ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئالىي مەكتەپلىرى ئۈچۈن دەرسلىك
维吾尔医药高等学校教材

شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى ئالىي مەكتەپ يەرلىك ئالاھىدە ۋە مىللىيچە دەرسلىك قۇرۇلۇشى پىلانى تۈرىدىكى دەرسلىك
新疆维吾尔自治区高校地方特色和民文教材建设计划立项教材

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى

(1)

维吾尔医生药学 (1)

باش تۈزگۈچى: ئابدۇرېھىم يۈسۈپ، مۇتەللىپ ئەلى ھاجى ئەمچى
مۇئاۋىن باش تۈزگۈچى: رۇقىيە قاۋۇز، ئوبۇلقاسىم مۇھەممەتسىدىق
主　编：阿不都热依木·玉苏甫、木塔力甫·艾力阿吉艾米琪
副主编：茹克也木·卡吾孜、吾布力卡斯木·买提斯地克

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى (1)
维吾尔医生药学 (1)
شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى (1)
维吾尔医生药学 (1)

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئالىي مەكتەپلىرى ئۈچۈن دەرسلىك
维吾尔医药高等学校教材

1.维吾尔医基础理论学	1. ئۇيغۇر تېبابىتى ئاساسىي نەزەرىيەلىرى ئىلمى
2.维吾尔医病理学	2. ئۇيغۇر تېبابىتى كېسەللىنىش ئىلمى
3.维吾尔医诊断学	3. ئۇيغۇر تېبابىتى دىياگنوز ئىلمى
4.维吾尔医治疗技术学	4. ئۇيغۇر تېبابىتى داۋالاش ئۇسۇللىرى ئىلمى
5.维吾尔医内科学	5. ئۇيغۇر تېبابىتى ئىچكى كېسەللىكلەر ئىلمى
6.维吾尔医外科学	6. ئۇيغۇر تېبابىتى تاشقى كېسەللىكلەر ئىلمى
7.维吾尔医骨科学	7. ئۇيغۇر تېبابىتى سۆڭەك كېسەللىكلىرى ئىلمى
8.维吾尔医皮肤病学	8. ئۇيغۇر تېبابىتى تېرە كېسەللىكلىرى ئىلمى
9.维吾尔医儿科学	9. ئۇيغۇر تېبابىتى بالىلار كېسەللىكلىرى ئىلمى
10.维吾尔医传染病学	10. ئۇيغۇر تېبابىتى يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر ئىلمى
11.维吾尔医妇产科学	11. ئۇيغۇر تېبابىتى تۇغۇت ـ ئاياللار كېسەللىكلىرى ئىلمى
12.维吾尔医五官科学	12. ئۇيغۇر تېبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى
13.维吾尔医精神病学	13. ئۇيغۇر تېبابىتى روھىي كېسەللىكلەر ئىلمى
14.维吾尔医营养学	14. ئۇيغۇر تېبابىتى ئوزۇقلۇق ئىلمى
15.维吾尔医生药学（上，下）	15. ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى (1 - ، 2 - توم)
16.维吾尔医药炮制学	16. ئۇيغۇر تېبابىتى دورىلارنى لايىقلاشتۇرۇش ئىلمى
17.维吾尔医方剂学	17. ئۇيغۇر تېبابىتى رېتسېپلار ئىلمى
18.维吾尔医成药学（上，下）	18. ئۇيغۇر تېبابىتى پىششىق دورىلار ئىلمى (1 - ، 2 - توم)

ISBN 978-7-5372-5312-3
9 787537 253123 >
定价：116.00 元

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئالىي مەكتەپلىرى ئوقۇش دەرسلىكى

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى

(1)

باش تۈزگۈچى: ئابدۇرېھىم يۈسۈپ، مۇتەللىپ ئەلى ھاجى ئەمچى

مۇئاۋىن باش تۈزگۈچى: رۇقىيە قاۋۇز، ئوبۇلقاسىم مۇھەممەتسىدىق

تۈزگۈچىلەر: (ئۇيغۇر ئېلىپبە تەرتىپى بويىچە تىزىلدى)

ئابدۇرېھىم يۈسۈپ
ئابدۇللا ئابدۇرېشىت
ئابلىكىم نۇرمۇھەممەت
ئەلى ھاجى قۇربانىياز ئەمچى
ئەركىن قاسىم
تۇرغۇن ئۆمەر
تۇرغۇن تۇرسۇن
تۇنساگۈل مەتقاسىم
رۇقىيە قاۋۇز
رۇقىيە سادىق
زاھىدە توختى
غالىپ تۇردى
مۇتەللىپ ئەلى ھاجى ئەمچى
مەخسۇم ھېكىم
ئوبۇل تۇردى
ئوبۇلقاسىم مۇھەممەتسىدىق

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇر كىتاب تورى

维吾尔医药高等学校教材

维吾尔医生药学

（1）

主　　编：阿不都热依木·玉苏甫、木塔力甫·艾力阿吉艾米琪

副 主 编：茹克也木·卡吾孜、吾布力卡斯木·买提斯地克

编　　者：（按维吾尔文字母顺序排列）

阿不都热依木·玉苏甫
阿不都拉·阿不都热西提
阿不力克木·努尔买买提
艾力阿吉·库尔搬尼亚孜艾米琪
艾尔肯·卡斯木
吐尔洪·吾买尔
吐尔洪·吐送
吐尼沙古丽·买提卡斯木
茹克也木·卡吾孜
茹克娅·沙地克
扎合达·托合提
阿力甫·吐尔地
木塔力甫·艾力阿吉艾米琪
麦合苏木·艾克木
吾布力·吐尔地
吾布力卡斯木·买提斯迪克

新疆人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

维吾尔医生药学.上:维吾尔文/阿不都热依木·玉苏甫等编著.—乌鲁木齐:新疆人民卫生出版社,2012.10

ISBN 978—7—5372—5312—3

Ⅰ.①维… Ⅱ.①阿… Ⅲ.①维吾尔族—民族医学—生药学—高等学校—教材—维吾尔语(中国少数民族语言) Ⅳ.①R291.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 241718 号

维吾尔医生药学 (1)

主　编:阿不都热依木·玉苏甫、木塔力甫·艾力阿吉艾米琪
副主编:茹克也木·卡吾孜、吾布力卡斯木·买提斯地克
编　者:(按维吾尔文字母顺序排列)
阿不都热依木·玉苏甫、阿不都拉·阿不都热西提
阿不力克木·努尔买买提、艾力阿吉·库尔搬尼亚孜艾米琪
艾尔肯·卡斯木、吐尔洪·吾买尔
吐尔洪·吐送、吐尼沙古丽·买提卡斯木
茹克也木·卡吾孜、茹克娅·沙地克、
扎合达·托合提、阿力甫·吐尔地、
木塔力甫·艾力阿吉艾米琪、麦合苏木·艾克木
吾布力·吐尔地、吾布力卡斯木·买提斯迪克
责任编辑:优力吐孜·乌其洪江
责任校对:早热古丽·司地克
审　　定:新疆医科大学维吾尔医药系
封面设计:玛里亚木·依明
出　　版:新疆人民卫生出版社
地　　址:乌鲁木齐市龙泉街 196 号
网　　址:http://www.xjpsp.com
印　　刷:乌鲁木齐嘉年华印务有限公司
发　　行:新疆新华书店
版　　次:2012 年 10 月第 1 版
印　　次:2012 年 10 月第 1 次印刷
开　　本:880×1230 毫米 1/16
印　　张:39 插页 86
书　　号:ISBN 978—7—5372—5312—3
印　　数:1—1590
定　　价:116.00 元

www.uyghurkitap.com

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ۋە دورىگەرلىكى تولۇق كۇرس دەرسلىك ماتېرىياللىرىنى
تۈزۈش كومىتېتى ئەزالىرىنىڭ ئىسملىكى

مۇدىرلار: خۇڭجىڭ (دۆلەتلىك جۇڭگو تېبابەتچىلىك ۋە دورىگەرلىك ئىدارىسى مائارىپ مەھكىمىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى، پىروفېسسور، دوكتور)

مۇھەممەت ياسىن (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ نازىرى، پىروفېسسور)

مۇئاۋىن مۇدىرلار: پەرھات كېرەم (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى - مىللىي تېبابەتچىلىك ۋە دورىگەرلىك ئىدارىسىنىڭ باشلىقى، پىروفېسسور، دوكتور)

شى پېڭجيەن (دۆلەتلىك مائارىپ مىنىستىرلىقى ئالىي مائارىپ مەھكىمىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى)

جۇجيې (دۆلەتلىك جۇڭيى تېبابەتچىلىك ۋە دورىگەرلىك ئىدارىسى مائارىپ مەھكىمىسى ئوقۇتۇش باشقارمىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى)

جياڭ جەنرېن (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق مائارىپ نازارىتىنىڭ مۇئاۋىن نازىرى)

خالمۇرات غوپۇر (شىنجاڭ تىببىي ئۇنىۋېرسىتېتىنىڭ مۇدىرى، پىروفېسسور، دوكتور)

تۇرغۇن ئۇمەر (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىنىڭ مۇدىرى، مۇدىر ۋىراچ، پىروفېسسور)

ئەخمەت مەمەت (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى - مىللىي تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىدارىسى پەن - مائارىپ باشقارمىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى، مۇدىر پىراۋىزور)

ھەيئەتلەر: جياڭ شياڭياڭ (شىنجاڭ تىببىي ئۇنىۋېرسىتېتىنىڭ مۇئاۋىن مۇدىرى، پىروفېسسور، دوكتور)

جۇ جىڭيۇ (دۆلەتلىك جۇڭيى تېبابەتچىلىك ۋە دورىگەرلىك ئىدارىسى كادىرلار مائارىپ مەھكىمىسى ئوقۇتۇش باشقارمىسىدىن، مۇئاۋىن بۆلۈم دەرىجىلىك)

ئارىپ مۇھەممەتنىياز (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى مۇئاۋىن نازىر دەرىجىلىك كۆزەتكۈچى، ئالاھىدە تەكلىپ قىلىنغان تەتقىقاتچى)

فېڭ دۇڭ (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى - مىللىي تېبابەتچىلىك ۋە دورىگەرلىك ئىدارىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى)

ئابدۇرېھىم يۈسۈپ (شىنجاڭ تىببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىنىڭ مۇدىرى، پىروفېسسور، دوكتور)

سۇڭ شياۋپىڭ (شىنجاڭ تىببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىنىڭ سېكرېتارى، پىروفېسسور)

ئىسرايىل ئەبەي (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىنىڭ باشلىقى، پىروفېسسور، مۇدىر پىراۋىزور، تەتقىقاتچى)

ئەلى روزى (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىنىڭ مۇئاۋىن مۇدىرى، پىروفېسسور)

پەتتار مەخمۇت تۇرگۇن (شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتىنىڭ باشلىقى، باش مۇھەررىر)

ئابدۇرېھىم قادىر (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك يازما يادىكارلىقلىرىنى رەتلەش خىزمىتىگە رەھبەرلىك قىلىش ئىشخانىسىنىڭ مۇدىرى، تەتقىقاتچى)

روشەنگۈل ساۋۇر (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىنىڭ باشلىقى، مۇدىر پىراۋىزور)

شاۋكەت ئابدۇللا (قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىنىڭ باشلىقى، مۇئاۋىن مۇدىر ۋىراچ)

نۇرمۇھەممەت ئەمەت (شىنجاڭ تىببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىنىڭ مۇئاۋىن مۇدىرى، مۇئاۋىن تەتقىقاتچى، دوكتور)

تۇرغۇن تۇرسۇن (شىنجاڭ تىببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىدىن، پىروفېسسور)

ئەنۋەر توختى (شىنجاڭ تىببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىدىن، كاندىدات ئالىي مۇھەررىر، مۇئاۋىن تەتقىقاتچى)

رۇقىيە قاۋۇز (شىنجاڭ تىببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىدىن، دوتسېنت)

قۇربان ئەلى (شىنجاڭ تىببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىدىن، مۇئاۋىن مۇدىر ۋىراچ)

مۇتەللىپ ئەلى ھاجى ئەمچى (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، مۇدىر ۋىراچ، پىروفېسسور)

جۇرئەت توختى (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، پىروفېسسور)

ئابدۇقادىر ئابدۇۋايىت (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، ئالىي مۇھەررىر)

ئوبۇل ھەسەن (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، دوتسېنت)

ئوبۇل تۇردى (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، دوتسېنت)

پولات زىيادان (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، دوتسېنت)

پاتىگۈل ئوسمان (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، دوتسېنت)

مەتقاسىم ئوبۇلھەسەن (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، دوتسېنت)

ئوبۇلقاسىم مەتسىدىق (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، دوتسېنت)

ئەكبەر مۇھەممەت (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، دوتسېنت)

يۈسۈپجان مەتنۇر (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى، مۇئاۋىن مۇدىر ۋىراچ)

ئېھسان ئىمىن (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى، ئالىي مۇھەررىر)

باقى يۈسۈپ (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

مۇھەممەتقاسىم سىدىق (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

غالىپ تۇردى (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇئاۋىن مۇدىر ۋىراچ)

تۇرسۇن غوپۇر (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

ئابدۇرېھىم ئابدۇكېرەم (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇئاۋىن پىراۋىزور)

ئەركىن قاسىم (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنىدىن، كاندىدات ئالىي مۇھەررىر)

ئوبۇلقاسىم ئەخمەت (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى، مۇدىر ۋىراچ)

باقى ئالىم (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

ئەلى ھاجى قۇربانىياز ئەمچى (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

ئابدۇللا مەخمۇت (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

ئەزىز كەنجى (قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

مۇھەممەتئېلى مەھمۇدى (قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

رۇقىيە سادىق (قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر پىراۋىزور)

ھاشىرجان سىدىق (قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

ھەسەنجان ئىسمايىل (قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

روزىباقى ئابدۇۋاھىت (قارىقاش ناھىيەلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

ئەزىز ئابلىمىت (قارىقاش ناھىيەلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇئاۋىن مۇدىر ۋىراچ)

مەتسالى مەنسۇر (قارىقاش ناھىيەلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسىدىن، مۇدىر ۋىراچ)

يارمۇھەممەت ئىسرائىل (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى - مىللىي تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىدارىسى تېببىي مەمۇرىيەت باشقارمىسى مۇئاۋىن تەكشۈرگۈچى)

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ۋە دورىگەرلىكى تولۇق كۇرس دەرسلىك ماتېرىياللىرىنى تۈزۈش كومىتېتى ئىشخانىسى ئەزالىرىنىڭ ئىسىملىكى

ئىشخانا مۇدىرى: تۇرغۇن تۆمەر (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىنىڭ مۇدىرى، مۇدىر ۋىراچ، پىروفېسسور)

مۇئاۋىن مۇدىرلار:

ئابدۇرېھىم يۈسۈپ (شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىنىڭ مۇدىرى، پىروفېسسور، دوكتور)

ئەخمەت مەمەت (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى - مىللىي تېبابەتچىلىك ۋە دورىگەرلىك ئىدارىسى پەن - مائارىپ باشقارمىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى، مۇدىر پىراۋىزور)

مۇتەللىپ ئەلى ھاجى ئەمچى (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، مۇدىر ۋىراچ، پىروفېسسور)

ئەزالار: تۇرغۇن تۇرسۇن (شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىدىن، پىروفېسسور)

ئەنۋەر توختى (شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىدىن، كاندىدات ئالىي مۇھەررىر، كاندىدات تەتقىقاتچى)

ئابدۇقادىر ئابدۇۋاھىت (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، ئالىي مۇھەررىر)

پولات زىيادان (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، دوتسېنت)

رۇقىيە قاۋۇز (شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتىدىن، دوتسېنت)

ئەكبەر مۇھەممەت (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىدىن، دوتسېنت)

يارمۇھەممەت ئىسرائىل (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى - مىللىي تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىدارىسى تېببىي مەمۇرىيەت باشقارمىسى مۇئاۋىن تەكشۈرگۈچى)

ئەركىن ئالىم (شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتىدىن، كاندىدات ئالىي مۇھەررىر)

维吾尔医药学本科教材编写委员会组成人员名单

主任委员:	洪净	(国家中医药管理局人教司巡视员兼副司长,教授,博士)
	买买提·牙森	(新疆维吾尔自治区卫生厅厅长,教授)
副主任委员:	帕尔哈提·克力木	(新疆维吾尔自治区中医民族医药管理局局长,教授,博士)
	石鹏建	(教育部高等教育司副司长)
	周杰	(国家中医药管理局人教司教育处副处长)
	张建仁	(新疆维吾尔自治区教育厅副厅长)
	哈木拉提·吾甫尔	(新疆医科大学校长,教授、博士)
	吐尔洪·吾买尔	(新疆维吾尔医学专科学校校长,主任医师,教授)
	艾合买提·买买提	(新疆维吾尔自治区中医民族医药管理局科教处副处长,主任药师)
委员:	张向阳	(新疆医科大学副校长,教授,博士)
	周景玉	(国家中医药管理局人教司教育处副主任科员)
	阿尔甫·买买提尼牙孜	(新疆维吾尔自治区卫生厅副厅级巡视员,特聘研究员)
	冯东	(新疆维吾尔自治区中医民族医药管理局副局长)
	阿不都热依木·玉苏甫	(新疆医科大学维吾尔医药系主任,教授,博士)
	宋晓平	(新疆医科大学维吾尔医药系书记,教授)
	斯拉甫·艾白	(新疆维吾尔自治区维吾尔医医院院长,教授,主任药师,研究员)
	艾力·肉孜	(新疆维吾尔医学专科学校副校长,教授)
	帕塔尔·买合木提·土尔根	(新疆人民卫生出版社社长,总编)
	阿不都热依木·卡地尔	(自治区维吾尔医药文献整理工作领导小组办公室主任,研究员)
	菇仙古丽·沙吾尔	(和田地区维吾尔医医院院长,主任药师)
	肖开提·阿布都拉	(喀什地区维吾尔医医院院长,副主任医师)
	努尔买买提·艾买提	(新疆医科大学维吾尔医药系副主任,副研究员,博士)
	吐尔洪·吐送	(新疆医科大学维吾尔医药系,教授)
	安尼瓦尔·托乎提	(新疆医科大学维吾尔医药系,副编审,副研究员)
	茹克也木·卡吾孜	(新疆医科大学维吾尔医药系,副教授)
	库尔班·艾力	(新疆医科大学维吾尔医药系,副主任医师)
	木塔力甫·艾力阿吉艾米琪	(新疆维吾尔医学专科学校,主任医师,教授)
	居来提·托乎提	(新疆维吾尔医学专科学校,教授)
	阿布都卡地尔·阿布都瓦依提	(新疆维吾尔医学专科学校,编审)
	吾布力·艾山	(新疆维吾尔医学专科学校,副教授)
	吾布力·吐尔地	(新疆维吾尔医学专科学校,副教授)
	甫拉提·孜亚坦	(新疆维吾尔医学专科学校,副教授)
	帕提古丽·吾斯曼	(新疆维吾尔医学专科学校,副教授)
	买提卡斯木·吾布力艾山	(新疆维吾尔医学专科学校,副教授)
	吾布力卡斯木·买提斯迪克	(新疆维吾尔医学专科学校,副教授)

艾克拜尔·买买提 （新疆维吾尔医学专科学校，副教授）
玉苏甫江·买提努尔 （新疆维吾尔自治区维吾尔医医院副院长，副主任医师）
伊河山·伊明 （新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所副所长，编审）
巴克·玉苏甫 （新疆维吾尔自治区维吾尔医医院，主任医师）
买提卡斯木·斯地克 （新疆维吾尔自治区维吾尔医医院，主任医师）
阿里甫·吐尔地 （新疆维吾尔自治区维吾尔医医院，副主任医师）
吐尔逊·吾甫尔 （新疆维吾尔自治区维吾尔医医院，主任医师）
阿不都热依木·阿不都克热木 （新疆维吾尔自治区维吾尔医医院，副主任药师）
艾尔肯·卡斯木 （新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所，副编审）
吾布力卡斯木·艾合买提 （和田地区维吾尔医医院副院长，主任医师）
巴克·阿力木 （和田地区维吾尔医医院，主任医师）
艾力阿吉·库尔班尼亚孜艾米琪 （和田地区维吾尔医医院，主任医师）
阿布都拉·买合木提 （和田地区维吾尔医医院，主任医师）
艾则孜·坎吉 （喀什地区维吾尔医医院，主任医师）
买买提艾力·麻合木提 （喀什地区维吾尔医医院，主任医师）
茹克娅·莎地克 （喀什地区维吾尔医医院，主任药师）
阿西尔江·斯地克 （喀什地区维吾尔医医院，主任医师）
艾山江·司马义 （喀什地区维吾尔医医院，主任医师）
肉孜巴克·阿布都瓦依提 （墨玉县维吾尔医医院，主任医师）
艾则孜·阿布力米提 （墨玉县维吾尔医医院，副主任医师）
买提沙力·曼苏尔 （墨玉县维吾尔医医院，主任医师）
亚尔买买提·斯拉依力 （新疆维吾尔自治区中医民族医药管理局医政处副调研员）

维吾尔医药学本科教材编写委员会办公室组成人员名单

办 公 室 主 任：吐尔洪·吾买尔 （新疆维吾尔医学专科学校校长，主任医师，教授）
办公室副主任：阿不都热依木·玉苏甫 （新疆医科大学维吾尔医药系主任，教授，博士）
艾合买提·买买提 （新疆维吾尔自治区中医民族医药管理局科教处副处长，主任药师）
木塔力甫·艾力阿吉艾米琪 （新疆维吾尔医学专科学校，主任医师，教授）
办 公 室 成 员：吐尔洪·吐送 （新疆医科大学维吾尔医药系，教授）
安尼瓦尔·托乎提 （新疆医科大学维吾尔医药系，副编审，副研究员）
阿布都卡德尔·阿布都瓦依提 （新疆维吾尔医学专科学校，编审）
甫拉提·孜亚坦 （新疆维吾尔医学专科学校，副教授）
茹克也木·卡吾孜 （新疆医科大学维吾尔医药系，副教授）
艾克拜尔·买买提 （新疆维吾尔医学专科学校，副教授）
亚尔买买提·斯拉依力 （新疆维吾尔自治区中医民族医药管理局医政处副调研员）
艾尔肯·阿力木 （新疆人民卫生出版社，副编审）

www.uyghurkitap.com

كىرىش سۆز

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ــ ئەمگەكچان، ئۇيغۇر خەلقىنىڭ تارىختىن بۇيان تەبىئەت ھادىسىلىرىنى تونۇش، تەبىئەت قانۇنىيەتلىرىنى ئىگىلەش ۋە ئادەم بەدىنىگە تەتبىقلاش ئارقىلىق بەدەندە پەيدا بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە تاقابىل تۇرۇش، ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاش ئەمەلىيىتىدە بارلىققا كەلگەن مول تەجرىبىلىرىنىڭ ئىلمىي يەكۈنى. ئۇ، مۇكەممەل نەزەرىيەۋى سىستېمىغا، ئۇنۇملۇك داۋالاش ئەمەلىيىتىگە ۋە مول دورا مەنبەلىرىگە ئىگە بولۇپ، تارىختىن بۇيان شىنجاڭدىكى ھەر مىللەت خەلقىنىڭ ساقلىقىنى ساقلاش، داۋالاش ئىشلىرىدا مۇھىم رول ئويناپ كەلگەن. ئازادلىقتىن كېيىن، بولۇپمۇ ئىسلاھات ئېلىپ بېرىلغان 30 يىلدىن بۇيان پارتىيەنىڭ جۇڭيى - مىللىي تېبابەتچىلىك ئىشلىرىغا قارىتىلغان قوغداش، ۋارىسلىق قىلىش ۋە راۋاجلاندۇرۇش سىياسىتىنىڭ تۈرتكىسىدە ئۇيغۇر تېبابىتى تېپىلغۇسىز تەرەققىيات پۇرسىتىگە ئېرىشىپ، ئۆزىنىڭ ھاياتىي كۈچىنى نامايان قىلدى. دۆلەت ئىچى - سىرتىدىكى ئالىم، مۇتەخەسسىسلەرنىڭ مۇئەييەنلەشتۈرۈشىگە ۋە بىمارلارنىڭ ئىشەنچىسىگە ئېرىشىپ كەلدى.

شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومى 1987 - يىلى تۇنجى قېتىم ئوقۇغۇچى قوبۇل قىلىشنى باشلىغانىدى. 1998 - يىلدىن بۇيان شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى جۇڭيى مائارىپ ئىنستىتۇتى بىلەن بىرلىشىپ، ئۇيغۇر تېبابىتى جۇڭيى مائارىپى بويىچە تولۇق كۇرس داۋالاش ۋە دورىگەرلىك كەسپلىرىنى، 2005 - يىلدىن بۇيان جياڭشى جۇڭيى تېبابەتچىلىك ئىنستىتۇتى بىلەن بىرلىشىپ، ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ تولۇق كۇرس داۋالاش ۋە دورىگەرلىك كەسپلىرىنى ئاچتى. 2004 - يىلى شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق خەلق ھۆكۈمىتىنىڭ قارار قىلىشى ۋە دۆلەت مائارىپ مىنىستىرلىقىنىڭ تەستىقلاپ ئەنگە ئېلىشى بىلەن شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك فاكۇلتېتى قۇرۇلۇپ، 2006 - يىلدىن باشلاپ پۈتۈن كۈنلۈك، بەش يىللىق تۈزۈمدىكى ئۇيغۇر تېبابىتى تولۇق كۇرس داۋالاش كەسپى بويىچە ھەر يىلى ئوقۇغۇچى قوبۇل قىلىپ كەلمەكتە.

شۇنىڭدىن بۇيان بۇ ئىككى مەكتەپ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي مائارىپىنى يەنىمۇ بىر بالداق يۇقىرى كۆتۈرۈپ، «ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك تولۇق كۇرس ئوقۇتۇش پىروگراممىسى» ۋە ئوقۇتۇش تەلىپىگە ئاساسەن دەرسلىك ماتېرىياللىرىنى تۈزۈپ سىناق تەرىقىسىدە ئوقۇتۇشتا قوللاندى. ئوقۇتۇش ئەمەلىيىتى جەريانىدا ئىككى مەكتەپ دەرسلىك مەزمۇنىغا قارىتا، قايتا - قايتا تولۇقلاش ۋە تۈزىتىش ئېلىپ بېرىپ، دەرسلىكلەرنىڭ مەزمۇن ۋە قۇرۇلمىسىنى ئۈزۈكسىز مۇكەممەللەشتۈردى.

قولىڭىزدىكى بۇ «ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى» ئىككى مەكتەپنىڭ ئوقۇتۇش پىروگراممىسىغا ئاساسەن شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىنىڭ 26 تۈرلۈك ئىككىنچى ئەۋلاد دەرسلىك ماتېرىياللىرىنى ئاساس، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك كىلاسسىك ئەسەرلىرىنى مەنبە، ئىككى مەكتەپ ۋە شىنجاڭدىكى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك مۇتەخەسسىسلىرىنىڭ قاتنىشىشى بىلەن تۈزۈپ چىقىلغان ئۇيغۇر تېبابىتى تۇنجى ئەۋلاد تولۇق كۇرس دەرسلىكى.

بۇ دەرسلىك ئومۇمىي قىسىم ۋە مەخسۇس قىسىمدىن ئىبارەت ئىككى قىسىمغا بۆلۈندى. ئومۇمىي قىسىمدا ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ھەققىدە ئومۇمىي چۈشەنچە بېرىلدى. مەخسۇس قىسىمدا ئۇيغۇر تېبابىتىدە دائىم ئىشلىتىدىغان خام دورىلارنى غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى پىشۇرغۇچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى سۈرگۈچى دورىلار، قان تازىلىغۇچى دورىلار، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار، ياللۇغ قايتۇرغۇچى دورىلار، تاش پارچىلىغۇچى دورىلار قاتارلىق مەزمۇنلارغا بۆلۈپ چۈشەندۈرۈلدى.

بۇ تولۇق كۇرس دەرسلىكىنى تۈزۈش ئۇيغۇر تېبابىتى تارىخىدا تۇنجى قېتىملىق ئىش بولغانلىقى ئۈچۈن، دەرسلىكىمىزدە خاتالىق ۋە سەۋەنلىكلەرنىڭ بولۇشى تەبىئىي. ئالاقىدار مۇتەخەسسىسلەر، كەسىپداش ۋە كەڭ ئوقۇرمەنلەرنىڭ قىممەتلىك تەكلىپ - پىكىر بېرىشىنى سەمىمىي ئۈمىد قىلىمىز.

بۇ دەرسلىكلەرنى تۈزۈش جەريانىدا سەھىيە مىنىستىرلىقى، دۆلەتلىك جۇڭيى تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىدارىسى، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى - مىللىي تېبابەتچىلىك ۋە دورىگەرلىك ئىدارىسى، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق مائارىپ نازارىتى، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق مالىيە نازارىتى، شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى، شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومى قاتارلىق ئورۇنلار ئادەم كۈچى ۋە ئىقتىساد جەھەتتە كۆپ ياردەمدە بولدى. شۇ مۇناسىۋەت بىلەن رەھبەرلەر، مۇتەخەسسىسلەر ۋە ئوقۇتقۇچى - ئۇستازلارغا چوڭقۇر رەھمەت ۋە ئېھتىرام بىلدۈرىمىز.

شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك تولۇق كۇرس
دەرسلىك ماتېرىياللىرىنى تۈزۈش كومىتېتى ئىشخانىسى

2010 - يىلى ئۆكتەبىر

前　言

维吾尔医学是勤劳的维吾尔族人民在漫长的治病、防病过程中，掌握大自然规律并运用到人体中，在预防和诊疗人体疾病实践中形成的丰富经验和科学结晶。它具有完整的理论体系，拥有实用和丰富多样的药材来源。长期以来，在保证新疆各族人民的健康和诊疗中起着重要作用。建国后，特别是改革开放30年来，在党和政府对中医民族医学事业的保护、继承和发展有关政策的推动下，维吾尔医学事业获得了前所未有的发展机遇，充分发挥了维吾尔医学的传统优势，并获得了国内外学者专家的肯定和广大患者的赞扬。

新疆维吾尔医学专科学校自1987年开始首次招收学生以来，第二年便与新疆医科大学成人教育学院联合办学，设有维吾尔医学成人教育本科医疗和医药学专业，2005年开始，与江苏中医学院联合办学，设有维吾尔医学本科医疗和医药学专业。2004年经新疆维吾尔自治区人民政府的批准和国家教育部备案后建立了新疆医科大学维吾尔医药学系，2006年每年招收全日授课五年制维吾尔医学本科医疗专业的学生。

从此，这两所院校为了进一步提高维吾尔医学高等教育层次，根据《维吾尔医学——药学本科教学大纲》和教学的要求编写教材并试用。在教学过程中，两所院校对教材内容进行补充、反复修改，不断地加以完善。

《维吾尔医生药学》两所院校教育大纲，以新疆维吾尔医学专科学校第二代教材为主，在两所院校和全疆维吾尔医学药学专家的参与，编写出的维吾尔医学第一代本科教材。

该教材分总论和各轮两部分。总论部分讲解维吾尔医生药概念：各论部分分别讲解维吾尔医常用生药异常 HElit（合立体）成熟药，清血药，开窍通组药，消炎药，排石药等内容。

由于编写本科教材，难免有错误和不足之处，希望有关专家，专业人才和广大读者提出宝贵意见和建议。

在本教材编写过程中，卫生部国家中医药管理局，新疆维吾尔自治区卫生厅，新疆维吾尔自治区中医民族医药管理局，新疆维吾尔自治区教育厅，新疆维吾尔自治区财政厅，新疆医科大学，新疆维吾尔医专科学校等单位给予了大力支持，在此，向各位领导，专家和老师表示衷心感谢。

新疆维吾尔医药学本科教材编写委员会办公室

2012年10月

www.uyghurkitap.com

مۇندەرىجە

(بىرىنچى توم)

ئومۇمىي قىسىم

بىرىنچى باب ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلار ئىلمى ھەققىدە چۈشەنچە 3
1 § . ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلىرى ھەققىدە چۈشەنچە 3
2 § . ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلار ئىلمىنىڭ تەتقىقات ئوبيېكتى 4
3 § . ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلار ئىلمىنىڭ ۋەزىپىسى 4
4 § . ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلار ئىلمىنى ئۆگىنىش ئۇسۇلى 5
5 § . ئۇيغۇر تىبابىتى دورىگەرلىك ئىلمىنىڭ قىسقىچە تەرەققىيات تارىخى 5
6 § . ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلار ئىلمىنىڭ كەلگۈسى تەرەققىيات نىشانى 28
ئىككىنچى باب ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلىرىنىڭ كېلىش مەنبەسى، ئۇلارنى يىغىۋېلىش، ساقلاش ۋە ئۇنۇملۇك ساقلىنىش مۇددىتى 29
1 § . ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلىرىنىڭ كېلىش مەنبەسى 29
2 § . ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلىرىنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ۋە ئۇنۇمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى 30
ئۈچىنچى باب ئۇيغۇر تىبابىتىدە خام دورىلارنى تونۇش ۋە پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇللىرى 36
1 § . قاراپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى 36
2 § . پۇراپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى 36
3 § . تېتىپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى 37
4 § . سىيلاشتۇرۇپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى 38
5 § . سۇغا چىلاپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى 41
6 § . ئوتتا كۆيدۈرۈپ پەرقلەندۈرۈش 41
7 § . ھازىرقى زامان تېخنىكىسىدىن پايدىلىنىپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى 41
تۆتىنچى باب ئۇيغۇر تىبابىتىدە خام دورىلارنىڭ تەبىئىتىنى بەلگىلەش ۋە ئۇلارنى خۇسۇسىيەتكە ئايرىش 43
1 § . ئۇيغۇر تىبابىتىدە خام دورىلارنىڭ تەبىئىتىنى بەلگىلەش 43
2 § . ئۇيغۇر تىبابىتىدە خام دورىلارنى خۇسۇسىيەتكە ئايرىش 44
3 § . ئۇيغۇر تىبابىتىدە خام دورىلارنىڭ ماددىي تەسىرى بىلەن كەيپىيات تەسىرىنى ئايرىش ۋە پەرقلەندۈرۈپ ئىشلىتىش 45
4 § . ئۇيغۇر تىبابىتى خام دورىلىرىنىڭ تۈزەتكۈچىسى ۋە ئورۇنباسارىنى ئىشلىتىش پىرىنسىپى 48

مەخسۇس قىسىم

بىرىنچى باب خىلتسىز غەيرىي تەبىئىي كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار 51

§ 1 . خىلتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار 51

لىمون 51

ئاپېلسىن 53

پەمىدۇر 54

شاپتۇل 56

تاۋۇز 57

بۆلجۈرگەن 59

بېھى 60

ئامۇت 61

قاپاق 63

قاپاق يېغى 64

§ 2 . خىلتسىز ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار 65

كېۋەز ئانىسى 66

يۇمغاقسۈت 67

كاھۇ 68

گىلاس 70

ئۈترۈج 71

ئالۇچا 72

ئاچچىق ئانار 73

يېشىل چاي 75

§ 3 . خىلتسىز ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار 76

زەنجىۋىل 76

رۇمبەدىيان 78

دارچىن 79

شاخ دارچىن 81

دارچىن يوپۇرمىقى 82

قەلەمپۇر 83

قارىمۇچ 85

www.uyghurkitap.com

پىلپىل 87
پىلپىل يىلتىزى.. 88
4 § . خىلتىسىز قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار 90
رەيھان.. 90
قاپاق ئۇرۇقى.. 92
ئاق ئۈجمە 93
ئۆرۈك مېغىزى 94
تاتلىق بادام مېغىزى 95
ئاچچىق بادام يېغى.. 97
ئىككىنچى باب غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تەڭشىگۈچى دورىلار........................ 99
1 § . غەيرىي تەبىئىي سەپرانى تەڭشىگۈچى دورىلار 99
سېمىز ئوت 99
سەبدىگۈل 101
پاقىيوپۇرمىقى 103
سۇماق 104
ئالقات مېۋىسى 106
تېرىق 107
ئەينۇلا 108
قارىئۆرۈك 110
ئاناناس 111
مەككە چامغۇرى 112
جىنەستە 113
2 § . غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار........................ 114
چوڭ سۈتلۈكئوت.. 114
كىچىك سۈتلۈكئوت.. 116
ئارپىبەديان 117
خوخا.. 119
سەبرىگۈلى 120
3 § . غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار 122
ئات سۈتى قايمىقى 122
سۇزە.. 123
كىيۇرە 124

يېسسىمۇق 125
گۇرەل 126
قوي يىلىكى 128
قىزىل بۇغداش 129
كالا سۈتى 130
قايماق 131
ئانا سۈتى 132
4 § . غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار 133
كافۇر 134
ئىتئۈزۈمى 136
قىزىل سەندەل 137
كاھۇ يېغى 139
چۈچۈمەل ئانار 140
ئۈچىنچى باب غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى پىشۇرغۇچى دورىلار 142
1 § . غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار 142
بىنەپشە 142
نىلۇپەر گۈلى 144
كاسنە ئۇرۇقى 145
قىزىلگۈل 146
2 § . غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار 148
چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 148
ئەنجۇر قېقى 151
بادرەنجبۇيا ھىندى 152
بابۇنە 154
ئاكاتسىيە دەرىخى ئۇرۇقى 155
3 § . غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار 156
سەرپىستان 157
ئۇستقۇددۇس 158
گاۋزىبان ھىندى 159
بىستىپايەج 161
بادرەنجبۇياچىنى 162
تاغ بادرەنجبۇيىسى 164

www.uyghurkitap.com

ئەپتىمون ئۇرۇقى 165
ئۇد سەلىب 167
پىرسىياۋشان 168
تۆتىنچى باب غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى سۈرگۈچى دورىلار 171
§ 1 . غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى سۈرگۈچى دورىلار 171
سېرىق ھېلىلە 171
بەلىلە 173
كىشمىش 175
تەمرىھىندى 176
§ 2 . غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرگۈچى دورىلار 177
تۇربۇت 178
ئاچچىقتاۋۇز 179
سەبرە 181
سانا 182
چاچراتقۇ 184
ئېيىقئۇزۇمى 186
ئىنەكپىتى يېغى 187
قەنتەرىيون 188
ماھىزەھرەج 190
چىلاپا 191
مازارىيون 192
غارىقۇن 193
غاپەس 195
ئابدىمىلىك يېغى 197
§ 3 . غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى سۈرگۈچى دورىلار 198
خىيارشەنبەر 198
تەرەنجىبىن 200
سېرىقيۈگەي 201
لاجۇۋەرد 203
سوقمونىيا 205
شىرخىست 207
ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى 208

بەشىنچى باب قان تازىلىغۇچى دورىلار 210
چۆپچىن 210
قىزىل چۆپچىن 212
چار يىلان 213
زۇلۇك 215
سازاڭ 216
ئۇچقۇن پاقا 218
گۇڭگۇرت 219
قىزىل سىر 221
سىماب 223
سەنكىيا 225
كەپرەس 227
پىدىگەن يىلتىزى 228
كەكرە 229
پۇنۇس ئۇرۇقى 230
يەرلىك سوپۇن 232
سۇپۇرگە ئۇرۇقى 233
خىنىگۇل 234
قەسبۇزەرىرە 236
قارا ھېلىلە 238
چالموگرا 239
شاھتەررە ھىندى 240
سەرخىس 242
ئاق تېرەك قوۋزىقى 243
ئالتىنچى باب قان كۆپەيتكۈچى دورىلار 245
تۆمۈر 245
قامچىئوت يىلتىزى 246
پىششىق ئەگرسۇناي 248
ئېشەكيېلىمى 249
قۇرتئوت 250
قانتىپەر 251
خورما 253

قوغۇن 254
قارا ئۆجمە 255
شېكەر قومۇشى 256
پېدىگەن 258
تۆمۈر كېپىكى 259
تاتلىق ئانار 261
ئام 262
قىزىل ئۈزۈم 263
قارا شېكەر 264
پاقلان گۆشى 265
قوتاز سۈتى 266
يەتتىنچى باب قاننى سۇيۇلدۇرغۇچى دورىلار 268
كىچىك چىلان 268
كەتمەنقوڭغۇز 269
ئۈچارچاشقان مايىقى 271
سۆڭپىياز 272
ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى 274
قىرىقبوغۇم 275
سەككىزىنچى باب قان توختاتقۇچى دورىلار 277
چاغىرچاي 277
كىچىك خوخا 278
ئانقۇلاق 280
قاشلىقئوت 281
قويكۆزى ئوتى 282
كالىقۇلاق 283
ئارچا يوپۇرمىقى 284
يۇلغۇن مېۋىسى 285
ئەنجبار 287
ئانارگۈل 288
توشقانكالپۇك 289
يالغان ئادەمگىياھ 290
يېكەن توزغىقى 291

قەغىز كۆلى 293
بۇغا مۈڭگۈزى 293
غازتاپان چۆپى 295
تۇخۇم شاكىلى 296
شادىنەج 297
سەدەپ 298
سۆئلەپ چىنى 300
خۇنسىياۋشان 301
لىھيەتۇتتىس 303
غاز قانتىئوتى 304
چاچ كۆمۈرى 305
توشقانئوتى 306
كېپىك قىنى 307
تۇخۇمەك مېۋىسى 308
قىزىلگۈل چېچى 309
قامچىگۈل 310
كىرپە تېرىسى 311
توققۇزىنچى باب توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار 313
كاسىنە يىلتىزى 313
جۆئدە 314
جاۋشىر 315
ئەمەن 317
ھەببى بىلسان 319
ئاسارۇن 320
ئەپسەنتىن 322
چۆل رەيھىنى 323
بەنگىرە 325
ئۇد بىلسان 326
خەرنۇب 327
ئىگىر 328
مۇقەل 330
مۇغاس 332

زەنجىۋىل شامى 333
چىغىرتماق ئۈرۈكى 335
كەرەپشە 336
كەكرە ئۈرۈكى 338
ياز غازىڭى 339
شىۋاق 340
ھەشقىپىچەك گۈلى 342
ئەنجۈدان يىلتىزى 343
موزايىپىشى 344
سەكىنەج 345
تەنكار 346
شەپەرەڭ 348
تال غازىڭى 349
شەپەرەڭ مايىقى 350
كەرەپشە يىلتىزى 351
ئات سۈتى 352
بىخ سەۋسەن (ئىرسا) 353
توخۇ يېغى 355
قەلەمپۇر يوپۇرمىقى 356
قىزىل چۇغلۇق 357
ئونىنچى باب ياللۇغ قايتۇرغۇچى دورىلار 359
ئۈچقات 359
خام ئەگىرسۇناي 361
شاتارى 362
ئالتۇن شاخ 364
بۇيا ئۈرۈكى 365
يەر توزغىقى 366
قامچىئوت 367
مامكاپ 369
كېۋەز ئانىسى ئۈرۈكى 370
چۇپۇرشاڭ 371
چۇقا 372

چۆل يالپۇزى …… 373
ئاقتىكەن …… 374
ئەڭلىكئوت …… 376
ئاق لەيلى يىلتىزى …… 377
بۇدۇشقاق …… 379
كاكىنەچ …… 380
ئاق لەيلىگۈل …… 382
ھەمىشباھار ئۇرۇقى …… 383
ئىسپىغۇل …… 385
قار لەيلىسى …… 386
مامىرانچىن …… 387
چىغىرتماق يىلتىزى …… 389
تومۇر دورىسى …… 390
ئۈجمە يوپۇرمىقى …… 392
كۈتىكى …… 394
يىلان قاسرىقى …… 395
دىڭزىيا …… 397
ياڭاق كۆك پوستى …… 398
چىنار دەرىخى …… 399
خەيدەي (لامنارىيە) …… 401
يېزىخۇ ئەمىنى …… 402

ئون بىرىنچى باب ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلار …… 404

قارادان …… 404
جاغجاقئوت …… 405
جامكا …… 406
پەربۇن …… 407
ئاق موم …… 408
تىكەنلىك لېپەكگۈل …… 410
سېغىنچېچىكى …… 411
چىغىرتماق گۈلى …… 412
يانتاق …… 413
تۇخۇم ئېقى …… 414

ماھۇدانە 416
ئىكلىلمىلىك 417
قىزىلگۈل يېغى 418
سۆگەتگۈل 419
مامچەمەك 421
بۇغداي كېپىكى 422
كەپتەر تۇخۇمى 423
تەرتىز 424
ئون ئىككىنچى باب قىزىتما قايتۇرغۇچى دورىلار 426
ئانىمارزىنا 426
قاغىتىرنقى 427
شاقايىقۇننۇئمان 429
تالك 430
مودەنگۈل يىلتىزى پوستى 432
گاۋزىبان چىنى 433
لوكات 435
لوپنۇر كەندىرى 436
قىرىقىز 437
سۆگەت 439
تاشئوت 441
سىركە 442
ئاق لەيلى ئۇرۇقى 443
ئارپىخان 445
جەرەن مۈڭگۈزى 446
ئون ئۈچىنچى باب سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار 448
تاۋۇز ئۇرۇقى 448
كۆك كاۋا شاپىقى 450
كالىلەكبەسەي 451
كۆممىقوناق ساقىلى 452
تۇرۇپ 454
چىنىگۈل 455
ياۋا كەشمىر 456

پىلىكئوت 458

پالما مەرىزى 459

ئاپتاپپەرەس يىلتىزى 460

كەرەپشە ئۇرۇقى 461

تەرخەمەك ئۇرۇقى 462

ئەتىرگۈل 464

تاۋۇزەك 465

پالەك ئۇرۇقى 466

بەديان يىلتىزى 467

يىسسىۋىلەك ئۇرۇقى 468

مودەنگۈل 469

ئون تۆتىنچى باب تاش پارچىلىغۇچى دورىلار 471

تىللائوت 471

ماگنىت تېشى 473

ئوغرىتىكەن 474

ھەجرۇليەھۇد 476

بېلىق مېڭە تېشى 477

قوغۇن ئۇرۇقى 478

قوغۇن ساپىقى 479

پارقىراق قوڭغۇز 481

شور قەلىمى 482

ئون بەشىنچى باب چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلار 483

پىيزەك 483

بانان 484

سەۋزە 486

زەيتۇن مېۋىسى 487

ئۆرۈك مېغىزى يېغى 489

ئۆرۈك 490

كۆك كاۋا 491

كۆدە 492

بېدە 494

پالەك 495

قوناق 497
كاۋا 498
سېرىق ماي 499
ئون ئالتىنچى باب يەل ھەيدىگۈچى دورىلار 501
كەپە 501
يەرلىك توغرىغۇ 502
تاشتۈز 504
كېلەر 505
شاكال بەدىيان 506
مۈشكى تارامىشكى 508
زاراڭزا مېغىزى 509
زەرچىۋە 510
سۇزاپ ئۇرۇقى 512
تۆگىقۇشى 513
كۇدە ئۇرۇقى 514
كەسلەنچۈك 515
كەرۋىيا 517
ئۇشەق 518
تاغ سامىسقى 520
زىرە 521
تۇرنا گۆشى 522
شالدىر بۇيا 523
مۇسۋاك دەرىخى قوۋزىقى 524
ئون يەتتىنچى باب مەددە قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلار 526
ھەببۇلمۇلۇك 526
ھەببۇلمۇلۇك يېغى 528
نەغەزگۈلى يىلتىزى 530
گۈلەمبەر 531
بەرەڭگى كابۇلى 532
كاۋا ئۇرۇقى 534
قەمبىل 535
فۇپەل 536

www.uyghurkitap.com

ئەدەس 539

باقىلە 540

تۇرمۇس 541

ئاچچىق بادام 542

ئانار يىلتىزى پوستى 543

ئون سەككىزىنچى باب ھەيزنى راۋان قىلغۇچى دورىلار 545

ھەببۇلبان 545

ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى 547

جۇزنەك 548

دەرمىنە تۇركى 549

ئەنجۇدان ئۇرۇقى 550

زاراڭزا چىچىكى 552

ئارچا مېۋىسى 553

ئاپتاپپەرەس گۈلى 555

ئون توققۇزىنچى باب قەي قىلدۇرغۇچى دورىلار 557

ئاق خەربەق 557

تۇرۇپ ئۇرۇقى 559

قارىكۆز بەدىيان مايىسى 561

ئومۇمي قىسىم

ئۇيغۇر كىتاب تورىسى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

بىرىنچى باب ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى ھەققىدە چۈشەنچە

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى — ئۇيغۇر تېبابىتى ئاساسىي پەنلىرىنىڭ ئەمەلىيەت قىسمىغا كىرىدىغان، سالمىقى ئېغىر، ئەمەلىيەتچانلىقى كۈچلۈك، ئۆگىنىش بىرقەدەر قىيىن بولغان مۇھىم پەنلەرنىڭ بىرى بولۇپ، ئۇيغۇر تېبابىتىنى ئۆگىنىدىغان ھەرقانداق كىشى ئۈچۈن چوقۇم ئوقۇلىدىغان پەندۇر.

1 §. ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرى ھەققىدە چۈشەنچە

ئۇيغۇر تېبابىتى ئاساسلىرىنىڭ يېتەكچىلىكىدە كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش، دىياگنوز قويۇش، داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان ئۆسۈملۈك، ھايۋانات ۋە مەدەنلەرنى ئۆز ئىچىگە ئالغان، تەبىئەتتىن كەلگەن، بەلگىلىك تازىلىق ئۆلچىمىدىن ئۆتۈپ ساپلاشتۇرۇلغان ماددا خام دورا دېيىلىدۇ.

ئۆسۈملۈك، ھايۋانات ۋە مەدەنلەرنى ئۆز ئىچىگە ئالغان خام دورىلارنىڭ بارلىققا كېلىشىدىكى ئاساسلىق ماددا بولسا ئوت، ھاۋا، سۇ، تۇپراقتىن ئىبارەت تۆت چوڭ ماددا (تۆت تادۇ) بولۇپ، ئۇلار ئۆزلىرىنىڭ كەيپىيات، خۇسۇسىيەتلىرى ئارقىلىق تەبىئەت دۇنياسىدىكى بارلىق جانلىق ۋە جانسىز ماددىلارغا ھەر ۋاقىت تەسىر كۆرسىتىپ، ئۇلاردا مۇئەييەن مىزاجنى شەكىللەندۈرىدۇ. ئىنسانلار تۆت چوڭ ماددىنىڭ تەسىرىگە ئۇچراپ، مۇئەييەن مىزاجغا ئىگە بولغان ئوزۇقلۇقلارنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن، شۇ ئوزۇقلۇقلاردىن بەدەندە ھاياتلىق ئۈچۈن مۇھىم بولغان تۆت خىلت شەكىللىنىدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئىنسان بەدىنى شۇ خىل خىلتلاردىن ئوزۇقلىنىپ، ھاياتلىقنى داۋاملاشتۇرىدۇ ھەم شۇنىڭغا ماس ھالدا ئىنسان بەدىنىدە مۇئەييەن مىزاج شەكىللىنىدۇ. شۇڭا ئىنسان بەدىنىدىكى مىزاج ۋە خىلتنىڭ نورماللىقى ساغلاملىقنىڭ ئاساسى ھېسابلىنىدۇ. ئەمما ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن مىزاج ۋە خىلتلاردا تەڭپۇڭسىزلىق كۆرۈلسە، ئورگانىزمنىڭ ھاياتلىق پائالىيىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ.

بۇنىڭدىن كۆرۈۋېلىشقا بولىدۇكى، ئىنسان بەدىنىدىكى ھەربىر نورمالسىزلىقنىڭ مەنبەسى يەنىلا تۆت چوڭ ماددىنىڭ تەسىرىدىن بارلىققا كەلگەن ھەر خىل تەركىبلەرنىڭ ئىنسان بەدىنىگە كۆرسەتكەن تەسىرى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. شۇڭا كېسەل داۋالاش ئەمەلىيىتىدە ئورگانىزمدىكى تەڭپۇڭسىزلىقلارنى تۈگىتىپ، ساقلىقنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن يەنىلا تۆت چوڭ ماددىنىڭ تەسىرىدە مۇئەييەن مىزاج (كەيپىيات) ۋە خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە بولغان ھەر خىل دورىلار ئىشلىتىلىپ، كېسەللىكنىڭ تەرەققىي قىلىپ ئىنسان ھاياتىغا خەۋپ يەتكۈزۈشىنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ.

دېمەك، دورا — تۆت چوڭ ماددىنىڭ تەسىرىدە مۇئەييەن تەبىئەت ۋە خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولۇپ،

بەدەنگە كىرگەندىن كېيىن ئۆزىنىڭ تەبىئەت ۋە خۇسۇسىيەت تەسىرلىرى بىلەن بەدەندىكى ھەر خىل تەڭپۇڭسىزلىقلارنى ئەسلىگە كەلتۈرۈپ، بەدەندىكى ھەر خىل قۇۋۋەتلەرنىڭ يىغىندىسى بولغان «تەبىئەت» نى كەچلەندۇرۇش ئارقىلىق كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش، داۋالاش ۋە دىياگنوز قويۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

بۇنىڭدىن كۆرۈۋېلىشقا بولىدۇكى، دورا — ئورگانىزمدىكى ھەر خىل تەڭپۇڭسىزلىقلارنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشتە «تەبىئەت» كۈچىگە ياردەم بېرىدىغان مۇھىم بىر ۋاستە بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. شۇڭا ئۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنى ھەممىگە قادىر بىردىنبىر ۋاستە دەپ قاراشقا، ئۆلۈك ھالدا قارىغۇلارچە ئىشلىتىۋېرىشكە ھەم ئۇنىڭ رولىغا سەل قاراشقا بولمايدۇ. چۈنكى ھەربىر كىشىنىڭ بەدەن تۈزۈلۈشى، مىزاج، خىلت، قۇۋۋەت، روھ جەھەتلەردىكى ئالاھىدىلىكلىرى ئوخشاش بولمىغاچقا، بىر كىشىگە مەنپەئەت قىلغان، ياخشى ئۈنۈم بەرگەن دورىلار يەنە بىر كىشىگە مەنپەئەت قىلمايدۇ ياكى ياخشى ئۈنۈم بەرمەيدۇ.

شۇڭا، دورا داۋالاش تەدبىرلىرى ئىچىدىكى مۇرەككەپ ۋە مۇھىم تەركىبلەرنىڭ بىرى، دەپ قارىلىدۇ. دورىلارنى ھەربىر كىشىنىڭ يېشى، مىللىتى، جىنسى، بەدىنىنىڭ كۈچلۈك ـ ئاجىزلىقى، كېسەللىكنىڭ ئېغىر ـ يەڭگىللىك دەرىجىسى، بىمار ياشىغان يۇرت ئىقلىمىنىڭ ھاۋا كىلىماتى، جۇغراپىيەلىك ئورنى، كېسەل بولغان پەسلى، بىمارنىڭ تۇرمۇش ئادەتلىرى ھەم ئۆرپ ـ ئادەتلىرى، ئامراق يېمەك ـ ئىچمەكلىرى، كەسپى قاتارلىقلارغا ئاساسەن جانلىق ئىشلىتىش كېرەك.

2 § . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمىنىڭ تەتقىقات ئوبيېكتى

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى — تەبىئەت دۇنياسىدا مەۋجۇت بولۇپ تۇرغان ئۇيغۇر تېبابىتىدە ئىشلىتىلىپ كېلىۋاتقان دورىلارنىڭ نامى، كېلىش مەنبەسى، ئۇلارنى تونۇش، پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇللىرى، تەبىئىتى، خۇسۇسىيىتى، ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇللىرى، زەھەرلىك ۋە زىيانلىق تەسىرى ۋە ئۇنى تۈزىتىش چارىلىرى، ئورۇنباسارى ۋە ئىشلىتىش مىقدارى، دىققەت قىلىدىغان ئىشلار قاتارلىقلارنىڭ قائىدە ـ قانۇنىيەتلىرىنى ئۆزىنىڭ تەتقىقات ئوبيېكتى قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا، ئۇنىڭ يەنە خام دورىلارنىڭ ساپلىق دەرىجىسىنى سىناق قىلىش، راست ـ يالغان دورىلارنى تەكشۈرۈپ ئايرىش، خام دورىلارنىڭ خىمىيەلىك تەركىبى ۋە فارماكولوگىيەلىك تەسىرىنى تەتقىق قىلىشقا ياردەم بېرىش رولىمۇ بار.

3 § . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمىنىڭ ۋەزىپىسى

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى — ئۇيغۇر تېبابىتى دورىگەرلىك كەسپى ئاساسىي پەنلىرى ئىچىدىكى ئەڭ مۇھىم، ئىشلىتىلىش دائىرىسى ئەڭ كەڭ بولغان بىر پەن بولۇپ، ئۇنىڭ ۋەزىپىسى ئىلىم ـ پەن، مائارىپ ئارقىلىق تەبىئىي دورا مەنبەلىرىنى ئېچىش، ئىشلەپچىقىرىشنى راۋاجلاندۇرۇش، دورا ماتېرىياللىرىنىڭ سۈپىتىنى ئۆستۈرۈش، بىخەتەر، ئۈنۈملۈك دورا ئىشلىتىشنى كاپالەتلەندۈرۈپ،

دورىگەرلىك ئىلمى تەتقىقاتىغا ئاساس سېلىش، شۇ ئارقىلىق ئىنسانىيەت ساغلاملىقىغا كاپالەتلىك قىلىش ئۈچۈن، دورىلارنىڭ تەبىئىتى، خۇسۇسىيىتى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇللىرى قاتارلىقلارغا ئاساسلىنىپ، ئادەم بەدىنىدىكى مىزاج، خىلىت، قۇۋۋەت تۈرلۈك ئۆزگىرىشلەرنى تەڭپۇڭلاشتۇرۇپ، بەدەننىڭ تەبىئىي ئىقتىدارىنى ئاشۇرۇپ، ساغلاملىقنى ئىشقا ئاشۇرۇشتىن ئىبارەت.

4 § . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمىنى ئۆگىنىش ئۇسۇلى

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى سالمىقى ئېغىر، ئەمەلىيەتچانلىقى كۈچلۈك، ئەستە ساقلاش، ئۆگىنىش قىيىن بولغان بىر پەن بولۇپ، زور تىرىشچانلىق كۆرسىتىشنى تەلەپ قىلىدۇ. شۇڭا، بۇ پەننى ئۆگەنگەندە تۆۋەندىكى نۇقتىلارغا ئالاھىدە دىققەت قىلىش لازىم:

1 . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمىنى ئۆگىنىشتە ئۇيغۇر تېبابىتى ئاساسىي نەزەرىيەسىنى پىشەكچى قىلىپ، خام دورىلار ئىلمىنىڭ ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىدىكى ئورنىنىڭ مۇھىملىقىغا بولغان تونۇشنى يۇقىرى كۆتۈرۈپ، ئۇنىڭغا بولغان كۆزقاراش ۋە مەقسەت ـ مۇددىئانى توغرا تۇرغۇزۇش كېرەك.

2 . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى بىلەن ئۇيغۇر تېبابىتى كىلىنىكا پەنلىرىنى بىر ـ بىرىگە باغلاپ ئۆگىنىش كېرەك. ئوقۇتقۇچى قايسى خۇسۇسىيەتتىكى دورىنى سۆزلىسە، مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىپ كۆرۈپ بېقىشقا جۈرئەت قىلالايدىغان بولۇش كېرەك.

3 . دورىلارنى تونۇش ۋە پەرقلەندۈرۈشكە ماھىر بولۇش كېرەك. دورىلارنى تونۇش ۋە پەرقلەندۈرۈش- تە، كۆپ كۆرۈش، كۆپ تېتىش، كۆپ پۇراش ۋە ئۆگەنمەكچى بولغان دورىنى بىر كۈندىن ئۈچ كۈنگىچە ھەر كۈنى بىر نەچچە قېتىم دەرسلىكتىكى رەسىمگە ياكى شۇ خىل دورا ئەۋرىشكىسىگە قايتا ـ قايتا سېلىشتۇرۇپ تۇرۇش كېرەك.

4 . دەرسلىك كىتابتىكى مەزمۇنلارنى قارىغۇلارچە يادلىماي، ئەمەلىي چۈشىنىشنى ئاساس قىلىپ، پەرقنى ئاجرىتىش، ئالاھىدە نۇقتىلارغا دىققەت قىلىپ ئەستايىدىل ئۆگىنىش كېرەك.

5 . خام دورىلارنىڭ تەبىئىتى بىلەن خۇسۇسىيىتىنى ئايرىشقا، ئاساسىي تەسىرى بىلەن قوشۇمچە تەسىرىنى پەرقلەندۈرۈشكە ئالاھىدە دىققەت قىلغان ئاساستا ئۆگىنىشكە ئەھمىيەت بېرىش كېرەك.

6 . رايونىمىزدىن چىقىدىغان، كۈندىلىك تۇرمۇشىمىزدا بۇرۇندىن تارتىپ ئىشلىتىلىپ كېلىۋاتقان دورىلارنى، تېرىپ ئۆستۈرۈپ ئادەتلەنگەن دورا ـ ماتېرىياللارنى ئالدى بىلەن ئۆگىنىش ۋە ئۇنىڭدىن پايدىلىنىشنى ئالدىنقى ئورۇنغا قويۇش كېرەك.

5 § . ئۇيغۇر تېبابىتى دورىگەرلىك ئىلمىنىڭ قىسقىچە تەرەققىيات تارىخى

ئۇيغۇر تېبابىتى ـــ جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتى شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدا ياشاپ كېلىۋاتقان ئۇيغۇرلارنىڭ ئەنئەنىۋى تېبابىتى. ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ ماكانى بولغان شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى

1949 ـ يىلى جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتى قۇرۇلۇپ ئالتە يىلدىن كېيىن، يەنى 1955 ـ يىلى قۇرۇلغان.

شىنجاڭ جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتىنىڭ غەربىي شىمال قىسمىغا جايلاشقان بولۇپ، شەرقتىن غەربكە سوزۇلۇپ ئۇزۇنلۇقى 2000 كىلومېتىر، جەنۇبتىن شىمالغىچە بولغان كەڭلىكى 1600 نەچچە كىلومېتىر، ئومۇمىي يەر مەيدانى بىر مىليون 680 مىڭ كۋادرات كىلومېتىردىن ئارتۇق بولۇپ، ئېلىمىز ئومۇمىي يەر مەيدانىنىڭ ئالتىدىن بىر قىسمىنى ئىگىلەيدۇ. مەملىكەت بويىچە ئەڭ چوڭ مەمۇرىي رايون ھېسابلىنىدۇ. شىنجاڭ زېمىنى ئىچىدىكى تاغ كۆلىمى ئومۇمىي يەر مەيدانىنىڭ 55.48% ىنى، تۈزلەڭلىك ئومۇمىي يەر مەيدانىنىڭ 45.51% ىنى تەشكىل قىلىدۇ. 20~30 ـ يىلىدىكى ئىستاتىستىكىغا ئاساسلانغاندا، شىنجاڭنىڭ ئومۇمىي نوپۇسى 19 مىليون 400 مىڭ بولۇپ، بۇنىڭ ئىچىدە ئۇيغۇرلارنىڭ ئومۇمىي نوپۇسى سەككىز مىليون 700 مىڭدىن ئارتۇق. شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى موڭغۇلىيە، رۇسىيە فېدېراتسىيەسى، قازاقىستان، قىرغىزىستان، تاجىكىستان، ئافغانىستان، پاكىستان ۋە ھىندىستان قاتارلىق سەككىز دۆلەت بىلەن چېگرالىنىدۇ. چېگراسىنىڭ ئۇزۇنلۇقى 6500 كىلومېتىر.

شىنجاڭ ئۈچ تاغ تىزمىسى ئوتتۇرىسىغا ئىككى ئويمانلىق جايلىشىشتەك ئومۇمىي تۈزۈلۈشكە ئىگە. شىنجاڭنىڭ شىمالىدا يېشىللىققا پۈركەنگەن كۆركەم ئالتاي تېغى، جەنۇبىدا ھەيۋەتلىك قاراقۇرۇم تېغى، ئوتتۇرا قىسمىدا توغرا كەتكەن گەۋدىلىك تەڭرىتاغ تىزمىسى بار. تەڭرىتاغ تىزمىسى شىنجاڭنى جەنۇب بىلەن شىمالغا ئايرىپ تۇرىدۇ. تەڭرىتاغ تىزمىسى بىلەن قاراقۇرۇم تېغى ئوتتۇرىسىدا تارىم ئويمانلىقى بولۇپ، يەر مەيدانى 530 مىڭ كۋادرات كىلومېتىر كېلىدۇ. تەڭرىتاغ بىلەن ئالتاي تېغى ئوتتۇرىسىدا جۇڭغار ئويمانلىقى بولۇپ، يەر مەيدانى 220 مىڭ كۋادرات مېتىر كېلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا تەڭرىتېغىنىڭ ئۇزۇن، ئېگىز ـ پەس قارلىق چوققىلىرى ئارىسىدا «ئاشلىق ئامبىرى» دەپ نام ئالغان ئىلى ۋادىسى، جۇڭگودىكى ئەڭ پەس ئويمانلىق — تۇرپان ئويمانلىقى ۋە قۇمۇل، قاراشەھەر، باي ۋە موڭغۇلكۈرە ئويمانلىقلىرى بار. شىنجاڭنىڭ ئۈچ تاغ تىزمىسى ۋە «دۇنيانىڭ ئۆگزىسى» دەپ نام ئالغان پامىر چوققىسى، دۇنيادىكى ئىككىنچى ئېگىز چوققا دېڭىز يۈزىدىن ئېگىزلىكى 8611 مېتىر كېلىدىغان چوگىر چوققىسى، دېڭىز يۈزىدىن ئېگىزلىكى 7723 مېتىر كېلىدىغان مۇز تاغ چوققىسى، دېڭىز يۈزىدىن ئېگىزلىكى 7435 مېتىر كېلىدىغان تۆمۈر چوققىسى قاتارلىق چوققىلار بار.

شىنجاڭ قۇملۇقلىرىنىڭ كۆلىمى پۈتۈن مەملىكەتتىكى قۇملۇق ئومۇمىي كۆلىمىنىڭ ئۈچتىن ئىككى قىسمىنى تەشكىل قىلىدۇ. ئاساسلىق قۇملۇق تارىم ئويمانلىقىدىكى تەكلىماكان قۇملۇقى بىلەن جۇڭغار ئويمانلىقىدىكى قۇربان توڭغۇت قۇملۇقى بولۇپ، تەكلىماكان قۇملۇقىنىڭ ئومۇمىي كۆلىمى 337 مىڭ كۋادرات كىلومېتىر كېلىدۇ. ئۇ ئەرەب يېرىم ئارىلىدىكى دۇبۇھال (سەھرائى كەبىر) قۇملۇقىدىن قالسىلا، دۇنيا بويىچە 2 ـ ئورۇندا تۇرىدىغان كۆچمە قۇملۇق ھېسابلىنىدۇ. بۇ قۇملۇقتا قاقاسلىق ۋە باياۋاندا ئېچىشقا بولىدىغان يەر، كەڭ كۆلەمدىكى توغراقلىق ۋە تۈرى كۆپ قۇملۇق ئۆسۈملۈكلىرى، ياۋايى ھايۋانلار، نېفىت، تەبىئىي گاز قاتارلىق مول تەبىئىي بايلىقلار بار.

ئۇيغۇر تېبابىتى — ئۇيغۇر خەلقىنىڭ كۆپ ئەسىرلىك ئىشلەپچىقىرىش ئەمەلىيىتى، تۇرلۇك ئاغرىق ـ سىلاقلارغا قارىتا ئېلىپ بارغان كۈرەشلىرى جەريانىدا ھاسىل قىلغان تەجرىبىلىرىنىڭ ئىلمىي يەكۈنىدۇر. ئۇنىڭ ئاساسىي مەزمۇنى بولسا ئادەم بەدىنىنى بىلىش ۋە ئىنسانلار ياشايدىغان مۇھىت،

شارائىتلارنى بىلىش، ئىنسانلارنىڭ ساقلىق ۋە كېسەللىك ھالەتلىرىنىڭ سەۋەبلىرىنى بايقاش ۋە بىلىش ئارقىلىق، يۈز بەرگەن ھەر خىل كېسەللىكلەرنى ھەر خىل دورا ۋە باشقا چارىلەر ئارقىلىق داۋالاپ، ئىنسانلارنىڭ ئەمگەك ئىقتىدارىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈپ، ئۆمرىنى ئۇزارتىشنى تەتقىق قىلىشتىن ئىبارەت بولۇپ، ئادەم بەدىنىنىڭ تۈزۈلۈشى، خىزمەت پائالىيەتلىرى، روھىي ۋە ماددىي خۇسۇسىيەتلىرى، ئادەم ئورگانىزمىنىڭ تاشقى مۇھىت بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى، ساقلىق ۋە كېسەللىك ئەھۋاللىرى ھەققىدە سۆزلەيدىغان ئىلىم، شۇنىڭدەك كېسەللىكلەرنى ئەمەلىي داۋالاش، كېسەللىكلەرنىڭ ئاكتىپ ئالدىنى ئېلىشنىڭ ھەر خىل ئۇسۇللىرىنى، شۇ ھەقتىكى كىلىنىكا تەجرىبىلىرىنى ئۆگىتىدىغان پەندۇر.

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئۆزىگە خاس مۇكەممەل، سىستېمىلىق نەزەرىيەۋى ئاساسقا ئىگە بولۇپ، تۆت تادۇ تەلىماتى، مىزاج تەلىماتى، تۆت خىلت تەلىماتى، ئەزا تەلىماتى، قۇۋۋەت تەلىماتى، روھ تەلىماتى، ساقلىق ۋە كېسەللىك، كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبلىرى، كېسەللىكلەرنىڭ ئالامىتى، كېسەللىكلەرگە دىياگ-نوز قويۇش ئۇسۇللىرى، داۋالاش قائىدە - پىرىنسىپلىرى ۋە ئۇسۇللىرى، يېمەك - ئىچمەك، كۆتۈنۈش ۋە پەرۋىش قىلىش، دورىگەرلىك ۋە دورا ياسالمىلىرى قاتارلىقلىرى ھەققىدە بىر يۈرۈش نەزەرىيەلىرى بار.

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئادەم بەدىنى ۋە بارلىق جانلىق ھاياتنى كەڭ تەبىئەتنىڭ بىر قىسمى سۈپىتىدە چۈشىنىدۇ. ئومۇمىي بەدەننىڭ بىر پۈتۈنلۈكىنى ئالاھىدە تەكىتلەيدۇ. ئۇ ھاياتلىقنى تاشقى مۇھىت شارائىتى بىلەن بىر پۈتۈن قىلىپ چۈشەندۈرىدۇ. ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئەڭ قەدىمكى شەرق ماتېرىيالىس-تىك تەلىماتلىرىنىڭ ساددا، بىراق ھەقىقىي كۆزقاراشلىرى بىلەن بىر سەپتە تۇرۇپ، كەڭ تەبىئەتنىڭ باشقىچە قىلىپ ئېيتقاندا، ئالەمنىڭ ئاساسىنى سۇ، ئوت، ھاۋا، تۇپراقتىن ئىبارەت تۆت ئامىلنىڭ زىددىيىتى ۋە بىرىكىشىدىن تەشكىل تاپقان، دەپ قارايدۇ. ئىنسان ھاياتى تەبىئەتتىكى تۆت ئامىلنىڭ بىرىكىشىدىن تەركىبىنى تېپىش بىلەن بىللە، يەنە ئۇنىڭ دائىمىي بىۋاسىتە تەسىرى ئىچىدە بولىدۇ، دەپ چۈشەندۈرىدۇ.

بۇ قەدىمكى ئەجدادلىرىمىزنىڭ تەبىئەتنى تونۇش كۆزقارىشىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇلارنىڭ تەبىئەتنى بىلىشى ئەمەلىيەتتىن باشلانغان، ئەجدادلىرىمىز تۆت ئامىلدىن تولۇق بەھرىمەن بولغان. قەدىمكى ئەجداد-لىرىمىز كۈننىڭ ئىسسىقلىق كۈچى بولمىسا زىرائەت پىشمايدىغانلىقىنى، يورۇقلۇق بولمىسا ھېچنېمە قىلغىلى بولمايدىغانلىقىنى، سۇ، ھاۋا بولمىسا ھاياتلىق بولمايدىغانلىقىنى، تۇپراق بولمىسا ماددا يېتىلمەي-دىغانلىقىنى چۈشەنگەن.

«تۆت تادۇ» ئوخشىمىغان تۆت خىل خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولۇپ، ئوت — قۇرۇق ئىسسىق؛ ھاۋا — ھۆل ئىسسىق؛ سۇ — ھۆل سوغۇق؛ تۇپراق — قۇرۇق سوغۇق بولىدۇ. ئۇلار جىسىم، كەيپىيات، خۇسۇسىيەت جەھەتتىن بىر - بىرىگە قارىمۇقارشى بولسىمۇ، ئەمما بىر - بىرىنى تەقەززا قىلىدۇ. ئۇلار كائىناتتا ئىسسىقلىق، سوغۇقلۇق، ھۆللۈك، قۇرۇقلۇقتىن ئىبارەت تۆت خىل كەيپىياتنى بارلىققا كەلتۈرىدۇ. تۆت كەيپىياتنىڭ قارىمۇقارشى پائالىيەتلىرى نەتىجىسىدە مىزاج ھاسىل قىلىدۇ. مىزاجلار چوڭ جەھەتتىن قۇرۇق ئىسسىق، ھۆل ئىسسىق، ھۆل سوغۇق، قۇرۇق سوغۇق مىزاجلارغا بۆلۈنىدۇ، دەپ قارايدۇ.

تۆت ماددا تەلىماتى «تۆت تادۇ» ۋە مىزاجلار توغرىسىدىكى قەدىمكى ماتېرىيالىستىك كۆزقاراشلار ئاساسىدا مەيدانغا كەلگەن بولۇپ، ئۇ ئۇيغۇر تىبابىتىنىڭ ساقلىق، كېسەللىك، كېسەللىكلەرنى داۋالاش ۋە ئالدىنى ئېلىشتىكى مۇھىم تەلىماتلىرىنىڭ بىرى ھېسابلىنىدۇ. ئۇيغۇر تىبابىتى تۆت خىلىتنى تەبىئەت دۇنياسىدىكى «تۆت تادۇ» نىڭ بەدەندىكى تەقلىدىي زاھىرى، دەپ شەرھلەيدۇ. تۆت خىلىت (سەپرا، قان، بەلغەم، سەۋدا) بەدەننى تەشكىل قىلغان، بىر ـ بىرىگە ئوخشىمايدىغان مۇھىم سۇيۇقلۇقلار بولۇپ، سەپرا خىلىتىنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق، قان خىلىتىنىڭ تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق، بەلغەم خىلىتىنىڭ تەبىئىتى ھۆل سوغۇق، سەۋدا خىلىتىنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، ئۇلار ئورگانىزمنىڭ ھاياتلىق پائالىيىتى جەريانىدا سەرپ قىلىنىپ، يېڭىدىن ئىشلىنىپ تولۇقلىنىپ، ئۆزئارا تەڭپۇڭلۇقنى ساقلاپ، ئىنسان ھاياتىنىڭ ساغلاملىق شەرتلىرىنى ھازىرلايدۇ. ئۇلار بىر ـ بىرىنى تىزگىنلەپ چەكلەيدۇ ۋە تولۇقلايدۇ. ئۇلارنىڭ تەڭپۇڭلۇقى نىسپىي، زىددىيىتى مۇتلەق بولىدۇ. خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقىنىڭ بۇزۇلۇشى، سان ياكى سۈپەت جەھەتتىكى غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى كېسەللىك ئۆزگىرىش ھالىتى بولۇپ، نۇرغۇنلىغان كېسەللىكلەرنىڭ يۈز بېرىشىدىكى مۇھىم سەۋەبلەرنىڭ بىرى ھېسابلىنىدۇ. يەنى خىلىتلارنىڭ تەڭپۇڭلۇقى ۋە سان ـ سۈپەت جەھەتتىكى ئۆزگىرىشلىرى كېسەللىكلەرنىڭ يۈز بېرىشىدىكى مۇھىم ئىچكى سەۋەب. تەبىئەت دۇنياسىدىكى «تۆت تادۇ» ۋە باشقا ئامىللارنىڭ نورمالسىز تەسىرى خىلىتلارنىڭ ئۆزگىرىشىدىكى تاشقى سەۋەب بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

دېمەك، ئۇيغۇر تىبابىتى — ئىنسان بەدىنى ئىچكى ۋە تاشقى ئامىللارنىڭ بىرلىكى ۋە زىددىيىتى ئاساسىدا تەرەققىي قىلىدۇ ۋە ھاياتلىق جەريانىنى بېشىدىن كەچۈرىدۇ، دەپ قارايدۇ.

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى ئادەمنىڭ ئومۇمىي بەدىنىنى بىر پۈتۈن گەۋدە، دەپ قارايدۇ. ئەزالارنىڭ تۈزۈلۈشىگە قاراپ يەككە ئەزا ۋە مۇرەككەپ ئەزا؛ خىزمەت رولىغا قاراپ رەئىس ئەزا، خادىمىي ئەزا ۋە غەيرىي خادىمىي ئەزا دەپ ئۈچ تۈرگە ئايرىپ كونكرېت تەرىپلەيدۇ. يەنى مېڭە، يۈرەك، جىگەر قاتارلىق ئەزالارنى رەئىس ئەزا؛ ئۆپكە، ئاشقازان، تال، ئۈچەي، بۆرەك قاتارلىق ئەزالارنى خادىمىي ئەزا قاتارىغا كىرگۈزىدۇ ھەم يۇقىرىقى ئەزالارنىڭ كونكرېت خىزمەت روللىرىغا قاراپ بەزىلىرىنى ھەم باشقۇرغۇچى، ھەم باشقۇرۇلغۇچى ئەزالار قاتارىغا، تىرناق، چاچ قاتارلىقلارنى غەيرىي خادىمىي ئەزا قاتارىغا كىرگۈزىدۇ. مېڭىنى روھىي نەپسانىينىڭ مەركىزىي، يۈرەكنى روھىي ھايۋانىينىڭ باشلىنىش مەنبەسى ھەم مەركىزى، جىگەرنى روھىي تەبىئىينىڭ مەركىزى، دەپ قارايدۇ. ئادەم ھاياتى تامامىلانغۇچە بولغان ئارىلىقتىكى ئەقلىي ۋە جىسمانىي ھەرىكەتلەر سەۋەبچىسى بولغان ئامىل — قۇۋۋەتنى چوڭ جەھەتتە قۇۋۋىتى ھايۋانىي، قۇۋۋىتى نەپسانىي ۋە قۇۋۋىتى تەبىئىي دەپ ئۈچ خىلغا ۋە ئۇلارنى ئۆزلىرى ئۈچۈن خىزمەت قىلغۇچى نۇرغۇنلىغان قۇۋۋەتلەرگە ئايرىپ ئايرىم ـ ئايرىم تەرىپلەپ شەرھلەيدۇ.

ئۇيغۇر تىبابىتى كېسەللىكلەر سەۋەبلىرىنى ئىچكى سەۋەب ۋە تاشقى سەۋەب دەپ ئىككىگە بۆلۈپ كونكرېت تونۇشتۇرىدۇ. ھەر خىل كېسەللىك ئالامەتلىرىنى خېلى تەپسىلىي ئېنىق كۆرسىتىدۇ. كېسەللىكلەرنى چوڭ جەھەتتە يالغۇز كېسەللىكلەر ۋە مۇرەككەپ كېسەللىكلەر دەپ ئىككى تۈرگە ئايرىيدۇ. يالغۇز كېسەللىكلەرنى مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر (خىلىتسىز مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر ۋە خىلىتلىق مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر)، شەكىل بۇزۇلۇش

خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر دەپ ئۈچ چوڭ تۈرگە بۆلۈپ، كېسەللىكنىڭ سەۋەبى، ئالامىتى، داۋالاش ئۇسۇللىرىغىچە بىرمۇبىر توختىلىپ ئۆتىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ ئۇزاق مۇددەتلىك ئەمەلىي تەجرىبىلىرىدىن يەكۈنلەنگەن، ئۆزگە خاس بىر يۈرۈش كېسەللىكلەرنى تەكشۈرۈش تونۇپ ھۆكۈم قىلىش ئۇسۇللىرى بولۇپ، كېسەللىكنى توغرا تونۇپ دىياگنوز قويۇش، توغرا داۋالاپ بىمارنىڭ سالامەتلىكىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشنىڭ تۈپ ئاساسى ھېسابلىنىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابىتى— تۆت تادۇ تەلىماتى، مىزاج تەلىماتى، خىلىت تەلىماتى، قۇۋۋەت تەلىماتى، روھ تەلىماتى، ئەزا تەلىماتى ئاساسىدا، مۇھىمى ئادەم بەدىنىنىڭ بىر پۈتۈنلۈكى ۋە ئۇنىڭ تاشقى مۇھىت بىلەن بولغان بىرلىكى، زىددىيىتى ئاساسىدىكى تونۇشلىرىنىڭ يېتەكچىلىكىدە كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى ئىچكى- تاشقى سەۋەب ۋە باشقا ئامىللار ھەمدە كېسەللىك ئالامەتلىرىنى ۋاستىلىك ۋە ۋاستىسىز ھەر خىل تەكشۈرۈشلەر ئارقىلىق ئەتراپلىق مۇھاكىمە قىلىپ دىياگنوز قويىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابىتىدە كېسەللىكلەرنى تەكشۈرۈش ئۇسۇللىرى— قاراپ تەكشۈرۈش، سوراپ تەكشۈرۈش، پۇراپ تەكشۈرۈش، تۇتۇپ تەكشۈرۈش، تومۇر تۇتۇپ تەكشۈرۈش، چوڭ - كىچىك تەرەتلەرنى تەكشۈرۈش، قۇسۇق ۋە خەپرۇكلەرنى تەكشۈرۈش قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. بۇ بىر قاتار ئىلمىي ئۇسۇل - چارىلەر ئارقىلىق كېسەللىككە دىياگنوز قويۇشتىكى بىرىنچى قول مۇھىم ماتېرىياللارغا ئېرىشىدۇ، ئۇلارنى ئەتراپلىق مۇھاكىمە قىلىپ، سېلىشتۇرۇپ كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبلەرنى ئايدىڭلاشتۇرۇپ، ئاساسىي ۋە ئەگەشمە كېسەللىكلەرنى ئېنىقلاپ، توغرا دىياگنوز قويۇپ، كېسەللىكلەرنى توغرا داۋالاپ سالامەتلىكنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشكە ئاساس تۇرغۇزىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى كېسەللىكلەرنى نوقۇل دورا ئارقىلىق داۋالاش بىلەنلا چەكلەنمەيدۇ. ئۇ بىمارنىڭ مۇھىتىنى ياخشىلاش، ئېغىر كېسەللىكلەرنى ياتقۇزۇپ داۋالاش، يېمەك - ئىچمەك بىلەن داۋالاش، دورا بىلەن داۋالاش، ئارىشاڭ ۋە قۇياش نۇرى بىلەن داۋالاش، قۇم بىلەن داۋالاش، لوڭقا قويۇپ داۋالاش، ھۆقنە قىلىش، تېرىگە ئېلىش، يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ۋە سوغۇق ئۆتكۈزۈپ داۋالاش، داغلاپ داۋالاش، ئۇۋۇلاپ ۋە ئىسلاپ داۋالاش، نەشتەر ئۇرۇش، قان ئېلىش، دەستىكار (ئوپېراتسىيە) قىلىش، سۇنۇق - چىقىقلارنى ئورنىغا سېلىپ تېڭىپ ۋە مۇقىملاشتۇرۇپ داۋالاش، پەرھىز بۇيرۇش قاتارلىق داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىدۇ. ئۇ ھەرقاچان مۇھىتنى ياخشىلاش ۋە پۈتۈن ئورگانىزمنىڭ جىسمانىي قۇۋۋىتىنى ياخشىلاشنى دورا بىلەن داۋالاشنىڭ ئالدىنقى شەرتى دەپ ھېسابلايدۇ. ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئەتراپىمىزدىكى تەبىئەت دۇنياسىدىكى كېسەللىكنىڭ سەۋەبلىرى قانداق مەۋجۇت بولۇپ تۇرىدىغان بولسا، ئۇنىڭغا تەسىر قىلىدىغان، قارشى تۇرىدىغان ئۈنۈملۈك شىپا مەنبەلىرىمۇ خۇددى شۇنداق مەۋجۇت بولۇپ تۇرىدۇ، دەپ تونۇيدۇ. ئۇيغۇر تېۋىپلىرى دورا - دەرمەكلەرنى ئۇلارنىڭ ئەسلىي كېلىپچىقىش مەنبەلىرى ۋە كەيپىياتلىرىغا قاراپ تۆت خىل تەبىئەتكە ئايرىيدۇ. ئۇلارنى ئىسسىق، سوغۇق، قۇرۇق ۋە ھۆل تەبىئەتلىرى بويىچە ھەر خىل مىزاج بۇزۇلۇشلارغا قارىمۇقارشى ۋاستە سۈپىتىدە قوللىنىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابىتى دورىگەرلىك ئىلمى — دورا ماتېرىياللىرىنى تونۇش، ئۆستۈرۈش، يىغىش، ساقلاش، ئىش قوشۇپ پىششىقلاش قاتارلىقلارنى تەپسىلىي تونۇشتۇرغاندىن سىرت، دورىلارنىڭ خۇسۇسىيىتى، ئورۇنباسارى، خۇسۇسىيىتى، زىيانلىق تەسىرى، تۈزەتكۈچىسى قاتارلىقلارنى تەپسىلىي تونۇشتۇر-

دۇ. ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دورىلىرىنىڭ مەنبەسى ئۆسۈملۈك، مەدەن ۋە ھايۋانات بولۇپ، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دورىلىرىنىڭ 90% تىن كۆپرەكى شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

كلىنىكا جەھەتتە كېسەللىكلەرنى ئىچكى كېسەللىكلەر ئىلمى، تاشقى كېسەللىكلەر ئىلمى، تېرە كېسەللىكلىرى ئىلمى، بالىلار كېسەللىكلىرى ئىلمى، ئاياللار كېسەللىكلىرى ئىلمى، بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى، يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر ئىلمى قاتارلىقلارغا ئايرىيدۇ. ئۇ ئۇزاق مۇددەتلىك تەرەققىيات ۋە كلىنىكىلىق ئەمەلىيەتلىرى جەريانىدا تەدرىجىي شەكىللەنگەن بولۇپ، ئۈزۈكسىز تولۇقلىنىش ئارقىلىق ئۆز مەزمۇنىنى بېيىتقان ۋە ھەرقايسى كلىنىك بۆلۈملەرگە خاس بولغان نەزەرىيە ۋە كلىنىك داۋالاش ئىلمى بولۇپ سىستېمىلاشقان.

ئۇيغۇر تېبابىتى دورىگەرلىك ئىلمى — ئۇيغۇر خەلقىنىڭ كۆپ ئەسىرلىك ئىشلەپچىقىرىش ئەمەلىيىتى، تۇرلۇك ئاغرىق - سىلاقلارغا قارىتا ئېلىپ بارغان كۈرەشلىرى جەريانىدا ھاسىل بولغان تەجرىبىلىرىنىڭ ئىلمىي يەكۇنى، ئەجدادلىرىمىز دورىلارنىڭ شىپالىق رولى، زىيانلىق تەسىرى، زەھەرلىك ياكى زەھەرسىز ئىكەنلىكىنى بىلىش ئۈچۈن، ھەر خىل مەنبەدىن كېلىدىغان دورا ماتېرىياللارنى تالاي قېتىم كۆرۈش، پۇراش، تېتىش، سۇغا چىلاش، ئوتتا كۆيدۈرۈش قاتارلىق تەكشۈرۈش ئۇسۇللىرىنى ھەمدە ھايۋانات ۋە ئۆزلىرىگە ئىشلىتىش ئارقىلىق نۇرغۇن دورىلارنى تونۇغان ۋە ئۇلارنىڭ تەبىئىتى، خۇسۇسىيىتى، ئىشلىتىلىشى، ئىشلىتىش ئۇسۇللىرى، ئىشلىتىش مىقدارى، زىيانلىق تەسىرى، تۈزەتكۈچىسى، ئورۇنباسارى قاتارلىق مول دورىگەرلىك بىلىملىرىنى ھەم بىر يۈرۈش داۋالاش تەجرىبىلىرىنى ئەۋلادمۇ ئەۋلاد مىراس قالدۇرغان. ئۈزۈكسىز تەرەققىيات جەريانىدا ئالدىنقىلارنىڭ مىراسلىرىغا كېيىنكىلەر ئىجادىي ۋارىسلىق قىلىپ يېڭى - يېڭى دورىلارنى تونۇپ، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك بىلىملىرىنى تېخىمۇ مۇكەممەللەشتۈرۈپ، ئۇنى ئەۋلادلارغا ئۆگىتىپ، تېبابەتچىلىكىمىزنىڭ مەڭگۈ مەۋجۇت بولۇپ تۇرۇشىغا ئاساس سالغان. شۇنىڭ بىلەن ئۇزاق تارىخىي ئەسىرلەردىن بېرى خەلقىمىزنىڭ تەن ساغلاملىقىنى ساقلاش، ھەر خىل ئاغرىق - سىلاقلارنىڭ ئالدىنى ئېلىش، ھەر خىل كېسەللىكلەرنى داۋالاپ ساقايتىش جەھەتلەردە زور تۆھپىلەرنى قوشۇپ كەلمەكتە.

ھەممىگە مەلۇم، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى مەيلى تارىخىنىڭ ئۇزۇنلۇقى جەھەتتە ۋە ياكى ئۆز ئىچىگە ئالغان مەزمۇن دائىرىسىنىڭ كەڭلىكى جەھەتتىن بولسۇن، باشقا ئەل تېبابەتچىلىكى، جۇملىدىن جۇڭيى، زاڭزۇ، موڭغۇل تېبابەتچىلىكى قاتارىدا ۋەتەن غەزىنىسىگە تېگىشلىك تۆھپىلەرنى قوشقان. ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئەقىل - پاراسەتلىك، مېھنەتسۆيەر خەلقىمىزنىڭ ساقلىقنى ساقلاش، كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش، داۋالاش يەكۈنى سۈپىتىدە ئۇلارنىڭ تارىم بويلىرىدا ياشاپ، ئۆسۈپ كۆپىيىشىدە مۇھىم رول ئويناپ، دۇنيادىكى باشقا مىللەتلەرگە ئوخشاش مەدەنىيەتلىك خەلق بولۇشىغا تۈرتكە بولغان.

«ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى يالغۇز يېقىنقى زامانىنىڭ ياكى ئىسلامىيەتتىن بۇيانقى پەن - مەدەنىيەت مۇۋەپپەقىيەتلىرى بىلەن ئىبن سىنا تېببىي تەلىماتلىرىنىڭ مەھسۇلى بولۇپلا قالماستىن، بەلكى ئۇزاق تارىخىي تەرەققىياتنىڭ سەمەرىسى، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئۇيغۇر خەلقىنى تەشكىل قىلغان ئەڭ قەدىمكى قەبىلىلەرنىڭ ئىجتىمائىي ھايات باسقۇچلىرىدا تۈرلۈك دورا - گىياھلار ئۈستىدە ئېلىپ بارغان ئىپتىدائىي تەجرىبىلىرى ۋە تۈرلۈك ئەم - ئىرىم ئۇسۇللىرىنى ئۆز ئىچىگە ئېلىپلا قالماستىن، ئۇ يەنە تۇرانى

www.uyghurkitap.com

خەلقلەرنىڭ جۇملىدىن ئاناۋ، تاقار، قاراسۇق مەدەنىيىتى دەۋرىدىكى خەلقلەرنىڭ شۇ خىل تەجرىبىلىرى بىلەن ئەم - ئىرىم ئۇسۇللىرىنى قوبۇل قىلغان»[①] بولغاچقا، مەزمۇن دائىرىسى كېڭىيىپ، ئۆزگە خاس ئالاھىدىلىكلەر بىلەن مۇجەسسەملەنگەن. ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى گەرچە ئۇزۇن تارىخىي دەۋرنى بېشىدىن كەچۈرگەن بولسىمۇ، ئەمما بىزنىڭ تەزكىرە تۈزۈشكە ئەھمىيەت بەرمەسلىكىمىز سەۋەبلىك كۆپلىگەن مەدەنىيەت مىراسلىرىمىز ئۆز تارىخچىلىرىمىز تەرىپىدىن ئەمەس، بەلكى خىنزۇ ۋە چەت ئەل تارىخچىلىرى-نىڭ قەلىمى ئارقىلىق بىزگىچە يېتىپ كەلگەن. ئۇنىڭدىن باشقا، يېقىنقى بىر نەچچە ئون يىلدىن بۇيان دىيارىمىزدا ئېلىپ بېرىلغان ئارخېئولوگىيەلىك قېزىش جەريانىدا تېپىلغان مەدەنىيەت يادىكارلىقلىرىمىز ئارقىلىق ئاندىن ئەجدادلىرىمىزنىڭ ھەقىقىي مەدەنىيەت كەشپىياتچىلىرى ئىكەنلىكىنى بىلىشكە مۇۋەپپەق بولالىدۇق. ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن تېپىلغان ئۆسۈملۈك ئەۋرىشكىلىرىگە ئاساسەن ئۇيغۇر تېبابىتى ھەرقايسى جايلىرىدىن تېپىلغان ئۆسۈملۈك ئەۋرىشكىلىرىگە ئاساسەن ئۇيغۇر تېبابىتى دورىگەرلىك تارىخىنىڭ نىسبەتەن ئۇزۇن ئىكەنلىكىنى ھېس قىلالايمىز. مەسىلەن:

1. ئاشلىق زىرائەتلەر

1) بۇغداي: بۇغداي دەسلەپتە باركۆل ناھىيەسى تەۋەسىدىكى قەدىمكى ئىزدىن تېپىلغان بولۇپ، بۇ قەدىمكى ئىز ئەينى زاماندا كۆيۈپ ۋەيران بولغانلىقتىن، بۇغداي دانلىرىمۇ كۆيۈپ كۆمۈرگە ئايلىنىپ كەتكەن. بۇ قەدىمكى ئىزدىن تېپىلغان ياغاچ ئەۋرىشكىلىرى كاربون 14 (^{14}C) ئانالىز ئارقىلىق تەجرىبە قىلغاندا، ئۇنىڭ يىل دەۋرى بۇنىڭدىن 3280 يىل ئىلگىرى ئىكەنلىكى ئېنىقلاندى. بۇ ئىزدىن تېپىلغان بۇغداي دانلىرى «تارىم مەدەنىيىتى» گە ئائىت باشقا قەدىمكى ئىز ۋە قەدىمكى قەبرىلەردىن تېپىلغان زىرائەت ئەۋرىشكىلىرى ئىچىدە ئەڭ قەدىمكىسى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

1979 - يىلىنىڭ ئاخىرى ۋە 1980 - يىلى لوپنۇر رايونى كۆنچى دەرياسىنىڭ يۇقىرى ئېقىنى، شىمالىي قىرغىقىدىكى جايلار ۋە كۆنچى دەرياسىنىڭ تۆۋەن ئېقىنى ئەتراپىدىن بىر تۈركۈم ئەڭ قەدىمكى قەبرىلەر قېزىپ تەكشۈرۈلدى. بۇ يەرنىڭ ھاۋاسى قۇرغاق بولغاچقا، قەبرىلەردىكى مېيىت ۋە ئاخىرەتلىك بۇيۇملار ئاساسەن بۇزۇلماي ياخشى ساقلىنىپ قالغان. يۇلغۇن، كەندىر چۈشقىلىرى ۋە باشقا نەرسىلەردىن ناھايىتى زىچ ۋە قېلىن قىلىپ توقۇلغان كىچىك سېۋەتلەرگە ئون نەچچە تالدىن يۈز نەچچە تالغىچە بۇغداي دانلىرى سېلىپ قويۇلغان. بۇ بۇغداينىڭ رەڭگى قارامتۇل بولۇپ، چىرىمەي ياخشى ساقلىنىپ قالغان. بۇلارنىڭ يىل دەۋرىنى دەسلەپكى قېتىم نەنجىڭ ئۇنىۋېرسىتېتى جۇغراپىيە فاكۇلتېتىنىڭ تەجرىبىخانىسى ئەۋرىشكىلەرنى تەجرىبە قىلىپ، ئۇنىڭ بۇنىڭدىن 117 ± 6412 يىل بۇرۇنقى دەۋرگە توغرا كېلىدىغانلىقىنى ئېنىقلاپ بېكىتتى. كېيىنكى قېتىم بېيجىڭ ئۇنىۋېرسىتېتى ئارخېئولوگىيە فاكۇلتېتىنىڭ تەجرىبىخانىسى قايتا تەجرىبە قىلىپ، ئۇنىڭ بېكىتىلگەن يىل دەۋرىنى بۇنىڭدىن 3800 يىللار بۇرۇن، دەپ ئېلان قىلدى. مەيلى قانداق بولمىسۇن، لوپنۇر رايونىدىكى كۆنچى دەريا بويلىرىدىن تېپىلغان بۇ قەدىمكى بۇغداي دانلىرى ھازىرغىچە «تارىم مەدەنىيىتى» گە ئائىت قەدىمكى قەبرىلەردىن تېپىلغان دەۋرى ئەڭ بۇرۇن ئۈستۈرۈلگەن مەدەنىي ئۆسۈملۈكلەرنىڭ بىرى. كۆنچى دەرياسى بويىدىكى قەدىمكى قەبرىلەردىن تېپىلغان بۇغداي ئەۋرىش-

① ئا. سۇھەيىل ئۇنۇر: «ئۇيغۇرلاردا تېبابەت»، شىنجاڭ پەن - تېخنىكا سەھىيە نەشرىياتى، 1997 - يىل نەشرى.

www.uyghurkitap.com

كىلىرى ئەجدادلىرىمىزنىڭ تارىم بوئغدىيىنى تېرىپ ئۆستۈرۈش تارىخى ۋە تارىم بۇغدىيىنىڭ كېلىپچىقىش مەنبەسى توغرىسىدا يېڭى مەسىلىنى ئوتتۇرىغا قويدى.

يۇقىرىلاردىن باشقا ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن ئېلىپ بېرىلغان ئارخېئولوگىيەلىك تەكشۈرۈش ۋە قېزىش جەريانىدا مىلادىيەدىن ئىلگىرى ۋە كېيىنكى دەۋرگە مۇناسىۋەتلىك بەزى قەدىمكى شەھەر خارابىلىرى ۋە قەدىمكى قەبرىلەردىن يەنە بىر مۇنچە بۇغداي دانلىرى، بۇغداي باشقى، بۇغداي ئۇنىدىن تەييارلانغان يېمەكلىكلەر، بۇغداي تېرىش ھەققىدە يېزىلغان ھەر خىل يېزىقتىكى خاتىرە- پۈتۈكلەرمۇ تېپىلدى. مەسىلەن: بۇنىڭدىن 2000 يىللار بۇرۇن تەكلىماكاندا قۇمغا كۆمۈلۈپ كەتكەن قەدىمكى نىيە خارابىسىدىن بۇغداي دانلىرى تېپىلىش بىلەن بىللە بىجىرىم بۇغداي باشاقلىرىمۇ تېپىلدى.

تۇرپان ناھىيەسىدىكى ئاستانە ۋە قاراغوجىدىكى Ⅵ — Ⅶ ئەسىرلىرىگىچە تەئەللۇق قەدىمكى قەبرىلەر- دىن بۇغداي، بۇغداي ئۇنىدىن تەييارلانغان نان، ھەر خىل پېچىنىلەر، چۆچۈرە، جۇۋاۋا، بۇغداي كېپىكى قاتارلىقلار ۋە بۇغدايدىن ئىجارە - ئۆتنە بەرگەنلىك توغرىسىدىكى خەت - چەك ۋەسىقىلەر قېزىۋېلىندى. يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلغان بۇغداي ۋە بۇغداي ئۇنىدىن تەييارلانغان يېمەكلىكلەر، ھەر خىل تىل - يېزىقلاردا پۈتۈلگەن ۋەسىقىلەر يۇرتىمىزنىڭ ئاشلىق، زىرائەتچىلىك تارىخىنى تەتقىق قىلىشتا بىرىنچى قول ماتېرىيال ھېسابلىنىدۇ.

2) ئارپا: قۇمۇل بارىكۆل ناھىيەسى قارا دۆۋىدىكى بۇنىڭدىن 3800 يىللار بۇرۇنقى قەدىمكى قەبرىلەردىن ئارپا باشقى، ئارپا پوستى (قارا دۆۋىدىن) تېپىلغان، بۇ ھازىرقى تېپىلغان ئەڭ بۇرۇنقى ئارپا ئەۋرىشكىسى ھېسابلىنىدۇ، ئۇ يەنە ئارپىنىڭ يۇرتىمىزدا تېرىپ ئۆستۈرۈلۈش تارىخى ۋە ئۇنىڭ كېلىپچىقىش مەنبەسىنى تەتقىق قىلىشتا زور ئەھمىيەتكە ئىگە. يۇقىرىقىلاردىن باشقا تەكلىماكاندىكى قەدىمكى نىيە خارابىسىدىن، تۇرپان ئاستانىدىكى Ⅸ~Ⅳ ئەسىرلەرگە مەنسۇپ بىر مۇنچە ئارپا دانلىرى چىققان. قەبرىلەردىن تېپىلغان بەزى ۋەسىقىلەردە ئات - ئۇلاغلار ئۈچۈن ئىشلىتىلگەن يەم - خەشەكلەر ھېساباتىدا سەرپ قىلىنغان ئارپىنىڭ سانىمۇ ئېنىق خاتىرىلەنگەن. بۇنىڭدىن باشقا، چاقىلىق ناھىيەسىدىكى قەدىمكى مىران خارابىسىدىنمۇ ئارپا دانلىرى تېپىلغان. بۇ نەرسىلەر بىزگە ئارپىنىڭ ئۆز زامانىسىدا تېرىلىش دائىرىسىنىڭ كەڭلىكىنى، ئىستېمال سەرپىياتىنىڭمۇ خېلى زور ئىكەنلىكىنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ.

3) تېرىق: بۇ قەدىمكى زامان ئاشلىق زىرائەتلىرى ئىچىدە تېرىلىش دائىرىسى كەڭ، ئىستېمال مىقدارى زور زىرائەت بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. تېرىق - قۇرغاقچىلىققا بەرداشلىق بېرەلەيدىغان، ئۆسۈش مەۋسۈمى نىسبەتەن قىسقا، بىر قەدەر يۇقىرى مەھسۇلاتلىق، ساقلاشقا چىدامىلىق زىرائەت بولغاچقا، قۇرغاق رايونلاردا ياشىغان ئەجدادلىرىمىز ئۇنى كۆپرەك تېرىغان. ئۇنىڭ ئەڭ بالدۇرقى زىرائەت ئەۋرىشكە- سى بۇنىڭدىن تەخمىنەن 3000 يىل بۇرۇنقى قۇمۇل قارا دۆۋە قەدىمكى قەبرىستانلىقىدىن تېپىلغان. ئۇ بىر خىل تېرىق قاتلىمىسى بولۇپ، كۆپ قىسمى چاسا شەكىلدە. ئۇنىڭ ئۇزۇنلۇقى 20 سانتىمېتىر، قېلىنلىقى 3 ~ 4 سانتىمېتىر كېلىدۇ. تېرىق ئۇنى تازا يۇمشاق تارتىلمىغاچقا، قاتلىمىسا ئارىسىدىكى تېرىق دانلىرى يەنىلا ئېنىق كۆرۈنۈپ تۇرىدۇ.

1985 - يىلى 9 - ئايدا، چەرچەن ناھىيەسىدىكى زاغۇنلۇق قەدىمكى قەبرىلىرىدىنمۇ تېرىق (سۆك)

ئۇنىڭدىن تەييارلانغان نان (توقاچ) تېپىلدى. بۇ قەدىمكى قەبرىلەرنىڭ ئەڭ تېگىدىن ئېلىنغان ياغاچ ئەۋرىشكىلىرى كاربون 14 ئانالىزى ئارقىلىق تەجرىبە قىلىنغاندىن كېيىن، ئۇنىڭ بۇنىڭدىن 3000 يىل بۇرۇنقى دەۋرگە مەنسۇپ ئىكەنلىكى ئېنىقلاندى.

1959 ـ يىلى، بۇنىڭدىن 2000 يىللار بۇرۇنقى دەۋرلەردىلا قۇمغا كۆمۈلۈپ كەتكەن قەدىمكى نىيە خارابىسىدىن (تېرىقلار ئۇزۇن يىللارنىڭ ئۆتۈشى بىلەن بىرىكىپ قېتىپ كەتكەن) تېپىلغان. كېيىن يەنە تۇرپان ئاستانە، كىروران خارابىسى، قاراشەھەر ناھىيەسىدىكى «ساردۆڭ قەدىمىي شەھەر خارابىسى» قاتارلىق ئورۇنلاردىنمۇ تېرىق دانلىرى تېپىلدى.

4) چۈجگۈن: چۈجگۈن تېرىققا ئوخشاپ كېتىدىغان، دېنى يۇملاق ئۆسۈملۈك. ئۇ ئادەتتە قىياق دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئۇنىڭ ئۆسۈش ۋاقتى قىسقا، قۇرغاقچىلىققا چىدامىلىق بولۇشتەك ئالاھىدىلىكى بار.

قەدىمكى نىيە خارابىسى ۋە تۇرپان ئاستانىسىدىكى Ⅵ — Ⅷ ئەسىرلەرگە مەنسۇپ قەدىمكى قەبرىلەردىن كۆپلىگەن چۈجگۈن دانلىرى تېپىلغان. ئۇنىڭدىن باشقا 2000 نەچچە يۈز يىللار ئىلگىرى قۇمغا كۆمۈلگەن «قەدىمكى كىروران خارابىسىنىڭ تامىرىدا ئۇز زامانىسىدا سوۋالغان كاكىل لايلار ساقلانغان بولۇپ، لايلارغا كۆپ مىقداردا بۇغداي سامىنى، چۈجگۈن سامىنى ۋە چۈجگۈن پوستى ئارىلاشتۇرۇلغان. شۇنىڭ-دەك، شەھەر خارابىسى ئىچىدىكى قەدىمكى مۇنارنىڭ شەرق تەرىپىدىن تەخمىنەن 32 كىلومېتىر كېلىدىغان جايدىكى بىر دۆۋە ياغاچلار ئاستىدىن 70 سانتىمېتىر قېلىنلىقتىكى چۈجگۈن دۆۋىسى تېپىلغان. ئۇنىڭدىن تېپىلغان چۈجگۈن دانلىرى ھازىرمۇ ساپسېرىق پارقىراق تۇرىدۇ»①.

5) ئاق قوناق (مەللە قوناق): بۇ زىرائەتلەر قۇرغاقچىلىققا چىدامىلىق بولۇش بىلەنلا قالماستىن، بەلكى شور تەركىبى بىرقەدەر ئېغىر بولغان تۇپراققىمۇ ماسلىشالايدۇ، شۇڭا ئۇ خېلى ئۇزۇن زامانلاردىن بۇيان قەشقەر، قۇمۇل، پىچان، تۇرپان، توقسۇن، قاراشەھەر قاتارلىق جايلاردا تېرىلىپ كەلمەكتە. بۇنىڭدىن 2000 يىللار ئىلگىرىكى دەۋرگە مەنسۇپ بولغان ساردۆڭ قەدىمىي شەھەر خارابىسىدىكى (قارا شەھەر) قەدىمكى گەمىدىن ئاق قوناق تېپىلغان.

2. مايلىق دان زىرائەتلىرى

ئاپتونوم رايونىمىزدا مايلىق دان زىرائەتلىرىنىڭ تېرىپ ئۆستۈرۈلۈشى ناھايىتى ئۇزۇن تارىخقا ئىگە. مايلىق زىرائەتلىرىدىن زىغىر، كۈنجۈت، قىچا، زاراڭزا، ئاپتاپپەرەس قاتارلىقلار ئومۇميۈزلۈك تېرىلى-دۇ. يۇرتىمىزدىكى مايلىق دان زىرائەتلىرىنىڭ كېلىپچىقىش مەنبەسى ۋە ئۇلارنىڭ تېرىپ ئۆستۈرۈلۈش تارىخى ھەققىدە تېخى ئەتراپلىق تەتقىقاتلار يۈرگۈزۈلمىدى. شۇنداقتىمۇ كېيىنكى يىللاردا ئېلىپ بېرىلغان ئارخېئولوگىيەلىك تەكشۈرۈشلەر ۋە چەكلىك دائىرىدە ئېلىپ بېرىلغان قېزىپ تەكشۈرۈشلەردە بەزى مايلىق دان زىرائەتلىرىنىڭ ئەۋرىشكىلىرى تېپىلدى. تۆۋەندە ئۇلارنى قىسقىچە تونۇشتۇرۇپ ئۆتىمىز:

1) زىغىر: تەڭرىتېغىنىڭ ئالغوي (ئېۋىرغول) جىلغىسىدىكى قەدىمكى قەبرىلەردىن (بۇنىڭدىن 2000～3000 يىل بۇرۇنقى) زىغىر دانلىرى تېپىلغان. ئۇنىڭدىن باشقا تۇرپان ئاستانىدىكى قەدىمكى قەبرىلەر (Ⅵ～Ⅷ ئەسىرلەرگە مەنسۇپ) دىن ۋە قاراشەھەردىكى قەدىمكى شەھەر خارابىسىدىنمۇ زىغىر دانلىرى تېپىلغانىدى.

① خۇشەن: «كىروران قەدىمكى ئىزنى تەكشۈرۈشتىن قىسقىچە دوكلات»، «تارىخ ـ جۇغراپىيە ژۇرنىلى»، 1891 ـ يىللىق 1 ـ سانى.

www.uyghurkitap.com

ئاپتونوم رايونىمىزدا زىغىر ئۇرۇقدىشىغا كىرىدىغان تەخمىنەن ئالتە تۈر بار بولۇپ، بۇلارنىڭ ئىچىدە ئادەتتىكى زىغىر كەڭ مىقياسىدا تېرىلىدۇ.

2) كۈنجۈت: تۇرپان ئاستانە قەدىمكى قەبرىلەردىن كۈنجۈت تېپىلغان. «كۈنجۈت ئەسلىدە جەنۇبىي ئافرىقىدا ئۆسىدىغان ئۆسۈملۈك بولۇپ، هازىر ئىسسىق ۋە مۆتىدىل بەلباغنىڭ كۆپلىگەن رايونلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. ئۇنىڭ ئۇرۇقى قۇۋۋەت دورىسى سۈپىتىدە ئىشلىتىلسە، غولىنىڭ پوستى ئارغامچا ۋە تاغار توقۇشتا خام ئەشيا قىلىنىدۇ»①.

3. پۇرچاق تىپىدىكى زىرائەتلەر

پۇرچاق ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈكلەردىن ئاپتونوم رايونىمىز تەۋەسىدە تارقالغانلىرىنىڭ كۆپىنچىسى كېپىنەكسىمان گۈللۈكلەر كەنجى ئائىلىسىگە مەنسۇپ ئۆسۈملۈكلەر بولۇپ، ئۇلاردىن تەخمىنەن 282 خىل تۈرى بار. بۇلارنىڭ ئىچىدە مۇھىملىرىدىن بېدە، ياۋا بېدە، ياۋا ماش، ياۋا كۆك پۇرچاق قاتارلىقلار بار.

ئاپتونوم رايونىمىزدا چەكلىك دائىرىدە ئېلىپ بېرىلغان ئارخېئولوگىيەلىك قېزىشلاردا، پۇرچاق تىپىدىكى زىرائەتلەرمۇ تېپىلدى. خوتەنسۇمبۇل ناھىيەسى تەۋەسىدىكى بەزى قەدىمكى قەبرىلەردىن (بۇنىڭدىن 2000 ～ 3000 يىل بۇرۇنقى قەبرىلەر) ماش دانلىرى، تۇرپان ئاستانىدىكى قەدىمكى قەبرىلەردىن دادۇر، قارا پۇرچاق دانلىرى تېپىلغان.

4. تالالىق زىرائەتلەر

1) كەندىر: ئاپتونوم رايونىمىزدىكى بىر قانچە جايدا ئېلىپ بېرىلغان ئارخېئولوگىيەلىك قېزىشلاردا تېپىلغان يادىكارلىقلار ئىچىدە، كەندىر تالالىرىدىن توقۇلغان بۇيۇملار خېلى كۆپ. بۇنىڭ ئىچىدە كۆنچى دەرياسى بويىدىكى تەخمىنەن 4000 يىل بۇرۇنقى قەدىمكى قەبرىلەردىن چىققان قېلىن ۋە زىچ توقۇلغان سېۋەتكە ئوخشاپ كېتىدىغان بۇيۇملارنى ئېنىقلىغاندا، ئۇنىڭغا كەندىر تالاسى ئىشلىتىلگەن. قەبرىلەرنىڭ ئۈستى ۋە يانلىرىغىمۇ لوپنۇر كەندىرى ئىشلىتىلگەن.

«لوپنۇر كەندىرى قۇرغاقچىلىققا ۋە شورغا چىداملىق، ئېگىزلىكى 1.5～3 مېتىرغىچە كېلىدىغان يېرىم چاتقال بولۇپ، تارىم ۋە جۇڭغارىيە ئويمانلىقىنىڭ قۇرغاق ۋە شورلۇق چۆللىرىدە، دەريا بويلىرىغا كەڭ تارقالغان. ئۇنىڭ غول پوستىنىڭ تالالىرى توقۇمىچىلىقتا؛ يوپۇرمىقى قان بېسىمى، نېرۋا ئاجىزلىقى، ئىششىق قاتارلىق كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ. يىلتىزىنىڭ تەركىبىدە ئاشلىغۇچى ماددا ۋە ئاپوتسىنتىن بولۇپ، دورا سۈپىتىدە ئىشلىتىلىدۇ. غولىنىڭ ئاق شىرنىسى تەركىبىدە 1%～2%، يوپۇرماقلىرىدا 2% ～ 3% (كۈز پەسلىدە 6% كە يېتىدۇ) كاۋچۇك بولىدۇ.

ئادەتتىكى ياۋا كەندىر بىلەن چوڭ يوپۇرماقلىق ياۋا كەندىرلەرنىڭ غول پوستىنىڭ تالالىرىمۇ قەغەز ياساش ۋە توقۇمىچىلىقنىڭ خام ئەشياسى سۈپىتىدە ئىشلىتىلىدۇ②.

2) كېۋەز: ئاپتونوم رايونىمىزدا كېۋەزنىڭ تېرىلىشى ناھايىتى ئۇزۇن تارىخقا ئىگە. ئارخېئولوگىيەلىك تەكشۈرۈشلەرنىڭ نەتىجىسىگە ئاساسلانغاندا، تارىم ۋادىسى ۋە تۇرپان ۋادىسى جۇملىدىن ئوتتۇرا ئاسىيادىكى بىر قانچە ۋادىلاردا كېۋەز ئەڭ بۇرۇن تېرىپ ئۆستۈرۈلگەنلىكىنى مۇئەييەنلەشتۈرۈشكە بولىدۇ.

---

① م. خۇدابەردى: «شىنجاڭ يۇقىرى دەرىجىلىك ئۆسۈملۈكلىرى ۋە ئۇلارنىڭ جۇغراپىيەلىك تارقىلىشى»، شىنجاڭ خەلق نەشرىياتى، 339 ـ بەت.

② «لوپنۇر كەندىرى ۋە ياۋا كەندىلەرنىڭ ھەممىسى ھەسەل مەنبەسى ئۆسۈملۈكلىرى ھېسابلىنىدۇ». م. خۇدابەردىنىڭ يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن ئەسىرىگە قاراڭ.

1959 ـ يىلى بۇنىڭدىن 2000 يىللار ئىلگىرى قۇم ئاستىغا كۆمۈلۈپ كەتكەن قەدىمكى نىيە خارابىسىدىن ئادەم ۋە گۈل نۇسخىلىرى كۆك بوياقتا بېسىلغان پاختا رەخت (ھەمزەك دەپمۇ ئاتىلىدۇ) تېپىلدى. ئۇنىڭدىن باشقا، كېرىيە ناھىيەسىدىكى قەدىمكى «ئۆيلۈك» خارابىسىدىنمۇ گۈللۈك پاختا رەخت ۋە مارالبېشى ناھىيەسىدىكى توققۇز ساراي (بارچۇق) خارابىسىنى قېزىپ تەكشۈرگەندىمۇ Ⅸ ~ Ⅵ ئەسىرلەرگە تەئەللۇق مەدەنىيەت قاتلىمىدىن پاختا تېپىلىپلا قالماستىن، بەلكى يەنە چىگىتمۇ تېپىلدى.

بۇ چىگىتنى جۇڭگو يېزا ئىگىلىك پەنلەر ئاكادېمىيەسى پاختا تەتقىقات ئىنستىتۇتى تەتقىق قىلىش ئارقىلىق ئۇنىڭ بىر خىل ئافرىقا كېۋەزى تىپىدىكى كېۋەزنىڭ سورتىغا تەۋە چىگىت ئىكەنلىكىنى مۇئەييەنلەشتۇرگەن. ئەھۋالدىن قارىغاندا، بۇنىڭدىن كېيىنكى ئارخېئولوگىيەلىك خىزمەتلەرنىڭ چوڭقۇرلىشىشىغا ئەگىشىپ، تارىم ۋە تۇرپان ۋادىسىدىكى قەدىمكى ئىزلاردىن پاختا، كەندىرگە ئوخشاش تالالىق زىرائەتلەرنىڭ تېخىمۇ قەدىمكى ئەۋرىشكىلىرى تېپىلىشى مۇمكىن. ئادەتتە تېبابەتچىلىكىمىز ھەققىدە سۆز ئاچساق، كۆپىنچە ھاللاردا ئىسلامىيەتتىن كېيىنكى تېبابەتچىلىكىمىز، مەشھۇر تېۋىپلىرىمىز ۋە تېبابەتچىلىك ئەسەرلىرىمىزنى قولغا ئېلىپ، ئۇنىڭدىن ئىلگىرىكى دەۋرلەردىكى تېبابەتچىلىكىمىز توغرىسىدا ئانچە گەپ ـ سۆز قىلىشمىدۇق. يۇقىرىقى ئارخېئولوگىيەلىك قېزىلمىلارغا قارىغاندا، تېبابىتىمىزنىڭ ئىسلامىيەتتىن بۇرۇن خېلىلا تەرەققىي قىلغانلىقىنى كۆرۈۋالغىلى بولىدۇ.

ئىنسانلارنىڭ ئۆلۈمگە ۋاقىتلىق بولسىمۇ قارشى تۇرۇش يۈزىسىدىن ئىختىرا قىلغان ئەڭ دەسلەپكى ئىپتىدائىي تېبابەتچىلىكتە «يالغۇز دورا گىياھلىرى، تۇز ۋە ئارىشاڭ سۇلىرىدىن پايدىلىنىش. پاشا، يىلان، چاياندىن ساقلىنىش ئۈچۈن بەدەنگە ياكى پاچاققا سېغىزلاي سۇركىۋېلىش، يۈزىگە قېتىق سۇركەش، مايلاش، قاقلاش، كۆيدۈرۈش، قان چېكىش، ئىلمە (ياكى خۇخۇلا)، قۇمغا كۆمۈش، گىياھ سۈيىگە چۆشۈش، ھايۋان تېرىسىگە ئېلىش، ئۇچۇغداش، قۇستۇرۇش، تېڭىقچىلىق، ئاددىي ئوپېراتسىيە ۋە مۇمىيا (مىلادىيەدىن بۇرۇنقى 5 ـ ئەسىرگە ئائىت قاراسۇق مەدەنىيىتى قەبرىلىرىدىن مۇمىيا قىلىنغان جەسەت تېپىلغان) قىلىش قاتارلىق ماددىي داۋالاش ۋاسىتىلىرى بىلەن شۇغۇللىنىپلا قالماستىن، يەنە روھىيەتچىلىك ۋاسىتىلىرىنى، تۈرلۈك ئىرىملارنى قوللانغان» بولغاچقا، [1] «ئۇيغۇر خەلقى پەيدا بولغان زاماندىن تارتىپ بار بولغان ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى»[2] مۇ دىنىي تۈس بىلەن مەيدانغا كەلگەنلىكى سەۋەبلىك شامان دىنىنىڭ پىرىخونلۇق تەسىرىگە ئۇچرىغان[3] شامان دىنى تېبابەتچىلىكىدە كىشىلەرنىڭ كېسەل بولۇشى ھەر خىل سەۋەبلەردىن، جۈملىدىن «يامان روھ چاپلىشىۋالغانلىقتىن» كېلىپچىقىدۇ، دېگەن قاراش ئىلگىرى سۈرۈلگەن بولغاچقا، كېسەل ئادەملەرنى داۋالاش قانداقتۇر يېمەكلىك ۋە ياكى دورا يېگۈزۈش ئارقىلىق بولماستىن، بەلكى مۇشۇ دىنىنىڭ قائىدىسى بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلغان. بۇ دىن ئاساسەن «ئادەم پەقەت جىن ئالۋاستى ياكى يامان روھ چاپلىشىۋالغانلىقتىن كېسەل بولىدۇ»، «داخانلار جىن ـ ئەرۋاھلار بىلەن ئۇچرىشىپ، ئۇلارنىڭ يامانلىقلىرىنى قايتۇرالايدۇ» دەپ قارايدىغان بولغاچقا، شامان دىنى ئېتىقادچىلىرىدا ئەپسۇن ئوقۇش، جىنكەشلىك، رەمباللىق، پالچىلىق، ئىسرىقدانغا چوغ ئېلىپ ئۈستىگە قوينىڭ

① ئابدۇشـۈكۈر مـۇھەممەتئىمىن: «ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ قىسقىچە تارىخى تەسۋىرى»، «قەشقەر پېداگوگىكا ئىنستىتۇتى ئىلمىي ژۇرنىلى»، 1984 ـ يىل 3 ـ سان. 57 ـ بەت، 58 ـ بەت، 61 ـ بەتلەر.
② ھاجى ئابدۇلھىمىت يۈسۈفى: «ئۇيغۇر تېبابىتى ئاساسىي نەزەرىيەلىرى دەرسلىكى»، شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى، 1988 ـ يىل نەشرى، 5 ـ بەت.
③ ئابلىز مۇھەممەت سايرامى: «قەدىمكى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى توغرىسىدا»، «شىنجاڭ ياشلىرى» ژۇرنىلى، 1988 ـ يىل، 12 ـ سان.

قۇيرۇق يېغى ياكى ئادراسمان، ئارچا ياغىچى قاتارلىق پۇراقلىق نەرسىلەرنى سېلىپ كۆيدۈرۈش ئارقىلىق ئۆينى ئىسلاپ روھ ـ ئەرۋاھلارنى قوغلاش؛ ئاق توخۇ ئۆلتۈرۈپ قان قىلىش؛ كىچىك بالىلار ئۇخلاپ قالغاندا قارا بېسىش، كېسەل بولۇپ قالماسلىقىنى تىلەپ بالىنىڭ ياستۇقى ئاستىغا پىچاق، قايچا، ئەينەك قاتارلىقلارنى قويۇپ قويۇش؛ ئايال‌لار تۇغۇتتا قىينالسا «جىن دارىرى» دەپ ئۇقۇتۇش؛ بالا ئاۋاق بولۇپ قالسا «جىن چاپلىشىۋالدى» دەپ قاراپ ئەسكى لاتىدا قورچاق ياساپ، كىشىلەر كۆرمەستە ياكى كېچىدە چوڭ يولنىڭ دوقمۇشىغا قويۇپ قويۇش؛ سەپەرگە چىقىش ۋە ئۆي كۆچۈرۈشتىن بۇرۇن ياغ پۇرىتىپ روھتىن مەدەت تىلەش؛ شۇنداقلا قىبرى ـ يوغان دەرەخلەرگە «جىن بار» دەپ لاتا چىگىپ قويۇش؛ ھەر خىل قارانچۇقلىرىنى، ھايۋانلارنىڭ باشلىرىنى دەل ـ دەرەخلەرگە قاداپ قويۇش… قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

شامان دىنى تېبابەتچىلىكىدە باخشى، داخان، پېرىخونلار مەيدانغا چىقىپ، قۇتقۇزغۇچى نىجاتكار سۈپىتىدە ئۇچۇقداپ، ھەر خىل ئۇسۇل ـ چارىلەرنى قوللانغان بولۇپ، ئوتتىن ئاتلىتىنتىش، پېرە ئوينىتىش، بەدەنلىرىنى ئۇچۇقداپ «كۆچ، كۆچ، كۆچ»، «يىراق جاڭگاللارغا كەت»، «ماكانىڭغا ئوت قويىمەن»، «رەسۋا»، «شەرمەندە»، «چىق، يوقال»… دېگەندەك تىللاش، پوپوزا قىلىش ئەپسۇنلىرىنى ئوقۇغان. مەسىلەن: بىرەر ئادەمنىڭ چىشى ئاغرىپ قالسا، شۇ ئادەمنىڭ ئاغرىق چىشى تەرەپتىكى يۈزىگە لۆڭگە قويۇپ، ئۈستىگە يۇمشاق ئاق پاختا (چىگىتى ئايرىۋېلىنغان) قويغاندىن كېيىن ئوت يېقىپ پاختىنى كۆيدۈرۈش بىلەن بىرگە، يۇقىرىقىدەك ئەپسۇنلارنى ئوقۇش ئارقىلىق «يامان روھ چاپلىشىۋالغانلىقتىن» كېلىپچىققان چىش ئاغرىقىنى داۋالاش شامان باخشىلىرىنىڭ كېسەل داۋالاشتىكى بىر خىل ئۇسۇلى ھېسابلىنىدۇ. جىن ـ ئالۋاستىلارنى بىر نەرسە ئوقۇپ بەند قىلىش، كومزەككە سولاپ سۇغا غەرق قىلىش، كۆمۈش، ئېقىتىش، كۆيدۈرۈش، چۆلگە قوغلاش، نەرسە ياكى ھايۋانغا كۆچۈرۈش، مۇداپىئە تىلتۇمارى ئېسىش قاتارلىق شامان دىنى ئەم ـ ئىرىمچىلىكى (تېبابەتچىلىكى) دىكى ئاساسلىق داۋالاش ئۇسۇللىرى بولۇپ، بۇ خىل داۋالاش ئۇسۇللىرى ھازىرقى كۈنلەردىمۇ مەۋجۇت بولۇپ كەلمەكتە.

ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ ئادەتتىكى خەلق ئارىسىدىكى داۋالاش ئىشلىرى كاتېگورىيەسىدىن ھالقىپ چىقىپ بىر خىل ئىلمىي تېبابەتچىلىك شەكلىگە كىرگەنلىكىگە 2500 يىلدىن ئاشتى. مىلادىيەدىن 221 ~ 770 يىل بۇرۇن ئالىملار ئۆزلىرىدىن بۇرۇنقى ئالىملارنىڭ تەجرىبىلىرىنى يەكۈنلەپ يېزىپ چىققان ئەڭ قەدىمكى جۇڭگو تېبابەت ئەسىرى «خۇاڭدى ئىچكى كېسەللىكلەر دەستۇرى» نىڭ «باشقىلارنىڭ شىپالىق نۇسخا ۋە داۋالاش ئۇسۇللىرى ھەققىدە» دېگەن بابىدا، غەربىي دىيار (شىنجاڭ) نىڭ كىلىماتى، تەبىئىي شارائىتلىرىنى تەپسىلىي سۆزلىگەندىن كېيىن، «… ئۇ يەردە ياشايدىغان خەلقلەردە كېسەللىك ئىچىدىن ئاپىرىدە بولىدۇ، داۋالاشتا زەھەرلىك دورىلار قوللىنىلىدۇ. شۇڭا زەھەرلىك دورىلار غەربىي دىياردىن كېلىدۇ» دەپ ئېنىق بايان قىلىنغان. بۇ كىتاب بۇنىڭدىن 2500 يىلچە بۇرۇن چىن، خەن، جەنگو دەۋرىدىن بۇرۇنقى بىر قانچە ئەسىر ئىچىدە جۇڭگو تېۋىپلىرى قايتا ـ قايتا تولۇقلاپ تۈزۈپ چىققان ئەسەردىن ئىبارەت. دېمەك، بۇنىڭدىن تەخمىنەن 3000 يىل بۇرۇنلا غەربىي دىيار (شىنجاڭ) خەلقى داۋالاشتا زەھەرلىك دورىلارنى ئىشلىتەلەيدىغان ۋە ئىچكىرىگە زەھەرلىك ھەم كۈچلۈك تەسىر قىلىدىغان دورىلارنى كىرگۈزەلەيدىغان دەرىجىدىكى نىسبەتەن يۇقىرى سەۋىيەلىك تېبابەتچىلىك ۋە دورىگەرلىك ئىلىم-

لىرىگە ئىگە بولسىمۇ[1] مەزكۇر كىلاسسىك تېببىي ئەسەردە غەربىي دىيارنىڭ دورا ئىشلىتىش ئۇسۇللىرى مۇنداق روشەن قەيت قىلىنمىغان بولاتتى. ئەجدادلىرىمىزنىڭ مۇھىم بىر مەدەنىيەت مىراسى بولغان تېبابەتچىلىكتە يېمەكلىك ئارقىلىق كېسەل داۋالاش ئەڭ ئالدىنقى قاتاردا تۇرىدىغان بولۇپ، ھېلىھەم ئۆز قىممىتىنى يوقاتقىنى يوق. بىز ئىسلامىيەتتىن ئاۋۋالقى دەۋرلەردە بارلىققا كەلگەن تېبابەتچىلىككە ئائىت يازما ئەسەرلەرگە قاراپ باقايلى، مەسىلەن: مىلادىيەدىن بۇرۇنقى 350 - يىللىرى خوتەندە ئۆتكەن ئاتاقلىق تېۋىپ «غازىباي» نىڭ ئۇرخۇن - يېنسەي يېزىقى بىلەن مەنداش بولغان كاروشتى يېزىقىدا يېزىلغان 312 ماددىلىق «ئوت - چۆپ دورىلار قامۇسى» نى ئەپلاتون كۆرۈپ، غازىباينىڭ تېببىي ئىلمىدىكى ماھارىتىگە يۇقىرى باھا بەرگەن ۋە ئۇنىڭغا جاۋابەن ئامراق قىزى ئەنفىيالۇسنى غازىباينىڭ ئوغلى بارىغا نىكاھلاپ بەرگەنلىكى ۋە مىلادىيە 257 ~ 324 - يىللىرىدا ئۆتكەن «جىۋا» ۋە ئۇنىڭ قىزى «كومراجىۋا» مىلادى 690~65 - يىللىرى ئۆتكەن «گەنجۇقاغىن» ، (مىلادىيە 730~790 - يىللىرى ئۆتكەن «جان باشلاق (شىراخان) » قاتارلىقلار ۋە ئۇلارنىڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دورىگەرلىك ئىشلىرى ئۈچۈن قوشقان تۆھپىلىرىنى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومى ئىككىنچى ئەۋلاد دەرسلىكى «ئۇيغۇر تېبابىتى ئاساسىي نەزەرىيەلىرى ئىلمىي» دىن كۆرۈۋالالايمىز. بۇ يەردە پەقەت شۇ دەۋرلەرگە تەئەللۇق ھەر خىل مەدەنىي يادىكارلىقلارغا كۆز يۈگۈرتىدىغان بولساق، يۇقىرىقى سۆزىمىزنىڭ دەلىلى سۈپىتىدە كۆپلىگەن مەنبەلەرنى ئۇچرىتىش ئىمكانىيىتىگە ئېرىشەلەيمىز. ئالايلى «دورا ئۇسۇملۇكلەر قامۇسى (本草纲目)، «تاڭ ئاھاڭلىرى» (唐韵)، «گۇاڭجىز» ، (广志) «يۇقرالار ئۈچۈن تېرىقچىلىق دەستۇرى، 19 خىل سامساق تېرىش» (齐民要术·种蒜十九)، «خەننامە، پەرغانە تەزكىرىسى» (汉书·大宛列传)، «تەرمىلەر خاتىرىسى» ، «دورا ئۇسۇملۇكلىرى ھەققىدە تەرمىلەر» (本草拾遗)، «تەرمىلەر خاتىرىسى» (拾遗录)، «مېڭشى باغچىسى پۈتۈكلىرى» (梦溪笔谈)، «تەيپىڭ شىڭكو يىللىرىدا خان يارلىقى بىلەن تۈزۈلگەن كىتابلار قامۇسى» ، «يۈيياڭ خاتىرىلىرى، ياغاچ سەھىپىسى» (西阳杂·木篇)، «تاڭ سۇلالىسىگە دائىر مۇھىم خاتىرىلەر، ھەر خىل خاتىرىلەر» (唐会要·杂录)، «گۇاڭجۇ خاتىرىلىرى» (广州记)، «خەرىتە ھەم تەپسىرلىك دورا ئۇسۇملۇكلىرى» (图经本草)، «سەنشۈي تەزكىرىسى، ماددىي مەھسۇلات قىسمى، كۆكتات» (澉水志物产门·菜)، «جېنجاڭ تەزكىرىسى» (镇江志)، «يېمەك - ئىچمەك ھەققىدە بىلىشكە تېگىشلىك ئىشلار» (软食须知)، «گۈل - گىياھلار شەجەرىسى» (草花谱)، «چۇنفاڭ شەجەرىسى» ، «تائام تەييارلاش دەستۇرى» (软膳正要)، «مەۋجۇداتلار تەزكىرىسى» (博物志)، «غەربكە ئەلچىلىك خاتىرىسى» ، «ئىككى خەننىڭ غەربىي يۇرت بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى» ، «تارىخىي خاتىرىلەر» (史记)، «غەربىي پايتەخت ھەققىدە خاتىرىلەر» ، «يۈيياڭ خاتىرىلىرى، ئۇسۇملۇك 2-» (西阳杂·支植下)، «گۇاڭدۇڭ ئومۇمىي تەزكىرىسىنىڭ دەسلەپكى ئارگىنالى» (广东能通志初高)، «يېڭى بەش دەۋر تارىخى، يات قوۋملەرگە دائىر قوشۇمچىلار 3» (新五代史·西夷附录第三)، «كىدانلار تەزكىرىسى» 25 - جىلد «قولدىن كەتكەن شىمالىي يەرلەر خاتىرىسى» (《北记》二五陷《契丹园志卷》)، «ئىچكى كېسەللىكلەر رىسالىسى» ، «دېھقانچىلىق پىرى تۈزگەن ئۇسۇملۇك دورىلار دەستۇرى» (神农本草经)، «ئۇيغۇر رېتسېپلىرى» (回回药方)، «چەت ئەل دورا ئۇسۇملۇكلىرى» ، «دېھقانچىلىق، پىلىچىلىك، يېمەك - ئىچمەك، كىيىم - كېچەك تەييارلاش ئاساسلىرى» ، «بامبۇكزارلىق سارايدا تەجرىبە

[1] «ئۇيغۇر تېبابەت چولپىنى» ، 27 - بەت.

قىلىنغان رېتسېپلار»... قاتارلىق مەشھۇر ئەسەرلەردە «ئەزەلدىن دورا ئەشيالارغا باي خاسىيەتلىك يۇرتىمىزدىن 2200 يىللاردىن بۇيان ئىچكى جايلاردا تارقالغان ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دورا ئەشيالىرى»[1]دىن بېدە، سامساق، يۇمغاقسۇت، تەرخەمەك، كۇنجۇت، پۇرچاق، نوقۇت، قارىمۇچ، پالەك، ئارپىبەديان، تۇرۇپ، سەۋزە، كاۋا، كۆممە چامغۇر (ياڭيۇ)، قىزىلمۇچ (لازا)، پەمىدۇر، پىياز، زەپەر، باقلە، پۇدىنە (يالپۇز)، ئارچا، ئاشىر، نوقسار، كۇچۇلا، ئۇزۇم، ياڭاق، بېھى، چىلان، بادام، پىستە، ئالما، ئانار، نان دەرىخى (بۇ دەرەخ قەدىمدە پېرسىيەدىن يۇرتىمىزغا كىرگەن، ئاندىن يۇرتىمىز ئارقىلىق ئىچكى ئۆلكىلەرگە تارقالغان. ئەمما بۇ دەرەخنىڭ قايسى ئەسىرلەردە يۇرتىمىزغا كىرىپ، قايسى ئەسىرلەردە نەسلىنىڭ قۇرۇپ كەتكەنلىكى ھەققىدە ئېنىق مەلۇمات يوق). زەيتۇن دەرىخى، ماڭگو دەرىخى، ئەنجۇر، قوغۇن، تاۋۇز، كۆركە قۇشقىچى، چوڭ قۇيرۇقلۇق قوي، ئوۋ قۇرتى بۇغىسى، ئۆمۈچۈك، يىلان مۇڭگۈزى، تۆگىقۇشى، شىر، توخرى كالىسى، ئىپار (مۇشىك)... قاتارلىق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دورا ئەشيالىرىنىڭ ئىچكى ئۆلكىلەردە تارقىلىش جەريانى، ئۇ ئەشيالارنىڭ كېسەللىككە قارشى تۇرۇش جەھەتتىكى ئالاھىدىلىكى، چىقىش ئورنى تونۇشتۇرۇلغان بولۇپ، بۇ ئەسەرلەردە تونۇشتۇرۇلغان دورا ئەشيالارنىڭ شۇنچە كۆپ ھەم بىرقەدەر مۇكەممەل بولۇشى، بۇنىڭدىن بىرقانچە مىڭ يىللار ئىلگىرىكى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ ئۆز دائىرىسىگىلا ئەمەس، بەلكى باشقا ئەللەرگىمۇ زور دەرىجىدە تەسىر كۆرسىتىپ، تېخىمۇ بېيىپ بارغانلىقىدىن دېرەك بېرىدۇ (بۇ ھەقتە يولداش ئابلىز مۇھەممەت سايرامى ئۆزىنىڭ «يۇرتىمىزدىن ئىچكى ئۆلكىلەرگە تارقالغان ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دورا ئەشيالىرى ھەققىدە دەسلەپكى ئىزدىنىشلىرىم» ناملىق ماقالىسىدە تەپسىلىي توختالغان — ئا).

تارىخ چاقى توختاۋسىز ئىلگىرىلەپ قاراخانىيلار خانلىقى دەۋرىگە كەلگەندە، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى خاس ئىلىملەر قاتارىدا تېخىمۇ زور تەرەققىياتلارغا ئېرىشتى.

كۆپچىلىككە مەلۇم بولغىنىدەك قاراخانىيلار خانلىقى سەلتەنەت سۈرگەن دەۋرلەردە شۇ رايوندا دېھقانچىلىق، قول ھۈنەرۋەنچىلىك، چارۋىچىلىق، سودا ـ سېتىق، ئەدەبىيات ـ سەنئەت... قاتارلىقلار زور تەرەققىياتقا ئېرىشكەن بولۇپ، دەۋرلەرنىڭ ئۆتۈشىگە ئەگىشىپ بۇ رايوندا تېبابەتچىلىك مەخسۇس كەسىپلىشىشكە قاراپ يۈزلەنگەن. نۇرغۇنلىغان ئەمچى ـ ئوتاچىلار مەيدانغا كېلىپ، شۇ رايوننىڭ ئىقتىساد، مەدەنىيەت قاتارلىق جەھەتلەردە ئورتاق تەرەققىي قىلىش، خەلقنىڭ ساغلام بولۇپ، ئۇزۇن ئۆمۈر كۆرۈشىنى قولغا كەلتۈرۈش ئۈچۈن جان ـ دىل بىلەن خىزمەت قىلغان. ئۇلار ئۆزلىرى ياسىغان تېبابەتچىلىك دورىلىرىنى قوشنا يۇرت، قوشنا ئەللەرگە قەدەر تارقىتىپ، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ ھەقىقىي خاسىيىتىنى جەۋلان قىلغان ھەم ئەمەلىيەت سىنىقىدىن ئۆتكەن كۆپلىگەن ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئەسەرلىرىنى، دورا رېتسېپلىرىنى يېزىپ چىقىپ تارقىتىپ، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ ئۇزاق مۇددەت داۋاملىشىش ۋە بېيىشىغا تېگىشلىك تۆھپىلەرنى قوشقان.

ھەممىمىزگە ئايان بولغىنىدەك، ئەجدادلىرىمىز ھايات كەچۈرگەن تارىم ۋادىسىدىكى تاغ ـ دەريالاردىن چىقىدىغان زور كۆپچىلىك ئۆسۈملۈك، مەدەنلەر كېسەل داۋالاشتىكى ئەڭ ئۈنۈملۈك دورىلار بولۇپ،

---

① ئابلىز مۇھەممەت سايرامى: «يۇرتىمىزدىن ئىچكى ئۆلكىلەرگە تارقالغان ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دورا ئەشيالىرى ھەققىدە دەسلەپكى ئىزدىنىشلىرىم»، «شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومى ئىلمىي ژۇرنىلى»، 1889 ـ يىل 1 ـ سان، 65 ـ بەت.

بۇنىڭدىكى مەركىزىي مەسىلە، ئەنە شۇ ماددىي ئەشيالارنىڭ تەبىئىتى، خۇسۇسىيىتى، قايسى خىل كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدىغانلىقىنى ئايدىڭلاشتۇرۇشتۇر. ئەقىل - پاراسەتكە تويۇنغان ئەجدادلىرىمىز بۇ خىل ئىقتىدارنى خېلى بۇرۇنلا ئۆزىگە ھازىرلىغان بولغاچقا، تەبىئەت دۇنياسىدىكى سانسىزلىغان دورا ماتېرىياللارنىڭ خاسىيەتلىرىنى ئاستا - ئاستا ئىگىلەپ چىققان. بولۇپمۇ قاراخانىيلار ۋە ئىدىقۇت ئۇيغۇر خانلىقى دەۋرىدە بۇ ئىش كەڭ تۈردە ئەۋج ئالغان. شۇ سەۋەبلىك تۇرپان دىيارىدا ئېلىپ بېرىلىدىغان ئارخېئولوگىيەلىك قېزىش پائالىيەتلىرىدە تېببىي رېتسېپلار يېزىلغان كۆپلىگەن قول يازمىلار تېپىلغان. مەسىلەن: گېرمانىيەنىڭ 3 - قېتىملىق تۇرپان ئارخېئولوگىيە ئەترىتى تۇرپاندىن قولغا چۈشۈرۈپ ئېلىپ كېتىپ بېرلىندا ساقلاۋاتقان «تېبابەتچىلىككە ئائىت قول يازمىنىڭ پارچىسى» دا ئۇنۇمى ناھايىتى يۇقىرى بولغان كۆپلىگەن تېببىي رېتسېپلار خاتىرىلەنگەن. بىز بۇ قول يازمىلاردىكى رېتسېپلار بىلەن ھازىرقى زاماندا قايتا ئەمەلىيەت سىنىقىدىن ئۆتكۈزۈلگەن رېتسېپلاردىن بىر قىسمىنى سېلىشتۇرۇپ كۆرۈپ باقىدىغان بولساق، بۇنىڭدىن تەخمىنەن 1000 يىللار بۇرۇنقى ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ تالانتىغا ئاپىرىن ئېيتماي تۇرالمايمىز.

تۇرپاندىن قېزىۋېلىنغان قەدىمكى ئۇيغۇر يېزىقىدا يېزىلغان تېبابەتچىلىككە ئائىت يازما يادىكارلىقتا ئېيتىلغان رېتسېپلار بىلەن ھازىرقى يېزىلغان رېتسېپلارنى سېلىشتۇرۇپ باقايلى.

«يازما يادىكارلىق» تا: «كۆز غۇۋالىشىپ كۆزدىن سوغۇق ياش كۆپ ئاقسا، كالا ئۆتىنى كۆزگە سۈركەپ بەرسە، ئېنىق كۆرىدىغان بولىدۇ».

ھازىرقى دەۋردە يېزىلغان رېتسېپ كىتابىدا: «كالا ئۆتىنى زەپەر بىلەن ئېزىپ كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتسا، كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ».

«يازما يادىكارلىق» تا: ئانار ئۇرۇقى، سېرىق چاكاندا، ئۆچكە گۆشى، كەرەپشە، قىچا ئۇرۇقى، قارىياغاچ قوۋزىقى، ئۆچكە ئۆتى، توشقان ئۆتى، كەپتەر مايىقى، سۇڭپىياز، بەديان، كەكلىك ئۆتى، زىغىر مېيى، توخۇ تۇخۇمى، توخۇ ئۆتى، ئۈزۈم سىركىسى، تۆگە گۆشى، ئۇجمە، قۇرۇق ئۈزۈم سۈيى، كالا ئۆتى، توشقان مېڭىسى، كۈنجۈت يېغى، زەپەر، قوناق ئۇنى، ئىپار، ئۆرۈك مېغىزى، ھەشقىپىچەك، كۈنجۈت، ھەسەل، تېرىق ئۇنى، قۇندۇز قەھرى، كۈنجۈت ئۇرۇقى، قارىمۇچ، نوشۇدۇر، قوي سۈتى، پىياز يىلتىزى، سامساق يىلتىزى، بېلىق ئۆتى، مۇسەللەس، قېتىق، سامساق، توغرا يېلىمى، نوقۇت، سىماب، ئىتئۈزۈمى، ئاق ئۇجمە دەرىخىنىڭ قوۋزىقى، تۆگە سۈتى… قاتارلىق دورا ماتېرىياللارنىڭ ھەر خىل كېسەللىكلەرگە بولغان داۋاسى سۆزلەنگەن بولۇپ، بۇنىڭدىن 1000 يىللار بۇرۇنقى ۋاقىتلاردا ئىشلىتىلگەن بۇ دورا ماتېرىياللىرى بۈگۈنكى كۈندە يەنە كۆپلىگەن كېسەللىكلەرگە شىپا بولۇشتەك ئالاھىدىلىكىنى جەۋلان قىلدى.

«يازما يادىكارلىق» نىڭ كۆپ قىسىم جايلىرىدا مۇسەللەس (شاراب) تىلغا ئېلىنىدۇ. «شاراب - قەدىمكى تارىملىقلار ۋە ئۇلارنىڭ ئەجدادلىرى يىراق قەدىمكى زامانلاردىن باشلاپ ئىستېمال قىلىپ كەلگەن مۇھىم ئىچىملىك بولۇپ، ئۇ مەنىۋى جەھەتتە ئادەمنىڭ كۆڭلىنى ئېچىش، شادلاندۇرۇش، روھىي كەيپىياتىنى كۆتۈرۈش، كەيپ قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولسا، قەدىمكى تېبابەتچىلىكىمىزدە بالا چۈشۈرۈش، دەم سىقىلىشقا، مەست قىلىش (ناركوز قىلىش)، دېزىنفېكسىيە قىلىش قاتارلىقلارغا

ئىشلىتىلگەندىن تاشقىرى، يەنە كۆپ خىل تېبببي دورىلارنى ئېچۈرۈشتە مۇھىم ئارىلاشما قاتارىدا خېلى كەڭ قوللىنىلغان» بولغاچقا، «ئىككى سۆڭەك (مىقدار سۆز) ئۆچكە گۆشىنى بىر قاچا مۇسەللەس، بىر قاچا سۇ بىلەن قايناتتىپ، سۈيىنى سوۋۇتۇپ ئىچسە، قورساق ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ»، «كەكلىك ئۆتىنى قۇرۇتۇپ، مۇسەللەس ياكى بوزۇغا قوشۇپ ئىچسە‍ـۇ، كـۆرمەس بولـۇپ قـالغان كۆز ئېچىلىدۇ»، «ھەيز كۆپ كېلىپ توختىمىغان ئايالغا زەپەر، قوناق ئۇنى، ئىپارلارنى مۇسەللەسكە قوشۇپ ئىچۈرسە ساقىيىدۇ»، «ئىت سۈتىنى مۇسەللەس بىلەن ئىچىپ بەرسە، قورساقتا ئۆلۈپ قالغان بالا چۈشۈپ كېتىدۇ».

تۇرپاندىن تېپىلغان بۇ تېبببي ھۆججەتنىڭ چەت ئەللەردىكى تەسىرى ناھايىتى چوڭ بولۇپ، بۇ ئەسەرلەر ھەققىدە بىر نېمىس ئالىمى مۇنداق كۆزقاراشنى ئوتتۇرىغا قويغان: «ئەنگلىيە، فىرانسىيە ۋە گېرمانىيەدە بۇ خىل نەرسىلەر يوقكەن، گۈزەل ۋە ئۇلۇغ مەدەنىيەتكە ئىگە تۈركىي خەلقلەر ئۆز ئەجدادلىرى بىلەن پەخىرلىنىشكە ھەقلىقتۇر». مەزكۇر تېبببي ۋەسىقىلەر چەت ئەللەردە نەشر قىلىنغاندىن كېيىن، ئىلمىي قىممەت جەھەتتە نۇرغۇنلىغان كىشىلەرنىڭ دىققىتىنى تارتقان بولغاچقا، 1936 ـ يىلى ئىستانبۇل ئۇنىۋېرسىتېتى مېدىتسىنا ئىنستىتۇتىنىڭ مېدىتسىنا تارىخى ۋە دېئونتولوگىيە پىروفېسسورى دوكتور ئا. سۇھەيىل ئۇنۋەر ئاشۇ تېبببي ھۆججەتلەرنى تەتقىق قىلىغان ئاساستا «ئۇيغۇرلاردا تېبابەت» ناملىق ئەسىرىنى يېزىپ چىقىدۇ ۋە ئىچچام قىلىپ «ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىگە دائىر بۇ ئەسەر بىر يەردىن تەرجىمە قىلىنغان بولماستىن، بەلكى ساپ يەرلىك بىلىملەرگە تايانغان ۋە ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ تەجرىبە، كۆزىتىش ـ لىرىگە ئاساسلانغان ھالدا يېزىلغان» دەيدۇ. مەزكۇر ۋەسىقىلەردىن كۆرۈۋېلىشقا بولىدۇكى، جاپاكەش ئەجدادلىرىمىز قەدىمكى دەۋرلەردە كېسەللىكلەرنى ئىچكى كېسەللىكلىرى، كۆز كېسەللىكلىرى، قۇلاق، بۇرۇن، ئېغىز، گال كېسەللىكلىرى، چىش كېسەللىكلىرى، نەپەس ئەزا كېسەللىكلىرى، يۈرەك ۋە قان تومۇر كېسەللىكلىرى، ھەزىم قىلىش ئەزالىرى كېسەللىكلىرى، ھەر خىل ئىچكى كېسەللىكلەر، ئەسەب نېرۋا كېسەللىكلىرى، سۈيدۈك يولى ۋە جىنسىي ئەزا كېسەللىكلىرى، ۋىرۇسلۇق ۋە يۇقۇملۇق كېسەل ـ لىكلەر قاتارلىق تۈرلەرگە بۆلگەن ۋە ئۇنىڭدىن داۋالاشنىڭ ئۈنۈملۈك ئۇسۇللىرىنى تېپىپ چىققان بولۇپ، بۇنى ئەجدادلىرىمىزنىڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ۋە دۇنيا تېبابەتچىلىكىنىڭ تەرەققىياتى ئۈچۈن قوشقان غايەت زور تۆھپىسى، دەپ ئېيتىشقا ھەقلىقمىز.

ئەجدادلىرىمىز ياشاپ كەلگەن تارىم ۋادىسى تەڭرىتېغىنىڭ جەنۇب، شىمالىدىن ئىبارەت ئىككى چوڭ سودا يولىنىڭ قوشۇلۇش نۇقتىسىغا جايلاشقان بولغاچقا، ھەر خىل سودا ـ سېتىق قاتارىدا دورا ـ دەرمەك سودىسىمۇ تەرەققىي قىلغان. قوڭغۇراق ئاۋازىنى ياڭرىتىپ ئايىغى ئۈزۈلمەي قاتناپ تۇرغان تۈركۈم ـ تۈركۈم سودا كارۋانلىرى شىنجاڭنىڭ يەرلىك دورا ماتېرىياللىرىنى شۇنداقلا ئوتتۇرا ئاسىيا، كىچىك ئاسىيا ھەم ئەرەب ئەللىرىدىن ئىمپورت قىلغان دورا ماتېرىياللىرىنى ئىچكى ئۆلكىلەرنىڭ ھەرقايسى جايلىرىغا ئاپىرىپ، قىممەت باھادا سېتىپ، زور پايدىغا ئېرىشكەن.

مەسىلەن: تۇرپان ئاستانىدىكى 614 ـ نومۇرلۇق قەبرىدىن تېپىلغان ۋەسىقىلەردىكى دورا ماتېرىيالل ـ رى سودىسىغا دائىر ھۆججەتلەردە بىر قېتىملىق دورا سودىسى ئەھۋالى مۇنداق پۈتۈلگەن: «شۆبەن ساتقان پۇراقلىق دورا ماتېرىياللىرى 572 جىڭ، شۆبەن ساتقان (鍮石)، (يۇشى ــ پارسلار زېمىدىن چىقىدۇ،

سېرىق ئالتۇنغىلا ئوخشايدۇ. ئۇنقا سېلىپ تاۋلىسىمۇ ھەرگىز قارىدىمايدۇ. مەزكۇر دورىنىڭ ئىششىقنى ياندۇرۇپ، قىزىتمىنى قايتۇرۇش ئىقتىدارى يۇقىرى) 300 جىڭ، ئەن. ساتقان نۆشۇدۇر 50 جىڭ، كاڭ ۋۇتى ساتقان كۇكۇم يىلتىزى 87 جىڭ، شى مەنبەت ساتقان پۇراقلىق دورا ماتېرىيالى 362 جىڭ، شې مەنبەن ساتقان نۆشۇدۇر 241 جىڭ، ساتقان پۇراقلىق دورا ماتېرىيالى 400 جىڭ، ساتقان (蜜石 تاش ھەسلى) 30 جىڭ، كاڭمۇ ساتقان نۆشۇدۇر 250 جىڭ، ساتقان پۇراقلىق دورا ماتېرىيالى 172 جىڭ، ساتقان پۇراقلىق دورا ماتېرىيالى 92 جىڭ، كاڭ نيۇخېبەن ساتقان پۇراقلىق دورا ماتېرىيالى 650 جىڭ، كاڭ نيۇخېبەن ساتقان نۆشۇدۇر 201 جىڭ، نىچۇلياڭشاڭ ساتقان پۇراقلىق دورا ماتېرىيالى 50 جىڭ، ئەنپۇ يېمىنيەن ساتقان پۇراقلىق دورا ماتېرىيالى 33 جىڭ».①

يۇقىرىدىكى تارىخىي ھۆججەتكە پۈتۈلگەن بىر قېتىملىق دورا ھېساباتى ۋە دورا مىقدارىنىڭ بۇنداق كۆپ بولۇشىدىن ئۇيغۇرلارنىڭ ھەرقايسى سۇلالە - خانلىقلار بىلەنمۇ دورا ۋە خۇش پۇراق ماتېرىياللار سودىسى ئېلىپ بارغانلىقىنى كۆرۈۋالغىلى بولىدۇ، ئۇلار كېيىنكى تاڭ، كېيىنكى جىن، كېيىنكى خەن، كېيىنكى جۇ سۇلالىرىنىڭ پايتەختى لوياڭ، كەيگېڭغا ئەكىلىپ ساتقان دورا - دەرمەك ۋە پۇراقلىق ماتېرىياللىرىنىڭ ھەممىسى دېگۈدەك تارىم ۋادىسىنىڭ ئالاھىدە مەھسۇلاتلىرى. 42 - يىلىدىن 951 - يىلىغىچە ئۇيغۇرلار لوياڭ، كەيفېڭغا ئالتە قېتىم كېلىپ سودا قىلغان بولۇپ، ئۇلارنىڭ ماللىرى ئىچىدە نۆشۇدۇر، بۆكەن مۈڭگۈزى، تەنكار، دېڭىز ئىتىنىڭ چىۋىقى، كەھرىۋا، دېۋىرقاي ۋە پۇراقلىق دورا قاتارلىقلار بار. شىمالىي سۇڭ سۇلالىسى دەۋرىگە كەلگەندە، ئۇيغۇرلار ئوتتۇرا تۈزلەڭلىككە ئاپارغان دورا ماتېرىياللىرى ۋە پۇراقلىق دورا ماتېرىياللىرىغا يەنە يېڭى سورتلار قوشۇلغان. «سۇڭ سۇلالىسى تارىخىدىن بايانلار توپلىمى يېمەكلىكلەر» [38] دە: «شىنىڭنىڭ 10 - يىلى (1077 - يىلى) 10 - ئاينىڭ 27 - كۈنى، مېھمان كۈتۈش ۋەزىرىنىڭ ئېيتىشىچە، ئۇدۇن (خوتەن) دۆلىتىنىڭ ئەلچىلىرى لۇشۇن، نەنساۋىن قاتارلىقلار ئەكەلگەن مەستىكى رۇمى 31 مىڭ جىڭدىن ئارتۇق بولۇپ، پۇلى 44 مىڭ تىزىق يارماق بولدى» دېيىلگەن. بىر قېتىمدىلا 30 مىڭ جىڭدىن ئارتۇق مەستىكى رۇمنىڭ سېتىلىشىنى چوڭ سودا دېيىشكە بولىدۇ.

دېمەك، ئەينى زامانلاردا غەربىي دىيار (شىنجاڭ) بىلەن ئىچكى ئۆلكىلەر ئوتتۇرىسىدا، مەملىكىتىمىز بىلەن غەرب مەملىكەتلىرى ئارىسىدا سودا مۇناسىۋەتلىرى، مەدەنىيەت ئالماشتۇرۇش ئىشلىرى نىسبەتەن كەڭ ئېلىپ بېرىلغان. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئۆزىنىڭ بىۋاسىتە داۋالاش ئەمەلىيىتى ئاساسىدىكى تەرەققىياتى بىلەن بىللە، ئىچكىرى بىلەن ئىران، ئەرەب مەملىكەتلىرى بىلەن ئېلىپ بېرىلغان دورا - دەرمەك سودىسى، مەدەنىيەت ئالماشتۇرۇش ئىشلىرىنىڭ تەسىرىدىمۇ زور قەدەم بىلەن ئىلگىرىلىگەن. شۇڭدەك، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئىلمىي ئۆز نۆۋىتىدە جۇڭيى تېبابىتى، ئىران، ئەرەب تېبابەتچىلىكلىرىنىڭ راۋاجلىنىشىغىمۇ مۇھىم ھەسسە قوشقان. غەربىي دىيار (شىنجاڭ) دىن چىققىدىغان دورا - دەرمەكلەر ئاتاقلىق جۇڭيى تېبابىتى دورا كىتابلىرىغا قوبۇل قىلىنىپلا قالماي، بۇ دورىلار ئىچكىرىگە توشۇلۇپ، جۇڭيى تېۋىپلىرى تەرىپىدىن قوللىنىپ، جۇڭيى تېبابىتىنىڭ مەزمۇنى بېيىپلا قالماي، شىنجاڭنىڭ ئالاھىدە مەھسۇلاتلىرى بولغان ۋەج تۈركى، لاجۇۋەرد كاشغەرىي، سەپىداپ كاشغەر-

① ① «ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى» ژۇرنىلى 1995 - يىل 2 - سان، 41 - بەت

رى، ۋەج خوتەنني (خوتەن ئېگىرى)، مىشكى خوتەنى (خوتەن ئىپارى) قاتارلىقلار شەرقىي رىم ۋە ئەرەب خەلىپىلىكلىرىدە شۆھرەت قازىنىپ، ئەرەب، ئىران تېۋىپلىرى تەرىپىدىن كەڭ ئىستېمال قىلىنغان ۋە مەشھۇر دورا كىتابلىرىغا كىرگۈزۈلگەن.

10 ـ ئەسىردە ياكى ئىسلام دىنى شىنجاڭغا كىرگەندىن كېيىن، ئەرەب ئىسلام مەدەنىيىتى بىلەن ئارىلىشىپ، يۇناننىڭ قەدىمكى پەلسەپىۋى نەزەرىيەۋى ۋە تېبابەت ئۇسۇللىرىمۇ ئېقىپ كىرگەن. بۇ ئەھۋال ئۇيغۇرلارنىڭ قەدىمكى تېبابىتىدە چوڭ بىر ئۆزگىرىش پەيدا قىلغان. تارىخىي پاكىتلار ۋە چەت ئەل تارىخشۇناسلىرىنىڭ ئىسپاتلىشىچە، ئوتتۇرا ئاسىيادىكى «تۈركىي مىللەتلەر ئىچىگە ئىسلام دىنىنىڭ تارقىلىشى، شۇ ۋاقىتتىكى تۈركىي مىللەتلەرنىڭ مەدەنىيەت تەرەققىياتىنى ناھايىتى زور دەرىجىدە ئالغا سۈرگەن» ئەمما[1] ئىسلام دىنى كىرىشتىن ئىلگىرى تالانتلىق ئۇيغۇر ئالىملىرى، شائىرلىرى، رەسساملىرى، ھەربىي ئالىملىرى، تېۋىپلىرى يېتىشىپ چىققانلىقى تارىختا ھەممىگە ئايان. ئىسلام دىنى كىرگەندىن كېيىنكى بىر ئەسىر ئىچىدە قەشقەر، يەكەن، خوتەن، ئاقسۇ خەلقىنىڭ تىل ـ ئەدەبىيات، مەدەنىيەت ۋە يېزىقىدىكى يېڭى ئۆزگىرىشلەر تەرەققىيپەرۋەر ئۇيغۇر خەلقىنىڭ ئەدەبىي ئىقتىدارىنى تېخىمۇ زور دەرىجىدە ئاشۇرغان. مۇشۇ مەزگىلدىن تارتىپ ئۇيغۇرلاردىن ئىسلام دىنىغا ئېتىقاد قىلغان تالانتلىق ئالىملار، پەيلاسوپلار، ھۆكۈما، تېۋىپلار، سەنئەتكارلار، ئەدىب ۋە شائىرلار قايتا يېتىشىپ چىقىشقا باشلىغان.

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئىلمىنىڭ نەچچە مىڭ يىللىق ئۇزۇن تارىخىنى ئەسلىگىنىمىزدە، يېقىنقى مىڭ يىللىق تارىخى جەريانىدا ئەبۇ نەسىر مۇھەممەت فارابى (870—950)، ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا (980—1037 يىللار) نىڭ تېبابەتچىلىك تەلىماتىنىڭ مۇھىم ئۇتۇقلىرى ۋە تەسىرى ئۈستىدە توختالماي ئۆتەلمەيمىز.

فارابى ۋە ئىبن سىنانىڭ تېببىي تەلىماتلىرى ئوتتۇرا ئاسىيادىن ئىبارەت كەڭ رايونلارنىڭ ئەسلىدە بار بولغان پەن ـ مەدەنىيىتى ئاساسىدا بارلىققا كەلگەن ئوتتۇرا ئاسىيا مەدەنىيىتىنىڭ مەھسۇلىدۇر.

مەلۇماتلارغا قارىغاندا، فارابى 160 پارچە ئەسەر يازغان بولۇپ، بۇنىڭدىن بىزگە مەلۇم بولغان تىب ئەسەرلىرى «ساراڭلىق ھەققىدە»، «ئەزالارنىڭ خىزمىتى ھەققىدە»، «تەبىئەت ھەققىدە»، «تەبىئەت جىسىملىرىنىڭ ئىسسىق ـ سوغۇق، ھۆل ـ قۇرۇقلۇقى ھەققىدە»، «روھ ۋە جان ھەققىدە»، «ئاڭلاش ۋە كۆرۈش ھەققىدە»، «پىكىر قىلىش، ئەقىل ـ ئىدراك ۋە ئۇنىڭ تاكامۇللىشىشى» قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

ئىبن سىنا 16 يېشىدا ئۇيغۇر ئالىمى فارابىنىڭ كىتابلىرىنى ئۆگىنىشكە باشلىغان. ئۇنىڭدىن ئىلگىرى تېمىستۇس (Ttemistus) نىڭ ئارىستوتېل ھەققىدىكى كىتابلىرىدىن بەزىبىر پەلسەپە مەسىلىلىرىنى چۈشىنەلمىگەن ئىبن سىنا فارابى كىتابلىرىنىڭ مەپتۇنى بولۇپ قالغانىدى. ئىبن سىنا فارابى تەسىرى «نەزەرىيە ئىلمىنىڭ ئاخىرقى مەقسىتى ھەقىقەتنى تونۇش»، «ھەقىقەتەن تاشقى ئالەم ھادىسىلىرىگە مۇۋاپىق كەلگەن سۆز ۋە ھەرىكەتتىن ئىبارەت» دېگەن تونۇشقا كەلگەن.

ئىبن سىنا ئاناتومىيە (ئىلمى تەشرىھ)، فىزىيولوگىيە (ئىلمى ۋەزا ئىفۇلئەزا)، پاتولوگىيە (كې-

---

① ياپونىيەلىك يوي تيەنىنىڭ يازغان «غەربىي يۇرت مەدەنىيەت تارىخى» دېگەن كىتابىنىڭ 170 ـ بېتىگە قارالسۇن.

www.uyghurkitap.com

سەللىنىش ئىلمى)، داۋالاش، ئىلمى (ئىلمۇلئىلاج) ساقلىقنى ساقلاش ئىلمى (ھىپزى سىھھەت)، ئوزۇقشۇناسلىق ۋە باشقا ساھەلەرنى تەتقىق قىلغان ۋە «دانىشنامە»، «كىتابۇششىفا»، «كىتابۇلقانۇنى فىت ـ تىب» قاتارلىق تېببىي پەنگە ئائىت مۇھىم ئەسەرلەرنى يازغان. «ئەلقانۇن فىت ـ تىب» (تېبابەت قانۇنى) ئىبنى سىنانىڭ ئاساسلىق كىتابى بولۇپ، مەزكۇر كىتاب لاتىن تىلىغا تەرجىمە قىلىنغاندىن كېيىن 30 قېتىمدىن ئارتۇق قايتا بېسىلغانلىقى مەلۇم. بۇ كىتاب 12 ـ ئەسىردىن 18 ـ ئەسىرگىچە نەچچە يۈز يىل ئىچىدە شەرق ۋە غەرب ئەللىرىدە مېدىتسىنانىڭ مۇقەددەس كىتابى، مېدىتسىنا ئىنستىتۇتلارنىڭ ئاساسىي دەرسلىكلىرىدىن بولۇپ كەلگەن. ئىبنى سىنا ياۋروپادا «تېبابەت شاھى» (Princepsedifotum) دەپ ئاتالغان. قاراخانىيلار دەۋرىدە ياشىغان مەشھۇر تېۋىپ ئىمادۇددىن كاشغەرىي ئۇيغۇر تىلىدا «شەرھى ئەلقانۇن» ناملىق ئەسەر يازغان. رىۋايەتلەردە ئېيتىلىشىچە، «قۇتادغۇبىلىك» داستانىنىڭ مۇئەللىپى يۈسۈپ خاس ھاجىپ پەيلاسوپ، دۆلەت ئەربابى ۋە داڭدار ھېكىم (تېۋىپ) بولغان. مۇھەممەت ئەلى مۇھەممەت ئىمىن ياركەندىنىڭ «زىيا ئۇلقۇلۇپ» ناملىق كىتابىدا ھەمدە «سۇرراھ» ناملىق لۇغەت كىتابىنىڭ كىرىش سۆزىدە شۇ چاغدا قەشقەردە ئۆز زامانىسىنىڭ ئالىي ئوقۇش يۇرتى بولغان «ساچىيە» مەدرىسىسى بەرپا قىلىنغان. بۇ مەدرىستە ھەر خىل پەنلەر قاتارىدا «ئەلقانۇن فىت ـ تىب» دىن لېكسىيەلەر ئوقۇلغان ھەمدە ئىبنى سىنانىڭ «ئىشاراتى ھاسىل»، «مەھسۇلى نىجادى شىفا» ناملىق ئەسەرلىرى ئوقۇلغان. 13 ـ ئەسىردە بۇ مەدرىسىدە ئەبۇل فازىل بىننى مۇھەممەت فازىلنىڭ «سوراھ» لۇغىتى تۈزۈلگەن ۋە نۇرغۇن تېببىي ئەسەرلەر ئۇيغۇر تىلىغا تەرجىمە قىلىنغان. نۇرغۇن مەشھۇر تېۋىپلار ئەنە شۇ مەدرىسىنىڭ ئۆزىدە ياكى شۇ مەدرىستە يېتىشىپ چىققان ھۆكۈمالاردا ئوقۇپ، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ تەرەققىياتى ۋە خەلق سالامەتلىكىنى ساقلاش ئىشلىرى ئۈچۈن نۇرغۇن ھەسسىلەرنى قوشقان.

ئىبنى سىنانىڭ تېببىي تەلىماتى شىنجاڭغا كىرگەندىن كېيىن، ئۇيغۇر ھۆكۈمالىرى ئۇنى ئۆز پېتى ئۆلۈك ھالدا قوللانماي، بەلكى ئۆزلىرىنىڭ ئەسلىدىن بار بولغان تېبابەتچىلىك نەزەرىيەلىرى ۋە ئەمەلىيەتلىرى بىلەن تەدرىجىي بىرىكتۈرۈپ، شىنجاڭنىڭ تەبىئىي شەرت ـ شارائىتى، ئۇيغۇر خەلقىنىڭ تۇرمۇش ئۆرپ ـ ئادىتىگە ماسلاشقان بىر تېبابەتچىلىك ئىلمىنى شەكىللەندۈرگەن. ئۇيغۇر تېۋىپلىرى «ئەلقانۇن» نىڭ مەزمۇنىنى تېخىمۇ بېيىتىپ، نۇرغۇنلىغان كىتابلارنى يېزىپ چىققان. مەسىلەن: 10 ـ ئەسىردە «مەدرىسى ساچىيە» دە مۇدەررىس بولغان ئىمامۇددىن قەشقىرى «شەرھى ئەلشىفا» ۋە «شەرھى ئەلقانۇن» قاتارلىق ئەسەرلەرنى يېزىپ چىققان.

ئۇنىڭدىن باشقا ھەر ئەسىردە يېتۇك تېببىي ھۆكۈمالار يېتىشىپ چىققان. مەسىلەن: مىلادىيە 1564 ـ يىلى ياشىغان مەشھۇر ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئالىمى موللائارىپ خوتەنىينىڭ چاغاتاي ئۇيغۇر تىلىدا يازغان چوڭ ھەجىملىك داۋالاش ۋە دورىگەرلىك كىتابىنى ئۇيغۇر تىلىدا يازغان «مەجەرىباتى ئارىفاي»، پارس تىلىدا يازغان «مۇلدەستەئى ئافىيەت»، ئەرەب تىلىدا يازغان «ئەسرارۇننەبزى ۋەلبەۋلى ۋەلبەراز» (تومۇر ۋە چوڭ ـ كىچىك تەرەت ئارقىلىق دىياگنوز قويۇشنىڭ سىرلىرى)، پارس تىلىدا يازغان «مۇئالىجاتىل فۇقائى ۋە ئەھلىل سەھرائى» (كەمبەغەل سەھرالىق ئاجىزلارنى داۋالاش)، پارس تىلىدا يازغان «رىسالەئى فەسەد ۋە ھىجامەت» (قان ئېلىش ۋە لوڭقا قويۇپ داۋالاش ھەققىدىكى رىسالە) قاتارلىق ئەسەرلىرى بار.

مىلادىيە 16 ـ ئەسىردە ياشىغان ئەللامە ئالائىددىن مۇھەممەت (خوتەنىي) چاغاتاي ئۇيغۇر تىلىدا «ئەلفىقھوتتىببىيە» (تىببىي قانۇن) دېگەن كىتابىنى يازغان. خوتەندە يېزىلغان مىلادىيە 11 ـ ئەسىرنىڭ ئاخىرلىرىدا خوتەن قاراقاشئاقسارای يېزىسىدىن جامالىدىن ئاقساراي ئەرەب تىلىدا «تىببىي ئاقساراي» ناملىق كىتابىنى يازغان. مىلادىيە 18 ـ ئەسىردە مۇراد بەگ ئەلى بەگ ئوغلى قەشقەر شەھىرىدە «ئەغرازى تىببىيە» (تىبابەت مەقسەتلىرى) ناملىق كىتابىنى يېزىپ چىققان. 19 ـ ئەسىردە سەئىد مۇختار بولاقبەك ئوغلى قەشقەردە «تىببىي شىفا» ناملىق كىتابىنى يېزىپ چىققان ۋە باشقىلار بۇنىڭغا دەلىل بولالايدۇ. «تىببىي ئاقساراي» ناملىق كىتاب مىلادىيە 1899 ـ يىلى ھىندىستان لەكنو شەھىرىدە نەشر قىلىنىپ، 1929 ـ يىللارغىچە ھىندىستان دېھلى ئىسلام تىبابەت دارىلفۇنۇنىدا تىببىي دەرسلىك قىلىپ ئۆتۈلگەن.

16 ـ، 17 ـ ئەسىرلەردە شىنجاڭدا غوجىلار تەبىقىسى ھاكىمىيەت تەختىگە چىقىپ، خەلق ئاممىسىنىڭ ماددىي ۋە مەنىۋى ھوقۇقىنى چاڭگىلىغا ئېلىۋېلىپ، ئىستىبدات تۈزۈمىنى يولغا قويغانلىقى نەتىجىسىدە شىنجاڭدا كۈچلۈك بىر دىنىي فېئوداللىق تۈزۈم شەكىللىنىپ، ھەقىقىي ئالىم ۋە زىيالىيلار يوقىتىلغان. دىن ۋە مەزھەپ ئىختىلاپلىرى كۆپىيىپ، ئىلىم ۋە مەرىپەت تەرەققىياتى يەنە بىر قېتىم ۋەيرانچىلىققا ئۇچرىغان. جاھىل مۇتەئەسسىپلەر مەيدانغا چىقىپ، شىنجاڭنى بىر مەزگىل جاھالەت ۋە خۇراپات قاراڭغۇلۇقى قاپلىغان.

غوجىلار ھاكىمىيىتى ئاغدۇرۇلغاندىن كېيىن 18 ـ، 19 ـ ئەسىرلەرگە كەلگەندە شىنجاڭ خەلقى يەنىلا مەنچىڭ ھاكىمىيىتىنىڭ زۇلمەتلىك ئىستىبداتى ئاستىدا قېلىپ، شىنجاڭ خەلقىنىڭ ئىنسانىي ھوقۇقى ئاياغ ـ ئاستى قىلىنغانلىقى سىرتىدا، ئىقتىسادىي بايلىقى تالان ـ تاراج قىلىنغان. ئىلىم مەرىپەت چىراغلىرى ئۆچكەن.

19 ـ ئەسىرنىڭ ئوتتۇرىلىرىدىن باشلاپ، ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى فېئودال ھۆكۈمران سىنىپىنىڭ، چەت ئەل جاھانگىرلىكى ۋە ئەجنەبىي قۇلچىلىق ئىدىيەسى، دىن تارقاتقۇچىلار، «پەرەڭ دوختۇرلىرى» نىڭ كەمسىتىشى، چەتكە قېقىشىغا ئۇچرىغان. بولۇپمۇ 1908 ـ يىللىرى شىنجاڭنىڭ قەشقەر، ئۈرۈمچى، چۆچەك ۋىلايەتلىرىدە تۇنجى ياۋروپا تىبابىتى پەيدا بولۇش بىلەن ئۇيغۇر تىبابىتىگە قارىتا ھۇجۇم ۋە تەنقىد باشلانغان. ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىنى سۈنئىي ئۇسۇلدا ياۋروپا مېدىتسىناسىغا قارشى ئورۇنغا قويۇپ، ئۇ «خۇراپىي»، «ساختا» دېگەندەك تۈرلۈك بەتنامىلار بىلەن قارىلانغان. گومىنداڭ ئەكسىيەتچىلىرى ھۆكۈمرانلىقىدا، بولۇپمۇ زالىم شىڭ شىسەي تېررورلۇقى زامانىدا ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى بۇيرۇق بىلەن مەنئى قىلىنغان. كۆزگە كۆرۈنگەن مەشھۇر تېۋىپلار قامىلىپ، بەزىلىرى ئۆلۈمگە ھۆكۈم قىلىنغان. بەزى جايلاردا تىبابەتچىلىك كىتابلىرى كۆيدۈرۈپ تاشلانغان. نەتىجىدە خەلق ئاممىسى ياۋروپا مېدىتسىناسىدىن بەھرىمەن بولالمايلا قالماستىن، ئەسلىدىن بار بولغان تىبابىتىدىنمۇ مەھرۇم بولۇپ، ھەر خىل كېسەللىكلەر كۆپلەپ تارقىلىپ، ئۆلۈم ـ يېتىم زور دەرىجىدە ئەۋج ئالغان. ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمى تەرەققىياتتىن توختاپ، قاتماللىشىپ مۇنقەرزلىككە يۈز تۇتقان.

1949 ـ يىلى شىنجاڭ تىنچلىق بىلەن ئازاد بولۇپ، جۇڭگو كوممۇنىستىك پارتىيەسى رەھبەرلىكىدىكى خەلق ھۆكۈمىتى قۇرۇلۇپ، مىللەتلەر ئازادلىقى ئېلان قىلىنغاندىن كېيىن، شىنجاڭدىكى ھەر مىللەت خەلقىنىڭ مىللىي مەدەنىيىتى مىسلىسىز تەرەققىي قىلىش ئىستىقبالىغا ئېرىشتى. شۇ قاتاردا ئۇيغۇر تىبابىتىمۇ تەرەققىي قىلىش ۋە گۈللىنىشكە باشلىدى.

جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتى 1951 - يىلى «مەملىكەتلىك سەھىيە خىزمەت يىغىنى» ئېچىپ، مەملىكىتىمىزدىكى ھەرقايسى ئەنئەنىۋى تېبابەتچىلىكنى جۇملىدىن ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنى ۋەتەن تېبابەتچىلىكىنىڭ مۇھىم تەركىبىي قىسمى دەپ تونۇدى. 1978 - يىلى ئەنئەنىۋى تېبابەتچىلىكنى قوغداش، يۆلەش ۋە تەرەققىي قىلدۇرۇش ئۈچۈن، ئەنئەنىۋى تېبابەتچىلىك ئىشلىرىنى تەرەققىي قىلدۇرۇشنى «جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتىنىڭ ئاساسىي قانۇنى» غا كىرگۈزۈپ، مەملىكىتىمىزدىكى ئەنئەنىۋى تېبابەتچىلىك ئىشلىرىنىڭ تەرەققىياتىنى قانۇنىي ئاساس بىلەن تەمىنلىدى. شۇنىڭدىن بۇيان مەركەز ۋە ئاپتونوم رايونلۇق خەلق ھۆكۈمىتى كۆپ قېتىم ئەنئەنىۋى تېبابەت خىزمەت يىغىنى ئاچتى. ئاپتونوم رايونىمىزدا جۇڭيى - مىللىي تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىكنى باشقۇرۇش ئورگانلىرىنى تەسىس قىلىپ، ئەنئەنىۋى تېبابەتچىلىككە بولغان باشقۇرۇشنى كۈچەيتتى.

مەركەز ۋە ئاپتونوم رايونلۇق ھۆكۈمەت دۆلەت مالىيەسىدىن زور مىقداردا مەبلەغ ئاجرىتىپ دۆلەت ئىگىلىكىدىكى مىللىي تېبابەت مۇئەسسەسىلىرىنى قۇردى ۋە تەرەققىي قىلدۇردى. دۆلەتنىڭ ۋە ھەر دەرىجىلىك ھۆكۈمەتلەرنىڭ مەبلەغ ئاجرىتىپ بېرىشى بىلەن ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ئۈرۈمچى، قەشقەر، خوتەن، كۇچا، يەكەن، غۇلجا قاتارلىق شەھەر، ۋىلايەت، ئوبلاست، ناھىيەلىردە ئىلگىرى - كېيىن بولۇپ، دۆلەت ئىگىلىكىدىكى ئۇيغۇر تېبابەت دوختۇرخانىلىرىدىن 42 سى قۇرۇلدى. بۇنىڭ ئىچىدە ئاپتونوم رايون دەرىجىلىكتىن بىر، ۋىلايەت، ئوبلاست دەرىجىلىكتىن ئالتە، ناھىيە دەرىجىلىكتىن 30 نەچچىسى بار. ئىستاتى تەرەققىي قىلىپ 2700 دىن ئاشتى. كارىۋات سانى 2142 گە يەتتى.

ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسى دۆلەت جۇڭيى تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك باشقۇرۇش ئىدارىسى تەرىپىدىن «مەملىكەت بويىچە نەمۇنىلىك ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسى» دېگەن نامغا ئېرىشتى. ئاقكېسەلنى داۋالاش جەھەتتە دۆلەتلىك بىرىنچى دەرىجىلىك مەخسۇس كېسەللىكلەر قۇرۇلۇش تۈرىگە كىرگۈزۈلدى.

ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى ئىلگىرى - كېيىن بولۇپ، «ئۇيغۇر تېبابەت داۋالاش ئورگانلىرىنىڭ ئاساسىي ئۆلچىمى» نى تۈزۈپ، ئاپتونوم رايونىمىزدىكى ئۇيغۇر تېبابەت داۋالاش ئورگانلىرىنى ئۆلچەملىك باشقۇرۇشنى يولغا قويدى.

شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابىتى دورا زاۋۇتى زۇكام جەۋھىرى قاتارلىق 120 خىلدىن ئارتۇق دورىنى، قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسى دورا زاۋۇتى كالىزىرە ئوكۇلى قاتارلىق 130 خىلدىن ئارتۇق دورىنى، خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسى دورا زاۋۇتى 147 خىل دورىنى، شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئالىي تېخنىكومى دورا زاۋۇتى ۋە دوختۇرخانىسى «ئەۋرىشىم ئىچىملىكى» قاتارلىق 140 خىل دورىنى ئىشلەپچىقىرىپ، ياخشى ئىقتىسادىي ۋە ئىجتىمائىي ئۈنۈمگە ئېرىشمەكتە.

ئۇنىڭدىن باشقا، ھەر دەرىجىلىك ئۇيغۇر تېبابىتى شىپاخانىلىرىدا ئىشلىتىلىپ كېلىۋاتقان دورىلارنىڭ مۇتلەق كۆپ ساندىكىسى ئۆز تۇپرىقىدىن چىقىدىغان ئۆسۈملۈك ۋە مەدەنلەر بولغاچقا، ئۇنى پىششىقلاپ ئىشلەش ۋە ھەر خىل مۇرەككەپ دورىلارنى ياساش ئۈچۈن، ھۆكۈمەتنىڭ مۇناسىۋەتلىك تارماقلىرى ھەر قايسى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىلاردا بىرقەدەر زامانىۋى ماشىنا سايمانلىرى بولغان دورا ياساش بۆلۈملىرىنى قۇرۇپ بەردى. بۇ بۆلۈملەرمۇ بىر قىسىم يەرلىك دورىلارنى پىششىقلاپ ئىشلەپ، ئۆز ئېھتىياجىدىن چىقماقتا، ئۇنىڭدىن باشقا ھەرقايسى شەھەر، بازارلاردا دۆلەت ئېتىراپ قىلغان خۇسۇسىي

ئەگىلىكىدىكى ئۇيغۇر تېبابىتى داۋالاش ئورۇنلىرى تەخمىنەن مىڭدىن ئاشىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابىتى مائارىپى جەھەتتە دۆلىتىمىز 1970 ـ يىللىرى يېڭى ئەۋلاد ئۇيغۇر تېبابىتى خادىملىرىنى يېتىشتۈرۈشنى دۆلەت پىلانىغا كىرگۈزۈلگەندىن كېيىن بىر تۈتاش ئىمتىھان ئارقىلىق ئوقۇغۇچى قوبۇل قىلىشنى يولغا قويۇپ، ئۈرۈمچى، قەشقەر، خوتەن قاتارلىق جايلاردىكى ئوتتۇرا دەرىجىلىك تېببىي تېخنىكوملاردا ئۈچ يىل، تۆت يىل مۇددەتلىك مەخسۇس ئۇيغۇر تېبابەت سىنىپلىرىنى تەشكىل قىلىپ، زور بىر تۈركۈم ياش ئۇيغۇر تېبابەت خادىملىرىنى يېتىشتۈرۈپ چىقتى. 1985 ـ يىلى جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتى سەھىيە مىنىستىرلىقى ۋە ئاپتونوم رايونلۇق خەلق ھۆكۈمىتى خوتەن شەھرىدە «شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابىتى ئالىي تېخنىكومى» قۇرۇشنى رەسمىي تەستىقلاپ، كۆپ مىقداردا مەبلەغ ئاجراتتى، مەكتەپ قۇرۇلۇشى پۈتكەندىن كېيىن 1987 ـ يىلى تۇنجى قېتىم ئوقۇغۇچى قوبۇل قىلىندى. ئۇيغۇر تېبابىتى ئالىي تېخنىكومى ئوقۇتۇش، پەن تەتقىقات ۋە ئىلمىي تەجرىبە بىرلەشتۈرۈلگەن ئۇنىۋېرسال بىلىم يۇرتى بولۇپ، ئۇيغۇر تېبابىتى داۋالاش، دورىگەرلىك، سىستىرالىق قاتارلىق كەسىپلەر تەسىس قىلىنغان. ھازىرغىچە 4887 نەپەر ئوقۇغۇچى ئوقۇش پۈتكۈزۈپ، ھەرقايسى جايلاردىكى ئۇيغۇر تېبابىتى ئورگانلىرىدا داۋالاش، ئوقۇ ـ ئوقۇتۇش، تەتقىقات ئىشلىرىدىكى ئاساسلىق كۈچ بولۇپ قالدى، ھازىر 1780 ئوقۇغۇچى ئوقۇۋاتىدۇ.

شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومى شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى بىلەن ھەمكارلىشىپ، شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى نامىدا 1998 ـ يىلىدىن باشلاپ، ئۇيغۇر تېبابىتى بويىچە تولۇق كۇرس داۋالاش، دورىگەرلىك كەسىپلىرى بويىچە ئوقۇغۇچى قوبۇل قىلىپ كېلىۋاتىدۇ.

ئاپتونوم رايونلۇق خەلق ھۆكۈمىتىنىڭ ئىلتىماسىغا ئاساسەن جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتى سەھىيە مىنىستىرلىقىنىڭ تەستىقلىشى بىلەن 2007 ـ يىلى شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتىدا ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك فاكۇلتېتى قۇرۇلۇپ، ئۇيغۇر تېبابىتى داۋالاش كەسىپلىرى بويىچە ھەريىلى 50 ~ 60 نەپەردىن ئوقۇغۇچى قوبۇل قىلىپ تەربىيىلەپ كېلىۋاتىدۇ.

جياڭشى ئۆلكىلىك جۇڭگو تېبابەتچىلىك ئىنستىتۇتى شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومى بىلەن ھەمكارلىشىپ 2005 ـ يىلىدىن باشلاپ ئۇيغۇر تېبابىتى داۋالاش ۋە دورىگەرلىك تولۇق كۇرس سىنىپلىرىغا ھەر يىلى 50 ~ 60 نەپەردىن ئوقۇغۇچى قوبۇل قىلىپ كېلىۋاتىدۇ.

1983 ـ يىلى جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتى سەھىيە مىنىستىرلىقىنىڭ ئورۇنلاشتۇرۇشىغا ئاساسەن، ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ تەشكىللىشى بىلەن جۇڭگو تېببىي قامۇسىنىڭ ئۇيغۇر تېبابەت تومى (بەش توم) پېشقەدەم ئۇيغۇر تېبابىتى ھۆكۈمالىرىنىڭ قەلەم تەۋرىتىشى بىلەن يېزىپ چىقىلىپ، شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى تەرىپىدىن 85~93 ـ يىللىرى نەشر قىلىندى. يېقىندا ئۇنىڭغا يەنە ئىككى توم قوشۇلۇپ، جەمئىي يەتتە توم بولۇپ، قايتىدىن نەشر قىلىندى. جۇڭخۇا خەلق جۇمھۇرىيىتى سەھىيە مىنىستىرلىقىنىڭ ئۇيغۇر تېبابەت دورا ئۆلچىمى 1998 ـ يىلى نەشر قىلىندى.

1986 ـ يىلى ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ تەشكىللىشى بىلەن بىر قىسىم ئۇيغۇر تېبابەت ھۆكۈمالىرى شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىنىڭ بىرىنچى ئەۋلاد 13 خىل دەرسلىكىنى يېزىپ چىقىپ، 1986 ~ 1992 ـ يىللىرى شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى تەرىپىدىن نەشر قىلىندى.

دۆلەتلىك جۇڭگو تېبابىتى دورىگەرلىكنى باشقۇرۇش ئىدارىسى پەن ـ تېخنىكا مائارىپ مەھكىمىسى

نىڭ تەستىقى بىلەن، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ رەھبەرلىكىدە شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىنىڭ مۇدىرى تۇرغۇن ئۆمەرنىڭ بىۋاسىتە يېتەكچىلىكى ۋە شۇ مەكتەپنىڭ پېشقەدەم ئوقۇتقۇچىسى، مۇدىر ۋىراچ، پىروفېسسور مۇتەللىپ ئەلى ھاجى ئەمچى قاتارلىقلارنىڭ كۆپ ئەجىر سىڭدۇرۇشى ئارقىلىق ھەرقايسى دەرسلىكلەرنى قۇرۇلما جەھەتتە باشتىن - ئاخىر قايتىدىن رەتلەپ، زور بىر قىسىم مەزمۇنلارنى يېڭىدىن يېزىپ تولۇقلاپ بېيىتىپ، نەزەرىيە، دورا ۋە كېسەللىك ناملىرىنى باشتىن - ئاخىرى بىرلىككە كەلتۈرۈپ، قېلىپلاشتۇرۇپ، ھەرقايسى دەرسلىكلەرنىڭ ئىلمىيلىكىنى يۇقىرى كۆتۈرۈشى بىلەن 2002 - يىلىدىن 2007 - يىلىغىچە شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىنىڭ ئىككىنچى ئەۋلاد دەرسلىك 26، (جەمئىي 29 دەرسلىك) نەشر قىلىندى. بۇ قېتىم شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومى بىلەن شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتى بىرلىكتە يۇقىرىقى 26 تۈرلۈك دەرسلىك ئىچىدىن 18 تۈرلۈك دەرسلىكنى قايتىدىن رەتلەپ بىر قىسىم مەزمۇنلارنى قوشۇپ بېيىتىپ، تولۇق كۇرس دەرسلىك ماتېرىيالى قىلىپ قولىڭىزدىكى بۇ دەرسلىكنى نەشر قىلدى.

ئۇنىڭدىن باشقا، 1960 - يىلىدىن باشلاپ، ھازىرغىچە ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ نەزەرىيە، داۋالاش ۋە دورىگەرلىككە ئائىت قەدىمىي قول يازما ئەسەرلىرىدىن دەستۇرۇلئىلاج، تېببىي ئەكبەر، ھازىق، مىزانى تىب، تېبابەت سىرلىرى، ئۇيغۇر تېبابىتى رېتسېپلىرىدىن مىراسلار (توققۇز قىسىم) «ئىكسىرى ئەزەم» (ئىككى توم، تۆت جىلد) قاتارلىقلار ھەمدە پېشقەدەم ۋە ياش ئۇيغۇر تېبابىتى خادىملىرى يېزىپ چىققان «ئۇيغۇر تېبابىتى قوللانمىسى» ، ئۇيغۇر تېبابىتى ئىلمىي ساۋاتلىرى، قانۇنچە، ئۇيغۇر تېبابىتى پىششىق دورىلار خەزىنىسى، ئۇيغۇر تېبابىتى خەلق ئارىسى رېتسېپلىرى، ئەرلەر جىنسىي ئاجىزلىقىنى ئۇيغۇر تېبابىتىدە داۋالاش، ئۇيغۇر تېبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرى (12 توم) قاتارلىق 200 پارچىدىن ئارتۇق كىتاب نەشر قىلىندى.

2004 - يىلى ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىدە ئۇيغۇر تېبابىتى قەدىمىي ئەسەرلىرىنى يىغىش، توپلاش، رەتلەش، نەشرگە تەييارلاش ئىشخانىسى قۇرۇلۇپ، دۆلەتنىڭ سىياسەت، ئىقتىسادىي جەھەتتىن قوللىشى بىلەن بىر تۈركۈم تارىخىي قول يازمىلار رەتلىنىش ۋە نەشر قىلىنىش ئالدىدا تۇرۇۋاتىدۇ.

شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكوم قارمىقىدا «شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكوم ئىلمىي ژۇرنىلى» (قوش ئايلىق) ، 1991 - يىلىدىن باشلاپ شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابىتى تەتقىقات ئورنى قارمىقىدا «ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى» ژۇرنىلى (قوش ئايلىق) 1981 - يىلىدىن باشلاپ نەشر قىلىنىۋاتىدۇ.

1982 - يىلى شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق مىللىي تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىلمىي جەمئىيىتى قۇرۇلدى. ئاپتونوم رايونلۇق مىللىي تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىلمىي جەمئىيىتى ئاپتونوم رايون ۋە مەملىكەت بويىچە 25 قېتىمدىن ئارتۇق ئىلمىي مۇھاكىمە يىغىنى ئۆتكۈزدى، 2000 دىن ئارتۇق ئىلمىي ماقالىنى ئالماشتۇردى.

2003 - يىلى ئۈرۈمچى شەھىرىدە «خەلقئارا ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئىلمىي مۇھاكىمە يىغىنى» ئېچىلدى. ئېلىمىز ۋە چەتئەللەردىكى ھەر دەرىجىلىك ئىلمىي جەمئىيەتلەر ئىلىم - پەن ئالماشتۇرۇش، خادىملارنى تەربىيەلەش، ئىلىم - پەندىن ساۋات بېرىش قاتارلىق جەھەتلەردە ئاكتىپ رول ئوينىدى.

2010 - يىلى 9 - ئايدا جۇڭگو جۇڭيى تېبابەتچىلىكى پەنلەر ئاكادېمىيەسى ئاسپىرانتلار ئىنستىتۇتى

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ پېكى ئادرېسى

ماگىستىر ئاسپىرانت تەربىيەلەش كەسپلەر بويىچە ياردەم بېرىش تورىگە كىرگۈزۈپ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىسى بىلەن بىرلىكتە شىنجاڭدىكى ھەرقايسى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىلىرىدىن 80 نەپەر ئوقۇغۇچى قوبۇل قىلىپ، تۇنجى قېتىملىق ئۇيغۇر تېبابىتى ئاسپىرانتلار سىنىپى ئورۇمچىدە ئېچىلدى.

6 § . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمىنىڭ كەلگۈسى تەرەققىيات نىشانى

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمى بولسا مەنبەسى مول، مەزمۇنى باي بولۇشتەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە. ئۇنىڭغا ۋارىسلىق قىلىش ۋە ئۇنى تېخىمۇ ياخشى تەرەققىي قىلدۇرۇش ئۇچۇن يەنە نۇرغۇنلىغان خىزمەتلەرنى ئىشلەشكە توغرا كېلىدۇ. بۇنىڭ ئۇچۇن بىز بىر ئەۋلاد ئىز باسارلار بۇرۇنقىلارنىڭ تەجرىبە-لىرىنى يەكۈنلەپ تەتقىقاتنى چوڭقۇرلاشتۇرۇپ، ئىلغار پەن - تېخنىكا بىلەن ئۆزىمىزنى قوراللاندۇرۇپ، قەدىمكى ئەسىرلەردىكى ئەنئەنىۋى دورىگەرلىك نەزەرىيەسى ئاساسىدا يېڭىلىق يارىتىشقا جۈرئەت قىلىپ، رايونىمىزدا مەۋجۇت بولغان، جۈملىدىن شىنجاڭنىڭ بىردىنبىر ئەۋزەللىكى بولغان تەبىئىي دورا بايلىقلى-رىنى ئېچىش، قېزىش، رەتلەش، يېڭى دورا ئەشيالىرىنى تېرىپ سىناق قىلىش، مەخسۇس تېرىپ ئۆستۈرۈش بازىلىرىنى قۇرۇپ ئۇنى تاۋارغا ئايلاندۇرۇش، ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنىڭ سۈپىتىنى ياخشىلاش ئاساسىدا دورا ئەشيالارنى سىرتتىن يۆتكەپ كېلىش، سۈپىتى ناچار بولۇش، باھاسى قىممەت بولۇش، يۇقىرى ئۈنۈملۈك دورىلار تېپىلماسلىقتەك مەسىلىلەرنى ھەل قىلىش بىلەن بىرگە دورىلارنى رەتلەش، قېلىپلاشتۇرۇش، سىناق قىلىش، تەجرىبىدىن ئۆتكۈزۈش ئارقىلىق مۇنتىزىم دورىلار قامۇسىنى بارلىققا كەلتۈرۈش، شۇ ئارقىلىق دورىلارنىڭ خۇسۇسىيىتىنى ئېنىقلاش، دورا ئىستېمالى جەھەتتە مۇرەككەپلىكتىن ئاددىيلىققا، كۆپلۈكتىن ئازلىققا، ئۈنۈمى تۆۋەن بولۇشتىن يۇقىرى بولۇشقا قاراپ تەرەققىي قىلدۇرۇپ، ئۇيغۇر تېبابىتىنى پۈتكۈل دۇنياغا تونۇتۇش ھەمدە ئىنسانىيەتنىڭ ساغلاملىقى ئۇچۇن خىزمەت قىلدۇرۇش ئۇيغۇر تېبابىتى ياش ۋارىسلىرىنىڭ نۆۋەتتىكى باش تارتىپ بولمايدىغان بۇرچى ھەم مۇقەددەس ۋەزىپىسى ھېسابلىنىدۇ.

ئىككىنچى باب ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنىڭ كېلىش مەنبەسى، ئۇلارنى يىغىۋېلىش، ساقلاش ۋە ئۇنۇملۇك ساقلىنىش مۇددىتى

§ 1 . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنىڭ كېلىش مەنبەسى

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنىڭ كېلىش مەنبەسى بولسا ئۆسۈملۈكلەر، ھايۋاناتلار ۋە مەدەنلەردىن ئىبارەت.

ئۆسۈملۈك تۈرىدىكى دورىلار

ئۇيغۇر تېبابىتىدە ئۆسۈملۈك دورىلارنىڭ تۈرى ناھايىتى كۆپ بولۇپ، ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى، غولى، قوۋزىقى، يوپۇرمىقى، شاخلىرى، يىلتىزى، يىلتىز پوستى، گۈل چېچىكى، مېۋىسى، ئۇرۇقى، ئۆسۈملۈك مايلىرى، مېۋە پوستى، يېلىمى، سۈتى، سىقىپ ئېلىنغان ئۇسارىسى، قاينىتىپ ئېلىنغان رۇببىسى قاتارلىق قىسىملىرى دورا قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: قىزىلگۈل، زەپەر، سەرپىستان، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى، سەندەل، ئەپيۇن، ئەنجۈر سۈتى، رۇببىسوس، بادام يېغى، سازەج، دارچىن، بادرەنجبۇيا قاتارلىقلارغا ئوخشاش. بۇ خىل ئۆسۈملۈك دورىلارنى ئومۇملاشتۇرۇپ، خەلق ئارىسىدا «ئوت - چۆپ دورىلار» ياكى «ئۆسۈملۈك دورىلار» دەپ ئاتايدۇ.

ھايۋانات تۈرىدىكى دورىلار

ھايۋانات تۈرىدىكى دورىلار ھايۋانلار، قۇشلار، قۇرت- قوڭغۇزلار، دېڭىز مەھسۇلاتلىرى قاتارلىق جانلىقلاردىن ئېلىنغان دورىلارنى كۆرسىتىدۇ. ھايۋاناتلاردىن ئېلىنغان دورىلارنىڭ تۈرلىرىمۇ كۆپ بولۇپ، ئۇلارنىڭ ھەر خىل ئەزالىرى، ئاجراتمىلىرى، ھەتتا پۈتكۈل تېنى دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: ئىپار، ئەنبەر، چايان، يىلان، پەنىرمايە، ئۇلار گۆشى، تۆگە سۈتى، بۇقا چۈيىسى، توخۇ تاشلىقى، قۇشقاچ چاڭگىسى، بۇغا مۈڭگۈزى، رىگماھى، سەقەنقۇر، قوي جىگىرى، بۆرە ئۆتى، پىلە غوزىكى، ئېشەك سۈتى، كالا سۈتى، ئۆچكە سۈتى، قوي سۈتى، جەرەن مۈڭگۈزى، ئۇچقۇن پاقا، يىلان تۇخۇمى، توخۇ تۇخۇمى، بىخ مارجان، قۇلۇلە قېپى، سەدەپ، مەرۋايىت، كىرپە قاتارلىقلارغا ئوخشاش.

مەدەن تۈرىدىكى دورىلار

ئۇيغۇر تېبابىتىدە مەدىن مەنبەلىك دورىلارنىڭ تۈرىمۇ ناھايىتى كۆپ بولۇپ، ئاساسەن دورىلىق تەبئىي كان بايلىقلىرى، تەبئىي پۈراق تەركىبلىك ماددىلار ۋە بىر قىسىم ئېلېمېنت رۇدىلىرى ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: ئالتۇن، كۈمۈش، قوغۇشۇن، كۆكتاش، سەنگى جاراھەت، گىل (سېغىز)، زەرنىخ، سەنكىيا قاتارلىقلارغا ئوخشاش.

www.uyghurkitap.com

2 § . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ۋە ئۇنۇمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

1 . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇللىرى

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنىڭ مەنبەسى ھەر خىل، ھەربىر خىل مەنبەدىكى دورىلارنىڭ تۈرىمۇ كۆپ، چىقىش ئورنىمۇ ئوخشىمايدىغان بولغاچقا، يىغىۋېلىشقا ۋە ساقلاش ئۇسۇلىمۇ ئوخشىمايدۇ. ئۆز ۋاقتىدا، ئۆز پەسلىدە يىغىۋېلىش ھەمدە ساقلاشقا ئەھمىيەت بەرمىسە، ئۇنۇمى تۆۋەنلەپ كېتىدۇ. شۇڭا خام دورىلارنى يىغىۋېلىش، ساقلاشتا تۆۋەندىكى ئۇسۇللارغا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك:

ئۆسۈملۈك تۈرىدىكى دورىلارنىڭ تۈرى ئەڭ كۆپ بولۇپ، دورىلىق قىسمىنىڭ كۆپلۈكى بىلەن يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇلىمۇ ھەر خىل بولىدۇ.

1) يوپۇرماق، گۈل ـ چېچەك تۈرىدىكى دورىلارنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇلى

يوپۇرماق، گۈل- چېچەك تۈرىدىكى دورىلارنى يىغىۋېلىشتا، ئۆزىنىڭ مەخسۇس ئورۇنلىرىدا، ئوبدان يېتىلگەندىن كېيىن، يوپۇرماق، گۈل- چېچەكلىرى پىشىپ ئۆزلۈكىدىن چۈشۈپ كېتىشتىن، شەكلى، پۇرىقى، رەڭگى، تەمى ئۆزگىرىشتىن بۇرۇن ھوشيارلىق بىلەن يىغىۋېلىپ، ھەر خىل ئارىلاشما ماددىلىرىنى تازىلاپ، يۇيۇپ تەييارلىنىدۇ.

يوپۇرماق، گۈل ـ چېچەك تۈرىدىكى دورىلارنى قۇرۇتۇشتا، سايىدا، ھاۋا ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان پاكىز ئورۇندا قۇرۇتۇش، قۇرۇتۇش جەريانىدا چاڭ ـ توزانلاردىن ۋە باشقا نەرسىلەرنىڭ ئارىلىشىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش زۆرۈر.

بەزى يوپۇرماق، گۈل ـ چېچەكلەر مەۋجۇتكى ئۇلارنىڭ قۇۋۋىتىگە ئاپتاپ زەرەر قىلمايدۇ. بۇ خىلدىكى يوپۇرماق، گۈل-چېچەك تۈرىدىكى دورىلارنى بىرئاز ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتسىمۇ بولىدۇ.

يوپۇرماق، گۈل ـ چېچەك تۈرىدىكى دورىلارنى ساقلاشتا، دورىلار ئوبدان قۇرۇپ بولغاندىن كېيىن، نەملىك ۋە ھۆللۈكتىن خالىي جايدا پاختا رەختتىن تەييارلانغان تاغار ۋە قاپلاردا ساقلاش كېرەك. ئۆتكۈر كۈن نۇرى چۈشىدىغان ئورۇندا ساقلىماسلىق، رەڭگى، پۇرىقى ئۆزگىرىپ كېتىشتىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك.

2) ئۇرۇق تۈرىدىكى دورىلارنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇللىرى

ئۇرۇق تۈرىدىكى دورىلارنى يىغىۋېلىشتا، ئۆسۈملۈك ئوبدان پىشىپ، دېنى قاتقاندىن كېيىن ئۆسۈملۈك يوپۇرماقلىرى سارغىيىپ پەجمۇرد بولۇش ۋاقتىدا يىغىۋېلىپ، قائىدە بويىچە پۈتۈن چۆپىنى ئورۇۋېلىپ سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ. نەم، ھۆل جايلاردا قويۇشقا بولمايدۇ. بۇنداق قىلغاندا ئۆسۈملۈك ياكى ئۇرۇقى ھاۋا ئۆتۈشمەي، ئۆزىنىڭ ھۆللۈكى بىلەن ئاسان كۆكىرىپ سېسىيدۇ.

ئۇرۇق تۈرىدىكى دورىلارنى قۇرۇتۇشتا بىر قىسىم دورىلار ئاپتاپتا قۇرۇتۇلىدۇ. بىر قىسمى ئاجىز ئاپتاپتا ياكى سايە جايدا قۇرۇتۇلىدۇ. چۈنكى بەزى ئۇرۇق دورىلارنىڭ دېنى (مېغىز) ئۆتكۈر كۈن نۇرىدا كۆيۈپ پارلىنىپ، قورۇلۇپ پۇچەك بولىدۇ. شۇڭا ھاۋا ئۆتۈشىدىغان ئاجىز كۈن نۇرىدا قۇرۇتۇلىدۇ.

ئۇرۇق تۇردىكى دورىلارنى ساقلاشتا، ئوبدان قۇرۇغاندىن كېيىن ئىلغاپ، تاسقاپ، ئارىلاشمىلىرىنى ئايرىپ پاكىز سۈرتۈپ، يۇز خالتا ياكى چىپتە تاغارلاردا ساقلاش، ھۆللۈك، نەملىك، چاڭ - توزاندىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك، ۋاقتى - ۋاقتىدا ئىشىك - دېرىزىلەرنى ئېچىپ ھاۋا ئالماشتۇرۇپ تۇرۇش، زىيانداش ھاشارات ۋە چاشقاندىن مۇداپىئە كۆرۈش كېرەك.

ئۇرۇق تۇردىكى دورىلارنىڭ دېنى چوڭ، سېمىز، ياغلىق ۋە ئېغىر بولغىنى ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ.

3) شاخ ۋە قوۋزۇق تۇردىكى دورىلارنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇللىرى شاخ ۋە قوۋزۇق تۇردىكى دورىلارنى يىغىۋېلىشتا ئۇسۇملۇكى ئوبدان يېتىلگەندىن كېيىن بولۇپمۇ، كۈز پەسلىدە يوپۇرمىقى سارغىيىپ، ياغاچ قىسمى ۋە قوۋزىقى تولۇق پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىنىدۇ.

شاخ ۋە قوۋزۇق تۇردىكى دورىلارنى قۇرۇتۇشتا، ئوبدان يېتىلگەن نوتىلارنى كېسىپ، نېپىز توغراپ سالقىن جايدا قۇرۇتۇلىدۇ. قوۋزاقلارنى پارچىلاپ توغراپ، ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتۇلىدۇ، ۋاقتىدا ئۆرۈپ، ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇش كېرەك.

شاخ ۋە قوۋزۇق تۇردىكى دورىلارنى ساقلاشتا، ئوبدان قۇرۇغان شاخ ۋە قوۋزاقلارنى بىر يەرگە يىغىپ، باشقا ئارىلاشما نەرسىلەرنى ئىلغىۋېتىپ، ئەلگەكتە تاسقاپ، چىپتە تاغار ۋە قاپچىلارغا قاچىلاپ، نەم ۋە ھۆللۈكتىن خالىي ئورۇندا ساقلاش، ساقلاش جەريانىدا پات - پات ئىشىك - دېرىزىلەرنى ئېچىپ ھاۋا ئالماشتۇرۇپ تۇرۇش، قۇرت ۋە مىتە چۈشۈشتىن ساقلىنىش كېرەك.

4) يىلتىز تۇردىكى دورىلارنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇللىرى

يىلتىز تۇردىكى دورىلارنى يىغىۋېلىشتا، مېۋىسى ئوبدان پىشقاندا ياكى كۈزدە يەر ئاستى قىسمىدىن كولاپ ئېلىپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇلىدۇ. بەزى يىلتىز تۇردىكى دورىلارنىڭ يىلتىز پوستىنى دورىلىققا ئىشلىتىدىغان بولغاچقا (بەديان يىلتىز پوستى، پوستى بىخ كەبىر، كەرەپشە يىلتىز پوستى، ئانار يىلتىزى پوستى)، يىلتىزنى كولاپ ئېلىپ، ھۆل ۋاقتىدا يىلتىز پوستىنى سويۇۋېلىپ، چاڭ - توزانلاردىن خالىي جايدا كۈن نۇردا قۇرۇتۇلىدۇ.

يىلتىز تۇردىكى دورىلارنى قۇرۇتۇشتا يىغىۋېلىنغان دورىلارنى پاكىز يۇيۇپ، سەل قۇرۇتۇپ (قۇرۇتۇشتا ئاپتاپتا قۇرۇتۇلمايدۇ، شامالداتسا بولىدۇ) نېپىز ياپىلاقلاپ (ئۇزۇنلۇقى $1 \sim 3$ سانتىمېتىر ئەتراپىدا كونترول قىلىنىدۇ) بورا ياكى خام خەسە ئۈستىدە ئاپتاپتا قۇرۇتۇش، قۇرۇتۇش جەريانىدا پات - پات ئۆرۈپ - چۆرۈپ تۇرۇپ، ئاستى ۋە ئۈستىنىڭ تەكشى قۇرۇشىغا كاپالەتلىك قىلىش كېرەك.

يىلتىز تۇردىكى دورىلارنى ساقلاشتا ياخشى ئوبدان قۇرۇغان، نەملىكى بولمىغان يىلتىز دورىلارنى ئىلغاپ پاكىزلاپ، تاسقاپ، چىپتە تاغارلارغا قاچىلاپ، ھاۋا ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان جايدا ساقلاش، پات - پات ھاۋا ئالماشتۇرۇپ تۇرۇش، ئۆتكۈر كۈن نۇرى چۈشىدىغان جايلاردا قويماسلىق، قۇرت چۈشۈش ۋە باشقا كېرەكسىز نەرسىلەرنىڭ ئارىلىشىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش كېرەك.

5) مېۋە تۇردىكى دورىلارنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇللىرى

مېۋە تۇردىكى دورىلارنى يىغىۋېلىشتا، مېۋىسى ئوبدان پىشسا، مېۋىسى تۆكۈلۈپ بولۇشتىن ئىلگىرى دەرەخ ئۈستىدىن يىغىۋېلىنىدۇ.

خام، چالا پىشقانىنى يىغىۋېلىپ ئىشلىتىشكە توغرا كەلگەندە پىشىشتىن ئىلگىرى يىغىۋېلىنىدۇ

(غوزا، غوراپ ئۈزۈم).

مېۋىلەرنى قۇرۇتۇشتا ئوبدان پىشقاننى يىغىۋېلىپ، پوستى بىلەن پۈتۈن قۇرۇتىدىغانلىرىنى ئۆز پېتى، پوستىنى ئىشلەتمەيدىغانلىرىنىڭ پوستىنى ئايرىپ، دورا ياكى خام خەسە ئۈستىدە يېيىپ تەكشى قۇرۇتۇلىدۇ. قۇرۇتۇشتا بوران ۋە چاڭ - توزاندىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك.

بەزى مېۋە تۈردىكى دورىلارنى قۇرۇتۇشتا يالپاقلاش ئۇسۇلى ئارقىلىق يالپاقلاپ، دورا ياكى خام خەسە ئۈستىدە قۇرۇتۇلىدۇ. يامغۇر، بوران ۋە چاڭ - توزاندىن خالىي ئورۇندا قۇرۇتۇش، ئۆتكۈر كۈن نۇرىدا قۇرۇتۇش تەلەپ قىلىنمايدۇ.

مېۋە تۈردىكى دورىلارنى قۇرۇتۇشتا، مەسىلەن: ئۈزۈم، قوغۇن، تاۋۇزغا ئوخشاش مېۋىلەرنى ساقلاشتا ھاۋا ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان ئۆيدە ئېسىپ قويۇپ ساقلىنىدۇ. قارىئۆرۈك، ئەينۇلا ۋە چىلانغا ئوخشاش مېۋىلەرنى ياخشى قۇرۇتقاندىن كېيىن خام قاپاقلاردا ھاۋا ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان ئورۇندا ساقلاش ۋە قۇرت چۈشۈشتىن ھەمدە باشقا نەرسىلەرنىڭ ئارىلىشىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش كېرەك.

ئالما، نەشپۈت، ئاپېلسىنغا ئوخشاش مېۋىلەرنى دەرەختىن ئۈزۈپ، پاكىز سۈرتۈپ (يۇيۇلمايدۇ) قەغەزگە ئوراپ، يەشىككە قاچىلاپ، ھاۋا ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان جايدا قويۇش، بەك ئىسسىق، بەك سوغۇق ھاۋادىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك. بەك ئىسسىق ھاۋادا ئاسانلا بۇزۇلۇپ قالىدۇ ياكى سۇسىزلىنىدۇ، بۇنداق بولغاندا تەمى يوق بولۇپ قالىدۇ. بەك سوغۇق ھاۋادا بىر مۇزلاپ كېيىن ئىسسىق ھاۋاغا يولۇققاندا ئېرىپ تېزلا بۇزۇلۇپ قالىدۇ. مېۋە تۈردىكى دورىلارنىڭ بەزىلىرىدە ھۆل ۋاقتىدا مۇراببا، سىركىگە ئوخشاش ياسالمىلار ياسىلىدۇ. بەزى مېۋە تۈردىكى دورىلار ئوبدان پىشقاندا مۇراببا، شەربەت تەييارلىنىدۇ. بەزىلىرىنى ئوبدان ساقلاپ قىش كۈنلىرى ئىستېمال قىلىنىدۇ.

6) رۇب ۋە ئۇسارە دورىلارنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش ۋە ساقلاش ئۇسۇللىرى

رۇب ۋە ئۇسارە دورىلارنى يىغىۋېلىشتا، رۇب ئېلىشقا مۇۋاپىق كېلىدىغان ئۆسۈملۈك دورىلىق قىسمىنى يىغىۋېلىپ ھۆل پېتى يۇيۇپ تازىلاپ، قۇرۇتۇپ، قازانغا سېلىپ بەلگىلىك مىقداردا سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا قايىنىتىپ قويۇلدۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. مەسىلەن: چۈچۈكبۇيا رۇببىغا ئوخشاش.

رۇب ۋە ئۇسارە دورىلارنى قۇرۇتۇشتا قويۇلدۇرۇلغان رۇبنى تېگى كەڭ تەخسىگە ئوخشاش بۇيۇملارغا يېيىتىپ، ئۈستىنى ئەينەك بىلەن يېپىپ، كۈن نۇرىدا قويۇپ، سۇ ياكى نەملىكنى تولۇق پارلانغىچە قۇرۇتۇلىدۇ.

رۇب ۋە ئۇسارە دورىلارنى يىغىۋېلىشتا، ئۆسۈملۈك ئوبدان يېتىلگەندىن كېيىن يىغىۋېلىنىپ، پاكىز يۇيۇپ تازىلاپ، قۇرۇتۇپ (يۇيۇلغان سۈيى قۇرۇتۇلىدۇ)، سىقىش ئۇسكۈنىسىدە سىقىپ سۈيىنى ئېلىپ، تېگى كەڭ قاچىلارغا ئۈستىنى ئەينەك بىلەن يېپىپ ياكى قۇرۇتۇش ئۇسكۈنىسىدە قۇرۇتۇلىدۇ. مەسىلەن: ئوسما ئۇسارىسى، سەبرە، كاتېھندى، مېۋە ئۇسارىسى دېگەنلەرگە ئوخشاش.

رۇب ۋە ئۇسارە دورىلارنى ساقلاشتا، ئوبدان قۇرۇغاندىن كېيىن قەلەيدىن ياسالغان قاچىلاردا ياكى بوتۇلكىلاردا ساقلىنىدۇ (خالتىلاردا ساقلانسا چاپلىشىدۇ ياكى توپا، چاڭ - توزان ۋە غەيرىي نەرسىلەر ئارىلىشىپ قالىدۇ).

7) يېلىم دورىلارنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش ۋە ساقلاش ئۇسۇللىرى

يېلىم دورىلارنى يىغنۋېلىشتا يېلىم چىقىدىغان دەرەخنى باش يازدا تىكىپ قويۇپ، 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا يېلىمى ئوبدان پىشىپ قاتقاندا يىغنۋېلىنىدۇ.

يېلىم دورىلارنى قۇرۇتۇشتا، كۈن نۇرى چۈشمەيدىغان، هاۋا ئۆتۈشمەيدىغان، نەملىك، هۆللۈكتىن خالىي جايدا قۇرۇتۇلىدۇ؛ قۇرۇتۇشتا يامغۇردىن ئېهتىيات قىلىش كېرەك. چۈنكى يېلىم سۇيۇقلۇقنى ئۆزىگە سۈمۈرۈپ ئاسانلا بۇزۇلۇپ قالىدۇ ياكى ئېچىپ قالىدۇ.

يېلىم دورىلارنى ساقلاشتا پاكىز خام خالتىلارغا ئېلىپ ئېسىپ ساقلاش ياكى ئەينەك، قەلەي قاچىلاردا ساقلاش، غەيرىي نەرسىلەرنىڭ ئارىلىشىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش كېرەك.

8) هايۋانات تۈرىدىكى دورىلارنى يىغنۋېلىش، قۇرۇتۇش ۋە ساقلاش ئۇسۇللىرى

هايۋانات تۈرىدىكى دورىلارنى يىغنۋېلىشتا، دورىلىق ئەزالىرى ئوبدان يېتىلگەندىن كېيىن يىغنۋېلىنىدۇ، بەزىلىرى دورىلىق ئەزاسى يېتىلىپ چۈشۈپ كېتىشتىن بۇرۇن كېسىپ ئېلىنىدۇ. بەزىلىرى چۈشۈپ كەتكەندىن كېيىن يىغنۋېلىنىدۇ.

هايۋانات تۈرىدىكى دورىلارنى قۇرۇتۇشتا يىغنۋېلىنغان دورىلارنىڭ تەلىپى بويىچە قۇرۇتۇش كېرەك. بەزىلىرى كۈن نۇرىدا قۇرۇتۇلىدۇ، بەزىلىرى ئاپتاپنى خالىماي، بەزىلىرى لايىقلاشتۇرۇش تەلىپى بويىچە قورۇپ، داغلاپ، دورىغا چىلاپ قۇرۇتۇلىدۇ. هايۋانات تۈرىدىكى دورىلارنى ساقلاشتا ئاساسلىقى ياخشى قۇرۇيدىغان دورىلارنى ئەينەك قاچىلاردا قۇرۇتۇش كېرەك. ئەڭ مۇهىمى ئەنبەر، ئىپار، قۇندۇز قەهرى، مەرۋايىت قاتارلىق نازۇك، ئۈچۈچان، خۇش پۇراق، قىممەت باھالىق دورىلار ئېغىزى هىم ئېتىلىدىغان بوتۇلكا، قاچىلاردا كۈن نۇرى چۈشمەيدىغان ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

ئەڭ ياخشىسى، ئەنبەر ۋە ئىپارنى سوغۇق مۇهىتتا ساقلىغان ياخشى، ئۇنداق بولمىغاندا ئاسان پارلىنىپ خوراپ كېتىدۇ.

9) مەدەن تۈرىدىكى دورىلارنى يىغنۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇللىرى

مەدەن تۈرىدىكى دورىلارنى ئۆزىنىڭ مەخسۇس كانلىرىدىن كۆز پەسلىدە يىغنۋېلىپ يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ، ئەينەك قاچىلاردا ساقلاش كېرەك. ساقلاشتا مەدەن جىنسلىق دورىلارنى باشقا جىنستىكى دورىلار بىلەن بىرگە ئارىلاشتۇرۇپ ساقلىماسلىق كېرەك؛ بەزى زەهەرلىك دورىلارغا زەهەرلىك دەپ ئەسكەرتىپ ئاگاهلاندۇرۇپ قويۇش كېرەك. مەسىلەن: سەنكىيا، زەرنىخ قاتارلىقلار.

دېمەك، ئۆسۈملۈك تۈرىدىكى دورىلارنى يىغنۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇللىرى كۆرۈنۈشتە ئاددىيدەك كۆرۈنسىمۇ، كېلىنىكىدا كېسەل داۋالاشتا بەكمۇ مۇهىم ئورۇندا تۇرىدۇ.

ئۆسۈملۈك دورىلارنىڭ قۇۋۋەت ۋە تەسىرى جەھەتتە تاغدىن چىققىنى جاڭگالدىن چىققىنىغا قارىغاندا كۈچلۈك بولىدۇ. جاڭگالدىن چىققان دورىلار كەنت ۋە باغلاردىن چىققان دورىلارغا قارىغاندا كۈچلۈك بولىدۇ ھەمدە تەسىرى تېز بولىدۇ. شۇنىڭدەك قۇرۇق، ئېگىز، قاتتىق تۇپراقتىن چىقىدىغان دورىلارنىڭ قۇۋۋىتى ۋە تەسىرى نەم، پەس، يۇمشاق تۇپراقتىن چىقىدىغان دورىلارنىڭكىدىن كۈچلۈك بولىدۇ.

شۇڭا، ئۇيغۇر تېبابىتىدە ئىشلىتىلىدىغان خام دورىلارنى يىغنۋېلىش، قۇرۇتۇش ۋە ساقلاشقا ئالاھىدە ئەهمىيەت بېرىش كېرەك، ئۇنداق قىلمىغاندا دورىلارنىڭ سۈپىتى ئۆزگىرىپ كېتىپ، داۋالاش ئۈنۈمىگە تەسىر كۆرسىتىدۇ.

2. ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنىڭ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

www.uyghurkitap.com

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنىڭ ۋە ئۇنۇمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتىنى بىلىش دورا ئىشلىتىشتە ئىنتايىن مۇھىم ئورۇندا تۇرىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنىڭ كېلىش مەنبەسىنىڭ ئوخشاش بولماسلىقىغا قاراپ ئۇنۇمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. تۆۋەندە ئۆسۈملۈك، ھايۋانات ۋە مەدەن تۈرىدىكى دورىلار ئۇنۇمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى ئايرىم ـ ئايرىم سۆزلىنىدۇ.

يوپۇرماق، گۈل ـ چېچەك تۈرىدىكى دورىلارنىڭ مۇددىتى

يوپۇرماق، گۈل ـ چېچەك تۈرىدىكى دورىلار بالدۇر ئېچىلىپ ئاسان توزۇيدىغان بولغاچقا، ئۇلارنى يەم بىلەن يىغىۋېلىپ، قائىدە بويىچە ئۈچ ئايدىن بىر يىلغىچە ساقلىنىدۇ. رەڭگى، پۇرىقى، قۇۋۋىتى ۋە تەسىرى ئۆزگىرىپ كېتەمەيدۇ. ئۇلار سانائى مەككى، سازەج ھىندى، گۈلبىنەپشە، گۈلى نىلۇپەر، قىزىلگۈل، گۈلى گاۋزىبان، گۈلى بابۇنە، ئاق لەيلىگۈل، ئانارگۈل ۋە باشقىلار.

زەپەر ئەينەك بوتۇلكىدا، كۈن نۇرى چۈشمەيدىغان سالقىن ئورۇندا قويۇلسا، بىر ـ ئىككى يىلغىچە ئۇنۇمى ساقلىنىدۇ.

مېۋە تۈرىدىكى دورىلارنىڭ ئۇنۇمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

مېۋە تۈرىدىكى دورىلارنىڭ تۈرلىرى كۆپ، شۇنداقلا بەزىلىرىنى بىر مەزگىل ساقلاپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ، بەزىلىرى ئۆز ۋاقتىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ. مەسىلەن: چىلان، سەرپىستان، ھەببى بىلسان، قاقىلە، ئاملە، قارا ھېلىلە، بادام، ئانار، ياڭاق، چىلغوزا، پىستە، ئالما قاتارلىقلارنىڭ تەركىبىدىكى ھۆللۈكنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكىگە، تەبىئىتىنىڭ يۇقىرى ـ تۆۋەنلىكىگە قاراپ ئۈچ ئايدىن بىر يىلغىچە ئۇنۇمى ساقلىنىدۇ.

مېغىز تۈرىدىكى دورىلارنىڭ ئۇنۇمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

چىلغوزا، پىستە، ياڭاق، تاۋۇز، بادام، چىگىت، زاراڭزا، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزلىرىنىڭ سۈپىتىنىڭ يۇقىرى ـ تۆۋەنلىكىگە، ماي تەركىبىنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكىگە قارىتا ئالتە ئايدىن بىر يىلغىچە ساقلىنىدۇ.

