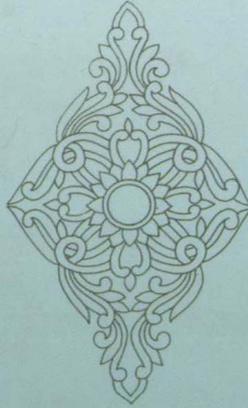


نوردى ئەھمەد ھاجىم

ئۇيغۇر

تېبابىتىدە كۆپ ئىشلىتىلدىغان
مۇرەككەپ دورا رېتسىپلىرى



شىنجاڭ پەن - تېخنىكا نەشرىياتى

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكەتى
ئۇيغۇر كىتابلىرىنىڭ يېڭى ئادرېسى
www.uyghurkitap.com



ISBN 7-80727-287-2



9 787807 272878

ISBN 7-80727-287-2 (民文) 定价: 48.00元

ئۇيغۇر تېبابىتى مىراسلىرى

نۇردى ئەھمەد ھاجىم

ئۇيغۇر

تېبابىتىدە كۆپ ئىشلىتىلدىغان
مۇرەككەپ دورا رېتسىپلىرى

شىنجاڭ پەن - تېخنىكا نەشرىياتى



责任编辑：买买提肉孜·买买提斯依提
瓦尔斯江·买买提

责任校对：瓦尔斯江·买买提
玛尔哈巴·阿不都尼依木

装帧设计：艾克拜尔·排祖拉

维吾尔医遗产 ——

维吾尔医常用复方 (维吾尔文)

吐尔迪·艾合买提阿吉 著

安尼瓦尔·托乎提 整理

阿布都吾甫尔·吐尔迪阿吉

安尼瓦尔·托乎提

阿米尔·阿不都卡德尔 审订

新疆科学技术出版社出版
(乌鲁木齐市延安路21号 邮政编码: 830001)

新疆新华书店发行

新疆新华印刷厂印刷

890mm × 1194mm 32开本 15.75印张

2006年5月第1版 2006年5月第1次印刷

印数: 1~3000册

ISBN 7-80727-287-2 (民文) 定价: 48.00元

图书在版编目(CIP)数据

维吾尔医遗产—维吾尔医常用复方 / 吐尔迪·艾合买提阿吉著. 乌鲁木齐: 新疆科学技术出版社, 2006. 4

ISBN 7-80727-287-2

I. 维... II. 吐... III. 维吾尔族—民族医学—复方(中药)—维吾尔语(中国少数民族语言) IV. R291.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 034746 号

مەتروزی مەتسىيەت
مەسئۇل مۇھەررىرلىرى: ۋارسجان مۇھەممەت

مەسئۇل كوررېكتورلىرى: ۋارسجان مۇھەممەت
مەرھابا ئابدۇنەيم

بېزەك لايىھىلىگۈچى: ئەكبەر پەيزۇللا

ئۇيغۇر تېبابىتى مىراسلىرى —
ئۇيغۇر تېبابىتىدە كۆپ ئىشلىتىلىدىغان
مۇرەككەپ دورا رېتسىپلىرى

* * *

شىنجاڭ پەن تېخنىكا نەشرىياتى نەشر قىلدى

(ئۈرۈمچى شەھىرى يەنئەن يولى No21 پوچتا نومۇرى : 830001)

شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى تارقىتى

شىنجاڭ شىنخۇا باسما زاۋۇتىدا بېسىلدى

فورماتى: 890mm × 1194mm 1 / 32 باسما تاۋىقى: 15. 75

2006 - يىل 5 - ئاي 1 - نەشرى

2006 - يىل 5 - ئاي 1 - بېسىلىشى

تىراژى: 3000 ~ 1

ISBN 7-80727-287-2

باھاسى: 48. 00 يۈەن

ئاپتورنىڭ تەرجىمىھالى

ئىنسانىيەتنىڭ ئەقىل كۆزىگە زىيا بېغىشلاپ، دەۋرلەر قېتىدا ئەتىۋارلىنىپ كېلىۋاتقان تارىم مەدەنىيىتى جۇڭخۇا مەدەنىيەت خە. زىنسىدىكى بىباھا گۆھەر بولۇش سۈپىتىدە جاھاننى ئۆزىگە جەلپ قىلىپ كەلمەكتە. ئۇيغۇر تېبابىتىمىزگە چەكسىز ساداقەتمەنلىك بىلەن ۋارىسلىق قىلىپ، ئۇنى داۋاملاشتۇرۇش، بېيىتىش، تولۇقلاش جەھەتلەردە سەمىمىي مېھنەت قىلىش بىلەن بىللە، ئۇيغۇر تېبابىتى دورىلىرىنى ئۆز جىسمىدا سىناق قىلىپ مۇۋەپپەقىيەت قازانغان مەرھۇم تۇردى ئەھمەد ھاجىم ئۇيغۇر تېبابىتىگە ئالەمشۇمۇل تۆھ. پىلەرنى قوشقان زاتلىرىمىز ئىچىدىكى ئەللامە سۈپەت پازىل كى. شىدۇر. مەرھۇمنىڭ ئىنسانلارنىڭ ئۇزۇن ئۆمۈر كۆرۈشى بويىچە ئېلىپ بارغان تەتقىقاتلىرى ھازىرمۇ مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە بولۇپ، ئۇنىڭ ئىلمىي قىممىتى بىر - بىرلەپ كىشىلەرگە ئايان بولماقتا.

مەشھۇر ھەكىم تۇردى ئەھمەد ھاجىم 1863 - يىلى ئەتىيازدا خوتەن بوستانلىقىدىكى زۇمرەت ماكان تەۋەككۈلدە ئۆز زامانىسىدىكى كۆزگە كۆرۈنگەن تېۋىپ ئەھمەد ئاخۇنۇمنىڭ ئائىلىسىدە يورۇق دۇنياغا كۆز ئاچقان. تۇردى ئەھمەد ھاجىم يەتتە ياشقا كىرگەندە، ئەخمەد ئاخۇنۇم پالەچ كېسەللىكى بىلەن ۋاپات بولغان. تۇردى ئەھمەد ھاجىم شۇنىڭدىن كېيىن ئانىسى جېنەستە خېنىمنىڭ تەربىيىدە سىدە چوڭ بولغان. ئۇ ئون ياشقا كىرگەن يىلى جېنەستە خېنىم تۇردى ئەھمەد ھاجىمنى تەۋەككۈلدىكى نامى كۆپكە تونۇشلۇق بولغان تېۋىپ توختى ئاخۇنۇمغا شاگىرتلىققا بەرگەن. تۇردى ئەھمەد ھاجىم توختى ئاخۇنۇمنىڭ ھۇزۇرىدا 40 ياشقا كەلگۈچە تېبابەت ئىلمى ۋە

ئەرەب، پارس، ئوردۇ تىللىرى بويىچە تەلىم ئالغان. 1900 - يىلى ئۇستازى توختى ئاخۇنۇم بىلەن ھەج سەپىرىگە ئاتلىنىپ، يول ئۈس-تىدە ئات ئۇلاغلىرىدىن ئايرىلىپ قالغاندىن كېيىن، ئۇستازىنى ئۇدا ئون نەچچە كۈن يۈدۈپ ماڭغان. ئۇلار ھىندىستاننىڭ كاراچى شەھىرىگە يېتىپ كەلگەندە، تۇردى ئەھمەد ھاجىمنىڭ ئۇستازىغا بولغان ۋاپادارلىقى بۇ شەھەردىكى كىشىلەرنى جەلپ قىلىپ، ئۇنىڭ نامى كاراچى شەھىرىنىڭ باشلىقىغىچە يېتىپ بارغان. كېيىن، ئۇ كاراچى شەھىرى دوختۇرخانىسىدىكى خادىملارنىڭ قىزىقىشىنى قوزغاپ، ئۇنىڭ نامى ئېغىزدىن - ئېغىزغا كۆچۈپ، ھىندىستاننىڭ بومباي، راۋالپىندى، ھەيدەرئاباد قاتارلىق شەھەرلىرىگىچە يېتىپ بارغان. تۇردى ئەھمەد ھاجىم سەئۇدى ئەرەبىستانغا بېرىپ، ھەج پائالىيىتىنى ئاخىرلاشتۇرغاندىن كېيىن، كاراچىغا قايتىپ كېلىپ، بەندەر دوختۇرخانىسىدىكى خادىملارنىڭ تەلپى بويىچە بۇ يەردە بىر مەزگىل ئىشلەپ، كېيىن خوتەنگە قايتىپ كەلگەن. 1910 - يىلى لوپ ناھىيىسىنىڭ سامپول يېزىسىدىكى يۇرت مۆتىدە ۋەزىرلىرى نۇرغۇن سوۋغا - سالاملارنى تەييارلاپ، تۇردى ئەھمەد ھا-جىمنى تەۋەككۈلدىن سامپول يېزىسىغا كۆچۈرۈپ چىققان. 1956 - يىلى تۇردى ئەھمەد ھاجىم پارتىيە، ھۆكۈمەتنىڭ قوللىشى ئارقىلىق، بىر نەچچە ھەككىمىلەرنى ھەرىكەتلەندۈرۈپ، ئۆزلىرىنىڭ دورا - دەرەمەكلىرىنى پاي قىلىپ، لوپ ناھىيىلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسىنى قۇرۇپ چىققان. مۆھتىرەم زات مەدەنىيەت ئىنقىلابى مەزگىلىدە كۆپ سورۇق - چىلىق تارتقان بولسىمۇ، ئۇيغۇر تېبابىتىگە بولغان ئوتتەك قىزىغىنلىقى بىلەن تەتقىقات ئىشلىرىنى ئۈزۈپ قويمىي داۋاملاشتۇرغان. 1975 - يىلى تۇردى ئەھمەد ھاجىم خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت دوختۇرخانىسىغا يۆتكىلىپ كېلىپ، ئۆمرىنىڭ ئاخىرىغىچە، يەنى 1987 - يىلىغىچە داۋالاش ئىشلىرى بىلەن شۇغۇللانغان.

مەرھۇم تۇردى ئەھمەد ھاجىم بىر ئەسىردىن ئارتۇق ۋاقىتتا سان - ساناقسىز بىمارلارنى تۈرلۈك كېسەللىك ئازابىدىن قۇتۇلدۇرۇپ، ئەل - جامائەتنىڭ، پارتىيە، ھۆكۈمەتنىڭ ئەتمۇرلىشىشىغا ئېرىشكەن.

تۇردى ئەھمەد ھاجىمنىڭ كېسەللىكلەرگە دىئاگنوز قويۇش سەۋىيىسى يۇقىرى بولۇپ، قويغان دىئاگنوزى ھازىرقى زامان تەك-شۈرۈش سايمانلىرىنىڭ نەتىجىسى بىلەن ئوخشاش چىقاتتى. ئۇ تومۇر نۇتۇشتا بىمار تومۇرىنىڭ نورمال ھالەتكە كېلىشىنى نەزەردە تۇتۇپ، ئالدى بىلەن بىمارنىڭ روھىي ھالىتىنى تۇراقلاشتۇرۇپ، دىلىدىكى ۋەھىمىسىنى كۆتۈرۈۋېتىپ، ئۇنى غەمدىن خالاس قىلغان. دىن كېيىن، ئاندىن تومۇر ھەرىكىتىنى تەكشۈرەتتى. ئۇ ئۇستازىدىن مىراس بولۇپ قالغان «تەرياق» دېگەن دورىنى كۆپ ياسايتتى ھەمدە ئۇنى يېنىدىن ئايرىمايتتى. ئۇ: «بۇ دورا 90 نەچچە خىل كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدۇ» دەيتتى. بۇ دورىنىڭ ھەرخىل يەللەرنى ھەيدەش خۇسۇسىيىتى بولۇپ، شىپالىق ئۈنۈمى ناھايىتى يۇقىرى ئىدى. تۇردى ئەھمەد ھاجىم ئاساسەن يۈرەك، مېڭە قان تومۇر كېسەللىكلىرى، رېماتىزم، مۇپاسىل، نۇقرەس قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا مول تەجربىگە ئىگە ئىدى. بىمارلارنى داۋالاشتا چايلىق دورىلارنى ئاساسىي ئورۇندا قويۇپ، ئاددىي رېتسېپلار ئارقىلىق داۋالايتتى. تۇردى ئەھمەد ھاجىم ئۆزىنىڭ 90 يىلدىن كۆپرەك ئۆمرىنى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئىشلىرىغا بېغىشلاپ، خەلق ئاممىسىنىڭ ساقلىقنى ساقلاش ئىشلىرى ئۈچۈن ئۆچمەس تۆھپىلەرنى قوشقان. ئۇ ئۆزىنىڭ تېبابەتچىلىك ئەمەلىيىتى جەريانىدا ياراتقان مول تەجربىلىرىگە ئاساسەن، «ئۇيغۇر تېبابىتىدە كۆپ ئىشلىتىلىدىغان مۇرەككەپ دورا رېتسېپلىرى» دېگەن بۇ كىتابنى يېزىپ قالدۇرۇپ، ساقلىقنى ساقلاش، ئۇزۇن ئۆمۈر كۆرۈش جەھەتلەردىكى مول تەجربىلىرىنى كېيىنكىلەرنىڭ پايدىلىنىشىغا سۇنغان.

كىرىش سۆز

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئۆزىدە قىممەتلىك بىلىم جاۋاھىراتلىرىنى توپلاپ ۋە ساقلاپ كېلىۋاتقان بىر خەزىنە. ئۇ قەدىمكى مەدەنىيەتكە ئىگە ئۇيغۇر خەلقىنىڭ ئۇزاق مۇددەتلىك تارىخىي تەرەققىياتى داۋامىدا كېسەللىكنىڭ ئالدىنى ئېلىش، ۋە ئۇنى داۋالاش تەبىئەت بىلەن تونۇشۇش، ھەرخىل ماددىلارنىڭ دورىلىق خۇسۇسىيىتى ۋە تېببىي جەھەتتىكى ئەھمىيىتىنى چۈشىنىش جەريانىدا ھاسىل قىلغان قىممەتلىك تەجرىبىلىرى ۋە ئاچچىق ساۋاقلارنىڭ يەكۈنى.

ئەمگەكچان، ئەقىل - پاراسەتلىك ئەجدادلىرىمىز ئۆز تۇرمۇشىدا ۋە ساقلىقنى ساقلاش داۋامىدا ھاسىل قىلغان تەجرىبە ساۋاقلارنى ئۈزلۈكسىز ھالدا خاتىرىلەپ، كېيىنكى ئەۋلادلارنىڭ پايدىلىنىشى ئۈچۈن مىراس قالدۇرۇپ كەلگەن.

خەلقىمىز ئىچىدە كۆپلىگەن ماھىر تېۋىپلار ئۇزاق يىللار داۋامىدا ھاسىل قىلغان داۋالاش ۋە دورىگەرلىك بىلىملىرىنى ئۈزلۈكسىز توپلاپ، خەلقىمىزنىڭ داۋالاش ئىشلىرى ئۈچۈن زور تۆھپىلەرنى قوشقان. ئۇلارنىڭ تېبابەت مىراسلىرىنى يىغىش، رەتلەپ نەشر قىلدۇرۇش ئارقىلىق خەلقىمىزگە يەتكۈزۈپ بېرىش — ئېلىمىز تېبابەتچىلىك ئىشلىرىنى تەرەققىي قىلدۇرۇشتا زور ئەھمىيەتكە ئىگە مۇھىم خىزمەت.

بۈگۈنكى كۈندە، پارتىيە ۋە ھۆكۈمەت بۇ خىزمەتنى چىڭ تۇتۇپ ئىشلىشىمىز ئۈچۈن پايدىلىق شارائىتلارنى يارىتىپ بەرمەكتە. بىز مۇشۇ پايدىلىق پۇرسەتنى قەدىرلەپ، ئاپتونوم رايونىمىز مىقياسىدا ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى بىلەن شۇغۇللىنىپ جامائەتچىلىككە

تونۇلغان ۋە ئۆزىگە خاس ئەمەلىي تەجرىبىلەرنى ھاسىل قىلغان داڭلىق تېۋىپلارنىڭ تېببىي مىراسلىرىنى يىغىش، رەتلەش ۋە نەشر قىلدۇرۇش خىزمىتىنى داۋاملىق چىڭ تۇتۇپ ئىشلىمەكچىمىز. تۇردى ئەھمەد ھاجىم ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ساھەسىدە بىر ئەسەردىن كۆپرەك ئەجىر سىڭدۈرۈپ، نۇرغۇن بىمارلارنى تۈرلۈك كېسەللىك ئازابىدىن قۇتۇلدۇرۇپ، خەلقنىڭ ھۆرمىتىگە، پارتىيە ۋە ھۆكۈمەتنىڭ ئەتىۋارلاپ ئىشلىتىشىگە ئېرىشكەن ھەمدە مول داۋا-لاش تەجرىبىلىرىنى ھاسىل قىلىپ يەكۈنلىگەن ماھىر تېۋىپ. ئۇنىڭ ئۇيغۇر تېبابىتىدىكى شۆھرىتى مەملىكىتىمىزدە كەڭ تارقىلىپلا قالماي، يەنە چەت ئەللەرگىمۇ تارقالغان.

ئۇنىڭ ھاياتى مەملىكىتىمىزدىكى، ھەتتا چەت ئەللەردىكى مۇنا-سەۋەتلىك تەنقىقاتچىلارنىڭ دىققىتىگە ئائىل بولۇپ، ئۇزۇن ئۆمۈر كۆرۈش بويىچە بىر قاتار تەنقىقاتلارنىڭ قانات يېيىشىغا سەۋەب بولغان.

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ زامانىمىزغىچە يېتىپ كېلىشى ئۈچۈن ئۆزىنىڭ يۈرەك قېنىنى سەرپ قىلغان مەرھۇم ئۇيغۇر تېبابىتى ئالىمى تۇردى ئەھمەد ھاجىم ئۇزۇن يىل تىرىشىش نەتىجىسىدە «ئۇيغۇر تېبابىتىدە كۆپ ئىشلىتىلىدىغان مۇرەككەپ دورا رېتسېپلىرى» ناملىق بۇ كىتابنى يېزىپ چىققان.

1983 - يىلى خوتەن ۋىلايەتلىك سەھىيە باشقارمىسىنىڭ كۆ-ڭۈل بۆلۈشى بىلەن، مەخسۇس تەھرىر ھەيئىتى قۇرۇلۇپ، رەتلەش ۋە تەھرىرلەش خىزمىتى ئىشلەنگەن. بۇ خىزمەتلەرنى شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابىتى ئالىي تېخنىكومىنىڭ سابىق مۇدىرى مەرھۇم سالىي سا-بىر، ئابلىمىت يۈسۈپ ھاجىم، خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت دوختۇرخانىسىنىڭ سابىق باشلىقى تۇردى باقى قۇربان، مەرھۇم ھەبىبۇللا ئېلى ھاجىملار ئىشلىگەن.

مەزكۇر كىتاب خەلق ئارىسىدا «مىڭ رېتسېپ» نامى بىلەن

تارقىلىپ، كەڭ ئوقۇرمەنلەرنىڭ ئالقىشىغا ئېرىشكەن. مەن بۇ مۇ-
ناسىۋەت بىلەن خوتەن ۋىلايەتلىك سەھىيە باشقارمىسىغا، بۇ كىتاب-
نى رەتلەش ۋە تەھرىرلەش خىزمىتىنى ئىشلەش ئۈچۈن يۈرەك قې-
نىنى سەرپ قىلغان يۇقىرىقى مۇئەللىمىلەرگە رەھمەت ئېيتىمەن.
كەڭ ئۇيغۇر تېبابىتى خادىملىرى ۋە ھەۋەسكارلىرىنىڭ بۇ
كىتابقا بولغان ئېھتىياجىنى، شۇنداقلا تۇردى ئەھمەد ھاجىمنىڭ
ئۇيغۇر تېبابىتىگە قوشقان غايەت زور تۆھپىسىنى نەزەرگە ئېلىپ،
بۇ كىتاب قايتىدىن تەكشۈرۈلۈپ، تۈزىتىشكە تېگىشلىك يەرلىرى
تۈزىتىلىپ نەشرگە تەييارلاندى.

ھەب، قۇرس تىپىدىكى دورىلارنىڭ تەييارلىنىشى ۋە مىقدارىنى
ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەت دوختۇرخانىسىنىڭ دورىگىرى
ئابدۇرېھىم ئابدۇكېرىم كۆرۈپ بېكىتىپ بەردى.

نەشرگە تەييارلاش جەريانىدا بەزى ئاتالغۇلار بىرلىككە كەلتۈ-
رۈلدى، بىرلىكلەر خەلقئارا ئۆلچەم بىرلىكلىرى بويىچە ئېلىندى.
كىتابتىكى رېتسىپلار كېسەللىك تۈرلىرى بويىچە قايتا رەتلەنىپ
تىزىپ چىقىلدى. پايدىلىنىشقا قۇلايلىق بولۇش ئۈچۈن، كىتابقا
كېسەللىك تەرتىپى بويىچە مۇندەرىجە بېرىلدى. گەرچە بۇ كىتابنى
نەشرگە تەييارلاشتا نۇرغۇن تىرىشچانلىق كۆرسەتكەن بولساقمۇ،
ھەرخىل نۇقسانلاردىن خالىي بولالمىغان بولۇشىمىز مۇمكىن. كە-
سىپداشلارنىڭ ۋە ئوقۇرمەنلەرنىڭ تەنقىدىي تۈزىتىش پىكىرلىرىنى
بېرىشىنى سەمىمىي ئۈمىد قىلىمەن.

تۇرغۇن ئۆمەر

(شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابىتى ئالىي

تېخنىكومىنىڭ مۇدىرى)

2006 – يىلى يانۋار

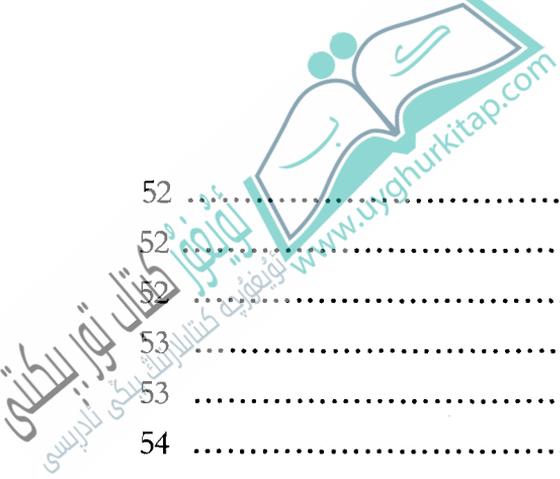
مۇندەرىجە

- مۇرەككەپ دورىلار ھەققىدە چۈشەنچە 1
- دورىلار نېمە ئۈچۈن مۇرەككەپلەشتۈرۈلىدۇ؟ 1
- مۇرەككەپ دورىلارنىڭ تەركىبىدىكى يەككە دورىلارنىڭ مىقدارى
ۋە بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى نېمىگە ئاساسەن
بەلگىلىنىدۇ؟ 2
- مۇرەككەپ دورىلارنىڭ مىزاجى ۋە تەبىئىتى قانداق بەلگىلىنىدۇ؟... 3
- مۇرەككەپ دورىلارنىڭ شەكىللىرى 5
- خېمىر دورىلار 5
- ئىتىرىغىلار 5
- ئايارەنجىلەر 7
- تەرياقلار 7
- جاۋارشىلار 8
- مەجۇناتلار 9
- لۇبۇبلار 10
- لوئۇقلار 11
- قاتتىق دورىلار 11
- بانادۇقلار 11
- ھەبلەر (كۇمىلاچلار) 12
- قۇرسىلار 12
- تالقان دورىلار 13
- سۇفۇپلار 13
- سۇنۇنلار 14
- سۈرمىلەر ۋە سەپمىلەر 14

| | |
|----|---|
| 15 |سۇيۇق دورىلار |
| 15 |شەرىپەتلەر |
| 16 |ئەرەقلەر |
| 16 |مۇراببالار |
| 17 |گۈلقەنتلەر |
| 17 |چىلانمىلار |
| 17 |لۇئابلار |
| 18 |سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار |
| 18 |ياغلار |
| 18 |مەلەمەلەر |
| 19 |زىماتلار |
| 19 |ھۆقىنىلەر(كىلىزىملار) |
| 20 |قۇتۇرلار(تامچىلار) |
| | مېخە ۋە نېرۋا كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان |
| 20 |دورا رېتسىپلىرى |
| 20 |مەجۈنى ئايارەنج پەيقرى |
| 21 |ئايارەج جالىنۇس |
| 22 |ئايارەج لوغانزىيا |
| 22 |مەجۈنى ئەنقەرۇيىي كەبىر |
| 23 |ئەتۈسى پالەچ |
| 23 |ئەتۈسى مۇقەۋۋى |
| 23 |ئىتىرىفىل ئەپتىمۇن |
| 24 |ئىتىرىفىل ئۈستقۇددۇس |
| 25 |ئىتىرىفىل سەغىر |
| 25 |ئىتىرىفىل زامانى |
| 26 |ئىتىرىفىل كەشنىز |
| 27 |ئىتىرىفىل كەبىر |

| | |
|----|-------------------------------|
| 27 | بايادەيقۇس..... |
| 28 | بەرششا |
| 29 | بۇخۇر |
| 29 | بۇخۇر غەشيان |
| 30 | بۇخۇر سۇدائى ھار |
| 30 | بۇخۇر سۇدائى بارىد |
| 30 | بۇخۇر نەزلە |
| 31 | بۇخۇر سەرئى..... |
| 31 | پاشۇيە |
| 32 | پۇلۇنىيائى پارىسى..... |
| 32 | پۇلۇنىيائى مەھمۇدى..... |
| 33 | پۇختە جوش..... |
| 34 | جاۋارش نىسيان |
| 34 | ھەببى ئۈستقۇددۇس |
| 34 | ھەببى ئىستەمخقۇن |
| 35 | ھەببى مۇرمەككى |
| 35 | ھەببى تەشەننۇج |
| 36 | ھەببى زەھەپ |
| 36 | ھەببى سەبرى مالخۇلىيائى |
| 36 | ھەببى سەكبىنەج |
| 37 | ھەببى سەرئى |
| 37 | ھەببى شەترەنجى..... |
| 38 | ھەببى شىپا مۇسەككىن |
| 38 | ھەببى پالەچ |
| 39 | ھەببى پەرىپيۇن |
| 39 | ھەببى كۈنتۈۋالى..... |
| 40 | ھەببى لەقۋا..... |

- 40 ھەبىبى لاجىۋەرد
- 40 ھەبىبى مۇنىشت
- 41 داۋائۇسسىيەت
- 41 داۋايى سۇدائى سەپراۋى
- 42 داۋايى سۇدائى بەلغىمى
- 42 داۋايى پالەچ
- 42 داۋايى مۇخەددىر
- 43 داۋايى نىسيان
- 43 رەۋغىنى بادام شېرىن
- 43 رەۋغىنى بادام تەلىخ
- 44 رەۋغىنى بالادۇر
- 44 رەۋغىنى بىدەنجىر
- 45 رەۋغىنى جويۇز
- 45 رەۋغىنى خەس
- 46 رەۋغىنى خەشخاش
- 46 رەۋغىنى رەيھان
- 47 رەۋغىنى سۇزاپ
- 47 رەۋغىنى شۇنىز
- 47 رەۋغىنى پەرىمىيۇن
- 48 رەۋغىنى قۇستە
- 48 رەۋغىنى كەدۇ
- 49 رەۋغىنى گۈل
- 49 رەۋغىنى لۇبۇبى سەبئە
- 50 رەۋغىنى مۇبارەك
- 50 رەۋغىنى مۇرەتتىپ
- 51 زىمادى قەنتەرىيۇن
- 51 سىركەنجىبىن ئەپتىمۇنى



52 سۈپۈپى ئەرەستاتالىس

52 سۈپۈپى ئەپتىمۇن

52 سۈپۈپى كىبرىت

53 سۈپۈپى مەرۋايت

53 سۈپۈپى مۇنەششىت

54 سۈپۈپى مۇنەۋۋىم

54 سۈپۈپى مۇنەققى

54 سۈپۈپى نەسىيان

55 شەرىپتى خەشخاش

55 شەرىپتى ئەبرىشم

56 شەرىپتى ئەبرىشم مۇقەۋۋى

57 شەرىپتى ئەپسەنتىن (I)

57 شەرىپتى ئەپسەنتىن (II)

58 شەرىپتى رەيھان

58 شەرىپتى نېلۈپەر

59 قۇرسى مۇنەۋۋىم ھار

59 قۇرسى مۇنەۋۋىم بارىد

59 قۇرسى مۇنەۋۋىم

60 مەجۈنى سوقرات

61 مەجۈنى پەلاسىپە

62 مەجۈنى سىيسالىيۇس

62 مەجۈنى پولات

63 مەجۈنى مۇبەددىلۇلمىراج

64 مەجۈنى مۇقەۋۋى

64 مەجۈنى مۇپەررەھ

65 مەجۈنى مۇخەللىسى ئەكبەر

65 مەجۈنى نەسىيان

| | |
|----|-------------------------------|
| 66 | مەجۇنى نۇجاھ |
| 66 | مەجۇنى سوم |
| 68 | مۇپەررىھى ئەبرىشم |
| 68 | مۇپەررىھى ئەزەم |
| 69 | مۇپەررىھى ھار ئەسەبى |
| 70 | مۇپەررىھى ھار سەغىر |
| 70 | مۇپەررىھى سەغىر مۆتىدىل |
| 70 | مۇپەررىھى مۇنشىت |
| 71 | مۇپەررىھى ياقۇتى |
| 72 | مەتبۇخى مائۇلىئۇسۇل |
| 73 | مائۇل ھەسەل |
| 73 | مەتبۇخى ئۇنناپ |
| 74 | مەتبۇخى كىشىمىش |
| 74 | نۇقۇئى ھامىز |
| 75 | نۇقۇئى ھېلىلە |
| 75 | نۇقۇئى كەشىنىز |
| 75 | نۇقۇئى پەۋاكىھ |
| 76 | نۇقۇئى مۇرەتتىپ |
| 76 | نۇتۇلى سەدرى |
| 77 | نۇپۇخى سەكتە |
| 77 | نۇپۇخى پالەچ |
| 77 | نۇقۇئى سەبرى (I) |
| 78 | نۇقۇئى سەبرى (II) |
| 78 | نۇتۇلى سەرسام |
| 78 | نۇتۇلى سودائى سەۋدائى |
| 79 | نۇتۇلى سودائى ھار |
| 79 | نۇتۇلى سودائى سەپراۋى |



79 نۇتۇلى جۇنۇن

80 نۇتۇلى سەھرى

80 نۇتۇلى بۇخۇرى

80 نوپۇخى سەرئى

81 نوپۇخى سۇبات

81 نوپۇخى ئەتتس

81 نوتۇلى سەكتە

82 نوتۇلى سوئا

82 نوتۇلى سۇبات

82 نوتۇلى مۇنەۋۋىم

82 ۋۇجۇرى سەرئى (I)

83 ۋۇجۇرى سەرئى (II)

83 ۋۇجۇرى ئومۇسبىيان

83 ياقۇتى مۇقەۋۋى

84 ياقۇتى بۇئەلى

رەك قان تومۇر سىستېمىسى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا

85 شىلتىلىدىغان دورا رېتسېپلىرى

85 ئادەتتىكى نۇشدارى

86 ئالىي نۇسخىلىق نۇشدارى

86 جاۋارش جالنىس

87 جاۋارش مارجان

88 داۋايى خافاقان بارىد

88 داۋايى سەندەل

89 داۋايى مىشكى ھولوۋ

89 مەجۇنى داۋايى مىشكى مور

90 مەجۇنى داۋايى مىشكى تەلىخ

91 مەجۇنى داۋايى مىشكى بارىد

| | |
|-----|--|
| 91 | مەجۇنى داۋايى مشكى ئەنەبەر بارىد |
| 92 | مەجۇنى داۋايى مشكى مۆتىدىل |
| 92 | زىمادى مۇبەررىد |
| 93 | سۇفۇپى بارىد |
| 93 | سۇفۇپى بەزىرۇلبەنجى |
| 93 | سۇفۇپى ھار |
| 94 | شەرىبىتى بادىرەنجىبۇيا |
| 94 | شەرىبىتى سەندەل |
| 95 | شەرىبىتى گاۋزىبان |
| 95 | شەرىبىتى گاۋزىبان ئەنەبىرى |
| 96 | شەرىبىتى مۇپەررىھى مۆتىدىل |
| 97 | مەجۇنى سەنجەرىنا |
| 97 | مۇپەررىھى بارىد قەلبى |
| 98 | مۇپەررىھى بوئەلى |
| 99 | مۇپەررىھى دىلكۇشا مۆتىدىل |
| 99 | مۇپەررىھى دىلكۇشا ھار |
| 100 | مۇپەررىھى دىلكۇشا بارىد |
| 100 | مۇپەررىھى سەھلىل ۋۇجۇد |
| 101 | مۇپەررىھى سەندەلەيىن |
| 102 | مۇپەررىھى سۇسەنەبەر |
| 103 | مۇپەررىھى مەسھا |
| 103 | مۇپەررىھى مەرۋايىت |
| 104 | مۇپەررىھى مۆتىدىل |
| 104 | مۇپەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل |
| 105 | مۇپەررىھى ياقۇتى ھار |
| 106 | مۇپەررىھى ياقۇتى بارىد |
| 106 | مۇپەررىھى ياقۇتى بوئەلى |

| | |
|-----|---|
| 107 | ئەرئىقى مائۇللەھمى |
| 108 | ياقۇتى مۆتىدىل |
| | نەپەس يولى كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان |
| 109 | دورا رېتسېپلىرى |
| 109 | مەجۇنى ئىتتىرىفىل غۇدەدى |
| 109 | تەرىياقى نەزلە |
| 110 | ھەببى بىنەپشە مۇرخى |
| 110 | ھەببى ھىندى |
| 111 | ھەببى دىق |
| 111 | ھەببى زەيىق |
| 111 | ھەببى سەبرى رىئەۋى |
| 112 | ھەببى سەدرى |
| 112 | ھەببى سوئال |
| 113 | ھەببى سوئال ھار |
| 113 | ھەببى سوئال بارىد |
| 113 | ھەببى سوئال يابىس |
| 114 | ھەببى غارىقۇن |
| 114 | ھەببى غارىقۇن ئىستىسقاى |
| 115 | ھەببى لوبۇب |
| 115 | ھەببى خانازىر |
| 116 | ھەببى ۋاسلى |
| 116 | ھەببى نەزلە |
| 116 | ھەببى داللى ئۆلكىبىرت |
| 117 | ھەببى داۋايى زىرىق |
| 118 | زىمادى دەقىششەئىر |
| 118 | زىمادى زاتىل |
| 118 | شەرىبىتى سىركەنجىبىن ئەنسىل |

| | |
|-----|---------------------------------|
| 119 |سۇفۇپى سوئال |
| 119 |سۇفۇپى نىشاستە |
| 120 |سۇفۇپى دىق |
| 120 |شەرىپىتى ئەنجىبار مۇرەككەپ |
| 121 |شەرىپىتى ئۇنناپ |
| 121 |شەرىپىتى ئۇنناپ سىبىيانى |
| 122 |شەرىپىتى ھەمشىۋا |
| 122 |شەرىپىتى ھۆلبە |
| 123 |شەرىپىتى رۇممان |
| 123 |شەرىپىتى زۇپا |
| 124 |شەرىپىتى زۇپا ھار |
| 124 |شەرىپىتى زۇپا مۇھەللىل |
| 125 |شەرىپىتى زۇپا نەزلى |
| 125 |شەرىپىتى سوئال |
| 126 |شەرىپىتى پەراسىيۇن |
| 126 |شەرىپىتى كەتتان |
| 127 |شەرىپىتى نەزلە |
| 127 |قۇرسى بىننەپشە |
| 128 |قۇرسى خەشخاش نەزلە |
| 128 |قۇرسى خەشخاش |
| 128 |قۇرسى زاتىل |
| 129 |قۇرسى زاتىل جەنبە |
| 129 |قۇرسى سىل |
| 130 |قۇرسى تاباشىر مۇلەيىمىن |
| 130 |لوئۇقى ئىسقىل |
| 131 |لوئۇقى بادام |
| 131 |لوئۇقى بارىد |

- 132 لوئۇقى بەزىرۇلبەنجى
- 132 لوئۇقى بەزىرى كەتتان
- 133 لوئۇقى بىنەپشە
- 133 لوئۇقى نەزلە
- 134 لوئۇقى تىيىن
- 134 لوئۇقى ھەببۇلخوتەن
- 135 لوئۇقى ھەببى رىشات
- 135 لوئۇقى ھۆلبە
- 136 لوئۇقى ھورمۇل
- 136 لوئۇقى خەشخاش نەزلە
- 137 لوئۇقى خەشخاش
- 137 لوئۇقى خىيارشەنبەر
- 138 لوئۇقى رۇببى سۇس (I)
- 138 لوئۇقى رۇممان
- 139 لوئۇقى رۇببى سۇس (II)
- 139 لوئۇقى زۇپا
- 140 لوئۇقى زەنجىۋىل
- 140 لوئۇقى سەرىپىستان
- 141 لوئۇقى سوئال
- 141 لوئۇقى سىبىيان
- 142 لوئۇقى كورۇنبى
- 142 لوئۇقى ۋەرد
- 143 مەجۇنى مۇرمەككى
- 143 مەجۇنى ھېلىلە
- 143 مەجۇنى زۇپائى سەغىر
- 144 مەجۇنى زۇپا
- 145 مەجۇنى زۇپائى كەبىر

| | |
|-----|---|
| 146 | مەجۈنى زىراۋەن |
| 146 | مەجۈنى سوئال |
| 146 | مەجۈنى سوئال رۇتەبى |
| 147 | مەجۈنى سوس |
| 147 | مەجۈنى قەپى |
| 148 | مەجۈنى قۇب ئۆلمەلىك |
| 149 | مەجۈنى مۇنەففىس |
| 149 | مۇپەررەھى بارىد |
| 150 | مائۇلخەلاپ |
| 150 | مەتبۇخى خىيارشەنبەر رىئەۋى |
| 151 | مەتبۇخى زۇپا |
| 151 | مەتبۇخى سەرپىستان |
| 152 | مۇرابىئى بادام مەغرالى |
| 152 | مۇرابىئى بىنەپشە |
| 153 | مۇرابىئى گۆزەر |
| | رە كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا |
| 154 | تىسپىلىرى |
| 154 | مەجۈنى ئىتىرىفىل شاھتەررە |
| 154 | مەجۈنى ئىتىرىفىل بەرەس |
| 155 | مەجۈنى ئىتىرىفىل ھامان |
| 155 | مەجۈنى تەرىياقى ئەقرەپ |
| 156 | مەجۈنى تەرىياقى تىنى مەختۇم |
| 156 | مەلھىمى تىزىبى پارۇق |
| 156 | مەلھىمى تىزىبى گۇڭگۇرت |
| 157 | زىمادى تېلايى ئۆشەنە |
| 157 | زىمادى تېلايى ھەدەپ |
| 158 | شىياپى تېلايى ھىككە |

| | | |
|-----|-------|------------------------------|
| 158 | | زىمادى ھىككە |
| 158 | | ھەبىبى بەرەس |
| 159 | | ھەبىبى بەھەق |
| 159 | | ھەبىبى دائۇسسۆئىلەپ بەلغىمى |
| 160 | | ھەبىبى دائۇسسۆئىلەپ سەپراۋى |
| 160 | | ھەبىبى دائۇسسۆئىلەپ مۇرەككەپ |
| 160 | | ھەبىبى سىماب |
| 161 | | ھەبىبى شاھتەررە |
| 161 | | رەۋغىنى بىيز |
| 162 | | رەۋغىنى ھىننا |
| 162 | | رەۋغىنى نارجىل |
| 163 | | زەرۋرى مەدەستان |
| 163 | | زىمادى دائۇلھەبىيە |
| 163 | | سۈپۈبى سەۋدا |
| 164 | | شەرىبىتى شاھتەررە (I) |
| 164 | | شەرىبىتى شاھتەررە (II) |
| 165 | | قۇرسى ئەنزىرۇت |
| 165 | | قۇرسى مۇرمەككى جىلدى |
| 166 | | قۇرسى سەئىپە |
| 166 | | مائۇلجەبىن |
| 167 | | مائۇلشاھتەررەج |
| 167 | | مەتبۇخى بەرەس |
| 168 | | مەتبۇخى شاھتەررە |
| 168 | | مەلھىمى بەرەس |
| 169 | | مەلھىمى سانايى مەككى |
| 169 | | مەلھىمى سەرپىستان |
| 169 | | مۇجەررەبى بەرەس |

| | | |
|-----|-------|--|
| 170 | | نۇقۇمى جەرەپ |
| 170 | | نۇقۇمى سەبىرى |
| 171 | | رەۋغىنى ئوسما |
| 171 | | رەۋغىنى مۇرد |
| 171 | | مۇجەررەبى ھاپىزۇسسۇۋاد |
| | | بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا |
| 172 | | رېتسىپلىرى |
| 172 | | قۇرسى پەلدىپيۇن |
| 172 | | پەتلە رۇئاپ |
| 172 | | پەتلە مەرۋى |
| 173 | | ھەببى بىنەپشە |
| 173 | | ھەببى شەبىيار |
| 174 | | ھەببى قۇقىيا |
| 174 | | غەرغەر داۋايى ئۇلخەتاتىپ |
| 174 | | تېمىتتا داۋايى بۇھەتۇسەۋىت |
| 175 | | زىمادى داۋايى دەندان (I) |
| 175 | | زىمادى داۋايى دەندان (II) |
| 175 | | زىمادى داۋايى ۋەجىئى دەندان |
| 176 | | داۋايى مرى |
| 176 | | رەۋغىنى ئامىلە |
| 176 | | رەۋغىنى تۇرۇپ |
| 177 | | رەۋغىنى كۇندۇر |
| 177 | | رەۋغىنى ناردىن |
| 178 | | زەرۋرى ئەنزىرۇت |
| 178 | | زەرۋرى ئەسپىر |
| 178 | | زەرۋرى ئەببەز |
| 179 | | زەرۋرى سەبىرە |

| | | |
|-----|-------|--------------------------|
| 179 | | زەرۋرى قەلەي |
| 179 | | زەرۋرى كاپۇر |
| 180 | | زەرۋرى مامىران |
| 180 | | زەرۋرى مەغسۇل |
| 180 | | زىمادى ئەنزىرۇت |
| 180 | | زىمادى رۇئاپ |
| 181 | | سۇفۇپى زىراۋەن |
| 181 | | سۇفۇپى سۆرۈنجان |
| 182 | | سۇفۇپى شەپ |
| 182 | | سۇفۇپى كاتھىندى |
| 182 | | سۇفۇپى مومىسك |
| 182 | | سۇفۇپى مۇرمەككى مۇتەيىپ |
| 183 | | سۇفۇپى مۇرمەككى |
| 183 | | سۇفۇپى مۇرچ |
| 183 | | سۇفۇپى مۇجلى |
| 184 | | سۇفۇپى نەمەك |
| 184 | | سۇفۇپى لەسسە |
| 184 | | قۇتۇرى ئەشا |
| 185 | | قۇتۇرى ئەسەم |
| 185 | | قۇتۇرى جالىنۇس |
| 185 | | قۇتۇرى خۇبىسۇل ھەدىد |
| 186 | | قۇتۇرى ۋەجئىلئوزنى بارىد |
| 186 | | قۇتۇرى ۋەجئىل ئوزنى ھار |
| 186 | | قۇتۇرى كەرەم |
| 187 | | كۈھلى ئەزىرى |
| 187 | | كۈھلى ئەھۋەل |
| 188 | | كۈھلى بىياز |

| | | |
|-----|-------|---|
| 188 | | كۆھلى جەۋاھىر |
| 188 | | كۆھلى رۇشنايى |
| 189 | | كۆھلى غىشاۋە |
| 189 | | كۆھلى دەمئە |
| 190 | | كۆھلى مۇقەۋۋى |
| 190 | | كۆھلى مىلكايا |
| 190 | | كۆھلى ۋەرد |
| 191 | | كۆھلى مونىبت |
| 191 | | مەتبۇخى قەنتەرىيۇن |
| 191 | | نۇقۇلى ئەسەم |
| 192 | | نۇپۇخى بوخىرى |
| 192 | | نۇپۇخى رۇئاپ |
| 192 | | نۇپۇخى رۇئاپ مۇجەررەپ |
| | | بۆرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا |
| 193 | | رېتسىپلىرى |
| 193 | | بانادۇق بۇزۇرى |
| 193 | | بانادۇقى ئىدرار |
| 194 | | بانادۇق سوزاك |
| 194 | | بانادۇقى مۇھەللىل |
| 195 | | ھەببى مۇپەتتەتۇلھەسات |
| 195 | | داۋايى ئۇسرۇل بەۋل |
| 196 | | داۋايى سىرسى بەۋل |
| 196 | | سۇفۇپى داۋايى مۇدىر |
| 196 | | سۇفۇپى داۋايى مۇدىرى بەۋل |
| 197 | | سۇفۇپى داۋايى مۇپەتتەتۇلھەسات |
| 197 | | سۇفۇپى داۋايى مۇپەتتەت |
| 197 | | رەۋغىنى ئەقرەپ |

| | | |
|-----|-------|-----------------------|
| 198 | | رۇمادى ئەقرەپ |
| 198 | | رەۋغىنى خەسەك |
| 199 | | رەۋغىنى دىپلى |
| 199 | | سىركەنجىبىن مۇپەتتىم |
| 199 | | سۇفۇپى تەررە |
| 200 | | سۇفۇپى ھەجەرلىيەھۇد |
| 200 | | سۇفۇپى ھىرقەتول بەۋل |
| 201 | | سۇفۇپى خىرىپە |
| 201 | | سۇفۇپى خې |
| 201 | | سۇفۇپى زىياپىتۇس |
| 202 | | سۇفۇپى سىلسىل بەۋل |
| 202 | | سۇفۇپى كەرەپشە مۇدىر |
| 202 | | سۇفۇپى مارجان |
| 203 | | سۇفۇپى ماسكۇل بەۋل |
| 203 | | سۇفۇپى مەسانە |
| 204 | | سۇفۇپى گىل |
| 204 | | شەرىپىتى ئەنجۇر |
| 205 | | شەرىپىتى ئەنجۇر رۇتەپ |
| 205 | | شەرىپىتى خەسەك |
| 206 | | شەرىپىتى ھىندى |
| 206 | | شەرىپىتى ھىليۇن |
| 207 | | قۇرسى بۇزۇرى |
| 207 | | قۇرسى زىياپىتۇس |
| 207 | | قۇرسى كاكىنەج |
| 208 | | قۇرسى مىددە |
| 208 | | قۇرسى لۇبۇبى كەبىر |
| 209 | | مەجۇنى ئاتائى |

- 210 مەجۇنى بەۋل پىلپىراش
- 210 مەجۇنى بەللۇت
- 210 مەجۇنى تەمرى ھىندى
- 211 مەجۇنى چىلغوزا
- 211 مەجۇنى كاكنەج
- 212 مەجۇنى ھەجەرىلىيەھۇد
- 212 مەجۇنى خۇبىسلەھەدىد مۇمىسك
- 212 مەجۇنى كەلكلانەج
- 213 مەجۇنى ماسكۇل بەۋل
- 214 مەجۇنى گۈلنار
- 214 مائۇلئۇسۇل ھۇمائى
- 215 مەجۇنى لۇبۇبى مۆتىدىل
- 215 مەجۇنى لۇبۇب
- 216 نۇتۇلى سۇزاك
- 216 نۇتۇلى ھەسات (I)
- 217 نۇتۇلى ھەسات (II)
- 217 نۇتۇلى ھەسات (III)
- 217 نۇتۇلى مۇپەتتەتۇلەھەسات
- جىگەر كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا
- 218 رېتسىپلىرى
- 218 مەجۇنى ئاساناسىيائى كەبىر
- 218 مەجۇنى ئاساناسىيائى سەغىر
- 219 مەجۇنى تەرىياقى ئەربەئە
- 219 مەجۇنى تەرىياقى سەمانىيە
- 220 جاۋارش ئامىلە
- 220 ھەببى جاۋارش ئۇد مەشكى
- 221 ھەببى ئەپسەنتىن

| | | |
|-----|-------|---|
| 221 | | ھەببى تۇربۇت |
| 221 | | ھەببى سەبرى |
| 222 | | ھەببى غاپەس |
| 222 | | ھەببى پەيقىرا |
| 222 | | ھەببى كەبىر |
| 223 | | مەجۈنى داۋائۇل لوك كەبىر |
| 223 | | مەجۈنى داۋائۇل لوك سەغىر |
| 224 | | مەجۈنى داۋائۇل كۆركەم كەبىر |
| 224 | | مەجۈنى داۋائۇل كۆركەم سەغىر |
| 225 | | زىمادى داۋايى تىيىن پەھىل |
| 225 | | مەجۈنى داۋايى مۇنەققى |
| 225 | | زىمادى داۋايى موميا |
| 226 | | زىمادى تىيىن |
| 226 | | زىمادى سۇنبۇل |
| 226 | | زىمادى شەئىر |
| 227 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى |
| 227 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى ئۇسۇل |
| 228 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى بارىد |
| 228 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى مۆتىدىل |
| 229 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى ھار |
| 229 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن رۇممانى |
| 230 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن رەۋەن يەرقانى |
| 230 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن رەۋەن |
| 231 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن سەپەر جولى ساددە |
| 231 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن سەپەر جولى مۇرەككەپ |
| 232 | | مەتبۇخى سىركەنجىبىن پەۋۋە |
| 232 | | سۇفۇپى ئۇد |

- 232 سۇفۇپى بۇزۇرى
- 233 سۇفۇپى بېھى
- 233 سۇفۇپى تىھال
- 234 سۇفۇپى ھېلىلە
- 234 سۇفۇپى كەبىد
- 234 سۇفۇپى لوك
- 235 سۇفۇپى مۇدىر
- 235 سۇفۇپى ۋەرد
- 235 سۇفۇپى گەزمازەج
- 236 شەرىپىتى ئەپسەنتىن مۇپەتتىھ
- 236 شەرىپىتى ئەپسەنتىن يەرقانى
- 237 شەرىپىتى ئۇججاس
- 237 شەرىپىتى ھىندىبا
- 238 شەرىپىتى رەۋەن ساددە
- 238 شەرىپىتى رەۋەن مۇرەككەپ
- 238 شەرىپىتى دىنارى
- 239 شەرىپىتى دىنارى بارىد
- 240 شەرىپىتى سۇنىۋىل
- 240 شەرىپىتى كۈشۈش
- 240 قۇرسى ئەنىيسۇن
- 241 قۇرسى ئېرىسا
- 241 قۇرسى خەردەل
- 242 قۇرسى زىرىشكى
- 242 قۇرسى غاپپەس
- 243 قۇرسى غارقۇن
- 243 قۇرسى پەنجەنگۈشت
- 243 قۇرسى سەندەل

244 قۇرسى كاپۇر

244 قۇرسى كاپۇر ھار

245 قۇرسى كەبىر

245 قۇرسى گەزمازەج

246 قۇرسى مۇپەررىد

246 قۇرسى ۋەرد

247 قۇرسى كەلكلانەج ئىزخىرى

247 مەجۇنى جالمنۇس

248 مەجۇنى جالمنۇس جىگىرى

248 مەجۇنى جىنتىيانا

248 مەجۇنى ھاپزۇلئەجساد

249 مەجۇنى راسەن

249 مەجۇنى مىسكى

250 مەجۇنى گۈل

250 مۇپەررىھى زۇمۇرەدى بارىد

251 مائۇلھىندىبا

252 مائۇل رۇمانەيىن

252 ئائۇتتىخى ھىندى

253 مەتبۇخى ئۇسۇل

253 مەتبۇخى تىھال

254 مەتبۇخى زىرىشكى

254 مەتبۇخى غاپەس

255 مەتبۇخى مۇستەسقى

255 مەتبۇخى مۇھەللىيىل

256 مۇراببايى گۈل

256 نۇقۇئى خىيارشەنبەر

ئاياللار كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا

| | |
|-----|------------------------|
| 257 | رېتسېپلىرى |
| 257 | پەرزىجە |
| 257 | پەرزىجە ئەقرى |
| 257 | پەرزىجە موھىبل |
| 258 | پەرزىجە مۇسقىت |
| 258 | پەرزىجە مۇدر |
| 258 | پەرزىجە مۇمسك |
| 259 | پەرزىجە مۇھەللىل |
| 259 | پەرزىجە مەشمە |
| 259 | پەرزىجە رەھىمى |
| 259 | مەجۈنى پۇلۇنياي پارىسى |
| 260 | تېلایى ھامىلە |
| 260 | ھەببى ئەقرى |
| 261 | داۋايى ئەقرى |
| 261 | داۋايى مۇسقىت |
| 261 | داۋايى ۋىلادەت |
| 261 | رەۋغىنى زەپەر |
| 262 | زىمادى زىرە |
| 262 | سۇفۇپى قابىز |
| 263 | سۇفۇپى قاتھ |
| 263 | قۇرسى خىرىپە |
| 263 | قۇرسى سۇمۇغ |
| 264 | قۇرسى مۇر |
| 264 | مەجۈنى پەيقرائى ھامىلە |
| 264 | مەجۈنى پىرۇزى نۇش |
| 265 | مەجۈنى مۇسقىت |
| 265 | مەجۈنى مۇھىبل |

265 مائۇلئۇسۇل مۇرەككەپ

266 مۇجەررەبى قاتئىدەم

267 نۇقۇئى بۇزۇرى

267 نۇتۇلى رەھمى

267 نۇتۇلى ھابىسى جېنىپىن

268 نۇتۇلى ھابىس

تاشقى كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا

269 رېتسېپلىرى

269 ئىترىفىل مۇقەل

269 ھەببى ئىختىلاج

269 ھەببى ئېرقىننىساھار

270 ھەببى بەھرام

270 ھەببى مۇقەل بوۋاسىرى

271 داۋايى ئېرقىننىسا

271 رەۋغىنى كۇرراس

271 رەۋغىنى مۇقەل

272 رەۋغىنى زەپدەئى

272 زەرۋرى ئەنزىرۇت مۇنەششېپ

273 زەرۋرى ئەنزەم

273 زەرۋرى ئەربەئە

274 زەرۋرى شەئىرى

274 زەرۋرى زەئىگار

274 زەرۋرى قولان

274 زەرۋرى مۇسەئەد

275 زىمادى ئېرقىننىسا

275 زىمادى ئىسپىغۇل

275 زىمادى بوۋاسىر

| | | |
|-----|-------|-------------------------|
| 276 | | سۇفۇپى ماسكۇددەم |
| 276 | | قۇرسى شەپ |
| 276 | | قۇرسى مەرۋايىت |
| 277 | | مەجۇنى مۇقەل |
| 277 | | مەجۇنى باسلىقۇن |
| 278 | | مەلھىمى جازىبە |
| 278 | | مەلھىمى داخلىيۇن |
| 279 | | مەلھىمى رۇساس |
| 279 | | مەلھىمى شوھوم |
| 279 | | مەلھىمى شىگىرىپ |
| 280 | | مەلھىمى مۇھەللىل |
| 280 | | مەلھىمى مۇردارسىڭ |
| 281 | | مەلھىمى مىسىرى |
| 281 | | مەلھىمى نەۋرە |
| 282 | | نۇتۇلى تەشەننۇج |
| 282 | | نۇتۇلى ئىستىرخا |
| 282 | | جاۋارش ھىندى |
| 283 | | ھەببى بەريۇما |
| 283 | | ھەببى تۇربۇت مۇسەككىن |
| 283 | | ھەببى سەبرى مۇسەككىن |
| 284 | | ھەببى سەئىدى |
| 284 | | ھەببى سۆرۇنجان |
| 284 | | ھەببى سۆرۇنجان مۇسەككىن |
| 285 | | ھەببى مۇپاسىل |
| 285 | | ھەببى مۇپاسىل ھار |
| 286 | | ھەببى مۇپاسىل سەۋداۋى |
| 286 | | ھەببى مەنتىن كەبىر |

286 ھەبىبى نىقىرىس

287 داۋايى نىقىرىس

287 رەۋغىنى سۆرۈنجان

288 زىمادى مۇپاسىل

288 زىمادى نىقىرىس

288 سۇپۇپى سۆرۈنجان

289 سۇپۇپى نىقىرىس

289 شەرىپتى ھېلىلە

290 شەرىپتى مۇپاسىل

290 شەرىپتى ئازراقى

291 مائۇلتۇسۇل مۇپاسىل

291 مائۇلتۇسۇل مۇسەككىن

292 مائۇلتۇسۇل ھار

292 مائۇلتۇسۇل بارىد

293 نۇقۇئى مۇپاسىل (I)

293 نۇقۇئى مۇپاسىل (II)

ئەرلەر كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلدىغان دورا

294 رېتسېپلىرى

294 جاۋارش زەرئۇنى

295 جاۋارش زەرئۇنى مۇقەۋۋى

295 ھەبىبى ئەپيۈن

295 ھەبىبى ئىمساك

296 ھەبىبى ئىمساك ئەپيۈنى

296 ھەبىبى بالەنگۈ

296 ھەبىبى جالمنۇس

297 ھەبىبى ھورمۇل

297 ھەبىبى سەھلىل ۋۇجۇد

| | | |
|-----|-------|------------------------|
| 298 | | هەبىي سىماب مۇمىسك |
| 298 | | هەبىي شىپا |
| 299 | | هەبىي قۇرسى ئەپئاً |
| 299 | | هەبىي مۇسكىر |
| 300 | | هەبىي نىشات مومىسك |
| 300 | | داۋايى دارچىن |
| 300 | | داۋايى مۇبەھھى |
| 301 | | رەۋغىنى ئاقىر قەرھا |
| 301 | | رەۋغىنى سەۋسەن |
| 302 | | رەۋغىنى سىر |
| 302 | | زىمادى ھولبە |
| 302 | | سۇفۇپى ئېھتىلام |
| 303 | | سۇفۇپى سەيلان |
| 303 | | سۇفۇپى سۈرئىتى ئىنزال |
| 303 | | سۇفۇپى مۇمىسك بارىد |
| 304 | | سۇفۇپى كۈنجۈت |
| 304 | | سۇفۇپى مۇغەللىيىز |
| 305 | | شەرىپتى پەنجىنۇش |
| 305 | | شەرىپتى گۈزەر |
| 306 | | مەجۈنى باھ |
| 306 | | مەجۈنى بۇئەلى |
| 306 | | مەجۈنى بىيىنەزد |
| 307 | | مەجۈنى زەنجىۋىل |
| 307 | | مەجۈنى قۇرسى ئەپئاً |
| 308 | | مەجۈنى لوئلوئى |
| 308 | | مەجۈنى مەسىھا مۇكەييىپ |
| 309 | | مەجۈنى مۇبەھھى |

- 309 مەجۇنى مۇبەھھى ئەلا
- 310 مەجۇنى مۇبەھھى مۇكەيىپ
- 310 مەجۇنى مۇمىسك
- 310 مۇراببائى بەھمەن
- 311 مۇراببائى سۆئىلەپ
- 312 مۇراببائى شاقاقۇل
- 312 مەلھەمى تۇتيا
- 313 مەر قايتۇرۇشتا ئىشلىتىلدىغان دورا رېتسېپلىرى
- 313 مەجۇنى تەرياقى سۇمۇم
- 313 مەتبۇخى سىركەنجىبىن تەرياقى
- 313 شەرىپىتى تەرياق
- 314 مەرھىمى ئاتشەك
- 314 ھەببى ھىلىتىت
- 314 سۇپۇپى مۇمىسكى دەم
- 315 سۇپۇپى نەپسۇد دەم
- 315 شەرىپىتى ئەنجىبار
- 315 قۇرسى ئاقاقىيا مۇمىسك
- 316 قۇرسى مۇمىسك
- 316 قۇرسى بەۋلىد دەم
- 317 قۇرسى بۇسسۇد
- 317 قۇرسى تاباشىر كاپۇرى
- 317 قۇرسى تىيىن
- 318 قۇرسى خې قابىز
- 318 قۇرسى رەۋەن
- 319 قۇرسى زىرىشكى ئىستىسقاى
- 319 قۇرسى كەھرىۋا
- 319 قۇرسى كەھرىۋا قابىز

| | |
|-----|--|
| 320 | قۇرسى لوك |
| 320 | قۇرسى مازەرىيۇن |
| 321 | قۇرسى نەپسۇد دەم |
| 321 | كەلكىلانەج بارىد |
| 321 | مەجۇنى كەلكىلانەج ھار |
| 322 | مەجۇنى ئەنسۇن |
| 322 | مەجۇنى مازەرىيۇن |
| 323 | مەجۇنى غاپەس |
| 323 | مائۇلئۇسۇل بۇزۇرى |
| 324 | مەتبۇخى مۇلەييىن |
| 324 | مەتبۇخى سىر كەنجىبىن جۇدىرى |
| | ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا |
| 325 | رېتسىپلىرى |
| 325 | پەتىلە پروزىنۇش |
| 325 | جاۋارش ئەنبەر |
| 326 | جاۋارش ئەنبەر مۇھەللىل |
| 326 | جاۋارش ئەنجىدان |
| 327 | جاۋارش ئەشقەپ |
| 327 | جاۋارش ئۇد |
| 327 | جاۋارش ئۇد ھەزىم |
| 328 | جاۋارش ئۇد مۇشەھى |
| 328 | جاۋارش ئۇد تۇرۇش |
| 329 | جاۋارش ئۇد تۇرۇش ئەكبەر |
| 329 | جاۋارش ئۇد مۇسەھىل |
| 329 | جاۋارش بالادۇر |
| 330 | جاۋارش بەسباسە |
| 330 | جاۋارش بۇزۇرى |

- 331 جاۋارش تاباشر
- 331 جاۋارش تالسىپەر
- 332 جاۋارش تۇپپاھ
- 332 جاۋارش تۇربۇت مۇسھىل
- 332 جاۋارش خەرنۇپ
- 333 جاۋارش خۇزى
- 333 جاۋارش دارچىن
- 334 جاۋارش زىرشكى
- 334 جاۋارش زەنجىۋىل
- 335 جاۋارش سەپەر جۇلى
- 335 جاۋارش سەندەل
- 336 جاۋارش سو ككەر
- 336 جاۋارش سىمسىم
- 336 جاۋارش شەھرىاران
- 337 جاۋارش پەۋاكىھ
- 337 جاۋارش پەۋاكىھ سىبىيانى
- 338 جاۋارش پەنجىنۇش
- 338 جاۋارش پەلاپىلى
- 339 جاۋارش قەندادىقۇن
- 339 جاۋارش كۇمۇنى
- 340 جاۋارش مەستكى
- 340 جاۋارش مەقلىياسا
- 340 جاۋارش كۇمۇنى مۇھەللىل
- 341 جاۋارش موتۇەككىل
- 341 جاۋارش مىشكى
- 342 جاۋارش نارمىشكى مۇقەۋۋى مەئىدە
- 342 جاۋارش نارمىشكى ئىستىسقاى

- 342 جاۋارش نارمشكى قولون
- 343 ھەببى تەنكار
- 343 ھەببى جەدۋار
- 343 ھەببى ھوما
- 344 ھەببى زەرەپ
- 344 ھەببى زەنجىۋىل
- 344 ھەببى قەيسەر
- 345 ھەببى قۇرسى گۈل
- 345 ھەببى مەستكى
- 346 ھەببى مۇقەل
- 346 ھەببى مۇشەھى
- 346 ھەببى نارمشكى
- 347 ھەببى نىشات
- 347 ھەببى داۋايى ھەزىم
- 347 سۇفۇپى داۋايى قەيى
- 348 سۇفۇپى داۋايى قەيى سەپراۋى
- 348 مەتبۇخى داۋايى قەيى بەلغىمى
- 348 مەجۈنى داۋايى مۇشەھى
- 349 رەۋغىنى ئەپسەنتىن
- 349 رەۋغىنى دارىشان
- 350 رەۋغىنى كاسىرى رىياھ
- 350 رەۋغىنى كەلكلانەج
- 351 رەۋغىنى مەستكى
- 351 رەۋغىنى مۇھەللىل
- 352 رەۋغىنى ۋامۇن
- 352 زىمادى ئەپپيۇن
- 352 زىمادى ئىستەمخىقۇن

- 353 زىمادى مۇھەللىل
- 353 زىمادى مۇقەۋۋى
- 353 مەتبۇخى سىركەنجىبىنى ئەپسەنتىن
- 353 مەتبۇخى سىركەنجىبىن توپپاھ
- 354 مەتبۇخى سىركەنجىبىن نانخۇا
- 354 مەتبۇخى سىركەنجىبىن ۋەرد
- 355 سۇفۇپى ئامىل
- 355 سۇفۇپى بەدىيان
- 355 سۇفۇپى ئىشتىھا
- 356 سۇفۇپى بۇخار
- 356 سۇفۇپى تاباشىر
- 356 سۇفۇپى جۇۋىنە
- 357 سۇفۇپى ھاكىمى
- 357 سۇفۇپى ھەببۇلئاس
- 358 سۇفۇپى ھۇمماز
- 358 سۇفۇپى رەيھان
- 359 سۇفۇپى زەرپ
- 359 سۇفۇپى سۇمماق
- 359 سۇفۇپى غەسەن
- 360 سۇفۇپى قەلەمپۇر
- 360 سۇفۇپى قەيئۇدەم
- 360 سۇفۇپى كەرەپشە
- 361 سۇپۇپى كەتتان
- 361 سۇفۇپى كۇندۇر
- 362 سۇفۇپى مەستىكى
- 362 سۇفۇپى مەستىكى مۇسەخخىن
- 362 سۇفۇپى مۇقەۋۋى مەئىدە

- 363 سۇفۇپى مۇسەككىنى قەي
- 363 سۇفۇپى نەمەكى
- 363 سۇفۇپى نەمەك سۇلايمانى
- 364 سۇفۇپى نەئىنا
- 365 سۇفۇپى نانخۇا
- 365 شەربىتى ئانار
- 365 شەربىتى ئانار تۇرۇش
- 366 شەربىتى ئانار پىننە
- 366 شەربىتى ئەتشى
- 367 شەربىتى ئەنبەر
- 367 شەربىتى ئەنيسۇن
- 367 شەربىتى ئۇد
- 368 شەربىتى ئۇد مۇدەپپەر
- 368 شەربىتى ئۆشەنە
- 369 شەربىتى تەمرى ھىندى
- 369 شەربىتى تۇرۇنجى
- 370 شەربىتى تۇرپۇت مەئىدە
- 370 شەربىتى ھەببى رۇمان
- 371 شەربىتى ھەسەل
- 371 شەربىتى خۇبسۇلھەدد
- 372 شەربىتى خىندىقۇن
- 372 شەربىتى راسەن
- 373 شەربىتى رىباس
- 373 شەربىتى سەپەر جۇلى
- 374 شەربىتى سەئىدى كوفى
- 374 شەربىتى سوككەر
- 375 شەربىتى سۇمماق

| | |
|-----|----------------------------|
| 375 | شەرىپىتى سىيىپ |
| 375 | شەرىپىتى پەۋاكىھ |
| 376 | شەرىپىتى پەۋاكىھ قابىز |
| 376 | شەرىپىتى پىستە |
| 377 | شەرىپىتى كەمۇن |
| 377 | شەرىپىتى گاۋزىبان مۇرەتتىپ |
| 378 | شەرىپىتى لىمون |
| 378 | شەرىپىتى لىمون ھەزىم |
| 378 | شەرىپىتى مەيبە |
| 379 | شەرىپىتى مۇشكى |
| 379 | شەرىپىتى نانخۇئا |
| 380 | شەرىپىتى ۋەرد |
| 380 | شەرىپىتى ۋەرد سازەج |
| 381 | قۇرسى ئاقاقىيا |
| 381 | قۇرسى ئەپسەنتىن |
| 381 | قۇرسى ئۇد مۇقەۋۋى |
| 382 | قۇرسى تاباشىر |
| 382 | قۇرسى راسەن |
| 383 | قۇرسى زىرىشكى كەبىر |
| 383 | قۇرسى سۇنبۇل |
| 384 | قۇرسى سۇمماق |
| 384 | قۇرسى سۇرمە |
| 384 | قۇرسى كۈندۈر |
| 385 | قۇرسى گۈل |
| 385 | قۇرسى گۈل مۇھەللىل |
| 385 | قۇرسى مەستىكى |
| 386 | قۇرسى مۇقەل |

- 386 قۇرسى نارمىشكى
- 386 كەمادى ئومۇمىي
- 387 زىماد كەمادى جۇۋىنە
- 387 خىمىرى كەلكىلانەج پىرۇزى
- 388 لۇئۇقى ناردىن
- 388 مەجۈنى ئەپسەنتىن ئىستىسقاى
- 389 مەجۈنى ئەرەستون
- 389 مەجۈنى ئۇد
- 389 مەجۈنى ئۇبھەل
- 390 مەجۈنى ئىزخىر
- 390 مەجۈنى ئىننەھل
- 391 مەجۈنى ئىبىنئىماد
- 391 مەجۈنى ئىستەمخىقۇن
- 392 مەجۈنى بالادۇر
- 392 مەجۈنى بوقرات
- 393 مەجۈنى بۇرزۇرى
- 393 مەجۈنى تاباشىر
- 394 مەجۈنى جەلالى
- 394 مەجۈنى جويۇز
- 394 مەجۈنى چۆبچىنى ئەلا
- 396 مەجۈنى خۇبىسۇلھەدىد
- 396 مەجۈنى رەۋەن
- 396 مەجۈنى زورۇنباى
- 397 مەجۈنى سەنگىدان
- 397 مەجۈنى سەپەر جولى
- 398 مەجۈنى سۇنبۇل
- 398 مەجۈنى غىياسى

399 مەجۈنى پەيقىرا.

399 مەجۈنى پەۋاكىھ.

400 مەجۈنى قۇستە.

400 مەجۈنى قۇرتۇم.

400 مەجۈنى كاسىرى رىياھ.

401 مەجۈنى مەسھا.

401 مەجۈنى مۈلكى.

402 مەجۈنى مىلھى ھىندى.

402 مەجۈنى نانخۇا.

403 مەتبۇخى ئاناردانە.

403 مەتبۇخى ئەپسەنتىن.

403 مەتبۇخى ئۇد.

404 مەتبۇخى بىستىپايەنج.

404 مەتبۇخى مائۇلبۇزۇرى.

405 مۇراببايى زەنجىۋىل.

405 مۇراببايى گىردىگان.

406 نۇقۇۋى مۇشەھى.

چەي كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا

407 تسىپىلىرى.

407 بانادۇق.

407 جاۋارش تەمرى (خورما جاۋارشى).

408 جاۋارش سەپەر جۈلى مۇسھىل.

408 جاۋارش سەپەر جۈلى قۇلۇن.

408 جاۋارش سوک.

409 جاۋارش سۇمماق.

409 جاۋارش قەيسەر.

410 جاۋارش كاپۇر.

- 410 جاۋارش كەهرىۋا
- 410 ھەبىبى ئىسرائىل
- 411 جاۋارش كۈندۈر
- 411 ھەبىبى ھەببۇلمۈلۈك
- 412 ھەبىبى ھەنزەل
- 412 ھەبىبى رەۋەن
- 412 ھەبىبى سەكبىنەج قۇلۇنى
- 413 ھەبىبى سۇمماق
- 413 ھەبىبى پەيقرى قۇلۇن
- 413 ھەبىبى قۇرئۇم
- 414 ھەبىبى مۇمسىك
- 414 ھەبىبى مۇمسىك قابىز
- 414 ھەبىبى مۇسەككىن
- 415 ھۆقنە قۇلۇنجى
- 415 ھۆقنە قۇلۇنجى سابۇنى
- 415 داۋايى قابىز
- 416 مەتبۇخى سىركەنجىبىن قابىز
- 416 سۇفۇپى ئىبىنى ماسۇيە
- 416 سۇفۇپى بەللۇت
- 417 سۇفۇپى تاباشىر قابىز
- 417 سۇفۇپى تىيىن
- 418 سۇفۇپى رۇناس
- 418 سۇفۇپى سەكبىنەج
- 418 سۇفۇپى سەمغى ئەرەبى
- 419 سۇفۇپى سەئىدى كوفى
- 419 سۇفۇپى كۈندۈر قابىز
- 419 سۇفۇپى كۆكنار

- 420..... سۇفۇپى ۋەرد قابىز
- 420..... شەرىپىتى تەرەنجىبىن
- 421..... شەرىپىتى سەندەل قابىز
- 421..... شەرىپىتى سەرپىستان
- 421..... شەرىپىتى قابىز
- 422..... شەرىپىتى مۇبارەك
- 422..... شەپىتى مۇلەيىن
- 423..... قۇرسى ئەپتىمۇن
- 423..... قۇرسى ئەيلاۋۇس
- 423..... قۇرسى ئەنجىبار
- 424..... قۇرسى ئۇد
- 424..... قۇرسى ئۇبھەل
- 425..... قۇرسى بۇزۇرى قابىز
- 425..... قۇرسى بىنەپشە مۇسەھل
- 426..... قۇرسى تاباشىر قابىز
- 426..... قۇرسى تاباشىر جۇلىنار
- 426..... قۇرسى ھەببۇلئاس
- 427..... قۇردى شادىنەج
- 427..... زىمادى كەمادى ئەپسەنتىن
- 428..... مەجۈنى ئەسۋەد
- 428..... مەجۈنى ئەقرب
- 428..... مەجۈنى ئىختىلاپ
- 429..... مەجۈنى تەمرى
- 429..... مەجۈنى تۇربۇت
- 430..... مەجۈنى تۇرۇپ لاشە
- 430..... مەجۈنى جۇڭدە
- 431..... مەجۈنى خىيارشەنەبەر

| | | |
|-----|-------|----------------------------------|
| 431 | | مەجۈنى راھەت |
| 431 | | مەجۈنى رەشىد |
| 432 | | مەجۈنى سانا |
| 432 | | مەجۈنى سەكبىنەج |
| 433 | | مەجۈنى ھەببۇلغار (I) |
| 433 | | مەجۈنى ھەببۇلغار (II) |
| 434 | | مەجۈنى پودىنە |
| 434 | | مەجۈنى قۇرتۇم قۇلۇنى |
| 434 | | مەجۈنى كۈندۈر قابىز |
| 435 | | مەجۈنى كۈندۈر مۇمسىك |
| 435 | | مەجۈنى مۇسھىل مۇرەككەپ |
| 435 | | مەجۈنى مۇختىسەر |
| 436 | | مەجۈنى مىئە |
| 436 | | مەتبۇخى ئالۇ |
| 436 | | نۇقۇئى ئەينۇلا |
| 437 | | پاشۇيە نۇتۇلى خوروجى مەقئەت |
| 437 | | ۋۇجۇرى غەسىيان |
| 438 | | مۇنزىجلار، مۇسھىللار ۋە باشقىلار |
| 438 | | جۇللاپى سەۋدا |
| 438 | | جۇللاپى سەپرا |
| 439 | | جۇللاپى بەلغەم |
| 439 | | زىمادى سەكتە |
| 439 | | سىركەنجىبىن مازەرىيۇن |
| 440 | | سىركەنجىبىن مۇسھىل |
| 440 | | مەتبۇخى ھېلىلە |
| 441 | | مەتبۇخى خىيارشەنبەر |
| 441 | | مەجۈنى سانامۇسھىل |

- 442 مەجۈنى مۇسەھىل
- 442 مەجۈنى ئاپارەنج
- 443 مەجۈنى تۇربۇت مۇسەھىل
- 443 مەتبۇخى مۇنزىج
- 444 مەتبۇخى مۇسەھىل
- 444 مائۇلئۇسۇل مۇنزىج
- 444 نۇقۇۋى مۇسەھىل
- 445 نۇتولى مۇقەۋۋى
- 445 ھەببى تۇربۇت مۇسەھىل
- 446 ھەببى سوئال ئەتپالى
- 446 ھەببى رەئشە
- 446 ھەببى مازەرىيۇن
- 447 ھەببى ھەجەرى ئەرمىنى
- 447 ھەببى ھېلىلە
- 447 ھەببى ئىشرەت
- 448 ھەببى ئىستىسقا
- 448 رەۋغىنى بىنەپشە
- 449 سۇفۇپى ئېرقىننىسا
- 449 سۇفۇپى زىرىشكى
- 449 سۇفۇپى ھەببۇلروممان
- 450 سۇفۇپى ھەببۇلئەنەپ
- 450 سىركەنجىبىن ئەنسىل ئومۇمىي
- 451 شەرىپىتى تۇربۇت
- 451 شەرىپىتى سوقمۇنىيا
- 452 شەرىپىتى ئالومۇسەھىل
- 452 شەرىپىتى مۇسەھىل
- 453 شەرىپىتى سانا

453 قۇرسى مۇرمەككى

453 قۇرسى ئىستىسقا

454 مەتبۇخى ئۈستقۇددۇس

454 مەجۇنى ئەرتىنسا

455 مەجۇنى ھەببۇلنىل

455 مەجۇنى دەبىدلىۋەرد

مۇرەككەپ دورىلار ھەققىدە چۈشەنچە

دورىلار نېمە ئۈچۈن مۇرەككەپلەشتۈرۈلىدۇ؟

يەككە دورىلار تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن مۇرەككەپلەشتۈرۈلىدۇ:

(1) كېسەللىكنىڭ تۈرى كۆپ ياكى كېسەل ئەھۋالى ئېغىر بولۇپ، يەككە دورىلار كېسەللىككە تاقابىل تۇرالمىسا، دورىلارنىڭ كۈچىنى ئاشۇرۇش ۋە تەسىرىنى تېزلەشتۈرۈش مەقسىتىدە كېسەل-نىڭ ئومۇمىي ئەھۋالىغا ئاساسەن، مۇناسىۋەتلىك يەككە دورىلار قوشۇلۇپ مۇرەككەپلەشتۈرۈلۈپ ئىشلىتىلىدۇ.

(2) ئەسلىي ئىشلەتمەكچى بولغان باش دورا بەكمۇ ئۆتكۈر تەبىئەتلىك بولسا ياكى داۋالاش تەسىرىدىن باشقا مەلۇم دەرىجىدە ئەكس تەسىر كۆرسىتىش، ياكى زەھەرلەش ئېھتىمالى بولغاندا، ئۇنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىپ ياكى ئۇنىڭ تۈزەتكۈچىسى بولغان مەلۇم دورىلار قوشۇلۇپ مۇرەككەپ دورا ياسىلىدۇ.

(3) ئەسلىي ئىشلەتمەكچى بولغان باش دورا مەلۇم سەۋەبلەر ئار-قىلىق كۆزلىگەن نىشانغا يېتىپ بېرىشتىن ئاۋۋال كۈچى ئاجىز-لاش، پارچىلىنىپ كېتىش، ھەتتا ئۈنۈمىنى يوقىتىش ئېھتىمالى كۆرۈلگەندە، ئۇنى قوغداپ قۇۋۋىتىنى ساقلاپ، يەرلىك ئورۇنغا يېتىپ بېرىش ئىقتىدارىنى ئاشۇرىدىغان دورىلار قوشۇلۇپ مۇرەككەپ دورا ياسىلىدۇ.

(4) ئەسلىي ئىشلەتمەكچى بولغان باش دورا سېسىق پۇراقلىق ياكى تەمى قاغىسىق بولۇپ، ئىشلەتكەندە كېسەلدە كۆڭۈل ئېلىشىش

ياكى قۇسۇش ئالامىتى كۆرۈلگەندە، شۇ دورىنىڭ پۇرىقىنى ۋە تەمىنى ئوڭشاپ، تەبىئىتىگە لايىقلاشتۇرىدىغان دورىلار قوشۇلۇپ مۇرەككەپ كەپلەشتۈرۈلىدۇ. ئومۇمەن، يەككە دورىلارنى قوشۇپ مۇرەككەپ دورا ياساش ئۈچۈن، ئالدى بىلەن يەككە دورىلارنىڭ خۇسۇسىيىتىنى ۋە تەبىئىتىنى پۇختا ئىگىلەپ، ئىلمىي نەزەرىيىگە ئاساسەن مۇرەككەپ قىلىپ ياساش لازىم. لېكىن، يەككە دورىلارنىڭ قانۇنىيىتىنى چۈشەنمەي تۇرۇپ، ئۇلارنى گۇمانىي ئاساستا قارىغۇلارچە قوشۇپ ئىخ-تىيارىي ھالدا مۇرەككەپ دورا ياساشقا بولمايدۇ.

كېسەللىكنى داۋالاش جەريانىدىمۇ مۇرەككەپ دورىلارنى ئىشلىتىشكە ئالدىرىماي، ئالدى بىلەن يەككە دورىلارنى ئىشلىتىش، ئۇلارنىڭ ئۈنۈمى ئېنىق بولمىغاندا تەركىبى ئىنتايىن ئاز بولغان مۇرەككەپ دورىلارنى تاللاپ ئىشلىتىش، ئەڭ ئاخىردا كۆپ تەركىبلىك مۇرەككەپ دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

مۇرەككەپ دورىلارنىڭ تەركىبىدىكى يەككە دورىلارنىڭ مىقدارى ۋە بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى نېمىگە ئاساسەن بەلگىلىنىدۇ؟

بۇنىڭدىكى ئاساسلىق پىرىنسىپ شۇكى، ئالدى بىلەن شۇ خىل مۇرەككەپ دورىنىڭ تەركىبىگە كىرگۈزۈلۈپ بولدىغان يەككە دورىلارنىڭ بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى ھېسابلىنىپ ئومۇمىي سان چىقىرىلىدۇ ھەمدە تەركىبىدىكى يەككە دورىلارنىڭ سانى سانلىنىدۇ. ئومۇمىي ساننى يەككە دورىلارنىڭ سانىغا بۆلگەندە چىققان بۆلۈنمە سان شۇ مۇرەككەپ دورىنىڭ ئىستېمال مىقدارى بولىدۇ. مەسىلەن، قاپاق ئۇرۇقى مەدە ۋە باشقا مەدە قۇرتلىرىنى چۈشۈرۈش مەقسىد-تىدە، ھېلىكە كاپىلى، ئاق تۇربۇت، قەنبىل، لىسانۇل ئەسپىر، شىخلاردىن تەركىب تاپقان مۇرەككەپ دورا تەييارلاپ، بىمارغا بىر

قېتىمىدىلا يېگۈزۈش مەقسەت قىلىنسا، ھەر بىر يەككە دورىنىڭ بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارىنىڭ يىغىندىسىنى شۇ مۇرەككەپ دورا تەركىبىگە قاتناشقان بەش خىل يەككە دورىنىڭ سانىغا (بەش بەشكە) بۆلگەندە ھاسىل بولغان بىرلىك سان بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى بولىدۇ. ئەگەر بەش قېتىم يېگۈزۈش توغرا كەلگەندە، بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى بولغان بىرلىك ساننى تېپىۋېلىپ، شۇ ساننى بەشكە كۆپەيتكەندە چىققان كۆپەيتىمە سان بەش قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى بولىدۇ.

مۇرەككەپ دورا تەركىبىدىكى يەككە دورىلارنىڭ مىقدارىنى بىر ماركىنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا ئاساسەن كۆپەيتىشكە ياكى ئازايتىشقا بولىدۇ. مۇرەككەپ دورا ياساشتا ئىشلىتىلدىغان ھەسەل، شېكەر، قەنت ۋە سۇ يۇقىرىقى مىقدار سان ئىچىگە كىرگۈزۈلمەيدۇ. مۇرەككەپ دورا تەركىبىدىكى باش دورىنى قالدۇرۇۋېتىشكە، ئالماشتۇرۇۋېتىشكە ياكى مىقدارىنى كېمەيتىشكە بولمايدۇ.

مۇرەككەپ دورىلارنىڭ مىزاجى ۋە تەبىئىتى قانداق بەلگىلىنىدۇ؟

مۇرەككەپ دورىلارنىڭ ئىسسىق سوغۇقلۇق، ھۆل قۇرۇقلۇق دەرىجىلىرىنى بەلگىلەش ئۈچۈن، ئالدى بىلەن ئۇنىڭ تەركىبىگە كىرگۈزۈلگەن دورىنىڭ بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارىنىڭ تەڭ باراۋەرلىكى ياكى تەڭسىزلىكىگە قارىتىلىدۇ. ئەگەر بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى تەڭ ھەمدە خاراكتېرى ئوخشاش بولسا، ئۇلارنىڭ كەيپىياتلىرى جەم قىلىنىپ، دورىلارنىڭ سانىغا تەقسىم قىلىنىدۇ. تەقسىم بولغان بىرلىك سان شۇ دورىنىڭ مىزاجى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. مەسىلەن، ھەببۇلغار، جىنتىيانا، مورمەككى، زىراۋەندە، تىنچىلەر دىن تەركىب تاپقان تەرياقى ئەربەئە ياسىماقچى بولساق، بۇلارنىڭ ئىستېمال مىقدارى باراۋەر، كەيپىياتلىرىمۇ باراۋەر، لېكىن

كەيپىياتىدىكى دەرىجە ئوخشاشمايدۇ. چۈنكى، ھەببۇلغار، مورمەك-كىلەر ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، جىنتىيانا، زىراۋەندە ئۈچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق، ئەمدى بۇلارنىڭ تەبىئىتى ھېسابلاسا، ئىسسىقلىق دەرىجە ئونىنچى قۇرۇقلۇق دەرىجە، سەككىزىنچى ئىسسىقلىق دەرىجىسى بولغان ئونى دورىلارنى بولغان تۆتكە بۆلگەندە 2.5 تىن تەقسىم بولىدۇ. قۇرۇق-لىق دەرىجىسى بولغان سەككىزىنچى بۆلگەندە ئىككى چىقىدۇ. دېمەك، ياسىغان مۇرەككەپ دورىنىڭ دەرىجىسى 2.5 دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولغان بولىدۇ. ئەگەر ئىستېمال مىقدارى باراۋەر، كەيپىياتلىرىنىڭ تەبىئىتى قارىمۇ قارشى بولسا، ئۇلارنىڭ كەيپىيات دەرىجىلىرى ھېسابلىنىپ، ئۆزىنىڭ قارىمۇ قارشى تەرىپىدىن قايسىسى كەم بولسا، شۇ كۆپ ساندىن ئېلىۋېتىلىپ، قالغان قالدۇق دورىلار سانىغا تەقسىملىنىدۇ. تەقسىملەنگەن ئەنە شۇ بىرلىك سان شۇ مۇرەككەپ ياسالمنىڭ دەرىجىسى ھېسابلىنىدۇ. مەسىلەن، ھەببۇلغار ۋە گىلى مەختۇمدىن تەركىب تاپقان تەرياقى تىيىن ياساشقا توغرا كەلسە، ئۇلارنىڭ مىقدارى باراۋەر، لېكىن كەيپىياتلىرى قارىمۇ قارشى (يەنى ھەببۇلغار ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، گىلى مەختۇم بىرىنچى دەرىجىدە سوغۇق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق) بولغانلىقتىن، كەيپىياتلىرى ھېسابلانسا، ئىسسىقلىق دەرىجىسى ئىككىنچى، سوغۇقلۇق دەرىجىسى بىرىنچى بولىدۇ. كۆپ بولغان ئىككىدىن ئاز سان بىرنى ئېلىۋەتكەندە بىر قالىدۇ. قالدۇق بىرنى دورىلار سانى بولغان ئىككىگە بۆلگەندە 0.5 تىن تېگىدۇ. يەنى بۇ ياسالمنىڭ ئىسسىقلىقى 0.5 دەرىجىدە بولىدۇ. بۇ ياسالمنىڭ قۇرۇقلۇق دەرىجە تۆت بولۇپ، دورىلار سانى بولغان ئىككىگە بۆلگەندە ئىككىدىن تەقسىم بولغىنى ئۈچۈن، ياسالمنىڭ قۇرۇقلۇقى ئىككىنچى دەرىجىدە بولىدۇ. دېمەك، مۇرەككەپ ياسالما تەرياقى تىيىننىڭ مىزاجى 0.5 دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىكەنلىكىنى كۆرۈۋالغىلى بولىدۇ.

مۇرەككەپ دورىلارنىڭ شەكىللىرى

خېمىر دورىلار

بىرنەچچە خىل يەككە دورىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل، قەنت، ناۋات قوشۇپ يۇغۇرۇلىدىغان دورىلار خېمىر دورىلار بولۇپ، بۇلارنىڭ تەركىبى، تەسىرى ۋە ياساش ئۇسۇللىرى ئوخشاش بولمىغانلىقتىن، بۇلار ئىتىرىفىل، ئايارەنج، جاۋارش، داۋائى لوئۇق، مەجۇن، مۇپەرىھە، تەرىياق قاتارلىقلارغا بۆلۈنىدۇ. تۆۋەندە بۇلارنىڭ ئالاھىدىلىكلىرىنى ئايرىم تونۇشتۇرىمىز.

ئىتىرىفىلار

ئىتىرىفىل دېگەنمىز، تەركىبىگە ھېلىلە، بەلىلە ۋە ئامد-لىدىن ئىبارەت ئۈچ خىل ياكى بەش خىل قۇرۇق مېۋە باش دورا سۈپىتىدە كىرگۈزۈلگەن مۇرەككەپ دورىدۇر. ئىتىرىفىل تەركىبىدىكى قۇرۇق مېۋە دورىلار قاتتىق قۇرغاق بولغاچقا، نەملىكنى سۈمۈرۈپ، قۇرۇتۇش خاراكتېرىگە ئىگە. بۇ خىل دورىلار ئۆز پېتىچە ئىشلىتىلگەندە، ئاشقازان، ئۈچەينى قۇرۇتۇپ، قۇلۇنجى پەيدا قىلىدۇ. بۇ خىل ئەكس تەسىرىنى يوقىتىش ئۈچۈن، دورىلارنى ئالدى بىلەن سوقۇپ تالقانلاپ، ياغ بىلەن ياغلاش (ئەڭ ياخشىسى بادام يېغىدا ياغلاش، ئەگەر بادام يېغى تېپىلمىسا، سېرىق ياغ بىلەن ياغلاش)، ھەسەل قوشۇپ خېمىر قىلىپ يۇغۇرۇش كېرەك.

ئىتىرىفىلىدىن باشقا دورىلارنىڭ تالقىنى خېمىر قىلىنىشتىن ئاۋ-
ۋال بادام يېغى بىلەن ياغلانمايدۇ. بۇ ئىتىرىفىلنىڭ ياسىلىشىدىكى
ئۆزىگە خاس ئالاھىدىلىكتۇر.

ئىتىرىفىللار تەركىبىدىكى يەككە دورىلارغا ئاساسەن، ئىتىرى-
فىل ساددا ۋە ئىتىرىفىل مۇرەككەپتىن ئىبارەت ئىككى خىلغا بۆ-
لۈنىدۇ. ئىتىرىفىل ساددا (ئاددىي) پەقەتلا ھېلىلە، بەلىلىلەر ۋە
ئاملىلەردىن ياسىلىدۇ. ئاشقازان، ئۈچەينى قۇرۇتۇش، نېرۋىنى
ياخشىلاش ۋە كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.
ئىتىرىفىل مۇرەككەپ ئىشلىتىلىشى ۋە داۋالايدىغان كېسەللىكنىڭ
ئېھتىياجىغا ئاساسەن يۇقىرىقى ئۈچ خىل ياكى بەش خىل مېۋىدىن
تاشقىرى، يەنە باشقا دورىلار قوشۇپ ياسىلىدۇ. بۇ خىل مۇرەككەپ
دورىغا شۇ نۇسخا تەركىبىدىكى ئاساسلىق باش دورا ياكى شۇنىڭغا
ياردەمچى بولىدىغان قوشۇمچە دورىنىڭ ئىسمى قوشۇلۇپ نام
بېرىلىدۇ.

مەسىلەن، ئىتىرىفىل ئۈستقۇددۇس قوشۇلىدۇ، ئىتىرىفىل تەر-
كىبىدىكى دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ تالقانلىنىدۇ. خېمىر قىلغاندا،
باشقا خېمىر دورىلاردىن قاتتىقراق ياسىلىدۇ. ئىتىرىفىللار ياسى-
لىپ، فارفور ياكى ئەينەك قاچىلاردا، ياكى ئىچى سىرلانغان تۆمۈر
قاچىلاردا ساقلانغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنى سىرلانمىغان
قاچا ياكى ياغاچ قاچىلاردا ساقلاشقا بولمايدۇ. چۈنكى، قارىداپ رەڭگى
ئۆزگىرىپ كېتىدۇ ياكى ئەكس تەسىر پەيدا قىلىدۇ. ساقلىنىش
جەريانىدا دورا ئۆزئارا رېئاكسىيەلىشىپ بېرىكىپ، گازلارنى تېپىپ
چىقىرىپ، خۇددى قاينىغان ئۇماچقا ئوخشاش بۇلدۇقلايدۇ، بىراق
ئېچىمايدۇ. شۇنىڭدىن كېيىنلا ئىشلىتىشكە بولىدۇ. شۇڭلاشقا،
قاچىنىڭ ئېغىزىنى پات پات ئېچىپ تەكشۈرۈپ تۇرۇش كېرەك.
ئىتىرىفىللارنى ساقلاش جەريانىدا بۇزۇلۇپ سۈپىتى ئۆزگىرىپ
كەتمىسىلا، بىر يىلدىن ئۈچ يىلغىچە ئۈنۈمىنى ساقلايدۇ، ھەتتا
ئۇنىڭ ئۈنۈمى يىلدىن يىلغا ئېشىپ بارىدۇ. ئۈچ يىلدىن كېيىن

ئۈنۈمى تۆۋەنلەيدۇ ياكى يوقىلىدۇ. بەدەن ئىچىدە بەش سائەتتىن 12 سائەتكىچە تەسىر كۆرسىتىدۇ. ئىتىرىفىل كۈنىگە ئىككى قېتىم ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئايارەنجلەر

ئايارەنجنىڭ مەنىسى «ئاچچىق» دېگەن سۆز. يۈنان تىلىدا «داۋاڭى شىرىپ» (ئۇلۇغ) دېيىلىدۇ. ئەبۇ ئەلى ئىبىن سىنا «ئايارەنج» دېگەن ئاتالغۇنى «مۇسەھل» ۋە «مۇسەھ» دەپ چۈشەندۈرگەن. «مۇسەھل» دېگەننى قويۇق ۋە بۇرۇق خىلىتلارنى بەدەننىڭ يىراق ۋە چوڭقۇر، كاۋاك جايلىرىدىن تارتىپ چىقىرىپ، بەدەن سىرتىغا ھەيدىگۈچى، دېگەن مەنىدە بولۇپ، بۇ خىل خۇسۇسىيەت باشقا سۈرگىلەردە بولمايدۇ. «مۇسەھ» بەدەندىكى ماددىلارنى ماسلاشتۇرغۇچى، ياخشىلاشتۇرغۇچى، دېگەن مەنىدە بولۇپ، زىيانلىق ماددىلارنى زىيانسىزلاندۇرىدۇ.

