مۇندەرىجە

بىرىنچى جىلىد

مۇئەللىپنىڭ سۆزى 3
بۇ ئەسەرنىڭ يېزىلىشى ۋە ئۇنىڭ ئىكسىرى ئەزەم دەپ ئاتىلىشى ھەققىدە ... 5
ئاپتور بۇ ئەسەرنى يېزىپ چىقىش جەريانىدا پايدىلانغان مەنبەلەر 7
مۇقەددىمە 11
كېسەللىكلەرنىڭ تۈرلىرى ۋە ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇللىرى 11
ھەرخىل كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۇسۇللىرى 15
ھەرخىل كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا رىئايە قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار..... 33
مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۇسۇللىرى..... 41
كېسەللىك ماددىلىرىنى تازىلاشتا بىلىشكە تېگىشلىك ئىشلار..... 44

بىرىنچى باب باش كېسەللىكلىرى 61
بىرىنچى پەسىل مېڭە كېسەللىكلىرى 61
1. مېڭە كېسەللىكلىرىنى تەكشۈرۈش 61
1) مېڭىنىڭ خىزمىتى (فۇنكسىيىسى) ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش 61
2) روھىي سەزگۈرلۈك ھەرىكىتى ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش..... 62
3) مېڭىنىڭ باشقۇرۇش خىزمىتى ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش 63
4) ئەزالارنىڭ ھەرىكىتى ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش 65
5) ئېغىز، بۇرۇن، قۇلاقتىكى چىقىرىندىلار ئارقىلىق مېڭىنىڭ خىزمىتىنى تەكشۈرۈش 66
6) ھەرخىل ئالامەتلەر ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش 66
7) باشنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكى ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش 67
8) باشنىڭ شەكلى ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش..... 68
9) باشنىڭ ئېغىر ـ يەڭگىللىكى قاتارلىق ئالامەتلەر ئارقىلىق مېڭىنى

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى
www.uyghurkitap.com

تەكشۈرۈش 68
10) كۆز، تىل، چىراي ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش 69
11) قوشنا ئەزالاردىكى ئاغرىقلار ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش 71
12) ھەزىم قىلىش ئەھۋالى ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش 72
13) مىزاجغا دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر ئارقىلىق مېڭىنى تەكشۈرۈش 72
14) مېڭە مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىنى تەكشۈرۈش 74
15) مېڭە كېسەللىكلىرىنى سەۋەبىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش 76
2. مېڭە كېسەللىكلىرىنى ئومۇمىي داۋالاش 78
1) خىلىتسىز ئىسسىقتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 80
2) خىلىتسىز سوغۇقتىن بولغان مېڭە كېسەللىكرىنى داۋالاش 84
3) خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 85
4) خىلىتسىز قۇرۇقتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 86
5) غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ... 87
6) غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 88
7) غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 90
8) غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 92
9) يەلدىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 94
10) بۇخاراتتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 95
11) توسۇلۇشتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 96
12) يالۇغلىنىشتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 97
13) مېڭە ئاجىزلىقىدىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 98
14) مېڭە سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 99
15) مېڭە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇشتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 100

16) باشقا ئەزا شىركچىلىكىدىكى مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش 100
ئىككىنچى پەسىل باش ئاغرىقى 104
1. خىلىتسىز ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 110
2. خىلىتسىز سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 119
3. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 126
4. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 134
5. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش... 141
6. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 150
7. ئىچكى يەلدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 154
8. تاشقى يەلدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 156
9. ئىچكى بۇخاراتتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 157
10. سىرتقى بۇخاراتتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش..... 157
11. توسۇلۇشتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 158
12. يالۇغلىنىشتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش..... 158
13. زەخىملىنىشتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 159
14. مېڭە ئاجىزلىقىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش..... 160
15. مېڭە سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 161
16. خىلىتسىز قۇرۇقلۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش..... 162
17. جىنسىي مۇناسىۋەتتىن كېيىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش... 163
18. شاراپ ئىچكەندىن كېيىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 165
19. پۇراش سېزىمى ئارقىلىق پەيدا بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 166
20. ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 167
21. مېڭە سىلكىنىشتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 169
22. ئۇيقۇدىن كېيىن پەيدا بولىدىغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 169
23. مەدده قۇرتتىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاش 170
24. باشقا ئەزا شېركچىلىكىدىكى باش ئاغرىقىنى داۋالاش 170
25. ئاشقازان شېركچىلىكىدىكى باش ئاغرىقىنى داۋالاش 171
26. جىگەر ئۇچەي شىركچىلىكىدىكى باش ئاغرىقىنى داۋالاش 177

27. نەزلە سەۋەبىدىن بولغان باش ئاغرىقنى داۋالاش 179
28. قوشۇمچە شەكىلدە يۈز بەرگەن باش ئاغرىقنى داۋالاش 181
29. بۆھران كۈنلىرىدىكى باش ئاغرىقنى داۋالاش 183
30. دۇبۇلغىسىمان باش ئاغرىقنى داۋالاش 184
ئۈچىنچى پەسىل يېرىم باش ئاغرىقى 193
1. ئىسسىقتىن بولغان يېرىم باش ئاغرىقنى داۋالاش 195
2. سوغۇقتىن بولغان يېرىم باش ئاغرىقنى داۋالاش 198
تۆتىنچى پەسىل قاپاق ئۇستى (قاش) ئاغرىقى 202
بەشىنچى پەسىل مېڭە سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىش 205
ئالتىنچى پەسىل مېڭە پەردە يالليۇغى 206
1. ھەقىقىي مېڭە پەردە يالليۇغىنى داۋالاش 213
1) غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلىتىدىن بولغان ھەقىقىي مېڭە پەردە يالليۇغىنى داۋالاش 213
2) چىرىگەن (كۆيگەن) قان خىلىتىدىن بولغان ھەقىقىي مېڭە پەردە يالليۇغىنى داۋالاش 218
3) كۆيگەن سەپرا خىلىتىدىن بولغان ھەقىقىي مېڭە پەردە يالليۇغىنى داۋالاش 221
4) غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ھەقىقىي مېڭە پەردە يالليۇغىنى داۋالاش 225
5) غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ھەقىقىي مېڭە پەردە يالليۇغىنى داۋالاش 230
2. ساختا مېڭە پەردە يالليۇغىنى داۋالاش 235
يەتتىنچى پەسىل كۆپ ئۇسساش 237
سەككىزىنچى پەسىل باشنىڭ سىرتى ئىششىش 238
توققۇزىنچى پەسىل تىلما 238
ئوننىنچى پەسىل باشقا سۇ يىغىلىپ قېلىش 239
ئون بىرىنچى پەسىل ئېغىر ئۇيقۇ ۋە ئۇيقۇسىزلىق 240
1. ئېغىر ئۇيقۇ 242
1) سوغۇقتىن بولغان ئېغىر ئۇيقۇنى داۋالاش 244

2) ھۆللۇكتىن بولغان ئېغىر ئۈيقۇنى داۋالاش 245
3) غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان ئېغىر ئۈيقۇنى داۋالاش ... 249
4) بۇخارات سەۋەبىدىن بولغان ئېغىر ئۈيقۇنى داۋالاش 249
5) بەدەن ئاجىزلىقىدىن بولغان ئېغىر ئۈيقۇنى داۋالاش..... 250
6) زەخىملىنىشتىن بولغان ئېغىر ئۈيقۇنى داۋالاش 251
2. ئۈيقۇسىزلىق 251
1) قۇرۇقلۇقتىن بولغان ئۈيقۇسىزلىقنى داۋالاش 252
2) ھۆللۇكتىن بولغان ئۈيقۇسىزلىقنى داۋالاش 253
3) باشقا سەۋەبلەردىن بولغان ئۈيقۇسىزلىقنى داۋالاش 254
ئون ئىككىنچى پەسىل ئۇنتۇغاقلىق ۋە ئەسلەش قۇۋۋىتىنىڭ يوقىلىشى ... 256
1. ئۇنتۇغاقلىق 256
1) خىلىتسىز ھۆل سوغۇقتىن بولغان ئۇنتۇغاقلىقنى داۋالاش 258
2) خىلىتسىز قۇرۇق سوغۇقتىن بولغان ئۇنتۇغاقلىقنى داۋالاش 262
3) خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان ئۇنتۇغاقلىقنى داۋالاش 263
4) مېڭىدە ئىششىق پەيدا بولغانلىقتىن بولغان ئۇنتۇغاقلىقنى داۋالاش ... 264
2. ئەسلەش قۇۋۋىتىنىڭ يوقىلىپ كېتىشى 264
ئون ئۇچىنچى پەسىل زېھنى ئېلىشىش ۋە جۆيلۇش 266
ئون تۆتىنچى پەسىل ئەخمەقلىق ۋە مەغرۇرلۇق 269
ئون بەشىنچى پەسىل مالىخۇلىيا 271
1. غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلىتىدىن بولغان مالىخۇلىيانى داۋالاش 280
2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىدىن بولغان مالىخۇلىيانى داۋالاش 285
3. مالىخۇلىيائى مەراقنى داۋالاش..... 292
ئون ئالتىنچى پەسىل ساراڭلىق ۋە ئېلىشىپ قېلىش..... 306
1. يىرتقۇچسىمان ۋە غالجىرئىتسىمان ساراڭلىقنى داۋالاش 309
2. پەۋقۇلئادده ساراڭلىق ۋە پاشا ياكى بۆرەسىمان ساراڭلىقنى داۋالاش ... 311
ئون يەتتىنچى پەسىل ئاشقىلىق 312
ئون سەككىزىنچى پەسىل كۆز قاراڭغۇلىشىش ۋە باش قېيىش 314

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى
www.uyghurkitap.com

1. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشنى داۋالاش 318
2. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشنى داۋالاش..... 319
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشنى داۋالاش..... 320
4. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشنى داۋالاش..... 322
5. يەلدىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشنى داۋالاش..... 323
6. بۇخاراتتىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشنى داۋالاش ... 323
7. باشقا ئەزا شېرىكچىلىكىدىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشنى داۋالاش..... 324
8. غىزادىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشنى داۋالاش ... 325
ئون توققۇزىنچى پەسىل قارا بېسىش 326
1. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان قارا بېسىشنى داۋالاش ... 327
2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان قارا بېسىشنى داۋالاش ... 327
3. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان قارا بېسىشنى داۋالاش ... 328
4. سوغۇق تېگىپ قېلىشتىن بولغان قارا بېسىشنى داۋالاش..... 329
يىگىرمىنچى پەسىل تۇتقاقلىق 329
1. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان مېڭە مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 336
2. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان مېڭە مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 339
3. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان مېڭە مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش..... 340
4. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان مېڭە مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 341
5. زەخمىلىنىش ۋە مېڭە سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان تۇتقاقلىقنى داۋالاش 342

6. ئاشقازان مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى ئومۇمىي داۋالاش..... 342
7. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 342
8. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 344
9. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 345
10. ئومۇمىي بەدەن مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 346
11. قورساق پەردىسى، تال، بالىياتقۇ، جىگەر مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 346
12. ئۇچەي مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 347
13. مۇچىلەر مەنبەلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش 347
14. زەھەرلىك ھاشاراتلار چېقىۋىلىش خاراكتېرلىك تۇتقاقلىقنى داۋالاش ... 347
15. بالىلاردىكى تۇتقاقلىقنى داۋالاش 348
يىگىرمە بىرىنچى پەسىل سەكتە (شوك) 352
1. غەيرى تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان سەكتىنى داۋالاش 354
2. غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىدىن بولغان سەكتىنى داۋالاش 358
3. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان سەكتىنى داۋالاش 359
4. ئۇرۇلۇش، يىقىلىشتىن بولغان سەكتىنى داۋالاش 359
5. بۇخاراتتىن بولغان سەكتىنى داۋالاش 360
6. مېڭگە سوغۇق تېگىپ قېلىشتىن بولغان سەكتىنى داۋالاش 361
7. مېڭە يالىلۇغىدىن بولغان سەكتىنى داۋالاش 361
يىگىرمە ئىككىنچى پەسىل قاتما (جۇمۇد) 362
يىگىرمە ئۈچىنچى پەسىل نېرۋا كېسەللىكلىرى (ئەمرازى ئەسەب) 364
1. خىلتسىز ھۆل سوغۇقتىن بولغان نېرۋا كېسەللىكنى داۋالاش ... 365
2. خىلتسىز قۇرۇقلۇقتىن بولغان نېرۋا كېسەللىكنى داۋالاش 366
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان نېرۋا كېسەللىكنى داۋالاش 367
4. غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە قان خىلتىدىن بولغان نېرۋا كېسەللىكنى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى
www.uyghurkitap.com

نى داۋالاش 371
يىگىرمە تۆتىنچى پەسىل ئىستىرخا ۋە پالەچ 372
1. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان پالەچ ۋە ئىستىرخانى داۋالاش 374
2. ھۆللۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن بولغان پالەچ ۋە ئىستىرخانى داۋالاش 378
3. ھارارەت قوشۇلۇپ كەلگەن پالەچ ۋە ئىستىرخانى داۋالاش 386
4. غەيرىي تەبىئىي قان خىلتى، ئىششىق ۋە باشقا سەۋەبلەردىن بولغان پالەچ ۋە ئىستىرخانى داۋالاش 388
5. ۋابا كېسىلىدىن بولغان پالەچ ۋە ئىستىرخانى داۋالاش..... 391
يىگىرمە بەشىنچى پەسىل يېغىلىپ قېلىش 392
1. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان تەشەننۇجنى داۋالاش 395
2. قىزىتمىدىن كېيىن پەيدا بولغان تەشەننۇجنى داۋالاش 396
3. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان تەشەننۇجنى داۋالاش ... 397
4. نېرۋىلارنىڭ ئىششىپ قېلىشىدىن بولغان خىلىتلىق تەشەننۇجنى داۋالاش..... 397
5. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان تەشەننۇجنى داۋالاش 397
6. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان تەشەننۇجنى داۋالاش ... 398
7. توشۇپ قېلىشتىن بولغان تەشەننۇجنى داۋالاش..... 398
8. قۇرۇقلۇقتىن بولغان تەشەننۇجنى داۋالاش 401
9. قاتتىق روھىي تەسىرلىنىشتىن بولغان تەشەننۇجنى داۋالاش 402
10. بالىلار تەشەننۇجنى داۋالاش..... 403
11. توشۇپ قېلىش خاراكتېرلىك بالىلار تەشەننۇجنى داۋالاش 404
يىگىرمە ئالتىنچى پەسىل تارتىشىش ۋە بويۇن قېتىپ قېلىش 404
قۇرۇقلۇقتىن بولغان تارتىشىش ۋە بويۇن قېتىپ قېلىشنى داۋالاش ... 410
يىگىرمە يەتتىنچى پەسىل لەقۋا (يۇز نېرۋىلىرى پالىچى) 411
يىگىرمە سەككىزىنچى پەسىل رەئىشە (تىتىرىمە كېسەل) 420
1. خىلىتسىز سوغۇقتىن بولغان رەئىشنى داۋالاش 422
2. غەيرى تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان رەئىشنى داۋالاش..... 423

3. ھاراقكەشلىكتىن بولغان رەئىسنى داۋالاش 425
4. باشقا سەۋەبلەردىن بولغان رەئىسنى داۋالاش 425
يىگىرمە توققۇزىنچى پەسىل مۇسكۇللار لىكىلداش 427
1. ھۆللۈكتىن بولغان مۇسكۇل لىكىلداشنى داۋالاش 428
2. ھاراقكەشلىكتىن بولغان مۇسكۇللار لىكىلداشنى داۋالاش 429
ئوتتۇزىنچى پەسىل سىزىمسىزلىنىش 429
1. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن ۋە ھۆللۈكتىن بولغان سىزىم-
سىزلىنىشنى داۋالاش 431
2. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان سىزىمسىزلىنىشنى داۋالاش... 433
3. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان سىزىمسىزلىنىشنى داۋالاش ... 434
4. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان سىزىمسىزلىنىشنى داۋالاش ... 434
5. باشقا سەۋەبلەردىن پەيدا بولغان سىزىمسىزلىنىشنى داۋالاش..... 434
ئوتتۇز بىرىنچى پەسىل ئىختىلاق (ئەزالار لىكىلداش) 435
1. سوغۇقتىن بولغان ئىختىلاجنى داۋالاش..... 436
2. ئىسسىقتىن بولغان ئىختىلاجنى داۋالاش 437
3. ھەيز ياكى بوۋاسىر قېنى توختاپ قېلىشتىن بولغان ئىختىلاجنى
داۋالاش..... 437
ئوتتۇز ئىككىنچى پەسىل زۇكام ۋە نەزلە 437
1. ئىسسىقتىن بولغان زۇكام ۋە نەزلىنى داۋالاش 442
2. سوغۇقتىن بولغان زۇكام ۋە نەزلىنى داۋالاش..... 447
3. مېڭە ئاجىزلىقتىن بولغان زۇكام ۋە نەزلىنى داۋالاش..... 452
4. باشقا سەۋەبلەردىن بولغان زۇكام ۋە نەزلىنى داۋالاش..... 453

ئىككىنچى باب كۆز كېسەللىكلىرى 454
بىرىنچى پەسىل كۆز ئېقى ياللۇغى..... 454
1. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان كۆز ئېقى ياللۇغنى
داۋالاش..... 455
2. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان كۆز ئېقى ياللۇغنى
داۋالاش..... 455
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان كۆز ئېقى ياللۇغنى

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

داۋالاش 456
ئىككىنچى پەسىل كۆز ئېقى قۇرغاقلىشىش 456
ئۈچىنچى پەسىل كۆز ئېقى تۇرۇلۇپ قېلىش 457
تۆتىنچى پەسىل كۆز ئېقى بوشىشىپ كېتىش 457
بەشىنچى پەسىل كۆز تومۇرلۇق پەردە كېسەللىكلىرى يالليۇغى 458
ئالتىنچى پەسىل كۆرۈش تور پەردە كېسەللىكلىرى 459
1. كۆزگە سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش 459
2. كۆز قان تومۇر قەۋىتىدە توسالغۇ پەيدا بولۇشنى داۋالاش 460
3. كۆز قان تومۇر قەۋىتىگە تۆتاشقان تومۇرلارنىڭ ئۆزۈلۈشنى داۋالاش 460
4. كۆز چانىقىنىڭ ئاغرىقنى داۋالاش 461
5. كۆز تومۇرلۇق قەۋەتكە جاراھەت پەيدا بولۇشنى داۋالاش 462
يەتتىنچى پەسىل كۆز ئەينەكسىمان تەنچە كېسەللىكلىرى 463
1. كۆز ئەينەكسىمان تەنچىگە ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىكنى داۋالاش 463
2. كۆز ئەينەكسىمان تەنچىنىڭ ئىششىماي چوڭ بولۇپ قېلىنلاپ قېلىشنى داۋالاش 464
سەككىزىنچى پەسىل كۆز كىرىستال تەنچە كېسەللىكلىرى 465
1. كۆز كىرىستال تەنچىدىكى قوشۇمچە كېسەللىكلەرنى داۋالاش 465
2. كۆز كىرىستال تەنچىنىڭ تۈزۈلۈشىدە ئۆزگىرىش بولۇشنى داۋالاش 466
3. كۆز كىرىستال تەنچىنىڭ كۆرۈنۈش شەكلىدە ئۆزگىرىش بولۇشنى داۋالاش 467
4. كۆز كىرىستال تەنچىنىڭ مىقدارىدا ئۆزگىرىش بولۇشنى داۋالاش 467
5. كىرىستال تەنچىنىڭ مەخسۇس كېسەللىكىنى داۋالاش 467
توققۇزىنچى پەسىل كۆز ئۆمۈچۈك تورسىمان پەردە كېسەللىكلىرى 468
1. ئۆمۈچۈك تورسىمان قەۋەتكە باشقا قەۋەتلەر قوشۇلۇپ پەيدا بولغان كېسەللىكنى داۋالاش 468
2. ئۆمۈچۈك تورسىمان قەۋەت خاس كېسەللىكنى داۋالاش 468

ئونىنچى پەسىل كۆز تۇخۇم ئېقىسمان سۈيۇقلۇق كېسەللىكلىرى 469
1. كۆز توخۇم ئېقىسمان ھەجمىنىڭ چوڭىيىپ قېلىشنى داۋالاش ... 469
2. كۆز توخۇم ئېقىسمان سۈيۇقلۇقنىڭ كېمىيىپ كېتىشنى داۋالاش ... 470
3. كۆز تۇخۇم ئېقىسمان سۈيۇقلۇقىنىڭ قويۇق ۋە تۇتۇق بولۇپ قېلىشنى داۋالاش 470
ئون بىرىنچى پەسىل كۆز رەڭدار پەردە كېسەللىكلىرى 470
1. رەڭدار پەردە قەۋەتكە يىرىڭلىق جاراھەت پەيدا بولۇشنى داۋالاش ... 471
2. رەڭدار پەردە قەۋەتنىڭ توشۇپ قېلىشنى داۋالاش..... 471
3. رەڭدار پەردە قەۋەتنىڭ جايىدىن قوزغىلىشنى داۋالاش 471
ئون ئىككىنچى پەسىل كۆز مۇڭگۈزسىمان پەردە كېسەللىكلىرى 472
1. كۆز مۇڭگۈزسىمان پەردە قەۋەتكە يىرىكلىك پەيدا بولۇشنى داۋالاش... 473
2. كۆز مۇڭگۈزسىمان پەردە قەۋەتنىڭ ئۆرلەپ قېلىشنى داۋالاش..... 473
3. كۆز مۇڭگۈزسىمان پەردە قەۋەتنىڭ يىرىلىشنى داۋالاش 474
4. كۆز مۇڭگۈزسىمان پەردە قەۋەت تاشقى پوستىنىڭ يىرىلىشنى داۋالاش 474
5. كۆز مۇڭگۈزسىمان پەردە قەۋەتتىكى يىرىڭلىق چاقنى داۋالاش ... 474
6. كۆز مۇڭگۈزسىمان پەردە قەۋەتتىكى يامان سۈپەتلىك ئۆسمىنى داۋالاش 475
7. كۆز مۇڭگۈزسىمان پەردە قەۋەتتىكى مۇدۇرلارنى داۋالاش 475
ئون ئۈچىنچى پەسىل كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردە يالليۇغى 476
1. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان كۆز قىزىرىپ ئاغرىشنى داۋالاش 476
2. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان كۆز قىزىرىپ ئاغرىشنى داۋالاش 477
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان كۆز قىزىرىپ ئاغرىشنى داۋالاش 478
4. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان كۆز قىزىرىپ ئاغرىشنى داۋالاش 478

5. يەلدىن بولغان كۆز قىزىرىپ ئاغرىشنى داۋالاش 478
ئون تۆتىنچى پەسىل كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىگە رەڭدار چېكىت چۈشۈش ... 479
ئون بەشىنچى پەسىل كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىگە قاناتسىمان گۆش ئۆسۈپ قېلىش..... 480
ئون ئالتىنچى پەسىل كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىگە قان چۈشۈش 482
ئون يەتتىنچى پەسىل بىرىكتۈرگۈچى پەردە ئىششىقى..... 484
1. يەلدىن بولغان بىرىكتۈرگۈچى پەردە ئىششىقىنى داۋالاش..... 485
2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان بىرىكتۈرگۈچى پەردە ئىششىقىنى داۋالاش 485
3. سۈسمان هۆللۈكتىن بولغان بىرىكتۈرگۈچى پەردە ئىششىقىنى داۋالاش..... 486
4. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان بىرىكتۈرگۈچى پەردە ئىششىقىنى داۋالاش 486
ئون سەككىزىنچى پەسىل كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردە قېتىپ قېلىش 487
ئون توققۇزىنچى پەسىل كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردە قىچىشىش 487
يىگىرمە پەسىل كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىگە مۇدۇر پەيدا بولۇش 488
يىگىرمە بىرىنچى پەسىل كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردە ئۆسۈپ قېلىش 489
يىگىرمە ئىككىنچى پەسىل كۆز ياشاڭغىراش 489
1. كۆز ئوپېراتسىيە سەۋەبلىك سەۋەبىدىن بولغان كۆز ياشاڭغۇراشنى داۋالاش..... 490
2. تۇشۇپ قىلىشتىن بولغان كۆز ياشاڭغۇراشنى داۋالاش..... 490
3. سوغۇقتىن بولغان كۆز ياشاڭغۇراشنى داۋالاش..... 491
4. ئىسسىقتىن بولغان كۆز ياشاڭغۇراشنى داۋالاش 491
يىگىرمە ئۈچىنچى پەسىل كۆز ياش كانالچىلىرى توسۇلۇش 492
يىگىرمە تۆتىنچى پەسىل كۆز غۇۋالىشىش 492
يىگىرمە بەشىنچى پەسىل كۆزگە يات نەرسە كىرىپ كېتىش 493
يىگىرمە ئالتىنچى پەسىل كۆزگە زەربە تېگىش 495
يىگىرمە يەتتىنچى پەسىل كۆز جاراھىتى..... 495
1. كۆز مۈڭگۈزسىمان پەردە قەۋەتلىك تاشقى تەرىپىگە يىرىڭلىق جارا-

ھەت پەيدا بولۇشنى داۋالاش..... 496
2. كۆز مۇڭگۈزسمان پەردە قەۋەتنىڭ ئىچكى تەرىپىگە يىرىڭلىق جارا-
ھەت پەيدا بولۇش..... 497
يىگىرمە سەككىزىنچى پەسىل كۆزگە ئاق چۈشۈش..... 498
يىگىرمە توققۇزىنچى پەسىل كۆز رەڭلىك پەردە قەۋىتىنىڭ پۈلتىيىپ چە-
قىپ قېلىشى..... 500
ئوتتۇزىنچى پەسىل ئالغايلىق..... 501
1. كىچىك بالىلاردىكى ئالغايلىقنى داۋالاش..... 502
2. تۇتاقلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان ئالغايلىقنى داۋالاش..... 503
3. كۆز ئېقى ۋە قارىچۇقنى ھەرىكەتلەندۈرگۈچى ئەسەبلەرنىڭ يىغىلىپ
قىلىشىدىن بولغان ئالغايلىقنى داۋالاش..... 503
4. كۆز ئېقى ۋە قارىچۇقنى ھەرىكەتلەندۈرگۈچى ئەسەبلەرنىڭ بوشىشى-
دىن بولغان ئالغايلىقنى داۋالاش..... 503
ئوتتۇز بىرىنچى پەسىل نامازشام قارىغۇسى..... 504
ئوتتۇز ئىككىنچى پەسىل كۈندۈزى كۆرەلمەسلىك..... 505
ئوتتۇز ئۈچىنچى پەسىل نۇر يىغالماسلىق..... 506
1. كۆز كاۋاك ئەسەبلەرنىڭ كېڭىيىشىدىن بولغان نۇر يىغالماسلىقنى
داۋالاش..... 506
2. كۆز رەڭلىك پەردە قەۋىتىنىڭ كېڭىيىشتىن بولغان نۇر يىغالماس-
لىقنى داۋالاش..... 507
3. كۆز رەڭلىك قەۋەتتە قۇرۇقلۇق پەيدا بولۇش سەۋەبتىن بولغان نور
يىغالماسلىقنى داۋالاش..... 508
4. كۆز نۇرىنىڭ چېچىلىشىنى داۋالاش..... 508
ئوتتۇز تۆتىنچى پەسىل كۆز پەردە تۆشۈكىنىڭ تارىيىپ قېلىشى..... 509
1. ھۆللۈك غالىپلىقتىن بولغان كۆز پەردە تۆشۈكى تارىيىشنى داۋا-
لاش..... 509
2. قۇرۇقلۇق غالىبلىقتىن بولغان كۆز پەردە تۆشۈكى تارىيىشنى دا-
ۋالاش..... 510
3. ھۆللۈك كېمىيىپ كەتكەنلىكتىن بولغان كۆز پەردە تۆشۈكى تارى-

يېشىنى داۋالاش 510
4. قويۇق ماددىنىڭ توختاپ قىلىشىدىن بولغان كۆز پەردە توشۇكى تا-
رىيېشىنى داۋالاش 510
ئوتتۇز بەشىنچى پەسىل كۆزگە ھەرخىل رەڭدىكى شەكىللەرنىڭ كۆرۈنۈشى ... 511
ئوتتۇز ئالتىنچى پەسىل كۆزگە سۇ چۈشۈش 514
ئوتتۇز يەتتىنچى پەسىل كۆك كۆزلۈك 517
ئوتتۇز سەككىزىنچى پەسىل كۆرۈش ئاجىزلىقى 518
1. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى دا-
ۋالاش 519
2. ماددىسىز سوغۇقتىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى داۋالاش 519
3. ماددىسىز ئىسسىقتىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى داۋالاش 520
4. ئۆتكۈر ئىسسىقلىقتىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى داۋالاش 520
5. قويۇق بۇخاراتلاردىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى داۋالاش 521
6. بەدەن سوۋۇپ كەتكەنلىكتىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى داۋالاش ... 521
7. ھۆللۈكنىڭ تۆتۈقلىشىشىدىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى داۋالاش ... 522
8. سەۋدا خاراكتېرلىك ھۆللۈكتىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى
داۋالاش 523
9. ھەر نەرسىنىڭ كىچىك كۆرۈنۈشىنى داۋالاش 523
10. ھەر نەرسىنىڭ چوڭ كۆرۈنۈشىنى داۋالاش 524
11. روھ ئاجىزلىقىدىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى داۋالاش 524
12. روھقا بۇخاراتلارنىڭ ئارلىشىشىدىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقىنى
داۋالاش 524
ئوتتۇز توققۇزىنچى پەسىل قاراڭغۇلۇقتا ئۇزۇن تۇرغانلىقتىن بولغان
كورلۇق 525
قىرىقىنچى پەسىل كۆزنىڭ تۇغما كىچىك ۋە ئاجىزلىقى..... 526
قىرىق بىرىنچى پەسىل كۆز تورلىشىش 527
قىرىق ئىككىنچى پەسىل كۆز يىگلەش 527
قىرىق ئۈچىنچى پەسىل كۆز قارىسىنىڭ پۈلتىيىپ قېلىشى 528
قىرىق تۆتىنچى پەسىل نۇردىن قورقۇش 530

ئۈچىنچى باب قاپاق ۋە كىرپىك كېسەللىكلىرى 531
بىرىنچى پەسىل كۆز قۇم تىققاندەك ئاغرىش 531
ئىككىنچى پەسىل قاپاق ساڭگىلاش 532
ئۈچىنچى پەسىل ئاستى - ئۈستى قاپاق چاپلىشىپ قېلىش 533
تۆتىنچى پەسىل قاپاق ئۆرۈلۈپ قېلىش 534
بەشىنچى پەسىل قاپاق ياغسىمان ئۆسمىسى 536
ئالتىنچى پەسىل قاپاقتا تۈگۈنچە پەيدا بولۇش 537
يەتتىنچى پەسىل تەتۈر كىرپىك 538
سەككىزىنچى پەسىل كىرپىك چۈشۈپ كېتىش 540
توققۇزىنچى پەسىل كىرپىك ئاقىرىش 541
ئونىنچى پەسىل قاپاق قىچىشىش 542
ئون بىرىنچى پەسىل قاپاق جىيەكلىرى قىزىرىپ قېلىش 544
ئون ئىككىنچى پەسىل يېڭىناسقۇ 546
ئون ئۈچىنچى پەسىل قاپاقتىكى ئۈجمىسىمان ئۆسمە 546
ئون تۆتىنچى پەسىل قاپاق قاتتىقلىشىش 547
ئون بەشىنچى پەسىل قاپاق يىرىڭلىق چاقىسى 548
ئون ئالتىنچى پەسىل قاپاق ئىسسىلىپ پارقىراپ قېلىش 548
ئون يەتتىنچى پەسىل قاپاق سۆگىلى 549
ئون سەككىزىنچى پەسىل قاپاقتىكى ئۈششاق مۇدۇرلار 550
ئون توققۇزىنچى پەسىل قاپاقتىكى كېپەكلىك چاقا 550
يىگىرمىنچى پەسىل قاپاقتىكى ئۆسمە 551
يىگىرمە بىرىنچى پەسىل قاپاق كۆكىرىش 551
يىگىرمە ئىككىنچى پەسىل كۆز قۇيرۇقىدىكى ئاقما 551
يىگىرمە ئۈچىنچى پەسىل كۆز ۋە قاپاق قىچىشىش 553
يىگىرمە تۆتىنچى پەسىل كۆز بەز ئۆسمىسى 554

تۆتىنچى باب قۇلاق كېسەللىكلىرى 556
بىرىنچى پەسىل قۇلاق ئاغرىقى 556
1. ھۆل ئىسسىق كەيپىيات تەسىرىدىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش ... 556
2. يەلدىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش 558
3. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش ... 560

4. غەيرىي تەبىئىي بەلغەمدىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش 560
5. ئىسسىق - سوغۇق ئىششىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش ... 561
6. يىرىڭلىق چاقىلاردىن پەيدا بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش 562
7. قۇرتلار سەۋەبىدىن پەيدا بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش..... 562
8. ھەرخىل ھاشاراتلاردىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش 563
9. سۇ كىرىپ كېتىشتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش 564
ئىككىنچى پەسىل قۇلاق ئېغىرلىق ۋە گاسلىق 564
ئۈچىنچى پەسىل قۇلاق غوڭۇلداش 567
تۆتىنچى پەسىل قۇلاق قاناش 570
بەشىنچى پەسىل قۇلاق سۇنۇپ كېتىش 571
ئالتىنچى پەسىل قۇلاقنىڭ ئەسلى ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشى 571
يەتتىنچى پەسىل قۇلاق تۈۋى ئىششىقى 572
سەككىزىنچى پەسىل قۇلاق تۈۋى جاراھىتى..... 573
توققۇزىنچى پەسىل قۇلاقتا يات نەرسىلەر كىرىپ كېتىش 573
ئونىنچى پەسىل قۇلاق قىچىشىش 574
ئون بىرىنچى پەسىل كۆچلۈك ئاۋازلاردىن قۇلاق ئاغرىش 574

بەشىنچى باب بۇرۇن كېسەللىكلىرى 575
بىرىنچى پەسىل پۇراش قۇۋۇتىنىڭ يوقىلىشى 575
ئىككىنچى پەسىل پۇراش قۇۋۇتىنىڭ بۇزۇلۇشى 580
ئۈچىنچى پەسىل بۇرۇن مۇدۇرچاقلىرى 581
تۆتىنچى پەسىل بۇرۇن يارىسى 582
بەشىنچى پەسىل بۇرۇن قاناش..... 583
1. بۆھران خاراكتېرلىك بۇرۇن قاناشنى داۋالاش 583
2. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان بۇرۇن قاناشنى داۋالاش ... 584
3. ئىمتىلا (توشۇپ قېلىش) دىن بولغان بۇرۇن قاناشنى داۋالاش ... 584
ئالتىنچى پەسىل بۇرۇن سېسىق پۇراش 585
يەتتىنچى پەسىل بۇرۇننىڭ مىجىلىپ كېتىشى 587
سەككىزىنچى پەسىل كۆپ چۈشكۈرۈش 588
توققۇزىنچى پەسىل بۇرۇن قۇرۇش 588
ئونىنچى پەسىل بۇرۇن قىچىشىش 589

ئىككىنچى جىلىد

ئالتىنچى باب ئېغىز ۋە تىل كېسەللىكلىرى 593
بىرىنچى پەسىل تىل ئىششىقى 593
1. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان تىل ئىششىقىنى داۋالاش ... 594
2. غەيرى تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان تىل ئىششىقىنى داۋالاش ... 594
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان تىل ئىششىقىنى داۋالاش ... 594
4. غەيرى تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان تىل ئىششىقىنى داۋالاش ... 595
ئىككىنچى پەسىل تېتىش سېزىمىنىڭ يوقىلىشى ۋە بۇزۇلۇشى 595
1. تېتىش سېزىمىنىڭ يوقىلىشىنى داۋالاش..... 595
2. تېتىش سېزىمىنىڭ بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 596
ئۈچىنچى پەسىل تىل ئېغىرلىقى..... 597
1. ئىسسىقتىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاش 597
2. تىل پالەچلىنىشتىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاش 597
3. ئومۇمى بەدەن پالەچلىنىشتىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاش ... 598
4. ھۆللۈكتىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاش..... 598
5. مېڭە پەردە يالـۇغىدىن كېيىن پـەيدا بـولغان تىل ئېغىرلىقىنى
داۋالاش..... 598
6. تىل يىلتىزى ئىنچىكە قىسقا بولغانلىقتىن كېلىپ چىققان تىل ئې-
غىرلىقىنى داۋالاش 599
7. تىلدىكى ئىششىقتىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاش 599
8. تىل نېرۋىلىرى ئۇزۇلۇشتىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاش ... 600
تۆتىنچى پەسىل تىل چوڭىيىپ قېلىش 600
بەشىنچى پەسىل تىل بوشىشىپ كېتىش..... 601
ئالتىنچى پەسىل تىل ئاستى پاقىسىمان ئۆسمىسى 601
يەتتىنچى پەسىل تىل يېرىلىش 602
سەككىزىنچى پەسىل تىل قۇرۇش 603
توققۇزىنچى پەسىل تىل كۆيۈشۈش 604

ئونىنچى پەسىل تىل قىچىشىش 604
ئون بىرىنچى پەسىل ئېغىز شىللىق پەردىسى سويۇلۇش..... 605
ئون ئىككىنچى پەسىل ئېغىزغا مۇدۇر چىقىش 606
ئون ئۈچىنچى پەسىل ئېغىز پىشلاقلىشىش..... 606
ئون تۆتىنچى پەسىل ئېغىز گۆشخور چاقىسى..... 607
ئون بەشىنچى پەسىل ئېغىزدىن شۆلگەي ئېقىش..... 608
ئون ئالتىنچى پەسىل ئېغىز پۈراش 609
ئون يەتتىنچى پەسىل تامغاق ئىششىقى 612

يەتتىنچى باب كالپۇك كېسەللىكلىرى 614
بىرىنچى پەسىل كالپۇك ئاقىرىپ قېلىش 614
ئىككىنچى پەسىل كالپۇك يېرىلىش، سويۇلۇش ۋە قۇرۇش 615
ئۈچىنچى پەسىل كالپۇك لىكىلداش 615
تۆتىنچى پەسىل كالپۇك قورۇلۇپ قېلىش 616
بەشىنچى پەسىل كالپۇك بوۋاسىرى..... 617
ئالتىنچى پەسىل كالپۇك ئىششىقى 618
يەتتىنچى پەسىل كالپۇكقا مۇدۇرچاق چىقىش..... 619
سەككىزىنچى پەسىل كالپۇك يىرىڭلىق چاقىسى 619
توققۇزىنچى پەسىل كالپۇك مىزاجىنىڭ خىلىتسىز بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ... 619
ئونىنچى پەسىل كالپۇك گۆشخور چاقىسى 620

سەككىزىنچى باب چىش ۋە چىش مىلكى كېسەللىكلىرى 621
بىرىنچى پەسىل چىش ئاغرىقى..... 621
1. ماددىسىز ئىسسىقتىن بولغان چىش ئاغرىقىنى داۋالاش..... 621
2. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان چىش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 622
3. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان چىش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 622
4. ماددىسىز سوغۇقتىن بولغان چىش ئاغرىقىنى داۋالاش 622
5. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان چىش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 623
6. ئاشقازان مەنبەلىك چىش ئاغرىقىنى داۋالاش..... 624
7. چىش كۆتىكىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان چىش ئاغرىقىنى داۋالاش ... 624

8. قويۇق يەللەردىن بولغان چىش ئاغرىقىنى داۋالاش 625
9. چىشقا قۇرت چۈشۈشتىن بولغان چىش ئاغرىقىنى داۋالاش 625
ئىككىنچى پەسىل چىش قاماپ قېلىش 626
ئۈچىنچى پەسىل چىش سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىش 627
تۆتىنچى پەسىل چىش ئۇۋۇلۇپ كېتىش 628
1. ھۆللۈكتىن بولغان چىش ئۇۋۇلۇپ كېتىشنى داۋالاش 628
2. قۇرۇقلۇقتىن بولغان چىش ئۇۋۇلۇپ كېتىشنى داۋالاش 629
بەشىنچى پەسىل چىش ساغرىپ قېلىش 630
ئالتىنچى پەسىل چىش رەڭگى ئۆزگىرىپ كېتىش 630
يەتتىنچى پەسىل چىش بوشاپ كېتىش 631
سەككىزىنچى پەسىل كىچىك بالىلارغا ئاسان چىش چىقىرىشنىڭ ئۇسۇل ـ چارىلىرى 634
توققۇزىنچى پەسىل چىشنىڭ بەك چوڭ ۋە ئۇزۇن ئۆسۈشى 635
ئونىنچى پەسىل چىش قىچىشىش 637
ئون بىرىنچى پەسىل ئۇيقۇلۇقتا چىشنى غۇچۇرلىتىش 637
ئون ئىككىنچى پەسىل چىش مىلىكى ياللۇغى 638
ئون ئۈچىنچى پەسىل چىش مىلىكى قاناش 639
ئون تۆتىنچى پەسىل چىش مىلىكى يىرىڭلىق ئاقمىسى 640

توققۇزىنچى باب گال كېسەللىكلىرى 642
بىرىنچى پەسىل يوتقۇنچاق ياللۇغى 643
1. غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان يۇتقۇنچاق ياللۇغنى داۋالاش ... 652
2. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان يۇتقۇنچاق ياللۇغنى داۋالاش 658
3. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان يوتقۇنچاق ياللۇغنى داۋالاش 659
4. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان يۇتقۇنچاق ياللۇغنى داۋالاش 661
5. بوغۇز ياللۇغى (زەبەھە) نى داۋالاش 662
6. بوغما (خانىقە) نى داۋالاش 665

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

7. ئىتسمان بوغما (خەنناقى كەلبى) نى داۋالاش 665
ئىككىنچى پەسىل گال سىرتقى ئىششىقى 667
1. قان خىلىتىنىڭ ئوفۇنەتلىنىشىدىن بولغان گال سىرتقى ئىششىقىنى داۋالاش 668
2. بەلغەم خىلىتىنىڭ غەيرىي تەبئىي ئۆزگىرىشىدىن بولغان گال سىرتقى ئىششىقىنى داۋالاش 669
ئۈچىنچى پەسىل بادامسىمانبەز يالىلۇغى 670
تۆتىنچى پەسىل كىچىك تىل يالىلۇغى 671
بەشىنچى پەسىل كىچىك تىل بوشۇشپ كېتىش 672
ئالتىنچى پەسىل گال ئاغرىقى 675
يەتتىنچى پەسىل بويۇن نېرۋىلىرى ئاغرىقى 679
سەككىزىنچى پەسىل گالغا يېمەك - ئىچمەك تۇرۇپ قېلىش 680
توققۇزىنچى پەسىل گالغا سۆڭەك تۇرۇپ قېلىش 681
ئونىنچى پەسىل يىڭنە يۇتۇۋېلىش 681
ئون بىرىنچى پەسىل سۇدا تۇنجۇقۇپ قېلىش 682
ئون ئىككىنچى پەسىل گال پۈتۈپ قېلىش 682
ئون ئۈچىنچى پەسىل گالغا قۇرت چاپلىشىۋېلىش 683
ئون تۆتىنچى پەسىل گال زەخىملىنىش 684
ئون بەشىنچى پەسىل گال ئېچىشىش 686
ئون ئالتىنچى پەسىل گال قورۇش 687
ئون يەتتىنچى پەسىل كاناي يالىلۇغى ۋە يارىسى 688
ئون سەككىزىنچى پەسىل كاناي لىكىلداش ۋە تىترەش 689
ئون توققۇزىنچى پەسىل يۇتقۇنچاقنىڭ بوشۇشپ كېتىشى 690

ئونىنچى باب قىزىلئۆڭگەچ ۋە ئاۋاز بوزۇلۇش كېسەللىكلىرى 691
بىرىنچى پەسىل يۇتۇش قىيىنلىشىش 691
ئىككىنچى پەسىل قىزىلئۆڭگەچنىڭ سپازملىنىشى ۋە پالىچى 694
ئۈچىنچى پەسىل قىزىلئۆڭگەچ يالىلۇغى 695
تۆتىنچى پەسىل قىزىلئۆڭگەچنىڭ يېرىلىشى 697
بەشىنچى پەسىل قىزىلئۆڭگەچ يارىسى 697

ئالتىنچى پەسىل قىزىلئۆڭگەچ قىچىشش 698
يەتتىنچى پەسىل ئاۋاز بۇزۇلۇش كېسەللىكلىرى 699
1. ئاۋاز چىقىرالماسلىقنى داۋالاش 700
2. ئاۋاز پۈتۈپ قېلىشنى داۋالاش 701
3. ئاۋاز كۈسۈلداپ چىقىشنى داۋالاش 706
4. ئاۋازنىڭ ئۇزۇلۇپ چىقىشنى داۋالاش 706
5. ئاۋازنىڭ بوم چىقىشنى داۋالاش 706
6. ئاۋازنىڭ ئىنچىكىرەپ چىقىشنى داۋالاش 706
7. ئاۋازنىڭ سۈزۈكلىكى بۇزۇلۇشنى داۋالاش 707
8. ئاۋازنىڭ تىترەپ چىقىشنى داۋالاش 707

ئون بىرىنچى باب ئۆپكە ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرى 708
بىرىنچى پەسىل ئۆپكە ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرى ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە 708
ئىككىنچى پەسىل نەپەسلىنىشنىڭ بۇزۇلۇشى 710
1. قىيىن نەپەسلىنىشنى داۋالاش 716
2. يىغىلىپ نەپەسلىنىشنى داۋالاش 716
3. نەپەس سىقىلىشنى داۋالاش 717
4. ئۆرە ئولتۇرۇپ نەپەسلىنىشنى داۋالاش 717
ئۈچىنچى پەسىل زىققە 717
1. نەزلىدىن بولغان زىققىنى داۋالاش 720
2. بەلغەمدىن بولغان زىققىنى داۋالاش 723
3. ھۆللۈكتىن بولغان زىققىنى داۋالاش 728
4. يىرىكلىكتىن بولغان زىققىنى داۋالاش 730
5. بۇ خاراتلارنىڭ تەسىرىدىن بولغان زىققىنى داۋالاش 732
6. يەلدىن بولغان زىققىنى داۋالاش 733
7. بوشۇشۇپ كېتىش (ئىستېرخا) خاراكتېرلىك زىققىنى داۋالاش ... 734
8. قۇرۇقلۇقتىن بولغان زىققىنى داۋالاش 734
9. سوغۇقتىن بولغان زىققىنى داۋالاش 735
10. ئىششىقتىن بولغان زىققىنى داۋالاش 735

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى
www.uyghurkitap.com

11. ئىسسىقتىن بولغان زىققىنى داۋالاش 736
12. ئاشقازان توشۇپ قېلىش سەۋەبىدىن بولغان زىققىنى داۋالاش..... 736
تۆتىنچى پەسىل يۆتەل 736
1. ئىسسىق نەزلىدىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش 741
2. سوغۇق نەزلىدىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش 746
3. ھۆللۈكتىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش 750
4. سوغۇقتىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش 753
5. ئىسسىقتىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش 754
6. قۇرۇقلۇقتىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش 756
7. غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش..... 757
8. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش 758
9. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش 758
10. تارقىلىشچان يۆتەلنى داۋالاش 758
11. كانايغا قۇرۇقلۇق يېتىش سەۋەبىدىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش..... 760
12. باشقا سەۋەبلەردىن بولغان يۆتەلنى داۋالاش..... 761
بەشىنچى پەسىل بالىلار يۆتىلى 762
ئالتىنچى پەسىل خارقىراش 765
يەتتىنچى پەسىل قان تۈكۈرۈش 766
1. ئۆپكە توقۇلمىلىرىدىن قان كېلىشنى داۋالاش 773
2. تومۇرلارنىڭ ئۈزۈلۈشى ۋە يىرىلىشىدىن بولغان قان تۈكۈرۈشنى داۋالاش..... 776
3. قان تومۇرنىڭ ھەددىدىن زىيادە كېڭىيىپ كېتىشىدىن بولغان قان تۈكۈرۈشنى داۋالاش 779
4. تومۇرلار چىرىشتىن بولغان قان تۈكۈرۈشنى داۋالاش 780
5. كۆكرەكتىن قان كېلىشنى داۋالاش 782
6. يۇتقۇنچاق ۋە كانايدىن قان كېلىشنى داۋالاش 783
7. كېچىك تىلدىن قان كېلىشنى داۋالاش..... 783
8. چىش سىلكىدىن قان كېلىشنى داۋالاش 784
9. ئىچكى ئەزالاردىكى ياللۇغلاردىن قان سىرغىپ چىقىشنى داۋالاش ... 784

10. قىزىلئۆڭگەچ، ئاشقازان، تال، جىگەر قاتارلىق ئەزالاردىن قان كېلىشنى داۋالاش 784
سەككىزىنچى پەسىل ئۆپكە ياللۇغى 785
1. ئۆپكە ياللۇغىنى داۋالاش 788
2. ئۆپكىگە سۇ يىغىلىشنى داۋالاش 796
3. بالىلار ئۆپكە ياللۇغىنى داۋالاش 797
توققۇزىنچى پەسىل ئۆپكە تۇبېركۇلوزى 800
1. ھەقىقىي ئۆپكە تۇبېركۇلوزىنى داۋالاش 805
2. ساختا ئۆپكە تۇبېركۇلوزىنى داۋالاش 819
ئوننىنچى پەسىل يىرىڭ تۇكۇرۈش 820
ئون بىرىنچى پەسىل ئۆپكە ئاجىزلىقى 822
ئون ئىككىنچى پەسىل كۆكرەك ۋە بېقىن ئاغرىقى 824
1. قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان كۆكرەك ۋە بېقىن ئاغرىقىنى داۋالاش ... 826
2. سوغۇقتىن بولغان كۆكرەك ۋە بېقىن ئاغرىقىنى داۋالاش 827
3. يەلدىن بولغان كۆكرەك ۋە بېقىن ئاغرىقىنى داۋالاش 829
4. بۇزۇق گاز (بۇخارات) ۋە توسالغۇدىن بولغان كۆكرەك ۋە بېقىن ئاغرىقىنى داۋالاش 831
5. كۆكرەكتىكى ئەزالار ئىششىقىدىن بولغان كۆكرەك ۋە بېقىن ئاغرىقىنى داۋالاش 832
ئون ئۈچىنچى پەسىل كۆكرەك پەردە ياللۇغى 834
1. غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلىتىدىن بولغان ھەقىقىي كۆكرەك پەردە ياللۇغىنى داۋالاش 845
2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ھەقىقىي كۆكرەك پەردە ياللۇغىنى داۋالاش 854
3. ھەقىقىي بولمىغان كۆكرەك پەردە ياللۇغى (زاتىل جەنبە غەيرى خالىس)نى داۋالاش 855
4. تارقىلىشچان كۆكرەك پەردە ياللۇغى (زاتىل جەنبە ۋە بائى)نى داۋالاش 858
5. بوغما (خانىقە)نى داۋالاش 859

6. ئۇششاق قوۋۇرغا ئارىلىق پەردە ياللۇغى (شۇسە)نى داۋالاش 860
7. كۆكرەك ئالدى بۆلگۈچ پەردە ياللۇغى (زاتسسەدرى)نى داۋالاش ... 862
8. كۆكرەك كەينى بۆلگۈچ پەردە ياللۇغى (زاتىل جەنبى ئەرىز) نى داۋالاش 863
ئون تۆتىنچى پەسىل دىئافراگما ياللۇغى 863
ئون بەشىنچى پەسىل كۆكرەككە يىرىڭ يىغىلىش 866
ئون ئالتىنچى پەسىل قوۋۇرغا ۋە كۆكرەك پەردىلىرىنىڭ يىغىلىپ قېلىشى 871
ئون يەتتىنچى پەسىل كۆكرەك سپازمىسى 872

ئون ئىككىنچى باب يۇرەك كېسەللىكلىرى 874
بىرىنچى پەسىل يۇرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى 874
1. يۇرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشنى داۋالاش 881
2. يۇرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشنى داۋالاش..... 883
3. يۇرەك مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشنى داۋالاش 884
4. يۇرەك مىزاجىنىڭ ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشنى داۋالاش 886
5. يۇرەك مىزاجىنىڭ مۇرەككەپ كەيپىياتلار تەسىرىدىن بۇزۇلۇشنى داۋالاش 887
ئىككىنچى پەسىل يۇرەك سانجىقى 887
ئۈچىنچى پەسىل يۇرەك رېتىمسىزلىقى 888
1. ئىسسىقتىن بولغان يۇرەك رېتىمسىزلىقىنى داۋالاش..... 894
2. سوغۇقتىن بولغان يۇرەك رېتىمسىزلىقىنى داۋالاش 901
3. يەل ۋە بۇخاراتلاردىن بولغان يۇرەك رېتىمسىزلىقىنى داۋالاش..... 907
4. توسۇلۇش سەۋەبىدىن بولغان يۇرەك رېتىمسىزلىقىنى داۋالاش..... 909
5. ئاجىزلىقتىن بولغان يۇرەك رېتىمسىزلىقىنى داۋالاش 910
6. سەزگۈرلۈك ئېشىپ كېتىشتىن بولغان يۇرەك رېتىمسىزلىقىنى داۋالاش 911
7. باشقا ئەزالار شىرىكچىلىكىدىكى يۇرەك رېتىمسىزلىقىنى داۋالاش ... 911
8. يۇرەك رېتىمسىزلىقىنى ئامبۇلاريە شارائىتىدا داۋالاش 912
تۆتىنچى پەسىل يۇرەك مەنبەلىك شوك 914

1. توشۇپ قېلىش خاراكتېرلىك يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش ... 920
2. ئىستېفراغنىڭ كۆپلۈكىدىن بولغان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش ... 921
3. مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش 922
4. ئاغرىق ۋە يالليۇغدىن كېلىپ چىققان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش 923
5. توسولۇشتىن بولغان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش..... 923
6. ئاچلىقتىن بولغان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش 924
7. زىيادە چارچاش ۋە قۇرۇقلۇقتىن بولغان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش 924
8. قان ئالغاندىن كېيىنكى يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش 925
9. روھىي ئامىللار سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش 925
10. ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاجىزلىقىدىن بولغان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش 925
11. ھىستېريە خاراكتېرلىك يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش 926
12. قىزىتمىدىن كېلىپ چىققان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش ... 926
13. زەھەرلىنىشتىن كېلىپ چىققان يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاش ... 927
14. يۇرەك مەنبەلىك شوكنى داۋالاشتا دىققەت قىلىدىغان ئىشلار 927
بەشىنچى پەسىل ماغدۇرسىزلىنىش 928
ئالتىنچى پەسىل يۇرەك يالليۇغى 929
1. يۇرەك دالانچا يالليۇغنى داۋالاش 930
2. يۇرەك پەردە يالليۇغنى داۋالاش 932
3. يۇرەك قېرىنچىسىنىڭ توشۇپ قېلىشنى داۋالاش..... 932
يەتتىنچى پەسىل يۇرەك مۇسكۇل تىقىلمىسى 933
سەككىزىنچى پەسىل يۇرەك سويۇلغاندەك ئاغرىش 934
توققۇزىنچى پەسىل يۇرەك سىقىلىش 935
ئونىنچى پەسىل يۇرەكنىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كېتىش 936
ئون بىرىنچى پەسىل بۇخاراتلاردىن بولغان يۇرەك تۇماڭلىشىش 937
ئون ئىككىنچى پەسىل يۇرەكنىڭ ئاستىغا تارتىلىشى 937

ئون ئۈچىنچى پەسىل هەددىدىن ئارتۇق خۇشاللىق ۋە قايغۇنىڭ يۈرەككە بولغان تەسىرى 938

ئون ئۈچىنچى باب ئاشقازان كېسەللىكلىرى 939
بىرىنچى پەسىل ئاشقازان كېسەللىكلىرى هەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە 939
ئىككىنچى پەسىل ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىسىز بۇزۇلۇشى 951
1. ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ... 951
2. ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ... 953
3. ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىسىز هۆللۇكتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ... 954
4. ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ... 955
5. ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىسىز هۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 957
6. ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىسىز قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 958
7. ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىسىز هۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 959
8. ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىسىز قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 960
ئۈچىنچى پەسىل ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلتىلىق بۇزۇلۇشى 961
1. ئاشقازان مىزاجىنىڭ غەيرىي - تەبئىي سەپرا خىلتىدىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 963
2. ئاشقازان مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتىدىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 965
3. ئاشقازان مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىدىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 967
تۆتىنچى پەسىل يەلدىن بولغان ئاشقازان كېسەللىكى 968
بەشىنچى پەسىل ئاشقازان ئاغرىقى 970
1. يەلدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىنى داۋالاش 973
2. بۇزۇلغان يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاندىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىنى داۋالاش 977

3. خىلىتسىز ئىسسىقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقنى داۋالاش 979
4. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقنى داۋالاش ... 980
5. خىلىتسىز سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقنى داۋالاش..... 981
6. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقنى داۋالاش ... 982
7. خىلىتسىز قۇرۇقلۇقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقنى داۋالاش 984
8. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقنى داۋالاش ... 984
9. مۇرەككەپلەشكەن غەيرىي تەبىئىي خىلىت تەسىرىدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقنى داۋالاش..... 985
10. ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئاشقازان ئاغرىنى داۋالاش ... 985
ئالتىنچى پەسىل ئاشقازان ئاجىزلىقى 986
يەتتىنچى پەسىل بوۋاقلاردىكى ئاشقازان ئاجىزلىقى 990
سەككىزىنچى پەسىل ھەزىم ئاجىزلىقى 991
1. سۈمۈرۈش كۈچىنىڭ ئاجىزلىشىشىدىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقىنى داۋالاش..... 992
2. تۈتۈپ تۇرۇش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقىنى داۋالاش..... 993
3. ئىتتىرىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقىنى داۋالاش..... 994
4. ھەزىم قىلىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقىنى داۋالاش..... 994
توققۇزىنچى پەسىل ھەزىم بۇزۇلۇش 997
1. يېمەك ـ ئىچمەكتىن كېلىپ چىققان ھەزىم بۇزۇلۇشنى داۋالاش ... 999
2. ئاشقازان مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان ھەزىم بۇزۇلۇشنى داۋالاش..... 1000
3. باشقا ئامىللار سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ھەزىم بۇزۇلۇشنى داۋالاش 1005
ئونىنچى پەسىل ھەزىم يوقىلىش ۋە ھەزىم بۇزۇلۇش 1006
ئون بىرىنچى پەسىل خولېرا..... 1011
1. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان خولېرانى داۋالاش 1020

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان خولېرانى داۋالاش..... 1023
3. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان خولېرانى داۋالاش 1027
4. تارقىلىشچان خولېرانى داۋالاش 1028
5. بالىلاردىكى خولېرانى داۋالاش 1030
ئون ئىككىنچى پەسىل ئىشتىها ئاجىزلاش ۋە تۇتۇلۇش 1031
1. خىلىتسىز ئىسسىقتىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1035
2. خىلىتسىز سوغۇقتىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1036
3. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش ... 1037
4. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش ... 1037
5. خىلىتلارنىڭ چىرىشىدىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1038
6. خام خىلىتلار تەسىرىدىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1038
7. سەۋدا خىلىتىنىڭ ئارتىپ كېتىشىدىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1038
8. توشۇپ قېلىشتىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1039
9. سۈمۈرۈش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1039
10. تال ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1039
11. ئاشقازان سەزگۈرلۈكى يوقىلىشتىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1039
12. كەم قانلىق سەۋەبىدىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1040
13. ھەيز توسۇلۇشتىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1040
14. باشقا سەۋەبلەردىن بولغان ئىشتىهاسىزلىقنى داۋالاش 1040
ئون ئۈچىنچى پەسىل يات نەرسىلەرنى يېيىش 1041
1. ھامىلىدار ئاياللاردىكى يات نەرسىلەرنى يېيىشنى ئازۇ قىلىشنى داۋالاش 1041
2. نورمال كىشىلەردىكى يات نەرسىلەرنى يېيىشنى ئازۇ قىلىشنى داۋالاش 1042
ئون تۆتىنچى پەسىل ئىت ئىشتىها كېسىلى 1043
1. خىلىتسىز سوغۇقتىن بولغان ئىت ئىشتىها كېسىلىنى داۋالاش ... 1045

2. چۈچۈمەل بەلغەم خىلتىدىن بولغان ئىت ئىشتىها كېسىلىنى داۋالاش 1046
3. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان ئىت ئىشتىها كېسىلىنى داۋالاش 1046
4. خىلتىسز ئىسسىقتىن بولغان ئىت ئىشتىها كېسىلىنى داۋالاش ... 1046
5. باشقا سەۋەبلەردىن بولغان ئىت ئىشتىها كېسىلىنى داۋالاش 1047
ئون بەشىنچى پەسىل كالا ئىشتىها كېسىلى 1048
ئون ئالتىنچى پەسىل ئاچلىقتىن بولغان هوشسىزلىنىش 1051
ئون يەتتىنچى پەسىل ئۇسۇزلۇق كېسىلى 1052
1. هارارەت ئېشىپ كېتىشتىن بولغان ئۇسۇزلۇق كېسىلىنى داۋالاش ... 1054
2. قۇرۇقلۇق ئېشىپ كېتىشتىن بولغان ئۇسۇزلۇق كېسىلىنى داۋالاش 1055
3. شارابنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن بولغان ئۇسۇزلۇق كېسىلىنى داۋالاش 1055
4. قويۇق ۋە تۇزلۇق خىلتىلار سەۋەبىدىن بولغان ئۇسۇزلۇق كېسىلىنى داۋالاش 1056
5. هەرخىل يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن بولغان ئۇسۇزلۇق كېسىلىنى داۋالاش 1057
6. زەهەرلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلغانلىقتىن بولغان ئۇسۇزلۇق كېسىلىنى داۋالاش 1057
7. مۇز ئىستېمال قىلغانلىقتىن پەيدا بولغان ئۇسۇزلۇق كېسىلىنى داۋالاش 1058
8. كۆپ ئىچى سۇرۇشتىن بولغان ئۇسۇزلۇق كېسىلىنى داۋالاش ... 1058
ئون سەككىزىنچى پەسىل ئاشقازان ياللۇغى 1058
1. غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىدىن بولغان ئاشقازان ياللۇغنى داۋالاش ... 1060
2. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان ئاشقازان ياللۇغنى داۋالاش 1062
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان ئاشقازان ياللۇغنى داۋالاش 1063

4. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان يالليۇغىنى داۋالاش 1065
ئون توققۇزىنچى پەسىل ئاشقازان يېرىڭلىق ئىششىقى 1066
يىگىرمىنچى پەسىل ئاشقازان ياراسى ۋە مۇدۇر - چاقلىرى 1068
يىگىرمە بىرىنچى پەسىل ئاشقازان كۆپۈش ۋە كورىكراش 1071
1. خىلىتسىز سوغۇقلۇقتىن بولغان ئاشقازان كۆپۈش ۋە كورىكراشنى داۋالاش 1073
2. يېمەكلىكلەردىن بولغان ئاشقازان كۆپۈش ۋە كورىكراشنى داۋالاش ... 1074
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان كۆپۈش ۋە كورىكراشنى داۋالاش 1074
4. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان قورساق كورىكراش ۋە كۆپۈشنى داۋالاش 1075
5. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان كۆپۈش ۋە كورىكراشنى داۋالاش 1076
يىگىرمە ئىككىنچى پەسىل ئاچچىق كېكىرىش، ئەسنەش ۋە كېرىلىش ... 1076
يىگىرمە ئۈچىنچى پەسىل قەي قىلىش، ھۆ بولۇش، كۆڭۈل ئېلىشىش ... 1078
1. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان قەي قىلىش، ھۆ بولۇش ۋە كۆڭۈل ئېلىشىنى داۋالاش 1082
2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان قەي قىلىش، ھۆ بولۇش ۋە كۆڭۈل ئېلىشىنى داۋالاش..... 1085
3. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان قەي قىلىش، ھۆ بولۇش ۋە كۆڭۈل ئېلىشىنى داۋالاش..... 1086
4. باشقا ئەزالار شېرىكچىلىكىدىكى كۆڭۈل ئېلىشىش ھۆ بولۇش ۋە قەي قىلىشنى داۋالاش 1087
5. ئوفۇنەتلىنىشتىن بولغان كۆڭۈل ئېلىشىش ھۆ بولۇش ۋە قەي قىلىشنى داۋالاش 1088
6. ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان قەي قىلىش، ھۆ بولۇش ۋە كۆڭۈل ئېلىشىشنى داۋالاش 1088
7. يېمەكلىكلەرنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان كۆڭۈل ئېلىشىش ھۆ بولۇش

لۇش ۋە قەي قىلىشنى داۋالاش 1090
8. بۆھران دەۋرىدىكى كۆڭۈل ئېلىشىش، ھۆ بولۇش، قەي قىلىشنى داۋالاش 1091
9. مەددە قۇرت تەسىرىدىن بولغان قەي قېلىش، ھۆ بولۇش، كۆڭۈل ئېلىشىشنى داۋالاش 1091
10. بالىلاردىكى كۆڭۈل ئېلىشىش، ھۆ بولۇش، قەي قىلىشنى داۋالاش ... 1092
يىگىرمە تۆتىنچى پەسىل قان قەي قىلىش 1093
يىگىرمە بەشىنچى پەسىل ئاشقازاندا قان ياكى سۇت ئۈيۈپ قېلىش 1098
يىگىرمە ئالتىنچى پەسىل ھېق تۇتۇش 1099
1. بەك تويۇپ كېتىش سەۋەبىدىن بولغان ھېق تۇتۇشنى داۋالاش ... 1102
2. يەلدىن بولغان ھېق تۇتۇشنى داۋالاش..... 1103
3. سوغۇقتىن بولغان ھېق تۇتۇشنى داۋالاش 1104
4. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان ھېق تۇتۇشنى داۋالاش ... 1105
5. ئىسسىقتىن بولغان ھېق تۇتۇشنى داۋالاش 1107
6. ئۆتكۈر غەيرىي تەبىئىي خىلتىلار تەسىرىدىن بولغان ھېق تۇتۇشنى داۋالاش 1107
7. قۇرۇقلۇقتىن بولغان ھېق تۇتۇشنى داۋالاش 1109
8. ياللۇغلىنىشتىن بولغان ھېق تۇتۇشنى داۋالاش 1110
يىگىرمە يەتتىنچى پەسىل ئاشقازان خىزمىتى قالايمىقانلىشىش 1110
يىگىرمە سەككىزىنچى پەسىل ئاشقازان ئارامسىزلىنىش 1112
يىگىرمە توققۇزىنچى پەسىل ئاشقازان قوزغىلىش 1113
ئوتتۇزىنچى پەسىل ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاغرىش 1115
1. خىلتىسىز ئىسسىق ۋە غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتى تەسىرىدىن بولغان ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاغرىقىنى داۋالاش..... 1116
2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاغرىقىنى داۋالاش 1117
3. يەلدىن بولغان ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاغرىقنى داۋالاش 1118
ئوتتۇز بىرىنچى پەسىل ئاشقازان كۆيۈشۈش 1119
ئوتتۇز ئىككىنچى پەسىل ئاشقازان قىچىشىش 1121

1. ئۆتكۈر خىلىتلار تەسىرىدىن بولغان ئاشقازان قېچىشىنى داۋالاش ... 1121
2. ئاشقازاندىكى ئۇششاق مۇدۇر - چاقىلاردىن بولغان ئاشقازان قە-
چىشىنى داۋالاش 1122
ئوتتۇز ئۇچىنچى پەسىل ئاشقازان تۆۋەنلەش 1122
ئوتتۇز تۆتىنچى پەسىل ئاشقازان يىغىلۇپلىش 1123
ئوتتۇز بەشىنچى پەسىل ئاشقازان قېتىپ قېلىش 1125
ئوتتۇز ئالتىنچى پەسىل ئاشقازان كېچىكىپ كېتىش 1127
ئوتتۇز يەتتىنچى پەسىل ئاشقازان زەخىملىنىش..... 1127
ئوتتۇز سەككىزىنچى پەسىل ئاشقازان تېشىلىپ كېتىش 1128

ئۇچىنچى جىلىد

ئون تۆتىنچى باب جىگەر كېسەللىكلىرى 1131
بىرىنچى پەسىل جىگەر كېسەللىكلىرى ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە 1131
1. جىگەرنى تۆتۈپ تەكشۈرۈش 1131
2. ئاغرىش سېزىمىغا ئاساسەن جىگەرنى تەكشۈرۈش 1132
3. جىگەرنىڭ خىزمىتىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش 1132
4. باشقا ئەزالاردىكى ئالامەتلەرگە ئاساسەن جىگەرنى تەكشۈرۈش..... 1133
5. بەدەننىڭ ئومۇمىي ئەھۋالىنى كۆزدە تۇتۇش ئاساسىدا جىگەرنى
تەكشۈرۈش 1133
6. قورساق ئېتراپىدىكى تۈكلەرنى كۆزىتىش ئارقىلىق جىگەرنى تەكـ
شۈرۈش 1134
7. جىگەردىن باشلانغان قان تومۇرلار ئارقىلىق تەكشۈرۈش 1134
8. باشقا ئەزالارنىڭ شەكلى ئارقىلىق جىگەرنى تەكشۈرۈش 1135
9. جىگەردە پەيدا بولغان خىلىتلارنىڭ مىقدارىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش ... 1135
10. يېمەكلىكلەرنىڭ جىگەرگە خىل كېلىش - كەلمەسلىكىگە ئاساسەن
تەكشۈرۈش 1135
11. بىمارنىڭ يېشى ۋە ئۆرپ - ئادىتىگە ئاساسەن جىگەرنى تەكشۈرۈش ... 1135
ئىككىنچى پەسىل جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى 1142

1. جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ... 1142
2. جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ... 1147
3. جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ... 1151
4. جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ... 1152
5. جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش..... 1153
6. جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش..... 1155
7. جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 1157
8. جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 1159
ئۇچىنچى پەسىل جىگەر ئاجىزلىقى 1161
تۆتىنچى پەسىل جىگەر ۋە ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ تۈسۈلۈشى 1169
1. جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپىدىكى ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىنى داۋالاش 1173
2. جىگەرنىڭ ئۈستى تەرىپىدىكى ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىنى داۋالاش..... 1177
بەشىنچى پەسىل جىگەر كۆپۈشۈش ۋە جىگەرگە يەل يىغىلىش..... 1179
ئالتىنچى پەسىل جىگەر ئاغرىش 1181
1. جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان جىگەر ئاغرىقىنى داۋالاش 1182
2. جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان جىگەر ئاغرىقىنى داۋالاش 1182
يەتتىنچى پەسىل جىگەر قېتىشى..... 1183
سەككىزىنچى پەسىل جىگەر ياللۇغى 1184
1. غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغىنى داۋالاش ... 1188
2. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغىنى داۋالاش 1192
3. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغىنى داۋالاش 1194
4. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغىنى داۋالاش 1197

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

5. جىگەر مۇسكۇل ياللۇغىنى داۋالاش 1200
توققۇزىنچى پەسىل ئۇرۇلۇش سوقۇلۇشتىن بولغان جىگەر زەخمىلىنىش ... 1201
ئونىنچى پەسىل جىگەر يىرىلىش 1202
ئون بىرىنچى پەسىل جىگەر يىرىڭلىق ئىششىقى 1203
ئون ئىككىنچى پەسىل جىگەر مۇدۇر چاقىسى 1205
ئون ئۈچىنچى پەسىل جىگەر لىكىلداش 1205
ئون تۆتىنچى پەسىل جىگەرگە ئۇششاق تاش پەيدا بولۇش 1206
ئون بەشىنچى پەسىل جىگەر يىگلەش 1207
ئون ئالتىنچى پەسىل سۇ ئۇلقۇنىيە (بەدەندىكى سۇ ئالمىشىنىڭ بۇزۇلۇشى) 1207
ئون يەتتىنچى پەسىل سۇلۇق ئىششىق 1212
1. گۆش سۇلۇق ئىششىقىنى داۋالاش 1219
2. تۇلۇمسىمان سۇلۇق ئىششىنى داۋالاش 1231
3. ناغرىسىمان سۇلۇق ئىششىنى داۋالاش 1237

ئون بەشىنچى باب . ئۆت خالتىسى ۋە تال كېسەللىكلىرى 1241
بىرىنچى پەسىل يەرقان 1242
1. سېرىق يەرقان 1242
1) قايناش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش 1247
2) توسۇلۇش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش 1250
3) ياللۇغلىنىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالش 1252
4) زەھەرلىنىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش 1253
5) ئۆتكۈر پۇراقلىق زەھەرلەرنى پۇرىۋېلىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش 1254
6) تارقىلىشچان يوقۇش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش ... 1255
7) بۆھران خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش 1257
2. قارا يەرقان 1258
1) تال تومۇرلىرى توسۇلۇشتىن بولغان قارا يەرقانىنى داۋالاش 1260
2) تال ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان قارا يەرقانىنى داۋالاش 1261
3) تال ئىششىقىدىن كېلىپ چىققان قارا يەرقانىنى داۋالاش 1261

4) بۆھران خاراكتېرلىك قارا يەرقاننى داۋالاش 1262
5) خىلىتلارنىڭ كۆيۈشىدىن كېلىپ چىققان قارا يەرقاننى داۋالاش ... 1262
3. سېرىق يەرقان ۋە قارا يەرقان 1263
ئىككىنچى پەسىل تال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى 1264
1. تال مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 1266
2. تال مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 1267
3. تال مىزاجىنىڭ ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 1267
4. تال مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 1268
5. تال مىزاجىنىڭ مۇرەككەپ كەپىيىاتلار تەسىرىدىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 1268
ئۇچىنچى پەسىل تال ياللۇغى ۋە تال قېتىش 1269
1. تال ياللۇغى 1269
1) غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان تال ياللۇغىنى داۋالاش ... 1270
2) غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان تال ياللۇغىنى داۋالاش ... 1271
3) غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان تال ياللۇغىنى داۋالاش ... 1272
2. تال قېتىش 1273
تۆتىنچى پەسىل تالغا يىرىڭ يىغىلىش 1279
بەشىنچى پەسىل تال كۆپۈشۈش ۋە تالغا يەل يىغىلىش 1280
ئالتىنچى پەسىل تال ئاجىزلىقى 1281
يەتتىنچى پەسىل تالدا توسالغۇ پەيدا بولۇش 1283
سەككىزىنچى پەسىل تالغا تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش 1284
توققۇزىنچى پەسىل تال ئاغرىقى 1285

ئون ئالتىنچى باب ئۇچەي كېسەللىكلىرى 1287
بىرىنچى پەسىل ئىچ سۇرۇش 1287
1. يېمەكلىك مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1302
2. تارقىلىشچان يوقۇش مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1303
3. مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1303
4. ھۆل سوغۇق كەپىيىات ۋە غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1305

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

5. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1310
6. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچى سۇرۇشنى داۋالاش 1315
7. ئاشقازان يارىسى ۋە مۇدۇر - چاقىسى سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1315
8. جىگەر توسۇلۇش ۋە ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1316
9. ئاشقازان مەنبەلىك تۇتاقلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1316
10. ئاشقازان دىۋارىدىكى سىزىملارنىڭ يوقىلىشىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1318
11. سۇرگۇ دورىلىرىنىڭ تەسىرىدىن، كېلىپ چىققان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1318
12. جىگەر مەنبەلىك كەيلۇسلۇق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1320
13. جىگەر مەنبەلىك گۆش يۇغان سۇدەك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش ... 1321
14. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1322
15. جىگەر مەنبەلىك يىرىڭلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1322
16. جىگەر مەنبەلىك پىشىلاق سۈتتەك، تولغاقلىق، ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1323
17. ئۆت مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1324
18. تال مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1324
19. ھۆللۈكتىن بولغان ئۈچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش ... 1325
20. ئۈچەي مۇدۇر - چاقىسىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش ... 1329
21. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۈچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1332
22. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئۈچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1335
23. ئۈچەي ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1336

24. باشقا ئەزالار سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1337
25. بالىلاردىكى ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1340
ئىككىنچى پەسىل قانلىق ئىچ سۇرۇش 1343
1. جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1346
2. ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش..... 1347
ئۇچىنچى پەسىل ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇش ... 1350
1. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشنى داۋالاش..... 1358
2. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشنى داۋالاش..... 1361
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشنى داۋالاش 1362
4. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشنى داۋالاش 1364
5. چىقىرىندى ماددىلار سەۋەبىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشنى داۋالاش 1365
6. زەھەرلىنىشتىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشنى داۋالاش 1365
7. سۇرگۇ دورىلار سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشنى داۋالاش 1366
تۆتىنچى پەسىل يىرىڭلىق ئىچ سۇرۇش..... 1367
بەشىنچى پەسىل تولغاق (زەھىرى) 1368
1. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان تولغاقنى داۋالاش 1374
2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتى ۋە يەلدىن بولغان تولغاقنى داۋالاش ... 1377
3. يالۇغلىنىشتىن بولغان تولغاقنى داۋالاش 1380
4. سوغۇقتىن بولغان تولغاقنى داۋالاش 1381
5. باشقا سەۋەبلەردىن بولغان تولغاقنى داۋالاش 1382
6. بالىلار تولقىغىنى داۋالاش 1384

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكەتى
www.uyghurkitap.com

ئالتىنچى پەسىل ئۇچەي ئاغرىقى 1385
1. يەلدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش 1387
2. غەيرىي تەبىئىي سەپىرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش 1389
3. خىلىتسىز ئىسسىقتىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش 1390
4. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش 1391
5. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىنى داۋالاش 1392
6. سۇرگۇ دورىلار سەۋەبىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش ... 1392
7. باللاردىكى ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش..... 1393
يەتتىنچى پەسىل قورساق كۆپۈش ۋە كوركىراش 1393
سەككىزىنچى پەسىل ئۇچەي توسۇلۇش 1395
1. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش 1407
2. يەلدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش..... 1413
3. چىقىرىندى ماددىلار تەسىرىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش 1415
4. يالليۇغدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش 1422
5. ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش ۋە سىرتقى ئەت يىرتىلىشتىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش 1425
6. غەيرىي تەبىئىي سەپىرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش 1426
7. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش 1428
8. مۇرەككەپ سەۋەبلەردىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش 1428
9. تارقىلىشچان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش 1429
10. ئىككىلەمچى ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش 1430
توققۇزىنچى پەسىل ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش 1430

ئوننىچى پەسىل قەۋزىيەت 1436
ئون بىرىنچى پەسىل مەددە قۇرت كېسىلى 1439
1. تاسمىسىمان مەددە قۇرت ۋە قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرت كې-
سىلىنى داۋالاش 1443
2. تۈتۈ مەددە قۇرت كېسىلىنى داۋالاش 1448

ئون يەتتىنچى باب مەقئەت كېسەللىكلىرى 1450
بىرىنچى پەسىل بوۋاسىر (گېمورروي) 1450
ئىككىنچى پەسىل يەللىك بوۋاسىر 1471
ئۈچىنچى پەسىل قاقاچلىق بوۋاسىر 1475
تۆتىنچى پەسىل مەقئەت ئاقمىسى 1476
بەشىنچى پەسىل مەقئەت ياللۇغى 1479
1. ئىسسىقتىن بولغان مەقئەت ياللۇغىنى داۋالاش 1480
2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان مەقئەت يالل‌ۇغىنى
داۋالاش 1480
ئالتىنچى پەسىل مەقئەت يېرىلىش 1483
يەتتىنچى پەسىل مەقئەت ئىستىرخاسى 1485
سەككىزىنچى پەسىل مەقئەت چۇقۇقى 1487
توققۇزىنچى پەسىل مەقئەت قىچىشىش 1490
ئوننىچى پەسىل مەقئەت يارىسى 1491
ئون بىرىنچى پەسىل مەقئەت پۈتەيلىكى 1492
ئون ئىككىنچى پەسىل مەقئەت تومۇرلىرى ئېچىلىپ قېلىش 1492

ئون سەككىزىنچى باب بۆرەك كېسەللىكلىرى 1494
بىرىنچى پەسىل بۆرەك كېسەللىكلىرى ھەققىدە چۈشەنچە 1494
ئىككىنچى پەسىل بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى 1496
1. بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 1496
2. بۆرەك مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بۇزۇلۇشىنى
داۋالاش 1497
3. بۆرەك مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بۇزۇلۇشىنى

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

داۋالاش 1497
4. بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش 1498
5. بۆرەك مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بۇزۇلۇشىنى
داۋالاش 1498
ئۇچىنچى پەسىل بۆرەك ئورۇقلاش 1500
تۆتىنچى پەسىل بۆرەك ئاجىزلىقى 1501
بەشىنچى پەسىل بۆرەككە يەل پەيدا بولۇش 1504
ئالتىنچى پەسىل بۆرەك ئاغرىقى 1506
يەتتىنچى پەسىل بۆرەكتە توسالغۇ پەيدا بولۇش 1508
سەككىزىنچى پەسىل بۆرەك يالىلۇغى 1508
1. ئىسسىقتىن بولغان بۆرەك يالىلۇغىنى داۋالاش 1513
2. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان بۆرەك يالىلۇغىنى
داۋالاش 1517
3. بۆرەك يالىلۇغىنىڭ قېتىپ قېلىشىنى داۋالاش 1518
توققۇزىنچى پەسىل بۆرەك مۇدۇر چاقىسى 1519
ئونىنچى پەسىل بۆرەك يارىسى 1522
ئون بىرىنچى پەسىل بۆرەك قىچىشىش 1529
ئون ئىككىنچى پەسىل قەنت سېيىش كېسىلى 1531
1. ئىسسىقتىن بولغان قەنت سېيىش كېسەللىكىنى داۋالاش 1533
2. سوغۇقتىن بولغان قەنت سېيىش كېسەللىكىنى داۋالاش 1536
ئون ئۈچىنچى پەسىل بۆرەككە تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش 1538

ئون توققۇزىنچى باب دوۋساق كېسەللىكلىرى 1548
بىرىنچى پەسىل دوۋساقتا قۇم ۋە تاش پەيدا بولۇش 1549
ئىككىنچى پەسىل دوۋساق يالىلۇغى ۋە مۇدۇر - چاقىلىرى 1554
1. ئىسسىقتىن بولغان دوۋساق يالىلۇغى ۋە مۇدۇرچاقىنى داۋالاش ... 1556
2. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان دوۋساق يالىلۇغى ۋە مۇ-
دۇرچاقنى داۋالاش 1558
3. دوۋساق يالىلۇغىنىڭ قېتىپ قېلىشنى داۋالاش 1558
ئۇچىنچى پەسىل دوۋساق يارىسى 1560

تۆتىنچى پەسىل دوۋساق تەمرەتكىسى 1562
بەشىنچى پەسىل دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش 1563
ئالتىنچى پەسىل دوۋساق بىر تەرەپكە سىلجىش ۋە بوشىشىپ كېتىشى ... 1564
يەتتىنچى پەسىل دوۋساق ئاغرىقى 1565
1. ئىسسىقلىق تەسىرىدىن كېلىپ چىققان دوۋساق ئاغرىقىنى داۋالاش ... 1566
2. سوغۇقلۇق تەسىرىدىن كېلىپ چىققان دوۋساق ئاغرىقىنى داۋالاش ... 1567
سەككىزىنچى پەسىل دوۋساقتا يەل پەيدا بولۇش 1567
توققۇزىنچى پەسىل دوۋساق ئاجىزلىقى 1568
ئونىنچى پەسىل سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش 1569
ئون بىرىنچى پەسىل سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇش 1571
1. دوۋساق مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان سى-
يىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش 1573
2. دوۋساق مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان
سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش 1574
3. دوۋساق يالليۇغىدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈي-
دۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش 1575
4. قان ۋە يىرىڭنىڭ ئۈيۈپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققان سىيىش قى-
يىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش 1575
5. قويۇق يەلدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك
تۇتۇلۇشنى داۋالاش 1575
6. ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇشتىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە
سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش 1576
7. سۈيدۈكنى ئۇزاق ۋاقىت چىڭقاش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان سۈي-
دۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىيىنلىشىشنى داۋالاش 1576
8. شىلىمشىق سۈيۇقلۇق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇ-
لۇش ۋە سىيىش قىيىنلىشىشنى داۋالاش 1576
9. ئۆسمە گۆش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە
سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش 1577
10. دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشى ياكى يىغىلىپ قې-

لىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىينىلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش 1577
11. دوۋساقنىڭ ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشى ۋە دوۋساققا تاش چۈشۈشتىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىينىلىشىنى داۋالاش 1578
12. دوۋساققا ئۆتكۈر خىلىتلارنىڭ قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىينىلىشىنى داۋالاش 1578
13. باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىينىلىشىنى داۋالاش 1578
ئون ئىككىنچى پەسىل سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش..... 1580
1. ئىسسىقتىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش 1581
2. سوغۇقتىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش..... 1581
3. دوۋساق ئاجىزلىقىدىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش ... 1582
4. پالەچ سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش ... 1582
5. دوۋساققا ياكى سۈيدۈك يولىغا ئۆتكۈر خىلىتلارنىڭ تەسىر قىلىشىدىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش 1583
ئون ئۈچىنچى پەسىل سۈيدۈك تۇتالماسلىق 1583
ئون تۆتىنچى پەسىل سىيىپ يېتىش..... 1586
ئون بەشىنچى پەسىل كۆپ سىيىش 1587
ئون ئالتىنچى پەسىل سۈيدۈك ئازىيىش 1588
ئون يەتتىنچى پەسىل سۈيدۈكتىن قان كېلىش..... 1588
ئون سەككىزىنچى پەسىل غەيرىي تەبىئىي سىيىش 1593

يىگىرمىنچى باب ئەرلەر تاناسىل ئەزا كېسەللىكلىرى..... 1594
بىرىنچى پەسىل جىنسىي ئاجىزلىق 1594
1. مەنىي ئازلىقتىن بولغان جىنسىي ئاجىزلىقنى داۋالاش 1602
2. رەئىس ئەزالار ئاجىزلىقىدىن بولغان جىنسىي ئاجىزلىقنى داۋالاش 1606
3. زەكەر بوشىشىپ كېتىش سەۋەبىدىن بولغان جىنسىي ئاجىزلىقنى داۋالاش 1608

4. غەم - ئەندىشىدىن بولغان جىنسىي ئاجىزلىقىنى داۋالاش 1612
ئىككىنچى پەسىل زەكەر كىچىكلەپ كېتىش 1612
ئۇچىنچى پەسىل شەھۋەتنىڭ كۆپ بولۇشى 1614
تۆتىنچى پەسىل مەنىي تېز كېتىپ قېلىش 1620
بەشىنچى پەسىل مەنىي ۋە مەزى بېزى سۈيۇقلۇقى ئېقىپ كېتىش 1623
ئالتىنچى پەسىل مەنىي ئازلاپ كېتىش 1628
يەتتىنچى پەسىل قانلىق مەنىي كېلىش 1629
سەككىزىنچى پەسىل كۆپ ئېھتىلام بولۇش 1629
توققۇزىنچى پەسىل زەكەرنىڭ شەھۋەتسىز هالدا قايىم بولۇۋېلىشى 1631
ئونىنچى پەسىل زەكەر لىكىلداش 1632
ئون بىرىنچى پەسىل جىنسىي مۇناسىۋەتتە چوڭ تەرەت مېڭىپ كېتىش ... 1632
ئون ئىككىنچى پەسىل خۇنسە 1633
ئون ئۇچىنچى پەسىل ئۇرۇقدان ياللۇغى 1634
1. ئىسسىقتىن بولغان ئۇرۇقدان ياللۇغىنى داۋالاش 1634
2. سوغۇقتىن بولغان ئۇرۇقدان ياللۇغى داۋالاش 1637
3. يەلدىن بولغان ئۇرۇقدان ياللۇغىنى داۋالاش 1638
ئون تۆتىنچى پەسىل ئۇرۇقدان ئاغرىش 1641
ئون بەشىنچى پەسىل ئۇرۇقدان چوڭىيىپ كېتىش 1642
ئون ئالتىنچى پەسىل ئۇرۇقدان ئوستىگە چىقىۋېلىش ۋە كىچىكلەپ كېتىش 1643
ئون يەتتىنچى پەسىل ئۇرۇقدان تومۇرلىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرى كۆپىشى ۋە ئۇنىڭ خالتىسىنىڭ قېتىپ قېلىشى 1644
ئون سەككىزىنچى پەسىل ئۇرۇقدان خالتىسىنىڭ بوشىشىپ كېتىشى ... 1645
ئون توققۇزىنچى پەسىل ئۇرۇقدان ۋە زەكەردىكى زەخمىلەر 1645
1. ئۇرۇقدان مۇدۇر - چاقلىرىنى داۋالاش 1647
2. ئۇرۇقدان تېرىسى سويۇلۇشىنى داۋالاش 1647
3. زەكەر ۋە ئۇرۇقدان تېرىسى قىچىشىشنى داۋالاش 1647
4. زەكەر يېرىلىشنى داۋالاش 1648
يىگىرمىنچى پەسىل زەكەر ياللۇغى 1648

يىگىرمە بىرىنچى پەسىل زەكەر ئاغرىش 1650
يىگىرمە ئىككىنچى پەسىل زەكەر مايماقلىشىش..... 1651
يىگىرمە ئۈچىنچى پەسىل زەكەر كانالچىسىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى 1652
يىگىرمە تۆتىنچى پەسىل زەكەر كانالچىلىرى كېڭىيىپ كېتىش 1654
يىگىرمە بەشىنچى پەسىل سىفلىس..... 1655

يىگىرمە بىرىنچى باب قورساق پەردە ۋە كىندىك كېسەللىكلىرى 1665
بىرىنچى پەسىل سىرىقئەت يىرىلىش 1665
1. ئۇچەي ۋە ئۇرۇقدان خاراكتېرلىك سىرىقئەت يىرىلىشىنى داۋالاش ... 1669
2. يەلدىن بولغان سىرىقئەت يىرىلىشنى داۋالاش..... 1672
3. ھۆللۈكتىن بولغان سىرىقئەت يىرىلىشنى داۋالاش 1673
4. ئۇرۇقدان خالتىسىغا گۆش ئۆسۈپ قىلىش ۋە ئۇنىڭ تۇمۇرلىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرى كۆپىشىدىن بولغان سىرىقئەت يىرتىلىشىنى داۋالاش 1674
ئىككىنچى پەسىل كىندىك چىقىپ قېلىش 1674
1. كىندىك ئىششىپ قېلىشنى داۋالاش 1676
2. كىندىكنىڭ ئېغىز ئېلىشىنى داۋالاش..... 1676
3. كىندىك ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشنى داۋالاش 1677

يىگىرمە ئىككىنچى باب بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى 1679
بىرىنچى پەسىل بالىياتقۇ ئاغرىش 1683
ئىككىنچى پەسىل بالىياتقۇ ياللۇغى 1685
1. ئىسسىقتىن بولغان بالىياتقۇ ياللۇغىنى داۋالاش 1687
2. سوغۇقتىن بولغان بالىياتقۇ ياللۇغىنى داۋالاش 1691
3. بالىياتقۇ ياللۇغىنىڭ قېتىپ قېلىشىنى داۋالاش..... 1692
ئۇچىنچى پەسىل بالىياتقۇ مۇدۇر - چاقلىرى 1696
تۆتىنچى پەسىل بالىياتقۇ راكى 1697
بەشىنچى پەسىل بالىياتقۇ يارىسى ۋە بالىياتقۇ چاقىسى..... 1699
ئالتىنچى پەسىل بالىياتقۇ سۈلۈق مۇدۇر - چاقلىرى..... 1703
يەتتىنچى پەسىل بالىياتقۇ ئاقمىسى 1704

سەككىزىنچى پەسىل بالىياتقۇ يېرىلىش 1705
توققۇزىنچى پەسىل بالىياتقۇغا سۇ يىغىلىش 1706
ئوننىچى پەسىل بالىياتقۇ كۆپۈشۈش 1707
ئون بىرىنچى پەسىل بالىياتقۇ ئورنىدىن سىلجىش 1710
ئون ئىككىنچى پەسىل بالىياتقۇ ئۆرۈلۈپ قېلىش 1711
ئون ئۈچىنچى پەسىل ھىستېرىيە (بالىياتقۇ بوغۇلۇش) 1714
ئون تۆتىنچى پەسىل ھەيز توختاپ قېلىش 1719
ئون بەشىنچى پەسىل ھەيز كۆپ كېلىش 1727
ئون ئالتىنچى پەسىل ھەيز توختىماسلىق 1733
ئون يەتتىنچى پەسىل بالىياتقۇ ئاجىزلىقى 1735
ئون سەككىزىنچى پەسىل ئاق خۇن كۆپ كېلىش 1736
ئون توققۇزىنچى پەسىل بالىياتقۇ قىچىشىش 1741
يىگىرمىنچى پەسىل بالىياتقۇ بوۋاسىرى ۋە سۈلۈق قاپارتمىسى 1742
يىگىرمە بىرىنچى پەسىل بالىياتقۇ پۈتەيلىك 1743
يىگىرمە ئىككىنچى پەسىل بالىياتقۇ ئېغىزى كېڭىيىپ كېتىش 1744
يىگىرمە ئۈچىنچى پەسىل جىنسىي ئەزا ۋە بالىياتقۇ سېسىق پۇراش ... 1745
يىگىرمە تۆتىنچى پەسىل بالىياتقۇ سوۋۇپ كېتىش 1746
يىگىرمە بەشىنچى پەسىل يالغان ھامىلدارلىق 1746
يىگىرمە ئالتىنچى پەسىل ھامىلە كۆپ چۈشۈپ كېتىش 1748
يىگىرمە يەتتىنچى پەسىل ھامىلە چۈشۈرۈش 1753
يىگىرمە سەككىزىنچى پەسىل قىيىن تۇغۇت 1756
يىگىرمە توققۇزىنچى پەسىل بالا ھەمراھى ۋە ئۆلۈك ھامىلە چۈشمەي
تۇرۇپ قېلىش 1762
ئوتتۇزىنچى پەسىل تۇغۇت قېنى توختاپ قېلىش 1764
ئوتتۇز بىرىنچى پەسىل تۇغۇت قېنى كۆپ بولۇش 1765
ئوتتۇز ئىككىنچى پەسىل تۇغماسلىق ۋە ھامىلدار بولماسلىق 1765
ئوتتۇز ئۈچىنچى پەسىل ھامىلدارلىقتىن ساقلىنىش 1769
ئوتتۇز تۆتىنچى پەسىل ھامىلدارلىقنىڭ ئالامىتى ۋە ئىپادىسى 1771
ئوتتۇز بەشىنچى پەسىل ھامىلدارلارنىڭ ساقلىقىنى ساقلاش 1773

ئوتتۇز ئالتىنچى پەسىل تۇغۇتلۇق ئايالنى پەرۋىش قىلىش 1777
ئوتتۇز يەتتىنچى پەسىل بوۋاقنى پەرۋىش قىلىش 1779

يىگىرمە ئۈچىنچى باب ئەمچەك كېسەللىكلىرى 1782
بىرىنچى پەسىل سۈت ئازلىق 1782
ئىككىنچى پەسىل سۈت كۆپىيىپ كېتىش 1785
ئۈچىنچى پەسىل سۈت ئورنىغا قان چىقىش 1786
تۆتىنچى پەسىل ئەمچەكتە سۈت ئۈيۈپ قېلىش 1787
بەشىنچى پەسىل ئەمچەك ياللۇغى 1788
1. ئىسسىقتىن بولغان ئەمچەك ياللۇغىنى داۋالاش 1789
2. سوغۇقتىن ۋە غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئەمچەك ياللۇغىنى داۋالاش 1790
3. ئەمچەك ئىششىقى قېتىپ قېلىشنى داۋالاش 1791
ئالتىنچى پەسىل ئەمچەك مۇدۇر - چاقىلىرى ۋە ياريسى 1791
يەتتىنچى پەسىل ئەمچەك چوڭىيىپ كېتىش ۋە ساڭگىلاپ قېلىش 1793
سەككىزىنچى پەسىل ئەمچەك كىچىكلەپ كېتىش 1794

تۆتىنچى جىلىد

يىگىرمە تۆتىنچى باب گەۋدە، مۇچە ۋە بوغۇم كېسەللىكلىرى 1797
بىرىنچى پەسىل دوك (دۇمچەك) 1797
ئىككىنچى پەسىل ئېغىزمان ئاغرىش 1800
ئۈچىنچى پەسىل بەل ئاغرىش 1803
تۆتىنچى پەسىل پۈت ۋېنا تومۇرلىرى ئەگرى - بۈگرى كۆپۈش 1804
بەشىنچى پەسىل پىل پۈت كېسەللىكى 1805
ئالتىنچى پەسىل چوڭ بوغۇملار ئاغرىقى 1807
1. خىلىتسىز كەيپىياتلاردىن كېلىپ چىققان چوڭ بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش 1811
2. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان چوڭ بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش 1812

3. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان چوڭ بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش 1815
4. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان چوڭ بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش 1817
5. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان چوڭ بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش 1821
6. مۇرەككەپ سەۋەبلەردىن بولغان چوڭ بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش... 1823
7. يەلدىن بولغان چوڭ بوغۇم ئاغرىقلىرىنى داۋالاش 1825
8. بوغۇملارنىڭ قېتىپ قېلىشىنى داۋالاش 1825
يەتتىنچى پەسىل كىچىك بوغۇملار ئاغرىقى 1827
1. ئىسسىقتىن بولغان كىچىك بوغۇم ئاغرىقىنى داۋالاش..... 1828
2. سوغۇقتىن ۋە ھەرخىل خىلىتلاردىن بولغان مۇرەككەپ كىچىك بوغۇملار ئاغرىقىنى داۋالاش 1829
سەككىزىنچى پەسىل ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى ۋە يانپاش ئاغرىقى 1831
توققۇزىنچى پەسىل تىز ئاغرىش..... 1835
ئونىنچى پەسىل پاچاق ئاغرىقى 1836
1. پۇت تاپىنى ئاغرىشىنى داۋالاش..... 1837
2. پۇت ئاجىزلىقىنى داۋالاش 1838

يىگىرمە بەشىنچى باب قىزىتما 1839
بىرىنچى پەسىل قىزىتما ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە..... 1839
1. قىزىتمىنىڭ تارقىلىشى 1840
2. قىزىتمىنىڭ ۋاقىتلىرى 1841
ئىككىنچى پەسىل كۈندىلىك قىزىتما..... 1845
1. غەم ـ ئەندىشىدىن بولغان كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1854
2. ئويلىنىش خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1854
3. غەزەپلىنىش خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1855
4. ئۇيقۇسىزلىق خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1855
5. ئۇخلاش ۋە خۇشاللىنىش خاراكتېرلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1855
6. چۆچۈش خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش..... 1856

7. ھېرىپ كېتىش خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1856
8. ئىستفراغ (تازىلاش) خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش ... 1856
9. ئاغرىق ۋە ھوشسىزلىنىشتىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاش 1857
10. ئاچلىق ۋە ئۇسسۇزلۇق خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش ... 1857
11. توسۇلۇش خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1858
12. ھەزىم بۇزۇلۇش ۋە توشۇپ قېلىش خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1860
13. ئىششىق خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1861
14. تېرە قۇرغاقلىشىش خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش ... 1861
15. ھارارەت خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1862
16. تەر تۆشۈكچىلىرى توسۇلۇپ قېلىش خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1862
17. ھاراق ئىچىش خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىلارنى داۋالاش..... 1863
18. يېمەكلىكلەر ۋە دورا خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش... 1864
19. زۇكام ۋە نەزلە خاراكتېرلىك كۈندىلىك قىزىتمىنى داۋالاش ... 1864
ئۈچىنچى پەسىل غەيرىي تەبىئىي خىلىتلاردىن بولغان قىزىتما..... 1865
1. ئوفۇنەتلىك قىزىتمىلارنى داۋالاش 1884
2. ئۆتكۈر خاراكتېرلىك قىزىتمىلارنى داۋالاش 1895
3. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان قىزىتمىلارنى داۋالاش ... 1896
4. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاش ... 1901
5. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاش ... 1922
6. داۋاملىق تۇتقۇچى قىزىتمىنى داۋالاش..... 1931
تۆتىنچى پەسىل ھەرخىل قىزىتمىلار 1933
1. ئېنىيالۇس قىزىتمىسىنى داۋالاش 1935
2. لىفۇرىيا قىزىتمىسىنى داۋالاش 1935
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ھوشسىزلىنىش خاراكتېرلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1936
4. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ھوشسىزلىنىش خاراكتېرلىك قىزىتمىنى داۋالاش 1936

5. كېچە ۋە كۈندۈزلۈك تەپلەرنى داۋالاش 1937
6. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان قىزىتمىنى داۋالاش 1938
7. قان خىلىتىنىڭ كۆيۈشىدىن بولغان تۆت كۈنلۈك قىزىتمىنى داۋالاش 1941
8. سەپرا خىلىتىنىڭ كۆيۈشىدىن بولغان تۆت كۈنلۈك قىزىتمىنى داۋالاش 1942
9. بەلغەم خىلىتىنىڭ كۆيۈشىدىن بولغان تۆت كۈنلۈك قىزىتمىنى داۋالاش 1943
10. سەۋدا خىلىتىنىڭ كۆيۈشىدىن بولغان تۆت كۈنلۈك قىزىتمىنى داۋالاش 1944
11. تۆت كۈنلۈك قىزىتمىغا پايدىلىق دورىلار 1946
12. داۋاملىق تۇتقۇچى تۆت كۈنلۈك قىزىتمىنى داۋالاش 1949
13. خاس تۆت كۈنلۈك قىزىتمىنى داۋالاش 1950
14. غەيرى تەبىئىي سەۋدا خىلىتى خاراكتېرلىك قىزىتمىلارنى داۋالاش 1950
15. مۇرەككەپ قىزىتمىنى داۋالاش 1951
بەشىنچى پەسىل ئوخشاش بولمىغان قىزىتما 1959
ئالتىنچى پەسىل ياللۇغلىنىشتىن بولغان قىزىتما 1960
يەتتىنچى پەسىل تارقىلىشچان قىزىتمىلار 1963
سەككىزىنچى پەسىل بالىلار قىزىتمىسى 1970
توققۇزىنچى پەسىل جۇدەتكۈچى قىزىتما 1973
ئونىنچى پەسىل ياشانغانلاردىكى ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما 1989
ئون بىرىنچى پەسىل قىزىتمىغا ئەگىشىپ كېلىدىغان ئالامەتلەر 1991
1. قىزىتما بىلەن كەلگەن توڭۇپ تىترەش ۋە جۇغ - جۇغ بولۇشنى داۋالاش 1992
2. قىزىتما بىلەن كەلگەن كۆپ تەرلەشنى داۋالاش 1993
3. قىزىتما بىلەن كەلگەن بۇرۇن قاناشنى داۋالاش 1994
4. قىزىتما بىلەن كەلگەن كۆپ قەي قىلىشنى داۋالاش 1994
5. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش 1995

6. قىزىتما بىلەن كەلگەن كۆپ ئۇسسۇزلۇقنى داۋالاش 1995
7. قىزىتما بىلەن كەلگەن تىل يىرىكلىشىشنى داۋالاش 1995
8. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئېغىر ئۈيقۇنى داۋالاش 1996
9. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئۈيقۇسىزلىقنى داۋالاش 1996
10. قىزىتما بىلەن كەلگەن كۆپ چۈشكۈرۈشنى داۋالاش..... 1996
11. قىزىتما بىلەن كەلگەن باش ئېغىرلىق، باش ئاغرىشنى داۋالاش ... 1997
12. قىزىتما بىلەن كەلگەن يۆتەلنى داۋالاش 1997
13. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئاشقازان ئاغرىشنى داۋالاش 1998
14. قىزىتما بىلەن كەلگەن قەۋزىيەتلىكنى داۋالاش..... 1998
15. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئىشتىها تۆتۈلۈشنى داۋالاش..... 1999
16. قىزىتما بىلەن كەلگەن كالا ئىشتىهانى داۋالاش 1999
17. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئىت ئىشتىهاسىنى داۋالاش 1999
18. قىزىتما بىلەن كەلگەن هوشسىزلىنىشنى داۋالاش..... 1999
19. قىزىتما بىلەن كەلگەن دەم سقىلىشنى داۋالاش 2000
20. قىزىتما بىلەن كەلگەن بىئاراملىقنى داۋالاش 2000
21. قىزىتما بىلەن كەلگەن يۆتۈش قىينىلىشىشنى داۋالاش..... 2001
22. قىزىتما بىلەن كەلگەن مۇچىلەر سوۋۇپ كېتىشنى داۋالاش ... 2001
23. قىزىتما بىلەن كەلگەن كۆپ ئېھتىلام بولۇشنى داۋالاش 2001
24. قىزىتما بىلەن كەلگەن قۇرۇقلۇقتىن بولغان يېغىلىپ قېلىشنى داۋالاش 2001
25. قىزىتما بىلەن كەلگەن قىزىتمىسىز تىتىرەشنى داۋالاش 2001

يىگىرمە ئالتىنچى باب كېسەللىكلەرنىڭ قايتىلىنىشى ۋە بەدەن ئاجىزلىقى 2003
بىرىنچى پەسىل كېسەللىكلەرنىڭ قايتىلىنىشى 2003
ئىككىنچى پەسىل بەدەن ئاجىزلىقى 2004

يىگىرمە يەتتىنچى باب بۆھران 2007
ئۈچىنچى پەسىل بۆھران هەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە..... 2007
تۆتىنچى پەسىل كېسەللىك ۋاقتىنىڭ تۇرلەرگە بۆلىنىشى 2009
بەشىنچى پەسىل كېسەللىكلەرگە سۈرگۈ بېرىدىغان كۈنلىرى 2009

ئالتىنچى پەسىل بۆھران كۈنلىرى 2009
يەتتىنچى پەسىل بۆھراننىڭ داۋاملىشىۋاتقان كۈنلىرى 2010
سەككىزىنچى پەسىل ئاگاھلاندۇرغۇچى كۈنلەر 2010
توققۇزىنچى پەسىل بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى 2011
ئونىنچى پەسىل بۆھراننىڭ تۈرلىرى 2011
ئون بىرىنچى پەسىل يۆتكىلىش بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى 2012
ئون ئىككىنچى پەسىل ياخشى بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى 2012
ئون ئۈچىنچى پەسىل يامان بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى 2013
ئون تۆتىنچى پەسىل بۆھراننىڭ تەدبىرلىرى 2013

يىگىرمە سەككىزىنچى باب بەدەن سىرتىدا بولىدىغان مۇدۇر ۋە ھەرخىل ئىششىقلار 2015
بىرىنچى پەسىل مۇدۇرلار 2015
ئىككىنچى پەسىل قان خىلىتىدىن بولغان ئىششىق (پەلغەمۇنى) 2016
ئۈچىنچى پەسىل قاراسان 2018
تۆتىنچى پەسىل سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئىششىق 2019
بەشىنچى پەسىل كۆيدۇرگە 2020
ئالتىنچى پەسىل يېرىڭلىق ئىششىق 2021
يەتتىنچى پەسىل يىرىڭلىق مۇدۇر 2023
سەككىزىنچى پەسىل سۈلۈق قاپارتما 2024
توققۇزىنچى پەسىل يەرلىك قاپارتما 2025
ئونىنچى پەسىل يەلتاشما 2025
ئون بىرىنچى پەسىل تىلما 2027
ئون ئىككىنچى پەسىل چوما 2028
ئون ئۈچىنچى پەسىل گۆشخور چاقا 2030
ئون تۆتىنچى پەسىل چىيقان 2031
ئون بەشىنچى پەسىل غەلۋىرەك 2033
ئون ئالتىنچى پەسىل دانىخورەك 2035
ئون يەتتىنچى پەسىل ئاغرىقسىز ئىششىق 2037
ئون سەككىزىنچى پەسىل يەلدىن بولغان ئىششىق 2038
ئون توققۇزىنچى پەسىل پوقاق 2039

يىگىرمىنچى پەسىل بەز ۋە تۇگۈنچە 2041
يىگىرمە بىرىنچى پەسىل بويۇن بەزسىلى 2043
يىگىرمە ئىككىنچى پەسىل قاتتىق ئىششىق 2046
يىگىرمە ئۈچىنچى پەسىل راك 2047
يىگىرمە تۆتىنچى پەسىل ماخاۋ 2049
يىگىرمە بەشىنچى پەسىل باش تەمرەتكىسى 2051
يىگىرمە ئالتىنچى پەسىل قوتۇر 2054
يىگىرمە يەتتىنچى پەسىل ھۆل تەمرەتكە 2057
يىگىرمە سەككىزىنچى پەسىل قىنچىشقاق 2058
يىگىرمە توققۇزىنچى پەسىل سۇ چېچەك 2060
ئوتتۇزىنچى پەسىل سۆگەل 2061
ئوتتۇز بىرىنچى پەسىل بەلخىيە چاقىسى 2063
ئوتتۇز ئىككىنچى پەسىل پۇرچاقسىمان چاقا 2064
ئوتتۇز ئۈچىنچى پەسىل ئۇجمىسىمان چاقا 2064
ئوتتۇز تۆتىنچى پەسىل سەينەك 2065
ئوتتۇز بەشىنچى پەسىل تېرە ئاستىغا قان چۈشۈش 2066
ئوتتۇز ئالتىنچى پەسىل سىفلىس 2067
1. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان سىفلىسنى داۋالاش 2067
2. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان سىفلىسنى داۋالاش..... 2069
3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان سىفلىسنى داۋالاش ... 2070
4. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان سىفلىسنى داۋالاش: ... 2071
ئوتتۇز يەتتىنچى پەسىل قىزىل، چېچەك 2072

يىگىرمە توققۇزىنچى باب تېرە كېسەللىكلىرى 2076
بىرىنچى پەسىل ئاقكېسەل 2076
ئىككىنچى پەسىل ئاق داغ 2078
ئۈچىنچى پەسىل قارا داغ 2079
تۆتىنچى پەسىل سەپكۈن ۋە داغ 2080
بەشىنچى پەسىل خال (مەك) 2082
ئالتىنچى تېرىدىكى كۆكلۈك 2083

يەتتىنچى پەسىل تېرىگە چېكىلگەن نەقىش ۋە سۈنئىي خال 2084
سەككىزىنچى پەسىل تېرە قىزىرىپ قېلىش 2085
توققۇزىنچى پەسىل رەڭگى - روھىنىڭ بۇزۇلۇشى 2085
ئونىنچى پەسىل تېرە يىرىكلىشىش ۋە سويۇلۇش 2088
ئون بىرىنچى پەسىل قول - پۇت، يۈز ۋە لەۋلەرنىڭ يېرىلىش 2089
ئون ئىككىنچى پەسىل تېرە سۈرۈلۈپ كېتىش 2091

ئوتتۇزىنچى باب چاچ كېسەللىكلىرى 2094
بىرىنچى پەسىل چاچ كېپەكلىشىش 2094
ئىككىنچى پەسىل دائىرىلىك چاچ چۈشۈش 2095
1. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى داۋالاش: 2095
2. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى داۋالاش: 2096
3. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى داۋالاش: 2097
4. غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان دائىرىلىك چۈشۈشنى داۋالاش: 2097
ئۈچىنچى پەسىل چاچ چۈشۈش 2098
تۆتىنچى پەسىل پاينەكۇاش (سىدام باش) 2100
بەشىنچى پەسىل چاچ يېرىلىش 2101
ئالتىنچى پەسىل چاچ مايلىشىش 2102
يەتتىنچى پەسىل بالدۇر چاچ ئاقىرىش 2102
سەككىزىنچى پەسىل چاچنى ئاسراش 2103
توققۇزىنچى پەسىل چاچ ئۆستۈرگۈچى دورىلار 2104
ئونىنچى پەسىل تۈك چۈشۈرۈش 2105
ئون بىرىنچى پەسىل چاچنى قارايتىش 2106

ئوتتۇز بىرىنچى باب تىرناق كېسەللىكلىرى 2107
بىرىنچى پەسىل تىرناق ئاقىرىپ قېلىش 2107

ئىككىنچى پەسىل تىرناق سارغىيىپ قېلىش 2108
ئۈچىنچى پەسىل تىرناق ئاغرىش 2108
تۆتىنچى پەسىل تىرناق ماخاۋسى ۋە تىرناق قورۇلۇپ قېلىش 2108
بەشىنچى پەسىل تىرناق يېرىلىش 2109
ئالتىنچى پەسىل تىرناق يۇلۇنۇپ كېتىشى 2110
يەتتىنچى پەسىل تىرناق ئېسىلىشى ۋە قىچىشىش 2110
سەككىزىنچى پەسىل تىرناق يانجىلىپ كېتىش 2111
توققۇزىنچى پەسىل تىرناق ئاستىدا قان ئۇيۇپ قېلىش 2111

ئوتتۇز ئىككىنچى باب ھەر خىل كېسەللىكلەر 2113
بىرىنچى پەسىل پىت ۋە سىركە بولۇپ قېلىش 2113
ئىككىنچى پەسىل كۆپ تەرلەش 2114
ئۈچىنچى پەسىل ئورۇقلاپ كېتىش 2117
تۆتىنچى پەسىل سەمرىپ كېتىش 2120
بەشىنچى پەسىل باش تېرىسى يىغىلىپ قېلىش 2122
ئالتىنچى پەسىل باش چوڭىيىپ قېلىش 2122
يەتتىنچى پەسىل قول بارماقلىرى ئېسىلىش ۋە قىچىشىش 2123
سەككىزىنچى پەسىل ياتاق يارىسى 2124
توققۇزىنچى پەسىل بەدەن پۇراپ قېلىش 2125
ئونىنچى پەسىل ئۇششۇك 2127
ئون بىرىنچى پەسىل كۆيۈك 2128
1. ئوت بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاش: 2129
2. قىزىق ياغ بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاش: 2130
3. قاينىق سۇ بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاش: 2130
4. چاقماقتىن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاش: 2131
5. كۈن نۇرى بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاش: 2131
6. بالادۇر ھەسىلى بىلەن كۆيگەن كۆپۈكنى داۋالاش: 2131

ئوتتۇز ئۈچىنچى باب ھەر خىل جاراھەتلەر 2132
بىرىنچى پەسىل جاراھەت ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە 2132

ئىككىنچى پەسىل كىچىك جاراھەت 2133
ئۈچىنچى پەسىل چوڭ جاراھەت..... 2134
تۆتىنچى پەسىل گۆشى ئاجرىلىپ چۈشكەن جاراھەت..... 2135
بەشىنچى پەسىل مۇرەككەپ جاراھەت..... 2136
ئالتىنچى پەسىل باش جاراھىتى ۋە يارىسى 2137
يەتتىنچى پەسىل قورساق جاراھىتى 2138
سەككىزىنچى پەسىل پەي ۋە سىرتقىتەلەردىكى جاراھەت 2139
توققۇزىنچى پەسىل تومۇرلاردىكى جاراھەت 2140
ئونىنچى پەسىل ئەزالارغا ئوق ۋە تىكەن سانجىلىپ قېلىش..... 2142
ئون بىرىنچى پەسىل يىرىڭلىق (جاراھەت) چاقىلار 2143
1. يەڭگىل يىرىڭلىق چاقىنى داۋالاش: 2143
2. مۇرەككەپ يىرىڭلىق چاقىنى داۋالاش: 2144
3. پۈتۈشى قىيىن بولغان يىرىڭلىق چاقىنى داۋالاش: 2145
4. كونا ئاقما چاقىنى داۋالاش: 2149
5. يامرايدىغان هۆل چاقىنى داۋالاش: 2151
6. گۆشخور هۆل چاقىنى داۋالاش: 2152

ئوتتۇز تۆتىنچى باب هەر خىل ئۇرۇلۇش - سوقۇلۇشلاردىن بولغان كېسەللىكلەر..... 2154
بىرىنچى پەسىل گۆشتە بولىدىغان كېسەللىكلەر 2154
ئىككىنچى پەسىل سۆڭەكتە بولىدىغان كېسەللىكلەر 2157
1. سۇنۇقنى داۋالاش..... 2157
2. چىقىقنى داۋالاش..... 2164
3. سۆڭەكنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشنى داۋالاش 2168
4. سۆڭەك، گۆشلەرنىڭ يانجىلىپ كېتىشنى داۋالاش..... 2169

ئوتتۇز بەشىنچى باب هەر خىل زەھەرلىنىش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر..... 2171
بىرىنچى پەسىل هەر خىل زەھەرلىنىش 2171
ئىككىنچى پەسىل زەھەرلىك دورىلار بىلەن زەھەرلىنىش..... 2175
1. مەدەندىن ئېلىنمىدىغان دورىلار بىلەن زەھەرلەنگەنلەرنى داۋالاش ... 2175
2. ئۆسۈملۈكلەردىن ئېلىنغان دورىلاردىن زەھەرلەنگەنلەرنى داۋالاش...2178

3. هايۋاناتلاردىن ئېلىنغان دورىلار بىلەن زەھەرلەنگەنلەرنى داۋالاش ... 2184
ئۇچىنچى پەسىل هەر خىل زەھەرلىك جانىۋارلار چېقىۋېلىش 2187
تۆتىنچى پەسىل زەھەرلىك جانىۋارلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش 2191
1. چايان چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش..... 2191
2. هەسەل هەرىسى چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش: 2192
3. دۆ ۋە ئۆمۈچۈك چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش: 2193
4. قارا ئۆمۈچۈك چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش: 2194
5. سالما چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش: 2195
6. سالامەندىرا چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش: 2195
7. ئادەم چىشلىگەننىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش: 2196
8. ئىت چىشلىگەننىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش: 2196
9. يولۋاس چىشلىگەننىڭ زەھىرى ۋە جاراھىتىنى قايتۇرۇش 2197
10. قاما، لەھەڭ ۋە كۈسەج چىشلىگەننىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش ... 2197
11. مۇشۇك چىشلىگەننىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش 2197
12. بۆرە ۋە مايمۇن چىشلىگەننىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش..... 2198
13. قولىيلىن (گەزىدەنى ۋەرەل) چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش... 2198
14. نەملەتۈننەسرى چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش 2198
15. دېڭىز پاقىسى چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش 2198
16. قىرىق تۆتئا ئاياغلىقنىڭ چاققانىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش..... 2199
17. چاشقان چىشلىگەننىڭ زەھىرىنى قايتۇرۇش 2199
18. غالجىر ئىت چىشلىگەندىن بولىدىغان كېسەللىكنى داۋالاش ۋە ئۇلارنى بىر تەرەپ قىلىش..... 2200
بەشىنچى پەسىل زەھەرلىك جانىۋارلارنى قاچۇرۇش ۋە يوقىتىش 2204

قوشۇمچە:

ئەسلىي كىتابنىڭ پارسچە مۇندەرىجىسى..... 2207
ئەسلىي كىتابتىن نەمۇنە بىرىنچى توم ئاخىرىدا ئىككىنچى توم بېشىدا

ئىككىنچى توم ئۈچىنچى جىلىد

جلد سوم

ئۇيغۇر كتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

ئون تۆتىنچى باب جىگەر كېسەللىكلىرى

امراض جگر

بىرىنچى پەسىل جىگەر كېسەللىكلىرى ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە

ذکر وجوہ استدلال بر احوال جگر

بۇ بابتا جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى. جىگەر ئاجىزلىقى. جىگەر ۋە ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشى. جىگەر كۆپۈشۈش ۋە جىگەرگە يەل يىغىلىش. جىگەر ئاغرىش. جىگەر قېتىش. جىگەر ياللۇغى. ئۇرۇلۇش سوقۇلۇشتىن بولغان جىگەر زەخمىلىنىش. جىگەر يېرىلىش. جىگەر يىرىڭلىق ئىششىقى. جىگەر مۇدۇر چاقىسى. جىگەر لېكىلداش. جىگەرگە ئۇششاق تاش پەيدا بولۇش. جىگەر يىگلەش. سۇ ئۇلقۇنىيە (بەدەندىكى سۇ ئالمىششىنىڭ بۇزۇلۇشى)، سۇلۇق ئىششىق قاتارلىق كېسەللىكلەرنى بىر - بىرلەپ بايان قىلىمىز.

جىگەردە يۇقىرىقىدەك مىزاج بۇزۇلۇش، شەكىل بۇزۇلۇش. پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇشقا ئوخشاش كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ. بۇ كېسەللىكلەر بەزىدە جىگەرنىڭ ئۆزىدىكى كېسەللىك ئۆزگىرىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزىدە باشقا ئەزالارنىڭ كېسەللىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا جىگەر ئۆزگە قوشنا ئەزالار كېسەللىكىنىڭمۇ تەسىرىگە ئۇچرايدۇ. مەسىلەن: جىگەر ئاستى تەرىپىدىن ئاشقازان، ئۇچەيلەر بىلەن، ئۇستى تەرىپىدىن تال، ئۆت، دىئافراگما، ئۆپكە، بۆرەك قاتارلىقلار بىلەن خىزمىتى جەھەتتىن مېڭە بىلەن مۇناسىۋەتلىكتۇر.

شۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندە بىر يۇرۇش جىگەرنى تەكشۈرۈش ئۇسۇللىرى تۇرلەرگە بۆلۈپ تونۇشتۇرۇلىدۇ.

1. جىگەرنى تۇتۇپ تەكشۈرۈش:

استدلال جگر بلمس

جىگەرنى تۇتۇپ تەكشۈرۈش ئارقىلىق جىگەرنىڭ ئەھۋالىنى ئېنىقلاش ئۇسۇلى تۆۋەندەكىدەك:

ئەگەر جىگەرنىڭ ئەتراپىدىكى قورساق تېرىسى ئىسسىق بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقىنى، ئىسسىق بولۇش بىلەن بىرگە تېرە ۋە مۇسكۇللار قولغا يۇمشاق ئۇرۇنسا، جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقلىقىنى، ئىسسىق بولۇش بىلەن بىرگە تېرە ۋە مۇسكۇللار قولغا قۇرۇق ۋە يىرىك بىلىنسە، جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سېزىم سوغۇق بىلىنسە، جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقى، سېزىم سوغۇق بولۇش بىلەن بىرگە تېرە ۋە مۇسكۇل قىسمى يۇمشاق بىلىنسە، جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقلۇقى، سېزىم سوغۇق بولۇش بىلەن بىرگە قۇرۇق ۋە يىرىك بىلىنسە، جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقلۇقىنى بىلدۈرىدۇ. جىگەر ئەتراپىدىكى قورساق تېرە مۇسكۇللار قاتتىق بىلىنسە، جىگەرنىڭ قاتقاللىقىنى ياكى جىگەردە قاتتىق ئىششىق بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بۇ رايوندا كۆپۈش بولسا جىگەرنىڭ ئىششىقلىقى ياكى جىگەر كۆپۈشكەللىكىنى بىلدۈرىدۇ. كۆپۈش بىلەن بىرگە يۇمشاقلىق مەلۇم بولسا، ئىششىقنىڭ جىگەرنىڭ ئۆزىدە ئىكەنلىكىنى، ئىششىق بىلەن كۆپۈشۈش ئۇزۇنچاق ياكى باشقا شەكىلدە بولسا ئىششىقنىڭ جىگەرنىڭ ئۆزىدە بولماستىن، بەلكى قورساق مۇسكۇلىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

2. ئاغرىش سېزىمىغا ئاساسەن جىگەرنى تەكشۈرۈش:

استدلال جگر بہ وجع آن

ئاغرىش سېزىمىغا ئاساسەن جىگەرنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىنى ئېنىقلاش ئۇسۇلى تۆۋەندەكىچە:

ئەگەر جىگەر ئەتراپىدا ئېغىرلىق بىلەن چىڭقىلىش سېزىمى بولسا، جىگەر قان تومۇرلىرىدا توسۇلۇش ياكى جىگەردە ئىششىق بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئېغىرلىق بولماستىن پەقەت چىڭقىلىش سېزىمى بولسا، جىگەردە يەل بولغان بولىدۇ.

ئەگەر چوقۇلۇپ ئاغرىش سېزىمى بولسا، جىگەردە ئىششىق ياكى توسالغۇ بارلىقىنى، كېسەللىك ماددىسىنىڭ جىگەرنىڭ گەۋدىسىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر جىگەر ئەتراپىدا چوقۇلۇپ ئاغرىش بىلەن ئېغىرلىق سېزىمى بولسا، جىگەردىكى كېسەللىك ماددىسىنىڭ جىگەر پەردىلىرىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

3. جىگەرنىڭ خىزمىتىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش:

استدلال جگر بافعال آن

جىگەرنىڭ خىزمىتى يەنى ھەزىم قىلىش، سۈمۈرۈش، ئىتتىرىش (خىلىتلارنى بەدەن تەرەپكە، سۈنى بۆرەك تەرەپكە، سەپرا خىلىتىنىڭ ئارتۇق قىسمىنىڭ ئۆت خالتىسى

تەرەپكە، سەۋدا خىلىتىنىڭ ئارتۇق قىسمىنىڭ تال تەرەپكە ئىتتىرىش) خۇسۇسىيىتى ئارقىلىق جىگەرنىڭ كېسەللىك ئەھۋالى ئېنىقلىنىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى خىزمەتلەرنىڭ بىرەرسىدە كېسەللىك ئۆزگىرىش يۈز بەرسە، شۇنداقلا يۇقىرىقى خىزمەتلەر باشقا كېسەللىكلەر بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولمىسا، بۇ كېسەللىك ئۆزگىرىشى جىگەرنىڭ ئۆزىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. بۇنداق ھالەتتە جىگەردە پەيدا بولغان خىلىت سۈزۈك ۋە ياخشى بولمايدۇ.

4. باشقا ئەزالاردىكى ئالامەتلەرگە ئاساسەن جىگەرنى تەكشۈرۈش:

استدلال جگر باعضائی دیگر

باشقا ئەزالار بىلەن بولغان مۇناسىۋىتىگە ئاساسەن جىگەرنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىنى ئېنىقلىغىلى بولىدۇ. چۈنكى جىگەر خىلىت ئىشلەپچىقىرىدىغان ئەزا بولغاچقا، جىگەردە كېسەللىك ئۆزگىرىش يۈز بەرسە، باشقا ئەزالارغا تەسىر كۆرسىتىدۇ.

ئۇندىن باشقا قوشنا ئەزالىق مۇناسىۋىتى بار. مەسىلەن: ھەزىم ئاجىزلىق ئالامىتى كۆرۈلسە جىگەر ئىقتىدارىنىڭ ئاجىزلاشقانلىقىنى، نەپەس سىقىلىش ئالامىتى كۆرۈلسە جىگەردە ئىششىق بارلىقىنى، باش ئاغرىش ئالامىتى كۆرۈلسە جىگەر قان تومۇرلىرىدا توسالغۇ بارلىقىنى، تال چوڭايغان بولسا جىگەر قاتقانلىقىنى بىلگىلى بولىدۇ.

ئۇندىن باشقا چوڭ ۋە كىچىك تەرەتلەرنىڭ تۇرىگە قاراپمۇ جىگەر ئەھۋالىنى ئېنىقلىغىلى بولىدۇ. تىلنىڭ يۇمشاق ـ يىرىك بولۇشى، تىل ۋە لەۋ قىسمىنىڭ رەڭگى ئارقىلىق جىگەر ئىقتىدارىنى ئېنىقلىغىلى بولىدۇ.

5. بەدەننىڭ ئومۇمىي ئەھۋالىنى كۆزدە تۇتۇش ئاساسىدا جىگەرنى تەكشۈرۈش:

استدلال جگر باعضائی عامہ

بۇ خىل تەكشۈرۈشتە كۆپىنچە بەدەننىڭ رەڭگىنى كۆزىتىش ئارقىلىق جىگەرنىڭ ئەھۋالى ئېنىقلىنىدۇ.

بەدەننىڭ رەڭگى قىزىل ۋە ياخشى بولۇشى جىگەرنىڭ ساغلام ۋە ئۇنىڭ ھارارىتىنىڭ نورمال ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. بەدەننىڭ رەڭگى قىزىل بولۇش بىلەن بىرگە ئاققا مايىل بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ. رەڭگى سېرىققا مايىل بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ. رەڭگى ئاققا مايىل قوغۇشۇن رەڭ-لىك بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىنى، رەڭگى گەجسىمان ئاق بولۇش جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقلۇقىنى بىلدۈرىدۇ. رەڭگى كۈل رەڭ ياكى قارىغا مايىل بولۇش جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى، جىگەردە ئاچچىق سەۋدا خىلىتىنىڭ

چۆكمە بولۇپ چۈشۈۋالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

يەرقان (سېرىقلىق چۈشۈش كېسىلى) ئارقىلىقمۇ جىگەرنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىنى ئىنىقلىغىلى بولىدۇ.

ئۈندىن باشقا سېمىزلىك (چىڭ سېمىز) جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقلىقى، مايلىق سېمىز بولۇش جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقلۇقىنى، بەدەن ئاجىزلىق ئارقىلىق جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بەدەننىڭ ئومۇمىي ھارارىتىنىڭ سەۋەبى يۇرەكنىڭ ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن بولمىسا، جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

6. قورساق ئەتراپىدىكى تۈكلەرنى كۆزىتىش ئارقىلىق جىگەرنى تەكشۈرۈش:

استدلال جگر بال بطن

باشقا ئەھۋالىنى شۇ ئەزا ئەتراپىدىكى تۈكلەرنى كۆزىتىش ئارقىلىق تەكشۈرۈش ئېلىپ بارغانغا ئوخشاش جىگەر ئەھۋالىنىمۇ جىگەر ئەتراپىدىكى تۈكلەرنى كۆزىتىش ئارقىلىق ئۇققىلى بولىدۇ.

قورساق تېرىلىرىدە تۈكلەرنىڭ كۆپ بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقىنى، ئۇ تۈكلەرنىڭ قاتتىق بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ. قورساق تېرىلىرىدە تۈكلەرنىڭ ئاز بولۇشى ۋە يۇمشاق بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ. قورساق تېرىلىرىدە تۈك بولماسلىق بىلەن بىرگە جىگەر ئەتراپىدىكى تېرە ۋە قورساق مۇسكۇللىرىنىڭ يۇمشاق بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقلۇقىنى بىلدۈرىدۇ. تۈك بولماسلىق بىلەن بىرگە تېرە ۋە قورساق مۇسكۇللىرىنىڭ قۇرۇق ۋە يىرىك بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقلۇقىنى بىلدۈرىدۇ.

7. جىگەردىن باشلانغان قان تومۇرلار ئارقىلىق تەكشۈرۈش:

استدلال جگر بعروق آن

جىگەردىن باشلانغان ۋېنا تومۇرىنىڭ چوڭ بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقىنى، ئىنچىكە ۋە كۆرۈنمەس بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقلۇقىنى بىلدۈرىدۇ.

بەزىدە بۇ تومۇرلارنىڭ ئىسسىق، سوغۇق، يۇمشاق ۋە قاتتىق بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ نورماللىقىدىنمۇ بولىدۇ ۋە بەزىدە ئەگەشمە مىزاج سەۋەبىدىن بولىدۇ. مەسىلەن: ۋېنا تومۇرلىرىنىڭ قاتتىق ۋە كەڭرى بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىنى، يۇمشاق ۋە كەڭرى بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىنى، ئىنچىكە ۋە تار بولۇشى بىلەن بىرگە يۇمشاق بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

8. باشقا ئەزالارنىڭ شەكلى ئارقىلىق جىگەرنى تەكشۈرۈش:

استدلال جگر بشکل اعضائی دیگر

باشقا ئەزالارنىڭ شەكلى ئارقىلىق تەكشۈرۈشتە ۋېنا تومۇرلىرىنىڭ، بارماقلارنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكى ئارقىلىق جىگەرنى تەكشۈرۈلىدۇ. يەنى ۋېنا تومۇرلىرىنىڭ چوڭ ۋە كەڭرى بولۇشى جىگەرنىڭ چوڭ ۋە ئۇنىڭ كانالچىلىرىنىڭ كەڭ ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. بارماقـ لىرىنىڭ ئۇزۇن بولۇشى جىگەرنىڭ چوڭلۇقىنى، قىسقا بولۇشى جىگەرنىڭ كىچىك ئىكەنـ لىكىنى بىلدۈرىدۇ.

9. جىگەردە پەيدا بولغان خىلتلارنىڭ مىقدارىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش:

استدلال جگر بمقدار اخلاط آن

جىگەردە پەيدا بولغان خىلتلار ئارقىلىق تەكشۈرۈشتە سەپرا خىلتىنىڭ كۆپرەك ھاسىل بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقىنى، سەۋدا خىلتىنىڭ كۆپرەك ھاسىل بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىنى، ساپ قاننىڭ كۆپرەك ھاسىل بولۇشى جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

جىگەردىن ھاسىل بولغان خىلتلارنىڭ سۈپەتلىك بولۇشى بىلەن ئومۇمىي بەدەننى ئوزۇقلاندۇرۇش يولى توغرا بولسا جىگەرنىڭ ساغلاملىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بەدەنگە تارقالغان خىلتلارنىڭ سۈپىتى ياخشى بولمىسا ۋە ئومۇمىي بەدەننى ئوزۇقلاندۇرۇش يولى توغرا بولمىسا يەنى بەدەنده گۆش سۈلۈق ئىششىققا ئوخشاش كېسەلـ لىكلەر يۈز بەرسە، جىگەردە كېسەللىكنىڭ مەۋجۇت ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

10. يېمەكلىكلەرنىڭ جىگەرگە خىل كېلىش ـ كەلمەسلىكىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش:

استدلال جگر بہ موافقت ومخالفت غذا

يېمەكلىكلەر ئارقىلىق تەكشۈرۈشتە، ئەگەر ئىستېمال قىلغان يېمەكلىكلەر جىگەرگە مۇۋاپىق كەلگەن بولسا، بۇ يېمەكلىكنىڭ مىزاجى جىگەرنىڭ تەبئىي مىزاجى بىلەن ئوخشاش بولغان بولىدۇ. ئەكسىچە بولسا جىگەرنىڭ تەبئىي مىزاجىغا قارشى بولغان بولىدۇ.

11. بىمارنىڭ يېشى ۋە ئۆرپ ـ ئادىتىگە ئاساسەن جىگەرنى تەكشۈرۈش:

استدلال جگر بعمر وعادت

بىمارنىڭ يېشى ۋە ئۆرپ ـ ئادىتى ئارقىلىق جىگەر ئەھۋالىنى تەكشۈرۈش ئۇچۇن

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

تېبابەت ئاساسى نەزەرىيە ئىلمىگە مۇراجىئەت قىلىش لازىم.

تەكشۈرۈش:

جىگەر كېسەللىكلىرىنى تەكشۈرۈشتە دەسلەپكى مىزاجغا مۇناسىۋەتلىك ئەھۋاللارنى ئېنىقلاش لازىم. ئۇندىن كېيىن ئەگەشمە ئەھۋاللار ئېنىقلىنىدۇ.

ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى ئىتتىك، ئارقىمۇئارقا، سۈيدۈكنىڭ رەڭگى سېرىق ۋە رەڭ-لىك بولۇشى، ئۇسسۇزلۇقنىڭ كۈپلۈكى، ئۆتكۈر ئىسسىق تەبىئەتتىكى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولۇش، تىلى يېرىك بولۇش، قەۋزىيەتلىك بولۇش جىگەرنىڭ ئورنى ئىسسىق بىلىنىش، كۆڭۈل ئايىنىپ ھۆل بولۇش، باش قاتتىق ئاغرىش ئالامەتلىرى مەۋجۇت بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ خىلتسىز ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلغانلى-قىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن بىرگە ئېغىزنىڭ تەمى ئاچچىق، رەڭگى سېرىق، قىزىتمىسى ئۆتكۈر، قىزغۇچ ياكى كۈدە سۈيى رەڭلىك قەي قىلىش، ئىچ سۇرۇش، ئوڭ تەرەپتە ئېغىرلىق ھېس قىلىش، كۆز ئېقى ساغرىش ئالامىتى كۆرۈلسە، جىگەر مىزاجى-نىڭ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئېغىزنىڭ تەمى تاتلىق ياكى تۇزلۇق بولۇش بىلەن بىرگە بەدەننىڭ رەڭگى قىزىلغا مايىل بولۇپ، جىگەر رايونىدا ئېغىرلىق ھېس قىلىش، تومۇر ھەرىكىتى تېز، دولقۇنلۇق بولۇش، سۈيدۈكى قىزىل بولۇش جىگەر مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىدىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى سۇس، ئاستا، سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ئاق ۋە سۈيۇق، تىل ۋە لەۋ قىسمىنىڭ رەڭگى ئاققا مايىل بولۇپ، بەلغەم خىلتىنىڭ كۆپلۈكىگە خاس ئالامەتلەر كۆرۈلسە، چىرايىنىڭ رەڭگى كۆككە مايىل قارا ياكى سېرىققا مايىل بولسا، ئۇسسۇزلۇق كەم، ئىشتىھا كۆپ، ئەمما ھەزىم ئاجىز بولسا، چوڭ تەرەتنىڭ بەزىدە قۇرۇق، ئاز بولۇشى، بەزىدە ھۆل ئاققا مايىل بولۇشقا ئوخشاش ئالامەتلەر كۆرۈلسە، جىگەر مىزاجىنىڭ خىلتىسىز سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر كۆرۈلگەندىن باشقا ئېغىزنىڭ تەمى ئاچچىق ياكى تەمسىز بولۇپ، سۈيدۈكى قويۇق، چوڭ تەرتىپى كۆپ، بەدىنىنىڭ رەڭگى قوغۇشۇن رەڭلىك، بەدەن سوغۇق بولۇش، بەلغەم ئارىلاش قەي قىلىش، ئوڭ بېقىندا ئېغىرلىق ھېس قىلىش، بەدىنى بوش بولۇپ، چىراي ۋە قول - پۇتى پارقىراق بولۇش بىلەن بىرگە بەلغەم خىلتى ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى مەۋجۇت بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى ئىنچىكە، قاتتىق، سۈيدۈكى سۈيۇق بولۇپ، بەزىدە سۈيدۈك-نىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولسا، ئېغىز تىلى قۇرۇق، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ، بەدىنى ئاجىز،

قۇرغاق بولسا، كەم قانلىق ئالامىتى كۆرۈلۈش بىلەن بىرگە چوڭ تەرىتى قاتتىق، مىقدارى ئاز، ئىشتىهاسى ئاز، قورساق مۇسكۇللىرى تارتىشقان بولسا جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن بىرگە ئوي - پىكىر بۇزۇلۇش، غەم - قايغۇ ۋە قورقۇنچاقلىققا گىرىپتار بولۇش ئالامىتى مەۋجۇت بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى يۇمشاق، ئاجىز، ئاستا بولۇپ، سۈيدۈكىنىڭ رەڭگى ئاق ۋە قويۇق بولۇش بىلەن بىرگە چىراي ۋە قاپاقنىڭ رەڭگى پارقىراق، بەزىدە سېرىققا مايىل، بەزىدە كۆككە مايىل بولسا، قوۋۇرغا (ئوڭ تەرەپ) ئەگمىسىنىڭ گۆشلىرى ئورۇق، بەدىنى ئاجىز، ھۇرۇن، سەزگۈرلۈكى تۆتۈق، ئۇيقۇ ۋە ئېغىز شۆلگىيى كۆپ، ئىشتىهاسىزلىق، ئىچ سۇرۇش، ئۇسسۇزلۇقى ئاز قاتارلىق ئالامەتلىرى مەۋجۇت بولۇپ، ھۆللۈكىنى قۇرۇتقۇچى يېمەك - ئىچمەك، دورا - دەرمەكلەرنى ئىستېمال قىلغۇسى كېلىپ تۇرسا، جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ھارارەت بىلەن بىرگە بەدەنده قۇرۇقلۇق ياكى ھۆل سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامىتى مەۋجۇت بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىق ياكى ھۆل ئىسسىق ۋە ياكى قۇرۇق سوغۇق ياكى ھۆل سوغۇقتىن مۇرەككەپ ھالدا مىزاج بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى كونىرىغان بولسا، ئالدى بىلەن خىلىتلاردا سان ۋە سۈپەت جەھەتتىن ئۆزگىرىش يۈز بېرىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇندىن كېيىن سان سۈپەت جەھەتتىن ئۆزگەرگەن غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار جىگەر مۇسكۇللىرىدا ھەرخىل كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرىنى پەيدا قىلىپ، ئاخىرىدا ئۇلارنىڭ بەزىسى چوڭ تەرەت بىلەن چىقىپ كېتىدۇ. بەزىدە ئۇچەي ئارقىلىق چىقىش جەريانىدا ئۇچەينى غىدىقلاپ، ئۇچەي يارىسى ۋە ئىچى سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. نەتىجىدە جىگەر ۋە ئومۇمىي بەدەن ئورۇقلايدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ ئوتتۇرا دەرىجىدە ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنى پەيدا قىلىدۇ. ئېغىر دەرىجىدە ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنى پەيدا قىلىپ، مالىخۇلىيا ۋە ساراڭلىق كېسەللىكىگە سەۋەبچى بولىدۇ. ئىشتىهاسىزلىق، تۆتۈلۈش بىلەن بىرگە گۆش يوغان سۆدەك ئىچى سۇرۇشنىڭ سەۋبى كۆپىنچە خىلىتسىز ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن پەيدا بولغان جىگەر ئاجىزلىقى بولىدۇ. بۇنىڭدا چوڭ تەرەت كۆيۈشكەندەك كېلىدۇ.

ئەگەر خىلىتلاردا كۆيۈش ياكى ئىششىق ۋە ياكى قاپارتما بولسا، چوڭ تەرەتتىن قارا ياكى قويۇق يىرىڭدەك نەرسىلەر چىقىشقا باشلايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى بىكىتى www.uyghurkitap.com

داۋالاش:

جىگەر بىر رەئىس ئەزا بولۇپ، خۇددى يۇرەك بولسا قۇۋۇتتى ھايۋانىي (ھاياتلىق كۈچ) نىڭ، مېڭە بولسا قۇۋۇتتى نەپسانىي (ھېس ـ ھەرىكەت كۈچ) نىڭ مەركىزىي ئورنى بولغانغا ئوخشاش جىگەر بولسا قۇۋۇتتى تەبئىي (تەبئىي كۈچ) نىڭ مەركىزىي ئورنى ھېسابلىنىدۇ.

ئەزالارنىڭ ئوزۇقلىنىشى ۋە بەدەن پەرۋىشى جىگەرگە تايىنىدۇ. چۈنكى يېمەكلىكلەر كەيلۈسقا ئايلىنىپ، جىگەرگە يېتىپ كېلىپ خىلىتقا ئۆزگىرىدۇ ھەمدە ئۆزىدە مەۋجۇت بولغان ھەزىم قىلىش كۈچى، تارتىش كۈچى، تۈتۈپ تۇرۇش كۈچى، ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى ئارقىلىق پۈتۈن ئەزانى ئوزۇقلۇق بىلەن تەمىنلەيدۇ. ئادەتتە ھەرقانداق بىر ئەزادا يۇقىرىقى تۆت خىل كۈچ مەۋجۇت بولسىمۇ، بىراق ئاشقازان ۋە جىگەردە كۆپرەك مەۋجۇت بولىدۇ، جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچى ئۇنىڭ مۇسكۇلىدا بولىدۇ. قالغان ئۈچ خىل كۈچى (تارتىش، تۈتۈپ تۇرۇش، چىقىرىش) جىگەر مۇسكۇللىرىغا تارقالغان تومۇرلاردا بولىدۇ. (جەريانى) ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، جىگەر ناھايىتى مۇھىم بىر ئەزا بولۇپ، ئۇنىڭ ساغلاملىقى بىلەن ئومۇمىي بەدەن ساغلاملىقى زىچ مۇناسىۋەتلىك.

ئەگەر جىگەردە بىرەر كېسەللىك يۈز بەرسە، جىگەرنىڭ تۆت خىل كۈچىدە (تارتىش، تۈتۈپ تۇرۇش، ھەزىم قىلىش، چىقىرىش كۈچلىرى) نورمالسىزلىق يۈز بېرىپ، ئومۇمىي بەدەنگە تەسىر يېتىدۇ.

جىگەر كېسەللىكىنى داۋالاشتا جىگەرنىڭ تۆت خىل كۈچ (تارتىش، تۈتۈش، ھەزىم قىلىش، ئىتتىرىپ چىقىرىش) نى نەزەردە تۇتۇش ئىنتايىن مۇھىمدۇر. ئەگەر بۇ كۈچلەرنىڭ بىرەرسىدە ئاجىزلىق كۆرۈلسە ۋاقتىدا كۈچلەندۈرۈش لازىم.

جىگەردە مىزاج بۇزۇلۇش كۆرۈلسە، خۇش پۇراق دورىلار بىلەن سۈيدۈك ھەيدەپ، توسالغۇلارنى ئېچىشقا تىرىشىش لازىم.

جىگەر كېسەللىكىدە سۇۋالما دورىلارنى ئىشلىتىش ناھايىتى تېز تەسىر كۆرسىتىدۇ، ئەمما جىگەر نازۇك ئەزا بولغاچقا كېسەللىك سەۋەبىنى ئېنىقلىماي تۇرۇپ كۈچلۈك خىلدىكى تارقاتقۇچى دورىلارنى ۋە سۇۋالمىلارنى ئىشلەتمەسلىك، بولۇپمۇ ماددىلىق كېسەللىكلەردە تازىلاشتىن ئىلگىرى جىگەر رايونىغا سوغۇق تەبئەتلىك سۇۋالمىلارنى سۇۋىماسلىق لازىم. ئۇنداق قىلمىغاندا جىگەردە ئوڭايلا توسالغۇ پەيدا قىلىپ قويىدۇ.

تال جىگەرنىڭ بىر خىزمەتچىسى بولغانلىقى ئۈچۈن جىگەردىكى ئارتۇق سەۋدا خىلىتىنى ئۆزى تەرەپكە سۈمۈرىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش ئۆتمۇ جىگەرنىڭ بىر خىزمەتچىسى بولۇش ئېتىبارى بىلەن جىگەردىكى ئارتۇق سەپرا خىلىتىنى ئۆزى تەرەپكە تارتىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن تال ۋە ئۆتنى داۋالاش ئارقىلىق جىگەرنى داۋالغىلى بولىدۇ.

ئىبنىسىنا ۋە تېببىي قانۇنىيەتنى شەرھلىگۈچىلەر مۇنداق يازىدۇ، جىگەرنىڭ ساقلە-

قىنى ساقلاش ئۇچۇن جىگەرنىڭ تەبئىي مىزاجىغا ماس كېلىدىغان يېمەك - ئىچمەكلىك-لەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ئارقىلىق جىگەرنىڭ قارشى تۇرۇش كۇچىنى ئاشۇرۇش لازىم. ئەگەر جىگەردە ئىششىق، ياراء توسالغۇ بولسا بۇنىڭغا قارىتا داۋالاش قانۇنىيىتىگە رىئايە قىلغان ئاساستا داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

جىگەر كېسەللىكىدە دورا ئىستېمال قىلىشنىڭ ئەڭ ياخشى ۋاقتى يېمەكلىكلەر ئاشقازاندا ھەزىم بولۇپ، ئۇنىڭ كېرەكسىز ماددىلىرى ئايرىلىپ بولغان ۋاقتىدۇر. چۇنكى يېمەكلىكلەر جىگەر تەرەپكە دورىلارنىڭ ئۆتۈشىنى چەكلەپ قويىدۇ.

ئۇندىن باشقا جىگەرنىڭ خىزمىتى يېمەكلىكلەر بىلەن بولۇپ كېتىپ، دورىلارنى نورمال ئۆزگەرتىشكە ۋاقتى يەتمەيدۇ. جىگەرنىڭ ماددىلىق كېسەللىكلىرىدە كېسەللىك ماددىسىنى تارقاتقۇچى، توسالغۇنى ئاچقۇچى خۇش پۇراق ۋە قابىز بولمىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

جىگەرنى سوۋۇتۇش توغرا كەلگەندە سوغۇقلۇق دورىلارنى كۆپ ئىشلىتىۋېتىشتىن ساقلىنىش، ئۇنداق قىلمىغاندا سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىنىڭ خەتىرى بولىدۇ. شۇنداقلا بەك ئىسسىق دورىلارنى كۆپ ئىشلىتىۋەتمەسلىك، ئۇنداق قىلمىغاندا تەبئىي خىلىتلار ۋە جىگەردە غەيرىي تەبئىي يۇز بېرىپ، ئومۇمىي بەدەندە ئورۇقلاش كۆرۈلىدۇ.

جىگەر كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئاددىي ئۇسۇل ۋە يۇمشاقلىق بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. يەنى جىگەرنى سوۋۇتۇش بىلەن بىرگە قىزىتىپ كۇچلەندۇرگۇچى، قىزىتىش بىلەن بىرگە سوۋۇتۇپ كۇچلەندۇرگۇچى دورىلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىشلىتىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بەزىدە خۇش پۇراق ۋە ئاجىز تۇرىدىكى دورىلارمۇ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

جىگەر كېسەللىكىنى داۋالاشتا خاتالىق يۇز بەرسە ئۇنىڭ يامان تەسىرى تومۇر ۋە بارلىق ئەزالارغا يېتىپ بارىدۇ. جىگەر كېسەللىكىنى داۋالاشتىكى خاتالىقلارنىڭ بىرى شۇكى، سۇرگۇ دورىسىنىڭ ئورنىغا سۈيدۈك ھەيدىگۇچى دورىلارنى ياكى ئۇنىڭ ئەكسىچە سۈيدۈك ھەيدىگۇچى دورىلارنىڭ ئورنىغا سۇرگۇ دورىلارنى ئىشلىتىش، يەنى كېسەلگە سەۋەبچى خىلىت جىگەرنىڭ ئاستى قىسمىدا بولسا سۇرگىلەر ئورنىغا سۈيدۈك ھەيدىگۇچى دورىلارنى بېرىش، ئەگەر كېسەلگە سەۋەبچى خىلىت جىگەرنىڭ دۇمبىسىدە بولسا سۈيدۈك ھەيدىگۇچى دورىسىنىڭ ئورنىغا سۇرگىنى بېرىش سەۋەبلىك كېسەلگە سەۋەبچى خىلىت ئومۇمىي بەدەنگە تارقىلىپ كېتىپ ئەكس تەسىر پەيدا قىلىدۇ.

جىگەر كېسەللىكىدە دورا ئىستېمال قىلدۇرۇشتا، سۈيدۈك ھەيدەش مەقسەت بولسا دورىلارنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇش لازىم. سۇرگۇ دورىلىرىنى بېرىش مەقسەت بولسا، سۈيدۈك ھەيدىگۇچى دورىلارغا قارىغاندا نىسبەتەن يىرىكرەك سوقۇش لازىم.

جىگەر كېسەللىكىدە ئىشلىتىدىغان دورىلار ئىسسىق تەبئەتلىك بولسۇن ياكى سوغۇق تەبئەتلىك بولسۇن ۋە ياكى قابىز تۇرىدىكى دورىلار بولسۇن، ئۇلارنىڭ جەۋھىرى يۇمشـ-

تىش تەسىرىگە ئىگە بولغان دورىلار بولۇشى لازىم. چۈنكى ئۇ دورىلار ئۆزىنىڭ يۇمشىتىش تەسىرى بىلەن جىگەرگە ئوڭاي يېتىپ كېلەلەيدۇ. بىراق تېۋىپ شۇنى نەزەردە تۇتۇش لازىمكى، بارلىق يۇمشاتقۇچى دورىلار خىلىتلاردا غەيرىي تەبىئىيلىك پەيدا قىلىدۇ. مەسىلەن: مائۇلئۇسۇل شەربىتى بولسا توسالغۇلارنى ئاچقۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى دورىدۇر. لېكىن بەزىدە جىگەردە مۇناسىۋەتسىز غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى پەيدا قىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇنداق دورىلارنى 2 ~ 3 كۈن ئىچكۈزگەندىن كېيىن تازىلىغۇچى دورىلاردىن ئازراق يېگۈزۈپ قويۇش كېرەك.

جىگەرگە زىيانلىق يېمەكلىكلەر:

مەزات جگر

بىرىنچى قېتىملىق يېمەكلىكنى يەپ بولۇپلا ئىككىنچى قېتىملىق يېمەكلىكنى يېيىش، ئۇزۇقلىنىشنىڭ تەرتىپسىزلىكى جىگەر ئۈچۈن ناھايىتى زىيانلىق. ناشتىدىن بۇرۇن ياكى مۇنچىغا چۈشۈپ بولغاندىن كېيىن ۋە بەدەن چىنىقتۇرغاندىن كېيىن تۇيۇقسىز ھالدا سوغۇق سۇ ئىچىش سەۋەبلىك جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتى سوغۇقتىن بۇزۇلۇش كېلىپ چىقىپ، تەدرىجى ئىستىسقا (سۇلۇق ئىششىق) كېسەللىكى پەيدا بولىدۇ.

ئەگەر تەشنالىق ئېغىر بولۇپ قىزىش ئەھۋالى كۆرۈلسە، سۇغا مۇۋاپىق مىقداردا شاراپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش، بىراق بىرلا ۋاقىتتا تويغۇدەك سۇ ئىچمەسلىك لازىم.

چاپلاشقاق ۋە شىلىمشىق دورىلار جىگەر ئۈچۈن زىيانلىق. چۈنكى بۇلار بىلەن جىگەردە توسالغۇ پەيدا بولىدۇ. گەرچە بۇغداي شىلىمشىق دورا قاتارىغا كىرسىمۇ، لېكىن جىگەر ئۈچۈن زىيانلىق ئەمەس. شاراپ جىگەردە توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ. ئۇندىن باشقا پېتىرنان، گۈرۈچ، مايلىق نان، ئۆچكىنىڭ كاللا ـ پاچىقى، تەس سىڭدۈغان گۆش ۋە قاتتىق يېمەكلىكلەر جىگەر ئۈچۈن زىيانلىقتۇر.

بەزىلەرنىڭ ئېيتىشچە، داۋاملىق ئۇسسىز يۈرۈش، تاماقتىن كېيىن ياكى قورساق ئاچ ۋاقىتتا ئېغىر دەرىجىدە ھەرىكەت قىلىش ۋە جاپا تارتىش، ئۇخلاش ئارىلىقىدا سۇ ئىچىش، تويغۇدەك دەرىجىدە ھالۋا ۋە باشقا نەرسىلەرنى يېيىش، يۇمشاق يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېيىش، ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرنى يېگەندىن كېيىن سوغۇق سۇ ئىچىش، توپا، كۆمۈر قاتارلىق نەرسىلەرنى يېيىش ۋە توپا ئارىلاشقان يېمەكلىكلەرنى يېگەندىن كېيىن سوغۇق ياكى ئىسسىق سۇ ئىچىش جىگەر ئۈچۈن ناھايىتى زىيانلىق. شۇنداقلا كاۋاپ (خام ياكى كۆيدۈرۈپ پىشۇرۇلغان كاۋاپ) يېيىش ياكى خاس سوغۇق ئىچىملىك ئىچىش زىيانلىق، بەزىلەرنىڭ ئېيتىشچە سوت ۋە ھەسەلمۇ جىگەر ئۈچۈن زىيانلىقتۇر.

جىگەرگە مۇۋاپىق كېلىدىغان دورىلار:

ادویات موافقات جگر

جىگەر ئۇچۇن توسالغۇلارنى ئېچىش، تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە خۇش پۇراق دورىلار. دىن سەلىخەگە ئوخشاش دورىلار، چىرىشنى چەكلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلاردىن دارچىن، ئىزخىر چېچىكى، مەرۋىگە ئوخشاش دورىلار توسالغۇلارنى ئېچىپ، قان تومۇرلا. رىنىڭ ئۆتكۈزۈشچانلىقىنى ئاشۇرغۇچى دورىلاردىن ئىرسا سۇيىگە ئوخشاش دورىلار كېسەلگە سەۋەبچى خىلىتىنى پەشۇرۇش ۋە يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولۇش بىلەن بىرگە كۈچلەندۇرۇش ۋە تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە زەپەرگە ئوخشاش دورىلار جىگەر ئۇچۇن پايدىلىقتۇر. ئۇندىن باشقا يۇقىرىقى خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولۇش بىلەن بىرگە تەمى تاتلىق بولغان يېمەكلىكلەر مەسىلەن: قۇرۇق ئۇزۇم، جىگەر قان تومۇرلىرىنىڭ ئۆتكۈزۈش خۇسۇسىيىتىنى تېزلىتىدىغان ئېچىملىكلەر مەسىلەن: رەيھان ئېچىملىكىگە ئوخشاش يېمەك ـ ئېچىمەك ۋە دورا ـ دەرمەكلەر جىگەر ئۇچۇن پايدىلىقتۇر.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، جىگەرنىڭ جەۋھىرى ۋە گۆش توقۇلمىلىرى ھۆل بولغاچقا چىرىشكە مايىل ئەزادۇر. مۇشۇ مۇناسىۋەت بىلەن جىگەرگە دورا ئىشلەتكەندە جىگەرنى كۈچلەندۇرگۈچى، تۇتقۇچى ۋە چىرىشنى چەكلىگۈچى دورىلارنى تاللاپ ئىشلىتىش.

ئۇندىن باشقا جىگەر ھەزىم قىلىش كۈچىگە ئېھتىياجلىقتۇر، ھەزىم قىلىش كۈچى بەدەننىڭ تەبئىي ھارارىتى تولۇق بولۇشى ۋە روھنىڭ ساغلام بولۇشى ئارقىلىق قولغا كېلىدۇ. شۇنىڭ ئۇچۇن يۇقىرىقى مەقسەتتە ئىشلىتىلگەن دورىلار بىلەن خۇش پۇراقلىققا ئىگە بولغان دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەگەر زۆرۇر دەپ قارالسا، تەمى تاتلىق ۋە ئۆتكۈزگۈچ كۈچى تېز بولغان دورىلارنى ئىشلىتىشمۇ ناھايىتى پايدىلىق.

كاسىنە مەيلى جاڭگالنىڭ بولسۇن ياكى تېرىپ ئۆستۇرگىنى بولسۇن، جىگەر ئۇچۇن ناھايىتى مۇۋاپىقتۇر. كاسىنە بولسا جىگەرنىڭ ئۆتكۈر كېسەللىكىدە ئاچچىقلىقى بىلەن توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. قابىز بولۇش ئالاھىدىلىكى بىلەن جىگەرنى كۈچلەندۇرىدۇ ھەمدە جىگەرنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ئۇچۇن توسالغۇلارنى ئېچىش ۋە كۈچلەندۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرى ئارقىلىق مەنپەئەت قىلىدۇ، بىراق جىگەردە سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇش ئېغىر بولسا كاسىنە ھەسەل ياكى مائۇلھەسەل بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. چۇنكى ھەسەل بىلەن كاسىنىنىڭ سوغۇقلۇقى يوقىلىدۇ. ئۇلاردىن باشقا جىگەرنىڭ بارلىق خىزمەتىگە ياردەم بېرىدۇ.

ئوزۇقلۇقلاردىن ساپ خىلىت پەيدا قىلغۇچى، ئۆتكۈزگۈچ كۈچى تېز بولغان يېمەكلىكلەر جىگەر ئۇچۇن مۇۋاپىقتۇر. ھەرخىل تاتلىق يېمەك ـ ئېچىمەكلىكلەر بەدەننى سەمرىتىش، جىگەر ھەجمىنى نورمال چوڭايتىش، جىگەرنى كۈچلەندۇرۇش ئېتىبارى بىلەن

جىگەر ئۇچۇن پايدىلىق. ئەمما جىگەر تاتلىق يېمەكلىكلەرنى تېز سۈمۈرگۈچكە خىلىتلاش بىلەن ئاسانلا ئارىلىشىپ جىگەردە توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ. مەسىلەن: جىگەر ئىششىقى كېسەللىكىدە تاتلىق يېمەكلىكلەرنى بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم. چۈنكى بۇ ۋاقىتتا جىگەردە توسالغۇ پەيدا بولۇشتىن باشقا جىگەردە ھاسىل بولغان خىلىتلارنى تېز سۈرئەتتە سەپرا خىلىتىغا ئۆزگەرتىۋېتىش سەۋەبىدىن سەپرا خىلىتىنىڭ كۆپىيىپ كېتىشى كېلىپ چىقىدۇ.

پىستە بولسا ئۆزىنىڭ خۇش پۇراقلىقى بىلەن ھەمدە ئۆزىنىڭ توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتى بىلەن جىگەر ئۇچۇن پايدىلىق. ئەمما تەبىئىي ئىسسىق بولغاچقا جىگەرنىڭ ئىسسىقلىقىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ. پىندۇق بولسا جىگەر ئۇچۇن مۇۋاپىق ھەم پايدىلىق. چۈنكى پىندۇقنىڭ ھارارىتى ئانچە يۇقىرى ئەمەس.

ئىككىنچى پەسىل جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى

سوء مزاج جگر

جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلار داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ تۇرۇندىكىدەك بىرقانچە تۈرگە بۆلىنىدۇ:

1. جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج جگر حار ساذج

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى: ئىسسىق تەبىئەتلىك، تەمى تاتلىق، قۇرۇقتلىك يېمەك - ئىچمەك ۋە دورا - دەرمەكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، سىرتقى ئاتموسفېرادىن كەلگەن ئىسسىقلىق كەيپىياتلارنىڭ تەسىرىگە داۋاملىق ئۇچراش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كىلىنىكىدا كۆڭۈل ئاينىپ ھۆ بولۇش، ئۇسۇزلۇق كۆپ بولۇش، سۈيدۈك رەڭگى سېرىق رەڭلىك بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بارمىغاندا جىگەر ئاجىزلىق، جىگەر ئاغرىش ۋە ئىستىسقا كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا، كاسىنە سۈيى، سىركەنجۇبىل ساددە، سىركەنجۇبىل بۇزۇرى، ئاچچىق، تاتلىق ئانار سۈلىرى، سەندەل شەربىتى، نىلۇپەر شەربىتى، زىرىق شەربىتى، زىرىق چىلانمىسى، قۇرسى زىرىشىك، قۇرسى تاباشىر، سۇفۇپى تاباشىر، سۇ، قاپاق سۈيى، تەرخەمەك سۈيى، سوۋۇتۇلغان قېتىق سۈزمىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى، كاسىنە ئۇرۇقى شىرە-

سى، ئىسپىنغۇل لوئابى، سىركەنجىۋىل قاتارلىق دورىلارنى يەككە ياكى بىرلەشتۈرۈپ بېرىش لازىم.

بۇ كېسەللىك ئۇچۇن تۆۋەندىكىدەك داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ:

قاپاق سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، ئارپا يارمىسى، فۇپەل، سەندەل، قىزىلگۇل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ، جىگەر ساھەسىگە چېپىلىدۇ.

سىركەنجىۋىل سادده، ئەرقى گۇل، ئەرقى كاسنە ھەربىرىدىن 84 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا پالەك بىلەن گۈرۈچتە شويلا تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى دورىلار بىلەن ياخشىلىنىش بولمىسا، قۇرسى كاپۇر، كاسنە سۇيى، زىرىق چىلانمىسى، تەمرى ھىندى شەربىتى، نېلۇپەر شەربىتى مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر جىگەردە توسالغۇ بارلىقى ئېنىقلانسا شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى دىنار ۋە خىيارشەنبەر شىرىسى بېرىش ئارقىلىق توسالغۇلارنى ئېچىش لازىم.

ئەگەر تەبئەت بەك يۇمشاق بولسا قۇرسى تاباشىر قابىز، بېھى قىيامى ۋە ئالما قىيامى بىلەن بېرىلىدۇ.

شەربىتى ھۇممماز جىگەرنىڭ خىلتىسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان، توسالغۇ پەيدا قىلىش خەتىرى بولغان يېمەكلىكلەرنى بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم. بىراق زىرىق شىرىسى ۋە ئانار سۇيى بۇ خىل كېسەللىك ئۇچۇن پايدىلىق.

ئەگەر تەرەت يۇمشاق بولسا ماش، قورۇلغان گۈرۈچ زىرىق ۋە سۇماق بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەتلىك بولسا زىرىق ۋە تەمرى ھىندى سېلىپ سۇيۇقئاش تەييارلاپ بېرىلىدۇ ياكى ماش بىلەن پالەكنى پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. گۆشتىن پەرھىز قىلىش كېرەك.

جالىنۇس: «جىگەر كېسەللىكىدە ھەممىدىن ياخشى يېمەكلىك ئارپا سۇيىگە كاسنە ئۇرۇقى ۋە زىرىق سېلىپ پىشۇرۇپ بېرىش. چۇنكى بۇ يېمەكلىكنىڭ توسالغۇلارنى ئېچىش، تەبئەتنى يۇمشىتىش ۋە جىگەرنى كۈچلەندۈرۈش خۇسۇسىيىتى بار» دەپ كۆرسەتكەن.

ئىبنىسىنا: «جىگەرنى ھەددىدىن ئارتۇق سوۋۇتۇۋەتمەسلىك كېرەك. چۇنكى ھەددىدىن ئارتۇق سوۋۇتۇۋېتىشتىن بوشىشىپ كېتىش ۋە جىگەردە توسالغۇ پەيدا بولۇش خەتىرى

بولىدۇ. سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنىمۇ كۆپ ئىشلىتىۋەتمەسلىك كېرەك. جىگەرنى سوۋۇتۇشتا سوغۇقلۇق يەتكۈزۈش بىلەن بىرگە توسالغۇلارنى ئاچقۇچى قابىز تۇرىدىكى يېمەك - ئىچمەك ۋە دورا ئىشلىتىش مۇۋاپىق. بۇ خىل ئالاھىدىلىككە ئىگە دورىلار تۆۋەندىكىچە:

ئارپا سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ. كاسىنە چۆپى ياكى ئۇرۇقىنى قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. كاسىنە سۇيىنى قۇرۇق ياكى ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. كاسىنە سۇيى سىركە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. زىرىق سۇيى ياكى چىلانمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. تەمرى ھىندى چىلانمىسى جىگەرنىڭ توسالغۇسىنى ئېچىش ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق. ئىسپىغۇل لوئابىنى قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش ناھايىتى پايدىلىق.

قاپاق سۇيى، ئانار سۇيى، ئالما سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، قېتىق سۈزمىسى، ئامۇت سۇيى، ھۆل قىزىلگۈلنىڭ سىقىلغان سۇيىنى يەككە ھالەتتە ياكى باشقا دورىلارغا بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈش پايدىلىق.

ئەگەر قىزىتما بولمىسا ھەركۈنى سېرىق ھېپلىلە ئون گرام، يۇيۇلغان لوك ئۈچ گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى ئىككى گرام قاتارلىق دورىلارنى تالقانلاپ، مائۇلجەبىن ۋە سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلارنى بىر ھەپتە ئىچكۈزگەندىن كېيىن، تۇگە سۈتىگە سۇيدۇك ھەيدەگۈچى ۋە توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلاردىن غاپەس ئۇسارىسى، كاسىنە ئۇرۇقى ۋە ئەفتەمۇن ئۇرۇقى شىرىلىرى ئارىلاشتۇرۇپ، 1 ~ 2 كىلوغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ؛

بەزىدە سېزىمنى يوقاتقۇچى پولونىيا، ئەپيۇن ۋە نەشە چۈشكەن مەجۇن دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۈر بولۇپ قالىدۇ. بىراق بۇ خىل تۇرىدىكى دورىلارنى ئىشلىتىش چەكلىنىدۇ.

ياز كۈنلىرى بەدىنى كۆچلۈك ۋە ياش كىشىلەر جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىغا گىرىپتار بولغان بولسا، پەقەت سوغۇق سۇنى كۆپرەك ئىچىش يېتەرلىكتۇر» دەپ كۆرسەتكەن.

جىگەرنىڭ ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشىدا دەسلەپتە مائۇل پەۋاكىھ (مېۋىلەر سۇيى) سېرىق ھېپلىلە قاينىتىلمىسى، خىيارشەنبەر شىرىسى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئەتىگىنى سىركەنجۈبىل بىلەن كاسىنە سۇيى بىر سائەت ئۆتكەندىن كېيىن ئارپا سۇيىگە شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، كاسىنە سۇيى، سېمىزئوت سۇيى، ئوسۇق سۇيى، ھۆل قاپاق سۇيى، گۈل يېغى، ئاقموچ قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە قىيرۇتى تەييارلاپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇللىرى بىلەن ياخشىلانمىسا، كاسىنە سۇيى، ئەفتىمۇن سۇيى، سىركەنجىۋىل بىلەن قۇرسى تاباشىر مۇلەييىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ دورا بىلەنمۇ ياخشىلانمىسا قۇرسى كافۇر قاپاق سۇيى ۋە كاسىنە سۇيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

سېرىق هېپلىلە پوستى 36 گرام، يۇيۇلغان لوك ئون گرام، تاباشىر يەتتە گرام، بەدىياندىن ئۇچ گرام ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى تالقان قىلىپ، 14 گرامدىن ئېلىپ، سىركەنجىۋىل بىلەن تەييارلانغان مائۇلجەبنىدىن هەركۇنى 250 گرامغا 60 گرامدىن كۆپەيتىپ، تالقان تۇگىگەنگە قەدەر مۇشۇ بويىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر هارارەت بەك يۇقىرى بولسا قۇرسى تاباشىر، قۇرسى كاپۇر ياكى قېتىق سۇزمىسى بىلەن بەرسىمۇ بولىدۇ.

ئاق سەندەل 18 گرام، قىزىلگۈل 18 گرام، قىزىل سەندەل تۆت گرام، نېلۇپەر ئون گرام، بىنەپشە ئون گرام، فۇپەل يەتتە گرام، گىل ئەرمىنى يەتتە گرام، كاپۇر، مەستىكى، سازەج هىندى هەربىرىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈل يېغى، نامازشامگۈل يېغى، سۆگەت يېغى ياكى نېلۇپەر يېغى قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسىگە موم يېغى قوشۇپ بولغاندىن كېيىن يۇقىرىقى تالقانلارنى ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر رايونىغا سۇۋاش جىگەرنىڭ بارلىق ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلغان كېسەللىكلىرى ئۈچۈن پايدىلىق.

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدا ئارپا سۇيى ۋە هەرخىل كۆكـ تاتلارنىڭ سۇيى، يەرلىك شوخلا سۇيى، كاسىنە سۇيى، سېمىزئوت سۇيى قاتارلىقلارنى سىركەنجىۋىل بىلەن ئىچكۈزۈشكە بېرىلىدۇ.

ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قىزىلگۈل، كاپۇر، ئەرقى گۈل، نامازشامگۈل سۇيى قاتارلىقلار دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە سۇۋالما تەييارلاپ جىگەر ساهەسىگە چېپىلىدۇ.

قۇرسى زىرىشىك ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك دورا قىياملىرى، غورا قىيامى، رەۋەن ئۆسۈملۈكى قىيامى، ئاپېلسىن قىيامى، ئانار سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبىئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن ئەينۈلا، تەمرى هىندى قاتناتمىلىرىغا تەرەنجىبىن ۋە خىيارشەنبەر شىربىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا سۇيى، قاپاق سۇيى، سىركەنجىۋىل ساددە، يۇمغاقسۇت سۇيى، شوخلا سۇيى، غورا شەربىتى، ئاپېلسىن شەربىتى، شېكەر، ئاچچىق ئانار سۇيى بىلەن ئىسپىغۇل لوئابى ئىچكۈزۈلىدۇ.

هارارەت كۆپ بولسا چۈچۈمەل قېتىق سۇزمىسى، كاشكاپ، چۈچۈمەل ئانار سۇيى بىرلەشتۈرۈپ بېرىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

هارارەت يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەن ياخشىلانمىسا قۇرسى زىرىشىك سىركەنجۈبىل ياكى كاسنە سۇيى بىلەن، قۇرسى كاپۇر چۇچۇمەل قېتىق سۈزمىسى بىلەن بېرىلىدۇ ياكى قۇرسى تاباشىر قابىز بېھى قىيامى ۋە كاشكاپ سۇيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ياش پاقلان گۆشى، كەكلىك گۆشى غورا سۇيى ۋە زىرىق سۇيى بىلەن بېرىدۇ. بىراق قىزىتما بولغاندا بېرىشكە بولمايدۇ.

بۇنداق ۋاقىتتا گۆشنى پالەك، چامغۇر، كۆك يۇمغاقسۇت بىلەن پىشۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقدارىدا سىركە ۋە قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش كېرەك. مېۋىلەردىن ئەينۇلا، رەۋەن ئۆسۈملۈكى، شاتۇت بېرىلىدۇ. قابىز تۇرىدىكى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك.

كاسنە ئۇرۇقى ئون گرام، ئەينۇلا ئون دانە، تەمرى ھىندىدىن 36 گرام ئېلىپ، قاياناق سۇغا چىلاپ قويۇپ، دورىلارنىڭ تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ، 36 گرام قەنت، 36 گرام تەرەنجىبىن شىرىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ھەركۈنى ئەتىگەندە مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىزىتما بولسا ئارپا سۇيى بىلەن كاسنە ئۇرۇقىنىڭ قايىنىتىلغان سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىزىتما بولمىسا بادام مېغىزى، شېكەر، زىرىق سۇيى ياكى بادام مېغىزى بىلەن تەمرى ھىندى، ئانار ئۇرۇقى، لىمون سۇيىنىڭ قايسى بىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە بىرەر ئىچىملىك تەييارلاپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بەدەن بەك ئاجىز بولسا چۈجە گۆشى شورپىسى بېرىلىدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەتلىك بولسا مەتبۇخى پەۋاكىھ تەرەنجىبىن شىرىسى ۋە شىرخىست بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، كاسنە سۇيى، قاپاق سۇيى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ جىگەر ساھەسىگە چېپىلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر مۇلەييىن تۆت گرام ۋە قۇرسى كاپۇرنى 72 گرام ئېلىپ، كاسنە سۇيى بىلەن بېرىش لازىم.

تەبىرى: «جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشنى داۋالاشتا بىمارغا سوغۇق تەبىئەتلىك دورا ۋە يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بىراق بىمارغا سوغۇق تەبىئەتتىكى دورا ۋە يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى ئىشلىتىشكە بولمىسا ھەمدە بۇنىڭدىن بىمارنىڭ ئاشقازىنىغا خەتەر يېتىش ئېھتىماللىقى بولسا، سوغۇق تەبىئەتتىكى دورىلار ۋە يېمەكلىكلەرنى يېگۈزۈشنىڭ ئورنىغا جىگەر رايونىغا سوۋۇتقۇچى، خۇش پۇراق دورىلار زىماد قىلىنىدۇ» دەپ كۆرسەتكەن.

2. جىگەر مىزاجىنىڭ خىلتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج جگر بارد سادج

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەك ـ ئىچمەك، دورا ـ دەرمەكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، سىرتقى سوغۇق كەيپىياتلارنىڭ تەسىرىگە داۋاملىق ئۇچراشتىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا ئىشتىھاسىزلىق، ئېغىز تەمى ئاچچىق ياكى تەمسىز بولۇش، كۆڭۈل ئاينىپ ھۆ بولۇش، ئوسۇزلۇقى كەم بولۇش، سۈيدۈك رەڭگى ئاق ۋە سۈيۇق بولۇش، بەزىدە ئوڭ تەرەپ يۇقىرىقى قورساق ساھەسى ئازراق يېقىمسىزلىنىش، ماغدۇرسىزلىق بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ۋاقىتىدا داۋالانمىسا جىگەر ئاجىزلىق، جىگەر ئاغرىش، جىگەر سۇلۇق ئىشىشى ۋە ئىستىسقا كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا، جىگەرنى قىزىتىش ئۈچۈن ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلاردىن مەجۇنى پەلاسىپ، ئىترىفىل كەبىر يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە بەدىيان، شوخلا قاينىتىلىرى ھەسەللىك گۈلقەنت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى بەدىيان، رۇم بەدىيان قاينىتىلىرىنى ھەسەللىك گۈلقەنت بىلەن بىرلەشتۈرۈپ مەستىكى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمار كۆچلۈكرەك بولسا يۇقىرىقى قاينىتىلارنى سىركەنجۇبىل بۇزۇرى ۋە قۇرسى لوك بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ئۈچۈن تۆۋەندىكىدەك داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ:

جۇۋىنە، زىرە، رۇم بەدىيان قاينىتىلمىلىرى ئىچكۈزۈلىدۇ.

مائۇلئۇسۇل شەربىتى بۇ كېسەللىك ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

توققۇز گرام داۋائىل كۇركۇم، 108 گرام ئەرقى بەدىيان بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

سۇمبۇل، بابۇنە، ئىزخىر، ئەرقى گۈل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ، جىگەر رايونىغا چېپىلىدۇ.

ئەپسەنتىن، سۇمبۇل، قۇستە، ئىزخىر، سەلىخە، قىزىلگۈل، زەپەر، سەۋسەن يېغى، ناردىن يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ جىگەر ساھەسىگە چېپىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەردىن توخۇ، قۇشقاچ، كەپتەر، كەكلىكلەرنىڭ گۆشلىرى قورۇپ يېگۈزۈلىدۇ. نوقۇت، زىرە، سىرىقچېچەك، دارچىن، خولىنجان بىلەن پىشۇرۇلغان گۆش شورپىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ئۈچۈن جۇۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، زەرنەپ، سۆئىتەر، قۇرۇق زۇپا، ئىزخىر چېچىكى، نارمىشكى، بىخ سۇس، رەۋەن، ئۇرۇق-

ئۇيغۇر كتاب توپلىغۇچى www.uyghurkitap.com

سىز ئۇزۇم، سازەج ھىندى، دارچىن، قەلەمپۇر، بادرەنجى بۇيا، ھەببەتۇلخوزرا، زورەنبات، ھەببۇلغار، قەسبۇزەردە، غاپەس، ھەببى بىلسان، بىخ مارجان، جوز، قاقىلە، بەسباسە، بادام، پىستە، پىندۇق قاتارلىق دورىلار جىگەرنىڭ سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشىنى تەڭشەشتە ئىچكى قىسمىدىن ئىشلىتىشكە ماس كېلىدۇ.

ئىزخىر، سازەج، سۇمبۇل، مەستىكى، زەپەر، ئۇد ھىندى، شۇمشا، قۇستە، ئېگىر، ئەپسەنتىن، ئەپسەنتىن ئۇسارىسى، ئۆشنە، لوك قاتارلىق دورىلار ئىچكى، تاشقى قىسمىدىن ئىشلىتىشكە ماس كېلىدۇ.

ئەرقى دارچىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا جىگەرنىڭ خىلتىلىق ھۆل سوغۇقتىن مىزاجى بۇزۇلۇشىدا قوللىنىلىغان داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ئۇچۇن سىركەنجىۋىل ھەسىلى بىلەن شەربىتى ئەپسەنتىن ئىچكۈزۈش پايدىلىق.

ئاخشىمى ياتار ۋاقتىدا ئەپسەنتىن تالقىنى يېگۈزۈشمۇ پايدىلىق.

ئاخشىمى ياتار ۋاقتىدا داۋائىل كۈركۈم، داۋائىل لوك، داۋائىل قۇستە، زەنجىۋىل مۇرابباسى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرسى كەرەپشە سۇيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ ياكى قۇرسى قۇستە ۋە قۇرسى لوك يېگۈزۈلىدۇ.

ئەتىگەن ناشتىدا ئاسارۇن تالقىنىدىن يەتتە گىرام يېگۈزۈپ، ئۇستىدىن ئازراق شاراپ ئىچكۈزۈش بۇ كېسەللىك ئۇچۇن پايدىلىق.

قۇستە، ئەپسەنتىندىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ بادام يېغى ۋە پىستە يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇنۇمى بولمىسا بۇ ياغلارنىڭ ئورنىغا ناردىن يېغى، ئاچچىق بادام يېغى ۋە بەدەنجىر يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، رۇم بەدىيان، مەستىكى ھەربىرى يەتتە گرام، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى ھەربىرى 36 گرام، غاپەس، ئەپسەنتىن رۇمى ھەربىرى 18 گرام، لوك، قەسبۇزەرىرە، تاتلىق قۇستە، ئاچچىق قۇستە، رەۋەن ھەربىرى ئون گرام، ئىزخىر چېچىكىدىن 24 گرام ئېلىپ، بىر كىلوگرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۇزۇپ، ھەركۈنى 120 گرام ئېلىپ، پىستە يېغى بەش گرام، بادام يېغىدىن يەتتە گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىمادى ئىكلىلمىلىك ياكى مەلھەمى ئىستەمخىقۇن جىگەر ساھەسىگە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئۆشنە، ئەنبەر، مەستىكى، ئىكلىلمىلىك، سۇمبۇل، سەۋسەن يىلتىزى، قىزىلگۈل دورىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، مەستىكى يېغى بىلەن قاينىتىپ، ئىلمان بولغاندا ئەتىگەن

ۋە ئاخشىمى جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئىزخىر چېچىكى، ھەببى بىلسان، مەستىكى، قەردىمانە، ھۇماما ھەربىرى ئون گرامدىن، سەبرە، ئەپسەنتىن ھەربىرى 24 گرام، سۇمبۇل تىپ، سەلىخە ھەربىرى يەتتە گرام، رەۋەن ئۇسارىسى، مەرزەنجۇش ياغچى ھەربىرى 24 گرام، ئۇشەق 48 گرام، كۇندۇر ھەربىرىدىن 36 گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، 750 گرام موم يېغى ۋە مۇۋاپىق مىقداردىكى خېنە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا مېغىز، نان، ئىسسىق تەبئەتلىك ئىچىملىكلەر بېرىلىدۇ. قۇشقاچ، كەپتەر، كەكلىك گۆشلىرى ئىسسىق تەبئەتلىك دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. بەزىدە يېمەكلىكلەرگە كاسىنە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدا قۇرسى رەۋەن، قۇرسى لوك، قۇرسى ئەپسەنتىن قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرسى سىركەنجۇبىل ھەسىلى ياكى سىركەنجۇبىل ئەنسىلى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. سىرتتىن زىمادى سەبرە ياكى زىمادى ئىستەمخىقۇن ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر بۇ خىل تەدبىرلەرنىڭ ئۈنۈمى بولمىسا داۋائىل كۇركۇم ياكى داۋائى نەمەك، مائۇلئۇسۇل شەربىتى ۋە ئاچچىق بادام يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە قۇرسى لوك، سىركەنجۇبىل ئەنسىلى ۋە كاسىنە سۇيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

كاسىنە سۇيى جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن ۋە سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ئۈچۈن پايدىلىق.

جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدا ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن بىرگە پۇت - قولى پارقىراپ قېلىش (ئىششىپ قېلىش) ئەھۋالى بولسا، سىركەنجۇبىل ئەنسىلى بىلەن قۇرسى رەۋەن يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە سۇمبۇل تىپ، مەستىكى، سەئدى كوفى، ئىزخىر، قەسبۇزەرىرە، مۇرمەككى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ شاراپقا ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇ يېتەرلىك بولمىسا قۇرسى لوك، مائۇلئۇسۇل شەربىتى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدا قۇرسى ئەنبەر، رىيۇەن شەربىتى پوستى بىخ كاسىنە بىلەن يېگۈزۈلىدۇ، رەيھان شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدا كەرەپشە ئۇرۇقى، سۇمبۇل تىپ، مەستىكى، ئىزخىر، رۇم بەدىيان، ئاچچىق بادام مېغىزى ھەربىرى يەتتە گرام، غاپەس ئۇسارىسى، پىلپىل، زەنجۇبىل ھەربىرىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، قۇرس تەييارلاپ ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، مائۇلئۇسۇل شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى ھەربىرى 36 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، رۇم بەدىيان ھەربىرى 14 گرام، ئىزخىر يىلتىزى، غاپەس، ھاشا، جۆئىدە ھەربىرى 18

گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇمدىن 72 گرام ئېلىپ، 1500 گرام سۇ بىلەن قاينىتىپ 500 گرام ئەتراپىدا قالغاندا سۈزۈپ، ھەركۈنى 108 گرامى يۇقىرىدا ئوتتۇرىغا قويۇلغان كۇمىلاچ دورا بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بەك ئېغىر بولسا، ھەببى رىشات، رەيھان ئۇرۇقى، ئەرەب يېلىمى ھەربىرىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ئەرقى گۈلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبىرى: «جىگەرنىڭ ئەسلىي مىزاجى ھۆل ئىسسىق بولۇپ، سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشى جىگەر مىزاجى بىلەن تامامەن قارىمۇقارشى بولغان بولىدۇ. شۇ سەۋەبتىن جىگەردىكى خىلىتلارنىڭ جەۋھەر قىسمىدا ئۆزگىرىش بولۇپ، بەزىدە گۆش سۇلۇق ئىششىقى (ئىستىسقائى لەھمى) پەيدا بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بىرەر چەكلىمە بولمىسا خۇش پۇراق تۇرىدىكى ساپ ئىچىملىكلەر ئىچكۈزۈلىدۇ.

يېمەكلىكنى تەڭشەپ، قىزىتقۇچى يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ياغسىز گۆش زەيتۇن يېغى بىلەن قورۇپ بېرىلىدۇ. دارچىن، قەلەمپۇر، لاچىنداننى گۆش سۈيىگە قويۇپ، ئەرقى مائۇللەھمى تەييارلاپ بېرىلىدۇ. سەبرە، مەستىكى، سۇمبۇل، نارجىل، قەسبۇزەرە قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، نارجىل يېغى ياكى بىلسان يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە چېپىلىدۇ. رەۋغىنى ئەقرەب ئىشلىتىشمۇ پايدىلىق» دەپ كۆرسەتكەن.

ئەگەر ئىچى سۇرۇش بولسا ئانار ئۇرۇقى يەتتە گرام، چالا سوقۇلغان شاھى بەللۇت ئون گرام، كۈندۈزدىن 17 گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا يېگۈزۈلىدۇ. (تەبىرى)

تەبىرى: «ئەگەر سۈيدۈكتە ھارارەت بولمىسا، ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى جىگەر مىزاجى خىلىتىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى، يەڭگىل ئىسسىق تەبىئەتتىكى دورىلار بېرىلىدۇ ھەمدە بىمارنىڭ كۈچ ـ قۇۋۋىتى بەرداشلىق بېرىلسە، ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى دورىلار بىلەن كىلىزما قىلىنىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك رەڭگى ئاق بولسا، ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى جىگەردىكى سۈيۇقلۇقنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا جىگەرگە دورىلارنىڭ تېزراق تەسىر قىلىش يولىنى تېپىپ، ۋاقىتىدا چارە قىلىنىدۇ. بۇ مەقسەت ئۈچۈن كۆپىنچە تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان دورىلار بىلەن مۇۋاپىق ياغلارنى ئارىلاشتۇرۇپ زىماد تەييارلاپ، سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن بىرگە بەدەنده قىزىتما بولسا، قىزىتمىنىڭ سەۋەبىنى ئېنىقلاش لازىم.

ئەگەر بۇ، قىزىتما جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولسا، بارلىق داۋالاش ئۇسۇلىنى جىگەرگىلا قارىتىش لازىم. قىزىتمىنى يوقىتىشقا توغرا كەلگەندە

جىگەرنى سوۋۇتۇپ قويۇشتىن ساقلىنىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن قىزىتمىنى قايتۇرغۇچى دورىلار بىلەن جىگەرنى قىزىتقۇچى دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىشلىتىش.

ئەگەر قىزىتما باشقا كېسەللىك سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەلگە قارىتا دورا ئىشلىتىش بىلەن بىرگە جىگەرنى كۈچلەندۈرگۈچى دورىلارنى بىرلىكتە ئىشلىتىش لازىم.

جىگەرنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان قىزىتما ئۈچۈن ئالما شەربىتى ناھايىتى پايدىلىق» دەپ كۆرسەتكەن.

3. جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج جگر يابس سادج

جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى قۇرۇقلۇق پەيدا قىلغۇچى يېمەك - ئىچمەكلەر ۋە دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئەقلىي ۋە جىسمانىي ئەمگەكنىڭ زىيادە بولۇشىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كىلىنىكىدا ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، تېرىلىرى قۇرغاقلىشىش، چىراي رەڭگى قارامتۇل، نۇرسىز بولۇش، ئىشتىها تۇتۇلۇپ، قۇرۇق ھۆ بولۇش، سۈيدۈكنىڭ رەڭگى سېرىق ياكى كۆكۈش بولۇش، بەزىدە ئوڭ تەرەپ يۇقىرىقى قورساق ساھەسىدە ئېچىشىشتەك سېزىم بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ۋاقتىدا داۋالانمىسا جىگەر ئاجىزلىق، جىگەر ئاغرىش، ھەتتا ئىستىسقا كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەكلىكلەر، مېۋىلەر، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلار، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى سۇۋالما ۋە شەربەتلەر ئىشلىتىلىدۇ.

ئىسپىغۇل لوئابى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، نېلۇپەر شەربىتى ۋە خەشخاش شەربىتى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەرقى گاۋزىبان، ئەرقى بىدە سادىدە ھەربىرى 84 گرام، نېلۇپەر شەربىتى 48 گرام قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ كېسەللىك ئۈچۈن مەتبۇخى مائۇلجەبىن ناھايىتى پايدىلىق، يەنە ئۆچكە سۈتى ياكى ئېشەك سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ھۆل يەرلىك شوخلا غولى قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا سۈيى بىلەن بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش بىلەن بىرگە ئەرقى مائۇللەھمى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قاپاق ئۇرۇق مېغىزى شىرىسى بېرىش بۇ كېسەللىك ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

قاپاق سۈيى، سېمىزئوت سۈيى، كاسىنە سۈيى، ئوسۇڭ سۈيى، بىنەپشە يېغى، قاپاق يېغى، بادام يېغى، موم قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

قىيرۇتى تەييارلاپ جىگەر ساھەسىگە سۈزۈلىدۇ ياكى كاسىنە چېچىكى بىلەن نېلۇپەردىن 24 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، مۇزاپىق مىقداردىكى ئۆچكە سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەكلىكلەر ۋە پاقلان مېڭىسى، ئاقلانغان باقلا، ئاقلانغان ئارپا ئېشى، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى كۆكتاتلاردىن ئوسۇك، ئاق لەيلى غولى، بادام يېغى بېرىلىدۇ. پاقلان گۆش شورپىسىدا گۈرۈچ پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. قاپاق بىلەن پاقلان گۆشى ۋە تازىلانغان بېلىق گۆشى پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. بۇغداي كېپىكى، قەنت، بادام يېغىدىن مۇزاپىق مىقداردا ئېلىپ ھالۋا تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما كېسەللىكىدە قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. لېكىن بۇ كېسەلدە جىگەرنى كۈچلەندۈرۈش يۈزىسىدىن تۈتۈش خۇسۇسىيەتكە ئىگە خۇش پۇراق دورىلارنى قوشۇپ ئىشلىتىش مۇھىمدۇر. ئارتۇقچە ھۆللۈك يەتكۈزۈۋېتىشنىڭ سۇلۇق ئىششىق، ئورۇقلاش، گۆش سۇلۇق ئىششىقى كېسەللىكىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش خەتىرى بار.

تاتلىق ئانار سۈيى بادام يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا سۈيى ياكى بۇغداي سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

بادام يېغىغا چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

قاپاق سۈيى، تاۋۇز سۈيى، تەرخەمەك سۈيى، ئىسپىغۇل لوئابى قاتارلىق دورىلاردىن مۇزاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈش جىگەردىكى قۇرۇقلۇق ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

بۇ جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇقتىن بۇزۇلۇشى ئۇچۇن مۇتىدىل تەدبىر قوللىنىش زۆرۈر بولسا، رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى، مائۇلجەبىن، سۈت، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى سۈت بىلەن پاقلان گۆشى بولىدۇ. ئۇلاردىن باشقا ياشانغانلاردا كۆرۈلىدىغان كېسەللىكلەر ئۇچۇن قوللىنىدىغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

تەبىرى: «بىمارنى ھۆل جايدا تۇرغۇزۇش، ئارپا يارمىسى، كۆك ماش ھەربىرىدىن 24 گرام ئېلىپ، ئوبدان قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۇنىڭغا مۇزاپىق مىقداردا بىنەپشە يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، كىلىزما قىلىنىدۇ. بىراق بۇ كىلىزما بىمارنىڭ كەيپىياتى قۇرۇقلۇق ھالىتىدە تۇرغان ۋاقىتدا ئىشلىتىلىدۇ» دەپ كۆرسەتكەن.

4. جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج جگر رطب سادج

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشى ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى، مېۋە - چېۋە، كۆكتاتلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، بەدەن چېنىقتۇرۇشقا

ئەھمىيەت بەرمەسلىك سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كىلىنىكىدا ئۇسسۇزلۇقى ئاز، ئېغىز شۆلگىيى كۆپ بولۇش، ھۇرۇن بولۇپ، سەزگۈرلۈكى تۆتۈق بولۇش، ئىشتىھاسى تۆۋەن بولۇپ، ئىچى سۇرۇش، چىراي ۋە قاپاقنىڭ رەڭگى پارقىراق بولۇش، سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ئاق ۋە دۇغ بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بارمىسا، جىگەر ئاجىزلاش، سىرىقلىق كېسىلى (سۇئۇلقونىيە) ۋە ئىستىسقا كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا، رۇم بەدىيان، بىخ سۇس، بەدىيان قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، سىركەنجۇبىل بۇزۇرى ئارىلاشتۇرۇپ، داۋائىل كۈركۈم بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ ئىترىفىل كەبىر بىلەن خۇش پۇراق دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. ئىلمان ھالەتتىكى مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەر ساھەسىگە ئۇزۇم، سەئدى كوفىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا قۇشقاچ گۆش شورپىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ، كەكلىك، كەپتەر گۆشلىرى قەلەمپۇر، دارچىن، قاقىلە، زەپەر بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ ۋە ئىسسىق تەبئەتلىك دورىلار بىلەن قىلىنغان خام شورپا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى تاماق بېرىلمەيدۇ، سۈتتىن چەكلىنىدۇ، مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇۋاپىق ھالدا يېڭىللىك بىلەن بەدەن چېنىقتۇرۇلىدۇ ھەمدە ئىستىسقا كېسەللىكىدە قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇلىدىن باشقا بۇ كېسەللىك ئۇچۇن تۆۋەندىكىدەك داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، بىخ سۇس ھەربىردىن ئون گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، ھەسەللىك گۇلقەنت ياكى سىركەنجۇبىل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەركۈنى ئەتىگەن ئىترىفىل سەغىر بىلەن كۆك بەدىيان سۈيى ۋە ھەسەللىك گۇلقەنتنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خەرنۇب شامى، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى ئون گرام، سۇمبۇل تىپتىن 18 گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، بەدىيان سۈيى ياكى كەرەپشە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، بۇ دورىدىن تۆت گرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركەنجۇبىل بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

5. جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج حار رطب كبدى

جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى يۇقىرى ئېنېرگىيىلىك، قۇۋۋەتلىك يېمەكلىكلەرنى داۋاملىق ئىستېمال قىلىش، چېنىقىشقا ئەھمىيەت بەرمەسلىك قاتارلىق

سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق سېزىمى بولۇش، مايلىق، يۇقىرى ئېنېرگىيىلىك تائاملاردىن سەسكىنىش، ئېغىز تەمى تاتلىق بولۇش، سۆيدۈك رەڭگى قىزىل بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بارمىسا، جىگەر ئاجىزلىق، جىگەر ئاغرىش، جىگەر ئىششىقى، جىگەر مۇدۇر - چاقا كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا، ئەگەر بۇ مىزاج، بۇزۇلۇش خىلىتسىز ھۆل ئىسسىق كەيپىياتلارنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن بولغان بولسا، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشى بىلەن خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەرنى تاللاپ ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تۆۋەندىكىدەك داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ:

بىمار بەرداشلىق بېرەلىسە باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ ياكى لوڭقا قويۇلىدۇ.

كاسنە ئۇرۇقى شىرىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، 48 گرام سىركەنجۈبىل ساددە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

پالەك قاينىتىلمىسى بىلەن نانىنى 3 ~ 4 كۈن بېرىپ، مەتبۇخى ھېلىلە ۋە خىيارشەنبەر شىرىسى ياكى تەمرى ھىندى، ئەينۇلا، تەرەنجىبىن، خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلارنىڭ چىلانمىسىنى ئىچكۈزۈش ئارقىلىق تەبىئەت يۇمشىتىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن كاسنە ئۇرۇقى شىرىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، سىركەنجۈبىل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى قۇرسى تاباشىر، ئالما سۈيى، شەربىتى ھۇمماز بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئارپا يارمىسى، ئەدەس يارمىسى، فۇپەل، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قىزىلگۈل ھەربىرى 12 گرام، قاپاق سۈيى، تەرخەمەك سۈيى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ ھەمدە غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىغان بولغان باش ئاغرىقىدەكى تەدبىرلەر قوللىنىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا نېلۇپەر شەربىتى، ئارپا ئېشى، پالەك قاينىتىلمىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ كېسەللىكە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

خىلىتلارنى يۇمشىتىش، جىگەردىكى ئارتۇق ھۆللۈكنى سۈمۈرۈش، جىگەرنىڭ تۇتۇش ئىقتىدارىنى كۈچەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. يەنى مائۇلجەبىنگە مۇۋاپىق مىقداردىكى قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش، يەرلىك شوخلا سۈيىنى سەبرە سۇفۇپى بىلەن ئىچكۈزۈش، ئايارەج پەيقارانى خىيارشەنبەر شىرىسى، كاسنە سۈيى،

بەدىيان سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈش لازىم.

جىلانىخان بۇ كېسەلگە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن ئوخايلا قان خىلتىدا ئوفۇنەتلىنىش يۇز بېرىپ، قىزىتمىغا گىرىپتار بولىدۇ. بۇ خىل ئەھۋالنىڭ ئۇزۇن داۋاملىشىشى جىگەردىكى خىلتىلارنىڭ جەۋھەر قىسمىنىڭ ئېرىشىشىگە سەۋەبچى بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا يېمەكلىكنى ئازلىتىش، قورساقنى ئاچ قويۇش، قۇرۇق سوغۇق تەبىئەتتىكى يېمەكلىكلەردىن ئانار، سۇماق، پۇرچاق سېلىنغان تائاملارنى بېرىش، ئەگەر قەۋزىيەتلىك قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانارنى سقىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى خىيارشەنبەر شىرىسى كاسىنە سۇيى، يەرلىك شوخلا سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى دورىلار كۈچىيەلمىسە مەتبۇخى ھېلىلە ئىچكۈزۈش لازىم.

6. جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج جگر حاريابس ساذج

جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى: ئۇزۇقلىنىشقا ئېتىبار بەرمەسلىك، ئەقلىي ۋە جىسمانىي ئەمگەكنىڭ زىيادە بولۇشى، زىيادە ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەكنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كلىنىكىدا كۆپ ئۇسساش، قىزىش، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇش، كۆڭۈل ئاينىپ ھۆ بولۇش ۋە كۈدە سۇيى رەڭلىك قەي قىلىش، ئىچى سۇرۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ۋاقىتىدا داۋالانمىسا جىگەر ئاجىزلىق، جىگەر ئاغرىش، جىگەر يالليۇغى، جىگەر مۇدۇر - چاقىسى، جىگەر مەنبەلىك ئىچى سۇرۇش كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا، ئەگەر بۇ مىزاج بۇزۇلۇش خىلتسىز قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتلارنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن بولغان بولسا، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن جىگەر مىزاجىنىڭ خىلتسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن خىلتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىتى تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تۆۋەندىكىدەك داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىدۇ:

مەتبۇخ پەۋاكىھ، رەۋەن شىرىسى، خىيارشەنبەر شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈش ئارقىلىق غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىتىنى تازىلاش لازىم.

شەربىتى ۋەرد مۇكەررەر، شىرخىست، تەرەنجىبىن شىرىسى، تەمرى ھىندى شىرىسى، خىيارشەنبەر شىرىسى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ياكى خىيارشەنبەر شىرىسى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

نىڭ ئورنىغا كۆك كاسىنە سۇيى، كۆك يەرلىك شوخلا سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەللە، تەمرى ھىندى قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى ياكى ئەينۈلانىڭ چىلانمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

توغرالغان قاپاق، تەرخەمەك، سىمىزئوت، يەرلىك شوخلا ياپرىقى ھەربىرى ئالتە گرام، ئاق سەندەل، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، كاسىنە ئۇرۇقى، فۇپەل ھەربىرى يەتتە گرام قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەرقى گۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

قاپاق ئۇرۇقى مېغىز شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، تاۋۇز ئۇرۇق مېغىزى شىرىسى ھەربىرى توققۇز گرام، بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۇچ گرام، شەربىتى نىلۇپەر 48 گرام، ئىسپىغۇل لوئابى توققۇز گرام قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ 3 ~ 4 كۈن ئىچكۈزگەندىن كېيىن مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن ئۇچ گرام قۇرسى زىرىشك 12 گرام، لىمون سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئەرقى پەۋاكىھ، ئەرقى زىرىشك، ئەرقى سەندەل ھەربىرى 36 گرام، شەربىتى ئانارىيىن 36 گرام قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇلاردىن باشقا قان ئېلىشمۇ پايدىلىق.

جالىنۇس بۇ كېسەلگە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

قەۋزىيەتلىك بولسا يەرلىك شوخلا سۇيى بىلەن سۇفۇپى بىنەپشە يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر تەبئىەت يۇمشاق بولسا بېھى سۇيى بىلەن قۇرسى تاباشىر قابىز يېگۈزۈلىدۇ. يۆتەل بولسا ھەببى سوئالى يېگۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ كېسەلگە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

سوغۇق تەبئىەتلىك يېمەكلىك ۋە كۆكتاتلار، جۇملىدىن كاسىنە چۆپى ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. بىراق سوغۇق تەبئىەتلىك يېمەكلىكلەرنىڭ قەۋزىيەت پەيدا قىلىش ئېھتىماللىقى بولماسلىقى كېرەك. ئېشەك سۈتى ناھايىتى پايدىلىق. ئۇندىن باشقا ھۆل سوغۇق تەبئىەتلىك زىماد ۋە مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بولۇشىغا قارىتا دورا ئىشلەتكەندە ھۆللۈك يەتكۈزۈشنى بەك ئاشۇرۇۋېتىشقا، دورا ـ دەرمەكلەرنى كۆپ ئىشلىتىشكە، غەلىز، تەستە سىڭىدىغان يېمەكلىكلەر جۇملىدىن كالا گۆشى، قوي گۆشى، ئات گۆشى، ھايۋانلارنىڭ ئەزالىرىدىن جىگەر، تالنى ئىستېمال قىلىشقا قەتئى بولمايدۇ.

جۇرجانى ۋە ئىلاقى بۇ كېسەلگە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئالدى بىلەن سېرىق ھېللە، قارا ئەينۈلا، تەمرى ھىندى، شىرخىست قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە تەمىنى چىقىرىپ ئىچكۈزۈپ، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتى تازىلىنىدۇ ياكى ھۆل قىزىلگۈل سۇيى، كاسىنە سۇيىگە خىيارشەنـ

بەر شىرىسى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ ۋە ياكى قىزىتما بولمىغان ئەھۋالدا مەتبۇخى مائۇلجە- بىن بىلەن بىرگە سۇفۇپى ھېلىلە ياكى تۆگە سۈتى بېرىپ غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتى تازىلىنىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا قاپاق، تەرخەمەك، سۇماق، ئوسۇك، پالەك، ئارپا، توخۇ توخۇمى قاتارلىقلاردا قائىدە بويىچە ئارپا ئېشى ئېتىپ بېرىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى كاسىنە، ئەرقى گۇل ئىچكۇزۇلىدۇ. ياخشىلانغاندىن كېيىن توخۇ گۆشى ئانار سۇيى بىلەن بېرىلىدۇ.

ئىبنى ئىلياس جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا تۆۋەندە- كى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ دەپ كۆرسەتكەن:

جىگەردىكى ئارتۇق سەپرا خىلىتىنى سۇرۇپ چىقىرىش ئۇچۇن سانا، بىنەپشە، سېرىق ھېلىلە، كابىل ھېلىلىسى، قىزىلگۇل ھەربىرى 18 گرام، نىلۇپەر، كاسىنە ئۇرۇقى ھەربىرى ئون گرام، ئەينۇلا، چىلان ھەربىرى 20 دانە، تەمرى ھىندى 72 گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقىدىن ئون گرام ئېلىپ، دورىلارنى 1500 گرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا 48 گرام خىيارشەنبەر، 72 گرام تەرەنجىبىن قوشۇپ سۇزۇپ، سەھەر ۋاقتىدا ئىچكۇزۇلىدۇ.

قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل، ئارپا ئۇنى، بىنەپشە، نىلۇپەر، قىزىلگۇل ھەربىرى ئون گرام، كاپۇردىن 4 . 0 گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، كاسىنە سۇيى ياكى سېمىز- ئوت سۇيى ۋە ياكى يۇمغاقسۇت سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەنمۇ يەنىلا ئاغرىق بولسا ھەركۇنى ئەتىگەندە كاسىنە ئۇرۇقى ئون گرام، بىنەپشە 18 گرام، شېكەر 36 گرام، تەرەنجىبىن 36 گرام قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بولسا ھەركۇنى ئەتىگەندە قۇرسى تاباشىر قابىز تۆت گرام، بېھى قىيامى، نامازشامگۇلى قىيامى، ئالما قىيامى ھەربىرىدىن 36 گرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ.

قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل، ئاقاقىيا، گۇلنار، بەللۇت قاتارلىق دورىلارنى ئون گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، قىزىل چوغلۇق سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇ- رۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

7. جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج حار يابس رطب سادج

جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى كۆكتات ۋە مېۋە - چېۋىلەرنى كۆپ

ئىستېمال قىلىش، بەدەن چېنىقتۇرۇشقا ئەھمىيەت بەرمەسلىك، ھۆل سوغۇق مۇھىتنىڭ تەسىرىگە ئۇزۇن مۇددەت يولۇقۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا ئىشتىھاسىزلىق، ئوڭۇ تەرەپ يۇقىرىقى قورساق ساھەسىدە ئېغىرلىق ھېس قىلىش، ئېغىزدىن شۆلگەي كۆپ ئېقىش، چىرايى ئاقۇچ بولۇپ نۇرسىزلىنىش، ماغدۇرسىزلىنىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بارمىسا جىگەر ئاجىزلىق، جىگەر توسۇلۇش، جىگەر ئاغرىش، جىگەر يالليۇغى، سېرىقلىق چۈشۈش ۋە ئىستىسقا كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا، ئەگەر بۇ مىزاج بۇزۇلۇش خىلىتسىز ھۆل سوغۇق كەيپىياتلارنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن بولغان بولسا، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشى بىلەن خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەرنى تاللاپ ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تۆۋەندىكى داۋالاش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ:

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى ھەببى ئايارەج ئارقىلىق ياكى مەتبۇخى ھېلىلە، دىنار شەربىتىگە رەۋەن چىنى تالقىنىدىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ئارقىلىق سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن سۈيدۈك ھەيدەش ئۇچۇن مائۇلئۇسۇل ياكى مەتبۇخى زۇپاغا تۆت گىرام داۋائىل كۈركۈم ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بىراق كېسەللىك خىلىتىنى چىقىرىپ تاشلاش ئۇچۇن ئۇزاق ۋاقىت سۈرگۈ ھەم سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى بەرمەسلىك لازىم.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى پىشۇرۇش ئۇچۇن رۇم بەدىيان، ئىزخىر، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى ھەربىرى تۆت گىرام، بادرەنجى بۇيا، بەدىيان يىلتىزى پوستى ھەربىرى توققۇز گىرام، خوخا، ئاق تىكەن، كەرەپشە يىلتىزى ھەربىرىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، 48 گىرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ جەريانىدا توخۇ گۆش شورپىسى، نان بېرىلىدۇ. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتى پىشقانلىقىغا ئائىت ئالامەتلەر كۆرۈلگەندىن كېيىن يۇقىرىقى مەتبۇخقا رەۋەن چىنى، ئاق تۇربۇت ھەربىرى توققۇز گىرام، زەنجىۋىل ئۇچ گىرام، سانا 24 گىرام، خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن ھەربىرى 24 گىرام، شەربىتى دىنار 48 گىرام، بادام يېغىدىن يەتتە گىرام قوشۇپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈپ، غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتى سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇقىغا ئەرقى بەدىيان، ئەرقى بادرەنجى بۇيا، ئەرقى گۈل ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ جەريانىدا توخۇ گۆشى شورپىسى، كەپتەر گۆشى شورپىسى، كەكلىك گۆشى شورپىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ.

سۈرگۈ بېرىپ بولغاندىن كېيىن مىزاجنى تەڭشەش ئۇچۇن شەربىتى بۇزۇرىغا ھەببى

ئايارەج ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەرنى قۇۋۇقتىلەش ئۈچۈن مەجۇنى پەلاسىپە، ئىترىفىل كەبىر، داۋائىل كۈركۈم كەبىر قاتارلىق دورىلار ئەرقى ئەپسەنتىن بىلەن بېرىلىدۇ.

سۇمبۇل تىپ، ئىزخىر، سەئدى كوفى، ئاچچىق قۇستە ھەربىرى توققۇز گرام، زەپىران يەتتە گرام قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ كېسەلنى داۋالاشقا قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن: قەۋزىيەتنى يۇمشىتىش، ھۆللۈكنى سۇمۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان دورىلارنى ئىشلىتىش، كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن مائۇلئۇسۇل، كەلكىلانەج، ئايارەج ئەركاغانىس ئىچكۈزۈش.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا يەڭگىل خىلدىكى گۆشلەرنى ئىسسىق تەبئەتتىكى دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ بېرىش كېرەك.

ئۇندىن باشقا بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ چوڭ نۇسخىلىق مەجۇنات دورىلارنى يېگۈزۈش، تاشقى تەرەپتىن غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى تارقاتقۇچى زىمادلارنى ئىشلەتىش لازىم.

جۇرجانى بۇ كېسەلنى داۋالاشقا قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر بۇ كېسەللىكتە ئىستىسقا (سۇلۇق ئىششىق) يۈز بېرىپ، قىزىتما بىرگە كەلگەن بولسا ئەپسەنتىن، سېرىق ھېلىلە، مەستىكى رۇمى، رەۋەن چىنى، زەپەر، يۇيۇلغان لوك، رۇم بەدىيان، شاھتەرە، ئاياراج پەيقارا قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، شوخلا سۇيى بىلەن كۇمىلاچ تەييارلاپ، ئاخشىمى تۆت گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ساھىب تەرۋھ مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەردە بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتى ئېشىپ كەتكەنلىكى مەلۇم بولسا، سۇرگۇ ۋە سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ مەقسەتتە يۇقىرىدا سۆزلەنگەن كۇمىلاچ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن جىگەرنىڭ مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن ئەپسەنتىن شەربىتى، سىركەنجۇبىل ئەنسىلى، سىركەنجۇبىل ھەسىلى، قۇرسى ئەپسەنتىن، مائۇلئۇسۇل، زەنجۇبىل مۇرابباسى، سىركەنجۇبىل بۇزۇرى، قۇرسى لوك، داۋائىل كۇركۇم قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىچكۈزۈلىدۇ.

8. جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج جگر بارد یابس سادج

جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى غەلىز، يەللىك تاتىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، روھىي كەيپىيات تۇراقسىز بولۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

چىقىدىغان، كلىنىكىدا ئىشتىهاسىزلىق، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ، بەدىنى ئاجىز، چىرايى نۇرسىز بولۇپ، رەڭگى قارامتۇل بولۇش، قورقۇنچاق بولۇش، ئوك تەرەپ يۇقىرىقى قورساق ساھەسىدە يېقىمسىز ئاغرىش ھېس قىلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ۋاقتىدا داۋالىمىسا جىگەر يالۇغى، جىگەر ئاجىزلىق، جىگەر ئاغرىش، جىگەر قېتىش كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا، ئەگەر مىزاج بۇزۇلۇش خىلىتسىز قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتلارنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن بولغان بولسا، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن خىلىتسىز ئىسسىق-تىن بۇزۇلۇشىدا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرىنى تاللاپ ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلە-تىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تۆۋەندىكىدەك داۋالاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ:

ھەببى ئەفتىمۇن ۋە مەتبۇخى ئەفتىمۇن ياكى ھەببى لاجۇۋەردى، سوفۇپى لاجۇۋەرد، مائۇلجەبىن ئارقىلىق غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتى سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ.

بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن خېمىرى مەرۋايىت، ئەرقى شىر، ئەرقى مائۇللەھە-مى قاتارلىق مۇرەككەپ دورىلار ئارقىلىق رەئىس ئەزالار ۋە ئومۇمىي بەدەن قۇۋۋەتلەندۈرۈ-لىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەكلىكلەردىن دەريادىكى سۇدا ياشىغان بېلىق، پالەك، كۆك يۇمغاقسۇت بىلەن پىشۇرۇلغان پاقلان گۆشى شورپىسى نان بىلەن بېرىلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ كېسەلنى داۋالاشقا قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

يۇمشىتىش، تارقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان ياغ، سۈزمىلما، مەلھەملەر قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ. داۋائىل كۈركۈم، مەجۇنى پەندادىقوتى قاتارلىق دورىلار بىلەن مائۇلئۇسۇل شەربىتى قاتارلىقلارنىڭ ئۇستىگە ياغ تېمىتىپ بىرلىكتە يېگۈزۈلىدۇ. كۈچ-لۈك تۇردىكى سۈيۇق ئىچىملىكلەر بېرىلىدۇ. قەۋزىيەتلىك بولسا سەكپىنەچ يېگۈزۈلىدۇ.

مەشھۇر ھەكىملەردىن ئىسمائىل ۋە يۇسۇف بۇ كېسەلنى داۋالاشقا قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

مەغىز گۈل يېغى، گۈل خەير يېغى، سەۋسەن يېغى، يەسمەن يېغى، سېرىق موم قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قىيرۇتى ياساپ جىگەر ساھەسىگە سۈرتىلە-دۇ.

تاتلىق بادام يېغى بىلەن مائۇلئۇسۇل ئىچكۈزۈلىدۇ. داۋائىل كۈركۈم يېگۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا بوغداي سۈيى، كېپەك سۈيى، دارچىن، شېكەر بىلەن چالا پىشۇ-رۇلغان تۇخۇم سېرىقى بېرىلىدۇ. شېكەر بىلەن ئەرقى مائۇللەھمى بېرىلىدۇ.

كونا شاراپقا ناننى چىلاپ نەمدەپ بېرىلىدۇ. مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇ، مائۇلھەسەل ياكى كونا شاراپ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبىرى «بۇ كېسەللىك شىمالىي يۇرتلاردا ياكى قۇرۇق سوغۇق مۇھىتتا ياشايدىغانلاردا يۈز بەرسە ئاسانلىقچە ساقايمايدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن بىمارنى باشقا مۇھىتقا يۆتكىگەندىن كېيىن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ» دەپ كۆرسەتكەن.

ئۇچىنچى پەسىل جىگەر ئاجىزلىقى

ضعف كبد

تونۇش:

جىگەر ئاجىزلىقى جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ياكى باشقا كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن جىگەرنىڭ تۆت خىل كۇچى (تارتىش، تۇتۇش، ھەزىم قىلىش، چىقىرىش كۇچى) ياكى باشقا بىرەر كۇچلىرىدە كېسەللىك يۈز بېرىدىغان، كلىنىكىدا ئىشتىھاسىزلىق، كۆڭۈل ئايلىنىپ ھۆ بولۇش، ماغدۇرسىزلىق، ئوڭ تەرەپ يۇقىرىقى قورساق ساھەسى يېقىمسىزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبىنى تۆۋەندىكى ئۈچ تۈرگە يىغىنچاقلاشقا بولىدۇ:

1. جىگەردە خىلىتسىز ۋە خىلىتلىق مىزاج بۇزۇلۇشى.

2. جىگەرگە قوشنا ئەزالاردىن ئۆت، بۆرەك، تال، بالىياتقۇ، ئاشقازان، ئۈچەي ۋە كۆكرەك قىسمىدىكى ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە توسالغۇ پەيدا بولۇش سەۋەبىدىن جىگەردە پەيدا بولغان ئارتۇق ماددىلار يۆتكىلىپ كېتەلمەي، جىگەردە تۇرۇپ قېلىپ، جىگەر ئاجىزلىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3. جىگەرنىڭ ئۆزىدىكى كېسەللىكلەر، مەسىلەن: جىگەردە ئىمتىلاھ (تولۇپ قېلىش) شەكىللىنىش، جىگەر يىگلەش، جىگەردە قۇم تاش شەكىللىنىش، جىگەر يالليۇغى، جىگەر مۇدۇر - چاقىسى، جىگەردە يارا - جاراھەت شەكىللىنىش، جىگەر ئوفۇنەتلىنىش سەۋەبىدىن جىگەر ئاجىزلىقى كېلىپ چىقىدۇ.

ئېنىقكى، جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى ئەگەر كۇچلۇك بولسا جىگەرنىڭ تۆت خىل كۇچى (تارتىش، تۇتۇش، ھەزىم قىلىش، چىقىرىش ئۇچى) ئاجىزلاپ كېتىدۇ.

ئەگەر سەۋەبى كۇچلۇك بولمىسا جىگەرنىڭ بەزى كۇچلىرى ئاجىزلىغان بولىدۇ. بىراق بۇ خىل ئەھۋالنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا تەدرىجىي جىگەرنىڭ بارلىق كۇچلىرىنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېتىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

تارتىش كۈچى ۋە ھەزىم قىلىش كۈچى كۆپىنچە ھۆل سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن ئاجىزلاپ كېتىدۇ.

تۆتۈش كۈچى ھۆللۈكتىن، ئىتتىرىش كۈچى قۇرۇقلۇق تەسىرىدىن ئاجىزلاپ كېتىدۇ.

تەكشۈرۈش:

جىگەر كېسەللىكىنى تەكشۈرۈشتە ئالدى بىلەن جىگەرنىڭ ئۆزى تەكشۈرۈلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ ئىشتىھاسى ياخشى بولمىسا، ئوڭ تەرەپ يۇقىرىقى قورساق ساھەسى تاماق يەپ مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن ئاغرىسا، شۇنداقلا ئاغرىشنىڭ تارقىلىشى ئوڭ تەرەپ قورساق ساھەلىرىدە بولسا، جىگەر ئاجىزلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبىگە مۇناسىۋەتلىك ئەھۋاللار تەكشۈرۈلىدۇ:

دەسلەپتە جىگەرنىڭ مىزاج بۇزۇلۇش ئەھۋالىنى، مىزاج بۇزۇلۇشتىن پەيدا بولغان جىگەر كېسەللىكىنى تەكشۈرۈش بايانىدا سۆزلەنگەن تەكشۈرۈش ئۇسۇلى بويىچە تەكشۈرۈش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن باشقا ئەزالارغا مۇناسىۋەتلىك بولغان ئەھۋاللار تەكشۈرۈلىدۇ. يەنە تال، ئۆت، بۆرەك، كۆكرەك قىسمىدىكى ئەزالار، بالىياتقۇ قاتارلىق ئەزالاردا كېسەللىك بار - يوقلۇقى ئېنىقلىنىدۇ.

ئەگەر جىگەر ئاجىزلىقى بىلەن ھەيز بوغۇلۇش ياكى ھەيز كۆپ مېڭىپ كېتىش ئالامىتى كۆرۈلسە، جىگەر ئاجىزلىقى بالىياتقۇغا مۇناسىۋەتلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر جىگەر ئاجىزلىقى بىلەن سېرىقلىق چۈشۈش ۋە ئىستىسقا ئالامىتى كۆرۈلۈپ، سۈيدۇكنىڭ تەبىئىي ھالىتى ئۆزگەرگەن بولسا، جىگەر ئاجىزلىقى بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكىگە مۇناسىۋەتلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر جىگەر ئاجىزلىقى بىلەن دەم سىقىلىش، يۆتىلىش، كۆكرەكتە ئېغرىلىق ۋە چىڭقىلىش سېزىمى بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، جىگەر ئاجىزلىقى كۆكرەك قىسمىدىكى ئەزالار كېسەللىكى بىلەن مۇناسىۋەتلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر جىگەر ئاجىزلىقى بىلەن جىگەرنىڭ ئۆزىدىكى كېسەللىك يەنى جىگەر يالۇغى، جىگەر مۇدۇر - چاقىسى، جىگەر يارىسى، جىگەردە توسۇلۇش بولۇش، جىگەردە ئۇششاق تاش پەيدا بولۇش، جىگەر يىگلەش قاتارلىق كېسەللىكلەرنىڭ ئالامىتى كۆرۈلسە، جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ شۇ كېسەللىك بىلەن مۇناسىۋەتلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

يەنە جىگەردىكى ھەر قايسى قۇۋۇشنىڭ ئاجىزلاپ كەتكەنلىكىگە مۇناسىۋەتلىك ئەھۋاللار تەكشۈرۈلىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت مىقدارى كۆپ، يۇمشاق، ئاق بولۇپ، سۈيدۇك پىشقان ھالەتتە ۋە رەڭلىك بولسا، شۇنىڭ بىلەن بىرگە بەدەن ئاجىز بولسا، جىگەرنىڭ تارتىش كۈچىنىڭ

ئاجىزلىغانلىقىنى بىلدۇرىدۇ. بىراق بۇ ۋاقىتتا ئاشقازاندا بىرەر كېسەللىك يۇز بەرمىگەن بولۇشى كېرەك.

ئەگەر چوڭ تەرەت يۇمشاق بولۇپ، قىزىلغا مايىل بولسا، ئىچى سۇرۇش ئۆتكۈر بولمىسا، يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىپ، مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق ھېس قىلىش ئالامىتى كۆرۈلۈش بىلەن بىرگە بەدەن ئاجىز بولسا، جىگەرنىڭ تۇتۇش كۈچىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر تەبىئەت يۇمشاق بولۇش بىلەن بىرگە چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى گۆش يوغان سۇدەك بولۇپ، سۇيدۇكنىڭ رەڭگى ئاق بولسا، يۇز ۋە قاپىقى پارقىراپ قالغان بولسا، جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچى ئاجىزلىقىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر چوڭ ـ كىچىك تەرەتنىڭ مىقدارى ئاز، رەڭگى سۇس بولسا، ئىشتىھاسى ئاز بولۇپ، بەدىنى ئورۇق بولسا، بەدەن رەڭگى سېرىق ۋە قارامتۇل بولسا، جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىنى بىلدۇرىدۇ.

جىگەرنىڭ تۆت خىل كۈچىدە ئاجىزلىق يۈز بەرگەندە كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرى تۆۋەندىكىدەك:

جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى ئاجىزلىغاندا: كېرەكسىز ماددىلار خىلىتتىن ئاجرىلالمايۋ، قايسى ئەزاغا يېتىپ بېرىپ تۇرۇپ قالسا، شۇ ئەزادا ئىششىق ۋە كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. ئۇلاردىن باشقا كېرەكسىز ماددىلار ئۆتۈشۈش تۆشۈكچىلىرىدە توسالغۇ پەيدا قىلىپ، چىرىش خاراكتېرلىك قىزىتمىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ھەمدە جىگەرنىڭ قۇۋۇتى مۇمىزە (قاننى مۇرەككەپ سۇيۇقلاردىن ئايرىپ، تومۇرلارغا ئەۋەتكۈچى كۈچ) مۇ ئاجىزلاپ، سۇيدۇكنىڭ قىزىل كېلىشىگە سەۋەبچى بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن جىگەرنىڭ ئەھۋالىنى تەكشۈرگەندە سۇيدۇككىلا تايىنىۋالماستىن بىمارنىڭ رەڭگى ۋە تومۇر ھەرىكىتىگە ئېتىبار بېرىش كېرەك.

جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچى ئاجىزلىغاندا: ئەزالارغا ئوزۇقلۇقلار ھەزىم بولمىغان ياكى ئاز مىقداردا ھەزىم بولغان ۋە ياكى بۇزۇلغان يېمەكلىكلەر شەكلىدە يېتىپ كېلىدۇ. چوڭ تەرەتنىڭ گۆش يوغان سۇدەك كېلىشى، جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچىنىڭ ئاجىزلاپ، يېمەكلىكلەرنىڭ ئاز مىقداردا ھەزىم بولغانلىقىنى بىلدۇرىدۇ.

چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى ئاق، ئىچى سۇرۇك ھالەتتە كەلسە، جىگەرنىڭ تارتىش كۈچى ۋە ھەزىم قىلىش كۈچىنىڭ ئاجىزلاپ، يېمەكلىكلەرنىڭ تامامەن ھەزىم بولمىغانلىقىنى بىلدۇرىدۇ.

ئىچ سۇرۇشتە ھەرخىل نەرسىلەرنىڭ چىقىشى ھەزىم بۇزۇلغانلىقىنىڭ باشلانمىسىدۇر.

سۇيدۇك بولسا جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچىنىڭ ئەھۋالىنى ئېنىق كۆرسىتىپ

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

بېرەلەيدۇ.

چوڭ تەرەت بولسا جىگەرنىڭ تارتىش كۈچىنىڭ ئەھۋالىنى ئېنىق كۆرسىتىپ بېرەلەيدۇ.

جىگەر ئاجىزلىقىدا گۆش يوغان سۈدەك ئىچ سۈرۈش يۈز بەرسە، تەدرىجىي باشقا شەكىلگە ئۆزگىرىدۇ. يەنى جىگەر ئاجىزلىقىدا گۆش يوغان سۈدەك ئىچ سۈرۈش زىيادە ئىسسىقلىق تەسىرىدىن بولسا، چوڭ تەرەت شەكلى تەدرىجىي قان ئارىلاش يىرىڭ شەكلىگە ئۆزگىرىدۇ.

ئەگەر زىيادە سۈيۈقلۇق تەسىرىدىن بولسا، چوڭ تەرەت شەكلى تەدرىجىي چىرىگەن قانغا ئوخشاش بولىدۇ، ئاخىرىدا ھەرخىل قىيامەتكى نەرسىلەر چىقىدۇ.

جىگەردە ئەگەر ھارارەت بولسا، خىلىتلاردىمۇ ھارارەت ۋە ئىسسىقلىق پەيدا بولۇپ، ئەزالارغا يېتىپ كەلگەندە ھارارەت پەيدا قىلىدۇ. ئىشتىھا تۇتۇلىدۇ، قىزىش بولىدۇ، بىمار سۈيدۈكىنىڭ رەڭگى سېرىق، بەزىدە قىزىل بولىدۇ، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولىدۇ.

ئەگەر جىگەردە سويۇقلۇق بولسا، خىلىتلار قويۇلۇش ۋە ھەرىكىتىدە سۈسلۇق پەيدا بولۇپ، باشقا ئەزالارغا ئوزۇقلۇق تولۇق، ۋاقتىدا يېتىپ بارالمايى، ئىشتىھا كۆپىيىپ كېتىدۇ. بىماردا دەسلەپتە قىزىتما بولمايدۇ، لېكىن سۈيۇقلۇقنىڭ تەسىرىدە جىگەردە خىلىت توختاپ قېلىپ بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن تەدرىجىي قىزىتما ئەھۋالى بولىدۇ. جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق ھېس قىلىدۇ.

ئۇندىن باشقا خىلىتلارنىڭ ھاسىل بولۇشى يېتەرلىك بولمىغانلىقتىن سۈيدۈك تۇتۇلۇش يۈز بېرىدۇ ھەمدە بەدەنگە ئوزۇقلۇق يېتىشمەي ئىستىسقا (سۇلۇق ئىششىق) كېسىلىكى كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر جىگەر ئاجىزلىقى جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇنى داۋالاش ئۈچۈن جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇش بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەرنى تاللاپ قوللىنىش لازىم. ئەگەر جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى جىگەرنىڭ ئۆزىدىكى كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ ھەقتىكى كېسەللىكلەر بايانىدا سۆزلەنگەن داۋالاش ئۇسۇلى بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر جىگەر ئاجىزلىقى قوشنا ئەزالار كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ ئەزا كېسەللىكىنى داۋالاش بايانىغا مۇراجىئەت قىلىنىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە جىگەر نىمۇ بىرگە داۋالاش كېرەك.

جىگەر ئاجىزلىقى كۆپىنچە جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ۋە خىلىتلىق ھۆل سوغۇق تىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقسا، بۇنى داۋالاشتا كۆپىنچە ئىسسىق تەبىئەتلىك، خۇش پۇراق، تۇتقۇچى خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلار، مەسىلەن: دارچىن، ئىزخىر، مۇرمەككى

ۋە زەپەر ئارقىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا ئىستىسقا (سۇلۇق ئىششىق) كېسەللىك بايانىدا سۆزلەنگەن داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ قوللىنىلىدۇ. دەبدىلۋەرد، داۋائىل كۈركۈم، داۋائىل لوك، شەربىتى كىشۇش، شەربىتى بۈزۈرى، شەربىتى دىنار، قۇرسى زىرىشىك كەبىر، قۇرسى ئوردان، نۇشدارى قاتارلىق دورىلار (ئىستىسقا كېسەللىكى ئۇچۇنمۇ) پايدىلىقتۇر شۇنداقلا روھ ۋە جىگەرنى كۈچلەندۈرگۈچى خۇش پۇراق دورىلار، جىگەرنى قۇۋۋەتلىگۈچى، تۇتۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش، خىلىتنى پىشۇرۇش ۋە سۇرۇپ چىقىرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارنىڭ شىرىسى، كاسىنە سۇيى، كاسىنە شەربىتى، دىنار شەربىتى، قىزىلگۈل، سىركەنجىبىن، ئۇدھىندى، رەۋەن تالقىنىغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا تۆۋەندىكىدەك داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ قوللىنىلىدۇ:

رەۋەن 120 گرام، ئۇدھىندى 48 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سۇقۇپ، ئەرقى گاۋزىبان 120 گرام، كاسىنە شەربىتى 48 گرام بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھەپ قىلىپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەر ئاجىزلىقى بىلەن جىگەردە قاتتىقلىق مەلۇم بولسا، رەۋەن چىنى ئۇچ گرام، غاپەس ئىككى گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى بىر گرام، قەنت تۆت گرام قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 24 گرام خىيارشەنبەر شىرىسىنى ئۇچ گرام بادام يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەندىن كېيىن گۈلقەنت ۋە مەجۇنى ئوتروج يېگۈزۈلىدۇ.

جىگەر ئاجىزلىقى بالىلاردا ئىچ سۇرۇش، جاراھەت، كۆپ ئۇسساش بىلەن بىرگە كەلسە، ئاقلانغان ئاق لەيلى ئون گرام، ئەنجۇر يىلتىزى تۆت گرام، كاسىنە ئۇرۇقى تۆت گرام قاتارلىق دورىلاردىن چىلانما تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇۋەيدى. بۇ كېسەللىكنى داۋالاشقا قارىتا تۆۋەندىكى تەدبىرنى كۆرسەتكەن: ئەپسەنتىن ياكى زەيتۇننى بىر كېچە - كۈندۈز سىركىگە چىلاپ قويۇپ يېگۈزۈش، مەجۇنى يالپۇز بىر ھەسسە، قىزىلگۈل ئىككى ھەسسە، قەنت ئالتە ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ بىرنەچچە كۈن ئاپتاپتا قويغاندىن كېيىن يېگۈزۈش، پىستە مېغىزىنى تۆمۇر داغمال سۇيىدە يېگۈزۈش لازىم.

جىگەردە غەيرىي تەبىئىي خىلىت توختاپ قالغان بولۇپ، تازىلاش زۆرۈر بولسا، سەۋەبىنى ئېنىقلاش لازىم. ئەگەر قان خىلىتىدىن بولسا قان ئېلىش، قويۇق چاپلاشقاق خىلىت سەۋەبىدىن بولسا غارىقۇنغا ئوخشاش دورىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىش، ئەگەر خىلىت سۇيۇق ۋە ئىسسىق تەرەپكە مايىلراق بولۇپ، توسالغۇ مەۋجۇت بولسا غاپەس ئۇسارىسى، ئەپسەنتىن ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

جىگەردە غەيرىي تەبىئىي خىلىت توختاپ قالغان بولۇپ، ئېغىر دەرىجىدە ئىچ سۇرۇش ۋە ئورۇقلاش يۈز بەرگەندە، ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە بەزىدە

بەدەنگە ئېغىر دەرىجىدە زىيان يېتىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇنداق ۋاقىتتا ئوبدان ئويلىنىپ، ئىچ سۇرۇش تەبىئەت كۈچىنىڭ بۇزۇق خىلتلارنى چىقىرىش تەسىرىدىن بولغان بولسا ئىچ سۇرۇشنى توسماسلىق لازىم.

ئەگەر ئىچ سۇرۇشنى توسۇش زۆرۈر بولۇپ قالسا، خۇش پۇراق، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، جىگەرنى كۈچلەندۈرگۈچى، نورمال تۈتۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان رەيھان ئۇرۇقىغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

قوينىڭ جىگىرىنى قۇرۇتۇپ سوقۇپ، بىر قوشۇق شاراب بىلەن بېرىلسە، بارلىق جىگەر ئاجىزلىقى ئۈچۈن پايدىلىق.

يۇيۇلغان لوك، رەۋەن ھەربىرى ئون گرام، غاپەس ئۇسارىسى، بەدىيان، لاچىندانە ھەربىرى 18 گرام، ئەپسەنتىن رۇمى 24 گرام، كاسنە ئۇرۇقى 36 گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى 24 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى 12 گرام قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، قۇرس ياكى تالقان قىلىپ يەتتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 108 گرام، زەپەر تۆت گرام، قەسبۈزەرىرە توققۇز گرام، مۇقەل 11 گرام، دارچىن تۆت گرام، سەلىخە ئىككى گرام، سۇمبۇل 13 گرام، ئىزخىر 11 گرام، مۇرمەككى 18 گرام، سەمغى ئەرەبى 18 گرام، ھەسەل 72 گرام قاتارلىق دورىلاردىن مۇقەلنى شاراپقا چىلاپ ئېرىتىپ، باشقا دورىلار بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ، ھەرقېتىمدا تۆت گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر ھارارەت يۇقىرى بولسا، يۇقىرىقى دورىلارغا ئەپيۇن ۋە بەزرۇلبەنجى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

شەيخ بۇ كېسەلنى داۋالاشقا قارىتا تۆۋەندىكىدەك تەدبىر قوللانغان:

بارلىق خۇش پۇراق دورىلارنى شارابى رەيھان قابىز بىلەن قاينىتىپ، ئۇنىڭغا يۇڭنى چۆكۈرۈپ، جىگەر رايونىغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

بەزىدە بۇ قاينىتىلمىغا نارجىل يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

سەئدى كوفى، مەستىكى، سۇمبۇل، كۈندۇر، ئىزخىر چېچىكى، مەشھۇر ئۇرۇق دورىلار، سەۋسەن قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، جىگەر رايونىغا زىماد قىلىنىدۇ. زىمادى سەبرە بۇ ھەقتە پايدىلىق. ئەگەر جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى ھارارەت بولسا، ئەمما توسالغۇ كۆپ بولمىسا، بېھى، ئالما، ئامۇت، ئاچچىق ئانار، ناخۇش ئانار يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر توسالغۇ كۆپ بولسا كاسنە سۇيى، شوخلا سۇيى، سىركەنجىۋىل ئىچكۈزۈلىدۇ.

جالىنۇس بۇ كېسەلنى داۋالاشقا قارىتا تۆۋەندىكىدەك تەدبىر قوللانغان:

ئاپپلىسىن ئۇسارىسى بىلەن ھەسەل شەربىتى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بېھى، ئالما، ئامۇت، ئاچچىق ئانار، ناخۇش ئانارنىڭ ئۇسارىسىنى تەبىئەتنى يۇمشاتقۇچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى شەربەتلەر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاغرىق كۆچلۈك بولسا ئەپيۇن، پولونيا، بەزرۇلبەنجى چۈشكەن مەجۇن دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ھارارەت يۇقىرى بولسا تاتلىق شەربەتلەرگە گۈل يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە توسالغۇنىڭ خەتىرى بولسا بىرئاز سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. شاراپتىن قەتئىي ساقلىنىش لازىم.

ئەگەر ئاشقازان ئاجىزلىق سەۋەبىدىن شارابقا ئېھتىياجلىق بولسا ئاز مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر جىگەردە سوغۇقلۇق بولسا ناشتىدىن بۇرۇن غاپەس، ئاسارۇن ياكى پىلپىل چۈشكەن مۇرەككەپ دورىلار بېرىلىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ ئازراق شاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىلانىخان بۇ كېسەلنى داۋالاشقا قارىتا تۆۋەندىكىدەك تەدبىر قوللانغان:

جىگەردە سوغۇقلۇق بولۇش بىلەن بىرگە ئاشقازاندىمۇ سوغۇقلۇق بولسا ھەزىم بۇزۇلۇپ، يەل كۆپىيىپ كېتىدۇ. بۇنىڭ بىلەن بەزىدە ئىستىسقا پەيدا بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ۋاقىتتا يەل تارقاتقۇچى، ھەزىمنى ياخشىلىغۇچى قۇرۇق ئىسسىق تەبىئەتتىكى يېمەكلىكلەر ۋە دورىلار بېرىلىدۇ.

ئازراق كونا شاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر تازىلاش زۆرۈر بولسا سوقمۇنىياغا ئوخشاش كۆچلۈك خىلدىكى دورىلارنى بەرمەستىن، بەلكى غارىقۇن، قارا ھىلىلە، ھىلىلە كابىلى، سەبرە تەركىبلىك مۇرەككەپ دورىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بۇ خىل جىگەر كېسەللىكىدە تاماق يەپ مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن ئازراق كونا شاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ھىلىلە كابىلى، ھىلىلە سىياھ، قىزىلگۈل ھەربىرى ئون گرام، كۈندۈر يەتتە گرام، سۈمبۈل، قەلەمپۇر، لاچىندانە، سەئدى كوفى ھەربىردىن ئۈچ گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تەڭ مىقداردىكى قەنت ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈچ كۈندە بىر قېتىم ئون گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە جىگەرنى قىزىتىش ئۈچۈن سۈمبۈل، مەستىكى، خولىنجان، سەئدى كەفى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، كونا شاراپ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

جىگەر ئاجىزلىقىنى پەيدا قىلغان قۇۋۋەتلەرنى يەككە ھالەتتە داۋالاش:

جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچى ئاجىز بولسا، بىر قەدەر قابىز بولغان خۇش پۇراق، ماددىنى پىشۇرۇش، قىزىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلار تاللاپ قوللىنىلىدۇ. يەنى سۈمبۈل، بەسباسە، جوز، كۈندۈر، مەستىكى، قەسبۇزەربرە، سەئدى كوفى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ بېرىلىدۇ. شاراپ بىلەن تەرياقى ئەربەئە يېگۈزۈلىدۇ. سەبرە، ئانارگۈلى، ئانار پوستى، لادەن، نامازشامگۈلى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئەرقى گۈلى بىلەن جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئانار ئۇرۇقى، چالا سوقۇلغان ئۇزۇم، دارچىن، سۈمبۈل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

جىگەرنىڭ تارتىش كۈچى ئاجىز بولسا، تۆتۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان، خۇش پۇراق، قىزىتىش تەسىرىگە ئىگە بولغان دورىلار بېرىلىدۇ. يەنى ئىزخىر، بابۇنە تەركىبلىك ھەرخىل شەكىلدىكى سۈۋالمىلارنى سىرتتىن ئىشلىتىش بۇ كېسەللىك ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

توسالغۇلارنى ئېچىش مەقسىتىدە دارچىن، زەپەر، شەربىتى ئەپسەنتىن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا كەپتەر، كەكلىك، توخۇ گۆشلىرى غورا سۈيى ۋە خۇش پۇراق دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. ئانارگۈلى، مەستىكى، ئەپسەنتىن، سەبرە، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، نامازشامگۈل سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

جىگەرنىڭ تۆتۈش كۈچى ئاجىز بولسا، تۆتۈش قۇۋۋىتىنى كۈچلەندۈرۈش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن خۇش پۇراق بولغان ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. يەنى ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، تاباشىر قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئاز مىقدارda يېگۈزۈلىدۇ. جاۋارىش خۇزىنى بېھى قىيامى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئامىلە نۇشدارى لۆئلىۋى، ئامىلە مۇرابباسى بېرىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا سىركە بىلەن گۆش يېگۈزۈلىدۇ ياكى كەكلىك، كەپتەر گۆشلىرىنى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئامىلە ئۇسارىسى، ئۇد ھىندى، قىزىلگۈل، ئالما سۈيى، سەۋسەن سۈيى قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى ئاجىز بولسا، بۆرەكنى كۈچلەندۈرۈش بىلەن بىرگە بەدىيان، رۇم بەدىيان، ھىندىستان بەدىيانى، ئەفتىمۇن، ئەپسەنتىن قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. سىركەنجۈبىل ئەفتىمۇن بىلەن مائۇلجەبىن، ھېلىلە مۇرابباسىنى ئىچكۈزۈش ئارقىلىق جىگەردىكى ئارتۇق خىلىتلار چىقىرىپ تاشلىنىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا قۇرۇلغان گۆشكە شاراپ ياكى سىركە ۋە ياكى ئاچچىقسۇ سېلىپ يېگۈزۈلىدۇ. چالا پىشۇرۇلغان توخۇم يېگۈزۈش، يېمەكلىكلەرگە دارچىن، قەلەمپۇر، زەنجۈبىل ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش لازىم.

يۇقىرىقى ئەھۋاللاردىن باشقا جىگەرنىڭ مىزاجىدا بۇزۇلۇش بولسا جىگەرنىڭ بارلىق قۇۋۋەتلىرىدە تەدرىجىي ئاجىزلىشىش كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال گەرچە كۆپىنچە سوغۇقلۇق تەسىرىدىن بولسىمۇ، بەزىدە ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىنمۇ جىگەرنىڭ بارلىق قۇۋۋەتلىرىدە ئاجىزلاش بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا سوغۇق نەرسىلەر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

جىگەر ئۈچۈن چاپلاشقاق، قاتتىق بولمىغان يېمەكلىكلەر مۇۋاپىقتۇر. مەسىلەن: يۇمشاق پىشۇرۇلغان گۆش، بوغداي نېنى، ئارپا سۈيى بېرىلىدۇ. سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە ھەسەل ۋە چالا پىشۇرۇلغان توخۇم، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم بېرىلىدۇ. ئۇرۇقسىز

ئۇزۇمنى داۋاملىق ئىستېمال قىلدۇرۇش ئارقىلىق جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان چوڭ تەرەتنىڭ گۆش يوغان سۈدەك كېلىشىنى توختاتقىلى بولىدۇ.

تۆتىنچى پەسىل جىگەر ۋە ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ تۈسۈلۇشى

سدئ جگر وماساریقا

تونۇش:

تۈسۈلۇش بەزىدە جىگەر مۇسكۇللىرىدا يۈز بېرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى، تارتىشىش كۈچى، ھەزىم قىلىش كۈچى ئاجىزلىغانلىق سەۋەبتىن ئارتۇق خىلىت جىگەردە توختاپ قېلىپ، جىگەر ئىششىقىنى پەيدا قىلىدۇ. تۈسۈلۇش بەزىدە جىگەر قان تومۇرلىرىدا يۈز بېرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا جىگەرنىڭ تۇتۇش كۈچى ئاجىزلىغانلىق سەۋەبىدىن جىگەرگە يېتىپ كەلگەن يېمەكلىكلەر تولۇق بىرىكەلمەي ۋە ئۆزلىشەلمەي، سۈپىتى ياخشى بولمىغان خام خىلىت شەكىلدە بەدەننىڭ ھەرقايسى بۆلەكلىرىگە يېتىپ بېرىپ، چىرىش خاراكتېرلىك قىزىتما ۋە ئىستىسقا (سۇلۇق ئىششىق) كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

سەۋەبى:

جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ تۈسۈلۇش سەۋەبى تۆۋەندىكىچە:

1. قويۇق، چاپلاشقاق خىلىت تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛

2. جىگەر ئىششىق كېسەللىكى ياكى قوشنا ئەزالارنىڭ ئىششىپ قېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛

3. جىگەرگە قويۇق يەلنىڭ يىغىلىپ قېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛

4. جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش، ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛

5. تاماق يەپ بولغاندىن كېيىن، جۇملىدىن قاتتىق، شىرنىلىك، چاپلاشقان يېمەكلىكلەرنى يېگەندىن كېيىنلا ھەرىكەت قىلىش ياكى مۇنچىغا چۈشۈش، تاماق يەپ بولغاندىن كېيىن شاراپ ئىچىش ياكى سوغۇق سۇنى كۆپ ئىچىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

جۇرجانى بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبىگە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن: جىگەرنىڭ توسالغۇلىرى جىگەرنىڭ دۇمبەلچۇك تەرىپىدە ياكى تېگىدە ۋە ياكى ئىككىلا تەرىپىدە بولىدۇ. دۇمبەلچەك تەرەپتە توسالغۇ پەيدا بولۇشنىڭ سەۋەبى قويۇق قاننىڭ كۆپلۈكى، ئىتتىرىپ چىقارغۇچى كۈچنىڭ ئاجىزلىقىدىن ئىبارەت. دۇمبەلچەكنىڭ ئاستا تەرىپىدە توسالغۇ پەيدا بولۇشنىڭ سەۋەبى كەيلۇس بوتقىسىنىڭ قويۇق، خام، سۈپەتسىز بولۇشىدىن ئىبارەت.

جىگەردە توسالغۇ بولۇش بىلەن جىگەر ئىششىقىنىڭ پەرقى تۆۋەندىكىدەك:

جىگەر ئىششىقىدا: جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق ھېس قىلىش، ئاغرىق كۆپ بولۇش، قىزىتما بولۇش، جىگەر ساھەسى كۆتۈرۈلگەندەك بىلىنىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

جىگەر تومۇرلىرى توسۇلۇشتا: جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق ھېس قىلىش بولىدۇ. لېكىن ئاغرىق ۋە قىزىتما دەسلەپتە كۆرۈلمەيدۇ. كېسەللىك ئېغىرلىشىشقا قاراپ يۈزلەنگەندە، ئاندىن ئاغرىش ۋە قىزىتما بولىدۇ.

تەكشۈرۈش:

جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇش كېسەللىكىنى تەكشۈرۈشتە ئالدى بىلەن جىگەر-دە مۇشۇ كېسەللىك بار - يوقلۇقى تەكشۈرۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن توسالغۇنىڭ جىگەرنىڭ دۇمبەلچەك تەرىپىدە ياكى تېگىدە ئىكەنلىكىنى تەكشۈرۈلىدۇ.

ئاخىرىدا جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇشنىڭ سەۋەبىگە مۇناسىۋەتلىك تۆۋەندىكى ئەھۋاللار تەكشۈرۈلىدۇ.

1. جىگەرگە مۇناسىۋەتلىك بەدەن ئەھۋالىنى تەكشۈرۈش؛

بۇنىڭدا ئاساسلىقى بىمارنىڭ چىرايىنىڭ رەڭگى، بەدىنىنىڭ تاشقى كۆرۈنۈشىگە دىققەت قىلىش لازىم. بىمارنىڭ چىرايىنىڭ رەڭگى سېرىققا مايىل بولۇپ، بەدىنى ئاقۇش بولۇپ كەم قانلىق ئالامەتلىرى مەلۇم بولسا، جىگەر ساھەسىدە ئاغرىقسىز، ئېغىرلىق ھېس قىلسا، چوڭ تەرىتى يۇمشاق بولۇپ ئاققا مايىل كەلسە، بۇ خىل ئەھۋاللار جىگەردە توسالغۇ بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن بىرگە سۇيدۇك رەڭگى ئاق بولۇش، دەم سقىلىش، قىزىش ئالامىتى مەۋجۇت بولسا، بۇ جىگەردە توسالغۇنىڭ كۆپلۈكىنى ۋە سوزۇلما خاراكتېرلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

2. جىگەردىكى توسالغۇنىڭ جىگەرنىڭ ئۈستى تەرىپىدە ياكى تېگىدە ئىكەنلىكىنى تەكشۈرۈش؛ بۇنىڭدا چوڭ - كىچىك تەرەتنىڭ ئاز - كۆپلۈكى ۋە قويۇق - سويۇقلۇقىنى ئېنىقلاش لازىم. ئەگەر بىمارنىڭ چوڭ تەرتى كۆپ ۋە سويۇق بولسا، توسالغۇ جىگەر ئاستى قىسمىنىڭ تېگىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ سۇيدۇكىنىڭ مىقدارى ئاز ۋە سويۇق بولسا، توسالغۇ جىگەر ئۈستى قىسمىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

3. جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇشنىڭ سەۋەبىگە مۇناسىۋەتلىك ئەھۋاللارنى تەكشۈرۈش؛

ئەگەر بىمارنىڭ جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق ۋە ئاغرىش سېزىمى بىلەن قىزىتما بىرگە كەلگەن بولسا ھەمدە جىگەر ئىششىقى بايانىدا سۆزلەنگەن خاس ئالامەتلەر مەۋجۇت بولسا، توسۇلۇشنىڭ جىگەر ئىششىقى سەۋەبىدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق بولۇش بىلەن بىرگە تارتىشقاندەك مەلۇم بولۇپ،

ئۇياق - بويىاق يۆتكىلىپ تۇرسا، توسالغۇنىڭ يەلدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجىدا قۇرۇقلۇق غالىب كەلگەن ئالامەتلەر كۆرۈلۈپ، ئىلگىرى تۈتۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان يىمەك - ئىچمەك، دورا - دەرمەكلەرنى ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولسا توسالغۇنىڭ تومۇرلارنىڭ سىپازمىلىنىشىدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ جىگىرىدە توسۇلۇش بولۇش ئادەتتىكى سەۋەبلەردىنمۇ كېچىكىدىن باشلاپ كۆپ قېتىم كۆرۈلگەن بولسا، ئۇنىڭ سەۋەبى جىگەردىكى ماسارىقا تومۇرلارنىڭ تارايغان، ئىلاستىكىلىقى بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئۇنداق ئەھۋاللار بولمىسا چاپلاشقان، قويۇق خىلتلار تەسىردىن بولغان بولىدۇ.

ئەگەر جىگەر توسۇلۇش ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقىغا ئائىت ئالامەتلەر بولمىسا، چوڭ تەرەت يېشىل بولۇپ، ئاشقازان بىلەن جىگەرنىڭ ئوتتۇرىسىدا بىرئاز تارتىشقاندەك، ئېغىرلىق سېزىمى مەلۇم بولسا ھەمدە بەدەن كۈندىن - كۈنگە ئاجىزلاپ بەدەنگە قۇرۇقلۇق يېتىپ قالغاندەك ئەھۋاللار كۆرۈلسە، توسۇلۇشنىڭ ماسارىقا تومۇرلاردا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىنى ئومۇمىي جەھەتتىن داۋالاشنى، ئىبنىسىنا بۇ كېسەللىكنىڭ داۋالىنىش ئۇسۇلىنى تۆۋەندىكىدەك كۆرسەتكەن: جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشى غەيرىي تەبئىي خىلتلار تەسىردىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇنى داۋالاشتا توسالغۇلارنى ئاچقۇچى نورمال سەزگۈچى دورىلار بىلەن مۇڭاپىق سۈيدۈك ھەيدەيدىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. يەنى توسالغۇ جىگەرنىڭ ئۈستى قىسمىدا بولسا سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

توسالغۇ جىگەرنىڭ ئاستىدىكى ماسارىقا تومۇردا بولسا سۈرگۈچى دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. مۇشۇ بىر نۇقتا ھەرقانداق بىر تېۋىپنىڭ ئېسىدە تۇرۇشى كېرەككى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، سۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، قويۇق خىلتلارنى پارچىلىغۇچى، راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشى لازىم.

ئەگەر توسالغۇ سوزۇلما خاراكتېرلىك بولسا باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىلىدۇ. ئەگەر توسالغۇنىڭ سەۋەبى ئىششىق ياكى يەل بولسا، ئۇنى داۋالاشتا سەۋەب ئېتىبارى بىلەن جىگەر ئىششىقى ۋە جىگەر كۆپۈش بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەرنى قوللىنىشى بىلەن بىرگە تۇغما سۇتى ئىچكۇزگەندىن كېيىن كۆكتاتلار ۋە خىيارشەنبەر شىرىسى ئارقىلىق ئىچىنى تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئىسسىقلىقى بولمىغان نازۇك نەرسىلەر ئارقىلىق سۈيدۈك ماڭغۇزۇش لازىم.

ئەگەر توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى توپا يېيىش ياكى تۆتقۇچى مەدەن سۇلارنى ئىچىش سەۋەبىدىن بولسا، بەدەننى تازىلاش ئۈچۈن ئەرقى شاھتەرە، دىنار شەربىتى، ھەببەشەبىيار ئىشلىتىلىدۇ. ھەببە سالاتىن ئارقىلىق سۇرگۈ بېرىش بۇ ھەقتە ناھايىتى پايدىلىق. سۇرگۈ بېرىپ 2 ~ 3 كۈن ئۆتكەندىن كېيىن، بەرگى تەنبۇل شىرىسى ئۈچ گرام، تاتلىق بادام مېغىز شىرىسى يەتتە گرام، تاۋۇز مېغىزى شىرىسى 12 گرام، شەربىتى ھەلىيۇم 48 گرام، شاھتەرە ئۇرۇقى شىرىسى تۆت گرام، بالەنگۇ لوئابى تۆت گرام قاتارلىق دورىلارنى ئىلىپ بىرلەشتۈرۈپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا غازنىڭ شورپىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ، تاتلىق قوغۇننى كۆپرەك يېگۈزۈش پايدىلىق. ئۇلاردىن باشقا توپا يېگەنلىكتىن توسالغۇ پەيدا بولغان بولسا ھەببى سالاتىندىن 2 دانىنى ئاخشىمى ئىلمان سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئەتىسى ئەتىگەندە شەربىتى دىنار 48 گرام، ئەرقى شاھتەرە 60 گرام، ئەرقى ئەپسەنتىن 60 گرام قاتارلىقلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈش ۋاقتىدا پاختەك ۋە غازنىڭ شورپىسى بېرىلىدۇ. ئاخشىمى نوقۇت سىلىنغان شورپا بېرىلىدۇ. ئەتىگەندە بەدىيان ھەربىرى تۆت گرام، زاراڭزا ئۇرۇقى 12 گرام، بەدىيان، قوغۇن ئۇرۇقى ھەربىرىدىن توققۇز گرام ئىلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، شەربىتى كۈشۈش 15 گرام، ھەببى نىل توققۇز گرام، ئاق ۋە قىزىل تۇدرى تالقىنى توققۇز گرامدىن، ئاچچىق بادام يېغى توققۇز گرام قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مۇۋاپىق مىقداردىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ھەب ۋە شەربەتلەر بېرىلىدۇ. مۇشۇ قائىدە بويىچە 20 كۈن داۋالىغاندىن كېيىن كېسەللىك ئالامەتلەر يوقالغان بولسا يۇقىرىقى دورىلارنى توختىتىپ قويۇپ، جەدۋارچىدىن ئۇچ گرامنى ئۇچ گرام داۋائى مىشكى تەلىخ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئەتىگەنلىك ناشتىدا يېگۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى ئۇچ گرام پەرەنجى مىشكى 12 گرام شەربىتى تەنبۇل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى ئەپسەنتىن، شەربىتى تەنبۇل ھەربىرى 18 گرام، ئەرقى گۇل 108 گرام، ئەرقى ئەنبەر 36 گرام قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆش شورپىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ. ئۇستىدىن ئۈچ گرام نەمەك سۇلايمانى يېگۈزۈلىدۇ.

جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى تومۇرلارنىڭ تۇغما شەكىلدە تار بولۇشى ياكى ئۇنىڭ شەكلىدە بۇزۇلۇش بولۇشتىن بولسا جىگەر كېچىكلەشكە قارىتا داۋالاش ئىلىپ بېرىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن داۋاملىق توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى يىمەك ـ ئىچمەك، دورا ـ دەرمەكلەرنى ئىشلىتىپ تۇرۇشى لازىم.

جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى تومۇرلارنىڭ تارىيىشى ۋە سېپازمـ ـلىنىشىدىن بولسا ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى، پىشۇرغۇچى، يۇمشاتقۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە

يېمەك ـ ئىچمەك، دورا ـ دەرمەكلەر ئىشلىتىلىدۇ. سۈت، شېكەر، بادام يېغىدا ھالۋا تەييارلاپ بېرىلىدۇ. سېمىز توخۇنىڭ شورپىسى، قاپاق، ئانار ئۇرۇقىنىڭ شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇندىن باشقا جىگەرنىڭ ئۇستى قىسمىدا ۋە ئۇنىڭ ئاستىدا توسالغۇ پەيدا بولۇش بايانىدا سۆزلەنگەن توسالغۇنى ئاچقۇچى دورىلار، جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان دورىلار تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇش كېسىلىگە گىرىپتار بولغۇچىلار قاتتىق، چاپلاشقاق، تۇتقۇچى يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، قاتتىق گۆش، قۇرت، پېتىرنان، يۇمشاق ئۇننىڭ نېنى، مىنېرال ئىچىملىكلەر، گۈرۈچ، تېرىق، كاللا ـ پاچاق، قورۇلغان گۆش، دۇملەپ پىشۇرۇلغان گۆش ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئۇندىن باشقا قورۇما، ھالۋا، ئۇماچ، ياغلىق نان، نىشاستە، سۈت، تاتلىق بادام، نوقۇت، قاپاق سۈيىگە ئوخشاش توسالغۇ پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەر زىيانلىق، تاماقتىن كېيىن كۆپلەپ سۇ ئىچىش ياكى شاراپ ئىچىشتىن ساقلىنىش لازىم.

تاماق يېيىش بىلەن ئىچىملىك ئىچىش ئارىلىقىدا مەلۇم ۋاقىت بولۇش لازىم. بۇغداي نېنى، ئارپا، نوقۇت، ئاز مىقداردا باقلا ئىستېمال قىلىش بۇ كېسەل ئۇچۇن پايدىلىق.

ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا ئۇنى داۋالاشتا ھەلىيۇن ۋە كەرەپشىنى گۆش بىلەن پىشۇرۇپ، بىرئاز دارچىن ۋە زەپەر قوشۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر مىزاجى ئىسسىق بولسا، ھەلىيۇن، كەرەپشە، گۆشكە ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار ئورنىغا سىركە ۋە بادام يېغى ئالماشتۇرۇپ پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ ياكى نوقۇت شورپىسىنى كاسىنە ياغچى ۋە بىرئاز سىركە بىلەن پىشۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كاسىنە ياغچىنى بادام يېغى بىلەن قورۇپ، سىركە بىلەن چۇچۇمەللەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ، قۇشقاچ گۆشىنى بۇ كېسەللىك ئۇچۇن پايدىلىق، بىمارنىڭ بەدىنى بەك ئاجىزلاپ كەتكەن بولسا توخۇ گۆش شورپىسى بېرىشمۇ پايدىلىق. ئەگەر بەك ئاجىزلاپ كەتمىگەن بولسا گۆش بېرىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇپ قېلىش ئورنىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاشمۇ تۆۋەندىكىدەك ئىككى تۈرگە بۆلىنىدۇ.

1. جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپىدىكى ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج سدة ماساريقا مقعر جگر

قويۇق خىلىتلارنى پىشۇرۇش ئۇچۇن پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسىنە، زاراڭزا ئۇرۇقى، شوخلا، ئوغرىتىكەن ھەربىرى توققۇز گىرام، رۇم بەدىيان، كەرەپشە يىلتىزى، ئىزخىر چېچىكى ھەربىرى يەتتە گىرام، سۇمبۇل تىپ ئۇچ گىرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 24

ئۇيغۇر كتاب توپلىغۇچى www.uyghurkitap.com

گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەسەللىك گۈلقەنت، سىركەنجۈبىل رەۋەن ھەربىرىدىن 24 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، يەتتە كۈنگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا توخۇ گۆشىنىڭ شورپىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن قويۇق خىلتىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن بىرىنچى كۈنى يۇقىرىقى مەتبۇختىن سىركەنجۈبىل رەۋەننى چىقىرىۋېتىپ، 12 گرام سانا، 41 گرام ئەپسەنتىن، توققۇز گرام رەۋەن، 84 گرام خىيارشەنبەر، 60 گرام تەرەنجىبىن، بادام يېغىدىن يەتتە گرام قوشۇپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ، 48 گرام دىنار شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. سۈنىڭ ئورنىدا ئەرقى بەدىيان، ئەرقى گۈل ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا چۈشلۈكى نوقۇت شورپىسى، ئاخشىمى توخۇ گۆشى شورپىسى بىلەن نان يېگۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى سۈرۈش ئۈچۈن يۇقىرىقى مەتبۇخنى قۇرسى رەۋەن ئۈچ دانە، 12 گرام شەربىتى كىشۇش بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈچىنچى كۈنى سۈرۈش ئۈچۈن بىخ سۇس، بەدىيان، بىخ كەرەپشە، ئىزخىر، رۇم بەدىيان ھەربىرىدىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، 48 گرام شەربىتى بۈزۈرى، توققۇز گرام رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن ئۈچ گرام قۇرسى زىرىشىك توققۇز گرام داۋائىل كۈركۈم بىلەن بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۈندىن كېيىن ئەرقى ئەپسەنتىن 48 گرام، ئەرقى شاھتەررە، ئەرقى گۈل ھەربىرى 60 گرام، شەربىتى ئەپسەنتىن 36 گرام قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، تۆت گرام بادرەنجى بۈيا ئۇرۇقى تالقىنى سېپىپ بىر ھەپتىگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

كاسىنە ئۇرۇقى، بەدىيان، بىخ بەدىيان، ئەپتىمۇن ئۇرۇقى، ئىزخىر، قىزىلگۈل، قارىئۆرۈك، ئەينۈلا، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، قوغۇن ئۇرۇقى، ئەپسەنتىن، رەۋەن، خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن، بادام يېغى، شوخلا ياغىچى سۈيى، كاسىنە ياغىچى سۈيى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلسە، جىگەرنىڭ ئاستىدىكى تومۇرلارنىڭ توسالغۇسىنى ئېچىش ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

بىخ كەبىر، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئىزخىر، كاسىنە قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى ئەپسەنتىن شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەمرى ھىندى، ئەينۈلا، ئۈچ ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، ئەپسەنتىن، خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن، شىرخىست، رەۋەن، غارىقۇن، ئەپتىمۇن، قەنتەربيون، ئاسارۇن، بىستى پايەج، غاپەس، خوخا قاتارلىق دورىلارنى يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىش بۇ كېسەل ئۈچۈن پايدىلىق.

ئايارەج پەيقارا جىگەرنىڭ ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇش ئۈچۈن پايدىلىق.

ھارارەت ۋە ئوسۇلۇق ئېشىپ كەتكەن بولسا، قاينىتىپ ئېلىنغان كاسىنە سۈيى،

شەربىتى دىنار، سىركەنجىۋىل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەپسەنتىن، رەۋەننى يۇمشاق سوقۇپ، كۆك كاسىنە سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

مائۇل پەۋاكىھقا رەۋەن تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خىيارشەنبەر مېغىزىنى كاسىنە سۇيى ياكى كاسىنە قاياناتمىسىدا ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە رەۋەن چىنىنىڭ شىرىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر توسالغۇ ئىسسىق كەيپىياتنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن بولسا كاسىنە سۇيى، سىركەنجىۋىل سادىدە بىلەن رەۋەن تالقىنىنى ئىچكۈزۈش ياكى سىركەنجىۋىل بۇزۇرى بىلەن رەۋەن تالقىنىنى ئىچكۈزۈش لازىم.

ئەگەر توسالغۇ سوغۇق كەيپىياتنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن بولسا بەدىيان سۇيى، كەرەپشە سۇيى، مائۇلھەسەل، سىركەنجىۋىل مەسلە ياكى سىركەنجىۋىل بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر توسالغۇ پەيدا قىلغۇچى خىلتلار بەك كۆپ بولسا يۇقىرىقى تەدبىرلەرنى قوللانغاندىن باشقا كۆك كاسىنە سۇيى، زىرىق بېھى قىيامى ياكى بېھى شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇندىن باشقا كاسىنە سۇيىگە ئانار ئۇرۇقى، زىرىق قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. باشقا تەدبىرلەر جىگەر توسۇلۇش مەنبەلىك ئىچى سۇرۇش بايانىدىن ئېلىنىدۇ.

ئەگەر توسالغۇ بىلەن بەدەن ئاجىز بولۇپ، ئىشتىھا كۇندىن - كۇنگە تۇتۇلۇپ، كەم قانلىق ئالامەتلىرى مەۋجۇت بولسا، ئۇچ گرام رەۋەن چىنى تالقىنىنى توققۇز گرام داۋائىل كۇركۇم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، 108 گرام قاينىتىلغان تۇرۇپ سۇيى، 24 گرام شەربىتى مۇسھىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا چۇشلۇك تامىقى ئۇچۇن كاسىنە ياغىچى، تۇرۇپ، چامغۇر بىلەن پىشۇرۇلغان پاقلان گۆش شورپىسى ھەم نان بېرىلىدۇ. ئاخشىمى قۇندۇز قەھرى ھەربىرى ئىككى گرام، داۋائىل كۇركۇم سەغرى توققۇز گرام قاتارلىق دورىلار تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى گۇزەر، ئەرقى شوخلا، ھەربىرى 60 گرام، ئەرقى تەنبۇل 80 گرام بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. تامىقى ئۇچۇن توخۇ ياكى پاختەك گۆش شورپىسى بېرىلىدۇ. ئۇچ ھەپتىگىچە سۇنىڭ ئورنىدا ئەرقى شوخلا ۋە ئەرقى گۇل ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر توسۇلۇش ئەپيۇن ئىستېمال قىلغانلىقتىن بولۇپ، بىمار كۇندىن - كۇنگە ئاجىزلاپ كەتكەن بولسا، بەدىيان، جۇڭگو چېيى، يۇيۇلغان لوك ھەربىرى ئون گرام، شېكەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇمشاق سوقۇپ، ئۇخلاش ۋاقتىدا سەككىز گرام ئېلىپ چاي بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەتىگىنى ئۇچ گرام رەۋەن چىنى، ئۇچ گرام قەنتىنى يۇمشاق سوقۇپ، 24 گرام ھەسەللىك گۇلقەنت بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

ئۇنىڭدىن كېيىن 84 گرام ئەرقى گۈل بىلەن 18 گرام كاسىنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، 24 گرام ھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا بىر ئايغىچە سەۋزە، لايىقلاشتۇرۇلغان نوقۇتنى خېمىر قىلىپ نان يېقىپ بېرىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىك ئۇچۇن سۇرگۇ ئىشلىتىش زۆرۈر بولۇپ قالسا، كۈچلۈك خىلدىكى سۇرگىلەرنى بەرمەسلىك لازىم. ئايارەج پەيقارا، بىستىپايەج، غارىقۇن، ئەپسەنتىن تەركىبلىك دورىلارنى ئىشلىتىش ناھايىتى مۇڭاپىق. بۇ دورىلاردىن ئايارەج پەيقارانى ئىشلەتىشكە توغرا كەلگەندە، بەدىنى كۈچلۈك بىمارلارغا قارىتا ئالتە گرام، بەدىنى ئاجىز بىمارلارغا تۆت گرام بېرىش لازىم.

ئەگەر كۈچلۈكرەك سۇرگۇ ئىشلەتمەكچى بولۇپ قالسا، ئايارەج پەيقارا بىلەن بىدەنجىر يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈك سۇرگۇ بەرمەكچى بولۇپ قالسا، ھەببى ئىستەمەخمۇن بىلەن سەكپىنەچ ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇلاردىن باشقا ھاك، ئۇشەق، ئەپسەنتىن، مەستىكى، زەپەر، ناردىن يېغى، موم قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ مەجۇسى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىكتە سۇرگۇ ئۇچۇن مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە توسالغۇلارنى ئاچقۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە دورىلاردىن كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. داۋائىل كۆركۈم، داۋائىل لوك، مەجۇنى پەنداديقۇتى توسالغۇلارنى ئېچىش، يەنى تارقىتىش مەقسىتىدە يېگۈزۈلىدۇ.

جۇرجانى ۋە ئىلاقى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپىدىكى قان تومۇر توسالغۇسىنى ئېچىش ئۇچۇن خىلىتلارنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى بەرگەندىن كېيىن دەسلەپتە يەڭگىل سۇرۇش ئۇچۇن ئايارەج پەيقارا ئۇچ گرام، غارىقۇن، بىستىپايەج ھەربىرى بىر گرام، رۇم بەدىيان بىر گرام قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە كۇمىلاچ ياساپ بېرىلىدۇ. شۇنىڭ بىرگە چالا سوقۇلغان جىنتىيانە 140 گرام، ئەپسەنتىن 24 گرام، ئىكلىلىملىك 18 گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 148 گرام، ئەنجۇردىن 20 دانە ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، مەتبۇخ تەييارلاپ، بىر كۈندە ئىككى ۋاخ 148 گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ ئىككى دورا بىلەن قويۇق خىلىت سۇرۇپ چىقىپ كېتەلمىسە، مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن ھەببى ئىستەمخمۇننى بېرىش ئارقىلىق بەدەن تازىلىنىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇقلۇق تەرەپكە مايىلراق بولسا، ئىسىق تەبىئەتلىك

توسالغۇلارنى ئاچقۇچى مەجۇن دورىلاردىن داۋائىل لوك، داۋائىل كۇركۇم، مەجۇنى پۇدەنجى، مەجۇنى جىنتىيانە، مەجۇنى ئەنجىدان بېرىلىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا ئون گرام شىرخىست، 15 گرام ناردىن، ئون گرام كاسنە يىلتىزى، يەتتە گرام ئەپسەنتىن قاتارلىق شىرخىست دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تازىلانغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ 10 ~ 14 گرامغىچە يېگۈزۈلىدۇ.

جالىنۇس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر بۇ كېسەلنى داۋالاش جەريانىدا توسالغۇ يوقالمىغان بولسا، تالنى تەكشۈرۈپ كۆرۈش لازىم. چۈنكى تال خىزمىتى ياخشى بولسا جىگەرنىڭ كېرەكسىز ماددىلىرىنى سۈمۈرۈپ جىگەرنى تازىلايدۇ. بۇ مەقسەتتە سول تەرەپتىكى ئۈسەيلىن تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئۇشەق بىلەن سىركىنى ئارىلاشتۇرۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. قۇرسى تەبىرى داۋاملىق يېگۈزۈلىدۇ.

2. جىگەرنىڭ ئۇستى تەرىپىدىكى ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سدة ماساريقا محدب جگر

توسالغۇ جىگەرنىڭ ئۇستى تەرىپىدە بولغاندا كۆپىنچە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. بۇ مەقسەتتە كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، بەدىيان، كاسنە يىلتىزى، زاراڭزا ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سىركەنجىبىن بۇزۇرى ۋە شەربىتى دىنارى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاسارۇن، سەلخە، كاسنە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، سىركەنجىۋىل ھەسىلى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە كۈدە ئېلىپ، ئەپسەنتىن، رەۋەن، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، كاسنە سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

زاراڭزا ئۇرۇقى، بەدىيان، قوغۇن ئۇرۇقى ھەربىرى توققۇز گرام، رۇم بەدىياندىن يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، 48 گرام سىركەنجىۋىل رەۋەندى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر سۈيدۈك ھەيدەش ئۈچۈن كۈچلۈكرەك تەدبىر قوللىنىش زۆرۈر بولسا، بۇ نۇسخىدىكى سىركەنجىۋىل رەۋەندى ئورنىغا شەربىتى دىنار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

ئۇچ گرام رەۋەن تالقىنىنى 36 گرام ئاچچىق ـ تاتلىق ئانار سۈلىرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە 48 گرام ھۆل ئىتئۈزۈمى سۈيى بىلەن 18 گرام قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجىۋىل ساددە، شەربىتى مائۇلئۈسۇل بىلەن ئازراق مەجۇنى لوك يېگۈزۈلىدۇ ياكى سىركەنجىۋىل بۇزۇرى، بەدىيان سۈيى بىلەن ئازراق مىقدارىدا مەجۇنى لوك يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كىتابلار بىلەن تەمىنلەش بېكىتى

دۇ.

ئەگەر ھارارەت يۇقىرى بولسا شەربىتى دىنار، سىركەنجۈبىل، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىربىسى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى شىربىسى، پېرسياۋشان شىربىسى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، بەدىيان سۇيى ۋە پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈ-لىدۇ.

ھارارەت كۈچلۈك بولۇپ، ئۇسسۇزلۇقى كۈچ بولسا، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى، قاپاق ئۇرۇقى شىربىسى، تاۋۇز ئۇرۇقى شىربىسى، كاسىنە ئۇرۇقى شىربىسى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى كاسىنە سۇيى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈ-لىدۇ.

قۇرسى زىرىشىك ياكى قۇرسى گۈلنى قاينىتىلغان كۆك كاسىنە سۇيى، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى، شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان يىلتىزى، ئىزخىر چېچىكى، كاسىنە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۇزۇپ، تۆگە سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇشەق، جۆدە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

جىگەرنىڭ ئۇستى تەرىپىدىكى ماسارىقا تومۇرلارنىڭ توسۇلۇشىغا قارىتا ئىشلىتىلگەن دورىلار ئىچىدە بەزى دورىلار ئىسسىق، سوغۇقتىن بولغان توسۇلۇشلار ئۈچۈن ئۇنىۋېرسال ئىشلىتىلىدۇ. يەنى كاسىنە ياپرىقى، پاقىيوپۇرمىقى، ئەفتىمۇن، كاسىنە يىلتىزى، رەۋەن، ئەپسەنتىن قاتارلىق دورىلاردىن يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئۇنىۋېرسال پايدىلا-نىش لازىم.

ئەفتىمۇن سۇيى، كاسىنە سۇيى، ئەپسەنتىن قاينىتىلمىسى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلا-شتۇرۇپ ئىچكۈزۈپ، بىمارنى ئۇخلاشتىن چەكلەش لازىم.

ھۆل بەدىيان ئۇسارىسى، كەرەپشە ئۇسارىسى قاتارلىق دورىلار سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بەدەننى قىزىتىش زۆرۈر بولسا ھەسەل سۇيى بىلەن سىركەنجۈبىل ھەسىلى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ كېسەللىك ئۈچۈن ئاسارۇن، سەلىخە، زىراۋەندە، زىرىق ئۇسارىسى، پىستە، غارىقۇن، ئەفتىمۇن، ئەنسىل، جۆئىدە، قەنتەرىيون ئۇسارىسى، جىنتىيانا، ئەدەس، تاغ كەرەپشىسى قاتارلىق ئىسسىق تەبىئەتلىك سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار يەككە ياكى مۇرەكە-كەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ. ئۇندىن باشقا سىركەنجۈبىل ھەسىلى، سىركەنجۈبىل ئەنسىلى ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ بۇ كېسەللىك ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان مۆتىدىل تەبىئەتلىك دورىلار توغرىسىدا مۇنداق كۆرسەتكەن:

مۆتىدىلگە يېقىنراق بولغان دورىلار ئىچىدە ئەدەس ھەممىدىن ياخشى ھېسابلىنىدۇ. چۈنكى بۇ دورا جىگەرنى قىزىتىش ۋە سوۋۇتۇش ئارقىلىق جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا سىركەنجىۋىل ھەسلى، سىركەنجىۋىل ئەنسىلى، ھەلىيۇن، بىخ سۇس قاتارلىق دورىلارنىڭ تەسىرى ئەدەسكە ئوخشاپ قالىدۇ. لوكمۇ ئەدەسكە ئوخشاش تەسىر بېرەلەيدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق تەرەپكە مايىلراق بولسا، مەجۇنى لوك مەتبۇخى ئەپسەنتىن بىلەن يېگۈزۈلىدۇ، سىركەنجىۋىل بۇزۇرى، ئەنجىدان سىركىسى قاتارلىق دورىلارمۇ مۆتىدىلگە يېقىندۇر.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىك ئۈچۈن مۇرەككەپ دورىلاردىن: قۇرسى لوك، قۇرسى ئەپسەنتىن، داۋائىل لوك، داۋائىل كۆركۇم، تەرياقى ئەربەئە، مەجۇنى جىنتىيانە، مەجۇنى رىيۇەن، سوقمۇنىيا، مەجۇنى رۇممان، مەجۇنى ئەنجىدان، جاۋارىش شەھرىيان، مەجۇنى پىلپىل، جاۋارىش پۇدەنجىر، پولۇنىيا، داۋائى مىشكى تەلىخ قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەنسىل، پېرسىياۋشان، ئاچچىق بادام، شۇمشا، ئەپسەنتىن قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سوزۇپ ھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بىخ كەبىر، بىخ بەددىيان، بىخ كەرەپشە، ئىزخىر، لوك، روم بەدىيان، شۇمشا قاتارلىق دورىلار چۈشكەن مەتبۇخ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جۇرجانى ۋە ئىلاقى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەرنىڭ ئۇستى تەرىپىدىكى قان ـ تومۇر توسالغۇسىنى ئېچىش ئۈچۈن بىخ كەرەپشە، بىخ بەدىيان، سەۋسەن يىلتىزى، ئىزخىر يىلتىزى، بىخ كەبىر ھەربىرى 36 گرام، مەستىكى، رۇم بەدىيان، رەۋەن چىنى، ئوردان، قۇستە ھەربىرى 18 گرام، شۇمشا 48 گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمىدىن 144 گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، ئۇنىڭدىن 144 گرام ئېلىپ، ئاچچىق ۋە تاتلىق بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبىرى بۇ ھەقتە «بىمارىدا قىزىتما بولمىسا كونا شاراپ ئىچكۈزسە بولىدۇ. جۇملىدىن ئۇرۇق دورىلار قىزىتىلغان شاراپ بىلەن ئىچكۈزۈلسە ناھايىتى پايدىلىق» دەپ كۆرسەتكەن.

بەشىنچى پەسىل جىگەر كۆپۈشۈش ۋە جىگەرگە يەل يىغىلىش

نفخ وريح جگر

تونۇش:

كۆپۈشۈش (پۈيدۇلۇش) ۋە يەل ھەر ئىككىلىسى گازلىق جىسىم بولۇپ، ئۇلارنىڭ

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

پەيدا بولۇشى كۆپىنچە جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ۋە خىلىتلىق هۆللۈكنىڭ نورمالسىزلىق تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ. ئەمما بۇ ئىككىسىدە تۆۋەندىكى پەرق بارلىقىنى كۆپىنچە تېۋىپلار ئېتىراپ قىلغان. يەنى كۆپۈشۈشتە بولسا، خىلىتلار ۋە كەيپىياتلارنىڭ نورمالسىزلىقىدىن پەيدا بولغان گاز بىر ئورۇندا توختاپ قالغان بولىدۇ.

يەلدىن بولغىنىدا بولسا خىلىتلار ۋە مىزاجنىڭ نورمالسىزلىقىدىن پەيدا بولغان گاز هەرىكەتلىك بولغان بولىدۇ.

سەۋەبى:

جىگەر كۆپۈش بولسا جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن جىگەردە نورمالسىز بۇخاراتلار پەيدا بولۇپ، تەدرىجىي بۇخاراتلارنىڭ كۆپىيىشىگە ئەگىشىپ قويۇلۇپ، جىگەردە توسالغۇ پەيدا قىلىش بىلەن بىرگە تارقاپ كېتەلمەي، شۇ ئورۇندا توختاپ قېلىش هالىتىنى كۆرسىتىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئوڭ قوۋۇرغىنىڭ ئاستى تەرىپىدە تارتىشقاندەك سىزىم مەلۇم بولىدۇ. ئەمما جىگەر ئىششىقىدەك ئېغىر بولمايدۇ، قىزىتما بولمايدۇ.

جىگەرگە يەل يىغىلىش بولسا، جىگەرنىڭ هەزىم قىلىش كۈچى ئاجىزلاش سەۋەبىدىن جىگەرگە يېتىپ كەلگەن بوتقىلار سۇپەتلىك خىلىتقا ئايلىنالماي خام خىلىت هالىتىدە تۇرۇپ قېلىپ، هەرىكەتچان گازنى هاسىل قىلىش جەريانىنى كۆرسىتىدۇ. بۇ ۋاقىتتا جىگەر ساهەسىدە كوركىراش پەيدا بولۇپ، هەرىكەتچان كۆپىيىش سىزىمى بولىدۇ.

داۋالاش:

بەدىيان شىرىسى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى شىرىسى، رۇم بەدىيان شىرىسى، گۈلقەنت قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەلنى تارقىتىش ئۈچۈن جاۋارىش كۈمۈنى، داۋائىل كۈركۈم كەبىر، داۋائى مىشكى تەلخى ئەرقى نانىخا بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش پەلاسپە، تەرياقى ئەرىەئە قاياناق. سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

48 گرام شەربىتى دىنار 125 گرام ئەرقى گۈل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، ئۈلاردىن باشقا ئاشقازان كۆپۈش بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

كەپەك، تۇز، تېرىق ئارقىلىق جىگەر ساهەسىگە ئىسسىقلىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئۈندىن باشقا كۆپۈشكەن ئورۇن ۋە ئومۇمىي بەدەننى مۇجۇش پايدىلىق.

ئىزخىر، سۇمبۇل، بابۇنە قاتارلىق دورىلار جىگەر ساهەسىگە زىماد قىلىنىلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇق ئۈچۈن ئەرقى كاسنە، ئەرقى بەدىيان ياكى ئەرقى گۈل ئىچكۈزۈلىدۇ. بىمار سوغۇق سۇ ئىچىشتىن قەتئىي چەكلىنىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا دورا ـ دەرمەك بىلەن پىشۇرۇلغان توخۇ گۆشى، هۆللۈكنى قۇرۇتقۇچى، يەللەرنى تارقاتقۇچى يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. توخۇ توخۇمىنىڭ سېرىقىنى ئاچچىقسۇ بىلەن بېرىش لازىم. نانغا قىچا ۋە سامساق ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئالتىنچى پەسىل جىگەر ئاغرىش

درد جگر

تونۇش:

جىگەر ئاغرىقى بولسا جىگەرنىڭ ئۆزىدىكى كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان، كلىنىكىدا جىگەر ساھەسى يېقىمسىزلىنىش ۋە ئاغرىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى:

جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى؛ جىگەردە قاتتىق ئىششىق شەكىللىنىش؛ جىگەرگە يەل يىغىلىش؛ جىگەر زەخمىلىنىش؛ جىگەردە ئۇششاق تاش بولۇش؛ جىگەر قېتىش؛ بوھران كۈنلىرىدە خىلىتلارنىڭ ھەرىكەت قىلىشى؛ جىگەر ئاجىزلىقى؛ جىگەر مۇدۇر - چاقىلىرى سەۋەبىدىن بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر جىگەر ساھەسىدە ئاغرىق بولۇپ قىزىتما بولمىسا، بۇ يەلدىن بولغان جىگەر ئاغرىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش بوھران كۈنلىرىدە يۈز بەرسە، بۇ بوھران كۈنلىرىدە غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنىڭ ھەرىكەت قىلىشىدىن بولغان جىگەر ئاغرىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، ئېغىز قۇرۇش، چىرايى سارغىيىش، سۈيدۇك رەڭگى سارغىيىش، سەپرا خىلىتى ئارىلاشقان قەي قىلىش، ئىشتىھا تۈتۈلۈش، قىزىش، جىگەر ساھەسىدە ئاغرىش بولۇش ئالامەتلىرى بولسا، بۇ جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان جىگەر ئاغرىقلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئاغرىشنىڭ يەڭگىل بولۇشى، چىراي ۋە قاپاقلاردا، پۇت - قوللاردا ئىششىق شەكىللىنىش، كالپۇكلىرى ئاقىرىش، ئىچ سۇرۇش، قورساق كۆپۈش ئالامەتلىرى بولسا، بۇ جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

جىگەر ئاغرىقى جىگەر ئاجىزلىقى، جىگەر ياللۇغى، جىگەرگە يەل يىغىلىش، جىگەر زەخمىلىنىش، جىگەردە ئۇششاق تاش بولۇش، جىگەر قېتىش، جىگەر مۇدۇر - چاقىسى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەللىك بايانىدىكى داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ تۆۋەندىكى تۈرلەر بويىچە ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كىتابلار بىلەن تەمىنلەيدىغان

1. جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان جىگەر ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج جگر حار

بىمارنىڭ ئۈسسۈزلۈقى ئۈچۈن داۋاملىق ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ. تاۋۇز سۈيى شېكەر بىلەن، ئىسپىغۇل لوئابى قەنت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈلاردىن باشقا كاسنە سۈيى، تەرخەمەك سۈيى، شوخلا سۈيى، ئوسۇك سۈيى، سېمىزئوت سۈيى قاتارلىقلار سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن ئەينۇلا، تەمرى ھىندى، تەرەنجىبىن، خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلارنىڭ شىربىسگە قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىزىلگۈل 36 گرام، سەندەل 18 گرام، بىنەپشە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ئون گرامدىن، زەپەر بىر گرام، كاپۇردىن بىر گرام ئېلىپ سوقۇپ، تازىلانغان موم ۋە گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ئارپا ئېشى، پالەك، ئوسۇك، چامغۇر كۆكى، سىركە، گۈل يېغى قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە ئاش تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بىمار ئاجىز بولسا كەپتەر، كەكلىك، توخۇ گۆشلىرى، كىچىك ئاق بېلىق بېرىلىدۇ. تاتلىق ئىچىملىكلەر، ئىسسىق تەبئەتلىك دورىلاردىن ساقلىنىش لازىم.

2. جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان جىگەر ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج جگر بارد

غەيرىي تەبئىي خىلىتلار (سوغۇق خىلىتلار) نى تازىلاش ئۈچۈن ئاخشىمى ياتار ۋاقتىدا ئايارەج پەيقارا ئۇچ گرام، غارىقۇن ئۇچ گرام قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە كۈمىلاچ قىلىپ، قاياناق سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ ياكى ھەببى غاپەس يېگۈزۈلىدۇ. ئەتىگىنى قارا ھېلىلە، ھېلىلە، ئامىلە، غاپەس، ئەپسەنتىن، رۇم بەدىيان، لوك، رەۋەن چىنى، تەرەنجىبىن، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، چىلان قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي خىلىتنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن پوستى بىخ كەبىر، بىخ كەرەپشە، بىخ بەدىيان، بىخ ئىزخىر، بىخ سەۋسەن، لوك، رەۋەن، مەستىكى، ئوردان، شۇمشا، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، تاتلىق ۋە ئاچچىق بادام يېغى قوشۇپ بىرنەچچە كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەرنى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن قۇرسى لوك، قۇرسى ئەپسەنتىن، قۇرسى رەۋەن، داۋائىل كۈركۈم قاتارلىق دورىلار يېگۈزۈلىدۇ.

جۆئىدە، ئوردان، كۆكماش ئۈنى، كەرەپشە يىلتىزى، رۇم بەدىيان، سەۋسەن يىلتىزى، سۈمبۈل تىپ، پەتەرئاسالىيون، ئاچچىق بادام، ئىكلىلىملىك، بابۇنە، قىزىلگۈل

قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، سوقۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەپسەنتىننى يۇمشاق سوقۇپ، موم يېغى، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ ياكى جىگەر ساھەسىگە قۇستە يېغى سۈرتىلىدۇ.

مەجۇنى جىنتىيانا، قۇرسى زىرىشك هار، قۇرسى غاپەس، قۇرسى ئوردان، مەجۇنى رەۋەن، شەربىتى دىنار قاتارلىق دورىلار ئەھۋالىغا قاراپ بېرىلىدۇ.

جىگەر ئاغرىقى ئۇچۇن مەجۇنى رەۋەن، داۋائىل كۇركۇم، مەجۇنى سۇزاپ مۇسهىل، مەجۇنى قەيسەر، مەجۇنى جالىنۇس يېگۈزۈلىدۇ؛ ئۇلاردىن باشقا قىزىلگۈل، سۇمبۇل تىپ، مەستىكى هەربىرى يەتتە گرام، غاپەس ئۇسارىسى، ئەپسەنتىن ئۇسارىسى، لوك، رەۋەن، زەپەر، ئىزخىر چېچىكى، ئوردان، ئاسارۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، رۇم بەدىيان، ئۇدخام هەربىرى ئۇچ گرام، ئۇد بىلسان ئىككى گرام قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، ئۇنىڭغا يەتتە گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ، جىگەر ساھەسىگە زىمادى قەردمانە، زىمادى ئىكلىلمىلىك ئىشلىتىلىدۇ.

جۇرجانى جىگەر ئاغرىقىغا قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىكنى تەكشۈرۈش تېۋىپ ئۇچۇن ناهايىتى قىيىندۇر. چۇنكى بۇ كېسەلدە سۇيدۇكنىڭ رەڭگى هەرخىل بولىدۇ. قەي قىلىش ئېغىر بولىدۇ. بەزىدە قەۋزىيەتلىك ئالامىتى كۆرۈلۇپ، كۆپىنچە تېۋىپلار ئۇچەي توسۇلۇش دېگەن دىئاگنوزنى قويۇپ داۋالاش ئىلىپ بارىدۇ. شۇنىڭ ئۇچۇن جىگەر ئاغرىقى بىلەن ئۇچەي توسۇلۇش تۆۋەندىكىدەك پەرقلەندۈرۈلىدۇ.

جىگەر ئاغرىقىدا بولسا جىگەر ساھەسى ئاغرىش، سۇيدۇك كۆپ، ئاق بولۇش، چىراي پارقىراق بولۇشى، ئىشتىهاسى كۆپىيىش، ئاغرىق ئۇياق - بۇياقلارغا يۆتكىلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇشتا بولسا، قورساق ساھەسىدە ئاغرىق كۆچلۈك بولۇپ، سۇيدۇكى نورمال بولىدۇ. كۆپ ئۇسىاش، ئىشتىها تۆتۇلۇش، ئاغرىق بىر ئورۇندا بولۇش (ئاغرىق قوۋۇزۇرغىلارنىڭ ئارقا تەرىپىدە بولىدۇ) ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

يەتتىنچى پەسىل جىگەر قېتىش

شرقة

سەۋەبى:

جىگەر قېتىش كۆپىنچە ئەتىگەن ناشتىدىن كېيىن، ئېغىر ئەمگەكتىن كېيىن ياكى ئۇخلاپ ئويغانغاندىن كېيىن ۋە ياكى مۇنچىغا چۈشۈپ چىققاندىن كېيىن كۆپ مىقداردا

سۇ ئىچكەنلىك سەۋەبىدىن جىگەردىكى تۆت خىل كۇچ (ئىتتىرىپ چىقىرىش، تارتىش، تۇتۇش، ھەزىم قىلىش كۇچى) ئاجىزلاپ، جىگەردە سۇپىتى ياخشى بولمىغان خام خىلتلا-رنى پەيدا قىلىدۇ. ئۇلاردىن باشقا ئېچىتىلغان شارابلار، سۇپىتى بۇزۇلغان، زەھەرلىك يېمەكلىكلەر، ئارتۇق سەۋدا خىلتى قاتارلىقلار بۇ كېسەلگە سەۋەبچى بولىدۇ.

