئىششقنىڭ پىشىۋاتقانلىقىنى بىلىش كېرەك.

23 - پەسىل يىرىڭنىڭ ھۆكۈملىرى توغرىسىدا

ياخشى سۈپەتلىك يىرىڭ يېقىمسىز پۇراق بولمىغان، پەقەت ئۇنىڭدا تەبىئىي ھاراۋەت تەسەررۇپ قىلغان سىلىق، ئاق بولغىنىدۇر. گەرچە يات ھاراۋەتنىڭ شېرىكلىشىشى زۆرۈر بولمىسىمۇ، ئۇ يىرىڭنىڭ ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتىدىن تەسىرلىنىشكە ئۈيغۇن ئىكەنلىكىنى بىلىش ۋە ئۇ قۇۋۋەتنىڭ كۈچلۈك ۋە ئاجىزلىقىغا تەسىرىنىڭ ئوخشاش بولماسلىقىنى بىلىش، ئۇ يىرىڭنىڭ ئوفۇنەتتىن يىراق بولۇشى

ئۇچۇن ناھايىتى يېقىمسىز پۇراقلىق بولماسلىقنى تەلەپ قىلىش ئۇچۇن، ئۇ يىرىڭنىڭ سىلىقلىقى زىيادە بولىدۇ. تېۋىپلار دېدىكى، يىرىڭنىڭ ئاق بولۇشى تەلەپ قىلىنىدۇ، چۇنكى ئاساسىي ئەزالارنىڭ رەڭگى ئاقتۇر، ئۇنىڭغا پەقەت ئۇنىڭغا قادىر بولالايدىغان تەبىئەت ئوخشايدۇ.

يامان سۇپەتلىك يىرىڭ پىششىنىڭ ئەكسى بولغان ئوفۇنەتكە دالالەت قىلىدىغان سېسىق پۇراقلىقدۇر. بۇ يات ھارارەتنىڭ غەلبە قىلغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. ئەگەر بۆلەكلىرى ئوخشاشمىغان، رەڭلىرى، قىياملىرى ھەر خىل يىرىڭ چىقسا، ئۇمۇ ناچار يىرىڭ تۇرىدىندۇر. بەدەندە ھاسىل بولغان ھەرقانداق يىرىڭ ئوفۇنەتلىنىش ياكى پىشىش ياكى سوۋۇش ۋە باشقا تەرەپكە ئۆزگىرىش لازىم.

24 - پەسىل ئىچكى ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئەگەر ئىچكى ئەزالاردا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق پەيدا بولسا، جۇغ - جۇغ ۋە تەرتىپسىز قىزىتما كۆرۈلىدۇ، ئاغرىق كۈچەيسە ۋە دەسلەپىدە جۇغ - جۇغنىڭ مۇددىتى ئۇزاق بولسا، ئاندىن داۋاملىق قىسقارسا ۋە ئىششىقنىڭ ئېغرلىقى زىيادە بولسا، ئىششىقنىڭ يىرىڭلىق ئىششىققا ئۆزگەرگەنلىكى ۋە ئۇنىڭ يىرىڭ يېغىۋاتقانلىقىنى بىلىش كېرەك. بۇ ئاغرىقلار دەسلەپتە قاتتىق بولىدۇ، قاچانكى ئاخىرقى مەزگىلگە يەتسە، ئاغرىق يېنىكلەيدۇ. چۇنكى، بۆلۈنۈش دەسلەپكى مەزگىلدە بولىدۇ، بۆلۈنۈش ۋە پۈتۈنلۈكنىڭ بۇزۇلۇشى ھاسىل بولۇۋاتقاندا بەك ئاغرىتىدۇ ۋە ماددا يىرىڭغا ئۆزگەرگەندە كۈچلۈك قىزىتما ۋە ھارارەت پەسىيىپ، يۇرەكنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن يۇز بېرىدىغان قىزىتما پەسىيىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، تومۇرنىڭ قاتتىق بولۇشى ئىچكى ئەزا يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ ئەڭ چوڭ شاھىدىدۇر، ئەگەر ئىچكى ئەزالاردىكى يىرىڭلىق ئىششىق ۋە خالتىلىق ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە ۋە تومۇر قاتمىغان بولسا، ئىچكى

ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششىقىا جەزمەن ھۆكۈم قىلىنمايدۇ، چۈنكى بۇنداق ئىششىق بەزىدە ئېچىكى ئەزادا بولماي، بەلكى ئېچىكى ئەزانى ئوراپ تۇرىدىغان قېلىن پەردىدە بولىدۇ، يىرىڭلىق ئىششىق بار تەرەپتە تۆۋەنگە تارتىلغاندەك ئېغرىلىق ۋە ئاغرىق سېزىلىدۇ.

25 - پەسىل ئېچكى ئەزا يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ پىشىش ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئەگەر ئېچكى ئەزا ئىششىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ئاندىن قىزىتما ۋە جۇغ - جۇغ ۋە ئاغرىقلاردىن ئىبارەت ئەگەشمە كېسەللىكلەر ئازراق پەسەيسە ۋە ئېغرىلىق قېپقالمىسا، يىرىڭنىڭ ئورۇنلاشقانلىقى ۋە پىشقانلىقىنى بىلۈۋېلىش كېرەك.

26 - پەسىل ئېچكى ئەزا يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ ئېغىز ئېلىشى ياكى يىرىڭنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئەگەر ئاغرىق قايتا قوزغالسا ۋە يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىسا، كۆيۈشتۇرسە، ئېغرىلىق كۈچلۈك بولسا، قىزىتمىلار بىر - بىرىگە ئوخشىشىپ كەتسە، ئېغىز ئېلىش ياكى يىرىڭنىڭ ئۆزى بولىدۇ. ئەگەر ئۇشتۇمتۇت تىترەش يۈز بەرسە، ئېغرىلىق يېنىكلىسە ۋە ئاغرىق پەسەيسە، ئىششىق ئېغىز ئالغان بولىدۇ. بولۇپمۇ تازىلانغان يىرىڭ، ئۆتكەن ئورۇننى كۆيۈشتۇرىدىغان يىرىڭ بولسا. ئەگەر ئېچكى ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششىق بىراقلا ئېغىز ئالسا ۋە ئۇنىڭدىن كۆپ نەرسىلەر چىقسا بەزىدە خەپەقان ۋە خەتەرلىك ھوشسىزلىنىش يۈز بېرىدۇ. بەزىدە قۇۋۇەت تارقىغانلىقتىن ئۆلۈم كېلىپ چىقىدۇ، بەزىدە قەي ۋە ئېچ سۇرۇش كۆرۈلىدۇ. بەزىدە يىرىڭلىق ئىششىق كۆكرەكتە

بولغاندا بىراقلا كۆپ يىرىڭ تۆكۈرىدۇ، بەزىدە ئىششىق ئېغىز ئېلىپ، كۆكرەككە كۆپ نەرسە بىراقلا چىققاندا بوغۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

27 - پەسىل سىرتقى ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششىقلارنى داۋالاش توغرىسىدا

خۇددى بىز بايان قىلغاندەك ۋە بىلىمسىز تېۋىپلار خاتالاشقىنىدەك، رەئىس ئەزالارغا ماددىنىڭ قايتىش خەۋپى بولمىسا، يىرىڭلىق ئىششىقلارنىڭ دەسلىپىدە تازىلىنىدىغان ۋە ئىششىقنى داۋالاشتا ئىسسىقتىن بولغان يىرىڭلىق ئىششىق بولمىغان ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلاردا ئورتاق بولىدىغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ، بۇنىڭغا خاس بولىدىغان تەدبىر يىغىلغان يىرىڭنى تارقىتىشتۇر. تارقىتىش ئىككى خىل يول بىلەن بولىدۇ. بۇنىڭ بىرى، كېسەللىك ئادەتتىن تاشقىرى بولمىغاندا، توغرا يول بىلەن ماڭىدىغان تەدبىردۇر، ئۇ بولسىمۇ يىرىڭنى پىشۇرۇشقا ۋە شۇنىڭدىن كېيىن ئېغىز ئالدۇرۇشقا تەدبىر قىلىندۇ، ئاغرىق ۋە بىراقلا ئېغىز ئېلىشنىڭ قۇۋۋەتىنى تۆۋەنلىتىۋەتمەسلىكى ئۈچۈن قۇۋۋەتكە رىئايە قىلىندۇ ۋە ئۇ مۇھاپىزەت قىلىندۇ. چۈنكى، كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسى ھوشسىزلىنىش ۋە قۇۋۋەت خوراشتىن ئۆلۈپ كېتىدۇ. شۇڭا تېۋىپ قۇۋۋەتنى قانداق كۈچلەندۈرىدىغانلىقى ۋە ئۇنى ھەممىگە مەلۇم نەرسىلەر بىلەن قانداق مۇھاپىزەت قىلىدىغانلىقىغا رىئايە قىلىش لازىم. لېكىن يىرىڭلىق ئىششىق ئىچكى ئەزالاردا بولۇپ، ئامالسىز غىزانى لەتىفلەشتۈرۈشكە ئېھتىياج چۈشسە، يىرىڭلىق ئىششىق بىمارلىرىغا ياخشى غىزالارنى بېرىش لازىم.

ئىككىنچىسى، ئەھۋالنىڭ زۆرۈرىيىتى جەھەتتىن توغرىلىقتىن چەتنىگەن تەدبىردۇر. ئۇ تەدبىر شۇكى، كېسەللىك ئېغىر، يىرىڭلىق ئىششىق ئادەتتىن تاشقىرى چوڭ بولسا ۋە پىشىنى كۈتۈپ تۇرسا ھەم ئەھۋالنىڭ تېزلىك خەۋپى بولسا ياكى قۇۋۋەت بۇلارنىڭ ھەممىسنى پىشۇرالمىسا ۋە پىشۇرۇشقا ئۇرۇنسا، بۇنىڭ

پىشۇرۇشتىن باشقا تەسىرگە ئېلىپ بارىدىغانلىقى بىلىنسە، سايمانىنىڭ تېگىشى خەتەرلىك بولغان يىرىڭلىق ئىششىق ئەتراپىدىكى ياخشى ئەزالارغا تەغىنىڭ تېگىپ كېتىشىدىن ساقلىنىپ تۇرۇپ تىلىش لازىم. شۇنداقلا ماددىنىڭ پىشمايدىغان دەرىجىدە قويۇق ئىكەنلىكى بىلىنسە ياكى ئىششىق بار ئەزادىكى تەبىئىي هارارەتنىڭ پىشۇرالمايدىغان دەرىجىدە ئاز ئىكەنلىك خەۋپى بولسا ياكى تەبىئىي هارارەتنىڭ ئاجىزلىقىدىن هەقىقىي پىشۇرۇشتىن باشقا ئۆزگىرىشچانلىق خەۋپى بولسا ياكى يىرىڭلىق ئىششىق بوغۇملارغا ياكى رەئىس ئەزالارغا يېقىن بولۇپ، ئۇنىڭ بوغۇملار ۋە رەئىس ئەزالارنى بۇزۇش خەۋپى بولسا تىلىنىدۇ. ئەگەر پىشۇرۇشتا سىلىقلاشتۇرغۇچى ياكى پىشۇرغۇچى دورىلارغا تايىنىلسا، سىلىقلاشتۇرغۇچى دورا ساپ هاۋانىڭ تۆشۈكچىلەرگە ئۆتۈشىنى توسۇشى، پىشۇرغۇچى دورا يېنىك هارارەتنى قوزغىشى مۇمكىن. بۇنىڭ هەممىسى ئەزالارنى ئوفۇنەتلەندۈرۈشكە يارىمم بېرىدۇ، بۇنداق ئەهۋالدا چوڭقۇر تىلىش ۋە يېرىش لازىم. ئارقىدىن بۇنىڭغا بەك تارقىتىدىغان ۋە قۇرۇتىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. يېرىش ۋە تىلىش شۇ ئەزا نېرۋا تالاسىنىڭ ئۇزۇنىسىغا بولۇش لازىم، لېكىن تەشەنئوج يۈز بېرىشتىن ئەنسىرەپ شۇ ئەزانىڭ خىزمىتىنى بىكار قىلىش مەقسەت قىلىنسا، تالا توغرىسىغا كېسىلىدۇ ۋە خەۋپى بولغان كېسەللىكتىن سالامەت قىلىنىدۇ. تالانىڭ كۆپىنچىسى بەدەننىڭ ئۇزۇنىسىغا قاراپ ئۇزۇن بولىدۇ، لېكىن تالا ئۇزۇنلۇقىنىڭ كۆپىنچىسى سىزىق ۋە قورۇقلارنىڭ توغرىسىغا بولىدۇ. بىراق، پېشانىگە ئوخشاش مەخسۇس ئەزالاردا ئۇنداق بولمايدۇ.

يىرىڭلىق ئىششىقى يېرىلغان ۋە تىلىنغان بىمارغا سۇ، ياغ ۋە هايۋانات يېغى چۈشكەن بىرەر نەرسە قاتارلىقلارنى يېقىنلاشتۇرماسلىق لازىم. ئەگەر يۇيۇش زۆرۈر بولسا سۇ ۋە هەسەل بىلەن ياكى شاراب ياكى سىركە قوشۇلغان سۇ بىلەن يۇيۇش لازىم. ئەگەر تىلغاندىن كېيىن ئىششىق ۋە كۆيۈشۈش كۈچەيسە، يېسىمۇق زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇنىڭغا هاجەت چۈشمىسە، گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلار ۋە مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇ تىلىش يىرىك، زەرداب، ئاقما پەيدا قىلىدۇ، لېكىن تىلماي ئامال بولمىسا، بۇنىڭدىن باشقا چارە يوقتۇر. تىلىش

نېرۋا ۋە تومۇر ئاز، گۆشلۈك ئورۇنلارغا پىشقىچە قوللىنىلىدىغان ئەڭ ياخشى تەدبىردۇر. شۇنى بىلىش لازىمكى، تېرىدىن كۆتۈرۈلگەن، ئۇچى ئۇچلۇق چىلغوزا شەكلىدىكى يېرىڭلىق ئىششىق ماددا پىششىتىن ئىلگىرى ۋە پىشقاندىن كېيىن تىلىشقا ئېھتىياجلىق بولمايدۇ.

28 ـ پەسىل سىرتقى ئەزادىكى يېرىڭلىق ئىششىقلارنى پىشۇرۇشقا ۋە يېرىڭلىتىشقا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

پىشۇرغۇچى دورىلارنىڭ هارارىتى بەدەننىڭ هارارىتىگە يېقىن بولۇشى ۋە ئۇ دورىلاردا سىلىقلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بولۇشى لازىم. شۇ دورىلاردىن دەسلەپتە ئىشلىتىدىغىنى ئىلمان سۇ بىلەن نۇتۇل قىلىش ۋە بۇغداي ياكى ئارپا ئۇنىنى زىمات قىلىشتۇر. چاينالغان بۇغداي بۇ هەقتە ياخشىراقتۇر. نان، سۇ ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن ياكى موم ۋە زەپەر، ئۇششاق كۈندۈر، زۇپتى رۇمى قاتارلىقلار قىزىلگۈل يېغى ۋە توڭگۇز يېغى بىلەن زىمات قىلىندۇ ياكى ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە زىغىر ئۇرۇقى زىمات قىلىندۇ. يەنە قۇرۇق، تاتلىق، مايلىق، گۆشلۈك ئەنجۈر يالغۇز هالەتتە ياكى ئارپا ئۇنى بىلەن زىمات قىلىندۇ ۋە ئارپا ئۇنىمۇ زىمات قىلىندۇ، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا زۇپا ۋە ياۋا پىننە قوشۇلسا ياكى ئۇلار قايىنتىلغان سۇغا ئازراق تۇز سېلىنسا ياخشىدۇر. بەزىدە بۇنىڭغا هايۋانات ۋە ئۆسۈملۈك مېيى قوشۇلىدۇ. بۇنىڭدىن كۈچلۈكرەكى بەتەم يېلىمى قوشۇلغان ئاق قىچىدۇر، قۇرۇق ئۈزۈم، مىئەسائىلە، قۇننە، لادەن، ئۇدخام، سېرىقماي، مەستىكى، قوي قۇيرۇقىدىكى كىر، قىسائۇل هىمار ئۆسۈملۈكى يىلتىزى، خۇنسىياۋشان يىلتىزى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان مۇرەككەپ دورىلار زىمات قىلىندۇ، مەلهىمى جالنۇس ئابدىملىك يېغى بىلەن مۇم قوشماستىن زىمات قىلىندۇ. بولۇپمۇ بۇ مەلهەم زەيتۇن يېغىدا ئارىلاشتۇرۇلسا ياخشىدۇر. شۇنداقلا

مەلھىمى زۇلۇس ۋە مەلھىمى باسلىقۇن زىمات قىلىندۇ. بۇ ھەقتە ياخشى دورىلاردىن بىرى ئىشىشق ئۆزلۈكىدىن يېنىش ئۈچۈن ئوشەق سېلىنغان داۋائى ھەجەرى مەرقىشىشادۇر.

29 - پەسىل سىرتقى ئەزادىكى يىرىڭلىق ئىششقلارغا پىشقاندا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

ئەگەر يىرىڭلىق ئىششقنىڭ تېرىسى قېلىن ئىكەنلىكى بايقالسا، پىشىش بىلەن ئۇنىڭ ئېغىز ئېلىشىدىن ئۈمىد قىلىنمايدۇ، بۇ يەردە تومۇر، تارىمۇش ۋە نېرۋا باردۇر، شۇڭا تىلىش لازىم. چۈنكى، يىرىڭ قويۇپ قويۇلسا بۇزۇلىدۇ ۋە ئەتراپنى بۇزىدۇ. تومۇرلارنى ۋە نېرۋا تالالىرىنى يەيدۇ، بۇنىڭ ئەڭ ئېغىرراق بولغىنى ئىششق بوغۇملارغا يېقىن جايدا بولغىنىدۇر.

تىلىشتا يىرىڭ ئورنى ئىزدىلىدۇ ۋە تىلىش ئېغىزىنىڭ تۆۋەنرەك چۈشۈشىگە تىرىشچانلىق قىلىنىدۇ. لېكىن، مۇمكىن بولمىغان جايدا ئۇنداق قىلىنمايدۇ، ئەگەر يىرىڭلىق ئىششقنىڭ ئۈستىدىكى تېرە قېلىن بولۇپ، يارماقچى بولسا پەقەت ئېغىزلا يېرىلىدۇ، چۈنكى قېلىن تېرە ئارقىسىدىكى نەرسىلەرگە چاپلىشىۋالىدۇ. ئەگەر يىرىڭلىق ئىششق ئۈستىدىكى تېرە نېپىز بولسا، ئۇنىڭ ھەممىسى ئۇزۇنىسىغا تىلىنىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، يىرىڭ بار ئورۇن تۇتۇش بىلەن ئاشكارا بولىدۇ، بولۇپمۇ بارماق بىلەن بېسىلسا. يەنە بىر بارماق بىلەن باسقاندا ئازراق بېسىلغان - بېسىلمىغانلىقىغا قاراش لازىم. يىرىڭ بار ئورۇن شۇ ئورۇننىڭ رەڭگىنىڭ ئاققا مايىل بولغانلىقىدىن كۆرۈنىدۇ. يىرىڭ پىشمىغان مەزگىلدە قىزىلغا مايىل بولىدۇ، بەزىدە يىرىڭ ياخشى بولمىغاندا يىرىڭ بار ئورۇن كۆك ۋە سېرىقىقا مايىل بولىدۇ. قاراپ تەكشۈرۈشكە ئاساسلانماي تۇتۇپ تەكشۈرۈشكە ئاساسلىنىدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن سقىشنىڭ ياردىمى باردۇر، تىلىشتا يۇز قورۇقلىرىدىن ئىبارەت تەبئىي سىزىقلارنى

تىلش لازىم، بىراق زۆرۈرىيەت بولغاندا تەبئىي سىزىقلارنى تىلماسلىق لازىم، تالانىڭ ئۇزۇنسىغا ئورۇنلاشتۇرۇلۇشى تەبئىي سىزىقلارنىڭ ئورۇنلاشتۇرۇلۇشىغا قارشى ئەزالاردا يىرىڭلىق ئىششىق تەبئىي سىزىققا ئەگىشىپ تىلنسا، پىشانە تېرىسى يۇزگە ساڭگىلاپ قالىدۇ. شۇڭا سىزىقلارنىڭ ئەكسىچە تىلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئەمما يىرىققا ئوخشاش ئەزادا سىزىقنى بويلاپ تېرىنى توغرىسىغا تىلىش لازىم. ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىقنى تىلىپ، ئۇنىڭدىكى نەرسىلەر چىقىرىۋېتىلسە، يىرتىلىپ، قېتىپ، چاپلاشمايدىغان دەرىجىدە بولۇپ قالماسلىقى ۋە داۋاملىق توشىدىغان بوش ئورۇنلار پەيدا بولۇپ، يىرىڭلىق ئىششىق ئاۋۇالقىدەك قايتىلانماسلىق ئۈچۈن، تېرىنى گۆشكە چاپلاشقا ئالدىراش لازىم. ھەرقاچان يىرىڭ پاكلانسا، ئۇزۇن ئۆتمەي تولۇپ، ئەمەلىيەتتە ئاقما تۇرىگە ئۆزگىرىدۇ. ئۇنى چاپلاشتىن ئىلگىرى تازىلاش لازىم، تىلىنغان ئورۇنغا ئۇچىغا يىرىڭ رەخت يۆگەلگەن پەلكۈچ كىرگۈزۈپ، ئۇنىڭ بىلەن تازىلاش، تاتىلاش ۋە ئۇنى چاپلاش شۇنداقلا بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان بويىچە چوڭقۇر يارىلارنى تاڭغاندەك مەزمۇت تېڭىش ياخشى بولىدۇ. تىلىشتا بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن شەرتلەرگە رىئايە قىلىپ، ئاندىن بەك پىشقان، گۆشى جىق، قىزىل قان تومۇر، كۆك قان تومۇر ۋە تارمۇشلاردىن يىراق ئورۇندىن تىلىش لازىم. يۇنانلىق تېۋىپ ئەنتەلىس دېدىكى، ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق باشتا بولسا تۇز تىلىنىدۇ. تىلىشتا يىرىڭلىق ئىششىقنى چاچ يۆگۈيلەپ، ساقايغاندا تىلغان ئورۇننىڭ ئاجراپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن چاچنىڭ تۈۋى بىلەن بىرگە ئۇزۇنسىغا تىلىنىدۇ، يەنە دېدىكى، ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق كۆز ئورنىدا بولسا، توغرىسىغا تىلىنىدۇ. ئەگەر بۇرۇندا كۆرۈلسە، بۇرۇن ئۇزۇنلۇقى بويىچە تۇز تىلىنىدۇ.

ئەگەر كۆزگە يېقىن ئورۇندا بولسا، ھىلال ئاينىڭ ئۇچىغا ئوخشاش تىلىنىدۇ ۋە ئاستىغا ئېگىلىدۇ. ئەگەر ئىككى جاغدا پەيدا بولسا، تۇز تىلىنىدۇ، چۈنكى بۇ ئورۇننىڭ تۇزۇلۇشى تۇزدۇر، تۇز ئىكەنلىكى ياشانغانلارنىڭ بەدىنىدىن بىلىنىدۇ، ئەگەر ئىششىق ئىككى قۇلاقنىڭ كەينىدە بولسا، تەكشى تىلىنىدۇ، ئەگەر ئىككى بىلەك، ئىككى جەينەك، ئىككى قول، بارماقلار ۋە ئىككى يىرىق قاتارلىقلاردا بولسا، بۇلارنىڭ ھەممىسى ئۇزۇنسىغا تىلىنىدۇ. يەنە دېدىكى، ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق

ئىككى يوتىغا يېقىن ئورۇندا بولسا، يۇملاق تىلىندۇ. يۇملاق تىلىش ئۇزۇنسىغا تىلىش بىلەن بىرگە توغرىسىغىمۇ ئازراق تىلىنىدىغان تىلىشتۇر. يەنە دېدىكى، چۈنكى بۇ ئورۇن يۇملاق تىلىنمىسا، بۇنىڭغا ماددىلار يىغىلىپ ئاقمىغا ئۆزگىرىشى مۇمكىن. مەقئەتنىڭ يېنىدا بولغان يىرىڭلىق ئىششىق ئۇنىڭدا يىغىلغان ھۆللۈك ئۈچۈن تىلىنىدۇ. بىقىن ۋە قوۋۇرغىلاردىكى يىرىڭلىق ئىششىق ئەگمە ھالەتتە تىلىنىدۇ، ئەمما ئۇرۇقدان ۋە زەكەر تۈز تىلىنىدۇ.

يەنە دېدىكى، تىلىش مۇمكىنقەدەر ئىششىقنىڭ شەكلىگە ئاساسەن بولۇش تەلەپ قىلىنىدۇ. ئەمما ئىككى پاچاق ۋە ئىككى يۇقىرىقى بىلەك ئۇزۇنسىغا تىلىنىدۇ ۋە تىلىشنىڭ نېرۋىغا يېتىپ قېلىشىدىن ساقلىنىلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، تىلىش ئورۇنلار ئېتىبارى بىلەن ئوخشاش بولمايدۇ، ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق كۆزدە بولسا، كۆزنىڭ ئورۇنلاشتۇرۇلۇشىغا ئوخشاش جۈپ ھالەتتە تىلىنىدۇ، بۇرۇندا بولسا بۇرۇننىڭ ئۇزۇنلۇقى بويىچە تىلىنىدۇ. ئېڭەكتە ۋە قۇلاققا يېقىن ئورۇندا بولسا تۈز تىلىنىدۇ، چۈنكى، بۇ ئورۇنلارنىڭ تۈزۈلۈشى تۈزدۇر، بۇ، ياشانغانلارنىڭ بەدىنىدىن بىلىنىدۇ.

ئەمما، قۇلاقنىڭ ئارقىسىدىكى يىرىڭلىق ئىششىق تەكشى تىلىنىدۇ، بىلەك، پاچاق، يوتا، يۇقىرىقى بىلەك قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى ئۇزۇنسىغا تۈز تىلىنىدۇ، شۇنداقلا قورساق مۇسكۇللىرى، بەل، يىرىق، قولتۇق قاتارلىقلاردىكى يىرىڭلىق ئىششىق ئۇنىڭدا ماددا يوشۇرۇنىدىغان ئورۇن بولۇپ، ئاقمىغا ئۆزگەرمەسلىك ئۈچۈن ئۇزۇنسىغا تىلىش بىلەن بىرگە كەڭرىسىدىنمۇ ئازراق تىلىنىدۇ ۋە ئىككى ئۇرۇقدان ۋە زەكەردىكى يىرىڭلىق ئىششىق ئۇزۇنسىغا تۈز تىلىنىدۇ. بىقىن ۋە قوۋۇرغىلاردىكى يىرىڭلىق ئىششىق قوۋۇرغىلارنىڭ ئۈدۈلىدىن ھىلال ئاي شەكلىدە يېقىن تىلىنىدۇ. چۈنكى، قوۋۇرغىلار ۋە ئۇلارنىڭ ئۈستىدىكى گۆشنىڭ ئورۇنلاشتۇرۇلۇشى شۇنداقتۇر.

يەنە دېدىكى، ئۇزۇن مەزگىللىك ئىششىغان ئورۇننىڭ گۆشى ۋە ئۇنىڭ مۇسكۇل تالالىرىنىڭ ئورۇنلاشتۇرۇلۇشى تەكشۈرۈلىدۇ. چۈنكى، بىز گۆش ئۈنگەن ئورۇننىڭ تەبئىتى بويىچە تىلىشنى ۋە كېسىلىش يۈز بەرمەسلىك ئۈچۈن شۇ ئورۇن

بويىچە تىلشىنى ياخشى كۆرىمىز. ھەرقانداق ھالەتتە يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ چوڭلۇق ئېتىبارى بىلەن قىزىل قان تومۇر ياكى چوڭ تومۇر ياكى بىرەر نېرۋا ياكى مۇسكۇل تالالىرىنىڭ كېسىلمەسلىكىنى مەقسەت قىلىش لازىم. ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق كىچىك بولۇپ، ئۇنىڭدىكى نەرسىلەر بىر ئورۇندىن ئاقىدىغان بولسا، بىر ئورۇن تىلىندۇ، ئەگەر چوڭ بولسا، كۆپ ئورۇندىن تىلىندۇ. ئاندىن سول كۆرسەتكۈچ بارماق ئىششىققا كىرگۈزۈلىدۇ. ئىششىقنىڭ ئۇچىغا يەتكەنگە قەدەر تىلىندۇ، ئاندىن بىرىنچى تىلىنغان ئورۇنغا يەتكەنگە قەدەر بارماق كىرگۈزۈلىدۇ. ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق ئۇنىڭدىكى نەرسىلەرنى چىقىرىۋېتىش مۇمكىن بولمىغان مۇستەقىل ئورۇندا بولسا، شۇ ئورۇن تىلىندۇ، ئەگەر ئۇ يۇمىلاق بولسا ياكى بىر قېتىم يېرىش بىلەن ئۇنىڭدىكى نەرسە چىقمايدىغان شەكىلدە بولسا، ئاستى تەرىپىدىن ئۇنىڭدا يىغىلغان نەرسىنىڭ ھەممىسى دەرھال ئېقىش مەلۇم بولمىغان مىقدارda ئىككى ياكى ئۈچ ئورۇندىن تىلىندۇ. ئۇ يەنە دېدىكى، ئەگەر يىرىڭلىق ئىششىق بوغۇمدا بولسا ياكى ئاساسىي ئەزا ياكى سۆڭەككە يېقىن ئورۇندا ياكى شىللىق پەردىدە بولسا، يىرىڭ شۇ ئەزالاردىن بىرەرسىنى بۇزماسلىق ئۈچۈن يىرىڭلىق ئىششىق تولۇق پىششىتىن بۇرۇن تىلىشقا ئالدىراش لازىم. دەيمىزكى، بۇ يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ تەدبىرىدۇر، ئەگەر يارماي ئامال بولمىسا، ئۇنىڭ ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئېلىشى ئۈمىد قىلىنسا يېرىلمايدۇ. شۇنداقلا ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار بىلەن ئېغىز ئېلىش ئۈمىدى بولسىمۇ يېرىلمايدۇ، بەزىدە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار يېرىشنىڭ ئورنىنى باسىدۇ. كۆپىنچە تېرىنى يېرىپ ياكى ئۇنىڭدىن بىر ئاز ئېلىۋېتىپ، ئاندىن چوڭقۇرراق بولۇش ئۈچۈن ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار قويۇلىدۇ.

30 - پەسىل سىرتىدىن ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار توغرىسىدا

يامان سۈپەتلىك بولمىغان يېنىك يىرىڭلىق ئىششىقلاردا ئىسسىق سۇ ئۇنىڭ ئېغىزىنى ئاچىدۇ ۋە ئېغىز ئالدۇرىدۇ. ئەمما ئوفۇنەتلەنگەن يىرىڭلىق ئىششىققا

ئىسسىق سۇ ماددىنى تارتىقانلىقتىن بەك زىيان قىلىدۇ، ئەگەر ئىسسىق سۇنىڭ يىرىڭلىق ئىششىقنى ياخشىلىغانلىقى كۆرۈلسە، ئۇنىڭ ياخشى سۈپەتلىك ئىكەنلىكىگە ئىشەنچ قىلىنىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، مەغىزگۈلى يىلتىزىنى زىمات قىلىش ھەرقانداق داۋالاش قىيىن بولغان ئىششىقنى ئېغىز ئالدۇرىدۇ، بولۇپمۇ ھەسەل بىلەن. بۇلارنىڭ ھەممىسى گۈلسەۋسەن يېغىدا قاينىتىلىدۇ ياكى يېڭى قومۇش يىلتىزى ھەسەل بىلەن زىمات قىلىنىدۇ ياكى قۇرۇق زۇپتى رۇمى ھەسەل كۆنىكىنىڭ كىرى بىلەن زىمات قىلىنىدۇ ياكى ئۇبۇسلۇس مەلھىمى زىمات قىلىنىدۇ ياكى موم، ئۇدخام، سېرىقماينىڭ ھەربىرىدىن 340 گىرامدىن، قۇرۇق زۇپتى، ھەسەلنىڭ ھەربىرىدىن 170 گىرامدىن، زەنگاردىن 90 گىرام، زەيتۇن يېغىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ زىمات قىلىنىدۇ.

داۋائىسسەۋم ئىنتايىن ياخشىدۇر. ياكى ئوشەقتىن 180 گىرام، موم، بەتەم يېلىمنىڭ ھەربىرىدىن 120 گىرامدىن، سېرىق كىبرىت ۋە قىزىل توغرىغۇنىڭ ھەربىرىدىن 90 گىرامدىن ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بىز تەجرىبىدىن ئۆتكۈزگەن نەرسىلەر بىرى شۇكى، چىگىت مېغىزى، ياڭاق، كۈلا دەرىخى مېۋىسى، خېمىرتۇرۇچ، قاينىتىلغان كاللەكەبەسەي، قاينىتىلغان پىياز، قىچا، كەپتەر مايىقى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ زىمات تەييارلانسا، تېز ئېغىز ئالدۇرىدۇ، قىچا لوئابىغا ئارىلاشتۇرۇلغان مەلھىمى داخلىيۇن ۋە سۈتكە ئارىلاشتۇرۇلغان سوپۇنمۇ تېز ئېغىز ئالدۇرىدۇ.

يېرىشىنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان ئېغىز ئالدۇرغۇچى شۇكى، بالادۇر ھەسلى، ھۆل زۇپتى رۇمنى ئوتتا تەكشى بىرلەشتۈرۈپ تەييارلانغان مەلھەم يىرىڭلىق ئىششىققا يېرىم كۈن قويۇلسا، ئۇنى ئېغىز ئالدۇرىدۇ. كۈچلۈك نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، قەلەي ۋە ئۆچۈرۈلمىگەن ھاكىنى ئېلىپ، بىر يېرىم ھەسسە ئېگىزلىكتىكى سۇ قۇيۇپ، قاينىتىقاندىن كېيىن سۈزۈپ، شۇ سۇغا قەلەي ۋە ھاكىنى قايتا - قايتا سېلىپ، ئاندىن ئېلىپ مىس قاچىغا سېلىپ، تۇزدەك ئۇيۇغانغا قەدەر چوغ ئۈستىدە قويۇپ، شۇ تۇزدىن ئازراق ۋە ئۇنىڭ تۆتتىن بىر مىقدارى نۆشادۇر ئېلىپ بالادۇر ھەسلىنىڭ پۇرىقى بار قىچا لوئابىغا سېلىپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى زەرارىنى ئېلىپ

يۇمشاق سوقۇپ، كونا زەيتۇن يېغىغا سېلىپ، ھەممىسى بىرلەشكەنگە قەدەر چوغ ئۇستىدە قويۇپ، ئاندىن مەلھەمدەك يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنىڭدىن زىمات تەييارلىنىدۇ. بولۇپمۇ ئۇنىڭغا بالادۇر ھەسلى سېلىنسا، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا قارچىغا ياكى قۇشقاچنىڭ پوقى ياكى ئۆردەك پوقى سېلىنسا. تېۋىپلارنىڭ بەزىسى كەبىكەچ سېلىنىدۇ، دېدى.

تارقاتقۇچى دورىلاردىن ھەرقانداق ئۆتكۈر تارقاتقۇچى دورا ئەزانى ئىسىتىپ ۋە ئۇنى تەسىر قىلىدىغان ھۆل ئىسسىق تەبىئەتلىك ئىسسىق ئۆتكۈزگۈچلەر بىلەن شالاڭلىتىپ تۇرۇپ، كۈنىگە بىرنەچچە قېتىم قويۇلىدۇ، ھەرقاچان ئىششىق تارقسا، دورا قويۇش ۋە ئىسسىق ئۆتكۈزۈشنىڭ قېتىم سانى ئازلىتىلىدۇ. قاتتىقلىق پەيدا بولغان بولسا، يۇمشاش ۋە يىرىڭ ئۇيۇۋالماسلىقى ئۈچۈن قىلىنغان تەدبىر يۇمشاتقۇچى دورىلاردىن خالىي بولماسلىقى لازىم. ئەگەر يىرىڭ يوقلىپ ۋە تارقاپ قاتتىقلىق قېپقالسا، يالغۇز يۇمشاتقۇچى نەرسىلەرنى ئىشلىتىش لازىم، بۇ يىرىڭنى تارقاتقۇچى دورىلار تەنكار، قىچا، قۇشلارنىڭ مايىقى، زەرنىخ، ھاك، قەردمانە قاتارلىقلاردۇر. بۇ دورىلارغا كۈندۈر، بەتەم يېلىمى، مەستىكى، سەرپىستان قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، شۇنىڭدەك سىركە، كونا زەيتۇن يېغى بىلەن بىرلەشتۇرۇلىدۇ ۋە ساماسق بىلەن تەييارلانغان دورا، كالا بابۇنسى بىلەن تەييارلانغان دورا ۋە ئاقىرقەرھا، ياۋا ئۈزۈم، تەنكار قاتارلىقلاردىن ھەسەل بىلەن تەييارلانغان دورا زىمات قىلىنىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسىدىن بۇرۇن ئىششىق بار ئورۇن ئىسسىق سۇ بىلەن پاكىزلىنىدۇ ۋە داۋائى مەرقىشىا قويۇلىدۇ.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: مەرقىشىا تېشى ۋە ئوشەقنىڭ ھەربىرىدىن 36 گىرامدىن، باقىلە ئۇنىدىن 18 گىرام ئېلىپ، ھۆل ئۇدخام بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېرىگە سۈركىلىدۇ ۋە يىرىڭغا ئۆزلۈكىدىن چۈشۈپ كەتكەنگە قەدەر قويۇلىدۇ. چۈنكى ئۇ تېز قۇرۇتىدۇ، شۇنىڭدەك نۆشۈدۈردىن تەييارلانغان دورا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: نۆشۈدۈردىن بىر ھەسسە، قۇننەدىن بىر ھەسسىنىڭ تۆتتىن بىرى، ئاق مەدەستاندىن بىر ھەسسە ۋە بىر ھەسسىنىڭ ئۈچتىن بىرى، كونا زەيتۇن يېغىدىن بىر ھەسسە ۋە بىر ھەسسىنىڭ ئۈچتىن ئىككى ھەسسىسى ئېلىپ، ئۇنىڭدىن سۈركەلمە تەييارلىنىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار مەنپەئەت قىلمىسا، بىز ئىلگىرى سۆزلىگىنىمىزدەك يىرىش ۋە داغلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

31 ـ پەسىل ئىچكى ئەزا يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا

ئىچكى ئەزا يىرىڭلىق ئىششىقلىرىغا تازىلاش بىلەن تەدبىر قىلىش لازىم، بولۇپمۇ چوڭ تەرەت ۋە سۈيدۈكتە چىققان سەپرا پۈتۈن قانىنىڭ ناچارلىقىغا دالالەت قىلغان بولسا. قان ياخشى بولسا ياكى تېۋىپ تەبىئەت سىرتىغا ئىتتىرگەن قاندىن باشقا قانىنىڭ ياخشى ئىكەنلىكىنى مۆلچەرلىسە، ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن لەتىف، سۈيۇق شارابقا ئوخشاش مۆتىدىل دورىلار بىلەن پىشۇرۇش لازىم. داۋالاش قىيىن بولغان ئىششىقلارنى پىشۇرۇشتىكى ئاساسلىق دورىلار مۇرمەككى، دارچىن ۋە باشقا خۇش پۇراق ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارغا ئوخشاش لەتىفلەشتۈرگۈچى، قۇرۇتقۇچى دورىلاردۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاققا مايىل سۈيۇق شارابلار ئىچۈرۈلىدۇ، مۇرەككەپ دورىلاردىن تەرياق، مەسرۇدىتۇس ۋە ئەمرۇسىيا بېرىلىدۇ.

32 ـ پەسىل چىيقان توغرىسىدا

چىيقانمۇ يىرىڭلىق ئىششىقلار تۈرىدىندۇر، ئۇنىڭ كۆپىنچىسى ھەزىمنىڭ ناچارلىقىدىن ۋە قورساق توق ۋاقىتتا ھەرىكەت قىلغانلىقتىن ھەمدە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئىشلاردىن بولىدۇ. چىيقانىنىڭ ناچارراقى ئۇنىڭ چوڭقۇرراقىدۇر.

33 ـ پەسىل چىيقانىنى داۋالاش توغرىسىدا

چىيقان كۆرۈلسە ئۈچ كۈنگىچە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقنى داۋالىغاندەك داۋالىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تارقىتىش ۋە پىشۇرۇشقا مەشغۇل بولۇپ، بەزىدە

تارقىتىلىدۇ، بۇ ئاز ساندا بولىدۇ. بەزىدە پىشۇرۇلىدۇ، چىيقانىنى داۋالاشقىمۇ سەل قارىماسلىق لازىم، چۈنكى ئۇ كۆپىنچە چوڭ يىرىڭلىق ئىششققا ئۆزگىرىدۇ. زۆرۈرىيەت مىقدارى بويىچە قان ئېلىپ ئىچىنى سۇرگۈزۈپ تازىلىغاندا، يىرىڭلىق ئىششققا ئۆزگىرىشتىن خاتىرجەم بولغىلى بولىدۇ. ئەگەر چىيقاندا لوقۇلداپ ئاغرىش بولسا، ئۇنى پىشۇرۇش لازىم. چىيقان كۆپ چىقىدىغان كىشىنىڭ ئىچىنى سۇرگۈزۈش، دائىم مۇنچىغا چۈشۈرۈش ۋە چېنىقتۇرۇش يولى بىلەن تېرىلىرىنى نېپىزلەتسە چىيقان چىقىشتىن خالاس قىلىدۇ. چىيقانىنى پىشۇرغۇچى دورىلاردىن سۈت بىلەن ياكى ئەنجۈر سۈيى بىلەن سوقۇلغان مۇرمەككى چىقىدىغان دەرەخنىڭ ئۇرۇقى، قىچا ۋە ھەسەل ياكى ھەسەلنىڭ ئۆزى قاتارلىقلاردۇر. چاينالغان بۇغداي چىيقانىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ياخشىدۇر، شۇنداقلا تەنكار بىلەن يۇغۇرۇلغان قۇرۇق ئۈزۈم ياكى قىچا بىلەن بىرگە گۈلسەۋسەن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان ئەنجۈر ياخشىدۇر. مەشھۇر داۋائىل دۇمەلى، داۋائىل خەمىر ۋە چىيقانىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىدىكى دورىسى يېنىك پىشۇرىدۇ. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ئاچچىق خېمىرتۇرۇچتىن 60 گىرام، مۇرمەككى چىقىدىغان دەرەخنىڭ ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل ئۇرۇقى، سېرىقمايىنىڭ ھەربىرىدىن 45 گىرام، ئەنجۈر شىرىسىدىن 90 گىرام، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ، سۈتتە قايىنىتىپ ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى بۇ مۆتىدىلدۇر. ئەگەر چىيقان تەستە پىشىدىغان، ھارارىتى پەسەيگەن ھەم ئېغىر بولسا، چىيقانغا ھۆللۈك كېلىدىغان تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ، ئاندىن شۇ ئورۇنغا ھىجامەت قويۇلىدۇ. ئەگەر دەسلەپكى مەزگىلىدە بۇ تەدبىر قىلىنسا، زەردابلىق قان چىقىپ كېتىپ، قويۇق قان توسۇلۇپ قېلىپ، قاتتىق يارىغا ئۆزگىرىدۇ. ئەگەر چىيقان پىشىپ يېرىلمىسا، يىرىڭلىق ئىششق بايانىدا سۆزلەنگەن بويىچە ياكى دورىلار بىلەن ياكى سايمان بىلەن يېرىلىدۇ. چىيقانىنى ئېغىز ئالدۇرغۇچى ياخشى دورىلار زىغىر ئۇرۇقى، كەپتەر مايىقى، خېمىرتۇرۇچ قاتارلىقلاردۇر.

34 ـ پەسىل ئۆسمە گۆش توغرىسىدا

بۇ، نېپىز گۆشتە يۇز ببرىدىغان ئۆسمە گۆشلۈك يارىلىق ئىششىقتۇر، بۇنىڭ كۆپىنچىسى مەقئەت ۋە پەرجىدە بولىدۇ، بەزىدە ياخشى سۈپەتلىك، بەزىدە يامان سۈپەتلىك بولىدۇ.

داۋالاش

ئۆسۈپ چىققان چوڭ گۆشنى سايمان بىلەن كېسىپ، ئاندىن گۆش ئۇندۇرگۈچى مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ. بەزىدە تۇۋى ئىنچىكە بولىدىغان ئۆسمە يىپەك يىپ بىلەن ۋە ئاتنىڭ قىلى بىلەن بوغۇلىدۇ، بەزىدە بەدەنلەر ئېتىبارى بىلەن دېيىك بەردىك ۋە قەلقەدىيون، ئۆسمە گۆش ئاندىن مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ.

ئىككىنچى ماقالە

سوغۇقتىن بولغان ئىششىق ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئىششىقلار توغرىسىدا

بەدەندىكى سوغۇق خىلىتلار ۋە ئۇنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان خىلىتلار، يەنى بەلغەم، سەۋدا، يەل ۋە بۇلاردىن مۇرەككەپ بولغانلارنىڭ تۇرلىرى يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى. سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلار ياكى بەلغەمدىن ياكى سەۋدادىن ياكى يەلدىن بولىدۇ ياكى مۇرەككەپ بولىدۇ. بەلغەمدىن بولغان ئىششىقلار بەزىدە يالغۇز بەلغەمدىن بولىدۇ، بۇ ئەۋرامى رەختۇ (بوش ئىششىق) دەپ ئاتىلىدۇ، بەزىدە سۇدەك بەلغەمدىن بولىدۇ. خۇددى بىرەر ئەزادا شۇ ئەزاغا خاس سۇلۇق ئىششىقتىكى سۇ يىغىلىۋالغاندەك ياكى ئىششىقلار يۇمشاق سەلئەگە ئوخشاش يۇمشاق يىرىڭلىق ئىششىق بولىدۇ ياكى خانىزىر (لىمفا بەز ئىششىقى) غا ئوخشاش تېرىسى قاتتىق سەلئە ۋە سەۋدادىن بولغان ئىششىق ياكى ئاغرىمايدىغان قاتقان ئىششىق ياكى سەرتان بولىدۇ. بۇ ئىككىسى ئارىسىدىكى پەرق كېيىنچە تونۇلىدۇ. يەلدىن بولغان ئىششىق يەل تارقاپ بۇخاراتقا ئارىلاشقان ئىششىق بولىدۇ ياكى يەل بىر بوشلۇققا يىغىلىپ، ئۇنىڭغا مەركەزلەشكەن ئىششىق بولىدۇ، بەزىدە بۇ ئىششىقلار بىر - بىرى بىلەن ۋە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق بىلەن مۇرەككەپ بولىدۇ.

1 - پەسىل ئۇزىيما دەپ ئاتىلىدىغان بەلغەمدىن بولغان يۇمشاق ئىششىق توغرىسىدا

بۇ، ھارارەت بولمىغان ئاق، بوش ئىششىقتۇر، ماددا قانچىكى سۈيۇقراق ۋە ھۆلرەك بولسا بوشلۇق كۆچلۈكرەك بولىدۇ. ئىششىقنى بارماق بىلەن باسقاندا

ئىششىقىنىڭ ئىچىدىكى نەرسىنىڭ ئازراق قارشى تۇرۇشى بىلەن ئاسان بېسىلىدۇ. بۇ قارشىلىق يەل بۇخاراتقا ئارىلاشقان ئىششىقتا بولمايدۇ، ماددا قانچىكى قويۇقراق بولسا ئىششىق قېتىشقا مايىلراق، سوغۇقلۇق كۆپرەك بولىدۇ. بۇ ئىششىقنىڭ كۆپىنچىسى بەلغەمنىڭ بۇخارىتىدىن بولۇپ، بۇ ئىششىق يەل بۇخاراتقا ئارىلاشقان ئىششىق تۈرىدىن بولىدۇ. ئۇزىيما سەۋدادىن بولغان ئىششىقتىن قاتتىقلىقى ۋە كۆكۈچلۈكىنىڭ ئازلىقى بىلەن پەرقلىنىدۇ. ئەگەر ئىششىق ئۇرۇلۇش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدىن يۇز بەرسە، ئۇرۇلغان ئورۇنغا بەلغەمدىن باشقا ماددا تارتىلمايدۇ، شۇڭا بەلغەمنىڭ باشقىسىدىن ئىششىمايدۇ، بۇ ئاز ساندا بولۇپ، ئاغرىقتىن خالىي بولمايدۇ.

2 ـ پەسىل يۇمشاق ئىششىقنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇنىڭدا سۈرگە بىلەن تازىلاش، بەلغەم پەيدا قىلدىغان نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش زۆرۈردۇر. ئەگەر شۇ ئىشلار قىلىنسا، دەسلەپتە قۇرۇتۇش ۋە تارقىتىش خۇسۇسىيىتى بىرلەشكەن نەرسە بىلەن ماددىنى قايتۇرۇش ۋە شۇ ئورۇنىنى لۆڭگە بىلەن قاتتىق ئۇۋۇلاپ، ئاندىن قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ۋە سۇ تەگكۈزمەسلىك لازىم. دەسلەپتە ياخشى دورىلاردىن تارقىتىش خۇسۇسىيىتى كۈچلۈك ياغلارغا ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە ياكى تەنكار سۈيى ۋە كۈل سۈيىگە چۆكۈرۈلگەن يېڭى بۇلۇت ئىشلىتىلىدۇ. بۇلۇت جەۋھىرىدە قۇرۇتۇش ۋە تارقىتىش خۇسۇسىيىتى باردۇر، قاچانكى كېسەللىك كۈچەيسە، بۇلۇت چۆكۈرۈلىدىغان سىركە ئازراق ئۆتكۈر قىلىنىدۇ. ئاخىرقى مەزگىلدە بەك ئۆتكۈرلەشتۈرۈلىدۇ ۋە سىركە يالغۇز ھالەتتە ياكى تارقىتىش خۇسۇسىيىتى كۈچلۈك ياغلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇلغان ھالەتتە بۇلۇت بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا يەنە ئەنجۈر كۈلى سۈيى ۋە تال كۈلى سۈيى، بەللۇت سۈيى ۋە ئۇنىڭغا چۆكۈرۈلگەن بۇلۇت ئىشلىتىلىدۇ. ماددا باشقا تەرەپكە مايىل بولماسلىق ئۈچۈن بۇلۇت ھەممە تەرەپكە

يۆگىلىدۇ. بەزىدە بۇلۇت تېپىلمىسا، ئىككى قاتلانغان رەخت قىزىلگۈل سۈيى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. بۇ رەخت داۋاملىق ئىشلىتىلسە، بەزىدە ئۇنۇم بېرىدۇ، ھاك سۈيى كۈچلۈكرەكتۇر. قىزىلگۈل يېغى سىركە، تۇز، كۆيدۈرۈلگەن كىبرىت قاتارلىقلار بىلەن ئىشلىتىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. كىبرىتنىڭ ئۆزىمۇ ياخشى بولۇپ، نوقۇت، كاللەكەبەسەي سۈيى بىلەن بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. مامىسا دەسلەپكى مەزگىلدە يالغۇز ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ، بەزى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارمۇ ياخشىدۇر، تانا بىلەن باغلاش قويۇق ماددا بولمىغان ئىششققا مەنپەئەت قىلىدۇ، باغلاشتا ئاستىدىن ئۇستىگە قاراپ باغلاش لازىم. دەسلەپكى مەزگىلدە ئاس ئۇسارىسى ئىشلىتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن ئاس ئۇسارىسى بىلەن دورىلارنى يۇغۇرۇش ياخشىدۇر. ئەگەر بۇ ئىششىق نېرۋىلىق قېلىن ئەزادا ياكى تارىمۇشتا ياكى پەيلەردە بولسا، ئۇنىڭ دورىلىرىغا يۇمشىتىش بىلەن بىرگە پارچىلاش خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر شۇنىڭ بىلەن بىرگە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سەۋەبتىن ئاغرىق بولسا، دەسلەپتە ھۆل زۇپا، ئۇزۇم شىرنىسى، زەيتۇن يېغىدىن تەييارلانغان قىرۇتى قاتارلىقلار بىلەن ئاغرىقنى پەسەيتىش ۋە قابىز قارا شاراب بىلەن نۇتۇل قىلىش، ئۇنىڭدىن كېيىن كۆل سۈيى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى ئىشلىتىش لازىم.

ياخشى تىلالاردىن مۇرمەككى، ھۇزۇزى مەككى، سەئدى كۇفى، سەبرە، زەپەر، ئاقاقىيا، ئازراق گىل ئەرمىنى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، سىركە ۋە كاللەكەبەسەي سۈيى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ، يەنە يۇلغۇن يوپۇرمىقى، تۇز، زەيتۇن يېغى، گىل ئەرمىنى قاتارلىقلار سىركە بىلەن زىمات قىلىنىدۇ. يەنە كونا ئاغرىق ئۆچۈن مۇنچىنىڭ كىرىنى ئېلىپ قاينىتىپ، ھاك بىلەن يۇمشاق خېمىرەڭ بولغۇچە قېيام قىلىپ تىلا قىلىنىدۇ، يەنە كونا ئاغرىق ئۆچۈن شۇ ئورۇنغا زەيتۇن يېغى تىلا قىلىنىدۇ ۋە ئاغرىغان شۇ ئورۇنغا بۇلۇت ياكى سىركە ئىچۈرۈلگەن يۇڭ تېڭىپ قويۇلىدۇ. مەنپەئەتلىك نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، گۈلسەۋسەن يوپۇرمىقىنى ئېلىپ، ياخشى پىشۇرۇپ، سىقىپ، ئاغرىغان ئورۇنغا قويۇلىدۇ. چۈنكى بۇ بەك

پايدىلىق، شۇنىڭدەك سوقۇلغان زەمچە ۋە ھۇزۇرى مەككى سىركە ۋە قىزىلگۈل سۈيى بىلەن قويۇلىدۇ. مەنپەئەتى كۆچلۈك تىلالاردىن كالا تېزىكى، كۈندۈر، مىئەسائىلە، ئۆشنە، قەسبۇزەربەرە، سۇمبۇل، ئەفسەنتىن قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى پايدىلىقتۇر. ئىششىق بايانىدا ۋە مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا بوش ئىششىق ئۇچۇن سۆزلەنگەن دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە ھامىلدار ئاياللارنىڭ پۇتى كۆبجۇشكە سۈپۈرگە ياسلىدىغان قومۇش چېچىكىنى سىركىگە چۆكۈرۈپ قويۇش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ ياخشىراقى سوققاندىن كېيىن بولغىنىدۇر، گىل قىيمۇلىيا، سىركە ۋە زەمچە بىلەن ياخشىدۇر. نۇتۇللاردىن كاللەكبەسەي ياكى سېرىقچېچەك قاينىتىلمىسى سۈيى ياكى پوستى تۇرۇنجى قاينىتىلمىسى سۈيى ئىشلىتىلىدۇ. كۆبجۇشتىن ئىستىسقا ۋە باشقا كېسەللىكلەرگە ئەگىشىپ كەلگەنلىرىنى كۆبجۇشكە سەۋەب بولغان كېسەللىكنى داۋالاش يوقىتىدۇ.

3 ـ پەسىل سەلئە توغرىسىدا

سەلئە — بەلغەمنىڭ خىلىتلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدىغان يېرىڭلىق ئىششىقتۇر ۋە بەلغەمدىن پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭدىن گۆشكە ياكى ئۇماچقا ياكى ھەسەلگە ئوخشاش ياكى شۇنىڭ باشقىسىغا ئوخشاش ئۆزگىرىدىغان ئىششىقتۇر. بولۇپمۇ بوغۇملارنىڭ كاۋىكىدا پەيدا بولغان ئىششىق ياكى سەۋدادىن بولغان ئىششىققا قوشۇۋېتىش مۇمكىن بولمايدىغان قاتتىق نەرسىدۇر، لېكىن بۇ قاتتىق نەرسىنى بەلغەمدىن بولغان ئىششىق دەپ ھېسابلىدۇق. چۈنكى بۇ قاتتىقلىقنىڭ ئاساسى قويۇلۇپ، قۇرۇغان بەلغەمدۇر. بەزىدە نېرۋا ئۇيۇشۇپ سەلئەگە ئوخشايدۇ ۋە سەلئە بولمايدۇ. ئۇ، سەلئەدىن ھەر تەرەپتىن يوقالماسلىقى ۋە ئۇزۇنسىغا يوقالماي، بەلكى ئوك ـ سولغا يوقلىشى بىلەن پەرقلىنىدۇ. كۆپىنچە ئۇرۇلۇشتىن سەلئەگە ئوخشاش بىر نەرسە پەيدا بولۇپ، دەسلىپىدە ئۇنى تېگىپ داۋالسا يوقىلىدۇ ۋە تارقايدۇ.

4 - پەسىل سەلبىنى داۋالاش توغرىسىدا

سەلبىدىن بەزسىمان بولغانلىرى كېسىپ، يېرىپ داۋالىنىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا داۋاسى يوق، شۇنداقلا ھەسەلدەك سەلبە ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى ئەڭ ئۇنۇملۇك داۋالاش كېسىش ۋە يېرىشتۇر. يۇنانلىق تېۋىپ ئەنتەلىس دېدىكى، دەسلەپتە سەلبە ئۇستىدىكى تېرە سول قول بىلەن تارتىلىدۇ ياكى ياردەمچى تېۋىپ مۇمكىن بولمىغان ئۇسۇل بىلەن تارتىدۇ. چۈنكى چوڭقۇر يېرىشتىن توسۇپ قويماسلىق ئۈچۈن، سەلبىنىڭ خالتىسىنى يىرتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. تېرە ياخشى تارتىلسا يېنىكلىك بىلەن يېرىلىدۇ. چۈنكى، بەزىدە سەلبىنىڭ پەردىسى تېرىسى بىلەن بىرگە تارتىلغان بولىدۇ، شۇڭا سەلبىنىڭ پەردىسى كۆرۈنگىچە ئالدىرىماسلىق، ئاندىن تېرىنى ئىككى تەرەپتىن ئىككى قىسقۇچ بىلەن تارتىش ۋە سەلبىنىڭ خالتىسىنى گۆشتىن سويۇشقا باشلاش لازىم. چۈنكى، بەزىدە سەلبىنىڭ خالتىسىنى سويۇش مۇمكىن بولىدۇ. بەزىدە سەلبىنىڭ خالتىسى گۆشكە چاپلاشقان بولىدۇ، بۇ ۋاقىتتا سەلبىنىڭ خالتىسى خالتا ئۆزىنىڭ ئىچىدىكى نەرسىنى ھەقىقىي چىقارغانغا قەدەر ئىككى باسىدىغان سايمان بىلەن سويۇلىدۇ، چۈنكى بۇ مەھكەمرەك بولىدۇ. ئەگەر خالتا چىقرىلىپ، سەلبە كىچىك بولغانلىقتىن تېرە جاراھەت ئورنىدىن ئاشمايدىغان بولسا، قان سۈرتۈۋېتىلىدۇ ۋە جاراھەت ھەسەل سۈيى بىلەن يۇيۇلۇپ، تىكىپ گۆش ئۇندۇرۇلىدۇ. ئەگەر سەلبە چوڭ بولغانلىقتىن، تېرە بەك ئېشىپ تۇرسا، ئارتۇقىنىڭ ھەممىسىنى كېسىپ، ئاندىن داۋالىنىدۇ. ئەگەر سەلبە نېرۋىغا ياكى تومۇرغا يېقىن بولسا ۋە سويغىلى بولىدىغان بولسا، سويۇشقا بولىدۇ. ئەگەر باسقۇچى ئىككى سايمان بىلەن سويۇشقا ئېھتىياجلىق سەلبىدىن بولسا ۋە شۇنىڭدىن باشقا بىرەر نەرسىنى كېسىپ سېلىش ئەندىشىسى بولسا، سىرتقا چىققىنىنى چىقرىۋېتىپ، قالغانلىرىغا ئۆتكۈر دورا قويۇلىدۇ. سەلبىنىڭ خالتىسىدىن بىرئازمۇ قالمىغانلىقى بىلىنمىگىچە گۆش ئۇندۇرۇلمەيدۇ. چۈنكى قېپقالغىنى قايتىلىنىدۇ، ئەگەر چوڭ

سەلبە ئېلىۋېتىلسە، ئۇنىڭغا شۇ كۈنى پاختا تىقىلىدۇ ۋە دورا بىلەن داۋالىنىدۇ. يارماقچى بولغاندا سەلبەنىڭ خالتىسىنى قىسقۇچ بىلەن تارتىش لازىم. چۈنكى ئاز بولسىمۇ قېپقالسا، كېسەللىك قايتا قوزغىلىدۇ، ئەگەر سويۇپ خالتىنى سەلبە بىلەن بىرگە ئېلىۋېتىش مۇمكىن بولسا ياخشىراقتۇر، ئەگەر سەلبەنىڭ خالتىسىدىن ئازراق قېپقالسا، ئۇنىڭغا ئۆتكۈر دورا سېلىپ، ئاندىن سېرىقماي چاپلىنىدۇ. ھەسەلگە ئوخشاش يېرىڭلىق ئىششىقتا يېرىڭلىق ئىششىقنىڭ خالتىسى يېرتىلىپ كەتمەسلىككە تىرىشچانلىق قىلىش ۋە خالتىسى بىلەن چىقىرىشقا تەدبىر قىلىش لازىم. چۈنكى ئىششىقنىڭ خالتىسى يېرتىلىپ كەتسە، ئۇنى چىقىرىش قىيىن بولىدۇ، ئەگەر يېرتىلىپ كېتىپ قالسا، ئىچىدىكى نەرسىلەرنى تىكىۋېتىش، سويۇلغىنىنى بىر يەرگە يىغىپ تېڭىقلار بىلەن تېڭىش لازىم. ئەگەر ئۇنىڭدىن كۆپ نەرسە ئاقسا، تەبىئەتنى كۈچلەندۈرگۈچى نەرسىلەرنى بېرىش ئارقىلىق بىمارغا كۆڭۈل بۆلۈش ۋە ئۇخلىغاندا مۇھاپىزەت قىلىش لازىم، بەزىدە بىمار تېز ھوشسىزلىنىدۇ، بۇ ۋاقىتتا ھوشسىزلىنىش خەۋپى بولغان ئادەمنى داۋالىغاندەك داۋالاش لازىم.

سەلبە بىمارلىرىنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ كېسىلى ئېغىر، مىزاجى ئاجىز بولغانلىقتىن سويۇشقا، ئۆتكۈر دورىلارغا ۋە يېرىشتىن باشقىسىغا بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. شۇڭا، ئۇلارنىڭ سەلبەسىنى يېرىش، چىققان نەرسىلەرنى چىقىرىۋېتىش، خالتىسىغا تېگىش قىلماي، بەلكى ھەر كۈنى ئۇنىڭدا يىغىلغان نەرسىنى چىقارغاندىن كېيىن ئۇنىڭغا ئېرىتىپ ئىللىتىلغان سېرىقماي قۇيۇلىدۇ. چۈنكى، خالتا ئوفۇنەتلىنىدۇ ۋە ئۆزلۈكىدىن چىقىدۇ. ھەسەلدەك يېرىڭلىق ئىششىقنى ياخشى داۋالاش شۇكى، دەسلەپتە ئىسسىق نەرسىلەر بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ، ئاندىن ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم زىمات قىلىنىدۇ. بۇنىڭدا تېرىنى سويۇپ، ئاندىن ئۇنىڭغا مەلھەم قويۇش ياخشىراقتۇر. بەزىدە ھاك، سوپۇن، كۈل ۋە بۇ دورىلارنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان يېرىڭلىق ئىششىقنى ئېغىز ئالدۇرۇش تۇغرىسىدا سۆزلەنگەن دورىلارغا ئوخشاش ئۆتكۈر دورا تېرىنى سويۇشتا مەلۇم ئورۇنغا يېتىدۇ. يەنە ھاكتىن 12 گىرام، كۆيدۈرۈلگەن ھاراق لېيى ۋە قىزىل توغرىغۇنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، گىل ئەرمىنىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، كۈل سۈيىدە ئازراق قاينىتىپ، قوغۇشۇن قاچىغا سېلىپ، قۇرۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن دائىم نەمدەپ تۇرۇپ زىمات

قىلىندۇ. تۆۋەندىكى دورا سۆگەل، بەز ئۆسمىسى ۋە ئۇنۇك ئوخشاشلىرى ئۇچۇن ياخشى دورىدۇر.

ئۇنۇك نۇسخىسى: خەربەق ۋە قىزىل زەرنىخنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى ھەسسىدىن، مىس قىرىندىسىدىن تۆت ھەسسە ئېلىپ، بۇلاردىن قىزىلگۇل يېغى بىلەن سۇركەلمە تەييارلىنىدۇ. ياكى چاقماقتوت ئۇرۇقى، مىس قىرىندىسى ۋە زەرنىخ قاتارلىقلاردىن قىزىلگۇل يېغى بىلەن سۇركەلمە تەييارلىنىدۇ. ھەسەلدەك يىرىڭلىق ئىششىق ۋە بارلىق يىرىڭلىق ئىششىق، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە يۇمشاق خىلىت بار ئىششىق قاتارلىقلارغا ياخشى زىماتلاردىن بىرى شۇكى، لادەن، كاكىنەچ، ئوشەق، مۇقەل، ھەسەل ھەربىسى كۆنىكىنىڭ كىرى، بەتەم يېلىمى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ زىمات تەييارلىنىدۇ. بەك كۆيۈشتۇرمەيدىغان ئېرىتىلىدىغان دورىلاردىن تۆۋەندىكى دورىلار باردۇر، تەنكار ۋە خەربەقتىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، ئۇنىڭدىن موم ۋە قىزىلگۇل يېغى بىلەن موم يېغى تەييارلىنىدۇ. يەنە ھاك، سىرىق زاك، زەرنىختىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئىشلىتىلىدۇ. سەلئەگە ئوخشايدىغان بەز ئۆسمىسى نېرۋا ئۈيۈشۈپ قېلىشنىڭ بىر تۈرىدۇر، ئەگەر ئۇنى سەلئەگە ئوخشاش چىقىرىۋېتىش مۇمكىن بولسا ۋە شۇنىڭدىن نېرۋىغا ياكى ئۇنىڭدىن باشقا قوشنا ئەزاغا زىيان بولمىسا چىقىرىلىدۇ. ئەگەر قولدا ۋە پۇتتا ياكى نېرۋا ۋە تارىمۇشلارغا تۇتاش ئورۇندا بولسا، ئۇنى چىقىرىپ، بىمارنىڭ تەشەننۇج بولۇشىغا ئۇرۇنماي، بەلكى ئۇنى ئېزىپ، ئۇستىگە ئۇ كىچىكلىگىچە ئېغىر نەرسە تېڭىپ قويۇلىدۇ. بۇنداق ئىششىقنىڭ ئالامتى شۇكى، قول بىلەن بېسىش ئەزانى سېزىمسىزلاندۇرىدۇ.