ئايارەنج دورىلارنىڭ ياسىلىشى، ساقلىنىشى ئىتىرىفىلغا ئوخشايىدۇ. بىراق، ياغ بىلەن ياغلانمايدۇ. پەقەت تەمى ئاچچىق بولغانلىقى ئۈچۈنلا ئايارەنج، دەپ ئاتالغان خېمىر دورىدۇر. ئايارەنجلەر ئىتىرىدىكىلىغا ئوخشاش ساددا ۋە مۇرەككەپ دەپ ئايرىلمايدۇ. نام بېرىشتە، تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىش تەسىرىگە ئاساسەن نام بېرىلمەستىن، بەلكى شۇ مۇرەككەپ دورىنى ئىجاد قىلغۇچى كىشىنىڭ نامى بىلەن ئاتىلىدۇ. مەسىلەن، ئايارەنج جالىنۇس، ئايارەنج بەقرات قاتارلىقلار. ئايارەنجنىڭ ئۈنۈمىنى ساقلاش ۋاقتى ئىتىرىفىلغا ئوخشايىدۇ. بىراق، ھەر كۈنى ئاخشىمى ئۇخلاشتىن ئاۋۋال بىر قېتىملا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەرياقلار

تەرياق زەھەر قايتۇرغۇچى، دېگەن مەنىدە بولۇپ، تەركىبىگە

«پادى زەھەر» قوشۇپ ياسىلىدىغان مۇرەككەپ خېمىر دورىدۇر. «پادى زەھەر» زەھەر قايتۇرغۇچى ئاساسلىق تەركىب بولۇپ، ئۇ مەدەن ۋە ھايۋان خاراكتېرلىك بولىدۇ. مەدەن خاراكتېرلىكى كانلاردىن تېپىلىدۇ، بەش خىل رەڭدە بولىدۇ؛ ھايۋان خاراكتېرلىكى ياۋايى ھايۋانلارنىڭ ئىچكى ئەزالىرىدىن تېپىلىدىغان قاتتىق كىرىستال جىدسىم بولۇپ، زەيتۇن ياكى ماش رەڭگىدە بولىدۇ. تەرياقلار يۈرەك، مېڭە، جىگەر قاتارلىق رەئىس ئەزالارغا يۈزلەنگەن زەھەرلەرنى قايتۇرۇپ، ئۇلارنىڭ نورمال خىزمەت ئىقتىدارىنى قوزغايدۇ. بەدەنگە تەسىر كۆرسەتكۈچى زەھەرلىك ماددىنىڭ كېلىش مەنبەسىنىڭ ئوخشاشماسلىقىغا ئاساسەن، تەرياقلارمۇ ئوخشاشمىغان تەركىب تەركىبىدە ياسىلىدۇ. بەزىلىرىگە «مارى ئەبئى» (يىلان گۆشى)، بەزىلىرىگە ئەپيۈن قوشۇلىدۇ (تەرياقلارنىڭ ئىسمى، تۈرلىرى ۋە تەسىرى قاتارلىقلارنى مۇرەككەپ دورا نۇسخىلىرىنىڭ تەرياقلار قىسمىدىن كۆرۈۋېلىڭ).

تەرياق تەركىبىدىكى قوشۇلىدىغان دورىلار سوقۇلغاندىن كېيىن، ھەسەل قوشۇپ يۇغۇرۇلۇپ، خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈلىدۇ. بىراق، بەزى دورىگەرلەر ئۇنى كۇمىلاچ قىلىپ، قاتتىق دورا شەكلىدە ياسىدۇ. مەسىلەن، ھەببى تەرياق قاتارلىقلار.

تەرياقلار ياسىلىپ، ئالتە ئاي ساقلانغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ، قائىدە بويىچە تەييارلاپ، فارفور قاچىدا ساقلىنسا، ئۈنۈمى 3 ~ 5 يىلغىچە داۋاملىشىدۇ.

جاۋارىشلار

يەنە بىر ئىسمى «ھازىم» دەپمۇ ئاتىلىدۇ، يەنى يۇمشاتقۇچى، قىزىتقۇچى، دېگەن مەنىدە بولۇپ، ئاشقازاندا تاماقنى سىڭدۈرگۈچى ياكى ھەزىم قىلدۇرغۇچى دېگەننى بىلدۈرىدۇ. جاۋارىشلار ئاشقازاندىكى ناچار خىلىتلارنى ھەيدەپ چىقىرىدىغان، ئاشقازان كېسەللىكلىرى ئۈچۈن مەخسۇس بولغان مۇرەككەپ خېمىر دورا. ئۇ

نۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل ئالاھىدىلىككە ئىگە: (1) دورىلارنىڭ ئاشقازاندا توختاش ۋاقتىنى ئۇزارتىش ئۈچۈن، ئۇنىڭ تەركىبىگە قوشۇلدىغان يەككە دورىلار يىرىكرەك سوقۇلىدۇ. ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلمەيدۇ.

(2) باشقا خېمىر دورىلارغا قارىغاندا تەمى تاتلىق بولىدۇ. خېمىر قىلىشتا بىمارنىڭ مېجەزىگە ئاساسەن بەزىلىرىگە شېكەر قىيام قىلغاندىن كېيىن سوۋۇتۇپ، دورا تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، بەزىلىرىگە قىيام قىلىپ سوۋۇتۇلغاندىن كېيىن، شېكەر ئۈستىگە ھەسەل ئارىلاشتۇرۇلۇپ ياسىلىدۇ، بەزىلىرى خاس ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ ياسىلىدۇ. شېكەر بىلەن ھەسەلنى ئارىلاشتۇرۇشقا توغرا كەلگەندە، شېكەر قىيام قىلىنماي، ھەسەلگىلا ئارىلاشتۇرۇلۇپ ياسالسىمۇ بولىدۇ.

مەجۇناتلار

ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ خېمىر قىلىنغان مۇرەككەپ دورىلار مەجۇناتلار دېيىلىدۇ. مەجۇناتلار دېگەندە ئىتىرىفىل، ئايارەنج، جاۋا-رىش ۋە تەرياقلاردىن ئىبارەت ئالاھىدە خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولغان تىپقا مەنسۇپ بولمىغان نۇرغۇن خىل يەككە دورىلارنىڭ قوشۇلۇشىدىن ياسالغان، كەڭ تەسىرلىك خېمىر دورىلار كۆزدە تۇتۇلىدۇ. مەجۇناتلار نۆۋەندىكىدەك تەسىرلەرگە ئىگە: (1) بىمارنىڭ رەڭگىرو-يىنى ياخشىلاپ، تومۇرلىرىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، ئاغرىق پە-سەيتىدۇ؛ (2) بىمارنىڭ رەڭگىرو-يىنى ياخشىلاپ، چىرايىنى نۇرلاندۇرىدۇ؛ (3) بەدەننى سەمىرتىدۇ؛ (4) ساقلىقنى ساقلاپ، ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ. مەجۇنات دورىلارنى ياساشتا، يەككە دورىلار يېڭى بولۇشى، دورىلارنىڭ مىقدارى قائىدە بويىچە ھېسابلىنىشى كېرەك. يەككە دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەندىن كېيىن، ھەسەل (شېكەر ياكى ناۋات) قوشۇلۇپ خېمىر قىلىنىدۇ. تەييار

بولغاندىن كېيىن، يەككە دورىلارنى بىر بىرى بىلەن تولۇق رې-
ئاكسىيەلەشتۈرۈپ، ئۈنۈمنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن ياسالغان خېمىر
دورا قاچىسى بىلەن ئارىغا كۆمۈلۈپ، 40 كۈنگىچە ساقلانغاندىن
كېيىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر مەجۇناتقا قوشۇلغان يەككە دورىلارنىڭ ئارىسىغا ھېلىلا
بىلەن تۇرپۇت قوشۇلغان بولسا، دورا تالقىنى بادام يېغىدا ياغلىنىدۇ.
ئەگەر يېلىم دورىلار ئارىلاشقان بولسا، ئۇنى ئالدى بىلەن مۇسەل-
لەسكە چىلاپ ئېرىتكەندىن كېيىن قوشۇپ ياساش كېرەك (ئىس-
پىرتقا چىلاپ ئېرىتىلسە تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. بىراق، ئىسلام
دىنىنىڭ ئەنئەنىۋى كۆزقارىشى بويىچە ئىسپىرتقا چىلاشنى ئانچە
توغرا كۆرمەيدۇ). مەجۇناتلار ياسالغاندىن كېيىن قاچىلانغان
قاچىنىڭ تۆتىن بىر قىسمى بوش قالدۇرۇلۇشى كېرەك
(چۈنكى، مەجۇناتلار قايناپ، ئۆرلەپ، سىرتىغا تېشىپ كېتىشى
مۇمكىن).

لوبۇبلار

لوبۇب دېگەن سۆز مېغىز مەنىسىدە بولۇپ، تەركىبىگە مېغىز
دورىلار قوشۇلۇپ ياسالغان مۇرەككەپ خېمىر دورا، لوبۇبلار، يەنە
مېغىز دورىلار دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

لوبۇبلار بەدەننى سەمىرتىش، باھنى كۈچەيتىش، مېڭە ۋە
يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈپ، ئۇلارنىڭ خىزمەت ئىقتىدارىنى ئاشۇرۇش
تەسىرىگە ئىگە. لوبۇبلارنى ياساشتا، ئالدى بىلەن شۇ دورىنىڭ تەر-
كىبىگە قوشۇلىدىغان مېغىزلار قازاندا قورۇلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن
باشقا يەككە دورىلار بىلەن قوشۇپ سوقۇلۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇ-
رۇلۇپ خېمىر قىلىنىدۇ. بىراق، باشقا خېمىر دورىلاردىن يۇمشاق-
راق ياسىلىدۇ.

لوئۇقلار

لوئۇقلار مەجۇناتلاردىن سۇيۇقراق، شەرا بولۇپ، ئۇ شۇمۇپ يېرىپ يىلىدىغانلىقى ئۈچۈن، لوئۇق دېگەن نام بىلەن ئاتالغان. لوئۇقلار مەخسۇس نەپەس يولى ۋە كۆكرەك قىسمى كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

لوئۇقلارنى ياساشتا، بىر قىسىم يەككە دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈۋالغاندىن كېيىن، ئۇنىڭ سۈيىگە شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ، ئۈستىدىن يەنە ئازراق بىر قىسىم دورىلارنىڭ تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ ياسىلىدۇ. لوئۇقلارنى ياسىغان ھامان ئىشلىتىشكە بولىدۇ، باشقا خېمىر دورىلارغا ئوخشاش بىر مەزگىل ساقلاش ھاجەتسىز.

قاتتىق دورىلار

بۇ بىرنەچچە خىل يەككە دورا قوشۇلۇپ ياسالغان مۇرەككەپ قاتتىق دورىلار، بانادۇقلار، ھەبلەر ۋە قۇرسىلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بانادۇقلار

شەكلى پىندىق ئىسىملىك مېۋىگە ئوخشىتىپ ياسالغان قاتتىق دورا بانادۇق دېيىلىدۇ. دورا شەكلى كۇمىلاچ تىپىغا كىرىشىمۇ، بىراق كۇمىلاچتەك يۇمۇلاق بولماستىن، بەلكى بىر تەرىپى ياپىلاق، بىر تەرىپى توم ھەم يۇمۇلاق كېلىدۇ. ياسالغان تەييار دورىغا شۇ دورا تەركىبىدىكى ئاساسلىق باش دورىنىڭ نامى بىلەن بانادۇق دېگەن شەكىل نامى قوشۇلۇپ نام بېرىلىدۇ. مەسىلەن، تەركىبىدە ئۇرۇقلار

بولغان پىندىق شەكىللىك دورىغا بانادۇق بۇزۇرى (ئۇرۇقلاردىن يا- سالغان بانادۇق) دېگەن نام بېرىلگەن. بانادۇقلار ئاساسلىقى سۈيدۈك يولى كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ھەبلەر (كۇمىلاچلار)

شەكلى ئۇششاق مارجانغا ئوخشاش كۇمىلاچلىنىپ ياسالغان مۇرەككەپ دورا كۇمىلاچ (ھەب) دېيىلىدۇ. ھەبلەر (كۇمىلاچلار): تومۇرلارنى ئېچىپ، كېرەكسىز خىلىت- لارنى بەدەن سىرتىغا ھەيدەپ چىقىرىش، بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرۈش- تىن ئىبارەت ئىككى خىل تەسىرگە ئىگە بولىدۇ. ھەبلەرنى ياساشتا دورىلارنى چاينىماي يۈتۈش ھەمدە يۇتقۇنچاق- تىن ئاسان ئۆتۈپ كېتىش كۆزدە تۇتۇلىدۇ. ھەب دورىلارنى ياساشتا ئىشلىتىش مەقسىتىنىڭ ئوخشاشماسلىقىغا ئاساسەن، چوڭ كۇمىلاچ ياكى كىچىكرەك كۇمىلاچ قىلىپ ياسىلىدۇ ھەمدە دورىنىڭ ئېرىشچانلىق دەرىجىسىمۇ شۇنىڭغا ئاساسەن ئاسان ۋە تەسەرەك ئې- رىدىغان قىلىپ ياسىلىدۇ. ھەب دورىلارغا شۇ دورا تەركىبىدىكى باش دورىنىڭ نامى قوشۇ- لۇپ نام بېرىلىدۇ. مەسىلەن، ھەبى ئازاراقى، گولاب ياكى لۇئاب بى- لەن نەمدەپ ياسالغان ھەبلەرنىڭ ئۈنۈم بېرىش مۇددىتى بىر ئاي ئەتراپىدا بولىدۇ. ھەسەل قوشۇپ ياسىغاندا، 3 ~ 6 ئايغا قەدەر ئۈنۈ- مىنى ساقلاپ قالىدۇ. ئەگەر تەركىبىگە ئەپيۈن قوشۇلۇپ ياسالسا، بىر يىلدىن ئىككى يىلغىچە ساقلىنىدۇ.

قۇرسىلار

كىچىك تۈگمە شەكىللىك ياپىلاق ياسالغان مۇرەككەپ توقاچ دورا قۇرس (تابلىپتىكا) دېيىلىدۇ: (1) قۇرس دورىلارنىڭ تەركىبىگە

بىر قىسىم تەرياقىلار قوشۇلغىنى ئۈچۈن، شۇ خىل دورىنىڭ قۇۋۋىتىنى ساقلاپ قېلىش مەقسىتىدە قۇرس ياسىلىدۇ؛ (2) قۇرسىلار ئېغىزغا سېلىپ، تىل ئاستىغا قويۇپ شۇمۇشكە ئەپلىك بولۇش مەقسىتىدە ياسىلىدۇ. قۇرسىلارنى ياساشتا قۇرس تەركىبىگە كىرىدىغان يەككە دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنى گۈلاب، لۇئاب ياكى دورىلارنىڭ شىرنىلىك سۇلىرى بىلەن نەمدەپ قېلىپقا سېلىپ، بېسىم كۈچى بىلەن ياپىلاقلاپ توقاچ شەكلىدە ياسىلىدۇ. قۇرس دورىلار ياسالغاندىن كېيىن ياخشى ساقلانسا، تۆت يىلغىچە ئۈنۈم كۈچىنى ساقلايدۇ.

قۇرس دورىلار تەركىبىدە تەرياقىلار بولغاچقا، زەھەر قايتۇرۇش رولىنى ئۆتەيدۇ، ئۇنىڭدىن تاشقىرى ئۆپكە سىلى ۋە ئۈچەي سىلى كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلگەندە، قان توختىتىش رولىنى ئوينايدۇ.

تالقان دورىلار

سۇفۇپلار

يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدىغان مۇرەككەپ تالقان دورا سۇفۇپ (تالقان) دېيىلىدۇ. سۇفۇپلارنى تەييارلاشتا، سۇفۇپ تەركىبىدىكى يەككە دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىلىرىگە قەنت ۋە شېكەرلەر سوقۇلغاندىن كېيىن قۇرۇق ھالەتتە قوشۇلىدۇ. بىراق، نەمدىگۈچى سۇيۇقلۇقلار ياكى ھەسەل، قىيام قاتارلىقلار قوشۇلمايدۇ. سۇفۇپلار ئۈچەي ھەرىكىتىنى تۈرمۈزلاش ۋە جىنسىي ئەزالارنىڭ تۇتۇش قابىلىيىتىنى كۈچەيتىپ، مەنىيىنىڭ بالدۇر كېتىشىنى تۈرمۈزلاش، بۇغۇم ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىش، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، ھەزىمنى ياخشىلاش قاتارلىق تەسىرلەرگە ئىگە. سۇفۇپلار ياسالغاندىن كېيىن بىر ئايغىچە ئۈنۈمىنى (قۇۋۋىتىنى) ساقلايدۇ، بىر ئايدىن كېيىن ئۈنۈمىنى يوقىتىدۇ.

سۇنۇنلار

مەخسۇس چىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان تالقان دورا سۇنۇن (چىش تالقىنى) دېيىلىدۇ. سۇنۇن دورىلارنىڭ ياسىلىش ئۇسۇلى سۇفۇپلارنى ياساش ئۇسۇلىغا ئوخشايدۇ. بىراق، بەزى تىۋىپلار ئۇنى ئىشلىتىشتە ئەپلىك بولسۇن ئۈچۈن، قەلەم ياكى توقاچ شەكلىدە ياسايدۇ، چۈنكى سۇنۇن دورىلار پەقەت ئاغرىغان چىش ئۈچۈنلا ئىشلىتىلىدۇ. ساق چىشلارغا تېگىپ كەتسە، ساق چىشلارنى بۇرۇپ قويۇشى مۇمكىن. شۇڭا، قەلەم شەكلىدە ياساپ پەقەت ئاغرىق چىشقا سۈركەيدۇ. سۇنۇن دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئاۋۋال دورا سۈركىلىدىغان چىشنى چوتكىلاش لازىم.

سۈرمىلەر ۋە سەپمىلەر

سۈرمە بىر خىل كان مېتالىنىڭ نامى بولۇپ، ئۇيغۇر تېبابىتىدە، كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن كۆزگە سۈرتۈلىدىغان تالقان دورىلار سۈرمىلەر (كوھلىلار) دەپ ئاتىلىدۇ. سۈرمىلەر ئىككى خىل بولىدۇ. بىر خىلى، كېسەللىك داۋالاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدىغان سۈرمىلەر؛ يەنە بىر خىلى، زىننەت بۇيۇملىرى سۈپىتىدە پەرداز ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان سۈرمىلەر.

سۈرمىلەر كۆزنىڭ ئىچىگىمۇ سۈرتۈلىدۇ. سۈرمىنى ياساشتا، ئالدى بىلەن سۈرمە مېتالى پارچىلىنىپ، ئۆچكە ياكى قوي يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، خېمىرنىڭ ئىچىگە ئېلىنغاندىن كېيىن ئوتقا كۆمۈلىدۇ، خېمىر پىشقاندىن كېيىن ئوتتىن ئېلىنىپ، ئىچىدىكى سۈرمە مېتالىنى زەھەرسىزلەندۈرۈش مەقسىتىدە يېغى تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىگە چىلىنىدۇ. ئەگەر ئۇنداق سۈت تېپىلمىسا، نارەسىدە بالىلارنىڭ سۈيدۈكىگە ياكى كونا ھاراققا چىلاپ قۇرۇتۇلۇپ.

لۇپ، سوقۇپ تالقانلىنىپ، يەككە دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ، ئەل-
گەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ كۆرگە
سۈرتۈلىدۇ.

جاراھەت يۈزىگە سېپىلىدىغان تالقان دورا سەپمە دېيىلىدۇ. سەپ-
مىلەرنى ياساشتا، شۇ جاراھەتنى داۋالاش ئۈچۈن زۆرۈر بولغان يەككە
دورىلارنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، مۇرەككەپ تالقان دورا قىلىپ يا-
سىغاندىن كېيىن، جاراھەت يۈزىگە سېپىلىدۇ.

سۇيۇق دورىلار

شەربەتلەر

ھەسەل سۈيى ياكى قەنت، شېكەر سۈيىدە قاينىتىلىپ ياسالغان
دورىلار شەربەتلەر دېيىلىدۇ. ياسالغان قاينىتىلما تەركىبىدىكى باش
دورا يىلتىز دورا بولسا، بۇ خىل شەربەتلەر مائۇل ئۇسۇل (يىلتىز-
لارنىڭ سۈيى) دېيىلىدۇ. ئەگەر باش دورىسى ئۇرۇقلۇق دورا بولسا، بۇ
خىل شەربەتلەر ئۇرۇق سۈيى دېيىلىدۇ.

ئەگەر شەربەت تەركىبىگە سىركە قوشۇلۇپ ياسالغان بولسا،
سىركەنجىبىن دېيىلىدۇ. شەربەت تەركىبىگە سۈرگە دورىلار قو-
شۇلۇپ ياسالغان بولسا، مەتبۇخلار (قاينىتىلمىلار) دېيىلىدۇ.

شەربەتلەرنى ياساش ئۇسۇلى: تەركىبىدىكى يەككە دورىلاردىن
يىلتىزلار يۇمشاق سوقۇلىدۇ، ئۇرۇقلار يىرىك سوقۇلىدۇ، مېۋە،
گۈل، يوپۇرماقلار سوقۇلمايدۇ. يەككە دورىلارنىڭ بىر قىسمىنى
قاينىتىشقا بولمىغانلىقى ئۈچۈن، قاينىتىشقا تېگىشلىك دورىلار
قاينىتىلىپ تەمى چىقىرىۋېلىنغاندىن كېيىن، سۈزۈۋېلىش
ۋاقتىدا قاينىتىلمايدىغان يەككە دورىلار قوشۇلۇپ بىرگە
سۈزۈلىدۇ.

دوربارنى قاينىتىشتىن ئاۋۋال دورىنىڭ مىقدارىغا ئاساسەن، ئىككىلىك ئېگىزلىكتە قايناق سۇ قۇيۇپ، ئۈستىنى يېپىپ، بىر كېچە چىلاپ قويۇش كېرەك. ئەتىسى ئۆزىنىڭ سۈيى بىلەنلا قازانغا سېلىپ قاينىتىپ، ئۈچتىن ئىككى قىسمى قالغاندا پاكىز لاتىدىن ئۆتكۈزۈپ، سۈزۈلدۈرۈپ، ئۇنىڭغا ھەسەل ياكى شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىش كېرەك. شەربەتلەرنى ئۇزۇن ۋاقىت ساقلاشقا بولمايدۇ، شۇڭلاشقا قاچان ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، شۇ ۋاقىتتا تەييارلاش لازىم. مېۋە (ئالما، ئانار، بېھى) سۈيىدە ياسالغانلىرى خېلى ئۇزۇن مۇددەت چىداشلىق بېرەلەيدۇ.

ئەرەقلەر

دوربار قاينىتىلمىسىدىن پارلاندىرۇپ ئېلىنغان سۇيۇق دورا ئەرەقلەر دېيىلىدۇ. ئەرەقلەر پار قازىنى ئارقىلىق پارلاندىرۇپ ئېلىنىدۇ. بىر قىسىم يىرىك دورىلارنىڭ پارىنى ئېلىشتىن ئاۋۋال بىر كېچە قايناق سۇغا چىلاپ قويۇلىدۇ. ئەھۋالى ئېغىر ۋە نازۇك بىر مازارغا باشقا دورا بېرىشكە بولمىغاندا، شۇ دورىلارنىڭ پارلانغان قۇۋۋىتىنى ئېلىپ ئىشلىتىش ئۈچۈن ئەرەق دورا ياسىلىدۇ. ئەرەق ئېغىزى مەھكەم بېكىتىلگەن قاچىدا ساقلىنسا، قۇۋۋىتى بىر يىلغا قەدەر ساقلىنىدۇ. ئەگەر قاچىنىڭ ئېغىزى ئوچۇق قويۇلسا، ئۇزۇن ساقلىغىلى بولمايدۇ. قىش كۈنلىرى ئۇزاق ساقلىنسا، مۇزلاپ قاچىنى يېرىۋېتىدۇ.

مۇراببالار

ھەر خىل مېۋىلەرنى پۈتۈن بويىچە شېكەر قىيامىغا تاشلاپ، ياسالغان شىرنىلىك دورا مۇراببا دېيىلىدۇ. مۇراببا قۇۋۋەتلىك، تاتلىق بولۇپ، بەدەن قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

گۈلqەنتلەر

ھەر خىل گىياھلارنىڭ ھۆل گۈلى، قاناتلىرىنى سۇقۇپ، ئۈچ ياكى تۆت ھەسسە شېكەر قىيامغا تاشلاپ، ئاپتاپتا بىر نەچچە كۈن قويۇپ پىشۇرۇلغان خېمىرغا مايىل دورا گۈلqەنت دېيىلىدۇ.

چىلانمىلار

يەككە دورىلارنى سۇقۇپ ياكى پۈتۈن بويىچە قايناق سۇغا چىلاپ، ئېغىزنى يېپىپ، ئەمى چىققاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدىغان سۇيۇق دورا چىلانما دېيىلىدۇ.

چىلانما قىلىشتىكى مەقسەت، بىر قىسىم دورىلار قايناتقاندا، سوغۇق تەبىئىتىنى يوقىتىپ، ئىسسىقلىق تەبىئىتىگە ئۆزگىرىپ قالىدۇ. بۇنداق دورىلارنى قان ۋە سەپرا مەجەزلىك كىشىلەرگە بىر-بىرىشكە بولمايدۇ. شۇڭلاشقا، ئۇنى قايناتماي چىلاپ قويۇپ ئىشلىتىش كېرەك.

لۇئابىلار

ھەرخىل ئۇرۇقلار (مەسىلەن، بېھى ئۇرۇقى، شومشا ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل قاتارلىقلار) نى قايناق سۇغا چىلاپ، ئېغىزنى يېپىپ، يېرىم سائەت قويغاندىن كېيىن ئېچىپ چوكا بىلەن ئارىلاشتۇرغاندا، خۇددى خام تۇخۇمنىڭ ئېقىغا ئوخشاش شۆلگەيسىمان يېپىشقاق سۇيۇقلۇق ھاسىل بولىدۇ. مانا بۇ، لۇئاب دېيىلىدۇ.

لۇئابىلار ئاشقازان، ئۈچەيلەرنىڭ تىۋىتى چۈشۈپ كەتكەن يۈزىنى قوغداش ۋە ئاشقازان، ئۈچەي سۇيۇقلۇقلىرىنى تولۇقلاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

سەرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

ياغلار

پەي ۋە مۇسكۇللارنى چىڭىتىش ياكى بوشتىش مەقسىتىدە بەدەننىڭ سەرتتىغا سۈركىلىدىغان دورىلار كۆزدە تۇتۇلىدۇ. ياغ دو- رىلارنىڭ كېلىش مەنبەسى ئۈچ خىل بولىدۇ:

(1) ئۈسۈملۈك مېغىزلىرىدىن چىقىرىلىدىغان ياغلار، مەسىلەن، ياڭاق، ئۆرۈك مېغىزى، زىغىر، زاغۇن، كۈنجۈت قاتارلىقلارنى جۇۋازدا تارتىپ چىقىرىدىغان ياغلاردۇر.

(2) گۈل بىلەن تەييارلانغان ياغ: مەسىلەن، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، سەۋسەن يېغى قاتارلىقلار. بۇ خىل ياغلارنى ياساشتا قايسى خىلدىكى گۈلدىن تەييارلىماقچى بولساق، شۇ خىل گۈلنىڭ بەر- گىلىرىنى قىرقىپ، 3 ~ 4 ھەسسە كۈنجۈت يېغى بار قاچىغا تاش- لاپ، 20 ~ 40 كۈن ئاپتاپقا سېلىش كېرەك. گۈلنىڭ تەمى پۈتۈنلەي مايغا ئۆتۈپ، مايدىن بىر خىل گۈل پۇرىقى كەلگەندە ئاندىن ئىشلى- تىش لازىم.

(3) يىلتىز ياكى قاتتىق ئۆسۈملۈك دورىلار بىلەن تەييارلىنىد- ىغان ياغ: قەلەمپۇر، قۇستە، بۇزۇغا قاتارلىق دورىلارنى يىرىك سو- قۇپ، ئىسپىرت ياكى قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى قاينىتىپ، سۈزگۈچ لاتىدىن ئۆتكۈزۈپ، سۈزمە سۇيۇقلۇقىغا تەڭ مىقداردا ياكى ئۇنىڭدىن كۆپرەك زەيتۇن يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى قوشۇپ سۇس ئوتتا ئۇزۇنغىچە قىزدۇرۇلىدۇ. سۈيى پۈتۈنلەي پارغا ئايلىنىپ كېتىپ، يېغى قالغاندا ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھەملەر

جاراھەتنى ئېغىز ئالدۇرۇش ياكى ساقايتىش مەقسىتىدە

جاراھەتنىڭ سىرتىغا چاپلىنىدىغان ماي بىلەن خېمىرغا ئوخشاش يۇغۇرۇلغان دورا مەلھەملەر دېيىلىدۇ. مەلھەملەر تەركىبىدىكى يەككە دورىلار سوقۇلىدۇ. بەزىلىرىگە يېلىم دورىلار قوشۇلىدۇ، يېلىم دورىلار سىركە بىلەن ئېرىتىلىدۇ، بەزىلىرىگە لۇئابلار قوشۇلىدۇ. ئومۇمەن مەلھەم تەركىبىگە قوشۇلىدىغان ھەر خىل دورىلار ئېرىتىلگەن موم يېغى، توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ياسىلىدۇ.

مەلھەم دورىلار جاراھەتنى ئېغىز ئالدۇرۇپ، ئىچىدىكى يىرىڭ-لارنى سىرتىغا چىقىرىۋېتىدۇ. بەزىلىرى جاراھەت يۈزىدىكى چىرىد-گەن گۆشلەرنى يوقىتىپ، گۆش ئۈندۈرۈپ، جاراھەت يۈزىنىڭ سا-قىيىشىغا ياردەم بېرىدۇ.

زىماتلار

بۇ، چاپلانمىلار، دېگەن مەنىدە بولۇپ، بەدەننىڭ ئاغرىغان جايىغا چاپلىنىدىغان مەلھەم دورىدۇر. زىماتلار ئارپا ئۇنى، كېپەك، بىنەپشە قاتارلىقلارغا ياغ ياكى ھە-سەل قوشۇپ يۇغۇرۇلۇپ، خېمىر قىلىنىپ، ئاغرىغان ئورۇنغا چاپ-لىنىدۇ. ئىشلىتىلىش مەقسىتىنىڭ ئوخشاشماسلىقىغا ئاساسەن، زىماتنىڭ تەركىبىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ.

ھۆقنىلەر (كىلىزىمىلار)

مەقئەت نەيچىسى ئارقىلىق مەقئەتتىن ئۈچەيگە كىرگۈزۈلىدۇ-غان سۇيۇق دورا ھۆقنە (كىلىزما) دېيىلىدۇ. ئېغىز ۋە ئاشقازاندا جاراھەت ۋە كېسەللىك بولۇپ، ئېغىز ئار-قىلىق دورا كىرگۈزۈش توسالغۇغا ئۇچرىغاندا ياكى ئۈچەيدە توسۇ-لۇش بولۇپ، ئېغىز ئارقىلىق دورا كىرگۈزۈش مەنىسى قىلىنغاندا

ھۆقنلەر ئىشلىتىلىدۇ. ھۆقنە تەركىبىگە كىرىدىغان يەككە دورىلار سوقۇلۇپ، قاينىتىلىپ سۈزۈلگەندىن كېيىن، ئۇنىڭغا گۈل يېغى قوشۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ھۆقنە دورىلارنى ئىشلىتىشتە رەئىس ئەزالار (يۈرەك، مېڭە، جىگەر) ساق بولۇشى لازىم. ھۆقنىنى قالايمىدەن قان ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. ھۆقنىنىڭ بىر قېتىملىق ئىشلىتىلىش مىقدارى 150ml ئەتراپىدا بولسا بولىدۇ.

قۇتۇرلار (تامچىلار)

قۇلاق، كۆز ۋە بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ. قۇتۇر دورىلارنى تەييارلاشتا، يەككە دورىلاردىن ئازراق ئېلىنىدۇ ھەمدە ئۇلارغا گۈل يېغى ياكى بىنەپشە يېغىدىن ئاز مىقداردا قوشۇلىدۇ.

مېڭە ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا رېتسىپلىرى

مەجۈنى ئايارەنج پەيقرى

تەسىرى: بۇ دورا ئەپتىمۇن سۈيى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلىنسا، مېڭىدە بولىدىغان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ. پالەچ، لەقۋا (يۈز نېرۋا پالچى)، ئىستىرخا (ئەزالارنىڭ بوشىقىنى شىپ كېتىش كېسەللىكى)، كېكەچ قاتارلىقلارغا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ، ئاشقازاننى تازىلايدۇ؛ قۇلۇنجى (ئۈچەيدە توسالغۇ پەيدا بولۇش)، قەي قىلىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ، ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقىلىرىنى داۋالايدۇ. ئەسلىي نۇسخىسىنىڭ سىرتىدا 6 دىن غارىقۇن، تۇرپۇت، شەھمى ھەنزەل قوشۇپ تەييارلانسا، ئۇنىڭ بەلغەمدىن بولغان

قورساققا سۇ چۈشۈش كېسەللىكىنى داۋالاش ئۈنۈمى كېيىنكى كېيىنكى ياكى.

تەركىبى: سۈنبۈل، دارچىن، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، ھەبىي بېلىسان، ئۇد بېلىسان، مەستىكى، ئاسارۇن، زەپەر 12g دىن، سەبىرى سۇقۇتۇرى 105g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر كۈنى كەچتە بىر قېتىم 9g ~ 2 قورساق ئاچ ۋاقتىدا قايناق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ. ئەكس تەسىرى: بۆرەككە زىيانلىق بولۇپ، بۇ ئەكس تەسىرىنى چىلان شەرىپتى بىلەن تۈزەتكىلى بولىدۇ.

تەييارلىنىشى: رېتسېپ تەركىبىدىكى دورىلار بىرلەشتۈرۈلۈپ، ئېزىلىپ، سالايە قىلىنىپ، چەككىلەپ، سوۋۇتۇلغان ھەسەل قىيامدا يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئايارەنج جالنىس

(جالنىس ھەكم ئىجاد قىلغان ئايارەنج)

تەسىرى: سەرئى (تۇتقاقلىق كېسەللىكى)، مالخۇليا (قالاي- مىقان خىيال سۈرۈش)، لەقۋا (يۈز نېرۋا پالچى)، تەشەننۇج (تارتى- شىپ قېلىش)، باش ئاغرىقى، شەقىقە (باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش)، باش قېيىش، قۇلاق ئېغىرلىق (گاسلىق)، قۇلاق ئاغرىش، بوغۇم ئاغرىقلىرى، ئېرقىنىسا (ئولتۇرغۇچ نېرۋا كېسەللىكى)، چاچ چۈشۈپ كېتىش، جۇزام، يامان سۈپەتلىك جاراھەت، دوۋساق خالتى- سىنىڭ بوشىشىپ كېتىشى، سۈيدۈك تۇتالماسلىق كېسەللىكى- رىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، ھەيز ماڭدۇرىدۇ. تەركىبى: شەمەنزەل، غا- رىقۇن، ئەنسىل (تاغ پىيىزى)، سوقمۇنىيا، قارا خەربەق، پەرىپىيۇن، ھوفارىقۇنلار 48g دىن، بىستىپايەنچ، كامادىرىيۇس، ئەپتىمۇن، سەل- خەلەر 21g دىن، مۇرمەككى، يۇمىلاق زىراۋەن، ئۈزۈنچاق زىراۋەن، قارامۇچ، ئاقمۇچ، پىلىپىل، دارچىن، جاۋاشىر، قۇندۇز قەھرى، تاغ كەرەپشىسى (پەتىراسالىيۇن) 12g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 12g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

ئايارەنج لوغانزىيا

تەسىرى: ئاساسەن ئايارەنج جالىنۇس بىلەن ئوخشاش. لېكىن، بۇ
دورا بەھەق، بەرەس، جوزام، تەمرەتكە، تاز كېسەللىكلەرنى داۋالاش
ئۈنۈمى ياخشى.

تەركىبى: شەھەنزەل 15g، ئەنسىل (تاغ پىيىزى)، غارقۇن،
سۇقمۇنيا، قارا خەربەق، ئۇشەق، ئۈستقۇدرىيۇنلا 14g دىن، ئەپتە-
مۇن (سېرىقىۆگەي) كامادىرىيۇس، مۇقەل، سەبرى سۇقۇترىلار 9g
دىن، ھاشا، ھوفارقۇن، سازەج ھىندى، تاغ كۈدىسى (فاراسىيۇن)،
جۆئە (چاڭگاڭ)، سەلىخە، پىلىپىل، ئاقمۇچ، قارىمۇچ، جاۋاشىر، زە-
پەر، دارچىن، بىستىپايەنچ، قۇندۇز قەھرى، مۇرمەككى، تاغ كەرەپ-
شىسى ئۇرۇقى، ئۇزۇنچاق زىراۋەن، ئۇسارەئى ئەپسەنتىن، پەرپىيۇن،
سۇنبۇل، ھوماما، زەنجىبىللار 6g دىن، جىنتىيانا، ئۈستقۇددۇس 5g
دىن، ھەسەل پۈتۈن دورا مىقدارىنىڭ ئۈچ ھەسسىسىگە باراۋەر.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر
قېتىمدا ئەھۋالغا قاراپ 7g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئەنقەرۇيايى كەبىر

تەسىرى: پالەج، لەقۇا (يۈز نېرۋا پالچى)، سەرئى (تۇتقاقلىق
كېسەللىكى)، ئۇنۇتقاقلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قى-
لىدۇ. تاماق سىڭدۈرىدۇ، ئەرلىك قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ.

تەركىبى: ئاقىر قەرھا، سىيادان، قۇستە، پىلىپىل، قارىمۇچ،
ئېگىر 6g دىن، جىنتىيانا، ھىڭ، يۇمىلاق زىراۋەن، ھەببۇلغار،

قۇندۇز قەھرى، قىچا، شەترەنجى ھىندى 15g دىن، بالادۇر 14g، ھە-
سەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار سوقۇلۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ،
تالقانلىنىپ، ياڭاق يېغى بىلەن ياغلىنىپ، ھەسەل بىلەن خېمىر
قىلىنغاندىن كېيىن ئارىغا كۆمۈپ قويۇلۇپ، ئالتە ئايدىن كېيىن
ئىستېمال قىلىنسا بولىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم 3g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەتۈسى پالەچ

تەسىرى: پالەچ، لەقۋا، سەكتىلەرنى داۋالايدۇ، مېڭىنى تازىلايدۇ،
مۇسكۇللارنى چىڭىتىدۇ.

تەركىبى: كۈندۈش، سىيادان، پەرىپىيۇن، قارىمۇچ، قۇندۇز
قەھرى، ئىپار، يۇمىلاق زىراۋەن، ھەببى بېلىسان، ئاقىر قەرھ، توغ-
رىغا تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ، بۇرۇنغا
تارتىلىدۇ. چۈشكۈرگۈسى كەلگەندە ئىمكانىيەتنىڭ بارىچە بۇرنىنى
تۇتۇپ تۇرۇپ، چىداپ تۇرالمىغاندا چۈشكۈرسە بولىدۇ.

ئەتۈسى مۇقەۋۋى

تەسىرى: مېڭىنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: شەھەنزەل، قارىمۇچ 24g.

تەييارلىنىشى: ئەتۈسى پالەچ بىلەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ.

ئىتىرىفىل ئەپتىمۇن

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تومۇر ۋە توقۇلمىلاردىكى سەۋدا

ماددىسىنى ھەيدەيدۇ، مېڭە قان تومۇرلىرىنى تازىلايدۇ، سەۋدادىن بولغان ساراڭلىقنى داۋالايدۇ. ھۆللۈكتىن بولغان مېڭە كېسەللىك-لىرى ۋە جۇزام كېسەللىكىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە كابىلە پوستى، تازىلانغان ئامىلە، بەلىلە پوستى 30g دىن؛ تۇرپۇت، ئەپتىمۇن، سانايى مەككى ھەر بىرى 15g دىن؛ شەترەنجى ھىندى، بىستىپايەنج، ئۈستقۇددۇس، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10g دىن؛ ھىندى تۈزى 6g. ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە ئىتتىرىفىل تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 10g ~ 6g قانداق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىتتىرىفىل ئۈستقۇددۇس

تەسىرى: مېڭىنى تازىلايدۇ، سەۋدا ۋە سەپرا خىلىتلىرىنى ھەيدەپ چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەۋدا ۋە مالخۇلىيا كېسەللىكىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: كابىلى ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، ئاقلانغان ئامىلە، ھەر بىرى 30g دىن؛ ئەپسەنتىن (ياۋا ئەمەن)، شەت-رەنجى ھىندى، ئەپتىمۇن (سېرىقئوت)، بىستىپايەنج، تۇرپۇت، ئۈست-قۇددۇس ھەر بىرى 15g دىن، مەستىكى رۇمى، سۈنبۈل، جوز، بۇلار-نىڭ ھەر بىرى 6g دىن، گاۋزىبان، پەرەنجىمىشكى، لاجىۋەرد، بادىرەند-جىبۇيا ھەر بىرى 12g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان ھەر بىرى 10g دىن، تازىلانغان ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: رېتسېپ تەركىبىدىكى دورىلار ئېزىپ، سالايە قىلىنىپ، چەككىلەپ سوۋۇتۇلغان ھەسەل قىيامدا يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،

ھەرقېتىمدا 10g ~ 6ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىتىرىفىل سەغىر

تەسىرى: مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ، مېڭە قان تومۇرلىرىنى تازىلايدۇ، زېھنىنى ئاچىدۇ، رەڭگىروينى ياخشىلايدۇ. ئىشلىتىلىشى: مەقەتنىڭ بوشىش كېتىشى، بوۋاسىر قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. تەركىبى: كابىلى ھېلىلە پوستى، سېرىق ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، تازىلانغان ئامىلە ھەربىرى 30g دىن. تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار سوقۇلۇپ، يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ، 30g سېرىقماي ياكى بادام يېغى بىلەن ياغلىنىپ، ئۈچ ھەسسە ھەسەل قوشۇلۇپ خېمىر قىلىنىدۇ (ئەگەر ھەسەل تېپىلمىسا، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم بىلەن خېمىر قىلىنىسىمۇ بولىدۇ). ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈنىگە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 10g دىن، قايناق سۇ بىلەن تاماقتىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىتىرىفىل زامانى

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مېڭىنى تازىلايدۇ، سەۋدا، بەلغەم خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ. نەزلە ۋە سوزۇلما زۇكامىنى داۋالايدۇ (تەجرىبىدىن ئۆتكەن). خىلىتلار ئارا ئۇپۇنەت (چىرىش) پەيدا بولۇشنى توسىدۇ. مالمخۇلىيا مىراقى، قۇلۇنجى (ئۈچەيگە توسالغۇ پەيدا بولۇش كېسەللىكى) نى داۋالاش ئۈنۈمى ياخشى، ئاشقازاندىكى يەللەرنى تازىلايدۇ. ھەرخىل مەجەزدىكى كىشىلەرنىڭ ئىستېمال قىلىشىغا مۇۋاپىق كېلىدۇ. تەسىرى ئىككى يىلغىچە ساقلىنىدۇ. تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، كابىلى ھېلىلە پوستى، قارا

ھېلىلە، گۈلبىنەپشە، تۇرپۇت، قۇرۇق يۇمغاقسۈت 60g دىن، بەلىلە پوۋستى، ئامىلە، قىزىلگۈل، تاباشىر، نېلۇپەر 15g دىن، ئاق سەندەل، كەترا 9g دىن، بادام يېغى 90g.

تەييارلىنىشى: دورىلار سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ، بادام يېغى بىلەن تالقان قىلىنىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن 100 دانە چىلان، 30 دانە سەرپىستان، 30g گۈلبىنەپشەلەر قاينىتىلىپ، ھېلىلە سۈيى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 500g ھەسەل بىلەن قىيام قىلىنىپ، ئۈس-تىدىن يۇقىرىقى دورا تالقىنى قوشۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سۈرگە ئۈچۈن ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، 18~12، داۋاملىق يېيىشكە توغرا كەلسە، كۈنىگە 3~6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىتىرىفىل كەشىنىز

(تەركىبىدە يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى بولغان ئىتىرىفىل)

تەسىرى: مېڭە قان تومۇرلىرىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، يەلنى ھەيدەيدۇ، سەپرانى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان كۆز ئاغرىقى، قۇلاق ئاغرىقى، ھەرخىل باش ئاغرىقى، قاندىن بولغان باش ئىسلىش، باش قېيىش، بوۋاسىر قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە كابىلى، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە قاتارلىقلارنىڭ پوۋستىدىن ھەربىرىدىن 15g، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى 75g.

تەييارلىنىشى: بۇلار يۇمشاق سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ، ئۈچ ھەسسە ھەسەل بىلەن خېمىر قىلىنىدۇ. قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 10g دىن، 3 قېتىم

تاماقتىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىتىرىفىل كەبىر

(چوڭ نۇسخىلىق ئىتىرىفىل)

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقىلارغا ئوخشايدۇ، ئاشقازاننىڭ ئىسلىشىنى ۋە ھەرخىل ئاق كېسەلنى ئۈنۈملۈك داۋالايدۇ. تەركىبى: كاپىلى ھېلىلە پوستى، تازىلانغان ئامىلە، كەرەپشە (چىڭسەي) ئۇرۇقى، بۇلارنىڭ ھەربىرىدىن 20g، شەترەنجى ھىندى، جۇۋىنە، يالىپۇزنىڭ ھەربىرىدىن 25g، سۈنبۇل، ھوماما، لاپچىندانە-نىڭ ھەربىرىدىن 10g، دارچىن 6g، قارىمۇچ، ئاق مۇچ، نارمىشكى، ھىندى تۇزى، ھەربىرىدىن 12g، نۆشۈدۈر 125g.

تەييارلىنىشى: دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ، بادام يېغى بىلەن ياغلىنىپ، ئۈچ ھەسسە ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ خېمىر قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

بايادەيقۇس

تەسىرى: باش ئاغرىقى، لەقۋا، پالەچ، رەئىشە (تىترەش) كېسەللىكى، ھەر خىل ئاشقازان، جىگەر، تال كېسەللىكلىرىنى، بۆرەك، بالىياتقۇ كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ. جىگەر ۋە تالدىكى توشۇلغانلارنى ئېچىپ، جىگەرنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ. ئەسلىي سوغۇق مەجەزلىك بەلغەم خاراكتېرىنى ئالغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ، بەدەندە توختاپ قالغان يەللەرنى ھەيدەپ، بۇزۇق خىلمىتلارنى تازىلايدۇ. قورساقنى ئاغرىتماي ئىخراج (سۈرگە) قىلىدۇ،

سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىدۇ، سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقىلا- رنى داۋالايدۇ. بۆرەك، دوۋساق تاشلىرىنى چۈشۈرىدۇ، بەھەق، بەرەس، قۇلۇنچىلارنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. رەڭگىروينى گۈزەل- لەشتۈرىدۇ، باش قېيىش، نەپەس قىستاشلارنى ياخشىلايدۇ.

تەركىبى: سەبرى 45g، غارىقۇن 60g، زەپەر، دارچىن، ئېگىر، مەستىكى، بېلىسان يېغى 9g دىن، جۇڭگو رەۋىنى 5g، ئود بېلىسان، پەرىپىيۇن، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، ھۆفارىقۇن، ھوماما 6g دىن، كامادىرد- يۇس، قۇستە، ئەپتىمۇن 12g دىن، ئاسارۇن، سەلىخە، سوقمۇنىيا (مەھمۇدى) لار 18g دىن، سۇنبۇل 11g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، بېلىسان يېغىدا ياغلىنىپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەر- قېتىمدا 8g ~ 4g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

بەرشىشا

(تېز ئۈنۈم بېرىدىغان دورا)

تەسىرى: زۇكام، نەزلە، باش قېيىش، كۆز تورلىشىش، گاس، پالەج، لەقۇا، سەرئى، رەئىشە (تترەش)، ئۇيقۇسىزلىق، ئۈنۈتقاقلىق، كۆڭۈل ئېلىشىش، ساراڭلىق، پەي بوشىشىش، چىش مىلىكى چى- رىپ كېتىش، گالۋاڭلىق، ئېغىزى پۇراش، ئېغىزىدىن شۆلگەي ئې- قىش، ھەرقايسى ئورۇنلار قاناش، ئۇخلاۋېتىپ جۆپلۈش، قۇلۇنجى، قورساق ئاغرىش، جىگەر زەئىپلىكى، جىگەر كېسەللىكلىرى، ئىس- تىسقا، مۈگدەش، يۈرەك سېلىش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. ھەرقايسى پەسىل ۋە ھەر خىل مەجەزدىكى كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىۋېرىدۇ؛ باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ، بەدەندىكى كېرەكسىز بەلغەم خىلىتىلىرىنى تازىلايدۇ. دوۋساقنى تاشنى چۈشۈرىدۇ، ئىشتىھانى

ئاچىدۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ، سۈرئىتى ئىنزال ئەمەنى تېز كېتىش كېسەللىكى) نى داۋالايدۇ، سوغۇقتىن بولغان يۆتەل ۋە قاتتىق دېمى سىقىلىشلارنى پەسەيتىدۇ، زەھەرلىك ھاساراتلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.

تەركىبى: قارمۇچ، ئاقمۇچ، بەزىرۈلبەنجى 60g دىن، ئەپيۈن 30g، زەپەر 15g ، ئاقىرقەرھا، سۈنبۈل، پەرىپيۈن 3g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە، قائىدە بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۈن تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر كۈنى كەچتە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى ياساپ ئۈچ ئايغىچە بۇغداي ياكى ئار-پىغا كۆمۈپ قويغاندىن كېيىن ئىشلىتىش كېرەك.

بۇخۇر

(ئىسرىق سېلىش، دورا بىلەن بۇسلاش)

تەسرى: مېڭىنى كۈچلەندۈرۈپ، زېھنىنى ۋە سېزىم كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. يوقالغان سەزگۈ كۈچىنى ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ، يۈرەك سېلىش ۋە ھوشىدىن كېتىشىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئۇد ھىندى، قۇستە شېرىن، ئاق سەندەل 15g دىن، ئىپار، كاپۇر 8g دىن.

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلارنىڭ سوقۇلىدۇ. خانلىرى سوقۇلۇپ، گۈلاپ بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، كۇمىلاچلىنىپ، ئىشلىتىش ۋاقتىدا بىر دانىسى ئوتتا كۆيدۈرۈلۈپ، بىمارغا دورا ھىدى پۇرتىلىدۇ.

بۇخۇر غەشيان

تەسرى: كۆڭۈل ئېلىشىنى توسىدۇ.

تەركىبى: ياۋا پىننە، يەرلىك پىننە، سىيادانلار تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: سىركە بىلەن قاينىتىدۇ.
لىپ، چىققان ھورى بىمارغا پۇرتىلىدۇ. چاچ كۆيدۈرۈلۈپ، سىركە
بىلەن خېمىر قىلىپ پېشانىگە تېڭىلسا، ئالدى بىلەن مېڭىدىكى
قويۇق خىمىتلارنى بىر تەرەپ قىلىدۇ.

بۇخۇر سۇداڭى ھار

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى ماددىلىرى بىلەن
قوشۇپ بىر تەرەپ قىلىدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە، نېلۇپەر، قومۇش يىلتىزى، ئارپا، قاپاق
لېشى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۇدا قاينىتىلىپ قا-
چىغا تۆكۈلۈپ، بىمارنىڭ ئالدىغا قويۇلۇپ، بىمار بېشى ئەدىيال بى-
لەن ئورنىلىپ، ھورى بىلەن بۇسلىنىدۇ، دورىنىڭ كۆپرەك پارلىنىدۇ.
شى ئۈچۈن دورا قوچۇپ تۇرۇلىدۇ. بۇ ئۇسۇل ئۈچ قېتىم تەكرارلانسا
ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ.

بۇخۇر سۇداڭى بارىد

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى يوقىتىدۇ.
تەركىبى: رەبھان، پىننە، بابۇنە، ئىككىلىملىك، قەيسۇم، سې-
رىقچىچەك، لەھتۇتسى 10g دىن.

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇ دورا قاينىتىلغاندىن
كېيىن، ھورى بىلەن بىمارنىڭ بېشى تەرلىتىلىدۇ. قالدۇق پىسەپ-
لىرى بىمارنىڭ بېشىغا چېپىلىدۇ ياكى سۈيى بىلەن يۇيۇلىدۇ.

بۇخۇر نەزلە

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان زۇكام ۋە نەزلىلەرنى بىر تەرەپ

قىلىدۇ.

تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى: بابۇنە، ئىككىلىملىك، رەيوانلار تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىلىپ، دىماغقا پارلاندۇرۇلىدۇ.

بۇخۇر سەرئى

تەسىرى: سەرئى (تۇتقاقلىق) كېسەللىكى تۇتقاندا، بىمارنىڭ دىمىغىغا پۇرتىلسا، بىمار دەرھال ئوڭشىلىدۇ.

تەركىبى: ياۋا پىننە مەلۇم مىقداردا (كۆيدۈرۈپ ئىسرىقلىنىدۇ).

پاشۇيە

(پۇت ۋە بەلنىڭ تۆۋەن تەرىپىنى دورا قاينىتىلمىسىغا چىلاش)

تەسىرى: باش ئاغرىقى، سەرسام (مېڭە پەردە ياللۇغى) ۋە باشقا ھەر خىل مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالايىدۇ، تەرلەشنى تېزلىتىپ، قىزىتمىنى پەسەيتىپ، بەدەن ھارارىتىنى تۆۋەنلىتىدۇ.

تەركىبى: گۈلبىنەپشە، نېلۇپەر 15g دىن، ئاق لەيلىگۈل 20g ، قارا سۆگەت يوپۇرمىقى، بۇغداي كېپىكى 30g دىن، ئەگەر سوغۇق مەجەزلىك كىشىلەرگە ئىشلىتىش توغرا كەلسە، بابۇنە، قىچا يو- پۇرمىقى، ئوسما قاتارلىقلار 15g دىن قوشۇلۇپ، قاينىتىلىپ، سى- قىپ سۈيى ئېلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بىمار چوڭ داسقا ئولتۇرغۇزۇلۇپ، بېشى مەھكەم ئورلىنىدۇ، ئىلمان دورا سۈيى بىلەن يۇقىرىدىن تۆۋەنگە قا- رىتىپ يۇيۇلىدۇ. ھارارىتى يۇقىرى بىمارلار دورا سۈيىنى سوۋۇنقىدا- دىن كېيىن يۇيۇنۇشى، يۇيۇنۇش جەريانىدا دورىدىن كۆتۈرۈلگەن ھورنىڭ بىمارنىڭ دىمىغىغا كىرىپ كېتىپ ئەكس تەسىر پەيدا قىلىشتىن ساقلىنىش، بىمارنى 2 ~ 3 قېتىمدىن ئارتۇق يۇماسلىق كېرەك.

پۇلۇنىيائى پارسى

تەسىرى: مېڭىنى كۈچلەندۈرۈپ، ئەستە ساقلاش ئىقتىدارىنى ئاشۇرىدۇ، قان توختىتىدۇ، بالىياتقۇنى كۈچلەندۈرۈپ، يەللەرنى يو-قىتىدۇ، قورساقتىكى بالىنى چۈشۈپ كېتىشتىن ساقلايدۇ، ئىچ سۈرۈش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئاقمۇچ، بەزىرۇلبەنجى 60g دىن، پىلىپىل 6g ، ئەپيۈن 30g، زەپەر 15g ، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۈنبۇل 3g دىن، سازەج ھىندى، سەلىخە، ھەببە بېلىسان، ئاقىرقەرھە، پەرىپيۈن 3g دىن، دوقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى) 9g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ئالتە ئاي ساقلىغاندىن كېيىن ئىشلىتىش كېرەك.

ئىستېمال مىقدارى: 2g ~ 1g يېيىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بىمارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ، مۇناسىپ قوشۇمچە دورا بىلەن بىللە ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن، قۇلۇنچىنى دا-ۋالاش ئۈچۈن ئىشلەتكەندە جۆدە (چاڭگاڭ) سۈيى بىلەن، مەيدە ئاغ-رىقىنى داۋالاشتا رۇمبەدىيان قاينىتىلمىسى بىلەن، تال كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىسكەنجىبىن بىلەن، بۆرەك، دوۋساق كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئارىپبەدىيان قاينىتىلمىسى بىلەن، قان توختىتىشتا سۇمماق قاينىتىلمىسى بىلەن بىرگە ئىشلىتىلىدۇ.

پۇلۇنىيائى مەھمۇدى

تەسىرى: خۇمارنى يوقىتىدۇ. باشقا تەسىرلەردىمۇ يۇقىرىقىدىن كۈچلۈكرەك تەسىر كۆرسىتىدۇ.

تەركىبى: ئەپيۇن، قارىمۇچ 60g دىن، سۈنبۈل، ئاسارۇن، بەسباسە، لاپىندانە، دارچىن، مەستىكى، رەۋەن، زەنجىۋىل، ئەينىمۇن 6g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، زەپەر، قىزىلگۈل 18g دىن، ئەنەبەر 3g ئىپار 6g، ئالتۇن ۋەرەق 50 دانە، كۈمۈش ۋەرەق 100 دانە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: مەجۇنى دورا ياسالمىسىدىكى تەلەپلەر بويىچە ياسىلىدۇ.

پۇختە جۇش

تەسىرى: لەقۋا، ئۇنتۇغاقلىق، ئاشقازان، جىگەر كېسەللىكلەردى، بوغۇم ئاغرىقلىرى، قۇلۇنجى، بۆرەك، دوۋساق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. رەڭگىروپىنى ياخشىلاپ، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىدۇ. جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، يەلنى ھەيدەيدۇ، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.

تەركىبى: ئۈزۈم سۈيى 27kg ، سېمىز قوينىڭ بېقىن گۆشى 5.5kg، ئۇدخام 30g، جويۇز، زەپەر، مەستىكى، خولىنجان 15g دىن، نارجىل، كاۋاۋىچىن، زورۇنات، قەلەمپۇر، سەئىدى كوفى، بەسباسە 9g دىن، زەنجىۋىل، دارچىن، سۈنبۈل، ئاقىرقەرھە، سەلىخە 3g دىن، ھەسەل 1.5kg.

تەييارلىنىشى: قوي گۆشى ئۈزۈم سۈيىدە قاينىتىلىپ، ئۇ-ماچلاندىرۇلىدۇ. قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، خالتىغا سېلىپ، ئېغىزنى بوغۇپ، قازانغا تاشلاپ يەنە قاينىتىپ بولغاندىن كېيىن، قول بىلەن مېچىپ تەمىنى پۈتۈنلەي چىقىرىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن، كوزىغا 135ml گۈلاب قۇيۇپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە يۇقىرىدىكى قايناتمىنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، ئالتە ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن

ئىستېمال قىلىش كېرەك.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەر قېتىمدا 30ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش نىسيان

تەسىرى: ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى ئاشۇرۇپ، ئۇنتۇغاق-
لىقنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: زەنجىۋىل، جۇۋىنىلەر 6g دىن، سىيادان، ھېلىلە
كابىلى پوستى 15g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندى بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبىي ئۇستقۇددۇس

تەسىرى: باش قېيىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئۇستقۇددۇس، ئاپارەنج پەيقرى 3g دىن، شەھەنزەل
1g، غارىقون 2g، ھىندى تۈزى 3g.
تەييارلىنىشى: قاندى بويىچە 0.5g گرامدىن 20 دانە كۈمد-
لاچ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەممىسى بىر قېتىمدا
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبىي ئىستەمخقۇن

تەسىرى: باش ساھەسىنى ۋە پۈتۈن بەدەننى سوغۇق مىزاجدىن
تازىلايدۇ، ئەستە تۇتۇش ئىقتىدارىنى ئاشۇرىدۇ، يامان خىيالىنى يو-
قىتىدۇ، سەۋدادىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. يۈرەك
تترەش، ئاشقازان ئاجىزلىق ۋە بۆرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا
ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: سەبرى 45g ، بىستپايەنج، ئەپتىمۇن 18g دىن، سوق-
مۇنىيا، غارىقۇن، شەھمەنزەل 9g دىن، سۇنبۇل، سەلىسخە، زەپەر،
ھەببى بېلسان، ھىندى تۇزى، ئېگىر، ئاسارۇن، ئوسارەئى ئەپسەنتىن،
ئۇد ھىندى، مەستىكى، ئىزخىر يىلتىزى، يۇمىلاق زىراۋەن، دارچىن
3g دىن.

تەييارلىنىشى: بەدىيان سۈيىدە يۇغۇرۇلۇپ، 0.5g دىن 250 دانە
كۇمىلاچ ياسىلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەرقېتىمدا 3~6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇرمەككى

تەسىرى: مېڭىنى تازىلاپ، تۈرلۈك مېڭە كېسەللىكلىرىنى
داۋالايدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

تەركىبى: شەھمەنزەل، سەبرى 2g دىن، زەپەر، سۇنبۇل، دار-
چىن، ھەببى بېلسان، ئاسارۇن، مەستىكى، ئەپسەنتىن، سوقمۇنىيا،
تۇربۇت 3g دىن، سەلىسخە 2g .

تەييارلىنىشى: رېتسېپ تەركىبىدىكى دورىلار ئېزىلىپ،
سالايە قىلىنىپ، ھەب دورا ياسالمىلىرىنىڭ تەلىپى بويىچە 0.5g
دىن ھەب تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەرقېتىمدا 3~6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى تەشەننۇج

تەسىرى: تارتىشىپ قېلىش ۋە تىترەش كېسەللىكلىرىنى
داۋالايدۇ.

تەركىبى: تازىلانغان بېھى 9g، تۇربۇت 5g، سۆرۈنجان 3g،
بوزىدان، ماھى زەھرەج، قەنتەريون 15g دىن.

تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن 0.5g لىق 20 دانە كۇمىلاچ قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى زەھەپ

تەسىرى: ھەرخىل باش ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ. باشنىڭ ئېغىرلىقىنى يوقىتىپ، كۆزنى روشەن قىلىدۇ، ئومۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ.

تەركىبى: سەبرى 6g ، سېرىق ھېلىلە پوستى 30g، مەستىكى، كەتىرا، سوقمۇنىيا، زەپەر 9g دىن، قىزىلگۈل 15g .

تەييارلىنىشى: خاس سۇدا 0.5g دىن ھەب قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سەبرى مالىخۇلىيائى

تەسىرى: مالىخۇلىيا كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سەبرى، ئەپتىمۇن (سېرىقئۆگەي) 12g دىن، لاجىۋەرد تېشى، غارىقۇن 6g دىن، سوقمۇنىيا 3g ، قەلەمپۇر 20 دانە. تەييارلىنىشى: بېھى سۈيىدە 0.3g دىن 200 دانە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يەتتە كۈندە بىر قېتىم، 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سەكبىنەج

تەسىرى: پالەج، لەقۋانى داۋالايدۇ. سوغۇقتىن بولغان تۈرلۈك

كېسەللىكلەرنى ۋە ئىستىسقىنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: سېرىق ھېلىلە ۋە ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، ئا.
مىلە 18g دىن، زەنجىۋىل، دارچىن، سەكبىنەج 15g دىن پىلىپىل،
قارمۇچ، ئاسارۇن 9g دىن، مۇرمەككى، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۈۋىنە،
ئېگىر، سەلىخە، شەترەنجى ھىندى، ھەببى بېلىسان 6g دىن، مەسە،
تىكى 48g، غارىقۇن 38g، شېكەر 90g، سەبرى 42g .
تەييارلىنىشى ۋە ئىستېمال مىقدارى: كۈدە سۈيىدە نوقۇت
چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ. كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g
دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سەرئى

تەسىرى: تۇتاقلىق كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەبرى 9g، ئەپتىمۇن، بىستىپايەنج، ئۈستقۇددۇس،
ھىندى تۈزى، غارىقۇن 3g دىن، تۇربۇت، سېرىق ھېلىلە پوستى،
شەھەنزەل، كەترا، سوقمۇنىيا 2g دىن.
تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەرقېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى شەترەنجى

تەسىرى: پالەچ، لەقۋا، بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ. پەيلىەرنى
كۈچەيتىدۇ، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.
تەركىبى: تۇربۇت 60g، سەبرى 30g، زەنجىۋىل، ئاق قىچا،
شەترەنجى ھىندى، ھىندى تۈزى، ئېگىر 6g دىن، قارمۇچ، پىلىپىل،
ئاققەرھا 3g دىن، قەنت 12g .
تەييارلىنىشى: چەلەك سۈيىدە نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب

قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەرقېتىمدا 9 ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى شىپا مۇسەككىن

تەسىرى: كونا يېڭى ھەرخىل تىپتىكى باش ئاغرىقىنى
داۋالايدۇ. كونا تەپ، قۇلۇنجى ۋە مۇسكۇللارنىڭ يىغىلىۋېلىشىنى
داۋالايدۇ. روھنى ئۇرغۇتىدۇ، ئەپيۇننىڭ خۇمارىنى باسىدۇ (كۆپ قې-
تىم تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

تەركىبى: ئىتىياڭقى ئۇرۇقى (زەھەرسىز لەندۈرۈلگەن) 36g،
رەۋەن 24g، زەنجىۋىل، سەمغى ئەرەبى 12g دىن.
تەييارلىنىشى: سەمغى ئەرەبى سۈيىدە 0.3g دىن ھەب
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەرقېتىمدا 0.3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى پالەچ

تەسىرى: ئوڭ يان پالەچلىنىپ، تىل ئېغىرلىشىش ۋە پا-
لەچلىنىشىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تۇرپۇت، ئايارەنج پەيقرى (سەبرى) 18g دىن، سۆ-
رۇنجان، ھەشقىپچەك ئۇرۇقى 9g دىن، شەھەنزەل، شەترەنجى
ھىندى 6g دىن، بوزىدان، ئېگىر، ئاقىرقەرھە، پىلىپىل 5g دىن،
سەكبىنەچ، جاۋاشىر، مۇقەل، پەرىپيۇن، قۇندۇز قەھرى 6g دىن.

تەييارلىنىشى ۋە ئىستېمال مىقدارى: سەكبىنەچ، مۇقەل
كۈدە سۈيىدە ئېرىتىلىدۇ، قالغان دورىلار يۇمشاق تالقانلانغاندىن
كېيىن نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەر قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىندۇ.

ھەببى پەرىپىيۇن

تەسىرى: رەئىشە، پالەچ، ئاق كېسەلنى داۋالايدۇ، سوغۇقتىن
بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەرنى داۋالاشتۇمۇ ئىشلىتىلىدۇ.
مۇقەل، سەكبىنەج، شەھمەنزەل 12g دىن، سەبىرى 24g .
تەييارلىنىشى: مۇقەل، سەكبىنەج كۈدە سۈيىدە ئېرىتىل-
گەندىن كېيىن، ئۈستىگە باشقا دورىلارنىڭ تالقىنى سېلىنىپ،
0.3g دىن ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەر قېتىمدا 10 ~ 20 دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى كۈنتۇۋالى

تەسىرى: باشتىكى ۋە ئاشقازاندىكى بۇزۇق خىلىتلارنى
تازىلايدۇ. پالەچ، لەقۋا (يۈز نېرۋا پالچى)، دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى
داۋالايدۇ. بۇ دورىدىن 3g ئايارەنج پەيقرى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ
ئىستېمال قىلىنسا، كۆزدىن ياش ئېقىشنى توختىتىدۇ. ئومۇمىي
بەدەندىكى بۇزۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ.
تەركىبى: سەبىرى، سوقمۇنىيا، شەھمەنزەل، ئەپسەنتىن ئوسا-
رىسى، مەستىكى 5g دىن، مۇقەل 3g ، كەتىرا 2g .
تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن 0.3g لىق ئۆلچەمدە ھەب
قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى لەقۋا

تەسىرى: لەقۋانى (يۈز نېرۋا پالچى) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تۇرپۇت 9g، ئايارەنج پەيقرى (سەبرى)، ئەپتىمۇن 2g
دىن، سۆرۈنجان 5g.
تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن 0.3g لىق ئۆلچەمدە 30 دانە ھەب
قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ
ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى لاجىۋەرد

تەسىرى: مالىخۇلىيا ۋە سەۋدادىن بولغان تۈرلۈك كېسەل-
لىكلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: لاجىۋەرد تېشى 9g، قەلەمپۇر، رۇمبەدىيان، سوقمۇ-
نىيا 3g دىن، غارىقۇن 15g، ئەپتىمۇن، بىستىپايەنج 12g دىن، سەبرى
18g.
تەييارلىنىشى: كەرەپشە سۈيى بىلەن 0.3g لىق ئۆلچەمدە ھەب
قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ، ئارقىدىنلا مائۇلجەبىن ئى-
چىلىدۇ.

ھەببى مۇنىشت

تەسىرى: كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ.
تەركىبى: سۇنبۇل، ئاسارۇن، زەپەر، مەستىكى 6g دىن، زۇرۇنبات،

ھەبۇلغار، ئاقىرقەرھا، قەلەمپۇر، سەمغى ئەرەبىلەر 5g دىن، بەزد-
رۇلبەنجى، قارىمۇچ 9g دىن، ئەپپيۇن 15g ، پەرىپيۇن 2g ، كەرىپشە
ئۇرۇقى، دارچىن، رەۋەن 6g دىن، بەسباسە 3g .
تەييارلىنىشى: گۇلاب بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى ئوسسىيەت

تەسىرى: سىزگۇ قۇۋۋىتىنى كۈچلەندۈرىدۇ، مېڭىنى قۇۋۋەت-
لەيدۇ، ھەر خىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرى، بوۋاسىر، ناسۇر (يامان
سۈپەتلىك ئاقما)، ئاق كېسەل، جۇزاملارنى داۋالاش ئۈنۈمى ياخشى،
باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، چاچ ساقالىنىڭ قارىلىقىنى ساقلايدۇ.
تەركىبى: قارا ھېلىلە پوستى، بەلىلە، ئامىلە 114g دىن،
سىيادان 72g، قارىمۇچ، ئوشەق، پىلىپىل، ئۇزۇن پىلىپىل، زەنجىۋىل
66g دىن، قاقىلە، نارمىشكى 6g دىن، كاۋاۋىچىن، بالادۇر 18g دىن،
قەنت 1.8kg .

تەييارلىنىشى: قەنت قىيام قىلىنىپ، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن
بالادۇر ئارىلاشتۇرۇلۇپ، دورىلار تالقىنى سېلىنىپ مەجۇن
تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەرقېتىمدا 1g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى سۇدائى سەپراۋى

تەسىرى: سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئامىلە، بەرەنگى كابىلى، زەنجىۋىل، ئاق سەندەل،
گۈلى سەۋسەن يىلتىزى، ئۇزۇم، ناۋات تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىدۇ. لىپ، ناۋات بىلەن تەمى تەڭشىلىپ شەربەت تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g ~ 3 دىن ھەسەل ۋە ئات سۈتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى سۇدائى بەلغىمى

تەسىرى: بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: قەلەمپۇر، زەنجۈۋىل، قارمۇچ تەڭ مىقداردا. ئىشلىتىلىشى: باشقا چېپىلىدۇ ۋە باش تولۇق يۆڭىلىدۇ.

داۋايى پالەچ

تەسىرى: پالەچ، لەقۋا (يۈز نېرۋا پالچى) نى داۋالايدۇ. تەركىبى: قارمۇچ، پىلىپىل، بەرەنگى كابىلى، ئۈستقۇددۇس، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئارپىبەدىيان تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى مۇخەددىر

(مەست قىلغۇچى دورا)

تەسىرى: سېزىمنى يوقىتىدۇ، سۇھرىنى (ئۇيقۇسىزلىقنى) داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئەپيۈن، بەزىرۇلبەنجى (مىڭدىۋانە ئۇرۇقى)، ئىتىيا-ئىقى ئۇرۇقى (زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن)، سازەج ھىندى، قارسۇنا

ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، قاينىتىلىپ، ئۈستىگە 100ml قايناق سۇدا يۇمشىتىلغان بۇغداي قوشۇلۇپ، ئەينەك قۇتىدا ساقلاندى.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىندۇ.

داۋايى نىسيان

تەسىرى: ئۈنتۇغاقلىقنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كۈندۈر، زىرە، پىلىپ 9g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىندۇ.

رەۋغىنى بادام شېرىن

تەسىرى: مېڭىدىكى قۇرۇقلۇقنى يوقىتىپ، ھۆلۈك پەيدا قىلىدۇ. سەرسام، قۇرۇقلۇق يەتكەندىن بولغان پەي تارتىشىش ۋە ئويۇقسىزلىقنى داۋالايدۇ. قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ (قۇلاققا تې-متىلسا)، قۇسۇشنى توختىتىدۇ، دوۋساققا تاش، قۇم تۇرۇۋېلىشتىن بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالايدۇ، بالياتقۇ كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ، كونا يۆتەل، دەم سىقىلىش، غالجىرلىق كېسەللىكى قاتار-لىقلارنى داۋالايدۇ.

رەۋغىنى بادام تەلىخ

(ئاچچىق بادام يېغى)

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

ئىستېمال قىلىنسا ياكى زەكەر (پىنسى) ئۆشۈكىگە تېمىتىلسا، سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ، قۇلاق ئۆشۈكىگە تېمىتىلسا، قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، ئىستېمال قىلىنسا، قۇلاق ئېغىرلىقىنى ئاچىدۇ ۋە قۇلۇنچىنى داۋالايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىچۈرۈش، ياغلاش، تېمىتىش ئۇسۇللىرى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ.

تۈزەتكۈچىسى: مەستىكى.

تەييارلىنىشى: تاتلىق بادام مېغىزىنى يۇمشاق سوقۇپ، لېگەننىڭ بىر يېنىغا سېلىپ، لېگەننى تۇتۇپ تۇرۇپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بەرگەندە، يېغى لېگەننىڭ بىر تەرىپىگە ساقىپ يىغىلىدۇ ياكى تازىلانغان جۇۋاز ئارقىلىق تارتىلىسىمۇ بولىدۇ.

رەۋغىنى بالادۇر

تەسىرى: پالەچ، لەقۋا، پەي بوشىشىپ كېتىش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالاش. تىمۇ ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

تەركىبى: سۈنبۇل، لاچىندانە، قارىمۇچ، ئېگىر، شەترەنجى ھىندى، پىلىپ، زەھەرسىز لەندۈرۈلگەن بالادۇر، جويۇز، سەۋسەن يىلتىزى، ئارپىبەدىيان، ئاچچىق قۇستە، بوزىدان، زۇرۇنبات، دورنەج ئەقرەبى قاتارلىقلار 45g دىن، سۈت، سۇ 2.5ml دىن، كۈنجۈت يېغى 750ml.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى يۇقىرىقى سۇيۇقلۇقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى بىدەنجىر

(ئابدىمىلىك يېغى)

تەسىرى: پالەچ، لەقۋانى داۋالايدۇ. جىگەر توسالغۇلىرىنى

ئاچىدۇ، قۇلۇنچىغا پايدا قىلىدۇ.

تەركىبى: جۇۋىنە، يالپۇز، پىننە، كەرەپشە، مۇرۇقى، رۇمبەدە-
يان، مەستىكى، ئاسارۇن 60g دىن، كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلىد-
تىزى، گۈل ياسمەن 30g دىن، شەترەنجى ھىندى، مۇقەل 15g دىن،
سەكبىنەچ، جاۋاشىر، زۇرۇنات، دۇرنەج ئەقرەبى 9g دىن، زەنجىۋىل،
دارچىن، قاقىلە، نارجىل، كاۋاۋىچىن، پىلىپىل، جوز، بەسباسە، سى-
يادان، قۇستە، تاغ كۈدىسى 12g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلانغاندىن
كېيىن، سۈيىنىڭ ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ سۈ-
زۇۋىلىنىدۇ، ئارقىدىن 500ml ئابدەملىك يېغى قوشۇلۇپ يەنە قاينى-
تىلىدۇ. دورا سۈيى پارلىنىپ ياغ قىسمىلا قالغاندا توختىتىلىپ،
ئەينەك قاچىغا قاچىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: 6g ~ 3 مائۇلغۇسۇل بىلەن بىرگە
ئىستېمال قىلىنىدۇ، ئەھۋالغا قاراپ بەدەن ياغلىنىدۇ.

رەۋغىنى جويۇز

(جويۇز يېغى)

تەسىرى: پالەچ، لەقۋاغا پايدا قىلىدۇ، سوغۇقچان كىشىلەرگە
مۇۋاپىق كېلىدۇ. ناسۇر، كۆز، بۇرۇن بۇرجەكلىرىگە چۈشكەن تۈرلۈك
جاراھەتلەرنى داۋالايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىچى ۋە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

تەييارلىنىشى: بادام يېغىنى تەييارلاش ئۇسۇلىغا ئوخشاش.

رەۋغىنى خەس

تەسىرى: مېڭىنى ھۆللەپ، بەدەننى سەمىرتىدۇ.

تەركىبى: ئوسۇڭ يوپۇرمىقىنىڭ شىرنىسى ئىككى ھەسسە،

كۈنجۈت يېغى ياكى بادام يېغى بىر ھەسسە.
تەييارلىنىشى: سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى
قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغنى خەشخاش

تەسىرى: ئۇيقۇنى ياخشىلاپ، پۈتۈن بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ.
باش ئاغرىقى ۋە ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىق بىلەن ئىسسىقلىقتىن
بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، پىلتىكۈچ بىلەن قۇلاققا تېمىتىلسا
قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ. مۇۋاپىق ئىچىپ بېرىلسە، ئومۇمىي بە-
دەننى سەمىرىتىدۇ.

تەييارلىنىشى: خەشخاش گۈلىنى كۈنجۈت يېغىغا چىلاپ،
ئاپتاپقا قاقلاش ياكى خەشخاش گۈلى، ياپراقلىرىنى سوقۇپ سۈيىنى
ئېلىپ كۈنجۈت يېغىدا قاينىتىش ئۇسۇلى، ياكى ئۇرۇقلىرىنى جۈ-
ۋازدا ياغ تارتىش ئۇسۇلى بىلەن تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: ئىچى ۋە سىرتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا
ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغنى رەيھان

تەسىرى: پالەچ، لەقۇا، تىز ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: رەيھان سۈيى ئىككى ھەسسە، كۈنجۈت يېغى بىر
ھەسسە.

تەييارلىنىشى: سۇ قىسمى پارلىنىپ، ياغ قىسمى قالغانغا
قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى سۇزاپ

تەسىرى: باش ئاغرىقى، تۇتقاقلىق كېسەللىكى (سەرئى) بىلەن پاش ئاغرىقى (ئېرقىنىسا) قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. ھەيزى، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ، يەلنى تارقىتىدۇ، قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: سوزاپ سۈيى 420ml ، قىزىل قىچا، ئاق قىچا، ئا. قىرغەرھا 3g دىن، كۈنجۈت يېغى، زەيتۇن يېغى 265ml دىن. تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار سۇزاپ سۈيىگە چىلىنىپ، كۈنجۈت ۋە زەيتۇن يېغى قۇيۇلۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى شۇنىز

(سىيادان يېغى)

تەسىرى: پالەج، لەقۋا، پەي تارتىشىشلارنى داۋالايدۇ. تەركىبى: سىيادان 60g، ئاچچىق بادام يېغى 90g. تەييارلىنىشى: دورىلار ئارىلاش سوقۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ياغ تارتىش ئەسۋابىدا چىقىرىلىدۇ.

رەۋغىنى پەرپىيۇن

تەسىرى: پالەج، لەقۋا، ئىستىسقا(بەدەن بوشىشىپ كېتىش) نى داۋالايدۇ. تەركىبى: قۇستە 30g، كۈندۈش 120g ، قۇندۇزقەھرى 15g ، تاغ پىننىسى 36g، ئاقىرغەرھا 21g، ئۈزۈم 9g .

تەييارلىنىشى: دورىلار كونا شاراپ بىلەن قاينىتىلىپ، ئۇچ-
تىن بىر قىسمى قالغاندا يېرىم مىقداردا كۈنجۈت يېغى قوشۇلۇپ يەنە
قاينىتىلىدۇ، شاراپ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ ياغ قىسمى قالغاندا
قاينىتىشتىن توختىتىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى ياغدىن 6g غا 6g پەرىپىيۇن
قوشۇلۇپ، بەدەن سىرتىغا ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى قۇستە

تەسىرى: پالەچ، لەقۋانى داۋالايدۇ، ئاشقازان، جىگەرنى ياخشى-
لايدۇ، چاچ ساقالىنىڭ قارىلىقىنى ساقلايدۇ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ.
تەركىبى: قۇستە 30g، قارىمۇچ، پەرىپىيۇن 9g دىن، ئاقىرقەرھا
12g، قۇندۇزقەھرى 8g، زەيتۇن يېغى 150ml .
تەييارلىنىشى: پەرىپىيۇن، قۇندۇزقەھرىدىن باشقا دورىلار مۇ-
سەللەستە قاينىتىلىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈلىدۇ، ئۈستىگە زەيتۇن
يېغى قۇيۇلۇپ يەنە قاينىتىلىدۇ. قايناپ شاراپ قىسمى پارلىنىپ
كېتىپ، ياغ قىسمى قالغاندا ئۈستىدىن پەرىپىيۇن، قۇندۇزقەھرى
تالقىنى قوشۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى كەدۇ

(قاپاق يېغى)

تەسىرى: سۈھرە (ئۇيقۇ كەلمەسلىك) مېڭىگە قۇرۇقلۇق يې-
تىشنى داۋالايدۇ، بولۇپمۇ سەپرا ۋە سەۋدادىن بولغان مېڭىگە قۇرۇق-
لۇق يېتىشنى تۈزىتىپ، مېڭىنى ھۆللەيدۇ. سەرسام (مېڭە پەردە
ياللۇغى)، مالىخۇليا (بۇزۇق خىيال سۈرۈش) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: خام قاپاق (ھۆل قاپاق)

ئاقلىنىپ، ئۇرۇقلىرى بىلەن سوقۇلۇپ، سىقىۋېلىنغان سۈيىنىڭ تۆت ھەسسىسىگە بىر ھەسسە كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ قاچىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۇرۇنغا پۇرتىش، قۇلاققا تېمىتىش، سىرتىدا تىن ياغلاش يوللىرى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى گۈل

(گۈل يېغى)

تەسىرى: مۆتىدىل تەبىئەتلىك ياغ بولۇپ، ھەرقايسى مەجەزلىك كىشىلەرنىڭ ئىشلىتىشىگە مۇۋاپىق كېلىدۇ. ئومۇمىي بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ، بۇزۇق خىلىتلارنى ھەيدەيدۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ، بەدەن سىرتىغا ئىشلەتكەندە، قىزىلگۈل بەرگىسى بىلەن چېپىلسا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. ئەگەر قىزىلگۈل بەرگىسى مەزكۇر ياغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئۇنىڭغا چۆمدۈرۈلگەن يىپەك پىلتىكۈچ بۇرۇنغا تىقىپ قولىسا، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ۋە مېڭە تەرەپتىن كەلگەن سېسىق پۇراقنى ئالىدۇ؛ باش ۋە بۇرۇن ساھەسىدىكى ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ. مېڭە ساھەسىگە چېپىلسا مېڭىنى كۈچلەندۈرىدۇ. كىلىزما ئارقىلىق ئۈچەيگە ماغدۇرۇلسا، قۇلۇنچىنى ئاچىدۇ ۋە ئۈچەي يارىلىرىنى داۋالايدۇ؛ ئېغىزدا تۇتۇپ تۇرۇلسا، چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

تەييارلىنىشى: تازىلانغان قىزىلگۈل كۈنجۈت يېغىغا چىلىنىپ تەييارلىنىدۇ ياكى ھۆل بەرگىلىرى سوقۇلۇپ، سۈيى چىقىرىلىپ، كۈنجۈت يېغى بىلەن قاينىتىلىپ، سۈيى پارلىنىپ يېغى قالغاندا قاچىلىنىدۇ.

رەۋغىنى لوبۇبى سەبئە

(يەتتە خىل مېغىز يېغى)

تەسىرى: ھۆللۈكى ئىنتايىن ئارتۇق ياغ بولۇپ، مېڭىنىڭ

قۇرۇقلۇقىدىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. باش ئاغ-
رىقى، مالىخۇلىيا، جۇزاملارغا پايدا قىلىدۇ.

تەركىبى: پىندىق مېغىزى، پىستە مېغىزى، تاتلىق بادام مې-
غىزى، كۈنجۈت، چىلغوزا مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، جويۇز
تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھەممىسى ئارىلاش سوقۇلۇپ سىقىلىدۇ، يەنە
سوقۇلۇپ، يەنە سىقىلىپ، يېغى ئېلىنىدۇ.

رەۋغىنى مۇبارەك

تەسىرى: لەقۋا، پالەچ، بۇرۇن مايماق بولۇپ قېلىش، ئىرقىند-
نىسا، نىقرىسنى داۋالايدۇ، يەنى تارقىتىدۇ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ،
ئىشتىھانى ئاچىدۇ، پاك قۇلاققا تېمىتىلسا، پاك قۇلاق شۇ كۈنىلا
ئېچىلىدۇ.

تەركىبى: سىيادان، شومشا تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار قازانغا قويۇلۇپ، كۆيۈپ
كەتمەسلىك ئۈچۈن قىزىتىپ يۇمشىتىلىدۇ. ئۈستىگە ئاز - ئازدىن
زەيتۇن يېغى تېمىتىلىدۇ. ئوت ناھايىتى ئاستا قالىنىپ، كۆيدۈرۈ-
ۋەتمەي يېغى ئېلىنىدۇ.

رەۋغىنى مۇرەتتىپ

(ھۆللۈك يەتكۈزۈش يېغى)

تەسىرى: مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ، قۇرۇقلۇقنى يوقىتىپ،
ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى،
بادام مېغىزى، خەشخاش ئۇرۇقى، ئوسۇڭ ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئارىلاش سوقۇلۇپ، سىقىپ يېغى ئېلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بىمار بېشىنى مايلىسا، كۆيدۈرۈپ ئىسنى
پۇرسا بولىدۇ.

زىمادى قەنتەرىيۇن

تەسىرى: پالەچ، لەقۇا، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش، بەل ئاغرىقى، چىش ئاغرىقى، گلائۇكوما قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ. دوۋسۇن ساھەسىگە چېپىلسا، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ؛ زەھەرلىك ھاشارات چاققان ئورۇنغا چېپىلسا، زەھەرنى قايتۇرىدۇ؛ قورساق ساھەسىگە چېپىلسا، ئىچكى ئەزالارنىڭ ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

تەركىبى: كەپتەر مايىقى 6g، سەمغى ئەرەبى 9g ، زەيتۇن يېغى 120ml.

تەييارلىنىشى: سەمغى ئەرەبى زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىلىپ، قالغان دورىلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

سىركەنجىبىن ئەپتىمۇنى

تەسىرى: مالخۇلىيا، ھەر خىل سەۋدائىي كېسەللىكلەرنى ۋە سەرئىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ. مونزىجىدىن كېيىن بېرىلسە ئو-مۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ.

تەركىبى: ئەپتىمۇن 30g، بىستىپايەنج، تۇربۇت 18g دىن، گاۋزىبان، پىرسىياۋشان، سەۋسەن يىلتىزى، كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسىنە يىلتىزى 15g دىن، پىننە، قىزىلگۈل، كامادە-رىيۇس 12g دىن، رەيھان ئۇرۇقى، فەرەنجىمىشكى، بادىرەنجىبۇيا، دورىنەچ ئەقرەبى، زورۇنبات، قىزىل بەھمەن، ئاق بەھمەن، سازەج ھىندى، قاقىلە، سۈنبۇل 9g دىن، گۈلقەنت ئاپتابى پۈتۈن دورىلارنىڭ ۋەزنى بىلەن تەڭ.

تەييارلىنىشى: دورىلار سىركە ۋە قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن قاينىتىلىپ، 500g گۈلقەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

سۇفۇپى ئەرەستاتالىس

تەسىرى: ۋەسۋاس (كوڭغۇل ئېلىشىش)، مالخۇلىيا (بۇزۇق خىيال سۇرۇش)، سېرىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ، تاماق سىڭدۈرۈپ، ئېغىزنى خۇش پۇراقلاشتۇرىدۇ، ئەقلىنى زىيادە قىلىدۇ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: گۈلدارچىن، سازەج ھىندى، ئۇدېپىلسان، لاچىندانە، ئاسارۇن، مەستىكى، ھېلىلە كابىلى، فەرەنجىمىشكى، نارمىشكى، زىرە، دارچىن، ئۆشەنە، قارىمۇچ، پىلىپىل، زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، ئانار ئۇرۇقى، جوز، كاپۇر، قاقىلە 6g دىن، ئەنبەر، ئىپار 3g دىن، ناۋات ئالتە ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 9g ~ 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ئەپتىمۇن

تەسىرى: سەۋدانى پەسەيتىدۇ، مالخۇلىيا كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە كابىلى، قارا ھېلىلە، سېرىق ئوت، ئۈستە-قۇددۇس، بىستىپايەنج، گاۋزىبان، ھىندى تۈزى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

ئىستېمال مىقدارى: 15g.

سۇفۇپى كىبرىت

تەسىرى: ئۈنۈتقاچلىق كېسەللىكىنى داۋالايدۇ. يۈرەك، مېڭە،

جىگەر، ئۆپكىنى كۈچلەندۈرىدۇ، بەدەن ھارارىتىنى ئاشۇرىدۇ. داۋام-
لىق يېيىشنى ئادەت قىلسا، ئۆمۈرنىڭ ئۇزۇن بولۇشىغا ياردەم
بېرىشى مۇمكىن.

تەركىبى: گۇڭگۈرت سېرىق 6g، جۇۋىنە 9g، جويۇز 8g،
زەنجىۋىل، قارىمۇچ 3g دىن، ناۋات ئۈچ ھەسسە.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
6 ~ 9g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: گۇڭگۈرت سېرىقنى ئىشلىتىشتىن ئاۋۋال
سۈتتە يۇيۇپ ئاندىن ئىشلىتىش ھەمدە بۇ دورىنى يېگەندە ئاچچىق
شۆلگەي پەيدا قىلىدىغان، ھۆللۈكى كۆپ نەرسىلەردىن پەرھىز
قىلىش لازىم.

سۇفۇپى مەرۋايىت

تەسىرى: مېڭە كېسەللىكلىرى، ۋەسۋاس (كوڭۇل ئېلىشىش)،
يۈرەك تەۋرەش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە كابىلى 30g، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن،
دورنەج ئەقرەبى، رەيھان ئۇرۇقى، بادىرەنجىبۇيا، مەستىكى 15g دىن؛
لاجىۋەرد، مۇرمەككى، گىلى ئەرمىنى، پىلە 9g دىن؛ ئالتۇن،
كۈمۈش، ياقۇت، مارجان، مەرۋايىت 3g دىن.

ئىستېمال مىقدارى: گاۋزىبان سۈيى ياكى ھۇمماز سۈيى
بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مۇنەششىت

تەسىرى: داۋاملىق ئىستېمال قىلىنسا، مېڭە، يۈرەكنى
كۈچلەندۈرۈپ، خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ، ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى
ئاشۇرىدۇ، سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا مۇۋاپىق

كېلىدۇ.

تەركىبى: دارچىن، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، مەستىكى، زو-
رۇناتلار تەڭ مىقداردا، قەنت ياكى ناۋات ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: سۇفۇپ دورىلارنى تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە
تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مۇنەۋۋىم

(ئۇخلاققۇچى تالقان)

تەسىرى: ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

تەركىبى: ئۇدخام، كۈندۈر 3g دىن، خەشخاش ئۇرۇقى 30g، قارا
سۇنا ئۇرۇقى 15g ، زەپەر 1g ، ناۋات 60g .
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۇيقۇ كەلمىگەندە ياكى
كەچتە 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مۇنەققى

تەسىرى: مېخنى تازىلايدۇ، بەدەندىكى قويۇق بەلغەمنى
چىقىرىدۇ.

تەركىبى: تۇرپۇت، ئەپتىمۇن، ھىندى تۇزى 3g دىن.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئىلمان
سۇ بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى نەسىيان

تەسىرى: ئۈنۈتقاقلقنى قالدۇرىدۇ، مېخنى تازىلايدۇ، بەدەن

ھارارىتىنى ئاشۇرىدۇ.

تەركىبى: كۈندۈز 21g ، مەستىكى 12g ، چىن، پىلچىل،
گاۋزبان، بادىرەنجىبۇيا 3g دىن، كاكىنەج 11 دانە، شېكەر ئىككى
ھەسسە.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى خەشخاش

تەسىرى: باش ئاغرىقى، سەرسام (مېنىنگىت)، ئىسسىقتىن
بولغان نەزلە كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ، كۆكرەك ۋە ئۆپكەنى ياخ-
شلايدۇ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ؛ سۈپىتى ئۆزگەرگەن خىلىتلارنى نورمال-
لاشتۇرىدۇ، قىزىتما، كۆكرەك ئاغرىقى، بەل ئاغرىقى، يۆتەل، دەم
سقىلىشلارنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: تىلىمغان خەشخاش غوزىسى 100 دانە، قەنت 1kg .
تەييارلىنىشى: غوزىلارنىڭ پوستى ئايرىلىپ، چالا سوقۇلۇپ،
ئۇرۇقلىرى ئايرىم ھالدا پۇمشاق سوقۇلۇپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ، يامغۇر
سۈيى قۇيۇلۇپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سۈزۈپ
قەنت سېلىنىپ، قويۇق دەرىجىدە قىيام قىلىنىپ ساقلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 60ml شەرىپەت ئىلمان سۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى ئەبىرىشىم

تەسىرى: سەۋدانىڭ كۆپىيىپ كېتىشىنى، مالخۇلىيا، يۈرەك
تىترەش، بوۋاسىر، مېڭە، يۈرەك، جىگەر ئاجىزلىقى قاتارلىق
كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: خام پىلە 900g، گاۋزبان 80g ، بادىرەنجىبۇيا 45g ،

قەنت 900g . ئەنەبەر، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەق، مەرۋايىت، مەستىكى 6g دىن.