ئۇرۇق تۈرىدىكى دورىلارنىڭ ئۇنۇمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

كاسىنە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، پالەك ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، شۇمشا ئۇرۇقى، سۆزاپ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، زىرە، تاغ زىرىسى، پەرەنجىمىشكى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى، سىيادان، پىياز ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ساقلىنىش ۋە ئۇنۇم بېرىش مۇددىتى ياغ تەركىبىنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكىگە قاراپ ئوخشىمايدۇ، ئادەتتە بىر يىلدىن ئىككى يىلغىچە ئۇنۇمى ساقلىنىدۇ. تەركىبىدە ماي ئاز بولغانلىرى ئۇزاقراق تۇرىدۇ.

ياغ تۈرىدىكى دورىلارنىڭ ئۇنۇمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

ياغ تۈرىدىكى دورىلار ئۆسۈملۈك مايلىرى ۋە ھايۋان مايلىرىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

ئۆسۈملۈك مايلىرىدىن زەيتۇن مېيى، بىلسان يېغى، كۈنجۈت يېغى، كەندىر يېغى، سىيادان يېغى، زاراڭزا يېغى، زاغۇن يېغى، قىچا يېغى، زىغىر يېغى، چىگىت يېغى، قاپاق مېغىزى يېغى، بادام يېغى، قوغۇن ئۇرۇقى يېغى قاتارلىقلار مايلارنىڭ ئىككى ـ ئۈچ يىلغىچە ئۇنۇمى ساقلىنىدۇ.

ھايۋان ياغلىرىدىن كالا، قوي، توخۇ، ئۆردەك، ئېيىق، ئىت، ئۆچكە، تۆگە لوكىسى يېغى قاتارلىق

ياغلار ئۈچ ھەپتىدىن ئالتە ھەپتىگىچە ئۈنۈمى ساقلىنىدۇ.

پوستلۇق، قوۋزاق دورىلارنىڭ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

قوۋزاق دورىلار دەرەخ قوۋزىقىنى كۆرسىتىدۇ. پوستلۇق دورىلار بولسا مېۋە پوستىنى كۆرسىتىدۇ. يەنى قوۋزاقدارچىن، ئانار پوستى، تۇرۇنجى پوستى بولۇپ، سۈپىتىنىڭ يۇقىرى - تۆۋەنلىكىگە قاراپ 1 ~ 3 يىلغىچە ساقلىنىدۇ.

ئۆسۈملۈك غوللىرىنىڭ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

بۇ خىل دورىلار سەندەل، ئۇدھىندى، ئۇدبىلسان قاتارلىقلار بولۇپ، 5 ~ 10 يىلغىچە ساقلىنىدۇ.

بۇنىڭدىن باشقا پۈتۈن چۆپلەر بولۇپ، بادرەنجىبۇيا، ئۇستىقۇددۇس، خېنە قاتارلىق دورىلار ئالتە ئايدىن بىر يىلغىچە ساقلىنىدۇ.

يىلتىز دورىلارنىڭ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

بۇ ئۆسۈملۈكلەرنىڭ يىلتىزى ۋە يىلتىزسىمان غولىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. بۇلار سۆئلەپ مىسرى، زورەمبات، سۆرۈنجان مىسرى، زىراۋەندە، پارپا، چىلاپا، شاقاقۇل، بەھمەن، ئاقىرقەرھا، رەۋەن، مامىرىنچىن، تۇربۇت، بىستىپايەج، ئوردان، ئۆشبە، بوزىدان، سەئدى كۇفى، ئەنجىبار، غولجاڭ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، كاسىنە يىلتىزى، بەديان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، ئېگىر قاتارلىق دورىلار قائىدە بويىچە ساقلانغان بولسا 1 ~ 3 يىلغىچە ئۈنۈمى ساقلىنىدۇ.

يېلىم دورىلارنىڭ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

بۇ ئۆسۈملۈك يېلىمىنى كۆرسىتىدۇ. بۇلار سەمغى ئەرەبى، ئۇشەق، سەكبىنەج، جاۋشىر، كۇندۇر، كەتىرا، كەھرىۋا، خۇنسىياۋشان، ئەنزىرۇت، مۇرمەككى، فۇپەل، ئۆرۈك يېلىمى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىر يىلدىن بىر يېرىم يىلغىچە ساقلىنىدۇ (ئەپيۇن 50 يىل ساقلىنىدۇ).

ئوسارە دورىلارنىڭ تۇرۇش ۋە ئۈنۈم بېرىش ۋاقتى

سەبرە، ئاقاقىيا، رۇببىسۇس، كاتھىندى، ھۇزۇز ھىندى قاتارلىقلارنىڭ 1 ~ 2 يىلغىچە ئۈنۈمى ساقلىنىدۇ.

قۇندۇز قەھرىگە ئوخشاش دورىلارنىڭ ئۈنۈم بېرىش ۋاقتى 10 ~ 20 يىلغىچە ئۈنۈمى ساقلىنىدۇ.

پەنىرمايىگە ئوخشاش دورىلارنىڭ 3 ~ 5 يىلغىچە ئۈنۈمى ساقلىنىدۇ.

ھايۋانات تۇرىدىكى دورىلارنىڭ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

ھايۋانات تۇرىدىكى دورىلارنى يىغىۋېلىش، قۇرۇتۇش، ساقلاش ئۇسۇلى ناھايىتى ياخشى بولغان شارائىتتا، ئۇلارنىڭ دورىلىققا ئىشلىتىلىدىغان قىسمىنىڭ ئوخشاش بولماسلىقىغا قاراپ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ، مەسىلەن: ئىپار، ئەنبەر.

مەدەن تۇرىدىكى دورىلارنىڭ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى

مەدەن تۇرىدىكى دورىلارنىڭ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى باشقا تۇردىكى دورىلارغا قارىغاندا ناھايىتى ئۇزۇن بولىدۇ. ئادەتتە پاكىز يىغىش، قۇرۇتۇش، ساقلاشقا ئەھمىيەت بەرگەن مەدەن تۇرىدىكى دورىلارنىڭ ئۈنۈمىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى بىرنەچچە ئون يىلدىن بىرنەچچە 100 يىلغىچە داۋاملىشىدۇ.

www.uyghurkitap.com

ئۈچىنچى باب ئۇيغۇر تېبابىتىدە خام دورىلارنى تونۇش ۋە پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇللىرى

ئۇيغۇر تېبابىتىدە خام دورىلارنى تونۇش ۋە پەرقلەندۈرۈش ئۇيغۇر تېبابىتى دورىگەرلىكىنىڭ مۇھىم تەركىبىي قىسمى. ئۇ، ساقلىقنى ساقلاش ۋە كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاش ئىشلىرىدا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

ئۇيغۇر تېبابىتى دورىگەرلىكىدە ئىشلىتىلىدىغان دورا ئەشيالارنىڭ تۈرى كۆپ، شەكلى خىلمۇخىل بولۇپ، ئۇلارنىڭ بىر قىسىملىرىنى ئاسانلا پەرقلەندۈرگىلى بولسىمۇ، لېكىن كۆپ قىسمىنى پەرقلەندۈرۈپ تونۇش تەس. ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئەسىرلىرىمىزدە خام دورىلارنىڭ شەكىل ئالاھىدىلىكىگە ئاساسەن پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى سۆزلەنگەن بولۇپ، ئۇزۇن يىللاردىن بۇيان ئەجدادلىرىمىز مۇشۇ ئۇسۇللار ئارقىلىق دورىلارنى تونۇپ پەرقلەندۈرۈپ كەلگەن ۋە كەلمەكتە. ئادەتتە ئۇيغۇر تېبابىتىدە خام دورىلارنى ئاددىي ئۇسۇلدا تونۇپ پەرقلەندۈرۈشتە، قاراپ پەرقلەندۈرۈش ۋە ئوتتا كۆيدۈرۈپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ.

1 § . قاراپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى

بۇ، دورا ئەشيالارنىڭ شەكىل ئالاھىدىلىكىنى ئاساس قىلىپ، ئۇلارنىڭ سىرتقى شەكلىنى ئىنچىكىلىك بىلەن قاراپ كۆزىتىش ئارقىلىق دورىلارنى تونۇش ۋە پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلىغا قارىتىلغان بولۇپ، دورىلارنىڭ قايسى خىلدىكى دورا ئىكەنلىكىنى، قايسى مەنبەدىن كەلگەنلىكىنى ۋە قايسى ئائىلىگە مەنسۇپ ئىكەنلىكىنى پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلىدۇر.

قايسى خىلدىكى دورا ئىكەنلىكىنى بىلىشتە ئۆسۈملۈك مەنبەلىك دورا بولسا، ئۇ يىلتىزىمۇ، پۈتۈن چۆپمۇ، ئۇرۇقمۇ، مېۋىمۇ دېگەنگە ئوخشاش سىرتقى شەكلى ۋە ھالىتى پەرقلەندۈرۈلىدۇ.

قايسى مەنبەدىن كەلگەنلىكىنى بىلىشتە، ئۇنىڭ ئۆسۈملۈك مەنبەلىك دورىمۇ، ھايۋان مەنبەلىك دورىمۇ ياكى مەدەن مەنبەلىك دورىمۇ قاتارلىق تەرەپلەر پەرقلەندۈرۈلىدۇ.

قايسى ئائىلىگە مەنسۇپ ئىكەنلىكىنى بىلىشتە، شۇ خىل دورىنى ئىنچىكىلىك بىلەن تەكشۈرۈپ، ئۆسۈملۈك ئىلمى نەزەرىيەسىدىن تولۇق پايدىلىنىپ، ئايرىش ۋە پەرقلەندۈرۈشنى كۆرسىتىدۇ.

2 § . پۇراپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى

بۇ، دورىلارنىڭ پۇراق جەھەتتىكى ئالاھىدىلىكىنى ئاساس قىلىپ، ئادەتتە قاراپ، تونۇپ پەرقلەندۈ-

رۇش بىرقەدەر قىيىن بولغان، كۆرۈنۈشى ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشاپ كېتىدىغان دورىلارنى پەرقلەندۈ. رۇشتە قوللىنىلىدىغان بىر خىل ئۇسۇل بولۇپ، پۇراش ئارقىلىق دورىلارنىڭ پۇرىقى جەھەتتىكى ئالاھىدە. لىكىدىن پايدىلىنىپ دورىلار بىر - بىرىدىن پەرقلەندۈرلىدۇ. مەسىلەن: قۇندۇز قەھرى بىلەن بۆرە ئۆتىنى پەرقلەندۈرۈشتە، قۇندۇز قەھرى ئىپاردەك ئۆتكۈر خۇش پۇراق پۇرايدۇ، بۆرە ئۆتى پۇراقسىز بولىدۇ.

زەپەر بىلەن زاراڭزا چېچىكىنى پەرقلەندۈرۈشتە، زەپەر خۇش پۇراق بولىدۇ؛ ئەمما زاراڭزا چېچىكى خۇش پۇراق ئەمەس.

ئېگىر بىلەن دورنەج ئەقرەبىنى پەرقلەندۈرۈشتە، ئېگىرنى سۇندۇرغاندا بەتبۇي پۇراق چىقىدۇ، دۇرنەج ئەقرەبىنى سۇندۇرغاندا خۇش پۇراق پۇرايدۇ.

سۆئلەب مىسرى بىلەن سامساقنى پەرقلەندۈرۈشتە، سۆئلەپ مىسرى پۇراقسىز بولىدۇ. سامساق ناھايىتى ئۆتكۈر پۇرايدۇ.

زىرە بىلەن پەتەر ئاسالىيوننى پەرقلەندۈرۈشتە، زىرە ئۇرۇق دورا بولۇپ، پۇرىقى ئۆتكۈر خۇش پۇراق بولىدۇ. پەتەر ئاسالىيون ئۇرۇق دورا بولۇپ، ئۆتكۈر پۇرمايدۇ.

3 § . تېتىپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى

بۇ، دورا ئەشيالارنىڭ تەمى جەھەتتىكى ئالاھىدىلىكىنى ئاساس قىلىپ، بىۋاستە تېتىش ئارقىلىق دورىلارنى تونۇش ۋە پەرقلەندۈرۈشتە قوللىنىلىدىغان بىر خىل ئۇسۇلدىن ئىبارەت. بۇ ئۇسۇل قاراپ، پۇراپ پەرقلەندۈرۈش قىيىن بولغان دورا ئەشيالارنى تونۇپ پەرقلەندۈرۈشتە قوللىنىلىدۇ. يەنى كېلىش مەنبەسى، شەكلى، رەڭگى، پۇرىقى ئوخشاش بولغان دورا ئەشيالارنى تونۇش ۋە پەرقلەندۈرۈشتە قوللىنىلىدۇ.

دورىلارنى تېتىپ پەرقلەندۈرۈشتە تۆۋەندىكى تەملەر ئاساس قىلىنىدۇ:

ئۆتكۈر تەم: بۇ، ئېغىزغا ئالغاندىن كېيىن ئۆتكۈر ھالەتتە تىلنى ئېچىشتۇرۇپ، ئېغىزنى قورۇپ سەسكەندۈرىدىغان تەمنى كۆرسىتىدۇ.

قىرىق تەم: بۇ، ئېغىزغا ئالغاندىن كېيىن قېرىق تەم پەيدا قىلىپ، تۇرۇپ ۋە پىدىگەننىڭ تەمى چىققاندەك تەم.

شورلۇق تەم: بۇ، تېتىغاندا تۇزنىڭ تەمىنى بېرىدىغان تەم.

تاتلىق تەم: بۇ، ئېغىزغا ئالغاندىن كېيىن تاتلىق ۋە باشقا غەيرىي بولمىغان تەم (سۆئلەپ مىسرى، شاقاقۇل، بىخسۇس قاتارلىقلارنىڭ تەمى) دىن ئىبارەت.

چۇچۇمەل تەم: بۇ، ئېغىزغا ئالغاندىن كېيىن ئېغىزنى قورۇپ، شۆلگەي بەزلىرىنىڭ خىزمىتىنى تېزلاشتۇرۇۋېتىدىغان، ئاچچىق تەم بىلەن تاتلىق تەم ئوتتۇرىسىدىكى (ئەينۇلا، قارىئۆرۈك، تەمرىھىندى، ناخۇش ئانار، زىرىق، ئالۇچا قاتارلىقلارنىڭ) تەمدىن ئىبارەت.

ئاچچىق تەم: بۇ، چۇچۇمەل تەمدىن ئۆتكۈررەك بولغان تەم بولۇپ، ئېغىزغا ئالغاندا ئاچچىق بولۇپ، ئېغىزدىن شامال چىقىرىۋېتىدۇ (قارىمۇچ، پىلپىل، ئاقمۇچ، قىزىلمۇچ قاتارلىقلارنىڭ تەمى).

قابىز تەم: بۇ تەم دورىنى ئېغىزغا ئالغاندا دەرھال ئېغىزنى ۋە تىلنى قورۇپ ھەم تىلغا چاپلىشىپ، سۈيۈقلۇقنى ئۆزىگە سۈمۈرىدىغان تەم (تاباشىر، نىشاستە، كۈندۈز، مەستىكى قاتارلىقلارنىڭ تەمى) دىن ئىبارەت.

بىمەززە تەم: بۇ، تاتلىق بىلەن تەمسىز ئوتتۇرىسىدىكى تەم بولۇپ، لاۋزا تەم دەپمۇ ئاتىلىدۇ (بەدىيان، گاۋزىبان، ئىسپىغول، بېھى ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ تەمى).

4 § . سىلىشتۇرۇپ پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى

شەكلى، پۇرىقى، رەڭگى قاتارلىق جەھەتلەردە ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشىشىپ كېتىدىغان دورىلارنى پەرقلەندۈرۈش بىرقەدەر قىيىن بولغاچقا، ئۇلارنى پەرقلەندۈرۈشتە تۆۋەندىكى ئۇسۇللار قوللىنىلىدۇ:

كەرەپشە ئۇرۇقى بىلەن جۇۋنەنى پەرقلەندۈرۈش:

كەرەپشە ئۇرۇقى — ئورۇق، شەكلى يۇمىلاق تۇخۇمسىمان، ئۇششاق، رەڭگى سېرىق بۇغداي رەڭگىدە بولۇپ، پۇرىقى كەرەپشە پۇرايدۇ، تەمى بىرئاز ئاچچىق. جۇۋنەنىڭ شەكلى، رەڭگى كەرەپشە ئۇرۇقى بىلەن ئوخشاش بولۇپ، پۇرىقى ئۆتكۈر تەمى ئاچچىق تىلنى ئېچىشتۇرىدۇ.

تاباشىر بىلەن نىشاستىنى پەرقلەندۈرۈش:

تاباشىر — يېلىم. رەڭگى ئاق، سۈزۈك، پارقىراق، چۈرۈك، سۇنى سۈمۈرۈش كۈچى كۈچلۈك، بىراق سۇدا ئېرىمەيدۇ. يەڭگىل، تاتلىق تېتىيدۇ. ئېغىزغا سالسا سوغۇق سېزىم بېرىدۇ. تىلغا، كالپۇكقا چاپلىشىۋالىدۇ، تىلنى قورۇيدۇ. قابىز تەمدە بولىدۇ.

نىشاستە — بۇغداي ئۇنى ئۇسارىسى. ياپىلاق، ئۆلچەمسىز، ئاق رەڭلىك، تەمسىز بولۇپ، ئاسان ئۇۋۇلىدۇ. ئېغىزغا سالسا تىلغا يېپىشىۋالىدۇ.

دۇرنەج ئەقرەبى بىلەن ئېگىرنى پەرقلەندۈرۈش:

دۇرنەج ئەقرەبى— يىلتىز. چايانغا ئوخشاش بوغۇملۇق بولۇپ، كۈل رەڭگە مايىل، قاتتىق، تەمى بىرئاز ئاچچىق، شەكلى ئەگرى - بۈگرى، ئىنچىكىرەك بولىدۇ، خۇش پۇراق پۇرايدۇ.

ئېگىر— يىلتىزسىمان غول. بوغۇملۇق، رەڭگى سۇس قىزىل رەڭلىك بولۇپ، تەمى ئاچچىق، بەتبۇي پۇراق چىقىدۇ. سۇندۇرسا چاڭ-توزان چىقىدۇ.

سۇپارى بىلەن جويۇزنى پەرقلەندۈرۈش:

سۇپارى — مېۋە. سىرتقى يۈزى سارغۇچ قىزىل رەڭدە، سەل ئويمان بولىدۇ. سۇس رەڭلىك تورسىمان سىزىقچىلىرى بولىدۇ. ئۆزى قاتتىق، كەسمە يۈزى بۆرەكنىڭ كەسمىگە ئوخشايدۇ، ئازراق پۇرىقى بار. قېرىق ئاچچىق تېتىيدۇ.

جويۇز — مېۋە. تۇخۇمسىمان ياكى ئېللىپسسىمان بولۇپ، سىرتقى يۈزى كۈل رەڭگە مايىل سېرىق كېلىدۇ. ئۇزۇن كەتكەن سىزىقچىلىرى بولىدۇ. قاتتىق، ۋەزنى ئېغىر بولۇپ، ئاسان ئېزىلمەيدۇ. پۇراقلىق بولۇپ، ئاچچىق تېتىيدۇ.

نارمىشكى بىلەن كاۋاۋچىننى پەرقلەندۈرۈش:

نارمىشكى— چېچەك. يۇمىلاق، گۈمبەز شەكىللىك بولۇپ، ئىنچىكە بېغى بار. ئاسان ئۈزۈلىدۇ، ئىچىدىن ئۇرۇق چىقمايدۇ. رەڭگى توق قىزىل، ئىپاردەك خۇش پۇرايدۇ، بىرئاز ئاچچىق تېتىيدۇ.

كاۋاۋچىن— مېۋە. يۇمىلاق، قاتتىق بولۇپ، ئېغىزى ئوچۇق تۇرىدۇ. ئىچىدىن قارا، ئۇششاق ئۇرۇقى چىقىدۇ، رەڭگى قارىغا مايىل بولۇپ، پۇرىقى ئۆتكۈر، تەمى قورۇغۇچى ئاچچىق بولىدۇ. ئاچچىقلىقى ئۈزۈنغىچە ئېغىزدىن يوقىمايدۇ.

سەمغە ئەرەبى بىلەن مەستىكىنى پەرقلەندۈرۈش:

سەمغى ئەرەبى— يېلىم. رەڭگى ئاق سېرىققا مايىل قىزىل بولۇپ، پارقىراق، سۈزۈك كېلىدۇ. تەمى تاتلىق، ئۆزى قاتتىق، بىرئاز ئۈزۈلىدۇ.

مەستىكى — يېلىم. رەڭگى سېرىققا مايىل قىزىل بولۇپ، ئاسان ئۈزۈلىدۇ. قولغا چاپلىشىۋالىدۇ، چاينىسا چىشقا چاپلىشىدۇ.

بالەنگو ئۇرۇقى بىلەن رەيھان ئۇرۇقىنى پەرقلەندۈرۈش:

بالەنگە ئۇرۇقى— ئۇرۇق. رەڭگى قارا بولۇپ، دانىسى ئۇششاق، شەكلى ياپىلاق كېلىدۇ، ئۇرۇق ئۇچى قىسمىدا ئاق سېرىقچىسى بولىدۇ. ئېغىزغا سالسا لوئابى چىقىدۇ، بىرئاز تاتلىق تېتىيدۇ.

رەيھان ئۇرۇقى — ئۇرۇق. رەڭگى قارا بولۇپ، دانىسى ئۇششاق، شەكلى ياپىلاق كېلىدۇ. بىراق ئۇچى قىسمىدا ئاق سىزىقچىلىرى بولمايدۇ، لوئابى چىقمايدۇ.

قەردمانە بىلەن رۇمبەدىياننى پەرقلەندۈرۈش:

قەردمانە — ئۇرۇق، ئۇششاق، رەڭگى ئاققا مايىل بولۇپ، شەكلى سىرلىق، چوڭراق (رۇمبەدىيان-دىن چوڭ) كېلىدۇ. تەمى ئۆتكۈر ئاچچىق، ئۆتكۈر پۇراقلىق كېلىدۇ.

رۇمبەدىيان — ئۇرۇق. رەڭگى كۆك، دانىسى ئۇششاق بولۇپ، ئۇچى قىسمى تۈكلەش، تەمى ئاچچىق، ئەمما خۇش پۇراق كېلىدۇ.

سېرىق ھېلىلە، كابۇل ھېلىلىسى، قاقىلە، بەلىلە قاتارلىقلارنى پەرقلەندۈرۈش:

سېرىق ھېلىلە — چالا پىشقان مېۋە. رەڭگى سېرىق، تەمى ئاچچىق بولۇپ، شەكلى تۇخۇمسىمان، ئوتتۇراھال چوڭلۇقتا كېلىدۇ. سىرتقى يۈزى قوتۇر كېلىدۇ.

كابۇل ھېلىلىسى — پىشقان مېۋە. رەڭگى سېرىق، تەمى ئاچچىق بولۇپ، دانىسى چوڭ، سىرتقى يۈزى سىلىق كېلىدۇ.

قاقىلە — مېۋە. قارا رەڭلىك، سېرىق سىزىقلىرى بولىدۇ. يۇمشاق، ئىچىدىن قارا - قىزىلىق، كىچىك، قاتتىق ئۇرۇقى چىقىدۇ، پۇرىقى خۇش پۇراق، تەمى بىرئاز ئاچچىق كېلىدۇ.

بەلىلە — پىشقان مېۋە. رەڭگى قارا ، سېرىق، قىزىلغا مايىل بولۇپ، قوتۇر، تۈكلەش كېلىدۇ. تەمى ئاچچىق، خۇددى يىگلەپ قالغان بېھىگە ئوخشايدۇ.

ئاق قىچا، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كۆكنار ئۇرۇقى، بەزرۇلبەنجى قاتارلىقلارنى پەرقلەندۈرۈش:

ئاق قىچا — ئۇرۇق. يۇمىلاق، شار شەكىللىك بولۇپ، سىرتقى يۈزى قوتۇر، رەڭگى سېرىققا مايىل ئاق، سەل كىچىك كېلىدۇ، ئۆسۈملۈكى بېدە، زىغىرلىقتا ئۆسكەچكە، ئۇلارنىڭ ئۇرۇقلىرى بىلەن ئارىلىشىپ كېتىدۇ.

كۆكنار ئۇرۇقى — پىشقان ئۇرۇق. شەكلى يۇمىلاق، ھەجمى كىچىك. رەڭگى ئاق بولىدۇ. سىرتقى يۈزىدە تورسىمان سىزىقچىلىرى بولىدۇ. پۇرىقى ئۆتكۈر، تەمى ئاچچىق بولۇپ، ئەزگەندە ياغلاش ھۆللۈك چىقىدۇ.

بەزرۇلبەنجى— ئۇرۇق. بۆرەك شەكىللىك بولۇپ، يۇمىلاق، ياپىلاق كېلىدۇ. ھەجمى كىچىك، رەڭگى كۈل رەڭگە مايىل سېرىق بولىدۇ، سىرتقى يۈزىدە ئىنچىكە، قويۇق، تورسىمان سىزىقچىلىرى بولىدۇ. ئوتتۇرىسى كاۋاك، پۇراقسىز، تەمى سەل ئاچچىق بولىدۇ.

زىرىق، ئالقات، ئىتئۇزۇمى قاتارلىقلارنى پەرقلەندۈرۈش:

زىرىق — مېۋە. شەكلى ئېللىپىسسىمان بولۇپ، سىرتقى يۈزى سەل قوتۇر، ھەجمى قارىمۇچ چوڭلۇقىدا بولۇپ، رەڭگى قېنىق قىزىل، تەمى چۈچۈمەل بولىدۇ. ئىچىدىن ئۇزۇنچاق، ياپىلاق ئاق رەڭلىك ئۇرۇق چىقىدۇ (بىر ـ ئىككى دانىغىچە).

ئىتئۇزۇمى — مېۋە. شەكلى يۇمىلاق، شار شەكىللىك بولۇپ، رەڭگى سۇس قىزىل، تەمى بىرئاز چۈچۈمەل بولىدۇ. ئىچىدىن بىر قانچە ئۇششاق ئۇرۇق چىقىدۇ.

ئالقات — مېۋە. شەكلى يۇمىلاق، ئاچ قىزىل رەڭلىك، تەمى چۈچۈمەل، ئىچىدىن ئۇرۇق چىقمايدۇ.

تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى بىلەن زىرىنى پەرقلەندۈرۈش:

تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى— ئۇرۇق. ئۇزۇنچاق، ئۇچى قىسمى سەل ئېگىلگەن، تۈكلۈك بولىدۇ. رەڭگى كۈل رەڭگە مايىل يېشىل بولىدۇ. پۇرىقى ئالاھىدە خۇش پۇراق، تەمى سەل ئاچچىق بولىدۇ.

زاراڭزا چېچىكى بىلەن زەپەرنى پەرقلەندۈرۈش:

زاراڭزا چېچىكى— چېچەك. شەكلى ئۇزۇنچاق بولۇپ، رەڭگى قىزغۇچ سېرىق ياكى ئاچ سېرىق، تەمى ئاچچىقراق كېلىدۇ.

زەپەر— چېچەك. شەكلى ئۇزۇن، ئىنچىكە بولۇپ، رەڭگى توق قىزىل، تەمى ئاچچىق بولىدۇ. كۆپرەك تېتىسا بەدەننى قىزىتىدۇ.

جىنكېۋزى ئۇرۇقى— ئۇرۇق. شەكلى ياپىلاق بولۇپ، يان تەرىپى كاۋاك، سىرتقى رەڭگى قارىغا مايىل توپا رەڭگىدە بولىدۇ. ئىچكى رەڭگى ئاق، تەمى ئاچچىق كېلىدۇ.

ۋاڭ ئۇرۇقى— ئۇرۇق. شەكلى ياپىلاق، ئۇزۇنچاقراق بولۇپ، رەڭگى قارامتۇل، تەمى ئاچچىق بولىدۇ.

قۇندۇز قەھرى بىلەن بۆرە ئۆتىنى پەرقلەندۈرۈش:

قۇندۇز قەھرى — ئۇرۇق بېزى. شەكلى ئۇزۇنچاق بولۇپ، ئىككى دانە بولىدۇ. رەڭگى سېرىق ياكى قىزىلغا مايىل كېلىدۇ. ئۆتكۈر خۇش پۇراق پۇرايدۇ. ئەزسە ياكى سۇغا سېلىپ قويسا تېز ئېرىيدۇ، تەمى ئاچچىق كېلىدۇ.

بۆرە ئۆتى — بۆرىنىڭ ئۆتى. شەكلى ئۇزۇنچاق، بىر دانە بولىدۇ. رەڭگى كۆك، قاتتىق بولۇپ، پۇراقسىز، تەمى ئاچچىق بولىدۇ.

جاۋشىر، ئۇشەق، سەكبىنەج قاتارلىقلارنى پەرقلەندۈرۈش:

جاۋشىر — يېلىم. نوقۇت چوڭلۇقىدا بولىدۇ، يۇمىلاق، سىرتقى يۈزى سارغۇچ خورما رەڭلىك

ياكى ئۇچۇق بېغىر رەڭلىك، يۇمشاق، سوزۇلۇشچان، يىرىك بولۇپ، پۇرىقى خۇشبۇي، تەمى ئاچچىق بولىدۇ.

ئۇشەق — يېلىم. سېرىق رەڭلىك بولۇپ، مونەكسىمان، چۇرۇك كېلىدۇ. ئالاھىدە پۇراقلىق، تەمى ئاچچىق كېلىدۇ.

سەكبىنەج— يېلىم. رەڭگى توق بېغىررەڭلىك بولۇپ، كۇمىلاچ شەكىللىك كېلىدۇ، يېرىم سۇزۇك، تەمى ئاچچىق، تەمسىز بولىدۇ.

5 § . سۇغا چىلاپ پەرقلەندۇرۇش ئۇسۇلى

بۇ، بىر قىسىم دورىلارنىڭ سۇدا ئالاھىدە ئۆزگىرىش ھاسىل قىلىش ئالاھىدىلىكىگە ئاساسەن، دورىلارنى تونۇپ پەرقلەندۇرۇشتە قوللىنىلىدىغان بىر خىل ئۇسۇلدىن ئىبارەت. مەسىلەن: زەپەرنى سۇغا سالساق، سۇنىڭ رەڭگى دەسلەپتە سېرىق رەڭدە، ئاخىرىدا قىزغۇچ سېرىق رەڭدە بولىدۇ ھەم رەڭ تىك تىزنۇقلىق ھالەتتە چۆكىدۇ. زاراڭزا چېچىكى رەڭگىنى ئالتۇن رەڭگە ئۆزگەرتىدۇ. قەمبىل سۇغا سېلىنسا قىزىل رەڭگى چىقىدۇ. بەنگىرەنى سۇغا سالساق ئۇنىڭ غول - يوپۇرماقلىرى قارا رەڭگە ئۆزگىرىدۇ. پالما يېلىمى تالقىنىنى سۇغا سالساق رەڭگىنى يوقىتىدۇ. موزىنى سۇغا سالساق چۆكىدۇ.

6 § . ئوتتا كۆيدۈرۈپ پەرقلەندۇرۇش

ھەربىر دورا ئەشيانى ئوتتا كۆيدۈرگەندە ھەر خىل پۇراق، ھەز خىل ئاۋاز ۋە ھەر خىل شەكىللەر ھاسىل بولىدۇ. بۇمۇ دورىلارنى پەرقلەندۇرۇشتە مۇھىم ئورۇن تۇتىدۇ. مەسىلەن: ئىپارنى كۆيدۈرگەندە، يېڭنەك ھالىدىكى پارتلاش ئاۋازى چىقىدۇ. ھەجمى چوڭىيىپ، پۇرىقى ئەتراپقا تارايدۇ. كۆيۈپ بولغاندىن كېيىن ئاق ياكى ئاقۇچقا مايىل قالدۇق كۈلى قالىدۇ. ئەنبەرنى كۆيدۈرگەندە كۆك رەڭلىك يالقۇن چىقىدۇ ھەم پۇرىقى ئۆزاققىچە يوقالمايدۇ. لوك مەغسۇلنى كۆيدۈرگەندە، قارا تۈتۈن ۋە غەيرىي پۇراق چىقىدۇ. مەستىكىنى كۆيدۈرگەندە خۇش پۇراق پۇرايدۇ. ياغلىرى تەپچىپ چىقىدۇ. قارا رەڭلىك تالاسمان كۇندۇرنى كۆيدۈرگەندە پارچە - پارچە ئىس چىقىدۇ.

7 § . ھازىرقى زامان تېخنىكىسىدىن پايدىلىنىپ پەرقلەندۇرۇش ئۇسۇلى

ھازىرقى دەۋرىمىزدە پەن - تېخنىكىنىڭ تەرەققىيات ۋە يېڭى تېخنىكىلارنىڭ مەيدانغا كېلىشىگە ئەگىشىپ خام دورىلارنى پەرقلەندۇرۇش ئۇسۇللىرى ئالدىنقى پاراگرافلاردا سۆزلەنگەن قاراپ تونۇپ پەرقلەندۇرۇش، پۇراپ تونۇپ پەرقلەندۇرۇش، تېتىپ تونۇپ پەرقلەندۇرۇش، ئۆزئارا سېلىشتۇرۇپ پەرقلەندۇرۇش، سۇغا چىلاپ پەرقلەندۇرۇش، ئوتتا كۆيدۈرۈپ پەرقلەندۇرۇش ئۇسۇللىرىدىن سىرت، مىكروس-

كوپتا پەرقلەندۈرۈش، فىزىكا ـ خىمىيەلىك ئۇسۇللار ئارقىلىق پەرقلەندۈرۈش ۋە ئەسۋابلارنى ئاساس قىلغان زامانىۋى پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇللىرى بارلىققا كەلدى. ئۇلار ئاساسلىقى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

1. خىروماتوگرافىيە ئۇسۇلى:

خىروما توگرافىيە ئۇسۇلى ئايرىش ئۇسۇلىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن نېپىز قەۋەتلىك خىروماتوگ- رافىيە (TLS)، قەغەز خىروماتوگرافىيە، يۇقىرى ئۈنۈملۈك سۇيۇقلۇق خىروماتوگرافىيە (HPLC)، گاز خىروماتوگرافىيە (GC) قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

2. نۇر ئىسپېكتىرى ئۇسۇلى

نۇر ئىسپېكتىرى ئۇسۇلى ئۇلترا بىنەپشە نۇر ئىسپېكتىرى (UV)، ئىنفرا قىزىل نۇر ئىسپېكتىرى (IR)، فىلۇئورېسىيە ئىسپېكتىرى، ماگنىتلىق رېزونانس ئىسپېكتىرى (MRI)، ماسسا ئىسپېكتىرى (MS) قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

3. رېنتگېن دىفراكسىيە ئانالىز ئۇسۇلى (XRO)

4. ئىسسىقلىق ئانالىز ئۇسۇلى

ئىسسىقلىق ئانالىز ئۇسۇلى ئانالىز مەزمۇنىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن، ئىسسىقلىق مىقدارى ئۇسۇلى (TE) ۋە ئىسسىقلىق پەرق ئانالىز ئۇسۇلى (DTA) قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

5. مىكرو بىيولوگىيەلىك تېخنىكا ئانالىز ئۇسۇلى

6. سايە چۈشۈرۈش ئېلېكترون مىكروسكوپ ئانالىز ئۇسۇلى (SEM)

7. كومپيۇتېر شەكلى ئانالىز ئۇسۇلى (CIA)

8. ئېلېكترو فورېز ئۇسۇلى (EP)

9. كۆپ نامەلۇملۇق رېگرېسسىيە ئانالىز ئۇسۇلى.

10. ئېلېكترو ئانالىز ئۇسۇلى (EA).

يىغىنچاقلىغاندا، خام دورىلارنى پەرقلەندۈرۈش مەھسۇلات ئىشلەپچىقىرىشنىڭ تەرەققىياتىغا ئەگىشىپ تەرەققىي قىلىدۇ. پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى فىزىكا، خىمىيە، ماتېماتىكا، مىكرو بىيولوگىيە ۋە كومپيۇتېر- نىڭ تەرەققىياتىغا ئەگىشىپ تەرەققىي قىلىدۇ. خام دورىلارنى توغرا پەرقلەندۈرۈش، خام دورا ۋە پىششىق دورا سۈپىتىنى كاپالەتكە ئىگە قىلىدىغان مۇھىم خىزمەت. شۇڭا خام دورىلارنى پەرقلەندۈرۈشتە ئەنئەنىۋى ئۇسۇللارنى ساقلاپ قېلىپ، ۋارىسلىق قىممىتى بار پەرقلەندۈرۈش تېخنىكىنى ئۈزلۈكسىز تەتقىق قىلىپ، تەرەققىي قىلدۇرۇپ، بۇنىڭدىن كېيىنكى خىزمەتلەرنىڭ نەتىجىلىك بولۇشىغا تېگىشلىك تۆھپە قوشۇشىمىز كېرەك.

تۆتىنچى باب ئۇيغۇر تېبابىتىدە خام دورىلارنىڭ تەبىئىتىنى بەلگىلەش ۋە ئۇلارنى خۇسۇسىيەتكە ئايرىش

ئۇيغۇر تېبابىتىدە خام دورىلارغا تەبىئەت بەلگىلەش ۋە خۇسۇسىيەتكە ئايرىش — ئۇيغۇر تېبابىتى دورىگەرلىكىنىڭ مۇھىم تەركىبىي قىسمى بولۇپ، كىلىنىكا ئەمەلىيىتى ۋە دورا ئىشلىتىشتە ناھايىتى مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

ئەمگەكچان، جاپاكەش ئەجدادلىرىمىز، ئۇزاق مۇددەتلىك تۇرمۇش كەچۈرۈش ئەمەلىيىتى داۋامىدا، كېسەللىكلەرگە قارشى تۇرۇش ۋە ئالدىنى ئېلىش جەريانىدا، دورىلارنىڭ خىمىيەلىك تەركىبىنى بىۋاستە ئېنىقلاش ئىمكانىيىتى بولمىغاچقا، ئۇزاق مۇددەتلىك داۋالاش ئەمەلىيىتى، دورا ئىشلىتىش تەجرىبىسى ئۈستىدە تەكرار سىناقلارنى ئېلىپ بېرىش ئارقىلىق، خام دورىلارنىڭ بەدەندە پەيدا قىلغان ھەر خىل ئۆزگىرىشلىرىگە قاراپ خام دورىلارنىڭ تەبىئىتى ۋە خۇسۇسىيىتىنى ئېنىقلاپ چىققان.

1 § . ئۇيغۇر تېبابىتىدە خام دورىلارنىڭ تەبىئىتىنى بەلگىلەش

ئەجدادلىرىمىز خام دورىلارنىڭ تەبىئىتىنى بەلگىلەش ئۈچۈن ئۆزلىرى ئىستېمال قىلىپ كۆرۈپ، دەسلەپتە ئىسسىق، سوغۇقتىن ئىبارەت يەككە تەبىئەتكە ئايرىپ، دەسلەپكى نەزەرىيەنى ئوتتۇرىغا قويغان. تۇرمۇش سەۋىيەسىنىڭ يۇقىرى كۆتۈرۈلۈشى، دورا ئىشلىتىش ئېھتىياجىنىڭ ئېشىپ بېرىشىغا ئاساسەن بەزى دورىلارنىڭ ئارىلاشما مۇرەككەپ تەسىرىنى بېرىدىغانلىقىنى، شۇ تەسىر ئاساسىدا بەزى مۇرەككەپ كېسەللىكلەرگە بولغان ئۈنۈمىنىڭ يۇقىرى بولىدىغانلىقىنى بايقاپ، تەكرار - تەكرار سىناق قىلىش ئارقىلىق قۇرۇق ئىسسىق، ھۆل ئىسسىق، ھۆل سوغۇق، قۇرۇق سوغۇق قاتارلىق تەبىئەتلەرگە ئايرىيدىغانلىقىنى مۇقىملاشتۇرغان. بەزى دورىلارنىڭ رەڭگى، پۇرىقى، تەمىگە، شۇنداقلا ئېچىلغان گۈلىگىمۇ قاراپ تەبىئىتىنى مۇقىملاشتۇرغان. ئۇلار خام دورىلارغا تەبىئەت بەلگىلەشتە تۆۋەندىكىدەك ئۇسۇللارنى قوللانغان:

1. مەلۇم بىر دورىنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن، بەدەننى قىزىتىپ، قاننى جانلاندۇرۇپ، تومۇر ھەرىكىتىنى تېزلەتكەن بولسا ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار، دەپ قارىغان. ئەكسىچە قىزىتما قايتۇرۇپ، تومۇر ھەرىكىتىنى ئاستىلىتىپ، سۈيدۈك مىقدارىنى ئاشۇرسا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار، دەپ قارىغان.

2. مەلۇم بىر خىل دورىنى بەدەن قۇرۇلۇشى نورمال كىشىگە ئىستېمال قىلدۇرغاندىن كېيىن بەدەننى قىزىتىپ، ئېغىزنى قۇرۇتۇپ، تومۇر ھەرىكىتىنى تېزلىتىپ، قان ئېقىمىنى تېزلەتسە، سۈيدۈك رەڭگىنى

سارغۇچ رەڭگە كىرگۈزسە ھەمدە سەپرا خىلتىنىڭ ئالامىتىنى پەيدا قىلسا قۇرۇق ئىسسىق تەبىئەتتىكى دورىلار، دەپ قارىغان. مەسىلەن: خولىجان، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، ئاقىرقەرھا، جويۇز، ئىگىر، زەنجە-ۋىل، قىچا، زاغۇن، تۇربۇت، قۇندۇز قەھرى، ئىپار، ئەنبەر، سىرىقچېچەك قاتارلىقلار.

3. مەلۇم بىر خىل دورىنى ئىستېمال قىلدۇرغاندىن كېيىن بەدەننى نورمال قىزىتىپ، ئەسنەش، كېرىلىش پەيدا بولسا ھۆل ئىسسىق تەبىئەتتىكى دورىلار، دەپ قارىغان. مەسىلەن: بادام مېغىزى، خىيارشەنبەر، كۇنجۇت، پىستە مېغىزى قاتارلىقلار.

4. دورىنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن بەدەننى سوۋۇتۇپ ۋە ئېغىرلاشتۇرۇپ، ھېس - تۇيغۇنى سۇسلاشتۇرۇپ ۋە تۇراقلاشتۇرۇپ، سۈيدۈك مىقدارىنى كۆپەيتىپ، سۈيدۈك رەڭگىنى ئاق رەڭگە كىرگۈز-سە ھەمدە بەلغەم خىلتىنىڭ ئالامىتىنى پەيدا قىلسا، دورىلارنى سوغۇق تەبىئەتتىكى دورىلار، دەپ قارىغان. مەسىلەن: بىدىمۇشكى، بىنەپشە، نىلۇپەر، تاۋۇز، سىماب، ھۆل يۇمغاقسۇت، ھۆل قىزىلگۈل قاتارلىقلار.

5. دورىنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن بەدەننى سوۋۇتسىمۇ، لېكىن ئېغىزنى قۇرۇتۇپ، ئاشقازان-نىڭ كىرىش ئېغىزىدا سانجىلغاندەك سېزىم پەيدا قىلسا ھەمدە سەۋدا خىلتىنىڭ ئالامىتىنى پەيدا قىلسا، بۇنى قۇرۇق سوغۇق تەبىئەتتىكى دورىلار، دەپ ئاتىغان. مەسىلەن: شوخلا، قىزىلگۈل، ئامىلە، قارىئۆرۈك، تەمرىھىندى قاتارلىقلار.

6. بەزى دورىلارنىڭ ئېچىلغان گۈلىگە قاراپ تەبىئىتى بەلگىلەنگەن. كىلاسسىك كىتابلاردا ۋە خەلق ئارىسىدا گۈلى قىزىل ئېچىلغان ئۆسۈملۈكلەرنى ھۆل ئىسسىق تەبىئەتتە، گۈلى ئاق ئېچىلغان ئۆسۈملۈك-لەرنى ھۆل - سوغۇق تەبىئەتتە ، قارا ئېچىلغان گۈللەرنى قۇرۇق ئىسسىق تەبىئەتتە، گۈلى سېرىق ئېچىلغان ئۆسۈملۈكلەرنى ھۆل - ئىسسىق تەبىئەتتە بولىدۇ، دەپ قارىغان.

ئەجدادلىرىمىز دورىلارنى يۇقىرىقىدەك ئۇسۇللار بىلەن ئايرىشتىن باشقا، يەنە ھەربىر دورىنىڭ تەبىئىتىنىڭ دەرىجىسىنىمۇ بېكىتىپ كەلگەن. مەسىلەن: بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق؛ ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق؛ ئۈچىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق، دېگەنگە ئوخشاش.

ئادەتتە ئۇيغۇر تېبابىتىدە، بىرىنچى ۋە ئىككىنچى دەرىجىدىكى دورىلار ئەڭ كۆپ ئىشلىتىلىدۇ. ئۈچىنچى دەرىجىدىكى دورىلار ئاز ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. تۆتىنچى دەرىجىدىكى دورىلار زەھەرلىك دەپ قارىلىپ، لايىقلاشتۇرۇش ئۆلچىمىدىن ئۆتكەندىن كېيىن، ناھايىتى ئاز مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ ياكى زۆرۈرىيەت بولمىسا ئىشلىتىلمەيدۇ.

§ 2 . ئۇيغۇر تېبابىتىدە خام دورىلارنى خۇسۇسىيەتكە ئايرىش

ئۇيغۇر تېبابىتى داۋالاش ئەمەلىيىتىدە دورىلارنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن، ئۇلارنىڭ بەدەندە كۆرسەتكەن تەسىرلىرى ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، دورىنىڭ خۇسۇسىيىتى دېيىلىدۇ. ئەجدادلىرىمىز خام دورىلارنى ئۆزلىرى ئىستېمال قىلىش ياكى ھايۋانلارغا سىناق قىلىش ئارقىلىق دورىلارنىڭ ئورگانىزمدا پەيدا قىلغان ھەر خىل ئۆزگىرىشلىرىنى يەكۈنلەپ، تۈرلۈك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىش ئارقىلىق ھەر خىل كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاش جەريانىدا ھاسىل قىلغان تەجرىبىلىرى ئاساسىدا

دورىلارنى تەسىرىگە ئاساسەن تۈرلۈك خۇسۇسىيەتلەرگە ئايرىغان.

ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلار ئىلمىدە دورىلارنىڭ خۇسۇسىيىتى تۆۋەندىكىدەك تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ: مەسىلەن: خىلتسىز غەيرىي تەبىئىي كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تەڭشىگۈچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى پىشۇرغۇچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى سۈرگۈچى دورىلار، قان تازىلىغۇچى دورىلار، قان كۆپەيتكۈچى دورىلار، قاننى سۇيۇلدۇرغۇچى دورىلار، قان توختاتقۇچى دورىلار، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار، ياللۇغ قايتۇرغۇچى دورىلار، ئىششىق ياندۇرغۇ-چى دورىلار، قىزىتما قايتۇرغۇچى دورىلار، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار، تاش پارچىلىغۇچى دورىلار، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلار، يەل ھەيدىگۈچى دورىلار، مەددە قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلار، ھەيزنى راۋان قىلغۇچى دورىلار، قەي قىلدۇرغۇچى دورىلار، تەرلەتكۈچى دورىلار، ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلار، تىنچلاندۇرغۇچى دورىلار، مەست قىلغۇچى دورىلار، قابىز دورىلار، جاراھەت پۈتتۈرگۈچى دورىلار، زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلار، «تەبىئەت» نى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار، مېڭە، يۈرەك، جىگەر، ئۆپكە، كاناي، ئاشقازان ۋە ئۈچەي، ئۆت ۋە تال، بۆرەك ۋە دوۋساق قاتارلىقلارنى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار، سۈت ۋە مەنىي كۆپەيتكۈچى دورىلار، باھ، بالىياتقۇ ۋە تۇخۇمدانىنى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار، كۆز ۋە ئېغىز بوشلۇقىدىكى ئەزالارنى، پەي ۋە مۇسكۇللارنى، نېرۋا قاتارلىقلارنى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار، تەشەننۇجنى بوشاشتۇرغۇچى دورىلار، تېرىنى قۇۋۋەتلىگۈچى، داغ - سەپكۈن چۈشۈرگۈچى دورىلار، چاچنى قۇۋۋەتلە-گۈچى دورىلار، چۈشكۈرتكۈچى دورىلار، ئۆسمىگە قارشى تۇرغۇچى دورىلار قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

3 § . ئۇيغۇر تېبابىتىدە خام دورىلارنىڭ ماددىي تەسىرى بىلەن كەيپىيات تەسىرىنى ئايرىش ۋە پەرقلەندۈرۈپ ئىشلىتىش

دورا — ئەشيالار ئىستېمال قىلىنىپ، ئورگانىزمغا ئۆزلەشكەندىن كېيىن، ئۆزىنى تۈزگۈچى تەركىبلەرنىڭ خۇسۇسىيەتلىرى ۋە ئۇنىڭدا ئىپادىلەنگەن كەيپىياتلارنىڭ ئالاھىدىلىكى بىلەن تەسىر كۆرسە-تىپ، ئورگانىزمدا ھەر خىل ئىچكى - تاشقى ئامىللار سەۋەبىدىن پەيدا بولغان تەڭپۇڭسىزلىقلارنى تەڭشەپ، ئورگانىزمنىڭ نورمال خىزمەت قىلىش ئىقتىدارىنى كاپالەتلەندۈرىدىغان ماددىدىن ئىبارەت.

ھەرقانداق بىر دورا ئەشيانىڭ بەدەندىكى مەلۇم تەسىرى ئۇنىڭ سۈپىتى، مىقدارى، ئۆزلىشىش تەركىبى ۋە كەيپىيات ئالاھىدىلىكى قاتارلىقلارغا ئوخشاش كۆپ خىل ئامىللار بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك. ئەجدادلىرىمىز ئۇزاق مۇددەتلىك داۋالاش ئەمەلىيىتى جەريانىدا دورىلارنىڭ ئورگانىزملارغا كۆرسەتكەن تەسىرىگە ئاساسەن خۇسۇسىيىتىنى بەلگىلەپ، شۇ خۇسۇسىيەت ئاساسىدا ئۇنىڭ كەيپىيات ۋە كەيپىيات دەرىجىسىنى ئايرىپ چىققان.

بۇ جەرياندا ئۇلار بەزى دورا ئەشيالارنىڭ پەقەت كەيپىيات تەسىرى ئارقىلىقلا ئورگانىزمغا تەسىر قىلىدىغانلىقىنى، يەنى بەزى دورا ئەشيالارنىڭ كەيپىيات تەسىرى ئوخشاش بولسىمۇ، لېكىن تۈزۈلۈش تەركىبىنىڭ ئوخشاش بولماسلىق ئالاھىدىلىكىگە ئاساسەن، كەيپىياتقا مۇناسىۋەتسىز يەنى كەيپىيات ئالاھى-دىلىكىگە يات بولغان ئالاھىدىلىكى بىلەن تۈزۈلۈش ئالاھىدىلىكى بىرلەشكەن يېڭى ئالاھىدىلىكى ئارقىلىق

www.uyghurkitap.com

ئورگانىزمغا تەسىر قىلىدىغانلىقىنى مۇئەييەنلەشتۈرگەن ۋە كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئىشلىرىدا كېسەللەرگە دورا تاللاشتا يۇقىرىقى ئالاھىدىلىكلەرنى مۇھىم تۇتقا قىلىپ، دورا تاللاپ، داۋالاش ئۈنۈمىنى قولغا كەلتۈرگەن.

تىبابەتچىلىكىمىزدىكى دورا ـ ئەشيالارنىڭ مۇتلەق كۆپ قىسمى تەبىئىي دورا ـ ئەشيالار بولغاچقا، تۈزۈلۈش تەركىبى ۋە تەبىئىتى مۇرەككەپ، تەسىر قىلىش دائىرىسى كەڭ بولىدۇ. بىز بۇنىڭلىق بىلەن دورا ئەشيالارنىڭ تەسىر قىلىش ئالاھىدىلىكىگە قارىتا مۇجمەل كۆزقاراشتا بولۇپ، ئۇنى كېسەللىكلەرگە قارىغۇلارچە دوگما چۈشەنچە بىلەن ئىشلەتسەك، ئىشلىرىمىز هامان مەغلۇپ بولىدۇ. دورىلارنىڭ تەركىبى قانچە مۇرەككەپ بولۇشىدىن، كەيپىياتى قانداق بولۇشىدىن قەتئىينەزەر ئۇنىڭ ئورگانىزمغا بولغان تەسىرىنى چوڭ جەھەتتىن كەيپىيات تەسىرى ۋە ماددىي تەسىر دەپ ئىككى تۈرگە ئايرىشقا بولىدۇ.

دورا ئەشيالارنىڭ كەيپىيات تەسىرى: مەلۇم خىل ئەشيالارنىڭ ئۆزىدە ئۇستۇنلۇكنى ئىگىلىگەن كەيپىيات ئالاھىدىلىكىگە ئاساسەن ئورگانىزمغا تەسىر قىلىپ، شىپالىق ئۈنۈمىنى كۆرسىتىشكە قارىتىلغان.

دورا ئەشيالارنىڭ كەيپىيات تەسىرى يەنە ئۆز ئىچىدىن دەسلەپكى كەيپىيات تەسىرى ۋە كېيىنكى تەسىرى دەپ ئىككى تۈرگە ئايرىلىدۇ.

دەسلەپكى كەيپىيات تەسىرى بولسا، دورىنىڭ تەبىئىي هالدىكى ئۇستۇنلۇكنى ئىگىلىگەن كەيپىيات ئارقىلىق ئورگانىزمغا كۆرسەتكەن تەسىرىدىن ئىبارەت. بۇ خىل تەسىرنىڭ تۇراقلىقلىقى مۇتلەق، ئۆزگىرىشى نىسپىي بولىدۇ.

دورا ئەشيالارنىڭ كېيىنكى كەيپىيات تەسىرى بولسا داۋالاش ئېھتىياجىغا ئاساسەن سۇ دورا ئۈستىدە ئېلىپ بېرىلغان لايىقلاشتۇرۇش ۋە پىششىقلاپ ئىشلەش مەشغۇلاتلىرىدىن كېيىنكى شەكىللەنگەن يېڭى كەيپىيات ئالاھىدىلىكى ئارقىلىق ئورگانىزمغا كۆرسىتىدىغان تەسىرىدىن ئىبارەت. بۇ خىل تەسىرنىڭ ئۆزگىرىشى مۇتلەق، تۇراقلىقلىقى نىسپىي بولىدۇ.

دورا ئەشيالارنىڭ كەيپىيات تەسىرىدىكى مەيلى دەسلەپكى كەيپىيات تەسىرى ۋە ياكى كېيىنكى كەيپىيات تەسىرى بولسۇن، ئۇنىڭدىن ئۈنۈملۈك پايدىلىنىشنىڭ كلىنىكا داۋالاشتىكى ئەهمىيىتى ۋە رولى ناهايىتى چوڭ بولىدۇ.

كلىنىكىدا ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇش تۈرىدىكى كېسەللىكلەرنى دورىنىڭ ئورگانىزمغا بولغان كەيپىيات تەسىرىنى داۋالاشتىكى مۇهىم تۇتقا قىلىپ، ئۆزگەرگەن مىزاجىغا قارىتا قارىمۇقارشى كەيپىياتتىكى دورىلار بىلەن تەڭشەش ئېلىپ بارىمىز. ئۇنداق بولمىغاندا هەرقانچە كۈچلۈك تەسىرلىك، قىممەت باهالىق دورىلارنى ئىشلەتكەن بىلەنمۇ يەنىلا داۋالاشتا كۆزلىگەن نىشانغا يەتكىلى بولمايدۇ.

دورا ئەشيالارنىڭ ماددىي تەسىرى ئۇنىڭ كەيپىياتىنىڭ قانداق بولۇشىدىن قەتئىينەزەر ئۇنى تۈزگۈچى ماددىي تەركىبلەر بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغان. يەنى دورا ئەشيالارنى تۈزگۈچى تەركىبلەرنىڭ بىيو خىمىيەلىك ئالاھىدىلىكى بىلەن ئورگانىزمغا كۆرسەتكەن تەسىرىدىن ئىبارەت.

تەركىبىدە تۆمۈر ماددىسى كۆپرەك بولغان مەلۇم خىل دورا ئەشيانىڭ ئورگانىزمدىكى قان تولۇقلاش تەسىرى ئارقىلىق كەم قانلىققا شىپالىق ئۈنۈم بېرىشى ئۇنىڭ ماددىي تەسىرى بولىدۇ. دورا ئەشيالارنىڭ ماددىي تەسىرى يەنە ئۆز ئىچىدىن ماددىي تەسىر ۋە قوشۇمچە ماددىي تەسىر دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

دورا ـ ئەشيالارنىڭ ئاساسلىق ماددىي تەسرى: مەلۇم خىل دورا ئەشيانى تۈزگۈچى ئۇنۇملۇك تەركىبلەر ئىچىدىكى مىقدارى بىر قەدەر كۆپرەك بولغان ياكى تەسرى بىرقەدەر كۈچلۈك بولغان تەركىبلەرنىڭ ئورگانىزمغا بولغان تەسرىنى كۆرسىتىدۇ.

ئانار سۈيى تەركىبىدىكى تۆمۈر ماددىسىنىڭ قان تولۇقلاش تەسرى، ھەر خىل يېڭى كۆكتات ـ سەيلەردىكى ۋىتامىن تەركىبلەرنىڭ ئورگانىزمدىكى ۋىتامىنلارنى تولۇقلاش تەسرى قاتارلىقلار.

دورا ـ ئەشيالارنىڭ قوشۇمچە ماددىي تەسرى: مەلۇم خىل دورا ئەشيانى تۈزگۈچى ئۇنۇملۇك دورىلار ئىچىدىكى مىقدارى بىرقەدەر ئاز بولغان ياكى تەسرى بىرقەدەر ئاجىز بولغان تەركىبلەرنىڭ ئورگانىزمغا بولغان تەسرىدىن ئىبارەت.

كالا گۆشى تەركىبىدىكى چوڭ مولېكۇلالىق ئاقسىل ماددىسىنىڭ يەل پەيدا قىلىشى، تەسرى، ھەر خىل مايلار تەركىبىدىكى ئىشقارلىق ماددىلارنىڭ كۆڭۈلنى ئايلاندۇرۇشى، ھۆ پەيدا قىلىش، تىنچلاندۇرغۇچى دورىلارنىڭ ھەزىمنى ئاجىزلاشتۇرۇش تەسرى، قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلارنىڭ بەدەننى سەمرىتىش تەسرى ۋە قان بېسىمىنى ئۆرلىتىش تەسرى قاتارلىقلار.

دورا ـ ئەشيالارنىڭ ماددىي تەسرىدىكى مەيلى ئاساسىي ماددىي تەسىر ۋە قوشۇمچە ماددىي تەسرى بولسۇن، ئۇ مەلۇم سىرتقى كۈچنىڭ تەسرىگە ئۇچرىغاندا ئۆزگىرىپ كۈچىيىدۇ ياكى ئاجىزلىشىدۇ، ھەتتا ئۇنۇمىنى پۈتۈنلەي يوقىتىدۇ. بىز دورا ئەشيالارنىڭ ماددىي تەسرىدىكى بۇ خىل ئۆزگىرىشلەردىن پايدىلىنىپ، كىلىنىكا داۋالاشنىڭ ئەمەلىي ئېھتىياجىغا ئاساسەن ئۇنى مۇۋاپىق لايىقلەشتۇرۇش، پىششىقلاپ ئىشلەش ئارقىلىق يەتمەكچى بولغان مەقسەت ئۈچۈن بەزى تەسرلەرنى كۈچەيتىپ، بەزى تەسرلەرنى ئاجىزلاشتۇرۇپ ياكى يوقىتىپ، ئۇنىڭ بەدەنگە بولغان قوشۇمچە ناچار تەسرلىرىنىڭ ئالدىنى ئالالايمىز.

كىلىنىكا داۋالاش ئەمەلىيىتىدە كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ ئورگانىزمغا بولغان كەيپىيات تەسرى بىلەن ماددىي تەسرى ئورتاق كۆرۈلۈش ئەھۋالى بىرقەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ. مەسىلەن: ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىش كېسىلى، بۇ ئاشقازاننى كۆتۈرۈپ تۇرغۇچى تارمۇشلارنى چىڭىتىپ، قىسقارتىش مەقسىتىدە كەيپىيات تەسرىنى ئاساس قىلىپ ئىشلىتىلگەن قۇرۇق ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بەدەندە يۇقىرىقى تەسرىنى بېرىش بىلەن بىرگە يەنە ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش تەسرىنىمۇ ئوينايدۇ.

بۇ خىل تەسىر ئىچىدىكى ئالدىنقىسى دورىنىڭ كەيپىيات تەسرىگە، كېيىنكىسى ماددىي تەسرگە تەۋە بولىدۇ. شۇڭا داۋالاشنىڭ ئەمەلىي ئېھتىياجىغا ئاساسەن دورىنىڭ قايسى خىلدىكى ئېھتىياجى تۇغۇلسا، دورا ئەشيا ئۈستىدە مۇۋاپىق بولغان لايىقلاشتۇرۇش، پىششىقلاپ ئىشلەش مەشغۇلاتلىرىنى ئېلىپ بېرىش ئارقىلىق ئۇنىڭ لازىملىق تەسرىنى ساقلاپ قېلىپ ياكى كۈچەيتىپ، باشقا تەسرىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ ياكى يوقىتىپ ئىشلىتىشكە ياكى بولمىسا ھەر ئىككى تەسرگە تەڭ ئېھتىياجى تۇغۇلسا، يۇقىرىقى مەشغۇلاتلار ئارقىلىق ئۇنىڭ كەيپىيات تەسرى ۋە ماددىي تەسرىنى بىرلا ۋاقىتتا كۈچەيتىپ ئىشلىتىش كېرەك.

ئومۇمەن، كىلىنىكا داۋالاش ئەمەلىيىتىدە كېسەللىكلەرگە قارىتا دورا ئىشلىتىشتىن ئاۋۋال ئالدى بىلەن كېسەللىكنىڭ قايسى خىلدىكى كېسەللىك ئىكەنلىكىنى ئېنىقلاپ، ئۇنى دورىلارنىڭ قايسى خىل تەسرىدىن پايدىلىنىپ داۋالىغاندا ئەڭ ياخشى ئۇنۇمنى قولغا كەلتۈرگىلى بولىدىغانلىقى توغرىسىدا ئېنىق

چۈشەنچىگە ئىگە بولۇپ ھەمدە دورىلارنى مۇشۇ بويىچە تاللاپ لايىقلاشتۇرۇپ، پىششىقلاپ ئىشلەپ ئاندىن داۋالاشقا كىرىشكەندە كۆزلىگەن مەقسەتكە يەتكىلى بولىدۇ.

4 § . ئۇيغۇر تېبابىتى خام دورىلىرىنىڭ تۈزەتكۈچىسى ۋە ئورۇنباسارىنى ئىشلىتىش پرىنسىپى

1. تۈزەتكۈچى دورا

تۈزەتكۈچى دورا بولسا ئۇيغۇر تېبابىتى دورىگەرلىك ئىلمىدىكى ئۆزگە خاس ئالاھىدە دورا ئىشلىتىش ئۇسۇلىنىڭ بىرىدۇر. بۇنىڭدا مەلۇم خىل خام دورا مەلۇم ئەزالارنىڭ كېسەللىككە تەسىرى كۆرۈنەرلىك بولسىمۇ، لېكىن باشقا بىر ئەزاغا زىيان قىلىدىغان، ئەكس تەسىر بېرىدىغان ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل ئەكس تەسىر ياكى زىيانلىق تەسىرىنى يوقىتىدىغان ھەم تۈزەيدىغان دورا تۈزەتكۈچى دورا دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىلمىدە مۇتلەق كۆپ ساندىكى دورىلارنىڭ تۈزەتكۈچى دورىسى بېكىتىلگەن بولىدۇ. مەسىلەن: رۇمبەدىياننىڭ ئاشقازان كېسىلىگە ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ. لېكىن ئىسسىقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ ھەمدە ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ. بۇ دورىنى رېتسېپقا سالغاندا ئۈچەيگە قارىتا يۇقىرىقى زىيانلىق تەسىرىنى تۈزىتىش ئۈچۈن ئارپىبەدىياننى، باش ئاغرىقىغا قارىتا سىركەنجۇبىللەرنى قوشۇپ بىرلىكتە ئىشلىتىمىز.

2. ئورۇنباسار دورا

ئورۇنباسار دورا بولسا ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىلمىدە ئۆزگە خاس ئالاھىدە دورا ئىشلىتىش ئۇسۇلىنىڭ بىرى. بۇ مەلۇم خىل دورا قىس ياكى تېپىلمىغان ۋاقىتتا، تەبىئىتى، خۇسۇسىيىتى ۋە ئىشلىتىشى ئوخشاش بولغان باشقا دورىلارنى ئورۇنباسار قىلىپ ئىشلىتىپ، داۋالاشنىڭ ئوڭۇشلۇق ئېلىپ بېرىلىشىغا كاپالەتلىك قىلىمىز. ئورۇنباسار دورا بولسا ئەمەلىي سىناقتىن ئۆتكەن بولۇپلا قالماستىن، يەنە مەخسۇس ئىشلىتىش قائىدىلىرىمۇ بولىدۇ. ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئىلمىدە يۇقىرىقىلارنى ئاساس قىلىپ تۇرۇپ مۇتلەق كۆپ ساندىكى دورىلارنىڭ ئورۇنباسارىنى بېكىتىپ چىققان. مەسىلەن: بادام مېغىزى تېپىلمىسا چىلغوزا مېغىزى ئورۇنباسار قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئورۇنباسار دورىلارنى ئىشلىتىشتە مۇنداق بىر قائىدىلەرگىمۇ دىققەت قىلىشىمىز لازىم. مەسىلەن: رېتسېپ تەركىبىدە ئاساسىي دورا، قوشۇمچە دورا، تۈزەتكۈچى دورا قاتارلىق دورىلارغا بولۇپ، بۇنىڭ ئىچىدىكى ئاساسىي دورىلارغا ئورۇنباسار ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. قوشۇمچە دورىلار ئورۇنباسار ئىشلىتىمىز، بۇنىڭدىمۇ يەنە ئۇرۇق دورىلارغا ئۇرۇق دورا، مەدەن دورا، يىلىم دورىلارنى سالغانغا ئوخشاش مەلۇم قائىدە بويىچە ئىشلەتسەك بولىدۇ.

مەخسۇس قىسىم

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

بىرىنچى باب خىلىتسىز غەيرىي تەبىئىي كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار

خىلىتسىز مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئىسسىق، سوغۇق، ھۆل، قۇرۇق، قۇرۇق ئىسسىق، قۇرۇق سوغۇق، ھۆل ئىسسىق، ھۆل سوغۇق كەيپىياتلارنىڭ ئادەم بەدىنىگە تەسىر قىلىشى بىلەن بەدەندە ياكى بەدەندىكى ئايرىم بىر ئەزانىڭ ئاناتومىيەلىك تۈزۈلۈشىدە ۋە خىلىتلاردا ھېچقانداق ئۆزگىرىش بولماستىن، فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتىدە ئۆزگىرىش بولۇش تۈپەيلىدىن كېلىپچىققان كېسەللىكلەرنى كۆرسىتىدۇ.

خىلىتسىز غەيرىي تەبىئىي كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار خىلىتسىز مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار بولۇپ، بۇ خىل كېسەللىكلەرنىڭ ئالاھىدىلىكىگە قارىتا قارىمۇقارشى كەيپىياتتىكى دورىلارنى ئىشلىتىش ئارقىلىق تەڭشەش ئېلىپ بېرىش كېرەك.

بۇ خىل دورىلار خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىق، ھۆل ئىسسىق، ھۆل سوغۇق، قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار، دەپ تۆت تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

§ 1. خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار

خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر بولسا، ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن خىلىتسىز كەيپىياتلارنىڭ ئىچكى - تاشقى جەھەتتىن تەسىر قىلىشى بىلەن بەدەننىڭ ياكى بەدەندىكى ئايرىم بىر ئەزانىڭ ئاناتومىيەلىك تۈزۈلۈشىدە ۋە خىلىتلاردا ھېچقانداق ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتىدە ئۆزگىرىش بولۇش تۈپەيلىدىن كېلىپچىققان كېسەللىكلەر بولۇپ، پەقەت قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنىڭ تەسىرىدىن ئەزانىڭ مىزاجىدا ئۆزگىرىش بولىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبىگە قارىتا قارىمۇقارشى كەيپىياتتىكى دورىلارنى يەنى ھۆل سوغۇق كەيپىياتتىكى دورىلارنى بېرىش ئارقىلىق تەڭشەش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل دورىلار قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار دەپ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن: لىمون، ئاپېلسىن، ئاپېلسىن پوستى، قېتىق، پەمىدۇر، شاپتۇل، تاۋۇز، بۆلجۈرگەن، بېھى، ئامۇت، قاپاق، قاپاق يېغى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، زىرىق قاتارلىقلار.

لىمون
力蒙
(柠檬 ning meng)

[باشقا ئاتىلىشى] لىمون، نىبۇ

[لاتىنچە نامى] Fructus Citrus Limon

[ئىنگلىزچە نامى] Lemon

[تونۇش] بۇ، پالما دەرىخى ئائىلىسىدىكى توپلىشىپ ئۆسىدىغان تاقىر كەلگەن چاتقال ئۆسۈملۈك

لىموننىڭ پىشقان مېۋىسى بولۇپ، ئەسلىي ئۆسۈملۈكى (Citrus Limonia)، «لىمون» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

مېۋىسى يۇمىلاق، سېرىق ۋە ئاچ قىزىل رەڭدە بولىدۇ. پوستى نېپىز، ئاسان سويۇلىدۇ ھەم يىپپىشقاق بولىدۇ. تەمى ئاچچىق - چۈچۈك كېلىدۇ. دەرەخنىڭ قاتتىق تىكىنى بار. يوپۇرمىقى نۆۋەتلىشىپ ئۆسىدۇ. قېلىن بولىدۇ. (1.1.1 - رەسىم)

لىمون

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ جەنۇبىي ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ ھەمدە ھىندىستان، پاكىستان، ئەرەبىستان قاتارلىق دۆلەتلەردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 7 -، 8 - ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] لىموننىڭ تەركىبىدە ھېسپېرىدىن (Hesperidin)، نارىنگىن (naringin)، ئېرىئوتىستىرىن (Eriocitrin)، ئالما كىسلاتاسى (Malic acid) ۋە ئاتىسدۇم كوۋىنكۇم (Quinic acid) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ھېسپېرىدىن، نارىنگىنلارنىڭ ياللۇغ قايتۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىسىنى ئېلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ھۆل مېۋىسى ئىككىنچى دەرىجىدە سوغۇق، قۇرۇتۇلغىنى ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىق خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتلارنى تەڭشەش. سەپرانىڭ ۋە قاننىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، يۈرەكنى ياشارتىش، ئىشتىھانى ئېچىپ، ھەزىمنى ياخشىلاش، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى تازىلاش ۋە تېرىنى ئاقارتىش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش ۋە ئاغرىق پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، گال ئاغرىقى، نەزلىلىك زۇكام، غەيرىي تەبىئىي سەۋدادىن بولغان يۈرەك رىتىمسىزلىقى، ئاشقازان كۆيۈش، غەيرىي تەبىئىي سەپرادىن بولغان قۇسۇش قىزىتما، كۆڭلى ئېلىشىش، كۆپ ئۇسساش، ئىشتىھاسىزلىق، داغ، سەپكۈن، دانىخورەك قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. لىموننىڭ سۈيى ياكى لىمون يېغىنى يۈزگە سۈركىسە داغ، سەپكۈن، دانىخورەكنى يوقىتىدۇ.

2. لىموننىڭ سىقىلغان سۈيىنى ھەسەل قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، قىزىتما، نەزلىلىك زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. لىمون سۈيىنى ئاق قىچا ياكى كۈنجۈت يېغى ۋە ياكى ئىنەكپىتى يېغى بىلەن قوشۇپ، كۈندە 2 ~ 3 قېتىم چاچنى ياغلىسا، چاچ چۈشۈشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. چاچ قارايتىدۇ. چاچ كېپەكلىشىشنى يوقىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] لىمون سۈيىدىن ئالتە مىللىلىتىر، پوستى ۋە ئۇرۇقىدىن 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە، پەي - نېرۋىلارغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ناۋات.

[ئورۇنباسارى] ئاپېلسىن، كافۇر.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىشىشق دورا ياسالمىسى] لىمون شەربىتى.

ئاپېلسىن

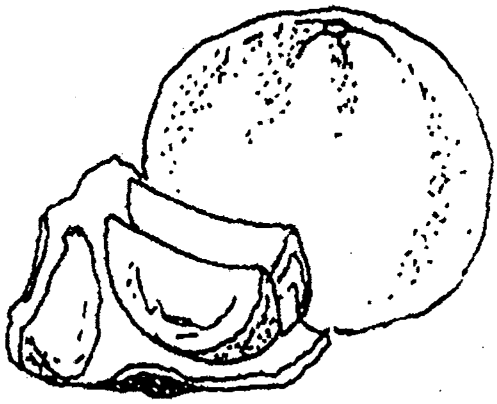
阿皮力斯尼

(酸橙 suan cheng)

[باشقا ئاتىلىشى] نارەنجى، تۇرۇنجى

[لاتىنچە نامى] Frustus Citrus aurantium

[ئىنگلىزچە نامى] Sour Orange



ئاپېلسىن

[تونۇش] بۇ، سۇزاپ ئائىلىسىدىكى دائىم ياشىرىپ تۇرىدىغان كىچىك دەرەخ ئاپېلسىننىڭ پىشقان مېۋىسى بولۇپ «نارەنجى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسى يۇمىلاق، سەل ياپىلاقراق كېلىدۇ. قىزغۇچ سېرىق رەڭدە، مېۋە پوستى قېلىن بولۇپ، تەمى چۈچۈمەل، خۇش پۇراق كېلىدۇ. (1.1.2 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ چاڭجياڭ، جېجياڭ، جياڭشى، خۇنەن، سىچۈەن قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] گۈلىنىڭ ئېچىلىش مەزگىلى 4 ~ 5 ئايلاردا، مېۋىسى 11-ئايدا پىشىدۇ. مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ، پوستىدىن ئاجرىتىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاپېلسىن مېۋە پوستىنىڭ تەركىبىدە ھېسپېرىدىن، نېئو ھېسپېرىدىن، نوبىلېتىن ناركوتىن، نۇرئادرېنالىن، تىرامىن قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاپېلسىن قاينىتىلمىسىدىن ھەر قېتىمدا 1 ~ 3 مىللىلىتىرغىچە ئوكۇل قىلىنسا قان بېسىم ئۆرلەيدۇ، بۆرەك ھەجمى كىچىكلەيدۇ. دورا تەسىرىنىڭ چوڭ - كىچىكلىكى دورا مىقدارىنىڭ ئاز - كۆپلۈكى بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] 2 - دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەيدۇ، سەپرا خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى تەڭشەش، يۈرەكنى ياشارتىش، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش، ياللۇغ قايتۇرۇش، كۆڭۈلنى خوش قىلىش ۋە ھەزىم قىلىشنى ياخشىلاش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مېڭە ۋە يۈرەك ئاجىزلىقى، ۋابا كېسىلى، ئاشقازان ئاجىزلىقى، كۆڭۈل ئېلىشىش، يۇقۇملۇق ئىچ سۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاپېلسىننى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، غەيرىي تەبئىي قان ۋە سەپرا خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىدۇ.

2. ئاپېلسىن پوستىنى سوقۇپ قايناق سۇ بىلەن ئىچسە، كۆڭۈل ئېلىشىش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ، ئۈچەيدىكى مەددە قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ ۋە چۈشۈرىدۇ.

3. ئاپېلسىننىڭ گۈلىدىن ئەرەق تارتىپ بەرسە، يۈرەك ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

4. ئاپېلسىن پوستىنى سىركىدە ئېزىپ باشقا چاپسا، باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئاپېلسىننىڭ سۈيىدىن 60 ~ 80 مىللىلىتىرغىچە، پوستىدىن 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] جىگەرنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] قەنت، تۇز، قارىمۇچ.

[ئورۇنباسارى] لىمون.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئاپېلسىن شەربىتى.

پەمىدۇر

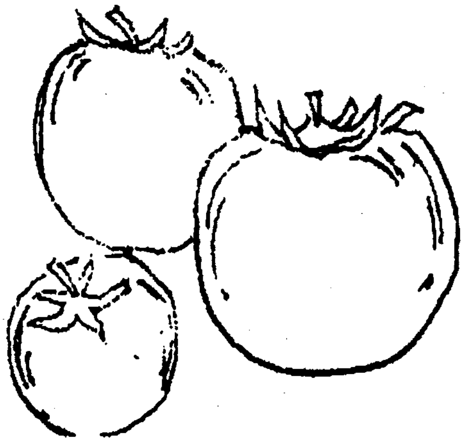
帕米都尔

(番茄 fan qie)

[باشقا ئاتىلىشى] تەماتىر

[لاتىنچە نامى] Fructus Lycopersicon esculentii

[ئىنگلىزچە نامى] tomato



پەمىدۇر

[تونۇش] بۇ، پىدىگەن ئائىلىسىدىكى ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان بىر يىللىق سامان غوللۇق، پىلەك تارتىپ ئۆسىدىغان ئۆسۈملۈك شوخلا بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى «پەمىدۇر» ياكى «شوخلا» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شىرنىلىك، مېۋىسىنىڭ شەكلى، چوڭ ـ كىچىكلىكى بىر خىل بولمايدۇ، رەڭگىمۇ ئوخشاش ئەمەس، ئادەتتە شار شەكىللىك ياكى ياپلاق شار شەكىللىك، گۆشلۈك ھەم سۇلۇق كېلىدۇ، رەڭگى قىزىل ياكى سېرىق، سىلىق بولىدۇ. (3.1.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] 100 گرام شوخلا تەركىبىدە 0.4 مىللىگرام تۆمۈر، سەككىز مىللىگرام كالتسىي، 37 مىللىگرام، فوسفور، 0.6 گرام ئاقسىل، 0.3 گرام ماي، ئىككى گرام كاربون سۇ بىرىكمىسى، 11 مىللىگرام
ۋىتامىن C، 0.03 مىللىگرام ۋىتامىن B_1، 0.02 مىللىگرام ۋىتامىن B_2، 0.6 مىللىگرام نىكوتىن كىسلاتاسى، 0.03 مىللىگرام كاروتىن ۋە مەلۇم مىقداردا ئالما، لىمون كىسلاتالىرى ۋە ۋىتامىن P قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] پەمىدۇر تەركىبىدە ۋىتامىن A، C كۆپ بولۇپ، بۇ خىل ۋىتامىن ئاشقازان سۈيۈقلۇقىنىڭ نورمال ئىشلىنىشىگە كاپالەتلىك قىلىپلا قالماستىن، بەلكى تېرىنىڭ نورماللىقىنى ساقلايدۇ، ئادەم بەدىنىدە قىزىل قان دانچىلىرىنىڭ شەكىللىنىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ، شوخلا شىرىنىسى تەركىبىدە سىماب خىلورىد بولۇپ، بۇ، جىگەر كېسەللىنى داۋالاشتا مەلۇم ئۈنۈمگە ئىگە. شوخلا ئىشقارىنىڭ ياللۇغ قايتۇرۇش تەسىرى ياخشى.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ يۇيۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى خىلىتسىز ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، زەھەر قايتۇرۇش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، ئۇنىڭدىن باشقا غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئىشتىھانى ئېچىش، قەۋزىيەتنى ياخشىلاش، ھەزىمنى ياخشىلاش، ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، تېرىنى پارقىرىتىش، يۇمران قىلىش، قان تولۇقلاش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ، كەم قانلىق، سېرىقلىق چۇشۇش (يەرقان)، قەۋزىيەت، دىيابېت، ئىشتىھاسىزلىق، ھەزىم ئاجىزلىقى، سۈيدۈك يولى تۇسۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 25 مىللىلىتىر پەمىدۇرنى 50 مىللىلىتىر ئانار سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كۈندە ئۈچ ۋاق 10 مىللىلىتىردىن ئىچسە، قان ئازلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. بىر دانە پەمىدۇرنىڭ سۈيىنى سىركىدىن 20 مىللىگرام، ئەرقى گۈلدىن 15 مىللىگرام بىلەن قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، جىگەر مەنبەلىك سېرىقلىق چۇشۇشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. كۈندە ئىككى دانە پەمىدۇرنى يەپ بەرسە، قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. بىر تال پەمىدۇرنىڭ سۈيىنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەرقى بەديان بىلەن ئىچىپ بەرسە، ئىشتىھاسىزلىق، ھەزىم ئاجىزلىقى، سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 1 ~ 3 دانىغىچە ئىشلىتىلىدۇ، كۆپىنچە كۆكتات ئورنىدا ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەردە باش قېيىشنى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] پىدىگەن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] پەمدۇر قېقى ياكى قىيامى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

شاپتۇل

沙皮托力

(桃子 tao zi)

[باشقا ئاتىلىشى] خوخ، شافتالۇ، ئارۇ

[لاتىنچە نامى] Amygdalus Prsica

[ئىنگلىزچە نامى] Peach Fruit

[تونۇش] بۇ، ئەترگۈل ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك شاپتۇل دەرىخى بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ پىشقان مېۋىسى «شاپتۇل»، مېغىزى «شاپتۇل مېغىزى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شاپتۇلنىڭ خىللىرى كۆپ، بۇنىڭ ياخشىسى پوستى نېپىز، سۇلۇق، تاتلىق پىشقىنىدۇر. (4.1.1 ـ رەسىم)

شاپتۇل

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا تولۇق پىشقاندا يىغىۋېلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ھەر 100 گىرام مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە بىر گىرام ئاقسىل، ئازراق ماي، يەتتە گىرام كاربون سۇ بىرىكمىلىرى، تۆت گىرام تالالىق ماددىلار، يېرىم گىرام كۈل ماددىسى، سەككىز مىللىگىرام كالتسىي، 20 مىللىگىرام فوسفور، بىر مىللىگىرام تۆمۈر، كاروتىن، ۋىتامىن B_1، B_2، C قاتارلىقلار، يەنە ئۇچۇچان ماي، ئورگانىك كىسلاتا، گىلۇكوزا، مېۋە قەنتى بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيدۈك ھەيدەش، بەلغەم بوشىتىش ۋە يۇمشىتىش، تېرىلەرنى پارقىرىتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ يۇيۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى خىلتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، ھارغىنلىقنى يوقىتىش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئۇنىڭدىن باشقا ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش، غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيە-

لىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلتىدىن بولغان تەپ، جىگەر ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقى، مېڭىگە قۇرۇقلۇق يېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

ئوبدان پىشقان شاپتۇلنى سىقىپ سۈيىنى بىر كېچە قويسا، دۇغى ئاستىغا چۆكىدۇ، ئەتىسى سۈزۈپ سۈيىگە ئەتىگەندە 200 گىرام شېكەر ياكى تەرەنجىبىن، شىرخىست قوشۇپ ئىچسە، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى ھەيدەيدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] بەلغەم مىزاج كىشىلەردە باش قېيىش، ماغدۇرسىزلىق پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل ۋە زەنجىۋىل مۇراببىاسى.

[ئورۇنباسارى] ئۆرۈك.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شاپتۇل مۇراببىاسى.

[قوشۇمچە] (1) شاپتۇل قېقى (Fructose Persica Immaturus): بۇ، ئۈچكىسى قاتمىغان خامراق ھالدىكى شاپتۇلدىن قۇرۇتۇلغان قاق بولۇپ، تەبىئىتى ئازراق ئىسسىق، قان توختىتىش، تەر توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. كېچىدە تەرلەش، قان تۈكۈرۈش، ھامىلىدار ئاياللاردىن كۆپ خۇن كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

(2) شاپتۇل چېچىكى (Flores Persica Vulcaris 桃花): بۇ، كۈچلۈك سۈرگۈچى دورا بولۇپ، قەۋزىيەت، سۇلۇق ئىششىق، سۈيدۈك راۋان بولماسلىق قاتارلىقلارغا، يېرىق ئېغىزنى پۈتتۈرۈش، يۈزنى پارقىرىتىش ۋە يۈزگە چىققان يارىلارنى داۋالاشقا بېرىلىدۇ (ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ).

(3) شاپتۇل يوپۇرمىقىنى قاينىتىپ، سۈيى بىلەن تەرلەشتىن ھاسىل بولغان قاپارتقۇلار ۋە تەمرەتكە-لەر يۇيۇلىدۇ، شاپتۇلنى يانجىپ سۈيىنى چىقىرىپ، سۇ قوشۇپ قۇرۇتۇلغان جاراھەتلەر يۇيۇلسا، ياللۇغ قايتۇرۇپ، يارىنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدۇ.

تاۋۇز

塔吾孜

(西瓜 xi gua)

[باشقا ئاتىلىشى] بەتىخ ھىندى، تەربۇز، ھىندى دانە

[لاتىنچە نامى] PulPa Citrullus lanatus

[ئىنگلىزچە نامى] Watermelon

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق پېلەكلىك، سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك مەشھۇر مېۋىلەر-نىڭ بىرى بولغان تاۋۇزنىڭ مېۋىسىدىن ئىبارەت. (5.1.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا تولۇق پىشقاندا يىغىۋېلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] سۈيىنىڭ تەركىبىدە فوسفور كىسلاتاسى، ئالما كىسلاتاسى، مېۋە شېكىرى، ئۈزۈم شېكىرى، قومۇش شېكىرى، تۇزلار. كاروتىن، ۋىتامىن C، ئارگىنازا (Arginasa)، ئاقسىل ماددىسى ھەم كۆپ خىلدىكى ئامىنو كىسلاتاسى، سىتروللىن (Citrullin) قاتارلىقلار بار. يەنە ئۇچۇچان تەركىبلەرمۇ بار.

تاۋۇز

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] تاۋۇز ئېتى تەركىبىدىكى سىتروللىن بىلەن ئارگىنازا ماددىلار چوڭ چاشقان جىگىرىدە سۈيدۈك (ئوربىيا) نىڭ شەكىللىنىشىنى ئاشۇرۇپ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ يۇيۇپ، توغراپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى خىلتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، ئۇنىڭدىن باشقا سەپرا ۋە قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرۇش، قىزىتمىنى پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، قاننى سۇيۇلدۇرۇش، تاتلىق بەلغەم پەيدا قىلىش، بەدەننى سەمرىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كۆپ ئۇسساش، ئاشقازان كۆيۈش، سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشۈپ كېلىشى، سەپراۋى يۇرەك چالاڭغۇراش، سۆزنەك، بۆرەك ۋە دوۋسۇندا تاش پەيدا بولۇپ قېلىش، گالنىڭ يىرىكلىكى، ئىسسىقتىن بولغان قىزىتما، كېزىك، سىل، جۇدەتكۈچى تەپ قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تاۋۇز سۈيىدىن 200 مىللىلىتىر، سىركەنجۇبىلدىن 80 مىللىلىتىر ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ؛ بۆرەك، دوۋساقتىكى تاشلارنى ئېزىپ چىقىرىدۇ؛ بەدىنى قۇرغاقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كۈندە تاۋۇز سۈيىدىن 60 مىللىلىتىر ئىچىپ بەرسە، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. تاۋۇز سۈيىدىن 24 مىللىلىتىر، ئەرقى گۈل بىلەن ئاپىلسىن ئەرقىدىن 36 گىرامدىن، ناۋاتتىن 24 گىرام ئېلىپ، ئۆزئارا قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، سەپرادىن بولغان خەفەقانغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئېھتىياجغا لايىق بېرىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ، باھنى، ئاشقازاننى ۋە تۇتۇۋېلىش قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، گۈلقەنت.

[ئورۇنباسارى] كاۋا، ئاپىلسىن، ھۆل قاپاق.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تاۋۇز شەربىتى

بۆلجۈرگەن
卜力多干
（草莓 cao mei）

[باشقا ئاتىلىشى] ساۋمېي

[لاتىنچە نامى] Fructus Fragaria Veca

[ئىنگلىزچە نامى] Strawberry

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك بۆلجۈرگەننىڭ مېۋىسى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى «بۆلجۈرگەن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسىنىڭ رەڭگى قىزىل، تەمى چۈچۈمەل تاتلىق، مېۋىسى ئۈستىدە ھەرە ئۇۋىسىغا ئوخشاش كىچىك ئوقۇرچىلىرى بولىدۇ. ھەربىر ئوقۇرچىلىرىدا بىردىن قىزغۇچ پور رەڭلىك ئۇرۇق مېۋىسى بولىدۇ. پۈتۈن مېۋىسى ئىشلىتىلىدۇ. مېۋە ئورنىدا يېپىلىدۇ. (6.1.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 5 ـ، 6 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە گىلۇكوزا، ئامىنو كىسلاتاسى، لىمون كىسلاتاسى، ئالما كىسلاتاسى، ۋىتامىن B_1، B_2، C، كالتسىي، تۆمۈر، فوسفور قاتارلىق ماددىلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ يۇيۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىق خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، تالنى قۇۋۋەتلەش، ئۆپكىنى تازىلاش، ئىسسىق ئۆتۈشتىن ساقلاش، ئۇنىڭدىن باشقا قىزىتما پەسەيتىش ۋە زەھەر قايتۇرۇش، ئۆپكىنى ياشارتىش، يۆتەل توختىتىش، ئۇسسۇزلۇقنى بېسىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، ھۆللۈك يەتكۈزۈش، غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] زۇكامدىن بولغان قىزىتما، گال ئىششىپ ئاغرىش، يۆتىلىش، باكتېرىيەلىك تولغاق، قاندىكى ماي ماددىسى يۇقىرىلاپ كېتىش، كۆيۈك يارىسى، ئۇسسۇزلۇق، سۈيدۈك تۇتۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بۆلجۈرگەندىن 10 گىرام، قېتىقتىن 30 گىرام، مۇز سۈيىدىن 100 مىللىلىتىر ئېلىپ، بىرلىكتە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، ھارارەتنى پەسەيتىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى باسىدۇ، يۈرەكنى ياشارتىدۇ.

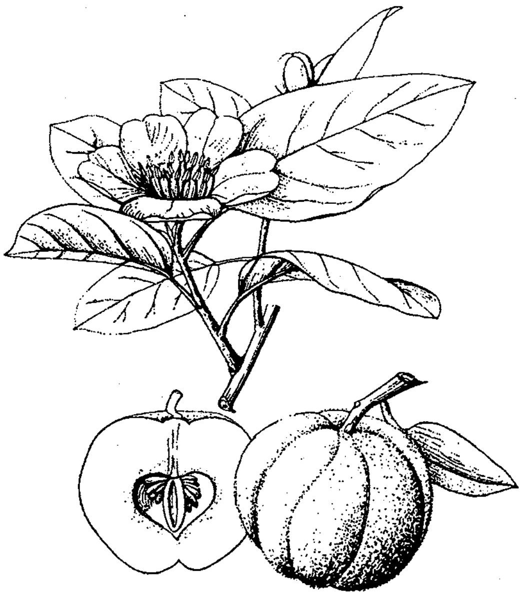
2. بۆلجۈرگەندىن 30 گىرام ئېلىپ قايناتىپ ئىچسە، زۇكامدىن بولغان قىزىتما، گال ئىششىپ ئاغرىش، يۆتەل قاتارلىقلارغا مەنپەئەتلىك.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 20～53 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تال، ئاشقازىنى ئاجىزلارغا زىيانلىق.
[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.
[ئورۇنباسارى] قارىئۆرۈك.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] بۆلجۈرگەن شەربىتى.

بىھى
比也
(榅桲 wen po)

[باشقا ئاتىلىشى] سەپەرجىل، بىيە، بىھى
[لاتىنچە نامى] Fructus Cydonia oblonga
[ئىنگلىزچە نامى] Common Quince Fruit


بىھى

[تونۇش] بۇ، ئەترگۈل ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان چاتقال ياكى مەشھۇر مېۋىلىك دەرەخ بىھى بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسى «سەپەرجىل»، سۈيى «ئابى بىھى»، ئۇرۇقى «بىھىدانە» نامدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسى ئاموتسىمان، سىلىق، سارغۇچ، خورما رەڭلىك ياكى ئالتۇن رەڭلىك بولىدۇ. ئىچى قىلىن ھەم توم، تەمى مەززىلىك، خۇش پۇراق بولىدۇ. (7.1.1 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ كۆپلىگەن يەرلىرىدىن چىقىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ئېلىمىزنىڭ جياڭسۇ، خېبېي، شەندۇڭ ئۆلكىلىرىدىن، ئىران، ھىندىستان، ئافغانىستان، پاكىستان قاتارلىق دۆلەتلەردىنمۇ چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] 9 ـ، 10 ـ ئايلار مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] پىشقان مېۋىسى تەركىبىدە 10.58% قەنت بار، بۇنىڭ ئىچىدە مېۋە قەنتى، تانىنن، دەرەخ يېلىمى (ProtoPectin)، ئورگانىك كىسلاتا ۋە ئۇچۇچان ياغلار بار. مېۋە پوستىدا ئالاھىدە پۇراقلىق، ماددا نونىل ئېرىيىل ئېتىر (Nonylerhylether) لار بار. جويۇز كىسلاتاسى (Myristi cacidi) ۋە غەيرىي ياغ كىسلاتالىرىنىڭ گىلىتسېرىنلىق ئاساسىمۇ بار. يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە ناھايىتى ئاز مىقداردا ئالكولوئىد گىلىكوزىدلار تەخمىنەن 6% ~ 5% كىچە، تانىنن 7%، ۋىتامىن C، سىيانوگىن، گىلۇكوزىدى قاتارلىقلار بار.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] مېۋە يېلىمىنىڭ 4% لىك فىزىيولوگىيەلىك تۇز سۈيى ئېرىتمىسىنى ھەربىر

كىلوگىرام ئۈچۈن تەخمىنەن ئىككى گىرام ھېسابىدا توشقانغا بېرىلسە توشقاننىڭ قان قېتىش ۋاقتىنى 50%~80% كىچە تۆۋەنلىتىدۇ. ئىسپىرتلىق ياسالمىسى مۇشۇكنىڭ قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ يۇيۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، ھەزىم قىلىشنى ياخشىلاپ، كۆڭۈل ئېلىشىشنى بېسىش، ئۇنىڭدىن باشقا غەيرىي تەبىئىي سەپرا ماددىسىنى تەڭشەش، كۆڭۈلگە خۇشلۇق يەتكۈزۈش، يۈرەك، مېڭە ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۈرەك ئاجىزلىقى، يۈرەك رېتىمسىزلىقى، مېڭە، ئاشقازان، جىگەر ئاجىزلىقى، پەرىشانلىق، بىئاراملىق، تىت - تىت بولۇش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ئىچ سۈرۈش، ئىشتىھاسىزلىق، بالىلاردىكى ئاشقازان - ئۈچەي كېسەللىكلىرى، ئۇسسۇزلۇق، كۆڭۈل ئېلىشىش، قۇسۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بېھى شەربىتى ياكى بېھى مۇراببασى تەييارلاپ ئىچسە، يۈرەك ئاجىزلىقى، ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك رېتىمسىزلىقى، ئىسسىقتىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. بېھىنىڭ سۈيىنى سىقىپ ئىچىپ بەرسە، قۇسۇش، ھۆ بولۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى باسىدۇ. ئاشقازان، جىگەر ۋە ئۆتنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ~ 60 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يۆتەل، ھېق تۇتۇش، تارتىشىش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، رۇمبەدىيان.

[ئورۇنباسارى] ئالما، ئامۇت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] بېھى شەربىتى، بېھى مۇراببасى.

ئامۇت
阿木提
(梨子 li zi)

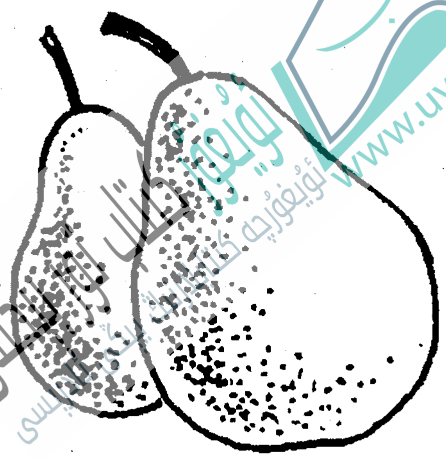
[باشقا ئاتىلىشى] ئەمرۇت بەررى، كەشمىرا، چەمپەل جەنگىلى، جامپەل جەنگىلى

[لاتىنچە نامى] Fructus Payrus sinkiangensis

[ئىنگلىزچە نامى] Pears

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىدىكى مېۋىلىك دەرەخ ئامۇتنىڭ مېۋىسى بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ پىشقان مېۋىسى «ئامۇت» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شەكلى تۇخۇم شەكىللىك ياكى ئېللىپسسىمان، ئاق، كۆك، قارا، سېرىق رەڭلەردە كېلىدۇ، تەمى تاتلىق ياكى چۈچۈمەل كېلىدۇ. (1.1.8 - رەسىم)

www.uyghurkitap.com



ئامۇت

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 8 ـ، 9 ـ ئايلاردا پىشىپ ۋايىغا يەتكەندە يىغىۋېلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] قۇم ئامۇت مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە ئالما كىسلاتاسى، لىمون كىسلاتاسى، مېۋە قەنتى، ئۈزۈم قەنتى، قومۇش شېكىرى، ۋىتامىن B، C لار، سۇ، ئالما كىسلاتاسى، فىروكتوزا، گىلۇكوزا، ئاقسىل، ياغ كىسلاتاسى، فوسفور، تۆمۈر قاتارلىقلار بار.

[فارموكولوگىيەلىك تەسىرى] سىمپاتىك نېرۋىنى قوزغىتىدۇ، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ. رىتىمنى ئاستىلىتىدۇ. قاننى ساپلاشتۇرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ يۇيۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى خىلتىسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، ئۇنىڭدىن باشقا يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، كۆڭۈلگە خۇشلۇق يەتكۈزۈش، تېرىنى پارقىرىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، قان ۋە سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، تەرەتنى يۇمشىتىش، بەدەننى سەمرىتىش، قان تازىلاش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۈرەك ۋە مېڭە ئاجىزلىقى، مېڭىگە قۇرۇقلۇق يېتىش، ئاشقازان ئاجىزلىقى، يۈرەك قوزغىلىش، ئۆتكۈر ئۇسسۇزلۇق، بەدەن ئۇرۇقلاپ كېتىش، قەۋزىيەت، كۆز ئىششىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئامۇتتىن كۈندە مۇۋاپىق يەپ بېرىسە، كۆڭۈلنى ئاچىدۇ، يۈرەكنى ياشارتىدۇ.

2. ئامۇتنىڭ گۈلىدىن 20 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قايىنىتىپ ئىچسە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

3. ئامۇتنىڭ گۈلىدىن 20 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قايىنىتىپ كۆزنى يۇيۇپ بەرسە، كۆزنىڭ ئىششىقىنى تارقىتىدۇ.

4. ئامۇت، ئالما، ئالۇچا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۈيىنى چىقىرىپ، بىر كۈندە ئۈچ ۋاق، 10 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلىپ بەرسە، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 1 ~ 3 تالغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازىنى ئاجىزلارغا، سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەنجىۋىل، بەدىيان.

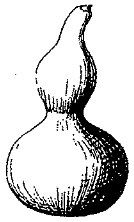
[**ئورۇنباسارى**] بېھى، ئالما، نەشپۈت.
[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] شەربىتى پەۋاكىھە.

قاپاق
哈帕克
(葫芦 hu lu)

[**باشقا ئاتىلىشى**] مىتاكەدۇ، كەدۇ شىرىن، لەمباكەدو

[**لاتىنچە نامى**] Pericarpium lagenaria siceraria

[**ئىنگلىزچە نامى**] Bottle Gourd, Calabash Gourd


قاپاق

[**تونۇش**] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياماشقۇچى سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قاپاق- نىڭ مېۋىسى بولۇپ، مېۋىسى دەسلەپ يۇمران تۈكچىلەر بىلەن قاپلانغان، سۇس يېشىل رەڭلىك، پىشقاندا سىرتقى پوستى قاتتىق، پارقىراق كېلىدۇ. كۈزدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، ئىچىدىكى ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلىپ قۇرۇتۇلۇپ ياكى ھۆل پېتى ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مۇشۇ مېۋىسى «قاپاق» ياكى «ھۆل قاپاق» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (1.1.9 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئاپتونوم رايونىمىز شىنجاڭنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] 8 ـ، 9 ـ ئايلاردا كۆپكۆك خام ھالەتتە يىغىۋېلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە 22 ـ دىئوكسىد كۇكۇر بىتاسىن، قەنت تۈرلىرى بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] قاپاق قايىنتىلمىسى ئۆي توشقىنىنىڭ ئاشقازىنىغا كىرگۈزۈلسە ياكى قاپاق قايىنتىلمىسىنى سۈزۈپ، ئۇنىڭغا ناترىي خىلور قوشۇپ تەڭ سىرغىشلىق ئېرىتمە تەييارلاپ، ئۆي توشقىنى ۋېناسىغا ئوكۇل قىلىنسا، سۈيدۈك كۆپەيتىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئاساسلىقى خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، سولۇق ئىششىقنى تارقىتىش، يەل ھەيدەش، ئۇنىڭدىن باشقا چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، ھارارەت پەسەيتىش رولى بار. ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، مەددە قۇرت ئۆلتۈرۈش، سۈيدۈك ھەيدەش، بەدەندىكى سېرىقلىقنى يوقىتىش، ئىسسىقتىن بولغان تەپلەرنى پەسەيتىش رولى بار. پىشۇرۇلغىنىنىڭ غىزالىق تەرىپى ئاز، ئەمما ئاسان سىڭىدۇ، ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ، ساپ قان پەيدا قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ئىسسىقتىن بولغان جىگەر كېسەللىكى، مېڭە پەردە ياللۇغى، جۇنۇن، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ئىسسىقتىن بولغان تەپ، سېرىقلىق چۈشۈش، قەۋزىيەت، ئۇيقۇسىزلىق، مەددە قۇرت كېسەللىكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. قاپاقنىڭ لېشىنى ئېلىپ، باشىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى چاچنى چۈشۈرۈۋېتىپ شۇ جايغا چاپسا،

جۈنۈن، مېڭە پەردە ياللۇغى قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

2. قاپاقنىڭ يالغۇز ئۆزىنى ياكى ئۇنىنى گۆش بىلەن قوشۇپ پىشۇرۇپ يېسە، سەپرا ۋە قان مىزاجلىق كىشىلەر ئۈچۈن ياخشى غىزا بولۇپ، غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە قان خىلىتىدىن بولغان قىزىتمىلارغا پايدا قىلىدۇ.

3. قاپاقنىڭ يېغىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىچسە (يەنى بىر قايىنتىپ سۈزۈپ ئىچسە)، جىگەر ياللۇغى، جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش ۋە قان تولغاقتا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. قاپاقنىڭ تالقىنىنى ئېلىپ مەقئەتكە سۈركىسە، بوۋاسىرنى ياخشىلايدۇ.

5. قاپاقنىڭ پوستىنى قايىنتىپ، سۈيىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئاچ قورساققا ئىچسە، قىلقۇرت، ئىلمەك قۇرت ۋە ھەر خىل مەددىلەرنى ئۆلتۈرىدۇ. كىچىك بالىلاردىكى كەچتە مەقئەت قىچىشىش كېسەللىرىگە پايدا قىلىدۇ. قاپاقتىن ياغ تەييارلاپ باشنى ياغلىسا، مېڭىنىڭ قۇرۇقلۇقىنى يوقىتىپ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

قاپاقتا ياغ تەييارلاش ئۇسۇلى: ھۆل قاپاقنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا كۈنجۈت يېغى قويۇپ سۇس ئوتتا قايىنتىپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغاندا سۈزۈپ ئېلىپ تەييارلىنىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە، ھۆل قاپاقنىڭ سىقىپ ئېلىنغان سۈيى 6 ~ 12 مىلLLىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە زىيانلىق، خام قاپاق ئاشقازانغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەدىيان.

[ئورۇنباسارى] قاپاق ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قاپاق ئېشى.

قاپاق يېغى

哈帕克也合

(葫芦油 hu lu you)

[باشقا ئاتىلىشى] رەۋغىنى قۇرۇئ، رەۋغىنى كەدۇ

[لاتىنچە نامى] Olium lagenaria siceraria

[ئىنگلىزچە نامى] Oil calabash

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياماشقۇچى سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قاپاقنىڭ ئۇرۇقى بولۇپ، شەكلى ياپىلاق، تەتۈر تۇخۇم شەكىللىك، ئۇزۇنچاق، ئېللىپىس شەكىللىك كېلىدۇ، رەڭگى ئاق كېلىدۇ. كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىنىپ، ئۇرۇقى ئايرىۋېلىنىپ، قۇرۇتۇپ ياغ تارتىش ئارقىلىق تەييارلىنىدۇ. (10.1.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈزدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، ئۇرۇقىنى ئېلىۋېلىپ، قائىدە بويىچە ياغ تارتىپ ئىشلىتىلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى قۇرۇق ئىسسىق، ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە قان خىلتنى تەڭشەش، ھۆللۈك يەتكۈزۈش، سۈيدۈك ھەيدەش، قىزىتما پەسەيتىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۇيقۇسىزلىق، دىيابىت، تەپ قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 10 گىرام قاپاق ئۇرۇقىنى چېقىپ مېغىزىنى يېسە، مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈپ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ. دىيابىت كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قاپاق ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

3. 15 گىرام قاپاق ئۇرۇقىنى يۇمشاق ئېزىپ، 10 گىرام ئەرقى سەندەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، قىزىتما پەسەيتىپ، تەپكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بەلغەم مىزاجلىق كىشىلەردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قاپاق ئېشى، زىماتلار.

يۇقىرىقىدىن باشقا سېمىزئوت ئۇرۇقى، زىرىق قاتارلىق دورىلارمۇ خىلتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار قاتارىغا كىرىدۇ.

2 § . خىلتسىز ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار

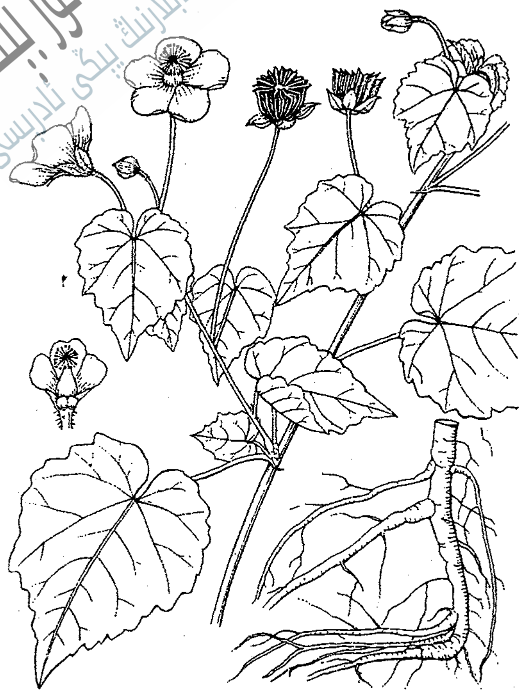
خىلتسىز ھۆل ئىسسىقتىن بولغان مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر بولسا، ھەر خىل سەۋەبلەردىن خىلتسىز كەيپىياتلارنىڭ ئىچكى ـ تاشقى جەھەتتىن تەسىر قىلىشى بىلەن بەدەننىڭ ياكى بەدەندىكى ئايرىم بىر ئەزانىڭ ئاناتومىيەلىك تۈزۈلۈشىدە ياكى خىلتلاردا ھېچقانداق ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتىدە ئۆزگىرىش بولۇش تۈپەيلىدىن كېلىپچىققان كېسەللىكلەر بولۇپ، پەقەت ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولغان كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبىگە قارىتا قارىمۇ قارشى كەيپىياتتىكى دورىلارنى، يەنى قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتتىكى دورىلارنى بېرىش ئارقىلىق تەڭشەش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل دورىلار ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: كېۋەز ئانىسى، يۇمغاقسۇت، ئوسۇڭ، گىلاس، ئوتروج، ئالۇچا، ئاچچىق ئانار، كۆكچاي، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قارىئۆرۈك، چاي قاتارلىقلار.

كېۋەز ئانىسى
克外孜阿尼斯
(磨盘草 mo pan cao)

[باشقا ئاتىلىشى] مۇشتەل غەۋل، دەرەختى شانە

[لاتىنچە نامى] Herba Abutilon theophrasti

[ئىنگلىزچە نامى] Indian Abutilon Herb


كېۋەز ئانىسى

[تونۇش] بۇ، لەيلىگۈل ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياكى كۆپ يىللىق، تىك غوللۇق، شاخلىق چاتقالسىمان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقى ۋە يىلتىزى «كېۋەز ئانىسى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. قۇرۇتۇلغان يوپۇرمىقى پۈرلىشىپ كەتكەن بولۇپ، سۇس كۆل رەڭگە مايىل يېشىل رەڭلىك، تەمى سەل ئاچچىق، ئاززاق پۇراقلىق بولىدۇ.

قۇرۇتۇلغان يىلتىزى كونۇس شەكىللىك توم بولۇپ، سىرتقى يۈزى توپا رەڭلىك، كەسمە يۈزى ئاق، پوستى قېلىنراق كېلىدۇ. (1.2.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ، گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، گۇيجۇ، يۈننەن، فۇجيەن، تەيۋەن ۋە پاكىستان، ھىندىستان قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىدە فىلاۋۇنلار، ئامىنو كىسلاتاسى، ئورگانىك كىسلاتا ۋە قەنتلەر بار.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى خىلىتسىز ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى ھەيدەش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، چىرىشكە قارشى تۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بوۋاسىر، قان سىيىش، قان تۈكۈرۈش، سۆزنەك، بادامبەز ئىششىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كېۋەز ئانىسىنىڭ يوپۇرمىقىنى قاينىتىپ، تىرىپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىنى ئىستېمال قىلسا، بادامبەز ئىششىقى، بوۋاسىر قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

2. كېۋەز ئانىسى يوپۇرمىقىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن ئېغىزنى غار ـ غار قىلسا، بادامبەز ياللۇغىغا

پايدا قىلىدۇ.

3. كېۋەز ئانىسى يوپۇرمىقىنى زىرە بىلەن بىرگە ئېزىپ ئىستېمال قىلسا، سۆزنەككە پايدا قىلىدۇ.

4. كېۋەز ئانىسى يىلتىزىنىڭ پوستىنى تالقان قىلىپ، سۈت ياكى شېكەر بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، سۆزنەككە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بەدىنى ئاجىز كىشىلەردە ماغدۇرسىزلىق پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، قارىمۇچ.

[ئورۇنباسارى] ئەينۇلا شەربىتى، ئامىلە مۇرابباسى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كېۋەز ئانىسى قاينىتىلمىسى.

يۇمغاقسۈت

优米哈克苏提

(芫荽 yuan sui)

[باشقا ئاتىلىشى] كەشنىز، كەشنىز سەبزى

[لاتىنچە نامى] Herba Coriandrum Sativum

[ئىنگلىزچە نامى] Coriander Herb

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياكى ئىككى يىللىق سامان غوللۇق، ئۈسۈملۈك چۆپى يېشىل رەڭلىك، پۇرىقى ئۆتكۈر، بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «كەشنىز»، ئۇرۇقى «تۇخۇمى كەشنىز» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (2.2.1 ـ رەسىم)

يۇمغاقسۈت

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ئەتىياز پەسلىدە يۇمغاقسۈتنىڭ پۈتۈن چۆپىنى ئورۇۋېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يۇمغاقسۈت چۆپىنىڭ تەركىبىدە 29 ~ 89 مىللىگرام ۋىتامىن C، ئۇچۇچان ماي بار. ماينىڭ ئاساسلىق تەركىبى دېكانال (Decanal)، نونانال (Nonanal)، لىنالوئول (Linalool)، كاپارىنالدېھلار (Caparinaldehyal) قاتارلىقلار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قورۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

www.uyghurkitap.com

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، تۇسالغۇلارنى ئېچىش، قورساق ئېسىلىشنى يوقىتىپ ئىشتىھانى ئېچىش، قىزىتما قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، قان توختىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ھارارەت پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئېغىز ئاغرىقى، ئۇيقۇسىزلىق، ئىشتىھاسىزلىق، پۇقىرى قان بېسىمى، ئاشقازان كۆپۈش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ئۇسسۇزلۇق، ئىشتىھاسى تۇتۇلۇش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يۇمغاقسۈتنى سىقىپ سۈيىنى ئىچسە ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

2. سىركە بىلەن يۇمغاقسۈتنىڭ سۈيىنى كۆزگە تېمىتسا، كۆزنىڭ سېرىقلىقىنى ئالىدۇ. كۆزگە چىققان قاپارتقۇنى يوقىتىدۇ. كۆزنىڭ قىزىرىپ ئاغرىشنى، قىچىشىشنى توختىتىدۇ.

3. ھۆل يۇمغاقسۈتنى سىقىپ سۈيىدە ئېغىزنى چايقىسا، ئېغىزدىكى مۇدۇر، پىشلاقلارغا، چىش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. قۇرۇق يۇمغاقسۈتنى سوقۇپ تالقان قىلىپ ئىستېمال قىلسا ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، سېسىق كېكىرىشنى يوق قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] سۈيىدىن 30 ~ 40 مىللىلىترغىچە، چۆپىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ يېسە مەنىي كېمىيىدۇ، پالەچ ۋە سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ. نېرۋىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ ئۇنتۇغاقلىقنى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، تۇخۇم سېرىقى، دارچىن.

[ئورۇنباسارى] كۆكنار (خەشخاش)، كەرەپشە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] يۇمغاقسۈت دەملەنمىسى.

كاھۇ

卡吾

(莴苣 wo ju)

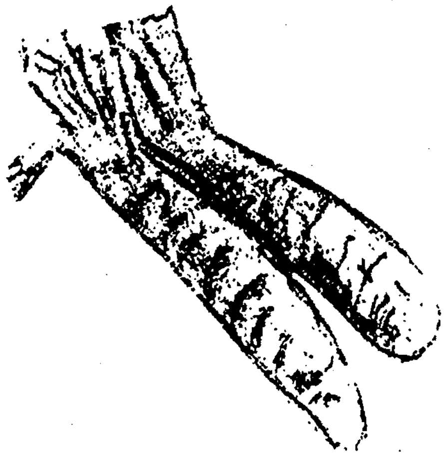
[باشقا ئاتىلىشى] ئوسۇك، خەس، كاھو، كاھۇ، قارا سۇنا.

[لاتىنچە نامى] Folium Lactucae sativa

[ئىنگلىزچە نامى] Thickstem Garden Lettuce

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياكى ئىككى يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئوسۇك بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ غولى ۋە يوپۇرمىقى «كاھو»، ئۇرۇقى «تۇخۇمى كاھۇ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئەسلىي ئۆسۈملۈك يۇمغاقسۈت Lactucasatiual ئىبارەت. (1.2.3 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.



كاھۇ

[يىغىپ ساقلاش] گۈلى 6 ـ، 7 ـ ئايلاردا ئېچىلىدۇ. مېۋىسى 9 ـ ئايدا پىشىدۇ. قۇرۇتۇپ ئىشلەتسىمۇ، ھۆل پېتى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] غولى ۋە يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە ئادەم لوكتا نىكوم بار. ئوسۇك ئېلېمېنتى، لاكتوكارىن، ئالىي كىسلاتاسى، كەھرىۋا كىسلاتاسى، ياغ جەۋھىرى، ۋىتامىن E، C، B، A ۋە كۆل ماددىلىرى بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئۈۋىقۇ كەلتۈرىدۇ، ئىسپازمىنى بوشاشتۇرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، توغراش، يالپاقلاش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى خىلىتسىز ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەيدۇ، غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلىتنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، قان تازىلاش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ئىسپازما قايتۇرۇش، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، ئۈيقۇ كەلتۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سارائلىق، ئۆتكۈر زىققە، ئۈيقۇسىزلىق، كالتە يۆتەل، جىگەر ياللۇغى، مالخولىيا، ئىسسىقتىن بولغان قىزىتما، ئاشقازان ئاغرىقى، يۇقىرى قان بېسىمى، ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كاھۇنىڭ سۈيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن قوشۇپ ئىچسە، ئاشقازاننىڭ قىزىقلىقىنى ۋە ئاغرىقنى يوقىتىدۇ.

2. كاھۇدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چىلاپ يەپ بەرسە، ھارارەتنى پەسەيتىپ، ئىشتىھاسىزلىقنى يوق قىلىدۇ، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.

3. كاھۇدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۈيىنى ئىچىپ بەرسە، ھارارەت پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] يوپۇرمىقىنىڭ سۈيىدىن 15 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باھقا زىيان قىلىدۇ، نېرۋىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ ئۇنتۇغاقلىقنى پەيدا قىلىدۇ.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] كاھۇنى ئۇزاق مۇددەت كۆپ مىقداردا ئىستېمال قىلسا، كۆزنى قاراڭغۇلاشتۇرىدۇ. سىل كېسىلىگە گىرىپتار بولغانلارغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] كەرەپشە، يالپۇز.

[ئورۇنباسارى] سېمىزئوت سۈيى

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كاھۇ چىلانما سېيى، كاھۇ مۇرابباسى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ پىكى ئادرىسى

گىلاس

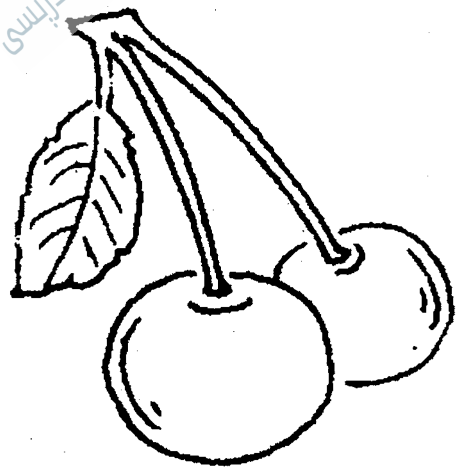
给拉斯

(樱桃 ying tao)

[باشقا ئاتىلىشى] قىراسىيا، كىلاشى، ئالوبالا

[لاتىنچە نامى] Fructus Cera sus avium

[ئىنگلىزچە نامى] Fruit Falsesour cherry



گىلاس

[تونۇش] بۇ، گازغات ئەترگۇل ئائىلىسىدىكى چاتقال ياكى گىلاس دەرىخىنىڭ پىشقان مېۋىسى بولۇپ، خەلق ئارىسىدا گىلاس ياكى ئاچچىق گىلاس دەپ ئاتىلىدۇ. مېۋىسى يۇمىلاق، شارسىمان بولۇپ، دىيامېتىرى 1~3 سانتىمېتىرغىچە كېلىدۇ، رەڭگى يېڭى ۋاقتىدا قىزىل، ئوبدان پىشقاندا توق قىزىل، سۇلۇق، تەمى چۈچۈمەل بولىدۇ. (1.2.4 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 5 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] كاتېخىن (Catehin)، گىلاس گىلۇكو-زىدى (Tomenin)، ئاچچىق ئۈرۈك مېغىزى گىلۇكوزىدى (Amygdalin)، ۋىتامىن C، مېۋە قەنتى (Glcose)، بىر قانچە خىل ئامىنو كىسلاتاسى بار. ئۇرۇقىدا Cenkwanin، Sakuranetin لار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قىزىتما پەسەيتىش، قان بۇزۇلۇشقا قارشى تۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى ماددىسىز ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، قان تازىلاش، تېرىنى يۇمىلاشتۇرۇش؛ ئۇنىڭدىن باشقا سەپرا ۋە قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، كۆكرەكنى بوشىتىش، ئىچىنى يۇمشىتىش، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرۈش، ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يېڭى ۋە تاتلىق گىلاس كۆكرەك ۋە گالنىڭ يىرىكلىكى، يۆتەل، قەۋزىيەت ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. چۈچۈمەل گىلاس سەپرا ۋە قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، كۆڭۈل ئېلىشىش ۋە قۇسۇشنى توختىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تاتلىق گىلاسنىڭ قۇرۇتۇلغىنىنى بەدىيان بىلەن قوشۇپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ، دوۋساق ۋە بۆرەكتىكى تاشنى چۈشۈرىدۇ.

2. گىلاس سۈيىنى يۇزگە سۈركەپ بەرسە، چىرايىنى پارقىرىتىدۇ.

3. گىلاستىن شەربەت تەييارلاپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى چۈشۈرىدۇ.

4. تاتلىق گىلاسنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا، گال قۇرۇش، ئۇسسۇزلۇق، كۆكرەك يىرىكلىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 2 ~ 3 تال.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئاشقازاننىڭ ھۆللۈكىنى كۆپەيتىۋېتىپ، ئاجىزلىق پەيدا قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] قارىمۇچ ۋە تۇزلۇق تائاملار.

[**ئورۇنباسارى**] ئەينۇلا.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] گىلاس مۇراببەاسى.

ئوترۇج

欧托如其

(橘红 ju hong)

[**باشقا ئاتىلىشى**] ئۇترۇچ، بەجورە

[**لاتىنچە نامى**] Exocarpium Citri Rubrum

[**ئىنگلىزچە نامى**] Tangerine Red Epicarp

[**تونۇش**] بۇ، سەپرا ئوتلار ئائىلىسىدىكى دائىم ياشىرىپ تۇرىدىغان چاتقال ياكى كىچىك دەرەخ ئوترۇج (Cirrus Medica) بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋە پوستى «پوستى ئوترۇج»، مېۋىسى «ئوترۇج» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسى يۇمىلاق، سېرىق، قىزىل رەڭلىك بولىدۇ، تەمى چۈچۈمەل، سۇلۇق، پۇرىقى خۇش پۇراق كېلىدۇ. (1.2.5 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن ھەم ھىندىستاندىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] مېۋىسى 11 ـ ئايدا پىشىدۇ، مېۋىسىنى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئاجرىتىپ قۇرۇتۇلىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] پىشقان مېۋىسىدە ھېپپېرىدىن، لىمون كىسلاتاسى، ئالما كىسلاتاسى، مېۋە يېلىمى، ۋىتامىن C ۋە ئۇچۇچان ماي قاتارلىقلار بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئاساسلىقى خىلىتسىز ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، قان تازىلاش، ئۇنىڭدىن باشقا قان ۋە سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، رەئىس ئەزالارنى ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، كۆڭۈل ئېلىشىنى پەسەيتىش، يەل ھەيدەش، ھەزىمنى ياخشىلاش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرۇش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

www.uyghurkitap.com

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] غەيرىي تەبىئىي سەپرادىن بولغان ئىچ سۈرۈش، كۆڭۈل ئېلىشىش، يۈرەك ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقى، كۆپ ئۇسساش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئوترۇجنىڭ ھۆل مېۋىسىدىن كۈندە 1～2 دانە يەپ بەرسە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ، ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك رىتىمسىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئوترۇج سۈيىگە تاباشىر قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، ئىسھالغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. بىدىمۇشكى، ئەۋرىشىم، گاۋزىبان، رەيھاننىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، ئوترۇج پوستىدىن بەش گىرام ئېلىپ، شەربەت تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

4. ئوترۇج مۇراببىاسى تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، قۇرۇق ھۆىنى پەسەيتىدۇ، ئاشقازان، جىگەر ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ～ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ناۋات.

[ئورۇنباسارى] لىمون.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى تۇرۇنجى.

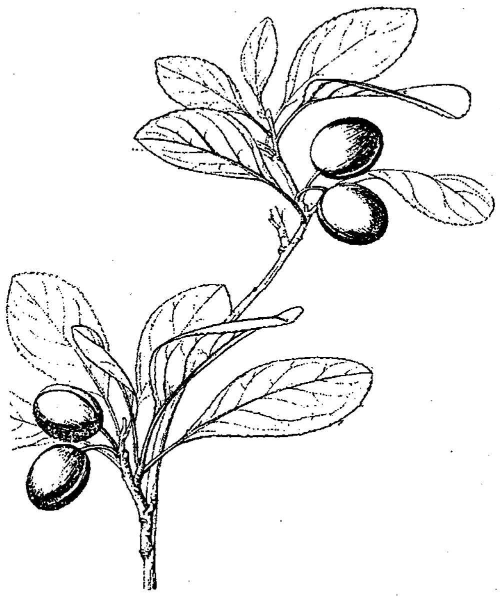
ئالۇچا
阿鲁恰
(郁李 yuli)

[باشقا ئاتىلىشى] ئالوچە

[لاتىنچە نامى] fructus Prunus japonica

[ئىنگلىز نامى] Dwarf Flowereng cherry

[تونۇش] بۇ، ئەترگۈل ئائىلىسىدىكى شاخ ـ يوپۇرماقلىرى ئۆرۈكنىڭكىگە ئوخشاپ كېتىدىغان بىر خىل مېۋىلىك دەرەخ ئالۇچىنىڭ مېۋىسى بولۇپ، غورىسى كۆك رەڭدە، پىشقانسېرى سارغىيىدۇ. ئىچىدە ئۇرۇقى بولىدۇ، تەمى تاتلىق كېلىدۇ. بۇ دەرەخنىڭ پىشقان مېۋىسى «ئالۇچا» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (6.2.1 ـ رەسىم)


ئالۇچا

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەر قايسى جايلىرىدا ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن قۇرۇتۇپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئالۇچا تەركىبىدە مېۋە كىسلاتاسى، گىلۇكوزىدلار، ئالما كىسلاتاسى، لىمون كىسلاتاسى، قەنت، ماي، ئاقسىل، ۋىتامىن C، B، كالتسىي، فوسفور، تۆمۈر قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] مايلارنى پارچىلايدۇ، نېرۋىلارنىڭ جىددىيلىكىنى پەسەيتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى خىلتسىز ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، زەھەر قايتۇرۇش، ئۇنىڭدىن باشقا غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنىڭ تېزلىكىنى پەسەيتىش، يۆتەلنى توختىتىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، بەدەنگە سۈيۇقلۇق تولۇقلاش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، قۇرۇق ھۆلنى پەسەيتىش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، قۇسۇشنى توختىتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۇقىرى قىزىتما، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان ئىچ سۈرۈش، سۇسىزلىنىش، قىزىل، چېچەك، كۆپ ئۇسساش، سىل، ئۇيقۇسىزلىق، جىگەر قىزىش، يۈرەك قان تومۇرى قىزىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئالۇچىنىڭ سۈيىنى چىقىرىپ ئىستېمال قىلسا، ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل، قىزىتما ۋە تەپكە شىپا بولىدۇ.

2. ئالۇچا، قارىئۆرۈك، ئەينۇلا ھەربىرىنى 10 گىرام ئېلىپ، 300 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، سىل كېسىلىدىكى قىزىتما، كۆپ ئۇسساش، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكە، ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بىخسۇس، پىننە.

[ئورۇنباسارى] ئەينۇلا، قارىئۆرۈك.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى پەۋاكىھ.

[ئەسكەرتىش] ھەيز مەزگىلى ۋە تۇغۇتنىڭ ئالدى - كەينىدە ئېھتىيات بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئاچچىق ئانار

阿其克阿那尔

(酸石榴　suan shi liu)

[باشقا ئاتىلىشى] رۇممانى ھامىز، ئانار تۇرۇش

[لاتىنچە نامى] Fructus Punica granatum

[ئىنگلىزچە نامى] Pomegranate Fruit

[تونۇش] بۇ، ئانار ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق ياغاچ غولluq چاتقال ياكى كىچىك دەرەخ ئاچچىق ئانار دەرىخى بولۇپ، مېۋىسى يۇمىلاق، قىزىل، تەمى ئاچچىق بولىدۇ. بۇ دەرەخنىڭ ئاچچىق تەملىك مېۋىسى

ئاچچىق ئانار

«ئاچچىق ئانار» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (7.2.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن، بولۇپمۇ قەشقەر، خوتەن ۋىلايىتىدىن كۆپرەك چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندا مېۋىسى، يىلتىز پوستى، گۈلى يىغىۋېلىنىپ قۇرۇتۇلۇپ دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسى 9 ـ ئايدا پىشىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە ئانار كىسلاتاسى (Punicicacid) بار. يەنە مانىتول (Manito)، ئېستراديئول (estradiol)، ئېسترون (estrone) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ياللۇغ قايتۇرۇش، قان توختىتىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىنى ئاجرىتىپ، ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەيدۇ، قان تازىلاش، يۈرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىش، يۈرەك چالاڭغۇراش، مەستلىكنى يېشىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىش، ئىششىق ياندۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك چالاڭغۇراش، ئىچ سۈرۈش، ئېغىز پۇراش، ئېغىز جاراھىتى، قۇلاق جاراھىتى، قىچىشقاق، ھەر خىل ئىششىق، ئاشقازان ئاجىزلىقى، ھەر خىل ئىچىملىكلەر ۋە چېكىملىكلەرنىڭ خۇمارى، دىيابىت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاچچىق ئانار، ۋاسالغۇ ئۇزۇم، زىرە قاتارلىقلاردىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ ئىچسە، قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

2. ئاچچىق ئانارنىڭ سۈيىدە ئېغىزنى چايقاپ بەرسە، ئېغىز پۇراش ۋە ئېغىز جاراھىتىنى يوقىتىدۇ.

3. ئاچچىق ئانارنىڭ سۈيىنى يەرلىك ئورۇنغا تېمىتسا، قۇلاق ۋە بۇرۇندىكى جاراھەتلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 25 ~ 30 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يۆتەلگە، قورساق ئاغرىقىغا بېرىلمەيدۇ. كۆپرەك ئىستېمال قىلسا، بەدەننىڭ ۋە جىگەرنىڭ تارتىش قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەنجىۋىل، جويۈز.

[ئورۇنباسارى] ناخۇش ئانار.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئاچچىق ئانار شەربىتى.

يېشىل چاي
扩克恰也
(绿茶 lu cha)

[باشقا ئاتىلىشى] چائى، چائى خىتائى، چەئى سەبزى
[لاتىنچە نامى] Camellio Sinensis
[ئىنگلىزچە نامى] Green tea
[تونۇش] بۇ بىر خىل چاي ئۆسۈملۈكىنىڭ يوپۇرمىقى بولۇپ، خۇش پۇراق، رەڭگى كۆك، تەمى قاڭسىق كېلىدۇ.
[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ يۈننەن، جېجياڭ ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] 9 ـ، 10 ـ ئايلاردا يىغىپ قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئېلىغاپ قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش، ھارارەت پەسەيتىش، تىنچلاندۇرۇش، سىيدۈك ھەيدەش، مېڭە، يۈرەك ۋە نېرۋىلارنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆتكۈر ئۇسسۇزلۇق، جىگەر ئاجىزلىقى، مېڭە، يۈرەك، نېرۋا ئاجىزلىقى، ئۇنتۇغاقلىق، سىيدۈك تۇتۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. بەش گىرام يېشىل چاينى دەملەپ ئىچسە، ئۆتكۈر ئۇسسۇزلۇقتا ۋە مېڭە، يۈرەك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، سىيدۈك ھەيدەيدۇ.
2. يېشىل چايدىن 10 گىرام، لاچىندانە ھىندىدىن ئۈچ گىرام، بادام مېغىزىدىن 10 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قايناق سۇ بىلەن چاي دەملەپ ئىچىپ بەرسە، مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەپ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 3～5 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەر ۋە قان ئاز كىشىلەرنىڭ بېشىنى قايدۇرىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] زەپەر.
[ئورۇنباسارى] بىنەپشە.
[پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەر خىل چايلىقلار.

3 § . خىلتىسىز ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار

خىلتىسىز ھۆل سوغۇقتىن بولغان مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر بولسا، ھەر خىل سەۋەبلەردىن خىلتسىز ھۆل - سوغۇق كەيپىياتلارنىڭ ئىچكى - تاشقى جەھەتتىن تەسىر قىلىشى بىلەن بەدەننىڭ ياكى بەدەندىكى ئايرىم بىر ئەزانىڭ ئاناتومىيەلىك تۈزۈلۈشىدە ياكى خىلتلاردا ھېچقانداق ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتىدە ئۆزگىرىش بولۇش تۈپەيلىدىن كېلىپچىققان كېسەللىكلەر بولۇپ، پەقەت ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولغان كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبىگە قارىتا قارىمۇقارشى كەيپىياتتىكى دورىلارنى، يەنى قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتتىكى دورىلارنى بېرىش ئارقىلىق تەڭشەش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل دورىلار ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: زەنجىۋىل، رۇمبەدىيان، دارچىن، شاخ دارچىن، دارچىن يوپۇرمىقى، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، پىلپىل، پىلپىل يىلتىزى، كۈندۈر، تۆگە گۆشى، ئات گۆشى، بوزۇغا، قەلەمپۇر يېغى قاتارلىقلار.

زەنجىۋىل

赞吉维力

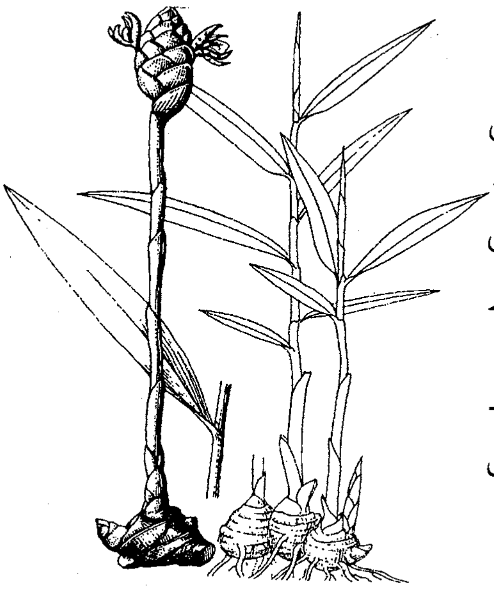
（干姜 gan jiang）

[باشقا ئاتىلىشى] زەنجىۋىل، ئەدرەك، سۇنتى

[لاتىنچە نامى] Rhizoma Zingiberi officinale

[ئىنگلىزچە نامى] Dried genger

[تونۇش] بۇ، زەنجىۋىل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق زەنجىۋىلنىڭ يىلتىزسىمان غولى بولۇپ «زەنجىۋىل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. يىلتىزسىمان غولىنىڭ قۇرۇتۇلغان قىسمى ياپىلاق، ئۆلچەمسىز بولۇپ، توم زەنجىۋىل ۋە نېپىز زەنجىۋىل دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. توم زەنجىۋىل ئاقرەڭدە، نېپىز زەنجىۋىل بولسا سارغۇچ ئاق رەڭگە مايىل بولىدۇ. پارقىراق كېلىدۇ. ھەر ئىككىلىسى چۈرۈك، خۇش پۇراق، تەمى ئاچچىق، پارچىسى چوڭ، تولغانلىرى ياخشى ھېسابلىنىدۇ. (1.3.1 - رەسىم)



زەنجىۋىل

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن، شۇنداقلا گىربىتسىيە، ھىندىستان قاتارلىق دۆلەتلەردىنمۇ كۆپرەك چىقىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[**يىغىپ ساقلاش**] گۈلى 8 ـ، 9 ـ ئايلاردا ئېچىلىدۇ. مېۋىسى 12 ـ ئايدا پىشىدۇ. زەنجىۋىلنى ياز پەسلىدە كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] زەنجىۋىل تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي، زەنجىۋىل جەۋھىرى، ھەرخىل ئامىنو كىسلاتاسى، كىراخمال قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**]

1. ھەزىم قىلىش سېستىمىسىغا بولغان تەسىرى: 50% لىك چىلانمىسىنى ئىچكۈزسە، ئاشقازان كىسلاتاسى ۋە سۈيۈقلۇقنى ئاجرىتىپ چىقىرىپ ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

2. قان ئايلىنىش ۋە نەپەسلىنىش سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: ئىسپىرتقا چىلانغان سۈيۈقلۇقى قاننى جانلاندۇرىدۇ. يۈرەكنى قوزغىتىدۇ. چوڭ مېڭە پوستلاق قىسمىنى قوزغىتىدۇ.

3. باكتېرىيەگە بولغان تەسىرى: زەنجىۋىلنىڭ سۇدىكى چىلانمىسى زەمبۇرۇغلارنى تورمۇزلايدۇ، جىنسىي يول تامچە قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇپ، توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئۈچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئاساسلىقى ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، ئاشقازاننى، باھنى ۋە پەيىنى قۇۋۋەتلەش، نېرۋىلارنى قوزغىتىش، ئىشتىھانى ئېچىش، ھەزىمنى ياخشىلاش، يەل ھەيدەش، سۈت ۋە مەنىي كۆپەيتىش، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، ئارتۇق ھۆللۈكنى يوقىتىش، چاچ ئۈندۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] نېرۋا، باھ ئاجىزلىقى، پالەچ، لەقۋا، ئىشتىھاسىزلىق، ئاشقازان ئېسىلىش، سۈت، مەنىي كەملىك، بەدەن ئاجىزلىق، چىش مىلىكى قاناش، چاچ چۈشۈپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. زەنجىۋىل، كۈندۈر ئۈچ گىرامدىن، ناۋاتتىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ئىككى دانە تۇخۇم سېرىقى بىلەن قوشۇپ يېسە باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. زەنجىۋىل، خولىنجاندىن ئۈچ گىرامدىن، پىستە پوستىدىن ئىككى گىرام ئېلىپ، سوقۇپ سوفۇپ تەييارلاپ يېسە، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

3. ھۆل زەنجىۋىلنى چاچ چۈشۈپ كەتكەن ئورۇنغا سۈركەپ بەرسە چاچ چىقىرىدۇ.

4. زەنجىۋىل، قارىمۇچ، خولىنجان، ئاقىرقارھا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام، تۇخۇم سېرىقىدىن 20 دانە، ھەسەلدىن ئۈچ ھەسسە ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ بەرسە باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ. بەدەننى سەمرىتىدۇ. سۈت ۋە مەنىي كۆپەيتىدۇ.

5. زەنجىۋىلدىن بەش گىرام ئېلىپ، نەمەك ھىندى تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، چىش تۈۋىگە تېگىپ بەرسە ياكى قايىنتىپ ئېغىزنى غار ـ غار قىلسا، چىش قاناشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 6 ~ 9 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] گالنى يىرىكلەشتۈرىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى، ھەسەل.
[ئورۇنباسارى] پىلپىل، قارىمۇچ.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] جاۋارىش، زەنجىۋىل، زەنجىۋىل مۇراببباسى، زەنجىۋىل چاچ سۇيۇقلۇقى.

رۇمبەديان
如米别地洋
(洋茴香 yang hui xiang)

رۇمبەديان

[باشقا ئاتىلىشى] ئەنسۇن كومۇنى ھەلۇە، بەديان رۇمى، سۇنەف رۇمى

[لاتىنچە نامى] Eructus PimPinella anisum

[ئىنگلىزچە نامى] Anesi Seed

[تونۇش] بۇ، گۈللۈكسىمان بالدىرغان ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى «رۇمبەديان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۆسۈملۈك 35 سانتىمېتىر ئېگىزلىكتە ئۆسىدۇ. تېنى چاسا، قىرلىق، ئىنچىكە، يوپۇرمىقى ئىنچىكە، گۈلى ئاقتا مايىل سېرىق، ئۇرۇقى كۆكۈچ، ئۇچ بۇرجەك غىلاپنىڭ ئىچىدە بولىدۇ. ئارپىبەديياندىن سەل كىچىك، تەمى ئاچچىقراق، خۇشبۇي كېلىدۇ. (2.3.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ خوتەن، يەكەن، قاغىلىق قاتارلىقلار جايلىرىدىن، ئامېرىكا، گېرمانىيە، ئىسپانىيە، ئوتتۇرا شەرق قاتارلىق دۆلەتلەردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] گۈلى 6 ـ، 7 ـ ئايلاردا ئېچىلىدۇ. 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا پىشىدۇ. پىشقاندىن كېيىن ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] رۇمبەدياننىڭ تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي بولىدۇ. بۇ مايىنىڭ ئاساسلىق تەركىبى (Anisaldehyde)، ئانىسدوم ئىنزىكوم (Anisic acid)، رۇمبەديان ئېتېرى ئەنېتول (Anetihole) قاتارلىقلار بار. ئۇنىڭدىن باشقا فىلاۋونلار، كۆپ خىل ئامىنو كىسلاتاسى ۋە مايلىق ياغ قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] رۇمبەديان ئالدىھىد ـ ئەنىز ئالدىھىدى سەل كېسەللىنى داۋالايدۇ ھەم ئاز مىقداردا ھىدروگېن سترويپتومىتسىننىڭ ئۇنۇمىنى يۇقىرى كۆتۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ، قۇرۇق قورۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەيدۇ، غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇ-رۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاشقازان - ئۈچەينى قۇۋۋەتلەش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، يەل ھەيدەش، تېرىنى پارقىرىتىش، ئاغرىق توختىتىش، زەھەر قايتۇرۇش، تۇتۇش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇ-رۇش، سۈت كەلتۈرۈش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان تۆۋەنلەش، ھەزىم ناچارلاش، بۆرەك، دوۋساقتا تاش چۈشۈش كېسەللىكى، سۈت، مەنىي كەملىك، پالەچ، لەقۋا، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، شەقىقە، باش قېيىش، قۇلاق غوڭۇلداش، قۇلاق ئاغرىقى، سۈيدۈك، ھەيز تۇتۇلۇش، قورساق ئاغرىقى، قورساق ئېسىلىش، بۆرەك ئاغرىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. رۇمبەدىياندىن بەش گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ، سۈزۈپ، 30 گىرام ھەسەل بىلەن قوشۇپ ئىچسە، مەست قىلغۇچى دورىلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.

2. رۇمبەدىياندىن بەش گىرام، ئۈبھەلدىن 10 گىرام، خىيارشەنبەردىن 20 گىرام ئېلىپ، چالا سوقۇپ، قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ قويۇپ ئىچىپ بەرسە، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

3. رۇمبەدىياندىن بەش گىرام، سېرىقچېچەكتىن بىر گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ، سۈيىدە تەرلەنسە، زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. رۇمبەدىياندىن بەش گىرام، بادام مېغىزىدىن 10 گىرام ئېلىپ، تالقان قىلىپ ئىستېمال قىلسا سۈت كۆپەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ～ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە ئۈچەي كېسەللىكلىرىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىركەنجۇبىل.

[ئورۇنباسارى] ئارپىبەدىيان، سېرىقچېچەك، زىرە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى ئەنىسۇن، شەربىتى رۇمبەدىيان.

دارچىن
达尔亲
(肉桂 rou gui)

[باشقا ئاتىلىشى] قىرفە، سەلىخە، دارچىنى

[لاتىنچە نامى] Cortex Cinnamomum Cassia

[ئىنگلىزچە نامى] Cassia Bark tree

[تونۇش] بۇ، كەركىدانئوتى ئائىلىسىدىكى دائىم ياشىرىپ ئۆسىدىغان جۇڭگو دارچىن دەرىخىنىڭ قۇرۇتۇلغان قوۋزىقى ياكى شېخىنىڭ قۇرۇتۇلغان قوۋزىقى بولۇپ، پۇرىقى ئۆتكۈر، تەمى ئاچچىق،

دارچىن دەرىخى

قارامتۇل قىزىل رەڭدە بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ قوۋزىقى «دار-چىن» ياكى «قىرفە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (1.3.3 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ فۇجيەن، گۇاڭشى، گۇاڭ-دۇڭ، يۈننەن قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن، ھىندىستان، سىرى لانكا قاتارلىق دۆلەتلەردىنمۇ كۆپرەك چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] دارچىننى 9 ـ، 10 ـ ئايلاردا ۋە 2 ـ يىلى 3 ـ، 4 ـ ئايلاردا يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] دارچىن قوۋزىقى تەركىبىدە ئاساس-لىقى %1~%2 كىچە ئۇچۇچان ماي، سىننا مالدىھىد (cinnamalidehyde) ياغنىڭ %90~%57 نى ئىگىلەيدۇ، ئۇنىڭدىن باشقا سىننامىل ئاتسېتات، (cinnamaylacetate) فىنول ـ فىروفىل ئاتسېتات (proyyiacatate-Phenyl) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: سىننامالدىھ ئارام بېرىش، قىزىتما پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

2. باكتېرىيەگە بولغان تەسىرى: باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش رولى كۈچلۈك بولۇپ، %5.1 لىك دارچىن يېغى ۋە %5 لىك لىموننى ئارىلاشتۇرۇپ باش تەمرەتكىسىنى داۋالاشقا ئىشلىتىشكە بولىدۇ. دارچىن مېيىنىڭ باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش كۈچى كۈچلۈك، لېكىن غىدىقلاش تەسىرى بار. ئۇنىڭدىن باشقا، دارچىن-نىڭ ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ، يەل ھەيدەش تەسىرىمۇ بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قوۋزىقىنى ئېلىپ توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشەش، يۈرەك، ئاشقازان، پەي ـ مۇسكۇللارنى قۇۋۋەتلەش، سېسىق پۇراقنى يوقىتىش، بەدەننى قىزىتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش، چىرىشكە قارشى تۇرۇش، ھەزىمنى ياخشىلاش، ئاغرىق توختىتىش، يەل ھەيدەش، قىزىتىش، سۈيدۈك، ھەيزنى راۋان قىلىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] نېرۋا، باھ ئاجىزلىقى، پالەچ، لەقۋا، ئىشتىھاسىزلىق، ئاشقازان ئېسى-لىش، سۈت، مەنىي كەملىك، بەدەن ئاجىزلىق، چىش مىلىكى قاناش، چاچ چۈشۈپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. دارچىننى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ شۇمسە، ئېغىز پۇراشنى يوقىتىدۇ.

2. گۈلدارچىن، سۇمبۇل، لاچىندانە، بادرەنجبۇيا، ئۇستقۇددۇس، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ

ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچىپ بەرسە، مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

3. دارچىن، قاقلە، بەدىيان، مەستىكى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سۈفۈپ قىلىپ ئىستېمال قىلسا، ئاشقازاننى قىزىتىپ، يەل ھەيدەيدۇ.

4. دارچىندىن ياغ چىقىرىپ چايان چاققان يەرگە سۈركەپ بەرسە، ئېچىشىشنى پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] چوڭلارغا 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] دوۋساققا زىيان قىلىدۇ، سۈيدۈكنى كېمەيتىۋېتىدۇ.

[[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، ئاسارۇن.

[ئورۇنباسارى] شاخ دارچىن، سەلىخە.

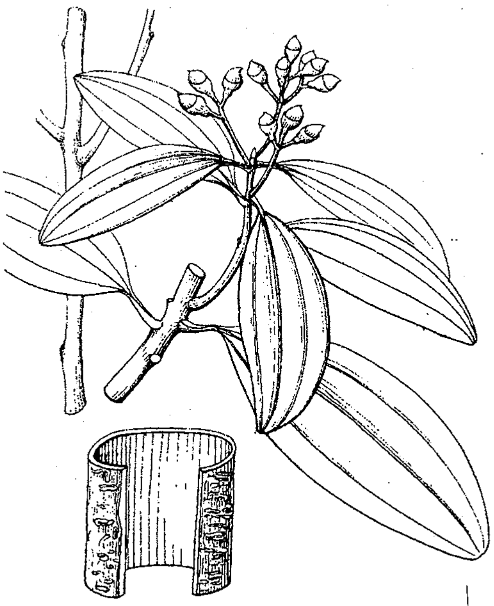
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] جاۋارىش دارچىن، جاۋارىش جالىنۇس.

شاخ دارچىن
沙合达尔亲
(桂枝 gui zhi)

[لاتىنچە نامى] Ramamolus Cinnamum Cassia

[ئىنگلىزچە نامى] CassiaBark tree Twiig

[تونۇش] بۇ، كامفورا ئائىلىسىدىكى دارچىن دەرىخىنىڭ قۇرۇتۇلغان يۇمران شېخىدىن ئىبارەت. (رەسىم ـ 4.3.1)



شاخ دارچىن دەرىخى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ فۇجيەن، گۇاڭشى، گۇاڭدۇڭ، يۈننەن قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن، ھىندىستان، سىرى لانكا قاتارلىق دۆلەتلەردىنمۇ كۆپرەك چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] گۈلىنى 9 ـ ، 10 ـ ئايلاردا يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشەش، سۈيدۈك ھەيدەش، قاننى جانلاندۇرۇش، تەرلىتىش، پەي ـ مۇسكۇللارنىڭ تارتىشىشنى بوشىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سوغۇقتىن بولغان زۇكام، رېماتىزملىق بوغۇم ياللۇغى، دوۋساققا سۇ يىغىلىش، كىچىك تەرەت راۋان بولماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. دارچىن دەرىخى شېخى، قارىكۆز بەدىيان، چاكاندا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، قايىنىتىپ ئىچىپ تەرلىنىپ بەرسە، سوغۇقتىن بولغان زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2 . دارچىن شېخى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.

3 . دارچىن شېخى، سۆرۈنجان، ئىككىلىمىلىك قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، سانادىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، بوغۇم ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ～ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقى ئېشىپ كەتكەنلەرگە، ھامىلىدارلارغا، ھەيز كۆرگەنلەرگە ئىشلەتمەسلىك كېرەك.

[تۈزەتكۈچىسى] ئەينۇلا، بىنەپشە.

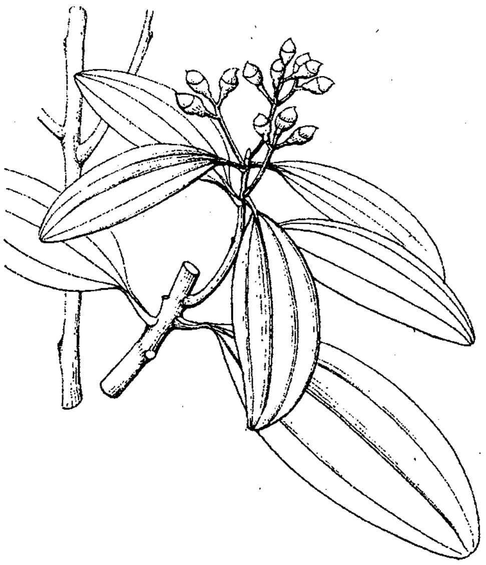
[ئورۇنباسارى] دارچىن دەرىخى يوپۇرمىقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] دارچىن چايلىقى.

دارچىن يوپۇرمىقى

大尔亲尤布鲁马克

（桂叶 gui ye）



دارچىن دەرىخى

[باشقا ئاتىلىشى] ۋەرەقى قىرفە، بەرگى دارچىن، دارچىنكا پەتتە

[لاتىنچە نامى] Folium Cinnanomum Cassia

[ئىنگلىزچە نامى] Leaf Cassia

[تونۇش] بۇ، ئەرمۇدۇن ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك دارچىن دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقىدىن ئىبارەت. ئەسلىي ئۆسۈملۈكى (Cinnamomum Cassia Presl) بولۇپ، ئۆسۈملۈك يوپۇرمىقى، ساپىقى يوغان، ئۇچى ئۇچلۇق، تۇۋى گال، ئۈستى يۈزى يېشىل رەڭلىك، تۈكسىز، پارقىراق، كەينى يۈزى كۆل رەڭگە مايىل يېشىل بولىدۇ. (5.3.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ فۇجيەن، گۇاڭشى، گۇاڭدۇڭ، يۈننەن قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن، ھىندىستان، سىرى لانكا قاتارلىق دۆلەتلەردىنمۇ كۆپرەك چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 9 ـ ، 10 ـ ئايلاردا يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇغاندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يوپۇرمىقى تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] دارچىن يوپۇرمىقى تەركىبىدە تۇتقان قەلەمپۇرنىڭ 5% لىك سۇتسىمان ياسالمىسى ئاشقازان شىلىمشىق سۇيۇقلۇقىنىڭ ئاجرىلىپ چىقىرىلىشىنى ئاشۇرىدۇ. ئەمما كىسلاتالىق

دەرىجىسىنى كۆچەيتمەيدۇ. ئۆي توشقىنىنىڭ كۆك قان تومۇرىغا قەلەمپۇر كىسلاتاسىنى ئوكۇل قىلغاندا مەست قىلىدۇ، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. نەپەسنى تورمۇزلايدۇ. تارتىشىشقا قارشى تۇرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىسىنى ئېلىش ياكى قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشەش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، يەل ھەيدەش، يۆتەل توختىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] نەپەسلىنىش قىيىنلىشىش، بەدەن ئاجىزلىقى، كۆكيۆتەل، قورساقنىڭ سوغۇقتىن ئاغرىشى ۋە قورساق كۆپۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. دارچىن يوپۇرمىقى، سۆرۈنجان، چۆپچىن، قەلەمپۇر قاتارلىقلارنىڭ 10 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇننى يۇيۇپ بەرسە، ھەر خىل قان بۇزۇلۇش كېسەللىكىگە، پۇت - قول ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ.

2. دارچىن يوپۇرمىقى، پىننە، بەدىيان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن يەتتە گىرام، قەلەمپۇر، لاچىندا-ندىن بەش گىرام ئېلىپ سوقۇپ، چايلىق قىلىپ بەرسە، ئاشقازاننى قىزىتىدۇ، يەل ھەيدەيدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئەينۇلا، تەمرىھىندى.

[ئورۇنباسارى] نېپىز دارچىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] دارچىن يوپۇرمىقى چايلىقى، سۇفۇپى دارچىن يوپۇرمىقى.

قەلەمپۇر

开兰甫尔

(丁香 ding xiang)

[باشقا ئاتىلىشى] مىھەك، قەلەمفۇر، لونگى

[لاتىنچە نامى] Eugenia caryophyllata

[ئىنگلىزچە نامى] Colve

[تونۇش] بۇ، ئەرمۇدۇن ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك قەلەمپۇرنىڭ غۇنچىسى بولۇپ، دەرىخى 10 ~20 مېتىرغىچە ئېگىزلىكتە ئۆسىدۇ. دائىم ياشىرىپ تۇرىدۇ. «قەلەمپۇر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. تەمى ئاچچىق مەززىلىك، خۇش پۇراق كېلىدۇ. (1 .3 .6 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ گۇاڭدۇڭ، خەينەنداۋ قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ. ئىسسىق بەلباغ رايونلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۆز پەسلى يەنى 9 - ئايدىن ئىككىنچى يىلى 3- ئايغىچە كۆك رەڭدىن قىزىل رەڭگە

uyghurkitap.com

ئۆزگەرگەندە ئۆزۈپ ئېلىپ، يىغىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] گۈل غۇنچىسىدا ئۇچۇچان ياغ، يەنى قەلەمپۇر يېغى بار. بۇنىڭ ئىچىدىكى ئېۋگېنول بولسا ئۇچۇچان ماينىڭ %81~%58 نى ئىگىلەيدۇ. گۈلىنىڭ تەركىبىدە رامنېتىن (Rhamnetin)، كېمپفېرول(Kaempferol)، ئېۋگېنىت (Eugenitin) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى: قەلەمپۇرنىڭ %1لىك ئېتىرلىك چىلانمىسى، سۇدىكى چىلانمىسى ياكى %8 لىك قويۇقلۇقتىكى قەلەمپۇر قاينىتىلمىسى شۆلەن سېرىق تەمرەتكە زەمبۇرۇغى، ئاق رەڭلىك تەسۇسىمان زەمبۇرۇغ قاتارلىق كۆپ خىل كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى زەمبۇرۇغلارنىڭ ھەممىسىگە نىسبەتەن تورمۇزلاش تەسىرىنى

قەلەمپۇر دەرىخى

بېرىدۇ. يۇقىرىراق قويۇقلۇقتىكىسى يېڭى تېپىلىق يوشۇرۇن شارچە باكتېرىيەنىمۇ تورمۇزلايدۇ. ئىسپىرتقا قاچىلاپ چىقىرىلغان سۇيۇقلۇقى ئېستېر بىلەن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقى بىلەن ئوخشايدۇ. لېكىن سۇدىكى سۇيۇقلۇقى ئاجىزراق، قەلەمپۇر مېيى ۋە ئېۋگېنولنىڭ 6000 : 1 قويۇقلۇقتىكىسى كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى زەمبۇرۇغلارنى تورمۇزلايدۇ. قاينىتىلمىسىنىڭ 20 : 1 ۋە 640 : 1 قويۇقلۇقتىكىسىنىڭ ئۆزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى، بوغما تاياقچە باكتېرىيەسى، شەكىل ئۆزگەرتكۈچى تاياقچە باكتېرىيەسى، يېشىل يىرىڭ تاياقچە باكتېرىيەسى، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى، تولغاق تاياقچە باكتېرىيەسى ۋە كېزىك تاياقچە باكتېرىيەسىنى تورمۇزلاش تەسىرى بار.

2. مەددە قۇرت چۇشۇرۇش تەسىرى: سۇ ياكى ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقى سازاڭ مەددىنى پالەچلەيدۇ ۋە ئۆلتۈرىدۇ. لېكىن بىر قېتىمدىلا ھەممىسىنى چۈشۈرەلمەيدۇ.

3. ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش تەسىرى: قەلەمپۇر ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ، قورساقتىكى يەلنى ھەيدەيدۇ، ئۈنچىدىن باشقا، ھەزىمنى ياخشىلاش، كۆڭۈل ئېلىشىش، قۇسۇشنى ئازايتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. %5 لىك ئېۋگېنول سۇتسىمان ياسالمىسى ئاشقازان شىلىمشىق سۇيۇقلۇقىنىڭ ئاجرىلىشىنى تېزلىتىدۇ. لېكىن قەلەمپۇر مېيىنىڭ تەسىرى سەل ئاجىزراق، داۋاملىق ئىستېمال قىلسا، نورماللىقنى ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ.

4. زەھەرلىك ۋە باشقا تەسىرى: ئۆي توشقىنىغا ئېۋگېنولنى ئوكۇل قىلسا ناركوزلىنىپ قالىدۇ. قان بېسىمى تۆۋەنلەيدۇ. نەپەسنى تورمۇزلايدۇ. قەلەمپۇرنىڭ تارتىشىشقا قارشى تەسىرىمۇ بار. لېكىن كىچىك چاشقاننىڭ تېرە ئاستىغا ئوكۇل قىلىنسا، مەست بولمايدۇ. قەلەمپۇرنىڭ چىلانمىسى بالىياتقۇنى قىسقارتىش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئېلىغاپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يۇرەكنى، ئاشقازاننى، ئۈچەينى تىنچلاندۇرۇش، تېرىنى قىزارتىش، قاننى قىزىتىش، خۇشبۇي قىلىش، ھەزىمنى ياخشىلاپ ئىشتىھانى ئېچىش، چىرىشكە قارشى تۇرۇش، يەل ھەيدەش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، باھنى قۇۋۋەتلەش، ئىششىقنى ياندۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەزىم بۇزۇلۇش، قورساق ئېسىلىش، ئىشتىھاسىزلىق، كۆڭۈل ئېلىشىش، قۇسۇش، ھېق تۇتۇش، چىش ئاغرىقى، مېڭە، بۆرەك ئاجىزلىقى، باھ ئاجىزلىقىنى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قەلەمپۇرنى سوقۇپ تاماققا سالسا خۇش پۇراق قىلىدۇ، قورساق ئېسىلىشنى يوقىتىدۇ. ئاشقازان ـ ئۈچەينى قۇۋۋەتلەپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

2. قەلەمپۇرنىڭ سۈيىدىن 1.5 گىرام ئېلىپ، يېڭى سېغىلغان سۈتكە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

3. قەلەمپۇردىن ئىككى گىرام، خورمىدىن ئۈچ گىرام، ئادەمگىياھتىن ئىككى گىرام ئېلىپ، 200 گىرام سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، ئۇزۇن داۋام قىلغان ھېق تۇتۇشنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرگە، بۆرەككە ۋە ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سەمغى ئەرەبى.

[ئورۇنباسارى] دارچىن، بەسباسە، جۇزبۇۋا، پەرەنجىمىشكى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ماددەتۇلھايات، زەر ئۇنى.

قارىمۇچ

卡力木其

(黑胡椒 hei hu jiao)

[باشقا ئاتىلىشى] پىلپىل ئەسۋەد، پىلپىل سىياھ، پىلپىل گود، كالىي مورچ

[لاتىنچە نامى] Fructus Piper nigrum

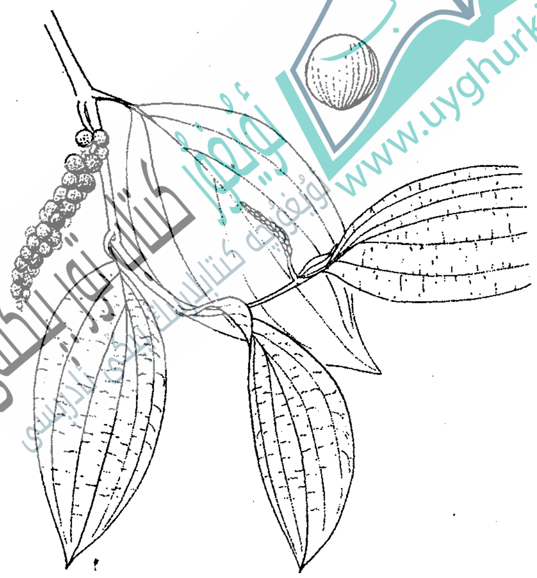
[ئىنگلىزچە نامى] Black Pepper Fruit

[تونۇش] بۇ، قارىمۇچ ئائىلىسىدىكى ئۇزۇنلۇقى بەش مېتىر ئەتراپىدا ئۆسىدىغان ياغاچ غوللۇق، كۆپ يىللىق پېلەكلىك ئۆسۈملۈك قارىمۇچنىڭ پىشمىغان مېۋىسى بولۇپ، شەكلى يۇمىلاق، سىرتقى يۈزى قارامتۇل، پۇراقلىق، تەمى ئاچچىق، ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى «قارىمۇچ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئەسلىي ئۆسۈملۈكى قارىمۇچ (piper nigruml) تىن ئىبارەت. (1.3.7 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] قارىمۇچ ئەسلىي شەرقىي جەنۇبىي ئاسىيادىن چىقاتتى، ھازىر ئېلىمىزنىڭ گۇاڭدۇڭ، خېنەن، فۇجيەن، تەيۋەن قاتارلىق ئۆلكىلىرىنىمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] مېۋە بېرىش ۋاقتى 10 ـ ئايدىن ئىككىنچى يىلى 4 ـ ئايغىچە بولۇپ، يىغىپ قۇرۇتۇپ

www.uyghurkitap.com



قارىمۇچ دەرىخى

ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىنىڭ تەركىبىدە قارىمۇقارشى ئىشقارى پىپېرىن (Piperin)، كاۋىتسىن (Chavicine)، پىپرىلىسىن (pipryline)، پىپرولېئىن (piprolene)، ئۇچۇچان ماي قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ① تارتىشىپ قېلىشقا قارشى تۇرۇش تەسىرى بار؛ ② تىنىچلاندۇرۇش تەسىرى بار؛ ③ قارىمۇچنىڭ سۇ ياكى ئېتىر ياكى ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان ماددىسى چوڭ چاشقانغا قىلىنغان تەجرىبىدە تاسمىقۇرتنى چۈشۈرۈش تەسىرىنى بەرگەن؛ ④ ئاز مىقداردا ئىشلەتسە ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىنىڭ ئاخىرىدا قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى ۋە غەيرىي تەبىئىي بەلغەمنى تەڭشەش، تەرلىتىش، ھەزىمنى ياخشىلاش، يەل ھەيدەش، بەلغەم بوشىتىش، پەي-مۇسكۇللارنى چىڭىتىش، چىرايىنى پارقىرىتىش، بەدەننى قىزىتىش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ئىشتىق ياندۇرۇش، يۈرەكنى قوزغىتىش، تېرىنى قىزارتىش ۋە چاچ ئۆستۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەزىم بۇزۇلۇش، مېگە، باش ئاغرىقى، قورساق ئىسىلىش، يۆتەل، نېرۋا ئاجىزلىقى، چىش ئاغرىقى، تال ياللۇغى، بەرەس، بەھەق، چاچ چۈشۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قارىمۇچتىن ئۈچ گىرامنى سوقۇپ، 15 گىرام ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يەپ بەرسە، يۆتەلگە پايدا قىلىدۇ.

2. ئۈچ گىرام قارىمۇچنى 25 گىرام ۋاسالغۇ بىلەن قوشۇپ چايناپ بەرسە، مېگە ۋە ئاشقازاننىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدۇ.

3. بەش گىرام قارىمۇچنى يەتتە گىرام كۆكنار پوستى بىلەن قوشۇپ گۆلابتا قاينىتىپ، سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقىسا ياكى قارىمۇچنى گۆلابتا ئېرىتىپ چىشقا چاپسا چىش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

4. قارىمۇچنى سىركىدە ئېزىپ تال ساھەسىگە چاپسا، تالدىكى ئىششىقنى ياندۇرىدۇ.

5. قارىمۇچنى تالقان قىلىپ، شېكەر ۋە سۈت بىلەن قوشۇپ يېسە باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

6. قارىمۇچنى يۇمشاق سوقۇپ، توخۇ يېغى، ماش ئۇنى، نوقۇت ئۇنى قاتارلىقلار بىلەن قوشۇپ، بەدەندىكى ئاقكېسەل بار ئورۇنغا چاپسا پايدا قىلىدۇ.

7. قارىمۇچ ۋە توغرىنى سوقۇپ، سىيادان يېغىدا مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، بەھەقنى يوقىتىدۇ.

8. قارىمۇچنى تالقان قىلىپ، پىياز ۋە تۇز بىلەن قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا چاچ ئۇندۇرىدۇ. تاماققا سېلىپ ئىشلەتسە، بەدەننىڭ ئىممۇنىتېت كۈچىنى ئاشۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە يېغى، ئاقمۇچ.

[ئورۇنباسارى] ئاقمۇچ، زەنجىۋىل، پىلپىل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ماددەتۇلھايات، بەرشىشا، جاۋارىش كۈمۇنى، جاۋارىش جالىنۇس.

پىلپىل

皮里皮力

(荜茇 bibo)

[باشقا ئاتىلىشى] فىلفىل، دار پىلپىل، فىلفىل داراز

[لاتىنچە نامى] Fructus Piper longum

[ئىنگلىزچە نامى] long pepper Fruit

[تونۇش] بۇ، قارىمۇچ ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك پىلپىلنىڭ پىشمىغان مېۋىسىنىڭ باشقى بولۇپ، ئۆسۈملۈكنىڭ پىشاي دەپ قالغان باشقى «پىلپىل»، ئۆسۈملۈك يىلتىزى «پىلپىل مويە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسىنىڭ رەڭگى قارامتۇل قوڭۇر رەڭدە، تەمى ئاچچىق، خۇش پۇراق بولۇپ ئېكەككە ئوخشايدۇ. ئەسلىي ئۆسۈملۈكى پىپىرلونگۇم (Piper longum) دىن ئىبارەت. (8.3.1 - رەسىم)

پىلپىل دەرىخى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ يۈننەن، گۇاڭدۇڭ قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن، ھىندونېزىيە قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە پىپېرىن، ئاتسىدۇم پالمۇتىكۇم، ئاتسىدوم تېترا ھىدرو پىپللەسكوم، پىپېرىدىن، پىلپىل ئۇچۇچان مېيى قاتارلىقلار بار. مايىنىڭ ئاساسىي تەركىبىدە قەلەمپۇر جەۋھىرى، كۇنجۇت ماددىسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] پىلپىل ئۇچۇچان مېيى ئاق ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى ۋە قۇرۇق چۆپ تاياقچە باكتېرىيەسى، مومسىمان تاياقچە باكتېرىيەسى، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى، تولغاق تاياقچە باكتېرىيەسى قاتارلىقلارنى تورمۇزلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتنى تەڭشەش، تەرلىتىش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ھەزىمنى ياخشىلاپ ئىشتىھانى ئېچىش، يەل ھەيدەش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، جىگەر، تالنىڭ توسالغۇسىنى ئېچىش، مەنىي كۆپەيتىش، سۈيدۈك، ھەيزنى راۋان قىلىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان ئاجىزلاش، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش، ئاشقازان تۆۋەنلەش، ئىشتىھاسىزلىق، قورساق كۆپۈش، قورساق ئاغرىش، قۇسۇش، باھ ئاجىزلاش، تىل ئېغىرلىقى، ئېغىز پۇراش، ھېق تۇتۇش، سۈيدۈك ۋە ھەيز تۇتۇلۇش، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىش، يانپاش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پىلپىلدىن 10 گىرام، بەدىياندىن ئۈچ گىرام، خولىنجان، زەنجىۋىل، جوۋنە، تۇخۇمى كەرەپشە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ چاي دەملەپ ئىچسە، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ، يەل ھەيدەيدۇ.

2. پىلپىلدىن 10 گىرام، ئاقىرقارھادىن ئالتە گىرام، بەسباسىدىن ئۈچ گىرام، پىستە مېغىزى، پىندۇق مېغىزىدىن ئالتە گىرامدىن، چىگىت مېغىزىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ يېسە، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ، مەنىي كۆپەيتىدۇ.

3. بىرقانچە دانە پىلپىلنى سوقۇپ، ئۆچكىنىڭ جىگىرىگە سېپىپ ئوتتا قويسا، ئۇنىڭ ئاققان سۈيىنى نامازشام قارىغۇسى بولغان كىشىنىڭ كۆزىگە تېمىتىپ بەرسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ. يۇتقۇنچاققا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] سەندەل گۈلابى، سەمغى ئەرەبى، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئاقمۇچ، قارىمۇچ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ماددەتۇلھايات، جاۋارىش زەر ئۈنى، سۇفۇپى پىلپىل.

پىلپىل يىلتىزى

皮里皮力依力提孜

（荜茇根 bi bo gen）

[باشقا ئاتىلىشى] ئەسلۇل فىلفىل، بىخ دار پىلپىل، پىلپىل مويە

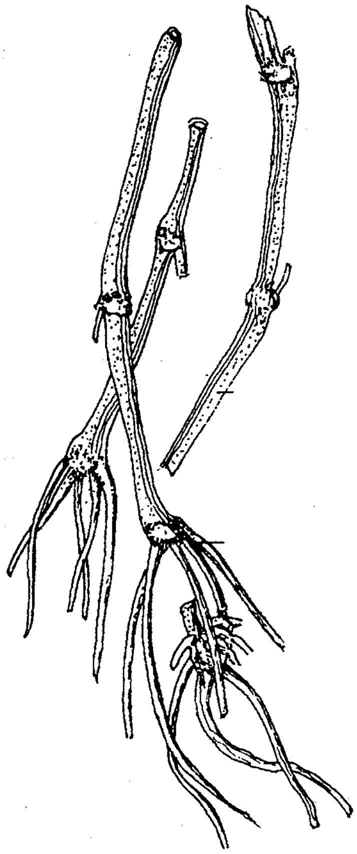
[لاتىنچە نامى] Rodix Pepper longum

[ئىنگلىزچە نامى] long pepper Root

[تونۇش] بۇ، قارىمۇچ ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك پىلپىلنىڭ پىشمىغان غوزىمەك يىلتىزىدىن ئىبارەت. يىلتىزى بوغۇملۇق، يىپىلىق، تاشقى تەرىپى توپا رەڭ، ئىچى ئاق كېلىدۇ. تەمى ۋە پۇرىقى ئۆتكۈر،

www.uyghurkitap.com

ۋەزنى ئېغىر، قاتتىق كېلىدۇ. ئەسلى ئۆسۈملۈكى Piper longum دىن ئىبارەت. (9.3.1 - رەسىم)



پىلپىل يىلتىزى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ يۈننەن، گۇاڭدۇڭ قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن، ھىندونېزىيە، ۋىيېتنام، فىلىپپىن قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە پىپېرىن، پىپپلارتىن، پىپېرلونگمىنىن قاتارلىقلار بار. غولى تەركىبىدە پىپپلاتىن بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] پىپپلاتىن قان بېسىمىنى چۈشۈرۈشتە كۆرۈنەرلىك ئۈنۈمگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ، توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرى تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشەش، ھەزىمنى ياخشىلاپ ئىشتىھانى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، سوغۇق يەللەرنى ھەيدەش، ئاغرىق پەسەيتىش، مېڭىنى تازىلاش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان ئاجىزلاش، ئىشتىھاسىزلىق، تال كېسەللىكى، چوڭ بوغۇملار ئاغرىقنى، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىش، يانپاش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پىلپىل يىلتىزىنىڭ ئۆزىنى يالغۇز چايىنسا ياكى كىشمىش بىلەن قاينىتىپ غار - غار قىلسا مېڭىنى تازىلايدۇ.

2. پىلپىل يىلتىزىنى ئېزىپ، مۇۋاپىق مىقداردا يەپ بەرسە ئىشتىھانى ئاچىدۇ. ئاشقازاننى قىزىتىدۇ. ئۈچەي توسۇلۇش ۋە سوغۇق يەلدىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. پىلپىل يىلتىزى، بەديان، زەنجىۋىل، دارچىن قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ چاي دەملەپ ئىچىپ بەرسە، ھەزىم قىلىش ئىقتىدارىنى ياخشىلايدۇ.

4. پىلپىل يىلتىزىنى يۇمشاق ئېزىپ، قايناق سۇدا نەمدەپ يەرلىك ئورۇنغا چاپلاپ بەرسە، چوڭ - كىچىك بوغۇم ئاغرىقلىرى ۋە بوغۇم ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سېرىقماي، سۈت، ئاق سەندەل.

[ئورۇنباسارى] قارىمۇچ، تەڭ مىقداردىكى نارمىشكى، ئۈچتىن بىر مىقداردا سۆرۈنجان، ئۈچتىن

ئىككى مىقداردا زاراڭزا مېغىزى، دارچىن، پىلپىل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ماددەتۇلھايات، جاۋارىش پىلپىل.

4 § . خىلىتسىز قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار

خىلىتسىز قۇرۇق سوغۇقتىن بولغان مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر بولسا، ھەر خىل سەۋەبلەردىن خىلىتسىز قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتلارنىڭ ئىچكى ـ تاشقى جەھەتتىن تەسىر قىلىشى بىلەن بەدەننىڭ ياكى بەدەندىكى ئايرىم بىر ئەزانىڭ ئاناتومىيەلىك تۈزۈلۈشىدە ياكى خىلىتلاردا ھېچقانداق ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتىدە ئۆزگىرىش بولۇش تۈپەيلىدىن كېلىپچىققان كېسەللىكلەر بولۇپ، پەقەت قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولغان كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبىگە قارىتا قارىمۇقارشى كەيپىياتتىكى دورىلارنى، يەنى قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتتىكى دورىلارنى بېرىش ئارقىلىق تەڭشەش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل دورىلار قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشىگۈچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: رەيھان، قاپاق ئۇرۇقى، ئاق ئۈجمە، ئۈرۈك مېغىزى، بادام مېغىزى، ئاچچىق بادام مېغىزى، قاپاق يېغى قاتارلىقلار.

رەيھان

热依汗

（罗勒　luo le）

رەيھان

[باشقا ئاتىلىشى] رەيھان، شاھ سۇپىرەم، تىلسى

[لاتىنچە نامى] Herba Ocimum basilicum

[ئىنگلىزچە نامى] Basil Herb

[تونۇش] بۇ، سالپاڭقۇلاق مەرزەنجۇش ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك رەيھاننىڭ پۈتۈن چۆپىدىن ئىبارەت بولۇپ «رەيھان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۆسۈملۈكنىڭ غولى تىك تۆت چاسا بولۇپ، ئىككى تەرەپكە تەڭلا شاخلايدۇ. ئادەتتە سۈسۈنگە مايىل يېشىل رەڭدە بولىدۇ. يوپۇرمىقى تۇخۇمسىمان شەكىلدە بولۇپ، ئۇچى ئۇچلۇق، گۈل تاجىسى بولسا ئىككى كالپۇك شەكىللىك، ئاق ياكى سۇس قىزىل رەڭدە، ھەممە قىسمى خۇش پۇراق بولىدۇ. (1.4.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ كۆپ قىسىم جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ھىندىستان، ئەرەبىستان، بىرا-

www.uyghurkitap.com

زىلىيە قاتارلىق جايلاردىنمۇ چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ئېچىلىش مەزگىلى 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا، مېۋە بېرىش مەزگىلى 8 ـ، 9 ـ ئايلاردا بولۇپ، 10 ـ ئايدا يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] پۈتۈن چۆپىدە 0.04%~0.12% كىچە ئۇچۇچان ماي بار. ياغنىڭ ئاساسلىق تەركىبى ئوسىمېن (Osimen)، لىنالول (Linalol)، گېرانىئول (Geraniol)، قەلەمپۇر مايلىق فېنولى، ئېۋگېنول (Eugenol)، ئېۋگېنول مېتىل ئېتىر (Eugenol methyl ether)، ئانىتول (Anet hole) قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] ھەزىم سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: ھەزىم يارىسىغا قارشى تەسىرى بار. رەيھان يوپۇرمىقىدىن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقى ھەزىم يارىسىنى ياخشىلايدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئۇسارىسىنى ئېلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشەش، يۈرەكنى ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، يەللەرنى ھەيدەش، قاننىڭ قويۇقلۇقىنى تەڭشەش، چىرىشكە قارشى تۇرۇش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، سۇيدۈكنى راۋان قىلىش، يۆتەل توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، ھەيزنى راۋان قىلىش، كۆڭۈلگە خۇشلۇق يەتكۈزۈش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] يۈرەك ئاجىزلىقى، يۈرەك تىترەش، زۇكام، يۆتەل، ئىچ سۈرۈش، سۇيدۈك ۋە ھەيز راۋان بولماسلىق، ئاشقازان ئاجىزلىقى، لەقۋا، پالەچ، بوغۇم ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. رەيھان، ئۇستىقۇددۇس، بادرەنجبۇيا، گاۋزىبان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىچسە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەپ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق يەتكۈزىدۇ.

2. رەيھان يوپۇرمىقىنى سىقىپ پۇرىسا، كۆڭۈل ئېلىشىشنى يوقىتىدۇ.

3. رەيھان يوپۇرمىقى سۈيىنى قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاق ئاغرىقىنى توختىتىدۇ، ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

4. رەيھاننىڭ يوپۇرماقلىرىنى سىقىپ قايىنتىپ ئىچسە، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى ۋە ھەيزنى راۋان قىلىدۇ. ئاشقازان تۆۋەنلەش، يۈرەك قوزغىلىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. يېڭى رەيھاننى قايىنتىپ شېكەر قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، دەم سىقىلىش ۋە يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

6. رەيھاندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايىنتىپ، ئېغىزنى غار ـ غار قىلسا، ئېغىز يارىسىنى يوق قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] سىركە، سېمىزئوت.

[ئورۇنباسارى] بادرەنجبۇيا، بالەنگو.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربەتى رەيھان، سۇفۇپى رەيھان.

قاپاق ئۇرۇقى

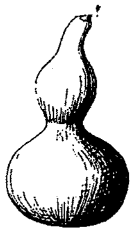
哈帕克欧如

(葫芦子 hu lu zi)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەببى قەرئى، كەدۇدانە، تۇخۇمى كەدۇئى دەراز، لەمبا كەدۇكى بىيج

[لاتىنچە نامى] Semen Lagennaria siceraria

[ئىنگلىزچە نامى] Bottle Gourd Seed


قاپاق ئۇرۇقى

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئاچچىق قاپاقنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت. رەڭگى ئاق، ياپىلاق، تۇخۇم شەكىللىك بولىدۇ. ئەسلىي ئۆسۈملۈك ئاچچىق قاپاق (Seed Lagennarias siceraria) دىن ئىبارەت. (1.4.2 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزدىن جۇملىدىن شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، ئۇرۇقىنى ئېلىۋېتىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ۋە سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە مايلىق ياغ، ئاقسىل قاتارلىقلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتنى تەڭشەش، قىزىتما پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش، ھۆللۈك يەتكۈزۈش، بەدەننى سەمرىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، قۇرت ئۆلتۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر كېسەللىكلىرى، ھەر خىل قىزىتما، مېڭىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزۈش، ئۇيقۇسىزلىق، كۆپ ئۇسساش، قەنت سىيىش، مەددە قۇرت كېسىلى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قاپاق ئۇرۇقىنى چېقىپ مېغىزىنى يەپ بەرسە، بەدەن ئاجىزلىقى، بۆرەك ئاجىزلىقى ۋە ئىسسىقتىن بولغان يۆتەلگە پايدا قىلىدۇ.

2. قاپاق ئۇرۇقىدىن 15 گىرام، چىلاندىن 30 گىرام، بىنەپشە، نىلۇپەر، تەمرىھىندى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچىپ بەرسە، قىزىتما چۈشۈرىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ.

3. قاپاق ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، مەددە قۇرت چۈشۈرىدۇ.

4. قاپاق ئۇرۇقى، فۇپەل، قەنبىل قاتارلىقلاردىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، مەددە

www.uyghurkitap.com

قۇرت چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ناۋات.

[ئورۇنباسارى] قاپاق، تاۋۇز ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى دىدان، ئىترىفىل دىدان.

ئاق ئۈجمە

阿克吾吉买

(白桑椹 bai sang shen)

[باشقا ئاتىلىشى] توت ھەلۋ، توت شېرىن، توت مىيتا، ۋاسالغۇ

[لاتىنچە نامى] Fructus morus alba

[ئىنگلىزچە نامى] White Mulberry Fruit

ئاق ئۈجمە

[تونۇش] بۇ، ئۈجمە ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان دەرەخ مورۇس ئالبا (Morus alba) بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسى «ئۈجمە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (1. 3.4 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن، بولۇپمۇ ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ جەنۇبىي شىنجاڭ رايونىدىن كۆپ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 5 - ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىپ، سالقىن ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىدە رۇتىن (Rutin)، كاروتىن، ۋىتامىن A، B، C، ئاقسىل، قەنت، ئانتوتىيانىدىن (Anthocyanidin)، ماي، ئەركىن كىسلاتاسى(Free acid)، ئالكوھول خىلدىكىلەر، ئۇچۇچان ماي، تاننىن ۋە سېنتائورىيدىن (Centaureidin) قاتارلىق تەركىبلەر بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئىممۇنىتېت كۈچىنى ئاشۇرۇش، لىمفا ھۈجەيرىلىرىنىڭ ئالمىشىشىنى ئىلگىرى سۈرۈش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش،

www.uyghurkitap.com

مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، بەلغەم بوشىتىش، ساپ قان پەيدا قىلىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئۆپكىنى ياشارتىش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش، قىزىتما ياندۇرۇش، سۈيدۈك ۋە چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، تېرىگە رەڭ بېرىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] گالنىڭ يېرىكلىكى، ئاۋاز پۇتۇپ قېلىش، گال ئىششىقى، يۆتقۇنچاق ۋە بادامبەز ياللۇغى، تېرىنىڭ قۇرغاقلىشىشى، ئورۇقلۇق، سۈيدۈكنىڭ ئېچىشىپ كېلىشى، قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان كۆكرەكنىڭ چىڭلىقى، نەپەس سىقىلىش، يۆتەل، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يېڭى ھۆل ئۈجمىنى داۋالىق يەپ بەرسە، سەمرىتىدۇ، يۆتەل ۋە قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئۈجمىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىقىپ، سۈيىگە ئازراق سىركە قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، قىزىتما قايتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئاساسلىقى 30 ~ 100 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازان كېسەللىكى بار كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زىرە.

[ئورۇنباسارى] قارا ئۈجمە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئۈجمە شەربىتى.

ئۆرۈك مېغىزى

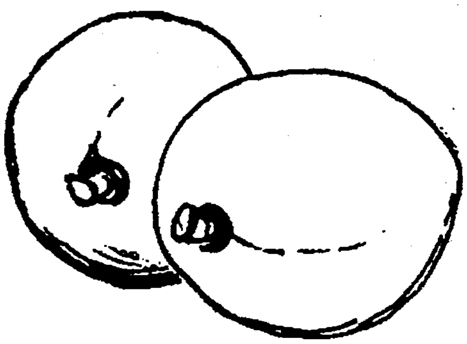
欧如克麦核子

(杏仁 xing ren)

[باشقا ئاتىلىشى] لىبۇلمىشمىش، تۇخۇمى زەردئالو، خۇبانكا مېغىز.

[لاتىنچە نامى] Semen Armeniaca Volgaris

[ئىنگلىزچە نامى] Seed of Apricot



ئۆرۈك

[تونۇش] بۇ، ئۆرۈك ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك تاتلىق ئۆرۈكنىڭ مېغىزى، يۈرەك شەكلىدە، سىرتى سارغۇچ سېرىق رەڭدە، تەمى تاتلىق، سۈس پۇرىقى بار. ئەسلى ئۆسۈملۈكى ئۆرۈك Armeniaca Volgaris دىن ئىبارەت. (4.4.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 7 ـ ، 8 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندا ئۆرۈكتىن ئايرىپ ئېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئۆرۈك مېغىزى تەركىبىدە ئۆرۈك مېغىزى گلۇكوزىدى (Amygdalin) تەخمىنەن

4%، ماي 50% نى ئىگىلەيدۇ.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ① يۆتەل توختىتىش رولى بار؛ ② باكتېرىيەگە قارشى رولى بار؛ ③ ئۆسمىگە قارشى تۇرۇش رولى بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇچكىسىنى ئايرىپ، داغلاش ياكى مېيىنى ئېلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.
[خۇسۇسىيىتى] قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتنى تەڭشەش، ئىچنى بوشىتىش، بەدەننى سەمرىتىش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] زىققە، قەۋزىيەت، يۆتەل، ھەر خىل تېرە جاراھەتلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. ئۆرۈك مېغىزىنى پوستىدىن ئايرىتىپ سوقۇپ خېمىر قىلىپ ياكى قورۇپ كۆيدۈرۈپ جاراھەتلەرگە چاپسا ئاسان ساقىيىدۇ.
2. ئۆرۈك مېغىزىنى سوقۇپ كىندىككە تېڭىپ بەرسە، بالىلارنىڭ كىندىكى شەلۋەرەپ قېلىش كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.
3. تاتلىق ئۆرۈك مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، پىستە مېغىزى قاتارلىقلاردىن 10 گىرام، سۆئىلەيتىن يەتتە گىرام، شاقاقۇلدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ ئىستېمال قىلسا بەدەننى سەمرىتىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] چوڭ تەرەتنى سۇيۇلدۇرىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] شېكەر، مەستىكى، رۇمبەدىيان، تاباشىر، پىنىنە.
[ئورۇنباسارى] تاتلىق ۋە ئاچچىق بادام مېغىزى، ئۆرۈك مېغىزى يېغى.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوئوقى بادام.

تاتلىق بادام مېغىزى
塔铁来克巴达木麦核子
(甜巴旦杏仁 tian ba dan xing ren)

[باشقا ئاتىلىشى] بادام شىرىن، بادام مىتا
[لاتىنچە نامى] Semen Amygdalus Communis
[ئىنگلىزچە نامى] Sweet Almond Seed
[تونۇش] بۇ، بادام ئائىلىسىدىكى بىر خىل چاتقال ئۆسۈملۈك ياكى دەرەخ تاتلىق بادامنىڭ مېۋىسىدىن ئايرىتىپ ئېلىنغان، قۇرۇتۇلغان مېۋىسىدىن ئىبارەت. بۇ دەرەخ مېۋىسىنىڭ مېغىزى «تاتلىق بادام» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېغىزى چوڭ، شاكىلى سارغۇچ ئاق، سېرىق، يىرىك، مېغىز پوستى نېپىز،

تەمى تاتلىق، بىرئاز پۇراقلىق كېلىدۇ. (5.4.1 ـ رەسىم)

بادام مېغىزى

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ ھەمدە غەربىي ئاسىيا، ئىران، ئافغانىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈز پەسلى مېۋە پىشقاندا ئايرىپ ئېلىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ئورۇندا قويۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] تاتلىق بادام مېغىزىدا ئامىگدالىن ئاساسەن يوق بولغاندىمۇ مىقدارى ناھايىتى ئاز، ئاقسىل، ماي، قەنت، ۋىتامىنلار، كالتسىي، فوسفور، ماگنىي، تۆمۈر، مارگانېتس، بارىي، ناترىي، تىتات، مىس، ئاليۇمىن، خروم قاتارلىق ئېلېمېنتلار بار. ئېمۇلىسىن (Emulisin) نىڭ مىقدارى ئەڭ كۆپ بولۇپ، ئاساسلىق ئېمولىسىن بىرىكمىلىرىدىن ئىبارەت. بۇنىڭ ئىچىدە ئاساسلىق ئاچچىق بادام فېرمېنتى ئامىگدالازا (Amygdalase) ۋە ئامىگدالىناز (Amygdalinase) بار. تەركىبىدە تۇتقان ياغ 67% ~ 45% نى ئىگىلەيدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۆپكىسىدىن ئايرىپ، داغلاش ياكى مېيىنى ئايرىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشەش، مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى ئاشۇرۇش، بەدەننى، باھنى ۋە بۆرەكنى قۇۋۋەتلەش، سۈت ۋە مەنىي كۆپەيتىش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش، كۆكرەكنى ۋە ئۈچەينى بوشىتىش، بەدەننى سەمرىتىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مېڭە ئاجىزلىقى، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىقى، ئۇنتۇغاقلىق، ئادەتلەنگەن باش ئاغرىقى، ئەستە تۇتۇشى قابىلىيىتى ئاجىزلاپ كېتىش، باھ ئاجىزلىقى، مەنىي بالدۇر يۈرۈپ كېتىش، كۆپ ئېھتىلام بولۇش، بۆرەك ئورۇقلاش، بۆرەك ياللۇغى، زىققە، قان تۈكۈرۈش، سىيدۈك كۆيۈشۈپ كېلىش، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تاتلىق بادام مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، پىستە مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، 15 گىرام ناۋات بىلەن تالقان قىلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ يېسە، ئۇيقۇسىزلىق، مېڭە ۋە باھ ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

2. بادام مېغىزىنى سوقۇپ شېكەر بىلەن قوشۇپ يېسە، كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ، دەم سىقىلىش، يۆتەل، قان تۈكۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، زىغىر قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام ئېلىپ، لوئوق تەييارلاپ بەرسە، بەلغەمنى بوشىتىپ، يۆتەلنى توختىتىدۇ ھەمدە كۆكرەكنى بوشىتىدۇ.

4. بادام مېغىزىدىن توققۇز تال، پىلپىلدىن يەتتە دانە، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، كاۋا ئۇرۇقى مېغىزى، بەدىيان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ سوقۇپ قىلىپ، شېكەر بىلەن قوشۇپ يېسە، مېڭىنى قۇۋۋەتلەپ، كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ.

5. تاتلىق بادام مېغىزىنى ئەنجۈر بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، ئۆچەي توسۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 7 ~ 15 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ، تەستە سىڭىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] مەستىكى، پىننە، بەدىيان.

[**ئورۇنباسارى**] چىلغوزا مېغىزى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] لوئوقى بادام، لوئوقى سەرپىستان، لوبوبى كەبىر.

ئاچچىق بادام يېغى

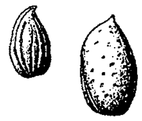
阿其克巴达木也合

(苦巴旦杏油 ku ba dan xing you)

[**باشقا ئاتىلىشى**] رەۋغىنى لەۋزۇلمىر، كەرۋابادامكى تىل

[**لاتىنچە نامى**] Oleum amygdalus commonis

[**ئىنگلىزچە نامى**] Oil Bitter Almond seed



بادام مېغىزى

[**تونۇش**] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىدىكى بىر خىل چاتقال ئۆسۈملۈك ياكى دەرەخ ئاچچىق بادامنىڭ ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ياغدىن ئىبارەت. رەڭگى ئاقۇچ، سۇزۇك بولۇپ، تەمى تاتلىقراق، پۇرىقى ئۆتكۈر كېلىدۇ. (6.4.1 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن ھەمدە غەربىي ئاسىيا، ئىران، ئافغانىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ئۇرۇقىنى چېقىپ، مېغىزىنى پاكىز يۇيۇۋېتىپ، مېغىزىدىن ياغ تارتىپ ئىشلىتىلىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ئاچچىق بادام مېغىزىدا ئامىگدالىن (Amygdalin) دەيدىغان ئاچچىق بادام گىلۇكوزىدى ۋە ئاچچىق ئۈرۈك مېغىزى فېرمېنتى (Emulsin) قاتارلىقلارنى تۇتىدىغان بولۇپ، ھەربىرى تەخمىنەن 2% نى ئىگىلەيدۇ. 40%~55% كىچە مايلىق ياغ، 25%~35% كىچە ئاقسىل، 2%~3% كىچە شىلىمشىق ماددا بار. يەنە ستاچىنوزا (stachyose) ئالانىن (Alanin)، ئاماندىن (Amandin) بار.

[**فارموكولوگىيەلىك تەسىرى**] ئاچچىق بادام تەركىبىدىكى ياغ قۇرت چۈشۈرۈش، باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش تەسىرىگە ئىگە. بەدەن سىرتىدىكى تەجرىبە ئارقىلىق ئۇنىڭ يەنە سازاڭسىمان مەددىنى ئۆلتۈرۈش تەسىرى بارلىقى ھەمدە ئۆچەي كېزىكى، پارازىت تاياقچە باكتېرىيەسىنى تورمۇزلاش تەسىرىنىڭ بارلىقى ئىسپاتلاندى. كىلىنىكىدا يىلان مەددە، ئىلمەك قۇرت مەددە ۋە تۇتۇ مەددىلەرنىڭ ھەممىسىگە ئۈنۈمى ياخشى.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنى تەڭشەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، تارتىشىپ قالغان پەيلەرنى بوشىتىش، ئاۋازنى نورماللاشتۇرۇش، مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، قۇسۇشنى توختىتىش، قۇرت چۈشۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قۇلاق ئاغرىقى، مېڭە ۋە باش ئاغرىقى، ئۇيقۇسىزلىق، ئۆپكە ياللۇغى، كونا يۆتەل، دېمى سىقىلىش، مۇپاسىل، تولغاق، ئۈچەي سانجىقى، تېزە كېسەللىكى، مەدەە قۇرت كېسەللىكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 10 گرام ئاچچىق بادام يېغىنى كەتىرا ۋە شېكەر بىلەن قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، قۇرۇق يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئاچچىق بادام يېغىنى مۇناسىپ دورىلارغا قوشۇپ، قۇلاق ۋە كۆزگە تېمىتىپ بەرسە، قۇلاق، كۆز ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. 10 گرام ئاچچىق بادام يېغىنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، تەمرەتكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 15 گرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] زەھەرسىز.

[ئورۇنباسارى] بىنەپشە يېغى، قاپاق يېغى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قۇرسى دىدان.

ئىككىنچى باب غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تەڭشىگۈچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەردىن تەبىئىي خىلتلار مىقدارى جەھەتتە ئېشىپ كېتىپ، سان جەھەتتىن غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشنى پەيدا قىلىپ، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئەزانىڭ نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسالغۇغا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل ئەھۋالغا قارىتا غەيرىي تەبىئىي خىلتنى تەڭشەشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تەڭشىگۈچى دورىلار ئادەتتە غەيرىي تەبىئىي خىلتنى تەڭشىگۈچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار دەپ تۆت تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

1 § . غەيرىي تەبىئىي سەپرانى تەڭشىگۈچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەردىن تەبىئىي خىلتلار مىقدارى جەھەتتە ئېشىپ كېتىپ، سان جەھەتتىن غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشنى پەيدا قىلىپ، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئەزانىڭ نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسالغۇغا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل ئەھۋالغا قارىتا غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى تەڭشەش خۇسۇسىيىتى ئاساسىي ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل دورىلار سەپرا خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار دەپ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن: سىمىزئوت، سىمىزئوت ئۇرۇقى، سەبدە گۈل، پاقىيوپۇرمىقى، سۇماق، ئارپا، ئالقات مېۋىسى، تېرىق، ئەينۇلا، قارىئۆرۈك، كۆك ماش، قومۇش يىلتىزى، قوناق ساقىلى، تەرخەمەك، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى قاتارلىقلار.

سىمىزئوت
斯米孜欧提
(马齿苋 ma chi xian)

[باشقا ئاتىلىشى] بەقلاتۇلھەمقا، بوستانى ئەفرۇز خىرفە

[لاتىنچە نامى] Herba Portulaca oleracea

[ئىنگلىزچە نامى] Purslane

سېمىزئوت

[تونۇش] بۇ، سېمىزئوت ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سېمىزئوت (Portulacas oleracea) تىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يۇيۇپ قۇرۇتۇلغان قىسمى (پۈتۈن چۆپى) «خرپە»، ئۇرۇقى «تۇخۇمى خرپە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى سىلىق، تۈكسىز، ئېگىزلىكى 20 ~ 30 سانتىمېتىر ئەتراپىدا، غولى سىلىندىر شەكىللىك، تەكشى ياتما ياكى سىڭايان، تۈۋىدىن شاخلاپ تۆت ئەتراپىغا يېيىلىدۇ. ئاپتاپقا قارىغان يۈزى سۇس يېغىر رەڭگە مايىل قىزىل رەڭلىك ياكى سۆسۈن رەڭلىك بولۇپ، يوپۇرمىقى نۆۋەتلىشىپ ياكى ئۇدۇل ئۆسىدۇ. يوپۇرماق ساپىقى قىسقا، يوپۇرماقنىڭ يۈزى قېلىن، چۈرۈك، گۆشلۈك، ئۇچى تەرپىلا يۇملاق، پۈتۈن گىرۋەكلىك، ئالدى يۈزى توق يېشىل، ئارقىسى تۇتۇق قىزىل رەڭلىك بولۇپ، توك سويىمغا ئوخشاش پۇرايدۇ. ئۇرۇقى كۆپ، رەڭگى قارامتۇل قوڭۇر رەڭلىك بولىدۇ. (2.1.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن، بولۇپمۇ شىنجاڭنىڭ ھەممە يېرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 10 ـ ئايلاردا مېۋە بېرىپ بولغاندىن كېيىن يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىنىڭ تەركىبىدە كۆپ مىقداردا نورئادرېنالىن (Noradrenaline) ۋە كۆپ مىقداردا كالىي تۇزى بولۇپ (ھۆل چۆپىدە 1% كالىي تۇزى، قۇرۇق چۆپىدە 17% كالىي تۇزى بار)، ئۇنىڭدىن باشقا دوپامىن (Dopamine)، ئالما كىسلاتاسى (Asparaginicacid)، ئالانىن (Alanin)، قومۇش شېكىرى، ئۈزۈم شېكىرى ۋە مېۋە قەنتى قاتارلىقلار بار. ھەر 100 گىرام يېگىلى بولىدىغان قىسمى تەركىبىدە 2.3 گىرام ئاقسىل ماددىسى، 0.5 گىرام ماي، ئۈچ گىرام شېكەر، يىرىك تالا، 85 مىللىگىرام كالتسىي، 56 مىللىگىرام فوسفور، 1.5 مىللىگىرام تۆمۈر، 2.3 مىللىگىرام كاروتىن، 23 مىللىگىرام ۋىتامىن C بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار. تەجرىبىدە 1:4 نىسبەتلىك قوي‌ۇقلۇقنىڭ تولغاق تاياقچە باكتېرىيەسىگە نىسبەتەن ئۆلتۈرۈش تەسىرى بار. ئۇنىڭدىن باشقا ئۈچەي كېزىكى تاياقچە باكتېرىيەسى، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى، ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسىنىمۇ تورمۇزلايدۇ. لېكىن سىل تاياقچە باكتېرىيەسىگە نىسبەتەن ئۈنۈمى يوق.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىسى ئېلىنىدۇ ياكى قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۇرۇقى بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، چۆپى بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى، قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، ھارارەت پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، قۇرت چۈشۈرۈش، ئۇسسۇزلۇقنى

پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۆرەك ۋە سۈيدۈك يوللىرىدا تاش پەيدا بولۇش، مەددە قۇرت، ئىچ سۈرۈش، ئىسسىقتىن بولغان تەپ، باش ئاغرىقى، ھەر خىل قىزىتمىلار، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، سۈيدۈك كۆيۈشۈپ كېلىش، كۆپ ئۇسساش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سېمىزئوتنى سەي ئورنىدا يالغۇز ياكى گۆش بىلەن قوشۇپ پىشۇرۇپ يېسە، ئىسسىقتىن بولغان قان ۋە سەپرا مەنبەلىك قىزىتمىلارغا، سىل، سۈيدۈك كۆيۈشۈپ كېلىش، دەم سىقىلىش قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

2. سېمىزئوت يوپۇرمىقىدىن 10 گىرام ئېلىپ قۇرۇتۇپ، تالقانلاپ، ئېغىزغا سېپىپ بەرسە، باللارنىڭ ئېغىزىدىكى مۇدۇر - چاقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ياكى يوپۇرمىقىدىن بەش گىرامنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ ئىچكۈزۈپ بەرسىمۇ بولىدۇ.

3. سېمىزئوت يوپۇرمىقىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ سۈيىدە يۇيۇنسا، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ. پىشۇرۇپ يېسە پۇت - قوللارنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

4. سېمىزئوت چۆپىنى كۆندە يەتتە گىرام ئىستېمال قىلىپ بەرسە، دىيابېت كېسىلىنى تىزگىنلەيدۇ.

5. ھۆل سېمىزئوت سۈيىدىن 30 مىللىگىرامغا مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر ياكى ناۋات قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، ئۈچەيدىكى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ ئىستېمال قىلسا چىش ئاغرىقىنى پەيدا قىلىدۇ. باھنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ. كۆزنى قاراڭغۇلاشتۇرىدۇ. سوغۇقتىن بولغان تال، ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] يالپۇز، پىننە، مەستىكى.

[ئورۇنباسارى] ئوسۇك ئۇرۇقى، كاۋا ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى مۇسەپپىخۇن، زىماتى خىرپە.

سەبدىگۇل

萨比达古丽

(菊花 ju hua)

[باشقا ئاتىلىشى] جۇخارگۇل

[لاتىنچە نامى] Flos Chrgsanthemun morifolium

[ئىنگلىزچە نامى] Florists Dendranthema

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈكنىڭ گۈلى بولۇپ، «جۇخارگۇل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (2.1.2 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 5 ـ ئاينىڭ ئاخىرى، 6 ـ ئاينىڭ باشلىرىدا گۈلى ئېچىلىدۇ، مۇشۇ چاغدا يىغىۋېلىپ، گۈل بەرگىنى ئايرىپ سايىدا يېيىپ قۇرۇتۇپ، سالقىن ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە ئاموني كىسلاتا، فىلاۋون، ئاز مىقداردا ۋىتامىن B_1 قاتارلىقلار بار، ئۇنىڭدىن باشقا ئۇچۇچان ماي، ئادىنىن، ئۆت ئىشقارى قاتارلىقلارمۇ بار.

سەبدىگۈل

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىغا نىسبەتەن تىنچلاندۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، قىل قان تومۇرلارنىڭ قارشىلىق كۈچىنى ئاشۇرۇش، ھەر خىل باكتېرىيەلەرنى تورمۇزلاش تەسىرىنى بېرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىنى، قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، يەل ھەيدەپ، ئىششىقنى ياندۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، ھارارەتنى پەسەيتىش، جىگەرنى تازىلاش، كۆزنى روشەنلەشتۇرۇش، چاقا ـ جاراھەتلەرنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] زۇكام، قىزىتما، باش ئاغرىقى، كۆز قىزىرىش، گال ئاغرىش، قولاق ئاغرىقى، ئۇيقۇسىزلىق، جىگەر يۇقۇملىنىش، يۇقىرى قان بېسىم، كۆز ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. جۇخارگۈل، گاۋزىبان، سەرپىستان، زىرىق، ئەينۇلا قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، بىرلىكتە دەملەپ ئىچسە، ھارارەتنى باسىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ. ئىششىق ۋە زەھەرنى ياندۇرىدۇ.

2. جۇخارگۈل، رەيھانگۈل، بىدىمۇشكى، سەندەل، قارلەيلىسى قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ. ئاغرىق پەسەيتىدۇ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

3. جۇخارگۈل، كاسنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، كاسنە يىلتىزى، يەرلىك شوخلا قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، بىرلىكتە قايىنىتىپ ئىچسە، يۇقۇملۇق جىگەر ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. جۇخارگۈلنى دەملەپ داۋاملىق ئىچىپ بەرسە، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.

5. جۇخارگۈل، ئۇجمە يوپۇرمىقىدىن 12 گىرامدىن، يالپۇز، رەيھانگۈلدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

6. جۇخارگۈل، ئوغرىتىكەندىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، كۆز ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4～10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بۆرەككە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان.

[ئورۇنباسارى] ئاق لەيلىگۈل.

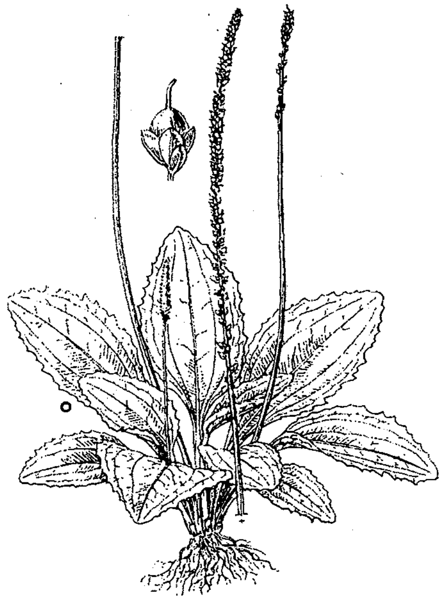
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سەبدىگۈل دەملىمىسى.

پاقىيوپۇرمىقى
帕卡优普日密克
（车前草　che qian cao）

[باشقا ئاتىلىشى] لىسانۇل ھەملى، بارتەڭ سەبزى، بەرگى بارتەڭ

[لاتىنچە نامى] Herba Plantago asiatica

[ئىنگلىزچە نامى] Asiatic Plantain Herb



پاقىيوپۇرمىقى

[تونۇش] بۇ، پاقىيوپۇرمىقى ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك پاقىيوپۇرمىقى ۋە تۈز يىلتىزلىق پاقىيوپۇرمىقى بولۇپ، يوپۇرمىقى كۆل رەڭگە مايىل يېشىل، ئەگرى - بۈگرى، يۈگمەچ كېلىدۇ. يوپۇرمىقى كەڭ، پۇراقلىق، تەمى ئاچچىق ھەم يېپىشقاق كېلىدۇ. يوپۇرماقنىڭ شەكلى قوينىڭ تىلىغا ئوخشاش ئۇزۇنچاق بولغاچقا، ئۇنى ئەرەب تىلىدا «لىسانۇل ھەملى» يەنى قوزا تىلى دەپ ئاتايدۇ. شۇڭا بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى پاقىيوپۇرمىقى ياكى «قوزا تىلى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (2.1.3 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە يېرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈز پەسلىدە يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىنىڭ تەركىبىدە ئاۋكوبىن (Aucubine) ، پىلانتاگىنىن (Plantoginine) ، ئاتسىدوم ئورسولىكوم (Vrsollc acid) ، ۋىتامىن B_1 ، C قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. قاينىتىلمىسى بەلغەم بوشىتىش تەسىرىنى بېرىدۇ.
2. باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى بار.
3. سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرى بار. سۇدىكى چىلانمىسى سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىنى بېرىدۇ.
4. ئاشقازان - ئۈچەيگە بولغان تەسىرى: ئاشقازان - ئۈچەي ئاجرالمىسىنى كۆپەيتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىنى ئېلىش ياكى قۇرۇتۇش ئارقىلىق ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى تەڭشەش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، قورۇش، تۇتۇش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىچ سۈرۈش، تولغاق، قۇلاق ئاغرىقى، بۇرۇن قاناش، گال ئاغرىقى، بۆۋاسىر، ھەيز كۆپ كېلىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پاقىيوپۇرمىقىنى قايىنتىپ قۇلاقنى تەرلەتسە ياكى سۈيىنى قۇلاققا تېمىتسا، ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. پاقىيوپۇرمىقىنى سىقىپ سۈيىنى ئىچىپ بەرسە، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. پاقىيوپۇرمىقىنى قايىنتىپ چىققان سۈيىدە ئېغىزنى غار ـ غار قىلسا، چىش ئاغرىقى، گال ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. پاقىيوپۇرمىقىنى ئېزىپ سىرتىدىن زىمات قىلسا، ھەر خىل قاناش، جاراھەت، ئىششىقلار، بوغۇم ئاغرىقى، سوڭەك چىقىپ قېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] چۆپىدىن 10 گىرام، سۈيىدىن 60 ~ 80 مىللىلىتىرغىچە، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى 5 ~ 7 گىرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

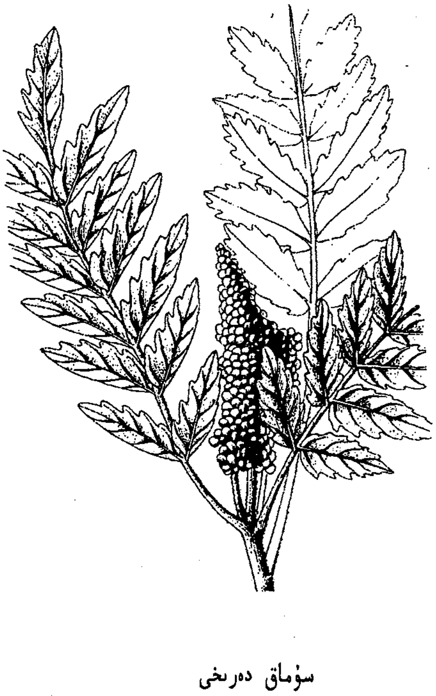
[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە ۋە تالغا قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەرقى بارتەڭ، سۇفۇپى تىين.

سۇماق
苏马克
（鞣树果 ruo shu guo）


سۇماق دەرىخى

[باشقا ئاتىلىشى] كەرە سۇماق، تەنزىكا

[لاتىنچە نامى] Fructus Rhus coraria

[ئىنگلىزچە نامى] Sicilian Sumach

[تونۇش] بۇ، سىر دەرىخى ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 6 ~ 8 مېتىرغىچە كېلىدىغان كىچىك دەرەخ ياكى چاتقال سۇماق بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ پىشاي دەپ قالغان مېۋىسى «سۇماق» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ياپىلاق، يۇمىلاق شەكىللىك قۇرۇق مېۋە بولۇپ، سىرتى خورما رەڭ ياكى قىزىل بولىدۇ. سىلىق، قاتتىق، كەسمە يۈزى سارغۇچ ئاق رەڭلىك، مايلىشاڭغۇ تەمى ئاچچىق كېلىدۇ. مېۋىسى ناھايىتى ياخشى يېمەكلىك ھېسابلىنىدۇ (4.1.2 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] پاكىستان، ئىران، تۈركىيە، ئوتتۇرا

ئاسىيا قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] مېۋىسى تەركىبىدە ئورگانىك كىسلاتالاردىن ئاتىسروم تارتارىكۇم، ئاتىسدوم ئاسكودىبكوم، ۋىتامىن C، ئۇچۇچان ماي قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] مېۋىسى ناھايىتى ياخشى يېمەكلىك، ئۇ ئاساسەن سالقىنلىتىش، ئىسسىقنى قايتۇرۇش، ئىشتىھانى ئېچىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] نەمدەش، قۇرۇتۇش ياكى توغراش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيتى**] غەيرىي تەبىئىي قان، سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش بېرىش، قان توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، قۇسۇشنى توختىتىش، سۈيدۈكنى ئازايتىش قاتارلىق خۇسۇسىيتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلىتىدىن بولغان كېسەللىك، سەپرالىق ئىچ سۈرۈش، سەپرالىق قۇسۇش، ئۆتكۈر ئۇسسۇزلۇق، كۆز ياشانغىراش، قان تولغاق، يۈرەك چالاڭغۇراش، قەنت سىيىش، پات - پات سىيىش، ھەزىم ئاجىزلىقى، ئاشقازان، ئۈچەي ئاجىزلىقى، ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. سۇماق، تاباشىر 10 گىرامدىن، قېتىق سۈزمىسىدىن 50 گىرام، بېھى ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، ئىسپىغۇلدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، سەپرا، قاندىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە ۋە قان تولغاققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. سۇماقتىن 10 گىرام، تەمرىھىندىدىن 20 گىرام ئېلىپ تالقانلاپ، ئەرقى گۇلدىن 50 مىللىلىتىر، ئەرقى سەندەلدىن 50 مىللىلىتىر قوشۇپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە، ھارارەتنى پەسەيتىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى باسىدۇ. قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. ھۆنى پەسەيتىدۇ.

3. سۇماق، نوقۇت، كاۋا مېغىزىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ يېسە، قەنت سىيىش كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. سۇماقتىن 10 گىرام، ئىسپىغۇلدىن بەش گىرام، نىشاستىدىن 10 گىرام ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ تەييارلاپ بەرسە، سەپرادىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ. بادام يېغى قوشۇپ بەرسە، قان ۋە تولغاققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. سۇماق، زىرە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقان قىلىپ ئىستېمال قىلسا، كۆڭۈل ئېلىشىش ۋە قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] جىگەر ۋە ئاشقازان سوۋۇپ كەتكەنلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] مەستىكى، بەدىيان، رۇمبەدىيان.

[**ئورۇنباسارى**] زىرىق، سىركە، ئاقاقىيا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى سۇماق، شەربىتى سۇماق، ھەببى سۇماق، ئاملە نۇشدارى، قۇرسى زىيابىتۇس.

ئالقات مېۋىسى

阿勒卡特

(枸杞子 guo qizi)

[لاتىنچە نامى] Fructus Lycium Chinense

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Wolfberry Fruit

ئالقات ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، يىدىگەن ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق كىچىك چاتقال ئۆسۈملۈك شىنجاڭ ئالقىتىنىڭ سوقچاق، قىزىل، شىرنىلىك مېۋىسىدىن ئىبارەت. مېۋىنىڭ ئىچىدە بىر تال ئۇرۇقى بولىدۇ. ئەسلىي ئۆسۈملۈكى شىنجاڭ ئالقىتى (Lycium dasystemum Pajark) بولۇپ، ئېگىزلىكى 1 ~ 2 مېتىرغىچە كېلىدۇ. رايونىمىزنىڭ بەزى جايلىرىدا بۇ ئۆسۈملۈك «مۇرقات» دەپمۇ ئاتىلىدۇ (5.1.2 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە يېرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 8 ـ، 9 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشىدۇ. پىشقاندا ئۈزۈۋېلىپ سايىدا قويۇپ، پوستى قورۇلغاندا كۈچلۈك ئاپتاپقا قويۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە كاروتىن (Carotine)، تىئامىن (thiamine)، رىبولاۋىن (Ribo lavine)، نىكوتىنىك كىسلاتا (Nicolinic acid)، ۋىتامىن C قاتارلىقلار بار. پوستىدا فىزالىن (Rhy salinc)، ماي كىسلاتاسى، گىلۇكوزا قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قاندىكى قەنتنىڭ مىقدارىنى تۆۋەنلىتىدۇ. جىگەرنى تازىلايدۇ. سىمپاتىك نېرۋىنى قوزغىتىدۇ. قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. قان تومۇرلارنى كېڭەيتىدۇ. خولېستېرىننى تۆۋەنلىتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلىتىنى تەڭشەش، ھارارەت پەسەيتىش، بۆرەك، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، قان تازىلاش، مەنىي كۆپەيتىش، قان تومۇرلاردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرۇش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۆرەك ئاجىزلىقى، مەنىي كېمىيىپ كېتىش، يۇقىرى قان بېسىمى

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

كېسىلى، قاندىكى ماي يۇقىرىلاش، دىيابېت كېسىلى، كۆز تورلىشىش، باش قېيىش، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئالقات، ئاق بەھمەن، شاقاقۇل، ئەگرىسۇناي قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، جىگەر ئاجىزلىقى، بۆرەك ئاجىزلىقى، باش قېيىش، كۆز تورلىشىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. 15 گىرام ئالقاتنى 30 گىرام چىلان بىلەن قوشۇپ قاينىتىپ چاي ئورنىدا ئىچسە، يۇقىرى قان بېسىم كېسىلى، دىيابېت كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئالقات، زىراۋەندىدىن 12 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، بۆرەك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ئالقات، قارىئۆرۈك، ئارپىبەدىيان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ شەربەت تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، قان بېسىمنى چۈشۈرىدۇ. كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ. قاندىكى ماينى تۆۋەنلىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 7 ~ 15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازاننى سوۋۇتىدۇ

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان.

[ئورۇنباسارى] زىرىق.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئالقات شەربىتى، ئالقات ئىچىملىكى.

تېرىق

特力克

(小米 xiao mi)

[باشقا ئاتىلىشى] دۇخەن، ئۈزدان، خەندۇرۇس

[لاتىنچە نامى] Semen Setaria italica

[ئىنگلىزچە نامى] millet seed

[تونۇش] بۇ، باشاقلىقلار ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تېرىقنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈك ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى يەنى بىخلانغان پوستلۇق دېنى «تېرىق ئۈندۈرمىسى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. سىرتى سۇس سېرىق رەڭدە بولۇپ، پارقىراق، ئۆزى قاتتىق، تەمى ئازراق تاتلىق، پۇراقسىز كېلىدۇ، دانچىلىرى تەكشى، رەتلىك بولغانلىرى ياخشىدۇر. (2.1.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن چىقىدۇ، كۆپىنچە شال ئېتىزلىرىدا پەيدا بولىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پوستى ئېلىۋېتىلگەن ئۇرۇقى بىلەن پوستلۇق ئۇرۇقىنىڭ قۇرۇقىدا تەخمىنەن

1.5%~2.5% كىچە ئومۇمىي ئازوت، 78% كىراخمال، 2% ئوكسىدسىزلانغان قەنت، ئۈنىڭدىن باشقا ئۈرۈقىدا 3% ياغ بار، غولىدا مېدىرىك گىلۇكوزىدى (Daphnin) خىلىدىكىلەر بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] مېدىرىك گىلۇكوزىدى تەركىبىدىكى مۇشۇ گىلۇكوزىدنىڭ باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار. 1 : 10000 بىرلىكى ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەنى تورمۇزلايدۇ، 1 : 5000 بىرلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيە ۋە چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسىنى تورمۇزلايدۇ، 1 : 2000 نىسبەتتىكى يېشىل يىرىڭ تاياقچە باكتېرىيەنى تورمۇزلايدۇ، لېكىن قۇرت چۈپ تاياقچە باكتېرىيەسىگە نىسبەتەن ئۈنۈمى يوق.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا، قان خىلتىنى تەڭشەش، قىزىتما قايتۇرۇپ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بەدەننىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كېتىش، قىزىتما، ھەزىم ئاجىزلىقى، قەۋزىيەت، ياتاق يارىسى، ئىستىسقا، ئىچ سۈرۈش، سۇلۇق ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تېرىقتا نان يېقىپ يەپ بەرسە، ئاشقازاندا ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەنگە مەنپەئەت قىلىدۇ، ئاشقازاندىكى ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ.

2. تېرىقنىڭ چۆپى بىلەن ئۇرۇقىدىن يوتقان - كۆرپە تىكىپ بەرسە، ياتاق يارىسى بولۇپ قالغانلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] قورساقنى ئېسىدۇ، قان تومۇرلاردا توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، پىننە، بەدىيان، قارىمۇچ، تۇز.

[ئورۇنباسارى] گۈرۈچ، ئارپىخان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تېرىق شېكىرى، تېرىق ئۇندۇرمىسى.

[قوشۇمچە] بۇنى يېيىشتە قايماق ياكى سۈت بىلەن يېيىش لازىم. چۈنكى بۇنىڭ ئوزۇقلۇق تەرەپلىرى ئازراق، يۇقىرىقى نەرسىلەر بىلەن قوشۇپ يېگەندە، ياخشى ئوزۇق بولىدۇ.

ئەينۇلا

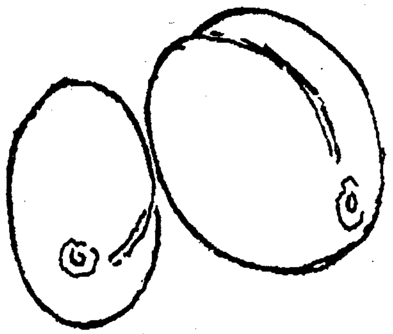
艾奴拉

(乌梅　wu mei)

[باشقا ئاتىلىشى] ئۈجاس، ئالۇبۇخار، ئالۇبۇخارا

[لاتىنچە نامى] Fructus prunus mume

[ئىنگلىزچە نامى] Smoked plum, Dark Plum



ئەينۇلا

[تونۇش] بۇ، ئەترگۈل ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئەينۇلانىڭ پەشاي دەپ قالغاندىكى ئۈزۈپ قۇرۇتۇلغان مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، يوپۇرمىقى يۇمىلاقراق، چېچىكى ئاق ئېچىلىدۇ. مېۋىسى كۆك، پىشقاندا قارىيىدىغان، ئاچچىق - چۈچۈك تەمگە ئىگە، ئىچىدە ئۇرۇقى بار بىر خىل مېۋىدىن ئىبارەت (7.1.2 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 7 ـ ئايدا پىشقاندا ئۈزۈپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى ئۇچۇچان ماي، ئامىنو كىسلاتاسى ۋە ھەر خىل ياغلاردىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سازاڭ قۇرتىنى ئۆلتۈرۈش، مۇسكۇللارنى تارايتىش، مىكروب ئۆلتۈرۈش، رېئاكسىيەگە قارشى تۇرۇش، ھېرىپ ـ چارچاشنى تۈگىتىش، ئىممۇنىتېت كۈچىنى ئاشۇرۇش، ئۇرۇقنىڭ ھەرىكىتىنى كونترول قىلىش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىسىنى ئېلىش، قۇرۇتۇش ياكى توغراش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى پىشۇرۇش، سۈرۈش، قان ۋە سەپرا خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش، قىزىتما قايتۇرۇش، چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىش، قان بېسىمنى چۈشۈرۈش، قۇرۇق ھۆلنى پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل قىزىتما، يۇقىرى قان بېسىم، ئىسسىقتىن بولغان زۇكام، نەزلە، يۆتەل، سەپرادىن بولغان تەپ، ھەزىم ئاجىزلىقى، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەينۇلادىن تۆت دانە، تەمرىھىندىدىن يەتتە گىرام، قارىئۆرۈكتىن بەش دانە ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، سەپرادىن بولغان قىزىتما، يۇقىرى قان بېسىمغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئەينۇلادىن تۆت دانە، چىلان، بىنەپشە، نىلۇپەر، پەرسىياۋشان، ئەنجۈر مونىكى ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە دەملەپ ياكى قايناتما تەييارلاپ ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل، زۇكام، نەزلە قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئەينۇلا مۇرابباسى تەييارلاپ يەپ بەرسە، قان ۋە سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى ھەمدە قۇرۇق ھۆلنى پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 دانىغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەردە يۆتەل پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] چىلان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى.

[ئورۇنباسارى] باراۋەر مىقداردا تەمرىھىندى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەينۇلا مۇرابباسى.

www.uyghurkitap.com

قارىئۆرۈك

卡拉欧如克

(新疆酸梅 xin jiang suan mei)

[باشقا ئاتىلىشى] ئالوسىيا، ئالو بۇخار، ئالۇ بالۇ

[لاتىنچە نامى] Fructus Prunus domistica

[ئىنگلىزچە نامى] Garden plun

[تونۇش] بۇ، ئەترگۇل ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك قارىئۆرۈك دەرىخىنىڭ مېۋىسى بولۇپ، خەلق ئارىسىدا قارىئۆرۈك نامى بىلەن مەشھۇر. مېۋىسىنىڭ شەكلى سوقىچاق، رەڭگى قارامتۇل قوڭۇر، تەمى چۈچۈمەل، ئازراق پۇراقلىق كېلىدۇ (8.1.2 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزدىن ۋە شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 7 ـ ئايدا مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە ئالما كىسلاتاسى (Malic acid)، ۋىتامىن E، B، C قاتارلىقلار بار. پېكتىك كىسلاتاسى (pectic acid)، كاروتىن (Carotin)، ئۇنىڭدىن باشقا قەنت، ئاقسىل، ياغ قاتارلىقلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىسلاش، رۇببىنى ئېلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل، بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتى ۋە خىلتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، سەپرادىن بولغان قىزىتما، زۇكام، كۆپ ئۇسساش، كۆڭۈل ئېلىشىش، قۇسۇش، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قارىئۆرۈكتىن بەش دانە، تەمرىھىندىدىن 20 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچسە، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى سۈرىدۇ.

2. قارىئۆرۈكنىڭ مېۋىسىنى شۈمۈپ بەرسە، كۆڭۈل ئېلىشىش، قۇسۇش ۋە ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ.

3. قارىئۆرۈكنى قاينىتىپ سۈيىنى بېشىغا چاپسا، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقنى يوق قىلىدۇ.

4. قارىئۆرۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كىنىدىك ئاستىغا قويسا، ئۈچەيدىكى قۇرتنى چۈشۈرىدۇ.

5. قارىئۆرۈك يوپۇرمىقىنى قاينىتىپ، سۈيىنى ئېغىزغا ئېلىپ غار ـ غار قىلسا، زۇكام ۋە نەزلىنى يوق قىلىدۇ.