5 ـ پەسىل بەز ئىششىقلىرى توغرىسىدا

بەزى ئەزالاردا پىندۇق ياكى ياڭاقتەك ۋە ئۇنىڭدىن كىچىكرەك بەزلىك ئىششىق پەيدا بولىدۇ. كۆپىنچە بۇ ئىششىق ئالقان ۋە پېشانىلەردە بولىدۇ، بەزىدە دەسلەپتە بارماق بىلەن باسسا بىلىنىدىغان، ئاندىن ئەسلىگە كېلىدىغان بولىدۇ، بەزىدە ئەسلىگە كەلمەيدۇ. ئۇنى داۋالاش سەلئەنى داۋالاشقا ئوخشاشتۇر. بەزىدە ئېزىپ

يېرىپ، ئاندىن ئۇستىگە ئېغىر قوغۇشۇننى قاتتىق تېڭىپ كېچىكلىتىش كۇپايە قىلىدۇ. بولۇپمۇ قوغۇشۇن ئاستىغا ھەممىگە مەلۇم كېچىكلەتكۇچى تىلالارنى تىلا قىلىش ۋە ئىششىق كېچىكلىگەندىن كېيىن تېڭىش لازىم. چۇنكى بۇ قايتا قوزغىلىشنى چەكلەشكە يارىدەم بېرىدۇ.

6 ـ پەسىل بەزلىك مۇدۇرلار توغرىسىدا

بەزىدە كېچىك بەزلىك مۇدۇرلار پەيدا بولىدۇ، ئۇنى داۋالاشتا يېرىش ۋە ئۇنىڭدىكى نەرسىنى سقىپ چىقىرىش ھەم ئۇستىگە قوغۇشۇن تېڭىش لازىم.

7 ـ پەسىل فۇجەشلا توغرىسىدا

فۇجەشلا بەز ئىششىقلىرى تۇرىدىندۇر، گويا بۇ نامغا قۇلاقنىڭ ئارقىسىدا بولىدىغان ئىششىق خاس بولغىنىدەك. بۇ ئىششىقنىڭ ئورنىدا بولىدىغان نەرسىلەرنىڭ ھەممىسى توغرىسىدا ئومۇمىيۈزلۈك سۆزلىدۇق، ئۇنى داۋالاش بەز ئىششىقلىرى بايىاندا ۋە قۇلاق ئارقىسى ئىششىقلىرى بايىاندا سۆزلەنگەن داۋالاشتۇر. بۇنىڭغا خاس بولغان نەرسىلەردىن بىرى، تۇزلانمىغان كونا چاۋا ياغ بىلەن يۇغۇرۇلغان قۇلۇلە كۇلى بولۇپ، ئۇنىڭ ئوخشىشى يوقتۇر. يەنە ئاغمىخاننىڭ كۇلىنى گۇلسەۋسەن يېغىدىن تەييارلانغان قىرۇتنغا ئارىلاشتۇرۇپ كونىرىتىپ ئىشلىتىلىدۇ، بۇ خانازىرغىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

8 ـ پەسىل خانازىر توغرىسىدا

خانازىر سەلئەگە ئوخشايدۇ ھەم سەلئەدىن بىر يەرگە ئورۇنلىشىۋالماسلىقتا پەرقلىنىدۇ، چۇنكى خانازىر گۆشكە چاپلاشقان بولۇپ، كۆپىنچە بوش گۆشتە يۈز

بېرىدۇ ۋە نېرۋىلىق پەردىسى بولىدۇ. بەك چوڭ بىر دانە خانازىر ئاز ساندا بولىدۇ، بەزىدە بىر خانازىردىن كۆپ خانازىر پەيدا بولۇپ، شۇ خانازىردىكى سۆگەللەرگە ئوخشايدۇ. بەزىدە بىرنەچچە تۇگۇنچە تىزىلىپ بىر تىزىق مارجانغا ئوخشايدۇ، خانازىر ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئاغرىمايدىغان بەزلىك ئىششىقلاردۇر، خانازىرنىڭ بەزىسىگە ئاغرىق قوشۇلۇپ كېلىدۇ، ئۇ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ياكى قىچىشتۇرغۇچى ماددا ئارىلىشىدىغىنىدۇر. بەزىسىگە ئاغرىق قوشۇلمايدۇ، ئۇ داۋالاش ئەڭ قىيىن بولغىنىدۇر، بەزىدە خانازىرنى داۋالاشتا يېرىشقا ۋە ئوفۇنەتلەندۇرۇشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بويۇن ۋە باش تەرەپتە ئاسان خانازىر پەيدا بولىدىغان كىشىلەر ھۆل مىزاجلىق، بوينى قىسقا كىشىلەردۇر، خانازىر ئەڭ كۆپ پەيدا بولىدىغان ئورۇنلار بويۇن ۋە قولتۇق ئاستىدۇر. ئۇ، تۇگۇزلار ئاچ كۆز بولغانلىقتىن توگگۇزلاردا كۆپ پەيدا بولغانلىقى ئۈچۈن ياكى خانازىر بولغان بىمارنىڭ بويۇن شەكلى توگگۇزنىڭ بوينىغا ئوخشاپ قالغانلىق سەۋەبىدىن خانازىر (توگگۇز) دەپ ئاتالغان بولۇشى مۇمكىن. خانازىرنىڭ بىخەتەرەكى كىچىك بالىلاردا يۈز بەرگىنىدۇر، ئېغىرراقى ياشلاردا يۈز بېرىدىغىنىدۇر.

داۋالاش

خانازىر بىمارلىرىنى داۋالاشتا تاينىلىدىغان ئاساس تازىلاش ۋە يېنىك تەدبىر قىلىشتۇر، ياخشى تازىلاشتا قەيي قىلدۇرۇش ۋە قويۇق بەلغەمنى سۈرۈش لازىم، بولۇپمۇ ھەببى ۋاسىل دەپ مەشھۇر بولغان ھەب بىلەن. يەنە تۇربۇت، زەنجۈىل، شېكەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئالتە گىرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ، بۇ قويۇق بەلغەمنى سۈرۈش بىلەن بىرگە قىزىتمايدۇ ۋە ئۇچەيي شىللىق پەردىسىنى سويمايدۇ. قان ئېلىشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ، قان ئېلىش شەكسىز قىيىن تومۇردىن بولۇش لازىم، ئەمما يېنىك تەدبىر قىلىش، قويۇق غىزالاردىن، غىزا ئۇستىدىن سۇ ئىچىشتىن، تاماق سىڭمەسلىك، ماددا تولۇش قاتارلىقلاردىن يىراق بولۇش، مۇمكىنقەدەر ئاچ قويۇش ۋە باشنى ماددىغا توشقۇزۇۋېتىدىغان ھەرقانداق نەرسىنى تەرك ئېتىش ۋە

شۇنداقلا باش قىسمىغا ماددا مايىل بولۇشتىن ساقلاش لازىم. مەسىلەن: ئۇزۇن ۋاقىت ئېگىشىپ تۇرۇش، پەس ياستۇقتا يېتىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش. كۆپ سۆزلەش، باش ئاغرىقى، ئاچچىقلىنىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش باشقا ماددا تارتىدىغان پائالىيەتلەردىنمۇ ساقلىنىش لازىم.

كۆپىنچە ئەھۋالدا خانىزىر بىمارىغا ھىجامەت قويۇش مۇۋاپىق كەلمەيدۇ، بۇنداق بولۇشى ھىجامەت قويۇش خانىزىر ماددىسىنى ۋە ئۇنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان ماددىلارنى تازىلاشقا ئىمكانىيەت بەرمەي، بەلكى خانىزىرغا ماددىنى تارتىدۇ ۋە سۇيۇق قانىنى چىقىرىش بىلەن ماددىنى قويۇلدۇرىدۇ. كۆپىنچە ھىجامەت خوراش ۋە تارقاشقا باشلىغان خانىزىرنى تۇنجى ھالىتىگە قايتۇرىدۇ. خانىزىر تەدبىرىنىڭ ئومۇمىيسى كېسەللىك جەھەتتىن ئاغرىق كۆرۈلمىگەن قاتتىق ئىششىقنىڭ تەدبىرىگە ئوخشايدۇ. خانىزىر چوڭ بولسا، ئۇنى سايمان بىلەن ۋە ئۆتكۈر دورا بىلەن جاراھەتلەندۈرۈپ داۋالاشتىن يىراق قىلىنىدۇ. بۇ خىل داۋالاش خانىزىرنىڭ يارا بولۇشى ۋە ئۇنىڭ بۇزۇلۇشىغا ئېلىپ بارىدۇ، شۇڭا بۇنداق كېسەللىكنى تازىلاشتا غىزادا يېنىك تەدبىر قىلىش، تارقاتقۇچى دورىلارنى يېنىك ئىشلىتىش لازىم. سەلىخىيىنلارغا مەنسۇپ بولغان مەلھەمى رۇسۇلنىڭ يارىغا ئۆزگەرگەن ئېغىر خانىزىرغا چوڭ تەسىرى بارلىقىنى بايقىدۇق، لېكىن بۇنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىش لازىم.

خانىزىرغا ياخشى مەلھەمدىن بىرى مەلھەمى داخلىيۇندۇر، بەزىدە بۇ مەلھەمگە ئۇ مەلھەمنىڭ تەسىرىنى كۈچەيتىدىغان باشقا دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. مەسىلەن: گۈلسەۋسەن يىلتىزىغا ئوخشاش. چۈنكى گۈلسەۋسەن يىلتىزىنىڭ بۇ ھەقتە خاسىيىتى باردۇر، شۇنداقلا قوي مايىقى، ئۆچكە مايىقى، ئاق قىچا، قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى يىلتىزى، ياۋا ئۈزۈم، چۈشۈپ قورۇلغان ئەنجۈر ياكى باقىلە ئۇنى، ئاچچىق بادام، مۇقەل قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار مەلھەمگە بىرلەشتۈرۈپ ئىشلىتىلىدۇ.

ياخشى مەلھەملەردىن بىرى تۆۋەندىكى مەلھەمدۇر: ئارپا ئۇنى، باقىلە ئۇنى، غاز يېغىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، شەھمەنزەل يىلتىزى، زەمچە، گۈلسەۋسەن

يىلتىزى، ھۆل زۇپتى رۇمنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، غاز يېغى ۋە زۇپتى رۇمنى زەيتۇن يېغىدا ئېرىتكەندىن كېيىن، باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، كونا زەيتۇن يېغى بىلەن بىرلەشتۈرۈلىدۇ. جالىنۇس «قاتاجانىس»① تا سۈپەتلىگەن قاتقان ئىششقىنى بىر ھەپتىدە ياكى ئۈچ كۈندە تارقىتىدىغان ياخشى مەلھەم قىچا، چاققاقئوت ئۇرۇقى، كىبرىت، كۆپۈكى دەريا، زىراۋەندە، مۇقەل، ئوشەق، كونا زەيتۇن يېغى، موم قاتارلىقلاردىن تەييارلىنىدۇ.

تۆۋەندىكى بۇ دورىمۇ ياخشىدۇر: شۇمشىدىن تۆت ھەسسە، ھاك، قىزىل توغرىغۇنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، ھەسەل بىلەن بىرلەشتۈرۈلىدۇ، يەنە قسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى يىلتىزى، بەتەم يېلىمى بىلەن سوقۇلغان غار يوپۇرمقى ياكى بەتەم يېلىمى بىلەن بىرلەشتۈرۈلگەن قسائۇل ھىمار يىلتىزى ۋە غار يوپۇرمقى، يەنە كۇرسىنە ئۇنى، ئۆچكە ۋە قوي مايىقى، بولۇپمۇ تاغ ئۆچكىسى ۋە قوينىڭ مايىقى، كىچىك بالىنىڭ سۈيدۈكى بىلەن بىرلەشتۈرۈلۈپ سۈركەلمە تەييارلىنىدۇ. يەنە تۆۋەندىكى بۇ دورا ئىشلىتىلىدۇ: مۇرمەككىدىن 30 گىرام، ئوشەقتىن 21 گىرام، بەللۇت يېلىمىدىن 15 گىرام، قۇننە، ھەسەل ھەربىسى كۆنىكىنىڭ كىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسى يۇمشاق سوقۇلىدۇ. يەنە چاينالغان دىبىق ۋە ئۇدخامنىڭ ھەربىرىدىن 340 گىرام، قۇننىدىن 90 گىرام ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسى ھاۋانچىدا بىرلەشتۈرۈلىدۇ، بۇ ياخشى سۈركەلمىدۇر.

ياخشى دورىلاردىن موم، چىلغوزا دەرىخى يېلىمى، تۇزلانمىغان توڭگۇز يېغى، تاغ كۈدىسى، زەنگار قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، سۈركەلمە تەييارلىنىدۇ. يەنە ئۇدخام، مىس قىرىندىسىنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى ھەسسىدىن، زەمچە، زەرنىخنىڭ ھەربىرىدىن تۆت ھەسسىدىن ئېلىپ، بۇلاردىن سۈركەلمە تەييارلىنىدۇ.

ياخشى دورىلاردىن بىرى داۋائى قەتران، داۋائى قسائىل ھىمار، داۋائى كۈندۈش ۋە ئەسىندۇس دەپ ئاتىلىدىغان دورا ۋە يىلانلار بىلەن تەييارلىنىدىغان دورىلاردۇر. يىلانلاردىن تەييارلىنىدىغان دورىلارنىڭ ئاددىيراقى شۇكى، ئۆلۈك يىلان ھېكمەت لېيى بىلەن لايلانغان ۋە قىزىق تونۇرغا قويۇلغان قازاندا

① قاتاجانىس — جالىنۇسنىڭ كىتابلىرىنىڭ بىرى بولۇپ، تېۋىپلار تەرجىمھالدا تەرجىمىسى بىلەن سۆزلىنىدۇ.

كۆيدۈرۈلىدۇ، ئاندىن تەڭ مىقدارىدىكى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلغان دورىلار باراۋىرىدىكى سىركە بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.

ياخشى دورىلاردىن بىرى قەردمانە، ئاق قىچا، كەپتەر مايىقى قاتارلىقلارغا زەيتۇن يېغى قوشۇپ تەييارلانغان دورىدۇر، بۇلارنىڭ ھەممىسى يەككە ھالەتتىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنداقلا كۇرسىنە ئۇنى بۇ دورىلار بىلەن بىرگە ياكى ياڭغۇز ھالەتتە، سىركە ۋە ھەسەل بىلەن ياكى زۇپتى رۇمى، موم، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلار بىلەن مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە ياۋا تاغ ئۇزۇمى، قىزىل توغرىغۇ، ئۇدخام، كۇرسىنە ئۇنى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەسەل ۋە سىركە بىلەن بىرلەشتۇرۇلىدۇ ياكى گۈلسەۋسەن يىلتىزى ۋە زىغىر ئۇرۇقنى شارابتا قاينىتىپ، ئاندىن زۆرۈر مىقدارىدا كەپتەر مايىقى سېلىپ، ئۇلاردىن زىماتقا ئوخشاش نەرسە تەييارلىنىدۇ، بۇ بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. تاغ تۆگسىنىڭ سۈيدۈكىنى تەجرىبە قىلىپ، بۇنىڭغا خانىزىرنىڭ دورىلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ قويۇلدۇرغىنى مەنپەئەتلىك بولدى، مۇغاس بەك مەنپەئەتلىك زىماتلاردىندۇر. تېۋىپلارنىڭ بەزىسى (ئۇ كىندىدۇر) شۇنداق دېدىكى، ئۆچكە مۇڭگۈزىنىڭ ئىچكى قەۋىتى كۆيدۈرۈلۈپ، كۈنىگە ئالتە گىرامدىن بىر ھەپتە ئىچۈرۈلسە خانىزىرنى ساقايتىدۇ، بۇنى ھەر ئايدا بىر ھەپتە ئىشلىتىش لازىم.

شۇنى بىلىش لازىمكى، خانىزىرنىڭ بەزىسى ئازراق سەرتان خاراكتېرلىك بولىدۇ، بۇنداق خانىزىردا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئىسسىق دورىلارنى قىزىلگۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ بىرقانچە كۈن قويۇپ ئاندىن ئىشلىتىلىدۇ. ئەمما مىزاجى ئىسسىقراق كىشىلەردىكى خانىزىرغا تارتقۇچى دورىلارنى كۆپ ئىشلەتمەي، بەلكى بۇغداي تالقىنىغا ئوخشاش نەرسىنى يۇمغاقسۇت سۈيى بىلەن ئىشلىتىپ بولدى قىلىش لازىم. بۇنىڭدىن كۆچلۈكرەكى مۇرمەككىدىن بىر ھەسسە، ھۇزۇزى مەككىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، يۇمغاقسۇت سۈيى بىلەن يۇغارغىنىدۇر. يۇمغاقسۇت سۈيىنى ۋە باشقا دورىلارنى كۆپەيتىش تەدبىرى بىمارنىڭ ئەھۋالى ۋە كۆيۈشۈشنىڭ كۈچلۈك ياكى ئاجىزلىق ئېتىبارى بىلەن بولىدۇ.

خانىزىرغا مەنپەئەتلىك دورىلاردىن بىرى، پوستىنى ئېلىۋېتىپ كۆيدۈرۈلگەن شاپتۇل مېغىزىنىڭ يېغىنى بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتىشتۇر. ئەگەر خانىزىرنى داۋالاشتا

سايمان ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشسە، كۆپ تومۇرلارغا، رەئىس تومۇرلارغا ۋە نېرۋىغا قوشنا بولغان خانازىردا ئەتراپىغا تېگىپ كېتىشتىن ساقلانغان ئاساستا، ئېھتىيات قىلىپ تۇرۇپ ئىشلىتىش لازىم. چۈنكى بىر ئادەم خانازىرنى يېرىشتا خاتالشىپ، قايتقۇچى نېرۋىنىڭ بىر شاخچىسىغا تەگ پېتىپ، ئاۋازنى يوقىتىۋەتتى، ئەگەر تەگ نېرۋىغا يەتمەي، لېكىن نېرۋىنى سوغۇق يېتىش ئۈچۈن ئېچىپ، نېرۋىنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇپ، ئىسسىتىش بىلەن ئۇنىڭ مىزاجى ئەسلىگە كەلتۈرۈلگەنگە قەدەر نېرۋىنىڭ خىزمىتى يوقىلىدۇ، بەزىدە خاتالشىپ تەگ بويۇن ۋېنا تومۇرىغا تېگىپ كېتىدۇ، بويۇن تومۇرىنىڭ ئەڭ خەتەرلىكى چوڭقۇر ئورۇنداكسىدۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن ساغلام تەرەپتىن تېرىنى سويغاندا خانازىرغا يانداشقان تەرەپنىمۇ تۇتۇش لازىم، قالغانلىرىنى ئۆتكۈر دورا يوقىتىدۇ ۋە كېسەللەنگەن تەرەپكە تېگىش قىلىنمايدۇ.

9 ـ پەسىل قاتقان ئىششىق توغرىسىدا

سەقىيرۇس خالىس دەپ ئاتىلىدىغان قاتقان ئىششىق سېزىم ۋە ئاغرىق قوشۇلۇپ كەلمەيدىغان ئىششىقتۇر. ئەگەر بۇ ئىششىقتا ئازراق سېزىم قېپقالسا، ئۇ سەقىيرۇس خالىس ئەمەستۇر، سەقىيرۇس خالىس ۋە ئازراق سېزىم بار سەقىيرۇس غەيرى خالىس ئاغرىق يوق ئىششىقتۇر. سەقىيرۇس يالغۇز ئەسلى چۆكمىلىك سەۋادىن بولۇپ، ئۇنىڭ رەڭگى سېرىق بولىدۇ ياكى بەلغەمگە ئاربلاشقان سەۋادىن بولۇپ، ئۇنىڭ رەڭگى بەدەن رەڭگىگە مايىلراق بولىدۇ ياكى يالغۇز بەلغەمدىن بولۇپ، قېتىۋالغان بولىدۇ.

كۆپىنچە ئەھۋالدا سەقىيرۇس خالىسنىڭ رەڭگى قوغۇشۇن رەڭگىدە بولىدۇ، بۇ بەك تارتىشقان ۋە قاتتىق بولىدۇ. بەزىدە ئىششىق ئۈستىگە سېرىق تۈك چىقىدۇ، بۇ ساقايمايدۇ. بەزىسىنىڭ رەڭگى بەدەن رەڭگىدە بولىدۇ، ئۇ بىر ئەزادىن يەنە بىر ئەزاغا يۆتكىلىدۇ، بۇ قۇنۇس دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە بەدەن رەڭگىدە قاتقان، چوڭ بولۇپ، ساقايمايدۇ ۋە قەتئىي يۆتكەلمەيدۇ.

ھەرقانداق سەقىيرۇس دەسلەپتە باشلىنىدۇ، بۇ ئاز - ئازدىن كۆرۈلۈپ كۆپىيىدۇ ياكى قاندىن بولغان ئىششىق ياكى سەپرادىن بولغان ئىششىق ياكى بوش ئورۇندىكى يىرىڭلىق ئىششىقتىن ئىبارەت باشقا ئىششىقتىن ئۆزگىرىدۇ. ئىچكى ئەزالاردا يۈز بېرىدىغان قاتقان ئىششىقنىڭ كۆپىنچىسى چاپلاشقاق، سوۋۇتقۇچى غىزالار ۋە دورىلار بىلەن داۋالانغاندا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن كېيىن يۈز بېرىدۇ. سەقىيرۇس بەزىدە سەرتانغا ئۆزگىرىدۇ، سەقىيرۇسنىڭ سەرتانغا يېقىن ۋە يىراقلىقى سەقىيرۇستىكى ھارارەتنىڭ كۆپ ۋە ئازلىق ئېتىبارى بىلەن ۋە ئۇنىڭدا لوقۇلداپ ئاغرىشنىڭ يوشۇرۇن ۋە ئاشكارا بولۇش ئېتىبارى بىلەن، شۇنداقلا سەقىيرۇس ئەتراپىدا تومۇرلارنىڭ كۆرۈنۈش ۋە كۆرۈنمەسلىك ئېتىبارى بىلەندۇر.

داۋالاش

بۇ ئىششىقلاردىن سېزىمى بارلىرىنى داۋالاش ۋە بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن كېسەللىكنى پەيدا قىلغۇچى خىلىتنى چىقىرىدىغان نەرسىلەرگە تايىنىش لازىم. بەزىدە قان تارقىتىدىغان ۋە يۇمشىتىدىغان نەرسىلەر كۆپ بولسا تازىلىنىدۇ، قان ئېلىنىدۇ. تارقىتىدىغان، قۇرۇتىدىغان نەرسىلەر بىلەن داۋالانمايدۇ. ئەگەر ئۇنىڭ بىلەن داۋالانسا قويۇق قىسمىنى قۇرۇتۇپ، لەتىپ قىسمىنى تارقاتقانلىقتىن، بەك قېتىۋېلىشقا ئېلىپ بارىدۇ. بۇ خىل ئىششىقنى داۋالاش ئىككى باسقۇچ بويىچە بولىدۇ. بىرىنچى باسقۇچ، تارقىتىش ئۇچۇن كۆپ قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بولمىغان نەرسىلەر بىلەن داۋالاشتۇر. چۈنكى ھەرقانداق تارقاتقۇچى كۆپىنچە قۇرۇتىدۇ، ھۆللىگۈچى ئىنتايىن ئاز تارقىتىدۇ، بۇ دورىنىڭ ئىسسىقلىق دەرىجىسى ئىككىنچى دەرىجىدىن ئۈچىنچى دەرىجىگىچە بولۇش، قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بىرىنچى دەرىجىدە بولۇش لازىم. ئىككىنچى باسقۇچ يۇمشىتىش ئۈچۈندۇر، بۇ ئىككى باسقۇچ ئارقىمۇئارقا ۋە بىر - بىرىگە يارىدەم بەرگۈچى بولىدۇ.

تارقىتىش باسقۇچىدا شۇ ئەزانى ئاچ قويۇش ۋە قارشى تەرەپنى ھەرىكەتلەندۈرۈش، چېنىقتۇرۇش ۋە ئاغرىتىش بىلەن ئوزۇقلۇقنى قارشى تەرەپكە

تارتىش لازىم. يۇمشىتىش باسقۇچىدا ئەزانى تويۇندۇرۇش ۋە ئۇۋۇلاش ھەم شۇنىڭغا ئوخشاش ئىشلار ۋە زۇپتى رۇمنى تىلا قىلىش بىلەن شۇ ئەزاغا ئوزۇقلۇق تارتىش لازىم. ئەزانىڭ شالاڭلىقى، زىچلىقى ۋە قېتىشنىڭ كۈچلۈك ۋە ئاجىزلىق ئېتىبارى بىلەن تارقاتقۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى دورىلارنى كۈچەيتىشكە بولىدىغان ئېھتىياج ئوخشاش بولمايدۇ. دورىلارنى مۇرەككەپلەشتۈرۈشتە قۇۋۋەتلىك دورىلارنى بىرلەشتۈرۈش لازىم. مۇنچىغا كۆپ كىرگۈزۈپ، ماددىنىڭ لەتىف قىسمىنى تارقىتىپ، قويۇقنى يىغىۋالماسلىق ۋە بەك يۇمشاتماسلىق لازىم.

ئازراق تارقىتىش خۇسۇسىيىتى بار يۇمشاتقۇچى دورىلار توخۇ، غاز، موزاي، ئۆكۈز، بولۇپمۇ بۇغا قاتارلىقلارنىڭ چاۋا مايلىرى ۋە يىلىكلىرى، شۇنىڭدەك تېكە ۋە ئېشەكنىڭ چاۋا مېيى (ئېشەكنىڭ چاۋا مېيى بۇ ئىشىشق ئۇچۇن ياخشىدۇر)، بۆرە، شىر، ئېيىق، تۈلكە ۋە ئۇچار قۇشلارنىڭ چاۋا مايلىرى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بۇ چاۋا مايلارنى تارقىتىش ئۈچۈن تەيىارلىغاندا ئوشەق، مۇقەل، كاكىنەج، مىئەسائىلە، مەستىكى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇش، يۇمشىتىش ئۈچۈن تەيىارلىغاندا شۇ ياغلارنى يالغۇز ھالەتتە ئىشلىتىش لازىم. يۇقىرىدا سۆزلەنگەن چاۋا ياغلارنىڭ ئەڭ ياخشىسى شىر ۋە ئېيىق يېغىدۇر. شۇمشا ۋە زىغىر ئۇرۇقى لوئابنىڭ تارقىتىش ۋە يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتى باردۇر، بۇ چاۋا مايلار ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش يۇمشاتقۇچىلاردا قەتئىي تۇز بولماسلىقى لازىم. چۈنكى، تۇز قۇرۇتقۇچى ۋە قاتۇرغۇچىدۇر. يۇمشاتقۇچى دورىلارنىڭ تەسىرى قۇياشنىڭ مومغا تەسىر قىلغىنىدەك يۇمشىتىشى ۋە ئېرىتىشى، بىراق قۇرۇتۇۋەتمەيدىغان بولۇشى لازىم.

ئازراق يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتى بار تارقاتقۇچى دورىلار مۇقەل سەقلەبى[①]، كونا زەيتۇن يېغى، خېنە يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى، كاكىنەج، لادەن، مىئەسائىلە، ھۆل زۇپا قاتارلىقلاردۇر. بۇلارنىڭ ياخشىراقى يېڭىراق، قۇرۇتۇشى تۆۋەنرەك،

① مۇقەل سەقلەبى ياكى مۇقەل سەقلى — بۇ، ئەرەب يۇرتىدا بولىدىغان دەرەخنىڭ يېلىمىدۇر، دەرەخلىق زېمىنىدا ۋە ئۇمماندا كۆندۇرغا ئوخشاش دەرەخنىڭ توپا رەڭ ۋە قارىغا مايىل يېلىمى مۇقەل سەقلىدۇر. كۆپىنچە بۇ مەغرۇبتىن كەلتۈرۈلىدۇ، مۇقەل خورمىغا ئوخشاش مېۋىسى ھۆل، نەھشى دەپ ئاتىلىدىغان دەرەخكە ئېيتىلىدۇ. مېۋىسى قۇرۇق بولغىنى ۋەقەل دەپ ئاتىلىدۇ.

ھۆللۇكى كۈچلۈكرەك بولغىنىدۇر. مەستىكىمۇ يۇقىرىدا سۆزلەنگەن دورىلارغا يېقىنلىشىدۇ. خىنە يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى، ئەنجۈر، ئابدىمىلىك قاتارلىقلاردا تارقىتىش ۋە يۇمشىتىش خۇسۇسىيتى يېتەرلىك بولىدۇ. يۇمشاتقۇچى دورىلاردىن بىرى شۇكى، ئۇرۇق دورىلار قاينىتىلمىسىنىڭ لېيى ۋە سىركىنىڭ لېپىنى ئېلىپ، ياخشى قاينىتاقاندىن كېيىن پۈرىقى ئۆزگەرگەن قۇيرۇق يېغىنى قويۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

قاتقان ئىششىق ئۈچۈن ياخشى دورىلاردىن بىرى شۇكى، قىسائۇل ھىمار ۋە ئاق لەيلى يىلتىزىنى ئېلىپ، بۇلاردىن سۇركەلمە تەييارلىنىدۇ. ئەگەر بۇ ئىككىسىگە مىئەسائىلە قوشۇلسا ياخشىراقتۇر، ئەگەر يۇمشىغانلىق كۆرۈلسە، ئۆتكۈر سىركىدە ئېرىتىلگەن ئوشەقنى بىرقانچە كۈن سۇركەش، ئاندىن قايتا يۇمشىتىش ياكى كاكىنەچ ۋە جاۋشىرنى ئىشلىتىش ياكى كاكىنەچ، ئوشەق، مۇقەل قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، بان يېغى ۋە گۈلسەۋسەن يېغى بىلەن نەمدەپ، ئازراق شۇمشا لوئابى ۋە زىغىر لوئابى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەمگە ئوخشاش تەييارلاش لازىم.

قاتقان ئىششىقنىڭ مەلھەملىرىگە سېلىنسا بەك مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بىرى مۇنچىنىڭ كىرىدۇر. ئەگەر مۇنچىنىڭ كىرى تېپىلمىسا، ئۇنىڭ ئورنىغا ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە قىزىل توغرىغۇ ئىشلىتىلىدۇ.

ئىششىقنى تارقىتىدىغان ياخشى زىماتلاردىن، بىز يۇقىرىدا خانازىر ئۈچۈن سۆزلىگەن زىماتلار ياكى زىماتى باريس ۋە قۇناۋۇندۇر. ئەگەر ئىششىقنىڭ ماددىسى بەك قويۇق بولسا، سىركە ئىشلىتىش لازىم. چۈنكى سىركە پارچىلايدۇ ۋە ئەزانىڭ قۇۋۇتىنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ، بولۇپمۇ ئەزا نېرۋىلىق ئەزا بولۇپ، ماددىنى بەك قويۇپ بېرىدىغان ۋە ئۇ ماددىنى سىرتىدىن تەسىر قىلىدىغان سەۋەبكە يەتكۈزۈپ بېرىدىغان بولسا. لېكىن سىركە ئىشلىتىش ۋە ئۇنى دورىلارغا سېلىش ئىششىقنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە بولماسىتىن، ئاخىرقى مەزگىلىدە ۋە بەك يۇمشىتىلغاندا بولۇش لازىم. يۇمشىتىپ بولغاندا سىركە يېنىك ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يېنىك ئىشلىتىلمىسە، نېرۋىغا زىيان قىلىپ، ئۇنى قاتۇرۇپ قويىدۇ. ئىششىق تالغا ئوخشاش گۆش ئەزادا بولغاندا

تېۋىپ سركه ئىشلىتىشكه بەك يۇرەكسىلىك بولىدۇ. بەزىده ئىششىق بار ئورۇنغا سركه تىلا قىلىندۇ ۋه ئۇنىڭ بىلەن بۇخۇر قىلىندۇ، ئاندىن جاۋشىر، ئاندىن ئوشەققه ئوخشاش دورىلار تىلا قىلىندۇ. ماددىسى سۇيۇق ئىششىققا ئاز - ئازدىن باشلاپ ئىشلىتىپ، ئاندىن قۇۋۇتىنى ئاشۇرۇلىدۇ، ئاخىرىدا تەدرىجىي يۇمشىتىلىدۇ.

ئىششققا قابىزلىقى بولمىغان يۇمشاتقۇچى ياغ ئىشلىتىش لازىم، بۇ ياغ سۇدىن مۇۋاپىقراقتۇر، بولۇپمۇ ھۆل سېرىقچېچەكتىن تەييارلانغان سېرىقچېچەك يېغى ئىشلىتىش لازىم. پەي ۋه نېرۋىلاردىكى قاتقان ئىششق پارچىلىغۇچى دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ.

قاتقان ئىششقنى داۋالاشتا قىزىتىلغان تاشلاردىن تۇگمەن تېشىنى تالىلاش لازىم. بۇخۇر قىلىنىدىغان ئەڭ ياخشى نەرسە مەرقىشادۇر، بۇخۇر قىلىش ۋه ئىسرىقلاشنى تەر چىققىچە كۆپ قىلىش لازىم، بەزىده سوقۇپ سىركىگه ئارىلاشتۇرۇلغان مەرقىشنا تىللا قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ. سركه لەتىف قىسمىنى تارقىتىپ، قويۇق قسمىنى قاتۇرۇۋەتمەسلىكى ۋه كۆپ ئىشلىتىش بىلەن نېرۋىنىڭ قۇۋۇتىنى بۇزۇۋەتمەسلىكى ئۈچۈن ئۇنى يېنىك ئىشلىتىش لازىم. سىركه ئىششقنىڭ دەسلىپىده ئىشلىتىلسه ناچارداۇر، شۇڭا سركه ئىشلىتىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن يۇمشىتىلىدۇ. ئەگەر ئىششق يۇمشاشقا باشلىسا، ئەزا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن نەرسىلەر بىلەن بۇخۇر قىلىنىدۇ ۋه بۇ ۋاقىتتا مۇۋاپىق دورىلار تىلا قىلىنىدۇ، قاتقان ئىششق گۆشلۈك ئەزادا بىخەتەرەكتۇر.

10 - پەسىل بۇغۇملاردىكى قاتقان ئىششق توغرىسىدا

بەزىده بوغۇملاردا قاتقان ئىششق پەيدا بولۇپ، بوغۇمنى ئاسان ھەرىكەتلەندۈرۈشتىن چەكلەيدۇ، بىراق سېزىمى يوقالمايدۇ. بەزىده ئىششق نېرۋىدا بولۇپ، ئۇنىڭدا ئازراق سېزىمسىزلىنىش بولىدۇ، بەزىده ئىششق گۆشته بولىدۇ، بۇنى داۋالاش يۇقىرىدا سۆزلەندى.

11 - پەسىل مەسامىر دەپ ئاتىلىدىغان ئىششىق توغرىسىدا

مەسامىر مىخ بېشىغا ئوخشاش يۇمىلاق، ئاق تۇگۈنچىدۇر. كۆپىنچە يېرىلىشتىن ۋە جاراھەتتىن كېيىن ۋە جاراھەتنى داۋالىغاندىن كېيىن پەيدا بولىدۇ، ئۇ بەدەندە كۆپىيىدۇ، ئۇنىڭ كۆپىنچىسى پۇت، پۇت بارماقلىرى ۋە تۆۋەنكى ئەزالاردا پەيدا بولۇپ، مېڭىشنى چەكلەيدۇ. شۇڭا ئۇنى يېرىپ ئىچىدىكى نەرسىلەر چىقىرىلىدۇ ياكى ئىچىدىكى نەرسىنى چىقىرىش مۇمكىن بولمايدىغان ئورۇندا بولسا، دائىم قول بىلەن يېرىپ قوغۇشۇن چاپلاپ قويۇلىدۇ. بۇ ئىششىقنىڭ كۆپىنچىسى داۋالانمىسا سەرتانغا ئۆزگىرىدۇ.

12 - پەسىل سەرتان توغرىسىدا

سەرتان سەۋدادىن بولغان ئىششىق بولۇپ، ئۇ سەپرا ماددىسى كۆيگەنلىكتىن ياكى سەپرا ماددىسى بار ماددا كۆيگەنلىكتىن بولغان سەۋدادىن پەيدا بولىدۇ، خالىس چۆكمىلىك سەۋدادىن پەيدا بولمايدۇ. سەرتان سەقىرۇس (قاتقان ئاغرىقسىز ئىششىق) تىن يالغۇز ئاغرىق بولۇش، ئازراق لوقۇلداش، ماددا كۆپ بولغانلىقتىن ماددا ئەزاغا ئايرىلغاندا شۇ ماددىدا يۇز بەرگەن قاياناشتىن بولغان كۆپۈشتىن تېز كۆپىيىش قاتارلىق جەھەتلەردە پەرقلىنىدۇ ۋە يەنە سەرتاننىڭ ئەتراپىدىن سەرتان بار ئەزاغا ئۆتىدىغان سەرتاننىڭ پۈتلىرىغا ئوخشاش تومۇرلار بىلەن پەرقلىنىدۇ. بۇ تومۇرلار قاندىن بولغان ئىششىقتىكىدەك قىزىل بولماي، بەلكى قارا، كۆكۈچ ۋە يېشىلغا مايىل بولىدۇ. بەزىدە سەقىرۇسقا سەرتانىنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ دەسلەپتە پەيدا بولۇشى بىلەن ئوخشىمايدۇ.

قاتقان ئىششىقنىڭ پەيدا بولۇشىنىڭ كۆپىنچىسى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن يۆتكەلگەن بولىدۇ. سەرتان ھەققىي سەقىيرۇستىن سېزىمىنىڭ بارلىقى بىلەن پەرقلىنىدۇ، ھەققىي سەقىيرۇستا قەتئىي سېزىم بولمايدۇ، سەرتان كۆپىنچە بوش ئەزالاردا پەيدا بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن ئايالالاردا ۋە نېرۋىلىق ئەزالاردا كۆپرەك يۈز بېرىدۇ. يۈز بەرگەن دەسلەپكى مەزگىلدە ئەھۋالى يوشۇرۇن بولىدۇ، ئەگەر سەرتان ئاشكارا بولسا، ئاشكارا بولۇشنىڭ دەسلەپكى مەزگىلدە ئەھۋالى ئېغىر بولىدۇ، ئاندىن ئالامەتلىرى ئاشكارا بولىدۇ. ئاشكارا بولۇشنىڭ دەسلەپكى مەزگىلدە باقلىدەك كىچىك، قاتتىق، يۇمىلاق، رەڭگى كۆكۈچ ۋە ئازراق ھارارەتلىك بولىدۇ. سەرتاننىڭ بەزىسىدە ئاغرىق قاتتىق بولىدۇ، بەزىسىدە ئاغرىق يېنىك بولىدۇ، بەزىسى جاراھەتلىنىشكە يېتىپ بارغان بولىدۇ. چۈنكى، ئۇ يالغۇز خالىس سەپرانىڭ كۆيۈشىدىن ھاسىل بولغان سەۋادىن بولىدۇ، ئۇنىڭ بەزىسى ئورۇنلىشىپ كەتكەن، جاراھەتلەنمەيدىغان بولىدۇ، بەزىدە جاراھەتلەنگەن سەرتان جاراھەتلەنمىگەن سەرتانغا ئۆزگىرىدۇ، بەزىدە سەرتاننى تىغ بىلەن داۋالاش يارا پەيدا قىلىدۇ ۋە سەرتاننىڭ چۆرىسىنى قېلىن، قاتتىق قىلىۋېتىدۇ. بۇ ئىششىق تۆۋەندىكىدەك ئىككى سەۋەبنىڭ بىرىدىن سەرتان دەپ ئاتالغان بولۇشى مۇمكىن، يەنى سەرتان مەلۇم ئەزاغا سەرتاننىڭ ئۆزى تۈتۈپ يەيدىغان جانلىقلارغا چاپلاشقىنىدەك چاپلاشقانلىقى ئۈچۈن ياكى شۇ سەرتان كېسەللىكى رەڭگى بىلەن بىرگە سەرتاننىڭ يۇمىلاقلىقغا ئوخشىغانلىقتىن ۋە سەرتان كېسەللىكى ئەتراپىدا سەرتاننىڭ پۈتلىرىغا ئوخشاش تومۇرلارنىڭ چىققانلىقىدىن بولۇشى مۇمكىن.

13 ـ پەسىل سەرتاننى داۋالاشتا كۈتۈش زۆرۈر بولىدىغان تەدبىرلەر توغرىسىدا

سەرتان باشلانغىچ بەزىدە سەرتاننىڭ شۇ ھالىتىنى كۈچەيمىگەن ۋە يارىغا ئۆزگەرمىگەن ھالەتتە ساقلاپ قېلىش مۇمكىن بولىدۇ. بەزىدە دەسلەپكى

مەزگىلدىكى سەرتان ساقىيىپ قالىدۇ. ئەمما ئورۇنلىشىپ كەتكەن سەرتان ساقايمايدۇ.

بۇقراتنىڭ ئېيتىشچە، كۆپىنچە ئىچكى ئەزادا يوشۇرۇن سەرتان يۈز بەرسە، سەرتاننى ھەربىرىنى ئەزالىرىمەسلىك ياخشىدۇر. چۈنكى سەرتان ھەربىرىنى ئەزالىرىلسە، بەزىدە ھالاكەتكە ئېلىپ بارىدۇ. ئەگەر داۋالىماي قويۇپ قويۇلسا، بەزىدە ئازراق ساغلام بولۇش بىلەن بىرگە مۇددەت ئۇزىرايدۇ. بولۇپمۇ غىزا ياخشىلىنىپ، سۇۋۇتىدىغان، ھۆللەيدىغان ۋە تىنچ، بىخەتەر ماددا پەيدا قىلىدىغان غىزالار بېرىلسە، مەسىلەن: ئارپا سۈيى، رەزراز بېلىقى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ئەگەر بۇ يەردە ھارارەت بولسا كالا قېيتقى قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن ۋە سۈزۈلگەن پېتى بېرىلىدۇ. ھۆل كۆكتاتلاردىن ھەتتا قاپاقتىن تەييارلانغان غىزالار بېرىلىدۇ. بەزىدە كىچىك سەرتان كېسىشكە بەرداشلىق بېرىدۇ. ئەگەر سەرتاننىڭ بىرەر نەرسە بىلەن يوقىلىشى مۇمكىن بولسا، پەقەت قاتتىق كېسىش بىلەن يوقىلىشى مۇمكىن. ئىششقا ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان تومۇرلارنىڭ ھەممىسىنى تارتىپ، ھەتتا تومۇرلارنىڭ بىرەرسىنى قويماي، ئىششقىنىڭ ئەتراپىدىن بىر قىسمىغا ئۆتىدىغان تۈپ يىلتىزىدىن كېسىلسە كۆپ قان ئاقىدۇ. بۇنىڭدىن ئىلگىرى سۈرگۈزۈپ، قان ئېلىپ، بەدەن ناچار ماددىلاردىن تازىلىنىدۇ. ئاندىن بەدەن مىقدارى ۋە كەيپىياتلىرى ياخشى غىزالار بىلەن پاك ھالەتتە ساقلىنىدۇ ۋە ئەزانىڭ ئىتتىرىش قۇۋۋىتى كۈچەيتىلىدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن كېسىش كۆپىنچە ۋاقىتلاردا سەرتانغا يامانلىقنى زىيادە قىلىدۇ.

بەزىدە كەسكەندىن كېيىن داغلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، بەزىدە سەرتان رەئىس ئەزاغا ۋە نەپەس ئەزالىرىغا يېقىن بولغاندا داغلاش بەك خەتەرلىكتۇر. قەدىمكىلەرنىڭ بەزىسى شۇنداق ھېكايە قىلىدىكى، بىر تېۋىپ سەرتان بولغان بىر ئەمچەكنى تۈۋىدىن كېسۋېدى، يەنە بىر ئەمچەك سەرتان بولدى. مەن شۇنداق دەيمەنكى، بەزىدە ئىككىنچى ئەمچەك سەرتان بولۇشقا باشلىغان بولۇپ، شۇ ھالەتكە ئۇدۇل كېلىپ قالغان بولۇشى مۇمكىن ۋە ماددا يۆتكىلىش يولى بىلەن بولغان بولۇشى مۇمكىن. بۇ ئېنىقراقتۇر.

14 - پەسىل سەرتاننى سۇردۇرۇش تەدبىرى توغرىسىدا

بىرنەچچە كۈن ئارىلىق قويۇپ، بىرنەچچە قېتىم، ھەر قېتىمدا 16 گىرام ئەفتىمۇن مائۇلجەبىن بىلەن ياكى مائۇلھەسەل بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ ياكى ئەفتىمۇن قاينىتىلمىسى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ، كۈچلۈك كىشىلەرگە ئايارەج خەربەق[1] ئىشلىتىلىدۇ.

15 - پەسىل سەرتانغا قويۇلىدىغان دورىلار توغرىسىدا

سەرتانغا قويۇلىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشتە تۆت مەقسەت كۆزدە تۇتۇلىدۇ. بىرىنچى، سەرتانىنى تۈپتىن يوقىتىش، بۇ قىينىدۇر. ئىككىنچى، سەرتاننىڭ كۆپىيىشىنى چەكلەش. ئۈچىنچى، يارا بولۇشتىن چەكلەش. تۆتىنچى، يارا بولغان سەرتانىنى داۋالاش. سەرتانىنى يوقىتىش مەقسەت قىلىنىدىغان دورىلاردا ناچار ماددىدىن ھاسىل بولغان نەرسىلەرنى تارقىتىش ۋە ناچار ماددىدىن ئەزادا ھاسىل بولۇشقا تەيىار بولغان نەرسىلەرنى قايتۇرۇش، شۇنىڭدەك دورىلارنىڭ بەك كۈچلۈك ۋە ماددىنى قوزغايدىغان بولماسلىقى نىشان قىلىنىدۇ. چۈنكى كۈچلۈك دورا سەرتاننىڭ يامانلىقىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ. بۇنىڭدىمۇ كۆيۈشتۇرگۈچى دورىلاردىن يىراق بولۇش لازىم. شۇنىڭ ئۈچۈن سەرتانغا ئىشلىتىلىدىغان ياخشى دورىلار يۇيۇلغان تۇتىياغا ئوخشاش يۇيۇلىدىغان، قىزىلگۈل يېغى ۋە خەيرى يېغىغا ئوخشاش ياغلار ئارىلاشتۇرۇلغان مەدەن دورىلار بولىدۇ.

ئەمما سەرتاننىڭ كۆپىيىشىنى چەكلەشكە ماددىنى ئۆزۈش، غىزانى ياخشىلاش ۋە ھەممىگە مەلۇم ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلار بىلەن ئەزانى كۈچەيتىش ۋە

---

① ئايارەج خەربەق — بۇ ئايارەج مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلەنمىگەندۇر، لېكىن ئۇنىڭ ئاساسىي تەركىبى خەربەق بولۇپ، باشقا ئايارەجلەر تەيىارلانغاندەك تەيىارلىنىدۇ.

مەدەنلىك سۈركەلمىلەرنى ئىشلىتىش، مەسىلەن: تۇغمەن تېشى ۋە بىلەي تېشى قىرىندىسى سۈركەلمىسىگە ئوخشاش ۋە ھاۋانچا بىلەن قوغۇشۇندىن ياسالغان سالايە ھاۋانچىسى ئارىسىدا سالايە ھاۋانچىسىغا قىزىلگۈل يېغى، يۇمغاقسۈت سۈيىگە ئوخشاش سۈيۇقلۇقلارنى قۇيۇپ ئېرىتىلگەن تۇغمەن تېشى ۋە بىلەي تېشى ئېرىتىلمىسىدىن تەييارلىنىدىغان سۈركەلمىگە ئوخشاش. يەنە سوقۇلغان غۇرابنى زىمات قىلىش ياخشى ھەم مەنپەئەتلىكتۇر.

يارا بولۇشنى چەكلەش مەقسىتىدە ئىشلىتىدىغان دورىلاردىن سەرتاندا كۆيۈشۈش بولمىسا، كۆپىيىشنى چەكلەش ئۈچۈن سۆزلەنگەن سۈركەلمىلەرنىڭ ھەممىسى مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ سۈركەلمىلەر يۇقىرىدا سۆزلەنگەن قوغۇشۇندىن ياسالغان ھاۋانچا ۋە سالايە ھاۋانچىسىدا ئېرىتىلگەن ئېرىتىلمىلەرگە ئارىلاشتۇرۇلسا. ئەگەر ئومۇمىي سۈركەلمىلەردە گىل مەختۇم ياكى گىل ئەرمىنى ياكى خام زەيتۇن يېغى ۋە ھەمشىباھار سۈيى، كاھۇ ئۇسارىسى قوشۇلغان ئۇپا ياكى ئىسپىغۇل لوئابى ياكى قوغۇشۇن ئۇپىسى بولسا، بۇ ياخشى مۇرەككەپلەشتۇرۇشتۇر.

بەك مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، يېڭى دېڭىز سەرتانىنى زىمات قىلىشتۇر، بولۇپمۇ ئىقلىمىيا بىلەن.

يارا بولۇشنى داۋالاشتىكى ياخشى نەرسىلەردىن بىرى ئىتئۇزۇمى سۈيىگە چۆكۈرۈلگەن زىغىر رەختنى يارا ئۈستىگە داۋاملىق قويۇشتۇر، قاچانكى قۇرۇشقا يېقىنلاشسا، ئۇنىڭغا ئىتئۇزۇمى سۈيى سېپىلىدۇ ۋە بۇغداي جەۋھىرى، كۇندۇر، قوغۇشۇن ئۇپىسىنىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، يۇيۇلغان سەبرىنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ يۇمشاق سوقۇپ، ھۆل يارىغا سېپىلىدۇ. قۇرۇق يارىغا قىزىلگۈل يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ، بەزىدە سەرتانىغا سەرتانىنىڭ كۈلى ۋە قىزىلگۈل يېغى بىلەن تەييارلانغان قىرۇتى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ ئەڭ ياخشىسى تەڭ مىقداردا ئىقلىمىيا ئارىلاشتۇرۇلغىنىدۇر، بەزىدە سەرتانىغا داۋائى تۇتىيا ياكى يۇيۇلغان تۇتىيا سېمىزئوت سۈيى بىلەن ياكى ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن مەنپەئەت قىلىدۇ.

16 ـ پەسىل يەلدىن بولغان ئىششىقلار ۋە مۇسكۇللارنىڭ كۆپۈشى توغرىسىدا

يەلدىن بولغان ئىششىقلارنىڭ بەزىسى سىلىق بۇخاراتتىن بولۇپ، بۇخارات قوشۇلغان بەلغەمدىن بولغان ئىششىققا ئوخشايدۇ ۋە ئۇنىڭ ئورنىدا تۇرىدۇ، بەزىسى يەللىك بۇخاراتتىن بولۇپ، ئۇ نەففە دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ ئىتتىرىش ۋە پارقىرىتىشچانلىققا ئىگە، بەزىدە ئۇنى قول بىلەن ئۇرغاندا ئاۋاز چىقىدۇ، بولۇپمۇ ئىششىق ئاشقازان، ئۈچەي ۋە سۆڭەكلەرنى ئوراپ تۇرىدىغان ۋە سۆڭەكلەر ئارىسىدىكى ياكى مۇسكۇللارنى ئوراپ تۇرىدىغان ۋە مۇسكۇللار ئارىسىدىكى، شۇنداقلا تارىمۇشلارنى ئوراپ تۇرىدىغان شىللىق پەردىلەرگە ئوخشاش ھاۋا يىغىلىدىغان بوشلۇقتا بولسا. بەزىدە تامامەن تارقاتماي، بەلكى تۇتاش ئەزالارنى پارچىلايدۇ ۋە ئۇنىڭغا كىرىدۇ ياكى ئۇنىڭدا پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ پارچىلىنىشغا ئېھتىياجلىق قىلىدۇ. يەل ئىششىقنىڭ قېلىن، زىچ بولغانلىقى ۋە ئىششىقنى ئوراپ تۇرىدىغان نەرسىنىڭ زىچ، تەر تۆشۈكچىلىرىنىڭ تار بولغانلىقىدىن توسۇلۇپ قالىدۇ، بەزىدە ئادەم تىزغا ئوخشاش بىرەر ئەزادا يېرىشقا ئېھتىياجلىق بىرەر ئىششىق بار دەپ خىيال قىلىپ، ئۇنى يارسا پەقەت يەل چىقىدۇ.

17 ـ پەسىل داۋالاش توغرىسىدا

ماددا بىلەن بۇخارات بىرلەشكەنلىكتىن بولغان ئىششىققا ئوخشايدىغان يەلدىن بولغان ئىششىقنى داۋالاش ماددا بىلەن بۇخارات بىرلەشكەنلىكتىن بولغان ئىششىقنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ، ئەمما كۆپۈشنى داۋالاشتا، تېرىنى بوشىتىدىغان ۋە ئۇنىڭدىكى نەرسىلەرنى تارقىتىدىغان ۋە شۇ ئورۇندا ئۇزاق مۇددەت تۇرالايدىغان دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ دورىلار چوڭقۇر چۆكۈش مۇمكىن بولۇش ئۈچۈن بەك لەتىف

بولۇشى لازىم. بەزىدە كۆپۈشنى تارقىتىش ئۈچۈن تىلماستىن ھىجامەت قويۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، بۇ خىل ئىششىقنى قويۇلىدىغان دورىلاردىن بىرى ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلاردۇر. مەسىلەن: سۇزاپ، زىرە، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، جۇۋىنە ۋە لەتىفلەشتۈرگۈچى ئۇرۇق دورىلارغا ئوخشاش دورىلار قاينىتىلغان، تەركىبلىرى لەتىق بولغان زەيتۇن يېغىدۇر.

تارقاتقۇچى مەلھەملەردىن بولۇپمۇ تارىمۇشلۇق ئەزالاردا ۋە مۇسكۇللۇق ئەزالاردا يۈز بەرگەن يەلدىن بولغان ئىششىقنى تارقاتقۇچى دورىلاردىن بىرى شۇكى، مۇنچىنىڭ كىرىنى ئېلىپ سۇ بىلەن مىس قازانغا سېلىپ، ئۇنىڭغا لايدەك قىيام بولغۇدەك دەرىجىدە ئۆچۈرۈلگەن ھاك قۇيۇپ سۈركىلىدۇ. بەزىدە شاراب ۋە ھاكتىن ياخشى مۆتىدىل مەلھەم تەييارلىنىدۇ. يەنە قۇرۇق زۇپانى يۇمشاق سوقۇپ، موم ۋە سېرىقچېچەك يېغىدىن تەييارلانغان قىرۇتنىغا سېپىپ، ئۇنىڭدىن سۈركەش ئۈچۈن مەلھەم تەييارلىنىدۇ. مۇسكۇللاردا يۈز بەرگەن ئېزىلىشتىن مۇسكۇللاردا پەيدا بولغان كۆپۈشكە ئەزالار دورىلارنى خالىماي يىغىلۇچالماسلىق ئۈچۈن بەك ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر دورىلارنى يىراق قىلىش، بەلكى تارقاتقۇچى دورىلار بىلەن داۋالانسا ئۇنىڭغا ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلارنى ئازراق ئارىلاشتۇرۇش لازىم. مەسىلەن: زەيتۇن يېغى ئارىلاشتۇرۇلغان زۇپا چاپلاشقان يۇڭ چۆكۈرۈلگەن ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن داۋالىغانغا ئوخشاش. ئەگەر ئازراق ھارارەت بولسا زۇپا چاپلاشقان يۇڭ ياكى ھۆل زۇپا ئېرىتىلگەن يۇڭ چۆكۈرۈلگەن قىزىلگۈل يېغى بىلەن داۋالىغانغا ئوخشاش. بۇلارنىڭ ھەممىسى ئىسسىقتا مايىل ئىلمان ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ. سوۋۇشقا يول قويۇلمايدۇ، چۈنكى سوغۇقلۇق بۇنداق ئىششىققا زىيان قىلىدۇ، ئەگەر بۇ يەردە دەسلەپتىن تارتىپ ئاغرىق بولسا، ئىششىقنى ئازراق چەكلەش بىلەن بىرگە ئاغرىقنى پەسەيتىش خۇسۇسىيتى بار ياغلار ئىشلىتىلىدۇ، مەسىلەن: سېرىقچېچەك يېغىنىڭ قۇۋۇتى قوشۇلغان بىنەپشە يېغى ۋە قىزىلگۈل يېغىغا ئوخشاش. ئەگەر ئاغرىقنىڭ بىر ئاز يېنىكلىگەنلىكىنى ھېس قىلسا، دورىلارغا تارقىتىش قۇۋۇتىنى كۈچەيتكۈچى نەرسىلەر سېلىنىدۇ، مەسىلەن: قىزىل توغرىغۇ، سىركىگە ئوخشاش. ئاندىن كۈل سۈيى، ئاندىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن مەلھەملەرگە ئوخشاش تارقاتقۇچى مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ.

18 ـ پەسىل ئەرقى مەدىنى (قىلقۇرت كېسىلى) توغرىسىدا

ئەرقى مەدىنى شۇكى، بەدەننىڭ بەزى ئەزالىرىدا مۇدۇرچاق پەيدا بولۇپ، كۆپۈپ، ئاندىن چېكىت بولۇپ، تېشىلىپ، ئاندىن ئۇنىڭدىن قارىغا مايىل قىزىل نەرسە چىقىدۇ. ئۇ داۋاملىق ئۇزارايدۇ، بەزىدە تېرە ئاستىدا خۇددى بىرەر ھاشاراتنىڭ ھەرىكىتىدەك ھەرىكەت بولىدۇ، ھەتتا بەزىلەر بىرەر ھاشارات پەيدا بولدى، دەپ گۇمان قىلىدۇ، بەزىلەر ئۇ نېرۋا تالاسسىنىڭ بۇزۇلغان ۋە قېلىنلىغان بىر شاخچىسى، دەپ گۇمان قىلىدۇ. بۇ كۆپىنچە ئىككى پاچاقتا پەيدا بولىدۇ، مەن ئۇنى ئىككى قولدا ۋە بىقىن تەرەپتە كۆردۇم، بۇ كىچىك بالىلارنىڭ ئىككى بىقىندا كۆپ بولىدۇ. ئەگەر تارتىلسا ئۇزۇلۇپ، خەتەر ۋە ئاغرىق ئېغىر بولىدۇ. بەزىدە ئۇزۇلمىسىمۇ بىر مەزگىل ئاغرىتىدۇ.

جالىنۇس ئۆزىنىڭ قىلقۇرت كېسىلىنىڭ ئەھۋالىدىن ئىشەنچلىك بىر نەرسىگە ئېرىشەلمىگەنلىكىنى ئېيتقان. چۈنكى، جالىنۇس ئۇنى قەتئىي كۆرۈپ باقمىغان. جالىنۇس دەيدۇكى، ئۇنىڭ سەۋەبى ناچار سەۋدالىق ئىسسىق قاندۇر ياكى مىزاجنىڭ كۈچلۈك قۇرۇق بولۇشى بىلەن ئۆتكۈرلىشىدىغان كۆيگەن بەلغەمدۇر. بەزىدە بۇنىسۇ ۋە كۆكتاتلاردىكى مەلۇم خاسىيەت پەيدا قىلىدۇ.

بۇنى پەيدا قىلىدىغان غىزالارنىڭ كۆپىنچىسى قۇرغاق، قۇرۇق غىزالاردۇر. بەدەندە بۇ پەيدا بولىدىغان ماددا قانچىكى ئۆتكۈر بولسا، ئاغرىق شۇنچە كۈچلۈك بولىدۇ. بەزىدە بۇ قىلقۇرت كېسىلى داۋالاش بىلەن قۇتۇلغىلى بولىدىغان تۇرۇقلۇق بەدەننىڭ قىرىق ـ ئەللىك يېرىدە پەيدا بولىدۇ ۋە ھۆل بەدەندە، مۇنچىغا چۈشكەن كىشىلەرنىڭ بەدىنىدە ۋە ھۆللىگۈچى غىزالارنى كۆپ يېگەن كىشىلەرنىڭ بەدىنىدە، شۇنداقلا شاراب ئىچكەن كىشىلەرنىڭ بەدىنىدە ئېغىر بولىدۇ. بۇ كېسەللىك مەدىنىدە كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن مەدىنىگە مەنسۇپ دېيىلىدۇ، بەزىدە

خۇزىستان ۋە باشقا شەھەرلەردىمۇ پەيدا بولىدۇ، بەزىدە مىسىر ۋە باشقا رايونلاردىمۇ كۆپ پەيدا بولىدۇ.

19 - پەسىل داۋالاش توغرىسىدا

قىلقۇرت كېسىلى پەيدا بولىدىغان يۇرتلاردا ۋە ئۇ پەيدا بولىدىغان غىزالاردا ئۇنىڭ سەۋەبىگە قارشى نەرسىلەر بىلەن ئۇنىڭدىن ساقلىنىش لازىم. شۇ ساقلىنىش ئۇرۇن ئېتىبارى بىلەن باسلىق تومۇردىن ياكى سافىن تومۇردىن قان ئېلىپ، ناچار قانىنى چىقىرىش ۋە ئىككى خىل ھېلىلە شەربىتى، ئەفتىمۇن قاينىتىلمىسى، بولۇپمۇ ھەببى قوقيا قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى ئىچىپ قانىنى تازىلاش ۋە سانا، شاھتەررە بىلەن تەييارلانغان ئىترىفىلنى ئىشلىتىش، بەدەننى ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى غىزالار بىلەن، مۇنچىغا چۈشۈش بىلەن ۋە باشقا مەلۇم تەدبىرلەر بىلەن ھۆللەش قاتارلىقلار بىلەن بولىدۇ. ئەمما ئۇنىڭ تەسىرى تۇنجى كۆرۈلگەندە ئەزانى ھۆللىگۈچى سۇۋۇتقۇچى زىماتلار بىلەن ھۆللەش، مەسىلەن: بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن سەندەل ۋە كافۇر قوشۇلغان ھەممىگە مەلۇم سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇسارىلەرگە ئوخشاش ۋە يەنە شۇ ئورۇنغا زۈلۈك قۇرتى چاپلاش بىلەن ئاشكارا قىلىنىدۇ.

ياخشى تىلالار سەبرە، سەندەل، كافۇر قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان تىلا ياكى مۇرمەككى، ئىسپىغۇل، يېڭى سۈتتىن تەييارلانغان تىلادۇر. ئەگەر كېسەللىك قايتماي ئۇ قاپىرىشقا باشلىسا، بەزىدە بىمارغا ئارقىمۇئارقا ئۇچ كۈن، ھەر كۈنى ئۇچ گىرامدىن سەبرە ئىچۈرۈش ياكى بىرىنچى كۈنى بىر يېرىم گىرام، ئىككىنچى كۈنى ئۈچ گىرام، ئۈچىنچى كۈنى تۆت يېرىم گىرام سەبرە ئىچۈرۈش ئۇنى چەكلەيدۇ ۋە قايتۇرىدۇ ۋە بۇنىڭدىكى خەتەرنى يېنىكلىتىدۇ، ئۇنىڭ ئۈستىگە سەبرە تىلا قىلىنىدۇ ياكى ئۇنىڭ ئېغىزىغا ھۆل سەبرىنىڭ چاپلاشقاق ھۆللىكى تىلا قىلىنىدۇ. شۇنداقلا مۇدۇر - چاقا چىقىشنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە سەبرە تىلا قىلىنىدۇ،

ئەگەر بۇنىڭغا پەرۋا قىلماي چىقىۋەرسە، ياخشىسى ئۇ ئاخىرىغىچە ئۆزۈلۈپ قالماي، ئاز - ئازدىن چىقىش ئۇچۇن باغلاپ قويىدىغان ۋە يۆگەپ قويىدىغان نەرسىنى تەييارلاش لازىم. ئۇنىڭ ئەكسىچە ياخشىسى قوغۇشۇندۇر، ئۇنى تارتىشتا قوغۇشۇننىڭ ئېغىرلىقىغا بولدى قىلىپ سىلىق تارتىلىدۇ، ئۆزۈۋېتىلمەيدۇ. ئۇنىڭ چىقىشىنى ئاسانلاشتۇرۇش ئۇچۇن ئەزاغا ئىسسىق سۇ ۋە سوۋۇتقۇچى لوئابلار، سوغۇق تەبىئەتلىك ھارارىتى تۆۋەن يۇمشاتقۇچى ياغلار ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاشلارنى داۋاملىق نۇتۇل قىلىپ، ئەزا بوشاشتۇرۇلىدۇ ۋە ئاجىزلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە بۇنىڭ بىلەن ئاسان چىقماي، خەيرى يېغى، يەسسەن يېغى ۋە بان يېغى سۈركەشكە ھەم مەلھەمى زۇپتىنى ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر يېرىشنىڭ ئۇنى پۈتۈنلەي چىقىرالايدىغانلىقى مۆلچەرلەنسە ۋە بەرەر چەكلىمە بولمىسا يېرىپ چىقىرىلىدۇ. ئەگەر ئۇنى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تارتىش بىلەن چىقىرىش ئاسان بولمىسا، ياكى يېرىش مۇمكىن بولمىسا، سېرىقماي بىلەن ئوفۇنەتلەندۈرۈلىدۇ. چۈنكى سېرىقماي ئۇنىڭ ھەممىسىنى ئوفۇنەتلەندۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئۆتكۈر دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم. چۈنكى ئۇ دورىلارنى ئىشلىتىش بەزىدە گۆشخور يارىغا ئېلىپ بارىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ ئاخىرىدا تۇز ئاز - ئازدىن داۋاملىق سۈركەلسە ياكى ئارقىدىن جەينەككە سۈركەلسە ۋە ئۇ چىققان ئورۇندىن يېنىك ۋە سىلىق تارتىلسا، تامامەن چىقىدۇ. بولۇپمۇ ئۇنىڭ ئارقا تەرىپىنى يېرىپ، ئاستىغا پەلكۈچ كىرگۈزۈپ ئىتتىرىلسە ۋە داۋاملىق سۈركەلسە، ئۇ تۇز بىلەن ئاز - ئازدىن يېنىك چىقىدۇ، چۈنكى ئۇنىڭغا شۇ تەدبىر قىلىنسا ھەممىسى چىقىدۇ. ئەگەر ئۇ ئۆزۈلۈپ كەتسە ۋە يوشۇرۇنسا، ئۇنى يەنە بىر قېتىم چىققۇچە يېرىش، ئاندىن سىلىقلىق بىلەن چىقىرىش ۋە شۇ ئورۇننى جاراھەتلەرنى داۋالىغاندەك داۋالاش لازىم.