تەييارلىنىشى: پىلە داغمال سۈيگە بىر سوتكا چىلانغاندىن كېيىن، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ سۈزۈلىدۇ، گاۋزىبان، بادىرەنجىبۇيا ئايرىم سۇدا ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ سۈزۈلىدۇ، ئاندىن پىلە قاينىتىلمىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن قالغان دورىلار سالايە قىلىنىپ ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30ml ~ 15 ئېلىنىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى گاۋزىبان ئەرقى، بېدىمىشكى ئەرقى بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى ئەبرىشىم مۇقەۋۋى

تەسىرى: رەئىس ئەزالار ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، سەۋدا ماددىلىرىنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: پىلە 900g ، گاۋزىبان ئەرقى، بېدىمىشكى ئەرقى، شاھتەررە ئەرقى 1.8ml دىن، ئالما سۈيى، بېھى سۈيى، ئامۇت سۈيى، ئانار سۈيى 600ml دىن، مەستىكى، جوز، سۇنبۇل، بەسباسە، زەپەر 3g دىن، لاچىندانە، قەلەمپۇر، ئۇد ھىندى، سازەج ھىندى 4.5g دىن، دارچىن 9g، قەنت 1.8ml ، ھەسەل 1.5g .

تەييارلىنىشى: پىلە ئەرق ۋە مېۋىلەر سۈيگە بىر سوتكا چىلاننىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلغاندىن كېيىن، پىلە سىقىپ سۈزۈۋېتىلىپ، مەستىكىدىن دارچىنغىچە بولغان دورىلار چالا سو-قۇلۇپ، خالتىغا قاقچىلىنىپ، يۇقىرىقى دورا سۈيگە سېلىنىپ يەنە قاينىتىلىدۇ، قاينىتىلىپ يېرىمى قالغاندا، خالتا سىقىلىپ سۈزۈپ ئېلىۋېتىلىدۇ، قەنت، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ،

قىيام بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن، قالغان قىممەتلىك دورىلار يۇمشىتىلىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30ml ~ 10 ئىچىلىدۇ.

(I) شەربىتى ئەپسەنتىن

تەسىرى: مالخۇلىيا مىراقىنى ۋە ئاشقازان، جىگەر ئاجىزلىدىقنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئەپسەنتىن رۇمى 30g ، قىزىلگۈل 60g ، تۇربۇت، غارىقۇن 12g دىن، سۇنبۇل 6g ، قەنت 500g.
تەييارلىنىشى: سوقۇلىدىغان دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 2500ml سۇغا ھەممە خام دورىلار بىر كېچە چىلىنىپ، يېرىمى قالغىچە قاينىتىلىپ، سۈزۈلگەندىن كېيىن، قەنت سېلىنىپ، ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30ml، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10ml دىن ئىچۈرۈلىدۇ.

(II) شەربىتى ئەپسەنتىن

تەسىرى: سەپرا خىلمىنى سۈزۈپ چىقىرىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، مېڭىنى كۈچلەندۈرىدۇ، ئاشقازان، جىگەر، پەيلەرنى ياخشىلايدۇ.
تەركىبى: ئەپسەنتىن رۇمى، غارىقۇن 12g دىن، قىزىلگۈل 24g، تاغ پىننىسى، سەبرى، كەرەپشە، بەدىيان يىلتىزى 60g دىن، مەستىكى، ئىزخىر، يالپۇز، زەپەر، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، سۇنبۇل، ئاسارۇن، سازەج ھىندى 5g دىن، يەرلىك پىننە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى

9g دىن، سۇ 2250ml ، قەنت 400g .
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى رەيھان

تەسىرى: ئۇنۇتقاقلىقنى قالدۇرىدۇ، مېڭىنى كۈچلەندۈرىدۇ،
ئاشقازاننى ياخشىلايدۇ، بولۇپمۇ قېرىلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.
تەركىبى: ئۈزۈم شىرنىسى 6kg ، قەنت 3kg ، دارچىن، قەلەم-
پۇر، رەيھان، بەسباسە، جوز 30g دىن، زەپەر 6g ، ئىپار 3g .
تەييارلىنىشى: ئۈزۈم شىرنىسى ۋە قەنت بىر كوزىغا سېلىد-
نىپ، ئۈستىدىن زەپەر ۋە ئىپاردىن باشقا دورىلار چالا سوقۇلۇپ،
خالتىغا قاچىلىنىپ، ئالتە ئاي ئەتراپىدا تۇرغۇزۇلىدۇ، ئالتە ئايدىن
كېيىن، ئىپار ۋە زەپەرلەر سېلىنىپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر
قېتىمدا 15ml ~ 10ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى نېلۇپەر

تەسىرى: ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، سەرسام (مېنىد-
گىت)، سەپرادىن بولغان تەپ، يۆتەل، ھەرخىل تىپتىكى زاتلىلارنى
داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.
تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: شەرىپتى بىنەپشە بىلەن
ئوخشاش.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا
ئىچىلىدۇ.
ئەسكەرتىش: كۆپ ئىچىلسە باھقا زىيان قىلىدۇ.

قۇرسى مۇنەۋۋىم ھار

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ئۇيقۇسىزلىقنى داۋالاپ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

تەركىبى: سېرىقچىچەك ئۇرۇقى 6g ، زەپەر، بەزىرۇلبەنجى، مۇرمەككى 1g دىن، ئەپتىمۇن 1g.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، شومشا سۈيى بىلەن يۇ-غۇرۇلۇپ تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۇيقۇ كەلمىگەندە ياكى ئۇخلاشنىڭ ئالدىدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مۇنەۋۋىم بارىد

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، ئۇيقۇ كەلمەس-لىك، كېزىك، سەرسام، ھەر خىل تىپتىكى زاتىلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: قارا سۇنا ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، شومشا، سې-مىزئوت ئۇرۇقى، كاكنەچ 3g دىن، ئەپتىمۇن 2g.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن 0.5g دىن تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يۇقىرىقى مىقداردا ياسالغان دورا ئىككى قېتىمدا يەپ تۈگىتىلىدۇ.

قۇرسى مۇنەۋۋىم

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىدۇ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

تەركىبى: ئەپيۈن، بەزىرۇلبەنجى، مۇرمەككى، زەپەر، پوستى

بىلەن سوقۇلغان گۈرۈچ مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇل بويىچە 0.5g دىن قۇرس
قىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاغرىق پەسەيتىش مەقسەت قىلىنسا، يەرلىك
ئورۇنغا چېپىلىدۇ، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش مەقسەت قىلىنسا، سۇدا ئېزىپ،
ئىككى قاشنىڭ ئوتتۇرىسىغا سۈركىلىدۇ.

مەجۇنى سوقرات

تەسىرى: ئۈنۈتقاقلق، مالخۇلىيا، تۇتقاقلق كېسەللىكى
(سەرئى)، باش ئاغرىقى، مېڭە ئاجىزلىقى، ھەر خىل تىپتىكى نېرۋا
كېسەللىكلىرى، بوغۇم كېسەللىكى، كونا پۈتەل، سۈيدۈك تۇتال-
ماسلىق، ئاق كېسەل، دائىرلىك چاچ چۈشۈش كېسەللىكى، بوۋا-
سىر، تال كېسەللىكى، قۇلاق ئېغىرلىقى، تىل ئېغىرلىقى ۋە باشقا
بەلغەم خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.
تەركىبى: جىنتيانا، قەردمانا، سوك (ئامىلە جەۋھىرى)، فەرەد-
جىمىشكى، ھەببۇلغار، ئۈزۈنچاق زىراۋەن 5g دىن، رۇمبەدىيان، قۇند-
دۈزقەھرى، ھەببى بېلىسان، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، ئاسارۇن،
مەستىكى 3g دىن، مۇرمەككى، ئېگىر، زورۇنبات، دورنەج ئەقرەبى،
كەرەپشە ئۇرۇقى، زاغۇن، پىياز ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى 6g دىن، سەبرى
30g، تۇربۇت 60g، ئۇدخام 36g، جويۇز، رەۋەن، قەلەمپۇر، قاقىلە،
بەسباسە، ئۆشەنە، سۈنبۇل، زەپەر، تاغ پىمىزى، زەرنەپ، شەترەنجى
ھىندى، دارچىن 9g دىن، قىزىلگۈل، بادىرەنجىبۇيا، يۈيۈلغان لوك
15g دىن، سەئىدى كوفى، ھەببۇلمەھلەپ 12g دىن، قارا ھېلىسە،
بەلىلە پوستى، ئامىلە 18g دىن، ئاچچىق بادام مەلۇم مىقداردا، ھەسەل
ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، بادام يېغىدا ياغلىنىپ،
قائىدە بويىچە ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈنە بىر قېتىم 15g دىن
ئىستېمال قىلىنسا بولىدۇ.
ئەسكەرتىش: ئارپىغا كۆمۈپ ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى پەلاسىپە

(ماددە تۇلھايات)

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەر، مېڭە كېسەللىك-
لىرى، جۈملىدىن پالەچ، لەقۋا (يۈز نېرۋا پالچى) ۋە ئۇنتۇغاقلىقنى
داۋالايىدۇ، مېڭىنى كۈچلەندۈرۈپ، چۈشىنىش ۋە ئەستە ساقلاش ئىق-
تىدارىنى ياخشىلايدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، خام كېكىرىشنى قالدۇ-
رىدۇ، تىلدىكى ئېغىرلىقنى داۋالايىدۇ، بەلغەمنى يوقىتىدۇ، سۈيدۈك
تۇنالماسلىق، بەل ۋە ھەرخىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالاي-
دۇ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، بەدەننى سەمىرتىدۇ ۋە
كۆڭۈلنى خۇشالاندۇرىدۇ، رەڭگىروپىنى چىرايلىقلاشتۇرىدۇ، ئېغىز
پۇرىقىنى ياخشىلايدۇ، چىشنى چىڭىتىدۇ، چىش مىللىكلىرىنىڭ
ئۆسۈپ قېلىشىنى توسىدۇ، ئاشقازان، جىگەر ئاجىزلىقىنى ياخشى-
لايدۇ، بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجى، ئىستىسقا، بۆرەك، دوۋساق
كېسەللىكلىرىنى ياخشىلايدۇ، بولۇپمۇ ياشانغان ۋە سوغۇقچان
كىشىلەرگە مۇناسىپ كېلىدۇ.

تەركىبى: زەنجىۋىل، پىلىپىل، شەترەنجى ھىندى، يۇمىلاق زد-
راۋەن، سۆڭىلەپ، چىلغوزا مېغىزى، بابۇنە يىلتىزى، يېڭى نارجىل
30g دىن، بابۇنە ئۇرۇقى 15g، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم (ۋاسالغۇ) 90g، ھە-
سەل 2 ~ 3 ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل
بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: تەييارلاپ 40 كۈن تۇرغۇ-

زۇلغاندىن كېيىن 12g ~ 6 يېيىلىدۇ.
ئەسكەرتىش: بۇ دورا ئىسسىق مەجەزلىكلەرگە ۋە ياشلارغا زىيان قىلىدىغانلىقى ئۈچۈن، ئۇلار ئىستېمال قىلىشقا توغرا كەلسە، ئارقىسىدىن سۈت ۋە سىرەنچىدىن ئىچىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ.
تەسىرى ۋە ساقلاش مۇددىتى: بۇ دورا ياسالغان ۋاقىتتىن باشلاپ تولۇق تەسىر قىلىپ، كېيىن تەدرىجىي تۆۋەنلەشكە باشلايدۇ.

مەجۈنى سىيسالىيۇس

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى تۇتقاقلىق (سەرئى) كېسەللىكى-لىرىنى داۋالايدۇ، بولۇپمۇ قان مەجەز كىشىلەرگە ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

تەركىبى: سىيسالىيۇس، ئاقىرقەرھە، ئۈستىقۇددۇس 30g دىن، غارىقون، قەردمانا، ھىڭ، يۇمىلاق زىراۋەن 6g دىن، سىرەنچىدىن ئەنسىلى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، مەزكۇر سىرەنچىدىن بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ. بەزىلەر ئۇد پاۋانىيادىن 8g قوشۇشنى تەۋسىيە قىلغان.

مەجۈنى پولات

تەسىرى: پالەچ، لەقۇا، تۇتقاقلىق كېسەللىكى، تىترىمە كېسەللىكى، ئۇنۇتقاقلىق، ئېرقىنىسا (ئولتۇرغۇچ نېرۋا كېسەللىكى) ۋە باشقا سوغۇقتىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ؛ باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، مەنىي تېز كېتىش، سۈيدۈك تۇتالماسلىقىنى داۋالايدۇ؛ بولۇپمۇ ياشانغانلارنىڭ ئىچىشىگە مۇۋاپىق كېلىدۇ.

تەركىبى: زەپەر، قارىمۇچ، كاۋاۋىچىن، مەستىكى، رۇمبەدىيان، ئەركەك بېلىق (سەقەنقۇر)، سۈنبۈل، بەسباسە، قەلەمپۈر، دارچىن،

سەندەل، زىرە، سىيادان، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئاقىرقەرھە، خەشخاش ئۇرۇقى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، قارا ھېلىلە، كەھرىۋا، مارجان، تېشىلىمگەن مەرۋايىت، ئەرمەندۇن ئۇرۇقى، قى، كەرەپشە ئۇرۇقى، چىگىت مېغىزى، بابۇنە، ئەرەب تۆگە پىشلىقى، جىنتىيانا، زەنجىۋىل، قۇشقاچ مېڭىسى، خوراز مېڭىسى، كۈنجۈت، كۈندۈر، ئىتىياڭقى، جويۇز، ئامىلە، قاقىلە، بەلىلە، شەترەنجى ھىندى، جۇۋىنە، جويۇز ھىندى، شوخلا ئۇرۇقى، ئەنجىدان 30g دىن، تۆگە يانتىقى، چىلغوزا مېغىزى، ياڭاق مېغىزى، ھەشقىپچەك ئۇرۇقى، زورۇنىبات، سۆڭلەپ، ئارپىبەدىيان، مۇدەپپەر قىلىنغان بالادۇر، مۇدەپپەر قىلىنغان كۇچۇلا، سېرىق ئوت، ئۇزۇنچاق زىراۋەن، تاغ پىيىدە، يۇمىلاق زىراۋەن، شاھتەررە 15g دىن، ئەپيۈن 12g، ئەنبەر، ئىپار 3g دىن، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەق 50 دانىدىن، قەنت تۇتتىن بىر ھەسسە، ھەسەل ئىككى ھەسسە، پولات كۈشتىسى 336g .

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ 3g ~ 2

ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى تەييارلاپ، ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلغاندىن

كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇبەددىلۇمىزاج

(مىزاج ئالماشتۇرىدىغان مەجۇن)

تەسىرى: پالەچ، لەقۋا، تىتىرمە كېسەللىكى، سېزىم يوقىلىش،

ئاق كېسەل قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: زەنجىۋىل، ئاقىرقەرھە، سىيادان، قۇستە، ئېگىر، با-

لادور ھەسلى 30g دىن، سۇزاپ، ھىڭ، زىراۋەن، جىنتىيانا، شەت-

رەنجى ھىندى، ھەببۇلغار، قۇندۇز قەھرى، قىچا (قىزىل) 15g دىن،

ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: ئەھۋالغا قاراپ 3g ئەتراپىدا
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇقەۋۋى

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك، جىگەر، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ. باھ-
نى قوزغايدۇ. ئىشتىھانى ئاچىدۇ. رەڭگىروينى چىرايلىق قىلىدۇ،
تاماق سىڭدۈرىدۇ.

تەركىبى: دارچىن، سۇنبۇل، پىستە پوستى، جويۇز، مۇغاس،
خولىنجان، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، شاقاقۇل، ئۆشەنە يوپۇرمىقى،
بەلىلە پوستى، بادىرەنجىبۇيا، گاۋزىبان 9g دىن، مەستىكى، زەرنەپ،
لاچىندانە، زەنجۋىل، قەلەمپۇر، ئاسارۇن، سازەج ھىندى، كاۋاۋىچىن،
ئاپپىلسىن پوستى، دورنەج ئەقرەبى، زورۇنبات، ئاق سەندەل، قىزىل
سەندەل، ھەببى قەلقلە، رۇمبەدىيان، پىننە، بەسباسە، قارا ھېلىلە،
بوزىدان، زەپەر، پەرىپىيۇن، كەھرىۋا، تېشلىمگەن مەرۋايت 6g دىن،
سەئىدى كوفى، قىزىلگۈل 12g دىن، قۇم بېلىقى، سۆڭىلەپ، ئاق
تۇدى، قىزىل تۇدى 15g دىن، ئىپار 2g، ئەنبەر 3g، ئالتۇن ۋەرەق
30 دانە، كۈمۈش ۋەرەق 50 دانە، قەنت، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇپەررەھ

تەسىرى: مالخۇلىيا ۋە باشقا نېرۋا كېسەللىكلىرىنى

داۋالايدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل، سەئىدى كوفى، قەلەمپۇر 15g دىن، بەس-
باسە، ئاپىلسىن پوستى، گۈلدارچىن، فەرەنجىمىشىكى 9g دىن، ئىپار
0.5g، ئالما شەرىپتى ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇخەللىسى ئەكبەر

تەسرى: تۇتقاقلق كېسەللىكى (سەرئى)، كونا باش ئاغرىقى،
باش قېيىش، تىترەش كېسەللىكى (رەئشە)، پالەج، سوغۇقتىن
بولغان پەي تارتىشىش، ھەر خىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرى، چىش
ئاغرىقى، سوغۇقتىن بولغان كۆز ئاغرىقى، ئۈچەي يارىلىرى، بۆرەك،
دوۋساق كېسەللىكلىرى، قان قۇسۇش قاتارلىقلارنى داۋالايدۇ. پاقىد-
يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن يېسە يەل تارقىتىدۇ.

تەركىبى: قېلىن دارچىن، ئىزخىر مەككى 23g دىن، قۇندۇز
قەھرى، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى 45g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى 50g ،
سىياسالىيۇس 4g، قۇستە، دارچىن، قۇرسى مەسئەلە، ئاسارۇن 18g
دىن، ئاقمۇچ 36g ، سۈنبۇل 12g ، ھوماما، زەپەر، پىلىپىل 12g دىن،
ئەپيۇن، رۇمبەدىيان 6g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى ۋە ئىستېمال مىقدارى: قانداق بويىچە مەجۇن
قىلىنىدۇ. ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلۇپ، كۈندە 3g دىن ئىستېمال
قىلىنىدۇ.

مەجۇنى نەسىيان

تەسرى: مەخسۇس ئۇنۇتقاقلقنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كۈندۈر، ئېگىر، سەئىدى كوفى 30g دىن، قارىمۇچ،
زەنجىۋىل 15g دىن، ھەسەل 2 ~ 3 ھەسسە.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 3g دىن ئىستېمال
قىلىندۇ.

مەجۈنى نۇجاھ

تەسىرى: مالخۇلىيا، تۇتقاقلىق ۋە ھەرخىل نېرۋا كېسەل-
لىكلىرىنى داۋالايدۇ، سەۋدا ماددىسىنى تەڭشەيدۇ، داۋاملىق ئىستېمال
قىلىنسا، يۇقىرىقى كېسەللىكلەرنى داۋالاپلا قالماستىن، ھېستى-
رىيە (ئېھتىناقۇ رەھىمى) كېسەللىكىنىمۇ داۋالايدۇ.
تەركىبى: كابىلى ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، تازىلانغان
ئامىلە 30g دىن، تۇربۇت، بىستىپايەنچ، ئەپتىمۇن، ئۇستقۇددۇس 15g
دىن، ھەسەل 2 ھەسسە، بەزىلەر يۇقىرىقىلاردىن سىرت، 9g غارىقۇن،
8g لاجىۋەرد تېشى، 6g مەھمۇدە قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۈن قىلىندۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 9 ~ 6g ئىستېمال قىلىندۇ.

مەجۈنى سوم

(سامساق مەجۈنى)

تەسىرى: پالەچ، ئۇنۇتقاقلىق، شوك (سەكتە)، تىترەش كېسەل-
لىكى ۋە باشقا ھەرخىل تىپتىكى سوغۇق تەبىئەتلىك كېسەللىك-
لەرنى داۋالايدۇ، دەم سىقىلىش، تىل ئېغىرلىقىنى تۈزىتىدۇ، ھۆل-
لۈكتىن بولغان يۆتەل، ئاۋاز بوغۇلۇشنى داۋالايدۇ، يەلنى تارقىتىپ
توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. ئاشقازان ۋە جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ. ھەيزنى ۋە
سۈيۈدۈكنى ھەيدەيدۇ، رەڭگىروينى چىرايلىقلاشتۇرىدۇ، باھنى قوز-

غايدۇ، ياشانغانلارنىڭ تەبىئىتىنى ياشلىق تەبىئىتىگە ياندۇرىدۇ، ئاق كېسەلگىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. بۇ دورىنىڭ تولۇق تەسىر قىلىش مۇددىتى تۆت يىل، ئۇنىڭدىن كېيىن قالسا، قۇۋۋىتى تەدرىجىي تۆۋەنلەشكە باشلايدۇ.

تەركىبى: ئاقلاپ توغراغان سامساق 280g ، ئاق تۇدى، قىزىل تۇدى، زىرە، خولىنجان، دارچىن 30g دىن، قارىمۇچ 9g ، پىلىپ 15g، زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، كاۋاۋىچىن، جويۇز، ئاقىرقەرھە 9g دىن، زەپەر 3g. سېرىقماي 30g، ھەسەل 3 ھەسسە، سۈت مەلۇم مىقداردا، نوقۇت 500g.

تەييارلىنىشى: نوقۇت بىر سوتكا قايناق سۇغا چىلىنىپ، ئەمىسى سۇس ئوتتا سۇ قارايدىغان ۋە نوقۇت ئاقارغانغا قەدەر قاينىتىپ پىشۇرۇلۇپ، سىقىپ سۈزۈۋېلىنغان سۇغا سامساق سېلىنىپ، يەنىلىكتەك يۇمشاق پىشۇرۇلىدۇ. ئۈستىدىن سامساققىمۇ تۆتلىك يۈقىرى كەلگۈدەك مىقداردا يېڭى كالا سۈتى قۇيۇلۇپ، سۇس ئوتتا سۈت تۈگىگەنگە قەدەر قاينىتىلىدۇ، ئۈستىدىن سېرىقماي قۇيۇلۇپ، يەنە ئۆزلىشىپ بولغانغا قەدەر سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ، سېرىقمايىمۇ پۈتۈنلەي ئۆزىگە ئېلىپ بولغاندىن كېيىن، ئوت توختىتىلىپ، مىس قازاندا سوقۇپ سالاپە قىلىنىدۇ، ئوبدان سوقۇلۇپ خېمىردەك ئۆزلىشىپ بولغاندىن كېيىن، ئۈستىدىن ھەسەل قۇيۇلۇپ، يەنە ئوت يېقىلىدۇ، قايناپ يەنە قويۇلۇشقا يېقىنلاشقاندا، قالغان دورىلارنىڭ تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلۇپ، مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 9g ~ 6 ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەكس تەسىرى: ياشلار ۋە ئىسسىق مەجەزلىك كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

تۈزەتكۈچىسى: سىركەنجىبىن، چىلان شەرىپىتى.

2 نۇسخىسى: سامساق 280g ، سۈت 550ml ، ھەسەل 400g، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، پىلىپ، قەلەمپۇر، دارچىن، كاۋاۋىچىن، جويۇز،

ئاقىرقەرھا، خولىنجان 6g دىن، زەپەر 3g، گۈل يېغى 30g.

تەييارلىنىشى: سامساق سۈت بىلەن پەس ئوتتا پىشۇرۇلۇپ، سامساق سۈتى ئۆزىگە شۈمۈرۈپ بولغاندىن كېيىن، ئۈستىدىن ھەسەل قۇيۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ. زەپەردىن باشقا دورىلار يۇمشاق تالقانلىنىپ، قىيامغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، قىيام بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن، زەپەر سالاپە قىلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۈن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

مۇپەررىھى ئەبىرىشىم

تەسىرى: سەۋدا خىلىتىنى نورماللاشتۇرىدۇ، شىلىمىشلىق بەلغەملەرنى ئازايتىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، مېڭىنى تازىلايدۇ، كۆ-گۈلگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ، قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ.

تەركىبى: ئەپتىمۇن (سېرىق ئوت)، قېلىن دارچىن، ئۈستقۇد-دۈس، ھەببى بېلىسان، ئاسارۇن، قەلەمپۇر 12g دىن، زورۇنات، دورنەج ئەقرەبى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كەھرەۋا، مارجان، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، سازەج ھىندى، قاقىلە، قۇندۇز قەھرى 9g دىن، كۆيدۈرۈلگەن پىلە 6g، زەنجۈل، پىلىپىل 3g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار ئېزىلىپ، ناۋات قىيامى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، مەجۈن قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى ئەزەم

تەسىرى: ھەرخىل مىزاجدىكى ۋە ھەر خىل تەبىئەتتىكى كە-شىلەرگە ئوخشاشلا مۇۋاپىق كېلىدۇ. قاننى سۈزىدۇ ۋە تازىلايدۇ، باشقۇرغۇچى ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ، كۆرۈش، ئاڭلاش، پۇراش، تېتىش، سېزىشتىن ئىبارەت بەش خىل سېزىمنى ياخشىلايدۇ ۋە

سەگەكلەشتۈرىدۇ، مالخۇلىيا، يۈرەك تىترەش، يۈرەك ئاجىزلىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. ئەقىلىنى كۈچەيتىپ، چۈشىنىش ۋە ئەستە تۇتۇش ئىقتىدارىنى ياخشىلايدۇ، يەللەرنى تارقىتىپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، ھەر-خىل مەدەدە قۇرتلارنى چۈشۈرىدۇ.

تەركىبى: شاھتەررە، بادىرەنجىبۇيا، گۈلى گاۋزىبان، تەنبۇل يوپۇرمىقى 30g دىن، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، 15g دىن، يۈيۈل-مىغان لاجىۋەرد، تاباشىر، گىلى مەختۇم، زەپەر، دورنەج ئەقىرەبى، زەرنەپ، كاۋاۋىچىن 9g دىن، ھېلىلە كابىلى، قىرقلغان پىلە، ئاق سەندەل، پىستە پوستى، لاجىندانە ئۇرۇقى، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەق، قىزىل ياقۇت 6g دىن، مارجان، مەرۋايىت، كەھرىۋا 3g دىن، ئود 2g، ئاق شېكەر 500g، بېھى سۈيى، گۈلاب، ئاچچىق ئانار سۈيى، ئاچچىق ئاپپىلسىن سۈيى، زىرىق سۈيى، رەۋەن شەربىتى 70ml دىن. **تەييارلىنىشى:** دورىلار تالقانلىنىپ، شېكەر مېۋە سۈيىدە قىيام قىلىنىدۇ، تالقانلانغان دورىلار قىيامدا يۇغۇرۇلۇپ مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 6 ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى ھار ئەسەبى

تەسىرى: مالخۇلىيا، قورقۇنچاقلىق، يۈرەك تىترەش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، رەڭگىروپىنى چىرايلىق قىلىدۇ.

تەركىبى: بادىرەنجىبۇيا، ئاپپىلسىن پوستى، گۈلدارچىن، زەپەر، مەستىكى، جويۇز، قاقىلە، نارمىشكى، سوك (ئامىلە جەۋھىرى)، ئاق بەھمەن، زورۇنبات، رەيھان ئۇرۇقى، دورنەج ئەقىرەبى، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا، ئىپار، ئەنەبەر يېرىم ھەسسەدىن، كابىلى ھېلىلە پوستى 20 دانە، ئامىلە 30g.

مۇپەررېھى ھار سەغىر

تەسىرى: كۆڭۈلگە خۇشاللىق كەلتۈرۈش بىلەن بىرگە مەست قىلىدۇ.

تەركىبى: پىلپىل، قارىمۇچ، بەسباسە 15g دىن، زەپەر 9g، نەشە 30g، قەنت 165g، گۈلاب مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، نەشەنىڭ يېغى ئېلىنىپ، قەنت گۈلاب بىلەن قىيام قىلىنىپ ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئەھۋالغا قاراپ 6g ~ 3ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررېھى سەغىر مۆتىدىل

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك، ئاشقازاننى ياخشىلايدۇ، ۋەسۋەسىنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: گاۋزبان، مارجان، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، ئاق بەھمەن، ئاپپىلىسىن پوستى، كەھرىۋا، كۆيدۈرۈلگەن پىلە، سېمىزئوت ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا، كاپۇر يېرىم ھەسسە، ھەسەل، ھېلىلە مۇرابباسى ئىككى ھەسسە .

تەييارلىنىشى: مەجۈن دورىلارنى ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررېھى مۇنىشت

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك ۋە ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، جىنسىي

قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ، بۇ جەھەتتە تەڭداشسىز ئۈنۈم بېرىدۇ (ئەجىبىدەن دىن ئۆتكەن).

تەركىبى: ئالتۇن ۋە رەق، كۈمۈش ۋە رەق، ياقۇتى رۇمىنى، لە (ئەپپۇنگۈلى)، مەرۋايىت (تېشىلمىگەن)، مارجان، كەھرىۋا 6g دىن، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، دورنەج ئەقرەبى، بادىرەنجىبۇيا، گاۋزىدەن، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، تاباشىر، كاۋاۋىچىن، قەلەمپۇر، زەرنەپ، دارچىن، رەيھان يوپۇرمىقى، سىيسەمبەر، سازەج ھىندى، ئاق تۇدرى، قىزىل تۇدرى، ياۋا رەيھان، تاجىگۈل، ئۇدخام، سەئىدى كوفى، سۈنبۇل، زەپەر، مەستىكى، ھەيبۇلىئاس 15g دىن، سۆئىلەپ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، مۇدەپپەر قىلىنغان زىرە 6g دىن، گىلى ئىرمىنى، ئەنبەر 9g دىن، ئىپار 3g، نەشە يېرىم ھەسسە، ھەرخىل مېۋە شەرىبىتى، پۈتۈن دورىلار بىر ھەسسەدىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ 6g ~ 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى ياقۇتى

تەسىرى: مالخۇلىيا كېسەللىكىنى داۋالايدۇ. مېڭە، جىگەر، ئاشقازان ۋە رەئىس ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ، ئۇيقۇنى نورماللاشتۇرىدۇ.

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، تاباشىر، قىزىلگۈل 9g دىن، قىزىل سەندەل، گىلى مەختۇم، بادىرەنجىبۇيا، ئاق بەھمەن 6g دىن، ئالتۇن ۋە رەق، ھېقىق، قاشتېشى، سازەج ھىندى، زورۇنبات، دورنەج ئەقرەبى، ئىپار 2g دىن، لاجىۋەرد، لەئلى، كەھرىۋا، نېلۇپەر، زىرخ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، ئۇدەھىندى، ئاپىلسىن پوستى، گاۋزىبان، قىزىل بەھمەن، زىراۋەن، كاسىنە ئۇرۇقى،

كۆيدۈرۈلگەن پىلە، كاپۇر، ئەنەبەر 9g دىن، ئامىلە شىرنىسى، ھېلىلە پوستى، بېھى شەرىبىتى 40g دىن، گۈلاب، شېكەر، ئالما شەرىبىتى، تاتلىق ئانار شەرىبىتى 180ml .

تەييارلىنىشى: ھېلىلە قاينىتىلىپ، تەمى چىقىرىلىدۇ، ئۈستىدىن شەرىبەت دورىلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ، قالغان دورىلار تالقانلىنىپ، قىيامغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ كۈندە بىر قېتىم، 6g ~ 3 دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى مائۇلئۇسۇل

تەسرى: لەقۋا (يۈز نېرۋا پالچى)، تۇتاقلىق، بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. بۆرەك ۋە دوۋىساقلىق تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، ئىس-تىسقا، ھەرخىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى 30g دىن، كەپە (كەبىر) يىلتىزى پوستى 15g، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان، ئىزخىر يىلتىزى 12g دىن، ئاسارۇن، ھەب-جى بېلسان 6g دىن، جىنتىيانا، قېلىن دارچىن (سەلىخە) 8g دىن، ئۇد بېلسان، بوزىدان، ئادراسمان 9g دىن، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم 60g .
تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلانغاندىن كېيىن يېرىمى قالغىچە قاينىتىلىپ، سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ دورىنىڭ 10g ى 6g ئابدىمىلىك يېغى، 15g ئاچچىق بادام يېغى بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ.

مائۇل ھەسەل

(ھەسەل سۈيى)

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ھەرخىل تىپتىكى كېسەللىكلەر، جۈملىدىن پالەچ، لەقۇا، بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، چوڭ تەرەتنى بوشتىدۇ، كۆكرەك كېسەللىكلىرى، جىگەر كېسەللىكلىرى، ئاش-قازاندا ھۆللۈك كۆپىيىش سەۋەبلىك كېلىپ چىققان تاماق سىڭ-مەسلىك ۋە گاسلىقنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ھەسەل بىر ھەسسە، سۇ ئىككى ھەسسە ياكى ئالتە

ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ

تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ خىل مائۇل ھەسەلنى سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۈچۈن، بىمارغا سۇ ئورنىدا ئۇسۇلۇققا بېرىلسمۇ بولىدۇ. ئەگەر كۈچلۈكرەك تەييار-لاش مەقسەت قىلىنسا، دارچىن، زەنجىۋىل، خولىنجان، مەستىكى، زەپەر، لاچىندانە، جويۇز، بەسباسە قاتارلىق دورىلار مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇلىدۇ.

مەتبۇخى ئۇنناپ

تەسىرى: سەپرا ۋە بەلغەم خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ، مېڭە

ۋە ئومۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ.

تەركىبى: قىزىل قۇرۇق ئۈزۈم 45g ، ئەينۇلا 30g ، چىلان 10

دانە، شاھتەررە 15g، رۇمبەدىيان، مەستىكى 3g دىن، تۇربۇت 9g، تا-

زىلانغان تەمرى ھىندى 60g .

تەييارلىنىشى: تەمرى ھىندىدىن باشقا دورىلار سۇغا

چىلىنىپ ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سۈزۈپ
ئېلىنىپ سىقىلغاندىن كېيىن، تەمىرى ھىندى قوشۇلۇپ
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ 50 ~ 100ml
ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى كىشىمىش

تەسىرى: ئۈنۈتقاقلق، پالەچ، لەقۋا (يۈز نېرۋا پالچى)، بوغۇم
ئاغرىقلىرى، پۇت قول بوششىپ كېتىش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى
داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئۈرۈقسىز ئۈزۈم 21g، ئاق لەيلى ئۈرۈقى 9g، پاۋانىيا،
ئېگىر، قەنتەرىيۈن، رۇمبەدىيان، ئىزخىر، سۇنبۇل، قەلەمپۈر،
ئۈستقۇددۇس 3gدىن، ئۇد، قاقىلە 2gدىن، قەنت 45g.
تەييارلىنىشى: مەتبۇخ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 30 ~ 40ml دورا ھەسەل
سېلىنغان گۈلقەنت ياكى سىركەنجىبىن ئەنسىل بىلەن ئىچىلىدۇ.

نۇقۇنى ھامىز

تەسىرى: مېڭىنىڭ چىڭقىلىشىنى ۋە مېڭىگە يىغىلىپ قال-
غان گازلارنى يوقىتىدۇ. ئاشقازاندىكى بىئاراملىقلارنى پەسەيتىدۇ،
جىگەرنى ياخشىلايدۇ. قان ۋە سەپرا خاراكتېرلىك تەپلەرنى يوقىتىدۇ.
تەركىبى: ئەينۇلا، چىلان 15 دانىدىن، تەمىرى ھىندى 30g، نې-
لۇپەر گۈلى ئۈچ دانە، بىنەپشە گۈلى 15g.

تەييارلىنىشى: دورىلار قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ،
سىقىپ سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ
50 ~ 100ml ئىچىلىدۇ.

نۇقۇنى ھېلىلە

تەسىرى: سەپرانى ھەيدەپ، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى 30g ، ئەينۇلا، سەرپىستان، چىلان 30 دانىدىن، تەمرى ھىندى 60g ، بىنەپشە، تۇخىمى كاسىنە 9g دىن، مەغزى خىيارشەنبەر (پۇنۇس) 30g ، تەرەنجىبىن 45g .
تەييارلىنىشى: دورىلار ئاخشىمى سۇغا چىلاپ قويۇلۇپ، ئەتە-سى سۈزۈۋېلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ 50 ~ 100 ml ئىچىلىدۇ.

نۇقۇنى كەشنىز

(يۇمغاقسۇت دەملەنمىسى)

تەسىرى: باش قېپىش ۋە مېڭىدىكى ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. ئاشقازان، يۈرەك، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

تەركىبى: ئامىلە مۇقەششەر، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 9g دىن.
تەييارلىنىشى: قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلانغاندىن كېيىن، سىقىپ سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مەزكۇر نۇقۇندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىنىپ، 30 ml دىن نېلۇپەر شەربىتى، بىنەپشە شەربەتلەر بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ.

نۇقۇنى پەۋاكىھ

تەسىرى: سەپرانى پەسەيتىدۇ، مېڭىنىڭ ئىسسىقتىن بولغان

كېسەللىكلەرنى داۋالايىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ.
تەركىبى: ئەينۇلا، چىلان، سەرپىستان 30 دانىدىن، تەمرى ھىندى
30g، ئۆرۈك قېقى 10 دانە، قەنت 30g ، تەرەنجىبىن 60g .
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەتتە ئەھۋالغا قاراپ
100ml ~ 50 ئىچىلىدۇ.

نۇقۇنى مۇرەتتىپ

تەسىرى: مېڭە ھارارىتىنى پەسەيتىپ، ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ، ئو-
مۇمىي بەدەن ھارارىتىنى باسىدۇ، بولۇپمۇ ھاۋاسى ئىسسىق رايون-
لاردىكى كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ.
تەركىبى: غورا، چىلان، ئەينۇلا 15 دانىدىن، نېلۇپەر گۈلى 3 دانە،
بىنەپشە گۈلى 12g ، ماش، قۇرۇق يۇمغاقسۈت 9g دىن، تۇخىمى كا-
سەنە 5g.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ 100ml ~ 50
ئىچىلىدۇ.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
قوشۇمچە: سەپرانى پەسەيتىش مۇھىمراق دەپ قارالسا، ئەينۇلا
سانى 20 گە كۆپەيتىلىدۇ، ئىچ سۈرۈش مەقسەت قىلىنسا، 45g تە-
رەنجىبىن قوشۇۋېتىلىدۇ.

نۇتۇلى سەدرى

تەسىرى: ئورنىدىن تۇرغاندا كۆزىگە قاراڭغۇلۇق تىقىلىش
كېسەللىكىنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: بابۇنە، ئەپسەنتىن، شىخ، ئىككىلىملىك، سۇزۇپ،
نەمام، ياۋا پىننە، يالپۇز، چاڭگاڭ قاتارلىقلار تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ھەممىسى بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىلىپ

تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش ۋە بەدەننى تەرلىتىدۇ بۇ دورا يوغان قاچىغا قۇيۇلۇپ، ئىلمان ھالەتكە كەلتۈرۈلۈپ، يۇيۇنۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

نۇپۇخى سەكتە

تەسىرى: سەكتە بولغان ئادەمنى ھوشغا كەلتۈرىدۇ.
تەركىبى: كۈندۈش، ئاق خەربەق.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: ئاز ئازدىن بۇرنىغا پۈركۈلىدۇ.

نۇپۇخى پالەچ

تەسىرى: پالەچنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قارىمۇچ، ئاققەرەھا، زەنجۈل، توغرىغا، نۆشۈدۈر، گىلى ئەرمىنى، سەبرى، دارچىن، ئىپار، قۇندۇز قەھرى، ئاق خەربەق، رەيھان قاتارلىق دورىلار تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: يۇمشاق سوقۇلۇپ تالقانلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: كېسەلنىڭ بۇرنىغا پۈركۈپ چۈشۈرتۈلىدۇ.

نۇقۇتى سەبرى (I)

تەسىرى: بەلغەم، سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئەپسەنتىن رۇمى 30g، ئاسارۇن 15g، قەنتەرىيۇن، مەستىكى 10g دىن، سەبرى 18g .
تەييارلىنىشى: دورىلار 1000ml سۇدا ئۈچتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىلىپ سىقىپ سۈزۈلگەندىن كېيىن، ئۈستىگە سەبرى

سېلىنىپ، ئۈچ كۈن تۇرغۇزۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ،
100ml ~ 50 دورىغا 100ml ~ 60 تاتلىق بادام يېغى قوشۇلۇپ
ئىچىلىدۇ.

نۇقۇتى سەبرى (II)

تەسىرى: مەخسۇس بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەئىدى كوفى، سۈنبۈل، ئەپسەنتىن رۇمى، ئىزخىر،
ئىزخىر ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، زىرە كىر-
مانى 50g دىن، سۇ 1ml ، سەبرى 60g .
تەييارلىنىشى: دورىلار سۇدا ئۈچتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىد-
لىپ، سىقىپ سۈزۈلگەندىن كېيىن، سەبرى سېلىنىپ، ئۈچ كۈن
ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلۇپ، تۆتىنچى كۈنى سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، 90g دورىغا 10 ئىد-
نەكپىتى (ئابدەملىك) يېغى (تەبىئىي ئۇسۇلدا چىقىرىلغان) قوشۇپ
ئىچىلىدۇ.

نۇتۇلى سەرسام

تەسىرى: ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ، سەرسامنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.
تەركىبى: بىنەپشە، قارا سۇنا ئۇرۇقى 15g دىن، قىزىلگۈل،
كۆكنار غوزىسى (ئۇرۇقى بىلەن)، نېلۇپەر، ھۆل قاپاقنىڭ پوستى،
بابۇنە 30g دىن، ئارپا يارمىسى 150g ، سۇ 1500ml .
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلار سۇ بىلەن يېرىمى
قالغۇچە قاينىتىلىپ، ھورىغا بىمارنىڭ بېشى تۇتۇپ تۇرۇلىدۇ ھەم
دورا يېرىم سوۋۇغاندا بېشىغا قويۇلۇپ نۇتۇل قىلىنىدۇ.

نۇتۇلى سۇدائى سەۋدائى

تەسىرى: سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

تەزكىبى: بىنەپشە، ئىككىلىملىك، بابۇنە، قۇرۇتۇلغان سەۋسەن گۈلى، سازەج ھىندى، قەلەمپۇر تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردىكى سودا قاينىتىلىپ، باش تەرلىتىلدۇ ھەم يۇيۇندۇرۇلدى.

نۇتۇلى سۇدائى ھار

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە، چالا سوقۇلغان ئارپا، ئىسپىغۇل، سېمىزئوت ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى، خەشخاش گۈلى، بىللادۇن يىلتىزى (بېيخى لوففاھ)، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، سۆگەت غازىڭى، قىزىلگۈل تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

نۇتۇلى سۇدائى سەپراۋى

تەسىرى: ئىسسىقتىن، سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ، خۇمارنى قالدۇرىدۇ.

تەركىبى: گۈلاب 150ml، ئۈزۈم ھارقى 10ml، گۈل يېغى 5ml.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقىلار بىرلەشتۈرۈلۈپ، باشقا نۇتۇل قىلىنىدۇ.

نۇتۇلى جۇنۇن

تەسىرى: باش ساھەسىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈپ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ، خىلىتلارنىڭ كۆپىيىشىدىن بولغان ساراڭلىق كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە، نېلۇپەر، ئاق لەيلى يىلتىزى، پاقىيويۇرمدى-قى، سۆگەت يوپۇرمىقى، ھۆل قاپاقنىڭ پوستى، قىزىلگۈل، خەشخاش يوپۇرمىقى، ئارپا يارمىسى 30g دىن، كاكىنەچ يوپۇرمىقى، ھەمشىۋا يوپۇرمىقى 100g دىن، سەرپىستان 60g، بابۇنە يېغى 12g .
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلار مەلۇم مىقداردا سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىپ تەمى چىقىرىلىپ، بابۇنە يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ نۇتۇل قىلىنىدۇ.

نۇتۇلى سەھرى

تەسىرى: سەپرا، بەلغەمنىڭ بىرىكىشىدىن بولغان ئۇيقۇسىز-لىقنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بىنەپشە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئىككىلىملىك، بابۇنە، ئارپا يارمىسى، سېرىقچېچەك تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىلىپ، باش تەرلىتىلىدۇ ھەم يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

نۇتۇلى بۇخۇرى

تەسىرى: ئاشقازاندىن گاز ئۆرلەش سەۋەبىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: گۈل يېغى، بابۇنە يېغى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىككى خىل ياغ ئارىلاشتۇرۇلۇپ، باش ساھەسىگە سۈرتۈلىدۇ.

نۇپۇخى سەرنى

تەسىرى: تۇتقاقلىق كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: شەمەنزەل، قىمىسسا ئۇلھىمار، نۆشۈدۈر، سىپادىنە، كۈندۈش، قارىمۇچ، غۈستقۇددۇس تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوقۇپ تالقانلىنىپ تەييارلىنىدۇ. بۇرۇنغا ئاز ئازدىن پۈركۈلىدۇ.

نۇپۇخى سۇبات

تەسىرى: خامۇشلۇق، خۇدىنى يوقىتىش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قۇندۇز قەھرى، ھىڭ، كەلەڭ (بىرخىل قۇش) ئۆتى، رەيھان سۈيى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇمشاق تالقانلىنىپ، بىمارنىڭ بۇرۇنغا پۈركۈلىدۇ.

نۇپۇخى ئەتتىس

تەسىرى: چۈشكۈرۈنۈپ، مېڭىنىڭ توسالغۇسىنى ئاچىدۇ.
تەركىبى: كۈندۈش، خەربەق، قۇندۇز قەھرى، قىزىل قىچا، ئۈ-زۇنچاق زىراۋەندە تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

نۇتۇلى سەكتە

تەسىرى: سەكتە كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: يالپۇز، رەيھان، شىخ يوپۇرمىقى، ئىككىلىملىك، با-بۇنە، پىننە، سۇزاپ تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش. باش، دۈمبە ساھەلىرىگە قويۇلىدۇ، بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ.

نۆتۈلى سوئا

تەسرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بابۇنە، ئىككىلىملىك، نەمام، رەيھان، ئەپسەنتىن،
يالپۇز، غار يوپۇرمىقى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ قايى-
نىتىلىپ تەييارلىنىدۇ. بىمار بېشىنى قىزىق دورا قايناتمىسىنىڭ
ھورىغا تۇتىدۇ.

نۆتۈلى سۇبات

تەسرى: ئۇيقۇسىراش ۋە ھوشسىزلىق كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بابۇنە، رەيھان، سۇزاپ، ئىككىلىملىك، پىننە، ئاس
يوپۇرمىقى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن
ئوخشاش.

نۆتۈلى مۇنەۋۋىم

تەسرى: ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ، سەرسام (مېنىنگىت) كېسەللى-
كىنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: بىنەپشە، قاراسۇنا ئۇرۇقى 15g دىن، قىزىلگۈل،
كۆكنار، نېلۇپەر، گۈلبىنەپشە، خام قاپاقنىڭ پوستى، بابۇنە 30g
دىن، ئارپا يارمىسى 150g ، سۇ 1600ml .
ئىشلىتىلىشى: سۈيدە باش يۇيۇلىدۇ.

ۋۇجۇرى سەرئى (I)

تەسرى: سەرئى (تۇتقاقلىق كېسەللىكى) تۇتقان ۋاقىتتا

بىمارنىڭ ئېغىزىغا تېمىتىلسا، دەرھال ھوشىغا كەلتۈرىدۇ. تەركىبى: ھىڭ، قۇندۇز قەھرى مەلۇم مىقداردا، سىركەنجىبىن ھەسلى دورىلارنىڭ ئىككى ھەسسىچىلىك. تەييارلىنىشى: دورىلار سىركەنجىبىن بىلەن ئېرىتىلىپ تەييارلىنىدۇ.

ۋۇجۇرى سەرئى (II)

تەسىرى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش. تەركىبى: ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، زىرە كىرمانىلار تەڭ مىقداردا. تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەلۇم مىقداردا سۇ بىلەن قاينىتىلىپ، تەمى چىققاندا، ئاز مىقداردا گۈل قەنت بىلەن ئارىلاش تۇرۇلۇپ، بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ.

ۋۇجۇرى ئومۇمىيىيەت

تەسىرى: بالىلارنىڭ تۇتاقلىق كېسەللىكىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: سەبرى، قۇندۇز قەھرى، زىرە كىرمانىلاردىن تەڭ مىقداردا، رۇسۇت ئىنتايىن ئاز مىقداردا. تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلار تالقانلىنىپ رۇسۇت بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ، ئاندىن بالىنىڭ گېلىغا تېمىتىلىدۇ.

ياقۇتى مۇقەۋۋى

تەسىرى: خىلىتلارنى جانلاندۇرۇپ، خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ. مالىخۇلىيا ۋە باشقا سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، مارجان، كەھرىۋا، فەرەنجى-مىشكى 3g دىن، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، تاباشىر، زورۇنبات، بادىرەنجىبۇيا، قەلەمپۇر، سەزەج ھىندى، ئۇدقىمارى، قىر قىلغان

پىلە، ئاپپىلسىن پوستى 6g دىن، گاۋزىبان، دورنەج ئەقرەبى، لەئلى، ياقۇت، ئەققا يەمەنى، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەق، ئەنبەر، زەپەر، كاپۇر 5g دىن، ئىپار 2g ، قەنت، ھەسەل 150g دىن.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنىڭ تەييارلىنىش قائىدىسى بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 4g ~ 2 دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ياقۇتى بۇئەلى

تەسىرى: سەۋادىن بولغان مالخۇلىيانى داۋالايدۇ. رەئىس ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ، خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ.

تەركىبى: ياقۇتى رۇمانى، گاۋزىبان، كاسنە ئۇرۇقى، ئىپار، كاپۇر 3g دىن، تېشىلمىگەن مەرۋايت، كەھرىۋا، مارجان 5g دىن، قىزىلغان پىلە، كۆيدۈرۈلگەن قىسقۇچپاقا 3g دىن، ئالتۇن كۈكۈنى 2g، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى، تاغ رەيھىنىنىڭ ئۇرۇقى، ئۈستقۇدۇس 10g دىن، ئاق بەھمەن، ئۇدخام، ئەرمەن تېشى، يۈيۈلغان لاجىۋەرد تېشى، مەستكى، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، دارچىن 3g دىن، زەپەر، لاجىندانە، قاقىلە، گۈلدارچىن، كاۋاۋىچىن، پەرىپىيۇن 3g دىن، ئەپ-تىمۇن 8g، تەرەنجىبىن، سازەج ھىندى 6g دىن، دورنەج ئەقرەبى، ئەنبەر 8g دىن، تەرخمەك ئۇرۇقى، قىزىلگۈل 12g دىن، گۈلاب 300ml، قىيمىقو شەربىتى، ئالما شەربىتى، تاتلىق ئانار شەربىتى 100ml دىن، ھەسەل مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: مەجۇنى دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: 40 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

يۈرەك قان تومۇر سىستېمىسى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلدىغان دورا رېتسېپلىرى

ئادەتتىكى نۇشدارى

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك، جىگەر، ئۆپكە قاتارلىق ئەزالارنى كۈچ-
لەندۈرىدۇ، يۈرەك تىترەش ۋە قورقۇنچلارنى تىنچلاندۇرىدۇ، رەڭگ-
روينى گۈزەل، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىدۇ، تەرلەشنى توختىتىپ،
بەدەننى سەمىرتىدۇ، كۆڭۈلنى خۇشالاندۇرۇش بىلەن جىنسىي
قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ («زەخىرە خارازىم» ناملىق كىتابتا: «جىنسىي
ئالاقىنى كۈچلەندۈرۈش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەپ، سۇئۇلقۇنىيە كېسەل-
لىكىنى داۋالاشتا مۇشۇ خىل نۇشدارى ئىنتايىن كۈچلۈك» دەپ
يېزىلغان).

تەركىبى: قىزىلگۈل 18g، سەئىدى كوفى 15g، قەلەمپۇر،
مەستىكى، ئاسارۇن، سۈنبۇل 9gدىن، زەرنەپ، بەسباسە، قاقىلە،
لاچىندانە، جوز، گۈلدارچىن، زەپەر 6gدىن، ئامىلە 270g، قەنت 2kg،
ھەسەل 1kg.

تەييارلىنىشى: ئامىلە سۈتكە چىلاپ يۇمشىتىلىپ، سۇ ۋە سۈت
بىلەن قاينىتىلىپ ئوبدان پىشقاندىن كېيىن تىرىپلىرى سۈزۈۋېتىلىپ،

ئۈستىگە ھەسەل بىلەن قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ. باشقا دورىلار سوقۇلۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ تالقانلىنىدۇ، قىيام سو-ۋۇغاندىن كېيىن تالقانلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. **ئىستېمال مىقدارى:** كۈندە ئىككى قېتىم ھەر قېتىمدا 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئەگەر ئامىلە تېپىلمىسا، بېھى سېلىند-سىمۇ تەسىرى ئوخشىشىپ كېتىدۇ.

ئالىي نۇسخىلىق نۇشدارى

تەسىرى: يۈرەك، جىگەر، مېڭە، ئاشقازان ۋە پۈتۈن بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ، سەمىرتىدۇ، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ (تەجرىبە-دىن ئۆتكەن).

تەركىبى: تاباشىر، قىرقلغان پىلە، زەپەر، مەستىكى، مەرۋا-يىت، سۈنبۇل، كەھرىۋا، قىزىلگۈل 9g دىن، ياقۇت، جۇڭگو رەۋىنى، ئاسارۇن، سەئىدى كوفى، ئۇد ھىندى، مارجان، يېشىل قاشتېشى، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى، دورنەج ئەقرەبى، لاچىندانە، زىرخ، بېھى ئۇ-رۇقى، ئەنبەر ئەشھەب، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەقلەر 6g دىن، ئاق-لانغان ئامىلە 270g، ھەسەل ۋە قەنت 1500g دىن.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن ئوخشاش.
ئىستېمال مىقدارى: ئالتە ئايدىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش جالنىس

(جالنىس ھەكىم ئىجاد قىلغان جاۋارش)

تەسىرى: يۈرەك، جىگەر، مېڭە قاتارلىق ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ، ئېغىزنى خۇش پۇراقلاشتۇرىدۇ، يەللەرنى ھەيدەيدۇ، سۈيدۈكنى نور-

ماللاشتۇرىدۇ، بەلغەمدىن بولغان يۆتەلنى داۋالايدۇ. بوۋاسىر، نىقرىس (بوغۇم ياللۇغى)، چالاش (پىللاگىرا)، بەھق قاتارلىق كېسەللىككە لەرنى داۋالايدۇ. بۆرەك، دوۋساق تاشلىرىنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ، چاچ، ساقالنىڭ ئاقىرىپ كېتىشىنى توسىدۇ، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ. بۇ دورىنى 20 كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇپ يېگەندە، ھەر تۈرلۈك ئۇششاق كېسەللىكلەردىن خالىي بولغىلى بولىدۇ.

تەركىبى: سۈنبۇل، قاقىلە، قېلىن دارچىن، دارچىن، خولىند-جان، قەلەمپۇر، سەئىدى كوفى، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، پىلىپىل، قۇستە، ئۇد بىلسان، ئاسارۇن، ھەببۇلئاس، قەسبۇزىرە (نەھاۋەن قومۇشى)، زەپەر 6g دىن، مەستىكى 30g، قەنت بىر ھەسسە، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارشى مارجان

تەسىرى: يۈرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئۈنۈمى ئالاھىدە ياخشى.

تەركىبى: مارجان، كەھرىۋا، مەرۋايت، فەرەنجىمىشكى، ئاقلاز-خان ئامىلە، ئاپپىلسىن پوستى (پوستى تۇرۇنجى) 18g دىن، خام پىلە، بادىرەنجىبۇيا، گاۋزىبان 30g دىن، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ياۋا رەيھان 30g دىن، مەستىكى، سىندۇرۇس 9g دىن، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن 15g دىن، ئىپار، ئەنبەر 3g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە

مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 10g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى خافاقان بارىد

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك تىترەشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: گاۋزىبان 21g ، كەھرىۋا، مارجان، مەرۋايىت، خام پىلە، زەمچە ياكى ھىندى تۈزى 9g دىن، گىلى ئەرمىنى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، 15g دىن، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى، سەئىدى كوفى، تا-باشىر 6g دىن، كاپۇر 2g.

تەييارلىنىشى: قەنت قىيامى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى سەندەل

تەسىرى: يۈرەك تىترەش (خافاقان)، ئايلىنىپ كېتىش، مالد-خۇلىيا، كۆپ تەرلەش ۋە تۈرلۈك يۈرەك كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ.

تەركىبى: ئاق سەندەل، پىلپىل، گاۋزىبان، بادىرەنجىبۇيا، قىزىلگۈل، ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، فەرەنجىمىشكى، دارچىن، ئوشنە تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى مىشكى ھۇلوۋ

تەسىرى: يۈرەك ئاجىزلىق، ئاشقازان ئاجىزلىق، يۈرەك تەۋە-رەش، تۇتقاقلىق كېسەللىكى (سەرئى)، پالەچ، لەقۋا (يۈزىپۇزا پالد-چى)، نەپەس سىقىلىشلارنى داۋالايدۇ، سەۋادىن بولغان تۈرلۈك كې-سەللىكلەرنى ياخشىلايدۇ، ھامىلىدار ئاياللاردىكى ئارتۇق يەللەرنى يوقىتىدۇ، رەڭگىروينى چىرايلىق قىلىدۇ.

تەركىبى: مەرۋايىت، كەھرىۋا، مارجان، قىزىلغان پىلە، زو-رۇنات، دورنەج ئەقرەبى 3g دىن، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، سۈند-بۇل، قاقىلە، قەلەمپۇر، سازەج ھىندى، ئوشنە 5g دىن، ئىپار، پىلىپىل، زەنجىۋىل، قۇندۇزقەھرى 2g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: دورا ياسىلىپ، 40 كۈن ئۆتكەندىن كېيىن، كۈندە ئىككى قېتىم، 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى داۋايى مىشكى مور

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان يۈرەك رىتمىسىزلىقى، گال ئىششىقى، ئاشقازاندىكى كېرەكسىز ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، ئاشقا-زان، گۈچەي يەللىرىنى يوقىتىش، بالىلار كېسەللىكلىرى قاتارلىق-لارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئەپسەنتىن رۇمى، سەبرى 24g دىن، جۇڭگو رەۋىنى 18g، جۇۋىنە، زەپەر، كەرەپشە ئۇرۇقى 12g دىن، سۇنبۇل، ئىپار، سا-زەج ھىندى، مۇرمەككى 6g دىن، قۇندۇزقەھرى 5g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى داۋايى مىشكى تەلىخ

(ئاچچىق تەملىك داۋايى مىشكى)

تەسىرى: كۆڭۈل ئاينىش، يۈرەك رىتمىسىزلىقى، قورقۇنچ ۋە قايغۇرۇشلارنى يوقىتىدۇ، ئاشقازاننىڭ سوغۇقتىن بولغان ئاجىز-لىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: مەستىكى، ئۇدخام، پوستى تۇرۇنجى (ئاپپىلسىن پوس-تى)، دارچىن، قەلەمپۇر، سۇنبۇل، سوك (ئامىلە جەۋھىرى)، جويۇز، كاۋاۋىچىن، قاقىلە، لاچىندانە، سەئىدى كوفى، ئىزخىر، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى، رەيھان ئۇرۇقى، نامەم ئۇرۇقى، مەرۋايىت، ئەپسەنتىن رۇمى، مارجان، كەھرىۋا، ئەۋرىشىم، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن 30g دىن، ئىپار 15g.

تەييارلىنىشى: ھېلىلە كاپىلىنىڭ شىرنىسىغا قەنت، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ، قىيام قىلىنىپ، يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى داۋايى مىشكى بارىد

تەسىرى: يۈرەك رىتمىسىزلىقى، كۆڭۈل ئاينىشى داۋالاندى، يۈرەك، مېڭە، جىگەر قاتارلىق رەئىس ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل خەمكى، تاباشىر، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، پىلە، گاۋزىبان گۈلى، مەرۋايىت، كەھرىۋا، زىرخ، بېھى ئۇرۇقى، مارجان، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئاق سەندەل 15g دىن، پوپەل، گىلى ئەرمىنى 9g دىن، ئەنبەر، كۈمۈش ۋەرەق 6g دىن، ئالتۇن ۋەرەق، ئىپار 3g دىن، قەنت ئىككى ھەسسە، ئالما سۈيى، ئاچچىق ئانار، تاتلىق ئانار سۈيى 28ml دىن، بېدىمىشكى ئەرىقى، قىزىلگۈل ئەرىقى 15ml دىن.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى داۋايى مىشكى ئەنبەر بارىد

تەسىرى: يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ، ئىسسىقتىن بولغان تۈرلۈك يۈرەك كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ.

تەركىبى: مەرۋايىت، گاۋزىبان گۈلى، پىلە، تاباشىر، قىزىلگۈل 9g دىن، مارجان، كەھرىۋا 3g دىن، ياقۇت، قاراسۇنا ئۇرۇقى 5g دىن، يۇمغاقسۇت، ئاق سەندەل، زىرخ، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى 6g دىن، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەق 3g دىن، ئەنبەر 5g، بېدد-مىشكى، قىزىلگۈل، نېلۈپەر ئەرەقلىرى مۇۋاپىق مىقداردا. قەنتتە قىيام قىلىپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى داۋايى مىشكى مۆتىدىل

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، مارجان، كەھرېۋا، دورنەج ئەقرەبى، پىلە، زورۇنبات، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن 8g دىن، قە- لەمپۇر، ئوشنە، سۈنبۇل، لاچىندانە، سازەج ھىندى، دارچىن، زەپەر، مەستىكى، تاباشىر، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل 2g دىن، ئەنبەر 3g، ئىپار 2g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە، ناۋات بىر ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

زىمادى مۇبەررىد

تەسىرى: يۈرەكتىكى ئارتۇق ھارارەتنى ۋە قىزىقلىقنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: ئاق سەندەل، كاپۇر، گۈلاب مەلۇم مىقداردا. تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاق سەندەل گۈلابقا سۈ- رۈلۈپ، ئاز مىقداردا كاپۇر ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: يۈرەك ساھەسىگە چېپىلىدۇ.

سۇفۇپى بارىد

تەسىرى: يۈرەكنىڭ ئىششىقتىن بولغان قالايمىقان تەۋرىشىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: گىلى ئەرمىنى، يۇمغاقسۈت 12g دىن، تاباشىر، كەھرۇۋا 6g دىن، كاپۇر 2g.
تەييارلىنىشى: سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: دورىنىڭ 9~3 ى قېتىق دو-
غىپى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى بەزىرۈلبەنجى

تەسىرى: يۈرەك، دوۋساق ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بەزىرۈلبەنجى 5g ، ئەپيۈن 3g، تەرخەمەك مېغىزى 9g، قاراسۇنا ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى 3g دىن.
تەييارلىنىشى: سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن خەشخاش شەرىپتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى ھار

تەسىرى: يۈرەكنىڭ سوغۇقتىن بولغان تىترىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: پىننە، كەھرۇۋا، زەمچە 9g دىن، يۇمىلاق زىراۋەندە،
دورنەج ئەقرەبى 2g دىن، مەرۋايت 3g، قەنت 60g .
تەييارلىنىشى: سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم،

ھەرقېتىمدا 9g دورا ئەپسەنتىن ياكى بەدىيان سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى بادىرەنجىبۇيا

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، يۈرەك رىتمىسىزلىقىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: ھۆل بادىرەنجىبۇيا سۈيى 300ml ، قەنت 600g . تەييارلىنىشى ۋە ئىستېمال مىقدارى: شەربەت تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ. كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 50ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى سەندەل

تەسىرى: يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، ئىسسىقتىن بولغان خافا-قانى (يۈرەك تەۋرەشنى) داۋالايدۇ، يۈرەك، جىگەر، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ. تەركىبى: ئۆتكۈر پۇراقلىق ئاق سەندەل 300g ، قەنت مەلۇم مىقداردا. تەييارلىنىشى: سەندەل گۈلابقا بىر سوتكا چىلىنىپ سۈزۈۋېتىلىنىدۇ، يەنە سۇ قۇيۇلۇپ پۈتۈنلەي تەمى چىققانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 30ml ~ 10 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى گاۋزىبان

تەسىرى: يۈرەكنى، مېڭىنى كۈچلەندۈرىدۇ. كۆڭۈل ئاينىش ۋە يۈرەكنىڭ تىتىرىشىنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: گاۋزىبان 30g ، بادىرەنجىبۇيا 15g ، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، سۇنبۇل، ئوشنە 9g دىن، قەنت 280g ، زەپەر 3g، ئىپار 1.5g ، كاپۇر 2g.

تەييارلىنىشى: زەپەر، كاپۇر، ئىپاردىن باشقا دورىلار چالا سو-قۇلۇپ، 600ml سۇ ياكى گۈلابقا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ سۈزۈلىدۇ، قەنت سېلىنىپ، قىيام قىلىنىدۇ، ئۈستىدىن يۇقىرىقى دورىلار قوشۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 30ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى گاۋزىبان ئەنبىرى

تەسىرى: يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

تەركىبى: گاۋزىبان گۈلى، گاۋزىبان يوپۇرمىقى 30g دىن، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل 15g دىن، گۈلاب 300g، بېدىمىشكى 150g. تەييارلىنىشى: دورىلار گۈلابقا سېلىنىپ، 600ml سۇ قۇيۇپ بىر سوتكا چىلىنىدۇ. ئەتىسى ئۈچتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىلغاندىن كېيىن سۈزۈۋېلىنىپ، ئۈستىگە 150ml دىن كاسىنە ئۇرۇقى ئەرىقى، ئانار سۈيى، 600g قەنت قوشۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ. قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن 3g ئەنبەر، 1.5g مەرۋايىت، قىزىلگۈل، قىزىل

ياقۇت، مارجان، كەھرىۋا، تاباشىر، ئالتۇن ۋە رەق، كۈمۈش ۋە رەقلەر قوشۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ ھارارەت قىسمى كۆپ بولسا، 3g كاپۇر، 1.5g زەپەر قوشۇلۇپ، نېلۇپەر ئەرەقى بىلەن ئىچىلدۇ. ئەگەر يۆتەل بولسا، ئاپپىلسىن سۈيى ياكى ئانار سۈيى، ياكى تەمرى ھىندى سۈيى ۋە ياكى زىرىخ سۈيى قوشۇلۇپ ئىچىلدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 10 ~ 30ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى مۇپەررىھى مۆتىدىل

تەسىرى: ھەرخىل يۈرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالايىدۇ.
 تەركىبى: خام پىلە، گاۋزىبان شامى 23g دىن، قىزىلگۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى چېچىكى 6g، ئاق سەندەل، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، دورنەج ئەقرەبى، رەيھان ئۇرۇقى، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى 9g دىن، ئۇد ھىندى 3g، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى 12g، سۇ 1200ml، قەنت 600g.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن بىرى قالدۇقچە قاينىتىلىپ سۈزۈۋېلىنغاندىن كېيىن قەنت سېلىنىپ، قىيام قىلىنىپ سوۋۇتۇلىدۇ. سوۋۇغاندىن كېيىن، بېھى لۇئابى، قىيمۇقۇ لۇئابى 150ml دىن، گاۋزىبان سۈيى 45ml قوشۇلۇپ، يەنە ئازغىنا قاينىتىلىپ، قايتىدىن سوۋۇتۇلىدۇ، ئالتۇن ۋە رەق، كۈمۈش ۋە رەقلەردىن 10 دانىدىن، لاجمۇەرد تېشى، ھە-جەرى ئەرمىنى، مەرۋايىت 3g دىن، زەپەر 1.5g ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەرقېتىمدا 10 ~ 30ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سەنجەرىنا

تەسىرى: شەيخ ئەبۇ ئەلى ئىبن سىناننىڭ ئىجادىيىتىدىن بولۇپ، باھنى، يۈرەك، جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، كۆز ۋە قۇلاقنىڭ ئىقتىدارىنى ياخشىلايدۇ، ئۈنتۇغاق-لىقنى قالدۇرۇپ، ئەستە ساقلاش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ.

تەركىبى: سۈنبۇل 30g ، بەسباسە، جويۇز، لاپىندانە، زەنجۈبىل، دارچىن، قەلەمپۇر، زەپەر، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، مەستىكى، ئودسەلىپ، نارجىل، سازەج ھىندى، تاتلىق بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، قۇشقاچ مېڭىسى 18g دىن، شاقاقۇل، زاراڭزا ئۇرۇقى، ماھى زەھرەج ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، جۇۋىنە، زىرە، رۇمبەدىيان، قوغۇن مېغىزى، چىگىت مېغىزى 9g دىن، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈم، قەنت 90g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى بارىد قەلبى

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرى ۋە يۈرەك ئاجىزلىقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل، تاباشىر، ئاق بەھمەن، گاۋزىبان، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، ئاق سەندەل 3g دىن، تەرخەمەك مېغىزى، قاپاق مېغىزى 12g دىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى 45g، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان زىرىق 18g، تېشىلمىگەن مەرۋايت، كەھرىۋا، زەپەر، كاپۇر 2g دىن، قەنت 300g، بېدىمىشكى ئەرىقى مەلۇم مىقداردا، ئالما سۈيى 150ml .

تەييارلىنىشى: قەنت ئەرىقى بېدىمىشكى ۋە ئالما سۈيى بىلەن قىيام قىلىنىپ، دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3~6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى بوئەلى

تەسىرى: بۇ شەيخ ئەبۇ ئەلىنىڭ ئىجادىيىتى بولۇپ، يۈرەك-نىڭ سوقۇشى قالايمىقانلىشىش، يۈرەك ئاجىزلىقى، يالغۇزلۇقنى خالاش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. مېڭە، ئاشقازان، جىگەر، تال كېسەللىكلەرگە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ، قۇلۇنجى، ھەرخىل تىپتىكى بوغۇم كېسەللىكلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ.

تەركىبى: قىزىل ياقۇت، ھېقىق 3g دىن، ئالتۇن ۋەرەق 2g، كۈمۈش ۋەرەق 1g، غارىقۇن، ئەپتىمۇن، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، قە-لەمپۇر، رەبھان 5g دىن، ئەرمەن تېشى، لاجىۋەرد، نېفىت تۈزى، زو-رۇنبات، پىل سۆڭىكى، دورنەج ئەقرەبى، ئاق بەھمەن، گاۋزىبان 4g دىن، سۈنبۇل، ھۇماما، ئېگىر، سازەج ھىندى، دارچىن، يالىپۇز، پىننە، زۇپا، زىرە 3g دىن؛ يۇمغاقسۇت، تاغ كەرەپشسى ئۇرۇقى، ھىلىۈن ئۇرۇقى، جوھۇت تېشى، كەرەپشە ئۇرۇقى، مۇرمەككى، كۈندۈر، زەپەر، ئاقمۇچ 2g دىن.

تەييارلىنىشى: جاۋاھىرات دورىلار ئۈپىدەك يۇمشىتىلىپ، ئال-تۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەقلەر قوشۇلۇپ شارابقا سېلىنىپ ياخشى سالايە قىلىنىدۇ، قالغان دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ئەلگەكتىن ئۆت-كۈزۈلۈپ، ئۈچ ھەسسە ھەسەل سېلىنغان مۇراببا بىلەن ئارىلاشتۇ-رۇلۇپ يۇغۇرۇلۇپ، مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3~6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى دىلكۇشا مۆتىدىل

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى يۈرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، كۆڭۈلگە خۇشاللىق ئاتا قىلىدۇ.

تەركىبى: ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن 15g دىن، كابۇل ھېلى-لىسى، پىستە پوستى، ئاپپىلىسىن پوستى، قىرقلغان پىلە، تېشىلا-مىگەن مەرۋايىت 6g دىن، گاۋزبان، شاھتەررە، بادىرەنجىبۇيا 30g دىن، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، تاباشىر 9g دىن، مارجان، كەھرىۋا، زورۇند-بات، دورنەج ئەقرەبى 3g دىن، ئۇدخام 5g، ئانار سۈيى، بېھى سۈيى، قىيمىقۇ سۈيى، زىرىق سۈيى 30ml دىن، قەنت، بىنەپشە شەرىبىتى 300ml دىن.

تەييارلىنىشى: قاندا بەھمەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى دىلكۇشا ھار

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان يۈرەك ئاجىزلىق ۋە يۈرەك تىت-رەشلەرنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: ئاپپىلىسىن پوستى، قىزىلگۈل، بادىرەنجىبۇيا، تەرخە-مەك مېغىزى، بەگىناي، قوغۇن مېغىزى 15g دىن، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن 8g دىن، قارا ھېلىلە، بادام مېغىزى، ئاق خەشخاش، ئاقلانغان كۈنجۈت 9g دىن، زەپەر 6g، دارچىن 9g، كەرەپشە ئۇرۇقى 3g، ئىپار 5g، بادام يېغى 15g، قەنت، تەرەنجىبىن 280g دىن.

تەييارلىنىشى: تەرەنجىبىن گۇلابتا ئېرىتىلىپ، ئۈستىگە قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىپ، قالغان دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى دىلكۇشا بارىد

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تاباشىر، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، قىزىلگۈل، مارجان، كەھرىۋا، تېشىلمىگەن مەرۋايىت 3g دىن، ئاق سەندەل، قۇرۇق يۇمغاقسۈت 6g دىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى 24g، زىرىق، بېھى ئۇرۇقى 30g دىن، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەق 2g دىن، پىستە پوستى 3g، قەنت 560g، تەرەنجىبىن 120g .

تەييارلىنىشى: قەنت بىلەن تەرەنجىبىن قىيام قىلىنىپ، قالغان دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى سەھلىل ۋۇجۇد

تەسىرى: يۈرەكنىڭ قالايمىقان تەۋرىشىنى داۋالايدۇ، ئەزالار تىترەش، ماغدۇرسىزلىنىش، كونا باش ئاغرىقى، جىگەر كېسەللىكى، نېرۋا كېسەللىكى ۋە گالۋاڭلىقلارنى داۋالايدۇ، قاننى تازىلايدۇ.
تەركىبى: تۆمۈر، كۈمۈش، ئالتۇن، مىس، تۇچ، چويۇنلارنى قىزىتىپ، قايتا قايتا داغماللىغاندىكى داغمال سۈيى 5000ml، قەلەمپۈر، بەسباسە، ئەپتىمۇن، قاقىلە، قىزىل سەندەل 21g دىن، خام پىلە 90g، قەنت، ئالما سۈيى 5ml دىن، رەيھان ئۇرۇقى، بادىرەنجىبۇيا

ئۇرۇقى 6g دىن.

تەييارلىنىشى: رەيھان، بادىرەنجىبۇيىدىن ئۇن گە دورىلار تال-
قانلىنىپ، بىر خالتىغا قاچىلانغاندىن كېيىن، ئاغزى بۇغۇلۇپ،
مەزكۇر داغمال سۈيگە چىلىنىپ 10 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن
كېيىن، تۆتتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سۈزۈلۈپ، قەنت
ۋە ئالما سۈيى قۇيۇپ قاينىتىلىپ قىيام قىلىنىدۇ. قىيام بىر ئاز
سوۋۇغاندىن كېيىن، رەيھان، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقلىرى تالقانلانغان-
دىن كېيىن، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى سەندەلەين

تەسىرى: كۆڭۈلنى شادلاندىرۇش، يۈرەكنى سالقىنلىتىش ۋە
باشقا يۈرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كەرىۋا 5g دىن، مارجان 3g
، ياقۇتى رۇممانى، لەئلى ئاتىشى، قاشتېشى، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش
ۋەرەق، پەرىپىيۇن، زەپەر، مەستىكى، دورنەج ئەقرەبى 3g دىن، رەۋەن،
ئىپار 6g دىن، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل 18g دىن، سېمىزئوت
ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئامىلە، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ئاق خەشخاش،
پىستە پوستى، ئەنەبەر، ئۇدقىمارى 15g دىن، گاۋزىبان ، قاراسۇنا ئۇ-
رۇقى، ئاپپىلىسن پوستى 9g دىن، زىرىق، بېھى ئۇرۇقى 24g دىن،
بېدىمىشكى ئەرىقى، قىزىلگۈل ئەرىقى 150ml دىن، ناۋات 560 .

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلانغاندىن كېيىن، ناۋات ئەرەق
بىلەن قىيام قىلىنىپ، تالقانلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ، مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
5g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى سۇسەنبەر

تەسىرى: كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ، يۈرەك قالايمىقانلىشىش، تىترەش كېسەللىكى، ئىستىسقا، تاماق سىڭمەسلىك، باھ ئاجىزلىق، ھەرخىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرى، زەھەرگە تاقابىل تۇرۇش قاتارلىق تەسىرلەرنى كۆرسىتىدۇ.

تەركىبى: زورۇنات، دورىچە ئەقرەبى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھ-مەن، بادىرەنجىبۇيا 6g دىن، فەرەنجىمىشكى 18g، ئېگىر، ئۇدقىما-رى 15g دىن، قۇرۇق پىننە، سۇسەنبەر، دارچىن، كۈنجۈت، جويۇز، كۈمۈش ۋە رەق، كەھرىۋا، ياقۇت، بېدىمىشكى ئەرىقى، ئالما سۈيى، رەيھان سۈيى، گاۋزىبان سۈيى 45g دىن، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 780g، سۈت 750ml، بىنەپشە يېغى 72ml .

تەييارلىنىشى: چىلاشقا تېگىشلىك دورىلار مەزكۇر مېۋە سۈيىگە بىر سوتكا چىلاپ قويۇلىدۇ، سۈت ۋە مېۋە سۈيى پارلىنىپ كېتىپ، ھەسەلى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن، بىنەپشە يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، يەنە بىرئاز قاينىتىلىدۇ، ئوتتىن ئېلىپ بىر كېچە قويۇلغاندىن كېيىن، ھەسەل بىلەن ياغ بىرئاز قاينىتىلىدۇ، ئۈستىدىن مېۋە سۈيىگە چىلانغان دورىلار بىراقلا ئا-رىلاشتۇرۇلۇپ، يەنە بىرئاز قاينىتىلىدۇ، يەنە بىر كېچە تۇرغۇزۇلۇپ قاراپ بېقىلىدۇ، ئەگەر ئۈستىگە بىرئاز سۇ يىغىلغان بولسا، يەنە بىرئاز قاينىتىلىپ، توختىتىلىپ بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن، كەھرىۋا، كۈمۈش ۋە رەق، ياقۇتلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: ساقلىقنى ساقلاش مەقسىتىدە يېپىشكە توغرا كەلسە، ئەتىگەنلىك ناشىدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى مەسھا

تەسرى: يۈرەك، مېڭە، جىگەر، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، تاغ-
رىق پەسەيتىدۇ، بۆرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، جىنسىي
قۇۋۋەتنى، لەززەتنى ئاشۇرىدۇ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ، ئىشتىھانى ئا-
چىدۇ.

تەركىبى: گۈلدارچىن، گاۋزىبان، قىزىلگۈل 15g دىن، خولىد-
جان، كاۋاۋىچىن، قەلەمپۇر، ئاپپىلسىن، قاقىلە، لاجىندانە، فەرەنجى-
مىشكى ئۇرۇقى، كۈمۈش ۋەرەق، زەپەر، مەستىكى، ئاپپىلسىن پوستى،
ئەرمىدۇن ئۇرۇقى، بەسباسە 9g دىن، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن،
ئۆشەنە، سۈنبۈل 12g دىن، سازەج ھىندى، زەنجىۋىل، پىلىپىل، كەھ-
رىۋا، لەئلى مارجان 3g دىن، سەئىدى ھىندى 5g، ئەنبەر، مەرۋايت
6g دىن، ئىپار 2g، ئالتۇن ۋەرەق بىر يېرىم ھەسسە، بادام يېغى
60ml، قەنت ئۈچ ھەسسە ياكى ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3 ~ 6g
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى مەرۋايت

تەسرى: خافاقاننى داۋالايدۇ.

تەركىبى: مەرۋايت، كەھرىۋا، مارجان، گاۋزىبان، گىلى ئەرمە-

نى 6g دىن، تاباشىر 3g، ئىپار 0.5g، قەنت 30g .

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە

تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g
دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى مۆتىدىل

تەسىرى: يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ ۋە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ.
يۈرەك تىترەشنى يوقىتىدۇ، رەتگىروينى ياخشىلايدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى
پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايت، ئەنبەر، دورنەج ئەقرەبى،
گاۋزىبان، ئۇدخام 6g دىن، كەھرىۋا، كاسنە ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت
15g دىن، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، تاباشىر 24g دىن، ئەپتىمۇن،
قىزىلگۈل 18g دىن، سازەج ھىندى، زورۇنبات، فەرەنجىمىشكى، بادد-
رەنجىبۇيا ئۇرۇقى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، بىنەپشە، گىلى ئەرمىنى
12g دىن، زەپەر، كاپۇر 3g دىن، ئىپار 2g، ئالما شەرىپتى مۇۋاپىق
مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئىپار، زەپەر، كاپۇردىن باشقا دورىلار تالقانلىد-
نىپ، ئالما شەرىپتى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، زەپەر، كاپۇر، ئىپار قاتارلىق
دورىلار ئايرىم سالاپە قىلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
6 ~ 9g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى ياقۇتى مۆتىدىل

تەسىرى: يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، كۆڭۈلدىكى بىئاراملىقنى
تۈگىتىپ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق بەخش ئېتىدۇ.
تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايت، گاۋزىبان، مارجان، قۇرۇق
يۇمغاقسۇت، ئاق بەھمەن، قىزىلگۈل بەرگى، كەھرىۋا، ئاپىلسىن

پوستى، كۆيدۈرۈلگەن پىلە، سېمىزئوت ئۇرۇقى 6g دىن، كاپۇر 3g،
ھەسەلدە تەييارلانغان ھېلىلە مۇرابباسى ئۈچ ھەسسە
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، ھېلىلە مۇرابباسىدا يۇز
غۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى ياقۇتى ھار

تەسىرى: تەبىئىتى ئىسسىققا مايىل بولۇپ، تەسىرى جەھەتتە
ئاساسەن يۇقىرىقى بىلەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ.
تەركىبى: گاۋزىبان، بادىرەنجىبۇيا، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى، ئاق
بەھمەن، قىزىل بەھمەن 21g دىن، دارچىن، يۇمىغاقسۇت، تاباشىر،
كەھرىۋا، مارجان، ئۇدەھنىدى، پىلە، تېشىلمىگەن مەرۋايت، قەلەم-
پۇر، زەرەنپ 6g دىن، زەپەرگ 5g، زورۇنبات، دورنەج ئەقرەبى، كاۋاۋىچىن،
قاقىلە، ئاق سەندەل 9g دىن، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەق، قىزىل
ياقۇت، ئىپار 2g دىن، ھاراققا چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئامىلە 60g، قە-
زىلگۈل 15g، ھەسەل بىلەن سېلىنغان ھېلىلە مۇرابباسى 150g،
ئالما شەرىپتى ۋە گۇلابتا تەييارلانغان جۇللاپ مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: جاۋاھىرات دورىلار يۇمشاق سالاپە قىلىنىپ،
قالغان دورىلار سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ ھېلىلە مۇرابباسى
جۇلاپتا قىيام قىلىنىپ، مەزكۇر تالقانلار سېلىنىپ، يۇغۇرۇلۇپ
تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
6g ~ 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى ياقۇتى بارىد

تەسىرى: ئاساسەن يۇقىرىقى بىلەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ.
تەركىبى: ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، تاباشىر، قىزىلگۈل 30g دىن،
تەرخەمەك مېغىزى، قوغۇن مېغىزى، يۇمغاقسۇت، زىرىق ئۇسارىسى،
گىلى ئەرمىنى، ئامىلە شىرنىسى، گاۋزىبان 15g دىن، كاپۇر، سەندەل،
مەرۋايىت، مارجان، كەھرىۋا 9g دىن، بادىرەنجىبۇيا، ئاق بەھمەن، قىزىل
بەھمەن، دورنەج ئەقرەبى، پىلە، پىستە پوستى 5g دىن، قىزىل
ياقۇت 1g، زەپەر 2g، ئالما شەرىپتى ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: مەجۇنى مۇپەررەھى ياقۇتى ھارنى تەييارلاش
ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى ياقۇتى بوئەلى

تەسىرى: يۈرەك ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرى، ئاشقازان ئاغرىقى
ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرىنى داۋالايىدۇ، رەئىس ئەزالارنى كۈچلەندۈرۈپ،
كۆڭۈلگە ئىنتايىن زور دەرىجىدە خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ.
تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كەھرىۋا، مارجان، ئەپتىمۇن
5g دىن، قىزىلغان پىلە، كۆيدۈرۈلگەن دەريا قىسقىچىپاقىسى
(سەرەتان نەھرى) 6g دىن، سۈرۈپ سالاپە قىلىنغان تىللا 1g ،
گاۋزىبان، كاسىنە ئۇرۇقى 15g دىن، ياقۇت 3g، فەرەنجىمىشكى ئۇ-
رۇقى، رەيھان ئۇرۇقى، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى، بادىرەنجىبۇيا بەرگى،
ئۈستقۇددۇس 9g دىن، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، كاپۇر، ئۇد ھىند-
دى، ئەرمەن تېشى، لاجىۋەرد، مەستىكى، قېلىن دارچىن، دارچىن،

زەپەر، لاجىندانە، قاقىلە، بەسباسە، پارپا، ئەنەبەر 3g دىن، ئىپار، دورنەج ئەقرەبى 6g دىن، سۇنبۇل، سازەج ھىندى 8g دىن؛ تەرخەمەك مېغىزى، قىزىلگۈل 12g دىن، تەرەنجىبىن 30g، (پارپىنىڭ ئورۇنباشارى رود-رۇنبات بولۇپ، پارپا تېپىلمىسا، 9g زورۇنبات سېلىنسا بولىدۇ)، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە يۇغۇرۇلۇپ، 3g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: تەييارلىنىپ، ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەرقى مائوللەھمى

تەسىرى: ئىنتايىن ئۇچۇچان ۋە يەڭگىل بىر خىل ئوزۇقلۇق دورا بولۇپ، ئومۇمىي بەدەننى ۋە روھنى كۈچلەندۈرۈپ، جىنسىي ھەۋەسنى ئاشۇرىدۇ ۋە قان كۆپەيتىدۇ، قان توختىتىدۇ، قايسىبىر سەۋەبتىن بولسۇن، پەۋقۇلئاددە ئاجىزلىقلارنى يوقىتىپ، تېز سۈر-ئەتتە ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ، بولۇپمۇ بىرئاز شاراب ئارىلاشتۇرۇلغىنى ئىنتايىن كۈچلۈك بولىدۇ.

تەركىبى: سېمىز قوي ياكى ئوغلاق گۆشى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: گۆشنىڭ يېغى ئايرىۋېتىلىپ، قارا گۆشلىرى يالپاقلاپ توغرىلىپ، ئوماچتەك ئېزىلگەنگە قەدەر پىشۇرۇلىدۇ (شورپا قىلىنىپ)، گۆشتە پەقەت تەم قالماي قۇۋۋەتنىڭ ھەممىسى شورپىغا چىقىپ بولغاندا توختىتىلىپ، گۆش سىقىلىپ سۈزۈپ ئېلىۋېتىلىدۇ، شورپىسى ئەرەق قازىنىغا قۇيۇلۇپ، ئەرەق تارتىش قائىدىسى بويىچە ئەرەق تارتىلىدۇ. ئەگەر مىزاجىنى سوغۇقلۇققا تارتىش مەقسەت قىلىنسا، ئالما سۈيى، بېھى سۈيى، ئانار سۈيىدەك مېۋە

سۈيى قوشۇپ تارتىلىدۇ. ئەگەر ئىسسىقلىققا تارتىش مەقسەت قىلىنسا، ئايپىلىن پۈستى ۋە باشقا ئىسسىقلىققا دائىر دورىلار سېلىنىپ ئەرەق تارتىلىدۇ. خاس شورپىدا تارتىش ياكى قوشۇمچە قىلىش تېۋىپنىڭ كۆرسەتمىسى بويىچە بولىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 50ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ياقۇتى مۆتىدىل

تەسىرى: يۈرەك ئاجىزلىقى، يۈرەكنىڭ قالايمىقان تەۋرىشىنى داۋالايىدۇ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈپ، خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ.

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، بادىرەنجىبۇيا، پىستە پۈستى، پۈستى تۇرۇنجى، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قىزىلگۈل 10g دىن، مارجان، قىزىل بەھمەن، كاۋاۋىچىن 5g دىن، كەھرىۋا، قاشتېشى، قەلەمپۇر، دارچىن، سازەج ھىندى 3g دىن، لەئلى، ئۇدخام 5g دىن، سېرىق ياقۇت، ئەنبەر، ئالتۇن ۋەرەق، كۈمۈش ۋەرەق 2g دىن، ئاق بەھمەن، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، گىلى ئەرمىنى، تاباشىر 6g دىن، زو-رۇنبات، كاپۇر 2g دىن، گاۋزبان، ئامىلە 15g دىن، زىرىق شىرنىسى 30g (30g زىرىقنىڭ شىرنىسى ئېلىنىدۇ). زەپەر 2g، بېھى شەر-بىتى 60g، ئالما شەرىبىتى 120ml، قىيمىقۇ شەرىبىتى 270ml .

تەييارلىنىشى: سوقۇلىدىغانلىرى سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆت-كۈزۈلۈپ، جاۋاھىراتلار ئۆز رىتىمى بويىچە سالايە قىلىنىپ، شەر-بەتلەر قىيام قىلىنىپ، قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن تالقانلار ئېھتىد-يات بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نەپەس يولى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلدىغان دورا رېتسېپلىرى

مەجۇنى ئىتىرىفىل غۇدەدى

(تەركىبىدە بەز تۇتقان ياسالما)

تەسرى: خانازىر (لىمفا سىلى) كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بەلىلە، ئامىلە، تۇرپۇت 21g دىن، ئەپتىمۇن، قوينىڭ
بويۇن بېزى 15g دىن، مەككە ساناسى 12g دىن، رۇمبەدىيان، گۈل-
دارچىن، سۇنبۇل، قەلەمپۇر، جويۇز، مەستىكى 6g دىن، ھەسەل ئو-
مۇمىي دورا مىقدارىنىڭ ئۈچ ھەسسىسىچىلىك.
تەييارلىنىشى: دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈ-
زۈلۈپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا
16g ~ 15g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەرياقى نەزلە

تەسرى: نەزلە ماددىلىرىنى تەڭشەيدۇ، يۆتەل توختىتىدۇ
(تەجرىبىدىن ئۆتكەن).
تەسرى: قاراسۇنا ئۇرۇقى 30g، بەزىرۇلبەنجى، خەشخاش پوس-
تى 45g دىن، ئۈستقۇددۇس 8g.
تەييارلىنىشى: دورىلار بىر كېچە قايناق سۇغا چىلىنىپ،
ئەتىسى قاينىتىلىپ سۈزۈلگەندىن كېيىن، 500g قەنت بىلەن

قىيام قىلىنىدۇ. ئۇنىڭ ئۈستىگە قىزىل يۇمغاقسۇت، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، مۇرساقلاردىن 8g دىن ئېلىنىپ، يۇمشاق تالقانلىنىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى بىنەپشە مۇرخى

تەسىرى: قويۇق خىلىتلارنى تەڭشەيدۇ، نەپەس يوللىرىنى كېڭەيتىدۇ، سەپرانى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە 6g، تۇربۇت 5g، سوقمۇنىيا 3g، رۇببەسۇس 2g.

تەييارلىنىشى: خاس سۇ بىلەن 3g دىن ھەب قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 0.3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ھىندى

تەسىرى: يۆتەلنىڭ قاتتىق تۇتۇشى بىلەن قۇسۇۋېتىشنى، دەم سىقىلىشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: پىلپىل 18g، ئانار ئۇرۇقى 36g، قارا شېكەر 75g، گىلى ئەرمىنى 5g.

تەييارلىنىشى: خاس سۇ بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 0.3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى دىق

تەسىرى: ئۆپكە سىلى بولغانلارنى داۋالايدۇ، ئىسسىقنى بۆك-
غان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇ-
رۇقى، رۇبەسۇس، خەشخاش ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قەنتلەر 9g
دىن، بادام مېغىزى، لوۋپيا، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى
15g دىن.

تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، 3g دىن ئىستېمال
قىلىنىدۇ.

ھەببى زەيىق

تەسىرى: بەلغەمدىن بولغان يۆتەل، دەم سىقىلىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تۇرپۇت 9g، گۈلى سەۋسەن يىلتىزى 5g، ئايارەنج
پەيقرى، غارقۇن 10g دىن، سوقمۇنىيا 3g، مۇقەل 6g، بىنەپشە 5g .
تەييارلىنىشى ۋە مىقدارى: خاس سۇدا 0.3g ئۆلچەمدە ھەب
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 6g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سەبىرى رىئەۋى

تەسىرى: ئۆپكەنى تازىلايدۇ.

تەركىبى: تۇربۇت 3g ، سەبرى 3g ، رۇببە سۇس (چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى) 3g .
تەييارلىنىشى: خاس سۇ بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: بىر قېتىمدىلا يەپ تۈگىتىلىدۇ.

ھەببى سەددىرى

تەسىرى: كونا يۆتەل، دەم سىقىشىنى ۋە باشقا كۆكرەك دائىرىسىدىكى كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: غارىقۇن، تۇربۇت 9g دىن، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، شەھمەنزەل، ئايارەنج پەيقر (سەبرى)، ئەنزىرۇت 6g دىن.
تەييارلىنىشى: خاس سۇ بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سوئال

تەسىرى: كونا يۆتەلنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: مئەسائىلە، قۇندۇزقەھرى، ئاسارۇن، ئەپپيۇنلەر تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: 3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر تالدىن ئېغىزغا سېلىپ شۇمۇلىدۇ.

ھەبىي سوئال ھار

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان يۆتەلنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تەمىرى ھىندى، رۇبىسەسۇس، نىشاستە، زەپەر، كەترا،
چىگىت مېغىزى، ھەببۇلئاس، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى،
رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقلىرى، سېرىقچىچەك ئۇرۇقى، مۇر-
مەككى، ناۋاتلار تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ناۋات بىلەن 3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈنگە بىر تالدىن شۇمۇلىدۇ.

ھەبىي سوئال بارىد

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان يۆتەلنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: نىشاستە، كەترا، رۇبىسەسۇس تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: زاراڭزا ئۇرۇقىنىڭ شىرنىسى بىلەن 3g ئۆل-
چەمدە ھەب ياسىلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: ئەھۋالغا قاراپ شۇمۇلىدۇ.

ھەبىي سوئال يابىس

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان يۆتەلنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، رۇبىسەسۇس، تەرخەمەك ئۆ-
رۇقى مېغىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كەترا تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: بېھى ئۇرۇقىنىڭ لۇئابىدا 0.3g ئۆلچەمدە ھەب
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى غارىقۇن

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان كۆكرەك ۋە ئۆپكە كېسەللىك-
لىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: غارىقۇن 9g، تۇرپۇت 15g، رۇببەسۇس (چۈچۈكبۇيا
يىلتىزى قىيامى) 3g، ئايارەنج پەيقرى، شەھمەنزەل، ئەنزىرۇت
6g دىن.