6. قارىئۆرۈكنى قاينىتىپ سۈيىنى بۇرۇنغا تېمىتسا، بۇرۇنغا كەلگەن سۇنى توختىتىدۇ. ئېغىز چايقىسا بادامبەز ئىششىقى ۋە ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

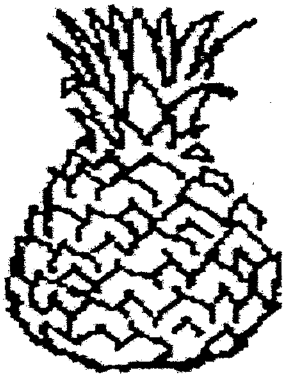
7. 7 ~ 8 دانە قارىئۆرۈكنى سۇدا ئازراق تۇرغۇزۇپ، يۇمشىغاندا سۈيىنى ئىچسە، قىزىتمىغا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 20 ~ 50 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] مېڭە ۋە ئاشقازان كېسىلى بارلارغا، سوغۇق مىزاجلىقلارغا زىيان قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] گۈلقەنت، مەستىكى، كۈندۇر.
[ئورۇنباسارى] باراۋەر مىقداردا تەمرىھىندى، گىلاس.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زۇكام جەۋھىرى، كاشكاپ دەملىمىسى، قارىئۈرۈك مۇراببىاسى.

ئاناناس

阿那那斯

(菠萝 bo luo)


ئاناناس

[باشقا ئاتىلىشى] ئەنتاس
[ئىنگلىزچە نامى] Pineapple
[تونۇش] بۇ، ئاناناس ئائىلىسىدىكى دائىم ياشىرىپ تۇرىدىغان بىر خىل دەرەخ بولۇپ، مېۋىسى ئېللىپىس شەكىللىك، چوڭ - كىچىكلىكى كىچىك قوغۇندەك، سىرتى تىكەنلىك، ھەم چوقاتماقلىق كېلىدۇ. ئۇنىڭ پوستىنى ئاقلىغاندىن كېيىن سارغۇچ ئاق رەڭدىكى مېۋىسى بولىدۇ. ئۇنىڭ پۇرىقى خۇش پۇراق، تەمى بىرئاز چۈچۈمەل بولۇپ، ئۇنىڭ مېۋىسى «ئاناناس» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (9.1.2 - رەسىم)
[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ خەينەنداۋ، يۈننەن، تەيۋەن ئۆلكىلىرىدە ھەم ھىندىستان، ۋيېتنام ۋە باشقا ئىسسىق بەلباغ دېڭىز بويلىرىدىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] قەنت، ئالما كىسلاتاسى، لىمون كىسلاتاسى، كاروتىن، ۋىتامىن C، كالتسىي، فوسفور، تۆمۈر ئېلېمېنتلىرى ۋە ئاناناس ئېنزىملىرى قاتارلىقلار بار.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ھەزىمنى ياخشىلاش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، سۈيدۈكنى راۋان قىلىش رولىغا ئىگە. شۇڭا ئۇ ھەزىم قىلىش ناچارلىقى، يۇقىرى قان بېسىم، بۆرەك جامى ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىنى ئاجرىتىپ، توغراپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، يۈرەككە خۇشلۇق يەتكۈزۈش ۋە قۇۋۋەتلەش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۈرەك ئاجىزلىقى، ئىسسىقتىن بولغان خەفەقان، بۆرەك ۋە دوۋسۇندا تاش پەيدا بولۇش، ھەيز قالايمىقانلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاناناسنى داۋاملىق غىزا ئورنىدا يەپ بەرسە، ئىسسىقتىن بولغان خەفەقانغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە يۈرەككە خۇشلۇق يەتكۈزىدۇ.

2. ئاناناستىن مۇۋاپىق مىقداردا مۇراببا تەييارلاپ يەپ بەرسە، يۈرەككە خۇشلۇق يەتكۈزىدۇ، قۇۋۋەتلەيدۇ، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 24 ~ 60 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] گالغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ئاچچىق لىمون سۈيى ياكى شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

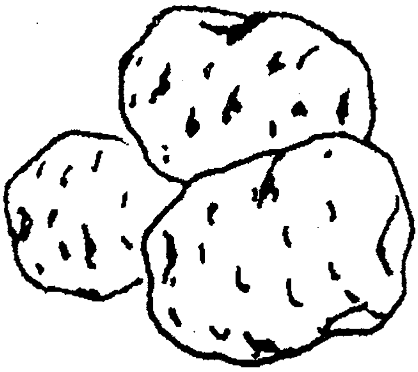
[ئورۇنباسارى] بېھى ۋە ئالما.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئاناناس مۇرابباسى.

مەككە چامغۇرى

买开克查木古尔

(土豆 tu dou)



مەككە چامغۇرى

[باشقا ئاتىلىشى] ئالۇ، ياڭيۇ

[تونۇش] بۇ، ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان مەشھۇر كۆكتات ياڭيۇ بولۇپ، ئۇنىڭ مېۋىسى ياڭيۇ ئۆسۈملۈكىنىڭ يەر تېگى قىسمىدا بولىدۇ، ئادەتتە كۆكتات ئورنىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ. (10.1.2 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ كۆكتات مېۋىسى راسا چوڭىيىپ پىشقاندا كولاپ ئېلىنىپ، سوغۇق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كۆپ مىقداردا كىراخمال، تۆمۈر، كالتسىي، ۋىتامىن C قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ھەزىم قىلىشنى ياخشىلاش، قان، كالتسىي تولۇقلاش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، توغراپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاشقازان، ئۈچەينى قۇۋۋەتلەش، مۇسكۇللارنى چىڭىتىش، قان، سەپرا خىلىتلىرىنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، زەخىملەرنىڭ نەملىكىنى قۇرۇتۇش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان، ئۈچەي ئاجىزلىقى، قان ئازلىق، ماغدۇرسىزلىق، ئىشتىھاسىزلىق، پۇت - قول ئاغرىقلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] ياڭيۇنى پاكىز يۇيۇپ توغراپ، مايدا پىشۇرۇپ، ئۈستىگە زىرە، قارىمۇچ، تۇز سېپىپ ئىستېمال قىلسا، ئاشقازان، ئۈچەي ئاجىزلىقىدىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ئۇنى گۆش بىلەن پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، قان ئازلىق، باھ ئاجىزلىقى، ماغدۇرسىز-لىق، ئىشتىھاسىزلىق، پۇت - قول ئاغرىقلىرى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 30 ~ 60 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سۇدا پىشۇرغىنى ئاشقازان، باھقا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەنجىۋىل، ئاقىرقەرھا.

[ئورۇنباسارى] پىدىگەن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مايدا پىشۇرۇلغان ياڭيۇ قەلەمچىسى.

جىنەستە

吉乃斯台

（樱桃 ying tao）

[باشقا ئاتىلىشى] فالىسە، پالىسە

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك جىنەستىنىڭ مېۋىسى بولۇپ، مېۋىسى خۇددى مېغىز تۇتمىغان ئۆرۈك غورىسى چوڭلۇقىدا ياكى ئۇنىڭدىن كىچىك بولىدۇ، خام مېۋىسىنىڭ رەڭگى يېشىل، تەمى قىرتاق بولىدۇ، چالا پىشقان ھالىتىنىڭ رەڭگى قىزىل، تەمى چۈچۈمەل بولىدۇ، ياخشى پىشقىنىنىڭ رەڭگى قىزىلغا مايىل قارا، تەمى ناخۇش بولىدۇ. بۇ دەرەخ ئادەم ئېگىزلىكىدە بەزىدە ئۇنىڭدىن ئېگىز ئۆسىدۇ، يوپۇرمىقى شاتۇتنىڭ يوپۇرمىقىغا ئوخشاش. لېكىن ئۇنىڭدىن چوڭ بولىدۇ. ئەتراپىدا قىزىل سىزىقچىلار تارتىلغان بولىدۇ، گۈلى سېرىققا مايىل قىزىل بولىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] قەنتلەر، ئورگانىك كىسلاتالار، تانىن، كالتسىي، تۆمۈر، فوسفور قاتارلىق ئېلېمېنتلار، ۋىتامىن B_2، PP، C، كاروتىن قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، كۆڭۈل ئېلىشىش، ھۆلنى پەسەيتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ ساپلاشتۇرۇپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل، ئىككىنچى دەرىجىدە سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، قاننىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، كۆڭۈل ئېلىشىش، قۇرۇق ھۆ بولۇش ۋە قۇسۇشنى توختىتىش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، يۈرەك، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، جىگەرنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سەپرادىن بولغان كېسەللىكلەر، كۆڭۈل ئېلىشىش ۋە قۇسۇش، يۈرەك،

ئاشقازان ئاجىزلىقى، جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى، سەپراۋى تەپ، قەۋزىيەت، قانلىق سۈيدۈك، سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش، سۆزەنەك، قەنت سىيىش كېسەلى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. جىنەستە مۇراببىسىنى تەييارلاپ يېيىشكە بېرىلسە، قان، سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى ۋە قۇرۇق ھۆنى پەسەيتىدۇ.

2. جىنەستىدىن بەش گىرام، تەمرىھىندىدىن يەتتە گىرام، قارىئۆرۈكتىن بەش گىرام ئېلىپ، قايناتما تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، سەپراۋى قىزىتما، يۇقىرى قان بېسىمىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. جىنەستە، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان يىلتىزى پوستىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دەملىمە قىلىپ ئىستېمال قىلسا، سۈيدۈك توختاپ قېلىش خاراكتېرلىك بۆرەك ياللۇغى، سۈيدۈك يولى ياللۇغى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مېۋىسى 24 ~ 60 گىرامغىچە، سۈيى 24 ~ 36 مىللىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يەل پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] گۈلقەنت، رۇمبەدىيان.

[ئورۇنباسارى] ئەينۇلا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] جىنەستە مۇراببىسى، جىنەستە دەملىمىسى.

§ 2 . غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بەلغەم خىلتىدە سان جەھەتتىن غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىش يۈز بەرگەندە، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئەزانىڭ نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل ئەھۋالغا قارىتا غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: چوڭ سۈتلۈكئوت، كىچىك سۈتلۈكئوت، ئارپىبەدىيان، خوخا، كۆك-چاي، ئاسارۇن، چىغىرتماق گۈلى، قۇلۇلە قېپى قاتارلىقلار.

چوڭ سۈتلۈكئوت

松素提力克欧提

（飞扬草 fei yang cao）

[باشقا ئاتىلىشى] سوسفەندى، شىرگىيا ـ شىرىك، دەۋلى

[لاتىنچە نامى] Herba Euphorbia hirta

[ئىنگلىزچە نامى] Garden Euphorbia Herb

[تونۇش] بۇ، سۇتلۇكئوت ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك چوڭ سۇتلۇكئوت بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزلىق پۈتۈن چۆپى «چوڭ سۇتلۇكئوت» نامىدا ياكى «دۇدھىكلان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۆسۈملۈكنىڭ غولى قاتتىق تىكەنلەر بىلەن قاپلانغان، ئادەتتە تۆۋەن قىسمىدىن شاخلايدۇ. شاخلىرى ئۇچۇق قىزىل رەڭلىك ياكى سۇس سۆسۈن رەڭلىك بولىدۇ، يەر بېغىرلاپ ئۆسىدۇ، ھەرە چىشىغا ئوخشاش چىشلىرى بولىدۇ ياكى بىر نەچچە گىرۋەكلىك كېلىدۇ. ئۇچى ئۇچلۇق، تۆۋى يۇملاق، ئوتتۇرىسىدا بىر دانە رەڭلىك داغ بار. ئىككى يۈزى قىسقا، يۇمران تۈكچىلەر بىلەن قاپلانغان. ئارقا يۈزىدە تومۇر بويلاپ تۈكچىلەر زىچ ئۆسكەن، ئۇرۇقى تۇخۇمسىمان تۆت قىرلىق، يىلبويى گۈلى ئېچىلىدۇ. تاغ باغرى، يول بويلىرى، چاتقاللار ئارىسىدا ئۆسىدۇ. كۆپىنچە قۇملۇق تۆپىلىرىدە بولىدۇ. گۈلى ئۇششاق، كۆپ بولىدۇ. تەمى چۈچۈمەل، يوپۇرمىقى ئاجىز كېلىدۇ. (2.2.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ شەرقىي جەنۇبىي ئۆلكىلىرى ۋە دۇنيانىڭ ئىسسىق بەلباغ رايونلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 7 ـ ئايلاردا يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىنىڭ تەركىبىدە فىلاۋون گىلۇكوزىدى، تاراكسېرول(Taraxerol) B−، ئامىرىن (B—Amyrin)، ستوستېرول (Eukkaguc acid)، ئېئىللاگىك كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] چوڭ سۇتلۇكئوتنى سىناق قىلىش ئۈچۈن چىشى چوشقىغا بەرگەندە، سۈت بېزىنىڭ تەرەققىياتىنى ئىلگىرى سۈرۈپ، سۈت ئاجرىتىپ چىقىرىشنى كۈچەيتكەن، يەنە مەلۇم دەرىجىدە سۈيدۈك ماڭدۇرۇش، ئىچىنى سۈرۈش تەسىرىمۇ بار، لېكىن باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى يوق.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى، ھۆل سوغۇق كەيپىياتىنى تەڭشەش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۆتەل، زۇكام، كالتە يۆتەل، تارتىشىپ قېلىش، نەپەس يولى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. چوڭ سۇتلۇكئوت، رۇمبەدىياندىن بەش گىرامدىن، سېرىقچېچەكتىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قايناتىپ تەرلەنسە، تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئېچىپ زۇكامغا شىپا بولىدۇ.

2. سۇتلۇكئوتتىن بەش گىرام ئېلىپ، قەلەمپۇر قايناتىلمىسى بىلەن قوشۇپ ئىچسە، ھۆل سوغۇقتىن بولغان يۆتەل ۋە كونا زۇققە كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] كىچىك سۇتلۇكئوت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى مۇسەپپىخۇن قابىز.

www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

كىچىك سۇتلۇكئوت

克斯克索提力克欧提

（千根草） qian gen cao

[باشقا ئاتىلىشى] سۇسفەندى، شىرگىياھ، دۆۋدىلى

[لاتىنچە نامى] Herba Euphor bia humifusa

[ئىنگلىزچە نامى] Commot milk weed Herb

بۇ، سۇتلۇكئوت ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سۇتلۇكئوت بولۇپ، ئۆسۈملۈك- نىڭ پۈتۈن چۆپى «سۇسفەندى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭ ئاق رەڭلىك سۈتى چىقىدۇ، يەر بېغىرلاپ ئۆسىدۇ، كۆپ شاخلايدۇ، سەل تۈكلۈك، ئېگىزلىكى 15 سانتىمېتىردىن ئاشمايدۇ. رەڭگى ئادەتتە قىزىل رەڭدە بولۇپ، يوپۇرمىقى ئۇدۇل ئۆسىدۇ. ئېللىپىس شەكىللىك ياكى چاسا شەكىللىك يۇمىلاق بولىدۇ. ئۇچى گال، تۈۋى سىڭايانىراق، چۆرىسىدە ئۇششاق چىشى بار. ئالدى يۈزى توق يېشىل رەڭدە، ئارقا يۈزى كۆل رەڭگە مايىل ئاق بولىدۇ. (2.2.2 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 7 ـ ئايلاردا يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ياكى ئۇسارىنى ئېلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىنى تەڭشەش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، مەنىي ۋە سۈيدۈكنى تىزگىنلەش، قان تازىلاش، يىلان زەھىرىنى قايتۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كۆپ ئېھتىلام بولۇش، مەنىي سۈيۈلۈپ كېتىش، مەنىي بالدۇر يۈرۈپ كېتىش، ئاق خۇن كۆپ كېلىش، تولغاق، ئىچ سۈرۈش، ئاشقازان ـ ئۈچەيدىن قان كېلىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سۇتلۇكئوتتىن يەتتە گىرام ئېلىپ، سۈتىنى چىقىرىپ ئىچسە، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

2. سۇتلۇكئوتتىن بەش گىرام، تاباشىردىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تالقان تەييالاپ بەرسە، سۆزنەك كېسەللىكىدىكى ئېچىشىشنى، بوۋاسىر ۋە ئۈچەيدىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.

3. سۇتلۇكئوتتىن 10 گىرام، شاھتەرەردىن 15 گىرام، چۆپچىنىدىن يەتتە گىرام، ئۆشنىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قايىنىتىپ ئىچسە، قان بۇزۇلۇشتىن بولغان تېرە كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. قەلەي كۆشتىسىدىن بەش گىرام ئېلىپ، يەتتە گىرام سۇتلۇكئوتقا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، سۆزنەك، مەنىي سۈيۈلۈپ كېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. سۇتلۇكئوتتىن يەتتە گىرام، قارىمۇچتىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، يىلان زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 5 ~ 7 گىرامغىچە.
[**زىيانلىق تەسىرى**] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.
[**تۈزەتكۈچىسى**] ھەسەل.
[**ئورۇنباسارى**] شاھتەررە، چوڭ سۇتلۇكئوت.
[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] شەربىتى مۇسەپپىخۇن، سۇفۇپى قابىز.

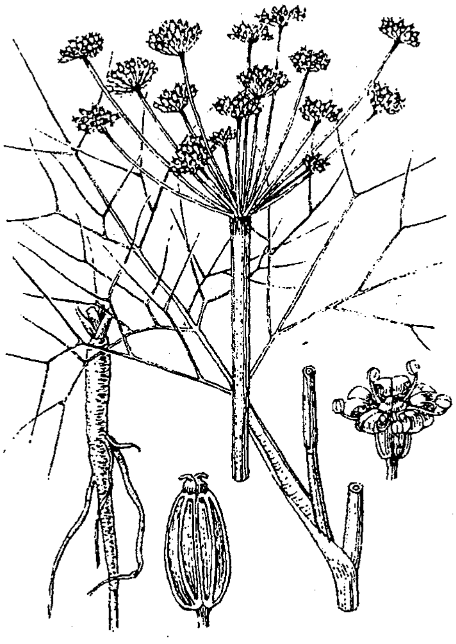
ئارپىبەدىيان

阿日帕巴地洋

(小茴香 xiao hui xiang)

[**باشقا ئاتىلىشى**] رازىيانەج، بەدىيان داراز، بەدىيان
[**لاتىنچە نامى**] Fructus Foeniculum vulgare
[**ئىنگلىزچە نامى**] Fennel, Fennel Fruit

[**تونۇش**] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئارپىبەدىياننىڭ پىشقان ۋە قۇرۇتۇلغان مېۋىسى بولۇپ، «ئاپىبەدىيان» نامىدا ياكى «رازىيەنەج» نامىدا، يىلتىزى «بىخ بەدىيان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇرۇقى تۇخۇمسىمان، سەل ياپىلاق شەكىلدە، رەڭگى سارغۇچ يېشىل، تەمى بىرئاز ئاچچىق، تىلنى قورۇيدۇ، خۇش پۇراق، 5 ~ 6 گىچە ئۇزۇنغا كەتكەن سىزىقچىلىرى بولىدۇ. (2.2.3 ـ رەسىم)


ئارپىبەدىيان

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ھىندىستان، ئىران، پاكىستان قاتارلىق دۆلەتلەردىنمۇ چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي بولۇپ، مايىنىڭ ئاساسلىق تەركىبى 50%~60% كىچە ئانىتول (Anitole)، 20%~30% گىچە فېنخون (Fenehone)، كامفىن (comphene)، ئانىسدوم ئانىزىكوم (Anisic acid)، دىپېتىن (dipeten) قاتارلىقلار بار. ئۇنىڭدىن باشقا ئارپىبەدىيان مېيى، ئاقسىل، ۋىتامىنغا ئوخشاش ماددىلار، كىراخمال، شېكەر، شىلىمشىق ماددىلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] ئارپىبەدىيان يېغى، ئاغرىق قالدۇرىدۇ. ئاشقازاننى بوشاشتۇرۇپ غىدىقلاش پەيدا قىلىپ، ئاشقازان ـ ئۈچەينىڭ لۆمۈلدەش خىزمىتىنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ. شۇنىڭ بىلەن ئاستا ـ ئاستا بوشاشتۇرۇپ ئاغرىققا ئارام بېرىدۇ. ئارپىبەدىيان يېغىنىڭ باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش رولىمو بار. ئانېتولنىڭ مەلۇم نىسبەتتە باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش رولىمۇ بار. فېنون كافۇرغا ئوخشاش ئالاھىدە

جىسمىدىن تۈزۈلگەن. شۇنىڭ ئۈچۈن مەلۇم دەرىجىدە كامىخورلارغا ئوخشاش يەرلىك ئورۇننى غىدىقلاش تەسىرى بار. يەنە ئارپىبەدىيان يېغىنىڭ مەلۇم دەرىجىدە چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش قىلىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇپ ياكى قۇرۇق قورۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يەل ھەيدەش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىنى ۋە ھۆل سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش، سۈت پەيدا قىلىش، زەھەر قايتۇرۇش، سۈيدۈك، ھەيزنى راۋان قىلىش، ئىششىق ياندۇرۇش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەزىم ئاجىزلىقى، قورساق ئېسىلىش، دەم سىقىلىش، تال، جىگەر توسۇلۇش، بوغۇم ئاغرىقى، سۈت كېمىيىپ كېتىش، سوزۇلما ئىچ سۈرۈش، يۈرەك رىتىمسىزلىقى، ئېغىز پۇراش، كۆڭۈل ئېلىشىش، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش، يۆتەل، يانپاش ۋە بەل ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئارپىبەدىياندىن 21 گىرام، ئەپسەنتىندىن ئالتە گىرام، سۇمبۇلدىن ئۈچ گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، قارا زىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ ئىچسە يەل ھەيدىيدۇ، قورساق كۆپۈشنى يوقىتىدۇ.

2. بەدىياندىن 10 گىرام، ئىزخىردىن 20 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، سۈيىگە 100 گىرام ھەسەل قوشۇپ ئىچسە، پالەچ، لەقۋا، ئىستىرخاغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. بەدىيان، ئوغرىتىكەن 10 گىرامدىن، بادام مېغىزىدىن 30 گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ بەرسە، سۈت كۆپەيتىدۇ. كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ.

4. بەدىياندىن 10 گىرام، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىدىن 15 گىرام ئېلىپ قورۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى تەرەنجىبىن بىلەن تەمىنى چىقىرىپ ئىچسە، باللاردىكى كۆڭۈل ئېلىشىش، ئىچ سۈرۈش، قۇسۇش، تاماق يېمەسلىككە پايدا قىلىدۇ.

5. بەدىياننىڭ تەمىنى چىقىرىپ، ئۈچ گىرام بادام يېغى قوشۇپ ئىچسە، قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

6. كاسنە ئۇرۇقى ۋە بەدىياندىن سىركەنجىۋىل تەييارلاپ بەرسە، تال ۋە جىگەرنىڭ توسالغۇسىنى ئاچىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ～ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[ئورۇنباسارى] كەرەپشە ئۇرۇقى.

[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، ھۆل يۇمغاقسۈت، ئاق سەندەل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەرقى بەدىيان، ئىترىفىل بەدىيان، جاۋارىش كۆمۈنى، سۇفۇپى بەدىيان.

خوخا
伙哈
(大蓟 da ji)

[**باشقا ئاتىلىشى**] شوكائى، چەرچە، ئەۋنەن كەتاپ

[**لاتىنچە نامى**] Herba Cirsium helenioides

[**ئىنگلىزچە نامى**] Japanese Thistle

خوخا مايسىسى

[**تونۇش**] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 50 ~ 150 سانتىمېتىرغىچە ئۆسىدىغان كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك چوڭ خوخىنىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى ۋە يىلتىزى «شوكائى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. غولى ئېللىپىس شەكىللىك، سىرتقى يۈزى سۆسۈنگە مايىل قوڭۇر رەڭلىك ياكى قوڭۇر رەڭلىك، ئۇزۇنىسىغا كەتكەن قورۇقلار بار ھەم ئاقۇچ كۈل رەڭلىك مەشۇتسىمان تۈكلەر بىلەن زىچ قاپلانغان، ئۆزى بوش ھەم چۇرۇك، سۇندۇرۇلغان يۈزى سارغۇچ ئاق رەڭلىك، يوپۇرمىقى يېشىلغا مايىل قوڭۇر رەڭلىك ياكى توق يېشىل رەڭلىك، گىرۋەكلىرىدە يىڭنىسىمان تىكەنلىرى بار، ئومۇمىي ئۇرۇقچىسى پۈرلۈپ كەتكەن، سېرىق رەڭلىك، سىرتقى يۈزى قارامتۇل سۆسۈن رەڭلىك، تەمى تاتلىق، پۇرىقى ئاجىز كېلىدۇ. (4.2.2 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىغا تارقالغان، يەنە ئىران تاغلىرىدىنمۇ چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] 7 ـ ئايلاردا يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساقلايدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] پۈتۈن چۆپىنىڭ تەركىبىدە ئالكولوئىد، ئۇچۇچان ماي، يىلتىزىدا تاراتاساستېرىل ئاتسىتات (Taratxa sterylacetate)، ستىگماستېرول (Stigmasterol) قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] 1. قان بېسىمغا نىسبەتەن تەسىرى: سۇدىكى چىلانمىسى ۋە ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقى ئىت، مۇشۇك، توشقانغا ئىشلىتىلسە، ھەممىسىگە نىسبەتەن قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

2. باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى: بەدەن سىرتىدىكى تەجرىبىدە شوكائى يىلتىزىنىڭ قاينىتىلمىسى ياكى پۈتۈن چۆپىنىڭ ئەرقى 4000 : 1 قويۇقلۇقتا بولغاندا، ئىنسانلار بەدىنىدە زەھەرلىك سىل تاياقچە باكتېرىيەسىنىڭ ئۆسۈشىنى تورمۇزلايدۇ، ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان ياسالمىسى 3000 : 1 قويۇقلۇقتا

بولغاندا سىل تاياقچە باكتېرىيەسىنى تورموزلاش رولىغا ئىگە. لېكىن سۇدىكى قايىنتىلمىسىنىڭ قويۇقلۇقى يۇقىرى بولۇشى كېرەك.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇرۇش، قان توختىتىش، ئۇنىڭدىن باشقا ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، زەھەر قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئۈرۈقى ۋە يىلتىزىنىڭ قان توختىتىش، جاراسىملارنى ئۆلتۈرۈش، بەلغەم بوشىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان تۈكۈرۈش، بۇرۇن قاناش، كىچىك تىل ئىششىقى، مەقئەت ئىششىقى، ئۆپكە سىلى، پالەچ، ئىچ سۈرۈش، بەرەس (ئاقكېسەل)، بەھەق، ماخاۋ ۋە جىگەر كېسەللىكلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئانارگۈل ۋە ئانار پوستىدىن 10 گىرامدىن، شوكائىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايىنىتىپ ئىچسە، قان تۈكۈرۈش ھەم بۇرۇن قاناشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. بابۇنە، يەرلىك شوخلا، ئاق لەيلىگۈل، شوكائى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، كىچىك تىل ئىششىقى، مەقئەت ئىششىقى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. يەتتە گىرام شوكائىنى قايىنىتىپ، قىزىلگۈل گۈلقەنتى بىلەن بىرگە ئىچىپ بەرسە، ئۆپكە سىلىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ～ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] بادام مېغىزى، قامغاق.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] خوخا قايىنتىلمىسى.

سەبرە گۈلى

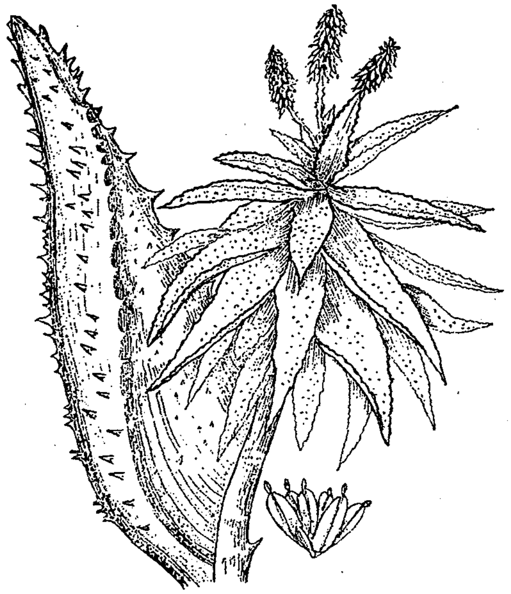
赛比古丽

(芦会花 lu hui hua)

[باشقا ئاتىلىشى] ئالوي گۈلى.

[تونۇش] بۇ، گۈلساماق ئائىلىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئالوي ياكى سەبرىنىڭ گۈلى بولۇپ، ئۇنىڭ ئۆسۈملۈكى يېرىم گەز ئېگىزلىكتە ئۆسىدۇ، ئۇنىڭ يوپۇرمىقى يىلتىزىدىن چىقىدۇ ۋە كالا قۇيرۇقىدەك قېلىن بولىدۇ ھەم ئىككى ئەتراپىدا تەكشى بولىدۇ. يوپۇرمىقىنىڭ ئاخىرقى بېشى تىكەن بىلەن ئاخىرلىشىدۇ، يوپۇرمىقىنى تىلسا، سېرىققا مايىل ئاچچىق سۇيۇقلۇق چىقىدۇ. بۇ، سەبرە

www.uyghurkitap.com



سەبرە گۈلى

لوئابى دېيىلىدۇ. سەبرە گۈلى ۋە ئۇنىڭ ئۇسارىسى تېبابەتتە كۆپ ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرى، جەنۇبىي ئامېرىكا، غەربىي ھىندى تاقىم ئاراللىرى، ئافرىقىنىڭ جەنۇبىي تەرەپلىرىدە كەڭ كۆلەمدە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] گۈلى راسا ئېچىلغاندا يىغىۋېلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] بەلغەم خىلىتىنى تەڭشەش، ياللۇغ قايتۇرۇش، يەل ھەيدەش، قان تازىلاش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان بۇزۇلۇشتىن بولغان كېسەللىكلەر، تال ۋە جىگەر كېسەللىكلىرى، كۆز ياللۇغى، قەۋزىيەت، بوغۇم ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىچى، سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 10 گىرام سەبرە گۈلىنى ئالتە گىرام قىزىلگۈل بىلەن قاينىتىپ ئىچسە، قان تازىلاپ، بوۋاسىرغا پايدا قىلىدۇ.

2. سانا، قىزىلگۈل 12 گىرامدىن، سەبرە گۈلى، سەرپىستاندىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3. سانا، سەبرە گۈلى، ئادراسمان ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرى ئۈچ گىرام ئېلىپ تالقان قىلىپ، ھەسەل بىلەن ئۈچ كۈندىن يەتتە كۈنگىچە ئارقا ـ ئارقىدىن ئىچىپ بەرسە رېماتىزمغا پايدا قىلىدۇ.

4. سەبرە گۈلى، سانا يوپۇرمىقىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ سۈيىنى ئىچىپ بەرسە، قەۋزىيەتنى يوق قىلىدۇ.

5. سەبرە گۈلى، سانا، مامىرانچىدىن ئېلىپ، سىركىگە چىلاپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە، قىچىشقاق، دائىرىلىك چاچ چۈشۈش ۋە تېرە سويۇلۇپ چۈشۈپ كېتىش، داغ، بەھەق قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] جىگەر، ئاشقازان ۋە ئۈچەيگە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] كەترا ۋە قىزىلگۈل.

[ئورۇنباسارى] شەھمەنزەل، سوقمۇنىيا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سەبرە گۈلى قاينىتىلمىسى.

www.uyghurkitap.com

3 § . غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى- تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن سەۋدا خىلتى سان جەھەتتە ئېشىپ كېتىپ، سان جەھەتتىن غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىش يۈز بەرگەندە، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئەزانىڭ نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل ئەھۋالغا قارىتا غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشەش خۇسۇسىيىتى ئاساسىي ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل دورىلار سەۋدا خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار دەپ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن: ئات سۈتى، قايمىقى، سۈزە، كىيۈرە، يېسسىمۇق، قوي يىلىكى، قىزىل بۇغداش، كالا سۈتى، قايماق، گاۋزىبان چىنى قاتارلىقلار.

ئات سۈتى قايمىقى

阿提索提卡依米克

（马奶皮 mǎ nai pi）

ئات

[باشقا ئاتىلىشى] زەبىد لەبەنلفەرەس، گورىكى دۈدكى مەككەن

[لاتىنچە نامى] Lac Equi

[ئىنگلىزچە نامى] Mare milk

[تونۇش] بۇ، ئات ئائىلىسىدىكى ھايۋان ئاتنىڭ سۈتى بولۇپ، ئاتنى سىغىپ سۈتىنى قويۇپ قويغاندا، سۈتنىڭ ئۈستىگە تەبىئىي ھالدا پەيدا بولىدىغان بىر خىل مايلاش، ئاپئاق بولغان مەھسۇلات بولۇپ، ئادەتتىكى قايماققا ئوخشاش بولىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يېرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ئات سۈتىنى قايىنتىش ئارقىلىق تەييارلىنىدۇ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ھەر خىل ۋىتامىنلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشەش، ئۇچەيىنى قۇۋۋەتلەش، بەدەنگە ھۆللۇك يەتكۈزۈپ، قورۇقلۇقنى تەڭشەش، قىزىتمىنى پەسەيتىپ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، قان كۆپەيتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، سۆڭەك، چىش كېسەللىكى،

كەم قانلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئات سۈتى قايمىقىنى ئانار ياكى مېۋە سۇلىرى بىلەن قوشۇپ ئىچسە، قان كۆپەيتىدۇ ياكى ھەر خىل ئەرەق دورىلار بىلەن ياكى ئانار ۋە مېۋىلەرنىڭ سۇلىرى بىلەن بىرگە ئىچسىمۇ يۇقىرىقى تەسىرلەرنى بېرىدۇ.

2. ئات سۈتى قايمىقىنى ئەرقى گۈل بىلەن قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، قىزىتما ۋە ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ.

3. ئات سۈتى قايمىقىنى سەدەپ كۆشتىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بەرسە، چىش مىلىكلىرىنى چىڭىتىدۇ.

4. 15 گىرام ئات سۈتى قايمىقىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەرقى پىننە بىلەن قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، بەدەن ئاجىزلىقى ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 30 ~ 60 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يۇقىرى قان بېسىم كېسىلى بارلارغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] يۇمغاقسۈت، تاۋۇز.

[ئورۇنباسارى] تۆگە سۈتى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قايماق چاي.

سۇزە
苏则
（新塔花 xin ta hua）

[باشقا ئاتىلىشى] سۇزە چۆپى

[لاتىنچە نامى] Herba ziziphora clinopodioides

[ئىنگلىزچە نامى] Bunge ziziphora Herb

[تونۇش] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كىچىك يوپۇرماقلىق سۇزە بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يەر ئۈستى قىسمى «سۇزە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ تاغلىق رايونلىرىدىكى پەس تاغلاردا، نەم يەرلەردە ئۆسىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 7 ـ ئايلاردا يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] سۇزە تەركىبىدە α - پىنىن (α—Pinene) ۋە پۇلېگون (Pulegone) قاتارلىقلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[تەبئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنى، قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، يۈرەك ھەرىكىتىنى ياخشىلاش، قۇۋۋەت بولۇش، بەدەننى ۋە باھنى قۇۋۋەتلەش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۇيقۇسىزلىق، يۈرەك ئېغىش، سوۋەك يۇمشاپ كېتىش (راخىت كېسىلى)، ئەرلىك جىنسىي ئاجىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] سۇزە، بادرەنجبويا، رەيھان قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ، تىرىپلىرىنى سۈزۈپ، شېكەر قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، ئۇيقۇسىزلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 20 ~ 24 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازاننى سوۋۇتۇۋېتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، دارچىن.

[ئورۇنباسارى] بادام مېغىزى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇزە دەملىمىسى.

سۇزە

كېيۇرە

克优热

(露兜筋花 lu bou jin hua)

[باشقا ئاتىلىشى] كازى، كەدەر

[لاتىنچە نامى] Flos Pandanus tectorius

[ئىنگلىزچە نامى] Thatch screwpine flower

[تونۇش] بۇ، پانداناس ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى ئالتە مېتىر ئەتراپىدا ئۆسىدىغان چاتقال ياكى كىچىك دەرەخ پانداناس دەرىخىنىڭ گۈلى بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ گۈلى ۋە ئۇنىڭدىن تەييارلانغان يېغى «كېيۇرە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. گۈلى ئاق رەڭلىك، چوڭ بولۇپ، ئىنتايىن پۇراقلىق، يۇمشاق بولىدۇ. ئەسلىي ئۆسۈملۈكى پانداناس دەرىخى (pandanus teetorius Soland) دىن ئىبارەت. (1.3.2 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، يۈننەن قاتارلىق رايونلىرىدىن، ھىندىستاننىڭ دەريا، دېڭىز بويلىرىدىكى ئارال ۋە رايونلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] گۈلىنىڭ ئېچىلىش مەزگىلى 8 ـ ئايدا، مېۋە بېرىش مەزگىلى 9 ـ، 10 ـ ئايلاردا بولۇپ، ياز پەسلىدە يىغىۋېلىپ، سايىغا يېيىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] گۈلىنىڭ تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي بولىدۇ. مايىنىڭ ئاساسلىق تەركىبى 65.85%

مېتىل فېنىلېتىل (Methyl Phenylethyl ether) ، دىپېتېن (Dipen tene) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشەش، كۆڭۈلنى خۇشال قىلىش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش قاتارلىق خۇسۇسىيتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كىيۇرەدىن تەييارلانغان شەربەت، ئەرەق قاتارلىق دورا ياساملىرى يۈرەك ئاجىزلىقىنى داۋالايدۇ. قىزىل ۋە چېچەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ. كىيۇرە يېغى بەل ئاغرىقى، بوغۇم ئاغرىقى، قۇلاق ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ. كىيۇرەنىڭ غازىڭى ماخاۋ، چېچەك، قىچىشقاق، مېڭە ۋە يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كىيۇرەدىن شەربەت ۋە ئەرەق تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، چېچەكنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

2. كىيۇرە گۈلىنى كۈنجۈت يېغى بىلەن سىقىپ ياغ تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە، بوغۇم ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

3. كىيۇرە يېغىنى قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاق ئاغرىقىغا ئارام بېرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] شەربىتىدىن 25 ~ 50 مىللىلىتىرغىچە، ئەرقىدىن 50 ~ 70 مىللىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] نەزلىنى قوزغىتىدۇ، ئىسسىق مىزاجلىقلارغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ئەرقى بىدمۇشكى.

[ئورۇنباسارى] قىزىل سەندەل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياساملىرى] شەربىتى كىيۇرە، ئەرقى كىيۇرە، كىيۇرە يېغى.

يېسسىمۇق
(依斯木克
莱豆 cai dou)

[باشقا ئاتىلىشى] يېسىمۇق ئۇرۇقى، فەرىقا، لوبىيا

[لاتىنچە نامى] Semen Phaseolus vulgaris

[ئىنگلىزچە نامى] kidney bean

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق يۆگىمەچ چوڭ سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سەي پۇرچاق بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى «يېسسىمۇق» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇرۇقى شار شەكىللىك ياكى بۆرەك شەكىللىك، رەڭگى ئاق، بېغىر رەڭ، پارقىراق بولىدۇ، ئۇزۇنلۇقى تەخمىنەن 1.5 سانتىمېتىرغىچە كېلىدۇ، ئالچىپار داغلار بار، تەمى قىرتاق كېلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە دۇنيانىڭ ھەرقايسى جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز ۋە ياز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن پۈتۈن قۇرۇتۇپ، ئۇرۇقى ئېلىپ ساقلىنىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۈرۈقىنىڭ تەركىبىدە شېكەر، 15% ئاقسىل، تىرىپسىنازا تورمۇزلىغۇچى ماددا، ھىماگلوتىنىنلار بار، قەنت تەركىبى ئاساسلىقى، ماننوزا (Mannose)، ئامىنولىق گىلۇكوزا، ئەرەب قەنتى، ياغاچ قەنتى ياكى فوكوزا (Fucose) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. ئۈرۈق پوستىنىڭ تەركىبىدە لېئۇكوپېلارگونىدىن (Leucopelargonidin)، رەڭسىز لېئوكسودىلفىندىن (Leucocyanidin)، رەڭسىز لېئوكودېلفىندىن (Leucodelpginidin)، كېمپېفېرول (Kaempferol)، سىيانىدىن دېلفىنىدىن (Delphinidin) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] بۇ، ئىنسانلارنىڭ قىزىل قان ھۈجەيرىسىنى ئۇيۇتۇش رولىغا ئىگە. ئۇ يەنە ئاق قان ھۈجەيرىسى ياكى لىمفا ھۈجەيرىسىنىڭ يۆتكىلىشىنى تىزگىنلەيدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشەش، قان كۆپەيتىش، بەلغەم بوشىتىش،، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، باھنى قۇۋۋەتلەش، سۈت پەيدا قىلىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كەم قانلىق، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز تۇتۇلۇش، باھ ئاجىزلىقى، سۈت كەملىك ۋە ھەر خىل سۇلۇق ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يېڭى خام يېسىمۇقنى يالغۇز ياكى گۆش بىلەن پىشۇرۇپ يېسە، قان ئازلىقتا مەنپەئەت قىلىدۇ.
2. يېسىمۇقنى قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.
3. خام يېسىمۇقنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بەرسە، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تەستە ھەزىم بولىدۇ، قورساقنى ئېسىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ناۋات، دارچىن.

[ئورۇنباسارى] قىزىل لوبيا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] يېسىمۇق قاينىتىلمىسى، گۆش بىلەن سىڭىشلىك غىزالار تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

گۇرەل
故热力
(扶桑 fu sang)

[باشقا ئاتىلىشى] گۇرەل ئۈرۈقى

[لاتىنچە نامى] Herba Hibiscus rosae Sinensis

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese hibiscus

[تونۇش] بۇ، لەيلىگۈل ئائىلىسىدىكى چاتقال ياكى كىچىك دەرەخ تاۋۇزەك بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ

گۈلى، يوپۇرمىقى، يىلتىزى ۋە ئۇرۇقى قاتارلىقلار دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. گۈل تاجىسى تەتۈر تۇخۇم شەكىللىك بولۇپ، گۈلىنىڭ رەڭگى قىزىلگۈل رەڭگىدە، لېكىن سۇيى قىزىل، سۇس سېرىق، باشقا رەڭلەردىمۇ كېلىدۇ، يوپۇرمىقى تۇخۇم شەكىللىك ياكى تار تۇخۇم شەكىللىك، ئۇچى سەل ئۇچلۇق، گىرۋەكلىرى يىرىك، چىشلىق ياكى كەمتۈك ۋە ياكى تولۇق گىرۋەكلىك تاقىر كېلىدۇ، مېۋىسى تۇخۇم شەكىللىك بولۇپ، تۈمشۇقى بار، پارقىرايدۇ، يىلتىزى قىزىل ۋە يېپىشقاق كېلىدۇ. (2.3.2 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ كۆپ قىسىم جايلىرى ھەم چەت ئەللەردىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن قۇرۇتۇپ ئۇرۇقى ئېلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] گۈلىنىڭ تەركىبىدە سىيانىدىن ــ دى گىلۇكوزىدى (Cyanidin—Dglucoside) لەر بار. يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە تاراكسېرىل ئاتسېتات (Taraxerylacetate) بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] گۈرەل تەركىبىدىكى گىلۇكوزىد خىلىدىكى ماددىلار ناركوز قىلىنغان ئىت-نىڭ نىسبەتەن قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. بۇنىڭدىن ھەر كىلوگىرام ئۈچۈن 40～80 مىللىگىرام ھېسابلاپ ۋېنادىن كىرگۈزۈلسە، قان بېسىمىنى تېزلا تۆۋەنلىتىدۇ، بۇ خىل تەسىرى 1～2 سائەتكىچە داۋاملىشىدۇ، قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىش تەسىرى ئاتروپىننىڭ چەكلىمىسىگە ئۇچرىمايدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشەش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، ئاغرىق پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، سىيدۇك راۋانلاشتۇرۇش، باھنى قۇۋۋەتلەش، مەنىينى قويۇلدۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، چاچنى ئۆستۈرۈش ۋە چاچنى قارايتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] يۈرەك قوزغىلىش، يۈرەك ئاجىزلىقى، يۈرەك كېڭىيىپ كېتىش، مەنىي بالدۇر يۈرۈپ كېتىش، كۆپ ئېھتىلام بولۇش، يۆتەل، گال ۋە كۆكرەكنىڭ يىرىڭلىكى، سىيدۇك يولى ياللۇغى، سىيدۇك تۇتۇلۇش، دوۋساق ياللۇغى، سۆزنەك، سىيدۇك يولى ھەم تاناسىل ئەزا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. گۈرەلنىڭ ھۆل گۈلنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، شېكەر قوشۇپ ياكى گۈلدىن شەربەت تەييارلاپ بېرىلسە، يۈرەك ئاجىزلىقى ۋە يۈرەك قان تومۇر كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ.

2. گۈرەلنىڭ قۇرۇق گۈلىنىڭ سۇفۇفىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، ئەتىگەن ۋە ئاخشام ئىچىپ بەرسە، مەنىي بالدۇر يۈرۈپ كېتىش ۋە كۆپ ئېھتىلام بولۇشقا پايدا قىلىدۇ.

3. گۈرەلنىڭ ھۆل گۈلىنىڭ بەرگىلىرىنى سۇدا قاينىتىپ شىرىسىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا ناۋات ياكى شېكەر قوشۇپ ئىچسە، يۆتەل، گال، كۆكرەك يىرىڭلىكى ۋە سىيدۇك يولى كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ، سىيدۇك يولىدىكى تاشنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ.

4. گۈرەلنىڭ ھۆل گۈل بەرگىسىنىڭ سۈيىنى كۈنجۈت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن ئوتتا قويۇپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغاندا ئېلىپ، بۇنىڭ بىلەن باشنى ھەر كۈنى ياغلاپ بەرسە، چاچنى ئۆستۈرىدۇ

ۋە قارايتىدۇ.

5. گۆرەلىنىڭ ئۇرۇقىدىن سوقۇپ تەييارلاپ ئىچسە، سۈزنەككە پايدا قىلىدۇ.

6. گۆرەلىنىڭ يىلتىزىنى چالا سوقۇپ، ئۇنىڭدىن قايناتما تەييارلاپ ئىچسە، يۆتەل، زىققە ۋە گال يېرىكلىكىگە پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە ۋە نەزلىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] قارىمۇچ، ناۋات ياكى قەنت.

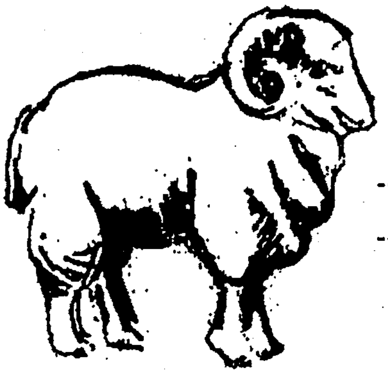
[ئورۇنباسارى] گۈلدارچىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەرقى خەفەقان، شەربىتى گۆرەل.

قوي يىلىكى

荚依力克

(羊骨髓 yang gu sui)



قوي

[باشقا ئاتىلىشى] قوي سۆڭىكى يىلىكى

[لاتىنچە نامى] Goat marrow

[ئىنگلىزچە نامى] Goat bone marrow

[تونۇش] بۇ، ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان ھايۋان قوينىڭ سۆڭەكلىرىدىن ئېلىنىدىغان يىلىك بولۇپ، «قوي يىلىكى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.3.2 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] دۇنيانىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] سۆڭەك پارچىلىرىدىن پاكىز ئايرىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان كۆپەيتىش، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشەش، باھنى ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلەش، يىلىك پەيدا قىلىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، سەمرىتىش، يۇمشىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باھ، بەدەن ئاجىزلىقى، سىل كېسەللىكى، بەل ئاغرىش، ئىچ سۈرۈش، ئورۇقلاش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. جويىز، ئاقىرقەرھا، قۇستە ھەربىرى 10 گىرامدىن، تۇخۇم سېرىقىدىن ئۈچ دانە، قوينىڭ يىلىكىدىن 10 گىرام ئېلىپ، جوز، ئاقىرقەرھا، قۇستىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئاندىن تۇخۇم سېرىقى بىلەن قوينىڭ يىلىكىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، باھ ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. قوي سۆڭىكى بىلەن توشقان سۆڭىكىنى قاينىتىپ، پىشقاندا ئىچىدىكى يىلىكىنى ھەم سۈيىنى

www.uyghurkitap.com

ئىچسە، قان كۆپەيتىپ، سەمرىتىدۇ، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشەيدۇ. ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قاندىكى ماي يۇقىرىلاشقا زىيانلىق.

[ئورۇنباسارى] كالا يىلىكى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سىڭىشلىك غىزالار ياسىلىدۇ.

قىزىل بۇغداش
可孜力布格达西
（红苋菜 hong xian cai）

[باشقا ئاتىلىشى] بەقلە يەمانىيە، خولائى ساگ، چولائى كاساخ

[لاتىنچە نامى] Herba Amaranthus tricolor

[ئىنگلىزچە نامى] herb of red Amaranth

[تونۇش] بۇ، قامچىگۈل ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 60 ~ 90 سانتىمېتىرغىچە ئۆسىدىغان بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قىزىل بۇغداش (Amarathus tricolor) بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «قىزىل بۇغداچ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقى تۇخۇمسىمان ياكى ئۈچبۇرجەك شەكىلدە بولۇپ، يېشىل، قىزىل ياكى جىگەر رەڭدە بولىدۇ. تۇكسىز، مېۋىسى چاسا شەكىللىك، يېزىلغاندا ئۇرۇقى قارا، تەمى خېلى تاتلىق، سۈس پۇرىقى بولىدۇ. (4.3.2 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] ئېھتىياز ۋە يازدا يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە كۆپ مىقداردا ۋىتامىن C، قىزىل بۇغداش پىگمېنتى، ئامارانتىن (Amaranthin) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۇدىكى چىلانمىسى قىزىتما قايتۇرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇش ياكى ئۇسارىسىنى ئېلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى، قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، قان كۆپەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، ھارارەت پەسەيتىش، قاننى قويۇلدۇرۇش، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش، قان توختىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] تولغاق، كېزىك، سۆزنەك، سۈيدۈك تۇتالماسلىق، قان تۈكۈرۈش، قان قۇسۇش، قانلىق بۋاسىر، ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قىزىل بۇغداشنى قاينىتىپ ئىچسە قىزىتما قايتۇرىدۇ.

2. قىزىل بۇغداشنىڭ ئۇرۇقى ۋە يىلتىزىنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچسە، قان قۇسۇش، بۋاسىر قاناش، قان تۈكۈرۈشلەرنى يوق قىلىدۇ.

3. قىزىل بۇغداشتىن 10 گىرام ئېلىپ، يوپۇرمىقىنى قايىنتىپ سۈيىنى ئىچسە، يىلان چاققانغا پايدا قىلىدۇ.

4. قىزىل بۇغداش ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ سۇدا ئېزىپ، ئۈچ ھەپتىگىچە ئەتىگەندە ئىچىپ بەرسە، قان ۋە ھەيزنى توختىتىدۇ.

5. قىزىل بۇغداشنىڭ ھۆل چۆپىنى قوي گۆشى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قىيمىلىق تاماق ئېتىپ يېسە، قان كۆپەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە، يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى 60~120 مىللىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قورساقتا يەل پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] تۇرۇپ ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى.

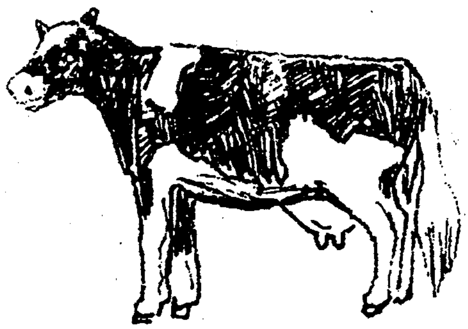
[ئورۇنباسارى] لويىلا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قىزىل بۇغداچ كاشكاپى.

كالا سۈتى

卡拉苏提

(牛乳 niu ru)



كالا

[باشقا ئاتىلىشى] لەبەن بەقەر، شىرگاۋ، گائى كى دۇدھى

[لاتىنچە نامى] Creamery

[ئىنگلىزچە نامى] Cow's milk

[تونۇش] بۇ، كالا ئائىلىسىدىكى ھايۋان كالىنىڭ ئاق رەڭلىك مايسىمان سۈتىدىن ئىبارەت. (5.3.2 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ھەر 100 گىرام كالا سۈتىدە 87 گىرام سۇ، 30 گىرام ئاقسىل، 3.5 گىرام ياغ، ئالتە گىرام كاربون سۇ بىرىكمىلىرى، ئۇنىڭدىن باشقا كالىي، كالتسىي، فوسفور، ناترىي، گۈڭگۈرت، ماگنىي، تۆمۈر، مىس، يود قاتارلىق مىنېرال ماددىلار بار. يەنە ۋىتامىن A، D، C، B_2 لارمۇ بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قەۋزىيەتنى ياخشىلاش، تېرىنى پارقىرىتىش، بەدەنگە ئوزۇق بولۇش، مەنىي ۋە قاننى كۆپەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆچەي قۇلۇنجىسى، تولغاق، قەۋزىيەت، بەدەن ئاجىزلىق، ھەر خىل زەھەرلىك ھايۋانلار چېقىۋېلىش، مەنىي ۋە قان ئازلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يېڭى سېغىلغان سۈتكە قەنت، شېكەر ياكى ناۋات قوشۇپ ئېچىپ بەرسە، قەۋزىيەتنى بوشىتىدۇ، قان ۋە مەنىي كۆپەيتىدۇ، زەھەر قايتۇرىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى سۈتكە كۈندۈر تالقىنى قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، كۆزدىكى قان ئۆكچىسىنى يوقىتىدۇ.

3. 100 گىرام سۈتكە 100 گىرام ئەرقى بەديان ۋە ئۈچ گىرام ناۋات قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

4. سۈتنى يەرلىك ئۇيپا بىلەن قوشۇپ سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، بوغۇم ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. 200 مىللىلىتىر سۈتكە بەش گىرام ئەنزىرۇت تالقىنى قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، تەمرەتكە، سېرىق چاقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

6. سۈتكە بادام مېغىزى، يېمىش، خورما، پىندۇق قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، بۆرەك ۋە بەدەننى سەمرىتىدۇ.

7. ياڭاق مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، ھەببى زەلەم مېغىزى، كۈندۈرنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، 100 مىللىلىتىر سۈت بىلەن بىللە ئىچسە مەنىي كۆپەيتىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 250 ~ 500 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] تالغا زىيان قىلىدۇ، بەرەس پەيدا قىلىش ئېھتىمالى بار، بۆرەك ۋە سۈيدەك يولىغا تاش پەيدا قىلىش ئېھتىماللىقىمۇ بار.

[**تۈزەتكۈچىسى**] شېكەر ۋە ھەسەل.

[**ئورۇنباسارى**] ئۆچكە سۈتى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] قېتىق، سۈزمە، قايماق.

[**ئەسكەرتىش**] دائىم سۈت ئىستېمال قىلىش ياشلارغا قارىغاندا ياشانغانلار ئۈچۈن ناھايىتى مۇھىم.

قايماق
卡依马克
（乳皮 ru pi）

[**باشقا ئاتىلىشى**] زەبىر، مۇسك

[**لاتىنچە نامى**] Cremor

[**ئىنگلىزچە نامى**] feathering of milk

[**تونۇش**] بۇ، كالا ئائىلىسىدىكى ھايۋانات كالا ۋە سۇ كالىسى سۈتىنىڭ ئۈستىدە پەيدا بولىدىغان سېرىق رەڭلىك مايدىن ئىبارەت بولۇپ، تەمى تاتلىق، مايلىق كېلىدۇ. (6.3.2 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] مەملىكىتىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ھايۋانات كالا سۈتىنى قايىنىتىپ، ئۈستىدە پەيدا بولغان بىر قەۋەت سېرىق رەڭلىك ماي ماددىسىنى ئېلىپ، سوغۇق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

قايماق

[خىمىيىلىك تەركىبى] قايماق تەركىبىدە 25%～36% كىچە ياغ بار. ئۇنىڭدىن باشقا ئاقسىل، كاربون سۇ بىرىكمىلىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] تەرەت يۇمشىتىش، بەدەننى سەمرىتىش، ئاۋازنى ساپ قىلىش، بۇزۇق ماددىلارنى ھەيدەش، يۆتەل پەسەيتىش، ھەزىمنى ياخشىلاش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆپكە ياللۇغى، قۇرۇق يۆتەل، زىيادە ئورۇقلاش، گال يىرىڭلىكى، ئۈچەي ياللۇغى، ئاشقازان ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قايماقنى مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.

2. قايماقنى سۆرۈنجان يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەتنى ياغلىسا، بوۋاسىر تۈگۈنچىلىرىنى يوقىتىدۇ.

3. قايماقتىن 40 گىرام، سۆئىلەپتىن بەش گىرام، شاقاقۇلدىن بەش گىرام ئېلىپ سوقۇپ، قايماققا ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا سەمرىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 90 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ يېسە ئىچنى سۈرۈۋېتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] تۇز، شېكەر، قەنت.

[ئورۇنباسارى] قايىنىتىلغان يېغى سۈت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قايماق چاي.

يۇقىرىقىدىن باشقا گاۋزىبان چىنى قاتارلىقلارمۇ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار قاتارىغا كىرىدۇ.

ئانا سۈتى

阿那苏替

（母奶 mu nai）

[باشقا ئاتىلىشى] لەبەن نىسائى، شىيرزەن، ئەۋرەت كى دۇد

[تونۇش] بۇ، ھەممە كىشىلەرگە تونۇشلۇق بولغان ئانا سۈتى بولۇپ، ئاق رەڭلىك، تەمى تاتلىق، قۇۋۇەتلىك بولغان سۈتتىن ئىبارەت.

[چىقىش ئورنى] ھەرقانداق يېڭى بالا تۇغقۇچى ئايالنىڭ سۈت بېزىدىن چىقىدۇ.

[تەبىئىتى] قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق، ئوغۇل تۇغقان ئايالنىڭ

www.uyghurkitap.com

سۈتى ئۈچىنچى دەرىجىدە هۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] رەئىس ئەزالارغا هۆللۈك يەتكۈزۈش، بەدەندىكى قان ۋە باشقا قۇۋۋەتلەرنى كۆپەيتىش، مېڭە ۋە باھنى قۇۋۋەتلەش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، مېڭە قان تومۇر توسالغۇسىنى ئېچىش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، كۆكرەكنىڭ يىرىكلىكىنى يوقىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش تەسىرلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مېڭە ۋە باھ ئاجىزلىقى، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، سۈيدۈك ۋە چوڭ تەرەت راۋان بولماسلىق، كۆكرەك كېسەللىكلىرى، قۇرۇق يۆتەل، بۇرۇن كاۋىكى ياللۇغى، ئۇيقۇسىزلىق، مېڭىگە قۇرۇقلۇق يېتىش، جۇنۇن، مالىخولىيا، سەرسام، سىل ۋە جۇدەتكۈچى تەپ قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئانا سۈتىنى يالغۇز ئىچىپ بەرسە رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەيدۇ، جۇنۇن، مالىخولىيا، ھەر خىل سىل كېسەللىكى، قۇۋۋەت يېتىشمەسلىكتىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەر ئۈچۈن ئەڭ ئۈنۈملۈك دورا ھەم ئوزۇقلۇق بولالايدۇ.

2. ئەرەب يېلىمىدىن بەش گىرام، كەتىرادىن يەتتە گىرام، بېھى ئۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قىيامى ۋە قەنتتىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ھەر كۈنى ئانا سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزسە ياكى لوئوق تەييارلاپ بەرسە، كىچىك بالىلاردىكى يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. كۆزگە بىر نەرسە كىرىپ كېتىش ياكى كۆزلىرى قىزىرىپ قالغان بىمارلارغا ئانا سۈتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ كۆزگە تېمىتىپ بەرسە، قىزىللىقنى يوقىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] تېز بۇزۇلىدۇ، شۇنىڭ بىلەن جاراسىم پەيدا قىلىپ ئىچنى سۈرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] شېكەر ۋە ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئېشەك سۈتى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك ياسالمىسى] شېكەر - سۈت ئىچىملىكى.

4 § . غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قان خىلتى تەبىئىي مىقداردىن ئېشىپ كېتىپ، سان جەھەتتىن غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىش يۈز بەرگەندە، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئەزانىڭ نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل ئەھۋالغا قارىتا غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىنى تەڭشەش خۇسۇسىيىتى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل دورىلار قان خىلتىنى تەڭشىگۈچى دورىلار «مۇئەددىلاتى خۇن» ياكى «مۇئەددىلاتى

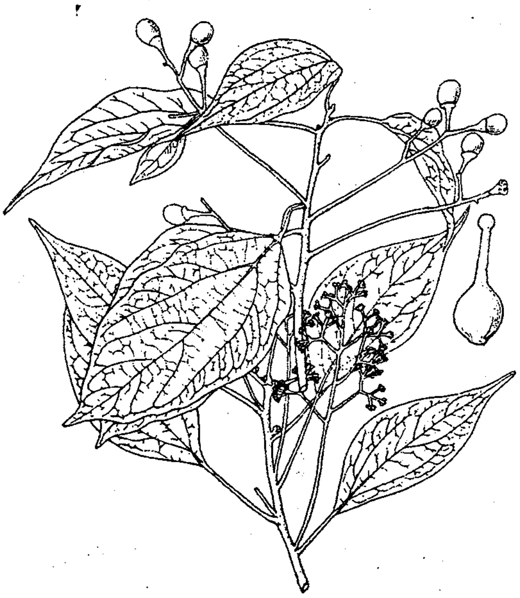
دەم» دەپ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن: كافۇر، قىزىل سەندەل، ئىتئۈزۈمى، كاسىنە ئۈرۈقى، ئوسۇك ئۈرۈقى، يۇمغاقسۈت ئۈرۈقى، ئاچچىق ئانار، گىلاس، تاجىگۈل، شاتۇت قاتارلىقلار.

كافۇر
卡福尔
（樟脑 zhang nao）

[باشقا ئاتىلىشى] كافۇر، كپور، كاپۇر

[لاتىنچە نامى] Camphora

[ئىنگلىزچە نامى] Camphor



كافۇر دەرىخى

[تونۇش] بۇ، كامفورا ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 2～3 مېتىر ئۆسىدىغان، دائىم ياشىرىپ تۇرىدىغان، كافۇر دەرىخىدىن ئېلىنغان، كىرىستال شەكىللىك جەۋھەردىن ئىبارەت. ئەسلىي ئۆسۈملۈكى كافۇر دەرىخى بولۇپ، پۇرىقى ئۆتكۈر، بۇ دەرەخنىڭ مۇشۇ جەۋھىرى كافۇر نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. پاكىز، ئاق، سۈزۈك، ئارىلاشمىلار بولمىغىنى ئەڭ ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ. (1.4.2 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ شەرقىي جەنۇبىي ئۆلكىلىرى ۋە ھىندىستاندىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 9 ～ 12 ـ ئايلارغىچە كونا دەرەخنىڭ يىلتىزى، غولى، شاخلىرىنى پارچىلاپ، پار قازانغا سېلىپ پارلاندۇرسا كافۇر دەرىخىنىڭ تەركىبىدە تۇتقان كافۇر ۋە ئۇچۇچان ماددا سۇغا ئەگىشىپ تامچىلاپ چىقىدۇ. بۇ دەسلەپكى كافۇر بولىدۇ. دەسلەپكى كافۇرنى يەنە چەككىلىسە، ساپ كافۇر ئۆكچىسى شەكىللىنىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. يەرلىك ئورۇنغا بولغان تەسىرى: كافۇرنى تېرىگە سۈركىسە تېرىنى غىدىقلايدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە چىرىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. يەڭگىل سۈركىسە مېتاللىق ئوخشاش سالقىن سېزىم بولىدۇ. يەرلىك ئورۇننى مەست قىلىش تەسىرىگە ئىگە.

2. مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: كافۇرنىڭ پۈتۈن بەدەنگە بولغان تەسىرى ئاساسلىقى مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىنى قوزغىتىدۇ، بولۇپمۇ ئالىي نېرۋا مەركىزىنى كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە قوزغىتىدۇ.

3. قان ئايلىنىش سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: كافۇر ياسالمىسى يۈرەكنى قۇۋۋەتلىگۈچى دورا قىلىپ كەڭ كۆلەمدە ئىشلىتىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

4. بۇ دورىنىڭ بەدەن ئىچىدىكى سۈمۈرۈلۈش جەريانى: كافۇر شىللىق پەردىلەر، تېرە ئاستى مۇسكۇلىدىن ئۆتۈپ ئاسان سۈمۈرۈلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىسىنى ئېلىش، سۇتكە چىلاش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] يالللۇغ قايتۇرۇش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، يۈرەك، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، بەلغەم بوشىتىش، ئارام بېرىش، تارتىشىشنى بوشىتىش، قوزغىتىش، تەرلىتىش، يەرلىك ئورۇننى مەست قىلىش، يەڭگىل دەرىجىدە چىرىشقا قارشى تۇرۇش، ئىچىنى توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىچ سۈرۈش، قورساق ئېسىلىش، بەل ئاغرىقى، ئۆپكە جاراھىتى، سىل، كۆكرەك پەردە ياللۇغى، ئىسسىقتىن بولغان زۇكام، نەزلە، ئۇيقۇسىزلىق، بۇرۇن قاناش، يۈرەك، مېڭە ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 125 ~ 500 مىللىگرام كافۇرنى سۇتتە ئېزىپ ئېرىتىپ ئىستېمال قىلسا، سىل، كۆكرەك پەردە ياللۇغى، بۇرۇن قاناش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. 120 مىللىگرام كافۇرنى 30 مىللىگرام ئەپيۇن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۇمىلاچ قىلىپ، ئۇخلاشتىن بۇرۇن يەپ ياتسا ئېھتىلام بولمايدۇ.

3. كافۇرنى گۇلاب، ئاق سەندەل قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چاپسا، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى ساقايتىدۇ. سەزگۈ نېرۋىلارنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

4. كافۇرنى قائىدە بويىچە گۈل يېغى ۋە سىركە قوشۇپ پېشانىگە چاپسا، سەپرا خاراكتېرلىك باش ئاغرىقى، تەپلەرگە ئوبدان تەسىر قىلىدۇ.

5. كافۇرنى يۇمغاقسۇت سۈيى، پاقىيوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چاپسا (باشنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى چوققۇر جايىغا قويسا)، بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ.

6. كافۇردىن ئازراق مىقداردا ئېلىپ، بادۇرۇج، سىركە، غورا سۈيى قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بۇرنىغا تېمىتسا، ئىسسىق مىزاجلىقلارنىڭ ئۇيقۇسىزلىقى ۋە مېڭە ئاجىزلىقىغا پايدا قىلىدۇ.

7. كافۇرنى يۇمغاقسۇت سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاق ئاغرىقى ۋە مېڭە مەنبەلىك بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ.

8. كافۇرنى يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى بىلەن سۇفۇپ قىلىپ چىشىغا باسسا، قۇرت يېگەن چىشنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

9. كافۇرنى ئىپار، ئەنبەر بىلەن قوشۇپ يېسە، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ، ھەر خىل زەھەرلىك ھايۋانلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.

10. كافۇرنى ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا سەپسە، يىرىڭلىق جاراھەتلەرنىڭ قېنىنى توختىتىدۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 125 ~ 500 مىللىگرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاجلىقلارغا زىيان قىلىدۇ، جىنسىي ھەۋەسنى پەسەيتىۋېتىدۇ، ھەزىمنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ، چاچلارنىڭ ئاقىرىشىغا سەۋەب بولىدۇ، بۆرەك ۋە دوۋساقتا تاش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئىپار، ئەنبەر، قۇندۇز قەھرى، گۈلقەنت، بىنەپشە.

[ئورۇنباسارى] تاباشىر، ئاق سەندەل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قۇرسى كافۇر.

ئىتئۈزۈمى

衣提优孜米

(龙葵果 long kui guo)

[باشقا ئاتىلىشى] ئەنبە سۈلەپ، ئەنگۈرشىپا، مىكۇ ۋە مارجان شوخلا، شوخلا، يەرلىك شۇخلا

[لاتىنچە نامى] Fructus Slanum nigrum

[ئىنگلىزچە نامى] Black Ninhtsade Seed

ئىتئۈزۈمى ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، پىدىگەن ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئىتئۈزۈمنىڭ پىشقان مېۋىسى بولۇپ، «ئەنگۈر شىپا»، «مارجان شوخلا»، «شوخلا»، «يەرلىك شوخلا»، «ئىتئۈزۈمى» ناملىرىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. رەڭگى قارامتۇل قىزىل ياكى قىزغۇچ يېشىل رەڭدە كېلىدۇ. تەمى قېرىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ (2.4.2 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە يېرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] مېۋىسى 9 ـ ئايلاردا پىشىدۇ. يىغىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسى تەركىبىدە ئالكولوئىد يەنى ئەنگۈر شىپا ئىشقارى قاتارلىق كۆپ خىل ئالكولوئىدلار ۋە گىلىبوكوزىد شەكىللىرىمۇ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئالكالوئىدلار قاندىكى قەنت ماددىسىنى ئۆرلىتىدۇ. مېۋىسى يۆتەل توختىتىش، بەلغەم بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۆيۈش، قۇرۇتۇش ياكى ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلتىنى، قۇرۇق ئىسسىق، ھۆل ئىسسىق كەيپىياتنى تەڭشەش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، ئۇسسۇزلۇق ۋە ھارارەت

پەسەيتىش، قان تازىلاش ۋە چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر ياللۇغى، ئاشقازان ياللۇغى، ھەر خىل سۇلۇق ئىششىق، سوزۇلما كاناي ياللۇغى، ئۆتكۈر بۆرەك ياللۇغى، گال ئاغرىقى، ئۈچەي ئىششىقى، قىچىشقاق، ئۆتكۈر قىزىتما، سەپراۋى تەپ، يۇقىرى قان بېسىم، سۆزەك، سىزلام قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئىتئۈزۈمى، ئىكلىلملىك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلاردىن قائىدە بويىچە قايناتما تەييارلاپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە، سۈيدۈك يولىدىكى ئىششىق، ياللۇغقا شىپا بولىدۇ. ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىپ قىزىتما قايتۇرىدۇ.

2. كاكىنەچ، ئىتئۈزۈمى، شاھتەررە، ئوغرىتىكەن، تاۋۇز ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، سۆزەك ۋە سىزلامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. تەمرىھىندىدىن 10 گىرام، ئەينۇلا، ئەنگۈر شىپادىن 15 گىرامدىن ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، گال ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ئىتئۈزۈمى، قىزىلگۈل، ئەپتىمۇننىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، ئۈچەي ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ～ 7 گىرامغىچە، سىقىلغان سۈيىدىن 48～72 مىللىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا ۋە دوۋساقىقا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەديان، ھەسەل، شېكەر.

[ئورۇن باسارى] كاكىنەچ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەرقى شوخلا، قۇرسى كاكىنەچ، جەۋھەرى ئەنگۈر شىپا.

قىزىل سەندەل

克孜力散代力

(紫檀香 chai tan xiang)

[باشقا ئاتىلىشى] سەندەل ئەھمەر، سەندەل سۇرۇخ، چەندەن لال

[لاتىنچە نامى] Lignum Pterocarpus santalinus

[ئىنگلىزچە نامى] Red Sandal Wood, Sandal Wood Padauk

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى دەرەخ قىزىل سەندەل بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ قۇرۇتۇپ پارچىلانغان ياغىچى «قىزىل سەندەل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. تەمى قېرىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (2.4.3 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ ئىسسىق بەلباغ رايونلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ دەرەخنى كېسىپ قۇرۇتۇپ، پارچىلاپ، سوغۇق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] قىزىل سەندەل تەركىبىدە پېتىروكارپىن (Ptro Carpin)، ھەم ئۈچۈچان ماي (eudesmol-a)، يېلىم ماددىسى (eudesmol -p) قاتارلىقلار بار. يۇقىرىقى ئۆسۈملۈك بىلەن بىر ئۇرۇقداش بولغان يەنە بىر خىل سەندەل (Ptero Carpus Santalinusl) بولۇپ، بۇمۇ ئوخشاش

www.uyghurkitap.com

دورا سۈپىتىدە ئىشلىتىلىدۇ. بۇ دورا ئەشياسىنىڭ شەكلى ۋە توقۇلمىلىرى يۇقىرىقى بىلەن ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشايدۇ. بۇ دورا ھىندىستان، سىرى لانكا، فىلىپپىن، پاكىستان قاتارلىق جايلاردىن ئىمپورت قىلىنىدۇ.

قىزىل سەندەل دەرىخى

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قىزىل سەندەلنىڭ سۇدىكى ئېرىتمىسىنىڭ كىچىك چاشقاننىڭ قورساق سۇلۇق ئۆسمىسىگە نىسبەتەن مەلۇم دەرىجىدە تورمۇزلاش رولى بار. قورساق سۇيى ھاسىل بولۇشنى ئازايتىدۇ. ئۆلۈش نىسبىتى تۆۋەنلەيدۇ. بۇنىڭ بوياق ماددىسى سۇدا ئېرىمەيدۇ. ئىسپىرتتىكى ئېرىتمىسى سېرىق رەڭلىك بولىدۇ. بۇنى كۈن نۇرىدا قويسا يېشىل رەڭلىك جۇلا بېرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئېكەكلەش ياكى توغراپ ساپلاشتۇرۇش قاتارلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق، ئىككىنچى دەرىجىدە سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلتىنى، خىلتسىز قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، مېڭە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، تۇتۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، قىزىتما قايتۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۇش، قان توختىتىش، قان تازىلاش، تەرلىتىش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] نېرۋا ئاجىزلىقى، ئۇيقۇسىزلىق، ئىچ سۈرۈش، ھەيز كۆپ كېلىش، قان تۈكۈرۈش، قىزىتما، چوڭ- كىچىك بوغۇم ئاغرىقلىرى، يۈرەك چالاڭغۇراش، يۇقىرى قان بېسىم قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قىزىل سەندەلنىڭ سوفۇپىدىن بەش گىرام ئېلىپ، قايناق سۇ بىلەن ئىچسە، يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. قىزىل سەندەل قايناتىلمىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يالپۇز ياكى شاھتەررە بىلەن بىرگە بەرسە قان تازىلايدۇ.

3. قىزىل سەندەلنى قايناتىپ سۇيىدە بەدەننى يۇسا، بەدەننىڭ سېسىق پۇرىقىنى يوقىتىدۇ.

4. قىزىل سەندەل، ئەنجبار، ئانارگۈل، خۇنسىياۋشاننىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرام، نامازشامگۈلى ئۇرۇقىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوفۇپ تەييارلاپ بەرسە قان توختىتىدۇ، جاراھەت پۈتتۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 5 گىرامغىچە.

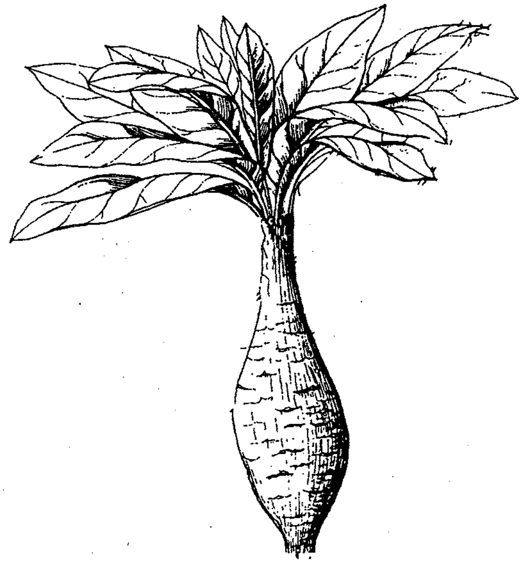
[زىيانلىق تەسىرى] باھقا ۋە ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ناۋات.

[ئورۇن باسارى] كافۇر، ئاق سەندەل، فۇپەل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زىماتى سەندەل سۈرۈخ، شەربىتى ئەنجبار، مەجۇنى ئۆشبە.

كاھۇ يېغى
卡胡也合
(莴苣油 wo ju you)



كاھۇ ئۈسۈملۈكى

[باشقا ئاتىلىشى] دەھنۇل خەس، رەۋغىنى تۇخۇمى كاھۇ، كاھۇكى تىيل

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياكى ئىككى يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئوسۇك ئۇرۇقىدىن جۇۋاز ئارقىلىق تارتىپ ئېلىنغان مېيى بولۇپ، «كاھۇ يېغى» ياكى «ئوسۇك يېغى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (4.4.2 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ، ئۇرۇقىدىن جۇۋاز ئارقىلىق مېيىنى ئېلىپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] قەنت، ئانورگانىك تۇزلار، ۋىتامىن C، B_1، B_2، PP، كاروتىن، فولىك كىسلاتا قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاغرىق پەسەيتىش، تىنچلاندۇرۇپ ئۇيقۇ كەلتۈرۈش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] سەپرا، قان خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، سېزىمسىزلاشتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، چاچنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مېڭە، يۈرەكنىڭ ئاجىزلىقى، ئۇيقۇسىزلىق، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىش، يۇقىرى قان بېسىمى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كاھۇ يېغىنى مۇۋاپىق مىقداردا بۇرۇنغا تېمىتسا ياكى باشقا سۈركىسە، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ ۋە چاچنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. كاھۇ يېغىنى 3 ~ 5 گىرامغىچە تاماقنىڭ ئۈستىگە قۇيۇپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە، مېڭە، يۈرەكتىكى جىددىيلىكنى پەسەيتىپ، يۇقىرى قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. باش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھەزىم ۋە باھقا زىيانلىق.

[ئۇزەنكۈچىسى] مەستىكى، ساپ ھەسەل.
[ئۇرۇنباسارى] خەشخاش.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەر خىل زىماتلار.

چۈچۈمەل ئانار
曲其曼阿那尔
(酸石榴 suan shi liu)

[باشقا ئاتىلىشى] رومانى مور، ئانار مەيخۇش، ناخوش ئانار

چۈچۈمەل ئانار

[تونۇش] بۇ، ئانار ئائىلىسىدىكى ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان مەشھۇر مېۋىلىك دەرەخ ئانارنىڭ پىشقان مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئادەتتە شار شەكىللىك، رەڭگى قىزىل، ئىچىدىن مارجاندەك چىقىدۇ، قىزىل دانچىلىرى قىرلىق، پارقىراق، شىرىلىك، تەمى چۈچۈمەل كېلىدۇ. بۇ دەرەخنىڭ پىشقان مېۋىسى «چۈچۈمەل ئانار» ياكى «ناخۇش ئانار» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (5.4.2 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن، بولۇپمۇ قەشقەر، خوتەندىن كۆپ چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] 9 ـ، 10 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] تۇمۇر، قەنت، ئالما كىسلاتاسى، لىمون كىسلاتاسى، تاننىن قاتارلىقلار ۋە ۋىتامىن C بار.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] بەدەنگە تۇمۇر ماددىسىنى تولۇقلاپ، قان كۆپەيتىش تەسىرى بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىنى ئاجرىتىپ، قىزىل دانچىلىرىنى ئايرىپ، ساپلاشتۇرۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] قان، سەپرا خىلتلىرىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ھارارەت پەسەيتىش، جىگەر، يۈرەك، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، قان كۆپەيتىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئۇزۇقلۇق تولۇقلاش، ياللۇغ ۋە ئىششىق ياندۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سەپراۋى تەپ، يەرقان، ئىسسىقتىن بولغان ھەر خىل جىگەر كېسەللىكلىرى، كۆپ ئۇسساش، كۆڭۈل ئېلىشىش، قۇسۇش، تولغاق، ئىچ سۈرۈش، قورساق ئاغرىقى، يۈرەك

ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

رىتىمسىزلىقى، يۈرەك چالاڭغۇراش، ئىغىز پۇراش، ئىغىز پىشلاقلىشىش، كۆز ئاجىزلىقى، كۆز قىچىشىش، كەم قانلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. چۇچۇمەل ئانارنىڭ سۈيىنى مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر قوشۇپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە، يۈرەك، جىگەرنى قۇۋۋەتلەپ، قان كۆپەيتىدۇ.

2. چۇچۇمەل ئانارنىڭ سۈيى، بېھى سۈيى، ئالما سۈيى بىلەن شېكەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، كۆڭۈل ئېلىشىش، قۇسۇش، ئىشتىھاسىزلىق، سەپراۋى تەپ قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] دورىلىق ئۈچۈن سۈيىدىن 48 ~ 60 مىللىلىتىرغىچە بېرىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] يۆتەلگە زىيانلىق، كۆپ ئىستېمال قىلسا ئاشقازان، جىگەرنى بۇزىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەنجىۋىل، بەسباسە.

[ئورۇنباسارى] تاتلىق ئانار، بېھى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] نارپىننە شەربىتى، ئانار شەربىتى.

www.uyghurkitap.com

ئۈچىنچى باب غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى پىشۇرغۇچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ھەرقايىسى خىلتلاردا (سەپرا خىلتى، بەلغەم خىلتى، سەۋدا خىلتى) دا سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل كېسەلگە قارىتا كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى غەيرىي تەبىئىي خىلتنى پىشۇرۇش، بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتىش سالاھىيىتىگە ئىگە قىلىش ئۈچۈن دورا ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار دەپ ئۈچ تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

§1 . غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن سەپرا خىلتىدا سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرگە قارىتا غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى پىشۇرۇش خۇسۇسىيىتى ئاساسىي ئورۇندا تۇرغان دورىلارنى تاللاپ ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار ياكى سەپرا خىلتىنىڭ مۇنزىج دورىلىرى «مۇنزىجى سەپرا» دېيىلىدۇ. مەسىلەن: بىنەپشە، نىلۇپەر گۈلى، كاسنە ئۇرۇقى، چىلان، شاھتەررەچىنى، قىزىلگۈل، كاسنە، ئەينۇلا، قارىئۆرۈك، كاسنە يىلتىزى، سېرىق ھېلىلە، ئاق لەيلى يىلتىزى قاتارلىقلار.

بىنەپشە

比乃非谢

(天山堇菜 tian shan jin cai)

[باشقا ئاتىلىشى] كوكاش، بىخ بىنەپشە

[لاتىنچە نامى] Herba Viola tianschanica

[ئىنگلىزچە نامى] Sin kiang Fragrant Violet Herb

بنەپشە

[تونۇش] بۇ، بىنەپشىگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بىنەپشىنىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ «بىنەپشە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. رەڭگى ئاقۇچ سېرىق، تەمى ئاچچىق، ئازراق پۇراقلىق كېلىدۇ. (3.1.1 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە يېرىدىن، ھەمدە نېپال، كەشمىر قاتارلىق جايلاردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 8 ـ، 9 ـ ئايلاردا پۈتۈن چۆپىنى ئوراپ يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي، فىلاۋونىدلا (Fiavonoid)، ئامىنو كىسلاتاسى (Amino acid)، ئالكولوئىدلار (Alka Loid) ۋە شىلىمشىق ماددىلارنى تۇتىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] چىلانمىسى قىزىتما قايتۇرىدۇ. ئىپىرىتمىسى تىنچلاندۇرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىسىنى ئېلىش ياكى قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى پىشۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، سەپرا ۋە قاننىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، ئىچ سۈرۈش، ئىششىق ياندۇرۇش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، ئۆيقۇ كەلتۈرۈش، ياللۇغ قايتۇرۇش، سۆيدۈك ھەيدەش ۋە كۆكرەكنى سىلىقلاشتۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قىزىتما، زۇكام، گال قۇرۇش، نەزلە، كۆكرەك پەردە ياللۇغى، يۆتەل، ئۇسسۇزلۇق، سۆيدۈك تۇتۇلۇش، بۆرەك ئاغرىقى، قان قويۇلۇش، يۈرەك ئاجىزلىقى، ئۆپكە ياللۇغى، كۆز قاراڭغۇلىشىش، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بىنەپشە، چىلان، گۈلقەنت، تەمرىھىندى، ئەينۇلا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. بىنەپشە، چىلان، سەرپىستان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، ئۆپكە ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. بىنەپشە، ماماكاپ، ئوسما يوپۇرمىقى، ئوسما يىلتىزى، ئاق لەيلىگۈل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ ئېزىپ، يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلسا، ئۆتكۈر يىرىڭلىق ئىششىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. بىنەپشىدىن يەتتە گىرام، ئەينۇلادىن 15 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، دەم سىقىلىش، ئېغىزى قۇرۇپ كۆڭۈل ئېلىشىش، يۈرەك چالاڭغۇراش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. بىنەپشىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايىنتىپ سۈيىنى ئىستېمال قىلدۇرسا، بالىلاردىكى

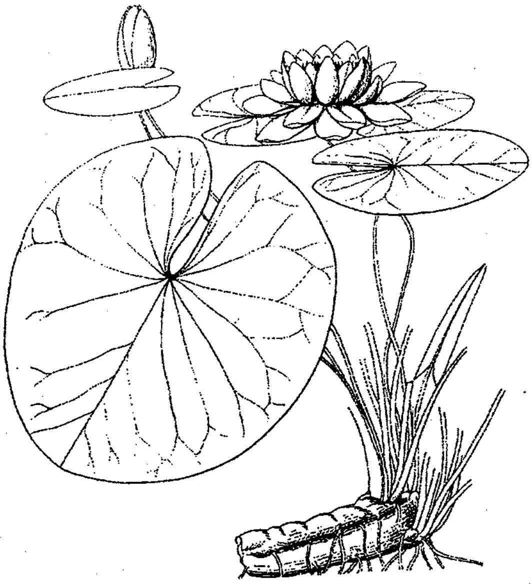
كۆكيۆتەلگە، قىزىتما، زۇكام، كۆكرەك ئاغرىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 6 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازاننى سوۋۇتۇپ، ھۆللۈكنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] لاچىندانە، رۇمبەدىيان.
[ئورۇنباسارى] نىلۇپەر، قىزىلگۈل، گاۋزىبان.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى بىنەپشە، خېمىرى بىنەپشە.

نىلۇپەر گۈلى

尼鲁法尔

(睡莲花 shui lian hua)

[باشقا ئاتىلىشى] زۇھرۇل، كەرنەبول مائى، نىلۇپەر، كەرنەبولمائىكى پول.
[لاتىنچە نامى] Flos Nymphaea eandida
[ئىنگلىزچە نامى] Lotus Flower



نىلۇپەر گۈلى

[تونۇش] بۇ، نىلۇپەر ئائىلىسىدىكى سۇدا ئۆسىدىغان كۆپ يىللىق سامان غوللۇق، سىلىندىر شەكىللىك ئۆسۈملۈك بولۇپ، سىرتقى يۈزى كۆل رەڭگە مايىل قوڭۇر رەڭ، ئىچىدە ئۇرۇقى بولىدۇ. ئۇرۇقى قارا، شىلىمشىق، تەمى ئاچچىق، ئازراق پۇراقلىق بولىدۇ. ئەسلى ئۆسۈملۈكى نىلۇپەر (Nelumbo Necifera Gaetn) دىن ئىبارەت. (2.1.3 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن، يەنە ياپونىيە، ھىندىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.
[يىغىش ساقلاش] 7 ـ ئايلاردا غۇنچىسى ئېچىلغاندىن كېيىن، ياكى ئېچىلىش ئالدىدا يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.
[خىمىيىلىك تەركىبى] گۈلىنىڭ تەركىبىدە كۇئېرسىتىن (Quercetin)، لۇتېئولىن (Luteolin)، كېمپفېرول (KaempFerol) ۋە كۆپ خىل فلاۋونلار بار.
[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] ئۇرۇقى ۋە گۈلىنىڭ زىرىسى ئوزۇقلاندۇرۇش، بەدەننى چىڭىتىش رولىنى ئۆتەيدۇ، سوزۇلما ئۈچەي ياللۇغى ۋە نېرۋا ئاجىزلىقلىرى، ئېھتىلام بولۇش قاتارلىقلارغا پايدىلىق.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇش ياكى ئۇسارىسىنى ئېلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[**خۇسۇسىيتى**] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى پىشۇرۇش، يالقۇغ قايتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، يۇمشىتىش، كۆزنى قۇۋۋەتلەش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] غەيرىي تەبىئىي سەپرادىن بولغان تەپ، قىزىتما، ئۇيقۇسىزلىق، كۆز كېسەللىكى، باش ئاغرىقى، ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل، گال ئاغرىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. نىلۇپەردىن يەتتە گىرام ئېلىپ، بەش گىرام دارچىن بىلەن قوشۇپ ئىچسە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ.

2. نىلۇپەرنىڭ يىلتىزىنى سوقۇپ ئىچسە، گال ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، جىگەرنىڭ هارارىتىنى پەسەيتىدۇ.

3. نىلۇپەرنىڭ گۈلىنى پۈرسا ياكى قايىنىتىپ ئىچسە، قىزىتما، ئۇيقۇسىزلىق ۋە باش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. نىلۇپەر ئەرقىدىن 20 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان تەپلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ~ 9 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] دوۋساققا، باهقا زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] هەسەل، ناۋات.

[**ئورۇنباسارى**] بىنەپشە، نارمىشكى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ئەرقى نىلۇپەر، شەربىتى نىلۇپەر.

كاسىنە ئۇرۇقى

卡森欧如合

(菊苣子 ju ju zi)

[**باشقا ئاتىلىشى**]بەزرۇل هىندىبا، تۇخۇمى كاسىنە، كاسىنە كى بىج

[**لاتىنچە نامى**] Herba cichorium intybius

[**ئىنگلىزچە نامى**] Common Chicory Seed

[**تونۇش**] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك كاسىنەنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇرۇقى كىچىك ـ كىچىك بولۇپ قىرى بولىدۇ. ئاق رەڭلىك، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (3.1.3 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ هەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق هەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

كاسنىه ئۇسۇملۇكى

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى پىشۇرۇش ۋە تەڭشەش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە قان خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر، تال كېسەللىكلىرى، سېرىقلىق چۇشۇش (يەرقان)، ئومۇمىي بەدەن سۇلۇق ئىششىقى، جىگەر توسۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كاسنىه يىلتىزىدىن 12 گىرام، رەۋەندىن تۆت گىرام، ئەپتىمۇن ئۇرۇقى ئىككى گىرام، كاسنىه ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، گاۋزىبان ئۈچ گىرام، قىزىلگۈلدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، سۈيدۈك ھەيدەپ، ئىششىق ياندۇرىدۇ. قىزىتما پەسەيتىدۇ، جىگەر ياللۇغى، سۈيدۈك يولى ياللۇغى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئاق سەندەل بىلەن كاسنىه ئۇرۇقىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك چالاڭغۇراشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. رەۋەندىن 15 گىرام، كاسنىه ئۇرۇقى، قىزىلگۈلدىن 10 گىرام، سىركىدىن 200 گىرام، قەنتتىن 150 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سىركەنجۇبىل تەييارلاپ ئىچسە، جىگەر ۋە تال توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ～ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆڭۈل ئېلىشىش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىركەنجۇبىل.

[ئورۇنباسارى] كاسنىه كۆكى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەرقى كاسنىه، شەربىتى دىنار.

قىزىلگۈل

克孜力古丽

(玫瑰花 mei gui hua)

[باشقا ئاتىلىشى] ۋەردى ئەھمەر، گۈل سۇرۇخ، گۈلاپ كاپۇل

[لاتىنچە نامى] Flos Rosa rugosa

[ئىنگلىزچە نامى] Rose

[تونۇش] بۇ، ئەترگۈل ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 1 ~ 2 مېتىرغىچە، غولى تىك، توپلىشىپ ئۆسىدىغان چاتقال ئۆسۈملۈك قىزىلگۈلنىڭ (Rosae rugsae Thunb) گۈل بەرگىسى «قىزىلگۈل» ياكى «گۈل سۇرۇخ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. گۈلى توق قىزىل رەڭدە بولۇپ، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى خۇش پۇراق پۇرايدۇ. ئەسلى ئۆسۈملۈكى (Rosae rugsae Thunb) دىن ئىبارەت (4.1.3 ـ رەسىم).

قىزىلگۈل

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 5 ـ ئاينىڭ ئاخىرى، 6 ـ ئاينىڭ باشلىرىدا گۈلى ئېچىلىدۇ. مۇشۇ چاغدا يىغىۋېلىپ گۈل بەرگىنى ئايرىپ، سايىغا يېيىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] گۈلىدە ئۇچۇچان ماي، موزا كىسلاتاسى، سىيانىن (Cyanin)، كاروتىن (Carotene)، سېرىق پىگمېنت قاتارلىقلار بار. مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە ۋىتامىن C، گىلۇكوزا، مېۋە شېكىرى، لىمون كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قىزىلگۈلنىڭ سۇدىكى قايىنىتىلمىسى تىئوم كالىي تارتىراتنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ. قىزىلگۈل يېغى ئۆت سۇيۇقلۇقىنىڭ ئاجرىلىپ چىقىرىلىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇش ياكى ئۇسارىسىنى ئېلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا ماددىسىنى پىشۇرۇش، يۈرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، كۆڭۈلنى ئېچىش، رەئىس ئەزالارنى، ئاشقازان، ئۈچەيىنى قۇۋۋەتلەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ھارارەت پەسەيتىش، قان توختىتىش، سېسىق پۇراقنى يوقىتىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، تەرەتنى راۋان قىلىش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر ياللۇغى، يۈرەك قېرىنچە ياللۇغى، يۈرەك رىتىمسىزلىقى، ئاشقازان ئاغرىقى، ھەر خىل ئىششىقلار، قەۋزىيەت، ئىچ سۈرۈش، قان تۈكۈرۈش، ئېغىز ئاغرىقى، يۈرەك قوزغىلىش، كۆز ئاغرىقى، قۇلاق ئاغرىقى، نېرۋا جىددىيلىكى، باش ئاغرىقى، كۆڭۈل ئېلىشىش، ئاياللاردىكى ھەيز نورمالسىزلىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قىزىلگۈل، ئاق لەيلىگۈلدىن 10 گرامدىن، ئىكلىلمىلىك، بابۇنەدىن 15 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، كۆندە سۈت بېزىگە چاپسا، سۈت بېزى ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

2. 10 گرام قىزىلگۈلنى سوقۇپ تالقان قىلىپ قولتۇققا سېپىپ بەرسە، قولتۇق پۇراشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. قىزىلگۈلدە ئەرەق تارتىپ ئىستېمال قىلىپ بېرىش بىلەن بىرگە قولتۇققا سېپىپ بەرسە، قولتۇق

پۇراشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. قىزىلگۈلدە گۈلقەنت تەييارلاپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە، يۈرەك، ئاشقازان، جىگەر ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

5. گۈلنى پۈرىسا كۆڭۈلنى ئاچىدۇ، سۈيىنى چىقىرىپ باشقا چاپسا، باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

6. يېڭى ئېچىلغان قىزىلگۈلدىن 30 گىرام ئېلىپ قايناتىپ ئىستېمال قىلسا، قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

7. قىزىلگۈلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، توخۇ يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ يارىلىق ئورۇنغا چاپسا، بوۋاسىر ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ ئىشلەتسە، جىنسىي ئىقتىدارىنى چېكىندۈرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەدىيان، ھەببى زەلەم.

[ئورۇنباسارى] بىنەپشىگۈل، مەرزەنجۇش.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەرقى گۈل، گۈلقەنت، مەجۇنى دەبدۇلۋەرد، گۈل يېغى.

§ 2 . غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار

ھەر خىل ئېچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بەلغەم خىلتىدا سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئۇمۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرگە قارىتا غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇرۇش خۇسۇسىيىتى ئاساسىي ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلارنى تاللاپ ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار ياكى بەلغەم خىلتىنىڭ مۇنزىج دورىلىرى دېيىلىدۇ. مەسىلەن: چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، ئەنجۈر، بادرەنجبۇيا ھىندى، بابۇنە، پىرسىياۋشان، ئارپىبەدىيان، زۇپا، كەرەپشە، ئارپىبەدىيان يىلتىزى پوستى، بۆرە سويمىسى يىلتىزى پوستى، شاھتەررە ھىندى، قىزىلگۈل، رۇمبەدىيان، قىزىل ئۈزۈم قاتارلىقلار.

چۇچۇكبۇيا يىلتىزى

曲曲克布亚

(甘草根 gan cao gen)

[باشقا ئاتىلىشى] ئەسلىسۇس، بىخ سۇس، بىخ مەھەك، مىلتى

[لاتىنچە نامى] Radix Glycyrrhiza uralensis

[ئىنگلىزچە نامى] Ural Licorice Root

www.uyghurkitap.com ئۇيغۇر كىتاب تورى

چۈچۈكبۇيا ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك چۈچۈكبۇينىڭ يىلتىزى ۋە يىلتىزسىمان غولىدىن ئىبارەت. ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزسىمان غولى «بىخ-سۈس» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئەسلى ئۆسۈملۈك چۈ-چۈكبۇيا (Glyeyrhiza uralensis Fisch) دىن ئىبارەت. خەلق ئارىسىدا «قارا بۇيا»، «سېرىق بۇيا» دەپمۇ ئاتىلىدۇ. يىل-تىزسىمان غولى سىلىندىر شەكىللىك، ئاساسى يىلتىزى ئۇزۇن، توم، سىرتقى پوستى قىزغۇچ قوڭۇر رەڭدە، يىلتى-زىنىڭ سىرتقى پوستى نېپىز، قىزغۇچ، ئىچى سېرىق، تەمى تاتلىق، پۇراقلىق، قاڭسىقراق، كۆپ تېتىسا كۆڭۈلنى ئې-لىشتۇرىدۇ (3.2.1 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ، ئىچكى موڭغۇل، گەنسۇ، جاڭ-شى، سەنشى، لياۋنىڭ، جىلىن، خېبېي، خېيلۇڭجياڭ، چىڭخەي قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ. ئىچكى موڭغۇلدىن چىقىدىغىنى ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ. يەنە ئاف-غانىستان، پاكىستان، ئىران قاتارلىق كۆپلىگەن ئەللەردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈزدە كولاپ ئېلىپ، غول تۈۋى ۋە چاچما يىلتىزلىرىنى تازىلىۋېتىپ، مۇۋاپىق ئۇزۇنلۇقتا كېسىپ پارچىلاپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] تەركىبىدە ئاتىسىدوم گىلىتسېررۇم (Glyerrhizic acid)، گىلىتسېرىن (Glyeerrhizine)، سۇدىكى ئېرىتمىسىدە ئاتىسدوم ئورالىنكوم (Uralenie acid) بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى]

1. كۆپ خىل تەجرىبىلەردە ھايۋاناتلارنىڭ سۈيدۈك مىقدارى ۋە ناترىيىنىڭ چىقىپ كېتىش مىقدارىنى ئازايتىدۇ. كالىيىنىڭ سىرتقا چىقىشىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ. قاندىكى ناترىي ئىيونى (Na_+) ئۆرلەيدۇ. قاندىكى كالىي تۆۋەنلەيدۇ. بۆرەك ئۈستى بېزى پوستلاق ماددىسى شارچىسى كىچىكلەيدۇ.

2. ياللۇغلىنىشقا قارشى تەسىرى بار.

3. ھەزىم قىلىش سىستېمىسىغا جۈملىدىن يارىغا ئۇنۇملۇك تەسىرى بار.

4. زەھەر قايتۇرۇش تەسىرى بار. چۈچۈكبۇيا قايىنتىلمىسى كۆچۈلا جەۋھىرى ستىرخىنىنىڭ زەھەرلىك تەسىرى ۋە ئۆلتۈرۈش تەسىرىنى كۆرۈنەرلىك تورمۇزلايدۇ. ئۇنىڭ رۇبىنى ئىشلىتىپ يېرىم سائەتتىن كېيىن، ستىرخىنىن ئوكۇلىنى ئۇرسا، زەھەرنى قايتۇرۇش ئۇنۇمى يۇقىرى بولىدۇ.

چۈچۈكبۇيا ھېستامىن، خلورال ھىدرات، ئورېتىن كودىئېن، ئارسىنو بېنزول، خلورىد سىماب قاتارلىقلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.

5. بەدەندىكى ماي ماددىسىنىڭ ئالمىشىشىغا نىسبەتەن تېزلەشتۈرۈش تەسىرى بار.

6. چۈچۈكبۇيا قان زەردابىدىكى خولېستېرىننى تۆۋەنلىتىدۇ.

7. تەجرىبە خاراكتېرلىك سېرىقلىققا قارشى تەسىرى بار.

8. يۆتەل توختىتىش تەسىرى بار.

9. چۈچۈكبۈيىنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن، ياللۇغلانغان كانايىنىڭ شىللىق پەردىلىرىنى يېپىپ، ئۇنىڭغا بولغان غىدىقلاشنى ئازايتىدۇ. شۇ ئارقىلىق يۆتەل توختىتىش رولىنى ئوينايدۇ.

10. ئاغرىق پەسەيتىش، تارتىشىشقا قارشى تەسىرى بار.

11. سۈيدۈك ئاجرىتىش، كۆپىيىش سىستېمىسىغا قارىتا تەسىرى: چۈچۈكبۈيا جەۋھىرى، چۈچۈك-بۈيا كىسلاتاسى، كالتسىي تۇزى كۆك قان تومۇرغا كىرگۈزۈلگەندە كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىنى بېرىدۇ، ئەمما كالىي ئاتېستاتقا تەسىرى يوق، چۈچۈكبۈيا ياسالمىسىنىڭ ئاياللار ھورمۇنىغا ئوخشاش رولى بار. 50 گىرامى 0.1 مىللىلىتىر ئېستىرادىئولنىڭ ئۈنۈمىگە تەڭ.

12. ئۆسمىگە قارشى تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاش، توغراش ياكى قورۇتۇش، پوستىنى ئاقلاش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى يوشۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، يەل ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قان تازىلاش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش، نېرۋا پەيلىرىنى كۈچلەندۈ-رۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] كاناي ياللۇغى، زىققە، ئۆپكە ياللۇغى، ئۆپكە سىلى، زۇكام، نەزلە، ئاۋاز پۈتۈش، جىگەر كېسەللىكى، سوزنەك، يارا، قىچىشقاق، پالەچ كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. چۈچۈكبۈيا يىلتىزى، پەرسىياۋشان، زۇپانىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، ئاق سەندەلدىن يەتتە گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، سوغۇقتىن بولغان يۆتەل، زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. چۈچۈكبۈيا يىلتىزىنىڭ پوستىنى قىرتىپ شۈمۈپ بەرسە، يۆتەل پەسەيتىدۇ.

3. چۈچۈكبۈيا يىلتىزى، ئاق سەندەل، زۇپا، پەرسىياۋشان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، يۇقۇملۇق زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. چۈچۈكبۈيىدىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، تىرناق تۈۋى يىرىڭلىش، ئىششىققا (سەينەك) كە مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. چۈچۈكبۈيا يىلتىزىنى سوقۇپ تالقان قىلىپ، قايناق سۇ بىلەن مەلھەم تەييارلاپ چاپسا، دائىرىلىك چاچ چۈشۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 7 ～ 10 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] بۆرەك ۋە تالغا زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] بۆرەككە كەتىرا، تالغا قىزىلگۈل.

[**ئورۇنباسارى**] كەتىرا، رۇبىسۇس.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] جاۋارىش بىخسۇس، لۇئوقى سەرپىستان، شەربىتى زۇپا.

ئەنجۈر قېقى

安吉尔

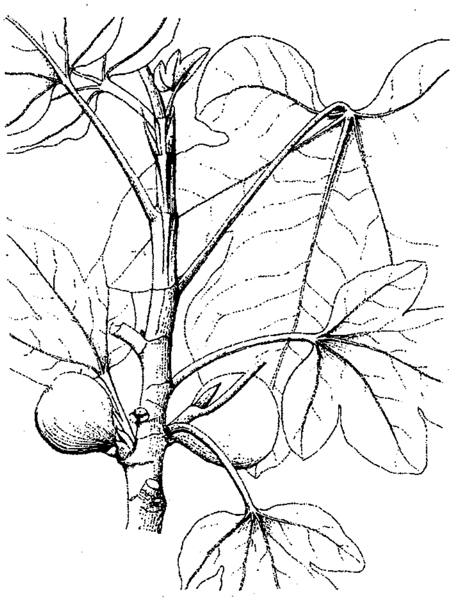
(无花果 wu hua guo)

[**باشقا ئاتىلىشى**] تىين، ئەنجىر

[**لاتىنچە نامى**] Fructus Ficus Carica

[**ئىنگلىزچە نامى**] Fig

[**تونۇش**] بۇ، ئۈجمە ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ياكى كىچىك دەرەخ ئەنجۈرنىڭ پىشقان مېۋىسى، شەكلى يۇمىلاق، رەڭگى سېرىق، ئەتلىك قىسمىنىڭ ئىچىدە قوڭۇر رەڭلىك ئۇرۇقى بولىدۇ. تەمى تاتلىق، پۇراقسىز كېلىدۇ. ئەسلي ئۆسۈملۈكى ئەنجۈر (Ficus Carica) دىن ئىبارەت. خەلق ئارىسىدا «ئەنجۈر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.2.2 ـ رەسىم)



ئەنجۈر قېقى

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] 9 ـ، 10 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندا ئۈزۈپ ئېلىپ قۇرۇتۇپ، پاكىز، قۇرۇق ئورۇندا قويۇلىدۇ. ھۆل پېتى ئىستېمال قىلىسمۇ بولىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ئەنجۈر تەركىبىدە گىلۇكوزا، مېۋە قەنتى، قومۇش شېكىرى تەخمىنەن 5% نى ئىگىلەيدۇ. لىمون كىسلاتاسى، قەھۋە كىسلاتاسى، كوينىن كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار. قۇرۇتۇلغان مېۋىسى، پىشمىغان مېۋىسى ۋە ئۆسۈملۈك سۇتىدە راككا قارشى تەركىب بار. سۇتىدە يەنە كىراخمال، ئاقسىل فېرمېنتى، ماي، كاربون سۇ بىرىكمىلىرى، ئۆسۈملۈك ئۆستۈرگۈچى ھورمۇن ھەمدە كۆپ مىقداردا ۋىتامىن A، ۋىتامىن C قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] قۇرۇق مېۋىسىنىڭ سۇلۇق ئېرىتمىسىنى ئاكتىپلاشقان كۆمۈش، پىروپانون بىلەن بىر تەرەپ قىلغاندىن كېيىن ئېلىنغان مەھسۇلاتنىڭ ساركومىغا قارشى تۇرۇش تەسىرى بار. تولۇق پىشمىغان مېۋىسىنىڭ سۇتى سۇت بېزى راكى، يىلىك مەنبەلىك ئاق قان كېسىلى، لىمفا گۆش راكى قاتارلىقلارنىڭ تەرەققىياتىنى تىزگىنلەش رولى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق (ھۆل مېۋىسى)، قۇرۇتۇلغىنى بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇرۇش، «تەبىئەت» نى، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، تەرەتنى يۇمشىتىش، يەل ھەيدەش، چىرايىنى پارقىرىتىش، تەرلىتىش، بەلغەم بوشىتىش، ئىششىق ۋە ياللۇغ قايتۇرۇش، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] باھ ۋە بۆرەك ئاجىزلىقى، يۆتەل، زۇكام، نەزلە قاتارلىق نەپەس سىستې-

www.uyghurkitap.com

مىسى كېسەللىكلىرى، ئۆپكە كېسەللىكى، چېچەك، تال ئىششىقى، جىگەر، تال توسۇلۇش، قەۋزىيەت، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز توسۇلۇش، سۈيدۈك تېمىپ كېلىش، مېڭە ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەنجۈردىن بەش دانە، زۇپا، پىرسىياۋشاندىن 10 گىرامدىن، چۆچۈكبۇيىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ كاشكاپ تەييارلاپ بەرسە، زۇكام، نەزلە، يۆتەل قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئەنجۈردىن بىر كىلوگىرام، شېكەردىن ئىككى كىلوگىرام ئېلىپ، ئەنجۈر مۇراببباسى تەييارلاپ يەپ بەرسە، ئومۇمىي بەدەننى ۋە باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

3. ئەنجۈردىن 10 گىرام، ئۈزۈمدىن 30 گىرام ئېلىپ قايناتقىپ ئىچسە، سوغۇقتىن بولغان كۆكيۆتەلگە شىپا بولىدۇ.

4. ئەنجۈر، بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرگە يېسە، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ. مېڭىنى، بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

5. ئەنجۈرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئاچچىق ئۈزۈم سىركىسىگە توققۇز كۈن چىلاپ قويۇپ، ھەر كۈنى ئىستېمال قىلسا، تالنىڭ ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

6. ئەنجۈرنى ياڭاق مېغىزى بىلەن قوشۇپ تالقانلاپ ياكى خېمىر قىلىپ ئىستېمال قىلسا، باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

7. ھۆل ئەنجۈردىن كۈنىگە 4 ~ 5 دانىدىن يېسە، بەدەننى سەمرىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 دانىغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ يېسە جىگەرگە، ئاشقازان ئاجىزلىقىغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ياڭاق، سۆئىتەر، رۇمبەدىيان.

[ئورۇنباسارى] باراۋەر مىقداردا چىلغوزا، قارىغاي ئۇرۇقى، ئۇرۇقى ئېلىنغان ئۈزۈم.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوئوقى تىين، ئەنجۈر شەربىتى، مۇراببباسى.

بادرەنجىبۇيا ھىندى

巴德然吉布亚印地

（欧蜜蜂花 ou mi feng hua）

[باشقا ئاتىلىشى] موپەرر قەلب، بادرەنگى بۇيا

[لاتىنچە نامى] Herba Dracocephalum moldavica

[ئىنگلىزچە نامى] Melissa herb

[تونۇش] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بادرەنجە-بۇيىنىڭ گۈلى ۋە پۈتۈن چۆپى بولۇپ، «بادرەنجبۇيا» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. گۈللىرى ئاق ياكى ئاق قىزىل، تەمى سەل تاتلىق، خۇش پۇراق، ئەسلىي ئۆسۈملۈكى بادرەنجبۇيا (Melissae officinalis) دىن ئىبارەت. غولى تىك چاسا شەكىللىك، ئۇزۇنلۇقى 30 ~ 50 سانتىمېتىرغىچە كېلىدۇ. رەڭگى توق سۆسۈن، قىسقا يۇمران، تۈكلۈك، ئۆزى يەڭگىل بولىدۇ. سۇندۇرۇلغان يۈزى ئاق رەڭلىك كېلىدۇ. (3.2.3 ـ رەسىم).

بادرەنجبۇيا ھىندى

[**چىقىش ئورنى**] ياۋروپا، ئىران، ھىندىستان قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] بادرەنجبۇيا يوپۇرمىقى تەركىبىدە تەخمىنەن %0.3 ~ %0.1 كىچە ئۇچۇچان ماي بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇش**] توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىنى پىشۇرۇش، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، سۈرۈش، زەھەر قايتۇرۇش، ماددىلارنى تارقىتىش، كۆڭۈلنى ئېچىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] غەيرىي تەبئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە، يەنە پالەچ، لەقۋا، يۈرەك ئاجىزلىقى، قان بېسىم يۇقىرى بولۇشتىن كېلىپچىققان يۈرەك رىتىمسىزلىقى، باش قېيىش، سۈت بېزى ئىششىقى، زۇقىمە قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. بادرەنجبۇيا، ئۇستىقۇددۇس، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قايناتما تەييارلاپ ئىچسە، نېرۋا ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. بادرەنجبۇيىدىن 10 گىرام، چىلاندىن 15 گىرام، گاۋزىباندىن 10 گىرام ئېلىپ، قايناتما تەييارلاپ بەرسە، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.

3. بادرەنجبۇيا، ئۇستىقۇددۇس، گاۋزىبان، لاچىندانە، قەلەمپۇر قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، چالا سوقۇپ چايلىق تەييارلاپ بەرسە، يۈرەك، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

4. بادرەنجبۇيىدىن 200 گىرام ئېلىپ، 100 گىرام ناۋات بىلەن قاينىتىپ ئىستېمال قىلسا، يۈرەك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. بادرەنجبۇيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ سۈيىنى ئىستېمال قىلسا، جىگەر ئاجىزلىقى، يۈرەك رىتىمسىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

6. بادرەنجبۇيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ سۈيىدە ئېغىز چايقىسا، ئېغىز پۇراش ۋە چىش مىلىكى بوشاپ قېلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

7. بادرەنجبۇيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تۇز سۈيى ياكى گىلۇكوزا بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلسا، لىمفا سىلىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] بىقىن ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ، ئىسسىق مىزاجلىقلارغا زىيانلىق.

www.uyghurkitap.com

[تۇزەتكۈچىسى] كۈندۈر، ئەرەب يېلىمى.

[ئورۇنباسارى] ئەۋرىشىم.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى بادرەنجبۇيا، ئەرقى بادرەنجبۇيا، جەۋھەرى بادرەنجبۇيا.

بابۇنە

巴不乃

(洋柑菊 Yang gan ju)

بابۇنە

[باشقا ئاتىلىشى] گاۋچەشمى، بابۇنەج، گاۋچەشمى- مۇرىھى

[لاتىنچە نامى] Herba Matricaria chamomilla

[ئىنگلىزچە نامى] Matricaria herd

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بابۇنەنىڭ گۈلى ۋە پۈتۈن چۆپىدىن ئىبارەت. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ گۈلى «گۈلى بابۇنە» نامىدا، يىلتىزى «بىخ بابۇنە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. گۈلى سېرىق رەڭدە ئېچىلىدۇ. چۆپى سارغۇچ يېشىل رەڭدە، ۋەزنى يەڭگىل، تەمى قىرىق، بىرئاز پۇراقلىق كېلىدۇ. ئەسلىي ئۆسۈملۈكى بابۇنە (Matricaria Chamomilla) دىن ئىبارەت (3.2.4 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ تاغلىق رايونلىرىدىن چىقىدۇ. يەنە پاكىستان، ئىران ۋە ياۋروپادىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 6 ـ، 7ـ ئايلاردا گۈلى ۋە چۆپىنى يىغىۋېلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن ئۆسۈملۈك ۋە گۈلى تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي بار. ئاساسلىق تەركىبى غامازولىن (Chamazuilene)، پروئازولىن (Prozulene)، فارنىسىندى (Farnesene)، ماتدىكارىن (Matiricarin)، روتىن (rutin) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. تارتىشىشنى بوشاشتۇرۇش تەسىرى بار. بابۇنە قايىنتىلمىسى توشقاننىڭ ئۈچەي يوللىرى ۋە دېڭىز چوشقىسىنىڭ كاناپچىلىرىنى تورمۇزلايدۇ. بابۇنە تەركىبىدىكى ئاپىئىن (Apiin) ۋە ئاپىگېنىن (Apigenen) نىڭ سىلىق مۇسكۇلغا نىسبەتەن ئوتتۇرا دەرىجىلىك بوشاشتۇرۇش رولى بار.

2. ياللۇغ قايتۇرۇش تەسىرى: خامازولىن ۋە بىرىككەن ماددا كوۋىزولىن (Couizolene) نىڭ ھەممىسى تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە.

3. قان تومۇرلارغا بولغان تەسىرى: تەجرىبىخانىلاردىكى تەجرىبىلەردىن قارىغاندا، بابۇنە چارپاقا ئارقا پۇت قان تومۇرىنى تارايتىدۇ. ئۆي توشقىنىنىڭ قان بېسىمىنى ئۆرلىتىدۇ.

4. باشقا تەسىرى: قىزىۋاتقان توشقاننىڭ قىزىتمىسىنى قايتۇرىدۇ. مەلۇم دەرىجىدە باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش تەسىرىمۇ بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، يەل ھەيدەش، ياللۇغ قايتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاشقازان، مېڭە ۋە پەيلەرنى قۇۋۋەتلەش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىش، ئاغرىق پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر، تال، ئاشقازان، مەقئەت ئىششىقلىرى، ھەر خىل ياللۇغلىنىشلىق كېسەللىكلەر، سۈيدۈك يولى ياللۇغى، ھەيز تۇتۇلۇش، بوغۇم ئاغرىقى، قۇلاق ئاغرىقى، ھەر خىل قاتتىق ئىششىقلار، سېرىقلىق چۈشۈش، ئۆچەي توسۇلۇش، مېڭە ۋە پەيلەرنىڭ ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بابۇنە، بىخ كاسىنە، بىخ كەرەپشە، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ھەر خىل ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

2. بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلىگۈل، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ، 60 گىرام گۈل يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، سۈت بېزى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئىكلىلمىلىكتىن بەش گىرام، بابۇنە، ئەنگۈر شىپا، كاكىنەج، تاۋۇز ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈك يولىدىكى ياللۇغ ھەم ئىششىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. بابۇنەدىن ياغ تەييارلاپ قۇلاققا تېمىتسا، سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. بابۇنەدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، ھورىدا ئولتۇرسا ياكى بەلنىڭ تۆۋىنىنى يۇسا، بۆرەك تاش كېسىلى، قىيىن تۇغۇتقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

6. بابۇنەدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، بەدەندىكى غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى سۈرۈپ تازىلايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2 ～ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] گالغا ۋە كۆكرەككە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ، باش ئاغرىقى ۋە توسۇلۇش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، بىنەپشە، نىلۇپەر.

[ئورۇنباسارى] ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلىگۈل، ئانار سۈيى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] جاۋارىش بابۇنە، بابۇنە يېغى، رەۋغىنى بابۇنە، ماددەتۇلھايات.

ئاكاتسىيە دەرىخى ئۇرۇقى

阿卡提斯亚达里合欧如合

（槐树 gui shu）

[باشقا ئاتىلىشى] ئاكاتسىيە دەرىخى مېۋىسى، بائى كىنبە شكەكائى

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى بىر خىل دەرەخ بولۇپ، كىچىك ھەم ئىنچىكە تىكەنلىرى بولىدۇ.

ئۇنىڭدىن يېلىم چىقىدۇ، گۈلى ۋە مېۋىسى تەرخەمەكنىڭكىگە ئوخشايدۇ، لېكىن ئۇنىڭدىن كەڭ بولىدۇ، ئىچىدە تەرخەمەك ئۇرۇقىدەك ئۇرۇقى بولىدۇ. ئادەتتە ئۇنىڭ مېۋىسى دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ، مېۋىسىنىڭ رەڭگى توپا رەڭدە بولۇپ، «بائى كىنبە» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، توغراپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى پىشۇرۇش، كېسەللىك ماددىلىرىنى يۇمشىتىش، يەل ھەيدەش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، بەلغەم چىقىرىش، چاچنى ئۆستۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھېق تۇتۇش، ئاشقازان ئاجىزلىقى، بالىلاردىكى قورساق ئاغرىقى، قورساق كۆپۈش، جۇغ ـ جۇغ تەپ، چاچ چۈشۈپ كېتىش، چاچ كېپەكلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. لاچىندانە، گۈلدارچىن، پىننە بەش گىرامدىن، بەدىياندىن 10 گىرام، ئاكاتسىيە ئۇرۇقىدىن ئىككى گىرام، قاقىلەدىن بەش گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايناتما تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، بالىلاردىكى ئاشقازان مەنبەلىك ھېق تۇتۇش، قورساق ئاغرىش، كۆپۈش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئاكاتسىيە دەرىخى مېۋىسىدىن 60 گىرامنى ئېلىپ، 750 گىرام سۇدا قاينىتىپ سۈزۈۋېتىپ، چاچنى يۇيۇپ بەرسە، چاچنى ئۆستۈرىدۇ، كېپەكنى يوقىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قىزىلگۈل.

[تۈزەتكۈچىسى] ئارپىبەدىيان.

[ئورۇنباسارى] ئىسسىق چايلىق دورا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئاشقازان قۇۋۋەتلەش چايلىقى.

§ 3 . غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن سەۋدا خىلتى سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئەزانىڭ نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل ئەھۋالغا قارىتا غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرۇش خۇسۇسىيىتى ئاساسىي ئورۇندا تۇرغان دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار ياكى سەۋدا خىلتىنىڭ مۇنزىج «مۇنزىج سەۋدا» دورىلىرى دېيىلىدۇ. مەسىلەن: سەرپىستان، ئۇستۇقۇددۇس، گاۋزىبان ھىندى، بىستىپايەج، بادرەنجبۇيا چىنى، تاغ بادرەنجەبۇيىسى، ئەپتىمۇن ئۇرۇقى، ئۈد سەلىب، پىرسىياۋشان، قىزىل ئۈزۈم، مەرزەنجۇش، شاھتەررە، چىلان، ئارپىبەدىيان قاتارلىقلار.

سەرپىستان
赛尔皮斯堂
（破布木实　po bu mu shi）

[باشقا ئاتىلىشى] دەبىق، لەھسۇرى، لىسۇرا

[لاتىنچە نامى] Fructus Cordia dichotoma

[ئىنگلىزچە نامى] Dichotomous Cordia Fruit

سەرپىستان دەرىخى

[تونۇش] بۇ، بوتا كۆز ئەڭلىكئوت ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك سەرپىستان دەرىخىنىڭ مېۋىسى بولۇپ، دەرەخنىڭ ئېگىزلىكى 4 ～ 5 مېتىر ئېگىزلىكتە. ئەگرى- بۈگرى، تېنى ئاق رەڭلىك، شاخلىرى كۆك، مېۋىسى يۈرەك شەكىللىك، ئۇزۇنلۇقى بىر بارماقتىن يېرىم بارماقچە، سارغۇچ جىگەر رەڭدە بولىدۇ. پىشقاندا قارا رەڭگە يېقىنلىشىدۇ. قۇرۇتۇلغاندىكى رەڭگى قارا بولىدۇ، ئىچىدە ئۇرۇقى بولۇپ، ئۇرۇقى ئېتىگە چاپلىشىپ تۇرىدۇ. ئېتى شىرىنلىك؛ تاتلىق ۋە پارقىراق. ئوبدان پىشقىنى، پارقىراق بولغىنى ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ. ئەسلى ئۆسۈملۈك (Cordia LatiFoliae) بولۇپ، ئۆسۈملۈك مېۋىسى «سەرپىستان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (1.3.3 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزدىن، ھىندىستان، سىرى لانكا، بەھرەيىن قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 9ـ، 10ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] سەرپىستان تەركىبىدە قەنت، شىلىمشىق ماددىلار، ئورگانىك كىسلاتا قاتارلىق ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ، قۇرۇتۇپ، توغراپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا، سەۋدا خىلتىنى پىشۇرۇش، يۆتەل توختىتىش، كۆكرەك ۋە كانايىنى سىلىقلاشتۇرۇش، قۇرۇق يۆتەل، بەلغەم بوشىتىش، سەپرا ۋە قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، تولغاق، ئۇسسۇزلۇق قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۇتقۇنچاق ۋە كاناي قۇرۇش، نەزلىلىك زۇكام، كۆكرەك ۋە گالنىڭ يىرىكلىكى، سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش، مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش، قۇرۇق يۆتەل، ئاۋاز پۈتۈش، تولغاق، ئۇسسۇزلۇق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سەرپىستاندىن 10 گىرام، زۇپادىن ئالتە گىرام ئېلىپ، سەرپىستانى 200 مىللىلىتىر سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى قايىنتىپ سۈيىنى ئىچسە، ئۆپكىنى، كانايىنى تازىلايدۇ. ئۆپكە ۋە كانايدىكى ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ. قۇرۇق يۆتەل، ئاۋاز پۈتۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ. تەشنالىقنى باسىدۇ. سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بولغان سۈيدۈكنىڭ كۆيۈپ كېلىشىنى يوق قىلىدۇ.

2. سەرپىستان، زۇپا، پەرسىياۋشان، ئەنجۈر قېقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، زۇكام، يۆتەلگە شىپا بولىدۇ.

3. سەرپىستان، كاسنە، ئوغرىتكەن، بەدىيان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، سۈيدۈك يولى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 9~15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازان ھۆللۈكىنى ئاشۇرىۋېتىدۇ، جىگەرنى ئاجىزلاشتۇرىۋېتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان، چىلان، قىزىلگۈل.

[ئورۇنباسارى] ئاق لەيلى ئۇرۇقى.

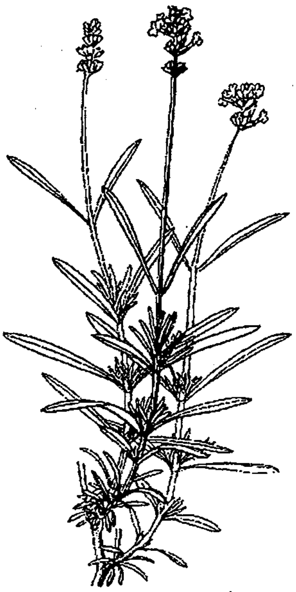
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لۇئوقى سەرپىستان، مەتبۇخى سەرپىستان.

ئۇستقۇددۇس
乌斯土胡都斯
(薰衣草 xun yi cao)

[باشقا ئاتىلىشى] ئۇنسۇل ئەرۋاھ، جارۇئىدىماغ، دىماغ كاجارۇ

[لاتىنچە نامى] Herba Lavandula angustifolia

[ئىنگلىزچە نامى] Lavander herd


ئۇستقۇددۇس

[تونۇش] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى يېرىم چاتقال ئۆسۈملۈك تار يوپۇرماقلىق ئۇستقۇددۇس بولۇپ، ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «ئۇستقۇددۇس» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. غولى تىك، كۆپىنچە تۈۋىدىن شاخلايدۇ. تەمى ئاچچىق، يۇرىقى خۇش پۇراق، سىرتى كۆل رەڭگە مايىل قارامتۇل بولىدۇ. ئەسلى ئۆسۈملۈكى تار يوپۇرماقلىق ئۇستقۇددۇس (3 .3 .2 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزدىن، جياڭسۇ ئۆلكىسىدىن ھەمدە فىرانسىيە، ئەنگلىيە، ياپونىيەدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىدە 1%~3% كىچە ئۇچۇچان ماي بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] غولى، يوپۇرمىقى ۋە يېغى چىرىشكە قارشى تۇرغۇچى دورا ھېسابلىنىدۇ. ھەر خىل باكتېرىيەلەرنى ئۆزۈمسىمان شارچە

www.uyghurkitap.com

باكتېرىيە، زەنجىرسىمان شارچە باكتېرىيەلەرنى تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇش ۋە توغراش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، مېڭىنى تازىلاش، پەي - نېرۋىلارنى قوزغىتىش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، ماددىلارنى تارقىتىش، بەلغەم بوشىتىش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، يەل ھەيدەش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] پالەچ، لەقۋا، رەئشە، سەرئى، نەزلە، زۇكام، ئۇنتۇغاقلىق، مېڭە پەردە ياللۇغى، بەدەن ئاجىزلىقى، بوغۇم ئاغرىقلىرى، سۈت بېزى ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۇستىقۇددۇس، بادرەنجبۇيا، پىستىپايەج قاتارلىقلاردىن 10 گىرام ئېلىپ قايناتتىپ ئىچسە، مېڭىنى تازىلايدۇ، سەرسامغا پايدا قىلىدۇ.

2. ئۇستىقۇددۇس، بەدىيان، لاچىندانە، دارچىن، قەلەمپۇر قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، ئاشقازاندىكى يەلنى ھەيدەيدۇ.

3. ئۇستىقۇددۇس، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، سۈت بېزى ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

4. ئۇستىقۇددۇس، لاچىندانە، گاۋزىبان قاتارلىق دورىلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ چايلىق قىلىپ ئىچسە، مېڭە، يۈرەك، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

5. ئۇستىقۇددۇس، ئېگىر، سىيادان، سېرىق ئوت قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ بەرسە، ئۇنتۇغاقلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 9 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سەندەل.

[ئورۇنباسارى] گاۋزىبان ھىندى، ئەپتىمۇن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى ئۇستىقۇددۇس، داۋائىلمىشكى، خېمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى، ئىترىفىل ئۇستىقۇددۇس.

گاۋزىبان ھىندى

高孜万印地

（琉璃苣　liu li ju）

[باشقا ئاتىلىشى] لىسانولسۇر ھىندى، گاۋزۇبان ھىندى، كاتمەندە

[لاتىنچە نامى] Herba Cynog lossum officinalis

[ئىنگلىزچە نامى] Common Borage

[تونۇش] بۇ، ئەڭلىكئوت ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ھىندىستان گاۋزىباننىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ،

www.uyghurkitap.com

گاۋزىبان ھىندى

يوپۇرمىقى كۆپىنچە بۇزۇلۇپ كەتكەن، ئالدى يۈزى سارغۇچ يېشىل رەڭلىك، ئارقا يۈزى سۇس يېشىل رەڭلىك بولىدۇ. ھەر ئىككى يۈزدە تىكىنى چۈشۈپ كەتكەندىن كېيىنكى ئىزلىرى بار. تەمى سۇس، يېپىشقاق، خۇش پۇراق كېلىدۇ، ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقى ۋە گۈلى «گاۋزىبان ھىندى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ (3.3.3 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] ئىران ۋە ياۋروپا ئەللىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە گۈلى ئېچىلغاندا گۈلىنى ۋە پۈتۈن چۆپىنى يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە گىلۇكوزىد، فىلاۋونلار، ئامىنو كىسلاتاسى، ئۇچۇچان ماي، يېپىشقاق ماددا، قەنت ۋە ئاز مىقداردا ئالكولوئىدلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاددىي جانلىقلارنى ئۆلتۈرىدۇ ھەمدە ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ، قىزىتما قايتۇرىدۇ، رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇش ۋە توغراش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم، سەپرا ۋە سەۋدا خىلتىنى پىشۇرۇش، كۆڭۈلنى ئېچىش، رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، ئىچىنى يۇمشىتىش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، يۆتەل توختىتىش، قىزىتمىنى پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مالىخولىيا، يۈرەك ئاجىزلىقى، يۈرەك سېلىش، مېڭە ئاجىزلىقى، كۆكرەك پەردە ياللۇغى، ئۆپكە ياللۇغى، ئۆپكە سىلى، يۆتەل، زۇكام، نەزلە، نەپەس سىقىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. گۈلى گاۋزىباندىن تۆت گىرام ئېلىپ، شېكەر بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، يۈرەك ۋە مېڭە ئاجىزلىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. گاۋزىبان، ئاق لەيلىگۈلدىن ئالتە گىرامدىن، بادام مېغىزى، چىلغوزا مېغىزىدىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سۈفۈپ قىلىپ ئىستېمال قىلسا، قۇرۇق يۆتەل، ئۆپكە ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. گاۋزىباندىن 15 گىرام ئېلىپ كۆيدۈرۈپ، يۇمشاق سوقۇپ يارىلارغا سەپسە، يارىنى تېز ساقايتىدۇ.

4. گاۋزىبان، سەندەل، گۈلبىنەپشە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ مۇۋاپىق ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 9 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازاننىڭ ھۆللۈكىنى ئاشۇرۋېتىدۇ، تالغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان، ئاق سەندەل.

[ئورۇنباسارى] گۈلى گاۋزىبان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] خېمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى، گاۋزىبان شەربىتى.

بىستىپايەج

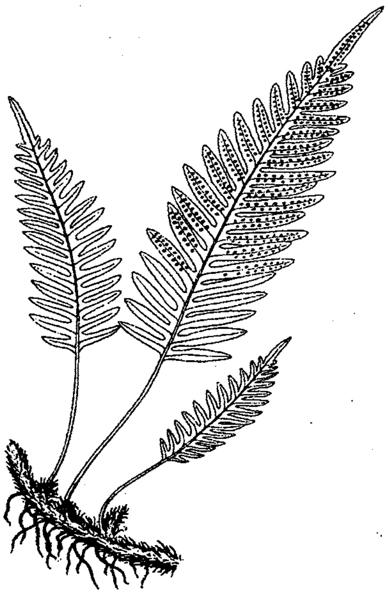
白斯法也及

(水龙骨 shui long gu)

[باشقا ئاتىلىشى] چىلپايە، ئەخرا سول كەلىپ، خەراسول كەلەب، بىستىپايە، پىستىپايەنج

[لاتىنچە نامى] Rhizoma Polypodium vulgare

[ئىنگلىزچە نامى] Japanese Polypodio dis Rhizome



بىستىپايەج ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، چىلپايە ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق يېپىشما سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بىستىپايەجنىڭ يىلتىزسىمان غولى بولۇپ، شەكلى سىلىندىرسىمان، ئەگرى - بۈگرى، چۇرۇك، قارامتۇل قوڭۇر رەڭدە، پۇرىقى سۇس، تەمى بىرئاز ئاچچىق، ئەسلي ئۆسۈملۈكى ئادەتتىكى بىستىپايەج (ehing (Mett) Polypodinm Niponicum) دىن ئىبارەت. «بىستىپايەج» ياكى «چىلپايە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.3. 4 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ئىچكىرى ئۆلكىلىرىدىن ھەممە ئامېرىكا، ياۋروپا، ھىندىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ئۆسۈملۈكنى يىلبويى يىغىۋالغىلى بولىدۇ. يىغىۋالغاندىن كېيىن يىلتىزى، يوپۇرماقلىرىنى چىقىرىۋېتىپ، پارچىلاپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] بىستىپايەج تەركىبىدە فوكوستېرول (Fucosterol)، سىتروستادىنو (Citrostadieno)، سىكلوئارتانول (Cycloartanol)، پوللىناستانول (Pollinastanol) ۋە ئوسلادىيۇ (Osladiu)، ئېكدىستورون (Ecdysterone) قاتارلىقلارنى بار. ئۇنىڭدىن باشقا كالىي، ناترىي، كالتسىي، ماگنىي قاتارلىقلار، قومۇش شېكىرى، لىمون كىسلاتاسى، ئالما كىسلاتاسى، پالما كىسلاتاسى، ماي كىسلاتاسى، زىغىر يېغى كىسلاتاسى، گىلىتسېرىن قاتارلىقلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش، سۈرۈش، مېڭە ۋە يۈرەكنى

قۇۋۋەتلەش، ئىششىق ياندۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، يەل ھەيدەش، قان تازىلاش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قىچىشقاق، بوۋاسىر، ئۇچەي توسۇلۇش، جوزام، سەرئى، مالىخولىيا، رېماتىزم، بوغۇم ئاغرىقى، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان تۇرلۇك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بىستىپايەج ، سۇمبۇل، لاچىندانە، ئۇستىقۇددۇسنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ چايلىق ئورنىدا ئىستېمال قىلسا، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان ئۇنتۇغاقلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. چىلان، چۆپچىن، سانا، سەرپىستان، بىستىپايەج قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، قىچىشقاق، تەمرەتكىگە پايدا قىلىدۇ.

3. بىستىپايەجدىن 10 گىرام ئېلىپ، ئارپا بىلەن قوشۇپ قايىنتىپ ئىچسە، ئۇچەي توسۇلۇش، قورساق كۆپۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. بىستىپايەجدىن 10 گىرام، چۇچۇكبۇيادىن 30 گىرام، بەديان دىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قايىنتىپ ئىستېمال قىلسا، يۆتەل ۋە دەم سىقىلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ～ 15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقچان كىشىلەرنىڭ ئۆپكىسىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ. بۆرەككە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ئارپىبەدىيان، كەتىرا، ھەسەل، پەرسىياۋشان، سېرىق ھېلىلە.

[ئورۇنباسارى] ئەپتىمۇن، سانا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى نۇجاھ، مەجۇنى ئۆشبە.

بادرەنجبۇيا چىنى

巴德兰吉布牙

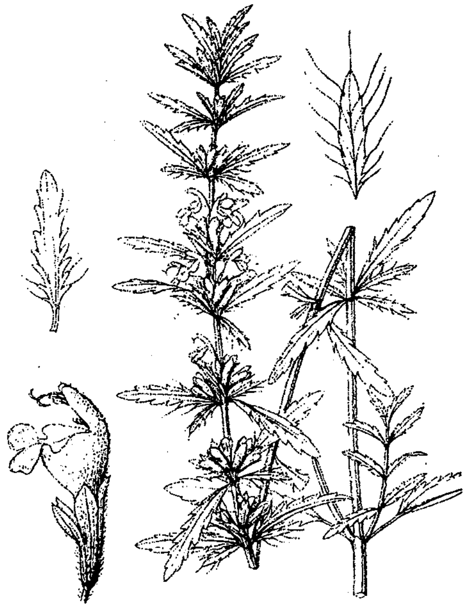
(香青兰　xiang qing lan)

[باشقا ئاتىلىشى] مۇفەرىھەقەلىب، بادرەنگى بۇيا چىنى

[لاتىنچە نامى] Herba Dracocephalum moldavica

[ئىنگلىزچە نامى] Fragrant Dragonhead Herd

[تونۇش] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك باغ بادرەنجبۇيىسىنىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ، ئېگىزلىكى 10 ～ 30 سانتىمېتىرغىچە كېلىدۇ. غولى تىك، قىرلىق، ئوتتۇرىدىن بۆلۈنۈپ شاخلايدۇ. ھەممە يېرىدە شالاڭ، قىسقا تۈكلىرى بولىدۇ. رەڭگى سېرىققا مايىل يېشىل ياكى سۇس سۆسۈنگە مايىل قىزىل بولىدۇ. گۈلىنىڭ رەڭگى كۆككە مايىل سۆسۈن بولىدۇ. تەمى تاتلىق، خۇش پۇراق كېلىدۇ. (5.3.3 ـ رەسىم)



بادرەنجبۇيا چىنى

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يېرىدىن چىقىدۇ ھەمدە ياۋروپا، روسىيە قاتارلىق ئەللەردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىدە گۈلى ئېچىلىدۇ. يېڭى مېۋە تۇتقاندا يىغىۋېلىپ، پۈتۈن چۆپى قۇرۇتۇلۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىدە ئۇچۇچان ماي تۇتىدۇ. مايدا سىترىل (Citral)، نېرول (nerol)، سىترونېلول (Citronelol)، تىمول (Thymol)، تېرپېن (Terpene) قاتارلىقلار بار، يېڭى ۋاقتىدىكى مېۋىسىدە ئۇلارنىڭ تۇتقان مىقدارى ئەڭ يۇقىرى، مېۋىسى پىشقان مەزگىلدە سىترالىنىڭ مىقدارى ئەڭ يۇقىرى، مولدۇئوزىدى (Molduoside) مۇ بار. يەنە ئاز مىقدار كاروتىن (Carotin) قاتارلىقلارمۇ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] بۇنىڭ تەركىبىدىكى سىترونېلولنىڭ تارتىشىشنى توختىتىش رولى بار. ھىستامىن ياكى ئاستېل خولىنگە بىۋاستە تاقابىل تۇرالايدۇ ياكى توسىدۇ. سىترونېلول بەلغەم بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ھەزىمگە ياردەم بېرىش، تىنچلاندۇرۇش، يۆتەل توختىتىش، مېڭە، يۈرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۈرەك كېسىلى، يۇقىرى قان بېسىم كېسىلىدىن كېلىپچىققان يۈرەك بىئارام بولۇش، ئۇنتۇغاقلىق، تۇتقاقلىق، مالىخولىيا، قورساق كۆپۈش، بوغۇم ئاغرىقى، باش قېيىش، زىققە، جىگەر كېسىلى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بادرەنجبۇيا، سۇمبۇل، لاچىندانىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، ناۋاتتىن 15 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ تالقان قىلىپ ئىچسە، مېڭە ۋە يۈرەك زەئىپلىكى، ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتى تۆۋەنلەش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. بادرەنجبۇيىدىن 10 گىرام، چىلاندىن 15 گىرام، گاۋزىباندىن 10 گىرام ئېلىپ، قاينىتىلما تەييارلاپ ئىچسە، قان بېسىمنى چۈشۈرىدۇ.

3. بادرەنجبۇيا، گاۋزىبان، ئۇستىقۇددۇس، قاقىلە، پەرەنجىمىشكنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ چايلىق تەييارلاپ ئىچسە، مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

4. بادرەنجبۇيا جەۋھىرى تەييارلاپ بەرسە، يۈرەك زەئىپلىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ～ 15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يانپاش ئاغرىقى بارلارغا يالغۇز بېرىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئەرەب يېلىمى، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] پىلە غوزىسى، لاچىندانە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى بادرەنجبۇيا، جەۋھىرى بادرەنجبۇيا.

تاغ بادرەنجبۇيىسى
塔合巴德兰吉布牙斯
(益母草 yi mu cao)

[باشقا ئاتىلىشى] مۇپەررىھىل قولۇپ، بادرىنگى بۇيا

[لاتىنچە نامى] Leonurus turkestanicus

[ئىنگلىزچە نامى] Common Motherwort Herb

[تونۇش] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، چۆپى سارغۇچ يېشىل رەڭدە، يەڭگىل، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى سۇس، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ چۆپى «تاغ بادرەنجبۇيىسى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئەسلىي ئۆسۈملۈكى تاغ بادرەنجبۇيىسىدىن ئىبارەت.

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزدىن جۇملىدىن شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] يازدا گۈلى ئېچىلىشتىن ئىلگىرى يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇلىدۇ. گۈلى ئېچىلغاندىن كېيىنكى يىغىۋېلىنغىنى ياخشى ئەمەس.

[خىمىيىلىك تەركىبى] تەركىبىدە لېئونورىدىن (Leonoridene) تۈرىدىكى ئاكاھول ستىتاخدرىن (Stachrdrine) قاتارلىق كۆپ خىل ئالكولوئىد، بىنزوييك كىسلاتاسى، كۆپ مىقداردا كالىي خلورىد، ئاتىسدوم لاۋرىكوم (Aoricasid)، ماي كىسلاتاسى، ۋىتامىن A قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى]

1. بالىياتقۇغا بولغان تەسىرى: تاغ بادرەنجبۇيىسىنىڭ ياسالمىسى بالىياتقۇنى بىۋاستە قوزغىتىدۇ.

2. قان ئايلىنىش سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: تاغ بادرەنجبۇياسىنىڭ سۇدىكى ئېلىنغان ماددىسى ياكى سۇ، ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقى ناركوز قىلىنغان ھايۋانلارنىڭ ۋېناسىغا ئوكۇل قىلىنسا، قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىدۇ، ئەمما داۋاملىشىش ۋاقتى قىسقا.

3. باشقا تەسىرى: تەركىبىدە تۇتقان مېنونورىن نەپەس سىستېمىسىنى قوزغىتىش تەسىرىنى بېرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش، يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، ھەيزنى

راۋانلاشتۇرۇش، قاننى جانلاندۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، يالللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، توسال-غۇلارنى ئېچىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەيز كەلمەسلىك، تۇغۇتتىن كېيىنكى قورساق ئاغرىش، بۆرەك جامى بۆرەك ياللۇغى، سۈيدۈكتىن قان كېلىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش ھەم سىرتقى تەرەپتىن جاراھەت ۋە يارىلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تاغ بادرەنجبۇيىسىدىن 20 گىرام ئېلىپ، 10 گىرام كىرەش، 10 گىرام قۇستە قاتارلىقلارغا قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ كۈمىلاچ قىلىپ ئىستېمال قىلسا، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

2. تاغ بادرەنجبۇيىسى، يەرلىك شوخلا، كاكىنەچ، ئاق لەيلى ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ ئىچسە، بۆرەك جامى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 0.5~1 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، ئەرەب يېلىمى.

[ئورۇنباسارى] لاچىندانە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] بادرەنجبۇيا جەۋھىرى، بادرەنجبۇيا شەربىتى، شەربىتى ئۇستىقۇددۇس.

ئەپتىمۇن ئۇرۇقى

色日克月盖欧如合

（菟丝子 tu si zi）

[باشقا ئاتىلىشى] بەزرۇل ئەپتىمۇن، سېرىق يۆگەي ئۇرۇقى، تۇخۇمى كۈشۈش، كەسۇس، ئىكاش (بىل)

[لاتىنچە نامى] Semen Cuscuta Chinensis

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese dodder Seeds

[تونۇش] بۇ يۆگىمەچۈت ئائىلىسىدىكى ئۈسۈملۈك سېرىقيۆگەي (سېرىق ئوت) نىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت. ئۇرۇقى ياپىلاق شارسىمان ياكى تۇخۇمسىمان بولۇپ، سىرتقى پوستى قىزىل خورما رەڭلىك ياكى سارغۇچ قوڭۇر رەڭلىك بولىدۇ. تەمى ئاچچىق، پۇراقسىز، ئەسلىي ئۈسۈملۈكى سېرىقيۆگەيدىن ئىبارەت. (3.3.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى رايونلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] گۈلى ئېچىلىش مەزگىلى 7ـ، 9ـ ئايلاردا، مېۋە بېرىش مەزگىلى 8ـ، 10ـ ئايلاردا

بولۇپ، دورىغا ئىشلىتىدىغاندا يىغىپ ئېلىپ قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئەپتىمۇننىڭ ئۇرۇقىدا رىزىن گىلۇكوزىسى، قەنت تۇزلىرى بار. چوڭ سېرىقيۇگەي ئۇرۇقىدا گىلۇكوزىد، ۋىتامىن A قاتارلىق ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئەپتىمۇن ئۇرۇقىنىڭ دەملىمىسى چارپاقا يۈرىكىنىڭ قىسقىرىشىنى ئاشۇرىدۇ. يۈرەك رىتىمىغا بولغان تەسىرى كۈچلۈك، مەست قىلىنغان ئىتنىڭ قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇش ياكى قۇرۇق قورۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرۇش ۋە سۈرۈش، باھنى قۇۋۋەتلەش، ئارتۇق ماددىلارنى تارقىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەر، ئاشقازان، جىگەردىكى توسۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر، گال ئاغرىقى، قورساق ئاغرىقى، ھەيز كۆپ كېلىش، سېرىقلىق چۈشۈش، ئىچكى قاناشلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەپتىمۇن ئۇرۇقىنى قورۇپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ. ئىچكى ئەزالاردىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ. بالىياتقۇدىن كەلگەن نورمالسىز سۇيۇقلۇقنى توختىتىدۇ.

2. ئەپتىمۇن ئۇرۇقىدىن 21 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سىركەنجۇبىل بىلەن قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، غەيرىي تەبىئىي سەۋدانى تازىلايدۇ.

3. ئەپتىمۇن ئۇرۇقىدىن بەش گىرام ئېلىپ، يەتتە گىرام بىنەپشە بىلەن قوشۇپ تالقان قىلىپ ئىستېمال قىلسا، يەل ھەيدەيدۇ. توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

4. ئەپتىمۇن ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، ئەمەن، شەھمەنزەلدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ ئىچسە، يۇقىرىقى كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. ئەپتىمۇن ئۇرۇقىدىن 22 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئازراق ھەسەل، لاھور تۇزى قوشۇپ ئىچسە، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا بىلەن بەلغەم خىلتىنى سۈرىدۇ.

6. ئەپتىمۇن ئۇرۇقى، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ، بىر كىچە سۇغا چىلاپ قويۇپ قاينىتىپ ياكى ئەرەق تارتىپ ئىچسە، ھاراق ئىچكەندىن كېيىنكى باش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 9 ～ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، ئەرەب يېلىمى.

[ئورۇنباسارى] ئەپتىمۇن، ئەمەن، ئەپسەنتىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەتبۇخى ئەپتىمۇن، شەربىتى ئەپتىمۇن، جەۋھەرى ئەپتىمۇن.

ئۈد سەلب

吾德撒力甫

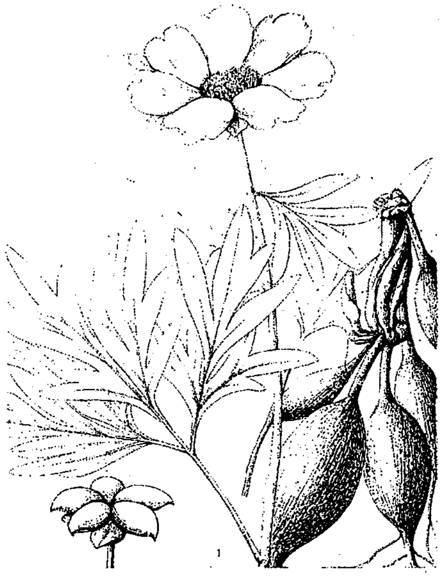
(赤芍 chi shao)

[**باشقا ئاتىلىشى**] ئۈد سەلب، ياۋانىيا

[**لاتىنچە نامى**] Radix Paeonia hybrida

[**ئىنگلىزچە نامى**] Red Peony Root

[**تونۇش**] بۇ، ئېيىقتاپانلىقلار ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ياۋا قىزىل چۈغلۈق (سېرىق مودەن) گۈلى بولۇپ، مۇشۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «ئۈد سەلب» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئەسلىي ئۆسۈملۈكى قىزىل چۈغلۈقتىن ئىبارەت. ئۇرچۇق شەكىللىك، تاشقى تەرىپى قوڭۇر رەڭلىك ياكى قىزىلغا مايىل قارامتۇل، تەمى دەسلەپتە تاتلىق كېيىن ئاچچىق، خۇش پۇراقلىق ھەم غەيرىي پۇرىقى بار. (3.3.7-رەسىم)



ئۈد سەلب ئۆسۈملۈكى

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يېرىدىن چىقىدۇ. موڭغۇلىيەدىنمۇ چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ئەتىيازدا ۋە كۈزدە كولاپ ئېلىپ، چاچما يىلتىزلىرىنى ئېلىۋېتىپ پاكىز يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] يىلتىزىدا 2% كىچە پېئونفلورىن (Paenniflorin) بار. ئۇنىڭدىن باشقا، يەنە ئالبىفلورىن (Albiflorin)، ئۈچۈچان ماي، ئوكس بېئونفلورىن (oxypaeniflorin) قاتارلىق ماددىلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**]

1. پېئونفلورىننىڭ تارتىشىشنى بوشاشتۇرۇش رولى بار.
2. ئاغرىق توختىتىش، تىنچلاندۇرۇش تەسىرى بار.
3. پېئونفلورىننى (Paeniflorinni) نى تەجرىبە نەيچىسىدە سىناق قىلسا ياكى كۆك قان تومۇرىغا ئوكۇل قىلسا، قان پلاستىنكىلىرىنىڭ توپلىشىپ قېلىشىنى تىزگىنلەيدۇ.
4. ئۈد سەلب قايىنتىلمىسى قاننىڭ ئېقىش مىقدارىنى ئاشۇرىدۇ.
5. جىگەرنى ئاسراش تەسىرى بار.
6. ئۆسمىگە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار.
7. قان تومۇر قېتىش، قاندىكى مايىنىڭ ئېشىپ كېتىشىگە قارشى تۇرۇش رولى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] توغراپ، قۇرۇتۇپ، ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرۇش، يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، تېرىنى پارقىتىش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىش، ئاغرىق پەسەيتىش، پەيلەرنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سەرئى، رەئشە، لەقۋا، پالەچ، ساراڭلىق، ۋەسۋەسىلىك، مېڭە ياللۇغى، ھىستېرىيە، جىگەر توسۇلۇش، يەرقان، ئاشقازان، بۆرەك ۋە دوۋساق ئاغرىقلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۇد سەلىب، ئاسارۇن، ئۇستىقۇددۇسنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، ناۋاتتىن 15 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ بەرسە، سەرئى، ھىستېرىيە، ۋەسۋەسىلىك قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئۇد سەلىب، ئاقىرقەرھادىن 10 گىرامدىن، قۇندۇز قەھرىدىن ئۈچ گىرام، ئىپاردىن ئىككى گىرام، زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چىپىپ بەرسە، پالەچ، لەقۋا كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئۇد سەلىب، ئىزخىر، بەديان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن سەككىز گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، جىگەرنىڭ توسالغۇسىنى ئاچىدۇ.

4. ئۇد سەلىبتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قايناق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلسا، تۇغۇتتىن كېيىنكى ھەيز توختىماسلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1～5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلدار ئاياللارغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] گۈلقەنت، مائۇلھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئۇستىقۇددۇس، ئاقىرقەرھا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى ئۇد سەلىب، خىمىرى مەرۋايىت، خىمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى، ئۇستىقۇددۇس شەربىتى.

پەرسىياۋشان

皮尔斯药山

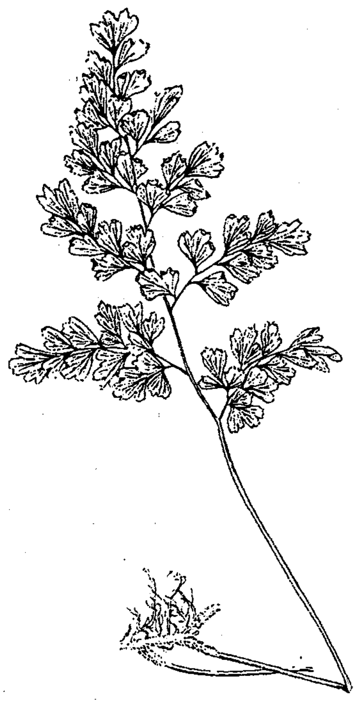
(铁线蕨 tie xian jue)

[باشقا ئاتىلىشى] شەئرۇلئەرز، شەئرۇ جىبال، ھىنسىراج

[لاتىنچە نامى] Herba Adiantum edgeworthil

[ئىنگلىزچە نامى] Adiantum Capillus herb

[تونۇش] بۇ، پەرسىياۋشان ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك پەرسىياۋشاننىڭ



پەرسىياۋشان

ۋە ئاق گۈللۈك پەرسىياۋشاننىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ، «پەرسىياۋشان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. يوپۇرمىقىنىڭ رەڭگى سارغۇچ يېشىل، غولى ئىنچىكە، قارامتۇل، قوڭۇر رەڭلىك، پارقىراق، يىلتىزى غۇژمەك، تەمى تەمسىز، پۇراقسىز بولىدۇ. ئەسلى ئۈسۈملۈكى پەرسىياۋشان (Adiantum Capilluc Veneris L) دىن ئىبارەت (8.3.3 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزدىن، ئىلمىزنىڭ ئىچكىرى ئۆلكىلىرىدىن، كەشمىر، فىلىپپىن قاتارلىق جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈز پەسلىدە ئۈسۈملۈكنى يىغىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پەرسىياۋشاننىڭ پۈتۈن چۆپىنىڭ تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي، فىلاۋون، قەنت ۋە تاننىن بار. يوپۇرماق تەركىبىدىكى فىلاۋونلار ئاستراگالىن (Astragalin)، رۇتىن (Rutin) ۋە ئادىيانتون (Adiantone) لاردىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] پەرسىياۋشاننىڭ بەلغەم بوشىتىش تەسىرى بار. شۇڭا ئۇ سوزۇلما كاناي ياللۇغىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭ يەنە زەمبۇرۇغلارغا قارشى تۇرۇش رولىمۇ بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىسىنى ئېلىش ياكى توغراپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا، سەپرا، بەلغەم خىلتىنى پىشۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، يۇمشىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، پارقىرىتىش، قىزىتما قايتۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، ھەيز ۋە سۈيدۈكنى راۋان قىلىش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل قىزىتما، كۆكرەك ۋە ئۆپكىدىكى كېسەللىكلەر، نەزلە، زۇكام، يۆتەل، تۇتقاقلىق دەم سىقىلىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، بۆرەك ياللۇغى، بۆرەككە تاش چۈشۈش كېسەللىكى، سۈيدۈك تېمىپ كېلىش، جىگەر، تال ئىششىقى، ھەيز تۇتۇلۇش، بالىياتقۇ ئاغرىقى، ئۇسسۇزلۇق، چاچ چۈشۈپ كېتىش كېسىلى، باش ئاغرىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پەرسىياۋشاندىن 10 گىرام ئېلىپ، 300 مىللىلىتىر سۇدا قايىنىتىپ سۈيىنى ئىچىپ بەرسە، كۆكرەك ۋە ئۆپكىنى تازىلايدۇ.

2. پەرسىياۋشاندىن 15 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قايىنىتىپ سۈيىنى بۇرنىغا تېمىتسا زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ. بېشىنى يۇسا مېڭىنىڭ توسالغۇسىنى ئاچىدۇ، باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

3. ھۆل چۆپىنى سوقۇپ خېمىر قىلىپ، ئامىلە يېغى بىلەن ياكى سىيادان يېغى بىلەن قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، تەڭگەتەمرەتكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. پىرسىياۋشان، بىخسۇس، ئەنجۈر مۇنىكىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، كاشكاپ تەييارلاپ (كۈندە ئىككى ۋاق 30 ~ 50 مىللىلىتىرغىچە) ئىچسە، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتى ۋە بەلغەم خىلتىدىن بولغان يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5~7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تالغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] مەستىكى، گۈلبىنەپشە.

[ئورۇنباسارى] چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئەنجۈر قېقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوئوقى سەرپىستان، مەتبۇخى سەرپىستان.

www.uyghurkitap.com

تۆتىنچى باب غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى سۈرگۈچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن تەبىئىي خىلتلاردا سۈپەت جەھەتتە غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل كېسەللىككە قارىتا كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى غەيرىي تەبىئىي خىلتنى پىشۇرغاندىن كېيىن، ئۇنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن مۇناسىپ دورىلار ئىشلىتىلىدىغان بولۇپ، بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتنى سۈرگۈچى دورىلار، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتنى سۈرگۈچى دورىلار ۋە غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتنى سۈرگۈچى دورىلار دەپ ئۈچ تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

1 § . غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتنى سۈرگۈچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن سەپرا خىلتىدا سۈپەت جەھەتتە غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرگە قارىتا غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتنى پىشۇرۇش باسقۇچىدىن كېيىن بەدەن سىرتىغا سۈرۈپ چىقىرىشقا توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتنى سۈرگۈچى دورىلار ياكى سەپرا خىلتنىڭ مۇسھىل دورىلىرى «مۇسھىلى سەپرا» دېيىلىدۇ. مەسىلەن: سېرىق ھېلىلە پوستى، بەلىلە، كىشمىش، تەمرىھىندى، خىيارشەنبەر، ئەينۇلا، قارىئۆرۈك، تەرەنجىبىن، گۈلبىنەپشە، ھەشقىپىچەك.

سېرىق ھېلىلە

色日克艾里勒

（诃子 he zi）

[باشقا ئاتىلىشى] ھېلىلە زەرد، بەرى ھەر، زەرىد ھەر

[لاتىنچە نامى] Furctus Terminalia chebula

[ئىنگلىزچە نامى] Medicine Terminalia Fruit, Common Terminalia Fruit

سېرىق ھېلىلە دەرىخى

[تونۇش] بۇ، چاھار بۇرجەك چايغار ئائىلىسىدىكى ياغاچ غول-لۇق، يوپۇرماق تاشلايدىغان ھېلىلە ئۆسۈملۈكىنىڭ تازا يېتىلىپ پىشقاندا يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇلغان مېۋىسى بولۇپ، بۇ «ھېلىلە زەرد» ياكى «سېرىق ھېلىلە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شەكلى سوقى-چاق ئېللىپىس شەكىللىك بولۇپ، سىرتقى پوستى قۇرۇقراق، رەڭگى سېرىق ياكى سارغۇچ قوڭۇر رەڭدە، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (1.1.4 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] يۈننەن، گۇاڭشى، ھىندىستان، پاكىستان، ئاف-غانىستان، مالايسىيا، ۋېيتنام، كامبۇدژا قاتارلىق جايلاردىن چى-قىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسىنى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئايرىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] تاننىن ماددىلىرى، قومۇش شېكىرى، مېۋە قەنتى، ئامىنو كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى: ھېلىلەنىڭ سۇدىكى قايىنىتىلمىسى (1 : 1) نىڭ تولغاق تاياقچە باكتېرىيەسى، يېشىل يىرىڭ تاياقچە باكتېرىيەسى، بوغما تاياقچە باكتېرىيەسىگە بولغان تەسىرى خېلى كۈچلۈك، ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيە، يېشىل يىرىڭ تاياقچە باكتېرىيەگە بولغان تەسىرى ئىنتايىن كۈچلۈك.

2. قالغان تەسىرىمۇ ھېلىلە كابۇلى بىلەن ئوخشاش.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا، بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىنى سۈرۈش؛ مېڭە، كۆز ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، مۇسكۇلنى چىڭىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، قان تازىلاش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مېڭە ئاجىزلىقى، ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتى ئاجىزلاش، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىقى، باش ئاغرىقى، چاچ بالدۇر ئاقىرىپ كېتىش، مالىخولىيا، لەقۋا، قان بۇزۇلۇشتىن بولغان تەمرەتكە قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. شاھتەررە، چۆپچىن، سېرىق ھېلىلە پوستىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، چىلاندىن 30 گىرام، سەرسىبىلدىن 15 گىرام ئېلىپ، قايناتما تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، قان بۇزۇلۇشتىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ.

2 . ئۇستۇقۇددۇس، لاچىندانە، سېرىق پوستى ھېلىلىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، تالقان تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ، تەنقىيە قىلىدۇ.

3 . يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، ئاق سەندەلدىن 10 گىرامدىن، سېرىق ھېلىلە پوستىدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ كاشكاپ تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ئاشقازان مەنبەلىك باش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ.

4 . سېرىق ھېلىلە، مامىرانچىنى، ھەسەل قاتارلىقلاردىن مەلھەم تەييارلاپ كۆزگە تارتسا، كۆز قىزىرىش ۋە ئېچىشىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۈچەيگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى، مەستىكى.

[ئورۇنباسارى] قارا ھېلىلە، سېرىقئوت ئۇرۇقى، ئەپسەنتىن.

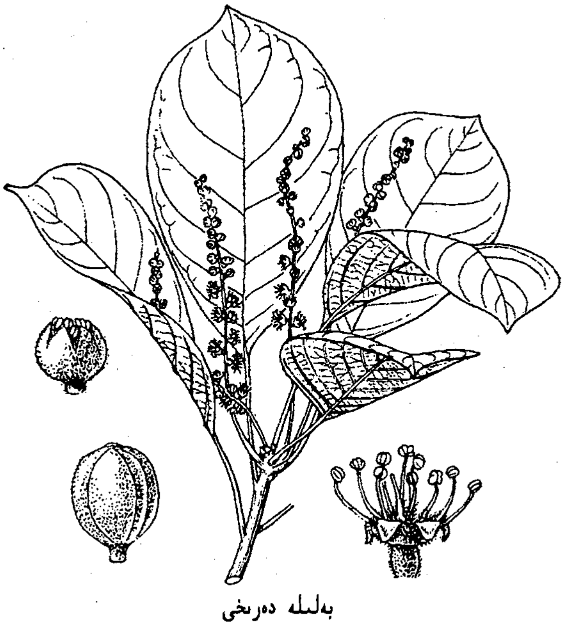
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەتبۇخى ھېلىلە، ئىترىفىل ھېلىلە، سۇفۇپى ھېلىلە.

[قوشۇمچە] ئافغانىستاننىڭ كابۇل شەھىرىدىن چىقىدىغان بىر خىل سېرىق ھېلىلە بولۇپ، بۇ تېبابەتتە «ھېلىلە كابۇلى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ، بۇنىڭ ھەممە خۇسۇسىيەتلىرى ۋە ئىشلىتىلىشى سېرىق ھېلىلىگە ئوخشايدۇ، ئەمما ئارتۇق خىلتلارنى سۈرۈپ چىقىرىشتا سېرىق ھېلىلىدىن كۈچلۈكرەك.

بەلىلە

白力勒

（毛诃子 mao he zi）



بەلىلە دەرىخى

[باشقا ئاتىلىشى] بەلىلەج، بەلىلە، بەھىرە

[لاتىنچە نامى] Fructus Terminalia billerica

[ئىنگلىزچە نامى] Belleric Terminalia fruit

[تونۇش] بۇ، چاھار بۇرجەك چايغار ئائىلىسىدىكى غازاڭ تاشلايدىغان ياغاچ غوللۇق ئۆسۈملۈك چوڭ دەرەخ بەلىلىنىڭ قۇرۇتۇلغان پىشقان مېۋىسى بولۇپ، سۇس يېشىلغا مايىل سېرىق رەڭدە، تۇكلۇك ئۇرۇقچىسى سۇس سېرىق رەڭدە، ئۇرۇقى بىر دانە كېلىدۇ، «بەلىلە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ (2 . 1 . 4 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ شەرقىي جەنۇب ئۆلكىلە-

ىردىن ھەم ۋېيتنام، تايلاند، ھىندىستان، بىرما، ھىندونېزىيە قاتارلىق دۆلەتلەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز، قىش پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىنىڭ ئېتىل ئالكاھول بىلەن ئاجرىتىۋېلىنغان قىسمىدا سىتوستېرول (Sitocsterol—B)، گاللىك كىسلاتا (Gallic acid) ۋە قەنت تۈردىكى ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. ئۆت سۇيۇقلۇقىنىڭ ئاجرىلىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ.

2. قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىدۇ.

3. بەلىلەنى سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ كۆزگە تارتسا ياكى ئۇنىڭ سۈيى بىلەن كۆزنى يۇيۇپ بەرسە، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ.

4. بەلىلەدىن 10 گىرام، ئۇستۇقۇددۇستىن يەتتە گىرام، لاچىندانە، سۇمبۇلدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، نېرۋا ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇچكىسىدىن ئايرىپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە سەۋدا خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىش، قان تازىلاش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، ئاشقازان، مېڭە ۋە كۆزنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان ۋە ئۈچەي مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش، مېڭە، ئاشقازان ـ ئۈچەي ئاجىزلىقى، ئۇنتۇغاقلىق، باش ئاغرىقى، كۆز ياشانغىراش، بۇۋاسىر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بەلىلەنى ئېغىزغا سېلىپ شۈمۈپ، سۈيىنى يۇتۇپ بەرسە، زىققە ۋە يۆتەلگە پايدا قىلىدۇ.

2. بەلىلەنى چالا پىشۇرۇپ، ھەر ئاخشىمى ئىككى گىرامدىن يەپ بەرسە، ئاشقازان ۋە ئۈچەينىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

3. بەلىلەنى سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ كۆزگە تارتسا ياكى ئۇنىڭ سۈيى بىلەن كۆزنى يۇيۇپ بەرسە، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ.

4. بەلىلەدىن 10 گىرام، ئۇستۇقۇددۇستىن يەتتە گىرام، لاچىندانە، سۇمبۇلدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، نېرۋا ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ～ 9 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تەستە ھەزىم بولىدۇ، مەقئەت ۋە ئۈچەيگە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، شېكەر.

[ئورۇنباسارى] ئامىلە مۇقەششەر، خىنە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل ھېلىلە، مەتبۇخى ھېلىلە.

كىشمىش

克西米西

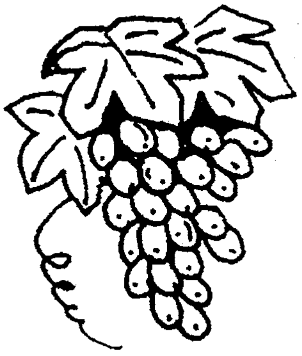
（葡萄干 pu tao gan）

[باشقا ئاتىلىشى] قىشمىش، كىشمىش

[لاتىنچە نامى] Furctus vitis Vinifera

[ئىنگلىزچە نامى] Thurpan grape

[تونۇش] بۇ، ئۈزۈم ئائىلىسىدىكى ئېگىز، چوڭ، يۆگىمەچ، پىلەك غوللۇق دەرەخ ئۈزۈمتال بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسى «كىشمىش» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. كۆك ئۈزۈمنىڭ قۇرۇتۇلغان مېۋىسى ئېللىپس شە- كىللىك بولۇپ، مېۋىسىنىڭ سىرتقى پوستى كۆك، قۇرۇق كېلىدۇ، ئادەتتە ئىچىدە ئۇرۇقى بولمايدۇ، رەڭگى كۆك، تەمى تاتلىق، دانلىرى چوڭ، يېڭى بولغانلىرى ياخشىسىدۇر. (3.1.4 - رەسىم)



كىشمىش

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە رايونىمىزنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن، بولۇپمۇ خوتەن، تۇرپان، قەشقەر قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسىنى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئايرىپ قۇرۇتۇپ، قۇ- رۇق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] بۇنىڭدا گىلۇكوزا، مېۋە قەنتى، ئاز مىقداردا قومۇش شېكىرى، ياغاچ شېكىرى، تارترات كىسلاتاسى، چۆپ كىسلاتاسى، لىمون كىسلاتاسى، ئالما كىسلاتاسى ۋە ۋىتامىن قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئۈزۈمنىڭ تەسىرىدە ئادەتتە ۋىتامىن P نىڭ تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنى سۈرۈش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، يۈرەك، مېڭە ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، بۇزۇق ماددىلارنى ھەيدەش، ئۈچەينى يۇمشىتىش، كۆكرەكنى بوشىتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] خەفەقان يۈرەك قوزغىلىش، يۈرەك ئاجىزلىقى، يۆتەل، ئاۋاز پۈتۈپ قېلىش، باھ ئاجىزلىقى، زىيادە ئورۇقلۇق، كۆكرەكنىڭ چىڭلىقى، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 12 گىرام كىشمىشنى كېچىسى قىزىلگۈل ئەرقى بىلەن دۈملەپ قويۇپ، ئەتىگىنى مەزكۇر كىشمىشنى يەپ، ئۈستىدىن قىزىلگۈل ئەرقى ئىچىپ بەرسە، خەفەقان ۋە يۈرەك ئاجىزلىقىغا شىپا بولىدۇ.
2. كىشمىشقا زەپەر بىلەن تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى قوشۇپ يانجىپ، سۈركىسە، ئىششىق ياندۇرىدۇ.
3. سەبرە بىلەن قوشۇپ بوغۇملارغا سۈركىسە، ئاغرىق پەسىيىدۇ، مۇۋاپىق مىقداردا يەپ بەرسە،

www.uyghurkitap.com

كۆكرەكنى بوشىتىپ، يۆتەل توختىتىپ، ئاۋازنى جاراڭلىق قىلىدۇ. ياكى بۇنىڭ ئۇچۇن چىلاپ سۈيى ئىچىلىدۇ.

4. شەربىتى زەبىب، شەربىتى مۇسەللەس، شەربىتى رەيھاننى تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، بەدەننى قىزىتىدۇ ۋە قان كۆپەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 7～12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەديان، سىركە.

[ئورۇنباسارى] مۇناقى ئۈزۈم.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى رەيھان، شەربىتى زەبىب.

تەمرىھىندى

台米日印地

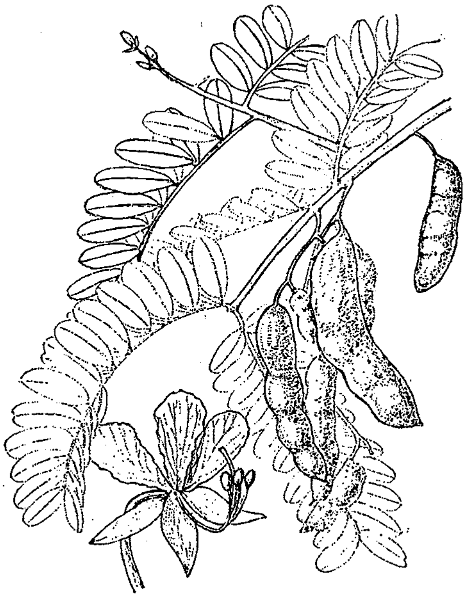
(罗望子 luo wangzi)

[باشقا ئاتىلىشى] تەمرى ھىندى، ئەمىلتاس

[لاتىنچە نامى] Fructos Tamarindus indica

[ئىنگلىزچە نامى] Tamarindi Fruit

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى دائىم كۆكىرىپ تۇرىدىغان ئۆسۈملۈك دەرەخ ئاچچىق پۇرچاقنىڭ مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈك مېۋىسىنىڭ قۇرۇتۇلغان «تەمرىھىندى» قوڭۇر رەڭدا، تەمى چۈچۈمەل، پۇراقلىق، شارسىمان، ياپىلاق ئۇرۇقلىرى بولىدۇ. (4.1.4 - رەسىم)



تەمرىھىندى دەرىخى

[چىقىش ئورنى] ئادەتتە ياۋا دەرەخزارلىق ۋە ئىتىز قىرلىرىدا ئۆسۈپ قالىدۇ، كۆپىنچە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. ئىلىمىزنىڭ ئىچكىرى ئۆلكىلىرىدىن ھەم ھىندىستان ۋە پاكىستاندىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز، قىش پەسلىدە مېۋىسى پىششىقلاشقاندا ئۈزۈپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] مېۋىسى تەركىبىدە ھەر خىل قەنتلەر، ئالما كىسلاتاسى، ستىررىك كىسلاتا (citric acid)، فورمىك كىسلاتاسى (Formoc acid) قاتارلىق ئورگانىك كىسلاتالار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] مېۋە ئىتىنىڭ يەڭگىل دەرىجىدە سۈرۈش تەسىرى بار، بۇ تەركىبىدە تۇتقان

چوڭ مىقداردىكى تارتارىك كىسلاتاسىنىڭ تەسىرى بولۇپ، سوغا چىلاپ ئالغاندا يۇقىرىقى تەسىرنى بېرىدۇ، قايناتقاندا بۇ خىل تەسىر يوقايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قورۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قورۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى سۈرۈش، غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىپ، قاننى سۇيۇلدۇرۇش، تەگشەش، ھارارەت ۋە ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، مەنىيـ نى تىزگىنلەش، قورۇتۇش، يۈرەك ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىش، ئۈچەينىڭ تۇتۇش كۈچىنى ئاشۇرۇش، كۆڭۈل ئېلىشىش ۋە قۇسۇشنى توختىتىش، قان تازىلاش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سەپراۋى قىزىتمىلار، يۈرەك رىتىمسىزلىقى، زۇكام، يۇقىرى قان بېسىم، ئىسسىقتىن بولغان تەپ، ئۆتكۈر ئۇسسۇزلۇق، قۇسۇش، كۆڭۈل ئېلىشىش، مەنىي بالدۇر يېرۈپ كېتىش، كۆپ ئېھتىلام بولۇش ۋە قىچىشقاق، جوزام، سۈيدۈك يولىدىكى جاراھەتلەر، سۆزنەك، ئىسسىقـ تىن بولغان ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تەمرىھىندى، ئەرقى گۇل، ئەرقى بىدىمۇشكى، ئەرقى سەندەللەرنىڭ قايسىبىرى بىلەن قائىدە بويىچە قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، يۈرەك رىتىمسىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى تەمرىھىندىنى سىركە بىلەن قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، زىيادە ئۇسسۇزلۇقنى باسىدۇ، قورۇق ھۆنى توختىتىدۇ، قان بېسىمنى چۈشۈرىدۇ.

3. تەمرىھىندى، نىلۇپەر، گۇلبىنەپشە، چىلاننىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچىپ بەرسە، ئىسسىقتىن بولغان زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. لوئوقى تەمرىھىندى تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، جىگەر مەنبەلىك ئۇسسۇزلۇقنى باسىدۇ، سەپرانىڭ تېزلىكىنى پەسەيتىدۇ، تەپكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 24 ~ 48 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يۆتەل پەيدا قىلىدۇ، گالغا قورۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] چىلان، پىرسىياۋشان، شېكەر.

[ئورۇنباسارى] زىرىق، ئالۇچا، ئەينۇلا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوئوقى تەمرىھىندى، مەتبۇخى تەمرىھىندى.

2 § . غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرگۈچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بەلغەم خىلتىدا سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرگە قارىتا غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرگۈچى دورىلار ياكى بەلغەمنىڭ مۇسھىل دورىلىرى «مۇسھىلى بەلغەم» بېرىلىدۇ. مەسىلەن: تۇربۇت، ئاچچىقتاۋۇز، سەبرە،

سانا، چاچراتقۇ، ئېيىقئۈزۈمى، ئىنەكپىتى يىغى، قەنتەريۇن، ماھىزەھرەج، پىلاپا، مازارىيون، غارەقۇن، غاپەس، ئۈجمە يىلتىزى پوستى، خىيار شەنبەر، ئەپتىمۇن، سوقمۇنىيا، سەپكىنەج، جاۋشىر، ئۇشەق، بەرەڭگى كابۇلى، ئاغىچە، ئاق خەربەق، ئىنەكپىتى ئۇرۇقى، سانا، تەرەنجىبىن، ئىنەكپىتى يىغى، قارا خەربەق.

تۇربۇت
托尔布德
（盒果藤根 he guo teng gen）

[باشقا ئاتىلىشى] تۇربۇت، نوسۇت

[لاتىنچە نامى] Radix Operculina turpethum

[ئىنگلىزچە نامى] Turpeth

[تونۇش] بۇ، يوگەيلەر ئائىلىسىدىكى پىلەك غوللۇق ئۈسۈملۈك تۇربۇتنىڭ يىلتىزى ۋە تېنىنىڭ ياغاچلىرىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ تېنى بىلەن يىلتىزى «تۇربۇت» دېيىلىدۇ. ئۇنىڭ سىرتقى پوستى ئادەتتە قىرىۋېتىلىدۇ ۋە ئۇنىڭ ئىچكى ياغاچ قىسمىمۇ ئېلىۋېتىلىدۇ. مۇشۇ قىرىۋېتىلگەن كاۋاك تۇربۇت «تۇربۇت مۇجەۋۋەپ خەراشىدە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شەكلى سىلىندىرسىمان، تېنى قاتتىق، سارغۇچ ئاق ياكى قارىغا مايىل، ئىچى كاۋاك، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (1.2.4 - رەسىم)

تۇربۇت ئۈسۈملۈكى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ئىسسىق بەلباغ رايونلىرىدىن ھەم ھىندىستان، پاكىستان، ياۋروپا قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئاجرىتىۋېلىپ شامالدا قۇرۇتۇلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ياغىچىدىن پوستىنى ئاجرىتىپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتلىرىنى سۈرۈش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۇلۇق ئىششىق، بوۋاسىر، چوڭ بوغۇم ئاغرىقى، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقى، ئۆلتۈرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى، يۈز پالىچى، يۆتەل، زىققە، مالىخولىيا، پالەچ، لەقۋا، رەئشە، بەرەس، بەھەق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تۇربۇت ۋە ئۇستىقۇددۇستىن 30 گىرامدىن، ئەپتىمۇن، بىستىپايەج قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ ئىچىپ بەرسە، مېڭىنى تازىلايدۇ.

2. تۇربۇت، ھېلىلە كابۇلى، سانائى مەككى، سۆرۈنجان مىسرى قاتارلىقلارنى ئۆلچەم بويىچە ئېلىپ، سوقۇپ تالقانلاپ ئىچىپ بەرسە، چوڭ - كىچىك بوغۇم ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. تۇربۇتتىن ئىككى گىرام، ئۇستىقۇددۇستىن بەش گىرام، بىستىپايەجتىن ئۈچ گىرام، ئەپتىمۇن-دىن بەش گىرام، ئامىلەدىن بەش گىرام ئېلىپ، تالقانلاپ ئىچىپ بەرسە، مېڭە، ئاشقازاندىكى ھۆللۈكنى يوقىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە، قاينىتىلمىسى 5 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ، كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرىدۇ. ئىسسىق مىزاج كىشىلەر ئۈچۈن زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام، پىستە مېغىزى ۋە يېغى، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] غارىقۇن، جاۋشىر، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى تۇربۇت، ھەببى تۇربۇت، ھەببى ئايارەج، سۆرۈن-جان كاپسۇلى.

ئاچچىقتاۋۇز

阿其克塔吾孜

(瓜蒌 gua lou)

ئاچچىقتاۋۇز ئۆسۈملۈكى

[باشقا ئاتىلىشى] شەھمەنزەل، خەربوزە تەلخ

[لاتىنچە نامى] Fructus et Semen Trichosanthes kiri lowii

[ئىنگلىزچە نامى] Mongolian Snakegourd Fruit

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياكى كۆپ يىللىق ئۆسۈملۈك ئاچچىقتاۋۇزنىڭ مېۋىسى بولۇپ، شەكلى يۇمىلاق، كىچىك ئانار چوڭلۇقىدا، سىرتقى يۈزى سىلىق، ئاچ سېرىق رەڭدە، ئىچىدە ئۇرۇقى بار، تەمى ئاچچىق، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ قۇرۇتۇلغان مېۋىسى «ئاچچىقتاۋۇز» ياكى «شەھمەنزەل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (2.2.4 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزدىن، ئېلىمىزنىڭ شەرقىي شىمال رايونلىرىدىكى ئىران، ئەرەبىستان، فىران-سىيە، ئىسپانىيە قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشىپ سارغايغان-

دا ئۇزۇپ، شامالدا قۇرۇتۇلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە 6% ئەتراپىدا گىلۇكوزىد، سىترۇللول (citrullel) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] راكقا قارشى تۇرۇش، راك ھۈجەيرىلىرىنى تەكشەش، ئۆسمە گۆشنىڭ ئۆسۈشىنى توسۇش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىدىن ئايرىپ، سوقۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىنى سۈرۈش، مېڭىنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، بەلغەمنى بوشىتىش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش، يەل ھەيدەش ۋە ئىششىقلارنى ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سوغۇق ئىششىق، سېرىقلىق چۇشۇش، ئادەتلىنىش خاراكتېرلىك قەۋزىيەت، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش، سەۋدا ۋە بەلغەمدىن بولغان باشنىڭ ئېغىرلىقى، يۈرەكنىڭ مۇجۇپ ئاغرىشى، پالەچ، لەقۋا، تۇتقاقلىق، چىش ئاغرىقى، قۇلاق ئاغرىقى، ئۇنتۇغاقلىق، يۆتەل، دېمى سىقىلىش، كۆز قاراڭغۇلىشىش، كۆزگە ئاق چۈشۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاچچىقتاۋۇزدىن 33 گىرام، سۆڭپىيازدىن ئالتە گىرام، زاراڭزا چېچىكىدىن توققۇز گىرام، شاپتۇل مېغىزىدىن 9~15 گىرامغىچە ئېلىپ، قايىنىتىپ ئىچىپ بەرسە، توسالغۇلارنى ئېچىپ، ئىششىق ياندۇرۇپ، قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئاچچىقتاۋۇزدىن 18 گىرام، ماماكاپتىن 60 گىرام ئېلىپ، قايىنىتىپ سۈيىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، سۈت بېزى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئاچچىقتاۋۇزنىڭ قۇرۇق يوپۇرمىقىدىن ئالتە گىرام، نىشاستىدىن بەش گىرام، ئەرەب يېلىمىدىن بەش گىرام ئېلىپ قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، بەلغەم بوشىتىپ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇپ، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى سۈرىدۇ.

4. ئاچچىقتاۋۇزدىن بەش گىرام، سېرىق ئوت، رۇمبەدىياندىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، ئايارەج بىلەن قوشۇپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىنى سۈرۈپ، مالىخولىيا، سەرئى، ماخاۋ كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ.

5. ئاچچىقتاۋۇزنىڭ يىلتىزىنى قايىنىتىپ، سۈيىدە ئېغىزنى چايقىسا، چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

6. ئاچچىقتاۋۇزنىڭ مېۋىسىنىڭ ئىچىنى بوشىتىش رولى بار، ئۇنىڭغا سىركە قۇيۇپ، قايىنىتىپ ئېغىزنى چايقىسا، چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىپ، چىشنىڭ تۈۋىنى چىڭىتىدۇ.

7. ئاچچىقتاۋۇزنىڭ قائىدە بويىچە تەييارلانغان يېغىنى سىرتتىن ئىشلەتسە، سوغۇقتىن بولغان بارلىق كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ.

8. ئاچچىقتاۋۇزنى زەيتۇن يېغىدا قايىنىتىپ بۇرۇنغا تېمىتسا، مېڭىنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1~3 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ ئىشلەتسە ئىسسىق مىزاج كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ، ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ، تولغاق پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] نىشاستە، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى.
[ئورۇنباسارى] ئابدىملىك ياكى باراۋەر مىقداردا قىچا، ئادراسمان.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى شەھمەنزەل، ھەببى قوقىيا، مەتبۇخى ئەپتىمۇن.

سەبرە

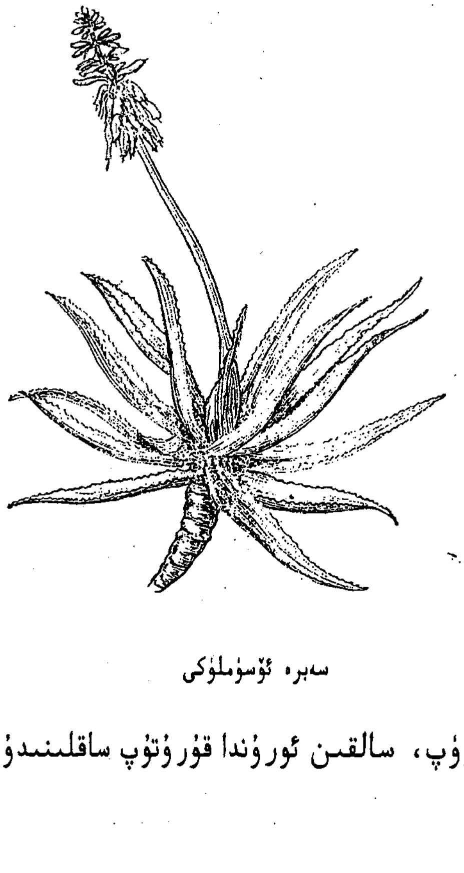
赛比热

(芦荟 lu hui)

[باشقا ئاتىلىشى] سەبرى سەقترە، ئەيلۇۋا.

[لاتىنچە نامى] Aloe vera

[ئىنگلىزچە نامى] china Aloe



سەبرە ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، گۈلسامساق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئىككى خىل سەبرە (ئادەتتە بۇ ئۆسۈملۈك «ئالوي گۈلى» دېگەن نام بىلەن مەشھۇر) يوپۇرمىقىنىڭ سىقىپ چىقىرىپ قاتۇرۇلغان شىرنىسى بولۇپ، قارا رەڭدە، كاللەك بولىدۇ. ئاسان ئۇۋىلىدۇ، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى دىماققا ئۇرۇلسا بۇرۇننى ئېچىشتۇرىدۇ، سەبرىنىڭ يۇيۇلغىنى يۇيۇلمىغىنىدىن كۈچلۈك، شۇڭا ئۇنى ئىشلىتىشتە ئىمكان بار يۇيۇپ ئىشلىتىش لازىم (4.2.3 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ جەنۇب تەرىپىدە ئاز مىقداردا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. بۇ ئەسلىي شىمالىي ئافرىقىنىڭ مەھسۇلاتى بولۇپ، ھازىر جەنۇبىي ئامېرىكا، غەربىي ھىندى تاقىم ئاراللىرى، ئافرىقىنىڭ جەنۇبىي تەرەپلىرىدە كەڭ كۆلەمدە تېرىپ ئۆستۈرۈلمەكتە.

[يىغىپ ساقلاش] گۈلى ئېچىلىشتىن بۇرۇن يوپۇرمىقىنى ئۈزۈپ، سالقىن ئورۇندا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىسىنى ئېلىپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرۈش، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش، يەل ھەيدەش، ئاغرىق پەسەيتىش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، ئىچىنى سۈرۈش، توسالغۇلارنى ئېچىش، مېڭە ۋە ئاشقازاننى تازىلاش، قۇرت ئۆلتۈرۈش، ھەيز ماڭدۇرۇش، سۈيدۈك كەلتۈرۈش، ئىششىق ياندۇرۇش، جاراھەتلەرنى تازىلاش، چاچ ئۆستۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئادەتلەنگەن قەۋزىيەت، تال ياللۇغى، كۆز ئاجىزلىقى، ھەيز توسۇلۇش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەر خىل جاراھەت، كۆيۈك يارىسى، سۇلۇق تەمرەتكە، بوغۇم ئاغرىقى، جىگەر ۋە

باشقا ئەزالاردىكى توسۇلۇش، مالىخولىيا، مېڭە كېسەللىكلىرى، ئۈچەيگە مەددە پەيدا بولۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سەبرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، قايناق سۇ بىلەن ئىچىپ بەرسە، ئاشقازاندىكى ھۆللۈكنى سۈرۈپ، ئاشقازاننى تازىلايدۇ.

2. سەبرىنى مەستىكى رۇمى بىلەن قوشۇپ تالقانلاپ ئىچىپ بەرسە، مېڭىنى تازىلايدۇ.

3. سەبرىنى غارىقۇن بىلەن قوشۇپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، ئاشقازان كېسىلىگە پايدا قىلىدۇ.

4. سەبرىنى تالقانلاپ، ئۈندەك قىلىپ كۆزگە سۈرمە قىلسا، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ ھەم كۆزنىڭ يىرىڭلاپ ۋە قىچىشىپ ئاغرىغىنىغا پايدا قىلىدۇ.

5. سەبرىنى ئاق توغرىغۇ ۋە تۇز بىلەن قوشۇپ باشقا چېپىپ بەرسە، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

6. سەبرىنى پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن قوشۇپ، كىچىك بالىنىڭ بېشىغا چاپسا، باشتىكى جاراھەتلەرنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدۇ ھەم پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا ۋە قۇلاققا تېمىتسا، بۇ ئورۇندىكى جاراھەتلەرگە پايدا قىلىدۇ.

7. سەبرىنى ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن قوشۇپ باشقا چاپسا، پىتنى يوق قىلىدۇ، چاچنى ئۆستۈرىدۇ ۋە قارايتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2～6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئادەتتە بوۋاسىرغا زىيان قىلىدۇ، مىقداردىن ئاشۇرۇپ ئىشلەتسە، قان كەلتۈرىدۇ، ئۈچەي ۋە جىگەرنى زەئىپلەشتۈرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئۈچەي كېسىلى ئۈچۈن كەتىرا؛ ئاشقازان ۋە جىگەر كېسىلى ئۈچۈن قىزىلگۈل؛ مەقئەت كېسىلى ئۈچۈن مۇقەل، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى ياكى ئۈچەي يېغى قوشۇپ بېرىش، ئەمما زىيانلىق كېسەللەرگە ئىمكان بار ئىشلەتمەسلىك كېرەك.

[ئورۇنباسارى] سوقمۇنىيا، تۇربۇت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى تەنكار، ھەببى شەبيار، ھەببى سەبرە، ھەببى ئايارەج.

سانا

萨那

(番泻叶 fan xie ye)

[باشقا ئاتىلىشى] سانائى مەككى

[لاتىنچە نامى] Folium Cassia angustifolia

[ئىنگلىزچە نامى] Senna leaf

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى كىچىك چاتقال ئۆسۈملۈك، يوپۇرماقلىق سانا ياكى ئۈچلۈق

يوپۇرماقلىق سانا ئۆسۈملۈكىنىڭ يوپۇرمىقى بولۇپ، يوپۇرمىقى نېپىز ۋە چۈرۈك، ئازراق پۇرىقى بار، تەمى سەل ئاچچىق كېلىدۇ. (4.2.4 ـ رەسىم)

سانا دەرىخى

[**چىقىش ئورنى**] ئەرەبىستان، ئافرىقىنىڭ شەرقى، ھىندىستان، مەملىكىتىمىزنىڭ گۇاڭجۇ، خەينەنداۋ، يۈننەن قاتارلىق جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] 10 ـ ئايدا يوپۇرمىقىنى يىغىۋېلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ھىندى ساناسىنىڭ تەركىبىدە سېننوزىد C (Sennocide C)، سانا گىلۇكوزىدى، سېننوزىد A، B (Sennocide A,B) دىن مەككى ساناسى تەركىبىدە 0.85%~2.86% كىچە ئانتىرا كۈينۇن خىلىدىكى تەركىبلەر بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**]

1. ئىچ سۈرۈش تەسىرىگە ئىگە: ئانتىراكۈينۇن ھاسىل بولغان ماددىنىڭ ئىچنى سۈرۈش تەسىرى ۋە غىدىقلاش تەسىرى بىرقەدەر كۈچلۈك، چۈنكى ئىچنى سۈرگەندە، يەنە قورساق ئاغرىيدۇ. بۇنىڭ تەركىبىدىكى سانا گىلۇكوزىدى، ۋىتامىن A، ۋىتامىن B دىن ئىبارەت. ئۇنىڭ تەركىبى ئاشقازان ئۈچەيدە سۈمۈرۈلۈپ جىگەردە پارچىلىنىدۇ. پارچىلىنىپ ھاسىل بولغان ماددا قانغا ئۆتۈپ، داس بوشلۇقى نېرۋا تۈگۈنلىرىنى قوزغىتىدۇ، ئاندىن چوڭ ئۈچەي تارىيىپ ئىچ سۈرىدۇ.

2. باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى: بۇنىڭ سۇدىكى چىلانمىسى تېرە زەمبۇرۇغلىرىنى تورمۇزلايدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئۇسارىسىنى ئېلىش ياكى قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبىئىي سەپرا، سەۋدا ۋە بەلغەم خىلىتىنى سۈرۈش، مېڭىنى تازىلاش، قان تازىلاش، تېرىنى پارقىرىتىش، تۇسالغۇلارنى ئېچىش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، قۇرت ئۆلتۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ئادەتلەنگەن قەۋزىيەت، تۇتقاقلىق (سەرئى)، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش (شەقىقە)، جۈنۈن، ساراڭلىق، كونا باش ئاغرىقى، يانپاش ئـاغرىقى، زىـققـە، ئـۈچەي توسۇلۇش (قۇلۇنجى)، بوغۇم ئاغرىقى، تەپ، تارتىشىش، دائىرىلىك چاچ چۈشۈش، تېرە سويۇلۇپ كېتىش، قىچىشقاق، دانخورەك قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. 10 گىرام قىزىلگۈل بىلەن 10 گىرام سانانى قايىنىتىپ ئىچسە، بوۋاسىرغا پايدا قىلىدۇ.

2. سانا، قىزىلگۈل ۋە يېڭى سېغىلغان سۈتنى شېكەر بىلەن (قائىدە بويىچە سانائى مەككىدىن ئەھۋالغا قاراپ 6 ~ 12 گىرامغىچە، قىزىلگۈلدىن 3 ~ 6 گىرامغىچە ئېلىپ) بىرگە ئىچىپ بەرسە،

www.uygurkitap.com

غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3. سانا يوپۇرمىقىدىن ئۈچ گىرامنى تالقان قىلىپ، ھەسەل بىلەن ئۈچ كۈندىن يەتتە كۈنگىچە ئارقا ـ ئارقىدىن ئىچىپ بەرسە، رېماتىزمغا پايدا قىلىدۇ.

4. ساناني 10 گىرام سۈت بىلەن ئىچكۈزسە، باللارنىڭ ئىچىنى كەلتۈرىدۇ.

5. 7~10 گىرام سانا يوپۇرمىقىنى قايىنىتىپ سۈيىنى ئىچىپ بەرسە، قەۋزىيەتنى يوق قىلىدۇ.

6. ساناني مامىرانچىنى بىلەن سىركىگە چىلاپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە، قىچىشقاق، ذاتىرىلىك چاچ چۈشۈش ۋە تېرە سويۇلۇپ چۈشۈپ كېتىش، داغ، بەھەق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ.

7. سانادىن 10 گىرام، سىركىدىن 50 مىللىلىتىر، شاھتەررىدىن 10 گىرام، مويزىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، قايىنىتىلما تەييارلاپ يۇيۇنسا، يەلتاشمىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قورساقنى كۆپتۈرۈپ غولدۇرلىتىدۇ، كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى، قىزىلگۈل، تۇز.

[ئورۇنباسارى] تۇربۇت، سوقمۇنىيا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل سانا، مەجۇنى سانا.

چاچرانقۇ

查其热提库

(独活 du huo)

[باشقا ئاتىلىشى] كىرەش يىلتىزى، ئەتنەر

[لاتىنچە نامى] Radix heracleum sibiricum

[ئىنگلىزچە نامى] Cowparsnip Root

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك، قىسقا غوللۇق كىرەشنىڭ يىلتىزىدىن ئىبارەت. (5.2.4 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ تاغلىق رايونلاردىكى دەريا ۋادىلىرى ۋە ئورمان ئارىسىدىكى نەم جايلاردا ئۆسىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ھەر خىل ئۇچۇچان تەركىبلەر بار.

[فارموكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. ياللۇغقا قارشى تەسىرى كۆرۈنەرلىك بولۇپ، ئۇزۇن داۋام قىلىدۇ، ياللۇغ رېئاكسىيەسىنى يېنىكلەشتۈرىدۇ، ئىششىقنىڭ يېنىشىنى تېزلىتىدۇ، قىل قان تومۇرلارنىڭ ئۆتكۈزۈشچانلىقىنى تۆۋەنلەتىدۇ. يەنە تۆش بېزى بىلەن تالنىڭ ئېغىرلىقىنى ئاشۇرىدۇ. تاق يادرولۇق يۇتقۇچى ھۈجەيرىلەرنىڭ يۇتۇش ئىقتىدارىنى ئاشۇرىدۇ. ياللۇغنى تورمۇزلاش تەسىرى ئورگانىزمنىڭ ئىممۇنىتېت ئىقتىدارىنى

تەڭشىشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇشى مۇمكىن.

2. قايىنتىلمىسىنىڭ ئاغرىش رېئاكسىيە ۋاقتىنى ئۇزارتىش، مەركىزىي نېرۋىلارنى روشەن تورمۇزلاش ۋە ئىسپازما بوشىتىش تەسىرى بار.

3. يۈرەك قان تومۇر سىستېمىسىغا نىسبەتەن بېسىمنى تۆۋەنلىتىش تەسىرىگە ئىگە. تىنكتورىسىنىڭ تەسىرى كۈچلۈكرەك بولىدۇ، لېكىن داۋاملىشىش ۋاقتى قىسقا، يۈرەك رېتىمسىزلىقىغا قارشى تۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

4. ئىسپىرتلىق ئاجرالمىسى قان پىلاستىنكىلىرىنىڭ توپلىنىشىنى تورمۇزلايدۇ. بۇنىڭ تەسىرى دورىنىڭ قويۇقلۇق دەرىجىسىنىڭ ئېشىشىغا ئەگىشىپ ئېشىپ بارىدۇ. مېڭىنىڭ قان بىلەن تەمىنلىنىشىنى ئاشۇرىدۇ. مېڭە قان تومۇرىنىڭ قارشىلىقىنى تۆۋەنلىتىدۇ. بۇ تەسىر ئۇزۇن داۋام قىلىدۇ.

5. تەن سىرتىدىكى تەجرىبىلەر، قايىنتىلمىسىنىڭ چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى، تولغاق تاياقچە باكتېرىيەسى، شەكلى ئۆزگەرگەن تاياقچە باكتېرىيە، كېزىك تاياقچە باكتېرىيەسى، يېشىل يىرىڭ باكتېرىيەسى، خولېرا ۋىبرىئون باكتېرىيەسى ۋە سىل تاياقچە باكتېرىيەلەرگە قارىتا تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قورۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تازىلاش، يەل ھەيدەش، تەرلىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان كېسەللىكلەر، مۇپاسىل، بەل ۋە پۇتنىڭ سىرقىراپ ئاغرىشى، قول - پۇتنىڭ مۇزلاپ تۇرۇشى، ماغدۇرسىزلىق، ئىرقۇننىسا، باش ئاغرىقى، چىش ئاغرىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بوزۇغا، موزا، ئېگىر قاتارلىقلاردىن بىر داندىن ئېلىپ، دورا سۈرۈش تېشىغا سۈرۈپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ بەرسە، بەل - پۇت سىرقىراپ ئاغرىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. سۆرۈنجان، چاچراتقۇ، دارچىن، قاقىلە، قەلەمپۇر، ئازاراقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچسە، مۇپاسىل، ئىرقۇننىسا قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. چاچراتقۇدىن 10 گىرام، بەزرۇلبەنجىدىن 0.01 گىرام، كۆكنار ئۇرۇقىدىن 0.01 گىرام ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپلاپ بەرسە، باش ئاغرىقى ۋە چىش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5～10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قۇرۇق ئىسسىق مىزاجلىقلاردا باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، نىلۇپەر.

[ئورۇنباسارى] سۆرۈنجان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى چاچراتقۇ.

ئېيىقئۇزۇمى

艾依克欧祖密

（闹羊花 nao yang hua）

[باشقا ئاتىلىشى] ئېيىقئۇزۇمى مېۋىسى

[لاتىنچە نامى] Flos Rhododendron japonicum

[ئىنگلىزچە نامى] japanes azalea flower

[تونۇش] بۇ، كاككۇكگۈل ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان چاتقال ئېيىقئۇزۇمى دەرىخىنىڭ مېۋىسىدىن ئىبارەت. (6.2.4 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] گۇاڭدۇڭ، فۇجيەن قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ئەتىياز ۋە ياز پەسلىدە گۈلى ئېچىلىدۇ، گۈلى ئېچىلغاندا يىغىۋېلىپ گۈل بەرگىنى ئايرىپ، سايىغا يېيىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[فارموكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. قايىنتىلمىسىنىڭ تەجرىبە ھايۋانلىرىغا قارىتا روشەن ئاغرىق پەسەيتىش رولى بار.

2. ئىسپىرتلىق ئاجرالمىسىنى ۋېناغا ئوكۇل قىلغاندا، ناركوز قىلىنغان توشقاننىڭ قان بېسىمىنى روشەن تۆۋەنلىتىدۇ، قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىش تەسىرى مەركىزىي α قوبۇل قىلغۇچى تەنچىنى قوزغاتقانلىقتىن بولۇشى مۇمكىن.

3. قايىنتىلمىسى تەن سىرتىدا ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيە، بوغما تاياقچە باكتېرىيەسى، كۆيدۈرگە تاياقچە باكتېرىيەسى ۋە B تىپلىق زەنجىرسىمان شارچە باكتېرىيەلىرىگە قارىتا كۈچلۈك قارشى تۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرۈش، يەل ھەيدەش، ئاغرىق پەسەيتىش، قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مۇپاسىل كېسەللىرى، باش ئاغرىقى، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش، جاھىل خاراكتېرلىك تەمرەتكە، تېرە قىچىشىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئېيىقئۇزۇمى، شاھتەررە، چىلان، بىنەپشە، چۆپچىن قاتارلىقلاردىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ، سۈيىدە پۈتۈن بەدەننى يۇيۇپ بەرسە، تېرە قىچىشىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئېيىقئۇزۇمى، سۆرۈنجان، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ تالقانلاپ، يىلان مېيى بىلەن زىمات قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا تاڭسا، مۇپاسىل كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3～6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللارغا ۋە تېنى ئاجىز كىشىلەرگە بېرىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە.

[ئورۇنباسارى] چۆپچىن.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئېيىقئۆزۈمى دەملىمىسى.

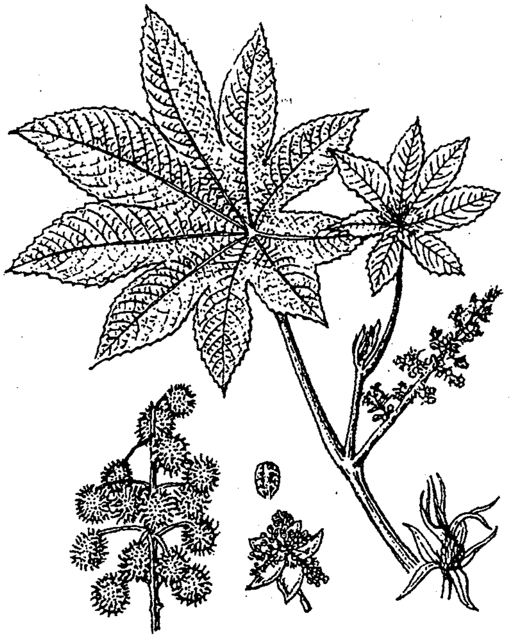
ئىنەكپىتى يېغى
依乃克皮提也合
(蓖麻油 bi ma you)

[باشقا ئاتىلىشى] بىدەنجىر يېغى، رەۋغىنى ئارەندى

[لاتىنچە نامى] Oleum Ricinus communis

[ئىنگلىزچە نامى] Castor Oil

[تونۇش] بۇ، سۈتلۈكئوت ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئىنەكپىتىنىڭ ئۇرۇقىدىن چىقىرىلغان ياغ بولۇپ، رەڭگى سۇس سېرىق رەڭلىك، سۇزۇك، يېپىشقاق سۇيۇقلۇق، ئازراق پۇرىقى بار، تەمسىز كېلىدۇ. (4.2.7 ـ رەسىم)


ئىنەكپىتى

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن ھەم ئافرىقا ۋە ھىندىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] ئۇرۇقى ئوبدان پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قائىدە بويىچە يېغىنى ئېلىپ سوغۇق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ياغ تەركىبىدە ئاساسلىقى ئابدىمىلىك يېغى كىسلاتاسى، گلىتسېرىد بار. بۇنىڭ ئىچىدە ئىنەكپىتى كىسلاتاسى تەخمىنەن 88% نى ئىگىلەيدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. ئىچ سۈرۈش تەسىرى: ئىنەكپىتى ئۇرۇقى تەركىبىدىكى ئىنەكپىتى مېيىنىڭ ئۆزىدە ھېچقانداق سۈرۈش تەسىرى يوق. ئون ئىككى بارماق ئۈچەيدە مايدىن ئاجرىلىپ چىققان فېرمېنتنىڭ تەسىرىنى قوبۇل قىلىپ، ناترىي رىتىنات بىلەن گلىتسېرىن ھاسىل قىلىدۇ. ناترىي رىتسىناتنىڭ كىچىك ئۈچەينى غىدىقلاش تەسىرى بولۇپ، ئۈچەينىڭ لۆمۈلدەش ھەرىكىتىنى كۈچەيتىپ، كىچىك ئۈچەيدىكى قاتتىق ماددىلارنى تېزلىكتە بوغماق ئۈچەيگە سۈرىدۇ، دورا يەپ 2~6 سائەت ئىچىدە چوڭ تەرەت سۇدەك كېلىدۇ، تەرەتتىن كېيىن ۋاقىتلىق قەۋزىيەت بولىدۇ. مىقدارىنى كۆپەيتىپ ئىشلەتسە كۈچىنى ئاشۇرالمايدۇ. پارچىلانمىغان قىسمى دەرھال چوڭ ئۈچەيگە چىقىپ كېتىدۇ، ئاسىدۇم رېتسىنولىكۇم سۈمۈرۈلگەندىن كېيىن باشقا مايلىق كىسلاتالار بىلەن ئوخشاش بەدەندە ئالمىشىپ پارچىلىنىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن ئىنەكپىتى مېيىنىڭ سۈرۈش خۇسۇسىيىتى بىرقەدەر بىخەتەر بولىدۇ، تەمى ياخشى بولمىغانلىقتىن ئېمولسىيە تەييارلاپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئىنەكپىتى يېغى سانتونىننىڭ سۈمۈرۈلۈشىگە توسقۇنلۇق قىلىدۇ.

2. باشقا تەسىرى: ئىنەكپىتى يېغىنىڭ غىدىقلاش تەسىرى ئاز بولۇپ، تېرە ياللۇغى ۋە باشقا تېرە

كېسەللىكلىرىدە سىلىقلاشتۇرغۇچى قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭ مايلىق مەلھەم ياسالمىسى قايناق سۇدا كۆيگەن كۆيۈك يارىسى ۋە باشقا يارىلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم، سەۋدا خىلتىنى سۈرۈش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئۇچەي تۇسالغۇلىرىنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۇلۇق ئىششىق، بالىياتقۇ ۋە دوۋسۇن ئىششىقى، قۇلۇنجى، بۇۋاسىر، تەمرەتكە، قارا داغ قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئىنەكپىتى يېغىنى مىس قاچىغا سېلىپ، ئېغىزىنى مەھكەم يېپىپ، ياغ قىزىغاندا 40 گىرامغا 0.2 گىرام كافۇر سېلىپ، قاچىنىڭ ئېغىزىنى مەھكەم يېپىپ، كافۇر ئېرىگەندە قازاننى چۈشۈرۈپ سوۋۇغىچە قازاننىڭ ئاغزىنى ئاچماي، سوۋۇغاندا ئېلىپ، چوڭ تەرەتتىن كېيىن مەقئەتنى يۇيۇپ قۇرۇتۇپ، يۇقىرىقى ياغ بىلەن ياغلاپ، بۇ ئۇسۇلنى بىر مەزگىل داۋاملاشتۇرسا، بۇۋاسىر يوقايدۇ (ياغلىغاندا ياغنى ئىسسىتىپ ياغلاش لازىم).

2. ئىنەكپىتى يېغىنى يىلان قاسىرىقى ۋە قىچا يېغى بىلەن قوشۇپ تەمرەتكە، قارا داغ، قاتما كېسەللىكلىرى ۋە بەدەننىڭ بىر قات تېرىسى چۈشۈپ كەتكەنگە ئىشلەتسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. بالىياتقۇ كېسەللىكلىرىدە ھەمەل قىلىنىدۇ، قۇلۇنجىغا بۇ ياغنى سوپۇنلۇق سۇ بىلەن قوشۇپ ھوقنە قىلىنىدۇ.

3. ئىنەكپىتى يېغى زەھەرسىز ھالدا تەرەت كەلتۈرىدىغان مەشھۇر دورا بولۇپ، ئاياللار، بالىلار، ياشلار، ياشانغانلارغىمۇ بەرگىلى بولىدۇ. ئېمىدىغان بالىغا ئالتە مىللىگرام ئىنەكپىتى يېغىنى ئازراق ھەسەلگە قوشۇپ يالاتسا، قەۋزىيەتنى ئاسان بوشىتىدۇ. ھامىلىدارلارغىمۇ مۇشۇ ياغنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ~ 24 مىللىلىتىرغىچە، كىچىك بالىلارغا مىقدارى كېمەيتىپ بېرىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىشتىھانى تۇتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۈت.

[ئورۇنباسارى] تۇرۇپ يېغى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھوقنە مۇسھىل.

قەنتەرىيۇن

卡尼塔热优尼

(声色草 sheng se cao)

[باشقا ئاتىلىشى] قۇرامىيەپچىنى، قەنتەرىيۇن سەغىر

[لاتىنچە نامى] Herba Polycarpaea corymbosa

[ئىنگلىزچە نامى] polycarpaea Herb

[تونۇش] بۇ، چىنگۇل ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 15~25 سانتىمېتىرغىچە ئۆسىدىغان بىر يىللىق ياكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قەنتەريۇن بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «قەنتەرىيۇن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ (4 . 2 . 8- رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ جەنۇبىي قىسىملىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرۈش، پەي - مۇسكۇللارنى چىڭىتىش، ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، يەل ھەيدەش، چوڭ بوغۇملاردىكى ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، زەھەر قايتۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بوغۇم ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى، دېمى سىقىلىش، قاپاق ئىششىقى ۋە ئاغرىقى، قۇلاق ئاغرىقى، مېڭە، تال ۋە ئۆچەي توسۇلۇش، بەل ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قەنتەريۇن، ئارپىبەدىيان، سۇمبۇل، زەنجىۋىلنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، 60 مىللىلىتىر سۇدا يېرىم قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، سۈيىگە شېكەر قوشۇپ ئىچسە، يەل ھەيدەيدۇ. چوڭ بوغۇم ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ، مېڭە ۋە تالنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، نەپەس سىقىلىشنى ياخشىلايدۇ.

2. قەنتەريۇندىن 15 گىرامنى مۇۋاپىق مىقداردىكى مائۇلھەسەل بىلەن قوشۇپ ئىچسە، بەل ۋە سۆڭەك ئاغرىقى چوڭ بوغۇملار ئاغرىقى ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. قەنتەريۇندىن 15 گىرامنى كۈنجۈت يېغى بىلەن قاينىتىپ ھەمەل قىلسا، سۆڭەك ئاغرىقى، بەل ئاغرىقى ۋە قۇلۇنجى كېسىلىگە پايدا قىلىدۇ.

4. قەنتەريۇننىڭ ھۆلىنى خېمىر قىلىپ، جاراھەتلەرگە چاپسا، جاراھەتنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتۇپ، ئاغرىقنى توختىتىدۇ ۋە قاتتىق ئىششىقلارنى يۇمشىتىدۇ.

5. قەنتەريۇن بىلەن ئاق ماش ئۇنىنىڭ ھەربىرىنى 15 گىرامدىن ئېلىپ، 20 مىللىلىتىر زەيتۇن يېغى بىلەن قوشۇپ مەلھەم قىلىپ چېپىپ بەرسە، بۆلجۈڭ گۆشلىرىنىڭ، پەيلىرىنىڭ ۋە بوغۇملارنىڭ ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ، بۇنىڭ گۈلىنى چېپىشقا ھەم ئىچىشكە بولىدۇ، بۇ، يىلان ۋە چاياننىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇشتا مەنپەئەتلىك.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1~2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سەمغى ئەرەبى، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] ئەمەن، بابۇنە، تۇربۇت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مۇرەككەپ بۇزۇرى شەربىتى.

ماھىزەھرەج

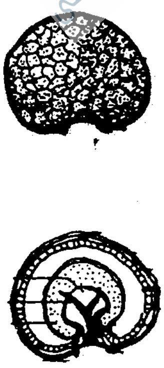
马黑杂合热吉

(印度防已实 yin du fang yi shi)

[باشقا ئاتىلىشى] سەمەكىلى، كاك ماھىرى

[لاتىنچە نامى] Fructus Anamirta cocculus

[ئىنگلىزچە نامى] Anamirtae Cocculus



ماھىزەھرەج

[تونۇش] بۇ، يۇمىلاق زىراۋەندە ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق يۆگىمەچ ياغاچ غوللۇق ئۆسۈملۈك ھىندى يۇمىلاق زىراۋەندىسى بولۇپ، مېۋىسى بۆرەك شەكىللىك ياكى يۇمىلاق، رەڭگى كۆل رەڭگە مايىل خورما رەڭ، تەمى ئاچچىق، بۇ ئۆسۈملۈك-نىڭ مېۋىسى يەنى ئۇرۇقى «بېرلىق دورىسى» ياكى «ماھىزەھرەج» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ (4.2.9 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] ھىندىستان، بىرما، مالايسىيا قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇ-لۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئۇرۇق تەركىبىدە ئاز مىقداردا پىكروتوكسىن (Picrotoxn)، مېۋە پوستىنىڭ تەركىبىدە (Menispermine) قاتارلىق ئىشقارلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] پىكروتوكسىن مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىنى كۈچلۈك قوزغاتقۇچى دورا بولۇپ، ئۇزۇنچاق مېڭە، نەپەس، قان تومۇر مەركىزىنى قوزغىتىدۇ. پىروكتوكسىننىڭ ئادەمنى ئۆلتۈ-رۈش مىقدارى تەخمىنەن 100~300 مىللىگرامغىچە، ئۇنىڭدىن ئىككى يېرىم گىرام سۇفۇپىنى يېسە زەھەرلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ، ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرۈش، زەھەر قايتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ماددىلارنى تارقىتىش، قۇرت ئۆلتۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقى، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى، قەۋزىيەت، جىگەر ۋە تال توسۇلۇش، مەددە قۇرت، قورساقتا سۇ چۈشۈش (ئىستىسقا) قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ماھىزەھرەجدىن 10 گىرام، قەمبىلدىن بەش گىرام، بەرەڭگى كابۇلدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ ياكى قايناتما تەييارلاپ ئىچسە، قۇرت ئۆلتۈرىدۇ.

2. ماھىزەھرەجدىن ئۈچ گىرام، سۆرۈنجان، بابۇنە، ئىكلىلمەلىكنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قايناتىپ، سىرتتىن يۇيۇشقا ئىشلەتسە، بوغۇم ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ماھىزەھرەجدىن 25 گىرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ،

www.uyghurkitap.com

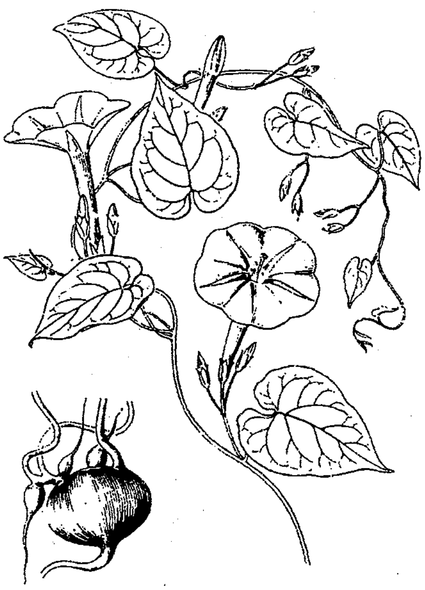
دورىلارنى قايىنىتىپ ئىچسە، قورساقتا چۈشكەن سۇنى يوقىتىدۇ.
[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 2～3 گىرامغىچە.
[**زىيانلىق تەسىرى**] ئۈچەي ياللۇغلىنىش، ھەتتا قاناشنى پەيدا قىلىدۇ.
[**تۈزەتكۈچىسى**] كەتىرا، كىراخمال، رۇمبەدىيان.
[**ئورۇنباسارى**] سەبرە.
[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ئۆزىنىڭ نامى بىلەن ئاتىلىدىغان ياسالمىسى يوق، قۇرت ئۆلتۈرگۈچى سۇفۇپ، قايىنىتىلما تەركىبىگە چۈشىدۇ.

چىلاپا

其拉帕

(药喇叭根 yao la ba gen)

[**باشقا ئاتىلىشى**] جىلاپا، جلافا، جـەلەپ
[**لاتىنچە نامى**] Pharbitis Purpurea
[**ئىنگلىزچە نامى**] jalapa
[**تونۇش**] بۇ، يۆگەيلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق يۆگىمەچ غوللۇق ئۆسۈملۈك چۆل كاۋىسىنىڭ
قۇرۇتۇلغان تۈگۈنەك يىلتىزىدىن ئىبارەت بولۇپ، «چىلاپا» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. كىچىكلىرى
ياڭاقتەك، چوڭلىرى تۇخۇمدەك، شار شەكىللىك ياكى تۇخۇمسىمان بولىدۇ، سىرتقى رەڭگى سۆسۈنگە
مايىل كېلىدۇ. (4.2.10 ـ رەسىم)



چىلاپا ئۆسۈملۈكى

[**چىقىش ئورنى**] مېكسىكا ۋە ھىندىستاندا ئۆستۈرۈلىدۇ. يۇقى-
رىقى بىلەن ئۇرۇقداش بولغان ئېلىمىزنىڭ گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى،
يۈننەن، خەينانداۋ ئۆلكىلىرىدىن چىقىدىغان《七瓜龙》لاتىنچە
(Ipomoeadigitata) چىلاپا ئۆسۈملۈكى بار بولۇپ، ئۇنۇمى يۇقىرى-
قىغا ئاساسەن ئوخشاشتۇر.
[**خىمىيەلىك تەركىبى**] يىلتىزىدىن پەيدا بولغان چامغۇر
شەكىللىك تۈگۈنچىلەر ئىچىدە %8 كىچە شىلىمشىق ماددا ۋە
%14 مايلىق تەركىب بار.
[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاپ، توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.
[**تەبىئىتى**] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.
[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىنى سۈرۈش، قۇرت
ئۆلتۈرۈش، توسالغۇلارنى ئېچىش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، بەدەن-
دىكى ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، ئاغرىق پەسەيتىش قاتارلىق
خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.
[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] كونا باش ئاغرىقى، سەرئى، مەددە قۇرت كېسەللىكى، ئومۇمىي بەدەن

سۇلۇق ئىششىقى، ئادەتلەنگەن قەۋزىيەت، ئۈچەي ئاغرىقى، ئۇلتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى، پالەچ، لەقۋا، بوغۇم ئاغرىقلىرى، ئۈچەي توسۇلۇش، سىرىقلىق چۇشۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 30 گىرام چىلاپا بىلەن 100 گىرام گۈلقەنتنى بىرلىكتە ئىستېمال قىلسا، غەيرىي تەبئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىنى سۈرىدۇ.

2. چىلاپىدىن ئالتە گىرام، بەرەڭگى كابۇلى، قەمبىلدىن توققۇز گىرامدىن، ماشتىن 15 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ تالقانلاپ ئىچسە، مەددە قۇرت كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. چىلاپىدىن 15 گىرام، ئەرقى بەدىياندىن 500 گىرام ئېلىپ، چىلاپىنى سوقۇپ ئەرقى بەدىيانغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، ئۈچەي توسۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1~4 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قۇرۇق ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] گۈلقەنت، بەدىيان ئەرقى.

[ئورۇنباسارى] رەۋەن، سانا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] چىلاپا گۈلقەنتى.

مازارىيون

麻杂尔云

(瑞香　rui xiang)

مازارىيون دەرىخى

[باشقا ئاتىلىشى] بەزرۇل ۋارالمىسى، تۇخۇمى مازەريۇن

[لاتىنچە نامى] Radix Daphne altaica

[ئىنگلىزچە نامى] winter Daphne Root

[تونۇش] بۇ، مازارىيون ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان چات-قال ئالتاي مازارىيونى ياكى مازارىيون ھىندى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈك-نىڭ يىلتىزى «بىخ مازارىيون»، يوپۇرمىقى «بەرگى مازارىيون» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (11.2.4 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ شىنجاڭ، شىزاڭ، يۈننەن، سىچۈەن قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمى كۈز پەسلىدە يىغىپ، قۇرۇتۇلۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە دافنىنن، دافنىن-تىن 7 ـ گىلۇكوزىدى، گۈلىنىڭ تەركىبىدە β ـ فىلاندىرىن، خىرول گېرانئول قاتارلىق تەركىبلەر بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان قىيتىشىنىڭ، ياللۇغنىڭ، ۋىرۇستىن يۇقۇملىنىشنىڭ ئالدىنى ئې-لىش، ئاغرىق توختىتىش، ئادرېنالىننىڭ ئىشلەپچىقىرىلىشىنى تېزلىتىش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتلىرىنى سۈرۈش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قىچىشىشنى توختىتىش، ئىچىنى سۈرۈش، ئىششىق ياندۇرۇش، تېرىنى پارقىتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قەۋزىيەت، ئىستىسقا، يەرقان، ئۈچەي قۇرتى ھەمدە بەھەق، بەرەس قاتارلىق تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ۋە بەلغەم خىلتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن تۇربۇت، ئەپتىمۇن، سېرىق ھېلىلە پوستى، قىزىلگۈل، رۇبىبسۇس، زىرە كېرمانى، نەمەك ھىندى قاتارلىقلار بىلەن قوشۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچسە بولىدۇ.

2. غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە بەلغەم خىلتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن ئىرسا، ئاسارۇن، غاپەس ئۇسارىسى، ئەپسەنتىن، سۇمبۇل، مەستىكى، مۇرمەككى، سەكبىنەج، نەمەك ھىندى، سېرىق ھېلىلە پوستى، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلار بىلەن قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1～5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە ۋە جىگەرگە زىيان قىلىدۇ. زەھەرلەپ قويىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] ئۈچ ھەسسە ئىرسا، بىر گىرام مۇقەل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] بەلغەمنىڭ سۇرگە نۇسخىلىرىغا چۈشىدۇ.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ئىشلەتكەندە مۇددەببەر قىلىپ، سوقمۇنىيا، ئەپتىمۇن، سېرىق ھېلىلە پوستى، زىرە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قاتارلىق تۈزەتكۈچىسى بىلەن بىرگە ئىشلىتىش شەرت.

غارىقۇن

哈里混

（阿里红　a li hong）

[باشقا ئاتىلىشى] غارىقۇن، ماشمان

[لاتىنچە نامى] Fomes officinalis

[ئىنگلىزچە نامى] Fomes oficnaliss, sprorophore

[تونۇش] بۇ، كۆپ تۆشۈكلۈك زەمبۇرۇغلار ئائىلىسىدىكى قارىغايغا چاپلىشىپ ئۆسىدىغان ئۆسۈملۈك ئاچچىق ئاق تۆۋاق ياكى دورىغا ئىشلىتىلىدىغان قاتمۇقات تۆشۈكلۈك زەمبۇرۇغنىڭ باكتېرىيە تېنىدۇر. شەكلى ئات تۇيىقىسىمان، رەڭگى ئاق، تەمى بىرئاز ئاچچىق، پۇرىقى بىر ئاز ئۆتكۈر، ۋەزنى يەڭگىل

غارىقۇن

كېلىدۇ. بۇنى ئىشلەتكەندە سوقماستىن، قىل ئەلگەكتە سۈركەپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئىشلىتىلىدۇ. شۇنداق قىلغاندا ئۇنىڭ يۇمشاق قىسىملىرى ئەلگەكتىن ئۆتىدۇ، زەھەرلىك قىسىملىرى ئەلگەكتە قالىدۇ، بۇ سوقۇلمايدۇ، چۈنكى سوقسا، ئىشلىتىدىغان قىسىملىرى بىلەن ئېلىپ تاشلانغان تىرناق شەكلىدىكى زەھەرلىك قىسىملىرى ئارىلىشىپ كېتىدۇ (12.2.4 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن جۇملىدىن شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن ھەممە جەنۇبىي ۋە ئوتتۇرا ياۋروپادىكى دۆلەتلەردىن چىقىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە ئاساسلىقى ئاتسىدوم ئاگارىكوم، ئاتسىدوم بىئورىكوئىكوم، ئاتسىدوم سولفورىنىك كىسلاتا قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. ئاتسىدوم ئاگارىكوم ھايۋاناتلارنىڭ تەر بەزلىرى ئەتراپىدىكى قان تومۇرلارنى قىسقارتىپ تەرنى توختىتىدۇ. لېكىن تەر بەزلىرىنىڭ ئاجرىتىپ چىقىرىش پائالىيىتىگە توسالغۇ بولمايدۇ.