ئۇچىنچى ماقالە

جوزام (ماخاۋ) توغرىسىدا

1 ـ پەسىل جوزامنىڭ ماھىيىتى ۋە ئۇنىڭ سەۋەبى توغرىسىدا

جوزام — مۇررە سەۋدانىڭ ئومۇمىي بەدەنگە تارقىلىشىدىن پەيدا بولىدىغان ناچار كېسەللىك بولۇپ، ئەزالارنىڭ مىزاجى، ھالىتى ۋە شەكلىنى بۇزىدۇ. بەزىدە ئاخىرقى مەزگىلدە ئەزالارنىڭ تۈتىشىشنى بۇزۇپ، ئەزالار ئۇۋۇلىپ جاراھەتلىنىپ چۈشۈپ كېتىدۇ، ئۇ ئومۇمىي بەدەنگە ئومۇملاشقان سەرتانغا ئوخشاش بولۇپ، بەزىدە جاراھەتلىنىدۇ، بەزىدە جاراھەتلەنمەيدۇ، بۇنىڭ بەزىسى بىماردا ئىنتايىن ئۇزۇن مەزگىل داۋاملىشىدۇ، سەۋدا بەزىدە بىر ئەزاغا ئىتتىرىلىپ ئۆزىنىڭ ھالىت ئېتىبارىچە قاتتىقلىقنى ياكى قاتقان ئىششىقنى ياكى سەرتانىنى پەيدا قىلىدۇ. ئەگەر سەۋدا سۇيۇق قاينىغان بولسا گۆشخور يارىنى پەيدا قىلىدۇ، ئەگەر تېرىنىڭ يۈزىگە ئىتتىرىلسە، داغ، قارا گۈللۈك تەمرەتكە، قۇبا ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاشلارنى پەيدا قىلىدۇ.

بەزىدە سەۋدا ئومۇمىي بەدەنگە تارقايدۇ، ئەگەر ئوفۇنەتلەنمسە جوزامنى پەيدا قىلىدۇ. جوزامنىڭ ئەڭ دەسلەپكى سەۋەبى جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىققا بەك مايىل ھالەتتە بۇزۇلۇپ، قانىنىڭ سەۋدانى كۆيدۈرۈشى ياكى ئومۇمىي بەدەن

مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدۇر ياكى جىگەر ۋە ئۇمۇمىي بەدەننىڭ سوغۇقلۇق سەۋەبىدىن قانىنى قويۇلدۇرىدىغان دەرىجىدە بولۇشىدۇر. جوزامنىڭ ماددىي سەۋەبى سەۋدالىق غىزالاردۇر، بەلغەمنىڭ غىزالاردا تاماق سىڭمەسلىك بولۇپ، ھارارەت تەسىر قىلىپ، لەتىف قىسمىنى تارقىتىپ، قويۇقىنى سەۋداغا ئۆزگەرتىۋەتسە، بەلغەمنىڭ غىزالارمۇ سەۋەب بولىدۇ. تولۇش ۋە قورساق توق ۋاقىتتا تاماق يېيىش مۇشۇ مەقسەتتىن جوزامغا سەۋەب بولىدۇ، جوزامنىڭ يارەمچى سەۋەبلىرى تەر تۆشۈكچىلىرى ئېتىلىپ، تەبئىي ھارارەت بوغۇلۇپ قان سوۋۇپ قويۇلۇشتۇر، بولۇپمۇ تالدا توسالغۇ بولۇپ ئاجىزلاپ، سەۋدانى سۈمۈرەلمىسە ۋە قانىنى سەۋدا خلىتىدىن تازىلاشقا قادىر بولالمىسا ياكى ئىچكى ئەزالاردىكى ئىتتىرگۈچى قۇۋۋەت سەۋدا خلىتىنى مەقئەت ۋە بالىياتقۇ تومۇرلىرىغا ئىتتىرىشتىن ئاجىز كەلگەن ھەم تەر تۆشۈكچىلىرى توسۇلغان بولسا، بەزىدە بۇنىڭ ھەممىسىگە ھاۋانىڭ بۇزۇلۇشى يارەم بېرىدۇ، جوزام بولغان كىشىلەرگە قوشنا ئولتۇرغانلىقتىن بولىدۇ. چۈنكى، جوزام كېسەللىكى يۇقۇملۇقتۇر، بەزىدە جوزام ئىرسىيەت بىلەن ۋە شۇ ئىنسان مەنىيسىنىڭ مىزاجى بىلەن ياكى بالىياتقۇدىكى بىرەر ئەھۋالدىن بالىياتقۇدا يېشىلگەن مىزاجدىن بولىدۇ. مەسىلەن: ھامىلدار بولۇپ تۇرۇقلۇق ھەيز كۆرگىنىگە ئوخشاش. ئەگەر غىزا ناچار بولسا ۋە ئۇ غىزانىڭ بېلىق، قاقلانغان گۆش، تەستە سىڭىدىغان گۆشلەر، يېپىسمۇق قاتارلىقلارنىڭ تۇرىدىن بولۇشى بىلەن بىرگە ھاۋانىڭ ئىسسىقلىقى بىرلەشسە، جوزام كېلىپ چىقىشى لايىقراقتۇر، خۇددى ئىسكەندەرىيەدە كۆپ بولغاندەك.

سەۋدا قانىغا ئارىلاشسا ئاز سەۋدا كۆپ سەۋدانىڭ پەيدا بولۇشىغا يارەم بېرىدۇ. چۈنكى، سەۋدا ئەلۋەتتە ئىككى يولدىن قويۇلىدۇ. ئۇنىڭ بىرىنچىسى سەۋدانىڭ قويۇق جەۋھىرى بىلەن، ئىككىنچىسى سەۋدانىڭ ئۈيۈتىدىغان سوغۇقلۇقى بىلەن قويۇلىدۇ. ئەگەر سەۋدانىڭ بەزى ھۆللۈكى قويۇلسا، ئۇنىڭ بەدەن ھارارىتى بىلەن قۇرۇشى ئاسانراق بولىدۇ. بەزىدە جوزام بىمارلىرىدىكى قان قويۇقلۇق ئۇلاردىن قان ئالغاندا قۇمغا ئوخشاش چىقىش دەرىجىسىگە يېتىدۇ. بۇ كېسەللىك داۋائۇل ئەسەد

(شىر كېسىلى) دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئېيتىلىشچە، بۇ كېسەللىك شىردا كۆپ يۈز بەرگەنلىكتىن، مۇشۇ نام بىلەن ئاتالغان. بۇ كېسەللىك بىمارنىڭ چىرايىنى شىرنىڭ چىرايىدەك قىلىپ قويىدۇ، ئۇ كېسەللىك يۈز بەرگەن كىشىدە شىرغا تېز ئېتىلغاندەك تېز يامرايدۇ. بۇ كېسەللىكنىڭ يەڭگىلىنمۇ داۋالاش قىيىن، ئېغىرراقنى داۋالاشتىن ئۈمىد يوق. جوزامنىڭ يېڭى باشلانغىنى داۋالاشنى قوبۇل قىلىدۇ. بېكىۋالغىنى قوبۇل قىلمايدۇ، سەپرانىڭ كۆيۈشىدىن كېلىپ چىققان سەۋدادىن بولغان جوزام بەكرەك قوزغىلىدۇ ۋە بەك زىيان قىلىدۇ ۋە ئەگەشمە ئالامەتلىرى ئېغىرراق، كۆيدۈرۈشى ۋە يارا قىلىشى كۈچلۈكرەك بولىدۇ، لېكىن ئۇ داۋالاشنى قوبۇل قىلىدۇ.

قانىنىڭ ئېغىرلىقىدىن بولغان جوزام بىخەتەررەك، ھارارىتى تۆۋەنرەك بولىدۇ، يارا قىلمايدۇ، ئەگەشمە كېسەللىكى سەپرادىن بولغان جوزامغا ئوخشايدۇ، لېكىن ئۇ داۋالاشنى ئاسان قوبۇل قىلمايدۇ. بۇ كېسەللىك ھەمىشە كەيپىياتىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن ئىبارەت ھاياتقا مۇۋاپىق كەيپىياتقا قارشى بولۇشى بىلەن ئەزالارنىڭ مىزاجىنى بۇزىدۇ، ھەتتا رەئىس ئەزالارغىچە يېتىپ بېرىپ ئۇنى ئۆلتۈرىدۇ. جوزام دەسلەپتە مۈچىلەردىن ۋە يۇمشاق ئەزالاردىن باشلىنىدۇ، بۇ ئەزالاردىن تۈكلەر تۆكۈلىدۇ ۋە ئۇ ئەزانىڭ رەڭگى ئۆزگىرىپ كېتىدۇ، بەزىدە يارىلىنىدۇ، ئاندىن ئومۇمىي بەدەنگە ئاستا ـ ئاستا تارقىلىدۇ. بۇ جوزام دەسلەپتە ئىچكى ئەزالاردا پەيدا بولسىمۇ، ئاۋۋال مۈچىلەرگە تەسىر قىلىدۇ. چۈنكى مۈچىلەر ئاجىزراقتۇر، بۇنىڭغا ئاساسەن بەزىدە جوزام بولغان بىمار جوزام ئىچكى ئەزا ۋە رەئىس ئەزالارغا ئېنىق زىيان يەتكۈزۈشتىن ئىلگىرى ئۆلىدۇ. بۇ ئۆلۈم جوزام ۋە بىمارنىڭ مىزاج بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن يۈز بېرىدۇ. سەرتان بىر ئەزادا ساقايمايدىغان جوزام بولۇۋېدى، ئومۇمىي بەدەن سەرتانى بولغان جوزام توغرىسىدا «جوزام پەقەت ئومۇمىي بەدەنگە تارقايدىغان كېسەللىك» دېيىشتىن باشقا سۆز بولمىدى. ئەگەر كۈچلۈك داۋالاشلار ئىشلىتىلسە، كېسەللىك بىلەن مەشغۇل بولۇپ، ئايرىم ئەزالارغا تېگىش قىلىنمايدۇ، سەرتاندا بۇنداق ئەمەستۇر.

2 ـ پەسىل جوزامنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

جوزام باشلانسا بەدەن رەڭگى قارىغا مايىل قىزىرىشقا باشلايدۇ، كۆزدە قىزىلغا مايىل كۆكۈچلۈك بولىدۇ. ئۆپكە ۋە كانايغا زىيان يەتكەنلىكتىن دەم سىقىلىش، ئاۋاز بوغۇلۇش، بۇرۇندا خىلىق ـ خىلىق كۆرۈلىدۇ، چۈشكۈرۈش كۆپ بولىدۇ. بەزىدە بۇرۇندا تۇسالغۇ پەيدا بولۇپ، پۇراش سېزىمىنى يوقىتىدۇ، چاچ ئىنچىكىلەشكە ۋە ئازىيىشقا باشلايدۇ، كۆكرەك ۋە يۈز ئەتراپى تەرلەيدۇ. بەدەن بولۇپمۇ تەر ۋە نەپەس پۇرىقى سېسىققا مايىل بولىدۇ، ھەيرانلىق، ئاداۋەتتىن ئىبارەت سەۋداۋى قىلىقلار كۆرۈلىدۇ ۋە ئۇيقۇدا سەۋداۋى چۈشلەرنى كۆپ كۆرىدۇ. ئۇيقۇدا خۇددى بەدىنى ئۇستىدە بەك ئېغىر نەرسە بارەدەك ھېس قىلىدۇ، ئاندىن تۇكلەر تۆكۈلىدۇ، بولۇپمۇ يۈز ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى تۇكلەر تۆكۈلىدۇ، بەزىدە تۇكنىڭ ئورنى يوقىلىدۇ، تىرناقلار يېرىلىدۇ، چىرايى سەتلىشىشكە، تۇرۇلۇشكە، رەڭگى قاپداشقا باشلايدۇ. بوغۇملاردىكى قان ئۇيۇشقا ۋە ئوفۇنەتلىنىشكە باشلايدۇ، دەم سىقىلىش كۆپىيىپ، نەپەس بەك قىينىلىشىدۇ، ئاۋاز ئىنتايىن بوغۇلىدۇ، ئىككى كالپۇك قېلىنلايدۇ ۋە رەڭگى قاپدايدۇ. بەدەندە يۇنان تىلىدا سەتروس دەپ ئاتىلىدىغان جانلىققا ئوخشاش بەزلىك ئۆسمىلەر كۆرۈلىدۇ، جوزام پەسەيمەيدىغان بولغاندا بەدەن يارا بولۇشقا باشلايدۇ. بۇرۇن كۆمۇرچىكى يېيىلىدۇ، ئاندىن بۇرۇن ۋە مۇچە ئۇچلىرى چۈشۈپ سېسىق پۇراقلىق زەرداب ئاقىدۇ، ئاۋازى پەسىيىدۇ، تۇك پەقەتلا قالمايدۇ، رەڭگى ئىنتايىن قاپدايدۇ، قۇۋۋەت ئاجىز، ئېھتىياج تۆۋەن بولغانلىقتىن جوزام بولغان بىمارنىڭ تومۇرى ئاجىز بولىدۇ، چۈنكى سوغۇقلۇق ئاجىزلاشتۇرغانلىقتىن تومۇر سوغۇق، ئاستا ۋە ئارقىمۇئارقا بولىدۇ، تومۇر تېز ۋە چوڭ بولمايدۇ.

3 - پەسىل جوزامنى داۋالاش توغرىسىدا

جوزامدا كېسەللىك ئېغىرلىششتىن ئىلگىرى ماددىنى چىقىرىش ۋە تازىلاشقا ئالدىراش، ئەگەر كۆپ ھەم بۇزۇق قاننىڭ بارلىقى ئېنىقلانسا يېتەرلىك قان ئېلىشقا ئالدىراش لازىم، يەنى ئىككى قولدىن بولسىمۇ. ئەگەر بۇزۇق قاننىڭ بارلىقى ئېنىقلانمسا قان ئېلىنمايدۇ، قان ئېلىش بەزىدە مەنپەئەت قىلىشتىن كۆپرەك زىيان قىلىدۇ. لېكىن، بەزىدە چوڭ تومۇرلاردىن قان ئېلىش خەۋپى بولغاندا، كىچىك تومۇرلاردىن ئايرىم - ئايرىم بىرنەچچە قېتىم قان ئېلىشقا بۇيرۇلىدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، سوغۇق قان ئاشكارا بولۇپ، بۇ ھىجامەت قويۇش ۋە زۇلۇك قۇرتى چاپلاشتىن بەكرەك مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىچكى ئەزالارغا بولغان زىيىنى تۆۋەنرەك بولىدۇ، بۇ، پېشانە تومۇرى ۋە بۇرۇن تومۇرىدىن قان ئالغانغا ئوخشاشتۇر.

ئەمما كۆپىنچە بۇ كېسەللىك قان ئېلىشقا ئېھتىياجلىقتۇر، قان ئېلىشنى تەلەپ قىلىدىغان ئەھۋاللاردىن بىرى دەم سقىلىش ۋە قېينىلىششتۇر. بەزىدە ئاۋاز پۈتۈش كۈچەيگەندە ۋە بوغۇلۇش خەۋپى بولغاندا بويۇن كۆك تومۇرىدىن قان ئېلىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر قان ئېلىنسا، بىمارنى بىر ھەپتە ئارام ئالدۇرۇش، ئاندىن ئايارەج لوغانزىيا ۋە ئايارەج شەھەنزەلگە ئوخشاش دورىلار بىلەن ۋە ئەفتىمۇن، ئۈستقۇددۇس، بىستىپايەج، قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابۇلى، قارا خەربەق، ھەجرى لاجۇۋەرد ۋە ھەجرى ئەرمىنى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان مەتبۇخلار ۋە ھەبلەر بىلەن تازىلاش لازىم. بۇ دورىلارغا شەھەمەنزەل، سوقمونىيانىمۇ ئارىلاشتۇرسىمۇ زىيان قىلمايدۇ. بولۇپمۇ، كېسەللىكتە سەپرا بولسا. بۇ دورىلارغا سەبرە ۋە قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى قوشۇلىدۇ. تەيادەرىتۇس بۇلار ئۈچۈن ياخشىدۇر، ئايارەج پەيقرامۇ ياخشىدۇر، سوقمونىيا بىلەن كۈچەيتىلسە، جوزام بىمارلىرىنىڭ سۇرگىلىرىنىڭ ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ، بولۇپمۇ خەربەق بىر قېتىم پۈرتىلسا ياكى خەربەق بىلەن ھەجرى ئەرمنى قوشۇلسا. يازدا يېنىك قىلىش، ماددىنى قوزغاپ

كېسەللىكنى ئارقىغا چېكىندۈرمەسلىك ئۈچۈن مەتبۇخقا كۈچەيتكۈچى دورىلار سېلىنمايدۇ.

جوزام بىمارلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان مەتبۇخ سېرىق ۋە قارا هېلىلىنىڭ هەربىردىن 30 گىرامدىن، جۇۋىنەدىن 15 گىرام، خۇش پۇراق هىڭدىن 1.5 گىرام، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈمدىن 340 گىرام ئېلىپ، ئۈچ ئۈرىق سۇدا ئۈچتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ، سۈزۈپ، ئۇنىڭغا 15 گىرام هەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈلىدۇ ۋە بىمارنىڭ بەدىنىگە سېرىقماي سۈركەپ، ئاپتاپتا ئۇزاق ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ياكى 70 قەدەم ماڭغۇزۇلىدۇ ۋە بىمار ئوڭ، سولغا ئۆرۈلىدۇ، ئوڭدىسىغا ۋە دۈم ياتقۇزۇلىدۇ. نان هەسەل بىلەن يېگۈزۈلىدۇ، يۇقىرىقى دورا بىز سۆزلىگەن بويىچە هەر كۈنى يېڭىدىن قاينىتىپ يەتتە كۈن ئىچۈرۈلىدۇ. جوزام ئورۇنلىشىۋالمىغان بىمارنى داۋالاشتا بىر قېتىم تازىلاش كۇپايە قىلماي، بەلكى بەزىدە كېسەللىك ئەهۋالىنىڭ تەقەززاسى بويىچە ئايدا ئىككى قېتىم ياكى هەر ئايدا بىر قېتىم مۆتىدىل دورىلار بىلەن تازىلاشقا ئېهتىياج چۈشىدۇ.

بەزىدە هەر كۈنى بىر - ئىككى قېتىم يۇقىرىدا سۆزلەنگەن دورىلار بىلەن تەييارلانغان ناقىس شەربەتلەردىن جوزامنى سۈرىدىغان نەرسىلەر بىلەن قىرىق كۈنگىچە يېنىك سۈرگۈزۈلىدۇ. ئەمما خەربەق ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش بەك كۈچلۈك سۈرگىلەر ۋە كۆپ مىقداردىكى سۈرگىلەر بىلەن ئەتىيازدا بىر قېتىم، كۈزدە بىر قېتىم ياكى بۇنىڭدىن كۆپرەك سۈردۇرۇش كۇپايە قىلىدۇ ۋە ئۇلارنىڭ مېڭىلىرىنى باش كېسەللىكلىرىدە سۆزلەنگەن غار - غارلار ۋە هەممىگە تونۇشلۇق بۇرۇن تېمىتىلمىلىرىغا ئوخشاش دورىلار بىلەن تازىلاشقا يۈزلىنىش لازىم.

بۇرۇن تېمىتىلمىسىنىڭ نۇسخىسى پىلپىل، مامىرانچىن، شەترەنجى هىندى، بەرەڭگى كابۇلنىڭ ئىچى قاتارلىقلارنىڭ هەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، جۇزبۇۋا، تاغ پىننىسىنىڭ هەربىردىن 1.5 گىرامدىن، چاڭگاك ئۇسارىسى، سىركە يېغى[1]نىڭ هەربىردىن 624 گىرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، سۇيى يوقالغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ شىشە قاچىدا ساقلىنىدۇ ۋە مۇمكىنقەدەر بۇرۇننىڭ ئىككى

① سىركە يېغى — بۇ مۇرەككەپ ياغلاردىن بولۇپ، ياغلار بايانىدا سۆزلىنىدۇ (ت).

تۆشۈكىگە تېمىتىلىدۇ. ئاندىن بۇ ھۆللىگۈچى بۇرۇن تېمىتىلمىلىرى ئارقىمۇئارقا ئىشلىتىلىدۇ. بىمارلارنى ھەرقانداق قۇرۇتىدىغان ۋە تەبئىي ھۆللۈكنى تارقىتىدىغان نەرسىلەردىن، چارچاش ۋە غەم - قايغۇدىن چەكلەش، بۇلارنى ئۆزلىرى تۇرۇۋاتقان ھاۋادىن قارشى ھاۋاغا يۆتكەش ۋە تازىلىغاندىن كېيىن بادام يېغىغا ئوخشاش ياغنى ئۇزۇم ئۇسارىسىگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ئىچۈرۈش لازىم. بۇ بىرنەچچە قېتىم تازىلانغاندا ئىچۈرۈلىدۇ. ھەر كۈنى ئەتىگەندە چىقىرىندىلارنى ئۈچەيدىن ئىتتىرگەندىن كېيىن چېنىقتۇرۇش ۋە مەجبۇرىي يۇقىرى ئاۋازدا سۆزلىتىش، سەكرىتىش، باشقىلار بىلەن مۇشتلاشتۇرۇش، ئاندىن ئۇۋۇلاش لازىم. ئەگەر ئۇلار تەرلىسە تەرلىرى قۇرۇتۇلىدۇ، شۇنىڭدىن كېيىن ئىسسىق - سوغۇقلۇقى مۆتىدىل، كۆپىنچە ئەھۋالدا ھۆللىگۈچى، بىرىنچى دەرىجىدە كۈچلەندۈرگۈچى ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ. چۈنكى بۇلار دەسلەپتە ھېلىلىگە ئوخشاش كۈچلەندۈرگۈچىلەرگە ۋە سىركىگە ئارىلاشتۇرۇلغان موزىغا ئېھتىياجلىق بولىدۇ.

بەزىدە بۇ ياغلار ئىياللارنىڭ سۈتىگە ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىلىدۇ، شۇنداقلا قۇرۇقلۇق كۆپ بولغاندا ياغ بىلەن ئىيالنىڭ سۈتى بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ. ئەگەر كۆكۈل ئېلىشىش قوزغالسا قەي قىلدۇرۇلىدۇ، ياخشىسى مۇنچىغا چۈشۈرۈپ، ئاندىن ياغ سۈركىلىدۇ.

ئەگەر بۇلار مۇنچىغا چۈشسە، ئاس يېغى، مەستىكى يېغى، تال چېچىكى يېغى، دارشىشان يېغى، قۇستە يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ياغلار مۇچىلەرگە سۈركىلىدۇ. ئاندىن بۇلاردىن داۋالانغانلىرى يېرىم سائەت ئارام ئالدۇرۇلىدۇ ۋە توخۇ پېيى بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ. ئاندىن ئازراق ئەفسەنتىن ئىچۈرۈلىدۇ.

بەزىدە بۇلارغا مۇنچىدا قىزىل توغرىغۇ، كىبرىت، ھەبىلغار، ياغاچچىلار ئىشلىتىدىغان يېلىم قاتارلىقلار ھەم قىچا، يالپۇز، قارىمۇچ، پىلپىل، ئاقىرقەرھا، ياۋا ئۇزۇم، سەبرە، پىننە چۈشكەن لەتىفلەشتۈرگۈچى، تارقاتقۇچى دورىلارنى سۈركەش ياكى يىلكىلىرىگە زىمات قىلىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بەزىدە پەرپىيۇنغا ئوخشاش دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ، بۇ تەدبىر بۇ بىمارلاردىكى ئېشىنىدىلارنى تارقىتىش ۋە ئۇلارنى تەرلىتىش ئۈچۈن مۇنچىغا چۈشۈشكە تەكلىپ قىلىنغاندا قوللىنىلىدۇ.

چۈنكى، تەرلىتىش بۇلارنى داۋالاشتا ياخشى قانۇندۇر، بەزىدە بۇلارغا تەرياق، شەلسا، قەقتارغان[1] قاتارلىق دورىلار سۇركىلىدۇ. بەزىدە بۇنداق دورىلارنى كۈننىڭ ئىسسىقىدا سۇركەشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇلارنى مۇنچىدا يۇيىدىغان ئەڭ ياخشى نەرسە خۇش پۇراق سوپۇن قوشۇلغان قاينىتىلمىدۇر. جوزام بولغان بىمار جىمادىن قەتئىي يىراق تۇرۇش لازىم، بۇلارغا ئىچۈرۈلىدىغان دورىلارنىڭ ئەڭ ياخشىسى ئەقئا ناملىق يىلاننىڭ گۆشى بىلەن تەييارلانغان تەرياقى فارۇق، تەرياقى ئەربەئە، قەقتارغان، دەبىيدى كىبرىتا[2] قاتارلىقلاردۇر. بەزىدە بۇ دورىلار بىمارلارنىڭ بۇرنىغمۇ تېمىتىلىدۇ ۋە بىمارلارغا قۇرسى ئەقئادىن تۆت گىرامى 30 گىرام قويۇق شاراب بىلەن ياكى قويۇلدۇرۇلغان ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ ۋە قۇرسى ئەنسىلمۇ ئىچۈرۈلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، ئەقئا ناملىق يىلاننىڭ گۆشى ۋە گۆشنىڭ قۇۋۇتى بار دورىلار بۇلار ئۇچۇن ئەڭ ياخشىدۇر. ئەقئا ناملىق يىلان شورلۇق ۋە تېرىلغۇ يەرنىڭ يىلىنى بولماسلىقى، دېڭىزغا يېقىن جايدا ياشايدىغان يىلان بولماسلىقى لازىم. چۈنكى، بۇنداق يىلانلارنىڭ مەنپەئەتى ئاز بولىدۇ ھەم ئۇسستىدۇ ۋە ھالاك قىلىدۇ. تاغ يىلىنى، بولۇپمۇ ئاق تاغ يىلىنى تاللاپ، يىلاننىڭ باش ۋە قۇيرۇقى كېسۋېتىلىدۇ. ئەگەر يىلاندىن كۆپ قان ئاقسا ۋە يىلان ئۇزاق مەزگىل تىرىك ھالەتتە تۇرۇپ كۆپ مىدىرلىسا، شۇ يىلان ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بۇنداق بولمىسا ئىشلىتىلمەيدۇ. بۇ يىلان بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغىنىمىز بويىچە پاكلاپ، قاينىتىپ يېيىلىدۇ ۋە شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. شارابقا ئەقئا ناملىق يىلاننى چىلىغاندا، يىلان ئۆلۈپ قالغان ياكى ئۇ يىلان ئىچكەن شارابنى ئىچكەندە بىر بۆلەك كىشىلەر ساقىيىپ قالغان، جوزام بولغان كىشى ياكى ئۇنىڭدىن باشقىلار ئارام تېپىش ئۇچۇن ساق يىلاننى شارابتا قەستەن ئۆلتۈرگەن ياكى بۇنى چۈشىگە قاراپ قىلغان.

جوزامغا ئەقئا ناملىق يىلاننىڭ ئىچگە سىلىنغان تۇزمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ، باش ۋە قۇيرۇقى كېسۋېتىلگەن، ئىچكى ئەزالىرى تازىلانغان قۇرۇقلۇق يىلانلىرىنى

① قەقتارغان — مۇرەككەپ دورىلاردىن بولۇپ، يېقىندا مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلىنىدۇ.

② دەبىيدى كىبرىتا — تەركىبىگە كىبرىت چۈشىدىغان مۇرەككەپ دورىدۇر.

ئېلىپ، ئاندىن كۆدە، سېرىقچېچەك، نوقۇت، ئازراق تۇز قاتارلىقلارنى كۆپ سۇدا ياخشى پىشقىچە قاينىتىپ، پىشقاندا سۆڭەكلىرىنى ئېلىۋېتىپ، گۆشىنى پاكىزلاپ يېگۈزۈلدۇ ۋە شورپىسىغا ئاق بۇغداي نېنىنى چىلاپ ئىچۈرۈلىدۇ. بەزىدە شورپا خۇش پۇراق بولۇش ئۈچۈن، يىلان بىلەن ئازراق كەپتەر باچكىسى سېلىنىدۇ.

بەزىدە دەسلىپىدە بۇ تەدبىرنىڭ مەنپەئەتى ئېنىق كۆرۈلمەيدۇ، ئاندىن بىراقلا كۆرۈلىدۇ، بەزىدە ساقىيىشتىن بىرنەچچە كۈن بۇرۇن ئەقىل يوقلىدۇ. بىمارىدا بۇنىڭ پايدىسى كۆرۈلگەنلىكىنىڭ ۋە ئەفئا يىلىنىنى ئىشلىتىشتىن تۇختاشقا تېگىشلىك ۋاقىتقا يەتكەنلىكىنىڭ ئالامتى شۇكى، جوزام بولغان بىمار ئېسىلشقا باشلايدۇ، ئاندىن بەزىدە بىمارنىڭ ئەقلى ئېلىشىدۇ، ئاندىن ئەقىل ئېلىشش يوقلىپ ساقىيىدۇ، ئەگەر كۆز ئالدى قاراڭغۇلاشمسا ۋە ئېسىلمىسا، يۇقىرىقى تەدبىر قايتا قوللىنىلىدۇ.

تېۋىپلار جوزام ئۈچۈن سۆزلىگەن نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، شورلۇق يەردە ياشىغان قارا يىلاننىڭ بېشىنى كېسىپ، قۇرتلىغچە كۆمۈپ، قۇرتى بىلەن ئېلىپ، قۇرۇتۇپ، جوزام ئېغىرلاشقان كىشىگە ھەر كۈنى ھەسەل شەربىتى بىلەن ئۈچ كۈن ئىچۈرۈلىدۇ. ئەفئا ناملىق يىلان قاينىتىلغان زەيتۇن يېغى ۋە تۆۋەندىكى دورىغا ئوخشاش ئەفئا ناملىق يىلاننىڭ قۇۋۇتى بار نەسلەرنى سۈركەشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئۇنىڭ نۇسخىسى شورلۇق يەرنىڭ قارا يىلىنىنى ئېلىپ قازانغا سېلىپ، ئۈستىگە ئۆتكۈر سىركىدىن 240 گىرام، سۇدىن 30 گىرام قۇيۇپ، ھۆل شەترەنجى ھەندى ۋە لوپ يىلتىزىنىڭ ھەربىردىن 60 گىرامدىن سېلىپ، سۇس ئوتتا يىلان پىشقىچە قاينىتىپ سۈيىنى سۈزۈپ، ساقال ۋە چاچنى چۈشۈرگەندىن كېيىن ئۈچ كۈن سۈركىلىدۇ. جوزام بىمارلىرىدا ئەفئا چۈشكەن دورىلارنى ئىشلەتكەنلىكتىن، بۇزۇق تېرە سويۇلۇش، گۆش ۋە ساق تېرە ئالمىشىش يۈز بېرىدۇ، شۇڭا، جوزام بولغان بىمارغا ھارارىتى نورمال ھۆللىگۈچىلەرنى سۈركەش قۇرۇقلۇق كۈچلۈك بولغاندا مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنداقلا ئازراق خەيرى يېغى قوشۇلغان بىنەپشە يېغىنى بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتىشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ، يەنە يىرتقۇچ ئۆكۈز ۋە ئۇچار

قاناتلارنىڭ يېغىنىڭ ئېرىتىلمىلىرى ۋە قۇسته يېغى، دارشىئان يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى قاتارلىقلارنى سۈركەش مۇچىلەرنى ساقلاپ قالىدۇ. بۇلار ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن سۈركىلىدۇ، ماددىنى تازىلاشتىن بۇرۇن قەتئىي سۈركەلمەيدۇ، ئەگەر سۈركەلسە تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئېتىپ قويىدۇ.

جوزام بىمارلىرى ئۇچۇن مەنپەئەتلىك بولغان ئىچىلىدىغان دورىلاردىن بىرى بۇزرى جەلى ۋە داۋائى سەلىخەدۇر. سۇت بۇلارنى داۋالايدىغان ئەڭ مۇۋاپىق نەرسىدۇر، بولۇپمۇ دەم سقىلىپ، نەپەس قىينىلىشىپ، ئاۋاز بوغۇلغاندا ۋە ماددىنى تازىلاش ئارىسىدا، سۇتنى سېغىلغان ۋاقىتتا ئىچىش لازىم. قوي سۇتى جوزام بىمارى ئۇچۇن ئەڭ مەنپەئەتلىك بولۇپ، ھەزىم بولغۇدەك مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇمكىن بولسا پەقەت قوي سۇتىنىلا ئىچىش ئىنتايىن ياخشىدۇر، ئەگەر پەقەت سۇت ئىچۈرۈش مۇمكىن بولسا ياكى زۆرۈر بولسا مۇمكىنقەدەر سۇتكە ساپ نان دىن باشقا پاقلان گۆشى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان نەرسىلەرنىڭ گۆشىدىن تەييارلانغان ئىسپىدباجلاردىن باشقىسىنى زىيادە قىلماسلىق لازىم. ئەگەر نەپەس ياخشىلانسا، ياخشىسى سۇتنى تەرك ئېتىش ۋە باشقا سەۋەبتىن ئەمەس ئۆتكۈر نەرسىلەر بىلەن قەي قىلدۇرۇش ئۇچۇن، ئۇنىڭغا يۇزلىنىش ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن نەرسىلەر بىلەن تازىلاش لازىم. ئاندىن ئېھتىياج چۈشسە، سۇت ھەزىم بولغۇدەك مىقداردا قايتا ئىچۈرۈلىدۇ، بۇ تەدبىرنى يىلدا بىرنەچچە قېتىم تەكرار قوللىنىش لازىم، ئەمما جوزام ئورۇنلىشىپ قالغانلاردىن قان ئېلىشقا ۋە كۈچلۈك دورا بىلەن سۈرۈشكە مەشغۇل بولماسلىق لازىم. چۈنكى بۇلاردىكى ئېشىندىلار قوزغىلىدۇ ۋە ئاجرىمايدۇ، شۇڭا، ماددىنى ئۇچەيلەرگە مايىل قىلىشقا يېنىك تەدبىر قىلىنىدۇ ۋە سىرتىدىن تارقىتىدىغان نەرسىلەر ئىشلىتىلىدۇ.

جوزام بىمارلىرى ئۇچۇن پايدىلىق ئىچىلىدىغان دورىلاردىن بىرى شۇكى، سىركە ۋە قەترانىڭ ھەربىرىدىن 45 گىرامدىن، يېڭى ياۋا كاللەكبەسەي ئۇسارىسىدىن 90 گىرام ئېلىپ ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىچۈرۈلىدۇ ياكى پىل چىشىنىڭ ئېكەكدەلمىسىدىن بەش گىرام ئېلىپ، 30 گىرام شاراب ۋە سېرىقماي بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ ياكى ھىڭنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، ياڭاق

مىقدارى ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئەنسىلدىن بەش گىرام ئېلىپ، لوئوقتەك قىيام قىلىنغان ھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى زىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ، لوئوقتەك قىيام بولغان ھەسەل بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ. پىننە ئۇسارىسى بۇلار ئۆچۈن ئىنتايىن ياخشى بولۇپ، 12 ~ 24 گىرامغىچە ئىچۈرۈلىدۇ، تۇزلۇق بېلىقنى بەزىدە دورا ئىشلەتكەندەك ئىشلىتىش لازىم، بۇ بىمارلار بەك ئۆتكۈر نەرسىلەردىن يىراق قىلىنىدۇ، لېكىن قەي قىلدۇرۇش ئۆچۈن تەييارلىنىدىغان دورىلار تەم تەئسىش يولى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ.

بەزىدە بۇ خىل بىمارلارنىڭ چوققا، باش چاكلىرى، يۇتقۇنچاق تۇۋى، ئىككى قۇلاق سۈپرىسى، بويۇن، ئىككى قول، ئىككى پۇت بوغۇملىرى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ئەزالىرىنى ئايرىم - ئايرىم داغلاشقا توغرا كېلىدۇ. بەزى تېۋىپلار دېدىكى، جوزام خەۋپى بولۇشنىڭ دەسلىپىدە، باشنىڭ ئالدى تەرىپىنىڭ چوققىدىن تۆۋەنرەك ئورۇنىنى بىر داغلاش، شۇنىڭدىن تۆۋەنرەك ئورۇنىنى بىر داغلاش ۋە كۆكرەكتە كېرىگەتنىڭ ئۈستى تەرىپىنى بىر داغلاش، باشنىڭ ئوڭ تەرىپىنى بىر داغلاش، سول تەرىپىنى بىر داغلاش، ئارقىسىنى گەدەن كاتىكىدىن ئۈستۈنرەك بىر داغلاش، باش سۆڭىكىدىكى ئىككى چاكنىڭ قېشىدىن ئىككى داغلاش، تالنىڭ ئۇدۇلىدىن بىر داغلاش لازىم. بۇ داغلاشلار يېنىك، ئىنچىكە داغلاش سايمىنى بىلەن بولىدۇ، ئەگەر باش باغلانسا داغلاش سايمىنىنىڭ مېڭىگە يېتىپ قېلىشىدىن ساقلىنىپ تۇرۇپ، سۆڭەككە يەتكۈزۈپ، ھەتتا سۆڭەكنىڭ تاشقى قەۋىتى سويۇلغۇچە بىرنەچچە قېتىم داغلاش لازىم. چۈنكى بىلىمسىز تېۋىپلار بەزىدە قوللىرى يېنىك بولمىغاندا بىمارنى داغلاش بىلەن ئۆلتۈرۈپ قويىدۇ.

جوزام بىمارلىرى ئۆچۈن مەنپەئەتلىك مۇرەككەپ دورىلارنىڭ نۇسخىسى: مۇرەككەپ دورىلاردىن بۇزۇرى جەلى، بۇ كېسەللىكتە ئەفئا ناملىق يىلان گۆشىنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان دورىلار بەيشى ۋە داۋائى سەلاخەدۇر، ئەمما بۇزرى جەلىنىڭ كۆپ نۇسخىلىرى بولۇپ، ئۇنى ھىندىستانلىقلار سۆزلىگەن ۋە تەجرىبە قىلغان. ئۇنىڭ مەشھۇر نۇسخىلىرىدىن بىرى شۇكى، قارا ھېلىلە ۋە شەترەنجى ھىندىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، پىلپىلدىن 15 گىرام، ئاق بىيىشتىن 7.5 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، كالىنىڭ سېرىقمېيى بىلەن نەمدەپ، ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، بەدەننى

تازىلىغاندىن كېيىن بىر قېتىمدا 4 ~ 6 گىرامغىچە ئىچۈرۈلىدۇ. ئەگەر بۇ دورا تەك مقداردىكى داۋائىلمىشكى بىلەن يېگۈزۈلسە، بۇ دورىنىڭ زىيان قىلىش خەۋپى بولمايدۇ. چۈنكى داۋائىلمىشكى بۇ دورىنىڭ زەھرىنى قايتۇرىدۇ.

بۇزۇرى جەلى ئەكبەر دەپ ئاتىلىدىغان مەجۇننىڭ نۇسخىسى: بۇ دورا جوزام، بەرەس، گۈللۈك تەمرەتكە، قۇبا، سېرىق سۇ يىغىلىش، قىچىشقاق، كونا قوتۇر قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدىغان جۈۋاندارانىدۇر. ئۇ ئەقلىنى مۇستەھكەم قىلىدۇ ۋە ئۇنتۇغاقلىقنى يوقىتىدۇ، تۇتۇش ئىقتىدارىنى ياخشىلايدۇ ۋە ھوشىدىن كېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

تۆۋەندىكى بۇ دورىنى ھىندى ئالىملىرى پادىشاھلىرى ئۈچۈن تەييارلاپ بەرگەن. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، شەترەنجى ھىندى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 42 گىرامدىن، جوز، لاچىندانە، كۇندۇر پوستى، مۇ، فۇ، قارىمۇچ، پىلپىل، پىلپىل يىلتىزى، ناري قەيسەر، نارمشكى، كۇندۇش، ئەنسىل ئۇسارىسى، سازەج ھىندىنىڭ ھەربىرىدىن 32 گىرامدىن، كۆك، ياخشى بىيىشتىن 16 گىرام ئىلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بېشىنى، ئېغىز، بۇرنىنى ئېتىپ تۇرۇپ يالغۇز سوقۇپ، بۇ دورىلارنى سوقۇشتىن بۇرۇن كالا مېيىدا ياغلاپ، ياخشى پانىز خەزايى ياكى پانىز شەجرىيدىن 1700 گىرام ئىلىپ چالا سوقۇپ، تۆمۈر قازانغا سېلىپ، ئۇستىدىن ئېرىگۈدەك مىقداردا سۇ قۇيۇلىدۇ. ئېرىگەندە ئوتتىن چۈشۈرۈپ، دورىلارنى سېلىپ، ئۇنىڭ بىلەن ياخشى يۇغۇرۇپ، ئاندىن بۇنىڭدىن ھەربىرى تۆت گىرام مقدارى كېلىدىغان بانادۇق تەييارلاپ، ھەر كۈنى ناشتىدا بىر بانادۇق قايناق سۇ بىلەن ياكى خورما شىرنىسى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ.

مەجۇنى سالاخە بۇ بۇزۇرى جەلىنىڭ رولىنى ئويناىدىغان چوڭ ھىندى دورىسىدۇر. ئۇ كىرپىك تۆكۈلۈش، چاچ ئاقىرىش، ھاسىراش، خەپەقان، ئىشتىھا تۆۋەنلەش، قاتتىق ئىچ سۈرۈش، ئىستىسقا، يەرقان، قۇۋۋەت تۆۋەنلەش، بۇۋاسىر قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ياشانغانلارنى ياشارتىدۇ، قىچىشقاق ۋە يارىلارغىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. نۇسخىسى: تازىلىنىپ يۇيۇلغان سەلاخەدىن 1040 گىرام (سەلاخە تاغ تېكسىنىڭ سۈيدۈكىدۇر، چۈنكى تاغ تېكسى ھېسسىياتى ئۇرغىغان كۈنلەردە

تاغدا سەلاخە تاشنىڭ ئۈستىگە سىيدۇ، شۇنىڭ بىلەن تاش قاردىپ، سۇيۇق، كېمىنى مايلاشتا ئىشلىتىلىدىغان مايغا ئوخشاش ئۆزگىرىدۇ)، ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، قارىمۇچ، پىلپىل، ھەببۇلغار، لاچىندانە، نېپىز دارچىن، بەسباسە، ئۇد ھىندى، بالە[1] دىكارە، تاباشىر، ئىكمىكەت، بەرەڭگى كابۇلى، جوزنىڭ ھەربىرىدىن 16 گىرامدىن، مۇقەلدىن 1040 گىرام، ناۋاتتىن 560 گىرام، قىزىل ئالتۇن، ساپ كۈمۈش، قىزىل مىس، تۆمۈر، قوغۇشۇن ۋە پولات قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 32 گىرامدىن ئېلىپ، مەدەن دورىلارنى كۆيدۈرۈپ يۇمشاق سوقۇپ، دورىلار بىلەن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەممىسنى ھەسەل ۋە سىرىقماي بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كۆك كوزىغا ئېلىپ قويۇپ، بىر قېتىمدا تۆت گىرامى ئۆچكە سۈتى ۋە قايناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ دورىغا كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلدىن 264 گىرام، سىرىق مايدىن 136 گىرام قوشۇلىدۇ، ئەگەر بۇ دورا قاينىتىلسا ياخشى بولىدۇ، چۈنكى ئۇ كۆپىيىدۇ ۋە 21 كۈن ئىشلەتكىلى بولىدۇ.

پولاتنى كۆيدۈرۈش ئۇسۇلى پولاتنى ياپىلاق قىلىپ، ئاندىن ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلەنى قاينىتىپ سۈيىنى سۈزۈپ، مىس قازانغا قۇيۇپ، سۇس ئوت قالاپ، پولاتنى قىزارغۇچە قىزىتىپ، شۇ سۇغا چىلىنىدۇ. ئاندىن قىزارغۇچە قايتا ئوتقا سېلىنىدۇ. قىزارغاندا يەنە شۇ سۇغا چىلىنىدۇ، بۇ 21 قېتىم قىلىنىدۇ، ئاندىن بۇ سۈنى سۈزۈپ، پولاتنىڭ چۆكمىلىرىنى ئېلىپ، ئاندىن قازاننى قايتا ئوتقا قويۇپ، ئۈنىڭغا كالا سۈيدۈكى قۇيۇلىدۇ ۋە تۆمۈرنى قىزىتىپ، بۇنىڭغا 21 قېتىم چۆكۈرۈلىدۇ ۋە چۆكمىدىن 32 گىرام ئېلىنىدۇ. مىسنى 32 گىرام چۆكمە چىققۇچە شۇنداق قىلىنىدۇ. ئەمما كۈمۈشنى ئىكەك بىلەن توپىدەك يۇمشاق ئىكەكلەپ، ئاندىن تۆمۈر چۆمۈچىتە تۈز سۈيى بىلەن ياخشى كۆيگەنگە قەدەر قاينىتىلىدۇ. ئەگەر كۆيمىسە چۆمۈچكە ئازراق سىرىق كىبرىت سېلىنىدۇ، چۈنكى، سىرىق كىبرىت ئۈنى كۆيدۈرىدۇ. كۆيگەن كۈمۈشتىن 32 گىرام ئېلىنىدۇ، بۇلارنىڭ ھەممىسى سوقۇلغان، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن بولىدۇ، ئەمما ئالتۇننى كۆيدۈرۈش شۇكى، ئالتۇن توپىدەك بولغۇچە ئىكەكلىنىدۇ. ئالتۇن بىلەن بىرگە تۆت گىرام قوغۇشۇن بولۇش لازىم ۋە قوغۇشۇن ئالتۇن بىلەن بىرگە ئېرىگەنگە قەدەر

① بالە — خۇش پۇراق ئۆسۈملۈكلەردىن بىرىدۇر.

ئېكەكلىنىدۇ. ئاندىن بىر سائەت قويۇپ يەنە ئېكەكلىنىدۇ ۋە تۆت گىرام قوغۇشۇن قوشۇلىدۇ ۋە يەنە ئېكەكلەپ، ئاندىن چۆمۈچكە سېلىپ، ئۈستىگە تۇز سۈيى قۇيۇپ، سۇ يوقاپ، ئالتۇن ۋە قوغۇشۇن قالغۇچە قاينىتىلىدۇ. ئاندىن ھاۋانچىدا بەك يۇمشاق سوقۇپ، يۇقىرىقى دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

سەلاخەنى تازىلاش تۆۋەندىكىدەك بولىدۇ: ئوغرىتىكەن سۈيى ۋە كالا سۈيىدۈكىنى ئېلىپ، تۆمۈر قاچىغا سېلىنغان سالاخەگە چۆكۈدەك مىقدارىدا قۇيۇپ، قىزىق ئاپتاپتا بىر سائەت قويۇپ، ئاندىن كۈچلۈك قوچۇپ، تۆمۈر قاچىغا سۈزۈپ، ئۈچ كۈن ئاپتاپتا قويۇپ، ئاندىن سۈزۈپ، قويۇلغان چۆكمىسىنى ئېلىپ، ئاندىن سالاخەگە يەنە ئوغرىتىكەن سۈيى، كالا سۈيىدۈكى قۇيۇپ، دەسلەپتە تەدبىر قىلغاندەك ئۈچ قېتىم تەدبىر قىلىنىدۇ. ئاندىن قويۇلۇپ ھەسەلدەك بولغۇچە ۋە كېمىنى مايلاشتا ئىشلىتىلىدىغان مايغا ئوخشاش قارا بولغۇچە ئاپتاپتا 21 كۈن قويۇلىدۇ.

كىچىك نۇسخىلىق سالاخەنىڭ تەركىبى ئۇنىڭ پايدىسى چوڭ نۇسخىلىق سالاخەنىڭ پايدىسىغا ئوخشاشتۇر. تازىلانغان سالاخەدىن بىر ھەسسە، مۇقەل ئۆسۈملۈكىدىن تۆت ھەسسە ئېلىپ، مۇقەلنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنىڭغا تەڭ مىقدارى ھەسەل ۋە ھەسەلنىڭ مىقدارىچە شېكەر، ھەسەلنىڭ يېرىمىچە سېرىق ماي ئارىلاشتۇرۇپ، ششە قاچىغا ئېلىپ قويۇپ، بىر قېتىمدا تۆت گىرامى ئىللىتىلغان كالا سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جوزامغا مەنپەئەت قىلىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى تازىلانغان قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە ۋە زەنجۈبىلنىڭ ھەربىردىن 33 گىرامدىن، جۈۋىنەدىن 15 گىرام، خۇش پۇراق ھىڭدىن توققۇز گىرام، تازىلانغان قۇرۇق ئۈزۈمدىن يېرىم پىيالە ئېلىپ، 4800 گىرام سۇدا ئۇچتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ، سۈزۈپ، سۈزۈلگەن سۈيىگە قۇيۇپ، بۇنىڭدىن 340 گىرام ئىچۈرۈلىدۇ ۋە بىمارنىڭ بەدىنىنى كالىنىڭ سېرىقمېيى بىلەن ياغلاپ تەرلىگۈچە ئاپتاپتا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بەرداشلىق بېرەلىسە 70 قەدەم ماڭغۇزۇلىدۇ، بىردەم ئوڭ يېنىچە، بىردەم سول يېنىچە، بىردەم ئوڭدا، بىردەم دۇم يېتىشقا بۇيرۇلىدۇ. بىمارغا يەتتە كۈنگىچە نورمال مىقدارىدا نان

ۋە ھەسەل بېرىلىدۇ، بۇنىڭغا ئاساسەن دورىلار ھەركۈنى يېڭىلىنىپ تۇرىدۇ.

جوزام بىمارلىرى ئۈچۈن تىلانىڭ نۇسخىسى قارا يىلاننى ئېلىپ بېشىنى كېسىۋېتىپ، قازانغا سېلىپ، ئۈستىگە ئۆتكۈر سىركىدىن 240 گىرام، سۇدىن 30 گىرام، ھۆل شەترەنجى ھىندى، لۇب يىلتىزىنىڭ ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن ئېلىپ، يىلان ياخشى پىشقۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ئاندىن رەخت بىلەن سۈزۈپ، يىلاننىڭ سۆڭىكىنى گۆشىدىن ئاجرىتىپ، ئاندىن پىسەپلىرى ششە قاچىغا سېلىنىدۇ. داۋالماقچى بولغاندا بىمارنىڭ قېشى ۋە چېچىنى چۈشۈرۈشكە بۇيرۇپ، بۇ دورا ئۈچ كۈن تىلا قىلىنىدۇ.

يەنە بىر تىلانىڭ نۇسخىسى ياۋا ئۆزۈم، تازىلانغان قارا ھېلىلە ۋە ئاملەنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، خام زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىپ، كېسەللەنگەن ئورۇننى ئۇسەج ئۆسۈملۈكى ۋە ئانار گۈلىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن يۇغاندىن كېيىن شۇ ئورۇنغا تىلا قىلىنىدۇ.

يەنە بىر تىلانىڭ نۇسخىسى ھېلىلە ۋە موزىنى كۆيدۈرۈپ، سىركە بىلەن تىلا قىلىنىدۇ، جوزام بىمارلىرىغا ھەرقانداق تېز ھەزىم بولىدىغان، ياخشى كەيمۇسلۇق غىزالار بېرىلىدۇ. مەسىلەن: ئىسپىدباج قىلىپ تەييارلانغان ئۇچار قۇشلارنىڭ گۆشلىرى، تېگىشلىك ئۇرۇق دورىلار قوشۇلغان، ئاسان سىڭىدىغان ھۆل بېلىققا ئوخشاش. بىمارغا بېرىلىدىغان غىزانىڭ ياخشىسى كېپىكىدىن ئايرىلغان ئارپا نېنى، خەندىرۇس ناملىق بۇغداينىڭ نېنى ۋە بۇ ئىككىسىدىن تەييارلانغان سۈيۇق غىزالار ۋە ھۆل كۆكتاتلاردۇر. بەزىدە بۇ ئىككىسىگە قىزىلچا، تۇرۇپ، كۈدە قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. كەبىر، بەدىيان، كۈدىگە ئوخشاش ماددىنى پارچىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە سەل قارىماسلىق لازىم، بولۇپمۇ ماددىنى تازىلاشتىن بۇرۇن. چۈنكى بۇ بىمارنىڭ غىزاسىنى ئېشىندىلاردىن پاكلايدۇ، ئېشىندىلار بار بولسا ئىتتىرىدۇ، شۇڭا ياخشى دورىلارنى بېرىش بىلەن بىرگە، بۇ تەدبىرمۇ قوللىنىلىدۇ. تۇزلۇق بېلىق جوزام بىمارلىرى ئۈچۈن ياخشىدۇر. بىز بىمارلارنى قەي قىلدۇرماقچى ۋە سۈردۈرمەكچى بولغاندا تۇزلۇق بېلىققا بەك ئېھتىياجلىق بولمىز، كاللەكبەسەي بۇلار ئۈچۈن ئۆز خاسىيىتى بىلەن پايدىلىقتۇر،

نان سۈت ۋە ھەسەل بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلسا پايدىلىقتۇر. ئەنجۈر، ھۆل ۋە قۇرۇق ئۈزۈم، قورۇلغان بادام، زاراڭزا، چىلغوزا مېغىزى قاتارلىقلار ۋە بۇلاردىن تەييارلانغان دورىلار جوزام بىمارلىرى ئۈچۈن مۇۋاپىقتۇر. بىمار كۈنىگە ئىككى قېتىم ھەزىم قىلغۇدەك مىقداردا تاماق يېيىشى لازىم، چۈنكى، بىر قېتىم تاماق يېيىش بىمارغا زىيان قىلىدۇ، كېسەللىك قوزغالغاندا شارابنى ئاز ئىچىش لازىم، كېسەللىك پەسەيگەندە يېڭى سۈيۈق شارابتىن نورمال مىقداردا ئىچسە بولىدۇ. ئەمما تۆكۈلگەن قاش ۋە چاچ دائۇسسۇزلىقىنى داۋالىغاندەك ھەمدە ئۇنىڭدىن باشقا بىز زىننەت توغرىسىدا سۆزلەيدىغان نەرسىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ.

تۆتىنچى پەن

سۇنۇق ۋە تېڭىققا ئالاقىدار بولمىغان پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش توغرىسىدا

بۇ پەن تۆت ماقالىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بىرىنچى ماقالە

جاراھەتلەر توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

1 ـ پەسىل پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

بىز نەزەرىيە قىسمىدا پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش تۈرلىرىنى ئۆز ئورنىدا زۆرۈر بولغان يۆنىلىشتە بايان قىلدۇق، ھازىر پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش ئەھۋاللىرىدىن بىلىشكە تېگىشلىك بولغان ئومۇمىي ئەھۋاللارغا كۆرسەتمە بېرىمىز. دەيمىزكى، پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان ئەزالارنىڭ بەزىسىدە شۇ ئەزالارنىڭ پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇرۇنقىدەك ئەسلىگە كېلىشىنى مەقسەت قىلىمىز، بۇ گۆشكە ئوخشاش نەرسىلەردە بولىدۇ، بەزى ئەزالارنىڭ پۈتۈنلۈكى ئەسلىگە كەلمىسمۇ، بىرەر ساقلىغۇچىغا تېگىشكەن ھالەتتە تۇرۇشنى مەقسەت قىلىمىز. بۇ سۆڭەكتە بولىدۇ، بىراق بوۋاق ۋە كىچىك بالىلارنىڭ سۆڭىكىدە پۈتۈنلۈكىنىڭ ئەسلىگە كېلىشى ئۈمىد قىلىنىدۇ.

ئەمما بىر بۆلۈك تېۋىپلار نېرۋا ۋە تومۇرلارنىڭ پۈتۈنلۈكى ئەسلىگە كەلمەيدۇ، بەلكى بەزىدە ئۇستىدىن ئۆتۈپ، ئۇنى يىغىپ تۇرىدىغان ساقلىغۇچىنىڭ چاپلىشىپ تۇرۇشى بىلەن تۇرۇپ قالىدۇ، دېدى. يەنە بىر بۆلۈك تېۋىپلار، بۇ تۇتۇشۇش پەقەت قىزىل قان تومۇرلاردىلا بولىدۇ، دېدى.

ئەمما جالىنۇس بۇلارنى ئىنكار قىلىپ دېدىكى، بەزىدە تەجرىبىدىن كۆرۈشكە ۋە قىياس قىلىشقا بولىدۇكى، قىزىل قان تومۇرلارمۇ تۇتىشىدۇ، جالىنۇس باسلىق ئاستىدىكى قىزىل قان تومۇرنى ۋە چېكە ھەم پاچاق قىزىل قان تومۇرلىرىنىڭ تۇتاشقانلىقىنى كۆرگەن.

ئەمما قىياسىنىڭ توغرىلىقى شۇكى، سۆڭەك قاتتىق بولۇپ، سۈنسا بالىلاردا ئاز ساندا تۇتىشىدۇ. گۆش يۇمشاق بولۇپ، پۈتۈنلۈكى بۇزۇلسا پۈتىدۇ، تومۇرلار ۋە قىزىل قان تومۇرلار سۆڭەك بىلەن گۆشكە قارىغاندا قاتتىق، يۇمشاقلىقتا ئوتتۇرا ھالدۇر. شۇڭا، گۆشكە قارىغاندا تۇتىششىنى ئازراق قوبۇل قىلىدۇ، سۆڭەككە قارىغاندا ئاسانراق قوبۇل قىلىدۇ، يىرىنىڭ ئاز، كىچىك، بەدەن ھۆل، يۇمشاق بولغاندا تۇتىشىدۇ، بۇنىڭ ئەكسىچە بولسا تۇتاشمايدۇ، بۇ ئېغىزاكىي پاكىتنىڭ بىر قىسمىدۇر، تايىنىشتا تەجرىبىگە ئاساسلىنىدۇ.

2 ـ پەسىل جاراھەتلەر توغرىسىدا قىسقىچە سۆز

ئەزالار ئىچىدە جاراھەت پەيدا بولسا، زىيىنى چوڭ بولىدىغان، كۆپىنچە ئۆلتۈرىدىغان ئەزالار باردۇر، بەزىدە ئاز ساندا ئۆلتۈرمەيدۇ، مەسىلەن: دوۋساق، بۆرەك، مېڭە، ئىنچىكە ئۇچەي ۋە جىگەرگە ئوخشاش. بۇنىڭ بىلەن بىرگە جاراھەت يېنىك بولغاندا ساقىيىش مۇمكىن بولىدۇ. ئەمما يۈرەكتە جاراھەت پەيدا بولسا، ساقىيىشتىن ئۈمىد يوق، قورسىقىدا جاراھەت پەيدا بولغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسىدە قۇرۇق ھۆ ياكى ھېق تۇتۇش ياكى ئىچ سۈرۈش يۈز بەرسە ئۆلۈپ كېتىدۇ. ئەگەر جاراھەت مۇسكۇللارنىڭ، بولۇپمۇ نېرۋىلىق مۇسكۇللارنىڭ بېشى ۋە

ئاخىرىغا ئوخشاش ئاغرىق ۋە ئىششىق قاتتىق بولىدىغان ئورۇنلاردا بولسا ۋە ئىششىق پەيدا بولمىسا، بۇ ماددىلار قايتقان بىرەر ئىچكى ئاپەتكە دالالەت قىلىدۇ. ماددىلار قايتىپ جاراھەتكە ئاشمىغان ئىچكى ئەزادىكى بىرەر ئاپەتكە دالالەت قىلىدۇ. بۇنىڭدا يارا بايانىدا سۆزلەيدىغان يارا ۋە جاراھەتلەر ئورتاق بولىدىغان ھۆكۈملەرگە قاراش لازىم. بىز ئۇ ھۆكۈملەرنى مۇۋاپىق ئورۇندا بولسۇن ئۈچۈن مۇشۇ يەردە بايان قىلدۇق.

3 - پەسىل جاراھەتلەرنى داۋالاش توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

گۆشتىكى جاراھەت ياكى ئاددىي، تۈز، يۇمىلاق ياكى بىرنەچچە قىرلىق، يىپرىق بولىدۇ ياكى گۆش ئازراق ئازلىغان يىپرىق بولىدۇ.

جاراھەتنىڭ بەزىسى چوڭقۇر ئىچكى ئەزاغا ئۆتكەن، بەزىسى كۆرۈنۈپ تۇرىدىغان بولىدۇ، بۇلارنىڭ ھەربىرىنىڭ تەدبىرى باردۇر، ھەممىسى ئېقىۋاتقان قانىنى توختىتىشتا ئورتاق بولىدۇ. بىز بۇنى ئايرىم بىر بابتا سۆزلىدۇق. بەزىدە قانىنىڭ مۆتىدىل مىقدارىدا ئېقىشى جاراھەت ئۈچۈن پايدىلىق بولۇپ، ئىششىقنى، مۇدۇر چىقىشنى ۋە قىزىتمىنى توسىدۇ. چۈنكى، جاراھەتتە ئەڭ ئەھمىيەت بېرىشكە تېگىشلىك ئىش جاراھەتنىڭ ئىششىشىنى چەكلەشتۇر. چۈنكى، ئىششىق بولمىسا جاراھەتنى داۋالاش مۇمكىن بولىدۇ.

ئەگەر شۇ يەردە ئىششىق ياكى ئېزىلىش ياكى بۆلۈنۈش بولسا، ئۇلارنىڭ ئارىلىرىدا جاراھەت بولۇش بىلەن بىرگە، ئىششىققا ياكى يىرىڭغا ئايلىنىۋاتقان قان يىغىلسا، ئۇنىڭغا تەدبىر قوللىنىپ، ئىششىقنى داۋالىماي تۇرۇپ جاراھەتنى داۋالاش مۇمكىن بولمايدۇ. ئەگەر ئېزىلگەن ئورۇندا تىلغا ئالغۇدەك مىقدارىدا قان توختاپ قېلىپ تارتىشتۇرسا، ئۇنى تارقىتىشقا ئالدىراش لازىم. ئۇ، قانىنى يىرىڭغا ئايلاندۇرۇش ۋە تارقىتىش بىلەن بولىدۇ، يىرىڭغا ئايلاندۇرۇش يۇقىرىدا بىلىنگەن بارلىق

يۇمشاقتۇچى ئىسسىق دورىلار بىلەن بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن جاراھەتتىن قان ئېقىش يېتەرسىز بولسا، قانىنىڭ ئېقىشىغا ياردەم بېرىش كېرەك. ئەگەر يېرىق ئاددىي، تۈز بولسا، ئۇنىڭدىن ھېچ نەرسە ئاقمىسا، ئۇنىڭ تەدبىرى ئۈچۈن باغلاش، تېڭىش، ياغلىق ۋە سۇلۇق نەرسىلەردىن چەكلەش، ئەزانىڭ مىزاجىنى ساقلاپ، ئەزاغا تەبئىي قاندىن باشقا نەرسە سۈمۈرۈلمەسلىككە تىرىشچانلىق قىلغاندىن كېيىن، قىل ۋە باشقا نەرسىلەرنىڭ ئارىسىغا كىرىۋېلىشىنى چەكلەش كۈپايە قىلىدۇ. ئەگەر يارا چوڭ بولۇپ، يۇمىلاق، كەڭرى بولغانلىقتىن ياكى شەكلى ھەرخىل بولغانلىقتىن ئەتراپلىرى ئۇچراشمايدىغان بولسا ياكى ئازراق گۆش چىقىپ كەتكەن بولسا، ئۇنىڭ داۋاسى تىكىش ۋە قۇرۇتقۇچى ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى ۋە بىز تۆۋەندە بايان قىلىدىغان چاپلاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن ھۆللۈكنىڭ يىغىلىۋېلىشىنى چەكلەشتۇر. ئەگەر جاراھەت چوڭقۇر بولسا، كۆپىنچە باغلاشنىڭ ئۆزىمۇ چاپلاشتۇرىدۇ ۋە ئۇنى ئېچىشقا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ، بەزىدە ئېچىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئۇ باغلانچىلار بىلەن تېڭىش مەنپەئەت قىلمايدىغان جاراھەتلەردە بولىدۇ، بولۇپمۇ چوڭقۇر يېرىقنىڭ تېگىدىن باغلاش مۇمكىن بولماي، تېگى ئاجىز بولغانلىقتىن ۋە ئاغرىغانلىقتىن، بىز جاراھەت بايانىدا سۆزلەيدىغان ئەھۋاللاردىن ماددىلار قۇيۇلغان بولسا، يېرىقنى ئېچىشقا ئېھتىياج چۈشسە، بولۇپمۇ بىز يۇقىرىدا ئېيتقاندەك تېگىدىن باغلاش مۇمكىن بولمىغاندا ياكى ئۇنىڭدىن ناچار ماددىلار قۇيۇلۇش مۇمكىن بولمايدىغان ھالەتتە بولسا، ئىششىپ ياكى ناچارلىشىپ ئاقمىغا ئۆزگىرىپ، ئۇنىڭدا بەك ناچار ھۆللۈكلەر بولسا، ئۇنىڭ ئېغىزىغا پاختا ياكى شۇنىڭغا ئوخشاش ھۆللۈكنى سۈمۈرگۈچى نەرسىلەرنى قويۇش كېرەك. ئۇ بۇ ۋاقىتتا جاراھەتلەرنىڭ ھۆكمىدە ئەمەس، يارىلارنىڭ ھۆكمىدە بولىدۇ. بىر ئالىم مۇنداق دېدى: جاراھەتنى يېپىشتۇرۇپ پۈتتۈرۈشنى ئىرادە قىلغاندا جاراھەتلەرنىڭ ئىككى تەرىپى يىغىدىغان باغلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، ئەمما گۆش ئۈندۈرۈشكە ئېھتىياج چۈشكەندە، ئۇنىڭغا ھاجەت چۈشمەيدۇ. لېكىن بىر قېتىم جاراھەت ئېغىزىدىن جاراھەت چىقىرىندىلىرىنى ئاقتۇرۇۋېتىدىغان باغلاشقا، بىر قېتىم قويۇلغان دورىنى تۈتۈپ تۇرىدىغان مىقداردا باغلاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئۇ يەنە مۇنداق

دېدى: جاراھەت ئېغىزىدا دائىم ئۆزلۈكىدىن زەرداب ئېقىپ تۇرىدىغان ئورۇن بولۇشىغا تىرىشىلىدۇ ياكى شۇ ئورۇن تىلىنىدۇ ياكى تىلغان شەكىلگە كەلتۈرۈلىدۇ. مەن تىزغىچە يەتكەن، ئېغىزى يوتىدا بولغان چوڭ جاراھەتنى، تىزنىڭ تۆۋەنرەك قىسمىدا بىر ئېغىز ئاچماستىن ساقايتتىم. لېكىن يوتىنى جاراھەتنىڭ تېگى ئۇستىدە، ئېغىزى ئاستىدا قىلىپ تىكلىدىم. شۇنىڭ بىلەن جاراھەت تۈۋىنى يارماستا ساقايدى، شۇنىڭدەك بىلەك، ئالىقان ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىنى جاراھەت ئېغىزى مەڭگۈ ئاستا تەرەپتە بولىدىغان ھالەتتە ئېسىپ قويدۇم. مانا بۇ ئۇ ئالمىنىڭ سۆزىدۇر، بىز ئېيتمىزكى، بەزىدە جاراھەت تولۇق كېسىشنى ۋە ئەزانى كېسىپ تاشلاشنى تەقەززا قىلىدىغان ھالەتتە بولىدۇ.