داۋالاش:

بۇ كېسەللىكنى توغرا ئۇسۇل بىلەن داۋالىغاندا ساقايتقىلى بولىدۇ. بىراق ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بارمىسا ياكى خاتا داۋالاپ قويسا، ئىستىسقا ياكى جىگەر يالۇغى كېسەللىكى پەيدا بولىدۇ.

ئاغرىش يۇز بەرگەن ھامان قايناق سۇ ياكى ئەرقى گۈلگە داكىنى چۆكۈرۈپ جىگەر ساھەسىگە قويۇلىدۇ.

ئاش تۇزىنى داكىغا يۆگەپ، قىزىتىلغان ئەرقى گۈلگە چۆكۈرۈپ، جىگەر ساھەسىگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

ئەرقى بادرەنجى بۇيا، ئەرقى بەدىيان ھەربىرى 84 گرام، شەربىتى بۇزۇرى ھار ياكى ھەسەلدىن 36 گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زەرنەپ، بەدىيان، سۇمبۇل تىپ، مەستىكى ھەربىرىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئىسسىق تەبىئەتلىك دەملەنمە دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەككىزىنچى پەسىل جىگەر يالۇغى

ورم جگر

تونۇش:

يالۇغ بولسا جىگەر مۇسكۇلىرىدا ياكى ماسارىقا تومۇرلىرىدا ياكى جىگەر شىللىق پەردىسىدە ۋە ياكى جىگەرنىڭ ھەرقايسى بۆلەكلىرىدە بولىدۇ، جىگەر ساھەسى يېقىمسىزلە-نىدۇ، ھەرخىل سېزىملار بولىدۇ.

سەۋەبى:

قان، سەپرا، بەلغەم، سەۋدا خىلتلىرىنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛ جىگەر قېتىش ياكى جىگەر راكى سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ؛ يەل تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛ جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش ۋە ئىتتىرىپ چىقىش كۇچىنىڭ ئاجىزلىشىش-ىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛ ئاشقازان ئاجىزلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛ ئۆت نەيچىسىدە توسۇلۇش بولۇشتىن كېلىپ چىقىدۇ؛ جىگەرنىڭ تارتىش كۇچىنىڭ كۇچىيىپ كېتىشىدىن

كېلىپ چىقىدۇ؛ ئۇرۇلۇش، زەخىملىنىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

جىگەر ياللۇغى كېسەللىكىنى تەكشۈرۈشتە، ئالدى بىلەن جىگەرنىڭ ئەھۋالى. ئۇندىن كېيىن جىگەر ياللۇغىنىڭ سەۋەبى. ئاخىرىدا ياللۇغىنىڭ قايسى ئورۇندا ئىكەنلىكى تەكشۈرۈلىدۇ:

1. جىگەر ئەھۋالىنى تەكشۈرۈش:

بىمارنىڭ چىرايىنىڭ رەڭگى، بەدىنىنىڭ تاشقى كۆرۈنۈش ئۆزگىرىشى، بىمارنىڭ ئوڭ قوۋۇرغىسىنىڭ ئاستى داۋاملىق ئاغرىش، يانقاندا ناھايىتى بىئارامسىزلىنىپ ئۇخلىيالماسلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بىماردا جىگەر ياللۇغى بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارنى ئوڭدا يانقۇزۇپ، جىگەر رايونىنى باسقاندا يېرىم ئاي شەكلىدە ئىششىق مەلۇم بولۇش بىلەن بىرگە قۇرۇق يۆتەل، دەم سىقىلىش، سۈيدۈك ئازلاش، سۈيدۈك تۈتۈلۈش، چوڭقۇر نەپەسلەنگەندە جىگەر بىلەن بويۇننىڭ ئارىلىقىدا ئاغرىش مەلۇم بولسا، ياللۇغىنىڭ جىگەر ئۇستى تەرىپىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىششىق يېرىم ئاي شەكلىدە بولماستىن، بەلكى ئۇزۇن بىر تەرىپى توم، يەنە بىر تەرىپى ئىنچىكە بولسا، جىگەر ياللۇغىنىڭ يۇقىرىقى ئالامەتلىرى ئېنىق مەۋجۇت بولمىسا، ياللۇغىنىڭ جىگەر مۇسكۇللىرىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىششىق ئېنىق مەلۇم بولمىسا، كۆڭۈل ئاينىش، قەي قىلىش، قەۋزىيەت بولۇش ياكى ئىچ سۇرۇش، ئىشتىھا تۆۋەنلەش ئالامىتى بولسا، يۆتەل، دەم سىقىلىش يەڭگىل بولسا، ياللۇغىنىڭ جىگەر ئاستى تەرىپىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر جىگەرنىڭ ئۇستى تەرىپى ۋە ئاستى تەرىپى ھەر ئىككىلىسىدىكى ياللۇغىنىڭ ئالامەتلىرى بىراقلا كۆرۈلسە، ياللۇغىنىڭ ئىككىلا تەرەپتە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

2. جىگەر ياللۇغىنىڭ سەۋەبچى ئامىللىرىنى تەكشۈرۈش:

قىزىش، ئاغرىش، جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق سېزىم بولۇش، كۆپ ئۇسساش، ئىشتىھا تۆۋەنلەش، قەي قىلىش، بىئارام بولۇش، ھوشسىزلىنىش، قول - پۇتى سوۋۇپ كېتىش، سۈيدۈك قىزىل، چوك تەرەت گۆش يوغان سۇدەك بولۇش، ئۇلاردىن باشقا جىگەر ئۇستى قىسمىدىكى ياللۇغىنىڭ ئالامىتى بىلەن جىگەر ئۇستى ئاستى قىسمىدىكى ياللۇغىنىڭ ئالامەتلىرى بىرگە كېلىش بولسا، ياللۇغىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن بىرگە تومۇر ھەربىتى دولقۇنسىمان، ئىتتىك بولسا، چىرايى، كۆزى، تىلى قىزىل بولۇپ، تومۇرلىرى كۆتۈرەڭگۇ بولسا، جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق، ئېچىشىش مەلۇم بولسا، ياللۇغىنىڭ غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى ئىنچىكە، ئىتتىك، ھەرەچىشسىمان بولسا، دەسلەپتە چىراي، تىلى سېرىق بولۇپ، ئاخىرىدا قارىداپ قالسا، جىگەر ساھەسى چوقۇلۇپ ئاغرىش، بىئاراملىق ھېس قىلىش بولسا، سۈيدۈك ۋە چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇپ، دەسلەپتە سېرىق سەپرا ئارىلاشقان قەي قىلسا، ئۇنىڭدىن كېيىن كۈدە سۈيى رەڭلىك ۋە تومۇر دېتى رەڭلىك قەي قىلسا، تىلغا ئۇششاق مۇدۇرچاقلار چىقسا، قىزىتما تۇتقاقلىق شەكلىدە ئېغىر بولۇپ، ھۆل سوغۇق نەرسىلەردىن ناھايىتى راھەت ھېس قىلسا، يالۇغ-نىڭ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ «ھۈمرە» دېيىلىدۇ.

ئەگەر جىگەر ساھەسىدە ئېغىرلىق ھېس قىلىش، ئاشقازان كۆپۈش، يەڭگىل يۆتە-لىش، چىرايى پارقىراش، تىل ۋە چوڭ تەرەت ئاق بولۇش، جىگەر ساھەسىدىكى ئىششىق يۇمشاق بولۇش، تومۇر ھەرىكىتى ئاستا، يۇمشاق سېلىش، سۈيدۈكى ئاقۇچ بولۇش، ئېغىز شۆلگىيى كۆپ، ھەزىم ناچارلىق ئالامەتلىرى مەۋجۇت بولسا، يالۇغنىڭ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىششىق يېرىم ئاي شەكىللىك، قاتتىق بولسا، ئاغرىش قاتتىق بولماستىن، ئېغىرلىق سېزىمى كۈچلۈك بولسا، بەدىنى ئاجىز، ئىشتىھاسى تۆۋەن، رەڭگى قارامتۇل، تىلى قۇرۇق ۋە يېرىك بولسا، سۈيدۈكى قارامتۇل، مىقدارى ئاز بولسا، يالۇغنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يالۇغنىڭ بۇ خىلدا ئاغرىش قاتتىق بولۇپ، بىمارنىڭ رەڭگى، ئىشتىھاسى زور دەرىجىدە بۇزۇلغان بولسا، يالۇغنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان راك سەۋەبىدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بىماردا قىزىتما ۋە ئاغرىش بولماستىن ھېچ تۇتۇش ۋە كۆڭۈل ئاينىش يۇز بەرسە، بىمارنىڭ ئاقىۋىتى خەتەرلىك بولىدىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

3. يالۇغ جىگەرنىڭ قايسى ئورۇندا ئىكەنلىكىنى تەكشۈرۈش:

ئەگەر جىگەر ساھەسىدە ئىششىق مەلۇم بولماي يەڭگىل قىزىش، قورساقنىڭ ئىچكى تەرىپىدە ئېغىرلىق ۋە تارتىشىش سېزىمى بولۇپ، چوڭ تەرەت سۈيۇق كۆككە مايىل كەلسە، يالۇغنىڭ جىگەر ماسارىقا تومۇرىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر جىگەر ساھەسىدە ئىششىق بولۇپ، ئېغىر دەرىجىدە ئاغرىش، يەڭگىل قىزىش، تالنىڭ ئاستى تەرىپى ۋە جىگەرنىڭ ئۈستى تەرىپىدە تارتىشقاندەك سېزىم بولۇش، ئېغىز-ماندا ئاغرىش بولۇش، قۇرۇق يۆتەل بولۇش، نەپەس قىيىنلىشىش، تومۇرى ھەرە چىشسە-مان بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، يالۇغنىڭ جىگەر شىللىق پەردىسىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

جىگەر ئۈستى تەرىپىدىكى يالۇغ بىلەن جىگەر مۇسكۇل يالۇغنىڭ پەرقى تۆۋەندىكە-چە:

جىگەر ئۇستى تەرىپىدىكى يالليۇغدا: جىگەر ساھەسىدىكى ئىششىق يېرىم ئايسىمان بولىدۇ. سۇيدۇك ۋە چوڭ تەرەت تۇتۇلىدۇ. ئىشتىھا تۆۋەنلەيدۇ. بەدەن ناھايىتى تېزلا ئاجىزلاپ، قۇرغاقلىشىپ قالىدۇ. جىگەر مۇسكۇل يالليۇغدا، جىگەر ساھەسىدىكى ئىشىشىق بىر ئۇچى كەڭ، بىر ئۇچى تار، خۇددى چاشقان قۇيرۇقىسىمان شەكلى ئۇزۇن بولىدۇ. بويۇن تارتىشقاندەك سېزىم بولىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا جىگەر يالليۇغى بىلەن كۆكرەك پەردە يالليۇغى ئۆزئارا پەرقلەندۇرۇلىدۇ.

داۋالاش:

جىگەر يالليۇغى، بولۇپمۇ ئىسسىقتىن بولغان جىگەر يالليۇغىنى داۋالىغاندا خىلىتلارنى قويۇلدۇرغۇچى، تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارنى بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم. ئۇنداق قىلمىغاندا جىگەر تومۇرلىرىدا توسۇلۇش يۈز بېرىپ، جىگەر قېتىش كېسەللىكىنى پەيدا قىلىپ قويىدۇ. بۇ ۋاقىتتا داۋالاش ناھايىتى قىيىن بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن جىگەر يالليۇغىدا قەۋزىيەتلىككە يول قويماسلىق، قويۇق خىلىتلارنى يۇمشاتقۇچى دورىلار بىلەن توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىستېمال قىلدۇرۇش، ئىچىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار بىلەن سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ئوخشاش نىسبەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

جىگەر ئاستى قىسمىدىكى يالليۇغدا سۇرگۇ دورىلارنى ئىشلىتىش، جىگەر ئۇستى قىسمىدىكى يالليۇغدا سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش مۇۋاپىقتۇر. جىگەر يالليۇغى ئۈچۈن ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە ۋە سوقمۇنىيانى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش.

جالىنۇس بۇ كېسەللىك ھەققىدە مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەر يالليۇغى تەرەققىي قىلغانغا قەدەر سۇرگۇ ۋە سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلاردىن ساقلىنىش لازىم. غەيرىي تەبىئىي خىلىت پىشقاندىن كېيىن تەبىئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن جىگەر ئاستى يالليۇغدا خىيارشەنبەر شىرىسى بىلەن رەۋەن چىنى شىرىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەر ئۇستى يالليۇغدا سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. جىگەر توقۇلمىلىرىنى سوۋۇتۇش ياكى ئۇنى يۇمشىتىشتا ھەددىدىن ئاشۇرۇۋەتمەسلىك لازىم. كۈچلۈك سوغۇق تەبىئەتتىكى دورىلارنى ۋە تۇتقۇچى مېۋىلەرنى بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم.

مەشھۇر ھەكىم ئەنتاكى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەر يالليۇغىنى داۋالاشمۇ ئاشقازان يالليۇغىنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ. ئوردان، ئۇشەق، تاباشىر قاتارلىق دورىلار تالقىنى بۇ كېسەلگە پايدىلىق.

ئۇلاردىن باشقا جىگەر يالليۇغىنى پەيدا قىلغان سەۋەبىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

ئۇيغۇر كىتاب توپلىمى www.uyghurkitap.com

1. غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغنى داۋالاش:

علاج ورم جگر دموی

ئەگەر شارائىت يار بەرسە، ئوڭ تەرەپ بىلەكتىكى قىپىال ياكى باسىلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكنى داۋالاش جىگەر ياللۇغىغا قارىتا قان خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلىكىنى قايتۇرغۇچى ۋە ماددىلارنى تۇنتۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە دورىلارنى ئىشلىتىش. تىن جىگەر قېتىش خەۋپى بولسا ياكى تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئاغرىش قاتتىق بولسا ياكى جىگەر ساھەسىگە قانلىق لوڭقا قويۇلسىمۇ بولىدۇ.

ياللۇغ جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپىدە بولسا كاسىنە ئۇرۇقى توققۇز گرام، پوستى بىخ كاسىنە 12 گرام، شوخلا ئالتە گرام، شېكەر 18 گرام قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ. تەبئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن، كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن خىيارشەنبەر شىرىسى بىرلىكتە ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى پەقەت مائۇل پەۋاكىھ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ياللۇغ جىگەرنىڭ ئۈستى تەرىپىدە بولسا ئانار سۇيى بىلەن سىركەنجۈبىل ئىچكۈزۈلىدۇ. كاسىنە سۇيى، شوخلا سۇيى 60 گرامدىن، شەربىتى ئانارىيىن، سىركەنجۈبىل ساددەدىن 24 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرى ئالتە گرام، شوخلا، بىخ سۇس، پىرسىياۋشان ھەربىرىدىن تۆت گرام ئېلىپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، 36 گرام سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەرنىڭ ئۈستى تەرىپىدىكى ياللۇغ كېسەللىكىدە ئېغىر دەرىجىدە قەۋزىيەتلىك بولسا، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بىرنەچچە كۈندىن كېيىن سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلارنى قاينىتىپ ئېلىنغان كۆك كاسىنە سۇيىگە چىلاپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ، شەربىتى بۈزۇرى ۋە سىركەنجۈبىل ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە قۇرسى زىرىشكىمۇ ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

كاسىنە ئۇرۇقى، سەندەل، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى، ئارپا ئۇنى، يەرلىك شوخلا قاتارلىق دورىلارنى كۆك يۇمغاقسۈت سۇيى، كۆك شوخلا سۇيى، گۈل يېغى، ئازراق سىركە، دورىلار بىلەن بىرلەشتۈرۈپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئەگەر كېسەللىك تەرەققىي قىلغان بولسا يۇقىرىقى دورىلارغا ئىكللىلىك، ئېپسەنتىن، زەپەر قوشۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئاخىرىدا يۇقىرىقى دورىلاردىن سەندەلنى چىقىرىۋېتىپ ئىشلىتىلىدۇ. كېسەللىك ساقىيىشقا قاراپ يۇزلەنگەندە، پەقەت زەپەر، ئېپسەنتىن، ئۇدھىندى قاتارلىق دورىلارنى جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىش لازىم.

جىگەر ياللۇغى بىلەن ئىچى سۇرۇش بىرگە كەلگەن بولسا، ھۇممان ئۇرۇقى، تاباشىر، قىزىلگۇل ھەربىرى 18 گىرام، لوك، رەۋەن ئۇچ گىرامدىن، زەپەر ئىككى گىرام قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، تۆت گرامنى رەۋەن ئۆسۈملۈك قىيامى، زىرىق قىيامى ياكى ئانار قىيامى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا پەقەت ئارپا سۈيىلا ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەر ياللۇغى ئۇچۇن قابىز تۇرىدىكى سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار ۋە يېمەكلىكلەردىن ئانار، ئالما، ئامۇتنى كۆپ بېرىش زىيانلىق. چۇنكى بۇ يېمەك - ئىچمەك ۋە دورىلار ئارقىلىق جىگەر ۋە ئۆت ئوتتۇرىسىدىكى ئۆتۇشمە كانالچىلار تارىيىپ كېتىش سەۋەبىدىن سەپرا خىلىتى جىگەردە توپلىشۇپلىپ، ياللۇغنى ئېغىرلاشتۇرۇۋېتىدۇ. شۇنىڭ ئۇچۇن قابىز دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۇر بولۇپ قالغاندا، بەك كۆچلۈك دورىلارنى ئىشلىتىپ ئارتۇق سەپرا خىلىتىنىڭ جىگەردە تۇرۇپ قېلىشىدىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك.

جىگەر بولسا ھەرقانداق دورا، يېمەك - ئىچمەكنى تېز قوبۇل قىلىپ، تېز تەسىرنى قوبۇل قىلغانلىقتىن، جىگەر ياللۇغى كېسەللىكىدە ئۆتكۇر توسالغۇلارنى ئاچقۇچى كۆچلۈك دورىلارنى ئىشلىتىشتىن جىگەر يېرىلىش ئەھۋالى كېلىپ چىقىدۇ. شۇنىڭ ئۇچۇن جىگەر ياللۇغى، بولۇپمۇ قان خىلىتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغى كېسەللىكىنى داۋالاشتا ياخشى ئويلىنىپ داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك. مائۇلھەسەل گەرچە يۇقىرىقى ئەھۋالدىن خالىي بولسىمۇ، لېكىن تاتلىق بولغانلىق سەۋەبتىن توسالغۇ پەيدا قىلىپ قويىدۇ. شۇنىڭ ئۇچۇن مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈشكە بولمىغان ئەھۋالدا ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كۆچلۈكرەك تەدبىر قوللىنىش زۆرۇر بولۇپ قالسا، ئارپا سۈيىگە توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنىڭ قۇۋۋىتى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غىدىقلىغۇچى، قابىز تۇرىدىكى يېمەك - ئىچمەك، دورىلار جىگەرنىڭ ئۇستى تەرىپىدىكى ياللۇغقا قارىغاندا جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپىدىكى ياللۇغقا بەكرەك زىيانلىق. ئۇلاردىن باشقا شۇنىڭغا ئەھمىيەت بېرىشى مۇھىمكى، جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپى ياللۇغلانغاندا سۈيىدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى بېرىشتىن، جىگەرنىڭ دۇمبەلچەك تەرىپى ياللۇغلانغاندا سۇرگۇچ دورىلارنى بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم. شۇنىڭ ئۇچۇن جىگەر ياللۇغنى داۋالاشتا جىگەرنىڭ كېسەللەنگەن تەرىپىنى ئېنىقلاش بەك مۇھىم ھېسابلىنىدۇ.

ئەگەر ھارارەت مەۋجۇت بولسا باشقا دورىلارنى ئىشلىتىشتىن بۇرۇن كاسنە سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى، سىركەنجىۋىل، قىزىل چۇغلۇق سۈيى، پاقىيوپۇرمىقى سۈيى، كاكىنەچ سۈيى، ھۆل يۇمغاقسۇت سۈيى، قاپاق سۈيى، تەرخەمەك سۈيى، ئەفتىمۇن سۈيى قاتارلىق دورىلارنى ئەپسەنتىن، قەسبۇزىرە، قۇرسى ئەنبەر بارىس قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ بىلەن قىزىتما تۆۋەنلىمىسە كاپۇر قوشۇلىدۇ ۋە جىگەرنى كۈچلەندۈرۈش مەقسىتىدە لوك ۋە رەۋەن تالقىنى قوشۇپ بېرىلىدۇ. ئەگەر يۆتەل بىرگە بولسا رۇببىسۇس، كەتىرا، تەرەنجىبىن قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ كېسەلنى داۋالاشقا قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغىدا قىزىتما بەك يۇقىرى بولمىسا، ئىششىق يەڭگىل بولسا بەدىيان سۈيى، گاۋزىبان، ئىزخىر، ياۋا كەرەپشە، ئەرقى گۈل قاتارلىق دورىلار سىركەنجۈبىل بىلەن بېرىلىدۇ، ئۇنىڭدىن باشقا قۇرسى گۈل يېگۈزۈلىدۇ.

يالللۇغنىڭ جىگەر ئاستىدا ئىكەنلىكى جەزىملەشتۇرۇلسە، تۇرۇپ سۈيى، چامغۇر سۈيى مۇۋاپىق مىقداردىكى شوخلا سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. خىلىتلارنىڭ پىشقانلىقىغا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلگەندىن كېيىن، بەدىيان سۈيى، شوخلا سۈيى، ھەببى نىل سۈيى بىلەن خىيارشەنبەر شىربىسى بىرلىكتە ئىچكۈزۈلىدۇ.

كېسەللىك ساقىيىشقا قاراپ يۈزلەنگەن بولسا سەبرە، غارىقۇن، تۇربۇتقا ئوخشاش كۈچلۈك سۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

يالللۇغ جىگەر دۈمبەلچەك قىسمىدا بولسا دەسلەپكى سوغۇق تەبئەتلىك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار، ئۇنىڭدىن كېيىن مۇتىدىل ھالدىكى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار، ئاخىرىدا كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دەسلەپتە سېمىزئوتنىڭ سۈيى، قاپاقنىڭ سىقىلغان سۈيى، ھەمشە باھار سۈيى، ئەرقى گۈل قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سەندەل بىلەن كاپۇر، ئارپىنى سوقۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئىششىق پەيدا بولسا بېھى، ئارپا ئۇنى، ئەرقى گۈل قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىنى تارقىتىش مەقسەت قىلىنسا، مەستىكى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئارپا يارمىسى، شۇمشا، سەبرە، ئوردان، قەسبۇزەرىر 84 گرامدىن، تۆت گرام مەستىكى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سەۋسەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

سۇۋەيدى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سېمىزئوتنىڭ سىقىلغان سۈيى، زىرىق سۈيى، سېمىزئوت ئۇرۇقى سۈيى، رۇسۇت قاتارلىق دورىلار ئىچكى، تاشقى جەھەتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 18 گرامدىن، كاسىنە ئۇرۇقى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، تاباشىر ھەربىرى ئون گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، بەدىيان ھەربىرى يەتتە گرام، زىرىق ئۇساربىسى 14 گرام، زەپەر تۆت گرام. مەستىكى، ئەپسەنتىن ھەربىرى ئۈچ گرام، كاپۇردىن بىر گرام ئېلىپ، دورىلارنى تالقان قىلىپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. ئەگەر يۆتەل بىرگە كەلسە يۇقىرىقى تالقان دورىغا سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، رۇببىسۇس تالقىنى قوشۇلىدۇ. ئاخىردا يۇقىرىقى تالقان دورىلار قۇرسى ئەنبەر بارىس، سىركەنجىۋىل بۇزۇرى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

بەزى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بىمارنىڭ بەدىنى بەرداشلىق بېرەلمىسە دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قاينىتىپ ئېلىنغان كاسىنە سۇيى، شوخلا سۇيى ھەربىرى 36 گرام، 24 گرام قەنت سېلىنغان سىركەنجىۋىل ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، بىرقانچە كۈنگىچە ئىچىش داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا دەسلەپكى تۆت كۈنگىچە گۈل بىنەپشە، كاسىنە، كۆك يۇمغاقسۇت، شوخلا، پاقىيوپۇرمىقى ياغىچى، ئۇزۇم نوتىسى، قىزىلگۈل شېخى، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل ھەربىرى يەتتە گرام، زەپەردىن بەش گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلارغا بابۇنە، سۇمبۇل، ئىزخىر، ئەپسەنتىن، ئىكلىلىك قاتارلىق دورىلارنى قوشۇپ يەتتە كۈنگىچە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىرلەر بىلەن ياللۇغ قايتمىسا سەككىزىنچى كۈنى تەبئەتنى يۇمشىتىش ۋە ئىششىقنى تارقىتىش ئۈچۈن، خىيارشەنبەر شىرىسى، تەرەنجىبىن شىرىسى 84 گرام-دىن، شىرخىست 48 گرام قاتارلىقلارنى بىر لىتىر قاياناقسۇ بىلەن شىرىسنى ئېلىپ، دىنار شەربىتى 48 گرام، گۈلقەنت 60 گرام قاتارلىق دورىلارغا شوخلا سۇيى ۋە بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا كەچلىكى گۈرۈچ بىلەن پالەك، لايىقلاشتۇرۇلغان نوقۇت بېرىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن كاسىنە سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى ئەتىگەندە كاسىنە شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قاپاق ئۇرۇقى شىرىسى ھەربىرى توققۇز گرام، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى تۆت گرام، شەربىتى بىنەپشە 48 گرام قاتارلىق دورىلارغا ئىسپىغۇل سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. 12 كۈنگىچە يۇقىرىقى تەدبىرلەر بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ بىلەن مەقسەتكە يەتكىلى بولمىسا 16 ـ كۈنى مۇناسىۋەتلىك قاينىتىلما ۋە شەربىتى دىنار بىلەن سۇرگۇ بېرىلىدۇ. 17 ـ كۈنى ئۈچ گرام قۇرسى زىرىشك 12

گرام شەربىتى بۇزۇرى بارىد بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قاينىتىپ ئېلىنغان كۆك شوخلا سۈيى، كاسىنە سۈيى ھەربىرى 48 گرام، 24 گرام شەربىتى كىشۇش بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا پاقلان گۆشى كاسىنە ياغچى، شوخلا ياغچى، پالەك بىلەن پىشۇرۇپ نان بىلەن بېرىلىدۇ. بىر ھەپتىدىن كېيىن يۇقىرىدا ئىشلىتىلگەن دورىلارنىڭ ئىچىش مىقدارىنى كۈندىن - كۈنگە ئازايتىش لازىم.

يالليۇغ يوقالغاندىن كېيىن، يۆتەل بولسا كاسىنە ئۇرۇقى 36 گرام، ئاقلانغان ئوسۇك ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، بېھى ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 12 گرام، كەتىرا، رۇببىسۇس ھەربىرى توققۇز گرام، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 24 گرام، قەنت 84 گرام قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن كۈمىلاچ ياساپ بېرىلىدۇ.

زىرىق يەتتە گرام، تەمرى ھىندى 24 گرام، ئانار ئۇرۇقى تۆت گرام، ئەينۇلا ئون دانە، نېلۇپەر، چالا سوقۇلغان كاسىنە ئۇرۇقى ھەربىرىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، ئاخشىمى كۆك كاسىنە سۈيى ۋە شوخلا سۈيىگە چىلاپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۇزۇپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، قەنت مۇۋاپىق مىقداردا، شەربىتى نېلۇپەر 24 گرام قوشۇپ، قۇرسى زىرىشىك كەبىر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېمىزئوت، پاقىيوپۇرمىقى، قىزىلگۈل بىلەن زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇچ كۈندىن كېيىن ئارپا يارمىسى، ئاق لەيلىگۈل گۈل بىنەپشە بىلەن زىماد قىلىنىدۇ. ھارارەت بولسا يەتتە كۈندىن كېيىن ئۇنىڭغا بابۇنە قوشۇلىدۇ. كېسەللىك ساقىيىشقا قاراپ يۇزلەنگەندىن كېيىن تۇتقۇچى دورىلارنىڭ ئورنىغا تارقاتقۇچى دورىلاردىن گۈل بىنەپشە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بابۇنە، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، شوخلا سۈيى بىلەن جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

2. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالليۇغنى داۋالاش:

علاج ورم جگر صفراوی

غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالليۇغنى داۋالاش بىلەن غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنى داۋالاشنىڭ پەرقى شۇكى: غەيرىي تەبئىي قاندىن بولغىنىدا قان ئېلىنىدۇ. سەپرادىن بولغىنىدا سوۋۇتۇش ۋە ھۆل سوغۇق قابىز بولمىغان شەربەت ۋە دورىلار بېرىلىدۇ.

شەربىتى نېلۇپەر، شەربىتى ئەينۇلا سىركەنجىۋىل بىلەن بىرلىكتە ئىچكۈزۈلىدۇ. جالىنۇس بۇ كېسەلگە قارىتا شەربىتى ئەينۇلا، زىرىق شەربىتى، چىلان شەربىتى

ئىچكۈزگەن. جىگەر ساھەسىگە ئارپا ئۇنى، سەندەل، ئەرقى گۈل، كاسىنە سۇيى، سىركە قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ زىماد قىلغان، ئەگەر ھارارەت ئېغىر بولسا بىرئاز كاپۇر قوشقان.

يالۇغ جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپىدە بولسا سۇرگۈ ئۇچۇن مائۇل پەۋاكىھ گۈل بىنەپشە، نېلۇپەر گۈلى، قىزىلگۈل، ئاق لەيلىگۈل، خىيارشەنبەر، بادام يېغى قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ، سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلاردىن ئېھتىيات قىلىش لازىم.

كاسىنە سۇيى، قاپاق سۇيى، تەرخەمەك سۇيىدە خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن، شىرخىست، گۈلقەنتنى ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر مۇۋاپىق دەپ قارالسا، ئازراق رەۋەن قوشۇپ بېرىلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنى سۇرۇش ئۇچۇن دىنار شەربىتى ناھايىتى پايدىلىق.

كاسىنە ئۇرۇقى ئالتە گرام، گۈل بىنەپشە، نېلۇپەر ھەربىردىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، سۇزۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قىزىلگۈل، بىنەپشە، شوخلا قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

تەبئەتنى يۇمشىتىش ئۇچۇن 36 گرام تەمرى ھىندى، 250 گرام ئەرقى كاسىنە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن سۇزۇپ، تەرەنجىبىن، شىرخىست ھەربىردىن 48 گرام قوشۇپ ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يالۇغ جىگەرنىڭ ئۇستى قىسمىدا بولۇپ قالسا، كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا، بىخ كاسىنە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئېغىر دەرىجىدە قەۋزىيەت بولسا كلىزمىلار ياكى يەڭگىل سۇرگۈچى دورىلار ئارقىلىق تەبئەت بوشىتىلىدۇ.

يالۇغ بىلەن ئىچ سۇرۇش بىرگە كەلسە قۇرسى تاباشىر يېگۈزۈلىدۇ.

قىزىتما يۇقىرى بولسا قىزىل چۇغلۇق سۇيى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، يۇمغاقسۇت سۇيى، قاپاق سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بەكرەك سوۋۇتۇش زۆرۈر دەپ قارالسا، قۇرسى تاباشىر ساددە ياكى قۇرسى تاباشىر كاپۇر يېگۈزۈلىدۇ.

شەيخ بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالۇغدا غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان يالۇغقا قارىتا ئىشلەتكەن دورىلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ. لېكىن بۇ يالۇغدا سۇرگۈ ۋە سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار كۆپىنچە بىرلىكتە ئىشلىتىلىدۇ.

سوغۇقلۇققا مايىل دورىلار ۋە يېمەكلىكلەر كۆپرەك بېرىلىدۇ. سوغۇق تەبئەتتىكى دورىلار بىلەن جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ ھەقتە كۆپىنچە نېلۇپەر

سۇيى، كاسىنە سۇيى، بېھى سۇيى، سەندەل، كاپۇر قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىشلىتىلىدۇ. قىزىتقۇچى نەرسىلەردىن ساقلىنىدۇ.

كېيىنكى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىككە قارىتا قەۋزىيەت پەيدا قىلمايدىغان، چۈچۈمەل، سوغۇق تەبىئەتلىك بولغان دورىلاردىن شەربىتى بۇزۇرى بارىد ئىچكۈزۈلىدۇ. تەركىمەك ئۇرۇقى شىرىسى، كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى، گۈل بىنەپشە شىرىسى ھەربىرى توققۇز گرام، ئەينۇلا شەربىتى ياكى تەمرى ھىندى شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا پالەك، كۆك يۇمغاقسۇت، تەمرى ھىندى، گۈرۈچ قاتارلىقلاردىن شويلا ئېتىپ بېرىلىدۇ.

ئارپا يارمىسى، ئاق سەندەل، كاسىنە ياغىچى، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى، رۇسۇت ھەربىرى يەتتە گرام، ئەرقى گۈل، سىركە بىلەن زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر زۆرۈر بولسا ئازراق كاپۇر، زەپەر قوشۇلىدۇ. سەككىزىنچى كۈنى ئەينۇلا چىلانمىسى، مېۋىلەر سۇيى (مائۇل پەۋاكىھ) بىلەن تەبىئەت يۇمشىتىلىدۇ. يۇقىرىقى تەدبىرلەر ئارقىلىق يالۇغ يوقالمىسا، 16 ـ كۈنى شەربىتى ۋەرد مۇكەررەر بىلەن مەتبۇخ ھېلىلە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا قۇرسى تاباشىر كاپۇر ياكى قۇرسى زىرىشىك كاپۇردىن ئۇچ گرام ئېلىپ، 108 گرام قاينىتىلغان كاسىنە سۇيى، 48 گرام شەربىتى نىلۇپەر ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر كۆك كاسىنە تاپقىلى بولمىسا 18 گرام كاسىنە ئۇرۇقىنى ئەرقى گۈل، ئەرقى كاسىنە، ئەرقى نىلۇپەر ھەربىرىدىن 108 گرام بىلەن چىلاپ، ئەتىسى ئەتىگەن سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى زىرىق چىلانمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

3. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالۇغىنى داۋالاش:

علاج ورم جگر بلغمی

يالۇغ جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپىدە بولسا، كاسىنە ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، پىرسىياۋشان ھەربىرى 14 گرام، بەدىيان تۆت گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى ئۇچ گرام، مەستىكى ئىككى گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، گۈلقەنت، سىركەنجىۋىل ھەسلى ھەربىرىدىن 18 گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

دارچىن، سېرىقچېچەك، نوقۇت سېلىنغان توخۇ گۆشى شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەسمەن يېغى، بىدەنجىر يېغى بىلەن جىگەر ساھەسى ياغلىنىدۇ.

بەدىيان، بىخ سۇس ھەربىرى ئالتە گرام، يەرلىك شوخلا تۆت گرام، 24 گرام قەنتتىن قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى ئايارەج بىلەن بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن جاۋارىش ۋە گۈلقەنت بىلەن ئاشقازان كۈچلەندۈرۈلىدۇ ياكى 0.5 گرام تەرياق كەبىر، 0.5 گرام مۇمىيا يېگۈزۈش ئارقىلىق جىگەر ۋە ئاشقازان كۈچلەندۈرۈلىدۇ.

بىخ كەرەپشە، بىخ بەدىيان، بىخ ئىزخىر ھەربىرى ئالتە گرام، ئىزخىر چېچىكى، غاپەس، زۈپا ھەربىرى تۆت گرام، رۇم بەدىيان، پىننە، غارىقۇن ھەربىرى ئۈچ گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ئون دانە، سېرىق ئەنجۈر ئۈچ دانە، ئاق تۇربۇت ئالتە گرام، نېپىز قەنتەربيون تۆت گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، 48 گرام شەربىتى بۈزۈرى بىرگە ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى شەربىتى بۈزۈرى ئورنىغا قىزىل شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ ياكى ئۈچ گرام ئايارەج پەيقارا، ئىككى گرام غارىقۇن قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ كۈمىلاچ ياساپ ئاخشىمى يېگۈزۈپ، ئەتىسى ئەتىگەندە يۇقىرىقى مەتبۇخنى ئىچكۈزسە تەسىرى ناھايىتى ياخشى بولىدۇ.

سۈرگۈندىن كېيىن قۇرسى رەۋەن ياكى قۇرسى ئەپسەنتىن سىركەنجۈبىل بۈزۈرى، مائۇلھەسەل بىلەن داۋاملىق يېگۈزۈلىدۇ.

بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، قىزىلگۈل، زىغىر ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى يۈمشاق سوقۇپ، ئەرقى گۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئىپار زەپەرنى سەۋسەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە سۈۋاش ناھايىتى پايدىلىق ياكى سەبرە، زەنجۈبىل قاتارلىق دورىلار سوقۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

قىچىنى كالا سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە سۈۋىلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا تازىلاشتىن ئىلگىرى نوقۇت شورپىسى ياكى بادام شىرىسىدىن باشقا ھېچقانداق يېمەكلىك بېرىلمەيدۇ. تازىلاشتىن كېيىن كەكلىك، كەپتەر شورپىسىغا زەيتۇن يېغى، زىرە، دارچىن سېلىپ تەمىنى چىقىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يالۇغ جىگەرنىڭ دۈمبەلچەك تەرىپىدە بولسا رۇم بەدىيان، بەدىيان، كاسىنە يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، جۈۋىنە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، سىركەنجۈبىل بۈزۈرى ھار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان كەرەپشە ئۇرۇقىدىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ ئېلىنغان كاسىنە سۈيىدىن 120 مىللىلىتىر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئارقىلىق بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن جىگەرنى قىزىتىش ئۈچۈن قىزىلگۈل، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئىزخىر چېچىكى، مەستەكى، سۈمبۈل، ئاسارۇن، رەۋەن، تازىلانغان لوك، ئوردان، زەپەر قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

يالۇغ بىلەن قىزىتما ۋە يۆتەل بولۇپ، قورساق ئاغرىش، سۈيدۈك كۆپىيىش ئالامىتى بىرگە كەلسە، مۇۋاپىق سۈرگۈ دورىلىرىنى بېرىپ بولغاندىن كېيىن، 24 گرام گۈلقەنتكە

ئۇچ گرام قۇرسى گۈل سەغرى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بىرىنچى كۈنى شوخلا، پىرسياۋشان، بىخ سۇسنى قاينىتىپ سۇ-زۇپ، بەدىيان شىرىسى تۆت گرام، ئوغرىتىكەن شىرىسى ئالتە گرام، شەربىتى بۇزۇرى مۆتىدىل 24 گرام، تالقانلانغان خاكشى تۆت گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىكىنچى كۈنى يۇقىرىقى قاينىتىلمىنىڭ ئورنىغا بىخ سۇس شىرىسى، شوخلا شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ھەربىرىدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاشقازان ۋە جىگەرنى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن قۇرسى زىرىشك سەغرى تۆت گرام، نۇشدارى سادده ئالتە گرام بىرلەشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

شوخلا، بەدىيان، قۇرۇق زۇپا، زىرە، بابۇنە گۈلىدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، 12 گرام خەشخاش شەربىتى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خوخا، ئاق تىكەن، يەرلىك شوخلا ھەربىرى تۆت گرام، قوغۇن ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 24 گرام ئارپا تالقىنى ۋە گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ (بۇ نۇسخىنى داۋاملىق ئىستېمال قىلسا، سوزۇلما خاراكتېرلىك غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان قەي، ئىچكى ئەزالار ئىششىقى ۋە كەم قانلىق ئۈچۈن پايدىلىق.)

نەزلە ئۈچۈن ئاق لەيلىگۈلى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، كۆكنار ھەربىرىدىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ غار ـ غار قىلدۇرۇلىدۇ.

قەسبۇزەرىرە، غار يىلتىزى، ھەبۇلغار، پىلپىل، ئەپسەنتىن، سۇمبۇل ھىندى، يۇلغۇن يىلتىزى، ياۋا رەيھان يىلتىزى، بىلسان يېغى قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچكۈزۈش ياكى بۇ دورىلاردا قائىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ، جىگەر ساھەسىگە چېپىش ناھايىتى پايدىلىق. ئۇلاردىن باشقا ئىزخىر يىلتىزى، ئىزخىر چېچىكى، مەستە-كى، پىننە، ئوردان، ئەفتىمۇن، غاپەس، ئاسارۇن قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە ئىچكى، تاشقى تەرەپتىن ئىشلىتىلىدۇ.

سىركە، غار دەرىخىنىڭ ياغىچى، رەيھان، ئىكلىلمىلىك قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالۇغنى داۋالاش تەدبىرى جىگەر مۇدۇرچاق كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ. لېكىن بۇ كېسەللىكتە غەيرىي تەبئىي خىلىتىنى يۇمشاتقۇچى، توسالغۇنى ئاچقۇچى، خۇش پۇراق، جىگەرنى كۈچلەندۈرگۈچى دورا سۈپىتىدە شەربىتى بۇزۇرى، قۇرسى سۇمبۇل ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا داۋائىل كۆركۈم، داۋائى لوك يېگۈزۈلىدۇ. جىگەر ساھەسىگە مەلھە-مى ئىستەمخىقۇن، مەلھەمى بۇزۇرى زىماد قىلىنىدۇ. داۋائى ئەنسىل، داۋائى سوم يېگۈزۈلىدۇ (بۇ ئىككى خىل دورا جىگەر، تال قېتىش، بۆرەك ئاجىزلاش ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق ھېسابلىنىدۇ).

4. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالليۇغىنى داۋالاش:

علاج ورم جگر سوداوی

قۇرسى زىرىشىك گاۋزىبان، بەدىيان، غاپەس، گۈلگەنت قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلىمىسى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

بىخ كەرەپشە، بىخ بەدىيان، ھەربىرى يەتتە گرام، ئىزخىر يىلتىزى، قۇستە ھەربىرى بىر گرام، غاپەس، ئەپسەنتىن، ئاسارۇن، بىخ كەبىر ئىككى گرام، شۇمشا ئۇچ گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 72 گرام، ئىكلىلمىلىك تۆت گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، تۆت گرام ئاچچىق بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، داۋائىل كۇركۇم بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرياقى ئەربەئە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

قىزىتما بولمىسا مەتبۇخى زۇفا ئىستېمال قىلدۇرۇش ناھايىتى پايدىلىق.

كاسىنە ئۇرۇقى، شاھتەرە، قەسبۈزەربر ھەربىرى ئالتە گرام، بىخ سۇس، يەرلىك شوخلا، سۇمبۇل تىپ ھەربىرىدىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، 24 گرام بۇزۇرى شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان، كاسىنە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، گاۋزىبان قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرگە قارىتا كاسىنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، شاھتەررە، چىلان، نېلۇپەر قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى بەدىيان بىلەن قاينىتىپ، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە توخۇ يېغى، كالا ـ پاچاقنىڭ يىلىكى، سۇمبۇل تىپ قاتارلىق دورىلاردىن مەلھەم تەييارلاپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

شۇمشا، نېلۇپەر ئۇرۇقى، ئەنجۇر، مۇقەل، ئۇشەق، ئىكلىلمىلىك، سۇزاپ، سۇمبۇل تىپ، موم يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مەلھەم تەييارلاپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ ھەمدە قىزىلگۈل، سەندەل، سۇمبۇل ئارقىلىق جىگەر كۇچلەندۇرۇلىدۇ.

قاتتىق ئىششىقنى مائۇلئۇسۇل، سىركەنجۇبىل بۇزۇرى، سىركەنجۇبىل ئەنسىل ئارقىلىق يوقاتقاندىن كېيىن غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنى تازىلاش ئۈچۈن ئەفتىمۇن، سانا، بىخ سۇس، بادرەنجى بۇيا، گاۋزىبان، كاسىنە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتى تولۇق تازىلىنىپ بولمىغان بولسا مەجۇنى نۇجاھ بىلەن بۇ مەتبۇخ ئىچكۈزۈلىدۇ. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنى تازىلىغاندىن كېيىن داۋائىل كۇركۇم، قۇرسى مۇقەل، قۇرسى زىرىشىك كىبىر يېگۈزۈلىدۇ.

قىزىتما بولمىسا جىگەرنىڭ قاتتىقلىقىنى يوقىتىش ئۈچۈن ئالتە گرام دەبدىل ۋەرد،

72 گرام تۆگە سۈتى ئالتە گرام ھەسەل بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

جىگەر ۋە ئاشقازان قېتىپ قېلىش بىلەن بىرگە يۆتەل، قىزىتما بولسا، بىخ سۇس، يەرلىك شوخلا، گاۋزىبان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، بىخ كاسنە ھەربىرىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىلغان كۆك كاسنە سۈيىگە چىلاپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ، 36 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە مەستىكى ئۇچ گرام، سەئدى كوفى، بابۇنە گۈلى، شوخلا ھەربىرىدىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، خىيار شەنبەر شىرىسى ئالتە گرام، گۈل يېغى 12 گرام بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنى سۇرگۈندىن كېيىن، جىگەردىكى قېتىش ئەھۋالى ۋە قىزىتما يەنىلا بولۇپ، بىمارنىڭ چىرايىنىڭ رەڭگى سېرىق بولسا، قۇرسى تاباشىر، زىرىشىك (رەۋەن چۈشمىگەن) تىن تۆت گرام ئېلىپ، تەرخەمەك شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، قەنتتىن ئون گرام ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ياللۇغدا قىزىتما بولۇپ، چىرايىنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولسا ھەمدە بۇ كېسەللىك باشلىنىشتىن ئىلگىرى بۇزۇلغان يېمەكلىك، بۇلغانغان سۇلارنى ئىچىش تارىخى بولسا، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقى ئالتە گرام، يەرلىك شوخلا ئالتە گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، 24 گرام شەربىتى بىنەپشە، بەش گرام سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قىزىلگۈل تۆت گرام، كاسنە ئۇرۇقى، گۈل بىنەپشە، شاھتەرە ھەربىرى ئالتە گرام قاتارلىقلارنى يۇقىرىقى دورىلارغا قوشۇپ تەييارلاپ بېرىلىدۇ، شەربەتنىڭ ئورنىغا 24 گرام گۈلقەنت قوشۇلىدۇ، ئاخىرىدا بىرىنچى قېتىملىق سۇرگۈ ئۇچۇن ئاق لەيلى ئۇرۇقى ئالتە گرام، قىزىلگۈل تۆت گرام، خىيارشەنبەر، تەمرى ھىندى، تەرەنجىبىن قاتارلىق دورىلاردىن مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئىككىنچى قېتىملىق سۇرگۈ ئۇچۇن يۇقىرىقى دورىغا ئالتە گرام گاۋزىبان ئالتە گرام يەرلىك شوخلا قوشۇپ قاينىتىپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، بىنەپشە شەربىتى 24 گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسىدىن بەش گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شوخلا ئالتە گرام، بېھى ئۇرۇقىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، 12 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇستىگە پاقىيوپۇرمىقى تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

120 گرام ئەرقى بەدىيانغا ئالتە گرام يەرلىك شوخلا سۈيى، 12 گرام قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاشقازان ۋە جىگەردە قېتىش بولۇپ چىرايىدا سارغىيىش بولسا، سۇرگۈ بەرگەندىن

كېيىن تۆگە سۈتى بىلەن تۆت گرام دەبدىلۈەرد يېگۈزۈلىدۇ ۋە تۆگە سۈتى مىقدارى 72 گرامدىن 250 گرامغىچە يەتكۈزۈلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل 40 كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ ياكى دەبدىلۈەرد بەش گرام، ئەرقى شوخلا 120 گرام، شەربىتى بۈزۈرى 24 گرام، ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر جىگەر قېتىپ قېلىشىنىڭ سەۋەبى غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنىڭ سۈركۈ دورىسى ياخشى بولمىغانلىقتىن بولۇپ، قىزىتما بولسا 24 گرام گۈلقەنت، 12 گرام سىركەنجىۋىل بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن سوقۇلغان كاسىنە ئۇرۇقى، شاھتەرە ھەربىرى ئالتە گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ئون دانە قاتارلىق دورىلارنى 120 مىللىلىتىر ئەرقى شاھتەرە بىلەن قاينىتىپ، شەربىتى بۈزۈرى 24 گرام، ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن بەش گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە يەنە قۇرسى گۈل سەغىر تۆت گرام يېگۈزۈلىدۇ.

تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىز شىرىسى ئالتە گرام، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىچى سۈرۈش بولسا بىر گرام تاباشىر بىلەن 12 گرام تاتلىق ئانار شەربىتى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى ھەربىرى ئالتە گرام، شەربىتى بېھى 24 گرام، سوقۇلغان زەھرى - مۇھرى 12 گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئەپسەنتىنگە ھەسەل قوشۇپ ئىچىش ياكى ئەپسەنتىن چىلانغان شاراپ ئىچكۈزۈش لازىم. غاپەس، ئەپسەنتىن، ئۇشەق قاتارلىق دورىلارنى سىركە بىلەن يېگۈزۈش جىگەر قېتىش ئۇچۇن پايدىلىق.

غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغىدىن كېيىپ چىققان جىگەر قېتىش ئاسانلىقچە ساقايمايدۇ. بىراق دەسلەپكى باسقۇچىدا دورا ئىشلەتسە ئۇنۇم بولىدۇ.

جىگەر ياللۇغىدىن بولغان قېتىشتا: غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنىڭ مۇنزىچىنى بېرىپ، ئاندىن تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بەك ئۆتكۈر دورىلارنى بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم. بىمارنى ئوڭ تەرەپنى بېسىپ يېتىش تەكىتلىنىدۇ. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، يەككە دورىلاردىن چىلغوزا مېغىزى، شۇمشا قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى شاراپ بىلەن يېگۈزۈش بۇ كېسەللىك ئۇچۇن پايدىلىق.

نارجىل يېغى، بىلسان يېغى، قۇستە يېغى قاتارلىق دورىلار سېرىقچىچەك، سۈزاپ قاينىتىلمىلىرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، بولۇپمۇ نارجىل يېغى بىر ھەپتىگىچە ھەركۈنى 14 گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچ گرام غاپەس كەرەپشە سۈيى ياكى كاسىنە سۈيى ۋە ياكى بەدىيان سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرۇتۇلغان پاقىيوپۇرمىقىدىن تۆت گرام ئېلىپ تالقانلاپ بېرىش ياكى يېشىل ماش قاينىتىلمىسىغا ئىككى گرام سۇمبۇل تالقىنى، 1.5 گرام پىلپىل تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش لازىم.

قۇرسى مۇقەل، داۋائىل كۇركۇم، تەرياقى ئەربەئە، قۇرسى ئەنبەر قاتارلىقلار بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا چالا پىشۇرۇلغان توخۇم سېرىقى، ئارپا ئېشى بېرىلىدۇ. بىر ئاز شاراب ئىچكۈزۈلىدۇ.

كېيىنكى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنى چىقىرىپ تاشلىغۇچى كىلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى، كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى ھەربىرى توققۇز گرام، سۇمبۇل تىپ، يۇلغۇن مېۋىسى، ئىكلىلمىلىك، ئۇشەق، مۇقەل ھەربىرى تۆت گرام، سېرىق موم 36 گرام، ئاچچىق بادام يېغى، گۈل يېغى ھەربىرىدىن 36 گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قىيرۇتى تەييارلاپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. جىگەر ئازراق يۇمشىغان بولسا، مائۇلجەبىن، مەجۇنى نۇجاھ، ھەببى لاجۇۋەرد، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، غارىقۇن، سۇفۇپى لاجۇۋەرد بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن داۋائىل كۇركۇم كەبىر، كەلكىلانەج، سۇفۇپى سەكپىنەج قاتارلىق دورىلار تۇغا سۈتى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

تەبىرى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالليۇغىنىڭ جىگەر قېتىشىقا ئۆزگىرىشىنى داۋالاشنىڭ ئەڭ ياخشى چارىسى گۈڭگۇرتلۇك ئارىشاق، بۇلاق سۈيىگە چۆمۈلۇش ياكى بۇلاق سۈيى ئىچىش، شۇنداقلا يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىش لازىم.

5. جىگەر مۇسكۇل يالليۇغىنى داۋالاش:

علاج ورم عضلات جگر

يالليۇغ جىگەرنىڭ مۇسكۇل قىسمىدا بولسا، ئۇنى داۋالاشتا ماددا ئېتىبارى بىلەن ئاشقازان ۋە جىگەر يالليۇغىنى داۋالىغانغا ئوخشاش داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. لېكىن بۇ كېسەلدە بىرقەدەر كۆچلۈكرەك دورا ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى بۇ كېسەلدە جىگەرنىڭ قېتىپ قېلىش ياكى غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنىڭ باشقا ئەزالارغا تارقاپ كېتىش خەتىرى بولمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بىمارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالى يار بەرسە، تارقاتقۇچى دورىلارغا مۇرەككى، سەبرە، نارخىل يېغى، موم قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ سۈيدۈكتە ئۆتكۈرلۈك بولسا ئاق لەيلى، ئارپا يارمىسى، ئاق سەندەل،

قىزىل سەندەل، شىيافى مامشا، كاسىنە سۇيى، ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ياللۇغ ئىسسىقتىن بولسا، غەيرىي تەبئىي قان ۋە سەپرا خىلتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغىنى داۋالاش بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ياللۇغ سوغۇقتىن بولسا غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغىنى داۋالاش بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر ياللۇغدىكى ئىششىقنىڭ ماددىسى يېرىڭ شەكلىگە ئۆزگىرىشكە باشلىغان بولسا تىغ ئارقىلىق تىلىۋېتىلىدۇ. چۈنكى بۇ ئورۇندا غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتى توختاپ قالسا، چىرىش ۋە ئويۇپ قېلىش خەتىرى بولىدۇ.

ئەگەر ئىششىق ئىچكى تەرەپكە ئېغىز ئالغان بولسا، ئىچكى ئەزالاردا ئېغىز ئالغۇچى ئىششىق ۋە قاپارتمىلار ئۇچۇن قوللىنىلغان تەدبىرلەر تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

توققۇزىنچى پەسىل ئۇرۇلۇش سوقۇلۇشتىن بولغان جىگەر زەخمىلىنىش

ضربه وسقطه جگر

تونۇش:

ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇشتىن جىگەرگە بىۋاستە زەربە يېتىپ، ئىششىق پەيدا بولىدىغان، قەي ئارقىلىق ياكى چوڭ تەرىتى ئارقىلىق قان كېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك.

داۋالاش:

باسىلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئارقىدىنلا ئۇچ گرام گىل ئەرمىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى ۋە گۇل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

رەۋەن چىنى، گىل ئەرمىنى ھەربىرىدىن ئىككى گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، شەربىتى ھەببۇلئاس بىلەن ئىچكۇزۇلىدۇ. ھارارەت ۋە ياللۇغلىنىش يوقالغاندىن كېيىن رەۋەن چىنى، ئوردان ھەربىرى تۆت گرام، دارچىندىن ئۇچ گرام ئېلىپ، تالقان قىلىپ ئۇزۇم ھارىقى ياكى بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئۇچ كۇنگىچە ئىچكۇزۇلىدۇ.

مۇمىيانى مۇناسىپ دورىلار بىلەن قائىدە بويىچە يېگۇزۇش ياكى ئۇنى جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىش لازىم.

قۇستە، ھەربىرى يەتتە گرام، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، لوك، رەۋەن، قەسبۇ- زەررە ھەربىرى 21 گرام، ئىكلىلمىلىك 14 گرامنى تالقان قىلىپ، يەتتە گرامدىن يېگۇزۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئەرقى شوخلىغا خىيارشەنبەرنى چىلاپ سۇزۇپ، بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇلىنى تەرتىپ بويىچە ئىشلىتىش جىگەر، تال، ئاشقازانىڭ ئۇرۇلۇپ، سوقۇلۇشتىن بولغان يارىلىنىشى ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىقلىقىنى ھەكىم ئولۇدۇخان قايتا ـ قايتا تەرىپلىگەن.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئوردان، رەۋەن چىنى ھەربىردىن بەش گرامنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۈچ كۈنگىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەگەر ئۇرۇلۇش سوقۇلۇشتىن جىگەردە ئىششىق پەيدا بولغان بولسا مەلھەمى مۇردى ئىسپىرەمنى جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ھارارەت بەك يۇقىرى بولسا غەيرىي تەبئىي قان خىلتىدىن بولغان جىگەر يالۇغى بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

قىزىتما تۆۋەنلەپ، قان توختىغان بولسا كېسەللىك ماددىسىنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مۇمىيا، رەۋغىنى ئازاراقى جىگەر ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ.

مۇسەننىپ ھاۋى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەرنىڭ ئۇرۇلۇشى ياكى يىقىلىشى سەۋەبىدىن يارىلىنىپ ئىششىق شەكىللەنگەن بولسا، ھەركۈنى ئەتىگەن يەرلىك شوخلا، كاسىنە ئۇرۇقى ھەربىرى ئون گرام، قەنتتىن 36 گرامنى قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت، ماش، بادام مېغىزى قاتارلىق دورىلاردا نوقۇت ئېشى تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

تەبئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئىچكۈزۈلىدۇ. يۇيۇلغان لوك، ئاقلانغان نوقۇت، رەۋەن چىنى ھەربىرى 24 گرام، ئون گرام مۇمىيا بىنەپشە يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى بىلەن ئېرىتىلىدۇ. دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئوننىنچى پەسىل جىگەر يېرىلىش

شقة جگر

تونۇش:

ئۇرۇلۇش سوقۇلۇشتىن جىگەر يېرىلىپ جىگەرنىڭ ئېغىر دەرىجىدە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇپ، جىگەر گەۋدىسى ۋە تومۇرلىرى يېرىلغان بولسا بىمارنى قۇتۇلدۇرغىلى بولمايدۇ. ئەگەر پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش ئادەتتىكىدەك بولسا ساقىيىشى مۇمكىن.

ئالامىتى:

ئەگەر يېرىلىش جىگەر گەۋدىسىنىڭ ئۈستىدە بولسا، كۆپىنچە سۇيدۇك قان ئارىلاش كېلىدۇ. ئەگەر يېرىلىش جىگەر گەۋدىسىنىڭ ئاستىدا بولسا چوڭ تەرەت قان ئارىلاش كېلىدۇ.

داۋالاش:

ئالامەتكە قارىتا جىددى تەدبىر قوللىنىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا پۈتۈنلۈك بۈزۈلۈش (ئېغىر زەخمىلىنىش) بايانىدا سۆزلەنگەن داۋالاش ئۇسۇلى تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

ئون بىرىنچى پەسىل جىگەر يىرىڭلىق ئىششىقى

علاج دبیلهٔ کبد

سەۋەبى:

سوغۇقتىن بولغان جىگەر يالىلۇغىدىن كېيىن جىگەر قېتىش يۈز بەرگەنگە ئوخشاش ئىسسىقتىن بولغان جىگەر يالىلۇغىدىن كېيىن جىگەر يىرىڭلىق ئىششىقى يۈز بېرىدۇ.

ئالامىتى:

1. جىگەر يالىلۇغى: بۇ كېسەلگە قارىتا ۋاقتىدا تەدبىر قوللانسا كېسەللىك ئالامىتى ناھايىتى تېزلا ياخشىلىنىپ كېتىدۇ. كېسەللىك ئالامەتلىرىمۇ بەك ئېغىر بولمايدۇ.

2. جىگەر قېتىش: بۇنىڭدا جىگەر ساھەسىنى باسقاندا قولغا قاتتىقلىق بىلىنىدۇ.

3. جىگەر يىرىڭلىق ئىششىقى: بىماردا قىزىش، جىگەر ساھەسى ئېچىشىپ ئاغرىش، كۆپ ئۇسساش، ئىشتىها تۆۋەنلەش، يۈزى قىزىرىش، بىئارام بولۇش ئالامەتلىرى تېپىك ئىپادىلىنىپ چىققان بولىدۇ.

داۋالاش:

غەيرىي تەبىئىي خىلىت يىرىڭغا ئۆزگەرگەن بولسا تېزلىك بىلەن باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش، ئېغىزمانغا لوڭقا قويۇش، تەبىئەتنى يۇمشىتىش، ئىچكى - تاشقى تەرەپتىن غەيرىي تەبىئىي خىلىتنىڭ يىرىڭغا ئۆزگىرىشىنى چەكلەيدىغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ، ئەگەر بۇ تەدبىرلەر پايدىلىق بولمىسا ياكى بىرەر چەكلىمە بولۇپ قوللىنىشقا بولمىسا، بۇ ۋاقىتتا ھەسەل بىلەن ئارپا سۈيى بېرىش، شۇمشا ۋە ئەنجۈرنى قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، زىغىر ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىش لازىم. بۇ ۋاقىتتا جىگەر يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ ئالامىتى سەل يەڭگىللەنگەن بولسا، يۇقىرىقى زىمادقا توغرىغۇ ۋە زىغىر قوشۇپ جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. بىمارغا يېنىچە يېتىشنى، ئازراق بەدەن چېنىقتۇرۇشنى تەۋسىيە قىلىش لازىم.

يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇللىرى قوللانغاندىن كېيىن بىماردا توڭۇپ تىتىرەش، جىگەر ساھەسى يەڭگىللەش ئالامەتلىرى كۆرۈلگەن بولسا، يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ ئېغىز ئالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا يىرىڭ ماددىسىنى قەي ئارقىلىق، سۈيدۈك ئارقىلىق ياكى چوڭ تەرەت ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلاش كېرەك.

ئۇنداق قىلمىغاندا يىرىڭ ماددىلىرى قورساقتا سىرغىپ چۈشۈپ، تۆلۈمسىمان ئىششىقنى پەيدا قىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكىدەك داۋالاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ:

يىرىڭ ماددىسىنى سۈيدۈك ئارقىلىق چىقىرىش مۇمكىنچىلىكى بولسا، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى، چىلان شەربىتى، خەشخاش شەربىتى، نېلۇپەر شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

زۇپا، كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان، رۇم بەدىيان قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلىرىغا قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈشمۇ پايدىلىق.

يىرىڭ ماددىسىنى قەي ياكى سۈرگۈ ئارقىلىق چىقىرىش مۇمكىنچىلىكى بولسا، مۇناسىۋەتلىك ئەرەقلەر بىلەن خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن، شىرخىستىنىڭ تەمىنى چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قەنت بىلەن ئېشەك سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يىرىڭ قورساق بوشلۇقىدا بولسا تۆلۈمسىمان ئىششىقنى داۋالاش پرىنسىپىغا ئاساسەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ھەركۈنى ئەتىگەن مائۇلھەسەل ياكى شېكەر قىيامى ۋە ياكى ئارپا سۈيى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرىنى قىزىتما بار - يوقلۇقىغا قاراپ ھەسەل ياكى سىركەنجۈبىل سادە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككى سائەتتىن كېيىن قورساق يارىسىنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن كۈندۈر، خۇنسياۋشان، كەھرىۋا، كاسىنە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سىركەنجۈبىل ياكى مائۇلھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەستىكى، كاسىنە ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، گىلى مەختۇم ھەربىرى تۆت گرام، كۈندۈر، خۇنسياۋشان، تاباشىر، قىزىلگۈل ھەربىرىدىن توققۇز گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، توققۇز گرام سىركەنجۈبىل ياكى مائۇلھەسەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەندەل، پاقىيوپۇرمىقى، مەستىكى، رەۋەن، لوك قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

جىگەرنى قۇۋۇتلەش ئۈچۈن ئۇد ھىندى، زەپەر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىچكى - تاشقى تەرەپتىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا بېلىق، ئاق ئۈننىڭ نېنى، بادام مېغىزى، ھالۋا، چالا پىشۇرۇلغان توخۇم، قۇشلارنىڭ يۇمشاق گۆشلىرى، توخۇ گۆش شورپىسى، قەنت بىلەن قاينىتىلغان سۈت بېرىلىدۇ.

ئون ئىككىنچى پەسىل جىگەر مۇدۇر چاقىسى

علاج بثور كبد

سەۋەب:

جىگەر مۇدۇر - چاقىسى: خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبئىي ئۆزگىرىشى سەۋەبىدىن جىگەرنىڭ سىرتقى يۈزىدە پەيدا بولىدىغان مۇدۇر - چاقىلاردىن ئىبارەت. بۇ كېسەللىك ئىنتايىن ئاز ساندا ئۇچرايدۇ.

ئۆتكۈر سەپرا خىلىتىنىڭ جىگەر ئۇستىدىكى شىللىق پەردىدە توختاپ قېلىشى بىلەن يەرلىك ئورۇننى ئۆتكۈر غىدىقلاش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

بىمارنىڭ جىگەر ساھەسى ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. بەزىدە جىگەر ساھەسىدىكى تېرىلەردىن مۇدۇر - چاقىلار پەيدا بولۇپ، تېرىنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىدۇ. سۇيدۇكنىڭ رەڭگى قىزىل بولىدۇ. كۆپ ئۇسىساش، كۆزى قىزىرىش، توڭۈپ تىترەش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا مۇدۇر - چاقا جىگەرنىڭ چوڭقۇر قاتلىمىدا بولسا، ئۆتكۈر قىزىش، چوڭ تەرتىي گۆش يوغان سۇدەك سېسىق پۇراقلىق بولۇپ، يىرىڭ ئارىلاشقان بولىدۇ.

داۋالاش:

بىمارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش لازىم.

سىركەنجىۋىل سادىدىگە ئارپا سۇيى، يەرلىك شوخلا سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ داۋاملىق ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەرلىك شوخلا ياغىچى سۇيى، ئىسپىغۇل ياغىچى سۇيى، پاقىيوپۇرمىقى ياغىچى سۇيى ھەربىرى 36 گرام، بابۇنە يېغى 12 گرام، سىركە ئون گرام، قىزىلگۈل 36 گرام قاتارلىق دورىلارنى ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، مۇز بىلەن يۇغۇرۇپ، داكىنى نەمدەپ جىگەر ساھەسىگە قويۇلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا سۇماق، ئانار، ھۆمماز سېلىنغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ئۇنىڭ-دىن باشقا جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن ۋە ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئون ئۇچىنچى پەسىل جىگەر لىكىلداش

خفقة كبد

تونۇش:

جىگەر لىكىلداش جىگەر تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان

غان جىگەردە لىكىلداش خاراكتېرلىك ھەرىكەت قىلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

ئالامىتى:

جىگەر ساھەسىدە بىئارام‌لىق ھېس قىلىش، لىكىلداش خاراكتېرلىك ھەرىكەت شەكىللىنىش، ئېغىر دەرىجىدە تارتىشىش خاراكتېرلىك ئاغرىق بولۇپ، قىسقا ۋاقىتتىن كېيىنلا ئاغرىش تۆۋەنلەش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن مامىرانچىنى، زەپەر، رەۋەن چىنى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سىركەنجىۋىل بۇزۇرىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىزخىر، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، شاھتەرە، ئەپسەنتىن، غاپەس قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، ئارتۇق خىلىتلارنى سۈرۈش مەقسىتىدە ئىچكۈزۈلىدۇ. باشقا تەدبىرلەر ئەھۋالغا قاراپ جىگەر توسۇلۇش بايانىدىن ئېلىنىدۇ.

ئون تۆتىنچى پەسىل جىگەرگە ئۇششاق تاش پەيدا بولۇش

حصات کبد

سەۋەبى:

باشقا ئەزالاردا ئۇششاق تاش پەيدا بولغىنىغا ئوخشاش جىگەردىمۇ ئۇششاق تاش پەيدا بولىدۇ. ئۇنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبى بۆرەك تاش كېسەللىكلىرى بايانىدا سۆزلىنىدۇ.

ئالامىتى:

تاماق يەپ مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن داۋاملىق قەي قىلىدۇ. جىگەر ساھەسىدە ئاغرىش ۋە غىدىقلىنىش مەلۇم بولۇپ، بەزىدە سۈيدۈك بىلەن قۇم چىقىدۇ.

داۋالاش:

تاش پارچىلىغۇچى دورىلار ئارقىلىق ئۇششاق تاشلارنى پارچىلاشقا تىرىشىش ۋە ئۇلارنى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلاش لازىم. بۇنىڭ تەپسىلىي بايانى بۆرەك ۋە سۈيدۈكلۈك تاش كېسەللىك بايانىدا ئوتتۇرىغا قويۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا ئوردان، ئەنجۇر ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا، يەرلىك شوخلا ھەربىرىدىن توققۇز گرام، نېپىز قەنتەربىيون يەتتە گرام، بابۇنە گۈلى، گۈلى گاۋزىبان، زىراۋەندە مۇددەھرەج ھەربىرى ئۈچ گرام قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى شوخلا، ئەرقى ئوغرىتىكەن، ئەرقى شۇاق ھەربىرىدىن 250 گرام بىلەن قاينىتىپ، ئۈچتىن بىرى قالغاندا سۈزۈپ، 48 گرام شەربىتى (بولو) بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئون بەشىنچى پەسىل جىگەر يىگلەش

صفرکبد

تونۇش:

بەزى كىشىلەرنىڭ جىگىرى تەبىئىي كىچىك بولۇپ، يېمەكلىكنى تەرتىپكە سالسا ياماں ئاقىۋەتلەرنى پەيدا قىلمايدۇ.

جىگەر يىگلەش كېسەللىكى جىگەردە توسۇلۇش بولۇش، ئوزۇقلىنىشقا ئەھمىيەت بەرمەسلىك سەۋەبىدىن جىگەرگە ئوزۇقلۇق يېتىشمەي جىگەر خىزمىتىدە نورمالسىزلىق يۈز بېرىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

ئالامىتى:

ئاجىزلاش، ھەزىم ناچارلىق، تەن قۇرۇلۇشى يىگلەۋاتقاندەك سېزىم بولۇش، تومۇر-لىرى ئىنچىكە بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

ئوزۇقلىنىشنى تەرتىپكە سېلىپ، چالا پىشۇرۇلغان توخۇم سېرىقى، چۇجە گۆشى، پاقلان، كەپتەر، كەكلىك گۆشى، بۇغداي نېنى، مېۋە - چېۋە، كۆكتاتلار ئاز - ئازدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۇك ھەيدەش، تەبىئەتنى يۇمشىتىش ئۇچۇن كاسىنە ئۇرۇ-قى، پىرسياۋشان، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

شەربىتى بۇزۇرى، مائۇلئۇسۇل، ئايارەج پەيقارا بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا جىگەر ماساريقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىدا سۇزلەنگەن داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

ئون ئالتىنچى پەسىل سۇ ئۇلقۇنىيە (بەدەندىكى سۇ ئالمىشىشىنىڭ بۇزۇلۇشى)

سوء القنیہ

سەۋەبى:

سۇئۇلقۇنىيەنىڭ سەۋەبلىرى تۆۋەندىكىچە:

1. جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن جىگەر نورمال خىلىت

ئىشلەپچىقىرالمايدۇ، ئەزالارغا بۇزۇلغان ۋە خام خىلىت يېتىپ بارىدۇ، ئەزالار بۇ خىل خىلىتنى ئۆزلەشتۈرەلمەيدۇ سۈئۇلقۇنىيە كېلىپ چىقىدۇ.

2. جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن جىگەرنىڭ ھەرقايسى قۇۋۇەتلىرىدە ئاجىزلىشىش كۆرۈلۈپ، ياخشى خىلىت پەيدا قىلماسلىق سەۋەبتىن سۈئۇلقۇنىيە كېلىپ چىقىدۇ.

3. ئاشقازان خىزمىتىنىڭ نورمال بولماسلىقى سەۋەبىدىن سۈئۇلقۇنىيە كېلىپ چىقىدۇ.

4. ھەيز، بوۋاسىر قېنىنىڭ توختاپ قېلىشى ياكى كۆپلەپ ئېقىپ كېتىشى سەۋەبىدىن سۈئۇلقۇنىيە كېلىپ چىقىدۇ.

5. كۆيگەن سەۋدا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

قان يوقىتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنداق ھالەتتە بىمار ناھايىتى تېز ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن.

مەشھۇر تېۋىپ مەسىھى بۇ ھەقتە مۇنداق يازىدۇ: سۈئۇلقۇنىيە يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى چوقۇم جىگەرنىڭ مىزاجى بۇزۇلغان بولىدۇ ھەمدە ناھايىتى تېزلا سۇلۇق ئىششىق شەكىللىنىدۇ.

ئىبنىسىنا ۋە جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەردە ئاجىزلىق يۇز بەرگەن بولسا، سۇلۇق ئىششىق (ئىستىسقا) تىن ئىلگىرى مۇشۇنىڭغا ئوخشاش بىرخىل ھالەت يۇز بېرىدۇ. بۇ ئىستىسقانىڭ يېقىنلاپ قالغانلىقى ۋە ئۇنىڭ باشلىنىشى بولىدۇ. تېۋىپلار مۇنداق ھالەتنى سۈئۇلقۇنىيە ۋە جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى دەپ ئاتىغان.

ئالامىتى:

دەسلەپتە بىمارنىڭ بەدەن ۋە چىرايىنىڭ رەڭگى ئاق ۋە سېرىققا مايىل بولىدۇ. قاپاق، چىراي، قول - پۇتى ئىششىپ، ئارقىدىنلا پۇتۇن بەدەن ئىششىيدۇ. ھەتتا بىمارنىڭ بەدىنى خېمىرەدەك يۇمشاق بولىدۇ.

بىمارىدا ھەزىم ناچارلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلۈپ، بەزىدە قەۋزىيەتلىك، بەزىدە ئىچ سۇرۇش كۆرۈلىدۇ. ئۇيقۇسى نورمال بولمايدۇ. سۈيدۈك مىقدارى ئاز بولىدۇ، قورساقتا كوركىراش ۋە يەل كۆپ بولۇپ، قورساق تېرىسىدە ئېغىر دەرىجىدە كۆپۈشۈش بولىدۇ. ھەتتا ئۇرۇقدانغىمۇ يېتىپ بارىدۇ.

بەزىدە بىمارنىڭ بەدىنى قىچىشىپ قاپارتچۇق، مۇدۇر - چاقىلار پەيدا بولىدۇ. بۇزۇلغان بۇ خاراتلارنىڭ ئۆرلىشى سەۋەبىدىن چىش مىلىكلىرىدە قىچىشىش ۋە كۆپۈشۈش بولىدۇ. بەدىنىنىڭ ناھايىتى ئېغىرلىشىپ قالغانلىقىنى ھېس قىلىدۇ. كېسەللىك ئېغىرلاشقاندا بوشىشىپ كېتىش پەيدا بولىدۇ.

ئۆپكىگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكىنىڭ ئالامىتىمۇ كەم قانلىقنىڭ ئالامىتىگە ئوخشاپ كېتىدىغان بولۇپ، ئۇلارنىڭ پەرقى تۆۋەندىكىچە:

ئۆپكىگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكىدە ئىششىش ۋە كۆپۈشۈش چىرايىدا بولۇپ، ئومۇمىي بەدەندە سۇئۇلقۇنىيە كېلىپ چىققان ئىششىقتەك بولمايدۇ.

داۋالاش:

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا ئىستىسقا (سۇلۇق ئىششىق) كېسەللىكى بايانىدا سۆزلەنگەن قائىدىلەر بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. لېكىن بۇ كېسەلگە نىسبەتەن يەڭگىلرەك دورىلارنى ئىشلىتىش، داۋالاشقا ئالدىرماسلىق لازىم.

بۇ كېسەللىك ئۇچۇن تۆۋەندىكىدەك داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ:

كېسەلگە سەۋەبچى خىلىتنى ئېنىقلاپ مۇنزىچ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بەدەننى تازىلاش ئۇچۇن ئايارەج پەيقارا يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كۆچلۈكرەك سۇرگۇ بېرىش زۆرۇر بولۇپ قالغان بولسا، ئايارەج پەيقاراغا غارىقۇن، تۇربۇت تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ ياكى شەربىتى ئەپسەنتىن مۇسھىلى، شەربىتى دىنار، ھەببى رەۋەن بېرىلىدۇ.

توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق قايتۇرۇش ئۇچۇن شەربىتى مائۇلئۇسۇل، شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى كىشۇش ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاشقازان ۋە جىگەرنى كۈچلەندۈرۈش ئۇچۇن داۋائىل كۈركۇم، مەجۇنى دەبدىلۇەرد بېرىش بىلەن بىمار يەڭگىل ھەرىكەتلەندۈرۈلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى شوخلا، ئەرقى بەدىيان، ئەرقى سازەج ھىندى، ئەرقى كاسنە، ئەرقى بادرەنجى بۇيا ئىچكۈزۈلىدۇ.

قول - پۇتتا ئىششىق پەيدا بولۇشقا باشلىغان بولسا، سوغۇقلۇق يەتكۈزۈشتىن ساقلىنىش، يېمەك - ئىچمەكنى ئازلىتىش، بېلىق، سۈت، سېرىقماي، كۈنجۇت يېغى، نىشاستە ھالۋىسى، مايلىق نان بېرىشكە بولمايدۇ.

ھەيز، بوۋاسىر قېنى توختاپ قالغانلىقتىن كېلىپ چىققان كەم قانلىق ئۇچۇن ھەيز ۋە بوۋاسىر قېنىنى ماڭدۇرغۇچى زىمادلارنى ئىشلىتىش لازىم.

يەرلىك شوخلا شىرىسى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى شىرىسى، بەدىيان شىرىسى، كاسنە ئۇرۇقى شىرىسى بۇزۇرى شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە بەدىيان، بىخ بەدىيان، بىخ كاسنە، يەرلىك شوخلا قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتمىسى گۈلقەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كەم قانلىق جىگەر ئاجىزلىقى ۋە ھۆل سوغۇق كەيپىياتىنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، دەسلەپتە ئۇچ كۈنگىچە دارچىن، بەدىيان، خوخا، لاچىندانە قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى ئەپسەنتىن ۋە ئەرقى گۈل ياكى ئەرقى بەدىيان بىلەن

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى دورىدىكى شۇكائىنىڭ ئورنىغا ئىزخىر ئارىلاشتۇرۇپ ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئىزخىر ئورنىغا ئاسارۇن ئارىلاشتۇرۇپ ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بەدىيان ئورنىغا پوستى بىخ كەرەپشە ئارىلاشتۇرۇپ ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

خىلىت ئېتىبارى بىلەن قۇرسى مازەرىيوننى سوقۇپ، بادام يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۈمىلاچ ياساپ، كۈمۈش ۋاراقتا ئوراپ يېگۈزۈش ئارقىلىق غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بادرەنجى بۇيا، بىخ بەدىيان، يەرلىك شوخلا، پىرسياۋشان، ئاسا-رۇن، ئىزخىرمەككى، ئەپسەنتىن، سانا، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، خىيارشەنبەر، گۈلقەنت، شەربىتى دىنار، بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇرگۇنىڭ ئىككىنچى كۈنى مەستىكى، ئۇد ھىندى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئامىلە مۇرابباسى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن دارچىن، ئاسارۇن قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى گۈلدە قاينىتىپ، ئەپسەنتىن شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئارقىدىنلا داۋائىل كۈركۈم ياكى كەلكىلانەج كەبىر ۋە ياكى جاۋارىش دارچىن يۇقىرىقى مەتبۇخ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر جىگەرنىڭ خىلىت ئىشلەپچىقىرىش ئىقتىدارى ياخشى بولماسلىقتىن بىمارنىڭ چىرايى سارغىيىپ قالغان بولسا، قۇرسى زىرىشىك سەغىر بىلەن داۋائىل كۈركۈم سەغىرىنى بىرلىكتە يېگۈزۈلىدۇ. كاسىنە ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، قەنت قاتارلىق دورىلار قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى قېتىم قەنتنىڭ ئورنىغا گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈچىنچى قېتىم گۈلقەنتنىڭ ئورنىغا قىزىلگۈل ۋە شەربىتى دىنار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆتىنچى قېتىم غەيرىي تەبئىي بەلغەم ۋە سەپرا خىلىتىنى سۇرۇش ئۈچۈن يەرلىك شوخلا، قىزىلگۈل، بەدىيان، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، پىرسياۋشان، سانا قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈلقەنت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان، بىخ بەدىيان، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم قاتارلىق دورىلارنى يەرلىك شوخلا سۈيى ۋە كاسىنە سۈيى بىلەن قاينىتىپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شوخلا، كاسىنە ئۇرۇقى، بىخ سۈيى، بەدىيان، ئاق لەيلى يىلتىزى، دورىلارنى ئەرقى

شوخلا، ئەرقى گاۋزىبان بىلەن قاينىتىپ، بۇزۇرى شەربىتى ئارىلاشتۇرۇپ، رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەم قانلىق كېسەللىكىدە ئاشقازان ۋە ئۇچەينى تازىلاش ئۇچۇن شوخلا، قىزىلگۈل ھەربىرىدىن تۆت گرام، ئون دانە ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، بەدىيان، پىرسياۋشان ھەربىرى تۆت گرام، توققۇز گرام سانا قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، 36 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بالىلاردىكى كەم قانلىق ئۇچۇن زەپەر، بەسباسە، جوز ھەربىرى ئىككى گرام، سۈمبۈل تىپ، دارچىن ھەربىرى ئۇچ گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم تۆت دانە قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 30 گرام ساپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كەم قانلىق بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، شوخلا، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرىدىن ئالتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ، ئالتە گرام تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى، 36 گرام شەربىتى بىنەپشە، 6 گرام ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىخ بەدىيان، بىخ كاسنە ھەربىرى 14 گرام، بەدىيان، كاسنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن، شوخلا، قىزىلگۈل، بىخ سۇس ھەربىرى يەتتە گرام، سۈمبۈل تىپ 14 گرام، قەنتتىن 250 گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ، 36 گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەپسەنتىن 36 گرام، قىزىلگۈل 108 گرام، تۇربۇت ئالتە گرام، سۈمبۈل تىپ 14 گرام، قەنتتىن 250 گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ، 72 گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئەنبەر بارىس ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈمبۈل تىپ، كۆپۈكى دەريا، بۆرە ئەرمىنى، يېشىل ماش، زەنجۇبىل قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، يەرلىك شوخلا سۇيى بىلەن زىماد قىلىنىدۇ.

سەبرە، ئاقاقىيا، شىيافى مامشا، مۇرمەككى، سەئدى كوفى، زەپەر، گىل ئەرمىنى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سىركە ۋە يەرلىك شوخلا سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

زىرىق 25 گرام، رەۋەن، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى يەتتە گرام، يۇيۇلغان لوك، بىخ سۇس، نېلۇپەر گۈلى، تاباشىر ھەربىرىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھىندىستان تېۋىپلىرى بۇ ھەقتە تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

60 گرام نوقۇتنى 250 گرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇجەررىباتى ھەكىم ئەلى دېگەن كىتابتا مۇنداق كۆرسىتىلگەن، جىگەر ئاجىزلىقتىن

پەيدا بولغان ئىششىق ئۇچۇن ھەر كۈنى تۆت گرام قۇرسى زىرىشىك، 12 گرام شەربىتى زىرىشككە مۇۋاپىق مىقداردا ئەرقى كاسىنە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن مۇپەررىھى ياقۇت ۋە قۇرسى ئەنبەر يېگۈزۈلىدۇ.

ئىششىق ھۆللۈكنىڭ ئارتۇقلۇقىدىن بولسا سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، ئەپسەنتىن، ئىزخىر قاتارلىق دورىلار قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بابۇنە يېغى ئىششىغان ئورۇنغا سۈركىلىدۇ. ئەرقى چۆپچىن مۇرەككىبات ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئون يەتتىنچى پەسىل سۈلۈق ئىششىق
استسقا

تونۇش:

سۈلۈق ئىششىق — كۆپىنچە سوغۇق تەبىئەتلىك خىلىتلار ۋە يەللەر ئەزالارنىڭ ئىچكى تەرىپى ياكى سىرتقى تەرىپىگە كۆپلەپ يىغىلىپ قېلىشتىن سۈلۈق ئىششىق پەيدا بولىدۇ، ئۇنىڭ پەيدا بولۇش ئورنىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك ئۈچ خىلغا بۆلۈنىدۇ، ئىستىسقائى لەھمى، ئىستىسقائى زىققى، ئىستىسقائى تەبەلدىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

سۈلۈق ئىششىق جىگەرنىڭ ئۆزىدىكى كېسەللىك ياكى باشقا ئەزالار بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغان جىگەر كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ياكى جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچى ئاجىزلاش سەۋەبىدىنمۇ سۈلۈق ئىششىق كېلىپ چىقىدۇ.

سۈلۈق ئىششىق كېسەللىك ئورنىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن گۆش سۈلۈق ئىششىقى (ئىستىسقائى لەھمى) تۈلۈمسىمان سۈلۈق ئىششىق (ئىستىسقائى زىققى) ناغرىسىمان سۈلۈق ئىششىقى (ئىستىسقائى تىبلى) دەپ ئۈچ تۈرگە بۆلىنىدۇ، سۈلۈق ئىششىق جىگەر كېسەللىكى بىلەن چوقۇم مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ.

جۈرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

خۇددى ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن كالا ئىشتىھا پەيدا بولغانغا ئوخشاش، جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن سۈلۈق ئىششىق پەيدا بولىدۇ.

ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن كالا ئىشتىھا پەيدا بولۇش جەريانى تۆۋەندىكىچە: بىمار كۆپلەپ يېمەكلىكلەرنى يېگەنلىك سەۋەبىدىن غەيرىي تەبىئىي خىلىت ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا كۆپلەپ توپلىشىۋېلىپ، ئاشقازان مىزاجنى ئۆزگەرتىۋېتىدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنىڭ تارتىش كۈچى ئاجىزلاپ، يېمەكلىكلەر بولغان ئىشتىھا يوقىلىدۇ.

نەتىجىدە ئومۇمى بەدەنگە ئوزۇقلۇق يېتىشمەي ھەرقايسى ئەزالار ئاجىزلىشىپ كالا ئىشتىھا پەيدا بولىدۇ.

جىگەر ئاجىزلىقىدىن سۇلۇق ئىششىق پەيدا بولۇش جەريانى تۆۋەندىكىچە: جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن جىگەرنىڭ قۇۋۇتىلىرىدە ئاجىزلاش كۆرۈلۈپ، بارلىق ئەزالارغا سۇ يەتكۈزۈپ بېرىشكە تولۇق قادىر بولالمايدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئەزالار جىگەردىن كۆپلەپ سۇ تەلەپ قىلغانلىقتىن بىمارىدا ئېغىر دەرىجىدە ئۇسساش سېزىمى بولىدۇ. نەتىجىدە بىمار ئىچكەن سۇنى بىرەر قانداق ئۆزگىرىش پەيدا قىلمايلا ئەزالارغا قويۇپ بېرىدۇ. ئەمما ئەزالار بۇ خىل سۇنى ئىشلىتەلمەي ئەزالارنىڭ پەردە بوشلۇقلىرىغا ياكى قورساق قىسمىغا قويۇپ بېرىپ، ئومۇمىي بەدەنلىك سۇلۇق ئىششىق پەيدا قىلىدۇ.

ئالامىتى:

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۇلۇق ئىششىقنىڭ ھەممىدىن يامىنى جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققىنى ھېسابلىنىدۇ.

ئورۇن ئېتىبارى بىلەن ئىستىسقائى لەھمى (گۆش سۇلۇق ئىششىق) ھەممىدىن تەستە ساقىيىدىغان تۈرى ھېسابلىنىدۇ. چۈنكى بۇنىڭدا جىگەرنىڭ بارلىق تومۇر ۋە مۇسكۇللىرى كېسەللەنگەن بولىدۇ، ھەتتاكى ئۇچىنچى ھەزىم خىزمىتى پۈتۈنلەي يوقالغان بولىدۇ.

بەزىلەر «تۇلۇمسىمان سۇلۇق ئىششىقنى داۋالاش ئەڭ قىيىن، ئاقىۋىتى ناھايىتى خەتەرلىك بولىدۇ» دەپ كۆرسەتكەن.

ئەمەلىيەت شۇنى ئىسپاتلىدىكى، سۇلۇق ئىششىق قايسى ئورۇندا بولسۇن، جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققىنى ئەڭ خەتەرلىك ھېسابلىنىدۇ.

تال قېتىش كېسەللىكىدىنمۇ سۇلۇق ئىششىق پەيدا بولىدۇ. ئەمما جىگەر قېتىشتىن كېلىپ چىققان سۇلۇق ئىششىققا قارىغاندا خەتەرلىك ئەمەس.

ئەگەر سۇلۇق ئىششىق پەيدا قىلغۇچى غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنىڭ قوزغىلىشىدىن دەم سىقىش، يۆتىلىش يۈز بەرسە، خەتەرلىك ئاقىۋەتلەر كېلىپ چىقىدۇ. ئەگەر سۇلۇق ئىششىق سەۋەبىدىن دەم سىقىش، يۆتىلىش يۈز بەرمىسە ئالدىنقىسىغا قارىغاندا خەتەرلىك ئەمەس.

سۇلۇق ئىششىقتا ئىچ سۈرۈش يۈز بېرىش ناھايىتى خەتەرلىك. چۈنكى بۇ ۋاقىتتا تېۋىپ ئىچ سۈرۈشنى داۋالاش ئۈچۈن قابىز (تۇتقۇچى) تۈرىدىكى دورىلارنى ئىشلىتىپ سالىدۇ. نەتىجىدە بىمارنىڭ كېسىلى ئېغىرلىشىپ قالىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، بۇ ۋاقىتتا ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى دورا ياكى يېمەك - ئىچمەكلىكلەرنى قەتئىي ئىشلەتمەسلىك لازىم.

سۇلۇق ئىششىق ئالدى بىلەن قايسى ئەزانىڭ قايسى تەرەپتە ئىكەنلىكىنى ئېنىقلاش لازىم. چۈنكى سۇلۇق ئىششىق ئورنىنىڭ ئوخشاش بولماسلىقىغا قاراپ داۋالاش تەدبىرلىرى مۇ ئوخشاش بولمايدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قەۋزىيەت ياكى قەۋزىيەت ئەمەسلىكىنى ئېنىقلاش كېرەك.

ئەگەر سۇلۇق ئىششىق بۆرەك ئېتراپىدىن باشلانغان بولسا قەۋزىيەت بولمايدۇ. ئەگەر سۇلۇق ئىششىق پۈت - قولدىن باشلانغان بولسا قەۋزىيەت بولىدۇ.

سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىدە كۆرۈلىدىغان ئومۇمىي ئالامەت تۆۋەندىكىچە: تەبىئىي هارارەت تۆۋەنلەپ، قىزىتما يۇقىرى بولىدۇ، چىراي ئۆزگىرىدۇ. كىندىك، كۆز ۋە باشقا ئەزالار ئېتراپىدا ئىششىق پەيدا بولۇپ، ئۇسسۇزلۇق كۆپىيىدۇ. ئىشتىها تۆۋەنلەيدۇ، كۆپىنچە سۈيدۈك مىقدارى ئازلايدۇ. سۈيدۈك رەڭگى قىزىرىپ قالىدۇ (بۇنىڭغا قاراپ كېسەللىكنى ئىسسىقتىن بوپتۇ دەپ خاتا هۆكۈم قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم). بەدەندە مۇدۇر - چاقا پەيدا بولۇپ، سېرىق سۇ ئاقىدۇ.

ناغرىسىمان سۇلۇق ئىششىق (ئىستىقائى تىبلى) تا ئىچى سۇرۇش كۆپ كۆرۈلىدۇ. بىماردا كۆپ ئۇسىاش، رەڭگى سارغىيىش، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇش، بەدىنى ئېغىر دەرىجىدە قۇرغاقلىشىش، ئىشتىها تۆۋەنلەش، سېرىق ياكى كۆك رەڭدە قەي قىلىش، سۈيدۈكتە ئېچىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، سۇلۇق ئىششىقنىڭ سەۋەبى جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سەپرا خىلىتىغا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلۈش بىلەن بىرگە ئورۇقلاش، چوڭ - كىچىك تەرتى گۆش يۇغان سۈدەك ۋە يېرىڭلىق هالەتتە كەلسە، ئىششىق بەلدىن باشلىنىش ئالامىتى كۆرۈلسە، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنىڭ پۈتۈن بەدەنگە تارقالغانلىقىدىن ياكى جىددىي خاراكتېرلىك كېسەللىكنىڭ سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەرنىڭ ئەكسىچە ئالامەتلەر مەۋجۇت بولۇپ، ئىشتىها دەسلەپتە كۆپىيىپ تەدرىجىي تۆۋەنلىسە، سۇلۇق ئىششىقنىڭ سەۋەبى جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەت بولۇپ، قول - پۈت ئىششىغان بولسا، بەلغەملىك يۆتەل يۇز بېرىپ، ئىششىق جىگەر ساهەسىدىن باشلانغان بولسا، ئېچ سۇرۇش، ئىشتىها تۆۋەنلەش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالليۇغى تەسىرىدىن كېلىپ چىققان سۇلۇق ئىششىق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىششىق جىگەر ساهەسىدىن باشلىنىپ قەۋزىيەت بولسا ۋە غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالليۇغىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، سۇلۇق ئىششىقنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر يالليۇغى تەسىرىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل كۆكۈش بولۇپ، تال كېسەللىكىگە مۇناسىۋەتلىك ئالامەتلەر كۆرۈلگەن بولسا، سۈلۈق ئىششىقنىڭ تال كېسەللىكىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان، ماسارىقا تومۇر، بۆرەك، بالىياتقۇ، ئۇچەي، ئۆپكە، دىئافراگما، مەقئەت قاتارلىق ئەزالار كېسەللىكىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلگەن بولسا، سۈلۈق ئىششىقنىڭ شۇ ئەزا كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

يېمەكلىكلەر ئازلىتىدۇ. يەڭگىل تاماقلاردىن شىرە گۈرۈچ تامىقى بېرىلىدۇ. ئۈسسۈزلۈقى ئۈچۈن ئەرقى شوخلا ياكى ئەرقى بەدىيان ئاز - ئازدىن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى تۆمۈر، كۈمۈش، ئالتۇننى قىزىتىپ، مۇزاپىق مىقداردىكى سۇغا تاشلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجبۇنى دەبدىلۇەرد، داۋائىل كۈركۈم، يەرلىك شوخلا شىرىسى، ئەفتىمۇن ئۈرۈقى شىرىسى، شەربىتى دىنار قاتارلىق دورىلارنى گۈلقەنت ياكى شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر مىزاجى بەك سوغۇق بولسا بەدىيان شىرىسى، كەرەپشە ئۈرۈقى شىرىسى قاتارلىقلارنى يۇقىرىقى دورىغا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قىزىتما بولسا يۇقىرىقى دورىلارغا كاسىنە ئۈرۈقى شىرىسى قوشۇلىدۇ.

قۇرۇق يەرلىك شوخلا، خىيارشەنبەر، سۈمبۈل قاتارلىق دورىلارنى شوخلا سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

جەدۋالارنى بىنەپشە سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىششىق ئورۇنغا سۈرتىلىدۇ.

بەدەن چېنىقتۇرۇش، تەرلىتىش، قۇمغا كۆمۈش، ئېگىز تەرەپكە مېڭىش سۈلۈق ئىششىق كېسەللىكى ئۈچۈن پايدىلىق.

بىخ كەبىر، توغرىغۇ قاتارلىقلار سىركىگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر قىزىتما بىلەن بىرگە كەلسە قۇرسى زىرىق ياكى قۇرسى كەلكىلانەج ياكى قۇرسى بارىد قاينىتىلغان كۆك كاسىنە سۈيى، قاينىتىلغان كۆك يەرلىك شوخلا سۈيى، شەربىتى بۇزۇرى ياكى سىركەنجىۋىل بۇزۇرى بىلەن بىرلىكتە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەن قىزىتما قايتمىسا، زىرىق ئۇسارىسى، رەۋەن ئۇسارىسى، سىركەنجىۋىل، ئانار سۈيى قاتارلىقلار ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى تەرخەمەك ئۈرۈقى شىرىسى، كاسىنە ئۈرۈقى شىرىسى، قوغۇن ئۈرۈقى شىرىسى، زىرە شىرىسى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىچى سۈرۈش بىرگە كەلسە، ئىچ سۈرۈشنى توختاتمىغان ياخشى. ئەگەر توختىتىش زۆرۈر بولۇپ قالسا، قاينىتىلغان كۆك پاقىيوپۇرمىقى سۈيى، تاتلىق بېھى قىيامى،

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

پاقىيوپۇرمىقى قىيامى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى تازىلاش زۆرۈر بولسا، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، بىخ بەدىيان، بىخ كەرەپشە، بىخ كاسنە، بىخ سۇس، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، ئەنجۈر، رۇم بەدىيان، ئەفتىمۇن، ئىزخىر يىلتىزى، پىرسياۋشان، بەرەنگى كابىلى، رەۋەن چىنى قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ سۈزۈپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ھارارەت ئېغىر بولسا يۇقىرىقى دورىلارغا تەرخەمەك ئۇرۇقى، سۈماق، قىزىل-گۈل، زىرىق قوشۇپ، مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي خىلىت پىشقاندىن كېيىن يۇقىرىقى نۇسخىغا سانا، ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، تۇربۇت، زەنجىۋىل، غارىقۇن، خىيارشەنبەر، شېكەر، بادام يېغى قوشۇپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ ياكى ھەببى ئىستىسقا ياكى ھەببى ھىندى بېرىلىدۇ، ئاندىن تۆگە سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە سوغۇق سۇ ئىچىشتىن، چۈچۈمەل يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن، ھۆل-لۈك پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن قەتئىي ساقلىنىش لازىم.

ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈش، جىگەرنى تازىلاش، تەبىئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن رەۋەن شىرىسىنى كاسنە سۈيى ياكى سىركەنجىۋىل بىلەن ئىچكۈزۈش لازىم، شەربىتى ھەببۇل-ئاسنى لوك ۋە تاباشىر تالقىنى بىلەن بېرىش تەبىئەتنى قاتتىقلاشتۇرۇش ئۈچۈندۇر.

ئۇسسۇزلۇق پەيدا قىلمايدىغان سۈيدۈك ھەيدىگۈچى يىمەك - ئىچمەك ۋە دورىلار پايدىلىقتۇر. بۇ كېسەللىكتە قان ئېلىشقا بولمايدۇ.

بەدەندىكى ئارتۇق خىلىتىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن تەرياقى پارۇق، مەسرىدىتۇس، داۋائى مىشكى، داۋائى مىشكى ھار، داۋائى مىشكى مۆتىدىل، مەجۇنى دەبدىلۇەرد بېرىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا بىمارغا ئىمكانقەدەر كۈنىگە بىر ۋاخ تاماق بېرىش كېرەك، ئەگەر بىمار بەك ماغدۇرسىزلىنىپ كەتكەن بولسا، ئىككىنچى قېتىملىق تامىقى ئۈچۈن ئۇزۇم، ئەنجۈر، پىستە، بادام مېغىزى بېرىلىدۇ. كەكلىك، كەپتەر، چۈجە گۆشلىرىنىڭ شورپىسى بېرىلىدۇ. بەزىدە گۈرۈچ ۋە نوقۇت ئېشى گۆش بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ، بىراق قىزىتما بولسا گۆشى بېرىلمەيدۇ. كاسنە ياپرىقى، يەرلىك شوخلا ياپرىقى، چامغۇر بېرىلىدۇ. قاينىق سۇ ئاز مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولسا يەرلىك شوخلا سۈيى، كاسنە ئۇرۇقى سۈيى ئىچكۈزۈ-لىدۇ. نوقۇت بىلەن بادام مېغىزى پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

تازىلاش ئۈچۈن سانا 24 گرام، ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە ھەربىرى 18 گرام، بىنەپشە، نىلۇپەر، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى ئون گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 48 گرام، قارا ئەينۇلا،

چىلان ھەربىرى ئون دانە، سەرپىستان 20 دانە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، خىيارشەنبەر شىرسى ياكى كاسىنە ئۇرۇقى شىربىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئەرقى گاۋزىبان، ئەرقى كاسىنە، ئەرقى گۈل ھەربىرى 36 گرام قاتارلىق دورىلارغا قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخىرىدا ھارارەتنى يوقىتىش ئۈچۈن كاسىنە سۈيى بىلەن سىركەنجۈبىل ئىچكۈزۈلىدۇ.

گۈڭگۇرتلۇك ئارىشاڭ ياكى بۇلاق سۈيىدە يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئەگەر سۇلۇق ئىششىق تال، بۇرەك، ئۆپكە، ئاشقازان، بالىياتقۇ، دىئافراگما كېسەللىكى ياكى ھەيز، بوۋاسىر قېنى توختاپ قېلىش، ئومۇمىي بەدەنلىك ھارارەت سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سۇلۇق ئىششىقنىڭ تەدبىرلىرى بىلەن مۇناسىۋەتلىك سەۋەبلەرنى يوقىتىش لازىم.

يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇللىرىدىن باشقا تۆۋەندىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ:

داغلاش ئۇسۇلى: ئەگەر سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىدە ھېچقانداق دورا پايدا قىلمىغاندا ئاشقازان كىرىش ئېغىزى، جىگەرنىڭ ئۈدۈلى، تالىنىڭ ئۈدۈلى، ئاشقازان چىقىش ئېغىز ئۈدۈلى، كىندىك ئۇستى قاتارلىق ئورۇنلار بىمارنىڭ ئەملي ئەھۋالىغا قاراپ بىراقلا ياكى بىر - بىرلەپ داغلىنىدۇ.

تەرلىتىش ئۇسۇلى: توغرىغۇنى بابۇنە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ سۈۋاش، تۇزنى يۇمشاق سوقۇپ، بۇقىنىڭ يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈۋاش، زىراۋەندى مۇدەھرەج، رەۋغىنى بادام، رەۋغىنى غار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈۋاش، دارچىن، قەسبۇزەررە قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، رەۋغىنى سەۋسەن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سوۋاش قاتارلىق ئۇسۇللارنىڭ بىرىنى تاللاپ قوللىنىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئاپتاپ، قۇرۇق مۇنچا، چالا قىزىتىلغان تونۇرغا بېشى قاقلاپ ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

قۇمغا كۆمۈش ئۇسۇلى: بىمارنى ئوڭدىسىغا تۇز يانقۇزۇپ، باشتىن باشقا ئورۇنلار ئانچە قىزىق بولمىغان قۇم بىلەن كۆمۈلىدۇ.

تۆگە سۈتى ئىچىش ئۇسۇلى: تۆگە سۈتىنى ئىچكۈزۈش قىزىتما ۋە سېرىقلىق بىلەن بىرگە كەلگەن سۇلۇق ئىششىقتا ياكى يېڭى تۇغۇلغان بوۋاقلارنىڭ سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكلىرى ئۈچۈن مۇۋاپىق ئەمەس. بۇنىڭدىن باشقا بارلىق سۇلۇق ئىششىقنى يوقىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، قاتتىق ئىششىقلارنى يۇمشىتىش، قويۇق خىلىتلارنى تارقىتىش، نەپەس راۋانلاشتۇرۇش، تالىنى كۈچەندۈرۈش، خىلىتلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى چەكلەش، بەدەننى ئوزۇقلۇق بىلەن تەمىنلەش، ئىچىنى سۈرۈپ، سۈيدۈك ھەيدەش ئۈچۈن ئاجايىپ ياخشىدۇر.

تۆگە سۈتىنى بەرمەكچى بولغاندا ساغلام تۆگىنى ھەپتە بۇرۇن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، تەبىئەتنى يۇمشاتقۇچى يېمەكلىكلەر بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇپ، سەككىزىنچى كۈنى ئەتىگەندە

سۈت ساغىدىغان قاچىسىنى ئوتقا قاقلاپ قىزىتىپ، تۆگىنى سېغىپ كۆپۈكىنى ئېلىۋېتىپ، شۇ ۋاقىتتىلا قىزىق هالەتتە بىرىنچى كۈنى سۈتتىن 60 گرام، شېكەر ياكى بۇزۇرى شەربىتى ياكى گۈلقەنت ۋە ياكى مەجۇنى دەپدىلۇەردىتىن 12 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، يەتتە كۈن ئەتراپىدا مۇشۇ بويىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تۆگە سۈتى ياخشى هەزىم بولغان بولسا هەركۈنى 18 گرامدىن كۆپەيتىپ 21 كۈنگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن هەركۈنى 18 گرامدىن ئازلىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزى تېۋىپلارنىڭ قارىشىچە: «بىمار سۈتنى ياخشى هەزىم قىلالىسا كۈندىلىك تۆگە سۈت مىقدارى 1500 گرامدىن ئېشىپ كەتسىمۇ بولىدۇ» دەپ كۆرسەتكەن.

تۆگە سۈتى ئىستېمال قىلىش جەريانىدا يېمەكلىكنى ئازلىتىش لازىم. لېكىن سۈتنى كۆپ ئىچىپ ئۈيۇپ قېلىشتىن ئېهتىيات قىلىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن سۈتكە سىركەنجە-ۋىل ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

مائۇلجەبىن بېرىش ئۇسۇلى: 750 گرام تۆگە سۈتىنى قازانغا قۇيۇپ قاينىتىپ، بىمارنىڭ مىزاجىغا ئاساسەن سىركەنجىۋىل بۇزۇرى هار ياكى سىركەنجىۋىل بۇزۇرى مۆتىدىلدىن 48 گرام قوشۇپ، ئەنجۇر ياغىچى بىلەن قوچۇپ، سۈت ئوبدان قاينىغاندىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ سوۋۇتىلىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن ئىككى قات خام بىلەن سۈزۈپ، سۈيى ئايرىۋېلىنىلىدۇ هەمدە 1500 گرام سۈتنى قاينىتىپ، ئۇچ گرام ئاش تۇزى ۋە 18 گرام ئاق تۇرىۇتنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىدىن تۆگە سۈتى قاينىتىلمىسىنى قوشۇپ، يەنە بىر قېتىم قاينىتىپ 140 گرامدىن ئىچكۈزۈپ، كۈندىن - كۈنگە كۆپەيتىش ئارقىلىق 500 گرامغا يەتكۈزۈلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن يەنە تۆۋەنلىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر سۇلۇق ئىششىق تۇلۇمسىمان سۇلۇق ئىششىق بولسا، تۆگە سۈتىنىڭ ئورنىغا ئۆچكە سۈتى ۋە ئېشەك سۈتى ئالماشتۇرۇلىدۇ.

كاسىنە سۇيىنى بېرىش ئۇسۇلى

هۆل كاسىنە سۇيى ۋە كۆك شوخلا سۇيىنى نېپىز رەخت بىلەن سۈزۈپ، قەلەي قاچىغا قۇيۇپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، يەنە بىر قېتىم سۈزۈلىدۇ. بۇنى ئىچكۈزۈش ۋە مىقدارىنى بەلگىلەش ئۇسۇلى تۆگە سۈتىنى ئىچىش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش.

خىيارشەنبەر شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈرگۈ بېرىش ئۇسۇلىمۇ مائۇلجەبىنى ئىچىش ئۇسۇلىغا ئوخشايدۇ.

كۆك پاقىيوپۈرمىقى سۇيىنى تەييارلاش ۋە ئىچىش ئۇسۇلى يۇقىرىقىغا ئوخشايدۇ.

ئەنتاكى بۇ كېسەلگە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا ئىمكانقەدەر ئاشقازان ۋە جىگەرنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش،

قەينى توختىتىش كېرەك. تۆگە سۈتىنى داۋاملىق ئىچكۈزۈش لازىم. كېسەللىك ساقايغاندىن كېيىن زۇكامداشتىن، ئىچ سۇرۇشتىن قەتئى ساقلىنىش لازىم.

مەشھۇر تېۋىپ قەرىچ بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۈلۈق ئىششىق كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچىلار ئاچلىق ۋە ئۇسسۇزلۇققا بەرداشلىق بېرەلىشى كېرەك. ئەگەر بەرداشلىق بېرەلمىسە ئاز مىقداردا نان بېرىش لازىم. سۈلۈق تاتلىق يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن، بەك تويۇپ كېتىشتىن ساقلىنىش لازىم. سۈيۈق يېمەكلىكلەرنى ئىمكانقەدەر ئىستېمال قىلماسلىق لازىم. ئىسسىق رايونغا بېرىش كېرەك.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۈلۈق ئىششىق كېسەللىكى ئۇچۇن پىستە يېغى، داۋائىل كۈركۈم، قۇرسى كەلكىلانج بېرىلىدۇ، ئەمما بىمارنىڭ مىزاجىدا ئۆتكۈر ئىسسىقلىق كەيپىيات بولماسلىقى كېرەك. جىگەرنى تازىلاش زۆرۈر بولغاندا جىگەرگە زىيانلىق سۈرگۈ دورىلىرىنى قوشماسلىق، يەڭگىل سۈرگىلەرنى ئىشلىتىش لازىم.

سۈلۈق ئىششىقنىڭ تۈرىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندە ئۇچ تۈرلۈك سۈلۈق ئىششىقنى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى بىر - بىرلەپ تونۇشتۇرىمىز.

1. گۆش سۈلۈق ئىششىقنى داۋالاش:

استسقائى لحمى

تونۇش:

گۆش سۈلۈق ئىششىقى غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنىڭ گۆش ئارىلىقلىرىغا كۆپلەپ يىغىلىپ قېلىشى سەۋەبىدىن قورساقنىڭ چوڭىيىپ كېتىشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بەدەندە بەلغەم خىلىتى مىقدار جەھەتتىن ئېشىپ كەتكەندە ھەزىم ناچارلىق ئەھۋالى كۆرۈلۈپ، خىلىتلار سۈپەتسىز ۋە خام ئىشلىنىپ چىقىدۇ. ئەگەر بۇ ئەھۋال جىگەرنىڭ تۆت خىل كۈچى (تارتىش، چىقىرىش، تۈتۈش، ھەزىم قىلىش كۈچى) گە تەسىر قىلسا، بۇنىڭدا نورمالسىزلىق كۆرۈلۈپ، خىلىتلار ئەزالار تەرىپىدىن قوبۇل قىلىنماي مۇسكۇل ئارىلىقىدا كۆپلەپ ساقلىنىپ قالىدۇ. نەتىجىدە گۆش سۈلۈق ئىششىقى پەيدا بولىدۇ.

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى كۆپىنچە جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ھەمدە بەدەننىڭ سوغۇق مۇھىتنىڭ تەسىرىگە ئۇزۇن مۇددەت ئۇچرىشىدىن بولىدۇ. بەزىدە بەدەننىڭ تەبئىي ھارارىتى ئېشىپ كەتكەنلىكتىن خىلىتلاردا ئېرىش يۇز بېرىپ، بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا قان تومۇرلاردا توسالغۇ بولۇشىدىن غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار چىقىرىش ئەزالىرىدىن ئۆتۈپ كېتەلمەي، ئومۇمىي بەدەنگە تارقىلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

يۇقىرىقى ئەھۋاللاردىن بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىچە خۇلاسىلاشقا بولىدۇ:

1. جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن جىگەر قۇۋۋەتلىرىدە ئاجىزلاش كۆرۈلۈپ، بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

2. ئۇرۇلۇش سوقۇلۇش، يېرىلىشتىن قانىنىڭ چىقىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

3. مۇنچىغا چۈشكەندىن كېيىن، ئۇخلاپ تۇرغاندىن كېيىن، ئېغىر دەرىجىدىكى جىسمانىي ۋە ئەقلىي ئەمگەك قىلغاندىن كېيىن كۆپ مىقدارىدا سۇ ئىچىش.

4. تال، ئاشقازان، ئۆپكە، بۆرەك، دىئافراگما كېسەللىكى بىلەن ئاغرىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

5. ھەيز توسۇلۇش، بوۋاسىر قېنى توختاش، تولغاق كېسەللىكى قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

ئومۇمىي بەدەندە ئىششىق بولىدۇ. بىمارنىڭ رەڭگى ئۆلۈكنىڭ رەڭگىدەك نۇرسىز بولۇپ، ئىششىق كۆپىنچە پۇت قىسمىدىن باشلىنىپ پۈتۈن بەدەنگە تارقىلىدۇ. ئىششىق ئورۇننى باسقاندا كاۋاك شەكىللىنىدۇ. چوڭ تەرەت كۆپىنچە يۇمشاق بولۇپ، رەڭگى ئاققا مايىل بولىدۇ. تومۇرى دولقۇنسىمان، كەڭ، يۇمشاق سالىدۇ. سۈيدۈكى ئاققا مايىل، ئېغىزنىڭ تەمى ئاچچىق بولۇش، كۆپ ئۇسساش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ھارارەت مەۋجۇت بولسا ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇش، سۈيدۈك رەڭگى قىزىل بولۇش، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا ئۆپكە، يۆرەك، بۆرەك، تال، ئاشقازان، دىئافراگما، بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر كېسەللىك ئالامىتى كۆرۈلۈش بىلەن بىرگە يۇقىرىقى ئەزالاردىن قايسىسى كېسەللەنگەن بولسا، شۇنىڭغا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، كەم قانلىق، سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكلەر بايانىدا سۆزلەنگەن داۋالاش تەدبىرلىرىدىن ئۇنۇملۇك پايدىلىنىش كېرەك.

جىگەر مىزاجىنى تەڭشەش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن توغرىغۇ، گۈڭگۈرت، تال چۈنقىنىڭ كۆلى، زەنجىۋىل، يەرلىك شوخلا، سىركە قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

زۆرۈرىيەت بولسا تەرلىتىش، قۇمغا كۆمۈش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

تازىلاش زۆرۈر بولسا، غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنىڭ مۇنزىچى سۈپىتىدە بىنەپ-شە، يەرلىك شوخلا، بىخ سۇس، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، بىخ كاسنە، بىخ بەدىيان، گاۋزىبان، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، بەدىيان قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنىڭ سۈرگىسى سۈپىتىدە يۇقىرىقى دورىلارغا خىيار-شەنبەر، تەرەنجىبىن، دىنار شەربىتى، بادام يېغى قوشۇپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇق ئۇچۇن ئەرقى شوخلا، ئەرقى كاسنە، ئەرقى گاۋزىبان، بۇزۇرى شەربەتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى مۇنزىچ، مۇسھىلنىڭ ئۇنۇمى بولمىسا، غەيرىي تەبئىي خىلىتىنى پىشۇرۇش (مۇنزىچ) ئۇچۇن پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسنە ھەربىرى توققۇز گرام، بىخ كەرەپشە، ئىزخىر، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، نېپىز قەنتەرىيون ھەربىرى تۆت گرام، پىستىپايەج، يەرلىك شوخلا، بىخ سۇس ھەربىرى يەتتە گرام، سېرىق ئەنجۇر بەش دانە، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 24 گرام قاتارلىق دورىلارنى ئاخشىمى مۇناسىۋەتلىك ئەرەقلەرگە چىلاپ، ئەتسى قاينىتىپ، 48 گرام ھەسەللىك گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ يەتتە كۇن ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي خىلىتىنى سۇرۇش ئۇچۇن ئاخشىمى 108 گرام ئەرقى شوخلىغا 36 گرام ھەسەل، توققۇز گرام ھەببى رەۋەن ياكى ھەببى رەۋەن بۆھرانى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەتسى ئەتىگەندە يۇقىرىقى مەتبۇخقا سانا ئون گرام، رەۋەن، تۇربۇت ھەربىرى توققۇز گرام، زەنجىۋىل تۆت گرام، خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن ھەربىرى 48 گرام، شەربىتى دىنار كەبىر 48 گرام، بادام يېغى بەش گرام قاتارلىق دورىلارنى قوشۇپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا:

بۇ ۋاقىتتا توخۇ گۆشى شورپىسىغا نوقۇت ئېلىپ يېگۈزۈلىدۇ.

بەدەننى سوۋۇتۇش مەقسىتىدە داۋائىل كۇركۇم كەبىر ياكى مەجۇنى دەبدىلۇەردىتىن توققۇز گرام ئېلىپ، ئالتۇن ۋاراقىغا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

بىخ سۇس، پىرسياۋشان، بىخ كەبىر ھەربىرى يەتتە گرام، نېپىز قەنتەرىيون، رۇم بەدىيان، ئىزخىر ھەربىرىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، ئەرقى جۇۋىنە، ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ 48 گرام شەربىتى بۇزۇرى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئۇماچ، مايسىز كاۋاپ بېرىلىدۇ.

سۈرگۈ بېرىپ بولغاندىن كېيىن كەلكىلانەج ياكى داۋائىل كۇركۇم، ئەرقى ئەپسەنتىن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

گۆش سۇلۇق ئىششىقى ئۇچۇن ئەڭ ياخشى سۈرگۈ سۈپىتىدە ھەببى رەۋەن بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئالدى بىلەن ھارارەتنى يوقىتىش ئۇچۇن جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇش بايانىدىكى داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سۇلۇق ئىششىق بايانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئارتۇق سەپرا خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۇچۇن مەتبۇخى ھېلىلە، شەربىتى ۋەرد مۇكەررەر بېرىلىدۇ. شېكەر بىلەن تۆگە سۈتى، بىنەپشە شەربىتى، كاسىنە سۈيى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىمارىدا كۆڭۈل ئاينىش ئەھۋالى كۆرۈلسە شەربىتى بۇزۇرى بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى بۇزۇرى بىلەن مەتبۇخى ئىنەبۇل سۆئلەپ داۋاملىق ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك ئاشقازان مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولسا، ئالدى بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن گۈلقەنت بىلەن زەيتۇن يېغى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. غەيرىي تەبئىي خىلىتىنى سۈرۈش ئۇچۇن ھەببى ئىستەمخىقۇن بېرىلىدۇ. ئاشقازان مىزاجىنى تەڭشەش ئۇچۇن داۋائىل كۇركۇم بېرىلىدۇ.

ئەگەر بەدەندىن قان كۆپ چىقىپ كېتىشتىن گۆش سۇلۇق ئىششىقى شەكىللەنگەن بولسا ئۇزۇم شەربىتى، توخۇ توخۇمىنىڭ سېرىقى، توخۇ گۆشى بېرىلىدۇ.

ئەگەر گۆش سۇلۇق ئىششىقى قان خىلىتىنىڭ كۆپىيىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شەربىتى زىرىشك، شەربىتى لىمون، شەربىتى تەمرى ھىندى، ئانار سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تال ئىششىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتى تازىلىنىدۇ ھەمدە تال ئىششىقى، تال ئاجىزلىقى بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر ئۆپكە مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شەربىتى زۇپا بىلەن گۈلقەنت بېرىلىدۇ.

ئەگەر ماسارىقا تومۇرلارنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئانار سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر گۆش سۇلۇق ئىششىقى بۆرەك كېسەللىكى، بالىياتقۇ ياللۇغى، بالىياتقۇ بوغۇلۇش، ھەيز توسۇلۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەللىكنىڭ داۋالاش بايانىغا مۇراجىئەت قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئۇنىڭ سەۋەبى ئومۇمىي بەدەن مىزاجىنىڭ ئىسسىقىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قىزىتمىغا قارىتا تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر تولغاق، ئېغىزمان ئاغرىش، دىئافراگما كېسەللىكى سەۋەبىدىن گۆش سۇلۇق

ئىششىقى كېلىپ چىققان بولسا، شۇ خىل ئەھۋالغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش بىلەن بىرگە سۈلۈق ئىششىققا قارىتا مۇناسىۋەتلىك چارىلەر قوللىنىلىدۇ.

ئوز ۋۇقلاندۇرۇشتا توخۇ ياكى ئۆچكىنىڭ گۆشىنى نوقۇت سېلىپ پىشۇرۇپ، سۈماق بىلەن چۈچۈمەللەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

بەزى تېۋىپلار: «بۇ كېسەلگە سەۋەبچى خىلىتنى يوقىتىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى داۋالاش تەدبىر قوللىنىلىدۇ» دەپ كۆرسەتكەن:

بىمار بەرداشلىق بېرەلمىگەنگە قەدەر سۇ ئىچكۈزۈشكە، تاماق بېرىشكە، مېۋىلەرنى ئىستېمال قىلىشقا بولمايدۇ. بىمار بەرداشلىق بېرەلمىگەندە، ئاز مىقداردا توخۇ گۆشى، گۈرۈچ ئېشى، قۇشقاچ، كەكلىك گۆشلىرىنىڭ كاۋاپلىرى تۈزسىز قىلىپ بېرىلىدۇ. ئاز مىقداردا ھەسەل بېرىلىدۇ، ئۈسسۈزلۇقنىغا قارىتا ئەرقى شوخلا ياكى ئەرقى كاسىنە ۋە ياكى ئەرقى بەدىيان ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇز - كۆزلىرىنى يۇيۇش، تەرەت ئېلىش ئۈچۈن ئىشلىتىدىغان سۇ ئورنىغا دورا قاينىتىلمىلىرى ۋە ئەرەقلەر ئىشلىتىلىدۇ.

قەي، سۈرگۈ، كىلىزما، شامچە قاتارلىق ئۈسۈللاردىن بىرىنى تاللاپ ئىشلىتىش، بۇ جەريانىدا بىرلا ۋاقىتتا كۆچلۈك تازىلاش ئېلىپ بارماسلىق، ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبئىي خىلىتنى تارقىتىش ئۈچۈن مەجۇن دورىلار ۋە سۈۋالمىلار ئىشلىتىلىدۇ. ساقايغاندىن كېيىن ئىككى يېرىم ئايغىچە پەرھىز تۇتۇش لازىم.

بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، ئاپتاپتا ئولتۇرغۇزۇش، بەدەن چېنىقتۇرۇش، قۇملۇقتا يول ماڭغۇزۇش، ۋېلىسىپىت مىنىش ئارقىلىق تەرلىتىدۇ. ئۇلاردىن باشقا قۇمغا كۆمۈلىدۇ، گۈڭگۇرتلۇك ئارىشاڭدا، دەريا سۈيىدە، بۇلاق سۈيىدە يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

يۇقىرىقى داۋالاش ئۈسۈللىرىدىن باشقا گۆش سۇلۇق ئىششىقى كېسەللىكى ئۈچۈن تۆۋەندىكى داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ قوللىنىلىدۇ:

قارا نوقۇت ئىششىق ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

دارچىن، مەستىكى، رەۋەن، پىلپىل، قارىمۇچ ھەربىرى ئۈچ گرام، زەنجىۋىل، بەرەنگى كابىلى ھەربىردىن ئالتە گرام ئېلىپ، چالا سوقۇپ قاينىتىپ، 24 گرام گۈلقەنت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈچ گرام رەۋەن بىلەن 0.5 گرام قارىمۇچنى ئېلىپ، تالقان قىلىپ يېگۈزۈلىدۇ.

كاسىنە ئۇرۇقى، بىخ كاسىنە توققۇز گرام، بەدىيان، بىخ بەدىيان ھەربىرى ئالتە گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم يەتتە دانە، سۇمبۇل تىپ، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەرەنگى كابىلى ھەربىردىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، 26 گرام شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك قويۇق بەلغەم خىلىتى تەسىردىن كېلىپ چىققان بولسا، يەرلىك

ئۇيغۇر كتاب توپلىكى www.uyghurkitap.com

شوخلا ئالتە گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ئون دانە، سېرىق ئەنجۈر ئۈچ دانە، پىرسىياۋشان 48 گرام، قىزىلگۈل ئۈچ گرام، بىخ سۈس تۆت گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈرگۈ ئۈچۈن يۇقىرىقى مەتبۇخقا توققۇز گرام سانا قوشۇپ بېرىلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن ئەرقى شوخلا ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش شەھرىيان مۇزاپىق ئەرەق بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئالتە گرام مەجۇنى دەبدىلۇەرد تۆگە سۈتى، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئالتە گرام داۋائىل كۈركۈم ئەرقى بەدىيان بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

شۇمشا يارمىسى، رەۋەن چىنى ھەربىرى ئالتە گرام، بۆرە ئەرمىنى 24 گرام، قارا زىرە سەككىز گرام قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، كونا سىركە بىلەن زىماد قىلىنىدۇ.

نۇشدارى مۇناسىۋەتلىك ئەرەقلەر بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

سەئدى كوفى، بۆرە ئەرمىنى، تال غازنگى كۈلى ھەربىردىن تۆت گرام ئېلىپ سوقۇپ، ھۆل شوخلا سۈيى بىلەن زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئىششىق قورساقنىڭ ھەممە قىسمىدا بولۇپ نەزلە بىرگە كەلگەن بولسا، كەلكىلانەج يېگۈزۈلىدۇ. ئارقىدىنلا يەرلىك شوخلا، بىخ سۈسنى ئەرقى شوخلىدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمار ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى كۆپ ئىشلىتىشتىن بىئارام‌لىق ياكى بىھوشلۇق يۈز بەرسە، بىخ سۈس، يەرلىك شوخلا، گاۋزىبان، خوخا، پىرسىياۋشان، ئۇستقۇددۇس قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك بىلەن دەم سىقىلىش ۋە نەزلىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، زۇپا ئۈچ گرام، بىخ سۈس، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىرى تۆت گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن ئون دانە ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 12 گرام شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قورساق ئېسىلىش كۆرۈلسە ئۈچ گرام زىراۋەندە قوشۇلىدۇ ھەمدە جاۋارىش كۈمۈنىدىن توققۇز گرام يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر دەم سىقىلىش ئەھۋالى ياخشىلانمىسا، شېكەرنىڭ ئورنىغا زۇپا، يەرلىك شوخلا، بىخ كەبىر، سانا قوشۇپ، مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ. قورساق كۆپۈش ئۈچۈن پىرسىياۋشان، بەدىيان، بىخ كەبىر، قىزىلگۈل ھەربىرى تۆت گرام، بىخ بەدىيان، بىخ كاسنە، شوخلا، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىردىن ئالتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 36 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ماددا پىشقانلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلگەندىن كېيىن يۇقىرىقى مەتبۇخقا تۆت گرام ئاق

تۇربۇت، بىر گرام زەنجىۋىل، 0.6 گرام رەۋەن ئۇسارسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىردىن قان چىقىپ، توساتتىن توختاپ قېلىشتىن ئىشىشق كۆرۈلۈپ، تۆگە سۈتى ئىچكۈزگەندە، ئىشىشق كۈچىيىپ كەتسە، بەدىيان، مەستىكى، قۇرۇق پىننە ھەربىرى ئالتە گرام، لاچىندانە ئۈچ گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى نۇسخىغا ئۇدسەلب بىر گرام، سۇمبۇل تىپ ئىككى گرام، ئۇرۇقسىزلانغان ئۇزۇم يەتتە دانە قوشۇپ مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن ئەرقى شوخلا ئىچكۈزۈلىدۇ. مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن داۋائىل كۈركۈم، بەدىيان شىرەسى، يەرلىك شوخلا شىربىسى، قەنت قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇلۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرەت يۇمشاق بولسا تۆت گرام رەيھان ئۇرۇقى، 48 گرام ئەرقى شوخلا، تۆت گرام شوخلا شىربىسى، 24 گرام قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچى سۇرۇش توختاپ، پۈتنىڭ ئىشىشقى يانغان بولسا، پەقەت يۇزىدىلا ئىشىشق قالغان بولسا تۆت گرام قۇرسى گۈل نۇشدارى ساددە بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن شوخلا تۆت گرام، سوقۇلغان كاسىنە ئۇرۇقى ئالتە گرام، بەدىيان تۆت گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۇزۇپ، 12 گرام قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

داۋائى مىشكى ھار ئالتە گرام، كاسىنە ئۇرۇقى شىربىسى، شوخلا شىربىسى ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت 12 گرام قوشۇپ بېرىلىدۇ. ئاخشىمى داۋائى مىشكى ھارنىڭ ئورنىغا داۋائىل كۈركۈم ئالماشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك گۆش يوغان سۈدەك كەلسە، شوخلا، كاسىنە ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، ئىزخىر ھەربىرىن تۆت گرام ئېلىپ، 250 گرام ئەرقى شاھتەرە بىلەن قاينىتىپ، 24 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەر ساھەسىگە بابۇنە يېغى سۈۋلىدۇ.

كاسىنە ئۇرۇقى، ئىزخىر، يەرلىك شوخلا، بەدىيان، بىخ بەدىيان، پىرسياۋشان ھەربىرىدىن بەش گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قوغۇن ئۇرۇقى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئاق لەيلى گۈلى ھەربىرى ئۈچ گرام، گۈل بىنەپشە تۆت گرام قاتارلىق دورىلار قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇللىرى تەرتىپ بويىچە قوللانغاندىن كېيىن غەيرىي تەبئىي خىلىتىنى سۇرۇش مەقسىتىدە بەدىيان تۆت گرام، بىخ بەدىيان، كاسىنە ئۇرۇقى، شوخلا ھەربىرى ئالتە گرام، پىرسياۋشان، ئىزخىر ھەربىرى تۆت گرام، سانا توققۇز گرام، قىزىلگۈلدىن تۆت گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 36 گرام گۈلقەنت، 72 گرام خىيارشەنبەر

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

شىرىسى، 48 گرام تەرەنجىبىن شىرىسى، ئالتە گرام كالا يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك شوخلا، قوغۇن ئۇرۇقى ھەربىرى تۆت گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ئون دانە، سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 24 گرام شەربىتى بۈزۈرى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ جەريانداتامىقى ئۇچۇن شويلا، ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى شوخلا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر گۆش سۈلۈق ئىششىقى كېسەللىكى بەلغەم خىلىتىغا ئارتۇق مىقداردىكى سەپرا خىلىتى قوشۇلۇشتىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي بەلغەم ۋە سەپرا خىلىتىنىڭ مۇنزىچى (پىشۇرغۇچىسى)نى بەرگەندىن كېيىن، سۈرۈش (مۇسھىل بېرىش) ئۇچۇن قوغۇن ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، بىخ كاسنە، قىزىلگۈل ھەربىرى ئالتە گرام، بىخ سۇس، رەۋەن چىنى، ئاق تۇربۇت ھەربىرىدىن تۆت گرام ئېلىپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، 24 گرام گۈلقەنت، ئالتە گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، تەرەنجىبىن شىرىسى 48 گرام، تۆت گرام كالا يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ، سۈرگۈندىن كېيىن قۇرسى گۈل سەغىردىن تۆت گرامنى سوقۇپ، 12 گرام گۈلقەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە شوخلا ئالتە گرام، قىزىلگۈل، پىرسىياۋشان ھەربىرى تۆت گرام ئېلىپ قاينىتىپ، قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك بىلەن جىگەر تەرەپتە ئېغىرلىق مەلۇم بولسا، يەرلىك شوخلا، كاسنە ئۇرۇقى، شاھتەرە، ئوغرىتىكەن ھەربىرى ئالتە گرام، يۇيۇلغان لوكتىن تۆت گرام ئېلىپ قاينىتىپ، قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ، ئارقىدىنلا 12 گرام گۈلقەنتكە 72 گرام سىركەنجىۋىل ساددىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر گۆش سۈلۈق ئىششىقى كېسەللىكى جىگەر ۋە ئاشقازاندا ھۆللۈكنىڭ كۆپىيىپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا ھەم شۇنىڭ بىلەن بىرگە قىزىتما ۋە ئىچ سۈرۈش كۆرۈلسە، خوخا، ئاق تىكەن، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، بەدىيان، پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسنە، شوخلا، پىرسىياۋشان قاتارلىق دورىلارنى ئاخشىمى مۇۋاپىق ئەرەقلەرگە چىلاپ قويۇپ ئەتىگىنى سۈزۈپ، شەربىتى بۈزۈرى، ياۋا سىمىزئوت ئۇرۇقى تالقىنى، پاقىيوپۇر-مىقى ئۇرۇقى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبئەتنى (ئىچىنى يۇمشىتىش) يۇمشىتىش زۇرۇر بولۇپ قالسا، يۇقىرىقى دورىلارغا ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، ئاق لەيلىگۈلى، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر گۆش سۈلۈق ئىششىقى كېسەللىكى جىگەر ۋە ئاشقازاندىكى ھۆللۈكنىڭ كۆپىيىپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئىچى سۈرۈش، سۈيدۈك مىقدارى ئازىيىش ئالامىتى كۆرۈلسە، پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسنە، قىزىلگۈل، قوغۇن ئۇرۇقى، سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقى پوستى، زىرىق، قاقىلە، سوقۇلغان ئوغرىتىكەن،

يەرلىك شوخلا، بىخ سۈس، ئىزخىر، قارا زىرە، رۇم بەدىيان، پىننە قاتارلىق دورىلارنى ئاخشىمى ئەرقى بەدىيان ۋە ئەرقى شوخلىغا چىلاپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ، شەربىتى بۇزۇرى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تالقىنى، رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىششىق بىلەن بىرگە ھەزىم ناچارلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، پوستى بىخ كاسىنە، بىخ سۈس، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچ كۈندىن كېيىن پىرسياۋشان، يەرلىك شوخلا، قىزىلگۈل، قوغۇن ئۇرۇقى، گۈل بىنەپشە قاتارلىق دورىلارنى يۇقىرىقى نۇسخىغا قوشۇپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. مىزاجى بەك ئىسسىق بولمىسا شەربىتى دىنار بىرلىكتە ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈلۈق ئىششىق بىلەن قان تۈكۈرۈش، يۆتىلىش بىرگە كەلسە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقى، بىخ سۈس قاتارلىق دورىلارنى پاقىيوپۇرمىقى ئەرقى بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، قەنت، پاقىيوپۇرمىقى تالقىنى، ئەرەب يېلىمى تالقىنى، مەستەكى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر گۆش سۈلۈق ئىششىقى قورساقنىڭ ھەممە يېرىدە بولۇپ قېلىش ئەھۋالى كۆرۈلگەن بولسا، بەرەنگى كابىلى تۆت گىرام، شوخلا، بىخ كەبىر، قىزىلگۈل، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇقەلنى يەرلىك شوخلا قاتارلىق دورىلارنى كىندىك ۋە قورساق قىسىملىرىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى قاينىتىلمىغا توققۇز گىرام سانا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى شوخلا بېرىلىدۇ. ئىككىنچى كۈنى يەرلىك شوخلا، رەۋەن چىنى، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، داۋائى مىشكى مۆتىدىل يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىششىق جىگەر تەرەپتە بولسا، قۇرسى گۈل سەغىر كەلكىلانەج بۇزۇرى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك شوخلا، بىخ كەبىر، پىرسياۋشان، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇنىڭ بىلەن ئىششىق ۋە قاتتىقلىق يانغان بولسا، يەرلىك شوخلا، قىزىلگۈل، گاۋزىبان، سۈمبۈل تىپ، بىخ كەبىر، رەۋەن چىنى، كاسىنە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈلقەنت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدەننى كۈچلەندۈرۈش ئۇچۇن داۋائى مىشكى بارىد يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن گاۋزىبان، گۈل گاۋزىبان، يەرلىك شوخلىنى قاينىتىپ، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلە-

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

دۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك ياشانغانلاردا كۆرۈلسە، ئەرقى بەدىيان، ئەرقى شوخلا، تۆگە سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك ھەزىم بۇزۇلۇش، ئىچ سۈرۈش ۋە قان تولغاقتىن كېيىن يۈز بەرگەن بولسا، زىرىق، يۇيۇلغان لوك، قەسىۋزەرىرە ھەربىرىدىن بىر گرام ئېلىپ سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن كاسىنە ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا ھەربىرى ئالتە گرام، خوخا، ئاق تىكەن ھەربىرىدىن تۆت گرام ئېلىپ، 140 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، بىرىنچى كۈنى قەنت ئارىلاشتۇرۇپ، ئىككىنچى كۈنى گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈچىنچى كۈنى توققۇز گرام سانا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك بىلەن گال ئىششىغان بولسا، سېرىق ئەنجۈر ئىككى دانە، بەدىيان، پىرسياۋشان ھەربىرى تۆت گرام، بىخ بەدىيان، شوخلا ھەربىرى ئالتە گرام، ئۇرۇقى بار ئۈزۈم ئون دانە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، 36 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى بۇ نۇسخىغا قىزىلگۈل سېرىقى قوشۇلىدۇ. ئۈچىنچى كۈنى گۈل بىنەپشە قوشۇلىدۇ. ئۈچ كۈندىن كېيىن ئالتە گرام مەجۇنى كەلكىلانەج 140 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. 120 گرام يۇمغاقسۇت سۈيىگە 24 گرام سىركەنجىۋىل ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلىنىدۇ.

ئەگەر گۆش سۈلۈق ئىششىقى بىلەن دەم سقىلىش، ئىچكى ئەزالار ئىششىقى بىرگە كەلگەن بولسا، غەيرىي تەبئىي خىلتىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن يەرلىك شوخلا، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، بىخ سۇس، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، پىرسياۋشان ھەربىرى تۆت گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ئون دانە، بەدىيان يىلتىزى، كاسىنە يىلتىزى پوستى ھەربىرى ئالتە گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، 36 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆت كۈندىن كېيىن غەيرىي تەبئىي خىلتىنى سۈرۈش ئۈچۈن بىرىنچى كۈنى يۇقىرى مەتبۇخقا 72 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، 48 گرام شەربىتى دىنار، ئون گرام بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى يەرلىك شوخلا، گاۋزىبان، بەدىيان يىلتىزى، بىخ كاسىنە، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، بىخ كەبىر، ئىزخىر ھەربىرى ئالتە گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ئون دانە، سېرىق ئەنجۈر تۆت دانە، بەدىيان تۆت گرام، ئاق تۇربۇت 12 گرام، سانا 12 گرام، رەۋەن چىنىدىن ئالتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 48 گرام گۈلقەنت، 72 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىزىتما قايتۇرۇش ئۈچۈن ئۈچ گرام ئەفتىمۇن ئۇرۇقىنى ئەرقى بەدىيان، ئەرقى

شوخلا، ئەرقى گاۋزىبان ھەربىرىدىن 48 گرام بىلەن شىرىسىنى چىقىرىپ، گۈلقەنت، شەربىتى بۇزۇرى ھەربىرىدىن 18 گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى ئۈسۈللارنى ئۇچ قېتىم قوللانغاندىن كېيىن مەجۇنى كەلكىلانەج يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر گۆش سۇلۇق ئىششىقى سەۋدا خاراكتېرلىك بولسا، شوخلا، گاۋزىبان ھەربىرى ئالتە گرام، چۆپچىن ئۇچ گرام، بىخ بەدىيان ئالتە گرام، رەۋەن چىنى ئۇچ گرام ئېلىپ، ئاخشىمى قايناق سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە قاينىتىپ، 24 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەرلىك شوخلا، مۇقەل سېرىق سەبرە، ئىكلىلمىلىك، نەمەك ھىندى، تال غازىكى قاتارلىق دورىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، شوخلا سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ. ئەگەر ئىچ سۇرۇش ئېغىر بولسا، يەرلىك شوخلا سۇيى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، شەربىتى بۇزۇرى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر گۆش سۇلۇق ئىششىقى كېسەللىكى بىلەن بىرگە ئىچى سۇرۇش ئەھۋالى بولسا، قورۇلغان بەدىيان، قورۇلغان قارا زىرە شىرىسىدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، شىرىسىنى چىقىرىپ، 12 گرام قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك شوخلا، بىخ سۇس، بىخ كەبىر قاتارلىق دورىلاردىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، شىرىسىنى چىقىرىپ، گۈلقەنتتىن 24 گرام، رەيھان ئۇرۇقى تالقىنىدىن تۆت گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاخىرىدا يەرلىك شوخلا، پىرسياۋشان، بەدىيان، بىخ سۇس، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى تۆت گرام، سېرىق ئەنجۇر ئۇچ دانە ئېلىپ قاينىتىپ، 24 گرام شەربىتى دىنار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆت گرام قۇرسى گۈل سەغىر، ئالتە گرام مەجۇنى كەلكىلانەج بۇزۇرى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئارقىدىنلا يەرلىك شوخلا، بەدىيان، بىخ سۇس ھەربىرى تۆت گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، زۇپادىن ئۇچ گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 24 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى مەتبۇخقا خوخا، پىرسياۋشان ھەربىرىدىن تۆت گرامدىن قوشۇپ قاينىتىپ، قۇرسى زىرىشك، داۋائىل كۈركۈم ياكى نۇشدارى سادە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى زىرىشك سەغىر، شەربىتى كەلكىلانەج بۇزۇرى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بەدىيان شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، يەرلىك شوخلا شىرىسى قاتارلىق دورىلارغا قەنت، ئاق تۇدەرى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى دورىلارنى ئىشلەتمەكچى بولغاندا بىمارىدا يۆتىلىش، بەلغەم تۆكۈرۈش ئالامىتى كۆرۈلگەن بولسا، قۇرسى زىرىشىك سەغرىنىڭ ئورنىغا قۇرسى گۈل سەغىر.

ئىككىنچى كۈنى بېرىلگەن مەتبۇختىكى تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسىنىڭ ئورنىغا پىرسىياۋشان ۋە ئۇرۇقسىز ئۈزۈم قاينىتىلمىسى ئالماشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سوزۇلما خاراكتېرلىك گۆش سۈلۈق ئىششىقى كېسەللىكى ئۈچۈن قاينىتىلغان كەرەپشە ئۇرۇقى سۈيى، سۈزاپ ئۇرۇقى شىرىسى ھەربىرى 36 گرام، شەربىتى كۈشۈشتىن 24 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، ھەركۈنى 25 گرامدىن كۆپەيتىپ، بىر ھەپتىگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن ھەركۈنى 25 گرامدىن ئازلىتىپ، ئىچىش مىقدارى ئەسلىدىكى ئۆلچەمگە يەتكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا نان، توخۇ گۆشى، نوقۇت نېنى، ھەسەل بېرىلىدۇ، ئۈسسۈلۇقى ئۈچۈن ئەرقى شوخلىغا ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زەپەر، سۈمبۈل تىپ، سەلىخە، قۇستە تەلخى، ئاسارۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، قىزىلگۈل، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى ئىككى ھەسسە، مۇرمەككى، رەۋەن ھەربىرى بىر ھەسسە قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، ئۇچ ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ، ئەرقى بەدىيان بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

يۇيۇلغان لوك تۆت ھەسسە، سۈمبۈل تىپ، زىراۋەندە ھەربىرى ئۇچ ھەسسە، ئاسارۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى ئىككى ھەسسە، ئاچچىق قۇستە، ئاچچىق بادام مېغىزى، ئامۇت، زەنجۇبىل، زىرە، سازەج ھىندى، مەستىكى ھەربىرىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، ئۇچ ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھەرقايسى ئورۇندىكى سۈلۈق ئىششىققا قارىتا يۇنان تېبابەت ئالىملىرى قارا شاخلىق كىسۇندى دەرىخىنىڭ شېخىدىن 54 گرام، قارىمۇچ 21 دانە قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى ئەرقى بەدىيان بىلەن چىقىرىپ، بىر ھەپتىگىچە ئىچۈرگەندە تولۇق ساقايغانلىقىنى، ئۈزۈقلۇقتا نان بىلەن نوقۇت يارمىسى بېرىلىدۇ.

كاسنە ئۇرۇقى پوستى، بىخ كاسنە، بەدىيان، پوستى بىخ بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، پوستى بىخ كەرەپشە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈزۈقلاندۇرۇشتا: كەپتەر، چۈجە، ئوغلاق گۆشى، نوقۇت شورپىسى بېرىلىدۇ. ئۈسسۈلۇقىغا ئەرقى بەدىيان، ئەرقى كاسنە، ئەرقى شوخلا ئىچكۈزۈلىدۇ. مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن كاسنە ئۇرۇقى، بەدىيان، يەرلىك شوخلا، سۈمبۈل تىپ ھەربىرى يەتتە گرام، گۈلقەنت 24 گرام قاتارلىق دورىلار قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بوزۇغا، زەنجۇبىل قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، يەرلىك شوخلا سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ، ئىششىق ئورنىغا زىماد قىلىنىدۇ ياكى دورىلار يەرلىك شوخلا سۈيى بىلەن زىماد قىلىنىدۇ.

قارا زىرە تالقىنى ياكى رەۋەن چىنى تالقىنى بەدىيان قاياناتمىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بالىلاردىكى سۈئۈلقۇنىيە ۋە سۇلۇق ئىششىق ئۇچۇن نوقۇت چوڭلۇقىدىكى رەۋەننى سۇتتە ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

رۇم بەدىياندىن توققۇز گرامنى يۇمشاق سوقۇپ، رەۋەن ئۇسارىسى بىلەن ئۇچ دانە كۈمىلاچ ياساپ، ھەركۈنى بىرنى يەپ، سېرىقماي بىلەن تۇزسىز گۈرۈچ ئىستېمال قىلسا، بەدىنى كۈچلۈك، ئېغىر دەرىجىدىكى سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكى بار بىمارلارغا ناھايىتى تېز مەنپەئەت قىلىدۇ.

ياۋا پىيازنى خېمىرنىڭ ئىچىگە سېلىپ قىزىق كۈلگە كۆمۈپ، ياۋا پىيازدىن 5.0 گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل ياكى شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى ھىندىنى تۆت كۈمىلاچتىن باشلاپ ھەركۈنى بىر كۈمىلاچتىن كۆپەيتىپ يەتتە دانىغچە بىرنەچچە كۈن يېگۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي خىلتىنى سۇرۇپ چىقىرىپ، ئىششىق ياندۇرۇش ئۇچۇن ئاچچىقتاۋۇز يىلتىزىنىڭ قاينىتىلمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەكەرۇەندى ياغچىنىڭ سۇيىنى دەسلەپتە 12 گرامدىن تەدرىجىي 180 گرامغىچە كۆپەيتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا بالىلاردىكى سۇلۇق ئىششىق ئۇچۇن كەكەرۇەندى ياغچىنىڭ سۇيىنى قارىمۇچ تالقىنى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇدەببەر قىلىنغان گۈڭگۇرت، مۇدەببەر قىلىنغان سىماب، ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، قارا تۇز، تاشتۇز، ئاش تۇزى، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، تەنكار، مۇدەببەر قىلىنغان بەرەڭگى كابىلى قاتارلىق دورىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، سوقىدىغان دورىلارنى سوقۇپ، لىمون سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرۇتۇلىدۇ. يەنە سوقۇپ لىمۇن سۇيى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش 21 قېتىم يۇغۇرۇپ، 120 مىللىگرام ئېغىرلىقتا كۈمىلاچ ياساپ، ھەر كۈنى بىر داندىن ئېلىپ تۆگە سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

زەنجىۋىل، سەئىدى كوفى، شەترەنجى ھىندى، ئاق زىرە، توغۇرىغۇ، زەرچۇا، مۇدەببەر قىلىنغان گەج، پىلپىل، پىلپىل دەرىخى يىلتىزى قاتارلىق دورىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن ئاز مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەرەپشە ئۇرۇقى، شەترەنجى ھىندى، بەرەنگى كابىلى، قارىمۇچ، پىلپىل دەرىخى يىلتىزى، قارا تۇز ھەربىرى ئۇچ گرام، ھېلىلە پوستى تۆت دانە، زەنجىۋىلدىن 36 گرام ئېلىپ سوقۇپ، ئاز مىقداردا ئېلىپ، يەتتە گرام بەدىيان سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

2. تۇلۇمسىمان سۇلۇق ئىششىنى داۋالاش:

استسقائی رقی

تونۇش:

تۇلۇمسىمان سۇلۇق ئىششىق: غەيرىي تەبئىي خىلتىلارنىڭ سۇ ياكى زەردەپ سۇيى

قورساق پەردە ئارىلىقلىرىدا، ئۇچەي ئەتراپلىرىدا كىندىك كانالچىلىرىدا كۆپلەپ ساقلىنىپ تۇرۇپ قېلىشى بىلەن قورساقنىڭ چوڭىيىپ كېتىش جەريانىدىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

تۆلۈمسىمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىدە بەدەندىكى سۇلار ئورگانىزم تەرىپىدىن قوبۇل قىلىنماي ياكى ئارتۇق خىلىت سۇيىتىدە سۇيدۇك ياكى باشقا ئورۇنلار ئارقىلىق چىقىپ كېتەلمەي، نورمالسىز يوللار بىلەن ھەرخىل شەكىلدە قورساق بوشلۇقىغا توپلىشىدۇ. قورساق بوشلۇقىغا سۇ يىغىۋېلىشىنىڭ شەكلى تۆۋەندىكىچە:

1. تەپچىرەش شەكىلدە توپلىشىۋېلىش: بۇنىڭدا ئارتۇق سۇيۇقلۇق جىگەرنىڭ ئۈستى تەرىپىدىن بۆرەك تەرەپكە كۆپلەپ كەلگەندە بۆرەك بۇنداق كۆپ سۇيۇقلۇقنى بىر تەرەپ قىلالمايلا قورساق بوشلۇقىغا قويۇپ بېرىلىدۇ.

2. بۇخارلاتلارنىڭ توسۇلۇپ قېلىش سەۋەبىدىن ماسارىقا تومۇرلاردا قېتىش كۆرۈلسە، بۇ ئورۇندىكى تومۇرلار سۇيۇقلۇقنى قورساق بوشلۇق تەرەپكە قويۇپ بېرىدۇ.

3. قورساق بوشلۇقىدىكى كانالچىلارنىڭ ئىچكى بېسىمى ئۆرلەپ كېتىشتىن كانالچىلاردا يېرىلىش كۆرۈلۈپ، سۇيۇقلۇقلار قورساق بوشلۇقىغا توپلىشىۋالىدۇ.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تۆلۈمسىمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكى: سوغۇق تەبىئەتلىك كۆكتاتلارنى كۆپ يېيىش، كۆپلەپ سوغۇق سۇ ئىچىشتىن جىگەر مىزاجىنىڭ خىلتىلىق ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كەيمۇس بوتقىسى كۆپلەپ سۇيۇق خىلتىلارغا ئايلىنىدۇ. بۇ خىل سۇيۇقلۇق قورساق پەردىسى ۋە ئۇچەي ئارىلىقىغا توپلىشىۋالىدۇ.

ئالامىتى:

قورساق يوغىنايدۇ، ئېغىرلىق مەلۇم بولىدۇ. قورساقنى چېكىپ تەكشۈرگەندە ئاۋاز بولمايدۇ. بىراق بىمار قورسىقىنى ھەرىكەتلەندۈرسە سۇنىڭ چۆلۈقلىغان ئاۋازى ئاڭلىنىدۇ.

بىمار قايسى تەرەپنى بېسىپ ياتسا سۇيۇقلۇق شۇ تەرەپكە يىغىلىدۇ. قورساققا قولنى قويسا سۇ توشقۇزۇلغان تۆلۈمدەك مەلۇم بولىدۇ.

سۇلۇق ئىششىقىنىڭ بۇ تۈرىدە ئەزالاردا ئىششىق بولمايدۇ. قورساق تېرىسى پارقىراپ قالىدۇ. بەدەننىڭ تەبىئىي ھارارىتى توشۇپ كېتىش سەۋەبىدىن قول - پۇت سوۋۇيدۇ. قاپاق ۋە چىرايدا ئىششىق ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

سۇيدۇك مىقدارى ئاز بولۇپ، بەزىدە سۇيدۇك رەڭگى قىزىل بولىدۇ. تومۇر ھەرىكىتى كىچىك، ئارقىمۇئارقا، قاتتىقراق بولىدۇ.

بەزىدە تومۇر ھەرىكىتى يۇمشاقراق بولىدۇ. قورساق سۇيى دىئافراگمىنى قىستىغانلىقتىن دەم سىقىلىش، يۆتىلىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ. بۇ كېسەللىكتە ھارارەت بولمىسا

ئۇسسۇزلۇق ئاز، سۇيدۇك رەڭگى ئاقۇچ بولىدۇ. قورسىقىدا سوغۇقلۇق ۋە ئۇنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىكتە هارارەت بولسا ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولىدۇ. بەدەن ۋە سۇيدۇك سارغىيىدۇ. قەۋزىيەتلىك ۋە قۇرۇق يۆتەل بولىدۇ.

ئەگەر تۈلۈمسىمان سۇلۇق ئىششىق بۆرەكتىكى تاش سۇيدۇك يولىدىن چىقىپ كەتكەندىن كېيىن تۇيۇقسىز يۇز بەرگەن بولۇپ، جىگەر كېسەللىكىگە خاس ئالامەتلەر كۆرۈلمىگەن بولسا، بۆرەكتىن دوۋساقلا كېلىدىغان ئىككى نەيچىنىڭ بىرسىدە تېشىلىش كۆرۈلگەنلىكتىن سۇلار كۆپ مىقداردا قورساق بوشلۇقىغا قۇيۇلۇشتىن شەكىللەنگەن بولىدۇ.

بۇ خىل سۇلۇق ئىششىق ئۇرۇقداندىمۇ كۆرۈلۈپ، چوڭ تەرەتتىن قان كەلگەن بولسا بىمارنىڭ كېسەللىك ئاقىۋىتى خەتەرلىك بولىدۇ.

داۋالاش:

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكلەر بايانىدا سۆزلەنگەن داۋالاش تەدبىرلىرىدىن ئۈنۈملۈك پايدىلىنىش كېرەك:

جىگەر مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن سىركەنجىۋىل بۇزۇرى هار، شەربىتى دىنار، شەربىتى مائۇلئۇسۇل ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي خىلتىنى سۇرۇش ئۈچۈن مەجۇنى كەلكىلانەج هار بېرىلىدۇ.

جىگەرنى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن قۇرسى زىرىشىك، قۇرس ۋەرد، مەجۇنى ئېرسا بېگۈزۈلىدۇ.

گاۋزىبان يىلتىزى، پەرپىيۇن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، دىماقلا قويۇش ئارقىلىق چۈشكۈرتۈلىدۇ.

سۇيدۇك هەيدەش، توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن قۇرسى مازەرىيون بېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىكتە هارارەت بولسا كاسنە سۇيى، سىركەنجىۋىل، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سوغۇقراق تەرەتتىكى دورىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئاخىرىدا جىگەرنىڭ مىزاجىنى تەڭشەش ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش مەقسىتىدە قۇرسى زىرەشىك سەغىر، مەجۇنى كەلكىلانەج بارىد، سىقىپ سۇزۇلدۇرۇلگەن هۆل كاسنە ۋە يەرلىك شوخلا سۇيى، بۇزۇرى شەربىتى، سىركەنجىۋىل بۇزۇرى بارىد، ئانار شەربىتى قاتارلىق دورىلار بىرلىكتە ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئانار بىلەن بىرلىكتە پىشۇرۇلغان كەپتەر، كەكلىك، چۈجە گۆشلىرى بېرىلىدۇ.

قەۋزىيەتنى يوقىتىش ئۈچۈن خىيارشەنبەر شىرىسى بىلەن بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى يەرلىك شوخلا، كاسنە ئۇرۇقى هەربىرى ئالتە گرام، خىيارشەنبەر

48 گرام قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ، ھۆل كاسىنە سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا 2 ~ 3 قېتىم ھەببى غارىقۇن بېرىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەن ئىچى بەك سۇرۇپ كەتسە، بىر گرام تاباشىر 24 گرام ئانار شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەتتە گرام زىرىق شىرىسى، 24 گرام سىركەنجىۋىل بۇزۇرى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىزىلگۈل ئۈچ گرام، غاپەس تۆت گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى ئۈچ گرام، قەنتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بىمارنىڭ بەدىنى بەك ئاجىز بولسا بىخ سۇس، بەدىيان، پىرسياۋشان ھەربىرىدىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، 12 گرام قەنت سېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككىنچى كۈنى يۇقىرىقى نۇسخىغا يەرلىك شوخلا، ئۈچىنچى كۈنى ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، بىخ كەبىر تۆت گرام، شاھتەرە ئالتە گرام، گۈلقەنت 36 گرام، تۆتىنچى كۈنى شەربىتى دىنار، بەشىنچى كۈنى تۆت گرام بەدىيان، ئالتە گرام يەرلىك شوخلا قوشۇپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى دىنارنىڭ رەۋەن چىنى شىرىسى ئۈچ گرام، كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن ئەرقى بەدىيان، ئەرقى شوخلا ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي خىلتىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن شاھتەرە، يەرلىك شوخلا ھەربىرى ئالتە گرام، بىخ كەبىر تۆت گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، بەدىيان تۆت گرام، كەبىر ئون دانە، بەدىياندىن تۆت گرام ئېلىپ قاينىتىپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇۋاپىق سۇرگۇ دورىلىرى ئارقىلىق بەدەن تازىلىنىدۇ.

تۇرۇپ سۇيى، يەرلىك شوخلا سۇيى ھەربىرى 48 گرام، ئەپسەنتىن شەربىتىدىن 24 گرام ئارىلاشتۇرۇپ، 20 كۈنگىچە ھەركۈنى 13 گرامدىن ئاشۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھەركۈنى 13 گرامدىن تۆۋەنلىتىپ ئەسلىدىكى مىقدارغا يەتكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: يۇقىرىقى دورىلارنى ئىچىش جەريانىدا ئىككىنچى كۈنى جەدۋال تالقىنى 32 گرام، جۇندە بىدەستۇر تالقىنى بىر گرام، داۋائى مىشكى تەلخى، داۋائىل كۈركۈم ھەربىرىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، 48 گرام شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. تۆتىنچى كۈنى يۇقىرىقى ئىچىملىككە 12 گرام كەلكىلانەج، 48 گرام شەربىتى دىنار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بىراق بۇ كۈنى ئەپسەنتىن شەربىتى بېرىلمەيدۇ.

بۇ ۋاقىتتا تامىقىغا توخۇ شورپىسى ئۆمىچى، چامغۇر مۇرابباسى، ئاناناس، پاختەك، ھۆپۈپ، توخۇ گۆشلىرىنىڭ كاۋىپى بېرىلىدۇ. ئۇسسۇلۇقى ئۈچۈن ئەرقى شوخلا، ئەرقى كاسىنە ئىچكۈزۈلىدۇ.

چامغۇر كۆكى، تۇرۇپ كۆكى، يەرلىك شوخلا چۆپى قاتارلىق دورىلارنىڭ سۇيىنى

چىقىرىپ سۈزۈپ، دورىلارنىڭ بىرلەشمىسىدىن 18 گرام، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى، رەۋەن چىنى تالقىنى ھەربىرى 24 گرام، داۋائىل كۇركۇمىدىن توققۇز گرام بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ جەريانىدا چامغۇر كۆكى، تۇرۇپ كۆكى، يەرلىك شوخلا چۆپى قاتارلىق دورىلارنىڭ سۇيىنى 20 كۇنگىچە مۇۋاپىق مىقداردا كۆپەيتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن 20 كۇنگىچە مۇۋاپىق مىقداردا ئازلىتىپ، ئەسلىدىكى مىقدارغا يەتكۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەپتىدە بىر قېتىم داۋائىل كۇركۇمنىڭ ئورنىغا رەۋەن چىنى شىرىسى، سىركەنجۈبىل رەۋىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ھەسەل بېرىلىدۇ. تۇرۇپ كۆكى، يەرلىك شوخلا چۆپى، كاسنە چۆپى، كالا يېغى بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى شوخلا ئىچكۈزۈلىدۇ.

مازەرىيۇن ياغىچى، مازەرىيون ئۇرۇقى، رەۋەن ئۇسارىسى، سەلىخە سۇيى، سەكپەنەچ، ئۇشەق قاتارلىق دورىلارنى يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

تۆگە سۈتنى دارچىن قاينىتىلمىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېرىق چېچەكنى كۆيدۈرۈپ سىركە سېپىپ ھورلاندۇرۇلىدۇ.

قەسبۇزەرىرە، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلار قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى مەتبۇخى ئىزخىر ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا نوقۇت، ھەسەل بىلەن بىدەنجىر ئۇرۇقى مېغىزى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

لادەن ياكى مۇرمەككى ئىچكى ۋە تاشقى تەرەپتىن ئىشلىتىلىدۇ.

مەتبۇخى مەرزەنجۇش، مائۇلئۇسۇل شەربىتى، غارىقۇن بىلەن ئاسارۇندىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش، ئاچچىقتاۋۇز يىلتىزى ياكى ئاچچىقتاۋۇز ياپرىقى ياكى ئاچچىچقتاۋۇز ئېتى دەملىمىسىنى ئىچكۈزۈشكە ئوخشاش تەدبىرلەر تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

ئىچكى ئەزالاردا جاراھەت بولمىغان ئەھۋالدا غاپەس قاينىتىلمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككى گرام يۆگۈمەچ ئوت، ئۇچ گرام رەۋەن چىنىنى سوقۇپ، 24 گرام گۈلقەنت بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن زاراڭزا ئۇرۇقى شىرىسى 18 گرام، شىرە سەبرە، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ھەربىرى توققۇز گرام، شەربىتى دىنار 48 گرام قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشى شورپىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ.

ھەكىم ئەلى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بىخ كەبىرنى ھۆل ھالەتتە ئېزىپ 3 ~ 6 سائەتكە قەدەر قورساققا زىماد قىلىپ قويۇش داۋالاشتىن ئۇمىدسىزلەنگەن تۇلۇمسىمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكى ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق بولۇپ، بەزىدە قورساقتىكى سۇ تارقاپمۇ كېتىدۇ، قورساقنى تېشىپ ياكى تىلىپ سۇيىنى ئېقىتىش ئۆزى قاۋۇل كۇچلۇك بىمارلار ئۇچۇن ياخشى بولغان بىلەن بىر قىسىم

ئاجىز بىمارلاردا ئۆلۈمنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش مۇمكىن.

بۇ كېسەللىكتە بىمارنىڭ بەدىنى كۇچلۇك بولۇپ، قەۋزىيەتلىك ئەھۋال بولسا ھەببى رەڭەن مازەرىيون يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر بەدىنى ئاجىز بولسا قۇرسى مازەرىيون بېرىلمەيدۇ. سۈيدۈكتە قىزىللىق ۋە بەدەنده ھارارەت بولمىسا ھەببى مازارىيون يېگۈزۈلىدۇ. ئارپا يامىسى، سەئدى كوفى، گىل ئەرمىنى ھەربىردىن تەڭ مىقدارداً ئېلىپ، سوقۇپ قورساققا سۈرتىلىدۇ.

تۈلۈمسىمان سۈلۈق ئىششىق كېسەللىكىدە دورىلاردىن باشقا تۆۋەندىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

شامال بولمىغاندا ئاپتاپتا ئولتۇرۇش، ئۇسسۇزلۇققا بەرداشلىق بېرىش، سۇ ئىچمەسلىك، سۇ يېنىغا بارماسلىق، ھەتتاكى سۇنى كۆرۈشتىنمۇ ساقلىنىش، يەڭگىل غىزالارنى ئاز مىقدارداً بېرىش، يەڭگىل بەدەن چېنىقتۇرۇش، ئۇسسۇزلۇققا بەرداشلىق بېرەلمەسە، ئاز مىقدارداً شاراپقا سۇ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش، بىمارغا ئارقىمۇ ئارقا سىيدۈرۈش تەدبىرلىرىنى قوللىنىش، ئىچىنى سۈرۈش، خۇش پۇراق يېمەكلىك ۋە دورىلار ئارقىلىق بەدەننىڭ قۇۋۋىتىنى كۆچلەندۈرۈش، سىركەنجۈبىلنى ئارىلاپ ئىچكۈزۈش، 4 ~ 5 كۈندە بىر قېتىم قەي قىلدۇرۇشقا ئوخشاش تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر جىگەردە ئىششىق بولسا دەرھال بۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش، ئۇنداق قىلمىغاندا ئىششىق قاتتىقلىشىۋالىدۇ، بۇ ۋاقىتتا كېسەلنىڭ ساقىيىشىدا ئومىد يوق.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ كېسەللىككە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

قورساقتىن تۆشۈك ئېچىپ سۇنى چىقىرىشتىن دورا ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىش ياخشىدۇر. چۈنكى تۆشۈكنىڭ ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش قىيىن بولۇپ، كۆپلەپ سۇيۇقلۇقنىڭ چىقىپ كېتىشى بىلەن بەدەنده قۇۋۋەت ئاجىزلايدۇ.

دورا ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىشتا قىزىتما بولمىغان شارائىتىنى تاللاپ دورا ئىشلىتىش، قۇرۇتقۇچى تەدبىرلەرنى ئارتۇق قوللانماسلىق، تۇنقۇچى، قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلارنى ئاز مىقدارداً ئىشلىتىش، بۇ كېسەللىك سوغۇقتىن بولغان بولسا ئىسسىق تەبىئەتلىك، يۇمشاتقۇچى، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

شەيخ (ئىبسىنا) بۇ كېسەللىككە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

تۈلۈمسىمان سۈلۈق ئىششىق كېسەللىكى سوغۇقلۇقنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مەتبۇخى ھىندى قوق 60 گرامدىن ئىچكۈزۈش، 500 گرام ئەنسىلنى تۆت كىلوگرام شاراب بىلەن قاينىتىپ، شاراپنىڭ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، بىرنەچچە كۈنى بىر قوشۇق ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھەركۈنى بىر قوشۇقتىن كۆپەيتىپ بەش كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بىر قوشۇقتىن تۆۋەنلىتىپ ئەسلىدىكى مىقدارغا يەتكۈزۈلىدۇ. كەلكىلانەج، داۋائىل لوك، داۋائىل كۈركۈم، جاۋارىش سەۋسەن، داۋائىل كۈركۈم.

شەربىتى ئەنسىل، تەرياقى كەبىر، قۇرسى شەبىرەم قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

شەيخ (ئىبىسىنا) بۇ كېسەللىككە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىكتە سۇرگۈچ كېيىن بىمار بەرداشلىق بېرەلىسە بىر كېچە ـ كۈندۈزگىچە ھېچقانداق يېمەكلىك بېرىلمەيدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى زىرىشككە ئوخشاش دورىلار تاتلىق مېۋە سۈلىرى بىلەن بېرىلىدۇ. سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلاردىن بىرنى داۋاملىق قوللىنىۋالماسلىق، كۆچلۈك خىلدىكى قۇرۇتقۇچى، تارقاتقۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە دورىلارنى كۆپ ئىشلەتمەسلىك لازىم.

ھەكىم ئابىتخان بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تولۇمسىمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكى جىگەر ئىششىقىنىڭ قېتىپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شەربىتى مەۋنزەج ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇمىيا يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر جىگەر ئىششىقى سوزۇلمىغا ئايلىنىپ ھېچقانداق دورا پايدا قىلمىسا جىگەر ساھەسىدىكى تېرە قىسمىدىن ئۇچ ئورۇن داغلىنىدۇ. ئەگەر سۇ چىقىشقا باشلىسا ئۇنىڭ تۆشۈكىنى ئەتمەسلىك لازىم.

تولۇمسىمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىدە غەيرىي تەبئىي خىلتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن كاسىنە سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيىگە خىيارشەنبەر شىرىسى، تەرەنجىبىن شىرىسى، شىرخىست، بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىگەرنىڭ ھارارىتىنى توختىتىش، خىلتلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن شەكىللەنگەن يارىنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن كاكىنەچ سۈيى بىلەن يەرلىك شوخلا سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تولۇمسىمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىدە توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن، ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە قارىتا دىنار شەربىتىگە تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە قارىتا شەربىتى بەدىيان ياكى كەرەپشە ئۇرۇقى شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن دەبدىلۇەرد بېرىلىدۇ.

تولۇمسىمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكى غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتنى تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتنىنى سۈرۈش ئۈچۈن ھېلىلە كابىلى پوستى، ھېلىلە زەرد پوستى ھەربىرىدىن 24 گرام ئېلىپ، ئاخشىمى 500 گرام سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۇس ئوت بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا چوڭ تەرەتتىن سېرىق سۇ چىقىشقا باشلايدۇ.

3. ناغرىسىمان سۇلۇق ئىششىنى داۋالاش:

استسقائی طبلی

تونۇش:

ناغرىسىمان سۇلۇق ئىششىق: قويۇق يەلنىڭ قورساق پەردە ئارىلىقلىرىدا، ئاشقازان،

ئۇچەي ئەتراپىدا كۆپلەپ يىغىلىپ تۇرۇپ قېلىشى بىلەن قورساقنىڭ چوڭىيىپ كېتىش جەريانىدىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

بەزى تېۋىپلار: «بۇ كېسەللىكتە قويۇق يەل يىغىلىپ قېلىشتىن باشقا، بىرئاز سۇمۇ يىغىلىدۇ» دەپ كۆرسەتكەن:

بۇقرات ناغرىسمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىنى قۇرۇق سۇلۇق ئىششىق (ئىسىتىسقا يابىس) دەپ ئاتىغان.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ناغرىسمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكى سوغۇق تەبىئەتتىكى يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى ئۇزۇن مۇددەت كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ناغرىسمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكى غەلىز، تەستە سىڭىدىغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېيىش، ئوزۇقلۇق قۇۋۇتى تۆۋەن، سوغۇق تەبىئەتتىكى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبلىك ئاشقازانىنىڭ ھارارىتى تۆۋەنلەپ، يېمەكلىكلەرنى تولۇق ھەزىم قىلالمايدىغان، يېمەكلىكلەرنىڭ ئاشقازاندا ئۇزۇن مۇددەت تۇرۇپ قېلىشىغا سەۋەبچى بولىدۇ. نەتىجىدە بۇ خىل يېمەكلىكلەر بۇزۇلۇپ، كۆپلەپ يەل پەيدا بولۇپ، تەدرىجىي ئاشقازان، ئۇچەي ئەتراپى، قورساق بوشلۇقىغا توپلىشىۋالىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا بۇزۇلغان يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن، ھارارىتى بەك يۇقىرى بولغان يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن ھەزىم ئاجىزلىق كۆرۈلۈپ، ناغرىسمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكى كېلىپ چىقىدۇ.

ھەكىم ئەنتاكى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قورۇلغان توخۇم، پۇرچاق، ئاق ئۇننىڭ نېنى، گۆش قاتارلىق يېمەكلىكلەرنى يەپلا ئارقىدىن سۇ ئىچىش سەۋەبىدىن ھەزىم بۇزۇلۇپ، كۆپلەپ يەل پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل يەللەر جىگەر ۋە ئىچكى ئەزا كانالچىلىرىدا توختاپ قېلىش سەۋەبىدىن سۇيۇقلىنىپ، پىشقان خىلىت ئىشلىنىپ چىقالمايدۇ، كۆپلەپ يەل پەيدا بولىدۇ.

يۇقىرىقى ئەھۋاللاردىن شۇنى بىلىشكە بولىدۇكى، ناغرىسمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى: ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلىتلىق ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن ئىستېمال قىلغان يېمەكلىكلەرنى ئوبدان ھەزىم قىلالمايدۇ، خام ھالەتتە جىگەرگە يېتىپ كېلىپ جىگەرنىڭ ئىسسىقلىقىنى تۆۋەنلىتىدۇ. بۇنىڭ بىلەن ھۆل نەرسىنى قىزىق ئوتقا تاشلىغاندا ھاسىل بولغان بۇخارانىڭ ئوخشاش جىگەردە كۆپلەپ سوغۇق يەل پەيدا بولۇپ، بىر قىسمى جىگەردە توسۇلۇش پەيدا قىلىدۇ. يەنە بىر قىسمى قان ئايلىنىش ئارقىلىق ھەرقايسى ئەزالاردا ۋە قورساق بوشلۇقىدا يىغىلىپ تۇرۇپ، ناغرىسمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا قورساق ۋە باشقا ئەزا رايونلىرىنى چېكىپ تەكشۈر-

گەندە دۇمباق تاۋۇش ئاڭلىنىدۇ.

ئالامىتى:

كىندىك پۈتۈنلەي سىرتقا ئۆرۈلۈپ چىقىپ قالىدۇ. قورساقتا كۆپۈش ۋە چىڭقىلىش بولىدۇ. ئېغىرلىق ئازراق بولىدۇ. بىمارىدا ئورۇقلاش كۆرۈلىدۇ. قورساقنى چېكىپ تەكشۈرگەندە دۇمباق تاۋۇش ئاڭلىنىدۇ.

بىمارنىڭ داۋاملىق كېكىرگۈسى كېلىپ تۇرىدۇ. بىمار كېكىرگەندىن كېيىن راھەت-لىنىپ قالغاندەك ھېس قىلىدۇ. تومۇر ھەربىكىتى ئۇزۇن، قاتتىق، ئارقىمۇئارقا بولىدۇ. سۈيدۈك رەڭگى قىزىل بولىدۇ. پۈتلىرىدا ئىششىق كۆرۈلمەيدۇ.

داۋالاش:

غەيرىي تەبىئىي خىلىتنى پىشۇرۇش ئۇچۇن مائۇلئۇسۇل شەربىتى بەرگەندىن كېيىن ھارارىتى تۆۋەن بولغان دورىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

يەل تارقىتىش، مىزاجنى تەڭشەش ئۇچۇن قۇرسى زىرىشىك، قۇرس كەلكىلانەج بارىد، كاسىنە سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى، شەربىتى بۇزۇرى ياكى سىركەنجۈبىل بۇزۇرى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ناغرىسىمان سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىدە ئىسسىق تەبىئەتتىكى سۇرگۇ دورىلىرىنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. چۇنكى قىزىتقۇچى دورىلار ئۇسسۇزلۇقنى كۆپەيتىۋېتىپ، يەلنىڭ كۆپلەپ پەيدا بولۇشىغا سەۋەبچى بولىدۇ. شۇنىڭ ئۇچۇن غەيرىي تەبىئىي خىلىتنى تازىلاشتا يەل تارقىتىش، ئاشقازاننى كۈچەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان يەڭگىل دورىلار ئىشلە-تىلىدۇ.

ئەگەر بەدەننى قىزىتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەكچى بولغاندا، جىگەر ساھەسىگە سوغۇق تەبىئەتتىكى سۇۋالمىلار چېپىلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا قۇشلارنىڭ گۆشى رۇم بەدىيان، جۇۋىنە، بەدىيان، كەرەپشە بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

يەل تارقىتىش ئۇچۇن ئىسسىق تەبىئەتتىكى تارقاتقۇچى ياغلارنى سۇۋاش، قۇمنى قىزىتىپ تېڭىش، جاۋارىش كۈمۈنى، نەمەك سۇلايمانى، مەجۇنى خولىنجان، مەجۇنى بوقرات قاتارلىق دورىلارنى تاللاپ ئىشلىتىش لازىم.

جاۋارىش نارمىشكى، قۇرسى مۇقەل، قۇرسى ئەپسەنتىن، قۇرسى ئەنبەر، قۇرسى رەۋەن قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ھەر ھەپتىدە بىر قېتىم ئون گرام ئۇستقۇددۇس تالقىنى بەدىيان سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە يەنە سۇفۇپى كەرەپشە بېرىلىدۇ. قىزىتما بولمىسا سۇفۇپى بۇزۇرى بېرىلىدۇ.

ئىكلىلمىلىك، ھاشا، بابۇنە، پىننە، ئوغرىتىكەن، مازەرىيون، قۇندۇز قەھرى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، خىيارشەنبەر شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قىزىتما بولمە-غان ئەھۋالدا قورساقنا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ھارارەت بولسا سەندەل، قىزىلگۈل، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بىنەپشە، ئارپا ئۇنى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈل يېغى، يەرلىك شوخلا سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قورساققا زىماد قىلىنىدۇ.

قۇرۇق سۈزاپ، ئادراسمان، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، تۇربۇت، بۆرە ئەرمىنى، ھەربىرى ئۈچ گرام، قىزىل شېكەردىن 18 گرام ئېلىپ سوقۇپ، سۈزاپ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئۈچ گرام رۇم بەدىيانىنى سوقۇپ، توققۇز گرام گۈلقەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۈچ گرام ھىكنى يۇمشاق سوقۇپ، مەرزەنجۇش سىقىلمىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يىننە، قۇرۇق ئەنجۇر قاتارلىق دورىلاردىن 18 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ، ئوبدان قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆگە سۈتى ئىچكۈزۈش، بىخ كەبىرنى ئىچكى ۋە تاشقى جەھەتتىن ئىشلىتىش، ئىزخىر ياكى زەپەرنى قورساققا زىماد قىلىش، ئەنجۇر، ئەپسەنتىن قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، قاينىتىپ ئىچكۈزۈشكە ئوخشاش تەدبىرلەر تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي خىلتىنى تازىلاش: قويۇق يەلنى تارقىتىش ئۈچۈن ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، بەدىيان ھەربىرىدىن ئون گرام ئېلىپ قاينىتىپ، شېكەر ياكى گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ ۋاقىتتا تامىقىغا نوقۇتنى زاراڭزا ئۇرۇقى مېغىزى، دارچىن، زىرە بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبئىي خىلتىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن سانا 24 گرام، يەرلىك شوخلا 18 گرام، كاسنە ئۇرۇقىدىن ئون گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 36 گرام شېكەر، 36 گرام تەرەنجىبىن شىرىسى، 48 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، 60 گرام كاسنە سۈيى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ ۋاقىتتا تامىقىغا توخۇ گۆشى، نوقۇت شورپىسى، بادام مېغىزى، زاراڭزا ئۇرۇقى مېغىزى بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. مۇۋاپىق شامچىلارنى ئىشلىتىش، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، زەھرى مۆھرە ھايۋانى، مۇرمەككى، ھەببى بىلسان قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، قورساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

كۈندۈر، جۇۋىنەگە ئوخشاش كېكىرىش پەيدا قىلغۇچى دورىلارنى داۋاملىق چاينىشقا تەۋسىيە قىلىش.

گۈڭگۈرتلۇك ئارىشاڭدا، بۇلاق سۈيىدە چۆمۈلدۈرۈش، ھۆل سوغۇق تەبئەتتىكى ھۆل مېۋە ـ كۆكتاتلاردىن، كالا سۈتى قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇش لازىم.

ئون بەشىنچى باب ئۆت خالتىسى ۋە تال كېسەللىكلىرى

امراض مراره وطحال

ئىبنىسىنا تال كېسەللىكى ھەققىدە مۇنداق كۆرسەتكەن: تالدىمۇ باشقا كېسەللىكلەرگە ئوخشاش مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر، شەكىل بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر يۈز بېرىدۇ.

تال بىلەن جىگەر ناھايىتى زىچ مۇناسىۋەتلىك بولۇپ، تالنىڭ چوڭ بولۇشى جىگەرنى ئاجىزلاشتۇرۇپ خىلىت ئىشلەپچىقىرىشنى تۆۋەنلىتىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا تالنىڭ چوڭ بولۇشى سەۋەبىدىن خىلىتلارنى كۆپلەپ سۈمۈرۈۋالىدۇ. بۇنىڭدىن بىلىشكە بولىدۇكى، تالنىڭ كىچىك بولۇشى خىلىتلارنىڭ ياخشىلىقىنى، تالنىڭ چوڭ بولۇشى خىلىتلارنىڭ بۇزۇلغانلىقىنى كۆرسىتىدۇ.

تال كېسەللىكى كۆپىنچە كۆز پەسلىدە يۈز بېرىدىغان بولۇپ، بىمارنىڭ رەڭگى سېرىق ياكى قارىغا مايىل بولىدۇ. ئىشتىھاسى ياخشى بولمايدۇ. تاماق يېگەندە ئاغرىش كۆرۈلۈپ ئاچچىق قەي قىلىدۇ.

ئەگەر تال كېسەللىكى ئاخىرقى باسقۇچقا بېرىپ قالغاندا سۇيدۇك قويۇق بولۇپ قان ئارىلاش كەلسە، بەزىدە ياخشىلىقنىڭ ئالامىتى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

تال بىلەن جىگەر مۇناسىۋەتلىك بولغاچقا، بۇلارنىڭ كېسەللىكىنى داۋالاش ئاساسەن ئوخشاش دەپ قارىلىدۇ. پەرقى شۇكى، تال كېسەللىكىنى داۋالاشقا جىگەر كېسەللىكىگە قارىغاندا كۆچلۈكرەك دورىلار ۋە باشقا تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا تال كېسەللىكلىرىدە ئاچچىق ۋە چۈچۈمەل تۇردىكى دورىلارنى ئىچكى ۋە تاشقى تەرەپتىن ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

تال كېسەللىكى بولسا تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە تۈرلۈك تال كېسەللىكىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

تال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى؛ تال ياللۇغى ۋە تال قېتىش؛ تالغا يىرىڭ يىغىلىش؛ تال كۆپۈشۈشۈش ۋە تالغا يەل يىغىلىش؛ تال ئاجىزلىقى؛ تالدا توسالغۇ پەيدا بولۇش؛ تالغا تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش؛ تال ئاغرىقى قاتارلىقلار.

ئۆت خالتىسى كېسەللىكى ئەمەلىيەتتە يەرقان كېسەللىكىنىڭ ھەممە تۈرلىرىنى ئۆز

ئىچىگە ئالىدىغان بولۇپ، ئۇلار سېرىق يەرقان، قارا يەرقان ۋە سېرىق قارا ئارىلاشقان يەرقان دەپ چوڭ تۆۋەندىكىدەك ئۈچ تۈرگە بۆلۈنۈپ بايان قىلىنىدۇ.

بىرىنچى پەسىل يەرقان

يەرقان

تونۇش:

يەرقان (بەدەنگە سېرىقلىق ياكى قارىلىق چۈشىدىغان كېسەللىك) بەدەننىڭ رەڭگىدە سېرىقلىق ياكى قارىلىق پەيدا بولۇشتىن ئىبارەت كېسەللىك بولۇپ، بارلىق ئۆت كېسەللىكلىرىنى كۆرسىتىدۇ.

سەۋەبى:

يەرقان كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتى، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتى، ئوفۇنەتلەنگەن سەپرا ۋە سەۋدا خىلىتىدىن ئىبارەت.

سېرىق يەرقان كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى جىگەر ۋە ئۆت كېسەللىكىگە مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. قارا يەر قان كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى تال ۋە جىگەر كېسەللىكىگە مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ.

يەرقان كېسەللىكىنى پەيدا قىلغان سەۋەب ۋە تۈرىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك ئۈچ تۈرگە بۆلىنىدۇ.

1. سېرىق يەرقان

يەرقان اصفر

تونۇش:

سېرىق يەرقان (سېرىقلىق چۈشۈش) سەپرا خىلىتىنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا ئومۇمىي بەدەننىڭ رەڭگى سارغىيىپ كېتىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

ئىبنىسىنا «بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبىنى تۆۋەندىكى 18 خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىقىدۇ» دەپ كۆرسەتكەن:

1. جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى؛
2. جىگەر يالىلۇغى سەۋەبىدىن ھارارەت پەيدا بولۇش ۋە ئىششىق تەسىردىن ئۆت

كانالچىلىرى بېسىلىپ، ئارتۇق سەپرا خىلىتى ئومۇمىي بەدەنگە تارقىلىش؛

3. جىگەرنىڭ ئۆزىدە توسالغۇ پەيدا بولۇشى؛

4. ئۆت مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى؛

5. ئۆتكۈر ئىسسىق تەبىئەتتىكى تائاملارنى، مايلىق يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئېغىر جىسمانى ھەرىكەتلەرنى قىلىش سەۋەبىدىن قان تومۇرلاردا ئايلىنىۋاتقان خىلىتلار سەپرا خىلىتىغا ئايلىنىپ، بەدەندە سېرىق يەرقان پەيدا بولىدۇ؛

6. ئىسسىق تەبىئەتتىكى، سەپرا خىلىتىنى پەيدا قىلغۇچى يىمەك ـ ئىچمەك ۋە دورا ـ دەرمەكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ؛

7. ئىسسىق مۇھىتنىڭ تەسىرىگە ئۇزۇن مۇددەت ئۇچراش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛

8. زەھەرلىك ھايۋانلارنىڭ چىقىۋېلىشىدىن، زەھەرلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ؛

9. بوھران كۈنلىرى تەبىئىي سەپرا خىلىتىنى تەبىئەت كۈچى بەدەن سىرتىغا كۆپلەپ چىقىرىشتىن بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ؛

10. زىيادە سوغۇق ياكى ئىسسىق ھاۋادا ئۇزۇن مۇددەت تۇرۇپ قېلىش، چاڭ ـ توزانلىق رايونلاردا ئۇزۇن مۇددەت تۇرمۇش كەچۈرۈش سەۋەبىدىن بەدەن تېر تۆشۈكچىلىرى توسۇلۇپ قېلىپ بۇ كېسەللىك يۇز بېرىدۇ؛

11. جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش سەۋەبىدىن ئارتۇق سەپرا خىلىتى ئۆت خالتىسىغا چىقىرىلماي، باشقا خىلىتلار بىلەن ئومۇمىي بەدەنگە تارقىلىپ كېتىپ، بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ؛

12. جىگەر بىلەن ئۆتنى تۇتاشتۇرىدىغان كانالچىدا توسۇلۇش بولۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛

13. ئۆت گەۋدىسىنىڭ ئاجىز بولۇشى سەۋەبىدىن جىگەردىكى ئارتۇق سەپرا خىلىتىنى سۈمۈرەلمەي، بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ؛

14. ئۆت گەۋدىسىنىڭ سۈمۈرۈش كۈچىنىڭ كۈچلۈك بولۇشىدىن ئۆت خالتىسىنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇپ، بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ؛

15. ئۆت سۈيۇقلۇقىنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلىدىغان كانالچىسىدا توسالغۇ پەيدا بولۇشتىن بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ؛

16. چاپلاشقاق بەلغەم خىلىتىنىڭ ئۆت سۈيۇقلۇقى قۇيۇلىدىغان ئۇچەيگە چاپلىشىپ قېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ؛

17. جىگەر بىلەن ئۆتنى تۇتاشتۇرىدىغان كانالچىدا ياكى ئۆت سۈيۇقلۇقىنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلىدىغان كانالچىدا ئۆسمە گۆش ئۆسۈپ قېلىش سەۋەبىدىن بۇ كېسەللىك كېلىپ

چىقىدۇ؛

18. چەمبەرسىمان ئۇچەيدە سەپرا خىلتىنىڭ كۆپلەپ توپلىشىۋېلىش سەۋەبىدىن بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

سېرىقلىق چۈشۈش كېسىلىگە قارىتا سەۋەبىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بىماردا كۆڭۈل ئاينىش، بىئارام بولۇش، سەپرا خاراكتېرلىك قەي قىلىش، ئېغىر دەرىجىدە ئۇيقۇسىزلىق يۈز بېرىش، كۆپ ئۇسساش، ئىشتىها تۆۋەنلەش، ئېغىزى ئاچچىق بولۇش، قەۋزىيەتلىك بولۇش، ئىچكى ئەزالاردا ئاغرىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك بوھران سەۋەبىدىن بولغان بولىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بوھران كۈنلىرىدە كۆرۈلمىسە ھەمدە يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن قىزىش، زېھىننى يىغالماسلىق، جىگەر ساھەسىدە ئاغرىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ يالليۇغىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قىزىتما يەڭگىل بولۇپ، تىلى يىرىك بولسا، كۆڭۈل ئاينىش، ھۆ بولۇش ئەھۋالى كۆرۈلسە، ئوڭ تەرەپ يۇقىرىقى قورساق ساھەسىدە يەڭگىل ئاغرىش ئالامەتلىرى بولسا، بۇ كېسەللىك ئۆت يالليۇغىدىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر قىزىش، كۆپ ئۇخلاش، كۆپ ئۇسساش، تەبىئەت قېتىپ قېلىش (قەۋزىيەتلىك)، قورساق كۆپۈش ئالامەتلىرى بىلەن بىرگە سېرىقلىق چۈشۈشتىن ئىلگىرى چاڭ - توزانلىق مۇھىتتا ئىشلىگەنلىك ياكى يول يۈرگەنلىك تارىخى بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ تەر تۆشۈكچىلىرىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىماردا دەسلەپتە جىگەر يالليۇغى بىلەن ئاغرىش تارىخى بولۇپ، يېقىندىن بېرى سېرىقلىق چۈشۈش بىلەن جىگەر قېتىشقا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلگەن بولسا، بۇ كېسەللىك جىگەر قېتىشتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇش ياكى جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى ئاجىزلاشقا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلگەن بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى شۇ بولىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش بىلەن بىرگە سەپرا خاراكتېرلىك قەي قىلىش، چوڭ تەرەت سارغىيىش، ئىشتىهاسى تۆۋەنلەش، كۆپ ئۇسساش، بەدەن ئاجىزلاش، ئېغىز تەمى ئاچچىق، تومۇر ھەرىكىتى ئىتتىك بولسا، سۈيدۈك رەڭگى دەسلەپتە قىزىل بولۇپ، كېيىن سېرىق، كۆپۈكلۈك بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى جىگەر مىزاجىنىڭ خىلتىسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش بىلەن بىرگە سەپرا خاراكتېرلىك قەي قىلىش، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇش، چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى ئاق بىلەن سېرىق ئارىلىقىدا بولۇش، سېرىقلىق چۈشۈش تەدرىجىي پەيدا بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئۆت

خىزمەتىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش بىلەن بىرگە سەپرا خاراكتېرلىك قەيسى قىلىش، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇش، چوڭ تەرەتنىڭ سېرىقلىقى كۆندىن - كۈنگە تۆۋەنلەش، سېرىقلىق چۈشۈش تۈيۇقسىز پەيدا بولۇش، سۇيدۇكنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇش، ئوڭ تەرەپ يۇقىرىقى قورساق ساھەسىدە ئېغىرلىق بولۇش، تاماق يېگەندىن كېيىن ئاغرىش ۋە قورساق كۆپۈش كۈچەيىش، بەدەن قىچىشىش، سول تەرەپنى بېسىپ ياتقاندا ئاغرىش يەڭگىللەش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك جىگەر بىلەن ئۆت ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىلارنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش بىلەن بىرگە سەپرا خاراكتېرلىك قەيسى قىلىش، ئۇزۇن مۇددەت ئىسسىق ھاۋانىڭ تەسىرىگە ئۇچراش تارىخى بولۇش، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇش، ئىشتىھا ئاجىزلاش، ئاشقازان ساھەسى ئاغرىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك ئىسسىق مۇھىتنىڭ بەدەنگە زىيادە تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر سەپرا خاراكتېرلىك قەيسى قىلىش، ئومۇمىي بەدەن قىچىشىش، بەدەنگە سېرىق دانچىلار چىقىش، قىزىش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، ئىشتىھا تۆۋەنلەش، چوڭ تەرەت يۇمشاق، رەڭلىك ۋە پۇراقلىق بولۇش، سۇيدۇك دەسلەپتە سېرىق، ئاخىرىدا قارا ۋە قويۇق بولۇش، سېرىقلىق چۈشۈش تەدرىجىي يۇز بېرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك بەدەندىكى يامان سۇيۇقلىك قىزىتمىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش بىلەن بىرگە ئۇچەي توسۇلۇشقا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلگەن بولسا، بۇ كېسەللىك ئۇچەي توسۇلۇشتىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش بىلەن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن كېسەللىكلەرنىڭ بىرەرسى مەۋجۇت بولمىسا، بىمارنىڭ چوڭ - كىچىك تەرتىنىڭ رەڭگى ئېنىقلىنىدۇ.

ئەگەر سۇيدۇك رەڭگى دەسلەپتە ئاق ۋە سۇيۇق بولۇش، تەدرىجىي سارغىيىش، ئاخىرىدا قارامتۇل، قويۇق ۋە پۇراقلىق بولۇش، تىلى ئاقىرىش، ئىشتىھاسى تۆۋەنلەش، سېرىقلىق چۈشۈش بىر كۈندىلا يۇز بېرىش قاتارلىق ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك ئۆت مىزاجىنىڭ ئۆتكۈر سەپرا خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت تۈيۇقسىز ئاقارغان بولۇپ، ئارقىدىنلا سېرىقلىق چۈشۈش كۆرۈلسە، تەبئەت قاتتىق بولۇش (قەۋزىيەتلىك)، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇش، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك ئۆت خالتىسى بىلەن ئۇچەي ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىلارنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت ئاق بولمىسا، سېرىقلىق چۈشۈشتىن ئىلگىرى بىرەر زەھەرلىك ھايۋان چېقىۋىلىش ياكى بىرەر زەھەرلىك دورا ئىستېمال قىلىش ئەھۋالى ئېنىقلىنىدۇ. ئەگەر زەھەرلىنىش ھالىتىدە 2 ~ 3 كۈندىن كېيىن ئومۇمىي بەدەنده ئېچىشىش خاراك-

تېرلىك ئاغرىش يۈز بېرىش، زەھەرلىك تۈرىدىكى دورا ئىستېمال قىلىش تارىخى بولۇش، سەپرا خاراكتېرلىك قەي قىلىش ۋە يۈرەك قوزغىلىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك زەھەرلىك ئۆسۈملۈك تۈرىدىكى دورىلارنى يېيىشتىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر ھايۋان چېقىۋالغاندىن كېيىن قىزىش، سېرىقلىق چۈشۈش، ھوشسىزلىنىش، يۈرەك قوزغىلىش، كۆپ ئۇسساش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك زەھەرلىك ھايۋانلار چېقىۋالغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئۆتكۈر سېسىق پۇراقنى پۈرىغانلىق تارىخى بولۇش، سېرىقلىق چۈشۈش، باش ئاغرىش، قىزىش، جۆيلۈش، ھوشسىزلىنىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك سېسىق پۇراقنىڭ زەھەرلىشىدىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكىگە قارىتا يۇقىرىقى سەۋەبلەرنى يوقاتقۇچى ۋە توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەنلىك ئۈنۈمى بولمىسا، بۇ كېسەللىك ئۆت بىلەن جىگەر تۇتىشىپ تۈرىدىغان ياكى ئۆت بىلەن ئۈچەي تۇتىشىپ تۈرىدىغان كانالچىلاردا ئۆسمە گۆشىنىڭ بارلىقىدىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

داۋالاش:

بوھران خاراكتېرلىك ۋە زەھەرلىنىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكىدىن باشقا يەرقانىنىڭ بارلىق تۈرلىرىدە سەپرا خىلتىنى پەيدا قىلغۇچى، توسالغۇ پەيدا قىلغۇچى، ھارارەتنى كۆچەيتكۈچى يېمەك - ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلىش لازىم.