2. ئاتسىدوم ئاگارىكومنى ئىچسە، ئاشقازاننى مەلۇم دەرىجىدە غىدىقلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پارچىلاش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا، سەۋدا ۋە بەلغەم خىلتلىرىنى سۈرۈش، ئۆپكە ـ كانايىنى قۇۋۋەتلەش، ئۇنىڭدىكى بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش، قاتتىق ئىششىقلارنى يۇمشىتىش، يەل ھەيدەش، ھەر تۈرلۈك قۇلۇنجنى يوقىتىش، جىگەر ۋە بۆرەكنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، سۈرگۈچى دورىلارنىڭ تەسىرىنى كۈچەيتىش، سىيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىش، زەھەر قايتۇرۇش، يۈرەك، مېڭە، نېرۋا ۋە پەيلەرنى كۈچلەندۈرۈش، غەيرىي تەبىئىي خىلتتىن بولغان تەپلەرنى يوقىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۆتەل، زىققە، جىگەر ياللۇغى، كۆكرەك ئاغرىقى، بۆرەك ۋە بەل ئاغرىقى، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، ئىرقۇننىسا، ئۇششاق بوغۇم ئاغرىقى، توسۇلۇش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈش، شەقىقە قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. غارىقۇننى ھېلىلە كابۇلى، پاۋانىيا ۋە مەستىكى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، سۇفۇپ قىلىپ يەپ بەرسە، سەرئى (تۇتقاقلىق) گە پايدا قىلىدۇ.

2. غارىقۇندىن 10 گىرام، ھېلىلىدىن بەش گىرام، مەستىكىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايىنىتىپ ئىچسە، شەقىقە ۋە قىزىتمىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. غارىقون تالقىنىنى ئۈزۈم شەربىتىگە ئارىلاشتۇرۇپ غار ـ غار قىلسا، گال ئىششىقى ۋە چىش مىلىكى بوشاشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. غارىقون، رومبەدىياندىن 10 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچسە، كونا يۆتەل ۋە زىققىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. ئىككى گىرام غارىقونغا ئۈچ گىرام رەۋەن قوشۇپ يەپ بەرسە، سەرئى، جىگەر ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ.

6. غارىقوننى سىركەنجىۋىل بىلەن قوشۇپ يەپ بەرسە، يەرقانغا پايدا قىلىدۇ.

7. غارىقوننى ئاسارۇن ۋە ھەسەل بىلەن قوشۇپ يەپ بەرسە، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلايدۇ، بۆرەك ۋە بەل ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ.

8. غارىقونغا ئەپسەنتىن ۋە ھەسەل قوشۇپ داۋاملىق ئىستېمال قىلىپ بەرسە، ھەر خىل ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

9. غارىقوننى چايناپ شۈمۈپ بەرسە، ئاشقازان ئاغرىقى، ئاچچىق كېكىرىش، ئاشقازان ئېغىزىغا تاماق تۇرۇپ قېلىش قاتارلىقلار ئۈچۈن ئوبدان پايدا قىلىدۇ، بۇ قوستۇرۇش ئۈچۈنمۇ ئىشلىتىلىدۇ. بۇنى ھاشارات چىقىۋالغان ئورۇنغا سۈركىسە، زەھەر قايتۇرىدۇ، ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1～3 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] گالدا بوغۇلۇش پەيدا قىلىدۇ، باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] يېڭى سۈت، بادام مېغىزى، قۇندۇز قەھرى.

[ئورۇنباسارى] شەھمەنزەل، تۇربۇت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى غارىقون، سۇفۇپى غارىقون.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] گوللاندىيەنىڭ دۆلەتلىك دورا كىتابىدا، غارىقون قورۇغۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولۇپ، شىلىمشىق سۇيۇقلۇقلارنى يوقىتىدۇ، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىدۇ. زۇكام، سوغۇق تېگىشتىن بولغان باش ئاغرىقى، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىشتىن بولغان شىلىمشىق سۇيۇقلۇقلار كۆپىيىش، كۆكرەك ۋە باشنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقلىرى، تال ئاغرىقى، سېرىقلىق چۈشۈش قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ. بۇنى بىرىشتە سۇفۇپ تەييارلاپ 1.5～3 گىرامغىچە ياكى دەملەنمە ھالدا ئالتە گىرامغىچە بېرىلىدۇ، غارىقوننىڭ كۆڭۈل ئىلىشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بولغاچقا ئۇنى ئەڭ ياخشىسى قوۋزاقدارچىن، زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، لاچىندانە قاتارلىق خۇش پۇراق دورىلار بىلەن ئىشلىتىش پايدىلىق، دەپ يېزىلغان.

غاپەس

哈排斯

(龙芽草 long ya cao)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەششە غافەس، شەجەرەتۇل بەراغىيس، غازئوتى

[لاتىنچە نامى] Herba Agrimonia Pilosa

[ئىنگلىزچە نامى] Herb of Hairyvein agrimonia

غاپەس

[تونۇش] بۇ، ئەترگۈل ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 50~120 سانتىمېتىرغىچە، ئۆسىدىغان كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك غاپەس (Agrimonia pilosa Ledeb, var) بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ قۇرۇتۇلغان پۈتۈن چۆپىنىڭ غول تۈۋى سىلىق، تۈكى يوق، غول - يوپۇرماقلىرى ئېنىق كۆرۈنۈپ تۇرىدۇ، ئۈستى شالاڭ، ئاستى قويۇق، بەزىلىرى ھەمراھ يوپۇرمىقى قالغان، يۇقىرى تەرىپىدىكى غول يېشىلغا مايىل قوڭۇر رەڭ ياكى سۇس سارغۇچ بېغىر رەڭ بولۇپ، ئاق رەڭلىك يۇمشاق تۈكچىلەر بىلەن قاپلانغان، يوپۇرمىقى كۆل رەڭگە مايىل يېشىل، پۇرۇلگەن، گۈلى ئۇزۇن، تار، ئىنچىكە، رەڭگى نىل رەڭلىك بولىدۇ. ئۇنىڭ ئۇسارىسى قەدىمكى نۇسخىلاردا ئىشلىتىلگەن بولسىمۇ، ئەمما ئۇنىڭ ئۇسارىسىنى تەييارلاش ناھايىتى قىيىن بولغاچقا يېقىندىن بېرى گۈلى ئىشلىتىلىۋاتىدۇ، پۈتۈن چۆپىنىڭ ئازراق پۇرىقى بار، تەمى ئاچچىق، رەڭگى نىل رەڭ كۆك. (4.2.13 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئۇرۇق بىلەن كۆپىيىدۇ، مۇتىدىل كىلىماتتا ئۆسۈشكە ماسلاشقان، غولجا قاتارلىق ئورۇنلاردا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ توغراپ، قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىدە ئاگرىمونىن، ئاگرىمونولىد، تاننىن كىسلاتا، ئورگانىك كىسلاتا، فېنوللۇق تەركىبلەر، گىلۇكوزىد قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. غاپەس ئۇسارىسى قاننىڭ ئۇيۇشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ.
2. بۇنىڭ ئىسپىرتلىق چىلانمىسى ھايۋاناتلارنىڭ قان بېسىمىنى ئۆرلىتىۋېتىدۇ ھەم يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ، سۇغا چىلاپ ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان ماددىسى قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.
3. ياللۇغلىنىشقا قارشى تۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.
4. باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش، پارازىت قۇرتنى چۈشۈرۈش رولىغا ئىگە.
5. ئاگرىمونىن قاندىكى قەنت مىقدارىنى تۆۋەنلىتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىنى تازىلاش، توسالغۇلارنى ئېچىش، تەرلىتىش، سىيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، قان تازىلاش، قان توختىتىش، تېرىگە جۇلا بېرىش، جىگەر ۋە تالنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، سىيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، چاچ چىقىرىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل كونا ۋە مۇرەككەپ قىزىتما، ئومۇمىي بەدەن سۇلۇق ئىششىقى،

جىگەر ۋە ئاشقازان ياللۇغى، قىچىشقاق، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈش، تەمرەتكە، سۈيدۈك، ھەيز راۋان بولماسلىق، قان تۈكۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەرقى كاسىنە، ئەرقى شوخلا، غاپەسنى بىرلىكتە ئىستېمال قىلسا، جىگەر توسۇلۇش، جىگەر ئىششىقى ۋە جىگەر ياللۇغىغا شىپا بولىدۇ.

2. بىخ بەديان، غاپەس، تەرخەمەك ئۇرۇقى، شوخلا، كاسىنە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى 10 گىرامدىن ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچىپ بەرسە، قورساقتا چۈشكەن سۇنى تارقىتىدۇ.

3. غاپەس، ئەنجبار 10 گىرامدىن، ئەگىرسۇنايدىن 15 گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، ھەر خىل ئەزادىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6～7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تال ۋە ئۇرۇقدانغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەديان.

[ئورۇنباسارى] ئاسارۇن، يېرىم مىقداردا ئەمەن.

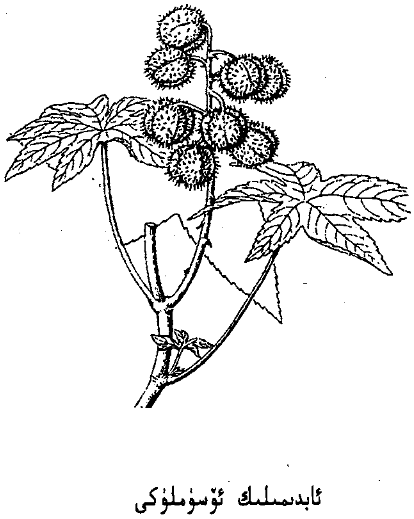
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى دەبدۇلۋەرد، ھەببى غاپەس، شەربىتى دىنار.

ئابدىمىلىك يېغى

阿布德米力克也合

(蓖麻子油 bi ma zi you)

[باشقا ئاتىلىشى] دوھۇنۇل خەرۋئى، رەۋغىنى بىدئەنجىرا، ئەرەندىكى تىلى



ئابدىمىلىك ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، يالمانقۇلاق ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك بولۇپ، يوپۇرمىقى بەش بارماققا ئوخشايدۇ. ئۇنىڭ ئۈستىدە ئاق رەڭلىك سىزىقچىلار بولۇپ، مېۋىسى شاكاللىق، ئۈستىدە تىكەنلىرى بولىدۇ. ئۇنىڭ ئىچىدىن ئۇرۇقى چىقىدۇ. ئوتتۇرىسىنى يارساق ئاق رەڭلىك مېغىز چىقىدۇ. مېغىزنىڭ جۇۋازدا تارتىپ يېغى چىقىرىلىدۇ. بۇ «ئابدىمىلىك يېغى» دېگەن نام بىلەن دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭ رەڭگى ئاق ياكى سېرىققا مايىل كېلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن ۋە فىلىپپىن، ھىندىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] مېۋىسى پىشقاندا يىلتىز پوستىنى ئايرىۋېلىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئابدىمىلىك يېغى كىسلاتاسى، گىلىتسېرىد قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئىچىنى سۈرۈش، ئۈچەي توسالغۇلىرىنى ئېچىش، ئارام بېرىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پاكىز ساپلاشتۇرۇپ، يېغىنى ئېلىپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرۈش، بەلغەمنى چىقىرىش، ماددىلارنىڭ ۋە قويۇق خىلتلارنىڭ بۇخاراتلىرىنى تارقىتىش، ئىچكى ياللۇغلارنى پەسەيتىش، قاتقان ياللۇغنى يۇمشىتىش، قورساقتىكى قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش، ئۇچەينى سىلىقلاشتۇرۇش ۋە چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يەلدىن بولغان قۇلۇنجى، ئېغىر قەۋزىيەت، قان تولغاق، مەدەە قۇرت كېسەللىكى، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىق، كۆزگە سۇ چۈشۈش، ۋەجئۇل مۇپاسىل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەپيۇندىن ئىككى گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئابدىمىلىك يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزسە، ئىچىنى سۈرۈپ قان تولغاقنى يوقىتىدۇ.

2. 15 گىرام سۆرۈنجاننى مۇۋاپىق مىقداردىكى ئابدىمىلىك يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، چوڭ - كىچىك بوغۇملار ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 24 ~ 60 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىقلاردا باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۇت.

[ئورۇنباسارى] دەن يېغى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەتبۇخى ئەپتىمۇن.

3 § . غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى سۈرگۈچى دورىلار

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن سەۋدا خىلتىدا سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ تەبىئىي تۈزۈلۈشىدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىش بولماستىن، بەلكى مىزاجىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، نورمال بولغان فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل ئەھۋالغا قارىتا غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى پىشۇرۇش باسقۇچىدىن كېيىن، ئۇنى بەدەن سىرتىغا سۈرۈپ چىقىرىشقا توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيىتى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى سۈرگۈچى دورىلار ياكى سەۋدانىڭ مۇسھىل دورىلىرى «مۇسھىلى سەۋدا» دېيىلىدۇ.

خىيارشەنبەر
黑亚尔先拜尔
(阿勒勃 a le bo)

[باشقا ئاتىلىشى] خىيار شەنبەر، پوستى ئەمىلتاس، ئەمىلتاسكا پوستى، ئەمىلتاسكا چىلكا

[لاتىنچە نامى] Fructus Cassia fistula

[ئىنگلىزچە نامى] Goldenshower senna Fruit

www.uyghurkitap.com

خىيار شەنبەر دەرىخى

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك كوباسا دەرەخنىڭ مېۋىسى بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ شاخلىرى ياڭاق دەرىخىنىڭ شاخلىرىغا ئوخشايدۇ، يوپۇرمىقى ياڭاقنىڭكىدىن كىچىكرەك، مېۋىسى ئۇزۇن، 60 سانتىمېتىر ئۇزۇنلۇقتا، ئىنچىكە ـ توملۇقى باش بارماقچىلىك ياكى ئۇنىڭدىن چوڭراق كېلىدۇ، ئوتتۇرىسىدا قاتتىق پەردىسى بولۇپ، قارا ھۆللۈك ئۇيۇپ قالغاندەك چاپلىشاڭغۇ نەرسە بار، بۇنى «خىيار شەنبەر ئەسلىي» دەپ ئاتايدۇ. ھەر پەردىسىنىڭ ئوتتۇرىسىدا «پۇنۇس» بولىدۇ ھەم ئازراق ئۇرۇقى بار، ئۇيغۇر تېبابىتىدە ئىشلىتىلىدىغىنى ئۇنىڭ «ئەسلىي» سى بولۇپ، مۇشۇ «خىيار شەنبەر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ تەمى بىرئاز تاتلىق ۋە بىرئاز بەتبۇي، بۇنىڭ ياخشىسى قارا، پارقىراق، پوستى نېپىز، قۇۋۋەتلىك، ئەسلىيسى كۆپرەك بولغان، شېرىن پۇرىقى ئاز بولغىنىدۇر. بۇنىڭ ئەسلىيسىنى ئېلىش ئۈچۈن، ئۆزىنى قەلەم قىلىپ ئوتتا قىزىتىپ سۇندۇرۇپ، ئەسلىيسىنى ئاجرىتىپ ئېلىپ، ئاندىن بادام يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باغلاپ ئىشلىتىلىدۇ (4.3.1 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] بۇنىڭ مېۋە ئېتى %30 كە يېتىدۇ، بۇنىڭدا %60~%40 كىچە قەنت، لىمون كىسلاتاسى، تاننىك كىسلاتاسى ۋە پىگمېنت، بابالوئىن، ئۇرۇقىدا %27 دەرەخ يېلىمى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] مېۋە بىلەن مېۋە ئېتىنىڭ ئىچ سۈرۈش تەسىرى بار، لېكىن كۆپ مىقداردا ئىشلىتىلسە، كۆڭۈل ئېلىشىش، ئاشقازان، قورساق ئېسىلىش، قورساق ئاغرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. مېۋىنىڭ باكتېرىيە تورمۇلاش تەسىرى بار. بۇ ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيە، بوغماق تاياقچە باكتېرىيەسى، ئۈچەي كېزىكى ۋە ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەلىرىنى تورمۇزلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم، سەۋدا ۋە سەپرا خىلتىنى بوشىتىش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ھەيز ماڭدۇرۇش، ھامىلە ۋە بالا ھەمراھىنى چۈشۈرۈش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئۆپكىنى تازىلاش، بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل قاتتىق ياللۇغلار، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلار، بوغۇم ئاغرىقلىرى، گال ئاغرىقى، ھەيز تۇتۇلۇش، ھەيز توسۇلۇش، قىيىن تۇغۇت، سۈيدۈك راۋان بولماسلىق، يۆتەل، دەم سىقىلىش، كۆكرەكنىڭ يىرىڭلىكى، جىگەر ياللۇغى، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 15 گىرام خىيار شەنبەرنىڭ شىرىسىنى ئېلىپ، 15 گىرام كۇنجۇت يېغى بىلەن قوشۇپ ئىچسە، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

2. گۈلبىنەپشە، شوخلا، خىيار شەنبەر، سەرپىستان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، ئۆچەي ئىششىقى ۋە بالىياتقۇ ئىششىقىغا مەنپەئەتلىك.

3. خىيار شەنبەردىن ئالتە گىرام، ئىسپىغول، بېھى ئۇرۇقىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، تولغاققا پايدا قىلىدۇ.

4. 30 گىرام خىيار شەنبەر بىلەن 300 مىللىلىتىر سۈتنى بىرلىكتە ئىچسە ياكى غار ـ غار قىلسا، گال ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10~20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قورساقنى ئاغرىتىدۇ، كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] مەستىكى، رۇمبەدىيان، بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] تۇربۇت، سانا، سوقمۇنيا، يانتاقشېكىرى (تەرەنجىبىن).

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوئوقى خىيار شەنبەر، مەجۇنى خىيار شەنبەر.

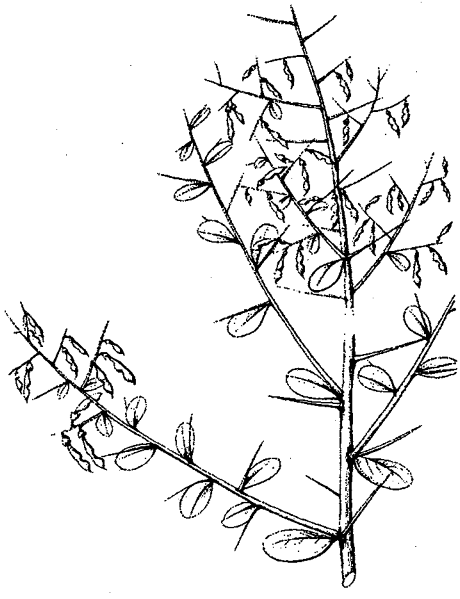
[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ئاشقازانغا زىيان قىلسا رۇمبەدىيان، قورساق ئاغرىتسا بادام يېغى بېرىلىدۇ.

تەرەنجىبىن
洋塔克西克日
(刺糖 ci tang)

[باشقا ئاتىلىشى] ئەسلىل ھاج، تىرەنگىبىن، تىرەنجىبىن، شىكىرجۇۋاسا، يانتاقشېكىرى

[لاتىنچە نامى] Saccharum Alhagi Pseudoalhagi

[ئىنگلىزچە نامى] Alhagi Sugar



تەرەنجىبىن ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق يېرىم چاتقال سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك يانتاقنىڭ يوپۇرمىقىدىن ئاجرىلىپ چىقىدىغان سۇيۇقلۇقنىڭ قېتىپ قېلىشىدىن ھاسىل بولىدىغان شېكەر دانچىلىرىدىن ئىبارەت بولۇپ، «تەرەنجىبىن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ، ياش تامچىسىمان ياكى دانچىسىمان شەكىلدە، رەڭگى سۇس سارغۇچ، تەمى تاتلىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. سۇدا ئاسان ئېرىيدۇ. (4. 2.3 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ، چىڭخەي، ئىچكى موڭغۇلدىن ھەم پاكىستان، رۇسىيە قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[**خىمىيىلىك تەركىبى**] تەرەنجىبىننىڭ پۈتۈن تۈپى تەركىبىدە ئاتسىدوم، ۋىتامىن B، ۋىتامىن C ۋە ۋىتامىن K، كاروتىن، فىلاۋون قاتارلىقلار بار.

[**لايىفلاشتۇرۇلۇشى**] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبئىي سەپرا، سەۋدا ۋە بەلغەم خىلتىنى سۈرۈپ چىقىرىش، تەرەتنى يۇمشىتىش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، مەنىينى قويۇلدۇرۇش ۋە كۆپەيتىش، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، بەدەننى سەمرىتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] بەدەن ئاجىزلىقى، باھ ئاجىزلىقى، يۆتەل، قەۋزىيەت، مەنىي بالدۇر يۈرۈپ كېتىش، ئاشقازان، ئۈچەي جاراھەتلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. سۈتتىن 500 گىرام، سۆئلەپتىن 50 گىرام، تەرەنجىبدىن 300 گىرام، شېكەردىن 500 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە داۋائى تەرەنجىبىن تەييارلاپ ئىچسە، سەمرىتىدۇ، سۈت ۋە مەنىي پەيدا قىلىدۇ.

2. سانا، بەدىيان، گۈلبىنەپشە، شوخلىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، تەرەنجىبىندىن 20 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، ئۈچەي كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ.

3. تەرەنجىبىن، بەدىيان، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، قايناق سۇدا دەملەپ تاتلىقىنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچسە، كىچىك بالىلاردىكى قورساق ئاغرىقىنى يوق قىلىدۇ، تەرەتنى راۋان قىلىدۇ.

4. 20 گىرام تەرەنجىبىننى زىرە قايىنىتىلمىسى بىلەن قوشۇپ ئىچسە، كېزىكتىن كېيىنكى قورساق ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 24 ~ 50 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] تەمرىھىندى، ئەينۇلا، چىلان.

[**ئورۇنباسارى**] شىرخىست، قىزىل شېكەر، خىيارشەنبەر.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] داۋائى تەرەنجىبىن، مەتبۇخى تەرەنجىبىن.

سېرىقيۆگەي

色日克月钙

(菟丝草 tu si cao)

[**باشقا ئاتىلىشى**] ئەپتىمۇن، دەرەخت پىچان، ئاكاشىبىل، سېرىقيۆگەي

[**لاتىنچە نامى**] Cuscuta chinenosis

[**ئىنگلىزچە نامى**] Chinese dodder Herb

[**تونۇش**] بۇ، يۆگەي ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق تەييارتاپ، سامان غوللۇق، يۇمران يىپسىمان،

يۈگمەچ غول ئۈسۈملۈكىنىڭ پۇتۇن چۆپىدىن ئىبارەت بولۇپ، رەڭگى سېرىق كېلىدۇ. خەلق ئارىسىدا بۇ چۆپنى «ئەپتىمۇن»، «ئەپتىمۇن ئۇرۇقى» دەپمۇ ئاتايدۇ. بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ پۇتۇن چۆپى «سېرىق ئوت»، ئۇرۇقى «سېرىق ئوت ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.3.4 ـ رەسىم)

سېرىقيوگەي ئۈسۈملۈكى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ كۆپلىگەن رايونلىرىدىن ھەم شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئەپتىمۇننىڭ پۇتۇن چۆپىدە كىراخمال فېرمېنتى ۋە ۋىتامىنلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] سېرىق ئوت بىلەن ئۇرۇقداش ئۈسۈملۈك (reflexa cuscvta) نىڭ سۇ ۋە ئىسپىرتلىق ئېرىتمىسى روشەن ھالدا يۈرەكنى كۈچەيتىش تەسىرىنى بېرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى ۋە بەلغەم خىلتىنى سۈرۈش، باھنى قۇۋۋەتلەش، غەيرىي تەبىئىي يەللەرنى ھەيدەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، نېرۋا جىددىيلىشىشنى پەسەيتىش، قان تازىلاش، ئاغرىق پەسەيتىش، مېڭىنى تازىلاش، كۆڭۈلگە خۇشلۇق يەتكۈزۈش، ياللۇغ، ئىششىق ياندۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مالىخولىيا، ئۆچەي قۇرتى كېسەللىكلىرى، ساراڭلىق، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان كېسەللىكلەر، پەي تارتىشىش، ھەر خىل ئىششىقلار، دانخورەك، تەمرەتكە، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 15 گىرام ئەپتىمۇننى 10 گىرام بىنەپشە بىلەن بىرگە مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قايناتقاندىن كېيىن، بىر كۈندە ئىككى ۋاق 10 گىرامدىن ئىچىپ بېرىلسە، يەل ھەيدەيدۇ، تومۇرلاردىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ۋە بەلغەم خىلتىنى سۈرىدۇ.

2. ئەپتىمۇندىن 30 گىرامنى يېڭى سىقىلغان 450 مىللىلىتىر سۈتكە چىلاپ قايناتقاندىن، 60 مىللىلىتىر سىركەنجۇبىل قوشۇپ، بىر ھەپتە داۋاملىق ئىچىپ بېرىلسە، سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

3. ئەپتىمۇندىن 18 گىرامنى 30 گىرام ۋاسالغۇ بىلەن سۇس ئوتتا قايناتقاندىن، سۈزۈپ، بىر كۈندە

ئىككى ۋاق 15 گىرامدىن ئىچىپ بەرسە، مالىخولىيا ھەم غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ.

4. ئەپتىمۇندىن 21 گىرامنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، 10 گىرام سىركەنجۇبىل بىلەن قوشۇپ ئىچسە، مالىخولىيا، ساراڭلىق ۋە كۆيگەن سەۋدا خىلىتىدىن كېلىپچىققان كېسەللىكلەرگە ھەم سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. ئەپتىمۇندىن 10 گىرامنى بىر- ئىككى سائەت قايناتىپ، سۇيىنى سىقىپ چىقىرىپ، سۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈلقەنت بىلەن ئىچسە، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى تازىلايدۇ.

6. ئەپتىمۇندىن 30 گىرامنى مۇسەللەس بىلەن قوشۇپ ئازراق قايناتىپ ئىچسە، ئۇيقۇسىزلىق، پەي تارتىشىش ۋە ھەر خىل ئىششىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] سىقىپ چىقىرىلغان سۇيىدىن 60 مىللىلىتىر، چۆپىدىن 9~12 گىرامغىچە، قايناتىلمىسىدىن 30 مىللىلىتىرغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئۆپكە كېسىلى بارلارغا ئىشلىتىلمەيدۇ، كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] بەك قاتتىق ئېزىۋېتىشكە بولمايدۇ، كۆپرەك قايناتىش كېرەك. داكا خالتىغا سېلىپ قايناتىمىز.

[**ئورۇنباسارى**] ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، كاسىنە، زەپەر.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] مەتبۇخى ئەپتىمۇن، ئىترىفىل ئەپتىمۇن، مەتبۇخى بەرەس، شەربىتى دىنار، مەجۇنى چۆپچىن، مەجۇنى نۇجاھ.

لاجۇۋەرد

拉孜外尔德

(青金石 qing jin shi)

[**باشقا ئاتىلىشى**] لازۇۋەرىد، لاجىۋرد

[**لاتىنچە نامى**] Lapislazuli

[**ئىنگلىزچە نامى**] Lazurite

[**تونۇش**] بۇ، سۈزۈك، پارقىراق، قىممەت باھالىق مىنېرال بولۇپ، ئادەتتە ئۇ تىللا رەڭ، بىنەپشە رەڭ ۋە قىزىل رەڭلەردە بولىدۇ. بۇ مىنېرال ماددىنىڭ ئۇيغۇر تېبابىتىدە كۆپ ئىشلىتىلىدىغىنى سۈزۈك، پارقىراق، كۆككە مايىل بىنەپشە رەڭ كەلگىنى، يۇقىرىقىدەك خۇسۇسىيەتتە بولمىغانلىرى سۇنئىي لاجۇۋەرد بولۇپ، ئۇنى ئۇيغۇر تېبابىتىدە دورىغا ئىشلىتىلمەيدۇ (4.3.4 - رەسىم).

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ ئىچكىرى ئۆلكىلىرى ھەم قەشقەرنىڭ تاغلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] تاغلاردىن قېزىپ كولاپ ئېلىپ ساپلاشتۇرۇپ، ھەر خىل رەڭلەردىن تەييارلاپ، خالىي جايدا ساقلىنىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] كۇشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، يۇيۇلغان لاجۇۋەرد بىرىنچى دەرىجىدە سوغۇق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ۋە بەلغەم خىلتىنى سۈرۈش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، غەم ـ ئەندىشىنى يوقىتىش، قويۇق گازلارنى يوقىتىش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، ھەيز ۋە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش، داغ، سەپكۈن يوقىتىش، قان توختىتىش، قۇرۇتۇش، قورۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] بۇرۇن قاناش، مالىخولىيا، ھەر خىل كۆز كېسەللىكلىرى، كىرپىك تۆكۈلۈش، ھەر خىل يۈرەك كېسەللىكلىرى، تاجىسمان ئارتېرىيەنىڭ قان تومۇر قېتىش، نېرۋا ئاجىزلىقى، جۇنۇن، ئۇنتۇغاقلىق، داغ، سەپكۈن، ھەيز قالايمىقانلىشىش، سۆگەل، سىفلىس، سۆزنەك، جىنسىي ئەزا يارىسى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. ئىككى گىرام لاجۇۋەرنى سوقۇپ سۇفۇپىنى بۇرۇنغا پۈركىسە، بۇرۇن قاناشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.
2. ئۈچ گىرام لاجۇۋەرد كۇشتىسىنى ئالما شەربىتى ياكى ئەرقى گاۋزىبان بىلەن ئىچسە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەپ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ، تاجىسمان ئارتېرىيەلىك قان تومۇر قېتىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.
3. ئىككى گىرام لاجۇۋەردنى سوقۇپ، زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا، سۆگەل ۋە بەرەسكە مەنپەئەت قىلىدۇ.
4. ئىككى گىرام لاجۇۋەرد كۇشتىسىغا ئىككى گىرام مەرۋايىت ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تارتسا، كىرپىك چۈشۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 2~4 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] مەستىكى ھۇماما؛ ئەگەر كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرۇپ، غەم پەيدا قىلسا، بۇنىڭ ئۈچۈن كەتىرا، ھەسەل.

[**ئورۇنباسارى**] ئۆز ۋەزنى بىلەن تەڭ ھەجرۇل ئەرمىنى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ھەببى لاجۇۋەرد، مەجۇنى چۆپچىن، تەرياقى كەبىر.

[**لاجۇۋەردنى يۇيۇش ئۇسۇلى**] ئاۋۋال لاجۇۋەردنى يۇمشاق ئېزىپ، ئازراق سۇ قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە زەيتۇن يېغى قۇيۇپ قايناتقاندىن كېيىن، قازاننى ئېلىپ بىرئاز توختىتىلسا لاجۇۋەرد تېگىگە ئورنايدۇ، ياغ بىلەن سۇنى ساقىتىپ تۆكۈپ تاشلاپ، تېگىگە ئورنىغان لاجۇۋەردنى ئېلىپ، يەنە يۇمشاق سوقۇپ بىرئاز سۇ قوشۇپ، ئۈستىگە يەنە زەيتۇن يېغى قوشۇپ قاينىتىلىدۇ، ئاندىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ تېگىگە ئورنىغىنىنى ئېلىپ قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ، بۇ ئادەتتە «يۇيۇلغان لاجۇۋەرد» ياكى «لاجۇۋەرد مەغسۇل» دېيىلىدۇ.

[**لاجۇۋەردنى كۇشتە قىلىش ئۇسۇلى**]

1. 15 گىرام لاجۇۋەردنى 150 گىرام سەبرە لۇئابى بىلەن كوزىغا سېلىپ، ئاغزىنى گىل ھېكمەت قىلىپ، 15 كىلوگىرام كالا تېزىكىگە كۆمۈپ ئوت يېقىلىدۇ، خام قالسا بۇ تەرتىپ يەنە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئاندىن يۇمشاق سوقۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

2 . 12 گىرام لاجۇۋەردنى 60 مىللىلىتىر ئۈچكە سۈتى بىلەن كوزىغا سېلىپ گىل ھېكمەت قىلىپ، 15 كىلوگىرام كالا تېزىكى بىلەن ئوت يېقىلىدۇ، ئاندىن ئېلىپ سالايە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

سوقمۇنىيا

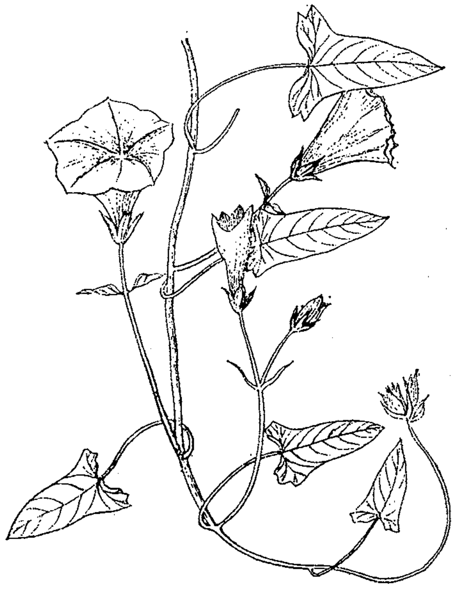
赛克木尼亚

（司格蒙旋花脂 si ge meng xuan hua zhi）

[**باشقا ئاتىلىشى**] مەھمۇدە، مەھمۇدە سوقمۇنىيا

[**لاتىنچە نامى**] Resina Convolvulus scammonia

[**ئىنگلىزچە نامى**] Scammonia



سوقمۇنىيا ئۆسۈملۈكى

[**تونۇش**] بۇ، يۇگەيلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق پېلەكلىك سامان غوللۇق، تاغلاردا ۋە تاشلىقلاردا ئۆسىدىغان ئۆسۈملۈك يىلىمسىمان يۇگەينىڭ قۇرۇتۇلغان سۈتىدىن ئىبارەت بولۇپ، «سوقمۇنىيا» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ شەكلى ھەشقىپىچەككە ئوخشايدۇ، ئۆزى ناھايىتى سۈتلۈك كېلىدۇ، بىر تەندىن كۆپلىگەن شاخلار ئۆسۈپ چىقىدۇ، ئۇزۇنلۇقى ئىككى مېتىردىن ئارتۇقراق، يەر بېغىرلار پېلەك سوزۇپ ئۆسىدۇ، شاخلىرىنىڭ ئۈستىدە چاپلاشقۇ ھۆللۈك بولىدۇ، ھەشقىپېچەكتىن يۇمشاق، رەڭگى كۆك ۋە ئىنچىكە كېلىدۇ، گۈلى يۇمىلاق، ئاق، ئوتتۇرىسى كاۋاك، يىلتىزى ئاق، چوڭلۇقى سەۋزىنىڭ يىلتىزىدەك، لېكىن ئۇنىڭدىن قىسقىراق، ئىچى كاۋاك، سېسىق پۇراقلىق، سۈت بىلەن تولغان بولىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى ۋە تېنىنى تىلىپ قويسا، سۈتى ئېقىپ چىقىپ، قېتىپ سوقمۇنىيا بولىدۇ.

دورا ئەشياسىنىڭ شەكلى: ئادەتتە ياپىلاق، تەكشى موكىسىمان بولۇپ، تۇتۇق كۈل رەڭ ۋە قارامتۇل بېغىر رەڭ خىللىرى بار، سىرتقى يۈزىدە كۈل رەڭ چاڭلار بار. ئاسان ئۇۋۇلىدۇ، ھۆلنىڭ ئېزىلگەن يۈزى پارقىراق، رېزىنكىسىمان ۋە تۆشۈكلۈك بولىدۇ ھەم تۇتۇق قوڭۇر رەڭلىك ياكى قارا رەڭلىك كېلىدۇ، تالقىنىنى سۇدا ئەزسە تېزلا سۈتسىمان ئاق ماددا چىقىدۇ. سۈتتەك پارقىرايدۇ، سەل سېسىق بولىدۇ، تەمى دەسلەپتە تاتلىق، كېيىن ئاچچىق تەمدە بولىدۇ (4 . 3 . 5- رەسىم) .

[**چىقىش ئورنى**] تۈركىيە، سۈرىيە، پەلەستىن، ئىراق قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزىنى تىلىپ قويسا، سۈيى ئېقىپ چىقىدۇ، قەغەزگە ئوراپ ساقلىنىدۇ.

[**ساقلاش ئۇسۇلى**] سوقمۇنىيانى مەستىكى بىلەن بىرگە ئېزىپ، ئۇنى بىر خالتىغا سېلىپ، ئالما ياكى

بىھىنىڭ ئوتتۇرىسىدىن يېرىپ ئويۇپ، قالغان قىسمى بىلەن بىكىتىپ، ئۈستىنى خېمىر بىلەن چاپلاپ، تونۇرنىڭ ئوتىنى تارتقۇزۇپ، ئۇنى تونۇردا قويۇپ، تونۇر سوۋۇغاندىن كېيىن ئالسا پىشىدۇ. ئاندىن كېيىن خېمىرنىڭ ئارىسىدىن ئېلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، شىشىگە سېلىپ ساقلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] سوقمۇنىيانىڭ تەركىبىدە 60%~80% كىچە رىزىنا بار. ئۇنىڭدىن باشقا دەرەخ يېلىمى ۋە ئاز مىقداردا كىراخمال بار. رىزىنا ئاساسلىقى سكاموننىن (Cammonin) بولۇپ، بۇ ئىشقارلىق سۇغا يولۇقسا، ئاتسىدوم، سكامونىكوم (Scmmonic acid) ۋە ئاتسىدوم ئىزوۋالېرىيانىكوم (Isovalevanic) ئاجرىتىپ چىقىرىدۇ. سۇيۇق كىسلاتاغا يولۇقسا ئاتسىدوم سكامونىكوم (Scammonic acid) قاتارلىقلارنى ھاسىل قىلىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئىچىسە ئىچىنى قاتتىق سۈرىدۇ، بالىلارغا نىسبەتەن تېخىمۇ كۈچلۈك تەسىر قىلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا، بەلغەم ۋە سەپرا خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىش، پارقىرىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، يەل ھەيدەش، ئاغرىق پەسەيتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ئەزالارنىڭ پائالىيىتىنى كۈچەيتىش، قورساقتىكى ئۆلۈك ھامىلىنى چۈشۈرۈش، قۇرت ئۆلتۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قەۋزىيەت، ئومۇمىي بەدەن سۇلۇق ئىششىقى، بوغۇم ئاغرىقلىرى، ئۈچەي قۇرتى، ئاشقازان ئاجىزلىقى، مەددە قۇرت كېسەللىكى، ئۆلۈك ھامىلىنى چۈشۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سوقمۇنىيادىن ئالتە گىرام ئېلىپ، چايان ۋە يىلان چېقىۋالغان ئورۇنغا سۈركىسە ئاغرىق پەسىيىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى تۇربۇت بىلەن سوقمۇنىيانى يېڭى سېغىلغان سۈت بىلەن ناشتىدا ئىچىسە، ئاشقازان ۋە ئۈچەيلەردىكى قۇرتلارنى ئۆلتۈرىدۇ.

3. مۇۋاپىق مىقداردىكى سوقمۇنىيانى زەنجىۋىل ۋە تۇربۇت بىلەن قوشۇپ، سۇفۇف تەييارلاپ ئىچىسە، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. مۇۋاپىق مىقداردىكى سوقمۇنىيانى قىزىلگۈل بىلەن بىرگە تالقانلاپ ئىچىپ بەرسە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ، ئاشقازاندىكى ماددىلارنى چىقىرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 0.2~1 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قورساق ئاغرىقى ۋە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ، كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] قىزىلگۈل سۈيى، رومبەديان، تۇخۇمنىڭ سېرىقى.

[ئورۇنباسارى] سەبرە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى غارىقۇن، ئايارەج جالىنۇس.

www.uyghurkitap.com

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە، يۈرىكى ئاجىز كىشىلەرگە ۋە بالىلارغا بېرىلمەيدۇ ھەم يەككە ھالەتتە سۈرگە ئورنىدا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

شىرخىست

西尔合西提

(甘露糖 gan lu tang)

[باشقا ئاتىلىشى] شىرخىست، ھەرلالو

[لاتىنچە نامى] Manna

[ئىنگلىزچە نامى] Manna ose

[تونۇش] بۇ، ئېگىزلىكى ئالتە مېتىر ئەتراپىدا ئۆسىدىغان كىبرو ۋە كىشور دەيدىغان دەرەخنىڭ شاخلىرىغا چۈشۈپ قاتىدىغان بىر خىل شەبنەم بولۇپ، مۇشۇ شەبنەم «شىرخىست» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ دەرەخنىڭ ياغىچى سېرىق، ئاق رەڭلىك بولۇپ، بۇ ياغاچتىن ھاسا ياسىلىدۇ. شىرخىست چوڭ ـ چوڭ، يۇمشاق، دانلىق، يېلىمغا ئوخشاش ناھايىتى قاتتىق، رەڭگى ئاق، سۇندۇرسا ئىچى ئاقۇچ سېرىق، تەمى تاتلىق بولىدۇ (4.3.6 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] خۇراسان، ھىرات، ئىران قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ شاخلىرىغا چۈشۈپ قاتىدىغان شەبنەمنى ئېلىپ پاكىز تازىلاپ، سوغۇق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا، بەلغەم ۋە سەپرا خىلتىنى سۈرۈش، چىرايىنى پارقىرىتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، جىگەر، ئاشقازان ۋە ئۈچەينى قۇۋۋەتلەش، ھارارەت پەسەيتىش، ئاشقازان، جىگەر ۋە يۈرەكنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، بەلغەم بوشىتىش، نەپەس راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆتكۈر قىزىتما، يۆتەل، كۆكرەك يىرىكلىكى، قەۋزىيەت، كۆكرەكنىڭ چىڭ بولۇشى، جىگەر، ئاشقازان، ئۈچەي ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 10 گىرام شىرخىستنى سۈتتە ئېرىتىپ ئىچسە، كۆكرەكنى بوشىتىدۇ، قۇرۇق يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. 15 گىرام شىرخىستنى ئەرقى بەديياندا ئېرىتىپ ئىچسە، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.

3. 15 گىرام شىرخىستنى گۈلابتا ئېرىتىپ ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. يەتتە گىرام شىرخىستنى ياز كۈندە تاۋۇز ئىچىگە سېلىپ قويۇپ ئەتىگەندە يېسە، قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 24~48 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] مەنىيىنى سۇيۇلدۇرۇۋېتىدۇ، مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش ۋە قورساق كوركىراشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، يەل پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى، ئارپىبەدىيان، قىزىلگۈل ئەرقى.

[ئورۇنباسارى] تەرەنجىبىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] داۋائى شىرخىست، داۋائى تەرەنجىبىن.

ھەشقىپېچەك ئۇرۇقى

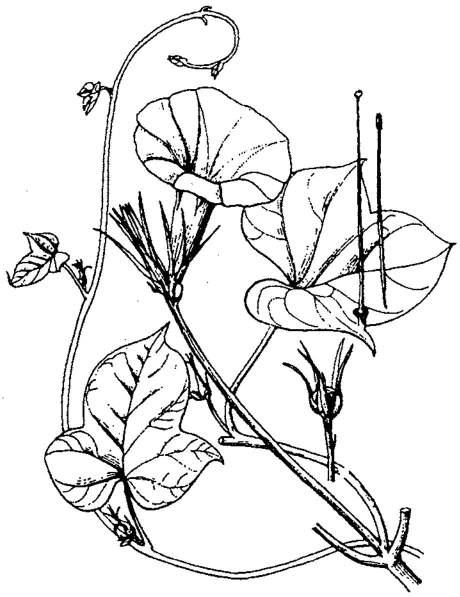
艾西克皮且克欧如合

(牵牛子 qian niu zi)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەببىنىيل، تۇخۇمى ھەشقىپېچەك، كالا دانە

[لاتىنچە نامى] Semen Pharbitis Purpurea

[ئىنگلىزچە نامى] Morning Glory seed



ھەشقىپېچەك ئۇسۇملۇكى

[تونۇش] بۇ، يۆگەيلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق چىرمىشىپ ئۆسىدىغان سامان غوللۇق ئۇسۇملۇك ھەشقىپېچەك بولۇپ، بۇ ئۇسۇملۇكنىڭ ئۇرۇقى «ھەببۇ نىل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇرۇقى، تۇخۇم شەكىللىك، سىرتقى كۆرۈنۈشى كۈل رەڭگە مايىل قارا ياكى سۇس سارغۇچ ئاق رەڭلىك بولىدۇ. ئۇرۇق پوستى قاتتىق كېلىدۇ. تەمى سەل ئاچچىق، پۇراقسىز بولىدۇ (7.3.4- رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە يېرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] چۈپىنى ئورۇپ، قۇرۇتۇپ، ئۇرۇقىنى ئايرىۋېلىپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ھەببۇ نىلنىڭ تەركىبىدە ھەشقىپېچەك گىلۇكوزىدى فاربىتىن (Pharbitin)، ئاتسىدوم نىلىكۇم (Nilic) ۋە موزا كىسلاتاسى، ئاتسىدوم گاللىكوم (Gallc acid) قاتارلىقلار بار. ئۇنىڭدىن باشقا 11% مايلىق ياغ ۋە باشقا قەنت تۈرلىرى بار، يەنە ئالكولوئىدلارمۇ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. ئىچىنى سۈرۈش تەسىرى: ئۇرۇقىنىڭ ئىسپىرت ياكى سۇدىكى چىلانمىسىدىن ھەر كىلوگىرام ئۈچۈن 1.5~3 گىرامدىن ھېسابلاپ ئاشقازانغا كىرگۈزۈلسە، كىچىك چاشقاننىڭ ئىچىنى سۈرىدۇ، لېكىن قايناتسا بۇنداق ئىچىنى سۈرۈش تەسىرى يوقىلىپ كېتىدۇ.

2. سىلىق مۇسكۇلغا بولغان تەسىرى: رېزىنانىڭ 0.2% لىك قويۇقلۇقى ئۆي توشقىنىنىڭ ئۈچەي يوللىرى ۋە بالىياتقۇسىغا تەسىر كۆرسىتىدۇ. ھەببى نىل گىلۇكوزىدىنىڭ خىمىيەلىك چۆل كاۋىسى بىلەن ئوخشاش بولۇپ، ئۇ كۈچلۈك ئىچ سۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

3. قۇرت چۈشۈرۈش تەسىرى: بەدەن سىرتىدىكى تەجرىبىسىدە قارا ۋە ئاق رەڭلىك ھەببۇ ئىل چۇشقىنىڭ قورسىقىدىكى سازاڭ مەددىنى چۈشۈرىدىغانلىقى ئىنىقلانغان.

4. زەھەرلىك تەسىرى: فارىيتىنىڭ كىشىلەرگە نىسبەتەن زەھەرلىك تەسىرى بار. لېكىن ئانچە چوڭ ئەمەس، چوڭ دوزىسى ئاشقازان - ئۈچەينى بىۋاستە غىدىقلاپ قۇستۇرغاندىن، قورساقنى ئاغرىتقاندىن ۋە ئىچىنى سۈرۈپ شىلىمشىق قانلىق تەرەت كەلتۈرگەندىن باشقا، يەنە بۆرەكنى غىدىقلاپ، قانلىق سۈيدۈك كەلتۈرىدۇ، ئىغىرلىرىدا نېرۋا سىستېمىسىنى بۇزۇپ، سۆزلەشنى توسالغۇغا ئۇچرىتىش، ھوشسىزلىق قاتارلىق ئەھۋاللارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇش ياكى قۇرۇق قورۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ۋە بەلغەم خىلتىنى سۈرۈپ، توسالغۇلارنى ئېچىش، غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تەڭشەش، كۆكرەك ۋە ئۆپكىنى تازىلاش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىش، تېرىگە جۇلا بېرىش، تەرەتنى يۇمشىتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۈچەي قۇرتلىرى، كىچىك بوغۇملار ئاغرىقى، يىرىڭلىق چاقىلار ۋە بەرەس، بەھەق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىنىڭ سىقىلغان سۈيىنى ئىرسا ۋە ھەسەل بىلەن قوشۇپ بۇرۇنغا تېمىتسا، كونا باش ئاغرىقىنى قالدۇرىدۇ.

2. ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىنى قائىدە بويىچە ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، بوغۇملارنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلىرىنى يوق قىلىدۇ ۋە غەلۋىرەكنى ئېغىز ئالدۇرىدۇ.

3. ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىنى سەندەل بىلەن قوشۇپ ئاخشىمى سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى سۈزۈپ سۈيىنى ئىچىپ، قالغان تىرىپىنى يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، بەرەسكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ئىككى گىرام ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى سۇفۇپىنى ئاخشىمى ئىلمان سۇ بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، مەددىنى چۈشۈرىدۇ.

5. ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىنىڭ ئۇسارىسىنى زەيتۇن يېغى بىلەن قوشۇپ قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاقنىڭ كىرلىرىنى تازىلايدۇ ۋە ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ.

6. ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىنى خىيار شەنبەر بىلەن قوشۇپ، بادام يېغىدا قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، ئۈچەي توسۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1～2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قورساق ئاغرىتىدۇ، ئىچىنى سۈرىدۇ، پەيلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ناۋات، مېۋە سۈيى.

[ئۇرۇنباسارى] ئاچچىقتاۋۇز، سۇزاپ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل دىدان، ھەببى مۇسەپپى.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] بەدىنى ئاجىزلار ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش لازىم. ھامىلىدار ئاياللار ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

بەشىنچى باب قان تازىلىغۇچى دورىلار

قان تازىلاش تەسىرى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، قان خىلتىنى تازىلىغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

قان خىلتىنى تازىلىغۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق ياكى قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، قاندىكى يات ماددىلارنى ھەيدەپ چىقىرىش، مىكرو ئورگانىزمنىڭ ئۆسۈشىنى تورمۇزلاش، قاننىڭ ساپلىقىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ۋە قان بۇزۇلۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىشتەك تەسىرلەرنى بېرىدۇ.

بۇ خىل دورىلار ئاساسلىقى چۆپچىن، قىزىل چۆپچىن، چارىيلان، زۇلۇك، قەسبۇزەرىرە، ئۆچقۇن پاقا، گۆڭگۆرت، قىزىل سىر، سىماب، سەنكىيا، كەپرەس، پىدىگەن يىلتىزى، كەكرە، چىلان، پۇنۇس، ئامىلە پوستى، خىنىگۈل، قارا ھېلىلە، شاھتەررە ھىندى، سەرخس، بەلىلە پوستى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، ئەدەس قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

چۆپچىن

确比其尼

（菝葜 ba qia）

چۆپچىن ئۆسۈملۈكى

[باشقا ئاتىلىشى] خەشەبۇلىيەفىننى، چۆپچىننى، چۆبچىن

[لاتىنچە نامى] Rhizoma Smilax china

[ئىنگلىزچە نامى] China root Greenbrier Rhizome

[تونۇش] بۇ، گۈلسامساق ئائىلىسىدىكى ياماشقۇچى غولسىمان چاتقال ئۆسۈملۈك چۆپچىننىڭ يىلتىزسىمان غولى بولۇپ، تەكشىسىز، ئەگرى - بۈگرى بولىدۇ. رەڭگى قىزىل، ئاق، قارا رەڭلەردە، تەمى قېرىق، پۇراقسىز كېلىدۇ. (5 ـ 1. رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ چاڭجياڭدىن تارتىپ جەنۇبىي رايونلارغىچە بولغان جايلاردىن چىقىدۇ. ياپونىيەدىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، قايىنتىپ ئۇسارىسىنى چىقىرىپ، قۇرۇتۇپ كېسىپ، پارچىلاپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] يىلتىزسىمان غولى تەركىبىدە

دىئوسگىنىن (Diosgenin) ۋە كۆپ خىل دىئوسگىنىندىن تۈزۈلگەن گىلۇكوزىلار، ئامىنو كىسلاتاسى، ئورگانىك كىسلاتا، قەنت تۈرىدىكىلەر بار. ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە %2.11 ياغ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. سۈيدۈك ھەيدەش، زەھەر قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

2. باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى بار. ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى، يېشىل يىرىڭلىق ۋە چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەلىرىنى تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە.

3. قۇرتنىڭ ئۆسۈپ كۆپىيىشىنى چەكلەش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، ئارتۇق ماددىلارنى تارقىتىش، رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، مېڭىنى تازىلاش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، مىكروب ئۆلتۈرۈش، باھنى قۇۋۋەتلەش، ئۈيقۇ كەلتۈرۈش، ئاغرىق توختىتىش، تەرلىتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باش ئاغرىقى، سەۋدادىن بولغان شەقىقە، زۇكام، نەزلە، مالىخولىيا، ساراڭلىق، تارتىشىش، بوۋاسىر، دوۋساق ۋە بۆرەكتىكى جاراھەت، سۈيدۈك تېمىپ كېلىش، بالىياتقۇ ياللۇغى، بوغۇم ئاغرىقى، سىفلىس، قىچىشقاق، تەمرەتكە، سۆزنەك، خانازىر، مۇسكۇللار ئۈيۈشۈش، سۆلۈق ئىششىق، يىرىڭلىق چاقا قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. چۆپچىندىن 30 گىرام، شوخلا، ھېلىلە كابۇلىدىن 25 گىرامدىن ئېلىپ، شەربەت تەييارلاپ ئىچسە، جاراھەت ۋە قىچىشقاقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. سەرسىبىل، چۆپچىن، ھېلىلە كابۇلىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قايىنىتىپ ئىچسە، ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. قىزىل چۆپچىن، كاۋاۋچىن، يەرلىك شوخلا، سېرىقچېچەكتىن 15 گىرامدىن ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، ئىششىق ياندۇرۇپ، يەل ھەيدەيدۇ.

4. ئەپتىمۇن، كاسنە ئۇرۇقى، ئۇستىقۇددۇس، قىزىل چۆپچىن، چىلان قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، مېڭىنى تازىلايدۇ.

5. سۆرۈنجان، سانا، شاھتەررە، ئەپتىمۇن، قىزىل چۆپچىنلەرنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قايىنىتىپ ئىچسە، بوغۇم ئاغرىقى ۋە يانپاش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6~9 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرگە ۋە كىچىك بالىلارغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئانار سۈيى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى.

[ئورۇنباسارى] ئۆشبە مەغرىبى، چۆپچىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل چۆپچىن، ئەرقى چۆپچىن.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

قىزىل چۆپچىن
克孜力确比其尼
（土茯苓 tu fu ling）

[باشقا ئاتىلىشى] چۆبچىنى ئەھمەر، چۆپچىنى ئەسلي

[لاتىنچە نامى] Rhizoma Smilax glabra

[ئىنگلىزچە نامى] Glabrous Creenbrier Rhizome

[تونۇش] بۇ، گۈلسامساق ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك قىزىل چۆپچىننىڭ يىلتىزى «چۆپچىن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ، بۇنىڭ رەڭگى قىزىل، تەمى بىرئاز تاتلىق (2.5 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] جۇڭگونىڭ گۇاڭدۇڭ تاغلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ، يالپاقلاپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يىلتىزى تەركىبىدە β– ستوبېترول، ھىڭ كىسلاتاسى، سىتمىك كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] جىگەر راكىنىڭ ئالدىنى ئېلىش، تىزگىنلەش، يۈرەك رىتىمىنى نورماللاشتۇرۇش، مەنىي تۇتۇش قاتارلىق تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيتى] جاراسىملارغا قارشى تۇرۇش، قان تازىلاش، ياللۇغ قايتۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش، تەرەتنى يۇمشىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئارتۇق ماددىلارنى تارقىتىش، تەرلىتىش، خۇشلۇق كەلتۈرۈش، ئۈيقۇ كەلتۈرۈش، رەئىس ئەزالارنى، ئاشقازان ھەم باھنى قۇۋۋەتلەش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] پالەچ، ئەزالار تىترەش ۋە يىغىلىپ قېلىش، سەۋدا خاراكتېرلىك كونا باش ئاغرىقى، كونا نەزلە، جۇنۇن، ماخاۋ، سىفلىس، ھەرخىل يىرىڭلىق يامرايدىغان چاقا، تەمرەتكە، قوتۇر، قىچىشقاق، گۆشخور چاقا، بۆرەك ۋە سۈيدۈك يولىدىكى يىرىڭلىق يامرايدىغان چاقا، بۆرەك ۋە سۈيدۈك يولىدىكى يىرىڭلىق يارا، بوۋاسىر، ناسۇر، سۈيدۈك تېمىپ كېلىش، بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى، سىل، بوغۇم ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى، ئەپيۇنگە خۇمار بولۇپ قېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قىزىل چۆپچىندىن 15 گىرام، يەرلىك شوخلىدىن 20 گىرام، ھېلىلە كابۇلىدىن 10 گىرام ئېلىپ، شەربەت تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، جاراھەت ۋە قىچىشقاقتا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قىزىل چۆپچىن، سەرسىبىل، ھېلىلە كابۇلىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. قىزىل چۆپچىن، كاۋاۋچىن، يەرلىك شوخلا، سېرىقچېچەكتىن 15 گىرامدىن ئېلىپ قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، ئىششىق ياندۇرۇپ، يەل ھەيدەيدۇ.

4. ئەپتىمۇن، كاسنە ئۇرۇقى، ئۇستىقۇددۇس، قىزىل چۆپچىن، چىلان قاتارلىقلاردىن 10 گىرام-دىن ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، مېڭىنى تازىلايدۇ.

5. سۆرۈنجان، سانا، شاھتەررە، ئەپتىمۇن، قىزىل چۆپچىننىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، بوغۇم ئاغرىقى ۋە يانپاش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 6~9 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرگە ۋە كىچىك بالىلارغا زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] ئانار سۈيى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى.

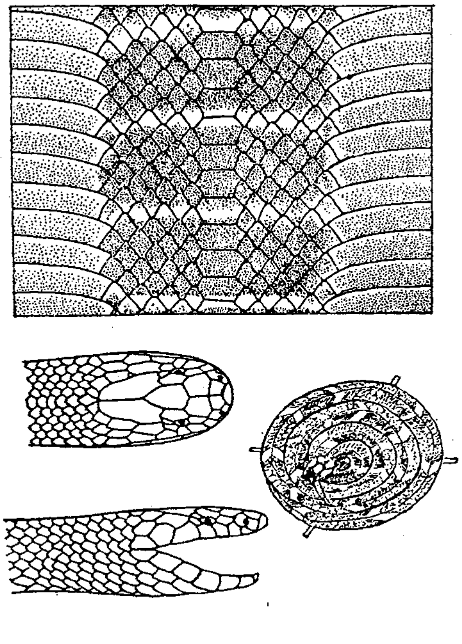
[**ئورۇنباسارى**] ئۆشبە مەغرىبى، چۆپچىن.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ئىترىفىل چۆپچىن، ئەرقى چۆپچىن.

چار يىلان

查尔衣朗

(**白花蛇** bai hua she)



چار يىلان

[**باشقا ئاتىلىشى**] ھەييە، ئەفئا، مارى، سانىپ

[**لاتىنچە نامى**] Bungarus multicinctus

[**ئىنگلىزچە نامى**] long—nosed pit viper

[**تونۇش**] بۇ، كۆزئەينەكلىك يىلان ئائىلىسىدىكى ھايۋا-نات كۈمۈش ھالقىلىق چار يىلاننىڭ قۇرۇتۇلغان تېنىدىن ئىبارەت بولۇپ، يىلان تېنىنىڭ دۈمبە قىسمى قارا ياكى قارامتۇل كۆل رەڭ، بىر تال تومپىيىپ چىققان دۈمبە قىرى بار. دۈمبە قاسىرقى 15 قاتار بولۇپ، ناھايىتى زىچ، ئالتە قىرلىق شەكىلدە كۆرۈنىدۇ. قورساق قاسىرقى ئاقۇچ سې-رىق، پۇرىقى بېلىقتەك پۇرايدۇ، تەمى سەل بەتتەم، «چار يىلان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.5 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ يۈننەن، گۈيجۇ، گۇاڭ-دۇڭ، گۇاڭشى قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] يازدا ۋە كۈزدە تۇتۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئاقسىل، ماي بار. باش قىسمىدىكى زەھەر بېزىدە ئۆتكۈر نېرۋا زەھىرى بار، قان ئېرىتكۈچى تەركىب ۋە قان شارچىسىنى ئۇيۇتقۇچى تەركىبلەرمۇ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] كۆمۈش ھالقىلىق يىلاننىڭ قاتتىق نېرۋا مەنبەلىك زەھىرى بار. بۇ كۆزئەينەكلىك يىلاننىڭ زەھەرلىك ئالامەتلىرى بىلەن ئوخشايدۇ. كۆمۈش ھالقىلىق يىلاننىڭ زەھىرىنىڭ نەپەسلىنىش مۇسكۇللىرى، نېرۋا سىستېمىسىغا نىسبەتەن تورمۇزلاش تەسىرى بولۇپلا قالماستىن، ئاشقازان، ئۈچەي خىزمىتىنىمۇ تورمۇزلاش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى قان تازىلاش، ياللۇغ قايتۇرۇش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتلىرىنى سۈرۈش، پەل ھەيدەش، ئۇنىڭدىن باشقا ئاغرىق پەسەيتىش، ئىسپازما بوشىتىش، زەھەر قايتۇرۇش، تېرىنى قىزارتىش، سىلدىن بولغان كېسەللىكلەرگە قارشى تۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] رېماتىزم، پەل، پۇت - يانپاش ئاغرىقلىرى، لىمفا سىلى، ئۆپكە سىلى، ھەر خىل ئۆسمە، تېرە كېسەللىكى، بەرەس، تەمرەتكە، ھۆل سېرىق چاقا، جاراھەت، بەھەق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئىككى گىرام يىلاننى سىركىگە چىلاپ قۇرۇتقاندىن كېيىن سوقۇپ، سۇفۇپىنى ئوغرىتىكەن ئەرقى بىلەن ئىچسە، رېماتىزمغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. چار يىلان سۇفۇپىدىن ئىككى گىرامنى گۈلقەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، يۈرەك رىتىمسىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. تېرە كېسىلى، تەمرەتكە، قوتۇر، جەرەب، ھۆل سېرىق چاقا جاراھەتلىرىگە ھەببى مارى بەرەس تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

4. يىلاننى سىركىگە ياكى ئىسپىرتقا چىلاپ، سىرتتىن چاپسا ياكى ئېزىپ، ئۆچكە مېڭىسىنىڭ يېغى بىلەن بىرگە سىرتتىن چاپسا، بەھەق، يىرىڭلىق جاراھەت، قىچىشقاقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. سۇ يىلىنىنىڭ سۇفۇپىنى قىزىل كىشمىش بىلەن ئىستېمال قىلسا، بەدەندىكى ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى يوقىتىدۇ، كۆپىنچە يىلان تالقىنى ھەسەل بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1~2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ مىقداردا ئىستېمال قىلسا، مېڭىنى قۇرۇتىدۇ، كۆپ تەرلىتىدۇ، زەھەرلىك.

[تۈزەتكۈچىسى] سۈت، تۇخۇم ئېقى، مايلىق شورپا.

[ئورۇنباسارى] رايونىمىزدىن چىقىدىغان ئوق يىلان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى مارى بەرەس، مەجۇنى ئەفئى.

www.uyghurkitap.com

زۇلۇك

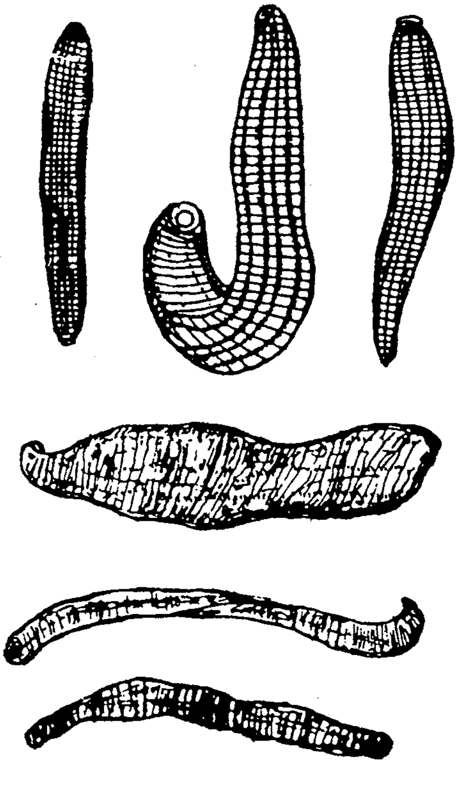
祖鲁克

（水蛭　shui zhi）

[**باشقا ئاتىلىشى**] ئەلەق، دىيۇچە زەلۇ، جونكى

[**لاتىنچە نامى**] Whitmania Pigra

[**ئىنگلىزچە نامى**] leech



زۇلۇك

[**تونۇش**] بۇ بىر خىل قۇرت بولۇپ، ئۆستەڭ ۋە كۆللەردە
قالغان سېسىق سۇلاردا ئۇچرايدۇ. بۇ بىر قانچە خىل بولىدۇ.
بەزىسى ئۆستەڭدە، سۈيى تاتلىق كۆللەردە بولىدۇ. رەڭگى ئاق،
قارا، چوڭ ـ كىچىكلىكى ئوتتۇرا هال بولىدۇ، بېشى قارا،
يۇمىلاق كېلىدۇ. قورسىقىنىڭ تېگى قىزىل، دۈمبىسىدە كۆك
سىزىقلىرى بولىدۇ، بۇنداقلىرىمۇ ياخشىسى هېسابلىنىدۇ. بەزى-
سى بەك قارا، يوغان كېلىدۇ، بۇنداقلىرى ناچار هېسابلىنىدۇ.
خەلق ئىچىدە «تاشاق ياردى» دەپ ئاتايدۇ. (4.5 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىز ۋە رايونىمىزنىڭ هەرقايسى جايلىرى-
دىن هەم چەت ئەللەردىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] باهار پەسلى ۋە ياز پەسلىدە تۇتۇۋېلىپ، قاي-
ناق سۇغا چىلاپ، ئۆلتۈرۈپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ئاساسلىق تەركىبى ئاقسىلدىن ئىبارەت
بولۇپ، قوشۇمچە (شۆلگىيىدە) قاننى ئۇيۇتقۇچى ماددا — خى-
رۇدىن (Hirudin) بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] قاندىكى ماينى تۆۋەنلىتىش، ياللۇغ-
نى قايتۇرۇش، هامىلىدارلىقتىن ساقلاش، مېڭىنى تىنچلاندۇرۇش رولى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئېلىغار قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قان تازىلاش، باهنى قۇۋۋەتلەش، يەل هەيدەش، هەيزنى راۋان قىلىش، سۈيدۈك
هەيدەش، يىرىڭ تازىلاش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] هەيز تۇتۇلۇش، سىرتقى زەخىملىنىش، بالىياتقۇ مۇسكۇللىرى ئىش-
شىش، هىستېرىيە (هەيز توسۇلۇشتىن بولغان تۇتقاقلىق) قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. زۇلۇك، سانا 15 گىرامدىن، زاراڭزىدىن 10 گىرام، ئۇبەھلدىن يەتتە گىرام، خىيارشەنبەردىن 15 گىرام، بادام مېغىزىدىن 15 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايناتما تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

2. زۇلۇكنىڭ چوڭىدىن 15 دانىنى تىرىك ئېلىپ، ئۇنى 80 گىرام قۇرۇق خىراتىن (يەر تېگىدىن چىقىدىغان بىر خىل قىزىلقۇرت) بىلەن 300 گىرام يېڭى ۋە پاكىز كۆنجۈت يېغى بىلەن تازا قاينىتىپ، ئاندىن كېيىن سۈزۈك شىشىگە سېلىپ ساقلاپ قويۇپ، ھاجەت بولغاندا، ئەرلەرنىڭ جىنسىي ئەزاسىنىڭ ئەتراپلىرىغا ۋە ئۆزىگە چاپسا، جىنسىي ئەزانى قوزغايدۇ.

3. زۇلۇكنىڭ ياخشىسىنى ساقايمىغان يىرىڭلىق چاقىلار ۋە تەمرەتكە بار ئەزالارغا يېپىشتۇرۇپ قويسا، بۇزۇق قاننى شوراپ يوقىتىدۇ. شۇنىڭدەك نەشتەر بىلەن قان ئالغىلى بولمايدىغان نازۇك ئەزالارغا يېپىشتۇرۇپ قويسىمۇ، بۇزۇق قانلارنى شوراپ تازىلايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] يېڭىسىدىن 4～8 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بەزى ئىچكى ئەزالارغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، خۇنسىياۋشان، كۈنجۈت يېغى.

[ئورۇنباسارى] سازاڭ قۇرت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] رەۋغىنى زۇلۇك.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ھامىلىدار ئاياللارغا ئىشلىتىش مەنئى قىلىنىدۇ.

سازاڭ

萨脏

(地龙 di long)

[باشقا ئاتىلىشى] خىراتىين، ئەمئائۇل ئەرزى، كەرىم گىل خۇر

[لاتىنچە نامى] Pheretima aspergillim

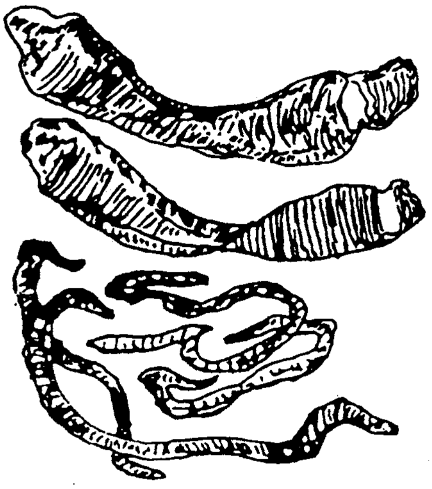
[ئىنگلىزچە نامى] Earth worm

[تونۇش] بۇ، سازاڭلار ئائىلىسىدىكى ھايۋانات سازاڭ قۇرتىنىڭ پۈتۈن تېنى بولۇپ، دۈمبە قىسمى كۆل رەڭگە مايىل سۆسۈن رەڭلىك، ئارقا قىسمى سەل سۇس، يىرىك، تۈكلۈك، ھالقىسى سەل ئاقۇچ، ئىچكى ئەزالىرىنى ئېلىۋېتىپ قۇرۇتۇلسا، يەڭگىل، چۇرۇك بولۇپ، ئاسان سۇنىدۇ، ئازراق پۇرىقى بار. بۇ قۇرتنىڭ قۇرۇتۇلغان پۈتۈن تېنى «سازاڭ قۇرت» ياكى «قىزىل قۇرت» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (5 ـ 5. رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدىن ھەممە چەت ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز ۋە كۈز پەسلىدە تۇتۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

www.uyghurkitap.com ئۇيغۇر كىتابلىرى



سازاڭ

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] كىسانتىن، ماي كىسلاتاسى، كەھرىۋا كىسلاتاسى، سازاڭ كىسلاتاسى، سازاڭ قىزىتما قايتۇرغۇچى ماددىسى، ئامىنو كىسلاتاسى بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**]

1. كۆپ ساندىكى ھايۋاناتلارنىڭ قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىدۇ.

2. سازاڭ قۇرتىنىڭ چىلانمىسىنى چارپاقىغا ئىچكۈزۈپ قىلىنغان تەجرىبىدە، نەپەس سىقىلىشنى پەسەيتكەن.

3. ئورگانىزمدىن ئاجرالغان پاقا يۈرىكىگە ئىشلەتكەندە، يۈرەك سوقۇشىنى تېزلەشتۇرگەن.

4. ھايۋاناتلارغا قىلىنغان تەجرىبىدە قىزىتما چۈشۈرۈش، تىنچلاندۇرۇش تەسىرى بايقالغان.

5. ھىستامىنغا قارشى تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قان تازىلاش، باھنى قۇۋۋەتلەش، ئىششىق ياندۇرۇش، قىزىتما چۈشۈرۈش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] باھ ئاجىزلىقى، بەدەندىكى ھەر خىل ھۆل تەمرەتكىلەر، بەدەننىڭ يېرىم پالەچ بولۇشى، پۇت ـ قول ئاغرىش، يۇقىرى قان بېسىم كېسەللىكى، كۆيۈشتىن جاراھەتلەنگەن يارىلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. 10 گىرام سازاڭ قۇرتى بىلەن 10 گىرام ناۋاتنى قوشۇپ سوقۇپ تالقانلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. ئىككى گىرام سازاڭ تالقىنىغا 0.5 گىرام كۈچۈلا تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بەرسە، پالەچ، رېماتىزمغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئىككى گىرام سازاڭ قۇرت تالقىنىنى گۈلقەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بەرسە، قان بېسىمنى چۈشۈرىدۇ ياكى نىلۇپەر ئەرقى بىلەن ئىچسىمۇ بولىدۇ.

4. كۆيۈك ۋە يارىلارغا سازاڭ قۇرت تالقىنى سىرتتىن سېپىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئاشقازان ھۆللۈكىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] پىننە، بەدىيان.

[**ئورۇنباسارى**] چېپىش ئۈچۈن زۇلۇك قۇرتى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] سۇفۇپى خىراتىن.

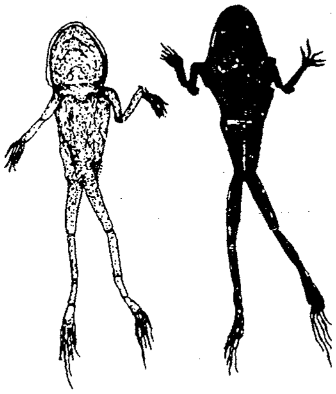
ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى تادرېسى

ئۇچقۇن پاقا
吾其苦尔帕卡
(湖蛙 hu wa)

[باشقا ئاتىلىشى] ئىلى پاقىسى، زۇپرى، خوك، قىزىل قولتۇق پاقا

[لاتىنچە نامى] Rana ridi bunda Pollas

[ئىنگلىزچە نامى] Rana plan cyi



ئۇچقۇن پاقا

[تونۇش] بۇ، پاقا ئائىلىسىگە تەۋە بولغان مەشھۇر سۇ ھايۋىنى ئۇچقۇن پاقىنىڭ پۈتۈن تېنى بولۇپ، ئۆزى كىچىك، رەڭگى قارامتۇل، قول ۋە دۈمبىلىرى قىزىل رەڭلىك، پۈرلىقى بىلىق پۈرىقىدا، تەمسىز كېلىدۇ. (6.5 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئىلى ۋادىسىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا سازلىقلاردىن تۇتۇپ، يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاقسىل، ماي، كاربون سۇ بىرىـكمىلـىرى، كالتسىي، فوسفور، تۆمۈر، كاروتـىن، نىكتامىن كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەپ، ئىششىق ياندۇرۇش، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم سەپرا سەۋدا خىلتىنى تەڭشەيدۇ، باھ ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلەش، يەل ھەيدەش، جاراھەتلەرنى قۇرۇتۇش تەسىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باھ ئاجىزلىقى، يەلدىن بولغان جاراھەتلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بىر گىرام قۇرۇتۇلغان ئۇچقۇن پاقىنى ئالتە گىرام بەھمەن، ئالتە گىرام شاقاقۇل بىلەن يۇمشاق ئېزىپ ئىچسە، باھ ۋە بۆرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ ۋە ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. ئىككى گىرام ئۇچقۇن پاقىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلىنى جاراھەتكە سېپىپ بەرسە، يەلدىن بولغان جاراھەتلەرنى ساقايتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سىرتتىن ئىشلەتسە، تېرىنىڭ رەڭگىنى ئۆزگەرتىپ قويىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىركە، سېرىقچېچەك سۈيى.

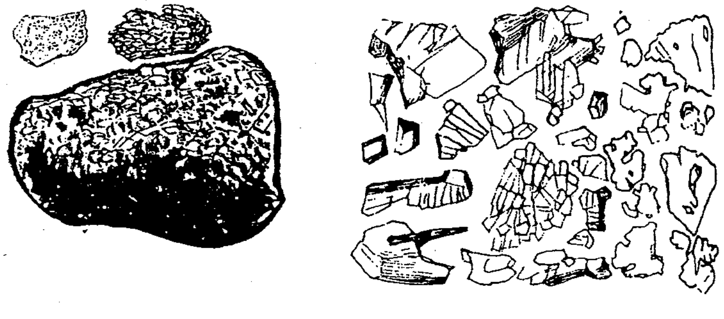
[ئورۇنباسارى] ئاق يەر يىلىنى.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى سەرتان.

گۇڭگۇرت

共古尔提

（硫磺 liu huang ）

[باشقا ئاتىلىشى] كىبرىت مۇساففى، كىبرىت، تازىلانغان گۇڭگۇرت
[لاتىنچە نامى] Natural sulfur
[ئىنگلىزچە نامى] sulfur



گۇڭگۇرت

[تونۇش] بۇ، تەبىئىي ئېلېمېنت تۈرىدىكى مەدەن گۇڭگۇرت بولۇپ، قېزىپ ئېلىنغاندىن كېيىن قىزىتىش ئارقىلىق ئارىلاشمىلىرى ئايرىۋېتىلىپ، تازىلانغان ساپ ماددىسى «ساپ گۇڭگۇرت» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ رەتسىز كاللەك بولۇپ، چوڭ - كىچىكلىكى بىر خىل ئەمەس، رەڭگى سارغۇچ يېشىل، سۇس قوڭۇر رەڭلىك بولىدۇ. پارقىراق ياكى يېرىم پارقىراق كېلىدۇ، يەڭگىل، چۇرۇك بولۇپ ئاسان ئۇۋۇلىدۇ، تەمى تېتىقسىزراق، ئالاھىدە غەيرىي پۇرىقى بار (7.5 - رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ، ئىچكى موڭغۇل، يۈننەن، سىچۈەن، شەنشى، گۇاڭدۇڭ، خېنەن، خۇنەن، جياڭسۇ قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] تەبىئىي گۇڭگۇرتنى قىزىتىپ، ئېرىتىپ، ئارىلاشما ماددىلاردىن ئايرىۋېلىپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ساپ گۇڭگۇرت تەركىبىدە سۇلفىد بار، يەنە ساپ گۇڭگۇرتتە گۇڭگۇرت ئېلېمېنتى 98% نى تەشكىل قىلىدۇ، بۇنىڭدىن باشقا تەركىبىدە يەنە توپا، ئاسفالت ۋە باشقا قوشۇمچە ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] گۇڭگۇرتنىڭ ئۆزىدە ئاكتىپچانلىق يوق، ئىچكەندىن كېيىن، سۇلفىدلىك بىرىكمىلەر ياكى ھىدروگېن سۇلفىدقا ئۆزگىرىپ، ئاشقازان - ئۈچەي شىللىق پەردىلىرىنى غىدىقلاپ، ئىچىنى سۈرىدۇ. بۇ خىل جەريان ئىشقارلىق مۇھىت، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى، بولۇپمۇ ماي ئاجرىتىپ چىقارغۇچى فېرمېنت مەۋجۇت ئەھۋال ئاستىدا ئۈنۈمىنى كۆرسىتىدۇ، ئۈچەيدە مايسىمان ماددا كۆپ بولسا، ئاسانلا كۆپ مىقداردا ھىدروگېن سۇلفىدنى ھاسىل قىلىپ ئىچ سۈرۈشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. سۇلفىدلىق بىرىكمىلەر يەرلىك ئورۇنغا ئىشلىتىلسە، مۇڭگۈزسىمان ماددىلارنى يوقىتىش ۋە تۈك چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇش] كۆشتە قىلىش ئۇسۇلى ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، يەل ھەيدەش، قىزىتىش، تېرىنى قۇرۇتۇش، يۇمشىتىش، قان تازىلاش، ئاغرىق پەسەيتىش، جاراسىم ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۇۋاسىر، سوڭى چىقىپ قېلىش، زىققە، بوغۇم ئاغرىقى، قان تۈكۈرۈش، قىچىشقاق، قۇرۇق تەمرەتكە، تىرناق ئاقىرىش، داغ، قۇبا قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. لايىقلاشتۇرۇلغان گۈڭگۈرتتىن 0.5 گىرامنى ئىسسىتىلغان تۇخۇم سېرىقى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، يۆتەل ۋە ئۆپكە كېسىلىگە شىپا بولىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈڭگۈرتنى قەنتنىڭ قىيامى ياكى قايماققا ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا ئىشلەتسە، بۇۋاسىر ۋە سوڭى چىقىپ قېلىشقا پايدا قىلىدۇ.

3. مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈڭگۈرتنى لىمون سۈيىدە سالايە قىلىپ، ئۇنى سۈتكە سېلىپ قايىنىتىپ، سوۋۇغاندا سۈتنىڭ ئۈستىگە ياغقا ئوخشاش سۈيۇقلۇق ھاسىل بولىدۇ. بۇ «كېبرىت يېغى» دېيىلىدۇ. بۇ ياغنىڭ ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى ئۈنۈمى ناھايىتى ياخشى، ھاشاراتنىڭ زەھرىنى قايتۇرۇشقا كېبرىت ھەببۇلغار بىلەن قوشۇپ چېپىلىدۇ.

4. گۈڭگۈرتتىن بىر ھەسسە، ئەرەب يېلىمىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ قوشۇپ، قېتىققا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن چېپىپ بەرسە ياكى ياغلار بىلەن يالغۇز قوشۇپ ياغلاپ بەرسە، باشنىڭ تۇرلۇك چاقىلىرى، تەمرەتكە، ھۆل تەمرەتكە، ئاق داغ، قۇبا قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. گۈڭگۈرتتىن تۆت گىرام، گىلىتسېرىندىن 25 ميللىلىتىر، ئەرقى گۈلابتىن 250 ميللىلىتىر ئېلىپ، ھەممىسىنى قوشۇپ ئېرىتىپ، مۇشۇ ئېرىتمە بىلەن مايلىسا، دانخورەككە پايدا قىلىدۇ.

6. گۈڭگۈرتنى تۇرۇپ يېغى ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن قوشۇپ قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاق ئېغىرلىقىنى يوقىتىدۇ.

7. گۈڭگۈرتنى ھەسەل ياكى سۈيدۈك بىلەن قوشۇپ سىرتتىن چاپسا، زەھەرلىك ھاشاراتنىڭ زەھىرىنى پەسەيتىدۇ.

8. گۈڭگۈرتنى ھەسەل ياكى سۈيدۈك بىلەن قوشۇپ سىرتتىن چاپسا، قىچىشقاق، ھۆل قوتۇر ۋە تىرناق ئاقىرىشقا پايدا قىلىدۇ.

9. گۈڭگۈرتنى ئاقىرقەرھا، ھەسەل، سىركە بىلەن قوشۇپ سىرتتىن چاپسا، ماخاۋ ۋە سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ، تەركىبىدە گۈڭگۈرت تۇتقان ئارشاڭدا يۇيۇنسا ياكى سۈيىگە يەرلىك ئورۇننى چىلاپ ئولتۇرسا، بوغۇم ئاغرىقى ۋە ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ.

10. گۈڭگۈرتنى سىركە بىلەن قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، بەدەندىكى ئاق داغنى يوقىتىدۇ، سىركە ۋە توغرىغۇ بىلەن قوشۇپ سىرتتىن چاپسا، تىرناقنىڭ ئاقىرىشى، تېرىدىكى تاتۇقلار، بەدەندىكى تۇرلۇك داغلار، تېرىنىڭ يىلان قاسىرقىدەك سويۇلۇپ كېتىشى، جاراھەت ۋە ھۆل چاقىلارغا پايدا قىلىدۇ.

11. گۈڭگۈرت خىنە بىلەن قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن چاپسا، قۇبا كېسىلىگە پايدا قىلىدۇ،

قۇندۇز قەھرى بىلەن قوشۇپ چاپسا، كىچىك بوغۇم ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ، ئوردان بىلەن ئەمەننى قايناتقان سۇ بىلەن قوشۇپ چاپسا، قىچىشقاقنى يوقىتىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 0.5 ~ 1.0 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] مېڭە ۋە ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] كەتىرا، يېڭى سېغىلغان سۈت، بىنەپشە، شېكەر.

[**ئورۇنباسارى**] زاغۇن يېغى، قەمبىل، زەرنىخ.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] مەلھەمى كىبرىت، ھەببى كىبرىت.

قىزىل سىر

斯尔苏入克

(朱砂 zhu sha)

[**باشقا ئاتىلىشى**] سىرسۇرۇخ، زەنجىفە، شىڭگىرىپ

[**لاتىنچە نامى**] Cinnabarite

[**ئىنگلىزچە نامى**] Cinnabar

قىزىل سىر

[**تونۇش**] بۇ، گۈڭگۈرت ماددىلىرى تۈرىدىكى كان رۇدىسى شىڭگىرىپ (Cinnabaris) بولۇپ، بۇ رۇدىنىڭ تازىلانغاندىن كېيىنكى قىسمى «شىڭگىرىپ» ياكى «قىزىل سىر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. چوڭ - كىچىكلىكى بىر خىل ئەمەس، ياپىلاق، كاللەكسىمان ياكى ناھايىتى ئۇششاق دانچىسىمان بولىدۇ، ئوچۇق قىزىل ياكى توق قىزىل رەڭلىك، پارقىراق، ۋەزنى ئېغىر، تەمسىز، پۇراقسىز كېلىدۇ. قولدا تۇتسا رەڭ يۇقۇۋالمايدىغىنى ئەڭ ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ. (8.5 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] مەملىكىتىمىزنىڭ گۇيجۇ، خۇنەن، سىچۇەن، گۇاڭشى، يۈننەن قاتارلىق جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] بۇ ماددىنىڭ رۇدىسىنى ئېلىپ قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] بۇنىڭدا ئاساسلىقى سىماب سۇلفات بولۇپ، بۇنىڭدىكى سىماب %86 نى، سۇلفات %13 نى ئىگىلەيدۇ.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، ھامىلىنىڭ ئۆسۈپ يېتىلىشىنى تېزلىتىش رولى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] كۆشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قان تازىلاش، تېرىنى پارقىرىتىش، زەھەر قايتۇرۇش، تۇتۇش، بۇزۇق ماددىلارنى ھەيدەش، قان توختىتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ماخاۋ (جوزام)، ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرى، سىفلىس (ئاتەشەك)، لەقۋا، پالەچ، مۇپاسىل، نەزلە، زۇكام، يۆتەل قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. كەھرىۋادىن بەش گىرام، ئەنجىبار، ئاقاقىيادىن 10 گىرامدىن، گىل ئەرمىنىدىن 15 گىرام، كۆشتە قىلىنغان قىزىل سىر تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، جاراھەت پۈتتۈرىدۇ.

2. ئاقىرقەرھادىن 10 گىرام، چاياندىن ئۈچ گىرام، تۇخۇم سېرىقىدىن ئۈچ دانە، قۇندۇز قەھرىدىن يەتتە گىرام، بەھمەندىن بەش گىرام، كۆشتە قىلىنغان قىزىل سىر تالقىنىدىن 1.5 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، باھنى كۈچەيتىدۇ، مەنىينى تۇتىدۇ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

3. ئىزخىردىن 10 گىرام، بىخ بەدىياندىن 15 گىرام، لىسانۇل ئەساپىردىن 10 گىرام، ھەببى بىلساندىن يەتتە گىرام، كۆشتە قىلىنغان قىزىل سىر تالقىنىدىن 0.5 گىرام ئېلىپ، دورىلاردىن ھەب تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، پالەچ، لەقۋا، مۇپاسىل قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 0.5 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] كۆشتە قىلماي ئىشلەتسە زەھەرلەيدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] كالا سۈتى، سېرىقچېچەك قاتارلىقلارنى ئىچىش ئارقىلىق قۇستۇرۇلىدۇ.

[**ئورۇنباسارى**] شادىنەج مەغسۇل.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ھەببى نوقرەس، مەلھەمى شىڭگىرىپ.

[**قىزىل سىردىن زەھەرلىنىش ئالامىتى ۋە بىر تەرەپ قىلىش**] ئىچ سۈرىدۇ، ئەگەر زەھەرلىنىش ئالامىتى كۆرۈلسە دەرھال ھەسەل سۈيىگە توغرىغۇنى قوشۇپ قۇستۇرۇلىدۇ، 10 گىرام مۇرمەككىنى ھەسەل بىلەن قوشۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ، ئارقىدىن سۈت ئىچكۈزۈلىدۇ، بالەنگو، رەيھان، بېھى ئۇرۇقى قاتارلىقلارغا لۇئابى بىلەن مۇرمەككىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ، قوشۇمچە ياغلىق شورپا بېرىلىدۇ.

[**دىققەت قىلىدىغان ئىشلار**]

1. قىزىل سىر سىماب بىلەن گۈڭگۈرتنىڭ بىرىكمىسى بولغاچقا، ئېھتىياتسىزلىق قىلىنسا، ئاسانلا پارغا ئايلىنىپ يوقىلىپ كېتىدۇ، بۇنىڭغا دىققەت قىلىش لازىم.

2. ئىشلىتىلىدىغان قىزىل سىر چوقۇم پىششىقلاپ ئىشلەنگەن دورا ئەشيالىرىنى ساتىدىغان مەخسۇس ئورۇنلاردىن سېتىۋېلىنىپ ئىشلىتىلىشى لازىم. چۈنكى ئۇنى خالىغانچە سېتىۋېلىپ ئىشلەتسە، ئۆلۈم ھادىسىسى پەيدا قىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

سىماب

斯玛甫

(水银 shui yin)

[باشقىچە ئاتىلىشى] زەيبەق، پارم، جىۋە

[لاتىنچە نامى] Hydrargyrum

[ئىنگلىزچە نامى] Mercury

[تونۇش] بۇ، ئادەتتىكى تېمپېراتۇرا ئاستىدا سۇزۇك بولمىغان، ئېغىر ۋەزىنلىك، ئاقۇچ، كۇ مۇش رەڭ، ئازراق پارقىرايدىغان، ھەرىكەتچان سۇيۇق مېتال بولۇپ، ئاسانلا ئېقىپ بىر نەرسىدە ئورناشمايدۇ، ئېقىپ ماڭغاندا ئىزى قالمايدۇ، لىغىلداتسا شارچىلارغا بۆلۈنىدۇ، ئىسسىققا يولۇقسا، پارغا ئايلىنىپ يوقاپ كېتىدۇ، تېبابەتتە ئارىلاشما ماددىلىرى بولمىغان ساپلىرى دورا ئورنىدا ئىشلىتىلىدۇ، تەبىئىي سىماب ناھايىتى ئاز ئۇچرايدۇ، كۆپىنچە قىزىل سىرنى قىزدۇرۇپ تاۋلاش ئارقىلىق ئايرىپ ئېلىنىدۇ (9.5 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] گۇيجۇ، گۇاڭدۇڭ، يۈننەن، خۇبېي، سىچۇەن ئۆلكىلىرىدىن ۋە شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] سىمابلىق تاشتىن تاۋلاپ ئېلىپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يەككە ئېلېمېنت سىماب (Hydrargyrum).

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سىمابلىق بىرىكمە ماددىلار زەھەر قايتۇرۇش، ئىچ سۈرۈش، سۈيدۈك ھەيدەش رولىغا ئىگە. ئېلېمېنت سىماب فارماكولوگىيەلىك تەسىر پەيدا قىلالمايدۇ، ئاجرىلىپ چىققان سىماب ئىيونى مېركاپتو (mercapto) بىلەن بىرىكىپ، ھۈجەيرىنىڭ ماددا ئالماشتۇرۇشى ۋە ئىقتىدارىنى بۇزىدۇ، سىماب ئېلېمېنتى ئۆزى ئاشقازان، ئۈچەيدە سۈمۈرۈلمەيدۇ، ئەمما ئوكسىدلانغان ماددا ياكى سۇلفاتلاشقان ماددا ھاسىل قىلىپ ئاندىن تاماقتىن كېيىن يەڭگىل دەرىجىدە ئىچىنى سۈرىدۇ ۋە سۈيدۈك كەلتۈرىدۇ، سىمابنى بىۋاستە ئىستېمال قىلغان كىشىلەرنىڭ كۆپىنچىسىدە ھېچقانداق ئەھۋال كۆرۈلمەيدۇ. سىماب چوڭ تەرەت ئارقىلىق چىقىپ كېتىدۇ، ئاز ساندىكى كىشىلەردە بەزى ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. يەنە بىر قىسىم كىشىلەر زەھەرلىنىپ قالىدۇ ۋە ئۆلۈپ كېتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇش] كۈشتە قىلىش ئۇسۇلى ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە ھۆل، ئىككىنچى دەرىجىدە سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، جاراسىم ئۆلتۈرۈش، زەخىملەرنى قۇرۇتۇش، چاچنى قۇۋۋەتلەش، كېسەللىككە قارشى تۇرۇش كۈچىنى ئاشۇرۇش، يەل ھەيدەش، پەيلەرنى چىڭىتىش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، باھنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان ئاغرىقى، باھ ئاجىزلىقى، چاچ بالدۇر ئاقىرىپ كېتىش،

سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل مېڭە كېسەللىكلىرى، سىفلىس، قوتۇر، قىچىشقاق، يامرايدىغان يىرىڭلىق چاقا، پىت بولۇپ قېلىش، گۆشخور يىرىڭلىق چاقا قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۆشتە قىلىنغان سىمابتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. رەيھان سۈيى بىلەن كۆشتە قىلىنغان سىمابتىن مەلھەم ياساپ، باشقا سۈركەپ بەرسە ياكى رەيھان يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن باشقا چىپىپ بەرسە، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ، مېڭىنىڭ سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. گۈل يېغى، كالا يېغى ۋە ھايۋانلارنىڭ مېڭىسىگە كۆشتە قىلىنغان سىمابنى قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، سىفلىس، يىرىڭلىق چاقا ۋە داغلارنى يوقىتىدۇ.

4. قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، ئاچچىق بادام مېغىزى ۋە كۆشتە قىلىنغان سىمابتا مەلھەم ياساپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ بەرسە، قوتۇر، قىچىشقاق، ھەر خىل چاقا، جاراھەت ئىزلىرىنى يوقىتىدۇ.

5. كۈندۈر، راتىيانەج، موم، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلار بىلەن كۆشتە قىلىنغان سىمابنى بىرلەشتۈرۈپ مەلھەم ياساپ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، سىفلىس چاقىلىرى ۋە گۆشخور چاقىلارنى يوقىتىدۇ.

6. سىماب كۆشتىسىنى شاھتەررە ئەرقى ياكى چۆپچىن ئەرقى بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلىپ بەرسە، سۆزنەك كېسىلىگە پايدا قىلىدۇ.

7. سىماب كۆشتىسىنى ئۆشنە بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلسا، سىفلىسنى تۈپتىن ساقايتىدۇ، بۇ، سىفلىس كېسىلىنىڭ ئۈنۈملۈك دورىسى ھېسابلىنىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] سىرتتىن ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ، ئىچكى تەرەپتىن 0.01 ~ 0.05 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بۆرەككە، ئېغىزغا، چىشقا ۋە پەيلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۈت، شورپا، ياغ، ھەر خىل مۇراببا ۋە شەربەتلەر.

[ئورۇنباسارى] ئېرىتىلگەن قوشۇغۇن، مىس كۆشتىسى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى سىماب، مەلھەمى سىماب.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] چوقۇم كۆشتە قىلىنغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ، ھەببى سىمابنى يېگەندە چىشقا تەگكۈزۈشكە بولمايدۇ.

[قوشۇمچە] سىماب كۆشتىسى ۋە سىماب قوشقان دورا ياسالمىلىرىنى ئىستېمال قىلغاندا، چىشقا تەگكۈزمەي يۇتۇۋېتىش لازىم، چىشقا تېگىپلا كەتسە چىشنى زەخىملەندۈرۈپ، مىدىرلىتىپ قويىدۇ. سىماب كۆشتىسى ۋە سىماب كۆشتىسى قوشۇلغان دورا ياسالمىلىرىنى ئىستېمال قىلغاندا، ئاچچىق - چۈچۈك نەرسىلەرنى يېيىش، جىنسىي ئالاقە قىلىش مەنئى قىلىنىدۇ، 21 كۈن بىر داۋالاش كۇرسى قىلىنىدۇ، ئۈنىڭدىن ئېشىپ كەتمەسلىك لازىم. شۇنداقلا داۋالاش كۇرسىنىڭ ئارىلىقمۇ بەك قىسقا بولماسلىقى لازىم.

سەنكىيا

散格亚

（砒石 pi shi）

[باشقا ئاتىلىشى] سۇمۇم، سۇممۇلفار

[لاتىنچە نامى] Arsenic Sublimatum

[ئىنگلىزچە نامى] Arsenic

[تونۇش] بۇ، ئوكسىدلار تۈرىدىكى كان ماددىسى ئاسېنولىد رۇدىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، ھازىر يەنە ئارسېنوپىرىت ۋە زەرنىخ قاتارلىقلار تەركىبىدە ئارسېنولىد تۇتقان رۇدىلاردىمۇ تەييارلىنىدۇ. بۇنىڭ ناھايىتى ئاز قىسىملىرى تەبىئىي ئارسېنولىد رۇدىلاردىن تاللاپ ئېلىنىدۇ، كۆپ قىسمى ھەر خىل يېڭى تېخنىكا ئارقىلىق ئىشقا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ، تەييارلىنىش ئۇسۇلى ناھايىتى كۆپ بولۇپ، بۇنىڭدىن يېڭى ئۇسۇل ۋە كونا ئۇسۇلدا تەييارلاشتىن ئىبارەت ئىككى خىل ئۇسۇل ئىشلىتىلىدۇ. ① كونا ئۇسۇلدا تەييارلاش: ئارسېنوپىرىتنى ئۇششاق پارچىلاپ، ئىچىدىكى ئارىلاشما تاشلارنى ئېلىۋېتىپ، ئاندىن كۆمۈر، ئوتۇن ياكى ياغاچ ماتېرىياللىرى بىلەن كۆيدۈرۈپ تەييارلىنىدۇ؛ ② يېڭى ئۇسۇلدا تەييارلاش: تازىلانغان ساپ زەرنىخنى 10 سانتىمېتىر قىلىپ پارچىلاپ، ئوت ياقسا، زەرنىخ كۆيۈپ، گاز ھالەتتىكى ئارسېن (Ⅲ) ئوكسىدى ۋە سۇلفات دىئوكسىدى ھاسىل بولىدۇ، ئاندىن بۇ سوۋۇتقۇچى نەيچىلەر ئارقىلىق ئارسېن (Ⅲ) ئوكسىدى تولۇق سوۋۇپ ئارسېنولىد ئىپادەلىنىدۇ، سۇلفۇر دىئوكسىدى باشقا تۇتۇن چىقىرىش يوللىرى بىلەن چىقىپ كېتىدۇ. سەنكىيا ئاق ۋە قىزىل دەپ ئىككى خىل بولىدۇ، ئۇيغۇر تېبابىتىدە ئاق سەنكىيا كۆپ ئىشلىتىلىدۇ. (10.5 ـ رەسىم)

سەنكىيا

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ جياڭشى، خۇنەن، گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن ۋە چەت ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] تەبىئىي سەنكىيا تېشىنى يۇيۇپ، تازىلاپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] سەنكىيانىڭ تەركىبىدە ئاساسلىق ئارسېن (Ⅲ) ئوكسىدى بار. بۇ ئاق رەڭلىك، سەككىز يۈزلۈك كىرىستال ئارسېن ئوكسىدى يۇقىرى تېمپېراتۇرىدا قىزدۇرۇلسا سۇبلىماتسىيەلىنىدۇ. شۇڭا ئۇنىڭ جەۋھىرىنى چىقىرىش بىرئاز ئاسان.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئارسېن (Ⅲ) ئوكسىدى ئارسىنىك ياسالمىلىرىنىڭ ئاساسلىق فارماكولوگىيەلىك ۋە زەھەرلىك تەسىرگە ئىگە. ئارسىنىكتىن زەھەرلىنىش ئالامەتلىرى قۇسۇش، ئىچ سۈرۈش، ئاقسىل سىيىش، قان سىيىش، باش قېيىش، باش ئاغرىش، كۆكىرىش، ئايلىنىپ كېتىش، بىھوش ئۇخلاش، پالەچلىنىش، ھەتتا ئۆلۈشتىن ئىبارەت.

[لايىقلاشتۇرۇش] كۆشتە قىلىش ئۇسۇلى ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] تۆتىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى تازىلاش، باھنى قۇۋۋەتلەش، بوغۇم ئاغرىقلىرىنى يوقىتىش، تۇتقاقلىق كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە يەللەرنى ھەيدەش، زەخىم پۈتتۈرۈش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۆرەك ۋە جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىششىق، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، پەي ئاجىزلىقى، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش (شەقىقە) ، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى، قىزىتمىلىق بەزگەكلەرگە ھەمدە قوتۇر، قىچىشقاق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۆشتە قىلىنغان سەنكىيا تالقىنىنى رەۋغىنى كىبرىت بىلەن مەلھەم تەييارلاپ سىرتتىن چاپسا، قوتۇر، قىچىشقاق ۋە ناسۇرغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كۆشتە قىلىنغان سەنكىيا تالقىنىنى ئەرقى گۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن ئىشلەتسە تەپنى پەسەيتىدۇ.

3. كۆشتە قىلىنغان سەنكىيا تالقىنىنى يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن ئىشلەتسە تەپنى پەسەيتىدۇ.

4. سەنكىيانى كۆيدۈرۈپ، ئىسىنى نەيچە ئارقىلىق سۈمۈرگۈزسە، زىققە كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 60 ~ 80 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] زەھەرلىك. بىر گىرام ئىچسە ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ. ئىچكى ئەزالارنى كۆيدۈرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىماب يېگەن كىشىلەرگە قىلىنىدىغان چارىلەر بىلەن چارە قىلىنىدۇ ھەم كاتھىندى، سېرىقماي، سۈت، نىشاستىلەرگە ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

[ئورۇنباسارى] ئېقىغا قىزىلى بەدەل بولالايدۇ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەلھىمى سەمموۇلفار، ھەببى ئەھمەر.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار]

1. يامان ۋە ئۆتكۈر تېرە كېسەللىكلىرىدە ۋە تېرە كۆيۈكلىرىدە سەنكىيانى ئىشلىتىشكە قەتئىي بولمايدۇ.

2. سەنكىيانى ئىستېمال قىلىشقا توغرا كەلسە، ئاچ قورساق يېمەسلىك ياكى تاماقتىن كېيىن يېيىش لازىم.

3. سەنكىيا زەھەرلىك بولغاچقا، بەدەندە ئاستا ـ ئاستا يىغىلىپ قېلىپ، زەھەرلىك ئالامەتلەرنى پەيدا قىلىدۇ، شۇڭا ئۇنى ئىشلەتكەندە 15 كۈن ئىشلىتىپ ئارىدا 3 ~ 4 كۈن توختىتىپ، ئاندىن كېيىن يەنە ئىشلەتسە بولىدۇ.

4. سەنكىيانى بىر مەزگىل ئۇدا ئىستېمال قىلسا، بولۇپمۇ ئىشلىتىش مىقدارىدىن ئارتۇق بېرىلسە، خىروننىك زەھەرلىنىش ئالامەتلىرى پەيدا قىلىدۇ. مەسىلەن: ئاشقازاننى ئاغرىتىدۇ ۋە كۆيدۈرىدۇ. ئىچىنى سۈرىدۇ، كۆزنى قىزارتىدۇ. باشنى ئاغرىتىدۇ، بۇنداق ئەھۋاللار كۆرۈلگەندە دەرھال توختىتىش لازىم.

5. سەنكىيا ناھايىتى قۇرۇق دورا، شۇڭا ئۇنى سىرتقىماي بىلەن بىرگە ئىشلىتىش لازىم.
6. سەنكىيانى ئادەتتە قىش پەسلىدە ئىشلەتكەن ياخشى.
7. سەنكىيانى ئىشلىتىش جەريانىدا، ئىشلىتىپ 7 ~ 10 كۈندە كۆپىنچە بەدەنگە ئۇششاق مۇدۇر چىقىپ كېتىدۇ، دورا ئىچىش توختىتىلغاندىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن يوقايدۇ، شۇڭا ئېھتىيات يۈزىسىدىن رەۋغىنى بىدانجىر بېرىپ ئىچىنى سۈرۈۋەتكەن ياخشى.
8. سەنكىيانى بېرىشتە مىقدارىغا ئالاھىدە دىققەت قىلىش ھەم ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش كېرەك، مىقدارىدىن ئېشىپ كەتسە زەھەرلەيدۇ.

كەپرەس

开皮热斯

（轻粉 qing feng）

[باشقا ئاتىلىشى] كۆپرەس

[لاتىنچە نامى] Calomelas

[ئىنگلىزچە نامى] Calomel

[تونۇش] بۇ، سىماب، گىل ئەرمىنى، ئاق زاك، تاشتۇز قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ يۇمشاق سالايە قىلىپ، سۇ بىلەن قايتا يۇمشاق سالايە قىلىپ يۇغۇرۇپ، كىچىك - كىچىك توقاچ ياساپ قۇرۇتۇلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن ھەر خىل لوئابلار بىلەن سۇۋالغان ساپال قاچىنىڭ تېگىگە تۇز سېلىپ، ئۈستىگە توقىچاقلارنى سېلىپ، يۇقىرىقىدەك ئۈستىگە دۈم قويۇپ، ئاندىن ھەر ئىككى قاچىنىڭ ئۈستىدىن گىل ھېكمەت قىلىپ قۇرۇتۇپ، ئۈچ كېچە- كۈندۈز ئەتراپىدا كالا تېزىكى بىلەن ئوت يېقىپ سوۋۇغاندا ئېلىنىدۇ، قاچىنىڭ تېگى ۋە ئەتراپىغا ئۇيۇغان نەرسە «كەپرەس» بولىدۇ. ھازىر زامانىۋى ئۇسۇل بىلەن تەييارلانغان كەپرەس ئىشلىتىلىدۇ. كەپرەس ياپىلاقسىمان كىرىستال بولۇپ، خۇددى قار ئۇچقۇنىغا ئوخشايدۇ. كۈمۈشتەك پارقىراق كېلىدۇ. ئاسان ئۇۋۇلىدۇ ھەمدە ئاق رەڭلىك تالقانغا ئايلىنىدۇ. (11.5 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] سىمابتىن ئۇيغۇر تېۋىپلار تەييارلايدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] سىمابتىن تەييارلانغان بۇ خىل دورا، خالىي جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كەپرەس تەركىبىدە ئاساسلىقى سىماب خلورىد بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش رولى بار.
2. تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ۋە سۈيدۈك ھەيدەش رولى بار.
3. تېرىلەرنىڭ يارىسىنى پۈتتۈرۈش (گۆشنى ئۇندۇرۇش) رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇش] كۈشتە قىلىش ئۇسۇلى ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] تېرىنى قۇۋۇەتلەش، سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاش، قان تازىلاش، قۇرۇتۇش، ئېرىتىش، يەل ھەيدەش، باھنى قۇۋۇەتلەش، مەنىي تۇتۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] دوۋساقتا تاش پەيدا بولۇپ قېلىش، كونا جاراھەتلەر، خانازىر، ناسۇر، سىفلىس، قوتۇر، تاز، قىچىشقاق، دانىخورەك، سۈيدۈك يولىدىكى يىرىڭلىق چاقا، مەنىي بالدۇر يۈرۈپ كېتىش، باھ ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] كەپرەس كۆشتىسىدىن 0.2 گىرام، زەيتۇن يېغىدىن 100 مىللىلىتىر ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ئىچىشكە بەرسە، دوۋساقتىكى تاشلارنى ئېرىتىدۇ، سۈيدۈك يولىدىكى جاراھەت، خانازىر قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 0.01 ~ 0.02 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] رەئىس ئەزالارغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كالا سۈتى، شورپىلىق تاماق، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] ھەببى سالاتىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەلھىمى كەپرەس، ھەببى كەپرەس.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] زەھەرلىك بولۇپ، ھامىلىدار ئاياللار ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

پىدىگەن يىلتىزى
皮德干依力提孜
(茄根 qie gen)

[باشقىچە ئاتىلىشى] ئەسلولبادىنجان، بىخ بادىنگەن، بىكى جەرگەن

[لاتىنچە نامى] Radixet Caulid Solanumelongena

[ئىنگلىزچە نامى] Eggplant's Root

[تونۇش] بۇ، پىدىگەن ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك پىدىگەننىڭ يىلتىزىدىن ئىبارەت. (12.5 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇش] يۇيۇپ توغراپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان كۆپەيتىش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە قان خىلتلىرىنى تەڭشەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قان تازىلاش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سوزۇلما خاراكتېرلىك بوغۇم ياللۇغى، يىڭنە ئىششىق يارىسى، بەدەن تەمرەتكىسى، يوتا تەمرەتكىسى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پىدىگەن يىلتىزى، بابۇنە، يەرلىك شوخلا، كاكىنەچنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ

www.uyghurkitap.com

ئىچسە، ياللۇغ ھەم ئىششىق قايتۇرىدۇ.

2. شاھتەررە، پىدىگەن يىلتىزىدىن 10 گىرامدىن، چىلاندىن 10 دانە ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، قان تازىلايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قورساقنى ئېسىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] گۆش، سىركە.

[ئورۇنباسارى] كاسنە يىلتىزى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مائۇلئۇسۇل شەربىتى.

كەكرى

开克热

(苦蒿 ku hao)

[باشقا ئاتىلىشى] كەكرە چۆپى

[لاتىنچە نامى] Herba Acroptilon repens

[ئىنگلىزچە نامى] acroptilon Herb

[تونۇش] بۇ، بوزىدان ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 50 سانتىمېتىرغىچە ئۆسىدىغان، تەمى ئاچچىق، كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يەر ئۈستى قىسمى «كەكرى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] يول بويلىرى ۋە قۇرغاق يەرلەردە ئۆسىدۇ، ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە يىغىۋېلىپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇش] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، ھارارات پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، قاننى جانلاندۇرۇش ۋە ئىششىق ياندۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] چىيقان، غەلۋىرەك، بوغۇم ياللۇغى، مۇپاسىل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كەكرىنى سوقۇپ، ئىتئۈزۈمى سۈيىدە خېمىر قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلسا، ھاشارات چاققانغا پايدا قىلىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى كەكرىنى سۇدا قايىنىتىپ، مەلھەم تەييارلاپ سىرتتىن ئىشلەتسە، چىيقان، غەلۋىرەك، بوغۇم ياللۇغى، مۇپاسىل قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا.
[ئورۇنباسارى] غاپەس.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى لوغانزىيا.

پۇنۇس ئۇرۇقى

普如斯欧日格

（决明子 jue ming zi）

[باشقا ئاتىلىشى] چوڭ پۇنۇس ئۇرۇقى، كىچىك پۇنۇس ئۇرۇقى
[لاتىنچە نامى] Semen Cassia tora
[ئىنگلىزچە نامى] sickle Senna Seed

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق چاتقالسىمان سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك گال يوپۇرماقلىق پۇنۇس ياكى ئادەتتىكى پۇنۇسنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت. ئالدىنقىسى چوڭ پۇنۇش، كېيىنكىسى كىچىك پۇنۇس دېيىلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى «پۇنۇس» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (13.5 ـ رەسىم)

پۇنۇس ئۆسۈملۈكى

چوڭ پۇنۇس ئۇرۇقى: تۆت قىرلىق، قىسقا سىلىندىر شەكىللىك، بىر ئۇچى يۇمىلاق، يەنە بىر ئۇچى سىڭايان بولىدۇ، پۇراقسىز، تەمى سەل ئاچچىق، سەل يېپىشقاق بولىدۇ. كىچىك پۇنۇسنىڭ دانلىرى چوڭ، رەڭگى يېشىل، خورما رەڭ كېلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ئىچكى ئۆلكىلىرى ۋە ئەنران قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزنىڭ ئاخىرىدا مېۋىسى سارغىيىپ پىشقاندا يىغىۋېلىپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] چوڭ پۇنۇس تەركىبىدە ئانتراكۋىنون تۈرىدىكى ئۆزگىرىشتىن ھاسىل بولغان ماددىلاردىن ئىمودىن، ئالوي ـ ئىمودىن، رەۋەن كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار. كىچىك پۇنۇسنىڭ تەركىبىدە ئانتراكۋىنون خىلىدىكى ئۆزگىرىشتىن ھاسىل بولغان ماددىلار بار. يەنى بۇنىڭدا تورالاكتون، توراخىرىزون ۋە ۋىتامىن A غا ئوخشاش ماددىلار بار. بۇ ئىككى خىل پۇنۇسنىڭ تەركىبىدە يەنە ئاقسىل، ئامىنو كىسلاتا، مايلىق ياغ، ماي كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**]

1. قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىش تەسىرى: پۇنۇس ئۇرۇقىنىڭ سۇدىكى چىلانمىسى ۋە ئىسپىرتتىكى چىلانمىسى ناركوز قىلىنغان ھايۋانلارغا نىسبەتەن قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىش ۋە سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىنى بېرىدۇ. كلىنىكىدا يۇقىرى قان بېسىمىنى داۋالاش ئۈچۈن بۇ دورىنى باشقا دورىلار بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ياكى يەككە ھالدا ئىشلەتسە، مەلۇم دەرىجىدە ئۈنۈمى كۆرۈلىدۇ.

2. قان مېيىنى تۆۋەنلىتىش تەسىرى: يۇقىرى خولېستېرىنلىق ئۆي توشقىنىغا 10 گىرام ئەتراپىدا پۇنۇس ئۇرۇقىنى ئۈچ ئايغىچە داۋاملىق بەرسە، قان زەردابى خولېستېرىنىنىڭ ئۆرلىشىنى تورمۇزلاش ۋە غول قىزىل قان تومۇرى قېتىش، داغ ھاسىل قىلىش تەسىرىنى بېرىدۇ. كلىنىكىدا قاندا ماي مىقدارى يۇقىرى بولۇشتىن كېلىپچىققان كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلسە ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ، لېكىن بەزىدە تەسىرى تۇراقلىق ئەمەس.

3. باكتېرىيە تورمۇزلاش تەسىرى: پۇنۇس ئۇرۇقى ئىسپىرتلىق ئېرىتمىسى ياكى قايىنىتىلمىسى كۆپ خىل تېرە زەمبۇرۇغلىرىنى ۋە باكتېرىيەلەرنى تورمۇزلايدۇ، پۇنۇس ئۇرۇقى تەركىبىدە تۇتقان رەۋەن كىسلاتاسى توق قىزىل رەڭلىك تەمرەتكە پەيدا قىلغۇچى زەمبۇرۇغ، چاچ - ساقال تەمرەتكىسى زەمبۇرۇغى، ئىت كىچىك ئىسپورىلىق باكتېرىيە، گىپىستەك كىچىك لىپورىلىق باكتېرىيە قاتارلىق كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى تېرە زەمبۇرۇغلىرىنى تورمۇزلايدۇ. كلىنىكىدا ھىندىستان، بىرما قاتارلىق دۆلەتلەردىكى خەلق ئارىسىدا تېرە كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ. مەملىكىتىمىزدە پۇنۇس ئۇرۇقى قايىنىتىلمىسى باكتېرىيەلىك جىنسىي يول ياللۇغى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا سىناق تەرىقىسىدە ئىشلىتىلگەندە، كېسەللىك ئالامەتلىرى ياخشىلانغان ياكى پۈتۈنلەي يوقالغان.

4. پۇنۇس تەركىبىدە تۇتقان N، S، P كۆپ خىل مۇرەككەپ قەنت تۈرىدىكى ماددىلار بولۇپ، ئۇلار سۇدا ئېرىيدۇ. ئىسپىرتتا ئېرىمەيدۇ. بۇ، بالىياتقۇنى قىسقارتىدۇ ھەم تۇغۇتنى تېزلىتىش تەسىرى بار.

5. قان پىلاستىنكىلىرىنىڭ توپلىشىشىغا قارشى ئۈنۈمگە ئىگە.

6. جىگەرنى قوغداش تەسىرىگە ئىگە.

7. ئىچ سۈرۈش، ئاشقازان كىسلاتاسىنىڭ ئىشلىنىشىنى تېزلىتىش رولىغا ئىگە.

[**لايىقلاشتۇرۇش**] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتى ۋە بەلغەم خىلتىنى سۈرۈش، قان تازىلاش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، يەلنى ھەيدەش، كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش، تېرىگە رەڭ پەيدا قىلىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قان بۇزۇلۇش، جوزام، قوبا، قىچىشقاق، تەمرەتكە، بەھەق، بەرەس ۋە داغ، سەپكۈنلەرنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يۇنۇس ئۇرۇقىنى نەمدەپ بىرقانچە كۈن قاچىدا قويۇپ، ئىچىلغاندىن كېيىن تەمرەتكىگە سۈركىسە تەمرەتكە ساقىيىدۇ.

2. يۇنۇس ئۇرۇقى، شاھتەررە، چۆپچىن قاتارلىق دورىلاردىن 10 گرامدىن ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ ئىچسە ياكى بەدەننى يۇيۇپ بەرسە، قىچىشقاق ۋە تەمرەتكىگە بەنپەئەت قىلىدۇ، قان تازىلايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 9 ~ 15 گرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆچەيگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۈت.

[ئورۇنباسارى] خىيارشەنبەر.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەلھەمى قۇبا.

يەرلىك سوپۇن

亚尔力克索甫尼

(土肥皂 tu fei zao)

[باشقا ئاتىلىشى] سابۇن، سابۇن دىيسى

[لاتىنچە نامى] Sapo Durus

[ئىنگلىزچە نامى] Soap local

[تونۇش] بۇ، ماينى كۆچلۈك ئۈيۈغۈچى شاخارلار بىلەن قاينىتىش ئارقىلىق تەييارلىنىدىغان، تۇرمۇشتا ئىشلىتىلىدىغان بۇيۇم بولۇپ، «يەرلىك سوپۇن» ياكى «سابۇن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭ رەڭگى ئاق سېرىققا مايىل. (14.5 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى ۋە باشقا رايونلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ بۇيۇمنى ئېلىپ پاكىز تازىلاپ، سوغۇق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، كىرلارنى تازىلاش، ئىششىقلارنى يۇمشىتىش، جاراھەتلەردىكى چىرىگەن گۆشنى يوقىتىش، تېرىنى پارقىرىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بوغۇم ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى، باشتىكى ھەر خىل چاقا ـ جاراھەتلەر، قىچىشقاق، قوتۇر، قەۋزىيەت، ناسۇر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يەرلىك سوپۇننى داكىغا ئوراپ بالىياتقۇ ئېغىزىغا قويسا، ئۆلۈك ياكى تىرىك بولسۇن قورساقتىكى

ھاملىنى چۈشۈرىدۇ.

2. يەرلىك سوپۇنى خېنە بىلەن باراۋەر مىقداردا چاپسا، تىز ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى، قارا داغ، سەپكۈنلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. يەرلىك سوپۇننى كۆيدۈرۈلگەن ئاق زاك بىلەن چاپسا، قۇبا كېسىلىگە پايدا قىلىدۇ.

4. يەرلىك سوپۇننى گۈل يېغى بىلەن پىشۇرۇپ چاپسا، كىچىك بالىلارنىڭ بېشىدىكى چاقىلارنى قۇرۇتىدۇ (بۇنىڭ ئۇسۇلى مۇنداق: بالىلارنىڭ بېشىغا چېپىپ بىر قانچە كۈن قويۇپ، ئاندىن ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ يەنە قايتا چېپىش لازىم)، بۇ ھەقتە سوپۇن مۇھىم دورىلار قاتارىدا تۇرىدۇ.

5. سوپۇننى كەپتەرنىڭ مايىقى ۋە ھاك بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا، كودۇمبا چاقىلىرىنى ئېغىز ئالدۇرىدۇ.

6. سوپۇن بىلەن باشنى يۇسا، باشنىڭ كىرلىرىنى، پىتلىرىنى، ئۇششاق مۇدۇرلارنى يوق قىلىدۇ، چاچنى بۇدۇر قىلىدۇ. لوئابلار بىلەن چاپسا، قىچىشقاق ۋە قوتۇر ئۇچۇن پايدا قىلىدۇ.

7. سوپۇننى ساپال قاچىغا سېلىپ كۆيدۈرۈپ، ئېزىپ، ئاندىن ناسۇر چاقىسىنى ئىسسىق سۇ بىلەن پاكىز يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ، مەزكۇر كۆيدۈرۈلگەن سوپۇن سۇفۇپىنى سەپسە، ناسۇر چاقىسىنى ساقايتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] بۇ دورىنى ئىچكى تەرەپتىن ئىشلىتىش توغرا كەلسە، ئالتە گىرامغىچە ئىشلىتىش بىلەنلا چەكلىنىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىمكان بار ئىچكى تەرەپتىن ئىشلەتمەسلىك كېرەك، بۇنى كۆپ مىقداردا ئىچكى تەرەپتىن ئىشلەتسە، گالنى ۋە ئاشقازاننى كۆيدۈرىدۇ، ئىچىنى قاتتىق سۈرىدۇ، ئىچكى ئەزاغا يىرىڭلىق چاقا پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئىسسىق سۇ ۋە كۈنجۈت يېغى بىلەن قۇستۇرۇش، ئاندىن ياغلىق شورپا ياكى بادام يېغى بېرىش.

[ئورۇنباسارى] ھاك، شاخار.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھۆقنە مۇلەييىن.

سۇپۇرگە ئۇرۇقى

苏皮尔卡欧如吉

(地肤子 di fu zi)

[باشقا ئاتىلىشى] تۇخۇمى جارۇ

[لاتىنچە نامى] Fructus kochia scoparia

[ئىنگلىزچە نامى] Belvedere Fruit

[تونۇش] بۇ، لويلا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سۇپۇرگە بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى «سۇپۇرگە ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (15.5 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] يول بويلىرى ۋە كۆكتاتلىقلاردا ئۆسىدۇ، كۆپىنچە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يېرىدىن تېپىلىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقى تەركىبىدە تېرتىسېرپېن، سوپۇن گىلۇكوزىدى، 10% ماي قاتارلىقلار بار. يوپۇرمىقى تەركىبىدە بىيولوگىيەلىك ئىشقار بار.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] 1 : 3 نىسبەتلىك سۇدىكى ئېرىتمىسىنىڭ باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش، سۈيدۈك ھەيدەش رولى بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، ھارارەت پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يەلتاشما، ھەلباغسىمان قوقاق، دوۋساق ياللۇغى، سۈيدۈك يولى ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. سۆپۈرگە ئۇرۇقى سەككىز گىرام، چىلاندىن بەش دانە، شاھتەرردىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ ئىچسە، يەلتاشما، ھەلباغسىمان قوقاققا شىپا بولىدۇ، قان تازىلايدۇ.
2. تەرخەمەك ئۇرۇقى، سۆپۈرگە ئۇرۇقى سەككىز گىرامدىن، ئوغرىتىكەندىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، دوۋساق ياللۇغى، سۈيدۈك يولى ياللۇغىغا شىپا بولىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ~ 12 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەديان.
[ئورۇنباسارى] ئاق لەيلى ئۇرۇقى.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۆپۈرگە ئۇرۇقى دەملىمىسى.

خېنىگۈل
合乃古丽
（指甲花 zhi jia hua ）

[باشقىچە ئاتىلىشى] زۆرە ھىنا، گۈل مەھىندى
[لاتىنچە نامى] Folium Impatiens balsamina
[ئىنگلىزچە نامى] Henna Leaf
[تونۇش] بۇ، خېنىگۈل ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك خېنىنىڭ پۇتۇن چۆپىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ تازىلاپ قۇرۇتۇلغان ياكى ھۆل پۇتۇن چۆپى «خېنە» نامىدا دورىغا

ئىشلىتىلىدۇ. چۈپى ۋە غولى قىزىلغا مايىل، يوپۇرمىقى يېشىلغا مايىل قىزىل بولۇپ، پۇرىقى سۇس، تەمى بىر-ئاز ئاچچىق كېلىدۇ. (16.5 ـ رەسىم).

خېنىگۈل ئۆسۈملۈكى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ جەنۇبىي ئۆلكىلىرىدە، شىنجاڭدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. ھىندىستان ۋە بېنگال قاتارلىق ئەللەردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] يازدا غولىنى ئورۇپ، تازىلاپ، قۇ-رۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پـۈتـۈن چـۈپـىدە لاۋسون (Lawson) تۇتىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] لاۋسون ۋىتامىن K نىڭ تۈزۈلۈشى بىلەن ئوخشايدۇ، شۇڭا ئۇنىڭ قان توختىتىش رولى بار. بۇنىڭدا خېنوتانىك كىسلاتا (Hennotannic acid) بولۇپ، بۇ سېرىق رەڭلىك پىگمېنتتىن ئىبارەت. بۇنىڭ بىلەن تىرناق ۋە چاچنى بويىغىلى بولىدۇ. ئۇرۇقىنىڭ چوڭ مېڭىنى قوزغىتىش رولى بار. شۇڭا ياشلاردىكى ئۇنتۇغاقلىق ياكى ئومۇمىي بەدەن نېرۋا خىزمىتى ناچار بولۇشتەك ئەھۋاللارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇش] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قاننى تازىلاش، باھنى قۇۋۋەتلەش، چاچ يىلتىزىنى قۇۋۋەتلەش، ئاشقازاننى كۈچەي-تىش، قان توختىتىش، قىزىتمىنى پەسەيتىش، سۈيدۈكنى راۋان قىلىش، تېرە ياللۇغى ۋە ئاغرىقىنى پەسەيتىش، تېرە كۆيۈكىنىڭ قاپارتچۇقلىرىنى داۋالاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان بۇزۇلۇشتىن بولغان تېرە كېسەللىكلىرى، مەسىلەن: مۇدۇر ـ چاقا، تەمرەتكە، ناسۇر، جوزام، باھ ئاجىزلىقى، ئاشقازان ئاجىزلىقى، پەي، نېرۋا ئاغرىقلىرى، چاچ چۈشۈپ كېتىش، چاچ ئاقىرىش، باش ئاغرىقى، ئېغىز جاراھەتلىرى، قىچىشقاق، ھەر خىل ئەزالارنىڭ قانىشى، قىزىتما قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. خېنىگۈلنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن چاپسا، ئىششىق ياندۇر-دۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

2. ئوسما سۈيى بىلەن خېنىگۈلنى ئارىلاشتۇرۇپ چاچقا سۈركىسە، چاچ چۈشۈش ۋە چاچ ئاقىرىشقا شىپا بولىدۇ.

3. سەرسىبىل، خېنىگۈل، چۈپچىنىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، چىلاندىن 15 گىرام ئېلىپ،

قايناتما تەييارلاپ ئىچسە، قان تازىلايدۇ، ياللۇغ قايتۇرىدۇ.

4. خىنىنى موزا بىلەن بىرلەشتۈرۈپ قايناتما تەييارلاپ غار ـ غار قىلسا، ئىغىز يارىسىغا شىپا قىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 13 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] گال، ئۆپكە، ھۆل مىزاج كىشىلەرگە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام مېغىزى، كەترا، قاپاق مېغىزى.

[ئورۇنباسارى] خىنە ئۇرۇقى، ئۇسما، شاھتەررە، كامادەريۇس.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زىماتلار، خىنە يېغى.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] زەھەرلىك، كۆپ ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

قەسبۇزەررە

开赛布孜则日热

（当药 dang yao）

قەسبۇزەررە

[باشقا ئاتىلىشى] خىرسال، چىلۋە

[لاتىنچە نامى] Herba Swertia connata

[ئىنگلىزچە نامى] False Chnese Swertia Herb

[تونۇش] بۇ، ئېگىزلىكى 10 ~ 40 سانتىمېتىر ئەتراپىدا ئۆسىدىغان جىنتىيانا ئائىلىسى چىلۋەر ئۇرۇقدىشىدىكى بىر ياكى ئىككى يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «قەسبۇزەررە»، «پۈتەي قومۇش ياكى» «چىلۋەر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ گۈلى سېرىق، ئازراق پۇرىقى بار، تەمى ئاچچىق، پۈتۈن چۆپى سارغۇچ رەڭلىك ياكى سەل سۆسۈن رەڭلىك بولىدۇ. بوغۇملىرى تومراق كېلىدۇ، ئۆزى چۈرۈك بولۇپ، ئاسان سۇنىدۇ، كەسمە يۈزى كاۋاك، يوپۇرمىقى كۆپىنچە قۇرۇق بولۇپ، كەينىگە قايرىلغان، تۈزلىگەندىن كېيىن چۇۋقسىمان تىمىنە شەكىللىك، تولۇق گىرۋەكلىك، سارغۇچ خورما رەڭلىك بولىدۇ، كونۇسسىمان، غۇجمەك، كۆنلۈك شەكىللىك، گۈل تىزمىسى پور رەڭ كېلىدۇ (17.5 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شەرقىي شىمالىي جۇڭگو، خېنەن، سەندۇڭ ۋە ھىمالايا ۋادىسى، كەشمىر، نېپال قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز، كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىنىڭ تەركىبىدە ئالكولوئىد بار، ئالكولوئىدنىڭ ئاساسلىق تەركىبى گېنتىيانىن (Gentinine) دىن ئىبارەت. يەنە سۋېرتىزىن (Swertsin)، خوموتېنتىن (Homotientin) قاتارلىق فلاۋونلۇق بىرىكمىلەر، بېللىدىفولىن (Bellidifolin)، سۋېرتىيانول (Swertianol)، سۋېرتىيانىن (Swertianin)، مېتىل سىرۋېرتىيانىن (MethylSwrtianin)، ئاتسىدوم ئالېنولىكوم (Olenolic acid) قاتارلىقلارمۇ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قەسبۇزەرىرە تەركىبىدە، يەنە يۇقىرىقىدەك تەركىبلەر بار بولۇپ، بۇلار تۇبېركۇليۇزغا قارشى تەسىرگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇش] توغراش، يۇيۇش، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، يۇمشىتىش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، يەل ھەيدەش، قىزىتمىنى قايتۇرۇش، قۇرت ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جوزام، سىفلىس، قىچىشقاق، ھەر خىل ئىششىق، تەمرەتكە ۋە باشقا تېرە كېسەللىكلىرى، قىزىتما، ئىشتىھاسىزلىق، سىل، قورساق ئېسىلىش، ئىچ سۈرۈش، باليانقۇ ئىششىقى، سۈيدۈك يولى ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قەسبۇزەرىرەنى قاينىتىپ ئابزەن قىلسا، باليانقۇ ئىششىقىنى داۋالايدۇ.

2. قەسبۇزەرىرە، شاھتەررە، چۆپچىن، سەرسىبىل، ئەپتىمۇن، شوخلا، كاسىنە، سانا، خىيارشەنبەرنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، شېكەردىن 500 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ، بىر كۈندە ئۈچ ۋاق 10 گىرامدىن ئىچىپ بەرسە، قان تازىلايدۇ. ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. قەسبۇزەرىرە، بەدىيان، ئوغرىتىكەن، ئادراسمان ئۇرۇقى، بابۇنە يىلتىزىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈك يولىدىكى يالغۇقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بەل ئومۇرتقىسىغا ۋە بۆرەككە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەدىيان، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] ئەپتىمۇن، سەرسىبىل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى مۇسەپپىخۇن.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىش.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

قارا ھېلىلە

卡拉艾里勒

（西青果　xi qing guo）

[باشقا ئاتىلىشى] ھېلىلە ئەسۋەد، ھېلىلە سىياھ

[لاتىنچە نامى] Fructus Terminalia chebula

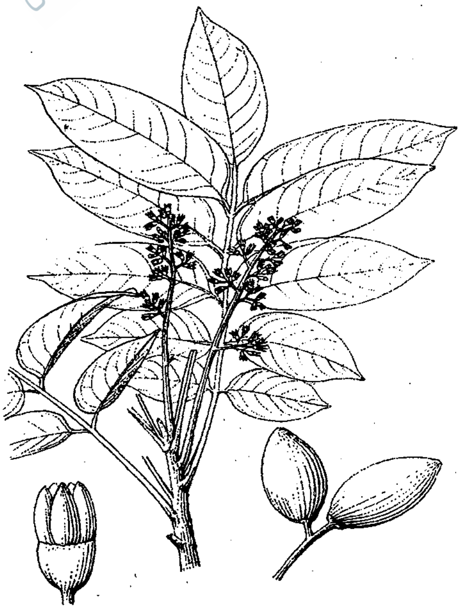
[ئىنگلىزچە نامى] Immature Chebula Fruit

[تونۇش] بۇ، چاھار بۇرجەك چايغار ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ھېلىلە (Tetminalia Chenula Retz) نىڭ قۇرۇتۇلغان مېۋىسى بولۇپ، مېۋىسى ئۇزۇنچاق، تۇخۇم شەكىللىك، سىرتى قارامتۇل رەڭدە، ئۇزۇنىسىغا كەتكەن قورۇقلىرى بار. ۋەزنى قاتتىق، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى «قارا ھېلىلە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ (18.5 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ گۇاڭشى، يۈننەن قاتارلىق جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 9 ـ، 10 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشىشتىن بۇرۇن قېقىپ ئېلىپ قايناتىپ، سۈزۈپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاقسىل ۋە ماي ماددىلىرى، قىسمەن تاننىن ۋە ھېلىلە كىسلاتالىرىمۇ بار.



قارا ھېلىلە دەرىخى

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] كۈچلۈك ياللۇغ قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇش] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ۋە سەپرا خىلتىنى قانىنى تازىلاش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، ئۈچەي ۋە ئاشقازاننى، چاچنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مېڭە ئاجىزلىقى، زېھنى سۇسلىشىش، مالىخولىيا، بۇۋاسىر، ۋەسۋەسىلىك، قىچىشقاق، چاچ بالدۇر ئاقىرىپ كېتىش، چاچ چۈشۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قارا ھېلىلەنى ئاغزىغا سېلىپ شۈمۈپ بەرسە، ئاشقازاندىكى ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ، قان تازىلايدۇ.

2. قارا ھېلىلەنى سوقۇپ، بادام يېغى ياكى سېرىقماي بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە يەتتە گىرامدىن، ئاملە، شاھتەررە، چۆپچىنىدىن 10 گىرامدىن

ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قايىنىتىپ ئىچسە، قىچىشقاق، تەمرەتكە قاتارلىق قان بۇزۇلۇش سەۋەب-دىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] جىگەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] بەلىلە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل ھېلىلە، شەربىتى چۆپچىن.

چالموگرا

卡力木各拉

(大风子 da feng zi)

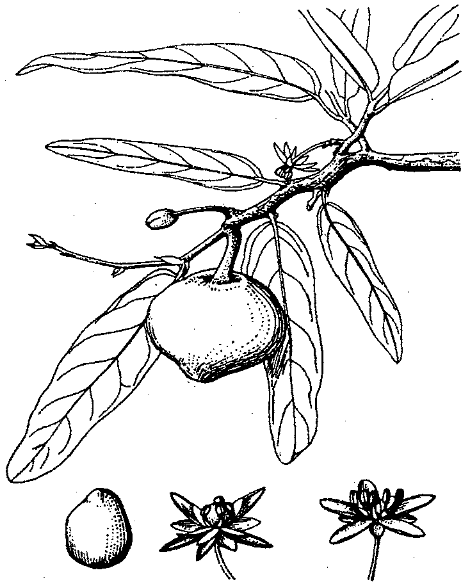
[باشقا ئاتىلىشى] مەنجىرا، بىرىنچى موگىرا، چاۋۇل مونگرا

[لاتىنچە نامى] Semen hydnocar pus anthelminthicus

[ئىنگلىزچە نامى] Chaulmoogratree seed

[تونۇش] بۇ، چالموگرا ئائىلىسىدىكى دائىم كۆكىرىپ تۇرىدىغان دەرەخ تايلاند چالموگراسى ياكى خەينەن چالموگ-راسىنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، تايلاند چالموگرا-سى: ئۇرۇقى كىچىك، ئۆلچەمسىز، تۇخۇم شەكىللىك، ئازراق قىرلىرى بار، سىرتقى يۈزى قارامتۇل قوڭۇر رەڭ-دە، مايلىق، تەمى سۇس.

خەينەن چالموگراسى: ئۇرۇقى كىچىك تۆت يۈزلۈك، سىرتقى يۈزى كۈل رەڭگە مايىل سارغۇچ ئاق، ئۇرۇق پوستى قاتتىق ھەم چۇرۇك، ئۇرۇقى يۈرەك شەكىللىك، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى «چالموگرا»، ئۇنىڭدىن ئېلىن-غان ياغ «رەۋغىنى چالموگرا» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (19.5 ـ رەسىم)



چالموگرا دەرىخى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ تەيۋەن، يۈننەن، گۇاڭ-دۇڭ قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن ھەم ھىندىستان، تايلاند، ۋېيتنام، كامبودژا قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە 36% ياغ بولىدۇ، مايىنىڭ ئاساسىي تەركىبى چالموگرا ماي كىسلاتاسى (Chaulmoogric Acid)، ھىدنوكارپىك كىسلاتاسى (Hydno Carpic acid)، گىلىتسېرىنلىك ئېستىر،

گورلىك كىسلاتاسى (Gorlic acid) ۋە ئاز مىقداردا ماي كىسلاتاسىنىڭ گىلىتسېرىنلىك ئېستىرى بار، خېنىمەن چالموگراسىنىڭ پوستى ئېلىۋېتىلگەن مېغىزىنىڭ تەركىبىدە 44.9% ماي بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] چالموگرا يېغى ۋە بۇنىڭ ماي كىسلاتالىق ناترىي تۇزى سىل تاياقچە باكتېرىيەسى ۋە باشقا كىسلاتاغا قارشى باكتېرىيەلەرنى تورمۇزلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] تېرىنى قىزارتىش، قان تازىلاش، يەل ھەيدەش، پارقىرىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مەخسۇس جوزام، تەمرەتكە، ھۆل تەمرەتكە، قىچىشقاق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاق تېرەك قوۋزىقىدىن يەتتە گىرام، چىلاندىن 10 تال، قارا ھېلىلەدىن يەتتە گىرام، چالموگرا مېۋىسىدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قايىنتىپ ئىچسە، قان تازىلاپ، تەمرەتكە ۋە قىچىشقاققا پايدا قىلىدۇ.

2. كۆكگۈرتتىن 30 گىرام، چالموگرا مېۋىسىدىن 10 گىرام. دورىلىق ۋازېلىندىن 100 گىرام ئېلىپ، دورىلاردىن مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] قايىنتىلمىسىدىن 1.5 ~ 3 مىللىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۈت، شېكەر.

[ئورۇنباسارى] ئادراسمان ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] چالموگرا دەملىمىسى.

شاھتەررە ھىندى

夏塔热印地

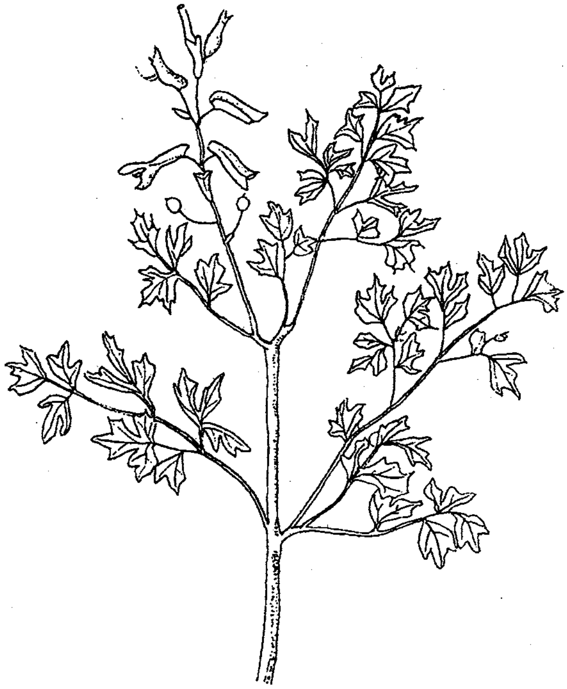
（欧烟堇 ou yan jin）

[باشقىچە ئاتىلىشى] شاھتەررە، شاھتىرە، شاختا، قىرە

[لاتىنچە نامى] Herba Fumaria schleicheri

[ئىنگلىزچە نامى] Fumitory

[تونۇش] بۇ، ئەپيۇنگۈل ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ھىندىستاندىن چىقىدىغان قۇرۇتۇلغان پۈتۈن چۆپى «شاھتەررە ھىندى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرماقلىرى كىچىك، گۈلى بىنەپشە رەڭلىك ۋە ئۇششاق بولۇپ، پۈتۈن چۆپى يېشىل ياكى قارىغا مايىل، تەمى ئاچچىق بولىدۇ. كۆپىنچە بۇغداي ۋە نوقۇت ئېتىزلىرىدا ئۆزلۈكىدىن ئۈنۈپ قالىدۇ. (20.5 ـ رەسىم)



شاھتەررە ئۈسۈملۈكى

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپى تەركىبىدە فىلاۋون، موزا كىسلاتاسى، سېرىق پىگمېنت، دەرەخ يېلىمى، شىلىمشىق ماددا، ۋىتامىن K، ۋىتامىن C قاتارلىقلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەپرا قان خىلتىنى تازىلاش، يالل‍ۇغ قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، قىزىتما قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سىفلىس، قىچىشقاق، تەمرەتكە، چىيقان، ئۇششاق مۇدۇر، سۆزنەك، قىزىتما قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. شاھتەررە ھىندىدىن يەتتە گىرام، ئەپتىمۇن، چىلان، ھېلىلە سىياھنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قايىنىتىپ ئىچسە قان تازىلايدۇ.

2. شاھتەررە ھىندىدىن بەش گىرام، كاسنە ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچسە، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

3. شاھتەررىدىن يەتتە گىرام، ئوسۇك ئۇرۇقى، لويلىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قايىنىتىپ ئىچسە، قىزىتما قايتۇرىدۇ.

4. شاھتەررە ھىندىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايىنىتىپ ئېغىزنى چايقىسا، يۇتقۇنچاق، تىل تۈۋى يارىسى ۋە چىش تۈۋى بوشاپ كېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. يېڭى شاھتەررىنى سوقۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، بەلباغسىمان قوقاقتا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كاسنە سۈيى، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] قارا ھېلىلە، سانا.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل شاھتەررە.

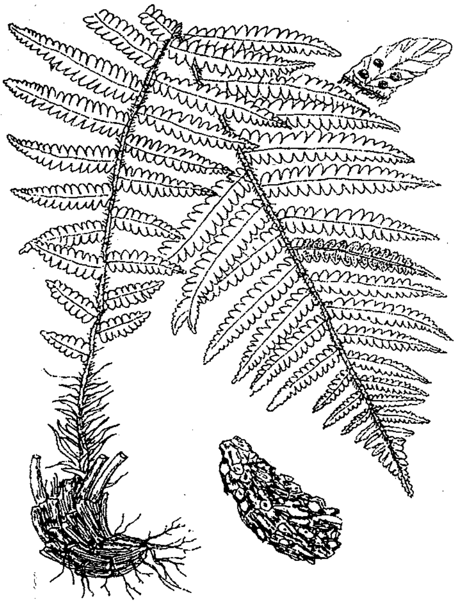
ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يىگانە تارقاتقۇچىسى
www.uyghurkitap.com

سەرخس
塞尔海斯
（欧绵马 ao mian ma）

[باشقا ئاتىلىشى] قەرقس، كىيىل دارۇ، سەرخس

[لاتىنچە نامى] Rhizoma Dryoperis fillix

[ئىنگلىزچە نامى] Malefem Rhizome


سەرخس ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، سەرخس ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ياۋروپا سەرخىسىنىڭ قىزىلغا مايىل يىلتىزسىمان غولى بولۇپ، بوغۇملىرى كۆپ، غولى ئىنچىكە بولۇپ، ئەركەك ۋە چىشى دەپ ئىككى خىل بولىدۇ. ئەركىكىنىڭ غولى، مېۋىسى ۋە گۈلى بولمايدۇ. كۆتىكىدىن بىخ سۈرۈپ چىقىپ، بىرگە ئۆسىدۇ، ئەتراپىدا چىشلىق يوپۇرماقلىرى بار، بىر - بىرگە يېقىن بولىدۇ، ئۇنىڭ چىشىسى شاخسىز بولۇپ، بىرلا ئېگىز يوپۇرمىقى بولىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مۇشۇ يىلتىزسىمان غولى «سەرخس» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (21.5 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ئالتاي، تەڭرىتاغلىرىدىن، مەملىكىتىمىزنىڭ شەرقىي شىمالىدىن، ھىندىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە ياكى باش باھاردا يىلتىزىنى ئېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] يىلتىزسىمان غولىنىڭ تەركىبىدە ئاسپىدىن (Aspidin)، ئالباسپىدىن (Albaspidin)، ئاتسىدوم فىلاۋ ئاسپىدىكوم، ئاسپىدىنول (Aspidinol)، فىلمارون (filtmarrone) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سەرخس يىلتىزىنىڭ چىلانمىسى تاسمىسىمان مەددە قۇرتنى پالەچلەندۈرىدۇ ھەم تارقىلىشچان زۇكام ۋىرۇسىنى تورمۇزلايدۇ. سەرخس چىلانمىسى ئاشقازان- ئۈچەيىنى غىدىقلايدۇ، ئېغىرلىرى قۇستۇرىدۇ، ئىچىنى سۈرىدۇ، كۆرۈش كۈچىنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ، زەھەرلەنگەندە مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىدا تىترەش، تارتىشىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، تۇسالغۇلارنى ئېچىش، يەل ھەيدەش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش،

ئۇچەي قۇرتلىرىنى ئۆلتۈرۈش، زەھەر قايتۇرۇش، قان توختىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۇرەك چاراڭغۇراش، بۆرەك، سۈيدۈكتىكى جاراھەت، يانپاش ئاغرىقى، بوغۇملار ئاغرىقى، ئۇچەي قۇرتلىرى، يۇقۇملۇق زۇكام، تولغاق، بالىياتقۇدىن قان كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سەرخىستىن 30 گىرام، ئوسمىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، قوشۇپ قاينىتىپ ئىچسە، يۇقۇملۇق زۇكامغا پايدا قىلىدۇ.

2. سەرخىس بىلەن كۆپكىدەريادىن 10 گىرام، سەدەپتىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، كۈندە ئۈچ قېتىم ئىچىپ بەرسە، بالىياتقۇ قاناشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. سەرخىسنى ھەسەل بىلەن قوشۇپ لوئابىنى چىقىرىپ ئىچىپ بەرسە، ئاشقازان ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدۇ.

4. ھۆل سەرخىسنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭ 2500 مىللىلىتىر سۈيىگە 600 گىرام ھەسەل قوشۇپ، ھەممىسى 2000 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، ھەر قېتىمدا 50 گىرام ئىچسە، كونا يانپاش ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ.

5. سەرخىس سۇفۇپىنى ھۆل جاراھەتكە سەپسە پايدا قىلىدۇ.

6. سەرخىسنى سوقۇپ سۇفۇپىدىن 12 گىرامنى هاراققا چىلاپ ۋە كاۋا ئۇرۇقى بىلەن ئىچسە، مەددىنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ～ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] شىۋاق، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] قەمبىل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى سەرخىس، مەتبۇخى سەرخىس.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] بىر يىلدىن ئارتۇق ساقلانغىنىنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

ئاق تېرەك قوۋزىقى

阿克提热克库孜克

（白杨树皮 bai yang shu pi）

[باشقا ئاتىلىشى] سەرۋە

[لاتىنچە نامى] Cortex Populus davidiana

[ئىنگلىزچە نامى] Bark of david poplar

[تونۇش] بۇ، تال تېرەكلەر ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان ياغاچ غوللۇق دەرەخ «توپ يوپۇرماقلىق تېرەك» نىڭ پوستى ۋە يوپۇرمىقىدىن ئىبارەت بولۇپ، يوپۇرمىقى تۇخۇم شەكىللىك، ئۇزۇنلۇقى

4~5 سانتىمېتىرغىچە، ئۇچلۇق، تۈۋى يۈرەكسىمان، گىرۋەكلىرى دولقۇنسىمان، چىشلىق بولىدۇ؛ يوپۇرماق يۈزى توق يېشىل، گۈلسىز كېلىدۇ. كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ياكى ھۆل ئىشلىتىلىدۇ. بۇ دەرەخنىڭ يوپۇرمىقى «ئاق تېرەك يوپۇرمىقى» ۋە قوۋزىقى «ئاق تېرەك قوۋزىقى» ، «سەرۋە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدا ۋە ئېلىمىزنىڭ ھەر قايسى جايلىرىدا ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئايرىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ۋە سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، قان توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق قايتۇرۇش، نەپەس راۋانلاشتۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئەزالارنىڭ قانىشى، جاراھەتلىك كېسەللىكلەر، چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش، ئىچ سۈرۈش، بۆرەك ياللۇغى، زۇكام، چىش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاق تېرەك قوۋزىقىنى قايناتىپ، سۈيى بىلەن پۇت - قولنى يۇسا، رېماتىزم ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ.

2. ئاق تېرەك قوۋزىقىدىن 10 گىرام، ئەينۇلادىن بەش تال، قارىئۆرۈكتىن 10 تال ئېلىپ قايناتىپ ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان زۇكامغا شىپا بولىدۇ.

3. ئانارگۈلدىن 10 گىرام، ئاقاقىيا، ئاق تېرەك قوۋزىقىدىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، ئىچكى تەرەپتىن ئىچسە ياكى تاشقى تەرەپتىن يەرلىك ئورۇنغا سەپسە، ئىچكى - تاشقى جاراھەتلەردىكى قاناشنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆچەيدە توسۇلۇش پەيدا قىلىپ قويىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل سۈيى، بادام مېغىزى.

[ئورۇنباسارى] ئاقاقىيا، ئەنجىبار.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قۇرسى كەھرىۋا.

يۇقىرىقىدىن باشقا گىلاس، چىلان، شاھتەررە چىنى، سېرىق ھېلىلە، بەلىلە، كۆك ئەمەن، مامىرانچىن، كىچىك چىلان، جۆئىدە، كاكىنەچ، غۇنچىئۇزۇم، قىبرىقىز، بىدە، زاراڭزا مېغىزى، زەرچۆۋە، قەمبىل، چىنار ئورۇقى قاتارلىقلارمۇ قان تازىلىغۇچى دورىلار قاتارىغا كىرىدۇ.

ئالتىنچى باب قان كۆپەيتكۈچى دورىلار

قان خىلتىنىڭ تەبىئىي مىقدارىنى كۆپەيتكۈچى دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، قان كۆپەيتكۈچى دورىلار دېيىلىدۇ. ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر (يەنى ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك، قان ئىشلىگۈچى ئەزالار خىزمىتىنىڭ زەئىپلىشىشى، ھەر خىل قاناشلار تەسىرىدىن كۆپ قان يوقىتىش، ئىستىفراغنىڭ كۆپ بولۇشى قاتارلىقلار) دىن بەدەندە قان ئازلىق كۆرۈلىدۇ. قان ئازلىق كېلىپچىققاندا چىرايى تاتىرىش، ئىشتىھاسى تۇتۇلۇش، ماغدۇرسىزلىق، ئۇنتۇغاقلىق، مۇچىلەر ئىسسىماسلىق، باش قېيىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ، بۇ خىل كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا ئېغىر ئاقىۋەت كېلىپچىقىدۇ. قان ئازلىقنىڭ سەۋەبلىرى ھەر خىل بولغاچقا، سەۋەبلەرگە ئاساسەن قان كۆپەيتكۈچى دورىلارنى تاللاپ ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. قان كۆپەيتكۈچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق ياكى قۇرۇق ئىسسىق بولىدۇ. بۇ دورىلار ھەزىم قىلىشنى ئىلگىرى سۈرۈپ، تەبىئىي قۇۋۋەتنى كۈچەيتىش ئارقىلىق قان ئىشلىگۈچى ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاپ، قان كۆپەيتىدۇ؛ بۇنداق دورىلار قان كۆپەيتكۈچى دورىلار دېيىلىدۇ، مەسىلەن: تۆمۈر، قامچىئوت، پىششىق ئەگىرسۈناي، ئېشەكيېلىمى، قۇرتئوت، قانتېپەر، قارا ئۈجمە، شېكەر قومۇشى، پىدىگەن، تۆمۈر دېتى، تاتلىق ئانار، ئام، قىزىل ئۈزۈم، قارا شېكەر، يېسسىمۇق، قىزىل بۇغداش، يەرمەدىكى، ئۆلار گۆشى، قوي سۈتى، قوي گۆشى، ئادەمگىياھ، كەكلىك گۆشى، كەپتەر گۆشى، ئۆچكە گۆشى، پاختەك گۆشى، ئات گۆشى، بۇغداي، قوي جىگىرى، ئاقشېكەر، نىشاستە، نوقۇت، ھەسەل قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

تۆمۈر
铁木尔
(铁 tie)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەسىت، ئاھەن، لوھا، ھەدىد

[لاتىنچە نامى] Ferrun

[ئىنگلىزچە نامى] Irom (Fe)

[تونۇش] بۇ، مەشھۇر مەدەنلەردىن بولۇپ، ئاساسىي جەھەتتىن ئىككى خىل بولىدۇ. بۇنىڭ تاۋلانغىنى قاتتىق بولىدۇ، ئۇ «پولات» دەپ ئاتىلىدۇ. يەنە بىرى تاۋلانمىغىنى بولۇپ، يۇمشاق بولىدۇ، ئۇ «تۆمۈر» دەپ ئاتىلىدۇ. (1.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭدىن ۋە باشقا ئۆلكىلەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ مەدەن دورىنى ئېلىپ پاكىز تازىلاپ، دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ، ھەرقانداق ۋاقىتتا

يىغنۇالغىلى بولىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] كۆشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان كۆپەيتىش، «تەبىئەت» نى قۇۋۋەتلەش، باھنى قۇۋۋەتلەش، ئىچ سۈرۈشنى توختى-تىش، ئىششىق ياندۇرۇش ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باھ ئاجىزلىقى، ئىچ سۈرۈش، تال ئىششىقى، ئاشقازان ئاجىزلىقى، قان ئازلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پولات ـ تۆمۈرنى تاۋلاپ، بىرقانچە قېتىم سۇدا سۇغۇرۇپ سۈيىنى ئىچسە، باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ، ئۈچەيدىكى جاراھەت، بوۋاسىر، تال ئىششىقى، ئاشقازان ئاجىزلىقى، سۈيدۈك تۇتالماسلىق، مەقئەت ئاغرىقى، ھەيز كۆپ كېلىش قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

2. تۆمۈرچىلەرنىڭ پولات ـ تۆمۈرلەرنى قايتا ـ قايتا سۇغارغان سۈيىنى ئىچسىمۇ شۇ تەسىرنى بېرىدۇ، ئەگەر قىزىتىپ تاۋلانغان پولاتنى دوغاپ (قېتىق بىلەن سۇنىڭ ئارىلاشمىسى) دا سۇغۇرۇپ ئىچسە، قان خاراكتېرلىك ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ، مەقئەت چىقىشنى يوقىتىدۇ (بۇ جەھەتتىكى تەسىرى كۈچلۈك).

3. زەھەر قوشۇلۇپ قالغان شارابقا ئېكەكلەنگەن تۆمۈر ياكى ئېكەكلەنگەن پولات سېلىنسا، پۈتۈن زەھەرنى ئۆزىگە تارتىۋالىدۇ، شارابتىكى زەھەر يوقايدۇ، بۇ شارابنى ئىچسە زىيان قىلمايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] كىچىك باللارغا بېرىلمەيدۇ، چوڭلارغا ئىككى گىرامغىچە بېرىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] تۆمۈر سۇفۇپىنى ئىچسە، قورساقنى ئاغرىتىدۇ، ئېغىزنى قۇرۇتىدۇ، باشنى ئاغرى-تىدۇ. قەۋزىيەت پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] يېڭى سېغىلغان سۈت ئىچىش، قايماق قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش، گۈل يېغى ۋە سىركە بىلەن باشنى ياغلاش ياكى ياغلىق شورپا ئىچىش.

[ئورۇنباسارى] ئاق قوغۇشۇن، تۇچ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى پولات.

قامچىئوت يىلتىزى

卡米其欧提依力提孜

(何首乌 he shou wu)

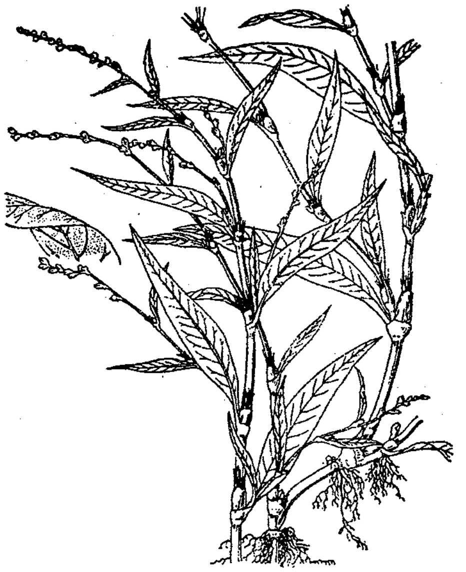
[لاتىنچە نامى] Radix Fallopia multiflori

[ئىنگلىزچە نامى] Tuber Fleeceflower Root

[تونۇش] بۇ، قامچىگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق پىلەك تارتىپ ئۆسىدىغان ئۆسۈملۈك كۆپ گۈللۈك قامچىگۈلنىڭ تۈگۈنچە يىلتىزىدىن ئىبارەت. (2.6 ـ رەسىم)

www.uyghurkitap.com

[چىقىش ئورنى] ئوتلاق ۋە ئورمانلىقلاردا ئۆسىدۇ. شىنجاڭ، خېبېي، شەنشى، گەنسۇ قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.



قامچىئوت ئۆسۈملۈكى

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئانتىراخىنون تۈردىكى ماددىلار، لېستىن قاتارلىق ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. قىزىل قان ھۈجەيرىسىنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە يېتىلىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. ئۈچەينىڭ لۆمۈلدەش ھەرىكىتىنى كۈچەيتىپ، تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

3. قان زەردابىدىكى خولېستېرىننى تۆۋەنلىتىپ، ئارتېرىيەنىڭ بوتقىسىمان قېتىشىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ، يۈرەك رىتىمىنى ئاستىلىتىدۇ.

4. سىل تاياقچە باكتېرىيەسى بىلەن تولغاق تاياقچە باكتېرىيەسىنى تورمۇزلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان پەيدا قىلىش، مەنىي كۆپەيتىش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، چاچنى قارايتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باش قېيىش، كۆز تورلىشىش، يۈرەك سېلىش، ئۇيقۇسىزلىق، جىگەر ۋە بۆرەكنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان بەل، پۇت ئاغرىش، سۈرئىتى ئىنزال، چاچ بالدۇر ئاقىرىپ كېتىش، يۇقىرى بېسىم كېسىلى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاقىرقەرھا، كۈندۈر 10 گىرامدىن، كۆپ گۈللۈك قامچىئوتتىن بەش گىرام ئېلىپ، قايىنتىلما تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، سۈرئىتى ئىنزالغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كۆپ گۈللۈك قامچىئوتتىن ئالتە گىرام، سۆرۈنجاندىن 10 گىرام، بەديياندىن 15 گىرام، سانادىن 10 گىرام، قۇستە شېرىندىن 10 گىرام ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، بۆرەك ئاجىزلىقىدىن بولغان بەل، پۇت ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرنىڭ ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئاقىرقەرھا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى ئاقىرقەرھا.

پىششىق ئەگرىسۇناي

皮西克艾格日苏那衣

（熟地黄　shu di huang）

[لاتىنچە نامى] Rhizoma Rehmannia glutinosa

[ئىنگلىزچە نامى] Rehman nia root

[تونۇش] بۇ، چوقا ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك پىششىق ئەگرىسۇناي بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزىسىمان غولى «پىششىق ئەگرىسۇناي» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ (3.6 ـ رەسىم).

[چىقىش ئورنى] شىمالىي شىنجاڭ رايونلىرىدا ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئەگرىسۇناي گىلۇكوزىدى كۆپ خىل ئامىنو كىسلاتاسى، كەھرىۋا كىسلاتاسى، ئەگرىسۇناي قەنتى (Rehmannan)، سەۋزە ئىشقارى (Daucine، Glucosamine) لار بار.

پىششىق ئەگرىسۇناي ئۆسۈملۈكى

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئىچكى ئاجراتمىلارنىڭ خىزمىتىنى تەڭشەش، ئەسلىگە كەلتۈرۈش، ئىممۇنىتېت ئىقتىدارىنى ۋە قان ئىشلىگۈچى ئورگانلارنىڭ ئىقتىدارىنى كۈچەيتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان كۆپەيتىش، «تەبىئەت» نى قۇۋۋەتلەش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىپ، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، قان ئازلىق، باش قېيىپ كۆز قاراڭغۇلىشىش، قۇلاق غۇڭۇلداش، بەل ـ پۇت ئاغرىش، ھەيز تۇتۇلۇش، دىيابىت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۇرۇقسىز قىزىل ئۈزۈمدىن 30 گىرام، شاقاقۇل، پىششىق ئەگرىسۇنايدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، قان كۆپەيتىدۇ.

2. پىششىق ئەگرىسۇناي، زاراڭزا چېچەكى، ئاغىچىننىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ھەيز تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. پىششىق ئەگرسۇناي، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كاھۇ ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ تەييارلاپ ئىچسە، دىيابىت كېسەلىگە شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ناۋات.

[ئورۇنباسارى] شاقاقۇل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] پىششىق ئەگرسۇناي شەربىتى.

ئېشەكيېلىمى

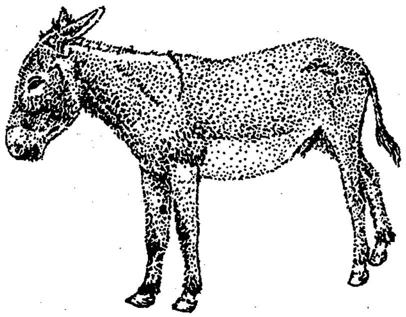
依射克依力蜜

(阿胶 a jiao)

[باشقا ئاتىلىشى] مۇلغۇي

[لاتىنچە نامى] Colla Corii Asini

[ئىنگلىزچە نامى] Ass—hide Gelatin



ئېشەك

[تونۇش] بۇ، مەشھۇر ھايۋان ئېشەك تېرىسىنىڭ يېلىمى بولۇپ، ئېشەكنى ئۆلتۈرۈپ تېرىسى سويۇۋېلىنغاندىن كېيىن مەخسۇس ئۇسۇل بىلەن ئېشەك تېرىسىدە ئېشەكيېلىمى ياسىلىدۇ. (4.6 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ھايۋاننى ئۆلتۈرگەندىن كېيىن، ئۇنىڭ تېرىسىدىن دورىلىق قىسمى (يېلىمى) نى ئېلىپ، قۇرغاق ۋە سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كوللاگېن (Collagen)، ئامىنو كىسلاتاسى ۋە كۆپ خىل ئاقسىلدىن تەركىب تاپقان، يەنە كالتسىي (Ca)، كالىي (K)، ناترىي (Na)، سىنك (Z) قاتارلىق ماددىلارمۇ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] شوكقا قارشى تۇرۇش، كالتسىينىڭ ئالمىشىشىنى ئىلگىرى سۈرۈش، ئوكسىگېن كەملىك ۋە رادىئاكسىيەلىك نۇرغا قارشى تۇرۇش، ئىممۇنىتېت كۈچىنى ئاشۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] كۆيگەن قېتىشمىلاردىن ساپلاشتۇرۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] باھنى قۇۋۋەتلەش، قان كۆپەيتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، قان توختىتىش، ھامىلىنى مۇقىملاشتۇرۇش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، نېرۋىنى ياخشىلاش، كالتسىي تولۇقلاش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

www.uyghurkitap.com

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆپكە سىل كېسەللىكى، يۆتەل، قان تۈكۈرۈش، قان كەملىك، ئۆپكە يېرىڭلىق ئىششىقى، باھ ئاجىزلىق، بەدەننى چىڭىتىش، يۈرەك سىقىلىش، ئۇيقۇسىزلىق، بالىياتقۇنىڭ پائالىيەتچان قانىشى، بالا تەۋرەش، ھامىلىدارلىقتىن قورساق ئاغرىش، قان قۇسۇش، تۇغۇتتىن كېيىنكى خۇن تەۋرەش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. لوبىيا، ئادەمگىياھ، ئىشەكىيېلىمىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قايىتىپ ئىچسە، قان كۆپەيتىپ يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ.

2. ئېشەكىيېلىمى، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، تاباشىرنىڭ ھەربىرىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ يېسە، ھەر خىل قاناشلارنى توختىتىدۇ. ئىچى ھەم سىرتىدىن ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4.7 ~ 9.5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تال ۋە ئاشقازان ئاغرىقى بارلارغا ھەم قۇسۇۋاتقان، ئىچى سۈرۈۋاتقان، ھەزىم قىلىشى بۇزۇلغانلارغا بېرىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۈت، بەديان.

[ئورۇنباسارى] كەھرىۋا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى تاباشىر.

قۇرتئوت

库热提欧提

(冬虫夏草 dong chong xia cao)

[لاتىنچە نامى] Stachys geobombycis

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Caterp—illar Fungus

[تونۇش] بۇ، ئېچىتقۇچى زەمبۇرۇغلار ئائىلىسىدىكى بىر خىل زەمبۇرۇغ بولۇپ، بۇ «قىشلىق قۇرت، يازلىق قۇرتئوت» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ خىل زەمبۇرۇغ بىر خىل پىلە قۇرتىغا ئوخشايدىغان يىپشىل ھەشقىپىچەك قۇرتىنىڭ تېنىدە تەييارتاپ بولۇپ ئۆسىدۇ، بۇ قۇرت قىشتا توپىنىڭ ئىچىدە ياتقان ۋاقتىدا قۇرتئوتى زەمبۇرۇغى ئۇنىڭ تېنىگە كىرىپ، قۇرتنى ئۆلتۈرۈپ تاشلايدۇ، ئەتىياز ۋە يازدا قۇرتئوتى زەمبۇرۇغى ئۆلگەن قۇرتنىڭ باش قىسمىدىن ئۆسۈپ چىقىپ، يەردىن كۆتۈرۈلۈپ چىقىدۇ (بەزىلىرى ئۆسۈپ چىقمايدۇ). ئۆلگەن قۇرتنىڭ ئۇزۇنلۇقى 3~5 سانتىمېتىر، خورما رەڭ، كېسىلگەن يۈزى ئاق رەڭلىك بولىدۇ، شەكلى خۇددى موي قەلەمگە ئوخشايدۇ. (5.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئالتاي تاغلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] يازنىڭ ئالدى ـ كەينىدە ھۆل ـ يېغىن بولمىغان چاغلاردا يىغىۋېلىپ، تازىلاپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ ياكى ئازراق ئوتقا قاقلاپ قۇرۇتۇلىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] قۇرتئوت تەركىبىدە 10.84% سۇ، 8.4% ماي، 25.32% يىرىك ئاقسىل،

18.53% سىللىيۇلوزا، 28.90% كاربون ھىدرات، 4.10% كۈل ماددىسى ۋە باشقا ۋىتامىنلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش، كاناي شاخچىلىرىنى كېڭەيتىش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] «تەبىئەت» نى قۇۋۋەتلەش، ئۈسمىگە قارشى تۇرۇش، ئۆپكە ۋە بۆرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش، يىلىكنى تولۇقلاش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، قان توختىتىش، بەلغەم بوشىتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش، مەنىينى تۇتۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆپكە سىلىدىن بولغان يۆتەل، قان تۈكۈرۈش، قىرىلىقتىن بولغان ئاجىزلىق، دەم سىقىلىش، قان ئازلىق كېسىلىدىن كېيىنكى ئاجىزلىق، ئەرلىك جىنسىي ئاجىزلىق ۋە كۆپ ئىھتىلام بولۇش، بۆرەك ئاجىزلىقىدىن كېلىپچىققان بەل، تىز ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قۇرتئوتتىن 35 گىرام، سوغىگۈلدىن 20 گىرام، گۈلسامساقتىن 16 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، ئۆپكە سىلىدىن بولغان يۆتەل، قان تۈكۈرۈش، قىرىلىقتىن بولغان ئاجىزلىق ۋە دەم سىقىلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كەتىرادىن 35 گىرام، قۇرتئوتتىن 20 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، قان ئازلىق كېسىلىدىن كېيىنكى ئاجىزلىق، ئەرلىك جىنسىي ئاجىزلىق ۋە كۆپ ئىھتىلام بولۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، دارچىن.

[ئورۇنباسارى] شاقاقۇل، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قۇرتئوت قايىنتىلمىسى.

قانتېپەر

卡尼特排尔

（党参　dang shen）

[باشقىچە ئاتىلىشى] تۇرسۇلداق، سۇغۇر سېسىقئوتى

[لاتىنچە نامى] Radix Codonopsis clematidea

[ئىنگلىزچە نامى] Pilose Asiabell Root

[تونۇش] بۇ، 50 ~ 100 سانتىمېتىر ئەتراپىدا ئۆسىدىغان قوڭغۇراقگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك شىنجاڭ قانتېپەرى (بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ خەلقىمىز ئارىسىدا «تۇرسۇلداق» ھەم «سۇغۇر سېسىقئوتى» دېگەن نامىمۇ بار) بولۇپ، ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «قانتېپەر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (6.6 ـ رەسىم)

قانتپپەر ئۈسۈملۈكى

www.uyghurkitap.com

[چىقىش ئورنى] تاغ جىلغىلىرى ۋە تاغ باغرىدىكى ئورمانلىقلاردا ئۆسىدۇ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ تەڭرىتاغلىرى، ئالتاي تاغلىرى ۋە قارىقۇرۇم تاغلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە سوپونلار، قەنتلەر، فىلاۋونلار، ستروئىدلار، ئۇچۇچان ماي، بىيولوگىيەلىك ئىشقار، پالماتىك كىسلاتاسى، ئامىنو كىسلاتاسى، تۆمۈر (Fe)، سىنىك (Za)، مىس (Cu) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. قاندىكى قىزىل قان ھۈجەيرىلىرىنى كۆپەيتىش، قان ئايلىنىشنى راۋانلاشتۇرۇش، قان بېسىمىنى تۆۋەنلەتىش خۇسۇسىيىتى بار.
2. ھەزىمنى ياخشىلاش تەسىرى بار.
3. بەدەننى كۈچلەندۈرۈش تەسىرى بار. كىچىك چاشقان تەجرىبىسىدە بۇ خىل ئۈنۈمى ئىسپاتلانغان.
4. ئۇيقۇغا بولغان تەسىرى: كىچىك چاشقان تەجرىبىسىدىن ئۇخلاش ۋاقتىنى قىسقارتىدىغانلىقى ئىسپاتلانغان.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تولۇقلاش، ئۆپكە، كانايىنى قۇۋۋەتلەش، تال ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان ئازلىق، تال ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقى، بالىلاردىكى ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. شېكەردىن 50 گىرام، قانتپپەردىن 60 گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، قان كۆپەيتىپ يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ.
2. قانتپپەر، زىرىدىن 10 گىرامدىن، بەديان، پىننە، جۇۋنەدىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ، چايلىق تەييارلاپ ئىچسە، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 20 ~ 30 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىقلارنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] چىلان.

[ئورۇنباسارى] ئادەمگىياھ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قانتپپەر قايىنىتىلمىسى.

خورما

胡尔玛

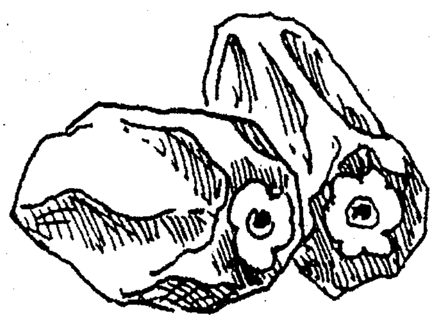
（蜜枣 mi zao）

[**باشقا ئاتىلىشى**] خورمائى رەتبە، خورمائى يابىس

[**لاتىنچە نامى**] Fructus phoenix dactylifera

[**ئىنگلىزچە نامى**] Candied dete

[**تونۇش**] بۇ، پالما ئائىلىسىدىكى ھەمىشە كۆكىرىپ تۇرىدىغان (ئېگىزلىكى 17 ~ 35 مېتىرغا يېتىدۇ) خورما دەرىخىنىڭ مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، «خورما» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسى ئېلىلىپسىسىمان بولۇپ، خۇددى يوغانراق سوقا چىلانغا ئوخشايدۇ. قۇرۇتۇلغان خورمىنىڭ سىرتقى يۈزى پۈرۈلمە، قاتتىق، سارغۇچ بېغىر رەڭلىك ياكى بېغىر رەڭلىك، تەمى تاتلىق، پوستى نېپىز بولىدۇ، ئىچىدە بىر تال ئۇچكىسى بولىدۇ. (6. 7 ـ رەسىم)



خورما

[**چىقىش ئورنى**] ئافرىقا، ئاسىيا، ھىندىستان ۋە ئەرەب ئەللىرىدە ئۆسىدۇ، ھازىر ئىسسىق بەلباغ ئەللىرىدە تىكىپ ئۆستۈرۈلىدۇ، ئېلىمىزنىڭ جەنۇبىدىكى ئۆلكىلەردىمۇ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ئەتىياز ۋە ياز پەسلىدە گۈلى ئېچىلىدۇ، گۈلى ئېچىلغاندا يىغىۋېلىپ، گۈل بەرگىنى ئايرىپ، سايىغا يېيىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە ئاقسىل، ماي، مۈرەككەپ قەنت، ئۈزۈم قەنتى، مېۋە قەنتى، قومۇش شېكىرى، ئامىنو كىسلاتاسى، فىلاۋون، سېرىق كېتون گىلۇكوزىدى، ئاتسىدوم سىنناميكوم (Cinnamic acid)، كاروتىن، پىگمېنت، ئاز مىقداردا ۋىتامىن، B_1، B_2، C قاتارلىقلار بار. ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە ئېستىرون (Estorne)، ئاقسىل، ماي، مۈرەككەپ قەنت، قومۇش شېكىرى، ئۈزۈم قەنتى، مېۋە قەنتى قاتارلىقلار بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئوزۇقلۇق تولۇقلاش، قان كۆپەيتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، قان بېسىمنى چۈشۈرۈش، باھ ۋە ئومۇمىي بەدەننى، يۈرەك ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، مەنىي پەيدا قىلىش، بەدەننى سەمرىتىش، پەيلەرنى قۇۋۋەتلەش، قان توختىتىش، ئاغرىق توختىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] پالەچ، لەقۋا، باھ ۋە يۈرەك ئاجىزلىقى، بوۋاسىر قاناش، يۇقىرى قان بېسىمى، ئاشقازان ئاجىزلىقى، بەدەن ئورۇقلاش، بەل ئاغرىقى، بوغۇم ئاغرىقى، يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ ھەم ئوزۇقلۇق سۈپىتىدە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. يېڭى سېغىلغان سۈتكە مۇۋاپىق مىقداردىكى خورمىنى سېلىپ قاينىتىپ، ئۈستىگە 10 گىرامدىن

بادام مېغىزى، ياڭاق مېغىزى سېلىپ سوقۇپ، تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، بەدەننى سەمرىتىدۇ، باھ ۋە يۈرەك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. زىرىق، ئالقات، تەمرىھىندى، خورمىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ، بىر كۈندە ئۈچ ۋاق 10 مىللىلىتىردىن ئىچىپ بەرسە، قان بېسىمنى چۈشۈرىدۇ.

3. پىنىندىن 15 گىرام، بەدىيان، خورمىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ، كۈندە ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ ئىستېمال قىلسا، ئاشقازان ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ~ 40 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تەستە ھەزىم بولىدۇ، تال، جىگەردە توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ، چىشنىڭ تۈۋىگە يىرىڭ ۋە ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ، خامراقى قورساقنى ئىسسىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كاھۇ، سىركەنجىۋىل، ئانار سۈيى، كۈنجۈت يېغى، ئاقلانغان بادام بىلەن قوشۇپ بېرىلىدۇ. يەپ بولغاندىن كېيىن ئىسسىق سۇ بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم. بىر قېتىمدا 50 گىرامدىن ئارتۇق خورمىنى يېمەسلىك لازىم.

[ئورۇنباسارى] پىشقان ئۆرۈكنىڭ گۆلىسى، ئەنجۈر، ھۆل زەنجىۋىل، جىگدە.

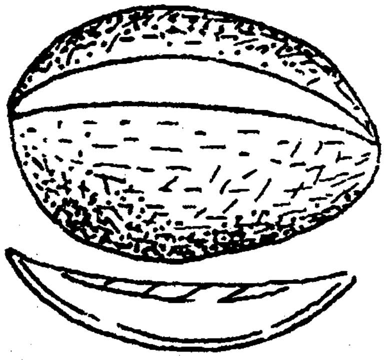
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوئوقى چىلغوزا.

قوغۇن
扩混
(甜瓜 tian gua)

[باشقا ئاتىلىشى] خەربوزە

[لاتىنچە نامى] Cucumis melo Frustus

[ئىنگلىزچە نامى] Muskmelon



قوغۇن

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياماشقۇچى ياكى يەر بېغىرلىغۇچى سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قوغۇن بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى «خەربوزە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شەكلى ئۇزۇنچاق، يۇمىلاق كېلىدۇ، سىرتقى شاپىقى سېرىق رەڭلىك، سارغۇچ ئاق رەڭلىك ياكى يېشىل رەڭلىك بولىدۇ، تەمى تاتلىق، خۇش پۇراق، مېۋە ئېتى ئادەتتە سارغۇچ يېشىل رەڭلىك، توق سېرىق رەڭلىك ۋە ئاق رەڭلىك بولىدۇ. (8.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ ھەم ھىندىستان قاتارلىق ئىسسىق بەلباغ ئەللىرىدىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئايرىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ۋە سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] قوغۇن ئېتى تەركىبىدە شارچە ئاقسىلى، لىمون كىسلاتاسى قاتارلىق ئورگانىك

كىسلاتا، كاروتىن، ۋىتامىن B، C قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] بۇ باكتېرىيەنى تورمۇزلىمايدۇ، لېكىن بەزى زەمبۇرۇغلارغا قارىتا تورمۇزلاش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىنى چىقىرىۋېتىش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، قان كۆپەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، بەدەنگە ئوزۇق بولۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، مېڭە ۋە بەدەندە ھۆللۈك پەيدا قىلىش، تېرىنى سىلىقلاشتۇرۇش، ھەيزنى راۋان قىلىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مېڭە ۋە نېرۋا ئاجىزلىقى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش، بۆرەك ۋە دوۋسۇن يارىسى، ھەيز تۇتۇلۇش، كۆپ ئۇسساش، قەۋزىيەت، جىگەر ۋە بۆرەك يوللىرى توسۇلۇش، بۆرەككە تاش چۈشۈش كېسەللىكى، تېرىنىڭ يېرىكلىشىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قوغۇندىن كۈندە مۇۋاپىق مىقداردا يەپ بەرسە، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، بەدەنگە ئوزۇق بولىدۇ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.
2. قوغۇننىڭ لېشىنى تېرىگە سۈركىسە، تېرىدىكى يېرىكلىكنى يوقىتىدۇ.
3. قوغۇننى مۇۋاپىق مىقداردىكى قېتىق بىلەن بىرگە يېسە، قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ.
4. مۇۋاپىق مىقداردىكى قوغۇننى گۆش بىلەن قوشۇپ پىشۇرۇپ يېسە، تېرىگە جۇلا بېرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مۇۋاپىق مىقداردا يېيىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ يېسە ئىچنى سۈرۈۋېتىدۇ، ئىچكى ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى سۇسلاشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىركەنجۇبىل، ئانار سۈيى، مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل بىلەن يېيىش لازىم.

[ئورۇنباسارى] تەرخەمەك.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى پەۋاكىھە.

قارا ئۈجمە

卡拉吾吉买

(黑桑椹 hei sang shen)

[باشقا ئاتىلىشى] توت شامى، توت سىياھ

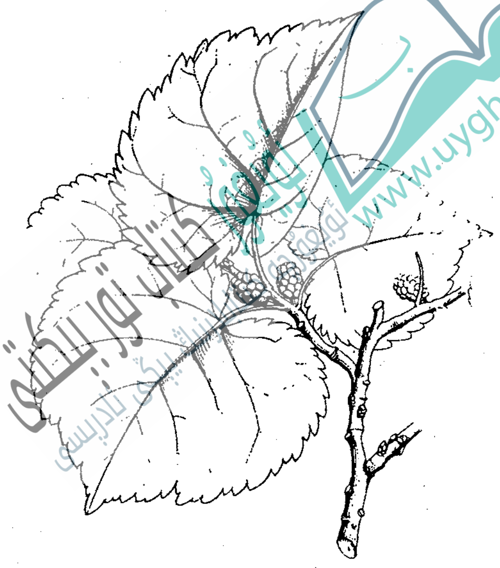
[لاتىنچە نامى] Fructus Morus alba

[ئىنگلىزچە نامى] black mulberry

[تونۇش] بۇ، ئۈجمە ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك قارا ئۈجمىنىڭ مېۋىسى بولۇپ، رەڭگى قارا، تەمى تاتلىق. (9.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ جەنۇبىي رايونلىرىدىن كۆپ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئايرىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ۋە سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.



قارا ئۈجمە

www.uyghurkitap.com

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئاقسىل، قەنت، كالتسىي، مىنېرال ماددىلار، كاروتىن، ۋىتامىن C، B، E، H، B12، B1 قاتارلىقلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان كۆپەيتىش، ھارارەت پەسەيتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، يىلتىزى ۋە قوۋزاقلىرى قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] گال ئاغرىقى، ئېغىز مودۇر - چاقلىرى، قان ئازلىق، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قارا ئۈجمە يىلتىزى، فۇپەل، قەمبىلدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، مەدەت قۇرت چۈشۈرىدۇ.

2. قارا ئۈجمە، شاتۇت، شېكەر قاتارلىقلاردىن شەربەت تەييارلاپ ئىچسە، تال ئاغرىقىغا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. قارا ئۈجمە، كاسنە، يۇمغاقسۈت قاتارلىقلارنى ئازراق قايناق سۇدا ئارىلاشتۇرۇپ سوۋۇتۇپ، ئاغزىنى غار - غار قىلسا، ئېغىز مودۇر - چاقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] پەيگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەدىيان، دارچىن.

[ئورۇنباسارى] چىقىر ئۈجمە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئۈجمە شەربىتى.

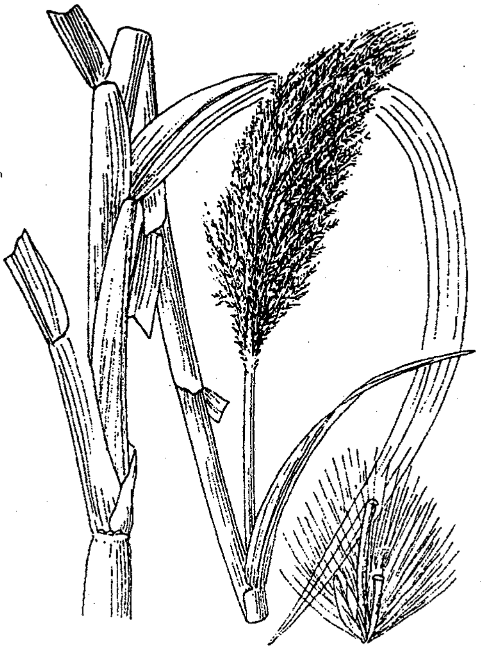
شېكەر قومۇشى
谢开尔库木西
(甘蔗 gan zhe)

[باشقا ئاتىلىشى] قەسسە بۇ سۇكەر، نىشكەر، گەننا

[لاتىنچە نامى] Culmus Saccharum officinarum

[ئىنگلىزچە نامى] Sugarcane

[تونۇش] بۇ، باشاقلىق ئۆسۈملۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك شېكەر



شېكەر قومۇشى

قومۇشى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ غولى ۋە غولىدىن سىقىپ ئېلىنغان سۈيى «شېكەر قومۇشى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شېكەر قومۇشى ئىككى خىل بولىدۇ، بىر ئاق، يەنە بىر قىزىل. بەزىسى ئۈششاق، سۇلۇق، تاتلىق، بەزىسى قاتتىق، سۈيى ۋە تاتلىقلىقى كەم، بەزىلىرى تۇزلۇق كېلىدۇ، شېكەر قومۇشىنىڭ تاتلىق، سۇلۇق، يېپى ئاز بولغانلىرى ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ. (10.6 ـ رەسىم).

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ شەرقىي جەنۇبىي قىسمى، پاكىستان، ئافرىقا، لاتىن ئامېرىكىسى قاتارلىق ئىسسىق ئىقلىملىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[**يىغىش ساقلاش**] كۈزنىڭ ئاخىرىدا كېسىپ يىغىۋېلىپ، باغلاپ، ھاۋا ئۆتۈشىدىغان جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ھەر 100 گىرام ئىستېمال قىلىنىدىغان قىسمىدا 84 گىرام سۇ، 0.2 گىرام ئاقسىل ماددىسى، 0.5 گىرام ماي، 12 گىرام كاربون سۇ بىرىكمىلىرى، سەككىز مىللىگىرام كالتسىي، تۆت مىللىگىرام فوسفور، 1 ~ 3 مىللىگىرامغىچە تۆمۈر تۇتىدۇ. شېكەر قومۇشىنىڭ شەربىتىدە كۆپ خىل ئامىنو كىسلاتاسى، ئاسپاراگىن، ئاسپاگىن كىسلاتاسى، گىلۇماتىك كىسلاتا، ئالما كىسلاتاسى، لىمون كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار. غول بوغۇملىرىدا يەنە ۋىتامىن B_6 بولۇپ، ئۈستى تەرىپىدىكى يۇمران غولىدا كۆپرەك مىقداردا تۇتىدۇ، غولدا يەنە ۋىتامىن C بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] راكقا قارشى تۇرىدىغان كۆپ قەنتلىك ماددىلار بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] توغراش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قان كۆپەيتىش، جىگەر ۋە ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، بەدەننى سەمىرتىش، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش، چىش مىلىكىنى چىڭىتىش ۋە تازىلاش، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىش، توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قان ئازلىق، بەدەن ئاجىزلىقى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، سۆزنەك، يۈرەك ئاجىزلىقى، يۆتەل، ھەزىم ناچارلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. شېكەر قومۇشىدىن 10 گىرامنى ساپال كوزىغا سېلىپ، سىرتتا شەبنەمگە قويۇپ ئەتىگىنى ئېلىپ ئىچسە، سۆزنەككە پايدا قىلىدۇ.

2. 15 گىرام شېكەر قومۇشىنىڭ شىرنىسىنى چىقىرىپ ئىچىپ بەرسە، بۆرەك، دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرىدۇ.

3. شېكەر قومۇشى شىرنىسىدىن 15 گىرام، تاتلىق ئانار سۈيىدىن 20 مىللىلىتىر ئېلىپ،

ئىككىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، بۇنىڭغا 1.5 گىرام زەپەرنى سوقۇپ، تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، قان ئازلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ~ 15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تاماقتىن كېيىن كۆپ ئىستېمال قىلسا قورساقنى ئىششىدۇ، يەل پەيدا قىلىدۇ. ئاشقازاننى بۇزىدۇ، ياشانغان، بەلغەم مىزاجلىق كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەدىيان ياكى شېكەر.

[ئورۇنباسارى] قىزىلچا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شېكەر قومۇشى شىرنىسى.

پىدىگەن

皮迪根

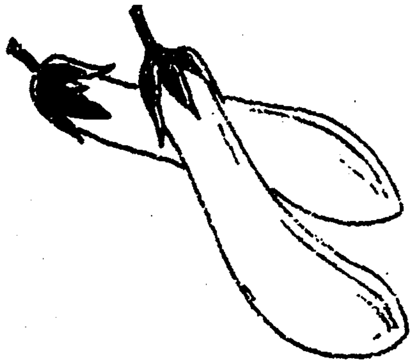
(茄子 qie zi)

[باشقا ئاتىلىشى] بادىجان، بادەنگەن، پىدىگەن، بىنگەن

[لاتىنچە نامى] Fructus Solanum melongena

[ئىنگلىزچە نامى] fruit of Garden Eggplant

[تونۇش] بۇ، پىدىگەن ئائىلىسىدىكى پىدىگەن مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، تېبابەتىمىزدە «بادىنجان»، خەلق ئارىسىدا «پىدىگەن» نامىدا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسى شىرلىك، سوقىچاق، ئېلىپىس شەكىللىك، شار شەكىللىك، توق سۆسۈن رەڭلىك، سۆس يېشىل رەڭلىك ياكى سارغۇچ ئاق رەڭلىك، پارقىراق كېلىدۇ، تۈۋىدە گۈل كاسىسى ساقلىنىپ قالىدۇ. (11.6 ـ رەسىم)



پىدىگەن

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ھەممە يەرلىرىدە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئايرىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ۋە سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پىدىگەن تەركىبىدە تىرىلگونېلىن (Trigonelline)، ستاخىدرىن (stachydrine)، خولىن (Choline)، سولانىن (Solanin) قاتارلىق كۆپ خىل ئالكولوئىدلار بار. ئۇرۇقىدا تۇتقان سولانىن ئەڭ يۇقىرى بولۇپ، 1.5% نى ئىگىلەيدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] مېۋىسى ۋە يوپۇرمىقى (ھۆل ياكى قۇرۇغاندىن كېيىن، سوقۇلغان تالقىنى) نى يېگەندىن كېيىن ياكى ئۇنىڭدىن ئېلىنغان ماددىسى ئوكۇل قىلىنسا، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئوزۇق بولۇش، تۇتۇش، قان پەيدا قىلىش، ئاغرىق توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش،

تارقىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل ئىششىقلار، قان ئازلىق، تاياق تەگكەن، زەربە يېگەن جاراھەتلەرگە سىرتقى تەرەپتىن ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پىدىگەننى يەككە ھالەتتە ياكى گۆش بىلەن قوشۇپ پىشۇرۇپ يېسە، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى پىدىگەننىڭ سۈيىنى چىقىرىپ شېكەر قوشۇپ ئىچسە، زەخىملەرنىڭ ئاغرىقىنى يوقىتىدۇ.

3. ئادەتتە ھەر خىل تاماقلار بىلەن دائىم ئىستېمال قىلىپ بەرسە، تۆمۈر ماددىسىنى تولۇقلاپ، قان ئازلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىپ بەرسە بولىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] قورساقنى ئېسىدۇ، ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە مۇۋاپىق كەلمەيدۇ، قەۋزىيەت پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] گۆش، ياغ، سىركە.

[ئورۇنباسارى] پەمىدۇر.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك ياسالمىسى] ھەر خىل غىزالار ياسىلىدۇ.

تۆمۈر كېپىكى
铁木尔克皮可
(铁落 tie luo)

[باشقىچە ئاتىلىشى] خۇبسۇلھەدىد، تۆمۈر پوقى.

[لاتىنچە نامى] Pulvis ferrun

[ئىنگلىزچە نامى] iron Rust

[تونۇش] بۇ، تۆمۈرنى تاۋلىغان چاغدا تۆمۈردىن چىققان زەررىچە شەكىللىك دېتى بولۇپ، قىزىق تۆمۈرنى سەندەلدە قويۇپ سوقسا، قاسراقلىرى چىقىدۇ، ئۇ ھاۋاغا يولۇقسا ئاسانلا ئۇۋۇلىدۇ، ئاندىن ئۇنى يىغىۋېلىپ، ئوتتا قويۇپ قىزىتىپ، ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇ ئادەتتە «تۆمۈر پوقى»، «خۇبسۇلھەدىد» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ دورىنى يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ. قانچە ئۇششاق بولسا، شۇنچە ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ. (12.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭدىن ۋە ئىچكى ئۆلكىلەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] تۆمۈر تاۋلاش ئورنىدىن يىغىۋېلىپ، كۇشتە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] فىروكېبىك ئوكسىد (Ferrosic oxide)، (F_3O_4)، Feo، [Fe_2O_3] قاتارلىقلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] كۇشتە قىلىش ئۇسۇلى ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان كۆپەيتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش، قان توختىتىش، ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، ھەيز تەڭشەش، ئۈچەي ۋە سۈيدۈك يولىدىكى يىرىڭلىق چاقىلارنى يوقىتىش، سۈيدۈك تۇتۇش، بۆرەك، جىگەر ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان ئازلىق، سۇلۇق ئىششىق (جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان كېسەل)، ھەيز تۇتۇلۇش، ئىچ سۈرۈش، كونا ئۈچەي كېسىلى، ھەزىم بۇزۇلۇش، ئۈچەي قۇرتلىرى، بۆرەك ياللۇغى، جىگەر ۋە بەدەن ئاجىزلىقى، مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مۇدەببەر قىلىنغان تۆمۈر دېتىنى ئېزىپ كۆزگە تارتسا، كۆز قارىچۇقىدىكى قاتتىقلىقنى، يىرىڭلىق يارىلارنى ۋە يىرىكلىكنى يوقىتىدۇ.

2. كۆشتە قىلىنغان تۆمۈر دېتىدىن يېرىم گىرام ئېلىپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، جىنسىي ئاجىزلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. كۆشتە قىلىنغان تۆمۈر دېتىنى سىركە ۋە ئاچچىقسۇ بىلەن سىرتتىن زىمات قىلسا، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارنى ۋە ئەمچەكتە يىغىلىپ قالغان سۈتلەرنى يۇمشىتىپ تارقىتىدۇ.

4. تۆمۈر دېتىگە 20 ھەسسە ھەسەل ۋە سۇ قويۇپ ئېزىپ، قۇرۇتۇپ، ئاندىن قاچىغا سېلىپ ئۈستىگە زەيتۇن يېغى قويۇپ، سۈيى تۈگەپ ياغ قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ئېلىپ، زاغۇن تالقىنى ۋە ھەسەل بىلەن قوشۇپ يالانچۇق تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئىككى گىرامدىن ئىستېمال قىلسا ياكى زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىپ ئالغاندىن كېيىن، ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ، كۈندە بىر ئازدىن ئىستېمال قىلسا، بەدەندىكى ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتىدۇ. ئۇنى يۇمشاق سوقۇپ، چىنە ياكى ساپال قاچىغا سېلىپ ئۈستىگە ناھايىتى ئاچچىق قېتىقنى قويۇپ، ئاپتاپتا داۋاملىق ئارىلاشتۇرۇپ قويۇلىدۇ، ئەگەر قېتىق قۇرۇپ كەتسە يەنە قويۇلىدۇ. شۇ ئۇسۇلدا بىرقانچە قېتىم تەكرارلىسا يۇمشاق ھالەتكە كېلىدۇ. ئاندىن قۇرۇتۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ، ئۇنىڭدىن 125 ~ 250 مىللىگىرام سۇفۇپىنى يېڭى قېتىققا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، يۇقىرىقى كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] لايىقلاشتۇرۇپ كۆشتە قىلىنغىنىدىن 0.2 ~ 0.4 گىرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ. كىچىك بالىلارغا ئىشلىتىلمەيدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ. قۇرۇقلۇق پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، كەتىرا، سۈت، قايماق، سېرىق ماي.

[ئورۇنباسارى] كۆشتە قىلىنغان تۇخۇم شاكىلى، پولات كۆشتىسى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى خۇبسۇلھەدىد، سۇفۇپى خۇبسۇلھەدىد، شەربىتى پولات.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ئۇنى بۆرەكنى قۇۋۋەتلەيدىغان دورىلار بىلەن بىرىش چەكلىنىدۇ. كىچىك بالىلارغا ئىشلىتىلمەيدۇ.

تاتلىق ئانار

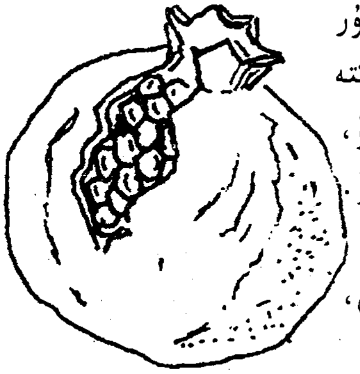
塔提里克阿那尔

（甜石榴 tian shi liu）

[**باشقا ئاتىلىشى**] رۇمان ھەلو، ئانار شىرىن، مىيتا ئانار

[**لاتىنچە نامى**] Furctus Punica granatum

[**ئىنگلىزچە نامى**] Pomegranate Fuirt



تاتلىق ئانار

[**تونۇش**] بۇ، ئانار ئائىلىسىدىكى ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان مەشھۇر مېۋىلىك دەرەخ ئانارنىڭ پىشقان مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئانار ئادەتتە شار شەكىللىك، رەڭگى قىزىل، ئىچىدىن مارجاندەك ئۇرۇق چىقىدۇ، ئۇرۇقى قىزىلىق، پارقىراق، شىرىلىك، تەمى تاتلىق كېلىدۇ. (13.6 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىز ۋە ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن، بولۇپمۇ قەشقەر، خوتەندىن كۆپ چىقىدۇ.

[**يىغىش ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئايرىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ۋە سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] مېۋە تەركىبىدە شېكەر، ئالما كىسلاتاسى، ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە ماي، يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە بىيولوگىيەلىك ئىشقارلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] يۈرەك رىتىمىنى ئاستىلىتىدۇ. سۇيۇقلۇق تولۇقلاپ ئېلېكترولىتلار تەڭپۇڭلۇقىنى نورماللاشتۇرىدۇ، قىزىتما قايتۇرىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] پوستىدىن ئايرىپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] يۈرەك، جىگەر ۋە باھنى قۇۋۋەتلەش، قان كۆپەيتىش، ھارارەت پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش؛ ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، كۆكرەك ۋە گالنىڭ يىرىكلىكىنى ياخشىلاش، مەددە قۇرت ئۆلتۈرۈش، ئوزۇقلۇق تولۇقلاش، يۆتەل توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] يۈرەك ئاجىزلىقى، جىگەر ئاجىزلىقى، باھ ئاجىزلىقى، يۇقىرى قان بېسىمى، يەرقان، زىققە، ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل ۋە گالنىڭ يىرىكلىكى، قان ئازلىق، ئىچ سۈرۈش، تولغاق، مەقئەت چىقىپ قېلىش، چىش تۈۋى بوشاپ قېلىش، ئېغىز پىشلاقلىنىش، قۇسۇش، كۆڭۈل ئېلىشىش، كۆپ ئۇسساش، قىچىشقاق، ئۈچەي قۇرت كېسەللىكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. تاتلىق ئانار سۈيىنى ئەرقى گۈل، ئەرقى سەندەل بىلەن بىللە ئىچسە، يۈرەك چالاڭغۇراشقا شىپا بولىدۇ.

2. سىركەنجىۋىل سادىدە بىلەن تاتلىق ئانار سۈيىنى قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، سېرىقلىق چۈشۈشكە

مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئانارنى كۆندە مۇۋاپىق يەپ بەرسە، يۈرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەپ قان كۆپەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] سۈيىدىن 30 ~ 50 مىللىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازاندا سوغۇق يەل پەيدا قىلىدۇ. سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقا، تەپ كېسەللىكلىرىگە بېرىلمەيدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئاشقازان كېسەللىكىگە شېكەر، تەپكە زەنجىۋىل، ئاچچىق ئانار سۈيى قوشۇپ بېرىلىدۇ.

[ئورۇنباسارى] ئاچچىق ئانار.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى ئانار، جاۋارىش ئانارىن، جاۋارىش پۇدىنە، داۋائى مىشكى، نارپىننە.

ئام

阿米

（芒果 mang guo）

[باشقا ئاتىلىشى] ئەمبەج، ئاينە، ئام، ماندارىن

[لاتىنچە نامى] Fructus Mangifera indica

[ئىنگلىزچە نامى] mango fruit

[تونۇش] بۇ، سىر دەرىخى ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئامنىڭ مېۋىسى بولۇپ، ئېللىپىس شەكىللىك ياكى بۆرەك شەكىللىك، سەل ياپىلاق، ئۇزۇنلۇقى 8 ~ 15 سانتىمېتىرغىچە، رەڭگى سېرىق رەڭلىك ياكى قىزغۇچ سېرىق رەڭلىك، ئىچىدە ئۇچكىسى بولۇپ، شەكلى بۆرەك شەكىللىك ياكى تۇخۇمسىمان يۇملاق شەكىللىك، ئېتى قېلىن بولۇپ، يېپىشقاق، تەمى تاتلىق، پۇرىقى سۈس، ۋەزنى ئېغىر، ياز پەسلىدە «ماڭگو» نامىدا مېۋىلىرىنى يىغىۋېلىپ دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (14.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] بۇ ئاساسلىقى ئىسسىق بەلباغلاردىن ياكى مۆتىدىل ئىسسىق بەلباغلاردىن چىقىدۇ، يەنى مەملىكىتىمىزنىڭ گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، يۈننەن قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن، ئۇنىڭدىن باشقا پاكىستان، ھىندىستان قاتارلىق دۆلەتلەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، پوستىنى ئايرىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ۋە سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] خام مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە ئاتسىدوم ئام فېروسكوم (Mangi Feronie acid)، ئاتسىدوم ئىزو ماڭگىنفېرولىكوم (Isomangi ferolic acid)، ئاتسىدوم ئامبونكوم (Ambonic acid)، ئاتسىدوم ئامبۇلىكوم (Ambolic acid) ھەمدە نۇرغۇنلىغان فېنول تۈرىدىكى بىرىكمە ماددىلار بار. يەنە كۆپ خىل كارو تېنو ئىدىز (Caroteno ids) قاتارلىق ئون نەچچە خىل بىرىكمىلەر، پوستلىق مېۋە تەركىبىدە 78.1%~82% كىچە سۇ، 11.4%~12.4% كىچە ئومۇمىي قەنت، ئازراق ئوكسىدسىزلانغان قەنت، ئاقسىل، يېرىك تالا، ئارابىنان، گالاكتۇرونان (Galacturonan) قاتارلىق تەركىبلەر بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، پوستىنى ئاجرىتىش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] پىشقىنى ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، خام مېۋىسى قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] پىشقىنى باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ، بەدەننى سەمرىتىش، قان كۆپەيتىش، سۈت، مەنىي كۆپەيتىش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، (خام مېۋىسى) قىزىتما پەسەيتىش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان ئازلىق، رېماتىزم، ئۆتكۈر قىزىتما، ئۆتكۈر ئىچ سۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ھەر كۈنى 1～2 دانە پىشقان ئامىنى يەپ بەرسە، بەدەننى سەمرىتىدۇ، ساپ قان پەيدا قىلىدۇ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ، رېماتىزمغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى خام ئامىنى قىزىق قۇمغا كۆمۈپ، پىشقاندا سىقىپ سىقىلغان سۈيىگە ناۋات ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، قىزىتما پەسەيتىدۇ.

3. مۇۋاپىق مىقداردىكى خام ئامىنىڭ پوستىنى ئايرىپ ئېلىپ، سۇغا سېلىپ قولدا مىجىپ، سۈيىگە شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، ئاپتاپ ئۆتۈپ كېتىشتىن كېلىپچىققان ئۆتكۈر ئۇسسۇزلۇقتا ۋە ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1～2 تال.

[زىيانلىق تەسىرى] قىچىشقاققا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] چىلان.

[ئورۇنباسارى] قىزىل ئۈزۈم.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئام شەربىتى، ئام مۇرابباسى.

قىزىل ئۈزۈم

克孜勒玉租木

（经葡萄 hong pu tao）

قىزىل ئۈزۈم

[باشقا ئاتىلىشى] ئەنگۈر ئەھمەر، مەۋىزمۇنەققى

[لاتىنچە نامى] Fructus Vitis vinifera

[ئىنگلىزچە نامى] fruitof European Grape

[تونۇش] بۇ، ئۈزۈم ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك قىزىل ئۈزۈمنىڭ مېۋىسىدۇر. بۇ بىر خىل داڭلىق مېۋە بولۇپ، بۇ مېۋىنىڭ ئۆسۈملۈك تېنى قارامتۇل سېرىق، تولغىماچ، پىلەك ئۇزارتىپ ئۆسىدىغان دەرەخ بولۇپ، ئۇنىڭ يوپۇرمىقى تېرەكنىڭ يوپۇرمىقىغا ئوخشايدۇ ياكى ئۇنىڭدىن يوغان، سېمىز، ئۇششاق، ئاقۇچ چېچەكلەيدۇ، مېۋىسى سۈلۈق، تاتلىق، ئىچىدە ئۇرۇقى بار، مېۋە شەكلى يۇمىلاق، بەزىلىرى ئۇزۇنچاق، رەڭگى قىزىل

كېلىدۇ. بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسى «قىزىل ئۈژمە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (15.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىز ۋە دۇنيانىڭ ھەرقايسى جايلىرىدا ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە پىشقاندا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەۋدا بەلغەم خىلىتلىرىنى پىشۇرۇش، ئاساسلىقى قان كۆپەيتىش، قىزىل ئۈژمىنىڭ ياخشى قۇرۇتۇلغىنى قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، ئوزۇق بولۇش، ساپ قان پەيدا قىلىش، قاننى تازىلاش ۋە جانلاندۇرۇش، بەدەننى سەمرىتىش، ئىچىنى بوشىتىش، تېرىلەرنى سىلىقلاشتۇرۇش، مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىنى كۈچەيتىش رولى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بەدەن ئاجىزلىقى، قان ئازلىق، قەۋزىيەت، نېرۋا ئاجىزلىقى، باھ ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، ئۇنتۇغاقلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۈژمىنى مۇۋاپىق ئىستېمال قىلسا، بەدەنگە ئوزۇق بولۇپ سەمرىتىدۇ، ئۇنتۇغاقلىقنى يوقىتىپ، ئەقلىي قۇۋۋەتنى ۋە بەدەننىڭ كېسەللىككە قارشى تۇرۇش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ.

2. ئۈژمىنى ياڭاق مېغىزى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، مادداي ئالمىشىشنى ياخشىلاپ، بۆرەكنى، بەدەننى ۋە باھنى كۈچەيتىدۇ.

3. قۇرۇق قىزىل ئۈژمىدىن سوقماق تەييارلاپ يېسە، بەدەننى قۇۋۋەتلەپ سەمرىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 60 ~ 80 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] پوستى ۋە ئۇرۇقى قان تومۇرنى تازىلايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىركەنجۇبىل، كەرەپشە ئۇرۇقى.

[ئورۇنباسارى] قۇرۇق ئۈژمە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى زەبىب، شەربىتى رەيھان.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ئۈژمىنىڭ ئۇرۇقى ۋە پوستى ئاشقازان كېسىلى ۋە يەلدىن بولغان قۇلۇنجى بىمارلىرىغا بېرىلمەيدۇ. جىگەر، تال، بۆرەك يوللىرىغا توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ، بېرىش توغرا كەلسە، ئاشقازان كېسىلى بارلارغا سىركەنجۇبىل بىلەن؛ قۇلۇنجى، جىگەر، تال، بۆرەك كېسىلى بارلارغا كەرەپشە ئۇرۇقى بىلەن بېرىش لازىم. ئۈژمە يېيىشنىڭ ئەڭ ياخشى ئۇسۇلى ئۇنى سىقىپ سۈيىنى ئىچىش.

قارا شېكەر

卡拉西克日

(红糖 hong tang)

[باشقا ئاتىلىشى] سۈككەر ئەسۋە، قەندى سىياھ، شېكەر سۇرۇخ

[ئىنگلىزچە نامى] brown sugar

[تونۇش] بۇ، باشاقلىقلار ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك شېكەر قومۇش غولىنىڭ قىيامىنى قايناتىش

ئارقىلىق ئېلىنغان شېكەرنىڭ بىر خىلى بولۇپ، تەمى تاتلىق، رەڭگى سارغۇچ، قىزىل ياكى قارا رەڭلەردە بولىدۇ، شەكلى تالاسىمان ياكى كاللەك ھالەتتە بولىدۇ. ئادەتتە ئائىلىلەردە كۆپ ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن، جۈملىدىن شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] شېكەر قومۇشى غولىنىڭ قىيامىنى ئېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] قارا شېكەرنىڭ ئاساسلىق تەركىبى كاربون سۇ بىرىكمىلىرى بولۇپ، تەركىبىدە ئاز مىقداردا كالتسىي، كالىي، فوسفور، ناترىي، تۆمۈر قاتارلىق مېتال ئېلېمېنتلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئۇزۇقلاندۇرۇش، تەرەت ماڭدۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق (ئۇزاق تۇرغان شېكەرنىڭ ھۆللۈكى ئاز، قۇرۇقلۇقى يۇقىرى بولىدۇ).

[خۇسۇسىيىتى] قان كۆپەيتىش، ئوزۇق بولۇش، بەدەننى سەمرىتىش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، قاننى جانلاندۇرۇش، ھەيزنى راۋان قىلىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان ئازلىق، تال ئاجىزلىقى، قەۋزىيەت، ئورۇقلاش، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، ھەيز ئاغرىتىپ كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ھەر كۈنى مۇۋاپىق مىقداردىكى قارا شېكەرنى ئارپىبەدىيان بىلەن دەملەپ ئىچىپ بەرسە، قان كۆپەيتىپ، بەدەننى سەمرىتىدۇ؛ توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، ئاياللارنىڭ سوغۇقى ئېشىپ، بەدىنى ئاجىزلاشتىن كېلىپچىققان ھەيز ئاغرىتىپ كېلىشكە پايدا قىلىدۇ.

2. ئەپسەنتىن، بادرەنجبۇيادىن 15 گىرامدىن، گاۋزىبان، ئوغرىتىكەندىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا قارا شېكەر قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، قان ئايلىنىشنى جانلاندۇرۇپ، قان تومۇرلارنىڭ ئېلاستىكلىقىنى ياخشىلايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 48 ~ 60 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ ئىستېمال قىلسا ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە.

[ئورۇنباسارى] تاتلىق ئانار سۈيى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] پولات شەربىتى.

پاقلان گۆشى

帕克拉尼古西

[باشقا ئاتىلىشى] لەھمۇل شات، گۆشتى گۆسفەندى، بىركى گوشت

[تونۇش] بۇ ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان پاقلان قوينىڭ گۆشى بولۇپ، گۆشنىڭ رەڭگى ئاقۇچ قىزىل،

تەمى تەمسىز بولىدۇ. (16.6 ـ رەسىم)

پاقلان گۆشى

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] پاقلان گۆشىنى پىشۇرۇپ، ئاجراملىرىنى ئېلىۋېتىپ، سوغۇق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇش ئارقىلىق ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان كۆپەيتىش، بەدەننى سەمرىتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش، ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، ئوزۇقلۇق تولۇقلاش، تەبىئىي ھارارەتنى يۇقىرى كۆتۈ-رۈش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باھ، بەدەن ئاجىزلىقى، قان ئازلىق، ئومۇمىي بەدەن ماغدۇرسىزلىقى، پالەچ، لەقۋا قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كەپتەر گۆشى، كەكلىك گۆشى، پاقلان گۆشى، قۇشقاچ گۆشى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قائىدە بويىچە مائۇللەھمى تەييارلاپ بەرسە، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، پالەچ، لەقۋا قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. پاقلان گۆشى، كەكلىك گۆشى، ئۆلار گۆشى، كەپتەر گۆشى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 20 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە مائۇللەھمى تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، بەدەن ئاجىزلىقى، باش قېيىش، كۆز قاراڭغۇلىشىش، ماغدۇرسىزلىق قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] يەل پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] دارچىن، كاۋاۋچىن.

[ئورۇنباسارى] بىر ياشلىق موزاي گۆشى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مائۇللەھمى.

قوتاز سۈتى

库塔孜苏提

(毛牛乳 mao niu ru)

[باشقا ئاتىلىشى] لەبنۇل جامۇس، شىر مىشگاۋ، بىنىس كادۇد

[تونۇش] بۇ ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان ھايۋان قوتازنىڭ موزىيى تۇغۇلغاندىن كېيىن سېغىپ ئېلىنىدىغان سۈتى بولۇپ، رەڭگى ئاق، بىرئاز تاتلىق بولغان سۈتتىن ئىبارەت.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن، چىڭخەي ۋە شىزاڭ تاغلىق رايونلىرىدىن تېپىلىدۇ.

قوتاز

[يغىپ ساقلاش] سېغىپ ئالغاندىن كېيىن سالقىن جايدا پاكىزە ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاقسىل، ماي، ۋىتامىن B، C، P، تانىنىن، قەنت، كالتسىي، فوسفور، تۆمۈر، سىنك، سۈت كىسلاتاسى، خولېس-تېرىن، بەدەنگە زۆرۈر بولغان سەككىز خىل ئامىنو كىسلاتاسى قاتار-لىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] بەدەننى قۇۋۋەتلەش، سەمرىتىش، ئوزۇق-لۇقلارنى تولۇقلاش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، بەدەننى سەمرىتىش، خۇشلۇق يەتكۈزۈش، قان كۆپەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بەدەن ئاجىزلىقى، قان ئازلىق، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك، بوۋاسىر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] قوتاز سۈتىگە بادام مېغىزى، پىندۇق مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ تالقىنىدىن 30 گىرام قوشۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، بۆرەكنى قۇۋۋەتلەپ، بەدەننى سەمرىتىدۇ. ئوزۇقلۇقلار-نى تولۇقلاپ، ھەر خىل كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 60 ~ 150 مىللىلىتىرغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] تەستە ھەزىم بولىدۇ، يەل پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] شېكەر، رۇمبەدىيان.

[ئورۇنباسارى] تۆگە ياكى كالا سۈتى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] داۋائى تەرەنجىبىن.

www.uyghurkitap.com

يەتتىنچى باب قاننى سۇيۇلدۇرغۇچى دورىلار

قان خىلتىنىڭ قىيامىنى سۇيۇلدۇرۇش، قان تازىلاش تەسىرى ئاساسىي ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، قان خىلتىنى سۇيۇلدۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەرنىڭ ئۇزاق مۇددەت ئورگانىزمغا تەسىر قىلىشى نەتىجىسىدە (يەنى سۇپىتى ئۆزگەرگەن غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنىڭ قانغا ئارىلىششى، قاننىڭ يېپىشقاقلىقىنى ئاشۇرۇپ، قان ماي ماددىسىنى يۇقىرى كۆتۈرىدىغان غىزالارنى ئۇزاق مۇددەت ئىستېمال قىلىش، كۆپ ئىچى سۇرۇش، كۆپ تەرلەش قاتارلىق سەۋەبلەر) قان خىلتىنى قويۇلدۇرۇپ، يۇقىرى قان بېسىم، يۈرەك ئاجىزلىق، يۈرەككە قان يېتىشمەسلىك، سىيدۈك تۇتۇلۇش، نەپەس راۋان بولماسلىق، زىققە، ئاشقازان ئاغرىش، ھەيز كەلمەسلىك، ھەيز ئاغرىتىپ كېلىش، باھ ۋە بەدەن ئاجىزلىقى، تارقىلىشچان زۇكام، غەلۋىرەك، قىزىل، كۆپ ئىبھتىلام بولۇش، رېماتىزملىق بوغۇم ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا يامان ئاقىۋەتلەر كېلىپچىقىدۇ. قان قويۇلۇشنىڭ سەۋەبلىرى ھەر خىل بولغاچقا، سەۋەبكە قارىتا قاننى سۇيۇلدۇرغۇچى دورىلارنى تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك. قاننى سۇيۇلدۇرغۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، بۇ خىل دورىلار قاننى سۇيۇلدۇرۇش، قاننىڭ يېپىشقاقلىقىنى تۆۋەنلىتىش، قان ئايلىنىشنى ياخشىلاش تەسىرىنى بېرىدۇ. بۇ خىل دورىلار قاننى سۇيۇلدۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: كىچىك چىلان، كەتمەنقوڭغۇز، ئۇچار چاشقان مايىقى، سۇۋپىياز، ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى، قىرىقبوغۇم، ئاچچىق ئانار، ئالۇچا، شاھتەررە، چىلان، تەمرىھىندى، ئۇد سەلىب، كۆك تۇرۇپ، جىگدە، كىرەش، يۇنۇس قاتارلىقلار.

كىچىك چىلان

克其克其郎

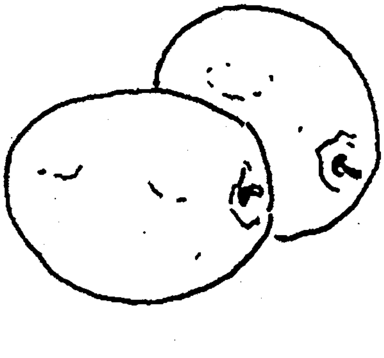
(酸枣 suan zao)

[باشقىچە ئاتىلىشى] يەرلىك چىلان، ئۇنناب

[لاتىنچە نامى] Ziziphus jujuba

[ئىنگلىزچە نامى] Spine Date

[تونۇش] بۇ، خوزۇر ئائىلىسىدىكى ياغاچ غوللۇق چاتقال مېۋىلىك دەرەخ چىلان دەرىخىنىڭ مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، شار شەكىللىك، پوستى قىزغۇچ، ئىچىدە ئۇرۇقچىسى بار، تەمى ئاچچىق كېلىدۇ. كىچىك چىلان ياكى يەرلىك چىلان نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ (1.7 ـ رەسىم).



كىچىك چىلان

[**چىقىش ئورنى**] رايونىمىز ۋە ئېلىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] 10 ـ ئايلاردا مېۋىسىنى يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] سوپۇنلۇق ھىدروكسىدلار، تېرتېرپېلەر، فىلاۋونلار، فېنول كىسلاتاسى، ياغ كىسلاتاسى بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇپ، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، يۈرەك رىتىمسىزلىقىنى تۈگىتىش، يۈرەكنى كۈچەيتىش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] سەپرا خىلتىنى پىشۇرۇش، قان تازىلاش، نېرۋىنى كۈچەيتىش، قاننى سۇيۇلدۇرۇش، قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىش، يۆتەل پەسەيتىپ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش، تىنچلاندۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] يۇقىرى قان بېسىم، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، نېرۋا ئاجىزلىقى، زىققە، يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. زۇپا، بىخ سەۋسەن 10 گىرامدىن، ئاچچىق چىلاندىن 15 دانە، سەرپىستاندىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، بەلغەم بوشىتىپ نەپەسنى راۋان قىلىدۇ.

2. زىرىقتىن 10 گىرام، ئاچچىق چىلاندىن 15 دانە، سۇماقتىن 10 گىرام، ئاق سەندەلدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ سۈيىنى ئىچسە، قان بېسىمغا شىپا بولىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] مېۋىسىدىن 20 دانە ئەتراپىدا.

[**زىيانلىق تەسىرى**] مىقدارىدىن ئېشىپ كەتسە، ئادەمنى زەھەرلەپ، سەزگۈسىنى يوقىتىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] زەپەر.

[**ئورۇنباسارى**] چىلان.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] چىلان شەربىتى.

[**دىققەت قىلىدىغان ئىشلار**] كۆپ ئىستېمال قىلىشقا بولمايدۇ.

كەتمەنقوڭغۇز
卡提曼困故孜
(土鳖虫 tu bie chong)

[**باشقا ئاتىلىشى**] ئوجۇنقوڭغۇز

[**لاتىنچە نامى**] Eupoly Phaga

[**ئىنگلىزچە نامى**] Ground Beetle

[**تونۇش**] بۇ، بىر خىل قوڭغۇز بولۇپ، ئۇنىڭ چىشىسى ياپىلاقراق، سوقىچاق شەكىلدە، ئۇزۇنلۇقى

2 ~ 4 سانتىمېتىرغىچە كېلىدۇ، سېسىق پۇرايدۇ، بېشى ئىنچىكە ۋە كىچىك، ئالتە دانە پۇتى ۋە ئىككى دانە سوقچاق شەكىلدە بۇرۇتى بار، ئۇزۇنلۇقى 2 ~ 4 سانتىمېتىر كېلىدۇ، سېسىق پۇرايدۇ، دۈمبىسىدىكى قېپى قارامتۇل يېغىر رەڭ، ئۈستىدە سىزىقلىرى بولىدۇ، قورساق قىسمى سارغۇچ يېغىررەڭ بولۇپ، ئۆمىلىشى ناھايىتى تېز، تېگىپ قويسىلا، ئۆلگەن بولۇپ يېتىۋالىدۇ، ئەركىكىنىڭ قانىتى بولۇپ، ئۇ دورىغا ئىشلىتىلمەيدۇ، چىشىسىنىڭ پۈتۈن تېنى «كەتمەنقوڭغۇز» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (2.7 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئەسكى تامنىڭ تۈۋى، ئوچاق تۈۋى، كېسەك يېرىقلىرى قاتارلىق نەم ئورۇنلاردا بولىدۇ، شىنجاڭنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز ۋە كۈز پەسلىدە تۇتۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇچۇچان ماي، ماي كىسلاتاسى (oleic acid)، پالما كىسلاتاسى (palmitic acid)، 17 خىل ئامىنو كىسلاتاسى، بىيولوگىيەلىك ئىشقارلار ۋە مىكرو ئېلېمېنتلاردىن ماگنىي، مىس، فوسفور، ناترىي، كالىي، ئاليۇمىن، قەلەي، كالتسىي، تۆمۈر قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان سۇيۇقلۇقى سىستېمىسىغا قارىتا تەسىرى، قاننىڭ ئۇيۇشىغا قارشى تەسىرى، ئۇيۇتمىلارنى ئېرىتىش تەسىرى بار. قان ئايلىنىشنى ياخشىلاش، قاندىكى ماينى تۆۋەنلىتىش، يۈرەككە قان يېتىشمەسلىكنىڭ ئالدىنى ئېلىش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، قاننى سۇيۇلدۇرۇش، قان تازىلاش، ئۇيۇغان قاننى تارقىتىش، قاننى جانلاندۇرۇش، ھەيز راۋانلاشتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل ئىششىق، ھەر خىل زەخىملىنىش، ھەيز تۇتۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كەتمەنقوڭغۇزدىن تۆت گىرام، قىزىل چۈغلۇق، رەۋەندىن 12 گىرامدىن، شاپتۇل مېغىزىدىن 16 گىرام ئېلىپ قايناتىپ ئىچسە، ھەيز كەلمەسلىككە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كەتمەنقوڭغۇزدىن تۆت گىرام، رەۋەن، داڭگۈيدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ قايناتىپ ئىچسە ياكى يۇمشاق سوقۇپ، سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتقى تەرەپتىن تاڭسا، ھەر خىل زەخىملىنىشلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ~ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كۈنجۈت يېغى، سۈت.

[ئورۇنباسارى] كۆركۆم.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كەتمەنقوڭغۇز دەملىمىسى.

ئۇچار چاشقان مايىقى

（乌恰卡西干马伊给）

（五灵脂 wu ling zhi）

[**باشقا ئاتىلىشى**] قۇرالاي

[**لاتىنچە نامى**] Faeces Pteromys Volans

[**ئىنگلىزچە نامى**] trogopterus dung

[**تونۇش**] بۇ، بەدىنىنىڭ ئۇزۇنلۇقى 13 ~ 20 سانتىمېتىرغىچە، قۇيرۇقىنىڭ ئۇزۇنلۇقى 9 ~ 14 سانتىمېتىرغىچە كېلىدىغان بىر خىل چاشقان بولۇپ، ئۇنىڭ ئالدى پۇتى بىلەن ئارقا پۇتىنىڭ ئوتتۇرىسىدا ئۇچۇش پەردىسى بولىدۇ، بەدىنىدىكى يۇڭلىرى ئىنچىكە، يۇمشاق، رەڭگى كۆكۈچ كۈل رەڭ، مايىقى ئۇرغۇنلىغان تەرەت دانچىلىرىنىڭ قوشۇلۇپ قېتىشىشىدىن مونەك ھالەتتىكى ماياق بولۇپ، بۇ «ئۇچار چاشقان مايىقى» ياكى «قۇرالاي» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.7 ـ رەسىم)

ئۇچار چاشقان مايىقى

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ئالتاي تاغلىق رايونلىرىدىن ناھايىتى كۆپ چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ئۇچار چاشقاننىڭ مايىقىنى قۇرۇتۇپ، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ئۇچار چاشقان مايىقى تەركىبىدە ۋىتامىنلىق ماددىلار ۋە ئاز مىقداردا ئورىيا، ئورات (Urate) قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] ياللۇغ قايتۇرۇپ، باكتېرىيەنى يوقىتىش رولى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قاننى سۇيۇلدۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، قاننى جانلاندۇرۇپ، ئۇيۇپ قالغان قاننى تارقىتىش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىدىغان كېسەللىكلەر**] ھەيز كەلمەسلىك، ھەيز ئاغرىتىپ كېلىش ياكى تۇغۇتتىن كېيىنكى قورساق ئاغرىش، ئاشقازان ئاغرىش، تاشقى زەخىملىنىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۇچار چاشقان مايىقىدىن 16 گىرام، چىلان 20 گىرام، زاراڭزا چېچىكىدىن 12 گىرام، شاپتۇل مېغىزىدىن 12 گىرام ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ، ئىلمان هالەتتە ئىچسە، خۇن توختاپ، هەيز كەلمەي، دۈۋسۈن ساهەسى ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ (خۇن كېلىشى قالسا دەرهال توختىتىلىدۇ، هامىلدار ئاياللارنىڭ ئىچىشى مەنئى قىلىنىدۇ).