ئەگەر جاراھەتتىن كۆپ گۆش ئاجراپ كېتىپ گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلارغا ئېھتىياج چۈشسە، قۇرۇتىدىغان ۋە چەكلەيدىغان نەرسىلەر كۆپايە قىلماي، بەلكى بەزىدە قۇرۇتقۇچى ۋە چەكلىگۈچى دورا گۆش ئۈنىدىغان ئورۇندىن ماددىنى قايتۇرۇش سەۋەبلىك زىيان قىلىدۇ. بەزىدە يارا گۆش تولۇق ئۈنمەيدىغان دەرىجىدە چوڭقۇر بولۇپ، سۆڭەككە نۇقسان يەتكۈزىدۇ ھەم جاراھەت چوڭقۇر ھالەتتە قېپقالىدۇ، خۇددى بەزىدە ئېھتىياجدىن ئارتۇق گۆش ئۈنۈپ جاراھەت ئورنىدا ئۆسمە گۆش بولغىنىدەك. جاراھەتگە گۆش ئۈندۈرمەكچى بولغان بىمارغا ياخشى كەيمۇسلۇق غىزا بېرىش كېرەك. بەزىدە گۆش ئۈندۈرۈلىدىغان ئورۇن گۆش ئۈنۈش مۇمكىن بولىدىغان ئورۇن بولىدۇ، ئەمما تېرە تامامەن كېسۈۋېتىلسە، ئۈنىڭغا گۆش ئۈنمەي، بەلكى گۆش ئورنىغا تۈك ئۈنمەيدىغان قاتتىق گۆش ئۈنىدۇ. ئەمما تومۇرلارنىڭ كۆپىنچىسىدە شاخچە تومۇرلار پەيدا بولۇپ، گۆشكە ئوخشاش ئۈنىدۇ. جاراھەتلەرنىڭ بەزىسى خەتەرلىك بولىدۇ. مەسىلەن: نېرۋىلاردا ۋە مۇسكۇللارنىڭ ئەتراپلىرىدا يۇز بەرگەن جاراھەتلەرگە ئوخشاش. بىز بۇنى يېقىندا نېرۋا ئەھۋاللىرىنىڭ بايانىدا سۆزلەيمىز. كۆپىنچە بۇ خىل جاراھەتلەرگە يامان، ناچار ئەگەشمە كېسەللىكلەر ئەگىشىپ كېلىدۇ. مەسىلەن: مۇسكۇللار جاراھىتىگە تومۇر ئارقىمۇئارقا سوقۇش ئەگىشىپ كېلىپ، ھوشسىزلىنىش ۋە قۇۋۋەت

تۆۋەنلەشكە ئېلىپ بارىدۇ. بەزىدە بۇ خىل جاراھەتكە تەشەننۇج ئەگىشىپ كېلىدۇ، شۇنداقلا تىزنىڭ ئالدى تەرىپىدە لىپەكتە يۇز بېرىدىغان جاراھەتكە ناچار، يامان ئەگەشمە كېسەللىكلەر ئەگىشىپ كېلىدۇ ۋە ئۇ جاراھەت ئۆلتۈرىدىغان بولۇپ، ئۇنىڭدىن قۇتۇلالمايدۇ. ئەگەر مۇسكۇللاردىكى جاراھەتلەردىن تەشەننۇج كۆرۈلسە ۋە داۋالاشنى قوبۇل قىلمىسا، ئۇنىڭ داۋاسى مۇسكۇلنى توغرىسىغا كېسىشتۇر. لېكىن باشقا يول بىلەن تەشەننۇج ۋە ئەقىل ئېلىشىشنى داۋالاش مۇمكىن بولسا، كېسىشنى كېچىكتۈرۈش لازىم. تىز جاراھىتىگە ئوخشاش جاراھەتتە بەزىدە كىرىست شەكلىدە يېرىشقا ۋە ئۇنىڭ ئىششىق، يارا جاراھەتلىرىدە قان ئېلىش ۋە سۈرگە بىلەن يارىدەم تەلەپ قىلىشقا تولۇق تازىلانمىغۇچە گۆش ئۇنۇشنى چەكلەشكە، ئاندىن گۆش ئۇندۇرۇشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

4 - پەسىل گۆش ئۇندۇرىدىغان، جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرىدىغان، جاراھەتنى يوقىتىدىغان ۋە يەيدىغان دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى تونۇشتۇرۇش توغرىسىدا

گۆش ئۇندۇرگۈچى دورا ساغلام قانىنى گۆشكە ئايلاندۇرىدىغان دورىدۇر، ئەگەر ئۇنىڭدا كۈچلۈك قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بولسا، كەلگەن قانىنى چەكلەيدىغانلىقتىن گۆش ماددىسى بولمايدۇ، ئەگەر دورىنىڭ بەك پاكلاش خۇسۇسىيىتى بولسا ، قانىنى يوقىتىپ، ئاقتۇرۇپ، گۆشتە بار بولغان ماددىنى ئۆتكۈزۈۋېتىدۇ. شۇڭا، ئۇ دورىنىڭ بەك قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بولماي، بەلكى چەكلىك خۇسۇسىيىتى بولۇشى ۋە بەك كۈچلۈك پاكلايدىغان بولماي، بەلكى ئاز پارقىرىتىدىغان بولۇشى لازىم. بۇنىڭدا قاتارغا ئالغۇدەك قابىزلىقتا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ. يەنە ئۇ دورا جاراھەتنىڭ ئېھتىياجى بويىچە ئىسسىق ياكى سوغۇق

بولۇشى كېرەك.

يارا ئۆز مىزاجىدا يوقىلىدىغان بولسا، بۇ شۇ مىزاجنىڭ ئەكسىچە دورا بىلەن بولىدۇ، ئەگەر تىلغا ئالغۇدەك يوقالمايدىغان بولسا، تەبىئىتى ئوخشاش دورىلار بىلەن يوقىلىدۇ. قاتتىق ئىسسىقتىن بولغان يارىغا قاتتىق ئىسسىق، قاتتىق سوغۇقتىن بولغان يارىغا قاتتىق سوغۇق دورا ئىشلىتىلىدۇ ۋە مىزاج بۇزۇلۇش چەكتىن ئېشىپ كەتسە، ئۇنىڭغا قارشى تۇرۇش ئۈچۈن دورىنىڭ جاراھەت بار ئورۇنغا تەسىر قىلىشىغىمۇ رىئايە قىلىنىدۇ.

جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرىدىغان دورىلار ئىككى يىراقلاشقۇچىنى بىرلەشتۈرىدىغان دورىلاردۇر. بۇ دورىلارنى پەقەت ئىككى يىراقلاشقۇچىنىڭ يۈزىگە ئىشلىتىپ، ئۇ ئىككىسىنىڭ ئارىسىنى، ئۆز جەۋھىرىدىكى ھۆللۈك بىلەن چاپلاشتۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

ئەگەر قان ھازىر بولسا، ئۇ دورا چاپلاشقا يېتىدىغان، يارىدىكى ھازىر بولغان قاننى يىرىڭغا ئايلىنىشتىن ئىلگىرى تېز قۇرۇتىدىغان دورىدۇر. ئۇ دورىدا قۇرۇتۇش قۇۋۋىتى زىيادە بولمىسا، يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش مۇمكىن بولمايدۇ، لېكىن دورىلار پاكلىغۇچى بولۇش لازىم، چۈنكى پاكلاش مەقسىتىكە زىت. بۇنىڭدىكى مەقسەت ھاسىل بولغان قاننى چاپلاشقاق قىلىشتۇر، پاكلاش ئاشۇ قاننى پاكلاپ ۋە ئۇنى يىراقلاشتۇرۇپ، چاپلاشقاقلىق كۈتۈلىدىغان ماددىنى ئاجرىتىۋېتىدۇ. جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرىدىغان دورىلار گۆش ئۈندۈرىدىغان دورىلار ئېھتىياجلىق بولغىنىدەك، قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتىنى تۆۋەنلىتىشكە ئېھتىياجلىق بولمايدۇ، چۈنكى، گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلار يارىغا ماددا ئاقتۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇ ۋە شۇ ماددىنىڭ ئېقىشى قۇرۇتۇشنى چەكلەيدۇ. يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار ماددىنى ئاقتۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولماي، بەلكى كۈچلۈك قۇرۇتۇشقا ۋە ئازراق قابىزلىققا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. جاراھەتنى يوقتىدىغان دورىلار گۆش ئۈندۈرىدىغان، يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرىدىغان دورىلارغا قارىغاندا قابىز دورىلارغا بەكرەك ئېھتىياجلىق بولىدۇ. چۈنكى، بۇ دورىلار تەبىئىي قۇرۇق بولغان تېرىنى قۇرۇتۇشقا، يات ھۆللۈكنى ۋە ئەسلىي ھۆللۈكنى كۈچلۈك قۇرۇتۇشقا ئېھتىياجلىق

بولىدۇ. بۇنىڭدىن بۇرۇنقى دورىلار يات ھۆللۇكنى كۆپرەك قۇرۇتۇشقا، ئەسلىي ھۆللۇكنى چاپلاشقاق قىلغۇدەك قويۇلدۇرۇشقا ۋە جەۋھىرىنى ئازايتمىغۇدەك قۇرۇتۇشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. ئەمما گۆشنى ئازايتىدىغان يېگۈچى دورا بەك كۆچلۈك پاكلايدىغان بولۇش لازىم.

5 ـ پەسل جاراھەتنى ئېچىشقا ئېھتىياج چۈشكەندە، جاراھەتنى ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىنى يېرىش توغرىسىدا

جالىنۇس دېدىكى، جاراھەتنىڭ بەكرەك ئۆسكەن جايىنى يېرىش ۋە يىرىڭنى تۆۋەن تەرەپكە ئاقتۇرۇش مۇمكىن بولىدىغان تەرەپكە يۆزلەندۈرۈش، يېرىشتا بىز يىرىڭلىق ئىششىق ۋە خالتىلىق ئىششىق بايىاندا سۆزلىگەن ئۇسۇل بويىچە سىزىقلارغا ۋە چاكلارغا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك. لېكىن بىز رىئايە قىلىشقا تېگىشلىك ئەمەس، دەپ سۆزلىگەن ئورۇنلاردا رىئايە قىلمىسمۇ بولىدۇ.

ئەمما، يىرىق ۋە قولتۇققا ئوخشاش ئورۇندا يېرىش تېرە بىلەن تەبىئىي بولۇش، ئاندىن ئۇنىڭغا يەككە دورىلار بايىاندا سۆزلەنگەن كۆيۈشتۇرمەيدىغان قۇرۇتقۇچى دورىلارنى قۇيۇشى كېرەك. ئۇششاق كۈندۈر بۇ ھەقتە كۈندۈردىن ياخشىراقتۇر، چۈنكى ئۇششاق كۈندۈرنىڭ قابىزلىقى كۆچلۈكرەكتۇر. يىرىڭلىق ئىششقلارنى يارغاندا ئۇنىڭغا سۇ يېقىنلاتماسلىق ياخشىدۇر، ئەگەر سۇ يېقىنلاشتۇرۇش زۆرۈر بولسا، بىمار مۇنچىغا چۈشمەي سەۋر قىلالمىسا، مۇنچىنىڭ سۇيى ۋە ئۇنىڭ ھۆللۈكى بىلەن جاراھەت ئارىسىنى توسۇپ تۇرىدىغان ياغدا نەمدەلگەن رەختكە ئورالغان يارىغا مۇۋاپىق مەلھەملەر بىلەن جاراھەتنى يۆگەش ياكى بۇ ھەقتە مۇمكىن بولىدىغان چارە ـ تەدبىرلەر بىلەن چارە قىلىش لازىم.

6 ـ پەسىل ئاغرىيدىغان ئىششىقلىق جاراھەتلەرگە تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

بۇ خىلدىكى جاراھەتلەردە سىلىق ئىلاج قىلىشقا، ئەگەر ئىششىق يانمىسا، جاراھەتنىڭ قەتئىي پۈتمەيدىغانلىقىغا ئىشىنىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بۇ پەقەت بىرىنچى قېتىمدا قۇرۇتۇش ۋە سوۋۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار، ئىككىنچى قېتىمدا بوشىتىش خۇسۇسىيىتى بار دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن ۋە ئىششىقلارنىڭ ئومۇمىي ئىلاجىنى قىلىش بىلەن تامام بولىدۇ. ھەربىر ئەزاغا ۋە باشتىن تاپانغىچە ئومۇمىيۈزلۈك مەنپەئەت قىلىش بىلەن بىرگە، بۇنىڭغا خاس بولغان دورىلاردىن بىرى شۇكى، تاتلىق ئانارنى موزا شارابدا قاينىتىپ، جاراھەت بار ئورۇنغا زىمات قىلىنىدۇ ۋە ئىششىقنىڭ ئەھۋالىنىڭ قانداق بولىدىغانلىقىغا قارىلىدۇ. مەسىلەن: مەلھىمى ئەسۋەت ئىشلىتىپ، جاراھەتنىڭ قىزىللىقىنىڭ كۈچەيگەنلىكى ياكى چېكىت ـ چېكىت بولغانلىقى كۆرۈلسە، سوۋۇتقۇچى دورىلارغا ۋە مەلھىمى ئەبىيەزگە مايىل بولىنىدۇ. ئەگەر مەلھىمى ئەبىيەزنى ئىشلىتىپ، جاراھەتنىڭ بوشاۋاتقانلىقى ياكى قېتىۋاتقانلىقى كۆرۈلسە، مەلھىمى ئەسۋەت ياكى ئۇنىڭ باشقىلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

7 ـ پەسىل ئىچكى ئەزا جاراھەتلىرىگە ئىچى ۋە سىرتىدىن ئومۇمىي تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

ئىچكى تەرەپتىن يېرىلدى دەپ گۇمان قىلىنىدىغان جاراھەتنى داۋالاشتىكى مەقسەت گۆش ئۇندۇرۇش، ئىچكى تەرەپتە قانىنىڭ ئۈيۈشىغا يول قويماسلىق، قاناشنى چەكلەش قاتارلىقلاردۇر. ئاۋۋالقى ئىككى مەقسەتتە مەنپەئەت قىلىدىغان

دورىلار سىركىدە قاينىتىلغان بۇلبۇس[1] قا ئوخشاش دورىلاردۇر. بەزىدە قەنتەرىيۇن كەبىردىن ئۈچ گىرام ئىچۈرۈلىدۇ. گىل مەختۇم بۇنىڭغا بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

قان ئېقىشنى توسۇش سەۋەبىدىن ئىچۈرۈلىدىغان نەرسىلەر، مەسىلەن: بەزرۇلبەنجىدىن يېرىم گىرامى مائۇلھەسەل بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ ۋە قاناش ھەم قان تۈكۈرۈشنى چەكلەش توغرىسىدا سۆزلەنگەن باشقا دورىلار ئىچۈرۈلىدۇ. ئەمما سىرتقى جاراھەت ۋە يارىلار توغرىسىدا بىر ئالىم مۇنداق دېدى:

ئەگەر قورساق سىرتقى پەردىسى ئۈچەيلەرنىڭ بىر قىسمى چىقىپ كەتكۈدەك يىرتىلسا، ئۈچەيلەرنىڭ قانداق يىغىلىدىغانلىقىنى بىلىپ، ئىچىگە كىرگۈزۈش كېرەك. ئەگەر چاۋىدىن ئازراق چىقىپ قالسا، چىڭ، مەزمۇت بوغقۇچ بىلەن تېڭىشقا بولىدىغان - بولمايدىغانلىقىنى، جاراھەتنى تەكشىكە بولىدىغان - بولمايدىغانلىقىنى، تەكشۈرۈپ قانداق بولىدىغانلىقىنى بىلىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. جالىنۇس قورساق سىرتقى پەردىسىنىڭ تەشرىھىنى يۇقىرىدا بايان قىلدى، بىزمۇ ئۇنى تەشرىھىدە بايان قىلغان. ئۇ ئالىم يەنە دېدىكى، بىز تەشرىھىدە سۆزلىگەندە ئىككى بىقىن ئوتتۇرىسىدىن يىرتىلسا خەتىرى ئازراقتۇر، ئىككى بىقىن ئوتتۇرىسىدىن تۆت ئىلىك ئىككى تەرەپكە يىرتىلسا خەتىرى ئازراقتۇر. ئۇ يەنە دېدىكى، چۈنكى يېرىلىش ئوتتۇرىدا يۈز بەرسە، ئۈچەيلەر كۆپرەك چىقىۋالىدۇ ۋە ئۇنى قايتۇرۇش قىيىنراق بولىدۇ، شۇنداق بولۇشى ئۈچەيلەرنى تۈتۈپ تۇرىدىغان نەرسە پەقەت بەدەننىڭ ئۇزۇنسىغا، كۆكرەكتىن باشلاپ، دوۋسۇن سۆڭىكىگىچە يانتۇ چۈشىدىغان ئىككى مۇسكۇلدۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن قاچانكى ئىككى مۇسكۇلدىن بىرسى يىرتىلسا، چوقۇم ئۈچەيلەرنىڭ بىر قىسمى چىقىپ شۇ يېرىلغان جايدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ. شۇنداق بولۇشى ئىككى بىقىندىكى مۇسكۇللار ئۇنى باسىدۇ، ئوتتۇرىسىدا ئۇنى تۈتۈپ تۇرىدىغان كۈچلۈك مۇسكۇل بولمايدۇ، ئەگەر مۇسكۇللار جاراھەت بولۇشقا تەييار تۇرسا، ئۈچەيلەر چىقىۋېلىپ، ئۇنى كىرگۈزۈش قىيىنراق بولىدۇ.

ئەمما، كىچىك جاراھەتتە ئۈچەي شۇ سائەتتە تېز كىرگۈزۈلمىسە، ئۈچەيدە يەل

---

① بۇلبۇس — بۇ، سۆرۈنجان ئۆسۈملۈكىنىڭ پىيىزىدۇر، سۆرۈنجان يەككە دورىلار توغرىسىدا سۆزلەندى، ئۇ بىلسانغا ئوخشايدىغان كۈلىشسىن ئۆسۈملۈكى بولۇشى مۇمكىن، لېكىن بۇ خەتەرلىك ۋە زەھەرلىكتۇر.

پەيدا بولغانلىقتىن ئۇچەي كۆپۈپ، تومۇلۇشۇپ شۇ يېرىتقىتىن كىرمەيدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن قورساق سىرتقى پەردىسىدە يۇز بەرگەن يىرتىلغان جاراھەتلەرنىڭ بىخەتەرەكى چوڭلۇقى نورمال بولغىنىدۇر.

ئۇ ئالىم دېدىكى، بۇ جاراھەتلەر تۆۋەندىكى بىرنەچچە نەرسىلەرگە ئېھتىياجلىق بولىدۇ. بىرىنچى، سىرتقا چىقىپ قالغان ئۇچەينى ئۆزىگە خاس ئورنىغا قايتۇرۇش. ئىككىنچى، تىكىش. ئۇچىنچى، تىكىلگەن ئورۇننىڭ ئۇستىگە مۇۋاپىق دورا قويۇش. تۆتىنچى، شۇ سەۋەبتىن رەئىس ئەزالارنىڭ بىرەرسىگە خەتەر يەتمەسلىكىگە تىرىشىشتۇر. ئەگەر جاراھەت چىقىۋالغان ئۇچەينى كىرگۈزۈش مۇمكىن بولمىغۇدەك كىچىك بولسا، بۇ چاغدا شۇ يەلنى تارقىتىش ياكى شۇ يېرىقنى كېڭەيتىش كېرەك. مۇمكىن بولسا، يەلنى تارقىتىش ياخشىراقتۇر، ئۇچەي كۆپۈشنىڭ سەۋەبى ھاۋانىڭ سوغۇقلۇقىدۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇلۇتنى ئىسسىق سۇغا چۆكۈرۈپ سىقىپتىپ، ئۇنىڭ بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش لازىم. قابىز شاراب قىزىتىلسا، بۇنىڭغا مەنپەئەت قىلىدۇ، چۈنكى، قابىز شاراب سۇ قىزىتقاندىن بەكرەك قىزىتىدۇ ۋە ئۇچەيلەرنى كۈچەيتىدۇ. ئەگەر بۇ ئىلاج ئۇچەينىڭ كۆپۈشنى تارقىتالمىسا، جاراھەتنى كېڭەيتىش كېرەك.

يېرىنىڭ ئەتراپىدا سايمان ئاقمىنى يارىدىغان مەشھۇر سايماندۇر، ئەمما ئىككى تەرىپى ۋە ئۇچى ئۆتكۈر يېرىش پىچاقلىرىدىن ئېھتىيات قىلىش لازىم. جاراھەت ئۈستى تەرەپكە يۇزلەنگەندە بىمار ئۇچۇن ئەڭ ياخشى ھالەت تۆۋەنگە يۇزلەنگەن ھالەتتۇر. بۇنىڭدىكى مەقسەت باشقا ئۇچەيلەرنىڭ چىقىۋالغان ئۇچەينىڭ ئۈستىگە چۈشۈپ ئۇچەينى ئېغىرلىتىۋەتمەسلىكى ئۈچۈندۇر. بۇ مەقسەتتە ئەگەر جاراھەت ئوڭ تەرەپتە بولسا، بىمارنى سول تەرەپكە مايىل قىلىپ ياتقۇزۇش، ئەگەر جاراھەت سول تەرەپتە بولسا، ئوڭ تەرەپكە مايىل قىلىپ ياتقۇزۇش، شۇنداقلا دائىم جاراھەت بار تەرەپنى يەنە بىر تەرەپتىن ئېگىزرەك قىلىشنى مەقسەت قىلىش لازىم. چۈنكى بۇ جاراھەتلەرنىڭ ھەممىسىگە ئومۇمىي بولىدىغان بىر ئىشتۇر.

جاراھەت چوڭ بولغاندا ئۇچەيلەرنى ئۆز ئورنىغا قايتۇرغاندىن كېيىن ئۆزىگە خاس ئورۇندا ساقلاشتا كۆپ يارىدەمچىگە ئېھتىياجلىق بولىمىز. يەنى شۇ جاراھەت

ئورنىنىڭ ھەممىسىنى سىرتىدىن قول بىلەن چىڭ تۇتۇپ بىرلەشتۈرۈش ۋە تىكىش ئۈچۈن ئاز - ئازدىن ئېچىش ياكى تىكلىپ بولغان تەرەپنى نىشانلاپ ئۇنى يېغىپ، ھەتتا جاراھەتنىڭ ھەممىسى مەھكەم تىكىلگەنگە قەدەر ئاز - ئازدىن بىرلەشتۈرۈش لازىم. مەن قورساقنى تىكىشنىڭ ئەڭ ياخشى ئۇسۇلىنى سۆزلەپ شۇنداق دەيمەنكى، ئەھۋال قورساق قېلىن پەردىسى بىلەن قورساق سىرتقى پەردىسى ئارىسىنى تۇتاشتۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولسا، دەسلەپتە يىڭنىنى تېرىنىڭ سىرتىدىن ئىچىگە ئۆتكۈزۈش لازىم. ئەگەر يىڭنە تېرىگە ۋە پۈتۈن قورساقنىڭ ئۇزۇنىسىغا بولىدىغان مۇسكۇلغا ئۆتسە، قېلىن پەردىنىڭ بىر تەرىپىنى شۇ تەرەپتە قويۇپ، ئۇنىڭغا يىڭنە كىرگۈزۈلمەيدۇ. يەنە بىر تەرىپىگە يىڭنە ئىچىدىن سىرتىغا ئۆتكۈزۈلىدۇ. يىڭنىنى ئۆتكۈزمەكچى بولغاندا، ئىككىنچى قېتىم مۇشۇ تەرەپنىڭ ئۆزىدىكى قورساق سىرتقى پەردىسىنىڭ سىرتىدىن ئىچىگە ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە قورساق قېلىن پەردىسىنىڭ شۇ تەرەپتىكى گىرۋىكى قويۇۋېتىلىدۇ، شۇنداقلا يىڭنە ئۇنىڭ يەنە بىر گىرۋىكىدىن ئىچىدىن سىرتىغا ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە ئۇ يىڭنىنى قورساق قېلىن پەردىسىگە ئۆتكۈزۈش بىلەن بىرگە شۇ تەرەپتىكى قورساق قېلىن پەردىسى گىرۋىكىدىكى قورساق قېلىن پەردىسگە يىڭنىنىڭ ھەممىسى ئۆتكىچە ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئاندىن يەنە شۇ تەرەپتىن باشلاپ قورساق سىرتقى پەردىسى سىرتقى تەرەپتىكى قورساق قېلىن پەردىسنىڭ گىرۋىكى بىلەن بىرگە تىكىلىدۇ ۋە يىڭنە قورساق سىرتقى پەردىسگە يېقىن تېرىدىن چىقىرىلىدۇ، ئاندىن يىڭنىنى شۇ تېرىگە قايتا كىرگۈزۈپ، يەنە بىر تەرەپتىكى قېلىن پەردىنىڭ گىرۋىكى قورساق سىرتقى پەردىسىنىڭ گىرۋىكى بىلەن بىرگە تىكىلىدۇ ۋە يىڭنە قورساق سىرتقى پەردىسى تەرەپتىكى تېرىدىن چىقىرىلىدۇ. بۇ جاراھەتنىڭ ھەممىسى تىكىلىپ بولغانغا قەدەر بىرنەچچە قېتىم قىلىندۇ، بۇنىڭدا يىڭنە ئارىلىقىنىڭ بەك يىراق ۋە بەك يېقىن بولۇشىدىن ساقلىنىش لازىم. چۈنكى، يىراق بولسا تۇتالمايدۇ، يېقىن بولسا يىرتىلىپ كېتىدۇ.

يىپمۇ تارىدەك بولسا، تىكىلگەن ئورۇننىڭ يىرتىلىشىغا ياردەم بېرىدۇ. ئەگەر بوش بولسا ئۈزۈلۈپ كېتىدۇ، شۇڭا، يۇمشاق - قاتتىقلىقتا ئوتتۇرا ھال يىپىنى

تەييارلاش لازىم. تېرىگە چوڭقۇر يېڭنە سانجىلسا، گەرچە يىرتىلىشتىن يىراقراق بولسىمۇ، لېكىن جاراھەت ئىچىدە يىپ قېپقېلىپ، جاراھەت پۈتمەيدۇ. شۇڭا، بۇ يەردە نورماللىقنى ساقلاش لازىم. ئالىم يەنە مۇنداق دېدىكى، قورساقنى تىكىشتە قورساق قېلىن پەردىسىنى قورساق سىرتقى پەردىسىگە چاپلاش مەقسەت قىلىنىدۇ، چۈنكى قورساق سىرتقى پەردىسى نېرۋىلىق بولغانلىقتىن ئاغرىيدۇ، بەزىدە بىر بۆلەك تېۋىپلار مۇشۇ تەرەپنى تىكىدۇ.

يېڭىنى قورساق قېلىن پەردىسىنىڭ سىرتقى تەرىپىگە سانجىپ، ئىچكى تەرەپكە ئۆتكۈزۈش ۋە قېلىن پەردىنىڭ ئىككى تەرىپىنى قويۇۋېتىش، ئاندىن يېڭىنى قايتۇرۇپ ئۆتكۈزۈش، ئاندىن يېڭىنى باشلىغان تەرەپنىڭ قارشى تەرىپىدىن قايتۇرۇش، يېڭىنى قېلىن پەردىنىڭ ئىككى تەرىپىدىن ئۆتكۈزۈش لازىم.

ئاندىن يەنە بىر تەرەپتە قورساق سىرتقى پەردىسى تەرەپتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ، بۇلارنى ئېسىۋېلىنغا چىڭ ساقلىغايسىز. بۇ خىل تىكىش بىر سانجىشتا تۆت تەرەپنى كۆتۈرۈپ تىكىدىغان ئىلمىي تىكىشتىن ياخشىراقتۇر. شۇنداق بولغاندا بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن تىكىش بىلەن بەزىدە قورساق قېلىن پەردىسى ئارقىسىغا قورساق سىرتقى پەردىسى يۆگىلىپ، ئۇنىڭغا مەھكەم يۆگەلگەن ھالەتتە تۇتىشىدۇ. ئۇ ئالىم دېدىكى، ئاندىن تىكىلگەن ئورۇنغا گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلار قويۇلىدۇ. بۇ جاراھەتلەردە تېڭىشقا بولغان ئېھتىياج كۆچلۈكرەكتۇر. يۇمشاق يۇڭىنى ئىسسىق زەيتۇن يېغىدا ئازراق نەمدەپ، ئىككى قولتۇق ۋە ئىككى سۆيدۈك توشۇش نەيچىسى ئۈستىگە يۆگەپ قويۇلىدۇ ۋە ئۇنىڭغا ياغ ھەم لوئابلارغا ئوخشاش يۇمشاتقۇچى نەرسىلەر ھۆقنە قىلىنىدۇ. ئەگەر جاراھەت ھەقىقەتەن ئۆچەيلەرگە يېتىپ، ئۇنى جاراھەتلەندۇرگەن بولسا، بۇنىڭ تەدبىرى بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەنلەردۇر. لېكىن قارا، قابىز ئىلمان شاراب ھۆقنە قىلىنىدۇ، بولۇپمۇ جاراھەت چېكىگە يەتكەن بولسا ياكى ئۆچەينىڭ ئارقىسىغا ئۆتكەن بولسا. ئاچچىق ئۆچەينىڭ جىسمى نېپىز، تومۇرلىرى كۆپ نېرۋىنىڭ تەبىئىتىگە يېقىن بولغانلىقى، سەپرانىڭ كۆپ قۇيۇلغانلىقى ۋە ئۇ ئۆچەي جىگەرگە ئەڭ يېقىن بولۇپ، ھارارىتى كۆچلۈك

بولغاچقا، ئۇنىڭدا يۇز بەرگەن جاراھەت قەتئىي ساقايمايدۇ.

ئەمما قورساقنىڭ تۆۋەنكى قىسمى گۆشنىڭ تەبىئىتىدە بولغاچقا، ئۇنى داۋالاشقا ئىشەنچسىز بار، جالىنۇس «ساقىيىش چارىسى» دېگەن كىتابىدا دېدىكى، قورساق سىرتقى پەردىسى قورساق قېلىن پەردىسى بىلەن بىرگە يىرتىلغاندا، قورساق قېلىن پەردىسىنى قورساق سىرتقى پەردىسىگە چاپلايدىغان ھالەتتە تىكىش مەقسەت قىلىنىدۇ. چۈنكى قورساق سىرتقى پەردىسى نېرۋىلىق بولۇپ، باشقىلار بىلەن تۇتۇشۇشى ئاستا بولىدۇ. چۈنكى ئۇ خىل تىكىش بىر تىكىشتە قورساق قېلىن پەردىسىنى چاپلاشتۇرىدۇ. جالىنۇس دېدىكى، ئەگەر ئۇچەيلەر چىقىۋالسا، كۆچلۈك قارا شارابنى قىزىتىپ، ئۇنىڭغا يۇڭ چۆكۈرۈپ چىقىۋالغان ئۇچەينىڭ ئۈستىگە قويۇلىدۇ. چۈنكى، بۇ ئۇچەينىڭ كۆپۈشىنى تارقىتىدۇ ۋە ئۇنى كىچىكلىتىدۇ. ئەگەر كۆچلۈك قارا شاراب بولمسا، بەزى قابىزلىقى كۈچلۈك سۇلار قىزىتىپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر قابىز سۇلار بولمسا، ئىسسىق سۇ بىلەن كىچىكلىگىچە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇلار بىلەنمۇ كىرىپ كەتمسە، يىرىلغان ئورۇن كېڭەيتىلىدۇ.

بۇقرات دېدىكى، جاراھەتتە چاۋا قورساقتىن چىقىپ قالسا، گەرچە ئاز ۋاقىت تۇرسىمۇ چوقۇم ئۇفۇنەتلىنىدۇ، بۇ ئۇفۇنەتلىنىشتە ئۇچەي ۋە جىگەردىن كۆچلۈكرەكتۇر، چۈنكى، ئۇچەي ۋە جىگەر ئەتراپلىرى بەك سوۋۇمىغچە ئۇزاق مۇددەت چىقىپ قالمسا، قورساققا كىرگۈزۈلسە، جاراھەت پۈتسە، ئۆز تەبىئىتىگە قايتىدۇ. ئەمما چاۋا گەرچە ئاز ۋاقىت تۇرسىمۇ چوقۇم قورساققا ئۇفۇنەتلىنىشكە باشلىغانلىرى كىرگۈزۈلىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن تېۋىپلار ئۇنى كېسىۋېتىشكە ئالدىرايدۇ ۋە ئۇفۇنەتلىنىشكە باشلىغان چاۋىنى قەتئىي قورساققا كىرگۈزمەيدۇ. چاۋا چىقىۋالماي باشقا نەرسىلەرنىڭ چىقىۋېلىشى ناھايىتى ئاز ئۇچرايدۇ. ئەگەر چاۋىدىن ئازراق چىقسا، كېسىشكە تېگىشلىك ياكى تېگىشلىك ئەمەسلىكىنى ۋە تىكىشكە تېگىشلىك ياكى تېگىشلىك ئەمەسلىكىنى ۋە قانداق تىكىدىغانلىقىنى بىلىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

ئەگەر جاراھەت قورساقنىڭ ئوتتۇرىدا پەيدا بولسا، ئۇنىڭ خەتىرى كۆپرەكتۇر. چۈنكى، قورساقنى ئوراپ تۇرىدىغان مۇسكۇللارنىڭ ئۇچلىرى شۇ يەردىدۇر، ئەگەر

ئىككى بىقىندا بولسا، ئۇ، قورساق ئوتتۇرىسىنىڭ ئوڭ ۋە سول تەرىپىدىن تۆت ئىلىك كەڭلىكتە بولسا، بىخەتەرەك بولىدۇ، چۈنكى بۇ يەردە نېرۋىلىق مۇسكۇللارنىڭ ئۇچلىرى يوقتۇر.

ئەمما قورساقنىڭ ئوتتۇرىسىنى تىكىشمۇ قىيىندۇر، چۈنكى، ئۇچەيلەر بۇ ئورۇندىكى يىرتقىتىن كۆپرەك چىقىۋالىدىغان بولۇپ، ئۇنى شۇ ئورۇنغا قايتۇرۇش قىيىنراق بولىدۇ. شۇنداق بولۇشى ئۇچەيلەرنى يىغىپ چىگىتىپ تۇرىدىغان نەرسە قورساقنىڭ ئۈزۈنسىغا تارتىلغان كۆكرەكتىن دوۋسۇن سۆڭىكىگىچە يانتۇ چۈشىدىغان گۆشلۈك ئىككى مۇسكۇلدۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ئورۇن جاراھەتلەنسە، شۇ مۇسكۇللار كېسىلىپ، ئۇچەينىڭ چىقىۋېلىشى ئېغىرراق بولىدۇ. چۈنكى بىقىندا ئۇنى باسىدىغان مۇسكۇللار باردۇر، ئوتتۇرىسىدا ئۇنى تۇتۇپ تۇرىدىغان كۈچلۈك مۇسكۇل يوقتۇر، ئەگەر شۇنداق تۇرۇقلۇق جاراھەت چوڭ بولسا، ئۇنىڭدىن چوقۇم بىرنەچچە ئۇچەي چىقىۋېلىپ، ئۇنى كىرگۈزۈش قىيىنراق بولىدۇ.

8 - پەسىل جاراھەتلەرنى تېڭىشنىڭ ھالىتى توغرىسىدا

سىرتقى جاراھەت ۋە يارىنىڭ ئېغىزىنى پۈتتۈرمەكچى بولغاندا، مۇشۇ كەسىپنىڭ ئەھلى بولغان ئالىمنىڭ ئېيتقىنىغا ئەمەل قىلىش لازىم. ئۇ ئالىم دېدىكى، بۇنداق يىرىقنىڭ ئېغىزىنى پۈتتۈرمەكچى بولغاندا، جاراھەتنىڭ ئىككى بېشىدىن باشلاپ تىكىش لازىم، ئەگەر يىرىق چوڭ بولسا، ئۇچ بۇرجەكلىك تېڭىق لاتىسى بىلەن تېڭىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر شۇ ئورۇن تولۇپ كەتكەن بولسا، تىكىشكىمۇ ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئۇچ بۇرجەكلىك تېڭىق لاتىسى جاراھەتنىڭ ئېغىزىنى چاپلاشتۇرۇشتا تۆت بۇرجەكلىك تېڭىق لاتىسىدىن ياخشىراقتۇر. چۈنكى تۆت بۇرجەكلىك تېڭىق لاتىسى يىرىق جاينىڭ ئۆزىنىلا تۇتۇپ تۇرىدۇ، ئۇچ بۇرجەكلىك تېڭىق لاتىسىنى

مۇشۇ شەكىلدە قويۇش، تۈز يېرىق ئىككى - ئۈچ بۇرجەكنىڭ ئارىسىدا بولۇش ئۈچۈندۇر. ئۈچ بۇرجەكلىك تېڭىق لاتىسىنىڭ بىرى «ئىككىنچى»، يەنە بىرسى «ئۈچىنچى» بولۇپ، سىز كۆرۈۋاتقان شەكىلدە ماسلىشىدۇ. ئەگەر بۇ ئورۇنلار تېڭىلسا ۋە تېڭىق ئىككى باشتىن چۈشسە، تېڭىقنىڭ يېرىق ئورنىنى تۇتۇپ تۇرۇشى تۆت بۇرجەكلىك تېڭىق لاتىسىدىن مەھكەمرەك بولىدۇ.

شۇڭا، جاراھەتنى چاپلاشتۇرۇشتا ئىككى باشلىق تېڭىقتىن باشقا ئۈسۈلدا تېڭىش توغرا ئەمەس، بۇ ئۈچ بۇرجەكلىك تېڭىق لاتىسىدۇر ۋە تېڭىش شەكلى شۇدۇر.

ساقىيىش چارىسى ناملىق كىتابتا ئېيتىلدىكى، «بىر كىشىدە چوڭقۇرلۇقى يېرىققا، ئېغىزى تىزغا يېقىن بىر جاراھەت بولغان ئىدى، بىز ئۇنى قەتئىي يارماي، تىز تېگىگە ياستۇق قويۇپ، پۇتىنى تىكلەپ، يارا ئېغىزىنى ئاسان تىكلىنىدىغان قىلىپ ساقايتتۇق. پاچاق ۋە بىلەكتە بولغان جاراھەتلەرگە شۇنداق ئەمەل قىلغان ئىدۇق، بۇلارنىڭ ھەممىسى ئاسان ساقايدى». يەنە ئۇ ئالىم دېدىكى، تەجرىبىگە ئەھمىيەت بەرگەن كىشىلەر قېنى يېرىڭغا ئۆزگىرىشكە ئېھتىياجلىق جاراھەتلەردىكى قانىنىڭ شۇ يەردىكى نەرسىلەر قان بىلەن بىرگە ئۆزگەرگىچە ئىچكى تەرەپتە تۇرۇشى ياخشىراق ۋە ئۆزگىرىشى تېزرەك، دەپ بىلىدۇ.

ئىككى گىرۋىكى ئاجراپ بىر - بىرىدىن يىراقلاشقان جاراھەتنى تېڭىشتا ئىككى گىرۋىكىنى بىرلەشتۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. لېكىن، باغلىغاندا ئاغرىسا ياكى ئىششىغان بولۇپ، يەڭگىل باغلاشتىنمۇ يىرىڭ يىغسا ياكى مۇسكۇل تۇغرىسىدا كېسىلگەن بولسا، بۇ چاغدا بىرلەشتۇرمەي، بەلكى تېرە پۈتۈپ، مۇسكۇل پۈتمەي قېلىشتىن ئەندىشە قىلىنغاچقا، ئوتتۇرىسىغا پىلىتە قويۇلىدۇ.

ئۇ ئالىم يەنە مۇنداق دېدى: باش تېرىسىنى يارغاندا، يېرىقنىڭ ئىككى گىرۋىكى ئارىسىغا ئۇنى توشقۇزىدىغان بىر نەرسىنى قويمىز. بەزىدە يېرىق ئىككى گىرۋىكىنىڭ تېرىسى جاراھەتنىڭ ئىچى تەرىپىگە يىغىلىۋالىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تېڭىش بىلەن ئىششىتىپ، ئۇنى سىرتىغا تارتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. ئەگەر جاراھەت ئۇزۇنىسىغا بولسا، ئۇنى مەھكەم بىرلەشتۇرۇش ئۈچۈن تېڭىق قويۇپ قويۇلىدۇ. ئەگەر جاراھەت تۇغرىسىغا بولسا تىكىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. جاراھەتنىڭ

چوڭقۇرلۇقى ئېتىبارى بىلەن چوڭقۇر تىكىش زىيادە يېرىشتىن ياخشىراقتۇر.

يەنە ئۇ ئالىم دېدىكى، بەزىدە يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىق پەيدا بولۇپ، جاراھەتنىڭ چوڭقۇرلىقىدىن جاراھەتنىڭ ئۈستى پۈتۈپ تېگى پۈتمەسلىكتىن ئەندىشە قىلىنغاندا ياكى جاراھەتلەنگەن ئەزا جاراھەتلەنگەن ۋاقىتتا تۈزلەنسە، ئۇنىڭدىن يىرىڭ ئېقىش ۋە ئۇنىڭغا دورا كىرىش مۇمكىن بولمايدىغان شەكىلدە بولسا، جاراھەتنى كېڭەيتىشكە مەجبۇر بولىمىز. ئەگەر جاراھەتتىن بىر نەرسە چىققاندا، ئاغرىق قوزغالسا مۇۋاپىق يېرىشقا مەجبۇر بولىمىز.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، شۇنى بىلىش لازىمكى، مۇسكۇلنىڭ توغرىسىدا بولغان جاراھەتنىڭ گىرۋەكلىرىنىڭ بىر - بىرىدىن يىراق بولۇشى لايىقراقتۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن ئىككى گىرۋەكنى تولۇق بىرلەشتۈرۈشكە بەك ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە تىكىش ۋە ئۇچ بۇرجەكلىك تېڭىق لاتسىنى ئىشلىتىش كېرەك، بولۇپمۇ گۆش ئازلىغان بولسا. مۇسكۇلدىكى ئۇزۇنىسىغا بولغان جاراھەتتە تىكىش ۋە ئۇچ بۇرجەكلىك تېڭىق لاتسىنى ئىشلىتىشكە ئېھتىياج ئازراق چۈشىدۇ.

9 - پەسىل جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار توغرىسىدا

بىز بۇ دورىلارنىڭ قۇۋۋىتى ۋە مۇناسىۋەت ئورنىنى يۇقىرىدا بايان قىلدۇق، بۇ دورىلاردىن سېپىلىدىغانلىرىنىڭ ياغ ۋە قىرۇتىلار بىلەن تەييارلىنىدىغانلىرىدىن قۇۋۋىتى جەھەتتە تۆۋەنرەك بولۇشقا ئېھتىياجلىق ئىكەنلىكىدە شەك يوق. ياغ ۋە قىرۇتىلارغا بولغان كۈچلۈك ئېھتىياج قۇرۇق دورىلار، بولۇپمۇ مەداستان ۋە باشقا مەدەن دورىلارغا ئوخشاش دورىلار قۇرۇق بولغانلىقتىن جاراھەت تېگىگە بارمايدۇ ۋە تەر تۆشۈكچىلىرىدىن ئۆتمەيدۇ. ئەگەر بۇ دورىلاردىن قىرۇتى تەييارلانسا، ياغنىڭ سۈيۇقلۇقى دورىلارنى بىز خالىغان ئورۇنغا يەتكۈزىدۇ.

جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى دورىلارنىڭ بەزىسى مەدەن دورىلار، بەزىسى ئۆسۈملۈك دورىلار، بەزىسى جانلىقلاردىن ئىبارەت ھەر خىل تۈردە بولىدۇ. مەدەن

دورىلاردىن بولغان جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار ئاس يېغى ۋە موم قوشۇلغان ئۇپىغا ئوخشاشتۇر. ئۆسۈملۈك يوپۇرماقلىرىدىن ئەركەك بەللۇت يوپۇرمقىنى زىمات قىلىش ياكى سۆگەت يوپۇرمقى، كاللەكبەسەي يوپۇرمقى، ئالما دەرىخىنىڭ يوپۇرمقى، ئالما دەرىخى قوۋزىقىنىڭ پوستى، پاقىيوپۇرمقى، سىركە ياكى ئازراق شارابقا چىلانغان ھۆلەفا ئۆسۈملۈكى يوپۇرمقى، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا ئەركەك ۋە چشى چىلغوزا دەرىخىنىڭ يوپۇرمقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭ قوۋزىقى بىلەن تېڭىلسا ۋە سەرۋە دەرىخى يوپۇرمقى ھەم ئۇنىڭ شاخلىرى، فىنتاپلۇن يوپۇرمقى ھەسەل بىلەن، يېلىملاردىن بەتەم يېلىمى كۆپ نېرۋىلارغا يېقىن جاراھەتكە زىمات قىلىنسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

مېۋە ۋە دانلاردىن: سۇ ۋە تۇز بىلەن سوقۇلغان يېڭى ياڭاق ياكى پاقىيوپۇرمقى ياكى قىزىلچا يوپۇرمقى ياكى كاھۇ يوپۇرمقى بىلەن قاينىتىلغان شاراب، نەزلىنى چەكلەش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر قوشۇلغان ياۋا ئاموت، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى، كۆيدۇرۇلگەن سامساق، تۇگمەن توزۇندىسى، كۆيدۇرۇلگەن چاچ، بولۇپمۇ ياشانغانلار ئۇچۇن موم ۋە قىزىلگۇل يېغى بىلەن بىرگە ئىشلىتىلىدۇ؛ گۇللەردىن ياۋا ئالما گۈلى ۋە زەنبۇل خەيىل ناملىق ئۆسۈملۈك چۆپىنىڭ گۈلىگە ئوخشايدىغان گۈللەر ئىشلىتىلىدۇ؛ بىرەر ئەزا ياكى گۆش گىرۋىكىگە يېقىن جاراھەتكە ۋە مۇسكۇللارنىڭ ئۇچىغا يېقىن جاراھەتكە ئىشلىتىلىدۇ. بەك چۈچۈمەل سۈت چوڭ جاراھەتنى چاپلاشتۇرىدۇ. مۇرەككەپ دورىلار داۋائى دەيارۇپس، دۆھنىيە، داۋائى نىيقۇلاس ۋە تاغ پىننىسى قوشۇلغان داۋائىل خىلاق، مەلھەمى كەتان قاتارلىقلاردۇر.

10 ـ پەسىل جاراھەت ۋە ئۇنىڭ باشقىسىنى ساقايتقۇچى دورىلار توغرىسىدا

بۇ دورىلارنىڭ تەبىئەتلىرى يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى، يەنە شۇ مەلۇمكى، بۇ دورىلارنىڭ سېپىلمىلىرى مەلھەملەرگە چۈشىدىغان دورىدەك كۈچلۈك بولماسلىقى لازىم. شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇ دورىلارنى قاتتىق گۆشنىڭ يۇزى تېرە بىلەن بەك

تەكشى بولغاندا ئىشلەتمەسلىك لازىم. ئەمما ھۆل گۆش بەزىدە تەكشى بولىدۇ ۋە كۆپىيىدۇ، لېكىن ئۇ قۇرۇسا چۈشۈپ كېتىدۇ، شۇڭا بۇ دورىلار پەقەت قۇرۇسا تەكشى بولىدىغان گۆشكە ئىشلىتىلىدۇ. بۇ، پەرەز بىلەن بىلىنىدىغان ئىشتۇر، شۇڭا جاراھەتنى ساقايتىدىغان دورىنى گۆش ئۈنۈمۈاتقان جاراھەتتە گۆش مۇستەھكەم ئورۇنلىشىشتىن بۇرۇن ئىشلىتىش لازىم. چۈنكى، جاراھەتنى ساقايتقۇچى دورىمۇ بەزىدە جاراھەتنى ساقايتقۇچە گۆشنىڭ ھەجمىنى زىيادە قىلىدۇ، بۇنىڭ بىلەن تەبئىي قۇۋۇەت زىيادە بولۇپ، گۆش ئورۇنلىشىش دەرىجىسىگە يېتىدۇ، شۇڭا دورا قۇرۇتسا ۋە ئۆز تەسرىنى كۆرسەتسە، تەبىئەت جاراھەت ساقىيىشنىڭ چېكىگە يېتىش بىلەن بىرگە ئېھتىياج چۈشىدىغان مىقداردا گۆش ئۈندۈرگەن بولۇشى كېرەك. ھەتتا ئىككى خىل تەسىر داۋالاش ئېلىپ بېرىلغان گۆش ۋە تېرىدە جاراھەت يۈزى تەكشى بولغانغا قەدەر تولۇق بولۇش لازىم. ئەگەر بۇنىڭغا رىئايە قىلىنمىسا، يارىنىڭ ئاسارىتى تېرىدىن يۇقىرىراق بولۇپ قالىدۇ. جاراھەتنى ساقايتقۇچى دورىلارنى تۇنجى ئىشلەتكەندە ھۆل ھالەتتە ئىشلىتىش، ئاندىن ساقىيىشقا يېقىنلاشقاندا قۇرۇق ھالەتتە پەلكۈچنىڭ بىر تەرىپى بىلەن ئۆتكۈزۈپ ئىشلىتىش لازىم. بۇ دورىلار قىزىلگۈل يېغى ياكى ئاس يېغىدىن تەييارلانغان، قىرۇتى قوشۇلغان چىلغوزا دەرىخىنىڭ قوۋزىقى، قۇرۇق ئۇدخام، قورۇلغان قەيسۇر ناملىق تاش، مىسنىڭ سىرتقى قەۋىتى، ئۇششاق كۈندۈر، مەدەستان، كىچىك قەنتەرىيۇن، زەرچىۋە (بۇ ياخشىدۇر) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت بولۇپ، كۆيدۈرۈلگەن سۆڭەكمۇ ياخشى، كۆيدۈرۈلگەن زىراۋەندە كۈچلۈك پۈتۈرىدۇ، زەمچە، خام موزا، ئەنجۈر يوپۇرمىقىمۇ ھەم شۇنداق. بۇقرات بەزىدە ئەنجۈر يوپۇرمىقىنى رىجلۇل ئەقئەق دەپ كىنايە قىلغان. بۇنىڭدا تېۋىپلار ئەنجۈر يوپۇرمقى دېگەن سۆز بىلەن رىجلۇل غۇراب دەپ مەشھۇر بولغان چۆپىنى كۆزدە تۇتقان بولۇشى مۇمكىن، سۆڭەك يېگەن ئىتنىڭ تېرىسى، كېلەر مايىقى (لېكىن ئۇ ئالدىنقىسىغا قارىغاندا بەكرەك پاكلايدىغان بولۇپ، قابىز دورىلار بىلەن قۇۋۇتىنى تۆۋەنلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ)، كۆك گۈلسەۋسەن يىلتىزى، جاۋشىر يىلتىزىنىڭ پوستى، تۇتىيا قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ئىسسىق مىزاجلىق ئىششىغان يارىلاردا ئاجايىپ گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلار سەندەل، نېلۇپەر ۋە سەبرىدۇر، بولۇپمۇ مەقئەت ئەتراپى ۋە

ئەۋرەت ساھەسىدىكى يارىلاردا.

بەزىدە جاراھەتنى ساقايتىدىغان دورىلارغا زاك ۋە سېرىق زاك چۈشىدۇ، گەرچە بۇ ئىككىسى يېگۈچى، گۆشنى ئازلاتقۇچى دورىلاردىن بولسىمۇ. لېكىن ئۇ بەزىدە ھۆللۈك كۆچلۈك بولغاندا ساقايتىدۇ، بولۇپمۇ كۆيدۈرۈلسە. جاراھەتنى ساقايتىش يېيىشىدىن تۆۋەن بولمايدۇ، بولۇپمۇ يۇيۇلسا. جاراھەتنى ساقايتىشقا مايىلراق بولىدۇ.

ئەمما زەنگار ۋە كۆچلۈك يېگۈچى دورىلارنى بۇنىڭغا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ، لېكىن كۆچلۈك تەدبىر قىلىش بىلەن ئىشلىتىشكە ياكى ھۆللۈكى كۆچلۈك بەزى يارىلارنىڭ بەزىسىگە ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

ئەمما كۆيدۈرۈلگەن مىس يۇيۇلسا، جاراھەتنى ساقايتىشقا ياخشىدۇر، ئەگەر مەلھەم تەييارلىماقچى بولسا، جاراھەتنى ساقايتقۇچى دورىلاردىن ئىقلىميا، بولۇپمۇ كۆيدۈرۈلگەن ئىقلىميا، كۆيدۈرۈلگەن سېرىق زاك، ئاق مەدەستان، ئۇپا قاتارلىقلارغا ئوخشاش كۆچلۈكرەك دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. مەدەستان ۋە ئۇپىنى سىركە بىلەن ئېرىتىپ، ئىقلىميانى يۇمشاق سوقۇپ، ياخشىسى كۆيدۈرۈپ، ئاندىن سېرىق زاك بىلەن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ۋە ئاس يېغى، سىركە ياكى قابىز شارابتا ئېچۈرۈلىدۇ. بەزىدە جاراھەت ۋە يارا بەك ھۆل بولغاندا بۇ مەلھەمگە كۆيدۈرۈلگەن زاك، ئانارگۈلى، موزا قوشۇلىدۇ.

مەلھەمى كەتانىنىڭ نۇسخىسى بۇ ئىنتايىن پايدىلىق بولۇپ، يۇيۇپ تازىلانغان زىغىر تالالىق رەخت توزاندەك ۋە سۈرمەدەك بولغۇچە سوقۇلىدۇ، قابىزلىقى كۆچلۈك زەيتۇن يېغى ياكى ئاس يېغىنى ئېلىپ، بۇنىڭغا ئازراق قۇننە سېلىپ ئېرىتىلىدۇ ۋە ئۇنىڭغا سوقۇلغان زىغىر رەختنى سېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ، چۈنكى ئۇ ئاجايىپ مەنپەئەتلىكتۇر. مەلھەمى ئەسۇەد بەزىدە گۆش ئۆندۈرىدۇ، ئۇنىڭ گۆش ئۆندۈرۈشىنى كۆچەيتمەكچى بولغاندا، كۇندۇر، جاۋشىر ۋە زىراۋەندىلەرنىڭ ھەممىسىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، تۆت ھەسسە مەلھەمى ئەسۇەدكە قوشۇلىدۇ.

يەڭگىل سېپىلمىنىڭ نۇسخىسى ئۇپا، مەدەستاننىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، قوشۇغۇن پوقى، مۇرمەككى، موزا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، سېپىلما تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر سېپىلمىنىڭ نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن سەدەپتىن 36 گىرام، شېخدىن چۈشۈپ قۇرۇغان كىچىك ئانار ۋە ئاق زاكىنىڭ ھەربىرىدىن 48 گىرامدىن، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، قەيسۇر ناملىق تاش، ئىقلىميا، ئۇدخام، بىخسۇسىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، ئۇششاق كۇندۇر، چىلغوزا دەرىخى قوۋزىقىنىڭ ھەربىرىدىن 18 گىرامدىن، ئانار پوستى، ئۇپا، زەمچىنىڭ ھەربىرىدىن 24 گىرامدىن، موزىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، ئۇلارنىڭ ھەممىسىدىن سېپىلما تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر سېپىلمىنىڭ نۇسخىسى ئوردان، كۆيدۈرۈلگەن سۆڭەك، مەدەستانىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، كۇندۇر، سەبرىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، ئەنزىرۇت، مامىيانىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سېپىلما تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر سېپىلمىنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل، قوغۇشۇن ئۇپىسى، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل چېچى، زەمچە قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سېپىلما تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر سېپىلمىنىڭ نۇسخىسى بىخسۇس ۋە جاۋشىر يىلتىزىدىن تەڭ مىقداردا، زىراۋەندىدىن سەككىز گىرام، ئۇششاق كۇندۇردىن تۆت گىرام ئېلىپ سېپىلما تەييارلىنىدۇ.

ياشانغانلارنىڭ بەدىنىدىكى جاراھەتلەرگە ئىشلىتىلىدىغان مەلھەمنىڭ نۇسخىسى

ئارپىنى كۆيدۈرۈپ، ئۇنىڭغا قىزىلگۈل يېغى ياكى قوغۇشۇن ئۇپىسى قوشۇلغان ئاس يېغى قوشۇپ قىرۇتى تەييارلىنىدۇ.

11 - پەسىل جاراھەت ۋە يارىلارغا گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلار توغرىسىدا

گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلارنىڭ خاسىيىتى ۋە ئۇنىڭ مىزاجىنىڭ قانداق بولۇشقا تېگىشلىك ئىكەنلىكى يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى. گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلار جاراھەت بار ئورۇندىكى يىرىڭ ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى پاكىزلىغاندىن

كېيىن ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر جاراھەتنىڭ تېگى سوڭغاك بولسا، شۇ سوڭغاك پاكىزلىنىدۇ ۋە قۇرۇتۇلىدۇ ھەم ئۇ سوڭغاكتە كۆكۈچلۈك ياكى بۇزۇقلۇق قويماي قىرىۋېتىلىدۇ، ھۆللۈك قالدۇرماي قۇرۇتۇلىدۇ، بولۇپمۇ جاراھەت باشتا بولسا، چۈنكى سوڭغاكنىڭ سلىقلىقى ۋە ھۆللۈكى گۆش ئۈندۈرۈشنى چەكلەيدىغان سەۋەبلەرنىڭ بىرىدۇر. ئەگەر قىرىلسا ۋە يىرىكلەشتۈرۈلسە، ئۇنىڭغا يېتىپ كېلىدىغان گۆش ئۈندۈرىدىغان ماددا ئورۇنلىشالايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، بەزىدە بەدەنگە ياكى بىرەر ئەزاغا گۆش ئۈندۈرىدىغان دورا يەنە بىر بەدەندە گۆش ئۈندۈرمەيدۇ، چۈنكى دورا بەزىدە ئىككى بەدەننىڭ مىزاجىنىڭ ئېتىبارى ۋە ھەمىگە مەلۇم بولغان بويىچە بىر بەدەننى قۇرۇتسىمۇ، يەنە بىر بەدەننى قۇرۇتالمايدۇ، خۇددى بەزىدە بىر بەدەننى پاكلاپ، يەنە بىر بەدەننى بەك پاكلىمىغاندەك. چۈنكى بۇ دورا بەدەن ئېتىبارى بىلەن ئۆلچەملىك قۇرۇتۇش ۋە پاكلاشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. ئۆلچەملىك نەرسىنىڭ تەسىرى تەسىرلىنىشى بىردەك بولمىغان نەرسىلەردە ئوخشاش بولمايدۇ. ھەرقانداق قۇرۇتقۇچنىڭ قۇرۇقلۇقى شۇ قۇرۇتقۇچى بىلەن داۋالىنىدىغان بەدەننىڭ قۇرۇقلۇقىدىن ئازراقتۇر، چۈنكى بەدەن ئۆزىگە گۆش ئۈندۈرۈشتىن ئاجىز كېلىدۇ، بەدەن دورىدىن قۇرۇقراق بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن كۈندۈر قۇرۇقلۇقتا نورمالدىن ئېشىپ كەتكەن قۇرۇق بەدەنلەردە گۆش ئۈندۈرەلمەيدۇ. دېڭىزدىن چىقىدىغان دورىلارنىڭ قۇرۇتىدىغانلىقى ۋە جاراھەتتە تۇرىدىغانلىقى ياكى داۋاملىق گۆش ئۈندۈرۈشى ياكى يىرىڭ پەيدا قىلىشى ھەممىگە مەلۇمدۇر. گۆش ئۈندۈرمەيدىغان دەرىجىدە قۇرۇتقانلىقى كۆرۈلسە، ئازراق ھۆللىنىدۇ. ئەگەر يىرىڭلسا قۇرۇتقۇچى دورىلار كۆپەيتىلىدۇ ۋە داۋاملىق گۆش ئۈندۈرۈۋاتقان دورىلار ئۆز قۇۋۋىتىدە قالدۇرۇلىدۇ.

بەزىدە بەزى بەدەنلەرنىڭ دورىلار بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى ئېنىق بولمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن كۈچلۈك ۋە ئاجىز ھەر خىل دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. مەلھەم تەييارلاش ۋە ئۇنىڭغا بولغان ئېھتىياج يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى. بۇنىڭدا قۇرۇتۇش ۋە ھۆللەش خۇسۇسىيىتى بار دورا ئىشلەتمەي، بەلكى بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن بويىچە، تەسىر كۆرسەتكۈچى ئىككى كەيپىياتقا رىئايە قىلىش،

شۇنداقلا يەنە تەسىر كۆرسەتكۈچى ئىككى كەيپىيات بىلەن بىرگە قۇرۇتۇش ۋە ھۆللەش بىلەنلا چەكلىنىپ قالماي، يارا بىلەن بەدەن مىزاجى ئوتتۇرىسىدىكى ئۆلچەمگە رىئايە قىلىش بىلەن بىرگە، ھۆللەش ۋە قۇرۇتۇش لازىم. چۈنكى، بەزىدە بەدەن ھۆل، يارا قۇرۇق بولىدۇ، بەزىدە بەدەن قۇرۇق، يارا ھۆل بولىدۇ، بەزىدە ئىككىلىسى ھۆل بولىدۇ، بەزىدە ئىككىلىسى قۇرۇق بولىدۇ. شۇڭا، دەسلەپتە ئاجىزراق دورىلاردىن كۈندۈر، باقىلە ئۇنى، ئارپا ئۇنى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر بەدەن قۇرۇق، يارا بەك ھۆل بولسا، گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلارغا نىسبەتەن زىراۋەندە، جاۋشىر يىلتىزى، كۆيدۈرۈلگەن زاكقا ئوخشاش كۈچلۈك قۇرۇتىدىغان دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. باشقىلاردا گۈلسەۋسەن يىلتىزى ۋە ماش ئۇنىغا ئوخشاش ئوتتۇرا ھال دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

بەزىدە بەزى دورىلاردا گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلار ئېھتىياجلىق بولغان قۇرۇتۇش ۋە پاكلاش خۇسۇسىيەتلىرى بولىدۇ. لېكىن كۈچلۈك قۇرۇتقانلىقتىن يىرىڭنى توختاتقۇچى ۋە ماددىنى چەكلىگۈچى بولىدۇ، پاكلىشى كۈچلۈك بولغانلىقتىن يېگۈچى بولىدۇ. ئەگەر بۇنىڭغا قارشى باشقا دورىلار ئارىلاشتۇرۇلسا، دورىنىڭ قۇۋۋىتىنى تۆۋەنلىتىپ، نورماللاشتۇرۇپ گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىغا ئايلىنىدۇ. مەسىلەن: زەنگارغا ئوخشاش، چۈنكى زەنگارغا مۇم ئارىلاشتۇرۇلغان زەيتۇن يېغى قوشۇلسا، بۇ ئىككىسى ئەزانى ھۆللەشتۈرىدۇ ۋە ئۇنىڭدا يىرىڭ پەيدا قىلىدۇ. ئەمما ئۇنىڭ كۈچلۈك پاكلىشى يارىنى ساقايتىدۇ. نەتىجىدە زەنگار يارىنى ساقايتقۇچى بولىدۇ، زەنگارنى قۇرۇقراق بەدەنگە ئىشلەتكەندە، قىرۇتىنىڭ ئون ھەسسىسىنىڭ بىر ھەسسىسى بولۇش، ھۆلرەك بەدەنگە ئىشلەتكەندە، ئون ئىككى ھەسسىسىنىڭ بىر ھەسسىسى بولۇش لازىم. بۇ دورىنى ئىشلەتكەندە، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تەكشۈرۈشكە رىئايە قىلىنىدۇ.