گۆش ۋە مايلىق تاماقلارنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم، كاسىنە ياغىچى، شوخلا ياغىچى، چامغۇر، تۈرۈپنى كالا يېغى بىلەن پىشۇرۇپ نان بىلەن بېرىلىدۇ. ئۈسسۈزلۇقى ئۈچۈن ئۇلارنىڭ سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ. سوغۇق تەبىئەتلىك، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، غەيرىي تەبىئىي خىلتىنى پىشۇرغۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. غەيرىي تەبىئىي خىلتىنى تازىلاش ئۈچۈن سوغۇققا مايىل مۇتىدىل تەبىئەتلىك تەرياقلار بېرىلىدۇ.

بۇ كېسەللىك ئۈچۈن تەبىئەتنى يۇمشىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، تەرلىتىش، جىگەرنى كۈچلەندۈرۈشكە ئوخشاش تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكىنى داۋالاشتا مۇنداق ئىككى ئىش نەزەردە تۇتۇلىدۇ:

1. سېرىقلىقنىڭ ئۆزىنى يوقىتىش ئۈچۈن سۈرگۈ دورىلار بىلەن توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ھەمدە يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن يۇيۇلما ئىشلىتىش لازىم.

2. كېسەللىكنىڭ سەۋەبىنى يوقىتىش، يەنى بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى مىزاج بۇزۇلۇش بولسا ئۇنى تەڭشەش، جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولسا كۈچلەندۈرۈش، ياللۇغدىن بولسا ياللۇغ قايتۇرۇپ توسالغۇلارنى ئېچىشقا ئوخشاش تەدبىرلەرنى قوللىنىش لازىم.

سېرىقلىق چۈشۈش (سېرىق يەرقان) كېسەللىكىنى داۋالاش ئۈسۈلى بۇ كېسەللىكنى پەيدا قىلغان سەۋەبنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ تۆۋەندىكى بىرقانچە خىل بولىدۇ:

1) فاياناش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش:

علاج يرقانى غليانى

بۇ كېسەللىك جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن ئارپا سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇندىن باشقا جىگەر مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

قۇرسى زىرىشىك سەغىر سۈزۈلدۈرۈلگەن كۆك كاسنە سۈيى، سۈزۈلدۈرۈلگەن كۆك يەرلىك شوخلا سۈيى، شەربىتى بۇزۇرى، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى زىرىشىك سەغىر، شەربىتى ئانار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، بىخ سۇس شىرىسى ئالتە گرام، يەرلىك شوخلا شىرىسى تۆت گرام، ئىسپىغۇل لوئابى ئالتە گرام قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەرلىك شوخلا سۈيى، شەربىتى بۇزۇرى، گۈلقەنت، سىركەنجۈبىل ساددە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەينۈلا بىلەن تەمرى ھىندىنى ئەرقى شاھتەررىگە چىلاپ، مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن سۈزۈپ، كاسنە سۈيى ۋە سىركەنجۈبىل ساددە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرلەر ئارقىلىق خىلىتلارنىڭ قاينىشىنى توختاتقاندىن كېيىن غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنى سۈرۈش ئۈچۈن پىننە، چىلان، ئەينۈلا، قىزىلگۈل، سەرپىستان، شاھتەرە، كاسنە ئۇرۇقى، قارىئۆرۈك قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى نىلۇپەر، ئەرقى بىدە ساددە، ئەرقى شاھتەرە بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بەدەننى تازىلاش ئۈچۈن يۇقىرىقى مەتبۇخنى بېرىپ، ئۈچ كۈندىن كېيىن يۇقىرىقى نۇسخىغا تەمرى ھىندى شىرىسى، خىيارشەنبەر شىرىسى، تەرەنجىبىن شىرىسى، بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خىلىتلارنى سوۋۇتۇش ئۈچۈن كاسنە ئۇرۇقى شىرىسى، سىركەنجۈبىل ساددە، بېھى قىيامى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىكەكلەنگەن ئاق سەندەل، كۆك ئۈزۈم ھەربىرى 24 گرام، زىرىق، كاسنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەربىرى 12 گرام، قىزىلگۈل، لاچىندانە ھەربىرى يەتتە گرام، قەنتتىن 250 گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ئون گرام، قىزىلگۈل، كاسنە ئۇرۇقى، زىرىق ھەربىرى 14 گرام، ئىكەكلەنگەن ئاق سەندەل، تاباشىر ھەربىرى يەتتە گرام، تەمرى ھىندى چىلانغان سۈيى 48 گرام، تاتلىق ئانار شەربىتى، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ھەربىرى 48 گرام،

قەنتتىن بارلىق دورىلارنىڭ ئىككى ھەسسىچىلىك ئېلىپ، دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەجبۇرىيەتىيارلاپ سۈرگىدىن كېيىن بېرىلىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش ئۆت مىزاجىنىڭ خىلتىلىق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئەينۇلا شەربىتى، ئانار شەربىتى، سىركەنجۈبىل، كاسىنە سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئارتۇق سەپرا خىلتىنى تازىلاش ئۈچۈن ھېلىلە زەرد، شاھتەرە، ئەپسەنتىن، ئەينۇلا قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسىغا كاسىنە ئۇرۇقى شىربىسى، سىركەنجۈبىل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش ئومۇمىي بەدەنلىك يامان سۈپەتلىك قىزىتما سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر ئارقىلىق مىزاج تەڭشەش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا بېھى ئۇرۇقى، چىلان، ئاق لەيلىگۈلى، بىنەپشە قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى گاۋزىبان، ئەرقى بەدىيان، ئەرقى شوخلىغا ئاخشىمى چىلاپ قويۇپ ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ، بىرىنچى قېتىملىق سۇرگۈ ئۈچۈن خىيارشەنبەر شىربىسى، تەرەنجىبىن شىربىسى، گۈلقەنت، بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككىنچى قېتىملىق سۇرگۈ ئۈچۈن يۇقىرىقى مەتبۇخقا سانا قوشۇلىدۇ. ئۈچىنچى قېتىملىق سۇرگۈ ئۈچۈن رەۋەن چىنى، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، يەرلىك شوخلا، چالا سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقى قوشۇپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش ئىسسىق مۇھىتتىنىڭ تەسىرىگە كۆپ ئۇچراشتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمار سالقىن مۇھىتقا يۆتكىلىدۇ. ئانار سۇيى، ئالما سۇيى، قوغۇن سۇيى، تاۋۇز سۇيى، قاپاق سۇيى، تەرخەمەك سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئانار، رەۋەن ئۆسۈملۈكى، ئارپا يارمىسى بىلەن تەييارلانغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش زىيادە ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئالدى بىلەن باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن كاسىنە ئۇرۇقى شىربىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى ھەربىرى توققۇز گرام، ئەينۇلا بەش دانە، سىركەنجۈبىل سادە 48 گرام قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قان ئېلىش مۇمكىن بولمىسا جىگەر ئەتراپىنى تىلىپ، لوڭقا قويۇلسا بولىدۇ.

ئومۇمىي بەدەن مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان سېرىقلىق چۈشۈش ئۈچۈن ئالدى بىلەن قان ئېلىنىدۇ ياكى غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىنىڭ مۇنزىچى بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىنىڭ سۇرگىسى ئۈچۈن مەتبۇخى ھېلىلە زەردە، مەتبۇخى پەۋاكىھ، مەتبۇخى خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرسى كاسىنە سۇيى ۋە يەرلىك شوخلا سۇيى بىلەن قوشۇپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىر ھەپتە ئارىلىق قويغاندىن كېيىن پوستى ھېلىلە زەرد، پوستى ھېلىلە كابىلى، بىنەپشە ھەربىرى 24 گرام، كاسىنە ئۇرۇقى، شاھتەرە ھەربىرى ئون گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، ئەپسەنتىن ھەربىرى توققۇز گرام، زىرىق، سوقمۇنىيا ھەربىرى 18 گرام، ئاش تۇزىدىن يەتتە گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئۆچكە سۈتى ۋە مائۇلجەش بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاخىرىدا قۇرسى زىرىشك مۇلەيىن خېمىرتۇرۇچ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئەرقى پەۋاكسىھ ۋە ئەرقى زىرىشك بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت، قاپاق، پالەك بېرىلىدۇ.

سېرىقلىق چۈشۈش زىيادە ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئالدى بىلەن سىركەنجۈبىل سادده 60 گرام، ئەرقى گۈل 375 گرام، تاتلىق سۈدىن 500 گرام ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ، 18 گرام ئاش تۇزى قوشۇپ ئىلمان ھالەتتە ئىچكۈزۈپ، بىر نەچچە قېتىم قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سىركەنجۈبىل لىمونى 48 گرام، ئەرقى گۈل، ئەرقى كاسىنە، ئەرقى شوخلا ھەربىرىدىن 60 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا نوقۇت يارمىسى كۆك يۇمغاقسۈت ياغچى بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئۇسسۇلۇقى ئۇچۇن ئەرقى كاسىنە، ئەرقى گۈلدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەن ساقايمىسا، گۈل بىنەپشە شىرىسى، قىزىلگۈل شىرىسى ھەربىرى 12 گرام، خىيارشەنبەر شىرىسى 24 گرام، تەرەنجىبىن شىرىسى 108 گرام، تەمىرى ھىندى شىرىسى 72 گرام، 15 دانە ئەينۇلا سۈيى ۋە شەربىتى قىزىلگۈل، سانائى مەككى شىرىسى ھەربىرىدىن 48 گرام، بادام يېغىدىن يەتتە گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەرقى گۈل، ئەرقى زىرىشك ھەربىرى 60 گرام، شەربىتى نىلۇپەردىن 48 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا زىرىق ۋە لىمەكن شەربىتى بىلەن چۇچۇمەللەشتۇرۇپ نان بىلەن بېرىلىدۇ.

سېرىقلىق چۈشۈش ھاراقنى كۆپ ئىچىش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇپ، بىمارىدا غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنىك كېسەللىك ئۆزگىرىشى پەيدا بولغان بولسا ھەمدە سۇرگۈچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەنلىكىمۇ ئونۇمى بولمىسا، تاباشىر، يۇيۇلغان لاجۇۋەرد ھەربىرىدىن ئىككى گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، تۆۋەندىكى ئۇسۇل بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. يەنى بىر دانە پىشقان بانانىنى تۆت پارچە قىلىپ، ئەرقى كەيىورە، ئەرقى بىدىمىشكىگە چىلاپ، يۇقىرىقى دورا تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، بىر دانە ئالتۇن ۋاراقنى ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى گۈزەر، شەربىتى سۈمبۈل ھەربىرى 24 گرام، ئەرقى كەييوردىن 108 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئامۇت ھالۋىسى كالا قېتىقىنىڭ قايمىقى بىلەن بېرىلىدۇ. سەۋزە، چامغۇرنى پىشۇرۇپ، نان بىلەن بېرىلىدۇ.

يۇيۇلغان لاجۇۋەرد، تاباشىر تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئامۇت سۈيى ياكى لىمون سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ پالىكۇچ ئېتىپ، ھەركۈنى 7 ~ 8 قېتىم كۆزگە سۈۋىلىدۇ. بۇ ئۇسۇلنى 40 كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇش لازىم.

ئەگەر بىمار شاراپ ئىچىشنى تاشلىيالمىغان بولسا، ھاراق ئەرقى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

2) توسۇلۇش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش:

علاج يرقان سدى

تەرخەمەك ئۇرۇقى، زىرىق، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە غولى، سىركەنجۈبىل، پىرسياۋشان، ئەپسەنتىن، شاھتەررە، ئوردان، تۇرۇپ سۈيى، نېلۇپەر سۈيى، زەھرى - مۇھرىگە ئوخشاش دورىلار يەككە ھالەتتە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئەينۇلا، تەمىرى ھىندى، سېرىق ھېلىلە، خىيارشەنبەر، مائۇلجەبىن، رەۋەن چىنى، غارىقۇن، سەبرە، سوقمۇنىياغا ئوخشاش دورىلار غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنى تازىلاش مەقسىتىدە يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

بۇ كېسەللىك جىگەرنىڭ ئۇستى تەرىپىدە توسۇلۇش بولغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، سىركەنجۈبىل ساددە ياكى سىركەنجۈبىل بۇزۇرى ۋە ياكى سىركەنجۈبىل رەۋەندى قوشۇپ، ئۇستىدىن يۇيۇلغان لوك تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ كېسەللىك جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپىدە توسۇلۇش بولغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، بەدىيان سۈيى، كەرەپشە سۈيى، كاسنە سۈيى، رەۋەن چىنى تالقىنى، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكى جىگەر بىلەن ئۆت ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىلارنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مۇڭاپىق سۇرگۇ دورىلىرى ئارقىلىق بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن داۋائى لوك ۋە قۇرسى رەۋەنگە ئوخشاش سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ ياكى مەتبۇخى پەۋاكىھغا سوقمۇنىيا تالقىنىنى قوشۇپ بېرىپ، غەيرىي تەبئىي خىلىتنى تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سۈيدۈك ھەيدەش ئۇچۇن بىماردا قىزىتما بولسا، كاسىنە سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى، سىركەنجۈبىل قاتارلىق دورىلار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر قىزىتما بولمىسا، نېلۇپەر سۈيى، كەرەپشە سۈيى، بەدىيان سۈيى، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى، سۇفۇپى كىبىرت، شەربىتى رەۋەن، قۇرسى غاپەس قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكى ئۆت خالتىسى بىلەن ئۇچەي ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىلارنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇنى داۋالاشتا جىگەر بىلەن ئۆت ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىلارنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش ئاساسىغا ئوخشاش تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

بىراق بۇ كېسەللىككە قارىتا كۇچلۇك تۇردىكى دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن بىرگە كىلىزما ئىشلىتىلىدۇ. خىيارشەنبەرنى نېلۇپەر سۈيىدە ئېرىتىپ، ئاچچىق بادام يېغى قاتارلىق قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كانالچىلارنىڭ توسۇلۇشى شۇ ئورۇنلارغا ئۆسمە پەيدا بولۇپ قېلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا ئۇنى داۋالاش بىرقەدەر قىيىن.

ئەگەر بۇ كېسەللىك تەر تۆشۈكچىلىرىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئېچىش ئۇچۇن مۇنچىغا چۈشۈرگۈزۈلىدۇ. نوقۇت، بۇغداي كېپىكى قاينىتىلغان سۇ بىلەن بەدەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ. بىنەپشە، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، ئاق لەيلىگۈلى قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

بۇ كېسەللىك ئۇچەي توسۇلۇش، سەپرا خىلىتىنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇش يولى توسۇلۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاش پرىنسىپى بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

توسۇلۇش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكىنى داۋالاشتا جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇش بايانىدا ئوتتۇرىغا قويۇلغان داۋالاش تەدبىرلىرىگە ئەمەل قىلىنىدۇ. يەنى توسالغۇ جىگەرنىڭ ئۇستى تەرىپىدە بولسا سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، ئاستى تەرىپىدە بولسا سۇرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئىسسىق تەبىئەتلىك تۇتقۇچى، قۇرۇتقۇچى يېمەك ـ ئىچمەك، دورا ـ دەرمەكلەردىن ئېھتىيات قىلىش، يۇمشاتقۇچى ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، سۇرگۈچى دورىلارنى بېرىش لازىم.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر توسالغۇ كانالچىلاردا گۆش ئۆسۈپ قالغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا داۋالاش بىرقەدەر قىيىن، ئەمما گۆشنىڭ ئۆسۈشىنى تىزگىنلەش ئۇچۇن سېمىزئوت ئۇسارىسى، ھۆل تۇرۇپ ئۇسارىسى، ھۇممار ياغچى سۈيى، ھۇممار ئۇسارىسى قاتارلىق دورىلار قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بىكىتى www.uyghurkitap.com

ئەگەر توسالغۇ قۇرۇقلۇقنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سەپرا خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتكۈچى دورىلارغا ئىسپىغۇل لوئابى، بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر توسالغۇ خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكى غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان جىگەر يالليۇغىدىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىغا قارىتا مۇنزىچ بېرىلىدۇ. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتى پىشقانلىقىغا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلگەندىن كېيىن ئىككىلەنمەستىن رۇم بەدىيان، بەدىيان قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ھەمدە غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىنىڭ سۈرگىسى بېرىلىدۇ.

ئەگەر يالليۇغ ماددىسى قاتتىق بولسا، ئالدى بىلەن قاتتىقلىقنى يوقىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن ئەنسىل، ئاسارۇن، ئاچچىق بادام مېغىزى، ئەپسەنتىن رۇمى، رۇم بەدىيان، بەدىيان، غارىقۇن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ھەببى سەنۇبەر ئون گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 18 گرام، سېرىق گۈڭگۇرت ئىككى گرام، ئەفتىمۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، قارا نوقۇت، ئاق كۈندۈر ھەربىردىن يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، ھەركۈنى بەش گرامدىن بىر نەچچە كۈنگىچە مۇۋاپىق مىقداردىكى بەدىيان سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن مەخسۇس سېرىقلىق چۈشۈشكە قارىتا تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر توسالغۇ خاراكتېردىكى سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكى ئۆت خالتىسى بىلەن ئۈچەي ئۆتتۈرىسىدىكى كانالچىلاردا توسالغۇ بارلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا كىلىزما قىلىش، ئەفتىمۇن، بىستىپايەج قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ ئىچكۈزۈش لازىم.

چىلغوزا مېغىزى بىر گرام، غارىقۇن ئىككى گرام، غاپەس ئۇسارىسىدىن ئون گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، كاسىنە سۈيى بىلەن كۈمىلاچ تەييارلاپ، ئۈچ گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك سوزۇلما خاراكتېرلىك بولسا، داۋائىل كۈركۈم، داۋائىل لوك، تەرياق تۈرىدىكى دورىلار يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر توسالغۇ بىلەن بىرگە قىزىتما بولسا ئەفتىمۇن سۈيى، كاسىنە سۈيى، خىيار-شەنبەر شىربىسى، ئاچچىق ياكى تاتلىق بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

3) يالليۇغلىنىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش:

علاج يرقان ورمی

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش ئۆت يالليۇغىدىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان جىگەر يالليۇغىنى داۋالاشقا قوللىنىلغان تەدبىرلەر تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

لىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا تۆۋەندىكى داۋالاش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ.

تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى توققۇز گرام، بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۇچ گرام، ئەرقى گۈل 48 گرام، شەربىتى نىلۇپەردىن ئالتە گرام ئېلىپ ياۋا سېمىزگۈت ئۇرۇقى تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. دورىلارنى ئىچكۈزۈپ بولغاندىن كېيىن يۇقىرىقى نۇسخىغا تۆت گرام بىخ سۇس شىربىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنى سۇرۇپ چىقىرىش ئۈچۈن ئەينۇلا ئون دانە، خىيار-شەنبەر 72 گرام، تەرەنجىبىن 24 گرام قاتارلىق دورىلارنى 250 گرام ئەرقى شوخلىغا چىلاپ، شىربىسىنى چىقىرىپ سۇزۇپ، ئالتە گرام بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى يۇقىرىقى نۇسخىغا ئالتە گرام كاسنە ئۇرۇقى شىربىسى، 48 گرام ئەرقى گۈل، توققۇز گرام ئىسپىغۇل لوئابى، 36 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈچىنچى كۈنى ئون دانە ئەينۇلىنى 250 گرام ئەرقى شاھتەررىگە چىلاپ شىربىسىنى چىقىرىپ، يۇقىرىقى نۇسخىغا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەرنى قوللانغاندىن كېيىنمۇ كۆزنىڭ سېرىقلىقى قالغان بولسا ئەينۇلا ئون دانە، سوقۇلغان كاسنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، سانا ھەربىرى ئالتە گرام، نىلۇپەر تۆت گرام، تەمرى ھىندى 36 گرام، بەدىياندىن تۆت گرام ئېلىپ قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش جىگەر يالىلۇغىنىڭ كونىراپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، كۆپىنچە سۇلۇق ئىششىقا ئېلىپ بارىدۇ. بۇ ۋاقىتتا داۋالاش بىرقەدەر قىيىن بولىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش جىگەر ئاجىزلىقى ۋە ئۆت گەۋدىسى ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر ئاجىزلىقى بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

4) زەھەرلىنىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش:

علاج يرقان سمى

كاسنە سۇيى، قۇرسى كاپۇر، ئارپا سۇيى، بادام يېغى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە مۇۋاپىق ئۇسۇللار ئارقىلىق قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

بۇ كېسەللىك زەھەرلىك دورىلارنى ئىچۈۋىلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، قىيپال تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. 3 ~ 4 كۈندىن كېيىن باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا زەھەرلىنىش بايانىدا سۆزلەنگەن داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

بۇ كېسەللىك زەھەرلىك ھايۋانلارنىڭ چىقىۋىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا قىيپال تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. چاققان ئورۇننى نەشتەر بىلەن چوڭقۇر تىلىپ لوڭقا قويۇلىدۇ ھەمدە يەرلىك ئورۇننى كۈچلۈك شوراشقا تەۋسىيە قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن زىرىق شىربىسى، سىركەنجۈبىل لىمونى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

زەھەرلىنىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكىدە تەرياقى مەسرىدىتوس يېگۈزگەندىن كېيىن چۈچۈمەل ئالما سۇيى، ئانار سۇيى، كاسنە سۇيى، سېمىزئوت سۇيى، ئىسپىغۇل لوئابى، زىرىق شىرىسى قاتارلىقلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يۈقىرىقى داۋالاش تەدبىرلىرىدىن شۇنى خۇلاسىلاشقا بولىدۇكى، زەھەرلىنىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈش كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن مىزاجنى تەڭشەش ئېلىپ بېرىش، ئۇنىڭدىن كېيىن سېرىقلىق چۈشۈشكە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

زەھەرلىنىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈش جۈملىدىن زەھەر ئىچكەنلىكتىن بولغان سېرىقلىق چۈشۈشتە دەسلەپتە سۈتكە بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

5) ئۆتكۈر پۇراقلىق زەھەرلەرنى پۈرىۋېلىش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش:

علاج يرقان شمى

كېيىنكى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

زەھەرلىك پۇراقنى ياكى ئۆتكۈر پۇراقنى پۇراشتىن تۇيۇقسىز سېرىقلىق چۈشۈش يۈز بېرىدۇ.

بۇنىڭ بىلەن بىرگە كۆڭۈل ئاينىش، قەي قىلىش، قىزىش، ماغدۇرسىزلىنىش، يۈرەك رىتمسىزلىنىش، ھوشسىزلىنىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئالدى بىلەن ئوڭ تەرەپتىكى باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش، قىزىلگۈل ئەتىرسى، ئەرقى گۈلنى پۈرىتىش ئارقىلىق بىمار ھوشىغا كەلتۈرۈلىدۇ.

كېسەلگە سەۋەبچى خىلىتنى پىشۇرۇش ئۈچۈن زىرىق تۆت گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى توققۇز گىرام، ئەينۈلىدىن يەتتە دانىنى ئەرقى بىدىمىشكى، ئەرقى كاسنە، ئەرقى گۈل، ئەرقى نىلۇپەر ھەربىرىدىن 84 گىرام قاتارلىق دورىلارغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، سىركەنجۈبىل، نىلۇپەر شەربىتى ھەربىرىدىن 240 گىرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى زەھرى - مۇھرى، تاباشىر، سۇماق ھەربىرىدىن 24 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، شەربىتى ئانارىيىن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سەندەل شەربىتى، سىركەنجۈبىل، ئالما، سىركەنجۈبىل لىمونى ھەربىرى 24 گىرام، ئەرقى بىدىمىشكىدىن 108 گىرام ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا زىرىق، سۇماق بىلەن پىشۇرۇلغان گۈرۈچ تامىقى بېرىلىدۇ ياكى نوقۇت، پالەك بىلەن پىشۇرۇپ، قەغەز لىمونى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

كېسەلگە سەۋەبچى خىلىتنى سۇرۇپ چىقىرىش ئۈچۈن كاسنە ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا، قىزىلگۈل، بىنەپشە، نىلۇپەر ھەربىرى توققۇز گىرام، ئەپسەنتىن تۆت گىرام،

ئەفتىمۇن ئۇرۇقى يەتتە گرام، ئەينۇلا 11 دانە، سەرپىستاندىن 40 دانە ئېلىپ، ئاخشىمى ئەرقى كاسىنە، ئەرقى شوخلا، ئەرقى گۈلگە چىلاپ قويۇپ، ئەتسى ئەتىگەندە قاينىتىپ ئۇچتىن بىرى قالغاندا سۈزۈپ، 48 گرام گۈلقەنت، 84 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، 72 گرام تەرەنجىبىن شىرىسى، 48 گرام شەربىتى دىنار، يەتتە گرام تاتلىق بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈسسۈزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى كاسىنە، ئەرقى گۈل ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاباشىر تالقىنى، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى تالقىنى بىر گرامدىن، خېمىر سەندەلدىن توققۇز گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

كاسىنە ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى سەككىز گرام، بېھى ئۇرۇقىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، ئەرقى بىدمىشكى، ئەرقى كاسىنە ھەربىرىدىن 108 گرامغا چىلاپ، شىرىسىنى چىقىرىپ، شەربىتى نىلۇپەر، ئالما شەربىتى ھەربىرىدىن 24 گرامغا ئارىلاشتۇرۇپ، يەتتە گرام ئىسپىغۇل تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرلەر ئارقىلىقمۇ يەنىلا سېرىقلىق چۇشۇشنىڭ بىرئاز تەسىرى قالغان بولسا، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتنى سۈرۈش ئۇچۇن شاھتەررە، كاسىنە ئۇرۇقى، شوخلا، قىزىلگۈل، بىنەپشە، نىلۇپەر ھەربىرىدىن توققۇز گرام، ئەپسەنتىن تۆت گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى يەتتە گرام، ئەينۇلا 11 دانە، سەرپىستان 40 دانە، سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلى پوستى، قارا ھېلىلە، سانا ھەربىرىدىن توققۇز گرام ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەرقى شوخلا، ئەرقى كاسىنە، ئەرقى گۈل بىلەن بىرلەشتۇرۇپ بىر كېچە چىلاپ قويۇپ، ئەتسى ئەتىگەندە قاينىتىپ ئۇچتىن بىرى قالغاندا سۈزۈپ، 48 گرام گۈلقەنت، 84 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، 72 گرام تەرەنجىبىن شىرىسى، 48 گرام شەربىتى دىنارغا بادام يېغى يەتتە گرام، 48 گرام شەربىتى قىزىلگۈل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۇچۇن قۇرسى زىرىشك ئۇچ گرام، شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى كىشۇش ھەربىرىدىن 24 گرام ئېلىپ، دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ خىل داۋالاش ئۇسۇلى 3 ~ 4 كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا سۈت ئېمىۋاتقان ئوغلاقنىڭ گۆشىنى بېرىش، شويلا ئېتىپ بېرىش لازىم.

6) تارقىلىشچان يوقۇش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۇشۇشنى داۋالاش:

علاج يرقان وبائى

بىمار كۈچلۈك بولسا بىرىنچى كۈنى قېيىپال تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

كالىنىڭ قېتىقى ئەرقى گۈلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ھەتتا كالىنىڭ قېتىقى

بىلەن ئەرقى گۈلنى چوڭ بىر داسقا توشقۇچە قۇيۇپ، بىمارنىڭ گال قىسمىغا كەلگەندە قەدەر چۆكتۈرۈپ ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن چىگىتتىن ئايرىلغان پاختا بىلەن ئىسسىتىلىدۇ.

زەھرى - مۇھرى، سۇماق، ئاق سەندەل، تاباشىر قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، خېمىرى سەندەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن زىرىق، تەرخەمەك ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى توققۇز گرام، ئەينۈلىدىن بەش دانە ئېلىپ، ئەرقى گۈل، ئەرقى كاسنە، ئەرقى نىلۇپەر ھەربىرىدىن 84 گرامغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، شەربىتى ئانار، شەربىتى سەندەل ھەربىرىدىن 24 گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق سەندەلنى كالا قېتىقىغا چىلاپ، لۆڭگىنى چۆكتۈرۈپ، كۆكرەك، جىگەر ساھەسىگە داۋاملىق قويۇلىدۇ.

ئۇسسۇلۇقى ئۇچۇن قېتىق سۈزمىسى، ئەرقى گۈل ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا پالەك، سېمىزئوت قېتىق بىلەن بېرىلىدۇ. چۇش ۋاقتىدا تاۋۇز سۈيى، قاپاق سۈيى، شەربىتى نىلۇپەر ئىچكۈزۈلىدۇ. گۈلقەنت ۋە تەمرى ھىندى بېرىلىدۇ.

بىر ھەپتىگىچە يۇقىرىقى تەدبىرلەرنى قوللانغاندىن كېيىن غەيرىي تەبئىي خىلىتنى تازىلاش ئۇچۇن خىيارشەنبەر شىرىسى، گۈلقەنت، تەمرى ھىندى شىرىسى، بادام يېغى دورىلار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زەھرى - مۇھرى، جاۋاشىر، تاباشىر ھەربىرىدىن بىر گرام ئېلىپ سوقۇپ، توققۇز گرام خېمىرى سەندەل بىلەن بىرلەشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن زىرىق شىرىسى بەش گرام، كاسنە ئۇرۇقى شىرىسى، تاۋۇز ئۇرۇقى شىرىسى، قاپاق ئۇرۇقى شىرىسى ھەربىرىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، 48 گرام بىنەپشە شەربىتى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ، زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلار بىرگە بېرىلىدۇ.

تارقىلىشچان سېرىقلىق چۇشۇش كېسەللىكىدە قىزىتما بولمىسا ھۆل خېنە ياغچى يەتتە گرام ياكى قۇرۇق خېنە ياغچى 14 گرام، كاسنە ئۇرۇقى توققۇز گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىق سۇغا چىلاپ، قەنت ياكى بىر گرام ئاش تۇزى ئارىلاشتۇرۇپ، لىمون سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەزىدە تارقىلىشچان سېرىقلىق چۇشۇش شۇنداق ئېغىر بولىدۇكى، تۇكۇرۇك، تەرلەرى ئارقىلىق بىمارنىڭ بارلىق كىيىملىرى سارغىيىپ كېتىدۇ.

بۇ ۋاقىتتا 24 گرام كاسنە ئۇرۇقىنى سوغۇق سۇ، ئەرقى گۈل ھەربىرى توققۇز گرام، 36 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن شىرىسىنى چىقىرىپ، ئىككى گرام لاھور تۇزى ۋە سىركە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. سېرىقلىق چۇشۇشنىڭ بۇ خىلى ناھايىتى خەتەرلىك بولۇپ، كۆپىنچە سۇيدۇك تۇتۇلۇپ، ئېغىر ئاقىۋەتلەر كېلىپ چىقىدۇ.

7) بوھران خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۇشۇشنى داۋالاش:

علاج يرقان بحراني

بۇ كېسەللىكنىڭ ئېغىرلاشقان دەۋرى بولۇپ، تەبىئەتكە ياردەم بېرىش ئۈچۈن بىمارنى ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈرۈلىدۇ. كاسىنە شىرىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

نېلۇپەر، كاسىنە گۈلى، ئاق لەيلىگۈلى ھەربىرى توققۇز گرام، خېنە ياغىچى، سۇگەت شېخى، كاسىنە ياغىچى، تەمرى ھىندى ياغىچى ھەربىرى 250 گرام قاتارلىق دورىلارنى سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئىلمان بولغاندا چوڭ داسقا قۇيۇپ گال قىسمىغىچە چۆكتۈرۈپ ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى ھەربىرى توققۇز گرام، سىركەنجۈبىل ساددىدىن 48 گرام ئېلىپ قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق سەندەل، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ئوسۇك ئۇرۇقى، رۇسۇت مەككى ھەربىرى ئۈچ گرام، كۆك يۇمغاقسۇت سۇيى، يەرلىك شوخلا سۇيى، سۆگەت شېخى سۇيى، گۈل يېغى، يەسمەن يېغى، گىل ئەرمىنى ھەربىرى تۆت گرام، سىركە 18 گرام، كاپۇردىن ئىككى گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە پۈرتىلما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. بىمار ھاۋاسى ساپ بولغان ئورۇنغا يۆتكىلىدۇ.

ئەگەر سېرىقلىق چۈشۈش يامان سۈپەتلىك بوھران كۆنلىرىدە يۈز بەرگەن بولسا ھەمدە بىماردا ھوشسىزلىنىش، جۆيلۈش، قىزىش، بىئارام بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بىمارنىڭ ئاقىۋىتى ناھايىتى خەتەرلىك بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۈزۈلۈشىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

جىگەر ۋە ئۆتنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش ئۈچۈن سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇرۇق دورىلارنىڭ شىربىتى، شەربىتى نېلۇپەر بىلەن قۇرسى كاپۇر ئىچكۈزۈلىدۇ. سەپرا خىلىتىنى مىقدار جەھەتتىن تۆۋەنلىتىش ئۈچۈن مۇلەييىن مۇبارەك بېرىلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بوھران خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشنى داۋالاش جەريانىدا ياخشىلىنىشقا قاراپ يۈزلەنگەن بولسا، داۋالاشتا سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، مۇناسىۋەتلىك تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، مۇنچىغا چۈشۈرۈش كېرەك. بۇ كۈنلەردە بىمارنىڭ چوڭ ـ كىچىك تەرتىنىڭ رەڭگى سۇس بولسا، غەيرىي تەبىئىي خىلىتىنىڭ قويۇق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا مۇۋاپىق دورىلار قاينىتىلمىسى بىلەن يۇيۇندۇرۇش، بىمارنى تەرلىتىش ئارقىلىق بەدەننى تازىلاش لازىم.

ھەكىم مەسھى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بوھران خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈشتە دورا ئىشلىتىش كۆپىنچە زۆرۈر ئەمەس. پەقەت بىمارنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇندۇرۇش، بابۇنە يېغى، يەسمەن يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، سەۋسەن يېغى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرىنى بەدەنگە سۈۋاش يېتەرلىكتۇر.

ئۇيغۇر كىتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

2. قارا يەرقان

يەرقان اسود

تونۇش:

قارا يەرقان بولسا سەۋدا خىلتىنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىقىدىغان، بەدەننىڭ قارىغا مايىل بولۇپ قېلىشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

كېسەللىك سەۋەبى تۆۋەندىكىچە: قارا يەرقان كېسەللىكى كۆپىنچە تال كېسەللىكىدىن پەيدا بولىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا جىگەر تومۇرلىرى توسۇلۇپ قېلىشىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قارا يەرقان كېسەللىكى تال ۋە جىگەر تومۇرلىرىدا توسۇلۇش بولۇشتىن باشقا تال ۋە جىگەردىكى قۇۋۇقتىلەرنىڭ ئاجىزلىقى، جىگەر بىلەن تال تۇتىشىپ تۇرىدىغان تومۇرلاردا توسۇلۇش بولۇشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

جىگەر مەنبەلىك قارا يەرقان كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىدەك ئىككى تۈرلۈك بولىدۇ.

بىرى، خىلتىلارنىڭ كۆيۈشى سەۋەبىدىن بەدەنده غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتى كۆپىيىپ يېتىدۇ.

يەنه بىرى، خىلتىلارنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن خىلتىلاردا قويۇلۇش ۋە قاردىاش بولۇپ، بەدەنده غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتى كۆپىيىپ كېتىدۇ.

تال مەنبەلىك يەرقان كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىدەك:

1. جىگەردە ھاسىل بولغان سەۋدا خىلتىنى جىگەردىن تال تەرەپكە سۈمۈرىدىغان كانالچىلىرى (تومۇرلىرى) نىڭ توسۇلۇپ قېلىشىدىن ئارتۇق سەۋدا خىلتى نورمال خىلتىلارغا ئارىلىشىپ ئومۇمىي بەدەنگە تارقاپ كېتىدۇ.

2. سەۋدا خىلتىنىڭ تالدىن چىقىپ كېتىدىغان كانالچىلىرىدا توسۇلۇش بولسا، ئارتۇق سەۋدا خىلتى تالدا كۆپىيىپ كېتىپ، تەبىئەت كۇچىنىڭ تەڭشىشى بىلەن ئارتۇق سەۋدا خىلتى جىگەر تەرەپكە قايتىپ كېلىپ، ئومۇمىي بەدەنگە تارقاپ كېتىدۇ.

3. جىگەر ۋە تال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن بۇ ئەزالارنىڭ قۇۋۇتى ئاجىزلاپ، ئارتۇق سەۋدا خىلتىنىڭ خىلتىلار بىلەن ئومۇمىي بەدەنگە تارقىلىپ كېتىشىگە سەۋەبچى بولىدۇ.

4. تال ئىششىقى ياكى تالنىڭ قېتىپ قېلىشى سەۋەبىدىن ئارتۇق سەۋدا خىلتىنى

سۈمۈرەلمەي بۇ كېسەللىككە سەۋەبچى بولىدۇ.

5. تال كېسەللىكىنىڭ بوھران كۈنلىرىدە ئارتۇق سەۋدا خىلىتى بەدەن سىرتىغا ئىتتىرىلىش جەريانىدا بەدەن ئاجىز بولسا، ئارتۇق سەۋدا خىلىتى سىرتقا چىقىپ كېتەلمەي، قارا يەرقان كېلىپ چىققان بولىدۇ.

تەكشۈرۈش:

بۇ كېسەللىكنى تەكشۈرۈش ئۈسۈلى ئاساسلىقى سەۋەبىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

1. تال مەنبەلىك يەرقان كېسەللىكنى تەكشۈرۈش ئۈسۈلى:

بىمارنىڭ رەڭگى قارا بولۇپ، سېرىقلىق بولمىسا، چوڭ - كىچىك تەرىتى قارىغا مايىل بولۇپ، چوڭ تەرىتىدە بەزىدە چۆكمە ماددىلار چىقىش كۆرۈلسە، قورساق تېرىسىدە ئاغرىش بىلەن تارتىشىش سېزىمى بولسا، قەۋزىيەتلىك بولۇش، ھەزىم ناچارلىشىش، سەۋەبسىز غەم - قايغۇغا چۆمۈش، بەزىدە بىمارنىڭ چىرايىمۇ قارىداپ كېتىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، قارا يەرقان تال مەنبەلىك بولغان بولىدۇ. بۇنىڭ بىلەن تال ساھەسىدە ئاغرىش، بىماردا يەڭگىل قىزىتما بولۇش، ئورۇقلاش ئالامەتلىرى بىرگە كەلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ تال ئىششىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ رەڭگى قارىداش بىلەن بىرگە تال ساھەسىنى باسقاندا قولغا قاتتىقلىق مەلۇم بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ تال قاتقانلىقتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر سول تەرەپنى بېسىپ يېتىش قىيىن بولۇپ، ئېغىرلىق ھېس قىلسا، قارايەرقان ئاستا - ئاستا پەيدا بولسا، بەدىنى ئاجىز بولۇپ، تومۇر ھەرىكىتى ئاستا بولسا، بۇ كېسەللىك جىگەر بىلەن تال تۈتىشىپ تۇرىدىغان كانالچىلار (تومۇرلار) دا توسۇلۇش بارلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ رەڭگى قارىداش بىلەن بىرگە كۆزىنىڭ ئېقى دۇغلاشقان بولسا، ئىشتىھاسى تۆۋەنلىگەن بولسا، تالنىڭ تارتىش كۈچى ئاجىزلىغانلىقتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ رەڭگى قارىداش بىلەن بىرگە قەي قىلىش ۋە ئىچى سۇرۇش كۆرۈلۈپ، بۇنىڭ بىلەن چىققان ماددىلار سەۋدا خىلىتى خاراكتېرلىك بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ تالنىڭ تۈتۈش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىدا يەڭگىللەش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ تال كېسەللىكىنىڭ بوھرانىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

2. جىگەر مەنبەلىك يەرقان كېسەللىكنى تەكشۈرۈش ئۈسۈلى:

بىمارنىڭ رەڭگى توق قارا بولمىسا، چوڭ تەرىتى كۆپىنچە سېرىققا مايىل بولسا، ئىلگىرى جىگەر كېسەللىكى بىلەن ئاغرىش تارىخى بولسا، كۆيگەن خىلىتلارغا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلسە، قارا يەرقان جىگەر مەنبەلىك بولغان بولىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكەتى www.uyghurkitap.com

ئەگەر بىمارىدا يۇقىرىقى ئەھۋاللار بىلەن بىمارنىڭ چىرايىنىڭ رەڭگى يەڭگىل سېرىققا مايىل قارا بولۇش بىرگە بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

بىمارنىڭ چىرايىنىڭ رەڭگى يەڭگىل قىزىلغا مايىل قارا بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ جىگەردىكى قان خىلىتىنىڭ كۆپۈيۈشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

بىمارنىڭ چىرايىنىڭ رەڭگى كۆككە مايىل قارا بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ جىگەردە ئارتۇق سەۋدا خىلىتى بارلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

بىمارنىڭ چىرايىنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولۇپ، ئېسىلەڭگۇ بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ جىگەردە ئارتۇق بەلغەم خىلىتى بارلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

بۇ كېسەللىكنى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى سەۋەبنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە تۈرگە بۆلۈپ بايان قىلىمىز.

1) تال تومۇرلىرى توسۇلۇشتىن بولغان قارا يەرقانىنى داۋالاش:

علاج يرقان اسود سدة طحال

بىمارنىڭ بەدىنى كۆچلۈك بولسا ئالدى بىلەن سول قولىنىڭ ئۇسەيلىن تومۇرىدىن قان ئېلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن سۇزۇلدۇرۇلگەن كۆك كاسىنە سۇيى، سۇزۇلدۇرۇلگەن يەرلىك شوخلا سۇيى، سىركەنجىۋىل بۇزۇرى، شەربىتى دىنار قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى سەۋدا بىلەن مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن قۇرسى زىرىشىك كەبىر يېگۈزۈلىدۇ.

توسالغۇلارنى ئېچىش، سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن كاسىنە ئۇرۇقى، كاسىنە يىلتىزى، قىزىلگۈل، ئۇستەقۇددۇس، بادرەنجى بۇيا، يەرلىك شوخلا، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، رەۋەن چىنى، ئەفتىمۇن، خىيارشەنبەر، گۈلقەنت قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنى چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن پوستى ھېلىلە كابىلى، پوستى ھېلىلە زەرد، بەلىلىنى يۇقىرىقى دورىلارغا قوشۇپ مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قارا يەرقان كېسەللىكى بىلەن سۇيدۇك قارا، بەدەنده قىزىتما بولۇش ئالامىتى بىرگە كەلسە، تۆت گرام قۇرسى زىرىشىك سەغرىنى سوقۇپ، 12 گرام تاتلىق ئانار شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سۇزۇلدۇرۇلگەن كۆك كاسىنە سۇيى 145 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى

شىربىسى ئالتە گرام، شەربىتى بۇزۇرى بارىد 36 گرام قاتارلىق دورىلار قوشۇپ ئىچكۈزۈ-لىدۇ.

ئاخىرىدا بۇ دورىغا ئالتە گرام زىرىق شىربىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ تەدبىرلەر بىلەن سۈيدۈكتىكى قارىلىق، بەدەندىكى قىزىش ئالامىتى تۆۋەنلىگەن بولسا، غەيرىي تەبئىي خىلىتىنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى بەرگەندىن كېيىن، غەيرىي تەبئىي خىلىتىنى سۈرۈش ئۇچۇن نېلۇپەر گۈلى بەش گرام، ئەينۇلا ئون دانە، كاسىنە ئۇرۇقى، سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، يەرلىك شوخلا، بىخ كەبىر پوستى، سۈمبۈل تىپ ھەربىرى تۆت گرام، سانادىن توققۇز گرام ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، خىيارشەنبەر شىربىسى ئالتە گرام، گۈلقەنت 24 گرام، تەرەنجىبىن شىربىسى 48 گرام، بادام يېغىدىن ئالتە گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش، قىزىتمىنى يوق قىلىش ئۇچۇن سۈرگۈنى ئىچىپ بولغاندىن كېيىن كاسىنە شىربىسى ئالتە گرام. بەدىيان شىربىسى تۆت گرام، شەربىتى بۇزۇرى قاتارلىق دورىلار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى تۆت گرام قۇرسى زىرىشك سەغرىنى سوقۇپ، 120 گرام كاسىنە سۈيى، ئالتە گرام خىيارشەنبەر شىربىسى، تۆت گرام بىخ سۈس شىربىسى، تۆت گرام شوخلا شىربىسى، 24 گرام گۈلقەنت، ئالتە گرام ئىسپىغۇل تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ئوغلاق ۋە توخۇنىڭ گۆشلىرىگە نوقۇت سېلىپ پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

2) تال ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان قارا يەرقانىنى داۋالاش:

علاج يرقان اسود از ضعف طحال

ئەڭتىمۇن ئۇرۇقى شىربىسى، رۇم بەدىيان شىربىسى ھەربىرى ئۇچ گرام، گۈلقەنت، شەربىتى بۇزۇرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى گۈل، قۇرسى رەۋەن يېگۈزۈلىدۇ.

قىزىلگۈل، فۇپەل، ئەپسەنتىن، مەستىكى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سىركە، يەرلىك كۆك شوخلا سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا تال ئاجىزلىقىنى داۋالاشتا ئوتتۇرىغا قويۇلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

3) تال ئىششىقىدىن كېلىپ چىققان قارا يەرقانىنى داۋالاش:

علاج يرقان اسود از ورم طحال

تال ئىششىقىدىن كېلىپ چىققان قارا يەرقانىنى داۋالاشتا تال يالليۇغىنى داۋالاشنىڭ ئۇسۇل - چارىلىرىنىڭ بايانىغا مۇراجىئەت قىلىش لازىم.

ئۇيغۇر كتاب توپلىغۇچى www.uyghurkitap.com

4) بوھران خاراكتېرلىك قارا يەرقاننى داۋالاش:

علاج يرقان اسود بحرانى

ئەگەر قارايەرقان بوھران كۈنلىرىدە يۈز بەرگەن بولسا، تەبىئەتكە ياردەملىشىش ئۈچۈن سىركەنجۈبىل ئىچكۈزۈلىدۇ. تاتلىق سۇ بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

بابۇنە يېغى، سەۋسەن يېغى، سېرىقچېچەك يېغى بەدەنگە سۈرتىلىدۇ.

5) خىلتىلارنىڭ كۆيۈشىدىن كېلىپ چىققان قارا يەرقاننى داۋالاش:

علاج يرقان اسوداحتراقى

ئەگەر قارا يەرقان خىلتىلارنىڭ كۆيۈپ جىگەرگە تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بەدەنگە سوغۇقلۇق يەتكۈزۈش ئۈچۈن قۇرسى زىرىشىك سەغرىنى يۇمشاق سوقۇپ، 24 گرام ئانار شەربىتى، 120 گرام كۆك كاسىنە سۈيى، 24 گرام سىركەنجۈبىل سادده، 18 گرام گۈلقەنت، 16 گرام تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، 12 گرام زىرىق شىرىسى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆيگەن خىلتىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى شاھتەرە، مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

گۈل بىنەپشە، نىلۇپەر، سەرپىستان، ئەينۇلا، تەمرى ھىندى قاتارلىق دورىلار قائىدە بويىچە قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر سوغۇقلۇقنىڭ جىگەرگە تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا ئوتتۇرىغا قويۇلغان تەدبىرلەر تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

ئىبنىسىنا قارا يەرقان كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر قارا يەرقان كېسەللىكى بەدەنده تولۇپ قېلىش شەكىللىنىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئالدى بىلەن ئوڭ قول باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇسەيلىن تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئەگەر بۇ كېسەللىك سەۋدا خىلتىسىنى پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېگەنلىكتىن كېلىپ چىققان بولسا، قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابىلى 36 گرامدىن، شاھتەررە، ياۋا پىياز، بىستىپايەج، بىخ كەرەپشە، بىخ بەدىيان 24 گرامدىن، قارا خەربەقتىن يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى 1500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، تۆتتىن بىرى قالغاندا 18 گرام ئەفتىمۇن سېلىپ يەڭگىل قاينىتىپ سۈزۈپ، ئىككى گرام ئايارەج پەيقارا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى قارا ھېلىلە، ئەفتىمۇن، نەمەك ھىندى، غارىقۇن، بىخ كەبىر پوستى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، قاياناق سۇ بىلەن كۈمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىنى تازىلىغاندىن كېيىن تۆگە سۈتى ۋە سىركە بىلەن

تەييارلانغان مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تالدا ئىششىق بولۇشتىن قارا يەرقان كېسىلىپ چىقسا، قىزىتقۇچى دورىلارنى كۆپ ئىشلەتمەسلىك لازىم.

ئەگەر توسالغۇ سەۋەبىدىن كېسىلىپ چىقسا، كۆچلۈك خىلدىكى توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر تال ئاجىزلىقىدىن كېسىلىپ چىققان بولسا، تال ساھەسىگە نەشتەرسىز لوڭقا قويۇلىدۇ. تالنى كۆچلەندۈرۈش ئۈچۈن قەردەمنە، ئىزخىر گۈلى، ھاشا، قەنتەرىيۇن، بىخ كەبىر قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى بىر ھەسسە، قىزىلگۈل ئىككى ھەسسە، مۇقەل يېرىم ھەسسە، ئۇشەقتىن يەتتە ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر يەرلىك ئورۇندا قىچىشىشتەك ئۆزگىرىش پەيدا بولسا سېرىقچېچەك، توغرىغۇ، تۇز، سۇزاپ، پىننىنى قاينىتىپ، كونا سىركە ئارىلاشتۇرۇپ يەنە بىر قاينىتىپ سۇزۇپ، يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ كېسەللىككە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

قارا يەرقان كېسەللىكى جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تەرياقى كەبىر بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىشى لازىم.

ئەگەر قارا يەرقان كېسەللىكى ئومۇمىي بەدەن خاراكتېرلىك بولسا ئالدى بىلەن جىگەرنى داۋالاشقا كىرىشىش لازىم. چۈنكى دورىلار ئالدى بىلەن تومۇر، ئۇنىڭدىن كېيىن بەدەنگە تەسىر قىلىدۇ. قارا يەرقاننى داۋالاشتا سېرىقلىق چۈشۈشتە قوللىنىلغان كۆچلۈك دورىلارنى سوقۇپ، پەلكۈچ بىلەن سۇرمىگە ئوخشاش كۆزگە بىرنەچچە كۈن سۈزۈلىدۇ.

3. سېرىق يەرقان ۋە قارا يەرقان

يەرقان اصفرواسود

سەۋەبى:

ئىبنىسىنا بۇ كېسەللىككە قارىتا مۇنداق كۆرسەتكەن:

بەزىدە بىرلا ۋاقىتتا سېرىقلىق چۈشۈش بىلەن قارا يەرقان كېسەللىكى بىرلىكتە يۈز بېرىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ:

1. ئۆتكۈر سەپرا خىلىتى ھەرخىل خىلىتلاردا كۆيۈش پەيدا قىلىپ، غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنىڭ شەكىللىنىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

2. بەدەندە سەپرا ۋە سەۋدا خىلىتىنىڭ ھەرئىككىلىسى كۆپىيىپ كېتىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

ئىبنىسىنا بۇ كېسەللىكىنىڭ داۋالاش ئۇسۇلىنى تۆۋەندىكىچە كۆرسەتكەن:

بەدەنده ئىمىتلا (تولۇپ قېلىش) يۈز بېرىپ، قان ئېلىش مۇھىم بولۇپ قالسا، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا كۈن ئارىلاپ ئىككىلا قولدىن قان ئېلىنىدۇ.

مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى ئەپسەنتىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۇرۇپ يوپۇرمىقى سۇيى، سۆگەت شېخى سۇيى، يانتاق سۇيى 48 گرامدىن، يەرلىك شوخلا سۇيىدىن 96 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىپ، 36 گرام خىيارشەنبەر سېلىپ سۈزۈپ، بىر گرام ئايارەج پەيقارا، بىر گرام زەپەر، 0.84 گرام سوقمۇنىيا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككى كۈن توختىغاندىن كېيىن مائۇلجەبىن ۋە سىركەنجۈبىل بېرىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا دەريا بېلىقى، توخۇ گۆشى شورپىسى، كاسىنە، كەرەپشە چۆپلىرى، سىركە بېرىلىدۇ.

بەدەننى تازىلاشقا توغرا كەلگەندە سەۋدا ۋە سەپرا خىلىتىنى سۈرۈپ چىقارغۇچى مەتبۇخ ئىچكۈزۈلىدۇ. لېكىن سەۋدا خىلىتى كۆپرەك بولسا تالغا ئەھمىيەت بېرىش، سەپرا خىلىتى ئارتۇقراق بولسا جىگەرگە ئەھمىيەت بېرىش كېرەك.

تۇرۇپ يوپۇرمىقى سۇيى، سۆگەت شېخى سۇيى، يانتاق سۇيى 48 گرامدىن، يەرلىك شوخلا سۇيى 86 گرام قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىپ، 72 گرام خىيارشەنبەر، 72 گرام تەرەنجىبىن قوشۇپ سۈزۈپ، بىر گرام ئايارەج پەيقارا، بىر گرام زەپەر، 0.84 گرام سوقمۇنىيا، ئۈچ گرام غارىقۇن تالقانلىرىنى قوشۇپ، 36 گرام گۈلقەنت، ئىككى گرام بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى تالقان دورىلار 18 گرام سىركەنجۈبىل رەۋەنى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەكىم ئەبۇ سەھلى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئارتۇق سەۋدا ۋە سەپرا خىلىتىنى سۈرۈش ئۈچۈن سېرىق ھېلىلە 72 گرام، قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابىلى 36 گرامدىن، بىخ كەرەپشە، بەدىيان 24 گرامدىن، شاھتەرە 24 گرام، قاراخەرىبەق ئون گرام، ھەببى نىل 14 گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 72 گرام، ئەينۇلا ئۈچ دانە، چىلان 20 دانە، تەمرى ھىندىدىن 72 گرام ئېلىپ، 1500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، 500 مىللىلىتىر قالغاندا 18 گرام ئەفتىمۇن قوشۇپ سۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئايارەج پەيقارا، غارىقۇن تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى پەسىل تال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى

سوء مزاج طحال

تونۇش:

بارلىق ئەزالاردا يەككە ۋە مۇرەككەپ ھالەتتە مىزاج بۇزۇلۇش يۈز بەرگەنگە ئوخشاش

تالدىمۇ يەككە ۋە مۇرەككەپ ھالەتتە مىزاج بۇزۇلۇش كۆرۈلىدۇ.

تەكشۈرۈش:

بىماردا ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، سول تەرەپ قورساقنىڭ يان قىسمىدا ئېچىشىش، سۈيدۈك ۋە چوڭ تەرەت قارىغا مايىل بولۇش، تومۇر ھەرىكىتى قالايمىقان بولۇش، چىرايىنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل سېرىق بولۇش، بەدەن سېزىمى قولغا ئىسسىق بىلىنىش، ئىشتىھا تۇتۇلۇش، بەدەن ئاجىزلاش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، تال مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر تال ساھەسىنى باسقاندا قولغا يۇمشاق بىلىنسە، تال ساھەسىدە ئېغىرلىق سېزىمى بولسا، بەدەن ئورۇق بولۇپ، رەڭگى قارا بولسا، تىلى قارىغا مايىل ئاق بولسا، سۈيدۈكتە قارىلىق بولمىسا، تومۇر ھەرىكىتى دولقۇنسىمان بولسا، ھەزىم ناچارلىق كۆرۈلسە، تال مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

تال ساھەسىنى باسقاندا قولغا قاتتىقلىق مەلۇم بولسا، بەدىنى ئاجىز، سۈيدۈك رەڭگى قارامتۇل بولسا، چوڭ تەرتى قەۋزىيەتلىك، كۆڭۈلدە غەم ـ قايغۇ كۆپ بولسا، تال مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئۇسسۇزلۇقى ئاز بولۇش، سۈيدۈك رەڭگى كۆك، قارىغا مايىل بولۇش، كۆڭۈل ئاينىش، ھەزىم بۇزۇلۇش، تومۇر ھەرىكىتى بوش ۋە يۇمشاق بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، تال مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇق ۋە قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

تال ساھەسىنى باسقاندا قولغا قاتتىق بىلىنىشى تال مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرۈلىدۇ.

ئەگەر تال ساھەسىدە ئېغىرلىق بولۇش، تال ساھەسىدە مۇدۇرچاق ياكى ئىششىق ۋە ياكى قاتتىقلىق بولۇش بىلەن بىرگە ئېشىپ كەتكەن خىلىتقا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلسە، تال مىزاجىنىڭ بىرەر خىلىتتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىنى داۋالاش ئۇسۇلى ئاساسىي جەھەتتىن جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ. پەرق شۇكى تال كېسەللىكى ئۇچۇن كۈچلۈك توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ھەكىم جۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۆگەت شېخىنى سايىدا قۇرۇتۇپ سوقۇپ، ھەركۈنى ئەتىگەن مۇۋاپىق مىقداردىكى قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. بۇغداي كېپىكىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، تالنىڭ ئورنىغا تېڭىلىدۇ. بىخ كەبىر پوستى، ئەفتىمۇندىن ئون گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ،

ئۇيغۇر كىتاب تورى بىكىتى www.uyghurkitap.com

ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

تال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇنى داۋالاشمۇ تۆۋەندىكىدەك بىرنەچچە خىل بولىدۇ.

1. تال مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج لحار

تال مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن ئەرقى كاسىنە، ئەرقى شوخلا 84 گرامدىن، سىركەدىن جۈشۈل ساددىدىن 48 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ھارارەت كۈچلۈك بولسا توققۇز گرام سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى قوشۇلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا پالەك، ئاقلانغان نوقۇتنى سىركە بىلەن چۈچۈمەللەشتۈرۈپ، گۈرۈچ ئارىلاشتۇرۇپ شويلا تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر تال مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى خىلىتلىق بولۇپ، بىمارنىڭ بەدىنى كۈچلۈك بولسا، سول قولدىكى باسلىق ۋە ئۈسەيلىم تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

سۇزۇلدۇرۇلگەن كاسىنە سۇيى، سۇزۇلدۇرۇلگەن يەرلىك شوخلا سۇيى 84 گرامدىن، سىركەنجۈبىل لىموندىن 48 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجۈبىل بىلەن سۆگەت شېخى سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن مەتبۇخى ھېلىلە، مەتبۇخى خىيارشەنبەر، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى پەۋاكىھ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تال مىزاجىنىڭ خىلىتلىق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن ھارارەت يۇقىرى بولسا، مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن قۇرسى تاباشىر مۇلەييىن، سۇزۇلدۇرۇلگەن كاسىنە سۇيى، سۇزۇلدۇرۇلگەن يەرلىك شوخلا سۇيى، شەربىتى بۇزۇرى بارىد بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا يارمىسى، يانتاق ياغچى، كۆك يۇمغاقسۈت قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سىرىكىگە ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ ياكى بۇغداي كېپىكىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ ۋە ياكى ئەنجۈرنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ تال ساھەسىگە سۈۋىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ئوغلاق گۆشىنى چامغۇر، پالەك بىلەن پىشۇرۇپ، لىمون سۇيى ۋە سىركە بىلەن چۈچۈمەللەشتۈرۈپ بېرىلىدۇ.

جالىنۇس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۇفۇپى خىرپىنى كۆك كاسىنە سۇيى ۋە سىركەنجۈبىل بىلەن ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

2. تال مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج لحار بارد

ئەگەر تال مىزاجى خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، سىركەنجىۋىل بۇزۇرى 48 گرام، ئەرقى بادرەنجى بۇيا، ئەرقى شاھتەرىدىن 84 گرامدىن ئىلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن قۇرسى كەبىر يېگۈزۈلىدۇ.

ئەنجۇر، قۇستە، سۇزاپ ياغىچى، پوستى بىخ كەبىر، يولغۇن مېۋىسى، ياۋا پىياز، ئاچچىق بادام مېغىزى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

تەرياقى ئەربەئە، گۈلقەنت تۇرۇپ سۇيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشىنى ئىسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ، سىركە بىلەن چۈچۈمەللەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر تال مىزاجى خىلىتلىق سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، مائۇلئۇسۇل ئىچكۈزۈلىدۇ. غەيرىي تەبىئىي خىلىتنى تازىلاش ئۈچۈن ھەببى ئىستەمخىقۇن، مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن قۇرسى كەبىر بېرىلىدۇ.

خام ئەنجۇر، سۇزاپ ياغىچى، بىخ كەبىر، ياۋا پىياز، سەۋزە كۆكى، يەرلىك شوخلا كۆكى، ئاچچىق بادام مېغىزىدىن يەتتە گرامدىن ئىلىپ، چالا سوقۇپ، سىركە ۋە كۆك يەرلىك شوخلا سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشى شورپىسى بېرىلىدۇ.

3. تال مىزاجىنىڭ ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج لحار رطب

ئەگەر تال مىزاجى خىلىتسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلغان بولسا، قۇرسى لوك، مائۇلھەسەل بېرىلىدۇ.

پىننە، بۆرە ئەرمىنى، سۇزاپ ياغىچى، يۇلغۇن مېۋىسى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر تالنىڭ مىزاجى خىلىتلىق ھۆللۈكتىن بۇزۇلغان بولسا، مەتبۇخى تۇربۇت، ھەببى ئايارەج بېرىش ئارقىلىق غەيرىي تەبىئىي خىلىت تازىلىنىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن قۇرسى زىرىشك رەۋەندى، شەربىتى بۇزۇرى ھار قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پىننە، بۆرە ئەرمىنى، سۇزاپ ياغىچى، يۇلغۇن مېۋىسى مۇۋاپىق مىقداردا، ئەنجۇر-دىن يەتتە دانە ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەت بولسا ھەببى ئەفتىمۇن ياكى ھەببى قوقىيا بېرىلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت شورپىسى، قۇرۇلغان گۆش، توخۇ كاۋېپى يېگۈزۈلىدۇ.

4. تال مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج لحال يابس

ئەگەر تالنىڭ مىزاجى خىلىتسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، سىركەنجۈبىل ئەفتىمۇن، شەربىتى نىلۇپەر 48 گرامدىن، ئەرقى شاھتەرە 108 گرام، ئەرقى نىلۇپەر، ئەرقى گاۋزىبان 84 گرامدىن قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى نىلۇپەر، قاپاق سۇيى، تەرخەمەك سۇيى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ھەببۈلئاس، تۇخۇمى مەرۋە، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى، بىنەپشە يېغىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا تال ساھەسىنى ئۆچكە سۈتى بىلەن نەملەپ تۇرۇش كېرەك.

ئەگەر تالنىڭ مىزاجى خىلىتلىق قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، سۇفۇپى لاجۇۋەرد، ھەببى لاجۇۋەرد، مەتبۇخى مائۇلجەبىن، مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن ئەرقى شىر، شەربىتى ئانار، شەربىتى بۇزۇرى، خېمىر سەندەل تۇرۇچ قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

5. تال مىزاجىنىڭ مۇرەككەپ كەيپىياتلار تەسىرىدىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج لحال مركب

ئەگەر تالنىڭ مىزاجى ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، سىركەنجۈبىل بۇزۇرىغا بىخ كەبىر پوستى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. قىزىلگۈل، يۇلغۇن مېۋىسى، بوغا مۇگۈزى، سەندەل، يۇلغۇن سۇيى، سىركە قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا تال مىزاجىنىڭ ھۆللۈكتىن ۋە ئىسسىقلىقتىن بۇزۇلۇش بايانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر تالنىڭ مىزاجى قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، شەربىتى نىلۇپەر، شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى ئۈزۈمناپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى، سىركەنجۈبىل، مائۇل-

جەبىن قاتارلىق دورىلار مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەرلىك شوخلا كۆكىنىك سۈيى، قىزىل چۇغلۇق سۈيى، قاپاق ياپرىقى سۈيى، پاقىيوپۇرمىقى سۈيى، سۆگەت شېخى سۈيى، ئىسپىغۇل لوئابى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاش-تۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا تال مىزاجىنىك ئىسسىقلىق ۋە قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى بايانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر تالنىك مىزاجى ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، تال مىزاجىنىك ھۆللۈكتىن ۋە سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى بايانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر تالنىك مىزاجى قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، تال مىزاجىنىك قۇرۇق-لۇقتىن ۋە سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى بايانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇچىنچى پەسىل تال يالليۇغى ۋە تال قېتىش

ورم وصلب طحال

1. تال يالليۇغى

ورم طحال

تونۇش:

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تالدا ئىسسىقتىن بولغان يالليۇغ ناھايىتى ئاز يۈز بېرىدۇ. ئەگەر يۈز بېرىپ قالسا ئاسانلا قېتىشقا ئېلىپ بارىدۇ. چۈنكى تالغا يېتىپ كەلگەن خىلتلارنىك سۈيۇق قىسمى زىيادە ئىسسىقلىقنىك تەسىرىدە پارلىنىپ قويۇق قىسمى قالىدۇ. بۇ خىل قويۇق خىلتلار تالدا چۆكمە بولۇپ چۈشۈپ قېتىش كېلىپ چىقىدۇ. بۇ كۆپىنچە غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىنىك ئىسسىقلىقى تەسىردىن بولغان بولىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر سول تەرەپ قوۋۇرغىلارنىك ئاستىنقى قىسمىنى باسقاندا قولغا ئىششقلىق مەلۇم بولسا، باسقاندا ئاغرىش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، بەدەن قىزىش ئالامىتى كۆرۈ-لۈپ تۆتىنچى كۈنى كۆچىيىش، بىمارنىك رەڭگى قىزىلغا مايىل بولۇش، سۈيدۈكى قارىغا مايىل، سۈزۈك بولۇش، بەزىدە تالنىك ئۈدۈلىدىكى تېرىلەردە قىزىللىق كۆرۈلۈش ئالامەت-لىرى كۆرۈلسە، تال يالليۇغىنىك غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر تال ساھەسى دائىم ئاغرىپ تۇرسا، ئېغىرلىق ۋە تارتىشقاندەك سېزىم كۈچلۈك بولمىسا، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇپ، تەپنىك ئالامەتلىرى تېپىك كۆرۈلسە، كۆز، تىل، ئومۇمىي بەدەننىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولسا، بەزىدە تالنىڭ ئۇدۇلىدىكى تېرىلەردە مۇدۇرچاقلار پەيدا بولغان بولسا ياكى يەرلىك ئورۇندا قارا يەرقان يۇز بەرگەن بولسا، تال يالليۇغىنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر تالنىڭ ھەجمى چوڭىيىپ كېتىپ، قولغا يۇمشاق بىلىنسە، ئاغرىق كۆپ بولمىسا، چىرايىنىڭ رەڭگى بىرئاز قارىغا مايىل ئاق بولسا، كۆز ۋە تىلنىڭ رەڭگى ئاق، قاپىقى ئىششىق، تومۇر ھەرىكىتى سۇس، سۈيدۈكى ئاق، ئىشتىھاسى تۆۋەن، چوڭ تەرتى قارىغا مايىل بولسا، تال يالليۇغىنىڭ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

تالنىڭ ھەجمى بىرقەدەر چوڭ بولۇپ، قولغا قاتتىق بىلىنسە، يەرلىك ئورۇندا ئېغىرلىق مەلۇم بولسا، بىماردا تەرتىپسىز قىزىتما شەكىللەنسە، تاماقتىن كېيىن قاتتىق ماغدۇرسىزلىنىپ كەتسە، ھەزىم ناچارلىق ئالامىتى كۆرۈلۈپ، بەدەن رەڭگى قارا ۋە كۆككە مايىل بولسا، تومۇر ھەرىكىتى ئىنچىكە، تەرتىپسىز بولسا، تال يالليۇغىنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بۇ ئالامەتلەر بىلەن بويۇندىكى ئىككىلا تومۇردا قاتتىق سوقۇش يۇز بەرسە، قول - پۇت ئالقانلىرى دائىم قىزىپ تۇرسا، مىزاجىدا غەم - قايغۇلۇق ۋە ئىككىلىنىش كۆرۈلسە، تىلنىڭ رەڭگىقارا بولۇپ، چىش ۋە چىش مىلىكىدە بەزىدە چېقىرىندى ماددىلار يۇز بەرگەن بولسا، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان يالليۇغ قېتىشقا ئۆزگەرتىلگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ھەكىم ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ھەرخىل يالليۇغ ۋە تال چوڭىيىپ كېتىشتە چوقۇم بەدەن ئاجىزلاپ كېتىدۇ. خۇددى بوقرات كۆرسەتكەنگە ئوخشاش تال بەك چوڭىيىپ كەتسە، دەم سىقىلىش، قورساق چوڭىيىش، جىگەر ئاجىزلاش، سۇلۇق ئىششىق پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش:

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشنى سەۋەبنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە تۈرگە بۆلۈپ بايان قىلىمىز.

1) غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىدىن بولغان تال يالليۇغىنى داۋالاش:

علاج ورم طحال دموی

بىمار كۈچلۈك بولسا ئوڭ قولنىڭ باسلىق تومۇرىدىن، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇسەيلىم

تومۇرىدىن قان ئېلىنىدۇ.

چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن خىيارشەنبەرنى كاسىنە سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى بىلەن ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىزىتمىنى پەسەيتىش ئۈچۈن 24 گرام سىركەنجۈبلگە مۇۋاپىق مىقداردىكى قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى زىرىشىك، قۇرسى تاباشىر قاتارلىق دورىلار بىنەپشە، بىخ كەبىر پوستى قاينىتىلمىسى ۋە سىركەنجۈبل بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن تەمرى ھىندى سۈيى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا يارمىسى، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، يەرلىك شوخلا، ئاقاقىيا، شىيافى مامشا، ھۆل يۇمغاقسۈت قاتارلىق دورىلاردىن قايسىنى تاپقىلى بولسا، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

بىنەپشە، نېلۈپەر، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئارپا يارمىسى، يەرلىك شوخلا، ئاق سەندەل، گىل ئەرمىنى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبئىي قان خىلتىدىن بولغان تال ياللۇغنى داۋالاش غەيرىي تەبئىي قان خىلتىدىن بولغان جىگەر ياللۇغنى داۋالاش بىلەن ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشاش بولىدۇ. بىراق تال ياللۇغدا قەۋزىيەتلىككە ئەھمىيەت بېرىشنىڭ ئەھمىيىتى يوق. قىزىتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە ئېھتىيات قىلىش كېرەك. تالنىڭ بارلىق كېسەللىكىدە دورىلارنى سىركە بىلەن ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق.

تال ياللۇغنىڭ قېتىپ قېلىشى ئۈچۈن يەتتە گرام سېمىزئوت ئۇرۇقى سىركە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا جىگەر ياللۇغدا كۆرسىتىلگەن تائىلار بېرىلىدۇ.

2) غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان تال ياللۇغنى داۋالاش:

علاج ورم طحال صفراوی

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىنى تازىلاش ئۈچۈن مائۇل پەۋاكىھ بىلەن سېرىق ھېلىلە، شاھتەرە، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى بىرلىكتە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا يارمىسى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، كاسىنە سۈيى، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن

ئۇرۇقى مېغىزى ئون گرامدىن، قىزىلگۈل يەتتە گرام، تاباشىر، ئاق سەندەل ئىككى گرامدىن، كاسىنە ئۇرۇقىدىن 14 گرام ئېلىپ، سىركە ۋە ئەرقى گۈلگە چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، يەتتىگە بۆلۈپ يەتتە قېتىم كاسىنە سۈيى ۋە سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان تال يالليۇغىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

3. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان تال يالليۇغىنى داۋالاش:

علاج ورم طحال بلغمى

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ئىزخىر يىلتىزى، بىخ كەبىر، بىخ كەرەپشە بەش گرامدىن، بىخ بەدىيان، بىخ كاسىنە، ئوردان، يەرلىك شوخلا يەتتە گرامدىن، تۇخۇمى پەنجەكشەت، خوخا، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 24 گرام، سېرىق ئەنجۈردىن يەتتە دانە ئېلىپ قاينىتىپ، 48 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ، 7 ~ 8 كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى سۇرۇپ چىقىرىش ئۈچۈن سەككىزىنچى كۈنى ئاخشىمى ھەببى ئايارەج، ھەببى ئىستەمخىقۇن يەتتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەتىسى ئەتىگەندە مۇنزىچ ئۈچۈن بېرىلگەن مەتبۇخ تەركىبىگە سانا 12 گرام، قارا ھېلىلە 18 گرام، ئاق تۇربۇت يەتتە گرام، رەۋەن چىنى بەش گرام، زەنجۈبىل ئىككى گرام، خىيارشەنبەر 72 گرام، ئەينۇلا يەتتە دانە، تەرەنجىبىندىن 48 گرام قوشۇپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ، 24 گرام شەربىتى دىنار، تۆت گرام بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈشلۈكتە نوقۇت شورپىسى، كەچلىكتە توخۇ گۆشى شورپىسى بېرىلىدۇ. ئىككىنچى كۈنى يۇقىرىقى مەتبۇخقا بەش گرام قىزىل تۇدەرى، 36 گرام شەربىتى بۇزۇرى ھار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مىزاجىنى تەكشەش ئۈچۈن مەجۇنى تال بىر ھەپتە يېگۈزۈلىدۇ.

سېرىق ھېلىلە، قارا ھېلىلە 24 گرامدىن، شاھتەرە 24 گرام، گەزمازەج، كاسىنە ئۇرۇقى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى 24 گرامدىن، ئەينۇلا، تەمرى ھىندىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ھېلىلىگە تۇربۇت، غارەقۇن تالقانلىرىنى قوشۇپ، ھەببى ئەفتىمۇن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تازىلاشتىن كېيىن سىركەنجۈبىل بىلەن قۇرسى كەبىر، قۇرسى پەنجىكشەت، قۇرسى فۇھ يېگۈزۈلىدۇ.

تال غازىڭى كۆلىنى گۈل يېغى، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياكى سېرىق ئەنجۈرنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ ۋە ياكى بۆرە ئەرمىنى، سۇزاپ ياغىچى، ئىكلىلمىلىك قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سىركە ۋە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇن سېرىقچېچەك، بۇغداي كېپىكى قاياناتمىلىرى بىلەن يۇيۇلىدۇ.

خام ياۋا ئەنجۈردىن 36 گرامنى سىركىدە ئېزىلگەنگە قەدەر قاينىتىپ سۇزۇپ، مۇقەل، ئۇشەق، تەنكار ئۇچ گرامدىن، سۇزاپ، ئۆشنە، گەزمازەجدىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، يۇقىرىقى قاينىتىلمىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تال ساھەسى گۈل يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت شورپىسى، توخۇ، كەكلىك، كەپتەر كاۋاپلىرى ۋە ئۇنىڭ شورپىلىرى بېرىلىدۇ. يەل پەيدا قىلغۇچى، غەلىز تائاملاردىن، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن پەرھىز قىلىنىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان تال يالليۇغى قېتىشقا قاراپ يۇزلەنگەن بولسا، غەيرىي تەبئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىنى بىرلىكتە تازىلاش، دەسلەپتە ئىكلىلمەلىك، سېرىقچېچەك، قەسبۇزەرىرە، سۇزاپ قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سوقۇلغان جىنتىيانا، سۆئتەر، رەۋەن ئۆسۈملۈكى يەتتە گرامدىن، ئۇشەق، جۇندە بىدەستۇر، سۇزاپ يېلىمىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى 375 گرام زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىپ، قويۇلغاندىن كېيىن سۇزۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

2. تال قېتىش

صلابت طحال

تونۇش:

غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنىڭ تالغا ئۇزۇن مۇددەت تەسىر قىلىشىدىن تال تومۇرلىرىدا قېتىشىش بىلەن بىرگە، تالنىڭ زەھەرسىزلەندۈرۈش خىزمىتىدە قالايمىقانلىشىش كۆرۈلۈپ، كلىنىكىدا قورساق چوڭىيىش، قورساق دائىم كوركىراپ تۇرۇش، سول تەرەپ قوۋۇرغا يانلىرىدىن چوڭايغان تالنى تۇتۇپ بىلگىلى بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

داۋالاش:

ئۇيغۇر كتاب نەشرىيات بىكى تورى www.uyghurkitap.com

ئەگەر تال قېتىش كېسەللىكى غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سول قولىنىڭ باسلىق ياكى ئۈسەيلىم تومۇرىدىن قان ئېلىنىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنى ئاجىز بولسا، قان ئېلىشنىڭ ئورنىدا پوستى بىخ كەبىر قوشۇلغان سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بېرىلىدۇ.

مادىدا پىشقانلىقىغا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلگەندىن كېيىن ھەببى ئەفتىمۇن ئارقىلىق غەيرىي تەبىئىي خىلىت سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ.

مەتبۇخى ئەفتىمۇن ياكى پوستى ھېلىلە كابىلى، پوستى ھېلىلە زەرد، بەلىلە، خىيارشەنبەر، ئەفتىمۇن، غارىقۇن، نېپىز قەنتەرىيون، ئاسارۇن، ئۈستەخۇددۇس، قارا-خەربەق، غاپەس، شاھتەرە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈش ئارقىلىق بەدەن تازىلىنىدۇ.

سېرىق ھېلىلە، قارا ھېلىلە ئون گرامدىن، تۇربۇت، قىزىلگۈل ئۈچ گرامدىن، كاسنە ئۇرۇقى 14 گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، ئەپسەنتىن، رۇم بەدىيان، بەدىيان تۆت گرامدىن، ئەفتىمۇن يەتتە گرام، رەۋەن چىنى توققۇز گرام، ھەجىرە ئەرمىنىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىششىقنى تارقىتىش ئۈچۈن سۇزاپ، پىننە، رەۋەن ئۆسۈملۈكى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇشەقنى سىركىگە چىلاپ، ئېرىتىپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

بۇغداي كېپىكىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، ئۇشەقنى ئېرىتىپ، تال ساھەسىگە قويۇلىدۇ.

بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن سۇزۇلدۇرۇلگەن كۆك كاسنە سۇيى، سۇزۇلدۇرۇل-گەن يەرلىك شوخلا سۇيى، سىركەنجۈبىل، شەربىتى بۇزۇرى قاتارلىق دورىلار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى كەبىر ياكى تەرياقى كەبىر يېڭى تۆگە سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككى گرام قىچىنى سوقۇپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى، قەنت ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەنجۇر ياكى ئەنسىلنى قاينىتىپ سىركە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوردان مۇۋاپىق ئۈسۈللار بىلەن ئىچكى ۋە تاشقى جەھەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ، كەپتەر، كەكلىك گۆشى بېرىلىدۇ. يېمەكلىكلەرگە دار-چىن، زەپەر، زىرە، سىركە ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. چامغۇر، تۇرۇپ، پىياز، سامساق، ئەنجۇر يېگۈزۈلىدۇ.

بۇ كېسەللىك ئۈچۈن يۇقىرىقى تەدبىرلەردىن باشقا تۆۋەندىكى داۋالاش ئۈسۈللىرى

تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر تال قېتىپ قېلىش بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، كېسەلگە سەۋەبچى خىلىتقا قارىتا مۇنزىچ (پىشۇرغۇچى)، مۇسھىل (سۇرگۈچى) بەرگەندىن كېيىنمۇ قىزىتما پۈتۈنلەي يوقالمىسا، بىخ سۇس شىرىسى، بىخ كەبىر شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى تۆت گرامدىن، شەربىتى بۇزۇرى 24 گرام، ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقى تالقىنى تۆت گرام قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى قېتىم بۇ نۇسخىدىكى شەربىتى بۇزۇرنىڭ ئورنىغا سىركەنجۇبىل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن قۇرسى زىرىشىك سەغىر بېرىلىدۇ.

بەدىيان، يەرلىك شوخلا قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى ئەرقى شاھتەررە بىلەن چىقىرىپ، شەربىتى بۇزۇرى، خاكشى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈشتىن كېيىن ئەرقى شاھتەرە بىلەن ئىتىرىفىل كەشنىز بېرىلىدۇ.

ئەگەر تال قېتىش بىلەن تەرتىپسىز قىزىتما، قورساق ئاغرىش، باش ئاغرىش، پۈت ئاغرىش ئالامەتلىرى بىرگە كەلسە، بىخ سۇس تۆت گرام، گۈل بىنەپشە، شاھتەررە ئالتە گرامدىن، بىخ كەبىردىن تۆت گرام ئېلىپ قاينىتىپ، شەربىتى بىنەپشە ياكى شەربىتى بۇزۇرى 24 گرام، ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقى تالقىنى بەش گرام قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قىزىتما يەنىلا بولسا قۇرسى زىرىشىك سەغىر تۆت گرام، گۈلقەنتتىن 12 گرامنى يۇقىرىقى دورىلارغا قوشۇپ يېگۈزۈش.

ئۇنىڭدىن كېيىن بىخ كەبىر شىرىسى تۆت گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، ئەرقى شاھتەرە 120 گرام، قەنت 19 گرام قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تال قېتىش بىلەن بەلغەمى قىزىتما بىرگە كەلسە، قۇرسى گۈل سەغىر تۆت گرام گۈلقەنتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورىلار بىرلەشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئالتە گرام كاسنە ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى 120 گرام ئەرقى شاھتەرە، 120 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن چىقىرىپ، 24 گرام قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەبرە، يېشىل ماش ئىككى گرامدىن، يەرلىك شوخلا تۆت گرام، ئاق لەيلىگۈلى ئۈچ گرام، جەدۋاردىن تۆت گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

تال قېتىش بىلەن ئەتىگىنى يېگەن تائاملارنى كەچ تەرەپتە سەۋدا خاراكتېرلىك خىلىت شەكىلدە قەي قىلىپ چىقىرىش ئالامىتى كۆرۈلسە، يەرلىك شوخلا تۆت گرام، كاسنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈلدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، 24 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى گۈلقەنتنىڭ ئورنىغا سىركەنجۇبىل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تال قېتىش بىلەن قان قۇسۇش بىرگە كەلسە، قاتقان تەرەپتىكى باسلىق تومۇردىن قان ئالغاندىن كېيىن كېسەلگە سەۋەبچى خىلىتلارغا قارىتا مۇنزىچ، مۇسھىل بېرىلىدۇ. ئەگەر يەنىلا تالدا قېتىش بولسا مۇڭاپىق زىمادلار ئىشلىتىلىدۇ.

تال قېتىش بىلەن نەزلە ۋە قىزىتما بىرگە كەلسە، ئۇستقۇددۇس، شاھتەررە، يەرلىك شوخلا، بىخ كەبىردىن تۆت گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىترىفىل كەشنىز، شەربىتى بىنەپشە، خاكشى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى قاينىتىلمىغا پىرسياۋشان تۆت گرام، تۆت گرام چالا سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقى قوشۇپ، مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تال قېتىش بىلەن جىگەر قېتىش بىرلىكتە كېلىپ، قىزىتما بىرگە كەلسە، قىزىل-گۈل، نېلۇپەر تۆت گرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، بىخ كەبىر، شاھتەر-رىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، 24 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇ-رۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تال قېتىش بىلەن قورساق كۆپۈش، دەم سقىلىش، بەدەن ئاجىزلاش بىرگە كەلسە، رەۋەن چىنى تۆت گرام، زەنجىۋىل، مەستىكىدىن 1.5 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 36 گرام ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئاخشىمى ئىستېمال قىلدۇرۇلە-دۇ.

ئەتىسى ئەتىگەندە 72 گرام تۆگە سۈتىگە 18 گرام قەنت ئارىلاشتۇرۇپ، سىركەنجە-ۋىل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قورساق كۆپۈش بەك ئېغىر بولسا قۇرسى تەنكار يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن زەنجىۋىل، بىخ سۇس، بىخ كەبىر، يەرلىك شوخلىدىن تۆت گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 18 گرام قەنت، ئالتە گرام تەرخەمەك ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆيدۈرۈلگەن مارجان ئۇچ گرام، كەتىرادىن بىر گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، 18 گرام ئەرقى باھار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

گۈل بىنەپشە، پىرسياۋشان، شاھتەرە، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە پوستى، پوستى ھېلىلە كابىلى ئالتە گرامدىن، چىلان بەش دانە، بىخ سۇس، قۇرۇق زۇپا، گاۋزىبان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بىخ كەبىر تۆت گرامدىن، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ئون دانە، سانادىن 12 گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 60 گرام خىيارشەنبەر، 36 گرام تەرەنجبىن، 48 گرام گۈلقەنت قوشۇپ، دورىلارنى سۈزۈپ ئالتە گرام بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇسسۇلۇقى ئۈچۈن ئەرقى شاھتەرە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى ئايارەج يېگۈزۈش ئارقىلىق غەيرىي تەبئىي خىلىت سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن تۆت گرام قۇرسى زىرىشك سەغىر 12 گرام سىركەنجۈبىل

بىلەن يېگۈزۈلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن رەۋەن شىرىسى، بىخ سۇس شىرىسى تۆت گرامدىن، قەنتتىن 12 گرام ئېلىپ، دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەبرە سۇقۇتىرە ۋە بىخ كەبىر پوستى قوشۇلغان ھەببى تال يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى كەبىر، سىركەنجۈبىل تېيىن، سىركەنجۈبىل رىيۋەندى، سۇفۇپى كەبىر، ئەرقى نانخا، قۇرسى كەبىر قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەنجۇرنى بىركېچە سىركىگە چىلاپ قويۇپ، تال غازىگى، بىخ كەبىر پوستى، بابۇنە گۈلى، ئاق لەيلىگۈلى، ئىكلىلمىلىك، يەرلىك شوخلا، سەبرە، سۇمبۇل تىپ قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

12 گرام ئۇشەقنى 125 گرام سىركە بىلەن قاينىتىپ ئېرىتىپ، بىخ كەبىر پوستى، رەۋەن چىنى، جەدۋاردىن بىر گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سۇقۇپ، يۇقىرىقى ئېرىتمە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە چېپىلىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىغا ئىكلىلمىلىك، سۇزاپ ياغچى تالقىنى ئالتە گرامدىن ياكى زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى تالقىنى ئالتە گرامدىن، سېرىق ئەنجۇردىن 24 گرام قوشۇپ ئىشلەتسە، ئۇنۇمى تېخىمۇ يۇقىرى بولىدۇ.

قارا زىرە، ئاق زىرە، پوستى بىخ كەبىر ئالتە گرامدىن، ئاچچىقتاۋۇز، يېشىل ماش ئۇچ گرامدىن، بابۇنە توققۇز گرام، سەبرىدىن ئىككى گرام ئېلىپ، زەھرى مۆھرە ھايۋانى بىردانە، سىركە 18 گرام بىلەن ئېرىتىپ، ئىلمان ھالەتتە تال ساھەسىگە زىماد قىلىش، ئۇستىدىن بېدە ئەنجۇر يېغى ياكى كونا چىگىتسىز پاختىنى قويۇپ تېڭىلىدۇ ياكى شەترەنجى ھىندىنى سىركىگە چىلاپ زىماد قىلىنىدۇ.

تۇرۇپ ئۇرۇقىنى سوقۇپ، سىركەنجۈبىل بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

جۇزبۇۋا ئىچكى ۋە تاشقى جەھەتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

مازەرىيون يىلتىزى، رەۋەن ئۆسۈملۈكى، خاۋش، سەكسىنەچ، غاپەس قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىچكى - تاشقى تەرەپتىن ئىشلىتىلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار بۇ كېسەللىككە قارىتا تۆۋەندىكىدەك داۋالاش تەدبىرلىرىنى قوللانغان:

ئەرقى كېبىرىتتىن بىرنەچچە تېمىم ئەرقى گۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە تەنكار بىر ھەسسە، قىچادىن ئۇچ ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، بىر گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئىككى گرام نۆشۈدۇرنى سوقۇپ، تۇرۇپ سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۇرۇپ ئۇرۇقى، كۈنجۈت قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

سەبرە، تەنكار قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ، كەچلىك تاماقنى يەپ بىر سائەتتىن كېيىن

ئۇيغۇر كىتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كىتابلار بىكى لىرىسى

2 ~ 3 گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

تال قېتىش بىلەن بىرگە بوغۇم ئاغرىقى قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا، سەبرە، تەنكار، قەنت، قارىمۇچ، ھەك قاتارلىق دورىلارنى تەك مىقداردا ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ، بىر كۈندە ئىككى قېتىم ئىككى دانىدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى تالغا شورە قەلىمى تالقىنى قوشۇپ بېرىلىدۇ.

كۆپۈكى دەريا، قىچا، نۆشۈدۇر، شورە قەلىمى، گۈڭگۇرت، قارىمۇچ، قورۇلغان تەنكار قاتارلىق دورىلارنى تەك مىقداردا ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ بىر دانىدىن يېگۈزۈلىدۇ.

زەنجىۋىل، قورۇلغان تەنكار، قورۇلغان شەبىيە مانى، سېرىق ھېلىلە پوستى، شەترەنجى ھىندى، شورە قەلىمى، قارىمۇچ، نۆشۈدۇر، ئاق زىرە، جۇۋىنە، بەرەنگى كابىلى، ھەك، توغرىغۇ قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سەبرە گۈلى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ، ئەتىگەن ۋە كەچتە بىر دانىدىن يېگۈزۈلىدۇ.

قارىمۇچ، پىلپىل، قورۇلغان زەمچە، تەنكار، نۆشۈدۇر، جۇۋىنە، تاش تۇز 12 گرامدىن ئىلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، سەبرە گۈلىنىڭ سىقىلغان سۇيى بىلەن ئىككى سائەتكە چە يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە كۈمىلاچ تەييارلاپ، مۇڭاپىق مىقداردا يېگۈزۈلىدۇ.

60 گرام سامساق سۇيىنى ئىچكۈزگەندىن كېيىن 60 گرام سېرىقماي، 48 گرام قەنت، بۇغداي ئۇنىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئىلىپ، دورىلاردا ھالۋا ئېتىپ ئۇچ كۈنگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ، ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىقراق بولسا، سامساق سۇيىنى كۆپ ئىچكۈزمەسلىك كېرەك.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تال قېتىپ قېلىشتا، قېتىشنى يۇمشىتىش، غەيرىي خىلىتلارنى تارقىتىش كېرەك. ئەگەر قان خىلىتى قويۇلۇپ غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىغا ئۆزگەرگەن بولسا، بىمارنىڭ ئەملىي ئەھۋالىغا قاراپ باسلىق ۋە ئۇسەيلىم تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئەھۋالغا قاراپ يەرقانىنى داۋالاش بايانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر تاللاپ قوللىنىلىدۇ. ئاخىرىدا توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، مىزاجنى تەڭشىگۈچى دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

بىخ كەبىر پوستى قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى سىركەنجىۋىل بۇزۇرى ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە سەۋسەن يىلتىزى، ئېگىر قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ ۋە نامازشامگۈلى، ھەببەتۇلخۇزرا قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سىركەنجىۋىل بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ياۋا پىيازنى سوقۇپ، يۇلغۇن سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

سىيادان، غارىقۇن قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، سىركە نىجۇشل، ئەفتىمۇن شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇرەككەپ دورىلاردىن قۇرسى كەبىر، قۇرسى پەنجىكشىت، پوستى بىخ كەبىر قوشۇلغان قۇرسى رەۋەن قاتارلىق دورىلار سىركەنجۇشل بىلەن يېگۈزۈلىدۇ، قىزىتما بولمىسا تەرياقى ئەربەئە بېرىلىدۇ.

تۆتىنچى پەسىل تالغا يىرىك يىغلىش

تقبیح طحال

تونۇش:

تالغا يىرىك يىغلىش كېسەللىكى تال يالليۇغى ياكى تال قېتىش سەۋەبىدىن تالدا تۇرۇپ قالغان غەيرىي تەبئىي خىلىتلار يىرىكىغا ئۆزگىرىدىغان، كلىنىكىدا تال ساھەسى قاتتىق ئاغرىش، سۇيدۇك قىزغۇچ رەڭدە يىرىك ئارىلاش چىقىش، سۇيدۇك سېسىق پۇراش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

ئالامىتى:

تال ساھەسى چوقۇلۇپ ئاغرىش، سۇيدۇكتىن قىزغۇچ يىرىك كېلىش، سۇيدۇك ناھايىتى سېسىق پۇراش، بەزىدە يىرىك ئارىلاش قەي قىلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

يىرىكنى تازىلاش ئۇچۇن ئەفتىمۇن ئۇرۇقى شىرىسى، بەدىيان شىرىسى، كاسنە ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆگە سۇتى ياكى ئېشەك سۇتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىمارىدا قىزىتما بولمىسا مائۇلھەسەل ياكى قەنت چاي ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىق دورىلارنى تالقانلاپ، شەربىتى دىنار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پىرسىياۋشان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، خېمىرى بىنەپشە بىلەن بېرىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت قوشۇلغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. تالنىڭ قاتتىق ئىششىقىدا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

بەشىنچى پەسىل تال كۆپۈشۈش ۋە تالغا يەل يىغىلىش

نفخ وریاح طحال

سەۋەبى:

ئاساسلىقى تال مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن ۋە تالنىڭ ھەزىم قىلىش ۋە ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى ئاجىزلاش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

سول تەرەپ قوۋۇرغىلارنىڭ ئاستى تەرىپىدە يۇمشاق ئىششىق بولۇش بىلەن بىرگە چىڭقىلىش مەلۇم بولۇش، قورساق ۋە تال ساھەسىدە كوركىراش ئاۋازى ئاڭلىنىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

ئەفتىمۇن ئۇرۇقى شىرىسى، بەدىيان شىرىسى، رۇم بەدىيان شىرىسى قاتارلىق دورىلار گۈلقەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۇخۇمى پەنجىكشىت، سۇزاپ ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇلغان مائۇلئوسۇل ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجىۋىل بۇزۇرى ھار ياكى سىركەنجىۋىل ئەنسىلى بەدىيان سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىماردا قىزىتما بولمىسا، كاسىنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، بەدىيان قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسىغا گۈلقەنت، سېمىزئوت ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى پەنجىكشىت، قۇرسى كەبىر بېرىلىدۇ.

ئاق توغرىغۇ، سۇزاپ ياغىچى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سىركە ۋە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

سىركە بىلەن قاينىتىلغان بۇغداي كېپىكىگە گۈل يېغى قوشۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

توخۇم پەنجىكشىت، سۇزاپ ئۇرۇقى، جۇۋىنە، زىرە قاتارلىق دورىلار قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تال ساھەسىگە ئوتلۇق لوڭقا قويۇش، بىمارنى ئاچ قويۇش، يېمەكلىكلەرنى ئاز - ئازدىن بېرىش، سۇنى ئاز ئىچىش، كۆپ ئۇخلىماسلىق لازىم.

ئالتىنچى پەسىل تال ئاجىزلىقى

ضعف طحال

تونۇش:

تال ئاجىزلىقى تال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ياكى تالدىكى بىرەر كېسەللىك سەۋەبىدىن تالنىڭ تۆت خىل قۇۋۋىتى (تارتىش، ھەزىم، تۇتۇش، چىقىرىش كۈچى) دە ئاجىزلاش كۆرۈلىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

تال مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى؛ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى؛ تالدىكى ھەرخىل كېسەللىكتىن ۋە قوشنا ئەزا كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

نەكشۇرۇش:

ئەگەر تالنىڭ تارتىش كۈچى ئاجىز بولسا، جىگەردىكى ئارتۇق سەۋدا خىلىتىنى سۈمۈرەلمەي، ئومۇمىي بەدەنگە تارقاپ كېتىشتىن قارىيەرقان، قارا بەھەق، قارا بەرەس، داغ، قۇبا، تۇۋەنكى مۇچىلار تومۇرىنىڭ كۆپۈشىشى، پىل پۇت كېسىلى، مالىخۇلىيا كېسەللىكلىرى پەيدا بولۇش بىلەن بىرگە كۆزىنىڭ ئېقى قارىداش، ئىشتىھا تۇتۇلۇش، دەسلەپتە چىرايىنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل سېرىق بولۇپ، ئاخىرىدا قارا يەرقان يۈز بېرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئەگەر تالنىڭ تارتىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقى ئىسسىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، جۈزام كېسەللىكى پەيدا بولىدۇ.