2. ئۇچار چاشقان مايىقىدىن 12 گىرام، قورۇلغان يېكەن سېرىقى، تاغ دېنىدىن سەككىز گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەتىگەن ۋە ئاخشامدا قايناق سۇ بىلەن ئىچسە، ئاغرىتىپ كەلگەن هەيز ياكى تۇغۇتتىن كېيىنكى قورساق ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. خام يېكەن سېرىقىدىن 35 گىرام، ئۇچار چاشقان مايىقىدىن 35 گىرام، تاغ دېنىدىن 20 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ، كىشمىش 35 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، بۇنىڭ قويۇق سۈيىنى ئالدىن تەييارلانغان تالقاننىڭ ئۈستىگە قويۇپ كۇمىلاچ قىلىپ، هەر قېتىمدا سەككىز گىرامدىن ئىچسە، ئاشقازان ئاغرىش، قورساق ئاغرىش، يىقىلىپ ـ ئۇرۇلۇشتىن بولغان تاشقى زەخىملىنىشلەر ۋە چاقىلارنىڭ ئاغرىشلىرى، ئىچكى ـ تاشقى ئاغرىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. مودەنگۈل يىلتىز پوستىدىن 16 گىرام، ئۇچار چاشقان مايىقىدىن 12 گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ قايناق سۇ بىلەن ئىچسە، هەيز كەينىگە سوزۇلۇپ، قورساق ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ～ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] هامىلدار ئاياللارغا ئىشلەتمەسلىك ياكى ئېهتىيات بىلەن ئىشلىتىش لازىم. ئادەمگىياھ بىلەن قوشۇپ ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، خۇنسىياۋشان.

[ئورۇنباسارى] چۆل يالپۇزىنىڭ يىلتىزى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئۇچار چاشقان مايىقى تالقىنى.

سۇغپىياز

葱皮亚孜

(洋葱 yang cong)

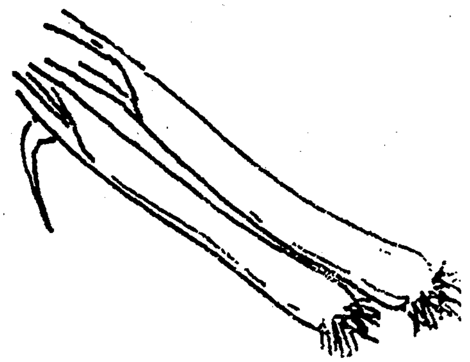
[باشقا ئاتىلىشى] غولپىياز

[لاتىنچە نامى] Bulbius allum cepa

[ئىنگلىزچە نامى] Common Onion Bulb' Gardon Onion Bulb

[تونۇش] بۇ، گۈلسامساق ئائىلىسىدىكى ئىككى يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سۇغپىيازدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئاق غولى «سۇغپىياز»، ئۇرۇقى «سۇغپىياز ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (4.7 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.



سوڭپىياز

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تىئول، ئۇچۇچان ماي، ۋىتامىن A، B_1، B_2 قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ياللۇغ قايتۇرۇپ، مىكروب ئۆلتۈرۈش، مايىنى ئېرىتىش، قاندىكى قەنتنى تۆۋەنلىتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، قاننى سۇيۇلدۇرۇش، باھنى قۇۋۋەتلەش، باھنى ۋە ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، يېمەكلىكلەرگە تەم پەيدا قىلىش، جاراسىملارنى ئۆلتۈرۈش، قان بېسىمنى چۈشۈرۈش، كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باھ ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، يۇقىرى قان بېسىم، تارقىلىشچان زۇكام، بالىلاردىكى بادامبېزى ياللۇغى، غەلۋىرەك، قىزىل، كۆپ ئېھتىلام بولۇش ۋە ئاق خۇن كۆپ كېلىش، رېماتىزىملىق بوغۇم ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سوڭپىيازدىن ئۈچ دانە، ئاق بەسەي كۆتىكىدىن ئۈچ دانە، قومۇش يىلتىزىدىن 12 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، تارقىلىشچان زۇكامغا پايدا قىلىدۇ.

2. سوڭپىيازدىن بىر تال، كۆكگۈرتتىن 12 گىرام ئېلىپ ئىككىسىنى قوشۇپ، يۇمشاق سوقۇپ كىندىككە چاپلاپ بەرسە، كىچىك بالىلارنىڭ سىيگەكلىك كېسىلىگە پايدا قىلىدۇ.

3. سوڭپىيازدىن ئىككى دانە، ھەسەلدىن 70 گىرام ئېلىپ قوشۇپ، يۇمشاق سوقۇپ مەلھەم قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپلاپ بەرسە، سۈت بېزى ياللۇغىنىڭ باشلىنىشى ۋە ئېغىز ئالمىغان غەلۋىرەككە پايدا قىلىدۇ.

4. سوڭپىيازدىن بىر دانە، قارمۇچتىن ئۈچ دانە ئېلىپ بىرگە قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ، كۆكرەك ۋە قول - پۇتنىڭ ئالقىنىغا چاپلاپ بەرسە ياكى بەش دانە سوڭپىيازنى يۇمشاق سوقۇپ كىندىككە چاپلاپ بەرسە، قىزىل سىرتقا تېپەلمىگەنلەرگە پايدا قىلىدۇ.

5. سوڭپىيازدىن 20 گىرام، ئالتۇن شاختىن 35 گىرام ئېلىپ سۇدا قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە ياكى بۇلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۇدا قايىنتىپ يۇيۇپ بەرسە، رېماتىزىملىق بوغۇم ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2 ~ 8 تالغىچە، ئۇرۇقىدىن 2 ~ 4 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھۆ پەيدا قىلىدۇ، سوڭپىيازنى ھەسەل ۋە ئەگىرسۇناي بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلىشقا بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، زىرە.

[ئورۇنباسارى] سامساق.

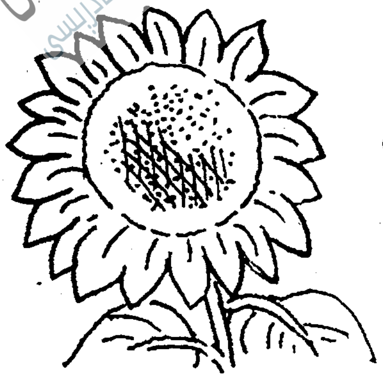
[ۋەكىل خاراكتېرلىك ياسالمىسى] سوڭپىياز شورپىسى.

ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى
阿塔皮帕热斯欧如合
（向日葵子　xiang ri kui zi）

[باشقىچە ئاتىلىشى] سۇرەج مەككى بىج

[لاتىنچە نامى] Helianthus annus

[ئىنگلىزچە نامى] SunFlower seed



ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئاپتاپ-پەرەسنىڭ پىشقاندىن كېيىن قۇرۇتۇلغان ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇرۇقىنىڭ تۇۋى تەرىپى تومراق، يۇقىرى تەرىپى ئىنچىكىرەك، سۇس سارغۇچ رەڭلىك كېلىدۇ. بۇ ئۇرۇق «گازىر» نامىدا مەشھۇردۇر. (7. 5 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] پىشقاندا ئۈزۈپ، قۇرۇتۇپ، سورۇپ تاسقاپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە 50% ئەتراپىدا مايلىق ياغ بار. ئۇنىڭدىن باشقا، يەنە ئاز مىقداردا ئاقسىل، كاربون سۇ بىرىكمىلىرى باشقا تالالىق ماددا قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى تەركىبىدىكى فوسفاتنىڭ ھايۋانلاردىكى يۇقىرى مايسىمان مايلىق قان كېسىلى، يۇقىرى خولېستېرىنلىق قان كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىدىن ئايرىپ، داغلاپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قاننى سۇيۇلدۇرۇش، باھنى قۇۋۋەتلەش، ئۆچەينى سىلىقلاشتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، سۈت كۆپەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، تولغاقنى توختىتىش، ئىشتىھانى ئېچىش تەسىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك يولى ياللۇغى، سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش، قەۋزىيەت، ھامىلدارلىق مەزگىلىدىكى سۇلۇق ئىششىق، قانلىق تولغاق، ئىشتىھاسىزلىق، بەدەن ئاجىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قايىنىتىپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇپ، ئىششىق ياندۇرىدۇ. سۈيدۈك يولى ياللۇغى، مەزى بېزى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى، كۆك كاۋا ئۇرۇقى مېغىزىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئۆرۈك مېغىزى يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ يېسە، ئۈچەينى سىلىقلاشتۇرۇپ، چوڭ تەرەتنى

راۋان قىلىدۇ.

3. ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى، تاباشىر، نىشاستىنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ يېسە، قانلىق ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 15 ~ 30 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تالغا ۋە سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ناۋات.

[ئورۇنباسارى] سەلىخە، زەپەر.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوبوبى كەبىر، زىماتى سەبئە مېغىز.

قىرىقبوغۇم

克勒克布呼木

（木贼 mu zei）

[لاتىنچە نامى] Herba Equisetum hiemale

[ئىنگلىزچە نامى] Common Scoruing Rush

[تونۇش] بۇ، قىرىقبوغۇم ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 30 ~ 80 سانتىمېتىرغىچە، غولى تىك توپلە-شىپ، شاخلانماي ئۆسىدىغان كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قىرىقبوغۇم بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈك-نىڭ يەر ئۈستى قىسمى «قىرىقبوغۇم» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. تەمى سەل قېرىقراق تاتلىق كېلىدۇ. (6.7 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] تاغ باغرىدا، ئورمانلىق، دەريا بويلىرى قاتارلىق نەم جايلاردا ياخشى ئۆسىدۇ، رايون-مىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى فىلاۋونلاردىن ئىبارەت بولۇپ، كامفېرول (Kampferol)، ھېپپوچاتىت (Hippodaete) قاتارلىقلار ۋە ئۇچۇچان مايلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان تومۇرلارنى كېڭەيتىپ، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈپ، نېرۋىنى تىنچلاندۇ-رۇپ، قاندىكى ماي تەركىبىنى تۆۋەنلىتىش، قاندىكى قەنت مىقدارىنى تۆۋەنلىتىش، مىكروب ئۆلتۈرۈش، سۈيدۈك ھەيدەش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ھارارات پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، كۆزگە ئۆسكەن قىزىل گۆشنى ياندۇرۇش، قان توختىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردە ياللۇغى، مۇڭگۈز پەردە ياللۇغى، شامالدارىپ كۆز ياشانغىراش، تىراخوما، ياپىلاق سۆگەل، مەڭ، سوڭى چىقىپ قېلىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قىرىقبوغۇم، ئۇجمە يوپۇرمىقى، سەبدىگۈل ۋە مامكاپلارنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، بىرىكتۇرگۇچى پەردە ياللۇغىغا شىپا بولىدۇ.

2. قىرىقبوغۇم، سەبدىگۈل 12 گىرامدىن، يانتاق، قىزىل چۈغلۇقتىن سەككىز گىرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، مۈڭگۈز پەردە ياللۇغى، شامال دارىپ كۆز ياشانغىراشقا شىپا بولىدۇ.

3. قىرىقبوغۇمدىن سەككىز گىرام، زەمچە، كۆكتاش، مامىرانچىندىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ، كۆزنى ھوردىتىپ يۇيۇپ بەرسە، تىراخوماغا شىپا بولىدۇ.

4. مۇۋاپىق مىقداردىكى قىرىقبوغۇمنى سوقۇپ تالقانلاپ سىرتتىن چېچىپ بەرسە، ياپلاق سۆگەل ۋە مەڭلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] دوۋساقتا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] مامىرانچىن، مەرۋايىت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قىرىقبوغۇم دەملىمىسى.

سەككىزىنچى باب   قان توختاتقۇچى دورىلار

قان توختىتىش، قاننى قويۇقلاشتۇرۇش تەسىرى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، قان توختاتقۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تەسىرىدىن، ھەرقايسى ئەزالاردا تۈرلۈك قاناشلار (يوشۇرۇن قاناش، چىش مىلىكى قاناش، ھەيز كۆپ كېلىش، چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش، قان تۈكۈرۈش، قان قۇسۇش، ھەر خىل يارىلار قاناش، بوۋاسىردىن قان كېلىش، سۈيدۈكتىن قان كېلىش) قاتارلىقلار يۈز بەرسە، ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا، يامان ئاقىۋەتلەر كېلىپ چىقىدۇ. قان توختاتقۇچى دورىلارنىڭ تۈرى ھەر خىل بولغاچقا، دورا ئىشلەتكەندە قاناشنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرگە قاراپ تاللاپ، ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. قان توختاتقۇچى دورىلار كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق بولىدۇ. بۇ خىل دورىلار قورۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، تۇتۇش، قان توختىتىش، ھاراراتنى پەسەيتىش، چىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، قاننى سوۋۇتۇش تەسىرلىرىنى بېرىدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار قان توختاتقۇچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: چاغىرچاي، كىچىك خوجا، ئاتقۇلاق، قاشلىقئوت، قويكۆزى ئوتى، كالىقۇلاق، ئارچا يوپۇرمىقى، يۇلغۇن مېۋىسى، ئەنجىبار، ئانارگۈل، توشقانكالپۇك، يالغان ئادەمگىياھ، يېكەن تۇزغىقى، قەغەز كۈلى، بۇغا مۈڭگۈزى، غازتاپان، تۇخۇم شاكىلى، شادىنەج، سەدەپ، سۆئلەپ چىنى، خۇنسياۋشان، لىھيەتۇتتىس، غاز قانتىئوتى، چاچ كۆمۈرى، توشقانئوتى، كېپەك قېنى، تۇخۇمەك مېۋىسى، ئارچا يوپۇرمىقى، كۆكمارال، بەنگىرە، يەر تۇزغىقى، قامچىئوت، ئەپيۇن، كەھرىۋا، ئاقاقىيا، ئانار ئۇرۇقى، ئازغان مېۋىسى قاتارلىقلار.

چاغىرچاي

查海查依

(岩白菜 yan bai cai)

[**باشقا ئاتىلىشى**] چاغىرچاي چۆپى

[**لاتىنچە نامى**] Rhizoma bergenia crassifolia

[**ئىنگلىزچە نامى**] Pruple Bergenia Rhizome

[**تونۇش**] بۇ، چاغىرچاي ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك چاغىرچاي ئۆسۈملۈكىنىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «چاغىرچاي» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (8.1 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] تىك قىيالاردىكى نەمرەك تاش يېرىقلىرىدا ئۆسىدۇ، ئالتاي تاغلىق رايونلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا پۈتۈن چۆپى يىغىۋېلىنىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] چاغىرچاي يىلتىزى تەركىبىدە چاغىرچاي بېرگېنىن (bergenin) بار. چۆپى تەركىبىدە ئاربۇتىن (arbutin)، تاننىن (tannin)[4]، ھىدروكۇئىنون قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ① يۆتەل توختىتىپ، بەلغەم چىقىرىدۇ؛ ② باكتېرىيەگە قارشى تۇرىدۇ؛ ③ كېسەللەنگەن توقۇلمىلارنىڭ ئەسلىگە كېلىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، گۆش ئۈندۈرۈش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، ھەيزنى تەڭشەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىچ سۈرۈش، قان ئارىلاش تەرەت كېلىش، ھەيز قالايمىقانلىشىش، بالىياتقۇنىڭ پائالىيەتچان قانىشى، ئۆپكە سىلىدىكى قان قۇسۇش، قان تۈكۈرۈش، بۇرنى قاناش؛ ئاشقازان، ئون ئىككى بارماق ئۈچەي يارىلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئىسپىغۇل، پاقىيوپۇرمىقى 15 گىرامدىن، تاباشىردىن يەتتە گىرام، چاغىرچايدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ئىچسە، قان ۋە سەپراۋى ئىسھالغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. خۇنسىياۋشان، ئاقاقىيا، كەتىرا، نىشاستە 10 گىرامدىن، چاغىرچايدىن بەش گىرام، ناۋاتتىن 60 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ئىچسە، ئۆپكە سىلىدىكى قان قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ～ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھۆ پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئانار.

[ئورۇنباسارى] جىگدە گۈلى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] چاغىرچاي تالقىنى.

كىچىك خوخا

克其克伙哈

(小蓟 xiao ji)

[باشقا ئاتىلىشى] كىچىك خوخا چۆپى

[لاتىنچە نامى] Herba cirsum setosum

[ئىنگلىزچە نامى] Common Thistle

[تونۇش] بۇ، مۈرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كىچىك خوخا بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يەر ئۈستى قىسمى گۈلى ئېچىلىشتىن بۇرۇن ئورۇۋېلىنىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ ياكى كۆيدۈرۈپ كۆمۈر قىلىپ تەييارلىنىدۇ. مۇشۇ قىسمى «كىچىك خوخا» نامىدا دورىغا

ئىشلىتىلىدۇ. (8.2 ـ رەسىم)

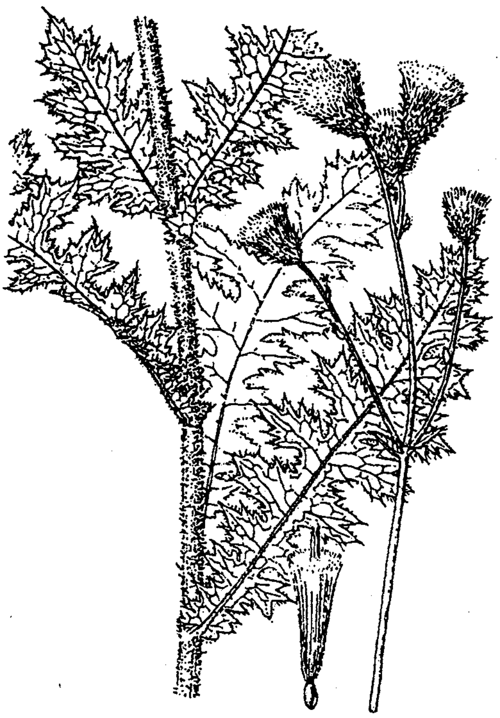
[چىقىش ئورنى] ئېتىزلىقلاردا، ئۆستەڭ بويلىرىدا، يول ياقىلىرىدا ئۆسىدۇ، شىنجاڭنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۈرۈقى پىشقاندا يىغىۋېلىنىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] بىيولوگىيەلىك ئىشقار، سۇيۇقلۇق گىلۇكوزىدلار ۋە خولىنىدىن تەركىب تاپقان.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان توختىتىش، باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.



كىچىك خوخا مايسىسى

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ئىششىقياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۇرۇن قاناش، قان سىيىش، بالىياتقۇنىڭ پائالىيەتچان قاناش، ھەر خىل زەخىملىنىش، ئۆپكە ئىششىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كىچىك خوخا، خام ئەگرسۇنايدىن 20 گىرامدىن ئېلىپ قوشۇپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، بۇرۇن قاناش ۋە قان سىيىشكە شىپا بولىدۇ.

2. خوخا تىكىنىدىن 280 ~ 500 گىرامغىچە ئېلىپ، ئېزىپ سۈيىنى چىقىرىپ، قايناق سۇ بىلەن ئىچىپ بەرسە، بالىياتقۇ قاناشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. تاشقى يارىلىنىشتىن كېلىپچىققان قاناشتا كىچىك خوخىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇيۇپ تازىلاپ، ئېزىپ ياكى ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، يۇمشاق ئېزىپ يارىغا تېڭىپ بەرسە، تاشقى يارىلىنىشتىن كېلىپچىققان قاناشنى توختىتىدۇ.

4. كىچىك خوخىدىن 35 گىرام، ئۇچقاتتىن 70 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىشكە بەرسە، ئۆپكە ئىششىقىغا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4~12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، زەنجىۋىل.

[ئورۇنباسارى] چوڭ خوخا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كىچىك خوخا دەملىمىسى.

ئۇيغۇر كىتاب توربېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

ئاتقۇلاق
阿提口拉克
(土大黄《酸模》tu da huang)

[باشقا ئاتىلىشى] ھۇمماز بوستانى

[لاتىنچە نامى] Herba Rumex crispus

[ئىنگلىزچە نامى] Dock Root

ئاتقۇلاق ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، قامچىگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئاتقۇلاق بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈك تاغنىڭ، باغنىڭ دەپ ئىككى خىل بولىدۇ.

باغنىڭ ئىككى خىل بولۇپ، يوپۇرمىقى كەڭرەك، تەمسىز كەلگىنى «تاغ قۇ» سى دېيىلىدۇ. يەنە بىرى، يوپۇرمىقى نىپىز، تەمى ئاچچىق بولۇپ، بۇ «ھۇممازى بوستانى» دېيىلىدۇ. ئالدىنقىسىنىڭ يىلتىزى «ئاتقۇلاق» ياكى «قۇ» نامىدا، كېيىنكىسى «ھۇممازى بوستانى» ياكى «چۇكا» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ كۆپ جايلىرىدىن، شۇنداقلا ھىندىستاندىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاتقۇلاق تەركىبىدە ئانتىراخىنونلۇق بىرىكمىلەر ۋە ھىپېرىن (Hyperin) بار.

[فارموكولوگىيەلىك تەسىرى] قان تومۇرلارنى تارايتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، قان تازىلاش، ھەيز تەڭشەش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان پلازمىلىرىنىڭ كېمىيىپ كېتىش كېسەللىكى، بۇرۇن قاناش، بالىياتقۇ قاناش، ئاق خۇن كېسەللىكى، كەم قانلىق، شاپاق يارىسى، چيقان، يىرىڭلىق ئىششىق، ئۇرۇلۇپ ـ سوقۇلۇشتىن بولغان زەخىملىنىش، تاز، ھەر خىل جاھىل تەمرەتكە قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. شاھتەررە، مامىرانچىن، ئاتقۇلاقنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ يۇيۇلما

تەييارلاپ ئىشلەتسە، تاز، جاھىل خاراكتېرلىك تەمرەتكىگە شىپا بولىدۇ.

2. ئاتقۇلاق يىلتىزى، مامىرانچىن، سوغىگۈلنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، شاپاق يارىسى ۋە چىيقانغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باھ ۋە بۆرەككە زىيان قىلىدۇ.

[ئورۇنباسارى] ھۇممازى بوستانى.

[تۈزەتكۈچىسى] شېكەر ۋە بەدىيان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى تىن، قۇرسى كەھرىۋا.

قاشلىقئوت

卡西力克奥提

(问荆 wen jing)

[باشقا ئاتىلىشى] ئېتىزلىق قىرىقبوغۇمى

[لاتىنچە نامى] Herba Equisetum arvense

[ئىنگلىزچە نامى] Bottle Brush Herb

[تونۇش] بۇ، قىرىقبوغۇم ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئېتىزلىق قىرىقبوغۇمى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يەر ئۈستى قىسمى «ئېتىزلىق قىرىقبوغۇمى» ياكى «قاشلىقئوت» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (4.8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] دەريا بويلىرى، ئېتىزلىق قاتارلىق نەم جايلاردا ئۆسىدۇ. ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى فىلاۋونلۇق گىلۇكوزىد، كاسىنە كىسلاتاسى، پارپا كىسلاتاسى، قەھۋە كىسلاتاسى ۋە ئاز مىقداردىكى بىيولوگىيەلىك ئىشقارلاردىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، قاندىكى ماينى تۆۋەنلىتىش، ئارتېرىيە تومۇرىنىڭ تەگرى ـ بۇگرى كۆپۈشىنى تىزگىنلەش، جىگەرنى قوۋۋەتلەش، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، قىزىتما قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۇرۇن قاناش، ھەيز كۆپ كېلىش، قان تۈكۈرۈش، بوۋاسىرنىڭ قانىشى، سۈيدۈك يولى ياللۇغى، قىزىتما قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ھەمىشىباھار، ئاقاقىيا، خۇنسىياۋشان، قاشلىقئۇتنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلار-دىن قاينىتىلما تەييارلاپ ئىچسە، قان تۇكۇرۇش ۋە ھەيز كۆپ كېلىشكە پايدا قىلىدۇ.

2. قاشلىقئۇت، ئانارگۈلنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ بۇرۇنغا سەپسە، بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ.

3. قاشلىقئۇت، تاباشىر بەش گىرامدىن، ئانارگۈلدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچسە، ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ～ 12 گىرامدىن.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەردە باش قېيىشنى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەنجىۋىل.

[ئورۇنباسارى] ھەببۇلئاس.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى تاباشىر.

قويكۆزى ئوتى

归苦孜欧提

(瓦松 wa song)

[باشقا ئاتىلىشى] كېپەك ئالمىسى

[لاتىنچە نامى] Herb orostachys SPinosa

[ئىنگلىزچە نامى] Fimbriate Orostachys Herb

[تونۇش] بۇ، كۆكمارال ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 10 ～ 25 سانتىمېتىرغىچە ئۆسىدىغان ئىككى يىللىق گۆشلۈك مادىلىق سامان غولۇق ئۆسۈملۈك قويكۆزى ئوتى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يەر ئۈستى قىسمى «كېپەك ئالمىسى» ياكى «قويكۆزى ئوتى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئوق يىلتىزى روشەن، چاچما يىلتىزى كۆپ، تۈۋىدىكى يوپۇرماقلىرى ئۇزۇن، سوقىچاق بولۇپ، بىر - بىرىگە زىچ جايلىشىدۇ، گۈلى سۇس ھال ياكى سۇس سېرىق رەڭلىك. (5.8 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] تاغ باغرىدا ئۆسىدۇ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ تاغلىق رايونلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى ئوكسالات كىسلاتا (Oxalate acid) دىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قىزىتما قايتۇرۇش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىچكى، تاشقى ئەزالاردىكى قاناشلىق كېسەللىكلەر، تېرىدىكى جاھىل خاراكتېرلىك يارا، بوۋاسىر قاناش، ھەيز قالايمىقانلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئانارگۈل، ئانار پوستى 10 گىرامدىن، ئەنجبارىدىن سەككىز گىرام، قويكۆزى ئوتتىن ئۈچ گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ئىچكى ئەزالاردىكى ھەر خىل قاناشلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى قويكۆزى ئوتىنى خۇنسىياۋشان، كەھرىۋا بىلەن بىرگە سوقۇپ تالقانلاپ، تاشقى جاراھەتلەرگە يەنى بوۋاسىر، تېرىدىكى جاھىل خاراكتېرلىك يارىلارغا سەپسە جاراھەت پۈتتۈرىدۇ، قان توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2 ~ 4 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قەۋزىيەت پەيدا قىلىپ قويىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل سۈيى، بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] خۇنسىياۋشان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قويكۆزى ئوتى سۇفۇپى.

كالىقۇلاق
卡力库拉克
(毛蕊花 mao rui hua)

[باشقا ئاتىلىشى] ئېيىققۇلاق

[لاتىنچە نامى] Herba verbascum thapsum

[ئىنگلىزچە نامى] Flannel Mullein Herb

[تونۇش] بۇ، چۇقا ئائىلىسىدىكى ئىككى يىللىق سامان غوللۇق ئۈسۈملۈك كالىقۇلاق (يەنە بىر ئاتىلىشى «ئېيىققۇلاق») بولۇپ، بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «كالىقۇلاق» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۈسۈملۈك ئىككىنچى يىلى غول چىقىرىدۇ، ئېگىزلىكى 50 ~ 150 سانتىمېتىرغىچە، پۈتۈن تېنىدە قويۇق، سېرىق، يۇمشاق تۈكچىلىرى بولىدۇ، گۈلى سېرىق، رەتسىز كېلىدۇ، ئۇرۇقى كۆپ، رەڭگى قارامتۇل قوڭۇر بولىدۇ. (6.8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يېرىدە تېكىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كۆپ خىل قەنتلەر، ئاسۇبىن (Ausubin)، كاتالپول (Catalpol) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] نېرۋا سىستېمىسىنى تورمۇزلاپ، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سوزۇلما خاراكتېرلىك سوقۇر ئۈچەي، ھەر خىل سىرتقى قاناش، ھەر خىل زەھەرلىنىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كالىقۇلاق يوپۇرمىقى تالقىنىنى سىرتقى ئەزالار قانىشىغا سەپسە قان توختىتىدۇ.
2. كالىقۇلاقتىن 35 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، ئالدى بىلەن قارا شېكەر، ئارقىدىن قايناق سۇ بىلەن ئىچسە، سوزۇلما خاراكتېرلىك سوقۇر ئۈچەيگە مەنپەئەت قىلىدۇ.
3. ئاقاقىيادىن 10 گىرام، ئەنجبار دىن يەتتە گىرام، كالىقۇلاقتىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ ئىچسە، ھەر خىل ئىچكى - تاشقى ئەزالاردىكى قاناشنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ～ 9 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بۆرەككە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] تاباشىر.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەنجبار شەربىتى.

ئارچا يوپۇرمىقى

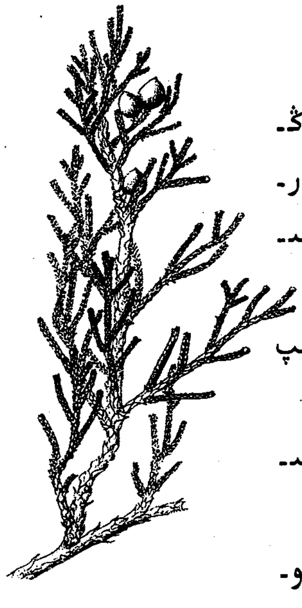
阿日查优普日密克

（侧柏叶 ce bai ye）

[باشقا ئاتىلىشى] ئەركەكى پەتتى

[لاتىنچە نامى] Folium platycladus orientalis

[ئىنگلىزچە نامى] leaf of Chinese arborvitace



ئارچا يوپۇرمىقى

[تونۇش] بۇ، ئارچا ئائىلىسىدىكى دائىم ياشىرىپ تۇرىدىغان دەرەخ ياكى چوڭراق چاتقال ئۆسۈملۈك بولۇپ، شىنجاڭ يۇمىلاق ئارچىسىنىڭ يۇمران يوپۇرمىقىدىن ئىبارەت. يوپۇرمىقى تەڭگىسىمان بولۇپ، ئۇششاق شاخلىرىغا زىچ چاپلىشىپ تۇرىدۇ. رەڭگى كۆل رەڭگە مايىل. (7.8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يېرىدە تېكىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] يوپۇرمىقىنى يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] يوپۇرمىقى ئاساسەن ئۇچۇچان مايدىن ئىبارەت بولۇپ، تەركىبىدە ئارچا ئالكىنى، ئارچا كىتونى، پىنىنن (Pinene)، كاريوپىلىسىن (caryoplillene)، ئارچا ئاچچىق ماددىسى قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] قان توختىتىش، باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش، شاخچە كاناي مۇسكۇللىرىنى كېڭەيتىش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] توغراش، قورۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قورۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قان توختىتىش، قورۇتۇش، يۆتەل پەسەيتىش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] بۇرۇن قاناش، قان قۇسۇش، قان سىيىش، چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش، بالىياتقۇنىڭ پائالىيەتچان قانىشى، ھەيزنىڭ كۆپىيىپ كېتىشى، نېرۋا ئاجىزلىق، ئۇيقۇسىزلىق، ئېھتىلام بولۇش، ئاشقازان، ئون ئىككى بارماق ئۈچەي يارىسى، كۆكيۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. غازتاپان ئوتىدىن بەش گىرام، ئارچا يوپۇرمىقىدىن ئۈچ گىرام، خۇنسىياۋشاندىن بەش گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، بۇرۇن قاناش، قان قۇسۇش، بالىياتقۇنىڭ پائالىيەتچان قانىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كۆكنار پوستى بىلەن ئارچا يوپۇرمىقىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ئىچسە، ئۇيقۇسىزلىق ھەم يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 1 ~ 3 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] باش قېيىشنى پەيدا قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] ھەسەل.

[**ئورۇنباسارى**] رۇمبەدىيان.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] شەربىتى ئەنجىبار.

يۇلغۇن مېۋىسى

优里混梅维斯

（柳柽子 liu cheng zi）

[**باشقا ئاتىلىشى**] سەمەرى تەرفا، گەز مازەج، داۋا، جاۋ

[**لاتىنچە نامى**] Semen Tamarix ramosissima

[**ئىنگلىزچە نامى**] seed of Juniper tamarisk

[**تونۇش**] بۇ، يۇلغۇن ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك يۇلغۇننىڭ مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، مېۋىسى كىچىك، ئىچىدە ئۇرۇقى بار، رەڭگى قىزغۇچ قوڭۇر، پۇرىقى سۇس، تەمى قېرىق كېلىدۇ. (8.8 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ جاڭگاللىرىدا ئۆسىدۇ.

يۇلغۇن مېۋىسى

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە مېۋىسى پىشقاندا ئۈزۈپ قۇرۇتۇپ، تازىلاپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئۇنىڭ ھەممىسى رىزىنا سېرىق پىگمېنتى تۇتىدۇ. تەركىبىدە %19.6 سۇ، %5 تىن ئارتۇق تانىن تۇتىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] نەپەسلىنىش سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى:

1. يۇلغۇن مېۋىسىنىڭ قايناتىلمىسى يۆتەل توختىتىدۇ، ئەمما بەلغەم بوشىتىش تەسىرى يوق.

2. باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى: يۇلغۇن قايناتىلمىسى ئۆپكە ياللۇغى، زەنجىرسىمان A تىپلىق باكتېرىيە، ئاق رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيە، يۇقۇملۇق زۇكام باكتېرىيەلىرىنى تورمۇزلايدۇ.

3. قىزىتما قايتۇرۇش تەسىرى بار.

4. زەھەرلىك تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇش] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە سوغۇق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قورۇش، قۇرۇتۇش، مۇسكۇلنى چىڭىتىش، ياللۇغنى تارقىتىش، ئىچنى قاتۇرۇش، قان توختىتىش، ئىچكى ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، قىزىتما قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆپكە ياللۇغى، تال ياللۇغى، ھەر خىل قاناش، يۆتەل، جىگەر ئاجىزلىقى، سېرىقلىق چۈشۈش، كۆرۈش كۈچى ئاجىزلىقى، بالىياتقۇ قاناش، قىچىشقاق، مەقئەت ئاقمىسى ۋە يىرىڭلىق ئىششىقى، يىرىڭلىق چاقا قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يۇلغۇن مېۋىسىنى سىركە ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

2. ھەر كۈنى يۇلغۇن مېۋىسى بىلەن ئىزخىردىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، قايناتىپ ئىچىپ بەرسە، يەرقان ۋە ئۆت ئاجىزلىقى، زەھەرلىك ئىششىقلار، تالنىڭ توسالغۇلىرى ئۈچۈن شىپا بولىدۇ.

3. يۇلغۇن مېۋىسىنى سىركىدە ئېزىپ سىرتىدىن تاڭسا، تال كېسىلى ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باشقا ۋە ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] قېتىق بىلەن سۇ ئارىلاشمىسى (دوغ)، ھەسەل، بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] موزا ۋە ئانار پوستىنىڭ ئىچىدىكى ئېقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەنجىبار شەربىتى.

ئەنجبار

安吉巴尔

（拳参 quan shen）

[**باشقا ئاتىلىشى**] ئەنجبار، ئەنگىبار، پاتمۇتەك

[**لاتىنچە نامى**] Rhizoma polygonum bistorta

[**ئىنگلىزچە نامى**] Bistort Knotweed

[**تونۇش**] بۇ، قامچىگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئەنجبارنىڭ قۇرۇتۇلغان يىلتىز غولى بولۇپ، بۇ يىلتىز «ئەنجبار» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ، شەكلى ياپىلاق، سىلىندىر شەكىللىك ھەم ئەگرى - بۈگرى، رەڭگى توق سۆسۈن رەڭلىك، كەسمە يۈزى جىگەر رەڭلىك ياكى ئازراق قوڭۇر رەڭلىك، تەمى ئاچچىق، پۇراقسىز كېلىدۇ. (9.8 - رەسىم)

ئەنجبار ئۆسۈملۈكى

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ كۆپلىگەن يەرلىرىدىن چىقىدۇ. كەشمىر، سىككىم قاتارلىق ئەللەرنىڭ تاغلىرىدىنمۇ چىقىدۇ.

[**يىغىش ساقلاش**] ئەتىياز ۋە كۈز پەسلىدە كولاپ ئېلىپ تازىلاپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] %25~%8.7 گىچە تاننىن، %45.81 ~ %12 كىچە، كىرافىل %7، قەنت تۈرلىرى ۋە دەرەخ يېلىمى، مېۋە يېلىمى، شىلىمشىق ماددا قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**]

1. قان توختىتىش ئۈنۈمى، ئەنجباردىن سىرغىتىش ئۇسۇلى بىلەن ئېلىنغان قىسمىنى گىلاتىن بىلەن بىر تەرەپ قىلىپ ياسالغان قان توختىتىش جەۋھىرىنى ئىت ۋە قويغا ئىشلىتىپ، ھەر خىل قان توختىتىش تەجرىبىسىنى ئىشلىگەن، مەلۇم دەرىجىدە قان توختىتىش ئۈنۈمى كۆرۈلگەن.

2. باكتېرىيەگە قارشى ئۈنۈمى: ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى، يېشىل يىرىڭلىق تاياقچە باكتېرىيەسى، سۈبتىلىق تاياقچە باكتېرىيەسى، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى قاتارلىقلارغا قارشى تۇرۇش رولى بار.

[**تەبىئىتى**] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئىچ سۈرۈش ۋە قۇسۇشنى توختىتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، زىيادە ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قىزىلئۆڭگەچ قاناش، ئۈچەي قاناش، بوۋاسىر قاناش، بۇرۇن قاناش،

قان تۇكۇرۇش، ھەيز كۆپ كېلىش، كونا ـ يېڭى سىل كېسىلى، جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش، تولغاق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەنجبار، رۇسۇت، ئاقاقىيا، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا قاتارلىقلاردىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، ئۆپكە جاراھىتى ۋە قاناشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. بەش گىرام ئەنجبار تالقىنىنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، ئۆپكە سىلىدىكى جاراھەتكە شىپا قىلىدۇ.

3. ئەنجباردىن ئۈچ گىرام، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن بەش گىرام، قىزىلگۈل، قىزىل سەندەلدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، بوۋاسىر قاناشقا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاجلىقلارغا زىيان قىلىدۇ، توسۇلۇش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەنجىۋىل، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ھەببۇلئاس، خۇنسىياۋشان، زىرىق.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى ئەنجبار.

ئانارگۈل

阿那尔古丽

(石榴花　shi liu hua)

ئانار

[باشقا ئاتىلىشى] گۈلنار، جۇلنار، گۈل ئانار، ئانار-كى پۇل

[لاتىنچە نامى] Flos Puica granatum

[ئىنگلىزچە نامى] Pomegranate Flower

[تونۇش] بۇ، ئازغان ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق چاتقال ئۆسۈملۈك ئانارنىڭ چېچىكىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ چېچەك «ئانارگۈل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شەكلى ھەرە چە-شىسىمان، نېپىز، رەڭگى توق قىزىل، تەمى قىرتاق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (10.8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] ياز پەسلىدە چېچىكى ئېچىلغاندا يىغىۋې-لىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان توختىتىش، ياللۇغ قاي-

تۈرۈش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قان توختىتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، تۈتۈش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، تەر ۋە بەتبۇيلۇقنى يوقىتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ئىچ سۈرۈش، ئېغىزدىكى جاراھەت، ئېغىز پۇراش، چىش مىلىكى قاناش، كۆپ تەرلەش، بوۋاسىر، سوئى چىقىپ قېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. قاينىتىپ ۋاننا قىلسا، سوئى چىقىپ قېلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئانارگۈل بىلەن قىزىلگۈلنى بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىپ سۈيىنى ئىچسە، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىپ، بەتبۇيلۇقنى يوقىتىدۇ ھەم بەدەننى يۇسا تەر پۇرىقىنى يوقىتىدۇ.

3. ئانارگۈل، ئاقاقىيا، رۇسۇت قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ تالقانلاپ، يەرلىك ئورۇنغا سەپسە، تاشقى ئەزالاردىكى قاناشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. قۇرۇتۇلغان ئانارگۈلنى يۇمشاق سوقۇپ، تالقانلاپ، كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلسا، ئېغىز جاراھەتلىرىگە ۋە كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا سەپسە، ھەر خىل جاراھەتلەرنى پۈتتۈرىدۇ.

5. ئانارگۈل، ئاقىرقەرھالارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام، موزىدىن 12 گىرام ئېلىپ سوقۇپ تالقانلاپ، چىش تۈۋىگە سېپىپ بەرسە، چىش مىلىكى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ~ 9 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ، باش ئاغرىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] كەتىرا، ھەسەل.

[**ئورۇنباسارى**] قىزىلگۈل، ئانار پوستى، جۇپتى بەللۇغ.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ئانار گۈلقەنتى.

توشقانكالپۇك

托西砍卡力甫克

(兔唇花 tu chun hua)

[**باشقا ئاتىلىشى**] توشقانكالپۇك چۆپى

[**لاتىنچە نامى**] Lagochilus altaicus

[**ئىنگلىزچە نامى**] Lagochilus

[**تونۇش**] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك توشقانكالپۇكنىڭ يەر ئۈستى قىسمىدىن ئىبارەت بولۇپ، «توشقانكالپۇك» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. رەڭگى

بىغىر رەڭ، سەل ياغاچلاشقان، تەمى چۈچۈمەل، زەھەرسىز بولىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزدىكى قۇرۇق تاغ باغرىلىرىدا ئۆسىدۇ، ئىلى ۋادىسىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قورۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، تىنچلاندۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل قاناشلارغا، بۇرۇن قاناش، چىش مىلىكى قاناش، بالىياتقۇ قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. توشقانكالپۇك، چاققاقئوت يوپۇرمىقى ۋە غازئوتىنىڭ ھەر قايسىسىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، كۈندە ئىككى قېتىمدىن ئىچسە، ھەر خىل قاناشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. توشقانكالپۇكتىن 10 گىرام، بابۇنە، ئىكلىلمىلىكتىن يەتتە گىرامدىن، يەرلىك شوخىلىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، يەرلىك ئورۇننى يۇيۇپ بەرسە، ياللۇغ قايتۇرۇپ ئىششىق ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 8 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەديان.

[ئورۇنباسارى] ئانارگۈل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زىماتى شوخلا.

يالغان ئادەمگىياھ

亚力盖阿旦给亚

(三七 san qi)

[باشقا ئاتىلىشى] سەنچى

[لاتىنچە نامى] Radix Panax Notoginseng

[ئىنگلىزچە نامى] Sanchi

[تونۇش] بۇ، ئارالىيا ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك يالغان ئادەمگىياھ بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «سەنچى» ياكى «يالغان ئادەمگىياھ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (11.8 ـ رەسىم)

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى: ئادەمگىياھ سوپۇنلۇق گىلىكوزىدى، يەنە ئاز مىقداردا ئۇچۇچان ماي، ئانورگانىك تۇز بار.

يالغان ئادەمگىياھ ئۈسۈملۈكى

[چېقىش ئۇرنى] ئېلىمىزنىڭ ئىچكى ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قاننى جانلاندۇرۇش، قان كۆپەيتىش، قان توختىتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل ئىچكى ئەزالاردىكى قاناش، چاقا ـ جاراھەتلەر ئىششىپ ئاغرىش، سىرتقى زەخىملىنىش، يۈرەك سانجىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يالغان ئادەمگىياھ، ئاقاقىيا، ئەنجىبارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ يېسە، ئىچكى ئەزالاردىكى قاناشنى توختىتىدۇ.

2. ئانار پوستى، يالغان ئادەمگىياھ 10 گىرام، ئەرەب يېلىمىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سىرتقى زەخىملىنىشتىن بولغان جاراھەتكە چاپسا، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇپ، جاراھەت پۈتتۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ～ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئادەمگىياھ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] يالغان ئادەمگىياھ تالقىنى.

يېكەن توزغىقى

依砍托孜克

（蒲黄 pu huang）

[باشقا ئاتىلىشى] يېكەن سېرىقى

[لاتىنچە نامى] PoLlen Typha latifolia

[ئىنگلىزچە نامى] Cattail Pollen

[تونۇش] بۇ، يېكەن ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۈسۈملۈك يېكەن بولۇپ، بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ ئاتىلىق گۈل چېڭى «يېكەن سېرىقى» ياكى «يېكەن توزغىقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (8. 12 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] كۆل بويلىرىدا، دەريالارنىڭ سۇ توختاپ قالغان جايلىرىدا ئۆسىدۇ. ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە يىغىۋېلىپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى]

1. فىلاۋونلار — بۇ ئەڭ ئاكتىپ خىمىيەلىك تەركىب بولۇپ، كۆپ خىل گىلۇكوزا، ئارگىنىن (Narnhetin) قاتارلىقلار.

2. ئۇچۇچان ماي — بۇنىڭ تەركىبىدە پىكورىك كىسلاتا، مىرستىك كىسلاتاسى (Myristic acid) قاتارلىقلاردىن تەركىب تاپقان.

3. ياغلار — ئاساسلىقى ستوسترول، پالماتىك كىسلاتا، ياغ كىسلاتاسى قاتارلىقلاردىن تەركىب تاپقان. باشقا خىمىيەلىك تەركىبلەردىن قوغۇشۇن، كالتسىي، فوسفور، سىنىك قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان قېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش، قاندىكى — ماي مىقدارىنى تۆۋەنلىتىش، يۈرەكنىڭ قان بىلەن تەمىنلىنىشىنى ياخشىلاش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، ھۈجەيرە پەردىسىنى قوغداش، ئىممۇنىتېت كۈچىنى ئاشۇرۇش، بۆرەك خىزمىتىنى كۈچەيتىش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەيز ئاغرىتىپ كېلىش، تۇغۇتتىن كېيىن قان تۇرۇپ قېلىش، قورساق ئاغرىش، بالىياتقۇنىڭ پائالىيەتچان قانىشى، قان قۇسۇش، بۇرۇن قاناش، ئۇرۇلۇشتىن، يىقىلىشتىن زەخملىنىش، كۆيۈكتىن بولغان سىرتقى زەخملىنىش خاراكتېرلىك قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. خام يېكەن توزغىقىدىن سەككىز گىرام، ئۇچار چاشقان مايىقىدىن 12 گىرام، تاغ دېنىدىن سەككىز گىرام، تاغ بادرەنجبۇيا 35 گىرام ئېلىپ، سۇدا قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، ھەيز ئاغرىتىپ كېلىش، تۇغۇتتىن قان تۇرۇپ قېلىش ۋە قورساق ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. يېكەن سېرىقىنىڭ كۆمۈرىدىن 12 گىرام، ئارچا يوپۇرمىقىدىن 20 گىرام، كەتىرادىن سەككىز گىرام، خام ئەگرسۇنايدىن 12 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچىلىدۇ. سىرتقى زەخملىنىشكە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ مىقداردا ئىشلىتىلسە ئىششىق پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كاسىنە.

[ئورۇنباسارى] ئاق سەندەل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى ئەنجبار.

قەغەز كۈلى
卡盖孜苦力
(纸灰 zhi hui)

[باشقا ئاتىلىشى] قەرتاس، سوختەئى كاغەز

[تونۇش] بۇ، قەغەزنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلى بولۇپ، رەڭگى توپا رەڭ، پۇراقسىز، يېپىشقاق كېلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] ھەممە جايدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] قەغەزنى كۆيدۈرۈپ كۈلىنى ئاۋايلاپ ئېلىپ، ئايرىم جايدا ساقلىنىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قاننىڭ ئۇيۇشچانلىقىنى ئاشۇرۇش، ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئېلىپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] زەخىم، زۇكام، چىش مىلىكى بوشاش ۋە قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى قەغەزنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلىنى زەخىمگە سەپسە، قان توختىتىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى قەغەز كۈلىنىڭ تۈتۈنىنى پۇرىسا، زۇكامنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

3. مۇۋاپىق مىقداردىكى قەغەزنى قايىنىتىپ سۇيىدە چىشنى چوتكىلىسا، چىش مىلىكىنى چىڭىتىدۇ ھەمدە قاناشنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1~2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بۆرەك ۋە ئۈچەينى ئاجىزلاشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] خۇنسىياۋشان، كەھرىۋا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى ئەسنان.

بۇغا مۈڭگۈزى
布哈蒙固孜
(鹿角 lu jiao)

[باشقا ئاتىلىشى] گۆزەن

[لاتىنچە نامى] Cornu cervus elaphus

[ئىنگلىزچە نامى] Pilose antler

[تونۇش] بۇ، چىنار بۇغا، قارا تايغان بۇغىسى ۋە باشقا تۈردىكى ئەركەك بۇغىلارنىڭ يەنى تولۇق

يېتىلگەن بۇغىنىڭ مۈڭگۈزىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ھايۋان-نىڭ. كېسىۋېلىنغان ياكى بۇ ھايۋان ئۆزى تاشلىۋەتكەن قاتتىق مۈڭگۈزى «قاتقان بۇغا مۈڭگۈزى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (13.8 ـ رەسىم)

بۇغا مۈڭگۈزى

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ شەرقىي شىمالى، غەربىي شىمال ۋە ئىچكى موڭغۇللاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇغىنىڭ قاتقان مۈڭگۈزىنى كېسىۋېلىش ياكى بۇغا تاشلىغان مۈڭگۈزىنى تازىلاپ يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] تەركىبىدە % 25 كوللوئىدلىق ماددىلار، % 60 ~ % 50 لىك كالتسىي فوسفات، كالتسىي كاربونات ۋە ئازوتلۇق ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى]

1. يۈرەك قان تومۇرغا بولغان تەسىرى: بۇغا مۈڭگۈزى يۈرەكنىڭ قان سىقىپ چىقىرىش مىقدارىنى ئاشۇرىدۇ.

2. قان تولۇقلاش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇمشىتىش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش، قان كۆپەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، بۆرەكنى قۇۋۋەتلەش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل جاراھەت، ھەر خىل ئىششىق، بۆرەك ئاجىزلىقى، بەل ئاغرىقى، زەھەرلىك ھايۋانلار چېقىۋېلىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۆشتە قىلىنغان بۇغا مۈڭگۈزى تالقىنىدىن ئۈچ گىرامنى لوبوبى كەبىر بىلەن قوشۇپ يېسە، بۆرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. كۆشتە قىلىنغان بۇغا مۈڭگۈزى تالقىنىدىن تۆت گىرامنى مۇسەللەس بىلەن ئىچسە، يىلان زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.

3. قاتقان بۇغا مۈڭگۈزىدىن ئۈچ گىرام، سۆئلەپ، شاقاقۇلدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سوفۇپ قىلىپ ئىچسە، بۆرەك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 15 ياشتىن چوڭلارغا 4 ~ 8 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ ئىشلەتسە كۆزنى ئېچىشتۇرىدۇ. ئۆپكىگە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] تۆگىقۇشى، خولىنجان، ئاسارۇن.

www.uyghurkitab.com

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوبوبى كەبىر، سۇفۇپى زەر ئۇنى، مەجۇنى سۆئلەپ، سۇفۇپى شاخ گۆزەن.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] بالىلارغا بېرىلمەيدۇ.

غازتاپان چۆپى

哈孜塔怕尼

(委陵菜 wei ling cai)

[باشقا ئاتىلىشى] سۇغۇرئوت

[لاتىنچە نامى] Herba potentilla bifurca

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Cinquefoil Herb

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك غازتاپىنى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «غازتاپان»، «سۇغۇرئوت» ياكى «نوجغاي» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئېگىزلىكى 15 ~ 20 سانتىمېتىرغىچە، پۈتۈن ئۆسۈملۈك تېنى قىسقا تۈكچىلەر بىلەن قاپلانغان بولۇپ، يىلتىزى تىك ئۆسىدۇ، ياغاچلاشقان، غولى كۆپ شاخلىمايدۇ. تۈۋىدىن ئۆسكەن يوپۇرماقلىرى كۆپ، گۈلى سېرىق، يالغۇز ياكى بىر نەچچىسى بىرگە غولىنىڭ ئۇچىدا ياكى يوپۇرماق قولتۇقىدا ئۆسىدۇ. (14.8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىكى تاغ ـ دەريا ۋادىلىرى ۋە ئوتلاقلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ھۆل ماددىسىنىڭ تەركىبىدە 62.39% سۇ، 49.4% ۋىتامىن C بار، قۇرۇق مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە 12.12% سۇ، 9.18% ئاقسىل، 4% ماي، 7.25% كۈل ماددىسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئامىيوبا قۇرتىنى ئۆلتۈرۈش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، مەددە قۇرت ئۆلتۈرۈش، ھارارەت پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئاق خۇن توختىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان تۈكۈرۈش، قان قۇسۇش، چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش، ئىچ سۈرۈش، ئۈچەي ياللۇغى، زۇكام، ئۆپكە ياللۇغى، كۆكيۆتەل، كېكىردەك ياللۇغى، ئاشقازان، ئون ئىككى بارماق ئۈچەي يارىسى قاناش، يۇقىرى نەپەس يولى قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. غازتاپان چۆپىدىن 24 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، قان تۈكۈرۈش، قان قۇسۇش

www.uyghurkitap.com

ۋە چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. غازتاپان چۆپىدىن يوپۇرمىقىدىن 20 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، كۆكيۆتەل، يۇتقۇنچاق ـ كېكىردەك ياللۇغى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ھۆل غازتاپان يوپۇرمىقىدىن 70 گىرامنى 1200 مىلليلىتىر سۇدا 300 مىلليلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ قويۇلدۇرۇپ، كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىلليلىتىردىن ئىچىپ بەرسە، ئۇن ئىككى بارماق ئۈچەي يارىسى قاناش، يۇقىرىقى نەپەس يولى قاناشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قەۋزىيەت پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل سۇيى، سۇمبۇل.

[ئورۇنباسارى] ئەنجبار، خۇنسىياۋشان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] غازتاپان چۆپى قاينىتىلمىسى.

تۇخۇم شاكىلى

吐胡米沙克里

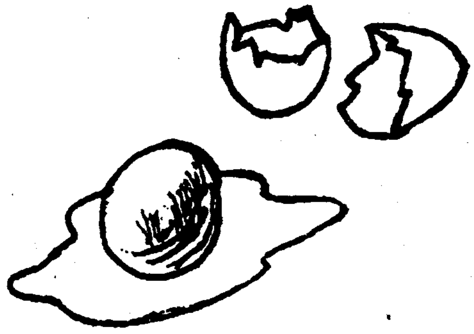
(鸡子壳 ji zi ke)

[باشقا ئاتىلىشى] قەشەرۇل بەيزە، پوستى بەيزەئى مۇرغ

[لاتىنچە نامى] Chorio Ovi Galli

[ئىنگلىزچە نامى] Egg—shell

[تونۇش] بۇ، قىرغاۋۇل ئائىلىسىدىكى ھايۋان ئۆي توخۇسى تۇخۇمىنىڭ سىرتقى قاتتىق پوستىدىن ئىبارەت. (15.8 ـ رەسىم)



تۇخۇم شاكىلى

[چىقىش ئورنى] دۇنيانىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىكى توخۇ تۇخۇمى بار بولغان جايلارنىڭ ھەممىسىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] پىشۇرۇلغان تۇخۇمنى شاكىلىدىن ئايرىپ، دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە كالتسىي كاربونات، ئورگانىك ماددىلار ۋە كاللوئىد قاتارلىقلار بار.

[فارموكولوگىيەلىك تەسىرى] جاراھەت پۈتتۈرۈش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇش ۋە كۆشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ھەيزنى توختىتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش، جاراھەتلەرنىڭ سۈيىنى قۇرۇتۇش، يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] كۆڭۈل ئېلىشىش، قۇسۇش، ئاچچىقسۇ يېنىش، ھەزىم قىلىش يوللىرى قاناش، بالىلاردىكى ھەزىم قىلىش ياخشى بولماسلىقتىن كېلىپچىققان راخىت كېسىلى، قول - پۇتلارنىڭ تارتىشىپ قېلىشى، سۇلۇق جاراھەتلەر، سىفلىس يارىلىرى، كۆز ئالمىسى ۋە بىرىكتۈرگۈچى پەردىدە پەيدا بولغان ئارتۇق گۆشلەر ۋە داغ، سەپكۈنلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. ئانار پوستى ۋە تۇخۇم شاكىلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىرتقى جاراھەتلەرگە سەپسە، جاراھەت پۈتتۈرىدۇ.

2. بەدىياندىن 10 گىرام، ئاپىلسىن پوستىدىن بەش گىرام، تۇخۇم شاكىلىدىن ئىككى گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچسە، كۆڭۈل ئېلىشىش ھەم قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 1.5~6 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئەزالارغا قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] لىمون.

[**ئورۇنباسارى**] ئانار پوستى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] سۇفۇپى سەنگى مۇرۇغ.

شادىنەج

沙德乃吉

(血石 xue shi)

[**باشقا ئاتىلىشى**] ھەجىردەم، شادىنە، قان توختىتىش تېشى، تۇر تېشى

[**لاتىنچە نامى**] Matitius crystallus

[**تونۇش**] بۇ، ماش ياكى نوقۇت چوڭلۇقىدىكى يۇمىلاق ياكى ياپىلاق، رەڭگى قىزىل، سېرىق كۇل رەڭ، قارىغا مايىل، كۆكنارنىڭ رەڭگىدە ياكى ئالىيىشىل ھەر خىل رەڭدە بولىدىغان، ئاسان ئېزىلىدىغان بىر خىل تاش بولۇپ، بۇنىڭ ئەڭ ياخشىسى ماش شەكىلدە، رەڭگى قىزىل كەلگىنىدۇر. مۇشۇنداق كەلگىنى «شادىنەج مىسرى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئەڭ ناچىرى كۇل رەڭدە كەلگىنى بولۇپ، «شادىنەج ھىندى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا شادىنەجنىڭ قان توختىتىش خۇسۇسىيىتى كۈچلۈك بولغاچقا «قان توختىتىش» دەپمۇ ئاتىلىدۇ. بۇ يەنە كۆپىنچە تۇر تېغىدىن چىقىدىغان بولغاچقا «تۇر تېشى» دەپمۇ ئاتىلىدۇ. (16.8 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئەرەبىستان ۋە ھىندىستاندىن چىقىدۇ. شىنجاڭ، چىڭخەي، شەنشى، خېبېي، سىچۈەن قاتارلىق جايلاردىنمۇ چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ھەر ۋاقىت يىغىۋېلىشقا بولىدۇ، يۇيۇپ تازىلاپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] تۆمۈر ئوكسىد قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] كىچىك چاشقانغا بەرگەندە ئاق قان ھۈجەيرىسىنى كۆپەيتىدۇ. چاشقاننىڭ ئۆپكىسىگە ۋە جىگىرىگە زىيان قىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] يۇيۇلغان شادىنەج، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق، يۇيۇلمىغىنى ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قابىز، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، قان توختىتىش، جاراھەت ۋە يارىنى پۈتتۈرۈش، پەي ۋە مۇسكۇللارنى قۇۋۋەتلەش، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان تولغاق، ئۈچەي سىلى، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىقى ۋە كۆزنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى، كۆيۈك، يىرىڭلىق جاراھەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يۇيۇلغان شادىنەجنى ئانارنىڭ سۈيى بىلەن ياكى باشقا مېۋىلەرنىڭ سۈيى بىلەن ئىچسە، قان تۈكۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. يۇيۇلغان شادىنەجنى شاراب بىلەن ئىچسە، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

3. مۇۋاپىق مىقداردىكى شادىنەجكە قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن تۇخۇمنىڭ ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تارتسا، كۆز كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ. ساپ سۇ بىلەن تارتسا، كىرپىكنى يۇمشىتىدۇ. ئاقاقىيا بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تارتسا، كۆز كېسەللىكىگە پايدا قىلىدۇ.

4. يۇيۇلغان شادىنەجنى سېپىپ بەرسە ياكى مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن قوشۇپ چاپسا، ھەر خىل قاناشنى توختىتىدۇ، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ. بوۋاسىرغا سېپىپ بەرسە، بوۋاسىر قېنىنى توختىتىدۇ، جاراھەت ۋە يارىلارنىڭ چىرىگەن گۆشلىرىنى تۆكتۈرۈپ، يېڭى گۆش ئۈندۈرىدۇ.

5. شادىنەجنى يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا، مۇدۇر ـ چوقۇر، سوزۇلما خاراكتېرلىك جاراھەتكە پايدا قىلىدۇ. كۆيۈپ قىزىرىپ قالغان ئورۇنغا سۈركىسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] دوۋساق، ئاشقازان ۋە ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، زىرىقنىڭ سىقىلغان سۈيى.

[ئورۇنباسارى] كۆيدۈرۈلگەن ماگنىت تېشى، خۇنسىياۋشان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇفى سەنگى جاراھەت.

سەدەپ

赛代皮

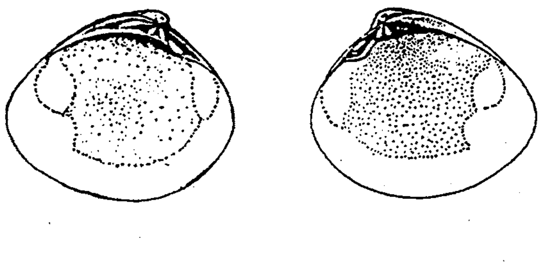
（珍珠母 zhen zhu mu ）

[باشقا ئاتىلىشى] سەدەپ قۇلۇلە قېپى

[لاتىنچە نامى] Pinctada margaritifera

[ئىنگلىزچە نامى] Sea—ear—shell

[تونۇش] بۇ، مەرۋايىت قۇلۇلىسى ئائىلىسىدىكى ھايۋانات مەرۋايىت، مارتىن ئۈنچە قۇلۇلىسى ۋە



سەدەپ

سەدەپ قۇلۇلىسى قاتارلىق بىر قانچە خىل سەدەپ قۇلۇلىسىنىڭ پوستلاق قاپلىق مەرۋايىت قەۋىتىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۆلچەمسىز پىلاستىنكىسىمان، چوڭ ـ كىچىكلىكى بىر خىل ئەمەس، بىر يۈزى سۈس ھال رەڭلىك بولۇپ پارقىرايدۇ، بىر يۈزى سۇتتەك ئاق، سىلىق پارقىراق، ئۆزى بوش، چۈرۈك بولۇپ، قەۋەتلىرى سۇ بولۇپ تۇرىدۇ. پۇراقسىز، تەمسىز، ئادەتتە «سەدەپ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (8 . 17 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ دېڭىز بويلىرى رايونلىرىدىن ۋە ئەرەب دېڭىزى بويلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ھەر ۋاقىت يىغىۋالغىلى بولىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە %90 تىن يۇقىرى كالتسىي كاربونات، ئاز مىقداردا ماگنىي، تۆمۈر سىلىكات، سۇلفات تۇزى، فوسفات تۇزى قاتارلىقلار بار. كۆيدۈرۈلسە كاربونات كىسلاتاسى تۇزى ئاجرىلىپ، كالتسىي ئوكسىد قاتارلىقلارنى ھاسىل قىلىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] مارتىن ئۇنچە قۇلۇلە قېپىنىڭ %30 لىك سۇلفات كىسلاتاسىدا پارچىلىنىپ ھاسىل بولغان ئامىنو كىسلاتاسىنىڭ توشقاننىڭ قۇلاق قان تومۇرى ۋە قان بېسىمىغا نىسبەتەن ھېچقانداق تەسىرى يوق، لېكىن ۋاقىتلىق سۈيدۈك راۋان قىلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] كۇشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، پەي ۋە نېرۋىنى قۇۋۋەتلەش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، بەلغەمنى سۈرۈش، سۈيدۈك ھەيدەش، كۆزنى قۇۋۋەتلەش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل ئەزادىن قان كېلىش، قان بۇزۇلۇش، ئىچ سۈرۈش، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش، ئۆپكە سىلى، سىفلىس، بوغۇم ئاغرىقى، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقى، ھەيزنىڭ كۆپلۈكى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1 . سەدەپنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سەپسە، تاشقى ئەزالاردىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.

2 . سەدەپ تالقىنىنى سىركە بىلەن قوشۇپ سۆگەلگە چاپسا، سۆگەلنى چۈشۈرىدۇ.

3 . سەدەپ تالقىنىنى مەقئەتكە سېپىپ بەرسە ياكى باسسا، بوۋاسىر جاراھەتلىرىگە پايدىلىق.

4 . سەدەپنى كۆيدۈرۈپ، ئاق تۇز بىلەن قوشۇپ چىش ئاغرىقىغا باسسا ساقىيىدۇ، چىش مىلىكىنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدۇ.

5 . سەدەپنى تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن كۆيۈككە چاپسا پايدا قىلىدۇ.

6 . سەدەپنى ئىسسىق سۇ ياكى ياغ بىلەن كاتەك تاشقا سۈرۈپ چاپسا ئاق داغ ۋە سەپكۈنلەرنى چۈشۈرىدۇ، يۈزگە چاپسا، چىرايلىق قىلىدۇ. سىركە بىلەن قوشۇپ قۇلاق ئارقىسىغا چاپسا، باش ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ، سۇ بىلەن قوشۇپ چاپسا، سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقلارنى پەسەيتىدۇ.

www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ پىكى تادرىسى

7. سەدەپ، تاباشىردىن بەش گىرامدىن، بىر تال تۇخۇمنىڭ ئېقىنى ئېلىپ، سوقۇپ كۆيۈككە چاپسا، كۆيۈككە مەنپەئەت قىلىدۇ.

8. سەدەپتىن 1.5 گىرام، بۇغا مۈڭگۈزى، قىزىلگۈل، ئاق سەندەلتىن بەش گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ يېسە، مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] كۆشتىسىدىن 0.5 ~ 1.5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تالغا زىيان قىلىدۇ، قۇرۇقلۇق پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ئوغرىتىكەن، ئانار سۈيى.

[ئورۇنباسارى] مەرۋايىت، كەھرىۋا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مۇپەررىھى ياقۇت.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] قارا پوستىنى قىرىۋېتىپ ئىشلىتىمىز.

سۆئلەپ چىنى

苏依来甫其尼

(白及 bai ji)

[باشقا ئاتىلىشى] بىتىللا

[لاتىنچە نامى] Bletlla striata

[ئىنگلىزچە نامى] Commom Bletilla Tuber

سۆئلەپ چىنى ئۆسۈملۈكى

بۇ، سۆئلەپ ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سۆئلەپنىڭ قۇرۇتۇلغان تۈگۈنەك غولى بولۇپ، «سۆئلەپ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. قۇرۇتۇلغان پارچە غولى سارغۇچ ئاق رەڭلىك، تەمى ئازراق ئاچچىق، پۇراقسىز كېلىدۇ ھەمدە يېپىشقاق خۇسۇسىيىتى بار. يىلتىز غولى توم، رەڭگى ئاق ۋە سۈزۈك كېلىدۇ. (18.8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ كۆپلىگەن ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە كولاپ ئېلىپ تازىلاپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يېڭى ئېلىنغان تۈگۈنەك غولىدا 14.6% سۇ 30.48% كىراخمال، گىلوكوزا، ئۇچۇچان ماي، شىلىمشىق ماددا قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. قان توختىتىدۇ، تەركىبىدىكى شىلىمشىق ماددا قان توختىتىدۇ. سۇفۇيى ياكى قايىنتىلمىسى ئىشلىتىلسە، قان توختىتىش ئۈنۈمى ناھايىتى ياخشى بولىدۇ.

2. ئاشقازان، ئون ئىككى بارماق ئۈچەي يارىسىنى داۋالاش رولىغا ئىگە.

3. بۇ ئۆپكە تۇبېركۇليوز تاياقچە باكتېرىيەلىرىنى تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىلىك قۇرۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، قان توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، گۆش ئۇندۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ئۆپكىدىن قان كېلىش، قان تۈكۈرۈش، غەلۋىرەك، ھەر خىل يارىلار، پۇت- قول يېرىقلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. سۆئلەپ چىنى، شاقاقۇل، بەھمەن قاتارلىقلارنىڭ قايىنتىلمىسىدىن 30 ~ 50 مىللىلىتىرغىچە ئېلىپ ئىچىپ بەرسە، قان توختىتىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

2. خۇنسىياۋشان، ئەنجبار، ئاقاقىيا، سۆئلەپ چىنى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ ئىچىپ بەرسە ياكى سىرتقى جاراھەتلەرگە سەپسە، قاناشچان ئىچكى - تاشقى جاراھەتلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ~ 9 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] باش ئاغرىتىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] بىنەپشە.

[**ئورۇنباسارى**] كەھرىۋا.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] سۇفۇپى بىتىللا.

[**قوشۇمچە**] ئىلگىرى بۇ دورا «سۆئلەپ مىسرى» غا ئوخشاپ كەتكەچكە «سۆئلەپ چىنى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىپ كېلىنگەن. كېيىنكى تەكشۈرۈشلەردىن بۇ دورىنىڭ سۆئلەپ مىسرىغا بەدەل بولالمايدىغانلىقى ئېنىقلانغاچقا، «سۆئلەپ چىنى» دېگەن نامى ئەمەلدىن قالدۇرۇلۇپ، «بىتىللا» دېگەن نام بېكىتىلگەن.

خۇنسىياۋشان

混斯药山

（血竭　xue jie）

[**باشقا ئاتىلىشى**] پالما يېلىمى، دەممۇل ئەخۇۋەيىن، خۇنسىياۋشان، بىجا سىرگۇند

[**لاتىنچە نامى**] Sanguis Dracaena cambodiana

[**ئىنگلىزچە نامى**] Dracaena Blood

[**تونۇش**] بۇ، پالما ئائىلىسىدىكى ئورمۇزىيە ياكى قىزىل سەندەل دەرىخى دەپ ئاتىلىدىغان دەرەخ خۇنسىياۋشان ئۆسۈملۈكىنىڭ يېلىمى بولۇپ، رەڭگى قىزىل، بىنەپشە رەڭگە مايىل كېلىدۇ. بۇنىڭ ئەڭ ياخشىسى ئۆزى ئېقىپ چىققان ساپ، ياغاچ، توپا، قوۋزاق ئارىلاشمىغان بولغىنىدۇر. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مۇشۇ خىلدىكى ئېقىپ چىقىپ، ئۇيۇپ قالغان ماددىسى «خۇنسىياۋشان ھىندى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (19.8 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] يۈننەن، گۇاڭشى، تەيۋەن، مالايشىيا، سىرى لانكا، ھىندىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[يىغىپ ساقلاش] خۇنسىياۋشان دەرىخىنىڭ قوۋزىقىنى تىلىپ، ئېقىپ چىققان يېلىمى ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كىنوتاننىك كىسلاتاسى (Kinotannoc acid)، تاننىك كىسلاتاسى (tannic acid)، تاننىن گىلۇكوزىدى (Tanning licoside)، ئاروما (Aromadendrin) قاتارلىقلار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. قان ئۇيۇش سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: ئۆي توشقىنىدا ئىشلەنگەن تەجرىبىدە قان نۆكچىسى شەكىللىنىشكە قارشى رولى بارلىقى ئىسپاتلانغان ھەمدە قان پىلاستىنكىلىرىنىڭ توپلىشىنى چەكلەپ، مىكرو قان ئايلىنىشنى ياخشىلايدىغانلىقى ئىسپاتلانغان.

خۇنسىياۋشان ئۆسۈملۈكى

2. ئۇنىڭ ئېرىتمىسى تېرە زەمبۇرۇغلىرىنى تورمۇزلايدۇ.

3. ياللۇغ قايتۇرۇش رولى ۋە بەزى باكتېرىيەلەرنىمۇ چەكلەش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئوچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، يېرىڭلىق جاراھەت پۈتتۈرۈش، قىزىتما قايتۇرۇش، ئاشقازان، جىگەر ۋە ئۈچەيلەرنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، ئاشقازان، ئۈچەيلەرنى قۇۋۋەتلەش، قان ۋە سەپرا خاراكتېرلىك ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، مەقئەتنىڭ يېرىقلىرىنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بوۋاسىر قاناش، قان تۈكۈرۈش، قان قۇسۇش، تولغاق، ئىچ سۈرۈش، ھەيز كۆپ قېلىش، كونا ئىسھال، ئۆپكە سىلى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. خۇنسىياۋشان، ئاقاقىيا، كەتىرا، نىشاستە، كەھرىۋا، بۇغا مۈڭگۈزىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، ناۋاتتىن 60 گىرام ئېلىپ، تالقان تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ئۆپكىدىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.

2. ئىسپىغول ياكى بېھى ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقىدىن 15 گىرامدىن، تاباشىر، زىرىق، خۇنسىياۋشاندىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ، سۇفوپ تەييارلاپ ئىچسە، قان ۋە سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. خۇنسىياۋشان، ئەنجبار 10 گىرامدىن، گەزمازەج يەتتە گىرام، گۇل مەختۇمدىن 1.5 گىرام، ئانارگۈلدىن 10 گىرام ئېلىپ، سۇفوپ تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، قاناشلىق جاراھەتلىك كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ～ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بۆرەككە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، ئەرەب يېلىمى.

[ئورۇنباسارى] شادىنەج.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قۇرسى بوۋاسىر، قۇرسى كاكىنەچ، قۇرسى كەھرىۋا.

لىھيەتۇتتىس

勒亚屯提斯

(婆罗门参 po luo men shen)

[باشقا ئاتىلىشى] تېكە ساقىلى

[لاتىنچە نامى] Radix tragopogon Pratensis

[ئىنگلىزچە نامى] Meadow Salisify Root

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر خىل ئۈسۈملۈك تېكە ساقىلى بولۇپ، بۇ ئۈسۈملۈك ئەركەك ئۆچكىنىڭ ساقىلىغا ئوخشايدۇ، يەرگە يېيىلىپ تۇرىدۇ، يەردىن ئېگىز بولمايدۇ، يوپۇرمىقى كۆدىنىڭ يوپۇرمىقىغا ئوخشايدۇ، كىشىلەر بۇنىڭ ئۆزىنى «تېكە ساقىلى» دەپ ئاتاپ، ئادەتتە سەي ئورنىدا يەيدۇ، سۆيى بىلەن داۋالىنىدۇ، ھەقىقىي لىھيەتۇتتىس ئۈسۈملۈكى ئەركەك ۋە چىشى دەپ ئىككى خىل بولىدۇ، ئەركىكىنىڭ ئۈسۈملۈكى كىچىك، شاخلىرى كۆپ، يىرىك ۋە قىسقا، يوپۇرمىقى يۇمىلاق، قاتتىق ۋە تۈكلۈك، گۈلى ئانارگۈلگە ئوخشايدۇ؛ چىشىسىنىڭ يوپۇرمىقى تۆۋەن تەرىپىنىڭ يوپۇرمىقى يۇقىرى تەرەپىنىڭ يوپۇرمىقىدىن كەڭ، گۈلى ئاق بولىدۇ، ئەڭ ياخشىسى چىشىسىدۇر. بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى ۋە ئۇنىڭدىن سىقىپ ئېلىنغان ئۇسارىسى «لىھيەتۇتتىس» ياكى «تېكە ساقىلى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى ۋە ھىندىستان، پاكىستان قاتارلىقلاردىكى تاغ باغرىلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئۇسارىسىنى ئېلىپ ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، ئۆپكىدىكى جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بالىياتقۇدىن قان كېلىش، قان تۈكۈرۈش، ئاشقازان ۋە جىگەر ئاجىزلىقى، ئۆپكە جاراھەتلىرى، بۇرۇن قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. لىھيەتۇتتىس، ئانارگۈل، ئەنجىبار، ئانار پوستى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىلما تەييارلاپ ئىچسە، بالىياتقۇدىن قان كېلىش، قان تۈكۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. لىھيەتۇتتىس، بەديان، قىزىلگۈل، ئىترىفىل، كاسىنە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايىنتىلما تەييارلاپ ئىچسە، ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئۇسارىسىدىن توققۇز گىرامغىچە، يوپۇرمىقى ۋە گۈلىدىن 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بۆرەككە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] چىلان.

[ئورۇنباسارى] ئاقاقىيا، ئانارگۈل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى گۇلنار.

غاز قانىتىئوتى

哈孜砍欧提

(马先蒿 ma xian hao)

[باشقا ئاتىلىشى] غازئوتى

[لاتىنچە نامى] Folium seu Radix Pedicularis oederi

[ئىنگلىزچە نامى] Wood betony Root

[تونۇش] بۇ، چۇقا ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك غازئوتى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يەر ئۈستى قىسمى «غازئوتى» «غاز قانىتىئوتى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ غولى تىك، ئۆسۈش ئېگىزلىكى 5.0 ~ 1 مېتىرغىچە، پۈتۈن تېنىدە ئاق سېرىق يۇمشاق تۈكچىلەر بولىدۇ، گۈلى سېرىق رەڭدە، يوپۇرمىقى چوڭ ھەرە چىشسىمان، گۈل رېتى ئۇچىدا ياكى قولتۇقىدا بولىدۇ. پۈتۈن چۆپىنىڭ تەمى قېرىق، ئېغىزنى قورۇيدۇ.

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىز شىنجاڭنىڭ تاغلىق رايونلىرىدىكى تاغ باغرىدىكى ئاپتاپ چۈشمەيدىغان نەم جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراپ، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، قان كۆپەيتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان قۇسۇش، قان تۈكۈرۈش، سۈيدۈكتىن قان كېلىش، بۇرۇن قاناش، ئىچ سۈرۈش، چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش، بەدەن ئاجىزلىق، قان ئازلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. غاز قانىتىئوتىدىن 20 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، قان قۇسۇش، قان تۈكۈرۈش، سۈيدۈكتىن قان كېلىش، بۇرۇن قاناش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. 20 گىرام غاز قانتىئوتى بىلەن 10 دانە چىلاننى قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، قان ئازلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قەۋزىيەت پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى، ھەسەل سۈيى.

[ئورۇنباسارى] كەھرىۋا، گۈل ئەرمىنى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] غاز قانتىئوتى قاينىتىلمىسى.

چاچ كۆمۈرى

查其库米日

(血余炭 xue yu tan)

[باشقا ئاتىلىشى] چاچ كۈلى.

[لاتىنچە نامى] Crinis Carbonhsatus

[ئىنگلىزچە نامى] Charred Human Hair

[تونۇش] بۇ، ئادەمنىڭ چېچى بولۇپ، ئۇنى ئالدى بىلەن شولتا سۈيىدە يۇيۇپ، ئارقىسىدىن سۈزۈك سۇ بىلەن چايقاپ تازىلاپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، قازانغا چىڭداپ تىقىپ تۇشقۇزۇپ، ئۈستىگە يەنە بىر قازاننى دۈم كۆمتۈرۈپ، كۆمتۈرۈلگەن قازاننىڭ ئۈستىگە بىر ۋاراق ئاق قەغەزنى چاپلاپ، ئىككى قازاننىڭ چاپلىشىپ تۇرىدىغان يېرىنى لاي بىلەن مەھكەم ئېتىپ، قازان ئاستىدىن ئوت قالاپ، قازان ئۈستىگە چاپلىغان ئاق قەغەز كۆيۈپ سېرىق رەڭگە ئۆزگەرگۈچە قىزىتىپ، قازان سوۋۇغاندىن كېيىن ئېلىپ «چاچ كۆمۈرى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (20.8 ـ رەسىم)

چاچ

[چىقىش ئورنى] ئادەم بار يەرنىڭ ھەممىسىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] چاچتىن مۇۋاپىق ئۇسۇللارنى قوللىنىپ دورا تەييارلاپ، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئادەم چېچىنىڭ ئاساسلىق تەركىبى تۆمۈر، ئازوت، ھىدروگېن، ئوكسىگېن ۋە ئېكۇراتىندىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇنىڭدىن باشقا 12%~15% كىچە سۇ، 3.4%~5.8% كىچە ياغ، 17.5% ئازوت، 1.3% كۈل ماددىسى، ھەر خىل ئامىنو كىسلاتاسىدىن تەركىب تاپقان قارا رەڭ ماددىسى مېلانىن (melanin) دىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان توختىتىش، باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش قاتارلىق تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان قۇسۇش، بۇرۇن قاناش، ئاۋاز پۇتۇش، ئاۋاز پەردىسىنىڭ ياللۇغلىنىشى، چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. خۇنسىياۋشان، رۇسۇتتىن 10 گىرامدىن، ئەنجىباردىن بەش گىرام، ئابنۇس كېپىكىدىن 10 گىرام، چاچ كۆمۈرىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، تالقان تەييارلاپ ئىچسە، ئىچكى ـ تاشقى ئەزالاردىكى قاناشلىق كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ.

2. سەپىداپ كاشغەرىيەدىن 1.5 گىرام، خۇنسىياۋشان، ئاقاقىيادىن 10 گىرامدىن، چاچ كۆمۈرىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ سوقۇپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ، زىمات قىلىپ ئىشلەتسە، ھەر خىل جاراھەتلەرنى پۈتتۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ～ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زىرىق، ئالقات.

[ئورۇنباسارى] قەغەز كۈلى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى خۇنسىياۋشان.

توشقانئوتى

托西砍欧提

(地榆 di yu)

[باشقا ئاتىلىشى] توشقانئوتى يىلتىزى

[لاتىنچە نامى] Radixsangui sorba officinaiis

[ئىنگلىزچە نامى] Long leaf Garden Burnet Root

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۇل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك توشقانئوتىنىڭ يىلتىز ۋە يىلتىزسىمان غولىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىز ۋە يىلتىزسىمان غولى «توشقانئوتى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (8.21 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] تاغنىڭ تەسكەي باغرىلىرىدىكى ئوتلاقلاردا، سايلاردا ئۆسىدۇ، شىنجاڭنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن، بولۇپمۇ ئىلى، بۇرتالا، تارباغاتاي ۋىلايەتلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] توشقانئوتى گىلۇكوزىدى، ئامىنو كىسلاتاسى ھەم ئاز مىقداردا ۋىتامىنلار ۋە كالتسىي، تۆمۈر قاتارلىق ئېلېمېنتلاردىن تۈزۈلگەن.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان توختىتىش، باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش، كۆيۈك يارىسىنى داۋالاش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، يۆتەلنى توختىتىش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش رولى بار.

www.uyghurkitap.com

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، ھارارەت پەسەيتىش، قاننى سوۋۇتۇپ قويۇلدۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بالىياتقۇنىڭ پائالىيەتچان قانىشى، چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش (بوۋاسىردىن قان كېلىش)، كۆيۈك قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ (كۆيۈكتە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ).

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. توشقانئوتى، توشقانكالپۇك، چاققاقئوت يوپۇرمىقى، غاز قانىتىئوتى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، ئىچكى ۋە تاشقى ئەزالاردىكى ھەر خىل قاناشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. توشقانئوتى، بىنەپشە، نىلۇپەر، تەمرىھىندى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قاينىتىلما تەييارلاپ ئىچسە ھارارەت پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئىچىدىن 4 ~ 16 گىرامغىچە، سىرتقى تەرەپتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان، قەلەمپۇر.

[ئورۇنباسارى] توشقانقۇلاق.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] توشقانئوتى قاينىتىلمىسى.

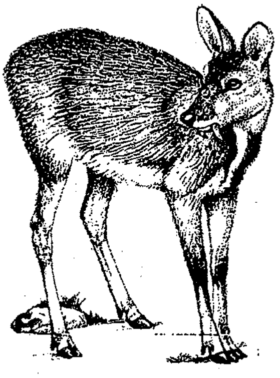
كېيىك قېنى

克依克克尼

(羚羊血 ling yang xue)

[لاتىنچە نامى] Blood saiga tatarica

[ئىنگلىزچە نامى] blood of Mongolian gazelle



كېيىك

[تونۇش] بۇ، كېيىك ئائىلىسىگە تەۋە بولغان كېيىك ھايۋىنىنىڭ قېنىدىن ئىبارەت. كېيىكنى تۇتقاندىن كېيىن قېنىنى ئېلىپ، پاكىز يۇيۇلغان ئۈچەيگە قۇيۇپ، ئىنچىكە يىپ بىلەن 3 ~ 5 سانتىمېتىر جايدىن بوغۇپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدىغان بىر خىل قان بولۇپ «كېيىك قېنى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. رەڭگى قىزغۇچ قوڭۇر رەڭدە، پۇرىقى سۇس، تەمى قېرىق بولىدۇ. (22.8 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] تاغلىق رايونلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كېيىكنىڭ قېنىنى ئېلىپ، پاكىز يۇيۇلغان ئۈچەيگە قۇيۇپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ تەييارلاپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئاساسلىقى كۆپ خىل ئاقسىلدىن تەركىب تاپقان.

ئاز مىقداردىكى ياغلار، خولېستېرىن، گىلۇكوزىدىن، ئانورگانىك تۇز قاتارلىقلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، بالىياتقۇ ۋە تۇخۇمداننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل زەخىملىنىش، سۇنۇقتىكى ئىششىق، قان تۈكۈرۈش، چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش، بۇرۇن قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كېپەك قېپىنى يۇمشاق سوقۇپ، 1 ~ 2 گىرامنى سېرىق ھاراق بىلەن كۈندە ئىككى قېتىمدىن ئىچىپ بەرسە، ئۇرۇلۇپ زەخىملىنىش، سوغۇقتىن بولغان ئىششىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كېپەك قېپىدىن 0.5 ~ 1 گىرامغىچە ئېلىپ، سېرىق ھاراق بىلەن كۈندە ئىككى قېتىم ئىچىپ بەرسە، قان تۈكۈرۈش، تەرەتتىن قان كېلىش، بۇرۇن قاناشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 0.5 ~ 1 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] توسۇلۇش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل سۈيى.

[ئورۇنباسارى] ئۆمۈچۈك تورى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى خۇن.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] كۆپ ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

تۇخۇمەك مېۋىسى
吐胡玛克米维斯
(槐角 huai jiao)

[لاتىنچە نامى] Fructus Sophora japonica

[ئىنگلىزچە نامى] Japanese Pagoda Tree Fruit

[تونۇش] بۇ پۇرچاق ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك تۇخۇمەكنىڭ مېۋىسىدىن ئىبارەت. (23.8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] مېۋىسى پىشقاندا ئۈزۈپ، تازىلاپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە بىيولوگىيەلىك ئىشقار، گىلۇكوزا، ئاقسىل، دەرەخ يېلىمى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] يۈرەكنىڭ قىسقىراش كۈچىنى كۈچەيتىش، قان ئايلىنىشنى ياخشىلاش، قاندىكى قەنت مىقدارىنى يۇقىرىلىتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيتى] قان توختىتىش، هارارەت پەسەيتىش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش خۇسۇسىيتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جاراھەت قاناش، قانلىق تەرەت، تولغاق، كىچىك تەرەتتىن قان كېلىش، قان قۇسۇش، كۆز قاراڭغۇلىشىش، كۆز تورلىشىش، قايناق سۇدا كۆيگەن كۆيۈك قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كەتىرا، نىشاستە، تۇخۇمەك مېۋىسى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن، كەھرىۋادىن ئۈچ گىرام، بەدىياندىن 10 گىرام، ئانارگۈل، ئەنجباردىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، ئىچكى ئەزالاردىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.

2. تۇخۇمەك مېۋىسىدىن بەش گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام، نىلۇپەردىن بەش گىرام، كاسنە ئۇرۇقىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە دەملەپ ئىچىپ بەرسە، جىگەرنى قۇۋۋەتلەپ كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ، ھارارات پەسەيتىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى تۈگىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تالغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئارپىبەدىيان.

[ئورۇنباسارى] پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تۇخۇمەك مېۋىسى دەملىمىسى.

قىزىلگۈل چېچىكى

克孜力古丽切依

(玫瑰花 mei gui hua)

قىزىلگۈل چېچىكى

[باشقا ئاتىلىشى] زەرىۋەرد، زىبرەگۈل سۇرۇخ

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 1 ~ 2 مېتىرغىچە، غولى تىك، توپلىشىپ ئۆسىدىغان چاتقال ئۆسۈملۈك قىزىلگۈلنىڭ ھەسەل ھەرىسى گۈل شىرنىسىنى يەپ ھەسەل قوشۇش جەريانىدا ھاسىل قىلىدىغان گۈل چېچىكى بولۇپ، بۇ قىزىلگۈلنىڭ چېچىكى ئۇششاق دانچە شەكىللىك تەمى ئاچچىق بولۇپ، «قىزىلگۈل چېچىكى» نامىدا دورا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىكى قىزىلگۈللۈك ئېتىزلاردا ھەسەل ھەرىسى بېقىلغان جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 4 ـ، 5 ـ ئايلاردا گۈلى ئېچىلغان مەزگىللەردە يىغىۋېلىنىپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىد.

نىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پاكىز يىغىپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيتى] ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، قورۇتۇش، قان تۈكۈرۈشنى توختىتىش، ئۆچەي مۇسكۇلىنى چىڭىتىش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ، بالىياتقۇ مۇسكۇلىنى چىڭىتىش ۋە قۇۋۋەتلەش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان، ئۆچەي مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش، قان تۈكۈرۈش، ئاشقازان ئاجىزلىقى، بالىياتقۇ كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قىزىلگۈل چېچىكىدىن 30 گىرام، رەيھان ئۇرۇقىدىن 10 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ، تاسقاپ، تالقان تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، تەرتىپىدە قان ۋە يىرىڭ كېلىش، تولغاق، ئىچ سۈرۈش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قىزىلگۈل چېچىكىدىن 30 گىرام، ئىسپىغۇلدىن 60 گىرام، گىلى ئەرمىنىدىن 45 گىرام، سەمغى ئەرەبى (ئەرەب يېلىمى) دىن 45 گىرام، پىدىگەن، ھەببۇلئاس، خەشخاش ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلسا، ئىچ سۈرۈش، قان قۇسۇش، قان تۈكۈرۈش، ئاشقازان، ئۆچەي، بالىياتقۇ بوشاپ كېتىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ～ 3 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] تاباشىر.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇيى ھەببۇلئاس.

قامچىگۈل

卡米其古丽

(雁来红 yan lai hong)

[باشقا ئاتىلىشى] ئەسەيىرراتى، ھەزاربەندەك، لال ساگ

[تونۇش] بۇ، تاجىگۈل ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، رەڭگى قىزىل، تەمى بىرقەدەر تاتلىق كېلىدۇ. «قامچىگۈل» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 4 ـ، 5 ـ ئايلاردا يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ، سالقىن، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يىغىپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، تۇتۇش، ھارارەت پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قۇرۇتۇش قاتارلىق تەسىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سوزۇلما ئىچ سۈرۈش، ھەيز كۆپ كېلىش، قۇلۇنجى، ئاشقازان، جىگەر ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ھەمىشىباھار، ئاقاقىيا، قامچىگۈل، خۇنسىياۋشاننىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ، دورىلاردىن قائىدە بويىچە سوفۇپ تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، قان تۈكۈرۈش، ھەيز كۆپ كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قامچىگۈلدىن 15 گىرام، رەيھان ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، رەۋەندىن 12 گىرام، كاسىنە ئۇرۇقىدىن 60 گىرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، شېكەردىن 60 گىرام، سىركىدىن 15 مىللىلىتىر ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ، كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلسا، جىگەر ياللۇغىنى قايتۇرىدۇ. سېرىقلىق چۈشۈش (يەرقان) كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قەۋزىيەتكە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئىسپىغۇل.

[ئورۇنباسارى] يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى ئاقاقىيا.

كىرپە تېرىسى

克尔派铁瑞思

(刺谓皮 ci wei pi)

كىرپە

[تونۇش] بۇ، ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان بىر خىل جانىۋار بولۇپ، بەدىنىنىڭ تۈكلىرى تىك، تىكەنگە ئوخشايدۇ، ئەگەر غەزىپى كەلسە بېشىنى ئىچىگە تىقىپ تۈگۈۋالىدۇ. ئۇ چاغدا خۇددى بىر بوغۇم تىكەنگە ئوخشاش. ئەگەر بىر ئادەمنىڭ بەدىنىگە تەگسە بىرئاز زەخىم قىلىدۇ، ئادەتتە قۇرۇقلۇقنىڭ، تاغنىڭ، دەريانىڭ دەپ ئۈچ تۈرلۈك بولىدۇ، قۇرۇقلۇقنىڭ كىرپە تېرىسى كۆپ ئىشلىتىلىدۇ. (8.24 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ چاڭجياڭ دەريا بويلىرىدا، ئۇنىڭدىن باشقا خېنەن، خېبېي، شەندۇڭ، ئەنخۇي، چېڭخەي، شىنجاڭ، لياۋنىڭ، ئىچكى موڭغۇل قاتارلىق ئۆلكىلەردە كۆپ ئۇچرايدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ھايۋاننى ئۆلتۈرۈپ، گۆشى، جىگىرىنى ئايرىۋېلىپ قۇرۇتۇۋالىدۇ. تېرىسىنى تەتۈر سويۇپ، ئۇستىگە ھاكنى سېپىپ، شامال ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان يەردە قۇرۇتۇلىدۇ ياكى تاختاينىڭ ئۇستىگە مىخلاپ ئېسىپ قۇرۇتۇلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] كىرپە تېرىسى كۆيدۈرۈش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان توختىتىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، يىرىڭنى تازىلاش، تۇتۇش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۈچەيدىن قان كېلىش، بوۋاسىر، مەنىي تۇتالماسلىق، ئاشقازاندىكى سوزۇلۇق ئىششىقلار، پالەچ، ھەر خىل يىرىڭلىق جاراھەتلەر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

كىرپىنىڭ تېرىسىنى كۆيدۈرۈپ ئېزىپ، شاراب بىلەن ئىچسە پالەچ ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە (ئىچىدىن) سىرتتىن مۇۋاپىق مىقداردا.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ ئىستېمال قىلسا ئاشقازان ۋە جىگەرگە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] قىزىلگۈل.

[ئورۇنباسارى] ئانارگۈل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زىمات دورىلار.

توققۇزىنچى باب   تۇسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار

تۇسالغۇلارنى ئېچىپ، ماددا ئالمىشىشنى ئىلگىرى سۈرۈش تەسىرى كۈچلۈك بولغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، تۇسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تەسىرىدىن، مەلۇم بىر ئەزا، قان تومۇر ۋە توقۇلمىلاردا سۇددە (تۇسۇلۇش) پەيدا بولغاندا، ئورگانىزمدا تۈرلۈك كېسەللىكلەر (يەنى مۇچىلەر سۇلۇق ئىششىقى، بوغۇملار ئىششىش، سۈيدۈك كەلمەسلىك، يۇقىرى قان بېسىم، باليانقۇ ئىششىقى، قورساققا سۇ چۈشۈش، جىگەر ياللۇغى، قەۋزىيەت، سۈيدۈك ۋە ھەيز راۋان بولماسلىق، ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىقلار) پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا يامان ئاقىۋەت كېلىپ چىقىدۇ. تۇسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنىڭ تۈرى ھەر خىل بولغاچقا، ئىشلەتكەندە مۇۋاپىق تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك. تۇسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئىتى ھۆل سوغۇق ياكى قۇرۇق ئىسسىق بولىدۇ. بۇ خىل دورىلار، تۇسالغۇ پەيدا قىلغۇچى ماددىلارنى تارقىتىش، ئېرىتىش، پارچىلاش، ھەيدەش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى ئارقىلىق تۇسالغۇلارنى ئاچىدۇ. بۇنداق دورىلار تۇسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: كاسىنە يىلتىزى، جۆئدە، جاۋشىر، ئەمەن، ھەببى بىلسان، ئاسارۇن، ئەپسەنتىن، چۆل رەيھىنى، بەنگىرە، بىلسان ياغىچى، خەرنۇب، ئېگىر، مۇقەل، مۇغاس، زەنجىۋىل شامى، چىغىرتماق ئۇرۇقى، كەرەپشە، كەكرە ئۇرۇقى، تال، شىۋاق، ھەشقىپىچەك گۈلى، ئەنجۇدان يىلتىزى، موزايىبېشى، سەكبىنەج، تەنكار، شەپەرەڭ، تال غازىڭى، شەپەرەڭ ياڭىقى، ئاقچەشكە، كەرەپشە ئۇرۇقى، بادرەنجبۇيا چىنى، تاغ بادرەنجبۇيىسى، ئاچچىقتاۋۇز، تۇربۇت، غاپەس، پۇنۇس ئۇرۇقى، قەسبۇزەرىرە، كەتمەنقوڭغۇز، ئۇچار چاشقان مايىقى، مەرزەنجۇش، ئاقتىكەن، سۇزاپ، پىلىكئوت، كەرەپشە ئۇرۇقى، تىللا ئوت، ئوغرىتىكەن، ئۆرۈك، يەرلىك توغرىغۇ، سۇزاپ ئۇرۇقى، كەسلەنچۈك، ھەببۇلبان، ئاغىچا، ئاق خەربەق، چاكاندا، تاماكا يوپۇرمىقى، يۇلغۇن، كالا ئوتى، جىنتىيانا، رەۋەن، شېكەر تىغال، تاغ پىيىزى، قەردمانە، ئالا كۈلۈك، كالىزىرە قاتارلىقلار.

كاسىنە يىلتىزى
卡森依力提孜
(菊苣根 ju ju gen)

[باشقا ئاتىلىشى] بىخ كاسىنە

[لاتىنچە نامى] Radix Cichorium intybus

[ئىنگلىزچە نامى] Common Chicory Root

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كاسىنە.

كاسنە ئۇسۇملۇكى

نىڭ يىلتىزى بولۇپ، رەڭگى ئاق، پۇرىقى سۇس بولىدۇ. (1.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە كولاپ ئېلىپ، ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە تاننىن ۋە فېرمېنت قاتارلىق تەركىبلەر بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] جىگەر ماي ماددىسىنى تۆ-ۋەنلىتىش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇ-رۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش خۇسۇسىيتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر، ئۆت، بۆرەك ياللۇغى، ئۆت ـ جىگەر يولى توسۇلۇش قاتارلىق-لارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] كاسنە يىلتىزى، كاسنە ئۇرۇقى، بىخ كەبىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، جىگەر، ئۆت، بۆرەك ياللۇغلىرىنى قايتۇرۇپ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10~15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيانلىق، كۆڭۈلنى ئىلىشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەنجىۋىل، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] كاسنە ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى دىنار، شەربىتى بىخ كاسنە.

جۆئىدە

咬依塔

（金石蚕 jin shi can）

[باشقىچە ئاتىلىشى] چاڭگاك، جۆئىدە رۇمى، ئەنبەر بىد

[لاتىنچە نامى] Herba Teucrium Polii

[ئىنگلىزچە نامى] Golden Germander

[تونۇش] بۇ ئۆسۈملۈك ئادەتتە ئىككى خىل بولىدۇ. بىر خىلى كىچىك، تاغنىڭكى بولۇپ، ئۇنىڭ رەڭگى ئاق كېلىدۇ، ئۇزۇنلۇقى 20 سانتىمېتىر ئەتراپىدا، يوپۇرماقلىرى ئىنچىكە، يەرگە چاپلىشىپ تۇرىدۇ، يوپۇرماقلىرىنىڭ ئۈستۈنكى تەرىپىدىكى يۈزى تۈكلۈك، يوپۇرماقلىرىنىڭ ئەتراپى ئۆششاق

تىكەنلىك، شاخلىرىنىڭ ئۇچلىرىدا گۇمبەزگە ئوخشاش مونچاق ئۇرۇق بىلەن تولغان بولىدۇ، گۈلى ئاق، بىرئاز سېرىققا مايىل، پۇرىقى كۈچلۈك، تەمى ئاچچىقراق، بىرئاز خۇشبۇي؛ ئىككىنچى خىلى يۇرتتا ئۆسىدۇ، بۇنى پارسچە «چاڭگاك» دەيدۇ. بۇنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىزراق بولۇپ، دورىغا تاغنىڭكى ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] چەت ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇلۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، قاننى تازىلاش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش، يەل ھەيدەش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز توسۇلۇش، ئۇنتۇغاقلىق، سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقا، توسالغۇ مەنبەلىك يەرقان، كونا يىرىڭلىق چاقا قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. جۆئىدە، بابۇنە، يەرلىك شوخلا قاتارلىقلارنى تەڭ مىقدار ئېلىپ قاينىتىپ، سىركە قويۇپ ئىچسە، ئىششىقنى قايتۇرىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى جۆئىدەنى ھۆل ۋاقتىدا ئېزىپ چاپسا، كونا يىرىڭلىق چاقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. جۆئىدەنى ھۆل ۋاقتىدا جاراھەتلەرگە سەپسە، جاراھەت پۈتتۈرىدۇ.

4. مۇۋاپىق مىقداردىكى جۆئىدەنىڭ ھۆلىنى ئېزىپ چاپسا، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] تۆت گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بىدىمۇشكى.

[ئورۇنباسارى] قەنتەرىيۇن، سەلىخە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى جۆئىدە، مەجۇنى لوغانزىيا.

[قوشۇمچە] جۆئىدە ھەققىدە ئىختىلاپ بار، بەزىلەر جۆئىدىنى «سۇمبۇل» دېسە، بەزىلەر «بەنگىرە» دەيدۇ، شۇڭا كەسپداشلىرىمىزنىڭ بۇ ئۆسۈملۈكنى يەنىمۇ تەتقىق قىلىپ كۆرۈشىنى سورايمىز.

جاۋشىر

加吾西尔

（格逢脂 ge feng zhi）

[باشقىچە ئاتىلىشى] جاۋاشىر، گاۋشىر، گوشىر

[لاتىنچە نامى] Ferula gummosa

[ئىنگلىزچە نامى] galbanum

جاۋشىر

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىرقانچە يىلدا بىر قېتىم مېۋە بېرىدىغان ئۆسۈملۈك جاۋ-شىرنىڭ يىلىمىدىن ئىبارەت بولۇپ، شەكلى ياڭاق مېغىزىغا ئوخشاپ كېتىدۇ، رەڭگى سېرىق، سۈزۈك، تەمى ئاچ-چىق بولۇپ، خۇش پۇراق، «جاۋشىر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] تۈركىيە، ئىران قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ غولى ۋە يىلتىز قىسمىدىكى ماي يوللىرىدىن نۇرغۇنلىغان سۈتسىمان سۇيۇق-لۇقلار ئېقىپ چىقىدۇ، جاۋشىرمۇ مۇشۇ ماي يوللىرىدىن تەبىئىي هالدا ئېقىپ چىقىدۇ. يەنە بىر قىسمى غول ياكى يىلتىزنىڭ باش قىسمى كېسىۋېتىلگەندىن كېيىن شۇ جاي-دىن ئېقىپ چىقىدىغان سۇيۇقلۇقلاردىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇيۇپ قاتقاندىن كېيىن يىغىۋېلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] جاۋشىر تەركىبىدە 20% ~ 5% كىچە ئۇچۇچان ماي، 60% تىن ئارتۇق رېزىنا، 20% دەرەخ يىلىمى بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] بۇ، نېرۋا ئۇچلىرىنى قوزغاتقۇچى تەسىرگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، پارچىلاش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، پەي ـ مۇسكۇلنى چىڭىتىش، قىزىتىش، يەل هەيدەش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىنى سۈرۈش، چىرايىنى پارقىرىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، گۆش ئۇندۇرۇش، سۈيدۈك هەيدەش، هەيز راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مېڭە ئاغرىقى، پالەچ، لەقۋا، تۇتقاقلىق، تارتىشىش، تىترىمە كېسەل، سەكتە، نەزلىلىك زۇكام، قۇلۇنجى، مۇپاسىل، سۇلۇق ئىششىق، ئاشقازان ئاجىزلىقى، سۈيدۈك، هەيز راۋان بولماسلىق، قورساق ئېسىلىش، بالىياتقۇدىكى يەلدىن پەيدا بولغان ئاغرىقلار ۋە بەدەننىڭ هەر خىل زەخىملىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بىر يېرىم گىرام مىقداردىكى جاۋشىرنى مەرزەنجۇش سۈيىدە قايىنىتىپ بەرسە، بەزگەك، ئىستىس-قا، جىگەر كېسىلى، سۈيدۈك تېمىتىپ كېلىش، سۈيدۈك يوللىرى ئېچىشىش، بالىياتقۇ ئىششىقى، سۈيدۈك يولىدا تاش تۇرۇپ قېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. كاۋاك چىشقا قويسا، ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ.

2. جاۋشىردىن بەش گىرام، گۈل يېغىدىن 10 گىرام ئېلىپ، زىمات تەييارلاپ چاپسا، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

3. جاۋشىر ۋە كۈندۈردىن 10 گىرامدىن، تۇخۇم سېرىقىدىن ئىككى دانە ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ ئىستېمال قىلسا، سۈرئىتى ئىنزالغا شىپا بولىدۇ.

4. جاۋشىر ۋە ئادراسمان ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى ۋە يەرلىك شوخلىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، جىگەر، تال توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 2 ~ 4 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] كۆپ يېسە، بۆرەك ۋە دوۋساقتا تاش پەيدا قىلىدۇ. ئۇرۇقدانغا زىيانلىق تەسىرى بار.

[**تۈزەتكۈچىسى**] مۇرمەككى، گۇلبىنەپشە.

[**ئورۇنباسارى**] ئەنجۇر، پىننە.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] لوئوقى جاۋشىر.

ئەمەن

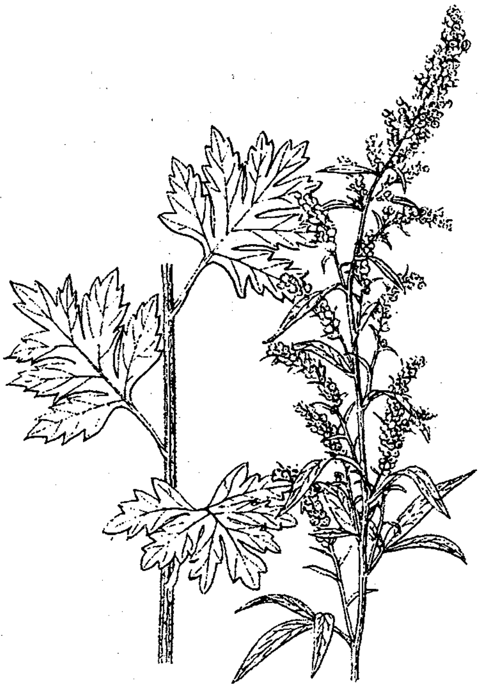
艾满

(艾叶 ai ye)

[**باشقا نامى**] كۆك ئەمەن

[**لاتىنچە نامى**] Folium Artemisiae absinthium

[**ئىنگلىزچە نامى**] Argy Wormwood Leaf



ئەمەن ئۆسۈملۈكى

[**تونۇش**] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئەمەننىڭ قۇرۇتۇلغان يوپۇرمىقىدىن ئىبارەت. يوپۇرماق ئارقىسى ئاقۇچ كۈلرەڭ، تەمى ئاچچىق - چۈچۈك كېلىدۇ، ئۈزى يۇمشاق، پۇراقلىق، يۇمران تۈكلىرى كۆپ بولىدۇ. (9.4 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ ئىچكى ئۆلكىلىرىدىن، رايونىمىزدىن ھەم ياۋروپا ۋە ئاسىيا ئەللىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ئەتىياز ۋە يازدا گۈلى ئېچىلمىغاندا يىغىۋېلىنىپ، قۇرۇتۇپ ئېلىنىدۇ ياكى ھۆل ئىشلىتىلىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ئەمەننىڭ تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي بولۇپ، بۇنىڭ ئاساسلىق تەركىبى فىللاندرىن (Phellandrene)، كادىنېن (Cadinene)، تويىل ئالكوھول (Thujyl alcohol) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. ياۋا ئەمەننىڭ تەركىبىدە تەخمىنەن 50% تىن يۇقىرى ئۇچۇچان

ماي، 10.13% كان ماددىلىرى، 2.5% ماي، 25.85% ئاقسىل، ۋىتامىن A، B_1، B_2، C قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار. ياۋا ئەمەن، ئەمەن چىۋىقلىرى ياكى تۈتۈنى بىلەن ئۆي دېزىنفېكسىيە قىلىنىدۇ، ياكى ئېگىر ۋە زەرنىخ بىلەن ياكى ساڭشۇ (苍术)، زەرنىخ، داغۇر كىرەشى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىسلىسا، ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى، B تىپلىق قان ئېرىتكۈچى زەنجىرسىمان شارچە باكتېرىيەسى، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى، شەكىل ئۆزگەرشچان تاياقچە باكتېرىيەسى، بوغما تاياقچىسى، ئۈچەي كېزىكى تاياقچە باكتېرىيەسى، يېشىل يىرىڭ تاياقچە باكتېرىيەسى، قۇرۇق چۆپ تاياقچە باكتېرىيەسى، ئىشقار ھاسىل قىلغۇچى تاياقچە باكتېرىيەسى، سىل تاياقچە باكتېرىيەسى قاتارلىقلارنى ئۆلتۈرۈش ياكى ئۆسۈپ كۆپىيىشىنى تورمۇزلاش تەسىرى بار. ياۋا ئەمەن بىلەن ئىسلىسا، نۇرغۇنلىغان كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى زەمبۇرۇغلارنىڭمۇ ئۆسۈپ كۆپىيىشىنى تورمۇزلايدۇ.

ياۋا ئەمەننىڭ قاينىتىلمىسى تەجرىبە نەيچىسى ئىچىدە ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى، قان ئېرىتكۈچى زەنجىرسىمان شارچە باكتېرىيەسى، ئۆپكە ياللۇغى قوش شارچە باكتېرىيەسى، بوغما تاياقچىسى، تولغاق تاياقچىسى، ئۈچەي كېزىكى تاياقچىسى ۋە پارازىت تاياقچە باكتېرىيەسى قاتارلىقلارنى تورمۇزلايدۇ.

2. باشقا تەسىرى: قاينىتىلمىسى ئۆي توشقىنىغا بېرىلسە، قان قېتىشنى ئىلگىرى سۈرىدۇ ۋە قىزىتما قايتۇرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] تۇسالغۇلارنى ئېچىش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتلىرىنى سۈرۈش، ئۆپكىنى تازىلاش، ئىشتىھا ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ھەيز راۋانلاشتۇرۇش، تەرلىتىش، قۇرت ئۆلتۈرۈش، چاچ ئۆستۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك ۋە ھەيز تۇتۇلۇش، قىزىتما، ھەر خىل سۇلۇق ئىششىق، قىيىن تۇغۇت، كۆكرەك ئاغرىقى، نەپەس سىقىلىش، بۆرەك ياللۇغى، ئاشقازان- ئۈچەيلەردىكى قۇرتنى ئۆلتۈرۈش، چاچ ئۆستۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەمەن، سانا، ئۈبھەل، خىيارشەنبەرلەرنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، بادام يېغى قوشۇپ ئىچسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

2. بەش گىرام ئەمەننى 10 گىرام بابۇنە گۈلى بىلەن قاينىتىپ ئىلمان ھالەتتە ئابزەن قىلسا، بالىياتقۇ ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

3. 10 گىرام ئەمەن ياپرىقىنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچسە، كۆكرەك ئاغرىقى، نەپەس سىقىلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئاشقازان - ئۈچەيلەردىكى قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ.

4. ئەمەننى ئابدىمىلىك يېغى ياكى تۇرۇپ يېغى بىلەن قوشۇپ باشقا سۈركىسە، چاچ چۈشۈشتىن

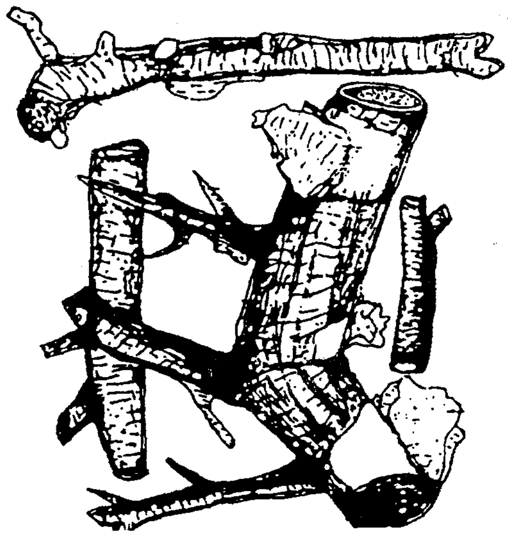
ساقلايدۇ، چاچنى تېز ئۆستۈرىدۇ.
5. ئەمەننى قائىدە بويىچە تەييارلاپ شامچە قىلسا، قورساقتىكى ھامىلىنى چۈشۈرىدۇ، كۆرپە ئاستىغا سېلىنسا ھاشاراتلارنى قاچۇرىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 6 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ، بەدەننى قۇرۇتىدۇ ھەم بۆرەككە زىيانلىق.
[تۈزەتكۈچىسى] مەستىكى رۇمى، رۇمبەدىيان.
[ئورۇنباسارى] ئىچ سۇرۇشتە غاپەس، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەشتە باراۋەر مىقداردا ئاسارۇن، يېرىم مىقداردا سېرىق ھېلىلە ئىشلىتىلىدۇ. ئەپسەنتىن، سۇزاپ.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەتبۇخى بەرەنجاسىپ، رەۋغىنى بەرەنجاسىپ.

ھەببى بىلسان

艾比白勒桑

(麦加香脂树子 mai jia xiang ahi shu zi)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەببىي بىلسان، تۇخۇمى بىلسان، بىلسان كى بىج
[لاتىنچە نامى] Semen Commiphora Opobasamum
[ئىنگلىزچە نامى] Mecca myrrhtree seed


بىلسان ياغىچى

[تونۇش] بۇ، زەيتۇن دەرىخى ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك بىلسان دەرىخىنىڭ مېۋىسى بولۇپ، تۇخۇمسىمان شەكىلدە، قوتۇرغا مايىل، تەمى بىرئاز ئاچچىق، پۇرىقى سۇس، بۇ دەرەخنىڭ ياغىچى «ئۇد بىلسان»، مېۋىسى «ھەببى بىلسان»، يېغى «رەۋغىنى بىلسان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (5.9 - رەسىم)
[چىقىش ئورنى] مىسىر، سۈرىيە قاتارلىق ئەرەب ئەللىرىدىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.
[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، جىگەر ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، قاننى جانلاندۇرۇش، مېڭىنى تازىلاش، بەلغەم بوشىتىش، نېرۋىنى قوزغىتىش، ھەزىمنى ياخشىلاش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش،

زەھەرنى قايتۇرۇش، سۈيدۈك، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر زەئىپلىكى، ئاشقازان ياللۇغى، نېرۋا ئاجىزلىقى، پالەچ، لەقۋا، نەپەس سىقىلىش، يۆتەل، ئۆپكە ياللۇغى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز راۋان بولماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سۇمبۇلدىن 10 گىرام، ھەببى بىلساندىن 15 گىرام، زەپەردىن ئىككى گىرام، قەنتتىن 20 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچسە، جىگەر زەئىپلىكىگە پايدا قىلىدۇ.

2. ئىزخىردىن 10 گىرام، ھەببى بىلساندىن 15 گىرام، بىخ كەبىردىن 10 گىرام، ھەسەلدىن 30 گىرام ئېلىپ، مەجۇن تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، جىگەر ۋە تال توسۇلۇشقا شىپا بولىدۇ.

3. بىلسان دەرىخى مېۋىسىنىڭ قايىنىتىلغان سۈيىدە ئولتۇرسا، بالىياتقۇ ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] دوۋساققا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] سەلىخە، ئۇد بىلسان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تەرياقى فارۇق.

ئاسارۇن

阿萨荣

(细辛 xi xin)

ئاسارۇن ئۆسۈملۈكى

[باشقا ئاتىلىشى] ئاسارۇن، تەگەر

[لاتىنچە نامى] Herba Asarum heteropoides

[ئىنگلىزچە نامى] siebold Wildginger

[تونۇش] بۇ، سېمىزئوت ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئاسارۇننىڭ يىلتىزلىق پۈتۈن چۆپى بولۇپ، يىلتىزى مايماق، بوغۇملۇق، توپا رەڭگە مايىلراق، خۇش پۇراقلىق كېلىدۇ. «ئاسارۇن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ شەرقىي شىمالى، شەندۇڭ، خېنەن، لياۋنىڭ قاتارلىق ئۆلكىلەردىن، ئىران، ئافغانىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 5-، 7- ئايلار مەزگىلىدە يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، لايلىرىنى تازىلاپ ۋاقتىدا سايە جايدا قۇرۇتۇلىدۇ، قۇرغاق، شامال ئۆتۈشىدىغان جايدا ساقلاپ، چىرىشنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي بولۇپ، ئاساسىي تەركىبى (methyl eugenol) مېتىل ئېۋگېنولدىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ① يەرلىك ئورۇننى مەست قىلىش تەسىرى بار. بۇنىڭدىكى ئۇچۇچان مايىنى پاقىغا سىناق قىلغاندا، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ۋە تېرە، شۇنىڭدەك ئادەم تىلىنىڭ مەلۇم قىسمىنىڭ شىللىق پەردىلىرىنى مەست قىلىدۇ. بوغۇم ياللۇغىنى مەلۇم دەرىجىدە تورمۇزلايدۇ؛ ② قىزىتما قايتۇرۇش، تىنچلاندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە. ئاسارۇن ئۇچۇچان مېيىنىڭ ئاغرىق پەسەيتىش، تىنچلاندۇرۇش تەسىرى بار ھەمدە تىف ۋە پاراتىف AB ئارىلاشما مىكروبلىرى كەلتۈرۈپ چىقارغان قىزىتمىلارنى ياندۇرىدۇ؛ ③ باكتېرىيەنى تورمۇزلاش رولى بار. ئاسارۇن قان ئېرىتكۈچى زەنجىرسىمان باكتېرىيە تولغاق تاياقچە باكتېرىيەسى، ئۈچەي كېزىكى تاياقچە باكتېرىيەسى ۋە سىل تاياقچە باكتېرىيەسى قاتارلىقلارنى تورمۇزلاش تەسىرىنى بېرىدۇ؛ ④ قان بېسىمىغا نىسبەتەن تەسىرى بار. ئاسارۇن ئوكۇلىدىن 0.125 ~ 0.25 گىرام كۆك قان تومۇرغا ئوكۇل قىلىنسا، ھوشسىز ئىتنىڭ قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. ⑤ زەھەرلىك ۋە باشقا تەسىرى: ئاسارۇننىڭ ئۇچۇچان يېغى پاقا، چاشقان، توشقان قاتارلىقلارغا نىسبەتەن قوزغىتىش تەسىرىگە ئىگە. داۋاملىق ئىشلىتىلسە، تارتىشىش ھالەتلىرى يۈز بېرىپ، تەدرىجىي ھالدا ئىختىيارىي ھەرىكەت ۋە نەپەس ھەرىكىتى ئاجىزلايدۇ ھەمدە ئىنكاس يوقىلىدۇ. ئاخىرىدا ئۆلىدۇ. ئاۋۋال يۈرەك سېلىپ ئارقىدىنلا نەپەس ئېلىش توختايدۇ. يۈرەك مۇسكۇلى ۋە باشقا سىلىق مۇسكۇللارنى تورمۇزلاش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىنىڭ ئاخىرىدا قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشەش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، بۆرەك، جىگەر، تال ۋە پەيلەرنى قۇۋۋەتلەش، مېڭە ۋە ئاشقازاننى تازىلاش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۇنتۇغاقلىق، تۇتقاقلىق، لەقۋا، پالەچ، ئەزالارنىڭ بوشاپ كېتىشى، بىھوشلۇق، مېڭە ئاجىزلىقى، نېرۋا ۋە پەي ئاجىزلىقى، باش ئاغرىقى، جىگەر، تال توسۇلۇش، تال قېتىش، بۆرەك ۋە دوۋساقتا تاش چۈشۈش، ئومۇمىي بەدەن سۇلۇق ئىششىقى، جىنسىي ئاجىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۇد سەلىب ۋە ئاسارۇندىن 10 گىرامدىن، ناۋاتتىن يەتتە گىرام ئېلىپ، سۇفۇف تەييارلاپ ئىچسە، ئۇنتۇغاقلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئاسارۇن ۋە كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى، كەرەپشە ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى قاتارلىقلارنى 10 گىرامدىن ئېلىپ، چاي دەملەپ ئىچسە، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

3. ئاسارۇننى سوقۇپ مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تال ساھەسىگە زىمات قىلسا، تال قېتىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ئاسارۇننى سوقۇپ مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىمات قىلسا،

تال قېتىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ئاسارۇندىن 10 گىرام، ئۈرۈقسىز قىزىل ئۈزۈمدىن 40 گىرام ئېلىپ، ئىككىسىنى بىرلىكتە سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، بوغۇم ئاغرىقىغا شىپا قىلىدۇ.

5. ئاسارۇن، ئۇد سەلىب، ئۇستىقۇددۇسلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، ناۋاتتىن 15 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى بىرلىكتە دەملەپ ياكى قاينىتىپ ئىستېمال قىلسا، مېڭىنى قۇۋۋەتلەپ، نېرۋا ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ～ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەترا، بادام مېغىزى، سەرپىستان، ئۈرۈقى ئېلىنغان ئۈزۈم.

[ئورۇنباسارى] ئېگىر، زەنجىۋىل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] جاۋارىش جالىنۇس، مەجۇنى سۆرۈنجان، مەجۇنى ئاسارۇن.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ئاپتاپتا قۇرۇتۇشقا ۋە سۇدا يۇيۇشقا بولمايدۇ، ئۇنداق بولمىغاندا پۇرىقى ئاجىزلاپ، يوپۇرمىقى سارغىيىپ، يىلتىزى قارىداپ، سۈپىتىگە تەسىر يېتىدۇ.

[ئەسكەرتىش] قان بېسىمى يۇقىرى كىشىلەرگە بېرىشكە بولمايدۇ.

ئەپسەنتىن
（苦艾 ku ai）

ئەپسەنتىن

[باشقىچە ئاتىلىشى] خەترىق، مۇرده، ئەپسەنتىن

[لاتىنچە نامى] Herba Artemisia absinthium

[ئىنگلىزچە نامى] Worm Wood

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئاچچىق ئەمەن بولۇپ، تېنى يېشىل رەڭلىك، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى ئۆتكۈر، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «ئاچچىق ئەمەن» ياكى «ئەپسەنتىن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (7.9 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە جايلىرىدىن شۇنداقلا ئافغانىستان، ئىران، كەشمىر، قازاقىستان، ئوكرائىنا، ئەرمىنىيە قاتارلىق جايلاردىن ھەمدە ياۋروپانىڭ جەنۇبىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] يازدا گۈلى ئېچىلغاندا ئورۇۋېلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىنىڭ تەركىبىدە ياغ، يېلىم، ئاز مىقداردا مىنېرال ماددىلار بار.

www.uyghurkitap.com

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]   سازاڭ قۇرتىنى ئۆلتۈرۈش تەسىرى بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قورۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى]   ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.
[خۇسۇسىيىتى]   توسالغۇلارنى ئېچىش، مېڭە، جىگەر، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ئىششىق ياندۇرۇش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، قۇرت ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر]   سۈيدۈك، ھەيز راۋان بولماسلىق، بوغۇم ئاغرىقى، تەپ، جىگەر ياللۇغى، مەددە قۇرت، ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئىشتىھاسىزلىق، گال ئاغرىقى، بادامبەز ياللۇغى، چىيقان، ھۆل تەمرەتكە قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. ئاچچىق ئەمەندىن يەتتە گىرام، فۇپەل، بەرەڭگى كابۇلىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچسە، مەددە قۇرت چۈشۈرىدۇ.
2. ئاچچىق ئەمەن بىلەن چۇچۇكبۇيىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈيىدە يەرلىك ئورۇننى يۇسا، چىيقان ۋە ھۆل تەمرەتكىگە پايدا قىلىدۇ.
3. ئاچچىق ئەمەندىن 30 گىرام، ئاق سەندەلدىن 15 گىرام، سىركىدىن 50 گىرام ئېلىپ، سىركەنجۇبىل تەييارلاپ ئىچسە، گال ئاغرىقى ۋە تەپكە مەنپەئەت قىلىدۇ.
4. ئاچچىق ئەمەننى بادام يېغى بىلەن قاينىتىپ قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاق يارىلىرى ۋە ئاغرىقلىرىنى ساقايتىدۇ.
5. ئاچچىق ئەمەن، رۇمبەدىيان، كاسنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇپ، ئىشتىھانى ئېچىپ، جىگەر ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى]   3 ~ 5 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى]   ئىسسىق مىزاج كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى]   ئاچچىق ئانار، رۇمبەدىيان.
[ئورۇنباسارى]   غاپەس، ئەپتىمۇن.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى]   شەربىتى ئەپسەنتىن، رەۋغىنى ئەپسەنتىن.

چۆل رەيھىنى
确力热依哈尼
（百里香 bai li xiang）

[باشقىچە ئاتىلىشى]   ھاشا
[لاتىنچە نامى]   Thymus marschallianus
[ئىنگلىزچە نامى]   Mongolian Thyme

چۆل رەيھىنى ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى چاتقالسىمان دائىم ياشىرىپ تۇرىدىغان سامان غوللۇق يەر بېغىرلاپ ئۆسىدىغان، گۈلى سۆسۈن، پورىقى ئۆتكۈر ئۆسۈملۈك بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «ھاشا» ياكى «چۆل رەيھىنى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] ياز پەسلىدە يىغىۋېلىنىپ، لاي لاتقىلىرى تازىلىۋېتىلگەندىن كېيىن ئاپتاپتا قۇرۇتۇلۇپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىنىڭ تەركىبىدە 0.15% ~ 0.5% كىچە ئۇچۇچان ماي بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ① باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار. ئېغىز بوشلۇقى ۋە يۇتقۇنچاق شىللىق پەردىلىرىدىكى ياللۇغلىنىشقا قارىتا بىرقەدەر ياخشى بولغان باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش رولى بار. قۇرت يېگەن چىشقا نىسبەتەن چىرىشكە قارشى تۇرىدۇ. تېرىدىكى زەمبۇرۇغلارغا قارىتا بەلگىلىك داۋالاش رولى بار؛ ② قۇرت ئۆلتۈرۈش تەسىرى بار؛ ③ بەلغەم بوشىتىش تەسىرگە ئىگە؛ ④ يەل ھەيدەش تەسىرگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاشقازان - ئۈچەينى قۇۋۋەتلەش، چىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، تەرلىتىش، يەل ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، بالا ھەمراھىنى ۋە ئۆلۈك ھامىلىنى چۈشۈرۈش، يۇمشىتىش، قۇرت ئۆلتۈرۈش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىش، بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل ئىششىقلار، قەۋزىيەت، ئۈچەي قۇرتلىرى، پالەچ، لەقۋا، يۆتەل، ئۈچەي توسۇلۇش (قولۇنجى)، قورساق ئېسىلىش، ھەزىم ناچارلىقى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز تۇتۇلۇش، جىگەر ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. چۆل رەيھىنىنى تۇز ۋە سىركە بىلەن قوشۇپ ئىچسە ياكى ئەرەق تارتىپ ئىستېمال قىلسا، يۇقىرىقى كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ.

2. يەتتە گىرام چۆل رەيھىنىنى سىركە بىلەن ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە، ھەر خىل ئىششىق ۋە ئۇيۇپ قالغان قاننى تارقىتىدۇ ھەمدە يەلتاشما، مۇدۇرلارنى يوقىتىدۇ، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈشكە سۈركىسە پايدا قىلىدۇ.

3. يەرلىك شوخلا، ئېكىلىلمىلىك، بابۇنە، يالپۇز يەتتە گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ۋاننا قىلسا، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى]   5 ~ 7 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى]   ئۆپكىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى]   كەتىرا.
[ئورۇنباسارى]   ئەپتىمۇن.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى]   زىماتى ھاشا، چۆل رەيھىنى قايىنتىلمىسى.
[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار]   ھامىلدار ئاياللارغا بېرىش چەكلىنىدۇ.

بەنگىرە

斑给热

(墨旱莲 mo han lian)

[باشقا ئاتىلىشى] بەنگىرە چۆپى
[لاتىنچە نامى] Herba eclipta postrata
[ئىنگلىزچە نامى] Yerbade Tolo Herb
[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بەنگىرەنىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ غولى ۋە يوپۇرماقلىرى ئاق رەڭلىك تۈكچىلەر بىلەن قاپلانغان بولۇپ، «بەنگىرە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (8.9 - رەسىم)
[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ئىچكى ئۆلكىلىرىدىن ھەمدە پاكىستاننىڭ شەرقىي ۋە غەربىي پەنجاپ ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇلۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىدە ساپىنىن، نىكوتىن، تاننىن، تالا ئېكلىپتىن (Ecliptine) قاتارلىقلار بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.
[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، قان تازىلاش، باھنى كۈچلەندۈرۈش، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش، يەل ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قىچىشقاق، جوزام، بەرەس، قان بۇزۇلۇش، تال، جىگەر ئىششىش، باھ ئاجىزلىق، ھەر خىل ئىششىقلار، كۆرۈش كۈچى ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. بەنگىرەنىڭ سۈيىنى چىقىرىپ كۆزگە تېمىتسا، كۆز ياشانغىراشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.
2. بەنگىرەدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۈئلەپ مىسرى بىلەن سوقۇپ تالقانلاپ، ناۋات بىلەن قوشۇپ يېسە، باھ ئاجىزلىقىغا پايدا قىلىدۇ.

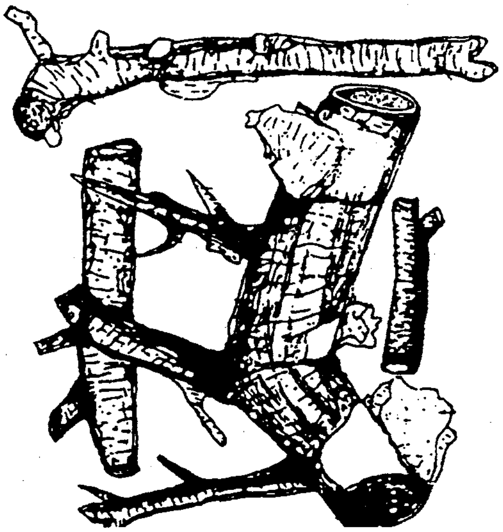
3. بەنگىرە شىرىسىگە ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ بىرىلسە، باللاردىكى زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] يوپۇرمىقىدىن بەش گىرام، ئۇرۇقىدىن 1 ~ 3 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، بىنەپشە.
[ئورۇنباسارى] بەلىلە.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى ئاقىرقەرھا.

بىلسان ياغىچى

白勒桑亚合其

(麦加没药树木 mai jia mei yao shu mu)

[باشقىچە ئاتىلىشى] ئۇد بىلسان، چوپ بىلسان، بىلسانكى لەكرى
[لاتىنچە نامى] Lignum Commiphara myrrha
[ئىنگلىزچە نامى] Wood Mecca Myrrhtree



بىلسان ياغىچى

[تونۇش] بۇ، زەيتۇن دەرىخى ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك بىلسان دەرىخىنىڭ ياغىچى بولۇپ، ياغىچى سىلىق، خۇش پۇراق، يەڭگىل، ئاقۇچ قايماق رەڭلىك كېلىدۇ. «بىلسان ياغىچى» ياكى «ئۇد بىلسان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (9.9 - رەسىم)
[چىقىش ئورنى] مىسىر، سۈرىيە قاتارلىق ئەرەب ئەللىرىدىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ توغراپ، قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.
[خۇسۇسىيىتى] تۇسالغۇلارنى ئېچىش، جىگەر، مېڭە ۋە ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، مېڭىنى تازىلاش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيىتى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان ۋە جىگەرنىڭ يەلدىن بولغان كېسەللىكلىرى، زىققە، يۆتەل نېرۋا كېسەللىكلىرى، جىگەر، تال تۇتۇلۇش، جىگەر مەنبەلىك يەرقان، بوغۇم ئاغرىقى، بەرەس، تەمرەتكە قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۇد بىلساندىن 15 گىرام، ھەسەلدىن 300 گىرام ئېلىپ، مەجۇن تەييارلاپ ئىچسە، پالەچ، لەقۋانىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئىزخىر ۋە سۇمبۇلدىن 10 گىرامدىن، ھەببى بىلساندىن 15 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچسە، جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2 ~ 3 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆچەيگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] بوزىدان، ھەببى بىلسان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مۇقەۋۋى كەبەد، لوغانزىيا.

خەرنۇب

合热如普

(长角豆 chang jiao dou)

[باشقىچە ئاتىلىشى] خەرنۇب شامى، خۇرنۇب بوششۇك، خەرنۇب نەبتى

[لاتىنچە نامى] Fructus Ceratonia siliqua

[ئىنگلىزچە نامى] Carob bean carob tree

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى بىر خىل دەرەخنىڭ مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ خىل دەرەخ مەھەللىنىڭ ۋە جاڭگالنىڭ دەپ ئىككى خىل بولىدۇ. ئۆلكىدە بولىدىغىنى چوڭ بولۇپ، ياڭاق دەرىخىدەك كېلىدۇ، يوپۇرمىقى ئۇدۇل ئۆسىدۇ ۋە بەك كەڭ، سىلىق، سەل يۇمىلاقراق، بىرئاز قېلىن، توق يېشىل رەڭلىك بولۇپ، گۈلى سېرىق ئېچىلىدۇ، مېۋىسى غىلاپلىق بولۇپ، غىلاپىنىڭ ئۇزۇنلۇقى 15 سانتىمېتىر كېلىدۇ، ئىچىدە ئۇرۇقى بار. جاڭگالدا بولىدىغىنى يەنە ئىككى خىل بولىدۇ، بىرى ئۆلكىنىڭكىگە ئوخشاپ قالىدۇ، لېكىن بۇ يېيىلمەيدۇ، ئۇنى قوي، ئۆچكىلەر يەيدۇ، يەنە بىرى، كىچىكرەك بولۇپ، بۇنىڭ مېۋىسى يېيىلىدۇ. بۇ خىل دەرەخ چىقىش ئورنىغا ئاساسەن ئىككى خىل بولىدۇ: بىرى، خەرنۇب شامى (Ceratonia siliquae) بولۇپ، بۇنى ئەرەبچىدە «خورنۇ» ، پارسچە «كۇزرە» دەيدۇ. يەنە بىرى، خەرنۇب نەبتى ۋە ئەرەبچىدە «خورنوبۇششۇك» ، «خونويۇلمەغربى» ، پارسچە «گىردە» ، ھىندىچە «كەندى» دەپ ئاتىلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى ئۆلكىنىڭ بولۇپ، بىر يىلدىن ئاشمىغىنىدۇر. بۇنىڭ غىلاپى توم، مېۋىسى دانلىق، تەمى تاتلىق، رەڭگى قارامتۇل كېلىدۇ. (9 . 10 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئەرەبىستاندىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنى كۈزنىڭ ئاخىرىدا مېۋىسى تولۇق پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئاغرىق توختىتىش، بەدەننى سەمرىتىش، قان توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئىچ سۈرۈش ۋە يۆتەلنى توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ئىشتىھاسىزلىق، بەدەن ئاجىزلىقى، سوڭەك چىقىپ قېلىش، قان تۈكۈرۈش، ھەر خىل سۇلۇق ئىششىقلار ۋە كونا يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. خەرنۇب يىلتىزىنى سۇغا چىلاپ، قايناتقاندىن سۈيىدىن 50 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلسە، كونا يۆتەل ۋە زىققە كېسىلىگە پايدا قىلىدۇ.

2. خەرنۇبنى يۇمشاق سوقۇپ، سىرتىدىن ئىشلەتسە سوڭەك چىقىپ قالغانلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ، بۇرۇندىن كەلگەن قاننى توختىتىش ئۈچۈن تالقان تەييارلاپ يىگۈزۈلىدۇ. سوقۇپ تەييارلاپ چىشقا بېسىلسا، چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

3. مۇۋاپىق مىقداردىكى خەرنۇبنى سوقۇپ تالقانلاپ يەپ بەرسە، سەمرىتىدۇ، سىرىقئەت يېرىلىشنى يوقىتىدۇ.

4. مۇۋاپىق مىقداردىكى خەرنۇپنى چاي بىلەن خېمىر قىلىپ تاياق تەگكەن، يىقىلىپ ئاغرىغان يەرگە چاپسا، ئاغرىقنى قالدۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ～ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تەستە ھەزىم بولىدۇ، گالنى قۇرۇتىدۇ. قەۋزىيەت پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بىھى ئۇرۇقى، شېكەر.

[ئورۇنباسارى] كاھۇ ئۇرۇقى.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى خەرنۇب، خەرنۇب قايناتمىسى.

ئېگىر

衣格尔

（石菖蒲　shi chang pu）

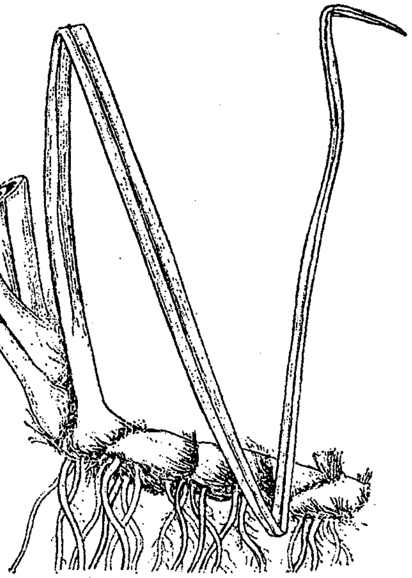
[باشقا ئاتىلىشى] ئودىل ۋەج، ئېگىر تۈركىي، ۋەج تۈركىي

[لاتىنچە نامى] Rhizoma Acorus calamus

[ئىنگلىزچە نامى] Sweetflog Rhizome

[تونۇش] بۇ، چايانئوت ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تاش ئېگىر بولۇپ، بۇنىڭ يىلتىزسىمان غولى «ئېگىر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ توم ياغاچ شاخچىلىرى ئاز يىلتىز بولۇپ، سىرتقى يۈزى سارغۇچ ئاق رەڭلىك، تەمى ئاچچىق، پۇراقلىق كېلىدۇ. (11.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن چىقىدۇ، يەنە ياۋروپا، شىمالىي ئامېرىكا، ھىندىستان قاتارلىق دۆلەتلەردىنمۇ چىقىدۇ.



ئېگىر ئۆسۈملۈكى

[يىغىپ ساقلاش] ياز ۋە كۈزدە كولاپ ئېلىپ، قالدۇق غول ۋە يوپۇرماقلىرىنى، چاچما يىلتىزلىرىنى چىقىرىۋېتىپ يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئېگىر يىلتىزىنىڭ تەركىبىدە 2%~5% كىچە ئۇچۇچان ماي بار، ماي تەركىبىدە ئاساسلىقى a- ئاسارۇن ئېستىرى تەخمىنەن 13%، B- ئاسارۇن ئېستىرى تەخمىنەن 37% نى ئىگىلەيدۇ، ئۇنىڭدىن باشقا يەنە ئېگىر گلىكوزىدى (Acorin)، پالمىتىك كىسلاتا كىراخماللار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ① تىنچلاندۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش، تارتىشىشقا قارشى تەسىرى: ئېگىر يىلتىزىنىڭ ئۇچۇچان مېيى ۋە سۇدا ئېلىنغان ماددىسى كىچىك چاشقاننىڭ ھەرىكىتىنى ئاستىلىتىدۇ. ئالدىنقىسى پېنتوباربىتال ناترىينىڭ تىنچلاندۇرۇش ۋە ئۇيقۇ كەلتۈرۈش ئاغرىق توختىتىش ئۇنۇمى بار. B- ئاسارۇن ئېستىرى باربىتال خىلىدىكىلەرنىڭ ئۇيقۇ كەلتۈرۈش رولىنى كۈچەيتىدۇ. لېكىن بۇنىڭ ئاغرىق توختىتىش رولى يوق. ئالدىنقىسىنىڭ مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىنى تورمۇزلاش رولى رېزېرپىن تۈردىكىلەر بىلەن ئوخشاش. يىلتىزىنىڭ ئىسپىرتلىق ئېرىتمىسىمۇ يۇقىرىدىكىدەك تەسىرگە ئىگە؛ ② قان ئايلىنىش سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: ئۇچۇچان مېيى سۇ ياكى ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقى ناركوز قىلىنغان ھايۋانلارنىڭ قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. ئاسارۇن ئېستىرى ئوتتۇرا دەرىجىلىك قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش تەسىرگە ئىگە. بۇ، ئاداشقان نېرۋا، ئادرېنالىن ئىقتىدارلىق نېرۋا ۋە نېرۋا تۈگۈنى بىلەن مۇناسىۋەتلىك. سۇدا ئېلىنغان ماددىسى ـ ئاسارۇن ئېستىرى يۈرەككە نىسبەتەن تورمۇزلاش رولىغا ئىگە. ئۇچۇچان مېيى ئىت، پاقىنىڭ يۈرەك رىتىمىنى تورمۇزلايدۇ؛ ③ ئىسپازما قايتۇرۇش تەسىرى: ئۇچۇچان ماي ۋە ئاسارۇن ئېستىرىنىڭ ئورگانىزمدىن ئايرىلغان ئۈچەي، بالىياتقۇ، كانايچە، قان تومۇرلارغا نىسبەتەن بوشاشتۇرۇش رولى بار. ④ يۆتەل توختىتىش، بەلغەم چىقىرىش تەسىرى: ئۇچۇچان مېينىڭ كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە يۆتەل توختىتىش ئۇنۇمى بار. ئىنچىكە نەيچە ئارقىلىق ئۆي توشقىنىنىڭ كانايچىسىنىڭ ئاجراتمىسىنى ئۆلچىگەندە، بەلغەم چىقىرىش تەسىرىنىڭ بارلىقى ئىسپاتلاندى؛ ⑤ ھەزىم قىلىش سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: يىلتىز سۈيى ئاشقازان كىسلاتاسىنىڭ چىقىرىلىشىنى ئاشۇرىدۇ، بولۇپمۇ ئاشقازاننىڭ كىسلاتالىق دەرىجىسى تۆۋەنلىگەندە بۇنىڭ ياسالمىسى ئىشتىھا ئاچىدۇ. ھەزىمنى ياخشىلايدۇ. ئۇچۇچان ماينىڭ كىچىك دوزىسى يەل ھەيدەش رولىغا ئىگە؛ ⑥ قىزىتما قايتۇرۇش تەسىرى ۋە باشقىلار: ئۇچۇچان ماي، سۇ ۋە ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقى، ئاسارۇن ئېستىرى ھايۋانلارغا نىسبەتەن تېمپېراتۇرا چۈشۈرۈش تەسىرگە ئىگە. بەدەن سىرتىدا كۆپ خىل باكتېرىيە، مەسىلەن: ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيە، زەنجىرسىمان باكتېرىيەلەرنىڭ ئۆسۈپ كۆپىيىشىنى تورمۇزلايدۇ. ئىسپىرتلىق ئېرىتمىسى زەمبۇرۇغقا قارشى تەسىرگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئتى]   ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق، ئۈچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق.

[خۇسۇسىيتى]   زەھەر قايتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، تېرىنى پارقىرىتىش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، مېڭىنى تازىلاش، ھەزىمنى ياخشىلاش، يەل ھەيدەش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئۈچەي مەددە قۇرتنى ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر]   پالەچ، لەقۋا، ئىستىرخا، تىل ئېغىرلىقى، ئۇنتۇغاقلىق، بېھوشلۇق، تارتىشىپ قېلىش، سەرئى، ھىستېرىيە، ھەزىمنىڭ بۇزۇلۇشى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ئىنزاللىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاقىرقەرھا ۋە ئېگىردىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ قاينىتىپ ئىچسە، تىل ئېغىرلىقىغا شىپا بولىدۇ.

2. جۇۋىنەدىن 10 گىرام، ئېگىردىن ئۈچ گىرام، بەسباسە، پىننە، بەدىيان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، چايلىق تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ھەزىم ناچارلىقىغا شىپا بولىدۇ.

3. جوز، مەستىكى، بەللۇت، كۇندۇر، ئېگىر قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن، ئاقىرقەرھادىن يەتتە گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، مەنىي بالدۇر يۈرۈپ كېتىشكە شىپا بولىدۇ.

4. ئېگىرنى تالقانلاپ كۆزگە تارتسا، كۆز قاراڭغۇلىشىش، كۆزگە ئاق چۈشۈشنى يوقىتىدۇ ۋە كۆزنى روشەن قىلىدۇ. سۇفۇپ قىلىپ يېگۈزۈلسە ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى يۇقىرى كۆتۈرىدۇ. ئاشقازان ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدۇ. يۆتەلنى پەسەيتىدۇ. سۈيدۈك تېمىپ كېلىشنى يوقىتىدۇ، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىدۇ. سىرتىدىن چاپسا پۇت - قول بوغۇملىرى ئاغرىقى، تارتىشىش، تالنىڭ قاتتىقلىقى قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

5. قاينىتىپ سۈيىدە ئولتۇرغۇزسا بالىياتقۇ ئاغرىقىنى توختىتىدۇ. سىرتىدىن چېپىلسا بەھەق ۋە بەرەسلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى]   3.5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى]   باشقا ۋە ئىسسىق مىزاجلىقلارغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى]   بەدىيان، سىركەنجۇبىل.

[ئورۇنباسارى]   رەۋەن، زىراۋەندە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى]   ھەببى ۋەج، مەجۇنى ۋەج.

مۇقەل

木开里

(穆库没药 mu ku mo yao)

[باشقا ئاتىلىشى]   مۇقەل ئەزرەق، بۇئى جەھۇدان، گوگىل

[لاتىنچە نامى]   Commiphara mukul

[ئىنگلىزچە نامى]   Cummi mukul

[تونۇش] بۇ، زەيتۇن دەرىخى ئائىلىسىدىكى كىچىكرەك دەرەخ مۇقەلنىڭ سوزۇلۇشچان يېلىمى بولۇپ، بۇ بىرقانچە خىل بولىدۇ، رەڭگى قىزغۇچ سېرىق، تەمى ئاچچىق بولغىنى «مۇقەل ئەرەق»، رەڭگى سېرىققا مايىل سىلىق بولغىنى «مەقالىي» دېيىلىدۇ. ساپ، پارقىرايدىغان، چاپلاشقاق، يۇمشاق، رەڭگى قىزغۇچ سېرىق، تەمى ئاچچىق، خۇش پۇراقلىق بولغىنى ياخشىدۇر. ئەگەر بۇ خىل مۇقەلنى ئوتقا سالسا، مازىنىڭ پۇرىقى كېلىدۇ. سۇدا تېز ئېرىيدۇ. قانچە كونىرىغانسېرى شۇنچە ئاچچىقلىشىپ بارىدۇ. (12.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئىتالىيە، يەمەن، ئوممان دېڭىز بويلىرى ۋە ھىندىستاندىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] قىش پەسلىدە تېنىنىڭ يېرىق يېرىدىن بۇ خىل سوزۇلۇشچان يېلىم ئېقىپ چىقىپ يىغىلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، داغلاش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، تېرىنى پارقىرىتىش، ماددىلارنى تارقىتىش، يۇمشىتىش، زەھەر قايتۇرۇش، پەي ۋە نېرۋىلارنى قۇۋۋەتلەش، ياللۇغ قايتۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بوۋاسىر، پالەچ، لەقۋا، تىترىمە كېسەل، يۆتەل، جىگەر ئاجىزلىقى، بوۋاسىر (بولۇپمۇ قاندىن بولغان بوۋاسىر)، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقى، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى، خانازىر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مۇقەلنىڭ سۇفۇپىنى ھەسەلگە قوشۇپ ھەر قېتىمدا بىر گىرامدىن مەلۇم مەزگىل ئىستېمال قىلىپ بەرسە، يۇقىرىقى بارلىق كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ.

2. بىر گىرام مۇقەلنى يېڭى سېغىلغان سۈتكە قوشۇپ ئىچسە، باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ، مۇقەلنى ئېزىپ سوغۇق سۇغا قوشۇپ ئىچسە، بەلغەمنى سۈرىدۇ.

3. بەش گىرام مۇقەلنى ھەمەل قىلسا، بالىياتقۇ ئېغىزىنى ئاچىدۇ، ھامىلىنى چۈشۈرىدۇ، بالىياتقۇدىن كېلىدىغان ھۆللۈكنى توختىتىدۇ.

4. مۇقەل، ئەپتىمۇن، بىستىپايەج، ھېلىلە، بەلىلە، ئاملە قاتارلىقلارنى بىرلىكتە قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، يەل ھەيدەيدۇ، قان تازىلايدۇ، بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ. جاراھەت پۈتتۈرىدۇ.

5. مۇقەل، كىبرىت (گۈڭگۈرت) نىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بەرسە، بوۋاسىر تۈگۈنچىلىرىنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكە، جىگەر ۋە بۆرەككە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، زەپەر.

[ئورۇنباسارى] مۇرمەككى، سەبرە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى مۇقەل، ئىترىفىل مۇقەل.

www.uyghurkitap.com

مۇغاس

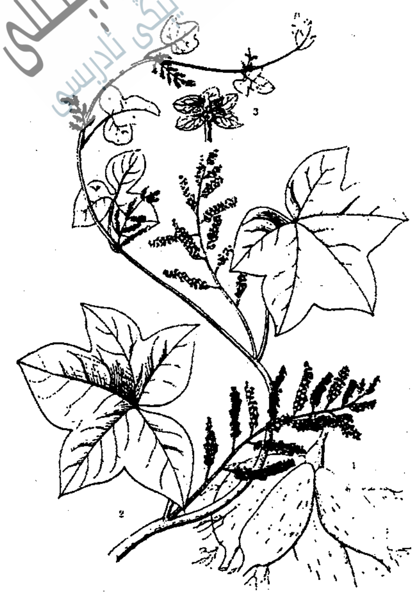
木嗄斯

(非洲防己根 fei zhou fang ji gen)

[باشقا ئاتىلىشى] ئافرىقا مۇغاسى، مىيدە

[لاتىنچە نامى] Radix stephania tetrandra

[ئىنگلىزچە نامى] root of orientvine



مۇغاس ئۈسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، يۇمىلاق زىراۋەندە ئائىلىسىدىكى چوڭ تىپتىكى ياغاچ غوللۇق، پىلەكلىك ئۆسۈملۈك ئافرىقا مۇغاسى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈك يىلتىزى «مۇغاس» ياكى «ئافرىقا مۇغاسى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ يۇمىلاق، تۇخۇمسىمان، توغرىسىغا كېسىلگەن، قېلىن ياپىلاق ياكى پارچىلار بولۇپ، كەسمە يۈزى سۇس سارغۇچ رەڭ ياكى كۈل رەڭگە مايىل سارغۇچ بىغىر رەڭ، ئۆزى چوڭ، ئاسان سۇنىدۇ، تەمى مەززىلىك ھەم سەل ئاچچىق بولىدۇ، ئازراق پۇرىقى بار. (13.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئافرىقىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يىلتىزىدا ئالكولوئىد ھەم ئاز مىقداردا ئۇچۇچان ماي بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] يىلتىزىدا تۇتقان پالماتىن (Palmatine) ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى بىلەن چوڭ ـ كىچىك ئىسپورىلىق باكتېرىيەنى تورمۇزلايدۇ، تورمۇزلاش قويۇقلۇقى، ھەر بىر مىللىلىتىردا 500 مىكروگىرام بولسا كۇپايە قىلىدۇ، بىر مىللىلىتىردا 1000 مىكروگىرامدىن يۇقىرى بولسا، كىسلاتاغا قارشى ئاچماق تاياقچە باكتېرىيەلەرنى تورمۇزلايدۇ، تولغاق تاياقچە باكتېرىيەسى، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى، B تىپلىق زەنجىرسىمان شارچە باكتېرىيەسى ۋە ئاسىيا A تىپلىق تارقىلىشچان ۋىرۇس قاتارلىقلارنى تورمۇزلاش رولىغا ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، يەل ھەيدەش، ئىششىقلارنى ياندۇرۇش، ئىچنى قاتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، پەيلەرنى چىڭىتىش، بەدەننى سەمرىتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] تۇتقاقلىق كېسىلى، جۇنۇن، بەل ئاغرىقى، چوڭ ـ كىچىك بوغۇم ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى، پەي ئاجىزلىقى، باھ ئاجىزلىقى، يۇتقۇنچاق ۋە بالىياتقۇدىكى ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بەش گىرام مۇغاسنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركەنجىۋىل بىلەن ئىچسە ياكى ھەسەل بىلەن ئىچسە، كۆكرەك ۋە ئۆپكىنى تازىلايدۇ، ئاۋازنى ئاچىدۇ.

2. بەش گىرام مۇغاسنى گىل ئەرمىنى بىلەن قوشۇپ سىرتتىن چاپسا، ئەزالارنىڭ سۇنۇقلىرى، يىقىلىپ زەخىملىنىشكە ۋە پەينىڭ تولغىشىپ قېلىشى قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ ھەمدە ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

3. بەش گىرام مۇغاسنى چىلان ۋە كەتىرا بىلەن قوشۇپ داۋالىق يەپ بەرسە، سەمرىتىدۇ، مۇغاسنىڭ ئۇرۇقى باھنى قوزغايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئالتە گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] دوۋسۇنغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] سۆرۈنجان، ئاقىرقەرھا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زىماتى مۇغاس.

زەنجىۋىل شامى

赞吉维力沙米

（土木香　tu mu xiang）

[باشقىچە ئاتىلىشى] قارا ئەندىز، زەنجىۋىل شامى، راسەن، بائى سود

[لاتىنچە نامى] Radix Inulae

[ئىنگلىزچە نامى] Elecam Paneinularcot

زەنجىۋىل شامى

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قارا ئەندىز بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «راسەن» ياكى «زەنجىۋىل شامى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ يىلتىزنىڭ سىرتقى يۈزى كۈل رەڭگە مايىل خورما رەڭ، پۇرىقى خۇش پۇراق، تەمى سەل ئاچچىق ۋە قېرىق بولۇپ، ئۇرۇقى زاراڭزىغا ئوخشايدۇ، بىرئاز ياپىلاق، گۈلى كۆككە مايىل كېلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى ۋە ئېلىمىزنىڭ شەرقىي شىمالى، خېبېي، خېنەن، جياڭشى، گەنسۇ، سىچۈەن ئۆلكىلىرىدىن، ئۇنىڭدىن باشقا، ياۋروپا، ھىندىستان، روسىيە قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە يىلتىز قىسمىنى كولاپ ئېلىپ، لاي قۇملىرىنى يۇيۇپ، قالدۇق غولى ۋە

چاچما يىلتىزنى ئېلىۋېتىپ قۇرۇتۇلىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] يىلتىزنىڭ تەركىبىدىكى ئۇچۇچان ماي 3% ~ 1% نى ئىگىلەيدۇ.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] ① قۇرت چۈشۈرۈش تەسىرى: راسەن ئۇچۇچان مېيى تەركىبىدىكى راسەن لاكتونى ۋە ئۇنىڭ ئۆزگىرىشىدىن ھاسىل بولغان ماددا ئىت، چوشقا، مۈشۈكلەرگە نىسبەتەن قۇرت چۈشۈرۈش رولىغا ئىگە؛ ② باكتېرىيىگە قارشى تەسىرى: بەدەن سىرتىدىكى رېئاكسىيە جەريانىدا ھەر مىللىلىتىردا نۆلدە بىر مىكروگىرام راسەن لاكتونى تۇتقان قويۇقلۇقى سىل تاياقچە باكتېرىيىسىنىڭ ئۆسۈشىنى تورمۇزلايدۇ. راسەن ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيىسى، تولغاق باكتېرىيىسى، يېشىل يىرىڭلىق تاياقچە باكتېرىيىلەرنىڭ ھەممىسىنى تورمۇزلايدۇ. تېرە زەمبۇرۇغىنى تورمۇزلايدۇ؛ ③ يۈرەك قان تومۇرىغا بولغان تەسىرى: راسەن لاكتونىنىڭ تۆۋەن قويۇقلۇقتىكى ئېرىتمىسى پاقا تېنىدىن ئايرىلغان پاقا يۈرىكىنى قوزغىتىدۇ. سەل يۇقىرىراق قويۇقلۇقتىكىسى تورمۇزلايدۇ. ئۆي توشقىنى ۋېناسىغا ئاز مىقداردا ئوكۇل قىلىنسا، قان بېسىمى ئاۋۋال ئۆرلەيدۇ. كېيىن ئاستا ـ ئاستا تۆۋەنلەيدۇ. چوڭ مىقداردىكىسى دەسلەپ تۆۋەنلەيدۇ. نەپەس تورمۇزلىنىدۇ؛ ④ زەھەرلىك ۋە باشقا تەسىرى: راسەن لاكتونى ئۆي توشقىنىغا ئىچكۈزۈلسە ياكى ئوكۇل قىلىنسا، چوڭ مىقداردىكى قاندىكى قەنتنى يۇقىرى كۆتۈرىدۇ، ئوتتۇرا دەرىجىدىكى مىقدارى قاندىكى قەنتنى تۆۋەنلىتىدۇ. بۇ يېمەكلىك مەنبەلىك قاندىكى قەنت يۇقىرى بولۇشىنى تورمۇزلايدۇ. پاقا، كىچىك چاشقان ۋە ئۆي توشقىنىغا نىسبەتەن ئادەتتە ھەرىكەتنى تورمۇزلايدۇ. ھەتتا پالەچلەندۈرىدۇ. كېيىن نەپەسنى تورمۇزلاپ ئۆلتۈرىدۇ، لېكىن نەپەس توختىغاندىن كېيىن، يۈرەك ۋاقتىنچە ھەرىكەتلىنىدۇ. ئەگەر كىشىلەرگە كۆپ مىقداردا ئىشلىتىلسە، پۇت ـ قول ئاغرىش، قۇسۇش، ئىچ سۈرۈش، باش قېيىش، تېرىدە ئەسۋە پەيدا بولۇش قاتارلىقلار يۈز بېرىدۇ. بۇ راسەن يىلتىزىدىكى زەھەرلىك تەسىرى ناھايىتى كۈچلۈك بولغان ئاقسىل ماددىسى بىلەن مۇناسىۋەتلىك. راسەن لاكتونى ئورگانىزمدىن ئايرىلغان توشقان ئۈچەيىگە نىسبەتەن كىچىك ئۈچەينىڭ ھەددىدىن ئارتۇق لۆمۈلدىشى ۋە ئاجراملىلارنى ئازايتىش ئىقتىدارىغا ئىگە. پاقىنىڭ يىلىك مۇسكۇلى ۋە ھەرىكەت نېرۋا ئۇچىنى پالەچلەندۈرىدۇ. راسەن ئاچچىق ماددىسىنىڭ بىلىق، كىچىك چاشقانلارغا قارىتا تەسىرى پىكرو-توكسىن خىلىدىكى ماددىلار بىلەن ئوخشايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] خۇشلۇق كەلتۈرۈش، توسالغۇلارنى ئېچىش، جىگەر ئاغرىقىنى توختىتىش، يەل ھەيدەش، تال ۋە ئاشقازاننى ياخشىلاپ، ھاملىنى ئاسراش، باھنى قۇۋۋەتلەش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۈرەك ئاجىزلىقى، ئاشقازان ياللۇغى، باھ ئاجىزلىقى ۋە سوغۇقتىن بولغان جىگەر ئاغرىقلىرى، چوڭ بوغۇملار ئاغرىقى (مۇپاسىل)، بەل ئاغرىقى، كىچىك بوغۇملار ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش، يۆتەل، قورساق كۆپۈش، قوۋۇرغا ئارىلىق نېرۋىسى ئاغرىش، كۆكرەك پەردە ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قارا ئەندىزىدىن ئۈچ گىرامنى يۇمشاق ئېزىپ، ھەسەل قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، يۆتەل ۋە نەپەس سىقىلىشنى توختىتىدۇ.

2. قارا ئەندىزىدىن يۇمشاق ئېزىپ، سۈيۈقلاندۇرۇپ قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاقنىڭ غوڭۇلدىشىنى توختىتىدۇ.

3. قارا ئەندىزىنى شارابتا قايىنتىپ ئېزىپ چاپسا، تۇتقاقلىق باش ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى ۋە باشقا سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ ئىشلەتسە قاننى بۇزىدۇ، مەنىينى ئازايتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىركە، ئاچچىق ئانار سۈيى.

[ئورۇنباسارى] ئېرسا، قۇستە شېرىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ماددەتۇلھايات.

چىغىرتماق ئۇرۇقى

切合日提马克欧如合

(马蔺子 ma lin zi)

[باشقا ئاتىلىشى] تۇخۇمى ئىرسا

[لاتىنچە نامى] Semen Iris Chinensis

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Iris Seed

چىغىرتماق ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، چىغىرتماق ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك چىغىرتماقنىڭ قۇرۇتۇلغان ئۇرۇقىدىن ئىبارەت. رەڭگى قوڭۇر رەڭلىك، شەكلى يۇمىلاق بولۇپ، پۇرىقى ئاجىز، تەمسىز كېلىدۇ. (9 . 14 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن كۆپ چىقىدۇ ھەم يۇنان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە كىراخمال، مايلىق ياغ قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] تۇغۇت چەكلەش رولىغا ئىگە. كىچىك چاشقان ئۇنىڭ ئىسپىرتلىق ئېكستىرا كتىنى يېگەندىن كېيىن، ئۇرۇقلانغان تۇخۇمىنىڭ بالىياتـ

قۇغا كىرىپ ئۇرۇنلىشىشىنى تىزگىنلەش ئۇنۇمى بار. مىغىزىنىڭ رولى يوق.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، يـاللۇغ قايتۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، قاننى قىزىتىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەمنى سۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۇلۇق ئىششىق، يەرقان، كۆكرەك پەردە ئىششىقى، پالەچ، بوغوم ئاغرىقى، بويۇن بەز سىلى، سۈيدۈك ۋە ھەيز راۋان بولماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. خىيارشەنبەر، تاۋۇز ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، چىغىرتماق ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ سۇقۇپ تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

2. سەبرە، رۇسۇت بەش گىرامدىن، ئۇشەقتىن ئۈچ گىرام، سىركىدىن 10 گىرام، چىغىرتماق ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، مەلھەم تەييارلاپ سىرتتىن چاپسا، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] چىغىرتماق يىلتىزى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەلھەمى رۇسۇت.

كەرەپشە

开热非谢

(芹菜 Qin cai)

كەرەپشە

[باشقا ئاتىلىشى] كەرەفسى، بەرگى كەرەفشە، ئەجمۇد

[لاتىنچە نامى] Herba Apium gaveolent

[ئىنگلىزچە نامى] Wild Celery

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياكى ئىككى يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كەرەپشىنىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ھۆل ياكى يېڭى چۆپى «كەرەپشە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. پۇراقلىق، رەڭگى يېشىل رەڭدە بولۇپ، تەمى بىزئاز قېرىق كېلىدۇ. (15.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە شىنجاڭنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن ھەم دۇنيانىڭ خېلى كۆپ جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] غول يوپۇرمىقى تەركىبىدە كەرەپشە گىلۇكوزىدىن ئاپىئىن (Apiin)، بىرگاپتېن (Bergapten)، ئۇچۇچان ماي، ئورگانىك كىسلاتا، كاروتىن، ۋىتامىن C، قەنت تۈرلىرى بار. قۇرۇق كەرەپشىنىڭ تەركىبىدە بىر خىل كىسلاتالىق سېرىق رەڭلىك ماددا بولۇپ، ئۇ ئىشقارلىق ئېرىتمىلاردا ئېرىيدۇ. بۇنىڭ قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش تەسىرى بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش تەسىرى: كەرەپشىدىن ئېلىنغان ماددا توشقان، ئىتنىڭ كۆك تومۇرىغا ئوكۇل قىلىنسا، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. قان تومۇرىغا كىرگۈزۈلگەندىن كېيىن قان تومۇرىنى كېڭەيتىدۇ، كەرەپشىنىڭ ئىسپىرتلىق چىلانمىسى قان بېسىمىنى چۈشۈرمەيدۇ، ئەمما كىسلاتالىق ئېرىتمىسى چوڭ چاشقانغا نىسبەتەن تۇراقلىق هالدا قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش ئۈنۈمىگە ئىگە.

2. مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: كەرەپشە گىلۇكوزىدى ياكى ئاپىگىنىن ئىستېمال قىلىنسا، كودېئىن كەلتۈرۈپ چىقارغان كىچىك چاشقاننىڭ نېرۋا سىستېمىسىنىڭ قوزغىلىشىغا تاقابىل تۇرىدۇ.

3. هۆل، يېڭى يوپۇرمىقىنىڭ قايىنتىلمىسى ئېچىتقۇچى باكتېرىيەنىڭ ئېچىتىش سۈرئىتىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. ئۇنىڭ تەركىبى بەدەن سىرتىدا يالغان يەككە هۇجەيرىلىك باكتېرىيەلەرنى تورمۇزلايدۇ. پۈتۈن چۆپىنى سىقىپ چىقىرىلغان سۇيىدىن ياسالغان تابلېتى ئىتقا نىسبەتەن سۇيدۇك ماڭدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۆيۈش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، يەل هەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىش پەسەيتىش، سۇيدۇك ۋە هەيزنى راۋان قىلىش تەسىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باش ئاغرىقى، كۆكرەك ۋە هەزىم قىلىش ئەزالىرىنىڭ ئاجىزلىقى، زىققە، بىقىن ئاغرىقلىرى، قورساق ئاغرىقى، ئىشتىهاسىزلىق، هەر خىل ئىششىقلار، سۇيدۇك تۇتۇلۇش، هەيز توسۇلۇش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كەرەپشىنى قايىنىتىپ ياكى مۇناسىپ دورىلار بىلەن ئىچسە، زىققە، بىقىن ئاغرىقى، ئىچكى ئەزالار كېسەللىكى ئۈچۈن پايدا قىلىدۇ.

2. كەرەپشىنى سىقىپ سۈيىنى هەسەل بىلەن ئىچسە، كۆڭۈل ئېلىشىشنى توختىتىدۇ، ئىشتىهانى ئاچىدۇ، يەللەرنى هەيدەپ، قورساق ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

3. هۆل كەرەپشىنى سىقىپ، ئۇنىڭ سۈيىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىچسە، بۆرەك ۋە سۇيدۇك يولىدىكى تاشنى يۇمشىتىدۇ، قان سىيىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ، ئىششىقلار ۋە قاپارتقۇلارنى ياندۇرىدۇ.

4. كەرەپشىنى گۈل يېغى ۋە سىركە بىلەن يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، قوتۇر، قىچىشقاق ۋە دانىخورەككە پايدا قىلىدۇ.

5. كەرەپشىنى گۈڭگۈرت، قىزىل توغرىغۇ ۋە نۆشۇدۇر بىلەن يەرلىك ئورۇنغا چاپسا سۆگەلنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] يىلتىزىدىن 5 ~ 8 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللار، ئىسسىق مىزاج كىشىلەر، سەرئى كېسەللىكلىرىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەدىيان، مەستىكى.

[ئورۇنباسارى] جۇۋنە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كەرەپشە ئىچىملىكى.

كەكرە ئۇرۇقى

开刻力乌拉盖

(苦蒿子 ku hao zi)

[باشقا ئاتىلىشى] كەمادەريوس

[لاتىنچە نامى] Semen Acroptilon repens

[ئىنگلىزچە نامى] Creeping Acroptilon seed

كەكرە ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك كەكرىنىڭ قۇرۇتۇلغان ئۇرۇقى بولۇپ، «كەكرە ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ، ئۇ تۇخۇم شەكىللىك، سارغۇچ ئاق رەڭلىك، تەمى ئاچچىق كېلىدۇ. (16.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] يول بويلىرى ۋە قۇرغاق يەرلەردە ئۆسىدۇ. شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] بۇنىڭ تەركىبىدە ئالكولوئىدلار، ئۇچۇچان ماي، ئاقسىل قاتارلىق ماددىلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، تېرىنى پارقىرىتىش، قىزىتما قايتۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سىزلام، غەلۋىرەك، چىيقان، ھەر خىل ئىششىق، چوڭ بوغۇملار ئاغرىقى (مۇپاسىل)، داغ، سەپكۈن قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كەكرە ئۇرۇقى، چۆپچىن يەتتە گىرامدىن، سانادىن 15 گىرام، شاھتەررىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە ئېلىپ قاينىتىپ، سەل سوۋۇغاندا سىرتتىن يۇيۇشقا ئىشلەتسە، چىيقان ۋە غەلۋىرەككە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كەكرە ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، سۆرۈنجاندىن 15 گىرام، سانادىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈيىدە بوغۇملارنى يۇيۇپ بەرسە، ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. كەكرە ئۇرۇقىدىن بەش گىرام، سىيادان ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، داغ ۋە سەپكۈنگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5～7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، بىنەپشە.

[ئورۇنباسارى] تەرخەمەك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى بايادىدوس.

ياز غازىڭى

亚孜格孜给

(夏枯草 xia ku cao)

[باشقا ئاتىلىشى] ياز غازىڭى گۈلى

[لاتىنچە نامى] Spica prunella vulgaris

[ئىنگلىزچە نامى] Common selfheal spike

[تونۇش] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ياز غازىڭى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ گۈل رېتى «ياز غازىڭى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (17.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] تەڭرىتاغ ۋە ئالتاي تاغلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كۈزدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى: گىلىكوزىدلار، دېلپىنىدىن (delphinidin)، سىيانىدىن (Syanidin)، ئۇچۇچان مايلار، ئولانولىك كىسلاتا (Oleanolic) ۋە ئورسولىك (Orsolic) كىسلاتادىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قاندىكى قەنت مىقدارىنى تەڭشەش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] تۇسالغۇلارنى ئېچىش، جىگەرنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىپ، ئىششىق ياندۇرۇش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، بۇزۇق ماددىلارنى ھەيدەش تەسىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بىرىكتۇرگۇچى پەردە ياللۇغى، يۇقىرى قان بېسىم، لىمفا سىلى ۋە ئۆپكە سىلىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ياز غازىڭىدىن 12 گىرام، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيىدىن سەككىز گىرام ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ ئىچسە، بىرىكتۇرگۇچى پەردە ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ياز غازىڭىدىن 35 گىرام، ئالقاتتىن 12 گىرام، جۇخارگۇلدىن 12 گىرام ئېلىپ، دەملەپ چاي ئورنىدا ئىچسە، يۇقىرى قان بېسىمىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىگە پايدا قىلىدۇ.

3. ياز غازىڭىدىن 20 گىرام، خام ئاق چۈغلۇقتىن 20 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن ۋە ئاخشامدا بىر قېتىم ئىچسە، يۇقىرى قان بېسىمغا پايدىلىق.

4. ياز غازىڭىدىن 20 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچسە، لىمفا سىلىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. ياز غازىڭىدىن بىر كىلوگىرام ئېلىپ، تىرىپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، سۈيى 500 گىرام قالغۇچە قاينىتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر قوشۇپ مەلھەم قىلىپ، ھەر قېتىمدا 1.5 مىللىلىتىردىن كۈندە ئۈچ قېتىم ئىچسە، ئۆپكە سىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بۆرەككە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بەديان، شاقاقۇل.

[ئورۇنباسارى] مامكاپ (كاككۇككۈلى).

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ياز غازىڭى دەملىمىسى.

شىۋاق

西瓦克

(茵陈蒿 yin chen hao)

[لاتىنچە نامى] Herba Artemisia capillaris

[ئىنگلىزچە نامى] Capiylary Worm wood Herb

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تاجلىق ئەمەن بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يۇمران مايسىسى «شىۋاق» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ كۆپىنچە ئەگرى - بۈگرى كاللەكسىمان، كۆل رەڭگە مايىل ئاق رەڭلىك ياكى كۆل رەڭگە مايىل يېشىل رەڭلىك، تەمى سەل ئاچچىق، پۇراقلىق كېلىدۇ. (18.9 - رەسىم)

شىۋاق مايسىسى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ جياڭشى، جياڭسۇ، ئەنخۇي، خۇبېي، جېجياڭ، شەنشى، خېبېي، شەندۇڭ قاتارلىق ئۆلكىلەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] باھاردا مايسىسى 6 ~ 10 سانتىمېتىرغىچە بولغاندا ياكى كۈزدە گۈلى ئېچىلغاندا ئورۇۋېلىپ، ئارىلاش ماددىلىرىنى تازىلىۋېتىپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] جۇڭگو شىۋىقىدا سۇيدۇك ھەيدەيدىغان ئۈنۈملۈك تەركىب سكوپارون (Scoparone)، خلوروگېنىك كىسلاتا، مايلىق ياغ، ئۇچۇچان ماي قاتارلىقلار بار. تاجىلىق ئەمەندە لاكتون، ھىدروكسىئاتسېتوفېنون (Hydroxyacetophenone)، ئاتسىدوم سالىتسىلىكۇم (Salicylic acid)، خلوروگېنىك كىسلاتا، مايلىق ياغ، ئۇچۇچان ماي قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] تەركىبىدىكى ئۆت سۇيۇقلۇقىنىڭ سىرتقا چىقىرىلىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. بۇ شىۋاقنىڭ ئۆت سۇيۇقلۇقىنى ھەيدەيدىغان ئاساسىي تەركىبىدۇر، كاپۇللارسىنىنىڭ بولسا باكتېرىيەگە قارشى كۈچلۈك تەسىرى بار، تاجىلىق ئەمەن تەركىبىدىكى لاكتورىنىنىڭ ئۆت سۇيۇقلۇقىنى ھەيدەش تەسىرى بار. ئۇنىڭدىن باشقا يالىلۇغ قايتۇرىدۇ ھەم قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىدۇ، ھاسىراشنى باسىدۇ، ئاتسىدوم سالىتسىلىكۇم سىرتقا ئىشلىتىلسە، چىرىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. باكتېرىيە ۋە زەمبۇرۇغقا قارشى تۇرىدۇ، سېسىق گازلار تۈپەيلىدىن كېلىپچىققان جىگەردىكى زەخىملىنىش قاتارلىقلارنى ياخشىلايدۇ، ئېغىزدىن ئىچكۈزۈلسە، كۆزگە كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە قىزىتما ياندۇرىدۇ. جىگەر كېسەللىكى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ۋىرۇسلارنى تورمۇزلايدۇ، يۈرەك تاجىسمان قىزىل قان تومۇر قان ئېقىمىنىڭ مىقدارىنى ئاشۇرىدۇ ھەم نەپەسنى تەڭشەيدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، تاش پارچىلاش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ھەيزنى راۋان قىلىش، يالىلۇغ قايتۇرۇش، نەزلىنى تازىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر يالىلۇغى، بالىياتقۇ ئىششىقى، يەلدىن ۋە غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ئىشلىتىدىن بولغان ھەر خىل ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى شىۋاقنى قاينىتىپ ئىچسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ، جىگەر يالىلۇغى، بالىياتقۇ ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى شىۋاقنى ئېزىپ سىرتتىن چاپسا، ھەر خىل ئىششىقلارنى قايتۇرىدۇ،

www.uyghurkitap.com

ئىچكەندە مائۇلھەسەل بىلەن ئىچىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازان ۋە پەي ـ مۇسكۇللارغا زىيان قىلىدۇ ھەم باش ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۆئلەپ.

[ئورۇنباسارى] بابۇنە، مەستىكى رۇمى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شىۋاق قايىنتىلمىسى، رەۋغىنى شىۋاق

ھەشقىپىچەك گۈلى

艾西克皮且克古丽

(牵牛花 qian niu hua)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەببى نىلكا پۇل

[لاتىنچە نامى] Pharbitis purpurea

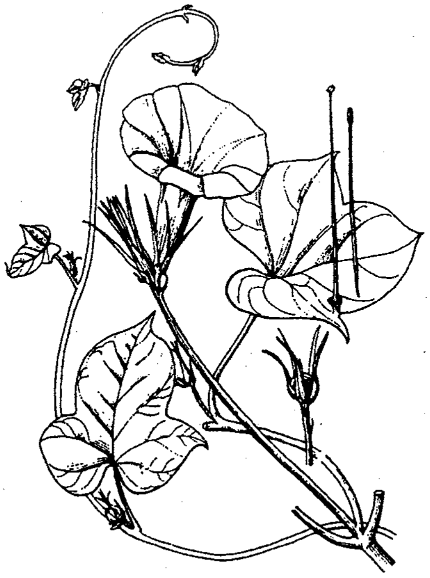
[ئىنگلىزچە نامى] Morning Glory Flowe

[تونۇش] بۇ، يۆگەيلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ھەشقىپېچەكنىڭ گۈلىدىن ئىبارەت بولۇپ، گۈلى ۋارونكىسىمان، رەڭگى سۆسۈن ياكى سۆس قىزىل رەڭدە كېلىدۇ. (19.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە مېۋىسى پىشقاندا ئورۇۋېلىپ، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.



ھەشقىپىچەك

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، يالللۇغ قايتۇرۇش، يەل ھەيدەش، ئىششىقلارنى ياندۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، ماددىلارنى يۇمشىتىش ۋە سۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل جاراھەت، قەۋزىيەت، زەھەرلىنىش، ھەر خىل ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ھەشقىپېچەك گۈلى، بابۇنە، بىخ كاسىنە، بىخ كەرەپشە، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، ھەر خىل ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

2. سانادىن بەش گىرام، ھەشقىپىچەك گۈلىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ قايناتىپ، ئۇنىڭغا بادام يېغىدىن بىر تېمىم قوشۇپ ئىچسە قەۋزىيەتنى بوشىتىدۇ.

3. ھەشقىپىچەك گۈلىدىن يەتتە گىرام، شادىنەج، ئەنجىباردىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ ئىچسە، ھەر خىل جاراھەتلەرنى پۈتتۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] سۈيىدىن 90 مىللىلىتىر.

[زىيانلىق تەسىرى] دوۋساق ۋە پەيگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] دارچىن، قەلەمپۇر.

[ئورۇنباسارى] ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، خۇببازى يوپۇرمىقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زىماتى ھەشقىپىچەك گۈلى.

ئەنجۇدان يىلتىزى
安居旦依力提孜
(阿魏根 a wei gen)

[باشقا ئاتىلىشى] ھىڭ يىلتىزى، بىخ ئەنجۇدان

[لاتىنچە نامى] Ferula Sinkingen sis

[ئىنگلىزچە نامى] Root of ferula

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۇسۇملۇك ھىڭنىڭ چوڭ كونۇس شەكىللىك قۇرۇتۇلغان يىلتىزىدىن ئىبارەت. يىلتىزى توم، ئۇرچۇق شەكىللىك ياكى كونۇس شەكىللىك، رەڭگى بىنەپشە رەڭلىك، سېسىق پۇراقلىق كېلىدۇ. (29.9 ـ رەسىم)

ئەنجۇدان يىلتىزى

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ئىلى ۋىلايىتىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] كۈزدە يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، پاكىز يۇيۇپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، يەل ھەيدەش، ھەزىمنى ياخشىلاپ، ئىشتىھانى ئېچىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، سۈتنى كەلتۈرۈش، بۆرەكنى قىزىتىش، باھنى قوزغاش، سوغۇقتىن پەيدا بولغان مۇپاسىل ئاغرىقىنى قالدۇرۇش، زەخىم ۋە جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

www.uyghurkitap.com

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر ۋە تال توسۇلۇش، ئىشتىھاسىزلىق، سۈيدۈك ۋە ھەيز راۋان بولماسلىق، باھ ئاجىزلىقى، مۇپاسىل، ھەر خىل زەخىملىنىش ۋە ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. خىيارشەنبەردىن 20 گىرام، ئەنجۈدان يىلتىزىدىن بەش گىرام، ئۇبھەل، سانا، سىرىقچېچەك ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قايىنتىپ ئىچسە ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

2. جۇزنەك، پاقىيوپۇرمىقىدىن 15 گىرامدىن، ئەنجۈدان يىلتىزىدىن بەش گىرام، تاۋۇز شاپىقىدىن 33 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، سۈيدۈك ماڭدۇرۇپ، ئومۇمىي بەدەندىكى ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە، ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ، تەستە سىڭىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، پىننە، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] ئادراسمان چۆپى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى ھىنگ.

موزايىبىشى

模扎依比希

(地老虎 di lao hu)

[باشقا ئاتىلىشى] مۇزايۆبىشى

[لاتىنچە نامى] Gryllotalpa africana

[ئىنگلىزچە نامى] Palisotet Beauvois

[تونۇش] بۇ، موزايىبىشى ئائىلىسىدىكى ھاشارات جۇڭخۇا موزايىبىشىنىڭ پۈتۈن تېنىدىن ئىبارەت بولۇپ، رەڭگى سارغۇچ قوڭۇر رەڭ ياكى قارىغا مايىل بولىدۇ، پۈتۈن تېنىدە ئۇششاق يۇمران تۈكچىلەر بولىدۇ، تەن ئۇزۇنلۇقى 2.8~3.3 سانتىمېتىرغىچە، بېشى ئۈچ بۇرجەك بولۇپ، مۇرەككەپ كۆزى ۋە تەرەققىي قىلغان كۆكرەك قاسىرقى بار، بېشىنىڭ ئىككى يېنىدا ئىككى دانە مۇڭگۈزدەك بۇرۇتى بار، دورىغا پۈتۈن قۇرت تېنى ئىشلىتىلىدۇ. (21.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ قۇشنى بوغۇزلاپ، تۈكلىرىنى پاكىز يۇڭداپ، ئوت بىلەن چالاپ، ئىچكى ئەزالىرىنى ئايرىپ تازىلاپ، سوغۇق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] موزايىبىشى تەركىبىدە 15 خىل ئامىنو كىسلاتاسى قاتارلىق ئېنزىملار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قورۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، تاش پارچىلاش، غەيرىي

تەبىئىي خىلىتلارنى سۈرۈش، يامان جاراھەتلەرنى يوقىتىش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سىيدۈك تۇتۇلۇش، سىيدۈك ئازلاپ كېتىش، جىگەر قېتىشتىن بولغان قورساقتا سۇ چۈشۈش، بۆرەك ياللۇغى، سىيدۈك يولىدا تاش پەيدا بولۇش، سۇلۇق ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. موزايىبېشىدىن 12 گىرام، قانسەدىن 10 گىرامنى مۇۋاپىق مىقداردىكى كەتىراچىنى بىلەن سوقۇپ تالقانلاپ ئىچىپ بەرسە، جىگەر قېتىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئالتە دانە موزايىبېشىنى سوقۇپ، بىر كۈندە ئۈچكە بۆلۈپ ئىچىپ بەرسە، بۆرەك تېشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. موزايىبېشىدىن ئۈچ گىرام، كۆك ماشتىن سەككىز گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، سۇلۇق ئىششىق ۋە سىيدۈك ئازلاپ كېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3~5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بەدىنى ئاجىز كىشىلەر، ھامىلدار ئاياللار ئىشلىتىشتە ئېھتىيات قىلىش لازىم.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، كۈنجۈت يېغى.

[ئورۇنباسارى] تەرخەمەك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى قانسە.

سەكبىنەج

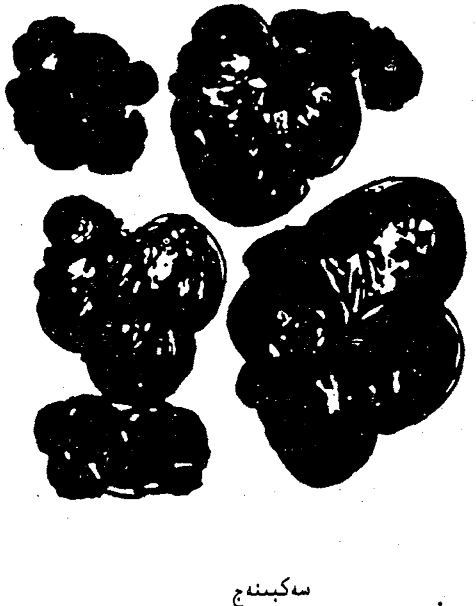
赛克比艾芨

(波斯阿魏 bo si a wei)

[لاتىنچە نامى] Ferula persica

[ئىنگلىزچە نامى] Ferula

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى سەكبىنەج دەرىخىنىڭ ياغلىق يېلىمىدىن ئىبارەت بولۇپ، «سەكبىنەج» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ يېلىمنىڭ رەڭگى توق بېغىر رەڭ، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى يېقىمسىز، شەكلى ياش تامچىسىغا ئوخشايدۇ. سىرتى قىزىل ياكى سې-رىق، ئىچى ئاق، سۈزۈك بولغانلىرى ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ. (رەسىم ـ 22.9)



سەكبىنەج

[چىقىش ئورنى] ئىران تاغلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 8 ـ ئاي مەزگىلىدە دەرەخنى تىلىپ قويۇپ، يېلىمى چىققاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

[خىمىيەلىك تەركىبى] يېلىم، ئۇچۇچان ياغ قاتارلىقلار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى توسالغۇلارنى ئېچىش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىمنى تازىلاش، قىزدۇرۇش، يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] پالەچ، چوڭ بوغۇملار ئاغرىقى، باش ئاغرىقى، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقى، ئىستىسقا، كۆزگە سۇ چۈشۈش، باھ ئاجىزلىقى، سېرىقسۇ كېلىش، سۈيدۈك، ھەيز راۋان بولماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سەكبىنەجنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسا، كۆزگە چۈشكەن سۇنى چىقىرىدۇ.

2. سەكبىنەجنى سىركىدە ئېزىپ تۇتقاقلىق كېسىلى بار ئادەم ياكى ھوشسىز بولغان ئادەمگە پۇرىتىلسا ھوشىغا كېلىدۇ.

3. سەكبىنەج، زاراڭزا چېچىكى، ئاغىچە قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىچكى ئىششىقلار ۋە ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] قارىغاي يېلىمى، چىلغوزا يېلىمى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى مۇقەل، زىماتى كىبرىت.

تەنكار

谈卡尔

(硼砂 peng sha)

[باشقا ئاتىلىشى] تەنكار، سۇھاگە، تىرھىنى

[لاتىنچە نامى] borax

[ئىنگلىزچە نامى] borax

[تونۇش] بۇ، تەبىئىي كان ماددىسى تەنكارنى پىششىقلاپ تەييارلانغان كىرىستالدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇ رەڭسىز ياكى ئاق رەڭلىك، يېرىم سۈزۈك، قىرلىق تۈۋرۈكسىمان ياكى كىرىستالسىمان، چوڭ-كىچىك، سەل ئاچچىق، يەككە ماددىلىق كىرىستال بولۇپ، ئەينەكتەك پارقىراق كېلىدۇ، ئەمما ئازراق ئاپتاپ ياكى شاماللىق يەردە تۇرسا پارقىرىماس بولۇپ قالىدۇ، يۈگەپ قويسىمۇ پارقىرىماس بولۇپ قالىدۇ، ئۇ چۈرۈك بولغاچقا، ئاسان سۇنىدۇ، ئۈزۈن ساقلانغانلىرى ئاق رەڭلىك تالقان بولۇپ، پارقىراقلىقى يوقىلىدۇ، تەنكار ئەسلىي تۇز كۆللىرىدىكى قاتقات جۇغلانمىلاردا، قۇرغاق رايونلاردىكى تۇزلۇق تۇپىلاردا

ھاسىل بولىدۇ، ئۇنى پىششىقلاپ ئىشلىگەندىن كېيىن دورا ئورنىدا ئىشلىتىلىدۇ. (9.23 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] دۆلىتىمىزنىڭ شەنشى، گەنسۇ، چىڭخەي، شىنجاڭ، سىچۇەن، يۈننەن، شىزاڭ قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ئادەتتە 8 ~ 11 ـ ئايلاردا كانلاردىن قېزىۋېلىپ، قايناق سۇدا ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ① بۇ بوراكس (Baarax) نى تۇتىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا يەنە قوغۇشۇن، مىس، كالتسىي، ئاليۇمىن، تۆمۈر، ماگنىي، سىلىتسىي قاتارلىق ئارىلاشمىلار بار؛ ② دۆيلۈنۈشكە قارشى تۇرۇش رولى بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] تەنكارنىڭ ئازراق چىرىشكە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار. لېكىن غىدىقلاش رولى يوق. چەككىلەنگەن تەنكارنىڭ قوي يۇڭسىمان كىچىك ئىسپورىلىق تەمرەتكە زەمبۇرۇغىغا خېلى كۈچلۈك تورمۇزلاش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] كۆشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۆچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، تېرىنى قىزارتىش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، چىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، ھەزىمنى ياخشىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش، يەل ھەيدەش، بەلغەم بوشىتىش، جاراسىملارنى ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بوۋاسىر، ئوتتۇرا قۇلاق ئاغرىقى ياكى ياللۇغى، ئېغىز بوشلۇقى ياللۇغى، ئاشقازان ئاغرىقى، باللاردىكى قۇسۇش، قورساق ئېسىلىش، يۆتەل، دېمى سىقىلىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تەنكار، سەئدى كۇفى، جۇۋىنە، بەديان، مۇقەل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا، يەل ھەيدەيدۇ.

2. تەنكارنى قايىنىتىپ مەقئەت ۋە جىنسىي يولنى يۇسا، مەقئەت قىچىشىشنى پەسەيتىپ، تاشقى بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. تەنكاردىن بىر گىرام، لاچىنداندىن ئۈچ گىرام، بەديان، پىنىندىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ كۆمىلاچ تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا، ئاشقازان ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 0.5 ~ 1 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] مېڭە، جىگەر ۋە يۈرەككە زىيانلىق تەسىرى بار، قاننى كۆيدۈرىدۇ، زەھەرلىنىش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئەرەب يېلىمى، گۈرۈچ سىركىسى، ھەسەل سۈيى، تۇرۇپ سۈيى، لىمون سۈيى.

[ئورۇنباسارى] بۆرە ئەرمىنى، شورە قەلىمى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى تەنكار، ھەببى كۆرسىنگى.

www.uyghurkitap.com

شەپەرەڭ

沙帕让

（蝙蝠 bian fu）

[باشقا ئاتىلىشى] خافاش، شەپرە، چەمكاردەر

[لاتىنچە نامى] Vespertilio

[ئىنگلىزچە نامى] bat

شەپەرەڭ

[تونۇش] بۇ، شەپەرەڭ ئائىلىسىدىكى ھايۋانات شەپەرەڭنىڭ پۈتۈن تېنىدىن ئىبارەت بولۇپ، باشقا ئۇچار جانۋارلارنىڭ ئەكسىچە ئۇنىڭ تۆت پۇتى، چىشلىرى، يۇڭى بولىدۇ، بۇ تۆت پۇتى بىلەن ماڭىدۇ، ھەيز كۆرىدۇ، تۇغىدۇ، ئېمىتىدۇ، باشقا جانۋارلارغا ئوخشاش ئۇچىدۇ، ئەمما بۇنىڭ قانىتى باشقا ئۇچار جانۋارلارنىڭكىدەك پەيدىن بولماستىن، بەلكى تېرە ۋە سىرىقئەتتىن بولىدۇ، رەڭگى قارا، كۆزى بەك ئاجىز، كۈندۈزى ئۇچمايدۇ، بۇ ھايۋاننىڭ گۆشى، مايىقى دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (24.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ قۇشنى بوغۇزلاپ، تۈكلىرىنى پاكىز يۇڭداپ، ئوت بىلەن چالاپ، ئىچكى ئەزالىرىنى ئايرىپ تازىلاپ، سوغۇق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئورىيا سۈيدۈك كىسلاتاسى (ئاتسىدۇم ئورىكوم) ۋە ئاز مىقداردا ۋىتامىن A بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيۈقلۇقلارنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، مايىقى گۆشىدىن ئىسسىقراق.

[خۇسۇسىيىتى] ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، كۆزدىكى ئاقنى يوقىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرۇش، قورساقتا چۈشكەن سۇنى يوقىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] پالەچ، ئەزالارنىڭ تىترىشى، زىققە، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقى، چاچ چۈشۈپ كېتىش، ئەمچەك يوغىناپ كېتىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، كۆزگە ئاق چۈشۈش، يانپاش ئاغرىقى، چوڭ بوغۇملار ئاغرىقى، كۆزگە ئاق چۈشۈش، كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچى ئاجىزلاش، بەل ئاغرىش، قورساققا سۇ چۈشۈش، باھ ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. شەپەرەڭ گۆشىنى ئوبدان پىشۇرۇپ شورپىسىنى ئىچسە، قورساقتىكى سۇنى يوقىتىدۇ، سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلارنى تارقىتىدۇ.

2. شەپەرەڭنىڭ گۆشىنى سۇ يېغىدا ئوبدان پىشۇرۇپ، بۇ ياغ بىلەن قايتا ـ قايتا ياغلانسا، يانپاش

ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. شەپەرەڭنىڭ گۆشىنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئېزىلگۈچە پىشۇرۇپ، يېغىنى سۈزۈپ ياغلانسا، كونا پالەچ، ئەزالار تىترەش، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. چاچ چۈشۈپ كېتىش، ئەمچەك يوغىناپ كېتىش قاتارلىقلارنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

4. گۆشىنى سۇدا ئوبدان پىشۇرۇپ، ئەرلەر جىنسىي ئەزاسىغا چاپسا، باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ، كۆزگە چۈشكەن سۈيۈقلۇقلارنى يوق قىلىدۇ.

5. شەپەرەڭنىڭ مېڭىسىنى پىياز بىلەن قوشۇپ كۆزگە تارتسا، كۆزدىكى ئاقنى يوقىتىدۇ.

6. شەپەرەڭنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلىنى كۆزگە تارتسا، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ.

7. شەپەرەڭنىڭ مېڭىسىنى پۈتىنىڭ ئالىقىنىغا سۈركىسە، باھنى قوزغايدۇ، مايىقىنى كۆزگە تارتسا، كۆزدىكى ئاقنى ئالىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، ئەينۇلا.

[ئورۇنباسارى] سەبرە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەپەرەڭ مەلھىمى.

تال غازىڭى

塔力哈孜给

（葡萄藤叶　pu tao teng ye）

تال غازىڭى

[باشقا ئاتىلىشى] ئۈزۈم يوپۇرمىقى

[ئىنگلىزچە نامى] Caulis et Foliun vitis vini Fera

[ئىنگلىزچە نامى] Stem and leaf of Grapa

[تونۇش] بۇ، تال دەرىخى ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك تال ئۈزۈمىنىڭ يوپۇرمىقىدىن ئىبارەت بولۇپ، كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ. سارغۇچ رەڭلىك بولۇپ، تەمى ئاچچىق، بىرئاز پۇراقلىق كېلىدۇ. (25.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى جايلىردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] گىلۇكوزا، ساخاروزا، كىراخمال، ئالما كىسلاتاسى، چۆپ كىسلاتاسى، كەھرىۋا كىسلاتا-

سى، لىمون كىسلاتاسى قاتارلىقلار ۋە گىلۇكوزىدا پىلىمسىمان ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيدۈك ھەيدەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، يەل ھەيدەش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، تاش پارچىلاش، سۈيدۈك ھەيدەش، ياللۇغ قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۆرەك ۋە دوۋساق تاش كېسەللىكلىرى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، سۈيدۈك يولى ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] تال غازىڭىدىن 30 گىرام، ئوغرىتىكەن، تاۋۇز ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كاكىنەچ، يەرلىك شوخلىنىڭ ھەربىرىدىن 20 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايىنىتىپ، شەربەت تەييارلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىپ بەرسە، بۆرەك ۋە دوۋساق تاش كېسەللىكلىرى، سۈيدۈك يولى ياللۇغى كېسەللىكلىرىگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 20 ～ 30 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باشنى قايدۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] كاسنە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تال شەربىتى، مەجۇنى ھەجرۇليەھۇد.

شەپەرەك مايىقى

沙怕让马伊给

(夜明砂 ye ming sha)

[باشقا ئاتىلىشى] شەپەرەك قۇرۇق مايىقى

[لاتىنچە نامى] Faeces Vespertlionis

[ئىنگلىزچە نامى] Bar Dung

شەپەرەك

[تونۇش] بۇ، شەپەرەكلەر ئائىلىسىدىكى ھايۋانات شەپەرەكنىڭ قۇرۇق مايىقىدىن ئىبارەت. (26.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ قۇشنىڭ مايىقىنى ئېلىپ، قۇرغاق ۋە سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئورىيا (Urea)، سۈيدۈك كىسلاتاسى (Cholesterol)، ۋىتامىن A قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] جىگەرنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش، كۆ-

رۇش قۇۋۋىتىنى كۈچەيتىش، بەزگەككە نىسبەتەن شىپالىق تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قاننى جانلاندۇرۇش، ماددىلارنى تارقىتىش، كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش، هارارەت پەسەيتىش، مەددىلەرنى چۈشۈرۈش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، غەيرىي پۇراقنى يوقىتىش، ھەزىمنى ياخشىلاش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، ھامىلە چۈشۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاقما، ھەر خىل جاراھەت، زەخىملىنىش، قولتۇق پۇراش، قولاق ئېقىش، نامازشام قارىغۇسى، ھەر خىل يارا، كۆزگە ئارتۇقچە گۆش ئۆسۈپ قېلىش، بالىلاردىكى ھەزىم بۇزۇلۇش، چۆچۈش، مەددە قۇرت كېسىلى، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش، ئۆلۈك ھامىلىنى چۈشۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. شەپەرەڭنىڭ مايىقىدىن بەش گىرامنى ئېلىپ، قازاندا قورۇپ يېسە، ھەر خىل جاراھەت، زەخىملىنىش ۋە ئاقمىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، ئۆلۈك ھامىلە ۋە مەددە قۇرتنى چۈشۈرىدۇ.

2. شەپەرەڭنىڭ مايىقىدىن 10 گىرام ئېلىپ بىر خالتىغا سېلىپ، بىر توخۇنىڭ جىگىرى بىلەن بىرگە مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ، 15 كۈنگىچە ھەر كۈنى بىر ۋاق سۈيىنى ئىچىپ بەرسە، نامازشام قارىغۇسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. 10 گىرام شەپەرەڭ مايىقىنى تالقانلاپ قولتۇققا چاپسا، قولتۇق پۇراشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3～5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئەزالارغا قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ، ھامىلىدارلارغا بېرىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كۈنجۈت، قاپاق ئۇرۇقى.

[ئورۇنباسارى] دەرمىنە تۈركى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەپەرەڭ مايىقى قاينىتىلمىسى.

كەرەپشە يىلتىزى

开热非谢依力提孜

（旱芹根 han qin gen）

[باشقا ئاتىلىشى] بىخ كەرەپشە

[لاتىنچە نامى] Radix Apium graveolens

[ئىنگلىزچە نامى] Wildcelery Root

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك كەرەپشىنىڭ يىلتىزىدىن ئىبارەت بولۇپ، سىلىندىرسىمان شەكىلدە، رەڭگى قارامتۇل قىزىلغا مايىل، تەمى ئاچچىق، بىرئاز پۇراقلىق، قاتتىق بولىدۇ. (27.9 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرى-دىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىدە يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ پاكىز يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە ۋىتامىن A، B، C لار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيدۈك ھەيدەش، قان بې-سىمىنى چۈشۈرۈش، نەپەس ھەرىكىتىنىڭ نورمال پائالىيە-تىنى ساقلاش قاتارلىق تەسىرلىرى بار.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ھەي-دەش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسى-رى بار.

كەرەپشە مايىسى

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۇقىرى قان بېسىم، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز تۇتۇلۇش، جىگەر قېتىش، قورساقتا سۇ چۈشۈش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قىزىلگۈل ۋە كەرەپشە يىلتىزىدىن 10 گىرامدىن، كاسنە ئۇرۇقىدىن 20 گىرام، كاسنە يىلتىزىدىن 15 گىرام، ئوغرىتىكەن، تاۋۇز ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقىدىن ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، توسالغۇلارنى ئېچىپ، ئىششىق ياندۇرىدۇ. سۈيدۈك ھەيدەپ، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.

2. خىيارشەنبەردىن 30 گىرام، تەمرىھىندىدىن 20 گىرام، كەرەپشە يىلتىزىدىن 15 گىرام، كاسنە ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، بىخ سەۋسەندىن 15 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ 30 مىللىلىتىردىن ئىچىپ بەرسە، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ، توسالغۇلارنى ئېچىپ، ياللۇغ قايتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باشنى قايدۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] كەرەپشە ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] بۇزۇرى شەربىتى، كاسنە شەربىتى.

ئات سۈتى

阿替苏替

（马奶 ma nai）

[باشقا ئاتىلىشى] شىيرئەسپ، گورى كى دۇد

[تونۇش] بۇ، ئاتنىڭ سۈتىدىن ئىبارەت بولۇپ، رەڭگى ئاقۇچ، تەمى بىرئاز تۇزلۇق كەلگەن مەشھۇر سۈتتىن ئىبارەت.

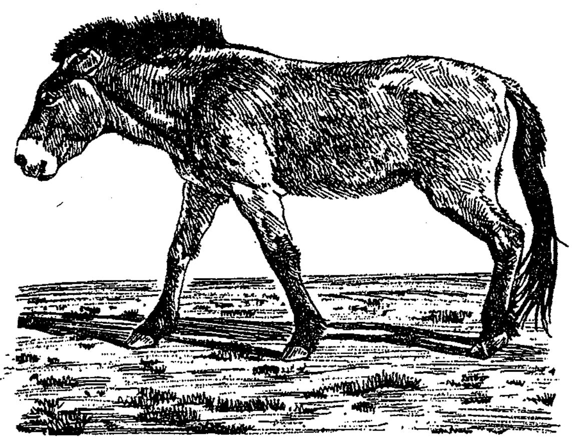
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] سېغىپ ئېلىپ، سالقىن ياكى سوغۇق جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] سېغىپ ئېلىپ، پاكىز ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] تېرىنى جۇلالاندۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، خۇشلۇق يەتكۈزۈش، ئىشتىھانى ئېچىش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرى بار.



ئات

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىشتىھاسىزلىق، باھ ئاجىزلىقى، سۈيدۈك، ھەيز راۋان بولماسلىق، دوۋساق يارىسى، سۈيدۈك يولى يارىسى، باليانقۇ يارىسى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئات سۈتىدىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. ئات سۈتىنى خام ھالەتتە مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، توسالغۇلارنى ئېچىپ، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ھەزىم قىلالىغۇدەك مىقداردا ئىستېمال قىلسا بولىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] قورساقنى ئېسىدۇ، قورساقتا كورىكىراش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان ۋە ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] تۆگە سۈتى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك ياسالمىسى] ئۆرلىتىلگەن ئات سۈتى.

بىخ سەۋسەن (ئىرىسا)

比合苟山(伊力沙)

(元尾根 yuan wei gen)

[باشقا ئاتىلىشى] ئىرسا، گۈلى سۆسەن يىلتىزى

[لاتىنچە نامى] Belamcanda Chinensis

[تونۇش] بۇ، گۈلسەسەن ئۇرۇقدىشىدىكى كۆك رەڭلىك سەۋسەن ئۆسۈملۈكىنىڭ يىلتىزى بولۇپ، ئۇنىڭ ئۆسۈملۈكى خۇش پۇراق، تېنى قاتتىق، گىرەلەشكەن، ئۇرۇقدىشىدىكى پوستى كۆك ۋە قىزىل رەڭلىك، ئىچى سارغۇچ قىزىل، بەزىسى ئاق رەڭلىك بولۇپ، ئۇنىڭ يىلتىزى «بىخ سەۋسەن» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (28.9 ـ رەسىم)

سەۋسەن ئۈسۈملۈكى

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەر-قايسى جايلىرىدىن ھەم شىمالىي ھىندىستان، ئىران ۋە ياۋ-روپانىڭ جەنۇبىدىكى دۆلەتلەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، ساپلاشتۇرۇپ قۇرۇتۇپ لايىقلا-شتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ماددىلارنى تارقىتىش، ساپلاشتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، بەلغەم بوشىتىش ۋە تازىلاش، تېرىگە جۇلا بېرىش، پارقىرىتىش، ماددىنى پىشۇرۇش، زەھەر قاي-تۇرۇش، ھەيز ۋە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش قاتارلىق تە-سىرلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] نەزلە، زۇكام، يۆتەل، نەپەس سىقىلىش، ئۆپكە ياللۇغى، يۇتقۇنچاق ۋە گال ئاغرىقى، زاتىلجەنبە، رەئشە، پالەچ، سەكتە، سۈيدۈك ۋە ھەيز تۇتۇلۇش، ئىستىسقا، يەرقان، داغ، سەپكۈن، كونا باش ئاغرىقى، بويۇن بەز سىلى، زەھەرلىك ھاشارات چېقىۋېلىش ۋە جاراھەتلەر، قولاق ئېغىرلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بىخ سەۋسەن يىلتىزىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن قوشۇپ باشقا چاپسا، كونا باش ئاغرىقىنى يوقىتىدۇ، قايناتىلغان سۈيى ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

2. زۇپا، سەرپىستان، بىخ سەۋسەن، شۇمشا ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، زىغىردىن يەتتە گىرام، بادام مېغىزىدىن 15 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، بەش گىرامدىن ئىككى ۋاق ئىچىپ بەرسە، بەلغەم بوشىتىپ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

3. 15 گىرام بىخ سەۋسەننى يۇمشاق سوقۇپ پۇراتسا، چۈشكۈرتۈش ئارقىلىق كونا باش ئاغرىقى، شەقىقە، نەزلە ۋە زۇكام قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھەم زەھەرلىك ھاشارات ۋە چايان، يىلان چېقىۋالغاندا زەھەر قايتۇرۇش ئۈچۈن يەرلىك ئورۇنغا تېڭىلىدۇ.

4. 10 گىرام سەۋسەن يىلتىزىنى سىركە بىلەن قايناتىپ قولاققا تېمىتسا، قۇلاق ئېغىرلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئېغىزنى چايقىسا ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] مازارىيون.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زۇپا شەربىتى، داۋائىلمىشكى، تەرياقلار.

توخۇ يېغى

托伙也合

(鸡油 ji you)

توخۇ

[**باشقا ئاتىلىشى**] رەۋغىنى مۇرۇغ، دەھنى دۇجاجە

[**تونۇش**] بۇ، ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان قىرغاۋۇل ئائىلىسىدىكى ھايۋانات ئۆي توخۇسىنىڭ يېغى بولۇپ، رەڭگى سۇس سارغۇچ، ئالاھىدە خۇش پۇراق، تەمى تاتلىق. بۇ «توخۇ يېغى» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (29.9 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىش ساقلاش**] بۇ ھايۋاننى ئۆلتۈرۈپ، ئىچكى ئاجرالمىلىرىنى ئېلىۋېتىپ، يېغىنى ئايرىپ ئېلىپ، سالقىن جايدا ساقلايدۇ، يەنە بىر خىل ئۇسۇلى قازاندا قورۇپ ئېلىنىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] توخۇ يېغىنى كۆيدۈرۈپ، چىگىردىكىدىن ئايرىپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] توسالغۇلارنى ئېچىش، تېرىنى سىلىقلاشتۇرۇش، يۇمشىتىش، قىچىشىشنى پەسەيتىش، زەمبۇرۇغ ئۆلتۈرۈش، قاسراقچىلارنى يوقىتىش، تېرىنى قىزىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئەنسىزلىكنى يوقىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ئاساسلىقى قۇرۇق سوغۇق ۋە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەر، تېرە يېرىلىش، يىرىكلىشىش، تېرە كېپەكلىشىپ قىچىشىش، باش تەمرەتكىسى، پۇت تەمرەتكىسى، كۆيۈك، ئاقكېسەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. توخۇ يېغىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تېرە يىرىكلەشكەن، قىچىشقان، كېپەك بولغان ئورۇنغا سۈركىسە، تېرە قۇرغاقلىشىش، يېرىلىش ئۇچۇن مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. توخۇ يېغى، زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە قاتارلىقلار بىلەن قائىدە بويىچە زىمات تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، بۇرۇن ياللۇغى، بۆرەك ياللۇغى، دوۋساق، جىگەر، تال ئىششىقى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] ئەھۋالغا قاراپ 30 ~ 40 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] سۆڭەك سۇنۇقى تارىخى بار بىمارلار ئاۋايلاپ ئىشلىتىشى كېرەك. كۆپ ياكى ئۇزاق مەزگىل ئىشلەتمەسلىكى كېرەك.

[**تۈزەتكۈچىسى**] سالاجىت.

[**ئورۇنباسارى**] ئۆردەك يېغى.

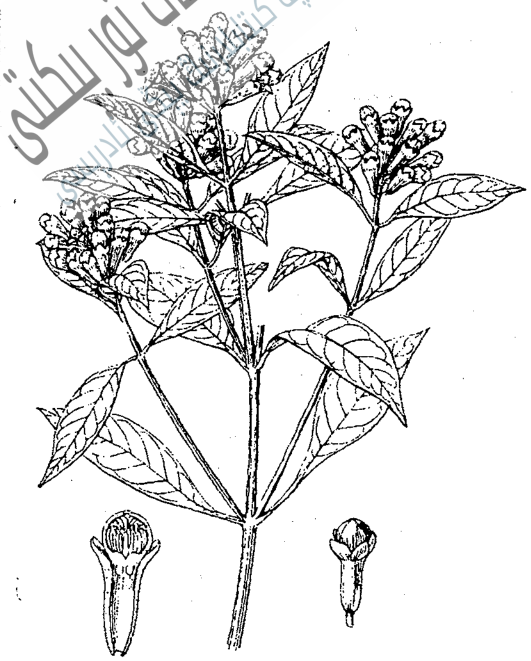
[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] توخۇ يېغى مەلھىمى، مەلھىمى قىرۇتى.

قەلەمپۇر يوپۇرمىقى
开兰甫尔优普日密克
(丁香叶 ding xiang ye)

www.uyghurkitap.com

[باشقا ئاتىلىشى] تامبۇل، سەنەمبول، پان

[تونۇش] بۇ ئەرمۇدۇن ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 10 ~ 20 مېتىرغىچە ئۆسىدىغان، دائىم ياشىرىپ تۇرىدىغان دەرەخ قەلەمپۇرنىڭ يوپۇرمىقى بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ يوپۇرمىقى «قەلەمپۇر يوپۇرمىقى» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ، قە-لەمپۇر يوپۇرمىقى خۇددى ياڭاقنىڭ يوپۇرمىقىغا ئوخشايدۇ، لېكىن ياڭاقنىڭ يوپۇرمىقىدىن چوڭراق بولىدۇ.



قەلەمپۇر دەرىخى

[چىقىش ئورنى] دۇنيانىڭ ئىسسىق بەلباغ رايونلىرى ھەم ئېلىمىزنىڭ گۇاڭدۇڭ، خەينەن ئارىلى ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندا، يو-پۇرمىقىنى يىغىپ ئېلىپ، سالقىن جايدا قۇرۇتۇپ، قۇر-غاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، جىگەر ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، يۈرەككە خۇشلۇق يەتكۈ-زۈش، بەدەننى قىزىتىش، ماددىلارنى تارقىتىش، تازىلاش، بەلغەمنى سۈرۈش، يەل ھەيدەش، چىشنى چىڭىتىش، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىش، شۆلگەي پەيدا قىلىش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان، جىگەر ئاجىزلىقى، ئېغىز پۇراش، ھەزىم ئاجىزلىقى، چىش مىلىكى جاراھىتى، چىش مىلىكى ياللۇغى، سوغۇقتىن ئاۋازى پۈتۈپ قېلىش، مۇدۇر ـ چاقا، بالىلاردىكى كۆكيۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. گۈلدارچىندىن 10 گىرام، لاچىندانە، پىنىندىن 15 گىرامدىن، قەلەمپۇر يوپۇرمىقىدىن 10 گىرام، زەنجىۋىلدىن سەككىز گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، چايلىق دەملەپ ئىچىپ بەرسە، ھەزىمنى ياخشىلاپ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

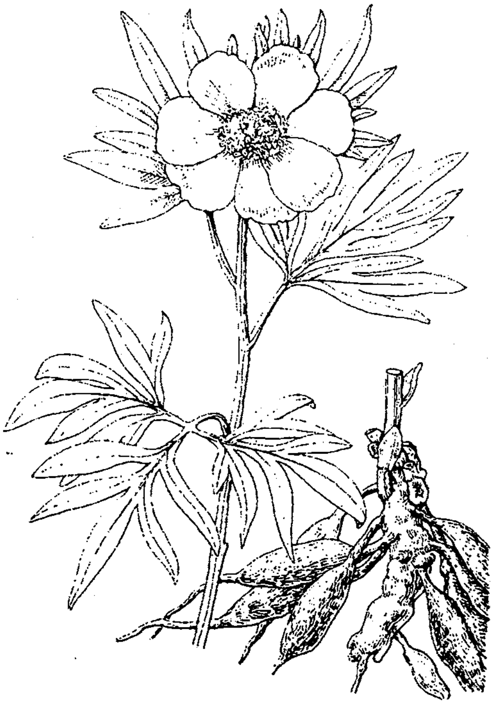
2. قەلەمپۇر يوپۇرمىقىدىن 10 گىرام، كاتھىندى، ھاك، فۇپەلدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايىنىتىپ، ئېغىزنى چايقاپ بەرسە، ئېغىز پۇراش، چىش مىلىكى بوشاپ كېتىش، چىش مىلىكى جاراھىتى، ياللۇغى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزىج كىشىلەردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] لاچىندانە.
[ئورۇنباسارى] قەلەمپۇر.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قەلەمپۇر يوپۇرمىقى دەملىمىسى.

قىزىل چۇغلۇق
克孜力出胡鲁克
(赤芍 chi shao)

[باشقا ئاتىلىشى] قىزىل چۇغلۇق يىلتىزى



قىزىل چۇغلۇق ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، ئېيىقتاپان ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قىزىل چۇغلۇق بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «قىزىل چۇغلۇق» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەر قايسى جايلىرىدىن، قازاقىستان، رۇسىيە، تاشقى موڭغۇلىيە قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىنىپ، پارچە غوللىرىنى ئېلىۋېتىپ، يىلتىزىنى ئۇششاق پارچىلاپ، يۇيۇپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، نېرۋا ۋە روھنى قۇۋۋەتلەش، پەي - مۇسكۇلنى چىڭىتىش، تۇسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بەلغەمدىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەر، يەنى تۇتقاقلىق، تىترەش، پالەچ، يۈز پالەچى، روھىي كېسەللىكلەر، مېڭە ياللۇغى، ھىستېرىيە، قورقۇنچاقلىق ۋە ئەنسىزلىك، بالىياتقۇ ئاغرىقى، قورساق ئاغرىقى، بۆرەك ئاغرىقى، دوۋساق ئاغرىقى، سېرىقلىق چۈشۈش، ھەيز نورمالسىزلىق، كىچىك تەرەت راۋان بولماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاسارۇن، ئۇد سەلىب، ئۇستىقۇددۇس، گاۋزىبان، قىزىل چۇغلۇقنىڭ ھەربىرىنىڭ 10 گىرام، ناۋاتتىن 15 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، كۈندە ئۈچ قېتىم،

ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گىرامغىچە ئىستېمال قىلسا، مېڭىنى قۇۋۋەتلەپ، نېرۋا ئاجىزلىقى، تۇتقاقلىق، رەئىشە، پالەچ، ھىستېرىيە، ئەنسىزلىك قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قىزىل چۇغلۇقتىن 30 گىرام، زاراڭزاگۇل، ئۇبھەل، سانانىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قايىنىتىپ، سۈزۈپ، شېكەر سېلىپ ئىچىپ بەرسە، توسالغۇلارنى ئېچىپ، سۈيدۈك، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ، ئاغرىق پەسەيتىپ مۇسكۇللارنى چىڭىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ~ 15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللارغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] گۈلقەنت، مائۇلھەسەل.

[ئورۇنباسارى] سەرپىستان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قىزىل چۇغلۇق دەملىمىسى.

www.uyghurkitap.com

ئونىنچى باب ياللۇغ قايتۇرغۇچى دورىلار

ياللۇغ قايتۇرۇش، هارارەت پەسەيتىش خۇسۇسىيىتى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، ياللۇغ قايتۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

هەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تەسىرىدىن، ئورگانىزمنىڭ تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇپ، ئەزالارنىڭ تەبىئىي قۇۋۋىتى تۆۋەنلەپ كېتىپ، كېسەللىككە قارشى تۇرۇش كۈچى ئاجىزلاشسا، سىرتقى مۇھىتتىن كەلگەن ياكى ئۆز بەدەندىكى كېسەللىك پەيدا قىلىش ئىقتىدارىغا ئىگە بولغان مىكرو ئورگانىزملارنىڭ ئەزالارغا هۇجۇم قىلىش پۇرسىتى يۇقىرىلاپ، يەرلىك ئورۇننى ياكى ئومۇمىي بەدەننى ياللۇغلاندۇرىدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئورگانىزمدا تۈرلۈك ياللۇغلىنىشلىق كېسەللىكلەر (يەنى سۈيدۈك يولى ياللۇغى، ئۆپكە ياللۇغى، كاناي ۋە كانايچە ياللۇغى، جىگەر ياللۇغى، سۆزنەك، سىبلىس، سۈت بېزى ياللۇغى، كۆكرەك پەردە ياللۇغى، زۇكام، نەزلە، قىزىتما، سوقۇر ئۈچەي ياللۇغى قاتارلىقلار) پەيدا بولىدۇ. بۇنداق كېسەللىكلەرنىڭ تۈرى هەر خىل بولغاچقا، ئىشلەتكەندە مۇۋاپىق تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك. ياللۇغ قايتۇرغۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئىتى هۆل سوغۇق ياكى قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، بۇ خىل دورىلار، ياللۇغ قايتۇرۇش، هارارەت پەسەيتىش، قان تازىلاش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرى ئارقىلىق ياللۇغ قايتۇرىدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار ياللۇغ قايتۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: نەغەزگۈل يىلتىزى، ئۈچقات، خام ئەگرىسۇناي، شاتارى، ئالتۇن شاخ، بۇيا ئۇرۇقى، يەر توزغىقى، قامچىئوت، ماماكاپ، كېۋەز ئانىسى ئۇرۇقى، چۇپۇرشاڭ، چۇقا، چۆل يالپۇزى، ئاق تىكەن، ئەڭلىكئوت، ئاق لەيلى يىلتىزى، بۇدۇشقاق، كاكىنەچ، ئاق لەيلىگۈل، هەمىشباهار ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، قار لەيلىسى، مامىرانچىن، چىغىرتماق يىلتىزى، سەرسىبىل، ئۇجمە يوپۇرمىقى كۆتىكى، يىلان قاسىرىقى، دىڭزىيا، ياڭاق كۆك پوستى، ئىتئۈزۈمى، بىنەپشە، نىلۇپەر گۈلى، بابۇنە، چۆپچىن، چوڭ چىلان، قەسىبۇزەرىرە، شاهتەررە قاتارلىقلار.

ئۈچقات

欧其卡提

(金银花 jin yin hua)

[باشقا ئاتىلىشى] ئۈچقاتگۈل غۇنچىسى

[لاتىنچە نامى] Flos Lonicera japonica

[ئىنگلىزچە نامى] Lonicera flower

[تونۇش] بۇ، ئۈچقات ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئۈچقاتنىڭ گۈل غۇنچىسى بولۇپ، كۆپ شاخلىنىپ،

يوپۇرماق تاشلايدىغان چاتقال، ئېگىزلىكى ئىككى مېتىر كې-
لىدۇ. كونا شاخلىرى كۈمۈش رەڭدە، يوپۇرماقلىرى ئۇدۇل
ئۆسكەن، شەكلى تۇخۇمسىمان گىرۋەكلىك، يوپۇرماق يۈزى
قېنىق يېشىل، ئارقا تەرىپى بىرئاز كۆل رەڭ كېلىدۇ.
گۈلى جۈپ بولۇپ، يوپۇرماق قولتۇقىدىن ئۆسىدۇ، گۈلتا-
جىسى كانايسىمان ئىنچىكە، ئۈزۈنچاق بولۇپ، ئۈچ - تۆتكە
بۆلۈنگەن، ئاۋۋال ئاق رەڭدە بولۇپ، 2 ~ 3 كۈندىن كېيىن
ئالتۇن سېرىق رەڭگە ئۆزگىرىدۇ. (1.10 - رەسىم)

ئۇچقات ئۆسۈملۈكى

[چىقىش ئورنى] گۇاڭدۇڭ، خېنەن، گۇاڭشىلاردىن چى-
قىدۇ ھەمدە شىمالىي شىنجاڭنىڭ تاغلىرىدىمۇ ئۆسىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كۈزدە يى-
غىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە ئۇپۇلچان ماي، مىكرو ئېلېمېنتلاردىن تۆمۈر، مانگان، مىس، سى-
نىك، ستىرولتىسى، مولىبدىن قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] باكتېرىيەگە ۋە ۋىرۇسقا قارشى تەسىرى؛ ياللۇغقا (ئىششىققا) قارشى
تۇرۇپ، ھارارەت پەسەيتىش، جىگەرنى مۇھاپىزەت قىلىش، ئىممۇنىتېت ئىقتىدارىنى كۈچەيتىش، قاندىكى
ماينى تۆۋەنلىتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ھارارەت پەسەيتىش،
زەھەر قايتۇرۇش، قان تازىلاش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] زۇكام، ئۆپكە ياللۇغى، قىزىتما، ئۆتكۈر سوقۇر ئۈچەي ياللۇغى، سۈت
بېزى ياللۇغى، چىقان، غەلۋىرەك، كۆكرەك پەردە ياللۇغى، جىگەر ياللۇغى، بادامبەز ئىششىقى، كاناي
ياللۇغى، گۆرەن بېزى ياللۇغى، قىزىل، ئۆتكۈر بۆرەك ياللۇغى، ئۈچەي ياللۇغى، باكتېرىيەلىك تولغاق،
ئېغىز جاراھەتلىرى، ئېغىز قۇرۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۇچقاتتىن 30 گىرام، كىرەش، ماماكاپتىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، زۇكام ۋە
ئۆپكە ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئۇچقاتتىن 10 گىرام، ياپۇزدىن ئالتە گىرام، بىخسۇستىن ئۈچ گىرام، چىلاندىن 10 دانە،
بىنەپشىدىن بەش گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، تارقىلىشچان زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئۇچقاتتىن 20 گىرام، قېرىقىزدىن ئالتە گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرام، نىلۇپەردىن
بەش گىرام، قارىئۆرۈكتىن 10 گىرام، ئىتئۈزۈمدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرگە قاينىتىپ
30 مىللىلىتىردىن ئىچسە، قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ئۆچقاتتىن 30 گىرام، يالپۇزدىن 20 گىرام، موزىدىن 10 گىرام ئېلىپ، سۇدا قايىنتىپ ئىچسە، ئۆتكۈر بادامبەز ياللۇغىغا شىپا قىلىدۇ.

5. ئۆچقاتتىن 15 گىرام، ماماكاپتىن 12 گىرام، سوغىگۈلدىن توققۇز گىرام، بىخسۇستىن ئالتە گىرام، قىزىل چۈغلۇقتىن توققۇز گىرام ئېلىپ، سۇدا قايىنتىپ ئىچسە، سۈت بېزى ياللۇغىغا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6~15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قاننى سۇيۇلدۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] بىنەپشە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] بىنەپشە دەملىمىسى.

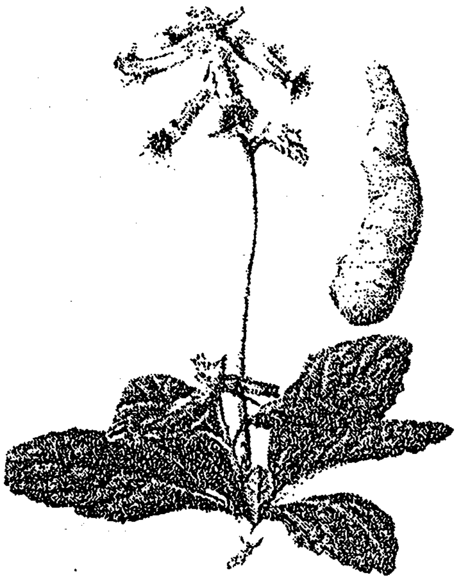
خام ئەگىرسۇناي

哈木艾格日苏那衣

（地黄　di huang）

[لاتىنچە نامى] Radix Rehmanniag lutinosa

[ئىنگلىزچە نامى] Adhesive Rehmannia Root Tuber



خام ئەگىرسۇناي ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، چۇقا ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئەگىرسۇناي بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئېگىزلىكى 25 ~ 40 سانتىمېتىرغىچە، ئۆسۈملۈك تېنى ئاقۇچ كۈل رەڭ، يۇمشاق تەكلەر بىلەن قاپلانغان، يىلتىزسىمان غولى چوڭ، كۆپىنچە كونۇسسىمان بولىدۇ، غولى تىك ئۆسىدۇ، تۈۋىدىن ئۆسكەن يوپۇرماقلىرى توپلىشىپ ئۆسىدۇ؛ گۈلىنىڭ رەڭگى قىزغۇچ سۆسۈن ياكى ئۇچۇق سۆسۈن كېلىدۇ، سىزىقلىرى بولىدۇ. مېۋىسى تۇخۇم شەكىلدە ياكى تۇخۇمسىمان دۈگىلەك شەكىلدە بولىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ تازىلانغان ھۆل يىلتىزى «خام ئەگىرسۇناي» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ، ئەگەر 50 كىلوگىرام ئەگىرسۇناي يىلتىزىغا 25 كىلوگىرام سېرىق ھاراق قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، ۋاستىلىك ھالدا ھورىلاندۇرۇپ، ھاراقنى سۈمۈرۈپ بولغاندىن كېيىن پوستىنىڭ شىلىمشىقلىقى ئازراق قۇرۇغانغا قەدەر قۇرۇتۇپ، ئاندىن ئېلىپ ئىدىشقا سېلىپ ساقلىنىدۇ. بۇ ئادەتتە «پىششىق ئەگىرسۇناي» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (2.10 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] يىلتىز غولىنى قەلەمچە قىلىپ تىكىش ئارقىلىق كۆپەيتىلىدۇ، غۇلجا، ماناس قاتارلىق

جايلاردىن كۆپرەك چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ، قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ، توغراپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، قان، سەپرانىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] داغىسمان ئەسۋىلەر، جىگەر، بۆرەكنىڭ مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلۇش، قايتا ئىشلىنىش توسقۇنلۇقتا ئۇچراش خاراكتېرىدىكى كەم قانلىق، ئۆپكە سىلىدىكى ئۆزلۈكىدىن تەرلەش، ئىسسىقى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان چىش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاق لەيلى ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا، بابۇنە گۈلى، خام ئەگرىسۇنايدىن 10 گىرامدىن، كاكىنەچتىن 15 گىرام ئېلىپ، قاينىتىلما تەييارلاپ ئىچسە، بۆرەك ياللۇغىغا پايدا قىلىدۇ.