ياشانغانلار ھارارىتى كۆپرەك، تارتىش خۇسۇسىيىتى كۈچلۈكرەك دورىلارغا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. ئۇ دورىلارغا زۇپتى رۇمى، كۈندۈر، ئارپا ئۇنى، باقىلە ئۇنى، كۈرسىنە ئۇنى، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، زىراۋەندە، ئىقلىميا، جاۋشىر چۆپى

قاتارلىقلار چۈشىدۇ. ئەگەر بۇلار مەنپەئەت قىلمىسا، باشقا دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يارا ياخشىلانمىسا، يارىلارغا خاس دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ.

12 ـ پەسىل باش جاراھەتتىنى داۋالاش توغرىسىدا

باش جاراھەتتىدىكى سۆڭەك ۋە ئۇنىڭدا يۇز بېرىدىغان قورقۇنچلۇق ئەگەشمە كېسەللىكلەرگە تەدبىر قىلىش سۆڭەك ۋە تېڭىق بايىنىدا سۆزلەندى. ئەمما يارىلاردىن سىرتقى تەرىپىدە بولغانلىرىغا باش يارىلىرىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلاردىن سەبرە، مۇرمەككى، كۇندۇر، خۇنسياۋشان قاتارلىقلاردىن تەييارلىنىدىغان باش دورىلىرىغا ئوخشاش ئاددىي قۇرۇتقۇچى دورىلارنى سېپىش كۇپايە قىلىدۇ، شۇنداقلا جاراھەت توغرىسىدا سۆزلەنگەن دورىلاردىن يەڭگىل دورىلار كۇپايە قىلىنىدۇ. ئەگەر قان ئاقسا، بىز قاناش بايىنىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ، بىمارغا مۇمكىنقەدەر كاۋاپ قىلىنغان تۇخۇ مېڭىسى غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ. چۈنكى تۇخۇ مېڭىسى بىر بۆلەك تېۋىپلارنىڭ گۇۋاھلىقى بىلەن مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ ۋە قاناشنى توختىتىدۇ. گەرچە ئۇنىڭدا باشقا قاراش بولسىمۇ. شۇنداقلا، ئاچچىق ئانار سۇيى غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ ۋە قىزىل چۇغلۇق زىمات قىلىنىدۇ.

جاراھەت ۋە قاناشقا ياخشى دورىلاردىن بىرى شۇكى، ئاچچىق، قۇرۇق خېمىرتۇرۇچنى يۇمشاق سوقۇپ، جاراھەت ئۈستىگە سېپىلىدۇ ۋە ھۆل قىلىنمايدۇ، ئەمما ئىششىقنى توسىدىغان نەرسە ھۆل زۇپا بىلەن يۇغۇرۇلغان ئارپا ئۇنى ۋە بۇغداينىڭ ئاق ئۇنىنى زىمات قىلىشتۇر. شۇنىڭغا ئوخشاش ئارپا تالقىنىنى پىننە بىلەن زىمات قىلىش باشنىڭ ئېزىلىپ كېتىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، باشقا تەدبىرلەر سۆڭەك بايىنىدىن ئېلىنىدۇ.

ئىككىنچى ماقالە

تېرە سويۇلۇش، مۇسكۇل بۇزۇلۇش، بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىش، يىقىلىش، ئۇرۇلۇش، پەي تارتىشىش، قاناش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى توغرىسىدا

1 ـ پەسىل مۇقەددىمە

نەزەرىيە قىسمىدا بۇزۇلۇش ۋە يىرتىلىشنىڭ بايانى سۆزلەندى. بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىش (ۋەسىي) شۇكى، ئەزا ئۆز بوغۇمىدىن تولۇق ۋە ئېنىق بولمىغان ھالدا قوزغالغان بولىدۇ. تولۇق، ئېنىق قوزغالسا چىقىپ كەتكەن بولىدۇ، ئاجىزلاش پەي چۆچۈشتىن تۆۋەنرەكتۇر، خۇددى ئاجىزلىق بوغۇمدىكى تارىمۇش ۋە ئۇنى ئوراپ تۇرىدىغان گۆشكە يېتىدىغان تارتىشىشتىن پەيدا بولغان ئازار يېيىشكە ئوخشاش. ئەگەر ئۇ تارتىشىش بىلەن ئەڭ تۆۋەن قوزغىلىش بولسا، بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىش بولىدۇ. بىر بۆلەك تېۋىپلار بوشاش ۋە بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىشنى ئومۇمەن بىر ئاتايدۇ، بىر بۆلەك تېۋىپلار ئوشۇق ۋە بېغىش بوغۇمنىڭ ئىككى تەرىپىنىڭ بىر تەرىپى ئاجىزلىماستىن، يەنە بىر تەرىپىنىڭ ئاجراپ كېتىشنى بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىش دەپ ئاتايدۇ، گەرچە ئاجراش ئېنىق بولسىمۇ. بىز ئالدى

بىلەن سۆزلىمەكچى بولغان مەزمۇن مۇسكۇللارنىڭ ئوتتۇرىسىدا يۈز بېرىدىغان بۇزۇلۇش ۋە ئۇنىڭ ئەتراپلىرىدا يۈز بېرىدىغان يىرتىلىشتۇر.

2 - پەسىل بۇزۇلۇش ۋە يىرتىلىش توغرىسىدا

ئەگەر مۇسكۇللار بۇزۇلسا، بۇنىڭدىن مۇسكۇللارنىڭ بۆلەكلىرى ئارىسىدا كۆپلىگەن پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش يۈز بېرىپ، ئۇنىڭغا كۆپلىگەن قان قۇيۇلۇپ، ئىششىيدۇ. ئاز ئەھۋالدا ئۇنىڭغا قان يىغىلىپ ئوفۇنەتلىنىدۇ، چۈنكى بۇ قان كۆپىنچە بوش ئورۇنلاردىن تارقايدۇ، بولۇپمۇ سىرتقى تەرەپتىكى بۇزغۇچىدىن يۈز بەرگەن بېسىلىش بىلەن تارايغان بوش ئورۇنلاردىن تارقايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن داۋالانمسا، ئەزانىڭ بۇزۇلۇشىغا ئېلىپ بارىدۇ، بەزىدە بۇزۇلۇش، يىقىلىش ۋە زەربە يېتىشتىن كېيىن ئۆسمە كېلىپ چىقىدۇ. شۇڭا، سەرتانغا ئۆزگەرمەسلىك ئۈچۈن بۇزۇلغان مۇسكۇلنى داۋالاشقا ئالدىراش، ئۇزۇلگەن تالالارنى قايتا تۇتاشتۇرۇشقا مەشغۇل بولماي، بەلكى ئاغرىقنى توختىتىشقا مەشغۇل بولۇش لازىم.

3 - پەسىل داۋالاش توغرىسىدا

بۇ خىل ھادىسىلەردە كۆپىنچە ئەھۋالدا قان ئېلىشقا ئامال تېپىلمايدۇ، بىراق بەزى تېۋىپلار گەرچە بەدەن مادداسىدىن پاك بولسىمۇ قان ئېلىشقا ئالدىرايدۇ، ئەگەر قان ئېلىنسا ۋە چەكلىگۈچى، چىڭىتقۇچى زىماتلار ئالدىراپ ئىشلىتىلسە، بۇنىڭدىن تېگىشلىك بولغان ئومۇمىي داۋالاشقا ئېرىشكىلى بولمايدۇ. بۇ ئەھۋالنى چەكلەش سوۋۇتۇش ۋە قابىزلىقى بار نەرسە بىلەن ياكى بۇ ئىككىسىنىڭ بىرى بىلەن بولىدۇ. ئەمما قان ئېلىش كېچىكسە، قان بۆلۈنگەن ئورۇننىڭ ئارىسىغا تېز كېلىۋالسا ۋە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئاپەتلەر يېنىكلىسە، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇشنىڭ ئەسلىگە كېلىشى

توسقۇنلۇقلا ئۇچرىماسلىقى ئۈچۈن ئۇنى داۋالاشتا، شۇ بۆلۈنگەن ئورۇنغا كىرىۋالغان قانىنى چىقىرىش لازىم. ئەگەر بۆلۈنگەن ئورۇنغا كىرىۋالغان قان ئىسسىق سۇ ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى نۇتۇل قىلىپ تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئاجىزلاشتۇرۇش بىلەن ۋە بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان، ئۇرۇلغان كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان نەرسىلەر بىلەن ھەمدە ئۆلگەن قانىنى پارچىلىغۇچى دورىلار بىلەن ۋە ھارغىنلىقنى يوقاتقۇچى ياغلار بىلەن ۋە ئىچكى تەرەپتىن تارقىتىشقا يارىدەم بېرىدىغان نەرسىلەرنى ئىچكۈزۈش بىلەن تارقىتىش مۇمكىن بولىدىغان دەرىجىدە بولسا تارقىتىلىدۇ ۋە مۇشۇ تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

تارقىتىشقا يارىدەم بېرىدىغان پارچىلىغۇچى دورىلاردىن مۇقەل، قۇستە، تۇم قەنتەرىيۇن قاتارلىقلار سىركەنجۈبىل پارچىلاش خۇسۇسىيىتى بىلەن تارقىتىشقا يارىدەم بېرىدىغانلىقى ئۈچۈن سىركەنجۈبىل بىلەن بېرىلىدۇ.

ئۆلۈك قانىنى پارچىلاش كۈچى ئاجىز دورىلار ئارپا ئۇنى، ھۆل زۇپا، سۇدا يۇغۇرۇلغان ئاق ئۇن خېمىرى قاتارلىقلارغا ئوخشاشلاردۇر. كۈچلۈك دورىلار، مەسىلەن: تاغ پىننىسى، ئارپا تالقىنى بىلەن بېرىلىدۇ، بولۇپمۇ پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش باشتا يۈز بەرسە.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، يېنىك ھارارىتى بىلەن بوشىتىش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر يېنىك تارقىتىدۇ، بەزىدە يېنىك قۇرۇتىدۇ. چۈنكى كۈچلۈك تارقىتىش ۋە كۈچلۈك قۇرۇتۇش تېز تەسىر قىلىپ، لەتىف قىسمىنى تارقىتىپ، قۇرۇتۇشى بىلەن قويۇق قىسمىنى توختىتىپ، تەر تۆشۈكچىلىرىنى توسىدۇ. بۇ ئۆلچەم كۆپىنچە تېرىگە يېقىن، سىرتقى تەرەپتە بولغان پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇشلارغا يېتەرلىكتۇر. ئەگەر بۇنداق بولمىسا، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش كۆپ ۋە چوڭقۇر بولسا، ئىششىق ۋە ناچار يارىلاردىكى ئەھۋاللار بويىچە تىلىش لازىم. بۇ كىشىنىڭ ئەھۋالى ئۇرۇلغان كىشىنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشاش بولمايدۇ، چۈنكى ئۇرۇلغان ئەزانىڭ ماددىسى تېرىگە تارتىلغان، تېرە يارا بولۇشقا باشلىغان، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش چوڭقۇر بولغان

بولىدۇ. شۇڭا، ماددىنى كۆچلۈك تارتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، ھىجامەت قويۇش ۋە تىلىش لازىم.

بەزىدە ئەھۋال بۇنىڭدىن ئېغىرراق بولسا، ئەزا سىرتىغا چوڭ ئىششىپ يىرىڭ يىغسا، بۇ ۋاقىتتا ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن يىرىڭلىتىدىغان نەرسىلەر بىلەن يىرىڭلىتىشقا ۋە يىغىلغان نەرسىلەرنى يىرىڭغا ئۆزگەرتىشكە ۋە ماددىنى يىرىڭلىتىش بىلەن تارقىتىشقا ئالدىراش كېرەك. چۈنكى بۇ ھەرقانداق ئەھۋالدا يىرىڭلايدۇ، داۋالاشنىڭ ياردىمى بىلەن ئىششىقنىڭ تېزرەك يىرىڭلىشى بىخەتەرركەتۇر. بەزىدە ئىششىقنى يىرىڭلاتقۇچى دورىلار يىرىڭلاتماستىن تارقىتىدۇ، بولۇپمۇ دورىلارغا تەبئىي ھارارەت ۋە بوشلۇقلارنىڭ كەڭرى بولۇشى ياردەم بەرسە. ئاندىن يىقىلىش، سوقۇلۇش بايىندا سۆزلەنگەن دورىلار قاراپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەمما بۇزۇلۇشتا ئىشلىتىلىدىغان تېڭىق تانىلرى توغرىسىدا شۇنداق دېيىلىدۇكى، ئېزىلىش ياكى بۇزۇلۇش يۈز بەرسە تېڭىلىدۇ، تاڭغاندا شۇ ئورۇننىڭ ئۆزى قاتتىق تېڭىلىدۇ، تېڭىق تانىسى ئۈستى تەرەپكە، يەنى جىگەر تەرەپكە كۆپرەك، ئاستى تەرەپكە ئازراق ماڭدۇرۇلىدۇ. تېڭىق تاختايلىرى ۋە تېڭىق لاتىلرى كۆپەيتىلمەيدۇ ۋە تېڭىق تاختايلىرى بەك ئۇزۇن قىلىنمايدۇ. چۈنكى، ئۆلۈك قانىنى تارقىتىشقا ۋە ئىششىققا بىر نەرسە قويۇلماسلىقى ئۈچۈن تېڭىق تانىسىنى ئۈستى تەرەپكە كۆپرەك ئۆتكۈزۈشكە، ئۆتكۈزۈلگەن تېڭىق تانىسىنىڭ بوشراق بولۇشىغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. تېڭىلغان تېڭىق لاتىسى تېڭىشقا بەرداشلىق بېرىش ئۈچۈن، تېڭىش بىلەن تېز ياخشىلىنىش ئۈچۈن نېپىز ھەم قاتتىق بولۇشى لازىم، ئەزا قاناشتىكىدەك ئۈستىگە تىك قىلىنىدۇ.

بۇ خىل ئىلاج، يەنى تېڭىش ئەزا ئىششىشتىن ئىلگىرى بولۇش كېرەك، چۈنكى ئەزا ئىششىسا قاتتىق تېڭىش ئۇياقتا تۇرسۇن، نورمال تېڭىشقىمۇ بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ۋاقىتتا زىماتلار بىلەن ۋە ئىسسىق سۇنى ئارقىمۇئارقا قۇيۇش بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەمما ئېزىلىشتىن كېيىن بولىدىغان ئۆسمىلەر چوڭىيىپ كەتمەسلىك ئۈچۈن ئۈستىگە قوغۇشۇن قويۇپ داۋالىنىدۇ، بەزىدە ئىششىق يېرىلىپ بۇزۇلىدۇ.

4 - پەسىل يېقىلىش، تاشقا ياكى تامغا ياكى ئۇنىڭ باشقىسىغا سوقۇلۇش توغرىسىدا

ھەقىقەتەن يېقىلىش، سوقۇلۇش بۇزۇلۇش ۋە ئېزىلىش بىلەن ئاغرىتىدۇ ۋە زىيان يەتكۈزىدۇ ھەمدە ئۇنىڭدا سۆڭەكنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن ياكى ئىچكى ئەزا شىللىق پەردىلىرى ۋە نېرۋىلىرىدا ۋە شۇ ئەزالارنىڭ چوڭ تومۇرلىرىدا يۈز بەرگەن پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن ھەمدە قاتتىق ئاغرىش سەۋەبىدىن خەتەر بولىدۇ. بەدەن قانچە چوڭ بولسا، خەتەر شۇنچە ئېغىر بولىدۇ، شۇڭا كىچىك بالىلار يېقىلسا، چوڭلار يېقىلغاندا يۈز بېرىدىغان زىيان - زەخمەت يۈز بەرمەيدۇ.

ئۆسمىلەرمۇ يېقىلىش، سوقۇلۇش ۋە ئۇرۇلۇش قاتارلىقلار تۈپەيلىدىن چوڭىيىپ كېتىدۇ، بۇنى بىز ئۆز ئورنىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر بىلەن داۋالاش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بەزىدە يېقىلىش ۋە سوقۇلۇشتىن يۈرەك ۋە ئاشقازانىنىڭ بىر تەرىپى ئۇزۇلۇشتىن ئىبارەت چوڭ ئاپەتلەر يۈز بېرىپ، بۇنىڭغا گىرىپتار بولغان كىشى شۇ ۋاقىتتىنىڭ ئۆزىدە ئۆلىدۇ. بەزىدە يېقىلغان ۋە ئۇرۇلغان كىشىنىڭ سۈيدۈك ۋە چوڭ تەرىتى توختاپ قالىدۇ ياكى ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىدۇ. بەزىدە باشتىكى ياكى جىگەردىكى ياكى تالدىكى تومۇر ئۇزۇلۇش سەۋەبلىك قان قەي قىلىش ۋە قاتتىق بۇرۇن قانىش، قورساق كۆپۈش، نەپەس قىينىلىشىش، ئاۋاز يوقىلىش ۋە سۆزلىيەلمەسلىك يۈز بېرىدۇ. سوقۇلغان ياكى يېقىلغان ياكى باشقا ئەھۋاللارغا دۇچ كەلگەن كىشى سۆزلىيەلمىسە، بېشى ساڭگىلاپ قالسا، نەپسى ئاجىزلىسا، پېشانىسى تەرلىسە، چىرايى سارغايسا ياكى كۆكەرسە دەرھال ئۆلۈپ كېتىدۇ.

ئەگەر يېقىلغان ياكى بىر نەرسە سانجىلغان ياكى قاتتىق ئۇرۇلغان كىشىدە دەرھال قان قەي قىلىش، ئىچ سۈرۈش يۈز بەرسە، ئۇ كىشى ئۆلۈپ كېتىدۇ، بۇنىڭدا تاماق ئارىلاش قان قەي قىلىش بىخەتەرەكتۇر. ئەگەر ئەزانىڭ سىرتى ئىششىپ، ئاندىن ئىششىق ئىچكىرىلەپ مېڭىپ، ئىششىق توختىسا ھەم شۇنىڭدىن

كېيىن يىرىك قەي قىلسا، شۇ ۋاقىتنىڭ ئۆزىدە ئۆلۈپ كېتىدۇ. بىر كىشى يىقىلىپ قۇلقى تېگىپ، ئۇنىڭدىن كۆپ قان ئاقسا، ئەلۋەتتە ئىششىق پەيدا قىلىپ ئۆلتۈرىدۇ. بىر كىشى بېشىچە يېقىلسا، كۆپىنچە سۆزلىيەلمەيدۇ، دېمەك، ئەگەر ئۇچ كۈنگىچە ئېنىق سۆزلىيەلمىسە ۋە ئەھۋالى ئېغىرلاشمىسا، ئۇچىنچى كۈنى ھۆقنە قىلىپ، يەتتىنچى كۈنگىچە بىمار كۆزىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن بۇرۇن ھېچ نەرسە مىدىرلىتالمايدۇ، ئەگەر يىقىلغان كىشىنىڭ تەگكەن ئورنى قىزارمىسا، ئۇ ئەزا نېرۋىلىقتۇر.

5 ـ پەسىل داۋالاش توغرىسىدا

ئەگەر سۈنۈق ۋە چىقىق ياكى قاناش بولمىسا، سوقۇلغان ئەزاغا ياكى يىقىلغان ئورۇنغا يېقىن ئەزاغا ئۇنى چىڭىتمىغان نەرسىلەرنى دەرھال قويۇش لازىم. شۇنىڭ بىلەن بىرگە، داۋالىغۇچى ئۇنىڭغا ئىچكى ئەزادا تېز ھالاكەتكە ئېلىپ بارمىغان سەۋەب ئاشكارا بولمىغۇچە مۇشۇ قائىدىدە مۇستەھكەم تۇرۇش لازىم. ئەگەر كۆپرەك تەكشۈرۈش ئېھتىياجى چۈشسە ۋە بىمارنىڭ ئەھۋالى زۆرۈر قىلسا، دەرھال قان ئېلىش ۋە چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى سۈيۇق ھۆقنە ئىشلىتىش لازىم. ئەگەر سوقۇلغان ئورۇننى تېڭىشقا ۋە بىر يېنى بىلەن چۈشكەن بولسا ھەم شۇ جاينى بىز تۆۋەندە بايان قىلىنغان نەرسىلەر بىلەن تېڭىش مۇمكىن بولسا، دەرھال تېڭىلىدۇ. ئېھتىياج چۈشىنىغان دورىلار چىڭىتقۇچى، سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار ھەم خۇددى مۇسكۇل بۇزۇلۇشتىكىدەك ماددىنى يېنىك تارقاتقۇچى ۋە بوشاتقۇچى، ئىچى ۋە سىرتىدىن گۆش ئۈندۈرۈپ چاپلاشتۇرىدىغان دورىلاردۇر، بىمارنىڭ ئەڭ ياخشى غىزاسى ماش ۋە نوقۇتتۇر.

مۇسكۇلى بۇزۇلغان ياكى ئۇرۇلغان ياكى يىقىلغان كىشىلەر يېيىشكە تېگىشلىك ھەممىدىن بۇرۇن يېگۈزۈلىدىغان ياخشى دورىلار خالىس مۇمىيا، سىماب يېغى ۋە

شاراب بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. بەزىدە ئارقىدىنلا ئازراق ھۆقنە ئىشلىتىلىدۇ ۋە رەۋەنچىنى تۆت گىرام ئوردانىنىڭ قۇۋۇتىنى بىلەن شاراب ۋە گىلى مەختۇمدا ئىچۈرۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن گىل لانى ۋە گىل ئەرمنى، سۇماق ئىچۈرۈلىدۇ، ئەنزىرۇت، گۆش ئۇندۇرۇش بىلەن بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. زەمچە چاپلاشتۇرغۇچى، مەنپەئەت قىلغۇچى، يېرىقنى ئەتكۈچىدۇر. ئۇ مەنپەئەتى كۈچلۈك نەرسىلەردىندۇر.

زەرنىخ گۆش ئۇندۇرۇش، قانىنى تارقىتىش، ئىششىق، قان ۋە ئاپەتنى توسۇشتىن ئىبارەت ئېھتىياج چۈشىدىغان بارلىق نەرسىلەردە ئاجايىپ قۇۋۇەتلىكتۇر، چوڭ قەنتەرىيۇن ئۇسارىسى، رەۋەن، قۇستە، مۇقەل قاتارلىقلار سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلسە، بۇلارنىڭ ھەممىسى مەنپەئەت قىلىدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ۋە راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن ئىچۈرۈلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى خىيارشەنبەر ۋە بادام يېغىدۇر.

ياخشى بىر قۇرسنىڭ نۇسخىسى: رەۋەنچىنىدىن 24 گىرام، لوك، ئوردانىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرام، گىل مەختۇمدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، قۇرس تەييارلاپ، نوقۇت سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، ئۈستىگە قويۇلىدىغان دورىلار قەسبۇزەرىرە، مۇرمەككى ۋە مەستىكى بىلەن قويۇلىدۇ. مۇغاس زىمات قىلىنسا ياكى ئىچكۈزۈلسە، ئۇنىڭ سۇنۇق، چىقىق ۋە بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىش، مۇسكۇل بۇزۇلۇش، ئۇرۇلۇش، يىقىلىش، سوقۇلۇش قاتارلىقلاردا ياخشى خاسىيىتى بارىدۇر. چۈنكى ئۇ ساقايتىدۇ، تېز گۆش ئۇندۇرىدۇ ۋە ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ. ئەگەر سۇنۇقتا دەشبەز بولسا، ئۇنى ساقلايدۇ ۋە كۈچەيتىدۇ، چىگىتقۇچى دورىلاردىن بىرى ئاقاقىيادۇر. چۈنكى ئۇ ئاجايىپ مەنپەئەتلىكتۇر، يەنە نان، سەبرە، گىل ئەرمنى، گىل لانى، گىل مەختۇم، ماش، سۇماق، ئۆلتۈرۈلگەن گەج ۋە ھاك، سوقۇلغان گۈرۈچ قاتارلىقلار چىگىتقۇچى دورىلاردۇر. چاپلاشتۇرغۇچى دورىلاردىن بىرى ئەنزىرۇتتۇر، ياخشى ئىسسىق ئۆتكۈزىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، سۇدا قاينىتىپ سىقىپ، سىماب بىلەن خالىي قويۇلغان سەرۋى دەرىخى يوپۇرمىقىدۇر، شۇنداقلا يۇلغۇن يوپۇرمىقىدۇر. بۇنىڭغا زەمچە سىلىنسا تېخىمۇ ياخشى.

تەجرىبىدىن ئۆتكەن مۇرەككەپ دورىنىڭ نۇسخىسى

مۇغاستىن ئۇچ ھەسسە، ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، ئەنزىرۇتنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، زەپەردىن ئازراق ئېلىپ زىمات قىلسا، بۇ قۇۋۋەتنى تېگىگە ئۆتكۈزىدىغان ياخشى زىمات بولىدۇ. ئەگەر ئۇرۇلۇش قاتتىق ئاغرىقنى كەلتۈرمىسە ۋە بەدەن پاك بولغانلىقتىن ئۇرۇلغان ئورۇندا چوڭ ئىششىق ۋە يارا بولۇش خەۋپى بولمىسا ۋە ئۇرۇلغان ئەزا كاۋاك ئەزا بولمىسا، قىزىتىلغان زەيتۇن يېغى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن بوشتىشقا ئالدىراش لازىم. بۇ تەدبىر بەل، قول، يوتا قاتارلىق جايلىرى ئۇرۇلغان كىشىلەرگە قوللىنىلىدۇ، چۈنكى بۇ تەدبىر ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

6 ـ پەسىل قورساق ۋە ئىچكى ئەزالار سوقۇلۇش، ئۇرۇلۇش توغرىسىدا

بىز ئۇچىنچى كىتاب[1] تا بۇ توغرۇلۇق يېتەرلىك سۆزلىدۇق، شۇنىڭغا ئەمەل قىلىش كېرەك. غىزاسىغا ھەشقىپىچەك، ياۋا پالەك، ھەمشىباھارغا ئوخشاش ھەرقانداق يۇمشاقۇچى، سوۋۇتقۇچى نەرسىلەرنى بېرىش لازىم. سىلىقلاشتۇرغۇچىلاردىن پاقىيوپۇرمىقىغا ئوخشاشلار غىزا قىلىپ بېرىلىدۇ ۋە دەسلەپتە ئىتئۈزۈمى ئۇسارىسى ياكى پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسى ياكى كاسنە ئۇسارىسىگە ئوخشاش سوۋۇتقۇچى خىيار شەنبەرگە ئوخشاش يۇمشاتقۇچى ئۇسارىلەر بىلەن بىرگە بېرىلىدۇ. بۇ ھەقتە تەجرىبىدىن ئۆتكەن نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، يۇمشاق سوقۇلغان ئىسپىغۇلدىن بىر ھەسسە، لوك، كەھرىۋانىڭ ھەربىرىدىن يېرىم ھەسسە ۋە بىر ھەسسىنىڭ تۆتتىن بىرى، زەپەردىن بىر ھەسسىنىڭ يەتتىدىن بىرىنى ئېلىپ، بۇنىڭدىن بىر قېتىمدا ئالتە گىرامى قايناق سۇدا ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە تۆۋەندىكى تەركىبلىك قۇرس ئىچكۈزۈلىدۇ.

① ئۇچىنچى كىتاب — بۇ يەردە كۆزدە تۇتۇلغىنى ئەسلى نۇسخىدىكى بەشكە بۆلۈنگەن كىتابنىڭ ئۇچىنچىسىدۇر.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: سۇمبۇل ھىندى، زەپەرنىڭ ھەربىردىن 18 گىرامدىن، كەھرىۋا، يۇيۇلغان ئاقاقيا، ئىكلىلمىلىكنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، قىزىلگۈلدىن 15 گىرام، مەستىكى، كۇندۇر پوستىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن، گۈل ئەرمىنىدىن 21 گىرام، سەرۋى دەرىخى مېۋىسىدىن 24 گىرام ئېلىپ، پاقيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن قۇرس تەييارلىنىدۇ. بۇ قۇرس مۇۋاپىقتۇر، بولۇپمۇ كېسەللىك بىرىنچى باسقۇچتىن ئۆتۈپ كەتسە. زىماتمۇ مۇشۇ تۇردىن قىلىنىدۇ.

قۇرسنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى: شام ئالمىسنى ئېلىپ، رەيھان قاينىتىلمىسى بىلەن پىشقىچە قاينىتىپ، يۇمشاق سوقۇپ، بۇنىڭدىن 300 گىرام، لادەندىن 60 گىرام، قىزىلگۈلدىن 48 گىرام، سۇمبۇل، مەستىكى، يۇيۇلغان ئاقاقيانىڭ ھەربىردىن 14 ھەسسە ئېلىپ، پاقيوپۇرمىقى بىلەن بىرگە سىقىلغان سەرۋى دەرىخى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ. مېنىڭچە يۇمغاقسۇت سۇيى ياخشىراقتۇر ۋە بۇنىڭغا گۈلسەۋسەن يېغى ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلىشقا بولىدۇ.

7 ـ پەسىل قامچا ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن ئۇرۇلغان كىشىنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

قامچا بىلەن ئۇرۇلغان كىشىنىڭ تامىقى پوستى ئاقلىنىپ چالا سوقۇلغان نوقۇت، پوستى ئاقلانغان قىزىل لوۋىيا بولۇشى لازىم. سۇ ئورنىغا چىلانغان نوقۇت سۇيى ئىچكۈزۈش ۋە يەنە سوقۇلغان ۋە يىقىلغان كىشىلەرنىڭ دورىلىرىنى ئىچۈرۈش، بولۇپمۇ گۈل ئەرمنى ئىچكۈزۈش لازىم. يەنە رەۋەن، زەنجىۋىلدىن 4.5 گىرامى قاياناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەمما ئۇستىگە قويۇلىدىغان نەرسىلەرنىڭ ئەڭ ياخشىسى شۇكى، شۇ ۋاقىتتا سويۇلغان قوينىڭ تېرىسىنى ئىسسىق، ھۆل ھالەتتە ئېلىپ، ئۇرۇلغان ئورۇنغا چاپلاپ، ئاجراتماي قويۇلسا، بەزىدە ئىششىقنى تارقىتىپ، ئوفۇنەتنى چەكلەپ،

ئىككىنچى كۈنى ساقايتىدۇ، بولۇپمۇ تېرىگە يۇمشاق سوقۇلغان تۇزدىن ئازراق سېپىلسا. ئۇستىگە سېپىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى، يۇمشاق سوقۇلغان ساپال، تونۇر توپىسى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدۇر. يەنە مەدەستان ۋە ئۇپىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، بۇ ئىككىسىدىن قىزىلگۈل يېغى ۋە موم بىلەن زىماتى قىرۇتى تەييارلىنىدۇ. يەنە كەتىرا ۋە زەپەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ تىلا تەييارلىنىدۇ. ئەگەر ئۇرۇلۇشنىڭ ئىزى قالسا، ئۇنى زەرنىخ، پىلپىل تېشى يوقتىدۇ، بەزىدە ئۇ يەردە ئۆلگەن قان تۇرۇپ قالىدۇ، بىز بۇنى زىننەت توغرىسىدا سۆزلىدۇق.

8 ـ پەسىل بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىش توغرىسىدا

بوغۇملار يېرىم چىقىپ كېتىش (ۋەسىي) نى داۋالاشنىڭ ئەڭ ياخشىسى بوغۇم ئۇستىگە قۇيرۇق يېغى ۋە قۇرۇق خورمىنى قويۇپ، بىر مەزگىل تۇرغۇزۇشتۇر. چۈنكى بۇ، بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىشنى ساقايتىدۇ، بىز سۈنۈق بايىاندا بوغۇم يېرىم چىقىپ كېتىشكە يارايدىغان دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سۆزلىدۇق، شۇ يەردىن ئالغايسىز. ئەگەر بۇ يەردە ئاغرىق قېپقالسا تېگىلىدۇ، ئاغرىق قېپقالمسا پەرۋا قىلىنمايدۇ.

9 ـ پەسىل تېرە سويۇلۇش توغرىسىدا

تېرە سويۇلۇش دېگىنىمىز، بىر نەرسىنىڭ قاتتىق تېگىشى بىلەن تېرە يۈزىدە يۈز بېرىدىغان سويۇلۇشتۇر. بەزىدە بۇ سويۇلۇش ئىششىق بىلەن، بەزىدە ئىششىقسىز بولىدۇ، بەزىدە بىر نەرسە تەگكەن ئورۇننىڭ تېرىسىنىڭ ھەممىسى سويۇلۇپ ئۇزۇلىدۇ، پۈتكۈل چۈشۈپ ياكى ساڭگىلاپ قېلىپ، ئۇنى چاپلاشقا ئېھتىياج چۈشسە، جاراھەت بايىاندا سۆزلەنگەن چاپلاش بىلەن ئىلاج قىلىنىدۇ، مۇمكىنقەدەر

تېرىنى كېسىۋەتمەي، بەلكى بىرنەچچە قېتىم بولسىمۇ يېيىش لازىم، چۈنكى ئۇ ئاخىرىدا چاپلىنىدۇ. ئەگەر چاپلاشمىسا، مۇشۇ ئىش ئۈچۈن تەييارلانغان مەلھەملەر بىلەن چاپلىنىدۇ.

ئەمما سويۇلۇپ ئېچىلىپ قالغىنىغا تاكىماستىن دورا چاپلاش ياخشىدۇر، لېكىن مۇمكىن بولمىسا تېگىلىدۇ، چۈنكى سويۇلغان ئورۇننى دورىلار بىلەن قۇرۇتۇش ياخشىراق. تېرە يېنىك سويۇلۇشقا ياخشى دورىلاردىن شۇكى، ھايۋانات ئۆپكىسىنى، بولۇپمۇ پاقلاننىڭ ئۆپكىسىنى ئېلىپ، ئۇنىڭغا چاپلاپ قويۇلسا، ئۇنى ساقايتىدۇ.

ئەگەر ئىششىق بولمىسا، كونا كۆيدۈرۈلگەن تېرە ياكى قىزىلگۈل يېغى ۋە قىزىل زەرنىخ مەنپەئەت قىلىدۇ. كۆيدۈرۈلگەن قاپاق ئاجايىپ مەنپەئەتلىك بولۇپ ئىشەنچلىكتۇر، بولۇپمۇ تېرە يېنىك سويۇلۇشقا. گۆش ئۈندۈرگۈچى، يارىنى پۈتتۈرگۈچى، يارىنى ساقايتقۇچى دورىلاردىن يېنىك قابىزلىقى بار دورىلارنىڭ ھەممىسى ئىشلىتىلىدۇ، مەسىلەن: ئاقاقيا، موزىغا ئوخشاش، بولۇپمۇ كۆيدۈرۈلگىنى ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بۇ نەرسىلەر تېرە يېنىك سويۇلۇشقا ۋە يوشۇرۇن تېرە سويۇلۇشقا ئىشلىتىلسە كۈپايە قىلىدۇ. بەزىدە مەلھىمى ئەبىيەزمۇ كۈپايە قىلىدۇ.

كۈچلۈكرەك نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، قوغۇشۇن ئۇپىسى، ئوشەق، ياغ، قىزىلگۈل يېغى، ئاس يېغى قاتارلىقلارنى ياكى ئابدىمىلىك يېغى، گۈلسەۋسەن يېغى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ئوشەقنى سۇ ياكى شارابتا ئېرىتىپ، ئۇنىڭدىن مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بەزىدە يالغۇز مەدەستان شاراب بىلەن كۈپايە قىلىدۇ. سۇماق تېرە يېنىك سويۇلۇشنى قۇرۇتىدۇ، ياۋا سۇماق ساپلىرى ئىششىقنى چەكلەيدۇ.

نوتۇللاردىن، بولۇپمۇ تېرە سويۇلۇشتىن يېرىلىش پەيدا بولغاندا يېسىمۇق سۇيى، ئارپا يارمىسى قاينىتىلمىسى، يېسىمۇق ۋە ئىللىتىلغان دېڭىز سۇيى قاتارلىقلاردۇر ۋە سىركىنىڭ قۇرۇق لېيى زىمات قىلىنىدۇ. ئەگەر بىر نەرسە تېگىپ كەتكەن ئورۇننىڭ تېرىسىنىڭ ھەممىسى سويۇلۇپ كەتسە، قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى ۋە كۈچلۈك پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر بىلەن ئىششىقنى چەكلەش ئېھتىياجى چۈشىدۇ ۋە بۇنىڭدا ئەھۋال ئېغىرراق بولىدۇ.

10 ـ پەسىل ۋەخزى ۋە خەزقى، تىكەن، ئوق ۋە سۆڭەكتىن ئىبارەت بەدەندە توختاپ قالغان نەرسىلەرنى چىقىرىش توغرىسىدا

ۋەخزى ۋە خەزقى بەدەنگە ئۆتكۈر ھەم قاتتىق نەرسىنىڭ كىرىپ كېتىشى جەھەتتە مەنسى بىر ـ بىرىگە يېقىنلىشىدۇ، پەقەت كىرىپ كەتكەن نەرسىنىڭ ھەجمى جەھەتتە ئوخشاش بولماي، ۋەخزى ئىنچىكە ۋە كىچىك نەرسىلەرنىڭ كىرىپ كېتىشى، خەزقى چوڭ نەرسىلەرنىڭ كىرىپ كېتىشى بولۇشى مۇمكىن. ۋەخزى كىرگەن نەرسىنىڭ كىچىك بولۇشى بىلەن بىرگە كىرگەن ئورۇننىڭ چوڭقۇر بولماسلىقىنى تەلەپ قىلىپ، خۇددى تېرىدىن ئۆتمىگۈدەك ھالەتتە كىرگەن بولۇشى مۇمكىن. بۇنداق كىرىشنىڭ زىيىنى يېنىك بولۇپ، ئەگەر ئىلاج قىلماي قويۇپ قويۇلسا، گەرچە گۆشى بىر ئاز ناچار ئورۇندا بولسىمۇ ئۆزلۈكىدىن ياخشىلىنىدۇ. لېكىن گۆشى بەك ناچار ئورۇندا بولسا، بەزىدە ئىششىپ، ئۇنىڭ بىلەن لوقۇلداپ ئاغرىش پەيدا بولىدۇ، بولۇپمۇ سانجىلىش ۋە بىر نەرسە كىرىپ كېتىش ئېغىر بولۇپ، گۆشكە يېتىدىغان دەرىجىدە چوقۇلغان بولسا. بۇنداق چوقۇلۇشنى ئەڭ چوڭ داۋالاش شۇكى، ئۇنىڭ ئىششىقى ۋە ئاغرىقى پەسەيتىلىدۇ، جاراھەتنىڭ تەدبىرىنى قوللىنىشقا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ.

ئەمما خەزقىدە ئاغرىق ۋە ئىششىققا تەدبىر قىلىش بىلەن بىرگە جاراھەتنىڭ تەدبىرىنى قىلىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. جاراھەت ۋە ئىششىقنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا يېتەرلىك سۆزلەندى، بۇ ئورۇندا ۋەخزى ۋە خەزقىنىڭ ئەھۋالىدىن بەدەنگە كىرىپ كېتىپ توختاپ قالغان تىكەن ياكى ئوق ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى چىقىرىشقا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا سۆزلىشىمىز لازىم. بۇ چىقىرىش بەزىدە كىرگەن نەرسىگە سانجىلىپ ئۇنى تارتىدىغان سايمان بىلەن، بەزىدە سىقىش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن، بەزىدە ئامبۇر ۋە باشقا سايمانلار ئاجىز كەلگەن نەرسىنى

تارتىپ چىقىرىدىغان مەخسۇس دورىلار بىلەن بولىدۇ، ئەمما سايمانلار بىلەن چىقىرىلىدىغان قانۇنىيەت شۇكى، ئوقلارنى تۇتۇشى كۈچلۈك بولۇش ئۈچۈن، ئۇچى ئېكەكسمان ئامبۇر بىلەن چىقىرىلىدۇ. ئۇ چىقىرىشتىكى قانۇنىيەت شۇكى، قىسقۇچ بىلەن قىسلغان نەرسىنىڭ سۇنۇپ قېلىشىدىن ساقلىنىش، ياخشى تۇتۇشقا توسقۇنلۇق قىلماسلىق ئۈچۈن تارتىلغان نەرسىنىڭ يولى كەڭرى بولۇش، كىرگەن نەرسىنى چىقىرىش ئۈچۈن ئاسان يولىنى ئىزدەش قاتارلىقلاردۇر. ئەگەر كىرگەن نەرسە ئىككى تەرەپتىن چىقىپ تۇرغان بولسا، چىقىرىشقا تېگىشلىك تەرەپنى چىققۇدەك مىقداردا كېڭەيتىش لازىم. ئەمما سۇنۇپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش چارىسى شۇكى، كىرىپ كەتكەن نەرسە تۈيۇقسىز قاتتىق مىدىرلىتىلماي، بەلكى ئۇنىڭ چوقۇلۇش ۋە سانجىلىش مىقدارىنى بىلگۈدەك دەرىجىدە تۇتۇپ مىدىرلىتىپ، ئاندىن تۈز تارتىلىدۇ ۋە ئۆزى مىدىرلاش ئۈچۈن بىرقانچە كۈن تۇرغۇزۇپ، ئاندىن چىقىرىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. بەزى ئالىملار بۇ ھەقتە بىر سۆزنى سۆزلىگەن.

ئوقنى تارتىشتىن ئىلگىرى ئوقنىڭ تۈرىنى بىلىش كېرەك، چۈنكى ئوقنىڭ بەزىسى ياغاچ، بەزىسى قومۇش بولىدۇ. ئوقلارنىڭ ئۇچلىرى تۆمۈر، مىس، قوغۇشۇن، مۈڭگۈز، تاش، قومۇش، ياغاچ بولىدۇ. بەزىسى يۇمىلاق، بەزىسى ئۈچ بۇرجەكلىك ۋە تۆت بۇرجەكلىك بولىدۇ. بەزىسى ئىككى چىشلىق ياكى ئۈچ چىشلىق بولىدۇ، بەزىسىنىڭ ئۇچى بولىدۇ، بەزىسىنىڭ ئۇچى بولمايدۇ. ئۇچى بارلىرىنىڭ ئۇچى بەزىدە سىرتقا تارتىلسا، بەدەنگە چاپلىشۇبلىشى ئۈچۈن ئارقىغا ئېگىلگەن بولىدۇ. ئوقنىڭ بەزىسىنىڭ ئۇچى مىخ بۇرمىسىغا ئوخشاش بىر نەرسە بىلەن ھەربىرىكەتلىنىدىغان بولۇپ، سىرتقا تارتىلسا ئوقنىڭ چىقىشنى چەكلەيدۇ، بەزى ئوقنىڭ ئۇچى چوڭ بولىدۇ، ئۇنىڭ بىر تەرىپى ئۈچ بارماق مىقداردا بولىدۇ، بەزىسى بىر بارماق مىقداردا بولىدۇ، بۇ زۇبابىيە دەپ ئاتىلىدۇ. ئوقنىڭ بەزىسى ئاددىي بولىدۇ، بەزىسگە نېپىز تۆمۈرلەر زىيادە قىلىنغان بولۇپ، ئوق چىقىرىلسا، شۇ تۆمۈرلەر بەدەننىڭ چوڭقۇر قىسمىدا قېپقالىدۇ، ئۇ ئۇچلارنىڭ بەزىسى ئوققا سانجىلغان بولىدۇ، بەزىسىنىڭ تۆشۈكى بولۇپ، ئوق ئۇچىغا كىرگۈزۈلىدۇ. بەزىسى چىڭ بېكىتىۋېتىلگەن بولىدۇ، بەزىسى سىرتقا تارتىلسا ئوق چىقماسلىق ئۈچۈن،

چىڭ بېكىتىلمەي، ئوق ئۇچى بەدەنىدە قېپقالىدۇ، بەزىسى زەھەرلەنگەن بولىدۇ، بەزىسى زەھەرلەنمىگەن بولىدۇ.

ئوق ئىككى خىل يول بىلەن چىقىرىلىدۇ، بىرسى تارتىش، يەنە بىرسى ئىتتىرىش. شۇنداق بولۇشى، ئوق بەدەن سىرتىغا ئىلىنسا، ئۇنى چىقىرىش تارتىش بىلەن بولىدۇ. ئوق بەدەننىڭ چوڭقۇر قىسمىغا ئىلىنىپ، ئوقنىڭ ئالدى تەرىپىدىكى ئورۇنلار جاراھەتلەنسە، ھالاك قىلىدىغان قاناش يۇز بېرىش ياكى قاتتىق ئازار يۇز بېرىش خەۋپى بولسا، ئوق تارتىپ چىقىرىلىدۇ. ئوق گۆشكە ئىلىنىپ قالسا ۋە ئوقنىڭ ئۇچى تەرىپىدىكى بەدەننىڭ گۆشى ئاز بولسا، يېرىشنى چەكلەيدىغان بىرەر نەرسە ۋە نېرۋا، سۆڭەك ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش بىرەر نەرسە تۇيۇقسىز ئوق ئىتتىرىلىپ چىقىرىلىدۇ. ئەگەر يارىلانغان ئەزا چوڭ بولسا، ئوق كۆرۈنۈپ تۇرسا، ئوق تارتىپ چىقىرىلىدۇ. ئەگەر ئوق يوشۇرۇن بولسا، بۇقىرات ئېيتقاندەك، ئەگەر يارىلانغان ئەزانى يارىلانغان چاغدىكى شەكلىگە ئەكىلىش مۇمكىن بولسا، ئۇنىڭ بىلەن ئوق بار ئورۇنغا دەلىل ئىزدەش لازىم، ئەگەر مۇمكىن بولمىسا، مۇمكىن بولغان شەكىلدە ياتقۇزۇپ، ئوقنى ئىزدەش ۋە سقىش لازىم، ئەگەر ئوق گۆشكە ئىلىنىپ قالغان بولسا، قول بىلەن ياكى ئوقنىڭ ياغىچى چۇشۇپ كەتمىگەن بولسا، ئوقنىڭ ياغىچى بىلەن تارتىلىدۇ، بولۇپمۇ ئوق قومۇشتىن بولمىسا. ئەگەر ئوقنىڭ ياغىچى چۇشۇپ كەتكەن بولسا، ئوق ئۇچى ئامبۇر بىلەن ياكى قىسقۇچ بىلەن ياكى ئوق چىقىرىلىدىغان سايمان بىلەن چىقىرىلىدۇ.

بەزى ۋاقىتتا ئوق ئۇچىنى ئاۋۇالقى يېرىقتىن چىقىرىش مۇمكىن بولمىغاندا گۆشنى كۆپرەك يېرىش كېرەك، ئەگەر ئوق يارىلانغان ئەزانىڭ ئۇدۇلىدا بولسا ۋە كىرگەن تەرەپتىن چىقىرىش مۇمكىن بولمىسا، ئوقنىڭ ئۇدۇلىدىكى ئورۇننى يېرىپ، تارتىش بىلەن ياكى ئوقنىڭ ياغىچى ئاجراپ كەتمىگەن بولسا، ئىتتىرىش بىلەن چىقىرىش لازىم.

ئەگەر ئوقنىڭ ياغىچى چۇشۇپ كەتكەن بولسا، باشقا نەرسە بىلەن ئوق ئۇچى سىرتىغا ئىتتىرىلىدۇ، ئوق ئۇچىنى ئىتتىرىش بىلەن نېرۋىنى ياكى قىزىل قان تومۇرنى ئۇزۇۋەتمەسلىك كېرەك.

ئەگەر ئوق قۇيرۇقلۇق ئوق بولسا (تەكشۈرۈش ئارقىلىق ئۇنىڭ قۇيرۇقلۇقى بىلىنىدۇ)، شۇ قۇيرۇقتا ئوقنى ئىتتىرىدىغان سايمانىنىڭ نەيچىسىنى كىرگۈزۈپ، ئۇنىڭ بىلەن ئىتتىرىش لازىم. ئەگەر ئوق بېشى چىقسا ۋە ئۇ ئوق بېشىدا ئورەك ئورۇنلار كۆرۈنسە، ئۇ ئورۇنلارغا باشقا نېپىز تۆمۈرلەرنى كىرگۈزۈش مۇمكىن بولسا، يەنە تەكشۈرۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ تۆمۈرلەردىن بىر نەرسە تېپىلسا، مۇشۇ چارىلەر بىلەن چىقىرىلىدۇ. ئەگەر ئوق ئۇچىنىڭ خىلمۇخىل قىرى بولۇپ، چىقمىسا شۇ ئورۇنغا يېقىن ئورۇندا خەۋپلىك بىرەر ئەزا بولمىسا، ھەتتا ئوق ئۇچى ئېچىلغانغا قەدەر يېرىقنى كېڭەيتىپ، ئۇنى ئاۋايلاپ چىقىرىش لازىم.

بەزى تېۋىپلار گۆش چىقىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن شۇ قىرلارنى نەيچە ئىچىگە ئالىدۇ، ئاندىن جاراھەتتە ئىششىق بولمىسا، دەسلەپتە تىكىدۇ، ئاندىن گۆش ئۇندۇرىدىغان ئىلاج قىلىدۇ.

ئەگەر جاراھەتتە ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق كۆرۈلسە، ئۇنى نۇتۇل ۋە زىماتلار بىلەن داۋالاش لازىم، ئەمما زەھەرلەنگەن ئوقلاردا، مۇمكىن بولسا زەھەر تارقىغان گۆشنى ئويۇپ ئېلىۋېتىش كېرەك، زەھەر تارقىغان گۆش ساق گۆشتىن ئۆزگىرىشى بىلەن بىلىنىدۇ. چۈنكى، زەھەرلەنگەن گۆشنىڭ رەڭگى ناچارداۇر. كۆكۈچ ھەم خۇددى ئۆلۈكنىڭ گۆشىدەك بولىدۇ، ئەگەر ئوق سۆڭەككە سانجىلغان بولسا، ئۇ سايمان بىلەن چىقىرىلىدۇ. ئەگەر شۇنىڭغا ئازراق گۆش توسقۇنلۇق قىلسا، ئۇنى ئويۇپ ئېلىۋېتىش ياكى يېرىش لازىم، ئەگەر ئوق سۆڭەككە چوڭقۇر سانجىلغان بولسا، چوڭقۇر سانجىلغانلىقى ئوقنى مىدىرلاتقاندا ئوقنىڭ مىدىرلىماسلىقى ياكى ئاز مىدىرلىشىدىن بىلىنىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئالدى بىلەن ئوق ئۇستىدىكى سۆڭەكنى كېسىش سايمىنى بىلەن كېسىش ياكى سۆڭەك قېلىن بولسا، ئوق ئەتراپىنى ئۇچكە بىلەن تېشىپ، ئوقنى ئاجرىتىش لازىم. ئەگەر ئوق مېڭە، يۈرەككە ئوخشاش رەئىس ئەزالاردىن بىرەرسىگە ياكى ئۆپكىگە ياكى قورساققا ياكى ئۇچەيگە ياكى بالىياتقۇغا ياكى جىگەرگە ياكى دوۋساققا سانجىلغان بولسا ۋە ئۆلۈمنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە،

بىمارغا پايدىمىز ئاز يېتىش بىلەن بىرگە بىلىمسىز كىشىلەر ئۇستىمىزدىن گەپ تاپماسلىقى ئۈچۈن ئوقنى تارتماسلىق كېرەك، چۈنكى ئوقنى تارتىشتىن بىمارداا كۆپ بىئاراملىق يۈز بېرىدۇ.

ئەگەر ناچار ئالامەتلەر كۆرۈلمىسە، پەيدا بولۇش خەۋپى بولغان ئىشلار ئۇقتۇرۇلىدۇ ۋە داۋالاشتىن كېلىپ چىقىدىغان يامان ئاقىۋەت توغرۇلۇق ئالدىن سۆزلىنىدۇ، ئاندىن داۋالاشقا باشلىنىدۇ، چۈنكى بۇنىڭغا گىرىپتار بولغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسى ساقىيىش ئۈمىدى بولماي تۇرۇپمۇ ساقىيىپ قالىدۇ.

كۆپىنچە جىگەرنىڭ بىر بۆلىكى ۋە قورساق قېلىن پەردىسىنىڭ بىر قىسمى، سېرىقئەت ۋە بالىياتقۇنىڭ ھەممىسى چىقىپ كەتكەن كىشىلەرمۇ شۇنىڭدىن ئۆلۈپ كەتمىدى، بىراق ئوق رەئىس ئەزالاردا ھەرقانداق ھالەتتە قويۇپ قويۇلسا، ھەرقاچان ئۆلۈپ كېتىدۇ. ئەگەر ئوقنى تارتىۋەتسەك، بەزىدە بىمار ساقىيىپمۇ قالىدۇ.

11 ـ پەسىل ئوقنى تارتقۇچى دورىلار توغرىسىدا

ئوق ئىلىنىپ قالغان ئورۇنغا ئوشەقنى قويۇش كېرەك، چۈنكى ئۇ كۈچلۈك تارتقۇچىدۇر ۋە قومۇش يىلتىزىنى ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ئۇنىڭغا زىمات قىلىنىدۇ. بەزىدە قومۇش يىلتىزى ھەسەل ۋە نان بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ، يەنە قارا خەشخاش يوپۇرمىقى، ئەنجۈر دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقى، ئارپا تالقىنى بىلەن ياكى بەزرۇلبەنجى بولۇپمۇ ئاق زاك بىلەن زىمات قىلىنىدۇ. شۇنداقلا بەزرۇلبەنجى مېۋىسى ئۆز ھالىتىدە زىمات قىلىنىدۇ، يەنە ھەر خىل خەيرى، زىراۋەندە، مەغىزگۈلى پىيىزى زىمات قىلىنىدۇ.

ئوقنى تارتقۇچى جانلىقلاردىن كۆپلىرى باردۇر، شۇ قاتاردىن بىرى سويۇلغان تاشپاقىدۇر، ئۇ سۆگەككە ئىلىنىپ قالغان ئوقنى تارتىشتا ئاجايىپ مەنپەئەتلىك بولۇپ، تاشپاقا چىشلارنى قومۇرۇۋېتىدۇ، سوقۇلغان سەرتانمۇ چوڭ سەرتانىڭ

ئوغۇز سۈتلىرى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى ئوقنى تارتىدۇ، ئېيتىلىشچە، چوڭ پاتمىچۇق سۆڭەكنى يارغان ئوقنى بەك تارتىدىكەن.

مۇرەككەپ دورىلاردىن پاتمىچۇقنىڭ بېشى ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، قومۇش يىلتىزى، مەغزگۈلى پىيىزى قاتارلىقلار بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. ئەمما پۈتكەن يارىلار ئاستىدىكى بۇزۇلغان سۆڭەكلەرنى تارتىشقا خاس دورىلارنى سۆڭەك بايانىدا سۆزلەيمىز.

12 - پەسىل ئوتتا كۆيۈشنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا

ئوتتا كۆيۈشنى داۋالاشتا مەقسەت ئىككىدۇر، بىرى، قاپارتما بولۇشنى چەكلەش، يەنە بىرى، كۆيگەن ئورۇننى ياخشىلاش. قاپارتما بولۇشنى چەكلەشتە ئېچىشتۇرمايدىغان، سوۋۇتىدىغان دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

كۆيۈكنى داۋالاش ئۈچۈن ئازراق قۇرۇتۇش بىلەن بىرگە پاكلاش خۇسۇسىيىتى بار ئىسسىق، سوغۇقلۇقتا مۆتىدىل بولۇش بىلەن بىرگە ئېچىشتۇرمايدىغان دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر ئىككى تەدبىرنى بىرگە قوللىنىشقا ئېھتىياج چۈشسە، ئاۋۋال سوۋۇتۇش بىلەن تەدبىر قىلىنىدۇ، ئاندىن ئىككىنچى تەدبىرگە ئېھتىياج چۈشسە، ئىككىنچىسى قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر قاپىرىپ بولغاندا داۋالماقچى بولسا، ئىككىنچى تەدبىرنى قوللىنىش لازىم. ئۇنىڭ دورىلىرى گىل قىيمۇلىيا، ھەجمى كىچىك گىللەر، قاينىتىلغان يېسسىمۇق، ھىندى سىياھى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدۇر. ئەمما كۈندۈر، يېلىم دورىلار ۋە ياغلار بۇنىڭغا يارىمايدۇ، چۈنكى بۇلارنىڭ بەزىسى بولۇشقا تېگىشلىكتىن بېسقراق بولۇپ، ئېچىشتۇرۇش قۇۋۋىتىدىن خالىي بولمايدۇ. بەزىسى بولۇشقا تېگىشلىكىدىن ھۆللۈكرەك بولىدۇ.

13 - پەسىل بىرىنچى مەقسەتتە ئىشلىتىلىدىغان كۆيۈك دورىلىرى توغرىسىدا

سەندەل، فۇپەل، ئاق، يېڭى پىشىق خىش ۋە ساپال قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ئىتئۈزۈمى سۇيى ۋە قىزىلگۈل سۇيى بىلەن تىلا قىلىندۇ ياكى تۇخۇم سېرىقى ۋە قىزىلگۈل يېغىدىن تەييارلانغان مەلھەم تىلا قىلىندۇ. يەنە كاسىنە، يۇيۇلغان ئارپا ئۇنى، تۇخۇم سېرىقى، قىزىلگۈل يېغى قاتارلىقلارمۇ تىلا قىلىندۇ. يەنە قاينىتىلغان يېسسىمۇق قىزىلگۈل يېغى بىلەن تىلا قىلىندۇ. يەنە گىل ئەرمىنى ۋە سىركە تىلا قىلىندۇ، يەنە قىزىلگۈل يېغى، مۇم، زۆرۈر بولغان مىقداردا تىلا قىلىندۇ. ئاندىن بۇنىڭغا ئۇپا، ئەپيۇن، تۇخۇم ئېقى ۋە ئازراق سۇت قاتارلىقلار بىلەن بىرگە تولۇق يۇيۇلغان ھاك سېلىندۇ.

يەنە ھەمشىباھار يوپۇرمىقىنى ئېلىپ، تاتلىق سۇدا قاينىتىپ، ئاندىن سوقۇپ، يىپتەك نەرسىلەردىن پاكىزلاپ، ئاندىن بۇنىڭغا لايىقلاشتۇرۇلغان مەدەستان ۋە قەلەي ئۇپسىنىك ھەربىردىن ئىككى يېرىم ھەسسە، قىزىلگۈل يېغىدىن تۆت ھەسسە، ئىتئۈزۈمى سۇيى ۋە يۇمغاقسۇت سۇيىنىك ھەربىردىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ تىلا قىلىندۇ.

14 - پەسىل ئىككىنچى مەقسەتتە ئىشلىتىدىغان كۆيۈك دورىلىرى توغرىسىدا

بۇنىڭ ئۇچۇن ئەڭ ياخشى نەرسە مەلھەمى نەۋرەدۇر. ئۇنىڭ نۇسخىسى: ھاكنى ئۆتكۈرلۈكى تامامەن يوقالغۇچە يەتتە قېتىم يۇيۇپ، ئاندىن قىزىلگۈل يېغى ياكى زەيتۇن يېغىغا ئېھتىياج چۈشسە، ئازراق مۇمغا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا گىل قېيمۇلىيا، تۇخۇم ئېقى ۋە ئازراق ھاراق سىركىسى قوشۇلىدۇ.

يەنە بىر نۇسخىدىكى مەلھىمى نەۋرە هاكنى هەممىگە مەلۇم ئۇسۇلدا يۇيۇپ، ئۇنىڭغا قىزىلچا يوپۇرمىقى سۇيى، كاللەكبەسەي يوپۇرمىقى سۇيى، قىزىلگۈل يېغى، مۇم قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بۇ يەردە مۇدۇر ۋە قاپارتما بولۇش ئەندىشە قىلىنمىغاندا، ياخشى دورىلاردىن كۆيدۈرۈلگەن يۇلغۇن يوپۇرمىقى ياكى كۆيدۈرۈلگەن خەرنۇپ سېپىلىدۇ.

هارارىتى ئاز كۆيۈككە ئىشلىتىشكە يارايدىغان تۆۋەندىكى مەلھەم تەجرىبە قىلىنىپ، ياخشىلىقى بايقالغان.

ئۇنىڭ نۇسخىسى: يايلاقتا ئوتلىغان كالىنىڭ قۇرۇتۇلغان تېزىكى، چىلغوزا دەرىخىنىڭ پوستى ۋە تاغ پىننىسىنىڭ هەربىردىن 30 گىرام، مەدەستاندىن توققۇز گىرام، كۈمۈش پوقىدىن ئالته گىرام، قوغۇشۇن پوقىدىن 12 گىرام، سوغۇق سۇ بىلەن بىرقانچە قېتىم يۇيۇلغان هاك ۋە گىل قېيمۇلىيانىڭ هەربىردىن 15 گىرامدىن، گىل ياكى گىل رۇمى ياكى گىل ئەرمنى ۋە قوغۇشۇن ئۇپىسى، يېشىل تۇتىيانىڭ هەربىردىن 21 گىرامدىن، ، پارس ياكى جۇڭگو سياھىدىن 18 گىرام، يېشىل تۇتىيادىن 21 گىرام، ئۆچكە مايىقىدىن 30 گىرام، هەشقىپىچەك ئۇرۇقى ۋە ئۇنىڭ يوپۇرمىقىدىن 45 گىرامدىن، خۇبسۇلهەدىد، ئاق لەيلى يوپۇرمىقى ئۇسارىسى، هەمشىباهار يوپۇرمىقى ئۇسارىسىدىن 30 گىرامدىن، ئاق گۈللۈك يەسمەن ۋە ئۇنىڭ پىيىزى، كۆك رەڭلىك گۈلسەۋسەن، زەپەرىنىڭ هەربىردىن 15 گىرامدىن، كافۇردىن 12 گىرام، مۇم، قىزىلگۈل يېغى، بۇغا يىلىكى ۋە ئۇنىڭ يېغى قاتارلىقلاردىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

هارارىتى تۆۋەن، كۆيۈككە يارايدىغان قۇۋۇتى كۈچلۈك نەرسىلەردىن بىرى شۇكى، مىس ۋە تۆمۇر ئېكەكدەلمىسىنى ئېلىپ، قىزىق ياكى قىزىل لاي بىلەن يۇغۇرۇپ، ئاندىن تونۇردا ياكى ئوچاقتا كۆيدۈرۈپ، قۇرس تەييارلاپ ساقلاپ قويۇپ، قۇرۇتۇشتا ئېھتىياج چۈشكەندە سېپىلما قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى قىزىلگۈل يېغى بىلەن تىلا قىلىنىدۇ. مۇشۇ قاتارىدىن يەنە كەپتەر مايىقىنى زىغىر تالالىق رەختتە كۈلدەك بولغۇچە كۆيدۈرۈپ، ياغ بىلەن تىلا قىلسا ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ. يارا بولغان ئورۇنغا پىشۇرۇلغان كۈدىنى ياكى سېمىز ئۆتنى ئارپا تالقىنى ۋە

سوقۇلغان ئاس يوپۇرمقى بىلەن سېپىش مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئۇ مەنپەئەت قىلمىسا، كۆيدۈرۈلگەن يۇلغۇن يوپۇرمقى ياكى كۆيدۈرۈلگەن خەرنۇپ يوپۇرمقى سېپىلىدۇ. ئەگەر بۇمۇ مەنپەئەت قىلمىسا، ياماق سۈپەتلىك يارىلارنى ساقايتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

15 ـ پەسىل قايناق سۇدا كۆيۈش توغرىسىدا

بەزىدە ئادەمنىڭ بىرەر ئەزاسىغا قايناۋاتقان قايناق سۇ تۆكۈلۈپ ئۆت كۆيدۈرگەندەك كۆيدۈرىدۇ. بۇنىڭدا ياخشىسى قاپارتما بولۇشتىن ئىلگىرى دەرھال داۋالاشقا ئالدىراپ، سەندەل، قىزىلگۈل سۈيى ۋە كافۇرغا ئوخشاش دورىلارنى تىلا قىلىش ۋە قۇرۇشقا يول قويماي، بەلكى ھەر سائەتتە مۇز سۈيىگە چۆكۈرۈلگەن رەخت قويۇلىدۇ. چۈنكى بۇ، كۆيۈكنىڭ قاپارتما بولۇشىنى چەكلەيدۇ، بىر بۆلەك تېۋىپلار ئالدىراپ زەيتۇن سۈيى ياكى كۈل سۈيى سېپىدۇ.

ياخشىسى بۇ ئىككىسىنىڭ قايسىسى بولسۇن، ئارپا تالقىنى بىلەن مەلھەمى نەۋرە بىللە سوقۇلغان، يەنە كەپتەر مايىقىدىن تەييارلىنىدىغان يۇقىرىدا سۆزلەنگەن دورا ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ. يارىلار پىشۇرۇلغان كۈدە بىلەن ياكى قۇرۇتۇپ سوقۇلغان كۈدە بىلەن (قۇرۇتۇپ سوقۇلغان كۈدە ياخشىراقتۇر) ياكى بىز بىرىنچى بابتا سۆزلىگەن باشقا نەرسىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ.