ئەگەر تالنىڭ تۇتۇش كۈچى ئاجىزلاپ كەتكەن بولسا، سەۋدا خىلىتى تالدا ھەزىم بولمىغان ھالەتتە ئاشقازانغا يېتىپ كېلىپ، كۆڭۈل ئايىنىش، سەۋدا خاراكتېرلىك قەي قىلىش، ئۇچەيگە يېتىپ كېلىپ سەۋدا خاراكتېرلىك ئىچ سۇرۇش، كۆزىنىڭ ئېقى دۇغلىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. ئەگەر تالنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچى ئاجىزلاپ كەتكەن بولسا، سەۋدا خىلىتى تالدا ياخشى ھەزىم بولماي، ئاشقازانغا يېتىپ كېلىپ، يالغان ئىشتىھا، كالا ئىشتىھا بولۇش، ئۇچەيگە يېتىپ كېلىپ سەۋدا خاراكتېرلىك ئىچ سۇرۇش كۆرۈلىدۇ. باشقا ئەزالارغا يېتىپ كەلسە ئىششىق كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

ئەگەر بەدەننىڭ تۆۋەندىكى قىسمىغا يېتىپ كەلسە دائۇلپىل (پىل پۇت كېسەللىكى)، داۋالى (پۇت ۋېنا تومۇرلىرىنىڭ قالايمىقان كۆپۈشىشى)، بوۋاسىر كېسەللىكىنى، مېڭگە يېتىپ كەلسە مالىخۇلىيا كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

ئەگەر تالنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش قۇۋۋىتى ئاجىزلىغان بولسا، تال يالليۇغلىنىش، تال چوڭىيىش، سەۋدا خاراكتېرلىك قىزىتما كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

تالنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى ئاجىزلىغان بولسا، كاسىنە ئۇرۇقى، بىخ كەبىر-دىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ھېلىلە مۇرابباسى بىلەن ئارىلاشتۇ-رۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى ھەلىيۇن، شەربىتى گاۋزىبان 240 گرامدىن، ئەرقى شاھتەررە، ئەرقى كاسىنە، ئەرقى گاۋزىباندىن 60 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، يەتتە گرام بادرەنجى بۇيا تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاخىرىدا مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا سەۋزە، چامغۇرنى پىشۇرۇپ نان بىلەن بېرىلىدۇ.

تالنىڭ تۇتۇش كۈچى ئاجىزلىغان بولسا غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنىڭ سۇرگىسى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بارغاندىن كېيىن يۇيۇلغان لاجۇۋەرد، تاباشىردىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىككى دانە ئامىلە مۇرابباسىغا ئارىلاشتۇرۇپ، كۆ-مۈش ۋاراقىغا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى گۈزەر، شەربىتى گاۋزىبان 24 گرامدىن، بۈزۇرى شەربە-تى يەتتە گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە بەدەن چىنىقتۇرۇش، ئات مىنىش، قول بىلەن تال ساھەسىنى مۇجۇش، يەرلىك ئورۇنغا لوڭقا قويۇش، زىماد چېپىش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

تالنىڭ تارتىش كۈچى ئاجىزلىغان بولسا، جاۋارىش كۈمۈنى، مەجۇنى پەلاسپە، مەجۇنى خۇپسىلە ھەددە، مەجۇنى خۇپسىلەددە كەبىر، مەمىرىدتوس، تەرياقى پارۇق بېرىلىدۇ.

ئەپسەنتىن، ئوشنە، سۇمبۇل تىپ، گەزمازەج، قەردمانە، ئىزخىر چېچىكى، بىخ كەبىر، قىزىلگۈل، مۇقەل قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، يۇلغۇن ياغچى سۈيى ياكى سۇزاپ سۈيى، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

تالنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچى ئاجىزلىغان بولسا كۈچلەندۈرۈش ئېلىپ بېرىش بىلەن تالنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچى ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان كېسەللىكلەرنى بىرگە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. مەسىلەن: ئىشتىھا كۆپىيىپ كېتىش يۇز بەرگەن بولسا، ئىشتىھا كېسەللىكىنى داۋالىغانغا ئوخشاش داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئېچ سۇرۇش يۇز بەرگەن بولسا، غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولسا، ئېچ سۇرۇشنى داۋالاش قىسمىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. يالليۇغ ياكى مالىخۇلىيا كېسەللىكى يۇز بەرگەن بولسا، شۇ كېسەللىكتە قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

يەتتىنچى پەسىل تالدا توسالغۇ پەيدا بولۇش

سدۀ طحال

تونۇش:

تال توسۇلۇش تال تومۇرلىرىدا غەيرىي تەبىئي خىلىتلار ۋە يەللەرنىڭ توپلىشىپ قېلىشى ياكى تالدىكى ۋە قوشنا ئەزالاردىكى ئىششقلارنىڭ تال تومۇرلىرىنى بېسىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا تال ساھەسىدە ئېغرىلىق ياكى چىڭقىلىش ھېس قىلىش، بىماردا ئورۇقلاش، چىراي رەڭگى ئۆزگىرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدىغان كېسەللىكلەردىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

غەيرىي تەبىئي خىلىتلارنىڭ تال تومۇرلىرىغا چۆكمە بولۇپ چۈشۈشى؛

قويۇق يەللىنىڭ تال تومۇرلىرىدا توپلىشۇپلىشى؛

تالنىڭ ئۆزىدىكى ياكى قوشنا ئەزالاردىكى ئىششىق تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

بىمارنىڭ چىراي رەڭگى ئۆزگىرىش، بەدىنى ئاجىزلاش ئالامىتى كۆرۈلۈش بىلەن غەيرىي تەبىئي خىلىت تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تال ساھەسىدە ئېغرىلىق مەلۇم بولۇش، يەل سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تال ساھەسىدە چىڭقىلىش مەلۇم بولۇش، ئىششىق سەۋەبىدىن بولسا، قىزىش، توڭۇپ تىترەش، ماغدۇرسىزلىق ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىدا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرىنى تاللاپ ئىشلىتىش بىلەن بىرگە تۆۋەندىكى داۋالاش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ:

بەدىيان، جۇۋىنە، يەرلىك شوخلا، رۇم بەدىيان قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇزاپ ئۇرۇقى، جۇۋىندىن ئون گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىخ كەبىر، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۇزاپ تۆت گرامدىن، ئوردان، بىخ بەدىيان، بىخ كاسنە، زاراڭزا ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا توققۇز گرامدىن، پىرسياۋشاندىن يەتتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ، ھەسەل گۈلقەنتىدىن 48 گرام، سىركەنجۇبىل ئەنسىلىدىن 24 گرام

ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. يەتتە كۈندىن كېيىن ھەببى رەۋەن، خىيارشەنبەر شىرىسى، شەربىتى دىنار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن قۇرسى بۇزۇرى، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى، قۇرسى كەبىر، قۇرسى ئىرسا، قۇرسى ئەپسەنتىن، قۇرسى غاپەس قاتارلىق دورىلارنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ، شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كاسىنە ئۇرۇقى، گەزمازەج 18 گرامدىن، تۇخۇمى پەنجىكشىتتىن توققۇز گرام ئېلىپ سوقۇپ، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تال ۋە جىگەرنىڭ توسالغۇسىنى ئېچىش ئۈچۈن كۈندۇر، رەۋەن، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۇمبۇل تىپ، مەستىكى، ئىزخىر، قۇستە، مۇرمەككى، ئوردان، جۇۋىنە، ئۇبھەل، جىنتىيانا، ئاسارۇن، غاپەس ئۇسارىسى، ئەپسەنتىن يەتتە گرامدىن، پىلپىل، زەنجۈبىلدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، يېشىل ماش قاينىتىمسى بىلەن قۇرس تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

سەككىزىنچى پەسىل تالغا تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش

حجارة الطحال ورمل آن

تونۇش:

تالغا تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنىڭ چۆكمىگە چۈشۈشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا تال ساھەسى چوقۇلۇپ ئاغرىش، ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، سۈيدۇك ۋە قاندا قۇمسىمان تاش بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكلىتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى بۆرەككە تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش كېسەللىكنىڭ سەۋەبى بىلەن ئوخشاش بولغاچقا، شۇ كېسەللىككە مۇراجىئەت قىلىنىدۇ.

ئالامىتى:

سۈيدۇك ۋە قاندا قۇمسىمان تاش بولىدۇ، تال ساھەسىدە چوقۇلۇپ ئاغرىش، ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

قاندىكى قۇمسىمان تاشنى تازىلاپ چىقىرىش ئۈچۈن كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بەدىيان، كاكىنەچ، كەرەپشە، ئوغرىتىكەن، شۇئاق قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەنجۇر بىلەن بىخ كەبىرنى سىركىدە قاينىتىپ، يۇمشىغاندا تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ ۋە ئەرقى شىر داۋاملىق ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇيۇلغان لاجۇۋەرد، بىخ كەبىر، ھەجرۇليەھۇدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، شەربىتى كۈشۈش، سىركەنجۇبىل ئەنسىلى قاتارلىقلاردىن 12 گرامدىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن زاراڭزا ئۇرۇقى 24 گرام، قوغۇن ئۇرۇقى توققۇز گرام قاتارلىق دورىلارنى 140 گرام ئەرقى گۈل، 120 گرام ئەرقى شوخلىغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، 48 گرام سىركەنجۇبىل بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا سۇيدۇك ھەيدىگۈچى، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى شەربەتلەر تاللاپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۆرەك، دوۋساق، تاش كېسەللىكىدە قوللىنىلغان داۋالاش ئۇسۇللىرى ئىشلىتىلىدۇ. بۇ جەريانىدا شىرنىلىك تائاملارنى ئىستېمال قىلىشتىن، تۇزلۇق يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن قەتئىي ساقلىنىش لازىم.

توققۇزىنچى پەسىل تال ئاغرىقى

وجع طحال

سەۋەبى:

تال ئاغرىقى تال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، تالنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇشى، تال يالليۇغى، تالغا يەل توپلىشىۋېلىش، تالغا تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

يەل سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان تال ئاغرىقى ئۇچۇن زۇپا، پىرسياۋشان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بەدىيان، يەرلىك شوخلا ئالتە گرامدىن، سۆئتەر، بىخ كەبىر پوستى بەش گرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، ھەببى رىشات، قۇرۇق پىننە، ئاق زىرە تۆت گرامدىن، رۇم بەدىياندىن ئۇچ گرام ئېلىپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، 24 گرام سىركەنجۇبىل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تال مىزاجىنىڭ خىلتىلىق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان تال ئاغرىقى ئۇچۇن پوستى بىخ كەبىر، پوستى بىخ كەرەپشە، پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسنە، تۇخۇمى پەنجىكشىت، كاسنە ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، ئىزخىر يىلتىزى تۆت گرامدىن، غاپەس، رۇم بەدىيان، بەدىيان ئۇچ گرامدىن، ئەنجۇردىن تۆت دانە ئېلىپ قاينىتىپ، 24 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مادىدا پىشقانلىقىغا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلگەندىن كېيىن ھەببى ئىستەمخىقۇن، مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

ئۇنىڭدىن كېيىن تالنىڭ مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن رەۋەن چىنى ئون گرام، سۇمبۇل تىپ توققۇز گرام، ئىرخىز چېچىكى، رۇم بەدىيان، مەستىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، گەز مازەج، يۇيۇلغان لوك، بىخ كەبىر 12 گرامدىن، قەسبۇزەرىرە 14 گرام، بىخ كەرەپشە، پوستى بىخ بەدىيان، ئەنسىل 18 گرامدىن، زىراۋەندە، ئوردان، جىنتىيانا توققۇز گرامدىن، يەرلىك شوخلا 14 گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇمدىن توققۇز گرام ئېلىپ، ئىككى كىلوگرام سۇدا پىرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، ھەسەل ۋە بەدەنجىر يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەبرە 144 گرام، پوستى ھېلىلە زەرد، جۈۋىنە، تەنكاردىن 36 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، قاياناق سۇ بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ بېرىلىدۇ. بۇ رېتسېپ تال ئاغرىش، ئۇچەي توسۇلۇش، ئاشقازان ئاغرىش، ئاشقازان كۆپۈش، قەۋزىيەتلىك ئۈچۈن پايدىلىق.

تال مىزاجىنىڭ خىلىتلىق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان تال ئاغرىقى ئۈچۈن مەتبۇخ پەۋاكىسى، خىيارشەنبەر شىرىسى، سېرىق ھېلىلە شىرىسى، كاسنە ئۇرۇقى شىرىسى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سىركەنجۇبىل بىلەن قۇرسى تاباشىر مۇلەييىن بېرىلىدۇ.

ئەگەر كېسەلدە ياخشىلىنىش بولمىسا سېرىق ھېلىلە 18 گرام، قىزىلگۈل، زىرىق ئون گرامدىن، تاباشىر يەتتە گرام قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مائۇلجەبىن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قىزىتما بولسا قۇرسى تاباشىر كاپۇرى سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئون ئالتىنچى باب ئۇچەي كېسەللىكلىرى

امراض امعاء

«ئەمئا» دېگەن سۆز ئەرەب تىلىدا «ئەمئا» دېگەن سۆزىنىڭ كۆپلۈكى بولۇپ، پارس تىلىدا «رۇدە»، ئوردا تىلىدا «ئانتې» دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇچەي توم ـ ئىنچىكىلىكى ئوخشاش بولمىغان ئەگرى ـ بۈگرى كانالالاردىن تۈزۈلگەن، نېرۋىلار ناھايىتى كۆپ بولغان ھەزىم قىلىش يولىدىن ئىبارەت.

ئۇچەينىڭ مىزاجى ئاشقازانىنىڭ مىزاجىغا ئوخشاش بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن ئاشقازانىنى كۈچلەندۈرگۈچى يېمەك ـ ئىچمەك ۋە دورىلار ئۇچەينىمۇ كۈچلەندۈرىدۇ.

بۇ ئۇچەي كېسەللىكلىرى بابىدا تۆۋەندىكىدەك كېسەللىكلەر كۆرۈلىدۇ:

ئىچ سۇرۇش، قانلىق ئىچ سۇرۇش، ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سوىۇلۇش، يىرىڭلىق ئىچ سۇرۇش، تولغاق زەھىرى، ئۇچەي ئاغرىقى، قورساق كۆپۈش ۋە كوركىراش، ئۇچەي توسۇلۇش، ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش، قەۋزىيەت، مەددە قۇرت كېسىلى.

بىرىنچى پەسىل ئىچ سۇرۇش

اسهال

تونۇش:

ئىچ سۇرۇش يېمەكلىك ياكى باشقا زىيانلىق ئامىللارنىڭ ئۇچەينى غىدىقلىشى تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا چوڭ تەرەت قېتىم سانى كۆپىيىش، چوڭ تەرەت سۇيۇق كېلىش، بەزىدە چوڭ تەرەت قان ئارىلاش كېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى

بەزى تېۋىپلار ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىنى تۆۋەندىكى ئىككى قىسىمغا يىغىنچاقلىغان:

بىرى، تاشقى سەۋەب: ھاۋاغا مۇناسىۋەتلىك سەۋەب، دورىغا مۇناسىۋەتلىك سەۋەب،

يېمەكلىك ـ ئىچمەككە مۇناسىۋەتلىك سەۋەب ۋە قان خىلىتىنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشىگە مۇناسىۋەتلىك سەۋەب؛ يەنە بىرى، ئۆز بەدىنگە مۇناسىۋەتلىك (ئىچكى) سەۋەب: تۇتقاقلىق كېسەل، بوھران كۇنلىرى، مېڭە كېسەللىكى، جىگەر كېسەللىكى، ماسارىقا تومۇر كېسەللىكى، ئۆت كېسەللىكى، تال كېسەللىكى، ئۇچەي كېسەللىكى قاتارلىقلار.

يەنە بىر قىسىم كۆپ ساندىكى تېۋىپلار ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىنى تۆۋەندىكىدەك ئۇچ تۈرگە بۆلۈپ، تونۇشتۇرغان:

1. يېمەكلىككە مۇناسىۋەتلىك سەۋەبلەر:

1) يېمەكلىكنى ئاز ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن ئاشقازاندا بۇزۇلغان ئىسسىقلىق كۆپلەپ پەيدا بولۇپ، ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

2) يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن ئاشقازان ھەزىم قىلىپ بولالماي، تەبىئەت كۇچىنىڭ تەڭشىشى بىلەن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

3) سۈيۇق، ئاسان ھەزىم بولىدىغان سۈت، بېلىق، قوغۇن، ئۈجمە، قاپاق، ئانارغا ئوخشاش يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

4) تەستە ھەزىم بولىدىغان غەلىز يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

5) ئەينۇلاغا ئوخشاش سىلىقلاشتۇرغۇچى مېۋىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

6) يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

7) تەمسىز يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن تەبىئەت نەپرەتلىنىپ ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

8) پىيازغا ئوخشاش غىدىقلىغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

9) زەھەرلىك يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

10) كۆكتاتلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

11) يېمەكلىك تەرتىپسىزلىك قالايمىقان بولۇشىدىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

12) سۈيۇق يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

13) تاماق يەپ بولۇپلا ھەرىكەت قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

14) تاماق يەپ بولۇپلا سۇنى كۆپ ئىچىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

2. ھاۋاغا مۇناسىۋەتلىك سەۋەبلەر:

1) ئىسسىق ھاۋا تەسىرىدىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ. يەنى ياز پەسلىدە يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر ھاۋا ئارقىلىق تارقىلىپ ئىچى سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقارسا، ئەتىياز

پەسلىدە ھۆل ئىسسىق ھاۋا ئاشقازان ۋە ئۇچەيدە بوشىشىنى پەيدا قىلىپ، ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

2) سوغۇق ھاۋا تەسىرىدىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ. يەنى سوغۇق ھاۋا تەسىرىدە ئەزالاردا تارىيىش كۆرۈلۈپ، چىقىرىندى ماددىلار ئاشقازان تەرەپكە كۆپلەپ توكۇلۇپ ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

ھاۋانىڭ بۇلغىنىشى سەۋەبىدىن بەدەندە چىقىرىندى ماددىلار كۆپىيىدۇ، تەر تۆشۈكچىلىرى ئېتىلىدۇ، نەتىجىدە تەبىئەت كۇچى ئاجىزلاپ، ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

3. باشقا ئەزا كېسەللىكلىرىگە مۇناسىۋەتلىك سەۋەبلەر:

1) مېكە مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ۋە خىلىتلىق بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان نەزلىنىڭ ئاشقازان ۋە ئۇچەيگە چۈشۈشى بىلەن ئاشقازان ۋە ئۇچەيدىكى يېمەكلىكلەرنى بۇزۇپ ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

2) ئاشقازان ۋە ئۇچەي كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن يېمەكلىكلەر تولۇق ھەزىم بولماي بۇزۇلۇپ، ئاشقازان ۋە ئۇچەي دۇئارىنى غىدىقلاپ، ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3) جىگەر ۋە ماسارىقا تومۇر كېسەللىكى سەۋەبىدىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

4) تال ياكى ئۆت كېسەللىكى سەۋەبىدىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

5) ئۇچەي سىلىقلىشىپ قېلىش سەۋەبىدىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

6) باشقا ئەزالار كېسەللىكى سەۋەبىدىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

بۇ كېسەللىكتە سەۋەبىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بىماردا تاماق ئىستېمال قىلىش تەرتىپى ياخشى بولمىغانلىقى، تاماق مىقدارىنى تەڭشەپ يېمەسلىك ئەھۋالى بولسا، سېسىق كېكىرىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ يېمەكلىككە مۇناسىۋەتلىك ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ھاۋانىڭ ئىسسىق - سوغۇق ياكى بۇلغىنىش ۋاقتىلىرىدا نۇرغۇنلىغان كىشىلەردە ئىچ سۇرۇش كۆرۈلگەن بولسا، چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى ۋە قىيامى ھەرخىل بولۇپ، بىماردا قىزىش، توڭۇپ تىترەش، يۈرەك قوزغىلىش، بەدىنى ئاجىزلاش، چىرايى ئۆڭۈش، سوغۇق تەرلەش، بەدىنىدىن سېسىق پۇراق كېلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ ھاۋاغا مۇناسىۋەتلىك ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىماردا مېكە مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىغا ئائىت ئالامەتلەر كۆرۈلسە، بىمار كېچىسى ۋە سەھەر ۋاقتىدا يۆتەلسە، ئىچى سۇرۇشتىن ئىلگىرى بىمار زۇكام ۋە نەزلە كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان بولسا، بۇ، مېكە مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئەھۋاللار بىلەن مېكە ۋە ئاشقازاندا ئېچىشىش، كۆپ ئۇسساش،

ئۇيغۇر كتاب تور بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئېغىزنىڭ تەمى ئاچچىق بولۇش، تىل، گال، ئاشقازان، ئۆت كىرىش ئېغىزلىرىدا ئېچىشىش بولۇش ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، بۇ، مېڭە مىزاجىنىڭ سەپرا خىلىتىدىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئېغىزى تەمسىز، شۆلگىيى كۆپ بولۇش، ماغدۇرسىزلىق، باش ئېغىر بولۇش ئالامەتلىرى بىرگە كەلسە، بۇ، مېڭە مىزاجىنىڭ بەلغەم خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئېغىز تەمى چۈچۈمەل بولۇش، باش ئېغىر بولۇش، باش قىسمىدىن تۆمۈرنىڭ پۈرىقىدەك سېسىق پۇراق كېلىش ئالامەتلىرى بىرگە كەلسە، بۇ، مېڭە مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر كۆز قىزىرىش، ئېغىزنىڭ تەمى تۇزلۇق تەرەپكە مايىل تاتلىق بولۇش، ئېغىزدىن سېسىق پۇراق كېلىش ئالامەتلىرى بىرگە كەلسە، بۇ مېڭە مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ مىقدارى بەزىدە ئاز، بەزىدە كۆپ بولۇپ، تەرەت بىلەن يېمەكلىكلەر بىرگە چىققان بولسا، كېچىلەرگە قارىغاندا كۈندۈزى ئىچ سۇرۇش كۆپ بولسا، ئاشقازان مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىغا ئائىت ئالامەتلەر كۆرۈلگەن بولسا، بۇ، ئاشقازان مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئەھۋاللار بىلەن ئىشتىھاسىزلىق، بەدەن ئاجىزلىق، يۈرەك ئاجىزلىق، تومۇر ھەرىكىتى قالايمىقانلىشىش ئالامىتى بىرگە كەلسە، بۇ، ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر كېكىرىش، ھېق تۇتۇش، قورساق كوركىراش ئالامىتى بىرگە كەلسە، بۇ، ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ھۆللۇكتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر كېكىرەكتە يېمەكلىكنىڭ پۇرىقى بولسا، يېمەكلىكلەر تەستە ھەزىم بولغانلىق ئالامىتى بىرگە كۆرۈلسە، بۇ، ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان ئاجىزلىقىغا خاس ئالامەتلەر بىلەن يېمەكلىكلەر ھەزىم بولمىغان ھالەتتە چىقسا، ئاشقازان ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم بولسا، بۇ ئاشقازانىنىڭ ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يېمەكلىكلەر ئاشقازاندا ئۇزۇن تۇرماي تولۇق ھەزىم بولمىغان ھالەتتە چىقىپ كەتسە، يېمەكلىك ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن ئاشقازان ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم

بولمىسا، بۇ ئاشقازانىنىڭ تۈتۈش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يېمەكلىكلەر تىز چىقىپ كەتسە، بىراق بىر قېتىمدا كۆپ مىقدارىدا چىقماستىن، بەلكى ئاز - ئازدىن ئىچ سۇرۇش ئارقىلىق چىققان بولسا، بۇ ئاشقازانىنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن تاماقتىن كېيىن ئاشقازاندا ئېغىرلىق بولسا، كۆڭۈل ئاينىش، چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى ئاق بولۇش، خام سۈيۇقلۇق كۆپ كېلىش ئالامىتى بىرگە كەلسە، بۇ، ئاشقازاندا سۈيۇقلۇقنىڭ كۆپلۈكىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن ئېغىز تەمى تۇزلۇق بولۇش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولماسلىق، قورساق كۆرۈش، ئاچچىق كېكىرىش ئالامەتلىرى بىرگە كەلسە، ئاشقازاندا شىلىمشىق سۈيۇقلۇقنىڭ كۆپلۈكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ھەرىكەت قىلغاندىن كېيىن چىقىرىندى ماددىلار تېز چۈشسە، بۇ، ئاشقازان يۇزىدە سىلىقلىشىش پەيدا بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئېغىز شۆلگىيى كۆپ بولۇش، ئىچ سۇرۇش ئارقىلىق چىققان تەرەتتە ۋە قەيدە يېمەكلىكلەر ھەزىم بولمىغان ھالەتتە كۆپلەپ چىقىش، ھېق تۇتۇش، كۆڭۈل ئاينىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، ئاشقازان مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا قىزىش، ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ھاراقنى كۆپ ئىچىش ئەھۋالى بولۇپ، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇش، تىلى ئېچىشىش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇش، مەقئەت چوقۇلۇپ ۋە ئېچىشىپ ئاغرىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، ئاشقازان مىزاجىنىڭ سەپرا خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەپرا خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچى سۇرۇشنىڭ ئالامەتلىرى بىرلىكتە كۆرۈلسە، بۇ، ئاشقازان مىزاجىنىڭ بەلغەم بىلەن سەپرا خىلىتلىرى قوشۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان مۇرەككەپ خىلىتتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى قارا بولۇپ، ئىشتىھاسى كۆپ بولسا، ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا ئېچىشىش بولۇپ، بىرئاز تاماق يېگەندىن كېيىن ئېچىشىش توختىسا، ئېغىز ئاچچىق ۋە قۇرۇق بولۇش، تال ساھەسىدە يەڭگىل ئاغرىش، قورساق كۆپۈش، قورساق كۆرۈكىراش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، ئاشقازان مىزاجىنىڭ سەۋدا خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ يېڭى لىنىيىسى

دىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر قەي ۋە چوڭ تەرەت يىرىڭ ئارىلاش بولۇش، ئېغىزدىن سېسىق پۇراق كېلىپ، تاماق يېگەندىن كېيىنلا ئاشقازاندا ئاغرىش ۋە ئېچىشىش بولۇش، تاماق يەپ مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن ئاغرىش ۋە ئېچىشىش توختىسا، چوڭ تەرەت يېمەكلىك ئارىلاش كەلسە، بۇ، ئاشقازان يارىسى ۋە مۇدۇر - چاقلىرىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر بەدەن كۇندىن - كۇنگە ئاجىزلاش، بەدەننىڭ رەڭگى سارغىيىش ياكى ئاقىرىش ئەھۋالى كۆرۈلسە، چوڭ تەرەت ئارپا ئېشىدەك ئاق ياكى كۆك بولسا، بۇ، جىگەر ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن ماسارىقا تومۇرلاردا ياكى جىگەرنىڭ ئاستىنقى قىسمىدا توسۇلۇش بارلىقىغا ئائىت ئالامەتلەر بىرگە كەلگەن بولسا، بۇ، جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشى ياكى جىگەر ئاستى قىسمىدا توسۇلۇش بولغانلىقتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر جىگەر ئاجىزلىقىغا ئائىت ئالامەتلەر بىلەن بەدەننىڭ رەڭگى ئۆزگىرىش، ئوڭ تەرەپ قوۋۇرغىنىڭ ئاستى قىسمى ئاغرىش بىلەن ئىچ سۇرۇش، تۇتقاقلىق بولۇش ئالامىتى بىرگە كەلسە، بۇ، جىگەر ئۇستى قىسمىدا توسۇلۇش بولغانلىقتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا بۇرۇن ئىسسىقتىن بولغان ئاشقازان يالۇغى كېسەللىكى بىلەن ئاغرىش تارىخى بولسا ياكى بىمارىدا خىلىتلاردا چىرىش كېسەللىكى بىلەن ئاغرىش ئەھۋالى بولسا ۋە ياكى ئىسسىق تەبىئەتلىك زەھەرلىك يېمەكلىك ۋە دورىلارنى ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولسا ھەمدە تەرەت ھەزىم بولمىغان يېمەكلىكلەر ئارىلاش كەلسە، كېسەللىك ئېغىرلاشقاندا ئاشقازان ساھەسى ئېچىشىش، ئاغرىش، تولغىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، ئاشقازان يۇزىنىڭ سىرتقى شىلىمشىق توقۇلمىلىرى يوقىلىشتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان ساھەسىدە كۆپۈشۈش، ھېچ تۇتۇش، سېسىق كېكىرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، ئاشقازاندا يەل تۇرۇپ قېلىشتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئىچ سۇرۇشتىن ئىلگىرى ئاشقازان يالۇغى كېسەللىكى بىلەن ئاغرىش ياكى سۇرگۇ دورىلىرىنى ئىچىش ۋە ياكى بوھران كۇنلىرىگە توغرا كېلىپ قېلىش ئەھۋاللىرى بولسا، بۇ، يۇقىرىقى ئەھۋاللارنىڭ بىرەرسىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇپ، تۇتقاقلىق شەكىلدە ئىچ سۇرۇش يۇز

بەرسە، بۇ، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى قارامتۇل بولۇپ، تۆت كۈندە بىر قېتىم ئىچ سۇرۇش كۆرۈلسە، بۇ، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى ئاق بولۇپ، ئىچ سۇرۇش كۈندە كۆرۈلسە، بۇ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر ئاشقازاندا ھېچقانداق كېسەللىك ئۆزگىرىشى كۆرۈلمەي چوڭ تەرەت سېسىق پۇراقلىق ۋە ئاغرىقسىز، كۆپ مىقداردا كەلسە، چوڭ تەرەتتىن كېيىن ئازراق يېمەكلىك ئارىلاش تەرەت كەلسە، چوڭ تەرەت كېچىسى كۆپەيسە، بۇ، جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن چوڭ تەرەت گۆش يوغان سۈنىڭ رەڭگىدە كەلسە، بۇ، جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر كەيلۈس ماددىسى ھەزىم بولغان ھالەتتە ناھايىتى تېزلا چىقىپ كەتسە، بەدەندە ئاجىزلاش ناھايىتى تېزلا كۆرۈلسە، بۇ، جىگەرنىڭ تۈتۈش كۈچىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ. ئەگەر چوڭ تەرەت گۆش يوغان سۈدەك كەلسە، بۇ، جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ. ئەگەر كەيلۈس ماددىسى بىرقەدەر سۈمۈرۈلگەن بولۇپ، كۆپ قىسمى چوڭ تەرەت شەكىلدە چىقىپ كەتكەن بولسا، بۇ، جىگەرنىڭ سۈمۈرۈش كۈچىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئەگەر جىگەرنىڭ تۆت خىل (سۈمۈرۈش، چىقىرىش، تۈتۈش، ھەزىم قىلىش) كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبىنى تەكشۈرۈش زۆرۈر بولسا جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت ئاق ۋە سۈيۇق بولۇپ، جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلمەسە، بۇ ماسارىقا تومۇرلارنىڭ توسۇلۇشىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت سۈيۇق بولۇپ، سۈيدۈك رەڭگىدە ئۆزگىرىش كۆرۈلسە، بۇ، جىگەر كېسەللىكىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت سەپرا ئارىلاش ياكى يېرىڭ ئارىلاش بولسا، بىماردا قىزىش، كۆپ ئۇسساش، ماغدۇرسىزلىق، قورساق ئاچ ھالەتتە چوڭ تەرەت مىقدارى كۆپ بولۇش، قورساق توق ھالەتتە چوڭ تەرەت مىقدارى ئاز بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، جىگەردە

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

بۇزۇلغان خىلىتلارنىڭ توپلىشىۋالغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت ساپ كەيلۈس شەكلىدە كەلگەن بولۇپ، جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلمىسە، چوڭ تەرەتنىڭ ئاخىرىدا ئاق ۋە سىرىقتەك مايىل يىرىڭسىمان ماددا چىققان بولسا، بۇ، ماسارىقا تومۇرلارنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت سۇتتەك ئاق ۋە سۈيۇق بولۇپ، ئىچ سۇرۇشتىن كېيىن راھەت ھېس قىلسا، چوڭ تەرەت بىلەن ھەرخىل يېمەكلىكلەر ئارىلاش چىققان بولسا، بىماردا يالليۇغلىنىشلىق ئالامەتلەر كۆرۈلمىگەن بولۇپ، چوڭ تەرەت گۆش يوغان سۇدەك ياكى سۈيۇق قان ئارىلاش ۋە ياكى يىرىڭ ئارىلاش بولمىسا، بۇ، قۇۋۇقتىنىڭ ئاجىزلاپ كەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىققان ئىچى سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت دەسلەپتە گۆش يوغان سۇدەك كېلىپ، ئارقىدىنلا قەۋزىيەتلىك كۆرۈلگەن بولسا، بىمارنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىپ، ئىشتىهاسى تۆۋەنلىگەن بولسا، بۇ، جىگەر ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت چۆكمە خاراكتېرلىك بولۇپ، كۆيگەن قاندەك كەلسە، بەدەنده ئورۇقلاش، يىرىڭلىق تەرەت كېلىش، كۆپ ئۇسساش، ئىشتىها تۆۋەنلەش، سۈيدۈك رەڭگى قىزىرىش، بىمار قىزىش، ماغدۇرسىزلىنىش، تەرەت قويۇق، سېسىق پۇراقلىق، رەڭلىك كېلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، خىلىتلىق ئىسسىقلىقتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت ئېرىگەن گۆشتەك بولسا، تەرەت سۈيۇق بولۇپ، پۇرىقى ئۆتكۈر بولمىسا، تەرەت گۆش يوغان سۇدەك كەلسە، ئۇسسۇزلۇقى بەك كۆپ بولمىسا، ئىشتىهاسى بىرقەدەر كۆپ بولسا، بەزىدە بىماردا قىزىش، ئىشتىها تۆتۈلۈش، سۇلۇق ئىششىق كۆرۈلسە، بۇ، خىلىتلىق سوغۇقلۇقتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

خىلىتلىق قۇرۇقلۇق ۋە ھۆللۈكتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇشنىڭ ئالامىتى بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇق ئەھۋالى ۋە چوڭ تەرەت بىلەن چىققان يېمەكلىكىگە قاراپ بەلگىلىنىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتە دەسلەپتە يىرىڭلىق سۈيۇقلۇق چىققان بولۇپ، كېيىن ساپ يىرىڭ چىققان بولسا، بەزىدە يىرىڭ قويۇق قارا قان شەكلىدە چىققان بولسا، بۇ، جىگەر مۇدۇر - چاقىسى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت پۇراقلىق، مىقدارى ئاز بولسا، جىگەر ئەتراپىدا ئاغرىش بولسا، بۇ كېسەللىكتىن ئىلگىرى بىماردا يارا ۋە گۆشخور چاقا كېسەللىكى بىلەن ئاغرىش تارىخى بولسا، بۇ، يارا ۋە گۆشخور چاقا كېسەللىكىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت قارا ۋە قويۇق بولۇپ، بىمارنىڭ ئەھۋالى ناھايىتى خەتەرلىك بولسا، بۇ، جىگەر مۇسكۇللىرىنىڭ ئېغىر دەرىجىدە بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت چۆكمىسىمان، قارا بولسا، تال ساھەسىدە يەڭگىل ئاغرىش بولسا، بىمارنىڭ رەڭگى قارامتۇل بولۇش، بەدىنىدە ئورۇقلاش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، تال ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا دەسلەپتە قىزىش، ماغدۇرسىزلىنىش، قول - پۇت ئالقانلىرى كۆپۈشۈش، ئىشتىھا تۆۋەنلەش ئالامىتى كۆرۈلۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن چوڭ تەرەت سېرىق رەڭدە، سۈيۈق كەلسە ھەمدە سەپرادىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنىڭ ئالامەتلىرى بىرگە مەۋجۇت بولسا، بۇ، ئۆت ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت بىرئاز ھەزىم بولغان يېمەكلىك ھالەتتە خىلتىلار بىلەن ئارىلاش چىقسا، بىمار ئاشقازان كېسەللىكىدىن خالىي بولسا، بۇ، ئۇچەي كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت بىرئاز ھەزىم بولغان يېمەكلىك ھالىتىدە ناھايىتى سۈيۈق چىققان بولسا، قورساق كۆپۈش، قورساق كوركىراش، قورساق ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، ئۇچەيدە سۈيۈقلۇقنىڭ كۆپلۈكىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت بىرئاز ھەزىم بولغان يېمەكلىك شەكلىدە بولۇپ، يېمەكلىكلەر ئاشقازاندىن ئۇچەيگە چۈشۈش ۋاقتىدا ئاغرىش مەلۇم بولسا، كۆز قىسمىدىن باش تەرەپكە ئېچىشىش ئۆرلىگەندەك سېزىم مەلۇم بولۇپ، سوغۇق سۇ ئىچكەندىن كېيىن بۇ ئەھۋال يوقاپ كەتسە، ئېغىز تەمى ئاچچىق، تىلى قۇرۇق، ئۇسسۇزلۇقى كۈپ بولسا، چوڭ تەرەت چىققاندا مەقئەت ئېچىشىش بولۇپ، سۈيدۈك رەڭلىك بولسا، بۇ، ئۇچەي ئىچكى يۈزىدىكى مۇدۇر - چاقىلاردىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت ھەزىم بولمىغان يېمەكلىك ھالىتىدە چىقسا، قورساق كۆپۈش، قورساق كوركىراش، قورساق ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش ئالامىتى بىلەن ئاچچىق كېكىرىش، كۈپ ئۇسسىماسلىق كۆرۈلسە، بۇ، ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلتىسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت سېرىق رەڭدە سەپرا خىلتى ئارىلاش چىقسا، چوڭ تەرەت كەلگەندە مەقئەتتە ئېچىشىش، غىدىقلىنىش كۆرۈلسە ھەمدە سەپرا خىلتىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، بۇ، ئۇچەي مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

ئەگەر چوڭ تەرەت سەپرا ۋە بەلغەم خىلىتى ئارىلاش چىقسا، قورساقتا كوركىراش بولۇپ، كۆڭۈل ئاينىش كۆرۈلسە، بەلغەم ۋە سەپرا خىلىتلىرىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، بۇ، ئۇچەي مىزاجىنىڭ بەلغەمى شور (بەلغەم ۋە سەپرا خىلىتىنىڭ ئارىلىشى) ھالىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت قارامتۇل بولۇپ، سەۋدا خىلىتى ئارىلاش چىقسا، چوڭ تەرەت يېرىڭسىمان بولۇپ، سىركىنىڭ پۇرىقى كەلسە، بۇ، ئۇچەي مىزاجىنىڭ سەۋدا خىلىتىدىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمار ئىچ سۇرۇش يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى كۆچلۈك سۇرگۈ دورىسىنى ئىچكەنلىك ئەھۋالى بولسا، بۇ، شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر مېڭە، ئاشقازان، جىگەر، ئۆت، تال، ماسارىقا تومۇر، ئۇچەي قاتارلىق ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە كېسەللىك يۇز بەرمىگەن تۇرۇقلۇق بىماردا يەنىلا ئىچ سۇرۇش كۆرۈلسە، بۇ خىل ئىچ سۇرۇش سەۋەبى ئومۇمىي بەدەنگە مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. يەنى بەدەنده قىزىش، چوڭ تەرەت رەڭگى ۋە قىيامى ھەرخىل بولۇش، تەرەت سېسىق پۇراش، چوڭ تەرەت سۇيۇق بولۇپ، گۆش يۇغان سۈدەك كېلىش، دەسلەپتە ئىشتىھاسى كۆپ بولۇپ تەدرىجىي تۆۋەنلەپ كەتسە، كۆڭۈل ئاينىش، قورساق كوركىراش، قورساق كۆپۈش، بىمارنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولۇش، قول - پۇتى سوۋۇش، ئېغىزى قۇرۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، بەدەن ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. بۇنداق ھالەتتە چوڭ تەرەت يېرىڭ ئارىلاش بولسا، خىلىتلارنىڭ ئاجىزلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت ياغلاش، قويۇق، يېرىڭسىمان چىققان بولسا، سۈيدۈكمۇ مايلىق بولسا، بۇ، بەدەندىكى مايلارنىڭ ئېرىگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت قويۇق بولۇپ، چۆكمە خاراكتېرلىك بولسا، بۇ، گۆشلەرنىڭ ئېرىگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى ھەرخىل بولۇش بىلەن ئىچ سۇرگۈندىن كېيىن بىمار يەڭگىللىك ۋە راھەت ھېس قىلسا، بىماردا ئۆتكۈر قىزىتما، زەھەر ئىستېمال قىلغانلىق ئەھۋالى بولمىسا، بۇ، تومۇر ۋە ئەزالاردا بۇزۇق غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنىڭ توپلىشىۋالغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىماردا ئىچ سۇرۇش يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى بەدەن چېنىقتۇرمىغان، ئادەتلىنىش خاراكتېرلىك ئىچىنى تازىلاش تەدبىرلىرىنى قوللانمىغان ئەھۋال بولسا، ئارقىمۇئارقا سېسىق كېكىرىش، سەمرىپ كېتىش، ئىشتىھاسىزلىق، كىندىك ساھەسى داۋاملىق ئاغرىش، چوڭ تەرەتتە ھەزىم بولمىغان يېمەكلىكلەر ئارىلاش كەلسە، بۇ، تومۇر ۋە بەدەنده بۇزۇق خىلىتلارنىڭ ئېغىر دەرىجىده كۆپلەپ توپلىشىۋالغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ

سۈرۈش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۈرۈش بىلەن بوھران ئالامەتلىرى مەۋجۇت بولسا، بۇ، شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۈرۈش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۈرۈش ئېغىر دەرىجىدىكى قورقۇشتىن كېيىن، ئۆپكە تۇبېركۇلوز ياكى جۈدەتكۇچى قىزىتما كېسەللىكىنىڭ ئاخىرىدا يۈز بەرگەن بولسا، بۇ، ئەزالارنىڭ تۇتۇش كۈچىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۈرۈش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

مىزاجنى تەڭشەش، ئەزالارنى كۈچلەندۈرۈش، خىلىتلارنى يۇمشىتىش ئارقىلىق ئىچ سۈرۈش كېسەللىكىنى داۋالاش كېرەك.

بۇنىڭ ئۈچۈن ئىسپىغۇل، بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى يىلتىزى، بىنەپشە گۈلى، بىنەپشە يىلتىزى، خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن، شىرخىست، گۈلقەنت، بادام يېغى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

خىلىتلارنى قويۇلدۇرۇش ئارقىلىق ئىچ سۈرۈش كېسەللىكىنى داۋالاش ئۈچۈن سېمىزئوت ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت قاتارلىق دورىلار قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

ئۈچەينىڭ سىلىقلىقىنى تۆۋەنلىتىش مەقسىتىدە ئىچ سۈرۈش كېسەللىكىنى داۋالاش ئۈچۈن رەيھان ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، ئەرەب يېلىمى، نىشاستە، كەتىرا، تۇخۇم سېرىقى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

تۆۋەندىكى دورىلارنىڭ قابىزلىق خۇسۇسىيىتى ئارقىلىق ئىچ سۈرۈش كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئەنجىبارھار، خۇنسياۋشان، كەھرىۋا، بىخ مارجان، مەرۋايىت، زەھرى - مۇھرى، كاپۇر، پىستە پوستى، ھەببۇلئاس، نامازشامگۈل قىيامى، زاراڭزا يوپۇرمىقى، كونا چىگىت مېغىزى، ئانار پوستى، بېھى قىيامى، ئالما قىيامى، شەربىتى سەندەل، ئاق سەندەل، فۇپەل، ئامىلە ئۇسارىسى، قورۇلغان قارا ھېلىلە، ئەپيۇن، ئۇزۇم ئۇرۇقى، سۇمبۇل، بەسباسە، سەئدى كوفى، جوز، پىننە، تۇتىيا، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۇڭگۈزى، ھەببى رىشات، كۈدە ئۇرۇقى، ئۇدھىندى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

موزا، گەزمازەج توققۇز گرامدىن، ئەپيۇن تۆت گرام، ئەرەب يېلىمىدىن ئىككى گرام ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە قارىمۇچ چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ، 2 ~ 3 داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئىچ سۈرۈش كېسەللىكىنى خىلىتلارنى قويۇلدۇرغۇچى، ئۇچەينىڭ سىلىقلىقىنى

ئۇيغۇر كىتاب توپى بىكىتى www.uyghurkitap.com

تۆۋەنلەتكۈچى دورىلار ئارقىلىق داۋالاشتىن باشقا سېزىمنى يوقاتقۇچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، تەرلەتكۈچى، تەر تۆشۈكلىرىنى ئاچقۇچى، قەي قىلدۇرغۇچى دورىلار ئارقىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقى ئۇسۇللارنى قوللانغاندا، ئەگەر ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى ئىسسىقتىن بولسا سوغۇق تەبىئەتتىكى دورىلار بىرلىكتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى سوغۇقلۇقتىن بولسا، ئىسسىق تەبىئەتتىكى دورىلار بىرلىكتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى شىلىمشىق خىلتىلارنىڭ توسالغۇ پەيدا قىلىشىدىن بولسا ھەزىم ئاجىزلىق بايانىدا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى تۇتۇش كۈچى ئاجىزلاپ كەتكەنلىكتىن كېلىپ چىققان بولسا كۆپىنچە سوغۇق تەبىئەتتىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچىلار ئۇخلاپ ئارام ئېلىش كېرەك.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى بىلەن يۆتەل بىرگە كەلسە چۇچۇمەل، قابىز، سوغۇق تەبىئەتتىكى يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش لازىم. بۇ ۋاقىتتا پىستە مېغىزىغا ئوخشاش بەدەننى كۈچلەندۈرگۈچى، قاتتىق يېمەكلىكلەرنى بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىدە ھالۋا، سۈيۇق تاماقلار، تاتلىق مېغىزلارنى بېرىشكە بولمايدۇ. تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئېچىش ئۈچۈن بىمارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈش، بەدىنىنى مۇجۇش، سىرتقىچىچەك يېغىنى بەدەنگە سۈۋاش لازىم.

قورساق قىسمىغا لوڭقا قويۇش، ئاشقازان ۋە ئۈچەي كېسەللىكىگە مۇناسىپ كېلىدىغان زىمانىلارنى چېپىش، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن يەككە دورا ئىشلىتىش لازىم.

ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى سوغۇق تەبىئەتتىكى يەككە دورىلار تۆۋەندىكىچە:

موزا، ئانارگۈل، ئاقاقىيا، قىزىلگۈل، گىل مەختۇم، گىل ئەرمىنى، تاباشىر، گەزمازەج، ئانار ئۇرۇقى، سۇماق، زىرىق، ھۇمماز ئۇرۇقى، قورۇلغان ئىسپىغۇل، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، خام ئۈجمە قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى دورىلارنىڭ قىيامىنى ياكى سقىلمىسىنى ۋە ياكى قاينىتىلمىسىنى ئىچكۈزگەندە خام قايماق ئارىلاشتۇرۇشقا بولمايدۇ.

ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى قۇرۇق ئىسسىق تەبىئەتتىكى يەككە دورىلار تۆۋەندىكىچە:

قورۇلغان زىرە، جۇۋىنە، قورۇلغان رۇم بەدىيان، مۇرمەككى، لادەن، قورۇلغان كونا چىگىت، پوستى ئاقلانغان ياڭاق، توخۇ تاشلىقىنىڭ پوستى، ئۆچكە سۈتى ۋە سىركە

بىلەن پىشۇرۇلغان توخۇم سېرىقى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلاردىن ئۆچكە سۈتىنى ئىشلەتمەكچى بولغاندا ئۆچكە سۈتىنى قويۇلغانغا قەدەر قايناتتىپ، 2 ~ 3 قېتىم قىزىتىلغان تۆمۈرنى تاشلىغاندىن كېيىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى سوغۇقلۇققا مايىلراق پىششىق دورىلار تۆۋەندىكىچە:

قۇرسى تاباشىر قابىز، قۇرسى گىل مەختۇم، قۇرسى گۈلنار، قۇرسى ئەپيۇن، قۇرسى خەشخاش مۇمسىك، ھەببى ئەپيۇن، سۇفۇپى رۇمان، ھەببى سۇندۇرۇس، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ بىلەن گىل ئەرمەنىنى ئۇچ گرامدىن ئىلىپ، يۇمشاق سوقۇپ بېرىلىدۇ.

ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى ئىسسىقمۇ مايىلراق پىششىق دورىلار تۆۋەندىكىچە:

قۇرسى ئەپاۋىيە، جاۋارىش خۇزى، جاۋارىش بۇزۇرى قابىز، قۇرسى زەپەر، قۇرسى كەھرىۋا، كۆك موزا، ئانار پوستى، سۇماق، پىلپىلدىن ئىككى گرامدىن ئىلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئىچى ماكلانغان ئانارغا سىلىپ، يەڭگىل ئوت ئۈستىدە قويۇلىدۇ. ئانار ئازراق كۆيگەندە ئوتتىن ئىلىۋېتىپ، بۇغداي ئۇنى، جۇۋىنە، گەزمازەج، قىچا قاتارلىق دورىلارنىڭ يۇمشاق تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، زەيتۇن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، تونۇرغا يېقىپ، نانىنى قۇرۇتۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئانار ئىچىدىكى دورىلار بىلەن بىرلىكتە يېگۈزۈلىدۇ. ئۈسسۇلۇقىغا سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بالىلاردىكى چىش چىقىش ۋاقتىدىكى ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن خەشخاش ئۇرۇقى، ھەبۋۇلئاس، كۈندۈر، سەئدى كوفىدىن ئىككى گرامدىن ئىلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئانىنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇشتە چوڭ تەرەت قان ئارىلاش كەلسە، ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى دورىلارغا تاباشىر قوشۇپ بېرىلىدۇ.

ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن ئۇرۇق تۇرىدىكى دورىلار ياخشى ھېسابلىنىدۇ.

تولغاق ئۇچۇن ئىسپىغۇل، قورۇلغان پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى بېرىلىدۇ.

سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشتە تۆۋەندىكى ئىشلارغا دىققەت قىلىش كېرەك:

خىلىتلارنى قويۇلدۇرۇش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، ئېچىشىش سېزىمنى يوقىتىش، چوڭ تەرەت قىستىغانلىقىنى سەزدۈرمەسلىك ئۇچۇن سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۈر بولىدۇ. بۇ جەريانداا بەدىنى ئاجىز، سوغۇق مىزاجدىكى ئادەملەر ئۇچۇن سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى بېرىش توغرا كېلىپ قالسا، زەپەر، قۇندۇز قەھرى سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارغا قوشۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىر بىلەن مەقسەتكە يەتكىلى بولمىسا، سېزىمنى يوقاتقۇچى ھەمەلچە ۋە

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ تورىدىكى لىنىسى

شامچىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. بۇ ۋاقىتتا سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىچكى جەھەتتىن ئىشلىتىشكە قەتئىي بولمايدۇ.

ئەگەر زىمات ئىشلىتىش توغرا كەلسە بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇن بىر ھەسسىدىن، بەلەلۇت، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، كۈندۇر، مۇرمەككىدىن بەش ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، خەشخاش پوستى ياكى خەشخاش يېلتىزىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلىنىدۇ.

ئىچكى جەھەتتىن سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلار تۆۋەندىكىچە:

توشقاننىڭ ئۇغا سۈتى بىر گرام، ئەپيۇن بىر گرام، موزا ئىككى گرام، كۈندۇردىن ئىككى گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قۇرس تەييارلاپ، ئىككى گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

موزىدىن ئىككى گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ ئىككى گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

موزىدىن بىر ھەسسە، كۈندۇر، ئەپيۇندىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قۇرس تەييارلاپ، ئىككى گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇن، خەشخاش، تاباشىر، ئانارگۈلى، كۈندۇر قاتارلىق دورىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئەپيۇن، سۇندۇرۇس، كۈندۇر، مۇرمەككى، زەپەر قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ ئىككى دانىدىن بېرىلىدۇ.

جۇئدە بىدەستۇر، ئەپيۇن، مىئەسائىلە، بەزرۇلبەنجى، مۇرمەككى، زەپەر، ئاسارۇن، كۈندۇر، جۇۋىننە قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئەدەس چوڭلۇقىدا يېگۈزۈلىدۇ.

مۇردار سەنگى بىر گرام، ئوغۇز سۈتى ئىككى گرام، موزا ئۇچ گرام، ئەپيۇندىن 0.5 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا يېگۈزۈلىدۇ.

جۇۋىننە، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاچچىق ئانار پوستى، موزا، ئۇبھەل بىر ھەسسىدىن، ئەپيۇندىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى سۇزمىدەك يۇمشاق سوقۇپ، 3 ~ 4 گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا غىدىقلىغۇچى، تۇزلۇق، ئۆتكۈر تەملىك يېمەكلىكلەر بېرىلمەيدۇ. سۈتكە بىرنەچچە قېتىم قىزىتىلغان تۆمۈرنى تاشلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ. قايماقنىڭ سۇزمىسى قورۇلغان گۈرۈچ ياكى قورۇلغان تېرىق بىلەن بېرىلىدۇ.

ئەدەسنى قاينىتىپ، سۇزۇپ ئىككىنچى قېتىم يەنە قاينىتىلىدۇ. ئۇچىنچى قېتىم ئەدەسنىڭ قاينىتىلما سۈيىنى قويۇلدۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق ئۇننىڭ نېنى، سۈماق، ئانار ئۇرۇقى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت قوشۇلغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. شويلا، سىركىدە تەييارلانغان باقلە بېرىلىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا ھەم داۋالىق ھەم غىزالىق رولىنى ئويناپ ئايدىغان غىزالاردىن ئارپا ئىشنى، خەشخاش پوستى، خەشخاش ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ، ئالما ئۇرۇقى، ئانار ئۇرۇقى ياكى سۈماق بىلەن چۈچۈمەللەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

نەمەك ئەندىگانى سوقۇپ، ئوبدان قورۇپ، ئانار ئۇرۇقى، كۆك يۇمغاقسۈت، سۈماق ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر قىزىتما بولمىسا ئۇنىڭغا كونا ئوغۇز سۈتىنى قويۇپ ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. ساپ سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەپتەر، كەكلىك، قۇشقاچ، پاختەك، توشقان گۆشلىرىنى دۈملەپ، ئىسسىق تەبئەتلىك دورا - دەرمەكلەر ۋە چۈچۈمەل نەرسىلەر بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

تۇخۇم سېرىقى، بېلىقنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. مېۋىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، پىستەگۈلى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلار يېمەكلىككە بىرلەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر سۇيۇق يېمەكلىكلەر بىمارنىڭ ئاشقازىنىدا بۇزۇلۇپ قالغانلىقتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىققان بولسا، كاللا - پاچاقنى پىشۇرۇپ، قابىز تۇرىدىكى دورىلار بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. گۈرۈچ ۋە تېرىق ھالۋىلىرى بېرىلىدۇ. خەشخاشنى ئوبدان قورۇپ، گۈرۈچ ۋە تېرىق بىلەن قائىدە بويىچە ھالۋا تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

زەيتۇن يېغىدىن ئاز مىقداردا ئىلىپ قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. بۇ كېسەللىكتە بىمار ھەرخىل يېمەكلىكلەرنى قايتا - قايتا ئىستېمال قىلماسلىق لازىم.

تاماق ئىستېمال قىلىشتىن ئىلگىرى بېھى سۇيى ۋە ئاچچىق ئانار سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئاشقازان ساھەسىگە سوغۇق - ئىسسىق تەبئەتتىكى قابىز دورىلارغا سۈمبۈل، مەستەكى، مۇرمەككى، سەۋسەن قاتارلىق دورىلارنى قوشۇپ، زىمات تەييارلاپ چېپىلىدۇ.

ئەپسەنتىننى 36 گرام ھاراق بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، داكىنى چۆكۈرۈپ، ئاشقازان، جىگەر ساھەسىگە قويۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، نامازشامگۈلى، ئاقاقىيا، موزا قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ، نامازشامگۈل سۇيى، ئەفسەنتىن سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق ساھەسىگە زىمات قىلىنىدۇ.

ئىچ سۇرۇشتىن ھوشسىزلىنىش، قۇۋۋەت تۆۋەنلەپ كېتىش كۆرۈلگەندە، قىزىتما بولمىغاندا تەرياق بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا يەنە ئىچى سۇرۇش كېسەللىكىنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاشنى تۆۋەندىكىدەك تۈرلەرگە بۆلۈپ سۆزلەيمىز.

ئۇيغۇر كتاب خانا تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلار تور بېكىتى

1. يېمەكلىك مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسہال غذائی

بىمار ھەزىم قىلالىغۇدەك دەرىجىدە يېمەكلىك بېرىش، جاۋارىش سەپەرجىلىگە ئوخشاش ئاشقازاننى كۈچلەندۈرگۈچى دورىلارنى بېرىش، ھەزىم بۇزۇلۇش ۋە سېسىق كېكىرىشتە قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرىنى تاللاپ قوللىنىش لازىم.

ئىچ سۇرۇش سۈپىتى ناچار يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولۇپ، بىماردا كۆڭۈل ئاينىش، بىئاراملىق، كۆپ ئۇسساش، ئومۇمىي بەدەن قىزىش، سۈيدۈكى پۇراقلىق بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، سىركەنجۈبىل ساددىنى ئەرقى گۈل بىلەن ياكى ساپ سۇنى تۇز بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ئارقىلىق قەي قىلدۇرۇ-لىدۇ. قەي قىلدۇرۇپ 2 ~ 3 سائەتتىن كېيىن توققۇز گرام جاۋارىش ئۇدتۇرۇش 84 گرام ئەرقى گۈل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىماردا قىزىش، كۆپ ئۇسساش ئالامىتى بولمىسا، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، چامغۇر سۈيى، سىركەنجۈبىل ئەسلىي قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن جاۋارىش مەستىكى مۇرەككەپتىن توققۇز گرام بەش گرام بەدىيان شىرىسى، بەش دانە قاقىلە شىرىسى، تۆت گرام قارا زىرە شىرىسى، تۆت گرام رۇم بەدىيان شىرىسى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ ياكى توققۇز گرام جاۋارىش ئۇد شېرىن 48 گرام ئەرقى گۈل بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە ياكى بىر دانە ئامىلە مۇرابباسىغا ئۇچ گرام مەستىكى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، 60 گرام ئەرقى گۈل بىلەن بېرىلىدۇ.

بۇ ۋاقىتتا ئاخشىمى توخۇ گۆشى بېرىلىدۇ. ئارقىدىنلا توققۇز گرام بەدىيان، ئۇچ گرام قاقىلە ئۇرۇقى چايناشقا بېرىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر ئىچ سۇرۇش تاماقنى كۆپ يېگەنلىكتىن كېلىپ چىققان بولسا تاماق ئازلىتىلە-دۇ. قورساق ئاچ ھالەتتە قويۇلىدۇ. تۇتقۇچى دورا قىيامىلىرى بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بەدەن ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جاۋارىش خۇزىدا ياكى سۇفۇپى ھەببى رۇممان بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بۇزۇق يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش، يېمەكلىك تەرتىپسىزلىك قالايمىقان بولۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇنداق ئەھۋالنى توختىتىش بۇيرۇلە-دۇ. سۈپەتلىك، ئاسان ھەزىم بولىدىغان تاماقلار بېرىلىدۇ. قەي قىلدۇرۇش ئارقىلىق ئاشقازان تازلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن جاۋارىش تۇرىدىكى دورىلار بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش شىرىلىك تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇ خىل تائاملارنى ئىستېمال قىلىشتىن توختىتىلىدۇ. يەڭگىل، قابىز تۇرىدىكى

يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قابىز تۇرىدىكى جاۋارىش دورىلار بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش سەۋەبى يېمەكلىكلەرنىڭ مىقدارىنىڭ ئازلىقىدىن ياكى يېمەكلىكلەرنىڭ سۈيۇقلۇقىدىن بولسا، بىمارغا يۇقىرى ئېنېرگىيىلىك تائاملاردىن گۆش كاۋاپلىرى ۋە ئۇنىڭ تاماقلىرى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

2. تارقىلىشچان يوقۇش مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال وبائی

ئىچ سۇرۇش هاۋانىڭ بۇلغىنىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇ تارقىلىشچان ئىچ سۇرۇش دەپ ئاتىلىدۇ. بۇنى يۇرەك مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش دەپمۇ ئاتايدۇ. داۋالاشتا مۇمكىن بولسا هاۋا ئالماشتۇرۇلىدۇ.

تەرياقى تېمىنغا ئوخشاش ئىچىنى قويۇلدۇرغۇچى دورا ۋە يېمەك - ئىچمەكلەر بېرىلىدۇ. بىمار مۇز سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. قول - پۇتى چىڭ باغلىنىدۇ.

پادى زەھرى مەدەننى قېتىق سۇزمىسى بىلەن بېرىلىدۇ.

قېتىق سۇزمىسىگە قىزىتىلغان تۇزنى ياكى تاشنى تاشلاپ داغمال قىلىپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

3. مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال دماغی

بۇ كېسەللىكتە هەممىدىن ئاۋۋال مىقدار جەھەتتىن ئېشىپ كەتكەن خىلىتنى تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مېڭە كۇچلەندۇرۇلىدۇ، بىمارنىڭ مىزاجى تەڭشىلىدۇ. نەزلە ۋە زۇكام بايىندا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

مېڭىنى تازىلاش ئۈچۈن قان ئېلىش، لوڭقا قويۇش، ئىچنى سۇرۇش، غار - غار قىلىش، پۇراتمىلارنى ئىشلىتىش، چۈشكۈرتۈش، زىمات چېپىش، پۇتنى يۇيۇشقا ئوخشاش تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

باشنى چۈشۈرگەندىن كېيىن قىچا ۋە تۇزلارنى چالا سوقۇپ، رەخت بىلەن تېڭىپ قويۇلىدۇ.

نەزلىنى توختىتىش ئۈچۈن ئانار گۈلى، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى، زەپەر تالقىنى خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچكۇزۇلىدۇ.

قىزىلگۈل، ئەرەب يېلىمى، خەشخاش ئۇرۇقى، بىخ سۇس قىيامى، نىشاستە، كەتىرا، زەپەر، ئوسۇك ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

بۇ كېسەللىكتە باشنى پەس قىلىپ يېتىش، ئىچىنى سۈرۈش ياكى ئىچ سۈرۈشنى چەكلەشكە ئۇرۇنماسلىق لازىم.

ئەگەر تازىلاش ئېلىپ بېرىلغاندىن كېيىن يەنە ئاز مىقداردا ئىچ سۈرۈش قېپقالغان بولسا، 27 گرام خەشخاش شەربىتىگە توققۇز گرام سۇفۇپى مىقلىيالىسا، 48 گرام ئەرقى بادرەنجى بۇيا قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن جاۋارىشلار بېرىلىدۇ.

دەسلەپكى ئۈچ كۈنگىچە بەلغەم بوشاتقۇچى دورىلار بىلەن قەي قىلدۇرۇپ ئاشقازان تازىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھەببى قوقىيا ۋە ئايارەجلەر ئارقىلىق مېڭىنى تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

نەزلە توختىغاندىن كېيىن قۇرسى خەشخاش بېرىلىدۇ.

جۇۋىنە بەش گرام، پوستى ھېلىلە زەرد، زەنجىۋىل ئۈچ گرامدىن، ئامىلىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، ئەرقى بەدىيانغا چىلاپ قويۇپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، تاشتۇزى 1.5 گرام، ھۆلبە، قىچىدىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا تۇخۇم سېرىقى، كاۋاپ، نان بېرىلىدۇ.

مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۈرۈشتىن كېيىن يۇرەك قوزغىلىش، يۇرەك ئاجىزلىقى، ئىشتىھا تۆۋەنلەش كۆرۈلسە، تاباشىر، لاجۇۋەرد مەغسۇل بىر گرامدىن، زەھرى - مۇھرىدىن 0.5 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، توققۇز گرام جاۋارىش ئەنبەرگە ئارىلاشتۇرۇپ، بىر دانە كۈمۈش ۋاراقتا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئالما شەربىتى، خەشخاش شەربىتى 18 گرامدىن، ئەرقى ئوغرىتىكەن، ئەرقى گاۋزىبان 36 گرامدىن، ئەرقى ئەنبەردىن 48 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قوشۇپ ئۈچ گرام پەرەنجىمشكى تالقىنى، ئىككى گرام قىچا تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى ھەببى سىمابتىن بىر دانە سۇفۇپى سەمغى ئەرەبى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن خېمىرى مەرۋايىت، ئەرقى مائۇللەھمى بېرىلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا ئەتىگىنى ماش ئېشى، ئاخشىمى ئۈچ گرام تۇخۇم سېرىقىغا نەمەك سۇلايمان تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش ئىسسىقتىن بولغان نەزلىدىن كېلىپ چىققان بولسا چىلان، نېلۇپەر، قىزىلگۈل، ئاقلانغان ئەدەس، پوستى بىخ كاسنە، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، يەرلىك شوخلا قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان ئاجىز بولسا بېھى ئۇرۇقى ۋە ئىسپىغۇل لوئابلىرى يۇقىرىقى قاينىتىلمىغا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش مېڭىدىكى ھارارەتنىڭ بەك يۇقىرىلىقى سەۋەبىدىن

بولسا بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، قۇرۇق يۇمغاقسوت شىربىسى، ئوسۇك شىربىسى، چىلان شىربىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى، خەشخاش ئۇرۇقى شىربىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقى، چىلان، كۆكنار قاتارلىق دورىلار-نىڭ قاينىتىلمىسىرى ئىچكۈزۈلىدۇ.

قورساق قىسمىدىكى ئارتۇق هارارەتنى يوق قىلىش ئۈچۈن چىلان بەش دانە، قۇرۇق يۇمغاقسوت، قىزىلگۈل تۆت گرامدىن، كاسنە ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، بېھى شەربىتى، هەببۈلئاس شەربىتى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە يۇقىرىقى دورىغا كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، تاباشىر قاتارلىق دورىلارنىڭ تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشتە نەزلە بىلەن يەل ئارىلاش كەلسە، ئەرقى بەدىيان بىلەن خەشخاش شەربىتى بىرلىكتە ئىچكۈزۈلىدۇ.

خەشخاش شەربىتى، هەببى جەدۋار، جاۋارىش جالىنۇس، هەببى ئازراقى، تەرياقى نەزلە، مەجۇنى سوئال، هەببى مەستىكى، بەرشىشا قاتارلىق دورىلار سوغۇقتىن بولغان نەزلىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان نەزلىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئۈچۈن خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، ئانارگۈلى، بەزرۇلبەنجى، كاپۇر، زەپەر، قۇ-رۇق يۇمغاقسوت، قىزىلگۈل، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا قاتارلىق يەككە دورىلار قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

سوغۇق نەزلىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئۈچۈن ئۈدسەلب، ئۈستقۇددۇس، مۇرمەككى، زەپەر، زەنجىۋىل، ئەپيۇن، لاچىندانە، ئاقىرقەرها، دارچىن، قەلەمپۇر، سۇمبۇل تىپ قاتارلىق يەككە دورىلار قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

نۇشدارى ساددە شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

4. هۆل سوغۇق كەيپىيات ۋە غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال معده بارد رطب و بلغمی

ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئۈچۈن جاۋارىش ئۈد بېرىلىدۇ.

بەدىيان، قورۇلغان قارا زىرە، لاچىندانە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئەرقى بەدىيان بىلەن شىربىسنى چىقىرىپ، تاتلىق بېھى قىيامى بىلەن ئارىلاشتۇ-

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

رۇپ، پاقىيوپۇرمىقى تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەستىكى، سۈمبۈل تىپ، ئۇد ھىندى، پوستى تۈرۈنجى قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، سىركە ۋە ئەرقى گۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ ياكى مەستىكى يېغى سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۈرۈش بىلەن ئېغىز شۆلگىيى كۆپ بولۇش، كۆڭۈل ئاينىش يۈز بەرسە، غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتى قەي قىلغۇچى دورىلار بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتىنىڭ مۇنزىچى بىلەن خىلتىنى پىشۇرۇپ، غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتىنىڭ سۈرگىسى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، تەبئەتنى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن توخۇ تاشلىقى پوستى، قەلەمپۇردىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

پىشىشىق دورىلاردىن نۇشدارى قابىز، جەدۋار، مەرۋايىت، كۈندۈر، تەرياقى زەرھەب، ئامىلە لۆئلۇئى، جاۋارىش زەنجۇبىل، جاۋارىش قانىسە، جاۋارىش ئەنبەر، ھەببى ئازاراقى، ھەببى جەدۋار، خېمىرى ئامىلە، سۇفۇپى سەنگىدانە، سۇفۇپى شېرىن، سۇفۇپى لاجۇۋەرد، سۇفۇپى گۈل، سۇفۇپى ھەجرە لېيەھۇد، ئەرقى يالپۇز، مەجۇنى سەنگىدانە مۇرۇغ قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئاق قىچا ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بالەنگۇ، رەيھان ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى، خەشخاش ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قۇرۇپ، مەستىكى، سەئدى كوفى، قەسبۈزەرىرە، رۇم بەدىيان ئون گىرامدىن، بەدىيان يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ 4 ~ 9 گىرامغىچە يېگۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى پەنجىنۇش ۋە ھەببۈلئاس، ھەببى قوقىيا، تەرياقى ئەرىبەئە، داغمال سۈيى قاتارلىق دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

تەرياقى كەبىر ياكى تەرياقى ئەرىبەئە، جاۋارىش خەرنوب، جاۋارىش كۈندۈر قاتارلىق دورىلار ئاشقازاننىڭ تۈتۈش كۈچىنى ئاشۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۈزۈلۇشىدىن ئىچ سۈرۈش كېلىپ چىققان بولسا، جاۋارىش كۈمۈنى، جاۋارىش پەلاسپە، جاۋارىش پەنداقۇنى، جاۋارىش ئۇدشېرىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئاشقازاندا غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتىنىڭ توپلىشۇپلىشىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۈرۈش ئۈچۈن قەي قىلدۇرۇش، يېمەكلىكنى ئازلىتىش لازىم. بىخ مارجان، دارچىن ياكى كۈندۈر مېۋىسى كونا شاراپ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزىدىن تۆت گىرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھاراقتىن كېيىن ئۇد ھىندى ياكى بەسباسە ۋە ياكى قەلەمپۇر تالقانلىرى يېگۈزۈلىدۇ.

توخۇ تاشلىقى پوستىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، بېھى ئۇرۇقى قىيامى ياكى

ھەببۇلئاس ئۇرۇقى قىيامى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

دەسلەپتە توشقانىنىڭ ئوغۇز سۈتىدىن 0.5 گرامدىن 24 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى سوزۇلمىغا ئايلىنىپ كەتكەن بولۇپ، كۈنىگە ئون قېتىمغىچە تەرەت قىلغان بولسا، ساقىيىشتىن ئۈمىد ئۈزگەن بولسا، تەرياقى پارۋقتىن 0.5 گرامدىن تۆت گرامغىچە ئېلىپ، ئەرقى گۈل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ شورپىسى، ئارپا ئېشى بېرىلىدۇ. ئۈسسۈلۇقى ئۇچۇن ئەرقى كاسىنە، ئەرقى بەدەمشكى ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاباشىر، مەستىكىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، نۇشدارى ساددە بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان بەدىيان شىرىسى تۆت گرام، قورۇلغان جۇۋىنە شىرىسى ئىككى گرام، قەنتتىن 12 گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، تۆت گرام رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاشقازاندا ئاغرىق بولسا، قورۇلغان بەدىيان شىرىسى تۆت گرام، قورۇلغان جۇۋىنە شىرىسى ئىككى گرام، قورۇلغان زىرە شىرىسى تۆت گرام، قەنت 12 گرام، رەيھان ئۇرۇقى تالقىنىدىن تۆت گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازاندا ئاغرىش بىلەن ئىچ سۇرۇش سوزۇلما خاراكتېرلىك بولسا، يۇقىرىقى دورىلارغا ئانارگۈلى ئۇچ گرام، پىستە پوستى، جۇۋىنە، كۈندۈردىن ئالتە گرام ئېلىپ، تالقانلارنى قوشۇپ ئەرقى بەدىيان بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن قىزىتما بىرگە بولسا، بەدىيان، لاچىندانە تۆت گرامدىن، قارا زىرە ئۇچ گرام، قىزىلگۈلدىن تۆت گرام ئېلىپ قاينىتىپ سۈزۈپ، 24 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن پىرسياۋشان، بىخ سۇس، قىزىلگۈلدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، 120 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن ئىشتىھا تۆۋەنلىگەن بولسا، ئاپېلسىن پوستى، ئاق لاچىندانە، قورۇلغان جۇۋىنىدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، 12 گرام قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئارقىدىنلا لاچىندانە، قىچا، كۈندۈر، مەستىكى، قۇرۇق پىننە، ئاپېلسىن پوستى بىر گرامدىن، قەنتتىن بەش گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، يۇقىرىقى مەتبۇخ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى دورىغا تۆت گرام پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ، نۇشدارى ساددە بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

بەدىيان، لاچىندانە، قارا زىرىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى 36 گرام ئەرقى شوخلا، 36 گرام ئەرقى كەيىورە، 36 گرام ئەرقى گۈل چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ،

بېھى قىيامى، قورۇلغان رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈمبۈل تىپ، مەستىكى، پوستى تۇرۇنجىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى گۈلگە چىلاپ، ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا ئىلمان ھالەتتە زىماد قىلىنىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە سۈفۈپى لۆئلىۋى يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۈرۈش بىلەن بەدەن بەك ئاجىز بولسا، سۈفۈپى لۆئىۋى ئەرقى لاچىندانە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن مەرۋايىت، سوقۇلغان تاباشىر بىر گرامدىن، نۇشدارىدىن بەش گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 125 گرام ئەرقى لاچىندانە، 24 گرام ئەرقى گۈل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۈرۈشتە چوڭ تەرەت بىلەن ھەزىم بولمىغان يېمەكلىكلەر چىققان بولسا، دەسلەپتە جاۋارىش جالىنۇس يېگۈزۈلىدۇ. قارازىرە، لاچىندانە، نامازشامگۈلى ئۇرۇقىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى شوخلىغا چىلاپ شىربىسىنى چىقىرىپ، تاتلىق بېھى قىيامى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىچ سۈرۈش بىلەن بىمارنىڭ مىزاجىدا سوغۇقلۇق كۆرۈلگەن بولسا، دارچىن، قەلەمپۇر، بەسباسە ئىككى گرامدىن، بەدىيان ئۇچ گرام، زىرىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى گاۋزىبان بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەستىكى، قورۇلغان بەدىيان ئالتە گرامدىن، مۇدەببەر قىلىنغان نەشىدىن 24 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇدەببەر قىلىنغان نەشە 18 گرام، مەستىكى، ئانار ئۇرۇقى، چالا پىشۇرۇلغان كۆكنار 24 گرام، چالا پىشۇرۇلغان زەنجىۋىل، لاچىندانە، قورۇلغان قۇرۇق يۇمغاقسۈت 18 گرامدىن، ئەرەب يېلىمىدىن بىر گرام ئېلىپ، سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى داۋالاش تەدبىرلىرىدىن باشقا، بىر قىسىم تېۋىپلار تۆۋەندىكى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللانغان:

كۆچۈلانى ئۇچ كۈنگىچە سوغۇق سۈغا چىلاپ قويۇپ، ئۇنىڭ سىرتقى پوستىنى قىرىپ تىلى چىقىرىۋېتىلىدۇ. قالغان قىسمى 120 مىللىگرام پان مېۋىسى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

بەدىيانىنى كالا يېغى بىلەن قورۇپ قىزارتىپ، سوقۇپ، ھۆل شېكەر بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى، لاچىندانە، پىستە پوستى، تۇرۇنجى پوستى، خەشخاش ئۇرۇقى، مەستىكى، نىلۇپەر ئۇرۇقى، قورۇلغان ھەببۇلئاس ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، خەشخاش سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈملاچ تەييارلاپ، بەش داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەپيۇن، ھاك قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ، بىر داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

زەنجىۋىل، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ئاق سەندەلدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ، ئەتىسى قاينىتىپ ئۇچتىن بىر قىسمى قالغاندا سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ دورىلارنىڭ پىسەپلىرى يەنە بىر قېتىم قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت، سېرىق پۇرچاق ئۇندا تاماق ئېتىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن بىرگە بوۋاسىر بولسا، يۇقىرىقى مەتبۇختىكى زەنجىۋىلنىڭ ئورنىغا يولغۇن چېچىكى ياكى گۈلنار قوشۇلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش تولغاق ھالىتىدە كېلىپ قىزىش بولسا، يۇقىرىقى مەتبۇختىكى زەنجىۋىلنىڭ ئورنىغا ھەمىشباھار ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قوشۇلىدۇ.

قورۇلغان سېرىق ھېلىلە، قورۇلغان بەدىيان، كۆكنار، قىچا، قورۇلغان ئىسپەغۇل، قورۇلغان يۇمغاقسۇت، جۇزبۇۋا، سەئدى كوفى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ ئىككى گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

يۇلغۇن چېچىكى ئۇچ گرامدىن، مەستىكى ئىككى گرام، خەشخاش ئۇرۇقى، قىچىدىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۇچ گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

مەستىكى، جۇۋىنە، زورەمبات، ھەببۇلئاس، پىستە پوستى، سەئدى كوفى، كەرەپشە ئۇرۇقى، سەلىخە، قۇرۇق پىننە، زەنجىۋىل، مۇدەببەر قىلىنغان زىرە، قورۇلغان بەدىيان، ئانارگۈل، ئەرەب يېلىمى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، يەتتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

كاسىنە ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، قىچا، تۇخۇمى ئەنبەر قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىسپىغۇلدىن باشقىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇلنى ئارىلاشتۇرۇپ، يەتتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ئاق قىچا قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلۇپ، ئاشقازان سىلىقلىشىپ قېلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىققان بولسا، قىزىتقۇچى شەربەت، زىمادلارنى ئىشلەتكەندىن باشقا قەيسىلدۇرۇپ، ئاشقازاننى تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن جاۋارىش خۇزىدا، جاۋارىش ھەببۇلئاس، جاۋارىش خۇپسىلھەدد يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش ئاشقازانىنىڭ تۇتۇش كۈچى ئاجىزلاش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جاۋارىش خەرنوب داۋائى سۇماق بىلەن يېگۈزۈلىدۇ ياكى سۇفۇپى رۇمان، ئاچچىق بېھى قىيامى ياكى نامازشامگۈلى قىيامى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئۇلاردىن باشقا قۇرسى گۈلنار يېگۈزۈلىدۇ، زىمادى ئەپسەنتىن ئاشقازان ساھەسىگە تېگىلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

5. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال معده صفراوی

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنى شەربىتى ۋەرد مۇكەررەر ياكى مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن سۇرۇپ چىقىرىش لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى تاباشىر قابىز يېگۈزۈلىدۇ.

سەندەل، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقىنى ئەرقى گۈلگە چىلاپ، جىگەر ۋە ئۆت ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈلىرىغا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈلىرى شەربىتى ۋەرد مۇكەررەر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېرىقماي بىلەن قورۇلغان سېرىق ھېلىلىنى شېكەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشتە، بىماردا بەدەن بەك ئاجىزلاش، ھوشسىزلىنىش، سۈسىزلىنىش خەتىرى بولمىسا، توختىتىشقا ئۇرۇنماسلىق كېرەك. بەلكى مىزاجنى تەڭشەش، سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش لازىم.

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن قۇرسى ھۇمماز سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى شىرىسى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇماق، كەتىرا، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، تاباشىر قاتارلىق دورىلارنى تالقانلاپ، شەربىتى خەشخاش بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان تاباشىر ئۆچ گرام، كاپۇردىن 120 مىللىگرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

تاتلىق ئانار شەربىتى 24 گرام، ئەرقى گۈل 60 گرام، ئىسپىغۇل تالقىنىدىن ئالتە گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سوغۇق تەبىئەتلىك، تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان دورىلارنى بېرىش، سوغۇق تەبىئەتلىك، غەلىز تاۋلىغۇچى بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇش لازىم.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۈچ گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى ئالتە گرام، ئەرقى گۈل 48 گرام، شەربىتى نىلۇپەردىن 24 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، تۆت گرام خاكشى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش، قىزىتمىنى پەسەيتىش ئۈچۈن سېمىزئوت ئۇرۇقى ئالتە گرام، قورۇلغان كاسنە ئۇرۇقى بەش گرام، ئوسۇك ئۇرۇقىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى گۈل، ئەرقى شوخلىغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى، تاباشىر ئىككى گرامدىن، كاپۇردىن 120 مىللىگرام ئېلىپ، تالقانلىرىنى شىرىگە

ئارىلاشتۇرۇپ، 24 گرام تاتلىق ئانار شەربىتى، بەش گرام رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى ياكى ئىسپىغۇل تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى تۆت گرام، لاچىنداندىن ئۈچ گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئوسۇك ئۇرۇقى شىربىسى ئالتە گرام، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى تۆت گرام، قەنتتىن 12 گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۈرۈش سوزۇلما خاراكتېرلىك بولسا، ئوسۇك ئۇرۇقى شىربىسى، قەنت، نامازشامگۈل ئۇرۇقى شىربىسى، تاتلىق ئانار شەربىتىدىن 24 گرامدىن ئېلىپ، تۆت گرام سۈفۇپى مىقلىياسا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئاق لەيلى يىلتىزىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، زىرە شىربىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى، نېلۇپەر گۈلى شىربىسى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، خاكشى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازانغا غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتى يىغىلىۋېلىشتىن بولغان ئىچ سۈرۈشتىن يۈرەك قوزغىلىش كېلىپ چىققان بولسا، ئانار ئۇرۇقى، تاباشىر بىر گرامدىن، ئاقلانغان سېمىزئوت ئۇرۇقى، قۇرۇق يۇمغاقسۈتتىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، بىر دانە ئامىلە مۇرابباسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كۈمۈش ۋاراقتا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئالتە گرام ئاقلانغان ئوسۇك گاۋزىبان ئەرقى، شوخلا ئەرقى، شاھتەررە ئەرقى 48 گرامدىن، 24 گرام ئەرقى كەييورە بىلەن شىربىسنى چىقىرىپ، 24 گرام نېلۇپەر شەربىتى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى جاۋارىش ئانار سۈيىدىن ئالتە گرام، سەندەل شەربىتىدىن 24 گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازانغا غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتى يىغىلىۋېلىشتىن بولغان ئىچ سۈرۈش كونىراپ قالغان بولسا، كۈندۈر، خەشخاش ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تۆت گرام يېگۈزگەندىن كېيىن بېھى ئۇرۇقى ئۈچ گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى ئالتە گرام، نامازشامگۈلى ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى 120 گرام ئەرقى بارىتەڭگە چىلاپ شىربىسنى چىقىرىپ، 24 گرام بېھى ئۇرۇقى قىيامى، پاقىيوپۇرمىقى تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۈرۈش بىلەن ئۈسسۈزلۇق كۆپ بولسا، يەتتە گرام جاۋارىش ئانار، تۆت گرام زىرىق شىربىسى، ئۈچ گرام لاچىنداندا شىربىسى، 120 گرام ئەرقى بەدىيان، 24 گرام شەربىتى ئانارىيىن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۈرۈش بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، زەھرى ـ مۇھرى، تاباشىردىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۈچ گرام بېھى ئۇرۇقى شىربىسى، ئالتە گرام سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى، 24 گرام نېلۇپەر شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بىكىتى www.uyghurkitap.com

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن قورساق ئاغرىش ۋە قىزىتما بولسا، لاچىندانە، زىرىقتىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، ئەرقى گاۋزىبان بىلەن ئەرقى گۈلگە چىلاپ شىربەتسىنى چىقىرىپ، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار شەربەتلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن ھەزىم بۇزۇلۇش ۋە قىزىش بولسا، كاسىنە ئۇرۇقى ئالتە گرام، زىرىقتىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىربەتسىنى 120 گرام ئەرقى كاسىنە بىلەن چىقىرىپ، 12 گرام سىركەنجۈبىل، تۆت گرام خاكشى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن قورساق كۆرەكراش بىرگە بولسا، يەتتە گرام نۇشادرى سادىدىن يەتتە گرام جاۋارىش ئامىلە بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى تۆت گرام، رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى، پاقىيوپۇرمىقى تالقىنىدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، 24 گرام تاتلىق بېھى شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى تاباشىردىن تۆت گرامدىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى، كاسىنە ئۇرۇقى شىربىسى ئالتە گرامدىن، قۇرۇق يۇمغاقسۇت شىربىسى تۆت گرام، ئالما شەربىتى 24 گرام، بېھى شەربىتى 24 گرام بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش كاپۇردىن تۆت گرام يېگۈزۈش بۇ كېسەللىك ئۈچۈن پايدىلىق.

كاپۇردىن مۇۋاپىق مىقدار ئېلىپ، ھۆل رەيھان سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

زەھرى - مۇھرى، مەرۋايىت، تاباشىر، قورۇلغان ئەرەب يېلىمىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، بېھى قىيامى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

قورۇپ ئاقلانغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى يەتتە گرام، قورۇپ ئاقلانغان سېمىزئوت ئۇرۇقى 12 گرام، لاچىندانە، قورۇلغان ئاق زىرىدىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، 140 گرام ئەرقى شوخلىغا چىلاپ شىربەتسىنى چىقىرىپ، بېھى قىيامى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن تال ساھەسىدە ئاغرىش بولسا، زىرىق تۆت گرام، ئانار ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى شوخلا ئەرقى، كاسىنە ئەرقى، گازىبان ئەرقى، قىزىلگۈل ئەرقى ھەربىرىدىن 48 گرامغا چىلاپ ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ، 24 گرام تاتلىق بېھى شەربىتى، تۆت گرام رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى ئالتە گرام سۇغۇپى رۇمانى 120 گرام پاقىيوپۇرمىقى ئەرقى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن ئاشقازان ئاجىزلىق ئالامىتى بىرگە كەلسە، تاباشىر، قورۇلغان لاچىندانە ئۇرۇقىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قورۇلغان بېھى ئۇرۇقى، قورۇلغان لاچىندانە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى كەييوره ئەرقى، قىزىلگۈل ئەرقى، شوخلا ئەرقىگە چىلاپ شىربەتسىنى چىقىرىپ،

بەھى ئۇرۇقى قىيامى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇشتىن يۇرەكتە سەل ئاجىزلىق كېلىپ چىققان بولسا، يۇقىرىقى دورىلارغا زەھرى - مۇھرى، مەرۋايىت تالقانلىرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن چوڭ تەرەتتىن ھەزىم بولمىغان يېمەكلىكلەر چىققان بولسا، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولسا، ھەببى رۇممان يېگۈزۈپ، ئارقىدىنلا نامازشامگۇل ئۇرۇقى، لاچىندانە قاتارلىق دورىلارنى شوخلا ئەرقىگە چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، بەھى قىيامى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلار-غا سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن بەھى ئۇرۇقى قىيامى ئەرقى گۇل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇسسۇزلۇق يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەن پەسەيمىسە، بەھى ئۇرۇقى قىيامى، تاباشىر، زەمىرى - مۇھرى، مەرۋايىت تالقانلىرى، ئەرقى گۇل قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇ-رۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ تەدبىرلەر بىلەن ئۇسسۇزلۇق پەسەيگەن بولسا، سۇفۇپى ھەببى رۇممانغا زەھرى - مۇھرى تالقىنى، مەرۋايىت تالقىنى، ئەرقى گۇل، كۆك كاسنە سۇيى، بەھى قىيامى، پاقىيوپۇرمىقى تالقىنى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆك كاسنە سۇيىگە سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زەھرى - مۇھرى تالقىنى، تاباشىر تالقىنى، بەھى قىيامى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇ-رۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش ئامىلە لۆئلىۋى ئەرقى گۇل بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

كېسەللىك بىرقەدەر ياخشىلانغاندىن كېيىن ئەتىگىنى جاۋارىش دورىلارغا لاچىندانە تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى جاۋارىش دورىلارغا كاپۇر تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئاشقازانغا غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتى يىغىلىۋېلىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان يەككە دورىلار تۆۋەندىكىچە:

قىزىل چۇغلۇق سۇيى، بەللۇت، جۇپتى بەللۇت، ھۇزۇر مەككى، تاباشىر، ھۇمماز ئۇرۇقى، ئۇزۇم چېچىكى شەربىتى، كەھرىۋا قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

ئارپا ئۇننىنى سىركە ۋە سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ تونۇرغا يېقىپ بېرىش، قارا ئۇجمىنى قاينىتىپ پىسىپى بىلەن يېگۈزۈش بۇ كېسەللىك ئۇچۇن پايدىلىق.

ئاشقازانغا غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتى يىغىلىۋېلىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان پىششىق (مۇرەككەپ) دورىلار تۆۋەندىكىچە:

جاۋارىش ئامىلە، جاۋارىش زىرىشك، جاۋارىش پەۋاكىھ قابىز، جاۋارىش سۇماق،

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ھەببى ياقۇت، ھەببى سەندەل، ھەببى قابىز، سۇفۇپى رۇمان، سۇفۇپى ھەببۇلئاس، سۇفۇپى زەرنەب، شەربىتى ھەببۇلئاس، مەجۇنى ھەببۇلئاس، قۇرسى تاباشىر قابىز، جاۋارىش تاباشىر، سۇفۇپى نەمەك.

شەيخ بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر ئاشقازاننىڭ سىلىقلىشىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي خىلىتىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن قابىز تۇرىدىكى دورا قىيامىلىرى ۋە تېرىقلار بىلەن پىشۇرۇلغان ئارپا ئېشى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كېسەل كونا بولسا، كالا قېتىقىغا قىزىتىلغان تۆمۈر ياكى تاش تاشلاپ قېتىقنى داغمالىلىغاندىن كېيىن تاباشىر، قىزىلگۈل، كەھرىۋا، ئانارگۈلى قاتارلىق دورىلارنىڭ تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاشقازان ساھەسىگە ئاشقازاننىڭ ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇش بابىدا قوللىنىلغان زىمادلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ئاقلانغان ئەدەس، گۈرۈچ، تېرىق، غورا سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى، چۈچۈمەل بېھى سۈيى بېرىلىدۇ.

بىمار ئاجىزلاپ كەتكەن بولسا، توخۇ، كەپتەر گۆشى بېرىلىدۇ، يۇقىرىقى تەدبىرلەر- دىن باشقا، ئاشقازان مىزاجىنىڭ خىلىتلىق ئىسسىق ۋە خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدا قوللىنىلغان داۋالاش ئۇسۇللىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

جۇرجانى ۋە ئىلاقى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر بەلغەم بىلەن سەپرا خىلىتى ئارىلىشىشىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن سېرىق ھېلىلە بىر ھەسسە، ھەببى رىشات يېرىم ھەسسە، ھەببۇلئاس، سۇماق، يۇلغۇن مېۋىسى، ئامىلە ئۇسارىسىدىن ئالتە ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يەتتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى يەتتە گرام، رۇم بەدىيان ئۇچ گرام، ئانار پوستى، خۇنسياۋشاندىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، سۇفۇپى نەمەك بېرىلىدۇ. بىمارنى ئوزۇقلاندۇرۇشتا بىر كېچە - كۈندۈزدە پەقەت بىر قېتىملا يېمەكلىك بېرىش، تاماقتىن ئىلگىرى بېھى، چۈچۈمەل ئانارغا ئوخشاش چۈچۈمەل يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. بۇ جەريانداا سۇ ئىچكۈزۈشكە قەتئىي بولمايدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ خۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تاماق ئاز بېرىلىدۇ، بەدەن چېنىقتۇرۇشقا تەۋسىيە قىلىنىدۇ. شەربىتى تەمرى ھىندى گۈلقەنت، پىننە قوشۇلغان ئانار شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاچچىق - تاتلىق ئانار سۈيى شىرخىست، شەربىتى ۋەرد مۇكەررەر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى تاباشىر، قۇرسى ھۇمماز يېگۈزۈلىدۇ.

6. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچى سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال معده صفراوی

سەۋدا خىلىتىنىڭ سۇرگىسى ياكى مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە ئىسسىق تەبئەتلىك قابىز تۇردىكى دورىلار ۋە ئىسسىق لوڭگە ئارقىلىق تال ساھەسگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. تال ساھەسگە ئوتلۇق لوڭقا قويۇلىدۇ. ھەركۈنى ئەتىگەن شېكەر، بادام ۋە سېرىق ياغنىڭ ھالۋىلىرى يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن سەۋدانى تازىلاش ئۇچۇن مائۇلجەبىن بېرىلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش ئۇچۇن ئەرقى مائۇللەھمى، خېمىرى مەرۋايىت بېرىلىدۇ.

ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، گەزمازەج، ئانار ئۇرۇقى، گاۋزىبان گۈلى، زوراۋەبات، سۇزاپ، ئۇزۇم ئۇرۇقىدىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، دورىلاردىن ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، گەزمازەجنى بادام يېغىدا، باشقا دورىلارنى كالا يېغىدا قورۇپ، قورۇلغان ئانار ئۇرۇقى بىلەن قوشۇپ، دورىلارنى سوقۇپ ئون گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەنتاكى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

كۆيدۈرۈلگەن مارجان ئۇچ گرام، ئەرەب يېلىمى ئىككى گرام، رۇم بەدىياندىن بەش گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مەرۋايىتنى چۇچۇمەل ئاپېلسىن سۇيى بىلەن شېشىگە سېلىپ، ئاغزىنى مومغا ئوخشاش نەرسە بىلەن مەھكەم ئېتىپ، مەرۋايىت ئېرىگەندىن كېيىن ئازراق ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەكىم ئابىت بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ھۆل ياكى قۇرۇق يۇلغۇن مېۋىسىدىن 36 گرام ئېلىپ، ئون ھەسسە ھاراق بىلەن قاينىتىپ، دورىنىڭ تاتقى چىققاندا سۇزۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. پىسپى قورساق ساھەسگە زىماد قىلىنىدۇ.

7. ئاشقازان يارىسى ۋە مۇدۇر - چاقسى سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال معده بثور وقروحی

زەپەر چۇشمىگەن قۇرسى تاباشىر قابىز يېگۈزۈلىدۇ.

جىگەردە ئاجىزلىق بولمىسا، سۇفۇپى ھەببى رۇمان يېگۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا گۈرۈچ، ئارپا، ئاقلانغان ئەدەس قاتارلىقلاردا تاماق ئېتىپ بېرىلىدۇ، يارىدا غىدىقلىنىش خەتىرى بولمىسا، سۇماق ۋە زىرىق ئارىلاشتۇرۇلغان يېمەكلىك بېرىشكە بولىدۇ.

ئەگەر بىمار كۆچلۈك بولۇپ، قان ئېلىشقا تېگىشلىك بولسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش، پاچاقتا قانلىق لوڭقا قويۇش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن مائۇلھەسەل ياكى مائۇلئۇسۇل كەبىر ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ جەريانىدا بىماردا قەي يۈز بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم.

غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن زەپەر چۈشمىگەن قۇرسى كاپۇر يېگۈزۈلىدۇ.

نامازشامگۈل ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، ئاقاقىيا، لادەن، ئانارگۈلى، ئاق سەندەل قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، ئاشقازان ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

قۇرسى گۈلنار سۇفۇپى رۇممانى بۇ كېسەللىك ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

ھەكىم تەبىرى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىك ئۇچۇن تۇتۇش قۇۋۋىتى ئاجىزلىغانلىقتىن كېلىپ چىققان ئاشقازان كېسەللىكى ۋە غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشتە قوللىنىلغان بارلىق تەدبىرلەر پايدىلىق.

ئاشقازان يارىسى ۋە مۇدۇر - چاقىسى سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا، دەسلەپتە ئاشقازان يارىسىدا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاشقازاننى كۆچلەندۇرۇش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

8. جىگەر توسۇلۇش ۋە ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال معده از ضعف جگر وسده آن

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا جىگەر ئاجىزلىقى ۋە جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇشقا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ ئىشلىتىلگەندىن باشقا تۆۋەندىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ:

جاۋارىش پەندادىقۇت، جاۋارىش مەستىكى، جاۋارىش ئەنبەر قاتارلىقلارنى يېگۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا جىگەر ئاجىزلىقى ئۇچۇن بېرىلگەن يېمەكلىكلەر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. جىگەر ساھەسىگە جىگەر ئاجىزلىقى ئۇچۇن ئىشلىتىلگەن ئىسسىق تەبىئەتلىك زىمادلار ئىشلىتىلىدۇ.

9. ئاشقازان مەنبەلىك تۇتقاقلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال معده دوری

تۇتقاقلىق ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش كېسەللىكنى داۋالاشتا، كېسەلگە سەۋەبچى بولغان غەيرىي تەبىئىي خىلىت تازىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبىئىي خىلىت قايسى ئەزاغا توپلىشۇالغان بولسا شۇ ئەزا تازىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاشقازان كۇچلەندۇرۇلىدۇ.