2. خام ئەگرىسۇناي، كاتىھندى، موزا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تالقانلاپ، ئاغرىغاندا چىشقا باسسا، چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ھۆل ئەگرىسۇنايدىن 15~35 گىرامغىچە، خام ۋە پىششىق ئەگرىسۇنايدىن 10~12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازان ھۆللۈكىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە.

[ئورۇنباسارى] پىششىق ئەگرىسۇناي.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] خام ئەگرىسۇناي قاينىتىلمىسى.

شاتارى

下塔热

(栀子 zhi zi)

[باشقا ئاتىلىشى] تاغ شاتارىسى

[لاتىنچە نامى] Fructus Gardenia jasminoides

[ئىنگلىزچە نامى] Common Cardenia Fruit

[تونۇش] بۇ، رويان ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 0.5 ~ 2 مېتىرغىچە ئۆسىدىغان، دائىم كۆكىرىپ تۇرىدىغان بىر خىل دەرەخ بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسى «شاتارى» ياكى «تاغ شاتارى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ دورىنىڭ زەپەرگە ئوخشاش رەڭگى چىققاچقا، خەلق ئىچىدە «زەپەر خىمىكى» دەپ ئاتىلىدۇ. (3.10 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ تەيۋەننى ئۆز ئىچىگە ئالغان شەرقىي جەنۇبىي ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

www.uyghurkitap.com

شاتارى دەرىخى

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كۈزدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسى تەركىبىدە D - ماننىتول (D—mannitol)، β - سىتوسىتېرول، خولىن (Choline)، كانتوفىل (kanthophyll) زەپەر ماددىسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئۆت سۇيۇقلۇقىنىڭ ئاجرىلىپ چىقىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ، ئۈچەي توسۇلۇشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ، بېسىم تۆۋەنلىتىدۇ، باكتېرىيە ئۆلتۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئىششىق ياندۇرۇش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى تەڭشەش، خۇشلۇق كەلتۈرۈش، غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ئۆت يوللىرىنى راۋانلاشتۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] روھىي چۈشكۈنلۈك، ئىچى تىتىلداش، ساراڭلىق، جۆيلۈش، غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىدىن بولغان سېرىقلىق چۈشۈش تىپىدىكى يۇقۇملۇق جىگەر ياللۇغى، غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىدىن بولغان سۆزنەك، سۈيدۈكتىن قان كېلىش، قان قۇيۇلۇش، ھەر خىل ئاغرىشلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. شاتارى، قاقىلەدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، كۈندە ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان ئىچى تىتىلداشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. شاتارى، مامىرانچىن، ئۇستقۇددۇستىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، ئىسسىقتىن بولغان ساراڭلىق ۋە جۆيلۈشلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. شاتارى، قىل يوپۇرماقلىق ئەمەندىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، كۈندە ئۈچ ۋاق، 10 مىللىلىتىردىن ئىچسە، قاندىن بولغان سېرىقلىق چۈشۈش تىپىدىكى يۇقۇملۇق جىگەر ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. قومۇش يىلتىزى، كېۋەز ئۇرۇقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، شاتارىنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، 100 گىرام ناۋات بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان سۆزنەك، سۈيدۈكتىن قان كېلىش، سۈيدۈك يولى يۇقۇملىنىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4~12 گىرامغىچە، سىرتقى تەرەپكە نىسبەتەن مۇۋاپىق مىقداردا.

[زىيانلىق تەسىرى] تال زەئىپلەشكەن، ئىچى سۈرگەن كىشىلەرگە بېرىش چەكلىنىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] تاباشىر، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] ئالقات، زىرىق.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى شاتارى.

ئالتۇن شاخ

阿里屯沙克

(一枝黄花 yi zhi huang hua)

[لاتىنچە نامى] Herba Solidago Virgaurea

[ئىنگلىز نامى] Common Goldenrod

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئالتۇن شاخ بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «ئالتۇن شاخ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (10 ـ 4 رەسىم)

[چىقىش ئورنى] تاغلىق رايونلاردىكى ئېتىز ـ ئۆستەڭ، دەريا ياقىلىرى قاتارلىق نەم جايلاردا ئۆسىدۇ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۆسۈملۈكى تەركىبىدە فېنوللۇق بىرىكمىلەر، ئۇچۇچان ماي، سوپۇن گىلۇكوزىدى، فىلاۋونلار بار. فېنوللۇق بىرىكمىلەر خلوروگېنىك كىسلاتاسى (chlorogenic acid)، فىلاۋونلار بولسا كۇئېرسېتىن (Qnevcetin)، رۇتىن (Rutin)، ئاستراگالىن (Astragalin) قاتارلىقلاردىن تەركىب تاپقان.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] يالLUغ قايتۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، ھاسىراشنى توختىتىش، باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش، سۈيدۈك ھەيدەش، قان توختىتىش قاتارلىق تەسىرلەرگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] يالLUغ قايتۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، يەل ھەيدەش، ئىششىقلارنى ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، يۆتەل پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان زۇكام، قىزىتما، يۇتقۇنچاق يالLUغى، بادامبەز يالLUغى، زەھەرلىك يىلان چېقىۋېلىش، سەينەك بولۇش، زەخىملىنىش، كۆكيۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بىنەپشە، نىلۇپەر سەككىز گىرامدىن، ئالتۇن شاختىن 15 گىرام، سەرپىستاندىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايناتىپ ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ. قىزىتما قايتۇرىدۇ.

2. كاكىنەج، يەرلىك شوخلا 10 گىرامدىن، ئوسما يوپۇرمىقىدىن يەتتە گىرام، ئالتۇن شاختىن 15 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايناتىپ ئىچسە، يۇتقۇنچاق ھەم بادامبەز يالLUغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ～ 30 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىشكە ياكى ھاراق بىلەن قوشۇپ ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

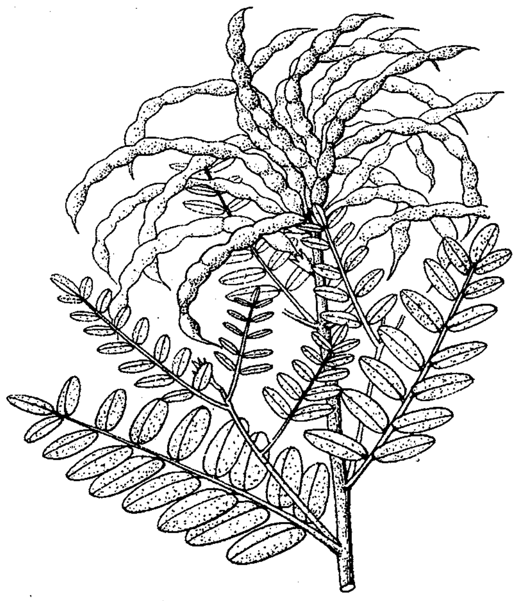
[ئورۇنباسارى] نىلۇپەر، گۈلبىنەپشە.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئالتۇن شاخ قايىنتىلمىسى.

بۇيا ئۇرۇقى
布牙欧如合
(苦豆子 ku dou zi)

[باشقا ئاتىلىشى] بۇيا، ئېتىزلىق بۇيىسى

[لاتىنچە نامى] Herba et Semen Sophora alopecuroies

[ئىنگلىزچە نامى] herb and seed of fox taile – like sophora


بۇيا ئۈسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۈسۈملۈك، ئېتىزلىق ئاچچىق بۇيىسىنىڭ پۈتۈن چۆپى ۋە ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، «بۇيا»، «بۇيا ئۇرۇقى» ياكى «ئېتىزلىق بۇيىسى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. غولىنىڭ سىرتقى يۈزى كۆل رەڭگە مايىل يېشىل رەڭلىك ياكى سارغۇچ يېشىل رەڭلىك، قورۇلۇپ كەتكەن بولىدۇ، يوپۇرمىقى قاتتىقراق بولىدۇ. پوستى سارغۇچ يېشىل رەڭلىك، ئوتتۇرىسى سۇس سېرىق رەڭلىك، تەمى ئاچچىق كېلىدۇ. (5.10 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز، جۈملىدىن شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۈسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپى ۋە ئۇرۇقى ئالكولوئىدلارنى تۇتىدۇ. بۇنىڭ ئىچىدە، سىتىزىن (Sytisine)، سوپوكارپىن (Sophocarpine)، ماترىن (Matrine)، سوپورىدىن (Sophoridine) قاتارلىق ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ھەر خىل ئۈسمىلەرنى تورمۇزلايدۇ، كېلىنىكىدا كۆزەتكەندە، راك كېسەللىكىگە قارىتا ئۈنۈمى ناھايىتى ياخشى، بۇنىڭ يىلتىزىدىن ئوكۇل تەييارلاپ ئىشلەتكەندە ئەكس تەسىرى بولمايدۇ؛ بۇيا قايىنتىلمىسىنىڭ يۆتەل توختىتىش، بەلغەم بوشىتىشتىكى ئۈنۈمى ناھايىتى ياخشى؛ بۇيا مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىنى تورمۇزلاش رولىغا ئىگە؛ باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى بار؛ تەجرىبىلەرگە قارىغاندا، بۇيا ئۇرۇقىنى قايىنتىپ سۈيىنى ئىچسە، قاندىكى شېكەر ماددىسىنى تۆۋەنلىتىپ، دىيابېت كېسىلىنى داۋالايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇق قورۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، قىزىتمىنى پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش، قۇرت ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆتكۈر ھەم سوزۇلما خاراكتېرلىك تولغاق، ئۈچەي ياللۇغى، كاناي ياللۇغى، ھۆل تەمرەتكە، جاھىل قوتۇر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى بۆيا ئۇرۇقىنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچسە، قاندىكى شېكەر ماددىسىنى تۆۋەنلىتىپ، دىيابېت كېسىلىنى داۋالايدۇ.

2. بۆيا ئۇرۇقىدىن 100 گىرامغا 1000 مىللىلىتىر سۇ قۇيۇپ، 500 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ قويۇلدۇرۇپ، كۈنىدە 3 ~ 4 ھەر قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىچسە، ھەر خىل تولغاققا پايدا قىلىدۇ.

3. بۆيا ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تالقانلاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈل يېغى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ مەلھەم تەييارلاپ، ھۆل تەمرەتكە، جاھىل قوتۇرلارغا سۈركىسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باش قېيىش، كۆڭۈل ئېلىشىش، قورساق كۆپۈش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۈت، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] شاپتۇل مېغىزى.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] بۆيا ئۇرۇقى يالغۇز ئىشلىتىلىدۇ، ئاساسلىقى ئۈچەي ياللۇغى، باكتېرىيەلىك تولغاقلارغا ئۈنۈمى ياخشى، ھەر قېتىم ئىككى - ئۈچ تال ئىشلىتىلىدۇ، كۆپ ئىشلىتىشكە بولمايدۇ، بولمىسا زەھەرلەپ قويىدۇ. زەھەرلىك تەسىرى كۆرۈلگەندە، ئالكولوئىد بىلەن زەھەرلەنگەنلەرنى قۇتقۇزۇش ئۇسۇلى بويىچە قۇتقۇزۇلىدۇ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] بۆيا ئۇرۇقى قاينىتىلمىسى.

يەر توزغىقى

亚尔吐孜克克

(马勃 mado)

[باشقا ئاتىلىشى] يەر توزغىقى چۆپى

[لاتىنچە نامى] Bovistella sinensis

[ئىنگلىزچە نامى] puff — ball

[تونۇش] بۇ، يەر توزغىقى ئائىلىسىدىكى جىن تاماكىسى دېگەن ئۆسۈملۈك بولۇپ، مېۋىسى شار شەكىلدە ياكى شار شەكىلگە يېقىن كېلىدۇ، چوڭ - كىچىكلىرى بىردەك بولمايدۇ. يۇمران چاغدا ئاق رەڭلىك بولىدۇ. ئىچكى قىسمىدا گۆش ماددىسى بولۇپ، سىرتقى يۈزى سىلىق كېلىدۇ. پىشقاندىن كېيىن تېنى

يېنىكلىشىدۇ، پۇتۇن تېنى توق يېشىل رەڭ، تۇتقاندا ئەۋرىشىم، سىرتقى قېپى قەغەزگە ئوخشايدۇ. ئىچكى قىسمى سارغۇچ قوڭۇر رەڭلىك تالقان بىلەن تولغان، پىشقاندىن كېيىن قول بىلەن ئەزسە، ئىچىدىن «تۇتۇن» چىقىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۇتۇن قىسمى «يەر توزغىقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (10. 6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] تاغ باغرى، ئورمانلىق، ئوتلاق ۋە نەم جايلاردا ئۆسىدۇ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يېرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 7 ـ، 9 ـ ئايلاردا يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، ھارارەت پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، قاناي ۋە كېكىردەكنى ئېچىش، قان توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بادامبەز ياللۇغى، كېكىردەك ياللۇغى، ئاۋاز پەردىسى ياللۇغى، ئاۋاز پۇتۇش، قاداق، سىرتقى زەخىملىنىشتىن بولغان قاناش، بۇرۇن قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كەتىرا، سەۋسەن يىلتىزى، ئەنسىل قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن، يەر توزغىقىدىن 15 گىرام، كاكىنەج، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زۇپا قاتارلىقلاردىن سەككىز گىرامدىن ئېلىپ، قاينىتىلما تەييارلاپ ئىچسە، بادامبەز ياللۇغى، كېكىردەك ياللۇغى، ئاۋاز پەردىسى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. يەر توزغىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قانىغان ئورۇنغا سېپىپ بەرسە، قان توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2 ～ 4 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] موزا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى ئەنسىل، شەربىتى زۇپا.

قامچىئوت

卡米其欧提

(辣蓼 la liao)

[لاتىنچە نامى] Herba polygonum hydropiper

[ئىنگلىزچە نامى] Marshpeper Polygonum

[تونۇش] بۇ، قامچىئوت ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سۇ قامچىئوتى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يەر ئۈستى قىسمى ۋە ئۇرۇقى، «سۇ لازىسى»، «كېلىن تىلى»، «قامچىئوت» ياكى

«سۇ قامچئوتى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (10 .7 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېرىق ـ ئۆستەڭ بويلىرى، سازلىقتا ئوخشاش ھۆل ئورۇنلاردا ئۆسىدۇ. شىنجاڭنىڭ ھەممە جاي- لىرىدىن تېپىلىدۇ.

قامچئوت ئۆسۈملۈكى

[يىغىپ ساقلاش] كەچكۈزدە ئۆسۈملۈك تولۇق پىشىلغەندە پۈتۈن چۆپى ۋە يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلى- نىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] قەلەمپۇر كىسلاتاسى(Syringic acid)، ھىڭ كىسلاتاسى(erulic acid)، قىچا كىسلاتاسى(Sinapic acid)، قارىمۇچ كىسلاتاسى (Polypiper acid)، موزا كىسلاتاسى (ellagic acid) قاتارلىق كۆپ خىل بىرىكمىلەر، ئۇچۇچان مايلار بولىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان توختىتىش، ياللۇغ قايتۇ- رۇش، ئۆسمىگە قارشى تۇرۇش، ئوكسىدلىنىشقا قارشى تۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ قورۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، قان توختىتىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، قۇرت ئۆلتۈرۈش، قىچىشىشنى پەسەيتىش، ئۈرۈقىنىڭ سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] تولغاق، ئۈچەي ياللۇغى، ھەر خىل ئۆسمە، بالىلاردىكى ھەزىم قىلمىشىنىڭ بۇزۇلۇشى، يەلتاشما، ھۆل تەمرەتكە، سۈيدۈك راۋان بولماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قامچئوتى، سېمىز ئوتنىڭ ھەربىرىدىن 20 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، كۈندە ئىككى ۋاق 10 مىللىلىتىردىن ئىچىپ بەرسە، تولغاق ۋە ئۈچەي ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قامچئوتىدىن 12 گىرام، ئارپا ئۈندۈرمىسىدىن 16 گىرام ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ، ئەتىگەندە ۋە كەچتە تاماقتىن بۇرۇن ئىككى قېتىم، ئۇدا بىر قانچە كۈن ئىچىپ بەرسە، بالىلاردىكى ھەزىم بۇزۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. قامچئوتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئاش تۇزى بىلەن قاينىتىپ، سىرتتىن يۇيۇپ بېرىلسە، يەلتاشما ھەم ھۆل تەمرەتكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] چۆپىدىن 8 ~ 16 گىرامغىچە، ئۈرۈقىدىن 4 ~ 8 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەرگە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] زىرە، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئاق لەيلى ئۈرۈقى، بىنەپشە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قامچئوت قاينىتىلمىسى.

مامكاپ

马木开甫

(蒲公英 pu gong ying)

[باشقا ئاتىلىشى] مامكاپ چۆپى، كاپ - كاپ، سۈتئوتى

[لاتىنچە نامى] Herba Taraxacum mongolicum

[ئىنگلىزچە نامى] Mongolian Dandelion

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك مامكاپ بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «مامكاپ»، «كاككۇكگۈلى»، «كاپ - كاپ» ياكى «سۈت ئوتى» قاتارلىق ناملاردا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (8.010 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېتىزلىقلار، يول بويلىرى، ئېرىق - ئۆستەڭ بويلىرى ۋە داللاردا ئۆسىدۇ، شىنجاڭ-نىڭ ھەممە يېرىدە بار.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۆز پەسلىدە يىغىپ، قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ، ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، چۈشكۈرتۈش، مېڭىنى تازىلاش، بەلغەمنى چىقىرىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، تۇسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىد-تىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈت بېزى ياللۇغى، كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردە ياللۇغى، يىڭناسقۇ، ئۆتكۈر بادامبەز ياللۇغى، ئۆپكە يىرىڭلىق ئىششىقى، چىيقان، غەلۋىرەك، مېڭە، بۇرۇن كېسەللىكلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قۇرۇق مامكاپتىن 35 گىرام، ھۆل مامكاپتىن 70 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايىنىتىپ ئىچسە، سۈت بېزى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مامكاپتىن 35 گىرام، قېرىقىز ئۇرۇقىدىن 12 گىرام، يەر تۇزغىقىدىن 20 گىرام، چۈچۈكبۇيا-دىن تۆت گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قايىنىتىپ ئىچسە، ئۆتكۈر بادامبەز ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. مامكاپتىن 35 گىرام، ئۆچقاتتىن 12 گىرام، بىنەپشىدىن 10 گىرام، بىخسۇستىن سەككىز گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قايىنىتىپ ئىچسە، چىيقان، غەلۋىرەككە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 8 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ. تۇسالغۇ پەيدا قىلىدۇ، ھوشسىزلاندۇرى-دۇ، كۆڭۈل ئىلىشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەديان، كەتىرا، سېرىق ماي.
[ئورۇنباسارى] بىنەپشە، سەۋسەن ئۇرۇقى.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ماماكاپ دەملىمىسى.

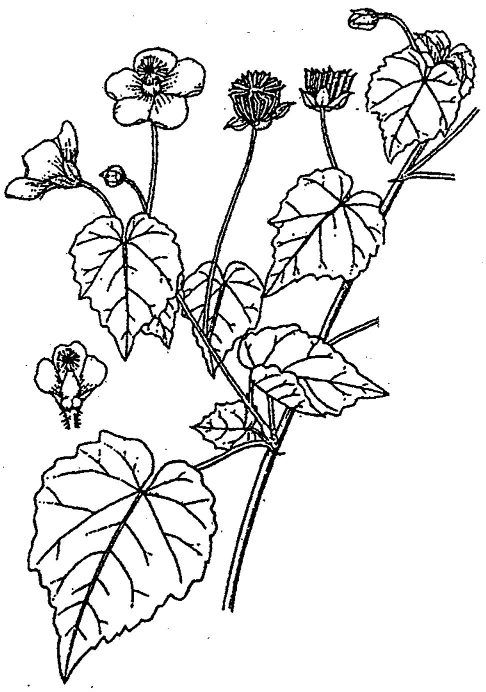
ئۇيغۇر كىتاب تورىيكتى
www.uyghurkitap.com

كېۋەز ئانىسى ئۇرۇقى

克瓦孜阿尼斯欧如合

(磨盘草子 mo pan cao zi)

[باشقا ئاتىلىشى]تۈخۈمى دەرەختى شانه
[لاتىنچە نامى]Abutilon theophrasti
[ئىنگلىزچە نامى]seed of Indian Abutilon


كېۋەز ئانىسى

[تونۇش] بۇ، لەيلىگۈل ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كېۋەز ئانىسى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى «يالغان قاپاق» ياكى «تۈكچىئوت» قاتارلىق ناملار- دا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (9.10 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېتىزلاردا، ھويلىلاردا، يول ياقىلىرىدا ياۋا ھالەتتە ئۆسىدۇ ياكى تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. شىنجاڭنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە ئۇرۇقى تولۇق پىشقاندا يىغىۋې- لىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] نىيترالىق قەنت، كىسلاتالىق قەنت ۋە پولىپېپتىدلىق قەنتتىن تۈزۈلگەن.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ياللۇغ قايتۇرۇش تەسىرى بار، تېرىنىڭ سۈمۈرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قورۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، سۈت كۆپەيتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك يولى ياللۇغى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، تۇغۇتتىن كېيىنكى سۈت كەملەسلىك، ئاق خۇن كۆپ كېلىش، قانلىق بوۋاسىر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كېۋەز ئانىسى ئۇرۇقىدىن 20 گرام، ماندارىنىدىن 12 گرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، سۈيدۈك يولى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كېۋەز ئانىسى ئۇرۇقىدىن (قورۇلغان) 70 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ھەر قېتىمدا سەككىز گىرامدىن سېرىق ھاراق بىلەن قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، تۇغۇتتىن كېيىنكى سۈت كەلمەسلىك، كۆكسى چىڭقىلىپ ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. كېۋەز ئانىسى ئۇرۇقىدىن 12 گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

4. كېۋەز ئانىسى ئۇرۇقىدىن 2 ~ 3 گىرامنى سۈت بىلەن بىرگە ئىچسە، ئاق خۇن كۆپ كېلىش، قانلىق بوۋاسىرغا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللارغا ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش لازىم.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، خۇنسىياۋشان.

[ئورۇنباسارى] تەرخەمەك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كېۋەز ئانىسى ئۇرۇقى سۇفۇپى.

چۇپۇرشاڭ

出甫尔尚

(荠菜 qi cai)

[لاتىنچە نامى] Herba Capsella bursa — pastoris

[ئىنگلىزچە نامى] ShePherds Purse

[تونۇش] بۇ، كىرىست گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك چۇپۇرشاڭنىڭ پۈتۈن قىسمى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپ قىسمى «چۇپۇرشاڭ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ، ئېگىزلىكى 20 ~ 40 سانتىمېتىرغىچە، غولى تىك، يوپۇرماق قولتۇقىدىن شاخلايدۇ، تۈۋىدىن ئۆسكەن يوپۇرماقلىرى توپلىشىپ يەر بېغىرلاپ ئۆسىدۇ، پەيسىمان يېرىلىدۇ، گىرۋىكىدە دولقۇنسىمان ھەرە چىشلىرى بولىدۇ، گۈلى كىچىك، رەڭگى ئاق، تال تاجى ياپرىقى تۆت تال بولىدۇ، مېۋىسى ياپىلاق، پەتۇر، ئۈچ بۇرجەكلىك بولۇپ، ئۇچى ئاززاق ئويمان بولىدۇ. (10.10 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېتىزلىقلاردا، يول بويلىرى ۋە ئېرىق بويلىرىدا ئۆسىدۇ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايوننىڭ ھەممە جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئوكسالىك كىسلاتا (Oxalic acid)، تارتارىك كىسلاتاسى (tartaric acid)، مالىك كىسلاتاسى (malic acid)، پارا ئامىنو بېنزول، ھەر خىل ئاقسىل ۋە قەنتلەر بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] باليانقۇنىڭ قىسقىرىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ، قان توختىتىدۇ، قان تومۇر-لارنى كېڭەيتىدۇ. نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] ھارارەت پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قان توختىتىش، قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىش، ئىچ سۇرۇش ۋە تولغاقنى توختىتىش خۇسۇسىيىتى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۇقىرى قان بېسىم، سوزۇلما خاراكتېرلىك بۆرەك ياللۇغى، ئۈچەي ياللۇغى، تولغاق، كۆزى قىزىرىپ ئاغرىش، قان تۈكۈرۈش، قان سىيىش، بالىياتقۇدىن قان كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. نىلۇپەر، بىنەپشە، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، چۇپۇرشاڭدىن 15 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ھارارەت پەسەيتىدۇ، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.
2. بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، چۇپۇرشاڭ، تەرخەمەك ئۇرۇقى، مەرزەنجۇشنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ئىچكى ئەزالاردىكى ياللۇغلارنى قايتۇرىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ~ 35 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان، پىننە.
[ئورۇنباسارى] ئاق لەيلى ئۇرۇقى.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] چۇپۇرشاڭ قاينىتىلمىسى.

چۇقا

出卡

(玄参 xuan shen)

[باشقا ئاتىلىشى] چۇقا يىلتىزى.
[لاتىنچە نامى] Scrophularia talassica
[ئىنگلىزچە نامى] Figwort Root
[تونۇش] بۇ، چۇقا ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «چۇقا» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (11.10 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ئىلى قاتارلىق جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. ئۇرۇق بىلەن كۆپىيىدۇ، مۆتىدىل كىلىماتتا ئۆسۈشكە ماسلاشقان.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] بىيولوگىيەلىك ئىشقار، قەنتلەر، ئاقسىل، ماي، سىتېرول (seterol) ۋە ئاز مىقداردا ئۇچۇچان ماي، كاروتىن قاتارلىقلار بار.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] بۆرەك قان تومۇرلىرىنى كېڭەيتىش، قان نۇكچىسىنى ئېرىتىش رولى بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىنىڭ ئاخىرىدا ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ھارارەت پەسەيتىش، ياللۇغ ۋە زەھەرنى قايتۇرۇش، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، يۆتەلنى توختىتىش ۋە كېكىردەكنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بادامبەز ياللۇغى، يۆتەل ۋە كېكىردەك، ئۆپكە ياللۇغى، بويۇن لىمفا سىلى، قان خاراكتېرلىك تومۇر ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. زۇپا، چۆقا، ئەنجۈر مونىكى 10 گىرامدىن، نىلۇپەردىن سەككىز گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، بادامبەز، يۆتەل، كېكىردەك، ئۆپكە قاتارلىق ئورۇنلاردىكى ياللۇغقا شىپا بولىدۇ.

2. چۆقا، بىنەپشە، نىلۇپەردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ ئىچسە ھارارەت پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 8 ~ 16 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] مارالقۇلاق بىلەن بىرگە قوشۇپ ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. سوغۇقچان كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] لاچىندانە، دارچىن.

[ئورۇنباسارى] ھۆل يەرلىك شوخلا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] چۆقا قاينىتىلمىسى.

چۆل يالپۇزى

确力普孜

(丹参 dan shen)

چۆل يالپۇزى ئۆسۈملۈكى

[لاتىنچى نامى] Radix Salvia miltiorrhiza

[ئىنگلىزچە نامى] Dan — shen Root

[تونۇش] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قىزىل يىلتىزلىق چۆل يالپۇزى (Labiatae) نىڭ يىلتىزى بولۇپ، «چۆل يالپۇزنىڭ يىلتىزى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (10. 12 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ شىمالى، شەرقى ۋە جەنۇبىي قىسىملىرىدىكى ئۆلكىلەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، ئارىلاشمىلىرىنى چىقىرىپ تاشلاپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى تانسىنونون (Tan Shinone)، چۆل يالپۇزى كېتونى (Ketone)، تانسىنول (Tan Shinol) قاتارلىقلاردىن باشقا كۆپ خىل ۋىتامىنلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان تومۇرلارنى كېڭەيتىپ، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. قاندىكى ماينى ئېرىتىدۇ، مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىنى تىنچلاندۇرىدۇ، ياللۇغ قايتۇرىدۇ، قان تولۇقلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قورۇتۇپ، توغراپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، ئۇيۇپ قالغان قاننى تارقىتىپ، ئاغرىق توختىتىش، كۆڭۈلنى تىنچلاندۇرۇش، جىگەر ۋە تالنى كۈچلەندۈرۈش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەير قالايمىقانلىشىش، بەل - پۇتلار ئاغرىش، قان نوكچىسى ئۇيۇپ قېلىش خاراكتېرىدىكى قان تومۇر ياللۇغى، ئاغرىتىپ ھەيز كېلىش، ھەيز تۇتۇلۇش، يۇقىرى قان بېسىمى، جىگەر ياللۇغى، جىگەر، تال يوغىناپ كېتىش، قان ئۇيۇپ، يەل تۇرۇپ قېلىش، ئاشقازان ئاغرىش، سۈت بېزى ياللۇغى، لىمفا بېزى ياللۇغى، نېرۋا ئاجىزلىقى، باش ئاغرىش، باش قېيىش، ئۇيقۇسىزلىق، ئىچى تىتىلداپ ئۇخلىيالماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاپتاپپەرەس گۈلى ۋە زاراڭزا گۈلىدىن 30 گىرامدىن، چۆل يالپۇزى يىلتىزىدىن 10 گىرام، كونجۇتتىن 20 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ ئىچسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

2. ئاق سەندەل، بىنەپشىدىن يەتتە گىرامدىن، چۆل يالپۇزى يىلتىزىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى دەملەپ ئىچسە، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ～ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللارغا ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش لازىم. بۇ دورىنى مارالقولاق بىلەن بىرگە ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، خۇنسىياۋشان.

[ئورۇنباسارى] ئاپتاپپەرەس گۈلى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى]چۆل يالپۇزى قاينىتىلمىسى.

ئاق تىكەن

阿克提砍

(水飞蓟 shui fei ji)

[باشقا ئاتىلىشى] شوكتەلىيەبزە، باداۋەرد، سىلىبوم ئوتى

[لاتىنچە نامى] Frutus Silybum marianum

[ئىنگلىزچە نامى] Bleseed Thistle Fruit

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى پۈتۈن كۆچىتى تىكەنلىك چاتقال ئۆسۈملۈك ئاق تىكەننىڭ مېۋىسى بولۇپ، گۈمبەز شەكىللىك، تىكەنلىك، ھەر بىر تىكىنى يېڭىندەك ئىنچىكە، گۈمبەز ئىچىدە توزغاقتەك بىر نەرسە بار، رەڭگى توق بىغىر رەڭدە، سىرتقى يۈزىدە ئۆزۈنسىغا كەتكەن

سىزىقچىلار بار. مېۋىسى ئىچىدە ئاق رەڭلىك ئۇرۇق بار. تەمى ئاچچىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى «تۇخۇمى باد ئاۋەرد»، «ئاقتىكەن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (10.13 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزدىن ھەم جەنۇبىي ياۋروپا ۋە شىمالىي ئافرىقا قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] فلوئونولىگنان (flouonoloGnan) خىلدىكى تەركىبلەرنى تۇتىدۇ. ئاساسلىقى سىلىمارىن (silymarin)، سىلىبىن (silybin) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە زىغىر يېغى كىسلاتاسى، يۇمشاق ماي كىسلاتاسى، قاتتىق ماي كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] جىگەر ئىقتىدارىنى ياخشىلايدۇ ۋە ئۆت سۇيۇقلۇقىنى ھەيدەيدۇ، شۇڭا سوزۇلما جىگەر ياللۇغى، سوزۇلما جىگەر ياللۇغىنىڭ ھەرىكەتچان دەۋرى، جىگەر قېتىش، زەھەرلىنىش مەنبەلىك جىگەر بۇزۇلۇشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، قان توختىتىش، قىزىتما قايتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىنى تەڭشەش، ھەيزنى راۋان قىلىش، زەھەرگە قارشى تۇرۇش، يەل ھەيدەش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر ياللۇغى، يەرقان، قان تۈكۈرۈش، سوزۇلما ئاشقازان ئاغرىقى، ئىچ سۈرۈش، ئاشقازان ئاجىزلىقى، قىزىتما، سۇلۇق ئىششىقلار، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈش، تېرە ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاق تىكەن مېۋىسىنى قاينىتىپ، سۈيىدە ئېغىزنى چايقىسا، قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە چىش ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ.

2. ئاق تىكەننى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ھاشارات بار جايغا تاشلاپ قويسا، ئۇششاق ھاشاراتلارنى يوقىتىدۇ.

3. ئاق تىكەندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ياكى ھۆل پېتى سىقىپ سۈيىنى ئىستېمال قىلسا، جىگەر ياللۇغى، يەرقان، ئاشقازان ئاجىزلىقى، قىزىتما قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ئاق تىكەننىڭ قاينىتىلغان سۈيى ياكى سىقىلغان سۈيىدە باشنى يۇسا، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈش ۋە تېرە ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئەپسەنتىن، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] شاھتەررە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] دىنار شەربىتى.

www.uyghurkitap.com

ئەڭلىكئوت

昂力克欧提

（紫草 zi cao）

[لاتىنچە نامى] Radix Lithospermum officinale

[ئىنگلىزچە نامى] Redroot Gromwell

[تونۇش] بۇ، بوتاكۆز ئەڭلىكئوت ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك شىنجاڭ ئەڭلىكئوتى ياكى ئەڭلىكئوتنىڭ قۇرۇتۇلغان يىلتىزىدىن ئىبارەت. كەسمە يۈزى ئاقۇچ سېرىق رەڭلىك، ئوتتۇرىسى سۆسۈن رەڭلىك بولۇپ، تەمى قېرىق، ئالاھىدە پۇراقلىق كېلىدۇ. (10.14 - رەسىم)

ئەڭلىكئوت ئۆسۈملۈكى

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ پامىر تاغ ئېتەكلىرىدىن ھەم ئوتتۇرا ئاسىيادىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 4 ــ، 5 ــ ئايلاردا ياكى 9 ــ، 10 ــ ئايلاردا كولاپ ئېلىپ يۇيۇپ قۇرۇتۇلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئەڭلىكئوت يىلتىزىدا ئاتسېتىل شىكونىن (asetyl shikonin)، شىكونىن (shikonin)، ئالكاننان (Alkannan)، ئىزوبوتىرىل شىكونىن (isobutyryl shikonin)، تىراكرىل شىكونىن (Tracryl Shikonin) قاتارلىقلار بار. يېقىنقى مەلۇماتلارغا قارىغاندا، يۇقىرىقى تەركىبلەردىن باشقا، يەنە لىتوسپېرمىدىن A، B، A(Lithospermidin A,B)، شىكونوفوران A ~ E (shikonofuran A~E) لار بارلىقى مەلۇم بولغان.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. ھامىلىدار بولۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەسىرى بار. بۇنىڭدا ئەڭلىكئوتنىڭ ئىسپىرتتىكى ئېرىتمىسى بىلەن 30% لىك ئەڭلىكئوت يىلتىزىنىڭ ئارىلاشمىسىنى بىرلىكتە ئىشلەتكەندە، يۇقىرىقى تەسىرنى بېرىدۇ.

2. باكتېرىيە، ياللۇغلىنىشقا قارشى تۇرۇش تەسىرى بار. يەنى ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى، تاياقچە باكتېرىيەسىنى تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە.

3. قان ئايلىنىش سىستېمىسىغا نىسبەتەن تەسىرى بار. يەنى شىنجاڭ يۇمشاق ئەڭلىكئوتىنىڭ قايىنتىلمىسى ئۆي توشقىنىغا ئىشلىتىلسە، يۈرەكنى كۆرۈنەرلىك ھالدا قوزغىتىدۇ. بۇ تەسىرى قايىنتىلمىسى ئىچىدىكى كالتسىي بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

4. ئۆسمىگە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار. ئەڭلىكئوت يىلتىزى تۇنۇتلىق پەردە ئۈستىدىكى تېرە

راكى ياكى يامان سۈپەتلىك ئۆزۈمسىمان ھامىلىگە نىسبەتەن مەلۇم ئۈنۈمى بار. يەنە جىددىي خاراكتېرلىك لىمفا ھۈجەيرە مەنبەلىك ئاقكېسەللىگە نىسبەتەن يەڭگىل ھالدا تورمۇزلاش رولى بار.

5. باشقا تەسىرى: شىنجاڭ يۇمشاق ئەگلىكئوت قايىنتىلمىسىنىڭ قىزىتما قايتۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، قاننىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، تېرىنى قۇۋۋەتلەش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قىزىل، جىددىي ۋە سوزۇلما خاراكتېرلىك جىگەر ياللۇغى، تېرە راكى، ئىسسىقتىن بولغان ئەسۋە، ئىسسىقتىن بولغان سېرىقلىق چۇشۇش كېسىلى، قەۋزىيەت، كۆيۈك جاراھەتلىرى، بەلنىڭ تۆۋەن تەرىپىدىكى ئۇششۇك يارىلىرى، چاقا، دائىرىلىك تەمرەتكە، تېرىدىكى سۆسۈن داغ كېسىلى، قۇسۇش، سۈيدۈكتە قان كېلىش، ئىسسىقتىن بولغان تىلما قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەگلىكئوتتىن 30 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ، سۈيىدىن كۈندە ئۈچ ۋاق 10 ممىللىلىتىردىن ئىچىپ بەرسە، كىچىك باللاردىكى سۇلۇق ئەسۋىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئەگلىكئوت يىلتىزىدىن 60 گىرام ئېلىپ سۇدا قايىنتىپ، كۈندە ئىككى ۋاق 30 ممىللىلىتىردىن ئىچسە، تېرە راكىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئاق لەيلىگۈل، ھەمىشباھار ئۇرۇقىدىن بەش گىرامدىن، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە ئەگلىكئوتتىن 30 گىرامدىن ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، سەۋداۋى ياللۇغلارنى قايتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 9 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازان - ئۈچەيى ئاجىز كىشىلەر ۋە چوڭ تەرىتى سۇيۇق كېلىۋاتقان كىشىلەر ئىچىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەديان، تاباشىر.

[ئورۇنباسارى] نىلۇپەر، بىنەپشە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەگلىكئوت قايىنتىلمىسى.

ئاق لەيلى يىلتىزى

阿克来里依力提孜

（蜀葵根　shu kui gen）

[باشقا ئاتىلىشى] بىخ ختمى، ئەسلى ختى، رىيشە ختمى، ختمىكى جەر

[لاتىنچە نامى] Althaeae rosea

[ئىنگلىزچە نامى] HollyAock Root

[تونۇش]خەلقىمىز بۇ ئۆسۈملۈكنى «لەيقىقازاق» دەپ ئاتايدۇ. بۇ ھەمىشباھار ئۆسۈملۈكىنىڭ

ئاق لەيلى

بىر خىلى ھېسابلىنىدۇ. پوستى قىسمى ئاق رەڭلىك، ياغاچ قىسمى سۇس سېرىق رەڭلىك، تەمى تاتلىق، سەل پۇراق-لىق، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى تېبابەتتە «ئاق لەيلى يىلتىزى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (15.10 ـ رە-سىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چى-قىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا، يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يىلتىزى تەركىبىدە تەخمىنەن 35% يېپىشقاق ماددا، 37% كىراخمال بار. يەنە ئاز مىقداردا مېۋە يېلىم ماددىسى ۋە شېكەر تۈرلىرى بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاق لەيلىنىڭ قاينىتىلمىسى، قىيامى ۋە سۇفۇپى سىلىقلاشتۇرۇش ۋە ئاغرىق پەسەيتىش دورىسى قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ، شىللىق پەردى-لەرنى ئاسرايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ، ئېلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، يۇمشىتىش، سىلىقلاشتۇ-رۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، غەيرىي تەبىئىتى سەپرا خىلىتىنى پىشۇرۇش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، قىزىتمىنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆپكە ئىششىقى، كۆكرەك پەردە ئىششىقى، نەزلە، زۇكام، يۆتەل، بوغۇم ئاغرىقى، ئۈچەي ياللۇغى، ئىچ سۈرۈش، ئۈچەي توسۇلۇش، سۈيدۈك يولى ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتى-لىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاق لەيلى يىلتىزىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ئۈچەي توسۇلۇش، ئۈچەي يارىسى، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئىچ سۈرۈش، سۈيدۈك كۆيۈشۈپ كېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. 15 گىرام ئاق لەيلى يىلتىزىنى چالا سوقۇپ، قاينىتىپ، تۇخۇم يېغى ۋە گۈلسەۋسەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياغلىسا، بوغۇم ئاغرىقلىرى ۋە قاتتىق ئىششىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازاننى سوۋۇتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ئارپىبەدىيان، زىرە.

[ئورۇنباسارى] ھەمىشباھار.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوئوقى سەرپىستان، ئاق لەيلى يىلتىزى قاينىتىلمىسى.

بۇدۇشقاق

补都西哈克

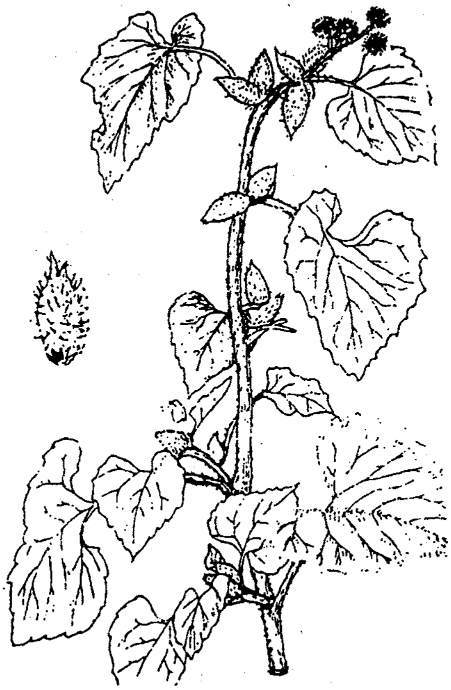
(苍耳 cang er)

[**باشقا ئاتىلىشى**] لەسىقى، ئازانوددوب، فارۋازگونە، چەرچىتە، چەرچىرا

[**لاتىنچە نامى**]Fructus Xanthium sibiricum

[**ئىنگلىزچە نامى**]Siberian Cocklebur Fruit

[**تونۇش**] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بۇدۇشقاقنىڭ يىلتىزى ۋە ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «بۇدۇشقاق يىلتىزى»، ئۇرۇقى «بۇدۇشقاق ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (16.10 ـ رەسىم)



بۇدۇشقاق ئۆسۈملۈكى

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] كۈز پەسلىدە ئۆسۈملۈكنى يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] يىلتىزى تەركىبىدە گىلوكوزىد بار. مېۋىسى تەركىبىدە دەرەخ يېلىمى، ئالكولوئىدلار، ۋىتامىن C قاتارلىقلار بار. قۇرۇق مېۋىسى تەركىبىدە 9% مايلىق ياغ، مېغىزى تەركىبىدە 6%~7% كىچە سۇ، 40% ياغ بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] بۇدۇشقاق ئۇرۇقى زەھەرلىك بولۇپ، تەتقىقاتلاردا ئىسپاتلىنىشىچە، بۇدۇشقاق يېغى ۋە بۇنىڭدىكى ئاقسىلنىڭ زەھەرلىك تەسىرى ئانچە كۈچلۈك ئەمەس، ئەمما يېغى ئايرىپ ئېلىنغان قىسمىنىڭ چىلانمىسىنىڭ زەھەرلىك تەسىرى كۈچلۈك، سۇدا ئايرىپ ئېلىنغان گىلۇكوزىدلار بۇدۇشقان ئۇرۇقىنىڭ ئاساسلىق زەھەرلىك تەركىبى بولۇشى مۇمكىن، سۇغا چىلاپ تويۇنغاندىن كېيىن، قېپقالغان قالدۇقىنىڭ زەھەرلىك تەسىرى ئاز ياكى يوق دېيەرلىك، يۇقىرى تېمپېراتۇرىدا بىر تەرەپ قىلغاندىن كېيىن، قورۇپ كۆيدۈرسە، زەھەرلىك تەسىرى تۆگەيدۇ. بۇدۇشقاق ئۇرۇقىنىڭ قايىنىتىلمىسى بەدەن سىرتىدىكى ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەلەرگە نىسبەتەن مەلۇم دەرىجىدە تورمۇزلاش رولى بار ھەمدە پىروپامىن ياكى ئىسپىرتلىق ئېرىتمىسى بەدەن سىرتىدىكى قىزىل رەڭلىك تۈك تەمرەتكىسى زەمبۇرۇغىغا نىسبەتەن تورمۇزلاش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئېلىغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] چايان ۋە باشقىلارنىڭ زەھەرلىك تەسىرىنى قايتۇرىدۇ. بوۋاسىر قېنىنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۆتەل، مەقئەت ئىششىقى، يەللىك قۇلۇنجى، باھ ئاجىزلىقى، سوزۇلما خاراكتېرلىك بۆرەك ياللۇغى، بۆرەك بوشلۇقى ياللۇغى، ھەر خىل چىش ئاغرىقلىرى، ئوتتۇرا قۇلاق ياللۇغى، رېماتىزملىق بوغۇم ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بۇدۇشقاقنى قاينىتىپ ھەسەل بىلەن ئىچسە، سوغۇقتىن بولغان كونا يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ، كۆكرەكنىڭ يىرىكلىكىنى يوقىتىدۇ.

2. بۇدۇشقاقنى ئېزىپ، گۈل يېغى بىلەن چاپسا، مەقئەت ئىششىقى ئۈچۈن پايدا قىلىدۇ.

3. بۇدۇشقاقنى قاينىتىپ يۈزنى يۇسا، يۈزنى قىزارتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] بۇدۇشقاقنىڭ ئازراق زەھەرلىك تەسىرى بولغاچقا، ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆكرەككە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ. ئىشتىھانى تۈۋەنلىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام مېغىزى، قاپاق يېغى، قارىمۇچ، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئاقتىكەن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى ئۆشبە، قۇرسى شاھتەررە.

كاكىنەچ

卡克乃吉

(锦灯笼 jin deng long 酸将 suan jiang)

[باشقا ئاتىلىشى] كاكىنەچ، ئەرۇسە، پىپوتە، راجى پوتەك

[لاتىنچە نامى] Fructos Physalis alkekengi

[ئىنگلىزچە نامى] Calyx fruit of Franchet Groundcherry

[تونۇش] بۇ، پىدىگەن ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 100~35 سانتىمېتىرغىچە ئۆسىدىغان كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كاكىنەچنىڭ (شوخلەكنىڭ قۇرۇتۇلغان مېۋىسى بولۇپ، پانۇسسىمان، ئوتتۇرىسى كاۋاك، بىر تال قىزىل رەڭلىك مېۋىسى بار، تەمى ئاچچىق، پۇراقلىق بولۇپ، «كاكىنەچ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (17.10 ـ رەسىم)

كاكىنەچ

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ، ياۋا ھالدا باغلاردىمۇ ئۆسۈپ قالىدۇ. يەنە چاۋشيەن، ياپونىيە، ياۋروپا قاتارلىق جايلاردىمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە مېۋىسى قىزارغاندا ئۈزۈپ ئېلىپ،

قۇرۇتۇپ، ھاۋا ئۆتۈشىدىغان جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] گۈل كاسىسىنىڭ تەركىبىدە فىزالىيېن (Phuysalien)، ئۇرۇقىدا مايلىق ياغ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى: ھۆل كاكىنەچىنىڭ سۈيى ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى، يېشىل رەڭلىك يىرىڭلىق تاياقچە باكتېرىيەلىرىنى تورمۇزلايدۇ؛ ياپونىيە كاكىنىچى قىزىتما قايتۇرۇش، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە. كىلىنىكىدا ئۆتكۈر يىرىڭلىق بادامبەز ياللۇغى ۋە ئۆتكۈر كانايچە ياللۇغىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىدىن ئاجرىتىپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] باغ كاكىنىچى ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق؛ تاغ كاكىنىچى ئۈچىنچى دەرىجىدە سوغۇق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قىزىتما چۈشۈرۈش، قان تازىلاش، سۈيدۈك ھەيدەش، چىرىشكە قارشى تۇرۇش، دوۋسۇن ۋە جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش، مەزى بېزى ياللۇغى، گال ئاغرىقى، ئۆتكۈر قىزىتما، قان تولغاق، قان بۇزۇلۇشتىن بولغان تېرە كېسەللىكلىرى، بۆرەك يىرىڭلىق يارىسى، دوۋساق يارىسى، بۆرەك تېشى، يىرىك سىيىش، بادامبەز ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كاكىنەچىنى ئەمەن بىلەن قوشۇپ قاينىتىپ ئىچسە، ئۈچەيدىكى مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ.

2. ئايال كىشى ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن كاكىنەچ مېۋىسىدىن يەتتە دانە يېسە، ھامىلدار بولۇشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

3. كاكىنەچىنى سىقىپ سۈيىنى ئىچسە، ئىششىقلارغا ۋە بوۋاسىر ئىششىقلىرىغا پايدا قىلىدۇ.

4. كاكىنەچ يىلتىزىنى سۇغا چىلاپ، جاراھەت ۋە ئاقما يارىلارغا سۈركىسە پايدا قىلىدۇ، قۇلاقنىڭ كونا چاقىلىرىنى يوق قىلىدۇ.

5. كاكىنەچىنى قاينىتىپ سۈيىدە غار ـ غار قىلسا، بادامبەز ياللۇغىغا پايدا قىلىدۇ.

6. كاكىنەچ، بەدىيان، قىزىلگۈل قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇپ ياللۇغ قايتۇرىدۇ.

7. كاكىنەچ، شاھتەررە، يەرلىك شوخلىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سىرتتىن يۇسا، قىچىشقاققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئەزالارنى بوشاشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] گۈلقەنت، ئاقىرقەرھا.

[ئورۇنباسارى] ئىتئۈزۈمى، چۆپچىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قۇرسى كاكىنەچ، شەربىتى كاكىنەچ، ئەرقى كاكىنەچ.

ئاق لەيلىگۈل

阿克来里古丽

(药蜀葵花 yao shu kui hua)

www.uyghurkitap.com

[باشقا ئاتىلىشى]گۈل خىتمى

[لاتىنچە نامى]Flos Althaea officinalis

[ئىنگلىزچە نامى]Holly hock Flower

[تونۇش] بۇ، تۇگمىگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئاق لەيلىگۈل بولۇپ، خەلقىمىز بۇ ئۆسۈملۈكنى «گۈلخەيرى»، «لەيلىقازاق» دەپ ئاتايدۇ، بۇ، ھەمىشباھار ئۆسۈملۈكنىڭ بىر خىلى ھېسابلىنىدۇ. گۈلى ئاق، قىزىل، رەڭگارەڭ بولىدۇ، گۈلى ئاق بولغىنى ھەممىدىن ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ، ئاق لەيلىگۈلنىڭ تەمى قىېرىق، خۇش پۇراق كېلىدۇ. (18.10 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىدە گۈلى ئېچىلغاندا يىغىۋېلىنىپ، سالقىن جايدا قۇرۇتۇپ، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە خىمىيەلىك تەركىبلەر مول.

ئاق لەيلىگۈل

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] يالluغ قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، كۆكۈلگە خۇشلۇق يەتكۈزۈش، كانايىنى سىلىقلاشتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، يۆتەل پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] نەزلە، زۇكام، يۆتەل، بالىلاردىكى بەزگەك كېسىلى، بالىياتقۇ ئىششىقى، ئاياللاردىكى ئاق خۇن كېسىلى، كۆز قىزىرىپ ئاغرىش، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، بالىياتقۇ ئىششىقى، ئۈچەي ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. نىلۇپەر ۋە ئاق لەيلىگۈلدىن 10 گىرامدىن، چۈچۈكبۇيا يىلتىزىدىن 20 گىرام، سەرپىستاندىن 15 گىرام، گاۋزىباندىن 10 گىرام، ئەرەب يىلىمىدىن 10 گىرام، بېھى ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرام، قەنتتىن

250 گىرام ئېلىپ، دورىلاردىن قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ئۆپكە ياللۇغى، كۆكرەك پەردە ياللۇغى ۋە قۇرۇق يۆتەلگە شىپا بولىدۇ.

2. ئاق لەيلىگۈل، بابۇنە، ئىكىلىمىلىك، يەرلىك شوخلا قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئەرقى شوخلا بىلەن زىمات تەييارلاپ، تۆۋەنكى قورساق ساھەسىگە چاپسا، باللىياتقۇ ئىششىقىغا ۋە ئاق خۇن كۆپ كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] ھەسەل، ئارپىبەدىيان.

[**ئورۇنباسارى**] ھەمىشباھار گۈلى، بىنەپشە گۈلى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ئاق لەيلىگۈل زىماتى.

ھەمىشباھار ئۇرۇقى

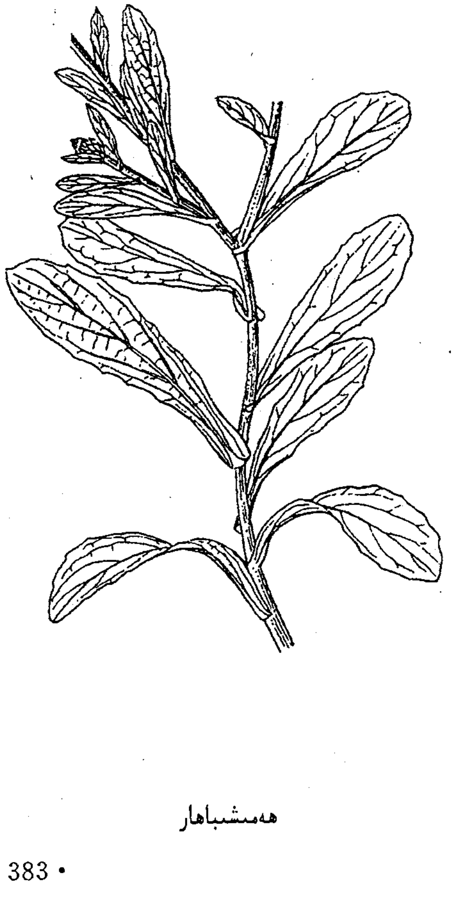
艾密射巴合尔欧如合

(金盏花 jin zhan hua)

[**باشقا ئاتىلىشى**] بەزرۇل ھەيىۇل ئالىم، تۇخۇمى خۇببازى

[**لاتىنچە نامى**] Malva verticillata

[**ئىنگلىز نامى**] Hollyhack Flower



ھەمىشباھار

[**تونۇش**] بۇ، لەيلىگۈل ئائىلىسىدىكى سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ھەمىشباھارنىڭ ئۇرۇقى بولۇپ، بۇ ئىككى خىل بولىدۇ، بىر خىلى چوڭ بولۇپ، 90 سانتىمېتىر ئېگىزلىكتە ئۆسىدۇ. يوپۇرمىقى رەيھاننىڭ يوپۇرمىقىغا ئوخشاش تىل شەكلىدە بولىدۇ، گۈلى كىچىك، ئۇرۇقى ئاق لەيلى ئۇرۇقىغا ئوخشايدۇ، يەنە بىر خىلى كىچىك بولۇپ، 30 سانتىمېتىر ئېگىزلىكتە ئۆسىدۇ، يوپۇرمىقى ناھايىتى كىچىك، ھەر ئىككىلا ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقى يېشىل، ئۇششاق قىزىلىق ۋە قارا، تەمى ئاچچىقراق، شاخلىرى ۋە يوپۇرماقلىرىدا چاپلىشاڭغۇ سۇيۇقلۇقلار بولىدۇ، بۇ ئۆسۈملۈك داۋاملىق كۆكىرىپ تۇرغانلىقى ئۈچۈن «ھەمىشباھار» دەپ ئاتالغان. ئۇرۇقىنىڭ شەكلى بۆرەكسىمان بولۇپ، غىلاپلىق، رەڭگى ئاقۇچ، تەمى قېرىق، پۇرىقى سۇس كېلىد-

دۇ. (10. 19 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەنزىرىلىك ئۆسۈملۈك سۈپىتىدە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. ئاپتونوم رايونىمىز شىنجاڭـ نىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، يۇمشىتىش، قىزىتما پەسەيتىش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، جىگەر ۋە تالنىڭ توسالغۇسىنى ئېچىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىچ سۈرۈشنى ۋە قاننى توختىتىش، ئۆپكىنى تازىلاش، ئۈچەينى تازىلاش، ئۈچەي قۇرتلىرىنى ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] دەم سىقىلىش، باش، كۆز، قۇلاق ئاغرىقلىرى، يۆتەل، ئىچ سۈرۈش، ئۈچەي قۇرتى، قان تۈكۈرۈش، جىگەر ۋە تال توسۇلۇش، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلار ۋە ھەر خىل جاراھەتلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 10 گىرام ھەمىشىباھار ئۇرۇقىنى قايىنىتىپ سۈيىنى ئىچسە، ھەر خىل ئاغرىقلارنى توختىتىدۇ.

2. 10 گىرام ھەمىشىباھار يوپۇرمىقىنى سىقىپ ئۇسارىسىنى ئېلىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن قوشۇپ، قايىنىتىپ تەييارلانغان ياغنى قۇلاققا تېمىتسا، ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ، ئىچسە يۆتەلگە پايدا قىلىدۇ.

3. ھەمىشىباھار ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، فۇپەل قاتارلىقلارنىڭ قايىنىتىلغان سۈيىدىن 30 مىللىلىتىر ئىچىپ بەرسە، ئىچ سۈرۈش ۋە ئېغىزدىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ.

4. ھەمىشىباھارنىڭ ھۆل يوپۇرمىقىنى سوقۇپ خېمىر قىلىپ چاپسا، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلار، تېرىدىكى مۇدۇر، ھۆل جاراھەتلەر ۋە بېغىش ئاغرىقلىرىغا پايدا قىلىدۇ.

5. ھەمىشىباھار گۈلىدىن 10 گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، لاچىنداندىن يەتتە گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، قۇرۇق يۆتەلگە شىپا بولىدۇ.

6. ھەمىشىباھار ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، يەرلىك شوخلىدىن ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ ۋاننا قىلسا، بالىياتقۇ ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ～ 7 گىرامغىچە، قۇرۇق يوپۇرمىقىدىن 4～12 گىرامغىچە، سىقىلغان سۈيە- دىن 15～30 مىللىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازان ھۆللۈكىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، قاقىلە، تۇرۇپ.

[ئورۇنباسارى] ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوئوقى سەرپىستان، مەتبۇخى نەزلە.

www.uyghurkitap.com

ئىسپىغۇل

衣斯皮胡力

(腺毛车前子 xian mao che qian zi)

[**باشقا ئاتىلىشى**] بەزرۇل قوتونا، ئىسپىغۇل

[**لاتىنچە نامى**] Semen plantago asiatica

[**ئىنگلىزچە نامى**] Asia plantain seed

ئىسپىغۇل ئۆسۈملۈكى

[**تونۇش**] بۇ، پاقىيوپۇرمىقى ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تۇخۇمىسىمان يوپۇرماقلىق پاقىيوپۇرمىقى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى «ئىسپىغۇل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇرۇقى چاسا شەكىللىك ئۇششاق، رەڭگى سېرىققا مايىل ئاق، قارىسىمۇ بولىدۇ. تەمى سىز، شىرىلىك كېلىدۇ، سۇغا سالسا لوئابى چىقىدۇ.

[**چىقىش ئورنى**] كەشمىر، ئىران، ئافغانىستاندىن چىقىدۇ.

[**يىغىش ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] لوئابىنى ئېلىپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبىئىي سەپرا، قان خىلىتىدىن بولغان ياللۇغلارنى قايتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، يۆتەل پەسەيتىش، بەلغەم بوشىتىش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرۇش، ئىچىنى توختىتىش، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىش، ئىششىقلارنى ياندۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، قاننىڭ ھارارىتىنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] تولغاق، ئىچ سۈرۈش، يۆتەل، زۇكام، گال قۇرۇش، ئاشقازان ۋە ئون ئىككى بارماق ئۈچەي يارىسى، تىل ئېچىشىش، تىل يېرىلىش، بۆرەك ۋە سۈيدۈك يولى ياللۇغى، سۆزنەك، قان سىيىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. ئىسپىغۇل، بېھى ئۇرۇقىدىن 10 گرامدىن، تاباشىردىن يەتتە گرام ئېلىپ لوئابىنى چىقىرىپ، يەتتە گرام تاباشىرغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، قان ۋە سەپراۋى ئىسھاللارغا شىپا بولىدۇ.

2. ئىسپىغۇل، بېھى ئۇرۇقى، گاۋزىبان قاتارلىقلاردىن بەش گرامدىن ئېلىپ قايناق سۇدا دەملەپ، شىرنىسىنى چىقىرىپ تىلغا چاپسا، تىل يېرىلىش ۋە تىل ئېچىشىشنى پەسەيتىدۇ.

3. بېھى ئۇرۇقى، ئىسپىغۇللارنى سوقۇپ، گۈل يېغى ۋە سىركە بىلەن قوشۇپ بوغۇملارغا چاپسا، ئىسسىقتىن بولغان ئاغرىققا شىپا بولىدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

www.uyghurkitap.com

4. ئىسپىغۇل بىلەن بېھى ئۇرۇقىنىڭ لوئابىنى چىقىرىپ، بەدىيان، بالەنگونى سوقۇپ، بىرلەشتۈ-رۈپ ئىچىپ بەرسە، قان تولغاقتا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] جىنسىي ئىقتىدارىنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ، نېرۋىلارنى ئاجىزلاشتۇرىدۇ، ئىشتىھانى تۈتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ئاقىرقەرھا.

[ئورۇنباسارى] بېھى ئۇرۇقى، سېمىزئوت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى تىن، قۇرسى تاباشىر كافۇرى، ئىسپىغۇل لوئابى، زىماتى ئىسپىغۇل.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ئىسپىغۇلنى سوقۇپ ئىچكى تەرەپتىن بېرىلسە، ئۇنىڭ شىرىنىسى بولغانلىقتىن ئۈچەيگە چاپلىشىپ قېلىپ، ئۈچەيدە جاراھەت پەيدا قىلىدۇ ۋە ھاياتقا خەۋپ يېتىدۇ. شۇڭلاشقا بۇنى سوقۇپ ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. ئەگەر بىلمەستىن 30 گىرام ئىسپىغۇلنى سوقۇپ بېرىپ قالسا، بەدەن ھارارىتىنى تۆۋەنلىتىپ، سېزىمنى يوق قىلىدۇ، ئاجىزلىتىدۇ، ئەس - ھوشنى يوقىتىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقىدەك ئەھۋال يۈز بەرسە، دەرھال ھەسەلنى سۇ بىلەن قايىنىتىپ، تۇز ۋە توغرىغۇ قوشۇپ ئىچكۈزۈپ قۇستۇرۇش لازىم، ياغلىق شورپا، ئىللىتىلغان تۇخۇم، قارىمۇچ، يالپۇز، مۇسەللەسنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش كېرەك.

قار لەيلىسى

卡尔来力斯

(雪莲花 xue lian hua)

قارلەيلىسى

[باشقا ئاتىلىشى] تاغ لەيلىسى

[لاتىنچە نامى] Herba Saussuresa involucrata

[ئىنگلىزچە نامى] Snow Lotus

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك قارا لەيلىسىنىڭ پۈتۈن چۆپىدىن ئىبارەت. (21.10 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى ھەم رۇسىيە، موڭغۇلىيە قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىدە گۈلى ئېچىلغاندا ياكى ئېچىلىشتىن بۇرۇن يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىدە ھەر خىل ئېلېمېنتلار مەۋجۇت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. بۇ ئالكولوئىد قان تومۇرلىرىنىڭ ئۆتكۈزۈشچانلىقىنى تۆۋەنلىتىدۇ.

2. ناركوزلانغان توشقاننىڭ قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ.

3. پاقا يۈرىكىنى تورمۇزلايدۇ.

4. ئورگانىزمدىن ئايرىلغان توشقاننىڭ ئۈچەي سىلىق مۇسكۇلىنى تورمۇزلايدۇ ھەم ئىسپازمىنى بوشاشتۇرىدۇ.

5. ئەركىن رادىكاللارغا ھەم ھارغىنلىققا قارشى تەسىرگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، تەرلىتىش، بۆرەكنى قۇۋۋەتلەش، قاننى جانلاندۇرۇش، پەي، نېرۋىلارنى قۇۋۋەتلەش، بالىياتقۇ، تۇخۇمدانىنى كۈچەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] رېماتىزم، بوغۇم ئاغرىقى، بۆرەك سوۋۇپ كېتىش، ھەيز توختاپ قېلىش، بالا ھەمراھىنىڭ قىيىندا چۈشۈشى، قىزىل، يۆتەل، ئەرلىك جىنسىي ئاجىزلىق، ئاق خۇن كۆپ كېلىش، چىش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قار لەيلىسىدىن بەش گىرام، زاراڭزا چېچىكى، ئاغىچا قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، ھەيز تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قار لەيلىسى ۋە سۆرۈنجاندىن 10 گىرامدىن، سانادىن 15 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، بوغۇم ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ～ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ، مىقدارى ئېشىپ كەتسە تەرلىتىدۇ، ھەتتا زەھەرلىنىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئانارگۇل.

[ئورۇنباسارى] زاراڭزا چېچىكى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قار لەيلىسى دەملىمىسى.

مامىرانچىن

马米然其尼

(黄连　huang lian)

[باشقا نامى] مامىران سىينى، مامىران چىينى

[لاتىنچە نامى] Rhizoma copti shinensis

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Coldthread

[تونۇش] بۇ، ئېيىقتاپانلىقلار ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك مامىرانچىن

(Coptis chinensis Franch) بولۇپ، ئۆسۈملۈكنىڭ قۇرۇتۇلغان يىلتىزسىمان غولى، «مامىرانچىن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (22.10 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىزاڭ، خۇبېي، خۇنەن، شەنشى، سىچۈەن ھەم ھىندىستان ۋە ياپونىيە قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] ئەتىياز ۋە ياز پەسلىدە گۈلى ئېچىلىدۇ، گۈلى ئېچىلغاندا يىغىۋېلىپ، گۈل بەرگىنى ئايرىپ، سايىغا يېيىپ قۇرۇتۇپ، قۇرۇق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] بىر ـ بىردىن ئىشقارى، جاتىرورلىز (jatror rllizine) ، كوپتىزدىن ئىشقارى، پالماتىن (palmatine) ، ماگنوفلورىن (magnoflorine) قاتارلىق تەركىبلەر بار.

مامىرانچىن ئۆسۈملۈكى

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. مىكرو ئورگانىزمغا بولغان تەسىرى: بىر ـ بىرىن ئىشقارىنىڭ باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى بار.

2. قان ئايلىنىش سىستېمىسىغا بولغان تەسىرى: قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ، قان تومۇر سىلىق مۇسكۇلىنى بوشاشتۇرىدۇ، ئۆت سۇيۇقلۇقىنىڭ ھاسىل بولۇشىنى تېزلىتىدۇ، قاندىكى قەنت مىقدارىنى تۆۋەنلىتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ، توغراپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش، يەل ھەيدەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، قان تازىلاش، جاراسىم ئۆلتۈرۈش، تېرىگە جۇلا بېرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كۆز تورلىشىش، كۆزدىكى ئاق داغ، بەرەس، بەھەق، قىچىشقاق، قوتۇر، داغ، چىش ئاغرىقى، سېرىقلىق چۈشۈش (يەرقان) ، تولغاق، بوۋاسىر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مامىرانچىن يىلتىزىنى شارابقا قوشۇپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، يەرقان كېسىلىگە پايدا قىلىدۇ، ئېزىپ بوۋاسىر تۈگۈنچىلىرىگە چاپسا، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

2. مامىرانچىننى قايناتىپ، سۈيىنى يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە، بەھەق، بەرەس ۋە تېرىدىكى داغلارنى يوقىتىدۇ.

3. مامىرانچىننى ھەسەل ۋە سىركە بىلەن ئېزىپ، تىرناقتىكى ئاق داغ، بەرەس، بەھەق ۋە قىچىشقاقلارغا ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. زىرە، لاچىندانە، مامىرانچىن قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، چايلىق قىلىپ ئىچسە يەل ھەيدەيدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىقلاردا باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ. بۆرەك كېسەللىكلىرى ئۈچۈن زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، قىزىلگۈل.

[ئورۇنباسارى] زەرچۆۋە، مورمەككى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى زەھەب، مەجۇنى چۆپچىنى، شەربىتى مۇسەپپىخۇن.

چىغىرتماق يىلتىزى

切合日提马克依力提孜

（马蔺根 ma lin gen）

[باشقا ئاتىلىشى] پىيارانگا مامران، مەمىرا

[لاتىنچە نامى] Radix Irsi Chinensis

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Iris Root

[تونۇش] بۇ، چىغىرتماق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك شورلۇق چىغىرتماق ئۆسۈملۈكىنىڭ يىلتىزى بولۇپ، يىلتىزىنىڭ سىرتقى يۈزى سارغۇچ ئاق رەڭلىك، ئىچكى قىسمى قوڭۇر رەڭلىك، سەل قاتتىق، شىرشىم كېلىدۇ، يىلتىزسىمان غولى، تەمى ئاچچىق، ئازراق پۇراقلىق بولىدۇ. (10. 23 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭدىن كۆپرەك چىقىدۇ ھەم رۇسىيە، ئوتتۇرا ئاسىيا، يۇنانىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 5 ~ 6 يىللىق بولغان چىغىرتماقنىڭ يىلتىزىنى 10 -، 11 - ئايلاردا يىغىۋېلىپ ساقلايدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يىلتىزسىمان غولىنىڭ تەركىبىدە فىلاۋونلار، ئۈچۈچان ماي، كىراخمال قاتارلىقلار بار.

چىغىرتماق

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] مىكرو ئورگانىزم ۋە پارازىت قۇرتلارغا قارشى تەسىرگە ئىگە؛ قان پىلاستىنكىلىرىنىڭ توپلىشىشىغا قارشى تۇرۇپ، تىقىلمىلارنى ئېرىتىش رولىغا ئىگە؛ قان شېكىرىنى تۆۋەنلىتىش، ئۆسمىگە قارشى تۇرۇش تەسىرىگىمۇ ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ، قۇرۇتۇپ، توغراپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، بەدەننى قىزىتىش، تېرىنى پارقىرىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، پەي - نېرىپلارنى قۇۋۋەتلەش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كۆكرەك پەردە ياللۇغى، تىترىمە كېسەل، پالەچ، لەقۋا، بوغۇم ئاغرىقى، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى، تال ئىششىقى، بويۇن بەز سىلى، شەقىقە، زۇكام، يۈزدىكى داغلارنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بەش گىرام چىغىرتماق يىلتىزىنى ئېزىپ، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چاپسا ياكى سوقۇپ تاماكا ئورنىدا چەكسە، كونا باش ئاغرىقىنى يوقىتىدۇ.

2. چىغىرتماق يىلتىزى بىلەن يوپۇرمىقىنى قاينىتىپ ئىچسە، كۆز قاراڭغۇلىشىش، يۈرەك قوزغىلىش، پالەچ، لەقۋالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. بەش گىرام چىغىرتماق يىلتىزىنى ئېزىپ، سىركە بىلەن قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلسا، تال ئىششىقى ۋە قورساقتا سۇ چۈشۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. چىغىرتماقنىڭ گۈلى ۋە يىلتىزىدىن ياغ تەييارلاپ يەرلىك ئورۇننى ياغلىسا، پەيلەرنى يۇمشىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ، بۆرەككە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] مازارىيون.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زۇكام جەۋھىرى، شەربىتى زۇپا، زەرۇرى مامىرانچىنى، ھەببى مامىرانچىنى.

تومۇر دورىسى

都热斯铁木尔

(大菝根 da qia gen)

[باشقا ئاتىلىشى] ئۆشبە مەغرىبى، سەرسىبىل

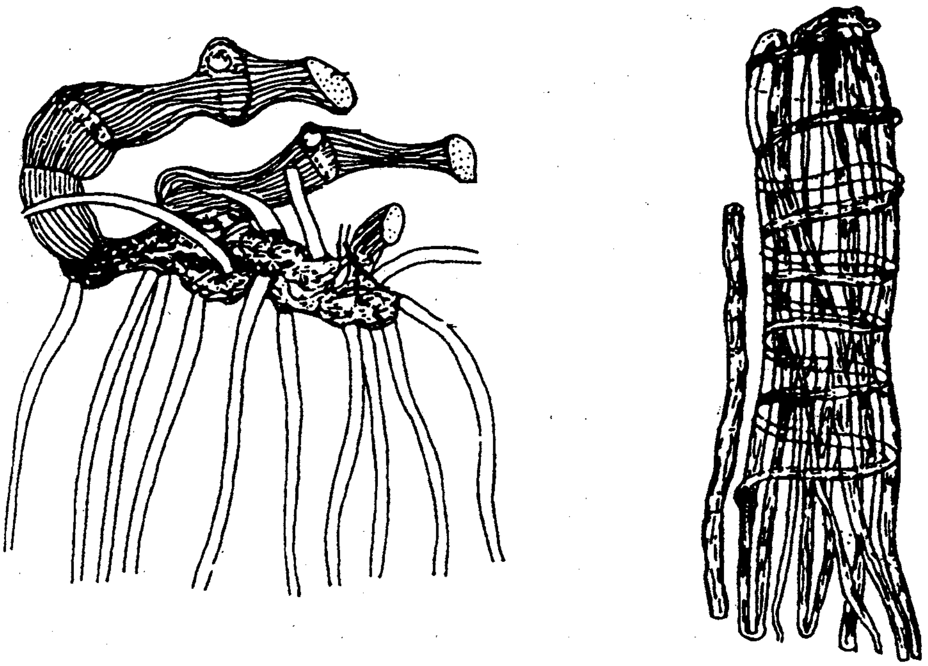
[لاتىنچە نامى] Radix smilax china

[ئىنگلىزچە نامى] chinaroot smilax

[تونۇش] بۇ، گۈلسىماق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق يامىشىپ ئۆسىدىغان چاتقال چۆپچىنىنىڭ قۇرۇتۇلغان يىلتىزى بولۇپ، «ئۆشبە» ياكى «تومۇر دورىسى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇزۇن تومۇرسىمان ھالەتتە، ئىچى كاۋاك، رەڭگى قىزىل، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] جەنۇبىي ئامېرىكا، ئوتتۇرا ئامېرىكا قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۈرۈقى پىشقاندا، يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.



تومۇر دورىسى

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ئۈسۈملۈك يىلتىزى تەركىبىدە ئۆشبە گىلۈكوزىسى (Saras Soponin) بولۇپ، كىرىستال جىسىم بار. بۇ سۇدا ئىسسىق ئىسپىرتتا ئاسان ئېرىيدۇ، يەنە پارىللا (parilila)، پارىگىللا (parigila)، چۆپچىن گىلۈكوزىدى (Smilax saponin) قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] ئۆشبۇ گىلۈكوزا ئۆسۈملۈكلەرنىڭ باكتېرىيەگە قارشى بىردىنبىر ماددىسى بولۇپ، زەمبۇرۇغنىڭ ئاكتىپچانلىقىنى تورمۇزلايدۇ. باشاق مۆگۈزى زەمبۇرۇغى، هال رەڭلىك تىرىخو تېنىن، شال ۋابا زەمبۇرۇغى، رەڭگى ئۆزگىرىشچان كۆپ كاۋاكلىق زەمبۇرۇغ قاتارلىقلارنى تورمۇزلايدۇ ھەمدە مەلۇم دەرىجىدە باكتېرىيەگە قارشى تەسىرمۇ بار، ئۆشبۇ گىلۈكوزىنىڭ قان ھۈجەيرىسىنى ئېرىتىش رولى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاپ، قۇرۇتۇپ، توغراپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىنىڭ ئاخىرىدا قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قان تازىلاش، بۇزۇق ماددىلارنى تارقىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، يۇمشىتىش، تەرلىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قان بۇزۇلۇشتىن بولغان ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرى، ناسۇر، سىفىلىس، جوزام، قىچىشقاق، بوغۇم ئاغرىقى، بالىياتقۇ، تۇخۇمدان ئىششىقى، بۆرەك، سۈيدۈك يولى ياللۇغى، ئومۇمىي بەدەن سۇلۇق ئىششىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. خېنىدىن 15 گىرام، چىلان، شاھتەررە، چۆپچىن، تومۇر دورىسى، ئامىلە قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قايناتما تەييارلاپ ئىچسە، قان بۇزۇلۇشتىن بولغان ھەر خىل تېرە

كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. تومۇر دورىسىدىن 15 گىرام، سانا، سۆرۈنجان، بەدىيان قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ، كۈندە ئىككى ۋاق، بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلىسا، سەۋدادىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىغا پايدىلىق.

3. تومۇر دورىسى مەتبۇخى ئەپتىمۇن تەركىبىگە قوشۇپ بېرىلسە، بالىياتقۇ جاراھىتى ئىششىقى، راكقا پايدىلىق.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ. تەپ پەيدا قىلىدۇ. ئىسسىق مىزاجلىقلارغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] تاتلىق بادام يېغى، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] چۆپچىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئۆشبە شەربىتى، مەجۇنى ئۆشبە.

ئۈجمە يوپۇرمىقى

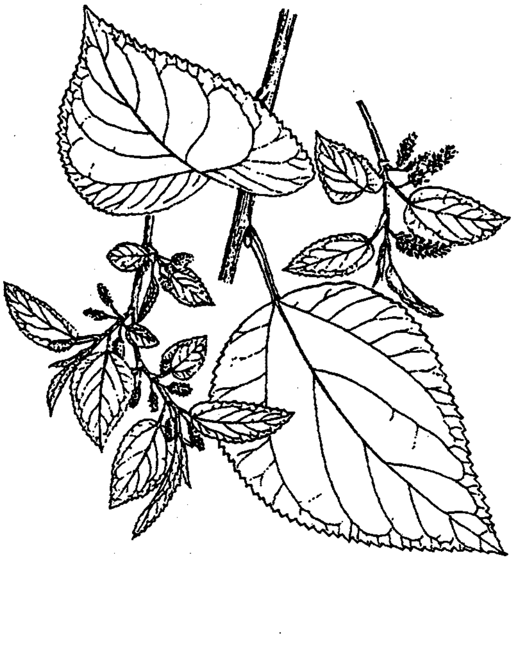
吾吉买优盖日密克

(桑叶 sang ye)

[باشقا ئاتىلىشى] ئاق ئۈجمە يوپۇرمىقى، ۋەرەقى تۇت

[لاتىنچە نامى] Folium Morus alba

[ئىنگلىزچە نامى] Mulberry Leaf



ئۈجمە يوپۇرمىقى

[تونۇش] بۇ، ئۈجمە ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئاق ئۈجمىنىڭ يوپۇرمىقىدىن ئىبارەت، يوپۇرماقلىرى تۇخۇمسىمان شەكىلدە بولۇپ، ئۇچى تەرىپى ئۇچلۇق ياكى كەڭ، تۈۋى يۈرەك شەكىللىك بولىدۇ، رەڭگى سارغۇچ يېشىل رەڭدە كېلىدۇ. (10. 24 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] جەنۇبىي شىنجاڭ رايونلىرىدا ئۆستۈرۈلىدۇ، مەملىكىتىمىزنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كۈزدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى رۇتىن بولۇپ، پەسىلنىڭ ئۆزگىرىشىگە ئەگىشىپ مىقدارىمۇ ئۆزگىرىپ بارىدۇ. مەسىلەن: 8 ـ ئايدا 1. 88%، 10 ـ ئايدا 3%، 12 ـ ئايدا 1. 38%، ئۇنىڭدا باشقا موراكتىن(Moracetin)،

β - ستوستىرول، لۇپېئول (Lupeol)، فمولىزىن (Hemolsin)، مۇرسىن A، B قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قاندىكى قەنت مىقدارىنى تۆۋەنلىتىش، مايىنى تۆۋەنلىتىش، باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قېرىشنى كېچىكتۈرۈش، راكقا قارشى تۇرۇش، چارچاشنى تۈگىتىش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، سۈيدۈك ھەيدەش قاتارلىق تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، ھارارەت پەسەيتىش، سۇلۇق ئىششىقلارنى تارقىتىش، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان زۇكام، يۆتەل، سوزۇلما كاناي ياللۇغى، باش ئاغرىقى، يۆتەل، گال ئاغرىقى، كۆز ئاغرىقى، كۆز قىزىرىپ ئاغرىش، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىقى، جىگەر ۋە بۆرەك ئاجىزلىقى، رېماتىزملىق بوغۇم ئاغرىقى، نېرۋا ئاجىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۈجمە يوپۇرمىقىدىن 35 گىرام، سوغىگۈلدىن تۆت گىرام، ئاق تۇرۇپتىن 70 گىرام، نەشپۈتتىن بىر دانە، ئاقشېكەردىن 35 گىرام ئېلىپ قوشۇپ سۇدا قاينىتىپ، ئۈچكە بۆلۈپ ئىچسە، بالىلاردىكى يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. يېڭى ئۈجمە يوپۇرمىقىدىن 500 گىرام ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ، ئۇنىڭ ھورىدا ئاغرىق كۆزنى يۇيۇپ بەرسە، كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىنىڭ ئۆتكۈر ياللۇغىغا شىپا بولىدۇ.

3. ئۈجمە يىلتىزىنىڭ ئاق پوستىدىن 20 گىرام، زىسۇ ئۇرۇقىدىن 12 گىرام، خام چۈچۈكبۇيىدىن سەككىز گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، سوزۇلما كاناي ياللۇغى، يۆتەل ۋە دەم سىقىلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ئۈجمە يىلتىزىنىڭ پوستىدىن 20 گىرام، خام زەنجىۋىل پوستى، تاۋۇز شاپىقى، تەرخەمەك شۆپۈكى، كۆك كاۋا شۆپۈكىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، قورساققا سۇ يىغىلىش ۋە قورساق ئىششىقىغا شىپا بولىدۇ.

5. ئۈجمە شېخىدىن 500 گىرام، يۇلغۇن مېۋىسىدىن 35 گىرام ئېلىپ، قاينىتىپ سوۋۇغاندىن كېيىن شامىسىنى ئېلىۋېتىپ، 35 گىرام ھەسەل قوشۇپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، مەلھەم ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، ھەر قېتىمدا 16 گىرام، كۈندە ئىككى قېتىم ئىچىپ بەرسە، رېماتىزملىق بوغۇم ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ.

6. ۋاسالغۇ، ئۈجمە يوپۇرمىقى، خام ئەگرىسۇنايىنىڭ ھەربىرىدىن 20 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، نېرۋا ئاجىزلىقى، ئۇيقۇسىزلىق ۋە قان ئازلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] پەي - مۇسكۇللاردا بوشاش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەدىيان.

[ئورۇنباسارى] بىنەپشە، نېلۇپەر.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زۇكام كاشكىپى.

www.uyghurkitap.com

كۆتىكى

苦提克

(胡黄连 hu huang lian)

[باشقا ئاتىلىشى] بۆرىبوغار

[لاتىنچە نامى] Rhizoma Picrorhiza Scrophulariiflora

[ئىنگلىزچە نامى] Figwortflower Picror hiza Rhizome

[تونۇش] بۇ، چۇقا ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 5 ~ 15 سانتىمېتىرغىچە ئۆسىدىغان كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كۆتىكىنىڭ (يەنە بىر خىل نامى «بۆرىبوغار») يىلتىزسىمان غولى بولۇپ، «كۆتىكى» ياكى «بۆرىبوغار» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. يىلتىزسىمان غولى كونۇس شەكىللىك، تەكشى ياكى سەل مايماق، سىرتقى يۈزى سارغۇچ كۈل رەڭلىك ۋە سارغۇچ قوڭۇر رەڭلىك، پارقىراق كېلىدۇ. (10.25 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ شىزاڭ ۋە ھىندىستان، نېپال، سىنگاپور قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كۆتىكى تەركىبىدە تەخمىنەن 3%~4% كىچە كوتىكىن (Kutkin)، دى ماننىتول (D—Mannitol)، 0.1% ۋانىلىك ئاتسىد (Vanillic acid)، ئاز مىقداردا كۆتىكئول (Kutkiol)، كۆتكىسىتېرول (Kutkisterol) ۋە ئاپوتسىنىن (Apocynin) قاتارلىقلار بار، كۆتىكىن بولسا بىر خىل تۇراقلىق كىسلاتالىق ماددا دەپ قارالماقتا، شىزاڭ كۆتىكىسى ھەققىدە مەلۇمات تېپىلمىدى، لېكىن بۇنىڭ ئاچچىقلىق دەرىجىسى ئىسپىرت ۋە سۇدىكى چىلانمىسى كۆتىكى بىلەن ئوخشايدۇ، كۆتىكى مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە ۋىتامىن C، قەنت تۈرلىرى، كىراخمال، ئاقسىل قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] كۆتىكىنىڭ سۇدىكى چىلانمىسىنى (1 : 4 نىسبەتتە) تەجرىبە نەيچىسىدە بىنەپشە رەڭلىك تۈك تەمرەتكە زەمبۇرۇغى قاتارلىق تېرە زەمبۇرۇغلىرىغا نىسبەتەن ئوخشىمىغان دەرىجىدە تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە. يىلتىزىدىن ئېلىنغان ئۆت سۇيۇقلۇقىنى ماڭدۇرۇش، باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش رولىغا ئىگە، شۇڭا بۇ جىگەر ياللۇغى ۋە سۈيدۈك يولى يۇقۇملىنىشى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئۈنۈمى ياخشى.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ھەزىمنى ياخشىلاش، يەل ھەيدەش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، قىزىتما، قۇرت چۈشۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەزىم ناچارلىقى، ئىشتىھاسىزلىق، قەۋزىيەت، ئومۇمىي بەدەن سۇلۇق ئىششىقى، سۈيدۈك يولى يۇقۇملىنىش، ئۈچەيدە قۇرت پەيدا بولۇش، باش ئاغرىقى، شەقىقە ۋە چىش

ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۈتىكىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ، بىر گىرام ئەتراپىدا ئىچسە ياكى كۈتىكىنى چالا سوقۇپ قاينىتىلمىسىنى ئىچىپ بەرسە، ئومۇمىي بەدەن سۇلۇق ئىششىقلىرىغا پايدا قىلىدۇ.

2. كۈتىكىدىن بەش گىرام ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ، سۇفۇپىنى ھەسەل بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە، قەۋزىيەت ۋە ئادەتلەنگەن قەۋزىيەتكە پايدا قىلىدۇ.

3. كۈتىكىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن ئېغىزنى چايقىسا، چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قۇستۇرىدۇ ۋە تارتىشىش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى، مەستىكى.

[ئورۇنباسارى] شىزاڭ كۈتىكىسى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كۈتىكى قاينىتىلمىسى.

يىلان قاسرىقى

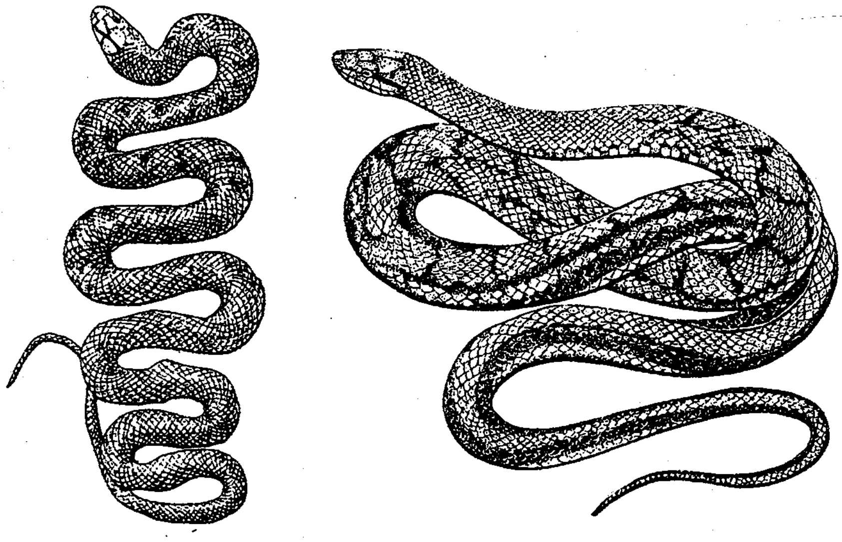
衣郎哈斯日格

(**蛇蜕** she tui)

[باشقا ئاتىلىشى] سەلىخولھەييە، پوستى مار، سانىپ كى كال

[لاتىنچە نامى] Piriostrasum serpentis

[ئىنگلىزچە نامى] Snake slough



يىلان

[تونۇش] بۇ، سېرىق باش يىلان ئائىلىسىدىكى مايۋان سېرىق باش يىلان، ئاق يەر يىلىنى، شۇنىڭغا ئوخشاش، باشقا يىلانلارنىڭ تاشلىغان قۇرۇق تېرە قاسرىقى بولۇپ، سىلىندىر شەكىللىك، يېرىم سۈزۈك بولىدۇ. دۈمبە تەرىپى كۈل رەڭ، كۈمۈش رەڭلىك، پۇرىقى بىر ئاز بەتبۇي كېلىدۇ. (10.26 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭدىن، جۇڭگونىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بىر يىلىنىڭ ھەممە ۋاقتىدا يىغىۋالغىلى بولىدۇ. 4 ~ 10 ئايلار مەزگىللىرى ئەڭ كۆپ بولۇپ، يىغىۋالغاندىن كېيىن قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] قۇرغاق يۈزدىكى تېرىسىدە كوللاگېن (Collagen) بار، قان زەربىدا زەھەرگە قارشى تەركىبلەر بار ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ياللۇغ قايتۇرۇش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، قان تازىلاش، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى ئېزىپ چۈشۈرۈش، سۆگەلنى يوقىتىش، ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بوۋاسىر، قۇلاق ئاغرىقى، كۆز ياشانغىراش، مەقئەت يارىسى، تەمرەتكە، ھەر خىل يارا، چاقىلار، ئاقمىلار، خانازىر، ئاقكېسەل، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بىر گىرام يىلان قاسرىقىنى ئارپا ئۇنىنىڭ خېمىرى ئىچىگە ئېلىپ، قوقاسقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ، دورا ياكى شېكەر بىلەن ئېزىپ ئىچسە، بوۋاسىر كېسەللىكى ئۈچۈن شىپا بولىدۇ.

2. كۆشتە قىلىغان نەشە تالقىنى بىلەن بەش گىرام يىلان قاسرىقى سۇفۇپىنى ئارىلاشتۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا، دوۋساقتىكى تاشلارنى ئېرىتىپ چۈشۈرىدۇ.

3. نۆشۇدۇردىن ئۈچ گىرام، ئاقىرقەرھادىن 10 گىرام، يىلان قاسرىقىدىن بەش گىرام ئېلىپ، مەلھەم قىلىپ چاپسا، تەمرەتكە، ئاقكېسەل قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. زەيتۇن يېغى، ھاراق بىلەن كۆيدۈرۈلگەن يىلان قاسرىقىنى بىرلەشتۇرۇپ باشقا سىرتىدىن چاپسا، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە چاچ ئۈندۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 3 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆزگە زىيان قىلىدۇ ھەم تېرىنى قۇرغاقلاشتۇرىدۇ.

[ئورۇنباسارى] يىلان.

[تۈزەتكۈچىسى] يۇمغاقسۇت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى ئەفئى، ھەببى مارى بەرەس.

دىڭزىيا

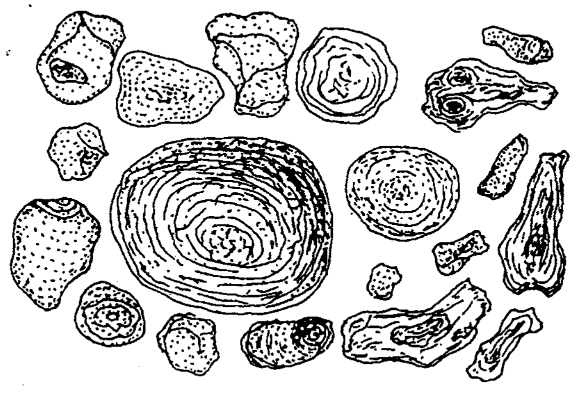
定孜亚

（牛黄 niu huang）

[**باشقا ئاتىلىشى**] كالايادا تېشى، يادا تاش

[**لاتىنچە نامى**] Calculus Bos grunniens

[**ئىنگلىزچە نامى**] Cow—bezoar, Bezoar



دىڭزىيا

[**تونۇش**] دىڭزىيا تەبىئىي ۋە سۇنئىي بولىدۇ. بۇنىڭ تەبىئىيسى ئاغرىق كالا ۋە سۇ كالىسىنىڭ ئۆتى ئىچىدە پەيدا بولۇپ، كۈز ۋە قىش پەسىللىرىدە كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. كالىنى سويغاندىن كېيىن ئۇنىڭ ئۆت خالتىسىنى سىرتتىن مىجىپ كۆرۈلىدۇ، ئەگەر قولغا مونەك نەرسە ئۇرۇنسا، دەرھال ئۆتنى يېرىپ تاش ئېلىۋېلىنىدۇ، ئەگەر تاش ئۆتتە ئۇزاق تۇرۇپ قالسا، رەڭگى قارىيىپ قالىدۇ. ئۇنى ئاۋايلاپ تۇرۇپ ئۇستىنى قاپلاپ تۇرغان نېپىز پەردىسىنى ئېلىۋېتىپ قۇرۇتقاندىن كېيىن، «دىڭزىيا» ياكى «يادا تېشى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (رەسىم ـ 27.10)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ ھەرقايسى ئۆلكىلىرىدىن ھەمدە ئىران، ھىندىستان، كانادا، ئارگىنتىنا، ئۇراگۋاي قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ، بۇنىڭ ئىچىدە ئېلىمىزدىن چىقىدىغىنى ئەلا سۈپەتلىك ھېسابلىنىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] بۇ ھايۋاننى بوغۇزلاپ، ئىچكى ئەزالىرىنى ئاجرىتىپ، دورىلىق قىسمىنى ئاۋايلاپ ئېلىپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] تەركىبى ئۆت كىسلاتاسى، ئۆت پىگمېنتى، خولېستېرىن، ئامىنو كىسلاتاسى، ئاقسىل ۋە كۆپ خىل ۋىتامىنلاردىن ئىبارەت.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] تىنچلاندۇرۇش، قىزىتمىنى پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، مىكروب ئۆلتۈرۈش، ھەزىمنى ياخشىلاش، نەپەس يولىنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش رولى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ياللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، زەھەر قايتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، ئۆت يوللىرىنى راۋان قىلىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ئىچ سۈرۈش، قانلىق تولغاق، ئىچكى ئەزالاردىكى قاناش، بالىياتقۇ چىقىش، بالىلاردىكى تۇتقاقلىق، تارتىشىپ قېلىش، يۇقىرى قىزىتما، يۈرەك ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تاباشىر، سۇماق 10 گىرامدىن، دىڭزىيادىن ئىككى گىرام، بىهدانەدىن ئالتە گىرام، ئىسپىغول-دىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، قىتىق سۇزمىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بەرسە، قاندىن بولغان ئىچ سۈرۈش ۋە قان تولغاقتا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. سەرتان، ئاقاقىيا، شادىنەج، خۇنسىياۋشان، كەترا، ئەنجبارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، دىڭزىيادىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ئىچكى ئەزالاردىكى قاناشنى توختىتىدۇ.

3. پىلە غوزىسى، لاچىندانە ھىندىدىن ئۈچ گىرامدىن، گاۋزىبان ھىندىدىن بەش گىرام، يالمۇشىك-دىن 10 گىرام، دىڭزىيادىن ئىككى گىرام ئېلىپ، بۇ دورىلارنىڭ چالا سوقۇپ دەملەپ ئىچىپ بېرىلسە، يۈرەك قىزىتمىدىن بولغان يۈرەك ئاجىزلىقىغا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1～2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەترا.

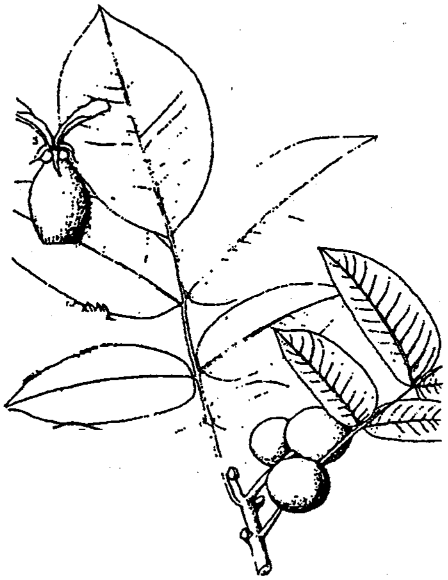
[ئورۇنباسارى] لاچىندانە ھىندى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى خۇنسىياۋشان.

ياڭاق كۆك پوستى

亚给克库克破斯提

(青龙衣　qing long yi)



ياڭاق دەرىخى

[باشقا ئاتىلىشى] قەشئۇل جەۋزى

[لاتىنچە نامى] Exocarpium Juglans regia

[ئىنگلىزچە نامى] Immature Walnut Exocarp

[تونۇش] ياڭاق ئائىلىسىدىكى چوڭ دەرەخ ياڭاق مېۋىسى-نىڭ سىرتىدىكى كۆك پوستى بولۇپ، قەشرول جەۋزى، ياڭاق كۆك پوستى دېگەن ناملاردا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (10. 28 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ جەنۇ-بىي قىسمىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 7 —، 8 — ئايلاردا خام ياڭاقنىڭ پوستىنى يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە ھىدروجۇگلون گىلۇكو-زىد قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ياللۇغ قايتۇرىدۇ، مىكروب ئۆلتۈرىدۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ، قۇرت ئۆلتۈرىدۇ، تېرىگە رەڭ بېرىش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ياللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، چىشنى چىڭىتىش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، ئاغرىق پەسەيتىش، كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ئىشتىھانى ئېچىش، تېرە ۋە چاچلارغا رەڭ بېرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ھۆل سوغۇقتىن ياكى غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان كېسەللىكلەر، ئاق داغ، بەرەس، بادامبەز ياللۇغى، چىش مىلىكىنىڭ ئىششىپ ئاغرىشى، چىش بوشاپ كېتىش، كالا تەمرەتكىسى، باش تەمرەتكىسى، كۆز بېسىمىنىڭ ئېشىپ كېتىشى، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە شەقىقە، پالەچ، مۇپاسىل قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. ياڭاقنىڭ كۆك پوستىدىن 10 گىرام، موزا، كاتھىندى، ئانارگۈل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ سۇيىدە غار ـ غار قىلسا، بادامبەز ياللۇغى، چىش مىلىكى ئىششىقى، چىش بوشاپ كېتىش ۋە ئاغرىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ياڭاقنىڭ كۆك پوستىدىن 10 گىرام، سىيادان، ئادراسمان ئۇرۇقى، زەنجىۋىل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ئاق داغ، بەرەس، تەمرەتكە، باش ئاغرىقى، پالەچ، لەقۋا قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ～ 10 گىرامغىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىرتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

[**زىيانلىق تەسىرى**] باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] گۈلبىنەپشە.

[**ئورۇنباسارى**] خېنىگۈل.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] غار ـ غار سۇيى. يۇقىرىقىدىن باشقا بىنەپشە، نىلۇپەر گۈلى، بابۇنە، چۆپچىن، چوڭ چىلان، گۇڭگۇرت، قىزىل چۆپچىن، قەسبۇزەرىرە، شاھتەررە ھىندى، ياز غازىڭى، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، چىغىرتماق يىلتىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بېلىق مېڭە تېشى، قەمبىل، كافۇر، ئەپيۇن، سېمىزئوت ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، قاندالا، زىغىر ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقى، ئامىلە، قېتىق سۇزمىسى، سەپرائوت يىلتىز پوستى، نىلۇپەر ئۇرۇقى، غۇنچەئۇزۇم، ئوسما يىلتىزى، شاتۇت، كەۋرەك قاتارلىقلارمۇ ياللۇغ قايتۇرغۇچى دورىلار قاتارىغا كىرىدۇ.

چىنار دەرىخى

其那热得里黑

(悬铃木 xuan ling mu)

[**باشقا ئاتىلىشى**] دۇلەپ، چىنار

[**تونۇش**] بۇ، چىنار ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان ئېگىز دەرەخ چىنار بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ

www.uyghurkitap.com

يوپۇرمىقى كەڭ، ئەتراپى چىشلىق، ياغىچى يىپىنىك، پارقىراق، ئۇرۇقى يۇمىلاق، تىكەنلىك، قاتتىق، ۋەزنى يەڭگىل، رەڭگى سىرىقتا مايىل توپا رەڭدە ياكى قىزىلغا مايىل بولىدۇ، ئىچىدە يۇمىلاق خانىلىرى بولىدۇ. گۈلى سىرىق رەڭدە، يوپۇرمىقىنىڭ تەمى ئاچچىق ۋە قاڭسىق، تىبابىتىمىزدە يوپۇرمىقى، قوۋزىقى ۋە ئۇرۇقى دورىلىقتا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ئۇرۇقى پىشقاندا، ئۇرۇقى، يوپۇرمىقى، قوۋزىقى يىغىۋېلىنىپ قۇرۇتۇپ، پاكىز، سالقىن، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] يوپۇرمىقى بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق، مېۋە ۋە قوۋزىقى بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، سەپرا، قان خىلىتلىرىنى تەڭشەش، جاراھەت - زەخمىلەرنى پۈتتۈرۈش، قان توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، قىزىتمىنى ياندۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل سەۋەبلەردىن بولغان ياللۇغ ۋە بوغۇم ياللۇغى، چىش مىلىكى ياللۇغى، چىش ئاغرىقى، كۆز ئاغرىقى، كۆيۈك، ھەر خىل زەخىم، زەھەرلىك ھاشارەت چېقىۋېلىش، ھەر خىل قاناش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر، تېرە سويۇلۇش، يۇقۇملىنىش خاراكتېرلىك زەخىم، ئېغىز بوشلۇقى ياللۇغى، بۇرۇن قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. چىنار دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ھۆل جاراھەتلەرگە ۋە ئوتتا كۆيگەن كۆيۈككە سېپىلسە، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇپ مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. چىنار دەرىخىنىڭ قوۋزىقىنى سىركىدە قاينىتىپ چىشقا باسسا، چىش ئاغرىقى ۋە چىش مىلىكىنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ياللۇغىنى قايتۇرىدۇ.

3. چىنار يوپۇرمىقى، قارمۇچ، زەھرى مۆھرىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ، زەھەرلىك ھاشارات چاققان ئورۇنغا سەپسە ياكى 5 ~ 10 گىرامغىچە ئىچىپ بەرسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە، كاناياغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ئۇد ھىندى، دارچىن ۋە يېڭى سېغىلغان سۈت.

[ئورۇنباسارى] ئانارنىڭ قوۋزىقى ياكى پوستى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەر خىل زىماتلار.

خەيدەي (لامىنارىيە)

海代

（海带 hai dai）

خەيدەي

[**تونۇش**] بۇ، دېڭىزنىڭ ئاستىدا ئۆسىدىغان بىر خىل ئۆسۈملۈك بولۇپ، رەڭگى قارا، ئۆزى يۇمشاق، شەكلى ياپىلاق، ئۇزۇن كېلىدۇ، بۇ «خەيدەي» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (10.29 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] لياۋنىڭ، شەندۇڭ دېڭىز بويلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىش ساقلاش**] ئەتىياز، ياز، كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ، ھەر خىل ئارىلاشمىلىرىنى ئايرىۋېتىپ سۇدا يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيىلىك تەركىبى**] كۆپ مىقداردا كاربون سۇ بىرىكمىلىرى ئاز مىقداردا ئاقسىل، ماي بولىدۇ. كالتسىي، تۆمۈر، فوسفور، يود، مىس، سىنىك ۋە ھەر خىل ۋىتامىنلار مول بولىدۇ.

[**فارماكولوگىيىلىك تەسىرى**] خەيدەي تەركىبىدە يود مول بولغانلىقتىن بەدەندىكى غىدىقلىغۇچى تەركىبلەرنى ئازايتىپ، قان تومۇر قېتىش، قان تومۇر توسۇلۇشلارنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ياللۇغ ۋە ئىششىق ياندۇرۇش، قان توختىتىش، قىزىتما پەسەيتىپ، ئاغرىق توختىتىش، ھەر خىل بەزلەرنى قۇۋۋەتلەش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قۇرۇق ئىسسىق ۋە سەپرا خىلىتىدىن بولغان كېسەللىكلەر، ھەر خىل قاناشلار، ئىسسىقتىن بولغان ياللۇغ، تال يوغىناش، كېزىكتىكى قىزىتما، كىچىك بوغۇملار ئاغرىقى، كىچىك بالىلاردىكى بۆرەك كېسىلى، پەي - مۇسكۇللار قېتىشىش، بەزلەر چوڭىيىش، سەپراۋى ئىچ سۈرۈش، قىزىل، يەلتاشما، دېۋەڭلىك، پوقاق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى خەيدەينى سوقۇپ تالقانلاپ، ئۇنى بۇغداي كېپىكىگە ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە زىمات تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلىپ بەرسە، بوغۇم ئاغرىقى، بۆرەك ياللۇغى، پەي مۇسكۇللار قېتىشىش، يەلتاشما ۋە ھەر خىل قاناشلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى خەيدەينى قايناتىپ، زەيتۇن مېيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ

ئىچىپ بەرسە، پەي ـ مۇسكۇللار قېتىشىش، بەز يوغىناش، پوقاق، دېۋەڭلىك، قىزىل، كېزىك، تال يوغىناش ۋە ئىسسىقتىن بولغان ياللۇغلىنىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. مۇۋاپىق مىقداردىكى خەيدەينى ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، قايناق سۇ بىلەن ئىچىپ بەرسە، سەپراۋى ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئىچىدىن 5 ~ 6 گىرامغىچە، سىرتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ مىقداردا ئىشلەتسە، سوغۇق مىزاجلىقلاردا باش قېيىشنى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ناۋات.

[ئورۇنباسارى] بىلىق.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل غۇددى مۇرەككەپ.

يېزىخۇ ئەمنى

一孜乎艾密尼

(一枝蒿 yi zhi hu)

يېزىخۇ ئەمنى

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك يېزىخۇ بولۇپ، ئېگىزلىكى 20 ~ 50 سانتىمېتىرغىچە، يىلتىزى بىرئاز توم، غولى يەر بېغىرلاپ ئۆسىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «يېزىخۇ ئەمنى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (10. 30 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ئالتاي تېغى، تيانشان تېغى، كۇئىنلۇن تېغىدىن تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ. قازاقىستان، موڭغۇلىيە، رۇسىيە، شۇنداقلا ياۋروپا قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا ياكى كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ، يەر ئۈستى قىسمىنى كېسىۋېلىپ قۇرۇتۇپ، سالقىن، قورغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يېزىخۇ تەركىبىدە ئەمەن كىسلاتاسى، زەرگۈل كىسلاتاسى، تۇخۇمەك ئىشقارى، يالپۇز ئىسپىرتى، ئەمەن گىلۇكوزىدى، كاروتىن گىلۇكوزىدى، قارىغاي مېيى ۋە كامفورا ئىسپىرتى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] زەھەر قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، ياللۇغ قايتۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، توغراپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قىزىتما پەسەيتىپ، زەھەر قايتۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، ھەزىمنى ياخشىلاپ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاساسلىقى قان ۋە سەپرادىن بولغان كېسەللىكلەر، يەنى ئىسسىقتىن

بولغان زۇكام، قىزىتما، باش ئاغرىقى، ئاشقازان ئاجىزلىقى، قورساق كۆپۈش، جىگەر ياللۇغى، يەلتاشما، زەھەرلىك ھاشارات چېقىۋېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. يېزىخۇ ئەمىنىدىن توققۇز گىرام، ئادەمگىياھتىن 30 گىرام، رەۋەندىن 20 گىرام، بىخسۇستىن 60 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ئۇششاق سوقۇپ، ھەب تەييارلاپ، ھەر كۈنى بىر تالدىن ئىككى ۋاق ئىچىپ بەرسە، زۇكام، قىزىتما، ئۆت خالتا ياللۇغى، جىگەر ياللۇغى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. يېزىخۇ ئەمىنىدىن 20 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە ياكى يەرلىك ئورۇننى يۇسا، زەھەر قايتۇرىدۇ ۋە يەلتاشمىغا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ~ 15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بوغۇم ئاغرىقلىرىغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەنجىۋىل.

[ئورۇنباسارى] ئىتئۈزۈمى، كاكىنەچ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى يېزىخۇ ئەمىنى، يېزىخۇ دەملىمىسى.

ئون بىرىنچى باب ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلار

ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى تاشقى سەۋەبلەردىن سىرتقى زەخىملەر، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك، يۈرەك، بۆرەك ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىنىڭ ئاسارىتى؛ تۈرلۈك ياللۇغلىنىشلار، ئەزا، قان تومۇر ۋە توقۇلمىلاردىكى توسۇلۇش قاتارلىقلاردىن ئورگانىزمدا ئۆپكە ھاۋالىق ئىششىقى، قورساق ۋە توقۇلمىلارغا سۇ چۈشۈش، ئۆپكە سۇلۇق ئىششىش، مۇچىلەر ئىششىق، كۆز ۋە قاپاقلار ئىششىش، توقۇلما ۋە ئەزالار ئىششىش، تال ۋە جىگەر چوڭىيىشتەك تۈرلۈك ئىششىقلار پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا يامان ئاقىۋەت كېلىپچىقىدۇ. ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلارنىڭ تۈرلىرى كۆپ بولۇپ، ئىشلەتكەندە كېسەللىك پەيدا قىلغان سەۋەبكە ئاساسەن تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك. بۇ خىل دورىلارنىڭ كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئىتى ھۆل سوغۇق ياكى قۇرۇق ئىسسىق بولىدۇ. بۇ خىل دورىلار ئىششىق ياندۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ھەيدەش، بەلغەم چىقىرىش، قان تازىلاشتەك خۇسۇسىيەتلىرى ئارقىلىق ماددا ئالمىشىشنى ياخشىلاپ، ئىششىق ياندۇرىدۇ. مەسىلەن: قارادان، جاغجاغئوت، جامكار، پەربۇن، ئاق موم، تىكەنلىك لېپەكگۈل، سىغىنچىچكى، چىغىرتماق گۈلى، يانتاق، تۇخۇم ئېقى، ماھۇدانە، ئىكىلىملىك، قىزىلگۈل يېغى، سۆگەتگۈل، مامچەسەك، ئۇستقۇددۇرىيۇن، كېۋەز ئانىسى، بابۇنە، ئابدىمىلىك يېغى، سەبرە، سازاڭ، يالغان ئادەمگىياھ، موزايىپشى، بەنگىرا، جۈئىدە، نەغەزگۈل يىلتىزى، شاتارى، ئاق لەيلى يىلتىزى، ئاق لەيلىگۈل، كۆك كاۋا شاپىقى، كۆممىقوناق ساقىلى، يۆگىمەچئوت، كۇدە، زەرچۇۋە، ئارپىبەديان، تازىلانغان شور، مايسا، كۆكمارال، پاقا شىرىسى، كاكتۇس، تاغ سۇمبۇلى، زۇپا، شۈمشا ئۇرۇقى، تاغ پىيىزى، زىغىر ئۇرۇقى، جۇڭگو ماندارى، چاقچاقئوت ئۇرۇقى، ياۋا كەشمىر، جۆزنەك قاتارلىقلار.

قارادان

卡热达尼

(连翘 lian qiao)

[باشقا ئاتىلىشى] قوشقانات

[لاتىنچە نامى] Fructus Forsythia suspensa

[ئىنگلىزچە نامى] Weeping Forsythia Fruit

[تونۇش] بۇ، ئەرمۇدۇن ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان چاتقال قوشقانات دەرىخىنىڭ مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، «قارادان» ياكى «قوشقانات» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (1.11 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] دېڭىز يۈزىدىن 1000 مېتىر ئېگىز بولغان تاغلىق رايونلاردا ئۆسىدۇ، ھازىر شەھەرلەر-

دىمۇ ئۆستۈرۈلىۋاتىدۇ، دۇڭبېي، خېبېي، گەنسۇ ۋە شىنجاڭنىڭ بىر قىسىم جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ھەر خىل خىمىيەلىك تەركىبلەر مەۋجۇت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. مىكرو ئورگانىزملارغا قارشى تۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

2. قۇسۇشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

3. ياللۇغقا قارشى تۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

4. جىگەرنىڭ زەخىملىنىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قىزىتما پەسەيتىش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، ئىششىق ياندۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش، قاتتىقلىقنى يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] زۇكام ۋە نەزلە، ھەر خىل ئەسۋە، ئېغىز يارىسى، گال ئاغرىقى، يۆتەل، سۈيدۈك يولى ياللۇغى، تولغاق، ئۈچەي ياللۇغى، كالا تەمرەتكىسى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قارا داندىن ئالتە گىرام، سەرپىستان، پىرسىياۋشان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، زۇكام ۋە نەزلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قارا داندىن ئالتە گىرام، يەرلىك شوخلىدىن بەش گىرام، ئوغرىتىكەندىن بەش گىرام، كاكىنەچتىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، يەرلىك ئورۇننى يۇيۇپ بەرسە، ھەر خىل ئەسۋىلەرگە شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5～6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تال ۋە ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان، زىرە.

[ئورۇنباسارى] ئەينۇلا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قارادان دەملىمىسى.

جاغجاقئوت

加加克欧提

（漏芦 lou lu）

[باشقا ئاتىلىشى] تاغ خوخىسىنىڭ يىلتىزى

[لاتىنچە نامى] Echinops ritro

[ئىنگلىزچە نامى] Swisscentaury Globethistele Root

[تونۇش] بۇ، مۈرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك «تاغ خوخىسى» نىڭ يىلتىزىدىن ئىبارەت بولۇپ، «جاغجاقئوت» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] پەس، قۇرۇق تاغ باغرىلىرىدا ئۆسىدۇ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيتى] ھارارەت پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، يىرىك تازىلاش، گۆش ئۇندۇرۇش، سۈت كۆپەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] تارقىلىشچان قۇلاق ئاستى بېزى ياللۇغى، سۈت بېزى ياللۇغى، چىيقان، غەلۋىرەك قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بابۇنە، ئىكلىلمەلىك، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، جاغجاقئوتتىن 10 گىرام، گۈل يىغىدىن 60 گىرام ئېلىپ، دورىلاردىن مەلھەم تەييارلاپ چاپسا، سۈت بېزى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. جاغجاقئوت، سەرسىبىل، ئاق لەيلىگۈل، شاھتەرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلاردىن يۇيۇلما تەييارلاپ، چىيقان، غەلۋىرەكنى سىرتتىن يۇيۇپ بەرسە پايدا قىلىدۇ.

3. جاغجاقئوتتىن 10 گىرام، چۆپچىنىدىن يەتتە گىرام، بابۇنە، ئىكلىلمەلىك، شاھتەرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىلما تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، چىيقان ۋە غەلۋىرەككە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ～ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازاننىڭ ھۆللۈكىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەديان.

[ئورۇنباسارى] بابۇنە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] جاقجاقئوت قاينىتىلمىسى.

جامكا

加迷卡

(浮萍 fu ping)

[لاتىنچە نامى] Lemna minor

[ئىنگلىزچە نامى] Common Duck weed

[تونۇش] بۇ، جامكا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك جامكىنىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ، «جامكا» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (11.2 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] كۆل، شاللىق، سازلىقلاردا ئۆسىدۇ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇش، توغراش، قورۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] ماددىلارنى تارقىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش ھەم ھامىلىدارلىقتىن ساقلاش خۇسۇسىيەتلىرى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان زۇكام، يەلتاشما، قىزىل، سۇلۇق ئىششىق، سۈيدۈك راۋان بولماسلىق، ھامىلىدارلىقتىن ساقلاش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. جامكىدىن 35 گىرام، قىزىلچىدىن 70 گىرام، زاراڭزا چېچىكىدىن 12 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، چەككىلەنگەن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تۆت گىرامدىن كۆمىلاچ ياساپ، ھەيزدىن كېيىن ئۈچ كۈنگىچە كۈنگە ئىككى قېتىمدىن، ھەر قېتىمدا ئىككى كۆمىلاچنى قايناق سۇ بىلەن ئىچىپ بەرسە، تۇغۇتتىن ساقلىنىشقا پايدىلىق، مۇشۇ ئۇسۇل بىلەن ئۈچ ئاي (ئۈچ قېتىملىق ھەيزدىن كېيىن) ئۇدا ئىچسە، ئۈچ يىلدىن بەش يىلغىچە تۇغۇتتىن ساقلىنىشقا بولىدۇ.
2. جامكىدىن تۆت گىرام، بەدىيان، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، بۇ دورىلارنى قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ~ 8 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] بەلغەم مىزاج كىشىلەردە باش قېيىشنى پەيدا قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] ناۋات، زىرە.
[ئورۇنباسارى] سىركە.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] جامكا قاينىتىلمىسى.

پەربۇن
排布尼
(柴胡 chai hu)

[باشقا ئاتىلىشى] پەربۇن يىلتىزى
[لاتىنچە نامى] Rhadix Bupleurum scorzonerifolium
[ئىنگلىزچە نامى] chinese Thoro wax
[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تار يوپۇرماقلىق پەربۇننىڭ يىلتىزىدىن ئىبارەت. (3.11 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ئالتاي ۋە تەڭرىتاغلىرىنىڭ تاغ باغرىلىرىدىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قورۇتۇپ ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] پەربۇن سوپونلۇق گلۇكوزىدىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسرى] يالللۇغ قايتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، يۆتەل توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قىزىتما قايتۇرۇش، پەي - مۇسكۇلنى چىڭىتىش، تۇتۇش، ئىششىقنى ياندۇرۇش، ھەيز قېنىنى توختىتىش، مىزاجنى تەڭشەش، تال ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى كۈچەيتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان زۇكام، جىگەر ياللۇغى، ئاشقازان ئاستى بېزىنىڭ ئۆتكۈر ياللۇغى، كۆكرەك پەردە ياللۇغى، ئىچ قۇرۇش، كۆكرەك ئاغرىش، ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىش، مەقئەت چىقىپ قېلىش، باليانقۇ چىقىش، ھەيز كۆپ كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كەتىراچىنىدىن 10 گىرام، قانتىپەردىن بەش گىرام، پەرۋۇندىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قايىنىتىپ ئىچسە، سوڭى چىقىپ قېلىش، باليانقۇ چىقىپ قېلىشقا شىپا بولىدۇ.

2. ئاق تىرەك يوپۇرمىقىدىن 10 گىرام، پەرۋۇندىن يەتتە گىرام، قارىئۆرۈكتىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قايىنىتىپ ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ناۋات.

[ئورۇنباسارى] كۆكنار پوستى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] پەرۋۇن دەملەنمىسى.

ئاق موم

阿克木密

(蜂蜡 feng la)

[باشقا ئاتىلىشى] شەمئى، موم

[لاتىنچە نامى] Cera Flava

[ئىنگلىزچە نامى] Beewax

[تونۇش] بۇ، ھەسەل ھەرىسىنىڭ ھەسەل يىغىدىغان كۆنىكى بولۇپ، ئۈچ خىل بولىدۇ. بىرىنچى خىلى، ھەسەل ھەرىسى قۇسۇپ تۆپلىگىنى، بۇنىڭ رەڭگى قىزىل، سېرىققا مايىل، يۇمشاق، ياغلىشاڭغۇ، خۇشبۇي بولۇپ، ھەسەل پۇرىقى كېلىپ تۇرىدۇ. ئىككىنچى خىلى، ھەسەل ھەرىلىرى ئورۇن قىلغان، ئەمما ھەسەل قوشمىغىنىدۇر، بۇ ئوتتۇرا دەرىجىلىك ھېسابلىنىدۇ. ئۈچىنچى خىلى، بىر خىل قارا رەڭلىك بولۇپ، ھەسەل ھەرىلىرى ئۆزىنىڭ كۆنەكلىرىگە سۈركەيدۇ، بۇ «تەسلىت» دېيىلىدۇ، بۇخىلى ناچار ھېسابلىنىدۇ، دورىغا ئاساسەن بىرىنچى خىلى ئىشلىتىلىدۇ. (4.11 - رەسىم)

[**چىقش ئۇرنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ھەرە كۆنىكىنى سۇغا قويۇپ ئىسسىتىپ، موم قىسمى سۇ يۈزىگە ئۆرلىگەندىن كېيىن سوۋۇتۇپ، ئۈستىدىكى موم پارچىسىنى ئوتتا قىزىتىپ ئېرىتىپ، ئىسسىق پېتى ساقلاپ، ئۇنىڭ باشقا ئارىلاشما قىسمى چۆكمىگە چۆشكەندىن كېيىن، ئۈستى قىسمىدىكى موم سۇيۇقلۇقىنى سۈزۈپ ئېلىپ سوۋۇتۇپ، سېرىق مومغا، ئاقارتىش ئارقىلىق ئاق مومغا ئېرىشىمىز.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ياغ كىسلاتاسى، كاربون سۇ بىرىكمىلىرى قاتارلىق ماددىلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] ئاكتىپلاشقان ئوكسىگېننى چىقىرىش رولى بار؛ ئاق موم ۋە دۇغ ئېرىتمىسىنىڭ باكتېرىيىنى چەكلەش رولى بار؛ ھېپارىنىڭ قان قېتىشقا قارشى تۇرۇش ۋاقتىنى ئۇزارتىش رولىغا ئىگە؛ ئاق مومنىڭ ئايرىلىپ ئېلىنغان ماددىسىنىڭ قاندىكى ماي مىقدارىنى تۆۋەنلىتىش رولى بار.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ ياندۇرۇش، پەيلەرنى بوشىتىش، ئاغرىق توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ھەر خىل يىرىڭلىق جاراھەت، قىچىشقاق، كونا ئىچ سۈرۈش، يۆتەل، سىل، گال ئاغرىقى، پالەچ، لەقۋا قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. گۈل بېھى بىلەن ئاقمومنى باراۋەر مىقدار ئېلىپ قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ھەمەل قىلسا، ئۆچەي ئېچىشىش كېسىلىگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. بىر گىرام مومنى مۇناسىپ ياغلار بىلەن، بولۇپمۇ بىنەپشە يېغى بىلەن قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بەرسە، كۆكرەك ۋە باشقا ئەزالارنىڭ يىرىكلىكىنى يوقىتىدۇ، ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ. قىچىشقاقنى پەسەيتىدۇ، جاراھەتلەرنى ساقايتىدۇ.

3. 0.5 گىرام مومنى سەۋسەن يېغى بىلەن قوشۇپ چاپسا، سەپكۈننى يوقىتىدۇ، پەيلەرنىڭ قاتتىقلىقىنى بوشىتىدۇ. مومنى پارچىلاپ قۇرۇق زەنجىۋىل بىلەن بىرگە ئېزىپ، كىچىك خالتىغا ئېلىپ كۈنجۈت يېغىدا قىزىتىپ، ئىششىقلارغا ئىسسىق ئۆتكۈزسە، ئىششىقلارنى ياندۇرۇپ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ. ئۆزىنى ئىچكۈزسە قان تولغاقنى داۋالايدۇ، ھەر خىل مەلھەملەرنىڭ ياردەمچىلىرى سۈپىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

4. 20 گىرام مومنى ئىككى گىرام سەدەپ سۈيى بىلەن قوشۇپ يۇغۇرۇپ، بۇنىڭ بىلەن كۈمىلاچ تەييارلاپ، بىر تال كۈمىلاچنى يېگۈزۈپ، ئارقىدىن سۈت ئىچكۈزسە، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 0.5 ~ 1 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] كۆپىنچە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ، ئەگەر ئىچىلسە ئىشتىھانى تۇتىدۇ، توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ، نان بىلەن بىرلەشتۈرۈپ يېسە ياخشىراق بولىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] پىننە، بەديان، كۈنجۈت يېغى.

[**ئورۇنباسارى**] ماش ئۇنى، باقلە ئۇنى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] زىماتى ۋەرەم، رەۋغىنى موم يېغى.

تىكەنلىك لېپەكگۈل

提砍力克力非古丽

(倒扣草　dao kou cao)

[باشقا ئاتىلىشى] چىرچىتە، چىرچىدا

[لاتىنچە نامى] Herba Achyranthes bidentata

[ئىنگلىزچە نامى] Common Achyranthes Herb

[تونۇش] بۇ، تاجىگۈل ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياكى ئىككى يىللىق تۈز ئۆسىدىغان شامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تىكەنلىك لېپەكگۈلنىڭ پۈتۈن چۆپىدىن ئىبارەت بولۇپ، «چىرچىتە» ياكى «لېپەكگۈل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شاخلىرى تارماق سىلىندىر شەكىللىك، سۆسۈنگە مايىل قىزىل رەڭلىك كېلىدۇ. (5.11 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ئىچكى ئۆلكىلىرىدىن ھەم ھىندىستان، پاكىستاندىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە ياكى ئىككىنچى يىلى ئەتىيازدا گۈلى تولۇق ئېچىلىپ بولغاندىن كېيىن يىغىۋېلىپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىدە ناھايىتى كۆپ كالىتسىي بار، ئۇنىڭدىن باشقا تۇز، پولات، گۈڭگۈرت قاتارلىق تەركىبلەر بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ، ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، بەلغەم چىقىرىش، قان تازىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل سۇنۇق، ئىششىق، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، يۆتەل، زىققە، بوۋاسىر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تىكەنلىك لېپەكگۈلنىڭ يىلتىزى، يوپۇرماق ۋە شاخلىرىنى قايناتىپ سۈيىنى ئىچىپ بەرسە، سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا پايدا قىلىدۇ.

2. تىكەنلىك لېپەكگۈل يوپۇرمىقىنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يىلان، چايان چاققان يەرگە سۈركىسە، زەھىرىنى قايتۇرىدۇ.

3. تىكەنلىك لېپەكگۈلنىڭ يوپۇرماقلىرىنى قۇرۇتۇپ ئاندىن كۆيدۈرۈپ، كۈلىنى بىر گىرامغىچە ئىچسە، سۇلۇق ئىششىق، يۆتەل ۋە قورساق ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىشتىھانى تۇتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] قارىمۇچ، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئاق لەيلىگۈل

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تىكەنلىك لېپەكگۈل قايناتىلمىسى.

www.uyghurkitap.com

سىغىنچىچىكى
斯给尼其其克
(喉咙草 hou long cao)

[باشقا ئاتىلىشى] تاغ سەرسىبىلى

[لاتىنچە نامى] Androsace umbellata

[ئىنگلىزچە نامى] Umbellate Rockjasmine

[تونۇش] بۇ، باھارگۈل ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك شىمال سىغىنچىچىكى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن قىسمى «سىغىنچىچىكى» ياكى «تاغ سەرسىبىلى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئېگىزلىكى 15 ~ 25 سانتىمېتىرغىچە بولۇپ، يوپۇرمىقى تۈۋىدىن ئۆسىدۇ، سېپى قىسقا، يوپۇرماقلىرى ئارىسىدىن كۆپ ساندا گۈل شېخى ئۆسۈپ چىقىدۇ. ھەر بىر گۈل شېخىدا 6 ~ 20 تالغىچە كىچىك ئاق گۈللىرى بولىدۇ، غوزا مېۋىسى شار شەكلىدە بولۇپ، پىشقاندا بەشكە يېرىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] تاغ ـ دەريا بويلىرىدىكى نەم جايلاردىن، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] سوپۇنلۇق ھىدروكسىدلار، فېنوللار، قەنتلەر ۋە بىيولوگىيەلىك ئىشقارلارنىڭ چۆكمىسىدىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] يۈرەكنى كۈچەيتىش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ھارارەت پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان كۆز قىزىرىپ قېلىش، ھەر خىل زەخمىلىنىش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر، شەقىقە، چىش ئاغرىقى، ئۆتكۈر ياكى سوزۇلما گال ئىششىقى، بادامبەز ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئىتياگىقى ئورۇقىدىن 0.001 گىرام، سىغىنچىچىكىدىن 12 گىرام، بەزرۇلبەنجى، بالدىرغاندىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ، سوفۇپ قىلىپ ئىچسە ياكى ئاغرىغان ئورۇنغا چاپسا، ئاغرىق توختىتىدۇ.

2. تەمرىھىندىدىن 10 گىرام، يەرلىك شوخلا، گۈلبىنەپشىدىن 15 گىرام ئېلىپ، سىغىنچىچىكىدىن

12 گىرام، سەرپىستان، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ دەملەپ ئىچىپ بەرسە، گال ئىششىقىنى ياندۇرۇپ، بادامبەز ياللۇغىغا شىپا بولىدۇ.

3. سېغىنچېچەكىدىن 12 گىرام، نېلۇپەر، بىنەپشە، ئاق لەيلىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قايناتما تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ھارارەت پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىلىش مىقدارى] 4～12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] قەلەمپۇر، پىننە، زىرە.

[ئورۇنباسارى] بىنەپشە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى سېغىنچېچىكى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

چىغىرتماق گۈلى

切合日提马克古丽

（马蔺花 ma lin hua）

[باشقا ئاتىلىشى] سەۋسەن، گۈلسەۋسەن

[لاتىنچە ئاتىلىشى] Flos Iris chinensis

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Iris Flower

چىغىرتماق ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، چىغىرتماق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك چىغىرتماقنىڭ گۈلى بولۇپ، «سەۋسەن»، «گۈلسەۋسەن» ياكى «چىغىرتماق گۈل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (11.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىدە گۈلى تولۇق ئېچىلىپ بولغاندىن كېيىن قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، قاننى تازىلاش، غەيرىي تەبىئىتى بەلغەم، سەۋدا ماددىسىنى پىشۇرۇش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، زەخىملەرنى پۈتتۈرۈش، زەھەر قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، تۇسالغۇلارنى ئېچىش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇپ، بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆپكە ياللۇغى، كۆكرەك پەردە ياللۇغى، بوۋاسىر، بويۇن بەز سىلى كېسەللىكلىرىگە، بەھەق، بەرەس، يىرىڭلىق قىچىشقاق، ھۆل تەمرەتكە، چايان ۋە يىلان چېقىۋېلىش، سوغۇقتىن بولغان يۆتەل، زۇكام، نەزلە، ئۆپكە سۇلۇق ئىششىقى، قورساق ۋە توقۇلمىلارغا سۇ چۈشۈش،

شەقىقە، باش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. گۈلسەۋسەننى گۈل يېغى ۋە ئەرقى گۈل بىلەن باشقا چاپسا، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. گۈلسەۋسەننى سۇفۇپ قىلىپ بۇرۇنغا تارتسا، شەقىقىگە پايدا قىلىدۇ.

3. زۇپادىن 10 گىرام، زىغىردىن 15 گىرام، گۈلسەۋسەندىن 10 گىرام، سەرپىستاندىن يەتتە گىرام، بادام مېغىزىدىن 15 گىرام ئېلىپ تالقانلاپ، كۈندە ئىككى ۋاق 5 ~ 10 گىرامغىچە ئىچسە، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇپ، بەلغەم بوشىتىدۇ.

4. گۈلسەۋسەندە گۈلقەنت تەييارلاپ يەپ بەرسە، يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ، ئەقىلنى زىيادە قىلىدۇ.

5. يەرلىك شوخلا، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك ۋە گۈلسەۋسەن قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ۋاننا قىلسا ياكى يەرلىك ئۇرۇنغا زىمات قىلىپ چاپسا، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باش ئاغرىقىنى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، سىركە، سۇماق.

[ئورۇنباسارى] چىغىرتماق يىلتىزى، زۇپا گۈلى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] گۈلسەۋسەن گۈلقەنتى، سۇفۇپى گۈلسەۋسەن.

يانتاق

眼它各

(骆驼刺 luo tuo ci)

[باشقا ئاتىلىشى] ھاج، خارشتور، چۇۋانسە.

[لاتىنچە نامى] Alhagi pseudoalhagi

[ئىنگلىزچە نامى] Monoplant Alhagi

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كۆك يانتاق بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «يانتاق» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. قۇرۇتۇلغان ئۇرۇقى ناھايىتى ئۇششاق، شەكلى بۆرەك شەكىللىك، رەڭگى ئاق ياكى قارا بولىدۇ، سىرتقى يۈزىدە تورسىمان سىزىقچىلار بولىدۇ، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى ئۆتكۈر بولىدۇ. (11 . 7 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] يەر ئۈستىدىكى قىسمىنىڭ تەركىبىدە ۋىتامىن C، كاروتىن، ۋىتامىن K، ئاز

ياڭتاق

مىقداردا ۋىتامىن B_1، شاخ ۋە يىلتىزىنىڭ تەركىبىدە ۋىتامىن C، كاروتىن قاتارلىقلار بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە قان خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى كۈچلەندۈرۈش، قىزىتما قايتۇرۇش، كۆزدىكى ئاقنى يوقىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سەپراۋى قىزىتما، تەپ، بوۋاسىر، كۆكرەك ئىششىقلىرى، باش ئاغرىقى، چوڭ- كىچىك بوغۇملار ئاغرىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كونا ياڭتاقنى مۇۋاپىق مىقداردا دەملەپ ئىچسە ياكى كۆيدۈرۈپ ئىسلىسا، بوۋاسىرنى يوقىتىدۇ.

2. ياڭتاقنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىنى كۆزگە تېمىتسا، كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتىدۇ.

3. ياڭتاق سۈيىدىن ئۈچ تامچىنى بۇرۇنغا تېمىتىپ، بىر سائەتتىن كېيىن بىنەپشە يېغىنى بۇرۇنغا ئالسا، كونا باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

4. ياڭتاقنىڭ كۆك يوپۇرمىقىنى سىقىپ، سۈيىنى زاراڭزا يېغى بىلەن قوشۇپ پۇت - قوللارنى ياغلىسا، بوغۇم ئاغرىقى ۋە سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقلارنى پەسەيتىدۇ.

5. ياڭتاقنىڭ چېچىكىنى ئېزىپ بوۋاسىرغا چاپسا، بوۋاسىر ئۈچۈن ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1～10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] تەرەنجىبىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ياڭتاق قايىنتىلمىسى.

تۇخۇم ئېقى

吐胡米阿克

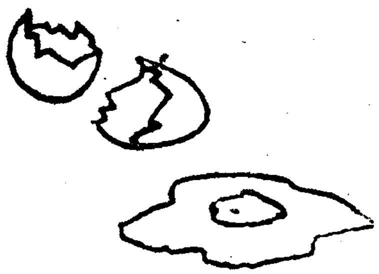
(鸡子白 ji zi bai)

[باشقا ئاتىلىشى] بەيزە مۇرغ ئەبيەز

[لاتىنچە نامى] Album Ovi Galli

[ئىنگلىزچە نامى] Hen's egg—albumen

[تونۇش] بۇ، قىرغاۋۇل ئائىلىسىدىكى ھايۋانات ئۆي توخۇسىنىڭ تۇخۇمىنىڭ ئېقىدىن ئىبارەت. گەرچە تۇخۇم ئېقىنىڭ تەركىبىدە ئاقسىل ئاز بولسىمۇ، لېكىن ئوزۇقلۇق جەھەتتىن ئەلا سۈپەتلىك ھېسابلىنىدۇ. چۈنكى تەركىبىدە سالامەتلىك ئۈچۈن زۆرۈر بولغان ئامىنو كىسلاتاسى بار. (11.8 ـ رەسىم)



تۇخۇم ئېقى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] تۇخۇمنى ئېلىپ، ئېقىنى ئايرىپ سوغۇق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] 100 گىرام تۇخۇم ئېقىدا 10 گىرام ئاقسىل، ئاز مىقداردا ياغ، بىر گىرام كاربون سۇ بىرىكمىلىرى، كۈل ماددىسى، 10 مىللىگىرام فوسفور، 19 مىللىگىرام كالتسىي، تۆمۈر، رىبوفلاۋىن، نىكوتىن كىسلاتاسى ۋە باشقا نۇرغۇنلىغان مىكرو ئېلېمېنتلار بار.

ئومۇملاشتۇرۇپ ئېيتقاندا، سۇ تەركىبى 87% نى، قاتتىق تەركىبى 13% نى تەشكىل قىلىدۇ. قاتتىق (قويۇق) تەركىبىنىڭ 90% نى ئاقسىللار ئىگىلەيدۇ، ئۇلارنىڭ ئىچىدە تۇخۇم ئاق ئاقسىلى 75% نى، تۇخۇمسىمان، يېپىشقاق ئاقسىل 15% نى، تۇخۇم يېپىشقاق ئاقسىلى 7% نى تەشكىل قىلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئۆپكىگە نەملىك يەتكۈزۈش، كېكىردەك خىزمىتىنى ياخشىلاش، قىزىتما قايتۇرۇش، تېرىنى ئوزۇقلاندۇرۇش، چاچ ئۆستۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] گال ئاغرىقى، كۆز قىزىرىش، يۆتەل، ئىچ سۈرۈش، بەزگەك، كۆيۈك يارىسى، ھەر خىل سۇنۇق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. خام ھالەتتە كۈندە تۇخۇمنىڭ ئېقىدىن ئىككى دانىنى ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىچىپ بەرسە، گال ئاغرىقى ۋە يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. تۇخۇمنىڭ ئېقىدىن بىر دانە ئېلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بەرسە، بەزگەك ھەم كۆيۈك يارىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. تۇخۇمنىڭ ئېقىدىن بىر دانە ئېلىپ، سالاجىت بىلەن قوشۇپ سۇنۇق بار ئورۇنغا زىمات قىلىپ بەرسە، سۇنۇققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مۇۋاپىق مىقداردا.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەردە ئاقكېسەل پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] تۇخۇم سېرىقى، زەپەر.

[ئورۇنباسارى] غاز ياكى ئۆردەك تۇخۇمىنىڭ ئېقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زىمات دورىلار.

ماھۇدانە

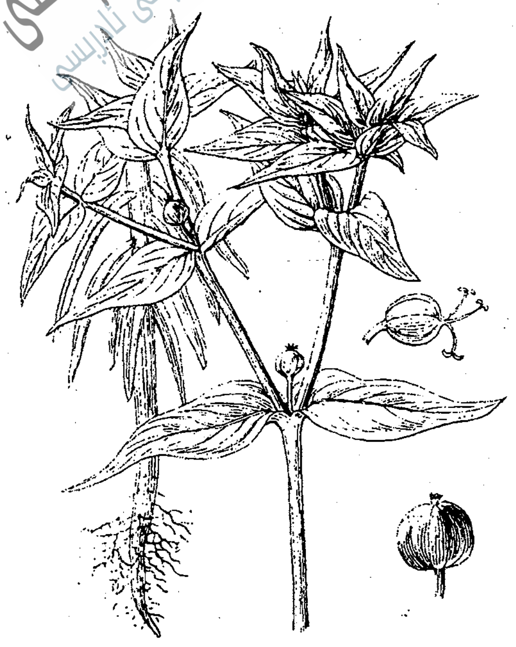
麻欧大乃

(千金子 qian jin zi)

[باشقا ئاتىلىشى] مايتاران ئۇرۇقى

[لاتىنچە نامى] Semen Euphorbia lathryris

[ئىنگلىزچە نامى] Caper Euphorbia Seed



ماھۇدانە ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، سۇتلۇكئوتلار ئائىلىسىدىكى ئىككى يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك مايتاراننىڭ پىشقان ئۇرۇقى بولۇپ، ئېللىپىس شەكىللىك، سىرتقى يۈزى كۈل رەڭگە مايىل، تورسىمان قورۇقلار بار، پارقىراق، تەمى ئاچچىق، پۇراقسىز. (9.11 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] لياۋنىڭ، جىلىن، خېيلۇڭجياڭ، جېجياڭ، يۈننەن، سىچۈەن قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇق تەركىبىدە 10%～50% كىچە ياغ بار، مايىنىڭ تەركىبىدە يەنە زەھەرلىك ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. ئىچ سۈرۈش تەسىرى: ئۇرۇقىدا تۇتقان ماي يېڭى ۋاقتىدا رەڭسىز، پۇراقسىز كېلىدۇ، لېكىن ناھايىتى تېزلا سېسىق پۇراق ۋە ئاچچىق تەمگە ئۆزگىرىپ كېتىدۇ، ئاشقازان ۋە ئۈچەيىنى غىدىقلاپ ئىچىنى سۈرىدۇ.

2. ئۆسمىگە قارشى تەسىرى: دەسلەپكى تەجرىبە ئارقىلىق مەلۇم بولدىكى، ھۆل ئۆسۈملۈكى ئۆتكۈر خاراكتېرلىك لىمفا ھۈجەيرىسى ۋە دانىلىق ھۈجەيرە تىپى، خىرورنىك دانىلىق ھۈجەيرە تىپى، ئۆتكۈر تاق يادرولۇق ھۈجەيرە تىپلىرىدىكى ئاق قان كېسەللىكىگە نىسبەتەن ئاق قان ھۈجەيرىسىنى تورمۇزلاش رولىغا ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] سۇلۇق ئىششىقلارنى تارقىتىش، ئىچىنى سۈرۈش، بەلغەم بوشىتىش، يەل ھەيدەش، ياللۇغ قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قەۋزىيەت، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، بوغۇم ئاغرىقى، ھەر خىل سۇلۇق ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] يەرلىك شوخلا، بابۇنە، ئىكىلىملىك يەتتە گىرامدىن، ماھۇداندىن بىر گىرام ئېلىپ، قايىنتىپ ۋاننا قىلسا ياكى زىمات قىلسا، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 0.5 ~ 1 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكە ۋە ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەديان، كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] يېرىم مىقداردا ھەببۇلمۇلۇك، تەڭ مىقداردا ئابدىمىلىك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زىماتى ماھۇدانە.

ئىكىلىمىلىك

依克力米力克

(野苜蓿子 ye mu xu zi)

[باشقا ئاتىلىشى]گىياھ قەيسەر، ناخۇنە، پەرەنگى

[لاتىنچە نامى]Herba medicago falcata

[ئىنگلىزچە نامى]Sickle alfalfa herb

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سېرىق گۈللۈك بېدىنىڭ ئۇرۇقى بولۇپ، مېۋىسى ياپىلاق، ئەگمە شەكىللىك، خۇددى يېرىم ئاي شەكلىگە ياكى ئېلىۋەتكەن تىرناققا ئوخشايدۇ، پور رەڭ، ئۈزى پارقىراق كېلىدۇ. ئۇزۇنلۇقى 1.5 ~ 2 سانتىمېتىرغىچە كېلىدۇ، ئىچىدىن 5 ~ 10 تالغىچە ئۇرۇقى چىقىدۇ، بۇ ئۇرۇقنىڭ شەكلى يۇمىلاق، كىچىك، خورما رەڭ، تەمى ئاچچىق كېلىدۇ، ياز ۋە كۈز پەسلىدە ئۆسۈملۈكنى ئورىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى ئايرىپ ئېلىپ تەييارلىنىدۇ. (10.11 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ شىنجاڭ، گەنسۇ، شەنشى، ئىچكى موڭغۇل، سەنشى، خېبېي قاتارلىق جايلاردىن، ئۇنىڭدىن باشقا ئاسىيا ۋە ياۋروپا قىتئەسىدىكى ھەرقايسى جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز ۋە كۈز پەسلىدە ئۆسۈملۈكى ئورۇۋېلىنىپ، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقى ئايرىپ ئېلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىدە ساپونىن (saponins)، گىلۇكوزىدى (glucoside)، ۋىتامىن B1، B2، ئارگىنىنى (Arginine) ئاسپانتىك كىسلاتاسى (aspantic aeid)، گۈلۇتامىك كىسلاتاسى (glutamic aeid)، مىكرو ئېلېمېنتلاردىن تۆمۈر (Fe)، سىنك (Zn)، مىس (Cu) ۋە كاروتىن قاتارلىق ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيدۈك ھەيدەش، سېرىقلىقنى قايتۇرۇش، قاندىكى ماينى پارچىلاش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ، ئېلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، ماددىلارنى تارقىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، سۈيدۈك، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] جىگەر، تال، ئۈرۈقدان ۋە ئۈرۈق خالتا ئىششىقلىرى، بالىياتقۇ ئىششى-
قى، سۈيدۈك، ھەيز تۇتۇلۇش، بالىياتقۇ ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى ئىكلىلملىكنى بابۇنە بىلەن سوقۇپ، ئىششىغان ئورۇنغا زىمات قىلسا، ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى ئىكلىلملىكنى كەرەپشە ئۇرۇقى بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، سۈيىنى ئىچسە، پالەچكە مەنپەئەت قىلىدۇ، سۈيدۈك ۋە ھەيز راۋانلاشتۇرىدۇ.

3. مۇۋاپىق مىقداردىكى ئىكلىلملىكنى قىزىلگۈل بىلەن سوقۇپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، ئىچكى ئەزالار ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ～ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۈرۈقداننى ئاجىزلاشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ئەنجۈر.

[ئورۇنباسارى] بابۇنە، كۈدە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىششىق ياندۇرغۇچى شەربەت، مەلھەم ۋە زىماتلار تەركىبىگە چۈشىدۇ.

قىزىلگۈل يېغى

核孜力古丽也合

(玫瑰花油 mei gui hua you)

[باشقا ئاتىلىشى] دەھەنى ۋەرد، رەۋغىنى گۈل سۇرۇخ، گۈل سۇرۇخنى تىل

[لاتىنچە نامى] Oleam Flos Rosa rugosa

[ئىنگلىزچە نامى] oil of flower rugose rose

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىگە تەۋە بولغان ھەممىگە تونۇشلۇق خۇش پۇراق، قىزىلگۈلنىڭ گۈل بەرگىدىن كۈنجۈت يېغى ئارقىلىق ئېلىنغان ياغ بولۇپ، ئۆزى سۈزۈك، قىزغۇچ سېرىق رەڭدە، پۇرىقى سۈس كېلىدۇ.

قىزىلگۈل

گۈل يېغىنى تەييارلاش: قىزىلگۈلنى كۈنجۈت يېغىغا سېلىپ ئاززاق قىزدۇرۇپ، تەمىنى چىقىرىپ، گۈلنىڭ تىرىپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېلىپ تەييارلىنىدۇ، يەنە كۈنجۈت يېغىغا قىزىلگۈلنى چىلاپ، تومۇز ئاپتاپتا ئۈچ ئاي قويۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇ جەرياندا چوقۇم گۈل ياپرىقى 2 ～ 3 قېتىم ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. (11.11 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ئۇچۇچان ماي، موزا كىسلاتاسى، سىيانىن (Cyanin)، كاروتىن (Carotene)، سېرىق پىگمېنت، ۋىتامىن C قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] ۋىرۇسقا قارشى تەسىرى بار. ئۆت ماددىسىنىڭ ئاجرىلىشىنى تېزلىتىش ۋە زەھەر قايتۇرۇش تەسىرى بار.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئىششىق ۋە ياللۇغ قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ھەر خىل تېرە، بالىياتقۇ ياللۇغى كېسەللىكلىرى، باش ئاغرىقى، قۇلاق ياللۇغى، بوغۇم ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈل يېغىنى يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە، ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈل يېغىنى پېشانىسىگە سۈركىسە، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈل يېغىغا تۇخۇمنىڭ ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، ئىششىق ۋە ياللۇغ قايتۇرىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 7 ～ 12 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] سوغۇق مىزاج كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ، باھقا زىيانلىق.

[**تۈزەتكۈچىسى**] زەيتۇن يېغى، بادام يېغى.

[**ئورۇنباسارى**] كۈنجۈت يېغى.

[**پىششىق دورا ياسالمىسى**] زىماتى ۋەرەم.

سۆگەتگۈل

苏改提古丽

（夹竹桃 jia zhu tao）

[**باشقا نامى**] خەرزەمىرە

[**لاتىنچە نامى**] Folium Nerum indicum

[**ئىنگلىزچە نامى**] Leaf or bark of Sweetscented Oleander

[**تونۇش**] بۇ، تال گۈل ئائىلىسىدىكى دائىم كۆكىرىپ تۇرىدىغان چاتقال ئۆسۈملۈك سۆگەتگۈلى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقى «سۆگەتگۈلى يوپۇرمىقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. يوپۇرمىقى ئۇزۇنچاق تېمىنە شەكىللىك بولۇپ، قېلىن، قاتتىق، سىلىق بولىدۇ، ئالدى يۈزى توق يېشىل رەڭلىك،

ئارقا يۈزى سۇسراق يېشىل، تەمى ئاچچىق، ئۆتكۈر، پۇراقلىق بولىدۇ. (12.11 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كۈزدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

سۆگەتگۈل

[خىمىيەلىك تەركىبى] يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە يۈرەكنى قۇۋۋەتلىگۈچى گىلۇكوزىدلار بار. تۇتىدۇ. بۇنىڭ ئاساسلىق تەركىبى ئولېئاندرىن (Oleandrin)، ئولېئاندروزا (Oleandrose)، ئولېئېندرىگېن (Oleandrigenin) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. يەنە نېرىئانتىن (Neriantin)، ئادىنېرىن (Adynerin) قاتارلىقلارمۇ بار، يوپۇرماق تەركىبىدىكى يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدىغان، گىلۇكوزىدنىڭ مىقدارى گۈلى ئېچىلىش مەزگىلىدە ئەڭ يۇقىرى بولىدۇ، يەنە رۇتىن (Rutin)، دامبونىتول (Dambonitol) قاتارلىقلارمۇ بار.

دەرەخ قوۋزىقىدا ئودوروزىدى A(Odoroside)، B، D، F، G، H، K قاتارلىقلار بار.

يىلتىزىنىڭ تەركىبىدە فېنوللۇق كىرىستال ماددىلار، ئۇچۇچان ياغ، پالمىتىك كىسلاتا، قاتتىق ياغ كىسلاتاسى، ماي كىسلاتاسى، زىغىر يېغى كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. يۈرەكنى كۈچەيتىش تەسىرى: سۆگەتگۈلنىڭ ياسالمىسى ـ مەملىكىتىمىزنىڭ سۆگەتگۈلى كۆزگە كۆرۈنەرلىك هالدا يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە ئىكەنلىكى خېلى بۇرۇنلا ئىسپاتلانغان، مەيلى يوپۇرمىقى، غولى، قوۋزىقى، ياغاچ قىسمى ۋە گۈلى بولمىسۇن، ھەممىسىنىڭ يۇقىرىقىدەك ئۈنۈمى بار، يوپۇرمىقىنىڭ تەسىرى كۈچلۈك، گۈلىنىڭ ئەڭ ئاجىز.

2. باشقا تەسىرى: يوپۇرمىقى كىچىك چاشقاننىڭ سۈلۈق راكىنى يەڭگىل دەرىجىدە تورمۇزلايدۇ، يوپۇرمىقى ۋە يىلتىز پوستى بالىياتقۇنى قوزغىتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئىششىق ياندۇرۇش، بۇزۇق ماددىلارنى تارقىتىش، تېرىنى پارقىرىتىش، قان تازىلاش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، باھنى كۈچلەندۈرۈش، زەھەر قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل ئىششىق ۋە ھەر خىل يارىلار، قىچىشقاق، قوتۇر، باھ ئاجىزلىقى، بوۋاسىر، بەل، يانپاش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سۆگەتگۈل يىلتىزىنى سۈت بىلەن قاينىتىپ، ئادەتتىكى قايماق ئېلىش ئۇسۇلى بويىچە قايمىقىنى

چىقىرىپ، باھنى كۆچلەندۈرۈش ئۈچۈن مۇۋاپىق مىقداردا يېگۈزۈلىدۇ (يېيىشتە يۇرەككە تەسىر قىلماسلىقى ئۈچۈن مىقدارى ئاز بولۇشى زۆرۈر).

2. سۆگەتگۈلنىڭ يوپۇرمىقىنى ئەنجۈر ۋە شاراب سۈيىدىن 15 گىرام مىقداردا ئېلىپ، كالا قېتىقى بىلەن ئىچسە، زەھەرلىك ھاشاراتلەرنىڭ زەھىرىنى پەسەيتىدۇ، ھايۋانلارغىمۇ شۇ تەسىرنى بېرىدۇ.

3. سۆگەتگۈل يوپۇرمىقىنى پىشۇرۇپ خېمىر قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بەرسە، قاتتىق ئىششىقلارنى يۇمشىتىپ پارقىرىتىدۇ، كونا بەل ئاغرىقى ۋە يانپاش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

4. سۆگەتگۈلنىڭ يىلتىزىدىن ئاز مىقداردا ئېلىپ، يېڭى سېغىلغان سۈتتە قاينىتىپ ئېلىپ، ئاز - ئازدىن ئىچىپ بەرسە، باھنى كۆچلەندۈرىدۇ، مەنىينى تۇتىدۇ. لېكىن بۇ ئۆسۈملۈك زەھەرلىك بولغاچقا، ئىشلىتىشتە كۆپىنچە سىرتتىن ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش تەلەپ قىلىنىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] بۇ ئۆسۈملۈك زەھەرلىك بولغاچقا، كۆپىنچە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ. مىقدارى بىر گىرامغىچە بولىدۇ، ئۇنىڭدىن ئارتىپ كەتسە، ئادەم ۋە ھايۋانلارنى زەھەرلەپ ئۆلتۈرىدۇ.

[**زىيانلىق تەسىرى**] مېڭە ۋە ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ، كۆزنى قاراڭغۇلاشتۇرىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] ئوغۇز سۈتى، ھەسەل.

[**ئورۇنباسارى**] قاتتىق ئىششىقلارنى ياندۇرۇشتا باراۋەر مىقداردا ئىكلىلمىلىك ياكى بابۇنە، ئۈچتىن بىر مىقداردا ئەنجۈر يوپۇرمىقى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] سۆگەتگۈل يوپۇرمىقى قاينىتىلمىسى.

مامچەمەك

玛木切玛克

(河西苣 he xi ju)

[**باشقا ئاتىلىشى**] مامچەمەك چۆپى

[**لاتىنچە نامى**] polydichotoma (Ostenf)

[**تونۇش**] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، بويى 40～50 سانتىمېتىرغىچە ئېگىز ئۆسىدۇ، يەر ئاستى يىلتىزىسىمان غولىدىن سۈتكە ئوخشاش سۇيۇقلۇق چىقىدۇ. غولىدا بويىغا سوزۇلغان سىزىقچىلىرى بولىدۇ. تۆۋى قىسمىدىن كۆپ شاخلىنىپ پومزەك ھالەتنى شەكىللەندۈرىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «مامچەمەك» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] سېزىمنى تۆۋەنلىتىش، ئېرىتىش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، يەل ھەيدەش، قاتتىق مونەكلەرنى يۇمشىتىش

خۇسۇسىيتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بەل - پۇت ئاغرىقلىرى، بوغۇم ئاغرىقلىرى، بەل چىم بولۇپ كېتىش، سوغۇق ئۆتۈشتىن بولغان قول - پۇت ھەرىكىتىنىڭ ياخشى بولماسلىقى، پەي - مۇسكۇللارنىڭ تارتىشىپ قېلىشى، مۇپاسىل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مامچەمەكتىن 100 گىرام ئېلىپ، 5000 مىللىلىتىر سۇدا يېرىم سائەت ئەتراپىدا قايىتىپ، تىرىپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۇيىدە يەرلىك ئورۇننى يۇسا ياكى ۋاننا قىلسا، بوغۇم ئاغرىقى ۋە تىتىشىشقى، پەي ۋە مۇسكۇللارنىڭ تارتىشىپ قېلىشىغا پايدا قىلىدۇ.

2. مامچەمەكتىن 60 گىرام، چاكاندىدىن 20 گىرام، ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 20 گىرام، سەبرىدىن 45 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ تالقان قىلىپ، تۇخۇم ئېقى ياكى تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بەرسە، بەل ۋە پۇت ئاغرىقى، تىز ۋە ئوشۇق بوغۇملىرىنىڭ ئىششىپ ئاغرىشى، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مۇۋاپىق مىقداردا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسرى] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەنجىۋىل.

[ئورۇنباسارى] ئادراسمان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىشىق دورا ياسالمىسى] مامچەمەك دەملىمىسى.

بۇغداي كېپىكى

希格达依克皮克皮开

[باشقا ئاتىلىشى] سوبۇس گەندۇم، سوبۇس، گىھۇڭگى بۇسى

بۇغداي

[تونۇش] بۇ، باشاقلىق ئۆسۈملۈكلەر ئائىلىسىدىكى مەشھۇر ئاشلىق بۇغداي دېنىنىڭ پوستى بولۇپ، بۇغداينى سوقۇپ تاسقىغاندىن كېيىن قېپقالغان پوستىدىن ئىبارەت. رەڭگى سۇس سارغۇچ، ئۆزى يۇمشاق، تەمى سۇس، پۇراقسىز كېلىدۇ، بۇ «بۇغداي كېپىكى» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (13.11 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 6 -، 7 - ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن دورىلىق قىسمىنى ئايرىپ ئېلىپ، قۇرغاق، سالقىن ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئېلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

www.uyghurkitap.com

[**خۇسۇسىيتى**] ياللۇغ ياندۇرۇش، تېرىنى پارقىرىتىش، تازىلاش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، قويۇق خىلىتلارنىڭ بۇخاراتلىرى ۋە يەللىرىنى تارقىتىش خۇسۇسىيتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] يۆتەل، زۇكام، دەم سىقىلىش، دىيابېت، داغ، سەپكۈن، دانىخورەك، مودۇر - چاقا، ئەمچەك ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. بۇغداي كېپىكى، بادام مېغىزىدىن 10 گىرامدىن، زىغىردىن 15 گىرام، زۇپا، سەرپىستاندىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، بەش گىرامدىن ئىككى ۋاق ئىچىپ بەرسە، بەلغەمنى بوشىتىپ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

2. بۇغداي كېپىكىنى خېمىر قىلىپ، نان پىشۇرۇپ يېسە، قەنت سىيىش كېسىلىگە مەنپەئەتلىك.

3. سېرىق ھېلىلە پوستى، سەبرە، بۇغداي كېپىكى تالقىنى، ماش تالقىنى، باقىلە تالقىنىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، ھۆل شوخلا سۈيى بىلەن يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلسا، ئەمچەك ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 7 ~ 12 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] جىگەرگە زىيانلىق.

[**تۈزەتكۈچىسى**] ياغ ۋە ھەسەل.

[**ئورۇنباسارى**] ئارپا تالقىنى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] بۇغداي كېپىكى قاينىتىلمىسى، بۇغداي كېپىكى مەلھىمى.

كەپتەر تۇخۇمى

开普台尔吐胡米

(**鸽子卵** ge zi luan)

[**تونۇش**] بۇ، ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان مەشھۇر ئۇچار جانىۋار بولۇپ، ئىككى خىل بولىدۇ. بىرىنچى خىلى ئۆيلەردە بېقىلىدىغىنى، ئىككىنچى خىلى ياۋىسى. ئۆيدە بېقىلىدىغىنى ھەر خىل رەڭدە بولىدۇ. ياۋىسىنىڭ رەڭگى كۆل رەڭ، كۆككە مايىل، ئادەتتە ئۆيدە بېقىلىدىغىنىنىڭ تۇخۇمى كۆپ ئىشلىتىلىدۇ. چوڭ - كىچىكلىكى، رەڭگى ئوخشاش بولمىغان، ئېللىپىس شەكىللىك بولۇپ، «كەپتەر تۇخۇمى» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (11. 14 - رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ھەممە جايلاردىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] كەپتەر تۇخۇم تۇغقاندىن كېيىن ئېلىۋېلىپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ساپلاشتۇرۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيتى**] ھۆللۈكنى ھەيدەپ، ھارارەت پەيدا قىلىش، ئۆپكىنى تازىلاپ، بەلغەم بوشىتىش، راۋان سۆزلەش، بەدەننى سەمرىتىش، باھنى كۈچەيتىش خۇسۇسىيتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ھۆل سوغۇق مىزاج ياكى بەلغەم خىلىتى ۋە سەۋدا خىلىتىدىن بولغان كېسەللىكلەر، ئۆپكىگە سوغۇق تېگىش، بەلغەم كۆپىيىش، نەپەس قىيىنلىشىش، كىچىك بالىلاردىكى

تىل ئاجىزلىقى، سۆزلەش قىيىنلىشىش، بەدەن ئورۇقلاش، باھ ئاجىزلىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مۇۋاپىق مىقداردا كەپتەر تۇخۇمىنى خام ئىستېمال قىلسا، نەپەس قىيىنلىشىش، بەلغەم كۆپىيىش ۋە بەدەن ئورۇقلاشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى كەپتەر تۇخۇمىنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، كىچىك بالىلاردىكى تىلى كېچىكىپ چىقىش، راۋان سۆزلىيەلمەسلىك قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 3 دانىغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىقلارغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ئۈزۈم سىركىسى، يۇمغاقسۈت، ئۆرۈك شەربىتى.

[ئورۇنباسارى] بۆدۇنە تۇخۇمى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھالۋائى بەيزە.

تەرتىز

台尔台孜

（家独行菜子 jia du xing cai zi）

تەرتىز ئۆسۈملۈكى

[باشقا ئاتىلىشى] تۇخۇمى تەرتىز

[تونۇش] بۇ، كىرىبست گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تەرتىز بولۇپ، ئېگىزلىكى 20 ~ 40 سانتىمېتىرغىچە، ئادەتتە غولى تۈز كېلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى «تەرتىز» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ. يەنە خېبلۇڭجياڭ، جىلىن، شەندۇڭ، شىزاڭ ۋە شىمالىي ئافرىقا، ئاۋستىرالىيە قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىپ، دەم سىقىلىشنى يوقىتىش، ئاشقازان، تالنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] سۈلۈق ئىششىق، يۆتەل، دەم سىقىلىش، ماغدۇرسىزلىق، كاناي ياللۇغى، ھەزىم ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. تەرتىز، غارىقۇن، ئۇستۇقۇددۇسنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرام، رۇمبەدىياندىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، كۈندە ئۈچ قېتىم ئىچىپ بەرسە، كاناي ياللۇغى، دەم سىقىلىش، يۆتەل قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] سوغۇق مىزاجلىقلاردا باش قېيىش پەيدا قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] ھەسەل، ناۋات.

[**ئورۇنباسارى**] سېمىز ئوت ئورۇقى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] سۇفۇپى زەھىر.

ئون ئىككىنچى باب قىزىتما قايتۇرغۇچى دورىلار

www.uyghurkitap.com

قىزىتما قايتۇرۇش، هارارەت پەسەيتىش خۇسۇسىيىتى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، قىزىتما قايتۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

هەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تەسىرىدىن، بەدەندە خىلتتىسىز، خىلتلىق مىزاج بۇزۇلۇش يۈز بېرىپ، ئورگانىزمنىڭ تەبىئىي تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇپ، «تەبىئەت» ئاجىزلاش نەتىجىسىدە كېيىسەللىك پەيدا قىلغۇچى مىكرو ئورگانىزم قانغا ئۆتۈپ، قاننى ئوفۇنەتلەندۈرۈشىدىن بەدەندە تېمپېراتۇرا تەڭشەش مەركىزىنىڭ خىزمىتى بۇزۇلۇپ، قىزىتما پەيدا بولىدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا بەدەن هارارىتى نورمال چەكتىن يۇقىرى بولۇش، باش ئاغرىش، پۇت — قول ئاغرىش، ئومۇمىي بەدەن سىرقىراپ ئاغرىش، كۆپ ئۇسساش، يۇتقۇنچاق قىزىرىپ ئىششىش، قىزىل، سىزلام، يۆتەل، نەپەس سىقىلىش، ئۆپكە سىلى، گۆرەن بەز سىلى، هەر خىل ئۆسمە، سۈت بېزى ياللۇغى، تېرە ياللۇغى، سۈيدۈك يولى ئۆتكۈر يۇقۇملىنىشتەك تۈرلۈك كېسەللىككە ئالاقىدار ئالامەتلەر بايقىلىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا، قىزىتما داۋاملىق ئۆرلەپ، يامان ئاقىۋەت كېلىپچىقىدۇ. قىزىتما قايتۇرغۇچى دورىلارنىڭ تۈرى كۆپ خىل بولغاچقا، ئىشلەتكەندە قىزىتمىنىڭ سەۋەبىگە قاراپ تاللاپ ئىشلىتىش لازىم. قىزىتما قايتۇرغۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئىتى هۆل سوغۇق بولىدۇ. بۇ خىل دورىلار غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تازىلاش، بۇزۇق ماددىلارنى تارقىتىپ زەھەر قايتۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇپ، قىزىتما پەسەيتىشتەك خۇسۇسىيەتلىرى ئارقىلىق قىزىتما ياندۇرىدۇ. بۇنداق دورىلار قىزىتما قايتۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: ئانېماررېنا، قاغتىرنىقى، شاقايىقونئۇمان، تالىك، مودەنگۈل يىلتىزى پوستى، گاۋزەبان چىنى، لوكات، لوپنۇر كەندىرى، قىرىقىز، سۆگەت، تاشئۇت، سىركە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، يۇمغاقسۈت، كاھۇ، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، بىنەپشە، نىلۇپەر، لىمون، ئۈچقات، قونۇن، سېمىزئوت ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ ئۇرۇقى، روشەنگۈل، بىدمۇشكى، كاتھىندى، تەرخەمەك، ئەرۋەسە ياپرىقى، قومۇش يىلتىزى، سەپرائوت يىلتىزى پوستى، پىچانگۈل يىلتىزى، سۇ بۆلجۈرگىنى، يۆگىمەچئوت، كۆك ماش، ئۇسما يىلتىزى، شاتۇت.

ئانېماررېنا
阿尼马热那
(知母 zhi mu)

[باشقا ئاتىلىشى] ئانېماررېنا يىلتىزى

[لاتىنچە نامى] Rhizoma Anemarrhena asphodeloides

[ئىنگلىزچە نامى] Anemarrhena

[تونۇش] بۇ، گۈللساق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئانېماررېنانىڭ

يىلتىزى بولۇپ، توغراپ، شۇ پېتى ياكى تۇز بىلەن قورۇپ ئىشلىتىلىدۇ. (1.12 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ خېبېي، سەنشى، شەرقىي شىمال قاتارلىق ئىچكى ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] بۇنىڭدا ئانېماررېنا ساپونىنى قاتتىق ماي كىسلاتاسى، پالما كىسلاتاسى، يوپۇرماق كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] كېسەللىك قوزغاتقۇچى مىكرو جانلىقلارغا قارشى تۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، قان قەنتىنى تۆۋەنلىتىش ۋە قان ئۇيۇۋېلىشقا قارشى تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] توغراپ ياكى قورۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قىزىتما قايتۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئۈچەينى سىلىقلاشتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان قىزىپ ئۇسساش، ئىچى تىتىلداش، يۆتەل، ئۆپكە ياللۇغى، كاناي ياللۇغى، ئۆپكە سىلى، قەنت سىيىش كېسىلى، تال زەئىپلىكىدىن بولغان قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تەمرىھىندىدىن 10 گىرام، ئانېماررېنادىن بەش گىرام، چىلاندىن 10 گىرام ئېلىپ، چايلىق دەملەپ ئىچسە، يۇقىرى قىزىتمىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئانېماررېنا، شۇمشا ئۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، يۆتەل پەسەيتىدۇ.

3. سېمىزئوت ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، تاباشىر، قىزىلگۈل، ئانېماررېنانىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچسە، قەنت سىيىش كېسەللىكىگە شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2 ～ 4 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تالنى زەئىپلەشتۈرۈۋېتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئىزخىر.

[ئورۇنباسارى] ئاق لەيلىگۈل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئانېماررېنا دەملىمىسى.

قاغىتىرنىقى

卡格提热尼克

(郁金香 yu jin xiang)

[باشقا ئاتىلىشى] پىلپىلگۈل، مۇندۇلاق

[لاتىنچە نامى] Tulipa iliensis

[ئىنگلىزچە نامى] Edible Tulip

[تونۇش] بۇ، پىياز ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 5 ～ 30 سانتىمېتىرغىچە، كۆپىنچە باش باھاردا

ئۆسىدىغان، ئۆزى كىچىك، كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئىلى قاغىتىرنىقى (خەلقىمىز بۇ ئۆسۈملۈكنى «پىلپىلگۈل» ۋە «موندۇلاق» قاتارلىق ناملار بىلەنمۇ ئاتايدۇ) بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ تەڭگىسىمان غولى «قاغىتىرنىقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. تەمى ئاچچىقراق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (2.12 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] قۇرۇق تاغ باغىرلىرى ۋە دالىلاردا كۆپ ئۆسىدۇ. ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كولخىتسىن (Colchicine) قاتارلىق كۆپ خىل بىيولوگىيەلىك ئىشقار ۋە كىراخماللاردىن تەركىب تاپقان.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاق قان دانچىلىرىنىڭ كۆپىيىشىنى تېزگىنلەش، ئۆسمىنى كونترول قىلىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ھارارەت پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، بۇزۇق ماددىلارنى تارقىتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] غەلۋىرەك، ھەر خىل ئىششىق، لىمفا سىلى، سېرىقلىق چۇشۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. زىرىق، ئاقباشئوتتىن 10 گىرام، قاغىتىرنىقىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، قىزىتما پەسەيتىدۇ.

2. قىزىل بۇغدايدىن بىلەن قاغىتىرنىقنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، يىلان چاققان زەھەرنى قايتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئىچكى تەرەپتىن سەككىز گىرامغىچە، سىرتقى تەرەپتىن ئاچچىقسۇ بىلەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ناۋات، پىلپىل.

[ئورۇنباسارى] سۇماق.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قاغىتىرنىقى دەملىمىسى.

www.uyghurkitap.com

شاقايىقنۇنۇئمان

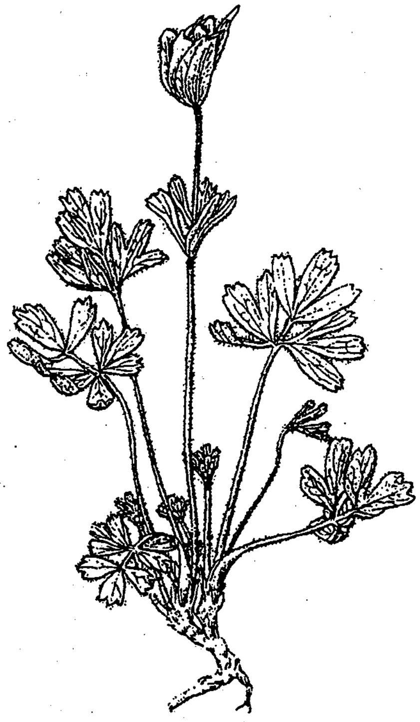
沙卡依困努曼

（白头翁 bai tou weng）

[باشقا ئاتىلىشى] شاقايىقنۇنۇئمال، گۇللالە

[لاتىنچە نامى] Herba Pulsatilla ambigua

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese pulsatilla root



شاقايىقنۇنۇئمان چۆپى

[تونۇش] بۇ، ئېيىقتاپانلىقلار ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 10～40 سانتىمېتىرغىچە ئۆسىدىغان، كۆپ يىللىق ئۆسۈملۈك بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى، يىلتىزى ۋە گۈلى دورىلىق ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان بولۇپ، بۇلار «شاقايىقنۇنۇئمان»، «ئاقباشئوت»، «گۇللالە» قاتارلىق ناملاردا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ شەكلى كۆكنار ئۆسۈملۈكى ۋە يوپۇرمىقىغا ئوخشايدۇ، گۈلى، ئۇرۇقى ۋە مېۋىسىمۇ ئوخشايدۇ، لېكىن كۆكنارنىڭكىدىن كىچىك، ئۇرۇقىمۇ ئۇششاقراق، گۈلى رەڭمۇرەڭ بولىدۇ، ئۇنىڭ يىلتىزى «شاقايىقنۇنۇئمان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.12 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ئىچكى موڭغۇل، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى قاتارلىق جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئانېمونىن (Anemonin) ۋە ئانېمون (Anemon) كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار ھەم 9% لىك ساپونىنمۇ بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى]

1. ئامىيوباغا قارشى تۇرۇش تەسىرى بار.
2. جىنسىي يول تامچە قۇرتىنى ئۆلتۈرىدۇ.
3. باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قىزىتما قايتۇرۇش، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى تەڭشەش، بۇزۇق ماددىلارنى تارقىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، زەھەر قايتۇرۇش، قان توختىتىش، ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش؛ بۇنىڭدىن

ئېلىنغان يېلىم ئەزالارنى سەزمەس قىلىشتا ۋە مەست قىلىشتا كۆكنارنىڭ ئەپيۇنى بىلەن ئوخشاش، شۇنىڭدەك بۇنىڭ ئۇرۇقى ۋە پوستى كۆكنارنىڭ ئۇرۇقى ۋە پوستىدىن كۈچلۈك كېلىدۇ.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] تولغاق، سۈيدۈك ۋە ھەيز تۇتۇلۇش، بەرەس قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. شاقايىقۇنتوئمان ۋە ئەرمۇدۇن قوۋزىقىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، تولغاقتا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. شاقايىقۇننوئمان گۈلىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، ئېزىپ ئىچسە ياكى بۇرۇنغا پۈركىسە، بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ.

3. شاقايىقۇننوئمان يوپۇرمىقى ۋە تېنىنى ئارپا سامىنى بىلەن قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

4. شاقايىقۇننوئماننىڭ ئۇسارىسىنى جاراھەتكە چاپسا، قان ـ يىرىڭلارنى تازىلايدۇ، تېرىنىڭ سويۇلۇپ چۈشۈپ كېتىشىنى يوقىتىدۇ، كۆزنىڭ ئېششىقىنى تارقىتىدۇ، كۆزگە ۋە بۇرۇنغا تېمىتسا، مېڭىدىن كېلىدىغان ھۆللۈكنى تازىلايدۇ، كۆزگە تېمىتسا، كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتىدۇ ھەمدە يوپۇرمىقى ۋە گۈلىنىڭ سىقىلغان سۈيىنى كۆزگە تېمىتسا ياكى سۈرمە قىلىپ تارتسىمۇ شۇ تەسىرنى بېرىدۇ.

5. شاقايىقۇننوئماننىڭ گۈلىنى ياڭاقنىڭ كۆك پوستى بىلەن ئېزىپ خېمىر قىلىپ چاپسا، چاچنى قارايتىدۇ، قوبا كېسەللىنى يوقىتىدۇ.

6. شاقايىقۇننوئماندىن ھەر كۈنى سوغۇق سۇ بىلەن ئۈچ گىرامدىن ئىچىپ بەرسە، ھەر خىل تەپ كېسەللىنى يوقىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] چۆپىدىن ئىككى گىرامغىچە، گۈلىدىن 0.01 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] دوۋساقتا زىيان قىلىدۇ، غوزىسىدىن ئۈچ گىرامنى شاراب بىلەن ئىچسە، نېرۋىنى زەھەرلەپ، ساراڭلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان، گاۋزىبان.

[ئورۇنباسارى] خەشخاش.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شاقايىقۇننوئمان دەملىمىسى.

تالك

塔力克

(滑石 hua shi)

[لاتىنچە نامى] Talcum

[ئىنگلىزچە نامى] Talc

[تونۇش] بۇ، بىر خىل كىرىمنىي كىسلاتا تۇزى تۈردىكى بىر خىل مەدەن «تالك» بولۇپ، رەڭگى ئاق مومغا ئوخشاش، ئازراق پارقىراق، يۇمشاق، سىلىق بولۇپ، ئۇپىسىمان ئۇنى «تالك» نامىدا دورىغا

www.uyghurkitap.com

ئىشلىتىلىدۇ. (4.12 ـ رەسىم)

تالك

[چىقىش ئورنى] بورچىن، قارا قوتان قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ مەدەن مەنبەلىك دورىنى ئېلىپ پاكىز تازىلاپ، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كۆك سېغىز تەركىبىدە 31.7% ماگنىي ئوكسىد، 63.5% سىزى ئوكسىد، 4.8% سۇ ۋە باشقا ئارىلاشما ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] تېرىنىڭ ئېلاستىكلىقىنى ئاشۇرىدۇ، مىكروب ئۆلتۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىنىڭ ئاۋۋىلىدا قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قىزىتما قايتۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، ھارارەت پەسەيتىش، سۇيدۈك ھەيدەش ۋە ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىق ئۆتۈپ كېتىش، سۇيدۈك تامچىلاپ كېلىش، سۇيدۈك تۇتۇلۇش، سۇيدۈك يولىدا تاش پەيدا بولۇش، ئۇرۇقدان خالتىسى تەرلەش، قىزىتمىلىق بۆرە چاقىسى، پۇت بارماق ئارىلىقلىرى شەلۋەرەش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تالكتىن 24 گىرام، چۇچۇكبۇيىدىن 35 گىرام ئېلىپ، قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 12 گىرامدىن قايناق سۇ بىلەن ئىچىپ بەرسە، يازدا ئىسسىق ئۆتۈپ كېتىپ كۆپ ئۇسساش، سۇيدۈك قىزىرىپ ئاز ـ ئازدىن تېمىپ كېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. تالكتىن 20 گىرام، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، قۇشقاچتىلى (بىر خىل ئۆسۈملۈك) ۋە چىنىگۈللەرنىڭ ھەر بىرىدىن 16 گىرام، چۇچۇكبۇيىنىڭ ئۇچىدىن 12 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، سۇيدۈك راۋان بولماي تېمىپ، كۆيۈشۈپ ئاغرىتىپ كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. تالكتىن 32 گىرام، كېۋەز ئانىسى ئۇرۇقىدىن 16 گىرام قوشۇپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، سۇيدۈك يولىدا تاش پەيدا بولۇپ قېلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ھىندى ئوسمىسى، خام چۇچۇكبۇيىنىڭ ھەربىرىدىن تۆت گىرام، تالك تالقىنىدىن 24 گىرام ئېلىپ، قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ، كۈندە ئىككى قېتىم يەرلىك ئورۇنغا سېپىپ بەرسە، قىزىتمىلىق بۆرە چاقىسى بولۇپ، سېرىقسۇ چىققانغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. تالك تالقىنى، پىششىق گەجىنىڭ ھەربىرىدىن 70 گىرام، سۇسىز زەمچىدىن سەككىز گىرام ئېلىپ، قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ، كۈندە ئىككى قېتىم يەرلىك ئورۇنغا سېپىپ بەرسە، ئۇرۇقدان خالتىسى تەرلەش، پۇت بارماقلىرى ئارىلىقى شەلۋەرەش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 12 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قەۋزىيەت قىلىپ قويىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل سۈيى، بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] تەرخەمەك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تالك سۇفۇپى.

مودەنگۈل يىلتىزى پوستى

木旦古丽依力提孜破斯提

(牡丹皮 mu dan pi)

[لاتىنچە نامى] Cortex paeonia suffruticosa

[ئىنگلىزچە نامى] root bark of subshrubby peony

[تونۇش] بۇ، ئېيقتاپانلىقلار ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان چاتقال ئۆسۈملۈك مودەنگۈل بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىز پوستى «مودەنگۈل يىلتىز پوستى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (12.5- رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدا ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] پاكىز يۇيۇپ تازىلاپ، كېسىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] مودەنگۈل يىلتىزى پوستى تەركىبىدە مودەنگۈل فېنولى (Paeonol)، مودەنگۈل فېنوسىدى (paenonside)، مودەنگۈل پونولىدى (Paeonollide)، چۈغلۈق ئارنوسىدى، ئاز مىقداردا ئۇچۇچان ماي ۋە فىتوستېرول (phytosterol)، بىيولوگىيىلىك ئىشقار قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى]

1. ئوكۇل ياسالمىسىنىڭ ئاغرىق توختىتىش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، ھەر خىل دورىلار ۋە شوكنىڭ تەسىرىدىن كېلىپچىققان تارتىشىپ قېلىشنى تۈگىتىش، قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىش تەسىرى بار.

2. pH قىممىتى 7.0 ~ 7.6 بولغان ئېرىتمىنىڭ ئاق رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى، كېزىك باكتېرىيەسى، تولغاق باكتېرىيەسى قاتارلىقلارنى ئۆلتۈرۈش تەسىرى بار. بولۇپمۇ كېزىك باكتېرىيەسى بىلەن تولغاق باكتېرىيەسىنى ئۆلتۈرۈش ئۈنۈمى ناھايىتى كۈچلۈك.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[خۇسۇسىيىتى] ھارارەت پەسەيتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، نېرۋىنى قۇۋۋەتلەش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، سۈيدۈك ھەيدەش ۋە سۈيدۈك راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان قان قۇسۇش، بۇرۇن قاناش، سىل، سەپكۈن، سوقۇر ئۈچەي ياللۇغى، سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان بۇرۇن ياللۇغى، ھەيز توتۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مودەنگۈل يىلتىزى پوستى ۋە خام ئەگرىسۇنايدىن 16 گىرامدىن، چوقا ۋە قىزىل چۈغلۈقتىن 12 گىرام ئېلىپ قوشۇپ، سۇدا قايىنتىپ ئىچىپ بەرسە، ئىسسىقتىن بولغان قان قۇسۇش، بۇرۇن قاناشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مودەنگۈل يىلتىزى پوستى، ئالقات يىلتىزى پوستى، كۆك ئەمەن قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىدىن

12 گىرامدىن ئېلىپ قوشۇپ، قايىنىتىپ ئىچىپ بەرسە، سىلدىن بولغان تۆۋەن قىزىتمىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. مودەنگۈل يىلتىزى پوستى، سۈسىز رەۋەن، كۆك كاۋا ئۇرۇقى، شاپتۇل مېغىزى قاتارلىقلاردىن 12 گىرامدىن، شورەدىن يېرىم گىرام ئېلىپ، قايىنىتىپ ئىچىپ بەرسە، سوقۇر ئۈچەي ياللۇغىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە (قەۋزىيەت بولغاندا) ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. مودەنگۈل يىلتىزى پوستىدىن 16 گىرامنى قايىنىتىپ ئىچىپ بەرسە، سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان بۇرۇن ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، 10 كۈن بىر داۋالاش مۇددىتى بولىدۇ.

5. مودەنگۈل يىلتىزى پوستى، قانتېپەر، ئەمەن يوپۇرمىقىدىن 12 گىرام قايىنىتىپ ئىچسە، ئاغرىتىپ ھەيز كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1.5 ~ 3 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زەپەر.

[ئورۇنباسارى] نېلۇپەر، بىنەپشە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مودەنگۈل يىلتىزى پوستى قاينىتىلمىسى.

گاۋزىبان چىنى

高孜弯其尼

(倒提壶 dao ti hu)

[باشقا ئاتىلىشى] يەرلىك گاۋزىبان

[لاتىنچە نامى] Radix Seu Herba cynoglossum Officinalis

[ئىنگلىزچە نامى] chinese Forgetmenot Root

گاۋزىبان چىنى

[تونۇش] بۇ، بوتاكۆز ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك، گاۋزىبانغا ئۇرۇقداش ئۆسۈملۈك بولۇپ، ئېگىزلىكى 40 ~ 100 سانتىمېتىرغىچە كېلىدۇ؛ پۈتۈن تېنى قاتتىق تۈكچىلەر بىلەن قاپلانغان؛ يىلتىزى كونۇس شەكىلدە بولۇپ، قېرىغاندا يېرىم ياغاچلىشىدۇ، پوستى قارامتۇل قوڭۇر، ياش ۋاقتىدا كۆل رەڭ سارغۇچ بولىدۇ، غولى تىك ئۆسىدۇ؛ يوپۇرمىقى ئۇزۇن، سوقىچاق ياكى تەتۈر تۇخۇم شەكىلدە بولىدۇ. تۈۋدە ئۆسكەن يوپۇرماقلىرىنىڭ سېپى ئۇزۇن بولىدۇ، غولدا ئۆسكەن يوپۇرماقلىرى نۆۋەتلىشىپ ئۆسىدۇ، يوپۇرماق ئالقىنى كىچىك، سېپى بولمايدۇ، يېپسىمان تېمىنە شەكىللىك بولىدۇ؛ ئومۇمىي گۈل رېتى ئۇچىدا ئۆسىدۇ، گۈلىنىڭ رەڭگى كۆكۈچ سۆسۈن، مېۋىسى قاتتىق مېۋە،

تۆت دانە زىچ ئۆسكەن تىكىنى بار. (6.12 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن، جۈملىدىن شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن كۆپ چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنى ئەتىيازدا كولاپ ئېلىپ پاكىز يۇيۇپ، يالپاقلاپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] پۈتۈن چۆپىنىڭ تەركىبىدە ئالكولوئىد بار. ھېلىئوسۇپىن (Heliosupine)، ۋىرىدىفلورىن (Viridiflorine)، لاسىوكارىپ (Lasiocarine) قاتارلىقلار بار. ئۇنىڭدىن باشقا يەنە خولىن (Choline)، ئاللانتوئىن (Allanton) ۋە تانىنلار بار.

يەر ئۈستى قىسمىنىڭ گۈل ئېچىلغان مەزگىلىدە تەركىبىدە تەخمىنەن 1% ئالكولوئىد بار، ئۇنىڭدىن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقنى قۇرۇتۇش ئارقىلىق ئېلىنغان ماددا ياكى ئومۇمىي ئالكولوئىدنىڭ تۇز كىسلاتالىق مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىنى تورمۇزلاش ۋە قان بېسىمىنى كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە تۆۋەنلىتىش تەسىرىگە ئىگە.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىنى تىنچلاندۇرۇش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش رولى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئېلىغاپ قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قىزىتما قايتۇرۇش، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى، قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتنى تەڭشەش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، يۆتەل توختىتىش، يالىلۇغ قايتۇرۇش، ئۆپكىنى سىلىقلاشتۇرۇش، قان توختىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] جىگەر ياللۇغى، سۈيدۈك يولى يۇقۇملىنىش، قىزىتما، ئۆپكە تۇبېركۇليوزى، ھەر خىل قاناشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. دورىلىق گاۋزىبان، نىلۇپەر، كاسىنە ئۇرۇقلىرىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، قىزىتمىنى قايتۇرىدۇ.

2. بابۇنە، يەرلىك شوخلا، دورىلىق گاۋزىبانلاردىن 10 گىرامدىن، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن سەككىز گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ئىچكى ئەزالاردىكى ياللۇغنى قايتۇرىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 9 ~ 15 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] بەدىيان.

[**ئورۇنباسارى**] گاۋزىبان ھىندى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] گاۋزىبان شەربىتى، خېمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى، ئەرقى گاۋزىبان.

[**دىققەت قىلىدىغان ئىشلار**] بۇ دورا بىر مەزگىل شىپاخانىلاردا «يەرلىك گاۋزىبان» نامىدا ئىشلىتىلىپ، خېلى ياخشى ئۈنۈم بەرگەن، بۇ گاۋزىبان ھىندى بىلەن بىر ئائىلىدىكى ئۆسۈملۈك بولسىمۇ، لېكىن

بۇ ئىككىسى ئوخشىمايدىغان ئىككى ئۇرۇقداش ئۆسۈملۈك بولغاچقا، بىر ـ بىرىدىن پەرقلىنىدۇ، شۇڭا بۇ ئىككىسىنى ئايرىپ ئىشلىتىش لازىم.

لوكات

落卡提

(枇杷果 pi pa guo)

[باشقا ئاتىلىشى] چارتال مېۋى

[لاتىنچە نامى] Fructus Eriobotrya japonoica

[ئىنگلىزچە نامى] Japanese Loquat fruit

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىدىكى دائىم كۆكىرىپ تۇرىدىغان كىچىك دەرەخ چارتالنىڭ مېۋىسى (Eribotrya Japonica thunb Lind) بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسى «لوكات» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسى يۇمىلاق ياكى يۇمىلاقىقا يېقىن بولۇپ، خۇددى ئامۇتقا ئوخشايدۇ ۋە شىرنىلىك بولىدۇ، رەڭگى سېرىق ياكى ئوچۇق سېرىق رەڭلىك كېلىدۇ، تەمى ئاچچىق ـ چۈچۈك بولىدۇ. (7.12 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ يۈننەن، گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، جياڭشى، خۇبېي، سىچۈەن، خۇنەن قاتارلىق جايلىرىدىن ۋە ھىندىستان، ئەنگلىيە، پاكىستان قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە %90.26 سۇ، ئاز مىقداردا ئازوت، %67.3 كاربون سۇ بىرىكمىلىرى، بۇنىڭ ئىچىدە ئوكسىدسىزلانغان قەنت %71.31 نى ئىگىلەيدۇ. مېۋە ئېتىدە ماي، قەنت، ئاقسىل تالالىق ماددىلار، يېلىم، تاننىن، كۈل ماددىسى (ناترىي، كالىي، تۆمۈر، فوسفور) ۋە ۋىتامىن B_1، C قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ياللۇغ قايتۇرۇش، يۆتەلنى توختىتىش، زىققىنى پەسەيتىش، باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش، ئۆسمىسىنى تىزگىنلەش قاتارلىق تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قىزىتما قايتۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش، قان ۋە سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، ھارارەت پەسەيتىش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، ئاشقازان ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، ئۇسسۇزلۇق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قىزىتما، قۇسۇش، كۆپ ئۇسساش، يۈرەك ئاجىزلىقى ۋە يۈرەك سېلىش، ئىشتىھاسىزلىق، ئۆچەي ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. لوكاتنىڭ سۈيىنى چىقىرىپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچسە، يۈرەك ئاجىزلىقى، يۈرەك سېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. لوكاتنىڭ سۈيىنى چىقىرىپ، ئاپېلسىن سۈيى، شاپتۇل سۈيى بىلەن بىرگە ئىچسە، قىزىتمىنى پەسەيتىدۇ، كۆپ ئۇسساشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مېۋىسىدىن 5 ~ 10 گىرامغىچە، ئۇنىڭدىن چىقىرىلغان سۈيدىن 60~80 مىللىلىتىرغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يۆتەل پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] چىلغوزا مېغىزى، قارىمۇچ، تۇز.

[ئورۇنباسارى] ئاپېلسىن سۈيى، ئەينۇلا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوكات دەملىمىسى.

www.uyghurkitap.com

لوپنۇر كەندىرى

罗布奴坎得日

(罗布麻　Luo bu ma)

[باشقا ئاتىلىشى]ياۋا كەندىر، چىگە چېچىكى

[لاتىنچە نامى] Folium Apocynum Venetum

[ئىنگلىزچە نامى] Dogbane

[تونۇش] بۇ، سۆگەتگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق، تال گۈللۈك ئۆرۈقداش ئۆسۈملۈك بولۇپ، ئېگىزلىكى 1 ~ 2.1 مېتىر كېلىدۇ، پۈتۈن چۆپىدە شىلىمشىق ئاق سۈتى بولىدۇ، غولى تىك، سىلىق بولۇپ، تۈكلىرى بولمايدۇ، يۇقىرى قىسمى كۆپ شاخلىنىدۇ، غولىنىڭ قوۋزىقى چىدامىلىق بولۇپ، ياخشى ياۋا تالالىق ئۆسۈملۈك، غولىنىڭ كۆنگە يۈزلەنگەن تەرىپى سۆس قىزىل كېلىدۇ؛ يوپۇرماقلىرى ئۇدۇل ئۆسكەن، بىسى قىسقا، يوپۇرماق شەكلى ئۇزۇنچاق تىمىنە شەكىلدە، ئۇچى دىقماق كېلىدۇ؛ چەكلىك كۆنلۈكسىمان گۈلى رەتى ئۇچىدا ئۆسىدۇ، گۈل ھال رەڭ، شەكلى قوڭغۇراقسىمان بولىدۇ؛ مېۋىسى غۇنچە شەكىللىك ئۇزۇن مۈڭگۈزگە ئوخشايدۇ، ئىچىدە كۆپ ساندىكى قارامتۇل سېرىق ئۇرۇقلىرى بولىدۇ. (8.12 ـ رەسىم)

لوپنۇر كەندىرى

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە يېرىگە تارقالغان بولۇپ، لوپنۇر كۆلى ئەتراپىدا ئەڭ كۆپ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈك چېچەكلىگەندە يوپۇرمىقىنى يىغىۋېلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ، دورىغا ھۆل ھالەتتىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يىلتىزىنىڭ تەركىبىدە يۈرەكنى كۈچەيتكۈچى گىلۇكوزىدلار، سىمارىن (Cymarin)،

ستروپاندىن قاتارلىقلار، يوپۇرمىقى تەركىبىدە بولسا كىۋارتىن (Queretin)، ئىسوكۇۋا رىستىدىن (Isoqueratrin) ، نونا كوسىن (Nona cosene) ۋە ھەر خىل ئامىنو كىسلاتالىرى بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] يۈرەكنى كۈچەيتىش، قان تومۇرلارنى كېڭەيتىپ، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، قاندىكى مايىنى ئېرىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئاغرىق توختىتىش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**خۇسۇسىيىتى**] قىزىتما پەسەيتىش، يەل ھەيدەش، جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، سۈيدۈك راۋانلاشتۇرۇش، ئىششىقياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان تەپ، ئۆتكۈر قىزىتما، جىگەر ياللۇغى، قورساق كۆپۈش، نېرۋا ئاجىزلىقى، باش قېيىش، مېڭە سىلكىنىش، يۈرەك چالاڭغۇراش، ئۇيقۇسىزلىق، يۇقىرى قان بېسىم، جىگەر قېتىشىشتىن بولغان قورساققا سۇ چۈشۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. لوپنۇر كەندىرىدىن سەككىز گىرام، قىزىلگۈلدىن ئالتە گىرام، تاغ دېڭىدىن سەككىز گىرام، قەلەمپۇردىن تۆت گىرام، قۇستىدىن 12 گىرام ئېلىپ، بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسىنى قوشۇپ ئېزىپ، ھەر قېتىمدا ئىككى گىرامدىن، كۈندە ئىككى قېتىم، قايناق سۇ بىلەن ئىچىپ بەرسە، جىگەر ئاجىزلىقى، قورساق كۆپۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. لوپنۇر كەندىرى، سەپرائوت يىلتىزىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، قىزىتما قايتۇرىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ～ 10 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] سوغۇقچان كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] ھەسەل، بەدىيان.

[**ئورۇنباسارى**] سەپرائوت يىلتىزى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] سۇفۇپى گۈل، مەتبۇخى لوپنۇر كەندىرى.

[**دىققەت قىلىدىغان ئىشلار**] قايناق سۇغا دەملەپ چاي ئورنىدا ئىچىلىدۇ، قاينىتىشقا بولمايدۇ.

قېرىقىز

克热克孜乌拉盖

(牛蒡子 niu pang zi)

[**باشقا ئاتىلىشى**] قېرىقىز ئۇرۇقى

[**لاتىنچە نامى**] Fructus Arctium lappa

[**ئىنگلىزچە نامى**] Arictium Fruit

[**تونۇش**] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئېگىزلىكى 1～1.5 مېتىرغىچە ئۆسىدىغان ئىككى

قېرىقىز ئۆسۈملۈكى

يىلىلىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قېرىقىز بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى «قېرىقىز» ياكى «قېرىقىز ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇرۇق مېۋىسى سوقىچاق، ياپىلاق، تۇخۇم شەكىللىك بولۇپ، سىرتقى پوستى كۆل رەڭگە مايىل، ئۇرۇقى كۆل رەڭگە مايىل ئاق، مايلىق، تەمى ئاچچىق، پۇراقسىز كېلىدۇ. (9.12 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېتىز ـ ئېرىق بويلىرىدا، يول بويلىرىدىكى ئوتلاقلاردا ئۆسىدۇ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىش ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيىلىك تەركىبى**] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە قېرىقىز گىلۇكوزىدى بار، يەنە 25%～30% كىچە ياغلىق ماي، ياغلىق ماي كىسلاتاسى، قاتتىق ماي كىسلاتاسى ۋە پالمىتىك كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**]

1. باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى: تەجرىبىدە قېرىقىز ئۇرۇقىنىڭ سۇدىكى چىلانمىسى ھەر خىل كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى زەمبۇرۇغلارنى ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە تورمۇزلايدۇ.

2. قان قەنتىنى تۆۋەنلىتىش تەسىرى: ئېلىنغان ماددا چوڭ چاشقاننىڭ قاندىكى قەنتىنى كۆزگە كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە ۋە ئۇزۇنغىچە تۆۋەنلەتكەن، زەھەرلىك تەسىرى ئاز.

3. قېرىقىز گىلۇكوزىدىنىڭ تەسىرى: پاقا، كىچىك چاشقان، توشقاندا تارتىشىش پەيدا قىلىدۇ، نەپەس ئاجىزلايدۇ، ئىختىيارىي ھەرىكەت قىلىش يوقىلىدۇ، ئەڭ ئاخىرىدا پالەچ ھالەتكە كىرىدۇ، يەنە يەڭگىل دەرىجىدە سىيدۇك ھەيدەش، ئىچىنى سۈرۈش رولىغا ئىگە.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ساپلاشتۇرۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قىزىتما قايتۇرۇش، ھارارەت پەسەيتىش، قان تازىلاش، زەھەر قايتۇرۇش، ئۆپكىنى تازىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش، قىزىلنى سىرتقا تەپكۈزۈش، گال ئاغرىقىنى پەسەيتىش (يۇتقۇنچاققا)، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] زۇكام، يۆتەل، باش ئاغرىقى، گال ئاغرىقى، گۆرەن بەز ياللۇغى، باش ۋە يۈز ئىششىپ قېلىش، ھەر خىل يارا، مۇدۇر ـ چاقا، پۇت تەمرەتكىسى، سۈت بېزى ياللۇغى، يۇتقۇنچاق ئىششىقى، قىزىل، ياشانغان كىشىلەردىكى ئۇستىخان ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. قېرىقىز ئۇرۇقىدىن 10 گىرام ئېلىپ، سۇدا قايىنىتىپ ئىچىپ بەرسە، قىزىل باشلىنىشتىكى

گال ئاغرىپ، ئاۋاز پۈتۈپ قالغانغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قېرىقىز ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، قېرىقىز يوپۇرمىقىدىن 13 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچسە، سۈت بېزى ياللۇغىغا شىپا بولىدۇ.

3. 10 گىرام قېرىقىز يىلتىزىنى سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، باش، يۈز ئىششىپ قالغانغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3～9 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازاننى سوۋۇتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەدىيان.

[ئورۇنباسارى] قىزىل بۇغداش.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قىزىتما قايتۇرۇش قاينىتىلمىسى.

سۆگەت
苏改提
（柳枝 liu zhi）

[باشقا ئاتىلىشى] خىلاف زەفساق، لەيلى مەجنۇن

[لاتىنچە نامى] Ramulus Salix babylonia

[ئىنگلىزچە نامى] Weeping Willow

[تونۇش] بۇ، تال - تېرەكلەر ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان، ھەممىگە مەشھۇر بولغان دەرەخ سۆگەت بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ شېخى، يوپۇرمىقى، ئۇرۇقى ۋە پوتلىسى قاتارلىقلار دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (10.12 - رەسىم)

سۆگەت يوپۇرمىقى

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە جايلىرىدا ئۆسىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ياغاچ قىسمىنىڭ تەركىبىدە سالىسىن (Salicin)، يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە 4%～9.3% كىچە تانىن قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] يوپۇرمىقىنى سالىسىن بىلەن ئۈز كىسلاتاسى ياكى سۇلفات كىسلاتاسىنى بىللە قايناتسا، سۇدا پارچىلىنىپ سالگېنىن (Saligenin) ياكى سالىتسىل ئالكوھول (Calical alcohol) ۋە ئۈزۈم قەنتى ھاسىل قىلىدۇ، سالىتسىننىڭ ئاچچىق تەملىك ياسالمىسى ئاشقازانغا تەسىر قىلىپ سۈمۈرۈلگەندىن كېيىن، بىر قىسمى سالىتسىلىك كىسلاتاغا ئۆزگىرىپ،

قىزىتمىنى قايتۇرۇپ، ئاغرىق توختىتىدۇ. سالگىننىنىڭ 10%~4% لىك قويۇقلۇقتىكى ئېرىتمىسى يەرلىك ئورۇننى مەست قىلىدۇ، ھېچقانداق زەھەرلىك تەسىرى يوق.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، توغراش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] گۈلى ۋە ئۇرۇقى ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق، يوپۇرمىقى ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قىزىتما، ھارارەت پەسەيتىش، مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، ئۇسسۇزلۇق ۋە تەشنالىقنى قاندۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئاغرىق پەسەيتىش، جىگەرنىڭ تۇسالغۇلىرىنى ئېچىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆتكۈر قىزىتما، باش ئاغرىقى، كۆز ئاغرىقى، كۆپ ئۇسساش، يۈرەك رىتىمسىزلىقى، سەپراۋى تەپ، جىگەر مەنبەلىك سېرىقلىق چۈشۈش، قان - سەپراۋى ئىسھال، يۇقىرى قان بېسىم قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سۆگەتنىڭ ھۆل يوپۇرمىقىنى تېڭگە سېلىپ ئۇخلىسا، يۈرەك ۋە جىگەرنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ.

2. سۆگەت دەرىخىنىڭ قوۋزىقىدىن 10 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ تالقانلاپ ئىچىپ بەرسە، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ، قىزىتما قايتۇرىدۇ.

3. سۆگەت يوپۇرمىقىدىن 10 گىرام، سەندەلدىن يەتتە گىرام، بەدمۇشكىدىن 10 گىرام ئېلىپ، چالا سوقۇپ دەملەپ ئىچسە، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ، قىزىتما قايتۇرىدۇ.

4. سۆگەت دەرىخىنىڭ ئۈستىدىن ئۈنۈپ چىققان پور (يەر مەدىكى) ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ، يەللەرنى ھەيدەيدۇ.

5. سۆگەتنىڭ شېخى ۋە يىلتىزىنىڭ ئاق پوستى سوغۇق ۋە زەھەرسىز بولۇپ، سىزلام (سۆزنەك) كېسىلىدە قاينىتىپ يۇيۇپ بەرسە، پايدا قىلىدۇ ۋە ئۇنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن يەلدىن بولغان ئىششىقلارنى ۋە قىچىشقاقلارنى يۇيۇپ بەرسە، چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ. كىلاسسىك كىتابلاردا سۆگەت شېخى ۋە يىلتىزىنىڭ ئاق پوستىنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچكۈزسە، سېرىقكېسەلنى داۋالايدۇ، ئاغرىق پەسەيتىپ، ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ، ئۇنى قۇرۇتۇپ تالقان قىلىپ ئىچكۈزسە، ئاشقازان ۋە ئۈچەي ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ، تولغاققىمۇ پايدا قىلىدۇ، سۆگەتنىڭ قۇرۇغان يوپۇرماقلىرىنى سوقۇپ ئىچكۈزسە، سىل كېسىلىدىكى قان تۈكۈرۈشنى داۋالايدۇ ھەم نەپەس ئېلىش قىيىنلىشىپ، كۆكرەك چىڭقىلىشلارنى يوقىتىدۇ، سىرتتىن تېڭىلسا، يارىدىن چىققان قاننى توختىتىدۇ ۋە ئىششىق ياندۇرىدۇ، دەپ ئېيتىلغان.

6. سۆگەت ئۇرۇقى (بۇ چېچەك چىقارغان شاخنىڭ ئۇچىدىكى قاتتىقراق چېچىكى) بولۇپ، ئۇنىڭ تەبىئىتى سوغۇق، ئۆزى زەھەرسىز بولۇپ، جاراھەتلەرنى داۋالاش، يىرىڭ ۋە ئۇيۇپ قالغان قاننى تارقىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

7. سۆگەت چېچىكى (پوتلىسى) نى قاينىتىپ سۈيىدە ئېغىز چايقىسا، چىشنى چىڭىتىدۇ، ئىچىپ بەرسە، ئۇسسۇزلۇقنى باسىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10～15 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] باشقا زىيان قىلمىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ناۋات.
[ئورۇنباسارى] خېنىگۈل، نېلۇپەر.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۆگەت يوپۇرمىقى زىماتى.

تاشئوت

塔西奥提

(银柴胡 yin chai hu)

[باشقا ئاتىلىشى] تاشئوت يىلتىزى
[لاتىنچە نامى] Padix Stellaria dichotoma
[ئىنگلىزچە نامى] Chickweed
[تونۇش] بۇ، چىنىگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك پۆپۈكلۈك تاشئوتنىڭ يىلتىزىدىن ئىبارەت بولۇپ، «تاشئوت» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (12.11 - رەسىم)
[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ئالتاي تاغلىرىدىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئورۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] a - سپىناسترول، ستىللاررىئاسىيسلوپېپتىد، ستىگماسترول قاتارلىقلار بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى قىزىتما ياندۇرۇش، قان ۋە سەپرا خىلتلىرىنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، ئۇنىڭدىن باشقا قان بېسىمنى چۈشۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆپكە سىلى، يۇقىرى قان بېسىمى، يۇقىرى قىزىتما قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. جىنتىيانا، ئالقات يىلتىزى پوستى، شاقاقۇل، چۈچۈكبۇيانىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، تاشئوتتىن يەتتە گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، ئۆپكە سىلىدىكى قىزىتمىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
2. ئاقباشئوت، تاشئوتتىن سەككىز گىرامدىن ئېلىپ ئىچىپ بەرسە، يۇقىرى قىزىتما ۋە يۇقىرى قان بېسىمغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
3. تاشئوت، ئالقات، چىلان، ئەينۇلا قاتارلىق دورىلاردىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، يۇقىرى قان بېسىمغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ～ 8 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] بەدىنى ئاجىز، ئىچى سۈرۈپ كەتكەن كىشىلەرگە بېرىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەديان.

[ئورۇنباسارى] چىلان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تاشئۈت قايىنتىلمىسى.

سىركە
斯里开
(葡萄醋 pu tao cu)

[لاتىنچە نامى] Acetum (Vinegar)

[تونۇش] بۇ، مېۋىلىك دەرەخلەرنىڭ مېۋىسىدىن سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى بولۇپ، ئۈزۈم، خورما، ئەنجۈر، شېكەر قومۇشى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش شىرىنلىك، تاتلىق مېۋىلەرنى سىقىپ تەييارلىنىدۇ، ئۈنىڭدىن باشقا ھەسەل، گۈرۈچ ۋە باشقا دانلىق زىرائەتلەردىنمۇ ئېلىنىدۇ. بۇلارنىڭ ئىچىدە ھەممىدىن ياخشىراقى ئۈزۈم سۈيىدە ئېلىپ ئىشلەنگىنىدۇر.

1. ئۈزۈم شىرىنسىنى ئىشلەش ئۇسۇلى: بۇنىڭدا ئۈزۈمنى سىقىپ، سۈزۈپ ياكى سۈزمەستىن تىرىپلىرى بىلەن بىرگە، ساپال ئىدىش ياكى چىنە ئىدىشنىڭ ئىچىنى ياغلاپ، ئۈزۈم سۈيىنى قۇيۇپ، ئۈزۈم سۈيىگە 10 كىلوگىرام يېڭى سىركە قوشۇپ ئاغزىنى يېپىپ، ئۈستىنى لاي بىلەن چاپلاپ، ئاپتاپتا ياكى ئىسسىق جايدا مەلۇم مەزگىل قويۇپ تەييارلىنىدۇ.

2. خورما سىركىسىنى ياساش ئۇسۇلى: يېڭى قاچىنى ياغلاپ، 10 كىلوگىرام خورمىغا 40 لىتىر قايناق سۇ قۇيۇپ، قاچىنىڭ ئاغزىنى ھىم ئېتىپ بىر ھەپتە قويۇپ، بىر ھەپتىدىن كېيىن قاچىنىڭ ئاغزىنى ئېچىپ، خورمىنى ياخشى مىجىپ ھىم ئېتىپ خورمىنىڭ قۇۋۋىتى سۇغا چىققاندىن كېيىن ئۇنى سۈزۈپ، ئىككى كىلوگىرام خورما سۈيىگە بىر كىلوگىرام يېڭى سىركە قوشۇپ، 15 گىرام تۇز سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، يەنە قاچىغا ئېلىپ ئاپتاپتا قويسا، ئاپتاپنىڭ قىزىقى بىلەن قايناپ سىركە بولىدۇ. ئۈنىڭدىن باشقا، مېۋىلەر ۋە شېكەر قومۇشى قاتارلىقلاردىنمۇ مۇشۇ ئۇسۇل بويىچە سىركە ياسىلىدۇ. (12.12 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] سالقىن، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] سىركىنىڭ تەركىبىدە ئاساسلىقى كۆل ماددىسى، ئۇچۇچان كىسلاتا، تىروسول (tyrosol)، چۆپ كىسلاتاسى (oxalic acid)، كەھرىۋا كىسلاتاسى (Suecinic acid)، ئوكسىدسىزلانغان شېكەر ۋە ئىسپىرت قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى]

1. قۇرت ئۆلتۈرۈش تەسىرى بار. تەن سىرتىدا تەجرىبە ئېلىپ بارغاندا، 0.125~0.25% لىك ئاتسېتىك كىسلاتا بىلەن ھاشارات لىچىنكىسى ئۇچراشقاندىن كېيىن، 2 ~ 3 مىنۇت ئىچىدە تېرە قەۋىتىدە قاپارتما پەيدا بولىدۇ. تېرە غىدىقلىنىش تېرە تاشلاش، قۇرت تېنى ئېرىش قاتارلىق ئۆزگىرىشلەر بولىدۇ.

2. باكتېرىيە ۋە ۋىرۇسقا قارشى تۇرۇش تەسىرى بار.

www.uyghurkitap.com

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈزۈم چالا پىشقاندا سىلىنغىنى ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق. ياخشى پىشقاندا سىلىنغىنى ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان، سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، قىزىتما ياللۇغ قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، تاماق سىڭدۈرۈش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تازىلاش، تېرىگە تېز تەسىر قىلىش، كېسەللىك ماددىسىنىڭ يەرلىك ئورۇنغا قۇيۇلۇشىنى توسۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان ۋە سەپرا مەنبەلىك ئىسھال، ئۆتكۈر قىزىتما، سەپرادىن بولغان تەپ، مېڭە پەردە ياللۇغى، قۇسۇش، كۆڭۈل ئېلىشىش، ئىچ سۈرۈش، باش ئاغرىقى، توسۇلۇش ۋە قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سىركە، گۈلاب، لىمون قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، پۇت - قوللارنى يۇسا، سەپرادىن بولغان تەپكە پايدا قىلىدۇ.

2. يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، سەندەل، تاباشىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، سىركە بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلسا، قۇرۇق ھۆلنى يوقىتىدۇ، سەپرالىق قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. شاتۇت، شاھتەررە، سىركىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ غار - غار قىلسا، گال ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. گۈل يېغى، گۈلاب، سىركە قاتارلىقلارنى بىرلەشتۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلسا، ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

5. يۇقىرى قان بېسىم كېسىلىنى داۋالاشتا خاسىڭ مېغىزىنىڭ پوستىنى سويماي سىركىگە چىلاپ، بىر ھەپتىدىن كېيىن كۈندە ئۇخلاشتىن ئاۋۋال تۆت دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ~ 25 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] نېرۋا ۋە باھقا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، ئاقىرقەرھا.

[ئورۇنباسارى] مۇسەللەس، لىمون سۈيى، تەمرىھىندى.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى سىركەنجۇبىل، شەربىتى بۇزۇرى.

ئاق لەيلى ئۇرۇقى

阿克来里欧如合

（罗葵子 luo kui zi 蜀葵子 shu kui zi）

[باشقا ئاتىلىشى] بەزرۇل ختمى، تۇخۇمى ختمى، ختمى كى بىج

[لاتىنچە نامى] Althaeanudiflora

[ئىنگلىزچە نامى] Holly Hock Flower

ئاق لەيلى

[تونۇش] بۇ، تۇگمگۈل ئائىلىسىدىكى ھەمىشەباھار ئۆسۈملۈكىنىڭ بىر خىلى بولغان ئاق لەيلى ئۆسۈملۈكىنىڭ ئۇرۇقى بولۇپ، خەلقىمىز بۇ ئۆسۈملۈكنى «لەيلىقازاق» دەپ ئاتايدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى «ئاق لەيلى ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئۇرۇقنىڭ شەكلى ياپىلاق، رەڭگى ئاق، قارا، چار رەڭدە، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (12.13 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقىنى كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ، دورىغا ھۆل ھالەتتىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئۆسۈملۈك مېيى، تويۇنمىغان ماي كىسلاتاسى كۆپ، ئۇنىڭدىن باشقا يۈرەك كۈچەيتكۈچى گىلۇكوزىدلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، تاش پارچىلاش، ئۈچەينى تازىلاش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ ياكى قورۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش، قىزىتما قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، يەل ھەيدەش، سۈيدۈكنى راۋان قىلىش، تەرەتنى يۇمشىتىش، تۇغۇتنى تېزلىتىش، بالا ھەمراھىنى چۈشۈرۈش، سۇلۇق ئىششىقنى ياندۇرۇش، جاراھەتلەرنى ئېغىز ئالدۇرۇش، يۈزدىكى دانىخورەكلەرنى يوقىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆپكە ئىششىقى، كۆكرەك پەردە ئىششىقى، تۈرلۈك جاراھەتلەر، يانپاش ئاغرىقى، مۇپاسىل، زۇكام، يۆتەل، سۈيدۈك راۋان بولماسلىق، قان تولغاق، سۈيدۈك يولى ياللۇغى، سۈيدۈك يولىدا تاش تۇرۇپ قېلىش، چىيقان، دانىخورەك قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشەباھار ئۇرۇقى، بەديان، كاسنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

2. چىلان ۋە سەرپىستاندىن 10 گىرامدىن، گۈلبىنەپشە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشەباھار ئۇرۇقى، تەرەنجىبىننىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچىپ بەرسە، ھەر خىل ئىششىقلارنى قايتۇرىدۇ.

3. سەرپىستان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، پەرسىياۋشاننىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، 200 گىرام شېكەر بىلەن قائىدە بويىچە لوئوق تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، زۇكام، يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

4. كۆكنار ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، ئىسپىغۇل ۋە بادام يېغىدىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ، بادام يېغىدىن باشقا دورىلارنى دەملەپ، تاتلىقىنى چىقىرىپ بادام يېغى بىلەن قوشۇپ يەپ بەرسە، قان تولغاقتا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5~8 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھەزىم قىلىشنى ناچارلاشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئارپىبەدىيان، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ھەمىشىباھار ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] لوئوقى سەرپىستان، ھەببى سۇئال، شەربىتى خەشخاش.

ئارپىخان

阿热普哈尼

(野燕麦 ye yan mai)

[باشقا ئاتىلىشى] خەندىرۇس، پورە

[تونۇش] بۇ، باشاقلىق ئۆسۈملۈكلەر ئائىلىسىدىكى چوڭ - كىچىكلىكى بۇغدايغا ئوخشايدىغان ئاشلىق بولۇپ، سىرتقى يۈزى سېرىق رەڭدە، ئۆزى قاتتىق، تەمى سۇس، پۇراقسىز كېلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈك «ئارپىخان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاقسىل، ملي، كىراخمال، تىئامىن، نىكوتىن كىسلاتاسى ھەم كۆپ خىل ۋىتامىنلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قىزىتما قايتۇرۇش، قاندىكى قەنتنى تۆۋەنلىتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قىزىتما قايتۇرۇش، ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، سۈت كۆپەيتىش، مۇسكۇللارنى چىڭىتىش، كېسەللىك ماددىسىنىڭ يەرلىك ئورۇنغا قويۇلۇشىنى توسۇش، ئىسسىقتىن بولغان ياللۇغنى تارقىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] پەي - مۇسكۇللار بوششىش، سۈت كەملىك، قۇلاق ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 10 گىرام ئارپىخاندىن قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، ئىسسىقتىن بولغان ياللۇغنى قايتۇرىدۇ، ھەم قۇلاق ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. يەتتە گىرام ئارپىخاننى بەش گىرام بەدىيان بىلەن بىرگە ھالۋا تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا سۈت كۆپەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ھەزىم قىلالىغۇچىلىك مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.
[زىيانلىق تەسىرى] قورساقنى ئېسىدۇ، تەستە ھەزىم بولىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان
[ئورۇنباسارى] كۆك ماش.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئارپا ئېشى، كاشكاپ ئېشى.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ پىگى تارىپسى

جەرەن مۈڭگۈزى

洁燃明古孜

（黄羊角 huang yang jiao）

جەرەن مۈڭگۈزى

[تونۇش] بۇ، كالا ئائىلىسىدىكى ھايۋانات جەرەننىڭ مۈڭگۈزى بولۇپ، مۈڭگۈزى قىسقا تۈز كېلىدۇ. بۇ ھايۋاننىڭ كېسىۋېلىنغان ياكى جەرەن ئۆزى تاشلىۋەتكەن قاتتىق مۈڭگۈزى «جەرەن مۈڭگۈزى» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (14.12 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونى، قازاقىستان، موڭغۇلىيە، روسىيە، مەملىكىتىمىزدىن ئىچكى موڭغۇل، خېيلۇڭجياڭ، جىلىن، گەنسۇ قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.
[يىغىش ساقلاش] كۈز، قىش پەسلىدە تۇتۇپ، مۈڭگۈزىنى كېسىۋېلىپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ، قۇرتلاپ كېتىشتىن ساقلىنىش لازىم.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] مۈڭگۈزنى ساپلاشتۇرۇپ، كۆيدۈرۈپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] قىزىتمىنى پەسەيتىپ، زەھەر قايتۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش، قان بېسىمىنى تۆۋەنلەتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قان توختىتىش، يۇقىرى قىزىتما، يۆتەل، ئەس ـ ھوشىنى يوقىتىپ جۆيلۈش، ھاسىراش، كىچىك بالىلاردىكى دۆيلۈنۈپ قېلىش، يۇقىرى قان بېسىم، كۆز جىمىكى ئىششىپ قېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] جەدەن مۈڭگۈزىدىن 10 گىرام، ئۇد سەلىب، ئارپىبەدىيان، قىزىلگۈل، گاۋزىبادنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ قائىدە بويىچە سوقۇپ تەييارلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گىرامغىچە ئىچىپ بەرسە ھوشىنى يوقىتىش، جۆيلۈش، يۇقىرى قان بېسىمى

قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 6 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] رۇمبەدىيان.
[ئورۇنباسارى] مۇغا مۇڭگۇزى.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى كەھرىۋا.

ئون ئۈچىنچى باب   سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار

سۇيدۇك ھەيدەش خۇسۇسىيىتى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ھەم ئىستېمال قىلىنغاندىن كېيىن ئۆزىنىڭ خاس تەسىرى بىلەن سۇيدۇك چىقىرىش ئەزالىرىنىڭ نورمال فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتىنى بېجىرىشكە ياردەم بېرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تەسىرىدىن (مىزاج بۇزۇلۇش، سۇيدۇك ئاجرىتىش ئەزالىرىغا تاش پەيدا بولۇش، دوۋساق راكى، بۆرەك ياللۇغى، مەزى بېزى چوڭىيىش، سىرتقى زەخىملىنىش، ئاياللار تاشقى جىنسىي ئەزاسى شەلۋەرەش قاتارلىقلار) سۇيدۇك تۇتۇلۇش بولىدۇ. بۇ خىل ئەھۋالدا دوۋساق چىڭقىلىپ ئاغرىش، بەدەن سۇلۇق ئىششىش، سۇيدۇكتىن زەھەرلىنىش، ئاشقازان ئاجىزلاش، تاماق سىڭمەسلىك، ھەيز راۋان بولماسلىق، قورساق ۋە ئۈچەي ئېچىشىپ ئاغرىش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلەرى كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل ئالامەتلەر بايقالسا، ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بارمىغاندا يامان ئاقىۋەتلەر كېلىپچىقىدۇ. سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ كۆپ خىللىرىنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق ياكى ھۆل سوغۇق بولۇپ، ئۇلارنى ئىشلەتكەندە، كېسەللىك سەۋەبىگە قارىتا تاللاپ ئىشلىتىش لازىم. بۇ خىل دورىلار سۇيدۇك ھەيدەپ، توسالغۇلارنى ئېچىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇشتەك تەسىرلەرنى بېرىدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: تاۋۇز ئۇرۇقى، كۆك كاۋا شاپىقى، كاللەكبەسەي، كۆممقوناق ساقىلى، تۇرۇپ، چىنىگۈل، ياۋا كەشمىر، پىلىكئۇت، پالما مەرىزى، ئاپتاپپەرەس يىلتىزى ۋە گۈلى، كەرەپشە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئەتىرگۈل، تاۋۇزەك، پالەك ئۇرۇقى، كېۋەز ئانىسى، شاخ دارچىن، كۆك چاي، نەغەز گۈلى يىلتىزى، كاكىنەچ، لوپنۇر كەندىرى، ئوغرىتىكەن، بېلىق مىڭە تېشى، كۆك كاۋا، ئارپىبەدىيان، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ياۋا پۇرچاق، قارىكۆز بەدىيان، ئوسۇك ئۇرۇقى، گۈلىيەسىمەن، ئادراسمان ئۇرۇقى قاتارلىقلار.

تاۋۇز ئۇرۇقى
塔吾孜欧日格
（西瓜子　xi gua zi）

[باشقا ئاتىلىشى] بەزرۇل بەتىخ، تۇخۇمى ھىندىۋانە، تەر بوزكى بىج

[لاتىنچە ئاتىلىشى] Semen citrullus lanatus

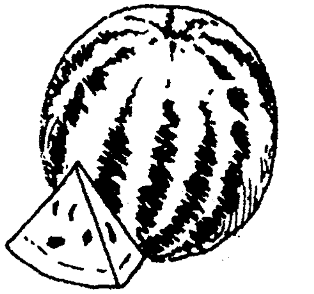
[ئىنگلىزچە ئاتىلىشى] Watermelon seed

[تونۇش] بۇ، قاپاق ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك تاۋۇزنىڭ قۇرۇتۇلغان يېتىلگەن ئۇرۇقى بولۇپ، بۇ

www.uyghurkitap.com

ئۇرۇق ياپىلاق، سىرتقى يۈزى قارا، قوڭۇر، قىزغۇچ، پارقىراق، ئۇستى ئۇچى ئۇچلۇقراق، ئاستى يۇمىلاق، ئۇرۇق پوستى قاتتىق، تەمى سەل تاتلىق ھەم مەززىلىك. (1.13 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.



تاۋۇز

[**يىغىپ ساقلاش**] ياز، كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا، تاۋۇز يېگەن ۋاقىتتا ئۇرۇقىنى يىغىپ، يۇيۇپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇلىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] تاۋۇز ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە ياغ، ئاقسىل ماددىسى، ۋىتامىن B_2، پىنتوزان (Pentosan)، كىراخمال، يىرىك تالالار، گالاكتوزا، B ـ گالاكتوزا، شېكەر قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] تەركىبىدە تۇتقان سوپۇن گىلۇكوزىدىنىڭ قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، ئۆتكۈر بۆرەك ياللۇغى ۋە دوۋساق ياللۇغىنىڭ جىددىي ئالامەتلىرىنى پەسەيتىش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] مېغىزىنى ئېلىش، داغلاش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئاساسلىق سۈيدۈك ھەيدەش، تاش پارچىلاش، ياللۇغ قايتۇرۇش، كۆكرەكنى بوشىتىش، ئۇنىڭدىن باشقا يۇمشىتىش، ھۆللەشتۈرۈش، سەمرىتىش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە قان خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، قىزىتما قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ئۇرۇقلاپ كېتىش، سىل كېسىلى، جۆدەتكۈچى تەپ، يۇقىرى قان بېسىمى، سۈيدۈك يولى ياللۇغى ۋە تاش كېسەللىكى، قان تومۇرلار قېتىشىش، بالىياتقۇدىكى ياللۇغلار، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، تېرە قۇرغاقلىشىپ يېرىلىش، سەپراۋى ئىسھال قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى ۋە تاۋۇز ئۇرۇقىدىن سەككىز گىرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ تالقانلاپ ئىچسە، غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلتىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. ئاق لەيلى ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا، ھەمىشباھار، كاكىنەچ، پەرسىياۋشان، تاۋۇز ئۇرۇقى، بابۇنە گۈلى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، كۈنىگە ئىككى ۋاق 30 گىرامدىن قايىنتىلما قىلىپ ئىچسە، بۆرەك، دوۋساق ياللۇغىغا پايدا قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 15 ~ 30 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە ۋە تالغا زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] ھەسەل، ئاق ناۋات.

[**ئورۇنباسارى**] كاۋا ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] لوئوقى تەربۇزە، قۇرسى بانادۇق.