16 ـ پەسىل قاناش ۋە ئۇنى توختىتىش توغرىسىدا

نەزەرىيە قىسمىدا تومۇرلاردىن چىقىدىغان قان پەقەت تومۇرلارنىڭ ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن تومۇر ئېغىزلىرى ئېچىلغانلىقتىن ياكى بەك تولۇپ قېلىشتىن ياكى كۈچلۈك ھەرىكەتتىن ھەتتا ئۇنلۈك ۋارقىراش ھەم سەكرەشتىن ۋە ياكى سىرتتىن كەلگەن تارتقۇچى بۇخاراتتىن ۋە ياكى بىرەر ئۇزگۇچىنىڭ سەۋەبىدىن يېرىلىپ

ئۇزۇلگەنلىكتىن ياكى ئىچكى تەرەپتىن يېيىلىش سەۋەبىدىن ياكى ماددا تولۇپ قېلىپ تۇرۇپمۇ كۆچلۈك ھەرىكەت قىلىشتىن ياكى تومۇر تېنى ياكى ئۇنىڭ ئورنىغۇچى پەردىسىدە يۈز بەرگەن بوشاشتىن سىرغىنالىقتىن چىقىدىغانلىقى تونۇشتۇرۇلدى. بىرەر يول تېپىلسا، ئۆزىدىكى نەرسىنى ئاقتۇرۇشقا ئەڭ لايىق تومۇر قىزىل قان تومۇردۇر. چۈنكى، ئۇنىڭ جاراھىتى ھەرىكەتلىنىدۇ ۋە ئۇنىڭدىكى نەرسىلەر بىر قېتىم يىغىلىپ، بىر قېتىم تارقايدۇ، ئەگەر جاراھەتنىڭ ئورنى پۈتۈنلۈك بۈزۇلغاندىن كېيىن تارايمىسا ۋە بوش ئورۇن مەۋجۇت بولسا، ئەھۋال ئۇممۇددەم [1] دەپ ئاتىلىدىغان ئەبۇرەسما كېسەللىكىگە قايتىدۇ. قىزىل قان تومۇر جاراھىتى پۈتىدۇ، ئۇ جاراھىتى تەستە پۈتىدىغان ئەزالاردىندۇر. كۆپىنچە قىزىل قان تومۇر جاراھىتى پۈتمەي، قىزىل قان تومۇرنى ئوراپ تۇرىدىغان پەردە پۈتۈپ تارىيىپ، قان كۆپ ئېقىشقا قادىر بولالماي، بەلكى ئاز مىقداردىكى قان تۆشۈككە سىغقۇدەك مىقداردا تېرە تەرەپكە چىقىدۇ، ئەگەر ئۇ بارماق بىلەن يېنىك بېسىلسا، قايتىپ ئىچىگە كىرىپ كېتىدۇ، خۇددى بويۇنىدا يۈز بەرگەندەك. بەزىدە تېرە ئاستىدا تومۇرنىڭ ھەرىكىتى ۋە ئۇنىڭ ياخشىلانغانلىقى سېزىلىپ تۇرىدۇ. كۆپىنچە قاناش قىزىل قان تومۇردا ئىچكى تەرەپتىن بولۇپ، تېرە يېرىلماستىن قىزىل قان تومۇر يېرىلىپ، تېرە ئاستىدا قان ۋە يەلدىن بولغان يۇمشاق ئىششىق پەيدا بولۇپ، قول بىلەن باسسا پەسىيىدۇ. بۇ كۆپىنچە بويۇن، يېرىق، تېقىم قاتارلىقلاردا ئۆزلۈكىدىن يۈز بېرىدۇ. بەزىدە سىرتقى سەۋەب ۋە قان ئېلىشتىن يۈز بېرىدۇ.

كۆپىنچە تېۋىپلار قىزىل قان تومۇردىكى ھەرقانداق يېرىلىش ئۇممۇددەمگە ئېلىپ بارىدۇ، چۈنكى ئۇ پۈتمەيدۇ، بەلكى كۆپىنچە ئۇنىڭ ئەتراپى پۈتۈپ، مەشھۇر ئىششىققا ئۆزگىرىدۇ، ئەمما قىزىل قان تومۇرنىڭ ئۆزىدىكى يېرىق پۈتمەيدۇ، دەپ گۇمان قىلغان، بىراق ئەھۋال ئۇنداق ئەمەستۇر. قىزىل قان تومۇرى پۈتمەيدۇ، دېگەن كىشىلەر قىياس ۋە تەجرىبە بىلەن دەلىل كۆرسەتتى. بۇ قىياس شۇنىڭ

---

① ئۇممۇددەم — بۇ قاناشنىڭ بىر تۈرى بولۇپ، تېرە ئاستىدا بولىدۇ، ئۇ، قىزىل قان تومۇرلاردىكى ياكى كۆك قىل قان تومۇرلاردىكى يېرىلىش بولۇپ، بارماق بىلەن باسقاندا مىدىرلايدىغان كىچىك بىر كاللەككە ئۆزگەرگەن بولۇشى مۇمكىن.

ئۇچۇنكى، كۆمۈرچەك پۈتمەيدۇ، ئەمما تەجرىبە شۇنىڭ ئۇچۇنكى، قىزىل قان تومۇرنىڭ پۈتكەنلىكى كۆرۈلمىدى. بۇ خىل كىشىلەرگە جالىنۇس قىياس ۋە تەجرىبە بىلەن تاقابىل تۇردى. ئەمما قىياس ئاغزاكىيدۇر. ئۇنىڭ ھالىتى شۇكى، قىزىل قان تومۇر گۆشكە ئوخشاش ئېنىق پۈتىدۇ، سۆڭەككە ئوخشاش پۈتمەيدۇ، شۇڭا چوقۇم پۈتسمۇ، لېكىن تەستە پۈتىدۇ. ئەمما، تەجرىبە ئەمەلىيەتتە نۇرغۇن قىزىل قان تومۇر يېرىقلىرىنى داۋالاپ كەتكەنلىكىنى ئاشكارا كۆرسەتتى. بۇنى بىز يۇقىرىدا سۆزلەپ بولغان ئىدۇق، ھازىر شۇنداق دەيمىزكى، ئەزالاردىن قان ئېتىلىپ چىقىش ئەھۋالى ئوخشاش بولماي، بەزىسى يېرىلغاندا قان كۆپ ئېتىلىپ چىقىدۇ. مەسىلەن: جىگەر ۋە ئۆپكىگە ئوخشاش، بەزىسىدىن قان ئاز ئېتىلىپ چىقىدۇ.

بۇ ئىككى خىل قان ئېتىلىپ چىقىشىنىڭ بەزىسى خەتەرلىك، بەزىسى خەتەرسىزدۇر. مەسىلەن: ئۆپكە ۋە بۇرۇندىن قان ئېتىلىپ چىققانغا ئوخشاش، چۈنكى قاننىڭ ئۆپكىدىن ئېتىلىپ چىقىشى خەتەرلىك، بۇرۇندىن ئېتىلىپ چىقىشى خەتەرسىزدۇر. بۇ ئىككىلىسىدىن قان كۆپ ئېتىلىپ چىقىدۇ. دوۋساق، بالىياتقۇ ۋە بۆرەك قاتارلىقلاردىن قان بىر قېتىمدا كۆپ ئېتىلىپ چىقماي، بەلكى بەزىدە ۋاقىتتىنىڭ ئۇزىرىشى بىلەن كۆپ چىقىپ، ياماڭ ئاقۇەتكە ئېلىپ بارىدۇ.

قىزىل قان تومۇرلاردىكى قاناش ئەھۋالى ئوخشاش بولماي، بەزىسىدە بەك ئېغىر، خەتەرلىك بولىدۇ. مەسىلەن: قول ۋە پۇتتىكى چوڭ قىزىل قان تومۇرلارغا ئوخشاش، چۈنكى بۇنداق قاناشتا كۆپىنچە قان توختىماي ئۆلتۈرىدۇ.

بەزى تومۇرلاردا قاناش ئەھۋالى يېنىك بولىدۇ. مەسىلەن: باش جام سۆڭىكىنىڭ قىزىل قان تومۇرىغا ئوخشاش، چۈنكى ئۇ قىزىل قان تومۇرىنىڭ قانىشىنى توختىتىش ئاساندۇر. بۇنىڭدا پەقەت بوغۇش كۈپايە قىلىدۇ، كۆپىنچە كىچىك قىزىل قان تومۇرلاردىن قان ئاققاندا ئۆزلۈكىدىن توختايدۇ. بەزىدە قىزىل قان تومۇردىن كەلگەن قان بىلەن باشقا تومۇردىن كەلگەن قان شۇنداق پەرقلەندۈرۈلىدۇكى، قىزىل قان تومۇردىن كەلگەن قان ئېتىلىپ بۇلدۇقلاپ چىقىدۇ ھەم سۇيۇق، باشقىلارغا قارىغاندا توق قىزىل بولىدۇ، كۆك قان تومۇرنىڭ قېنىدەك قارىغا مايىل بولمايدۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، قان چىقىپ كېتىپ،

بولۇپمۇ قىزىل قان تومۇردىن قان كۆپ چىقىپ كېتىپ، بۇنىڭ بىلەن ناچار تەشەننۇج پەيدا بولسا، شۇنداقلا ھېچ تۇتسا ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ. ئەگەر ھېچ تۇتۇش بىلەن ھوشسىزلىنىش بولسا تېز ئۆلۈپ كېتىدۇ، جۆيلۈش، ئەقىل ئېلىشىش ناچار ئالامەت بولۇپ، تەشەننۇجقا قوشۇلۇپ كەلسە كۆپىنچە ئۆلتۈرىدۇ.

17 ـ پەسىل قاناشنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا

قاناشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن قانىنى توختىتىش، يارا بولسا يارىنى داۋالاش لازىم. گۆشخور يارا ياكى ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدىن ئىبارەت سەۋەبى بار بولغان قاناشتا، پەقەت سەۋەبنى يوقىتىش بىلەن قانىنى توختىتىش مۇمكىن بولىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ ھالى سەۋەبنى يوقىتىشقا بەرداشلىق بېرەلمىسە، قان توختاتقۇچىلار بىلەن قانىنى توختىتىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئۇ قان توختاتقۇچىلار ئېقىۋاتقان قان توختايدىغان ئىلاجلاردۇر. بۇلار نەزەرىيە قىسمىدا مەلۇمدۇر، لېكىن بىز خاتىمە بېرىش يولى بىلەن سۆزلەپ شۇنداق دەيمىزكى، شۇ سەۋەبلەر قانىنى چىقىدىغان ئورنىدىن باشقا تەرەپكە قايتۇرىدۇ ياكى شۇ چىقىدىغان ئورۇندىن چىقىشنى چەكلەيدۇ، ياكى بۇلاردىن ئىككى خىل خۇسۇسىيەت ياكى بىرنەچچە خۇسۇسىيەتنى ئۆز ئىچىگە ئالغان بولىدۇ.

باشقا تەرەپكە قايتۇرغۇچى سەۋەب قانىنى قارشى تەرەپكە باشقا ئورۇندىن چىقارماستىن تارتىدۇ، خۇددى جىگەرگە ھىجامەت قويۇلغاندا ئوك بۇرۇن تۆشۈكى قاناش توختىغاندەك ياكى باشقا چىقىدىغان ئورۇن پەيدا قىلىش بىلەن قانىنى قارشى تەرەپكە تارتىدۇ، خۇددى بۇرنى قانىغان كىشىنىڭ قانىغان بۇرۇن تەرەپتىكى قولىدىن كىچىك تېشىپ قان ئالغاندەك. ئەمما چىقىش ئورنى پەيدا قىلماستىن قان توختىتىدىغان سەۋەبلەر قانىنىڭ قوزغىلىشى ۋە ئۇنىڭ ئۆتۈشىنى چەكلەش بىلەن توختىتىدۇ. چەكلەش ئۇيۇتقۇچى سەۋەبتىن ياكى سېزىمسىزلاندۇرغۇچى سەۋەبتىن بولىدۇ. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى سەۋەب دورا ياكى ھوشسىزلىنىشقا ئوخشاش

سەۋەبلەردۇر. چۈنكى، هوشسىزلىنىش كۆپىنچە قانىنى توختىتىدۇ ۋە ياكى قان توختاتقۇچى سەۋەب داغلاش بىلەن ياكى داغلىغۇچى دورىنىڭ قاقاچ قىلىشى بىلەن ۋە ياكى قان ئۈيۈش بىلەن ۋە ياكى سىلىقلاشتۇرۇش ياكى قۇرۇتۇش ياكى يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش بىلەن ۋە ياكى تومۇرنى ئوراپ تۇرىدىغان گۆشنىڭ تومۇرنى بېسىپ، ئۇنى ئېتىشى ۋە قاتتىق يېپىشى بىلەن قانىنى توختىتىدۇ. جاراھەتكە ئىششىق قوشۇلۇپ كەلسە، بۇ ئىشلاردىن كۆپىنچىسىنى قىلىش قىيىنلىشىپ، يىپلار بىلەن باغلاش، پىلتىلەرنى كىرگۈزۈش، قاتتىق تېڭىش مۇمكىن بولماي، بەلكى بۇ چاغدا سىلىقلاشتۇرۇش، قابىزلىق، سېزىمسىزلاندۇرۇش، قانىنى ئۈيۈتۈش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەرنى ئىشلىتىشنىڭ مۇمكىن ئىكەنلىكىنى بىلۈېلىش لازىم. ئەگەر ئاغرىش بولغاندا يېرىش ياكى تېڭىش ياكى دورىنى يېقىنلاشتۇرۇشتىن ئىبارەت ئىلاج قىلىنسا، ئۇ خەتەرلىكتۇر. ھەرقانداق ئاغرىتىدىغان ھالەت خەتەرلىكتۇر، ھالەت ئىككى ئىشنى ئۆز ئىچىگە ئالغان بولۇش كېرەك، بىرى ئاغرىتماسلىق، يەنە بىرى، قان ئاقىدىغان تەرەپنى يۇقىرى كۆتۈرۈش بولۇپ، ساڭگىلىتىش ۋە ئېسىپ قويۇش بىلەن يارىدەم بېرىلمەيدۇ. ئەگەر يارىدەم بېرىلسە قانىنىڭ چىقىشى ئاسان بولىدۇ. ئەگەر ئىككى مەقسەت بىر - بىرىگە قارشى بولسا، ئەھمىيەت ئېتىبارى بىلەن مۇۋاپىقراقىغا ۋە شۇ ھالەتنىڭ بەرداشلىق بېرەلىشىگە يېقىنراقى قوللىنىلىدۇ.

بىز ھازىر يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئالامەت بىلەن قان ئاققان تومۇرنىڭ قىزىل قان تومۇر ياكى كۆك قان تومۇر ئىكەنلىكىنى ئايرىشنىڭ تۈنجى تەكشۈرۈشتە زۆرۈر ئىكەنلىكىنى بىلگەندىن كېيىن بىر - بىرلەپ سۆزلەشكە ئېھتىياجلىق بولمىز، ئاندىن شۇنداق دەيمىزكى، قانىنى باشقا چىقىدىغان ئورۇنغا تارتماي قارشى تەرەپكە تارتىش ئەزانى ئۇۋۇلاش ياكى تېڭىش ۋە بوغۇش بىلەن ياكى ھىجامەت بىلەن ئاغرىتىشتۇر. شۇ ئەزا كېسەللەنگەن ئورۇنغا شېرىك ۋە بىر يۆنىلىشتە ئورۇنلاشقان، ئۇ ئىككىسىنىڭ ئارىسى ئۇزۇنلۇق ياكى كەڭلىكتە تۈتىشىپ تۇرىدىغان بولۇش لازىم، قارشى ئەزادىن ئەڭ يىراقتا ئورۇنلاشقىنى تاللىنىدۇ، يېقىنراقى تەرك ئېتىلىدۇ، خۇددى باشنىڭ ئىككى تەرىپىدە ياكى قولنىڭ ئىككى تەرىپىدە بولغىنىغا ئوخشاش. چۈنكى، بۇ ئىككىسىنىڭ ئارىلىقىدىكى يىراقلىق، تولۇق تەسىرۇپ قىلىشنى كۈتۈش

زۆرۈر بولغان نەرسىلەردىن يېقىنراقتۇر.

بۇ، بىز نەزەرىيە قىسمىدا تازىلاش قانۇنىيەتلىرى توغرىسىدا بۇ ھەقتە سۆزلىگەنلىرىمىزنى ئەسلەشكە ئېھتىياجلىق نەرسىدۇر.

تېگىش، ئۇۋۇلاش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى يېقىنراق ئەزادىن قاناۋاتقان ئەزاغا يېتىپ بېرىپ، ئاندىن تۆۋەنلىگەن بولۇشى كېرەك.

قىزىل قان تومۇرلارنى يېرىش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدا بۇ ئىشنىڭ قان توختىتىشتا يېتەرلىك ئىكەنلىكىنى ۋە مەنپەئەت قىلىدىغانلىقىنى كۆتمەسلىك كېرەك. قانغان ئەزاغا شېرىك يىراق تەرەپتىن قان ئېلىشتىكى ھۆكۈمىمۇ شۇنداقتۇر، ئەمما ئىككىنچى قىسمىنىڭ ئىككى يولىنىڭ بىرى ئۇيۇتقۇچى سەۋەبتۇر، مەسىلەن: بۇرنى كۆپ قانايدىغان ياكى ئۇنىڭدىن باشقا ئەزا قانايدىغان كىشىلەرگە يېسىمۇق، چىلان ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدەك قويۇق كەيمۈسلۇق غىزالارنى بەرگەنگە ئوخشاش، ئەمما ئىككىنچى يول، مەسىلەن: سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار ۋە سوغۇق سۇ ئىچۈرۈش بەدەننى سوغۇق ھاۋا بىلەن ئۇچراشتۇرۇش، ئۇخلىتىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بەزىدە ھوشسىزلىنىش مەنپەئەت قىلىپ قاناشنى توختىتىدۇ.

ئەمما يەنە بىر قىسمى ئۈچۈن سۆزلەنگەن ئۇسۇلدا بىر ئەھۋالغا رىئايە قىلىش كېرەك.، ئۇ ئەھۋال شۇكى، بەزىدە قىزىل قان تومۇر پەقەت ئىككى تەرەپنىڭ بىرىدىن يۈرەككە تۇتاشماي (ھەتتا ئۇنى يالغۇز توسىڭ خاتىرجەم بولسەن)، بەلكى يەنە بىر تەرەپكە يەنە بىر قىزىل قان تومۇرنىڭ شاخچىسى تۇتۇشىدۇ، بۇ شاخچە بۇ تومۇرغا ئېتىۋېلىنغان يولنىڭ باشقىسىدىن قان يەتكۈزۈپ ئىككى قېتىم ئېتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇنىڭدىن ئىلگىرى تومۇرنىڭ باشلىنىش ئورنى بولغان تەرەپنى بىلىش كېرەك. بەزى ئورۇنلاردا باشلىنىش ئورنى ئاستىدا بولىدۇ، خۇددى بويۇندىكىدەك. بەزى ئورۇنلاردا ئۈستىدە بولىدۇ، خۇددى يوتا ۋە پۇتتىكىدەك. ئەگەر تومۇرنىڭ باشلانغان تەرىپى بىلىنسە، شۇ تەرەپ تېگىلىدۇ ۋە باغلىنىدۇ. بۇنىڭدىكى تەدبىر شۇكى، تومۇرنى قىسقۇچ بىلەن ياكى ئۇنى يېپىپ تۇرىدىغان گۆشنى ئازراق يېرىش بىلەن چىقىرىپ، ئاندىن ئۇنى يۆگەپ، بىز تۆۋەندە ئىشلىتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر تومۇر سوقىدىغان تومۇر بولسا، ئۇنى

زىغىر تالالىق رەخت بىلەن تېڭىش ياخشىدۇر، شۇنداقلا تومۇر سوقمايدىغان، لېكىن قانسا توختىمايدىغان چوڭ تومۇر بولسا، تېڭىش ياخشىدۇر. ئەگەر بۇ تەدبىرلەر قوللىنىلسا، دورىلارنى چاپلاپ ئۇچىنچى ۋە تۆتىنچى كۈنگىچە تېڭىپ قويۇلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا چاپلاشقاق دورا ئۆز ئورنىدا تۇرغان بولسا، ئۇنى قەتئىي ئېلىۋەتمەي، بەلكى ئەتراپىغا ئۇنىڭ تۈرىدىن بولغان ئۇنى ئازراق نەمدەيدىغان نەرسىدىن ئازراق قويۇلىدۇ.

ئەگەر چاپلاشقاق دورا ئۈستىدىكى تېڭىقنى ئېلىۋەتكەندە چاپلاشقاق دورا ئۆزلۈكىدىن ئاجراپ كەتسە، تومۇرنىڭ كېلىش يولىدىكى قانايدىغان ئورۇننىڭ ئاستى بارماق بىلەن چىڭ تۇتۇلىدۇ ۋە قانىنىڭ ئېتىلىپ چىقىشىدىن خاتىرجەم بولغۇدەك بېسىلىدۇ، ئاجراپ، مىدىرلاپ قالغانلىرىنى ئېلىۋېتىپ، ئورنىغا باشقىسى ئالماشتۇرۇلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئەزا تېڭىشلىك ھالەتتە قويۇلىدۇ. ئۇ ھالەت شۇكى، قاناش ئېغىزى تومۇرنىڭ باشلىنىش ئورنىدىن ئېگىزرەك بولىدۇ، مەسىلەن: يارا ئۈچەي ياكى بالىياتقۇنىڭ ئاستى تەرەپلىرىدە بولسا، تۆۋەنكى ئەزا سەل كۆتۈرۈلىدىغان، يۇقىرىقى ئەزا ئازراق پەس تۇرىدىغان ھالەتتە سېلىنچا سېلىنىدۇ، ئاندىن قان توختىغىچە ئۈچ كۈن مۇشۇ ھالەتتە قويۇلىدۇ.

بىر نەرسە كىرگۈزۈش بىلەن قاناشنى چەكلەش پەقەت چوڭ قىزىل قان تومۇرلاردا مۇمكىن بولىدۇ، يەنى توشقان تۈكى ياكى ئۆمۈچۈك تۇرىدىن ياكى نېپىز پاختىدىن ياكى كونا زىغىر تالالىق رەختتىن پىلتە تەييارلاپ، ئۇنىڭغا سىلىقلاشتۇرغۇچى ۋە قانىنى توسقۇچى دورىلارنى سېپىپ، قىزىل قان تومۇرنىڭ ئۆزىگە كىرگۈزۈپ، ئاندىن تېڭىق بىلەن تېڭىپ قويۇلىدۇ. بەزىدە يالغۇز توشقان تۈكىدىن تەييارلانغان پىلتە يالغۇز ھالەتتە ئىشلىتىلسە كۈپايە قىلىدۇ، تاكى يارا ئېغىزى پۈتكۈچە داۋاملىق تېڭىلىدۇ. ئەمما پىلتىنى تەبىئەت ئاستا - ئاستا چىقىرىۋېتىشكە ۋە ئۇنى ئىتتىرىشكە ياكى ئۇنىڭ باشقىسىغا ئۇرۇنىدۇ.

تومۇرغا بىر نەرسە كىرگۈزمەستىن قاناشنى چەكلەش، شۇنداق بولىدۇكى، شۇ پىلتىگە ئوخشاش نەرسىنى يارا ئېغىزىغا قويۇپ، تومۇرغا كىرگۈزمەستىن تېڭىلىدۇ ۋە تېڭىق لاتسىدەك نەرسىلەر بىلەن توختىتىلىدۇ، بولۇپمۇ بۇلۇتتىن تەييارلانغان

تېڭىق لاتسى ۋە مەھكەم تۇتۇپ تۇرىدىغان تېڭىق تانىلرى بىلەن تېڭىلىدۇ. بۇنى مەھكەم تېڭىش قانىنى تارتىش ئۇچۇن بولىدىغان تېڭىشنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ. چۇنكى تارتىش ئۇچۇن تاڭغاندا، يارا ئېغىزىغا يېقىن ئورۇندىن تېڭىش، ئاندىن ئارقىغا يۆگەپ، تەدرىجىي بوشىتىپ تېڭىش لازىم. ئەمما بۇ يەردە بۇنىڭ ئەكسىچە بولىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، تېڭىق لاتسى ۋە تېڭىق تانىلرى بىلەن تېڭىش بوش بولۇپ قالسا، ئۇنىڭدىن تېڭىشنىڭ زىيىنى كېلىپ چىقىدۇ. ئۇ زىيان قانىنى تارتىشتۇر ۋە ئۇنىڭدىن تېڭىشنىڭ پايدىسى كەلمەيدۇ، ئۇ تېڭىشنىڭ پايدىسى قانىنى توختىتىش ۋە چەكلەشتۇر، شۇڭا بۇنداق تېڭىشتا ئېھتىيات قىلىش لازىم. ئەگەر ياخشى تاڭماقچى بولسا، ماددا مايىل بولۇش ۋە شۇ تېڭىشنىڭ قانىنى تارتىشىغا قارشى تۇرۇش ئۇچۇن قارشى تەرەپتىن تېڭىلىدۇ. تېڭىش بىلەن ئاغرىتماستىن قانىنى توختىتىش مەقسىتىگە يېتىش لازىم، لېكىن دەسلەپتە تېڭىشقا ئاندىن ئاستا ـ ئاستا بوشىتىشقا ئېھتىياج چۇشىدۇ، كۆپىنچە گۆشنىڭ يېرىقىنى تېكىپ، ئۇنىڭ ئىككى گىرۇبكىنى بىرلەشتۇرۇپ تېڭىش ئېھتىياجى چۇشىدۇ، كۆپىنچە ئىككى گىرۇبكىنى ھىملەشتۇرۇش ۋە ھىملىكىنى ساقلايدىغان تېڭىق لاتىلىرىنى قويۇش، ئاندىن يارا ئېغىزىنى پۈتتۇرىدىغان دورىلارنى سېپىپ تېڭىش كۇپايە قىلىدۇ. بويۇن كۆك قان تومۇرىغا ئوخشاش تومۇرلار يېرىلسا، دەسلىپىدە ئۇنى ئىككى قولىنىڭ بىرىنىڭ بارماقلىرى بىلەن بېسىپ، ئاندىن يەنە بىر قول بىلەن دورا ۋە تېڭىق لاتىلىرىنى يېرىق ئېغىزىغا قويۇش لازىم.

قانىنى ئۇيۇتۇش بىلەن قاناشنى چەكلەشتە، ئۇيۇش بىلەن يېرىق ئېغىزىدىكى قاناشنى چەكلەيدىغان قىلىپ تېڭىش قان ئۇيۇپ چەكلىگۈچىگە ئۆزگەرگەنگە قەدەر تېڭىش بىلەن ياكى قانغا تەسىر قىلىپ، قانىنى يېرىق ئېغىزىدا ئۇيۇتىدىغان قاتتىق سوۋۇتقۇچى نەرسىلەر بىلەن بولىدۇ. ئەمما يېرىق ئورنىنىڭ گۆشىنى بېسىش شۇنداق بولىدۇكى، تومۇرنى توغرىسىغا كېسىپ، دەسلەپتە ئىككى تەرەپكە يىغىپ، ئۇنىڭ قان ئېقىۋاتقان تەرىپىدىن گۆش يېپىلىدۇ. بۇ پەقەت گۆشلۈك ئورۇندا بولىدۇ.

كۆپىنچە دورىنىڭ چوڭقۇرراق كىرىشى ئۇچۇن، تومۇرنىڭ بىر تەرەپ شاخچىسىنى كېسىشكە، ئاندىن ئۇنىڭدىن دورىلارنى قويۇشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ، كۆپىنچە قان ئاقمىغان يول ئۇمۇددەم بولماي پۈتىدۇ.

قاقاچ بىلەن قانىنى توسۇشقا كەلسەك، ئەھۋال ئېغىر بولغاندا، ئوتتا داغلاش بىلەن بولىدۇ، يېنىكلىرىدە ھاك، زەنگار، ھەر خىل زاكلار، ھەر خىل زەرنىخلەر، زىرە قاتارلىقلارغا ئوخشاش داغلىغۇچى دورىلارنى قانىغان ئورۇنغا سېپىش بىلەن بولىدۇ. شۇنداقلا كۆپىنچە قانىغان ئورۇنغا كۆپۈكى دەريا سېپىلسا، قانىنى توختىتىدۇ.

لېكىن بۇنىڭدىكى خەتەر شۇكى، قاقاچ ئۆزلۈكىدىن ۋە قان جانلىنىشتىن ئىبارەت ئاددىي قارشىلىقتىن ۋە باشقا بىرەر ئاددىي سەۋەبتىن تېز ئاجراپ كېتىدۇ. ئەگەر قاقاچ چۈشۈپ كەتسە ئەھۋال بۇرۇنقىدىن ئېغىرلىشىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇلارنى چوڭقۇر، قېلىن، ئاسان چۈشۈپ كەتمەيدىغان ياكى گۆش ئۈنۈپ بولغۇچە ئۇزاق مۇددەت تۇرۇشى ئۈچۈن بەك كۈچلۈك قىزىتىلغان تۆمۈر بىلەن داغلاشقا بۇيرۇلىدۇ. چۈنكى، يېنىك داغلاشتىن ئاجىز قاقاچ ھاسىل بولۇپ، ئاددىي سەۋەب بىلەنمۇ چۈشۈپ كېتىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە كۆپ ماددىنى تارتىدۇ ۋە قاتتىق قىزىتىدۇ.

ئەمما كۈچلۈك داغلىغاندا، مۇستەھكەم قاقاچ تۇتۇپ قاناشنى توسىدۇ، يېرىقنى يوقىتىدۇ ۋە ئۇنى كىچىكلىتىپ قورۇيدۇ. ياخشى مۆتىدىل داغلىغۇچى دورىلاردىن بىرى شۇكى، تۇخۇمنىڭ ئېقىنى ئېلىپ، ئۆچۈرۈلمىگەن ھاك بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ۋە ئۇنىڭغا توشقانىنىڭ تۈكى ياكى ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى يۇقتۇرۇپ تېڭىلىدۇ. بەك مەنپەئەت قىلمىغان ياخشى دورىلاردىن بىرى شۇكى، زىرە، ھاكنى ئېلىپ قانىغان ئورۇنغا قويۇپ تېڭىلىدۇ، بەزىدە ئۇنىڭغا سېرىق زاك ۋە باشقا زاكلار قوشۇلىدۇ، بۇ ئومۇمىي دورا داغلاش بىلەن بىرگە قابىزلىقى بار دورىدۇر. ھاكنىڭ داغلاش خۇسۇسىيىتى بار، لېكىن ئۇنىڭ تىلغا ئالغۇدەك قابىزلىق خۇسۇسىيىتى يوقتۇر. داغلاش بىلەن پەيدا بولغان قاقاچلارنىڭ بەزىسى قابىزلىق خۇسۇسىيىتى بار، ئۇزۇنراق تۇرىدىغان ۋە چوڭقۇرراقتۇر. ئېشەك تېزىكى ئۇسارىسى ۋە ئېشەك تېزىكى

جەۋھىرى ئۆتكۈرلۈكى بىلەن داغلاشقا سىلىقلاش خۇسۇسىيىتى بىرلەشكەن بولىدۇ. ئەمما سىلىقلاشتۇرۇش بىلەن قان توختاتقۇچى دورىلار، مەسىلەن: يۇيۇلغان گەج، قاينىتىلغان لوك، نىشاستە، تۇگمەن توزۇندىسى، يېپىلمىلەر، كۇندۇر، ئۇدخام، يەنە ئېيتىلىشچە، قۇرۇق ئۈزۈمنىڭ ئۆزى ۋە تاشپاقمۇ مۇشۇ قاتارلىدىن، گىل شامۇسمۇ مۇشۇ قاتارلىدىن.

قۇرۇتۇش ۋە پۈتتۈرۈش بىلەن قان توختاتقۇچى دورىلار، مەسىلەن: سەبرە، كۇندۇرنىڭ قىرىندىسى، ياخشى سوقۇلغان قۇرۇق ئۈزۈمنىڭ ئۇرۇقى، ياغلاپ كۆيدۈرۈلگەن، تولۇق كۆيۈپ بولغاندا ئۆچۈرۈلگەن موزا، كۆيدۈرۈلگەن بەردى، قورۇلغان ئۇدخام، تۆمۈرنىڭ دېتى، كۆيدۈرۈلگەن ۋە كۆيدۈرۈلمىگەن ئات ۋە ئېشەك تېزىكى، يۇيۇلمىغان سۆڭەك ۋە سەدەپ كۈلى (چۈنكى يۇيۇلغىنى سىلىقلاشتۇرغۇچى قاتارلىدىندۇر.) زەيتۇن يېغىغا ياكى شارابقا چۆكۈرۈپ ئاندىن كۆيدۈرۈلگەن يېڭى بۇلۇت، كۆيدۈرۈلگەن چاچ قاتارلىقلارغا ئوخشاش.

18 ـ پەسىل قاناشنى توختىتىشتا كۈچلۈك بولغان ھەر خىل مۇرەككەپ دورىلارنىڭ تەركىبى توغرىسىدا

جالىنۇس سۆزلىگەن ۋە ياخشى دەپ سۈپەتلىگەن ھەم ئۇنىڭدىن كېيىنكىلەر تەجرىبە قىلىپ نۇرغۇن مەنپەئەتنى بايقىغان ئىشلاردىن بىرى شۇكى، سىرىق زاكتىن 60 گىرام، ئۇششاق كۇندۇردىن 48 گىرام، سەبرە، قارىمۇچ، قۇرۇق يېپىمنىڭ ھەربىرىدىن 24 گىرامدىن، زەرنىختىن 12 گىرام، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزگەندىن كېيىن تەييارلانغان ھاكتىن 60 گىرام ئېلىپ، پىلتىلەرگە سىڭدۈرۈلگەن قىلىپ ۋە قانغان ئورۇنغا سىڭدۈرۈلگەن قىلىپ بېرىلىدۇ. چۈنكى بۇ بەك مەنپەئەت قىلىدۇ ياكى ئەنزىرۇت، سەبرە، مەستىكى، خۇنسىياۋشان قاتارلىقلارنى ئېلىپ پىلتىگە سىڭدۈرۈلگەن قىلىدۇ ياكى سەبرە ۋە كۇندۇرنى يالغۇز ھالەتتە ھەممىگە مەلۇم بولغان بويىچە يۇقىغا يۇقتۇرۇپ سىڭدۈرۈلىدۇ.

يەنە بىر يۇقىرىدا سۆزلىگەندەك كۆيدۈرۈلگەن بۇلۇتنىڭ يۇمشاق سوقۇلغىنى، قوغۇشۇن پوقى، تۇتىيا، سەبرە قاتارلىقلارنى ئېلىپ ياكى كۇندۇر، سەبرە، كىبرىتنى ئېلىپ ياكى كۇندۇر ۋە كىبرىتنى ئېلىپ سېپىلما تەييارلىندۇ ياكى تۇخۇم ئېقى بىلەن پىلتە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى سېرىق زاكىتىن 60 گىرام ۋە كۇندۇر ياكى ئۇنىڭ ئۇششقى، ئۇدخام، كۆيدۈرۈلگەن گەجنىڭ ھەربىرىدىن 24 گىرام ئېلىنىدۇ ياكى سېرىق زاك، كۆيدۈرۈلگەن مىس، ئاق زاك ۋە قورۇلغان زاك قاتارلىقلار تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ. قان خلىتىدىن بولغان قاناش ئۇچۇن، بولۇپمۇ باشتىن كەلگەن قاناش ئۇچۇن ياخشى دورىدىن بىرى شۇكى، قاتقان بەدەن ئۇچۇن سەبرىدىن بىر ھەسسە، يۇمشاق بەدەن ئۇچۇن يېرىم ھەسسە، قاتقان بەدەن ئۇچۇن كۇندۇر قىرىندىسىدىن بىر ھەسسە، يۇمشاق بەدەن ئۇچۇن مايلىق كۇندۇرنىڭ ئۆزىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، بۇ ئىككىسىلا ئىشلىتىلىدۇ ياكى بۇ ئىككىسىگە خۇنسياۋشان ۋە ئەنزىروت قوشۇپ، ھەممىسنى تۇخۇم ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ، قانغان ئورۇننىڭ ئېتىبارى بىلەن توشقان تۇكىگە يۇقتۇرۇپ ئەزاغا قويۇلىدۇ ياكى سېپىلىدۇ.

ئۈچىنچى ماقالە

يارا ۋە ئۇنىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا

1 - پەسىل يارىلار توغرىسىدا ئومۇمىي سۆز

يارىلار جاراھەتلەردىن، ئېغىز ئالدىغان يىرتىلىق ئىششقىلاردىن ۋە مۇدۇرلاردىن پەيدا بولىدۇ. چۈنكى گۆشتكى پۈتۈنلۈك بۈزۈلۈش ئۇزۇنغا سوزۇلسا ۋە يىرتىلسا يارا دەپ ئاتىلىدۇ. پەقەت ئەزا ئاجىز بولغانلىقتىن شۇ ئەزاغا يۈزلىنىدىغان ئوزۇقلۇق بۈزۈلۈشقا ئۆزگەرگەنلىكتىن ۋە ئۇ ئوزۇقلۇق ئەزا ئاجىز بولغانلىقتىن تارقاپ، قوشنا ئەزادىكى ئېشىندىلار سىرغىغانلىقتىن ياكى ئەزانى بوشتۇېتىدىغان مەلھەملەردىن ۋە ئەزانىڭ ھۆللۈكى ۋە مايلىقلىقى ئىشەنچلىك بولۇشتىن يىرتىلايدۇ.

يىرتىنىڭ سۇيۇق بولغانلىرى سەديد، يەنى زەرداب، قويۇق بولغانلىرى ۋەسىخ دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ، ئۇيۇغان ئاق ياكى قارىغا مايىل ۋە ياغنىڭ لېيىدەك نەرسىدۇر. پەقەت زەرداب سۇيۇق سۇدەك خىلتتىن ياكى ئىسسىق خىلتتىن ھاسىل بولىدۇ. قويۇق يىرىڭ قويۇق خىلتتىن ھاسىل بولىدۇ. زەرداب ئىششقىنى كۆپ پەيدا قىلىدۇ. زەرداب قۇرۇتقۇچى دورىغا، قويۇق يىرىڭ پاكلىغۇچى دورىغا ئېھتىياجلىقتۇر.

يارىلار بەزىدە سرتىدا بولىدۇ بەزىدە چوڭقۇر بولىدۇ، چوڭقۇر يارىلار ياكى ئۇ يارىنى ئوراپ تۇرىدىغان گۆش قاتقان بولۇپ، ئۇ ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ چوڭقۇر يەرگە ئۆتكەن نەيچىگە ئوخشاشتۇر ياكى قېتىۋالماي، مەخبە ۋە كەھبە، يەنى ئاكۇپ

ۋە ئۆڭكۈر دەپ ئاتىلىدۇ. بەزى تېۋىپلار تېرە ئاستىغا ئۆتۈپ تېرە ساقايغان يارىنى مەخبە، گۆش ئاستىدا كېڭەيگەن يارىنى كەھبە دەپ ئاتىغان. بەزى تېۋىپلار كەڭرى يارىنى كەھبە، تار، چوڭقۇر يارىنى ئاقما دەپ ئاتىغان. ئاتاشتا تالاش - تارتىش يوق، ئەگەر قاتتىقلىق سىرتقى يارىدا بولسا، قۇرھە خەزپىيە دەپ ئاتىلىدۇ.

يامان سۈپەتلىك ئاقما سېرىم بولمايدىغان ئاقمىدۇر. ئاقمىنىڭ سېرىمدىن يىراق بولۇشىنى مقدارى بىلەن ئۇنىڭ يامان سۈپەتلىكى بەلگىلەيدۇ، ئاقمىنىڭ بەزىسى تۇز، بەزىسى ئەگرى بولىدۇ. نېرۋىغا يەتكەن ئاقما بەك ئاغرىتىدۇ، بولۇپمۇ ئاستىغا پەلكۈچ تەگكۈزۈلسە. بەزىدە بۇ ئەزانىڭ خىزمىتى قىينىلىشىدۇ ۋە بۇ ئەزانىڭ ھۆللۈكى سۈيۇق، لەتىف ھۆللۈك بولىدۇ، خۇددى سۆگەككە يەتكەن ئاقمىدىن بولغان ھۆللۈكتەك. ئەگەر ئاقما تارىمۇشلارغا يەتسە، ئۇنىڭدىن ئاقىدىغان نەرسە نېرۋىغا يەتكەن ئاقمىدىن ئاقىدىغان نەرسىگە يېقىن بولىدۇ. لېكىن سۆگەككە ۋە تارىمۇشقا يەتكەن ئاقمىدا ئاغرىق بەزىدە كۈچلۈك بولمايدۇ. سۆگەككە يەتكەن ئاقمىنىڭ ھۆللۈكى سۈيۇقراق ۋە سېرىققا مايىلراق بولىدۇ. كۆك قان تومۇر ۋە قىزىل قان تومۇرغا يەتكەن ئاقمىدىن كۆپىنچە ياغنىڭ لېيىدەك نەرسە چىقىدۇ. بەزى ۋاقىتلاردا ئاقما كۆك قان تومۇرغا يەتكەن بولسا، ساپ قان كۆپ چىقىدۇ ياكى قىزىل قان تومۇرغا يەتكەن بولسا، ئېتىلىپ چىقىش بىلەن بىرگە قارامتۇل قىزىل قان چىقىدۇ. گۆشكە يەتكەن ئاقمىدىن چاپلاشقاق، قويۇق، دۇغ، خام ھۆللۈك ئاقىدۇ.

كۆپىنچە بىر ئاقمىنىڭ كۆپ ئېغىزلىرى بولسا، ئۇنى بىلمەك تەس بولىدۇ. ئاقمىنىڭ بىر ياكى كۆپ ئىكەنلىكىنى بىلگىلى بولمىغاندا، بىر ئېغىزغا سۈيۇقلۇق قۇيۇلغاندا، ئەگەر ئاقما بىر بولسا، يەنە بىر ئېغىزدىن چىقىدۇ. يارىلار بىرنەچچە خىلغا بۆلۈنىدىغان بولۇپ، بەزىسى ئاغرىتىدۇ، بەزىسى ئاغرىتمايدۇ، بەزىسى ئىششىيدۇ، بەزىسى ئىششمايدۇ، بەزىسى پاك، بەزىسى پاك بولمىغان بولىدۇ. پاك بولمىغىنىدا گەرچە ناچار بولمىسمۇ، كۆپ خىلىت ۋە كۆپ ھۆللۈك بولىدۇ. يارىنىڭ بەزىسى قويۇق يىرىڭلىق، بەزىسى زەردابلىق بولىدۇ. يارىلارنىڭ بەزىسى ئوفۇنەتلەنگەن بولۇپ، ئۇنىڭغا بەك زىيان قىلىدىغان نەرسە جەنۇب شامىلى ۋە

ھاۋانىڭ ئىسسىق بولۇشى بىلەن بىرگە ھۆل بولۇشىدۇر. بەزىسى گۆشخور بولىدۇ. بەزىسى يامرايدىغان بولىدۇ. بەزىسى بوش بولۇپ ياكى سوغۇق ياكى ئىسسىق بولىدۇ. بوش يارا ئەتراپتىكى ئورۇنلارنىڭ تۇكىنىڭ چۈشۈپ كېتىشىگە سەۋەب بولىدۇ. بەزىدە يارىلارنىڭ بەزىسى سىرغيدىغان بولۇپ، ئۇنىڭدىن سېرىق، ئىسسىق زەرداب سىرغيدۇ. بەزىدە ئۇنىڭدىن ئەتراپنى كۆيۈشتۇرىدىغان ئىسسىق سۇ ئاقىدۇ، ئۇ ناچار بولۇپ، ھالاك قىلىدۇ. بەزىسى تەستە ساقىيىدىغان، گۆشخور بولماستىن ئوفۇنەتلەنگەن بولىدۇ، گەرچە ھەر ئىككىلىسى يامرايدىغان بولسىمۇ. بەزىدە يارا يېگۈچى بولۇپ، ئۆتكۈرلۈكى بىلەن ئۇنىڭغا تۇتىشىدىغان نەرسىلەرنى ئوفۇنەت ۋە قىزىتما بولماستىن يەيدۇ. لېكىن ئوفۇنەتلەنگەن يامرىغۇچى يارىدا قىزىتما كۆپ بولىدۇ ياكى داۋاملىق بولىدۇ. جالىنۇس نارى فارسىيە ۋە يامرايدىغان بەلباغسىمان قوقاققا ئوخشايدىغانلارنى گۆشخور يارا دەپ ئاتايدۇ. ئوفۇنەتلەنگەن يارا يارىدىن ۋە ئوفۇنەتلەنگەن كېسەللىكتىن مۇرەككەپ بولغان يارا ھېسابلىنىدۇ. ھەربىرىنىڭ بىر ھالىتى باردۇر. كۆكىرىش ۋە قارىداشقا باشلىغان قاتقان يارىلار ناچاردۇر. سوغۇقتىن بولغان يارىلار بوش، ئاق بولۇپ، ئىسسىتقۇچى دورىلار ئارام بېرىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان يارا قىزىلغا مايىل بولۇپ، سوغۇق ئارام بېرىدۇ. ناچار يارىلارغا بەدەننىڭ رەڭگى قوغۇشۇن رەڭگىدە ئاق ياكى سېرىقسىمان ئوخشاش ناچار رەڭگە ئۆزگىرىش قوشۇلۇپ كەلسە، بۇ جەھەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلغانلىقى ۋە يارىغا كېلىدىغان قانىنىڭ بۇزۇلغانلىقىنىڭ دەلىلى بولۇپ، يارىنىڭ ساقىيىشى قىيىن بولىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان، قىچىشقاق قوشۇلۇپ كەلگەن يارىلاردىن چىققان نەرسە ئۆتكۈر بولىدۇ. تېگى كەڭرى، ئاق، ئاز قىچىشىدىغان يارىلارنىڭ مىزاجى سوغۇقتۇر. كېسەللىكلەردىن كېيىن پەيدا بولغان يارىلار ناچاردۇر. چۈنكى تەبىئەت ئۇنىڭغا بۇزۇق ئېشىندىلارنىڭ قالدۇقىنى ئىتتىرىدۇ. ئەتراپىدىكى تۇكنى چۈشۈرۈۋېتىدىغان يارىلار ناچاردۇر. «تېز ئۆلۈمنىڭ ئالامەتلىرى» ناملىق كىتابتا ئېيتىلىدىكى، ئەگەر ئادەمدە يۇمشاق ئىششىق ۋە يارىلار بولۇپ، ئەقلى يوقالسا ئۆلۈپ كېتىدۇ. يامان سۈپەتلىك يارىلارنىڭ سەۋەبى بەزىدە بەدەننىڭ ناچار چىقىرىندىلىرىغا ياكى بۇزغۇچى تەدبىرگە ئۇدۇل كېلىپ قالىدىغان جاراھەتتۇر، بەزىدە يامان سۈپەتلىك

يارا ناچار مۇدۇرلارغا ئەگىشىپ كېلىپ، مۇدۇردىن كېيىن يارىغا ئۆزگىرىشى تېز بولىدۇ. يارىنىڭ يامان سۈپەتلىك ئىكەنلىكىگە ئۇنىڭ ئوفۇنەتلىنىشى ۋە ئۇنىڭ يامرىشى، ئەتراپىنى بۇزۇشى، توغرا داۋالىنىشى قاتارلىقلار دالالەت قىلىدۇ.

جاراھەت ۋە يارىلارنىڭ ئاقۇتىنىڭ خەتەرسىز ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدىغان ئەڭ ياخشى ئالامەت، ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورا بىلەن ياكى تەبىئەتنىڭ تەسىرى بىلەن بولغان يىرىڭدۇر. چۈنكى بۇ، تەبىئەتنىڭ تەبىئي تەسىرىدۇر. يىرىڭ پەقەت تەبىئي پىشىشتىن ھاسىل بولىدۇ. ئۇنىڭغا ناچار يارىلارنىڭ ئەگەشمە كېسەللىكلىرىدىن ئىبارەت يامان كۆرۈلىدىغان ئەھۋاللار قوشۇلۇپ كەلمەيدۇ، بولۇپمۇ ياخشى، ئاق، سىلىق، تولۇق پىشقان تەكشى يىرىڭ ئەڭ ياخشى ئالامەتتۇر. ئۇنىڭغا سېسىق پۇراش قوشۇلۇپ كەلمەيدۇ ۋە ئۇنىڭدا ئوفۇنەت بولمايدۇ. بەزىدە يىرىڭ ئازراق سېسىق پۇراقتىن خالىي بولمايدۇ. چۈنكى، يىرىڭ تەبىئي ھارارەتنىڭ ۋە باشقا يات ھارارەتنىڭ ئۆزئارا يارىمى بىلەن پەيدا بولىدۇ. يىرىڭ توغرىلىق بىز باشقا ئورۇندا سۆزلىدۇق.

تەشەننۇج پەيدا قىلىدىغان يارا، ئوفۇنەتلەنگەن يارا، سەرتانلىق يارا، ئاسان ساقايمايدىغان بۇزۇلغان يارا، گۆشخور يارا ۋە ئۇنىڭ ئورنىدا تۇرىدىغان يارا قاتارلىقلاردىن يىرىڭ پەيدا بولمايدۇ، بەلكى يارىدا يىرىڭ ۋە ئىششىق ئاشكارا بولسا، ئۇ ياخشى ئالامەت بولۇپ، ئۇنىڭدا تەشەننۇج، ئەقىل ئېلىشىش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنىڭ خەۋپى بولمايدۇ، گەرچە ئارقا ۋە ئالدى تەرەپتىكى ئەزالارغا ئوخشاش تەشەننۇج ۋە ئەقىل ئېلىشىشقا سەۋەب بولىدىغان ئورۇندا بولسىمۇ. لېكىن ئەھۋال ئېغىر بولۇپ، چەكتىن ئېشىپ كەتسە، تەشەننۇج ۋە ئەقىل ئېلىشىشنىڭ خەۋپى بولىدۇ. ئەگەر ئىششىق بىراقلا غايىب بولسا ۋە چوڭقۇرلاشسا يىرىڭ ياكى ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن تارقىمسا، بەل ساھەسىدىكى يارىلارغا ئوخشاش نېرۋىلىق ئەزالارغا قوشنا بولسا، ئۇ يارا ئومۇرتقا ۋە يۇلۇنغا قوشنا بولىدۇ. يوتىنىڭ ئالدى تەرىپى ۋە تىزدا بولغان يارا شۇ ئەزادىكى نېرۋىلىق مۇسكۇللاردا بولغان بولۇپ، ئاخىرىدا تەشەننۇج ۋە ئەقىل ئېلىشىش بولىدۇ.

ئەگەر يارا تومۇرلۇق ئەزالاردا بولۇپ (تومۇرلۇق ئەزالارنىڭ كۆپىنچىسى قورساق بوشلۇقىنىڭ ئالدى تەرىپىدە بولىدۇ)، قورساق بوشلۇقىنىڭ تۆۋەنكى قىسمىدا بولسا قانلىق ئىچ سۈرۈش خەۋپى بولىدۇ، شۇنداقلا بەزىدە ئەقىل ئېلىشىش خەۋپى بولىدۇ ياكى يارا قورساق بوشلۇقىنىڭ يۇقىرىقى يېرىمىدا بولسا، ئۇنىڭدىن كېيىن زاتىلجەنبىدە يىرىڭلاش ياكى قان تۇكۇرۇش خەۋپى بولىدۇ. كۆكرەكتىكى يىرىڭلاشنىڭ مەنىسى ئۇچىنچى كىتابتا مەلۇم بولدى. بەزىدە بۇنىڭدىمۇ ئەقىل ئېلىشىش خەۋپى بولىدۇ.

يارىنىڭ ياخشى ئالامەتلىرىدىن بىرى شۇكى، يارا ئەتراپىدا تۆكۈلۈپ كەتكەن تۇك قايتىدىن ئۇنىدۇ. يارىنى داۋالاشنى بەك قوبۇل قىلىدىغان بەدەن مىزاجى ياخشى، ياخشى قان بولۇش بىلەن بىرگە ئارتۇق ھۆللۈكى ئاز بەدەندۇر. ئەمما ھۆللۈكى كۆپ ياكى قۇرۇق بەدەن يارىنى داۋالاشنى ئاستا قوبۇل قىلىدۇ. بۇنىڭغا ئاساسەن كىچىك بالىلارغا ئوخشاش مىزاجى ھۆل كىشىلەر ياشانغانلارغا ئوخشاش كىشىلەرگە قارىغاندا داۋالاشنى بەكرەك قوبۇل قىلىدۇ، بولۇپمۇ ئەسلىي مىزاجى قۇرۇق بولۇپ، ساپ قان بولمىسا، كېيىنكى مىزاجى ھۆل ۋە بوش بولسا، خۇددى ياشانغانلاردىكىدەك. شۇنىڭ ئۈچۈن ئىستىسقا بولغان كىشىلەرنىڭ يارىسىنى داۋالاش قىيىندۇر. ھاملىدار ئىياللارنىڭ ھەيز قېنى توختاپ، چىقىرىندىلىرى توسۇلۇپ قالغانلىقتىن، ئۇلارنىڭ يارىلىرىنىمۇ داۋالاش قىيىن بولىدۇ.

ياشانغانلارنىڭ ياخشى قېنى ئاز بولغانلىقتىن يارا ئاسان ساقايمايدۇ. بەزىدە يارا ساقىيىپ، ئاندىن قايتا قوزغىلىدۇ. چۈنكى، بۇنىڭدا گۆش ماددىنى تازىلاشتىن ئىلگىرى ئۇنگەن بولىدۇ. ئۇنىڭدا پاك بولمىغان ئېشىندى توختاپ قېلىۋېدى، بۇنىڭدىن ئىككىنچى قېتىم پەيدا بولغان تۈتۈشۇشنىڭ بۇزۇلۇشى زۆرۈر بولدى. بەزىدە ئاقما ساقايدى، دەپ پەرەز قىلىنىدۇ ۋە ئۇنىڭدا قۇرۇش ھەمدە ئاقمىنىڭ ساقايغانلىقىغا كۆڭۈلنى قانائەتلەندۈرىدىغان يىرىك توختاش ئەھۋالى يۈز بېرىدۇ. چۈنكى ئاقمىنىڭ بۇ ھالتى بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغىنىمىزدەك ساقىيىشقا ئوخشايدۇ. ئاددىي ھەرىكەت، سىلكىنىش، يۆتەل، سوقۇلۇش، قولايسىز يېتىش ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىدىن قايتا قوزغىلىدۇ. گۆش ئۇنىدىغان يارىلارنىڭ بەزىسىدە ئارتۇق گۆش

ئۇنىدۇ، بەزىسىدە ئۇنمەيدۇ. تازىلاشتىن بۇرۇن گۆش ئۇندۇرۇشكە ئالدىرىغانلىرىدا ئارتۇق گۆش ئۇنىدۇ. تازىلىغاندىن كېيىن گۆش ئۇندۇرگەنلەردە ئارتۇق گۆش ئۇنمەيدۇ.

ئەگەر يارا مۇددىتى ئۇزىراپ، يېيىلىپ، جەۋھىرىدىن كۆپ قىسمى كېتىپ، يارا چوڭقۇرلاشمىسا، ساقىيىشنى كۈتمەسلىك لازىم، بولۇپمۇ يارا بىر يىلغىچە ساقايمىسا ياكى ئاقما بولۇپ، بۇنىڭدىن ئاقما ئېلىۋېتىلگەن بولسا.

كونا يارىلاردا ئۇلارغا يېقىن جايدىكى سۆڭەكتىن بىرەر سۆڭەك چىقىپ قالىدۇ. سەۋەبىدىن بولغان يارىلار ساقايمايدۇ. لېكىن ئۇنىڭدىن بۇزۇلغان گۆشنىڭ ھەممىسى ساق گۆش ياكى ساق سۆڭەككىچە ئېلىۋېتىلسە ساقىيىدۇ. يارىلارنى بۇزىدىغان سەۋەبلەر ئەزانىڭ ئاجىزلىقى بولۇپ، يارا ھەرقانداق ماددىنى قوبۇل قىلىدۇ. ئەزا مىزاجىنىڭ ناچارلىقى ئەزاغا كېلىدىغان قانىنىڭ كەيپىياتى ياكى مىقدارىدىكى ناچارلىقىدۇر. ئەمما كەيپىياتىدىكى ناچارلىقنىڭ كۆپىنچىسى جىگەر مىزاجىنىڭ ناچارلىقىدۇر. بۇنىڭدا بەدەن رەڭگى قوغۇشۇن رەڭگىدىكى ئاقىما مايىل ياكى سېرىق بولىدۇ ياكى تال مىزاجىنىڭ ناچارلىقىدىن بولۇپ، بەدەن رەڭگى قارىغا مايىل ۋە سەپكۈنگە مايىل بولۇپ، بۇنىڭدا بەدەندىكى بارلىق خلىتلار ناچار بولىدۇ. بۇنداق قان گۆشكە ئۆزگىرەلمىسمۇ، بەزىدە يېرىڭغا ئۆزگەرگەنلىكتىن زىيان قىلىدۇ. ئەزاغا كەلگەن قانىنىڭ مىقدارىدىكى ناچارلىق شۇكى، قان كۆپىيىپ ياكى ئازلاپ، ئۇنىڭدىن يارىغا گۆش ئۇندۇرىدىغان نەرسىلەر تېپىلمايدۇ. يارا پاك ۋە تېز قاقاچ بولىدىغان بولۇپ، بەدەن پاك، قېنى ئاز بولسا، تولۇق قاقاچ بولمىغۇچە كېسەللىكتىن قۇتۇلالمايدۇ ياكى شۇ ئەزا ئەتراپىدا يۇز بېرىدىغان يىرتىلىشتىن ياكى ئۇ ئەزاغا كېلىدىغان تومۇرلارنىڭ كېڭىيىشىدىن ياكى يارا ئەتراپىدىكى سۆڭەكلەرنىڭ بۇزۇلۇشىدىن ياكى يارىنىڭ كۆكلۈك ۋە قارىداشقا باشلىغان بۇزۇلۇشىدىن ياكى مىزاجى ناچار قوشنا ئەزادىن بولىدۇ. يۇمىلاق يارا ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدەك داۋالاش قىيىن بولغان يارىلار كىچىك بالىلارنى ئۆلتۈرىدۇ. چۈنكى، بالىلار يارىلارنىڭ قاتتىق ئاغرىتىشىغا ۋە ئۇنى داۋالاشنىڭ قىيىنلىقىغا بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ.

2 - پەسىل يارىلارنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، مۇسكۇلىلارنىڭ ئېزىلىشى ۋە ئۇنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان يارىدىن باشقا يارىلارنىڭ ھەممىسى قۇرۇتۇشقا ئېھتىياجلىقتۇر. چۈنكى، مۇسكۇللارنىڭ ئېزىلىشى ۋە بۇزۇلۇشىدىن بولغان يارا دەسلەپتە بوشتىش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە ئېھتىياجلىق بولىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋالدا يارىلار قۇرۇتۇشقا ئېھتىياجلىق بولۇش بىلەن بىرگە بەزىدە يارىنىڭ باشقىسىدىن يېتىدىغان ئەھۋاللاردىن تازىلاش، پاكلاش ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىدىن ئىبارەت ئەھۋاللارغا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. يارا قانچىكى چوڭراق ۋە چوڭقۇرراق بولسا، قۇرۇتۇشقا ۋە ئىككى گىرۋىكىنى تولۇق بىرلەشتۈرۈشكە بەكرەك ئېھتىياجلىق بولىدۇ. تىكىش ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدا تولۇق قىلىشقا بولغان ئېھتىياج ئەھۋاللىرىدىن بىز يىرىڭلىق ئىششىق بايانىدا سۆزلىگەن نەرسىلەر ئېتىبارغا ئېلىنىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، يارىلارنى تېڭىش ۋە باغلاشقا ئۇچ يولدىن ئېھتىياج چۈشىدۇ. بىرىنچى، يىرىڭنى ئاققۇزۇش، بۇنىڭدا يارا ياخشى سقىلىش ئۈچۈن يارىنىڭ ئاخىرقى تەرىپىنى چىڭراق، ئېغىزىنى بوشراق تېڭىش لازىم. ئىككىنچى، يارىنى پۈتتۈرگۈچى ۋە گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىنى يارا ئۈستىدە تۇرغۇزۇش لازىم، بۇنىڭدا قاتتىق تېڭىشقا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ. ئۈچىنچى، يارىنىڭ ئىككى گىرۋىكىنى پۈتتۈرۈش، بۇنىڭدا يارا ئېغىزىنىڭ ئىككى گىرۋىكىنى بوش تاڭماي، بەلكى ياخشى ھىملاشتۇرۇپ تېڭىش كېرەك. تېڭىش ئىششىق پەيدا قىلىدىغان دەرىجىدە ئاغرىتمىدىغان بولماسلىقى، بەلكى ئىششىقنى چەكلەيدىغان يارەمچى بولۇشى لازىم. شۇڭا ئىششىق بولسا يارىنى داۋالاش مۇمكىن بولمايدۇ. ئەگەر چەكلەش مۇمكىن بولمىسا ۋە ئىششىق ئاشكارا بولسا، قايسى ئىششىق بولسۇن، يارىغا ئەھمىيەت بېرىش بىلەن بىرگە ئىششىق ۋە ئۇنى داۋالاشقا قەدەر مەشغۇللۇق قىلىنىدۇ. شۇنداقلا يارا ئەتراپى بۇزۇلۇپ كۆكەرسە ياكى قاردىسا، تىلىش ۋە ھىجامەت قويۇش بىلەن

بولسمۇ، قانىنى چىقىرىش بىلەن داۋالىنىدۇ. ئاندىن قۇرۇق بۇلۇت ۋە قۇرۇتقۇچى دورىلار چاپلىنىدۇ.

ئەگەر يارا داۋالانسا ياكى يارا ئاددىي بولسا، دەسلەپتە بەدەندىن يارىغا بىر نەرسىنىڭ قۇيۇلۇۋاتقانلىقىغا ياكى قۇيۇلماي، بەلكى قۇيۇلۇشتىن توختىغانلىقىغا قاراش كېرەك.

ئەگەر يارىغا بىرنەرسە قۇيۇلۇۋاتمىغان بولسا، يارىنىڭ ئۆزىنى داۋالاش مەقسەت قىلىنىدۇ. ئەگەر يارىغا بىر نەرسە قۇيۇلۇۋاتقان بولسا، قان ئېلىش ياكى ئىچىنى سۇرداۋرۇش ياكى قەي قىلدۇرۇش بىلەن قۇيۇلۇۋاتقان نەرسىنى توسۇشقا مەشغۇل بولۇش لازىم. چۈنكى قەي بەزىدە بۇنىڭغىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭغا بۇقرات گۇۋاھلىق بەرگەن.

ئەگەر يارىلاردا سۆڭەك ياكى شىللىق پەردىلەر ياكى ئۇنىڭ باشقىلىرىنىڭ پارچىلىرى بولسا، ئۇنى تارتىشقا ئالدىرىماي، بەلكى بىز سۆڭەك بايانىدا سۆزلىگەنلەرگە ئەمەل قىلىش لازىم. دەسلەپتە يارىغا تەدبىر قىلىنىدۇ. ئۇ تەدبىر: دورىلار بىلەن يىرىڭلىتىش، ئاندىن يارىنىڭ دورىلىرى بىلەن تازىلاش، ئاندىن گۆش ئۈندۈرۈش ۋە يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرۈشتۇر.

ئەگەر يارا پاك، تەكشى، چوڭقۇر بولمىغان ھالەتتە بولسا، ئېچىشتۇرمايدىغان نەرسىلەر بىلەن يارا ئېغىزى پۈتتۈرۈلىدۇ، ئەمما يارىدىكى يىرىڭدا پاكلىغۇچى، ئېچىشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. يارىنى دەسلەپتە داۋالىغاندا بەكرەك ئېچىشتۇرىدىغان دورىغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. چۈنكى سېزىم بۇنى سېزىلمەيدۇ. ئاندىن گۆش ئۈنۈش ۋاقتى كەلگۈچە يېنىكرەك ئېچىشتۇرىدىغان دورىلار تەدرىجىي ئىشلىتىلىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسىدە مۇمكىن بولسا، ئاغرىتىشتىن ساقلىنىش لازىم. بولۇپمۇ يارىدا ھارارەت ۋە كۆيۈشۈش بولغاندا، يارىنىڭ پۈتۈشىنى چەكلەيدىغان سەۋەبلەرنى ۋە بىز يۇقىرىدا يارىنى ناچارلىقىغا مايىللاشتۇرىدۇ دەپ سۆزلىگەن سەۋەبلەرنى يوقىتىش لازىم. چۈنكى، ئاۋۋال سەۋەبلەرگە ئىلاج قىلىنمىسا، يارىلارنى لايىقىدا داۋالاشقا بولمايدۇ. دېمەك داۋالاش مۇمكىن بولمايدۇ. كۆپىنچە ئەزا مىزاجى ياخشىلانسا، ئۇ يارىنى ياخشىلاشقا كۈچەيە قىلىدۇ. كۆپىنچە يارا يۇمشاق بولۇپ،

ئۇنىڭغا ناچار گۆش ئۇنىدۇ. ئۇنىڭدىن گۆش قىزىلغا مايىل، قىزىق بولۇپ، ئۇ يارىنى ئوراپ تۇرغۇچى گۆشنى سوۋۇتقۇچى تىللالار بىلەن داۋالىنىدۇ. مەسىلەن: ئىتئۈزۈمى ئۇسارىسىنى گىل ئەرمىنى ۋە سىركە بىلەن تىلا قىلغانغا ئوخشاش. سەندەل چۈشكەن ۋە كافۇر چۈشكەن مۇز بىلەن سوۋۇتۇلغان تىللالار داۋاملىق جاراھەتنى پۈتتۈرىدۇ ۋە تارايتىدۇ.

قاتتىق ئاغرىيدىغان يارىلاردا ئالدى بىلەن ئاغرىقنى پەسەيتىشكە مەشغۇل بولۇش كېرەك. بۇ پەسەيتىش گەرچە يارىغا قارشى بولسىمۇ، ھەممىگە مەلۇم بوشاشتۇرغۇچى دورىلار بىلەن بولىدۇ. چۈنكى ئاغرىقنى پەسەيتمىسەك داۋالىشمىز ئاسان بولمايدۇ. ئاغرىقنى پەسەيتسەك داۋالىيالايمىز.

يارىلار تازىلاشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇ. بۇ ھۆللۈكلىرى ۋە ئاقىدىغان نەرسىلىرى ئۆزىدىن ھاسىل بولىدىغان يارىدۇر. بەزىدە بۇ يارا يۇيۇش بىلەن، بەزىدە سېپىلمىلار ۋە مەلھەملەر بىلەن تازىلىنىدۇ. ئەگەر يارا تازىلانمسا دورىنىڭ يارا تېگىگە يېتىشى مۇمكىن بولمايدۇ. بولۇپمۇ سېپىلمىلارنىڭ يېتىشى مۇمكىن بولمايدۇ. شۇڭا تازىلاپ گۆش ئۇنىدۇرۇش لازىم. تازىلىغۇچى دورىنىڭ پاكلىشى كۆپرەكتۇر، گۆش ئۇنىدۇرگۈچى دورىنىڭ پاكلىشى ھەممىگە مەلۇم بولغاندەك ئازدۇر. بەزىدە يارىغا ناچار گۆش ئۇنۇپ، ئۇنى ئۆتكۈر دورا بىلەن يېگۈزۈش، سىرتىدىن سوۋۇتقۇچى دورىلارنى تىلا قىلىش، ئاندىن قاقاچنى يوقتىدىغان نەرسىلەر بىلەن يوقتىپ داۋالاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ بىزنىڭ ئاقمىلارنى داۋالاش ئۇسۇلىمىزدۇر. چۈنكى بىز ئاقمىنىڭ ساقىندىلىرىنى يوقتىشقا، ئاندىن داۋالاشقا ئېھتىياجلىق بولمىز.