تەييارلىنىشى: زىغىر ئۇتابى بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى غارىقۇن ئىستىسقاى

تەسىرى: جىگەرنى ياخشىلاپ، ئىستىسقىنى داۋالايدۇ، جىگەر
توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: غارىقۇن 12g، ئەپتىمۇن، سەبرى 18g دىن، پەتراسا-
لىيۇن (تاغ كەرەپشىسى) ئۇرۇقى، دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى)، كەرەپشە
ئۇرۇقى 6g دىن، سوقمۇنىيا 3g.

تەييارلىنىشى: خاس سۇ بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلد-
نىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى لوبۇب

(مېغىزلار پىلولىسى)

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان تەپ، يۆتەللەرنى داۋالايدۇ، ئۈست-سۈزلۈقنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: تەرخەمەك مېغىزى، قاپاق مېغىزى، سېمىزئوت ئۇ-رۇقى 10g دىن، قارا سۇنا ئۇرۇقى 5g ، رۇببەسۇس (چۈچۈكبۇيا قىيامى) 2.5g دىن.

تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى ۋە سېمىزئوت شىرنىسى بىلەن قوشۇلۇپ سوقۇلۇپ، غوراپ سۈيى ياكى لىمون سۈيىدە 0.5g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 4g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى خانازىر

تەسىرى: گالغا (بويۇن بەزلىرىگە) چۈشكەن جاراھەتنى (لىمفا سىلىنى) داۋالايدۇ.

تەركىبى: سەبرى 9g، غارىقۇن 8g، ئەنزىرۇت 12g، شەھمەنزەل 5g، تۇرىبۇت 21g، جاۋاشر 3g، نۆشۈدۈر 6g، سوقمۇنىيا 5g .

تەييارلىنىشى: كۈدە سۈيىدە 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبىي ۋاسىلى

تەسىرى: خانازىر (لىمفا سىلى) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سۈنبۇل، قېلىن دارچىن، ھەبىي بېلسان، ئاسارۇن،
ئۇدبېلسان، مەستىكى، دارچىن، زەپەر 3g دىن، سەبرى 48g، ئۈست-
قۇددۇس، شەھمەنزەل 15g دىن، تۇربۇت 21g، ھىندى تۇزى 6g،
سوقمۇنىيا 12g.
تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 9g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبىي نەزلە

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى زۇكام، نەزىلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: زەپەر، بەزىرۈلبەنجى (مىڭدۇنەنە)، ئەپيۈن، سەمغى
ئەرەبى، قاراسۇنا ئۇرۇقى، پېدىگەن ئۇرۇقى، رۇببەسۇس، نىشاستە تەڭ
مىقداردا.
تەييارلىنىشى: كەرەپشە سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 0.3g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبىي داۋايى ئۆلكىبرىت

تەسىرى: دەم سىقىلىش ۋە بەلغەمدىن بولغان يۆتەلنى داۋالايدۇ،
يىرىڭسىمان بەلغەملەرنى يوقىتىدۇ، ھەرخىل تىپتىكى كونا تەپ،

بەزگەك، ئىستىسقا، تال كېسەللىكلىرى، تەسلىكتە سىيىش كېسەللىكى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. بۆرەك، دوۋساق تېمىكى تاشنى پارچىلايدۇ؛ زەھەرلىك ھاشاراتلار زەھىرى بىلەن دورا زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.

تەركىبى: گۇڭگۇرت سېرىقى، مۇرمەككى، بەزىرۇلبەنجى، قەردمانا، مئەسائىلە 12g دىن، سۇزاپ، قۇستە، تەلىخ (ئاچچىق قۇستە) 15g دىن، ئەپيۇن، زەپەر 3g دىن، سەلخۇلەھىيە 8g دىن، ئاقمۇچ 36g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى داۋايى زىرىق

تەسىرى: نەپەس سىقىلىش، بەلغەمدىن بولغان يۆتەلنى داۋا-لايدۇ.

تەركىبى: ئاقىرقەرھا، قارمۇچ، ئانار پوستى، خەشخاش يوپۇر-مىقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، مىغىلان دەرەخنىڭ پوستى، ئاق تىكەن ياغىچى، ھىندى تۇزى، تاشتۇزى 6g دىن، ئەپيۇن 2g .

تەييارلىنىشى: ھۆل زەنجۈبىل شىرنىسىدە يۇغۇرۇلۇپ، 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

زىمادى دەقىششەئىر

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان ھەرخىل ئىستىسقا ۋە ئىستىسقا ئىزىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئارپا يارمىسى، سەئىدى كوفى، توغرىغا، گىلى ئەر-
مىنى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇلۇپ زىماد
تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا چېپىلىدۇ.

زىمادى زاتىل

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى زاتىلنى داۋالايدۇ، ماددىلارنى
پىشۇرىدۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ.
تەركىبى: گۈلبىنەپشە، بابۇنە، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، بۇغداي
كېپىكى، زىغىر، ئاق لەيلى گۈلى، شومشا تەڭ مىقداردا، كۈنجۈت
يېغى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلار سوقۇلۇپ، سۇدا قاينىتىلىپ، كۈنجۈت
يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا قىزىق ھالدا تېڭىلىدۇ.

شەرىپىتى سىركەنجىبىن ئەنسلى

تەسىرى: يۆتەل، دەم سىقىلىشىنى داۋالايدۇ، بەلغەم، سەۋدا ماد-
دىلىرىنى تەڭشەيدۇ، ئۈچەي يوللىرىنى ئاچىدۇ، ئاشقازاننى، مېڭىنى

كۈچلەندۈرىدۇ (تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

تەركىبى: تاغ پىيىزى (ئەنسىل) 30g، زۇپا، چۈچۈكبۇيا يىلدا-
تىزى، گاۋزىبان گۈلى، پىرسياۋشان، ئۈستقۇددۇس، غارىقۇن 15g
دىن، پىننە، ئارپىبەدىيان، سەۋسەن يىلتىزى، قەردمانا 9g دىن،
سىركە 900ml، سۇ 900ml .

تەييارلىنىشى: پۈتۈن دورىلار چالا سوقۇلۇپ، سۇ ۋە سىركىگە
بىر سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىد-
لىپ، سىقىپ سۈزۈۋېلىنغاندىن كېيىن، قەنت بىلەن قىيام
قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
30g ~ 15g پىرسياۋشان سۈيىدە تەڭشەپ ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى سوئال

تەسىرى: يۆتەل، ئىستىسقا، سىل قاتارلىق كېسەللىكلەرنى
داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، تاباشىر، گىلى ئەرمىنى، ھەببۇلئاس
12g دىن، پىرسياۋشان، كۈندۈر 3g دىن.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن
ھەببۇلئاسنىڭ لۇئابى بىلەن بىرگە ئىچىلىدۇ. يۆتەل قاتتىق بولسا،
خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى نىشاستە

تەسىرى: ئىستىسقا ئىلى، تەپدىق، ئۆپكە جاراھىتى،

ئۆپكىدىن قان كېلىش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ.
 تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، كەتىرا، بېھى ئۇرۇقى، قارا
 خەشخاش، قاراسۇنا ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 18g دىن، ئاق سەندەل
 6g، شېكەر، تاباشىر 9g دىن، قىزىلگۈل، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى،
 سېمىزئوت ئۇرۇقى 15g دىن، تەرخەمەك مېغىزى، قاپاق مېغىزى،
 گىلى ئەرمىنى، قوزىقۇلاق ئوتنىڭ لۇئابى، گىلى مەختۇم، گىلى
 ئەرمىنى 12g دىن، زەپەر 3g ، كاپۇر 2g.
 تەييارلىنىشى: سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3ml
 سەرتان (قىسقۇچقا) سۈيى، خەشخاش شەرىپتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى دىق

تەسىرى: تۈپىر كۈليوز (سىل) قىزىتمىسىنى داۋالايدۇ، ئىچى
 سۈرۈشنى توختىتىدۇ.
 تەركىبى: قىزىلگۈل، تاباشىر 15g دىن، گىلى ئەرمىنى،
 سەمغى ئەرەبى، سىركىگە چىلانغان يۇمغاقسۈت 6g دىن، زىرىق ئۇ-
 سارىسى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى 9g دىن، ئانارگۈلى، مۇقەل 5g دىن.
 تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
 6g دىن سوغۇق سۇ ياكى ئانار سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى ئەنجىبار مۇرەككەپ

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، تەپدىق (سىل)
 قىزىتمىسىنى چۈشۈرىدۇ.

تەركىبى: يۇمىلاق چىلان 20 دانە، ياخشى، سۈپەتلىك سەرىپسە-
تان 60 دانە، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى،
ھەمشىۋا ئۇرۇقى، نېلۇپەر گۈلى، بىنەپشە گۈلى 21g دىن، يېھى ئورۇق
رۇقى 15g، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى 9g دىن، ئەرۈسە يوپۇرمىقى 300g،
قەنت مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سەمغى ئەرەبىدىن باشقا دورىلار بىر سوتكا
سۇغا چىلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، قەنت
بىلەن قىيام قىلىنىدۇ، قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن، كەتىرا ۋە
سەمغى ئەرەبى ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
30ml ~ 15 ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى ئۇنناپ

(چىلان شەرىپتى)

تەسىرى: يۆتەل ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، بەدەندە
پەيدا بولغان ھەرخىل قاپارچۇقلارنى يوقىتىدۇ، قاننى تازىلايدۇ.
تەركىبى: چىلان 300g، قەنت 600g .
تەييارلىنىشى: چىلان قاينىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام
قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
100ml ~ 50 ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى ئۇنناپ سىبىيانى

تەسىرى: بۇ يۇقىرىقىدىن كۈچلۈكرەك بولۇپ، كىچىك

باللارغا ئىنتايىن مۇۋاپىق كېلىدۇ.
تەركىبى: چىلان 300g، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، شومشا، كاسىنە
يىلتىزى 45g دىن، قەنت 300g
تەييارلىنىشى: دورىلار قاينىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام
قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
30ml ~ 15 ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى ھەمشىۋا

تەسىرى: يۆتەلنى پەسەينىدۇ.
تەركىبى: بىنەپشە، نېلۇپەر، خەشخاش ئۇرۇقى 9g دىن، چىلان،
ھەمشىۋا ئۇرۇقى، رەيھان ئۇرۇقى، شومشا ئۇرۇقى 5g دىن، ئىسپىد-
خۇل، بېھى ئۇرۇقى 3g دىن، ھەسەل، قەنت بىر ھەسسە.
تەييارلىنىشى: دورىلار سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن
بىر قىسمى قالغىچە قاينىتىلىپ، قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
50ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى ھۆلبە

تەسىرى: كۆكرەك ساھەسىدىكى كونا كېسەللىكلەرنى ۋە قان
تۈكۈرۈش ۋە كۆكرەك جاراھەتلىرىنى داۋالايىدۇ.
تەركىبى: شومشا 90g، ئەنجۈر 15 دانە، ئۈزۈم، تەمرى ھىندى
30g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 50ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى رۇمان

تەسىرى: يۆتەل ۋە ھەرخىل تىپتىكى كۆكرەك كېسەللىك-
لىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ياخشى پىشقان ئاتلىق ئانار سۈيى 150ml ، قەنت 1kg .
تەييارلىنىشى: قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
30ml ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى زۇپا

تەسىرى: نەپەس يوللىرىدا تۇرۇۋالغان بەلغەمنى تازىلايدۇ،
كۆكرەكنى بوشتىدۇ، نەپەس سىقىلىشىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى 15g دىن، زۇپا 21g ،
ئەنجۈر 10 دانە، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 90g، شومشا 12g، كاسنە ئۇرۇقى،
كەرەپشە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، ئاق لەيلى
ئۇرۇقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 9g دىن، پىرسياۋشان 18g ، قەنت
500g، گۈلقەنت 280g ، ئاچچىق بادام مېغىزى 3g.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى قائىدە بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
100ml ~ 50 ى بادام مېغىزى تالقىنى بىلەن ئىستېمال
قىلىنىدۇ.

شەرىپتى زۇپا ھار

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، كۆكرەك ۋە ئۆپكەنى تازىلايدۇ، نەپەس سىقىلىشىنى پەسەيتىدۇ.
تەركىبى: چىلان 30 دانە، سەرپىستان 50 دانە، ئەنجۈر 20 دانە، گۈلبىنەپشە 12g، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىۋا ئۇرۇقى 15g دىن، پىرسىياۋشان 21g، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، زۇپا 24g دىن، قەنت 500g. تەييارلىنىشى: دورىلار سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 100ml ~ 50 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى زۇپا مۇھەللىل

تەسىرى: دەم سىقىلىشىنى پەسەيتىدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ، يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، زۇكام، نەزلە، ئىستىسقىلارنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: زۇپا 15g، پىرسىياۋشان 18g، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، ئارپىبە-دىيان، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، شومشا ئۇرۇقى، ئىزخىر، سۈنبۈل، تاغ پىيىزى، ھەببى بېلىسان، ئۇدبېلىسان 6g دىن، ئەنجۈر 10 دانە، چىلان 15 دانە، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 30g، تەرەنجىبىن 250g، قەنت 500g. تەييارلىنىشى: شەرىپەت تەييارلاش قائىدىسى بويىچە قىيام تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 50ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى زۇپا نەزلى

تەسىرى: يۆتەل پەسەيتىدۇ، زۇكام، نەزە، ھەرخىل تىپتىكى ئىستىسقانى داۋالايىدۇ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، مېڭە توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: پىرسياۋشان، زۇپا 12g دىن، بەدىيان يىلتىزى، كە-رەپشە يىلتىزى، ئارىبەدىيان، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، گاۋزىبان، بادىرەنجىبۇيا، قىزىلگۈل، زىرە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 6g دىن، تاغ پىيىزى 9g ، سانا 30g ، ئەنجۈر 10 دانە، چىلان 20 دانە، قەنت 500g .

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 50 ~ 100ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى سوئال

تەسىرى: كونا يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، بەلغەمنى تازىلايدۇ، دەم سىقىلىشىنى تۈگىتىدۇ.

تەركىبى: ئەنجۈر 135g ، تاغ پىيىزى 23g ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 45g، رۇمبەدىيان 10g ، ھەسەل 560g .

تەييارلىنىشى: دورىلار ئۈزۈم سۈيى ۋە ئادەتتىكى سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، ھە-سەل بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 30ml
دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى پەراسىيۇن

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان دەم سىقىلىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: پەراسىيۇن (تاغ كۈدىسى) 120g، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى،
زۇپا، پىننە، پىرسىياۋشان 30g دىن، بادام مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى،
شومشا ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان 15g دىن، مەستىكى، دار-
چىن، زەنجىۋىل 6g دىن، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈم 90g، چىلان،
سەرىپستان 100 دانە، ئەنجۈر 20 دانە، قەنت 1.5kg .
تەييارلىنىشى: قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن
بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 23ml
دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى كەتتان

تەسىرى: قان ئارىلاش يۆتەلنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: زىغىر، بىنەپشە، شومشا ئۇرۇقى 36g دىن، ئىسپىد-
غۇل، قەنت مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
30ml ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى نەزلە

تەسىرى: زۇكام، نەزلە (سۇزۇلما زۇكام)، يۆتەل، ھەرخىل تىپتىكى ئىستىسقىلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: چىلان، سەرپىستان 20 دانىدىن، زۇپا، پىرسياۋشان، نېلۇپەر، بىنەپشە، ئارپىبەدىيان 9g دىن، ئۈزۈم 15 دانە، ئەنجۈر 7 دانە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 12g ، تەرەنجىبىن 30g ، سانا 9g ، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى 3g دىن، گاۋزىبان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 6g دىن، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى 12g دىن، قىزىلگۈل، رۇمبەدىيان، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى 6g دىن، زىرىق، شوخلا، سۇزاپ، رەۋەن 3g دىن، قەنت 500g.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 100ml ~ 50 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى بىنەپشە

تەسىرى: كۆكرەكتىكى يىرىكلىكنى يۇمشىتىدۇ، يۆتەل، سىل، زاتلىجەننى داۋالايدۇ. ئارتۇق سەپرا خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.
تەركىبى: بىنەپشە 30g ، سوقمۇنىيا 3g ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، كەتىرا، نىشاستە 3g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى خەشخاش نەزلە

تەسىرى: زۇكام، نەزلە، كۆكرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالايىدۇ، ئۆپكەننىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى 12g دىن، كەتىرا، رۇببە-سۇس (چۈچۈكبۇيا يىلتىزى جەۋھىرى) 6g دىن، ئاق خەشخاش، قارا خەشخاش 9g دىن، تاباشىر 15g ، زەپەر 2g .

تەييارلىنىشى: 0.5g ئۆلچەمدە تابىپتىكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بىر تابىپتىكا خەشخاش شەرىپتى ياكى كاشكاپ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى خەشخاش

تەسىرى: كۆكرەك ۋە ئۆپكە جاراھەتلىرىنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى 12g دىن، نىشاستە، چۈ-چۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، كەتىرا 6g دىن، ئاق خەشخاش، قارا خەشخاش 9g دىن، زەپەر 1.5g ، تاباشىر 15g .

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇلۇپ 0.5g ئۆلچەمدە تابىپتىكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3 ~ 6 خەشخاش سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى زاتىل

تەسىرى: زاتىل (پىننومونىيە) نى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغغون ئۇرۇقىنىڭ مې-
غىزى، ھەمشىۋا ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، چۈچۈكبۇيا
يىلتىزى قىيامى، ئىزخىر چېچىكى، ئىككىلىملىك، كەترا كەڭ
مقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، زىغىر لۇئابى بىلەن 0.5g
ئۆلچەمدە تابلىتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1g
ئەنجۈر شەرىپتى بىلەن ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى زاتىل جەنبە

تەسىرى: زاتىل جەنبە (كۆكرەك پەردە ياللۇغى) كېسەللىكىدە
بەلغەم بوشتىش، ماددىلارنى تەڭشەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 30g دىن،
نېشاستە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كەترا، ئارپىبەدىيان 9g دىن، ئىسپىد-
خۇل لۇئابى، بېھى ئۇرۇقى لۇئابى، زىغىر لۇئابى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، يۇقىرىقى لۇئابلار بىلەن
0.5g ئۆلچەمدە تابلىتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، بىنەپشە سۈيى
بىلەن 3g دىن يېيىلىدۇ.

قۇرسى سىل

تەسىرى: ئۆپكە جاراھىتى ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىنى داۋا-
لايدۇ.

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى 30g، سېمىزئوت ئۇرۇقى، چۈ-

چۈكبۇيا 12g دىن، تاباشىر، كۆيدۈرۈلگەن قىسقۇچپاقا (سەرتان) 6g دىن، نىشاستە، كەتىرا 3g دىن.

تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تاپلىتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 1g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى تاباشىر مۇلەيىن

تەسىرى: كېزىكىنى داۋالايدۇ ۋە ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.

تەركىبى: تاباشىر 12g ، زەنجىۋىل 9g ، تەرخەمەك مېغىزى، قاپاق مېغىزى 6g دىن، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، خەشخاش، كەتىرا 3g دىن.

تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تاپ-لىتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

لوئۇقى ئىسقىل

تەسىرى: دەم سىقىلىش، كونا يۆتەل (سۇيۇقلۇقتىن بولغان) لەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تاغ پىيىزى (ئەنسىل) 9g ، سەۋسەن يىلتىزى 6g ، پەراسىيۇن، زۇپا 3g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: لوئۇق تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-
لىنىدۇ.

لوئۇقى بادام

تەسىرى: يۆتەل، گالدىكى يىرىكىلىكلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، كەترا، نشاستە، چۈچۈكبۇيا يىلتىز-
زى قىيامى 15g دىن، قەنت، بادام مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 9g
دىن، بادام يېغى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: سەمغى ئەرەبى، كەترادىن ئۆزگە دورىلار تالا-
قانلىنىپ، گۈلاب ۋە بادام يېغى بىلەن نەمدەپ قوپۇلۇپ، قەنت قىيام
قىلىنىپ ئارىلاشتۇرۇلۇپ، بىرئاز سوۋۇغاندىن كېيىن، سەمغى ئە-
رەبى، كەترا سالايە قىلىنىپ، قوشۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 3 ~ 4 قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا
يالىتىلىدۇ.

لوئۇقى بارىد

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان قۇرۇق يۆتەل، نەزلىنىڭ كۆك-
رەك ۋە ئۆپكەنگە چۈشۈشلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تاتلىق بادام مېغىزى 30g، قاپاق مېغىزى، تەرخە-
مەك ئۇرۇقى مېغىزى، بەگىناي، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، قارا سۇنا
ئۇرۇقى 15g دىن، سەمغى ئەرەبى، كەترا، نشاستە 12g دىن، خەش-
خاش ئۇرۇقى 9g، تەرەنجىبىن 150g، تەمىرى ھىندى مەلۇم مىقداردا،
بادام يېغى 60g .
تەييارلىنىشى: دورىلار تالغانلىنىپ، تەرەنجىبىن تەمىرى ھىندى

سۈيى بىلەن قىيام قىلىنىپ، ئاۋۋال دورىلار تالقىنى، ئۈستىدىن بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ لوئۇق قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 15g ~ 13g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

لوئۇقى بەزىرۇلبەنجى

تەسىرى: نەزلە ماددىلىرىنىڭ كۆكرەك ساھەلىرىگە قۇيۇلۇشنى توسىدۇ.
تەركىبى: بەزىرۇلبەنجى 36g، چىلغوزا مېغىزى 18g، مورساپ 3g.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، لوئۇق قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-لىتىلىدۇ.

لوئۇقى بەزەرى كەتتان

تەسىرى: دەم سىقىلىشىنى، كونا يۆتەللەرنى داۋالايدۇ، كۆك-رەكتىكى كېرەكسىز خىلىتلارنى تازىلايدۇ، قان تۈكۈرۈشىنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: زىغىر 90g، قەردمانا 30g، ھەسەل مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، لوئۇق قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ئەھۋالغا قاراپ يالىتىلىدۇ.

لوئۇقى بىنەپشە

تەسىرى: يۆتەل سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بىنەپشە 120g، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 20 دانە، سەرىستان 40 دانە، قەنت 150g، ھەسەل، خىيارشەنبەر 90g دىن، بادام يېغى 90g.

تەييارلىنىشى: بىنەپشىدىن 30g نى ۋە قالغان دورىلار مەلۇم مىقداردىكى سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قايىتىد-لىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ، قەنت، ھەسەل، بادام ياغلىرى ئارىلاشتۇرۇ-لۇپ لوئۇق قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 ~ 21g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

لوئۇقى نەزلە

تەسىرى: نەزلە ماددىلىرىنىڭ قوبۇلۇشىنى توسىدۇ، يۆتەلنى پەسەيتىدۇ (كۆپ قېتىم تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

تەركىبى: بەزىرۈلبەنجى، كۆكنار 90g دىن، قاراسۇنا ئۇرۇقى 60g، ئاق خەشخاش 120g، گاۋزىبان، ھەببۇلئاس، قۇرۇق يۇمغاقسۈت 30g دىن، ئۈستقۇددۇس 15g، قىزىلگۈل، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، مورسپا 15g دىن، قەنت 90g.

تەييارلىنىشى: سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نىشاستە، مورسپا، رۇببەسۇسلاردىن باشقا دورىلار قايىناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قايىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈۋېلىنغاندىن كېيىن،

قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، قالغان دورىلار سالايە قىلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 9g دىن يېيىلىدۇ.

لوئۇقى تىيىن

تەسىرى: كونا يۆتەلنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.
تەركىبى: ئەنجۈر 50 دانە، ئۈزۈم شىرنىسى 280g ، چىلغوزا مېغىزى، پىستە، ئاچچىق بادام مېغىزى 15g دىن، چاققاق ئۇرۇقى مېغىزى (مەغىزى تۇخۇمى ئەنجىرە)، ئارپىبەدىيان، كورسەنە، شومشا 9g دىن، چىگىت مېغىزى، ھەببى قەلقلە 12g دىن، بېھى 50g، ئاچچىق بادام يېغى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ئەنجۈر مەلۇم مىقداردىكى سۇدا ياخشى قاينىد- تىپ، پىشۇرۇلۇپ، ئۈستىدىن شىرنىسى قۇيۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ، ئۇنىڭ ئۈستىدىن قالغان دورىلار تالقانلىنىپ، مەزكۇر بادام يېغى بىلەن ياغلىنىپ، قوچۇپ لوئۇق قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا يالىتىلىدۇ.

لوئۇقى ھەببۇلخوتەن

تەسىرى: كۆكرەكنى تازىلايدۇ.
تەركىبى: چىگىت مېغىزى 6g، تاتلىق بادام مېغىزى 30g، ماش 15g، كۇرسەنە، پەراسىيۇن (تاغ كۈدىسى ئۇرۇقى) 9g دىن، قەنت 180g.

تەييارلىنىشى: لوئۇق ياسلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-
لىتىلىدۇ.

لوئۇقى ھەببى رىشات

تەسىرى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

تەركىبى: ئاق قىچا 30g ، ئارپىبەدىيان 9g ، ھەسەل 250g.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 200ml سۇغا بىر
سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، ھە-
سەل بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-
لىتىلىدۇ.

لوئۇقى ھۆلبە

تەسىرى: قويۇلۇپ قالغان قاننى سۇيۇلدۇرىدۇ، كۆكرەكنى
بوشتىدۇ، قان تۈكۈرۈشنى قالدۇرىدۇ.

تەركىبى: شومشا، تاتلىق بادام مېغىزى 12g دىن، كەتىرا،
چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، چىلغوزا مېغىزى، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى 6g
دىن، زىغىر 15g ، ھەسەل، جۇلاپ، قەنت مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق
مىقداردا يالىتىلىدۇ.

لوئۇقى ھورمۇل

تەسىرى: دەم سىقىلىش، ھۆللۈكتىن بولغان يۆتەللەرنى دا-
ۋالايدۇ.

تەركىبى: ئادراسمان ئۇرۇقى، زىغىر تەڭ مىقداردا، ھەسەل
ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشايدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق
مىقداردا يالىتىلىدۇ.

لوئۇقى خەشخاش نەزلە

تەسىرى: يۆتەل، نەزلىلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقى 21g دىن، چۈچۈك-
بۇيا يىلتىزى 15g ، قەنت 360g ، ئاق خەشخاش، قارا خەشخاش 15g
دىن، سەمغى ئەرەبى 9g ، كەتىرا 12g ، سۇ 750ml .

تەييارلىنىشى: سەمغى ئەرەبى، كەتىرادىن باشقا دورىلار چالا
سوقۇلۇپ، قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغانغا قەدەر
قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ، قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىپ،
ئۈستىدىن سەمغى ئەرەبى، كەتىرالار سالايە قىلىنىپ، قوشۇلۇپ
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-
لتىلىدۇ.

لوئۇقى خەشخاش

تەسىرى: يۆتەل سىىل خاراكتېرلىك قان تۈكۈرۈشلەرنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئاق خەشخاش مېغىزى 150g ، قاپاق مېغىزى 15g ، قەنت 80g.

تەييارلىنىشى: خەشخاش 600ml سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ، قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، قىيامغا قالغان دورىلار تالقانلىنىپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 30g دىن يالىتىلىدۇ.

لوئۇقى خىيارشەنبەر

تەسىرى: زاتىل (پىنمونىيە)، زاتىل جەنبە (پىلۋىرست) لەرنى داۋالايدۇ، ئىچكى ئەزالاردىكى ھارارەتنى پەسەيتىدۇ، ماددىلارنىڭ تېزلىكىنى سالىقىلىتىدۇ.

تەركىبى: پۇنۇس، خىيارشەنبەر 150g دىن (مەلۇم مىقداردا) قايناق سۇغا چىلىنىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ، تەمى چىقىرىلىپ تەييارلانغان)، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، تاتلىق بادام مېغىزى 15g دىن، ماش ئۇنى 21g ، قەنت 45g.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، پۇنۇس، خىيارشەنبەرلەر تەمى چىققان سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ، ئۈستىگە 90ml بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 36g ~ 45g يالىتىلىدۇ.

لوئۇقى رۇبىي سۇس (I)

تەسىرى: قۇرۇق يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، كۆكرەكنى بوشتىدۇ.
تەركىبى: چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، بېھى ئۇرۇقى 6g دىن، ماش، نىشاستە، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق مېغىزى، قوغۇن مېغىزى 15g دىن، خەشخاش 30g، بادام مېغىزى، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 60g دىن.
تەييارلىنىشى: ئۈزۈم بادام يېغى بىلەن پىشۇرۇلۇپ، ئۇنىڭدىن باشقا دورىلار تالقانلىنىپ، مۇسەللەس شەرىئى (بىر خىل ئۈزۈم شەرىئى) بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-لىتىلىدۇ.

لوئۇقى رۇممان

تەسىرى: كونا يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، ئۆپكە ۋە كۆكرەككە چۈش-كەن نەزلىلەرنى تازىلايدۇ.
تەركىبى: تاتلىق ئانار سۈيى، شوخلا شىرنىسى، قەنت مەلۇم مىقداردا، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 15g دىن.
تەييارلىنىشى: ئانار سۈيى قاينىتىلىپ، قىيام بولۇشقا ئاز قالغاندا شوخلا شىرنىسى ۋە قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، قالغان دورىلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ لوئۇق قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-
لتىلىدۇ.

لوئۇقى رۇبى سۇس (II)

تەسىرى: كونا يۆتەل، كۆكرەككە چۈشۈپ قالغان بەلغەملەرنى
يوقتىدۇ، قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، كەتىرا، بادام مېغىزى،
تەرخەمەك مېغىزى، ئارپىبەدىيان تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى
ھەسسە، بادام يېغى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشايدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-
لتىلىدۇ.

لوئۇقى زۇپا

تەسىرى: دەم سىقىلىشنى، كونا يۆتەللەرنى پەسەيتىدۇ، ئۆپكە
ۋە كۆكرەكتىكى قويۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ.
تەركىبى: زۇپا، سەۋسەن يىلتىزى 60g دىن، سۇ 1000ml ،
ھەسەل 280g .
تەييارلىنىشى: زۇپا، سەۋسەن يىلتىزلىرى سۇغا بىر سوتكا
چىلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ سۈزۈلۈپ،
ھەسەل قۇيۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ.
بەزىلەرنىڭ قارشىچە، زۇپا، سەۋسەنلەر تالقانلىنىپ، ھەسەل ۋە
سىركەنجىبىن بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدىكەن.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا

يالتىلىدۇ.

لوئۇقى زەنجىۋىل

تەسىرى: سۇيۇقلۇقتىن بولغان ئاۋاز بوغۇلۇشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: زەنجىۋىل 300g ، كالا سۈتى يېتەرلىك مىقداردا،
پىلىپ 300g، زەپەر، نىشاستە 60g دىن، قەنت، ھەسەل يېتەرلىك
مىقداردا.

تەييارلىنىشى: زەنجىۋىل كالا سۈتىگە چىلىنىپ، ھەر كۈنى
بىر قېتىم يېڭى سۈت ئالماشتۇرۇلۇپ، زەنجىۋىل پۈتۈنلەي يۈمشىد-
غاندىن كېيىن سوقۇلۇپ، قەنت، ھەسەل قىيام قىلىنىپ، ئۈستىدىن
مەزكۇر زەنجىۋىل ۋە باشقا دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ لوئۇق
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-
لىتىلىدۇ.

لوئۇقى سەرپىستان

تەسىرى: يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، گالدىكى قۇرۇقلۇق ۋە يىرىك-
لىكنى تۈزىتىدۇ، كۆكرەك ۋە بەلغەمنى بوشتىدۇ، چوڭ تەرەتنى
يۈمشىتىدۇ.

تەركىبى: سەرپىستان 200 دانە، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 120g ، پۇنۇس،
خىيارشەنبەر 15g دىن، قەنت 270g .

تەييارلىنىشى: سەرپىستان ۋە ئۈزۈملەر 3 لىتىر سۇدا يېرىمى
قالغۇچە قاينىتىلىپ سۈزۈلىدۇ، پۇنۇس، خىيارشەنبەر قۇيۇلۇپ يەنە
سۈزۈلىدۇ، ئۈستىگە قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-
لىتىلىدۇ.

لوئۇقى سوئال

تەسىرى: يۆتەل، دەم سىقىلىشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەرپىستان 50 دانە، چىلان 20 دانە، ئەنجۈر 10 دانە،
ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 45g دىن، ئارپا 90g ، بېسى
ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، كەترا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 15 دىن، خەشخاش
21g، بەدىيان يىلتىزى 9g ، قەنت 135g .
تەييارلىنىشى: كەترادىن باشقا دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 2.5
لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، بوش ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاي-
نىتىلىپ، دورىلار سىقىلىپ سۈزۈلۈپ، قەنت سېلىنىپ قىيام
قىلىنىپ، كەترا ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا يا-
لىتىلىدۇ.

لوئۇقى سىبيان

تەسىرى: بوۋاقلار ۋە بالىلاردىكى يۆتەل، قىزىتما، گالدىكى يى-
رىكىلىكلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، ئاق خەشخاش، چۈچۈكبۇيا
يىلتىزى قىيامى 60g دىن، قاپاق مېغىزى، تەرخەمەك مېغىزى 30g
دىن، تاباشىر 12g ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىۋا ئۇرۇقى 9g دىن.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، بادام يېغىدا قىيام قىل-
نىپ، جۇلاپقا ئارىلاشتۇرۇلۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ئانا سۈتى بىلەن ئارىلاش-
تۇرۇلۇپ يالتىلىدۇ.

لوئۇقى كورۇنبى

تەسىرى: يۆتەل، ئاۋاز بوغۇلۇشلارنى داۋالايدۇ، كۆكرەكتىكى
كېرەكسىز خىلىتلارنى تازىلايدۇ.

تەركىبى: ياخشى پىشقان ئاناس سۈيى 300ml ، چىلغوزا
مېغىزى، چىگىت مېغىزى، ماش 30g دىن، زىغىر، شومشا 15g دىن،
پىستە مېغىزى 45g، ھەسەل 600g .

تەييارلىنىشى: ئاناس سۈيىگە ھەسەل قۇيۇلۇپ قىيام قىلد-
نىپ، قالغان دورىلار تالقانلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ لوئۇقى تەييارلىد-
نىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، مۇۋاپىق مىقداردا
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

لوئۇقى ۋەرد

تەسىرى: قاندىن بولغان زاتلى جەنبىنى، كۆكرەك ئاغرىقىل-
رىنى، يۆتەل، سىل، قان تۈكۈرۈش، قان قۇسۇشلارنى داۋالايدۇ، ئۆتكۈر
قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى 9g دىن، نىشاستە، كەتىرا،
ئاق خەشخاش 6g دىن، گىلى مەختۇم، تاباشىر، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى
قىيامى 12g دىن، زەپەر 2g .

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن
لوئۇقى قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق
مىقداردا يالتىلىدۇ.

مەجۈنى مۇرمەككى

تەسىرى: يۆتەل بىلەن بىرگە كەلگەن دەم سىقىلىش، يۇۋا-سىرنىڭ يېلى ۋە نەپەس يولى كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: تۇربۇت ئۈچ ھەسسە، ھېلىلە كابىلى، ئامىلە، بىر ھەسسەدىن، قەنت بىر ھەسسە، ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇلدا مەجۈن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 12g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى ھېلىلە

تەسىرى: بەدەندىكى سېرىق زەردابىلارنى ھەيدەپ، ئىستىسقاينى زىققىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، نۇربۇت 30g دىن، ئامىلە، زەنجىۋىل 12g دىن، بەلىلە پوستى 6g، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ما-زارىيۇن 23g، قارىمۇچ 15g، ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۈن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى زۇپائى سەغىر

تەسىرى: زۇكام، نەزلە، كونا يۆتەل ۋە باشقا نەپەس يولى كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

تەركىبى: زۇپا، پىرسىياۋشان 30g دىن، بەدىيان يىلتىزى، سەمغى ئەرەبى، كەرەپشە يىلتىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىرە، شومشا، كاسىنە ئۇرۇقى، ئارپىد- بەدىيان، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى 6g دىن، تاغ پىيىزى، سۈن- بۇل، ئىزخىر، تۇربۇت، غارىقۇن 9g دىن، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى 12g دىن، ئەپپيۇن 30g، نېلۇپەر، كەتىرا، كۈندۈر، قىزىلگۈل، گاۋزىبان، بادىرەنجىبۇيا 5g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى زۇپا

تەسىرى: زۇكام، يۆتەل، نەزلە، ھەرخىل ئىستىسقىنى داۋالايدۇ (سىناقىتىن ئۆتكەن).

تەركىبى: بەدىيان يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، شومشا ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 9g دىن، سەمغى ئەرەبى، كۈندۈر، مەستىكى، كەتىرا، بوزۇغا، زەنجىۋىل 3g دىن، زۇپا، پىرسىياۋشان 21g دىن، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى 15g دىن، ئەپپيۇن 30g، ئەنسىل (تاغ پىيىزى)، تۇربۇت، غارىقۇن 9g دىن، دارچىن، پىلىپ 6g دىن، سۈنبۇل، چىلغوزا مېغىزى، پىستە مېغىزى، ئىزخىر، زىغىر 8g دىن، بۆرە جىگىرى، تاغ تېكىسىنىڭ مۇشگۈزى 9g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 12g ~ 9 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى زۇپائى كەبىر

تەسىرى: زۇكام، نەزلە، ھەرخىل تىپتىكى ئىستىسقىنى داۋا-
لايدۇ. قۇرۇقلۇقنى پەسەيتىپ، بەدەننى سەمىرتىدۇ، يۈرەكنى كۈچ-
لەندۈرىدۇ، دەم سىقىلىش ۋە باشقا نەپەس يولى كېسەللىكلىرىنى
داۋالايدۇ.

تەركىبى: غاپەس، مۇرمەككى، زەپەر، زىرە، قۇندۇزقەھرى، بەزد-
رۇلبەنجى، پەرىپيۇن، قۇستە، قەردمانا، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش
پوستى، تاغ تېكىسىنىڭ مۇڭگۈزى (كۆيدۈرۈلگەن) 9g دىن، جاۋا-
شىر، سۇنبۇل، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى
قىيامى، سېرىق ھېلىلە پوستى، كابىلى ھېلىلە پوستى، بەلىلە،
ئامىلە، قارا ھېلىلە، 12g دىن، ئەپيۇن 45g ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى،
چىلغوزا مېغىزى، بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، زۇپا، پىرسياۋ-
شان 30g دىن، ھەببى بېلىسان، سەمغى ئەرەبى، ئۇد بېلىسان، مەستە-
كى، دارچىن، ئىزخىر، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، ئەپسەنتىن
ئۇرۇقى، جويۇز، پىلىپىل، پارپى، كەتىرا، شاقاقۇل، ئاق تۇدرى، قىزىل
تۇدرى، زەنجىۋىل، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن،
ھەببى قەلقلە، كۈندۈر، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 6g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 2g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى زىراۋەن

تەسىرى: دەم سىقىلىش ۋە بەلغەمدىن بولغان يۆتەلنى داۋالايدۇ، كۆكرەك ساھەسىدە توپلىشىۋالغان قويۇق خىلىت ۋە يىرىڭلارنى تازىلايدۇ.

تەركىبى: يۇمىلاق زىراۋەن، قەردمانا، پىلىپىل، گاۋزىبان، ئاد-راسمان، ئاچچىق بادام مېغىزى، رەۋەن، تۇخىمى ئەنجىرە (چاققاقئوت، غۇرۇقى) 15g دىن، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، پىرسياۋشان، زۇپا 6g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g زۇپا قايناتمىسى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سوئال

تەسىرى: سۇيۇقلۇقتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىدۇ. تەركىبى: چىلغوزا مېغىزى 9g، پىستە مېغىزى 15g، بادام مېغىزى، زىغىر 30g دىن، قەنت 280g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە. تەييارلىنىشى: ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سوئال رۇتەبى

تەسىرى: سۇيۇقلۇقتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىدۇ، چوڭ

ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 7 ~ 9g ئىستېمال قىلىنىدۇ.
ئەسكەرتىش: دارىششان تېپىلمىسا، ئۇنىڭ ئورنىغا ئاسارۇن ئىشلىتىلىدۇ.

مەجۇنى قۇب ئۆلمەلىك

تەسىرى: كونا يۆتەل، كۆكرەك ئاغرىقى، دەم سىقىلىشلارنى داۋالايدۇ، بوغۇم ئاغرىقى، تال كېسەللىكى، كونا تەپلەر، ئۈچەي يارىسى ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشنى داۋالايدۇ، قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ.
تەركىبى: جىنتىيانا رۇمى، ئۈستقۇددۇس، قەردمانا، جاۋاشىر، كاماپتۇس، سۇزاپ ئۇرۇقى، تاغ كۈدىسى ئۇرۇقى، تاغ سامسىقى، مئەسائىلە 15g دىن، مۇرمەككى، زەپەر، قۇستە، ئاقمۇچ، ئىزخىر، سۈنبۇل، پەرىپىيۇن، شەۋكىران يىلتىزى پوستى، ئۇشەق، پىننە، ئارپىبەدىيان، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، دۇقۇ، نارجىل گۈلىنىڭ يوپۇرمىقى، ھەببى بېلسان 9g دىن، گۈلدارچىن 24g ، سەلىخە (قېلىن دارچىن) 48g، غاپەس ئوسارسى، ھىندىقۇقۇ ئۇرۇقى، بادام يېلىمى 9g دىن، ئەپپيۇن، ئاق بەزىرۈلبەنجى (مىڭدۆنە) 18g دىن، قەنت 12g ، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئېرىتىلىدىغانلىرى مۇسەللەستە ئېرىتىلىپ، سوقۇلىدىغانلىرى سوقۇلۇپ، تالقانلىنىپ ھەسەل ۋە قەنت بىلەن يۇغۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: «ئەلقانۇن» دا يېزىلىشىچە، مەزكۇر دورىنى تەييارلاپ، ئالتە ئايدىن كېيىن ئىستېمال قىلىنسا، ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ، دېيىلگەن («قارابادىن» ناملىق كىتابتىن).

مەجۇنى مۇنەففىس

(بەلغەم بوشاتقۇچى مەجۇن)

تەسىرى: قويۇق بەلغەم ياكى يىرىك بەلغەملىك يۆتەلنى داۋالايدۇ، بەلغەم ياكى يىرىكلىرىنى بوشىتىپ چىقىرىپ، كۆكرەكتىكى خىر - خىر ئاۋازلارنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: پىرسياۋشان، قوغۇن مېغىزى 30g دىن، ئاچچىق بادام مېغىزى، جىنتىيانا، زىراۋەن 15g دىن، ئېرقىنىنسا 12g ، كەپە يىلتىزى پوستى، كورسەنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان 6g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى بارىد

تەسىرى: كۆكرەك كېسەللىكلىرى ۋە باش قېيىشنى داۋالايدۇ، بەدەندىن كېلىدىغان سېسىق پۇراقلارنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل 30g، زىرىق، بېھى ئۇرۇقى، فۇفەل (بىگلاڭ) 9g دىن، ئاق سەندەل، تاباشىر، گىلى ئەرمىنى، بادىرەنجىد، بۇيا، پىستە پوستى، تۇرۇنچى پوستى 6g دىن، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، سېمىزئوت ئۇرۇقى، گاۋزىبان گۈلى 15g دىن، ئالما شەرىپىتى 300g.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، ئالما شەرىپتى بىلەن
يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇلخەلاپ

تەسىرى: تۆت خىل ماددىغا ئوخشاشلا تەسىر كۆرسىتىدۇ،
توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، نەپەس يوللىرىنى
ياخشىلايدۇ، مۇرەككەپ تەپلەر، يۆتەل ۋە باشقا قىزىتمىلىق
كېسەللىكلەرگە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: سۆگەتنىڭ يۇمران ياپرىقىنى سوقۇپ، سىقىۋې-
لىنغان سۈيى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: بىر كېچە تۇرغۇزۇلۇپ سۈزۈلدۈرۈلۈپ
ئىستېمال قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
60 ~ 90ml دورىغا 5g ~ 1 شېكەر ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى خىيارشەنبەر رىئەۋى

تەسىرى: يۆتەل، كۆكرەكنىڭ يىرىكلىكى، قۇرۇقلۇقى ۋە زۇ-
كامنى داۋالايدۇ، چوڭ تەرەتنى بوشتىدۇ.
تەركىبى: چىلان 20 دانە، سەرىستان 30 دانە، ئۇرۇقى يوق ئۇ-
زۇم 30g، بىنەپشە 12g، ئەنجۈر 10 دانە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 21g،
تەرەنجىبىن 30g.
تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 2000ml سۇدا ئۈچتىن

بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈرۈلگەندىن كېيىن ،
خيارشەنبەر شىرنىسى، تەرەنجىبىنلەر قوشۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا
100ml ~ 50 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى زۇپا

تەسىرى: يۆتەل ۋە دەم سىقىلىشىنى پەسەيتىدۇ.
تەركىبى: چىلان، سەرپىستان 20 دانىدىن، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم،
ئەنجۈر 10 دانىدىن، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 12g، پىرسياۋشان 9g ، ئاق
لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى، زۇپا، گۈلى سەۋسەن يىلتىزى،
شومشا 6g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 2000ml سۇدا يېرىمى
قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەركۈنى 100ml نى
بىنەپشە مۇرابباسى ياكى لوئۇقى خەشخاش بىلەن ئىستېمال قىلد-
نىدۇ.

مەتبۇخى سەرپىستان

تەسىرى: كۆكرەك ۋە نەپەس يوللىرىنى تازىلايدۇ، يۆتەل، زۇ-
كامنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: چىلان 10 دانە، سەرپىستان 20 دانە، ئەنجۈر بەش دانە،
پىرسياۋشان، ئۈزۈم، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 30g دىن، چۈچۈكبۇيا
يىلتىزى، بېھى ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، بىنەپشە 15g دىن.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا

ئەھۋالغا قاراپ 75ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇراببائى بادام مەغزالى

تەسىرى: يۆتەل ۋە كۆكرەكتىكى قۇرۇقلۇقنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بادام مېغىزى (پوستىدىن ئاقلانغان) 500g ، ھەسەل 1.5kg.

تەييارلىنىشى: بادام ئىنتايىن يۇمشاق سوقۇلۇپ، ھەسەلنىڭ كۆپۈكى ئېلىۋېتىلگەندىن كېيىن، ئارىلاشتۇرۇلۇپ مۇراببا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: ئەھۋالغا قاراپ يېيىلىدۇ.

مۇراببائى بىنەپشە

تەسىرى: كۆكرەك ۋە گالدىكى قۇرۇقلۇقنى ئالىدۇ، ئىسسىق-تىن بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، نەپەس ئەزالىرىنى ياخشىلايدۇ، نەزلە، زۇكام ۋە سۈيدۈك يولىنىڭ ئېچىشىنى داۋالايدۇ.

زىيانلىقى: ئاشقازاننى ئاجىزلاشتۇرۇپ، مەنىنى يوقىتىدۇ.

تۈزەتكۈچىسى: گۈلقەنت.

تەركىبى: يىلتىزلىرىدىن تازىلانغان ھۆل بىنەپشە 500g ،

شېكەر 1kg.

تەييارلىنىشى: بىنەپشە يۇمشاق سوقۇلۇپ، خېمىر قىلىنىپ، ئۈستىگە شېكەر ئارىلاشتۇرۇلۇپ، بىرقانچە كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: ئەھۋالغا قاراپ يېيىلىدۇ.

مۇرابائى گۆزەر

(سەۋزە مۇراباسى)

تەسىرى: ئاۋازنى ئاچىدۇ، نەزلە، زۇكام، يۆتەلنى داۋالايدۇ،
ئۆپكەنى ياخشىلايدۇ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: ئىچىدىكى ئەمىنى ئېلىپ تاشلانغان سەۋزە توغرىلا-
مىسى 1kg، ھەسەل 2kg، ئۇد ھىندى، قەلەمپۇر، دارچىن، زەنجىر-
ۋىل، لاجىندانە، جويۇز، زورۇنات، كاۋاۋىچىن 2g دىن.
تەييارلىنىشى: سەۋزە ئوبدان يۇيۇپ توغرىغاندىن كېيىن،
مەلۇم مىقداردىكى سۇ بىلەن ئۇزۇنغىچە قاينىتىلىپ، پىشىپ ھال-
ئىدەك ھالەتكە كەلگەندىن كېيىن، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇلۇپ بىرئاز
قاينىتىلىدۇ، دورىلار تالقىنى ئۈستىدىن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئەينەك
قاچىغا قاچىلىنىپ 40 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: ئەھۋالغا قاراپ يېيىلىدۇ.



تېرە كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا رېتسىپلىرى

مەجۇنى ئىتىرىفىل شاھتەررە

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قىچىشقاق، تەمرەتكە، سەپرادىن بولغان قورساق ئاغرىقى، گال يارىسى (ئابلە پەرەڭگى) غا ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: بەلىلە پوستى، تازىلانغان ئامىلە 60g دىن، سېرىق ھېلىلە پوستى 120g ، كابىلى ھېلىلە پوستى 90g ، سانا 30g ، قىزىلگۈل 18g ، شاھتەررە 150g ، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم ئۈچ ھەسسە. تەييارلىنىشى: ئىتىرىفىل تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10g ~ 6 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىتىرىفىل بەرەس

تەسىرى: بەھەق، بەرەس (ئاق كېسەل) گە ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: ھېلىلە كابىلى، مەككە ساناسى 30g دىن، دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى) 3g
تەييارلىنىشى: ئىتىرىفىل تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10g ~ 6 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىتىرىفىل ھامان

تەسىرى: بەرەس (ئاق كېسەل)، بەھەق (بەرەسنىڭ خەۋەرچىسى) كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، چاچنىڭ قارىلىقىنى ساقلايدۇ، بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەرگە ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: كابىلى ھېلىلە پوستى 60g، بەلىلە پوستى، تازىلا-نغان ئامىلە، ئەپتىمۇن (سېرىق يۆگەي)، بەرەڭگى كابىلى 30g دىن، تۇربۇت 45g، ئۈستقۇددۇس، بىستىپايەنج 21g، غارىقۇن 15g، كۈندۈر، قۇستە، سەئىدى كوفى، زەنجۈل، زۇپا 9g دىن، شەترەنجى ھىندى، سازەج ھىندى، مەستىكى رۇمى، رۇم بەدىيان، قەلەمپۇر، ھاشا 6g دىن، پىلپىل، قارىمۇچ، نارمىشكى 12g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە (دورلار ئومۇمىي مىقدارىنىڭ).

تەييارلىنىشى: ئىتىرىفىل تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 9g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئەگەر ئىخراج ئۈچۈن ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، مىزاج ئەھۋالىغا قاراپ كۆپەيتىلسە بولىدۇ.

مەجۇنى تەرياقى ئەقرەپ

تەسىرى: چاپان چېقىمۇالغانلارغا ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: ياڭاق مېغىزى، سامساق 6g دىن، سۇزۇپ، ھىڭ، مۇرمەككى 3g دىن.

تەييارلىنىشى: ئەنجۈرنىڭ شىرنىسىدە يۇغۇرۇپ خېمىر

قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 2g دىن يېيىلىدۇ.

مەجۈنى تەرياقى تىنى مەختۇم (تەركىبىدە گىلى مەختۇم بار تەرياق)

تەسىرى: زەھەرلىك دورىلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.
تەركىبى: گىلى مەختۇم، ھەبۇلغار، گۈلى سەۋسەن يىلتىزى
قاتارلىقلار تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلار سوقۇلۇپ، گۈل يېغىدا مايلاپ تالقان
قىلىنىپ، ھەسەل قوشۇلۇپ خېمىر قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەلھىمى تىزىپى پارۇق (كسىلاتا خاراكىتەرلىك سۇيۇقلۇقلار)

تەسىرى: بەرەس (ئاق كېسەل)، بەھەق، كەلەپ (داغ) لەرنى
داۋالايدۇ.
تەركىبى: شورا، زاك 300g دىن.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تىزىپ تارتىلىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھىمى تىزىپى گۇڭگۇرت

تەسىرى: بەرەس، بەھەق، تەمرەتكە، تاز، جۇزاملارغا ئۈنۈم
بېرىدۇ.
تەركىبى: تازىلانغان گۇڭگۇرت سېرىقى 5kg .
تەييارلىنىشى: مەلھىم تەييارلاش قائىدىسى بويىچە

تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا سۈرتۈلىدۇ.
ئەسكەرتىش: بۇ يەردە بەرەس كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئاپخون
ئۆزى قوللانغان بىر رېتسېپنى تونۇشتۇرۇپ ئۆتىمىز: بۇ خىل كېسە
سەللىكلەرنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن بەلغەم ماددىسىنى تازىلاش مەقسەت
سىتىدە ئۇزۇن مۇددەتكىچە ئىتريفىل ھامان ياكى ئاپارەنج پەيقرى
ياكى ھەببى ئاپارەنج ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. بەدەن سىرتىدىن
ئىشلىتىشكە شورا، موزا، كۇچۇلا، شاھتەررە، ئاقىرقەرھا، ھېلىلە،
قارا يىلان، ئاق پارىيى، تۇرۇپ ئۇرۇقى 15g دىن، بىنەپشە يىلتىزى،
قوغۇن ئۇرۇقى، مۇشۇك قېنى، چاشقان قېنى، ئاق سىماب 3g دىن،
زەمچىدىن 1.5g ئېلىپ دورا تەييارلىنىدۇ.

تەييارلىنىشى: سىمابنى ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم بىلەن يۇغۇرۇپ،
ئوبدان قارا بولغاندا، سۈتتە ئېزىلىپ خېمىر قىلىنىپ، بەدەن
سىرتىغا سۈركۈلىدۇ. يەنە بىر خىل ئۇسۇل: بەرەس بولغان ئورۇن
پىچاق بىلەن قىرىلىپ، تازا قىزارغاندا سىركە مېلىنگەن سەرسىبىل
تالقىنى سۈركەلسىمۇ بولىدۇ.

زىمادى تېلایى ئۆشەنە

تەسرى: ئەرلەرنىڭ جىنسىي ئەزاسى قىچىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: شىياپى، مامسا، ئاقاقىيا 12g دىن، ئۆشەنە 6g ، نۆ-
شۇدۇر 1g، زەپەر 1g .
تەييارلىنىشى: دورىلار ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ، گۈل يېغى ۋە
سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ياسىلىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا چېپىلىدۇ.

زىمادى تېلایى ھەدەپ

تەسرى: كىرىپك تۆكۈلۈشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن خورما ئۇرۇقى، سۈنبۈل، چاشقان ما-
يىقى، پىلىپىل بىر ھەسسەدىن، سۈرمە ئۈچ ھەسسە، قەلەي ئالتە
ھەسسە، زەپەر يېرىم ھەسسە.
تەييارلىنىشى: ياخشى يۇمشىتىلىپ، دورىلار ياخشى تالقان-
لىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا ئىشلىتىلىدۇ.

شىياپى تېلایى ھىككە

تەسرى: ئاياللارنىڭ جىنسىي يولى قىچىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سۇزاپ، كاسنە سۈيى، نېلۇپەر، قاراسۇنا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، كا-
سەنە سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

زىمادى ھىككە

تەسرى: ھەرخىل تىپتىكى قوتۇر، قىچىشقاق، باش
تەمرەتكىلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تونۇر داشقىلى 10 ھەسسە، تۈز بىر ھەسسە، سىركە
مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: مەلھەم قىلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ھەببى بەرەس

تەسرى: ئاق كېسەلنى داۋالايدۇ، بەلغەم، سەۋدا، سەپرادىن
بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.
تەركىبى: سەبرى 15g ، ئەپتىمۇن 30g ، لاجىۋەرد تېشى

21g، سوقمۇنيا، شەھمەنزەل، قارا خەربەقلەر 30g دىن، سۇنبۇل، رۇمبەدىيان 3g دىن.

تەييارلىنىشى: كەرەپشە سۈيىدە 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى بەھەق

(سۆسۈن داغ پىلولىسى)

تەسرى: بەھەق (سۆسۈن داغ) نى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تۇربۇت 10g ، سەئىدى كوفى، غارىقۇن، ئەپتىمۇن 12g دىن، قارا ھېلىلە، شەترەنجى ھىندى، ئەپسەنتىن ئوسارسى 6g دىن، سوقمۇنيا 9g ، مۇقەل، رۇمبەدىيان 3g دىن. تەييارلىنىشى: خاس سۇ بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى دائۇسسۇئىلەپ بەلغىمى

تەسرى: بەلغەمدىن بولغان دائۇسسۇئىلەپ (دائىرىلىك چاچ چۈشۈش) نى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تۇربۇت، سەبرى 30g دىن، شەھمەنزەل 10g . تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى دائۇسسۆئىلەپ سەپراۋى

تەسىرى: سەپرادىن بولغان دائىرلىك چاچ چۈشۈشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سېرىق ھېلىلە، قىزىلگۈل 5g دىن، سەبرى 3g ،
سوقمۇنىيا 4g.

تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى دائۇسسۆئىلەپ مۇرەككەپ

تەسىرى: بەلغەم ۋە سەپرانىڭ بىرىكىشىدىن بولغان دائىرلىك
چاچ چۈشۈشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئەپتىمۇن 12g ، شەھەنزەل، سوقمۇنىيا، ھىنىدى
تۈزى، ئەپسەنتىن 6g دىن، سەبرى 30g ، ئەنزىرۇت، بىستىپايەنج 9g
دىن، تۇرپۇت 36g.

تەييارلىنىشى: خاس سۇ بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g
دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سىماب

تەسىرى: سىبىلىس (ئاتشەك)، جۇزام (لىپىرا)، كونا جاراھەت،
ناسۇر (ئاقما) ۋە يەلدىن بولغان تۈرلۈك يارىلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سىماب، پىستە مېغىزى، بادام مېغىزى، خېنە بەر-
گىسى 9g دىن، مۇقەل، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، ئەنزىرۇت، جۇڭگو
رەۋىنى، تۇرپۇت 15g دىن، غارىقۇن، نىشاستە، زەپەر، مەستىكى 6g

دىن، كاپۇر، پارپى، سوقمۇنىيا 3g دىن.

تەييارلىنىشى: سىماب لىمون سۈيى ۋە خېنە سۇلىرى بىلەن سالايە قىلىنىپ ئۆلتۈرۈلۈپ (زەھەرسىزلەندۈرۈلۈپ)، مەزكۇر دورا-دارىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، لىمون سۈيىدە 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم بىر دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى شاھتەررە

تەسىرى: قوتۇر، تەمرەتكە، چارلاش، قىچشقا، باش تەمرەت-كسى قاتارلىقلارنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە پوستى 15g دىن، سەبىرى 21g، سوقمۇنىيا 8g.

تەييارلىنىشى: شاھتەررە سۈيىدە 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى بىيز

(تۇخۇم يېغى)

تەسىرى: سىرتىدىن سۇۋاش ئارقىلىق ئىككى ھەپتە ئىچىدە چاچ ئۈندۈرىدۇ.

تەركىبى: تۇخۇم سېرىقى 30 دانە، تۆمۈر كېپىكى (ئىككەكلەند-مىسى)، ھەببۇلئاس بەرگىسى 30g، زەيتۇن يېغى 750g، پۈتۈن قوغۇن بىر دانە.

تەييارلىنىشى: تۇخۇم سېرىقى ۋە باشقا دورا تالقانلىرى ياخشى

ئارىلاشتۇرۇلۇپ، قوغۇننىڭ بىر تەرىپىدىن كىچىك بىر تۆشۈك ئېچىلىپ، ئىچىدىكى ئۇرۇقلىرى تۆكۈۋېلىنغاندىن كېيىن، ئىچىگە يۇقىرىقى دورىلار قاچىلىنىپ، تۆشۈك مەھكەم ئېتىلىپ، ئۈستىدىن يەنە گىلى ھىكمەت قىلىنىپ، تونۇر قوقمىسىغا بىر سوتكا كۆمۈ-لىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئېلىنىپ، قوغۇن تۆشۈكى ئېچىلىپ، ئۇزۇن قوچۇپ ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ساقلاپ بەدەن سىرتىغا سۈركىلىدۇ.

رەۋغىنى ھىنا

(خېنە يېغى)

تەسىرى: ئېرقىنىنسا (يىناپاش ئاغرىقى) ۋە تۈرلۈك بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ، چاچ ساقالىنى قارايتىدۇ.

تەركىبى: خېنەنىڭ ھۆل بەرگىسى، خېنە چېچىكى 12g دىن. تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار سوقۇلۇپ سۈيى ئېلىنىپ، شۇ سۇنىڭ يېرىمىغىچە كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى نارجىل

تەسىرى: چاچنى قارايتىدۇ.

تەركىبى: پوستى قىرىۋېتىلگەن پۈتۈن نارجىل 39g ، ئامىلە 27g، تۆمۈر ئېكەكلەنمىسى (تۆمۈر كېپىكى) 6g، توغرىغا 2g.

تەييارلىنىشى: باشقا دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ، نارجىل ئىچىگە قاچىلىنىپ، ئۈستى خېمىر بىلەن ئورلىپ، ئۇنىڭ ئۈستىدىن يەنە سامان، توزغاقلاردىن ياسالغان لاي بىلەن ئورلىپ، ئوتقا كۆمۈلۈپ، بىر سائەت ئەتراپىدا تۇرغۇزۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ساقلاپ بەدەن سىرتىغا ئىشلىتىلىدۇ.

زەرۋرى مەدەستان

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى كۆيۈكلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: مەدەستان، ھاك، خېنە تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: تالقان تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاۋۋال كۆيۈكنى گۈل يېغىدا ياغلاپ، ئۈستى-

دىن يۇقىرىقى دورىلار تالقىنى سېپىلىدۇ.

زىمادى دائۈلھەييە

تەسىرى: دائىرىلىك چاچ چۈشۈپ كېتىشىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: شەترەنجى ھىندى، كۈندۈش بىر ھەسسەدىن، زەرنەخ

ئىككى ھەسسە، زەيتۇن يېغى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن

خېمىر قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى سەۋدا

تەسىرى: مالىخۇلىيا، ۋەسۋاس، سەۋدادىن بولغان كېسەللىك-

لەرنى داۋالايدۇ. بەھەق، جۇزام، سەۋدادىن بولغان ئىششىق، قوتۇر،

تەمرەتكە، چارلاشلارغا پايدا قىلىدۇ.

تەركىبى: لاجىۋەرد 6g ، يۇيۇلغان ئەرمەن تېشى، قارا ھېلىلە،

كابىلى ھېلىلىسى، سېرىق ھېلىلە، بەلىلە 12g دىن، بادام يېغىغا

ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئەپتىمۇن، بىستىپايەنج 21g دىن، سانا، گۈلبىنەپشە

15g دىن، شاھتەررە ئۇرۇقى 18g، بالەنگۈ ئۇرۇقى 9g، شاھتەررە

(سوقۇلمايدۇ) ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: سۇفۇپ دورىلارنى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە

تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g ~ 3 شېكەر قوشۇلۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى شاھتەررە (I)

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىد- رىنى سۈرۈپ چىقالايدۇ، خىلىتلارنىڭ ئۆزئارا نورماللىقىنى ساقلايدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، تەمرى ھىندى 90g دىن، قارا ھېلىلە، كابىلى ھېلىلىسى، سانا، گاۋزىبان، بىستىپايەنج، چۈ- چۈكبۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشان 60g دىن، ئەينۇلا 30 دانە، چىلان، سەرىپستان 50 دانىدىن، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 9g ، زىرىق 15g ، گۈلبىنەپشە 21g، نېلۇپەر 15g .

تەييارلىنىشى: دورىلار شاھتەررە سۈيىگە بىر سوتكا چىلد- نىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml ~ 21 دورا مائۇلجەبىن بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى شاھتەررە (II)

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، بەلغەم، سەۋدا ۋە كۆيۈك خىلىتلارنى تازىلايدۇ، قوتۇر، تەمرەتكە، جۇزام قاتارلىق تېرە كې- سەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، تەمرى ھىندى (ئېتى) 90g دىن، كابىلى ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، گاۋزىبان، سانا، بىستى- پايەنج، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشان 60g دىن، ئەينۇلا 30 دانە، چىلان، سەرىپستان 50 دانىدىن، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 9g ، قىزىل- گۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى سېرىق چېچىكى 15g، گۈلبىنەپشە 21g ،

نېلۇپەر 10g، كۆك شاھتەررە سۈيى 2.7 لىتىر، تەرەنجىبىن ياكى قەنت مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى قائىدە بويىچە تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: خىيارشەنبەر، مەھمۇدى، مائۇلجەبىن قوشۇپ ئىچىلسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

قۇرسى ئەنزىرۇت

تەسىرى: سىبىلىس، كۆيۈك ۋە ھەرخىل جاراھەتلەرنى داۋالايدۇ. بەدەننى تازىلاش مەقسىتى بىلەن يېپىلگەندە تۈزلۈك ۋە ئاچچىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش لازىم. بۇ دورا تەييارلىنىپ 40 كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ. قۇۋۋىتى ئىككى يىل تۇرىدۇ. بەزىلەر مۇنۇلارنىمۇ قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ: بۇغداي ئۇنى 24g، سىماب (كۈشتە قىلىنغان) 9g، ئەپيۈن مۇۋاپىق مىقداردا. تەييارلىنىشى: دورىلار ئالقانلىنىپ، گۈلاب بىلەن 0.5 ئۆلچەمدە تاپلېتكا ياسىلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ، زۆرۈر تېپىلغاندا ئاز مىقداردا ئىستېمال قىلىنسا بولىدۇ.

قۇرسى مۇرمەكى جىلدى

تەسىرى: قوتۇر، تەمرەتكە قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە كابىلى پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە، بە-رەڭگى كابىلى بىر ھەسسەدىن، تۇربۇت ئىككى ھەسسە، قەنت پۈتۈن دورىلارنىڭ بىر ھەسسەسىچىلىك.

تەييارلىنىشى: قەنت قىيام قىلىنىپ، قالغان دورىلار

تالقانلىنىپ، قىيامغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى سەئىپە

تەسىرى: سەئىپە(سەپكۈن)، باش تەمرەتكىسى، چارلاش، سو-غۇقتىن بولغان ئىششىقلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زەرچىۋە، ئاچچىق بادام مېغىزى بىر ھەسسەدىن، مۇقەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مۇقەل كونا سىركىگە چىلىنىپ، ياخشى يۇمشىتىلىپ، دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا ياسىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كاسىنە سۈيىدە ئېرىتىلىپ، سىرتتىن سۈرۈكىلىدۇ.

مائۇلجەبىن

تەسىرى: جۇزام (لىپىرا)، قوتۇر، تەمرەتكە، تاز، قىچىشقاق، كۆز تۇتۇلۇشلارنى داۋالايدۇ، بەدەندىكى خىلىتلارنى نورمال ھالغا كەلتۈرىدۇ.

تەركىبى: سۈت 1500ml ، سىركە 250g ، ئەپتىسىمۇن 60g ، گاۋزىبان، قىزىلگۈل، ئۈستقۇددۇس، سانا 15g دىن، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە، شاھتەررە 9g دىن، بىستىپايەنج، فەرەنجىمىشىكى، ھىندى تۇزى 6g دىن، تەمرى ھىندى 30g، زەنجىۋىل 60g.

تەييارلىنىشى: سۈت قاينىتىلىپ، بىر ئۆرلىگەندىن كېيىنلا سىركە قۇيۇلۇپ، يەنە بىر قاينىتىلىپ، تاختا ئەلگەك ئۈستىگە قور-يۇلۇپ، سۈتنىڭ پىشلاق قىسمى ئايرىۋېلىنىپ، ئاستىغا ئۆتكەن

سېرىق سۈيىگە ئەپتىمۇن، ئۈستۈدۈس، گاۋرىيانلار (بىر كىچىك خالتىغا قاچىلىنىپ) سېلىنىپ، سۇس ئوتتا قىزىدۇرۇلۇپ، دورىلار راسا يۇمشىغاندىن كېيىن قايتا قايتا مۇجۇلۇپ، دورا تەبىئىي چىقىمى بىرلىپ بولغاندىن كېيىن سىقىپ تاشلىنىدۇ، قالغان دورىلار تالقانلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ.

مائۇل شاھتەرەج

تەسىرى: شەرىپەت ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن بىرلەشسە قاندىن بولغان تەپلەرنى پەسەيتىدۇ، سىركەنجىبىن، ئەپتىمۇن بىلەن بېرىلسە، سەۋدادىن بولغان تەپ ۋە تېرە كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، ئىسكەنجىبىن بۇزۇرى ياكى سىركەنجىبىن ساددا بىلەن بېرىلسە، توسالغۇلارنى ئېچىپ، قان تازىلايدۇ. كۆپۈك (بۇزۇق) ماددىلارنى يۇمشىتىش مەقسەت قىلىنسا، تەرەنجىبىن، شىرخىشلار بىلەن بېرىلىدۇ.

تەركىبى: تازىلانغان ھۆل شاھتەرە سۈيى مەلۇم مىقداردا، سېرىق ھېلىلە پوستى ئاز مىقداردا. تەييارلىنىشى: مەزكۇر سۇغا سېرىق ھېلىلە پوستى سوقۇلۇپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ (تالغا بولغان يامان تەسىرنى توسۇش ئۈچۈن)، بىر كېچە تۇرغۇزۇلىدۇ، ئەتىسى سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60g ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى بەرەس

تەسىرى: بەھەق، بەرەس (ئاق كېسەل) نى داۋالايدۇ، ھەرخىل تىپتىكى داغلارنى ئالىدۇ، سەۋدا ۋە كۆيگەن خىلىتلارنى سۈرۈپ تازىلايدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە كابلە، سېرىق ھېلىلە، كىشمىش ئۈزۈم، ئەپتىمۇن 30g دىن، ئەنجۈر 10 دانە، نۇرپۇت، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئىزخىر 9g دىن، بىستىپايەنج 15g، مەستىكى، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى 6g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: ئالدى بىلەن 5g دىن ئايارەنج پەيقرى، غارىقۇنلار ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ، يەپ بولغاندىن كېيىن، مەزكۇر مەتبۇختىن 60g ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى شاھتەررە

تەسىرى: ماددىلارنى تەڭشەيدۇ ھەم ئىچىنى سۈرىدۇ. ئومۇمىي بەدەننى بۇزۇق خىلىتلاردىن تازىلاپ، تېرە كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە پوستى، كابلە ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، تازىلانغان ئامىلە 15g دىن، شاھتەررە، بە- نەپشە 21g دىن، سانا 12g، نېلۇپەر، مامىرانچىنى 3g دىن، گاۋزىبان، ئەپتىمۇن، قىزىلگۈل 9g دىن، ئارپىبەدىيان، كاسىنە ئۇرۇقى، كەرەپ- شە ئۇرۇقى، بىستىپايەنج، ئۈستقۇددۇس، پىننە 6g دىن، چىلان، ئەي- نۇلا 20 دانىدىن، كاسىنە يوپۇرمىقى 40g، تەرەنجىبىن 90g، پۇنۇس، خىيارشەنبەر، تەمرى ھىندى 45g دىن.

تەييارلىنىشى: مەتبۇخ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: 1 ~ 3 قېتىمدا ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

مەلھىمى بەرەس

تەسىرى: ئاق كېسەلنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن مىس، سېرىق زەرنەخ، شەترەنجى

ھىندى، ھاك، زىراۋەنلەر تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار يۇمشاق تالقانلىنىپ، بوۋاق سۈيدۈكى ياكى كونا سىركىگە چىلىنىپ، 20 كۈن ئەتراپىدا تومۇزنىڭ ئاينىدا پىدا تۇرغۇزۇلىدۇ، ھەر كۈنى بىر قېتىم ئارىلاشتۇرۇلۇپ، قوچۇپ بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يەرلىك ئورۇن بوۋاق سۈيدۈكى ياكى كونا سىركە بىلەن يۇيۇلۇپ، ئاندىن كېيىن مەلھەم سۈرتۈلىدۇ (سىرتىدىن).

مەلھىمى سانايى مەككى

تەسىرى: تېرە كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سانا، سېرىق ھېلىلە پوستى، ياغدا سالايە قىلىنغان مەدەستان، كۈمۈش كۆيۈندىسى تەڭ مىقداردا، بىنەپشە يېغى ياكى گۈل يېغى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئەھۋالغا قاراپ بەدەن سىرتىغا چېپىلىدۇ.

مەلھىمى سەرپىستان

تەسىرى: داغقا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: قىچا چاققاق ئۇرۇقى، گۈڭگۈرت سېرىقى، كۆپۈكى دەريا، ئۈزۈنچاق زىراۋەن، ئوشەق، مۇقەل 12g دىن، كونا زەيتۇن يېغى 90mg، قىزىل موم 21g.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يەرلىك ئورۇنغا ئەھۋالغا قاراپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ.

مۇجەررەبى بەرەس

تەسىرى: بەرەسنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: سۈپۈرگە ئۇرۇقى 45g، يىلان تېرىسى، سۇزاپ يوپۇر-
مىقى 30g دىن.

تەييارلىنىشى: مەزكۇر دورىلار تالقانلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: كۈندە بىر قېتىم مەزكۇر تالقاندىن 10g مەلۇم
مىقداردىكى ئۈزۈم شەرىتىگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ،
بىمار ئاپتاپتا چىلىق - چىلىق تەرلەنگۈچە ئولتۇرىدۇ، شۇ بويىچە
بەش كۈن داۋام قىلىدۇ.

نۇقۇنى جەرەپ

تەسىرى: ھەرخىل تېرە كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئەينۇلا 15 دانە، تەمىرى ھىندى،
تېرىز شەكەرى 30g دىن، قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ،
سقىلىپ سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر تېخىمۇ ئۆتكۈررەك بول-
سۇن دېيىلسە، سانا، شاھتەررەلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇلىدۇ،
لېكىن بۇ چىلانمىنى ئىچىشتىن بۇرۇن مۇناسىۋەتلىك سۈرگە دو-
رىلىرى بىلەن تەنقىيە ۋە تەييارلىق خىزمىتى ئىشلەنگەن بولۇشى
كېرەك.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
100mg دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇقۇنى سەبرى

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، قىچىشقا، تەم-
رەتكە ۋە باش تەمرەتكىسى (تاز) نى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ھۆل كاسىنە سۈيى 210ml ، سەبرى 6g .
تەييارلىنىشى: سەبرە كاسىنە سۈيىگە سېلىنىپ، ئۈچ سوتكا
ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلۇپ (كېچىسى ئىسسىق جايدا ساقلانمىدۇ)
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: بىر كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

رەۋغىنى ئوسما

(ئوسما يېغى)

تەسىرى: چاچ ساقال چۈشۈپ كېتىش، دائىرىلىك چاچ چۈشۈشلەرنى داۋالايىدۇ، كېسەل سەۋەبلىك چۈشۈپ كەتكەن چاچنى ۋە ئۇنىڭدىن كېيىن ئۆسكەن ئاق تۈكلەرنى قارايتىدۇ.

تەركىبى: ھەببۇلئاس بەرگىسى 45g، ئوسما 9g .

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار 1250ml سۇدا يېرىمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ، ئۈستىدىن 360ml كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ، 18g ئەنەبەر قوشۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سىرتىدىن سۈرتۈلىدۇ.

رەۋغىنى مۇرد

(ھەببۇلئاس يېغى)

تەسىرى: چاچ چۈشۈشنى توختىتىدۇ، چاچ چۈشۈپ كەتكەن يەرگە چاچ ئۆستۈرىدۇ.

تەركىبى: ھەببۇلئاس سۈيى 90ml ، زەيتۇن يېغى 30ml .

تەييارلىنىشى: سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ، ئۈستىگە 1.5g ئەنەبەر قوشۇلىدۇ. ئىشلىتىلىشى: چاچقا چېپىلىدۇ.

ھۈجەر رەبى ھاپىزۇسسۇاد

تەسىرى: چاچنىڭ قارىلىقىنى ساقلايدۇ. چاچنىڭ ئاقىرىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە، بىنەپشە مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: مەلۇم مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: چاچ ۋە ساقال يۇيۇلىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلدىغان دورا رېتسېپلىرى

قۇرسى پەلدىپيۇن

تەسىرى: يارا ۋە ناسۇر (ئاقما) لارنىڭ چىرىگەن گۆشلىرىنى،
چىش مىلىكى چىرىش ۋە سېسىق پۇراقنى يوقىتىدۇ.
تەركىبى: ھاك بىر ھەسسە، زەرنىخ، شومشا، ئاقاقىيا يېرىم
ھەسسەدىن.

تەييارلىنىشى: مەزكۇر دورىلار سۇغا چىلىنىپ، ئاپتاپتا
قويۇلۇپ، ياخشى قويۇلدۇرۇلغاندىن كېيىن، تابلېتكا تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

پەتىلە رۇئاپ

تەسىرى: بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: قەغەزگۈل، تۇخۇم شاكىلىنىڭ كۈلى، ئاقاقىيا، ئانار
پوستى 6g دىن.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، تاختا ئەلگەكتىن ئۆتكۈ-
زۈلۈپ، رەيھان سۈيى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: دورا پەلكۈچكە مىلىنىپ، بۇرۇن تۆشۈكىگە
تىقىپ قويۇلىدۇ.

پەتىلە مەرۋى

تەسىرى: قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، يىرىڭنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: مەرۋى (كۈنۈچە) ئۇرۇقى، ئەنزىرۇت تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: دورا پەلەكچە مىللىنىپ، قۇلاققا تېمىتىد-
لىدۇ.

ھەببى بىنەپشە

(بىنەپشە پىلولىسى)

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، كۆز ئاغرىقى، كۆز
ياشاڭغىراشلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە 12g، تۇربۇت 6g، رۇببەسۇس 3g، سوقمۇنىيا
8g، كەترا 2g.

تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: ھەممىسى بىر قېتىمدا ئىستېمال
قىلىنىدۇ.

ھەببى شەبىيار

(ئاخشامدا يەيدىغان پىلولە)

تەسىرى: باش ساھەسىنى تازىلايدۇ، كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ.
تەركىبى: تۇربۇت، غارقۇن، ئەپتىمۇن (سېرىق يۆگەي)، ئۈست-
قۇددۇس، كابىلى ھېلىلە پوستى 3g دىن، ئايارەنج پەيقر (سەبرى)
3 ~ 6g، ئەگەر سەۋدا سەپرانى تازىلاش مەقسەت قىلىنسا، 5g دىن سانا
ۋە شاھتەررەلەر قوشۇلىدۇ.

تەييارلىنىشى: سۇدا يۇغۇرۇلۇپ، 0.3g ئۆلچەمدە پىلولە
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، 12g دىن ئىستېمال
قىلىنىدۇ.

هەبىي قۇقىيا

تەسىرى: باش ئاغرىقى، كۆز ئاغرىقىنى داۋالايدۇ، ئومۇمىي بەدەندىكى بۇزۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ.

تەركىبى: سەبىرى سۇقۇترى، ئەپسەنتىن ئوسارىسى (سقىپ قا- تۇرۇۋېلىنغان سۈيى)، مەستىكى 3g دىن، سوقمۇنىيا، شەھەنزەل 2g دىن.

تەييارلىنىشى: كەرەپشە سۈيىدە يۇغۇرۇلۇپ، 0.3g ئۆلچەمدە ھەب تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

غەرغەر داۋايى ئۇلخەتاتىپ

تەسىرى: بەلغەم، سەۋدادىن بولغان ھوناق (بادامسىمان بەز ياللۇغى)نى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، جۇۋنە، ئادراسمان ئۇ- رۇقى، دارچىن، مۇرمەككى، ئۇزۇنچاق زىراۋەن، زەپەر 30g دىن، قى- زىلگۈل 60g، قۇستە، قالغاچ مايىقى 10 دانىدىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ھەممىسى ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: سۈيۈلدۈرۈپ غەرغەر قىلىنىدۇ ياكى سىر- تىدىن سۈركىلىدۇ.

تېمىتا داۋايى بۇھەتۈسەۋىت

(ئاۋاز بوغۇلۇشنىڭ داۋاسى)

تەسىرى: قۇرۇقلۇق ياكى باشقا سەۋەبلەر ئارقىلىق بوغۇم

ساھەسىدە ئۆزگىرىش بولۇپ، ئاۋاز بوغۇلغاننى داۋالايدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: تاتلىق ئانار لاتىغا يۇڭىلىپ،
ئۈستىدىن خېمىر بىلەن ئورلىپ، قوقاسقا كۆمۈپ پىشۇرۇلىدۇ.
ئوبدان پىشقاندىن كېيىن ئېلىپ، تۆشۈك ئېچىلىپ، ئىچى راسلا
قوچۇلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن، ئەنە شۇ تۆشۈك ئارقىلىق مەلۇم
مىقداردا بىنەپشە يېغى ياكى بادام يېغى تېمىتىلىپ، يەنە ئارىلاش-
تۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بوغۇزغا تېمىتىلىدۇ.

زىمادى داۋايى دەندان (I)

تەسىرى: چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: پىلىپىل، ئاقىرقەرھ، تۇخۇمەك، زەنجىۋىلەر تەڭ
مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا چېپىلىدۇ.

زىمادى داۋايى دەندان (II)

تەسىرى: كاۋاكىلىق تۈپەيلى ئاغرىغان چىشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: پىلىپىل، ئاقىرقەرھ، پىننە تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: پىننە سۈيىدە يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: چىش كاۋىكىغا تىقىپ قويۇلىدۇ.

زىمادى داۋايى ۋەجىئى دەندان

تەسىرى: چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: زەمچە، ئاقمۇچ تەڭ مىقداردا.

ئىشلىتىلىشى: تالقانلىنىپ، ئاغرىق چىشقا بېسىلىدۇ.

داۋايى مرى

تەسىرى: قىزىلئۆڭگەچ، ئېغىزنىڭ قورۇلۇۋېلىشى، كېكىر-
دەكنىڭ قېتىشىنى تۈزىتىدۇ.
تەركىبى: رۇمبەدىيان، سۈنبۇل، كۈندۈر، ئاق بەھمەن، قىزىل
بەھمەن، مەستىكى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ھەممىسى بىرلەشتۈرۈلۈپ قاينىتىلىپ
تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: ئىلمان ھالىتىدە ئاز ئازدىن ئىچىلىدۇ،
سىرتىدىن قۇندۇزقەھرى، سەكبىنەجلەر سۈرتۈلىدۇ.

رەۋغىنى ئامىلە

تەسىرى: چاچنى قارايتىدۇ ۋە كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: ئاقلانغان ئامىلە، ئاس بەرگىسى، چىلغوزا يىلتىزى
پوستى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ھەممىسى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، يۇمشاق پىشقانغا
قەدەر قاينىتىلغاندىن كېيىن سۈزۈلۈپ، مەلۇم مىقداردا كۈنجۈت
يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى
قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ.

رەۋغىنى تۇرۇپ

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تۇرۇپ سۈيى 1500ml ، كۈنجۈت يېغى 500ml .
تەييارلىنىشى: سۇ قىسمى پارلىنىپ، ياغ قىسمى قالغانغا
قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردا قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

رەۋغىنى كۈندۈر

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: كۈندۈر 15g، سەبرى، مۈرمەككى، مەستىكى، قۇندۇزقەھرى، رۇسۇت (ھۈزەز)، كالا ئۆتى 3g دىن، ئاچچىق بادام يېغى 60g، كونا مۇسەللەس 120ml.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

رەۋغىنى ناردىن

تەسىرى: پايدىسى ئىنتايىن كۆپ بولغان بىرخىل ياغ بولۇپ، بۇرۇنغا تېمىتىلسا، باش ئاغرىقى ۋە سوغۇقتىن بولغان شەقىقە (باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش) نى داۋالايدۇ، قۇلاققا تېمىتىلسا، قۇلاق ئاغرىقىنى، دوۋسۇن ساھەسىگە چېپىلسا، دوۋساق كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، قۇلۇنجى ۋە يەلدىن بولغان قورساق ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ، بەدەندىكى قوبۇق يەللەرنى تارقىتىپ، ئۈچەيدىكى پۇدۇلۇشلارنى قالدۇرىدۇ، رەڭگىرىنى چىرايلىقلاشتۇرىدۇ.

تەركىبى: قەسبوززەرىرە، ھەببۇلغار بەرگىسى، سەئىدى كوفى، ئۇدبېلسان، يۇيۇلغان لۈك، سازەج ھىندى، ئاس بەرگىسى، سۇنبۇل، ئىزخىر چېچىكى، ئۈبھەل، قەردمانا، رەيھان تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار بىر سوتكا مۇسەللەسكە چىلىنىپ، ئاندىن قاينىتىلىپ سۈزۈلۈپ، مەلۇم مىقداردا كۈنجۈت يېغى ئارداشتۇرۇلۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا

قەدەر قاينىتىلىدۇ.

زەرۋرى ئەنزىرۇت

(ئەنزىرۇتلۇق سېپىلمە)

تەسىرى: كۆز ياشاڭغىراشنىڭ دەسلەپكى دەۋرلىرىدىكى كۆز ئاغرىقلىرىغا ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: ئەنزىرۇت، مۇرمەككى (ئېشەك سۈتىگە چىلانغان)، سەمغى ئەرەبى، ناۋات تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: بەك يۇمشاق سوقۇلۇپ، تاختا ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۋرى ئەسپىر

تەسىرى: كۆزدىن يىرىڭ، زەرداپ ئېقىشنى توختىتىدۇ، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ.

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ئەنزىرۇت 15g ، شىياپى مامسا (تۆڭگىتاپان يوپۇرمىقى) 6g ، سەئىدى كوفى، زەپەر، رۇسۇت، قىزىلگۈل ئۇرۇقى 2g دىن، ئەپيۈن 3g.

زەرۋرى ئەبىەز

تەسىرى: كۆزدىن ياش ئېقىشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: كۈمۈش كۆيۈندىسى، تۇچ كۆيۈندىسى، قەلەي ئۇپىسى 6g دىن، كەتىرا 60g، سەمغى ئەرەبى 120g، ئادراسمان گۈلى 180g ، نىشاستە 90g، ئەپيۈن 30g.

تەييارلىنىشى: يۇمشاق تالقانلىنىپ، ئارپىبەدىيان سۈيىگە

چىلىنىپ، ئاندىن قۇرۇتۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۋرى سەبە

تەسىرى: كۆز قىچىشىش ۋە ياشاغىراشلىرىنى داۋالايدۇ، بولۇپ-
مۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.
تەركىبى: يۇيۇلغان تۇتىيا 30g ، سېرىق ھېلىلە پوستى،
زەرچىۋە، پىلىپىل 15g دىن، قارىمۇچ 6g .
تەييارلىنىشى: تالقان (پاراشوك) قىلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۋرى قەلەي

تەسىرى: كونا كۆز ئاغرىقى، كۆز قىزىللىقى، كۆز ياشاغى-
راشلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: يۇيۇلغان تۇتىيا، قەلەي ئۇپىسى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: يۇمشاق تالقانلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۋرى كاپۇر

تەسىرى: كۆزنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ، رەمەد (كۆز ياللۇ-
غى) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن سىماب، تېشىلمىگەن
مەرۋايىت 6g دىن، نىشاستە 3g، كاپۇر 1g .
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش.
ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۈرى مامىران

تەسىرى: بالىلارنىڭ كۆز ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ھەشقىپچەك ئۇرۇقى ياكى زىرىق ئۇرۇقى، ئەنزىرۇت 30g دىن، مامىرانچىنى، خۇنسىياۋشان 6g دىن.
تەييارلىنىشى: تالقانلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۈرى مەغسۇل

تەسىرى: كۆزگە يەڭگىل دەرىجىدىكى ئاق چۈشۈشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قارلىغاچ مايىقى، ئاقىرقەرھە، ئەنزىرۇت، زەڭگار، مېتال كۆيۈندىسى.
تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زىمادى ئەنزىرۇت

تەسىرى: كۆز ياشاڭغىراشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئاق سەندەل 3g، ئەنزىرۇت 2g، تۇخۇم ئېقى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ئاق سەندەل سۈزۈلۈپ، ئۈستىدىن ئەنزىرۇت ئارىلاشتۇرۇلۇپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: ئىككى قاش ئارىسىغا چېپىلىدۇ.

زىمادى رۇئاپ

تەسىرى: بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: يېشىل موزا، ئانار پوستى، قىزىلگۈل بىر ھەسسە -
دىن، ماش ئىككى ھەسسە، رۇسۇت ئۈچ ھەسسە، ھەببۇلئاس سۈيى
مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار سوقۇلۇپ ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن
يۇغۇرۇلۇپ، قار سۈيى بىلەن سوۋۇتۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باشنىڭ چوققا ساھەسىگە تېگىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئالدى بىلەن باش سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇلىدۇ ۋە
چوققىغا سوغۇق سۇ قويۇلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى زىماد
چىپىلىدۇ.

سۇفۇپى زىراۋەن

تەسىرى: چىش مىلىكلىرىدە ئاشكارىلانغان سىفلىسىلارنى
داۋالايدۇ.

تەركىبى: يۇمىلاق زىراۋەن، ئاس بەرگىسى، كۈندۈر، سەئىدى
كوفى، ئانار گۈلى، سەۋسەن يىلتىزى، خۇنسىياۋشان، موزا تەڭ
مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ، سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوقۇلۇپ چىشقا بېسىلىدۇ.

سۇفۇپى سۆرۈنجان

(سۆرۈنجان چىش پاراشوكى)

تەسىرى: چىش ئاجىزلىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سۆرۈنجان، قەلەمپۇر، سەئىدى كوفى، يۇلغۇن مېۋە-
سى، ھېلىلە، ئاق سەندەل، قىزىلگۈل تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: يۇمشاق سوقۇلۇپ، تاختا ئەلگەكتىن ئۆتكۈ-
زۈلۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۈۋىگە مەلۇم مىقداردا سېپىلىدۇ.

سۇفۇپى شەپ

تەسىرى: مىدىرلاپ قالغان چىشنى چىڭىتىدۇ.
تەركىبى: مۇرمەككى، تۇتىيا، زەمچە، نىشاستە، قىزىلگۈل،
ئاچچىق ئانار ياغىچىنىڭ پوستى، ھېلىلە ئۈكچىسى، سوڭ (ئامىلە
جەۋھىرى)، ئانار گۈلى، موزا، يۇلغۇن مېۋىسى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ تالقانلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىگە سېپىلىدۇ.

سۇفۇپى كاتھىندى

تەسىرى: چىش تۇۋىدىكى ئۆسۈپ قالغان ئارتۇق گۆشلەرنى
يوقىتىدۇ، چىش تۇۋىگە چۈشكەن ناسۇرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: كاتھىندى، تاتلىق قۇستە، تۇتىيا، زەنجىۋىل تەڭ
مىقداردا.
تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ تالقانلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىگە سېپىلىدۇ.

سۇفۇپى مومىسەك

تەسىرى: بوشىشىپ كەتكەن چىشلارنى چىڭىتىدۇ.
تەركىبى: ئانار گۈلى، ئامىلە، زەمچە، ئاقاقىيا تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش.
ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىگە سېپىلىدۇ.

سۇفۇپى مۇرمەككى مۇتەيىپ

تەسىرى: چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، ئېغىزنى خۇشبوۋى

قىلىدۇ.

تەركىبى: مۇرمەككى، جويۇز، ئۇبەل، ئاقىر قەرھە تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىگە بېسىلىدۇ.

سۇفۇپى مۇرمەككى

تەسىرى: چىش تۇۋىگە چۈشكەن يەل يارا (ئاكىلە)، ناسۇر (ئاقما) لارنى داۋالايدۇ، قان توختىتىدۇ.

تەركىبى: مۇرمەككى، نۆشۈدۈر، سەۋسەن يىلتىزى، زەرنىخ، ئاقىر قەرھە تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ تالقانلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىگە سېپىلىدۇ.

سۇفۇپى مۇرچ

تەسىرى: ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن بولغان چىش ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قارىمۇچ 8g، توغرىغا ياكى گىلى ئەرمىنى 5g، ئاقىر قەرھە، تۇخۇمەك 3g دىن.

تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ تالقانلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىگە سېپىلىدۇ.

سۇفۇپى مۇجلى

تەسىرى: چىش داغلىرىنى ئېلىپ يارقىرىتىدۇ، ئېغىزنى خوشبۇي قىلىدۇ.

تەركىبى: يۇلغۇن مېۋىسى، كۆپۈكى دەريا، پىلىپىل، ئامىلە،
زەنجىۋىل 6g دىن، ھىندى تۇزى 30g، قورۇلغان ئارپا 21g.
تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: چىشقا سېپىلىدۇ. پىسىر.

سۇفۇپى نەمەك

تەسىرى: چىش تۇۋىگە چۈشكەن يەل يارا (ئاكىلە)، ئۆسۈك
گۆشلەرنى يوقىتىدۇ.
تەركىبى: ئاچچىق ئانار، تاتلىق ئانار پوستى 90g دىن، ھىندى
تۇزى، نۆشۈدۈر 15g دىن، موزا، ئانار گۈلى، زەمچە، نەغەزگۈل، ئاقىر
قەرھا 30g دىن، سۇمماق 45g.
تەييارلىنىشى: ھەممىسى ئالقانلىنىپ، سىركە بىلەن يۇغۇ-
رۇلۇپ، كۇمىلاچلىنىپ، سايىدە قۇرۇتۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: زۆرۈر تېپىلغاندا بىر دانە سوقۇلۇپ ئىستې-
مال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى لەسسە

تەسىرى: چىش مىلىكى بوشىشىپ كېتىش ۋە قاناش
كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تاغ تېكىسىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن مۇڭگۈزى، ئەندىرانى
تۇزى، سېرىق ھېلىلە پوستى، قىزىلگۈل 6g دىن، ئانار گۈلى 3g .
تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ ئالقانلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: چىشقا سېپىلىدۇ.

قۇتۇرى ئەشا

(نامازشام قارىغۇسى شامچىسى)

تەسىرى: كەچتە كۆرەلمەسلىك كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سۇزاپ سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى تەڭ مىقداردا،
تەييارلىنىشى: ئىككىدىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ
تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر كۈنى كۆزگە 2 ~ 3 قېتىم تېمىتىلىدۇ.