كۆك كاۋا شاپىقى

克库卡瓦沙皮克

(冬瓜皮 dong gua pi)

www.uyghurkitap.com

[باشقا ئاتىلىشى] كۆك كاۋا شۆپۈكى

[لاتىنچە نامى] Pericar Benincasa hispida

[ئىنگلىزچە نامى] China wax goud skin

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق پىلەكلىك سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كۆك كاۋىنىڭ پىشقان مېۋىسىنىڭ سىرتىدىكى شۆپۈكىدىن ئىبارەت. (2.13 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

كۆك كاۋا

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] بۆرەك ئىقتىدارى ئاجىزلىشىش سەۋەبىدىن كېلىپچىققان ئىششىقلارغا كۆك كاۋا شۆپۈكىنى قايناتىپ، 1000 مىللىلىتىر ئىچىپ بەرسە، ئىككى سائەتتىن كېيىن، بىمارلاردا كۆپ مىقداردا كىچىك تەرەت كېلىش ئەھۋالى كۆرۈلىدۇ، يەنى كۆك كاۋا شۆپۈكىنى قايناتىپ ئىچىپ بەرگەندە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇپ، ئىششىقنى ياندۇرۇش رولىنى ئوينايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، يىرىڭلىق ئىششىقلارنى ياندۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۆرەك ياللۇغى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەر خىل يىرىڭلىق ئىششىق، يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۆك كاۋا شۆپۈكى بىلەن كۆممىقوناق ساقىلىنىڭ ھەربىرىدىن 50 گىرام ئېلىپ قايناتىپ ئىچسە، بۆرەك ياللۇغىدىن بولغان سۇلۇق ئىششىق ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كۆك كاۋا شۆپۈكى بىلەن خام كەتىرانىڭ ھەرقايسىسىدىن 35 گىرامدىن ئېلىپ قايناتىپ ئىچسە، سوزۇلما خاراكتېرلىك بۆرەك ياللۇغى (سۇلۇق ئىششىق ۋە سۈيدۈكتە ئاقسىل كېلىش) غا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 20 ~ 70 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] قارىمۇچ، دارچىن.
[ئورۇنباسارى] تەرخەمەك.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كۆك كاۋا شۆپۈكى قايناتىلمىسى.

كاللەكبەسەي

卡拉克白菜

（卷心菜，莲花白 juan xin cai，lian hua bai）

[باشقا ئاتىلىشى] كاپۇستا، كەرنوب
[لاتىنچە نامى] Brassica olercea. Var (capitita)
[ئىنگلىزچە نامى] Cabbage
[تونۇش] بۇ، مەشھۇر كۆكتات بولۇپ، ياخشىسى يېپىسىز ئۆسكىنى ھېسابلىنىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈك «كاللەكبەسەي»، «كاپۇستا» ۋە «كەرنوب» قاتارلىق ناملاردا دورا ۋە كۆكتات ئورنىدا ئىشلىتىلىدۇ. (3.13 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ۋە ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يەرلىرىدە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] 100 گىرام كاللەكبەسەي تەركىبىدە 76 مىللىگىرام ۋىتامىن C، 0.15 مىللىگىرام ۋىتامىن B_1، 0.07 گىرام ۋىتامىن B_2 قاتارلىقلار بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك، ھەيزنى راۋان قىلىش، تەرەتنى يۇمشىتىش ۋە بەلغەم بوشىتىش، قىزىتما پەسەيتىش، تەشنالىقنى قاندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باش ئاغرىقى، كۆز قاراڭغۇلىشىش، قەۋزىيەت، كونا يۆتەل، سېرىقئەت ۋە ئىچكى ئەزالار ئىششىقى، بوغما، سۈيدۈك ۋە ھەيز تۇتۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كاللەكبەسەينىڭ قايناتىلغان سۈيىنى كۇنجۇت يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ غار ـ غار قىلسا، گال بوغۇلۇشقا شىپا بولىدۇ.

2. كاللەكبەسەي، پالەك، تەرخەمەك ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايناتىپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.

3. كاللەكبەسەي، پالەك، سەۋزە، كۈدە، لويلا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ئىچىنى يۇمشىتىدۇ.

4. زۇپا، زىغىر ئۇرۇقى، چامغۇرنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، كاللەكبەسەيدىن 15 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، بەلغەم بوشىتىپ، كونا يۆتەلگە شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 100 گىرام ئەتراپىدا ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] مېڭىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سېرىق ماي، قايماق.

[ئورۇنباسارى] چامغۇر، تۇرۇپ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كاللەكبەسەي قاينىتىلمىسى.

www.uyghurkitap.com

كۆممىقوناق ساقىلى

库米库尼克萨克力

（玉米须　yu mi xu）

[تونۇش] قوناق ساقىلى

[لاتىنچە نامى] Zea mays

[ئىنگلىزچە نامى] Maize beard

كۆممىقوناق

[تونۇش] بۇ، باشاقلىقلار ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق، ئېگىزلىكى 2 ~ 3 مېتىرغىچە ئۆسىدىغان ئۆسۈملۈك كۆممىقوناقنىڭ ئۇستىدىكى يىپسىمان، رەڭگى قوڭۇرغا مايىل قىسمى بولۇپ، بۇ قوناق ساقىلى دېيىلىدۇ، ئادەتتە ئۇزۇنلۇقى 30 سانتىمېتىرغىچە بولىدۇ، بۇنىڭدا ئالاھىدە بىر خىل پۇراق بولۇپ، تەمى تاتلىققا مايىل. يۇمران، پارقىراق بولغىنى ياخشى. (4.13 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا ساقىلىنى يىغىۋېلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ. دورىغا ھۆل ھالەتتىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كۆممىقوناق ساقىلى تەركىبىدە 2.5% ئۇچۇچان ماي، رېزىنا، ئالكالوئىد، ساپونىن، ۋىتامىن C، پانتونىن كىسلاتاسى، ئالما كىسلاتاسى، چۈپ كىسلاتاسى، كالىي نىترات قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ①سۈيدۈك ھەيدەش: ② قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش؛ ③ ئۆت سۈيۈقلۇقى-

نى ھەيدەش؛ ④ قان قەنتىنى تۆۋەنلىتىش؛ ⑤ ئۆسمىگە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى تەڭشەش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئۆت يولىنى راۋانلاشتۇرۇش ۋە قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سەپرادىن بولغان كېسەللىكلەردە غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىنى سۈرۈشكە، يۇقىرى قان بېسىم كېسەللىكى، سۇلۇق ئىششىق، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، بۆرەك ياللۇغى، جىگەر كېسىلى، سېرىقلىق چۈشۈش، ئۆت تاش كېسىلى، سۈيدۈك يولى ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۆممىقوناق ساقىلىدىن 35 گىرام، ئارپا قىلتىرىقىدىن سەككىز گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ئۆتكۈر ۋە سوزۇلما بۆرەك ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كۆممىقوناق ساقىلىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قايناق سۇدا دەملەپ ئىچسە، سۈيدۈك تازىلاش ۋە سۇلۇق ئىششىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. كۆممىقوناق ساقىلىدىن 15 گىرام، كەرەپشە يىلتىزىدىن 10 گىرام، قارىئۆرۈكتىن بەش داننى دەملەپ ئىچسە، يۇقىرى قان بېسىم كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. قوناق ساقىلىدىن 15 گىرام، شىۋاقتىن بەش گىرام، چىلاندىن 10 دانە ئېلىپ، سۇدا بىر قاينىتىپلا ئازراق شېكەر سېلىپ ئىچىپ بەرسە، ئۆت يولىنى راۋانلاشتۇرۇش ۋە سەپرا خىلتىنىڭ تېزلىكىنى پەسەيتىش ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. قوناق ساقىلىدىن 60 گىرام، تاۋۇز شاپىقىدىن 30 گىرام، ئەگىرسۈنايدىن 15 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىشكە بېرىلسە، ئۆتكۈر بۆرەك ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

6. كۆممىقوناق ساقىلى ياكى كۆممىقوناقنىڭ يەرگە يېقىن تۇراقسىز يىلتىزىدىن 35 گىرام ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ ئىچسە ياكى كۆممىقوناق ساقىلىنى دەملەپ چاي ئورنىدا ئىچسە، يۇقىرى قان بېسىم كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

7. كۆممىقوناقنىڭ ھۆل يىلتىزى ياكى يوپۇرمىقىدىن 70 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى چۈشۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 18 ~ 35 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئېپار، زەپەر.

[ئورۇنباسارى] كۆممىقوناق يىلتىزى، كەرەپشە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كۆممىقوناق ساقىلى قاينىتىلمىسى.

www.uyghurkitap.com

تۇرۇپ
土如皮
(罗卜 luo bo)

تۇرۇپ

[باشقا ئاتىلىشى] بەجەل، مولى
[لاتىنچە نامى] Fructus Raphanus sativus
[ئىنگلىزچە نامى] Gardin Radish

[تونۇش] بۇ، كىرىست گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ۋە ئىككى يىللىق، تىك ئۆسىدىغان سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سەي - كۆكتات ئورنىدا ئىشلىتىلىدىغان تۇرۇپ بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ هۆل يىلتىزى «تۇرۇپ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. يىلتىزى يو- غان، توم، گۆشلۈك، چوڭ- كىچىكلىكى، رەڭگى، شەكلى بىر خىل بولمايدۇ، ئۆزى سۇلۇق، تەمى تاتلىق، ئازراق پۇرىقى بار، قىزىلى- دىن كۆكى ياخشىراق هېسابلىنىدۇ. (5.13 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە رايونىمىزنىڭ ھەممە يەرلىرىدە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يىلتىزىنىڭ تەركىبىدە گىلۇكوزا، قومۇش شېكىرى ۋە شېكەر بار. باشقا تەركىب- لىرىدە كومارىك كىسلاتا (Coumaric acid)، فېرولىك كىسلاتا (Ferulic acid)، كوففىك كىسلاتا (Coffeic acid)، فېنىلپىرووۋىك كىسلاتا، (Phenylpyru uic acid) قاتارلىق كۆپ خىل ئامىنو كىسلاتالار بار. هۆل يىلتىزىنىڭ تەركىبىدە مېتىل مېركاپتان، ۋىتامىن C بار. چۆپ كىسلاتاسى تۇتمىغانلىقى ئۈچۈن، بۇ كالتسىينىڭ ئەڭ ياخشى مەنبەسىدۇر. يەنە ماگنىي، بورالار ھەم راپانۇسىن (RaPhanusun) مۇ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] تۇرۇپنىڭ ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقى باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش رولىغا ئىگە. بولۇپمۇ گىرام مۇسبىي باكتېرىيەگە نىسبەتەن تورمۇزلاش كۈچى كۈچلۈك، قان زەردابى كېسىلى بولغاندا ھاياتلىق كۈچىنىڭ يېرىمى تۆۋەنلەيدۇ، يەنە زەمبۇرۇغقا قارشى تەسىرىمۇ بار. مەلۇماتلار- دىن قارىغاندا، يىلتىزىنى يانجىپ چىقىرىلغان سۈيى ئۆتتە تاش پەيدا بولۇشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. شۇڭا، ئۆت تېشى كېسەللىكىگە ئۈنۈم بېرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ھەزىمنى ياخشىلاش، يەل ھەيدەش، سۈيدۈك ھەيدەش، قاننى سۇيۇلدۇرۇش، ئاشقازان - ئۈچەينى قۇۋۋەتلەش، بەلغەم بوشىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىشتىھاسىزلىق، ھەزىمنىڭ ناچارلىقى، قۇلاق ئاغرىقى، كونا يۆتەل، ئاۋاز پۈتۈپ قېلىش، ئىستىسقا، سېرىقلىق چۈشۈش، ئۆتتە تاش پەيدا بولۇپ قېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تۇرۇپ سۈيىگە تۆت ھەسسە كۈنجۈت يېغىنى قوشۇپ، سۇس ئوت بىلەن قاينىتىپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغاندا سۈزۈپ ئېلىپ پاكىزلاپ قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاق ئاغرىقى ئۈچۈن پايدا قىلىدۇ.

2. تۇرۇپنىڭ يوپۇرمىقىنى سىقىپ، سۈيىنى قارا شېكەر بىلەن ئىچىپ بەرسە، يەرقان كېسىلى ئۈچۈن پايدا قىلىدۇ.

3. تۇرۇپنىڭ ئۆزىنى داۋاملىق يېسە ۋە سۈيىنى سىقىپ چىقىرىپ، كۈندە بىر ئىستاكان ئىچىپ بەرسە ۋە باشقا مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى چۈشۈرىدۇ.

4. تۇرۇپنىڭ ئىچىنى ئويۇپ ئېلىۋېتىپ، گۈل يېغى قۇيۇپ قوقاستا قويۇپ، ئىچىدىكى ياغ قاينىغاندا ئېلىپ ئىلمان ھالدا قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاقتىكى يەللەرنى ھەيدەپ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

5. تۇرۇپنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچسە، كونا يۆتەلگە پايدا قىلىدۇ.

6. تۇرۇپنىڭ ئىچىنى ئويۇپ، چامغۇر سۈيىنى تولدۇرۇپ، ئاغزىنى ئېتىپ خېمىرنىڭ ئارىسىغا ئېلىپ ئوتقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ، ھەسەل بىلەن قوشۇپ يېسە، سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 40～60 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرىدۇ، باش، گال ۋە چىشلاردا ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] تۇز، ھەسەل، سىركىگە چىلانغان زىرە.

[ئورۇنباسارى] چامغۇر.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تۇرۇپ قاينىتىلمىسى.

چىنىگۈل

其尼古丽

(石竹 shi zhu)

[لاتىنچە نامى] Herba Dianthus chinese

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Pik, Rainbow Pink

[تونۇش] بۇ، چىنىگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك چىنىگۈلنىڭ يەر ئۈستى قىسمىدىن ئىبارەت بولۇپ، «چىنىگۈل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (13. 6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] كۆپىنچە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ، شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كۈزدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئېۋگېنول (Eugenol)، قەنتلەر ۋە ھەر خىل ۋىتامىنلاردىن تەركىب تاپقان.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيدۈك ھەيدەش، باللىياتقۇنى قورۇش، ئۈچەيننىڭ لۆمۈلدەش ھەرىكىتىنى ئىلگىرى سۈرۈش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، قان شورىغۇچى قۇرتنى يوقىتىش، قان ئۇيۇپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ياللۇغ قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، قاننى راۋانلاشتۇرۇش، ھەيز كەلتۈرۈش، يىرىڭلىق ئىششىقنى ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆتكۈر سۈيدۈك يولى ياللۇغى، دوۋساق ياللۇغى، ئاياللار تاشقى جىنسىي ئەزاسى شەلۋەرەش، سۇ ئۆرلەپ تۇرىدىغان چاقىلار، ھەيز كەلمەسلىك، يىرىڭلىق ئىششىق ھەم قىزىلئۆڭگەچ راكى، ئۈچەي راكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كاكىنەچ، بەدىيان، قىزىلگۈلنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ دەملەپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇپ، ياللۇغ قايتۇرىدۇ.

2. تاغ لەيلىسى، بابۇنە، كاكىنەچ، چىننىگۈلنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىستېمال قىلسا، سۈيدۈك يولى ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. بىنەپشە، ماماكاپ، ئوسما يوپۇرمىقى، ئوسما يىلتىزى، ئاق لەيلىگۈل، چىننىگۈل قاتارلىقلاردىن يەتتە گىرام ئېلىپ ئېزىپ زىمات قىلسا، ئۆتكۈر يىرىڭلىق ئىششىقلارغا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 8 ～ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللارغا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئانارگۈل، مەستىكى.

[ئورۇنباسارى] يەرلىك شوخلا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] چىننىگۈل دەملىمىسى.

ياۋا كەشمىر

亚瓦开西米尔

（泽泻 ze xie）

[باشقا ئاتىلىشى] ياۋا كەشمىر يىلتىزى

[لاتىنچە نامى] Alisma Plantago — aquatica

[ئىنگلىزچە نامى] common water — plantian

[تونۇش] بۇ، ياۋا كەشمىر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق، ياۋا كەشمىرگە ئۇرۇقداش

ئۆسۈملۈك بولۇپ، ئېگىزلىكى 0.5 ~ 1 مېتىرغىچە كېلىدۇ. يەر ئاستىدا شار شەكىللىك تۈگۈنەك غولى، چاچما يىلتىزى كۆپ بولىدۇ، يوپۇرمىقى تۈۋىدىن ئۆسىدۇ. سېپى ئۇزۇن، يوپۇرماق تۈۋى غىلاپسىمان، يوپۇرماق شەكلى سوقىچاق، تولۇق گىرۋەكلىك؛ گۈل شېخى يوپۇرماقلىرىنىڭ ئوتتۇرىسىدىن چىقىدۇ، گۈلى ئاق، ئومۇمىي گۈل شېخى بەشتىن يەتتىگىچە ئايلانما بولۇپ ئۆسۈپ، توپلىشىپ چوڭ كونۇسسىمان گۈل رېتىمنى ھاسىل قىلىدۇ، كىچىك گۈل ساپلىرىنىڭ ئۇزۇنلۇقى ئوخشاش ئەمەس، كونۇسسىمان تىزىلغان، ئۇرۇقى، ئەتۇر قويۇلغان تۇخۇم شەكلىدە بولۇپ، ياپىلاق كېلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ تۈگۈنەك يىلتىزى «ياۋا كەشمىر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ دەريا بويلىرى، سازلىق ۋە كۆلچەكلىرىدە ئۆسىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنى كەچ كۈزدە كولىۋېلىپ، چاچما يىلتىزىنى ئېلىۋېتىپ، تاشقى پوستىنى قىرىپ چىقىرىۋېتىپ، نېپىز كېسىپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، خام ھالەتتە ياكى تۇزدا قورۇپ تەييارلىنىدۇ، دورىغا ھۆل ھالەتتىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ياۋا كەشمىر تەركىبىدە بەش خىل ترىتېرپىن (Triterpene) ماددىسى، ئاز مىقداردا بىيولوگىيەلىك ئىشقار، ئاقسىل، كىراخمال ماددىسى بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ماددا ئالمىشىشنى تېزلىتىش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈكنى راۋان قىلىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كىچىك تەرەت راۋان بولماسلىق، سۇلۇق ئىششىق، ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچ سۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ياۋا كەشمىر، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، چالا سوقۇپ قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.

2. تۇرۇپ ئۇرۇقى، جۇۋىنە، ياۋا كەشمىر، بەسباسە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ھەر خىل سۇلۇق ئىششىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ~ 21 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقچان كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[ئورۇنباسارى] ئوغرىتىكەن.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] ياۋا كەشمىر قاينىتىلمىسى.

www.uyghurkitap.com

پىلىكئوت

皮力克欧提

(灯心草 deng xin cao)

[باشقا ئاتىلىشى] پىلىكئوت چۆپى، جۇنكا

[لاتىنچە نامى] Medulla Juncus effusus

[ئىنگلىزچە نامى] Common Rush

[تونۇش] بۇ، پىلىكئوت ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك پىلىكئوتنىڭ غول ياكى پۈتۈن چۆپىدىن ئىبارەت. (7.13 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] سۇ بويى ۋە نەم جايلاردا ئۆسىدۇ، شىنجاڭنىڭ ھەممە تاغلىق رايونلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ غولى ۋە يوپۇرمىقىنى كۈزدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇچۇچان ماي، كۆپ خىل ئامىنو كىسلاتاسى، قەنت تۈرىدىكى ماددىلار ۋە β ـ سىتىپترول گىلۇكوزىد، β ـ سىسىتىسپرول قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئوكسىدلىنىشقا قارشى تۇرۇش، مىكرو ئورگانىزملارغا قارشى تۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ھەيدەش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە قان خىلىتىنى تەڭشەش، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك تۇتۇلۇش، سۈلۈق ئىششىق، سېرىقلىق چۈشۈش، سوزۇلما بۆرەك ياللۇغى، گۆرەن بېزى ياللۇغى، گال ئاغرىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پىلىكئوت، پاقىيوپۇرمىقىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايناتىپ سۈيىدە غار ـ غار قىلسا، گال ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. پىلىكئوت، كاسىنە يىلتىزىدىن 10 گىرامدىن، تاۋۇز ئۇرۇقىدىن 15 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قايناتىپ سۈيىنى ئىچسە، سۈيدۈك تۇتۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئىزخىردىن 10 گىرام، پىلىكئوتتىن 15 گىرام، ئەپسەنتىنندىن 10 گىرام، غاپەستىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە ئېلىپ قايناتىپ سۈيىنى ئىچسە، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىپ، سېرىقلىقنى يوقىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ～ 30 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاجلىقلاردا باش قېيىشنى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] خولىنجان، پىلپىل.

[ئورۇنباسارى] پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كاسىنە قاينىتىلمىسى.

پالما مەرىزى

怕力马麦日孜

(猪苓 zhu ling)

[باشقا ئاتىلىشى] پىلات دەرىخى پورى

[لاتىنچە نامى] Selerotium grifolae

[تونۇش] بۇ، ئادەتتە پالما دەرىخىدىن چىقىدىغان غارىقۇن ئائىلىسىدىكى پېرس (pers) ياكى پىلات (pilat) دېيىلىدىغان بىر خىل تەييارتاپ دەرەختىن پۈلتىيىپ ئۆسۈپ چىقىدىغان پورنىڭ يادروسىدىن ئىبارەت. (13 .8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ يۇننەن، سەنشى ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ دەرەختىن پۈلتىيىپ ئۆسۈپ چىقىدىغان پورنى ئېلىپ پاكىز تازىلاپ، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئىرگوستېرول (Ergoserol)، بىئوتىن (Biotin)، پالپۇرنىك كىسلاتاسى (Palpornic acid) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيدۈك ھەيدەش، ئۆسمىنى كونترول قىلىش، راكنىڭ ئالدىنى ئېلىش، ئىممۇنىتېت كۈچىنى ئاشۇرۇش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئادەتتىكىدەك ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇپ، ئارتۇق نەملىكنى قۇرۇتۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، ھەزىمنى ياخشىلاش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كىچىك تەرەت راۋان بولماسلىق، پۇت تەمرەتكىسى، ھەر خىل ئۆسمە، سۇلۇق ئىششىق، ئاق خۇن كېسەللىكى، تال ۋە ئاشقازان زەئىپلىكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پالما مەرىزى، كەرەپشە ئۇرۇقى 10 گىرامدىن، خاكشىدىن بەش گىرام ئېلىپ، بۇلارنى قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

2. جۇۋنەدىن 10 گىرام، زىرىدىن بەش گىرام، پالما مەرىزىدىن 10 گىرام ئېلىپ، بۇلارنى قاينىتىپ ئىچسە، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

3. پالما مەرىزى، گۈلسەۋسەن، ئىكلىلمىلىك، تاغ لەيلىسىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق سۇدا قاينىتىپ ئابزەن قىلسا، ئاق خۇن كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 8 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] پالما مەرىزى دەملىمىسى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

ئاپتاپپەرەس يىلتىزى

阿帕塔皮帕热斯银提孜）

（向日葵根　xiang ri kui gen）

ئاپتاپپەرەس

[باشقىچە ئاتىلىشى] بىخ ئاپتاپپەرەس، سورەج مەكىكى جىر

[لاتىنچە نامى] Radix Helianthus annuus

[ئىنگلىزچە نامى] Sun Flower root

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئاپتاپپەرەسنىڭ يىلتىزىدىن ئىبارەت.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] ئۆسۈملۈك مېۋىسى پىشقاندا يىلتىزىنى يىغىۋېلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ. دورىغا ھۆل ھالەتتىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يىلتىزىنىڭ تەركىبىدە ئۆسۈملۈك ھۈجەيلىرىنىڭ ئاجرىلىشىنى بىرىكتۈرىدىغان قۇۋۋەت جەۋھىرى بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ھارارەت چۈشۈرۈپ، نەپەسنى راۋان قىلىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ھەيدەش، ھەيز ماڭدۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، يۆتەل توختىتىش، قىزىتما قايتۇرۇش، ھامىلە چۈشۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك تۇتۇلۇش، سۈيدۈك يولى تاش كېسەللىكى، بۆرەك ئاجىزلىقى، ھامىلە چۈشمەسلىك، چىش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاپتاپپەرەس يىلتىزىنى يۇمشاق سوقۇپ ئېزىپ، دېزىنفېكسىيە قىلىنغان لاتىغا ئېلىپ، بالىياتقۇ ئېغىزىغا قويسا، ھامىلىنى چۈشۈرىدۇ.

2. ئاپتاپپەرەس يىلتىزى بىلەن ئارپىبەدىياندىن 15 گىرامدىن، ئوغرىتىكەن بىلەن تاۋۇز شاپىقىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، سىيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇپ، بۆرەك ۋە سىيدۈك يولىدىكى تاشلارنى چۈشۈرىدۇ.

3. ئاپتاپپەرەس يىلتىزىنى ئۇستىقۇددۇس، بادرەنجىبۇيا بىلەن قاينىتىپ سۈيىنى ئىچسە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ، لېكىن كۆپ قاينىتىۋەتمەي ئىشلىتىش لازىم.

4. ئاپتاپپەرەس يىلتىزىدىن يەتتە گىرام، تاۋۇز ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، سىيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 15 ~ 30 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] ھەسەل، قارىمۇچ.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] شەربىتى سەنگى مەسانە.

كەرەپشە ئۇرۇقى

开热非谢欧如合

（旱芹子 han qin zi）

[**باشقا ئاتىلىشى**] تۇخۇمى كەرەپشە

[**لاتىنچە نامى**] Semen Apium graveolens

[**ئىنگلىزچە نامى**] seed of wild Celerey

[**تونۇش**] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك كەرەپشىنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇرۇقى كىچىك، پۈرىقى كۈچلۈك، رەڭگى قارامتۇل كۆك رەڭدە كېلىدۇ. (9.13 ـ رەسىم)

كەرەپشە ئۇرۇقى

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ياز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا، غولىنى كېسىپ ئېلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتقاندىن كېيىن، ئۇرۇقىنى ئېلىپ، ئاندىن پۈتۈنلەي قۇرۇغاندىن كېيىن سالقىن جايدا ساقلاپ قۇرۇتۇلىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] ئۇچۇچان ماددىلار ۋە ۋىتامىن C، B، A بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] سىيدۈك ھەيدەيدۇ، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ، ئۈچەي، ئاشقازان، جىگەرنىڭ سىمۇ-

رۇش ۋە تارتىش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ، نەپەس مەركىزىنىڭ نورمال پائالىيىتىنى ساقلايدۇ، مېڭىنى ۋە مېڭە بوّلۇمچىلىرىنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، بۇنىڭدىن ئېلىنغان پۇراقلىق ماي نەپەسنى ياخشىلاپ، دېمى سىقىلىشنى يوقىتىدۇ، يۈرەك تاجىسمان قىزىل قان تومۇرلىرىنىڭ راۋانلىشىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاغرىق پەسەيتىش، يەل ھەيدەش، ھەزىمگە ياردەم بېرىش، تاماق سىڭدۈرۈش، تاش پارچىلاش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەزىم ئاجىزلىقى، ئىشتىھاسىزلىق، قان ئايلىنىشىنىڭ ناچارلىقى، بىقىن ئاغرىقى، ئۈچەي ئېچىشىش، قورساق ئېچىش، ماغدۇرسىزلىنىش، بۆرەك، دوۋساق تاش كېسەللىكلىرى، جىگەر، تال توسۇلۇش، يەلدىن بولغان قۇلۇنجى، يۇقىرى قان بېسىم، ئىستىسقا، بوغۇم ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئىتئۈزۈمى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، چالا سوقۇپ چايلىق تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

2. ئوغرىتىكەن، پوستى تۇرۇنجى، بەديان، زىرە، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، چايلىق تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، يەل ھەيدەپ ھەزىمگە ياردەم بېرىدۇ.

3. 300 مىلىلىتىر سىركىدە تۆت گىرام كەرەپشە ئۇرۇقىنى ئېزىپ سېلىپ، ئاغزىنى مەھكەم ئېتىپ، ئۈچ ئاي قويۇپ ئاندىن ئىچسە، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ، سۈيدۈكنىڭ تەستە كېلىشىنى يوق قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئىككى گىرام.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، بادام مېغىزى.

[ئورۇنباسارى] نانخا، زىرە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] جاۋارش جالىنۇس.

تەرخەمەك ئۇرۇقى

台尔海买克欧如合

(黄瓜子 Huang gua zi)

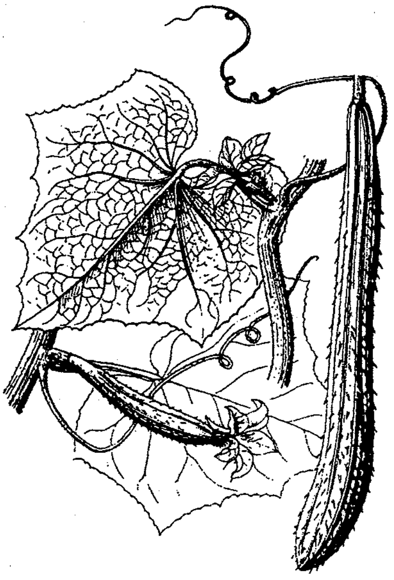
[باشقىچە ئاتىلىشى] تۇخۇمى تەررە، بەزىرۇلقەسەد

[لاتىنچە نامى] Seme Cucumis Sativus

[ئىنگلىزچە نامى] Cucumber Fruit Seed

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق يامىشىپ، پىلەك تارتىپ ئۆسىدىغان سامان غوللۇق

ئۈسۈملۈك تەرخەمەكنىڭ مېۋىسى ئىچىدىكى ئۇرۇقىدىن ئىبارەت. ئۇ-رۇقى ئېللىپىس شەكىللىك ياپىلاق كېلىدۇ، رەڭگى ئاق، تەمى تاتلىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (13.10 ـ رەسىم)



تەرخەمەك

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە تەرخەمەك پىشىپ يېتىلگەندە يىغىۋېلىپ، يۇيۇپ ئۇرۇقىنى ئاجرىتىپ، باشقا ئارىلاشما ماددىلارنى چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن، يۇيۇپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، ئاندىن سالقىن، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە ئاقسىل ماددىسى، ماي بار، ماينىڭ ئاساسلىق تەركىبى 58.49% ماي كىسلاتاسى (DLei Acid)، 22.29% لىنولىك كىسلاتاسى (Linnoleic Acid)، 7% پالمىتىك كىسلاتاسى (stcaris acid) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] تەرخەمەك ئۇرۇقى تەركىبىدىكى كۇكۇمبەن (Cucumben) نى هايۋانلارغا سىناق قىلغاندا، راك ئۆسمىسىگە قارشى تەسىرىنىڭ بارلىقى بايقالغان، زەھەرلىك تەسىرى ئاز بولغان.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىنى ئاجرىتىش، داغلاش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلتىنى تەڭشەش، قىزىتما ۋە ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، تاش پارچىلاش، سۈيدۈك، ھەيزنى راۋان قىلىش، توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك يولى ياللۇغى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، بەدەن قىزىش، ئۇسسۇزلۇق، ھەيز توسۇلۇش، بۆرەك، دوۋساق ۋە سۈيدۈك يولى تاش كېسەللىكى، سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش، ئىسسىقتىن بولغان جىگەر ۋە تال ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى، بەدىيان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

2. ئاق لەيلىگۈلدىن بەش گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى، بابۇنە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، كۈندە ئىككى ۋاق 30 گىرامدىن ئىچسە، سۈيدۈك يولى ياللۇغى، سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ~ 15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان، زەنجىۋىل، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] تەرخەمەك.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۈيدۈك ھەيدەش شەربىتى، سۇفۇپى تەررە.

www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

ئەتىرگۈل

艾提日古丽

(月季花 yue ji hua)

[باشقا ئاتىلىشى] ئەنغىرا، گۈل ئەسلىي، جاسۇن

[لاتىنچە نامى] Flos Rosa chinensis

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Rose Flower

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىدىكى كىچىك چاتقال ئۆسۈملۈك ئەتىرگۈل بولۇپ، ئۆسۈملۈكنىڭ يېرىم ئېچىلغان ۋاقتىدىكى گۈلى ياز ۋە كۈزدە يىغىۋېلىنىپ، سايىدا قۇرۇتۇلۇپ، «ئەتىرگۈل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. رەڭگى سۆسۈن ياكى ھال رەڭ، تەمى سەل ئاچچىق، خۇش پۇراق كېلىدۇ. يىلتىزى «ئەتىرگۈل يىلتىزى» نامىدا دورىلىقتا ئىشلىتىلىدۇ. (11.13 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كۈزدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] گۈلىدە ئۇچۇچان ياغ بار، تەركىبى قىزىلگۈل مېيى بىلەن ئوخشاش، قىزىلگۈل مېيى تىرپىن ئالكالوھىدنىڭ خىمىيەلىك بىرىكمىلىرىدىن ئىبارەت.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، كۆڭۈلگە خۇشلۇق يەتكۈزۈش، ئىششىق ياندۇرۇش، ھەيزنى راۋان قىلىش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۈرەك ئاجىزلىقى، مېڭە ئاجىزلىقى، ھەيز توسۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. لاچىنداندىن بەش گىرام، سازەج ھىندىدىن بەش گىرام، ئەتىرگۈلدىن 10 گىرام ئېلىپ، چايلىق تەييارلاپ دەملەپ ئىچىپ بەرسە، مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. ئەتىرگۈل گۈلقەنتىگە مۇۋاپىق مىقداردىكى سانا بىلەن زاراڭزا چېچىكىنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بەرسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

3. ئەتىرگۈل، زاراڭزا چېچىكى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

4. ھۆل ئەتىرگۈل يىلتىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق ئېزىپ زىمات تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، زەخىملىنىشتىن بولغان ئىششىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ～ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] رەيھانگۈل.
[ئۇرۇنباسارى] قىزىلگۈل.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەتىرگۈل قايىنتىلمىسى.

تاۋۇزەك
塔乌杂克
(野西瓜苗 ye xi gua miao)

[باشقا ئاتىلىشى] پانۇسگۈلى
[لاتىنچە نامى] Hibisceus trionum
[ئىنگلىزچە نامى] Hibiscus
[تونۇش] بۇ، لەيلىگۈل ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تاۋۇزەك ياكى پانۇسگۈلىنىڭ پۈتۈن چۆپىدىن ئىبارەت بولۇپ، «تاۋۇزەك» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (12.13 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ئېتىز بويلىرىدىكى نەم جايلاردا ئۆسىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] يوپۇرمىقىدا چاپلاشقاق ماددا، ئەرەب قەنتى (arabinose)، ياغاچ شېكىرى (xylose) قاتارلىقلار بار.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرى كۈچلۈك، بولۇپمۇ يوپۇرمىقىنىڭ تەسىرى بۇ جەھەتتە كۆزگە كۆرۈنەرلىك، ئۇنىڭدىن باشقا زەھەر قايتۇرۇش ۋە ياللۇغ قايتۇرۇش تەسىرى بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ھەيدەش، ھارارەت پەسەيتىش، ئاغرىق توختىتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۇقىرى قىزىتما، ئۆتكۈر خاراكتېرلىك بوغۇم ياللۇغى، ئىسسىقتىن بولغان زۇكام، كۆيۈك يارىسى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. نىلۇپەر، زىرىق، تاۋۇزەكنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، قىزىتمىنى قايتۇرىدۇ، ئىسسىقتىن بولغان زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
2. تاۋۇزەكتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، كۆيۈك يارىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] 18 ~ 35 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەردە باش قېيىشنى پەيدا قىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[تۇزەتكۈچىسى] زىرە.

[ئورۇنباسارى] بىنەپشە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تاۋۇزەك دەملىمىسى.

پالەك ئۇرۇقى

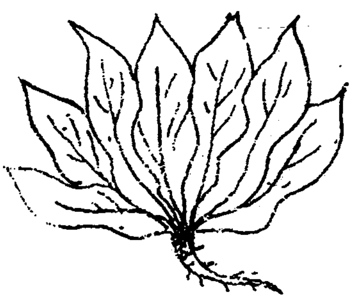
帕来克欧如哈

(菠菜子 bo cai zi)

[باشقا ئاتىلىشى] بەزرۇ ئىسفەناخ، تۇخۇمى ئىسپاناخ، پالەككى بىج

[لاتىنچە نامى] Spinacia oleracea

[ئىنگلىزچە نامى] Spinach Fruit



پالەك ئۇرۇقى

[تونۇش] بۇ، لويلا ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك پالەكنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۈچ بۇرجەكلىك، سېرىقتا مايىل، يۈزى مۇدۇر- چوقۇر، تەمى تېتىقسىز كېلىدۇ. (13.13 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يېرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئۇرۇقى قومۇش شېكىرى، چىگىت شېكىرى، ستاخيوزا (سۇ رەيھىنى شېكىرى) قاتارلىقلارنى تۇتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] ئىسسىقتىن بولغان تەپلەرنى پەسەيتىش، سۈيدۈكنى راۋان قىلىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ئىسسىقتىن بولغان تەپ، يۈرەك ئاغرىقى، ئىچكى ئەزالارنىڭ ئاغرىقى، سىل قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پالەك ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.

2. پالەك ئۇرۇقىدىن بەش گىرام، بىدمۇشكى، بىنەپشىدىن يەتتە گىرامدىن، نىلۇپەردىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچسە، ئىسسىقتىن بولغان تەپنى پەسەيتىدۇ.

3. چامغۇر ئۇرۇقى، پالەك ئۇرۇقىدىن بەش گىرامدىن، سۆئلەپتىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، دورىلارنى

سوقۇپ سۈفۈپ قىلىپ ئىچىپ بەرسە، سىل كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ، تالغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] قارىمۇچ، قايماق، گىل مەختۇم.

[ئورۇنباسارى] سېمىزئوت ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] پالەك ئۇرۇقى قايناتمىسى.

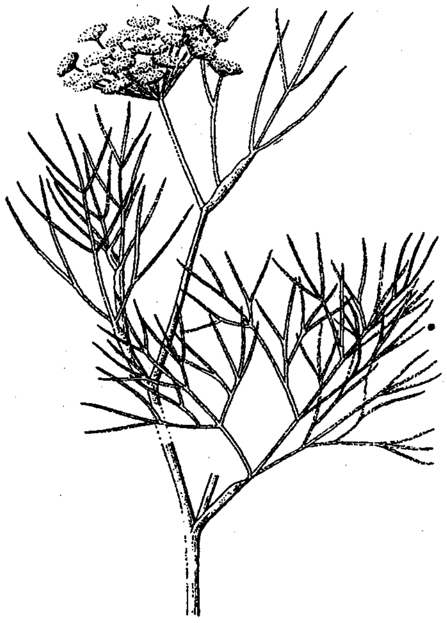
يۇقىرىقىدىن باشقا كېۋەز ئانىسى، شاخ دارچىن، كۆك چاي، كەرەپشە، نەغەزگۈلى يىلتىزى، كاكىنەچ، لوپنۇر كەندىرى، ئوغرىتىكەن، بېلىق مېڭە تېشى، كۆك كاۋا، ئارپىبەدىيان، ئاپتاپپەرەس گۈلى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ياۋا پۇرچاق، قارىكۆز بەدىيان، ئوسۇك ئۇرۇقى، گۈلىيەسمەن، ئادراسمان ئۇرۇقى قاتارلىقلارمۇ سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار قاتارىغا كىرىدۇ.

بەدىيان يىلتىزى

巴地洋依力提孜

(小茴香根 xiao hui xiang gen)

[باشقا ئاتىلىشى] ئەسلىي رازيانەچ، بىخ بەدىيان، باديان كى جەر



بەدىيان

[تونۇش] بۇ كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئارپىبەدىياننىڭ قۇرۇتۇلغان يىلتىزى بولۇپ، رەڭگى ئاق رەڭدە، شەكلى سىلىندىرسىمان، تەمى بىرئاز قېرىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. «بەدىيان يىلتىزى» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (13. 14 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، قۇرۇتۇپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، توغراپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] بەلغەم بوشىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ھەزىمنى ياخشىلاش، تاش پارچىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بەلغەمدىن بولغان كېسەللىكلەر، سوغۇقتىن بولغان ياللۇغ ۋە ئىششىقلار، بەل ئاغرىش، سۈيدۈك ۋە ھەيز تۇتۇلۇش، ئۈچەي توسۇلۇش، پالەچ، ئىستىرخا، بۆرەك، دوۋساق

تېشى، سۈلۈق ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بەديان يىلتىزى، ئىزخىر، ئۇد بىلسان، بابۇنە، قىزىلگۈلنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، بىغ سەۋسەندىن يەتتە گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، پىسەپلىرنى ئىششىغان ئورۇنغا چاپسا، ئىششىق قايتۇرىدۇ.

2. بەديان يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام، خىيارشەنبەردىن 30 گىرام، تەمرىھىندىدىن 20 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ شەربەت تەييارلاپ، 30 مىللىلىتىردىن ئىچىپ بەرسە، توسالغۇلارنى ئېچىپ، ياللۇغ قايتۇرىدۇ، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

3. كەرەپشە يىلتىزى، بەديان يىلتىزى 10 گىرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرام، تاۋۇز ئۇرۇقىدىن توققۇز گىرام، ئوغرىتىكەندىن بەش گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىلما تەييارلاپ، 30 مىللىلىتىردىن ئىككى ۋاق ئىچىپ بەرسە، سۈيدۈك ھەيدەپ، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىقلارنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، نىلۇپەر.

[ئورۇنباسارى] كەرەپشە يىلتىزى، بەديان.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] بەديان يىلتىزى قاينىتىلمىسى.

يېسسۋېلەك ئۇرۇقى

叶斯维来克

(白菜 bai cai)

[باشقا ئاتىلىشى] بەزرۇل قەنبىت، گويىكى بىج

[تونۇش] بۇ، كرېست گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان كۆكتاتنىڭ ئۇرۇقى بولۇپ، «يېسسۋېلەك ئۇرۇقى» نامىدا دورىلىققا ۋە كۆكتات ئورنىدا ئىشلىتىلىدۇ. (15.13 ـ رەسىم)

يېسسۋېلەك

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىز ۋە ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] 9 ـ، 10 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] بەدەننى قۇۋۋەتلەش، سۈيدۈك ۋە تەرەتنى ھەيدەش، قەۋزىيەتنىڭ ئالدىنى ئېلىش تە-

سىرىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بەدەن ئاجىزلىقى، ۋەجئۇل مۇپاسىل، قەۋزىيەتلىك، سۈيدۈك راۋان بولماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] يېسسىۋېلەك ئۇرۇقى، پالەك، تاۋۇز ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچىپ بەرسە، بەدەننى قۇۋۋەتلەپ، سۈيدۈك ھەم چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يەل پەيدا قىلىدۇ، تەستە ھەزىم بولىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] زىرە، سىرىق ماي.

[ئورۇنباسارى] كالالەكبەسەي ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] يېسسىۋېلەك ئۇرۇقى قايىنىتىلمىسى.

مودەنگۈل

木丹古丽

(木丹花 mu dan hua)

[باشقا ئاتىلىشى] باسۇم، گۇل دائۇدى

[تونۇش] بۇ، ئېيىقتاپانلىقلار ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ئۆسۈملۈك يىرىم مېتىردىن ئىككى مېتىرغىچە ئۆسىدىغان كۆپ يىللىق يوپۇرماق تاشلايدىغان چاتقال ئۆسۈملۈك مودەنگۈل بولۇپ، گۈللىرى سىرلىق، ئاق ھەم ئاقئا مايىل سۇس كۆك رەڭلىك دەپ ئۈچ خىل بولىدۇ. ئەمەندەك ئۆتكۈر پۇرايدۇ، بۇ گۈللەر ئومۇملاشتۇرۇلۇپ «مودەنگۈل» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدا ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] گۈلى ئېچىلغاندا يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يۈرەك، مېڭىنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش، يەل ھەيدەش، سۈيدۈك ھەيدەش، ھەيز راۋانلاشتۇرۇش، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرۈش، ياللۇغ قايتۇرۇش، زەخىملەرنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۈرەك، مېڭە ئاجىزلىقى، بۆرەك، دوۋساق تاش كېسەللىكى، سۈيدۈك، ھەيز تۇتۇلۇش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مودەنگۈل، زاراڭزا چېچىكىدىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ، سۇفۇپ تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

2. سېرىق مودەنگۈلدىن 12 گىرام، بەدىياندىن ئۈچ گىرام، ئاق زىرىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم ياساپ، ھەر خىل سەۋەبلەردىن بولغان ياللۇغنى تارقىتىش ئۈچۈن يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، مەنپەئەتى ئىنتايىن ياخشى بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىقلاردا باش ئېسىلىش پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] قىزىلگۈل، بەرەنجاسىپ.

[ئورۇنباسارى] ئىكلىلمىلىك.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مودەنگۈل زىماتى.

www.uyghurkitap.com

ئون تۆتىنچى باب   تاش پارچىلىغۇچى دورىلار

ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن ئۆزىگە خاس تەسىرى بىلەن ئۆت، بۆرەك، دوۋساق ۋە سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ، توسالغۇلارنى ئېچىپ، سۈيدۈك ھەيدەپ، ئەزالارغا يىغىلىپ قالغان قۇم ـ تاشلارنىڭ مۇناسىۋەتلىك يوللار ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرىلىشىنى ئىلگىرى سۈرىدىغان ياكى تاش پارچىلاش تەسىرى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، تاش پارچىلىغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن مىزاج بۇزۇلۇش، ئوزۇقلىنىش تەرتىپى قالايمىقانلى- شىش، ئورگانىزملارنىڭ تەبىئىي قۇۋۋىتى ئاجىزلاش، چىقىرىندى ماددىلار چىقىپ كېتەلمەي، مەلۇم بىر ئەزادا يىغىلىۋېلىش ۋە داۋاملىق بىرىكىپ چۆكمىگە چۈشۈشتىن بۆرەك، دوۋساق، مەزى بېزى، ئۆت خالتىسى قاتارلىق ئەزالاردا تاش پەيدا بولىدۇ. ئەزالاردا تاش پەيدا بولغاندا، ئوڭ تەرەپ جىگەر ساھەسى سانجىلىپ ئاغرىش، بۆرەك ساھەسى قاتتىق كۆيۈشۈش، ئېچىشىپ ئاغرىش، سۈيدۈك راۋان بولماسلىق، سۈيدۈكتىن قان كېلىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەزىم ئاجىزلاش، پالەچ، لەقۋا، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىش، تال ۋە جىگەر ئاجىزلاش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا يامان ئاقىۋەت كېلىپچىقىدۇ. تاش پارچىلىغۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئى- تى قۇرۇق ئىسسىق ياكى ھۆل ئىسسىق بولىدۇ. بۇ خىل دورىلار غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تازىلاش، تاش ئېرىتىپ، توسالغۇلارنى ئېچىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەشتەك خۇسۇسىيەتلىرى ئارقىلىق تاش پارچىلايدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار تاش پارچىلىغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: تىللائوت، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، ماگنىت تېشى، ئوغرىتىكەن، ھەجرۇلىيەھۇد، بېلىق مېڭە تېشى، قوغۇن ئۇرۇقى، قوغۇن ساپىقى، موزايېشى، شىۋاق، بۇدۇشقاق، تاۋۇز ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلار.

تىللائوت
提拉欧提
(金钱草 jin qian cao)

[باشقا ئاتىلىشى] تىللا ئوت چۆپى

[لاتىنچە نامى] Herba Lysimachia vulgaris

[ئىنگلىزچە نامى] Lysimachia

[تونۇش] بۇ، نورۇزگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تىللا ئوتنىڭ پۈتۈن

ئۆسمۈلۈكىدىن ئىبارەت. (1.14 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ گۈيجۇ ئۆلكىسىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسمۈلۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] تەركىبىدە كىسلاتالىق ماددىلار، فىلاۋونلار، siterol، گىلۇكوزىدلار، ئامىنو كىسلاتاسى، تاننىن، ئۇچۇچان ماي، خولىن ۋە كالىي تۇزلىرى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى]

1. ئۆت سۇيۇقلۇقىنى راۋانلاشتۇرۇش، ئۆت يولىدىكى تاشلارنى ھەيدەش، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش ۋە سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

2. كىچىك چاشقاننىڭ ھۈجەيرە ئىممۇنىتېتى ۋە تەن سۇيۇقلۇق ئىممۇنىتېتىنى تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە.

3. ياللۇغقا قارشى تۇرۇش ۋە قان تومۇرلارنىڭ سىلىق يوللۇق مۇسكۇللىرىنى كېڭەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە قان خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى ئېرىتىپ چۈشۈرۈش، سېرىقلىقنى قايتۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە قىزىتما ياندۇرۇش ئۈچۈن ۋە جىگەر كېسەللىكلىرى، سۈلۈق ئىششىق، سۈيدۈك يولىدا تاش پەيدا بولۇش، كاناي ياللۇغى، زۇكام، تىلما، گۆرەن بېزى ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. 30 گىرام تىللائوتنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ بەدەننى يۇسا، قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە قىزىتما چۈشۈرىدۇ.

2. ئوغرىتىكەندىن 15 گىرام، تىللا ئوت، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ، كۈندە ئۈچ ۋاق 15 مىللىلىتىردىن ئىچسە، سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 15~30 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تال ۋە ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى، ھەسەل سۈيى.

[ئورۇنباسارى] تەرخەمەك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تىللائوت قاينىتىلمىسى.

www.uyghurkitap.com

ماگنىت تېشى

麻格尼提特西

(磁石 ci shi)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەجىرىمىقىياتىس، ھەجىرولھەرىد، سەنگى ئاھەن، چەمەك پەتتەر

[لاتىنچە نامى] Magnetitum

[ئىنگلىزچە نامى] Mognetitum (Load Stone)

[تونۇش] بۇ، ئوكسىدلانغان ماددا تۈرىدىكى ماگنىتلىق تۆمۈر رۇدىسىنىڭ تېشى بولۇپ، ئۆلچەمسىز مونەكسىمان قىرلىق، سىرتقى يۈزى قارا رەڭلىك، پارقىرىمايدۇ، قاتتىق بولىدۇ. بۇ خىل ماگنىتلىق تۆمۈر رۇدىسى «ماگنىت تېشى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (2.14 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ جياڭسۇ، شەندۇڭ، لياۋنىڭ، گۇاڭدۇڭ قاتارلىق جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ رۇدىنى ئېلىپ پاكىز تازىلاپ، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ، ھەرقانداق ۋاقىتتا يىغىۋالغىلى بولىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] بۇ ئاساسلىقى فىررى فىررولوس ئوكسىدى (Ferriferrous oxide) تۇتىدۇ، ئۇنىڭدىن باشقا يەنە ئاز مىقداردا ماگنىي ئوكسىدى (MgO) ۋە ئاليۇمىن ئوكسىدى (Al_2O_3) بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] كۆشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] تاش پارچىلاش، مېڭە، جىگەر، ئۆپكىنى قۇۋۋەتلەش، ئاغرىق پەسەيتىش، غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تازىلاش، قان توختىتىش، زەھەر قايتۇرۇش، جاراھەت ئېغىزلىرىنى پۈتتۈرۈش، ئاق خۇن ۋە ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، جىگەر ۋە تالنى قۇۋۋەتلەش، تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] پالەچ، چوڭ بوغۇم ئاغرىقى، ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى، جىگەر ۋە تال ئاجىزلىقى، ھەر خىل قاناش، جاراھەت، قىيىن تۇغۇت، سۈيدۈك يولى تېشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۆشتە قىلىنغان ماگنىت تېشىدىن 1.5 گىرامنى ھەسەل ياكى قايماق بىلەن ئىچسە، پالەچ ۋە ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. بىر گىرام كۆشتە قىلىنغان ماگنىت تېشىنى ھەسەل سۈيى ياكى بادام مېغىزى بىلەن ئىچسە، غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنى تازىلايدۇ.

3. كۆشتە قىلىنغان ماگنىت تېشى، تاباشىر، قېتىق سۈزمىسى قاتارلىقلارنى 1.5 گىرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ئىچسە، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ.

4. كۇشتە قىلىنغان ماگنىت تېشىدىن ئىككى گىرامنى سۇفۇپ قىلىپ سىرتتىن سەپسە، سىرتقى قاناشنى توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] كۇشتە قىلىنغاندىن كېيىن 0.5 ~ 1 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئارپىبەديان.

[ئورۇنباسارى] ھەجرۇليەھۇد.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى سەنگى مەسانە.

ئوغرىتىكەن

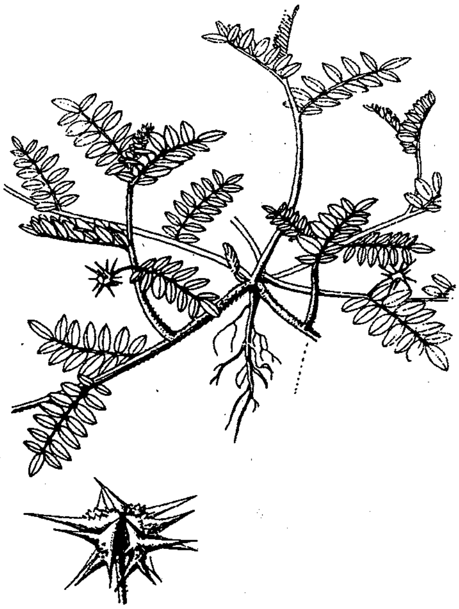
欧胡日提坎

(刺猬藜 ci wei li)

[باشقا ئاتىلىشى] چاھارمىخ، چاھارپۇت ئاسمانى

[لاتىنچە نامى] Tribulus terrestris

[ئىنگلىزچە نامى] Frnitof puncturevine caltrop



ئوغرىتىكەن

[تونۇش] بۇ، ئوغرىتىكەن ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك خارخەسەكنىڭ پىشقان قۇرۇق مېۋىسىدىن ئىبارەت بولۇپ، كۆپ شاخلىنىدۇ، يەر بېغىرلاپ ئۆسىدۇ، ئۇزۇنلۇقى 30 ~ 60 سانتىمېتىرغىچە كېلىدۇ، پۈتۈن تېنىدە ئاق، يۇمشاق تۈكلەر بولىدۇ؛ يوپۇرمىقى ئۇدۇل ياكى نۆۋەتلىشىپ ئۆسىدىغان جۈپ سانلىق پەيسىمان مۇرەككەپ يوپۇرماق؛ ئۇلى سېرىق، قولتۇقىدىن يالغۇز ئۆسىدۇ، مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يېرىلىدۇ ۋە ھەربىر مېۋىدىن بىر جۈپتىن ئۇزۇن ۋە قىسقا تىكەنلىرى بولىدۇ. رەڭگى سارغۇچ يېشىل، تىكەنسىمان ھۇررەكلىرى كۆتۈرۈلۈپ چىققان، پۇرىقى سۇس، تەمى بىرئاز ئاچچىق، ئىچىدە ئۇرۇقى بار. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى «ئوغرىتىكەن»، «چاھار مىخ»، «چاھار پاي ئاسمانى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.14 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە مېۋىسى پىشقاندا پۈتۈن تۈپى بىلەن ئورۇۋېلىپ قۇرۇتۇلىدۇ، ئاندىن ئۇرۇقىنى ئايرىپ ئېلىپ، ئارىلاش ماددىلىرى تازىلىۋېتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە خارخەسەك گىلۇكوزىدى (Tiribuloside) بار، قۇرۇق مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە، ئاز مىقداردا ئۇچۇچان ماي، تاننىن، رېزىنا، سېستىرول، كالىي تۇزى قاتارلىقلار بار. ئۇرۇقىدا هورمان (Horman) ۋە هاتمان (hatmane) قاتارلىق ئالكولوئىدلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ① قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىش تەسىرى: ئوغرىتىكەنىنىڭ سۇغا چىلانغان سۈيى ۋە 3% لىك ئىسپىرتلىق چىلانمىسى ناركوزلانغان هايۋانلارنىڭ قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە؛ ② سىلىق مۇسكۇلغا بولغان تەسىرى: ئوغرىتىكەنىنىڭ ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان ماددىسى ئۈي توشقىنىنىڭ ئۈن ئىككى بارماق ئۈچىيىنى بوشاشتۇرۇش تەسىرى بار؛ ③ سۈيدۈك هەيدەش تەسىرى: ئوغرىتىكەنىنىڭ سۇ بىلەن ئېلىنغان ماددىسى ۋە قاينىتىلمىسى سۈيدۈك هەيدەش رولىغا ئىگە. كلىنىكىدا قورساقتا سۇ چۈشۈش ۋە سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكلىرىگە تەسىرى بار؛ ④ ئوغرىتىكەنىنىڭ پۈتۈن چۆپىدىن ئېلىنغان ماددىسى يۆتەل توختىتىش، بەلغەم بوشىتىش، هاسىراشنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە؛ ⑤قېرىشنى كېچىكتۈرۈش ۋە باهنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە؛ ⑥ باشقا تەسىرى: چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەلىرىنىڭ ئۆسۈشىنى توسىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ۋە هەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، بۆرەكتىكى، ئۆتتىكى تاشلارنى پارچىلاش ۋە توسالغۇلارنى ئېچىش، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش، يۆتەل توختىتىش، يەل هەيدەش، باهنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك تۇتۇلۇش، هەيز توسۇلۇش، بۆرەك ۋە دوۋساق تېشى، سۆزنەك، يۆتەل، دېمى سىقىلىش، يەلدىن بولغان قۇلۇنجى، بەرەس قاتارلىقلارنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئوغرىتىكەندىن 10 گىرام، سۆئەلپ مىسرىدىن بەش گىرام، ناۋاتتىن 20 گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ ئىچسە، باھ ئاجىزلىقى، سۈت ۋە مەني كەملىككە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. كاكىنەج، ئىتئۈزۈمى، كاسنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، ئوغرىتىكەن، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ هەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، چايلىق قىلىپ ئىچسە، سۆزنەك ئۈچۈن شىپا بولىدۇ.

3. تاۋۇز ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، هەجرۇلیەهۇد قاتارلىقلاردىن بەش گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، زەيتۇن يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بەرسە، ئۆتتىكى ئۇششاق تاشنى پارچىلايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باشنى ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام ۋە كۈنجۈت يېغى.

[ئورۇنباسارى] ئوغرىتىكەن يىلتىزى ۋە يوپۇرمىقى، پىدىگەن ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى بەۋۇل، سۇفۇپى سەيلانى رەهمى، خارخەسەك ئوكۇلى.

www.uyghurkitap.com

ھەجرۇليەھۇد

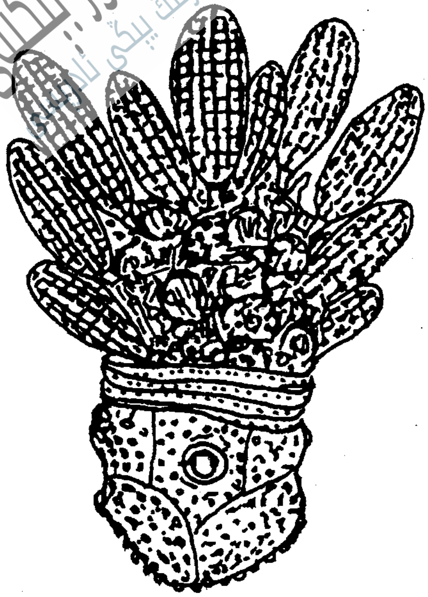
也胡地特石

（吉多果化石 ji do guo hua shi）

[باشقا ئاتىلىشى] ھەجرەليەھۇد، سەنگى يەھودى، ھەجەرەليەھود

[لاتىنچە نامى] Cyrtospirifer sinensis

[ئىنگلىزچە نامى] Jews stone



ھەجرۇليەھۇد

[تونۇش] بۇ قەدىمكى يىگىنە تېرىلىك ھايۋاناتلارنىڭ تاشقا ئايلانغان قالدۇقلىرىدىن ئىبارەت بولۇپ، كولاپ ئېلىپ باشقا تاشلارنى چىقىرىۋېتىپ، يۇيۇپ يىغىۋېلىنىپ، «ھەجرۇليەھۇد» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. تۇخۇم شەكىللىك ياكى ئېللىپىس شەكىللىك، رەڭگى ئاقۇچ، تويا پۇرىقى بار. (4.14 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئىئوردانىيەنىڭ تاغلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كولاپ ئېلىپ، باشقا تاشلارنى چىقىرىۋېتىپ، يۇيۇپ يىغىۋېلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ھەجرۇليەھۇد تەركىبىدە ئاساسلىقى كالتسىي كاربونات (Calciym corbonate) بار.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] تاش پارچىلاش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئۇششاق تاشلارنى چۈشۈرۈش، ئۇيۇپ قالغان قانلارنى ئېرىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۆرەك ۋە دوۋساقتا تاش پەيدا بولۇش، سۈيدۈك توسۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ھەجرۇليەھۇدنىڭ تالقىنىدىن ئىككى گىرام ئېلىپ، تۆت گىرام ئاچچىق بادام مېغىزى ياكى بادام يېغى بىلەن قوشۇپ ئىچسە، سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى چۈشۈرىدۇ.

2. ھەجرۇليەھۇدنىڭ تالقىنىدىن ئىككى گىرامنى بادام يېغى، قوغۇن ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى بىلەن قوشۇپ ئىچسە، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇپ، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرىدۇ.

3. كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەديان، ئوغرىتىكەن، شىۋاق ۋە شاھتەررىلەرنىڭ ئەرەقلىرىنى قوشۇپ، ئۇنىڭغا ئىككى گىرام ھەجرۇليەھۇد تالقىنىنى قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، بۆرەكتىكى تاشنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ～ 15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] جىگەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كالا سۈتى، ئەرەب يېلىمى، بادام مېيى.

[ئورۇنباسارى] سەنگى سەرماھى، كەرەپشە ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى ھەجرۇليەھۇد، شەربىتى ھەجرۇليەھۇد، سۇفۇپى ھەجرۇليەھۇد.

بېلىق مېڭە تېشى

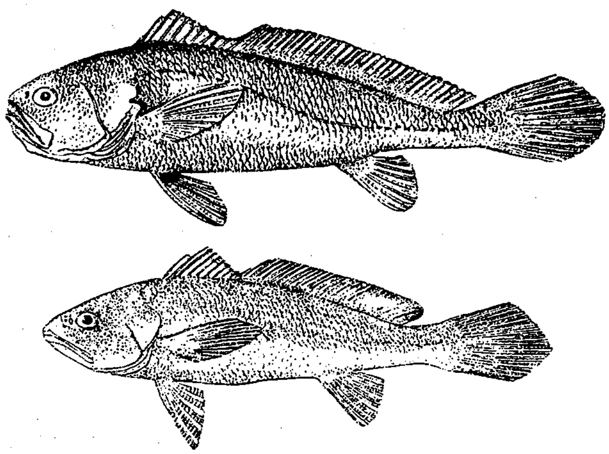
贝里克米依特西

（鱼脑石 yu nao shi）

[باشقىچە ئاتىلىشى] ھەجرۇس سەمەك، سەنگى سەرماھى، مىچلى سەركاسەنگى

[لاتىنچە نامى] Otolhtum Pseudosciaenae croceade

[ئىنگلىزچە نامى] Yellow Croakers Auricular benos



بېلىق

[تونۇش] بۇ، بېلىقلار ئائىلىسىدىكى ھايۋانات سېرىق بېلىقلارنىڭ قۇلىقىدىكى يۇلتۇزسىمان تېشى بولۇپ، «سېرىق بېلىق مېڭە تېشى» دەپمۇ ئاتىلىدۇ، تېبابەتتە «سەنگى سەرماھى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۈچ بۇرجەك شەكىلدە، رەڭگى ئاق، تەمى قېرىق، تېنى قاتتىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (5.14 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ دېڭىز بويى رايونلىرى، ئىران، پاكىستان، ھىندىستان قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] ئادەتتە 5 ـ، 6 ـ ئايلاردا سېرىق بېلىق يىغىۋېلىنىپ، سېرىق بېلىقنىڭ باش سۆڭىكى ئىچىدىكى ئەڭ چوڭ بولغان قۇلاق تېشى چىقىرىۋېلىنىپ، پاكىز يۇيۇلغاندىن كېيىن قۇرۇتۇلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] تەركىبىدە كۆپ مىقداردا كالتسىي كاربونات بار.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ھەيدەش، تاش پارچىلاش، تاش چۈشۈرۈش، ياللۇغ قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۆرەك، دوۋسۇن ۋە سۈيدۈك يولىدا تاش پەيدا بولۇش، سۈيدۈك راۋان بولماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

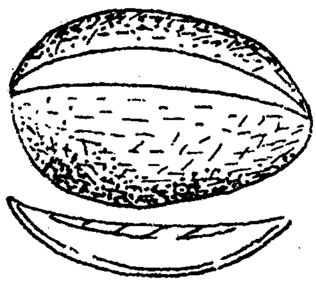
1. بېلىق مېڭە تېشىدىن بىر گىرام، ھەجرۇليەھۇدتىن ئۈچ گىرام ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، ئەرقى بەدىيان بىلەن ئىچىپ بەرسە تاش پارچىلايدۇ.

2. بېلىق مېڭە تېشىدىن 0.5 گىرام، تاۋۇز ئۇرۇقىدىن بەش گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام، پەرسىياۋشاندىن 10 گىرام، بەدىياندىن 10 گىرام ئېلىپ، قاينىتىلما تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە،

بۆرەك ۋە دوۋساق تاش كېسەللىكىگە شىپا بولىدۇ.
[ئىشلىتىلىش مىقدارى] 1 ~ 2 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، نىلۇپەر، كالا سۈتى.
[ئورۇنباسارى] ھەجەرۇلىيەھۇد.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى سەنگى سەرماھى، مەجۇنى سەنگى سەرماھى.

قوغۇن ئۇرۇقى
扩混欧如合
（甜瓜子 tian gua zi）

[باشقا ئاتىلىشى] بەزرۇلبەتتىخ، تۇخۇمى خەربۇزە، خەر بوزەكى بىيخ
[لاتىنچە نامى] Semen Cucumis melo
[ئىنگلىزچە نامى] Muskmelon seed


قوغۇن

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق ياماشقۇچى ياكى يەر بېغىرلىغۇچى سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قوغۇننىڭ ئۇرۇقى بولۇپ، «قوغۇن ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇرۇق پوستى سەل قاتتىق، چۈرۈك بولۇپ، ئىچىدە ئاق رەڭلىك پەردىلىك تۈرەلمە سۈتى بار، ياپىلاق ئۇزۇن، ئېللىپىس شەكىللىك، سارغۇچ ئاق رەڭلىك كېلىدۇ. (6.14 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] ياز ۋە كۈزدە پىشقان قوغۇننى يېگەندە ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە ئاقسىل ماددىسى 30.6%، ماي 48.7%، ۋىتامىن C ۋە كۆپ خىل ئامىنو كىسلاتالىرى بار. ماينىڭ ئاساسىي تەركىبى زىغىر ماي كىسلاتاسى، ماي كىسلاتاسى، پالمىتىك كىسلاتا، قاتتىق ماي كىسلاتاسى، جويۈز كىسلاتاسىنىڭ گابىسترىك مېيى، لېتسىبىتىن، خولېستېرىن قاتارلىقلار بار. ئۇنىڭدىن باشقا يەنە شارچە ئاقسىلى ۋە گىلوبىكىن، گالاكتوزا، گلۇكوزا، دەرەخ يېلىمى ۋە زېرىنا قاتارلىقلار بار.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئۇرۇقى ۋە مېغىزىنىڭ سۈت، ئىسپىرت ياكى ئېتىل بىلەن ئېلىنغان سۈيۇقلۇقى ۋە ئۇرۇقىنىڭ مايلىق يېغى مۇشۇككە نىسبەتەن قۇرت چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە. بەدەن سىرتىدىكى تەجرىبە سازاڭ مەددە ۋە تاسمىقۇرتلارنى ئادەتتە 1:10 قويۇقلۇقتا بولسا 10 مىنۇتتىن يېرىم سائەت ۋاقىت ئىچىدە پۈتۈنلەي ئۆلتۈرىدۇ، لېكىن پوستى ئېلىۋېتىلگەن ئۇرۇقىنىڭ ئىسپىرت ۋە ئېپىستىر بىلەن ئېلىنغان ئېرىتمىسىنىڭ تاسمىقۇرتقا نىسبەتەن تەسىرى ناھايىتى تۆۋەن، 1.5~3 سائەتكىچە ئۆلتۈرەلمەيدۇ، ئوخشاشلا پۈتۈن ئۇرۇقىنىڭ سۇ بىلەن ئېلىنغان سۈيۇقلۇقى مۇشۇكنىڭ ھەر بىر كىلوگە-

رام بەدەن ئېغىرلىقى ئۈچۈن 1.4 گىرام مىقداردىكىسى سازاڭ قۇرت ۋە تاسمىقۇرتلارنىڭ ھەممىسىنى پۈتۈنلەي ئۆلتۈرىدۇ. مىقدارى سەككىز گىرامغا يەتكەندە ھېچقانداق زەھەرلىك تەسىرى كۆرۈلمىگەن، قوغۇن پېلىكىدىن ئېلىنغان ماددا زەمبۇرۇغلارنى تورمۇزلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىنى ئېلىش، داغلاش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل.

[خۇسۇسىيىتى] بۆرەك، دوۋساق، ئۈچەيلەرنى تازىلاش، سۈيدۈك ھەيدەش، تاش پارچىلاش، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، يۆتەلنى پەسەيتىپ، بەلغەم بوشىتىش، بۆرەكنى قۇۋۋەتلەپ مەني كۆپەيتىش، باھ ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلەش، داغ - سەپكۈننى يوقىتىپ، تېرىنى پارقىرىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قۇرۇق سوغۇقتىن ياكى سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەر، مەسىلەن: سۈيدۈك ئاجرىتىپ چىقىرىش سىستېمىسىدىكى تاش كېسەللىكى، سۈيدۈك ئېچىشتۇرۇپ كېلىش، سۈيدۈك توسۇلۇش، جىگەر ئىششىقى، تىل ۋە گالنىڭ يىرىكلىكى، يۆتەل، بۆرەك ئاجىزلىقى، يۈزدىكى ھەر خىل قارا داغلار قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قوغۇن ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، تاۋۇز ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىلما تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، سۈيدۈك ئېچىشتۇرۇپ كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قوغۇن ئۇرۇقىنى پوستىدىن ئاجرىتىپ، ئېزىپ، مۇۋاپىق مىقداردا يەپ بەرسە، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، بەلغەم بوشىتىدۇ، تېرىنى پارقىرىتىدۇ.

3. قوغۇن ئۇرۇقىنى پوستى بىلەن يۇمشاق سوقۇپ ئېزىپ، يۈزگە ۋە بەدەنگە چاپلاپ بەرسە، يۈز تېرىسى ۋە بەدەننى پارقىرىتىدۇ، داغنى يوقىتىدۇ.

4. قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزىنى سۇدا ئېزىپ شىرىسىنى چىقىرىپ ئىچسە، بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ، بۆرەك خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تالغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، بىنەپشە.

[ئورۇنباسارى] چىلغوزا مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] قوغۇن ئۇرۇقى قاينىتىلمىسى.

قوغۇن ساپىقى

扩混萨皮克

(甜瓜蒂 tian gua di)

[لاتىنچە نامى] Cucumis melo

[ئىنگلىزچە نامى] Muskmelon Base

قوغۇن

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك قوغۇن بىلەن پىلىكى ئارىلىقىدىكى 3 ~ 4 سانتىمېتىر ئەتراپىدىكى «قوغۇن ساپىقى» دىن ئىبارەت بولۇپ، 7 ـ، 8 ـ ئايلاردا مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىنىدۇ. (7.14 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسىنى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، ساپىقىنى ئاجرىتىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] سېترول، ساپونىن، ئامىنو كىسلاتاسى، پىرانوگلۇكوزا قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] ① كۈچلۈك قۇستۇرۇش تەسىرىگە ئىگە؛ ② ھۆجەيرىلەرنىڭ ئىممۇنىتېت ئىقتىدارىنى ئۆستۈرۈش تەسىرىگە ئىگە؛ ③ جىگەرنى قوغداش تەسىرىگە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] تاش پارچىلاش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى چۈشۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۆرەك ۋە دوۋساق تېشى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش، ھەيز توسۇلۇش، سۆزەنەك، بۆرەك ۋە دوۋساق يارىسى، ئۇسسۇزلۇق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قوغۇن ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، قوغۇن ساپىقىدىن 20 گىرام، ئوغرىتىكەن، كاكىنەچ، يەرلىك شوخلا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، بۆرەك ۋە سۈيدۈك يوللىرىدىكى تاشنى چۈشۈرىدۇ، ياللۇغ قايتۇرىدۇ.

2. قوغۇن ساپىقى، تاۋۇز ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، چۆپچىن، يەرلىك شوخلا، كاكىنەچ قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت قايناتىپ ئىچىپ بەرسە، سۆزەنەككە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھەزىمنى ناچارلاشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] پىننە.

[ئورۇنباسارى] قوغۇن ئۇرۇقى.

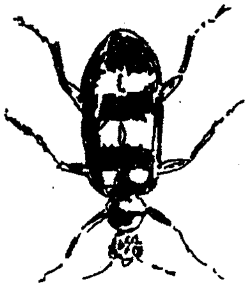
[پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى بۇزۇرى.

پارقىراق قوڭغۇز

帕尔克热克昆乌孜

(萤火虫 ying huo chong)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەباھەب، جوگنو



پارقىراق قوڭغۇز

[تونۇش] بۇ ھاشارات تۈردىكى ھەرە چوڭلۇقتىكى پارقىرايدىغان، كېچىسى ھەرىكەت قىلىدىغان قوڭغۇز بولۇپ، بۇ «پارقىراق قوڭغۇز» نامىدا دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (8.14 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز ۋە كۈز پەسلىدە تۇتۇپ، قىزىق سۇدا ئۆلتۈرۈپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، تۆمۈر قاچىدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] كۆيدۈرۈپ، كۈشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] سۈيدۈك ھەيدەش، بۆرەك، دوۋسۇندىكى تاشنى پارچىلاش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، بوۋاسىر مونەكچىنى يوقىتىش، قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىشنى توختىتىش تەسىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بۆرەك، دوۋساق تاش كېسەللىكلىرى، بوۋاسىر، قۇلاق ئېغىرلىقى، قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۈشتە قىلىنغان بىر دانە پارقىراق قوڭغۇزنى قۇرۇتۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، گۈل مېيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىشنى توختىتىدۇ ۋە قۇلاق ئېغىرلىقىنى يوقىتىدۇ.

2. كۈشتە قىلىنغان پارقىراق قوڭغۇزدىن 10 گىرام، ئوغرىتىكەن، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرام، ناۋاتتىن 30 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 10 گىرامغىچە ئىچىپ بەرسە بۆرەك، دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] بىر گىرامدىن ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] مىقدارى ئېشىپ كەتسە مېڭىنى زەھەرلەيدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] قۇستۇرۇش ياكى سېرىق ماي.

[ئورۇنباسارى] ئالا قوڭغۇز.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى سەنگى مەسانە.

شور قەلىمى
说热开里密

[باشقا ئاتىلىشى] شور قەلىمى، شور

[لاتىنچە نامى] Kalium nitrate

[ئىنگلىزچە نامى] Patassium nitrat

[تونۇش] بۇ، شورلۇق يەرلەردىن ئېلىنغان ماددىلارنى پىششىقلاپ ئىشلەش ئارقىلىق تەييارلانغان ئاق رەڭلىك، پارقىراق كىرىستال بولۇپ، تۇزلۇق، ئېغىزغا سالسا سوغۇق سىزىم پەيدا قىلىدۇ، رەڭگى قىزىلغا مايىل ئاق رەڭدىكى ئۇزۇنچاق كىرىستال ماددىدىن ئىبارەت.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ، ھىندىستان ۋە بەزى مەملىكەتلەردىكى تەبىئىي تۇزلۇق بۇلاقلاردا ئاق رەڭلىك كىرىستال شەكلىدە قېتىپ قالىدۇ. يەنى چىڭخەي، شىزاڭ، شەندۇڭ، خۇبېي، خۇنەن، گۇيجۇ قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] تۇزلۇق بۇلاقلاردىن ياكى پىششىقلاپ ئىشلىگەن جايلاردىن يىغىۋېلىپ، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] كۆشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي قويۇق خىلتلارنى تازىلاش، بەلغەم بوشىتىش ۋە ئۇنى سۈرۈش، سىيدۈك ھەيدەش، تاشنى پارچىلاش، يالläۇغ ۋە ئىششىق ياندۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، قىچىشىشنى پەسەيتىش، تېرىنى پارقىرىتىش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سىيدۈك تۇتۇلۇش، ھەر خىل يالläۇغ ۋە ئىششىقلار، تال يوغىناش، نۇقرەس، بۆرەك دوۋساق، تاش كېسەللىكى، تۇتقاقلىق باش ئاغرىقى، بەرەس، دەم سىقىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] شور قەلىمى سۈرگۈچى، سىيدۈك ھەيدىگۈچى، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، يالläۇغ، ئىششىق قايتۇرغۇچى، ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلار بىلەن قوشۇلسا، شۇ خىل خۇسۇسىيەتلەرگە ۋە كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 3 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يۈرەك، ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئۆپكە، بۆرەك، دوۋساق قاتارلىق ئېغىر دەرىجىدە ياللۇغلانغان بىمارلارغا ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. قىزىلئۈڭگەچ، بۆرەككە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] تۇز، شەھمەنزەل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى شور قەلىمى.

www.uyghurkitap.com

ئون بەشىنچى باب   چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلار

چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ۋە راۋانلاشتۇرۇش تەسىرى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تەسىرىدىن مىزاج بۇزۇلۇش، يېمەك - ئىچمەك ئادىتى قالايمىقان بولۇش، ھەرىكەت ئاز، جىملىق كۆپ بولۇش، ئۈچەي شىللىق پەردىلىرىنىڭ سۈيۈقلۇق ئاجرىتىپ چىقىرىشى تۆۋەنلەش، ئۈچەينىڭ لۆمۈلدىمە ھەرىكىتى تۆۋەنلەش، ئۈچەينىڭ ماددىلارنى سىرتقا چىقىرىش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش، ئۈچەي يولىدىكى ھەر خىل ئۆسمە قاتارلىقلاردىن چوڭ تەرەت قېتىۋېلىش، تەرەت قېتىم سانى ئاز بولۇش ئەھۋالى كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل ئەھۋالدا ئورگانىزمدا باش چىڭقىلىپ ئاغرىش، ھەزىم ناچارلىشىش، رەئىس ئەزالار خىزمىتى ئاجىزلاش، مەقئەت ئەتراپى يېقىمسىزلىنىش، چوڭ تەرەت كەلمەسلىك، قىزىرىش، تەرلەش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، ماغدۇرسىزلىنىش، ئىچى قاراڭغۇ بولۇش، تېرىگە مۇدۇر - چاقا چىقىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل ئالامەتلەرگە قارىتا ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بېرىلمىسا، يامان ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. چوڭ تەرەتنى راۋان قىلغۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە، تەرەت راۋان بولماسلىققا قاراپ، تاللاپ ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل دورىلارنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ تەبئىتى ھۆل ئىسسىق ياكى ھۆل سوغۇق بولىدۇ. بۇ خىل دورىلار ھەزىم قىلىشنى ئىلگىرى سۈرۈش، ئۈچەينى قۇۋۋەتلەش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، ئۈچەيگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش، ئۈچەي لۆمۈلدىمە ھەرىكىتىنى تېزلىتىشتەك خۇسۇسىيىتى ئارقىلىق چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ. مەسىلەن: پىيزەك، بانان، سەۋزە، زەيتۇن مېۋىسى، ئۆرۈك مېغىزى يېغى، ئۆرۈك، كۆك كاۋا، كۈدە، بېدە، پالەك، چىلاپا، تۇربۇت، خىيارشەنبەر، يەرلىك سوپۇن، پۇنۇس ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، تۇرۇپ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، يەر مەدىكى، ھەببۇلمۇلۇك، زاراڭزا چېچىكى، ياۋا پۇرچاق، ئىنەكپىتى ئۇرۇقى، سېرىقماي، كاللەكبەسەي، بادام يېغى، كۈنجۈت، ھەسەل قاتارلىقلار.

پىيزەك
皮依杂克
(三棱草 san leng cao)

[باشقا ئاتىلىشى] قىرلىق پىيزەك

[لاتىنچە نامى] Bolboschoenus maritimus

[ئىنگلىزچە نامى] Convexu Tricle sedge Herb

[تونۇش] بۇ، قىرلىق پىيزەك ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك قىرلىق پىيزەكنىڭ تۈگۈنەك غولىدىن ئىبارەت بولۇپ، «پىيزەك» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (15.1 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇچۇچان ماي، ستېروللار (sterol)، فىلاۋونلار، ھېكسادېكا كىسلاتاسى (hexadeca)، ماندېلىك (mandelic)، پارادىھىدوروكسى بېنزول (Paihydroxybenzene) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئۈچەيىنىڭ لۆمۈلدەش ھەرىكىتىنى كۈچەيتىدۇ، قان قىيىشىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. قاننىڭ يېپىشقاقلىقىنى تۆۋەنلىتىدۇ. ئاق قان ھۈجەيرىلىرىنى كۆپەيتىدۇ، ياللۇغ قايتۇرۇپ، راكنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، قاننى جانلاندۇرۇش، ھەزىم قىلىشنى ياخشىلاش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، يەل ھەيدەش، ئاغرىق توختىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قورساق كۆپۈش، ھەيز راۋان بولماسلىق، دۈشۈن بېشى ئاغرىش، سوزۇلما جىگەر ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. لاچىندانە ھىندىدىن 10 گىرام، پىننىدىن 15 گىرام، پىيزەكتىن 10 گىرام ئېلىپ، قايىنتىپ ياكى دەملەپ ئىچىپ بەرسە، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

2. خىيارشەنبەردىن 15 گىرام، ئۇبھەل، زاراڭزا گۈلى، پىيزەكتىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، دەملەپ ئىچىپ بەرسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ～ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىش مەنئى قىلىنىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] خۇنسىياۋشان.

[ئورۇنباسارى] زاراڭزاگۈل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] پىيزەك دەملىمىسى.

بانان

巴那尼

(香蕉 xiang jiao)

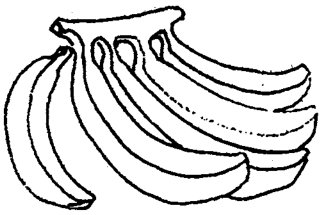
[باشقا ئاتىلىشى] كېلە، كىيلا

[لاتىنچە نامى] Fructus Musa sapientum

[ئىنگلىزچە نامى] Common banana Fruit

[تونۇش] بۇ، بانان ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بانان دەرىخىنىڭ مېۋىسى بولۇپ، «بانان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شىرنىلىك، مېۋىسى گۆشلۈك، ئۇزۇن، يۇمىلاق شەكىل-

لىك، ئۈچ قىرى بار، پىشقاندا سېرىق رەڭلىك بولۇپ، ئۇرۇقى بولمايدۇ. ئۆزى سۇلۇق كېلىدۇ. تەمى تاتلىق، پۇراقلىق بولىدۇ. (2.15 ـ رەسىم)



بانان

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ گۇاڭشى، گۇاڭدۇڭ، يۈننەن، فۇجيەن ئۆلكىلىرىدىن ۋە ياپونىيە قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قورۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە 0.5% كىراخمال، ئاقسىل ماددىسى، ماي، 11% قەنت، 1% كۈل ماددىسى، ۋىتامىن A، B، C، E قاتارلىقلار بار. يەنە ئاز مىقداردا سېروتونىن (serotonin)، نورئادرېنالىن (noradrenaline) قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] مېۋە ئېتىدە تۇتقان نۇر ئادرېنالىن، بەشىنچى ھىدروكسى تىرىپتامىن ۋە دوپامىن (Dopamine) قاتارلىقلارنى ھەر كۈنى 10 مىللىگىرام ئىستېمال قىلسا، ئاشقازان ـ ئۈچەينىڭ خىزمىتىگە توسقۇنلۇق قىلمايدۇ. سۈيدۈكنى تەكشۈرگەندە، سۈيدۈكتە ئىندول (indol) ياكى كاتېخولامىن (catecholamine) قاتارلىقلار بولسا، بانان يېيىشكە بولمايدۇ. پىشمىغان خام بانان ئېتى بۇتازول كەلتۈرۈپ چىقارغان، ئاشقازان يارىسىنىڭ نىسبەتەن ئالدىنى ئالىدۇ ۋە داۋالايدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] پوستىدىن ئايرىش ئارقىلىق ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] سەمرىتىش، ئۆپكە ۋە كانايىنى قۇۋۋەتلەش، بەدەن ۋە باھنى قۇۋۋەتلەش، ئۈچەينى سىلىقلاپ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قۇرۇق يۆتەل، ئومۇمىي بەدەن ۋە باھ ئاجىزلىقى، قەۋزىيەت، گالنىڭ قۇرۇقلۇقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. بانان، نەشپۈت، ئالما، ئاپېلسىن، قوغۇن، تاۋۇز قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، بەلغەم بوشىتىدۇ، يۆتەل پەسەيتىدۇ.

2. باناننى كۆندە يەپ بەرسە، ئۈچەينى سىلىقلاپ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

[**زىيانلىق تەسىرى**] قورساقنى ئېشىدۇ، كۆزگە قاراڭغۇلۇق پەيدا قىلىدۇ، تەستە ھەزىم بولىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] تۇز، زەنجىۋىل مۇرابباسى.

[**ئورۇنباسارى**] قەنت، شېكەر.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] شەربىتى پەۋاكىھە.

www.uyghurkitap.com

سەۋزە

赛维则

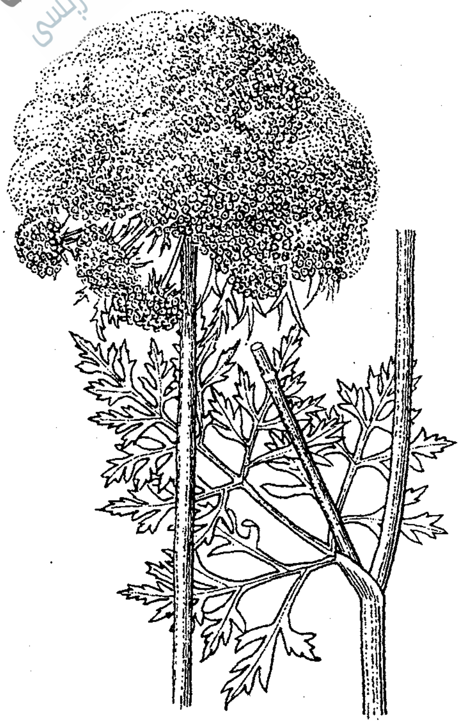
(胡萝卜 hu luo bo)

[باشقا ئاتىلىشى] جەزەر، زەردەك، گەزەر، گاجىر

[لاتىنچە نامى] Radix Daucus sativus

[ئىنگلىزچە نامى] Carrot

[تونۇش] بۇ، كۆنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك سەۋزە بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «سەۋزە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. يىلتىزى ئۇزۇنچاق، ئۇچى ئىنچىكە، كۆتەك تەرىپى يوغان، ئۆزى يوغان، گۆشلۈك كېلىدۇ، رەڭگى قىزىل، سېرىق رەڭلەردە، تەمى تاتلىق، سۇلۇق، ئۈستى نېپىز پوستلۇق كېلىدۇ. يوغان، سۇلۇق، تاتلىق، يېپىسىز بولغانلىرى ياخشىسىدۇر. (3.15 ـ رەسىم)



سەۋزە

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدا، جۈملىدىن شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەرلىرىدە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] سەۋزىنىڭ يىلتىزىدا كاروتىنىس (Carotenes)، لىكوپىن (Lycopene)، ۋىتامىن B_1، B_2 ۋە ئانتوتسىيانىدىن (Anthocyanidin) قاتارلىقلار بار. يەنە 3%~5% كېچە قەنت، 0.1%~0.7% كېچە مايلىق ياغ، ئاز مىقداردا ئۇچۇچان ماي تۇتىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قۇرۇق سەۋزىنىڭ ئېتىر بىلەن ئېلىنغان ماددىسى سېرىق رەڭلىك تەركىب بولۇپ، بۇ ئۇرۇك مېغىزى يېغىدا ئېرىيدۇ. بۇنى ئادەم ياكى توشقانلارغا ئوكۇل قىلسا، قاندىكى قەنت كۆرۈنەرلىك ھالدا تۆۋەنلەيدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] «تەبىئەت» نى، يۈرەك ۋە ئۆپكىنى قۇۋۋەتلەش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، كۆڭۈلگە خۇشلۇق يەتكۈزۈش، رەئىس ئەزالار ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، مەنىي كۆپەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۇرەك ئاجىزلىق، يۇرەك قوزغىلىش، يۆتەل، زىققە، سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش، بۆرەك ۋە دوۋساق تاش كېسەللىكى، ئۆپكە ئىششىقلىرى، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سەۋزىنى قوقاستا پىشۇرغاندىن كېيىن قەلەمچە قىلىپ كېسىپ، كېچىسى شەبنەمدە قويۇپ، ئەتىگىنى شېكەر ياكى ناۋات بىلەن قوشۇپ بىرقانچە كۈن يەپ بەرسە، يۈرەك ئاجىزلىقى، يۈرەك قوزغىلىش قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

2. سەۋزىنى شۇ پېتى ئىستېمال قىلسا ياكى ئۇنىڭدىن مۇراببا تەييارلاپ يەپ بەرسە، قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ، ئەرەق تارتىپ ئىچسىمۇ بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مۇۋاپىق مىقداردا يېيىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] تەستە ھەزىم بولىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] گۆش.

[ئورۇنباسارى] چامغۇر.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سەۋزە مۇراببىاسى.

زەيتۇن مېۋىسى

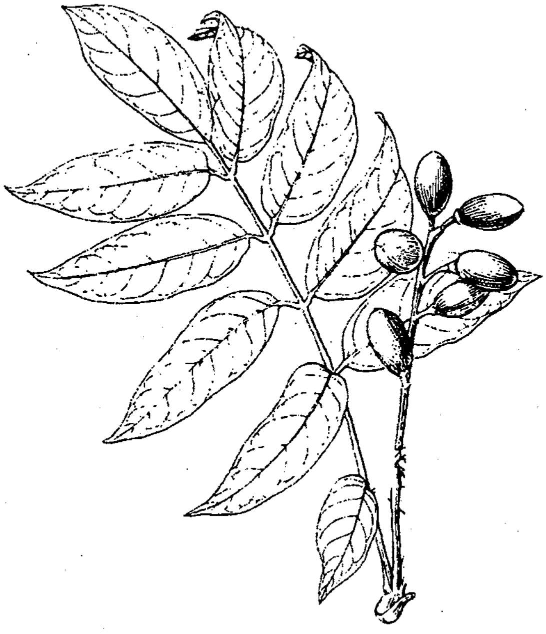
再屯米维斯

（橄榄 gan lan）

[باشقىچە ئاتىلىشى] زەيتۇنكاپەل

[لاتىنچە نامى] Fructus olea europaea

[ئىنگلىزچە نامى] White Canar ytree Fruit



زەيتۇن مېۋىسى

[تونۇش] بۇ، زەيتۇن دەرىخى ئائىلىسىدىكى دائىم كۆكىرىپ تۇرىدىغان زەيتۇن دەرىخىنىڭ مېۋىسى بولۇپ، مېۋىسى «زەيتۇن مېۋىسى»، ئۇنىڭ مېغىزىدىن ئېلىنىدىغان ياغ «زەيتۇن يېغى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسى ئۇرچۇق شەكىللىك، ئىككى ئۇچى ئۇچلۇق، سىرتقى يۈزى سېرىققا مايىل قوڭۇر رەڭلىك، تەرتىپسىز چوڭقۇر پۈرمىلەر بار. مېۋە ئېتى قېلىن، كۈل رەڭگە مايىل قوڭۇر رەڭلىك ياكى قوڭۇر رەڭلىك بولىدۇ. مېۋە ئېتى سەل سېرىق، تەمى قېرىق، ئۇزۇن تۇرغانلىرى سەل ئاچچىق بولىدۇ. پۇراقسىز، ئەتلىك، تەمى ئاۋۋال قېرىق، كېيىن تاتلىق بولغانلىرى ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ. (4.15 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ فۇجيەن، تەيۋەن، گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، يۈننەن، سىچۈەن قاتارلىق جايلىرىدىن چىقىدۇ. ھىندىستان، پاكىستان قاتارلىق ئەللەردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىنىدۇ، پىشقان مېۋىسى ئۈزۈلۈپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇلغاندىن كېيىن ساقلىنىدۇ ياكى تۇز سۈيىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغاندىن كېيىن سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە %1.20 ئاقسىل، %1 ماي، %12 كاربون سۇ بىرىكمىلىرى، %0.20 كالتسىي، مەلۇم مىقداردا فوسفور، تۆمۈر، ۋىتامىن C بار. ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە %7 ~ %8 كىچە ياغ، ياغنىڭ ئاساسىي تەركىبى ئامىرىن (Amyrin) دىن ئىبارەت. مېغىزىنىڭ تەركىبىدە %20 ئەتراپىدا ياغ بار، ئۇچۇچان ماي، ماي كىسلاتاسى بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] جىگەرنى ئاسراش، مۇھاپىزەت قىلىش رولى بار، ئۈنىڭدىن باشقا ئوكسىدلىنىشقا قارشى تەسىرىمۇ بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۆيۈش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، قىزىتما قايتۇرۇش، تەرلىتىش، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، ئۆپكە، كانايدىكى زەھەرلىك ماددىلارنى ھەيدەش، ھەزىمنى ياخشىلاش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قان تازىلاش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] كاناي ياللۇغى، ئۇسسۇزلۇق، باكتېرىيەلىك تولغاق، قىزىل داغ، ھۆل تەمرەتكە، تېرە ياللۇغى، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، ھەر خىل جىنسىي ئەزا ياللۇغلىرى، ھەزىم ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۆندە 25 گىرام زەيتۇن مېۋىسى يەپ بەرسە، ئادەتلەنگەن قەۋزىيەتكە پايدا قىلىدۇ.

2. خام زەيتۇن مېۋىسىدىن 100 گىرامغا 10 گىرام شاھتەررىنى قوشۇپ، 200 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ، سۈيىدە يەرلىك ئورۇننى يۇسا، ئۇرۇقدان خالتىسى يارىسى، ئاياللار جىنسىي ئەزا يارىسى، ھۆل تەمرەتكە، تېرە ياللۇغى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. يېڭى زەيتۇن مېۋىسىدىن 100 گىرام ئېلىپ، ئۇنىڭغا 200 مىللىلىتىر سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ، سۈيىنى 20 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە ئىچىپ بەرسە، باكتېرىيەلىك تولغاققا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 15 ~ 30 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] چىرىگەن جايغا سۈركىسە، قىچىشىش پەيدا قىلىدۇ، كۆپ ئىشلەتسە ئۈيقۇنى قاچۇرۇپ، ئورۇقلاشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، ئۆپكىگە زىيىنى بار، ئۇزاق ۋاقىت ئىشلەتسە خىلىتلارنىڭ كۆيۈشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، بىنەپشە شەربىتى، ياڭاق مېغىزى، تاتلىق بادام مېغىزى، تاتلىق يېمەكلىكلەر.

[ئورۇنباسارى] بىلسان يېغى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زەيتۇن يېغى، مەتبۇخى زەيتۇن.

ئۈرۈك مېغىزى يېغى

欧如克麦核子也合

（杏仁油 xing ren you）

[باشقا ئاتىلىشى] دەھەنۇل مىشمىش، رەۋغىنى زەرد ئالۇ، مىشمىشكى تىل.

[لاتىنچە نامى] oleum Armeniaca vulgaris

[ئىنگلىزچە نامى] Apricot Kernel Oli

ئۈرۈك مېغىزى يېغى

[تونۇش] بۇ، ئازغان ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئۈرۈك-نىڭ پىشقان ھالەتتىكى ئۇچكىسىدىن چىقىدىغان مېغىزىدىن تارتىپ ئېلىنغان ياغدىن ئىبارەت بولۇپ، سۇس سېرىق رەڭلىك، تەمى تاتلىق، پۇراقسىز كېلىدۇ. (5.15 ـ رە-سىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن يىغىۋېلىنىدۇ، ئېتى يېيىلىپ بولغاندىن كېيىن ئۈرۈكى يىغىۋېلىنىپ مېغىزى ئايرىۋېلىنىدۇ، سالقىن، قۇرۇق جاي-دا قۇرۇتۇلغاندىن كېيىن ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يېغىنىڭ ئاساسلىق تەركىبى ماي كىسلاتاسىدىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ماي كىسلاتاسىنىڭ ئاشقازان فېرمېنتىنىڭ ھەزىم قىلىش خىزمىتىنى تورمۇزلاش تەسىرى بار.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، بەدەننى سەمرىتىش، بەلغەم بوشىتىش، چاچ ئۆستۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۆتەل، زىققە، قەۋزىيەت قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ۋە باشقا تېرە كېسەل-لىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەرەب يېلىمىدىن ئۈچ گىرام، كەتىرادىن ئىككى گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ئۈرۈك مېغىزى يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بەرسە، بەلغەم بوشىتىپ، يۆتەل پەسەيتىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى قايناق سۇغا ئۈرۈك مېغىزى يېغىدىن بىر ـ ئىككى تامچە تېمىتىپ ئىچسە، قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 15 مىللىلىتىرغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] كۆكرەككە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] ئەرەب يېلىمى، كەتىرا.
[ئورۇنباسارى] بادام يېغى.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] چاچ ئۆستۈرۈش مەلھىمى.
[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ئاسان ھەزىم بولمايدۇ، شۇڭا قورۇلغاندىن كېيىن تۇز قوشۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى كۆپ ئىشلىتىلسە، زەھەرلىنىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئۆرۈك
欧如克
(杏子 xing zi)

[باشقا نامى] مىشمىش، زەرد ئالو، خوبانى

[لاتىنچە نامى] Fructus Armeniacae vulgaris

[ئىنگلىزچە نامى] Apricot Fruit

[تونۇش] بۇ، ئەتىرگۈل ئائىلىسىدىكى مېۋىلىك دەرەخ ئۆرۈك بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسى «ئۆرۈك»، مېغىزى «ئۆرۈك مېغىزى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (6.15 ـ رەسىم)

ئۆرۈك

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدا تىكىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۆرۈكنىڭ تۈرى كۆپ، ئەمما ھەممىسىنىڭ پىشقان ئېتى ۋە مېغىزىدىكى تەركىبلەر ئاساسەن ئوخشىشىدۇ، پىشقان ئۆرۈك مېۋىسىنىڭ ئېتىدە 27% كىچە قەنت ماددىلىرى بولۇپ، ئەڭ مۇھىملىرى ساخاروزا، ئاز مىقداردا دېكستىرىن سىئولىن ۋە كىراخماللاردىن ئىبارەت. يەنە ئالما كىسلاتاسى، ئۈزۈم كىسلاتاسى، بىر قىسىم ئاتسىدوم سالىتسىيلىك لىتورىزىرى بار، يېڭى پىشقان ئۆرۈك ئېتىدە كىسلاتالار 0.3%~2.6% كىچە بار، ئۆرۈكتە ۋىتامىن A ۋە ۋىتامىن C مول.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاساسلىقى ئۈچەينىڭ لۆمۈلدەش ھەرىكىتىنى تېزلىتىش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق، مېغىزى ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] سەپرانى پەسەيتىپ، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، تۇسالغۇلارنى ئېچىش، ماددىلارنى

www.uyghurkitap.com

يۇمشتىش، ئۇسسۇزلۇق، هارارەت پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىدىغان كېسەللىكلەر] سەپرا مەنبەلىك قىزىتما، ئاشقازان ئىچىشىش، بوۋاسىر، ئۆسمە، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۆرۈكنىڭ قۇرۇتىلغىنىنىڭ چىلانغان سۈيىنى ياكى قاينىتىلغان سۈيىنى ئىچسە، تەشنالىقنى، قاننىڭ هارارىتىنى ۋە سەپرا مەنبەلىك قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ، كېكىرىكنى يوقىتىدۇ.

2. يېڭى پىشقان ئۆرۈكنى سەپرا مەنبەلىك قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرگە بېرىپ، ئارقىدىن قايناق سۇ بىلەن بىرئاز هەسەل بېرىپ قۇستۇرسا، ئاشقازان زەهەرلىك بۇزۇق خىلتلاردىن تازىلىنىپ، قىزىتما چۈشىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 دانىغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازىنى ئاجىز كىشىلەرگە بېرىلمەيدۇ، يەل پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] شېكەر، مەستىكى، رۇمبەدىيان.

[ئورۇنباسارى] شاپتۇل.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئۆرۈك مۇرابباسى.

كۆك كاۋا

库克卡瓦

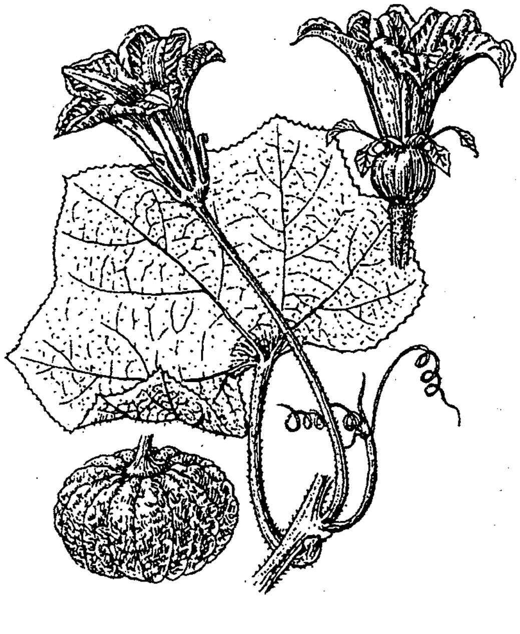
(冬瓜 dong gua)

[باشقا ئاتىلىشى] مۇهەدبە، كەدويى رومى

[لاتىنچە نامى] Fructus Benincasa hispida

[ئىنگلىزچە نامى] Chinese Wax gourd

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق پېلەكلىك سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كۆك كاۋا بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پىشقان مېۋىسى «كاۋا»، ئۇرۇقى «كۆك كاۋا ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋە ئېتى ئاق رەڭلىك، قېلىن بولىدۇ، ئۇرۇقى كۆپ، ئاق رەڭلىك ياكى سارغۇچ ئاق رەڭلىك، تۇخۇم شەكىللىك، ئىچىدە ئاق رەڭلىك مېغىزى بار، مايلىق، تەمى سەل تاتلىق، ئازراق پۇراقلىق كېلىدۇ. (7.15 ـ رەسىم)



كۆك كاۋا

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ هەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كې-

يىن، قۇرۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] 500 گىرام كۆك كاۋا تەركىبىدە 1.5 گىرام ئاقسىل، سەككىز گىرام قەنت، 15 گىرام تالالىق ماددىلار، بىر گىرام كۈل ماددىسى، 72 مىللىگىرام كالتسىي، 45 مىللىگىرام فوسفور، بىر مىللىگىرام تۆمۈر، 0.04 مىللىگىرام كاروتىن، ۋىتامىن B_1، C، B_2، نىكوتىن كىسلاتالىرى بار. ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە گىلىۇكوزىد، ياغ، ئورىيا بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، قان توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك كۆيۈشۈپ كېلىش، سۇلۇق ئىششىق، يۈرەك قوزغىلىش، ھەر خىل قاناشلىق كېسەللىكلەر، ئۆپكە ياللۇغى، بۆرەك ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۆك كاۋىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىنى ئىچىپ بەرسە، قىزىتما پەسەيتىدۇ، ياللۇغ قايتۇرىدۇ.

2. كۆك كاۋا شۆپۈكى، كۆممىقوناق ساقىلى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 50 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، بۆرەك ياللۇغىدىن بولغان سۇلۇق ئىششىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. كۆك كاۋا بىلەن خام كەتىرانىڭ ھەر قايسىسىدىن 35 گىرام ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، سوزۇلما خاراكتېرلىك بۆرەك ياللۇغى (سۇلۇق ئىششىق ۋە سۈيدۈكتە ئاقسىل بولۇش) غا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مۇۋاپىق مىقداردا.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بەدىيان، قارىمۇچ.

[ئورۇنباسارى] پىدىگەن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] كۆك كاۋا قاينىتىلمىسى.

كۇدە

库德

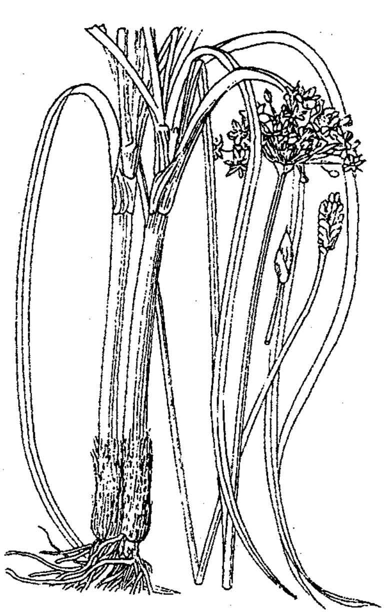
(韭菜 jiu cai)

[باشقا ئاتىلىشى] كۇرراسى، كەندىنا، گەندىنا

[لاتىنچە نامى] Folium Allium tuberosum

[ئىنگلىزچە نامى] Leaf of chives

[تونۇش] بۇ، گۈلسامساق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك كۇدە بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ھۆل يوپۇرمىقى «كۇرراس»، ئۇرۇقى «تۇخۇمى كۇرراس» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.



كۈدە

يېڭى ھۆل يوپۇرمىقى ياپىلاق، تار يىپ شەكىللىك، ئۇچى ئۆتكۈر، پارقىراق، سىلىق، تۈكسىز، توق يېشىل رەڭلىك، ئۆتكۈر پۇراقلىق كېلىدۇ. (15 . 8 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كۈزدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە سۇلفىدلىق بىرىكمىلەر، گىلۇكوزىدلار ۋە ئاچچىق ماددىلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] يېڭى ئۆسكەن كۈدىنى سىقىپ سۈيىنى سۈزۈپ، كىچىك چاشقاننىڭ ھەر 10 گىرام بەدەن ئېغىرلىقى ئۈچۈن 0.5~0.1 مىلىلىتىردىن كۆك قان تومۇرىغا كىرگۈزۈلگەندە، شوكقا ئوخشاش ئالامەتلەر، ھەتتا تېرىككەك بولۇش، تارتىشىپ قېلىش، بىرئازدىن كېيىن جىم بولۇپ قېلىش، ئۈيقۇغا چۈشۈش، كۆكىرىش، يېرىم سائەتتىن كېيىن ئۆلۈش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. توشقاننىڭ كۆك قان تومۇرىغا كىرگۈزۈلسە، يەڭگىل دەرىجىدە قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. پاقا يۈرىكىگە نىسبەتەن ئاۋۋال تورمۇزلايدۇ، كېيىن قوزغىتىدۇ. 1% لىك سۈيۇقلاندۇرۇلغان سۈيۇقلۇقى ئورگانىزمدىن ئايرىلغان بالىياتقۇنى قوزغاش تەسىرىگە ئىگە. مۇشۇ سىقىلغان سۈيۇقلۇقنى 60℃~100℃ تا قىزىتىپ ئىشلىتىلسە، يەنىلا تەسىرى بار، لېكىن كۈچى يېرىم ھەسسە تۆۋەنلەيدۇ، پارلاندۇرۇش ئۇسۇلى ئارقىلىق ئېلىنغان سۈيۇقلۇقمۇ كىچىك چاشقاننىڭ تېرە ئاستىغا ئوكۇل قىلىنسا، يەنىلا شوكقا ئوخشاش ئالامەتلەر كېلىپچىقىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ قۇرۇتۇش، ساپلاشتۇرۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق.

[خۇسۇسىيىتى] چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قەۋزىيەت، بوۋاسىر، باھ ئاجىزلىقى، ئۆپكە ياللۇغى، قۇلاق غوڭۇلداش، سۆگەل، ئۇچەي كېسىلى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۈدىنىڭ ئۆزىنى ئىستېمال قىلسا، ئۆپكە ـ كانايىنى تازىلايدۇ ھەم ئىچىنى بوشىتىدۇ.

2. ئېزىلگەن يوپۇرمىقىنى يالغۇز ياكى تاباشىر، خۇنسىياۋشان بىلەن قوشۇپ بالىياتقۇغا ھەمەل قىلسا، بالىياتقۇنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتۇپ، بالا چۈشۈشنى توسىدۇ.

3. كۈدىنى گۈل يېغى، سىركە بىلەن قوشۇپ قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاقنىڭ غوڭۇلدىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

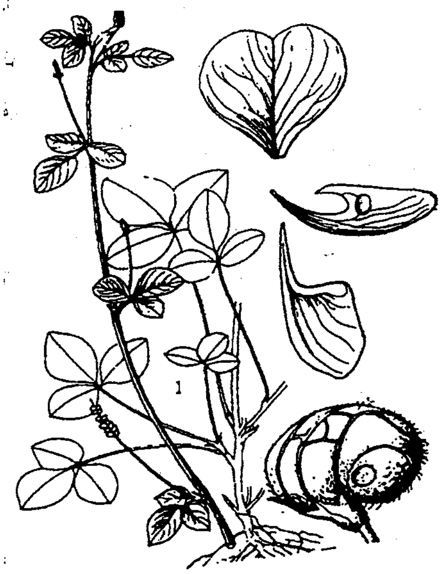
4. كۈدىنى سۇماق بىلەن قوشۇپ ئېزىپ، يەرلىك ئورۇنغا تاڭسا، سۆگەلگە پايدا قىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[ئىشلىتىش مىقدارى] 15 ~ 18 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] تەستە سىڭىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] يۇمغاقسۈت، ھۆل كاسىنە.
[ئورۇنباسارى] پىياز.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى مۇقەل.

بېدە
比达
(苜蓿 mu xu)

[باشقىچە ئاتىلىشى] ھەندە قوقى، رەتبە، بىسكىپرا
[لاتىنچە] Herba Medicagosativa
[ئىنگلىزچە] Alfalfa Herb



بېدە

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق ياتما يىل- تىزلىق سامان غوللۇق كۆك گۈللۈك بېدە ۋە تىكەنلىك بېدىنىڭ پۈتۈن چۆپى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يېڭى ۋاقتىتىكى كۆكى تۇرمۇشتا «بېدە» دېيىلىپ، ئوتياش ئورنىدا ئىشلىتىلىدۇ. شاخ- لىرى كۆپ، يوپۇرماقلىرى كىچىك، تۇخۇمسىمان، سوقىچاق كې- لىدۇ. گۈل تاجىسى سۆسۈن رەڭلىك كېلىدۇ. (9.15 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە يەر- لىرىدىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەس- لىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.
[خىمىيىلىك تەركىبى] تەركىبىدە لۇسېرنول (Lucernol)، ساتىۋول (setivol)، كوۋمېترول (Coumetrol)، فورمونونېتىن (Formononetin)، دايىترىن (Daidzein)، ترىسىن (tricin)، سترولىن (cltrulline)، كانالىن (canaline)، 21.8%~73.8% كىچە ئاقسىل، 4%~9.5% كىچە قەنت بار. يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە ئونونىتول (Ononitol)، مېۋە يېلىمى كىسلاتاسى بار. گۈلىدە دېلفىنىدىن (Delfhinidin)، پېتۇنىدىن (Petunidin)، مالۇرىدىن (Maluridin)، ئۇچۇچان ماي قاتارلىق- لار بار.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] پۈتۈن چۆپىنىڭ ئېرىتمىسى ئۆپكە سىل تاياقچە باكتېرىيەسىنىڭ ئۆسۈشىنى تورمۇزلايدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇش، توغراش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] باھنى قۇۋۋەتلەش، بەدەننى سەمرىتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] باھ ئاجىزلىقى، سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلار، تارتىشىپ قېلىش، مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش، سۈيدۈك ۋە ھەيز توسۇلۇش، كۆكرەكنىڭ قۇرۇقلۇقى، يۆتەل، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. بېدىنى شېكەر بىلەن داۋاملىق يەپ بەرسە، بەدەننى سەمرىتىدۇ، ساپ قان پەيدا قىلىدۇ.

2. بېدىنى ئېزىپ ھەسەل بىلەن يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، سوغۇقتىن بولغان ئىششىقنى ياندۇرىدۇ. سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇننى ياغلىسا، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقنى ياندۇرىدۇ. داۋاملىق پىشۇرۇپ يەپ بەرسە، تارتىشىپ قېلىشنى داۋالايدۇ.

3. بېدىنىڭ ئۇرۇقىدا ياغ تارتىپ يەرلىك ئورۇننى ياغلاپ بەرسە، لەقۋا ۋە تارتىشىپ قېلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇرۇقىنىڭ تۇتۇنىدە داۋاملىق ئىسلىنىپ بەرسە، پالەچكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 30 ~ 10 گىرامغىچە. بېدە بەرگىنىنىڭ سۈيى 6 ~ 12 گىرامغىچە، يىلتىزى 3 ~ 5 گىرامغىچە، ئۇرۇقى 2 ~ 3 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] قورساقنى ئېسىدۇ، كۆكرەككە زىيانلىق.

[**تۈزەتكۈچىسى**] پىننە.

[**ئورۇنباسارى**] پالەك.

[**پىششىق دورا ياسالمىسى**] بېدە قاينىتىلمىسى، بېدە تالقىنى.

پالەك

帕来克

(菠菜 bo cai)

[**باشقا ئاتىلىشى**] ئىسپاناخ، پالىك

[**لاتىنچە نامى**] Herba Spinacia oleracea

[**ئىنگلىزچە نامى**] Spinach herb with root

[**تونۇش**] بۇ، لويلا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك پالەكنىڭ يىلتىزلىق پۈتۈن چۆپى بولۇپ، شەكلى پۈتۈن، چۆپى سىلىق، پارقىراق، يوپۇرماقلىرى چوڭراق بولۇپ، تۇخۇم شەكىلـ لىك، رەڭگى يېشىل رەڭلىك، ساپاقلىق، گۈلى سارغۇچ رەڭلىك كېلىدۇ. (15.10 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

پالەك

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ھەر 100 گىرام پالەك تەركىبىدە ئىككى گىرام ئاقسىل ماددىسى، ئاز مىقداردا ماي، ئىككى گىرام كاربون سۇ بىرىكمىلىرى، يېرىم گىرام تالا، ئىككى گىرام كۈل ماددىسى، 70 مىللىگىرام كالتسىي، 34 مىللىگىرام فوسفور، 2.5 مىللىگىرام تۆمۈر، ئۈچ مىللىگىرام كاروتىن، ئاز مىقداردا ۋىتامىن B_1، ۋىتامىن B_2 ۋە 31 مىللىگىرام ۋىتامىن C، چۆپ كىسلاتاسى، 15 مىللىگىرام روتىن قاتارلىق تەركىبلەر بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، قان كۆپەيتىش، قىزىتما پەسەيتىش، تەپنى پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قەۋزىيەت، گال ئاغرىقى، ئىسسىقتىن بولغان تەپ، يۇتقۇنچاق ئاغرىقى، قان ئازلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى پالەك يوپۇرماقلىرىنى سىقىپ، سۈيىنى غار ـ غار قىلسا ياكى شېكەر قوشۇپ شەربەت تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، قان كۆپەيتىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، گال ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، قىزىتما پەسەيتىدۇ، تەپكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردىكى پالەكنى سەۋزە ۋە تۇرۇپ بىلەن پىشۇرۇپ، سەي ئورنىدا يەپ بەرسە تەرەتنى يۇمشىتىپ، قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ، قان ئازلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10～30 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بادام يېغى، قايماق، قارىمۇچ.

[ئورۇنباسارى] سېمىزئوت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] پالەك شەربىتى.

يۇقىرىقىدىن باشقا چىلاپا، سانا، تۇربۇت، خىيارشەنبەر، شىرخىست، يەرلىك سوپۇن، پۈنۇس، ئىسپىغۇل، تۇرۇپ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، يەرمەدىكى، ھەببۇلمۇلۇك، زاراڭزا چېچىكى، ياۋا پۇرچاق، ئىنەكپىتى ئۇرۇقى، رەۋەن، قىزىلچا قاتارلىقلارمۇ چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلار قاتارىغا كىرىدۇ.

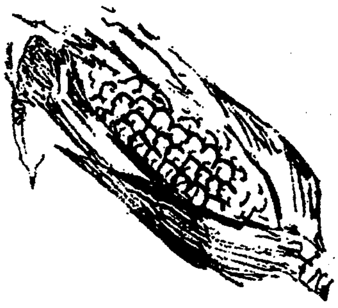
قوناق

库那克

(玉米 yu mi)

[**باشقا ئاتىلىشى**] جاۋرەس، گاۋرەس

[**تونۇش**] بۇ، باشاقلىقلار ئائىلىسىدىكى ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان زىرائەت بولۇپ، شەكلى سوزۇنچاق، ئېللىپىس شەكىللىك، چوڭ ـ كىچىكلىكى ئوخشاش بولمىغان، سىرتىنى ئوراپ تۇرىدىغان پوستى بار، سىرتقى پوستىنى سويۇپ ئېلىۋەتكەندە، دانە ـ دانە ئۇرۇقچىلىرى چىقىدۇ، بۇ ئاق ۋە سېرىق دەپ ئىككى خىل بولىدۇ. بۇنىڭدا ئالاھىدە بىر خىل پۇراق بار بولۇپ، كۈز پەسلىدە يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ. بۇ «قوناق» ياكى «كۆممىقوناق» نامىدا ئىشلىتىلىدۇ. (11.15 ـ رەسىم)



قوناق

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يەرلەردە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنى كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] تەركىبىدە ئاقسىل، ماي، قەنت، كالتسىي، فوسفور، تۆمۈر، كاروتىن، ۋىتامىن B_2، PP قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئىشتىھانى ئېچىش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاپ قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] مىزاجنى تەڭشەش، چوڭ تەرەتنى بوشىتىش، سۈيدۈك، مەنىينى تۇتۇش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، قورساق ئاغرىقىنى پەسەيتىش، ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قاندىكى ماي يۇقىرىلىقتىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەر، قورساق ئاغرىقى، ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. قوناقنى تونۇردا قىزىتىپ، بىرەر خالتىغا ئوراپ، قورساق ئېسىلىشتىن بولغان قورساق ئاغرىقىدا قورساققا ئىسسىق ئۆتكۈزسە، قورساق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ۋە يەل ھەيدەيدۇ.

2. قوناقتا ئۇن تارتىپ، ئۇنىڭدا قائىدە بويىچە ھەر خىل قوناق تاماقلىرىنى تەييارلاپ ھەر خىل ئۇسۇللار بىلەن ئىستېمال قىلىپ بەرسە، قاندىكى ماي يۇقىرىلىقتىن بولغان يۇقىرى قان بېسىمى، يۈرەك سانجىقى، دىيابېت قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

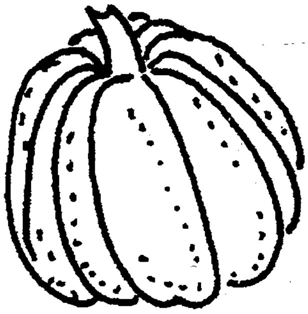
[**ئىشلىتىش مىقدارى**] ئەھۋالغا قاراپ 100 ～ 150 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تەستە ھەزىم بولىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] زاغۇن يېغى، سۈت.
[ئورۇنباسارى] قوناقنىڭ يەنە بىر خىلى ياكى ئارپا.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك ياسالمىسى] قوناق ئۈمچى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

كاۋا
卡瓦
（南瓜 nan gua）

[باشقا ئاتىلىشى] قەرئى، شاھتۇرى
[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق پىلەك تارتىپ ئۆسىدىغان سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، ئۇنىڭ مېۋىسى كۆپىنچە كۆكتات ئورنىدا پىشۇرۇپ يېيىلىدۇ. ئۇنىڭ سىرتقى پوستى پارقىراق ھەم سىلىق بولۇپ، ئىچى ساپسېرىق، تەمى تاتلىق، ئۇرۇقى ياپلاق يېشىل چىقىدۇ. «كاۋا» نامىدا دورىلىقتا ئىشلىتىلىدۇ. (12.15 ـ رەسىم)



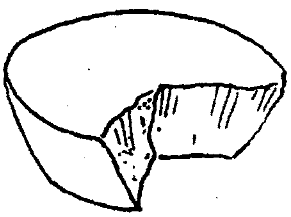
كاۋا

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] 10 ـ ئايلاردا پىشقاندا يىغىۋېلىپ، ئاپتاپتا ئازراق شامالدىتىپ، قۇرغاق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ پوستىنى ئاجرىتىپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.
[خۇسۇسىيىتى] ھارارەت پەسەيتىش، سەپرانى پەسەيتىش، يەڭگىل دەرىجىدە سۈيدۈك ھەيدەش، بەلغەم بوشىتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، سېرىقلىقنى يوقىتىش، سۇلۇق ئىششىقنى تارقىتىش، ئىسسىقتىن بولغان تەپنى پەسەيتىش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىقتىن بولغان جىگەر كېسەللىكلىرى، سېرىقلىق چۈشۈش، ئىسسىقتىن بولغان تەپ، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، سۆزنەك، سۈيدۈكتىن قان كېلىش، بۇۋاسىر، مېڭە پەردە ياللۇغى، دىيابېت قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. يالغۇز ياكى گۆش بىلەن بىرگە پىشۇرۇپ يېسە، ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە ھەم ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ، شۇنداقلا ئاسان ھەزىم بولىدۇ.
2. كاۋىنى سۇدا ياكى تونۇرغا كۆمۈپ پىشۇرۇپ يەپ بەرسە، تەرەتنى ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇپ ئىششىق ياندۇرىدۇ، كاۋا سىلىپ سۈيۈقئاش تەييارلاپ بەرسە، قىزىتما پەسەيتىپ، ھەر خىل ياللۇغلىنىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 30 ~ 120 گىرامغىچە.
[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازاندا ئېسىلىش پەيدا قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] پىننە، بەدىيان.
[ئورۇنباسارى] ئۈزۈنچاق قاپاق.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك ياسالمىسى] كاۋا سېلىنغان ھەر خىل غىزالار.

سېرىق ماي
色日克麻依
(酥油 su you)

[باشقا ئاتىلىشى] سەرماي، رەۋغىنى زەرداپ، گى.



سېرىق ماي

[تونۇش] بۇ، ھەممىگە تونۇشلۇق بولغان سېرىق ماي بولۇپ، سۈتتىن ئايرىۋېلىنىدۇ، كالا سۈتىدىن ئايرىۋېلىنغان سېرىق ماي ناھايىتى ياخشى بولۇپ، تېبابەتتە شۇ خىلى كۆپ ئىشلىتىلىدۇ، چەككىلىمىگەن بولسا، قايماق، چەككىلەنگىنى سېرىق ماي ياكى سارماي دېيىلىدۇ. ئۇنى قايماقتىن ئىشلەش ئۇسۇلى مۇنداق بولىدۇ:
قايماقنى قول بىلەن قوچۇپ، قايماق مونەكلەشكەندە قازاننى قىزىتىپ، قايماق مونەكلىرىنى سېلىپ ئېرىگەندىن كېيىن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. قازاننى قىزدۇرۇشتىن تارتىپ تەييارلىغىچە بولغان تەرتىپلىرى ئاساسىي جەھەتتىن قوي مېيى ئېلىش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش. (13.15 ـ رەسىم)
[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] قايماقتىن سېرىق ماينى ئايرىپ ئېلىپ، سوغۇق جايدا ساقلىنىدۇ.
[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاساسلىقى ياغ بولىدۇ، بۇنىڭدىن باشقا ئاقسىل، قەنت، كالتسىي، فوسفور، كالىي، ناترىي، تۆمۈر، مىس، ماگنىي، سىنىك، يود، فتور قاتارلىق ماددىلار ھەمدە ۋىتامىن A، B_1، B_2، C، D قاتارلىقلارمۇ بار.
[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان تولۇقلاپ سەمرىتىش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش تەسىرى بار.
[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ھەر خىل ئارىلاشمىلاردىن ساپلاشتۇرۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.
[خۇسۇسىيىتى] بەدەننى سەمرىتىش ھەم ھۆللۈك يەتكۈزۈش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، جاراسىمنى يوقىتىش، تېرىنى يۇمشىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.
[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بەدەن ئاجىزلىقى، قۇرۇق يۆتەل، يۇتقۇنچاق ھەم كۆكرەككە ئۇزۇقلۇق يېتىشمەسلىك، قەۋزىيەت، ھەر خىل ياللۇغلار، تېرە قۇرغاقلىشىش ۋە ھەر خىل زەخىم قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سېرىق مايدىن 40 گىرام، سۆئلەپتىن 10 گىرام، شاقاقۇلدىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە سەمىرتىدۇ.

2. 50 گىرام سېرىق مايىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ نان بىلەن يەپ بەرسە، تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

3. سېرىق مايىنى ھەر خىل يالىلۇغ قايتۇرغۇچى دورىلار بىلەن زىمات تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، ھەر خىل يالىلۇغ ۋە زەخىملەرگە شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 30 ~ 60 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، قەنت.

[ئورۇنباسارى] قايماق، سۈت.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] رەۋغىنى قىرۇتى، ھالۋائى بەيزە.

www.uyghurkitap.com

ئون ئالتىنچى باب يەل ھەيدىگۈچى دورىلار

ئۆزىگە خاس تەسىرلىرى ئارقىلىق ئورگانىزمدا پەيدا بولغان غەيرىي تەبىئىي يەللەرنى ھەيدەش، يەل كۆيدۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە، يەل ھەيدەش خۇسۇسىيىتى ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇپ، يەل ھەيدىگۈچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تەسىرى (خىلتلار تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇش، ئورگانىزمدىكى تەبىئىي يەللەرنىڭ مىقدارى، سۈپىتى ۋە كەيپىياتىدا ئۆزگىرىش بولۇش، ھەزىم ئاجىزلاش، ئوزۇقلىنىش تەرتىپى قالايمىقان بولۇش، جىگەر ئاجىزلاش، يەل پەيدا قىلغۇچى غىزالارنى ئۇزاق مۇددەت مىقداردىن ئاشۇرۇپ يېيىش، روھ ۋە قۇۋۋەتلەر ئاجىزلاش) دىن ئورگانىزمدا غەيرىي تەبىئىي يەللەر پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل ئەھۋالدا نېرۋا ئاجىزلىق، باش ئاغرىش، قورساق ئېسىلىش، سىيىق كېكىرىش، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلاش، بەل ئاغرىش، چىش ئاغرىش، چوڭ - كىچىك بوغۇملار ئاغرىش. . . تەك كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا يامان ئاقىۋەت كېلىپچىقىدۇ. غەيرىي تەبىئىي يەللەرنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبلىرى ھەر خىل بولغاچقا، يەل ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە مۇۋاپىق تاللاپ ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. يەل ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىلىرىنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق بولىدۇ. بۇ خىل دورىلار يەل ھەيدەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئەزالارنىڭ تەبىئىي خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشتەك خۇسۇسىيەتلىرى ئارقىلىق يەل ھەيدەيدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار يەل ھەيدىگۈچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: يەرلىك توغرىغۇ، تاشتۇز، كېلەر، شاكال بەدىيان، مۇشكى تارامشكى، زاراڭزا مېغىزى، زەرچۆۋە، سۇزاپ ئۇرۇقى، تۆگىقۇشى، كۆدە ئۇرۇقى، كەسلەنچۈك، كەرۋىيا، ئۈشەق، تاغ سامسىقى، زىرە، دارچىن يوپۇرمىقى، پىلپىل، قارىمۇچ، رۇمبەدىيان، چوڭ چىلان، چالموگرا، سىماب، كەپرەس، كەرەپشە، ئېگىر، ئاق تىكەن، بۇدۇشقاق، سۇزاپ، پىيزەك، زورەمبات، بەرەڭگى كابۇلى، فۇپەل، ئاغىچا، چايان، قاقلە، جۇۋنە، كاۋاۋچىن، كەۋرەك، ئاچچىق قۇستە قاتارلىقلار.

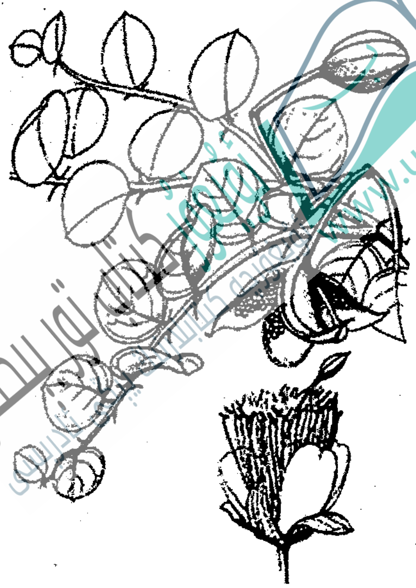
كەپە
开派
(刺山柑果 ci shan gan guo)

[باشقا ئاتىلىشى] كەپە يىلتىزى، بىخ كەبىر

[لاتىنچە نامى] Fructus Capparis spinosa

[ئىنگلىزچە نامى] Common Caper Fruit

[تونۇش] بۇ، كەپە ئائىلىسىدىكى يەردە يېتىپ پىلەكسىمان ئۆسىدىغان كۆپ يىللىق يېرىم چاتقال



كەپە

ئۆسۈملۈك كەپە بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «كەپە يىلتىزى»، يوپۇرمىقى «كەپە يوپۇرمىقى»، ئۇرۇقى «كەپە ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ، يىلتىزى ھەممىدىن كۆپ ئىشلىتىلىدۇ. (1.16 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] قۇرغاق قۇملۇق ۋە شېغىللىق، پەس تاغ باغرىلىرىدا ئۆسىدۇ. ئاپتونوم رايونىمىز شىنجاڭنىڭ ھەممە يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] كەپە ئۇرۇقىدا فېرۇلىك كىسلاتا (Ferulic acid) بىلەن قىچا يېغى؛ يوپۇرمىقى ۋە چېچىكىدە كۆپ مىقداردا رۇتىن (Rutin) بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يەل ھەيدەش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆتكۈر ۋە سوزۇلما خاراكتېرلىك بوغۇم ياللۇغىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] كەپە يىلتىزى، ئارپىبەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، سۆرۈنجان، زەنجىۋىل قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىپ بەرسە، مۇچىلەر ۋە بەل ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] مۇۋاپىق مىقداردا 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تېرىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] گۈل يېغى.

[ئورۇنباسارى] قىچا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مائۇلئۇسۇل شەربىتى، زىماتى كەپە.

يەرلىك توغرىغۇ

亚尔力克托哈热故

(胡桐泪 hu tong lei)

[باشقا ئاتىلىشى]بۆرە ئەرمىنى، پاپىرە نەمەك

[لاتىنچە نامى] Resina Populus euphratica

[ئىنگلىزچە نامى] Diversifolious Poplar Resin

[تونۇش] بۇ، تال ـ تېرەكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك توغراقنىڭ تېنىدىن سىزىپ ئېقىپ چىققان

يېلىم بولۇپ، توغراق تېنىدىن توغراقلىقتىكى زېمىنغا ئېقىپ چۈشۈپ، توپا ئاستىدا قاتقان، تۇپراقتىن كولاپ ئېلىنىپ تازىلانغان شورلۇق قېتىشمىدۇر. ۋەزنى يەڭگىل، قارامتۇل ئاق رەڭدە، پۇرىقى سۇس، بۇ تۇزدىن ۋە ئۇنىڭ قۇۋۋىتىگە ئىگە بولغان نەرسىلەردىن كۈچلۈكرەك، ئاسان ئۇۋۇلىدۇ، مۇشۇ قېتىشما «بۆرە ئەرمىنى»، «ئاق توغرىغۇ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (16.2 ــ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئىچكى موڭغۇلىيەنىڭ غەرب تەرەپلىرىدىن، چىڭخەي ۋە رايونىمىزنىڭ تارىم ۋادىلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ئادەتتە كۈزدە يىغىۋېلىنىدۇ، ئەخلەتلەرنى چىقىرىۋېتىپ قۇرۇق يەرگە قويۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيىلىك تەركىبى**] تەركىبىدە فىلاۋونلار، دەرەخ يېلىمى ۋە سالىتسىك كىسلاتاسى قاتارلىقلار بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇش، پارچىلاش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] توسالغۇلارنى ئېچىش، يەل ھەيدەش، تېرىنى پارقىرىتىش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، يۆتەل پەسەيتىش، قان تازىلاش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قورساق ئاغرىقى، باھ ئاجىزلىقى، بەلغەمدىن بولغان يۆتەل، ئۈچەي سانجىقى، كۆپ تەرلەش، قىچىشقاق، قوتۇر، بەرەس قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. زىرە، مائۇلھەسەل، ھاشا، سۇزاپ، سېرىقچېچەك قاتارلىقلاردىن بىر ھەسسە، ئاق توغرىغۇدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، مائۇلھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، يەلنى ھەيدەيدۇ، ئۈچەي سانجىقلىرىنى يوقىتىدۇ.

2. ئاق توغرىغۇدىن بەش گىرام، فۇپەل ۋە قەنبىلدىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ، قايناتىپ سۈيىنى ئىچسە، مەددە قۇرت چۈشۈرىدۇ.

3. ئاق توغرىغۇدىن 16 گىرامنى 200 مىللىلىتىر سۇدا يېرىم قالغۇچە قايناتىپ، 50 گىرام زەيتۇن يېغى قوشۇپ ئىچسە، قۇرۇقلۇقتىن بولغان ئۈچەي توسۇلۇشقا پايدا قىلىدۇ.

4. ئاق توغرىغۇدىن 15 گىرامنى مۇۋاپىق مىقداردىكى بابۇنە يېغى بىلەن قوشۇپ سىرتتىن ياغلىسا، كۆپ تەرلەشنى يوقىتىدۇ، يالغۇز ئۆزىنى ئىشلەتسىمۇ، شۇ تەسىرنى بېرىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ~ 7 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] كۆپ ئىستېمال قىلسا، ئاشقازاننى بۇزىدۇ ۋە قوستۇرىدۇ، ئەزالارغا قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] بەدىيان، پىننە، سەندەل، بىنەپشە، سېرىقماي، سۈت، مايلار.

[**ئورۇنباسارى**] يېرىم مىقداردا تۇز.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] جاۋارىش كۇمۇنى.

[**دىققەت قىلىدىغان ئىشلار**] كۆپ ئىشلىتىۋېتىلسە ئاشقازانغا زىيان قىلىپ، قۇسۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تاشتۇز

塔西托孜

(石盐 shi yan)

[باشقا ئاتىلىشى] مىلھى، نەمەكى، ھەجەرە نەمەك

[لاتىنچە نامى] Halitum

[ئىنگلىزچە نامى] Halite

[تونۇش] بۇ بىر خىل ئاق جىسىم بولۇپ، سۇغا سالسا ئېرىيدۇ، ھالۋىدىن باشقا ھەممە تائاملارغا سېلىنىدۇ، بۇ خەلق ئارىسدا «تاشتۇز» نامى بىلەن مەشھۇر بولۇپ، تاشقا ئوخشاش قاتتىق، ئاق، قىزىل رەڭدە كېلىدۇ، كاندىن ۋە بەزىدە تاغلاردىنمۇ چىقىدۇ. بۇنىڭ كانى تاغ بولۇپ، تاغنىڭ يېرىقلىرى ۋە كامارلىرىدىن سۈيۈق ھالدا سىزىپ چىقىدۇ، ئاندىن سوغۇق ھاۋا بىلەن ئۇچرىشىش بىلەن تاشتەك قېتىپ قالىدۇ، بۇنىڭ، ئاق سۈزۈك، ساپ بولغىنى ياخشىسى ھېسابلىنىدۇ. (3.16 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭدىن چىقىدۇ، بولۇپمۇ خوتەن ۋىلايىتىنىڭ نىيە ناھىيەسىنىڭ تاغلىرىدىن ۋە چېڭخەي ئۆلكىلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ تۇزنى كان ۋە تاغلاردىن قېزىپ ئېلىپ پاكىز تازىلاپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى ناترىي خلور بولۇپ، 39.4% ناترىي، 60.6% خلور ۋە ئاز مىقداردا كالتسىي، ماگنىي قاتارلىق ئېلېمېنتلارمۇ بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ، قۇرۇق ساقلىنىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاساسلىقى يەل ھەيدەش، «تەبىئەت» نى، ئاشقازان ۋە ئۈچەينى قۇۋۋەتلەش، زەھەر قايتۇرۇش، ئۇنىڭدىن باشقا زېھىننى قۇۋۋەتلەش، شىلىمشىق بەلغەملەرنى تازىلاش، قورساق ئېسىلىشنى پەسەيتىش، كۆزنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] زېھىن ئاجىزلىق، ھەزىم ئاجىزلىقى، تەمرەتكە، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاچچىقتاۋۇز، سىركە، سەبرە، نەمەكى لاھورى قاتارلىقلارنى قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، ھەر خىل تەمرەتكىلەرگە شىپا بولىدۇ.

2. نەمەكى لاھورىدىن توققۇز گىرام، سۇرمىدىن 10 گىرام، ئىپاردىن 0.5 گىرامنى ئايرىم سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تارتسا، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] توققۇز گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ ئىشلەتسە، ئىسسىق مىزاج كىشىلەرنىڭ مېڭىسىگە زىيان قىلىدۇ، كۆزنى قاراڭغۇلاشتۇرىدۇ، بەدەننى قىچىشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەر تۈرلۈك ياغلار، نېلۇپەر.

[ئورۇنباسارى] نەمەكى لاھورى، ئاق تۇز.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تاشتۇز مەلھىمى.

كېلەر

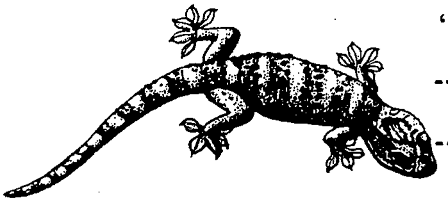
克来尔

(蛤蚧 ge jie)

[باشقا ئاتىلىشى] زۇفدەئى، ساندى.

[لاتىنچە نامى] gecko

[ئىنگلىزچە نامى] Giant Gecko, Tokay Gecko



كېلەر

[تونۇش] بۇ، پاتمىچۇق ئائىلىسىدىكى ھايۋانات كېلەر بولۇپ، بۇ ھايۋاننىڭ ئىچكى ئەزالىرى ئېلىۋېتىلگەندىن كېيىنكى قۇرۇتۇلغان تېنى «كېلەر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بېشى چوڭ، ياپىلاق، ئۇزۇن، كۆزى چوڭ ئولتۇرۇشۇپ كەتكەن، دۈمبىسى قارامتۇل كۈل رەڭ ياكى كۈمۈش رەڭ، ئۆزى قاتتىق، سۇزۇلۇشچان ئاززاق ژىنى پۇرايدۇ، تەمى ئاچچىقراق كېلىدۇ. (4.16 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، يۈننەن، شىنجاڭدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ھايۋاننى ئەتىياز، ياز پەسلىدە تۇتۇپ ئۆلتۈرۈپ، ئىچكى ئەزالىرىنى ئېلىۋەتكەندىن كېيىن قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] كارنوزىن (Carnosine)، خولىن، گۇئانىن (Guanine)، ئاقسىل، ياغ، خولېستېرىن ھەم مول مىكرو ئېلېمېنتلار ۋە ئامىنو كىسلاتالىرى بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] ئىسپىرتلىق ئېرىتمىسى چىشى چاشقاننىڭ كۆيلەش دەۋرىنى ئۇزارتىدۇ، كېلەردىن ئېلىنغان سۇيۇقلۇق ئەرلىك ھورمونغا ئوخشاش تەسىرنى بېرىدۇ. ئۇرۇقنىڭ ھاياتىي كۈچىنى ئاشۇرۇش، ئىممۇنىتېت كۈچىنى كۈچەيتىش، قېرىشنى كېچىكتۈرۈش رولى بار. ئۇنىڭدىن باشقا تارتىشىپ قېلىشنى بوشىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قاندىكى قەنتنى چۈشۈرۈش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يەل ھەيدەش، ئۆپكە ـ كانايىنى قۇۋۋەتلەش، باھنى قۇۋۋەتلەش، تىنچلاندۇرۇش، زىققىنى پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئومۇمىي بەدەن ۋە باھ ئاجىزلىقى، زىققە، سەپكۇن، بەھەق، بەرەس، قارا داغ قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ. بەدەننى سېزىمسىزلاندۇرۇپ، ئوقنى تارتىپ چىقىرىش ئۈچۈنمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. بەش گىرام كېلەرنى سوقۇپ، شېكەر بىلەن قوشۇپ يەپ بەرسە، باھ ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. ئۈچ گىرام كېلەر تالقىنىنى يەتتە گىرام بادام تالقىنى بىلەن بىرگە ئىچىپ بەرسە، زىققە كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. كېلەرنىڭ مايىقىنى سۈفۈپ قىلىپ كۆزگە تارتسا، كۆزدىكى ئاق ۋە سۇنى يوقىتىدۇ. كېلەر مايىقىنى سۈفۈپ قىلىپ، مۇناسىپ ئەرەقلەر بىلەن مەلھەم قىلىپ چىپىپ بەرسە، داغ ۋە سەپكۇنلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. كېلەرنىڭ بۆرىكىنى يېرىپ يەرلىك ئورۇنغا تاڭسا، ئوق، تىكەن ۋە زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ زەھىرىنى ئۆزىگە تارتىۋالىدۇ.

5. كېلەر مايىقىنى ئېزىپ، يەرلىك ئورۇنغا چىپىپ بەرسە بەھەققە پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ياڭپۇز، كاسىنە، كاھۇ ئۇرۇقى.

[ئورۇنباسارى] تاغلىق جايلارنىڭ، چۆل ـ جەزىرىلەرنىڭ كېلەرسى.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەرقى مائۇللەھمى.

شاكال بەديان

沙卡里巴地洋

(八角茴香 ba jiao hui xiang)

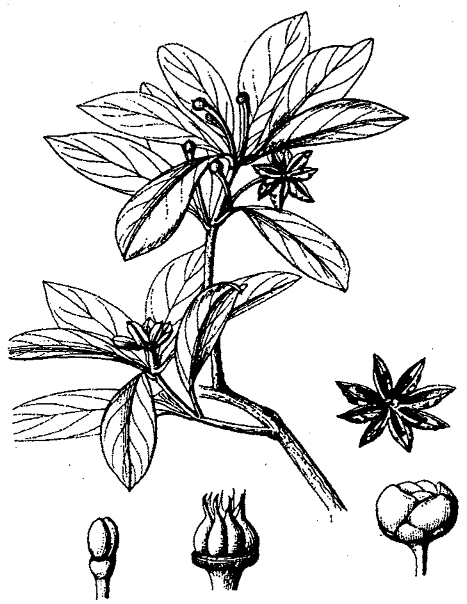
[باشقا ئاتىلىشى] بەديان خىتايى، بەديان چىنى

[لاتىنچە نامى] Fructuc ILLicium verum

[ئىنگلىزچە نامى] Truestar Anise seed

[تونۇش] بۇ، ماگنولىيە ئائىلىسىدىكى دائىم كۆكىرىپ تۇرىدىغان، ئېگىزلىكى 10~14 مېتىرغىچە ئۆسىدىغان چاتقال دەرەخنىڭ مېۋىسى بولۇپ، رەڭگى قىزغۇچ خورما رەڭدە، تەمى ئاچچىق، پۇراقلىق كېلىدۇ، بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسى «بەديان چىنى» ياكى «شاكال بەديان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (16 .5 ـ رەسىم)

www.uyghurkitap.com



شاكال بەدىيان دەرىخى

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، يۈن-نەن، تەيۋەن، گۈيجۇ، فۇجيەن قاتارلىق جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كې-يىن، قۇرۇتۇپ ئورۇقنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] مېۋىسىدە 5% ئۇچۇچان ياغ، تەخ-مىنەن 22% مايلىق ياغ، ئاقسىل، دېۋىرقاي قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**]

1. ئۇچۇچان ماي غىدىقلاش رولىغا ئىگە، ئاشقازان، ئۈچەينىڭ لۆمۈلدىشىنى ئاشۇرۇپ، قورساق ئاغرىقىنى پە-سەيتىدۇ، بەلغەم بوشىتىش رولىغا ئىگە.

2. شاكال بەدىيان قايىنتىلمىسى ئىنسانلاردىكى سىل تاياقچە باكتېرىيەسى ۋە سىفلىس تاياقچە باكتېرىيەسىگە نىسبەتەن تورمۇزلاش رولىغا ئىگە.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ھەزىمنى ياخشىلاش، يەل ھەيدەش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] سوغۇقتىن بولغان قۇسۇش، قورساق ئاغرىقى، ئاشقازان سوۋۇپ كې-تىش، بۆرەك كېسىلى سەۋەبىدىن كېلىپچىققان بەل ئاغرىقى، بۆرەك ئاجىزلىقى، بالىياتقۇنىڭ يەلدىن بولغان كېسەللىكلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. شاكال بەدىياننى قارا چاي بىلەن قوشۇپ دەملەپ ئىچسە، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ، يەل ھەيدەيدۇ.

2.. پىننە، بەدىيان، زىرە، شاكال بەدىياننىڭ ھەربىرىدىن 10 گرام، دارچىن، لاچىندانە، سۇمبۇل-نىڭ ھەربىرىدىن بەش گرام، ئاشقازاننى قىزىتىپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ، سوغۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ.

3. شاكال بەدىيان، سۆئلەپىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گرام، شاقاقۇل، دارچىننىڭ ھەربىرىدىن بەش گرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، چايلىق ئورنىدا ئىچىپ بەرسە، بۆرەك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ~ 5 گرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئىسسىقچان كىشىلەردە باش ئاغرىقىنى پەيدا قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] قۇرۇتۇلغان شاكال بەدىيان، بىنەپشە، نىلۇپەر.

[**ئورۇنباسارى**] بەسباسە.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] يەل تارقاتقۇچى مۇرەككەپ چايلىق.

www.uyghurkitap.com

مۇشكى تارامشكى

木西克塔热木西

(欧亚薄荷 ow ya bo he)

[**باشقا ئاتىلىشى**] مۇشكتارامۇش، مشكى تارامشكى

[**لاتىنچە نامى**] Herba Mentha haplocalyx

[**ئىنگلىزچە نامى**] Peppermint

مۇشكتارامش

[**تونۇش**] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك تاغ يالپۇزى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى «مۇشكى تارامش»، «ئاسىيا يالپۇزى» ياكى «تاغ يالپۇزى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ، يوپۇرمىقى ۋە گۈلى بىلەن ئارىلاشقان قۇرۇق ئۆسۈملۈكنىڭ ئىگىزلىكى يېرىم مېتىر ئەتراپىدا كېلىدۇ. تېنى يۇمىلاق، يوپۇرمىقى ۋە گۈلى ئۇششاق، ئۇچى يوق، رەڭگى ئاقۇچ يېشىل كېلىدۇ، تەملىك بولىدۇ، پۇرىقى ناھايىتى ئۆتكۈر. (6.16 ــ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئىران ۋە پاكىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[**يىغىش ساقلاش**] بىرىنچى قېتىملىق ئورۇش ۋاقتى 7 ــ ئايدا، ئىككىنچى قېتىملىق ئورۇش ۋاقتى 10 ــ ئايدا، ھاۋا ئوچۇق كۈنلىرى ئورۇۋېلىنىدۇ، ئىككى كۈن ئاپتاپقا يېيىلىدۇ، سەل قۇرۇغاندا باغلاپ، يەنە ئاپتاپتا ياكى سالقىن جايدا قۇرۇتۇلىدۇ.

[**خىمىيىلىك تەركىبى**] تەركىبىدە بىر خىل ئۇچۇچان ياغ بار، بۇ ياغ داۋالاشقا ئىشلىتىلىشتىن باشقا، يەنە سانائەتتە خۇش پۇراق ماددا ياساشقا ئىشلىتىلىدۇ.

[**فارماكولوگىيىلىك تەسىرى**] قۇرت ئۆلتۈرۈش، قورساقتىكى ئۆلۈك ھامىلىنى چۈشۈرۈش تەسىرى بار.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] يەل ھەيدەش، قوزغىتىش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، قورساقتىكى مەددە قۇرتنى ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قورساق ئىششىش، قورساق ئاغرىقى، بەدەن ئاجىزلىقى، جىگەر، ئاشقازان ۋە تال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. مۇشكى تارامشكىنىڭ سۈيى بىلەن بۇرۇن ۋە قۇلاقنى يۇسا ياكى ھوردىتىلسا، قۇلاق ياكى بۇرۇن ئىچىدىكى يارىلارغا پايدا قىلىدۇ.

2. مۇشكى تارامىشكى شەربىتىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، كۆڭۈل ئېلىشىش، ھوشسىزلىق-نىڭ ئالدىنى ئالىدۇ، ھەيز ۋە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

3. يەتتە گىرام مۇشكى تارامىشكىنى كۆيدۈرۈپ، تۈتۈننى بالىياتقۇغا تۇتسا، قورساقتىكى ئۆلۈك ھامىلىنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] مەقئەتكە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئەرەب يېلىمى، سىركە.

[ئورۇنباسارى] يالپۇز.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەتبۇخى مۇشكى تارامىشكى.

زاراڭزا مېغىزى

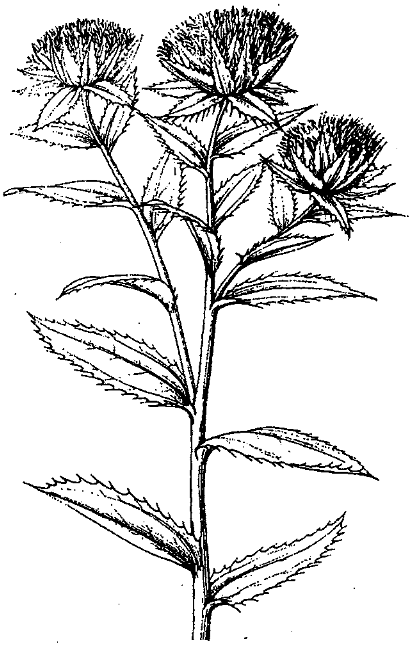
扎让杂麦核子

(红花子 hong hua zi)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەببۇل قۇرتۇم، تۇخۇمى مېغىزى ئەسپەر

[لاتىنچە نامى] Carthamustinctorius

[ئېنگىلىزچە نامى] safflower fruit



زاراڭزا

[تونۇش] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك زاراڭزىنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت. بۇ پۇرىقى يوق، چاينىسا ئازراق ياغ تەمى بولىدۇ. سىرتقى يۈزى ئاق رەڭدە كېلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] ھازىر شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ كۆپلە-گەن جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە زاراڭزا قۇرۇتۇلۇپ، غولى ئاقىرىپ مېۋىسى قاتقاندىن كېيىن، غولى يىغىۋېلىنىپ، مېغىزى چىقىرىۋېلى-نىدۇ.

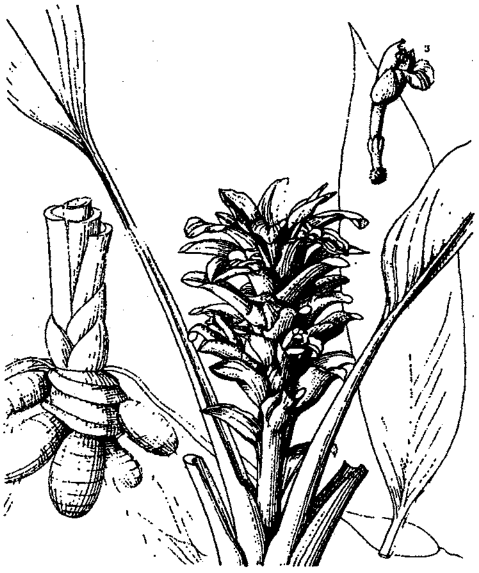
[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقىدا 30.2% ياغ، مېغىزىدا 45%~49% كىچە ياغ بار، ئۇرۇقىنىڭ يېغىدا زىغىر كىسلاتاسى، جويۇز كىسلاتا-سى (Myristic acid)، پالمىتىك كىسلاتا (Palmitiic acid)، قاتتىق ياغ كىسلاتاسى (Stearic acid) بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] يۇقىرى خولېستېرىنلىق قان كېسىلى بولغان ئۆي توشقىنىغا زاراڭزا مېغىزىدىن ھەر كۈنى ھەر كىلوگرام ئېغىرلىقىغا بىر گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاندا، قان زەردابىدىكى خولېستېرىن ئومۇمىي مىقدارىنى، گلىتسېرىن ۋە ئېستېرلاشمىغان ماي كىسلاتاسىنى تۆۋەنلىتىدۇ. يەنە بەزى سىلىق مۇسكۇللۇق ئەزالار، مەسىلەن: ئىنچىكە ئۈچەي، شاخچە كانايچە قاتارلىقلارنى قوزغىتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىنى ئاجرىتىش، داغلاش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.
[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.
[خۇسۇسىيىتى] يەل ھەيدەش، قان تازىلاش، ئىچ سۈرۈش، بەلغەم بوشىتىش، غەيرىي تەبىئىي خىلتلار- نى تازىلاش، قان تازىلاش خۇسۇسىيىتى بار.
[ئىشلىتىدىغان كېسەللىكلەر] بەلغەملىك يۆتەل، قورساقنىڭ مۇجۇپ ئاغرىشى، قۇۋزىيەت، مالىخولىيا، يۈرەك چالاڭغۇراش، ماخاۋ، قىچىشقاق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.
[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]
1. زاراڭزا ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىگە ئاش تۇزىدىن ئازراق قوشۇۋېتىپ ئىچسە، قىچىشقاق، مۇدۇر — چاقىلارغا پايدا قىلىدۇ.
2. زاراڭزا ئۇرۇقى شىرىسىگە پۇنۇسى خىيارشەنبەر سېلىپ ئېرىتىپ ئىچسە، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان تەپكە پايدا قىلىدۇ.
[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ.
[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، نىلۇپەر.
[ئورۇنباسارى] زىغىر ئۇرۇقى.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] شەربىتى ئۇستۇقۇددۇس، مەتبۇخى ئۇستۇقۇددۇس.

زەرچىۋە
则其外
(姜黄 jiang huang)

[باشقا ئاتىلىشى] ئەرقۇسسەپەر، زەردە چۆپ، زەردچۆبە
[لاتىنچە نامى] Rhizoma Curcuma longa
[ئىنگلىزچە نامى] Common Turmeric Rhizome
[تونۇش] بۇ، زەنجىۋىل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق كونا يىلتىزلىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك زەرچىۋە ياكى كۈركۈمە- نىڭ يىلتىزسىمان غولى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزسى- مان غولى «زەرچىۋە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (8.16 - رەسىم)


زەرچىۋە ئۆسۈملۈكى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ سىچۈەن، يۈننەن، فۇجيەن، خۇبېي، گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، تەيۋەن قاتارلىق ئۆلكىلەردىن چىقىدۇ.
[يىغىپ ساقلاش] قىش پەسلى 11 ـ، 12 ـ ئايلاردا يىلتىزى كولاپ چىقىرىلىدۇ، ئارتۇقچە يوپۇرماق تومۇرى كېسىۋېتىل-

گەندىن كېيىن پاكىز يۇيۇپ، قازانغا سېلىپ سۇدا پىشۇرۇلىدۇ ياكى هوردىتىلىدۇ، ئاپتاپقا سېلىپ ياكى سۇس ئوتتا قاقلىنىپ قۇرۇتۇلىدۇ، زەرچىۋە پارچىلىرى يۇيۇلغاندىن كېيىن ئۇششاق كېسىپ قۇرۇتۇلىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] تەركىبىدە 4.5% ئۇچۇچان ماي بولۇپ، بۇنىڭدا ئاساسلىقى 58% تۇرمېرون (Turmerone) ، 25% زىنگېرېن (Zingeren) ، 1% فېللاندىرېن (Phellandrene) ، 0.6% ساپىنېن (Sapinene) ، بورتېئول (Borteol) لاردىن ئىبارەت، يەنە كۇرۇمىن (Cureumin) ۋە ئەرەب قەنتى (Arbinosa) ، 12% مېۋە قەنتى (Fruetosa) ، 28% ئۈزۈم شېكىرى، گىلۇكوزا، ياغلىق ماي، كىراخمال، چۈپ كىسلاتاسى تۇزى قاتارلىقلار بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**]

1. ئۆت سۇيۇقلۇقىنى هەيدەش تەسىرى: زەرچىۋە قايناتمىسى ۋە چىلانمىسى ئىت ئۆت سۇيۇقلۇقىنىڭ چىقىرىلىشىنى ئاشۇرۇپ، ئۆت سۇيۇقلۇقى تەركىبىنى نورماللاشتۇرىدۇ، كۇرۇمىن ياكى ئۇنىڭ ناترىي تۇزلىرى ئۆت سۇيۇقلۇقىنى هەيدەش تەسىرىگە ئىگە. يەنە بىر ئۇرۇقداش ئۆسۈملۈكتىن ئېلىنغان ئۇچۇچان مايمۇ ئۆت سۇيۇقلۇقىنى هەيدەيدۇ، كۇرۇمىن، خولېستېرىن ئېرىتمىسى ئۆت يولى كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ. 50% لىك زەرچىۋە قايناتىلمىسى ئىشتىهانى ئاچىدۇ.

2. بالىياتقۇغا بولغان تەسىرى: قايناتمىسى ياكى چىلانمىسى (2% لىك تۇز كىسلاتاسى ئېرىتكۈچى قىلىنىدۇ) كىچىك ئاق چاشقان، دېڭىز چوشقىسى قاتارلىقلارنىڭ بالىياتقۇسىنى قوزغايدۇ.

3. قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش تەسىرى: كۇرۇمىن ۋە ئۇچۇچان ماي قىسمى ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسىگە نىسبەتەن خېلى ياخشى تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئاساسلىقى قان تازىلاش، يەل هەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ماددىلارنى تارقىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، يارىلارنى قۇرۇتۇش، بەلغەم بوشىتىش، تارتىشىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، سۈيدۈك ۋە ھەيزىنى راۋان قىلىش، رەڭگىرويىنى چىرايلىق قىلىش، پارقىرىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىدىغان كېسەللىكلەر**] يۆتەل، دېمى سىقىلىش، نەزلە ۋە زۇكام، كۆز ئاغرىقى، كۆرۈش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىقى، قاپاق قوتۇرى، كۆزگە ئاق چۈشۈش، چىرىگەن يارىلار، قىچىشقاق، بوغۇم ياللۇغى، زەخىملىنىشتىن بولغان يارىلارغا ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. زەرچىۋەدىن بەش گىرامنى 250 مىللىلىتىر سۇتتە قايناتىپ، ئاندىن ئىلمان هالەتكە كەلتۈرۈپ، ئۇنىڭغا شېكەر قوشۇپ ئىچسە، زۇكامغا پايدا قىلىدۇ.

2. بەش گىرام زەرچىۋە سوفۇپىغا مۇۋاپىق مىقداردا تۇز قوشۇپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە، يۆتەل ۋە نەپەس سىقىلىشلارغا پايدا قىلىدۇ.

3. زەرچىۋە ۋە هاكتىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ سوفۇپ تەييارلاپ، سۇدا قايناتىپ ئىسسىق

ۋاقىتتا يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلسا، يارىنى ئېغىز ئالدۇرىدۇ.

4. زەرچىۋەدىن ئىككى گىرامنى يېرىم لىتىر سۇدا قاينىتىپ، قاينىتىلمىسى بىلەن كۆزنى يۇسا، كۆز ئاغرىقى، قىچىشىش ۋە چاپاقلارنى يوقىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] يۈرەككە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] لىمون، ئوتىرۇچ.

[ئورۇنباسارى] ئوردان، بابىجى (جىنكىپۇنزى).

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەتبۇخى ئەپتىمۇن.

سۇزاپ ئۇرۇقى

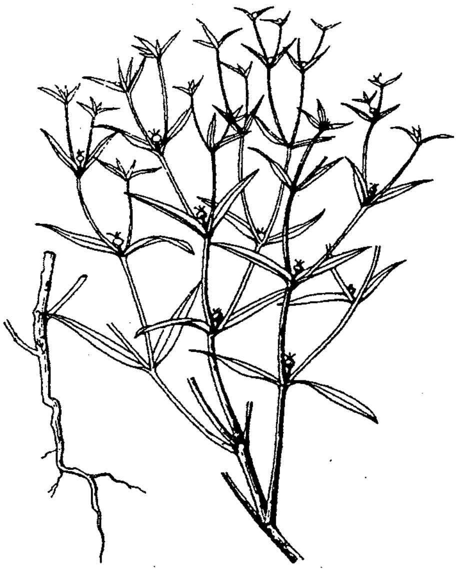
索杂比欧如合

(芸香子 yun xiang zi)

[باشقا ئاتىلىشى]بەزۇل سوزاپ، تۇخۇمى سوزاب، تىتىلىكى بىج

[لاتىنچە نامى]Semen Ruta graveolens

[ئىنگلىزچە نامى]Common Rue seed



سۇزاپ ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، سوزاپ ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غول-لۇق ئۆسۈملۈك سۇزاپنىڭ ئۇرۇقى بولۇپ، «سۇزاپ ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇرۇقى قاپلىق بولۇپ، بىر قاپنىڭ ئىچىدە ئۈچ تال ئۇرۇقى چىقىدۇ. بۆرەك شەكىللىك، ئۈچ بۇر-جەكلىك، رەڭگى قارا، تەمى بەك ئاچچىق كېلىدۇ. (9.16 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ جەنۇبىي قىسىم رايونلىرى، شىن-جاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ تاغلىرى ۋە باغلىرى، ھىندىس-تان، پاكىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىنىڭ ئاخىرى، كۈز پەسلىنىڭ بېشىدا مېۋىسى پىشقاندا، غوزىسى كېسىلىپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇلىدۇ، ئۇ-رۇقى ئايرىلىپ، ئەخلەتلىرى چىقىرىۋېتىلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقى تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئۇرۇقىدىن ئېلىنغان ئۇچۇچان ماي باليياتقۇنى قوزغىتىپ، ھامىلە چۈشۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يەر ھەيدەش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، ھەزىمنى ياخشى-

لاش، پەي، نېرۋىلارنى ۋە باھنى قۇۋۋەتلەش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قورساق ئېسىلىش، ھەزىم بۇزۇلۇش، ھەيز توسۇلۇپ قېلىش، قىيىن تۇغۇت، باللىياتقۇ ئاغرىش، جىگەر، ئاجىزلىقى، بەھەق، بەرەس، قارا بېسىش قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئۇستىقۇددۇس ۋە سۇزاپ ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، ئېگىردىن ئۈچ گىرام، رۇمبەدىياندىن ئىككى گىرام ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، قارا بېسىشقا شىپا بولىدۇ.

2. بەدىياندىن بەش گىرام، رۇمبەدىيان، سۇزاپ ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، قىزىلگۈل، دارچىن، زىرە، پىننە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ئاشقازان، جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

3. ئۇبھەل، خىيارشەنبەر، ياليۇز، سۇزاپ ئۇرۇقى، كۈنجۈت قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇپ، تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقچان كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىركە، زىرىق، بىنەپشە، نىلۇپەر.

[ئورۇنباسارى] پىننە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى سۇزاپ.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] مېڭىگە زىيانلىق، شەقىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تۆگىقۇشى

托给库西

(鸵鸟 tuo niao)

[باشقا ئاتىلىشى] نەئامە، شۇتۇر مۇرغى

Struthio camlus [لاتىنچە نامى]

Ostrich [ئىنگلىزچە نامى]

تۆگىقۇشى

[تونۇش] بۇ بىر خىل قۇش بولۇپ، تېنى يوغان، بويىنى ئۇزۇن، تۆگىنىڭ بويىنىغا ئوخشايدۇ، پۇتلىرى كالىنىڭ پۇتلىرىغا ئوخشايدۇ، تۇيىقى يېرىق، رەڭگى توپارەڭ، ئاق رەڭگە مايىل، ئادەتتىكى قۇشلاردەك ئۇچالمايدۇ، سۇغا ئېھتىياجى ئاز بولىدۇ. ئادەتتە گۆشى، مېيى دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. (10.16 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئافرىقا ۋە ئاۋستىرالىيە قىتئەلىرىدىن، غەربىي جەنۇبىي ئاسىيادىن چىقىدۇ، ئاساسلە-

قى قۇملۇق جايلاردا ياشايدۇ، شىنجاڭدىمۇ ئۆزلەشتۈرۈپ مەخسۇس ئورۇنلاردا بېقىۋاتىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ قۇشنى بوغۇزلاپ، تۈكلىرىنى پاكىز يۇلۇپ، ئوت بىلەن چالاپ، ئىچكى ئەزالىرىنى تازىلاپ، سوغۇق جايدا ساقلىنىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يەل ھەيدەش، بەلغەم خىلتىنى تازىلاش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، پەي - مۇسكۇللارنى قۇۋۋەتلەش، ئاغرىق پەسەيتىش، بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] پالەچ، لەقۋا، چوڭ بوغۇملار ئاغرىقى، قورساقتا سۇ چۈشۈش، بەل، يانپاش، كىچىك بوغۇملار ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تۆگىقۇش گۆشى، كەكلىك گۆشى، كەپتەر گۆشى، قىرغاۋۇل گۆشى، ياش پاقلان گۆشى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، مائۇللەھمى تەييارلاپ بەرسە، بەدەننى قۇۋۋەتلەپ، پەي - مۇسكۇللارنى چىڭىتىدۇ.

2. قۇندۇز قەھرىدىن بەش گىرام، پەرپىيوندىن ئىككى گىرام، ئاقىرقەرھا، قۇستە شىرىنىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، 100 مىللىلىتىر تۆگىقۇش يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ 10 كۈن ئاپتاپتا قويۇپ يەرلىك ئورۇننى ياغلىسا، ئىسترخا، لەقۋا، پالەچ، ئىرقۇننىسا، مۇپاسىل قاتارلىق كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ، تەستە ھەزىم بولىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىركە.

[ئورۇنباسارى] ئۆلار گۆشى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئەرقى مائۇللەھمى.

كۇدە ئۇرۇقى

库德欧如合

(韭菜子 jiu cai zi)

[باشقا ئاتىلىشى] بەزىرۇل كۇرراس، توخومى كەندىنا، كەندىناكى بىج

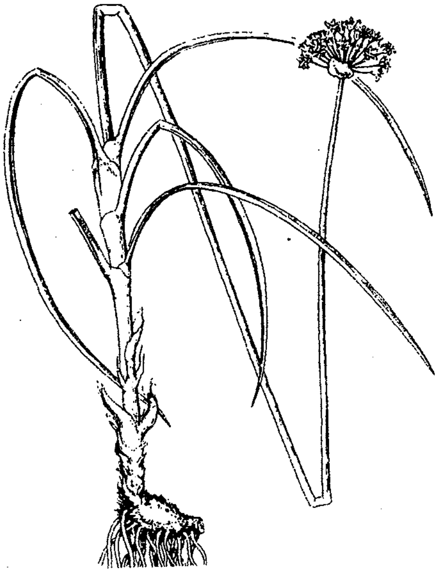
[لاتىنچە نامى] Semen Allium tube rosum

[ئىنگلىزچە نامى] Seed of chives

[تونۇش] بۇ، گۈلسامساق ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك كۇدىنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، شەكلى يىرئاز ياپىلاق، رەڭگى قارا، تەمى، پۇرىقى سۇس بولىدۇ. (11.16 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قۇرۇتۇلۇپ ئۇرۇقى چىقىرىۋېلىنىدۇ، پاكىز



كۇدە مايىسى

تازىلىنىپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] بىيولوگىيەلىك ئىشقار، ئۇچۇچان ماي، ئاقسىل، ئامىنو كىسلاتاسى، ياغلاردىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] يۇقىرى ۋە تۆۋەن تېمپېراتۇرىنى تەڭشەش، قېرىشنى كېچىكتۈرۈش رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يەل ھەيدەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، باھنى، پەي - مۇسكۇللارنى، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، بەلغەم بوشىتىش، بەدەننى تازىلاش، پارقىرىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان، ئۈچەيگە يەل تۇرۇپ قېلىش، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش، باھ ئاجىزلىقى، چىش ئاغرىقى، قان ۋە يەلدىن بولغان بوۋاسىر، ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كۇدە ئۇرۇقى، بەزرۇلبەنجىدىن بەش گىرامدىن، پىياز ئۇرۇقى ۋە ئاقىرقەرھادىن 10 گىرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ چىشقا باسسا، چىش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ.

2. زىرە، كۇدە ئۇرۇقى، يالپۇز، سۇزاپ ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، تۇغرىغىدىن بەش گىرام ئېلىپ، تالقان قىلىپ ئىچىپ بەرسە، ئاشقازان - ئۈچەي كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ.

3. كۇدە ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، بەدىيان، بىخ سەۋسەن قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ چاپلىق تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، يەل ھەيدەيدۇ، ھەزىمگە ياردەم بېرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 2 ~ 3 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىقچان كىشىلەرگە زىيانلىق.

[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، نىلۇپەر.

[ئورۇنباسارى] كۇدە، پىياز ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى مۇقەل، چاۋارىش جالىنۇس.

كەسلەنچۇك

开斯兰曲克

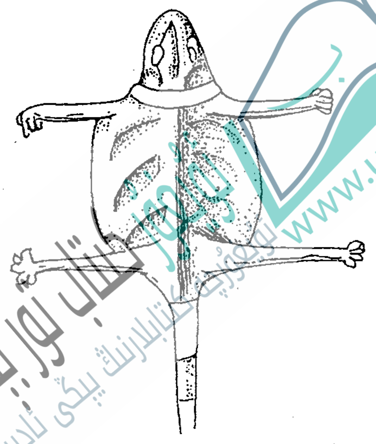
(蜥蜴 xi yi)

[باشقا ئاتىلىشى] چىپار كەسلەنچۇك

[لاتىنچە نامى] Eremias argus

[ئىنگلىزچە نامى] Lizard

[تونۇش] بۇ، كەسلەنچۇك ئائىلىسىدىكى ھايۋانات چىپار كەسلەنچۇكنىڭ بېشىنى سىم بىلەن باغلاپ،



كەسلەنچۈك

ئاپتاپتا قۇرۇتۇلغان پۈتۈن تېنى «كەسلەنچۈك» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (12.16 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز ۋە كۈز پەسىللەردە تۇتۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، يۇيۇپ قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يەل ھەيدەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، مونەكلەرنى يوقىتىش، يۈرەك، ئومۇمىي بەدەن ۋە پەيلەرنى قۇۋۋەتلەش، راكقا قارشى تۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، تىنچلاندۇرۇش، زەھەرسىزلەندۈرۈش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] مېڭىگە قان چۈشۈش، پالەچ، سىل، راك كېسىلى، بوغۇم ئاغرىقى، پەي، بوغۇملار تارتىشىش، يۈرەك، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، ئېغىز مايماق بولۇپ قېلىش، تۇتقاقلىق، ھەر خىل جاراھەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. پارپىدىن ئۈچ گىرام، كەسلەنچۈك، مەستىكىدىن بەش گىرامدىن، مۇرمەككىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قايىنىتىپ ئىچسە، پالەچكە مەنپەئەت قىلىدۇ.
2. بوغۇم ئاغرىقى ۋە رېماتىزم كېسىلىدە كەسلەنچۈك، خاراتىن، قۇستە، پارپا ۋە يالپۇز جەۋھىرى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچسە، بوغۇم ئاغرىقى ۋە رېماتىزم كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، ئۇستىدىن داۋائىلمىشكى ئىستېمال قىلىنىدۇ.
3. ئېپاردىن بىر گىرام، زەنجىۋىل، كەسلەنچۈك، ئاقىرقەرھاناڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام، پارپىدىن بىر گىرام ئېلىپ، دورىلارنى ئېلىپ سوقۇپ تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىپ بەرسە، پەي ـ بوغۇم تارتىشىش ۋە ئېغىز مايماق بولۇپ قېلىش كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.
4. ئۇستۇقۇددۇس، كەسلەنچۈك، مەرۋايىت كۆشتىسى، ئېپار، يالپۇز جەۋھىرى قاتارلىقلارنى قوشۇپ سۈفۈپ قىلىپ، ئەرقى شاھتەررە ۋە ئەرقى گۈل بىلەن بىرگە ئىچىپ بەرسە، مېڭىگە قان چۈشۈش، سىل، سەرتان، سەرئى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
5. كەسلەنچۈكتىن بەش گىرام، قىزىل سىردىن 0.1 گىرام، ئېپاردىن بىر گىرام، يالپۇز جەۋھىرىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، يۈرەك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3～10 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] باش ئاغرىقىنى پەيدا قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] سەندەل.
[ئورۇنباسارى] چايان.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى ئەفئى.

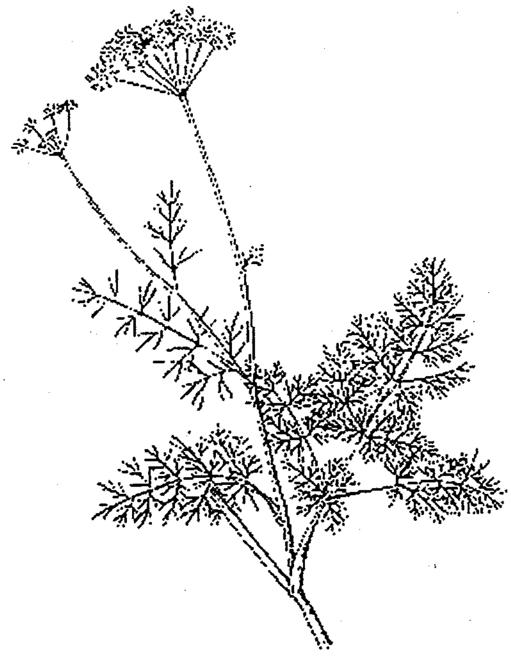
كەرۋىيا

开日维亚

(藏茴香 zang hui xiang)

[باشقا ئاتىلىشى] كىلويا كۇمۇنى رۇمى، زىرى رۇمى
[لاتىنچە نامى] Aructus Fructus carum carvi
[ئىنگلىزچە نامى] Fruit of caraway

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ياۋا زىرىنىڭ ئورۇقى بولۇپ، سوقىچاق شەكىللىك، سىرتقى يۈزى كۆل رەڭگە مايىل يېشىل، بەش تال تومپىيىپ چىققان قىرى بار، تەمى ئاچچىق، پۇراقسىز بولۇپ، «كەۋرىيا» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (16 .13 - رەسىم)



ياۋا زىرە مايىسى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ كۆپ قىسىم ئۆلكىلىرىدىن ۋە چەت ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، يەر ئۈستىدىكى قىسمىنى ئورۇۋېلىپ، مېۋىسىنى ئايرىپ قۇرۇتۇلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىدە 9%~32.5% كىچە ئۇچۇچان ماي، 6% مايلىق ياغ، فىلاۋون تۈرىدىكىلەر بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. باكتېرىيەگە قارشى تەسىرىگە ئىگە.
2. ئاشقازان ۋە كىچىك ئۈچەينى قوزغىتىدۇ.
3. ئورۇقىدىن ئېلىنغان ماددا توشقاننىڭ ئاشقازىنىغا كىرگۈزۈلسە، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يۇمشىتىش، يەل ھەيدەش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ئۈچەيدىكى قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش،

تېرىنى قىزارتىش، نەپەسنى راۋان قىلىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئىشتىھانى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىدىغان كېسەللىكلەر] ئىشتىھاسىزلىق، قورساق ئېسىلىش، قورساق ئاغرىقى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، نەپەس سىقىلىش، يۈرەك تىترەش، ئاقكېسەل (بەرەس) ۋە ئۈچەي قۇرتىنى چۈشۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كەرۋىيا، قەنبىل، فۇپەل، كاۋا ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ ئىچسە، ئۈچەي قۇرتلىرىنى چۈشۈرىدۇ.

2. رۇمبەديان، زىرە، پىننە، كەرۋىيا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرا ئېلىپ، چايلىق تەييارلاپ ئىچسە، سوغۇق يەللەرنى تارقىتىپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ～ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۆپكىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل، كەترا.

[ئورۇنباسارى] رۇمبەديان، زىرە.

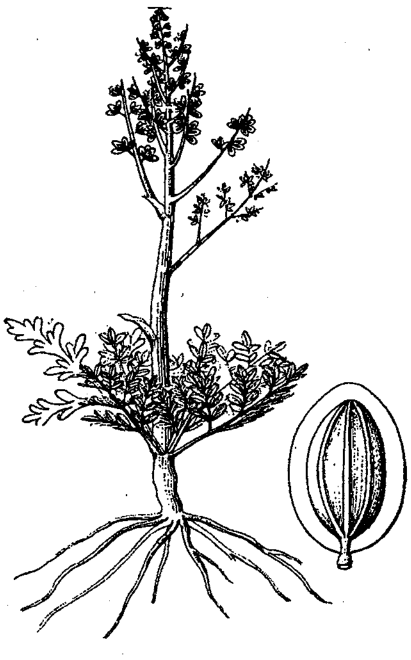
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى كەرۋىيا، مەجۇنى كەرۋىيا.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] ئۆپكە ھەم بۆرەككە زىيانلىق.

ئۇشەق

乌夏克

(阿摩尼亚脂 a mo ni ya zhi)



ئۇشەق دەرىخى

[باشقا ئاتىلىشى] ئۇشەق، كاندەر

[لاتىنچە نامى] Resina Dorema ammoniaci

[ئىنگلىزچە نامى] Ammoniac

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك تەرسۇس نامىلىق دەرەخنىڭ يېلىمى بولۇپ، سېرىق رەڭلىك، تامچىلىتىلىدىغان، سۇتسىمان ياكى يۇمىلاق مونەكدىن ئىبارەت، ئالاھىدە پۇراقىقا ئىگە، تەمى ئاچچىق، بۇ دەرەخنىڭ يېلىمى «ئۇشەق» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (14.16 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئىران، تۈركىيە، ئافغانىستان، رۇسىيە قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

www.uyghurkitap.com

[**يىغىپ ساقلاش**] ئەتىياز پەسلىنىڭ ئاخىرىدىن ياز پەسلىنىڭ بېشىغىچە غوزىسى كېسىلىپ، سۇتسىمان دەرەخ يېلىمى ئايرىۋېلىنىدۇ، قۇرۇق جايدا قۇرۇتۇلۇپ ھىم ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] تەركىبىدە 69% يېلىم، 22% دەرەخ يېلىمى، ئاز مىقداردا ئۇچۇچان مـاي بار. ئـۇلار ئـاساسلىقى ئامموۇرېزىناتانـنول (Ammoresinatannol)، ئامورىزىنول (Ammorcnecinol) دىن ئىبارەت.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] قوزغاتقۇچى، بەلغەم بوشاتقۇچى ۋە چىرىشكە قارشى تۇرغۇچى دورىدۇر.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] يەل ھەيدەش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتلىرىنى سۈرۈش، بۇزۇق ماددىلارنى تارقىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، بەلغەم بوشىتىش، ئىچىنى يۇمشىتىش ۋە سۈرۈش، تېرىنى پارقىرىـتىش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، قورساقتىكى قۇرتنى ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىدىغان كېسەللىكلەر**] قاتتىق ئىششىقلار، بوغۇم ئاغرىقلىرى، تىقىم، قولتۇق ئىششىقلىرى، بوغۇمنىڭ قېتىپ قېلىشى، چاشقان يارىسى، نەپەس قىيىنلىشىش، كاناي شاخچىلىرىنىڭ كېڭىيىپ كېتىشى، كونا يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. ئىككى گىرام ئۇشەقنى ئېزىپ، ھەسەل بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلسە، كونا يۆتەل ۋە دېمى سىقىلىشنى ياخشىلايدۇ، ھەر خىل ئىششىقلارغا سىرتتىن چاپلىنىدۇ.

2. ئۇشەقتىن ئىككى گىرام، مۇقەلدىن ئۈچ گىرام، كاۋا مېغىزىدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سۈفۈپ قىلىپ ئىچسە، مەددە قۇرت كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئۇشەق، چاققاقئوت ئۇرۇقى، گۈڭگۈرت، كۆپۈكى دەريا، زىراۋەندە، موقەل قاتارلىقلاردىن 12 گىرامدىن، زەيتۇن يېغىدىن 90 مىللىلىتىر، قىزىل مومدىن 20 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ چاپسا، سەرتان يارىسىنى پۈتتۈرىدۇ، قارا داغنى چۈشۈرىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 0.5 ~ 2 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] مىقداردىن ئارتۇق بېرىلسە قان سىيدۈرىدۇ، بۆرەك ۋە ئاشقازان كېسەللىكىگە زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] سىركە، رۇمبەديان.

[**ئورۇنباسارى**] جاۋشىر، سەكبىنەج.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ئىششىق ياندۇرغۇچى زىمات.

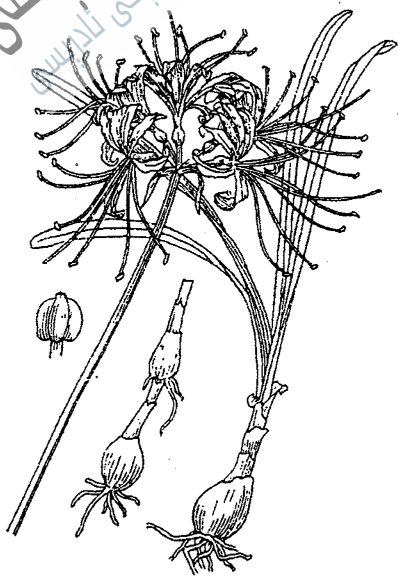
[**دىققەت قىلىدىغان ئىشلار**] كۆپ ئىشلىتىلسە قان سىيىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، ئاشقازان ۋە بۆرەك كېسىلى بارلارغا زىيانلىق.

تاغ سامسقى
塔给萨木萨克
(山蒜　shan suan)

[باشقا ئاتىلىشى]ياۋا سامساق، ئۇستقۇددرىيۇن

[لاتىنچە نامى]Bulbus Allium pallasii

[ئىنگلىزچە نامى]shorttub Lycoris



تاغ سامسقى

[تونۇش] بۇ، گۈلسامساق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غولللۇق ئۆسۈملۈك تاغ سامسقى (تاغنىڭ ياۋا سامسقى) نىڭ تەڭگە-سىمان غولىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئادەتتە ئىككى خىل بولىدۇ. بىرى، دانىسى يوق، پوستى ئايرىلمايدىغان، يوپۇرمىقى ئۇششاق، كەڭرەك، توپا رەڭ قىزىلغا مايىل، ئۇزۇن، تەمى ئاچچىق كېلىدۇ. بۇنى «مىن-سىرە سامسقى» ياكى «ياۋا سامساق» دەپ ئاتايدۇ. يەنى بىرى، سامساققا ئوخشايدۇ، تەمى ئانچە ئاچچىق ئەمەس، دانە - دانە، كۆپ چاتاقلىق، خۇش پۇراق كېلىدۇ. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن چۆپى ۋە يىلتىز قىسمى «تاغ سامسقى» ياكى «ئۇستقۇددرىيۇن» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (15.16 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ، قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يەل ھەيدەش، پەي - مۇسكۇللارنى چىڭىتىش، تېرىنى قىزارتىش، نەپەسنى راۋانلاشتۇ-رۇش، يەل ھەيدەش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] بەرەس، بەھەق، نەپەس سىقىلىش، غەلۋەرەك، قان ئۇيۇپ قېلىش قاتار-لىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇرۇقى جىنسىي ئاجىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تاغ سامسقى، پەتەر ئاسالىيۇن، چاققاقئوت ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، تالقانلاپ ئىستېمال قىلسا، بەرەس كېسىلىگە شىپا بولىدۇ.

2. زوپا، تاغ سامسقى، چامغۇر ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، قاينىتىپ ئىستېمال قىلسا، نەپەس يوللىرىنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ～ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

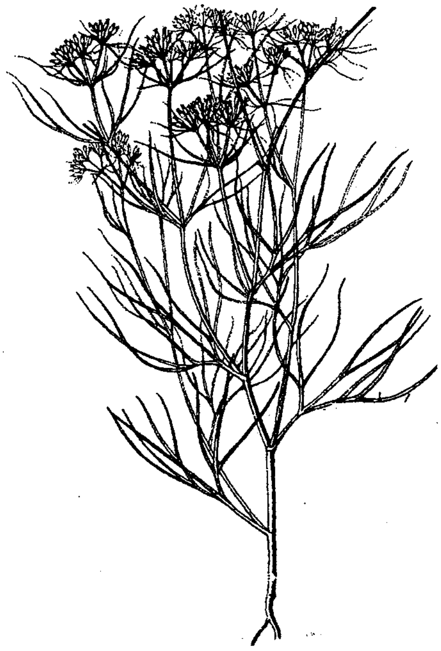
[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، نىلۇپەر.
[ئورۇنباسارى] سامساق، تاغ پىيىزى.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] تاغ سامسىقى قايىنتىلمىسى.

زىرە
孜热
(孜然 zi ran)

[باشقا ئاتىلىشى] كۈمۈنى، زىرە گىرمانى.

[لاتىنچە نامى] Fructus cuminum Cyminum

[ئىنگلىزچە نامى] Cymous Cuminum Fruit



زىرە ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك زىرىنىڭ قۇرۇتۇلغان پىششىق مېۋىسى بولۇپ، «زىرە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شەكلى تار سوقچاق، تۇخۇم شەكىللىك، ئىككى ئۇچى سەل ئېگىلگەن بولىدۇ، سىرتقى يۈزى كۆل رەڭگە مايىل سارغۇچ يېشىل رەڭلىك، تەمى سەل ئاچچىق، ئالاھىدە خۇش پۇراق كېلىدۇ. (16.16 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭدا ئۆستۈرۈلىدۇ، ئۇنىڭدىن باشقا ئەرەبىستان، ھىندىستان، پاكىستان قاتارلىق ئەللەردىمۇ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] سىركىدە داغلاش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ياز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن ئورۇۋېلىپ، مېۋىسىنى ئايرىپ، ئەخلىتىنى تازىلاپ پاكىز ئادالاپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇلىدۇ. قۇرۇق، ھاۋا ئۆتۈشىدىغان يەردە ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىدە تەخمىنەن 3% ئۇچۇچان ماي بار، مايىنىڭ ئاساسىي تەركىبى كۈمىنالدېھىدى (Cuminaldehyde)، كۈمىنىل ئالكوھول (Cuminyl acchol) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] مېۋىسى (ئورۇقى) ۋە ئۇچۇچان مېيى يەل ھەيدەيدۇ، نېرۋىنى كۈچەيتىدۇ ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ، بۇنىڭ ئىچىدىكى ئۇچۇچان ماي گىرام مۇسبىي باكتېرىيە ۋە زەمبۇرۇغ قاتارلىقلارنى كۈچلۈك تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] يەل ھەيدەش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى تەڭشەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاشقازاننى قىزىتىش، جىگەر ۋە ئۆچەينى كۈچلەندۈرۈش، ئىشتىھانى ئېچىش، بۇزۇق ماددىلارنى تارقىتىش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش، ئاشقازان تۆۋەنلەش، ھەزىم ئاجىزلىقى، قورساق ئېسىلىش، ئىشتىھاسىزلىق، ھەزىم بۇزۇلۇش، ئىچ سۈرۈش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز تۇتۇلۇش، جىگەر، ئاشقازان ۋە بۆرەك ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قانىسە ۋە مەستىكىدىن بەش گىرامدىن، قاقىلە، قەلەمپۇر، زىرە قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ناۋاتتىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تالقانلاپ، قائىدە بويىچە ئىچىپ بەرسە، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش، ئاشقازان تۆۋەنلەش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ.

2. قاقىلە، بەدىيان، پوستى تۇرۇنجى، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل، زىرە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، چايلىق تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، قورساق ئېسىلىشنى يوقىتىدۇ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

3. زىرە، بەدىيان، دارچىن، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل، پوستى تۇرۇنجى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، چايلىق تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ～ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۇرۇقلىتىدۇ، ئۆپكىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا، بادام مېغىزى.

[ئورۇنباسارى] ئاقمۇچ، كالىيزە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] جاۋارىش كۇمۇنى، جاۋارىش زەرئۇنى، جاۋارىش مەستىكى.

تۇرنا گۆشى

土热那古西

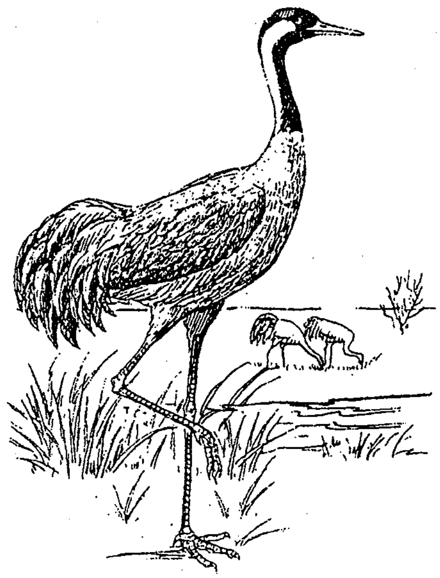
[باشقا ئاتىلىشى] لەھمى لەقلەق، گۆشتى لەكلەك، لەكلەك كاگوشتى

[تونۇش] بۇ بىر خىل سۇدا ياشايدىغان، تۇمشۇقى ئۇزۇن، بېلىق تۇتۇپ يەيدىغان، ئۇچار قۇش تۇرنىنىڭ گۆشىدىن ئىبارەت بولۇپ، گۆشىنىڭ رەڭگى قارامتۇل قىزىل، تەمى بەتتەم، پۇرىقى سېسىق بولىدۇ. (16. 17 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ قۇشنى ئۆلتۈرۈپ، گۆشى پاكىز، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئاقسىل، گىلۇكوزىدلار، ئامىنو كىسلاتاسى، كاربون سۇ بىرىكمىلىرى، تۆمۈر، مىس، فوسفور، ۋىتامىن A قاتارلىقلار بار.


تۇرنا

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قان كۆپەيتىش، ئىچكى ئاجراتما بەز-لەرنىڭ خىزمەت ئىقتىدارىنى ياخشىلاش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، يەل ھەيدەش، پەي - مۇسكۇلنى چىڭىتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] پالەچ، لەقۋا، باھ ئاجىزلىقى، سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى] تۇرنا گۆشىنى ھەر خىل ئۇسۇللار بىلەن كاۋاپ، شورپا ياكى ئادەتتىكى گۆش ئورنىدا ھەر خىل غىزالارنى تەييارلاپ ئىستېمال قىلسا، يۇقىرىقى خۇسۇسىيەتلەر ھەم كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] ئەھۋالغا قاراپ 30 ~ 60 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلاردە باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سېرىقماي، يۇمغاقسۇت.

[ئورۇنباسارى] كەكلىك گۆشى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مائۇللەھمى.

شالدىر بۇيا
夏里地尔布牙

[باشقا ئاتىلىشى] شالدىربۇيا ئۇرۇقى

[تونۇش] بۇ، يېرىم گەزدىن بىر گەزگىچە ئۆسىدىغان ئۆسۈملۈك بولۇپ، يوپۇرمىقى بامبۇك يوپۇرمىقىغا ئوخشايدۇ، لېكىن ئۇنىڭدىن كىچىك بولىدۇ. مېۋىسىنىڭ ئىچى يۇملاق بولۇپ، سىرتىنى كاكىنەچكە ئوخشاش نېپىز بىر قەۋەت پەردە ئوراپ تۇرىدۇ، مېۋىسى پىشقان ۋاقىتتا سارغىيىدۇ ۋە ئىچىدىن كاكىنەچ ئۇرۇقىغا ئوخشاش ئۇششاق ئۇرۇقى چىقىدۇ. ئۇنىڭ يىلتىزى ئىنچىكە بولۇپ، سىرتى ئاقچا مايىل سېرىق بولىدۇ، دورىلىققا ئۇنىڭ ئۇرۇقى كۆپ ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن ھەم ھىندىستاننىڭ كۆپلىگەن جايلىرىدىن چىقىدۇ. بولۇپمۇ خەندەكلەرگە ئوخشاش ئويمان جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] ئۇرۇقى پىشقاندا پاكىز يىغىپ، قۇرۇتۇپ سالقىن جايلاردا ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ھەر خىل بۇخاراتلارنى ھەيدەش، باھنى قۇۋۋەتلەش، مەنىي قويۇلدۇرۇش ۋە ھەرخىل ماددىلارنى تۇتۇپ تۇرۇش، بالىياتقۇنى قۇۋۋەتلەش، يەل ھەيدەش، يالىۇغ قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] باھ ئاجىزلىقى، سۈرئىتى ئىنزال، مەنىي سۈيۈلۈپ كېتىش، ۋەجئۇل مۇپاسىل، نۇقرەس قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. شالدىربۇيا، پەنىرمايە 12 گىرامدىن، مەستىكى رۇمى، قەلەمپۇر تۆت گىرامدىن، خۇسۇسىيەتۇسى سۈئلەپ، خولىنجان سەككىز گىرامدىن، نوقۇت سۈيى مۇۋاپىق مىقداردا. دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، نوقۇت سۈيىدە خېمىر قىلىپ ھەب تەييارلاپ، كۈندە ئىككى ۋاق، ھەر قېتىمدا 11 دانىدىن يەپ بەرسە باھنى قوزغايدۇ، مەنىي قويۇلدۇرىدۇ، بالىياتقۇنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

2. شالدىربۇيا، زىرە ئۇرۇقى، جۇۋنە، زاغۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گىرامدىن ئىچىپ بەرسە، يەل ھەيدەپ ئاغرىقلارنى پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاجلىقلاردا باش ئاغرىقى پەيدا قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كەتىرا.

[ئورۇنباسارى] ئاق بەھمەن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى مۇقەۋۋى ئەبدان.

مىسۋاك دەرىخى قوۋزىقى

米斯瓦克得里黑

[باشقا ئاتىلىشى] ئىراك، دەرىخى مىسۋاك

[تونۇش] بۇ ناھايىتى چوڭ ئېگىز ھەم ئېگىز مەشھۇر دەرەخ بولۇپ، بۇنىڭ پۇتكۈل تەركىبلىرى پۇراقلىق ھەم ئاچچىق بولىدۇ. بۇ دەرەخنىڭ شېخى، گۈلى، قوۋزىقى دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. لېكىن يوپۇرمىقى ۋە قوۋزىقى كۆپ ئىشلىتىلىدۇ. قوۋزىقى «مىسۋاك دەرىخى قوۋزىقى» دەپ ئاتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] بۇ دەرەخ ھىندىستان، پاكىستاننىڭ غەربىي شىمال رايونلىرى ۋە ئىراننىڭ قۇرغاق رايونلىرىدا ئۆسىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] مىسۋاك دەرىخى قوۋزىقى ساپلاشتۇرۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ماددىلارنى، بولۇپمۇ قويۇق خىلىتلارنىڭ بۇخاراتلىرىنى ۋە بەدەندىكى يەللەرنى ھەيدەش، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى تەڭشەش، قان تازىلاش، يالىۇغ قايتۇرۇش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، جاراسىملارنى يوقىتىش، مىكرو ئورگانىزملارنى ئۆلتۈرۈش، قورساقتىكى قۇرتنى

ئۆلتۈرۈش، جاراھەت تازىلاش، بەلغەم بوشىتىش، يەل ھەيدەش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەر خىل مۇدۇر ـ چاقا ۋە زەخىملەر، قىچىشقاق، قان بۇزۇلۇشتىن بولغان تېرە كېسەللىكلىرى، قەۋزىيەت، ھەيز راۋان بولماسلىق، قورساقتىكى قۇرتنى چۈشۈرۈش، جوزام، سوزۇلما خاراكتېرلىك ۋەجىئۇل مۇپاسىل، ئېغىز بوشلۇقىدىكى ھەر خىل جاراسىملىق كېسەللىكلەر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مىسۋاك دەرىخىنىڭ يىلتىزىنى چىش چوتكىسى قىلىپ ئىشلەتسە، چىشنى پاكىز ھەم مەزمۇت قىلىدۇ.

2. مىسۋاك دەرىخىنىڭ قوۋزىقىنى قاينىتىپ، قۇلاقنى ئۇنىڭ بىلەن ھورلاندۇرسا، قۇلاقتىكى مۇدۇر ـ چاقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە قايناتقان سۈيىدە ھەر خىل زەخىملەرنى يۇسا زەخىملەرنىڭ جاراسىملىرىنى يوقىتىدۇ ھەم جاراسىملىق كېسەللىكلەرنىڭ پەيدا بولۇشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

3. مىسۋاك دەرىخىنىڭ قوۋزىقىنى شاھتەررە، چۆپچىن، بەرەڭگى كابۇلى قاتارلىقلار بىلەن قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ. قان تازىلايدۇ، ئۇنىڭدىن باشقا قورساقتىكى قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 6 ~ 12 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] قۇرۇق مىزاجلىقلاردا گالنى قۇرۇتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ساپ ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئانار يىلتىزى پوستى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى بوۋاسىر، مەجۇنى مۇسەككىن دەردى رەھمى.

www.uyghurkitap.com

ئون يەتتىنچى باب   مەددە قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلار

بۇ تۈردىكى دورىلار مەددە قۇرتنى ئۆلتۈرۈش، چۈشۈرۈش تەسىر ئاساسى ئورۇندا تۇرىدىغان دورىلار مەددە قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تەسىرى (يەنى تۇرمۇش تازىلىق ئادىتىنىڭ ياخشى بولماسلىقى، يېمەكلىكنىڭ تازىلىقىغا سەل قاراش سەۋەبىدىن مەددە قۇرت لىچىنكىلىرى، ھەزىم سىستېمىدا ئەزالىرىغا يېتىپ بارغاندىن كېيىن، مۇۋاپىق ئورۇن تاللاپ، شۇ ئورۇندا پارازىت ياشاپ، كۆپىيىپ، ئورگانىزم نورمال ماددا ئالمىشىش پائالىيىتىنى بۇزىدۇ) دىن مەددە قۇرت پەيدا بولىدۇ. مەددە قۇرت پەيدا بولغاندا يەپ تويماسلىق، كېچىسى چىشىنى غۇچۇرلىتىپ يېتىش، قورساق ساھەسى يېقىمسىزلىنىش، مەقئەت ئەتراپى قىچىشىش، چوڭ تەرەتتە مەددە قۇرت تېپىلىش، كۆڭلى ئېلىشىش، ھۆ بولۇش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا ئېغىر ئاقىۋەتلەر كېلىپ چىقىدۇ. مەددە قۇرت كېسەللىكنىڭ سەۋەبلىرى ھەر خىل بولغاچقا سەۋەبكە ئاساسەن، مەددە قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلارنى مۇۋاپىق تاللاپ ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. مەددە قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق ياكى ھۆل ئىسسىق بولۇپ، بۇ دورىلار مەددە قۇرت ئۆلتۈرۈش، مەددە قۇرت چۈشۈرۈش تەسىرى ئارقىلىق ئورگانىزمنىڭ نورمال ماددا ئالمىشىش پائالىيىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈپ، فىزىيولوگىيەلىك خىزمىتىنى تەڭشەيدۇ. مەسىلەن: ھەببۇلمۇلۇك، ھەببۇلمۇلۇك يېغى، نەرگىس، گۈلەمبەر، بەرەڭگى كابۇلى، كاۋا ئۇرۇقى، قەنبىل، فۇپەل، ئەدەس، باقلە، تورمۇس، ئاچچىق بادام.

ماھى زەھرەج، سەرخىس، بۇيا ئۇرۇقى، چەشمى خورۇس، قوي ئۆتى.

ھەببۇلمۇلۇك

哈比木鲁克

(巴豆 ba dou)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەببى سەلاتىن، دەند، جامال گوتە، جىپال

[لاتىنچە نامى] Semen Croton tiglium

[ئىنگلىزچە نامى] Purging Croton Seed

[تونۇش] بۇ، سۇتلۇكئوتلار ئائىلىسىدىكى tiglium دەرىخىنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، «ھەببۇلمۇلۇك»، «دەند» قاتارلىق ناملاردا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. مېۋىسى تۇخۇم شەكىللىك ياكى ئېللىپىس شەكىللىك، ئۈچ قىرلىق، سىرتقى يۈزى كۆل رەڭ ياكى سېرىق رەڭلىك، مېۋىسى ئىچىدىن 3～4 تالغىچە ئۇرۇقى چىقىدۇ. مېۋىسىنىڭ تەمى ئاچچىق بولۇپ، زەھەرلىك، ئېغىزغا سېلىشقا بولمايدۇ. (1.17 ـ رەسىم)

ھەببۇلمۇلۇك دەرىخى

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ فۇجيەن، تەيۋەن، خۇنەن، خۇبېي، گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، يۈننەن، گۇيجۇ قاتارلىق ئۆلكىلەرىدىن، ھىندىستان، بېنگال، بىرما، سىرى لانكا قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يوپۇرمىقىنى كۈزدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە 50%~60% كىچە دەند يېغى، 18% ئاقسىل بار. دەند يېغى زەھەرلىك بولۇپ، بۇ سېرىق رەڭلىك ياكى سارغۇچ بېغىر رەڭلىك كېلىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. ھەزىم قىلىش يولىغا بولغان تەسىرى: دەند يېغىدىن يېرىمدىن بىر تېمىتمىغىچە ئىستېمال قىلىنسا، ئاشقازاندا كۆيۈش سېزىمى پەيدا قىلىدۇ ۋە قۇستۇرىدۇ. دەند يېغى ئاشقازاندا پارچىلىنىپ، دەند كىسلاتاسىنى قويۇپ بېرىپ، ئۈچەي شىللىق پەردىسىنى غىدىقلايدۇ ۋە يارا قىلىدۇ. ئاجرالمىلارنى كۆپەيتىدۇ، يېرىمدىن ئۈچ سائەتكىچە بولغان ۋاقىت ئىچىدە ئىچىنى سۈرىدۇ، قورساقنى قاتتىق ئاغرىتىدۇ، كىلىنىكىدا ئۈچەي قەۋزىيەتلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

2. باكتېرىيەگە قارشى، ۋىرۇسقا قارشى ۋە سۆزگۈچتىن ئۆتكۈچى ۋىرۇسلارغا بولغان تەسىرى: دەند قايىنتىلمىسى ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان شارچە باكتېرىيەسى، تارقىلىشچان زۇكام تاياقچە باكتېرىيەسى، بوغما تاياقچە باكتېرىيەسى، يېشىل رەڭلىك تاياقچە باكتېرىيەسى قاتارلىقلارغا نىسبەتەن مەلۇم دەرىجىدە قارشى تۇرۇش تەسىرى بار. يۇقۇملۇق، تارقىلىشچان B تىپلىق مېڭە ياللۇغى بىلەن ئاغرىغان كىچىك چاشقانغا تېرە ئاستىغا دەند يېغى ياسالمىسىنى ئوكۇل قىلسا، ئالدىنى ئېلىش تەسىرىنى بېرىدۇ، كىلىنىكىدا جىددىي ۋە سوزۇلما ئۈچەي ياللۇغى، سوزۇلما تولغاقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

3. زەھەرلىك تەسىرى: دەند يېغىدىن 20 تېمىم ئىستېمال قىلسا ئۆلتۈرىدۇ.

4. دەند مېغىزىنىڭ يېرىم پىرسەنتلىك قايىنتىلمىسى مىخسىمان قۇلۇلىنى ئۆلتۈرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ھىكمەت لىبىغا ياكى ھېكمەت خېمىرىگە ئوراپ، كۆشتە قىلىش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] تۆتىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] مەددە قۇرتلارنى چۈشۈرۈش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتى، كۆيگەن قويۇق خىلتلارنى سۈرۈپ چىقىرىش، تېرىنى پارقىرىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش ۋە يەللەرنى ھەيدەش، قەي قىلدۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، قۇرت ئۆلتۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش، قان ئايلىنىشنى تېزلىتىش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] تېرە يېرىقلىرى، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈش، ھەر خىل سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلار، ئۈشۈشاق بوغۇملار ئاغرىقى، مەددە قۇرت كېسەللىكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. دەندىنىڭ ئۇرۇقىنى مۇۋاپىق ئېلىپ ئېزىپ، قېتىق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، تېرىنىڭ يېرىقلىرى ھەم تەڭگىسىمان چاچ چۇشۇشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. دەندىتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، لىمون سۈيى ياكى ھۆل زەنجىۋىل سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، تەڭگىسىمان چاچ چۇشۇشكە ۋە ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 62 ~ 125 مىللىگىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] زەھەرلىك بولۇپ، زەھەرسىزلەندۈرمەي ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] كونىراپ كەتكىنى ۋە سارغىيىپ قارىداپ، رەڭگى ئۆزگىرىپ كەتكەنلىرى بۇزۇلغانلىرى بولۇپ، بۇنداقلارنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

[ئورۇنباسارى] ئابدىمىلىك ئۇرۇقى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى چىپال.

[قوشۇمچە] ھەببۇلمۇلۇك يېغى ۋە ھەببۇلمۇلۇك زەھىرى تېرە شىللىق پەردىلىرىنى غىدىقلايدۇ، سىستېمىلىق پىرتوپىلازما زەھىرى قىزىل قان ھۈجەيرىسىنى ئېرىتىدۇ، تېرىدە قىزىل داغ، كۆيگەندەك سىزىم پەيدا قىلىدۇ، ھەتتا سۇلۇق ئىششىق پەيدا قىلىدۇ ياكى كېڭىيىپ يىرىڭلىق قاپارتقۇ پەيدا قىلىدۇ، شۇڭا دەندىنى زەھەرسىزلەندۈرۈشتە تېرە، كۆز، بۇرۇن قاتارلىق ئەزالاردىكى شىللىق پەردىلەرگە قاتتىق زىيانلىق.

[دىققەت:] ھېكمەت لىيى ياكى ھېكمەت خېمىرىگە ئوراپ كۆشتە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ھەببۇلمۇلۇك يېغى

哈比木鲁克也合

(巴豆油 ba dou you)

[باشقا ئاتىلىشى]رەۋغىنى ھەببى سالاتىن.

[لاتىنچە نامى]Oleum Croton, tiglium

[ئىنگلىزچە نامى]Oil purging Croton

[تونۇش] بۇ، يالمانقۇلاق ئائىلىسىدىكى دائىم كۆكىرىپ تۇرىدىغان ئۆسۈملۈك دەندە دەرىخىنىڭ ئۇرۇقىدىن ئېلىنغان يېغىدىن ئىبارەت. دەندە يېغى سېرىق رەڭلىك ياكى سارغۇچ قوڭۇر رەڭلىك كېلىدۇ. ئېغىزنى قورۇيدىغان تەمگە ۋە ئۆزىگە خاس پۇراققا ئىگە. (2.17 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ فۇجيەن، تەيۋەن، خۇنەن، خۇبېي، گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى، يۈننەن، گۇيجۇ قاتارلىق ئۆلكىلىرىدىن ھەمدە ھىندىستان، بېنگال، بىرما، سىرى لانكا قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] قۇرۇق قۇتىلاردا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] دەندە يېغى تەركىبىدە ماي كىسلاتاسى، زىغىر كىسلاتاسى، يۇمشاق ماي كىسلاتاسى، قاتتىق ماي كىسلاتاسى، دەندە يېغى كىسلاتاسى (Crotanic acid) ۋە دەندە كىسلاتاسى

(Tigli acid) قاتارلىق كىلىتسېرىدلار بار.

[**تەبىئىتى**] تۆتىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى سۈرۈش، قەي قىلدۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، پەي ـ مۇسكۇللارنى چىڭىتىش، قۇرت ئۆلتۈرۈش، چاچ ئۈندۈرۈش، ماددا ئالمىشىشنى تېزلىتىش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئۈچەي توسۇلۇشنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] چوڭ ـ كىچىك بوغۇم ئاغرىقى، ئۈچەيدىكى مەددە قۇرت كېسەللىكى، پەي ـ موسكۇللار بوشاپ كېتىش، پالەچ، لەقۋا، ئۈچەي توسۇلۇش، تەمرەتكە، ئىستىسقا، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈش، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ھەبىۋلمۇلۇك دەرىخى

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. 15 گىرام سۈرۈنجاننى مۇۋاپىق مىقداردىكى دەند يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، چوڭ ـ كىچىك بوغۇملار ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. خىيار شەنبەر بىلەن سانادىن 10 گىرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ، 15 مىنۇت قايناق سۇدا دەملەپ، ئۈستىگە 0.5 مىللىلىتىر دەند يېغى تېمىتىپ ئىچسە، قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. دەند يېغىدىن ئازراق ئېلىپ، چاچ چۈشكەن ئورۇنغا سۈركەپ بەرسە، قان ئايلىنىشنى ياخشىلاپ، چاچ ئۈندۈرىدۇ.

4. قۇرت ئۆلتۈرگۈچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىپ، كەينىدىن 0.2 مىللىلىتىر دەند يېغىنى ئىستېمال قىلسا، مەددە قۇرت چۈشۈرىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 0.5 ~ 1 مىللىلىتىرغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئاشقازان ـ ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] سۈت، ھەسەل.

[**ئورۇنباسارى**] ئابدىمىلىك يېغى.

[**قوشۇمچە**] دەند يېغى كۈچلۈك دەرىجىدە سۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە، بۇنى ئىچسە، ئۈچەيگە تەسىر قىلىپ ئىچىنى سۈرىدۇ، كۈچلۈك زەھەرلىك تەسىرى بار. يېرىم تامچىسىنى ئىچسە، ئېغىزنىڭ شىللىق پەردىلىرى ۋە گالدا كۆيگەندەك سېزىم پەيدا قىلىپ قۇستۇرىدۇ، 30 مىنۇتتىن ئۈچ سائەتكىچە بولغان ئارىلىقتا تېرە يۈزىدە سۇ كۆتۈرۈلۈپ سۇغا ئوخشاش تەمرەتكە پەيدا قىلىدۇ، كەلتۈرىدۇ، كۈچلۈك غىدىقلىغۇچى تەسىرى بار بولۇپ، تېرىگە سۈركىسە، دەرھال تېرىنى قىزارتىپ، قېلىن قاپارتقۇ پەيدا قىلىدۇ، كېيىنچە يىرىڭغا ئايلىنىدۇ. ئەگەر تېرە ئاستىغا كىرگۈزۈلسە، دەرھال ئۇزۇمسىمان يىرىڭ پەيدا قىلىدۇ، 20 تامچە ئىچسە ئادەمنى ئۆلتۈرىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن دەند ۋە ئۇنىڭ يېغىنى داۋالاشتا ئىشلىتىشتە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. ئەگەر يۇقىرىقىدەك ئەھۋال كۆرۈلسە، كالا سۈتى بىلەن

قايماق ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ ۋە قوستۇرۇلىدۇ، ئاندىن تۇخۇمنىڭ ئېقىنى سۈتكە چىلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ، ئەڭ ياخشىسى دوختۇر داۋالاش لازىم.

www.uyghurkitap.com

نەغزگۈلى يىلتىزى

那盖孜古丽依力提孜

(水仙根 shui xian gen)

[باشقا ئاتىلىشى] نەرگىس، نەرجىس، نەرگىز، مەغزگۈلى يىلتىزى

[لاتىنچە نامى] Bulbus Narcissus chinensis

[ئىنگلىزچە نامى] Blub of China Narcissus

نەغزگۈلى يىلتىزى

[تونۇش] بۇ، تاشسامساق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك نەرگىس گۈلى بولۇپ، گۈلى كۈنلۈكسىمان گۈل تىزمىسى شەكلىدە تىزىلغان، پۇراقلىق، رەڭگارەڭ، يىلتىزى پىيازغا ئوخشايدۇ، تەمى تېتىقسىز. بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى «پىيازى نەرگىس» ياكى «بەسەلى نەرگىس» نامىدا، گۈلى «نەرگىس گۈلى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. «مەغزگۈل» دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ باغلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ، ئۆنگدىن باشقا يەنە چەت ئەللەردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] هۆل گۈلىنىڭ تەركىبىدە ئۇچۇچان ماي ئىنتايىن ئاز مىقداردا بولىدۇ، گۈلىنىڭ تەركىبىدە رۇتىن (Rutin)، كاروتىن (Carutin)، كىسترونىلول (Citronellol) قاتارلىقلارمۇ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] نەرگىس گۈلىنى ۋە تېنىدىن ئېلىنغان جەۋھىرىنى ھايۋاناتلارغا بېرىپ تەجرىبە قىلىپ كۆرگەندە، ئۇلاردا نەپەسلىنىش تەرتىپسىزلىنىش، تومۇرى تېزلىشىش، ھارارىتى كۆتۈرۈلۈش، ئاشقازان- ئۈچەي ياللۇغلىنىش، قورساق ئاغرىش، ئىچ سۈرۈش ياكى قېتىپ قېلىش كۆرۈلىدۇ. ئادەملەرگە ئىشلەتسە سوغۇق تەرلەيدۇ، قۇسىدۇ. ئاشقازان ئاغرىيدۇ، ئىچى سۈرىدۇ، ھوشسىز ھالەتكە چۈشۈپ قالىدۇ، بۇ دورا خېلى كۈچلۈك زەھەرلىك خۇسۇسىيەتكە ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قۇرت ئۆلتۈرۈش، ماددىلارنى تارقىتىش، تېرىنى پارقىرىتىش، ھاملە چۈشۈرۈش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆچەي قۇرتلىرى، سوغۇقتىن بولغان زۇكام، ھەر خىل ئىششىقلار، باش ئاغرىقى، دوۋسۇن ۋە بالىياتقۇ ئاغرىقلىرى، يىرىڭلىق جاراھەتلەر، قىيىن تۇغۇت، ئۆلۈك ھامىلىنى چۈشۈرۈش، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈش، سۈيدۈك، ھەيز راۋان بولماسلىق، باھ ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. نەرگىس ئۈچ گىرام، سانا بەش گىرام، تۇربۇت 1.5 گىرام. دورىلارنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچسە، ھامىلىنى چۈشۈرىدۇ، زىمات قىلسا، ھەر خىل ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

2. نەرگىس گۈلىنى پۇرسا، باش ئاغرىقى ۋە زۇكامنى يوق قىلىدۇ.

3. نەرگىس يىلتىزىنى يۇمشاق ئېزىپ، يەرلىك ئورۇنغا سەپسە يارىنى ساقايتىدۇ.

4. ئۈچ گىرام نەرگىسنىڭ يىلتىزىنى سىركە بىلەن قوشۇپ مەلھەم قىلىپ چاپسا، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈشنى ساقايتىدۇ، گۈلىنى ئېزىپ ھەسەل بىلەن چاپسا، ھەر خىل ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

5. نەرگىس گۈلىنى نىلۇپەر يوپۇرمىقى ۋە چۇغلۇق گۈللىرى بىلەن قوشۇپ ئىچسە، بالىياتقۇ ئاغرىقى ۋە ھەيز قالايمىقانلىشىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ～ 3 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] بىنەپشە، كافۇر، نىلۇپەر.

[ئورۇنباسارى] بەرەڭگى كابۇلى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببى دىيدان، ئىترىفىل قەمبىل.

گۈلەمبەر

古兰巴尔

(飞燕草 fei yan cao)

[باشقا ئاتىلىشى] ئىلى گۈلەمبىرى

[لاتىنچە نامى] Radixet Semen Consolida ajacis

[ئىنگلىزچە نامى] Root and seed of rocket consolida

[تونۇش] بۇ، ئېيىقتاپانلىقلار ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئىلى گۈلەمبىرى بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ پۈتۈن تېنى «گۈلەمبەر» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] ئورمانلىقلاردا، تاغ باغرىدىكى نەم يەرلەردە ئۆسىدۇ، شىنجاڭنىڭ تاغلىق رايونلىرىدىن تېپىلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقى تەركىبىدە 39% ياغ، 1% بىيولوگىيەلىك ئىشقار بار. بىيولوگىيەلىك

ئشقار دېلكوسىن (Delcosinc)، ئېلتىن (Elatine)، دېلفىن (Delphin) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قۇرت ئۆلتۈرۈش تەسىرى بار، ئەمما زەھەرلىك تەسىرى كۈچلۈك.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قۇرت ئۆلتۈرۈش، قىزىتمىنى پەسەيتىش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئىسسىق يەلدىن بولغان چىش ئاغرىقى، يۇقىرى قىزىتما، مەددە قۇرت كېسىلى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. گۈلەمبەردىن ئۈچ گىرام ئېلىپ قايىنىتىپ ئېغىزنى چايقىسا، ئىسسىقتىن بولغان چىش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ (يۇتۇۋېتىشكە بولمايدۇ).

2. گۈلەمبەردىن ئىككى گىرام، فۇپەل، قەمبىلدىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ قايىنىتىپ ئىچىپ بەرسە، مەددە قۇرت كېسەلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. گۈلەمبەرنى ئېزىپ پېشانىگە چاپسا، قىزىتما قايتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] سىرتقى تەرەپتىن ئىشلىتىلىدۇ.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سىرىقماي.

[ئورۇنباسارى] قىزىلگۈل، سىپارى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] سۇفۇپى قەمبىل.

بەرەڭگى كابۇلى

白然格卡布力

(白桦酸藤果子 bai hua suan teng guo zi)

[باشقا ئاتىلىشى] بەرەنجى كابىلى، بەرەنگى كابىلى، باۋ بەرەنگى

[لاتىنچە نامى] Radix Embelia ribes

[ئىنگلىزچە نامى] Whit e flower embelia Fruit

[تونۇش] بۇ، ئاردىسىيا كالا ئائىلىسىدىكى ياغاچ غوللۇق كىچىك چاتقال ئۆسۈملۈك بەرەڭگى كابۇلىنىڭ ئۇرۇقى بولۇپ، «بەرەڭگى كابۇلى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شەكلى يۇمىلاق، قارىمۇچتىن سەل كىچىكرەك، قارا رەڭلىك، ئىچى ئاق، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (3.17 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ گۇاڭدۇڭ، گۇاڭشى قاتارلىق جايلىرىدىن ھەمدە ھىندىستان، ئافغانىستان قاتارلىق ئەللەردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] مېۋىسى تولۇق پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

بەرەڭگى كابۇلى

[خىمىيەلىك تەركىبى] مېۋىسىنىڭ تەركىبىدە ئېمبېلىن (Embelin) ۋە ۋىلانگىن (Vilangin) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] بۇنىڭ قۇرۇتۇلغان مېۋىسى تاسمىسىمان مەددە قۇرتنى ئۆلتۈرۈش تەسىرىگە ئىگە. ئۇنۇملۇك تەسىرى ئېمبېلىن بولۇپ، بۇ ھىندىستاندا تۇغۇت چەكلەش دورىسى قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. بالىياتقۇ ئىچكى پەردىسى ئىشقارلىق فوسفورلارنىڭ ھەرىكىتىنى تورمۇزلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ، يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتلىرىنى سۈرۈش، ئۈچەي قۇرتلىرىنى ئۆلتۈرۈش، يەل ھەيدەش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، چىش ئاغرىقىنى توختىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۈچەي قۇرتى، بولۇپمۇ قاپاق ئۇرۇقى مەددىسى، ھۆل جاراھەتلەر، ھەزىم ئاجىزلىقى، چىش ئاغرىقى، پەي - مۇسكۇللار بوشاپ كېتىش، سۈيدۈك، ھەيز، راۋان بولماسلىق، بوغۇم ئاغرىقلىرى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. سوقمونىيادىن ئۈچ گىرام، شەھمەنزەلدىن بەش گىرام، سەبرىدىن يەتتە گىرام، بەرەڭگى كابۇلىدىن 10 گىرام، شاپتۇل ئۇرۇقىدىن 30 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تالقانلاپ، بەش گىرامدىن ئىچىپ بەرسە، مەددە قۇرت كېسەللىكىگە پايدا قىلىدۇ.

2. سۆرۈنجاندىن 10 گىرام، توربۇتتىن يەتتە گىرام، سانادىن 10 گىرام، بەدىياندىن 10 گىرام، بەرەڭگى كابۇلىدىن 10 گىرام ئېلىپ تالقان قىلىپ، كۈنىگە ئىككى ۋاق، بەش گىرامدىن ئىچىپ بەرسە، بوغۇم ئاغرىقلىرىغا پايدىلىق.

3. توققۇز گىرام بەرەڭگى كابۇلىنى يېڭى سۈت بىلەن قايىنىتىپ ئىچىپ بەرسە، سەپرادىن بولغان مۇپاسىلغا مەنپەئەت قىلىدۇ. جاراھەتلەرنى قۇرۇتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ (ئۈچەيگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ).

[تۈزەتكۈچىسى] مەستىكى، ئەرەب يېلىمى.

[ئورۇنباسارى] تەڭ مىقداردا ئاق ماش، قەنبىل، قىزىل لوبىيا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل قەنبىل، ھەببى دىيدان.

كاۋا ئۇرۇقى

卡瓦欧如合

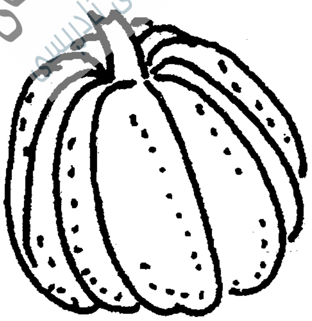
(南瓜子 nan gua zi)

[باشقا ئاتىلىشى] بەزۈرۈل قەرئى ھولۋە، تۇخۇمى كەدۇ شىرىن، كەدۇ شىرىنكى، بىخ

[لاتىنچە نامى] Semen Cucurbita moschata

[ئىنگلىزچە نامى] Pumpkin seed, Cushaw seed

[تونۇش] بۇ، كاۋا ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق پىلەك تارتىپ ئۆسىدىغان، سامان غوللۇق كاۋىنىڭ (Cucurbita mocchata Duch) ئۇرۇقى بولۇپ، قۇرۇتۇلغان ئۇرۇقى ياپىلاق، ئېللىپىس شەكىللىك، سىرتقى يۈزى سارغۇچ، ئاق رەڭلىك، ئۇرۇق پوستى قېلىنراق بولىدۇ. (4.17 ـ رەسىم)



كاۋا

[چىقىش ئورنى] ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] ياز ۋە كۈزدە كاۋا تولۇق پىشقاندا يىغىۋېلىپ ئۇرۇقىنى ئايرىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە كۇكۇربىتىن (Cucubitine) مايلىق، ياغ، ئاقسىل، ۋىتامىن A، B_1، B_2، C يەنە كاروتىن بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] قۇرت ئۆلتۈرۈش تەسىرى: كاۋا ئۇرۇقىنىڭ ئىسپىرت بىلەن ئېلىنغان سۇيۇقلۇقى قۇرت ئۆلتۈرۈش تەسىرىگە ئىگە؛ كاۋا ئۇرۇقى ياسالمىسىدىن ھەر كىلوگىرام بەدەن ئېغىرلىقى ئۈچۈن 2 ~ 10 گىرامنى تەجرىبىخانا كىچىك چاشقاننىڭ ئاشقازىنىغا كىرگۈزۈلسە زەھەرلىمەيدۇ، لېكىن تۆت گىرام كىرگۈزۈلسە چاشقاننىڭ جىگەر، ئۆپكە، بۆرەك قاتارلىق ئورگانلىرىنى ۋاقتىنچە بۇزۇپ، جىگەردىكى قەنتنى ئازايتىۋېتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ياكى قورۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] مەددە چۈشۈرۈش، سۈت پەيدا قىلىش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، ئىششىق ياندۇرۇش، سۈيدۈكنى راۋان قىلىش، نەپەسنى راۋان قىلىش، بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئاساسلىقى ئۈچەيدىكى قاپاق ئۇرۇقى قۇرت كېسىلى، كۆكرەكنىڭ چىڭلىقى، يۆتەل، ئۆپكە ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. كاۋا ئۇرۇقىدىن 30 گىرام ئېلىپ، مېغىزىنى ئايرىپ ئېلىپ، ئاچ قورساق يېسە، قۇرتنى چۈشۈرىدۇ.

2. كاۋا ئۇرۇقىنى سوقۇپ، تالقانلاپ، شېكەر بىلەن قوشۇپ يېسە، يۆتەل پەسەيتىدۇ، ئۆپكە ياللۇغىنى داۋالىغىلى بولىدۇ.

3. كاۋا ئۇرۇقىدىن 12 گىرامنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر قوشۇپ، ئاچ قورساق ئەتىگەن ۋە كەچتە بىر قېتىمدىن ئۇدا 3 ~ 5 كۈن يېسە، سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

4. كاۋا ئېشى ئېتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا، يۆتەل پەسەيتىدۇ، بەلغەم بوشىتىدۇ، كۆكرەكنىڭ چىڭلىقىنى بوشىتىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] مۇۋاپىق مىقداردا.

[**زىيانلىق تەسىرى**] قورساقنى ئېسىدۇ.

[**ئۇرۇنباسارى**] بادام مېغىزى.

[**تۈزەتكۈچىسى**] زىرە، نانخا.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ھەببى دىيدان، مەجۇنى زىرە.