بىر دورا بەزى بەدەنلەرگە نسبەتەن گۆش ئۇنىدۇرگۈچى بولسا، بەزى بەك يۇمشاق بەدەنلەرگە نسبەتەن يېگۈچى، بەك پاكلىغۇچى بولىدۇ. بەزى بەدەنلەرگە نسبەتەن پاكلىغۇچى ۋە گۆش ئۇنىدۇرگۈچمۇ بولمايدۇ. شۇڭا، بىر بەدەندە دورىنىڭ ۋەزنىنى كۆپەيتىش ياكى دورىغا چۈشىدىغان ياغنى ئازايتىش ياكى قۇرۇتۇش ۋە پاكلاش خۇسۇسىيتى بولغان باشقا دورىلارنى قوشۇش بىلەن دورىنى كۈچەيتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ دورا باشقا بىر بەدەنگە نسبەتەن ئۇنىڭ ۋەزنىنى

ئازلاتمسا ياكى چۈشىدىغان يېغىنى كۆپەيتمسە ياكى ئۇنىڭغا بەزى قابىز دورىلارنى قوشمسا يېگۈچى بولىدۇ. يارىلارنىڭ دورىنى كۈچەيتىشكە لايىقراقى تەستە پۈتىدىغىنىدۇر. دورىنى يارا ئۈستىگە ئۇچ كۈن قويۇپ ئاندىن ئېلىش لازىم. چۈنكى ئالدىراپ ئېلىنسا دورا ئۆز تەسىرىنى كۆرسىتەلمەيدۇ. يارىدىن ياغنى يىراق قىلىش كېرەك. ئەگەر زۆرۈر بولسا، ئابدىمىلىك يېغى، ئاس يېغى، مەستىكى يېغى ئىشلىتىش لازىم. ئەگەر يارا يالغۇز بولسا، يارا چىققان ئەزالارنىڭ سەزگۈرلىرىگە يېنىك دورا ئىشلىتىش، كۈچلۈك دورىلار بىلەن ئاغرىتىشتىن ئېھتىيات قىلىش لازىم. ئەمما سېزىمى تۆۋەن ئەزالاردا زۆرۈر داۋالاش، ئىچكى تەرەپتىن داۋالاش خەتەرلىك، ئەمما مەنپەئەتى كۆپ داۋالاشلاردىن توختىماسلىق لازىم. ئاپەتلەرنى تېز قوبۇل قىلغۇچى ئەزا سەزگۈچى ئەزا جۈملىسىدىندۇر. ئۇنىڭ ھۆكمى سەزگۈ ئەزالارنىڭ ھۆكمىدۇر. ئۇنىڭ قارشىسى سېزىمسىز ياكى سېزىمى ئاجىز ئەزالار قاتارىدىندۇر.

بۇنداق سەۋەبتىن ئىچكى ئەزا يارىلىرى، زەنگار ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارغا بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ، بولۇپمۇ كۆپرەك ئېھتىياجلىق بولىدىغان ئىچىلىدىغان كەتىرا ۋە سەمغى ئەرەبىگە ئوخشاش سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلارغا بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. ھۆقنە قىلىنىدىغان دورىلار ئوتتۇرا ھال خۇسۇسىيەتلىك دورىلار بولۇش لازىم. يارىلارنى داۋالاشتا ياخشىسى، يارا بار ئەزالارنى تىنچ قويۇش ۋە ھەرىكەتلەندۈرمەسلىك لازىم. دەسلەپتە يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈشنىڭ كېيىن كۈچلۈك ھەرىكەتلەندۈرۈلگەنگە قارىغاندا زىيىنى ئازراقتۇر، بولۇپمۇ ناچار خىلتىلىق بەدەنلەردە. يارىلاردا قوشنا ئىككى ئەزانىڭ بىرلىشىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش لازىم. مەسىلەن: قاپاق بىلەن كۆز ۋە ئىككى قاپاق، ئىككى بارماق چاپلىشىپ قالغانغا ئوخشاش. چوڭقۇر يارا يۈزى پۈتۈپ، تېگى پۈتمىگەن يارا ئاقمىغا تېز ئۆزگىرىدۇ. قىزىل قان تومۇر ۋە چوڭ كۆك قان تومۇرلارغا قوشنا يارىلار يارىغا قوشنا بوش گۆشنىڭ ئىششىقىغا ئېلىپ بارىدۇ. مەسىلەن: ئىككى يىرىق، قولتۇق، ئىككى قۇلاقنىڭ كەينىگە ئوخشاش. خۇددى قوتۇر ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش، بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن كېسەللىكلەر شۇ كېسەللىكنىڭ ئۆز ئەينىگە ئېلىپ بارغىنىغا ئوخشاش، بولۇپمۇ بەدەن ناچار، ئارتۇق خىلتىقا توشۇپ كەتكەن بولسا، بۇ ۋاقىتتا ئاغرىق

كۆچيىدۇ ۋە يارىغا يېتىپ بارىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇنى بەدەننى تازىلاش بىلەن ۋە ئىششىق بايانىدا سۆزلەنگەن نەرسىلەر بىلەن داۋالاش لازىم.

ئىششىق تازىلانمىسا ساقىيىش ئۈمىدى بولمايدۇ. بىز بۇنداق يارىدا بەدەن پاك بولسا يارىنى باسلىقون ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرى بىلەن ساقلاش ۋە يارا بىلەن ئەزا ئوتتۇرىسىدا ھەر قانداق ئەھۋالدا زىيانىڭ يارىغا يېتىپ كېلىشىنى توسىدىغان توساق پەيدا قىلىشقا ئېھتىياجلىق بولىمىز.

ئومۇمىي تەۋسىيىگە قۇلاق سېلىشىڭىز لازىم، ئۇ شۇنىڭدىن ئىبارەتكى، يارىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا مۇۋاپىق ياكى نامۇۋاپىق بولىدۇ. مۇۋاپىق دورا دەرھال مەنپەئەت قىلمىسىمۇ، ئۇنىڭغا زىيان قوشۇلۇپ كەلمەيدۇ. نامۇۋاپىق دورا ئۆزىنىڭ كۆچسىزلىكى تۈپەيلى يارىغا توغرا كەلمەيدۇ. توغرا كەلمىگەنلىكىگە باشقا بۇزۇلۇش بولماستىن كۆتۈلۈۋاتقان قۇرۇتۇش ياكى تازىلاش ياكى شۇنىڭدىن باشقىلارنىڭ ئەكسىنىڭ كۆپىيىشى دالالەت قىلىپ، بۇنىڭ قۇۋۇتىنى ئاشۇرۇش زۆرۈر بولىدۇ ياكى ئۇنىڭ ماس كەلمەسلىكى باشقا يوللاردىن بولىدۇ. مەسىلەن: دورا ئېھتىياجدىن ئارتۇق قىزىپ، قىزىللىق ۋە ھارارەتنى پەيدا قىلىپ، ئۇ دورىنىڭ قۇۋۇتىنى تۆۋەنلىتىش ۋە سوۋۇتقۇچى مەلھەملەر بىلەن ھارارىتىنى دەرھال ئۆچۈرۈش ئېھتىياجى چۈشىدۇ ياكى يارا دورا تەسىرىدىن قارامتۇل ۋە كۆكۈچلۈكىكە مايىل بولۇپ، دورىنىڭ سوۋۇتۇۋاتقانلىقى ياكى ئېھتىياجلىق مىقداردا قىزىتمىغانلىقى مەلۇم بولۇپ، دورىنىڭ قىزىتىش قۇۋۇتىنى زىيادە قىلىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ ياكى دورىنىڭ بوشىتىۋەتكەنلىكى مەلۇم بولۇپ، ئانارگۈلى، موزا ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىدەك قابىز ۋە قۇرۇتقۇچى دورىلارنىڭ قۇۋۇتىنى ئاشۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ ياكى دورا قۇرۇتۇپ، ئۇنىڭ قۇرۇتۇشنى بىز تۆۋەندە سۆزلەيدىغان دورىلار بىلەن داۋالاش زۆرۈر بولىدۇ ياكى بىز تۆۋەندە بايان قىلغىنىمىزدەك دورا يارىنى يەپ چوڭقۇرلاشتۇرۇۋېتىپ، دورىنىڭ پاكلاش قۇۋۇتىنى تۆۋەنلىتىشكە ئېھتىياجلىق بولىمىز.

كۆپىنچە بىمارنىڭ مىزاجى بىرەر تەرەپتە ئېشىپ كەتكەنلىكتىن دورا مۇۋاپىق كەلمەي، دورىنى شۇ تەرەپنىڭ ئەكسىدە بىمار ئۆز مىزاجىغا كەلگۈچە كۈچەيتىش ياكى ماس كېلىدىغان تەرەپنى ئاجىزلىتىش ئېھتىياجى چۈشىدۇ.

3 ـ پەسىل زەردابلىق يارىلارنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇ يارىلاردا زەردابنى تازىلاش ئۈچۈن قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، ئاندىن يارا بوش بولسا گۆش ئۇندۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. يارىنىڭ تېگىگە گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش ۋە ئۇ يارىلارنىڭ جىسمى ئاجىز بولغانلىقتىن ئوفۇنەتلەندۇرۇش، بەلكى دەسلەپتە قۇرۇتۇش، ئاندىن گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۈر بولىدۇ. دورا ئىشلىتىپ ھۆللۈكنىڭ ئازايغانلىقى بايقالمسا ياكى ھۆللۈكنىڭ كۆپىيىۋاتقانلىقى كۆرۈلسە، دورىنىڭ بەدەنگە نسبەتەن قۇرۇتقۇچى ئەمەسلىكىنى بىلىپ، دورىنىڭ قۇۋۇتىنى ۋە ئۇنىڭ قۇرۇتۇشنى ئاشۇرۇش، دورىغا ھەسەلگە ئوخشاش ئازراق پاكلاش خۇسۇسىيىتى بار نەرسىلەر بىلەن ۋە ئانارگۈلى، زەمچىگە ئوخشاش بەك قابىز دورىلار بىلەن يارىمم بېرىش ۋە دورىغا ئىشلىتىلىدىغان ياغنىڭ قۇۋۇتىنى ئازلىتىپ، ئۇ ياغنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار ياغقا ئالماشتۇرۇش لازىم. ئەگەر يارىنىڭ بەك قۇرۇغانلىقى كۆرۈلسە، دورا قۇۋۇەتلىرىنىڭ ھەممىسى يەنى قۇرۇتۇش، پاكلاش، قابىزلىق قاتارلىقلار تۆۋەنلىتىلىدۇ. يارىلارغا گۆش ئۇندۇرۇشتىكى تۆۋەندىكى بۇ تەۋسىينى ئېسىڭىزدە ساقلاپ بېرەرسىدە خاتالاشمىغايسىز. ئۇ تەۋسىيە شۇكى، دورا تېگىشلىك بولغىنىدىن بەكرەك پاكلىغۇچى بولۇپ، ئەزانى يەپ ۋە ئۇنىڭ گۆشنى زەرداب دەپ گۇمان قىلىنىدىغان سۇيۇق ھۆللۈككە ئۆزگەرتىپ، دورىنىڭ پاكلاش قۇۋۇتى كۈچەيتىلسە، بۇنداق دورا يارىنى چوڭقۇرراق، قىزىقراق ۋە ئىششىغانغا ئوخشاش قىلىپ قويىدۇ. يارىنىڭ گىرۋىكىدە يېرىڭ قېتىۋېلىپ، بىمار ئېنىق كۆيۈشۈشنى سېزىندۇ. شۇنى بىلىش لازىمكى، يارىنى قۇرۇتقۇچى دورىلارنىڭ بەزىسى بەك سوۋۇتىدۇ، مەسىلەن: بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇن، ئادەمگىياھ يىلتىزى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بەزىسى بەك قىزىتىدۇ، مەسىلەن: ئۇدخام، زۇپتى رۇمغا ئوخشاش. شۇڭا، بۇ ئىككىسىنىڭ بىرىنى يەنە بىرى بىلەن مىزاجىنىڭ جوزئى

مىزاجلاردىن بىرەر مىزاجغا قارشى بولۇش ئېتىبارى بىلەن مۆتىدىللەشتۈرۈش لازىم. زەردابنى تازىلىغۇچى دورىلار قۇرۇتقۇچى دورىلاردۇر. مەسىلەن: زەمچە، موزا، ئانار پوستى، كۈندۈر پوستى، مەدەستان، ئارپا ئۈنى، ئارپا تالقىنى، شەقائىقۇن نۇئمان، بەئۈز دەرىخى [1] يوپۇرمىقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ئەگەر يېڭى ياڭاق يوپۇرمىقى ۋە ئۈنۈك ياڭقى ئۆز پېتى زىمات قىلىنسا ياكى شاراب بىلەن قايىنىتىپ زىمات قىلىنسا، ئىنتايىن مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە زىيان يەتكۈزمەستىن ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتىدۇ.

تۆۋەندىكى بۇ نۇسخا ياخشى مەلھەمنىڭ نۇسخىسىدۇر: مەدەستاننى ئېلىپ بەزىدە سىركىگە، بەزىدە زەيتۇن يېغىغا ئاقارغىچە چىلاپ، ئاندىن سۈرمە، كۆيدۈرۈلگەن مىس، زەرچىۋە، موزا، ئانارگۈلى، خۇنسياۋشان، زەمچە، كۈموش، ئىقلىمىيا قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بۇلارنىڭ ھەربىرىدىن مەداستاننىڭ ئالتىدىن بىرىگىچە ئېلىپ، ھەممىسنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ ۋە يەنە بىز مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا سۆزلىگەن دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. كۆپىنچە، چوڭقۇر يارىلاردا سۆزلەيدىغىنىمىزغا ئوخشاش زەردابنى سۇيۇقلۇقلار بىلەن يۇيۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. ئۇ سۇيۇقلۇقلاردىن بىرى دېگىز سۇيىدۇر. ئەمما زەمچە سۇيى يۇيىدۇ ۋە ماددىنى قايتۇرىدۇ ۋە قۇرۇتىدۇ. ھازىر سۆزلەنگەن دورىلارنىڭ ھەممىسى يارا بىلەن بىرگە ئىششىق بولغاندا زىيان قىلىدۇ. سەئىدى كۇفى قاينىتىلغان سۇنىڭ قۇرۇتۇشى ياخشىدۇر. ھېلىلە، ئامىلە قاينىتىلمىسى، ئەزادەرخەت ۋە سىدىر دەرىخى يوپۇرمىقى قاينىتىلمىسى بۇ ھەقتە ياخشىدۇر.

4 ـ پەسىل قويۇق، يىرىڭلىق يارىلارنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇنىڭدا پاكىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، ئالدى بىلەن بىز داۋالاش قانۇنىيىتىدە سۆزلىگەن بويىچە كۆچلۈكرەك ۋە كۆيۈشتۈرىدىغانراقلىرى بىلەن

---

① بەئۈز دەرىخى — بۇ، بەققى دەرىخى دەپمۇ ئاتىلىدۇ، بەزىدە دەردار دەپمۇ ئاتىلىدۇ، ئۇ سۆگەت دەرىخىگە ئوخشاشتۇر. يەككە دورىلار بايانىدا دەردار نامى بىلەن سۆزلەندى.

باشلاش، ئاندىن ھەسەل ۋە ئازراق سىركە قوشۇلغان شەتەرەنجى ھىندى ۋە زىراۋەندىگە ئوخشاش دورىلارغىچە تەدرىجىي كېڭەيتىش لازىم. يەنە بەتەم يېلىمنى تەڭ مىقداردىكى قىزىلگۈل يېغى ياكى سېرىقماي بىلەن ئىشلىتىش، يەنە گۈلسەۋسەن يىلتىزىنى ھەسەل بىلەن ئىشلىتىش، يەنە كۆرسىنە ئۇنى ۋە جاۋشىر چۆپىنى ئىشلىتىش لازىم.

مۇرەككەپ دورىلاردىن مەلھىمى ھىندى ۋە ھەممىسگە زەنگار چۈشكەن ئاددىي نۇسخىلىق مەلھىمى خۇزرى، ئوشەق ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىغا ئارىلاشتۇرۇلىدىغان مەلھىمى خۇزرە ۋە قەيسۇر ناملىق تاش چۈشكەن مەلھەم ۋە كۆرسىنە ئۇنى بىلەن تەييارلانغان مەلھەم، مەلھىمى مىلھى، قۇرسى ئەسۋەد، قۇرسى ئەخزەر ۋە بەقەر مۇجانىس دەپ مەشھۇر بولغان قۇرس قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ. قۇرۇتقۇچى دورىلاردىن زەيتۇن يېغىنىڭ لېيى، ھەسەل، زەمچە تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ ياكى ئۇپا ۋە چاڭگاك تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ. ئەگەر قويۇق يىرىڭلاش كۈچەيسە، تاغ كۈدىسى ھەسەل بىلەن مەنپەئەت قىلىدۇ. ياخشى زىماتلاردىن بىرى تۇزلانغان زەيتۇندۇر. بەزىدە بۇ يەردە چوڭقۇر يارا بايانىدا سۆزلەيدىغىنىمىز بويىچە سۈيۇقلۇقلار بىلەن يۇيۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ. سۈيۇقلۇقلارنىڭ ھەممىسى ئىشىشق بولغاندا زىيان قىلىدۇ.

5 ـ پەسل كەڭرى، چوڭقۇر يارا ۋە ئېغىزى پۈتۈپ تۈۋى ساقايمىغان يارىنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇ يارىلارنى داۋالاشتا گۆش ئۈندۈرۈشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ، گۆش ئۈندۈرۈش پەقەت ئوزۇقلۇق ۋە قانىنىڭ كۆپ بولۇشى بىلەن بولىدۇ، بۇنىڭدا قۇرۇتۇش ۋە تازىلاش خۇسۇسىيىتى بىرگە بولغان دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ دورىلارنى قويغاندا، زەرداب توختاپ قالماي، بەلكى، ئاقىدىغان ھالەتتە بولۇشى كېرەك. ئەگەر بۇ ئورۇندا يارىنىڭ تۈۋى ئەزانىڭ ئۈستى تەرىپىدە، ئېغىزى ئەزانىڭ ئاستى

تەرىپىدە بولسا، بۇ گەرچە يۇقىرىقىنىڭ ئەكسىچە بولسىمۇ، ئادەمگە يارا بار ئەزانى مۇشەققەت بىلەن نورمالسىز ھالەتتە تىكلەپ يارىنىڭ تېگىنى ئۆزگەرتىش مۇمكىن بولسا ئۆزگەرتىلىدۇ. ئەگەر مۇمكىن بولمىسا يارىنى تۇتۇنگىچە بىرەر كاۋاك قالدۇرماي تەلتۆكۈس يېرىش ياكى قول ئەمەلىيىتى بىلەن يارا ئېغىزىدىن باشقا يارا تۇتۇدە زەرداب ئاقىدىغان بىر ئېغىز پەيدا قىلىش كېرەك.

يېرىشتا ئەزانىڭ ئەھۋالىغا ئاساسەن، ئۇنىڭدىن خەتەرنىڭ پەيدا بولۇش - بولماسلىقىغا قاراش كېرەك. ئەگەر يارىنىڭ تۇتۇدىن ئېغىز ئېچىلسا، يارا ئېغىزىدىن باشلاپ ئېغىزى ئېچىلغان تۇتۇگە قەدەر تېڭىلىدۇ. دەسلەپتە شۇنىڭ ئەكسىچە تېڭىلىدۇ. ئىككىلا خىل ئەھۋالدا يۇقىرىقى تەرەپ بەكرەك تېڭىلىدۇ. تېڭىشنى ئاغرىتىدىغان، ئاندىن ئىششىق پەيدا قىلىدىغان دەرىجىگە يەتكۈزمەسلىك لازىم. ئەگەر يېرىش مۇمكىن بولمىسا يۇيۇشقا ۋە تازىلىشى بىلەن دورىدىكى ئىككى خىل ئەھۋالدىن كۆچلۈك گۆش ئۇندۇرۇشنى يوقىتىۋەتمەيدىغان تازىلىغۇچى، گۆش ئۇندۇرگۈچى پىلتىلەرنى كىرگۈزۈشكە مەشغۇللۇق قىلىنىدۇ. بىز مەلھىمى رۇسۇلنى تەجرىبە قىلىۋېدۇق، ئۇ ناھايىتى ياخشى ۋە يېتەرلىك ئۇنۇم بەردى. قەنتەرىيۇن جاراھەتكە كىرگۈزۈلسە ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا سۇمفۇتۇن، ئۇنىڭدىن قالسا گۈلسەۋسەن يىلتىزى، ئۇنىڭدىن قالسا كۆرسىنە ئۇنى مەنپەئەت قىلىدۇ. يۇزى ساقىيىپ، تۇتۇى ساقايمىغان يارا داۋالانمسا، بۇنىڭدا تېرە ياخشى چاپلىشالمايدۇ، بەلكى ساقايغاندەك چاپلىشىش ئۇچۇن تېرىنى قۇرۇتۇش مۇمكىن بولىدۇ. چوڭقۇر يارا، تۇتۇى كەڭ يارا، ئېغىزى پۈتۈپ تۇتۇى ساقايمىغان يارىلارنى دورىلار يېتەرلىك تازىلىيالمايدۇ ۋە ئۇلاردا گۆش ئۇنمەيدۇ.

لېكىن يارىلارغا سايمان بىلەن يۇغۇچى سۇيۇقلۇقلار ماڭغۇزۇلسا ياكى پىلتىلەر كىرگۈزۈلسە تازىلايدۇ. بولۇپمۇ يارىنىڭ شەكلى بىز يۇقىرىدا بايان قىلغان بويىچە ئۇنى تازىلاشتا، تىكلەش ۋە تېڭىپ سقىش كۇپايە قىلىدىغان شەكىلدە بولمسا، يۇيۇش يۇغۇچى دورىلار بىلەن بولىدۇ. بولۇپمۇ شارابقا ئارىلاشتۇرۇلغان يۇغۇچى دورىلار بىلەن بولىدۇ. كۆل سۇيى كۆچلۈك يۇغۇچى بولۇپ، ئۇنىڭغا يارىلاردىكى ئاز يىرىڭ بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. دېڭىز سۇيى شۇنىڭغا يېقىندۇر. چۇنكى ئۇ

يىرىكلىنى يۇيىدۇ ۋە ھۆللۇكنى قۇرۇتىدۇ، زەمچىلىك سۇ كۆچلۈك يۇغۇچىدۇر. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئەزاغا سىرغيدىغان نەرسىلەرنى چەكلەيدۇ. ئەگەر ئىششىق بولسا بۇلاردىن بىرەرسى ۋە شارابمۇ يۇيۇشقا يارىمايدۇ. بۇ يارىلارنى تاڭغاندا دورىلارنىڭ ئۈستىگە ئەزانىڭ مىزاجىنى ياخشىلاشتا ئېھتىياج چۈشىدىغان نەرسىلەرنى ۋە يارا ئېغىزىدا زۆرۈر بولغان دورا يۇقتۇرۇلغان باشقا رەخت بولۇش ئۈچۈن ئىچكى تەرەپكە ئىشلىتىلىدىغان مەلھەملەرگە قارشى تۇرۇشتا ئېھتىياج چۈشىدىغان دورىلار يۇقتۇرۇلغان رەختنى قويۇش لازىم. يارىنىڭ چاپلاشقانلىقىنىڭ دەللىلى ئاقىدىغان نەرسىنىڭ ئازىيىشى تۆۋەن تەرەپنىڭ تىنچلىنىشىدۇر. بەزىدە تېڭىش ۋە دورىنىڭ قۇۋۇتى بىلەن بىراقلا كۆپ ھۆللۈك سقىلىپ، ئاندىن قۇرۇپ چاپلىشىدۇ.

6 ـ پەسىل يارىلاردىكى قۇرتلارنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇنىڭغا مەنپەئەتلىك نەرسىلەردىن بىرى دېڭىز بويىدا ئۈنىدىغان پىننە ئۇسارىسى ۋە بىز ئۈچىنچى كىتابتا قۇلاق بايانىدا سۆزلىگەن دورىلاردۇر.

7 ـ پەسىل يارىلارغا گۆش ئۈندۈرۈش توغرىسىدا

يارا پاكلانمىغۇچە ۋە ئوزۇقلۇق ئاز بولۇپ، يارىغا يېتەلمىسمۇ ئوزۇقلۇق تارتىلمىغۇچە گۆش ئۈندۈرمەسلىك كېرەك. ئەگەر پاكلانسا يارا قانداق بولسۇن ۋە قەيەردە بولسۇن، ھەرقانداق كۆيۈشتۈرگۈچى ۋە كۆچلۈك پاكلىغۇچى نەرسىلەر يىراق قىلىندۇ. گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشتە يارىدىكى ھۆللۈك ئېشىندىلىرىدىن كۆرۈلگەن نەرسىلەرگە ياكى قۇرۇق ئېشىندىلارغا ئەھمىيەت بېرىشتىن ئىبارەت يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تەۋسىيەلەرگە رىئايە قىلىندۇ، شۇڭا بىز زەردابلىق يارىلار بايانىدا سۆزلىگەن مەزمۇنلار يارا ھۆل ھالەتتە ياكى قاتتىق قۇرۇپ

كەتمەي، بەلكى گۆش ھالەتتە بولۇشتىن ئىبارەت سۆزلىگەن نەرسىلەرگە ئەمەل قىلىندۇ، شۇڭا دورىنىڭ قۇرۇتۇشىنى ئازايتىدىغان نەرسىلەردىن بىرى دورىنى ئاقتۇرۇش ۋە ئۇ دورا مەلھەم بولسا، مەلھەمگە چۈشىدىغان ياغ ۋە مومنى كۆپەيتىشتۇر. دورىنىڭ قۇرۇتۇشىنى كۈچەيتىدىغان نەرسىلەردىن بىرى دورىنى قويۇلدۇرۇش، دورىغا چۈشىدىغان ياغنى ئازلىتىپ دورىلارنى كۆپەيتىش ياكى ئۇنىڭغا ھەسەلدەك نەرسىلەرنى قوشۇشتۇر. مەلھەملەر بىلەن گۆش ئۇندۇرۇش مۇئاپىقراق ۋە ئاستىراقتۇر. سېپىلمىلار بىلەن گۆش ئۇندۇرۇش قىينىراق ۋە تېزرەكتۇر. بەزىدە گۆش قېتىپ، سېپىلمىلارنى سېپىپ ئەتراپىنى مەلھەملەر بىلەن ئوراش ياخشىدۇر. شاراب بولۇپمۇ قابىز شاراب يۇيىدىغان، تازىلايدىغان، قۇرۇتىدىغان، كۈچلەندۇرىدىغان نەرسىلەر بىلەن يارىلارنىڭ ھەممىسگە ياخشى دورىدۇر.

بىز گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلارنى جاراھەتلەر بايانىدا سۆزلىدۇق. بۇ يەردە ئۇلارنىڭ ياخشىلىرىدىن ئازراق سۆزلەيمىز. ئۇلار كۆيدۈرۈلگەن سۇرمە، ئەنزىروت، بېلىق يېلىمى، يۇمشاق سوقۇلغان قۇلۇلە، پولات پوقى، كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن، ئېگىر، بەرەنجاسىپ، لوپ، سەئدى كۇفى، بولۇپمۇ يىرىڭ ئۇچۇن، چاڭگاك بەك كۈچلۈكتۇر. قەنتەربىيۇن بەك مەنپەئەت قىلىدۇ. كۆيدۈرۈلگەن شىشە يارىنى قۇرۇتۇش ۋە ئۇنى پۈتتۈرۈشتە ئاجايىپ مەنپەئەت قىلىدۇ.

8 ـ پەسىل ئوفۇنەتلەنمىگەن گۆشخور يارىنى داۋالاش توغرىسىدا

گۆشخور يارا ۋە يامان سۈپەتلىك يارىنى داۋالاشتىكى ئومۇمىي قانۇنىيەت شۇكى، بەدەن تازىلىنىدۇ ياكى بەدەن پاك بولسا يارا بار ئەزا ھىجامەت قويۇش ۋە زۇلۇك قۇرتى چاپلاش بىلەن تازىلىنىدۇ ۋە ئۇ ئەزانىڭ مىزاجى تىلالار بىلەن ۋە غىزانى كېچىكتۇرمەستىن ۋە مۇداپىئەلەنمەستىن ياخشىلاش بىلەن ئۆزگەرتىلىدۇ.

چۈنكى بۇنىڭدا مۇداپىئەلىنىش ئۇنىڭ ناچارلىقىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ. بەزىدە گۆشخور ياراتقۇچىنىڭ يامرىشى ئەزانى كېسىشكە ئېھتىياجلىق قىلىدۇ، ئوفۇنەت بولمىغان گۆشخور ياراتقۇچىلار سوغۇق سۇ، ئاس سۈيى، قىزىلگۈل سۈيى، قىزىل چۇغلۇق سۈيى قاتارلىقلارنى نۇتۇل قىلىش، هارارەت بولمىسا قابىز شارابنى نۇتۇل قىلىش، هارارەت بولسا قىزىلگۈل سۈيىگە ياكى ئادەتتىكى كۆپ سۇغا ئارىلاشتۇرۇلغان سىركە ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش سوۋۇتقۇچى، قۇرۇتقۇچى سۇلارنى نۇتۇل قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر گۆشخور ياراتقۇچىلار ئوفۇنەت بولسا، دېگىز سۈيىنى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا بىز يېقىندا ئوفۇنەتلەنگەن يارا بايانداپ سۆزلەيدىغان نەرسىلەرنى نۇتۇل قىلىش مەنپەئەت قىلىدۇ. گۆشخور ياراتقۇچىلارنىڭ ئەڭ ياخشى ئىلاجى قۇرۇتقۇچى، سوۋۇتقۇچى قابىز دورىلارنى ئىشلىتىشتۇر. مەسىلەن: ئانار پوستى، يېپىسمۇق، مەستىكى دەرىخى يوپۇرمىقى، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، شەۋكە مىسرىيە، هەببۇلئاس قاتارلىق دورىلار بىلەن تەييارلانغان نۇتۇللارغا ئوخشاش. بۇنداق دورىلار ئازراق زەمچە ۋە جۇۋىنە بىلەن كۆچەيتىلىدۇ ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن ياكى كۆيدۈرۈلگەن قۇرۇق قاپاق بىلەن ياكى ئارپا تالقىنى قوشۇلغان پاقىيوپۇرمىقى بىلەن ياكى يېڭى زەيتۇن يوپۇرمىقى بىلەن كۆچەيتىلىدۇ.

9 - پەسىل ئوفۇنەتلەنگەن ۋە ياماق سۈپەتلىك ياراتقۇچىلارنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇ ياماق سۈپەتلىك ياراتقۇچىلارنى داۋالاشنىڭ ئاساسى بەدەننى ياكى بەدەن پاك بولسا ئەزانىڭ ئۆزىنى، يالغۇز هالەتتە تازىلايدىغان هىجامەت قويۇش ۋە زۇلۇك قۇرتى چاپلاش بىلەن تازىلاش ۋە بىز بىرنەچچە قېتىم سۆزلىگەن مىزاجنى ياخشىلىغۇچى تىلالارنى ئىشلىتىش ۋە غىزانى ياخشىلاشتۇر.

بۇ خىل ياراتقۇچىلارنى داۋالاشنى كېچىكتۈرمەسلىك كېرەك، چۈنكى ياراتقۇچىلار

كونىرىشى ئۇنىڭ يامانلىقىنى زىيادە قىلىۋېتىدۇ. ئۇ ياردىن ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارنى چەكلەش كېرەك. يارىلارغا ئارام بېرىدىغان نەرسىلەردىن بىرى ئارپا تالقىنى قوشۇلغان بەزرۇلبەنجىدۇر.

بۇنداق يارىلار ھەددىدىن زىيادە بۇزۇلسا، پەقەت قېنى ۋە رەڭگىنىڭ ياخشىلىقى بىلەن بىلىنىدىغان ساق گۆش ۋە ئاق پاكىز ساق سۆڭەك قالغۇچە ئوت بىلەن ياكى ئۆتكۈر دورا بىلەن داغلاش ياكى كېسىش بىلەن يىلتىزىدىن يوقىتىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئۆتكۈر دورا يارا گىرۋەكلىرىدىكى قېتىپ قالغان يېرىڭ قالدۇقلىرىنىڭ ھەممىسىنى چىقىرىدۇ، ئۆتكۈر دورىنىڭ ئاغرىتىشى، سېرىق ماينى ئارقىمۇئارقا قويۇش بىلەن داۋالىنىدۇ. بۇ يارا گەرچە ئاقما بولمىسىمۇ ۋە ئەتراپلىرىدا يېرىڭ قېتىپ قالمىغان بولسىمۇ، ناچار ھەم يامان سۈپەتلىكتۇر. بەزىدە يارىنىڭ ئوفۇنىتىدىن سالامەت قېلىش ئۈچۈن شۇ ئەزانى كېسىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ يارىغا مۇۋاپىق كېلىدىغان نۇتۇلار، دېڭىز سۈيى ۋە ئاقما بايانىدا سۆزلەنگەن سۇلاردۇر. بۇ يارا ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىغا دورا ئىشلەتكەندە يېشىۋەتمەي دورىنى بىرنەچچە كۈن قويۇش لازىم. بۇ يارىدا ئىشلىتىشكە تېگىشلىك بولغان دورىلار ئازراق زەمچە قوشۇلغان كۈرسنە ئۇنى ياكى تۇزلۇق بېلىق گۆشى ۋە ئاق زاك بىلەن يۇمشاق سوقۇلغان زىغىر ئۇرۇقى ياكى قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن سوقۇلغان تاغ پىننىسى، ئەنجۈر ياكى ئەنجۈر دەرىخىنىڭ يوپۇرمقى ياكى قىزىل توغرىغۇ، زىرە ۋە ئۇن ھەسەل بىلەن ياكى ھەسەل بىلەن قاينىتىلغان ئەسقىل زىماتى ياكى ھەسەل بىلەن قاينىتىلغان كاللەكبەسەي زىماتى ياكى كۆيدۈرۈلگەن قۇرۇق قاپاق ۋە يېڭى زەيتۇن يوپۇرمقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش.

مۇرەككەپ دورىنىڭ تەركىبى رەۋەن ۋە ئابدىمىلىك يوپۇرمقى ئۇسارىسىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، زەنگارىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، بۇلاردىن سۇ بىلەن ھەسەل قېيامىدا سۈركەلمە تەييارلىنىدۇ. بەزىدە ئۇنى قىسائۇل ھىمار ئۇسارىسى ۋە قىزىل زاك بىلەن كۈچەيتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئۇ سۈركەلمە ئۈستىگە قۇرۇق لاتا قويۇلىدۇ. يەنە زىراۋەندە، موزا، زەيتۇن يېغىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، بۇلاردىن

يارا ۋە ئۇنىڭ ئەتراپى ئۇچۇن سۇركەلمە تەييارلىنىدۇ ياكى ھاك ۋە سېرىق زاكتىن بىر ھەسسىدىن، زەرنىختىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ سۇركەلمە تەييارلىنىدۇ.

يەنە قىزىل زاكتىن 36 گىرام، سېرىق زاكتىن 30 گىرام، زاكتىن 12 گىرام ئېلىپ، بۇلارنى 104 گىرام ئۆتكۇر سىركىدە سىركە قايناپ يوقالغۇچە قاينىتىپ سۇركەلمە تەييارلاپ، ئاندىن پەلكۇچ بىلەن ئېلىپ يارىغا سۇركىلىدۇ.

يەنە سېرىق زاك ۋە زاكنىڭ ھەربىرىدىن يىگىرمە ھەسسە، تۆمۇرنىڭ سىرتقى قەۋىتىدىن 16 ھەسسە، تۆشۈكى يوق موزىدىن سەككىز ھەسسە ئېلىنىدۇ.

يەنە تۇزدىن بىر ھەسسە، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، مىس قاسىرىقى، كۆيدۈرۈلگەن قەيسۇر ناملىق تاشنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىنىدۇ.

ياخشى مەلھەم ئەنزىرۇت، كۆيدۈرۈلگەن مىس، موزا، زەنگار، زىراۋەندە قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق ۋە چاپلاشقاق قىلىش ئۈچۇن ئازراق ھۆل يېلىم بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، يارىنى تازىلىغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ.

بەك مەنپەئەت قىلىدىغان تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورا قىزىل زاكتىن 72 گىرام، سۇ كۆرمىگەن ھاك، زەمچە، ئانار پوستىنىڭ ھەربىرىدىن 48 گىرامدىن، كۇندۇر ۋە موزىنىڭ ھەربىرىدىن 96 گىرامدىن، مومدىن 360 گىرام، كونا زەيتۇن يېغىدىن 208 گىرام ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر ياخشى دورا كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن، كىبىرىت، كۆيدۈرۈلگەن مىس، قوغۇشۇن ئۇپىسى، كۇندۇر، مەدەستان، مۇرمەككى، ئىقلىمىيا، ئوشەق، جاۋشىر، مەستىكى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، كالىنىڭ بۆرەك يېغى، ئۇد خام، بەتەم يېلىمى، ئاس يېغى، مۇم قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ، ئېرىيدىغانلىرىنى ئېرىمەيدىغان ۋە سوقۇلىدىغان دورىلار يۇغۇرۇلغۇدەك مىقداردا سىركىدە ئېرىتىپ، ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ يۇغۇرۇلىدۇ.

جالىنۇس ۋە ئۇنىڭ باشقىسى بىرلەشتۈرۈلگەن ئۇنۇملۇك دورا مىس پوقى ۋە سوقۇلغان زەنگارنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، مومدىن 170 گىرام، لاركىس يېلىمىدىن 45 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ئېرىيدىغانلىرىنى ئېرىتىپ، سوقۇلىدىغانلىرىنى سوقۇپ، ھاجەت مىقدارىچە مومنىڭ مىقدارى ئاز - كۆپ قىلىپ

تەييارلىنىدۇ. بۇ كىشىلەر ئۇنىڭغا مەرقىشىا ئارىلاشتۇرۇشنى ياخشى كۆردى. بۇ دورا ھەققىدە جالىنۇس ئۇزۇن سۆزلىدى. ئەگەر بۇنداق يارا زەكەرگە ئوخشاش ئەزادا بولسا، ئۇنىڭغا كۆيدۈرۈلگەن داۋائى قىرتاس، داۋائى ئەنزىروت، كۆيدۈرۈلگەن قۇرۇق قاپاق ياكى كۆيدۈرۈلگەن كىر يۇڭ ياكى سەرۋە دەرىخى يوپۇرمىقى كۈلى ياكى چىنار دەرىخى كۈلى ئىشلىتىلىدۇ.

10 - پەسىل تەستە ساقىيىدىغان يارا ۋە بۇزۇلغان يارىنى داۋالاش توغرىسىدا

شۇنى بىلىش لازىمكى، مۇتلەق تەستە ساقىيىدىغان يارىلار خۇددى ئومۇمىي بولغان يارا خاس يارىدىن باشقىسى بولغىنىدەك، گۆشخور يارا ۋە ئوفۇنەتلەنگەن يارىنىڭ باشقىسدۇر. چۈنكى گۆشخور يارا ۋە ئوفۇنەتلەنگەن يارا يامرايدۇ، تەستە ساقىيىدىغان يارا بەزىدە يامرىماي ئۆز ھالىتىدە بىر مەزگىل تۇرىدۇ. بۇ ئاقمىنىڭمۇ باشقىسدۇر. چۈنكى ئاقما قوتۇر بولمايدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، گۆشخور يارا، ئوفۇنەتلەنگەن يارا ۋە ئاقما تەستە ساقىيىدىغان يارىلار قاتارىدىندۇر. تەستە ساقىيىدىغان يارىلارنىڭ ھەممىسى گۆشخور يارا ۋە ئوفۇنەتلەنگەن يارا قاتارىدىن ئەمەستۇر.

بەك بۇزۇلغان ۋە ساقىيىشتىن يىراق يارىنى داۋالاش قانۇنىيىتى شۇكى، ئەگەر يارىنىڭ سەۋەبى مىزاجىنىڭ ناچارلىقىدىن بولسا، مىزاجى ياخشىلىنىدۇ ياكى قانىنىڭ ناچارلىقىدىن بولسا، شۇ ناچارلىققا قارشى ياخشى قان پەيدا قىلىدىغان غىزا بېرىلىدۇ ياكى قان ئازلىق بولسا، قان كۆپەيتىلىدۇ ۋە ياخشى غىزا كۆپ بېرىلىدۇ. ئەگەر سەۋەب بوشاش ۋە يىرىڭلاش بولسا، بوشاش ۋە يىرىڭنى داۋالىغانىدەك داۋالىنىدۇ. ئەگەر سەۋەب تېخىچە ئاقمىغا ئۆزگەرمىگەن ھەددىدىن زىيادە قۇرۇقلۇق بولسا، نورمال ھۆللەش بىلەن داۋالىنىدۇ. بۇ ھەقتە ياخشى تەدبىرلەردىن بىرى ئىسسىق سۇ بىلەن ئەزا تەرلەپ قىزىرىپ كۆپكەنگە قەدەر تەرلىتىشتۇر. ئاندىن تەرلەش

توختىتىلغاندىن كېيىن مۇشۇ مقداردىن ئاشۇرۇۋېتىلمەيدۇ. چۈنكى، تەرلىتىش بىلەن ئەزاغا كۆپ ماددا ۋە چوڭ ئاپەت تارتىلىدۇ ۋە شۇنىڭدىن كېيىن دورا ئازراق قوللىنىدۇ. بەزىدە ئىلمان سۈدا نەمدەلگەن رەختنى قويۇش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە يارىنى تاتىلاپ قانىتىشقا ۋە ئۇ يارا ئەزانى ئۆۋۈلاشقا ھەم زۇپتى رۇمى چۈشكەن مەلھەملەرنى ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئەگەر سەۋەب يارا ئەتراپىدىكى گۆشتە يۈز بەرگەن ناچار ئەھۋال بولسا، يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلغان تىلىش، قانىنى چىقىرىش ۋە قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەگەر سەۋەب ماددا قۇيۇلۇپ تۇرىدىغان پۈت ۋېناسىدىكى كۆپۈش بولسا تومۇر كېسىلىدۇ ۋە ئۇنىڭ قېنى ئاققۇزۇلىدۇ ياكى تارتىلىدۇ. كۆپىنچە شۇ ئارام بېرىدۇ. لېكىن تولۇپ قېلىش بولسا، ئالدى بىلەن قان ئېلىنىدۇ، سەۋدا خىلتى بولسا، خىلت تازىلىنىدۇ، ئاندىن كۆپكەن تومۇرغا تېگىش قىلىنىدۇ. ئىلگىرى ياردىن يامانراق ئەھۋال يۈز بەرمەسلىكى ئۈچۈن كۆپكەن تومۇرغا تېگىش قېلىشتىن بۇرۇن ئۇنىڭدىن مۇمكىنقەدەر قان ئاققۇزۇلىدۇ، ئاندىن پۈت كۆك تومۇرى كۆپۈشتىن يۈز بەرگەن جاراھەت داۋالىنىدۇ، ئاندىن تەستە ساقىيىدىغان يارا داۋالىنىدۇ. ئەگەر سەۋەب ئەزانىڭ ئاجىزلىقى بولسا، ئۇ توغرا كېلىپ قالغان كەيپىياتتىن ئەمەس، مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بولىدۇ. بەلكى ئۆز مىزاجى بويىچە ئىسسىق ۋە سوغۇقلۇقتىن ئىبارەت نورماللىقتىن يىراق بولغان ھەددىدىن زىيادە مىزاج بۇزۇلۇشتىن ۋە مىزاجلارغا ئەگىشىپ كېلىدىغان زىيادە شالاڭلىشىش ياكى قاتتىق زىچلىششتىن بولىدۇ. زىيادە شالاڭلىشىش كۆپىنچە ھۆل ئىسسىق مىزاجغا ياكى ھۆل مىزاجغا، قاتتىق زىچلىشىش قۇرۇق سوغۇق مىزاجغا ياكى قۇرۇق مىزاجغا ئەگىشىپ كېلىدۇ. شۇڭا، سەۋەب بولغۇچىغا ئەكسى بىلەن ياكى ئەكسىگە سەۋەب بولىدىغان نەرسىلەر بىلەن ئىلاج قىلىش كېرەك. كۆپىنچە سەۋەب ماددىنى تارتقۇچى ۋە ئۇنى قويۇپ بەرگۈچى ھارارەت بولۇپ، ئۇنى داۋالاشتا قابىز سوۋۇتقۇچى دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئەگەر سەۋەب ئاقما بولسا ئاقمىنى داۋالىغاندەك داۋالىنىدۇ. ئەگەر سەۋەب يارىغا يېقىن سۆڭەكنىڭ بۇزۇلۇشى بولسا، يېرىپ سۆڭەك ئېچىلىدۇ، ئەگەر سۆڭەكتىكى

بۇزۇلۇشنى قىرىپ يوقىتىش مۇمكىن بولسا قىرىپ تولۇق يوقىتىلىدۇ. ئەگەر قىرىش مۇمكىن بولمىسا كېسىلىدۇ ۋە بىز سۆڭەك بۇزۇلۇش بايانىدا چۈشەندۈرگەن ئىشلار قوللىنىلىدۇ. جالىنۇس دېدىكى، بىر بالىنىڭ كۆكرىكىدە تۆش سۆڭىكىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى سۆڭەككە يەتكەن ئاقما بار ئىدى. بىز تۆش سۆڭىكىنى ئوراپ تۇرىدىغان نەرسىلەرنى ئېچىپ ئۇنىڭغا بۇزۇلۇش يەتكەنلىكىنى بايقاپ، ئۇنى كېسىشكە مەجبۇر بولدۇق. بۇزۇلغان ئورۇن يۇرەك ئورۇنلاشقان ئەزا ئىكەن، بىز بۇنى كۆرگەندە بۇزۇلغان سۆڭەكنى ئېلىۋېتىشتا ناھايىتى سىلىقلىق قىلدۇق ۋە ئىچكى تەرەپتىن يۇرەكنى ئوراپ تۇرىدىغان پەردىنى قالدۇرۇشقا ۋە يۇرەكنىڭ ساغلاملىقىنى ساقلاشقا ناھايىتى ئەھمىيەت بەردۇق، بۇ پەردىنىڭ تۆش سۆڭىكىگە تۇتاشقان قىسمىمۇ ئوخشاشلا ئىشلەنگەن ئىكەن. جالىنۇس دېدىكى، بىز يۇرەكنى ئوچۇق كۆزەتتۇق، خۇددى بىز دەستىكاردا ئومۇرتقا تۇۋرۇكى سۆڭىكىنى ئاچقاندا يۇرەكنى ئوچۇق كۆرگەندەك. جالىنۇس دېدىكى، بۇ بالا سالامەت قالدى ۋە بىز كەسكەن شۇ ئورۇنغا گۆش ئۇلۇپ ھەتتا تولدى ۋە بەزىسى بەزىسگە تۇتاشتى ھەمدە يۇرەك پەردىسىنى يېپىش بۇنىڭدىن بۇرۇن غىلاپنىڭ بېشى يۇرەكنى ياپقاندەك بولدى.

جالىنۇس دېدىكى، بۇ كۆكرەك تېشىلىدىغان جاراھەتتىن چوڭراق ئەمەستۇر. جالىنۇس دېدىكى، جاراھەت كونىرسا ۋە سوزۇلما بولسا، قىزارتقۇچى دورا بىلەن ئۇنىڭدىن قان ئاققۇزۇش ياخشىدۇر. كۆپىنچە تەستە ساقىيىدىغان يارىلار ئۇچۇن تەييارلاپ قويۇلىدىغان دورىلاردىن مىس پوقى، كۆيدۈرۈلگەن ۋە كۆيدۈرۈلمىگەن زەنگار، قوغۇشۇن پوقى، تۆمۇر پوقى، تەنكار، ئوشەق قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ئۇلاردىن قىرۇتى تەييارلىنىدۇ. ئەگەر زەمچە ۋە موزىغا ئوخشاش دورا بولسا، سىرىق زاك، زاك ۋە ئۇنىڭغا ئوخشايدىغان نەرسىلەردىن ئەزاغا ماددىنىڭ سىرغىشىنى چەكلىگۈچى نەرسىلەر بىلەن بىرگە قىرۇتى تەييارلىنىدۇ.

پۈتۈشى تەس يارىلارنى داۋالايدىغان نەرسىلەردىن بىرى، ئىقلىمىيا، تەنكار، ئوشەق، زەمچىنىڭ ھەربىرىدىن 24 گىرامدىن، زەنگار، مىس قاسىرىقىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، سەرۋى دەرىخى يېلىمىدىن 12 گىرام، موم ۋە ياغدىن ھەممىگە مەلۇم بولغان بويىچە ئېلىنىدۇ.

يەنە مومدىن 30 گىرام، چىلغوزا دەرىخى يېلىمىدىن 24 گىرام، ئىقلىمىيادىن توققۇز گىرام، سېرىق زاكتىن 18 گىرام، ئاس يېغىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىنىدۇ. يەنە سېرىق زاك ۋە ئىقلىمىيانى مىزاج ئېتىبارى بىلەن دېڭىز سۈيىگە ياكى غورا سۈيىگە ياكى قەلەي، ھاك يېنىك قاينىتىلغان سۇغا ئاپتاپتا ياخشى چىلاپ، ئاندىن دېڭىز سۈيى ياكى قەلەي سۈيى تۇزلۇق بولغۇچە سۈزۈلىدۇ.

يەنە كۆيدۈرۈلگەن مىس، ئۇدۇخام، ئەندۇران تۇزىنىڭ ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن، موم، ئاس يېغىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىنىدۇ ۋە بۇ خىل يارىغا ئاقما دورىلىرىنى قۇرۇتۇپ سوقۇپ ئىشلىتىلسە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇ دورىلاردىن بىرى، ھەرقانداق بەدەنگە لايىق مۇرەككەپلەشتۈرۈش ئوخشاش بولماسلىق بىلەن بىرگە كۇرسىنە ئۇنى، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، كۆيدۈرۈلگەن زىراۋەندە، كۆيدۈرۈلگەن مىس، كۇندۇر توپىسى قاتارلىقلاردۇر.

ياخشى دورا ئېكەكدەلگەن مىس ۋە ئېكەكدەلگەن تۆمۈرنى ئېلىپ زەمچە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ۋە قىزىل لاي بىلەن ئوراپ تونۇردا كۆيدۈرۈلىدۇ، ئاندىن چىقىرىپ يۇمشاق سوقۇپ، سېپىلما قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى بۇ دورىلار ۋە مەدەستاندىن مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

ياخشى مەلھىمى زەھەرلىنىڭ نۇسخىسى ئالتۇن رەڭلىك مەدەستاندىن 680 گىرام، موم، مازەرىيون يىلتىزىنىڭ ھەربىرىدىن 144 گىرام، زەنگاردىن 72 گىرام، مەدەستان پۇرىقى بىلەن گىل ھېكمەت قىلىپ سوقۇلغان ئالتۇن ئېكەكدەلمىسىدىن 160 گىرام، كونا ياغدىن 1020 گىرام ئېلىپ، ياغ دورىلارغا ئالدى بىلەن مەدەستان، ئالتۇن، زەنگار، ئۇنىڭدىن كېيىن باشقا دورىلار سېلىنىدۇ. يەنە تونۇردا قېپقالغان نانىنىڭ كۆيۈكى، قۇلۇلە قېپىنىڭ كۈلى، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان قوغۇشۇن قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ئۇنىڭدىن ئاس يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بۇ ياغ مەدەستان بىلەن قىيام قىلىنغان بولۇشى كېرەك.

بۇنى تەييارلاش ئۇسۇلى شۇكى، مەدەستاندىن 30 گىرام، ناھايىتى ئۆتكۈر سىركىدىن 90 گىرام، زەيتۇن يېغى ياكى ئاس يېغى ياكى قايسى ياغ بولسۇن 60 گىرام ئېلىپ، مەدەستان ئېرىپ قويۇلغىچە ۋە كۆيۈپ كەتمىگىچە يېنىك

كۆيدۈرۈلىدۇ. بۇزۇلغان يارا ئۇچۇن مس قاسرىقى، زەنگار، بوشراق يۇيۇلغان ھاك قاتارلىقلاردىن سېپىلما تەييارلىنىدۇ ياكى سوقۇلغان زاكتىن سېپىلما تەييارلىنىدۇ ياكى زۇپادىن 12 گرام، قىزىل توغرىغۇدىن ئالتە گرام ئېلىپ سېپىلما تەييارلىنىدۇ. ئالدى بىلەن يۇقىرىقى دورىنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈركەپ، ئاندىن ئۇنىڭ ئۈستىگە تۆۋەندىكى بۇ دورا سېپىلىدۇ.

ئۇنىڭ تەركىبى مس قاسرىقى، زەمچىنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى ھەسسىدىن، قىرۇتتىن 30 گرام ئېلىپ، ئاپتاپتا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئۇپا، زەمچىنىڭ ھەربىرىدىن 24 گرامدىن، مس قاسرىقى، ئەندۇران تۇزى، كۇندۇر، زەنگار، ئانار پوستىنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى ھەسسىدىن، ھاكتىن بىر ھەسسە، مومدىن 90 گرام، ئاس يېغىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

يەنە: مەدەستان، زەيتۇن يېغىنىڭ ھەربىرىدىن 340 گرامدىن، زىراۋەندە، تېشىلمىگەن موزا، ئوشەقنىڭ ھەربىرىدىن 30 گرامدىن، ئۇششاق كۇندۇردىن 60 گرام ئېلىپ، ئوتتا قويۇپ، قومۇش يىلتىزى بىلەن قوچۇپ سۈركەلمە تەييارلىنىدۇ.

11 ـ پەسىل ئاقمىلار ۋە چاپلاشمايدىغان تېرىلەرنى داۋالاش توغرىسىدا

ئاقما، ئۇنىڭ ھۆكۈملىرى ۋە تۈرلىرى توغرىسىدا يۇقىرىدا سۆزلەندى. تىكلەش ياكى يېرىش بىلەن ئۇنىڭدىن زەرداب ۋە بۇزۇلغان ھۆللۈكلەرنى ئاققۇزۇشتىن ئىبارەت زۆرۈر تەدبىرمۇ بۇنىڭدىن ئىلگىرىكى ئورۇنلاردا بايان قىلىندى. ئەمما ئاقمىغا خاس داۋالاشمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. چۈنكى، ئاقما ياكى يېڭى، ئاسان ساقىيىدىغان بولىدۇ ياكى كونا، قاتقان، يىرىڭلىرى گۆشكە چوڭقۇر چۆككەن بولىدۇ. بۇنى داۋالاش قېيىن، چۈنكى بۇنىڭدا زۆرۈر ئىش قىرغۇچى سايمان ياكى ئۇنىڭ باشقىسى بىلەن ئوتتا ياكى دورىدا داغلاپ شۇ قاتقان يىرىڭنىڭ ھەممىسىنى تەلتۆكۈس كېسىپ ئېلىۋېتىشتۇر، بۇ قېيىن ھەم مۇشەققەتلىكتۇر. بولۇپمۇ ئاقما

نېرۋىنىڭ يېنىدا ياكى رەئىس ئەزانىڭ يېنىدا بولسا.

بەزىدە بىمار ئاقمىنى قالدۇرۇشقا ۋە داۋالاش ئازابىنى تارتقۇچە ئالامىتىگە قاراپ داۋالاشقا مايىلراق بولىدۇ. بەزىدە قۇرۇتۇش ۋە ئىچىدىكى بۇزۇق مايلىق گۆشنى يېگۈزۈش، قېپقالغان ئۆلۈك گۆشنى قۇرۇتۇش ۋە پۈتتۈرۈش مۇمكىن بولىدۇ. بۇ ئاقما تولۇق پۈتمەستىن، ئۇزاق مۇددەت توختاپ قالىدۇ. شۇنى خالىغان كىشى ئاقمىنى ئۇنىڭدىكى بۇزۇق مايلىق گۆشتىن تازىلاش، ئاندىن ئۇنى قۇرۇتقۇچى دورىلار بىلەن توشقۇزۇپ قويۇش كېرەك، چۈنكى ئاقما تولۇش، مىزاجنىڭ ھۆللۈكى، سۇ تېگىش، ئاغرىتىدىغان ھالەتتە ئاقمىنى بېسىپ يېتىش، سوقۇلۇش، ئۇرۇلۇش، يۆتەل، تىترەش قاتارلىق خاتالىقلار يۈز بەرمەسە، ئاقما قۇرۇغان ھالەتتە تۇرىدۇ. ئەمما، ئاقمىنى قومۇرۇپ يىلتىزىدىن كېسىپ ئىلاج قىلىشتا شۇنى بىلىش كېرەككى، ئاقما يامان سۈپەتلىك، كونا، سوزۇلما بولسا، ئۇنىڭدىكى قېتىۋالغان يىرىڭنى كېسىش ياكى بىز تۆۋەندە بايان قىلىدىغان بويىچە داغلاش يولىنى ۋە ئاقمىنىڭ ئۆتۈش يولىنى بىلىش ئۈچۈن، داغلىنىپ قومۇرۇلغانغا قەدەر ئېھتىيات قىلىپ تۇرۇپ ئەگرى - بۈگرى يېرىش بىلەن بىرگە ئوتتا داغلاش ياكى ئۆتكۈر دورا بىلەن داغلاشتىن باشقا دورىسى بولمايدۇ. مەسىلەن: نۆشۈدۇر، زەرنىخ، كىبرىت، زەنگار، سىماب قاتارلىقلارغا ئوخشاش، بۇ دورىلاردىن سىماب ئومۇمىي دورىلاردا ئۆلتۈرۈلىدۇ ۋە ئۇ سىماب تەڭ مىقداردا تۆمۈر ئېكەكدەلمىسى، ئۇنىڭ يېرىم مىقدارىدىكى قەلەي ۋە ھاكقا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، پار قازىنىدا ئۆرلىتىلىدۇ ياكى مۇشۇ ئىشقا مەشغۇل بولىدىغانلار بىلىدىغان بويىچە شىشە قاچىدا قۇرۇتۇپ تۇزغا ئوخشاش ئۆرلىتىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭدىن ئاقمىنىڭ ھارارىتى ئۆرلەپ كۆيۈپ ئاجرىسا، قىسقۇچ بىلەن تۇتۇپ چىقىرىلىدۇ ۋە ئاغرىقنى توختىتىش ئۈچۈن بىرەم - بىرەم ئەزاغا ياغ توشقۇزۇلىدۇ، ئاندىن ياىرغا ئىلاج قىلغاندەك ئىلاج قىلىنىدۇ. ئەمما يېڭى، ئاسان ساقىيىدىغان ئاقمىنى كۈچلۈك دورىلار بىلەن ئارقىمۇئارقا يۇيۇش لازىم. مەسىلەن: قەتران، ھەر خىل كۆللەرنىڭ سۈيى، تۇزلۇق دېڭىز سۈيى، زەرنىخ ۋە نۆشۈدۇر ئارىلاشتۇرۇلغان سوپۇن سۈيى، قۇرۇق ياكى ھۆل كۆيدۈرۈلگەن مىس ۋە نۆشۈدۇرنىڭ پارلاندۇرۇلغان سۈيى ۋە قەلەي، ھاك، تۇخۇم

شاكىلى قاينىتىلغان سۇ قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ئاقما تازىلىنىپ بولسا، ئۇنىڭغا داۋائى خەرۇئى قويۇلىدۇ.

كۆز ئاقمىسى دورىلىرىدا سۆزلەنگەن مەلھەمى زەرنىخ ئاجايىپ مەنپەئەتلىك ۋە داۋائى جالىنۇس قىرتاسى ۋە زاك، ئاق زاك، كۆيدۈرۈلگەن مىس، زەنگار قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان دورىلار ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش قەنتەرىيۇن، كۇرسىنە ئۇنى، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، ھەمشىباھار قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان دورىلار ئاجايىپ مەنپەئەتلىكتۇر. ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن يىلتىزىنى ئاقمىغا توشقۇزۇپ، تەجرىبە قىلغاندا، ئۇنى ساقايتتى. شۇنداقلا خەربەقنى ئاقمىغا توشقۇزۇپ، ئۈچ كۈن قويۇلسا ساقايتىدۇ، شۇنداقلا قىزىل زاك، قىسائۇل ھىمار ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى بەتەم يېلىمى بىلەن ياكى ھىك كۆتىكى ئۇسارىسى ياكى زەنگار، ئوشەق سىركە بىلەن ياكى ئوشەق، ئاق زاك، زاك، سىرىق زاك، ئەرەب يېلىمى سىركە بىلەن ئاقمىنى ساقايتىدۇ ياكى كىچىك بالىلارنىڭ سۈيدۈكىنى ئېلىپ، ئوشەق، زاك، سىرىق زاك، ئاق زاك، ئەرەب يېلىمى قاتارلىقلار بىلەن بىللە قوغۇشۇن ھاۋانچىدا قويۇلۇپ، قۇرۇغىچە داۋاملىق سالايە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئىسكەندىرىيەلىكلەر ئىشلەتكەن ياخشى دورىنىڭ نۇسخىسى ھىك كۆتىكى، قورۇلغان زاك، سىرىق زاك، زەنگار، زەمچىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، زەرارىھتىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، سېپىلمە ياكى مەلھەم تەييارلىنىدۇ ياكى زەرارىھ قاينىتىلغان سىركە بىلەن بىرلەشتۈرۈلىدۇ ۋە زەرارىھ نۇسخىدىن قالدۇرۇلىدۇ، بەزىدە ئۇنىڭغا ھەسەل ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

يەنە سەبرە، زەنگار، مەدەستان، تۇخۇم شاكىلى قاتارلىقلار ئېلىنىدۇ. ھاك سېلىنغانلىرى كۈچلۈكرەك بولۇپ، ئۇنىڭغا ھاك ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. يەنە بىز تەستە پۈتىدىغان يارىلار بايانىدا بايان قىلغان كۈچلۈك دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ياخشى گۆش كۆرۈنسە، چاپلاشتۇرغۇچى، گۆش ئۈندۈرگۈچى دورا ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئاقمىنىڭ يېنىدا بۇزۇق گۆش بولسا، ئۇنى ياخشىلاش ۋە ئۇ ئاقمىنى داۋالىغاندەك داۋالاش كېرەك. ئەگەر زەردابلىق ھۆللۈكنىڭ ئازلىغانلىقى ياكى يىرىڭغا ئۆزگەرگەنلىكى كۆرۈلسە، داۋالاش مەنپەئەت قىلىشقا يېقىنلاشقان بولىدۇ.

12 - پەسىل جاراھەتلەر ئۈستىدىكى ئۆسمە گۆش توغرىسىدا

بۇنى داۋالاشتا پاكلىغۇچى، قۇرۇتقۇچى دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئازراق ئېچىشتۇرىدىغان ھەرقانداق دورا ياخشىدۇر. بۇ يەردە گۆش ئۈندۈرۈشتە كۈتۈلىدىغان تەبىئەتنىڭ ياردىمىنى كۆتمەسلىك كېرەك، چۈنكى گۆش ئۈندۈرۈش تەبىئي ئىشتۇر. تەبىئەت ئۈندۈرگەن ھەرقانداق نەرسە دورىنىڭ ياردىمى بىلەن ياكى تەبىئەتنىڭ خىزمىتىگە قارشى ئۇنىڭ ياردىمسىز بولىدۇ. دورىغا كۆپرەك تايىنىشقا توغرا كېلىدۇ.

شۇنى بىلىش لازىمكى، بۇ ھەقتە تەييارلانغان قۇرسلار كونىسىغا مەنپەئەت قىلمايدۇ، بەلكى يېڭىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر قۇرس ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، قۇرسنى مۇھاپىزەت قىلىپ، ئۇنى ھاۋادا بۇزۇلمايدىغان ئورۇنغا كۆمۈش لازىم، بۇنىڭ ئۈچۈن سىركىنىڭ پىسىپى ياخشى دەپ قارالدى، بۇ مېنىڭ نەزىرىمدە پۈتۈنلەي توغرا ئەمەس. دورىلارنى قۇرس ۋە بانادۇق قىلىپ تەييارلاش قۇۋۋەتنى بەكرەك ساقلايدۇ. ئەمما، بۇ كېسەللىك زەرنىخ سۇيى، سامساق سۇيى ياكى سىركىدىن ئىبارەت ئۆتكۈر سۇلارنى ئىچۈرۈشكە ئېھتىياجلىق بولىدۇ، دېيىلگەن سۆز، جاراھەتنى قۇۋۋەتنىڭ تارقىلىشىغا تەييارلايدىغان ۋە ئۇنى بۇزىدىغان ھاۋاغا يارىدەم بېرىدىغان نەرسىلەردىندۇر. قويۇقراق، مۇستەھكەمرەك دورا بۇ ھەقتە بەكرەك مەنپەئەت قىلىدۇ، مەنپەئەت قىلىشى قۇۋۋەت جەھەتتىن ئەمەستۇر. بەزىدە سۇيۇق دورا كۆچلۈكرەك بولىدۇ، لېكىن ئۇ ھاۋادىن ۋە ئارىلاشتۇرۇلغان نەرسىلەردىن تەسىرلىنىش تەرەپتىن ئازراق مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ ئۆز ھالىتىدە تۇرۇشى كۆپرەك بولىدۇ. بۇ دورىلار مىس قاسىرىقى، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، گۆشى بىلەن كۆيدۈرۈلگەن ئىككى خىل كىرپە قاتارلىقلارغا ئوخشاش. لېكىن، كىرپە بەزىدە ئازراق تازىلايدۇ ۋە گۆشنى تېگىشلىك بولغىنىدىن كۆپرەك قورۇيدۇ. بىز

يۇقىرىدا سۆزلىگەنلەردىن كۆچلۈكرەكى تۆگمەن تېشىنىڭ چېچىكىدۇر، ئۇنىڭدىن كۆچلۈكرەكى قىزىل زاك، تەنكار، ئوشەق، سېرىق زاك، زاك قاتارلىقلاردۇر. كۆيدۈرۈش ئۇ دورىلارنىڭ قۇۋۋىتى ۋە ئېچىشتۇرۇشىنى بىرگە ئازايتىدۇ ھەمدە لەتىفلىكىنى ئاشۇرىدۇ. مىس چېچىكى كۆچلۈكتۇر، لېكىن زەنگارغا ئوخشاش ئەمەستۇر، بولۇپمۇ مىس قاسىرىقىدىن تەييارلانغان مىس چېچىكى كۆچلۈكتۇر.