قۇتۇرى ئەسەم

تەسىرى: قۇلاقنىڭ ئاڭلاش خىزمىتىنىڭ ناچارلىشىشىنى،
پاڭلىقنى ۋە قۇلاقنىڭ غوڭۇلدېشىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كۈندۈر، زەپەر، قۇندۇزقەھرى، ئاق خەربەق، گىلى
ئەرمىنى 9g دىن.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار ھاراقتا ئېرىتىلىپ تەييار-
لىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

قۇتۇرى جالنىس

تەسىرى: قۇلاقنىڭ يىرىڭ ۋە كىرلىرىنى تازىلايدۇ، ئاغرىقنى
پەسەيتىدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئانارنى تېشىپ، ئىچىدىكى دانە ۋە
گۆشلىرىنى ئېلىپ تاشلاپ، كىچىك بالىنىڭ سۈيدۈكى بىلەن
توشقۇزۇلۇپ، تۆشۈكى ئېتىلىپ، ئوتقا كۆمۈلۈپ قىزىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

قۇتۇرى خۇبىسۇل ھەدىد

تەسىرى: قۇلاقنىڭ كونا جاراھەتلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سىركە ۋە تۆمۈر كۆيۈندىسى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: تۆمۈر كۆيۈندىسى سىركىگە چىلىنىپ، بىر

ئاي تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، سۈزۈۋېلىنىپ تەييارلىنىدۇ (سرکە-سى ئايرىۋېلىنىدۇ).
ئىشلىتىلىشى: قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

قۇتۇرى ۋەجئىل ئوزنى بارىد

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سۇزاپ سۈيى، رەيھان سۈيى 21ml دىن، بابۇنە يېغى 45ml، پەرىپىيۇن يېغى 6ml ، كونا ھاراق 60ml .
تەييارلىنىشى: ھەممىسى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

قۇتۇرى ۋەجئىل ئوزنى ھار

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: گۈل يېغى 18ml ، تاتلىق بادام يېغى 15g ، سرکە 30ml .
تەييارلىنىشى: گۈل يېغى ۋە بادام ياغلىرى سرکە بىلەن قوشۇلۇپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

قۇتۇرى كەرەم

تەسىرى: قۇلاقتىكى قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈپ چۈشۈرىدۇ.
تەركىبى: شاپتۇل غازىغىنىنىڭ شىرنىسى، پىننە يوپۇرمىقىنىڭ شىرنىسى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ئايرىم ياكى بىرىكتۈرۈلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

كۈھلى ئەزىرى

تەسىرى: كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ، كۆز قاراغۇلىشىش، كۆز ياشاڭغىراشنى داۋالايدۇ، سەبەلنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن ئىسپاھان سۈرمىسى 15g، كۈمۈش كۆيۈندىسى، ئالتۇن كۆيۈندىسى، شادىنەج، ماش، ھىندى تۇتىياسى، كۆيدۈرۈلگەن مىس 6g دىن، سېرىق ھېلىلە پوستى، سازەج ھىندى، قارىمۇچ، پىلىپىل، نۆشۈدۈر، سەبرى، رۇسۇت، زەپەر، دېڭىز قىس-قۇچپاقىسى (سەرتان نەھرى) 3g دىن، زەنجۈنل 2g، كاپۇر 1g، ئىپار 2g، قەلەمپۇر 1.5g.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇل بىلەن تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.

كۈھلى ئەھۋەل

(ئالغىلى سۈرمىسى)

تەسىرى: كۆزدىكى ئالغايلىقنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: سۈزۈك رەڭلىك سىندورۇش مەلۇم مىقداردا، ئىپار، ئەنەبەر ئاز مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سىندورۇش سالايە قىلىنىپ، بىر پىلىكچە خالتىغا قاچىلىنىپ، بىر قاچىغا قويۇلۇپ، ئۈستىگە مەلۇم مىقداردا گۈل يېغى ۋە سۈت قويۇلىدۇ. خالتا ئۇچىغا ئوت يېقىلىپ، نېپىز مىس لېگەن ئوت يېقىلغان پىلىك خالتا ئۈستىگە ئېسىپ قويۇلىدۇ. پىلىكچە كۆيۈپ ئۇنىڭ ئىسى بىلەن لېگەننىڭ تېگى ئىسلاشقاندىن كېيىن، ئىس توخۇ قاننى بىلەن سۈپۈرۈپ يىغىۋېلىنىپ، ئاز مىقداردا ئىپار، ئەنەبەر ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۈرمە تەييارلىنىپ

ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.

كۈھلى بىياز

تەسىرى: كۆزگە چۈشكەن ئاقنى ئالىدۇ، بىر ئاي ئەتراپىدا
ئىشلەتسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: كۆپۈكى دەريا، توغرىغا، كېلەر مايىقى، ئاق شېكەر تەڭ
مىقداردا، مامرانچىنى، ئېگىر 10g دىن، سۇ 280ml .

تەييارلىشى: مامرانچىنى ۋە ئېگىر سۇغا سېلىنىپ، تۆتتىن
بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، تۆتتىن بىر قىسمى قالغاندا يۇ-
قىرىقى دورىلار ئېرىتىلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇلۇپ، يىپەك رەختتىن
ئۆتكۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆزنىڭ ئىچىگە سۈرتۈلىدۇ.

كۈھلى جەۋاھىر

تەسىرى: كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ.

تەركىبى: سۈرمە تېشى 18g، تۇتىيا 12g، مارجان، مەرقىشە-
شا(ئالتۇن، كۈمۈشنىڭ كۆيۈندىسى) 6g دىن، تېشىلىمگەن مەرۋايىت
21g، سازەج ھىندى 3g، ئىپار 15g .

تەييارلىنىشى: مەزكۇر دورىلار ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلۇپ ۋە
سالايە قىلىنىپ، يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يەلكۈچ دورغا مىلىنىپ كۆزگە تېمىتىلىدۇ.

كۈھلى رۇشنائى

تەسىرى: كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. ھەر خىل

تېتىكى كۆز ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سۈرمە تېشى 360g، سەڭگى سەبرى 12g، مەرۋايىت 24g، مامىرانچىنى 6g، مارجان 15g، ئالتۇن ۋەرەق 4g .
تەييارلىنىشى: ئالتۇن ۋەرەقتىن باشقا دورىلار ھېلىكە سۈيىدە يۇمشاق ئېرىتىلىپ، تۆت كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن كېيىن يەنە گۈلابقا قوشۇلۇپ تۆت كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. 9 - كۈنى ئالتۇن ۋەرەق ئارىلاشتۇرۇلۇپ، گۈلابقا يەنە سۈرۈلۈپ تەييارلىنىدۇ، تۆمۈر ياكى چىنە قاچىدا ساقلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: دورا پەلكۈچكە مىلنىپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.

كۈھلى غىشاۋە

(خىرەلىشىش سۈرمىسى)

تەسىرى: كۆز خىرەلىشىش كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ (سناقتىن ئۆتكەن).

تەركىبى: پىلىپ، قارىمۇچ، قەنبىل تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

ئىشلىتىلىشى: دورا پەلكۈچكە مىلنىپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.

كۈھلى دەمئە

تەسىرى: كۆز ياشاڭغىراشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىكە بىر دانە، زەپەر ئاز مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھېلىكە خېمىرغا ئورۇلىپ خىش ئۈستىدە قو-

يۇلۇپ، قىزىتىلغان تونۇر ئىچىگە سېلىنىدۇ. پىشىپ قىزارغاندىن

كېيىن ئېلىپ ھېلىكىنى ئايرىۋېلىپ، زەپەر بىلەن ناھايىتى يۇمشاق

سالايە قىلىنىپ سۈرمە تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پەلكۈچ دورىغا مىلنىپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.

كۈھلى مۇقەۋۋى

تەسىرى: كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ، كۆزدىن ياش ئېقىشىنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: 60g يۇيۇلغان ھۆل رەيھاندىن سىقىۋېلىنغان سۇنىڭ قۇرۇتۇلمىسى مەلۇم مىقداردا، زەنجۋىل، قارمۇچ، مامىرانچىنى 6g دىن، نۆشۈدۈر 3g .

تەييارلىنىشى: تۇتىيا ۋە رەيھان سۈيى قۇرۇتۇلمىسى سۈزۈلۈپ، قالغانلىرى سوقۇلۇپ، يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈلۈپ، بەدىيان سۈيىگە چىلىنىپ، قۇرۇتۇلۇپ، تۇتىيا ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.

كۈھلى مىلكايا

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى كۆز ياشاڭغىراشلىرىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: ئېشەك سۈتىدە مۇدەپپەر قىلىنغان ئەنزىرۇت، ئاق شېكەر، نىشاستە 15g دىن، ئۈزۈم ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى 3g. تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

كۈھلى ۋەرد

تەسىرى: كۆزنىڭ جاراھەتلىرىنى، كۆز قاراڭغۇلىشىشىنى، كۆزنىڭ قىچىشىشىنى داۋالايدۇ، ئالغايلىقنى تۈزىتىدۇ. تەركىبى: تازىلانغان قەلەي 24g، ئالتۇن كۆيۈندىسى، سەمغى ئەرەبى، يۇيۇلغان شادىنەج ياكى كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان ماگنىت تېشى 12g دىن، بەسباسە، كۆيدۈرۈلگەن مىس، زەپەر 3g دىن، ئەپپۇن 3g ، كاپۇر 1g.

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

كۆھلى مونىست

تەسىرى: كىرىپك ئۈندۈرىدۇ (كۆپ قېتىم تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن خورما ئۇرۇقى 15g ، كۈندۈر كۈلى 12g ، سۈنبۈل 9g ، لاجمۇرد، ھەببى بېلسان 3g دىن. تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇلدا تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: سۈرمە پەلكۈچى بىلەن كىرىپك ساھەسىگە تارتىلىدۇ.

مەتبۇخى قەنتەرىيۇن

تەسىرى: كۆزنىڭ ياشاڭغىرىشىنى توختىتىدۇ. تەركىبى: قەنتەرىيۇن، تۇرپۇت 9g دىن، بىستىپايەنج 21g ، ئۇ-رۇقى يوق ئۈزۈم 60g. تەييارلىنىشى: ھەممىسى چالا سوقۇلۇپ، 1 لىتىر سۇدا ئۇچ-تىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g ئايارەنج پەيقرى قوشۇلۇپ، 100ml ئىچىلىدۇ.

نۇقۇلى ئەسەم

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئېغىر ئېغىرلىقىنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: ھۆل سېرىقچىچەك، بابۇنە، ئىككىلىملىك، غار

پوپۇرمىقى، رەيھان، نەمام، قەيسۇملار تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ھەممىسى بىرلەشتۈرۈلۈپ، قاينىتىلىپ
تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: باش ۋە قۇلاق ساھەسىگە تېمىتىلىدۇ ھەمدە
بۇسغا تۇتۇلىدۇ.

نۇپۇخى بوخرى (دېماغ پۇراش پۈركۈلمىسى)

تەسىرى: بۇرۇندىن كېلىدىغان سېسىق پۇراقنى يوقىتىدۇ.
تەركىبى: سوك، زەمچە، قەلەمپۇر تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: يۇمشاق تالقانلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بۇرۇنغا پۈركۈلىدۇ.

نۇپۇخى رۇئاپ

تەسىرى: بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: نەغزگۈل، سىداپ كۆيدۈرمىسى بىر ھەسسەدىن، زاك
يېرىم ھەسسە.
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
ئىشلىتىلىشى: بۇرۇنغا پۈركۈلىدۇ.

نۇپۇخى رۇئاپ مۇجەررەپ

تەسىرى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش سىناقىتىن ئۆتكەن.
تەركىبى: ھاك ياكى گەج مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: يۇمشاق تالقانلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بۇرۇن ئىچىگە پۈركۈلىدۇ ۋە ھۆللىنىگەن
پەلكۈچ مەزكۇر تالقانغا مېلىنىپ، بۇرۇن ئىچىگە تىقىپ قويۇلىدۇ.

بۆرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلدىغان دورا رېتسىپلىرى

بانادۇق بۇزۇرى

تەسىرى: سىيگەندە ئاغرىش، بۆرەك ۋە دوۋساق قىچىشىلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى 30g، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى 15g، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، بەزىرۇلبەنجى، سې-مىزئوت ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بادام مېغىزى، كەترا، نىشاستە، رۇببەسۇس، خەشخاش، گىلى ئەرمىنى، كەرەپشە ئۇرۇقى 6g دىن. تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى ياكى بېھى ئۇرۇقى لۇئابى بىلەن ھەربىرى 3g دىن كۇملاچلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: خەشخاش شەرىبىتى، بىنەپشە شەرىبەتلەرگە قوشۇلۇپ ئۈچ دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

بانادۇق ئىدرار

تەسىرى: سۇيىدۈكنى راۋان قىلىدۇ، بۆرەك، دوۋساق تاشلىرىنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ.

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، ئوردان، تاغ كەرەپ-شىسى ئۇرۇقى، ئۈبەل، ئاسارۇن، جۇۋىننە، سۇنبۇل، ئارپىبەدىيان، ئاچچىق بادام مېغىزى، قۇستىلەر 60g دىن، قوغۇن ئۇرۇقى 30g ،

داۋا(يۇلغۇن چېچكى) 3g ، ئوشەق 9g .
تەييارلىنىشى: ئوشەق بەدىيان سۈيىدە ئېرىتىلىپ، ئۈستىدىن
قالغان دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 0.5g چوڭلۇقتا
كۇمىلاچلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 9g،
سۈيۈك مۇتلەق توختاپ قالغاندا، دوۋساق ئاغرىقلىرىنى داۋالاش
ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

بانادۇق سوزاك

تەسىرى: قايسى ماددىدىن بولسۇن، سۈيۈكنىڭ ئېچىشىپ،
كۆيۈشۈپ كېلىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى،
پاقيوپۇرمىقنىڭ ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى 30g دىن، قوغۇن ئۈ-
رۇقى مېغىزى 90g، بەزىرۇلبەنجى 6g.
تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن 9g ئۆلچەمدە كۇمىلاچ
قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر
دانىدىن يېيىلسە بولىدۇ.

بانادۇق مۇھەللىل

تەسىرى: سۈيۈك يوللىرىدىكى ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.
تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى،
قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەربىرى
تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە

كۈمۈلچ قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 9g يېيىلىدۇ، ئارقىدىن تەرخەمەك سۈيى ياكى قاپاق سۈيى ئىچىلىدۇ.

ھەببى مۇپەتتەتۈل ھەسات

(تاش پارچىلىغۇچى پىلولە)

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساق تاشلىرىنى ئېرىتىپ چۈشۈرىدۇ. تەركىبى: ھەببى بېلسان، تۇرۇپ ئۇرۇقى، دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى) پەتراسالىيۇن، كەپە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى، جا-ۋاشىر، بادام مېغىزى، ھەببۇلغار، ئىزخىر، سۈنبۈل، سەلىخە، ئۇستقۇدرىيۇن (ياۋا سامساق)، ئادراسمان، يۇمىلاق زىراۋەن، جىندىيانا، ئاسارۇن، قەردمانا، سەكبىنەج، بەزىرۇلبەنجى، مۇقەل، قارىدەمۇچ، ئېگىر تەڭ مىقداردا. تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى بېلسان يېغىدا ياغلىنىپ، مۇقەل ۋە سەكبىنەجلىرى ئېرىتىلمىسىدە 0.5g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g بۇزۇرى شەربىتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئەگەر مەزكۇر نۇس-خىغا 1g چايانگۈل قوشۇۋېتىلسە تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

داۋايى ئۇسۇرۇل بەۋل

تەسىرى: سۈيدۈكتىكى تەسلىكنى ئاسانلاشتۇرىدۇ. تەركىبى: ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى 8g دىن. تەييارلىنىشى: 300ml سۇدا قاينىتىلىپ، يېرىمى قالغاندا توختىتىلىپ، سۈزۈلۈپ، 15g مىقدارى قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى تال-قىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئۇستىدىن مەلۇم مىقداردا قەنت بىلەن تاتلىق

قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
50mg ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى سىرسى بەۋىل

تەسىرى: سۈيدۈك تېمپ تۇرۇش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تۇخۇم شاكىلى.
تەييارلىنىشى: تۇخۇم شاكىلى كالا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ
تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى داۋايى مۇدىر

(سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورا)

تەسىرى: سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلايدۇ، بۆرەك،
دوۋساقتىكى تاشنى پارچىلايدۇ.
تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 30g، كەرەپشە ئۇرۇقى، دۇقۇ
8g دىن، شېكەر 23g .
تەييارلىنىشى: سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ ئىستېمال قىلىدۇ.
نىدۇ.

سۇفۇپى داۋايى مۇدىرى بەۋىل

تەسىرى: سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.
تەركىبى: رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى 9g دىن، قەنت 12g .
تەييارلىنىشى: سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: يۇقىرىقى تالقان پىراقلا كاپ ئېتىلىپ،
ئۈستىدىن كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى،
قىمىقۇ (پاقىيوپۇرمىقى) ئۇرۇقلىرىنىڭ شىرنىسى ئىچىلىدۇ.

سۇفۇيى داۋايى مۇپەتتەتۇل ھەسات

(تاش پارچىلىغۇچى دورا)

تەسىرى: دوۋساققا چۈشكەن تاشلارنى پارچىلايدۇ، قۇم، يىرىڭ-
لارنى تازىلايدۇ، قىزىتمىنى پەسەيتىدۇ.
تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى،
ئەينۇلا يېلىمى، كاسىنە ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ تەييارلى-
نىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
6g يەپ، 45ml سىر كەنجىبىن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇيى داۋايى مۇپەتتەت

تەسىرى: دوۋساق تاشلىرىنى پارچىلايدۇ، قويۇلۇپ توختاپ
قالغان سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.
تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 30g، كەرەپشە ئۇرۇقى 30g،
جوھۇت تېشى، چىلغوزا مېغىزى، كەپە يىلتىزى پوستى 5g دىن
تالغانلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ تەييارلى-
نىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g
دىن يېيىلىدۇ.

رەۋغىنى ئەقرەپ

(چايان يېغى)

تەسىرى: دوۋساقنى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ.

تەركىبى: رەۋەن، سەئىدى كوفى، جىنتىيانا، كەپە يىلتىزى
پوستى (بىخ كەبىر) 120g، ئاچچىق بادام يېغى 280g.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى ياغقا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، شې-
شىگە قاچىلىنىپ ئاپتاپتا قويۇلىدۇ. ئاپتاپتا 10 كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن
كېيىن، 10 دانە تىرىك چايان شېشىگە تاشلىنىپ، ئاغزى مەھكەم
ئېتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۈيۈك يولىدا تاش بارلىقى ئېنىقلانغاندىن
كېيىن، جىنسىي يول تۆشۈكىگە ئىككى تېمىم تېمىتىلىپ، دوۋ-
سۇن ساھەسى ئىسسىق سۇ بىلەن سىلاپ يۇيۇلىدۇ.

رۇمادى ئەقرەپ

(چايان كۈلى)

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساق تاشلىرىنى، سۈيۈك يولىدىكى تاش،
قۇملارنى پارچىلاپ تاشلايدۇ ۋە چىقىرىدۇ.
تەييارلىنىشى: مەلۇم مىقداردا چايان يېغى قازان ياكى شې-
شىگە تاشلىنىپ، ئېغىزى مەھكەم ئېتىلىپ، سىرتىدىن سامان،
توزغاقلار بىلەن تەييارلانغان لاي سۇۋۇلۇپ، قىزىق تونۇرغا ئالتە
سائەت كۆمۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، چوڭلار 3g دىن، كى-
چىكلەر 1.5g دىن ئىچىلىدۇ.

رەۋغىنى خەسەك

(ئوغرىتىمكەن يېغى)

تەسىرى: سىيىشتىكى قىيىنلىقنى ئاسانلاشتۇرىدۇ.
تەركىبى: ئوغرىتىمكەن 30g، زەنجىۋىل 12g.
تەييارلىنىشى: مەلۇم مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ سۈزۈلىدۇ،
250g كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ

كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ.

رەۋغىنى دىپلى

تەسىرى: سوزۇلما خاراكتېرلىك بەل ئاغرىقىنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: سۆگەنگۈل يوپۇرمىقى 120g، زەيتۇن يېغى 280g.
تەييارلىنىشى: سۆگەنگۈل يوپۇرمىقى سوقۇلۇپ، سىقىلىپ
سۈيى ئېلىنىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىلىدۇ، خاس قىسمى
قالغاندا توختىتىلىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن ئەينەك قاچىغا ئېلىنىپ
ساقلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇخلاشتىن ئىلگىرى يەرلىك ئورۇنغا سۈر-
كۈلىدۇ، بىمار ئەتىگەندە سۈرتۈۋەتسە بولىدۇ.

سىركەنجىبىن مۇپەتتىت

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساقىتىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ.
تەركىبى: كەپە يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى g 120 دىن، تۇرۇپ
پوستى 250g، گۈلى سەۋسەن، ئېگىر، ئەنسىل (تاغ پىيىزى)، پەترا-
سالىيۇن، دۇقۇ 60g دىن، سىركە 810ml، شېكەر 300g.
تەييارلىنىشى: دورىلار سىركىگە ئۈچ سوتكا چىلىنىدۇ، ئۇ-
نىڭدىن كېيىن ئازراق سۇ قۇيۇلۇپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ،
شېكەر بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى تەررە

تەسىرى: بۆرەك، جىگەر ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ.
تەركىبى: تەرخمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى
15g دىن، كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 9g دىن، كەرەپشە

ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 6g دىن، رەۋەن 3g، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان زىرىق 12g، يۈيۈلغان لوك 2g، كاپۇر 3g، سۈنبۇل، زەپەر، ئەپسەنتىن، مەستىكى 3g دىن. تەييارلىنىشى: تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ھەجەرلىيەھۇد

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساق تاشلىرىنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ. تەركىبى: قوغۇن مېغىزى، تەرخەمەك مېغىزى 15g دىن، سې-مىزغوت ئۇرۇقى 6g، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 9g، نىشاستە، كەتىرا، ھەبۇل قەلىت (بىرخىل ماش) 3g دىن، جوھۇت تېشى 4g، شېكەر پۈتۈن دورىلارنىڭ ئېغىرلىقى بىلەن ئوخشاش مىقداردا. تەييارلىنىشى: تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم 9g نى نوقۇت سۈيى بى-رىلىپ، پالەك بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ، مۇشۇ بويىچە 10 كۈن ئەترا-پىدا داۋام قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ھىرقەتول بەۋل

تەسىرى: سىيگەندە ئېچىشىش ۋە كۆيۈشۈش (مەيلى يېڭى، مەيلى كونا بولسۇن) ۋە سۈيدۈك تۇتالماسلىقىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: ياخشى پىشقان شاھبەللۇت 45g، گىلى ئەرمىنى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، سەمغى ئەرەبى، خەشخاش ئۇرۇقى، قىيمىسۇ ئۇرۇقى، كۈندۈر، سەۋزە ئۇرۇقى، رەۋەن 6g دىن. تەييارلىنىشى: تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم 9ml ~ 6 سۇ بىلەن

ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى خىرىپە

تەسىرى: سۇيدۇكنى راۋان قىلىدۇ، سۇيدۇكتىكى ئېچىشنى ئالدىدۇ.

تەركىبى: تەرخەمەك مېغىزى، قاپاق مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، نشاستە، كەترا، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 9g دىن، بەزىرۇلبەنجى 6g ، قەنت بىر ھەسسە. تەييارلىنىشى: تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم 9g خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى خې

تەسىرى: قان سىيىش، سۇيدۇك يولىدىكى ئېچىش، ئىسسىقلىقتىن بولغان يۆتەللەرنى داۋالايدۇ. تەركىبى: خەشخاش ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى 15g دىن، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، كەترا 6g دىن، قەنت بىر ھەسسە. تەييارلىنىشى: تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى زىياستۇس

تەسىرى: قەنت سىيىش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، گىلى ئەرەبى، ئانار گۈلى، سۇمماق، شاھبەللۇت 15g دىن، نشاستە، كەترا، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى،

سېمىز ئوت ئۇرۇقى 9g دىن، ئاق سەندەل 3g .
تەييارلىنىشى: تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، 9g چۈچۈمەل نەرسە-
لەر بىلەن قوشۇپ يېيىلىدۇ.

سۇفۇپى سىلسىل بەۋل

تەسىرى: سۈيدۈك تۇتالما سىلىقنى ۋە دوۋساق ئاغرىقلىرىنى
داۋالايدۇ.

تەركىبى: ھەببۇلئاس، سەئىدى كوفى، كۈندۈر، نارمىشكى، ئانار
گۈلى، سەمغى ئەرەبى، سۈنبۈل تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى كەرەپشە مۇدىر

تەسىرى: سۈيدۈكنى ھەيدەپ، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلايدۇ،
تاش ھاسىل بولۇشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.
تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، قوغۇن مېغىزى 12g دىن، دۇقۇ
3g، ئاق شېكەر 8g.
تەييارلىنىشى: تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا تا-
ماقتىن بۇرۇن 3g، تاماقتىن كېيىن 3g ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى مارجان

تەسىرى: قان سىيىشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سويۇلغان شادىنەج، خۇنسىياۋشان، مارجان، كەھرىۋا،

ئانار گۈلى، زەمچە، سېمىزئوت ئۇرۇقى، گىلى ئەرمىنى، گىلى قىد-
بەرسى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: تالقان قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
6g دىن سۇمماق سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىندۇ.

سۇفۇپى ماسكۇل بەۋل

(سۈيدۈك تۇتقۇچى تالقان)

تەسىرى: سۈيدۈك كۆپ مېڭىش، سۈيدۈك تېمپ تۇرۇش ۋە
كېچىسى ئورنىغا سېيىپ قويۇشنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: شاھبەللۇت 150g، كۈندۈر 90g، قۇرۇق يۇمغاقسۇت،
سەمغى ئەرەبى، گىلى ئەرمىنى 30g دىن، ئانار گۈلى، يۇلغۇن
مېۋىسى 15g دىن.

تەييارلىنىشى: تالقان قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 9ml سوغۇق سۇ
بىلەن ئىستېمال قىلىندۇ.

سۇفۇپى مەسانە

تەسىرى: دوۋساقنىڭ ئىسسىقلىقى بولغان ئىششىقنى ياندۇ-
رىدۇ.

تەركىبى: تەرخەمەك مېڭىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېڭىزى، قاپاق
ئۇرۇقى مېڭىزى 15g دىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى 12g، ئاق لەيلى ئۇ-
رۇقى، ھەمشۇا ئۇرۇقى، پىرسىياۋشان 9g دىن.

تەييارلىنىشى: تالقان قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 9ml جۇلاپ ياكى
بىنەپشە شەرىپتى بىلەن ئىستېمال قىلىندۇ.

سۇفۇپى گىل

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساق جاراھەتلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: گىلى مەختۇم، خۇنسىياۋشان، نىشاستە، كۈندۈر، قوغۇن مېغىزى، تەرخەمەك مېغىزى، قاپاق مېغىزى، كەرەپشە ئۇرۇ-قى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، يۇيۇلغان لوك، رەۋەن، چىلغوزا مېغىزى، خەشخاش ئۇرۇقى، بەزىرۈلبەنجى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 6ml بىنەپشە شەرى-بتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىبتى ئەنجۈر

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، بۆرەكنى ياخشىلايدۇ، رەڭگىروپىنى چىرايلىق قىلىدۇ، بەدەننى سەمىرىتىدۇ، يەلنى ھەيدەپ، قورساق ئىسلىشىنى داۋالايدۇ، تەبىئىي ئىسسىقلىقنى ئاشۇرىدۇ، قۇلۇنجىنى يوقىتىدۇ، نەپەس يوللىرىنى ئاچىدۇ، ئومۇمىي بەدەننى قىزىتىپ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، بۇۋاسىرغا پايدا قىلىدۇ.
تەركىبى: ئەنجۈر 280g، قۇرۇق قىزىل ئۈزۈم 60g، خولىنجان، دارچىن، پىلىپىل، زەنجىۋىل 3g دىن، قەنت مەلۇم مىقداردا. ئەگەر باھنى قوزغىتىش كۆپرەك نەزەردە تۇتۇلسا، 300g نۇقۇت، 5g دىن سۇنۇبۇل، قەلەمپۇر، خولىنجان، زەپەر قوشۇلىدۇ.
تەييارلىنىشى: ئۈزۈم بىلەن ئەنجۈر 830ml سۇدا ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سوۋۇتۇلۇپ غەلۋىردىن ئۆتكۈزۈلگەندىن كېيىن، پېسەپلىرى سۈزۈۋېتىلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن قالغان دورىلار چالا سوقۇلۇپ، خالىغا قاچىلىنىپ، يۇقىرىقى سۇيۇقلۇققا تاشلاپ قاينىتىلىدۇ، دورىنىڭ تەمى چىقىپ بولغاندىن كېيىن سى-قىلىپ، سوۋۇتۇلۇپ، قەنت سېلىنىپ، قىيام قىلىنىدۇ.

تەييارلىنىشى: تالقان قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ~ 100ml ئىستېمال قىلىندۇ.

شەرىپتى ئەنجۈر رۇتەپ

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساقنى ياخشىلايدۇ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ، باھنى كۈچەيتىدۇ، بەل ئاغرىقىنى قالدۇرىدۇ.

تەركىبى: ياخشى پىشقان ئەنجۈردىن 12g، سۇ 4.5 لىتىر، نو-قۇت 560g، ھەسەل 810g، دارچىن، خولىنجان، سۈنبۈل، قەلەمپۈر 3g دىن، زەپەر 2g.

تەييارلىنىشى: ئەنجۈر ۋە نوقۇت ئايرىم ئايرىم قاچىدىكى سۇغا سېلىنىپ، تۆتتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ پىشۇ-رۇلۇپ، مۇجۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، ئۈستىدىن قالغان دورىلار خالتىغا قاچىلاپ سېلىنىپ، قاينىتىلىپ، سىقىلغاندىن كېيىن، ھەسەل سېلىنىپ قىيام قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 15ml ئىستېمال قىلىندۇ.

شەرىپتى خەسەك

تەسىرى: تاشنى پارچىلايدۇ، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ، باھنى كۈچەيتىدۇ.

تەركىبى: ھۆل ئوغرىتىكەن سۈيى بىر ھەسسە، قەنت ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە ئۇسۇلدا تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا

30g ~ 20 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى ھىندى

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساق كېسەللىكلىرىنى، قورساق ئاغرىقى، تال ئىششىقى، ئېرقىنىسا، نەپەس سىقىلىش، بۆرەك تىترەش، ئۈ-چەي يارىسى، بەل ئاغرىقى، بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ ۋە زەھەر قايتۇرىدۇ، بالىياتقۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ، بەلغەمدىن ۋە ھەيزدىن كەلگەن قانلارنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئەنجۈر، ئارپىبەدىيان 200g دىن، رەۋەن 45g ، ھۆل قىزىلگۈل شىرنىسى 900g ، قەنت 900g.

تەييارلىنىشى: رەۋەن گۈلابتا سالاھەت قىلىنىپ، قالغان دورىلار قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلانغاندىن كېيىن، ئۈچتىن بىر قىسمى قالدۇرۇپ قاينىتىلىپ، سۈزۈۋېلىنىپ، ئۈستىدىن قىزىلگۈل شىرنىسى ۋە قەنتلەر سېلىنىپ، قىيام قىلىنىدۇ، رەۋەن كالا يېغىدا ياغلىنىپ، قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml ~ 36 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى ھىلىۋن

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساقنىكى تاشلارنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ، سۈيدۈك تۇتۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ھۆل مارجان شوخلىنىڭ سىقىۋېلىنغان سۈيى بىر ھەسسە، قەنت ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: گادەتتىكىچە شەرىپتە تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا

45ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى بۇزۇرى

تەسىرى: سۈيدۈك يوللىرىدىكى قىچىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 6g ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 15g، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، تاتلىق بادام مېغىزى، كەترا، نىشاستە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، خەشخاش ئۇرۇقى، گىلى ئەرمىنى، كەرەپشە ئۇرۇقى 6g دىن، بەزىرۇلبەنجى 3g.

تەييارلىنىشى: ئارىلاشتۇرۇلۇپ 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، بىر قېتىمدا 9g بىنەپشە شەرىپتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى زىياستۇس

تەسىرى: قەنت سىيىش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تاباشىر، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 30g دىن، قا- راسۇنا ئۇرۇقى 60g، سېمىزئوت ئۇرۇقى 45g، قىزىلگۈل، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، گىلى ئەرمىنى 15g دىن، ئاقاقىيا، سەمغى ئەرەبى، سې- رىق سەندەل، ئانار گۈلى 6g دىن، كاپۇر 2g.
تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە 0.5g لىق ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 9g ئاچچىق ئانار شەرىپتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى كاكنەچ

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساق جاراھەتلىرىنى، سۈيدۈك

تۇنالماسلىقنى داۋالايدۇ، سۈيدۈكتىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.
تەركىبى: كاكىنەچ، شوخلا ئۇرۇقى 60g دىن، ئەپيۈن، كەرەپشە
ئۇرۇقى، بەزىرۇلبەنجى، كەندىر 3g دىن، ئارپىبەدىيان 6g ، زەپەر،
قىيمىقۇ ئۇرۇقى، چىلغوزا مېغىزى، ئاچچىق بادام مېغىزى 9g دىن،
تەرخەمەك مېغىزى 36g.

تەييارلىنىشى: ئارىلاشتۇرۇلۇپ 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مىددە

تەسىرى: سۈيدۈكتىكى يىرنىڭ كېلىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى،
قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 60g دىن، گىلى ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى،
كۈندۈر، خۇنسىياۋشان 30g دىن، ئەپيۈن 9g، كەرەپشە ئۇرۇقى 6g.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇلۇپ،
0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 23ml
خەشخاش شەرىپتى بىلەن بىر تابلېتكىدىن يېيىلىدۇ.

مەجۈنى لوبۇبى كەبىر

(چوڭ نۇسخىلىق لوبۇب)

تەسىرى: بۆرەكنى قىزىتىدۇ ۋە كۈچلەندۈرىدۇ، مەنىنى كۆ-
پەيتىدۇ، يۈرەك، مېڭىنى كۈچلەندۈرىدۇ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق كەلتۈ-
رىدۇ، ئومۇمىي بەدەننى سەمىرتىدۇ، رەڭگىروينى ياخشىلايدۇ، پەي ۋە
نېرۋىلارنى كۈچلەندۈرۈپ، باھنى قوزغايدۇ.

تەركىبى: پىستە مېغىزى، پىندىق مېغىزى، بادام مېغىزى، ھەببۇزەلەم مېغىزى، قۇم بېلىقى (ماھى رۇبىيان)، خولىنجان، شام قاقۇل، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، ئاق تۇدى، قىزىل تۇدى، زەدە-جىۋىل، كۈنجۈت، دارچىن 15g دىن، سۈنبۇل، سەئىدى كوفى، قەلەمد پۇر، كاۋاۋىچىن، ھەببى قەلقل، سەۋزە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، پىياز ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، بېدە ئۇرۇقى، ھىلىيۇن ئۇرۇقى، ئەر-مىدۇن ئۇرۇقى، دورىچ ئەقرەبى، زورۇنات 9g دىن، جويۇز، بەسباسە، سۈنبۇل، پىلىپىل 6g دىن، سۆڭەلپ، نارجىل، قۇشقاچ مېڭىسى، خەشخاش ئۇرۇقى 8g دىن، ئېكەكلەنگەن بۇقا چۈيىسى (ئۆكۈزنىڭ زەكىرى)، سۆرۈنجان، بوزىدان، پىننە 12g دىن، ئەرەب تۆگىسى تايلىقىنىڭ ئاشقازىنىدىن ئېلىنغان شىپىلاق، زەپەر، مەستىكى 9g دىن، ئۇدخام 8g، ئالتۇن ۋەرەق 30 دانە، كۈمۈش ۋەرەق 50 دانە، ئەنەبەر 5g، ئىپارچ 2، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

بەزىلەر 12g دىن مەرۋايىت، مارجان، كەھرىۋا، ئەقىق، ياقۇتلارنى قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدىكەن.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 10g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئاتائى

تەسىرى: سۈيدۈك ۋە مەنىي تۇتالماسلىقلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: مەستىكى كۈندۈر، جۈپتى بەللۇت، بەزىرۈلبەنجى 30g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۇن دورىلارنى تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، كاۋاپ بىلەن

6g دىن يېيىلىدۇ.

مەجۇنى بەۋل پىلىپراش

تەسرى: كېچىدە سىيىپ قويۇشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: مۇرمەككى، كۈندۈر، ئاقاقىيا، شىياپى مامسا 6g دىن، زەمچە 9g ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 21g، ئاق زەنجۋىل، زىغىر، كابىلى ھېلىلە پوستى 30g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە مەجۇن قىلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ

مەجۇنى بەللۇت

تەسرى: سۈيدۈك تۇتالماسلىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئاقلانغان بەللۇت 45g، قىچا، مۇرمەككى، سۇزاپ ئۇرۇقى 3g دىن، كۈندۈر، ھەيۈلئاس، جويۇز، بەسباسە، قەلەمپۇر، قارا ھېلىلە 6g دىن، سەئىدى كوفى، سىيادىنە، لاچىندانە 9g دىن، قۇرۇق ئەنجۈر 15g، ھەسەل ئىككى ھەسسە، مەجۇن قىلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 9 ~ 15g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى تەمرى ھىندى

تەسرى: تەسلىكتە سىيىش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ، قۇلۇد-جىنى ئاچىدۇ، ئىچىنى يەڭگىل دەرىجىدە سۈرىدۇ.

تەركىبى: ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان تەمرى ھىندى 150g، سوقمۇ-
نيا، قۇرۇق سۇزاپ 21g دىن، قارىمۇچ 9g، زەنجۈل 10g، توغرىغا
3g، تاتلىق بادام مېغىزى (ئاقلانغان) 30 دانە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە
تەييارلىنىشى: تەمرى ھىندى سىركىگە بىر سوتكا پىلىد
نىپ، ئەتىسى قاينىتىپ پىشۇرۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەندىن
كېيىن، ئۇستىدىن قالغان دورىلار تالقىنى سېلىنىپ ھەسەل بىلەن
قوشۇلۇپ يۇغۇرۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
12g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى چىلغوزا

تەسىرى: تەسلىكتە سىيشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: چىلغوزا مېغىزى 90g، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، رەۋەن،
ئىزخىر، ھەببى بېلسان، رۇمبەدىيان، قېلىن دارچىن، زەپەر، دار-
چىن، تاغ كەرەپشسى ئۇرۇقى، ئاسارۇن، كامادەرىيۇس 9g دىن، قۇرۇق
پىننە 2g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەجۈن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە مەجۈن
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا
6 ~ 10g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى كاكىنەچ

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساق جاراھەتلىرى، قان سىيشلەرنى
داۋالايدۇ.

تەركىبى: كاكىنەچ 25g، بەزىرۇلبەنجى، كەرەپشە ئۇرۇقى،
ئارپىبەدىيان 21g دىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى
مېغىزى، قىمىقۇ ئۇرۇقى، ئەپيۇن، چىلغوزا مېغىزى، پىندىق
مېغىزى، ئاچچىق بادام مېغىزى 9g دىن، زەپەر 7g، كەترا 12g.

تەييارلىنىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ما-ئۇلئۇسۇل ياكى خەشخاش شەرىپتى بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ھەجەرىلىيەھۇد

تەسىرى: بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ. تەركىبى: جوھۇت تېشى 150g ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك مېغىزى، كاكىنەچ 15g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 8~9g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى خۇبىسلەھەدىد مۇمسىك

تەسىرى: سۈيۈكنىڭ قېتىم سانىنى ئازايتىدۇ. تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن خۇبىسلەھەدىد 60g، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئانار پوستى 15g، تاباشىر 12g، قۇرۇق يۇمغاق-سۈت 9g، شەۋكىران 30g، بېھى شەرىپتى مەلۇم مىقداردا. تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى بېھى شەرىپتى بىلەن يۇغۇ-رۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، 9g دورا بېھى شەرىپتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى كەلكىلانەج

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى ئىستىسقا، جىگەر، تال كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: يۇيۇلغان لوك، سۇنبۇل، قىزىلگۈل، ياۋا سەۋزە

ئۇرۇقى، تاغ كەرەپشسى ئۇرۇقى، ئوردان، رەۋەن، ھىنىلى تۈزى، سەۋسەن گۈلى، غارقۇن 18g دىن، كامادىرىيۇس، قارا زىرە، سىيالىد-يۇس، ئۇزۇنچاق زىراۋەن، ئاسارۇن، ئۇد بېلسان، مەسكى، جىنتىدە، يانا، ئاقلانغان بەرەڭگى كاپىلى، قېلىن دارچىن 12g دىن، زەنجىۋىل، ھەشقىپچەك ئۇرۇقى، لاجىندانە، قەلەمپۇر، گۈلدارچىن، قارىمۇچ، پىلىپ، نەمەكى ئەندەرانى، نەمەكى نىپتى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، غا-پەس ئۇسارىسى، ئەپسەنتىن، سەئىدى كوفى، ئىزخىر 15g دىن، سې-رىقئوت ئۇرۇقى، سەرمۇق ئۇرۇقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، سوقمۇنىيا 30g دىن، قۇستە، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئېگىر، رۇمبەدد-يان 9g دىن، تۇرپۇت 470، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 280g، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى 45g دىن، ئامىلە 810، تەمرى ھىندى 150g، پۇنۇس، خىيارشەنبەر 280g دىن، قەنت 2.120kg، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن مازەرىيۇن 60g، بادام يېغى 40g، سۇ 280ml، كۈنجۈت يېغى 60g.

تەييارلىنىشى: لوكتىن باشلاپ تۇرپۇتقىچە بولغان دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. قارا ھېلىلەدىن تەمرى ھىندىغىچە بولغان دورىلار ئۈزۈم بىلەن قوشۇلۇپ، 7 لىتىر سۇدا تۆتتىن بىر قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلغاندىن كېيىن، سىقىپ سۈزۈلۈپ، پۇنۇس، خىيارشەنبەر سېلىنىپ، مېچىپ تەمى چىقىرىلىپ، يەنە سۈزۈلۈپ، مەزكۇر سۇغا قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، مازەرد-يۇن ۋە بادام ياغلىرى يۇقىرىقى 280ml سۇ بىلەن سۈيى تۈگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ، قالغان قىسمى كۈنجۈت يېغىغا ئارد-لاشتۇرۇلۇپ، دورىلار تالقىنى سېلىپ ياغلىنىدۇ، ئوبدان ئارىلاشتۇ-رۇلۇپ بولغاندىن كېيىن قىيامغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، تۈگە سۈتى ياكى شوخلا سۈيى ۋە ياكى مائۇلجۇبىن بىلەن 15g ~ 12g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ماسكۇل بەۋل

تەسىرى: سۈيدۈكنىڭ قېتىم سانىنى ئازايتىدۇ، مەنىنى

تورمۇزلايدۇ، بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.
 تەركىبى: ئاقاقىيا، ئانار گۈلى 9g دىن، ئاق سەندەل، قىزىل
 سەندەل، قىزىل ماش، قەسبوززەررە، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، سەمغى
 ئەرەبى، تاباشىر 6g دىن، ھەببۇلئاس 8g، كۈندۈرگ 3g .
 تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، جۇلاپ قىيامى بىلەن
 يۇغۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا
 6g دورا پاقلان كاۋىپى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى گۈلنار

تەسىرى: سۈيدۈك تۇتالماسلىقنى داۋالايدۇ.
 تەركىبى: ئانار گۈلى 30g، كۈندۈر، بەللۇت 60g دىن، سەئىدى
 كوفى، ياۋا زىرە 15g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
 تەييارلىنىشى: مەجۇن قىلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g ~ 3
 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇلئۇسۇل ھۇمائى

تەسىرى: تەنقىيەدىن كېيىن بېرىلسە بەلغەمدىن بولغان تەپنى
 قالدۇرىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.
 تەركىبى: كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى،
 ئىزخىر يىلتىزى، پىرسىياۋشان، رۇمبەدىيان 30g دىن، كەرەپشە
 ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، مەستىكى 15g دىن.
 تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
 ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 12g قاي-
 ناق سۇ ۋە گۈلقەنت بىلەن تەڭشەپ يېيىلىدۇ.

مەجۇنى لوبۇبى مۆتىدىل

تەسىرى: بۆرەكنى قىزىتىپ، جىنسىي ھەۋەسنى قوزغىتىدۇ.
تەركىبى: پىندىق مېغىزى، پىستە مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى،
بادام مېغىزى، كۈنجۈت مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، ئاق
خەشخاش ئۇرۇقى 18g دىن، تەرخەمەك مېغىزى، بەگىناي قوغۇن ئۇ-
رۇقىنىڭ مېغىزى 9g دىن، بوزىدان، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن،
ئەرمىدۇن ئۇرۇقى، خولىنجان، دارچىن 6g دىن، قەنت 150g، ھەسەل
280g.

تەييارلىنىشى: مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا
15g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى لوبۇب

تەسىرى: بۇ مەخپىي رېتسېپلار قاتارىدىكى نۇسخا بولۇپ،
باھنى، يۈرەك، مېڭىنى كۈچلەندۈرۈشتە ئىنتايىن كۈچلۈك تەسىر
قىلىدۇ، رەڭگىروينى چىرايلىق قىلىدۇ، ئېرقىنىسا، نىقرىس
(بوغۇم ۋوسپالنىسى)، مەنى يېتىشىزلىك، پەي سۇسلۇقلاردىن
ساقلايدۇ.

تەركىبى: شاقاقۇل، خولىنجان، سۆڭلەپ، ئاق بەھمەن، قىزىل
بەھمەن، ئاق تۇدرى، قىزىل تۇدرى، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى، ئەركەك بېلىق
سۆڭىكى (سەقەنقۇر) 9g دىن، ھەببى بېلسان، ھەببۇلبان، ئاقمۇچ،
قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، سەۋزە ئۇرۇقى،
پىياز ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، بېدە ئۇرۇقى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى،
ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، زاغۇن، سېرىقچىچەك ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى،
ھىليۇن ئۇرۇقى، ھۆل ئوغرىتىكەن سۈيىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ، يەتتە

قېتىم تەكرارلانغان ئوغرىتىكەن 6g دىن، نارجىل، بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، ھەببى تۇلخۇزرا مېغىزى، چىگىت مېغىزى، كۈنجۈت 21g دىن، دارچىن، قەلەمپۇر، سۈنبۈل، ئاسارۇن، بەسباسە، كاۋاۋىچىن، سەئىدى كوفى، گۈلدارچىن، پىلىپىل، ئۇد ھىندى، جويۇز، نارمىشكى، ئەنبەر، زەپەر 5g دىن، ئىپپار 2g ، زەنجىۋىل بوزىدان، تاتلىق قۇستە، ھەببى زەلەم مېغىزى، دورنەج ئەقرەبى 6g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە. تەييارلىنىشى: مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 9g ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇتۇلى سۇزاك

تەسىرى: سوزۇلما خاراكتېرلىك سىزلام كېسەللىكىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: گۈلبەسەن ياكى گۈلبەسەننىڭ يوپۇرمىقى مەلۇم مىقداردا. تەييارلىنىشى: مەلۇم مىقداردىكى سۇدا قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: بىمار داسقا تۆكۈپ، كۆيە كۆيمەس ھالەتكە كەلتۈرۈلۈپ، دوۋسۇن ۋە جىنسىي ئەزالىرىغىچە چىلىنىپ ئولتۇرىدۇ.

نۇتۇلى ھەسات (I)

تەسىرى: سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ. تەركىبى: بابۇنە، دەرمەنە تۈركى، نەمام، رەيھان، ئاناناس يوپۇرمىقى، كەپتەر مايىقى تەڭ مىقداردا. تەييارلىنىشى: ھەممىسى مەلۇم مىقداردىكى سۇدا قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: قىزىق ھالدا (يېرىم قىزىق) ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، دورا پىسەپلىرى دوۋسۇن ساھەسىگە تېڭىلىدۇ.

نۇتۇلى ھەسات (II)

تەسىرى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
تەركىبى: دەرمەنە تۈركى، تۇرۇپ يوپۇرمىقى، بېدە يوپۇرمىقى، سۇزاپ، بابۇنە، ئەپسەنتىن، سۇنبۇل، رەيھان، ئاق لەيلى گۈلى، نەمام، چامغۇر يوپۇرمىقى، سېرىقچېچەك، ئاناناس يوپۇرمىقى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

نۇتۇلى ھەسات (III)

تەسىرى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
تەركىبى: بىنەپشە، قىزىلگۈل، نېلۇپەر، ئاق لەيلى گۈلى 15g دىن، ئوغرىتىمكەن يوپۇرمىقى، بابۇنە، قوغۇن ساپىقى، ئىككىلىملىك، ئاناناس 10g دىن.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

نۇتۇلى مۇپەتتۇل ھەسات

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.
تەركىبى: ئىككىلىملىك، بابۇنە، قىزىلگۈل، ئاق لەيلى گۈلى 30g دىن، قوغۇننىڭ قۇرۇق شاپىقى، پىرسىياۋشان، ھەببۇلقەلت 21g دىن، ئۆشەنە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى 18g دىن، كاكىنەچ، شومشا 12g دىن، ئەپسەنتىن 9g، ياۋا سەۋزە يوپۇرمىقى، نېلۇپەر 6g دىن، سۇ 6000ml .
تەييارلىنىشى: دورىلار سۇغا چىلىنىپ، تەمى چىقىرىلىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بىمار دورا سۈيگە ئىلمان ھالەتتە ئولتۇر-غۇزۇلىدۇ، سۇدىن چىقىش ۋاقتىدا جىنسى ئەزاغا چايان يېغىدىن 2 ~ 3 تېمىم تېمىتىلىدۇ.

جىگەر كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا رېتسېپلىرى

مەجۇنى ئاسانا سىيىي كەبىر

(چوڭ نۇسخىلىق ئاسانا سىيىي كەبىر)

تەسىرى: جىگەر ئاجىزلىقى، جىگەر قېتىش قاتارلىق ھەر-خىل جىگەر كېسەللىكلىرى، تال، ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. بەلغەمدىن بولغان ئىسھال، كونا يۆتەل، قان قۇسۇش، بۆرەك، دوۋساق كېسەللىكلىرى ۋە دەم سىقىلىشلارنى داۋالايدۇ، بوۋاسىرنى داۋالاپ، ئومۇمىي بەدەندىكى يەللەرنى بىر تەرەپ قىلىدۇ.

تەركىبى: مۇرمەككى، ئەپيۈن، زەپەر، قۇندۇزقەھرى، بەزىرۇل-بەنجى، قۇستە تېكىسىنىڭ ئوڭ مۇڭگۈزى، بۆرە جىگىرى 15g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىپ، ئارقىدىن كاسىنە سۈيى ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ئاسانا سىيىي سەغىر

(كىچىك نۇسخىلىق ئاسانا سىيىي سەغىر)

تەسىرى: ئاساسەن ئاسانا سىيىي كەبىرگە ئوخشىشىپ كېتىدۇ.

تەركىبى: مئە سائىلە (ئۆچكە ساقىلى)، زەپەر، قۇستە، سۇن-
بۇل، ئەپيۇن، سەلىخە 12g دىن، غاپەس ئوسارى 24g ، چۈچۈكبۇيا
يىلتىزى 36g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم ھەر قېتىمدا 2g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى تەرياقى ئەربەئە

تەسىرى: زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ، قو-
يۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ، قۇلۇنجى، تال، جىگەر كېسەللىكلەرگە
ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ، تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ، ئۇلۇك ھامىلىنى
چۈشۈرىدۇ، توسالغۇلارنى ئېچىپ، خىلىتلارنىڭ نورمال مىقدارىنى
ساقلايدۇ، سوغۇقتىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: جىنتىيانا، ئۇزۇنچاق زىراۋەن، ھەببۇلغار، مورسپايلار
(تازىلانغان مور) تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، 3g دىن ئىستېمال
قىلىنىدۇ. بۇ دورا يېپىلگەندىن كېيىن باش ئاغرىتىدۇ، بۇنىڭ ئۈ-
چۈن، بىمارغا سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ شىرنىسىنى بېرىش كېرەك.

مەجۇنى تەرياقى سەمانىيە

تەسىرى: تەرياقى ئەربەئەدىن كۈچلۈكرەك تەسىر كۆرسىتىدۇ.
تەركىبى: ئۇزۇنچاق زىراۋەن، جۇڭگو رەۋىنى، قۇستە، بىخ كەبىر
(كەپە يىلتىزى)، ھەببۇلغار، مورسپا، ئاچچىق قۇستە، جىنتىيانا،
زەرچىۋە تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئامىلە

تەسىرى: يۈرەك، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ.
تەركىبى: ئاقلانغان ئامىلە 15g، ئۇد ھىندى، مەستىكى 9g دىن، ئەنبەر 2g، قەنت 150g، لىمون سۈيى، سۇمماق سۈيى 30ml دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى جاۋارش ئۇد مىشكى

(ئىپارلىق جاۋارش ئۇد)

تەسىرى: يۈرەك سېلىش، دەم تۇتۇلۇش، جىگەر ئاجىزلىقى قا-
تارلىقلارنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ،
ھەزىمنى ياخشىلايدۇ، بەدەندىكى ئارتۇق سۇيۇقلۇقنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: ئۇد ھىندى، سۇمبۇلتىپ، سۇمبۇلى رۇمى (ناردىن)،
مەستىكى، قەلەمپۇر، لاچىندانە، جويۇز 9g دىن، كابىلى ھېلىسە
پوستى، گۈلدارچىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، پوستى تۇرۇنجى،
زورۇنبات، بادىرەنجىبۇيا 5g دىن، زەپەر، بەسباسە، زەنجىۋىل 4.5g
دىن، ئىپار 1.5g، قەنت بىر يېرىم ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قەنت قىيامى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە ھەب
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئەپسەنتىن

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل تىپتىكى جىگەر كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، دەسلەپكى ئىستىسقىغا، كونا تەپلەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

تەركىبى: ئەپسەنتىن رۇمى، سېرىق ھېلىلە پوستى، يۇپۇلغان لوك، نىشاستە، مەستىكى، زەپەر، رەۋەن، رۇمبەدىيان، شاھتەررە، سەبرى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: مارجان شوخلا سۈيىدە 0.5g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ، ئەگەر بىماردا يۆتەل بىرگە بولسا، يېرىم مىقداردا رۇببە-سۇس (چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى) قوشۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: ھەر ئاخشامدا بىس قېتىم 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى تۇربۇت

تەسىرى: جىگەر كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: تۇربۇت 12g ، ئايارەنج پەيقر (سەبرى) 6g ، سېرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، ئەپتىمۇن 3g دىن، رۇمبەدىيان، ھىندى تۇزى، ئارپىبەدىيان 3g دىن.

تەييارلىنىشى: 0.5g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سەبرى

تەسىرى: قىزىتمىنى پەسەيتىپ، تەبىئەتنى يۇمشىتىدۇ، يەر قاننى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سەبرى 12g ، سوقمۇنيا 3g ، غاپەس ئوسارى 2g دىن.
تەييارلىنىشى: كاسىنە سۈيى بىلەن 0.3g دىن ھەب
قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
2g دىن ئىستېمال قىلىندۇ.

ھەبى غاپەس

تەسىرى: جىگەر ئىششىقلىرىنى، كونا تەپلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: غاپەس، سەبرى، سېرىق ھېلىلە پوستى 9g دىن.
تەييارلىنىشى: كەرەپشە سۈيىدە 0.3g دىن ھەب قىلىندۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
6g ~ 3 ئىستېمال قىلىندۇ.

ھەبى پەيقرى

تەسىرى: جىگەر، تال ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ.
تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، تۇربۇت 6g دىن، غارىقۇن،
بىخ كەبىر(كەپە) يوپۇرمىقى 15g دىن، رۇمبەدىيان، ئوشەق، مۇقەل
9g دىن، ھىندى تۈزى 6g .
تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىندۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىندۇ.

ھەبى كەبىر

تەسىرى: تال كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بىخ كەبىرنىڭ پوستى، رەۋەن 6g دىن، كۆيدۈرۈلگەن
مارجان، سەبرى، كەرەپشە ئۇرۇقى، غارىقۇن، ھىندى تۈزى 3g دىن.

تەييارلىنىشى: بېدىمىشكى ئەرەقى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى داۋائۇل لوك كەبىر

(چوڭ نۇسخىلىق)

تەسىرى: جىگەر قېتىش، تال كېسەللىكلىرى، ئىستىسقا، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىشنى داۋالايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، بۆرەك ۋە دوۋساق تاشلىرىنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ، ھەددىدىن ئارتۇق سېمىزلىرىنى ئورۇقلىتىدۇ.

تەركىبى: يۈيۈلغان لوك، دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى)، زىرە، زەنجۈبۇللاردىن 24g دىن، كامادىرىيۇس، زۇپا 14g دىن، جىنتىيانا، يۇمىلاق زىراۋەن 3g دىن، سەبىرى بېلىسان، سەلىخە، مۇقەل، مەستىدىكى، قەسبوززەرە، ئاسارۇنلار 48g دىن، كۈندۈز 12g، پىلىپىل، ئۇزۇنچاق زىراۋەن 10g دىن، جۇڭگو رەۋىنى، چاڭگاڭ (جۆئىدە)، ئىزىر خىر 6g دىن، قارىمۇچ، قۇستە 30g دىن، رۇببەسۇس 84g دىن، غول-جالڭ 9g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى داۋائۇل لوك سەغىر

(كىچىك نۇسخىلىق)

تەسىرى: ئالدىنقىسى بىلەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ.

تەركىبى: يۈيۈلغان لوك، ئاچچىق قۇستە، ئىزىر خىر چىچىكى، لوۋىيا، ھەببۇلغار، شومشا، قارىمۇچ 40g دىن، جۇڭگو رەۋىنى 45g،

ھەسەل ئىككى ھەسسە، مەجۇن قىلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
3g دىن يېيىلىپ، ئۈستىدىن ئەپسەنتىن سۈيى ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى داۋائۇل كۆركەم كەبىر

(چوڭ نۇسخىلىق زەپەرلىك دورا)

تەسىرى: ھەر خىل تىپتىكى جىگەر كېسەللىكلىرىنى داۋا-
لايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، يەللەرنى ھەيدەيدۇ، بۆرەك، دوۋساقنى
كۈچلەندۈرۈپ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، جىگەر ياكى تال ئىششىقى سە-
ۋەبىدىن پەيدا بولغان ئىستىسقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زەپەر 36g ، ئاسارۇن، دۇقۇ، رۇمبەدىيان، پەتراسال-
يۇن (تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى)، رەۋەنلەر 12g دىن، سۈنبۇل 18g ،
قۇستە، سەلخۇلھەييى، ئىزخىر چېچىكى، ھەببى بېلىسانلار 3g دىن،
ئوردان 6g، رۇببەسۇس، چاڭگاڭ (جۆڭمىدە)، مەستىكى، غاپەس 9g دىن،
بېلىسان يېغى 15g ، مورىساپ 12g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
3g دىن يېيىلىپ، ئۈستىدىن ھەسەل شەرىبىتى ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى داۋائۇل كۆركەم سەغىر

تەسىرى: ئالدىنقىسىغا ئاساسەن ئوخشايدۇ.
تەركىبى: زەپەر، سەلخۇلھەييى، سۈنبۇل 6g دىن، ئىزخىر
چېچىكى، قۇستە، دارچىن 3g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى ئۈزۈم شەرىبىتىگە بىر سوتكا
چىلىنىپ، ئاندىن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىندۇ.

زىمادى داۋايى تىيىن پىھىل

تەسىرى: جىگەرنىڭ ئىسسىقلىقى بولغان ئىششىقنى تارقىتىدۇ.

تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھېلىلە، بەلىلە، ئاملىلەر بەدىيان سۈيى ياكى كاسىنە سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۈزۈۋېلىنىپ، ئېزىلىپ، بەدەن سىرتىغا چېپىلىدۇ.

مەجۈنى داۋايى مۇنەققى

(جىگەر تازىلىغۇچى دورا)

تەسىرى: جىگەرنى تازىلايدۇ ۋە كۈچلەندۈرىدۇ، جىگەر توسال-غۇلىرىنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: يۇيۇلغان لوك، رەۋەن 9g دىن، غاپەس ئوسارسى، ئارپىبەدىيان، چامغۇر ئۇرۇقى 15g دىن، ئەپسەنتىن 18g، سېمىزئوت ئۇرۇقى 24g، كەرەپشە ئۇرۇقى 12g، ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۈن قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىندۇ.

زىمادى داۋايى موميا

تەسىرى: جىگەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقنى ياندۇرىدۇ. تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى: موميا قارا شېكەر بىلەن خېمىر قىلىنىپ يېپىلىدۇ، بەدەن سىرتىغا كالا سۈتىگە قىچا تالقىنى

ئارىلاشتۇرۇلۇپ چېپىلىدۇ.

زىمادى تىين

تەسىرى: تال قېتىشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: مۇقىل 6g ، ئوشەق 3g ، پۇرچاق، نوقۇت، ئىكلىلدا-مىلىك، شومشا، لوۋىيا، سۇنبۇل 15g دىن، ئەنجۈر 24 دانە، سىركە، سۇزاپ يېغى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئوشەق سىركىدە ئېرىد-تىلىپ، ئۈستىدىن دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۇزاپ يېغى، بادام يېغى ياكى بابۇنە يېغى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تال ساھەسىگە چېپىلىدۇ.

زىمادى سۇنبۇل

تەسىرى: جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سۇنبۇل، مەستىكى، قەسبوزەرىرە، ئىزخىر، زەپەر، مۇرمەككى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەستىكى ۋە مۇرمەككى ھازاقتا ئېرىتىلىپ، ئۈستىدىن باشقا دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇ-لۇپ تەييارلىنىدۇ، جىگەر ساھەسىگە تېغىلىدۇ. سۇيۇق تاماقلاردىن پەرھىز قىلىنىدۇ.

زىمادى شەئىر

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان جىگەر ئىششىقىنى تارقىتىدۇ.
تەركىبى: سىركىگە چىلانغان ئارپا تالقىنى (ئارپا سوقمىسى)

18g، تاباشىر 15g ، ئەپسەنتىن، قىزىلگۈل، قەسبوززەرىرە، ئاق سەندەل، مامىسا ئوسارىسى 3g دىن. ئىشلىتىلىشى: زىماد تەييارلىنىپ، جىگەر ساھەسىگە تېكىدلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى

تەسىرى: جىگەر ۋە تالنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، تەپ، بەزگەك كېسەللىكىنى داۋالايدۇ، سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىنى قالدۇرىدۇ. تەركىبى: سېرىق ئوت ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان 15g دىن، كاسىنە ئۇرۇقى 30g ، سىركە 560g . تەييارلىنىشى: مەلۇم مىقداردىكى سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، سۈزۈلۈپ، ئۈستىگە 590g قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى ئۇسۇل

تەسىرى: جىگەر، تالنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، سەۋدانى پەسەيتىدۇ، ئاشقازاننى ياخشىلايدۇ. تەركىبى: ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سېرىق-ئوت ئۇرۇقى، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، كەپە يىلتىزى 15g دىن، كاسىنە ئۇرۇقى 30g . تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، سىركە ۋە سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، سۈزۈلۈپ، ئۈستىگە 750g قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى بارىد

(سوغۇق تەبىئەتلىك سىركەنجىبىن بۇزۇرى)

تەسىرى: جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، ئىسسىقلىقتىن بولغان تەپنى پەسەيتىدۇ، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ، ئۈسۈزلۈقنى پەسەيتىدۇ، ئىششىقتىن بولغان ئىستىسقىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: كاسىنە يىلتىزى پوستى 21g، تەرخەمەك ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى 15g دىن، سىركە ۋە سۇ مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار سىركە ۋە سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، ئۈستىگە قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى مۆتىدىل

تەسىرى: مۇرەككەپ تەپلەر، جىگەر، تال كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

تەركىبى: كاسىنە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، مۇرمەككى 9g دىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى 15g دىن، كاسىنە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى 21g دىن، سىركە 250ml ، سۇ 1500ml ، قەنت 360g .

تەييارلىنىشى: دورىلار سۇ ۋە سىركىگە بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، ئۈستىگە قەنت سېلىنىپ قىيام

قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن بۇزۇرى ھار

(ئىسسىق تەبىئەتلىك سىركەنجىبىن بۇزۇرى)

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان تەپلەر، بەلغىمى شورىدىن بولغان تۈرلۈك ئۆزگىرىشلەرنى داۋالايىدۇ، جىگەر، تال توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، ئۇسسۇلۇقنى پەسەيتىدۇ، بەلغەمدىن بولغان ئاشقازاندىن سۇ يېيىشىنى يوقىتىدۇ، ھەيزنى ۋە سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.

تەركىبى: كونا سىركە 1800ml، سۇ 600ml، ئارپىبەدىيان، رۈمبەدىيان، كەرەپشە يىلتىزى 360g دىن، ئارپىبەدىيان، رۈمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى 120g دىن، قەنت ياكى ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار سىركە ۋە سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ ئالتىدىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، ئۈستىگە قەنت ياكى ھەسەل سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن رۇمانى

تەسىرى: ئاشقازاننى، جىگەرنى ياخشىلايدۇ، تەپ ۋە ئۇسسۇز-لۇقنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: تاتلىق ئانار، ئاچچىق ئانار سۇلىرى 280ml دىن، زىرىق سۈيى، سىركە 150ml دىن، قەنت 2.7kg، قۇستە 60g، ھەسەل 250g.

تەييارلىنىشى: مەتبۇخ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن رەۋەن يەرقانى

تەسىرى: سېرىقلىق (يەرقان) كېسەللىكىگە ئىسسىقتىن بولغان جىگەر كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

تەركىبى: كاسىنە ئۇرۇقى 60g ، قىزىلگۈل، شاھتەررە، سېرىقئوت ئۇرۇقى 30g دىن، جۇڭگو رەۋىنى 15g .

تەييارلىنىشى: دورىلار 500ml سۇدا قاينىتىلىپ (رەۋەن خالىتىغا ئېلىپ تاشلىنىدۇ)، سۈزۈپ 300g قەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: قاينىتىش جەريانىدا خالتا پات پات مۇجۇلۇش ئارقىلىق رەۋەننىڭ تەمى چىقىرىلىپ، سۈزۈلدۈرۈلگەندىن كېيىن، ئۈستىگە 300g قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن رەۋەن

تەسىرى: تال قېتىشىنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: غارىقۇن، رەۋەن، ئوردان، كەپە يىلتىزى پوستى، بېدىمىشكى، يۇلغۇن ئۇرۇقى، ئەپتىمۇن، غاپەس، ئەپتىمۇن ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى 30g دىن، قەنت 1.5kg ، سىركە 1.5ml .

تەييارلىنىشى: دورىلار بىر سوتكا سۇغا چىلىنىپ، يېرىمى قالدۇرۇپ قاينىتىلىدۇ، سۈزۈلۈپ، ئۈستىگە قەنت سېلىنىپ قىيام

قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن سەپەر جۇلى ساددە

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، خام كېكىرىشنى يوقىتىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئاشقازان يارىسى، ئاشقازان ئېچىشمىشلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: بېھى سۈيى، قەنت، سىركە 280g دىن. تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن سەپەر جۇلى مۇرەككەپ

تەسىرى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش، بەلكى كۈچلۈكرەك. تەركىبى: بېھى سۈيى، قەنت 280g دىن، سىركە 120g، مەس-تىكى، سۈنبۇل، قەلەمپۇر 3g دىن. تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، كىچىك خالتىغا قا-چىلانغاندىن كېيىن، سۇغا بىر سوتكا چىلىنىدۇ، قاينىتىش ۋاقتىدا خالتا بىلەن سۇغا سېلىنىپ قاينىتىلىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن پەۋۋە

تەسىرى: ئىستىسقا، ئال، جىگەرنىڭ قېتىشى ۋە ئىششىقنى داۋالايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: ئارپىبەدىيان، بەدىيان يىلتىزى، كەپە يىلتىزى، رۇم بەدىيان، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى، زۇپا، ئوردان، غاپەس، ئەپسەنتىن 30g دىن، ئەپتىمۇن ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، چاڭگاڭ، سۈنبۇل، ئاسارۇن 21g دىن، سىركە 360g.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، سىركە ۋە سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، سىقىلىپ، ئۈس-تىگە 1.5kg قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ئۇد

تەسىرى: جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، جىگەر كىچىكلەشنى داۋالايدۇ، مەيدىنىڭ ئېچىشىنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: يۈيۇلغان لوڭ، ھەببۇلئاس ئۇرۇقى، بەللۇت، مەس-تىكى، موزا، ئۇد بېلسان، ئانار پوستى 9g دىن، زەنجۈل، كۈندۈر 2g دىن، قەنت ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ~ 9g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى بۇزۇرى

تەسىرى: جىگەر ئىششىقنى ياندۇرىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى 15g ، قوغون ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 9g دىن، رۇمبەدىيان، ئارېبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇبە-سۇس 6g دىن، زىرىق ئوسارسى 12g، رەۋەن 3g، يۇيۇلغان لوك 12g، زەپەر، مەستىكى، ئەپسەنتىن 3g دىن، كاپۇر 1g .
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى بەھى

تەسىرى: جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ، سېرىق كېسەللىك-نى (يەرقاننى) داۋالايدۇ، قان قۇسۇشنى توختىتىدۇ، جىگەر توسال-غۇلىرىنى ئاچىدۇ.
تەركىبى: بەھى ئۇرۇقى، نىشاستە، تەرخەمەك ئۇرۇقى 12g دىن، گىلى ئەرمىنى، قىزىلگۈل، يۇيۇلغان لوك، سۇنبۇل، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 3g دىن، تاباشىر 2g ، مەستىكى 1g .
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا سوغۇق سۇ بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى تىھال

تەسىرى: تال كېسەللىكىگە تېز ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن مارجان 3g ، كەتىرا 2g ، شېكەر مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2g دىن بىر ھەپتىگىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ھېلىلە

تەسىرى: جىگەر ئىششىقى ۋە تال كېسەللىكىنى داۋالايىدۇ.
تەركىبى: كابىلى ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە 120g دىن، كە-
رەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان 15g دىن.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
9g ى تۆگە سۈتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى كەبىد

تەسىرى: مەخسۇس جىگەرنى داۋالايىدۇ ۋە كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل 9g، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان زىرىق، يۈيۈل-
غان لوك 5g دىن، ئوردان، تاباشىر، ئاق سەندەل، نىشاستە، سەمىغى
ئەرەبى 3g دىن، رەۋەن 5g دىن، قىيمىقۇ ئۇرۇقى 3g ، زەپەر 1g .
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى لوك

تەسىرى: جىگەردىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى داۋالايىدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل 18g ، يۈيۈلغان لوك، قىيمىقۇ ئۇرۇقى،
زىرىق 9g دىن، سەمىغى ئەرەبى، تاباشىر، ئاق سەندەل 6g دىن، رەۋەن
5g، زەپەر 3g .
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا

6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مۇدىر

تەسىرى: جىگەر ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

تەركىبى: تەرخەمەك مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 15g دىن، كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى 3g دىن، يۇيۇلغان لوك 2g، كاپۇر 2g .

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ۋەرد

تەسىرى: جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ، سەپرادىن بولغان ئىد-چى سۇرۇشنى توختىتىدۇ، قان خىلىتىنىڭ نورمالسىزلىقىنى تەڭشەيدۇ، قاندىن بولغان قاپارچۇقلارنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل 30g، تاباشىر 60g، سۇمماق، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، ماش، زىرىق، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قاراسۇنا ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى 15g دىن، ئاق سەندەل 8g، كاپۇر 3g .

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، 9g دىن غورا ياكى ئانار شەرىبىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى گەزمازەج

تەسىرى: تال توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، ھەرخىل تال كېسەللىكلىرىگە مۇۋاپىق كېلىدۇ.

تەركىبى: يۇلغۇن مېۋىسى، كاسىنە ئۇرۇقى 15g دىن، بەزى-

رۇلبەنجى 5g.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم تالقانلىنىپ،
6g ~ 3 سىركەنجىدىن بۇزۇرى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى ئەپسەنتىن مۇپەتتەھ

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقى ۋە قورساق كۆپۈشنى داۋالايدۇ،
جىگەر، تالنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.
تەركىبى: ئەپسەنتىن 15g، كەرەپشە ئۇرۇقى 9g، قېلىن دار-
چىن 6g، رۇمبەدىيان، قىزىلگۈل 30g دىن، سۈنبۇل 21g، سۇ
1. 120ml، قەنت 560g.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ قاينىتىلىپ، سىقىپ
سۈزۈۋېلىنغاندىن كېيىن، قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
30ml ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى ئەپسەنتىن يەرقانى

تەسىرى: ئاشقازان كېسەللىكلىرى، تال چوڭىيىپ كېتىش ۋە
يەرقان (سېرىق كېسەللىكى) نى داۋالايدۇ، ئىسسىقلىق بولغان قۇ-
لۇنجى ۋە توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، كېرەكسىز خىلىتلارنى ھەيدەپ
چىقىرىدۇ، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: مەلۇم مىقداردا ئەپسەنتىن قايناق
سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ (مۇمكىنقەدەر كۆك كاسىنە سۈيىگە چى-
لانسا تېخىمۇ ياخشى)، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ،
ئۈستىگە قەنت ياكى ھەسەل سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر

قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى ئۇججاس

(ئەينۇلا شەرىپتى)

تەسىرى: باش ئاغرىقى، ئىسسىقتىن بولغان تەپ، سەپرانىڭ
ئېشىپ كېتىشى ۋە سېرىق كېسەللىكنى داۋالايدۇ.

تەسىرى: ئەينۇلا، قەنت مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئەينۇلا سۇدا ياخشى پىشۇرۇلۇپ، سۈزۈۋېلىندى.
غاندىن كېيىن، ئۈستىگە قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ. سۈرگە
ئورنىدا ئىشلىتىش مەقسەت قىلىنسا، ئاز مىقداردا سوقمۇنىيا قو-
شۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى ھىندىبا

(كاسىنە شەرىپتى)

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى جىگەر كېسەللىكلىرىنى
داۋالايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: كاسىنە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى
90g دىن، يۇلغۇن مېۋىسى 23g ، گاۋزىبان، بىخ سۇس (چۈچۈكبۇيا
يىلتىزى)، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قامغاق 15g دىن،
لوك 12g، زىرىق، ئاق سەندەل، غاپەس يوپۇرمىقى، ئەپسەنتىن رۇمى
9g دىن، ئاسارۇن 5g، كاسىنە سۈيى، سىركە 135g دىن، گۈلقەنت
45g، لىمون سۈيى 45g، رەۋەن 3g ، قەنت 410g.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ قايناق سۇغا بىر سوتكا
چىلانغاندىن كېيىن، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈ-
ۋېلىنىدۇ، ئۈستىگە قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، رەۋەن يۇمشاق

سوقۇلۇپ، قىيام قىلىنىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن قوشۇلۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 15ml دىن ئىچىلدۇ.

شەربىتى رەۋەن ساددە

تەسىرى: جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.
تەركىبى: رەۋەن 60g، قەنت 830g، سۇ مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: رەۋەن قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى رەۋەن مۇرەككەپ

تەسىرى: جىگەر كېسەللىكلىرى، تال كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ۋە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.
تەركىبى: رەۋەن 30g، تۇربۇت، غارىقۇن، بىستىپايەنج، كاسىنە ئۇرۇقى 15g دىن، زەنجۈبىل 5g، قەنت 300g.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى دىنارى

تەسىرى: جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، بەدەندىكى ھەر

خىل تەپ ۋە چىرىگەن، بۇزۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ.
تەركىبى: زىرىق، بېھى ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى 300g دىن،
ئۇدھىندى، سەۋسەن يىلتىزى 12g دىن، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، قىزىق
زىلگۈل، قەنتەرىيون، مەستىكى، زەپەر، دارچىن، پىننە 9g دىن،
ئارىپبەدىيان، سېرىقچېچەك، گاۋزىبان، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم 15g دىن،
رەۋەن 3g، ئاسارۇن 2g، قەنت 560g.

تەييارلىنىشى: زەپەر، ئۇدھىندىدىن باشقا دورىلار چالا سو-
قۇلىدۇ، تەپ ۋە جىگەر كېسەللىكىنى داۋالاش مەقسەت قىلىنسا،
كاسىنە سۈيىگە، يۈرەك تىترەشنى داۋالاش مەقسەت قىلىنسا، لىمون
سۈيىگە، ئەگەر باشقا مەقسەتلەردە ئىشلىتىش كۆزدە تۇتۇلسا، ئادەت-
تىكى سۇغا بىر يېرىم سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى
قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىپ قىيام قىلىنىدۇ، قىيام سوۋۇغاندىن
كېيىن، زەپەر، ئۇدھىندىلار ئايرىم سالايە قىلىنىپ قوشۇلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا
30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى دىنارى بارىد

تەسىرى: يەرقان (سېرىق كېسەللىكى) ۋە جىگەر ھارارىتىنىڭ
يۇقىرىلاپ كېتىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: رەۋەن 12g ، كاسىنە ئۇرۇقى 60g، سېرىق ئوت ئۇ-
رۇقى، رەيھان ئۇرۇقى 6g دىن، سۇ 1.680kg ، سىركە 12g، قەنت
560g.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 30ml شەرىپتى دىنارى بارىد 45ml گۈلاب شەرىپتى بىلەن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپىتى سۇنبۇل

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى ئاشقازان كېسەللىكلىرى، جىگەر، تال كېسەللىكلىرى، كونا تەپلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سۇنبۇل 60g، سۇ 100ml، ھەسەل، قەنت 1.2kg دىن.

تەييارلىنىشى: سۇنبۇل مەزكۇر سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاپنىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلگەندىن كېيىن، ئۈستىگە قەنت، ھەسەل سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30ml ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپىتى كوشوش

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، جىگەر، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، بىرلەشمە تەپ ۋە يېڭى باشلانغان ئىستىسقىلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سېرىق ئوت ئۇرۇقى (تۇخىمى كوشوش) ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت گۈلى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كاسىنە يىلتىزى پوستى 9g دىن، بەدىيان يىلتىزى، قىزىلگۈل 6g دىن، قەنت 500g.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە شەرىپەت تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 45m ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئەنىسۇن

تەسىرى: جىگەر ئاجىزلىقى ۋە بەلغەمدىن بولغان تەپلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: رۇمبەدىيان، ئەپسەنتىن، ئاچچىق بادام مېغىزى، سۇنبۇل، سەبرى 12g دىن، غاپەس ئوسارسى، سازەج ھىندى، ئاسارۇن 9g دىن، مەستىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى 3g دىن. تەييارلىنىشى: گۇلاب بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3g دىن مۇۋاپىق مىقداردىكى مەتبۇخى ئەپسەنتىن بىلەن ئىستېمال قىلىندۇ.

قۇرسى ئېرسا

تەسىرى: تال قېتىشىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سەۋسەن يىلتىزى 12g ، ئاقمۇچ، ئوشەق 6g دىن. تەييارلىنىشى: ئوشەق سىركىدە يۇمشىتىلىدۇ، قالغان دورىلار تالقانلىنىپ يۇغۇرۇلۇپ، 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىندۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن سىركەنجىبىن بىلەن ئۈچ كۈنگىچە ئىستېمال قىلىندۇ.

قۇرسى خەردەل

تەسىرى: تالنىڭ يەلدىن بولغان قاتتىق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: قىچا 150g ، سۇزاپ يوپۇرمىقى 30g ، سىركە، سۇ مەلۇم مىقداردا. تەييارلىنىشى: قىچا سۇغا ياكى سىركىگە بىر سوتكا چىلد-نىپ، ئۈستىدىن سۇزاپ يوپۇرمىقى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، يەنە بىر كۈن تۇرغۇزۇلۇپ، سوقۇلۇپ، 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىپ، تونۇردا

قانتۇرۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g سىر كەنجىبىن بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى زىرىشىكى

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان جىگەر كېسەللىكلىرى ۋە يەرقاننى داۋالايدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى ۋە قىزىتمىنى پەسەيتىدۇ. تەركىبى: زىرىق 30g، كاسىنە ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بەگىناي ئۇرۇقى 9g دىن، قىزىلگۈل، تاباشىر 15g دىن، رەۋەن، لوك، كەرەپشە ئۇرۇقى 3g دىن، سۈنبۈل 2g . تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، 3g چوڭلۇقتا تابلىتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم سىر-كەنجىبىن ياكى ئانار سۈيى بىلەن بىر تابلىتكىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى غاپەس

تەسىرى: جىگەر كېسەللىكلىرى، يەرقان ۋە كونا تەپلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: غاپەس ئوسارىسى، قىزىلگۈل چېچىكى (زەرۋەرد)، يۇيۇلغان لوك 3g دىن، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 6g، تاباشىر 2g، چۈچۈك-بۇيا يىلتىزى قىيامى 3g.

تەييارلىنىشى: كاسىنە سۈيى بىلەن 3g چوڭلۇقتا تابلىتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر تابلىتكىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى غارىقۇن

تەسىرى: تال چوڭىيىشىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: غارىقۇن، قىزىلگۈل 15g دىن، تاباشىر 6g دىن، سۇنبۇل، غاپەس يىلتىزى پوستى (سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان) 5g. تەييارلىنىشى: 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا سىركەنجىبىن بىلەن 8g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى پەنجەنگۈشت

تەسىرى: جىگەر، تالنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: چاڭگاڭ ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قى، قاپاق مېغىزى تەڭ مىقداردا. تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، سىركەنجىبىن بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ~ 7g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى سەندەل

تەسىرى: ئۆتكۈر قىزىتما، قاتتىق ئۇسسۇزلۇق، جىگەر ۋە ئاشقازاندىكى ھارارەتنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: ئاق سەندەل، سېرىق سەندەل، قىزىل سەندەل، چۈ-چۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، سېمىزئوت ئۇرۇقى 6g دىن، قىزىلگۈل، تاباشىر، قەنت 12g دىن، تەرخەمەك مېغىزى، بادىرەڭ ئۇرۇقى، كاپۇر،

كەترا 2g دىن.
 تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇلنىڭ گۈلاب بىلەن ئېلىنغان لۇئا-
 بىدا 3g چوڭلۇقتا تابلېتكا قىلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالما شەرىپتى ياكى ئانار
 سۈيى بىلەن كۈندە بىر تابلېتكىدىن يېيىلىدۇ. ئەگەر ئىچىنى
 سۈردۈرۈش مەقسەت قىلىنسا، تەرەنجىپىن تەمرى ھىندى سۈيىدە
 ئېرىتىلىپ ئىچىلىدۇ، تېخىمۇ بوشىتىش مەقسەت قىلىنسا،
 خىيارشەنبەر شىرنىسى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىلىدۇ.

قۇرسى كاپۇر

تەسىرى: كېزىك ۋە سىل قىزىتمىسىنى داۋالايدۇ، يۈرەكنى
 سالقىنلىتىدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ.
 تەركىبى: كاپۇر 2g، قىزىلگۈل، تەرەنجىپىن 6g دىن، تەرخە-
 مەك مېغىزى، تاباشىر 15g دىن، قاراسۇنا ئۇرۇقى 21g، سېمىزئوت
 ئۇرۇقى 18g، كاسىنە ئۇرۇقى 6g، قاپاق مېغىزى 12g، چۈچۈكبۇيا
 يىلتىزى قىيامى 9g.
 تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن
 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم،
 ھەرقېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى كاپۇر ھار

تەسىرى: ئۆتكۈر خاراكتېرلىك قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ،
 يەرقاننى داۋالايدۇ.
 تەركىبى: زىرىق، تاباشىر، قىزىلگۈل 9g دىن، كاسىنە ئۇرۇقى،

سېمىزئوت ئۇرۇقى، قاپاق مېغىزى، قاراسۇنا ئۇرۇقى، تەرخەمەك مېغىزى، ئاق سەندەل 6g دىن ئارىلاشتۇرۇلۇپ تابلېتكا قىلىنىدۇ. تەييارلىنىشى: 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەس قېتىمدا بىر تابلېتكا كىچىك قوناق چوڭلۇقىدىكى كاپۇر بىلەن بىللە يېيىلىپ، ئارقىدىن ئانار سۈيى ئىچىلىدۇ.

قۇرسى كەبىر

تەسىرى: تال قېتىشىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: كەپە يىلتىزى پوستى (پوستى بخ كەبىر)، چاڭگاڭ ئۇرۇقى 30g دىن، ئۇستقۇدەرىيۇن 2g ، ئۈزۈنچاق زىراۋەن، سۇزاپ يوپۇرمىقى، قىچا، ئېگىر، سىيادىنە، ئوشەق 9g دىن. تەييارلىنىشى: ئوشەق سىركىدە ئېزىلىدۇ، قالغان دورىلار تالقانلانغاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم سىر-كەنجىبىن ئەنسىلى ياكى مائۇلئۇسۇل بىلەن 10 تابلېتكىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى گەزمازەج

تەسىرى: تالنىڭ قاتتىقلىقىنى بوشتىدۇ. تەركىبى: يۇلغۇن مېۋىسى 12g ، ئاقمۇچ، سۈنبۇل، ئاسارۇن، ئوشەق 6g دىن. تەييارلىنىشى: ئوشەق تاغ پىيىزى سىركىسىدە يۇمشىتىلىدۇ، قالغان دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم سىركەدە-
جىبىن بىلەن ئالتە تابلېتكىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مۇپەررىد

تەسىرى: قۇرسى كاپۇرغا ئوخشاش ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، تاباشىر، نىشاستە، كەتىرا،
بەزىرۇلبەنجى 6g دىن، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، نېلۇپەر، قۇرۇق
يۇمغاقسۈت، قىزىلگۈل، تۇخىمى ھۇمماز، كاسىنە ئۇرۇقى، سېمىز
ئوت ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 9g دىن،
خەشخاش ئۇرۇقى 12g.

تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە
تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئەھۋالغا
قاراپ 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ۋەرد

تەسىرى: جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، كېرەكسىز
ھۆلۈكلەرنى تازىلايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، بەلغەمدىن بولغان
تەپنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل 30g، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 18g، سۈنبۈل
9g، مەستىكى، تاباشىر 3g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، گۈلاب بىلەن 0.5g ئۆل-
چەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى كەلكىلانەج ئىزخىرى

تەسىرى: جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، ئىستىسقا تال كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئىزخىر ئۇرۇقى، ئىزخىر چېچىكى، سۈنبۈل، ئاسا-رۇن، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى 9g دىن، غاپەس، لوڭ، رەۋەن 3g دىن، كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى 12g دىن، شېكەر، تەرەنجىبىن مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: شېكەر، تەرەنجىبىنلەر قىيام قىلىنىدۇ، قە-يامغا دورىنىڭ تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ يۇغۇرۇلىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى جالىنۇس

تەسىرى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، سوغۇقتىن بولغان يۈرەك، دوۋساق كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، ئومۇمىي بەدەننى ياخ-شلايدۇ، بەلغەمدىن بولغان كۆپ خىلدىكى كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ. تەركىبى: ئاقمۇچ، لاچىندانلەر 12g دىن، قۇستە، بەھرى، سۈنبۈل، ئۇد بېلىسان، قەسبوززەرسەر، ھەببۇلئاس، زەنجىۋىل، سەئە-دى كوفى، خولىنجان، قەلەمپۇر، دارچىن، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، ئاسارۇن، زەپەر، مەستىكى 30g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى جالنىۋس جىگىرى

تەسىرى: جىگەر كېسەللىكلىرىگە ئالاھىدە شىپا قىلىدۇ.
تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 75g، زەپەر 3g، قەسبوزەرىرە، زەر-
چىۋە 6g دىن، مۇقەل 8g، تەرەنجىبىن 45g، مۇرمەككى 12g .
تەييارلىنىشى: مۇقەل ئۈزۈم سۈيىدە ئېزىلىپ، قالغان دورىلار
تالقالىنىپ، ھەسەل قۇيۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى جىنتىيانا

تەسىرى: جىگەر، تال قېتىش، ئاشقازان ئاغرىقى، بۆرەك، دوۋ-
ساق كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.
تەركىبى: جىنتىيانا، قارىمۇچ 30g دىن، قۇستە، سازەج ھىندى،
سۈنبۈل، رەۋەن 21g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندىن بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، سۇ-
زاپ سۈيى بىلەن 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ھاپزۇلئەجساد

تەسىرى: جىگەر ئاجىزلىقى، جىگەر توسۇلۇش، باشلانغۇچ
دەۋردىكى ئىستىسقىلارنى داۋالايدۇ، ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.
تەركىبى: دارچىن، كەپە يىلتىزى (بىخ كەبىر) 15g دىن، زەپەر
36g، پومو(ئىككى خىل دورا)، رۇمبەدىيان، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى،

مورسپا، بېلسان يېغى 12ml دىن، سۈنبۇل 18g، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، غاپەس ئوسارسى، چاڭگاڭ 9g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.
ئەسكەرتىش: بېلسان يېغى تېپىلمىسا، زەيتۇن يېغى سېلىنىشىمۇ بولىدۇ.

مەجۇنى راسەن

تەسىرى: جىگەرنىڭ قاتتىقلىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەۋسەن يىلتىزى ياكى ئۇرۇقى، ياكى گۈلى، رەۋەن، زەنجۈل، تۈگە يانتىقى (ئۇشتۇرخار) بىر ھەسسەدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، جۇۋنە يېرىم ھەسسەدىن.
تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مىسكى

تەسىرى: جىگەر كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش، يەل تۇرۇشلارنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئىپار، قېلىن دارچىن، سۈنبۇل، سازەج ھىندى، لوك، رەۋەن، جىنتىيانا 6g دىن، زەپەر، جۇۋنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، مەستىكى 3g دىن، ئۇد ھىندى، قەلەمپۇر 2g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g قايىناق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى گۈل

تەسرى: جىگەر ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل 12g ، سەۋسەن يىلتىزى 21g ، رەۋەن،
يۇيۇلغان لوك 5g دىن، قېلىن دارچىن، زەپەر 9g دىن، مۇرمەككى
2g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: زەپەر سىركىدە ئېزىلىدۇ، قالغان دورىلار
تالقالىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررەھى زۇمۇرەدى بارىد

تەسرى: ئىسسىقلىقتىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرنى
داۋالاشقا ئىشلىتىشكە مۇۋاپىق كېلىدۇ، جىگەر مىزاجىنى ياخشىلا-
يدۇ، باشقۇرغۇچى مىزاجنى تەڭشەيدۇ، ئىسسىقلىقتىن بولغان نەزلىنى
يوقىتىدۇ.
تەركىبى: گۈلابقا چىلانغان ئامىلە، ئاق خەشخاش، سېمىز ئوت
ئۇرۇقى، قۇرۇق يۇمىغاقسۈت 60g دىن، بېھى ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى
مېغىزى، تەرخەمەك مېغىزى، گىلى مەختۇم، پىلە، ئاق بەھمەن،
قىزىل بەھمەن، نارجىل، گاۋزىبان گۈلى، كاندىن چىقىدىغان پادى-
زەھرى، تاباشىر 15g دىن، زىرىق شىرنىسى، ئاقلىغان قاراسۇنا ئۇ-
رۇقى، نىشاستە، قىزىلگۈل، كۈنجۈت، نېلۇپەر، زۇمرەت، كۈمۈش
ۋەرەق 6g دىن، ئىپار، كاپۇر 2g دىن، ئەنبەر 3g ، تەرەنجىبىن شىر-
نىسى، شىرخىشت، ئالما شەرىپىتى 1.2kg دىن.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى تەرەنجىبىن، شىرخىشت،
بىلەن قىلىنغان قىيامدا يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: بەزىلەر 12g دىن مەرۋايىت، كەھرىۋا، مارجان، 6g دىن ئالتۇن ۋە رەق، ئەنئەنە قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇل ھىندىبا

تەسىرى: قان، سەپرا خىلىتلىرىدىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، كۆپ تەرلەشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: كاسىنىنىڭ ھۆل يوپۇرمىقى مەلۇم مىقداردا. تەييارلىنىشى: يوپۇرماق مائا بىلەن سۈرتۈلۈپ، توپا چاڭلىدىرى تازىلانغاندىن كېيىن (سۇدا يۇيۇشقا بولمايدۇ)، سوقۇلۇپ، سىقىپ سۈزۈلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يالپۇز ياكى مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن، مەسىلەن، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش مەقسەت قىلىنسا، سىركەنجىبىن ياكى بۇزۇرى شەرىپتى بىلەن بىرگە 150ml ~ 120 ئىچىلىدۇ، سەپرانى سۈرۈش مەقسەت قىلىنسا، ھېلىلە سۈيى بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ، قىزىتمىنى پەسەيتىش مەقسەت قىلىنغاندا، نېلۇپەر شەرىپتى ياكى چار تۇخۇم شىرنىسى بىلەن ئىچىلىدۇ. جىگەر ئىششىقى ۋە يەرقاننى داۋالاشتا پۈنۈس، خىيارشەنئەبەر سۈلىرى بىلەن ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش:

(1) ماددىلارنى سوۋۇتۇش، قويۇق ماددىلارنى نورمال ھالغا كەلتۈرۈش، سۈيدۈكنى سۈزۈش ۋە راۋانلاشتۇرۇشتا ئاساسەن كاسىنىنىڭ رولىغا تايىنىلىدۇ؛ (2) كاسىنىنىڭ ھۆل يوپۇرمىقىدىن سىقىۋېلىنغان سۈيى بىر سوتكا تۇرغۇزۇلىدۇ، قويۇق ۋە دۇغ قىسمى تېگىگە چۆكتۈرۈلۈپ، سۈزۈك قىسمى مۇناسىپ ھالدا ئىستېمال قىلىنىدۇ؛

(3) كاسىنە سۈيى سۇس ئوتتا قاينىتىلىپ، كۆپۈكى ئېلىۋېتىلىدۇ، سۇت پىشلىقىدەك سۈزۈك قىسمى ماتادىن ئۆتكۈزۈلۈپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇل رۇمانەين

تەسىرى: قىزىتما پەسەيتىدۇ، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: ئاچچىق ئانار ياكى تاتلىق ئانار.
تەييارلىنىشى: پوستى بىلەن قوشۇپ سىقىلىپ سۈيى ئېلىدۇ (سەپرانى سۈرۈش مەقسەت قىلىنسا).
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 50ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.
ئەسكەرتىش: سەپرا مېجەزلىك كىشىلەرگە تاتلىق ئانار سۈيىنى ئايرىم بېرىشكە بولمايدۇ. چۈنكى، تاتلىق ئانار سۈيى سەپرانى كۈچەيتىۋېتىدۇ.