قەمبىل

坎比力

(卡马拉 ka ma la)

قەنبىل

[**باشقا ئاتىلىشى**] قەنبىل ئەسلىي، كەنبىلا، كېمىلە

[**لاتىنچە نامى**] Mallotus Philip pinensis

[**ئىنگلىزچە نامى**] Kamala

[**تونۇش**] بۇ، ئېۋفوربىئاتسىيە (Euphorbiaceae) ئائىلىسىگە مەنسۇپ ئۈسۈملۈك Mallotus Philip Pinensis نىڭ مېۋىسىنىڭ ئۈستىدىكى Lam Muell—Arg Goviensis بەز ياكى تۈۋت شەكىللىك جايغا يىغىلىپ قالغان بىر خىل قۇمدەك نەرسە بولۇپ، ئۇنىڭ رەڭگى قىزىل، توپىغا ئارىلاشمىغىنى ساپ، يېنىك بولىدۇ، توپىغا ئارىلىشىپ قالغىنى ساپ بولمايدۇ، ئېغىر كېلىدۇ. مۇشۇ ماددا «قەن-بىل» ياكى «قەمبىل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (17. 5 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ شەرقىي جەنۇبىي ئۆلكىلىرى-دىن ھەم يەمەننىڭ باياۋانلىرىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] ئۈسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كې-يىن مېۋىسىدىن ئاجرىتىپ ئېلىپ، يىغىۋېلىپ دورىغا ئىش-لىتىلىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] تەركىبىدە قىزىل رەڭلىك رېزىنا

تەخمىنەن %80~%60 كىچە بولىدۇ، يەنە تانىنن ياغ بار، گىلۇكوزىد ۋە ئاز مىقداردا ئۇچۇچان ماي تۇتىدۇ.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] مېۋىسىنىڭ ئىسپىرتتا ئېلىنىندىغان ماددىسى بەدەن سىرتى ۋە بەدەن ئىچىدە تاسما قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ئۈچەيدىكى ئۇششاق قۇرت ۋە مەددىلەرنى چۈشۈرۈش، قان تازىلاش، ياللۇغ قايتۇرۇش، تېرىنى قۇۋۋەتلەش، شىلىمشىق ھۆللۈكلەرنى ۋە غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى سۈرۈش، سۈيدۈك، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، يىرىڭلىق جاراھەتلەرنى قۇرۇتۇش، جاراھەتنىڭ ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ئۈچەي مەددە قۇرتى، ھەر خىل جاراھەت ۋە يىرىڭلىق كېسەللىكلەر، قان بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بولغان قوتۇر، ھۆل تەمرەتكە، تاز، چاقا، سۈيدۈك ۋە ھەيز راۋان بولماسلىق قاتارلىقلاردا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. كۆدە ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، بەزرۇلبەنجىدىن بەش گىرام، قەمبىلدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ قىلىپ چىشقا سەپسە، چىش قۇرتىنى ئۆلتۈرىدۇ.

2. ئانار يىلتىزى، جۆئىدە، قەمبىل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ، قېتىق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، ئۈچەي قۇرتىنى ئۆلتۈرىدۇ.

3. كىبرىتتىن 15 گىرام، ۋازېلىندىن 30 گىرام، قەمبىلدىن 10 گىرام ئېلىپ ياغ تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇننى ياغلاپ بەرسە، تەمرەتكە ۋە قىچىشقاقتا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. قەمبىلنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يىرىڭلىق جاراھەتلەرگە چاپسا يىرىڭ تازىلايدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ~ 6 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئاشقازان — ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] كەتىرا، مەستىكى، بەديان.

[**ئورۇنباسارى**] بەرەڭگى كابۇلى، تۇربۇت.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ئىترىفىل قەمبىل.

فوپەل

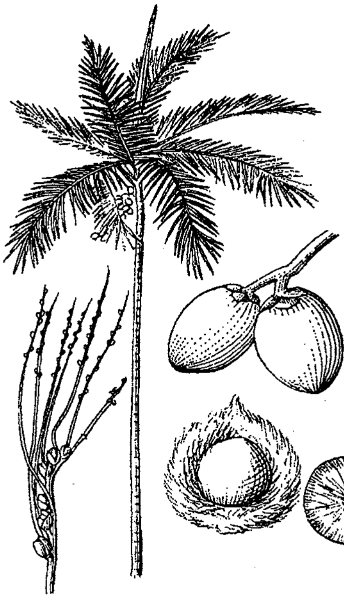
福排力

(槟榔 bing lang)

[**باشقا ئاتىلىشى**] پوپەل، سۇپارى، چالىيە

[**لاتىنچە نامى**] Semen Areca castechu

[**ئىنگلىزچە نامى**] Betelnut Palm seed



فۇپەل

[تونۇش] بۇ، پالما ئائىلىسىدىكى دائىم ياشىرىپ تۇرىدىغان ئېگىزلىكى 8 ～ 15 مېتىرغىچە ئۆسىدىغان پالما دەرىخى بولۇپ، بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسى «فۇپەل» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ دەرەخنىڭ مېۋىسىنىڭ تەمى قېرىق، ئاچچىقراق، رەڭگى قىزغۇچ بېغىر رەڭ، چوڭلۇقى جويۇزنىڭ چوڭلۇقىدەك، بەزىسى يۇمىلاق، بەزىسى ياپىلاق بولىدۇ. (17.6 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزدىكى يۈننەن، گۇاڭدۇڭ، فۇجيەن، تەيۋەن قاتارلىق جايلاردىن ھەمدە ھىندىستان، شەرقىي جەنۇبىي ئاسىيا ۋە جەنۇبىي دېڭىز تاقىم ئاراللىرى قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] قىش ۋە ئەتىيازدا مېۋىسى پىشقاندا ئۈزۈپ ئېلىپ، مېۋىسىنىڭ پوستىنى ئېلىۋېتىپ، ئۇرۇقىنى ئايرىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] فۇپەل تەركىبىدە 0.3%～0.6% ئالكالوئىد، 15% تاننىن، 14% ياغ ۋە فۇپەل قىزىل پىگمېنتى (Arecared) قاتارلىقلار بار. ئالكولوئىدنىڭ ئاساسلىق تەركىبى 0.1～0.5% فۇپەل ئىشقارى (Arecolin)، قالغانلىرى ئارېكولىدىن (Arecoliine)، ئالىي فۇپەل ئىشقارى (Homora coline) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى]

1. قۇرت چۈشۈرۈش رولى: ئارېكولىن قۇرت چۈشۈرۈشتىكى ئۈنۈملۈك تەركىبدۇر. تەسىرى بىرقەدەر كۈچلۈك بولۇپ، پۈتۈن قۇرتنىڭ ھەممە جايلىرىنى پالەچ قىلىدۇ. كالا تاسما قۇرتنىڭ پەقەت باشقا قىسمى ۋە ئېغى يېتىلمىگەن بوغۇم پارچىلىرىنى پۈتۈنلەي پالەچ قىلىدۇ، ئەمما ئوتتۇرا بۆلەكچە ۋە ئاخىرقى بۆلەكچىلىرىدىكى تۆرەلمە تۇخۇمنىڭ بوغۇم پارچىلىرىغا بولغان تەسىرى چوڭ ئەمەس، بەدەن سىرتقى تەجرىبىسىدىن قارىغاندا، تۈتۈ مەدددىسىنىمۇ زەھەرلەيدۇ، ئىلمەك باشلىق قۇرتقا نىسبەتەن ئانچە تەسىرى يوق.

2. زەمبۇرۇغ، ۋىرۇسلارغا قارشى تەسىرى: سۇدىكى چىلانمىسى تەجرىبە نەيچىسىدە بىنەپشە رەڭلىك تۈكلۈك تەمرەتكە زەمبۇرۇغى قاتارلىق تېرە زەمبۇرۇغلىرىنى ئوخشىمىغان دەرىجىدە تورمۇزلايدۇ، قايندىتىلمىسى، سۇدىكى چىلانمىسى تارقىلىشچان زۇكام ۋىرۇسىنىڭ «A» تىپىنى مەلۇم دەرىجىدە تورمۇزلايدۇ، ۋىرۇسقا قارشى تۇرۇش تەسىرى فۇپەل ئىچىدىكى تاننىن بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

3. خولىن ئاكسېپتورىغا نىسبەتەن تەسىرى: ئارېكولىننىڭ تەسىرى پىلوكارپىن (Pilocarpine) نىڭ تەسىرىگە ئوخشايدۇ.

4. زەھەرلىنىش ۋە باشقا تەسىرى: ئارېكولىننىڭ مىقدارى ئېشىپ كەتسە، شۆلگەي ئېقىش،

قوْسۇش، سۇيدۇك كۆپىيىپ كېتىش، بىھوش ئۇخلاش ياكى تارتىشىش قاتارلىقلارنى كەلتۇرۇپ چىقىرىدۇ.

فوپەل تەركىبىدە راك پەيدا قىلىدىغان مادداا بارلىقى ئىسپاتلانغان. فوپەلنى داۋاملىق يەيدىغانلارنىڭ تەم سېزىشى تۆۋەنلەپ، ئىشتىھاسى ئېچىلىپ، چىشى بوشاپ كېتىدۇ. ئازراق ئېچى سۈرىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇش، توغراش، قورۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قورۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] مەددە چۈشۈرۈش، قۇرت ئۆلتۈرۈش، مەنىي تۇتۇش، ئاشقازاندىن مېڭىگە ئۆرلەيدىغان بۇخاراتلارنى توسۇش، پەيلەرنى چىڭىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ھەزىمنى ياخشىلاش، تاماقنىڭ سىڭىشىنى ئىلگىرى سۈرۈش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، چىش مىلىكىنى چىڭىتىش، چىش تۈۋىدىن كەلگەن قاننى توختىتىش، يۈرەك ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، تەر توختىتىش، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىش، سۈيدۈك-نى راۋان قىلىش، بەزگەكنى يوقىتىش، پەي - مۇسكۇللارنى چىڭىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ئۈچەي پارازىت قۇرت كېسەللىكى، ئىچ سۈرۈش، يىرىڭلىق جاراھەت، ئۈچەي ياللۇغى، بەزگەك، پۇت تەمرەتكىسى سەۋەبىدىن كېلىپچىققان يىرىڭلىق جاراھەت، پۇت ئىششىپ ئاغرىش، چىش مىلىكى قاناش، بالىياتقۇ ئاجىزلىقى، ئاق خۇن كۆپ كېلىش، ھەيز توختىماسلىق، مەنىي يۈرۈپ كېتىش، چىش مىلىكى بوشاپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. موزا، ئانار پوستى، فوپەل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ سۇفۇپ قىلىپ ئىچسە، چىش مىلىكىنى چىڭىتىدۇ.

2. بۇغا مۈڭگۈزىدىن بەش گىرام، ئاق سەندەل، ئانارگۈل، فوپەل، شېكەر قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 200 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىچسە، ھەيزنى توختىتىدۇ.

3. كۇندۇر، مەستىكى، فوپەل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچسە، مەنىي بالدۇر يۈرۈپ كېتىشكە شىپا بولىدۇ.

4. بەرەڭگى كابۇلىدىن 10 گىرام، كاۋا ئۇرۇقىدىن 20 گىرام، خىيارشەنبەردىن 15 گىرام، قەمبىلدىن بەش گىرام، فوپەلدىن 10 گىرام ئېلىپ، قايناتما ياكى سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچسە، مەددە قۇرتنى چۈشۈرىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 4 ـ 6 گىرامغىچە ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ.

[**زىيانلىق تەسىرى**] كۆكرەكنى يىرىكلەشتۈرىدۇ، بۆرەك، دوۋساقتا تاش ۋە ئۈچەي توسۇلۇش كېسىلى بار كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] كەتىرا، بادام مېغىزى.

[**ئورۇنباسارى**] سەندەل، بەرەڭگى كابۇلى، موزا.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] سۇفۇپى سۇپارى، مەجۇنى سۇپارى پاك، سۇفۇپى سۆئلەپ، مۇپەررىھى ئەھمەر.

ئەدەس

艾代思

（兵豆 bing dou）

[باشقا ئاتىلىشى] ئەدەس، نەشىك، مەسۇر

[لاتىنچە نامى] Semen Lens culinaris

[ئىنگلىزچە نامى] Common Lentil

ئەدەس ئۆسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئەدەس نامىلىق بىر خىل ماشىنىڭ ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۇرۇق ھىندىستاندا «شوخدانە»، بېنگالدا «ئەكرى» دېيىلىدۇ. رەڭگى قارىغا مايىل بېغىر رەڭ، تەمسىز كېلىدۇ. ئادەتتە «ئەدەس» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ.

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ئىچكى ئۆلكىلىرىدىن ھەم رايونىمىزدىن چىقىدۇ، ھىندىستان قاتارلىق ئەللەردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە پۈتۈن چۆپىنى يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] مەددە قۇرت چۈشۈرۈش، قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، چىرايغا جۇلا بېرىش، غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قۇرت كېسەللىكلىرى، يۇقىرى قان بېسىمى، گال ئاغرىقى، ئىچ سۈرۈش، ئېغىزدىكى مۇدۇر ـ چاقا، ئەمچەك ياللۇغى، قۇلاق تۈۋىدىكى بەزلەر ئىششىقى، گال بوغۇلۇپ قېلىش، ئۆپكە كېسەللىكلىرى، يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەدەسنى قايناتىپ غار ـ غار قىلسا، گال ئاغرىقى، ئاۋاز بوغۇلۇپ قېلىش ۋە ئېغىزغا چىققان ئۇششاق مۇدۇرلارغا پايدا قىلىدۇ.
2. مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەدەسنى پىشۇرۇپ زىمات قىلسا، ھەر خىل ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.
3. ئەدەسنىڭ قايناتىلغان سۈيىگە شاتۇتنىڭ قايناتىلغان سۈيىنى قوشۇپ ئىچسە، ئۆپكە كېسەللىكلىرى ۋە يۆتەلگە شىپا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئۇزۇندا سىڭىدۇ، قورساقنى ئىشىدۇ، بوۋاسىرغا، ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.
[تۈزەتكۈچىسى] كۈنجۈت يېغى، سېرىقماي، بادام يېغى، ھەسەل، سىركە، قىزىلچا، گۆش قاتارلىقلار.
[ئورۇنباسارى] ماش، باقلە.
[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] زىماتى ئەدەس.

باقلە

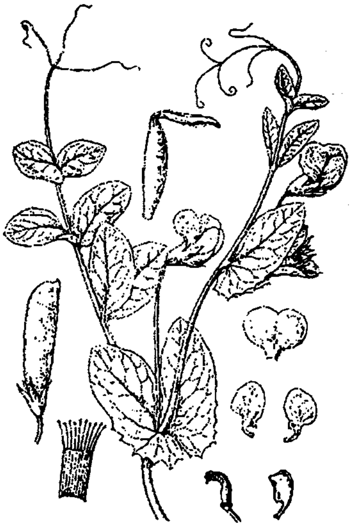
巴可拉

(豌豆 wam dou)

[باشقا ئاتىلىشى]ئاشپۇرچاق، باقىلا

[لاتىنچە نامى] Semen pisum sativum

[ئىنگلىزچە نامى] Garden pea



باقلە ئۈسۈملۈكى

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۈسۈملۈك قارا پۇرچاقنىڭ ئۇرۇقى بولۇپ، «باقلە» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شەكلى شارسىمان، ئۆزى چوڭ، ئۈستى قار پوستلۇق، رەڭگى قىزغۇچ، توپا رەڭدە كېلىدۇ، تەمى، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ. (7.17 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ھەممە يەرلىرىدە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزدە ئۈسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە ئۈسۈملۈك ئاگلوتىنىن بار. يەنە ئاقسىل، ياغ، قەنت ماددىلىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قۇرت ئۆلتۈرۈش، ئىششىق ياندۇرۇش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۈچەي قۇرت كېسەللىكى، ھەر خىل ئىششىقلار، ئاشقازان ئاغرىقى، داغ، بەرەس، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز راۋان بولماسلىق، ئىچ سۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. باقلەدىن 10 گىرام، قەمبىلدىن بەش گىرام، شاپتۇل يوپۇرمىقىدىن 10 گىرام، كاۋا مېغىزى، قوپەلدىن يەتتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ تالقانلاپ، 10 گىرامدىن ئىچىپ بەرسە، قۇرت ئۆلتۈرىدۇ.

2. باقلەدىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

www.uyghurkitap.com

3. باقىلىدىن 15 گىرام، ئاق ماش، بەرەڭگى كابۇلى، تاۋۇز ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 5 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] تەستە ھەزىم بولىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۈئىتەر، تۇز، سېرىقماي.

[ئورۇنباسارى] ماش.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى ئەدەس.

تۇرمۇس
吐尔木斯
(羽扇豆　yu shan dou)

[باشقا ئاتىلىشى] تۇرموس، باقىلا ئى مىسرى، لوپىن ئوتى

[لاتىنچە نامى] Semen Lupinus albus

[ئىنگلىزچە نامى] Whitn Lupine Seed

[تونۇش] بۇ، پۇرچاق ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك تۇرمۇسنىڭ قورۇتۇلغان، پىششىق، ئاق رەڭلىك ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، «تۇرمۇس» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. كۈزدە پىشقاندا يىغىۋېلىپ، قورۇتۇپ، ئۇرۇقى ئايرىپ ئېلىنىدۇ، رەڭگى ئاق بولىدۇ.

[چىقىش ئورنى] رۇمىنىيە، جەنۇبىي ياۋروپا، مىسىر قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قورۇتۇلۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئۈچەيدىكى قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش، ئىششىق ياندۇرۇش، قان تازىلاش، ھەيز ۋە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، تۇسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۈچەي قۇرتلىرى، يانپاش ئاغرىقى، ناسۇر، بويۇن بەز سىلى، مۇپاسىل، بۇۋاسىر، كونا باش ئاغرىقى، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز توسۇلۇش ۋە ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. تۇرمۇس، سۈرۈنجان مىسرى، سېرىقچېچەك مايىسىسى ھەر بىرى 10 گىرام ئېلىپ، چالا سوقۇپ گۈلىبېغى بىلەن زىمات تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا مۇپاسىل، يانپاش ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ.

2. تۇرمۇسنىڭ قاينىتىلمىسى ياكى سىقىپ ئېلىنغان سۈيى ياكى چىقارغان لوئابىنى سىركىگە چىلاپ ھەسەل بىلەن قوشۇپ ئىچسە، مەددىنى چۈشۈرىدۇ.

3. سۈزاپ بەرگى، پىلپىل، تۈرمۈس قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، تالقانلاپ ئىچىپ بەرسە، ھەيزنى ماڭدۇرىدۇ ھەم تال ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ، جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

4. ھەسەل بىلەن تۈرمۈسنى قوشۇپ ئىچسە، كونا يۆتەل، زىققە قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 4 ~ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] كۆپ يېسە رەڭگىنى سارغايتىۋېتىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] رەۋغىنى بادام.

[ئورۇنباسارى] ئەپسەنتىن.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل دىيدان.

ئاچچىق بادام

阿其克巴达木

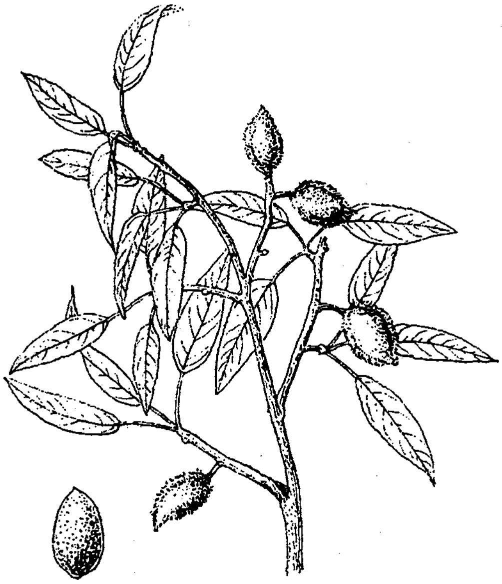
(苦巴旦杏仁　ku ba danxing ren)

[باشقا ئاتىلىشى] بادام تەلخى، كەرۋا بادام، كەتتابادام

[لاتىنچە نامى] Semen Amygdaus communis

[ئىنگلىزچە نامى] Bitter Almond seed

[تونۇش] بۇ، ئەترگۈل ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك مېۋىلىك دەرەخ ئاچچىق بادامنىڭ قۇرۇتۇلغان ئۇرۇقىدىن ئىبارەت بولۇپ، يېڭى، دانلىق، ياغلىق بولغىنى ئەڭ ياخشىدۇر. (17.8 ـ رەسىم)



ئاچچىق بادام دەرىخى

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈزنىڭ ئاخىرىدا بادام مېۋىسى تولۇق پىشقاندا يىغىۋېلىپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئاساسلىق تەركىبى%2 ئەتراپىدا ئامىگدالىن(Amygdalin) ۋە ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى فېرمېنتى، %45 ~ %40 كىچە ئېمولسىن(Emolsin) مايلىق ياغ، %35~%25 كىچە ئاقسىل، %3 ~ %2 كىچە شىلىمشىق ماددا بار. ئۇنىڭدىن باشقا يەنە ستاخوزا(Stachyose)، ئالانىن (Alanin) ئامانىن (Amandin) قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاچچىق بادامنى ئىستېمال قىلسا، پارچىلىنىپ فىلورىك كىسلاتاسى بىلەن فىتىل ئالدېھىد ھاسىل قىلىدۇ. ئادەتتە بىر گىرام ئاچچىق بادام مېغىزى 25 مىللىگىرام فىلورىك

كسلاتاسنى هاسل قىلىدۇ. بۇ خىل كىسلاتانىڭ ئادەمنى ئۆلتۈرۈش مىقدارى تەخمىنەن 50 مىللىگرام، فىتول ئالدىھىد ئاشقازان ئاقسىل فېرمېنتىنىڭ ھەزىم قىلىش خىزمىتىنى تورمۇزلايدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئۇچكىسىدىن ئايرىپ داغلاپ، قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] مەددە قۇرت ئۆلتۈرۈش، جىگەر، تالنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، ئىششىقلارنى ياندۇرۇش، چىرايغا جۇلا بېرىش، بەدەن ۋە تېرىنى پارقىرىتىش، بەلغەم بوشىتىش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] قۇرت ئۆلتۈرۈش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز كەلمەسلىك، يۆتەل، زىققە، كۆكرەك ۋە ئۆپكە ياللۇغى، جىگەر ۋە تال كېسەللىكى، يەرقان، داغ، قەۋزىيەت، ئىشتىھاسىزلىق، مەنىي ئازىيىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى ئاچچىق بادامنى ھەسەل بىلەن ئىچسە، جىگەر، تال توسالغۇسىنى ئاچىدۇ، يۈزنىگە چاپسا، تېرىنى پارقىرىتىدۇ، داغ چۈشۈرىدۇ.

2. ئاچچىق بادامنى سوقۇپ، بۇزۇرى شەربىتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، ھەيز ۋە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇپ، ئىششىق ياندۇرۇپ، بۆرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئاچچىق بادامنى ئۆرۈك مېغىزى بىلەن مۇۋاپىق يەپ بەرسە، زىققە، يۆتەل، ئۆپكە ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

4. ئاچچىق بادام، فۇپەل، قەمبىل، كاۋا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ئىچسە، مەددە قۇرتلارنى چۈشۈرىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] ئادەتتە ئىچى تەرەپتىن ئىشلەتسە بولمايدۇ، لېكىن ئىچىنى سۈرۈش مەقسىتىدە يېرىم داندىن بىر دانىغىچە ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. سىرتتىن مۇۋاپىق ئىشلىتىلىدۇ.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ (زەھەرلىك).

[**تۈزەتكۈچىسى**] شېكەر، ناۋات، تاتلىق بادام.

[**ئورۇنباسارى**] ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى، شاپتۇل مېغىزى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] ئىترىفىل قەمبىل، سىيادان چاچ يۇيۇش سۇيۇقلۇقى.

ئانار يىلتىزى پوستى

阿那尔依力提孜破斯提

(石榴根皮 shi liu gen pi)

[**باشقا ئاتىلىشى**] قەشرۇ ئەسلىي رومان، پوستى بىخ ئانار، بىخ ئاناركى چال

[**تونۇش**] بۇ، ئانار ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئانارنىڭ يىلتىزىنىڭ پوستى بولۇپ، ئۇ «پوستى بىخ ئانار» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. يىلتىزى ئىنچىكە بولۇپ، پوستى نېپىز، سارغۇچ قوڭۇر رەڭدە، تەمى ئاچچىق، پۇرىقى سۇس كېلىدۇ.

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەرقايسى يەرلىرىدىن چىقىدۇ.

ئانار كۆچىتى

[يىغىپ ساقلاش] كۆز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىنىپ، يىلتىزى قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئورگانىزمدىكى پارازىت قۇرتلارنى چۈشۈرۈش تەسىرى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] پوستىنى ئاجرىتىپ يۇيۇپ قۇرۇتۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[خۇسۇسىيىتى] قورساقتىكى قۇرتنى ئۆلتۈرۈش، ياللۇغ قايتۇرۇش، يۇتقۇنچاق ئاغرىقىنى يوقىتىش قاتارلىق خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرت كېسىلى، يۇتقۇنچاق ئاغرىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئانار يىلتىزى پوستى، جۆئىدە، قەمبىل ھەربىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ قائىدە بويىچە سۇفۇپ تەييارلاپ، قىتىق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بەرسە، ئۈچەي قۇرتىنى ئۆلتۈرىدۇ.

2. مۇۋاپىق مىقداردا ئانار يىلتىزى پوستىنى ئېلىپ، قايناتىپ ئىچىپ بەرسە، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى يوقىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 5 ~ 7 گرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاجلىقلارغا زىيانلىق. كۆپ مىقداردا ئىستېمال قىلسا ئىچىنى سۈرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئانار ئۇرۇقى، بادام مېغىزى، بادام يېغى.

[ئورۇنباسارى] قەمبىل، كاۋا ئۇرۇقى، بەرەڭگى كابۇلى.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئانار يىلتىزى پوستى قايناتىلمىسى.

www.uyghurkitap.com

ئون سەككىزىنچى باب ھەيزنى راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلار

ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن ئۆزىنىڭ خاس تەسىرلىرى ئارقىلىق بالىياتقۇ ئىچكى پەردىلىرىنىڭ سويۇلۇشىنى ئىلگىرى سۈرىدىغان، توسالغۇلارنى ئېچىپ ھەيزنى راۋان قىلىدىغان ياكى ھەيز ماڭدۇرغۇچى دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، ھەيزنى راۋان قىلغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تەسىرى (بالىياتقۇ ۋە تۇخۇمدان خىزمىتىنىڭ قالايمىقانلىشىشى، زىيادە سەمرىپ كېتىش، قان ئازلىق، سوزۇلما خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىش، جىنسىي مۇناسىۋەتنىڭ كۆپ بولۇپ كېتىشى) دىن ھەيز توختاپ قېلىش، سىيدۈك تۇتۇلۇش، ئۇنتۇغاقلىق، ئۆلۈك ھامىلە، ئومۇمىي بەدەنلىك سۇلۇق ئىششىق، چوڭ تەرەت راۋان بولماسلىق، ماغدۇرسىزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا ئېغىر ئاقىۋەت كېلىپچىقىدۇ. ھەيز توختاپ قېلىشنىڭ سەۋەبى ھەر خىل بولغاچقا، ھەيزنى راۋان قىلغۇچى دورىلارنى مۇۋاپىق تاللاپ ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. ھەيزنى راۋان قىلغۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق ياكى ھۆل ئىسسىق بولۇپ، بۇ خىل دورىلار ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇپ، ئورگانىزمنىڭ نورمال ماددا ئالمىشىشىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش، بالىياتقۇ ۋە تۇخۇمداننىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش، تەبىئەتنى كۈچەيتىش خۇسۇسىيىتى ئارقىلىق، ئورگانىزمنىڭ فىزىيولوگىيەلىك تەڭپۇڭلۇقىنى ساقلايدۇ. بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار ھەيزنى راۋان قىلغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: ھەببۇلبان، ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى، جۆزنەك، دەرمەنە تۇركى، ئەنجۈدان ئۇرۇقى، ئاغىچا، زاراڭزا چېچىكى، ئارچا مېۋىسى، ئاپتاپپەرەس گۈلى، ئەنجۈدان يىلتىزى، ئاپتاپپەرەس يىلتىزى، مىشكى تاراموشكى، زەرچىۋە، زاراڭزا يېغى، قارىكۆز بەدىيان، كىرەش، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى، سىيادان، سانا، خىيارشەنبەر، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، كۆندجۆت، يالپۇز، پىننە، تەرەنجىبىن، سەۋزە ئۇرۇقى، ئېگىر، ئەگىرسۇناي، قار لەيلىسى قاتارلىقلار.

ھەببۇلبان
艾布巴尼
(苦楝子 ku lian zi)

[باشقا ئاتىلىشى] ھەببۇلبان، تۇخۇمى بان

[لاتىنچە نامى] Fructus Melia toosendan

[ئىنگلىزچە نامى] Fruit of chinaberry; Tree,Fruit of Melia

[تونۇش] بۇ، ئازاد دەرىخى ئائىلىسىدىكى يوپۇرماق تاشلايدىغان دەرەخ ئاچچىق ئازاد دەرىخى (Melia azadarach Linn) ۋە سىچۈەن ئازاد دەرەخلىرى (Melia Toosendansieb. etzucc) بولۇپ، بۇ ئىككى

ھەببۇلبان دەرىخى

www.uyghurkitap.com

خىل دەرەخنىڭ مېۋىسى «ھەببۇلبان» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. شەكلى سېپىدىن كىچىكرەك، يۇمىلاق، تەمى بىرئاز ئاچچىق، پوستى ئاق ۋە نېپىز كېلىدۇ. (1.18 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ جەنۇبىي جۇڭگو رايونلىرىدىن ھەم ھىندىستان، پاكىستان قاتارلىق ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ مېۋىسى پىشقاندىن كېيىن، قورۇتۇپ ئۇرۇقىنى يىغىۋېلىپ، پاكىز تازىلاپ، قۇرۇق ھەم سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئاچچىق تەملىك ماددا ــ مىركوزىن رېزىنا ھەم تاننىن ماددىسى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، توغراش، قورۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] ئاغرىق پەسەيتىش، ھەيزنى راۋان قىلىش، جىگەر ۋە تالنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، تەرەتنى يۇمشىتىش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەيز توسۇلۇپ قېلىش، بوۋاسىر، قەۋزىيەت، جىگەر ۋە تال توسۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ھەببۇلبان، زاراڭزا چېچىكى، ئاغىچە، سانا بەش گىرامدىن. دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ.
2. ئىزخىر، غاپەس 10 گىرامدىن، رەۋەندىن بەش گىرام، سەئدى كوفىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، جىگەر ـ تال توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.
3. ھەببۇلبان يىغى بىلەن يەرلىك ئورۇننى ياغلاپ بەرسە، قىچىشقاقتا مەنپەئەت قىلىدۇ.
4. ئۈچ گىرام ھەببۇلباننى داكىغا ئوراپ پەلكۈچ قىلىپ بۇرنىغا قويسا، قان توختىتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1～6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازانغا زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئارپىبەدىيان.

[ئورۇنباسارى] سەلىخە.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەببۇلبان دەملىمىسى.

ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى

阿塔帕热孜优普日蜜克

（向日葵叶 xiang ri kui ye）

ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى

[**باشقا ئاتىلىشى**] بەرگى ئاپتاپپەرەس

[**لاتىنچە نامى**] Folium Helian thus annuus

[**ئىنگلىزچە نامى**] Sun Flower Leaf

[**تونۇش**] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئاپتاپپەرەسنىڭ يوپۇرمىقىدۇر. (2.18 ـ رەسىم)

[**چىقىش ئورنى**] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ ھەممە جايلىرىدا تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى پىشقاندا يىلتىزىنى كولاپ ئېلىپ، يۇيۇپ قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] يوپۇرمىقىنىڭ تەركىبىدە ئاتسىروم خلورۇگېنكوم، ئاتسىدوم كوففېئىكوم (Caffeic acid)، سكوپولىن (scipoline)، ھېلىيانگىن (Heliangine) ۋە باشقا ئورگانىك كىسلاتا بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] ئالتۇن رەڭلىك ئۈزۈمسىمان باكتېرىيەنى تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە، بەزگەككە قارشى دورا ئورنىدا ئىشلىتىلىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ھەيز تۇتۇلۇش، بەزگەك ۋە كۆيۈك جاراھەتلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى گۈلى بىلەن سىقىپ سۈيىدىن 10 مىللىلىتىردىن ئىچسە، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ ۋە ھامىلىنى چۈشۈرىدۇ.

2. ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى، زاراڭزا چېچەكىدىن بەش گىرامدىن، خىيارشەنبەردىن 15 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچسە، ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

3. ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى، نېلۇپەر، بىنەپشەدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە مۇۋاپىق مىقداردا سۇدا قاينىتىپ ئىچسە قىزىتما پەسەيتىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ~ 15 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] ئاپتاپپەرەس گۈلى.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى دەملىمىسى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ پىگى ئادرېسى

جۇزنەك

居孜尼克

(泽兰 ze lan)

[باشقا ئاتىلىشى] ياۋروپا جۇزنىكى

[لاتىنچە نامى] Herba Lycopus lucidus

[ئىنگلىزچە نامى] Shiny Bugleweed Herb

[تونۇش] بۇ، كالپۇكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ياۋروپا جۇزنىكىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يەر ئۈستى قىسمى خەلق ئارىسىدا «جۇزنەك» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. سىرتقى يۈزى سارغۇچ يېشىل رەڭلىك ياكى ئازراق سۆسۈن رەڭلىك، چوروك بولۇپ ئاسان سۇنىدۇ، سۇندۇرۇلغان يۈزىنىڭ ئوتتۇرىسىدا ئاق رەڭلىك ئۆزەك ياكى بوشلۇق بار، تەمى ئاچچىق، پۇراقسىز، يوپۇرمىقى كۆپ، رەڭگى يېشىل، غولى قىسقا كېلىدۇ. (3.18 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] ئېلىمىزنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىن ۋە چەت ئەللەردىن چىقىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ دورىلىق قىسمىنى كۈز پەسلىدە يىغىپ قۇرۇتۇپ، قۇرغاق ئورۇندا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] پۈتۈن چۆپىدە ئۇچۇچان ماي، ئۆزۈم قەنتى گىلۇكوزىدى، تاننىن، دەرەخ يېلىمى بار، يەنە فىلاۋون، فېنوللۇك ئامىنو كىسلاتا، ئورگانىك كىسلاتا، ساپونىن، گىلۇكوزا، مېۋە قەنتى قاتارلىقلارمۇ بار.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] پۈتۈن چۆپىدىن ياسالغان ياسالما يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش رولىغا ئىگە.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] ساپلاشتۇرۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان تازىلاش، ھەيزنى راۋان قىلىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەيز قالايمىقانلىشىش، تۇغۇتتىن كېيىن قان توختاپ قېلىپ قورساق ئاغرىش، پۈتۈن بەدەن سۇلۇق ئىششىقى، غىلۋىرەككە ئوخشاش تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. جۇزنەك، داڭگۇي، ئاق چوغلۇقنىڭ ھەربىرىنى توققۇز گىرامدىن ئېلىپ قايناتىپ ئىچسە، ھەيز

كەلمەسلىك ۋە تۇغۇتتىن كېيىنكى قورساق ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. جۇزنەك، پاقىيوپۇرمىقى 15 گىرامدىن، تاۋۇز شۆپۈكىدىن 33 گىرام ئېلىپ قايناتىپ ئىچسە، سۈيدۈك ماڭدۇرۇپ، ئومۇمىي بەدەندىكى ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ.

3. قارىمۇچ، تۇز ۋە جۇزنەكنى سوقۇپ ئىچسە، غەلۋىرەككە پايدا قىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 6 ~ 9 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ھامىلىدارلارغا زىيان قىلىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] كىرەش، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى.

[**ئورۇنباسارى**] زاراڭزا چېچىكى.

[**ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى**] جۇزنەك دەملىمىسى.

دەرمىنە تۈركى

代尔米乃土耳克

(蛔蒿花 hui hao hua)

[**باشقا ئاتىلىشى**] شەيخ خۇراسانى، دەرمەنە تۈركى، شيىخ

[**لاتىنچە نامى**] Flor seriphidium cinum

[**ئىنگلىزچە نامى**] Roundworm spunsilksage Flawer

دەرمىنە تۈركى

[**تونۇش**] بۇ، چىنىگۈل ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق چاتقال ئۆسۈملۈكنىڭ تولۇق ئېچىلمىغان غۇنچىسى بولۇپ، «دەرمىنە تۈركى» ، «شىخ» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. غۇنچىسى سوقىچاق يۇمىلاق شەكىللىك ياكى ئېللىپىس شەكىللىك بولۇپ، ئوتتۇرا قىسمى سارغۇچ يېشىل رەڭلىك ۋە گىرۋەكلىرى ئاق رەڭلىك بولىدۇ، تەمى ئاچچىق، پۇراقلىق كېلىدۇ.

[**چىقىش ئورنى**] رۇسىيە، تۈركىيە، كەشمىر، پاكىستان قاتارلىق جايلاردىن چىقىدۇ.

[**خىمىيەلىك تەركىبى**] بۇنىڭ تەركىبىدە ئاساسلىقى 1%~2.2% كىچە سانتونىن، ئارتېمىزىن (Artemisin) ۋە ئۇچۇچان ماي بار.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] سانتونىن ئاساسلىقى قۇرت ئۆلتۈرگۈچى تەسىرگە ئىگە. بولۇپمۇ سازاڭ مەددىگە بولغان ئۈنۈمى ناھايىتى يۇقىرى.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] ئىلغاپ ساپلاشتۇرۇپ، قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيتى] سۇيدۇك ھەيدەش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، ئىششىق ياندۇ.
رۇش، يارا ۋە جاراھەتلەرنى پۇتتۇرۇش، ئۈچەيدىكى سازاڭ قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش ۋە چۈشۈرۈش، زەھەر
قايتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەيز راۋان بولماسلىق، قىيىن تۇغۇت، ئۈچەي قۇرتى، چاچ چۈشۈش،
تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈش، سۇلۇق ئىششىق، ھەر خىل قىزىتما قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. دەرمىنە تۈركىگە زەيتۇن يېغى بىلەن سىماب قوشۇپ ياغ تەييارلاپ، قاتتىق ئىششىقلارغا چاپسا،
ئىششىقنى يۇمشىتىدۇ. بۇ ياغنى دائىرىلىك چاچ چۈشكەن ئورۇنغا سۈركىسە چاچ ئۈندۈرىدۇ.

2. ئۈچەي سازاڭ قۇرتىنى چۈشۈرۈشتە، ئاخشىمى ئاشقازان بوش ۋاقتىدا سانتونىن بېرىپ، ئەتىسى
سۈرگە دورىسىدىن ئابدىمىلىك يېغى بېرىلىدۇ ياكى سانتونىن ۋە بىدانجىرگە ئازراق شېكەر قوشۇپ
بېرىلىدۇ، شۇ ئۇسۇلدا ھەر ئىككى كۈندە ئىككى - ئۈچ قېتىم ئارقىمۇئارقا ئىچىپ بەرسە، تەسىرى
ناھايىتى ياخشى بولىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ～ 4 گىرامغىچە، سانتونىن 300 مىللىگىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ئاشقازان ۋە مېڭىگە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] مەستىكى رۇمى، تۇرمۇس.

[ئورۇنباسارى] ئەپسەنتىن، سۇزاپ.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك پىششىق دورا ياسالمىسى] ئىترىفىل دىيدان.

[قوشۇمچە] بۇنىڭ تەبىئىي ھالەتتىكىسى ناھايىتى ئاز ئىشلىتىلىدۇ. كۆپىنچە ئۇنىڭدىن ئايرىپ ئېلىن.
غان سانتونىن (بىر خىل ئاق رەڭلىك كرىستال بولۇپ، ئۇ نۇرغا يولۇقسا، سېرىق رەڭگە ئۆزگىرىدۇ،
سانتونىننىڭ ئاساسلىقى سازاڭ مەددە قۇرتىنى ئۆلتۈرۈش تەسىرى يۇقىرى) كۆپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەنجۇدان ئۇرۇقى

安居旦欧如合

(阿魏子 e wei zi)

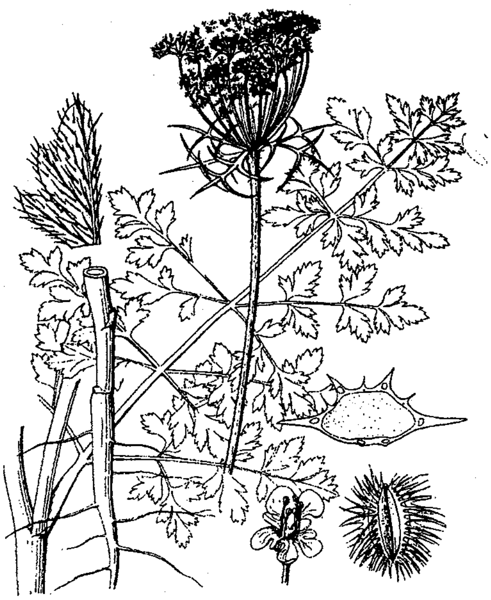
[باشقىچە ئاتىلىشى] ھىڭ ئۇرۇقى، بەزرۇل ئەنجۇدان، تۇخۇمى ئەنگۇدان، ھىڭكى بىج

[لاتىنچە نامى] Semen Ferulasinking ensis

[ئىنگلىزچە نامى] Xinjiang Ferula seed

[تونۇش] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ھىڭ ئۆسۈملۈكىنىڭ ئۇرۇقىدىن
ئىبارەت بولۇپ، «غولجاڭ ئۇرۇقى» ياكى «ئەنجۇدان ئۇرۇقى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. رەڭگى
سارغۇچ قىزىل، تەمى ئاچچىق بولۇپ، بەتبۇي پۇراقى بار. (4.18 - رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭنىڭ ئىلى رايونى، شىمالىي شىنجاڭنىڭ قۇربانتۇڭغۇت قۇملۇقىنىڭ جەنۇبى
ۋە فۇكاڭ قاتارلىق جايلىرىدىن چىقىدۇ. رۇسىيە، قازاقىستان، ئوتتۇرا ئاسىيا قاتارلىق رايونلارغا
تارقالغان.



ئەنجۇدان ئۇسۇملۇكى

[يىغىپ ساقلاش] 4 ~ 6 - ئاي مەزگىلىدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىنىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيىلىك تەركىبى] ئاساسلىقى ئۇچۇچان ماي، دەرەخ يېلىمىدىن ئىبارەت ئۇچۇچان ماي تەركىبىدە ھەر خىل ئانورگانىك ئارىلاشما ماددىلار ئاساسىي ئورۇندا تۇرىدۇ.

[فارماكولوگىيىلىك تەسىرى] رېئاكسىيىگە قارشى تۇرۇش، قان پىلاستىنكىلىرىنى ئۇيۇتۇش، ئوكسىدلىنىشقا قارشى تۇرۇش، بۆرەك، جىگەرنى كۈچەيتىش، قاننىڭ تەركىبلىرىنى تەڭشەش، ياللۇغ قايتۇرۇش، باكتېرىيە ئۆلتۈرۈش، قان تومۇر قېتىش، ئەگرى - بۈگرى بولۇپ قېلىشنى تۈگىتىش قاتارلىق رولى بار.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] بەلغەم بوشىتىپ، يۆتەل پەسەيتىش، يەل ھەيدەش، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىشتىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ئۆپكە ياللۇغى، كۆكرەك پەردە ياللۇغى، لەقۋا، پالەچ، رەئشە، ئۇنتۇغاقلىق، بەلغەملىك قىزىتما، سۇلۇق ئىششىق، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز توسۇلۇش، سېرىقلىق چۈشۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئەنجۇدان ئۇرۇقىدىن بەش گىرام، خىيارشەنبەردىن 20 گىرام، ئۇبھەل، سانا، سېرىقچېچەك ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ قاينىتىپ، كۈندە 30 مىللىلىتىردىن ئىككى ۋاق ئىچىپ بەرسە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

2. بەش گىرام ئەنجۇدان ئۇرۇقىنى قاينىتىپ، زەيتۇن يېغىنى قوشۇپ قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

3. زۇپا ۋە شۇمشا ئۇرۇقىدىن بەش گىرامدىن، زىغىر ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرام، ئەنجۇدان ئۇرۇقىدىن ئىككى گىرام ئېلىپ، سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ ئىچىپ بەرسە، بەلغەم بوشىتىپ يۆتەل پەسەيتىدۇ.

4. ئۇدسەلىبتىن 10 گىرام، ئەنجۇدان ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام، ئاقىرقەرھا يېغىدىن 10 گىرام ئېلىپ، بۇلارنى بىر ھەپتە ئاپتاپتا قويۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ بەرگەندە، رەئشەگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

5. ئەنجۇدان ئۇرۇقىنى پۇراپ بەرسە، ھامىلىنى چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 2 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] دوۋساق، ئۆچەي ۋە ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ.

[تۇزەتكۈچىسى] دوۋساقا نىسبەتەن قوغۇن ئۇرۇقى، ئۈچەيگە قارىتا ئەرەب يىلمىمى، ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە قارىتا ئانار شەربىتى ۋە باشقا شەربەتلەر.

[ئورۇنباسارى] ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] مەجۇنى ھىلى، سۇفۇپى ئەنجۇدان.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] بۇ ئۆتكۈر پۇراقلىق سېسىق دورا بولغاچقا، بۇنى پۇرىسا، كۆڭۈلنى ئىلىشتۇرۇپ قۇستۇرىدۇ، ھامىلدار ئاياللار پۇراشتىن ساقلىنىش كېرەك.

زاراڭزا چېچىكى

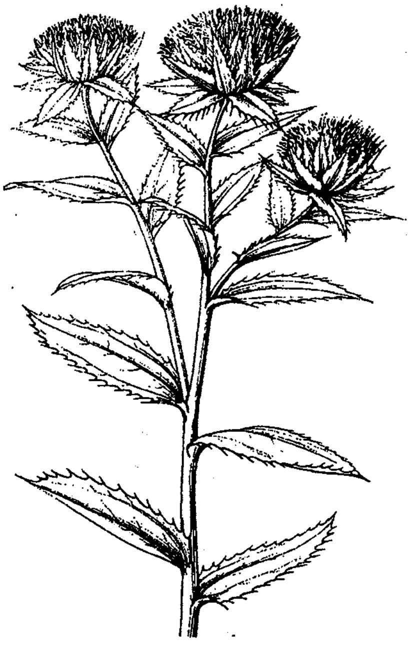
扎让杂切其克

(红花 hong hua)

[باشقا ئاتىلىشى] زەھرۇلقەرتۇم، گۈلى مۇئەسپەر

[لاتىنچە نامى] Flos Carthamus tinctorius

[ئىنگلىزچە نامى] safflower



زاراڭزا چېچىكى

[تونۇش] بۇ، مۈرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك زاراڭزىنىڭ قۇرۇتۇلغان گۈلىدۇر. دورا ئەشياسىنىڭ شەكلى، رەڭگى قىزىل، بىرئاز ئالاھىدە پۇراقلىق، تەمى ئاچچىق، گۈل ياپراقچىسى نەيچىسىمان شەكىلدە بولۇپ، بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ چېچىكى «زەھرۇلقۇرتۇم»، ئۇرۇقى «تۇخۇمى قۇرتۇم» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (5.18 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ خېنەن، خېبېياڭ، جياڭسۇ، سىچۇەن، شىنجاڭ قاتارلىق جايلاردىن، ھىندىستان، مىسىر، ياۋروپا دۆلەتلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 6 ـ، 7 ـ ئايلار مەزگىلىدە گۈلى ئېچىلغاندا، گۈلنىڭ رەڭگى سېرىق رەڭدىن ئاپېلسىن رەڭگە ئۆزگەرگەن ۋاقتىدا يىغىۋېلىنىپ، ئاپتاپتا 70% ئەتراپىدا قۇرۇتۇلغاندىن كېيىن سايە جايدا قۇرۇتۇلىدۇ، ئاندىن قۇرغاق، سالقىن جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] زاراڭزا چېچىكى تەركىبىدە 20% ~ 30% كىچە زاراڭزا سېرىق پىگمېنتى (safforyellov) 0.6% ~ 0.3% كىچە كارتامىن (Carthamene)، گىلۇكوزىد قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ① زاراڭزا قايىنىتىلمىسىنىڭ چاشقان، توشقان، مۈشۈك ۋە ئىتنىڭ بالىياتقۇسىغا نىسبەتەن قوزغىتىش تەسىرى بار؛ ② زاراڭزا ياسالمىسى مۈشۈك ۋە ئىتنىڭ ئۇزۇن ۋاقىت قان

بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ؛ ③ كىچىك دوزىدىكى زاراڭزا قايىنتىلمىسى چارپاقا يۈرىكىنى يەڭگىل ھالدا قوزغىتىدۇ؛ ④ چوڭ دوزىدىكىسى تورمۇزلايدۇ؛ ⑤ زاراڭزا قايىنتىلمىسىنىڭ تەجرىبە قىلىنغان بارلىق ھايۋانلارنىڭ ئۈچەي يولىغا نىسبەتەن قوزغىتىش تەسىرى بار، لېكىن ۋاقتى قىسقا.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ماددىلارنى يۇمشىتىش، يەل ھەيدەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، كۆكرەكنى تازىلاش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، سۈرۈش، ئاۋازنى ياخشىلاش، مېڭە، يۈرەك ۋە باھنى قۇۋۋەتلەش، مەنىي پەيدا قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] ھەيز راۋان بولماسلىق، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، جىگەر ئاجىزلىقى، بەلغەملىك نەزلە، باھ ئاجىزلىقى، مەنىي كەملىك، سۇلۇق تەمرەتكە، بەھەق، ئاقكېسەل (بەرەس)، ئۈيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. مۇۋاپىق مىقداردىكى زاراڭزا گۈلى بىلەن مەتبۇخ تەييارلاپ بەرسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

2. سانادىن 15 گىرام، ئاپتاپپەرەس ۋە زاراڭزا گۈلىدىن 10 گىرامدىن، ئۈبھەلدىن يەتتە گىرام، خىيارشەنبەردىن 15 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ قايناتما تەييارلاپ بەرسە، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇپ، ھامىلىنى چۈشۈرىدۇ.

3. زاراڭزا ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، سۆئىلەپتىن 15 گىرام، چىلغوزا ۋە شاقاقۇلدىن 10 گىرامدىن، زاراڭزا گۈلىدىن 15 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، سۇفۇپ تەييارلاپ بەرسە باھنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 5 ～ 7 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] ئاشقازان ئاغرىقى، گال ۋە يۇتقۇنچاق ئاغرىقى بارلارغا زىيان قىلىدۇ ھەم ئىسسىقچان كىشىلەرنىڭ بېشىنى ئاغرىتىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] بىنەپشە، ھەسەل، رۇمبەدىيان.

[**ئورۇنباسارى**] ھەببەتۇلخۇزرا، زاراڭزا چېچىكى پاشويەسى.

[**پىششىق دورا ياسالمىسى**] زاراڭزا شەربىتى.

ئارچا مېۋىسى

阿日查梅维斯

(新疆圆柏实 xin jiang yan bo shi)

[**باشقىچە ئاتىلىشى**] ھەببۇلئەر ئەر، تۇخۇمى رەھەل، ئۈبھەل، بۇبىر

[**لاتىنچە نامى**] Semen Platycladus orientalis

[**ئىنگلىزچە نامى**] Chinese Arborvila seed

[**تونۇش**] بۇ، ئارچا ئائىلىسىدىكى دائىم ياشىرىپ تۇرىدىغان دەرەخ ياكى چوڭراق چاتقال ئۆسۈملۈك

شىنجاڭ يۇمىلاق ئارچىسىنىڭ مېۋىسى بولۇپ، شار شەكلىدە ياكى سوقىچاق، ئىچىدە قوڭۇر رەڭدە ئۇششاق ئۇرۇقى بار، تۇراقلىق، «ئۇبھەل» ياكى «ئارچا مېۋىسى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (6.18 ـ رەسىم)

ئارچا مېۋىسى

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ، چىڭخەي، جياڭشى، ئىچكى موڭغۇل قاتارلىق جايلاردىن ھەمدە رۇسىيە، موڭغۇلىيە، پاكىستان، شىمالىي ياۋروپا، ئىران قاتارلىق جايلاردىنمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] كۈز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا يىغىۋېلىنىپ، ئارىلاشما ماددىلىرى تازىلىۋېتىلىپ، سالقىن، قۇرغاق جايدا ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئارچا ئالكوھولى (sabino)، پودوفىللو تـوكسـىنى (podophyllotoxin)، ئاچچىق ئارپا گىلۇكوزىدى (coniferin)، ئارچا ياغ كىسلاتاسى ۋە رىزىنا، تاننىن، ئۇچۇچان ماي قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] پودوفىللو توكسىن كىچىك چاشقانلارنىڭ گۆش ئۆسمىسىگە نىسبەتەن بۇزۇپ تاشلاش تەسىرىگە ئىگە بولۇپ نېكروزلان-دۇرىدۇ، تەركىبىدىكى ئۇچۇچان مايىنى يەرلىك غىدىقلىغۇچى قىلىپ ئىشلەت-سە، ئۇزاقىچە ئۇنى تېرە ۋە شىللىق پەردىلەرگە سۈركىسە، ئۇلاردا ياللۇغلىنىش پەيدا قىلىدۇ ھەمدە قۇسۇش، ئىچ سۈرۈش، ھەتتا ئۆلۈشكە سەۋەبچى بولىدۇ، مەلۇم دەرىجىدە يۆتەل پەسەيتىش، تىنچلاندۇ-رۇش تەسىرىمۇ بار. ئالتۇن رەڭلىك شارسىمان تاياقچە باكتېرىيە، ئاق ئۇزۇمسىمان باكتېرىيە، تولغاق تاياقچە باكتېرىيەسى، كېزىك تاياقچە باكتېرىيە، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەسى قاتارلىقلارنى تورمۇزلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] يۇيۇش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ھەيزنى راۋان قىلىش، بەدەننى قىزىتىش، زەھەرلىنىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، سۈت كۆپەيتىش، بوۋاسىر مونەچىلىرىنى يوقىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، پەيلەرنى چىڭىتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، قۇرت ئۆلتۈرۈش، چاچ چۈشۈشنىڭ ئالدىنى ئېلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ھەيز كەلمەسلىك، سوزۇلما خاراكتېرلىك بۆرەك ياللۇغى، قورساقتا سۇ چۈشۈش، سۆزنەك، يۆتەل، پالەچ، ئاشقازان ئاجىزلىقى، پەي ئاجىزلىقى، چىش مىلىكلىرىنىڭ ئىششىقى، ھاسىراش، جىگەر ياللۇغى، بوۋاسىر، ھەر خىل يىرىڭلىق كونا جاراھەتلەر، قارا داغ، تەڭگىسىمان چاچ چۈشۈش، ئەزالارنىڭ قېتىپ قېلىشى، بوغۇم ئاغرىقى، مەددە قۇرت قاتارلىق-لارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى]

1. ئارچا يوپۇرمىقىنى خېمىر قىلىپ باشقا چاپسا، باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.
2. ئارچا ئۇرۇقىنى سوقۇپ تالقانلاپ ئىچسە، پالەچ ۋە پەي بوشاپ كېتىشكە پايدا قىلىدۇ.
3. ئارچا ئۇرۇقىنى كۆنجۈت يېغى بىلەن قاينىتىپ، قارايغاندا قولاققا تېمىتسا، گاسلىققا شىپا بولىدۇ.

www.uyghurkitap.com

4. ئارچا ئۇرۇقىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن قايىنتىپ غار ـ غار قىلسا، چىش تۈۋىنىڭ ئىششىقىغا ۋە ئىغىز جاراھەتلىرىگە پايدا قىلىدۇ.

5. ئارچا ئۇرۇقىنىڭ قۇيۇق قايىنتىلمىسىدىن 15 گىرامنى كالا يېغى ۋە ھەسەل بىلەن قوشۇپ ئىچسە، ھاسىراشقا ۋە بوۋاسىرغا پايدا قىلىدۇ.

6. ئارچا ئۇرۇقىدىن توققۇز گىرامنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قايىنتىپ ئىچسە، ئۈچەيدىكى قۇرتلارنى ئۆلتۈرىدۇ.

7. ئارچا ئۇرۇقىدىن 30 گىرامنى تازىلاپ، كالىنىڭ چاۋا يېغىغا ئوراپ قايىنتىپ، ياغنى ئۆزىگە ئالغاندا، سوقۇپ، ناۋات بىلەن قوشۇپ ھەر كۈنى ئەتىگەندە قايناق سۇ بىلەن قوشۇپ ئىچىپ بەرسە، بوۋاسىرغا پايدا قىلىدۇ. ئۈچەيدىكى قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ.

8. ئارچا ئۇرۇقىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن قوشۇپ خېمىر قىلىپ، جاراھەتكە چاپسا ساقايتىدۇ ۋە ئىششىقنى ياندۇرىدۇ.

9. ئارچا ئۇرۇقىنى ئەنجۈر بىلەن قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، ئەزالارنىڭ قېتىپ قالغان يەرلىرىنى يۇمشىتىدۇ.

10. ئارچا يوپۇرمىقىنى سىركە بىلەن قوشۇپ باشقا چاپسا، چاچ چۈشۈشنى توختىتىدۇ.

[**ئىشلىتىش مىقدارى**] 3 ~ 10 گىرامغىچە.

[**زىيانلىق تەسىرى**] كۆكرەكنى يىرىكلەشتۈرىدۇ. ھامىلىنى چۈشۈرىۋېتىدۇ.

[**تۈزەتكۈچىسى**] كەتىرا، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سۈت، ھەسەل.

[**ئورۇنباسارى**] سۈزاپ يوپۇرمىقى، سەۋرى دەرىخىنىڭ مېۋىسى.

[**پىششىق دورا ياسالمىسى**] مەجۇنى مۇسەككىن، مەجۇنى ئۇبھەل، مەجۇنى مۇدىرى تەمىس، شەربىتى مۇدىرى تەمىس.

[**دىققەت قىلىدىغان ئىشلار**] كۆكرەكنى يىرىكلەشتۈرىدۇ، ئەزالارغا قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ. ھامىلدار ئاياللارغا، ئاشقازان كېسىلى ۋە گال ئاغرىقى بارلارغا بېرىشكە بولمايدۇ. بېرىشكە توغرا كەلسە، خولىنجان ۋە ھەسەل بىلەن بىرگە بېرىلىدۇ.

ئاپتاپپەرەس گۈلى

阿塔怕热孜故丽

（向日葵花　xiang ri kui hua）

[**باشقا ئاتىلىشى**] گۈلى ئاپتاپپەرەس، سۇرەج مەككى پۇل

[**لاتىنچە نامى**] Flos Helianthus annuus

[**ئىنگلىزچە نامى**] Sunflower flower

[**تونۇش**] بۇ، مۇرەككەپ گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى بىر يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك ئاپتاپەرەس-نىڭ گۈلى بولۇپ، «ئاپتاپپەرەس گۈلى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (7.18 ـ رەسىم)

ئاپتاپپەرەس گۈلى

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ جۇملىدىن شىنجاڭنىڭ ھەممە جايلىرىدىن چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 9 ـ ئايدا گۈلى يىغىۋېلىنىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] گۈلىنىڭ تەركىبىدە، ئاپتاپپەرەس ساپونى قاتارلىقلار بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] گۈلىنىڭ سۇدىكى ئېرىتمىسىنى توشقاننىڭ قۇلىقىغا تېمىتسا، قان تومۇرنى كېڭەيتىش تەسىرىنى بېرىدۇ. مۇشۇكنىڭ تېرە ئاستىغا ئوكۇل قىلىنسا قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ، توشقان ۋېناسىغا ئوكۇل قىلىنسا نەپەسنى قوزغىتىدۇ، قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ، كىچىك ئۈچەينىڭ قىسقىرىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ، ئۇنىڭ تىنكتورىسى (ئىسپىرتلىق چىلانمىسى) قىزىتمىنى قايتۇرىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇتۇپ ساپلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] بىرىنچى دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قان بېسىمىنى تۆۋەنلىتىش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، مېڭە ۋە جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، ئاغرىقنى توختىتىش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، ھامىلە چۈشۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] يۇقىرى قان بېسىم كېسىلى، سۈيدۈك ۋە ھەيز راۋان بولماسلىق، قىيىن تۇغۇت، باش ئاغرىقى، چىش ئاغرىقى، كىچىك بالىلاردىكى تۇتقاقلىق كېسىلى، قورساق ئاغرىقى، بوغۇن بەز سىلى، ھەيز كەلمەسلىك، مۇپاسىل، يانپاش ئاغرىقى، يەرقان، بوۋاسىر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاپتاپپەرەس گۈلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چىپىپ بەرسە، مۇپاسىل، يانپاش ئاغرىقى، خانازىر قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. گۈلسەۋسەن، ھەمىشباھار، ئاپتاپپەرەس قاتارلىقلارنىڭ ھۆل گۈلىدىن مۇۋاپىق ئېلىپ، ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، مۇپاسىل، يانپاش ئاغرىقى ۋە خانازىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. زاراڭزا گۈلى، ئاپتاپپەرەس گۈلى، چىلان، ئاق سەندەل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرام ئېلىپ، يەتتە گىرام بىنەپشە بىلەن مۇۋاپىق مىقداردىكى قايناق سۇدا 10 ~ 20 مىنۇت دەملەپ ئىچىپ بەرسە، يۇقىرى قان بېسىمغا پايدا قىلىدۇ.

4. ئاپتاپپەرەس گۈلى، زاراڭزا گۈلىدىن 100 گىرام، كۈنجۈتتىن 20 گىرام، سانادىن 15 گىرام، بىنەپشىدىن 10 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە دەملەپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچىپ بەرسە، ھەيزنى راۋان قىلىدۇ، ھامىلە چۈشۈرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 3 ~ 6 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] ئانار ئۇرۇقى.

[ئورۇنباسارى] زەپەر، زاراڭزا گۈلى.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش شەربىتى.

ئون توققۇزىنچى باب قەي قىلدۇرغۇچى دورىلار

ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن بىر قىسىم زەھەرلىك دورىلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش، نورمالسىز خىلىت ياكى ماددىلارنى ئاشقازاندىن قەي قىلدۇرۇش ئارقىلىق چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە قىلىدىغان دورىلار ياكى قەي قىلدۇرۇش تەسىرى بولغان دورىلار ئومۇملاشتۇرۇلۇپ، قەي قىلدۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ.

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تەسىرىدىن خىلىتلاردا غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، بىر قىسىم جىددىي كېسەللىك ئۆزگىرىشى كۆرۈلگەندە ياكى بىر قىسىم زەھەرلىك دورىلاردىن زەھەرلەنگەندە ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بارمىسا، يامان ئاقىۋەتلەر كېلىپچىقىدۇ.

خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبلىرى ۋە زەھەرلىنىشىنىڭ تۈرلىرى ھەر خىل بولغاچقا، قەي قىلدۇرغۇچى دورىلارنى كېسەللىك سەۋەبىگە ئاساسەن تاللاپ ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. قەي قىلدۇرغۇچى دورىلارنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق ياكى ھۆل ئىسسىق بولىدۇ. بۇ خىلدىكى دورىلار قەي قىلدۇرۇش ئارقىلىق ئورگانىزمنىڭ جىددىي ھالىتىنى پەسەيتىش، ئاغرىق ئازابىنى يەڭگىللىتىش، فىزىيولوگىيەلىك تەڭپۇڭلۇقنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش، تەبىئىي قۇۋۋەتنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى بەدەندىن سۈرۈپ چىقىرىش ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسىنى تازىلايدۇ، بۇ خىل خۇسۇسىيەتتىكى دورىلار قەي قىلدۇرغۇچى دورىلار دېيىلىدۇ. مەسىلەن: ئاق خەربەق، تۇرۇپ ئۇرۇقى، قارىكۆز بەديان ماددىسى، ھەببۇلمۇلۇك، ھەببۇلمۇلۇك يېغى، قارىكۆز بەديان، ھەببۇلغار، قارا خەربەق قاتارلىقلار.

ئاق خەربەق

阿克海尔拜克

（白藜芦 bai li lu）

[**باشقىچە ئاتىلىشى**] خەربەخ ئەبيەز، خەربەخ سەفىد

[**لاتىنچە نامى**] Rhizoma et Radix Veratrum album

[**ئىنگلىزچە نامى**] Rhizomaof white Falsehelbore

[**تونۇش**] بۇ، گۈلسامساق ئائىلىسىدىكى كۆپ يىللىق سامان غوللۇق ئۆسۈملۈك بولۇپ، غول ئېگىزلىكى بىر مېتىردىن ئاشمايدۇ، يوپۇرمىقى نۆۋەتلىشىپ ئۆسىدۇ، كەڭ تۇخۇمسىمان يۇمىلاق شەكىللىك، تولۇق گىرۋەكلىك بولىدۇ، باش يازدا گۈلى ئاقۇچ يېشىل رەڭلىك ئېچىلىدۇ، مۇشۇنىڭغا ئاساسەن بۇ ئۆسۈملۈك ئاق خەربەق دەپ ئاتالغان. ئادەتتە بۇ ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزسىمان غولى ياكى يىلتىزى يىغىۋېلىنىپ، ئۇنىڭ چاچما يىلتىزىنى كېسىۋېتىپ، ئاندىن يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ تەييارلانغان يىلتىزى «ئاق

خەربەق» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ سىرتقى يۈزى كۈل رەڭگە مايىل خورما رەڭ ياكى ئاقۇچ سېرىق رەڭلىك كېلىدۇ، سۇندۇرۇلسا يۈزى ئاقۇچ، تالقانسىمان، ئالاھىدە پۇراقلىق، تەمى سەل ئاچچىق، تالقىنىنىڭ ئۆتكۈر دەرىجىدە چۈشكۈرتۈش خۇسۇسىيىتى بار. (1.19 ـ رەسىم)

ئاق خەربەق

[چىقىش ئورنى] مەملىكىتىمىزنىڭ شەرقىي شىمال، شىمالىي جۇڭگو، شەندۇڭ، خېنەن، شەنشى، گەنسۇ، خۇبېي، سىچۈەن، گۈيجۇ قاتارلىق ئۆلكىلەردە ئۆستۈرۈلىدۇ. چەت ئەلدە ياۋروپا ۋە ئاسىيادىكى باشقا دۆلەتلەردىمۇ چىقىدۇ.

[يىغىپ ساقلاش] 4 ~ 5 يىل ئۆستۈرگەندىن كېيىن قىش پەسلىدە يىلتىزى كولىۋېلىنىپ، چاچما يىلتىزلىرىنى چىقىرىۋېتىپ، پاكىز يۇيۇپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] كۆپ خىل ئالكالوئىدلار بولۇپ، بۇلارنىڭ ئومۇمىي مىقدارى 1%~2% كېچە، بۇلارنىڭ ئىچىدە ئاساسلىقى پىروتوۋېراتىن (protoveratine) بولۇپ، بۇنىڭ زەھەرلىك تەسىرى ناھايىتى يۇقىرى. كۈچلۈك چۈشكۈرۈتۈش تەسىرى بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ئاق خەربەق تەركىبىدىكى خىمىيەلىك تەركىبلەر قان بېسىمىنى چۈشۈرۈش رولىغا ئىگە. بۇ، يۇقىرى قان بېسىم كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ كىچىك دوزىسى نەپەسنى تورمۇزلايدۇ، چوڭ دوزىسى مەركىزىي نېرۋا سىستېمىسىنى تورمۇزلايدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] خېمىرغا ئوراپ، قوقاسقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ زەھەرسىزلەندۈرۈپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قەي قىلدۇرۇش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىنى تازىلاش، ئىچ سۈرۈش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاشقازاننى تازىلاش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] پالەچ، مېڭە پەردە ياللۇغى (سەرسام)، بەلغەمدىن بولغان تۇتقاقلىق كېسەل، ھەيز توختاپ قېلىش ۋە باشقا سوغۇقتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرى ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. ئاق خەربەقنى يالغۇز ياكى گۈلسەۋسەن بىلەن قوشۇپ پەرزىچە قىلسا، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ. قورساقتىكى بالىنى چۈشۈرىدۇ.

2. ئاق خەربەقنى تالقانلاپ، ئۆردەك گۆشىگە ئارىلاشتۇرۇپ پىشۇرۇپ يېسە، بوينى بەز سىلى (خانازىر) غا مەنپەئەت قىلىدۇ.

3. ئەگەر قۇستۇرۇشقا توغرا كەلسە، خەربەقنى ئۆششاق توغراپ، بىر باش تۇرۇپنىڭ ئىچىنى ئويۇپ، خەربەق بىلەن تولدۇرۇپ، بىر كېچە ئۆتكەندىن كېيىن خەربەقنى ئېلىۋېتىپ، تۇرۇپنى سىركە-

جىۋىل بىلەن ئىچسە، ئىككى سائەتتىن كېيىن قىينالماي قۇستۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 0.1 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] بۆرەككە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] مەستىكى.

[ئورۇنباسارى] چىلاپا، قارا خەربەق، قىچا.

[ۋەكىل خاراكتېرلىك يېشىش دورا ياسالمىسى] مەتبۇخى ئەپتىمۇن.

[دىققەت قىلىدىغان ئىشلار] بۇ زەھەرلىك دورا بولغاچقا، ئۇنى ئىستېمال قىلىشتىن بۇرۇن خېمىر ئارىسىغا ئېلىپ، قوقاسقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ، زەھەرسىزلەندۈرۈپ ئاندىن ئىستېمال قىلىش لازىم.

تۇرۇپ ئۇرۇقى

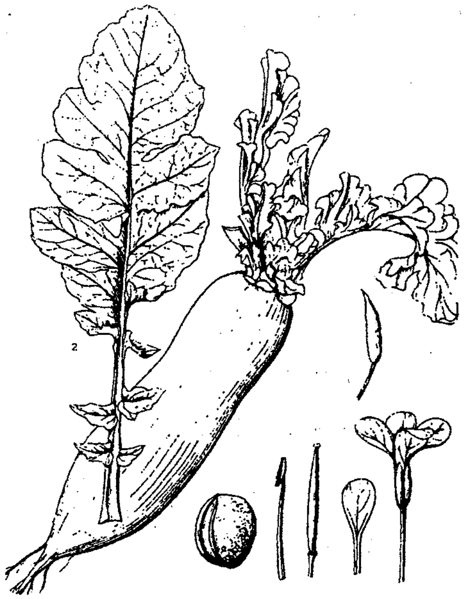
土如皮欧如合

（莱菔子 lai fu zi）

[باشقىچە ئاتىلىشى] بەزرۇل بەجەل، تۇخۇمى تۇرۇپ، مولى كى بىج

[لاتىنچە نامى] Semen Raphanus rsativus

[ئىنگلىزچە نامى] Garden Radish Seed Radish Seed



تۇرۇپ

[تونۇش] بۇ، كىرىست گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك ئاق ياكى كۆپ تۇرۇپنىڭ قۇرۇتۇلغان پىشىق ئۇرۇقىدۇر. شەكلى بىرئاز ياپىلاق، رەڭگى قىزغۇچ قوڭۇر، پۇرىقى سۇس، تەمى بىرئاز قېرىق كېلىدۇ. (2.19 ـ رەسىم)

[چىقىش ئورنى] شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىمىزنىڭ ھەممە يەرلىرىدە تېرىپ ئۆستۈرۈلىدۇ.

[يىغىش ساقلاش] ياز پەسلىدە مېۋىسى پىشقاندا ئۆسۈملۈكى ئورىۋېلىنىپ، ئۇرۇقى چىقىرىۋېلىنىپ قۇرۇتۇلىدۇ.

[خىمىيەلىك تەركىبى] ئۇرۇقىنىڭ تەركىبىدە ئاز مىقداردا ئۇچۇچان ماي ۋە 45% ماي بار. يەنە باكتېرىيەگە قارشى ماددا رايانىن (Raphanus) ۋە ئاز مىقداردىكى ئۆسۈملۈك سېترولى، تىرى ئاكونتان (Triacontane) لارمۇ بار.

[فارماكولوگىيەلىك تەسىرى] ① باكتېرىيەگە قارشى تەسىرى: تۇرۇپ ئۇرۇقىدا باكتېرىيەگە قارشى ماددا بولۇپ، بۇنىڭ ئۆسۈملۈك تەركىبى رافانىندىن ئىبارەت. بۇنىڭ ھەر بىر مىللىلىتىردىن بىر گىرام

تۇتقان قويۇقلۇقتىكى ئېرىتمىسى ئۇزۇمسىمان شارچە باكتېرىيەسى ۋە چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەلىرىنى ئۇنۇملۇك ھالدا تورمۇزلايدۇ ھەمدە ھەر خىل ئۆسمىلۇك ئۇرۇقلىرىنىڭ بىخ چىقىرىشىغا تەسىر قىلىدۇ. تۇرۇپ ئۇرۇقىدىن چىقىرىلغان بىر خىل ماي بولۇپ، بۇ «Sulforaphen» دېيىلىدۇ. بۇنىڭ بىر پىرسەنتلىك قويۇقلۇقى زەنجىرسىمان شارچە باكتېرىيەسى، يىرىك شارچە باكتېرىيەسى، ئۆپكە ياللۇغى تاياقچە باكتېرىيەسى، چوڭ ئۈچەي تاياقچە باكتېرىيەلىرىنىڭ ئۆسۈشىگە تاقابىل تۇرالايدۇ؛ ② زەمبۇرۇغقا قارشى تەسىرى: تۇرۇپ ئۇرۇقىنىڭ سۇدىكى چىلانمىسى ئورتاق مەركەزلىك تۈك تەمرەتكىسى زەمبۇرۇغى قاتارلىق ئالتە خىل زەمبۇرۇغلارنى ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە تورمۇزلايدۇ؛ ③ باشقا تەسىرى: ئۆزگەرگەن خىلى (Raphanus Satiuml) دىن ئېلىنغان ماددىسى ئۇزاق مۇددەت چوڭ چاشقاننىڭ ئوزۇقلۇقى قىلىنسا، قالقانبەز ھورمۇنىنىڭ بىرىكىشىنى توسالغۇغا ئۇچرىتىدۇ.

[لايىقلاشتۇرۇلۇشى] قۇرۇق قورۇپ لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[تەبىئىتى] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[خۇسۇسىيىتى] قەي قىلدۇرۇش، يەل ھەيدەش، سۈيدۈك ھەيدەش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، ئىشتىھانى ئېچىش، ھەزىمگە ياردەم بېرىش، تاش پارچىلاش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، چىرايغا جۇلا بېرىش خۇسۇسىيىتى بار.

[ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر] ھەزىمنىڭ بۇزۇلۇشى، كۆكۈل ئېلىشىش، قۇسۇش، ئاشقازان ياللۇغى، سۈيدۈك ۋە ھەيز تۇتۇلۇش، بۆرەك، دوۋساق تاش كېسەللىكلىرى، داغ، بەرەس، بەھەق ۋە باشقا تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

[ئىشلىتىش ئۇسۇلى]

1. قەلەمپۇر، پىننە، بەدىيان، تۇرۇپ ئۇرۇقى، لاچىندانىدىن بەش گىرامدىن، زەنجىۋىلدىن 10 گىرام ئېلىپ، چايلىق تەييارلاپ ئىچسە، ھەزىم ناچارلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. تۇرۇپ ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، قوغۇن ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرام، تاۋۇز ئۇرۇقىدىن بەش گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 15 گىرام ئېلىپ، قايناتما تەييارلاپ ئىچسە، تاش پارچىلايدۇ. سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 1 ~ 3 گىرامغىچە، قۇستۇرۇش ئۈچۈن ئالتە گىرام.

[زىيانلىق تەسىرى] ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە زىيان قىلىدۇ، توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ ھەم كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] سۇماق، بىنەپشە، تۇز، زىرە، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] شۇمشا ئۇرۇقى، ئاق قىچا.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] سۈيدۈك ھەيدەش شەربىتى.

[قوشۇمچە] تۇرۇپ ئۇرۇقىنى تازىلاپ، سۇس ئوتتا ئازراق ئۆرلىگۈچە ھەمدە بىر خىل خۇش پۇراق چىققۇچە قورۇپ ئىشلەتكەن ياخشى.

قارىكۆز بەدىيان مايسىسى

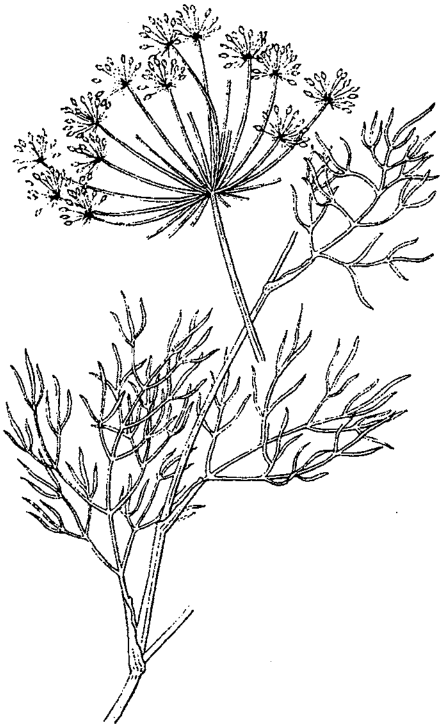
(莳萝苗 shi luo miao)

[**باشقا ئاتىلىشى**] بەرگى شىبىت، بەرگى سويا

[**لاتىنچە نامى**] Plantula Anethum graveolens

[**ئىنگلىزچە نامى**] Dills eeding

[**تونۇش**] بۇ، كۈنلۈكسىمان گۈللۈكلەر ئائىلىسىدىكى ئۆسۈملۈك سېرىقچېچەكنىڭ قۇرۇتۇلغان يۇمىراق شېخى ۋە يوپۇرمىقىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇرۇقى، چۆپى، سۈيى دورىلىققا ئىشلىتىلىدۇ. «سېرىقچېچەك مايسىسى» ياكى «شىبىت بەرگى» نامىدا دورىغا ئىشلىتىلىدۇ. (3.19 ـ رەسىم)



قارىكۆز بەدىيان مايسىسى

[**چىقىش ئورنى**] ئېلىمىزنىڭ ئەنخۇي، جياڭسۇ، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىدىن چىقىدۇ.

[**يىغىپ ساقلاش**] كۈزدە سېرىقچېچەكنىڭ يۇمران بىخى ۋە يوپۇرمىقى يىغىۋېلىنىپ، قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

[**فارماكولوگىيەلىك تەسىرى**] پۈتۈن چۆپنىڭ چىلانمىسى ۋېناغا ئوكۇل قىلىنسا، هايۋانلارنىڭ قان بېسىمىنى چۈشۈرىدۇ. قان تومۇرنى كېڭەيتىدۇ، نەپەسنى قوزغىتىدۇ. كىچىك ئۈچەينىڭ كېڭىيىش كۈچىنى ئازلىتىدۇ. سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ.

[**لايىقلاشتۇرۇلۇشى**] يۇيۇش، توغراش، قۇرۇتۇش ئارقىلىق لايىقلاشتۇرۇلىدۇ.

[**تەبىئىتى**] ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

[**خۇسۇسىيىتى**] قەي قىلدۇرۇش، يەل هەيدەش ۋە ئىششىق ياندۇرۇش، هەزىمنى ياخشىلاش، سۈيدۈك راۋانلاشتۇرۇش، هەيز راۋانلاشتۇرۇش ۋە توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

[**ئىشلىتىلىدىغان كېسەللىكلەر**] سۈيدۈك تۇتۇلۇش، جىگەر ۋە قورساق ئاغرىقى، هەزىم ناچارلىق، قورساق ئېسىلىش، بوغۇم ئىششىش، باليانقۇ ئىششىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

[**ئىشلىتىش ئۇسۇلى**]

1. قارىكۆز بەدىيان مايسىسىنىڭ ئۇسارىسىنى قولاققا تېمىتسا، قولاق ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ.
2. قارىكۆز بەدىيان مايسىسىنى قاينىتىپ، بۇنىڭ بىلەن هوردىنىپ تەرلەنسە، قورساق ئاغرىقى، قورساق ئېسىلىش ۋە قورساق غورۇلداشلارغا پايدا قىلىدۇ.

3. قارىكۆز بەدىيان مايسىسى، سانا، خىيارشەنبەر، تاۋۇز ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قايىنتىپ ئىچسە، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

[ئىشلىتىش مىقدارى] 10 ~ 20 گىرامغىچە.

[زىيانلىق تەسىرى] مېڭىگە قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدۇ، كۆز ۋە بۆرەككە زىيان قىلىدۇ.

[تۈزەتكۈچىسى] لىمون سۈيى، بادام يېغى، قەلەمپۇر، دارچىن، ھەسەل.

[ئورۇنباسارى] سېرىقچېچەك ئۇرۇقى.

[پىششىق دورا ياسالمىسى] قارىكۆز بەدىيان مايسىسى قايىنتىلمىسى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئاچقۇچ

(ئۇيغۇر ئېلىپبە تەرتىپى بويىچە تىزىلدى)

ئا

ئابدىمەلىك يېغى 197
ئابنۇس 681
ئاپەن 613
ئاپتاپپەرەس گۈلى 555
ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى 274
ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى 547
ئاپتاپپەرەس يىلتىزى 460
ئاپېلسىن 53
ئاپېلسىن پوستى 804
ئاپېلسىن ئۇرۇقى 709
ئات تېشى 702
ئاترۇپا چۆپى 597
ئات سۈت قايمىقى 122
ئات سۈتى 352
ئاتقۇلاق 280
ئاتقۇلاق ئۇرۇقى 627
ئات گۆشى 729
ئاترلال 1123
ئات يادا تېشى 702
ئاچچىق ئامۇت 925
ئاچچىق ئانار 73
ئاچچىق بادام 542
ئاچچىق بادام يېغى 97
ئاچچىقتاۋۇز 179
ئاچچىق سۆرۈنجان 587
ئاچچىق قۇستە 1106
ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى 1146
ئادراسمان 1093
ئادراسمان چۆپى 1093
ئادراسمان ئۇرۇقى 1091
ئادراسمان ئۇرۇقى يېغى 1092
ئادەمگىياھ 720
ئارپا ئۈندۈرمىسى 893
ئارپىبەدىيان 117
ئارپىبەدىيان يىلتىز پوستى 892
ئارپىخان 445
ئارچا مېۋىسى 553
ئارچا يوپۇرمىقى 284
ئاروكى تىل 1148
ئارۇ 56
ئارۇكا مېغىزى 1147
ئازاراق 1095
ئازاراقى 1095
ئازانوددوب 379
ئازغان گۈلى 803
ئازغان مۇنچىقى 635
ئازغان مېۋىسى 635
ئاسارۇن 320
ئاشپۇرچاق 540
ئافرىقا مۇغاسى 332
ئاقاقىيا 646
ئاق بەھمەن 960

ئاق پارپا 1070
ئاق پىياز 908
ئاق تىرەك قوۋزىقى 243
ئاقتىكەن 374
ئاق چوغلۇق 1103
ئاق خەربەق 557
ئاق سەندەل 795
ئاقسۇ كەتىراسى 663
ئاقشىكەر 826
ئاق قىيىن دەرەخ قوۋزىقى 837
ئاق قىيىن قوۋزىقى 837
ئاق قىچا ئۇرۇقى 1122
ئاق كۇنجۇت 1009
ئاق كۇنجۇت ئۇرۇقى 1009
ئاق لەيلىگۈل 382
ئاق لەيلى ئۇرۇقى 443
ئاق لەيلى يىلتىزى 377
ئاق ماش 940
ئاق مەۋسەل 773
ئاق موم 408
ئاقمۇچ 890
ئاق ئۇجمە 93
ئاق ئۇجمە يوپۇرمىقى 392
ئاقىرقەرھا 954
ئاكاتسىيە دەرىخى مېۋىسى 155
ئاكاتسىيە دەرىخى ئۇرۇقى 155
ئاكاتسىيە ئۇسارىسى 646
ئاكاشىبىل 201
ئالا كۇلۇك 1112
ئالالچى خورد 757
ئالالچى كالاك 897
ئالتاي شەھدىنى گۈلى 695
ئالتۇن 800
ئالتۇنپوقى 802
ئالتۇن چىرىمتال 802
ئالتۇن شاخ 364
ئالتۇن ۋاراق 749
ئالقان پوستى 918
ئالقات مېۋىسى 106
ئالقات يىلتىزى پوستى 918
ئالما 775
ئالماس 710
ئالو بالا 70
ئالوبۇخار 110
ئالوچە 72
ئالوسىيا 110
ئالوي گۈلى 120
ئالۇ 112
ئالۇ بالۇ 110
ئالۇ بۇخار 108
ئالۇ بۇخارا 108
ئالۇچا 72
ئام 262
ئامۇت 61
ئاملە 877
ئاملەج 877
ئانار تۇرۇش 73
ئانار پوستى 679
ئاناردانە 634
ئانار شىرىن 261
ئاناركى بىج 634
ئاناركى پۇل 288
ئاناركى چىلكا 679
ئانارگۈل 288
ئانار مەيخوش 140
ئانار ئۇرۇقى 634

www.uyghurkitap.com

ئانار يىلتىزى پوستى 543
ئانا سۈتى 132
ئاناناس 111
ئانبىلە 877
ئانۇلە 877
ئانېماررىنا............ 426
ئانېماررىنا يىلتىزى 426
ئاهاك 671
ئاهەن 245
ئاينە 262

ئە

ئەبرىشىم 778
ئەبنۇس............ 681
ئەبىنەج............ 262
ئەپتىمۇن 201
ئەپتىمۇن ئۇرۇقى............ 165
ئەپسەنتىن............ 322
ئەپيۇن 613
ئەتنەر 184
ئەتىرگۈل 464
ئەجمود............ 336
ئەجۋائىن خۇراسانى 616
ئەجۋائىن دىسى............ 902
ئەخراسول كەلىپ............ 161
ئەخرۇت 748
ئەدەس 539
ئەدرەك 76
ئەرەب يېلىمى 865
ئەرەندىكى تىلى............ 197
ئەرقۇسەپەر 510
ئەركەكى پەتتى............ 284
ئەرمۇدۇن دەرىخى قوۋزىقى 1100
ئەرمۇدۇن دەرىخى ئۇرۇقى............ 1087
ئەرۇسە 380
ئەرۇسە ياپرىقى............ 854
ئەزپاراتىپ 570
ئەزفارەلىتىپ 570
ئەسەل 971
ئەسەل لەبەنى 1039
ئەسەيىررائى 310
ئەسلولىبادىنجان 229
ئەسلى 569
ئەسلى خىتى............ 377
ئەسلى كەبىر 1064
ئەسلي رازىيانەج............ 467
ئەسلىسۇس 148
ئەسلىل قەسەب............ 914
ئەسلىل هاج............ 200
ئەسمۇد 1024
ئەسىل 623
ئەسلۇل فىلفىل 88
ئەشقاقۇل 986
ئەشىر 1054
ئەفئا............ 213
ئەفەربىيۇن 1089
ئەفەس............ 1041
ئەفىيول 613
ئەقرەب 703
ئەقىق ئەسلي 777
ئەقىق يەمەنى 777
ئەكۇن............ 1054
ئەكىر كىرە 954
ئەكىل بىنەفشە 1089
ئەڭلىكئوت 376

ئەلالچى خورد چىنى 909
ئەلەق 215
ئەلسكى بىج 860
ئەلك رومى 905
ئەمئائۇل ئەرزى 216
ئەمەن 317
ئەمروت بەررى 61
ئەمروت دەشتى 886
ئەمسۇخ سوم كەلبا 566
ئەمىلتاس 176
ئەمىلتاسكا پوستى 198
ئەمىلتاسكا چىلكا 198
ئەنبەر 752
ئەنبەر ئەشھەب 752
ئەنبەر بارىس 929
ئەنبەربىد 314
ئەنبە سۆئلەپ 136
ئەنتاس 111
ئەنجۇدان ئۇرۇقى 550
ئەنجۇدان يىلتىزى 343
ئەنجىركا پەتتى 1137
ئەنجۈر قىقى 151
ئەنجۈر يوپۇرمىقى 1137
ئەنجبار 287
ئەنجىرە 1119
ئەنجىدەك 678
ئەنجىر 151
ئەندەرجاۋ 1087
ئەنزرۇت 678
ئەنسون كۆمۈنى ھەلۋە 78
ئەنسل 859
ئەنفۇخە 973
ئەنفرا 464
ئەنگۈر ئەھەر 263
ئەنگۈرشپا 136
ئەنگۈركى بىج 625
ئەنگبار 287
ئەنگى سۇرۇ 1074
ئەنگىن 1119
ئەۋرەت كى دۆد 132
ئەۋرشم 778
ئەۋسەج 635
ئەۋنەن كەتاپ 119
ئەيلۇۋا 181
ئەينۇلا 108
ئەينى دىيك 984

ب

بابچى 1124
بابۇنە 154
بابۇنەج 154
بادام تەلخى 542
بادام سەرگۇشتە 1012
بادام شاكىلى 1049
بادان شىرىن 95
بادام كاتىل 1105
بادام كەشمىر 1012
بادام كوھى 1012
بادام مىتا 95
بادام ئۆكچىسى شاكىلى 1049
باداۋرەت 374
بادەنگەن 258
بادرەنجبۇيا چىنى 162
بادرەنجبۇيا ھىندى 152
بادرەنگى بۇيا 152

بادرەنگى بۇياچىنى 162
بادىجان 258
بادرىنگى بۇيا 164
بادىيان كى جەر 467
بارتەڭ سەبزى 103
بارتەڭگى بىچ 638
باسوم 469
باشاق مۆڭگۈزى 995
باش پىياز 908
باقىلا 540
باقىلائى مىسرى 541
باقىلە 540
باكەنگو 607
بال 688
بالادۇر 1079
بالەنگو چۆپى 607
بالەنگو ئۇرۇقى 759
بالەنگوئى خور 791
بالدىرغان 584
بانان 484
بانىسكى جەر 914
باۋ بارەنگى 532
بانىياق 939
بايناق يىلتىزى 939
بائى سود 333
بائى كىنبەشكەكائى 155
بەتەم دەرىخى مېۋىسى 1018
بەتىخ كاگوشت 991
بەتىخ ھىندى 57
بەتىۋا 1003
بەجەل 454
بەجورە 71
بەدەخشانى 772
بەدىيان 117
بەدىيان چىنى 506
بەدىيان خىتايى 506
بەدىيان داراز 117
بەدىيان رۇمى 78
بەدىيان يىلتىزى 467
بەرەف 610
بەرەڭگى كابۇلى 532
بەرەنجى كابىلى 532
بەرەنگى كابىلى 532
بەرخۇت دەرىخى قوۋزىقى 937
بەرگى ئاپتاپپەرەس 547
بەرگى ئەنجىر 1137
بەرگى بارتەڭ 103
بەرگى بالەنگو 607
بەرگى تاتۇرە 621
بەرگى دارچىن 82
بەرگى سوزاب 1097
بەرگى سويا 561
بەرگى شىبىت 561
بەرگى كەرەفشە 336
بەرگى نىل 1144
بەرگى ھۆرمىل 1093
بەرۇل ئەنجىرە 1120
بەرى ھەر 171
بەزباز 959
بەزرۇل ئەپتىمۇن 165
بەزرۇل ئەنەب 625
بەزرۇل ئەنجۇدان 550
بەزرۇل بەتتىخ 478
بەزرۇل بەتىخ 448
بەزرۇل بەجەل 559
بەزرۇل بەسەل 950

بەززرۇل بەقلە تولھەمقا 637
بەزرۇل بەنجى 616
بەزرۇل تەمرىھىندى 655
بەزرۇل جەزەر 963
بەزرۇل جوزماسىل 578
بەزرۇل جىرجىر 590
بەزرۇل خەشخاش 1010
بەزرۇل خەلخەم 1015
بەزرۇل خىتمى 443
بەزرۇل خىرفە 637
بەزرۇلرەتىبە 948
بەزرۇل رەيھان 794
بەزرۇل شەلجەم 990
بەزرۇلغىنا 1118
بەزرۇل قەنبىت 468
بەزرۇل قەيىز 1120
بەزرۇل قوتۇنا 385
بەزرۇل كەتان 860
بەزرۇل كەرنە بولما 917
بەزرۇل كەشنىز 640
بەزرۇل نەرجىسى 1142
بەزرۇل ھەليۇن 952
بەزرۇل ھەييۇل ئالىم 383
بەزرۇل ھۇمماز 627
بەزرۇل ھۆرمىل 1091
بەزرۇل ھۆلبە 856
بەزرۇل ھۇۋە 1015
بەزرۇل ئۇترۇج 709
بەزرۇل ۋارالمىسى 192
بەزرۇئىفەناخ 466
بەزۇرۇل قەرئى ھۇلۇە 534
بەزۇرۇل قەنەپ 616
بەزۇرۇللىسانىل ھەمەل 638
بەزۇل سوزاپ 512
بەزىرۇل شەبىت 581
بەزىرۇلقەسەد 462
بەزىرۇل كۇرراس 514
بەزىرۇل ھىندىبا 145
بەسباسە 959
بەقلاتۇلھەمقا 99
بەقلەيەمانىيە 129
بەكرى كاگوشت 726
بەكرى كى دۇد 875
بەڭگى دىۋانە 616
بەڭگى كىبج 618
بەلادۇر 1079
بەللۇت 629
بەلىلە 173
بەلىلەج 173
بەن پوستە مامىيسا 628
بەنجار 1109
بەنگىرە 325
بەنگىرە چۆپى 325
بەنوماش 932
بەھمەن ئەبىيەز 960
بەھمەن سەفىد 960
بەھىرە 173
بەيزە مۇرۇغ ئەبىيەز 414
بەيزەئى مۇرۇغ 953
بوزتىكەن 592
بوزىدان 1101
بوزىدان ستاۋەرى 1101
بوسسەد 768
بوستانى ئەفرۇز خىرفە 99
بوغئۇت يىلتىزى 746
بون 601

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

بۆبىر 553
بۆدۇشقاق 379
بۆرجۇن 927
بۆرجۇن مېۋىسى 927
بۆزۇرى بالەنگو 759
بۆزۇن 1066
بۆزۇن يىلتىز پوستى 1066
بۆغا قېنى 949
بۆغا مۈڭگۈزى 293
بوغداي 730
بوغداي كېپىكى 422
بۆغتاپان 1067
بۆغتاپان چۆپى 1067
بۆقا چۈيىسى 980
بۆئى جەھۋان 330
بۆيا 365
بۆيا ئۇرۇقى 365
بۆلجۇرگەن 59
بۆدۇنە 739
بۆرە ئەرمنى 502
بۆرە سويمىسى يىلتىزى پوستى 1064
بۆربوغار 394
بۆكەن مۈڭگۈزى 969
بېدە 494
بېدە ئۇرۇقى 948
بېلىق 740
بېلىق مېيى 687
بېلىق مېڭە تېشى 477
بېهى 60
بېهى ئۇرۇقى 863
بېيىش 1070
بجاسىرگوند 301
بىخ 534
بىخ ئاپتاپپەرەس 460
بىخ ئاناركى چال 543
بىخ ئەنجۇدان 343
بىخ بادىنگەن 228
بىخ بەدىيان 467
بىخ بىنەپشە 142
بىخ تەرخۇن كوهى 954
بىخ خىتمى 377
بىخ دارپىلپىل 88
بىخ رىباس 817
بىخ سەۋسەن 353
بىخ سۇس 148
بىخ كاسىنە 313
بىخ كەبىر 501
بىخ كەبىر قەشرى 1064
بىخ كەرەپشە 351
بىخ گاۋزىبان 1057
بىخ مارجان 768
بىخ مەهەك 148
بىخ نەي 914
بىخ ئۆسمە 1037
بىدەنجىر يېغى 187
بىدىمۇشكى 781
بىركى گوشت 265
بىرىنجى موگىرا 239
بىستىپايە 161
بىستىپايەج 161
بىتىللا 300
بىسكېرا 494
بىكى جەرگەن 228
بىلانۇۋان 1074
بىلچىر پەهارى 769
بىلچىر هىندى 782

بىلسان كى بىج 319
بىلسانكى تىل 1133
بىلسانكى لەكرى 326
بىلسان ياغىچى 326
بىلسان يېغى 1133
بىنەپشە 142
بىندۇق 1012
بىنىس كادۇد 266
بىنىس كاگوشتى 992
بىنىسلوجىن 647
بىنگەن 258
بىيە 60
بىيدەمشكى 781
بىيىركادۇد 717

پ

پاپىرە نەمەك 502
پاتمۇتەك 287
پاختەك گۆشى 728
پادى زەھىرە مەئدىنى 705
پارقىراق قوڭغۇز 481
پارم 223
پاقا 711
پاقا شىرىسى 692
پاقا شىرىلىك سۈيۈقلۇقى 692
پاقلان گۆشى 265
قاقىيوپۇرمىقى 103
پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى 638
پالەك 495
پالەككى بىج 466
پالەك ئۇرۇقى 466
پالما مەرىزى 459
پالما يىلىمى 301
پالىسە 113
پالىك 495
پان 356
پانا 774
پانكى جەر 879
پانۇسگۈلى 465
پەتتەئى گوسپەندى 1027
پەتكىرى سەفىد 1035
پەتىرەج 784
پەرەش 623
پەرەنجىمىشكى 791
پەرەنگى 417
پەربۇن 407
پەربۇن يىلتىزى 407
پەرپىيون 1089
پەمىدۇر 54
پەنىرمايە 973
پەنىۋار 1124
پەنىير 880
پوپەل 536
پورە 445
پوستى ئانار 679
پوستى ئەملىتاس 198
پوستى بەيزەئى مۇرۇغ 296
پوستى بىخ ئانار 543
پوستى بىخ بەدىيان 892
پوستى بىخ تۇت 869
پوستى تۇرۇج 805
پوستى تۇرۇنجى 805
پوستى خەشخاش 573
پوستى مار 395
پوست بىخ كەبىر 1064

www.uyghurkitap.com

پويراريە 796
پويراريە يىلتىزى 796
پۇدىنە 900
پۇنۇس ئۇرۇقى 230
پىپوتە 380
پىچانگۇل يىلتىزى 920
پىچەكگۇل 887
پىچەكگۇل غولى 887
پىدىگەن 258
پىدىگەن يىلتىزى 228
پىرسىياۋشان 168
پىستە سىرتقى پوستى 910
پىستە شاكىلى پوستى 910
پىستە مېغىزى 1016
پىستىايەنج 161
پىستىگۇل 894
پىستىگۇل يىلتىزى 894
پىششىق ئەگرىسۇناي 248
پىشقان ھايۋانات سۆڭىكى 654
پىلان دەرىخى پورى 459
پىلە غوزىسى 778
پىلە قۇرتى 827
پىلە قۇرتى مايىقى 585
پىلپىل 87
پىلپىل ئەسۋەد 85
پىلپىل ئەبيەز 890
پىلپىل ئەھمەر 564
پىلپىل سەپىد 890
پىلپىل سۇرۇخ 564
پىلپىل سىياھ 85
پىلپىل گود 85
پىلپىلگۇل 427
پىلپىل مويە 88
پىلپىل يىلتىزى 88
پىلىكئوت 458
پىلىكئوت چۆپى 458
پىندۇق 1012
پىنىس كى پەنىر 989
پىننە 900
پىۋاگۇل 888
پىيارانكا 706
پىيارانگا مامىران 389
پىيارىكا 706
پىياز 908
پىيازكى بىج 950
پىياز ئۇرۇقى 950
پىيزەك 483
پىيزەك ئاموت 925
پىيروزە 699

ت

تاباشىر 647
تاباشىر ئەسلىي 647
تاتلىق ئانار 261
تاتلىق بادام مېغىزى 95
تاتلىق بادام يېغى 1105
تاتلىق شاپتۇل مېغىزى 838
تاتلىق ئۆرۈك مېغىزى 839
تاتلىقياڭيۇ 763
تاجىگۇل 641
تاجىگۇل ئۇرۇقى 1030
تارانتاس 941
تارانتاس يىلتىزى 941
تازىلانغان گۈڭگۈرت 219
تاشپاقا قېپى 713

www.uyghurkitap.com

تاشپاقا گۆشى …… 988
تاشتۆز …… 504
تاشچېچەكى …… 1060
تاشچېچەكى چۆپى …… 1060
تاشقا ئايلانغان سۆڭەك …… 654
تاش گۈلى …… 1060
تاشئوت …… 441
تاشئوت يىلتىزى …… 441
تاش ياڭاق …… 1012
تاغ ئاقمىشى …… 940
تاغ بادرەنجبۇيىسى …… 164
تاغ پىيىزى …… 859
تاغ خوخسىناك يىلتىزى …… 405
تاغ دېنى …… 885
تاغ دېنى غولى …… 885
تاغ سامسىقى …… 520
تاغ سەرسىبىلى …… 411
تاغ سۇمبۇلى …… 769
تاغ شاتارىسى …… 362
تاغ كۈنجۈتى …… 1056
تاغ لەيلىسى …… 386
تاغ موزىسى …… 651
تال …… 935
تالماكھانا …… 657
تالماكھانە …… 657
تال غازىڭى …… 349
تالك …… 430
تالىس پەتتە …… 822
تاماكا يوپۇرمىقى …… 602
تامبۇل …… 356
تاۋۇز …… 57
تاۋۇزەك …… 465
تاۋۇز ئۇرۇقى …… 448
تەبئىي مىس …… 683
تەتەن …… 602
تەربۇز …… 57
تەربوزكى بىج …… 448
تەرتىز …… 424
تەرخەمەك …… 825
تەرخەمەك ئۇرۇقى …… 462
تەررە …… 825
تەررە تىزەك …… 962
تەرفا …… 623
تەرەنجىبىن …… 200
تەرياق …… 613
تەسۇتقوناق …… 934
تەگەر …… 320
تەڭگىيوپۇرماق غۇنچىسى …… 835
تەڭگىيوپۇرماق گۈلى …… 835
تەلىسى …… 860
تەلق …… 685
تەماتىر …… 54
تەمرىھىندى …… 176
تەمرىھىندى ئۇرۇقى …… 655
تەنزىكا …… 104
تەنكار …… 346
تەھەل …… 935
تەۋەككۇل چاي …… 695
توت سىياھ …… 255
توت شامى …… 255
توت شېرىن …… 93
توت مىتا …… 93
توت ھەلۇ …… 93
توخۇ تاشلىقى پوستى …… 899
توخۇ گۆشى …… 714
توخۇ يېغى …… 355

تومۇر دورىسى 390
توشقانزەدىكى 947
توشقانكالپۇك 289
توشقانكالپۇك چۆپى 289
توشقانقۇلاق 974
توشقانقۇلاق چۆپى 974
توشقانئوتى 306
توشقانئوتى يىلتىزى 306
تولغىماچ مېۋىلىك تاغ كۈنجۈتى 1056
تۇبۇك بىلىقى 976
تۇتىيا 1031
تۇتىيائى 1031
تۇتىيائى سەبۇ 1031
تۇخمى رەتبە 948
تۇخمى زورب 638
تۇخۇمەك مېۋىسى 308
تۇخۇم پەردىسى 686
تۇخۇم سىرىقى 953
تۇخۇم شاكىلى 296
تۇخۇم شىبىت 581
تۇخۇم ئېقى 414
تۇخۇم ئېقى پەردىسى 686
تۇخۇمى ئارەندە 577
تۇخۇمى ئانار 634
تۇخۇمى ئەنجىرە 1120
تۇخۇمى ئەنگۈر 625
تۇخۇمى ئەنگۇدان 550
تۇخۇمى بارتەڭ 638
تۇخۇمى بان 545
تۇخۇمى بالەنگۇ 759
تۇخۇمى بەڭ 618
تۇخۇمى بىدە ئەنجىر 577
تۇخۇمى بىلسان 319
تۇخۇمى بىھدانە 863
تۇخۇمى پىياز 950
تۇخۇمى تەرتىز 424
تۇخۇمى تەررە 462
تۇخۇمى تەمرىھىندى 655
تۇخۇمى تۇخرە 1111
تۇخۇمى تۇدەرى 1015
تۇخۇمى تۇرۇپ 559
تۇخۇمى تۇرۇنجى 709
تۇخۇمى تىرە تىزەك 590
تۇخۇمى جارۇ 233
تۇخۇمى خەربۇزە 478
تۇخۇمى خەشخاش 1010
تۇخۇمى خۇببازى 383
تۇخۇمى خىتمى 443
تۇخۇمى خىرفە 637
تۇخۇمى خىنا 1118
تۇخۇمى دەرەختى شانە 370
تۇخۇمى دەھتۇرە 578
تۇخۇمى رەھىل 553
تۇخۇمى رەيھان 794
تۇخۇمى زەردئالۇ 594
تۇخۇمى سەپەندان 1019
تۇخۇمى سۇزاپ 512
تۇخۇمى شەلغەم 990
تۇخۇمى شومشا 856
تۇخۇمى كاتان 860
تۇخۇمى كاسنە 145
تۇخۇمى كاھۇ 605
تۇخۇمى كەدۇ شىرىن 534
تۇخۇمى كەدۇئى دەراز 92
تۇخۇمى كەرەپشە 461
تۇخۇمى كەشنىز 640

تۇخۇمى كەندىنا 541
تۇخۇمى كۇشۇش 165
تۇخۇمى كۆكنار 1010
تۇخۇمى گەزەر 963
تۇخۇمى مازەريون 192
تۇخۇمى مەرچۇبە 952
تۇخۇمى مورد 662
تۇخۇمى مېغزى ئەسپەر 509
تۇخۇمى نەرگىس 1142
تۇخۇمى نىلۇپەر 917
تۇخۇمى ھەشقىپىچەك 208
تۇخۇمى ھۇمماز 627
تۇخۇمى ھىندىۋانە 448
تۇخۇمى ئۇرفۇددىك 1030
تۇخۇمى ئىسپاناخ 466
تۇخۇمى ئىرسا 335
تۇخۇمى ئىسفەندى 1091
تۇدەرى 1015
تۇربۇت 178
تۇر تېشى 297
تۇر سۇلداق 251
تۇرموس 541
تۇرمۇس 541
تۇرنا گۆشى 522
تۇرۇپ 454
تۇرۇپ ئۇرۇقى 559
تۇرۇنجى 53
تۇرۇنجى كى بىج 709
تۇز 911
تۇشك تەۋرونى 653
تۇففاھ 775
تۇففاھى بەررى 658
تۇلۇقچى قوڭغۇز 593

تۆگە سۈتى 828
تۆگە گۆشى 715
تۆگە لوكسى بېپى 1096
تۆگە مېيى 1096
تۆگە يېغى 1096
تۆگىتاپان 568
تۆگىتاپان چۆپى 568
تۆگىقۇشى 513
تۆمۈر 245
تۆمۈر پوقى 259
تۆمۈر كېپىكى 259
تۈلكە 946
تۈلكە مايىقى 943
تېرىق 107
تىتىلكى بىج 512
تىتىلكى شاخ 1097
تىج پات 784
تىرەكچى قوڭغۇز 593
تىرەنجىبىن 200
تىرەنگىبىن 200
تىرمولىت تېشى 1001
تىرىمولىت تاش پاختىسى 1001
تىرھىمى 346
تىزپات 784
تىزغا 834
تىزغا غولى 834
تىكە ساقلى 303
تىكەنلىك لىپەكگۈل 410
تىللا 800
تىللا ئوت 471
تىللا ئوت چۆپى 471
تىلىسى 90
تىن مەختۇم 659
تىين 151

www.uyghurkitap.com

ج

جارۇ ئىدىماغ 158
جاسۇن 464
جاغجاقئوت 405
جامال گوته 526
جامپەل جەنگىلى 61
جامكا 406
جاۋ 285
جاۋاشىر 315
جاۋتەرى 959
جاۋرەس 497
جاۋشىر 315
جائىپەل 1077
جائىپەل جەنگىلى 886
جەبىن 880
جەدۋارچىنى 1070
جەدۋار ھىندى 1084
جەرەن 945
جەرەن گۆشى 945
جەرەن مۈڭگۈزى 446
جەردۆل بەھرى 1022
جەزەر 486
جەزەر دەشتى 986
جەزبۇزار 747
قەزبۇزار يىلتىزى 747
جەلەپ 191
جەلۇر 1012
جەمبىل 785
جەنگىلى خەرگوش كاگوشت 1058
جەۋ 893
جەۋز 748
جەۋزماسىل 619
جەئىران 734
جۇپتى بەللۇت 1068
جوزبويا 1077
جوز ھىندى 957
جوگنو 481
جۇڭگو باينىقى 939
جۇڭگو ماندارى 923
جونكى 215
جويۇز 1077
جۇپتى بەللۇت 629
جۇخارگۇل 101
جۇزبۇۋا 1077
جۇلنار 288
جۇنكا 458
جۇۋىنە 902
جۆئىدە 314
جۆئىدە رۇمى 314
جۇزنەك 548
جۇندبىدەستۇر 753
جىپال 526,
جىغان مىۋسى 895
جىگەرمىش 809
جىگەرى گۇسپەندى 809
جىگدە 631
جىگدە چىپچىكى 979
جىگدە مىۋسى 631
جىلاپا 191
جىلافا 191
جىۋە 223
جىنەستە 113
جىنتىيانە 813
جىنكىۋىزى ئۇرۇقى 1124

جىنچاتقىلى 1099
جىنچاتقىلى يىلتىزى 1099
جىينەدان 899

چ

چاچراتقۇ 184
چاچ كۆمۈرى 305
چاچ كۈلى 305
چارپاقا 669
چارتال مېۋى 435
چارقومچاق 669
چار يىلان 213
چاغىرچاي 277
چاغىرچاي چۆپى 277
چاقاقائۇت 1119
چاقاقائۇت ئۇرۇقى 1120
چاكا مۇخ چۆپى 691
چاكاندا 566
چاكىمۇخ 691
چاڭگاك 314
چالموگرا 239
چالموگرا ئۇرۇقى مېيى 1113
چالموگرا يېغى 1113
چالىيە 536
چامغۇر 845
چامغۇر گۈلى 873
چامغۇر ئۇرۇقى 990
چاندى 764
چاندىكى ۋەرەق 751
چاھارپۇت ئاسمانى 474
چاھارمىغ 474
چاۋول مونكىرا 239
چائى 75
چائى خىتائى 75
چاي 761
چايان 703
چاي چىنى 761
چاي خىتائى 761
چەبىيلە 780
چەترەك 1134
چەرەس 609
چەرچە 119
چەرچىتە 379
چەرچىرا 379
چەرىيلە 780
چەستە 973
چەشمىخۇرۇس 984
چەھەل پەتتەر 473
چەمپەل جەنگىلى 61
چەمكاردەر 348
چەندەن لال 137
چەئى سەبزى 75
چوپ بىلسان 326
چوڭ پۈنۈس ئۇرۇقى 230
چوڭ سۈتئۆكئۇت 114
چوڭ يوپۇرماقلىق جىنتىيانە 1055
چولائى كاساخ 129
چۇنا 671
چۇپۇرشاڭ 371
چۇغوندان 833
چۇقا 372
چۇقا يىلتىزى 372
چۇلۇك دەرخى قوۋزىقى 626
چۇلۇك يىلتىزى پوستى 626
چۇۋانسە 413

www.uyghurkitap.com

چۆپچىن 210
چۆپچىنى 210
چۆپچىنى ئەسلىي 212
چۆپچىنى ئەھمەر 212
چۆل پىيىزى 859
چۆل رەيھىنى 327
چۆل يالپۇزى 373
چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 148
چۇچۇمەل ئانار 140
چۆژگۈن ئۇندۇرمىسى 883
چۇمۇلە 1076
چىپار كەسلەنچۈك 515
چىرچىتە 410
چىرچىدا 410
چىرىمتال تىشى 685
چىرياكا گۆشت........ 743
چىرياكى دىماغ 756
چىغىرتماق گۈلى 412
چىغىرتماق ئۇرۇقى 335
چىغىرتماق يىلتىزى 389
چىگە چىچىكى 446
چىگىت مېغىزى 1004
چىگىت يېغى 1139
چىڭگىلىك 1054
چىلاپا 191
چىلپايە 161
چىلغوزا 1013
چىلۋە 236
چىنار 399
چىنار دەرىخى 399
چىنار دەرىخى ئۇرۇقى 707
چىنار ئۇرۇقى 707
چىنىگۈل 455
چىيتا 1134
چىيتە 1134
چىينا 956

خ

خارشتور 413
خاسىڭ 1021
خاسىڭ يېغى........ 986
خاشخاش كى بيج 1010
خافاش 348
خاكشى 833
خام ئەگىرسۇناي 361
خانەرۇ باھ 943
خەتەقە........ 1016
خەترىق 322
خەراسول كەلەب 161
خەرەك 1054
خەربەخ ئەبيەز 557
خەربەخ سەفىد 557
خەربەق ئەسۋەد 1127
خەربەق سىياھ 1127
خەربەق ھىندى 1127
خەربوزە........ 254
خەربوزە تەلىخ 179
خەربوزەكى بىيخ 478
خەردەل 1135
خەردىل ئەبيەز 1122
خەرزەمىر 419
خەرنۇپ........ 327
خەرنۇپ شامىن........ 327
خەرنۇب نەبىتى........ 327
خەرمۇھرە 812

خەزمىيان 753
خەس 68
خەسكى بىج 605
خەشە بولىيەفىننى 210
خەشخاش كى چال 573
خەشخاشكى رەس 613
خەندۆرۆس 107
خەندىرۆس 445
خەيدەي 401
خوبانى 490
خوخ 56
خوخا 119
خورما 253
خورمائى رەتبە 253
خورمائى يابسى 253
خوك 218
خولائى ساگ 129
خولىنجان 879
خوبانتا مىغىز 94
خۆبسۆلھەدىد 259
خۆرنۆب بوششۇك 327
خۆسىيەتۆل سۇئلەپ 943
خۆنسىياۋشان 301
خۆنى گاۋزەن 949
خېمگۆل 888
خېنگۆل 234
خېنگۆل ئۆرۈقى 1118
خىتمى كى بىج 443
خىتمىكى جەر 377
خىرا تىن 216
خىرفەكى بىخ 637
خىرسال 236
خىلاف زەفىاق 439
خىلافى بەلەخ 781
خىمىل دەستەك 653
خىيارشەنبەر 198
خىيارىن 825

د

دارپىلپىل 87
دارچىن 79
دارچىنكا پەتتە 82
دارچىنى 79
دارچىل يوپۇرمىقى 82
دانە پەرەك 666
داۋا 285
داۋائىل ھەيىە 813
دەبىق 157
دەرەخت پىچان 201
دەرەختى ئەنجىدانكا گۆندى 1074
دەرەختى شانە 66
دەرەختى غاركابىج 1068
دەرمەنە تۆركى 549
دەرمىنە تۆركى 549
دەرىخى زىرەشكىكارس 1034
دەرىخى مىسىۋاك 524
دەھەنۆ بىلسان 1133
دەھەنۆل 1081
دەھەنۆل مىشمىش 489
دەھەنى سەمەك 687
دەھەنى لوك 1086
دەھەنى ۋەرد 418
دەھتورەكى پول 619
دەھتۆرەكى ۋەرەق 621
دەھنۆل خەس 139

دەھنۇل قۇرتۇم 580

دەھنۇل لەۋنز 1105

دەھنى دۇججاجە 355

دەھنياكى بىج 640

دەۋلى 114

دەمۇل ئەخۇ ۋەيىن 301

دەمۇئەللايىل 949

دەند 526

دورس 595

دولان 816

دولانا 816

دولانە 816

دوھۇنۇل خەرۋئى 197

دوھنۇل دوبى 588

دوھنۇلياسمەن 611

دۇبى كى تىل 588

دۇخەن 107

دۇر 895

دۇرنەج ئەقرەب 789

دۇرۇنجى ئەقرەب 789

دۇلەپ 399

دۇنا مەرۋا 785

دۇئى فەرمۇھرە 812

دۇۋلى 116

دىھى 880

دىبىق 569

دىپساكۇس 997

دىپساكۇس يىلتىزى 997

دىڭىز سەرتانى 668

دىڭىزبيا 397

دىماغ كاجارۇ 158

دىماغى ئەسافىر 765

دىماغى كۇنجۇشك 765

دىماغى گۇسپەندى 745

دىماغى مىش 745

دىۋرقاي يىپلىمى 905

دىيۇچە زەلۇ 215

ر

راتيانەج 850

راجى پوتەك 380

رازيانەج 117

راسەن 333

رال 673

رام تەسلى 791

رانگا 674

راۋولفىيە يىلتىزى 599

رائى 1135

رائى سەفىد 1122

رەتبە 494

رەۋەن 817

رەۋەن چىنى 817

رەۋەندى 817

رەۋغەنى بىلسان 1133

رەۋغىنى ئارەندى 187

رەۋغىنى بادام 1105

رەۋغىنى بىدئەنجىرا 197

رەۋغىنى پىنبەدانە 1139

رەۋغىنى تۇخۇمى كاھۇ 139

رەۋغىنى چەنبىلى 611

رەۋغىنى چىنى بادام 966

رەۋغىنى دۇبى 588

رەۋغىنى زەرداپ 499

رەۋغىنى زەرد ئالۇ 489

رەۋغىنى زەيتۇن 1081

www.uyghurkitap.com

رەۋغىنى سىياھدان 1136
رەۋغىنى ھەببى سالاجىت 528
رەۋغىنى سىمسىم 1130
رەۋغىنى شاپتالۇ 1148
رەۋغىنى شۇنىز 1136
رەۋغىنى قەلەمفۇر 1086
رەۋغىنى قورۇئ 64
رەۋغىنى كاپىشە 580
رەۋغىنى كاتان 862
رەۋغىنى كەدۇ 64
رەۋغىنى گۇل سۇرۇخ 418
رەۋغىنى گۇسپەندى 718
رەۋغىنى لەۋزۇلمىرە 97
رەۋغىنى ماھى 687
رەۋغىنى مۇنگى پەلى 966
رەۋغىنى مۇرۇغ 355
رەۋغىنى مىيش 718
رەۋغىنى ھۇرمىل 1092
رەيھان 90
رەيھان ئۇرۇقى 794
روساسى ئەبيەز 674
روساگاس 807
روشەنگۇل 698
روشەنگۇل چۆپى 698
رومانى مور 140
روممانى هامىز 73
روھۇ سەمھۇر 968
روھىل بەنجى 609
رويان 1126
رۇبا 946
رۇبىبسۇس 849
رۇسۇت 1034
رۇشنائى 1024
رۇمان ھەلو 261
رۇمبەدىيان 78
رىپدەگۇل 696
رىساس ئەسۋەت 689
رىساسى ئەبيەز 831
رىگماھى 964
رىشە ختمى 377

ز

زادرارىھ 1112
زاراڭزا چىچكى 552
زاراڭزا مىغىزى 509
زاراڭزا يىغى 580
زاغۇن ئۇرۇقى 962
زاك ئەبيەز 1035
زاك سەفىد 1035
زەبۇلئەرىز 733
زەبىر 131
زەبىد لەبەنىلفەرەس 123
زەپەر 734
زەر 800
زەرچىۋە 510
زەردە چۆپ 510
زەد چۆبە 510
زەردەك 486
زەرنەخ تەبىقى 676
زەرنەخ زەرد 676
زەرنەب 822
زەرنەپ 822
زەرنىخ 676
زەرىد ئالو 490
زەرىۋەرد 309

زەرنىد ھەر 171
زەفىران 734
زەمچە 1035
زەنجىفە 221
زەنجىۋىل 76
زەنجىۋىل شاھى 333
زەھەب 800
زەھەرناك 1054
زەھرەتۇل لىسانۇسسەۋر 801
زەھرۇل غۇبەير 979
زەھرى مۆھرە 705
زەيبەق 223
زەيتۇنكاپەل 487
زەيتۇنكاتىل 1081
زەيتۇن مېۋىسى 487
زەيتۇن يېغى 1081
زەيىت 1081
زوفدە 711
زورەمبات 797
زورەنبات 797
زۇفائى خۇشكى 831
زۇفائى يابىس 831
زۇفتى رۇتەپ 1073
زۇفىدەئى 505
زۇببۇلرىياخ 733
زۇپا 831
زۇپتى رومى 1073
زۇپرى 218
زۇمرە 774
زۇمرەت 774
زېرى رومى 517
زۆرەھنا 234
زۆھرە توششەلجەم 873
زۆھرۇل 144
زۆھرۇلقەرتۇم 552
زۆھرۇلقۇتنى 766
زۇلۇك 215
زىراۋەندە تەۋىل 1063
زىراۋەندە دەراز 1063
زىرە 521
زىرەدەشتى 1123
زىرە سەھرايى 1123
زىرەشكە 929
زىرە گىرمانى 521
زىرىق 929
زىغىر ئۇرۇقى 860
زىغىر يېغى 862
زىمىن قەندى 763
زيرەگۇل سۇرۇخ 309

س

سابۇن 232
سابۇن دىيىسى 232
سازاڭ 216
سازەج ھىندى 784
سالاجىت 649
سال يىلىمى 673
سامساق 1116
سانا 182
سانائى مەككى 182
سانجىقئوت يىلتىزى 706
ساندى 505
سانۇل ساترى 1097
سانىپ 213
سانىپ كى كال 395

ساۋمبي 59
سەبدنگۇل 101
سەبرە 181
سەبرەگۇلى 120
سەبرى سەقترە 181
سەپرائوت يىلتىزى پوستى 916
سەپەرجىل 60
ھەپىدىئاپ كەشغەرىي 682
سەدەپ 298
سەدەپ قۇلۇلە قېپى 298
سەرەس 1026
سەرەس قەۋزىقى 1026
سەرپىستان 157
سەرتان بەھرى 668
سەرتان نەھرى 667
سەرخس 242
سەرسۇك 1122
سەرسۇك سەفىد 1122
سەرسىبىل 390
سەرشىم ھىچىلى 687
سەرماي 499
سەرمۇق 1003
سەرۇ تۇركىستانى 822
سەرۋە 243
سەفىدە كاشغەرىي 682
سەقەنقۇر 968
سەكبىنەج 345
سەلج 610
سەلخە 79
سەلخۇلھەيىە 395
سەمەرى تەرفا 285
سەمەك 740
سەمەكە تۇسسەيدا 965
سەمەكتۇس سەيدا 976
سەمەكىلى 190
سەمەندەرجاگا 1044
سەمغى ئەرەبى 865
سەمغى پەتىدە 866
سەمغى قىتاد 866
سەنەمبۇل 356
سەنەئى سەبويە 1124
سەنجىدكى پول 979
سەنجى 290
سەندەل ئەبيەز 795
سەندەل ئەھمەر 137
سەندەل سەفىد 795
سەندەل سۇرۇخ 137
سەنكىيا 225
سەنگادان 899
سەنگى ئاھەن 473
سەنگى جاراھەت 672
سەنگدانە مۇرۇغ 899
سەنگى سەرماھى 477
سەنگى يەشىپ 799
سەنگى يەشىم 799
سەنگى يەھۇدى 476
سەۋزە 486
سەۋزە ئۇرۇقى 963
سەۋسەن 412
سەئدى كوفى 819
سەئدى ھىندى 819
سوبوس 422
سوبوس گەندۇم 422
سوختەئى كاغەز 293
سورەج مەككى جىر 460
سوسفەندى 114

www.uyghurkitap.com

سوغنگول 844
سوقا بېھى 906
سوقمونىيا 205
سوككەرخاكى 769
سولكا گوندى 865
سوماكول پالتا 566
سوم سىر 1116
سونا 800
سونا مەككى 802
سونىفكى جەر 892
سۆئلەپ مىسرى 943
سوياكى بيج 581
سۇ بولجۇرگىنى 922
سۇ بولجۇرگىنى چۆپى 922
سۇ پارى 536
سۇداب 1097
سۇرۇخ چەشمە خورۇس 984
سۇزاپ 1097
سۇزاپ ئۇرۇقى 512
سۇسفەندى 116
سۇغۇر سېقئوتى 251
سۇغۇر ئوت 295
سۇككەر 826
سۇككەر ئەسۆە 264
سۇڭپىياز 272
سۇماق 104
سۇمبۇل تىپ 782
سۇمبۇل چىنى 770
سۇمبۇل رومى 782
سۇمبۇل ھىندى 782
سۇممۇلفار 225
سۇمۇم 225
سۇناكى ۋەرەق 749
سۇنەف رومى 78
سۇنبۇل جوبەلى 769
سۇنبۇل كوھى 769
سۇنتى 76
سۇندۇرۇس 821
سۇھاگە 346
سۆرۇنجان 575
سۆرۇنجان تەلخى 587
سۆرۇنجان شىرىن 575
سۆرۇنجان مىسرى 575
سۆرۇنجان ھەلۋ 575
سۆگەت 439
سۆگەتگول 419
سۆئلەپ 946
سۆئلەپ چىنى 300
سۆئىتەر 571
سۇپورگە ئۇرۇقى 233
سۇتئوتى 369
سۇرەج مەككى بىج 274
سۇرەج مەككى پول 555
سۇرمە 1024
سۇزە 123
سۇزە چۆپى 123
سۇزمە 880
سېخ تەخەت 595
سېدخار 635
سېرىق چېچەك 581
سېرىق سۆگەت پوتلىسى 781
سېرىق ماي 499
سېرىق ھېلىلە 171
سېرىقيۆگەي 201
سېرىقيۆگەي ئۇرۇقى 165
سېغىزخان 1029

سىغىزخان ئۆتى 1029
سىغىنچىچكى 411
سىمىزئوت 99
سىمىزئوت ئۇرۇقى 637
ستاۋەرى 1101
سىرسۇرۇخ 221
سىركە 442
سىسە 689
سىلارەس 1039
سىلبوم ئۆتى 374
سىماپ 223
سىماقۇل ئەبغەيىن 651
سىم سىم ئەسۋەد 1008
سىم سىم دەشتى 1007
سىم سىم سەفىد 1009
سىم سىم سىياھ 1008
سىيادان 1131
سىيادانە 1131
سىيادان يېغى 1136
سىياھ سۇرمە 1024
سىيىپ 775
سىيىپ جەنگىلى 658
سىيىپ دەشتى 658
سىيسالىيوس 881
سىيسالىيوس ئۇرۇقى 881

ش

شاپتۇل 56
شاپتۇل مېغىزى 1147
شاپتۇل مېغىزى يېغى 1148
شاتارى 362
شاترەنجى ھىندى 1134
شاتۇت 1038
شاخار 904
شاختا 240
شاخ دارچىن 81
شاخ كەركىدان 664
شاخ گوزەن 736
شادىنە 297
شادىنەج 297
شازاندىرا 608
شاسپارى 629
شافتالۇ 56
شاقاقۇل 986
شاقاقۇل مىسرى 986
شاقايىقۇننو ئىمال 429
شاقايىقۇننوئىمان 429
شاكال بەديان 506
شالدىربۇيا 523
شالدىربۇيا ئۇرۇقى 523
شال ئۇندۇرمىسى 883
شاھبەللۇت 629
شاھتەررە 240
شاھتەررە ھىندى 240
شاھتۇرى 498
شاھترە 240
شاھ سۇ پىرەم 90
شاھدانە 618
شاي سىينى 761
شەب يەمانى 1035
شەپەرەڭ 348
شەپەرەڭ قۇرۇق مايىقى 350
شەپەرەڭ مايىقى 350
شەپىرە 348
شەترەنجى 1134

www.uyghurkitap.com

شەجەرەتۇل بەراغىيس 195
شەلجەم 845
شەلغەم 845
شەلغەمكى بىج 990
شەمئى 408
شەھەد 971
شەھتۇت 1038
شەھمەنزەل 179
شەھىدان 695
شەۋكىران 595
شەئىرۇ جىبال 168
شەئىرۇلئەرەز 168
شەئىرى 788
شەيخ خۇراسانى 549
شوخلا 136
شور 482
شور قەلىمى 482
شوقۇرخار 913
شوكتەلىيەبزە 374
شوتۇر مورغى 513
شۇشى گۇسپەندى 840
شۇكائى 119
شۇمبۇيا 1069
شۇمبۇيا چۆپى 1069
شومشا ئۇرۇقى 856
شۇنىز 1131
شىكەر 826
شىرە كۆكنار 613
شىرخىست 207
شىرگوسپەندى 717
شىرگىيا ـ شىرىك 114
شىقىلداق يىلتىزى 871
شىكەر تىغال 858
شىكەر تىيغال 858
شىكەر سۇرۇخ 264
شىكەر قەندى 763
شىكەر قومۇشى 256
شىكەر جۇۋاسا 200
شىڭگىرىپ 221
شىنجاڭ بالدىرغىنى 584
شىنجاڭ قەنتپەرى 936
شىنجاڭ قەنتپەرى يىلتىزى 936
شىۋاق 340
شىۋكول جەمەل 913
شىر 893
شىر ئەسپ 352
شىردەر 868
شىرزەن 132
شىرشۇتۇر 828
شىرگاۋ 130
شىرگىياھ 116
شىرمىشگاۋ 266
شىرمىش 717
شىر ئۇلاغ 868
شىيخ 549

غ

غاپەس 195
غار 1140
غار ـ غار 1140
غارىقۇن 193
غاز تاپان چۆپى 295
غاز تۇخۇمى 977
غاز تۇخۇمى شاكىلى 652
غاز قانتىئوتى 304

غاز قىينى 693
غاز گۆشى 978
غاز ئوتى 195
غازى ئوتى 304
غەزرۇت 678
غولپىياز 272
غۇنچىئۇزۇم 921

ف

فارۋاز گۇنە 379
فاغىرە 1050
فالىسە 113
فەرەنجىمىشكى 791
فەرفىيۇن 1089
فەربىقا 125
فۇپەل 536
فۇدىنەج 571
فىروزە 699
فىلفىل 87
فىلفىل داراز 87
فىندۇق 1012
فىيروزەج 699

ق

قاپاق 63
قاپاق ئۇرۇقى 92
قاپاق يېغى 64
قارا ئارچا يىلىمى 821
قارا ئەندىز 333
قارا پارپا 1084
قارا خەربەق 1127
قارادان 404
قاراسۇنا 68
قارا شېكەر 264
قارا كۇنجۇت 1008
قارا ھېلىلە 238
قارا ئۇجمە 255
قار چېكەتكە 981
قارلەيلىسى 386
قارلىغاچ چاڭگىسى 872
قارلىغاچ ئۇۋىسى 872
قارىغاي يىلىمى 850
قارىكۆز بەدىيان 581
قارىكۆز بەدىيان مايىسى 561
قارىمۇچ 85
قارىمۇق 1003
قارىئۆرۈك 110
قاشتېشى 799
قاشلىقئوت 281
قاغتىرنىقى 427
قاقىرا تۇمشۇق 1072
قاقىرا تۇمشۇق چۆپى 1072
قاقلە 892
قاقلە سىغار 757
قاقلە كىبىر 897
قاقلە كىبار 897
قامچىگۈل 310
قامچىئوت 367
قامچىئوت يىلتىزى 246
قامغاق 913
قانتېپەر 251
قاندالا 643
قاندالا يىلتىزى 643
قان توختىتىش تېشى 297

www.uyghurkitap.com

قانسه 899
قايماق 131
قەتەف 1003
قەتىران 1073
قەرتاس 293
قەردمانا 1111
قەردمانە 1111
قەرقىس 242
قەرئى 498
قەرىز 1119
قەزبول بەقەر 980
قەزبى گاۋ 980
قەسبۇزەرىرە 236
قەسەبۇسسۇكەر 256
قەشۇرۇل بەيزە 296
قەشرۇ ئەسلىي رومان 543
قەشرۇل خەشخاش 573
قەشرۇل رۇمان 679
قەشقەر ئۈپىسى 682
قەشئۇل جەۋزى 893
قەشر ئەسلى رازيانەج 892
قەغەز كۆلى 293
قەلا 904
قەلەمپۇر 83
قەلەمپۇر يوپۇرمىقى 356
قەلەمپۇر يىغى 1086
قەلەمفۇر 83
قەلەي 674
قەلئى 674
قەمبىل 535
قەنبىل ئەسلىي 535
قەنتەريۇن 188
قەنتەريۇن سەغىر 188
قەندى تيفال 858
قەندى سىياھ 264
قەھۋە 601
قەيقەھرى 673
قوتاز سۈتى 266
قوتاز گۆشى 992
قوتاز ئوغۇز سۈتى 989
قەرتئوت 250
قوغۇشۇن 689
قوغۇن 254
قوغۇن ساپىقى 479
قوغۇن ئۇرۇقى 478
قوڭغۇراقباش 960
قوڭغۇراقگۈل يىلتىزى 853
قوناق 497
قوناق ساقىلى 452
قونۇن شېخى 594
قوي ئاشقازىنى 889
قوي جىگىرى 809
قوي سۆڭىكى يىلىكى 128
قوي سۈتى 717
قوي قورساقچىسى 889
قوي قېرىنى 889
قويكۆزى ئوت 282
قوي گۆشى 719
قوي مېڭىسى 745
قوي ئۆپكىسى 840
قوي ئۆتى 1027
قوي يېغى 78
قوي يىلىكى 128
قۇرالاي 271
قۇرامىيەپچىنى 188
قۇرۇتتۇلغان ئېيىق ئۆتى 1032

قورۇق قارا چيكەتكە …… 981
قوستە تەلخ …… 1106
قوشقاچ تىلى …… 1087
قوشقاچ گۆشى …… 743
قوشقاچ مېڭىسى …… 756
قوشقانات …… 404
قوش ئىزى …… 1060
قولماق …… 888
قولماق گۈل …… 888
قولۇلە قېپى …… 812
قوم ئاموت …… 925
قومۇش يىلتىزى …… 914
قوندۇز قەھرى …… 753
قوندۇز ئوت …… 852
قونۇن …… 594
قونۇن غولى …… 594
قېتىق سۇزمىسى …… 880
قېرە …… 240
قېرىقبوغوم …… 275
قېرىقىز …… 437
قېرىقىز ئۇرۇقى …… 437
قىسقۇچپاقا …… 667
قىشمىش …… 175
قىغ قوڭغۇزى …… 593
قىراسىيا …… 70
قىرغاۋۇل …… 1053
قىرغاۋۇل گۆشى …… 1053
قىرفە …… 79
قىرلىق پىيازەك …… 483
قىرىقئاياغ …… 708
قىرىقئاياغ چۆپى …… 708
قىزىل بۇغداش …… 129
قىزىلچا …… 898
قىزىلچا يىلتىزى …… 898
قىزىل چوغلوق …… 357
قىزىل چوغلوق يىلتىزى …… 357
قىزىل چۆپچىن …… 212
قىزىل سەندەل …… 137
قىزىل سىر …… 221
قىزىل قولتۇق پاقا …… 218
قىزىل قىچا …… 1135
قىزىلگۈل …… 146
قىزىلگۈل چېچىكى …… 309
قىزىلگۈل يېغى …… 418
قىزىل مارال …… 994
قىزىل مارال غولى …… 994
قىزىلمۇچ …… 564
قىزىل ئۈزۈم …… 263
قىزىل ئۈزۈم ئۇرۇقى …… 625

ك

كابابەسنى …… 1050
كاپ ـ كاپ …… 369
كاپوسكا …… 451
كاپۇر …… 134
كات …… 1047
كاتھىندى …… 1047
كاتمەندە …… 159
كارتىرى …… 632
كارى مىيندى …… 1144
كازى …… 124
كاسنە …… 928
كاسنەكى بىچ …… 145
كاسنە ئۇرۇقى …… 145
كاسنە يىلتىزى …… 313

كاسنى 928
كاشم 1083
كاشم يىلتىزى 1083
كافۇر 134
كافى 601
كاكتوس 696
كاك ماھىرى 190
كاكىنەچ 380
كالا دانە 208
كالا سۇتى 130
كالا گۆشى 742
كالا ئۆتى 700
كالا يادا تېشى 397
كاللەكبەسەي 451
كالىي خەربەق 1127
كالىيزىرە 1123
كالىقۇلاق 283
كالىي مورچ 85
كامچاتكا 642
كاندەر 518
كاھمەككى 807
كاھو 68
كاھۇ 68
كاھۇكى تىيل 139
كاھۇ ئۇرۇقى 605
كاھۇ يېغى 139
كاۋا 498
كاۋاۋىچىن 1050
كاۋا ئۇرۇقى 534
كەبابە 1046
كەبابە چىينى 1050
كەبابە مېۋىسى 1046
كەبۇرتەركاگوشت 725

كەبىركى جەر 1064
كەپە 501
كەپە يىلتىزى 501
كەپتەر تۇخۇمى 423
كەپتەر گۆشى 725
كەپرەس 227
كەپۈلئەزنەپ 813
كەتەم 1144
كەتەم ئەسلۇل 1037
كەتتا بادام 542
كەترا 866
كەترا چىنى 663
كەترانگوندى 866
كەتمەتقوڭغۇز 269
كەچۇۋاكا گۆشتى 988
كەدەر 124
كەدەرو 678
كەدويى رومى 491
كەدۇدانە 92
كەدۇشىرىن 63
كەدۇ شىرىنكى 534
كەرەپشە 336
كەرەپشە ئۇرۇقى 461
كەرەپشە يىلتىزى 351
كەرە سۇماق 104
كەرەفسى 336
كەركىدان مۇڭگۈزى 664
كەرمان 760
كەرمان چۆپى 760
كەرمان يىلتىزى 760
كەرنە بۇل مائى 144
كەرنە بولمائىكى بىج 917
كەرنە بولغائىكى پول 144

كەرنوب 451
كەرۋا بادام 542
كەرۋابادامكى تىل 97
كەرۋا سۆرۈنجان 587
كەرۋىيا 517
كەرىم گىل خۇر 216
كەرمى ھەربر 827
كەستورى 755
كەستۇرانە 583
كەسلەنچۈك 515
كەسۇس 165
كەشمىرا 61
كەشنىز 67
كەشنىز سەبزى 67
كەكرە 229
كەكرە چۆپى 229
كەكرە ئۇرۇقى 338
كەكلىك گۆشى 723
كەمادەريوس 338
كەنبىلا 535
كەندىر ئۇرۇقى 618
كەندىر ئۇسارىسى 609
كەندىنا 492
كەندىناكى بىچ 514
كەۋرەك 1102
كەۋرەك يىلتىزى 1102
كەھرىبا 645
كەھرىبا ئەسلىي 645
كەھرىۋا 645
كەھۇل كىرمانى 678
كوسوم بىچ كى تىل 580
كوفى 601
كوكاش 142
كوكوس مېۋىسى 957
كومۇنى مۇلۇكى 902
كوندۇر يىلىمى 632
كوھلى 1024
كۇپرە 957
كۇپرەس 227
كۇتىكى 394
كۇچۇلا 1095
كۇرراسى 492
كۇركۇم 734
كۇشات 813
كۇلۇنچى 1131
كۇلى بىھىسى 906
كۇلى بىھىسى قىىقى 906
كۇمۇش ۋاراق 751
كۇمۇنى 521
كۇندۇر 632
كۇندۇش 1057
كۆپىكىدەريا 1044
كۆك ئامۇت 925
كۆك ئەمەن 317
كۆكتاش 666
كۆك تاماكۇ 602
كۆك شۇمبۇيا 1069
كۆك كاۋا 491
كۆك كاۋا شاپىقى 450
كۆك كاۋا شۆپىكى 450
كۆكمارال 642
كۆكمارالى 642
كۆك ماش 932
كۆكنار پوستى 573
كۆكنار ئۇرۇقى 1010
كۆكنار يېلىمى 613

كۆممىقوناق ساقىلى 452
كۆدە 492
كۆدە ئۆرۈكى 514
كۆمۈش 764
كۆنجۈت يېغى 1130
كېتى ھىندى 1047
كېلەر 505
كېلېمىل تېشى 1143
كېلىچىن 879
كېمىلە 535
كېۋەز ئانىسى 66
كېۋەز ئانىسى ئۆرۈكى 370
كېۋەز چېچىكى 766
كېيىك قېنى 307
كىبرىت 219
كىبرىت مۇسافقى 219
كىپاس كاپۆلى 766
كىپور 134
كىچىك پۆنۆس ئۆرۈكى 230
كىچىك چىلان 268
كىچىك خوخا 278
كىچىك خوخا چۆپى 278
كىچىك سۆتلۆكئوت 116
كىراخمال 846
كىرەش 184
كىرەش يىلتىزى 184
كىرپە 731
كىرپە تېرىسى 311
كىرپە گۆشى 731
كىشمىش 175
كىلاشى 70
كىلوياكۆمۆنى رۆمى 517
كىلىمان تېشى 1143
كىندىش 1057
كىيىك ئالمىسى 282
كىيىلا 484
كىيىلە 484
كىيۆرە 124
كىيىل دارۇ 242

گ

گاجىر 486
گاجىركى بىچ 963
گاستروديىە ئوتى 738
گاستروديىە ئوتى يىلتىزى 738
گاۋچەشمى 154
گاۋچەشمى - مورىھى 154
گاۋرەس 497
گاۋزۇبان ھىندى 159
گاۋزبان چىنى 433
گاۋزبانكى پۆل 801
گاۋزبان ھىندى 159
گاۋشىر 315
گائىكاپەتتى 700
گائى كاگوشت 742
گائى كى دۇدىھى 130
گەج 671
گەدىكى دۇد 868
گەز 623
گەزەر 486
گەزمازەج 285
گەندىنا 492
گەندۇم 730
گەننا 256

گوربەئى بىد 781
گورى كى دۇد 352
گورىكى دۇدكى مەككەن 122
گۆرەل 126
گۆرەل ئۇرۇقى 126
گۆزەردەشتى 986
گۆزەن 293
گۆز قوناچ ئۆندۆرمىسى 883
گۆرى كاگوشت 729
گوشت بەتىخ 991
گوشتى ئەسبى 729
گوشتى خەرگوش دەشتى 1058
گوشتى كەبۇتەر 725
گوشتى گاۋ 742
گوشتى گۆسپەندى 719
گوشتى مۇرۇغ 714
گوشىر 315
گۆشتى سەنگى پەشپە 988
گۆشتى قەبىھ مۇرغى 723
گۆشتى كەبەك 723
گۆشتى كەنجىش 743
گۆشتى گاۋمىش 992
گۆشتى لەكلەك 522
گۆشتى مۇرغى سۇلايمان 1028
گۆشتى شۇتۇر 715
گۆڭگۆرت 219
گۆڭگۆرتلۇك گىياھ 916
گۇلاپ كاپۇل 146
گۇل ئانار 288
گۇل ئەسلى 464
گۇلەمبەر 531
گۇل خوپ دانە 979
گۇل خىتمى 382
گۇلسەۋسەن 412
گۇل سۇرۇج 146
گۇل سۇرۇخكى تىل 418
گۇلسمەن 926
گۇللالە 429
گۇل مە ھىندى 234
گۇل مشكىن 803
گۇلنار 288
گۇل نەسرىن 803
گۇليەسمەن 926
گۇلى ئاپتاپپەرەس 555
گۇلى پىنىە 766
گۇلى تاتۇرە 619
گۇلى جەۋزى ماسىل 619
گۇلى سەۋسەن يىلتىزى 920
گۇلى سۇسەن يىلتىزى 353
گۇلى شەلغەم 873
گۇلى گاۋزىبان 801
گۇلى لىسانۇسسەۋر 801
گۇلى مۇئەسسىپەر 552
گوگىل 330
گۇل دائۇدى 469
گوندىبىبول 865
گويىكى بىج 468
گى 499
گىلاس 70
گىل مەختۇم 659
گىھوڭگى بۇسى 422
گىياھ قەيسەر 417
گىھۇك 730

ل

لاجۇۋەرد 203
لاجىۋرە 203
لاچىندانە چىنى 909
لاچىندانە ھىندى 757
لازۇۋەرىد 203
لاك 810
لاكشامەغسۇل 810
لالە مۇرچ 564
لال جاۋ 623
لال ساگ 310
لانابوتى 780
لائى 678
لەپلەپ ئوتى 931
لەسىيقى 379
لەكلەك كاگوشتى 522
لەمبا زىراۋەندە 1063
لەمباكەدۇ 63
لەمباكەدۇكى بىج 92
لەبەن ئەتان 868
لەبەن بەقەر 130
لەبەن نىسائى 132
لەبەنۇلپە نىرجامۇس 989
لەبۇلخۇخ 1147
لەبۇنۇل ئىز 875
لەبىنۇل جامۇس 266
لەبىنۇل خەشخاش 613
لەبىنۇل لەقاھ 828
لەھسەن 1116
لەھسۇرى 157
لەھمۇ دۇجاج 714
لەھمۇل بەتىخ 991
لەھمۇل جامۇش 992
لەھمۇل جەمبىل 715
لەھمۇل شات 265
لەھمۇلمىش 719
لەھمۇل ھەجەل 723
لەھمۇل ئۇسپۇر 743
لەھمى بەقەر 742
لەھمى بىتەر 728
لەھمى فەرەس 729
لەھمى راھانى 993
لەھمى سەلھىپات 988
لەھمى لەقىللەق 522
لەھمى ھوت ھوت 1028
لەھمى ھۇمام 725
لەئل 772
لەئلى 772
لەئلى لالى 772
لەيلى مەجنۇن 439
لوبان 847
لوبان دەرىخى يىلىمى 847
لوبىيا 125
لوپنۇر كەندىرى 436
لوپىن ئوتى 541
لوك 810
لوكات 435
لوكى مەغسۇل 810
لومىرى 946
لونگى 83
لوھا 245
لۆپاھ 597
لۆئلى 787
لىبولمىشمىش 94
لىپەكگۈل 998

لېپەكگۈل يىلتىزى 998
لېسانۇلسۇر ھىندى 159
لېسانۇل ھەملى 103
لېسۇرا 157
لېمون 51
لېسانۇئاسافۇر 1087
لېھيەتۇتتىش 303

م

مارجان 768
مارجان شوخلا 136
مارچۇبە 1019
مارى 213
مازارىيون 192
مازۇ 1041
مازۇئى سەبرە 1041
ھاشمان 193
ماگنولىيە 884
ماگنولىيە قوۋزىقى 884
ماگنىت تېشى 473
مالكەنگنى 1080
مالكەنگنى مېۋىسى 1080
مالىنا 975
مالىنا مېۋىسى 975
مامچەمەك 421
مامچەمەك چۆپى 421
مامكاپ 369
مامكاپ چۆپى 369
مامىرانچىن 387
مامىران چىينى 387
مامىران سىنى 387
ماسا 628
ماندارىن 262
مانك ياقۇت كۆشتىسى 793
ماھۇدانە 416
ماھى 740
ماھى پەرۋىن 1084
ماھرۇبىيان 1022
ماھىزەھرەج 190
مايتاران ئۇرۇقى 416
ماي قارىغاي 1073
ماي قارىغاي مېۋىسى 1013
مەدەستان 660
مەردار 1054
مەردۇم گىياھ 720
مەرزەنجۇش 785
مەرزەنجۇش كوھى 785
مەرزەنگۇش 785
مەرۋايىت 787
مەرۋايىت باش يوپۇرماق 984
مەستىكى رومى 905
مەسۇر 539
مەششە تۇلھەجەل 844
مەغەزگۈلى يىلتىزى 530
مەككە چامغۇرى 112
مەككە چىغى 807
مەلنار 1114
مەمىرا 389
مەنجىرا 239
مەھمۇدە 205
مەھمۇدە سوقمۇنىيا 205
مەۋسەل ئەبيەز 773
مەۋسەل سەپىد 773
مەۋز مۇنەققى 263
موتى 787

موخىرەك 602
مودەنگۈل 469
مودەنگۈل يىلتىز پوستى 432
موردا سەنگى 660
مورغى كى سەنگىدان 899
موزا 1041
موزايىپشى 344
موزايۈپشى 344
مولى 454
مولى كى بيج 559
موم 408
مونگا 768
مونگى 932
موئى 788
موي 788
مويزىج 569
مويزىك 569
مۇپەررىھ قەلب 152
مۇپەررىھ قولۇپ 164
مۇر 1042
مورچ سۇرۇخ 564
مۇرچۇبە 841
مۇرچۇبە يىلتىزى 841
مۇرچۇن 952
مۇرد 660
مۇرداسەنگى 660
مۇردە 322
مۇرساپ 1042
مۇرغابىكى ئەندا 977
مۇرغابىلى كۇشت 978
مۇرمەككى 1042
مۇرۋەچپيونتا 1076
مۇرىچ سەفىد 890
مۇز 610
مۇس 741
مۇستەھجىلە 1101
مۇسىك 131
مۇشتەل غەۋل 66
مۇشكى 755
مۇشكىتاراموش 508
مۇلىكى قاراشكى 508
مۇشكىدانە 583
مۇغاس 332
مۇفەررىھە قەلب 162
مۇقەل 330
مۇقەل ئەزرەق 330
مۇلغوي 249
موميا 649
مۇندۇلاق 427
مۇھەدبە 491
مېتائارۇكى مەغىز 838
مېغىزى پىستە 1016
مېغىزى پىنبەدانە 1004
مېغىزى خۇبىبائى تەلخى 1146
مېغىزى شاپتالۇ 1147
مېغىزى مشمىش 839
مېغىزى مشمىش تەلخى 1146
مېھرگىياھ 720
مىتا سۇرۇنجان 575
مىتاكەدۇ 63
مىتىنكى بىخ 856
مىچلى 740
مىچلى سەركاسەنگى 477
مىچلىكى رىيت 965
مىس 683
مىس دىتى 1109

مسكى ... 755
مسنىڭ دېتى ... 1109
مسىۋاك دەرىخى قوۋزىقى ... 524
مشكى ... 755
مشكى تارامشكى ... 508
مشكى خوتەنى ... 755
مشكى رۇمانى ... 790
مشكى زەرزىمىن ... 819
مشمىش ... 490
مشمىشكى تىل ... 489
مكۇ ... 136
مكرى كابالا ... 690
مىڭدىۋانە ... 616
ملەك دەريائى ... 1022
ملتى ... 148
ملهى ... 504
منتول ... 586
مهەك ... 83
مئەسائىلە ... 1039
ميتائانار ... 261
ميدە ... 332

ن

نابات ... 741
ناخۇش ئانار ... 140
ناخۇنە ... 417
ناخۇن پەرياك ... 570
نارەنجى ... 53
نارجى ... 1102
نارجىل ... 957
نارچىل ... 957
نارگۇل ئۇرۇقى ... 1000
نارمشكى ... 790
نارىل ... 957
ناشپاتى ... 874
ناگىرمۇتى ... 819
نانخۇا ... 902
ناۋات ... 741
نەئامە ... 513
نەسەج ئەنكىبۇت ... 690
نەربىس ... 1084
نارجىس ... 530
نەركۇچۇر ... 797
نەرگىز ... 530
نەرگىس ... 530
نەرگىس كى بىج ... 1142
نەشە ... 609
نەشپۇت ... 874
نەشك ... 539
نەغزگۇلى ئۇرۇقى ... 1142
نەغزگۇلى يىلتىزى ... 530
نەمەك ... 911
نەمەكى ... 504
نەمىل ... 1076
نەئنائى پۇدىنەج ... 900
نوخۇد ... 956
نوسۇت ... 178
نوقرە ... 764
نوقۇت ... 956
نۆشادىر ... 1114
نۆشۇدۇر ... 1114
نىبو ... 51
نىشاستە ... 846
نىشاستەئى گەندۇم ... 846
نىشكەر ... 256

www.uyghurkitap.com

نىلۇپەر 144
نىلۇپەر گۈلى 144
نىلۇپەر ئۇرۇقى 917
نىل كاجىر 1037

ھ

ھاج 413
ھاشا 323
ھالىتىت 1074
ھايۋاناتلارنىڭ تىلى 935
ھەباھەب 481
ھەببەتۇسسەۋدا 1131
ھەببە تولخۇزرا 1018
ھەببۇررىشات 1019
ھەببۇلئاس 662
ھەببۇلئەرئەر 553
ھەببۇلبان 545
ھەببۇلغار 1068
ھەببۇل قەلقەل 983
ھەببۇل قۇرتۇم 509
ھەببۇل مۇشكى 583
ھەببۇلمۇلۇك 526
ھەببۇلمۇلۇك يېغى 528
ھەببى ئەسۋەد 1131
ھەببى بىلسان 319
ھەببى جىرجىر 962
ھەببى خىبىرۇ 577
ھەببى رومان 634
ھەببى رىشاد 1019
ھەببى زەلەم 1019
ھەببى سەلاتىن 526
ھەببى سەنوبەر 1013
ھەببى فەھىم 1079
ھەببى قەرئى 92
ھەببى قەلب 1079
ھەببى قەلقەم 983
ھەببى قەھتەل 983
ھەببى نىلكاپۇل 342
ھەببى نىل 208
ھەجەرەليەھود 476
ھەجرەليەھۇد 476
ھەجەرەنەمەك 504
ھەجرۇس سەمەك 477
ھەجرۇل ئەئرابى 672
ھەجرۇل جاراھەت 672
ھەجرۇل مومىيا 649
ھەجرۇلھەرىد 473
ھەجرۇليەھۇد 476
ھەجرىمىقياتىس 473
ھەجىرەپەشىب 799
ھەجىررۇشنائى 802
ھەجىردەم 297
ھەجىرنۇر 802
ھەدىد 245
ھەرە كۆنىكى 694
ھەرە ئۇۋىسى 694
ھەرتال زەرد 676
ھەرلالو 207
ھەزاربەندەك 310
ھەسەل 971
ھەسىيت 245
ھەششە غافەس 195
ھەشقىپىچەك گۈلى 342
ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى 208

هالىيونكى بىج 952
هالىيون ئۇرۇقى 952
ھەمشىباھار ئۇرۇقى 383
ھەندە قوقى 494
ھەنىس كاگوشتى 993
ھەيىيە 213
ھوزۇر ھىندى 1034
ھوزۇر 1034
ھۆتھۆت كاگوشت 1028
ھۇماما 1123
ھۇمماز بوستانى 280
ھۇمماز ئۇرۇقى 627
ھۇرۇفى ئەبيەز 1122
ھۆپۈپ گۆشى 1028
ھۆل بۇغا مۈڭگۈزى 736
ھىقىق 777
ھىلىلە ئەسۋەد 238
ھىلىلە زەرد 171
ھىلىلە سىياھ 238
ھىزارپايە 900
ھىڭ 1074
ھىڭكى بىج 550
ھىڭ ئۇرۇقى 550
ھىڭ يىلتىزى 343
ھىممەتۇل ئەفزەر 956
ھىندى ئاقىرقەرھاسى 1101
ھىندىبا 928
ھىندى دانە 57
ھىنىسراج 168
ھىيرا 710
ھىيەل كالالڭ 897

ئو

ئوترۇج 71
ئوترۇچ 71
ئوجونقوڭغۇز 269
ئوچاق 650
ئوچاق چالمىسى 650
ئودىل ۋەج 328
ئوردان 1126
ئورفۇددىك 641
ئوسرۇپ 689
ئوسۇڭ 68
ئوسۇڭ ئۇرۇقى 605
ئوسما يوپۇرمىقى 1144
ئوسما يىلتىزى 1037
ئوغرىتىكەن 474
ئوقاب 1114

ئۆ

ئۆبھەل 553
ئۆجاس 108
ئۆچار چاشقان مايىقى 271
ئۆچقۆن پاقا 218
ئۆدىبلىسان 326
ئۆد سەلىب 167
ئۆدھىندى 823
ئۆدۆلقەرج ئاقىرقەرھا 954
ئۆرۆقۆل كافۆر 797
ئۆزبەر 604
ئۆزبەر چۆپى 604
ئۆزدان 107
ئۆزۆنچاق زىراۋەندە 1063

www.uyghurkitap.com

ئوساره بەنگى 609
ئوساره مەھەك 849
ئوسار مەھەل 849
ئوستقۇدەۋرىيون 520
ئوستقۇددۇس 158
ئوسرۇل 599
ئوشەق 518
ئوشبە مەغرىپى 390
ئوششاق تاغ مۆزىسى 651
ئولا گۆشى 716
ئولار گۆشى 716
ئولا پىكى 895
ئونسۇل ئەرۋاھ 158
ئونناپ 268
ئونتى كادۇد 828
ئونتى كاگوشت 715

ئۆ

ئۆچكە سۈتى 875
ئۆچكە گۆشى 726
ئۆردەكتۇمشۇق گۇل يوپۇرمىقى 854
ئۆردەك گۆشى 991
ئۆرۈك 490
ئۆرۈك مېغىزى 94
ئۆرۈك مېغىزى يېغى 489
ئۆشنان 780
ئۆشنە 780
ئۆمۆچۈك تورى 690

ئۈ

ئۈجمە يوپۇرمىقى 392
ئۈجمە يىلتىزى 869
ئۈچقات 359
ئۈچقاتگۈل غۇنچىسى 359
ئۈزۈم يوپۇرمىقى 349

ۋ

ۋاسالغۇ 93
ۋاق 711
ۋەج تۈركىي 328
ۋەرەقى تۈت 392
ۋەرەقى تىللا 749
ۋەرەقى جەۋزە ماسىل 621
ۋەرەقى زەھەب 749
ۋەرەقى سىم 751
ۋەرەقى قىرفە 82
ۋەرەقى نۇقرە 751
ۋەردى ئەھمەر 146
ۋەھمەشىت 1140
ۋىتۋالاق 739

ئې

ئېنتىزلىق بۇيىسى 365
ئېتىزلىق قىرىقبوغومى 281
ئېشەك سۈتى 868
ئېشەكقۇمۇشى 1006
ئېشەكقۇمۇشى يىلتىزى 1006
ئېشەكيېلىمى 249
ئېقىن سەرتانى 667
ئېگىر 328
ئېگىر تۈركىي 328

ئېۋكوممىيە دەرخى قوۋزىقى 811

ئېۋكوممىيە قوۋزىقى 811

ئېيىققۇلاق 283

ئېيىق مېيى 588

ئېيىقئۇزۇم 186

ئېيىقئۇزۇمى مېۋىسى 186

ئېيىق ئۆتى 1032

ئى

ئىپار 755

ئىتئۇزۇمى 136

ئىتياڭىقى گۈلى 619

ئىتياڭىقى ئۇرۇقى 578

ئىتياڭىقى يوپۇرمىقى 621

ئىراك 524

ئىرسا 353

ئىزخىر مەككى 807

ئىزمۇق 592

ئىسپاناخ 495

ئىسپىغۇل 385

ئىسفەندىكى بىچ 1091

ئىكاش 165

ئىكلىلملىك 417

ئىلى پاقىسى 218

ئىلى سوغىگۈلى 844

ئىلى گۈلەمبىرى 531

ئىنەكپىتى ئۇرۇقى 577

ئىنەكپىتى يىغى 187

ي

ياچۇەك تۇخۇمى 653

يادا تېشى 397

ياز غازىڭى 339

ياز غازىڭى گۈلى 339

ياسمەن كاتىل 611

ياقۇت 793

ياڭاق 748

ياڭاق كۆك پوستى 398

ياڭيۇ 112

يالپۇز 571

يالپۇز جەۋھىرى 586

يالغان ئادەمگىياھ 290

يانتاق 413

يانتاق شېكىرى 200

ياۋا ئالما 658

ياۋا ئامۇت 886

ياۋا پۇرچاق 563

ياۋا پۇرچاق ئۇرۇقى 563

ياۋا توشقان گۆشى 1058

ياۋا زاغۇن 590

ياۋا زىرە 1111

ياۋا سامساق 520

ياۋا كەشمىر 456

ياۋا كەشمىر يىلتىزى 456

ياۋا كەندىر 436

ياۋا كۈنجۈت 1007

ياۋا كۈنجۈت چۆپى 1007

ياۋا نىيا 167

ياۋا ئۆردەك گۆشى 993

ياۋروپا جۇزنىكى 548

يەبرۇجى سەنەم 720

يەج 610

يەر توزغىقى 366

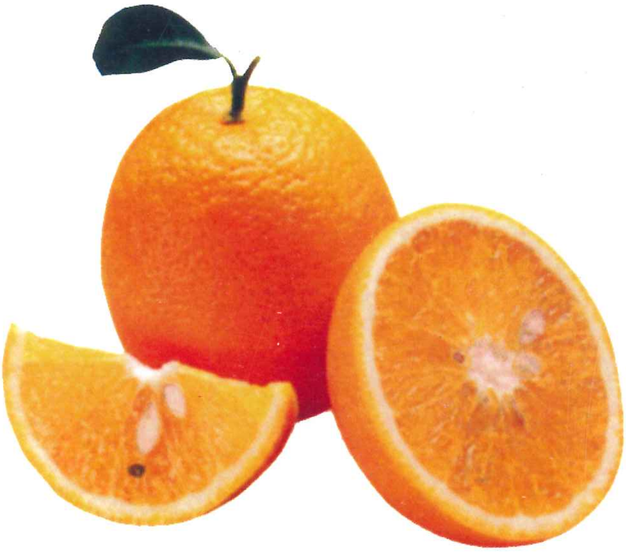
يەر توزغىقى چۆپى 366

يەرلىك توغرىغۇ 502
يەرلىك چىلان 268
يەرلىك سوپۇن 232
يەرلىك شاخار 904
يەرلىك شوخلا 136
يەرلىك گاۋزىبان 433
يەر مەدىكى 733
يەر ياڭىقى 1021
يەر ياڭىقى ئۇرۇقى 1021
يەرلىك ياڭىقى يېغى 966
يەسمەن يېغى 611
يۇلغۇن 623
يۇلغۇن مېۋىسى 285
يۇمران بوغا مۈڭگۈزى 736
يۇمغاقسۈت 67
يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى 640
يۇيان خورا سانى 616
يۆگىمەچئوت 931
يۆگىمەچئوت چۆپى 931
يۇرەكئوت 804
يۇرەكئوت چۆپى 804
يېزىخۇ ئەمىنى 402
يېسىمۇت 125
يېسىمۇق ئۇرۇقى 125
يېكەن سېرىقى 291
يېسىۋىلەك ئۇرۇقى 468
يېشىل چاي 75
يىكەن توزغىقى 291
يېڭنىبىلىق 987
يېڭنىبىلىق تېنى 987
يىلان قاسرىقى 395
يىلان ئۆتى 842
يىلپىز سۆڭىكى 1061
يىلپىز ئۇستىخىنى 1061
يىلىمى خەشخاش 613

www.uyghurkitap.com

لىمون

1.1.1- رەسىم (51_بەت)



ئاپېلسىن

2.1.1 - رەسىم (53_بەت)

پەمىدۇر

3.1.1 - رەسىم (54_بەت)

شاپتۇل

4.1.1 - رەسىم (56_بەت)

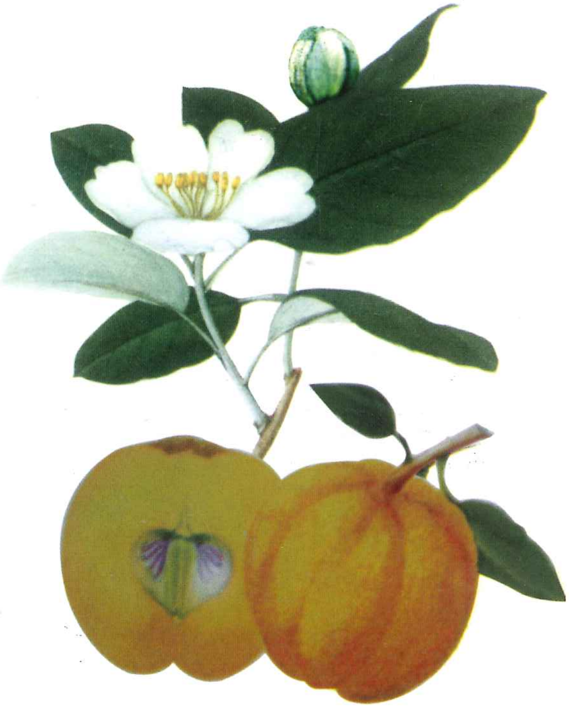
www.uyghurkitap.com

تاۋۇز

5.1.1 – رەسىم (57ـبەت)

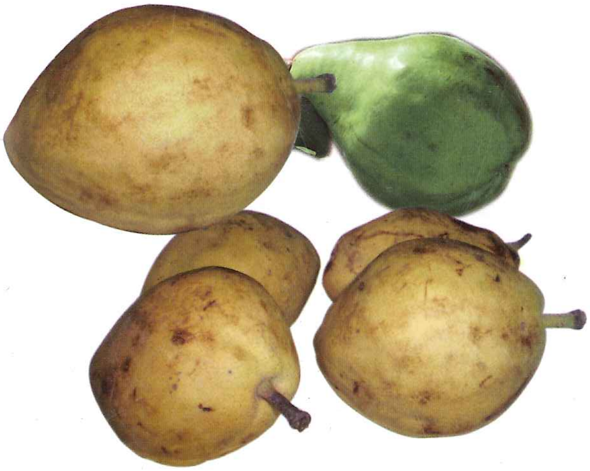
بۆلجۈرگەن

6.1.1 – رەسىم (59ـبەت)



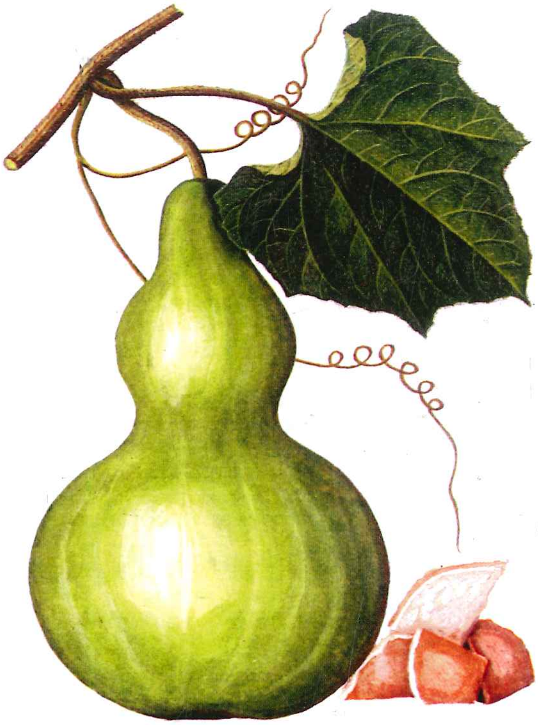
بېھى

7.1.1 – رەسىم (60ـبەت)



ئامۇت

8.1.1 – رەسىم (61ـبەت)

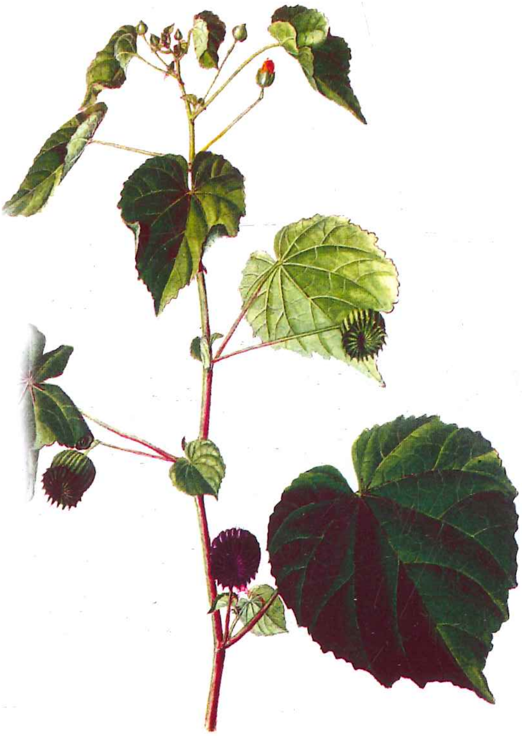


قاپاق

9.1.1 - رەسىم (63_بەت)

قاپاق يېغى

10.1.1 - رەسىم (64_بەت)



كېۋەز ئانىسى

1.2.1 - رەسىم (66_بەت)

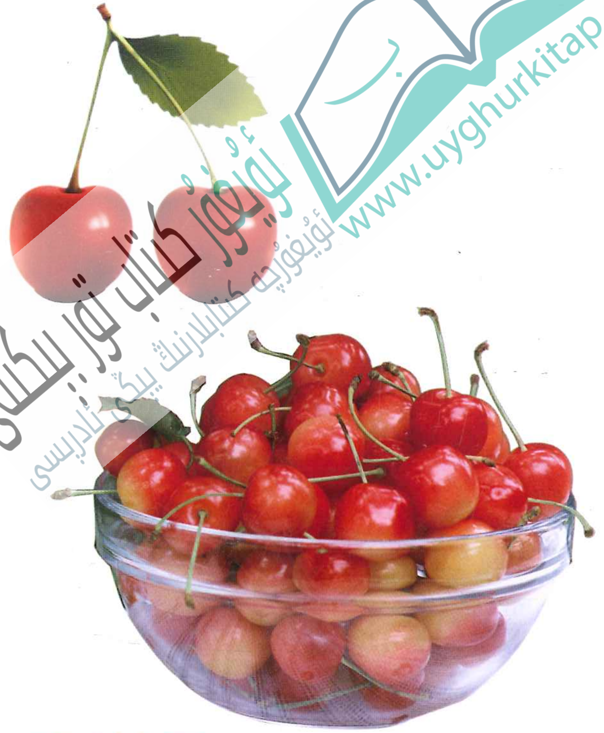
يۇمغاقسۇت

2.2.1 - رەسىم (67_بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

كاھۇ

3.2.1 – رەسىم (68_بەت)



گىلاس

4.2.1 – رەسىم (70_بەت)

ئۆترۈج

5.2.1 – رەسىم (71_بەت)

ئالۇچا

6.2.1 – رەسىم (72_بەت)

ئاچچىق ئانار

7.2.1 - رەسىم (73_بەت)

زەنجىۋىل

1.3.1 - رەسىم (76_بەت)

رۇمبەديان

2.3.1 - رەسىم (78_بەت)

دارچىن

3.3.1 - رەسىم (79_بەت)

www.uyghurkitap.com

شاخ دارچىن

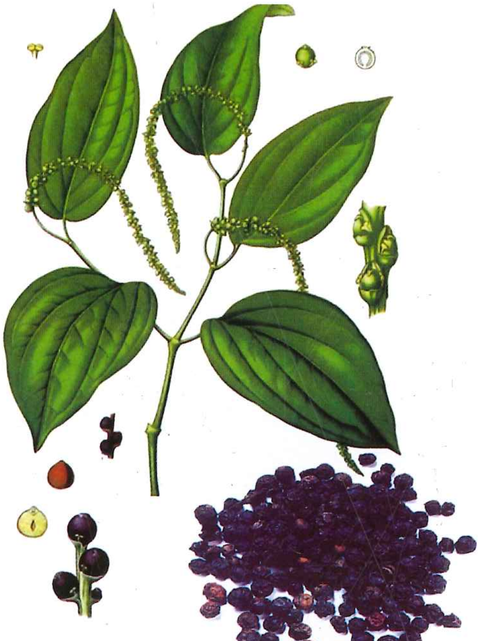
4.3.1 - رەسىم (81-بەت)

دارچىن يوپۇرمىقى

5.3.1 - رەسىم (82 -بەت)

قەلەمپۇر

6.3.1- رەسىم (83-بەت)



قارىمۇچ

7.3.1 - رەسىم (85-بەت)

پلپل

8.3.1 - رەسىم (87_بەت)

پلپل يىلتىزى

9.3.1 - رەسىم (88_بەت)

رەيھان

1.4.1 - رەسىم (90_بەت)

قاپاق ئۇرۇقى

2.4.1 - رەسىم (92_بەت)

www.uyghurkitap.com

ئاق ئۈجمە
3.4.1 - رەسىم (93-بەت)

ئۆرۈك مېغىزى
4.4.1 - رەسىم (94-بەت)

تاتلىق بادام مېغىزى
5.4.1 - رەسىم (95-بەت)

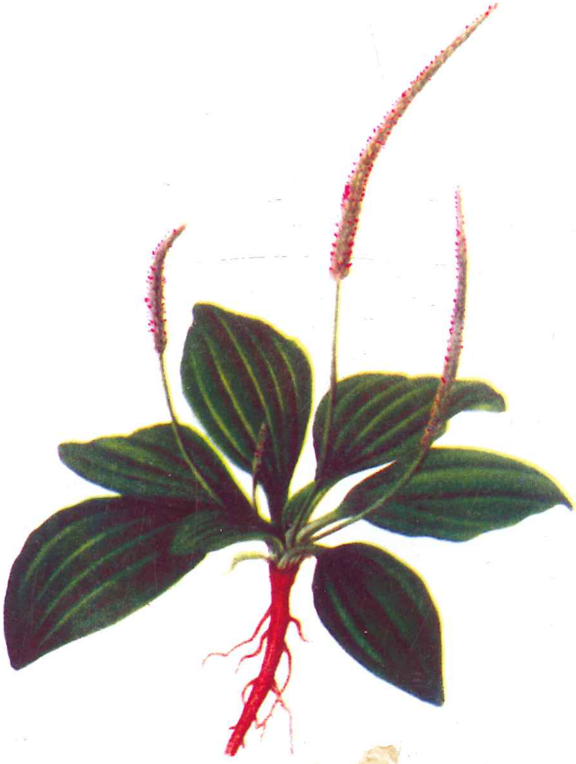
ئاچچىق بادام يېغى
6.4.1 - رەسىم (97-بەت)

سېمىزئوت

1.1.2 ـ رەسىم (99 ـ بەت)

سەبدىگۈل

2.1.2 ـ رەسىم (101 ـ بەت)



پاقىيوپۇرمىقى

3.1.2 ـ رەسىم (103 ـ بەت)

سۇماق

4.1.2 ـ رەسىم (104 ـ بەت)

www.uyghurkitap.com

ئالقات مېۋىسى

5.1.2 - رەسىم (106_بەت)

تېرىق

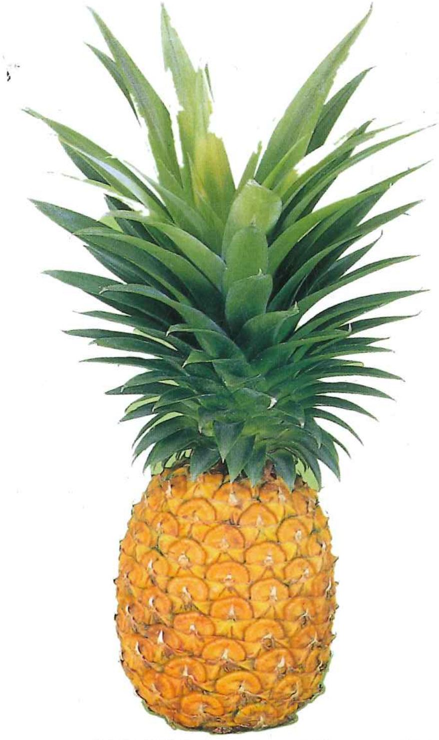
6.1.2 - رەسىم (107 _بەت)

ئەينۇلا

7.1.2- رەسىم (108_بەت)

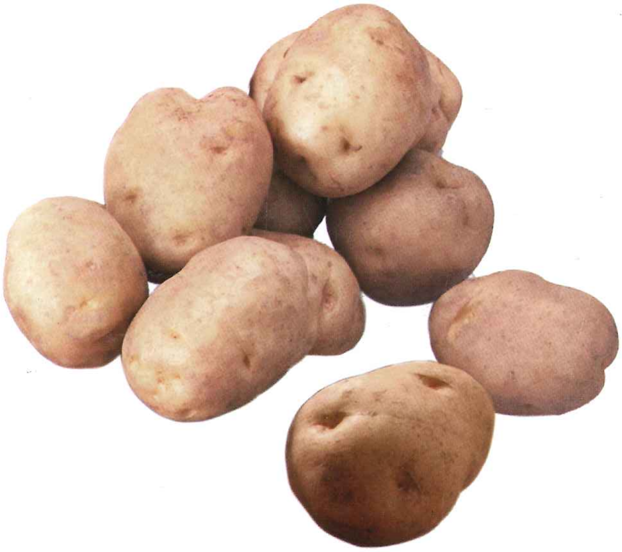
قارىئۆرۈك

8.1.2- رەسىم (110_بەت)



ئاناناس

9.1.2 - رەسىم (111-بەت)



مەككە چامغۇرى

10.1.2 - رەسىم (112-بەت)

چوڭ سۈتلۈكئوت

1.2.2 - رەسىم (114-بەت)

كىچىك سۈتلۈكئوت

2.2.2 - رەسىم (116-بەت)

www.uyghurkitap.com

ئارپىبەدىيان

3.2.2 - رەسىم (117_بەت)

خوخا

4.2.2 - رەسىم (119 _بەت)

كىيۆرە

1.3.2 - رەسىم (124_بەت)

گۆرەل

2.3.2 - رەسىم (126_بەت)

قوي يىلىكى

3.3.2 - رەسىم (128-بەت)

قىزىل بۇغداش

4.3.2 - رەسىم (129-بەت)

كالا سۈتى

5.3.2 - رەسىم (130-بەت)

قايماق

6.3.2 - رەسىم (131-بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

كافۇر

1.4.2 – رەسىم (134_بەت)

ئىتئۈزۈمى

2.4.2 – رەسىم (136 _بەت)

قىزىل سەندەل

3.4.2 – رەسىم (137_بەت)

كاھۇ يېغى

4.4.2 – رەسىم (139_بەت)

چۈچۈمەل ئانار

5.4.2 - رەسىم (140-بەت)

بىنەپشە

1.1.3 - رەسىم (142-بەت)

نىلۇپەر گۈلى

2.1.3 - رەسىم (144-بەت)

كاسنە ئۇرۇقى

3.1.3 - رەسىم (145-بەت)

www.uyghurkitap.com

قىزىلگۈل

4.1.3 - رەسىم (146_بەت)

چۈچۈكبۇيا يىلتىزى

1.2.3 - رەسىم (148 _بەت)

ئەنجۈر قېقى

2.2.3 - رەسىم (151_بەت)

بادرەنجبۇيا ھىندى

3.2.3 - رەسىم (152_بەت)

بابۇنە

4.2.3 - رەسىم (154_بەت)

سەرپىستان

1.3.3 - رەسىم (157_بەت)

ئۇستىقۇددۇس

2.3.3 - رەسىم (158_بەت)

گاۋزىبان ھىندى

3.3.3 - رەسىم (159_بەت)

www.uyghurkitap.com

بستپايەج

4.3.3 - رەسم (161_بەت)

بادرەنجبۇياچنى

5.3.3 - رەسم (162 _بەت)

ئەپتمۇن ئۇرۇقى

6.3.3 - رەسم (165_بەت)

ئۇد سەلب

7.3.3 - رەسم (167_بەت)

پەرسیاۆشان

8.3.3 - رەسم (168_بەت)

سیریق هیلله

1.1.4 - رەسم (171 _بەت)

بەلله

2.1.4 - رەسم (173_بەت)

کشمش

3.1.4 - رەسم (175_بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تورى
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى
www.uyghurkitap.com

تەمرىھىندى

4.1.4 - رەسىم (176_بەت)

تۇربۇت

1.2.4 - رەسىم (178 _بەت)

ئاچچىقتاۋۇز

2.2.4 - رەسىم (179_بەت)

سەبرە

3.2.4 - رەسىم (181_بەت)

سانا

4.2.4 - رەسىم (182-بەت)

چاچراتقۇ

5.2.4 - رەسىم (184-بەت)

ئېيىقئۇزۇمى

6.2.4 - رەسىم (186-بەت)

ئىنەكپىتى يېغى

7.2.4 - رەسىم (187-بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

قەنتەرىيون

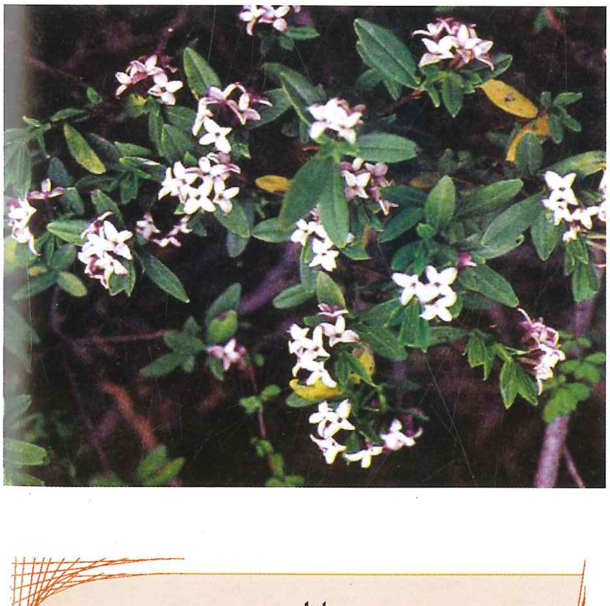
8.2.4 - رەسىم (188-بەت)

ماھزەھرەج

9.2.4 - رەسىم (190-بەت)

چىلاپا

10.2.4 - رەسىم (191-بەت)



مازارىيون

11.2.4 - رەسىم (192-بەت)

غاریقۆن

12.2.4 - رەسم (193_بەت)

غاپەس

13.2.4 - رەسم (195 _بەت)

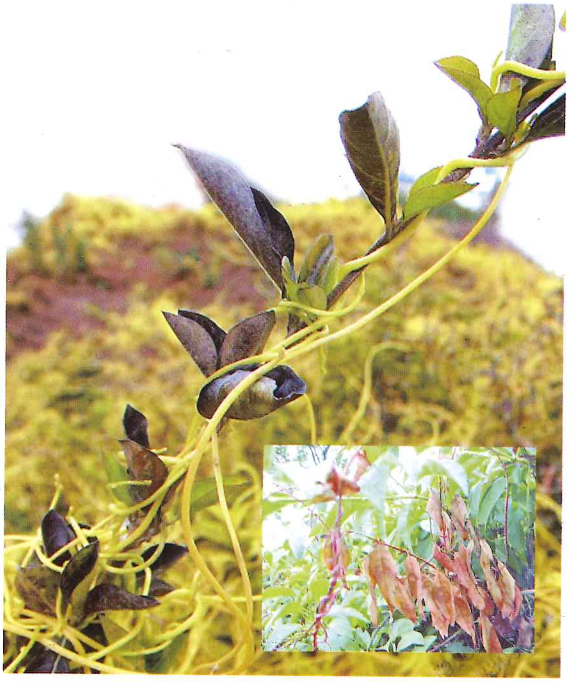
خیارشەنبەر

1.3.4 - رەسم (198_بەت)

تەرەنجبىن

2.3.4 - رەسم (200_بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى



سېرىق يۆگەي

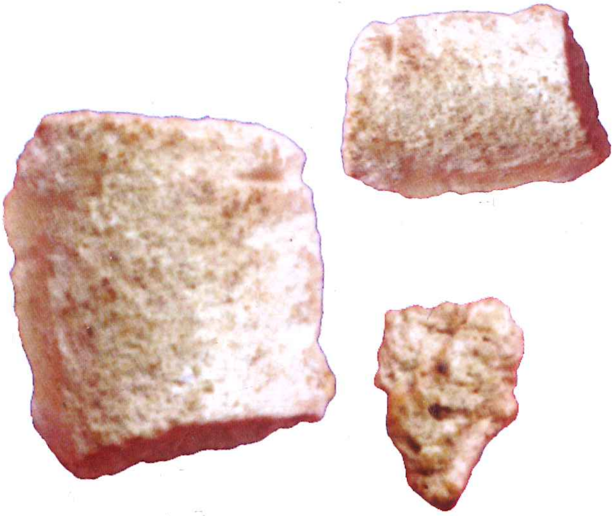
3.3.4 - رەسىم (201-بەت)

لاجۇۋەرد

3.3.4 - رەسىم (203-بەت)

سوقمونىيا

5.34 - رەسىم (205-بەت)



شىرخىست

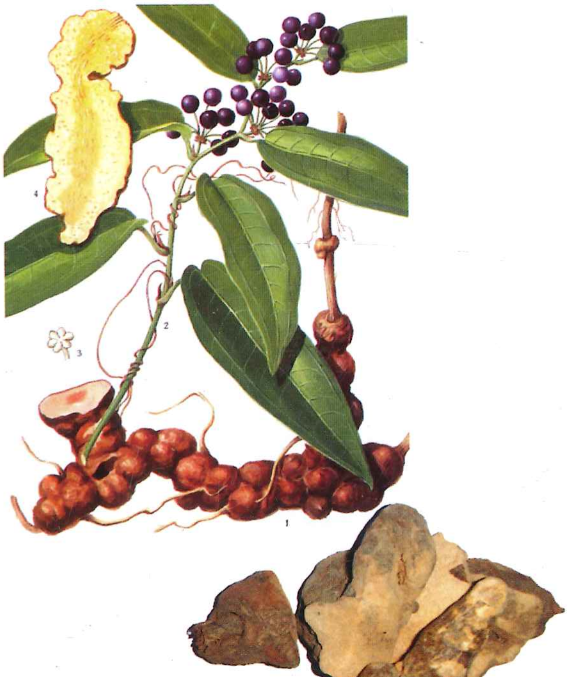
6.3.4 - رەسىم (207-بەت)

ھەشقپېچەك ئۇرۇقى

7.3.4 - رەسىم (208 ـ بەت)

چۆپچىن

1.5 - رەسىم (210 ـ بەت)



قىزىل چۆپچىن

2.5 - رەسىم (212 ـ بەت)

چارىلان

3.5 - رەسىم (213 ـ بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

زۇلۇك

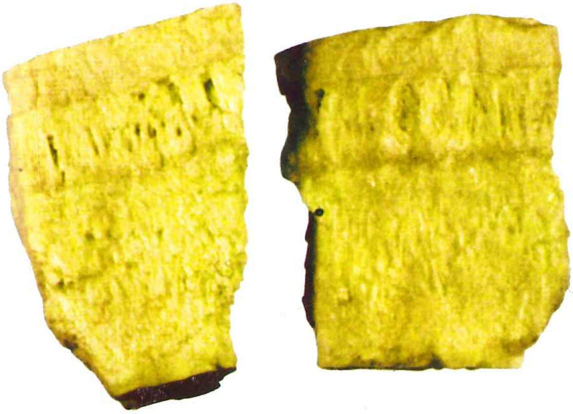
5.4 ـ رەسىم (215 ـ بەت)

سازاڭ

5.5 ـ رەسىم (216 ـ بەت)

ئۇچقۇن پاقا

6.5 ـ رەسىم (218 ـ بەت)

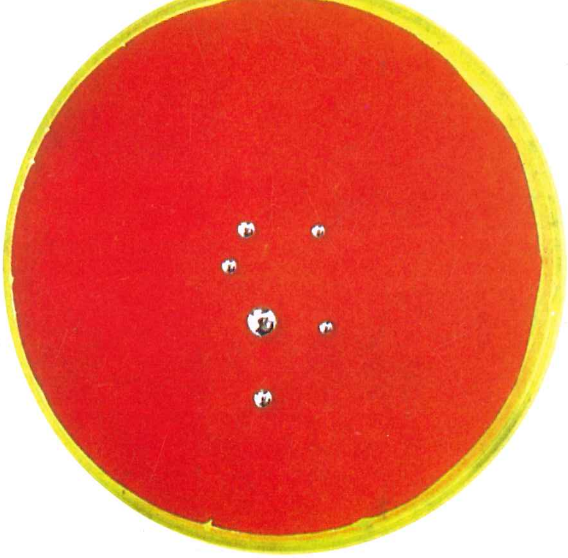


گوگگورت

7.5 ـ رەسىم (219 ـ بەت)

قزيل سر

8.5 - رەسم (221_بەت)



سماب

9.5 - رەسم (223_بەت)

سەنكيا

10.5 - رەسم (225_بەت)

كەپرەس

11.5 - رەسم (227_بەت)

www.uyghurkitap.com

پىدگەن يىلتىزى

12.5 ـ رەسىم (228_بەت)

پۇنۇس ئۇرۇقى

13.5 ـ رەسىم (230 _بەت)

يەرلىك سوپۇن

14.5 ـ رەسىم (232_بەت)

سۈپۈرگە ئۇرۇقى

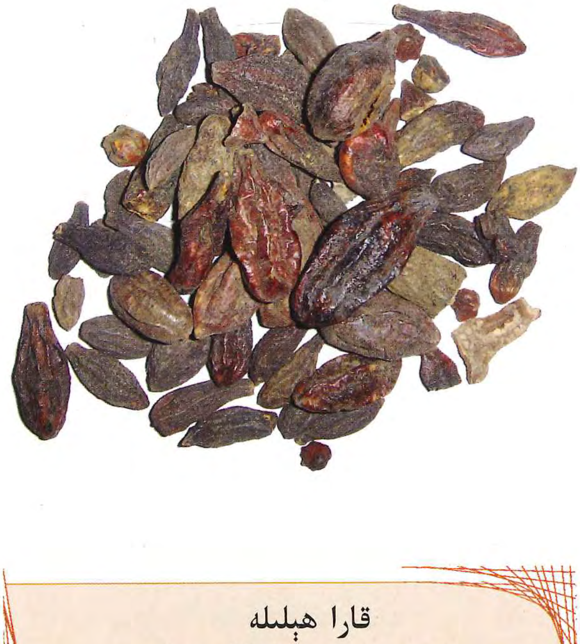
15.5 ـ رەسىم (233_بەت)

خینگوڵ

16.5 - رەسم (234_بەت)

قەسبۆزەربرە

17.5 - رەسم (236 _بەت)



قارا هیلیلە

18.5 - رەسم (238_بەت)

چالموگرا

19.5 - رەسم (239_بەت)

www.uyghurkitap.com

شاھتەررە هندى

20.5 – رەسم (240 ـ بەت)

سەرخس

21.5 – رەسم (242 ـ بەت)

تۆمۈر

1.6 – رەسم (245 ـ بەت)

قامچىئوت يىلتىزى

2.6 – رەسم (246 ـ بەت)

پىششىق ئەگرسۇناي

3.6 – رەسىم (248-بەت)

ئېشەكيېلىمى

4.6 – رەسىم (249-بەت)

قۇرتئوت

5.6 – رەسىم (250-بەت)

قانتىپەر

6.6 – رەسىم (251-بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

خورما

7.6 - رەسىم (253-بەت)

قوغۇن

8.6 - رەسىم (254-بەت)

قارا ئۈجمە

9.6 - رەسىم (255-بەت)

شېكەر قومۇشى

10.6 - رەسىم (256-بەت)

پىدىگەن

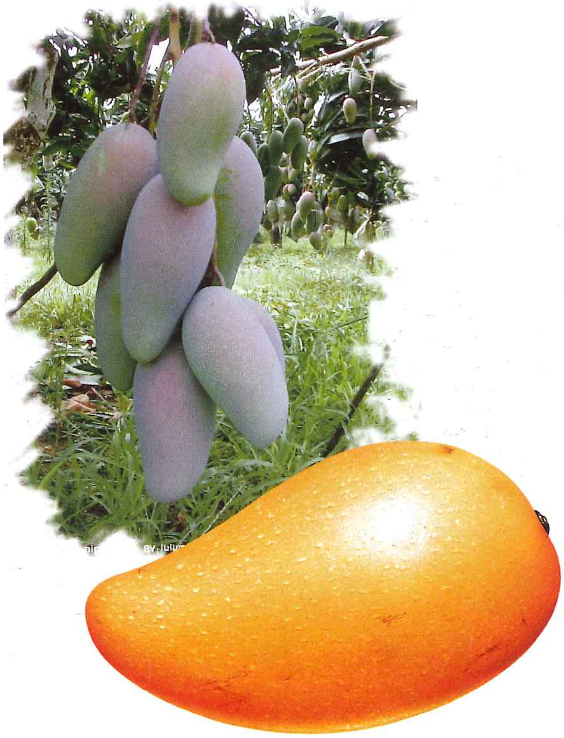
11.6 - رەسىم (258_بەت)

تۆمۈر كېپىكى

12.6 - رەسىم (259_بەت)

تاتلىق ئانار

13.6 - رەسىم (261_بەت)



ئام

14.6 - رەسىم (262_بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

قىزىل ئۈزۈم

15.6 - رەسىم (263_بەت)

پاقلان گۆشى

16.6 - رەسىم (265 _بەت)

كىچىك چىلان

1.7 - رەسىم (268_بەت)

كەتمەنقوڭغۇز

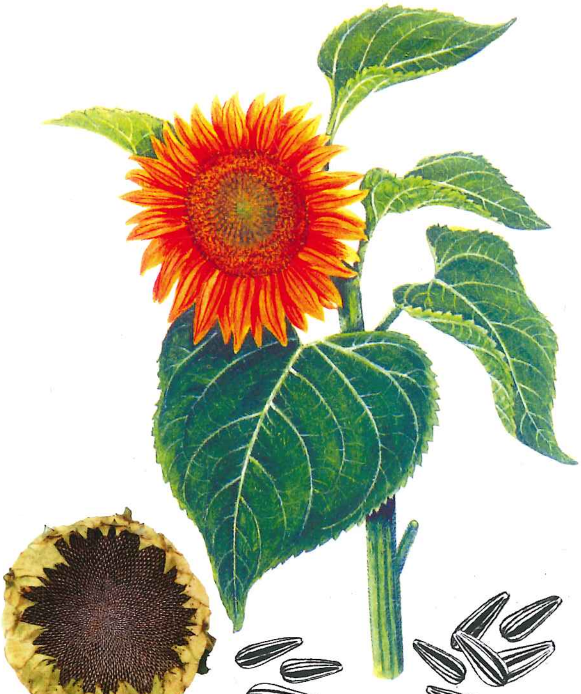
2.7 - رەسىم (269_بەت)

ئۇچارچاشقان مايىقى

3.7 - رەسىم (271_بەت)

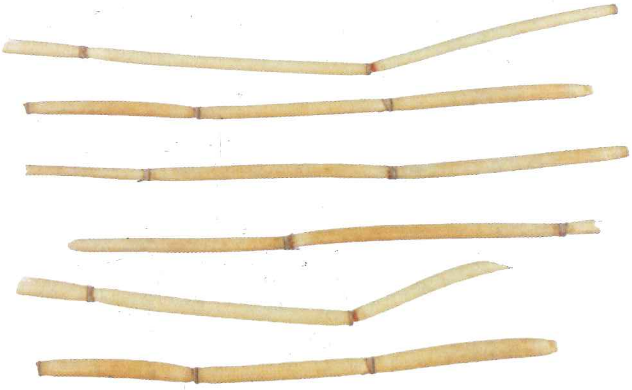
سۇڭپىياز

4.7 - رەسىم (272 _بەت)



ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى

5.7 - رەسىم (274_بەت)



قىرىقبوغۇم

6.7 - رەسىم (275_بەت)

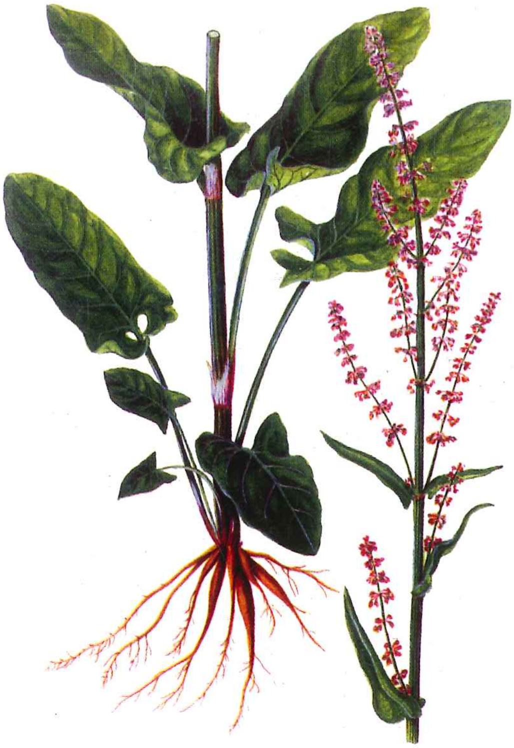
ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

چاغىرچاي

1.8 – رەسىم (277–بەت)

كىچىك خوخا

2.8 – رەسىم (278 –بەت)



ئاتقۇلاق

3.8 – رەسىم (280–بەت)

قاشلىقئوت

4.8 – رەسىم (281–بەت)

قويكۆزى ئوتى

5.8 - رەسىم (282_بەت)

كالىقۇلاق

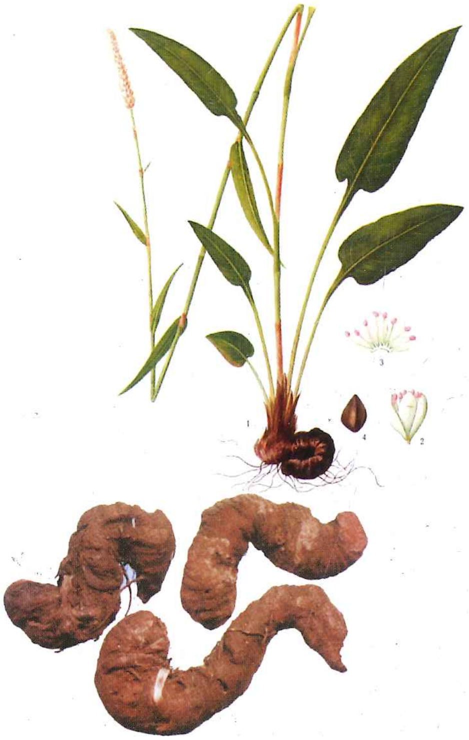
6.8 - رەسىم (283 _بەت)

ئارچا يوپۇرمىقى

7.8 - رەسىم (284_بەت)

يۇلغۇن مېۋىسى

8.8 - رەسىم (285_بەت)



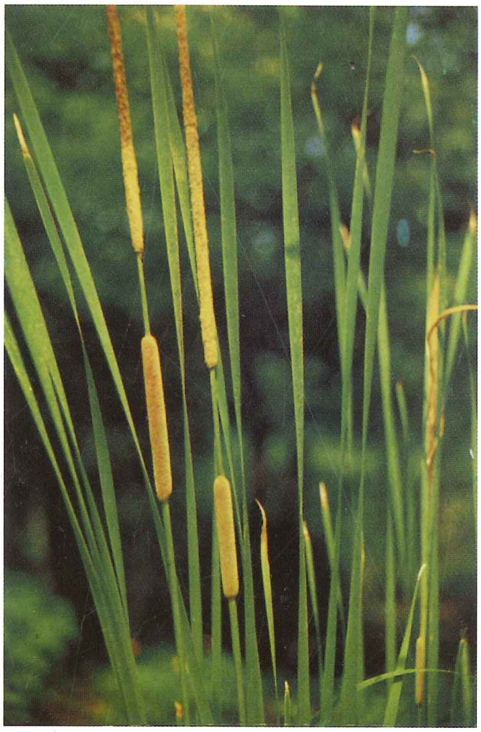
ئەنجبار

9.8 - رەسىم (287-بەت)

www.uyghurkitap.com

ئانارگۈل

10.8 - رەسىم (288-بەت)



يالغان ئادەمگىياھ

11.8 - رەسىم (290-بەت)

يېكەن توزغىقى

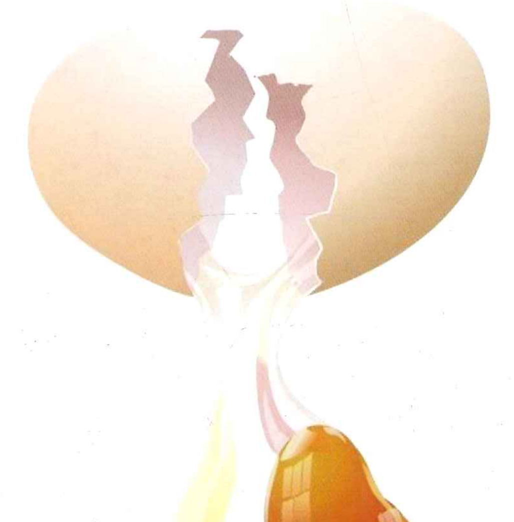
12.8 - رەسىم (291-بەت)

بۇغا مۈڭگۈزى

13.8 - رەسىم (293_بەت)

غازتاپان چۆپى

14.8 - رەسىم (295_بەت)



تۇخۇم شاكىلى

15.8 - رەسىم (296_بەت)

شادىنەچ

16.8 - رەسىم (297_بەت)

سەدەپ

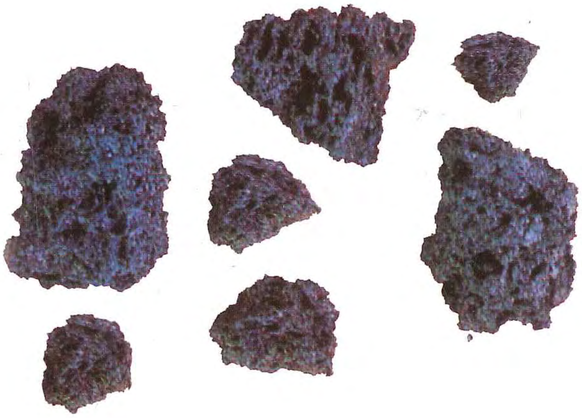
17.8 ـ رەسم (298 ـ بەت)

سۆئەلەپ چىنى

18.8 ـ رەسم (300 ـ بەت)

خۇنسىياۋشان

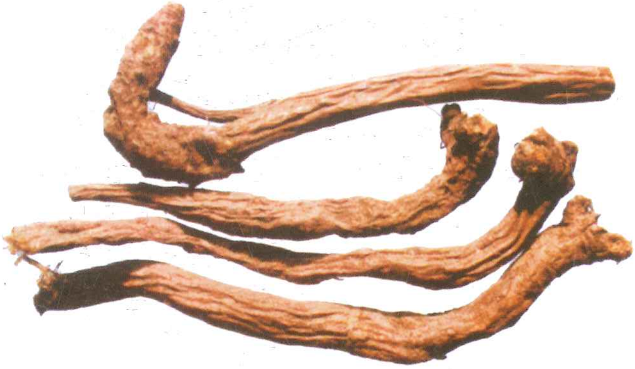
19.8 ـ رەسم (301 ـ بەت)



چاچ كۆمۈرى

20.8 ـ رەسم (305 ـ بەت)

www.uyghurkitap.com



توشقانئوتی

21.8 - رەسىم (306_بەت)

كىيىك قىنى

22.8 - رەسىم (307_بەت)

تۇخۇمەك مېۋىسى

23.8 - رەسىم (308_بەت)

كىرپە تېرىسى

24.8 - رەسىم (311_بەت)

www.uyghurkitap.com

كاسنه يلتزى

1.9 - رەسم (313ـبەت)

جۆئدە

2.9 - رەسم (314 ـبەت)

جاۋشر

3.9 - رەسم (315ـبەت)

ئەمەن

4.9 - رەسم (317ـبەت)

هەببی بلسان

5.9 - رەسم (319_بەت)

ئاسارۆن

6.9 - رەسم (320 _بەت)

ئەپسەنتن

7.9 - رەسم (322_بەت)

بەنگرە

8.9 - رەسم (325_بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تورپىكتى
www.uyghurkitap.com

ئۇد بلسان

9.9 - رەسم (326_بەت)

خەرنوب

10.9 - رەسم (327 _بەت)

ئيگر

11.9 - رەسم (328_بەت)

مۇقەل

12.9 - رەسم (330_بەت)

مۇغاس

13.9 - رەسم (332_بەت)

چىغىرتماق ئۇرۇقى

14.9 - رەسم (335 _بەت)

كەرەپشە

15.9 - رەسم (336_بەت)

كەكرە ئۇرۇقى

16.9 - رەسم (338_بەت)

ياز غازڭى

17.9 ـ رەسىم (339 ـ بەت)

شۋاق

18.9 ـ رەسىم (340 ـ بەت)

ھەشقىپىچەك گۈلى

19.9 ـ رەسىم (342 ـ بەت)

ئەنجۈدان يىلتىزى

20.9 ـ رەسىم (343 ـ بەت)

www.uyghurkitap.com

مۇزايىبىشى

21.9 - رەسىم (344-بەت)

سەكبنەج

22.9 - رەسىم (345 -بەت)

تەنكار

23.9 - رەسىم (346-بەت)

شەپەرەڭ

24.9 - رەسىم (348-بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

تال غازىڭى

25.9 - رەسم (349_بەت)

شەپەرەڭ مايىقى

26.9 - رەسم (350 _بەت)

كەرەپشە يىلتىزى

27.9 - رەسم (351_بەت)

بىخ سەۋسەن (ئىرسا)

28.9 - رەسم (353_بەت)

توخۇ يېغى

29.9 ـ رەسىم (355 ـ بەت)

ئۆچقات

1.10 ـ رەسىم (359 ـ بەت)

خام ئەگرسۇناي

2.10 ـ رەسىم (361 ـ بەت)

شاتارى

3.10 ـ رەسىم (362 ـ بەت)

www.uyghurkitap.com

ئالتۇن شاخ

4.10 – رەسىم (364_بەت)

بۇيا ئۇرۇقى

5.10 – رەسىم (365_بەت)

يەر توزغىقى

6.10 – رەسىم (366_بەت)

قامچىئوت

7.10 – رەسىم (367_بەت)

مامكاپ

8.10 - رەسىم (369_بەت)

كېۋەز ئانىسى ئۇرۇقى

9.10 - رەسىم (370 _بەت)

چۇپۇرشاك

10.10 - رەسىم (371_بەت)

چۇقا

11.10 - رەسىم (372_بەت)

www.uyghurkitap.com

چۆل يالپۇزى

12.10 – رەسىم (373_بەت)

ئاقتىكەن

13.10 – رەسىم (374 _بەت)

ئەڭلىكئوت

14.10 – رەسىم (376_بەت)

ئاق لەيلى يىلتىزى

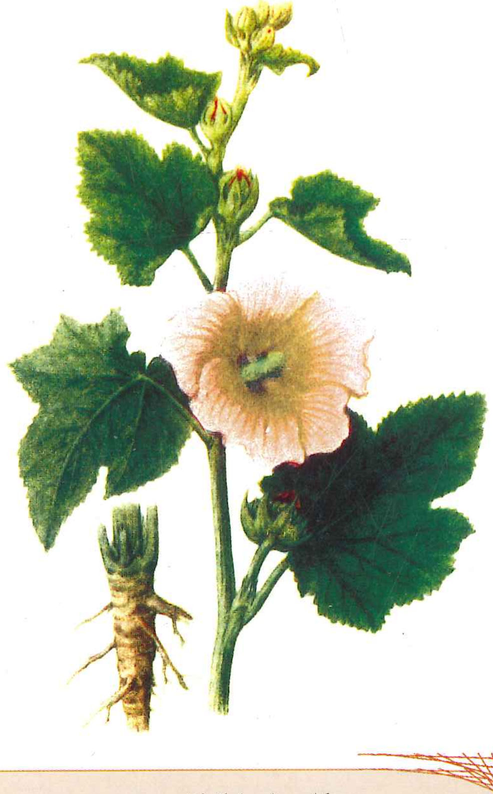
15.10 – رەسىم (377_بەت)

بۇدۇشقاق

16.10 - رەسىم (379_بەت)

كاكنەچ

17.10 - رەسىم (380 _بەت)



ئاق لەيلگۈل

18.10 - رەسىم (382_بەت)

ھەمشباھار ئۇرۇقى

19.10 - رەسىم (383_بەت)

www.uyghurkitap.com

ئسپغۆل

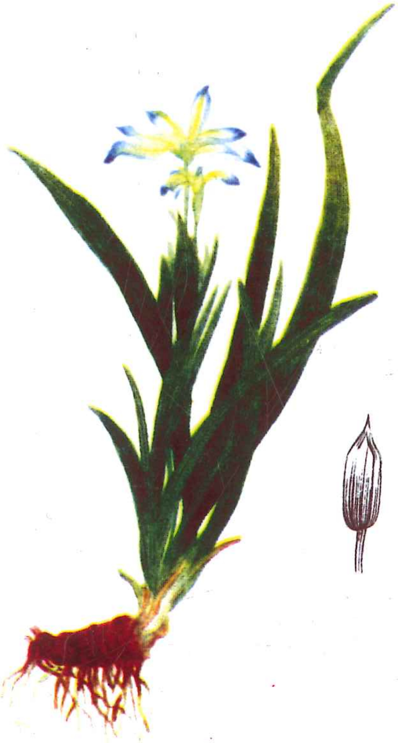
20.10 ـ رەسم (385 ـ بەت)

قار لەيلىسى

21.10 ـ رەسم (386 ـ بەت)

مامىرانچىن

22.10 ـ رەسم (387 ـ بەت)



چىغىرتماق يىلتىزى

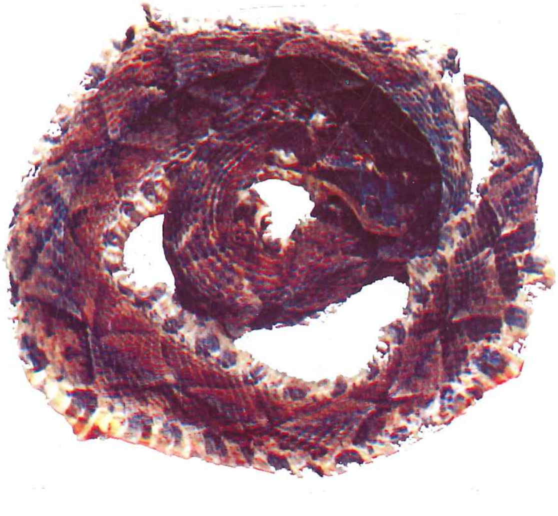
23.10 ـ رەسم (389 ـ بەت)

ئۆجمە يوپۇرمىقى

24.10 ـ رەسىم (392ـ بەت)

كۆتىكى

25.10 ـ رەسىم (394 ـ بەت)



يىلان قاسرىقى

26.10 ـ رەسىم (395ـ بەت)

دىگزىيا

27.10 ـ رەسىم (397ـ بەت)

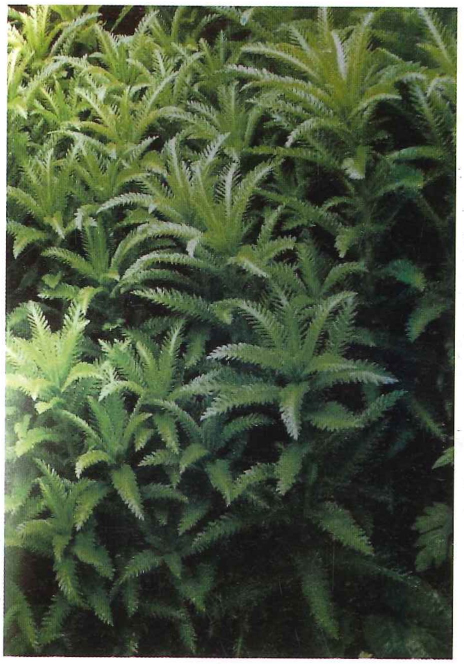
www.uyghurkitap.com

ياڭاق كۆك پوستى

28.10 – رەسىم (398_بەت)

خەيدەي (لامنارىيە)

29.10 – رەسىم (401_بەت)



يېزىخۇ ئەمنى

30.10 – رەسىم (402_بەت)

قارادان

1.11 – رەسىم (404_بەت)

جامكا

2.11 - رەسىم (406 ـ بەت)

پەربۇن

3.11 - رەسىم (407 ـ بەت)

ئاق موم

4.11 - رەسىم (408 ـ بەت)

تىكەنلىك لىپەكگۈل

5.11 - رەسىم (410 ـ بەت)

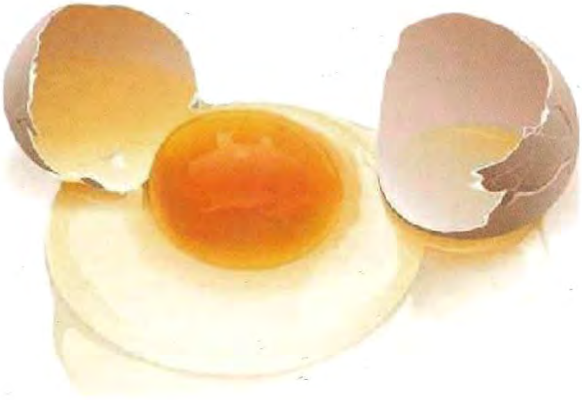
www.uyghurkitap.com

چغىرتماق گۈلى

6.11 - رەسىم (412-بەت)

يانتاق

7.11 - رەسىم (413 -بەت)



توخۇم ئېقى

8.11 - رەسىم (414-بەت)

ماھۇدانە

9.11 - رەسىم (416-بەت)

ئىكلىلمىلىك

10.11 - رەسىم (417_بەت)

قىزىلگۈل يېغى

11.11 - رەسىم (418 _بەت)

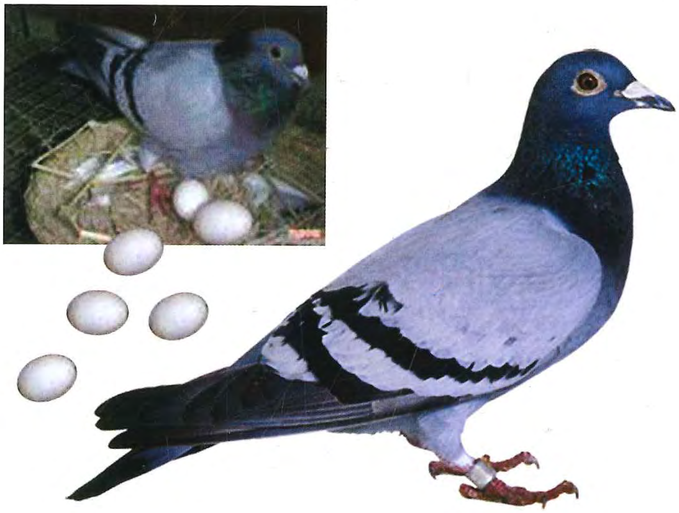
سۆگەتگۈل

12.11 - رەسىم (419_بەت)

بۇغداي كېپىكى

13.11 - رەسىم (422_بەت)

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى



كەپتەر تۇخۇمى

14.11 - رەسىم (423_بەت)

ئانىمارىرىنا

1.12 - رەسىم (426 _بەت)

قاغىتىرنىقى

2.12 - رەسىم (427_بەت)

شاقايىقۇنىئۇمان

3.12 - رەسىم (429_بەت)

تالك

4.12 - رەسىم (430-بەت)

مودەنگۈل يىلتىزى پوستى

5.12 - رەسىم (432-بەت)

گاۋزىبان چىنى

6.12 - رەسىم (433-بەت)

لوكات

7.12 - رەسىم (435-بەت)

www.uyghurkitap.com

لوپنۇر كەندىرى

8.12 – رەسىم (436_بەت)

قىرىقىز

9.12 – رەسىم (437 _بەت)

سۆگەت

10.12 – رەسىم (439_بەت)

تاشئوت

11.12 – رەسىم (441_بەت)

سركە

12.12 - رەسم (442_بەت)

ئاق لەيلى ئۇرۇقى

13.12 - رەسم (443 _بەت)

جەرەن مۈڭگۈزى

14.12 - رەسم (446_بەت)

تاۋۇز ئۇرۇقى

1.13 - رەسم (448_بەت)

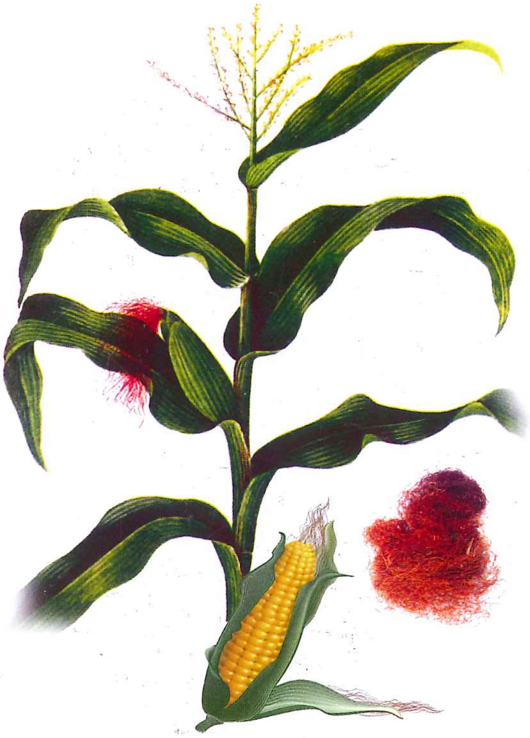
ئۇيغۇر كىتاب تورىكتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ بىكەت ئادرېسى

كۆك كاۋا شاپىقى

2.13 ـ رەسىم (450 ـ بەت)

كاللەكبەسەي

3.13 ـ رەسىم (451 ـ بەت)



كۆممقوناق ساقىلى

4.13 ـ رەسىم (452 ـ بەت)

تۇرۇپ

5.13 ـ رەسىم (454 ـ بەت)

چىنگۇل

6.13 - رەسىم (455-بەت)

پىلىكئوت

7.13 - رەسىم (458-بەت)

پالما مەرىزى

8.13 - رەسىم (459-بەت)

كەرەپشە ئۇرۇقى

9.13 - رەسىم (461-بەت)

تەرخەمەك ئۇرۇقى

10.13 ـ رەسىم (462ـبەت)

ئەترگۈل

11.13 ـ رەسىم (464ـبەت)

تاۋۇزەك

12.13 ـ رەسىم (465ـبەت)

پالەك ئۇرۇقى

13.13 ـ رەسىم (466ـبەت)

www.uyghurkitap.com

بەديان يىلتىزى

14.13 - رەسم (467_بەت)

يىسسۇيلەك ئۇرۇقى

15.13 - رەسم (468 _بەت)

تىللائوت

1.14 - رەسم (471_بەت)

ماگنىت تېشى

2.14 - رەسم (473_بەت)

www.uyghurkitap.com

ئوغرىتىكەن

3.14 - رەسىم (474-بەت)

ھەجرۇلىيەھۇد

4.14 - رەسىم (476 -بەت)

بىلىق مېڭە تېشى

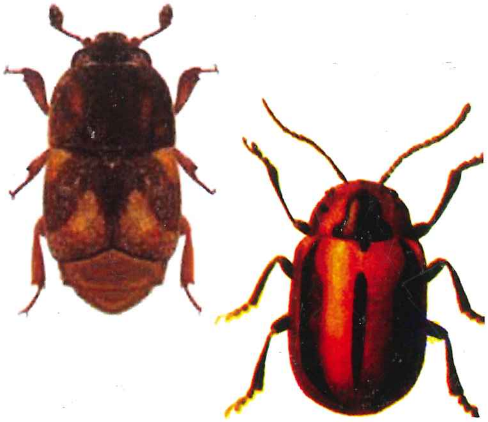
5.14 - رەسىم (477-بەت)

قوغۇن ئۇرۇقى

6.14 - رەسىم (478-بەت)

قوغۇن ساپىقى

7.14 - رەسىم (479 ـ بەت)



پاقىراق قوڭغۇز

8.14 - رەسىم (481 ـ بەت)

پىيزەك

1.15 - رەسىم (483 ـ بەت)

بانان

2.15 - رەسىم (484 ـ بەت)

www.uyghurkitap.com

سەۋزە

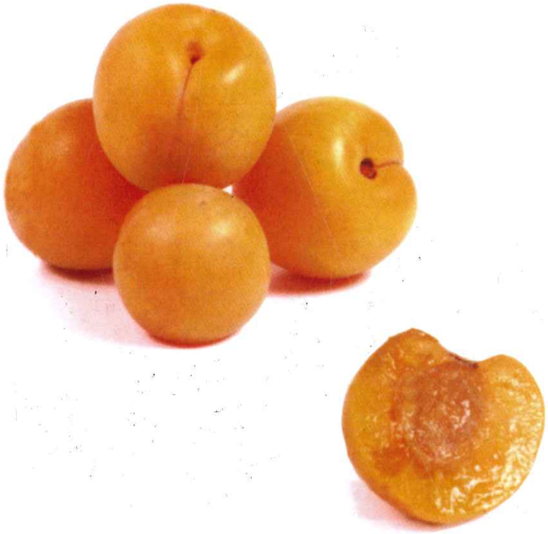
3.15 ـ رەسىم (486 ـ بەت)

زەيتۇن مېۋىسى

4.15 ـ رەسىم (487 ـ بەت)

ئۆرۈك مېغىزى يېغى

5.15 ـ رەسىم (489 ـ بەت)



ئۆرۈك

6.15 ـ رەسىم (490 ـ بەت)

كۆك كاۋا

7.15 - رەسىم (491_بەت)

كۆدە

8.15 - رەسىم (492_بەت)

بېدە

9.15 - رەسىم (494_بەت)

پالەك

10.15 - رەسىم (495_بەت)

www.uyghurkitap.com

قوناق

11.15 – رەسىم (497_بەت)

كاۋا

12.15 – رەسىم (498 _بەت)

سېرىق ماي

13.15 – رەسىم (499_بەت)

كەپە

1.16 – رەسىم (501_بەت)

يەرلىك توغرىغۇ

2.16 - رەسىم (502-بەت)

تاشتۇز

3.16 - رەسىم (504 -بەت)

كېلەر

4.16 - رەسىم (505-بەت)

شاكال بەدىيان

5.16 - رەسىم (506-بەت)

www.uyghurkitap.com

مۇشكى تارامشكى

6.16 – رەسىم (508_بەت)

زاراڭزا مېغىزى

7.16 – رەسىم (509 _بەت)

زەرچۆە

8.16 – رەسىم (510_بەت)

سۇزاپ ئۇرۇقى

9.16 – رەسىم (512_بەت)

تۆگىقۇشى

10.16 - رەسىم (513_بەت)

كۆدە ئۇرۇقى

11.16 - رەسىم (514_بەت)

كەسلەنچۈك

12.16 - رەسىم (515_بەت)

كەرۋىيا

13.16 - رەسىم (517_بەت)

www.uyghurkitap.com

ئۇشەق

14.16 - رەسىم (518-بەت)

تاغ سامسقى

15.16 - رەسىم (520-بەت)

زىرە

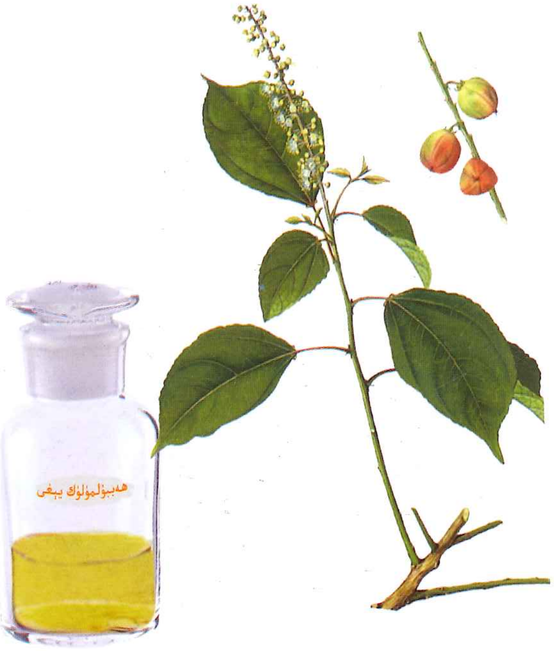
16.16 - رەسىم (521-بەت)

تۇرنا گۆشى

17.16 - رەسىم (522-بەت)

ھەببۇلمۇلۇك

1.17 - رەسىم (526_بەت)

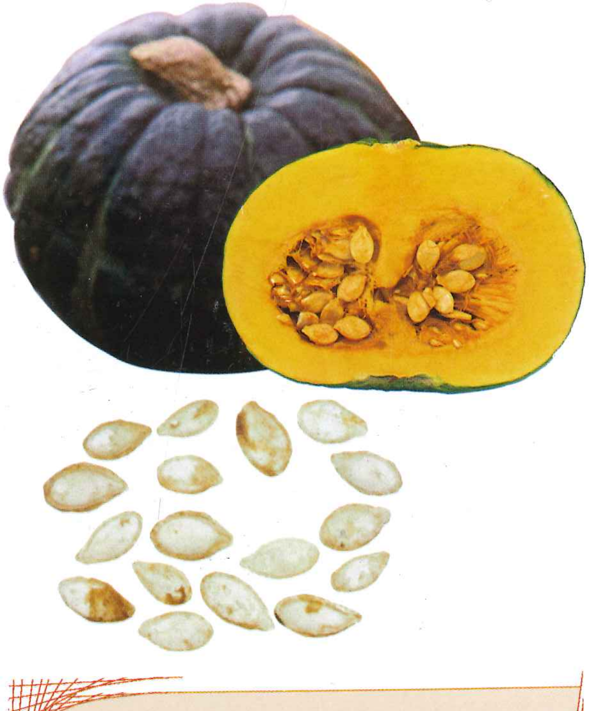


ھەببۇلمۇلۇك يېغى

2.17 - رەسىم (528 _بەت)

بەرەنگى كابۇلى

3.17 - رەسىم (532_بەت)



كاۋا ئۇرۇقى

4.17 - رەسىم (534_بەت)

www.uyghurkitap.com

قەنبل

5.17 - رەسىم (535_بەت)

فۆپەل

6.17 - رەسىم (536 _بەت)

باقلە

7.17 - رەسىم (540_بەت)

ئاچچىق بادام

8.17 - رەسىم (542_بەت)

هەببۇلبان

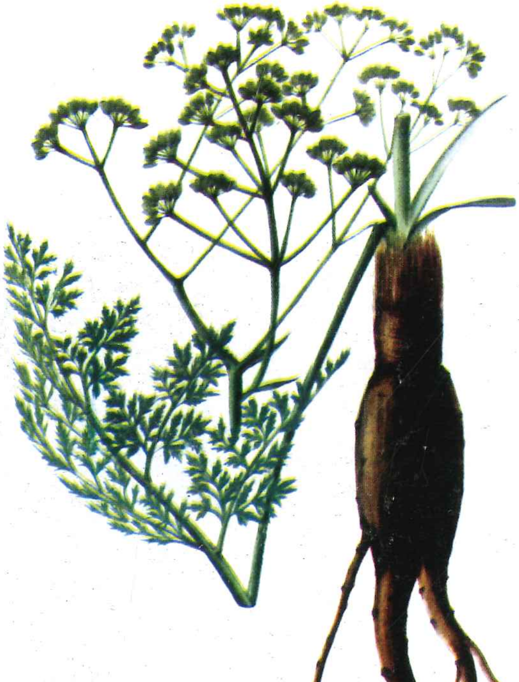
1.18 - رەسىم (545_بەت)

ئاپتاپپەرەس يوپۇرمىقى

2.18 - رەسىم (547 _بەت)

جۇزنەك

3.18 - رەسىم (548_بەت)



ئەنجۇدان ئۇرۇقى

4.18 - رەسىم (550_بەت)

www.uyghurkitap.com

زاراڭزا چېچىكى

5.18 - رەسىم (545_بەت)

ئارچا مېۋىسى

6.18 - رەسىم (547_بەت)

ئاپتاپپەرەس گۈلى

7.18 - رەسىم (555_بەت)

ئاق خەربەق

1.19 - رەسىم (557_بەت)

تۇرۇپ ئۇرۇقى

2.19 - رەسىم (559_بەت)

قارىكۆز بەدىيان مايسىسى

3.19 - رەسىم (561_بەت)