ئۆسمە گۆشنى ياخشى يەيدىغان نەرسىلەردىن بىرى، قەلەي، زەنگاردۇر. كۆپىنچە ئۆسمە گۆشنىڭ ئۈستىگە دېگۈز سۈيىگە چۆكۈرۈلگەن ياكى ئاچچىق تۇز سېلىنغان سىركە سۈيىگە چۆكۈرۈلگەن رەختنى قويۇش ئۇنى تارقىتىدۇ، كىچىكلىتىدۇ. بەزىدە قەلەي ۋە ئۆچۈرۈلگەن ھاكىنى ئېلىپ، يەتتە ھەسسە سۇغا سېلىپ، يەتتە كۈن ئاپتاپتا قويۇلىدۇ. ھەر كۈنى ھەر ۋاقىت قويۇلۇپ بولغۇچە قوچۇپ، ئۇنىڭدىن قۇرس تەييارلىنىدۇ.

شۇنداقلا قۇرسى نىيتىلقۇس ئىشلىتىلىدۇ. مەلھىمى ئەخزەر بۇ ھەقتە ئاجايىپ مەنپەئەتلىكتۇر. ئەندۇران تۇزى بىلەن تەييارلانغان مەلھىمى ئەخزەر ۋە ئەشقەربەتاتىل لەھمى دەپ ئاتىلىدىغان مەلھەم ۋە داۋائى دىيارۇن ۋە داۋائى دۇدىيا ۋە مىس قاسىرىقى، ئۇششاق كۈندۈردىن تەييارلىنىدىغان دورا بەك ئۆسۈپ چىققان گۆشنى ئېچىشتۇرماستىن ياخشىلايدۇ ۋە بۇرۇن بوۋاسىرىغا ئىشلىتىلگەن دورىلارنىڭ ھەممىسى گۆشنى ياخشىلايدۇ.

13 ـ پەسىل پۈتكەندىن كېيىن قايتىلانغان يارىلارغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

يارىلار قايتا قوزغالغاندىن كېيىن داۋالاش شۇكى، ناچار گۆش ۋە گۆش يېنىدىكى ناچار سۆگەك ئېلىۋېتىلىدۇ، ئاندىن ھەممىگە مەلۇم بويىچە قۇرۇتۇشقا ۋە سۆگەكنى ئاچىدىغان دورىلارغا مەشغۇللۇق قىلىنىدۇ. بەزىدە قارا خەشخاش يوپۇرمىقىغا ئوخشاش تارتقۇچى دورىلار ئەنجۈر يوپۇرمىقى ۋە ئەنجۈر تالقىنى بىلەن زىمات قىلىنىدۇ ياكى بەزرۇلبەنجى، ئاق زاك تەڭ مىقداردا ئېلىپ زىمات قىلىنىدۇ.

14 - پەسىل يارا ۋە جاراھەتلەرنىڭ ئىزلىرى توغرىسىدا

يارا ۋە جاراھەتلەرنىڭ ئىزلىرىنى يوقىتىشتا كۆچلۈك پاكلىغۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بۇ دورىلارنىڭ قۇۋۋىتى دورا پاكلايدىغان نەرسىلەرنىڭ قۇۋۋىتىگە باراۋەر بولۇپ، ئېغىر يارا ئىزلىرى كۆچلۈك دورا بىلەن، يېنىك يارا ئىزلىرى ئاجىز دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ. كۆچلۈك يارا ئىزلىرىنى داۋالىغۇچى كۆچلۈك تازىلىغۇچى دورىلاردىن تۆمۈر ئۇۋۇندىسىنى لوك ۋە ئىترىفىل بىلەن بىرگە ئېلىپ، يارا ئىزى ئۈستىگە تىلا قىلىنىدۇ. مېنىڭ قارىشىمدا تۆمۈر دېتى ياخشىراقتۇر، شۇنداقلا زەنگار ياخشىراقتۇر ۋە يارا ئىزىغا يېگىنە سانجىپ، ئۈستىگە ھاك ۋە ھەسەل تىلا قىلىنىدۇ ياكى ياۋا ئۈزۈم ۋە ھەسەل ياكى پىننە ئۇسارىسى ۋە تۇخۇم ئېقى تىلا قىلىنىدۇ. ئېغىر جاراھەت ئىزىغا زەرنىخ ۋە پىلپىل تېشى تىلا قىلىنىدۇ. ئەمما يېنىك جاراھەت ئىزىغا يەڭگىل دورىلاردىن باقىلە، نوقۇت ئۇنى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ربە، يۇمشاق بوش لاي، قوغۇن شاپىقى، ئېشەك يېغى بەك ياخشىدۇر، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن دورىلارنىڭ بەزىسى قوشۇلسا. ئەمما ئۇرۇلغاندىكى ئىزغا گۈلسەۋسەن يېغىنى سۈركسە تېز يوقىتىدۇ، ئاندىن بىز يېقىندا زىننەت بايانىدا سۆزلەيدىغان نەرسىلەرنى ئوقۇغايسىز.

تۆتىنچى ماقالە

نېرۋىدىكى پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش ۋە تېڭىققا ئالاقىدار بولمايدىغان سۆڭەكتىكى پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش توغرىسىدا

1 ـ پەسىل نېرۋا ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئەزالارنىڭ جاراھەتلىرى ۋە يارىلىرى توغرىسىدا

نېرۋىنىڭ سېزىمى كۈچلۈك بولغانلىقتىن ۋە ئۇ مېڭىگە ئالاقىدار بولغانلىقتىن، نېرۋىدا جاراھەتلەردىن ئىنتايىن قاتتىق ئاغرىقلار ۋە تەشەنئوج، ئەقىل ئىلىشىشقا ئوخشاش ئىنتايىن ئېغىر كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ. كۆپىنچە ئىلگىرى ئېغىر ئاغرىق بولماستىن، تەشەنئوجقا ئېلىپ بارىدۇ. بۇنىڭدا بەك ئاغرىتمايدىغان چوڭ ئىششىقنىڭ بولۇشى زۆرۈر بولىدۇ، ئۇنىڭ ئەھۋاللىرىنىڭ يېنىكرەكى قىزىتمىلار ۋە جاراھەت ئورنىدىن باشقا ئورۇندا كۆرۈلمىدىغان كۆپ ئىششىق، ئۇسسۇزلۇق، ئۇيقۇسىزلىق، تىلى قۇرۇش، بولۇپمۇ ئىششىق بولغاندا، مۇسكۇل تارتىلىشىدىكى جاراھەتلەرنىڭ ئەھۋالىمۇ شۇنداقتۇر. بولۇپمۇ مۇسكۇللارنىڭ باش تەرىپىدىكى جاراھەتنىڭ ئەھۋالى. ئەگەر نېرۋا ۋە ئۇنىڭغا ئوخشايدىغان ئەزالار ئىششىسا ياكى سوغۇقلۇق يەتسە تەشەنئوج بولىدۇ، ئەگەر نېرۋىغا ئوفوئەت يەتسە ئەزا ئىششىپ بۇزۇلىدۇ، ئوفوئەت نېرۋىغا تېز يېتىدۇ، چۈنكى، نېرۋىلار سوغۇقلۇق ئۈيۈتقان ۋە قويۇلدۇرغان ھۆللۈكتىن يارىتىلغاندۇر. بۇنداق ئەزاغا ھۆللۈكتىن ۋە ھۆل ھارارەتتىن ئوفوئەت

تېز يېتىپ، ئۇنىڭدا پىشۇالىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن سوغۇق سۇلار تەشەننۇج قىلغانلىق جەھەتتىن، ئىسسىق سۇلار ئوفۇنەتلەندۈرگەنلىك جەھەتتىن زىيان قىلىدۇ، شۇنداقلا ياغ زىيان قىلىدۇ، لېكىن بەزىدە ئاغرىقنى پەسەيتىش زۆرۈرىيىتى جەھەتتىن ياكى دورىلارنى سۈيۇلدۇرۇش ۋە ئاقتۇرۇش جەھەتتىن قىزىتىلغان ياغقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

دورىلار ياغنىڭ ھۆللىگۈچى كەيپىياتىغا قارشى بولىدۇ. يالغۇز يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىق بەزىدە نېرۋا جاراھىتىنى پەيدا قىلىدۇ، بەزىدە يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىقتىن جاراھەتلەنگەن ئەزامۇ ئاستا ئىششىيدۇ، شۇنداقلا ئىششىقنىڭ پىششى ۋە داۋالاشنى قوبۇل قىلىشىمۇ ئاستا بولىدۇ. بەزىدە نېرۋىدا پۈتۈشى ۋە پىششى ئاستا يارا پەيدا بولىدۇ. نېرۋىدا بولىدىغان ھەرقانداق جاراھەت يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىيدۇ ياكى يېرىلىدۇ. يېرىلىش نېرۋىنىڭ ئېچىلىشى بىلەن ياكى ئېچىلماستىن بولىدۇ. يېرىلىشنىڭ ھەممىسى ئۇزۇنسىغا ياكى توغرىسىغا بولىدۇ، نېرۋىدىكى ئۇزۇنسىغا بولىدىغان جاراھەت، توغرىسىغا بولىدىغان جاراھەتتىن بىخەتەرەكتۇر. ساق تالا كېسىلگەن تالاغا قوشنا بولغانلىقتىن ئاغرىيدۇ ۋە ئۇنىڭدىن ئەزىيەتلىنىدۇ ۋە ئەزىيەتنى مېڭگە يەتكۈزۈپ، تەشەننۇج ۋە ئېغىر كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ چاغدا كۆپىنچە جاراھەتلەنگەن ۋە يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىغان ئەزانى تولۇق كېسۈپتىپ، ئۇنىڭدىن راھەتلىنىشكە ۋە ناچار ئەگەشمە ئالامەتلەرنى يوقىتىشقا مەجبۇر قىلىدۇ. شىللىق پەردىلەردىكى جاراھەت نېرۋىدىكى جاراھەتتىن سىرت، تارىمۇشلاردىكى جاراھەتتىنمۇ يېنىكرەكتۇر. شىللىق پەردە كۆرۈش بىلەن ۋە تەشرىھتە تونۇشتۇرۇلغان نەرسىلەر بىلەن ۋە شىللىق پەردە مەزمۇت بولۇپ، ئۇنىڭدا ئۇزۇنسىغا تالا يوللىرىنىڭ كۆرۈلمەسلىكى بىلەن بىلىنىدۇ. شىللىق پەردىلىك تارىمۇشتا تالا يوللىرى ئۇزۇنسىغا كۆرۈلىدۇ، شىللىق پەردىلىك تارىمۇش ئىنتايىن قاتتىق بولىدۇ. شىللىق پەردە تارىمۇشتەك قاتتىق بولمايدۇ، تىكىش ۋە جاراھەتكە بەرداشلىق بېرەلەيدۇ. پەيلەرگە ئىككىنچى قېتىم سۆڭەكتىن سۆڭەككىچە يېتىدىغان يېرىلىش مۇشەققەتلىك ئەمەستۇر، بۇ كۈچلۈك داۋالاشقا بەرداشلىق بېرەلەيدۇ. نېرۋىلارنىڭ ئۇزۇلۇش خەۋپى بولمايدۇ ۋە گەرچە ئەزا ئۇزۇن

كېسەل تارتقان بولسمۇ، نېرۋىلارنىڭ يېرىلىش ۋە بەزى نېرۋىلارنىڭ ئۈزۈنسىغا ئۈزۈلۈش خەۋپى بولمايدۇ.

2 - پەسىل نېرۋا پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇشنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا

نېرۋا جاراھەتلىرىنىڭ دورىلىرى كۆيۈشتۇرمەيدىغان دەرىجىدە ھارارىتى مۆتىدىل، تەركىبلىرى لەتىف، قۇرۇق ئىسسىق دورىلاردۇر. بۇ دورىلارنىڭ قۇرۇتۇشى قەتئىي قابىزلىق بولماي، تارتىشش بولۇش بىلەن بىرگە بەك كۈچلۈك بولىدۇ. كۈچلۈك قۇرۇتۇش بىلەن بىرگە لەتىف ھارارەت بار ھەرقانداق نەرسە جەۋھىرى لەتىف بولغانلىقتىن، تارتىشتىن خالىي بولمايدۇ. نېرۋا جاراھەتلىرىدە بولۇپمۇ دەسلىپىدە قابىز دورىلاردىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك، لېكىن قابىز دورا كۆيدۈرۈلگەن مىس ۋە مىس پوقىغا ئوخشاش پاكلىغۇچى دورىلار بىلەن بىرگە بولىدۇ. بۇ دورىلاردەك جەۋھىرى ئېغىر بولغان دورىلار قابىزلىقى يوق سىركىدە سوقۇش بىلەن لەتىفلەشتۈرۈلىدۇ. بەزىدە سىركە ۋە ئۇنىڭ لەتىفلەشتۈرۈشىدىن ئۇنىڭدىن قويۇق نەرسىدە لەتىف ھارارەت ئاجرىتىلىدۇ.

بەزىدە دورىنىڭ چوڭقۇر چۆكۈشى ئۈچۈن ھارارەتنى كۈچەيتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ، لېكىن ئۇ دورا ئارىلاشتۇرۇلغان نەرسىلەر بىلەن قۇۋۇتى تۆۋەنلىتىلىپ، مۆتىدىللىككە مايىل قىلىنغانلىقتىن، نورمال قىزىتىدۇ ۋە كۈچلۈك قۇرۇتىدۇ. ئەگەر نېرۋا ئوچۇق بولسا، ئۆتكۈرلۈكى بار نەرسىگە قەتئىي بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ ۋە ئۇنىڭ نېرۋىغا بولغان زىيىنى چوڭ بولىدۇ.

ئەگەر دورا ياكى جاراھەتكە ئىشلىتىلىدىغان رەخت جاراھەتكە ئەمەلىي سوغۇق ھالەتتە ئۇچراشسا، نېرۋىلارنىڭ بۇنىڭ بىلەن زىيانغا ئۇچرىشى ئېغىر بولىدۇ. ئەگەر نېرۋىلاردا جاراھەت يۈز بەرسە، پۈتتۈرۈشكە ئالدىرىماسلىق لازىم. لېكىن ئالدى بىلەن قىزىق رەخت ۋە قىزىتىلغان ياغ، بولۇپمۇ خام زەيتۇن يېغى قاتارلىقلار بىلەن

ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ، ئاغرىقنى پەسەيتىش لازىم، چۈنكى ئىسسىق ئۆتكۈزۈشتە ئازراق قابىزلىق ۋە قىزىتىش باردۇر، قىزىتىلغان ياغنىڭ قىزىتىشى ئىلمان ياغنىڭ قىزىتىشىدىن يۇقىرىراقتۇر. چۈنكى، ئىلمان ياغ سوغۇق ياغ قاتارىدىندۇر. شۇنداقلا ئىششىقنى پەسەيتىشكە كۆڭۈل بۆلۈنىدۇ.

بۇ ۋاقىتتا ئىشلىتىلىدىغان نەرسىلەردىن بىرى سىركەنجىۋىل، كۈل سۇيى ۋە باقلە ئۇنى، كۇرسىنە ئۇنى، نوقۇت ئۇنى، ئاچچىق ماش ئۇنى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ئۇنلاردىن، ئارپا تالقىنى ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىدەك تالقانلاردىن تەييارلانغان زىماتلاردۇر. بەلكى بۇ ئىششىشتىن بۇرۇنمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

بەزىدە يېنىك دورىلارنى ئىشلىتىش مەنپەئەت قىلىدۇ، ئەگەر يېنىك دورا مەنپەئەت قىلسا ۋە ئېشىندىلاردىن خاتىرجەم بولسا، قان ئېلىش ۋە تازىلاشتا ئىشلىتىلىدىغان سۇنى قۇيۇپ يارا ئېغزى پۈتتۈرۈلىدۇ ۋە ئۇنىڭ ئاغرىقى ئىسسىق سۇ بىلەن قەتئىي پەسەيتىلمەي، بەلكى قابىزلىقى بولمىغان، تەركىبلىرى لەتىف، يېنىك دەرىجىدىكى ئىسسىق ياغ بىلەن پەسەيتىلىدۇ. چۈنكى، ھەددىدىن تاشقىرى ئىسسىق ۋە سوغۇق ياغ بۇنىڭغا ماس كەلمەيدۇ. كۆپىنچە جاراھەت ساقىيىشقا يېقىنلاشقاندا، سوغۇق سۇ زىيان قىلىپ، ئاغرىق قايتا قوزغالسا، دەرھال ئاغرىق پەسەيتىش بىلەن ۋە ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى ياغلارنى نۇتۇل قىلىش بىلەن داۋالاشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر بۇ نېرۋا ئوچۇق بولسا ۋە كېسىش ئۇزۇنىسىغا بولسا، نېرۋىنى گۆش بىلەن يېپىشقا ۋە ئۇنىڭ ئۇستىگە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن سانجىپ ئاغرىشنىڭ دورىلىرىنى قۇيۇشقا ۋە كەڭرى رەخت بىلەن نېرۋىنى يېغىپ، بىرلەشتۈرۈپ، ساق ئورۇندىن باشلاپ تېڭىشقا تىرىشىش لازىم.

ئەگەر جاراھەت توغرىسىغا بولسا بۇنى تەكشى لازىم، بۇنىڭدا ئاغرىق داۋاملىق بولىدۇ. ئەگەر ئەھۋال ئالدىراتسا ۋە توغرىسىدا بولغان جاراھەتتە ئوفۇنەتلىنىش خەۋپى بولسا جاراھەت كېسىلىدۇ، شۇنداقلا مۇمكىنقەدەر ئۇنى ئىششىقتىن ۋە ئوفۇنەتتىن ساقلاشقا تىرىشچانلىق قىلىنىدۇ. چۈنكى ئىششىق ۋە جاراھەتكە سوغۇق يېتىش تەشەننۇج پەيدا قىلىدۇ، ئوفۇنەت ئەزانى قۇرۇتۇپ بوشىتۇېتىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن جاراھەت ساقايمىسا، جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرمەسلىك ۋە

بىرلەشتۇرمەسلىك لازىم. ئەگەر جاراھەت ئېغىزى تار بولسا كېڭەيتىلىدۇ، چۈنكى جاراھەت ئېغىزى تار بولسا، جاراھەتتە زەرداب ۋە ئۇنىڭ باشقىسى يىغىلىپ قالغانلىقتىن، جاراھەتنىڭ ئوفۇنەتلىنىشىگە ئېلىپ بارىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئاغرىق كۈچلۈك بولىدۇ، شۇڭا يارا ئېغىزىنى پەقەت ياخشى قۇرۇتقاندىن، شۇنداقلا ھەرقانداق ئىششىق ۋە ئوفۇنەتتىن خاتىرجەم بولغاندىن كېيىن پۈتتۈرۈش كېرەك. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ جاراھەتتە باشقا جاراھەتلەرگە قارىغاندا دورىنى تېزرەك يېشۈپتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ. بەزىدە بىر كۈندە ياكى بىر كېچىدە ئىككى قېتىم ياكى ئۈچ قېتىم ئالماشتۇرۇلىدۇ. بەزىدە دورىنى ئۇزۇن بولغاندا كېچىدە تاڭسا كۈندۈزدە، كۈندۈزى تاڭسا كېچىدە ئالماشتۇرۇش ئېھتىياجى چۈشىدۇ، بولۇپمۇ بۇ يەردە ئېچىشىش بولسا. ئەگەر ئېچىشىش بولمىسا، ئالماشتۇرۇش ئېھتىياجى ئازراق بولىدۇ ۋە ئەتىگەن، كەچتە ئىككى قېتىم ئالماشتۇرۇش كۇپايە قىلىدۇ.

جاراھەت دورىلىرىنىڭ تېگىشلىكتىن زىيادە ئىسىستۇەتمەسلىكىگە، يەنى زۆرۈر بولغان دائىرىدە ئىسىستىشىغا رىئايە قىلىش لازىم. شۇنداقلا پاكلاش، قۇرۇتۇش ۋە ئۇنىڭ ئەكسىگە رىئايە قىلىش كېرەك. ئەگەر دورىنىڭ قىزىتۇەتكەنلىكى كۆرۈلسە، زۆرۈر بولغاندىن زىيادە دەرىجىدە سوۋۇتۇلىدۇ.

پەرھۇن چۈشكەن قىرۇتىلار تېنى ساغلام، بىراق مىزاجى ۋە چىرايى بىمارغا ئوخشايدىغان كىشىنىڭ پۇتىغا تەجرىبە قىلىنىپ، ئۇنىڭ بەك قىزىتقانلىقى ياكى تىلغا ئالغۇدەك قىزىتمىغانلىقى ياكى نورمال قىزىتقانلىقىغا قاراپ، شۇنى ئۆلچەم قىلىپ، ئاندىن بىمارغا ئىشلىتىلىدۇ ۋە ئۇ بىمارغا ئىككىنچى قېتىم تەجرىبە قىلىنىدۇ. لېكىن دەسلەپتە بىمارغا ئوخشايدىغان باشقا كىشىلەرگە تەجرىبە قىلىش ياخشىراقتۇر، چۈنكى بىمارغا تەجرىبە قىلىشتا كۆپ ئۆزگەرتىشكە ئېھتىياج چۈشمەيدۇ.

بۇنىڭ ھەممىسى بىلەن بىرگە نېرۋا ئوچۇق، جاراھەت بەك كەڭرى بولسا، پەرپىيۇن، كىبرىت ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش بەك ئىسسىق دورىلارغا بەرداشلىق بېرەلمىگەنلىكتىن، تۇتىياغا ئوخشاش دورىلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا ناھايىتى بەك يۇيۇلغان ھاكتىن تەييارلانغان دورىغا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

بۇ جاراھەتنىڭ قىرۇتلىرى ۋە ئۇنىڭ سۇركەلمىلىرىگە ئىشلىتىدىغان ياغ قىزىلگۈل يېغى ۋە تۇز تەگمىگەن ئاس يېغىغا ئوخشاش ياغ بولۇش لازىم.

بۇنداق دورىلارغا ئىشلىتىلىدىغان يېلىم يۇيۇلغان بولۇشى، تۇتىيامۇ يۇيۇلغان بولۇشى لازىم، ئەلۋەتتە دورىلاردا ئۆتكۈر، كۆيۈشتۈرىدىغان نەرسىلەر بولماسلىقى كېرەك. ئەگەر ئېچىلغان نېرۋىنى داۋالايدىغان دورىلاردا ئازراق قابىزلىق بولسا، ئېچىشتۇرماستىن تارقاتقۇچى قۇۋۋەت بىلەن بىرگە دۇرۇس بولىدۇ، بولۇپمۇ بىمارنىڭ مىزاجى زەئىپ بولسا. نېرۋىلار ئىچىدە سوغۇقلۇقنى، سۇ تەركىبىنى، ياغنى ۋە ئوخشاشلىرىنى يىراق قىلىشقا ئەڭ لايىقراقى ئوچۇق نېرۋىلار بولۇپ، ئۇنىڭ زىيىنى سوغۇقلۇق يېتىپ، يىرىڭلىتىدىغان ئوچۇق نېرۋىدا سوغۇقلۇق، پەقەت نېرۋىنى قورشاپ تۇرىدىغان گۆشلەرگە ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىغا يېتىدىغان نېرۋىلارنىڭ زىيان تارتقىنىغا ئوخشاش ئەمەستۇر. ئەگەر سۇ ۋە ياغنى يېقىن قىلىش زۆرۈر بولسا، بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن بويىچە يېقىن قىلىنىدۇ.

ئەگەر بۇ يەردە تەبىئىي قۇۋۋەت بولسا، قۇرسى بۇلىداس، قۇرسى قەلقەتار، قۇرسى ئەنزىرۇن، قۇرسى فەراسيۇن قاتارلىقلارنى ئۆزۈم شىرنىسى بىلەن ياكى ياغ بىلەن ئىشلىتىشكە بولىدۇ، ئەمما قىشتا لەتىپ زەيتۇن يېغى بىلەن، يازدا ئوچۇق نېرۋىلارنىڭ دورىلىرىدىن ئاز مىقداردىكى قىزىلگۈل يېغى، كۇندۇر، بەتەم يېلىمى، بارىزەت قاتارلىقلار بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. جاراھەت قانداق بولسۇن، ياخشىسى دورا ئۇستىگە زەيتۇن يېغىغا چۆكۈرۈلگەن يۇمشاق يۇڭ قويۇلىدۇ. ئوچۇق نېرۋا سىلىقلىق قىلىشقا ئەڭ لايىق بولغىنىدەك، سۆڭەكلەر ئارىسىنى چىڭىتىدىغان تارىمۇشلارنىڭ شەكىللىرى كۆچلۈك دورىلارنى كۆتۈرۈشكە لايىقراقتۇر. ئەمما مۇسكۇللارغا تۇتىشىدىغان تارىمۇشلار ئوتتۇراھالدۇر. جاراھەتلەردىن سۇنى شۇنداقلا سوغۇقلۇقنى يىراق قىلىش ئەڭ زۆرۈر بولغان جاراھەت نېرۋا جاراھىتىدۇر. بۇ گەرچە ئاز بولسىمۇ، نېرۋىغا بەك زىيان قىلىدۇ، زەيتۇن يېغىمۇ زىيانلىقتۇر، پەقەت ياغ ئىسسىق بولۇپ، ئاغرىق پەسەيتكەندە ئۇنىڭغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. جاراھەتنى سۇ ۋە ياغ بىلەن يۇماي، بەلكى رەخت بىلەن ياكى بەك يۇمشاق يۇڭ بىلەن سۈرتۈشكە تىرىشچانلىق قىلىش لازىم. ئۆزۈم شىرنىسىنىڭ ھۆللەش زىيىنىدىن خاتىرجەم

بولمىغاندا بۇنىڭ بىلەنمۇ يۇيۇشقا بولمايدۇ.

ئەگەر بىرەر سەۋەبتىن نېرۋىغا، بولۇپمۇ ئوچۇق نېرۋىغا ياغ قۇيۇش زۆرۈر بولسا، ئالدى بىلەن نېرۋىغا ئۇزۇم شىرنىسى، ئاندىن زەيتۇن يېغى سۈركەش كېرەك. چۈنكى جالنۇس ئېيتقانكى، بىر ئادەمگە ئوچلۇق تۆمۈر كىرىپ كېتىپ، تېرىنى يىرتىپ، قولنىڭ بەزى نېرۋىلىرىغا يەتتى، ئۇنىڭغا بىر تېۋىپ گۆشتىكى چوڭ جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈشتە تەجرىبىدىن ئۆتكۈزگەن مەلھەمنى قويۇپ، شۇ ئورۇننى ئىششىتتى، ئىششىغاندا ئۇنىڭغا بۇغداي ئۇنى، سۇ، زەيتۇن يېغى زىماتىغا ئوخشاش بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنى قويۇۋېدى، بىمارنىڭ قولى ئوفۇنەتلىنىپ ئۆلۈپ كەتتى. ئەگەر نېرۋىلاردىكى يارىدىن تەشەننۇج كۆرۈلسە، جاراھەتنىڭ يېرىقى توسۇلغان بولسا، ئۇنى ئېچىش ۋە بۇ يارىغا مەنپەئەت قىلىدىغان، ئۇ يارىنى قۇرۇتىدىغان ئىنتايىن لەتىف دورىلارنى ئىشلىتىش ھەمدە ئۇ دورىلارنى يارىنىڭ تۈۋىگە يەتكۈزۈشكە تىرىشىش لازىم.

ئەگەر جاراھەت بىر نەرسە سانجىلىشتىن بولسا ۋە ئىششىق بولمىسا، ئۇنىڭ ئىلاجى يەرلىك ئورۇنغا دورا قويۇپ داۋالاشتۇر، بۇ دورا يېرىقنى ئىشلىتىلىدىغان دورىدىن ھارارەت ۋە قۇرۇتۇش قۇۋۋىتى جەھەتتە كۈچلۈكرەك بولۇشى كېرەك. چۈنكى بۇ كېسەللىككە ئاسان ئۆتىدۇ، نېرۋىسى جاراھەتلەنگەن كىشىگە ئەڭ لەتىف تەدبىر قىلىش كېرەك.

ئەگەر ئاغرىق ۋە ئىششىق پەيدا بولسا، بۇ چاغدا تاماق يېيىشتىن يامانراق نەرسە يوق، بولۇپمۇ جاراھەت كېيىن پەيدا بولغان بولسا، چۈنكى بۇ يەردىمۇ ھوشىدىن كېتىشتىن قورقماي، تومۇردىن قان ئېلىشقا توغرا كېلىدۇ. بىمارنىڭ ياتىدىغان ئورنى ھۆل بولۇش، جاراھەتكە يېقىن ئەزالارنى ياغلاشقا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك. شۇنىڭدەك جاراھەت بەدەننىڭ ئۈستۈنكى تەرىپىدە بولسا، بىمارنىڭ باش، بويۇن، قولتۇقلىرىنى ياغلاش، تۆۋەنكى تەرىپىدە ۋە پاچاق تەرەپتە بولسا، دوۋسۇن ۋە يىرىقنى ياغلاش كېرەك.

3 ـ پەسىل نېرۋا جاراھىتى ۋە ئۇنىڭ يارىلىرىنىڭ دورىلىرى توغرىسىدا

بەتەم يېلىمى نېرۋا جاراھىتى دورىلىرىنىڭ ئەڭ ياخشىسىدۇر، شۇڭا كىچىك بالىلار، ئاياللار ۋە مىزاجى قاتتىق ھۆل كىشىلەرگە يالغۇز بەتەم يېلىمىنى سېپىش كۇپايە قىلىدۇ. ئەگەر بەتەم يېلىمى قۇرۇق بولسا، ئۇنى يۇمشىتىدىغان، چاپلاشتۇرىدىغان خۇسۇسىيەتكە ئىگە زەيتۇن يېغىدىن ئازراق قوشۇلىدۇ. ئۇدخام ئۇنىڭ بەدىلىدۇر.

ئەمما مىزاجى قۇرۇقراق، گۆشى چىڭراق كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدىغان بەتەم يېلىمىغا بەدەننىڭ مىزاجى ۋە چىرايى ئېتىبارى بىلەن كونا ـ يېڭى، ئاز ـ كۆپ پەرىيۇن ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىنى ئارىلاشتۇرۇش لازىم.

كۆچلۈك يېڭى پەرىيۇننىڭ مىقدارى قىرۇتىنىڭ 12 ھەسسىسىنىڭ بىر ھەسسىسى بولىدۇ ياكى بەتەم يېلىمى ياكى ئۇنىڭ ئوخشىشى قىرۇتى ياكى ئۇنىڭغا ئارىلاشتۇرۇلغان نەرسىنىڭ ئۆچتىن بىرىگىچە بولىدۇ. بەزىدە بەتەم يېلىمىغا پەرىيۇندىن باشقا يەتتۇ ئۆسۈملۈكنىڭ سۈتى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ (چۈنكى يەتتۇ ئۆسۈملۈكنىڭ سۈتى ئاجايىپ مەنپەئەتلىك). بەزىدە بەتەم يېلىمىغا پەرىيۇندىن باشقا يەتتۇ ئۆسۈملۈكنىڭ سۈتى، ھىڭ، سەكبىنەج، جاۋشىر قوشۇلىدۇ. ئاجىزراق نەرسىلەردىن تەنكار ۋە ئۇنىڭ كۆپۈكى، زەيتۇن يېغى بىلەن قازاندا قىزىتىلغان كىبرىت، مۇنچىنىڭ كىرى، ئەستىيۇس تېشىنىڭ[1] چېچىكى ھەرقانداق ھۆللۈكلەرنى سىرتقا تارتىدىغان نەرسىدۇر. يەنە زاك، تازىلانغان مىس كۈلى، سەرەنجە، تەنكار، ئوشەق قاتارلىقلاردۇر.

بەزىدە نېرۋا جاراھىتىنىڭ دەسلىپىدە باشقا دورىلار تېپىلماي، پەقەت خېمىرتۇرۇچ تېپىلىپ، بۇ ئىشلىتىلسە ۋە مەنپەئەت جاراھەتنىڭ چوڭقۇر يېرىدىن تارتىدۇ.

---

① ئەستىيۇس تېشى — ئۇ ئاسىيا (تۇغمەن تېشى) دەپ ئاتىلىدىغان تاشنىڭ چېچىكىدۇر، بۇ تاشنىڭ چېچىكى تۇزنىڭ بىر تۈرى بولۇپ، يېنىك كۆيۈشتۇرىدۇ.

كۆپنچە پەرپىيۇن ھازىرلىغلى بولمسا، ھەسەل ھەرسى كۆنكىنىڭ كىرىنى زىمات قىلىش ياكى ياۋا بۇغداي ئۇنىنى كۈل سۈيى بىلەن زىمات قىلىش ياكى دەسلىپىدە بەتەم يېلمىنى، ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن سۇلاردىن كۈچەيتىشكە تېگىشلىك سۇلار بىلەن كۈچەيتىلگەن مەلھەمى باسلىقۇننى ئىشلىتىش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە تېۋىپلار قىزىتىش ئۈچۈن ئۇنىڭغا ھاك ئارىلاشتۇرىدۇ، ئۇ ھاك يۇيۇلغان بولۇشى كېرەك، ئۇ ھاكنىڭ ياخشىسى ئىسسىق كۈن نۇرىدا دېڭىز سۈيى بىلەن يۇيۇلغىنىدۇر، ھاك قانچىكى كۆپ يۇيۇلسا بەكرەك مەنپەئەت قىلىدۇ. ياخشى دورىلاردىن موم، ئۇدخام، پەرپىيۇن، زۇپتى رۇمى، قويۇق زەيتۇن يېغىنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم ھەسسىدىن، زەيتۇن يېغىدىن بىر ھەسسە، بىلسان يېغىدىن مۇڭاپىق مقداردا ئېلىپ تەييارلانغان داۋائى جالىنستۇر. بىلسان يېغى لەتىف بولۇش بىلەن بىرگە كۆپ قىزىتمايدۇ، مەن ئۇنى تېز تارقاتقانلىقى ئۈچۈن سۆزلىدىم.

ئەگەر جاراھەت بىر نەرسە سانجىلغانلىقتىن بولسا، ئۇنىڭغا ئىششىق ۋە ئوفۇنەت قوشۇلمسا، مەلھەمى پەرپىيۇن ياكى كەپتەر مايىقى ئىشلىتىش كېرەك. تېرىسى نېپىز بەدەنگە پەرپىيۇن، تېرىسى قېلىن بەدەنگە كەپتەر مايىقى ئىشلىتىلىدۇ. بۇلار بىمارنىڭ بەدەن ئەھۋالى، چىرايى ۋە مىزاجىنىڭ ئېتىبارىچە كۆپەيتىلىدۇ ياكى ئازايتىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە سانجىلغان ئورۇننىڭ ئېغىزىنى قەتئىي پۈتتۈرمەسلىك، تار بولسا كېڭەيتىش كېرەك. شۇنى بىلىش كېرەككى، سانجىلىشتىن بولغان جاراھەتتە يېرىقتا ئېھتىياج چۈشىدىغان دورىدىن كۈچلۈكرەك دورىغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. ئەگەر جاراھەتتە ئوفۇنەت يۈز بەرسە، سىركەنجۈبىل ۋە كۈرسنە ئۇنى ياخشىدۇر.

ئەگەر ئىششىق كۆرۈلسە، ئارپا ئۇنى، باقلا ئۇنى ۋە كۈل سۈيىدە ياكى سەكبىنەجىنىڭ قۇۋۇتى بار يەككە سۇدا قايىنىتىلغان كۈرسنە ئۇنى ياخشىدۇر. ئەگەر جاراھەت ساقىيىشقا يۈزلەنسە، بۇ چاغدا ئۈزۈم شىرنىسى ئىشلىتىشتىن خەۋپ بولمسا، دورىلارنى ئۈزۈم شىرنىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش لازىم. ئەمما بەدىنى كۈچلۈك كىشىلەردە قۇرسى بۇلىداسنى ئۈزۈم شىرنىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن قىزىتىپ، ئۇنى يۇمشاق رەختكە ئېلىپ يارا ئۈستىگە قويۇلىدۇ.

4 ـ پەسىل جاراھەتلەنگەن نېرۋىدا يۈز بېرىدىغان ئىششقلار توغرىسىدا

ئىلگىرى نېرۋا جاراھىتىنى داۋالاش قانۇنىيىتى توغرىسىدا جاراھەتتە يۈز بەرگەن ئىششقىنىڭ بىرەر يولى تونۇشتۇرۇلدى، بىز شۇنى كېڭەيتىپ جالىنۇس «قاتاجانىس» ناملىق كىتابىدا سۆزلىگەن مەزمۇنلارنى سۆزلەيمىز. جالىنۇس دېدىكى، ئەگەر نېرۋا جاراھەتلىرى ۋە نېرۋىلىق ئەزالاردا قاندىن بولغان ئىششىق پەيدا بولۇپ، ئىششىق كۈچلۈك ۋە ھارارەتلىك بولسا، ئۇنى داۋالاشتا سىركە بىلەن ۋە بىز يۇقىرىدا سۆزلىگەن مەدەن تاشلار بىلەن تەييارلىنىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. ئۇ دورىلارنىڭ كۆپىنچىسى جالىنۇسنىڭ «قاتاجانىس» ناملىق كىتابىنىڭ ئىككىنچى ماقالىسىدا بار. ئۇ دورىلارنىڭ بىرى تۆۋەندىكى دورىدۇر:

ئۇنىڭ نۇسخىسى: زاكىتىن 29 گىرام، ئاق زاكىتىن 3.75 گىرام، مىس پوقىدىن 67.5 گىرام، كۈندۇر پوستىدىن 45 گىرام، بارىزەتتىن 30 گىرام، مومدىن 210 گىرام، زەيتۇن يېغىدىن 270 گىرام، ئۆتكۈر سىركىدىن 765 گىرام ئېلىپ، قۇرۇق دورىلارنى سىركە بىلەن ئون كۈن سوقۇپ، ئېرىتىدىغان دورىلارنى ئېرىتىپ سوقۇپ، ھەممىسىنى قازانغا سېلىپ، تەكشى ئارىلاشقۇچە قوچۇلدۇ ۋە كېسەللەنگەن ئەزاغا كۈندە ئىككى ـ ئۈچ قېتىم زەيتۇن يېغى تېمىتىلدۇ. بۇ دورىنى كېسەللەنگەن ئەزاغا قويغاندا ئۈستىگە مۆتىدىل قىزىتىلغان سىركە ۋە زەيتۇن يېغىدا نەمدەلگەن يۇڭ قويۇش كېرەك. چۈنكى، كېسەللەنگەن نېرۋىلارغا سوغۇق نەرسىدىن بەك زىيان قىلىدىغان نەرسە يوقتۇر. ئەگەر بۇ ئەزالارغا بىر ئەھۋالدا سىركە، ھەسەل ۋە كۈل بىلەن تەييارلانغان زىماتنى قىلىش ئېھتىياجى چۈشسە، زىمات قاينىتىلغان بولۇشى كېرەك. ئۇ زىماتقا ئىشلىتىلىدىغان ئۇن كۇرسىنە ئۇنى بولۇشى كېرەك، ئەگەر ئۇ بولمىسا، باقلە ئۇنى ياكى ئارپا ئۇنى ئىشلىتىلىدۇ.

5 - پەسىل نېرۋىنىڭ ئېزىلىشى ۋە ئۇنىڭ يېنىك قوزغىلىشى توغرىسىدا

ئەگەر نېرۋىغا ئېزىلىش يەتسە، ئۇنىڭ بىلەن بىرگە جاراھەت ۋە ئىششىق بولمىسا، ئاغرىق پەسەيتىدىغان نەرسىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ. ئەگەر ئىششىق پەيدا بولسا، ئۇنى قىزىلگۈل سۈيى ۋە ئۇنىڭ ئوخشاشلىرىغا ئوخشاش ئىششىقنى ئېغىز ئالدۇرىدىغان نەرسىلەر بىلەن داۋالمايۋ، بەلكى ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلار بىلەن داۋالاش لازىم، شۇنداقلا ئەزانى قىزىتىلغان ياغ بىلەن ئارقىمۇئارقا نۇتۇل قىلىش لازىم. بۇ ياغنىڭ قۇۋۇتىدە بوشاشتۇرۇش ۋە تارقىتىش بولۇشى كېرەك. بۇ ھەقتە ياخشى ياغلاردىن سېرىقچېچەك يېغى، ئۇقھۇۋان يېغى، سۇزاپ يېغىدۇر ۋە شۇنىڭغا مۇۋاپىق زىماتلاردىن ئاق لەيلىگۈلىنى ئېزىپ، ئېزىلگەن نېرۋا ئۇستىگە قويۇلسا ئاجايىپ مەنپەئەتلىكتۇر. سەدەپنىڭ گۆشىمۇ ئاجايىپ مەنپەئەتلىكتۇر، بەزىدە نېرۋىسى ئېزىلگەن كىشىلەر ياخشى پىشۇرۇلغان بۇلبۇس بىلەن داۋالىنىدۇ.

ئەگەر نېرۋا ئېزىلگەن ئورۇندا ئىششىق بولسا، ئىششىقنى پەسەيتىدىغان تەدبىر شۇكى، ئۇزۇم شىرنىسىنى شاراب ۋە ئازراق سىركە ھەم زەيتۇن يېغى بىلەن نورمال سالايە قىلىپ، كىر يۇڭ سۈيىگە بولۇپمۇ زۇۋا چاپلاشقان يۇڭ سۈيىگە چۆكۈرۈپ، ئىششىق ئۇستىگە قويۇلىدۇ. ئەگەر بۇ ئاغرىق بوغۇملاردا بولسا، ئەڭ ياخشىسى، ئاغرىقنى پەسەيتىش ۋە دورىنى كۆچلۈكرەك قىلىش ھەم پىشۇرىدىغان، تارقىتىدىغان دورىلار بىلەن مۇرەككەپ قىلىش، لېكىن، ئىششىققا قارشى تۇرۇش ۋە ئۇنى كۆپەيتىۋەتمەسلىك ئۈچۈن دورىغا مۆتىدىل قابىز دورىلارنى قوشۇش لازىم.

ئاغرىق ۋە ئىششىق ئىككىسىنىڭ ئېغىرراقنى مۇھىم بىلىش لازىم. ئەگەر ئاغرىق بولمىسا، داۋالاش دائىرىسىنى كېڭەيتىپ، كۆچلۈك دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن:

كۈل سۈيى، سىركە ۋە شارابقا ئوخشاش. ئەگەر ئىششىقنىڭ مۇددىتى ئۇزىراپ كەتسە دورا كۆچەيتىلىدۇ ۋە ئۇنىڭ تارقىتىشى كۈچلۈكرەك قىلىنىدۇ، ئۇنىڭغا قابىز دورىلارنى سېلىش قەتئىي زۆرۈر بولمايدۇ. مەسىلەن: كۈل سۈيىدە تەييارلانغان ۋە مۇنچا كىرىدا تەييارلىنىدىغان كۈچلۈك دورىغا ئوخشاش. ئەگەر بۇ يەردە تېرىدىمۇ جاراھەت بولسا، كۈچلۈك قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى ۋە ئېزىلگەن نېرۋا بۆلەكلىرىنى بىرلەشتۈرۈش ۋە يىغىش خۇسۇسىيىتى بار، جاراھەتكە مەنپەئەت قىلىدىغان نەرسىلەرگە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

ئەگەر تېرىگە ئازراق ئېزىلىش ۋە جاراھەت يەتسە، باقىلە ئۇنى، سىركە ۋە ھەسەلگە ئوخشاش نەرسىلەردىن تەييارلانغان زىماتلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۇ ياخشى دورىدۇر. ئەگەر بۇ دورىلارنىڭ قۇرۇتۇشى كۈچلۈكرەك بولۇش مەقسەت قىلىنسا، بۇ دورىغا كۆرسىنە ئۇنى قوشۇلىدۇ. ئەگەر يەنە كۈچلۈكرەك بولۇش مەقسەت قىلىنسا، ئۇنىڭغا گۈلسەۋسەن يىلتىزى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، ئەگەر جاراھەت نەزەرگە ئېلىنمىغۇدەك بولسا، نېرۋىنىڭ ئىششىشىنى چەكلەيدىغان دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ ۋە يۇقىرىقى دورىلارغا مەشغۇل قىلىنمايدۇ. سەدەپ گۆشى ئاجايىپ مەنپەئەتلىكتۇر، بەزىدە بۇ خىل بىمارلار تۇزدىن تەييارلانغان قىرۇتى بىلەن داۋالىنىدۇ، كۈندۇر ۋە مۇرمەككىنى زىمات قىلىش ئىككىلا ھالەتتە ئومۇمىيۈزلۈك مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر ئىككىلا ئەھۋالدا كۈچلۈك ئاغرىق بولسا، دورىلار بىلەن زەيتۇن يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئىسسىق ھالەتتە زىمات قىلىش كېرەك.

نېرۋىنىڭ ئازراق قوزغىلىشىدا ئېھتىيات قىلىپ، ئىسسىق ۋە سوغۇق سۇنى يېقىنلاشتۇرماي، بەلكى قابىز، لەتىف، خۇش پۇراق دورىلار، قىزىتىش خۇسۇسىيىتى ۋە خۇش پۇراق ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا - دەرمەكلەرنىڭ قۇۋۋىتى بار ياغلارنى دەرھال ئىشلىتىش لازىم. ئەمما بۇزۇلغان نېرۋىنىڭ ھۆكمى شۇكى، بەزىدە نېرۋا پارچىسىدا بۇزۇلۇش يۈز بېرىپ، قىلقۇرت كېسىلىنى چىقارغاندەك چىقىرىشقا ئېھتىياج چۈشىدۇ.

6 ـ پەسىل نېرۋىنىڭ قېتىۋېلىشى ۋە ئەگرى ـ بۈگرى بولۇشى توغرىسىدا

بۇنىڭ كۆپىنچىسى ئۇرۇلۇش ياكى يىقىلىشتىن پەيدا بولىدۇ، ئەگەر قول بىلەن باسسا، بىمار ئۇنىڭ بىلەن سېزىمسىزلانغانلىقىنى ھېس قىلىدۇ. نېرۋا قېتىشنى داۋالاش قاتقان ئىششقلار ۋە سۇنغان سۆڭەك تۇتقاندا يېيىندا پەيدا بولغان ئۆسمە گۆشلەرنى داۋالاشقا يېقىندۇر. بىز يەككە دورىلار ۋە مۇرەككەپ دورىلار بايانىدا نېرۋا دورىلىرىدىن سۆزلەشكە تېگىشلىك بولغانلىرىنى سۆزلىدۇق. بۇ يەردە نېرۋا قېتىۋېلىش ھەققىدە تەجرىبىدىن ئۆتكەن دورىلارنى سۆزلەيمىز. ئۇ دورىلارنىڭ بەزىسى يەڭگىلدۇر. مەسىلەن: مۇقەلدىن 30 گىرام ئىلىپ سۇغا چىلاپ، ئېزىپ، ئۇنىڭ بىلەن تەڭ مىقداردىكى ئىنتايىن يۇمشاق سوقۇلغان ئاق لەيلى يىلتىزىنى يۇغۇرۇپ زىمات قىلىنىدۇ. شۇنداقلا گۈلسەۋسەن يىلتىزىنى ئۈزۈم شىرنىسىدە يۇغۇرۇپ زىمات قىلىنىدۇ، يەنە ئوشەق، قۇننە، پەرپىيۇن قاتارلىقلارنى زەيتۇن يېغى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ زىمات قىلىنىدۇ. يەنە مۇرمەككى دەرىخىنىڭ ئۇرۇقىنى ئېلىپ، ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن زىمات تەييارلىنىدۇ. مەلھەمى داخلىيۇننى يېرىم مىقداردىكى ئۆچكە مايىقى بىلەن ئىشلەتسە بەك مەنپەئەت قىلىدۇ.

7 ـ پەسىل سۆڭەك كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

سۆڭەكلەردىمۇ مىزاج بۇزۇلۇش ۋە پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش، سۇنۇش، چىقىپ كېتىش، ئوفۇنەتلىنىش، يارا بولۇش، پوستى سويۇلۇش قاتارلىق كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ. بىز تېگىشقا ئېھتىياجلىق بولغان سۇنۇق ۋە چىقىق توغرىسىدا كېيىن سۆزلەيمىز. ئەمما بۇلاردىن تېگىقتىن باشقا دورىغا ئېھتىياجلىق بولغانلىرىنى بۇ يەردە ئاللادىن يارىدەم تەلەپ قىلغان ھالدا سۆزلەيمىز.

8 ـ پەسىل رىيھۇششەۋكە ۋە سۆگەكىنىڭ بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

رىيھۇششەۋكە[1] نىڭ سەۋەبى سۆگەككە ئۆتۈپ، ئۇنى يەيدىغان ئۆتكۈر خىلىتلاردۇر. رىيھۇششەۋكەنىڭ يولى بوغۇم ئاغرىقىنىڭ يولىدۇر. لېكىن بوغۇم ئاغرىقىدا ماددا گۆشتە بولىدۇ. رىيھۇششەۋكەدە سۆگەكتە بولىدۇ ۋە يامرايدىغان بولۇپ، سۆگەكنى بىر ـ بىرلەپ بۇزىدۇ. بىر بۆلەك تېۋىپلار مۇنداق دېيىشتى: رىيھۇششەۋكە ئورۇنلىشىۋالغانلىق سەۋەبىدىن ئەمەس، يارا سەۋەبىدىن بەدەننىڭ ھەممە يېرىگە تارقىلىدۇ.

9 ـ پەسىل سۆگەك بۇزۇلغانلىقنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

سۆگەكتە بۇزۇلۇش يۈز بەرسە، سۆگەك ئۈستىدىكى گۆشنىڭ بوشاپ، ئاجىزلاپ كەتكەنلىكى كۆرۈنىدۇ ۋە سېسىق پۇراپ يىرىڭلاشقا باشلايدۇ، ئۇنىڭغا پەلكۈچ سانجىلسا سۆگەككىچە ئاسان ئۆتىدۇ. پەلكۈچ سۆگەككە يەتسە، سۆگەك تېيىلدۇرىدىغان ھالەتتە سىلىق بولماي، بەلكى پەلكۈچ سۆگەككە ئازراق چاپلىشىدۇ. خۇددى پەلكۈچ مۇستەھكەم تۇرالمايدىغان بىر نەرسىگە ئۇچرىغاندەك، بەلكى سۆگەك ئۇۋۇلغان ياكى ئوفۇنەتلەنگەن بولىدۇ. بەزىدە سۆگەك شىر ـ شىر ئاۋاز چىقىرىدۇ ۋە يۇمشايدۇ، بولۇپمۇ بۇزۇلۇش دەسلەپكى مەزگىلدە بولمىسا. چۈنكى، دەسلەپكى مەزگىلدە بۇ پەلكۈچكە ئېنىق بىلىنمەيدۇ. بەزىدە سۆگەكنىڭ ھەددىدىن زىيادە سىلىقلىقى ئۇنى چەككەندە سۆگەكنىڭ بۇزۇلغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. شۇ جەھەتتىن پەلكۈچ سۆگەكتە ھەر تەرەپكە تېيىپ كەتسە، بۇ شۇللۇق پەردىنىڭ

[1] رىيھۇششەۋكە — ئاغرىتىدىغان يامان سۈپەتلىك يارا بولۇپ، كۆپىنچە قولنىڭ باش بارمىقىدا پەيدا بولىدۇ.

سۆگەكتىن ئاجرىغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. بۇ سۆگەكنىڭ بۇزۇلۇشقا باشلىغانلىقى ۋە سۆگەك ئۈستىدىكى گۆش بۇزۇلغاندا دەسلەپتە باشلىنىدىغان بۇزۇلۇشىدۇر، ئەگەر سۆگەك ئېچىلسا، سۆگەك رەڭگى ئۆزگەرگەن ھالەتتە كۆرۈنىدۇ. كۆپىنچە سۆگەك بۇزۇلۇشتىن بۇرۇن ئىششىق، ئاندىن گۆش بۇزۇلۇش ۋە ئىششىق يەتكەن ئورۇن ئۆلۈش[1] يۈز بېرىپ، ئاندىن بۇزۇلۇش سۆگەككە يامرايدۇ.

10 ـ پەسىل سۆگەك بۇزۇلۇشنى داۋالاش توغرىسىدا

سۆگەك بۇزۇلۇشنىڭ ئىلاجى سۆگەكنى قىرىش ۋە ئۇنى يوقىتىش، ئاقما بولسۇن ياكى بولمىسۇن ئۇنى كېسىۋېتىش ۋە ئۇنى تارقىتىۋېتىشتۇر، چۈنكى، سۆگەكنى قىرىش ياكى سويۇش لازىم. بەزىدە بۇزۇلغان سىرتقى قەۋىتى چۈشۈش ۋە ساق سۆگەك قېلىش ئۈچۈن بۇزۇلغان سۆگەككىچە داغلاشقا توغرا كېلىدۇ.

بەزىدە سۆگەكنىڭ سىرتقى قەۋىتى دورىلار بىلەنمۇ چۈشۈپ كېتىدۇ. خۇددى باش ۋە ئۇنىڭ باشقىلىرىنىڭ پوستى چۈشۈپ كەتكىنىدەك. شۇ قاتاردىن تەجرىبىدىن ئۆتكەن تۆۋەنكى دورا بار.

ئۇنىڭ نۇسخىسى زىراۋەندە، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، مۇرمەككى، سەبرە، جاۋارىش ئۆسۈملۈكنىڭ قوۋزىقى، كۆيدۈرۈلگەن قەيسۇر ناملىق تاش، مىس پوقى، چىلغوزا دەرىخى قوۋزىقى قاتارلىقلارنى ئېلىپ بىرلەشتۈرۈلىدۇ. بۇ بەك مەنپەئەت قىلىپ، سۆگەكنىڭ سىرتقى قەۋىتىنى چۈشۈرىدۇ ۋە سۆگەك ئۈستىگە ياخشى گۆش ئۈندۈرىدۇ. ئەگەر سۆگەك بۇزۇلۇش چوڭقۇرراق بولسا، ئۇنى ئويۇش، ئەگەر بۇزۇلۇش يىلىككە يەتكەن بولسا، شۇ سۆگەكنى يىلىكى بىلەن ئېلىۋېتىش لازىم. ئەگەر بۇزۇلۇش شۇ سۆگەكنىڭ چوڭ بىر بۆلىكىنى كېسىۋېتىش بىلەن ساقىيىدىغان بولسا كېسىش لازىم. كېسىشكە تېگىشلىك ئورۇن پەلكۈچنى

① ئۆلۈش — شۇ ئورۇننىڭ ھۈجەيرىلىرى ئۆلۈشنى كۆرسىتىدۇ.

سۆڭەك تولۇق چاپلاشقان يەرگىچە ئايلاندۇرۇش بىلەن بىلىنىدۇ، شۇ يەردە كېسىش ئورنى توختىتىلىدۇ.

ئەگەر يوتا سۆڭەك بېشى، يانپاش سۆڭەك، بەل ئومۇرتقىسى بۇزۇلغان بولسا، يۇلۇن سەۋەبىدىن ئۇنى داۋالاشتىن باش تارتىش ياخشىراقتۇر. ئەگەر سۆڭەك بۇزۇلۇشنىڭ ئىلگىرى گۆش بۇزۇلغانلىقىغا ئەگىشىپ كەلگەنلىكى كۆتۈلسە، گۆشنى ئاجرىتىپ سۆڭەكتىن ئېلىۋېتىش ئۇنىڭ ئىلاجىدۇر. گۆشنى ۋە ساق ئەزانى گۆش بۇزۇلۇش بايانىدا تونۇشتۇرۇلغان تىلالار بىلەن سوۋۇتۇش ۋە ئېچىلغان گۆشنىمۇ شۇ تىلالار بىلەن سوۋۇتۇش كېرەك.

11 ـ پەسىل بۇزۇلغان گۆشنىڭ سىرتقى قەۋىتىنى قىرىش ئۇسۇلى توغرىسىدا

بىر ئالىم دېدىكى، گۆشنىڭ بىر تەرىپىگە گۆشنى ئۈستى تەرەپكە تارتقىلى بولىدىغان بىر يىپ سېلىپ، گۆش سۆڭەكتىن كۆتۈرۈلىدۇ. ھەرىنىڭ تىغى يېتىپ قالماسلىقى ئۈچۈن بىر تېڭىق لاتىسىنى ئېلىپ، ئۇنىڭ بىلەن شۇ ئەزا ۋە ئۇنىڭ باشقىسى شۇ ئورۇندىن تارتىلىدۇ ۋە ھەرىدىلىدۇ. ئەگەر قوۋۇرغا ياكى ئاستىدا قېلىن پەردە بار سۆڭەك قوۋۇرغا ۋە يۇلۇن پەردىسىگە ئوخشاش مۇھىم نەرسە بار سۆڭەكنى ھەرىدەشكە ئېھتىياج چۈشسە، ھەرە ئاستىغا مۇھىم ئەزانى مۇھاپىزەت قىلىدىغان بىر تاۋاق قويۇلىدۇ. ئەگەر سۆڭەكنىڭ يۇمىلىقىنىڭ ھەممىسىدىن گۆش ئېچىلغان بولسا سۆڭەك ھەرىدىلىدۇ. چۈنكى، گۆش ھەممە تەرىپى ئېچىلغان سۆڭەك ئۈستىگە ئۇنمەيدۇ. ئەگەر بۇزۇلغان سۆڭەك بۆلەكلىرى بوغۇمغا يېقىن بولسا، بوغۇمدىن چىقىرىۋېتىلىدۇ. ئەگەر بىلەك سۆڭىكىنىڭ ھەممىسى ياكى پاچاق سۆڭىكىنىڭ ھەممىسى بۇزۇلسا، ئۇنىڭ ھەممىسى ئېلىۋېتىلىدۇ. ئەمما يوتا سۆڭەك بېشى، يانپاش سۆڭىكى، بەل ئومۇرتقىسى بۇزۇلسا، يۇلۇن بولغانلىقتىن، ئۇنى داۋالاشتىن باش تارتىلىدۇ.

12 ـ پەسىل ساقايغان يارىلاردا قېپقالىدىغان سۆڭەك پارچىلىرى ۋە ئۇنىڭ پوستلىرى توغرىسىدا

ياخشىسى ئۇنى چىقىرىشقا ئالدىرىماي، بەلكى تەبىئەتكە قويۇپ قويۇش ۋە ياردەم بېرىشتۇر. شۇ يارا ئۇزاق مەزگىلدە چىقارغان نەرسىلەرنى ئاز تارتىش بىلەن بولىدۇ. دورىلار بىلەن ۋە قول ئەمەلىيىتى بىلەن مىدىرلىتىلمايدۇ. چۈنكى، مەجبۇرىي چىقىرىلغان نەرسە ئاقمىلىق يارا پايدا قىلىشتىن خالىي بولمايدۇ. ئەگەر چىقىپ كېتىشكە مايىل بولسا، ئۇنى تەبىئەت تېزىگە ئىتتىرىدۇ ۋە چىقىشقا باشلايدۇ. بەزىدە سۆڭەك پارچىلىرى ئاجرايدۇ، بۇ ۋاقىتتا جاراھەت پۈتىدۇ. ئاجراشقا تېگىشلىك سۆڭەك پارچىلىرى ۋە شىللىق پەردىلەرنىڭ ھۆكمىمۇ شۇنداقتۇر، چۈنكى بۇلار ئالدىراپ مەجبۇرىي چىقىرىلسا، تەشەننۇج، ئەقىل ئىلىشىش ۋ ە قىزىتمىنىڭ خەتىرى بولىدۇ. ئەگەر يىرىڭلسا ئۇنىڭدا كۆپ زىيان بولمايدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ دورىلىرىنى بىلىشنى خالىسىڭىز، ئۇ دورىلاردىن بىرى تۆۋەندىكى نۇسخىلىق دورىدۇر:

ئۇنىڭ نۇسخىسى: كونا زەيتۇن يېغىدەك بولغان سېرىق موم، ھەسەل ھەرىسى كۆنكىنىڭ كىرىنى ئىلىپ، ئاندىن ھەممىسىنى ئېرىتىپ، بىر ھەسسە پەرپىيۇن، بىر ھەسسە يەتۇ ئۆسۈملۈكى سۈتى، ئۇچ ھەسسە زىراۋەندە ئارىلاشتۇرۇپ، بۇلاردىن قىرۇتنا ئوخشاش تەييارلىنىدۇ.

يەنە بىر نۇسخا: مۇقەللىنى گۈلسەۋسەن يېغى بىلەن نەمدەپ، ئاندىن يۇمشاق سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ سۆڭەك پارچىسى قېپقالغان ئورۇنىنىڭ ئۈستىگە قويۇلىدۇ، چۈنكى بۇ سۆڭەك پارچىسىنى تېز چىقىرىدۇ.

13 ـ پەسىل سۇنۇققا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار توغرىسىدا

سۇنۇقنىڭ قول بىلەن قىلىدىغان ۋە دورىلار بىلەن قىلىدىغان ئىلاجىنى تۆۋەندە سۆزلەيمىز. دورىلار بىلەن قىلىدىغان ئىلاج سۆڭەك سۇنۇش ۋە گۆش

بۆلۈنۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ. سۈنۈق ۋە گۆش بۆلۈنۈش ئۇچۇن مەنپەئەت قىلىدىغان تىلا: مۇغاس ۋە پوستى ئاقلانغان ماشنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، مۇرمەككى، سەبرە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، گىل ئەرمنى، ئاقاقىيانىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، ئىششىق ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق بولسا، تۇخۇم ئېقى بىلەن تىلا قىلىنىدۇ.

يەنە يۇلغۇن يوپۇرمىقى، سەرۋى دەرىخى يوپۇرمىقى، ئاس يوپۇرمىقى، سۆگەت يوپۇرمىقىنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سىقىپ قويۇپ، ئامىلە ئۇسارىسى، قىزىلگۈل، مەغزگۈلى پىيىزى، مۇرمەككى، سەبرە، قىزىل سەندەل، گىل ئەرمنى، لادەن، فۇپەل، قەسبۇزەررە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ماش، ئاقاقىيا، ئىكلىلمىلىك، مەرزەنجۇش قاتارلىقلارنى يۇقىرىقى سىقىلغان سۇلارغا سېلىپ زىمات قىلىنىدۇ ۋە ئۇنىڭغا قىزىلگۈل قوشۇلىدۇ. ئەگەر ئىسسىقلىق يەتكۈزۈشكە ئېھتىياج چۈشسە، ئۇنىڭغا مەرزەنجۇش، شام زەنجۈبلى، سەرۋى دەرىخى مېۋىسى سېلىنىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق قوشۇلۇپ كېلىدىغان سۈنۈق ۋە گۆش بۆلۈنۈشكە مەنپەئەتلىك دورىنىڭ نۇسخىسى پوستى ئاقلانغان ماشتىن 60 گىرام، مۇغاس، ئانارگۈلى، ئاقاقىيادىن مۇۋاپىق مىقاردا ئېلىپ زىمات قىلىنىدۇ. ئۇ ئىنتايىن كۈچلۈكتۇر.

سۈنۈقنىڭ دورىلىرىدىن ئاس يوپۇرمىقى، لادەن، ئامىلە ئۇسارىسى، زەپەر، گىل ئەرمنى قاتارلىقلار بار.

يەنە ئېزىلىش ۋە بوشاش ئۇچۇن ياخشى بولغان، شۇنداقلا سۈنۈق، گۆش بۆلۈنۈش ۋە چىققا مەنپەئەتلىك تىلا: مۇغاس، ماش، ئاقاقىيا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، گىل ئەرمنى، سەبرە، مۇرمەككى قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ئاس سۇيى بىلەن تىلا قىلىنىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرى ـ 11

(ئەلقانۇن فىت ـ تىب Ⅲ)

ئاپتورى: ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا

تەرجىمە قىلغۇچىلار: ئابدۇجېلىل بەكرى، قۇربانجان ئوسمان

ئوبۇلقاسىم ھوسەيىن

نەشرگە تەييارلىغۇچى: ئەزىز ئاتاۋۇللا سارتېكىن

مەسئۇل مۇھەررىرى: شەمشىقەمەر ئابدۇراخمان

شىرىنجان ئەيسا

بېكىتكۈچى: شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنى

مەسئۇل كوررېكتورى: چولپان تۇرسۇن

مۇقاۋا ۋە بېزەك لايىھىلىگۈچى: ئەنۋەر قاسىم

بەت ياسىغۇچى: ئابدۇغېنى ئابباس، ئانارگۈل ئىسمائىل، يالقۇنجان ئىسمائىل

نەشر قىلغۇچى: شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئادرېسى: ئۇرۇمچى شەھىرى بۇلاقبېشى كوچىسى 196 ـ قورۇ

تور ئادرېسى: http://www.xjpsp.com

باسقۇچى: بېيجىڭ چەت ئەل بېزىقى باسما زاۋۇتى

تارقاتقۇچى: شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى

نەشرى: 2010 ـ يىل 12 ـ ئاي 1 ـ نەشرى

بېسىلىشى: 2010 ـ يىل 12 ـ ئاي 1 ـ قېتىم بېسىلىشى

فورماتى: 1194 × 889 م م 16 / 1 كەسلەم 70 باسما تاۋاق قىستۇرما بەت 4

كىتاب نومۇرى: ISBN 978-7-5372-4829-7

تىراژى: 3000 — 1

باھاسى: 380.00 يۈەن

تارقىتىش بۆلۈمى تېلېفون نومۇرى: 2823055(0991) پوچتا نومۇرى: 830001