مائۇتتىخى ھىندى

(ئاۋۇز سۈيى)

تەسىرى: ئىسسىقلىقتىن بولغان تەپ ۋە قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ، چوڭ تەرەتنى بوشىتىدۇ، جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ، لېكىن تۇراقسىز بولغاچقا سەپرا مېجەزلىك كىشىلەرگە بېرىلسە، سەپراغا ئۆزگىرىپ سەپراغا ياردەملىشىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن سەپرا مېجەزلىك-لەرگە ئاچچىق - چۈچۈك نەرسىلەر بىلەن بىللە بېرىش مۇۋاپىق، قىزىتمىسى باشلانغىنىغا بىر ھەپتە توشمىغانلارغا ھۆل يېمىش-لەردىن كېيىن بېرىشكە بولمايدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سىركەنجىبىن بىلەن بېرىلسە، توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ھەيدەش، سېرىق كېسەلنى

داۋالاش، كۆيۈك، بۇزۇق ماددىلارنى بىر ياقلىق قىلىش، ھەزىمنى ياخشىلاش رولىنى ئوينايدۇ؛ تەمرى ھىندى بىلەن بېرىلسە، سەپرا ماددىلىرىنى پەسەيتىش، تېرە كېسەللىكلىرىنى ياخشىلاش رولىنى ئوينايدۇ، سۇيۇق قان ۋە تاتلىق بەلغەم پەيدا قىلىدۇ، بەدەنگە ھۆلۈك يەتكۈزىدۇ.

ئەكس تەسىرى: تالغا زىيان قىلىدۇ.

تۈزەتكۈچىسى: گۈلقەنت، ھەسەل، قەنت ۋە باشقىلار.

تەركىبى: ياخشى پىشقان چوڭ تاۋۇز مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: تاۋۇزنىڭ بىر تەرىپى تېشىلىپ، ئىچى قو-چۇلغاندىن كېيىن، پاكىز قاچىغا سۈيى ئاققۇزۇلىدۇ ھەمدە ئۇرۇق-لىرىدىن ئايرىلىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى ئۇسۇل

تەسىرى: جىگەر، تالنى ياخشىلايدۇ، ئىستىسقا، يەرقاننى دا-ۋالايدۇ، قۇرۇق خىلىتلارنى نورمال قىيامغا كەلتۈرۈپ تەڭشەيدۇ، ئاشقازان، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: بەدىيان يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى، كاسنە يىلتىزى، ئىزخىر، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۈنبۇل، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 9g دىن، ئوردان، مەستىكى 3g دىن، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم 45g.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 150ml مەتبۇخقا 30g شېكەر، 6g بادام يېغى قوشۇلۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ، تاش پارچىلاش مەقسەت قىلىنسا، 2g جوھۇت تېشى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى تىھال

تەسىرى: تالنىڭ قاتتىق ئىششىقىنى تارقىتىدۇ.

تەركىبى: قارا ھېلىلە، شاھتەررە، ئىزخىر يىلتىزى، يۇلغۇن مېۋىسى، رۇمبەدىيان، ئوشەق، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان 9g دىن، كەپە (كەبىر) يوپۇرمىقى 15g .

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30ml مەتبۇخ 3g ئايارەنج پەيقرى، 3g غارىقۇن بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى زىرىشىكى

تەسىرى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، جىگەر، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ھۆل زىرىق 280g، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى 15g دىن، رەۋەن 9g .

تەييارلىنىشى: زىرىقتىن باشقا دورىلار چالا سوقۇلۇپ بىر قاچىغا سېلىنىدۇ، دورىلاردىن ئۈچ ئىلىك ئۈستۈن تۇرغۇدەك سۇ قويۇپ چۆكتۈرۈلۈپ، سۇدا ئۈچ سوتكا تۇرغۇزۇلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن سىقىپ تەمى ئېلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى غاپەس

تەسىرى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، يەرقاننى داۋالايدۇ.
تەركىبى: غاپەس، ئەپسەنتىن، ئاسارۇن، مەستىكى، گۈلدارچىن، پىرسىياۋشان، زىراۋەن، ئۇد بېلىسان 3g دىن.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈنە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 60 ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى مۇستەسقى

تەسىرى: جىگەر ياكى تالدىن بولغان ئىستىسقىلارنى داۋالايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، تەمىرى ھىندى 30g دىن، رۇمبەددە-يان، ئاسارۇن، غاپەس، ئىزخىر، سۈنبۈل، ئەپسەنتىن 9g دىن، شاھ-تەررە 15g، كابىلى ھېلىلە پوستى، سېرىق ھېلىلە پوستى 21g دىن، چىلان 10 دانە، پۈنۈس، خىيارشەنبەر 15g دىن.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 3g دىن ئايارەنج پەيقر، غارىقۇنلار سىركەنجىبىن بىلەن بىللە يېيىلىپ، ئارقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا مەزكۇر مەتبۇختىن ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى مۇھەللىيل

تەسىرى: تالنىڭ بەلغەمدىن بولغان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ. تەركىبى: قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە 23g دىن، شاھتەررە 21g، يۇلغۇن مېۋىسى، كەپە يىلتىز پوستى 9g دىن، كاسىنە ئۇرۇقى 3g، ئەپتىمۇن ئۇرۇقى 5g، ئەينۇلا، تەمىرى ھىندى مېغىزى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 5g ئايارەنج

پەيقرى، 3g غارىقۇنى ھەب قىلىپ يەپ بولغاندىن كېيىن، 60ml مەتبۇخ قايناق سۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ.

مۇراببايى گۈل

(گۈلقەنت)

تەسىرى: سىل ۋە سىل خاراكتېرلىك ئىستىسقىنى داۋالايدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ.

ئەكس تەسىرى: كۆپ يېسە نەپەسنى قىستايىدۇ.

تۈزەتكۈچىسى: زۇپا شەرىپتى، بىنەپشە شەرىپتى.

تەركىبى: قىزىلگۈل بەرگىسى 500g، شېكەر 1kg .

تەييارلىنىشى: گۈل يۇمشاق سوقۇلۇپ، ئۈستىدىن شېكەر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، مۇجۇپ بىرقانچە كۈن ئاپتاپتا پىشۇرۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30g ~ 10g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇقۇڭى خىيارشەنبەر

تەسىرى: جىگەر كېسەللىكلىرى، يەرقانلارنى داۋالايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: پۈنۈس، خىيارشەنبەر مۇۋاپىق مىقداردا، كاسىنە سۈيى، بەدىيان سۈيى، كاكىنەچ يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار مەزكۈر سۈيۇقلۇقلارغا چىلىنىپ، بىر سوتكا تۇرغۇزۇلۇپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: گۈلاب ئارىلاشتۇرۇلۇپ، بىر قېتىمدىلا ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

ئاياللار كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا رېتسىپلىرى

پەرزىجە

تەسىرى: ئاياللارنىڭ جىنسىي ئەزاسىنى قورۇيدۇ ۋە سېسىق پۇراقنى يوقىتىدۇ، بالىياتقۇسنى كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: پەسباسە، سۈنبۈل، رەيھان، ئەگرسۇناي، كۈندۈر، يالپۇز، ئىزخىر تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: تالقانلىنىپ، ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

پەرزىجە ئەقرى

تەسىرى: تۇغۇت چەكلەيدۇ.
تەركىبى: موزا، ھەببۇلئاس تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: تالقانلىنىپ، ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

پەرزىجە موھىبىل

تەسىرى: ھامىلىدار بولۇشقا ياردەم بېرىدۇ.
تەركىبى: قۇندۇزقەھرى، مەئەسائىلە، جاۋاشىر، مۇرمەككى، قۇستە بىر ھەسسەدىن، ئىپار، ئەنبەر بىر ھەسسەدىن.
تەييارلىنىشى: ھاراق بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

پەرزىجە مۇسقىت

تەسىرى: ھامىلە چۈشۈرىدۇ.

تەركىبى: ئۆشەنە، ئاقىرقەرھە، سىيادان، سۇزاپ، پەراسىيۇن تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن يۇ-غۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

پەرزىجە مۇدىر

تەسىرى: ھەيز ماڭدۇرىدۇ.

تەركىبى: ئۆشەنە، ئاقىرقەرھە، جاۋاشىر، سۇزاپ 3g دىن، پەرىپى-يۈن 2g، مەسائىلە مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: مەسائىلە سۈيىدە يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

پەرزىجە مۇمىسك

تەسىرى: ھەيز توختىتىدۇ.

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، كاپۇر 3g دىن، ئانارگۈلى 9g ، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى 21g .

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، يۇمغاقسۈت سۈيىدە يۇ-غۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پاكىز لاتا دورىغا مىلنىپ، جىنسىي يولغا تىقىپ قويۇلىدۇ.

پەرزجە مۇھەللىل

تەسىرى: بالىياتقۇ ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ.

تەركىبى: موم، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى، مۇقەل 9g دىن، ئاق لەيلىگۈل ، زىغىر 39g دىن، ھەسەل ياكى خىيارشەنبەر سۈيى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

پەرزجە مەشمە

تەسىرى: بالا ھەمراھىنى چۈشۈرىدۇ.

تەركىبى: ئۇبھەل، زىراۋەن، مۇدەرەج، لوۋيا، قىچا بىر ھەسسە-دىن.

تەييارلىنىشى: كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

پەرزجە رەھمى

تەسىرى: ئاياللارنىڭ بادىرەھمى كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئارىبەدىيان، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، يالپۇز، كۆپۈكى دەريا، سۇزۇپ 9g دىن، ھەسەل مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

مەجۈنى پۇلۇنياي پارىسى

تەسىرى: مېڭىنى كۈچلەندۈرۈپ، ئەستە ساقلاش ئىقتىدارىنى

ئاشۇرىدۇ، قان توختىتىدۇ، بالىياتقۇنى كۈچلەندۈرۈپ، يەللەرنى يو-
قىتىدۇ، قورساقتىكى ھامىلىنى چۈشۈپ كېتىشتىن ساقلايدۇ،
ئىچى سۈرۈش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئاقمۇچ، بەزىرۇلبەنجى 60g دىن، پىلىپىل 6g ، ئەپيۈن
30g، زەپەر 15g ، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۈنبۇل 3g دىن، سازەج ھىندى،
سەلىخە، ھەببى بېلسان، ئاقىرقەرھە، پەرپىيۇن 3g دىن، دۇقۇ (ياۋا
سەۋزە ئۇرۇقى) 9g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا ھەببە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تېلایى ھامىلە

تەسىرى: ئاياللاردىكى تۇغماسلىقنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ھەببى بېلسان، جاۋاشىر، مۇقەل، قامغاق تەڭ مىق-
داردا.

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوقۇلۇپ ئەلگەكتىن
ئۆتكۈزۈلۈپ، كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، جىنسىي ئالاقە قىلىش
ۋاقتىدا زەكەرگە (يىنىسقا) سۈرتۈلىدۇ.

ھەببى ئەقىرى

(تۇغۇت چەكلەش پىلولىسى)

تەسىرى: ئاياللارنىڭ ھامىلىدار بولۇشىنى توسىدۇ.
تەركىبى: رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، تاغ
پىننىسى، يالپۇز 3g دىن، سۈنبۇل، دارچىن، سەلىخە (قېلىن دار-
چىن)، ھەببى بېلسان، ئۇد بېلسان، جويۇز، ئۇبھەل، قۇستە 2g دىن.
تەييارلىنىشى: قاندا ھەببە بويىچە 0.5g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر قېتىم جىنسىي ئالا-
قىدىن بۇرۇن ئايال كىشى 3g ئىستېمال قىلىدۇ.

داۋايى ئەقرى

(تۇغۇت چەكلەش دورىسى)

تەسىرى: تۇغۇت چەكلەيدۇ.

تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىنسىي ئالاقىدىن بۇرۇن ئايال
كىشى جىنسىي يولىغا پىننىنى پەرزىجە قىلىدۇ (پانچۇق خالىتىغا
سېلىپ تىقىپ قويىدۇ)، جىنسىي ئالاقىدىن كېيىن قارىمۇچ تالا-
قىنىنى پەرزىجە قىلىدۇ. تۇنجى قېتىم تۇغۇلغان بالىدىكى نېپاس
قېنىنى ئومۇمىي بەدەنگە سۇۋاشمۇ تۇغۇت چەكلەيدۇ.

داۋايى مۇسقىت

(ھامىلە چۈشۈرۈش دورىسى)

تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئايال كىشى بىر پارچە ئۆچكە
جىگىرىگە بىر دانە موزنىنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئەلگەكتىن ئۆت-
كۈزۈپ، پىشۇرۇپ يېسە ھامىلە ئاسان چۈشىدۇ.

داۋايى ۋىلاەت

تەسىرى: قورساقتىكى ھامىلنى چۈشۈرىدۇ، تۇغۇتنى ئاسان-
لاشتۇرىدۇ.

تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەلۇم مىقداردىكى كۈنجۈت سۇغا
بىر سوتكا چىلىنىپ، ئەتىسى ئوبدان ئېزىلگەندىن كېيىن سۈيى
ئىچىلىدۇ.

رەۋغىنى زەپەر

تەسىرى: قېتىپ قالغان ئەزالارنى بوشىتىدۇ، ھەر خىل

تېپتىكى بالىياتقۇ ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، تارتىدۇ. شىپ قالغان پەيلەرنى بوشىتىدۇ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ، جاراھەتلەرنى تازىلايدۇ، بالىياتقۇ چىقىپ قېلىشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زەپەر 45g ، قەردمانا 18g ، قەسبوززەرىرە 15g ، مو-رىساپ 30g ، كۈنجۈت يېغى 1kg

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى كۈنجۈت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، لۇپ يەتتە كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ (كۈندە بىر قېتىم قوچۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ)، ئۇنىڭدىن كېيىن 500ml سۇ ئارىلاشتۇرۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ ياكى پاكىز لاتىغا مېلەپ جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

زىمادى زىرە

تەسىرى: قىزلارنىڭ ئەمچىكى چوڭىيىپ كېتىشتىن ۋە ساڭگىلاپ قېلىشتىن ساقلايدۇ.

تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى: زىرە يۇمشاق سوقۇلۇپ، خېمىر قىلىنىپ، ئەمچەككە چېپىلغاندىن كېيىن ئۈستى سىركىگە چىلانغان لاتا بىلەن تېڭىلىدۇ.

سۇفۇپى قابىز

تەسىرى: مەقەت ۋە بالىياتقۇدىن كەلگەن قانلارنى توختىتىدۇ. تەركىبى: قۇرۇق يۇمىقاسۇت، سۇمماق، قۇندۇزقەھرى، كۆيدۈرۈلگەن سىداپ، كەھرىۋا، مارجان 6g دىن، تۆشۈكى يوق موزا.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر

قېتىمدا 6g دورا سوغۇق سۇ بىلەن بىللە ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى قاتھ

تەسىرى: ئەر ۋە ئاياللاردىكى جىنسىي ھەۋەسنى يوقىتىدۇ.
تەركىبى: كەندىر، سېمىزئوت ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى،
قاراسۇنا ئۇرۇقى 6g دىن، نېلۇپەر 12g.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم سېمىزئوت
سۈيى بىلەن قوشۇپ 9g دىن يېيىلىدۇ.

قۇرسى خىرىپە

تەسىرى: تۇغۇتتىن كېيىنكى قان كېتىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئەنجىبار يىلتىزى، سەمغى ئەرەبى
12g دىن، موزا 3g.
تەييارلىنىشى: خاس سۇدا 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا ياسىلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g ~ 4 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى سۇمۇغ

تەسىرى: تۇغۇت چەكلەيدۇ، ئاياللار ھامىلىدار ۋاقتىدا يېسە
تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ.
تەركىبى: مۇرمەككى، جاۋاشىر، سەكبىنەج، بىجىرزەر 3g ،
ھاڭ 2g.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا
تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سۇزاپ سۈيى ياكى شومشا

سۈيى بىلەن بىر قېتىمدىلا يەپ تۈگىتىلىدۇ، ئىچىشى ئۈچۈن نو-
قۇت سۈيى بېرىلىدۇ.

قۇرسى مۇر

تەسىرى: ھەيزنى راۋان قىلىدۇ، ھامىلە چۈشۈرۈشكە ۋە
تۇغماسلىققا ياردەم بېرىدۇ.

تەركىبى: مۇرمەككى 9g ، تورمۇس 15g ، ھىڭ، سەكبىنەج،
جاۋاشىر، سۇزاپ يوپۇرمىقى (قۇرۇتۇلغىنى)، پىننە، يۇمغاقسۈت،
قەردمانا، ئوردان 6g دىن.

تەييارلىنىشى: 6g دىن تاپلىپتكا ياسىلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۈبھەل قاينىتىلمىسى بى-
لەن كۈندە بىر قېتىم، بىر تاپلىپتكىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى پەيقرائى ھامىلە

تەسىرى: سېغىز ۋە باشقا ئەسكى نەرسىلەرنى ئارزۇ قىلىشتەك
(سېزىك تارتىش) يامان ئىشتىھا ياكى سېزىكنى قالدۇرىدۇ.

تەركىبى: ئاپارەنج پەيقر (سەبرى) 36g ، ھېلىلە كابىلى، بە-
لىلە، ئامىلە، نىپت تۈزى (مىلھى نىپتى) تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6 ~ 9g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى پىرۇزى نۇش

تەسىرى: ئۇنتۇغاقلىق، يەلدىن بولغان قۇلۇنجى ۋە قورساق
ئاغرىقى، ھامىلىدار ئاياللارنىڭ سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل
كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: پەرىپىيۇن، ئاقىرقەرھا، سۇنبۇل، زەپەر 21g دىن،

ئەپيۇن، بەزىرۇلبەنجى 60g دىن.
تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە تەييارلاپ، ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇسقىت

تەسىرى: ھامىلە چۈشۈرىدۇ.
تەركىبى: ئۇبھەل 300g ، قۇرۇق پىننە، قۇرۇق سۇزاپ 60g
دىن، قەردمانا، مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، كۈنجۈت يېغى بىلەن يۇ-
غۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، تۇخۇم
چوڭلۇقىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇھىبل

تەسىرى: ئاياللارنىڭ ھامىلىدار بولۇشىغا ياردەم بېرىدۇ.
تەركىبى: ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، قاقىلە، چىلغوزا مېغى-
زى، دارچىن 6g دىن، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، مارجان، قارىمۇچ،
زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، جويۇز، سەكبىنەج، سازەج ھىندى، قەلەمپۇر
يوپۇرمىقى 3g دىن، جەۋزۇتتىپ، زەپەر 5g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە كەچتە بىر قېتىم، 2g
دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇلئۇسۇل مۇرەككەپ

تەسىرى: ئاياللار كېسەللىكلىرى، قۇلۇنجى (ئۈچەي يېرىم تو-)

سۇلۇش، يېنىك ھالدا توسالغۇ پەيدا بولۇش) ۋە باشقا يەلدىن بولغان كېسەللىكلەر، سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقا، كۆز ئاغرىقى، باش ئاغرىقى، بوغۇم ئاغرىقلىرى، نىقرىس (بوغۇم ۋوسپالنىيسى)، ياز-پاش ئاغرىقى (ئېرقىنىنسا)، سۆڭگەچ ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، كەپە يىلتىزى، كاسىنە يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، رەۋەن، جىنتىيانا، زەنجبۇل، پىلىپىل، بوزۇغا، كاۋاۋىچىن 15g دىن، ئار-پىبەدىيان، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، جۇۋىنە، زىرە، قارىمۇچ، دارچىن، قېلىن دارچىن، قەلەمپۇر، گۈلدارچىن، تاشاڭ 9g دىن، سۆرۈنجان، بوزىدان، ماھى زاھەرەج، قەند-تەرىيۇن، ئىزخىر، سۇنبۇل، ئادراسمان، ئاق قىچا، تۇرپۇت، غارىقۇن، شەھەنزەل، قىزىلگۈل، گاۋزىبان، بادىرەنجىبۇيا 8g دىن، قارا ھې-لىلە، سېرىق ھېلىلە 15g دىن، تەرەنجىبىن 250g ، سانا 30g ، قەنت 500g.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئومۇمىي دورا 25 ~ 40 كۈن-لۈك بولۇپ، ھەر قېتىملىق مىقدارىغا بىر ئازدىن قايناق سۇ قويۇپ سۇيۇلدۇرۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇجەررەبى قاتئەدەم

تەسىرى: قان توختىتىدۇ(ھەيزنى توختىتىدۇ).

تەركىبى: ئەنجىبار 15g ، ھەببۇلئاس، ئىسپىغۇل، بېھى ئۇرۇ-قى، ئۈزۈم ئۇرۇقى، ئانار ئۇرۇقى، كەھرىۋا، مارجان، سەمغى ئەرەبى، كەترا، نىشاستە، تاباشىر، مۇرمەككى، كۈندۈر 8g دىن، پىلىپىل 12g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-

قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىپ، ئۈستىدىن غەجىبار شەرىپىتى ئىچىلىدۇ.

نۇقۇمى بۇزۇرى

تەسىرى: ھەيز ماڭدۇرىدۇ.

تەركىبى: قوغۇن مېغىزى (چالا سوقۇلغان) 21g ، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان 6g دىن، سۇنبۇل، ئەپسەنتىن 21g دىن، ئادراسمان، ئۇبھۇل 5g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، بىر قاچىغا ئېلىنىپ، 1000ml سۇ قۇيۇلۇپ، ئاپتاپتا ئۈچ سوتكا (كۈندۈزى ئاپتاپتا، كېچىسى ئىسسىق ئۆيدە) تۇرغۇزۇلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۈزۈلۈپ، سىقىلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر كۈنى ئەتىگەندە 90ml دورا 3g تاتلىق بادام يېغى بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇتۇلى رەھمى

تەسىرى: بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى، شۇنداقلا بالىياتقۇ كېتىشىنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: رەيھان، شىخ، نەمام، ئاناناس ئۇرۇقى، قەيسۇم، شومشا، زىغىر، بابۇنە، ئىككىلىملىك، ئاناناسلار تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھەممىسى قاينىتىلىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بىمار مەزكۇر دورىلار چىلانغان ياكى قاينىدىغان ئىلغان ئىلماق سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

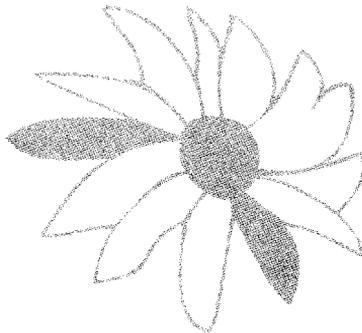
نۇتۇلى ھابىسى جېنىين

تەسىرى: ھامىلە چۈشۈپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل 21g، ئانار گۈلى، يۇلغۇن مېۋىسى 15g دىن، ئاس يوپۇرمىقى 21g، زەمچە، ئانار پوستى 9g دىن. تەييارلىنىشى: ھەممىسى قاينىتىلىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: بىمار مەزكۇر دورىلار چىلانغان ياكى قاينىدىغان ئىلغان ئىلماق سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

نۇتۇلى ھابىس

تەسىرى: ھەيز ۋە ئىستىسقا زە قانلىرىنى (داۋاملىق ئادەت مې-ئىشنى) توختىتىدۇ.
 تەركىبى: قىزىلگۈل، ئاس يوپۇرمىقى 30g دىن، زەمچە، چالا سوقۇلغان موزا، ئانار گۈلى 15g دىن، جەۋزۇسەرۋى، يۇلغۇن مېۋىسى 9g دىن، ئاقاقىيا 6g .
 تەييارلىنىشى: دورىلار چىلىنىپ ياكى قاينىتىلىپ، سىقىلىپ، سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.
 ئىشلىتىلىشى: ئىچىدىن قۇرسى كەھرىۋا يېگۈزۈلۈپ، سىر-تىدىن سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.
 مىقدارى: گۈلدارچىن، سۈنبۈل، قەلەمپۇر، جويۇز، مەستىكى 6g دىن، ھەسەل ئومۇمىي دورا مىقدارىنىڭ ئۈچ ھەسسىسىگە تەڭ. بىر كۈنلۈك مىقدارى 15g ~ 6 .



تاشقى كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلدىغان دورا رېتسېپلىرى

ئىتريفىل مۇقەل

(تەركىبىدە مۇقەل تۇتقان ئىتريفىل)

تەسىرى: ھەرخىل تۈردىكى بوۋاسىرلارنى داۋالايدۇ، يەلنى ھەيدەيدۇ.

تەركىبى: مۇقەل 30g ، كابىلى ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئاقلانغان ئامىلە 6g دىن، تۇربۇت 60g ، سەكبىنەج 15g ، رۇمبەددە-يان، مەستىكى 6g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە ئىتريفىل ياسىلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 9 ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئىختىلاج

تەسىرى: ئەزالارنىڭ تارتىشىشى (چېپىلچۇق) نى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تۇربۇت 10g ، ئەپتىمۇن 5g ، غاپەس ئوسارىسى، ئەپ-سەنتىن ئوسارىسى 2g دىن، شەھمەنزەل، مۇقەل، رۇمبەددەيان، مەس-تىكىلار 3g دىن.

تەييارلىنىشى: خاس سۇدا ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 10g دىن ئۈچكە بۆلۈپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئېرقىننىسا ھار

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان يانپاش ئاغرىقى (ئېرقىننىسا) نى

داۋالایدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: تۇربۇت 5g ، شەھمەنزەل 2g ، مۇقەل 2g .
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدىلا يېيىلىدۇ.

ھەببى بەھرام

تەسىرى: ئىستىسقايبى لەھمى (گۆشتىكى سۇلۇق ئىششىق) نى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: سەبرى 36g ، ئەپتىمۇن 18g ، سوقمۇنىيا 12g ، سۇنبۇل، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، تۇربۇت، مەستىكى 6g دىن، زەپەر 5g، غارىقۇن 9g ، ھوماما 3g .
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇقەل بوۋاسىرى

تەسىرى: ئۈزۈمەي ئۈچ كېچە يېسە، ھەر خىل بوۋاسىرنى داۋالایدۇ.
تەركىبى: قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، ئامىلە، مۇقەل 12g دىن، ھىندى تۈزى، يالىپۇز، سۆرۈنجان، مەستىكى، ئوشەق، ئادراسمان، شەترەنجى ھىندى، جۇۋىنىلەر 3g دىن، سۇنبۇل، دارچىن، زەپەر، ئې-گىر، قاقىلە، سەلىخە (قېلىن دارچىن) 24g دىن، سەبرى 60g ، سەكبىنەج 6g .
تەييارلىنىشى: مۇقەل، سەكبىنەجلەر كۈدە سۈيىدە ئېرىتىد-لىپ، ئۈستىدىن باشقا دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ ھەب قىلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى ئېرقىنىسا

(يانپاش ئاغرىقى دورىسى)

تەسىرى: يانپاش ئاغرىقى (ئېرقىنىسا - ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى) نى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئەنزەرۇت، سۆرۈنجان 6g دىن، جوز يېغى، قاراسۇنا سۈيى 120ml دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى مەزكۇر سۇيۇقلۇقلارغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 120ml ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى كۇرراس

(كۈدە يېغى)

تەسىرى: بوۋاسىرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كۈدە سۈيى 280ml ، كۈنجۈت يېغى 135g ، مۇقەل 30g.

تەييارلىنىشى: ھەممىسى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا چېپىلىدۇ.

رەۋغىنى مۇقەل

تەسىرى: بوۋاسىر ۋە سوغۇقتىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ، قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ.

تەركىبى: مۇقەل، ئاس يوپۇرمىقى، سەئىدى كوفى، رەيھان، شومشا، قىچا، ھەببى تۇلخۇزرا، ئابدىمىلىك ئۇرۇقى 30g دىن، مەد-ئەسائىلە، ئوشۇق، ئەپپيۇن، بىستىپايەنج، ھەببى بېلىسان، بادام مېغىد-زى، ئاق خەربەق، زەرنەپ، سەلىخە، شەترەنجى ھىندى 18g دىن، قە-لەمپۇر، جويۇز، زەنجىۋىل، خولىنجان، دارچىن، بالادۇر 9g دىن، بە-زىرۇلبەنجى، كۈندۇر، غولجاڭ، كۈدە ئۇرۇقى، سىيادىنە، جۇۋىنە، ئاچچىق قۇستى 15g دىن، ئۆشەنە، سېرىقچېچەك، تاغ پىمىزى، قە-زىل سەندەل 12g دىن، ھەسەل، كالا يېغى، گۈلىھەسمەن يېغى، قەند-ران، ئابدىلىمىك يېغى، ئەنسىل يېغى 39ml دىن، زەيتۇن يېغى 1.950ml.

تەييارلىنىشى: ھەممىسى بىرلەشتۈرۈلۈپ، زەپدەئى 4500ml سۇ بىلەن سۈيى پارلىنىپ كېتىپ، يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى زەپدەئى

(قۇمچاق يېغى)

تەسرى: مەقئەت (ئانۇس) ئىششىقى ۋە بوۋاسىرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قۇمچاق، ئۆچكە يېغى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قۇرۇتۇلغان قۇمچاق (پاقا) ئۆچكە يېغى بىلەن

ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سوقۇپ سۇدا قاينىتىلىدۇ، ياخشى پىشقاندىن كې-

يىن سوۋۇتۇلۇپ، ئۈستىگە ئويۇشۇپ يىغىلغان ياغ ئېلىنىپ، قا-

چىلىنىپ ساقلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

زەرۋرى ئەنزىرۇت مۇنەششىپ

تەسرى: جاراھەتلەرنى قاتۇرۇش (سۈيىنى تارتىش)، كېرەكسىز

گۆشلىرىنى يوقتىشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ (سېناقتىن ئۆتكەن).
تەركىبى: ئەنزىرۇت، ئانار پوستى، موزا، زەمچە، كۆك قەغەز
كۈلى، سەئىدى كوفى 30g دىن، كۆيدۈرۈلگەن مەس 15g كۈندۈر،
مورسپا، خۇنسىياۋشان 6g دىن.
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: قانداق بويىچە تالقان تەييارلىنىپ،
بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

زەرۋرى ئەئزەم

تەسىرى: ئاكېلە (يەلدىن بولغان يارا) نى داۋالايدۇ (سېناقتىن
ئۆتكەن)، جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش، قان توختىتىش، گۆش ئۈندۈرۈش
قاتارلىقلاردا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: چاچ كۆيۈندىسى، ئانار گۈلى، بۇغا مۇڭگۈزىنىڭ كۈلى،
چىلان يوپۇرمىقى، گىلى ئەرمىنى 6g دىن، كۈندۈر، قەلەي ئۇپسى،
يۈيۈلغان تۇتىيا، بىر قانچە قېتىم قىزىتىلغان ۋە يۈيۈلغان مەدەس-
تان 6g دىن، ئېغىز، گال جاراھەتلىرىگە ئىشلىتىشكە توغرا كەل-
سە، 3g دىن سەبرى، 6g دىن مەدەستان قوشۇلىدۇ.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: ياخشى تالقانلىنىپ
(يۇمشىتىلىپ) جاراھەتلەرگە سېپىلىدۇ، سۆزەكنى داۋالاش ئۈچۈن
ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە پەلكۈچ بىلەن چېپىلىدۇ.

زەرۋرى ئەربەئە

تەسىرى: جاراھەتكە گۆش ئۈندۈرىدۇ، قان توختىتىدۇ.
تەركىبى: ئەنزىرۇت، كۈندۈر، خۇنسىياۋشان، مۇرمەككى تەڭ
مىقداردا.
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش.

زەرۋرى شەئىرى

تەسىرى: ئاكېلە (يەلدىن بولغان يارا) جاراھەتلىرىنىڭ سۈيىنى قۇرۇتىدۇ.

تەركىبى: چاچ كۆيۈندىسى 6g، پىياز پوستى كۈلى 3g ، رەيھان ئۇرۇقى 1.5g ، كاپۇر 2g .
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: تالقانلىنىپ ئىشلىتىلىدۇ.

زەرۋرى زەڭگار

تەسىرى: قان توختىتىدۇ (كۆپ قېتىم سىناقىتىن ئۆتكەن).
تەركىبى: زەڭگار 9g ، زەمچە، سۇمماق، خۇنسىياۋشان 3g سەبرى، كۈندۈر 1.5g دىن.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇمشاق تالقانلىنىپ سېپىلىدۇ.

زەرۋرى قۇلان

تەسىرى: كونا جاراھەت، پوقاق، تەۋپىق (ئاددىي ئۆسمە)، باش تەمرەتكىسىنى داۋالايدۇ (كۆپ قېتىم سىناقىتىن ئۆتكەن).
تەركىبى: كۈندۈر 6g ، مورساپ 5g ، ئانار گۈلى 9g ، جۈپتى بەللۈت 3g، گىلى ئەرمىنى، قىزىلگۈل 2g دىن.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: ناھايىتى يۇمشاق تالقانلىنىپ سېپىلىدۇ.

زەرۋرى مۇسەئەد

تەسىرى: بوۋاسىر ۋە كونا - يېڭى جاراھەتلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قىزىل زەرنىخ، سېرىق زەرنىخ ئىككى ھەسسەدىن،

ھاك، زەمچە بىر ھەسسەدىن، سېرىق، قىزىل، ئاق زاكلا تۆتتىن بىر ھەسسەدىن.

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: سىرگە بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، 24 كۈن ئارپىغا كۆمۈلگەندىن كېيىن، تالقانلىنىپ، بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

زىمادى ئېرقىنىسا

تەسرى: يانپاش ئاغرىقى (ئېرقىنىسا) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: كەپە يىلتىزى پوستى، تاغ پىننىسى، ئاقىرقەر- ھا 6g دىن، ئەگرسۇناي شىرنىسى، ھەبۇلغار 3g دىن.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەسەل سۈيى بىلەن چېپىلىدۇ.

زىمادى ئىسپىغۇل

تەسرى: ھەرخىل تىپتىكى ئىششىقلارنى تارقىتىدۇ.
تەركىبى: كۆكنار، ئىسپىغۇل تەڭ مىقداردا، گۈل يېغى ئاز مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىككى خىل دورا قاينىدىلىپ، راسا پىشۇرۇلۇپ، ئۈستىدىن گۈل يېغى تېمىتىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

زىمادى بوۋاسىر

تەسرى: ھەرخىل تىپتىكى بوۋاسىرلارنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئۆرۈك مېغىزى، تۆگە لوككسىنىڭ يېغى 27g دىن،

شاپتۇلنىڭ قۇرۇق يوپۇرمىقى، ئاق موم 9g دىن، مۇقەل 3g ، مە- دەستان 6g.

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: قائىدە بويىچە زىماد تەي- يارلىنىپ، بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

سۇفۇپى ماسكۇددەم

تەسىرى: بوۋاسىر قېنىنى توختىتىدۇ (كۆپ قېتىم سىناق- تىن ئۆتكەن).

تەركىبى: جويۇز، تۇخۇم سېرىقى (بىرئاز كۆيدۈرۈلگەن) 6g دىن، بىرئاز قۇرۇتۇلغان كۈنجۈت 18g . تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سۇفۇپ قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 6g ئالما شەرىپتى ياكى رەۋەن شەرىپتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى شەپ

تەسىرى: دوۋساق جاراھەتلىرى، بوۋاسىر ۋە قان سىيىشلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زەمچە، كۆيدۈرۈلگەن تاغ تېكىسىنىڭ مۇڭگۈزى، گىلى ئەرمىنى، كەتىرا، ئانار گۈلى، سېمىزئوت ئۇرۇقى تەڭ مىق- داردا. خاس سۇ بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تاپلېتكا قىلىنىدۇ. تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ~ 8g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مەرۋايىت

تەسىرى: ھەمىشە تۇتىدىغان تەپ، تەپىدق (سىل قىزىتمىسى)، بوۋاسىر، ئىچى سۈرۈشلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تېشىلگەن مەرۋايىت، لىھەتۈتىسى ئوسارىسى (سىقىۋېلىنغان سۈيى)، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى 6g دىن، ئاباشىر، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كەھرىۋا 9g دىن، ئاق سەندەل 3g.

تەييارلىنىشى: ھەبۇلئاس سۈيى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا خەشخاش شەرىپتى بىلەن 5g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى مۇقەل

تەسىرى: يەلدىن بولغان بوۋاسىر، مەقەت ئىششىقى، مەقەت-تىن قان كېلىشلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كابىلى ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئاقلانغان ئا-مىلە، ئاق قىچا، كۈدە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، رەيھان 15g دىن، مۇقەل 150g.

تەييارلىنىشى: مۇقەل كۈدە سۈيىدە ئېرىتىلىپ، قالغان دورىلار تالغانلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى باسلىقۇن

تەسىرى: جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش، يىرىك زەردابلىرىنى توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

تەركىبى: ئاق موم ئىككى ھەسسە، زىپىتى رۇمى، چىلغوزا بىر ھەسسەدىن، كونا زەيتۇن يېغى دورىلارنىڭ ئۈچ ھەسسەسىچە، توڭگۇز يېغى ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ ياغلار بىلەن يۇغۇرۇپ،
مەلھەم قىلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىدىن ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھەمى جازىبە

تەسىرى: ئادەم بەدىنىدە توختاپ قالغان ئوق، مېتال ۋە تىكەن-
لەرنى تارتىپ چىقىرىدۇ (كۆپ قېتىم سىناقتىن ئۆتكەن).
تەركىبى: قومۇشنىڭ قۇرۇق يىلتىزى، ئۇزۇنچاق زىراۋەن تەڭ
مىقداردا، ھەسەل مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ئىككى خىل دورا يۇمشاق تالقانلىنىپ، ھەسەل
بىلەن مەلھەم قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ.

مەلھەمى داخلىيۇن

(ئىختىيۇل ۋە دىۋانۇل)

تەسىرى: جاراھەتلەرنى ئېغىز ئالدۇرۇپ، يىرىڭلىرىنى تازىلاش،
گۆش ئۈندۈرۈپ، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش، ئىششىقنى ياندۇرۇش، ئاغرىق
پەسەيتىش، لىمفا سىلى (خانازىر) نى ئېغىز ئالدۇرۇش، بەزى مو-
نەكچىلەر ۋە قاقداقلارنى يۇمشىتىش، پوقاقنى كىچىكلىتىش، تارتى-
شۇالغان پەيلەرنى بوشتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە (سىناقتىن
ئۆتكەن).

تەركىبى: مەدەستان، كونىرىغان زەيتۇن يېغى 90g دىن، ئاق
لەيلىگۈل، ئىسپىغۇل، ھەبۇلىئاس، شومشا، زىغىر 20g دىن.
تەييارلىنىشى: ئالدى بىلەن ئۇرۇق، دورىلار قايناق سۇغا بىر
سوتكا چىلىنىپ، لۇئابلىرى ئېلىنىدۇ، مەدەستان ناھايىتى يۇمشاق
تالقانلىنىپ، زەيتۇن يېغىغا سېلىنىپ، سۇس ئوتتا ئېرىتىلىدۇ،

لېكىن ئېرىتىش جەريانىدا بىر نەرسە بىلەن قوچۇپ ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىش لازىم. شۇ ئارقىلىق مەدەستەن ياغنى پۈتۈنلەي ئۆزىگە تارتىپ، قارا رەڭگە كىرىپ قويۇلغاندىن كېيىن، ئوتتىن چۈشۈرۈپ لۇپ سوۋۇتۇلىدۇ، ئۈستىدىن لۇپلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ يەنە قاينىتىلىدۇ. قاينىتىش جەريانىدا داۋاملىق قوچۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇش ئارقىلىق، ئوبدان قويۇلۇپ خېمىرسىمان ھالەتكە كىرگەندىن كېيىن، ئوتتىن چۈشۈرۈلۈپ، سوۋۇتۇلۇپ، قاچىدا ساقلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا ئەھۋالغا قاراپ سۈرتۈلىدۇ.

مەلھىمى رۇساس

تەسىرى: پوقاقنى داۋالايدۇ.
 تەركىبى: مىس كۆيۈندىسى مەلۇم مىقداردا، سىركە ۋە زەيتۇن يېغى مۇۋاپىق مىقداردا.
 تەييارلىنىشى: مىس كۆيۈندىسى زەيتۇن يېغى ۋە سىركە ئۈستىگە قۇيۇلۇپ، قويۇلغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ.
 ئىشلىتىلىشى: ئەھۋالغا قاراپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

مەلھىمى شوھوم

تەسىرى: تارتىشىپ قالغان ئەزا ۋە پەيلەرنى بوشتىدۇ، تەشەنەنۈچ (تارتىشىپ قېلىش) نى داۋالايدۇ.
 تەركىبى: توخۇ يېغى، تۆگە يېغى، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى، كالا يىلىكى، ئاق موم، كۈنجۈت يېغى تەڭ مىقداردا.
 تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە مەلھەم تەييارلىنىدۇ.
 ئىشلىتىلىشى: ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن چېپىلىدۇ.

مەلھىمى شىڭگىرىپ

تەسىرى: ئىششىق ياندۇرىدۇ، راك (سەرتان)، لىمفا سىملى

(خانازىر) لارغىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ، يۈرەكتىكى كونا ئىششىق-
لارنى ياندۇرىدۇ.

تەركىبى: سىيىر 24g، مەدەستان 15g ، كۈندۈر، بازىرۇت
(مىلىتىق دورىسى)، ئوشەق، ئاق موم 30g دىن، ئىلكولىبەتەم 18g ،
زەيتۇن يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى 150ml .
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ياغلار
بىلەن مەلھەم قىلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن چېپىلىدۇ.

مەلھەمى مۇھەللىل

تەسىرى: ئىششىق جاراھەتلەرنى يۇمشىتىپ، ئېغىز ئالدۇرىدۇ
(سنىقتىن ئۆتكەن).

تەركىبى: شومشا، زىغىر، ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلى گۈلى 9g دىن،
پۈنۈس، خىارشەنبەر 15g دىن، گۈل يېغى، زەيتۇن يېغى ياكى ئاب-
دىمىلىك يېغى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئالدىنقى ئۈچ خىل دورا تالقانلىنىپ، چامغۇر
سۈيىدە ياكى ئاناناس سۈيىدە قاينىتىلىپ ئۈستىدىن پۈنۈس، خى-
يارشەنبەر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، ئاندىن كېيىن سۈزۈلۈپ، قاينىتىلىپ،
ئوبدان قويۇلغاندىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈلۈپ، مەزكۈر ياغلاردىن
قايسىبىرى تېپىلسا شۇ مەلھەم ئارىلاشتۇرۇلۇپ ساقلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا مۇۋاپىق مىقداردا
ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھەمى مۇردارىسنىڭ

(گۆش ئۈندۈرگۈچى مەلھەم)

تەسىرى: جاراھەتلەرگە گۆش ئۈندۈرۈپ، جاراھەتنى پۈتتۈرۈشكە

ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ (سناقتىن ئۆتكەن).

تەركىبى: مەدەستەن 23g، زەيتۇن يېغى 6g، كۈندۈز، بازىرۇت (مىلتىق دورىسى)، ئەنزىرۇت، خۇنسىياۋشان، زەيتۇننى يانېس 6g دىن.

تەييارلىنىشى: مەدەستەن يۇمشاق سوقۇلۇپ، زەيتۇن يېغى قاينىتىلىپ پىشۇرۇلۇپ، ئۈستىگە تالقان دورىلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھىمى مىسىرى

تەسىرى: قۇلاق جاراھىتىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سىركە 21g، ھەسەل 24g، زەڭگار 6g .
تەييارلىنىشى: ھەسەل، سىركە قاينىتىلىپ قىيام قىلىنىپ، ئۈستىدىن زەڭگار يۇمشاق سوقۇلۇپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: پەلكۈچ ئارقىلىق قۇلاققا كىرگۈزۈلىدۇ.

مەلھىمى نەۋرە

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى كۆيۈكلەرنى داۋالايدۇ، جاراھەت ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: ھاك ۋە گۈل يېغى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ھاك ئۈستىدىن سۇ قويۇلۇپ، ئىككى سائەت دۈملەپ قويۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن، راسا ئېزىلىپ يۇمشىتىلىپ، سۈيى تۆكۈۋېتىلىپ، يېڭىدىن سۇ قويۇلۇپ ئىككى سائەت تۇرغۇ-زۇلىدۇ. يەنە مەلەپ، يەنە تۆكۈپ، يېڭى سۇ قويۇلۇپ، يەتتە قېتىم

تەكرارلانغاندىن كېيىن، گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: پەلكۈچ ياكى پاختا ئارقىلىق يەرلىك ئورۇنغا
ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

نۇتۇلى تەشەننۇج

تەسىرى: قۇرۇقلۇقتىن بولغان تارتىشىش ۋە پەي يىغىلىۋې-
لىشلارنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بىنەپشە، كۈنجۈت يوپۇرمىقى، نېلۇپەر، پاقىيوپۇر-
مىقنىڭ بەرگىسى، بابۇنە.
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش. ھەممىسى بىر-
لەشتۈرۈلۈپ قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: باش ۋە پۈتۈن بەدەن تەرلىتىلىدۇ ھەمدە دورا
چوڭ قاچىغا قۇيۇلۇپ، ئىلمان بولغاندا ياتقۇزۇپ يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

نۇتۇلى ئىستىرخا

تەسىرى: ئەزالارنىڭ بوشىشىپ كېتىشى ۋە ھۆللۈكتىن بول-
غان تارتىشىشلارنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سېرىقچېچەك، رەيھان، چاڭگاك يوپۇرمىقى، غارىقۇن
يوپۇرمىقى، ئەپسەنتىن تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخ-
شاش.

جاۋارش ھىندى

تەسىرى: قۇلۇنجى، سىل، بەل ئاغرىقى، نىقرىس (بوغۇم
ۋوسپالنىيىسى) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سوقمۇنىيا 30g ، لاچىندانە، دارچىن، زەنجىۋىل،
گۈلدارچىن، نارمىشكى، قەلەمپۇر، قارىمۇچ 15g دىن، تۇربۇت

300g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش ياسىلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 10g ~ 6 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبى بەريۇما

تەسىرى: بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ، داۋالاش ئۈنۈمى تېز
كۆرۈلىدۇ.

تەركىبى: سەبرى، تۇربۇت 24g دىن، سېرىق ھېلىلە پوستى،
بوزىدان، سۆرۈنجان 6g دىن، رۇمبەدىيان، سوقمۇنىيا 3g دىن، مۇقەل
9g.

تەييارلىنىشى: كۈدە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا قايناق سۇ بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبى تۇربۇت مۇسەككىن

تەسىرى: بەلغەم ۋە سەپرانىڭ بىرىكىشىدىن بولغان بوغۇم
ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى 3g، بىنەپشە، قىزىلگۈل،
تۇربۇت 1.5g دىن، سوقمۇنىيا، شەھمەنزەل 1kg دىن، كەتىرا 3g .
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبى سەبرى مۇسەككىن

تەسىرى: بوغۇم ئاغرىقلىرى، بوغۇم ۋوسپالنىيىسى (نقرس)
پالەچ، لەقۇلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سەبرى 3g ، تۇرپۇت 5g ، ھەشقىپچەك ئۇرۇقى، غا-
رىقۇن 2g دىن، رۇمبەدىيانلار 1g دىن.
تەييارلىنىشى: كەرەپشە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سەئىدى

تەسىرى: بەلغەمدىن بولغان بوغۇم ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى-
لىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەئىدى كوفى، سۆرۈنجان، بوزىدان 2g دىن، ماھى
زەھرەج 2g، تۇرپۇت 3g ، شەھمەنزەل 4g ، پەرپىيۇن 1g .
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدىلا يەپ تۈگ-
تىلىدۇ.

ھەببى سۆرۈنجان

تەسىرى: ھەر خىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ،
بوغۇم ۋوسپالنىيىسى (نقرس)، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى،
(ئېرقىنىسا) لارنى پەسەيتىدۇ.
تەركىبى: سەبرى 120g، سۆرۈنجان، سېرىق ھېلىلە پوستى 60g
دىن.
تەييارلىنىشى: پەمدۇر سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سۆرۈنجان مۇسەككىن

تەسىرى: بوغۇم ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى (ئېرقىنىسا)، بوغۇم
ۋوسپالنىيىسى (نقرس) لارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قەنتەرىيون، سەكىنەج 8g دىن، تۇربۇت 12g، سۆ-
رۇنجان 15g، ئاقىرقەرھە 3g، سەبرى 9g، شەھمەزەل، ئوردان، غا-
رىقۇن 3g دىن.

تەييارلىنىشى: قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇپاسىل

(بوغۇملار پىلولسى)

تەسىرى: بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تۇربۇت 3g، سۆرۇنجان 2g، شەھمەزەل، ھەشقىپ-
چەك ئۇرۇقى، ھىندى تۇزى، زەنجىۋىل، سوقمۇنىيالار 1.5g دىن، ئا-
يەرەنج پەيقرى 3g، قىزىلگۈل، رۇمبەدىيان، مەستىكلەر 1g دىن،
مۇقەل 2g.

تەييارلىنىشى: كەترا سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 10 دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇپاسىل ھار

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، كابىلى ھېلىلە پوستى 12g
دىن، سانا، تۇربۇت 30g دىن، قەسبوزەرى، كەترا، غارىقۇن، ھىندى
تۇزى 3g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان 2g دىن، سۆرۇنجان 6g،
ئەپتىمۇن 3g، سوقمۇنىيا 2g.

تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g دىن يېيىلىپ، ئارقىدىن قايناق سۇ ئىچىلىدۇ.

ھەببى مۇپاسىل سەۋداۋى

تەسىرى: سەۋدا خاراكتېرلىك بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەبرى 12g ، غارقۇن، بىستىپايەنج 10g دىن، تۈر-
بۇت 4g، سۆرۈنجان، بوزىدان، ھىندى تۈزى، سەكبىنەج 2g دىن.
تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مەنتىن كەبىر

(چوڭ نۇسخىلىق ھەببى مەنتىن)

تەسىرى: پالەچ، لەقۇا، قۇلۇنجى، مۇپاسىل (بوغۇم ئاغرىقى)،
نقرىس (بوغۇملار ۋوسپالنىيىسى) لارنى داۋالايدۇ، قويۇق يەللەرنى
تارقىتىدۇ، سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ، ھەيزنى
راۋان قىلىدۇ.

تەركىبى: سەكبىنەج، گۈشەق، جاۋاشىر، مۇقەل، سەبرى، شەھ-
مەنزەل، تۈربۇت، ئەنزىرۇت، سېرىق ھېلىلە پوستى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: كۈدە سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر ئاخشىمى 10 دانىدىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى نقرىس

تەسىرى: بوغۇم ۋوسپالنىيىسى (نقرىس) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: رۇمبەدىيان، زىرە، ئاقمۇچ، پىلىپىل، زاراڭزا مېغىزى

6g دىن، سەلىخە (قېلىن دارچىن) 3g ، زەنجىۋىل، پەرىپىيۇن 12g دىن، مەستىكى 18g ، سۆرۈنجان 60g .
تەييارلىنىشى: ئارپىبەدىيان سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى نقرس

تەسىرى: نقرس (بوغۇم ياللۇغى) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: كامادىرىيۇس، زىراۋەن، جىنتىيانا، ئوردان، دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى)، سەۋزە ئۇرۇقى، پەتراسالىيۇن، (تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى)، سۇزاپ پوپۇرمىقى، پىننە، شەترەنجى ھىندى، ئاسارۇن، جۇۋنە، ئۈبھەل تەڭ مىقداردا، ھەسەل مەلۇم مىقداردا، مەجۇن قىلىندۇ.

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 10g ~ 6 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى سۆرۈنجان

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سۆرۈنجان 30g ، قەسبوزرە 15g .
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار چالا سوقۇلۇپ، قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن، دورا سۈيى ئۈچتىن بىر قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ، سۈزۈلۈپ، ئۈستىگە مەلۇم مىقداردا ھۆل كەرەپشە سۈيى، 90g زەيتۇن يېغى قوشۇلىدۇ، يەنە دورا

سۇ قىسمى پارلىنىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

زىمادى مۇپاسىل

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرى ۋە نقرىس (بوغۇم ياللۇغى) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، ئىككىلىملىك 30g دىن، مامىسا ئۇسارىسى 15g ، ئاقاقىيا 6g ، زەپەر 3g ، ئەپيۈن، ئىزخىر چېچىكى 6g دىن.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: زىماد تەييارلىنىپ، بەدەنگە سۈرتۈلىدۇ.

زىمادى نقرىس

تەسىرى: نقرىسنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: رەيھان، ئاق لەيلىگۈل، ئىسپىغۇل، ئارپا ئۇنى، سۆ-رۈنجان تەڭ مىقداردا، تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى ئاز مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: زىماد تەييارلىنىپ، بەدەنگە سۈرتۈلىدۇ.

سۇفۇپى سۆرۈنجان

تەسىرى: بوغۇم ئاغرىقلىرى (مۇپاسىل)، بوغۇم ياللۇغى (نق-رىس)، يانپاش ئاغرىقى (ئېرقىننىسا) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: مىسر سۆرۈنجاننى 30g ، مەككە ساناسى 21g ، سېرىق ھېلىلە پوستى، ئاقلانغان بادام مېغىزى 9g دىن، زەپەر 2g ، سوقمۇنىيا 3g، قەنت 90g .

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ دورا كۈنلەن ئىككى قېتىم،
ھەر قېتىمدا 6g دىن سوغۇق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى نىقرىس

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرى، سوغۇقتىن
بولغان بوغۇم ياللۇغى (نىقرىس) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: جۇۋىنە، ئۇبھەل، سۇزاپ يوپۇرمىقى، ئارپىبەدىيان،
دۇقۇ 6g دىن، ئوردان، ئاچچىق بادام، سۇنبۇل، تاتلىق قۇستە، يۇمىلاق
زىراۋەن 2g دىن.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 3g ئىستېمال قىلىپ، تۆت
سائەتكىچە تاماق يېيىشكە بولمايدۇ.
ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى قىش پەسلىدىن يازنىڭ ئوتتۇرىسىدا
غىچە يېيىش لازىم.

شەرىپتى ھېلىلە

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى بوشتىدۇ، ئىسسىقتىن بولغان تەپ،
ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: چوڭ سېرىق ھېلىلە 100 دانە، تەرەنجىبىن 150g ،
سوقمۇنىيا 3g.

تەييارلىنىشى: ھېلىلە مەلۇم مىقداردىكى سۇغا چىلىنىپ ئۈچ
كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلۇپ، سۈيى باشقا قاچىغا تۆكۈۋېلىنىپ، يەنە سۇ
قۇيۇلۇپ، يەنە ئاپتاپتا قۇيۇلۇپ، ئۈچ قېتىم تەكرارلانغاندىن كېيىن،
ئۈچ قېتىملىق سۈيى تەرەنجىبىن بىلەن قىيام قىلىنىپ،

ئۈستىدىن سوقمۇنىيا ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 60ml ~ 45 ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مۇپاسىل

تەسىرى: ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: كەپە يىلتىزى (بىخ كەبىر)، بەدىيان 60g دىن، كە-
رەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، جۇۋىنە، ماھى زەھەرەج،
سۆرۈنجان 30g دىن، كەرەپشە يىلتىزى 60g ، قەنتەرىيۇن 8g ، قەنت-
560g.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 60ml ~ 40 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى ئازراقى

تەسىرى: بوغۇم ئاغرىقلىرى، ئېرقىنىسا (ئولتۇرغۇچ نېرۋا
ئاغرىقى)، سۈيدۈك تۇتالماسلىق، پالەچلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: كۈچۈلا 18g ، گاۋزىبان گۈلى، زورۇنات، ئۈستقۇد-
دۇس، كەترا، نارجىل، چىلغوزا مېغىزى، شاقاقۇل، لاچىندانە 6g
دىن، ئاق سەندەل، قەلەمپۇر 3g دىن، تازىلانغان ئامىلە، قارا ھېلىلە
15g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۈن تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.
ئەسكەرتىش: كۈچۈلا قانئىدە بويىچە زەھەرسىزلەندۈرۈلۈپ قو-
شۇلۇشى شەرت.

مائۇلئۇسۇل مۇپاسىل

تەسىرى: ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: كەپە يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى 30g دىن، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان، جۇۋنە، سۆرۈنجان، بوزىدان، ماھى زەھرەج، كەرەپشە ئۇرۇقى، شەھمەنزەل، شەترەنجى ھىندى، قەنتەرىيۇن 15g دىن.
تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 2 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30ml دورا 3g ئابدەملىك يېغى بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇلئۇسۇل مۇسەككىن

تەسىرى: يانپاش ئاغرىقى (ئېرقىنىسا)، بوغۇم ئاغرىقى (نقرىس بوغۇم ۋوسپالنىيسى) نى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى 30g دىن، كەپە يىلتىزى پوستى، شەھمەنزەل، قەنتەرىيۇن، شەترەنجى ھىندى، جۇۋنە، رۇمبەدىيان، بوزىدان، سۆرۈنجان، ماھى زەھرەج 15g دىن.
تەييارلىنىشى: 2 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 23ml دورا 3g ئابدەملىك يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇلئۇسۇل ھار

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ھەرخىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: بەدىيان يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، كاسىنە يىلتىزى پوستى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 30g دىن، كاسىنە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۆرۈنجان، جۇۋىنە، زىرە 15g دىن، ئەنجۈر، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم 60g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 2 لىتىر سۇدا يېرىمى قالدۇچە قاينىتىلىدۇ، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 100ml شەربەتكە 30g قەنت سېلىنىپ ئىستېمال قىلىندۇ.

مائۇلئۇسۇل بارىد

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: چىلان، سەرپىستان 30 دانىدىن، كاسىنە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى 6g دىن، كاسىنە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان 15g دىن، سۆرۈنجان 9g .

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 2 لىتىر سۇدا يېرىمى قالدۇچە قاينىتىلىدۇ، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ.

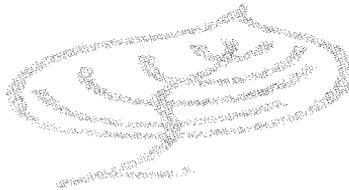
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 10ml دورا 30g گۈل قەنت بىلەن تەڭشەپ ئىستېمال قىلىندۇ.

نۇقۇۋى مۇپاسىل (I)

تەسىرى: قاندىن، سەپرادىن بولغان ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىق رىنى يوقىتىدۇ، نورمال دەرىجىدە ئىچىنى سۈرىدۇ.
تەركىبى: ئاچچىق ئانار بىر دانە، جۇلاپى مۇسكىر 135ml، سېرىق ھېلىلە پوستى 15g .
تەييارلىنىشى: ئانارنى پۈتۈن قىسمى بىلەن ئېزىپ سىقىپ، جۇلاپ بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئۈستىدىن ھېلىلە تالقىنى سېلىپ، نىپ، بىر سوتكا تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر - قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇقۇۋى مۇپاسىل (II)

تەسىرى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى 30g ، مۇسەللەس 270ml ، ئىسپىغۇل 25g .
تەييارلىنىشى: ھېلىلە پوستى مۇسەللەسكە بىر سوتكا چىقىرىلىپ، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ، ئىسپىغۇلنىڭ لۇئابى چىقىرىلىپ قوشۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر - قېتىمدا 50 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.



ئەرلەر كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا رېتسېپلىرى

جاۋارش زەرئۇنى

تەسىرى: باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ، يۇلۇنى،
بۆرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، سېرىقئوت ئۇرۇقى،
جۇۋىنە، ئارپىبەدىيان، قوغۇن ئۇرۇقى، بادىرەڭ ئۇرۇقى، كەرەپشە
يىلتىزى، ھەببى قەلقلە مېغىزى، ھەببۇزەلەم مېغىزى، نارجىل،
چىلغوزا مېغىزى 15g دىن، بەسباسە، قەلەمپۇر، پىلىلمۇيە، كاۋا-
ۋىچىن، ئاقىرقەرھە، زەنجىۋىل، بېدە ئۇرۇقى، زاغۇن، پىياز ئۇرۇقى،
ھەببۇرشات، چاققاقئوت ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى، خولىنجان، جويۇز،
گۈلدارچىن، پىلىپل 9g دىن، زەپەر، كۈندۈر، مەستكى، ئۇد ھىندى
12g دىن، ھىلىيۇن ئۇرۇقى، بوزىدان، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن،
ئاق تۇدرى، قىزىل تۇدرى، شاقاقۇل، لىسانۇلئەساپىر (ئەرمۇدۇن ئۇ-
رۇقى) 15g دىن، تاغ پىيىزى، سۆڭلەپ، بۇقا چۆيىسى، قۇشقاچ مې-
خىسى، خورما مېغىزى 6g دىن، ئىپار 2g، قەنت بىر ھەسسە، ھەسەل
ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: جاۋارش تەييارلاش قائىدىسى بويىچە
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىسسىق مىزاجلىقلار كۈندە
بىر قېتىم 6g دىن يەپ، ئۈستىدىن شېكەر قوشۇلغان سۈت ئىچىپ
بەرسە بولىدۇ. سوغۇق مىزاجلىقلار 15g دىن يېگەندىن كېيىن
ئۈستىدىن مائۇلئەسەل (ھەسەل) ئىچىپ بەرسە بولىدۇ.

جاۋارش زەرئۇنى مۇقەۋۋى

تەسىرى: يۈرەك، جىگەر، مېغە، باھ ۋە بۆرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: ھىلىيۇن ئۇرۇقى، شاقاقۇل، قىزىل تۇدرى، ئاق تۇد-
رى، ئىپار، سەقەنقۇر (خەيما) لىسانۇلئەساپىر (ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى) 3g
دىن، چاققاقئوت ئۇرۇقى 6g ، زەنجۈل، چامغۇر ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇ-
رۇقى، نەرخەمەك ئۇرۇقى، زاغۇن، پىياز ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى، خو-
لىنجان، جويۇز، دارچىن، پىلىپىل، بوزىدان 9g دىن.
تەييارلىنىشى: قەنت قىيام قىلىنىپ، مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقې-
تىمدا 3 ~ 6g يېيىلىدۇ.

ھەببى ئەپيۇن

تەسىرى: مەنىنى تۇرمۇزلايدۇ، جىنسىي ئالاقە ۋاقتىنى ئۇزار-
تىدۇ.
تەركىبى: ئەپيۇن 30g ، قارىمۇچ، دارچىن، زەنجۈل، كەتىرا،
سەمغى ئەرەبى، زەپەر، بەسباسە 15g دىن، ھەببى بېلىسان، مورساي،
ئاقىرقەرھا، رۇببەسۇس، زورۇنات، قۇندۇزقەھرى، پارپا، دورنەج ئەق-
رەبى، مەستىكى، ئودخام 6g دىن، گۈلدارچىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، قە-
لەمپۇر، پىلىپىل، جىنتىيانا 9g دىن، ئىپار 3g ، ناۋات 45g .
تەييارلىنىشى: گۈلاب بىلەن 0.3g ھەب قىلىنىپ، ئۈچ دانە-
دىن يېيىلىدۇ.

ھەببى ئىمساك

(مەنى تۇتۇش پىلولىسى)

تەسىرى: باھنى كۈچلەندۈرۈپ، مەنىنى تۇتىدۇ.
تەركىبى: ئاقىرقەرھا 3g ، رەيھان ئۇرۇقى 24g ، قەنت 27g .
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئىمساك ئەپيۇنى

تەسىرى: مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قەلەمپۇر، جويۇز، زەپەر، مەستىكى، بۇقا چۈپسى، دارچىن، سۆڭلەپ 3g دىن، ئوغرىتىكەن 2g ، ئەپيۇن 12g .
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەسەل بىلەن ھەب قىلىنىپ، 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى بالەنگۈ

تەسىرى: خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ، مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى تو رىمۇزلايدۇ.
تەركىبى: ئۇدخام، قەلەمپۇر، كاۋاۋىچىن، گۈلدارچىن، قارىمۇچ 9g دىن، زەپەر 2g ، بالەنگۈ 6g ، پىلىپىل، بابۇنە ئۇرۇقى، تېشىلمىگەن مەرۋايت 3g دىن.
تەييارلىنىشى: قەنت قىيامى بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر كۈنى ئاخشىمى ئىككى دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى جالىنۇس

تەسىرى: ھەر خىل جىنسىي ئاجىزلىقلارنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئەركەك قۇشقاچنىڭ مېڭىسى، شاقاقۇل، پىياز ئۇرۇقى،

خورما ئۇرۇقى، سۆئىلەپ، زاغۇن، سەقەنقۇر تەڭ مىقداردا، ئىپار مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھەسەل ۋە زاغۇن سۈيى بىلەن 3g 0.3 ئۆلچەمدە ھەب قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم 3g دىن يېيىلىدۇ، ئارقىسىدىن 100ml ئۈزۈم سۈيى ياكى ئۈزۈم شىرنىسى ئىچىلىدۇ.

ھەببى ھورمۇل

(ئادراسمان كۈمىلىچى)

تەسىرى: ئۇرۇق بېزىنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقنى، چۇقۇقنى داۋالايدۇ، يەللەرنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، ئادراسمان ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، مەستكى، زەپەر 3g دىن، كابىلى ھېلىلە پوستى، ئامىلە، سەكبىنەج، مۇقەل 6g دىن، پەتراسالىيۇن، پىننە، ئىزخىر، قۇستە، زورۇنبات، دورنەج ئەقرەبى، ئاسارۇن 2g دىن.

تەييارلىنىشى: سۇزاپ سۈيى بىلەن 3g 0.3 ئۆلچەمدە ھەب قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىندۇ.

ھەببى سەھلىل ۋۇجۇد

تەسىرى: مەنىي تېز كېتىشىنى داۋالايدۇ (كۆپ قېتىم سىناقتىن ئۆتكەن).

تەركىبى: بىر يېرىم سوتكا سۇغا چىلىنىپ، پوستى ئاجرىد-تىلغان تەمرى ھىندى مېغىزى 30g ، قەنت 60g .

تەييارلىنىشى: قەنت بىلەن 3g 0.3 ئۆلچەمدە ھەب قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ئىككى دانىدىن يېيىلىدۇ.

ھەببى سىماب مۇمىسك

تەسىرى: باھنى كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە كۈچلەندۈرىدۇ، مەنىنى تۇرمۇزلايدۇ.

تەركىبى: سىماب 9g ، ئەپيۈن 10g ، ئاقىرقىرھا، بەزىرۇلبەنجى، خولىنجان، جوز، قەلەمپۇر، بەسباسە 3g دىن، تەنبۇل دەرىخى يو-پۇرمىقنىڭ شىرنىسى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سىماب قېلىن خامدىن يەتتە قېتىم ئۆتكۈزۈ-لۈپ، ئەپيۈن بىلەن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، تەنبۇل دەرىخى شىرنىسى مۇ-جۇلىدۇ، ئارىلاشتۇرۇلغاندىن كېيىن، سايىدە قۇرۇتۇلۇپ، سوقۇلۇپ، يەنە مەزكۇر شىرنىدا يۇغۇرۇلۇپ، قايتا سايىدە قۇرۇتۇلىدۇ. يەتتە قېتىم قايتىلانغاندىن كېيىن، قالغان دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇ-لىدۇ.

تەييارلىنىشى: نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاخشىمى ئاچ قورساققا بىر دانە ھەب بىر چاينام نان ئارىسىغا ئېلىنىپ يۈتۈلىدۇ.

ھەببى شىپا

تەسىرى: جىنسىي قوزغىلىشنى ئاسرايدۇ، ئەپيۈنكەشلەرنىڭ خۇمارىنى باسىدۇ.

تەركىبى: زەنجىۋىل، جوز 6g دىن، رەۋەن 9g ، ۋاڭ ئۇرۇقى (مۇدەپپەر قىلىنغان) 27g ، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ھەسەل قىيام قىلىنىپ يۇغۇرۇلۇپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى قۇرسى ئەپئا

تەسىرى: باھنى كۈچلەندۈرىدۇ (تەسىرى ئىنتايىن كۈچلۈك).
تەركىبى: سۆڭەك، خولىنجان 9g دىن، تۆڭگىنىڭ ئوغۇز سۈتى (پىنرماپە)، زەنجىۋىل، قۇرسى ئەپئا، خورما ئۇرۇقى 3g دىن، قىچا 6g.

تەييارلىنىشى: گۈلاب بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 0.3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇسكىر

تەسىرى: مەست قىلىپ، سەزگۈرلۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشىنى پەسەيتىدۇ، باھنى كۈچلەندۈرۈپ، مەنىنى تۇتۇشتا ئىنتايىن ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. مەزكۇر دورىنى ئىستېمال قىلىشنى ئادەت قىلسا، نەشە، ئەپيۈن خۇمارىنى باسىدۇ.

تەركىبى: پوستى تۈرۈنجى (ئاپپىلسىن پوستى)، فەرەنجىمىشكى، سۈنبۈل، كاۋاۋىچىن، قەلەمپۈر، بەسباسە، سەئىدى كوفى، زورۇنبات، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، جويۇز، بەزىرۈلبەنجى (مىڭدىۋانە)، ئىپار، ئەنبەر 5g دىن، مەستكى، ئېگىر، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل 6g دىن، نارجىل، بەزىرۈلبەنجى يىلتىزى، پەرىپىيۇن، زەپەرلەر 9g دىن، قۇندۇزقەھرى، گاۋزىبان 5g دىن، كۈمۈش ۋەرەق، ئالتۇن ۋەرەقلەر 25 دانىدىن.

تەييارلىنىشى: گۈلاب بىلەن 0.3g دىن ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 1~3 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبىي نىشات مۇمسىك

تەسىرى: كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى تورمۇزلايدۇ.

تەركىبى: ئالتۇن ۋەرەق 100 دانە، شەۋكران يىلتىزى 9g (ئو-رۇنباسارى ئۈچ ھەسسە بەزىرۈلبەنجى).

تەييارلىنىشى: شەۋكران يىلتىزى سوقۇلۇپ، ئالتۇن ۋەرەق ئارىلاشتۇرۇلغاندىن كېيىن، 500ml سۇدا قاينىتىلىپ، سۈيى پۈ-تۈنلەي تۈگىگەندىن كېيىن، قوناق چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقې-تىمدا بىر دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋايى دارچىن

تەسىرى: سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە ياخشى قۇۋۋەت بېرىدۇ، ئاياللار ئۈچۈن ھۇزۇرنى كۈچەيتىدۇ، يەتتە كۈن داۋام قىلسا، جىنسىي قۇۋۋەتنى تولۇق قوزغايدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: دارچىن 30g (سوقۇپ تاختا ئەل-گەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ)، كالا سۈتى 280ml ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييار-لىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۈچكە بۆلۈنۈپ، بىر كۈن ئىچىدىلا تۈگىتىلىدۇ.

داۋايى مۇبەھھى

(باھنى قوزغاتقۇچى دورا)

تەسىرى: باھنى كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە قوزغايدۇ.

تەركىبى: تۇخۇم سېرىقى 20 دانە، ھەسەن 360g، ئاقىر قەرھا، قەلەمپۇر، دارچىن، زەنجىۋىل، خولىنجان 120g دىن تەييارلىنىشى: مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر كۈنى كەچتە بىر قېتىم 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى ئاقىر قەرھا

تەسىرى: جىنسىي ئەزانى (پىنسىنى)، ئۇرۇق بېزى خالتىسى، ئىككى تاشاق، بەل ساھەسى، ئاللىقان ۋە پۈت - قوللىرىنى ياغلاش بىلەن جىنسىي لەززەتنى ئاشۇرىدۇ. تەركىبى: ئاقىر قەرھا 6g، دارچىن 3g، ئەپيۈن 1.5g، ئىپار 2g.

تەييارلىنىشى: ھەممىسى سوقۇلۇپ، سىماب يېغى ياكى گۈل-يەسمەن يېغىغا تاشلىنىپ، ئەينەك قاچا بىلەن 21 كۈن تومۇز ئاپ-تىپىدا قويۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: ئەھۋالغا قاراپ مايلىنىدۇ.

رەۋغىنى سەۋسەن

تەسىرى: ئۇرۇق بېزىنى قىزىتىدۇ، ئىھتىناقى رەھىمى (ھىس-تىرىيە) گە پايدا قىلىدۇ. تەركىبى: گۈلى سەۋسەن 30 دانە، سەلىخە، ھەببى بېلىسان، قۇستە 30g دىن، گۈلدارچىن، قەلەمپۇر، مەستىكى 15g دىن، زەپەر 6g، كۈنجۈت يېغى 400g. تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى ياغقا ئارىلاشتۇرۇلۇپ شېشىگە قاچىلانغاندىن كېيىن، 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىشكە ۋە بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىشكە مۇمكىن بولىدۇ.

رەۋغىنى سىر

(سامساق يېغى)

تەسىرى: باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، سوغۇقتىن بولغان ھەرخىل تىپتىكى كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىشكە بولىدۇ، پەي سۇسلۇقى، بويۇن ئاغرىقى، بوۋاسىر، تەقتىرۇل بەۋل (سۈيدۈك تېمىپ تۇرۇش) نى داۋالايدۇ، رەڭگىروينى چىرايلىقلاشتۇرىدۇ.

تەركىبى: تازىلانغان سامساق 450g ، پەرىپىيۇن، ئاقىرقەرھا 135g دىن، پىلىپىل، سۇزاپ 30g دىن، زەيتۇن يېغى 620ml .
تەييارلىنىشى: دورىلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ، پىسەپلىرى سۈزۈلۈپ، سىقىلىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا ئىشلىتىلىدۇ.

زىمادى ھولبە

تەسىرى: ئۇرۇق بەزى ئىششىقنى ياندۇرىدۇ.
تەركىبى: شومشا ئۇنى، لوۋيا ئۇنى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: بىنەپشە سۈيدە يۇغۇرۇلىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىغا ئىشلىتىلىدۇ.

سۇفۇپى ئېھتىلام

تەسىرى: ئېھتىلام (ئويقۇدا مەنىي مېڭىپ كېتىش) نى داۋالايدۇ.
تەركىبى: يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، قەنت تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-

قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى سەيلان

تەسىرى: مەنىي ۋە مەزى (شلىمىشقى ھۆللۈك) چىقىپ تۇرۇش، سۈيدۈك تېمىپ تۇرۇشلارنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئانار گۈلى، قىزىلگۈل 15g دىن، رۇمبەدىيان، بەزد-رۇلبەنجى، موزا، زىرە 6g دىن، خورما ئۇرۇقى 3g، سېرىقچىچەك ئۇرۇقى، سۇزاپ ئۇرۇقى، شاھ بەللۇت، كۈندۈر، سەئىدى كوفى 9g دىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى 12g، قەنت بىر ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى سۈرئىتى ئىنزال

تەسىرى: مەنىينىڭ سۇيۇقلىنىشى ۋە تېز يۈرۈپ كېتىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سۇزاپ ئۇرۇقى 9g، چاڭگاڭ ئۇرۇقى، سەۋسەن يىل-تىزى 6g دىن، ئانار گۈلى، قىزىلگۈل 5g دىن.
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن دوغاپ ياكى دورا سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مۇمىسك بارىد

تەسىرى: ئىسسىقلىقتىن بولغان مەنىي تېز يۈرۈپ كېتىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئىسپىغۇل كېپىكى 6g، سېمىزئوت ئۇرۇقى 9g،

قۇرۇق يۇمغاقسۇت 5g .

تەييارلىنىشى: قاندى بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ناشىدا
سوغۇق سۇ بىلەن 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى كۈنجۈت

تەسىرى: باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، مەنىنىڭ سۇيۇقلىشىشىدىن
كېلىپ چىققان مەنىي تېز يۈرۈپ كېتىشىنى داۋالايدۇ (كۆپ تەجرى-
بىدىن ئۆتكەن).

تەركىبى: كۈنجۈت، قارا زىرە، زەنجىۋىل 30g دىن، پىلىپىل،
قارمۇچ 15g دىن، دارچىن 6g ، لاجىندانە، قاقىلە 9g دىن، قەنت
270g .

تەييارلىنىشى: قاندى بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g ~ 4g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مۇغەللىز

تەسىرى: مەنىنى قويۇقلاشتۇرىدۇ ۋە تورمۇزلايدۇ.

تەركىبى: چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 6g ، ئانار گۈلى 12g ، سېرىق-
چېچەك ئۇرۇقى 9g ، قىزىلگۈل، سۇزاپ ئۇرۇقى، چاڭگاڭ 15g دىن.
تەييارلىنىشى: قاندى بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 15g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى پەنجىنۇش

تەسىرى: مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئۈزۈم سۈيى 1.650ml، سۇمماق، موزا، ئانارگۈل، قىزىلگۈل، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، كۈندۈر، يالپۇز 30g دىن، زەپەر، مۇرمەككى، زەمچە 3g دىن، تۆمۈر پوقى 90g، سۇ ئۈچ ھەسسە، قەنت ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇل بىلەن تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 20ml ~ 15ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى گۈزەر

تەسىرى: باھنى كۈچەيتىدۇ، بەل ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: تازىلاپ توغراغان سەۋزە 3.250g، سۈنبۈل، قەلەم-پۇر، خولىنجان، دارچىن 3g دىن، زەپەر 2g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: سەۋزە مەلۇم مىقداردىكى سۇ بىلەن قازانغا سېلىنغاندىن كېيىن، تۇۋىقى مەھكەم يېپىلىپ، خېمىر بىلەن چاپلىنىپ، سۇس ئوتتا ئۇزۇن قاينىتىلىپ پىشۇرۇلىدۇ، يۇمشاق پىشقاندىن كېيىن، بىرئاز سوۋۇتۇلۇپ، مېچىپ سۈيى چىقىرىۋېلىدۇ. زەپەردىن باشقا دورىلار خالتىغا قاچىلىنىپ، مەزكۇر سۇ بىلەن قاينىتىلىدۇ؛ دورىلارنىڭ تەمى چىقىپ بولغاندىن كېيىن، سىقىپ سۈزۈلۈپ، ھەسەل قوشۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ، زەپەر ئايرىم سالاھەت قىلىنىپ قىيامغا قوشۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30ml ~ 15ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى باھ

تەسىرى: باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، يۈرەكنى ياخشىلايدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل، سېمىزئوت ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، چام-
غۇر ئۇرۇقى 9g دىن، گاۋزىبان، قوغۇن ئۇرۇقى 15g دىن، رەيھان ئۇ-
رۇقى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن 12g دىن.
تەييارلىنىشى: تەرەنجىبىن ياكى قەنت قىيامى مەلۇم مىقداردا، مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 12g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى بۇئەلى

تەسىرى: باھنى كۈچەيتىشتە تەڭداشسىز ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: ھىڭ، سەۋزە ئۇرۇقى، قاقىلە، زاغۇن، ئەرمۇدۇن ئۇرۇ-
قى، كەرەمدانە بىر ھەسسىدىن، بوزىدان، قارىمۇچ ئۈچ ھەسسىدىن،
ئىپار ئالتىدىن بىر ھەسسە، ناۋات، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: چىلغوزا يېغى بىلەن دورىلار تالقىنى نەمدە-
لىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 10 ~ 6 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى بىينەزد

تەسىرى: جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ.
تەركىبى: ئاقىرقەرھا، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل 23g دىن، تۇخۇم
سېرىقى (پىشۇرۇلغان) 20 دانە، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 360g.
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 9g دىن

ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى زەنجىۋىل

تەسىرى: باھنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: زەنجىۋىل، دارچىن، سۆڭەلەپ، جويۇز، ئەرمۇدۇن ئو-
رۇقى، مەستىكى، زەپەر، پىلىپىل، بوزىدان، قىزىلگۈل، ئاق بەھمەن،
قىزىل بەھمەن، ھىلىيۇن ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى 6g دىن، ئىپار،
ئەنبەر 5g دىن، ھەببى قەلقل 9g ، نەشە 75g ، ھەسەل 280g .

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر
قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى قۇرسى ئەپئە

تەسىرى: مەنىنى كۆپەيتىدۇ، بەدەن ئاجىزلىقىنى يوقىتىدۇ،
جىنسىي ھەۋەسنى ئاشۇرىدۇ، بولۇپمۇ سوغۇق مەجەزلىكلەرگە ۋە
ياشاغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ. مەنى تېز كېتىش، پەي سۇسلۇقلارنى
ياخشىلايدۇ، ساقلىقنى ساقلاشقا ياردەم بېرىدۇ.

تەركىبى: سۆڭەلەپ، زەنجىۋىل، دارچىن 18g دىن، پىستە مې-
غىزى، تاتلىق بادام مېغىزى، نارجىل مېغىزى، پىندىق مېغىزى،
ئەنبەر، كۈمۈش ۋەرەق، ئىپار 6g دىن، كاۋاۋىچىن، قەلەمپۇر، پىلىپىل،
توغرالغان پىلە، ئۆشەنە، ئەنجىدان، ئەرەب تۈگىسى تايلىقىنىڭ پىش-
لىقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، سېرىقئوت ئۇرۇقى، ھىلىيۇن ئۇرۇقى، كۈدە
ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئاناناس ئۇرۇقى، زاغۇن،
بوزىدان، پارپا، چىلغوزا مېغىزى، قاقىلە، لاپىندانە، تۇرۇپ ئۇرۇقى،
خولىنجان، گۈلدارچىن، ئاق تۇدرى، قىزىل تۇدرى، ئاق بەھمەن،
قىزىل بەھمەن، سەۋزە ئۇرۇقى، ھەببى قەلقل، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى،

ئالتۇن ۋەرەق، تاغ پىيىزى، تەكرار چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئوغرىتىكەن، چىچا، ئاقىرقەرھە 3g دىن، قۇرسى ئەپئۇ ئومۇمىي دورىلارنىڭ ئوندىن بىرىچىلىك، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇلدا مەجۇن تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 20mg ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى لوئوئى

تەسىرى: بۇ جالىنۇسنىڭ ئىجادىيىتى بولۇپ، جىنسىي ئەزانى چىڭىتىدۇ، مەنىنى كۈچەيتىدۇ ۋە تورمۇزلايدۇ، پەيلەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ. تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، مارجان 3g دىن، رۇمبەدىيان، ئاق بەھمەن 9g دىن، كاكىنەچ، ھەشقىپچەك يىلتىزى 5g دىن، ئادەمگىياھ، ئىزخىر، سەئىدى كوفى، يۇلغۇن مېۋىسى، قېلىن دار-چىن، دارچىن، ئاسارۇن، مەستىكى 6g دىن، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا 5g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۇخلاشتىن بۇرۇن قايناق سۇ بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مەسىيە مۇكەييىپ

تەسىرى: باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ. تەركىبى: گۈلدارچىن، گاۋزىبان، قىزىلگۈل 15g دىن، خولىد-جان، كاۋاۋىچىن، قەلەمپۇر، سۇنبۇل، قاقىلە، نارجىل، جويۇز، فە-رەنجىمىشكى، ئاپپىلسىن پوستى، مەستىكى، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى،

بەسباسە 9g دىن، ئۆشنى 12g ، تېشىلمىگىن مەرۋايىت، سازەج
 ھىندى، سەئىدى كوفى، ئەنەبەر 6g دىن، سۆئىلەپ 30g ، ئاللىنۇن ۋە-
 رەق، كۈمۈش ۋەرەق، ئىپار 2g دىن، لەئىلى، كەھرىۋا، مارجان، پىلا-
 پىل، زەنجىۋىل 3g دىن، نەشە يېغى 90g .
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
 قېتىمدا 2 ~ 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇبەھھى

تەسىرى: سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ،
 باھنى كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: زەنجىۋىل، شاقاقۇل، دارچىن، زاغۇن، ئاق قىچا بىر
 ھەسسىدىن، چاققاق ئۇرۇقى (تۇخىمى ئەنجىر)، ئاقىرقەرھە، قارىمۇچ
 يېرىم ھەسسىدىن، ھىڭ تۆتتىن بىر ھەسسە، زەنجىۋىل مۇراببا
 ھەسسى (ھەسەل بىلەن تەييارلانغان زەنجىۋىل مۇرابباسى) ئۈچ
 ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
 قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇبەھھى ئەلا

تەسىرى: باھنى كۈچلەندۈرۈشتە ئىنتايىن ئۆتكۈر دەرىجىدە
 تەسىر قىلىدۇ.
تەركىبى: ھىڭ، پارپا، كۈچۈلا 30g دىن، پىلىپىل، كاۋاۋىچىن،
 زەنجىۋىل، دارچىن، ئاقىرقەرھە، قەلەمپۇر، جويۇز، خولىنجان، قارد-
 مۇچ، شاقاقۇل 15g دىن، زەپەر 9g، ياڭاق مېغىزى، ئۇرۇقىدىن ئاي-
 رىلغان ئۈزۈم 1.5g، ئېرىك قوينىڭ جىگىرى 750g ، تۇخۇم

سېرىقى 30 دانە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە مەجۈن تەييارلىنىدۇ.

مەجۈنى مۇبەھھى مۇكەيىپ

تەسىرى: باھنى قوزغايدۇ، لېكىن خۇمار پەيدا قىلىدۇ،
ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

تەركىبى: جويۇز، بەسباسە، دارچىن، قىزىلگۈل، شەۋكران يى-
لىتىزى، قاقىلە، لاپىندانە، قاراسۇنا ئۇرۇقى، كاكىنەچ، ئاق بەھمەن،
قىزىل بەھمەن، سۆڭىلەپ، شاقاقۇل، زەپەر 9g دىن، تاباشىر 18g ،
بادام مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، تەرخەمەك مېغىزى، قوغۇن مې-
غىزى 48g دىن، ھەسەل، ناۋات 560g دىن.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 4 ~ 8g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى مۇمسىك

تەسىرى: مەنىي تۇنۇشى ئىنتايىن ياخشى بولۇپ، ئاچچىق
بىرنەرسە يېمىگۈچە مەنىي يۈرمەيدۇ.

تەركىبى: ئەپيۇن، ناۋات، جويۇز، قەلەمپۇر، ئىپار، زەپەر، قارد-
مۇچ، زەنجىۋىل، گۈلدارچىن تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقې-
تىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇرابائى بەھمەن

تەسىرى: مەنىيى كۆپەيتىدۇ، ئىنچىكە بەل ۋە بۆرەكنى قۇۋ-
ۋەتلەيدۇ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، ئاشقازان ۋە مېڭىنى ياخشىلايدۇ.

تەركىبى: پوستىدىن ئايرىلغان ئاق بەھمەن 560g ، ھەسەل 1.2kg .

تەييارلىنىشى: بەھمەن ئۈچ سوتكا سۇغا چىلىنىپ، ھەرىجە سوتكىدا بىر قېتىم سۈيى يەڭگۈشلىنىدۇ، تۆتىنچى كۈنى سۈزۈۋېلىنىپ، ھەممىسى بىر ئازدىن تېشىلىپ، يەنە بىر سوتكا چىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يۇمشاق ئېزىلىپ، يېڭى سۇدا قاينىتىلىدۇ، ئۈستىگە ھەسەل سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 40 كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن 1 ~ 2 قېتىم 10g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇراببا ئىسسىق سۆڭەك

تەسرى: مەنىنى كۆپەيتىپ باھنى قوزغايدۇ، مېڭىنىڭ ھەجىمىنى تولۇقلايدۇ، كۆڭۈلنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: ھۆل سۆڭەك 600g ، ھەسەل 1.2kg .

تەييارلىنىشى: سۆڭەك ھۆل بولسا سۇغا ئۈچ سوتكا، قۇرۇق بولسا 12 سوتكا چىلىنىپ، سۈزۈۋېلىنىدۇ، بىر قانچە يېرىگە يېڭى سانسىلىپ، سۇلىرى ئېقىتىۋېتىلىپ قازانغا سېلىنىدۇ، قازانغا ھەسەل قۇيۇلۇپ، ئۈچ سوتكا تۇرغۇزۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن، نورمال ئوتتا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ، قايناپ قالماسلىق شەرتى بىلەن ئىككى سائەت تۇرغۇزۇلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن چۈشۈرۈلۈپ، ئۈچ سوتكا تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، يەنە يۇقىرىقى ئۇسۇل بويىچە ئوت ئۈستىدە ئىككى سائەت تۇرغۇزۇلىدۇ، ھەسەل قىيام بولغاندىن كېيىن قاچىلىنىپ ئېلىپ قويۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 40 كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەرقېتىمدا 10g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇرابىئى شاقاقۇل

تەسىرى: باھنى قوزغايدۇ، دوۋساقنى ياخشىلايدۇ.
تەركىبى: ھۆل شاقاقۇل مەلۇم مىقداردا، سۇ بىر ھەسسە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: شاقاقۇل سۇغا چىلىنىپ بىر سوتكا تۇرغۇزۇلۇپ، سۈيى تۆكۈۋېتىلىپ، يېڭىدىن سۇ قۇيۇلۇپ، يەنە ئالماشتۇرۇلىدۇ، جەمئىي ئۈچ سوتكا ئىچىدە ئۈچ قېتىم سۈيى ئالماشتۇرۇلىدۇ، تازا يۇمشىغاندىن كېيىن، سىرتقى پوستى ئاقلىۋېتىلىپ، يېڭى سۇ بىلەن قاينىتىلىپ، يېرىم پىشقاندا سۈزۈلۈپ، ھەسەل تۆكۈلۈپ قىيام قىلىنىدۇ. مەزكۇر قىيامغا شاقاقۇل ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 10g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەلھىمى تۇتىيا

تەسىرى: ئەرلەر جىنسىي ئەزا جاراھەتلىرىنى تازىلايدۇ.
تەركىبى: تۇتىيا 60g، موم 60g، گۈل يېغى 150g.
تەييارلىنىشى: تۇتىيا تالقانلىنىپ، باشقىلىرى بىلەن مېلەپ ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىدىن سۈرتۈلىدۇ.



زەھەر قايتۇرۇشتا ئىشلىتىلغان دورا رېتسپىلىرى

مەجۇنى تەرياقى سۇمۇم

تەسىرى: سىماب، سەقمۇلپار (سەڭگىيا)، مەدەستان، كەپەرەس-
لەرنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.
تەركىبى: مۇرمەككى، ئەپسەنتىن، كەرەپشە ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلار ئۈچ ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g دىن يېگەندىن كېيىن، 120ml شاراب ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن تەرياقى (زەھەرگە قارشى سىركەنجىبىن)

تەسىرى: زەھەرلىك ھاساراتلارنىڭ زەھىرى، ئەپپيۇن بىلەن زە-
ھىرىنى قايتۇرىدۇ، ئېرقىنىسا (يانپاش ئاغرىقى) سەرنىلارغىمۇ
مەنپەئەت قىلىدۇ، ئىچىنى قاتۇرىدۇ.
تەركىبى: ئاچچىق سىركە 1800 لىتىر، ھىندى تۇزى 250g،
ھەسەل 1.200kg، سۇ 250ml.
تەييارلىنىشى: دورىلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ، قاينىتىلىپ قىيام
قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 25ml ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى تەرياقى

تەسىرى: ئىچىۋالغان زەھەر ياكى ھاساراتلارنىڭ زەھەرلىرىنى

قايتۇرىدۇ، كۆڭۈل ئاينىش ۋە يۈرەك تىترەشنى توختىتىدۇ، ئىش-
تىھانى ئاچىدۇ.

تەركىبى: زىرىق سۈيى، ئالما سۈيى 440ml دىن، لىمون سۈيى،
تۇرۇنچى سۈيى 450ml دىن، قەنت 620g، تۇرۇنچى سۈيىگە چىلانغان
مەرۋايىت 18g.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە قاينىتىلىپ قىيام قىلىنىدۇ،
ئۈستىدىن مەرۋايىت ئايرىم سالاپە قىلىنىپ، قوشۇلۇپ
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 50ml ~ 40 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەرھىمى ئاتشەك

تەسىرى: سېلىسنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: يۇيۇلغان توتىيائى ھىندى 60g، سىر 30g، چۆپچىنى
2g، ئوتتا كۆمۈپ پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى مەلۇم مىقداردا.

ھەببى ھىلتىت

(ھىك پىلولىسى)

تەسىرى: تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان تەپنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، غاپەس ئوسارىسى 6g دىن،
قىچا 3g، ھىك 5g.

تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن 3g 0 دىن ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قايناق سۇ بىلەن 3g دىن
يېيىلىدۇ.

سۇفۇپى مۇمسكى دەم

(قان توختاتقۇچى تالقان)

تەسىرى: ھەرقايسى ئورۇنلاردىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.

تەركىبى: رەۋەن 9g ، مامۇرانچىنى 3g ، زۇسۇت، لەھەتۇتس 14g دىن، كەھرىۋا 2g ، قارا ھېلىلە (كالا يېغىدا ياغلانغان) 27g ، تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ؟ ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى نەپسۇد دەم (قان تۈكۈرۈشنى توختاتقۇچى تالقان)

تەسرى: قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل، گىلى ئەرمىنى، گىلى مەختۇم، سېمىزئوت ئۇرۇقى، خەشخاش 3g دىن، مارجان، كەھرىۋا، مەرۋايىت، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، ئاقاقىيا، لەھەتۇتس ئوسارسى (تې-كساقال ئۆسۈملۈكى) 9g دىن، بېھى ئۇرۇقى 60g ، ئەپيۈن 6g ، قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، سې-مىزئوت سۈيى بىلەن 3g ئىچىلىدۇ.

شەرىتى ئەنجىبار

تەسرى: ھەرخىل يوللاردىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ، ئاشقا-زان، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: ئەنجىبار 21g ، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل 15g دىن، ئاقاقىيا 6g، قەنت 280g .
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە شەرىتە تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 60ml ~ 40 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئاقاقىيا مۇمسىك

تەسرى: قان قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئاقاقىيا، قىزىلگۈل خەمكى، ئەپپون، بەزىرۇلبەنجى، گىلى ئەرمىنى، ئانار گۈلى، سەمغى ئەرەبى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: سېمىز ئوت سۈيى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تاپ-
لېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا بېھى لۇئابى ياكى ئالما سۈيى بىلەن 2g دىن ئىستېمال
قىلىنىدۇ.

قۇرسى مۇمىسك

تەسىرى: ھەر قايسى ئورۇنلاردىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.
تەركىبى: بادام يېغىدا ئېرىتىلگەن سەمغى ئەرەبى، گىلى ئەر-
مىنى 12g دىن، تاباشىر، قىمىقۇ ئۇرۇقى (تۇخىمى ھۇمماز) قىزىل-
گۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقى، ھەببۇلئاس، ئانار گۈلى، قۇرۇق
يۇمغاقسۇت 9g دىن، ئاقاقىيا، تەراسسى، مارجان، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا
مۇڭگۈزى 6g دىن، سۇمماق 3g، كەترا، كەھرىۋا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى،
ھەمىشۋا ئۇرۇقى 5g دىن.

تەييارلىنىشى: پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن 5g ئۆلچەمدە
تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سەنەل شەرىپتى بىلەن كۈندە
ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50ml ~ 40 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى بەۋلىد دەم

(قان سىيىشنى توختىتىش تابلېتكىسى)

تەسىرى: قان سىيىشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: كەھرىۋا، گىلى ئەرمىنى 30g دىن، ئاقاقىيا، ئانار
گۈلى، سەمغى ئەرەبى، لىھەتۇتس 9g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەزد-
رۇلبەنجى 6g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ 10 دانە تابلېتكا
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا بىر تابلېتكىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى بۇسسۇد

تەسىرى: ئىچىدىن قان ئۆتۈش، ھەيز توختىماسلىقلارنى
داۋالايىدۇ.

تەركىبى: بىخ مارجان، سەمغى ئەرەبى 3g دىن، كۈندۈر، ئاقاقىيا،
ئانارگۈلى 12g دىن، دارچىن 2g .
تەييارلىنىشى: تۇخۇم ئېقى بىلەن 3g دىن تابلېتكىكا
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم بىر
تابلېتكىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى تاباشىر كاپۇرى

تەسىرى: ھېچقانداق چارە بىلەن توختىمىغان ئىچى سۈرۈش ۋە
قان تۈكۈرۈشلەرنى توختىتىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، سىل ۋە
سىل قىزىتمىلىرىنى داۋالايىدۇ، ئىسسىقلىقتىن بولغان يۈرەك
تترەشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: تاباشىر، سەمغى ئەرەبى، ئاق كەتىرا، نىشاستە 6g دىن،
قىزىلگۈل، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 15g دىن، تەرخەمەك ئۇ-
رۇقى، بەگىناي ئۇرۇقى، قاپاق مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى 12g دىن،
كاپۇر 3g، زەپەر 2g .

تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن 8g دىن تابلېتكىكا
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر تابلېتكىدىن يېيىلىدۇ.

قۇرسى تىيىن

تەسىرى: قان سېپىش ۋە دوۋساق جاراھەتلىرىنى داۋالايىدۇ.
تەركىبى: گىلى مەختۇم، كەتىرا، تاباشىر، سەمغى ئەرەبى،

سەمغى پارسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك مېغىزى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ مۇسەللەس بىلەن، ئەگەر
ھارارەت ئارتۇق بولسا ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن تابلېتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر تابلېتكىسى مۇناسىد-
ۋەتلىك قاينىتىلما بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى خې قابىز

تەسىرى: ئىچىدىن قان ئۆتۈش، سەپرادىن بولغان ئىچى سۈرۈش-
نى، قورساقنىڭ تولغاچ ئاغرىشىنى ۋە ئۈچەي كېسەللىكلىرىنى
داۋالايدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: خەشخاش پوستى، گىلى ئەرمىنى،
تاباشىر، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە 2g دىن، خۇنسىياۋشان 1.5g ،
زەپەر 1g. دورىلار تالقانلىنىپ، تابلېتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىم تەييارلانغان دورا
بىرلا قېتىمدائىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى رەۋەن

تەسىرى: ئىستىسقا ئىبلە (ئاغرىسىمان سۇلۇق ئىششىق)نى
داۋالايدۇ.

تەركىبى: رەۋەن، يۇيۇلغان لوك 6g دىن، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى
9g، كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى
قىيامى 5g دىن، ئارپىبەدىيان، قىزىلگۈل 15g دىن.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ ئادەتتىكى سۇ بىلەن 5g
ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، سىر-

كەنجىبىن ياكى كاسىنە سۈيى بىلەن 3g دىن يېمىلىدۇ.

قۇرسى زىرشكى ئىستىسقاى

تەسىرى: ئىستىسقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زىرىق ئوسارسى (سقىمۇپلىنغان سۈيى)، كاسىنە، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، يۇيۇلغان لوك، قىزىلگۈل، رەۋەن ئوسارسى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: 6g دىن تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر كۈنى 2 قېتىم، بىر قېتىمدا بىر تابلېتكىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى كەھرېۋا

تەسىرى: قان قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: كۈندۈر، خۇنسىياۋشان، ئانار گۈلى 9g دىن، كەھرېۋا 15g، گىلى مەختۇم، يۇيۇلغان شادىنەج 30g دىن، زەمچە 8g، ئەپيۈن، دارچىن 6g دىن.

تەييارلىنىشى: 0.5g دىن تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر تابلېتكىسى رەيھان سۈيى، سېمىزئوت سۈيى ياكى پا-قىيوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى كەھرېۋا قابىز

تەسىرى: ھەرقايسى ئورۇندىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ (تەج-رىبىدىن ئۆتكەن).

تەركىبى: كەھرېۋا، سېمىزئوت ئۇرۇقى، مارجان، قىيمىقۇ ئۇ-رۇقى، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۇڭگۈزى، كۆيدۈرۈلگەن تۇخۇم شاكىلىنىڭ كۈلى، گىلى ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، يۇمغاقسۇت ئۇ-

رۇقى، چىلغوزا 15g دىن، سىداپ، ئانار گۈلى، سوك (ئامىلە جەۋھىد-
رى) 9g دىن، بەزىرۇلبەنجى، لوک، تاباشىر، كەتىرا، نىشاستە،
مەستىكى، زەپەر، ئەپيۇن 3g دىن.

تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە 0.5g دىن تابىلىتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر
قېتىمدا بېھى سۈيى ياكى خەشخاش شەرىپتى بىلەن 3g دىن ئىس-
تېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى لوک

تەسىرى: ئىستىسقا ئى لەھمىنى داۋالايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.
تەركىبى: رەۋەن، يۇيۇلغان لوک 9g دىن، ئاسارۇن، يۇمىلاق زد-
راۋەن، سۇنبۇل، جىنتىيانا، مەستىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان،
جۇۋنە، ئىزخىر، ئۇبھەل، ئاچچىق بادام مېغىزى، قۇستە، ئوردان،
ئەپسەنتىن، غاپەس ئوسارسى 6g دىن، قارىمۇچ، زەنجىۋىل 3g دىن.

تەييارلىنىشى: 0.5g دىن تابىلىتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆلچىمى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ما-
ئۇلۇسۇل بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مازەرىيۇن

تەسىرى: ئىستىسقا بولغان ئىستىسقا زىققىنى داۋالايدۇ،
سېرىق سۇلارنى تازىلايدۇ.

تەركىبى: زەھەرسىز لەندۈرۈلگەن مازەرىيۇن، غارىقۇن، غاپەس 4g
دىن، كاسىنە ئۇرۇقى 30g، قىزىلگۈل، تەرخەمەك مېغىزى 8g دىن.
تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە 10 دانە تابىلىتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم،

ھەرقېتىمدا سىركەنجىبىن بىلەن بىر تابلىتكا يېيىلىدۇ.

قۇرسى نەپسۇد دەم

تەسىرى: قان تۈكۈرۈشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كۈندۈر، ئانار گۈلى، خۇنسىياۋشان 9g دىن، كەھرىۋا 15g، شادىنە، ماش، گىلى مەختوم 30g دىن، زەمچە 8g ، ئەپيۈن، دارچىن 6g دىن.

تەييارلىنىشى: مەزكۇر دورا 10 دانە تابلىتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سېمىز ئوت سۈيى بىلەن بىر دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

كەلكلانەج بارىد

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان ئىستىسقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: مازەرىيۈن (زەھەرسىز لەندۈرۈلگەن)، سېرىق ھېلىلە 15g دىن، ئەپسەنتىن سىقىلمىسى (ئوسارسى)، قىزىلگۈل، كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك مېغىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 6g دىن، تەرەنجىبىن، پۇنۇس، خىيارشەنبەر، قەنت 45g دىن.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 9g ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى كەلكلانەج ھار

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زەھەرسىز لەندۈرۈلگەن مازەرىيۈن، غارىقۇن، سېرىق ھېلىلە، سەكبىنەج 15g دىن، سەۋسەن يىلتىزى 9g دىن، رەۋەن، غاپەس ئوسارسى، رۇمبەدىيان 6g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار تەييارلىنىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇ-
لىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 12g ~ 9 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئەنسۇن

تەسىرى: قىزىتمىسىز ئىستىسقا ئىتېلىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: رۇمبەدىيان، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى، ھەببۇلغار،
سىيادان، سەئىدى كوفى، ھىڭ، قۇندۇزقەھرى، قەردمانا، سۇنبۇل،
ھەببى بېلىسان، جاۋاشىر، غولجاڭ، ئاسارۇن، زەپەر 3g دىن، سەكبى-
نەج، ئېگىر، ئاچچىق بادام مېغىزى، قۇرۇق سۇزاپ، زىرە، جۇۋىننە،
يالپۇز، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، خولىنجان، غار يوپۇرمىقى، چاڭگاڭ،
زەنجىۋىل، غارىقۇن، ھۇماما، موزاي ياكى كالىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن
ئوشۇق سۆڭىكى (ئوشۇق تېقى) 6g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 8g ~ 4 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مازەرىيۇن

تەسىرى: ئىستىسقا ئىتېلىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: زەھەرسىز لەندۈرۈلگەن مازەرىيۇن، تۇرپۇت، سېرىق
ھېلىلە پوستى 30g دىن، ئامىلە، زەنجىۋىل 12g دىن، كابىلى ھې-
لىلە پوستى 6g ، قارىمۇچ 15g ، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 3g تۆگە سۈتى
بىلەن يېيىلىدۇ، ئەگەر تۆگە سۈتى بولمىسا، بۇ دورا 9g دىن
يېيىلىدۇ.
ئەسكەرتىش: ئىستىسقا ئىتېلىنى ۋە ھارارەتلىك ئىستىسقا-
لارغا بېرىشكە قەتئىي بولمايدۇ.

مەجۇنى غاپەس

تەسىرى: قىزىتمىنى پەسەيتىپ، قىزىتمىلىق ئىستىسقىلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: غاپەس ئوسارىسى، رەۋەن، زەپەر، 5g دىن، ئەپسەنتىن ئوسارىسى، ئىزخىر چېچىكى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى 3g دىن، يۇبۇلغان لوك، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 6g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەش-قىپچەك سۈيى ياكى كاسىنە سۈيى بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇلئۇسۇل بۇزۇرى

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى ئىستىسقىنى داۋالايدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، بۆرەك، بوغۇم ئاغرىقى، بەل ئاغرىقى، بوۋاسىر، باش ئاغ-رىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: بەدىيان يىلتىزى، كاسىنە يىلتىزى، كەرەپشە يىل-تىزى، كەپە يىلتىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 15g دىن، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇ-قى، جۇۋىنە، زىرە، شومشا 6g دىن، سېرىق ھېلىلە پوستى، سۆرۈنجان، ماھى زەھرەج، قەنتەرىيۈن، ئادراسمان، بوزىدان، تۇرپۇت، غارىقۇن، شەھەنزەل 5g دىن، ئىزخىر، سۈنبۇل، ھەببى بېلىسان، ئۇد بېلىسان، قېلىن دارچىن، دارچىن 3g دىن، قەنت 500g .

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 3 لىتىر قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىلىپ

سۈزۈۋېلىنغاندىن كېيىن، قەنت سېلىنىپ، قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى مۇلەيىن

تەسىرى: سىل ئىستىسقىسىدا ئىچنى بوشتىش مەقسىتىدە ئىشلەتسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە 21g ، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم 60g ، چىلان 10 دانە، سەكبىنەج 30 دانە، تەرەنجىبىن 90g، پۈنۈس، خىيارشەنبەر 21g دىن.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە 300ml مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن جۇدىرى

(چېچەك سىركەنجىبىنى)

تەسىرى: چېچەكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

تەركىبى: سىركە 1.5 ھەسسە، قىزىلگۈل يېرىم ھەسسە، گۈلاب مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سىركە، قىزىلگۈللەر گۈلابقا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، ئۈچ ھەسسە قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلدىغان دورا رېتسىپلىرى

پەتلە پروزنۇش

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، جىنسىنى قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاچچىق قۇستە، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، قەلەمپۇر، بەسباسە، خولىنجان، نارمىشكى 18g دىن، بەلىلە پوستى، ئامىلە، جۇۋىنە، قارىمۇچ، پىلىپىل 12g دىن، ئاق تۇدرى، قىزىل تۇدرى، گۈلدارچىن، سۇنبۇل، جوز، زەنجىۋىل، قارىمۇچ 24g دىن، سەئىدى كوفى 30g ، ئىپار 6g ، ئەنبەر 3g، خۇپسۇلھەدىد (تۆمۈر پوقى) 360g ، كالا يېغى 120g ، ھەسەل 2.5 ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىپ، ئالتە ئايدىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈزۈم ھارقى ياكى مۇسەللەس بىلەن 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئەنبەر

تەسىرى: ئاشقازان ئېسىلىش، سېسىق كېكىرىشنى داۋالايدۇ؛ يۈرەك سېلىش، بالىياتقۇ كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئۈنۈمى ئالا-ھىدە ياخشى، بولۇپمۇ ياشانغانلارنى داۋالاشقا ئەڭ مۇۋاپىق كېلىدۇ. تەركىبى: لاچىندانە، قاقىلە، زەنجىۋىل 30g دىن، ئۆشەنە،

مەستىكى، ئەنبەر 6g دىن، قەلەمپۇر، گۈلدارچىن، زەپەر 8g دىن، جويۇز 15g، ئىپار 3g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندىە بويىچە جاۋارش قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ

جاۋارش ئەنبەر مۇھەللىل

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىپ، بەدەن ۋە ئاشقازاندىكى قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ.
تەركىبى: لاچىندانە، دارچىن، پىلپىل، زەنجۋىل، جوز 3g دىن، ئاسارۇن، قەلەمپۇر، زەپەر 2g دىن، ئەنبەر، ئىپار 2g دىن، ئاق ناۋات ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندىە بويىچە جاۋارش قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1~2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئەنجىدان

تەسىرى: قورساق ساھەسى ۋە ئاشقازان ئاغرىقىنى داۋالايدۇ، قويۇق يەللەرنى ھەيدەيدۇ.
تەركىبى: قارا ئەنجىدان 42g، پەتراسالىيۇن (تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى) مامىرانچىنى، پىننە، يالپۇز، زەيتۇن دەرخىنىڭ يوپۇرمىقى 24g دىن، زاراڭزا 39g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندىە بويىچە جاۋارش قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3~6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئەشقەپ

تەسىرى: قۇلۇنجى، لەقۇا، يەلدىن بولغان بوۋاسىرنى داۋالايدۇ، ئاشقازان، ئۈچەيدىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ.

تەركىبى: سوقمۇنىيا، تۇربۇت 15g دىن، قارىمۇچ، قاقىلە 9g دىن، زەنجىۋىل، دارچىن، ئامىلە، قەلەمپۇر، بىستىپايەنج، جويۇز 8g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە، قەنت 270g .

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 12g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئۇد

تەسىرى: ئاشقازان، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، تاماق سىڭدۈرۈپ، يەللەرنى ھەيدەيدۇ، (تەجرىبىدىن ئۆتكەن) .

تەركىبى: ئۇد ھىندى، ئارپىبەدىيان ، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئېگىر، سۈنبۇل 9g دىن، بەسباسە، نارمىشكى، فەرەنجىمىشكى، سەئىدى كوفى، زەرنەپ، زورۇنات 3g دىن، دارچىن، زەنجىبىل، قارىمۇچ، قە- لەمپۇر، مەستىكى 6g دىن، گاۋزىبان 15g ، كاپۇر 1g ، ئىپار 2g ، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 10g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئۇد ھەزىم

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىنى داۋالايدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

تەركىبى: قەلەمپۇر 6g ، سۈنبۇل 3g ، ئۇدخام 1.5g ، ناۋات 750g.

تەييارلىنىشى: ناۋات گۈلاب بىلەن قىيام قىلىنىپ، ئۈستىدىن دورا تالقىنى سېلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئۇد مۇشەھى

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقلىرىنى داۋالايىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ.
تەركىبى: ئۇدخام 5g ، پوستى تۇرۇنجى 30g ، مەستىكى 3g ، ناۋات 500g.

تەييارلىنىشى: ناۋات قىيام قىلىنىدۇ، قىيامغا دورا تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ ياسىلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئۇد تۇرۇش

(چۈچۈمەل تەملىك جاۋارش ئۇد)

تەركىبى: ئۇدخام، زەنجىۋىل، پىلىپىل، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، قە- لەمپۇر، لاچىندانە، قاقىلە، زەپەر، خولىنجان، دارچىن، قىزىلگۈل، مەستىكى، بەسباسە، كاۋاۋىچىن، ئىپار، ئەنبەر، سەلىخە، سازەج ھىندى، ئۆشەنە، گۈلدارچىن، سۈنبۇل، ئىزخىر، جويۇز، نارمىشكى، يالىپۇز، فەرەنجىمىشكى، پوستى تۇرۇنجى، كاپۇرلار تەڭ مىقداردا، لىمون ئوسارىسى، لىمون سۈيى، زىرىق سۈيى، تەمرى ھىندى سۈيى بەلگىلىك مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئۇد تۇرۇش ئەكبەر

تەسىرى: يۈرەك، جىگەر، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: زەنجىۋىل، بەدىيان، فەرەنجىمىشكى، گاۋزىبان، زىرىق،
سەمغى ئەرەبى، قەلەمپۇر، مەستىكى، سۈنبۇل، گۈلدارچىن، زەرەنپ،
جويۇز، بەسباسە، لاچىندانە، زىراۋەن، دارچىن، زەپەر، ئىپار، كاپۇرلار
تەڭ مىقداردا، ئالما شەرىبىتى، ئەينۇلا شەرىبىتى، ھەسەل ئىككى
ھەسسىدىن.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش ئۇد مۇسەھل

تەسىرى: ئاشقازاندىكى ئارتۇق ھۆللۈكنى يوقىتىپ، ئاشقازان
سوۋۇپ كېتىشىنى داۋالايىدۇ، ئۈچەينى ياخشىلايدۇ.
تەركىبى: ئۇدخام، قەلەمپۇر، زەپەر، جويۇز 5g دىن، سوقمۇنىيا
3g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش بالادۇر

تەسىرى: ئاشقازاندىكى كونا، يېڭى يەللەرنى تارقىتىدۇ، ئۇنۇت-
قاقلىقنى تۈگىتىدۇ، رەڭگىروينى چىرايلىق قىلىدۇ، زېھنىنى

ئۆتكۈرلەشتۈرىدۇ.

تەركىبى: پىلىپ، قارىمۇچ، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە، ئا-
مىلە، قۇندۇز قەھرى 12g دىن، بالادۇر، بەرەڭگى كاپىلى، شېكەر،
ھەببۇلغار 36g دىن، سەئىدى كوفى 60g .

تەييارلىنىشى: بالادۇر قىزىتىلغان قىسقىچ بىلەن سىقىلىپ
يېغى ئېلىنىدۇ، مەزكۇر ياغ ھەسەل بىلەن قاينىتىلىپ، ئۈستىدىن
دوربار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالتە ئايدىن كېيىن 3 ~ 6
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

دىققەت: بۇ دورىنى ئىستېمال قىلغاندا، جىنسىي ئالاقە، غەم
ئەندىشە، ھاراق - شارابلاردىن پەرھىز قىلىنىدۇ، تۈزسىز شورپا بى-
لەن ئوزۇقلىنىش لازىم.

جاۋارش بەسباسە

تەسىرى: يەلدىن بولغان بوۋاسىر، ئاشقازاننىڭ سوۋۇپ كېتىد-
شى، تاماق سىڭمەسلىكلەرنى داۋالايدۇ، قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ.
تەركىبى: بەسباسە، گۈلدارچىن، قاقىلە، زەنجۈل، پىلىپ،
دارچىن، ئاسارۇنلار 3g دىن، قاقىلە 15g ، قارىمۇچ 6g ، قەلەمپۇر
5g، قەنت 60g ، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندىە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش بۇزۇرى

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، ھەزىم قىلىشنى ياخشىد-
لايدۇ، ئاشقازان ۋە ئۈچەيدىكى يەللەرنى ھەيدەيدۇ.

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋنە 6g دىن، مەستىكى، خو-
لىنجان، گۈلدارچىن، قەلەمپۇر 9g دىن، ئاق قىچا 60g ، ئۈبھەل
15g ، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش تاباشر

تەسىرى: ئاشقازاننىڭ ئارتۇقچە قىزىشىنى پەسەيتىدۇ، ئاشقا-
زاننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

تەركىبى: تاباشر 6g ، قىزىلگۈل، سۇمماق، ئانار ئۇرۇقى 9g
دىن، قاقىلە 9g ، ئانارگۈلى، ئۇد ھىندى، مەستىكى 15g دىن، بېھى
شەرىپتى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: بېھى شەرىپتى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش تالىسپەر

تەسىرى: ئاشقازاندىكى سوغۇق يەللەرنى ۋە بەدەندىكى قويۇق
يەللەرنى بىر تەرەپ قىلىدۇ، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

تەركىبى: تالىسپەر 15g ، زەنجىۋىل 60g ، قارىمۇچ 36g ، لا-
چىندانە، گۈلدارچىن 18g دىن، شېكەر 375g .

تەييارلىنىشى: شېكەر قىيام قىلىنىپ، دورا تالقىنى ئارىلاش-
تۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش تۇپپاھ

(ئالما جاۋارشى)

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئۇرۇقى ۋە پوستى تازىلانغان ئالما 270g مۇسەللەس ياكى سىرلىگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلانغاندىن كېيىن، ئالما سۈزۈلۈپ سىقىلىدۇ، مەلۇم مىقداردا ھەسەل ئارىلاش- تۇرۇلۇپ، قاينىتىلىدۇ، قويۇلغاندا، ئۇنىڭغا زەنجىۋىل، قاقىلە، نار- مىشكىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3g دىن، ئۇد ھىندى، دارچىن، زەپەرلەر- دىن 12g دىن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش تۇربۇت مۇسەھل

(سۈرگۈچى جاۋارشى تۇربۇت)

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئىسسىقتىن بولغان ئاشقا- زان كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تۇربۇت 30g ، سوقمۇنىيا 3g ، تاباشىر، زەپەر، قىزىلگۈل 5g دىن، قەنت 48g ، ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: قاندىن بويىچە جاۋارشى تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش خەرنۇپ

تەسىرى: ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، ئاشقازان، ئۈچەيلەرنى

قۇۋۋەتلەيدۇ.

تەركىبى: خەرنۇپى نىسبىتى، بەللۇت، ئانار گۈلى، سىرگە سالغان ئۈزۈمنىڭ ئۇرۇقى، ئانار ئۇرۇقى 30g دىن، ھەببۇلتاس 60g بېھى ئوسارسى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: بېھى ئوسارسى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 10g ~ 5 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش خۇزى

تەسىرى: ئاشقازاننىڭ قۇۋۋىتى ماسكە (تۇتۇش كۈچى) نى كۈچلەندۈرىدۇ، ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.
تەركىبى: قارا ھېلىلە، خۇبۇلھەدد 6g دىن، سۇ ئارىلاشتۇرماي قىيام قىلىنغان شاراب 15ml، جۇۋىنە، يالپۇز 9g ، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 10g ~ 5 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش دارچىن

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەر ئاجىزلىقىنى، بۆرەك كېسەللىك-لىرىنى ياخشىلايدۇ، قويۇق خىلىتلارنى يوقىتىدۇ.
تەركىبى: دارچىن، ئۇد ھىندى، گۈلى سەۋسەن يىلتىزى 18g دىن، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، پىلىپىل، سۇنبۇل، ئاسارۇن 15g دىن، زەند-جىۋىل 120g، پىننە 24g ، جوز، گۈلدارچىن 64g دىن، رۇمبەدىيان، سەلىخە (قېلىن دارچىن) ئارپىبەدىيان، مەستىكى 9g دىن.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 10g ~ 5 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش زىرىشىكى

تەسىرى: ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، ئاشقازان، ئۈچەيلەرنى
قۇۋۋەتلەيدۇ.

تەركىبى: ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان زىرىق، سۇماق، ھەبۇلئاس،
گۈرۈچ ئۇنى، جۇۋنە، زەنجۈل، تەرخەمەك ئۇرۇقى 18g دىن، تابا-
شر، كەھرىۋا، مەستىكى 9g دىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى 15g ، مار-
جان، مەرۋايىت 30g دىن، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 21g ، بېھى لۇئابى
ياكى پاقىيوپۇرمىقنىڭ سۈيى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش زەنجۈل

تەسىرى: ئاشقازان، ئۈچەيلەرنى كۈچلەندۈرۈپ، تاماق سىڭدۈر-
دۇ، ئومۇمىي بەدەندىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ، ھىزە (قۇسۇش، ئىچى
سۈرۈش كېسەللىكى)نى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زەنجۈل 60g، سەمغى ئەرەبى، لاپچىندانە 15g دىن،
جويۇز بىر دانە، زەپەر 3g ، نىشاستە 126g ، قەنت 560g ، ھەسەل
ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 8g ~ 4 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش سەپەر جۇلى

(بېھى جاۋارشى)

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى ياخشىلاپ، ھەزىم قىلىشقا ياردەم بېرىدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: چوڭ ۋە ياخشى بېھى پوستى ۋە ئۇرۇقىدىن ئايرىلىپ سوقۇلۇپ، بېھى لۇئابى ئېلىنىدۇ. مەزكۇر لۇ-ئاب ئىككى ھەسسەسىگە 1.5 ھەسسەدىن ھەسەل ۋە سىركە ئارىلاش-تۇرۇلۇپ قاينىتىلىدۇ، سۈيى ئازىيىپ قويۇقلاشقاندىن كېيىن، 360g زەنجىۋىل، 240g ئاقمۇچ ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 2 ~ 3 سائەتكىچە قاينىتىلىدۇ، ئەگەر مۆتىدىل مىزاجلىق كىشىلەرگە ئىشلىتىش توغرا كەلسە، 120g پىلىپىل قوشۇلىدۇ، قىيام سوۋۇتۇلۇپ قاچىلىنىدۇ، ئەگەر بەلغەم مەجەزلىك كىشىلەر ئۈچۈن تەييارلاش توغرا كەلسە، پىلىپىل 500g ، زەنجىۋىلدىن 750g قوشۇلىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 10 ~ 5 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش سەندەل

تەسىرى: ئاشقازاندىكى پەۋقۇلئادە قىزىقلىقنى پەسەيتىپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ.

تەركىبى: ئاباشىر، ئاق سەندەل 15g دىن، سوك، ئىپار، سۈنبۇل، ئۇد ھىندى 5g دىن، زىرىق 12g ، كاپۇر 6g . تەييارلىنىشى: بېھى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 12g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش سوككەر

(شېكەرلىك جاۋارش)

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، بەلغەم بوشىتىدۇ ۋە ئىش-
تىھانى ئاچىدۇ.

تەركىبى: قاقىلە، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل، كاۋاۋىچىن، دارچىن،
زەپەر، پىلىپىل ھەربىرى 9g دىن، قارىمۇچ، ئۇد ھىندى 3g دىن،
شېكەر 1kg.

تەييارلىنىشى: شېكەر قىيام قىلىنىپ، دورىلار تالقىنى
ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش سىمسىم

(كۈنجۈتلۈك جاۋارش)

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ھامى-
لىدار ئاياللارنىڭ سېزىكىنى پەسەيتىدۇ، رەڭگىروينى گۈزەللەشتۈ-
رىدۇ.

تەركىبى: كۈنجۈت 30g، زورۇنات، كەرەپشە ئۇرۇقى، زىرە،
جۇۋىنە 6g دىن، كۈندۈر، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، پىلىپىل، قاقىلە، دار-
چىن 9g دىن، قەنت 270g.

تەييارلىنىشى: گۈلاب بىلەن قەنت قىيام قىلىنىپ، دورا
تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش شەھرىياران

تەسىرى: ئاشقازان كېسەللىكلىرى، قۇلۇنجى، جىگەرنىڭ سو-

ۋۇپ كېتىشىنى داۋالايدۇ، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.
تەركىبى: گۈلدارچىن، قەلەمپۇر، دارچىن، زەنجىۋىل، سەلىخە
(قېلىن دارچىن)، سۈنبۈل، جوز، لاجىندانە، مەستىكى، قاقلىق،
ھەبىي بېلىسان، زەپەر 14g دىن، سوقمۇنىيا 9g ، تۇربۇت، ھەبىيۋىنىل
24g دىن، قەنت بىر ھەسسە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 12g ~ 6 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش پەۋاكھ

(مېۋىلەر جاۋارشى)

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەر، يۈرەك، ئۈچەيلەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ،
قەينى توختىتىدۇ، سەپرانى تەڭشەيدۇ، تاماكا خۇمارىنى يوق قىلىدۇ.
تەركىبى: ئاچچىق ئانار سۈيى، تاتلىق ئانار سۈيى، ئالما سۈيى.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال
قىلىنىدۇ.

جاۋارش پەۋاكھ سىبىانى

تەسىرى: كىچىك بالىلارنىڭ ئاشقازان ئاجىزلىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: تازىلانغان بېھى 270g ، ئالما
135g، ئامۇت 90g ، سىرکە ۋە لىمۇندا قاينىتىلىپ پىشۇرۇلۇپ،
ئۈستىدىن شېكەر قومۇشىنىڭ شېكەردىن 270g قوشۇلۇپ قىيام
قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن، 30g زىرىق، 15g تاباشىر ئارىلاشتۇرۇلۇپ
تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش پەنجىنۇش

تەسىرى: ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىش كېسەللىكىگە ئۈنۈم بېرىدۇ، يەلدىن بولغان بوۋاسىرنى داۋالايدۇ، رەڭگىروينى ياخشىلاپ، مىجەزنى تەڭشەيدۇ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە شىر-نىسى، قارىمۇچ، پىلىپىل، زەنجىۋىل، سەئىدى كوفى، شەترەنجى ھىندى، سۈنبۈل 30g دىن، قارا سۇنا ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى 12g دىن، خۇسبۇلەددە (تۆمۈر پوقى) 300g ، كالا يېغى مەلۇم مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 5g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىزاھات: خۇسبۇلەددە ئەرەبچە ئاتالغۇ بولۇپ، پارسچە پەنجىنۇش دېيىلىدۇ، بۇ ئادەتتە تۆمۈرنى تاۋلىغاندا ئاجراغان دېتىنى كۆرسىتىدۇ. بۇ ئالدى بىلەن بىر ھەپتىدىن 15 كۈنگە قەدەر سىركىگە چىلىنىپ، مۇدەپپەر قىلىنىپ، سايىدە قۇرۇتۇلۇپ، تۆمۈر ھاۋانچىدا سوقۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

جاۋارش پەلاپىلى

تەسىرى: ئاشقازاننىڭ سوغۇقتىن بولغان ئاجىزلىقىنى ياخشىلايدۇ، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ؛ بەلغەمنى تەڭشەپ، بەدەندىكى ھۆلۈكنى قۇرۇتىدۇ، پۇت - قولنىڭ ماغدۇرسىزلىقىنى داۋالايدۇ، قويۇق يەللەرنى تارقىتىپ، جىنسىي ھەۋەسنى قوزغايدۇ، سۈيۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

تەركىبى: پىلىپىل، قارىمۇچ، ئاقمۇچ 240g دىن، بېلىسان يېغى 120g، سۇنبۇل، ھوماما 12g دىن، زەنجىۋىل، كەرەپشە ئاسارون، ئېگىر 30g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش قەندادىقۇن

تەسىرى: بەل ئاغرىقى، ئاشقازان ئاغرىقى، ئاشقازان ئاجىزلىقى-نى داۋالايدۇ، سوغۇقتىن بولغان قويۇق يەللەرنى ھەيدەيدۇ.

تەركىبى: زەنجىۋىل، قارىمۇچ 18g دىن، مەستىكى، جۇۋىنە 12g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، پىننە 15g دىن، زىرە، سەلىخە، ھەببى بېلىسان، ئاقىرقەھا 6g دىن، سازەج ھىندى 3g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش كۈمۈنى

(زىرە جاۋارشى)

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ، ئاشقازان ئېسىلىشىنى پەسەيتىدۇ، تۈرلۈك ئۈچەي كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا مۇۋاپىق كېلىدۇ؛ سوغۇقتىن بولغان كۆپ خىل كېسەل-لىكلەرنى ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ، ئۇرۇق بېزىنىڭ سوۋۇپ كېتىشىنى توسۇپ، يەلنى ھەيدەيدۇ، داۋاملىق يېسە قۇلۇنچىغا ئۈنۈم بېرىدۇ، دوۋسۇن ساھەسىگە سىرتىدىن سۈركەلسە، سىلىسىل بەۋل (سۈيدۈك تېمىپ تۇرۇش) كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زىرە، سۇزاپ، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، بۆرە ئەرمىنى قا-
تارلىقلار تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 10 ~ 5 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش مەستىكى

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى ياخشىلايدۇ، ئارتۇق بەلغەمنى يو-
قىتىپ، شۆلگەي ئېقىشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: مەستىكى 9g ، قەنت 270g .
تەييارلىنىشى: قەنت قىيام قىلىنىپ، مەستىكى تالقىنى ئا-
رلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ، گۈلابقا سۈرۈپ ئىچسە ئۈ-
نۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

جاۋارش مەقلىياسا

تەسىرى: ئىچى سۈرۈش، قورساق تولغاپ ئاغرىش ۋە بوۋاسىرنى
داۋالايدۇ.
تەركىبى: قىچا، زىرە گىرمانى 3g دىن، مەستىكى 18g ، ھېلىلە
كابىلى (كالا يېغى بىلەن يۇمشىتىلغان) 5g .
تەييارلىنىشى: جۇلاپ بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش كۈمۈنى مۇھەللىل

تەسىرى: ئاشقازاندىكى سوغۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ، شەھۋىتى

كەلبى كېسەللىكىنى داۋالايدۇ، بەلغەمدىن ، سەۋدەدىن بولغان تەپ-
لەرنى قالدۇرىدۇ، قورساق ئېسىلىش، قۇلۇنچى پەتەق (چۇقۇق) كې-
سەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زىرە 150g ، قارىمۇچ 45g ، زەنجۈل ، سۇزاي 60g
دىن، بۆرە ئەرمىنى مۇۋاپىق مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 10g ~ 5g ئىستېمال قىلىنىدۇ

جاۋارش موتۋەككىل

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ.
تەركىبى: سۇنجۇل، قەلمپۇر، قۇندۇزقەھرى 5g دىن، ئاقمۇچ،
زەنجۈل 6g دىن، كۈندۈر 12g ، قەنت بىر ھەسسە، ھەسەل ئۈچ
ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش مىشكى

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەردىكى سوغۇق يەلنى تارقىتىدۇ، ئۇ-
چەي كېسەللىكلىرى، كۆڭۈل ئېلىشىشلارغا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: ئىپار 3g ، گۈلدارچىن، دارچىن، جوز، لاچىندانە،
قەلمپۇر، خولىنجان، پىلىپىل، ئۇد ھىندى 15g دىن، زەپەر 6g ،
قەنت 265g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g ~ 2g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش نارمىشكى مۇقەۋۋى مەئىدە

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقى ۋە ھەرخىل ئاشقازان كېسەل-لىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: نارمىشكى، پىلپىل، قارمۇچ 6g دىن، سەئىدى كو-فى، كۈندۈر، سۈنبۈل 15g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە. تەييارلىنىشى: قاندىن بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش نارمىشكى ئىستىسقاى

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقىنى ياخشىلايدۇ، ناغرىسىمان سۇ-لۇق ئىششىق (ئىستىسقاى تىبلى) نى داۋالايدۇ. تەركىبى: نارمىشكى 9g ، قاقىلە 6g ، لاچىندانە 3g ، دارچىن 12g ، پىلپىل 15g ، قەنت 90g ، ھەسەل ئۈچ ھەسسە. تەييارلىنىشى: قاندىن بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مەيلى تاماقتىن ئىلگىرى ياكى كېيىن بولسۇن، ھەر قېتىمدا 3g دىن يېيىلىدۇ.

جاۋارش نارمىشكى قولۇن

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ، قورساق كۆپۈشنى داۋالايدۇ. تەركىبى: لاچىندانە، نارمىشكى، گۈلدارچىن 24g دىن، سوق-مۇنىيا 36g، زەنجىۋىل، قارمۇچ، ئاقمۇچ 18g دىن، قەنت 120g ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: قاندىن بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-

قېتىمدا 10g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى تەنكار

تەسىرى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ.

تەركىبى: سەبرى 48g ، قارىمۇچ 36g ، تەنكار 6g ، جۇۋىنە 8g .

تەييارلىنىشى: سەبرى دەرىخىنىڭ شىرنىسىدە 0.5g ئۆل-

چەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-

قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى جەدۋار

تەسىرى: ئاشقازان، يۈرەك، مېخە، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: پاريا، ئەنبەر، زەپەر تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: گۈلاب بىلەن قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلد-

نىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قې-

تىمدا بەش دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ھوماما

تەسىرى: بەلغەم، سەۋادىن بولغان ئاشقازان كۆپۈشنى داۋالايىدۇ،

ھەزىمنى ياخشىلايدۇ، يىلنىڭ ھەرقايسى پەسىللىرىدە ئوخشاشلا

ئىستېمال قىلىشقا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

تەركىبى: دارچىن، زەپەر، قۇستە، سۈنبۇل، ھوماما، كامادىرد-

يۇس، ھەببۇلبان، ھەببۇلمەھلەپ، گۈلدارچىن، غارىقۇن 6g دىن،

مۇرمەككى، قەلەمپۇر 9g دىن، سەبرى 48g

تەييارلىنىشى: چەلەڭ سۈيى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى زەرەپ

تەسىرى: كونا قورساق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ، مەنىنى تورمۇز-لايدۇ.

تەركىبى: موزا، يىگىلەپ چۈشكەن ئانار، ئانار گۈلى، خەرنۇپ، سۇماق، كۈندۈر، سەمغى ئەرەبى، مۇرمەككى، زەپەر تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ، ئارقىدىن ھەببۇلئاس سۈيى ئىچىلىدۇ.

ھەببى زەنجىۋىل

تەسىرى: تاماق سىڭدۈرۈپ، خام كېكىرىشنى يوقىتىدۇ، چوڭ تەرەتنى بوشىتىپ، قورساق كۆپۈشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، پىلىپىل، شىيرىم، قەنتلەر تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى قەيسەر

تەسىرى: ئاشقازاندىكى ئارتۇق ھۆللىۈكلەرنى قۇرۇتۇش ۋە تازىلاش، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈش رولىنى ئوينايدۇ.

تەركىبى: جۇۋىنە، زىرە، رۇمبەدىيان، قارا ھېلىلە، ھىندى تۇزى 3g دىن، مەستىكى 9g ، سەبرى 27g .
تەييارلىنىشى: تۇرۇنچى سۈيىدە 0.3g لىق ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم ھەر-
قېتىمدا 10g ~ 5 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى قۇرسى گۈل

تەسىرى: ئاشقازاننىڭ بەلغەمدىن بولغان ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئاپارەنج پەيقرى 18g ، قارا ھېلىلە، كابىلى ھېلىلە
پوستى، مەستىكى 6g دىن، قۇرسى گۈل، نەمىكى ھىندى (ھىندى
تۇزى) 9g دىن، قۇرۇق پىننە، جويۇز، جۇۋىنە، رۇمبەدىيان، قەلەمپۇر
3g دىن، تۇرپۇت 21g .
تەييارلىنىشى: پىننە سۈيى بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ، ئارقىدىن ئەپسەنتىن سۈيى
ئىچىلىدۇ.

ھەببى مەستىكى

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، بەلغەمدىن ۋە يەلدىن
بولغان نەپەس سىقىلىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قارا ھېلىلە 12g ، سېرىق ھېلىلە پوستى 5g ، زەد-
جىۋىل، سۇنبۇل 6g دىن، مەستىكى 9g ، ھىندى تۇزى 3g ، سەبرى
24g .
تەييارلىنىشى: كۈدە سۈيىدە 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇقەل

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، قورساق ئاغرىقى، بوۋاسىرنى داۋالا-
يدۇ.

تەركىبى: قارا ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە 9g دىن، مۇقەل 27g .
تەييارلىنىشى: مۇقەل كۈدە سۈيى ياكى گۈلابتا ئېرتىلىپ
0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇشەھھى

(ئىشتىھانى ئاچقۇچى كۇمىلاچ دورا)

تەسىرى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىغدۇرىدۇ، كۆڭۈلنى خۇش
قىلىدۇ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ.

تەركىبى: ئۇدخام، قەلەمپۇر، كاۋاۋىچىن، قارىمۇچ 9g دىن، زەپەر
2g، بالەنگو 6g ، بابۇنە ئۇرۇقى، بابۇنە گۈلى، مەرۋايىت،
پىلىپ 3g دىن.

تەييارلىنىشى: قەنت جۇلاپ سۈيىدە قىيام قىلىنىپ،
0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا يەتتە دانىدىن يېيىلىدۇ.

ھەببى نارمىشكى

تەسىرى: قورساق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، چوڭ تەرەننى بوشد-
تىپ، قورساق كۆپۈشنى پەسەيتىدۇ، ئىشتىھانى ئېچىپ، تاماق
سىغدۇرىدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: مەستىكى، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل، دارچىن، قارىمۇچ،
پىلىپ، نارمىشكى 18g دىن، سوقمۇنىيا، قەنت 5g دىن.

تەييارلىنىشى: سۇدا 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 2g دىن يېيىلىدۇ.

ھەبى نىشات

تەسىرى: مىجەزنىڭ سەۋادىدىن بولغان بۇزۇلۇشلىرىنى تۈزدۈ-
تىدۇ، ھەرخىل نەزلىلەر، ئىسسىقلىقتىن بولغان يۆتەل، ئىستىسقا،
سىللارنى داۋالايدۇ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ، خۇشلۇقنى كەلتۈرۈپ،
باھنى كۈچەيتىدۇ، ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، رۇبىسۇس 15g دىن،
ئەپيۈن 21g، ھەببۇلمولەپ، مەرۋايىت، كەرىۋا، ياقۇت 3g دىن،
ئىپار 1g.

تەييارلىنىشى: بېھى ئۇرۇقى لۇئابىدا ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى داۋايى ھەزىم

(تاماق سىڭدۈرگۈچى دورا)

تەسىرى: ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.
تەركىبى: جۇۋىنە، ئارپىبەدىيان 6g دىن.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدا ئىچىۋېتىدۇ.
لىدۇ.

سۇفۇپى داۋايى قەيى

تەسىرى: ھەرقايسى خىللىتىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: قەلەمپۇر، لاچىندانە، بەرەڭگى كابىلى، ئاق سەندەل،

پىلىپل 9g دىن.

تەييارلىنىشى: تالقانلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g تالقان سوغۇق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى داۋايى قەيى سەپراۋى

تەسىرى: سەپرادىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: زىرىق، بېھى ئۇرۇقى، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى، سۇمماق،
پىستىنىڭ سىرتقى پوستى 3g دىن، تاباشىر، قىزىلگۈل، قۇرۇتۇلغان
غوراپ ئۈزۈم 2g دىن.

تەييارلىنىشى: تالقانلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 6g دىن بېھى سۈيى ياكى ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن ئىچىدۇ.
لىدۇ.

مەتبۇخى داۋايى قەيى بەلغىمى

تەسىرى: بەلغەمدىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل 12g ، زىرىق، بېھى ئۇرۇقى 9g دىن، پىننە،
پىستە مېغىزى، مەستىكى، ئۇد، سۈنبۇل، قەلەمپۇر، فەرەنجىمىشكى،
زىرە 6g دىن قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەييارلىنىشى: تالقانلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى داۋايى مۇشەھى

(ئىشتىھانى ئاچقۇچى دورا)

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان ئىشتىھانى تۇتۇلۇشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، قىزىلگۈل 12g دىن، تاپاشىر .5g

تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 10g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى ئەپسەنتىن

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەر ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: ھۆل ئەپسەنتىن رۇمى 75g ، بادام يېغى ياكى زەيتۇن
يېغى 280g.

تەييارلىنىشى: ئەپسەنتىن سوقۇلۇپ، ياغقا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 40
كۈن ئاپتاپتا قويۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: ئىچشكىمۇ ۋە بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىش-
كىمۇ بولىدۇ.

رەۋغىنى دارىششان

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقىنى داۋالاپ، يەلنى تارقىتىدۇ، ئىچ
ئۆتكۈنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: دارىششان 135g ، سەلىخە (قېلىن دارچىن) 195g ،
ئۇد بېلىسان 105g ، گۈلدارچىن 81g ، قەسبوزەرىرە 45g .

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى ياغلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ،
ئاپتاپتا قويۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇ يەردىكى «دارىشششان» دېگەن
دورا ھەققىدە ھۆكۈمالارنىڭ ئوخشاشمىغان قاراشلىرى بولۇپ، مې-
نىڭچە، مالغۇن يوپۇرمىقى دېگەن قاراشقا قوشۇلمەن (ئاپتوردىن).

ئىشلىتىلىشى: ئىچشكىمۇ ۋە بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىش-
كىمۇ بولىدۇ.

رەۋغىنى كاسىرى رىياھ

(يەلنى تارقاتقۇچى دورا)

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، ئاشقازان ۋە جىگەردىكى يەلنى تارقىتىدۇ.

تەركىبى: مۇقەل، سۈنبۇل، مەستىكى، كۈندۈر 9g دىن، ئوشەق، ئاسارۇن، قەسبوزەرىرە، ئىزخىر 6g دىن، بابۇنە يېغى، گۈل يېغى 5g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى ياغلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئاپتاپتا قويۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىچىشكىمۇ ۋە بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ.

رەۋغىنى كەلكىلانەج

تەسىرى: ھۆكۈمالارنىڭ قارشىچە، بۇ ئىنتايىن ئالىي سورت-لىق ياغ بولۇپ، ئاشقازان، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، سۈيدۈكنى ۋە ھەيزنى راۋان قىلىدۇ، تېنى ئاجىز كىشىلەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، سىرتتىن سۇۋاش ئارقىلىق، بوغۇم پالەچ ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابلە، سېرىق ھېلىلە، ئامىلە، بەلىلە، پىلىپىل، قارىمۇچ، زەنجىۋىل 18g دىن، جاۋاشىر، ئوشەق، سەكبىنەج 15g دىن، تۇربۇت 12g ، ھۆل ئاناناس، ئوغرىتىكەن، ھۆل سۇزاپ 30g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلارنىڭ چالا سوقۇلغان تالقىنى 250ml ، 3. سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سۈزۈلۈپ، 200ml 1. ئابدەم-لىك يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، يەنە سۈيى تۈگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى مەستىكى

تەسىرى: ئاشقازان بوشىشىپ كېتىش ياكى ساڭگىلاش (ئىس-
تىرخائى مەيدە) خام كېكىرىشلەرنى داۋالايدۇ، ئاشقازان ئىششىقنى
ياندۇرىدۇ، ئاشقازاندىكى قاتتىقلىقنى بوشىتىدۇ.

تەركىبى: مەستىكى 30g، زەيتۇن يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى
150g.

تەييارلىنىشى: مەستىكى يانچىپ ياغقا ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئەينەك
قاچىغا قاچىلىنىدۇ، بىر قازانغا توشۇرۇپ سۇ قۇيۇلۇپ، ئەينەك قاچا
قازاننىڭ ھورىدا ئىسسىتىلىپ قاينىتىلىدۇ، شۇنىڭ بىلەن مەس-
تىكى ئېرىپ ياغقا ئايلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىچىشكىمۇ ۋە بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىش-
كىمۇ بولىدۇ.

رەۋغىنى مۇھەللىل

تەسىرى: ئاشقازان ئىششىقنى ياندۇرىدۇ.

تەركىبى: ئىككىلىملىك، بابۇنە 30g دىن.

تەييارلىنىشى: 1.5ml سۇدا قاينىتىلىپ 500g قالغاندا سۇ-
زۇلۇپ، مەلۇم مىقداردا بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سۇ قىسمى پار-
لىنىپ كېتىپ، ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ تەييارلى-
نىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىچىشكىمۇ ۋە بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىش-
كىمۇ بولىدۇ.

رەۋغىنى ۋامۇن

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان كېسەللىكلىرى ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ.
تەركىبى: مئەسائىلە، سازەج ھىنىدى، سۇنبۇل 120g دىن، مەستكى، ئاقمۇچ 750g دىن، پىلىپل 30g ، پەرىپىيۇن 90g ، دار-چىن 180g ، بان دەرىخىنىڭ يېغى 360g .
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى مەزكۇر ياغلار بىلەن ئارىلاش-تۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: ئىچىشكىمۇ ۋە بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىش-كىمۇ بولىدۇ.

زىمادى ئەپيۇن

تەسىرى: ئاشقازان يارىسىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئەپيۇن، زەپەر 1g دىن، مەدەستان 3g ، قەلەي پوقى 1.5g ، گۈل يېغى 15ml .
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئارىلاشتۇرۇلۇپ، بەدەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

زىمادى ئىستەمخىقۇن

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، جىگەر ۋە تالنى ياخشىلايدۇ.
تەركىبى: ئەپسەنتىن، سۇنبۇل، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، سەبرى 9g دىن، ئۇد بېلىسان، زەپەر 6g دىن، ئاقمۇچ 24g .
تەييارلىنىشى: موم سۇنبۇل يېغى ياكى قۇستە يېغى ۋە ياكى سىماب يېغىدا ئېرىتىلىپ، قالغان دورىلار تالقانلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەدەن سىرتىدىن چېپىلىدۇ.

زىمادى مۇھەللىل

تەسىرى: ئاشقازان ئىششىقىنى تارقىتىدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە گۈلى، بابۇنە گۈلى، ئىكلىملىك، ئاق لەيلىگۈل، ئارپا ئۇنى، شومشا ئۇنى 60g دىن، قىزىلگۈل 15g ، سۈنبۈل، مەستىكى 9g دىن، سەئىدى كوفى، ئىزخىر، قەسبوزەرىرە 6g دىن. تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەممىسى سوقۇلۇپ زد-غىر لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، ئىششىق ساھەسىگە چېپىلىدۇ.

زىمادى مۇقەۋۋى

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل، سۈزبۈل، مەستىكى، كۈندۈر تەڭ مىقداردا. تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: رەيھان سۈيى ياكى ئالما سۈيىدە ۋە ياكى بېھى سۈيىدە يۇغۇرۇلۇپ چېپىلىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن ئەپسەنتىن

تەسىرى: سەپرا خاراكتېرلىك ئاشقازان ئاغرىقىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: ئەپسەنتىن، سىركە، قەنت مەلۇم مىقداردا. تەييارلىنىشى: ئەپسەنتىن سىركىگە بىر سوتكا چىلىنىپ قاينىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن توپپاھ

تەسىرى: تاماق سىڭدۈرىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ، ئاشقازان، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، كۆڭۈل ئاينىشىنى

قالدۇرىدۇ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ.
 تەركىبى: پىشقان ئالما سۈيى 200ml، سىركە 150ml ، ئاچچىق
 ئانار سۈيى، لىمون سۈيى، گۈلاب سۈيى، بېدىمىشكى سۈيى 60ml
 دىن، قەنت 375g ، ھۆل پىننە 15g .
 تەييارلىنىشى: ھەممىسى ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاي-
 نىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
 قېتىمدا 60ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن نانخۇا

تەسىرى: تاماق سىڭدۈرۈپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئاشقازاننى
 ياخشىلايدۇ.
 تەركىبى: جۇۋىنە، قارا زىرە، زۇپا، جۆئىدە (چاڭگاڭ) 120g دىن،
 سىركە 280ml، قۇستە 60g ، ھەسەل 250g .
 تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، سىركە ۋە سۇغا بىر
 سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سۇ-
 زۇلۇپ ھەسەل بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
 قېتىمدا 25ml ~ 20 نى سوغۇق سۇدا تەڭشەش ئارقىلىق ئىستېمال
 قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن ۋەرد

تەسىرى: ئىسسىقلىقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
 تەركىبى: قىزىلگۈل گۈلقەنتى، گۈلاب، سىركە مەلۇم مىقداردا.
 تەييارلىنىشى: گۈلقەنت قىزىق گۈلابقا ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەي-
 يارلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئېھتىياجغا ئاساسەن سىر-
 كىگە قوشۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ئامىل

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، ئاشقازان ئاجىزلىقلىقىدىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: ئامىلە 9g ، مەستىكى، ئۇدخام، رەۋەن، قىزىلگۈل، زىرە(مۇراببا قىلىنغان)، كاراۋىيا(تاغ زىرسى)، رۇببەسۇس، تەرخە-مەك ئۇرۇقى مېغىزى، پىننە 3g دىن.
تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى بەدىيان

تەسىرى: ئاشقازاندىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ، ئاشقازاندىكى قويۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ.
تەركىبى: رۇمبەدىيان، جۇۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى 15g دىن، كۈندۈر 12g، ئىزخىر پۆپۈكى، قۇستە، مەستىكى 9g دىن، ئاق قىچا 90g، قەنت ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ئىشتىھا

تەسىرى: ئاشقازاننى ياخشىلاپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ.
تەركىبى: زورۇنات، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، قارا زىرە 6g دىن، كۈندۈر 9g، ئاقلانغان سەۋزە ئۇرۇقى 30g ، ناۋات 286g .
تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى بۇخار

تەسىرى: ئاشقازاندىن مېڭە تەرەپكە گاز ئۆرلەشنى توسىدۇ، خىلىتلارنىڭ كۆز ۋە باش ساھەسىگە ئۆرلىشىنى توختىتىدۇ، كۆزنى ئاسرايدۇ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە كابىلى، پىندۇق مېغىزى 120g دىن، سىر-كىگە چىلاپ، سايىدە قۇرۇتۇلغان يۇمغاقسۈت، گاۋزبان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، تۇرۇنچى (ئاپپىلسىن) پوستى، كاسىن ئۇرۇقى، ئامىلە، قارا ھېلىلە 15g دىن، ئاق سەندەل، ئۇد ھىندى، تاباشىر، لوك، مارجان، مەرۋايىت 6g دىن، ئارپىبەدىيان، بالەنگو 9g دىن، ئاق شېكەر ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالغان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 12g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى تاباشىر

تەسىرى: ئاشقازاننىڭ ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ، خام كېكىرىشنى باسىدۇ. تەركىبى: قىزىلگۈل 30g، تاباشىر، مۇقەل 9g دىن، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى 6g.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالغان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ئاچ-چىق ئانار سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى جۇۋىنە

تەسىرى: ئىشتىھانى نورماللاشتۇرىدۇ.

تەركىبى: رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، قارا زىرە، جۇۋىنە 30 g دىن، ئاقمۇچ 6g، قەلەمپۇر 15g، تالقان قىلىنىدۇ. تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ھاكىمى

تەسىرى: بۇ بىر خىل مۆتىدىل تەبىئەتلىك سۇفۇپ بولۇپ، ئىچكى ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ ۋە يەل تارقىتىدۇ، توسالغۇلارنى ۋە ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، رەڭگىروينى چىرايلىق قىلىدۇ، تەبىئىتى سۇس كىشىلەرنىڭمۇ تەبىئىتىنى ياشارتىدۇ، باھنى قوزغايدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل 30g، رۇمبەدىيان 27g، يۇمىغاقسۈت 24g، سوک (ئامىلە جەۋھىرى)، ئىپار 21g دىن، تاباشىر، ئاق سەندەل 18g دىن، ھېلىلە كاپىلى، ناۋات 15g دىن، مەستىكى، ئاسارۇن، سۈنبۇل، ئامىلە، كەھرىۋا، دارچىن، تاتلىق قۇستە، كاۋاۋىچىن، قەلەمپۇر 12g دىن، لوک 3g، شېكەر ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 15g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ھەببۇلئاس

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى داۋالايدۇ، ئاشقازان، ئۈچەينى كۈچلەندۈرىدۇ. تەركىبى: ئانار ئۇرۇقى، ھەببۇلئاس ئۇرۇقى، شاھبەللۇت، سىركىگە چىلانغان زىرە، سۇمماق، ئانار گۈلى، جىگدە ئۇنى، قۇرۇق

يۇمغاقسۇت، خەرنۇپ شاھى بىر ھەسسەدىن، تېرىق 1.5g .
تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ھۇمماز

تەسىرى: قورساقنىڭ قاتتىق ئاغرىقى ۋە ھارارىتىنى پەسەي-
تىدۇ.

تەركىبى: ئىسپىغۇل، ھەبۇلئاس، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، خەشخاش
ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، گىلى
ئەرمىنى 9g دىن.

تەييارلىنىشى: قىيمىقۇ ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، ھەبۇلئاستىن
باشقا دورىلار يۇمشاق تالقانلىنىدۇ، يۇقىرىقى دورىلارنىڭ لۇئابى
ئېلىنىپ، تالقانغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ بېھى سۈيى
بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى رەيھان

تەسىرى: ئىچىدىن قان يىرىك ئۆتۈش، قورساق تولغاپ ئاغرىش
بىلەن ئىچى سۈرۈشلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: رەيھان ئۇرۇقى 30g ، گىلى ئەرمىنى، سەمغى ئەرە-
بى 45g دىن، ئىسپىغۇل 60g ، پېدىگەن ئۇرۇقى، ھەبۇلئاس، خەش-
خاش ئۇرۇقى 30g دىن.

تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلار تالقانلىنىپ،
ئىسپىغۇلنىڭ لۇئابىغا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، 9g دىن

ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى زەرپ

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، ئاشقازان ساڭگىلاش، ئۈچەي ئاجىزلىقلىرىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: خەرنۇپى، بېھى ئۇرۇقى، زىرە، سۇمماق، كۆكنار ئۇرۇقى، ھەببۇلئاس، مەستىكى، بەللۇت، قۇرۇق يۇمغاقسۇت تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، 3g دىن ھەببۇلئاس بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى سۇمماق

تەسىرى: باش قېيىش بىلەن بىرگە كېلىدىغان قۇسۇشنى داۋالايدۇ. تەركىبى: سۇمماق، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، قىزىلگۈل خەمىكى، تاباشىر تەڭ مىقداردا. تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى غەسەن

(كۆڭۈل ئاينىشىنى قالدۇرۇش تالقىنى)

تەسىرى: كۆڭۈل ئاينىش، قۇسۇشلارنى داۋالايدۇ. تەركىبى: ئانار ئۇرۇقى 30g، كۈندۈر، مەستىكى، ئۇد ھىندى 3g دىن.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا پىننە شەرىپتى بىلەن 3g دىن بىرگە ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى قەلەمپۇر

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقىنى داۋالايىدۇ.
تەركىبى: قەلەمپۇر، ئارپىبەدىيان 9g دىن، رۇمبەدىيان، مەس-
تىكى 6g دىن، زەنجۋىل، ناۋات 3g دىن.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، تا-
ماقتىن ئىلگىرى 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى قەيۇددەم

تەسىرى: قان قۇسۇشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: گىلى ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، ئانار گۈلى، خۇنسد-
ياۋشان، كۈندۈر تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى كەرەپشە

تەسىرى: يەللەرنى تارقىتىپ، قورساقنىڭ كۆپۈشىنى پەسەي-
تىدۇ، ئىستىسقا ئىبلى (ناغرىسىمان ئىستىسقا) لارغا ناھايىتى
ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.
تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، ئاسارۇن،

قۇستە، رەۋەن 6g دىن، زىرە 9g، سەئىدى كوفى 5g، ئەگەر ئىسپىنى بوشىتىش مەقسەت قىلىنسا، ئۈچتىن بىر ھەسسە سانا، 1.5g ئەد- بەر قوشۇلىدۇ.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى كەتتان

تەسىرى: بوۋاسىر، ئىچىدىن قان، پوتلا ئۆتۈش، قورساق تولغاپ ئاغرىشلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: زاغۇن 270g، زىغىر، ئىسپىغۇل 9g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، گىلى ئەرمىنى، ھەببۇلئاس 8g دىن، سەمغى ئەربى 3g.

تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل، زاغۇندىن باشقا دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ تالقانلىنىپ، سۇغا چىلىنىپ، لۇئابى ئېلىنىپ قۇرۇتۇل- غاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇلۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى كۈندۈر

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: كۈندۈر، ئانار ئۇرۇقى، سۈنبۈل، ئامىلە، مەستىكى 15g دىن، ئۇدويۇز، بەسباسە، سەئىدى كوفى، پىننە 12g دىن، تۇرۇنچى پوستى، فەرەنجىمىشكى 3g دىن، قىزىلگۈل 18g.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۆسۈلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مەستىكى

تەسىرى: ئاشقازان يەللىرىنى يوقىتىدۇ، سوغۇقتىن ھاسىل بولغان قويۇق خىلىتلارنى تەڭشەيدۇ، ئاشقازان ساڭگىلاپ قېلىشنى داۋالايدۇ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، ئۈچ كۈن ئۈزمەي يېسە، ئاشقازانغا ئىنتايىن ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

تەركىبى: مەستىكى رۇمى 30g، شېكەر 60g.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مەستىكى مۇسەخخىن

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىپ، يەللەرنى تارقىتىدۇ.
تەركىبى: مەستىكى، قەلەمپۇر، كاۋاۋىچىن 15g دىن، ئۇد ھىندى 60g، ئامىلە ئوسارىسى (ئامىلە جەۋھىرى)، ئىپار 9g دىن، ئۇدخام 60g، شېكەر ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مۇقەۋۋى مەئىدە

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: پىننە، ئۇد ھىندى، مەستىكى، قەلەمپۇر تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر

قېتىمدا 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مۇسەككىنى قەي

(قەي توختىتىش تالقىنى)

تەسىرى: سەپرادىن بولغان قەينى توختىتىدۇ.
تەركىبى: ئۇدخام، تاباشر 9g دىن، قىزىلگۈل، پىننە، ئانار
ئۇرۇقى، زىرىق 15g دىن، سۇمماق 12g.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g پىننە سۈيى ياكى ئانار سۈيى ۋە ياكى ئالما سۈيى
بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى نەمەكى

تەسىرى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئاشقازان، جىگەرنىڭ تۈرلۈك
كېسەللىكلىرىنى ۋە ھەرخىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالا-
يدۇ.
تەركىبى: تۇز 560g، نۆشۈدۈر، زەنجۈل، قارىمۇچ، تاغ پىند-
نىسى، 1.2kg دىن، ئاقمۇچ 360g، رۇمبەدىيان، جۇۋىنە، سۇند-
جۇل 120g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى 180g.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قې-
تىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى نەمەك سۇلايمانى

تەسىرى: خام كېكىرىش، ئاشقازان ئاغرىقى، ھەر خىل تىپتىكى

بوغۇم ئاغرىقلىرى، كۆز كېسەللىكلىرى، كۆز ئاجىزلىقى، ئۈنتۈ-
غاقلىق، ئاق، قارا داغ، ئۇرۇق بېزى سوغۇقلىقى، نەپەس
سىقىلىشلارنى داۋالايدۇ، جىنسىي ئالاقىنى كۈچلەندۈرۈپ، مەنىنى
كۆپەيتىدۇ ۋە تۇتىدۇ، زەھەر قايتۇرۇشتا تەرياقى پارۇقنىڭ ئورنىنى
باسىدۇ، تۆت پەسلىنىڭ ھەممىسىدە ئوخشاشلا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

تەركىبى: تاشتۇز 1.08kg، ھىندى تۇزى، نۇشۇدۇر، ئەندىرانى
تۇزى 45gدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى 60g، قارىمۇچ، ئاقمۇچ 36gدىن،
ئىزخىر 33g، ئەپتىمۇن، ھىڭ، سۈنبۇل، زىرە 18gدىن، دارچىن، ياۋا
زىرە، ئوغرىتىكەن، زاراڭزا، ئەنجىدان، زەنجىۋىل، رۇمبەدىيان، چۈ-
چۈكبۇيا يىلتىزى 12gدىن.

تەييارلىنىشى: تاشتۇز بىر كوزىغا قاقچىلىنىپ، تونۇرغا كۆ-
مۈلۈپ، بىر كېچە قىزدۇرۇلىدۇ، قالغان دورىلار ئايرىم ئايرىم سو-
قۇلۇپ تالقانلىنىپ، تۇز بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، يېشىل، سېرىق
كوزىغا قاقچىلانغاندىن كېيىن، ئارىغا كۆمۈلىدۇ، ئارىدا قانچە ئۇ-
زۇن تۇرغۇزۇلسا، شۇنچە كۈچلۈك بولىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۆز كېسەللىكلىرىنى دا-
ۋالاش ئۈچۈن، ئەتىگەنلىك ناشىدا 2gدىن ئىچىلىدۇ، باھنى كۈچ-
لەندۈرۈش ئۈچۈن، تۇخۇم سېرىقى بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ، ئىش-
شىق ياندۇرۇش ئۈچۈن، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ پۈت - قولغا سۈر-
تۈلىدۇ.

سۇفۇپى نەئىنا

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئاشقازاندىكى يەللەرنى تار-
قىتىپ، ئىسلىشنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: پىننە 30g، سۇمماق 15g، قارىمۇچ 6g، ھىندى تۇزى
15g.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-

قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى نانخۇا

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، يەللەرنى تارقىتىدۇ، تال كېسەللىكلەرنى داۋالايىدۇ، ھەزىم قىلىشنى ياخشىلايدۇ. تەركىبى: جۇۋنە، كەرەپشە ئۇرۇقى 30g دىن، قەنت ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى ئانار

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ، سەپرانى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: ئاچچىق ئانار سۈيى 560ml، پىننە (قۇرۇق پىننە) 27g، ئۇد خام، مەستىكى 6g دىن، پىستە 15g، قەنت 280g.

تەييارلىنىشى: مەستىكىدىن باشقا دورىلار سوقۇلۇپ، ئانار سۈيىگە سېلىنىپ، يېرىمى قالغىچە قاينىتىلىدۇ، سىقىپ سۈزۈۋېتىلىنغاندىن كېيىن، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ، مەستىكى ئايرىم سالاپە قىلىنىپ، كېيىن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60g ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى ئانار تۇرۇش

(ئاچچىق ئانار شەرىپتى)

تەسىرى: كۆڭۈل ئاينىش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ، قان

بېسىمنى چۈشۈرىدۇ.

تەركىبى: ئاچچىق ئانار سۈيى 280ml، قەنت 560g.
تەييارلىنىشى: سۇس ئوتتا قەنت قوشۇلۇپ قاينىتىلىپ قىيام
قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 60g ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى ئانار پىننە

(پىننىلىك ئانار شەربىتى ياكى نارپىننە)

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان ئاشقازان ئىسلىش ۋە قۇسۇشنى
داۋالايىدۇ.

تەركىبى: ئاچچىق ئانار سۈيى 280ml، پىننە سۈيى 420ml،
قەنت 500g.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 60ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى ئەتىشى

تەسىرى: ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، ئاشقازان، يۈرەكتىكى ئار-
تۇق ھارارەتنى باسىدۇ.

تەركىبى: ئاچچىق ئانار سۈيى، ئەينۇلا سۈيى، تەمرى ھىندى
سۈيى 30ml دىن، پاقىپوپۇرمىقى سۈيى، تۇرۇنجى سۈيى 150ml دىن،
قەنت مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 50ml ~ 20 قار سۈيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن بىللە

ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئەنبەر

تەسرى: سوزۇلما خاراكتېرلىك ئاشقازان ئاغرىقى، پەي ئاغرىقى، قى، سوغۇقتىن بولغان يۈرەك تىترەشلەرنى داۋالايدۇ. تەركىبى: ھەسەل، يامغۇر سۈيى 1120ml دىن، ئەنبەر، زەپەر 5g دىن.

تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن ھەسەل قوشۇلۇپ، قىيام قىلىنىدۇ، ئۈستىگە ئەنبەر، زەپەرلەر سالايە قىلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 15ml دىن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئەنىسۇن

تەسرى: قورساق ئېسىلىشىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: رۇمبەدىيان، زىرە، پىننە، كۈندۈر، تەڭ مىقداردا، قەنت مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئەسكەرتىش: ئەگەر بۇ شەربەتنى ئىسسىق تەبىئەتكە تارتىش مەقسەت قىلىنسا، سەۋسەن يىلتىزى، جىگدە ئۇرۇقلىرى قوشۇلىدۇ.

شەربىتى ئۇد

تەسرى: ئاشقازان، يۈرەك، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئۇد ھىندى (ھۆلى) 72g، ھەسەل 150g، قەنت 150g.
 تەييارلىنىشى: ئۇد ھىندى سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، ئەتىسى
 قاينىتىلىدۇ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈلۈپ، ھەسەل ۋە قەنت سېلىنىپ
 قىيام قىلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
 قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى ئۇد مۇدەپپەر

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، سوغۇق
 تەبىئەتنىڭ ئېشىپ كېتىشىنى نورماللاشتۇرىدۇ، ئاۋازنى ياخشىلايدۇ.
 دۇ.

تەركىبى: گۈلاب 300ml، ئۇد ھىندى، سوك (ئامىلە جەۋھىرى)،
 ئىپار 6g دىن، سۈنبۇل، قەلەمپۇر، جويۇز، مەستىكى 3g دىن.
 تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، خالتىغا قاچىلىنىپ،
 بىر سوتكا گۈلابقا چىلىنىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن يېرىمى قالغۇچە
 قاينىتىلىپ، سىقىپ سۈزۈلۈپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ تەي-
 يارلىنىدۇ، ئۈستىدىن 1g ئىپار قوشۇلىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقې-
 تىمدا 30ml ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى ئۆشەنە

تەسىرى: كۆڭۈل ئاينىش، قۇسۇشنى توختىتىدۇ.
 تەركىبى: ئۆشەنە، تەمرى ھىندى 30g دىن، گۈلاب بىر لىتىر،
 ئاچچىق ئانار سۈيى، ئالما سۈيى، پىننە سۈيى 27ml دىن، پىستە
 شۆپۈكى 6g، قەنت مەلۇم مىقداردا.
 تەييارلىنىشى: ئۆشەنە، تەمرى ھىندىلار گۈلاب بىلەن يېرىمى

قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، ئۈستىدىن قالغان ئۇچ خىل سۇ قوشۇلۇپ، يەنە بىر ئاز قاينىتىلىدۇ، ئاندىن كېيىن قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى تەمرى ھىندى

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، قۇسۇشنى، ئارتۇق سەپ-رانى، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ. تەركىبى: ئۆكچىسىدىن ئايرىلغان تەمرى ھىندى 740g، قەنت 750g، پىننە ياكى پىننە ئوسارسى مەلۇم مىقداردا. تەييارلىنىشى: تەمرى ھىندى قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلد-نىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى تۇرۇنجى

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، ھەزىم قىلىشنى ياخشىلايدۇ، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ، ياشانغانلارنىڭ يۈرەك ۋە ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ. تەركىبى: تۇرۇنجى پوستى (ئاپپىلسىن پوستى) 30g، زەنجۈل، سازەج ھىندى، قاقىلە، فەرەنجىمىشكى، پىلىپىل 6g دىن، قەلەمپۇر، مەستىكى، سۈنبۈل، جويۇز 6g دىن، ئۇد ھىندى 21g، گۈلاب 1 لى-تىر، ھەسەل 810g، قەنت 280g، ئىپار، زەپەر 3g دىن. تەييارلىنىشى: ئىپار، زەپەردىن باشقا دورىلار سوقۇلۇپ تالقانلىنىپ، خالتىغا قاچىلىنىپ، گۈلاب ئۈستىگە تاشلىنىپ، مە-

لۇم ۋاقت قاينىتىلغاندىن كېيىن، سۈزۈلۈپ، ھەسەل، قەنتلەر سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، ئىپار، زەپەرلەر ئايرىم سالاھە قىلىنىپ، قىيام بىرئاز سوۋۇغاندىن كېيىن قوشۇلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 9ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى تۇربۇت مەئىدە

تەسىرى: ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.
تەركىبى: ئاچچىق ئانار سۈيى، تاتلىق ئانار سۈيى 560ml، چالا سوقۇلغان تۇربۇت 5g، قەنت 560g، مەھمۇدى 15g، زەپەر 3g.
تەييارلىنىشى: تۇربۇت ئانار سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سۈزۈۋېلىنىدۇ، قالغان دورىلار خالتىغا قا-چىلىنىپ، قايناتمىغا تاشلىنىدۇ، تەمى چىقىرىۋېلىنغاندىن كېيىن، قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 60ml ~ 50 ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ھەبى رۇمان

(ئانار ئۇرۇقى شەربىتى)

تەسىرى: ھەرخىل كۆڭۈل ئاينىشىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 145g، سۇمماق 70g، سۇ 1. 120ml، پوستى تۇرۇنجى (ئاپپىلسىن پوستى)، پىننە 6g دىن، قە-لەمپۇر 6g، سوک (ئامىلە جەۋھىرى) 3g، كۈندۈر 51g، پىستە پوستى 9g.
تەييارلىنىشى: ئانار ئۇرۇقى ۋە سۇمماقلار يۇقىرىقى ئۆلچەم-دىكى سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، سىقىلىپ،

سۈزۈۋېلىنىپ، قالغان دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى ھەسەل

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى ياخشىلايدۇ ۋە قىزىتىدۇ، پالەچ، لەقۋالارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سۈنبۈل، مەستىكى، قاقىلە، لاجىندانە، دارچىن، ئۈد ھىندى، جوز 3g دىن، قەلەمپۈر 2g، سۇ 900ml، ھەسەل 1.365kg. تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، يۇقىرىقى سۇ بىلەن ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، ئۈستىدىن ھەسەل قۇيۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 ~ 40ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى خۇبىسۇلھەدىد

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىدۇ، قان كۆپەيتىپ، بەدەننى سەرتىتىدۇ، مەقئەت كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: رۇمبەدىيان، ئارىپبەدىيان، جۇۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، غولجاڭ (ھاڭ يىلتىزى) يالپۇز، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، ياۋا زىرە، قا-رىمۇچ، پىلىپىل، سەئىدى كوفى، جويۇز، سوزاپ ئۇرۇقى، زاغۇن، پىد-ياز ئۇرۇقى 3g دىن، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن تۆمۈر پوقى 30g، سۇ 1.350kg، قەنت مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-

قېتىمدا 60ml ~ 45 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى خىندىقۇن

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ، بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

تەركىبى: سۈنبۈل، قەلەمپۇر، قاقىلە، ئۇد ئەرنىقى 6g دىن، زەپەر 3g، دارچىن، زەنجىۋىل، قارىمۇچ 9g دىن، سوك 2g، ئىپار 1g، رەيھان شەربىتى 2.7 لىتىر، ھەسەل 120kg، قەنت 560g.

تەييارلىنىشى: ئىپار ۋە سوكتىن باشقا دورىلار چالا سوقۇلۇپ، رەيھان شەربىتىگە ئىككى سوتكا چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىلىپ، سۈزۈۋېلىنىدۇ، ھەسەل، قەنتلەر بىلەن قىيام قىلىنىپ، ئىپار، سوك ئايرىم سالايە قىلىنىپ، قىيامغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 60ml ~ 40 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى راسەن

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، مەنىنى كۆپەيتىپ، ھارارىتى غەربىزنى (تەبىئىي ئىسسىقلىقنى) ياخشىلاپ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ، بەدەننى سەمىرتىدۇ، مىجەزنى تەڭ-شەيدۇ، رەڭگىروينى چىرايلىق قىلىدۇ، ئاۋازنى ئاچىدۇ، ئاڭلاش، كۆرۈش، پۇراش، ئويلاش، ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى ئاشۇرىدۇ، ئىچكى ئەزالارنىڭ خىزمەتلىرىنى ياخشىلايدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

تەركىبى: قۇرۇتۇلغان راسەن يىلتىزى 165g، ئۈزۈم سۈيى 1,890 لىتىر.

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-

قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.
ئەسكەرتىش: راسەن تېپىلمىغان ئەھۋالدا گۈلى سەۋەن يەل-
تىزى ئىشلىتىلسۇمۇ بولىدۇ.

شەرىپتى رېباس

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ،
سەپرادىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: ھۆل رەۋەندىن سىقىۋېلىنغان سۇ ياكى رەۋەن ئوسا-
رىسى، قەنت تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە شەرىپەت تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 60ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى سەپەر جۈلى

(بېھى شەرىپتى)

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەر ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ، قۇسۇش، ئى-
چى سۈرۈش، كۆڭۈل ئاينىشىنى توختىتىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەي-
تىدۇ.

تەركىبى: ئاچچىق بېھى سۈيى 560g، سىركە مەلۇم مىقداردا،
ھەسەل 150g، زەنجىۋىل، مەستىكى 6g دىن، قاقىلە، لاچىندانە، دار-
چىن، زەپەر 12g دىن، قەلەمپۇر 9g.

تەييارلىنىشى: بېھى سۈيى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ، بىر
سوتكا تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، ئوبدان سۈزۈلۈپ، يېرىمى قالغۇچە
قاينىتىلىدۇ، زەپەردىن باشقا دورىلار چالا سوقۇلۇپ، كىچىك خالتىغا
قاچىلىنىدۇ، بۇ خالتىلار يۇقىرىقى قايناتما بار قازانغا تاشلىنىپ
بىرگە قاينىتىلىدۇ، يېرىمى قالغاندا توختىتىلىپ، خالتا سىقىلىپ

تەمى چىقىرىلىپ، ئۈستىگە ھەسەل قۇيۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ، قىيام بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن، زەپەر ئايرىم سالايە قىلىنىپ ئارىلاش- تۇرۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 60ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى سەئىدى كوفى

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، بوۋاسىرنى داۋالايدۇ، ئې- غىزنى خۇشبوۋى قىلىدۇ.

تەركىبى: سەئىدى كوفى 60g، چالا سوقۇلغان ئامىلە 30g، قەنت 500g.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، سۇغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، بىر ھەپتە يەر ئاستىغا كۆمۈلگەندىن كېيىن، سۈزۈۋېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 20ml ~ 15 ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى سوڭكەر

(شېكەر شەرىپتى)

تەسىرى: ئاشقازاننىڭ سوغۇقتىن بولغان ئارتۇق ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدۇ، سوغۇق مىجەزنى تەڭشەيدۇ.

تەركىبى: زەنجۈۋىل، دارچىن 15g دىن، قاقىلە، لاچىندانە 6g دىن، قەلەمپۇر 3g، سۇ 1.920 لىتىر، قەنت 1.350kg، زەپەر 2g.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 40ml ~ 20 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى سۇمماق

تەسىرى: كۆڭۈل ئاينىشى توختىتىدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ھەرقايسى ئورۇندىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ. تەركىبى: ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان سۇمماق، قەنت مەلۇم مىقداردا. تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 20 ~ 40ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى سىيىپ (ئالما شەربىتى)

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، سەۋدادىن بولغان يۈرەك ئاجىزلىقىنى ياخشىلايدۇ. تەركىبى: تاتلىق ئالما سۈيى 560g، بېھى سۈيى، رەيھان شەربىتى 280ml، قەلەمپۇر 3g، ئۇد ھىندى، قىزىلگۈل 6g دىن، گاۋزىدە بان گۈلى، بادىرەنجىبۇيا 9g دىن، قەنت 280g. تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، كىچىك خالتىغا قاچىلىنىپ، مەزكۇر مېۋە سۈيى ئۈستىگە تاشلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلغاندىن كېيىن، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 45ml دىن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى پەۋاكىھ

تەسىرى: ئاشقازان، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، قۇسۇشنى

توختىتىدۇ.

تەركىبى: بېھى سۈيى، ئالما سۈيى، تاتلىق ئانار سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى، ئامۇت سۈيى بىر ھەسسەدىن، سۇمماق سۈيى، غوراپ ئۈزۈم سۈيى، تاغ ئالمىسىنىڭ سۈيى يېرىم ھەسسەدىن.
تەييارلىنىشى: ھەممىسى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئۈچتىن بىرى قالدۇرۇپ قايىنىتىلىپ، مەلۇم مىقداردا قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 60ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى پەۋاكىھ قابىز

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ، ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، سەپرا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا مۇۋاپىق كېلىدۇ.
تەركىبى: ئالما سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى، بېھى سۈيى، تەمىرى ھىندى سۈيى، رەۋەن سۈيى 300ml دىن، ئۇد ھىندى، مەستىكى، تا-باشىر، ئامىلە ئوسارىسى 6g دىن، قەنت مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: مېۋە سۈيى گۈلاب بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، مەلۇم مىقداردا قايىنىتىلىدۇ، قالغان دورىلار چالا سوقۇلۇپ، خالىمغا قاقىلىنىپ، قازانغا تاشلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالدۇرۇپ قايىنىتىلىدۇ، سىقىلىپ سۈزۈۋېلىنغاندىن كېيىن قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 60ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى پىستە

تەسىرى: كۆڭۈل ئاينىشىنى قالدۇرىدۇ.
تەركىبى: ئاققانغان پىستە، پىننە 6g دىن، قىزىلگۈل، ئانار

ئۇرۇقى، زىرىق 12g دىن، ئۇد ھىندى، مەستىكى 3g دىن، زىرىق، قە-
زىلگۈل شاخ - يوپۇرماقلىرى 18g دىن، بېھى سۈيى 280ml، ئالما
سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى 135ml دىن.

تەييارلىنىشى: مەزكۇر دورا ۋە مېۋىلەر (مېۋە سۈيى)
ئارىلاشتۇرۇلۇپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 60ml ~ 30 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى كەمۇن

(زىرە شەربىتى)

تەسىرى: كۆڭۈل ئاينىش، قۇسۇشنى توختىتىدۇ، بەلغەمنى
ئازايتىدۇ.

تەركىبى: ئاق زىرە 12g، مەستىكى 9g، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى
60g، كۈدە، پىننە 30g دىن، سۇ 1.08 لىتىر، قەنت 300g.

تەييارلىنىشى: دورىلار مەزكۇر سۇدا تۆتتىن بىر قىسمى
قالغۇچە قاينىتىلىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 50ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى گاۋزىبان مۇرەتتىپ

تەسىرى: ئاشقازان كېسەللىكلىرى، مالخۇلىيا، ئۇيقۇسىز-
لىق، يۈرەك تىترەشلەرنى داۋالايدۇ، ئاشقازاننى ئارتۇق سەپرادىن تا-
زىلايدۇ، مىجەزنى ھۆللەشتۈرىدۇ.

تەركىبى: گاۋزىبان يوپۇرمىقى 120g، بىنەپشە گۈلى، سېرىق
ئوت ئۇرۇقى 60g دىن، قىزىلگۈل، قامغاق، پىننە، رەيھانلار 30g دىن،
ئاچچىق ئانار سۈيى، كاسىنە ئۇرۇقى سۈيى 270ml دىن،

قەنت 1.08kg.

تەييارلىنىشى: ئانار سۈيى، كاسىنە ئۇرۇقى سۈيىدىن باشقا دورىلار قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ، ئۈستىدىن كاسىنە سۈيى، ئانار سۈيى، قەنتلەر ئارىلاشتۇرۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى لىمون

تەسىرى: خۇمارنى پەسەيتىدۇ، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىق-قى، سەپرانىڭ كۆپلۈكى، ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئىشتىھاسىزلىق، تاماق سىڭمەسلىكىنى داۋالايىدۇ. تەركىبى: لىمون سۈيى 600ml، قەنت 900g. تەييارلىنىشى: لىمون سۈيى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىلىپ، سۈزۈلۈپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

شەربىتى لىمون ھەزىم

تەسىرى: تاماق سىڭدۈرىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، ئاشقا-زان، جىگەرنى ياخشىلايدۇ. تەركىبى: بېھى سۈيى ئىككى ھەسسە، لىمون سۈيى بىر ھەسسە، قەنت يېرىم ھەسسە. تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى مەيبە

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ،

قىزىتمىنى پەسەيتىدۇ، يۈرەكنى سالىقىلىتىدۇ، كۆڭۈل ئاينىش، ئاشقازان ئىسلىش، ھەيز كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ. تەركىبى: پىلىپ، دارچىن 9g دىن، ئۇد ھىندى، قاقىلە، بېھى باسە، سۈنبۇل، زەپەر، لاجىندانە، جويۇز 3g دىن، ئىپار 1g، بېھى شەرىپتى 1 لىتىر.

تەييارلىنىشى: ئىپار، زەپەردىن باشقا دورىلار تالقانلىنىپ، بېھى شەرىپتى ياخشى قىيام قىلىنىپ بولغاندىن كېيىن، ئارىلاش- تۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ، ئىپار، زەپەر ئايرىم سالاپە قىلىنىپ قوشۇلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 30ml ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى مۇشكى (ئىپار شەرىپتى)

تەسىرى: ئاشقازاننى ۋە ئومۇمىي بەدەننى قىزىتىدۇ ۋە كۈچلەندۈرىدۇ، بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ. تەركىبى: ھەسەل 600g، قەنت 600g، سۇ 600ml، ئىپا 5g، زەپەر 3g.

تەييارلىنىشى: سۇ قاينىتىلىدۇ، ھەسەل قەنتلەر سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، قىيام بىر ئاز سۇۋۇغاندىن كېيىن ئىپار، زەپەر ئايرىم سالاپە قىلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 15ml ~ 9 ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى نانخۇا

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىپ، يەلنى ھەيدەيدۇ، قورساق ئىسلىشىنى داۋالايدۇ، ھەزىم قىلىشنى كۈچەيتىدۇ.

تەركىبى: جۇۋىنە 280g، قارا شېكەر 1.880kg، سۇ مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار (جۇۋىنە) چالا سوقۇلۇپ قايناق سۇغا بىر ھەپتە چىلىنىپ، سۈزۈۋېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30ml ~ 9 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى ۋەرد

تەسىرى: سەۋدا، بەلغەم خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ، ئاشقازان، ئۈچەيلەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

تەركىبى: ھۆل قىزىلگۈل (ئاق قىسمى كېسىۋېتىلگەن) 560g، تۇربۇت، ئەپتىمۇن 23g دىن، قەنت 420g، سۇ 1200ml، مەھمۇدى 6g، ئۇد، قەلەمپۇر، سوك (ئامىلە جەۋھىرى) بەسباسە 2g دىن.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە شەرىپتە تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 45ml ~ 23 ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى ۋەرد سازەج

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، ئۇسسۇلۇقنى پەسەيتىدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ ئېچىشىنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: تازىلانغان ھۆل قىزىلگۈل 560g، سۇ 3 لىتىر، قەنت 1kg.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە شەرىپتە تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 50ml دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئاقاقيا

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئاشقازان تۆۋەنلىشىنى (ئىستىرخائى مەئدەنى) داۋالايدۇ، ئىچىنى قاتۇرىدۇ.
تەركىبى: ئاقاقيا 9g، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا 6g دىن، قىزىل-گۈل، ئانار گۈلى 12g دىن، كۈندۈر ياغىچى، ئۇد ھىندى 3g دىن، سوك، زەپەر 5g دىن.
تەييارلىنىشى: 0.5g ئۆلچەمدە قۇرس قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالما سۈيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئەپسەنتىن

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، بولۇپمۇ تاماق يەپ ياندۇرمىغۇچە پەسەيمەيدىغان ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.
تەركىبى: ئەپسەنتىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان 15g دىن، قېلىن دارچىن 60g دىن، مۇرمەككى، قارىمۇچ، قۇندۇزقەھرى، ئەپ-يۇن 6g دىن.
تەييارلىنىشى: خاس سۇ بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، پىننە شەرىپتى بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئۇد مۇقەۋۋى

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق

سىڭدۇرىدۇ.

تەركىبى: ئۇدخام، گۈلدارچىن، ئاپپىلسىن پوستى 15g دىن، قەلەمپۇر، مەستىكى 9g دىن، قاقىلە، سۇنبۇل، بەسباسە 30g دىن، جويۇز، زەپەر، زەنجىۋىل، پىلىپىل 3g دىن، قەنت تەڭمىسى مىقدارىدا. تەييارلىنىشى: 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى تاباشىر

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، قۇسۇش ۋە ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: تاباشىر، ئانار ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، يۇمغاقسۇت 6g دىن، پىستە مېغىزى، مەستىكى 2g دىن، سۇمماق 9g، زىرە 3g. تەييارلىنىشى: گۈلاب بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى راسەن

تەسىرى: ئاشقازان ئېسىلىش، قورساقنىڭ يەلدىن ئاغرىشىدا-رىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كۈندۈر 15g، سەۋسەن يىلتىزى ياكى گۈلى، پىننە يوپۇرمىقى، سۇزاپ، ھوماما 9g دىن، يالىپۇز، جۇۋنە، سەئىدى كوفى 5g دىن.

تەييارلىنىشى: 3g ئۆلچەمدە تابلېتكا تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، زىرە سۈيى بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى زىرىشكى كەبىر

تەسىرى: ئاشقازان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ، بەلغەمدىن بولغان تەپ، ئىستىسقىلارنى داۋالايدۇ.
 تەركىبى: زىرىق ئوسارىسى (سقىلغان سۈيى)، تەرخەمەك مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 9g دىن، قىزىلگۈل، تەرەنجىدە- بىن 18g دىن، تاباشىر، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، كاسىنە ئۇرۇقى، مەستىكى، سۈنبۇل، غاپەس ئوسارىسى، ئوردان، يۇبۇلغان لوك، رەۋەن 30g دىن، زەپەر 15g.
 تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، تەرەنجىبىن سۈيى بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تابىتكا تەييارلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى سۈنبۇل

تەسىرى: ئاشقازاننىڭ سوزۇلما ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ.
 تەركىبى: ئىزخىر چېچىكى، سەلىخە (قېلىن دارچىن) قە- زىلگۈل، رەۋەن، قەسبوزەرسە، سۈنبۇل 9g، زەپەر، مۇرمەككى، رۇم- بەدىيان، ئاچچىق قۇستە، قارىمۇچ 3g دىن، مۇقەل، مەستىكى 6g دىن، ئوشەق 2g.
 تەييارلىنىشى: 3g ئۆلچەمدە تابىتكا تەييارلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاشقازان نەزەردە تۇتۇلغاندا مۇسەللەس شەرتى بىلەن، جىگەرنى داۋالاش مەقسەت قىلىنغاندا سىركەنجىبىن بىلەن بىر دانىدىن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى سۇمماق

تەسىرى: تاماق يەپلا قۇسۇش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ (تەجرىدە-
بىدىن ئۆتكەن).

تەركىبى: سۇمماق 9g، قىزىلگۈل ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقى،
تاباشىر، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن زىرە، يۇمغاقسۈت 6g دىن، پىستە
پوستى 3g، مەستىكى 2g.
تەييارلىنىشى: گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، 0.5g ئۆلچەمدە تاپ-
لېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا غورا سۈيى، قىزىلگۈل گۈلقەنتى بىلەن 6g دىن ئىستېمال
قىلىنىدۇ.

قۇرسى سۈرمە

تەسىرى: قان قۇسۇش ۋە قانلىق ئىچى سۈرۈشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئىسپاھان سۈرمىسى، يۇيۇلغان شادىنەج، خۇنىسە-
ياۋشان 9g دىن، ئانارگۈلى، موزا، 6g دىن، كۆيدۈرۈلگەن تاغ تېكىد-
سىنىڭ مۇڭگۈزى، ئاقاقىيا 3g دىن، ئەنەبەر، زەپەر 2g دىن، پىرسە-
ياۋشان 5g.

تەييارلىنىشى: پاقىيويۇرمىقنىڭ سۈيىدە 0.5g ئۆلچەمدە
تاپلېتكا تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى كۈندۈر

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئىچى سۈرۈش بىلەن قو-

شۇلۇپ كەلگەن قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: كۈندۈر، خوراسان مېغىزى 6g دىن، كاۋاۋىچىن، قا-
قىلە 5g دىن، كاپۇر، قەلەمپۇر، سوڭ (ئامىلە جەۋھىرى) 6g دىن،
تەييارلىنىشى: 3g ئۆلچەمدە تابلېتكا تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ئانا-
شەرىپتى بىلەن بىر دانىدىن يېيىلىدۇ.

قۇرسى گۈل

تەسىرى: تاماق يەپلا قۇسۇش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل، تاباشىر، سىرگىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان
زىرە 3g دىن،
تەييارلىنىشى: 1g ئۆلچەمدە تابلېتكا تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 4g ~ 2g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى گۈل مۇھەللىل

تەسىرى: ئاشقازان ئىششىقلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل 18g، سۈنبۈل، ئىككىلىملىك، بابۇنە،
ئىزخىر 9g دىن، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، كەھرىۋا 12g دىن،
مەستىكى 6g.
تەييارلىنىشى: 0.5g ئۆلچەمدە تابلېتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g رۇمبەدىيان سۈيى بىلەن بىرگە يېيىلىدۇ.

قۇرسى مەستىكى

تەسىرى: ئاشقازان كۆپۈش بىلەن كەلگەن قۇسۇشنى

توختىتىدۇ.

تەركىبى: مەستىكى، ئۇد ھىندى 6g دىن، پىستە مېغىزى 12g، قىزىلگۈل، سوك (ئامىلە جەۋھىرى) 15g دىن.
تەييارلىنىشى: 0.5g ئۆلچەمدە تابلىپتكا تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مۇقەل

تەسىرى: ئاشقازاننىڭ ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.
تەركىبى: مۇقەل 9g، قىزىلگۈل 30g، سۈنبۈل 6g، زەپەر، مۇرمەككى 3g، مەستىكى 8g .
تەييارلىنىشى: مۇقەل ھاراقتا ئېرىتىلىدۇ، قالغان دورىلار تالقانلىنىپ ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 0.5g ئۆلچەمدە تابلىپتكا تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى نارمىشكى

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقى، دەم سىقىلىش، سۈيدۈك تۇتال-ماسلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: نارمىشكى، سەمغى ئەرەبى 6g دىن، مەستىكى 3g، قىزىلگۈل، سۈنبۈل 9g دىن، ئانارگۈلى، تاباشىر 5g دىن.
ياسىلىشى ۋە ئىستېمال مىقدارى: خاس سۇ بىلەن 0.5g ئۆلچەمدە تابلىپتكا تەييارلاپ، 10g دىن يېيىلىدۇ.

كەمادى ئومۇمىي

تەسىرى: ئاشقازان، ئۈچەي ئاغرىقلىرى، بۆرەك، دوۋساق، نال

كېسەللىكلىرى ۋە قۇلۇنچىلارنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: بابۇنە، قىزىلگۈل، شومشا، سۈنبۈل، سېرىقچىچەك
ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى، تۇز، ئىككىلىملىك تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى ۋە ئىستېمال مىقدارى: يۇقىرىقى بىخىلەن
ئوخشاش.

زىماد كەمادى جۇۋىنە

تەسىرى: يەلدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: جۇۋىنە، زىرە، ئارىپبەدىيان 6g دىن، قىزىلگۈل 15g.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلار ئەلگەكتىن ئۆت-
كۈزۈلۈپ، قايناق سۇغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، گرىپىكا ياكى تېرە خالتىغا
قۇيۇلغاندىن كېيىن، يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

خېمىرى كەلكىلانەچ پىرۇزى

تەسىرى: ئىستىسقا، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش، كونا تەپ، بەل-
غەمدىن بولغان يۆتەل، قۇلۇنچى، سەرئى (تۇتقاق كېسەللىكى)، پوقاق،
بەھەق (ئاق كېسەل خەۋەرچىسى) ھىستىرىيە (ئىھتىنا قۇرەھىمى)
كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.
تەركىبى: قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، ئامىلە 21g دىن، قارى-
مۇچ، زەنجىۋىل، پىلىپىل يىلتىزى، قىزىل ھىندى تۇزى، ئەندىرانى
تۇزى، تىبەرزەد تۇزى، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، شەترەنجى ھىندى، سەئىدى
ھىندى، لاچىندانە (خەيربوۋا) گۈلدارچىن، قەلەمپۈر، يالىپۇز، بەرەنگى
كابۇلى، سىيادىنە، ھەشقىمچەك ئۇرۇقى، زىرە، سازەج ھىندى، كە-
رەپشە ئۇرۇقى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت 15g دىن، ئاق تۇرپۇت 450g، پو-
نۇس، خىيارشەنبەر 30g دىن، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 270g، ئامىلە شىر-
نمىسى 560g، قەنت 1.5kg.

تەييارلىنىشى: ئامىلە شىرنىسى بىلەن ئۈزۈم 3300ml سۇدا
ئۈچتىن بىرى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىپ، سۈزۈۋېلىنىپ، پۇنۇس،
خىيارشەنبەرلەر سېلىنىپ، ئۈستىدىن قەنت قوشۇلۇپ، قىيام قى-
لىنىدۇ، ئۇنىڭ ئۈستىدىن 270ml كۈنجۈت يېغى قوشۇلۇپ يەنە
قىيام قىلىنىدۇ. ئۈستىدىن دورىلار تالقىنى سېلىنىپ يۇغۇرۇلۇپ
تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 15g دىن
سۈت ياكى كاكىنەج سۈيى بىلەن يېيىلىدۇ.

لوئۇقى ناردىن

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل، جىگدە ئۇنى، پىستە پوستى، ئانار ئۇرۇقى،
زىرىق ئۇرۇقى 45g دىن، سۇمماق 21g، پىننە، ھەببۇلىئاس 9g دىن،
سۇ 900ml، لىمون سۈيى، غورا سۈيى، بېھى سۈيى، تەمرى ھىندى
سۈيى 90ml دىن، ناۋات 200g، قەنت 600g.
تەييارلىنىشى: قاندىە بويىچە لوئۇق تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا يالىنىدۇ.

مەجۈنى ئەپسەنتىن ئىستىسقاى

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، جىگەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان
كېسەللىكلىرى ۋە ئىستىسقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئەپسەنتىن، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاچچىق
بادام مېغىزى تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئەرەستون

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، ئۈچەي كېسەللىكلىرى، سېلىن خاراكتېرلىك ئىستىسقا، قۇلۇنجى ۋە بالىياتقۇ كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئەپتىمۇن، قېلىن دارچىن 12g دىن، ئاقاقىيا، قارد-مۇچ، گۆڭگۈرت سېرىقى، سۈنبۇل 30g دىن؛ ئاقىرقەرھا، زەپەر، پەر-پىيۇن 9g دىن، ھوماما 60g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە. تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئۇد

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ. تەركىبى: ئۇد، ئەنبەر، ئىپار، پارپا 3g دىن، دارچىن، مەستىكى، قارمۇچ، قەلەمپۇر 5g دىن، بادىرەنجىبۇيا، گاۋزىبان، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۈنبۇل، پوستى تۇرۇنجى 6g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئۈبھەل

تەسىرى: قورساق غۇرقىراش، ئاشقازان كۆپۈش، يەل تۇرۇپ قېلىشلارنى داۋالايدۇ. تەركىبى: ئۈبھەل، كۈندۈر، جۇۋىنە، دارچىن، ئېگىر، ئارپىبە-

دېيان تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ ھەمدە بۇ دورىلار ئىككى ھەسسە ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىزخىر

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى بىلەن بىرگە كېلىدىغان قۇسۇشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئىزخىر يىلتىزى، سەئىدى كوفى 3g دىن، جۇۋىنە، ئۆشەنە، ھېلىلە، قارىمۇچ، كۈندۈر 2g دىن، زەنجىۋىل، دارچىن، قې-
لىن دارچىن، پىننە 3g دىن، مەستىكى، ئۇدخام 1g دىن، قەلەمپۇر،
سوك (ئامىلە جەۋھىرى) 2g دىن، ئۇرۇقى بار ئۈزۈم ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: ئۈزۈم ئۇرۇقىدىن ئايرىلىپ، ئايرىم ئايرىم
قوشۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئېنىھىل

تەسىرى: ئاشقازان كۆپۈشنى داۋالايدۇ ۋە كۈچلەندۈرىدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، ئۈزۈنچاق زىراۋەن،
دارچىن، ئاسارۇن ئىككى ھەسسەدىن، مەستىكى، زورۇنات، پىننە،
رۇمبەدېيان بىر ھەسسەدىن، قۇندۇز قەھرى ئىككىدىن بىر ھەسسە،
ھەسەل بىر ھەسسە، گۈلقەنت شىرنىسى بىر ھەسسە.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، ھەسەل ۋە گۈلقەنت
شىرنىلىرى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىبنىئەماد

تەسىرى: تاماق سىڭمەسلىكىنى ياخشىلايدۇ، ھەرخىل ئاشقازان ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: قۇندۇزقەھرى، تاتلىق قۇستە، سۇنبۇل، قارىمۇچ، دارچىن، پىلىپپىل 23g دىن، قېلىن دارچىن 6g، مۇرمەككى 9g، ئەپ-يۈن 3g.

تەييارلىنىشى: مۇرمەككى كونا رەيھان شارابىدا ئېرىتىلىدۇ، قالغان دورىلار تالقانلىنىپ، ئۈچ ھەسسە مۇسەللەس بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالتە ئايدىن كېيىن كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g ~ 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىستەمخىقۇن

تەسىرى: بۇزۇلغان مىجەزنى، بولۇپمۇ سەپرادىن بۇزۇلغان مىجەزنى ئوڭشايدۇ، ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئاشقازان ئاغرىقى، سوئولقۇ-نىيە (جىگەر ئاجىزلىقى)، ئىستىسقىلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قۇستە، ھوماما، مۇرمەككى، سۇنبۇل، قېلىن دارچىن، مەستىكى 36g دىن، ئۇزۇنچاق زىراۋەن، قارىمۇچ، كەرەن، جۇۋىنە، زىرە، تاغ سەۋزىسى ئۇرۇقى، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى، ھىڭ، ئاسارۇن، كاشىم، ئەپسەنتىن، پىننە، يالپۇز 12g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاتئەدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 12g ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى بالادۇر

تەسىرى: ھەر خىل تىپتىكى ئاشقازان كېسەللىكلىرى، كونا باش ئاغرىقى، جۆيلۈشنى داۋالايىدۇ، مەدە قۇرتىنى چۈشۈرىدۇ، جىگەر، تال، بۆرەك، بالىياتقۇنىڭ سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلىرىنى داۋالايىدۇ، نىقرس (بوغۇم ۋوسپالنىيسى)، جۇزامنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: سۇنبۇل، ئۈزۈم، زەپەر، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، سازەج ھىندى، ئىزخىر، ھەبىي بېلىسان، زىراۋەندە، قەلەمپۇر، ھەب-بۇلبان، زەنجىۋىل، سەبرى، مۇقەل، مۇرمەككى، بېلىسان يېغى 23g دىن، مەستىكى، بالادۇر ھەنسىلى، غارىقۇن 180g دىن، سەۋسەن يىل-تىزى 45g، بەدىيان يىلتىزى 81g، سىركە 1060ml، ھەسەل 400g. تەييارلىنىشى: بەدىيان يىلتىزى سىركىگە بىر سوتكا چىلىنىپ، سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ، سىقىلىپ سۈزۈۋېلىنغاندىن كېيىن، مەزكۇر سۇغا ياغ ۋە ھەسەل سېلىنىپ، قىيام قىلىنىدۇ، قالغان دورىلار تالقانلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى بوقرات

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، غەيرىي تەبىئىي بەلغەمنى يوقىتىپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، قۇرتلارنى ئۆلتۈرىدۇ، يەلنى تارقىتىدۇ، باھنى ئىنتايىن كۈچەيتىدۇ.

تەركىبى: رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، سې-رىقچىچەك ئۇرۇقى 30g دىن، قىزىلگۈل ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقى

3g (چېچكى) 5g، مەستكى، قەلەمپۇر، ئاقىرقەرەھا، ئۇدە ھىنىنى 3g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى بۇزۇرى

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، جىگەر، تال كېسەللىكلىرىنى دا- ۋالايدۇ.

تەركىبى: جۇۋىنە، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىيسالىيۇس، قۇندۇزقەھرى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، ئۇزۇنچاق زىرا- ۋەندە، ئاسارۇن، مەستكى، ياۋا زىرە، ئىزخىر تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە. سىيسالىيۇس ئورنىغا ئەنجىدان ئىشلىتىلسىمۇ بو- لىدۇ.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى تاباشىر

تەسىرى: ئاشقازاندىكى ھارارەت ۋە سۇيۇقلۇقنى تەڭشەيدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەي- تىدۇ.

تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل 30g دىن، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان سۇمماق 6g، ئانارگۈلى، قاقىلە 3g دىن، مەستكى 2g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g دىن بېھى سۈيى ياكى ئالما سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى جەلالى

تەسىرى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئاشقازان ۋە يۈرەكنى كۈچلەندۈ-
رىدۇ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ، باھنى قوزغايدۇ.
تەركىبى: قەلەمپۇر، گۈلدارچىن، سۈنبۇل، دارچىن،
قاقىلە 6g دىن، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى 5g دىن، زىرە، مەستى-
كى، پىننە 2g دىن، قارىمۇچ 8g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى جويۇز

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق
سىڭدۈرىدۇ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ.
تەركىبى: لاچىندانە، جويۇز، بەسباسە 30g دىن، جۇۋىنە، زەپەر
15g دىن، نەشە 300g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قانئىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى چۆبچىنى ئەلا

تەسىرى: باھنى، ئاشقازان، جىگەر، مېڭە، بۆرەك ۋە دوۋساقلارنى
كۈچلەندۈرىدۇ، رەڭگىروپىنى چىرايلىق قىلىدۇ، ئېغىزنى خۇشپۇ-
راقلاشتۇرىدۇ(سىناقىتىن ئۆتكەن).

تەركىبى: چۈپچىنى ئەلا 150g، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، لاجىد-
 ۋەرد، جويۇز، بەسباسە، دارچىن، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، زەنجىۋىل 6g
 دىن، رەۋەن، ئەپتىمۇن، سۈنبۇل، لاجىندانە 9gدىن، مەستىكى، ئەرەب
 تۆگە بوتلىقىنىڭ ئوغۇز سۈتى، ئۇدخام، زەپەر، ئەنبەر، بوزىندان،
 سۆرۈنجان، سەئىدى كوفى 6gدىن، قۇم بېلىقى، ماھى رۇبىيان،
 دورنەج ئەقرەبى، زورۇنات، سەۋزە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، تۇرۇپ
 ئۇرۇقى، بېدە ئۇرۇقى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، ھۆل ئوغرىتىكەن
 سۈيىگە چىلاپ قۇرۇتۇلدى، بۇ يەتتە قېتىم تەكرارلىنىدۇ، ئوغرد-
 تىكەن ئۇرۇقى، ئاق تۇدرى، قىزىل تۇدرى 9gدىن، سۆڭەك 15g،
 سەئىدى كوفى، شاقاقۇل 30gدىن، نەشە 6g، گاۋزىبان، تاغ سۈنبۈلى،
 قىزىلگۈل، بادىرەنجىبۇيا 30gدىن، سۇ 1.120 لىتىر، قوغۇن ئۇرۇقى،
 كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 30gدىن،
 بېھى سۈيى، ئالما سۈيى، تاتلىق ئانار سۈيى، گۈلاب 330mlدىن،
 قەنت، ھەسەل ئىككى ھەسسە، بادام مېغىزى، پىندىق مېغىزى،
 چىلغوزا مېغىزى، ياڭاق مېغىزى 30gدىن.

تەييارلىنىشى: نەشىگىچە بولغان دورىلار سوقۇلۇپ تالقانلىد-
 نىدۇ. گاۋزىباندىن بادىرەنجىبۇيىغىچە بولغان دورىلار 1.120 لىتىر
 سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ سۈزۈۋېلىنغاندىن كېيىن، بۇنىڭ
 سۈيىدە قوغۇن ئۇرۇقىدىن سېمىز ئوت ئۇرۇقىغىچە بولغان دورىلار-
 نىڭ شىرنىسى ئېلىنىدۇ، سۇ ۋە مېۋە سۇلىرى ئارىلاشتۇرۇلۇپ،
 ئۈستىدىن قەنت، ھەسەللەر سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، بادام مې-
 غىزى، ياڭاق مېغىزىغىچە بولغان دورىلار ناھايىتى يۇمشاق تالقاند-
 لىنىپ، مەزكۇر قىيامغا ئارىلاشتۇرۇلدى، ئاندىن كېيىن يۇقىرىقى
 تالقانلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ، زەپەر گۈلابتا سالاھە قى-
 لىنىدۇ، قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇلدى.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
 قېتىمدا 9g ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى خۇبىسۇلھەدەد

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقى، بوۋاسىر، ئىشتىھاسىزلىقنى داۋالايدۇ، بوۋاسىر، ھەيز قانلىرىنى توختىتىدۇ، رەڭگىروينى چىرايد-لىق قىلىدۇ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: قارا ھېلىلە، بەلىلە، يۇلغۇن مېۋىسى، زەھەرسىز-لەندۈرۈلگەن تۆمۈر كۆيۈندىسى، سۈنبۈل، ئىزخىر، سەئىدى كوفى، زەنجۈل، قارىمۇچ، جۇۋىنە، كۈندۈر تەڭ مىقداردا، ئامىلە سۈيى بى-لەن قىيام قىلىنغان ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى رەۋەن

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، جىگەر، بالىياتقۇ ئىششىقلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: رەۋەن، ئېگىر، غولجاڭ، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدە-يان، رۇمبەدىيان، جۇۋىنە، كەندىر تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى زورۇنبات

تەسىرى: ئاشقازاندىكى يەلنى تارقىتىدۇ.

تەركىبى: زورۇنبات، دورنەج ئەقرەبى 6g دىن، مەرۋايىت، مارجان،

كەھرىۋا، پىلە، قەلەمپۇر، بەسباسە، زەپەر، قونىدۇز قەھەرى 5g دىن، سۇنبۇل، ئۆشەنە 2g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە، مەجۇن قىلىنىدۇ. تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سەتگىدان

تەسىرى: ئاشقازان ئاجىزلىقى، خام كېكىرىشلەرنى داۋالايدۇ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: توخۇ تاشلىقىنىڭ پوستى، تاباشىر 8g دىن، قىزىل-گۈل 9g، قۇرۇق پىننە، پىستە پوستى، تۇرۇنچى پوستى، سېرىق ھېلىلە پوستى 3g دىن، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، يالپۇز، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ھەببۇلئاس 6g دىن، مېۋە شەرىپتى ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سەپەر جۈلى

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى ياخشىلايدۇ، ئىشتىھانى ئېچىپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ.

تەركىبى: ياخشى پىشقان ۋە تازىلانغان بېھىنىڭ سوقۇلۇپ ئېلىنغان شىرىسى، ھەسەل 6g دىن، سىرگە 2.280 لىتىر، زەنجىۋىل 75g، ئاقمۇچ 42g .

تەييارلىنىشى: بېھى شەرىپتى، ھەسەل، سىرگەلەر قوشۇلۇپ قاينىتىلىدۇ، كۆپۈكى ئېلىۋېتىلىپ قىيام قىلىنىدۇ ھەمدە قالغان

دورلار تالقانلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 4 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سۇنبۇل

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەر كېسەللىكلىرىگە ياخشى مەنپەئەت
قىلىدۇ.

تەركىبى: سۇنبۇل، ئىزخىر 15g دىن، زەپەر، رۇمبەدىيان، مۇر-
مەككى 3g دىن، قارىمۇچ، مۇقەل 6g دىن.
تەييارلىنىشى: مۇقەل مۇسەللەستە ئېرىتىلىدۇ، قالغان دو-
زىلار تالقانلىنىپ، ئىككى ھەسسە ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ مەجۇن
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 4 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى غىياسى

تەسىرى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئېغىزنى خۇش پۇراقلاشتۇرىدۇ.
ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى ئاشۇرىدۇ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ.
تەركىبى: زەپەر، ئاقىرقەرھ، بەزىرۇلبەنجى، پەرىپىيۇن، خو-
لىنجان، قاقىلە، پىلىپىل، قۇندۇزقەھرى تەڭ مىقداردا، ھەسەل،
ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 4 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى پەيقر

تەسرى: سەرى (تۇتاقلىق كېسەللىكى)، پالەچ، سوغۇقتىن بولغان خافاقان، سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقى، ئاشقازان سىلىشلىرىنى داۋالايدۇ ۋە توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: قۇندۇزقەھرى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، سەلدە، خە، ئاچچىق قۇستە، قارمۇچ، ئەپيۈن، مئە سائىلە، زەپەر، سۇنبۇل 9g دىن، جاۋاشىر 3g، دورنەج ئەقرەبى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، زو-رۇنات 15g دىن، ئىپار 1g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى پەۋاكەھ

تەسرى: سەپرادىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، ئاش-قازان، ئۈچەيلەرنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: يۈيۈپ توغراغان بېھى، ئاچچىق ئالما 400g دىن، قەنت 1.1kg، سۇماق سۈيى مەلۇم مىقداردا، تاباشىر، قىيمىقۇ ئۇرۇقى 23g دىن، زىرىق شىرنىسى 45g.

تەييارلىنىشى: مېۋىلەر سۇماق سۈيىگە سېلىنىپ، تاش قا-زاندە قاينىتىلىپ، ياخشى پىشۇرۇلۇپ، ياغاچ ھاۋانچىدا ياخشى سالاپە قىلىنىپ، خېمىردەك ئېزىلىپ تەييارلىنىدۇ. قەنت مەزكۇر سۇماق سۈيىگە (مېۋە تەمى ئېلىنغان) سېلىنىپ قاينىتىلىپ، كۆپۈكى ئېلىۋېتىلىپ قىيام قىلىنىدۇ، ئۈستىگە قالغان دورىلار، تالقانلانغان ۋە سوقۇلغان مېۋىلەر سېلىنىپ مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 15g ~ 9g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى قۇستە

تەسرى: ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ.
تەركىبى: دارچىن، ئاچچىق قۇستە 21g دىن، رۇمبەدىيان، كە-
رەپشە ئۇرۇقى، ئاسارۇن 9g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى قۇرتۇم

تەسرى: ساقلىقنى ساقلاشقا ياردەم بېرىدۇ، ئىچىنى بوشىتىدۇ.
تەركىبى: زاراڭزا ئۇرۇقى، بادام مېغىزى 70g دىن، رۇمبەدىيان
3g، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 10g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى كاسىرى رىياھ

(يەل تارقاتقۇچى مەجۇن)

تەسرى: يەل كۆپ بولۇشتىن بولغان ئاشقازان ئاجىزلىقىنى ۋە
باشقا يەل خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ، ھەيزنى توختى-
تىدۇ، خام كېكىرىشنى يوقىتىدۇ، قۇلۇنجى ۋە ھەرخىل بوغۇم ئاغ-
رىقلىرى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: زەھەرسىزلىنىدۈرۈلگەن زىرە 18g، سۇزاپ، مەستىكى
9g دىن، قەلەمپۇر، قىزىلگۈل، رۇمبەدىيان، ئېگىر، جۇۋىنە، توغرىغا،
پىستە پوستى 9g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلغاندىن
كېيىن، كۈنگە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن يېيىلىدۇ.

مەجۇنى مەسھا

تەسىرى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىغىدۇرىدۇ، مەنىنى كۆ-
پەيتىدۇ، باھنى قوزغايدۇ.

تەركىبى: ئاقىرقەرھە 18g، ئاقمۇچ، مەستىكى، دارچىن 21g
دىن، زەپەر 9g، قاقىلە 12g، قەلەمپۇر 30g، جويۇز، نەشە 9g دىن،
ئىپار 2g، بادام يېغى 30g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى بادام يېغى بىلەن ياغلىنىپ
كۆپۈكى ئېلىنىۋېتىلگەن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۈلكى

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، باھنى قوزغايدۇ، ئىشتى-
ھانى ئاچىدۇ(تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

تەركىبى: جويۇز، قەلەمپۇر، بەسباسە، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، ئىز-
خىر، زەنجىۋىل، دارچىن، مەستىكى، زەپەر، ئۇد ھىندى 9g دىن، قا-
قىلە، كۈندۈر 3g دىن، ئۆشەنە 8g، قەنت، گۈلاب 30ml دىن، ھەسەل
مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قەنت گۈلابتا ئېرىتىلىپ، ھەسەلدە قىيام
قىلىنىپ، دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،

ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مىلھى ھىندى

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، سەۋدادىن بولغان قۇسۇش-نى توختىتىدۇ، بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان باش قېيىشنى داۋالايدۇ. تەركىبى: ئامىلە، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە، كابىلى ھې-لىلىسى، ئۈستقۇددۇس 9g دىن، سېرىق ئوت، غارىقۇن 12g دىن، ھىندى تۈزى 6g، ئايارەنج پەيقرى 30g. تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، سىركەنجىبىن بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 9g دىن قايناق سۇ بىلەن يېيىلىدۇ.

مەجۇنى نانخۇا

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ، خام بەلغەملەرنى بوشىتىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭمەي خام كېكىرىشنى تۈ-زىتىدۇ، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ، ئېغىزدىن شالى ئېقىشنى توخ-تىتىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، قاپاق ئۇرۇقى، مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ، بۆرەك، دوۋساقنى كۈچلەندۈرىدۇ ۋە بۆرەكتىكى تاش، قۇملارنى تازى-لايدۇ، باھنى قوزغايدۇ. بوقرات قاپاق ئۇرۇقىنى ھەر يىلى بىر ھەپتە 9g دىن (كۈنگە) يېيىشنى تەۋسىيە قىلغان. تەركىبى: جۇۋىنە، زەنجىۋىل 30g دىن، زەپەر، بىستىپايەنج 3g دىن، كەرەپشە يىلتىزى 15g، مەستىكى 8g، ئۇدخام 6g، ئاقىرقەرھا 5g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە، مەجۇن قىلىنىدۇ. تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-

قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى ئاناردانە

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، قەينى توختىتىدۇ.
تەركىبى: ئانار ئۇرۇقى 30g، مەستىكى، پىننە، ئۇد، ئىپار 3g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 1000ml سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ، ئىپار تالقانلىنىپ، ئا-رىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3 ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى ئەپسەنتىن

تەسىرى: ئاشقازاننىڭ ئىسسىقلىقىنى بولغان ئاغرىقى ۋە ئاجىز-لىقىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئەپسەنتىن 15g، قىزىلگۈل 15g، تەمرى ھىندى 60g، نەرەنجىبىن 90g.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئىچىنى سۈردۈ-رۈش مەقسەت قىلىنسا، بىمارغا ئالدىن 3g ئايارەنج پەيقرانى يەپ بولغاندىن كېيىن، مەزكۇر مەتبۇختىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچۈرۈ-لىدۇ.

مەتبۇخى ئۇد

تەسىرى: ئاشقازاننى تازىلايدۇ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: ئۇد، قاقىلە 3g دىن، ئامىلە جەۋھىرى، ئىپار، قەلەم-
 پۇر، جويۇز، سۇنبۇل، لاچىندانە، زەنجىۋىل، مەستىكى، رەيھان ئۇ-
 رۇقى، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى، زەپەر 2g دىن، ئىپار 1g.
 تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، بىر خالتىغا ئېلىنىپ،
 بىر ئاز ھۆللىنىپ، ئاغزى بوغۇلۇپ، ئۈزۈم سۈيىگە تاشلىنىپ، سۇس
 ئوتتا قاينىتىلىدۇ، خالتا ھەر ۋاقىت مىجىلىپ ئېزىپ بېرىلىدۇ.
 خالتىدىكى دورىلارنىڭ تەمى ئوبدان چىقىپ بولغاندىن كېيىن،
 سىقىلىپ سۈزۈۋېلىنىپ، ئەينەك قاچىغا ئېلىنىپ ساقلىنىدۇ.
 ئىستىمال مىقدارى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى بىستىپايەنج

تەسىرى: تۇتقاق كېسەللىكى، ئاشقازان ئاغرىقى، يەلدىن بولغان
 بوۋاسىرنى داۋالايدۇ.
 تەركىبى: بىستىپايەنج 15g، پۈنۈس، خىيارشەنبەر 21g دىن، بادام
 يېغى 3ml.
 تەييارلىنىشى: بىستىپايەنج چالا سوقۇلۇپ، سۇغا بىر سوتكا
 چىلىنىدۇ، خىيارشەنبەر سوقۇلۇپ، ئايرىم ھالدا شىرنىسى ئېلىد-
 نىپ، مەزكۇر دورا سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئۈچتىن بىر قىسمى
 قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ ھەمدە بۇ دورىغا بادام
 يېغى قوشۇۋېتىلىدۇ.
 ئىستىمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
 قېتىمدا 6g دىن ئىستىمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى مائۇلبۇزۇر

تەسىرى: ئاشقازان، ئۈچەيدىكى يەلنى تارقىتىدۇ، قويۇق خى-
 لىتلارنى راۋانلاشتۇرىدۇ، قۇلۇنجى ۋە ئىستىسقا ئىبلىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: جۇۋىنە، ئەنجىدان، زىرە، يالپۇز، سىيادىنە 15g دىن،
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر
قېتىمدا 60ml دورغا 9g ئابدىمىلىك يېغى قوشۇلۇپ ئىچىلىدۇ.

مۇراببايى زەنجۋىل

تەسىرى: ئاشقازاندىكى سوغۇق يەلنى ھەيدەيدۇ، دوۋساقنىڭ
سوۋۇپ كېتىشىنى تۈزىتىپ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.
تەركىبى: زەنجۋىل مەلۇم مىقداردا، سۇ بىر ھەسسە، ھەسەل ئۈچ
ھەسسە.

تەييارلىنىشى: زەنجۋىل ھۆل بولسا شۇ يېتى قاينىتىلىدۇ،
پىشۇرۇلۇپ، سۈزۈۋېلىنىدۇ، مەزكۇر سۈيىگە ھەسەل سېلىنىپ قى-
يام قىلىنىدۇ، قىيامغا پىشۇرۇلغان زەنجۋىل سېلىنىپ، ئارىلاش-
تۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ، ئەگەر قۇرۇق بولسا، ھۆل يەرنى كولاپ، ئى-
چىگە زەنجۋىل توشقۇزۇلۇپ، ئۈستىگە قۇم قۇيۇلۇپ، 20 كۈنگە
قەدەر ھەر كۈنى بىرقانچە قېتىم سۇ قۇيۇلۇپ يۇمشىتىلىپ، ئەس-
لىي ھۆل ھالىتىگە ياندۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن، زەنجۋىل پاكىز
يۇيۇلۇپ، يۇقىرىقى ئۇسۇل بويىچە تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ يېيىلىدۇ.

مۇراببايى گىردىگان

(ياڭاق مۇرابباسى)

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ، باھنى قوزغايدۇ.
تەركىبى: ھۆل كۆك ياڭاق مەلۇم مىقداردا، سۇ بىر ھەسسە،
ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ياڭاقنىڭ سىرتقى كۆك پوستى قىرىپ

تاشلىنىپ، سۇ بىلەن ئۇزۇن قاينىتىلىدۇ، سۈزۈۋېلىنغاندىن كېيىن، سۈيىگە ھەسەل تۆكۈلۈپ قىيام قىلىنىدۇ، قىيامغا مەزكۇر ياڭاق سېلىنىپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ بېيىلىدۇ.

نۇقۇنى مۇشەھھى

تەسىرى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ.
تەركىبى: كابىلى ھېلىلىسى، ئۇد ھىندى، ئامىلە، ئاق سەندەل، ئالقات، زىرىق مۇۋاپىق مىقداردا.
تەييارلىنىشى: گۈلابقا بىر سوتكا چىلىنىپ، سىقىلىپ سۈ-زۈلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر ئاز ناۋات سېلىنىپ، بىر قېتىمدىلا ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.



ئۈچەي كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا رېتسىپلىرى

بانادۇق

تەسىرى: قورساق ئاغرىقى ۋە ئۈچەيدىكى توسالغۇلارنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: سېرىقچىچەك، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئەپيۈنلەر تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ كۇمىلاچ قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا ئىككى كۇمىلاچتىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش تەمىرى (خورما جاۋارشى)

تەسىرى: سۇيدۇك ھەيدەيدۇ، قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: زىرە، توغرىغا، پەتراساليۇن، زەنجۈبىل، ئاقمۇچ 8g دىن، سوقمۇنىيا 15g، ئۇرۇقى ئېلىنغان خورما، بادام مېغىزى 30g دىن، سۇزاپ يوپۇرمىقى 32g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندىمە بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش سەپەر جۇلى مۇسەھىل

(بېھىدىن ياسالغان سۈرگە جاۋارشى)

تەسىرى: قۇلۇنچى بار كىشىلەر تاماقنى يەپ بولۇپ، قەي قىد-
لىشقا مەجبۇر بولغاندا دەرھال يېسە ئۈچەي توسالغۇسىنى ئېچىپ،
ئىچىنى سۈرىدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: بېھى سۈيى بىلەن ھەسەل تەڭ
مقداردا ئېلىنىپ قاينىتىلىدۇ، قويۇلدۇرغاندىن كېيىن سوقمۇنىيا
30g، تۇربۇت 90g، مەستكى، قەلەمپۇر، زەنجۋىل، قارىمۇچ، جويۇز،
ئامىلە (سوك) قاتارلىقلار 30g دىن ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش سەپەر جۇلى قۇلۇن

تەسىرى: قۇلۇنچى داۋالايدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: بېھى ئۇرۇقى ۋە پوستلىرىدىن
تازىلىنىپ، سىرگىگە چىلىنىپ، بىر سوتكا تۇرغۇزۇلغاندىن كې-
يىن قاينىتىلىپ پىشۇرۇلىدۇ، ياخشى پىشقان ۋاقتىدا سۈزۈۋېلىد-
نىپ، سىرگە پۇرىقى يوقالغاندىن كېيىن، يۇمشاق سوقۇلۇپ، ئۇ-
نىڭغا زەنجۋىل، دارچىن، قارىمۇچلارنىڭ ھەر بىرىدىن 9g دىن، قا-
قىلە، لاجىندانە، زەپەردىن 9g دىن، مەستكى 15g، سوقمۇنىيا 30g،
تۇربۇتتىن 90g قوشۇلۇپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 12g ~ 6 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش سوك

تەسىرى: قىزىتمىسىز قۇلۇنچى داۋالايدۇ. كۆڭۈل ئاينىشنى
توختىتىدۇ.

تەركىبى: سوك، مەستكى، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل، پىلىپىل، قا-
رىمۇچ، گۈلدارچىن، جوز، سوقمۇنىيا تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۈچ
ھەسسە.

تەييارلىنىشى: مەلۇم مىقداردىكى بېھى سۈيى بىلەن ھەسەل
قىيام قىلىنىپ، يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g ~ 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش سۇمماق

تەسىرى: سەپرادىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: ھەبىۋىلئاس 30g دىن، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ئۈزۈم
ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئۈزۈم بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، جاۋارش
تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش قەيسەر

تەسىرى: قۇلۇنجى، نىقرىس (بوغۇم ۋوسپالنىيىسى) لارنى دا-
ۋالايدۇ، قويۇق خىلىتلارنى پارچىلايدۇ.

تەركىبى: پىلىپىل، زەنجىۋىل، سېرىق ھېلىلە پوستى، سوق-
مۇنىيا، تۇرپۇت 36g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، ئاقىرقەرھا،
ھىندى تۇزى 18g دىن، قەنت 48g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندىن بويىچە جاۋارش تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش كاپۇر

تەسىرى: سەپرادىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، قىزىتمىنى پەسەيتىدۇ ۋە ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرىدۇ.

تەركىبى: كاپۇر 9g، زىرىق 30g، قىزىلگۈل 24g، تاباشىر، كەھرىۋا، پۈبەل (بىڭلاڭ) 12g دىن، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى 21g، ئا-مۇت ئۇرۇقى 18g، ئالما ئۇرۇقى، جىگدە ئۇرۇقى 30g دىن، ئانار ئۇرۇقى 5g، زەپەر، شاھ بەللۇت 15g دىن.

تەييارلىنىشى: پاقىيوپۇرمىقىنىڭ لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g دىن يېيىلىدۇ.

جاۋارش كەھرىۋا

تەسىرى: ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: كەھرىۋا، قىزىلگۈل، زىرىق 15g دىن، ئۇدخام، مەس-تىكى، زەپەر 9g دىن، سۈنبۈل، زىرە 6g دىن، قەنت ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانئەدە بويىچە جاۋارش ياسىلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن يېيىلگەندىن كېيىن، ئالما سۈيى ئىچىلىدۇ.

ھەببى ئىسرائىل

تەسىرى: قۇلۇنچىنى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: شىبرۇم، سەكبىنەج 9g دىن، گەنزىرۇت، شەھمەنزەل 5g دىن، سوقمۇنىيا 3g، ھەسەل مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب

قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر - قېتىمدا بەش دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارش كۈندۈر

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ؛ ئاشقا- زاننى قىزىتىپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ.

تەركىبى: كۈندۈر 180g، قارىمۇچ، پىلىپ 36g دىن، زەنجىۋىل، خولىنجان 30g دىن، قەلەمپۇر، لاجىندانە 15g دىن، ئىپار 2g، قەنت 180g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر - قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ھەببۈلمۈلۈك

تەسىرى: قۇلۇنچىنى داۋالايدۇ، قويۇق يەلنى تارقىتىدۇ.

تەركىبى: سەبرى 15g، تۇرپۇت 20g، سېرىق ھېلىلە پوستى، كابىلى ھېلىلە پوستى 9g دىن، ھىندى تۇزى 6g، مەستىكى، زەپەر، سازەج ھىندى، قۇستە، سەلىخە، رەۋەن، سۇنبۇل، زەنجىۋىل، رۇمبە- دىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، قەلەمپۇر، دارچىن، قارىمۇچ، لاجىندانە، كە- ترا، قاقىلە 2g دىن، سوقمۇنىيا 6g، ئىپار 1g.

تەييارلىنىشى: گۈلاب بىلەن 0.3g لىق ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر - قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبىي ھەنزەل

تەسىرى: قۇسۇش يۈز بەرگەن قۇلۇنچىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: شەھمەنزەل 10g ، ئەندىرانى تۈزى 6g ، سەكبىنەج ، شىبرىم 12g دىن (شىبرىمنىڭ ئورنىغا ئىككى ھەسسە مازەرىيۇن).
تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبىي رەۋەن

تەسىرى: قۇلۇنچىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: رەۋەن، بادام مېغىزى، سېرىق ھېلىلە پوستى 3g دىن، ئەنزىرۇت، زەپەر 2g دىن.
تەييارلىنىشى: 0.3g لىق ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبىي سەكبىنەج قۇلۇنى

تەسىرى: قۇلۇنچىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: شەھمەنزەل، سەكبىنەج 30g دىن، سوقمۇنيا 9g.
تەييارلىنىشى: سۇزاپ سۈيى بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سۇمماق

تەسرى: ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ (تەجرىبىدىن ئۆتكەن).
تەركىبى: سۇمماق 3g، موزا 6g، ئانار پوستى 2g.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 10 دانە يەپ، ئارقىسىدىن
يېرىم پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى يېيىلىدۇ.
تەييارلىنىشى: 0.3g لىق ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەرقېتىمدا 0.3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى پەيقرى قۇلۇن

تەسرى: قۇلۇنچىنىڭ باشلىنىش دەۋرلىرىدە ياخشى ئۈنۈم
بېرىدۇ.
تەركىبى: ئايارەنج پەيقرى 30g، سەكبىنەج 15g.
تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەرقېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى قۇرتۇم

تەسرى: قورساقنى بوشىتىپ، قۇلۇنچىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: زاراڭزا مېغىزى 30g، بادام مېغىزى 30g.
تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇمىسك

تەسىرى: ئىچنى قاتۇرىدۇ، ھەرقايسى ئورۇنلاردىكى قاناشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: سۇمماق 6g، موزا 3g، ئانار پوستى 2g، ھەببۇلئاس 30g، ئۈزۈم 9g.

تەييارلىنىشى: سەمغى ئەرەبى لۇئابىدا 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن يېيىلىپ، ئارقىدىن ھەببۇلئاس چىلانمىسى (سۇ-يى) ئىچىلىدۇ.

ھەببى مۇمىسك قابىز

تەسىرى: ئىچى سۈرۈشنى توختىتىشتا بىر سائەتتىلا ئۈنۈمنى كۆرسىتىدۇ.

تەركىبى: ئەپيۈن 3g، ئاقاقىيا 6g، يۇلغۇن چېچىكى، سۇمماق، ھەببۇلئاس 12g دىن.

تەييارلىنىشى: سەمغى ئەرەبى سۈيىدە 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇسەككىن

(ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورا)

تەسىرى: قۇسۇش بىلەن بىرگە كېلىدىغان قۇلۇنچىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: مئەسائىلە، مارجان، زەپەر، بەزىرۇلبەنجى 3g دىن،

ئەپيۇن 2g، قۇندۇز قەھرى 1.5g.
 تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم ھەب قېتىمدا 2g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھۆقنە قۇلۇنجى

تەسىرى: قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ.
 تەركىبى: شومشا، زىغىر، قاراسونا ئۇرۇقى، بابۇنە، ئاق لەيلى
 ئۇرۇقى 30g دىن، ئەنجۈر 100 دانە، ئابدىمىلىك يېغى 15g، كۈنجۈت
 يېغى 30g، تەرەنجىبىن 30g.
 تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: قاينىتىلىپ، تەمى چىقىرىلىدۇ، بۇ دورا سۈيى ئىلمان ھالەتتە 0.3g دىن كىلىزما ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ھۆقنە قۇلۇنجى سابۇنى

تەسىرى: قۇلۇنجىنى داۋالايدۇ.
 تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى: قاينىتىلغان تەرەنجىبىن، سانا سۈيىگە سوپۇن ئېزىلىپ، 0.3g دىن كىلىزما ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

داۋايى قابىز

تەسىرى: قانلىق، قانسىز ئىچى سۈرۈشنى داۋالايدۇ (كۆپ قېتىم تەجرىبىدىن ئۆتكەن).
 تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى: ياغدا قورۇپ سارغايىتىلغان، سوقۇلغان قارا ھېلىلە تالقىنىدىن 15g بىراقلا يېپىلىپ، ئۈستىدىن سوغۇق سۇ ئىچىلىپ، قايماقتا پىشۇرۇلغان گۈرۈچ تامىقى يېپىلىدۇ.

مەتبۇخى سىركەنجىبىن قابىز

تەسىرى: سەپرادىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، سەپ-رانى پەسەيتىدۇ، بەدەندىكى قاپارتمىلارنى يوقىتىدۇ.

تەركىبى: سىركە، گۈلاب 500ml دىن، قىزىلگۈل 150g ، ئانار گۈلى 60g ، خەشخاش گۈلى 30g ، قەنت 560g .

تەييارلىنىشى: گۈللەر سىركە، گۈلاب، سۇلارغا بىر سوتكا چىلىنىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سۈزۈۋېلىنىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ئىبنى ماسۇيە

تەسىرى: ئىچىدىن قان ئۆتۈش، ئۇچەي كېسەللىكلىرى، قور-ساق تولغاپ ئاغرىشلارنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: ئاقلانغان ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئاقلانغان تەرخەمەك ئۇ-رۇقى 15g دىن، بىنەپشە 3g ، سەمغى ئەرەبى، گىلى ئەرمىنى 6g دىن.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3g دىن تاباشىر ياكى رەيھان ئۇرۇقىنىڭ لۇئابى بىلەن بىرگە ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى بەللۇت

تەسىرى: ئىچى سۈرۈشنى شۇ سائەتتەلا توختىتىدۇ.

تەركىبى: شاھ بەللۇت 9g ، موزا، ئانار پوستى 12g ، خەشخاش

ئۇرۇقى، سۇمماق 18g دىن، ھەببۇلئاس 21g. تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن سوغۇق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى تاباشىر قابىز

تەسىرى: ئىچى سۈرۈشنى، بولۇپمۇ بالىلاردىكى ئىچى سۈرۈش-نى توختىتىدۇ. تەركىبى: تاباشىر، ئانار ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، مەس-تىكى، ھەببۇلئاس، قىزىلگۈل، گىلى ئەرمنى تەڭ مىقداردا. تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 2g تالقان دورا بېھى شە-رتى، ئالما شەرىپتى بىلەن بىللە كەچتە بىر قېتىم ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى تىيىن

تەسىرى: ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، يېگەن تاماقنىڭ ھەزىم بولماي ئۆتۈپ كېتىشىنى ۋە قان ئۆتۈشلەرنى داۋالايىدۇ. تەركىبى: ئىسپىغۇل، ھەببۇلئاس، رەيھان ئۇرۇقى، نىشاستە، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، گىلى ئەرمنى، سەمغى ئەرەبى، تاباشىر تەڭ مىقداردا. تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل، ھەببۇلئاس، رەيھانلاردىن باشقىد-لىرى يۇمشاق تالقانلىنىپ، ئاندىن يۇقىرىقى دورىلار چالا سوقۇلۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، 9g بادام يېغىدا ياغلىنىپ، گۈلاب بىلەن ھۆلەپ ئىچىلىدۇ، ئەگەر تە-سىرى تېخىمۇ تېز بولسۇن دېيىلسە، 4g دىن كۆكناز ئۇرۇقى،

گۈليەسمەن ئۇرۇقى قوشۇلىدۇ.

سۇفۇپى رۇناس

تەسىرى: قان يىرىڭلىق ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: سەئىدى كوفى، كۈندۈر، ھەببۇلئاس، خەشخاش ئۇرۇقى
تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئانا سۈتتىكى مەلۇم مىقداردا
ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

سۇفۇپى سەكبىنەج

تەسىرى: ئىستىسقا ئىبلنى، قۇلۇنجىنى داۋالايدۇ، يەلنى
تارقىتىدۇ.
تەركىبى: سەكبىنەج، سېرىق ھېلىلە پوستى 9g دىن، زاغۇن،
كەرەپشە ئۇرۇقى 5g دىن.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن قايناق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى سەمغى ئەرەبى

تەسىرى: ئىچىدىن قان يىرىڭ ئۆتۈش، ئۈچەي يارىسى، قورساق
غۇرقىراش ۋە ئاغرىش بىلەن قوشۇلۇپ كەلگەن ئىچ سۈرۈش، سەپرا-
دىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ، يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، سوغى
چىقىپ قېلىشلارنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، گۈل يېغىدا يۇمشىتىلغان گىلى

ئەرمىنى، نىشاستە 15g دىن، ئىسپىغۇل، رەيھان ئۇرۇقى، سېمىز ئوت
ئۇرۇقى، قىچا، قىيمىقۇ ئۇرۇقى 21g دىن، خۇنسىياۋشان 9g.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g ھەببۇلئاس سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى سەئىدى كوفى

تەسىرى: بالىلارنىڭ ئىچى سۈرۈشىنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: سەئىدى كوفى، كۈندۈر، ھەببۇلئاس، خەشخاش ئۇرۇقى
تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئانار سۈيىگە مەلۇم مىقداردا
ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى كۈندۈر قابىز

تەسىرى: كونا - يېڭى ئىچى سۈرۈشىنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: كۈندۈر، خەشخاش ئۇرۇقى 60g دىن.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g ~ 6g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى كۆكنار

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى قىزىتما، سەپرادىن بولغان ئاغرىق،
ئىچى سۈرۈشىنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل، تاباشىر، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، سۈمماق،

زىرىق 6g دىن، سەمغى ئەرەبى، گىلى مەختۇم، كۆكنار گۈلى 3g دىن.
تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالغان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 9g بېھى شەرىپتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ۋەرد قابىز

تەسىرى: كونا ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، ئىسسىقتىن بولغان
بوۋاسىر ۋە مەقئەت ناسۇرلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى، سۇمماق، بېھى ئۇرۇقى
9g دىن، گىلى مەختۇم، گىلى ئەرەبى، ئانار ئۇرۇقى، ئۈزۈم ئۇرۇقى
15g دىن، تاباشىر، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 6g دىن، مەستىكى، ئۇد قىمارى
3g دىن.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالغان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن بېھى سۈپى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى تەرەنجىبىن

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، ئۇسۇزۇلۇقنى پەسەيتىدۇ،
سەپرانى سۈرۈپ چىقىرىدۇ، ھارارەتنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: پاكىز، ياخشى تەرەنجىبىن، سۇ مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: تەرەنجىبىن سۇدا قاينىتىلىپ، قىيام قىلىدۇ.
نىپ، ئازغىنا سوقمۇنىيا ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ كۈندە ئىككى
قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپىتى سەندەل قابىز

تەسىرى: ئىچى سۈرۈش بىلەن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.
تەركىبى: ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل 30g دىن (ئېكەك دەپ ياكى سوقۇپ ئىنتايىن يۇمشىتىلغان)، قەنت 600g.
تەييارلىنىشى: سەندەل تالقىنى گۈلابقا بىر سوتكا چىلىنىپ، ئەتىسى سۈزۈپ، باشقا سۇ بىلەن تەمى چىققانغا قەدەر قاينىتىلىپ، سۈزۈۋېلىنىپ، سۈيى يۇقىرىقى گۈلابقا ئارىلاشتۇرۇلۇپ، قەنت سېلىنىپ، قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپىتى سەرىپىستان

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، مىزاجنى ھۆللەشتۈرىدۇ، ئۈچەيدىكى قۇرۇقلۇق ۋە قۇلۇنچىنى يوقىتىدۇ، ھەر خىل تىپتىكى زاتلىنى، كاناي ۋە يوتقۇنچاق ساھەسىدىكى كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.
تەركىبى: سەرىپىستان 435g، سۇ 5.4 لىتىر، قەنت 280g.
تەييارلىنىشى: سەرىپىستان سۇدا ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، سىقىلىپ سۈزۈۋېلىنىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30ml ~ 15 ئىچىلىدۇ.

شەرىپىتى قابىز

تەسىرى: ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، ئۈچەينىڭ تولغاپ

ئاغرىشىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: بېھى سۈيى، ئامۇت سۈيى، ئالما سۈيى 280ml دىن، ھەببۇلئاس 90g، قەنت مەلۇم مىقداردا، ئەگەر تېخىمۇ كۈچلۈك بولسۇن دېيىلسە، ئۇد ھىندى، مەستىكى، سۈنبۇل، سوڭ (ئامىلە جەۋھىرى) 6g دىن ئېلىنىپ، چالا سوقۇلۇپ، خالتىغا قاقچىلىنىپ قاينىتىلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى مۇبارەك

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى قۇلۇنچىلارنى ۋە ئۈچەي كېسەل-لىكلىرىنى داۋالايدۇ، ئۈچەينى قۇۋۋەتلەيدۇ، قورساق ئاغرىقىنى پە-سەيتىدۇ.

تەركىبى: بىستىپايەنج 150g، تۇرپۇت 6g، ئۇد ھىندى، قاقىلە 6g دىن، قىرقلغان پىلە 21g، گاۋزىبان سۈيى، بادىرەنجىبۇيا سۈيى 81g دىن، قەنت 900g، ئىپار، زەپەر 1g دىن. تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى قائىدە بويىچە تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 90ml دىن شەرىپەت قايناق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەرىپتى مۇلەيىن

تەسىرى: ئۈچەيدىكى قۇرۇقلۇقلارنى يوقىتىدۇ، تەرەتنى يۈم-شىتىدۇ، يۆتەل ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ. تەركىبى: چىلان 20 دانە، سەرىپىستان 60 دانە، گۈلبىنەپشە، قىزىلگۈل 21g دىن، گاۋزىبان 15g دىن، بېھى ئۇرۇقى 6g، ئىسپىغۇل 27g، قەنت ياكى تەرەنجىبىن مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلار سۇغا قاندا بويىچە چىلىنىپ
قاينىتىلىپ، تەمى چىقىرىلغاندىن كېيىن، بېھى ئۇرۇقى ۋە ئىس-
پەغۇلنىڭ لۇئابى چىقىرىلىپ، ئۈستىدىن قەنت سېلىنىپ قىيىم
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئەپتىمۇن

تەسرى: قۇلۇنچىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تۇرپۇت، ئەپتىمۇن 30g دىن، سەكبىنەج 15g .
تەييارلىنىشى: دورىلار ئالغانلىنىپ، 0.5g لىق تابلېتكا
قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ما-
ئۇلۇسۇل بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئەيلاۋۇس

(ئىليۇس)

تەسرى: ئۈچەي توسۇلۇش خاراكتېرلىك قۇلۇنچىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، غارىقۇن، دارچىن 18g
دىن، گەپسەنتىن، مەستىكى 12g دىن، قارىمۇچ، ئەپيۇن، مۇرمەككى،
قۇندۇز قەھرى 6g .

تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن 3g دىن تابلېتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئەنجىبار

تەسرى: ئىچىدىن قان ئۆتۈش ۋە ھەيز توختىماسلىقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئەنجىبار يىلتىزى 12g، قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى، كەھرىۋا، سېمىزئوت ئۇرۇقى 9g دىن، ئانار گۈلى، نىشاستە، گىلى ئەرمىنى، مارجان، تاباشىر، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 6g دىن، ئاقاقىيا 8g.

تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن 0.5g دىن تابلېتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئۇد

تەسىرى: ئىچى سۈرۈش بىرگە كەلگەن كۆڭۈل ئاينىپ قۇ-سۇشنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئۇدخام، قىزىلگۈل، سوك (ئامىلە جەۋھىرى)، قەلەم-پۇر، سۈنبۇل، گىلى خوراسان، تاباشىر 3g دىن، كاۋاۋىچىن 6g، كۈندۈر 9g.

تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن 0.5g دىن تابلېتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ئانار شىرنىسى ياكى ئالما شىرنىسى بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئۇبھەل

تەسىرى: ئىچىدىن قان يىرىك ئۆتۈشنى توختىتىدۇ (تەجرى-بىدىن ئۆتكەن).

تەركىبى: ئاق قىچا، ئۇبھەل، ئىسپىغۇل 30g دىن، زىرە، كۈدە ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك، خەشخاش ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇ-رۇقى، بەزىرۇلبەنجى 8g دىن، ئەپيۇن 5g.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە 0.5g دىن تابلېتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، با-

لارغا 2g ~ 1دس، چوغلارغا 3g ~ 2 دس بېرىلىدۇ.

قۇرسى بۇزۇرى قابىز

تەسىرى: ئىچى سۇرۇش، ئۈچەي يارىسى، تاماق سىڭمەسلىك قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ، قورساقنىڭ تولغاچ ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ، ئىچىدىن قان يىرىك ئۆتۈش ۋە ھەيز توختىماسلىقلارنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى) ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، جۇۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەزىرۈلبەنجى 23g دىن، ھەببۇلئاس 8g، ئەپپۇن 6g.

تەييارلىنىشى: شاراب بىلەن يۇغۇرۇلۇپ 0.5g دىن تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 2g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى بىنەپشە مۇسھىل

تەسىرى: قۇلۇنجىنى بوشتىدۇ.

تەركىبى: بىنەپشە، تۇرپۇت 30g دىن، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 10g.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىپ، 10 دانە تابلېتكا قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: تۆۋەندىكى قاينىتىلما بىلەن بىر تابلېتكىدىن يېيىلىدۇ.

قاينىتىلما: 10 دانە ئەنجۈر، 30 دانە ئۇرۇقى يوق ئۇزۇم 750ml سۇدا يېرىمى قالدۇقچە قاينىتىلىپ، 15g خىيارشەنبەر، 3g بادام يېغى بىلەن قوشۇپ يېيىلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر قابىز

تەسىرى: تەپ بىلەن بىرگە كەلگەن ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل 30g دىن، قىيمىسقۇ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى 15g دىن، ئانار گۈلى، سەمغى ئەرەبى 5g دىن. تەييارلىنىشى: 0.5g دىن تابىلىتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، بېھى شىرنىسى ياكى ئارپا سۈيى بىلەن 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى تاباشىر جۇلىنار

تەسىرى: سەپرادىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، خىلىتارنى يۇمشىتىدۇ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى، قورساق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تاباشىر، گىلى ئەرەبى، سەمغى ئەرەبى، كۆكنار ئۇرۇقى، ئانار گۈلى 15g دىن، قىزىلگۈل، سېمىزئوت ئۇرۇقى 30g دىن، نىشاستە 9g، كەترا 6g، زەپەر 3g.

تەييارلىنىشى: 0.5g دىن تابىلىتكا قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سەندەل شەرىبىتى ياكى قىزىلگۈل شەرىبىتى بىلەن بىر تابىلىتكا يېيىلىدۇ.

قۇرسى ھەببۇلىئاس

تەسىرى: ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ھەببۇلىئاس، سۇمباق، يۇلغۇن مېۋىسى، گىلى ئەرەبى، نىشاستە، شاھ بەللۇت 6g دىن، مۇقەل 3g، ئانار پوستى، موزا



15g دىن، خاس سۇ بىلەن تابلىتكا قىلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: 0.5g دىن تابلىتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا بېھى سۈيى ياكى ئالما سۈيى بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى شادىنەج

تەسىرى: ئىچىنى قاتۇرۇش، قان توختىتىشتا كۈچلۈك تەسىر قىلىدۇ، مۇرەككەپ تەپلەرنى قالدۇرىدۇ، جاراھەتلەرنىڭ سۈيىنى قا- تۇرىدۇ، سىفلىسىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: شادىنەج، كۆيدۈرۈلگەن سىماب، بەزىرۈلبەنجى 3g دىن، يۇمغاقسۈت، ئاق خەشخاش 18g دىن؛ كەھرىۋا، مارجان، سېمىزئوت ئۇرۇقى 15g دىن، گىلى مەختۇم، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۇڭگۈزى، كۆي- دۈرۈلگەن تۇخۇم شاكىلى، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى 9g دىن.
تەييارلىنىشى: ئارىلاشتۇرۇلۇپ، 0.5g دىن تابلىتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر- قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.
ئەسكەرتىش: شادىنەج تېپىلمىسا، ئورۇنباسارى بولغان، زە- ھەرسىزلەندۈرۈلگەن مىغىناتس (ماگنىت) سېلىنىشىمۇ بولىدۇ.

زىمادى كەمادى ئەپسەنتىن

تەسىرى: ئۈچەيدىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ، ئاشقازاننى قىزىتىدۇ.
تەركىبى: ئەپسەنتىن، پىننە، سېرىقچېچەك، قارا زىغىر، رۇم- بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، يالپۇز.
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلار قاينىتىلىپ، كا- لىنىڭ سۈيۈك خالتىسىغا قاچىلىنىپ، يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق

ئۆتكۈزۈلدى.

مەجۈنى ئەسۋەد

تەسىرى: كونا ئەسھال ۋە ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ.
تەركىبى: ئەپيۈن، قۇندۇزقەھرى، مەئەسائىلە، بەزىرۇلبەنجى،
زەپەر، ئاسارۇن، مۇرمەككى، كەرەپشە ئۇرۇقى، قېلىن دارچىن، رۇم-
بەدىيان، سۇنبۇل، گىلى ئەرمىنى تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەب-
بۇلئاس سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى ئەقرەب

تەسىرى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
تەركىبى: چايان كۈلى 10g، جىنتىيانا 5g، زەنجىۋىل 3g،
پىلىپ، قارىمۇچ 6g دىن، كاكىنەچ 17g، قۇندۇزقەھرى 12g، ھەسەل
3 ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كەرەپشە ئۇرۇقى سۈيى بىلەن
قوشۇلۇپ 1g دىن يېيىلىدۇ، مەجۈن قىلىنىپ ئالتە ئايدىن كېيىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى ئىختىلاپ

تەسىرى: بەلغەمدىن بولغان ئەسھال ۋە قان يىرىغلىق ئىچى
سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئەپيۇن، قۇندۇزقەھرى، مەنەسائىلە، بەزىرۇلبەنجى، زەپەر، مۇرمەككى، ئاسارۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، قېلىن دارچىن، رۇم- بەدىيان، سۇنبۇل، گىلى ئەرمىنى، ئانار گۈلى تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 2g دىن بېھى سۈيى ياكى سوغۇق سۇ ۋە ياكى سۇمماق سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى تەمرى

تەسرى: قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ. تەركىبى: ئۈچكەسىدىن ئايرىلغان خورما، بادام مېغىزى، سۇزاپ يوپۇرمىقى، 180g دىن، زەنجىۋىل، ئاقمۇچ 60g دىن، سوقمۇنىيا 30g. تەييارلىنىشى: دورىلار تالقانلىنىدۇ، خورما سىركىگە بىر سوتكا چىلىنىپ، سوقۇلغاندىن كېيىن، مەزكۇر تالقان ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئۈستىگە كۆپۈكى ئېلىنغان 150g ھەسەل قوشۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى تۇربۇت

تەسرى: قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ، بەلغەمنى ئازايتىدۇ، بەل ئاغرىد- قىنى پەسەيتىدۇ. تەركىبى: تۇربۇت، قىزىل شېكەر 300g، سوقمۇنىيا 30g، قاقىلە، لاچىندانە، زەنجىۋىل، دارچىن، گۈلدارچىن، نارمىشكى، قە- لەمپۇر، مەستىكى، قارىمۇچ 15g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى تۇرۇپ لاشە

تەسىرى: ئېغىر دەرىجىدىكى قۇلۇنچىنى دەرھاللا راۋانلاشتۇ-
رىدۇ.

تەركىبى: لاجىندانە، گۈلدارچىن، سازەج ھىندى، پىلىپىل، قا-
رىمۇچ، زەنجىۋىل، بەرەنگى كابۇلى (ئاقلانغان)، قەلەمپۇر 3g دىن،
كەرەپشە ئۇرۇقى، سۈنبۈل، زەپەر، مەستىكى 2g دىن، تۇربۇت، سوق-
مۇنىيا 30g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى جوۋدە

تەسىرى: ئۈچەي ھەزىمىنىڭ بۇزۇلۇشى، كونا ئىسھال ۋە ئىچى
سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئەپيۇن، بەزىرۈلبەنجى، مئەسائىلە، دارچىن، ئاقمۇچ،
زەنجىۋىل، مىلتىق دورىسى (بازرود) 30g دىن، قامغاق، ئاچچىق
قۇستە، 15g دىن، زەپەر 9g، ھەسەل ئىككى ياكى ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەر قېتىمدا 6g ~ 3g، ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.



مەجۈنى خىيارشەنبەر

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان قۇلۇنجىنى تارقىتىدۇ، ئۈچۈن-
دىكى قۇرۇقلۇقنى ئالىدۇ، سەپرادىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىك-
لەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: پۈنۈس، خىيارشەنبەر، قەنت، ھەسەللەر 300g دىن،
بىنەپشە، تۇربۇت 120g دىن، ھىندى تۇزى 23g، ئارپىبەدىيان، رۇم-
بەدىيان، مەستىكى 15g دىن، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قايناتمىسى 27g،
سوقمۇنىيا 45g، بادام يېغى، گۈل يېغى 120g دىن.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەر قېتىمدا 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى راھەت

تەسىرى: قۇلۇنجا كېسەلگە بېرىلسە، بىر سائەت ئىچىدىلا تە-
سىر كۆرسىتىپ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

تەركىبى: پىلىپىل، قارىمۇچ، زەنجۈل، زىرە، سۇزاپ، خولىند-
جان، گۈلدارچىن، 30g دىن، سوقمۇنىيا 210g، ھەسەل 500g.
تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 20g ~ 15g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى رەشىد

تەسىرى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.
تەركىبى: كاۋاۋىچىن، پۈبەل (بىڭلاڭ)، سۆڭەلەپ، قەلەمپۇر،
سۈنبۈل، مەستىكى، جۈۋنە 30g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سانا

تەسىرى: قۇلۇنجى كېسەللىكىگە ئىنتايىن ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ، مۇنزىجىدىن كېيىن بېرىلسە، سەۋدا ماددىلىرىنى ياخشى سۈرىدۇ، ئىسسىقلىقتىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سانامەككى، بىنەپشە 100g دىن، قىزىلگۈل، بىس-تىپايەنج، نىشاستە، مەستىكى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 15g دىن، قارا ھېلىلە، كابىلى ھېلىلە پوستى، بادام يېغى، زاراڭزا ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 60g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سەكبىنەج

تەسىرى: قۇلۇنجىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: سەكبىنەج، كەرەپشە ئۇرۇقى، قۇندۇز قەھرى بىر ھەسسەدىن، سوقمۇنىيا يېرىم ھەسسە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: سوقمۇنىياغا بادام يېغى سۈرۈلۈپ، سەكبىنەج ھەسەل بىلەن ئېرىتىلىپ، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇلۇپ يۇغۇرۇلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ھەببۇلغار (I)

تەسرى: قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ، ئىستىسقا ئىشلىتىشنى داۋالايدۇ، قورساق ئاغرىقى ۋە يەلدىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: سۇزاپ يوپۇرمىقى 300g، جۇۋىنە، قارا زىرە، يالپۇز، تاغ زىرىسى (كەرۇيا)، ھەببۇلغار، غولجاڭ، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى، ئاچچىق بادام مېغىزى، قارىمۇچ، پىلىپىل، ئېگىر، پىننە 9g دىن، جاۋاشىر، سەكبىنەج 6g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 9g ~ 3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: سۇزاپنى بەزىلەر 30g، بەزىلەر 150g سېلىشنى تەۋسىيە قىلىدىكەن.

مەجۇنى ھەببۇلغار (II)

تەسرى: ئىستىسقا ئىشلىتىش (بىرخىل ئىستىسقا)، يەلدىن بولغان قۇلۇنجىنى داۋالايدۇ، قورساق ئاغرىقى، قېتىپ قېلىش (تە-مەدرۇد) كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قۇرۇق سۇزاپ 15g، جۇۋىنە، زىرە، ئەنجىدان، سىيا-دان، يالپۇز، تاغ زىرىسى، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى، ئاچچىق بادام مېغىزى، پىلىپىل، قارىمۇچ، پىننە، ھەببۇلغار، قۇندۇزقەھرى 6g دىن، جاۋاشىر 9g، سەكبىنەج 12g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: يېلىم دورىلار شارابتا ئېرىتىلىدۇ، قالغانلىرى تالقانلىنىپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى پودىنە

تەسىرى: يەل تارقىتىپ، تاماق سىڭدۇرىدۇ.
تەركىبى: سۇراپ يوپۇرمىقى، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، جۇۋىنە، ياۋا زىرە (كەرۋىيا)، دارچىن، پىلىپل تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە، مەجۇن قىلىنىدۇ.
تەييارلىنىشى: قاندىە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى قۇرتۇم قۇلۇنى

تەسىرى: قۇلۇنجىنى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك تەسىر كۆرسىتىدۇ.
تەركىبى: زاراڭزا 150g، سەكبىنەج 30g، قەنت بىر ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندىە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى كۈندۈر قابىز

تەسىرى: سوغۇقتىن بوشىشىپ قالغان چوڭ تەرەتنى قاتۇرىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ.
تەركىبى: كۈندۈر 90g، رۇمبەدىيان، سىيادان، پىلىپل، جۇۋىنە، پىننە، ئەنجىدان، سۇنبۇل 15g دىن، ئانار گۈلى 30g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.
تەييارلىنىشى: قاندىە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-

قېتىمدا 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى كۈندۈر مۇمسىك

تەسىرى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

تەركىبى: مەستىكى، كۈندۈر، جۈپتى بەللۇت، بەزىرۇلبەنجى 30g دىن، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندى بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، كاۋاپ بىلەن 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۈنى مۇسھىل مۇرەككەپ

تەسىرى: گەندىدىن ۋە يەلدىن بولغان قۇلۇنجىنى، بولۇپمۇ ھوشىدىن كەتكەن بىمارلارنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: سوقمۇنىيا 1g، تۇرپۇت 3g، مەستىكى 2g، زەنجىر-ئۆل، پىلپىل، قارمۇچ، دارچىن 2g دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندى بويىچە مەجۈن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەممىسى بىر قېتىمدا يېيىلىدۇ.

مەجۈنى مۇختىسەر

تەسىرى: ئۈچەيدە ھېچ نەرسە توختىماسلىق، يېمەكلىك ھەزىم بولماي چىقىپ كېتىش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: جۇۋىنە، كۈندۈر، ئانار گۈلى، پىستىننىڭ تاشقى پوستى تەڭ مىقداردا، ئۇرۇقى بار ئۈزۈم بىر ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنى ئۇرۇقى بار ئۈزۈم بىلەن سو-

قۇلۇپ، ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مائە

تەسىرى: كونا ئىسھال ۋە قان ئۆتۈشنى (قىزىتما بولماسلىق
شەرتى بىلەن) توختىتىدۇ (تەجرىبىدىن ئۆتكەن).
تەركىبى: مائەسائىلە، قۇندۇزقەھرى، ئەپيۈن، ئاسارۇن، قارا
بەزىرۇلبەنجى، مۇرمەككى، كۈندۈر تەڭ مىقداردا، ھەسەل مۇۋاپىق
مىقداردا.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
ھەر قېتىمدا 6g ~ 2 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى ئالو

تەسىرى: قىزىتما پەسەيتىدۇ، چوڭ تەرەتنى بوشتىدۇ.
تەركىبى: ئەينۇلا 20 دانە، تەمرى ھىندى 30g.
تەييارلىنىشى: 1 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىلىپ،
سۈزۈلۈپ، 30g قەنت سېلىنىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، كەچتە
ئۇخلاشتىن بۇرۇن ئىچىلىدۇ.

نۇقۇئى ئەينۇلا

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى تەپنى داۋالايدۇ، ئىچ سۈرۈشنى
توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئەينۇلا، چىلان 20 دانىدىن، سەرىپىستان 30 دانە، ئۇ-
رۇقى يوق ئۈزۈم، تەمرى ھىندى 60g دىن، قىزىلگۈل، سانا 21g دىن،
گۈلبىنەپشە، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كۈشۈش 21g دىن، ئارپىبەدىيان،
شاھتەررە، رۇمبەدىيان 30g دىن، سېرىق ھېلىلە پوستى 45g، سۇ
4000ml.

تەييارلىنىشى: دورىلار مەزكۇر سۇغا چىلىنىپ، ئۈچ كۈنگىچە
كۈندۈزى ئاپتاپتا، كېچىسى ئىسسىق ئۆيدە تۇرغۇزۇلىدۇ، ئۇنىڭدىن
كېيىن سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەرقې-
تىمدا 120ml دورا 45ml سىركەنجىبىن، 30ml بىنەپشە شەرىپىتى
بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

پاشۇيە نۇتۇلى خوروجى مەقئەت

تەسىرى: سولڭ چىقىپ قېلىشنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: ئانار گۈلى، ئانار پوستى، جۈپتى بەللۇت، ھەببۇلئاس،
قىزىلگۈل، موزا تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: قاينىتىپ تەمى چىقىرىلىدۇ، ئىلمان بولغاندا
بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ۋۇجۇرى غەسىيان

تەسىرى: ئىچى سۈرۈكتىن كېيىنكى كۆڭۈل ئاينىشنى داۋا-
لايدۇ.
تەركىبى: ئىپار بۇغداي چوڭلۇقىدا، بېھى سۈيى بىر قوشۇق.
تەييارلىنىشى: ئىپار بېھى سۈيىدە ئېرتىلىپ گالغا تېمىد-
تىلىدۇ.

مۇنزىچىلار، مۇسھىللار ۋە باشقىلار

جۇللايى سەۋدا

تەسىرى: سەۋدانى پەسەيتىپ، سەۋدادىن بولغان تۈرلۈك كې-
سەللىكلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، سېرىق ئوت ئۇرۇقى،
پىرسىياۋشان، نېلۇپەر، گاۋزىبان، قىزىلگۈل، ئەپتىمۇن، بىستىپا-
يەنج، ئۇستقۇددۇس، كاسىنە ئۇرۇقى 6g دىن، سېرىق ھېلىلە پوستى،
قارا ھېلىلە 9g دىن، سانا 30g ، زەنجىۋىل 60g، پۇنۇس 30g.
تەييارلىنىشى: دورىلار چىلاشقۇدەك قايناق سۇغا بىر كېچە
چىلىنىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن قاينىتىلىپ، سۈزۈلدۈرۈلگەندىن
كېيىن، ئۈچ قېتىمدا ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

جۇللايى سەپرا

تەسىرى: سەپرانى پەسەيتىدۇ، سەپرادىن بولغان تۈرلۈك كې-
سەللىكلەرنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: نېلۇپەر، بىنەپشە، كاسىنە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان،
شوخلا، يالپۇز، سېرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، زىرىق 6g دىن،
تەمرى ھىندى، تەرەنجىبىن 45g دىن، سانا 15g، تۇرپۇت 6g.
تەييارلىنىشى: دورىلار قايناق سۇغا چىلىنىپ، قاينىتىلماي
سۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۈچ قېتىمغا بۆلۈپ
ئىچىلىدۇ.

جۇلاپى بەلغەم

تەسىرى: بەلغەمنى تەڭشەپ، بەلغەمدىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ، سوغۇق يەلنى ھەيدەيدۇ.
تەركىبى: ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، زىرە، تۇرپۇت، غارد-قۇن، شەھمەنزەل 6g دىن، سۆرۈنجان 3g، سانا 30g، تەرەنجىبىن 90g.

تەييارلىنىشى: بۇ دورىلار بىر كېچە قايناق سۇغا چىلانغاندىن كېيىن، قاينىتىلىپ، سۈزۈلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 50 ~ 100ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

زىمادى سەكتە

تەسىرى: سەكتە (شوك)، سوبات كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: پەرىپىيۇن، قىزىل قىچا، شەترەنجى ھىندى، چاققاد-ئوت ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا، سىركە مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سىرتتىن ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا سۈرتۈلىدۇ.

سىركەنجىبىن مازەرىيۇن

تەسىرى: ئىسسىقلىقتىن بولغان ئىسسىقلىقنى داۋالايدۇ، سۈيى-دۈكنى راۋان قىلىدۇ.
تەركىبى: پىياز ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كاسسىنە ئۇرۇقى.

قى 250g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى 60g ، تەرخەمەك سۈيى 660g .
 تەييارلىنىشى: ھەممىسى ئارىلاشتۇرۇلۇپ، سىركىگە بىر
 سوتكا چىلانغاندىن كېيىن، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، قەنت
 بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
 قېتىمدا 100ml ~ 50 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سىركەنجىبىن مۇسەھىل

تەسىرى: بەلغەم خىلىتىنى سۈرۈپ تازىلايدۇ.
 تەركىبى: شېكەر 560g، ئەنسەل سىركىسى، سۇ مەلۇم مىق-
 داردا، ئوغرىتىكەن شىرنىسى 900g، تۇربۇت 60g.
 تەييارلىنىشى: شېكەر، سىركە، سۇ قاينىتىلىدۇ، كۆپۈكى
 ئېلىۋېتىلگەندىن كېيىن، ئوغرىتىكەننىڭ شىرنىسى ئارىلاشتۇرۇ-
 لىدۇ. تۇربۇت سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ، كىچىك خالتىغا
 قاچىلىنىپ قايناتمىغا سېلىنىدۇ، سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ، قاينى-
 تىش جەريانىدا تۇربۇت خالتىسى پات پات مىجىپ تۇرۇلۇپ، تولۇق
 تەمى چىقىشىغا كاپالەتلىك قىلىش بىلەن قاينىتىلىپ قىيام قى-
 لىنىدۇ.
 ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم،
 ھەر قېتىمدا 45g ~ 30 ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى ھېلىلە

تەسىرى: سەپرادىن بولغان ھەرخىل تىپتىكى كېسەللىكلەرگە
 مۇۋاپىق كېلىدۇ، ئومۇمىي بەدەننى ئارتۇق سەپرادىن تازىلايدۇ، قاندىن
 بولغان كېسەللىكلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ، كۆز كېسەللىكلىرى-
 گىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى 30g، تەمرى ھىندى 60g،
ئەينۇلا 30 دانە، سەرپىستان، بىنەپشە، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسىنە
ئۇرۇقى 30g دىن، شوخلا يوپۇرمىقى 15g، پۇنۇس، خىيار شەنبەر 80g
دىن، شىرخىشت 60g .
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر
قېتىمدا 50 ~ 100ml ى ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى خىيار شەنبەر

تەسىرى: كۆپۈك (بۇزۇق) خىلىتلارنى تۈزىتىدۇ، سەپرانى پە-
سەيتىدۇ.
تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، تەمرى ھىندى 45g دىن،
ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم 60g، چىلان، ئەينۇلا 20 دانىدىن، قىزىلگۈل 15g،
بىنەپشە 9g (ئاشقازىنى ئاجىز كىشىلەرگە تەييارلىماقچى بولغاندا،
بىنەپشە ئۇرۇقىغا پىننە سېلىنىدۇ)، پۇنۇس، خىيار شەنبەر 60g دىن.
تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇلدا تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 60ml دورا 6ml بادام يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى سانامۇسەھىل

تەسىرى: سەپرا ۋە بەلغەم خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ،
باش ئاغرىش ۋە باشنىڭ يېرىمى ئاغرىشلارنى داۋالايدۇ، يۆتەل ۋە دەم
سقىلىشلارنى يوقىتىدۇ.
تەركىبى: سانامۇسەھىل 150g، تۇرپۇت، گاۋزىبان، قىزىلگۈل
15g دىن، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈم، گۈلبىنەپشە (قۇرۇقى)، نېلۇ-
پەر گۈلى 30g دىن، تەرەنجىبىن 90g، ئەسلىي شىرخىشت 60g،
قەنت، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 150g دىن.

تەييارلىنىشى: تۇرپۇت تالقانلىنىپ، بادام يېغىدا ياغلىنىپ، قالغان دورىلار تالقىنى تەرەنجىبىن، قەنت، ھەسەل قىيامغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئەتىگەندە بىر قېتىم، 9g دورا قايناق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇسەھىل

تەسىرى: ھەر خىل تىپتىكى ئۆتكۈر خىلمىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ، جۇزام ۋە تەپنى داۋالايدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ.

تەركىبى: ئەينۇلا، تەمرى ھىندى 150g دىن، چىلان، سەرپىس-ئان، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈم 90g دىن، سېرىق ھېلىلە، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، ئەپسەنتىن، بىنەپشە 45g دىن، قىزىلگۈل 30g، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىۋا ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، سەندەل (سېرىق) 12g دىن، تەرەنجىبىن 90g، شېكەر بىر ھەسسە، تاباشىر، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، سوقمۇنىيا، نىشاستە 15g دىن.

تەييارلىنىشى: ئەينۇلادىن سەندەلگىچە بولغان دورىلار چالا سوقۇلۇپ، مەلۇم مىقداردا سۇ بىلەن قاينىتىلىپ، تەمى ئېلىنىدۇ، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ، مەزكۇر سۇغا تەرەنجىبىن، شېكەر سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ، قالغان دورىلار يۇمشاق تالقانلىنىپ، قىيامغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 15g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئايارەنج

تەسىرى: ئاشقازان، ئۈچەي، بوغۇم ۋە بارلىق ئەزالارنى كېرەكسىز سۇيۇقلۇقلار ۋە بەلغەم ماددىلىرىدىن تازىلايدۇ.

تەركىبى: ئاپارەنج پەيقر، ئەپتىمۇن (سېرىق يۆگەي) 23g دىن، غارىقۇن 11g، شەھەنزەل 5g، ھەسەل ئىككى ھەسسە. تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن قىلىندۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن قايىناق سۇ بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلىندۇ.

مەجۇنى تۇربۇت مۇسھەل

تەسرى: بەلغەم ۋە سەپرا خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ. تەركىبى: تۇربۇت 60g، سوقمۇنىيا 15g، زاراڭزا شىرنىسى، شېكەر 30g دىن. كۈنجۈت مېغىزى، بادام مېغىزى 9g دىن، زەپەر 2g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە مەجۇن قىلىندۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 18g ~ 15g ئىستېمال قىلىندۇ.

مەتبۇخى مۇنزىج

تەسرى: ئومۇمىي بەدەن، جۈملىدىن مېڭىدىكى ئۆتكۈر خىلىتلارنى تازىلايدۇ.

تەركىبى: چالا سوقۇلغان كاسىنە يىلتىزى 60g، كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 18g دىن، چىلان 20 دانە، سەرىپىستان 45g، سۇ 1.5kg.

تەييارلىنىشى: مەزكۇر سۇدا ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 100g دورا 60g ~ 30g سىركەنجىبىن بىلەن قوشۇپ

ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى مۇسەھىل

تەسىرى: بۇزۇلغان سەپرانى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.
تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى 18g، قارا ھېلىلە 30g،
ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم، شاھتەررە 15g دىن، تۇرپۇت 12g، پۇنۇس، خىد-
پارشەنبەر 21g دىن.
تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇل بىلەن تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 100ml ~ 50 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇلئۇسۇل مۇنزىج

تەسىرى: ئۆتكۈر خىلمتلارنى تەڭشەپ، چىقىپ كېتىش سالا-
ھىيىتىگە ئىگە قىلىدۇ.
تەركىبى: كاسىنە يىلتىزى 60g، كاسىنە ئۇرۇقى 15g، سېرىق
ئوت ئۇرۇقى 18g، چىلان 20 دانە، سەرىستان 16 دانە.
تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، 2.5kg سۇغا چىلد-
نىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالدۇقچە قاينىتىلىدۇ، سىقىلىپ سۈ-
زۈلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۈچ كۈنگە بۆلۈپ، 60g دىن
سىركەنجىبىنىگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئۈچ كۈن ئىچىدە ئىچىپ تۈگى-
تىلىدۇ.

نۇقۇئى مۇسەھىل

تەسىرى: ئومۇمىي بەدەننى تازىلاپ، باش ئاغرىقىنى ۋە باشقا

مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالايىدۇ.

تەركىبى: ئەينۇلا، چىلان 15 دانىدىن، چوڭ ئەينۇلا 15g، سانا، سېرىق ھېلىلە 15g دىن، كاسنە ئۇرۇقى 5g، خىيارشەنمەر 45g دەند، بادام يېغى، 1.5g دىن.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇلدا تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇتۇلى مۇقەۋۋى

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىپ، ئومۇمىي بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ.

تەركىبى: ئەپسەنتىن رۇمى، بابۇنە گۈلى، ئۈستقۇددۇس، مىشكى مەئىپى، زاراڭزا، پىننە، جۆندە (چاڭگاڭ)، ئۈبھەل، پەتراسالىيۇن، شەھمەنزەل، كامادىرىيۇس، جەۋزۇسەرۋى، ياۋا پىننە، دارىششئان تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: مەلۇم مىقداردىكى سۇدا ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ، بۇسۇدا يەرلىك ئورۇن تەرلىتىلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا نۇتۇل قىلىنىدۇ.

ھەببى تۇربۇت مۇسھىل

تەسىرى: ئارتىپ كەتكەن بەلغەم خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ. تەركىبى: تۇربۇت، ئايارەنج پەيقرى (سەبرى) 9g دىن، شەھمەنزەل، كەتىرا 21g دىن.

تەييارلىنىشى: خاس سۇ بىلەن 0.3g دىن ھەپ قىلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 4g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سوئال ئەتپالى

تەسىرى: بوۋاقلارنىڭ قاتتىق يۆتىلىش بىلەن بىرگە كەلگەن قۇسۇش كېسەللىكىنى داۋالايىدۇ.
تەركىبى: نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، رۇببەسۇس، خەشخاش ئۇ-رۇقى، ئەپيۇن تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: بېۋى ئۇرۇقىنىڭ لۇئابىدا 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 2g ~ 0.3g ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى رەئىشە

تەسىرى: باش، قول، پۇت تىترەش كېسەللىكىنى داۋالايىدۇ.
تەركىبى: ئاقىرقەرھە، قۇندۇزقەھرى، شەترەنجى ھىندى، بەزد-رۇلبەنجى 9g دىن، سەكبىنەج، شەھمەنزەل 12g دىن، ئايپارەنج پەيقرى (سەبرى) 15g.
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مازەرىيۇن

تەسىرى: بەدەندىكى كېرەكسىز سۇيۇقلۇقلارنى ھەيدەپ چىقىرىپ، بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ، سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقىنى داۋالايىدۇ.
تەركىبى: مازەرىيۇن، سەكبىنەج 6g دىن، ھىندى تۇزى، كەپتەر

مايىقى (زەر قۇلۇمام) 2g دىن.

تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر بىر قېتىمدا 2g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبى ھەجەرى ئەرمنى

تەسىرى: ئارتۇق سەۋدا خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تەركىبى: ھەجەرى ئەرمنى 3g، سەبرى، بىستىپايەنج 8g دىن، غارىقۇن 5g، سوقمۇنيا 2g، قەلەمپۇر، ئەپتىمۇن 3g دىن.

تەييارلىنىشى: 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 9g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبى ھېلىلە

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى بوشتىدۇ، كېرەكسىز سۇيۇقلۇقلارنى ھەيدەپ چىقىرىدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى 30g، سەكبىنەج 15g.

تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 6g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبى ئىشرەت

تەسىرى: پالەج، لەقۇا، رەئشە (پۇت قول تىترەش كېسەللىكى) نى داۋالايدۇ.

تەركىبى: قارىمۇچ، پىلىپىل، زەنجۋىل، ئامىلە شىرنىسى،

سەئىدى كوفى، مەستىكى، دارچىن، سۈنبۇل، سەلىخە، ئاسارۇن 6g دىن، سەبرى 60g.

تەييارلىنىشى: كەرەپشە سۈيى بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىندۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 6g دىن ئىستېمال قىلىندۇ.

ھەببى ئىستىسقا

تەسىرى: ھەرخىل تىپتىكى ئىستىسقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تۇرپۇت 12g ، رەۋەن 6g ، غارىقۇن، ئۈزۈنچاق زىراۋەن، يۇمىلاق زىراۋەن 2g دىن، مۇقەل، چاققاق ئۇرۇقى (تۇخىمى ئەنجۈر) 3g دىن، پەرىپىيۇن 2g .

تەييارلىنىشى: سۇ بىلەن 0.3g ئۆلچەمدە ھەب قىلىندۇ. ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 2g دىن ئىستېمال قىلىندۇ.

رەۋغىنى بىنەپشە

تەسىرى: سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، ئۇيقۇ كەلتۈرۈپ، سۈھرە (ئۇيقۇ كەلمەسلىك) كېسەللىكىنى داۋالايدۇ؛ مېخنىنى ھۆلەپ، قۇرۇقلۇقنى يوقىتىدۇ، قۇرۇق تەمرەتكىگە پايدا قىلىدۇ، قېتىپ قالغان بوغۇم، پەيلەرنى يۇمشىتىدۇ، ھەرىكەتلەشنى ئاسانلاشتۇرىدۇ.

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: مەلۇم مىقداردىكى بىنەپشىنىڭ ھۆل گۈلى كۈنجۈت يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ، ئاپتاپتا قويۇپ پىشۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ ياكى كۈنجۈت سوقۇلۇپ، بىنەپشىنىڭ گۈلى بىلەن سىقىلىپ، يېغى ئېلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى: ئاساسلىقى بەدەن سىرتىدىن
ئىشلىتىلىدۇ.

سۇفۇپى ئېرقىنىسا

تەسىرى: ئېرقىنىسانى داۋالايدۇ (كۆپ قېتىم سىناقىدىن ئۆت-
كەن).

تەركىبى: سۈرۈنجان 15g، سانا 18g، شەترەنجى ھىندى 6g، زەپەر
2g، شېكەر بىر ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالغان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 9g دىن
ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى زىرىشكى

تەسىرى: ئاشقازان، ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

تەركىبى: سۇمماق، زەنجۈل، جۇۋىنە، ئانار ئۇرۇقى، ئۇرۇقىدىن
ئايرىلغان زىرىق، كۆكنار ئۇرۇقى 6g دىن، ئاق ناۋات 60g.

تەييارلىنىشى: قانداق بويىچە تالغان قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ھەبۇلرومان

تەسىرى: ئاشقازان، ئۈچەي ئاجىزلىقىنى ياخشىلايدۇ، ئىچى
سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

تەركىبى: ئانار ئۇرۇقى 30g، بەللۇت، سۇمماق، زىرە، ھەبۇلئاس،
جىگدە ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، خەرنۇپ، كۆكنار ئۇرۇقى 15g

دىن، ئۇدخام 2g، ئامىلە 5g .
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا بېھى لۇئابى بىلەن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ھەببۇلئەنەپ

تەسىرى: ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ.
دۇ.

تەركىبى: ئۈزۈم ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى 12g دىن، ھەببۇلئاس،
سۇمماق 6g دىن، مەستىكى، ئانار گۈلى 3g دىن.
تەييارلىنىشى: قاندا بويىچە تالقان قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سىرکەنجىپىن ئەنسلى ئومۇمىي

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقا ۋە بېقىن ئاغرىقلىرىنى
داۋالايدۇ، كونا يۆتەل، پالەچ، لەقۋا، بەلغەمدىن بولغان سەرسام (مې-
نىنگىت)، دەم سىقىلىشنى قالدۇرىدۇ، قورساقتىكى ئۆلۈك ھامى-
لىنى چۈشۈرىدۇ.

تەركىبى: ئەنسلى (تاغ پىيىزى) بىلەن سېلىنغان سىر-
كە 500g، زەنجىۋىل، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان، ھىك، ئاقىر قەرھ،
ياۋا پىننە 30g دىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، قارا زىرە، قەردمانا 15g دىن.
تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، ئەنسلى سىرکەسى ۋە
ئامىلە ئوسارىسىغا چىلىنىپ، بىر ھەپتە ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلغاندىن
كېيىن، سوقۇلۇپ، سۈزۈلۈپ ئىشلىتىلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر

قېتىمدا 90ml دىن تاماقتىن ئىلگىرى ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى تۇربۇت

تەسىرى: بەلغەم خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تەركىبى: تۇربۇت 300g، سۇ ۋە گۈلاب مەلۇم مىقداردا، قەنت 560g.

تەييارلىنىشى: تۇربۇت چالا سوقۇلۇپ، بىر ئەينەك قاچىغا سېلىنىپ، ئۈستىگە سۇ ۋە گۈلاب قۇيۇلۇپ، ئەينەك قاچىنىڭ ئاغزى مەھكەم ئېتىلىپ، ئاپتاپتا ئۈچ كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، سۈيى بىر قاچىغا قۇيۇۋېلىنىدۇ، يەنە يېڭىدىن سۇ قۇيۇلۇپ، يەنە ئۈچ كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلىدۇ. شۇنداق قىلىپ، ئۈچ قېتىم تەمى ئېلىنغاندىن كېيىن، ئۈچ قېتىملىق سۈيى بىرلەشتۈرۈلۈپ، قەنت سېلىنىپ قىيام قىلىنىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 30 ~ 60ml ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى سوقمۇنيا

تەسىرى: سەپرا خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تەركىبى: سوقمۇنيا 14g، سەلىخە(قېلىن دارچىن) 23g، سىركە 2.9g.

تەييارلىنىشى: دورىلار خالتىغا ئېلىنىپ خالتا بىلەن سىر-كىگە بەش سوتكا چىلىنىپ، سىقىپ سۈزۈۋېلىنىپ، قايناق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەرقېتىمدا 30 ~ 60ml تاماقتىن ئىلگىرى ئىچىلىدۇ.

شەرىپىتى ئالومۇسەھىل

تەسىرى: سەپرا، بەلغەم خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.
تەركىبى: ئەينۇلا 100 دانە، تەمرى ھىندى 30g، تۇرپۇت، بىنەپشە 60g دىن، سۇ تەرەنجىبىن 280g ، مەھمۇدى 3g.
تەييارلىنىشى: مەھمۇدىدىن باشقا دورىلار چالا سوقۇلۇپ، خال-تىغا قاچىلىنىدۇ، سۇ بىلەن ئۇچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىد-تىلىپ، سىقىلىپ سۈزۈلىدۇ، تەرەنجىبىن سېلىنىپ، قىيام قىلىنىدۇ، مەھمۇدى كېيىن قوشۇلىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر-قېتىمدا 100ml ~ 50 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپىتى مۇسەھىل

تەسىرى: سەۋدادىن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەرنى، سوغۇق-تىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرى ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالايىدۇ.
تەركىبى: قىزىلگۈل، سانا 30g دىن، بىنەپشە 60g، تۇرپۇت، ئەپسەنتىن رۇمى، غارىقۇن 15g دىن، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، ئۈستقۇد-دۇس، مەستكى 9g دىن، سۇنبۇل 6g، چىلان، سەرىپىستان 30 دانە-دىن، تەرەنجىبىن 180g، شېكەر مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلار قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ، تۆتتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، سۈزۈلۈپ، تەرەنجىبىن، شېكەر قوشۇلۇپ قىيام قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 30ml ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەرىپتى سانا

تەسىرى: بۇ، مۆتىدىل تەبىئەتلىك سۈرگە دورىسى بولۇپ، سەپرا، بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىرىنى زەھەرسىز ھالدا سۈرۈپ تازىلايدۇ، يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ، نېرۋا كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: تازىلانغان سانا 60g ، گۈلبىنەپشە، قىزىلگۈل، گاۋ-زىبان، نېلۈپەر 15g دىن، چىلان 30 دانە، ئەينۇلا 15 دانە، سەرىپستان 60 دانە، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادىرەك ئۇرۇقى 18g دىن.

تەييارلىنىشى: دورىلار چالا سوقۇلۇپ، سۇغا بىر سوتكا چە-لىنىپ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، تەرەنجىبىن قوشۇلۇپ قىيام تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 30g ~ 15 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مۇرمەككى

تەسىرى: بەلغەم ۋە سەپرا خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تەركىبى: ھېلىلە، بەلىلە، ئاقلانغان بەرەنگى كابىلى بىر ھەسسە، تۇرىبۇت ئۈچ ھەسسە، قەنت 1.5 ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قەنت قىيام قىلىنىدۇ، قالغان دورىلار تالقىنى سېلىنىپ، 0.5g دىن تابلېتكا تەييارلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا بىر تابلېتكا يۇمغاقسۇت چىلانمىسى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئىستىسقا

تەسىرى: ھەرخىل ئىستىسقىنى داۋالايدۇ.

تەركىبى: ئەپسەنتىن، ئاچچىق بادام مېغىزى، ئاسارۇن، رۇمبە-
دىيان، غارىقۇن تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: 0.5g دىن تابلېتكا قىلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 6g ~ 2
ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى ئۈستقۇددۇس

تەسىرى: سەۋدا خىلىتلىرىنى تازىلايدۇ، بۇزۇق خىلىتلارنى
تۈزىتىپ نورماللاشتۇرىدۇ، ساراڭلىق ۋە مالىخولىيادەك نېرۋا كې-
سەللىكلەرنى داۋالايدۇ، قان تازىلايدۇ.
تەركىبى: بىستىپايەنج، زاراڭزا مېغىزى 15g دىن، چىلان،
سەرىپىستان 30 دانە، ئۈستقۇددۇس، بابۇنە، قەنتەرىيۇن، ئەپتىمۇن 9g
دىن سۆرۈنجان 6g .
تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ.
ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-
قېتىمدا 60g دورا 21g گۈلقەنت بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ئەرتىنسا

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، جىگەر، بوغۇم، تال كېسەللىكلە-
رىگە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ، ھۆللۈك، ئاشقازاندىن بولغان ئىستىس-
قىنى داۋالايدۇ.
تەركىبى: غارىقۇن، ئاسارۇن، ئېگىر، قەردمانا، سۇزاپ ئۇرۇقى،
پەرىپىيۇن، ئوغرىتىكەن 21g دىن، ئۈزۈنچاق زىراۋەن، ئەرتىنسا،
جۇۋىنە، قەلەمپۇر 12g دىن، پەراسىيۇن (تاغ كۈدىسى ئۇرۇقى)، چاڭ-
گاڭ (جۆدە) 90g دىن، كامادىرىيۇس، كاماپتۇس، ياۋا سامساق 250g
دىن، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، 3g دىن قانداق سۇ بىلەن يېيىلىدۇ. ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلۇپ، ئىستېمال قىلىنسا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

مەجۇنى ھەبۇلىنىل

تەسرى: بەدەندىكى كېرەكسىز سۇيۇقلۇقلارنى تازىلايدۇ.

تەركىبى: ھەشقىپچەك ئۇرۇقى 18g، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، دارچىن، پىلىپىل، قەلەمپۇر، قېلىن دارچىن، سەئىدى كوفى، بەرەڭگى كاپىلى، ئاقلاڭغان جويۇز 3g دىن، تۇرپۇت 20g، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: رېتسىپتىكى دورىلار ئېزىلىپ، سالاھىيە قىلىندۇ، ھەسەل چەككىلىنىپ، سوۋۇتۇلۇپ، يۇغۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ. ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىچىنى سۈرۈش مەقسەت قىلىنسا، 21g ~ 18g يېيىلىدۇ. ئاق كېسەل، بەھەق، پالەچلەر ئۈچۈن 3g دىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى دەبىدىلۋەرد

تەركىبى: سۇنبۇل، مەستىكى، زەپەر، تاباشىر، دارچىن، ئىزخىر، ئاسارۇن، تاتلىق قۇستە، غاپەس ئوسارىسى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، ئوردان، يۇيۇلغان لوك، كاسىنە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئۈزۈنچاق زىراۋەندە، ھەببى بېلىسان، قەلەمپۇر، لاچىندانە ئۇرۇقى، ئۇد ھىندى بىر ھەسسەدىن، قىزىلگۈل بىر ھەسسە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەييارلىنىشى: سوقۇلۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

ئىستېمال مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 10g ~ 5 ئىستېمال قىلىنىدۇ.

[General Information]

书名=维吾尔医遗产维吾尔医常用复方 维吾尔文

作者=吐尔迪！艾合买提阿吉

页数=455

SS号=40320889

DX号=

出版日期=2006.05

出版社=新疆科学技术出版社