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا تازىلاش ئېلىپ بارماي تۇرۇپ تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان ھەرقانداق دورا ۋە يېمەكلىكلەرنى بېرىشكە بولمايدۇ. ئۇنداق قىلغاندا ئاشقازانغا مۇدۇرچاق، يامان سۇپەتلىك ئىششىق پەيدا بولۇشى مۇمكىن.

ئەگەر بۇ خىل ئىچ سۇرۇشتە چوڭ تەرەت بەلگىلىك ھالدا تۇتاقلىق، ئاز - ئازدىن باشقا يېمەكلىكلەر بىلەن ئارىلاش چىققان بولسا، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنىڭ بىرەر تومۇر ياكى بىرەر ئەزادا توپلىشۇالغانلىقىنى بىلدۇرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تەبىئەت غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنى بىرلا قېتىمدا چىقىرالمىغان بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تەبىئەتكە ياردەم بەرگۈچى سۇرگۇ دورىلىرى بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۇ چىقىرىندى ماددا غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتى بولسا، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانارنى ئىچىدىكى ئېتى بىلەن سىقىپ، شىكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى 120 گرام شەربىتى ۋەرد مۇكەررە 36 گرام سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە ياكى سېرىق ھېيلىنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى شىكەر بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تومۇر ياكى ئەزالاردا توپلىشۇالغان چىقىرىندى ماددا غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتى بولسا، ھېيلىلە كابىلىنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى شىكەر بىلەن بېرىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تاماقنى ئاز بېرىش، بەدەن چېنىقتۇرۇش لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاشقازاننى كۇچلەندۇرۇش كېرەك.

ئەگەر تومۇر ياكى ئەزالاردا غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتى توپلىشۇالغان بولسا، بىمار ياش بولۇپ، كېسەللىك تۇتقۇن كۇندە بىر قېتىم تۇتسا، قارا ھېيلىلە 36 گرام، ھېيلىلە كابىلە 18 گرام، ئەپسەنتىن 17 گرام، غاپەس 24 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، بەدىيان، رەۋەن چىنى، ئامىلە، بەلىلە، سوقۇلغان تۇربۇت ئون گرامدىن، ئەفتىمۇندىن 18 گرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمار كۇچلۇك بولسا، يۇقىرىقى مەتبۇخ بىلەن ھەببى غارىقۇن بىرلىكتە ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەگەر بىماردا ئىچ سۇرۇش ئېغىر بولمىسا، يەتتە كۇنگىچە مائۇلئۇسۇل ئىچكۈزگەندىن كېيىن يۇقىرىقى مەتبۇخ بېرىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەن غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتى تازىلانمىغان بولسا، ئەفتىمۇن ئۇچ گرام، ئەپسەنتىن بەش گرام، غاپەس ئۇسارد-سى ئىككى گرام، ئايارەج پەيقارادىن ئىككى گرام ئېلىپ، دورىلارنى تالقان قىلىپ 24 گرام ئىترىفىل كەبىر بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇنىڭ بىلەن پايدىسى بولمىسا، بۇ دورىنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى تۇرۇپ سۇيى ۋە كۇچلۇك، قويۇق ھاراقلارنى ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇش ئېلىپ بارغاندىن كېيىن،

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بىكىتى www.uyghurkitap.com

يۇقىرىقى دورىنى يېگۈزۈش، بۇ جەريانداا پەرھىزگە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

10. ئاشقازان دئوارىدىكى سىزىملارنىڭ يوقىلىشىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال معدی از زوال حمل

سۇماق، قىزىلگۈل، تاباشىر، فۇپەل، سەندەل، ئانار پوستى، مۇمەككى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، نامازشامگۈل سۇيى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، ئاشقازان ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

بىمارداا قىزىش بولسا، ئالما ياكى بېھى قىيامى بادام يېغى بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا كەپتەر، كەكلىك گۆشىدىن باشقا ھېچقانداق يېمەكلىك بەرمەسلىك، قەتئىي ھەرىكەتلەندۈرمەسلىك لازىم.

سۇت بىلەن يۇمشاق ئۇننىڭ ھالۋىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاشقازان دئوارىدىكى نېرۋىلارنىڭ يوقىلىشىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان يەككە دورىلار تۆۋەندىكىچە:

ئانارگۈلى، موزا، قورۇلغان ئىسپىغۇل، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئانار ئۇرۇقى قاينىتمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

11. سۇرگۇ دورىلىرىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال معدی از ادویه مسهله

سۇرگۇ دورىلىرىنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن ئىچ سۇرۇش توختىمىغان بولسا، قابىز دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

قېتىق سۇزمىسى سوۋۇتۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېمىزئوت ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىلىرىنى كالا قېتىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى يۇقىرىقى ئۇرۇق دورىلارنى قورۇپ سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى سالاتىنى يېگەندىن كېيىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن ئىككى گرام كەتىرانى يۇمشاق سوقۇپ، قېتىققا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان ئارپىدىن ئالتە گرامنى يۇمشاق سوقۇپ، 125 گرام قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن قېتىق بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى رۇمىمان بۇ كېسەللىك ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

ھەببى سالاتىنى يېيىشتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن ئالتە گرام ئاق لەيلى

يىلتىزىنىڭ لوغابى، تۆت گرام بادام مېغىزى شىرىسى، ئالتە گرام ئاق لەيلى ئۇرۇقى شىرىسى، ئۇچ گرام بېھى ئۇرۇقىنىڭ لوغابىنى 120 گرام ئەرقى شوخلا، 48 گرام ئەرقى گۈل بىلەن چىقىرىپ، 24 گرام تاتلىق ئانار شەربىتى، ئالتە گرام چاھار تۇخۇمى تالقىنى، مۇۋاپىق مىقداردا بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ خىل ئىچ سۇرۇش تاماقتىن كېيىن ئىچ سۇرۇشكە ئادەتلىنىپ قالغان بولسا، سۇماق، زىرىق، مەستىكى، ئاق لاچىندانە، قورۇلغان بەدىيان، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، تاتلىق ئانار شەربىتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇسسۇلۇقى ئۇچۇن ئەرقى شوخلا ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر سۇرگۇ دورىلىرىنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن تومۇرنىڭ تۇتۇش قۇۋۋىتى ئاجىزلىغان بولسا، خىلتسىز سوغۇقتىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشتا قوللانغان تەدبىر-لەر ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر سۇرگۇ دورىلىرىنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن تومۇر ئېچىلىپ كەتكەن بولسا، قابىز تۇرىدىكى دورا ۋە يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ئەگەر كۇچلۇك خىلدىكى غىدىقلە-غۇچى دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىققان بولسا، قېتىق سۇزمىسىگە ئوخشاش دورىلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى ۋە كۇچلۇك غىدىقلىنىشنى پەسەيتكۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

ئەگەر سۇرگۇ دورىلىرىنىڭ تەسىرىدە بەدەنده مىزاج بۇزۇلۇش يۈز بەرگەن بولسا، مىزاجنى تەڭشەش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۇرگۇ دورىلىرىنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئىچ سۇرۇش توختىمىسا، قول - پۇتنى باغلاش، ئازراق تەرياقى پارۇق، پولۇنىيا يېگۈزۈش، مۇنچىغا چۈشۈرۈش ئىمكانىيىتى بولسا بىمارنى يۇيۇندۇرۇش، ئەگەر مۇنچىغا چۈشۈرۈش ئىمكانىيىتى بولمىسا، ھورلاندۇ-رۇش ئۇسۇلى ئارقىلىق بىمارنى تەرلىتىش لازىم.

قورساق ساھەسىگە قابىز تۇرىدىكى دورىلارنى زىماد قىلىش، سەندەل، كاپۇر، مېۋە-لەرنىڭ سىقىلغان سۇلىرى قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە سۇيۇق پۈرتىلما تەييارلاپ ئىشلىتىش، قۇۋۋەتلەرنىڭ ئاستى، ئىككى مۇرە ئوتتۇرىسىغا لوڭقا قويۇش، بىمارنى ھاۋاسى سالقىن ئورۇنغا يۆتكەش، ئىسسىق سۇ ئارقىلىق قەي قىلىشقا يارىدەم بېرىش، ئىسسىق سۇغا قول - پۇتنى چۆكۈرۈش لازىم.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەرنىڭ ئۇنۇمى بولمىسا، سېزىمنى يوقاتقۇچى، ئىچ سۇرۇشنى توختاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كىتابلار بىلەن تەمىنلەش بىكىتى

12. جىگەر مەنبەلىك كەيلۈسلۈق ئىچ سۈرۈشنى داۋالاش:

علاج اسهال كبدكيلوسى

جىگەر مەنبەلىك كەيلۈسلۈق ئىچ سۈرۈش جىگەرنىڭ شۇمۇرۇش كۈچى (قۇۋۋەتى جازىبە) ئاجىزلىغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر ئاجىزلىقىنى داۋالاشتا قوللىنىلىغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرى توسۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر جىگەر يالليۇغىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر يالليۇغىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئىچ سۈرۈشنى توختىتىشقا ئۇرۇنماسلىق كېرەك.

ئەگەر جىگەر مەنبەلىك كەيلۈسلۈق ئىچ سۈرۈش جىگەرنىڭ شۇمۇرۇش كۈچىنىڭ ئاجىزلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر ئاجىزلىقىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەرنى ئىشلەتكەندىن باشقا، جاۋارىش پەلاسپە، جاۋارىش بىدەنجىر ئازراق شاراپ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. سەلىخە، سۇمبۇل، زەپەر ئون گرامدىن، قەسبۇزەربىرە، ئۇدىبلسان، سەئدى كوفى، كەرەپشە، ئىزخىر 18 گرامدىن، جوز بەش دانە، قاقىلە، قەلەمپۇر، رۇم بەدىيان، بەسباسە، كۈندۇر، ئۆشنە، لادەن يەتتە گرامدىن، قەردمانە ئون گرام، ئامىلە ئۇساربسى 14 گرام، جۇۋىنە 14 گرام، قورۇلغان نامازشامگۈل ئۇرۇقىدىن 18 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا ئاسان ھەزىم بولىدىغان، سىڭىشلىق، خۇش پۇراق يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ.

ئەگەر جىگەرنىڭ تارتىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقى جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ بايانىدىكى داۋالاش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر كەيلۈسنىڭ كۆپ بولۇشىدىن جىگەر ھەممىسىنى تولۇق سۈمۇرەلمەستىن ئىچ سۈرۈش كېلىپ چىققان بولسا، يېمەكلىكنى ئازلىتىش، جىگەرنى كۈچلەندۈرۈش لازىم.

قابىز تۇرىدىكى دورىلارنى، كۈچلۈك سوۋۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم.

بەزى تېۋىپلار بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا «قۇرۇق ئۇزۇمنى يېيىش ياكى ئۇنى خىيال قىلىش جىگەر مەنبەلىك كەيلۈسلۈق ئىچ سۈرۈشكە ناھايىتى پايدىلىق» دەپ كۆرسەتكەن.

قەرشى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تاتلىق بېھى شەربىتى ئىچكۈزۈش بۇ كېسەللىك ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق بولۇپ، كەيلۈسلۈق يېمەكلىكنى تۈتۈش، توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىنى بېرەلەيدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن كاسنە سۇيىگە ئانار ئۇرۇقى، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى، زىرىقنى چىلاپ تاتقى چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر جىگەر مەنبەلىك كەيلۇسلۇق ئىچ سۇرۇش جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سۇفۇپى مىقلىياسا، قۇرسى ئەنبەر بارىد بېرىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك ماددىسى بەك قويۇق بولسا، هارارەت بولمىغان ئەهۋالدا كاسىنە سۇيى، كەرەپشە سۇيى، بەدىيان شىرىسى قاتارلىق دورىلار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

13. جىگەر مەنبەلىك گۆش يۇغان سۇدەك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال كبد غسالى

جىگەر مەنبەلىك گۆش يۇغان سۇدەك ئىچ سۇرۇش جىگەر قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر ئاجىزلىقىنى داۋالاشتا قوللانغان داۋالاش تەدبىرلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر جىگەر قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىقى زىيادە ئىسسىقلىقىنىڭ تەسىرىدىن بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇش ئۈچۈن قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەرنىڭ تۇتۇش قۇۋۇتى ئاجىزلاشتىن گۆش يوغان سۇدەك ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقسا، جىگەر ئاجىزلىقى بايانىدىكى جىگەرنىڭ تۇتۇش قۇۋۇتى ئاجىزلىقىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلگەن دورىلاردىن باشقا زىرىق، يۇيۇلغان لوك، كۆيدۈرۈلگەن بىخ مارجان، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قىزىلگۈل بىر گرامدىن، تاباشىر، زەپەر، رەۋەن چىنى، كاپۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاتلىق ئانار شەربىتى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن پاقىيوپۇرمىقى تۆت گرام، لاچىندانە ئۈچ گرام قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى شىرىسى، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن مۇدەببەر قىلىپ سوقۇلغان خۇپسىلەددىد 0.5 گرام، داۋائى مىشكىدىن تۆت گرام ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ۋەردنى قۇرسى گۈلنار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر هۇممازنى شەربىتى ۋەرد بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر هۇممازغا قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى توك بېھى شەربىتى ئون گرامدىن، ئۇد هىندى، مەستىكى، سەندەل ئۈچ گرامدىن، رۇم بەدىيان ئۈچ گرام قاتارلىق دورىلارنىڭ تالقىنى ۋە 30 گرام گۈلقەنت قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

قىزىلگۈل 24 گرام، زىرىق، يۇيۇلغان لوك، قورۇلغان هۇممماز ئۇرۇقى ئون گرامدىن، ئوردان، تاباشىر، ئاق سەندەل، نىشاستە، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى يەتتە گرامدىن، رەۋەن چىنى بەش گرام، زەپەردىن ئۈچ گرام ئېلىپ سوقۇپ، داغمالانغان

قېتىق سۇيى ياكى كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى، بېھى قىيامى، ئەرقى گۈل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

14. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال كبد صفراوى

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىشقا ئۇرۇنماسلىق كېرەك. ئۇنداق قىلغاندا تۆيۈقسىز ئۆلۈپ كېتىشنى ياكى تال قېتىپ سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. شۇڭا، بۇ ۋاقىتتا مىزاج ۋە خىلىتنى تەڭشەش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

شەربىتى خەشخاش، چىلان شەربىتى، تاتلىق ئانار شەربىتى، چۈچۈمەل ئانار شەربىتى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، شەربىتى سەندەل ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىرىق، سەندەل، قىزىلگۈل سېرىقىنىڭ چىلانمىلىرى شەربىتى سەندەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئامىلە، نېلۇپەرنى قاينىتىپ سۈزۈپ، دورىلار مىقدارىدىكى قەنت بىلەن قوشۇپ، شەربەت تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتى تازىلانغاندىن كېيىنمۇ ئىچ سۇرۇش قېپقالغان بولسا، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى ئەنجىبار بىلەن ئاق لەيلى ئۇرۇقىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى، ئەرەب يېلىمى قاتارلىق دورىلارنى ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، سېرىقماي بىلەن قورۇپ تالقانلاپ، ئۇچ گرام ھۆممار ئۇرۇقى تالقىنى، بىر گرام كاپۇر تالقىنى قوشۇپ، ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىرىق، لوك، رەۋەن، ئانار ئۇرۇقى تالقانلىرى ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمار كۆچلۈك بولسا، جىگەرنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ھېلىلىگە ئانار سۈيى، كاسىنە سۈيى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

15. جىگەر مەنبەلىك يىرىڭلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال كبد صديدى

جىگەر مەنبەلىك يىرىڭلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ.

بىمار كۆچلۈك بولۇپ، قان ئېلىشقا بەرداشلىق بېرەلىسە، ئوك قولىنىڭ ئۈسەيلىم

تومۇرىدىن قان ئېلىنىدۇ.

ئاق سەندەلنى ئىكەكلەپ ئەرقى گۈلگە ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە ئىچ سۇرۇشنى ئاستا - ئاستا توختىتىش، كۆچلۈك تۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك، سوغۇقلۇق ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلارنى تاللاپ ئىشلىتىش لازىم.

قۇرسى تاباشىر كاپۇرى، قۇرسى كاپۇرنى ئەھۋالغا قاراپ بېرىش لازىم.

ئەگەر جىگەر مەنبەلىك يىرىڭلىق ئىچ سۇرۇش جىگەر ياللۇغى ياكى جىگەر مۇدۇر - چاقلىرىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەللىكنى داۋالاش ئۈسۈلى قوللىنىلىدۇ.

16. جىگەر مەنبەلىك پىشلاق سۈتتەك، تولغاقلىق، ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسہال کبد زیری

جىگەر مەنبەلىك ئۈيۇغان سۈتتەك ۋە ئاغرىشلىق ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى جىگەر مۇدۇر - چاقلىرىنىڭ پىشىشى، يارىنىڭ چىرىشى، جىگەر ياللۇغى، جىگەر ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشى، جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەللىكنى داۋالاش ئۈسۈلى قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك قانىنىڭ كۆيۈشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش بايانىغا مۇراجىئەت قىلىنىدۇ.

خەشخاش شەربىتى، تاباشىر تالقىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىلەك، يوتا قىسىملىرى باغلىنىدۇ. قول - پۇتى ئىسسىق سۇغا چىلىنىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

جىگەر مەنبەلىك ئۈيۇغان سۈتتەك ۋە ئاغرىشلىق ئىچ سۇرۇش سوزۇلما خاراكتېرلىك بولۇپ قالسا، چوڭ تەرەت قان ئارىلاش كېلىدۇ.

بەزىدە بىمارداً چوڭ تەرەت قىلغاندا ئېغىر دەرىجىدە ئاغرىش ھېس قىلىپ ھوشسىزلىنىش كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، كەتىرا، ئىسپىغۇل، پاقىيوپۇرمىقى، تۇدەرى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، قاياناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئىسپىغۇل، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى ئۇچ گرامدىن، نىشاستە، ئەرەب يېلىمى يەتتە گرامدىن، گىل ئەرمىنىدىن بەش گرام ئېلىپ، پاقىيوپۇرمىقى بىلەن ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، قاياناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى لىنىيىسى

17. ئۆت مەنبەلىك ئىچ سۈرۈشنى داۋالاش:

علاج اسهال مزاری

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۆت مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش ئۇزاقراق داۋاملاشسا، جىگەر ۋە ئاشقازانغىمۇ تەسىر كۆرسىتىدىغان بولغاچقا، بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۆچلەندۈرۈشنى نەزەردىن ساقىت قىلماسلىق كېرەك.

ئۆت مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش سەپرا خىلىتىنىڭ مىقدار جەھەتتىن ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سىرىق ھېلىلە بىلەن تەمرى ھىندى قاينىتىلمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەپرا خىلىتىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن سۈفۈپى رۇمان، قۇرسى تاباشىر قابىز، قىزىتىلمىغان تاش ۋە تۆمۈر تاشلانغان قېتىق، ئارپا ئېشى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا يارمىسى تۆت ھەسسە، ئاق خەشخاشتىن بىر ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى سۈغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا ئېشى ئىككى ھەسسە، سۈفۈپى رۇمانى بىر ھەسسە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، موزا، گىل ئەرمىنى، ئاقاقىيا، ئامىلە جەۋھىرى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، ئەرقى گۈل، نامازشامگۈل ئۇرۇقى شىرىسى، بېھى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۆت ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

18. تال مەنبەلىك ئىچ سۈرۈشنى داۋالاش:

علاج اسهال طحالی

تال مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش كېسەللىكنى داۋالاشتا، ئاشقازانغا غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتى يىغىلىۋالغانلىقتىن بولغان ئىچ سۈرۈش كېسەللىكنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

تال ساھەسىگە ئوتلۇق لوڭقا قويغاندىن كېيىن مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ. رەئىس ئەزالارنى كۆچلەندۈرۈش ئۈچۈن خېمىرى مەرۋايىت، ئەرقى مائۇللەھمى ئىچكۈزۈلىدۇ.

گەزمازەج، بىخ كەبىر، مەستىكى، سۈزاپ، يەرلىك شوخلىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تال ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

جوز، سەئىدى كوفى، پىستە گۈلى، كۈندۈر، كەھرىۋا، بىخ مارجان، كۆك قاشتېشى، تاباشىر يەتتە گرامدىن، بىخ مارجاندىن ئون گرام ئېلىپ، دورىلاردىن قاشتېشىدىن باشقا دورىلارنى بادام يېغى ۋە نارجىل يېغى بىلەن قورۇپ، دورىلارنى قوشۇپ تالقانلاپ، ئۈچ گرام ئېلىپ، بىر دانە ئامىلە مۇرابباسىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئالتۇن ۋاراقتا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئالما شەربىتى، گاۋزىبان شەربىتى 24 گرامدىن، ئەرقى

كەييورە، ئەرقى زىرىشكتىن 60 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، يەتتە گرام ئالما ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشى شورپىسى، توخۇ گۆشى سېلىنغان ئۇماچ، شويلا، كالا قېتىقى بېرىلىدۇ.

19. ھۆللۈكتىن بولغان ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال امعاء طوبي

ھۆللۈكتىن بولغان ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ھەببى ئايارەج ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر تازىلاشتىن كېيىن ئىچ سۇرۇش يەنە قېيقالغان بولسا، سۇفۇپى ھەببى رۇممان، سۇفۇپى مىقلىياسا، قۇرسى گۈلنار يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە ئاشقازانغا غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتى يىغىلىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

مەستىكى، تاباشىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، گۈلقەنت ياكى ئامىلە مۇرابباسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بىر گرام سۇفۇپى يەھۇدى توققۇز گرام بەدىيان شىرىسى، رۇم بەدىيان شىرىسى، ئاق زىرە شىرىسى تۆت گرامدىن، ئىككى گرام قەلەمپۇر شىرىسى، 18 گرام گاۋزىبان شەربىتى، 18 گرام خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

توققۇز گرام سۇفۇپى مىقلىياسا، توققۇز گرام بەدىيان شىرىسى، بەش گرام لاچىندانە شىرىسى، بەش گرام شومشا ئۇرۇقى لوئابى، ئۇچ گرام زىغىر لوئابى، ئۇچ گرام كۈندۈر تالقىنى بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەستىكى، سەئدى كوفى، قەلەمپۇر، قىزىلگۈل، بەدىيان يەتتە گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، كونا ھاراق بىلەن بىرلەشتۇرۇپ، ئۇچەي ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

دارچىن، مۇرمەككى، ئەپيۇن، جۈئدە بىدەستۇر قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قايناق سۇ بىلەن قارىمۇچ چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ، ئۇچ داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

سەئدى كوفى، سۇمبۇل تىپ، كەرەپشە ئۇرۇقى 14 گرامدىن، زەپەر، مەستىكىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئەرقى گۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇچەي ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

قىزىتما بولمىغان ئەھۋالدا قۇشلار گۆشىنىڭ كاۋىپى بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش خىلتسىز ھۆللۈكنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ

چىققان بولسا، پىستە پوستى، ئۇدغەرقى، قۇرۇق پىننە، ئاق زىرە، قۇرۇق ئامىلە، ئاق سەندەل، كۆك قاشتېشى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ. قورساق ساھەسى گۈل يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش خىلىتسىز ھۆل سوغۇق كەيپىياتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقسا، ئۇد غەرقى، قۇرۇق پىننە، ئاق لاچىندانە، بەدىيان قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھەكىم سۈۋەيدى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

زۇمرەت، دارچىن، پوستى خەشخاش قاتارلىق دورىلار يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ ياكى شەربىتى ھەببۈلئاسنى ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇقەل يۇمشاق سوقۇپ ۋە تۆمۇر داغمال سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

پوستى خەشخاشنى يۇمشاق سوقۇپ، كونا ھاراق بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

لادەننى يۇمشاق سوقۇپ، كونا ھاراق بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كالا قېتىقىغا تۆمۇر داغمال سۈيى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىزىل چۈغلۇقتىكى سقىلغان سۈيى ياكى ئۈنىڭ تالقىنىنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ناھايىتى پايدىلىق.

باقىلە سىركە ۋە سۇ بىلەن قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆك موزىنى يۇمشاق سوقۇپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھۇممماز ئۇرۇقى ياكى ھۇممماز ياغىچىنىڭ قاينىتمىسى سۇماق تالقىنى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

نامازشامگۈلىنىڭ سقىلغان سۈيى گۈل يېغى ياكى ھاراق بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

چوغدا پىشۇرۇلغان بېھى، ئاق تىكەن يىلتىزى، ئاق تىكەن ئۇرۇقى، ئانارگۈلى، مۇرمەككى قاتارلىق دورىلارنىڭ تالقانلىرىنىڭ بىرەرسى بىلەن قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇسسۇلۇقى ئۇچۇن كاسىنە سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان گۈرۈچ، قورۇلغان ئارپا، ئاچچىق ئانار پوستى قاتارلىق دورىلار يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

كەھرىۋا، قورۇلغان ھۇممماز ئۇرۇقىدىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۆچكە جىگىرىنى قورۇپ، سۇماق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

كۆك موزا، ئانار پوستى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قاينىتىلغان سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قارىمۇچ چۆگۈلىدىكى كۈمىلاچ تەييارلاپ، يەتتە داندىن 20 دانىغىچە يېگۈزۈلىدۇ.

ھۆللۇكتىن بولغان ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن مۇرەككەپ دورىلاردىن نۇشدارى لۇئلىشۇى، ھەببى زەھەب، ھەببى ئەپەس، سۇفۇپى مىقلىياسا، سۇفۇپى ھېلىلە تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىياندىن ئالتە گرام ئېلىپ، 250 گرام سۇ بىلەن قاينىتىپ سۇزۇپ، 24 گرام تاتلىق ئانار شەربىتى بىلەن ئىچكۇزۇلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، لاچىنداندىن تۆت گرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ سۇزۇپ، تۆت گرام بەدىيان شىرىسى، ئۇچ گرام مۇدەببەر قىلىنغان زىرە شىرىسى، 24 گرام تاتلىق بېھى شەربىتى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ، ئالتە گرام رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

ھۆللۇكتىن بولغان ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن ئۇچ گرام لاچىنداننىڭ شىرىسىنى تۆت گرام زىرە شىرىسى، 120 گرام ئەرقى شوخلىدا چىقىرىپ، بەش گرام سۇفۇپى مىقلىياسا، 24 گرام شەربىتى ھەببۇلئاس قوشۇپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

ھەببۇلئاس، قورۇلغان زىغىر ئۇرۇقى 2.5 گرامدىن، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى 1.5 گرام، قورۇلغان قىچا، بەدىياندىن بىر گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، تەڭ يېرىمىغا 24 گرام گۇلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ يېگۇزۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇناسىۋەتلىك ئەرەق ۋە شەربەتلەر ئىچكۇزۇلىدۇ.

ئانارگۇلى ئۇچ گرام، لاچىنداندە يەتتە گرام، چالا پىشۇرۇلغان بەدىيان ئالتە گرام، چالا پىشۇرۇلغان ئاق زىرە ئىككى گرام ئېلىپ، شىرىسىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن چىقىرىپ، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

بەدىيان، زەنجىۋىل، قاراھېلىلە، پوستى خەشخاش قاتارلىق دورىلارنى قورۇپ، يۇمشاق سوقۇپ سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۇزۇلىدۇ.

بەزى تېۋىپلار تۆۋەندىكى داۋالاش ئۇسۇلىنى ئوتتۇرىغا قويغان:

خورمىنى ئازراق ئەپيۇن بىلەن قورۇپ يېگۇزۇش، ئاق جىگدىنى قۇم بىلەن قورۇپ، سوقۇپ يېگۇزۇش، يومغاقسوت ئۇرۇقىدىن تۆت گرام ئېلىپ، سوقۇپ يېگۇزۇش، ئاقلاغان ئارپا يامىسىنى قورۇپ يېگۇزۇش، ئاقلەيلى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى سۇ بىلەن چىقىرىپ ئىچكۇزۇش، شىرە ئانار ئۇرۇقىنى كىندىك ئەتراپىغا سۇۋاش ياكى كىندىكىنىڭ تۆشۇكىگە تېمىتىش قاتارلىقلار ناھايىتى پايدىلىق.

چۇچۇمەل ئاملىنى يۇمشاق سوقۇپ، ھۆل زەنجىۋىل بىلەن بىرلىكتە كىندىك ئەترا-پىغا قويۇلىدۇ.

ھەببى مۆچرەس، ھەببى ئانار، ھەببى بىل گەرى، ھەببى رالى، ھەببى مەۋزەج، ھەببى تەنكار، ھەببى ھىندى، سۇفۇپى بەرھەل، ھەببى شىكرىپ، سۇفۇپى كەشنىز، ھەببى بەنگى، ھەببى گۇلنار قاتارلىق مۇرەككەپ دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

زەنجۈبل، بەدىيان، ئانار ئۇرۇقى، قىچا، سەئدى كوفى، گۈل داۋادىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، لايىقلاشتۇرۇلغان ئىسپىغۇلدىن ئالتە گرام قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن پاقىيوپۇرمىقى تۆت گرام، لاچىنداندىن ئۈچ گرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قايناتىپ، سۈزۈپ، ھەببۈلئاس شىرىسى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى شىرىسى تۆت گرامدىن، زەھرى - مۇھرى تالقىنىدىن بىر گرام بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پوستى بىخ مۇردار 250 گرام ئېلىپ، سۇ بىلەن يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، قۇرۇق قازاندا قۇرۇپ، يەنە بىر قېتىم يۇمشاق سوقۇپ ئىچىگە بېرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن 250 گرام خۇپسىلھەدىد تالقىنى، ئۇنىڭ ئۈستىگە بىر كىلوگرام بەرگى بەنگى تالقىنى قوشۇلىدۇ. دورىلارنى سېلىپ بولغاندىن كېيىن بىر كېچە - كۈندۈز ئوتتا قىزىتىپ، دورىنى ئوتتىن ئېلىپ سوۋۇغاندىن كېيىن بىر چىمدىمدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش ئۇچەي سىلىقلىشىپ قىلىشتىن بولغان بولسا ئۇچەي سىلىقلىشىشىنىڭ سەۋەبى ئۇچەي يارا كېسەللىكى بولمىسا، ئاشقازان مەنبەلىك ئىچى سۇرۇش بىلەن ئوخشاش داۋالىنىدۇ.

ئىچكى ۋە تاشقى تەرەپلەردىن كۈچلۈك خىلدىكى قابىز ۋە قىزىتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. تەرياقى پارۇقا ئوخشاش روھنى كۈچلەندۈرگۈچى، تەبىئەتكە ياردەم بەرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ، ئۇلاردىن باشقا ئاشقازان سىلىقلىشىشتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇشتە قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي سىلىقلىشىش بەلغەم خىلىتىنىڭ مىقدار جەھەتتىن ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تەڭشەش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن خەرىتىكە ئوخشاش دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇ كېسەللىكتە غەيرىي تەبىئىي خىلتنى قەي ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلاش ھەم قىيىن، ھەم يامان ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بىمارنى سۇ ئىچىشتىن چەكلەش.

ئەگەر زۆرۈرىيەت بولۇپ قالسا، كونا شاراپتىن ئاز مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش، ئانار ئۇرۇقى، خەرنوب، قەسبۈزەررە، يۇمغاقسۈت قاتارلىق دورىلارنىڭ قايناتىلمىسىنى ئىچكۈزۈش لازىم.

جاۋارىش ئېپەس، جاۋارىش كۈندۈر، جاۋارىش خەرنوب يېگۈزۈلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى، رۇم بەدىيان ئۈچ گرامدىن، ئانار پوستى، خۇنسياۋشاندىن بەش گرامدىن ئېلىپ تالقان قىلىپ، شەربىتى ئەپەس بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

زىغىر ئۇرۇقى خورما بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇچەي ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

زىغىر ئۇرۇقى، خورما، بېھى سۈيى، ئاقاقىيا، ئانار گۈلى، مەستىكى، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇچەي ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ ياكى يۇقىرىقى دورىلاردىن بېھى سۈيىدىن باشقىنى سوقۇپ، موم ۋە مەستىكى يېغى ياكى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، ئۇچەي ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

قارا زەيتۇننى سۇدا قاينىتىپ، مۇجۇپ، ئۇنىڭغا ئانار پوستى، ئاقمۇچ تالقانلىرى، زەيتۇن يېغى قوشۇپ، قائىدە بويىچە تونۇرغا يېقىپ نان قىلىپ بېرىلىدۇ.

مەستىكى، كۇندۇر، پىلپىل قاتارلىق دورىلارنىڭ تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي سىلىقلىشىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن بىمارنى بەدەن چېنىقتۇرۇشقا تەۋسىيە قىلىش، بىمار ئارام ئالغاندا بەدەننى يەڭگىللىك بىلەن مۇجۇش، كۇچلۇك خىلدىكى مائۇللەھەمنى ئاز مىقداردىكى ھاراق بىلەن ئىچكۇزۇش، ئۇنىڭدىن كېيىن جاۋارىش پەلاسىپە، جاۋارىش پۇدەنجى يېگۈزۇش لازىم.

ئەگەر ئۇچەي سىلىقلىشىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش بەلغەم خىلتىنىڭ كۆپلۇكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بەلغەمنىڭ سۇرگىسى ياكى مۇۋاپىق كىلىزمىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش ئۇچۇن جاۋارىش ھەببى رۇممان، جاۋارىش خۇزى يېگۈزۇلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك ئۇچەي مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا ھەمدە بىماردا ھەزىم ئاجىزلىق كۆرۇلسە، جاۋارىش خۇزىدا قۇرسى ياكى زەنجىۋىل، رۇم بەدىيان، بەدىيان، پىلپىل، قاقىلە ئون گرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىننە 14 گرامدىن، سەلىخە، قەسبۇزەررە، سەئدى كوفى، ئۇدھىندى 12 گرامدىن، ئامىلە ئۇسار-سى 18 گرام، زەپەر 14 گرام، قەلەمپۇر، جوز 11 گرامدىن، ھەببۇلئاستىن 72 گرام ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ بېرىلىدۇ ھەمدە تاشقى تەرەپتىن قىزىتقۇچى دورىلار زىماد قىلىنىدۇ. ئەگەر ئۇچەينىڭ تۇتۇش كۇچى ئاجىزلاپ كەتكەن بولسا، سۇفۇپى خۇپسىلھەدىنى جوز تالقىنى، پىننە شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

20. ئۇچەي مۇدۇر ـ چاقىسىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسہال امعاء بثوری

ئۇچەي مۇدۇر ـ چاقىسىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى بەزى تېۋىپلار «ئىسھال قۇلائ» دەپمۇ ئاتايدۇ. بۇ كېسەللىكتە قىزىلئۆڭگەچ ۋە تىل قىسىملىرىغىمۇ مۇدۇر ـ چاقىلار پەيدا بولىدۇ. بۇ كېسەللىكنى ۋاقتىدا داۋالىغاندا ناھايىتى ئاسان ساقىيىپ كېتىدۇ.

ئەگەر بىماردا سەل قاراش ئەھۋالى بولۇپ، سوزۇلمىغا ئايلىنىپ كەتسە، ئۇچەي

ياريسى خاراكتېرلىك ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ ۋاقىتتا داۋالاش قىيىن بولىدۇ.

بىمار كۆچلۈك بولۇپ، قان ئېلىشقا بەرداشلىق بېرەلمسە، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

چاھار تۈخۈمنى بادام يېغى بىلەن قورۇپ ئەرقى گۈل بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى ۋە ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابنى ئەرقى گۈل بىلەن تەمنى چىقىرىپ، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، نىشاستە قاتارلىق دورىلارنىڭ تالقىنىنى قوشۇپ، چاھار تۈخۈمى تالقىنىنى بادام يېغى بىلەن ياغلاپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ئارپا، گۈرۈچ، نوقۇت ئاشلىرىغا بادام يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېرىق ھېلىلە قاينىتىلمىسى بىلەن غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنى سۇرۇپ چىقىرىۋېتىپ، شەربىتى خەشخاش بىلەن قۇرسى تاباشىر قابىز ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى تاباشىر، كەتىرا، كەھرىۋا، گىل ئەرمىنىدىن بىر گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، 24 گرام ئالما شەربىتى، 24 گرام ئانار شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن توققۇز گرام ئىسپىغۇلنى 125 گرام ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ سۇزۇپ، توققۇز گرام گۈل يېغى، 24 گرام شەربىتى خەشخاش بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا يارمىسىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۇزۇپ، گۈل يېغى قوشۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان ئارپا، قورۇلغان گۈرۈچ، پوستى خەشخاش، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، تۈخۈمى مەرۋە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۇزۇپ، گۈل يېغى، ئەرەپ يېلىمى تالقىنى، نىشاستە تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

خەشخاش شەربىتى، تاتلىق ئانار شەربىتى، نامازشامگۈل شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا شويلا، ئارپا ئېشى، نوقۇت ئېشى، گۈل يېغى بىلەن ياغلانغان نان، ئارپا يارمىسى ئېشى يېگۈزۈلىدۇ. چۈچۈمەل، ئاچچىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىنىدۇ. قەي قىلدۇرۇش ئىمكانىيىتى بولسا قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

ئارپا يارمىسى، قىزىلگۈل، سەندەل، ئانار پوستى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، چۈچۈمەل ئالما سۇيى، نامازشامگۈل سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر مۇدۇر - چاقىلار ئۈچەينىڭ سىرتقى يۈزىدە بولسا، كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى توققۇز گرامدىن، بىنەپشە شەربىتىدىن 24 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاباشىر تالقىنى ئىككى گرام، ئىسپىغۇل لوئابى تۆت گرام، بېھى سۇيى، ئۇزۇم

شېخى سۈيى سەككىز گرامدىن، ئەرقى گۈل، ئەرقى كاسنە، ئەرقى نېلۇپەر 48 گرام-دىن، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى ئۇچ گرامدىن، نېلۇپەر شەربىتى، خەشخاش شەربىتىدىن 24 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

توغرالغان قاپاق، نېلۇپەر گۈلى، سۆگەت شېخى، گۈل بىنەپشە، قىزىلگۈلدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن قورساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

توغرالغان قاپاق، سۆگەت شېخى سۈيى، ئارپا يارمىسى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇ-رۇپ، قورساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا كۆك كاسنە، نوقۇت، پۇرچاق قاتارلىقلار غۇرا سۈيى بىلەن چۇچۇمەللەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئۇچەي يارىسىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشتا، ئۇچەي يارىسى بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىك ئارتۇق سەپرا خىلتىنىڭ ئۇچەيگە كۆپلەپ قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قەي قىلدۇرۇش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئارتۇق بەلغەم خىلتىنىڭ ئۇچەيگە كۆپلەپ قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، كىلىزما قىلىش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ ھەمدە ئۇچار ـ قۇشلارنىڭ، پاقلاننىڭ گۆشلىرى كاۋاپ قىلىپ بېرىلىدۇ. سۇ ناھايىتى ئاز ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر دورا ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، ئاشقازان ئۇچۇن قارا خەربەق، ئۇچەي ئۇچۇن ئاق خەربەق بېرىلىدۇ.

ھەركۈنى ئەتىگەن 375 گرام قېتىقنىڭ قايمىقىغا تاباشىر، ھۆممار ئۇرۇقى تالقانلىرى ئۇچ گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قېتىق سۈزمىسىگە قىزىتىلغان تاش ياكى تۆمۈر تاشلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى تاباشىر بېھى سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشى، پاقلاننىڭ كاللا ـ پاچاقلىرى، ئانار ئۇرۇقىنىڭ سۈيى، سۇماق سۈيى بېرىلىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ مەجۇسى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن شەربىتى ئانارغا ئازراق سۇ قوشۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ماددىسى كۆپ بولسا، ئەتىگەن قاينىق سۇ بىلەن سىركەنجۇبىل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەگەر قەي قىلالمىسا، ئالدى بىلەن بىمارغا مۇڭاپىق كاشكاپ ئىچكۈزۈپ، ئاندىن قاينىق سۇ بىلەن سىركەنجۇبىل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن

كېيىن 250 گرام كالا قېتىقىغا سۇفۇپى تېيىندىن مۇئاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

21. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال امعاء صفراوی

سېرىق هېپىلە قاينىتىلمىسىغا شەربىتى ۋەردنى قوشۇپ ئىچكۈزۈش ئارقىلىق ئارتۇق سەپرا خىلتى تازىلىنىدۇ ياكى سېرىق هېپىلە قاينىتىلمىسىغا ئازراق ئاق شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە ياكى مۇئاپىق دورىلار بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن قۇرسى تاباشىر قابىز، شەربىتى ئانار ياكى شەربىتى هەببۇلئاس بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ هەمدە مۇئاپىق قابىز، سوۋۇتقۇچى دورىلار بىلەن زىماد قىلىنىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىنىڭ ئۈچەينى ئارتۇق غىدىقلىشى سەۋەبىدىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىققان بولسا، سۇفۇپى بىنەپشىدىن 7 ~ 14 گرامغىچە يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قىزىش ئۆتكۈر بولسا، قورۇلغان تاباشىر تالقىنىدىن ئۈچ گرام، كاپۇر تالقىنىدىن 120 مىللىگرام قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ئۆچكىنىڭ كاللا ـ پاچاقلىرى، توخۇ گۆشى كاۋىپى سۇماق ۋە قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن چۈچۈمەللەشتۈرۈپ بېرىلىدۇ. تېرىق، ئاقلانغان نوقۇت، قورۇلغان گۈرۈچ ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش سەپرا خىلتى بىلەن بەلغەم خىلتىنىڭ ئارىلىشىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سۇماق، گەزمازەج، هەببۇلئاس تۆت گرامدىن، كاسىنە ئۇرۇقى، بەدىيان، يۇمغاقسۇت، قارا هېپىلىدىنتوققۇز گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 18 گرام رەيهان ئۇرۇقى، 84 گرام ئەرقى گۈل، 84 گرام ئەرقى بەدىيان بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا گۈرۈچنى نوقۇت ئۇنى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

سېرىق هېپىلە بىر هەسسە، قىچا يېرىم هەسسە، ئامىلە جەۋهىرى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، سۇماق، گەزمازەج ئالتىدىن بىر هەسسىدىن ئېلىپ، قىچىدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئاندىن قىچىنى ئارىلاشتۇرۇپ، يەتتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

زىرىق، سۇماق، ئاچچىق ئانار غۇنچىسى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇئاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

هەكسىم سۇۋەيىد بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئاق نامازشامگۈلى ئۇرۇقى ۋە قارا نامازشامگۈل ئۇرۇقىدىن مۇئاپىق مىقداردا ئېلىپ،

دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ. غورىنىڭ سۇيىنى ئىچكۈزۈش، سۇماقنى ئوسۇك سۇيى بىلەن قاينىتىپ، سۇزۇپ يېگۈزۈش، قۇرۇق يۇمغاقسۇتنى بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ سۇزۇپ، قۇرۇتۇپ، سوقۇپ يېگۈزۈش، ئاز مىقداردا كاپۇر تالقىنى يېگۈزۈش، خەشخاش تالقىنىدىن يېگۈزۈش، قورۇلغان رەيھان ئۇرۇقىنى گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ يېگۈزۈش، قورۇلغان سۇماق تالقىنىنى ئۇسارەلىھىيىتىتۇس بىلەن ئىچكۈزۈش غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن پايدىلىق.

ئەرەب يېلىمىدىن ھەركۈنى 14 گرامدىن ئىلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈش ئۆت مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ۋە غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن پايدىلىق.

ئىچ سۇرۇش بىلەن بەدەندە توسالغۇ بولمىسا، پوستى خەشخاشنى يۇمشاق سوقۇپ، 4 ~ 9 گرامغىچە سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

12 گرام چاھار تۇخۇمىنى، 60 گرام ئەرقى گۈل، 72 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ سۇزۇپ، سوۋۇغان ۋاقىتتا 24 گرام شەربىتى بىنەپشە بىلەن ئىچكۈزۈش غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش، ئۇچەي سۇيۇلۇشتىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش، قان تولغاق ئۇچۇن پايدىلىق.

ئاق لەيلى يىلتىزى، نامازشامگۈل ئۇرۇقىدىن ئالتە گرامدىن ئىلىپ قاينىتىپ سۇزۇپ، ئالتە گرام ئوسۇك ئۇرۇقى شىرىسى، تۆت گرام نامازشامگۈل ئۇرۇقى شىرىسى، 24 گرام تاتلىق بېھى شەربىتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوسۇك ئۇرۇقى شىرىسى، بەدىيان شىرىسى، يەرلىك شوخلا شىرىسى تۆت گرامدىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسىدىن ئالتە گرامدىن ئىلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئالتە گرام پاقىيوپۇرمىقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ خىل ئىچ سۇرۇش بىلەن جىگەر ئاجىزلىقى كۆرۈلسە، يەرلىك شوخلا شىرىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان ئاجىزلىقى بىرگە كەلسە، بەدىيان شىرىسى، سۇفۇپى تېتىن، گۈل يېغى، جاۋارىش ئامىلە قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى ۋە لاچىنداننى سوقۇپ، ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ سۇزۇپ، 24 گرام تاتلىق بېھى قىيامى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش قىزىتما بىلەن بىرگە كەلسە، ئاق لەيلى يىلتىزىنىڭ لوئابى تۆت گرام، ئالتە گرام كاسىنە ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى 120 گرام شاھتەررە ئەرقىدە چىقىرىپ، 24 گرام شەربىتى نىلۇپەر، بەش گرام خاكشى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تولغاق بىرگە كەلسە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ياكى يىلتىزى تۆت گرام، بېھى

ئۇرۇقىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، 120 گرام ئەرقى شاھتەرە بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، ئالتە گرام قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى، 24 گرام تاتلىق ئانار شەربىتى، ئالتە گرام پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلاردىكى قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسىنىڭ ئورنىغا سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ ئورنىغا چاھار تۇخۇمى ئالماشتۇرۇپ، ئۇچ گرام تۇخۇمى مەرۋە تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش سوزۇلمىغا ئايلىنىپ كەتكەن بولسا، تاباشىر، لاچىندانە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەرقى شوخلا بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى بەرشىشا يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇنىڭ پايدىسى بولمىسا، لاچىندانە، تاباشىر ئىككى گرامدىن، پوستى خەشخاش، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى، مەستىكىدىن 0.5 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ھۇمماز ئۇرۇقى شىرىسى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى شىرىسى تۆت گرامدىن، خەشخاش شەربىتى، سۇفۇپى تېيىن قاتارلىق دورىلار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى شىرىسى ئۇچ گرام، نامازشامگۈل ئۇرۇقى شىرىسى، لاچىندانە شىرىسى تۆت گرامدىن، زەھرى - مۇھرى، كاپۇر تالقانلىرىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش سوزۇلما خاراكتېرلىك بولۇپ، پۈتىدا ئىششىق پەيدا بولغان بولسا، ئالتە گرام سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئۇچ گرام بېھى ئۇرۇقى، تۆت گرام ئاق لەيلى يىلتىزى قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى شوخلىغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ، سۈزۈپ، كالا يېغىدا ياغلانغان ئىسپىغۇل ئالتە گرام، زەھرى - مۇھرە تالقىنىدىن بىر گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، لاچىنداندىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، قورۇلغان بەدىيان شىرىسى تۆت گرام، كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام قاتارلىق دورىلارنى قوشۇپ تۆت گرام رەيھان ئۇرۇقى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى تاباشىر يېگۈزۈلىدۇ.

نامازشامگۈل ئۇرۇقى ئون گرام، گىل ئەرمىنى 18 گرام، نىشاستە، ئەنجىباھار، سېمىزئوت ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقىدىن ئون گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قۇرۇق قورۇپ، سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈملاچ تەييارلاپ، ئالتە داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى بەقرات، ھەببى مۇمسىك، سۇفۇپى نىشاستە، سۇفۇپى گۈل، سۇفۇپى ھەببۇل-

ئاس، شەربىتى ھەببۇلئاس قابىز، سۇفۇپى قابىز، قۇرسى ھەببۇلئاس، قۇرسى قابىز قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار تۆۋەندىكىدەك داۋالاش ئۇسۇلىنى ئوتتۇرىغا قويغان:

قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنى يۇمشاق سوقۇپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئۇچ كۈنگىچە يېگۈزۈلىدۇ.

تاباشىردىن بەش گرامنى يۇمشاق سوقۇپ، قېتىق سۈزمىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئارپىدىن ئون گرامنى بۇغداي ئۇنىغا ئارىلاشتۇرۇپ نان يېقىپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 36 گرام، زىرە 18 گرام، ئامىلە تۆت گرام، ئانارگۈل، ئەرەب يېلىمىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ يېگۈزۈش ئۆت مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن پايدىلىق.

ھۇمماز نوتىسىنىڭ شىرىسى سۇ بىلەن چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەمرى ھىندى دەرىخى نوتىسىنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، ئازراق تۇز ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ياكى ئۇنىڭ شىرىسىگە گۈرۈچ سېلىپ پىشۇرۇپ بېرىش ئۆت مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن پايدىلىق.

قاينىتىلغان گۈرۈچ سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئامىلىنى ئىچكۈزۈش ئاشقازان ۋە ئۇچەي ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن پايدىلىق.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر ئىچ سۇرۇش ئاشقازان ۋە ئۇچەيگە ئاچچىق سەپرا خىلىتىنىڭ ئارتۇقچە قويۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قەي قىلدۇرۇش ياكى سەپرا خىلىتىنىڭ مۇناسىۋەتلىك سۇرگۈنىنى ئىشلىتىش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ مەقسەتتە سېرىق ھېلىلە قاينىتىلمىسى ئىچكۈزۈش بېتەرلىكتۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن تاباشىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

22. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال امعاء سوداوی

ئەگەر ئارتۇق سەۋدا خىلىتىنىڭ ئۇچەيگە كۆپلەپ تۆكۈلۈشىدىن ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىققان بولسا، بۇنى داۋالاشتا غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشتا تال مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش جەريانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەرنى قوللانغاندىن باشقا، تۆۋەندىكى داۋالاش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ.

قورۇلغان چاھار تۇخۇمىدىن 12 گرام ئېلىپ سوقۇپ، بادام يېغى بىلەن ياغلاپ ئالما شەربىتى، بېھى شەربىتى 24 گرامدىن، ئەرقى گۈل، ئەرقى كەيىوردىن 60 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككى گرام زەھرى - مۇھرىنى سوقۇپ، توققۇز گرام خېمىرى زۇمرەتكە ئارىلاشتۇرۇپ، بىر دانە ئالتۇن ۋاراقلا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن خەشخاش ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى توققۇز گرامدىن، بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى يىلتىزىدىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى 84 گرام ئەرقى بىدىمىشكى، 84 گرام ئەرقى كەيىورە، 84 گرام ئەرقى گۈل، 84 گرام ئەرقى گاۋزىبان بىلەن تەمىنى چىقىرىپ، توققۇز گرام پەرەنجىمىشكى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى يۇقىرىقى دورىلار تەركىبىدىكى ئۇرۇقلارنىڭ لوئابىنى كالا قېتىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

23. ئۇچەي ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى داۋالاش:

علاج اسهال از ضعف امعاء

ئۇچەي ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۈرۈشنى داۋالاشتا، پالەچ ۋە ئىستىرخا كېسەللىكىنى داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ. كۆپىنچە بۇ خىل كېسەللىك تولۇق ساقىيالمايدۇ.

ھەكىم تەبىرى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۈرۈش ئۇچەي نېرۋىلىرىنىڭ سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىشتىن ياكى ئۇچەيگە ئارتۇق سەۋدا خىلىتىنىڭ توپلىشىۋېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنى داۋالاشتا ئەگەر بىمار بەرداشلىق بېرەلىسە، كىلىزما ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشى نوقۇت بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئاقىرقەرھا، قارا قىچا، ئېگىر قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قايناق سۈدا ئېرىتىپ غار - غار قىلدۇرۇلىدۇ.

گۆش بىلەن تۇرۇپنى بىرلىكتە پىشۇرۇپ يېگۈزگەندىن كېيىن سېرىقچېچەك قاينىتىلمىسىغا تۇز ۋە ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

120 گرام سىركەنجۇبىلگە 120 گرام سۇ قوشۇپ، ئۇنىڭغا تۇرۇپ سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

ئاشقازان - ئۇچەينى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن 48 گرام ئەرقى گۈل ئىچكۈزۈلىدۇ. قۇشلارنىڭ گۆشى كاۋاپ قىلىپ بېرىلىدۇ.

ئەپسەنتىن، گەزمازەج، رەۋەن ئۆسۈملۈكى، سەئدى كوفى ئۇچ گرامدىن، قىزىل-

گۈل، تۈدەرى، بوزىدان، نارمىشكى، جۇۋىنە، قارا زىرە يەتتە گرامدىن، سۆئىتەر پارىسى، قۇرۇق زۇپا ئون گرامدىن، ھېلىلە كابىلە يۇقىرىقى دورىلار بىلەن تەڭ مىقدارىدا، قەنتتىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، بىر كۈندە ئىككى ۋاخ ئۇچ گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى ئارتۇق سەۋدا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا، ئەپسەنتىن، گەزمازەج، ئەفتىمۇن، رەۋەن ئۆسۈمەلۈكى، سەئدى كوفى ئۇچ گرامدىن، قىزىلگۈل، تۈدەرى، بوزىدان، نارمىشكى، جۇۋىنە، قارازىرە يەتتە گرامدىن، سۆئىتەر پارىسى، قۇرۇق زۇپا ئون گرامدىن، ھېلىلە كابىلە يۇقىرىقى دورىلار بىلەن تەڭ مىقدارىدا، قەنتتىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، بىر كۈندە ئىككى ۋاخ بەش گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ خىل ئىچ سۇرۇش ئۇچەي دىۋارىدىكى نېرۋىلارنىڭ زىيادە سېزىمچانلىقى ياكى يۇلۇن كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سەۋەبچى ئامىلنى يوقىتىش، تاماقنى ئاز بېرىش، پەرھىزگە دىققەت قىلىش لازىم.

ئۇچەي ساھەسىگە قابىز تۇرىدىكى دورىلار ۋە قىزىتقۇچى دورىلار ئارقىلىق زىماد قىلىشى لازىم.

24. باشقا ئەزالار سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسہال شرکی

باشقا ئەزالار سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى بەدەندىكى بارلىق ئەزالار تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، كۆپىنچە داۋالاشنى تولۇق قوبۇل قىلالمايدۇ. بۇ كېسەللىكنى داۋالاش ئۈرۈقلاتقۇچى قىزىتمىنى داۋالاشقا ئوخشاپ كەتكەچكە، شۇ كېسەللىك بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. قىزىتمىنى پەسەيتىش ئۇچۇن قۇرسى تاباشىر كاپۇرى، قۇرسى دىق، قۇرسى خەشخاش يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئارپا سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىكەكلىگەن سەندەلنى ئەرقى گۈلگە ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. نىشاستە، ئەرەپ يېلىمى تالقانلىرى يېگۈزۈلىدۇ.

بادام مېغىزى ھالۋىسى بېرىلىدۇ. باشقا ئەزالاردىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇشتە ئىچ سۇرۇشنى توختاتمىسا، ئاجىزلاش يۇز بېرىدۇ. ئىچ سۇرۇشنى توختاتسا يامان ئاقىۋەت كېلىپ چىقىدۇ. شۇڭا، كۈچلەندۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

قورۇلغان سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى كاپۇر تالقىنى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تېشىلمىگەن مەرۋايىت، تاباشىر، خۇنسياۋشان، يۇيۇلغان ئاقاقىيا، ئانارگۈلى، شەكەر تىيغال، پىستە پوستى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، ئەنجىباھار يىلتىزى، كەتىرا، كەھرە-

ۋا، قورۇلغان جۇپتى بەللۇت، قورۇلغان نىشاستە، بىخ مارجان، گاۋزىبان گۈلى، پاقىيوپۇرمىقى ياغنچى، گىل ئەرمىنى ئۇچ گرامدىن، يېشىل قاشتېشى يەتتە گرامدىن، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى 12 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق، سوقۇپ تالقان قىلىپ 7 ~ 9 گرامغىچە يېگۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى يىلتىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بىخ سۈس قاتارلىق دورىلارنىڭ تاتقىنى ئەرقى شوخلىدا چىقىرىپ، زەھرى - مۇھرى تالقىنى، تاباشىر تالقىنى، ئەرقى كاپۇر، رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى ياكى پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈش، ھەرخىل ئىچ سۇرۇش بىلەن يۆتەل، ئۇسسۇزلۇق، قىزىتما بىرگە كېلىشكە مەنپەئەت قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى تومۇر ۋە ئەزالاردا توسۇلۇشتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئىچ سۇرۇشنى توختاتماسلىق، ئارتۇق خىلتلارنى تازىلاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

مەستىكى ئۇچ گرام، گۈلقەنتتىن 12 گرام ئېلىپ، دورىلار تاباشىر تالقىنى، ئامىلە مۇرابباسى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈلىدۇ.

زىرىق، سۇماق، خېمىرى سەندەل، خېمىرى خەشخاش قاتارلىق دورىلار قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئىككى ھەسسە سۇغا بىر ھەسسە ئەرقى گۈل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئورۇقلاش خاراكتېرلىك ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى تۇبېركۇلوز، ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەللىكنى داۋالاش لازىم.

ئەگەر يۇقىرىقى كېسەللىك سەۋەبىدىن كېلىپ چىقمىغان بولسا، ھۆللۈك ۋە سوغۇقلۇق يەتكۈزۈش ئۇچۇن قۇرسى تاباشىر، قۇرسى كاپۇر يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە يۇرەك، جىگەر، كۆكرەك ساھەسىگە سوغۇق تەبئەتتىكى زىمادلار چېپىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا كىچىك قۇشلارنىڭ گۆشلىرىنى شورپا قىلىپ ئىپىز ياققان نان ۋە ھالۋا يېگۈزۈلىدۇ. بۇ كېسەللىكتە ئىچ سۇرۇشنى بىر قېتىمدىلا توختاتماستىن، بەلكى ئاستا - ئاستا توختىتىش لازىم. قۇرسى تاباشىر بىلەن قۇرسى سەرتان يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ خىل ئىچ سۇرۇش ئەزالارنىڭ قېتىشىپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بەدەننى مۇجۇش، مۇنچىغا چۈشۈرۈش، تەرلىتىش لازىم. بىمار كۈچلۈك بولۇپ، بەرداشلىق بېرەلسە، قان ئېلىش ياكى مۇڭاپىق سۇرگۇ دورىلىرى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىش، لۆڭگە بىلەن بەدەننى تېرە قىزارغانغا قەدەر سۇرتۇش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بەدەن قاينات سۇ ياكى توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن يۇيۇلىدۇ. بوھران خاراكتېرلىك ئىچ سۇرۇش بەدەنده يامان ئاقىۋەتنى كەلتۈرۈپ چىقارمە-

غانغا قەدەر توختىتىشقا بولمايدۇ.

ئەگەر بىماردا ئاجىزلاش كۆرۈلسە، خولېرا كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئوخشاش داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئارپا سۈيى ۋە ئالما بېرىلىدۇ.

ئەگەر بىمار كۆتۈرەلسە، قۇشلارنىڭ گۆشى يېگۈزۈلىدۇ. يېڭى بېلىق ئانار سۈيى بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ تەبىرى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

خىلتلاردا غەيرىي تەبئىي ئۆزگىرىش يۈز بەرگەندە، بەدەندىكى تەبئىەت كۈچىنىڭ تەڭشىشى بىلەن غەيرىي تەبئىي خىلتلارنى جىگەر تەرەپكە ئىتتىرىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بۇ خىلتلار ماسارىقا تومۇرلار ئارقىلىق ئاشقازان ۋە ئۇچەيگە قۇيۇلۇپ، ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

تەبىرى بۇ ھەقتە يەنە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر بۇ خىل ئىچ سۇرۇش مېڭىدىكى كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئاشقازان ۋە ئۇچەيگە قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، كۆڭۈل ئاينىش، بىئارام بولۇش، كۆكرەك ساھەسى ئېچىشىش، تاماق يەپ مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن ۋە ئۇخلاپ قوپقاندىن كېيىن ئىچ سۇرۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىنى داۋالاش جەريانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر جىگەردىكى ئارتۇق، سۇيۇقتىسز خىلتلارنىڭ قويۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر ساھەسىدە ئاغرىش، بىماردا سېسىق كېكىرىش، كۆڭۈل ئاينىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشتە قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئارپا، سۇماق، ئانار ئۇرۇقى، غورىدىن ئېتىلگەن ئارپا ئېشى بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۇ خىل ئىچ سۇرۇش بەدەننىڭ چوڭقۇر قاتلىمىدىكى غەيرىي تەبئىي خىلتلارنىڭ ئۇچەي تەرەپكە تەپچىرىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئارپا سۈيى، بېھى قىيامى، رەۋەن ئۆسۈملۈك قىيامى، ئالما قىيامى بېرىلىدۇ، يۇقىرىقى تەدبىرلەردىن شۇنى بىلىش كېرەككى، بۇ خىل ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا، كېسەلگە سەۋەبچى خىلتنىڭ مىزاجىنى ئۆزگەرتىش بىلەن قۇۋۋەتنى قوغداپ قېلىش، كېسەلگە سەۋەبچى ئامىلنى يوقىتىش لازىم.

بەزى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بەزىدە كىندىك چىقىپ قېلىشتىنمۇ ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن قورساق قىسمىنى مۇجۇش، جۇۋىنە، زەنجىۋىل قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈش لازىم.

قاشتېشى ئون گرام، موزا ئۈچ دانە، ئانارگۈلى، ئانار پوستى، گەزمازەج، جوزبۇۋا-

دىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ، كىندىك ئەتراپىغا زىماد قىلىنىدۇ. كىندىك چۇقۇقىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن قورساق پەردىسى كېسەللىكىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

25. بالىلاردىكى ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال الطفال

بوۋاقلاردىكى ھەزىم ئاجىزلىق ۋە باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا قورساق ئاغرىش، ئىچ سۇرۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

ئۇنىڭ ئاساسلىق سەۋەبلىرى تۆۋەندىكىدەك بىرنەچچە خىل بولىدۇ.

1. ئوزۇقلىنىش تەرتىپىنىڭ ياخشى بولماسلىقى يەنە تاماقنى كۆپ يېيىش، سۈتنى كۆپ ئىچىشتىن، ۋاقتىدا ئوزۇقلانماسلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

2. ئەمچەكتىن ئايرىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

3. جىگەر ۋە ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

4. ئاشقازان ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

5. چىش چىقىش ۋاقتىدا چىش مىلىكلىرىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن، چىققان يىرىڭسىمان ماددىلارنىڭ سۈت بىلەن ئاشقازانغا قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

6. چىش چىقىش مەزگىلىدە تەبىئەت قۇۋۋەتلەرنى چىش شەكىللەندۈرۈشكە سەرپ قىلغانلىقتىن، ئاشقازاندا ئاجىزلىق كۆرۈلۈپ ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇنى داۋالاشتا تۆۋەندىكى ئۇسۇللار بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش چىش چىقىش مەزگىلىدە يۈز بەرگەن بولسا، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىشقا ئۇرۇنماستىن، چىشنى ئاسان چىقىشقا ياردەم بەرگۈچى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. ئەگەر بۇ ۋاقىتتا بالىنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىزلاپ كەتكەن بولسا، زەھەرى - مۇھەرى، تاباشىرغا ئوخشاش دورىلارنىڭ تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان زىرە شىرىسى، قورۇلغان بەدىيان شىرىسى، لاچىندانە شىرىسى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولسا، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى قېتىققا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پوسى خەشخاش، قارا ھېلىلە قاتارلىق دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى ياغ بىلەن قورۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، دورىلار مىقدارىدىكى قەنت ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئىچ سۇرۇش ئېغىر بولسا، زىرە ياكى رۇم بەدىيان ياكى كەرەپشە ئۇرۇقىنى خالتىغا سېلىپ، ئاغزىنى ئېتىپ قىزىتىپ، يالغۇز ھالەتتە ياكى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ،

قورساق ۋە مەقئەت قىسمىغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

نامازشامگۇل ئۇرۇقى، ئۇد ھىندى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەرقى گۈل ۋە سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. توشقان ياكى ئۆچكىنىڭ ئوغۇز سۈتىدىن 0.5 گرام ئىلىپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بالىنى ئېمىتىشكە بولمايدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش ئەمچەكتىن ئايرىغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، بالىغا سۈت بېرىلمىدۇ. ئاندىن مۇۋاپىق پەسىلنى تاللاپ ئەمچەكتىن ئايرىش ئىلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بۇ خىل تەدبىرلەرنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە، خەشخاش ئۇرۇقىدىن ئۈچ گرام ئىلىپ سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش جىگەر ۋە ماسارىقا تومۇرلارنىڭ توسۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، ئاشقازان ۋە جىگەرنى كۈچلەندۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. قابىز، قۇرۇقلۇق پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىك ۋە دورىلارنى بېرىشتىن ساقلىنىش، بۇ مەقسەت ئۈچۈن ھىلىلە مۇرابباسى، نۇشدارى، ئەرقى بەدىيان بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇۋاپىق مىقداردىكى رۇسۇتنى چىلاپ، تاتىقىنى چىقىرىپ، تەنھا ئىچكۈزۈلۈشى ياكى رۇسۇتنىڭ تاتقىنى پىندۇق مېغىزى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كۈمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، پىننە، لاچىندانە قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئىلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ ياكى تاباشىر، لاچىندانە، قەنت قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئىلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ئانا سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىزىلگۈل، زىرە، نامازشام ئۇرۇقى، موزا، ئانار پوستى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرسىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئاشقازان ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

بەدىيان، قاراھىلىلە ئىككى گرامدىن، زەنجىۋىلدىن بىر گرام ئىلىپ، دورىلارنى كالا يېغى بىلەن قورۇپ، سوقۇپ، بەش گرام قەنت تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بالىلاردىكى غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇش ئۈچۈن بەدىيان، قارا ھىلىلە ئىككى گرامدىن، زەنجىۋىل بىر گرام، تاباشىر بىر گرام، ئامىلە ئۇسارىسىدىن 0.5 گرام ئىلىپ، دورىلارنى كالا يېغى بىلەن قورۇپ، سوقۇپ، بەش گرام قەنت تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

سېمىزئوت ئۇرۇقى ياكى پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى سۇ بىلەن چىقىرىپ، زەھرى - مۇھرى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش بالىلاردىكى قىزىش بىلەن بىرگە

كەلگەن قان ئارىلاش ئىچ سۇرۇش ئۈچۈن پايدىلىق.

رەيھان ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى بادام يېغى بىلەن قورۇپ، سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

گىل ئەرمىنى، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن قىزىتما ۋە يۆتەل بىرگە كەلسە، شەربىتى ھەببۇلئاس ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەپيۇن، ئاق كەتمەندى، تاباشىر بىر گرامدىن، كاپۇردىن 0.5 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ، بىر كۈندە ئىككى ۋاخ بىر دانىدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى ئەپيۇن، ھەببى رۇمان، ھەببى مۇمسىك رۇمانى قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا يېگۈزۈلىدۇ.

سەلىخە، موزا، بەللۇت، سۇماق قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

لاچىندانە ۋە زىرىقنىڭ شىرىسىنى پاقىيوپۇرمىقى ئەرقى بىلەن چىقىرىپ، بېھى قىيامى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئاق رەڭلىك ئىچ سۇرۇش ئۈچۈن پايدىلىق.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن يۆتەل بولسا، پوستى تۇرۇنجى، تاباشىر، رۇببىسۇس، توخۇ تاشلىقى پوستىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 24 گرام بېھى شەربىتى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار بالىلاردىكى ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا، تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى ئوتتۇرىغا قويغان:

زىرىقنىڭ شىرىسىگە بىر گرام ئاق كەتمەندى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككى گرام ئەتراپىدىكى پوستى خەشخاشنى سوقۇپ، ئاخشىمى سۇغا چىلاپ، ئەتىسى ئەتىگەن سۈزۈپ، سۈيىگە قورۇلغان بەدىيان، قورۇلغان زىرە چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىرە شىرىسىگە تاباشىر تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

زىرە شىرىسى، لاچىندانە شىرىسى، بەدىيان شىرىسىغا زەھرى ـ مۇھرى تالقىنى، تاباشىر تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىرە ئۇچ گرام، ئېچىلمىغان ئانار غۇنچىسىدىن بىر دانە ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن چىقىرىپ، قىزىتىلغان تاشتىن بەش دانىنى تاشلاپ، سۈزۈپ تاماقتىن بۇرۇن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىر گرام زەپەرنى ئۇچ گرام ئانا سۈتى ياكى ئىككى گرام توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى بىلەن ئېرىتىپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېرىق هېلىلە پوستى 120 مىللىگرام، پىلپىلدىن تۆت هەسسە ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، هەببى گۈلنار، كاپۇرى قابىز يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى كۆكۈش بولسا، هەببى گۈلنار زەپىرى يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن يۆتىلىش بىرگە كەلسە، جۇزبۇۋا، ئەپيۇن بىر گرامدىن، رەۋەن ئۇسارىسى، بوزۇغا، ئاق زىرىدىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ، 1 ~ 2 دانىغچە يېگۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى پەسىل قانلىق ئىچ سۇرۇش

اسهال الدم

تونۇش:

قانلىق ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش ۋە ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتىن ئىبارەت ئىككى خىل بولىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن كەلگەن قان جىگەردىن كەلسە، بۇ، تېبابەتتە جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش دېيىلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن كەلگەن قان ئۇچەيدىن كەلسە، بۇ، تېبابەتتە ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش دېيىلىدۇ.

سەۋەبى:

جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىچە:

ئادەتلەنگەن بۇرۇن قاناش، بوۋاسىر قاناش، هەيز كېلىش توساتتىن توختاپ قېلىش سەۋەبىدىن ياكى ئوزۇقلۇق قىممىتى يۇقىرى تائاملارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئۇزۇن ۋاقىت ئارام ئېلىش، ئەمگەك قىلماسلىق سەۋەبىدىن قان جىگەردە كۆپلەپ ساقلىنىپ قالىدۇ. نەتىجىدە، جىگەرنىڭ ئۆزىنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچىنىڭ تەسىرى ئاستىدا ئارتۇق قان خىلىتى ئۇچەي تەرەپكە ئىتتىرىلىپ، قانلىق ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

مۇچىلەرگە ئوخشاش چوڭ ئەزالارنىڭ كېسىلىپ كېتىشى سەۋەبىدىن شۇ ئەزالارنى

ئوزۇقلاندۇرىدىغان قان جىگەردە كۆپلەپ ساقلىنىپ قالىدۇ. نەتىجىدە، جىگەر ئۆزىنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچىنىڭ تەسىرى ئاستىدا ئارتۇق قان خىلىتى ئۇچەي تەرەپكە ئىتتىرىلىپ، قانلىق ئېچ سۈرۈشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

جىگەر ئىششىقىنىڭ يىرىڭداپ ئېغىز ئېلىشى ياكى جىگەر قېتىش ياكى جىگەر ساھەسىگە تاشقى زەربە يېتىش سەۋەبىدىن جىگەر يېرىلىپ، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ. نەتىجىدە، قانلىق ئېچ سۈرۈش كۆرۈلىدۇ.

جىگەر تومۇرلىرىنىڭ ئېغىزى ئېچىلىپ قېلىش ياكى ئۇزۇلۇپ كېتىش سەۋەبىدىن قانلىق ئېچ سۈرۈش كېلىپ چىقىدۇ.

جىگەرنىڭ ئۆزگەرتكۈچى كۈچىنىڭ ئاجىز بولۇشى، ئېغىر دەرىجىدە كەم قانلىق سەۋەبىدىن قانلىق ئېچ سۈرۈش كېلىپ چىقىدۇ.

كۈچلۈك سوغۇق ياكى ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئېغىر دەرىجىدىكى سۇيدۇك تۇتۇلۇشتىن بۇ خىل كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئېچ سۈرۈشنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىچە:

ئۇچەي سويۇلۇش سەۋەبىدىن قانلىق ئېچ سۈرۈش كېلىپ چىقىدۇ.

قانىنىڭ كۆپلۈكى سەۋەبىدىن ئۇچەي تومۇرلىرىنىڭ ئىچكى بېسىمى ئۆرلەپ، ئۇچەي تومۇرلىرى يېرىلىپ كېتىشتىن قانلىق ئېچ سۈرۈش كېلىپ چىقىدۇ.

ئۆت، ئاشقازان، تال قاتارلىق ئەزالار تومۇرلىرىنىڭ ئۇزۇلۇپ كېتىشى سەۋەبىدىن قانلىق ئېچ سۈرۈش كېلىپ چىقىدۇ.

سەۋدا ۋە سەپرا خىلىتىنىڭ ئارتۇق تازىلىنىشى سەۋەبىدىن قانلىق ئېچ سۈرۈش كېلىپ چىقىدۇ.

بوۋاسىر تۈگۈنچىسىنىڭ يېرىلىپ كېتىشىدىن قانلىق ئېچ سۈرۈش كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

قورساق تولغاپ ئاغرىش، ئۇچەي شىللىق پەردىلەر ئاجرالمىلىرى تەرەتتىن چىقىش، چوڭ تەرەت بىلەن قان ئارىلاش كېلىش، مەقئەت ساھەسى ئاغرىش، ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، قىنچىشش ئالامەتلىرى كۆرۈلمىگەن ھالەتتە ئېچ سۈرۈك بىلەن قان كەلسە، لەۋ قىسمى ئاق بولسا، بەدەن ئاجىز بولۇپ، رەڭگى سېرىق بولسا، يۈرەك قوزغىلىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، قانلىق ئېچ سۈرۈش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەت بىلەن قان چوڭ تەرەت بىلەن ئارىلاش چىقمىسا، قانىنىڭ مىقدارى كۆپ بولسا، قانىنىڭ رەڭگى ساپ قىزىل بولۇپ سېسىق پۇرىسا، قانلىق ئېچ سۈرۈش تۇتاقلىق بولۇپ، قىزىتما بىرگە كەلسە، بۇ، جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئېچ سۈرۈش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەرنىڭ ھېچقايسىسى مەۋجۇت بولمىسا، قان چوڭ تەرەت بىلەن ئارىلاش كۆپ مىقدارىدا چىقمىسىمۇ بەدەن بەك ئاجىزلىمىسا، ئىشتىھاسىزلىق كۆرۈلمىسە، بۇ، ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

بۇ ۋاقىتتا قان بىرىنچى قېتىملىق چوڭ تەرەت بىلەن بىرلىكتە چىققان بولۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىنكى چوڭ تەرەت قانسىز كەلسە، بۇ، چوڭ ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت دەسلەپتە قانسىز كېلىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن چوڭ تەرەت قان ئارىلاش كەلسە، بۇ، كىچىك ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي بىلەن جىگەردە ھېچقانداق كېسەللىك ئۆزگىرىشى كۆرۈلمەستىن، ئاشقازان ساھەسىدە ئاغرىش، ئېچىشىش ئالامىتى بىلەن بىرگە قانلىق ئىچ سۇرۇش كېلىپ چىققان بولسا، بۇ، ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچى سۇرۇش بىلەن ئۇچەي مەنبەلىك ئىچى سۇرۇشنىڭ پەرقى:

جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش بىلەن ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشنىڭ پەرقىنى ياخشى ئىگىلەش لازىم. چۈنكى جىگەردىن كەلگەن قان ئۆت سۇيۇقلۇقى ئارىلاش كەلگەنلىكى ئۈچۈن ئۆزىنىڭ غىدىقلاش خۇسۇسىيىتى بىلەن ئۇچەيدە قىچىشىش پەيدا قىلىپ، ئۇچەي دىۋارىنىڭ سويۇلۇپ، چوڭ تەرەت بىلەن چىقىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇنىڭ بىلەن جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشنى ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش كېسەللىكى دەپ تونۇپ، ئۇچەيگە قارىتا دورا ئىشلىتىشتىن جىگەرگە ۋاقتىدا دورا ئىشلەتىلمەي، بىمارىدا خەتەرلىك ئاقىۋەت كېلىپ چىقىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ئىككىسىنىڭ پەرقىنى ئېنىق ئايرىش لازىم.

جالىنۇس جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش بىلەن ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشنىڭ پەرقىنى تۆۋەندىكىدەك ئوتتۇرىغا قويىدى:

1. جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتە بىمارنىڭ جىگەر ساھەسىدە يەڭگىل ئاغرىش بولىدۇ. ئەمما ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتە ئۇچەي ئەتراپىدا ئاغرىش بولمايدۇ.

2. جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتە قان تۇتقاقلىق ھالەتتە كېلىدۇ. ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتە قان ئارقىمۇئارقا كېلىدۇ.

3. جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتە بىمارىدا ناھايىتى تېزلا ئاجىزلاش كۆرۈلىدۇ. ئەمما ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتە بىمارىدا ئاساسلىقچە ئاجىزلاش كۆرۈلمەيدۇ.

4. جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتە قان ساپ، كۆپ بولۇپ، گۆش يوغان

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

سۈدەك كېلىدۇ. ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتە قان چوڭ تەرەت ئارىلاش ئاز مىقداردا كېلىدۇ. ئەگەر ئۇچەي دۇئارىدا سويۇلۇش كۆرۈلسە، چوڭ تەرەت بىلەن ئۇچەي شىللىق پەردە ئاجرالمىلىرى يىرىڭ ئارىلاش چىقىدۇ.

5. جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشتە جىگەرنىڭ مىزاجى ھۆل ئىسسىق بولغانلىقى ئۈچۈن قاندىن سېسىق پۇراق چىقىدۇ. ئەمما ئۇچەي مىزاجى سوغۇق بولغانلىقى ئۈچۈن قاندا سېسىق پۇراق بولمايدۇ.

داۋالاش:

بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبى ۋە ئالامىتى ئوخشاش بولمىغانلىقى ئۈچۈن ئۇنى داۋالاش ئۇسۇللىرىنىمۇ تۆۋەندىكىدەك ئىككىگە بۆلۈشكە توغرا كېلىدۇ.

1. جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال الدم كبدى

بىمار پۈتۈنلەي ئاجىزلىغانغا قەدەر يېمەكلىك بېرىلمەيدۇ. ئىچ سۇرۇشنى توختىتىشقا بولمايدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنى كۆچلۈك بولۇپ بەرداشلىق بېرەلسە، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. كېسەللىك ماددىسىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن قول - پۇت، ئەمچەك، ئۇرۇقدان ئۇۋۇلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى كەھرىۋا سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇلاردىن باشقا، قان تۈكۈرۈشنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ:

قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى، سەندەل قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى گۈلگە ئارىلاشتۇرۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، ئانارگۈل، گىل ئەرمىنى، ھەببۇلئاس قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ، جىگەر ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

زەھەرى - مۇھەرى چىنى بىر گرام، تاباشىردىن ئىككى گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، توققۇز گرام ئامىلە نوشدارى لۆئلىۋى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىر دانە ئالتۇن ۋاراقتا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى سۇيى 48 گرام، شەربىتى ھەببۇلئاستىن 18 گرام ئېلىپ، دورىلارنى قوشۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىككى ھەپتىگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

زەھەرى - مۇھەرىدىن بىر گرامنى تالقانلاپ، 18 گرام قېتىق قايمىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا قېتىق، ئالما مۇرابباسى، ئۈماچ بېرىلىدۇ.

تاباشىر، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، ئانارگۈلى، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، شۇمشا پوستى، پىستە پوستى، گىل ئەرمىنى، ئەنجىباھار يىلتىزى پوستى،

ئىكەكلىگەلگەن ئاق سەندەل، كەھرىۋادىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، شەربىتى ھەببۇلئاس، شەربىتى ئەنجىباھار ياكى شەربىتى پەۋاكسھ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى تاباشىر لۆئلىۋى، شەربىتى ھەببۇلئاس مۇرەككەپ، مۇپەررىھ قابىز قاتارلىق دورىلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ھەببى نەسپۇدەم جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن پايدىلىق.

ئەگەر قانلىق ئىچ سۇرۇش جىگەرنىڭ پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئالدى بىلەن سەۋەبى يوقىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن جىگەر كېسەللىكى بايانىدىكى داۋالاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ.

ئاخىرىدا نىشاستە، تاباشىر، خۇنسياۋشان، گىل ئەرمىنى، رەۋەن، ئانارگۈلى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، پاقىيوپۇرمىقى لوئابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە رەۋەن قوشۇلغان قۇرسى نەپسۇددەم يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قانلىق ئىچ سۇرۇش جىگەرنىڭ ئۆزگەرتكۈچى كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر ئاجىزلىقىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

2. ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

علاج اسهال الدم امعائی

بىمارنىڭ بەدىنى كۈچلۈك بولۇپ، بەرداشلىق بېرەلىسە، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

قۇرسى تاباشىر قابىز، قۇرسى كەھرىۋا، شەربىتى ھەببۇلئاس، شەربىتى ئەنجىباھار، بېھى قىيامى، ئالما قىيامى، رەۋەن ئۆسۈملۈكى قىيامى قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

چاھار تۇخۇمى، سەمغى ئەرەبى قاتارلىق دورىلار يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ھەببۇلئاس بىلەن ئىككى گرام گىل ئەرمىنى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئانار پوستى، گەزمازەج، گىل ئەرمىنى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە قاياناق سۇ بىلەن كۈمىلاچ تەييارلاپ، يەتتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قانلىق ئىچ سۇرۇش تۆۋەنكى ئۇچەيدە بولسا، كلىزما قىلىش، سىمىزئوتنى سىقىپ ئىچىش لازىم.

ئۇچەي مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن قورساق ساھەسىگە ھاك زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر قانلىق ئىچ سۇرۇش بوۋاسىر سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۆچكىنىڭ كاللا ـ پاچىقىنى پىشۇرۇپ، نان بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئۆچكىنىڭ ئوغۇز سۈتى قورۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قانلىق ئىچ سۇرۇشنى ئۇنىۋېرسال داۋالاش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە:

يەرلىك شوخلا ياغىچىنى بادام يېغى بىلەن پىشۇرۇپ بېرىش ياكى بادام مېغىزىنىڭ پوستىنى يېگۈزۈش لازىم.

خەشخاش ياكى قورۇلغان سۇماقنى ياكى كۆيدۈرۈلگەن موزىنى مۆتىدىل مىزاجلىق كىشىلەرگە سىركە بىلەن، سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە هاراق بىلەن ئىچكۈزۈش پايدىلىق.

رۇسۇت ھىندى، ئانارگۈل، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۆڭگۈزى، قورۇلغان يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرسىنىڭ تالقىنى بىلەن پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى يېگۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان ھۇمماز ئۇرۇقى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، داغلانغان كالا قېتىقى، كۆيدۈرۈلگەن مارجان قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرسىنى تېرىق، ئانار ئۇرۇقى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ قازاندا قۇرۇق قورۇپ، تالقانلاپ، ئەرەب يېلىمى تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

چۇچۇمەل ئالمىنى خېمىرغا ئوراپ پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

مەرۋايىت، كۆيدۈرۈلگەن سۆڭەك، بەللۇت، زىرىق، گىل ئەرمىنى، ئىسپىغۇل يىلتىزى، سېمىزئوت شاخلىرى، رەۋەن ئۇسارىسى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرسى قائىدە بويىچە يېگۈزۈلىدۇ.

ئۆچكە يېغى يېگۈزۈش پايدىلىق ۋە سۆگەت شېخىنىڭ ئۇسارىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى يەھۇدى، سۇفۇپى لۆئلىۋى، سۇفۇپى شادىنەچ، سۇفۇپى خىتمى، شەربىتى ھەببۇلئاس، قۇرسى شادىنەچ، قۇرسى كەھرىۋا، قۇرسى تاباشىرقابىز، قۇرسى گۈلنار، قۇرسى ھەببۇلئاس، قۇرسى گۈل، قۇرسى ئەنجىباھار، قۇرسى كاپۇر، قۇرسى ياقۇت بارىد، خېمىرى بىنەپشە، سۇفۇپى قابىز، سۇفۇپى بەللۇت، سۇفۇپى سۇماق، سۇفۇپى تىيىن، مەجۇنى زەھرە، تەرياقى پاروق، مەجۇنى لوبوب بارىد، ئىترىفىل مۇقەل، سۇفۇپى مىقلىياسا، جاۋارىش خۇزى، جاۋارىش جالىنۇس، مەجۇنى پەنجىنۇش قاتارلىق دورىلار بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

تاباشىر پوستى، ئانار قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، سوغۇق سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

مەستىكى، لاچىندانە، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇمدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، توققۇز گرام خېمىرى ئەۋرىشىم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىر دانە ئالتۇن ۋاراقىغا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

خۇنسياۋشان، يۇيۇلغان لوك، كەھرىۋا، گىل ئەرمىنىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، توققۇز گرام خېمىرى مەرۋايىت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىر دانە ئالتۇن ۋاراقلا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن زىرىق، بەدىيان توققۇز گرامدىن، رۇم بەدىيان تۆت گرام، قاقىلە تۆت گرام ياكى پاقىيوپۇرمىقى، ئەنجىباھار يىلتىزى، ئاق لەيلى يىلتىزى، قورۇلغان بېھى ئۇرۇقىدىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى ئەرقى گۈل، ئەرقى كەيىورە، ئەرقى بەدەمشكى 60 گرامدىن، ئەرقى پاقىيوپۇرمىقى 72 گرام بىلەن تەمىنى چىقىرىپ، شەربىتى ھەبىۋلئاس، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى ئەنجىباھار قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرسىدىن 36 گرام ئېلىپ، يۇقىرىقى شىرنگە قوشۇپ، پەرەنجمەشكى ئۇرۇقى تالقىنى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى ئۈچ گرامدىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەسباسە ئۈچ گرام، ئەرقى گۈل، ئەرقى كەيىورە، ئەرقى گاۋزىبان 83 گرامدىن، ئەرقى باھار نارەنجىدىن 48 گرام ئېلىپ، دورىلارنى چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، ئالما شەربىتى، ھەبىۋلئاس شەربىتى 24 گرامدىن، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەركۈنى ئاخشىمى جەدۋار چىنى تالقىنى ئۈچ گرام، داغلانغان كالا قېتىقىدىن 250 گرام ئېلىپ، دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

لاچىندانىنى ئاغزىغا سېلىپ داۋاملىق شۇمۇپ بېرىلىدۇ.

مەستىكى، قورۇلغان قاقىلە قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، بىر كۈندە 4 ~ 5 قېتىم يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشى ۋە نوقۇت شورپىسى، كالىنىڭ قېتىقى، ئاناناس (بولو) مۇرابباسى، ئالما مۇرابباسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

گۈرۈچ سۈيىگە كۈندۇر تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

بامبۇك نوتىسىنىڭ شىرىسىگە قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى كەشنىز يېگۈزۈلىدۇ.

ھەكىم ئەلى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قانلىق ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىدە گۆش يېگۈزۈش ناھايىتى زىيانلىق، ئەمما بىمار بەك ئاجىزلاپ كېتىپ، گۆش بېرىش زۆرۈرىيەت بولۇپ قالسا، قۇشلارنىڭ گۆشىنىڭ سۈيى سوۋۇتۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. پاقلان، ئۆچكىنىڭ كاللا ـ پاچىقى، ئۇچەيلىرى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولۇپ، بىماردا قان كۆپ بولسا، ھەرقانداق گۆش قەتئىي بېرىلمەيدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ سەئىد بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش جىگەر تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشىدىن

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

كېلىپ چىققان بولسا، ئىچ سۇرۇش بىلەن كەلگەن قان قويۇق ۋە قارا بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەگەر جىگەر مەنبەلىك قانلىق ئىچ سۇرۇش جىگەر يالليۇغىدىن كېلىپ چىققان بولسا، چوڭ تەرەت بىلەن قان ئارىلاش كېلىشتىن باشقا قىزىش، كۆپ ئۇسساش، جىگەر ساھەسىدە ئېغرىلىق ۋە ئاغرىش مەلۇم بولۇش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا جىگەر يالليۇغىنى داۋالاش جەريانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر.

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر قانلىق ئىچ سۇرۇش زىيادە ھۆللۇكنىڭ تەسىرىدە تومۇرلار ئېغىزى ئېچىلىپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قانلىق ئىچ سۇرۇش بىلەن باش قىسمى ئاجىزلاپ كېتىش بىرگە كەلسە، تەرياقى كەبىر، پولونىيا يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇچىنچى پەسىل ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇش

تۇنۇش:

ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇش: ھەرخىل غىدىقلىغۇچى ئامىللارنىڭ ئۇچەي ئىچكى يۈزىدىكى شىللىق پەردىلەرنى زىيادە قىلىشىدىن كېلىپ چىققان، كلىنىكىدا كۆپ ئۇسساش، قورساق تولغاپ ئاغرىش، چوڭ تەرەتتىن پوستلاقسىمان ماددىلار بىرگە چىقىش، ئورۇقلاش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

1. ئۆتكۈر سەپرا خىلتىنىڭ ئۇچەيگە كۆپلەپ قۇيۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
2. بەلغەم شور (بەلغەم خىلتىغا سەپرا خىلتىنىڭ قوشۇلۇشى) نىڭ ئۇچەيگە تەسىر قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
3. كۆيگەن سەۋدا خىلتىنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
4. زەرنىخ، نۆشادۇر، ھاكقا ئوخشاش زەھەرلىك دورىلارنىڭ تەسىر قىلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
5. كۆچلۈك سۇرگۈ دورىلىرىنىڭ تەسىر قىلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ تەبىرى ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇش كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىنى تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل سەۋەبتىن بولىدۇ دەپ كۆرسەتكەن:

1. ئۆتكۈر سەپرا خىلتىنىڭ ئۇچەيگە كۆپلەپ قۇيۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
2. پىشمىغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

3. چىرىگەن خىلىتلارنىڭ ئۇچەيگە كۆپلەپ قۇيۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
4. ئۆتكۈر ۋە چىرىتكۈچى خىلىتلار جىگەرگە توپلاشقاندا، جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچىنىڭ تەسىرى ئاستىدا ئۇچەي تەرەپكە قۇيۇلۇپ ئۇچەيدە غىدىقلاش پەيدا قىلىپ، ئۇچەي يارىسىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.
5. زەھەرلىك دورىلار، زەھەرلىك يېمەكلىكلەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
ئىنتېستىنا ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇش كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىنى تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل سەۋەبتىن بولىدۇ دەپ كۆرسەتكەن:
1. ئۆتكۈر سەپرا خىلىتىنىڭ ئۇچەيگە كۆپلەپ قۇيۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
2. چىرىگەن قان خىلىتىنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
3. يىرىڭ ياكى زەردابلىق ماددىلارنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇشىدىن ئۇچەي دىۋارىنى غىدىقلاپ، ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.
4. باشقا ئەزا كېسەللىكى، يەنە جىگەر، ئۆت، تال كېسەللىكىدىن ئاجرىلىپ چىققان چىقىرىندى ماددىلارنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
5. ئۇچەي دىۋارىدىكى بىرەر تومۇرنىڭ يېرىلىپ كېتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
6. كۆچلۈك سۇرگۈ دورىلىرىنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
7. ئۇچەي يالۇغى، ئۇچەي مۇدۇر - چاقا كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
8. بۇزۇلغان يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن، زەھەرلىك ئىچىملىكلەرنى ئىچىشتىن ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.
ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇش غەيرىي تەبئىي قاندىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش، يىرىڭلىق ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش، ئۆت مەنبەلىك ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش، شىلمىشىق ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش، كۆپۈكسىمان ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشتىن ئىبارەت ئالتە تۈرلۈك بولىدۇ. بۇلار ئىچىدە ئۆت مەنبەلىك ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاش ھەممىدىن ئوڭاي. چۈنكى بۇنىڭدا پەقەت خىلىتلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى ۋە ھارارىتىنى پەسەيتكەندىلا، بۇ كېسەللىك ساقىيىپ كېتىدۇ.

يىرىڭلىق ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش: ئۇچەي يالۇغى، ئۇچەي مۇدۇر - چاقا كېسەللىكى سەۋەبىدىن چوڭ تەرەت يىرىڭلىق ھالەتتە چىقسا، بۇنى داۋالاش ئانچە قىيىن ئەمەس. ئەگەر ئۇچەي راكى سەۋەبىدىن چوڭ تەرەت يىرىڭلىق ھالەتتە چىقسا، بۇنى داۋالاش كۆپىنچە مۇمكىن بولمايدۇ.

قانلىق ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش: بۇ كېسەللىك كۆپىنچە تۇيۇقسىز يۈز بېرىدۇ. بۇ ھەقتىكى مەزمۇنلار قانلىق ئىچ سۇرۇش مەزمۇنىغا ئوخشاپ قالغاچقا، ئۇنى داۋالاش قانلىق ئىچى سۈزۈشتىكى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

شلىمشقسىمان ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش: چوڭ تەرەتنىڭ پوتلىسىمان پوستلاق ئارىلاش بولۇشى، ئۇچەي يۈزىدىكى جەۋھەر ماددىلارنىڭ يوقالغانلىقىدىن بولىدۇ. بۇ كېسەللىك كۆپىنچە سەۋەبى ئېنىق بولمىغان قىزىتمىدىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

كۆپۈكسىمان ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش:

بۇ كېسەللىكنىڭ ئاساسلىق سەۋەبى كۆپىنچە تارقىلىشچان قىزىتمىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ئەگەر چوڭ تەرەتتىن چىققان پوستلاقسىمان ماددىلار ئۇششاق - ئۇششاق بولۇپ، ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشىغا ئائىت ئالامەتلەر كۆرۈلمىسە، بۇ، ئاشقازان يارىسى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتىن چىققان پوستلاقسىمان ماددىلار قاتتىق ۋە چوڭ بولسا، بۇ ماددىلارغا چوڭ ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشىدىن كەلگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتىن چىققان پوستلاقسىمان ماددىلار نېپىز، يۇمشاق بولسا، بۇ ماددىلارنىڭ ئىنچىكە ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشىدىن كەلگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

تەكشۈرۈش:

كېسەللىكنىڭ قايسى ئورۇندا ئىكەنلىكى تەكشۈرۈلىدۇ.

بىمارىدا ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇپ، قورساقتا تولغاپ ئاغرىش بولسا، چوڭ تەرەتتە پوتلىسىمان ئۇچەي شاللىق پەردىلىرى ئاجرالمىلىرى چىققان بولسا، بۇ ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت بىلەن قان ۋە شلىمشق ماددىلار ئارىلاش چىقسا، چوڭ تەرەتنىڭ مىقدارى ئاز بولۇپ، ياغلاش بولمىسا، كىندىك ئەتراپى ئاغرىپ تۇرسا، بىمارىدا بىئارامىلىق ۋە ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇپ، ئىستېمال قىلغان دورىلار ئۇچەيدە ئانچە ئۇزۇن تۇرمىسا، بۇ ئۇستۇنكى ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت بىلەن قان ۋە شلىمشق ماددىلار ئارىلاش چىقمىسا، چوڭ تەرەتتىن ئىلگىرى ياكى كېيىن قان ۋە شلىمشق ماددىلار چىقىپ بولۇپ، ئاندىن چوڭ تەرەت كەلسە، ئاغرىش كىندىكنىڭ ئاستى قىسمىدا بولسا، بۇ، ئاستىنقى ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت قان بىلەن شلىمشق ماددىلار ئارىلاش ياغلاش چىقسا، بۇ تۇز ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت قان بىلەن شلىمشق ماددىلار ئارىلاش سۇيۇق كەلسە، ياغلاش بولمىسا، بۇ، قارىغۇ بوغماق ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت قان ئارىلاش تۇتقاقلىق، ئاغرىتىپ كەلسە ياكى تۇتقاقسىز، ئاغرىتماي كەلسە، بىمارىدا قان كۆپلۈكنىڭ ئالامىتى كۆرۈلگىلى ئۇزاق ۋاقىت بولسا، بۇ كېسەللىك ئۇچەي دىۋارىدىكى تومۇرلارنىڭ يىرىلىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرە-

دۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتە پوستلاقسىمان ماددىلار بولۇپ، چوڭ تەرەت قان ئارىلاش، شىلىمشىق، ئاغرىتىپ كەلسە، چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى سېرىق بولسا، بىماردا كۆپ ئۇسساش، ماغدۇرسىزلىنىش، قورساق ئېچىشىپ ئاغرىش، مەقئەت ساھەسى ئېچىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك ئۆتكۈر سەپرا خىلتىنىڭ ئۇچەيگە كۆپلەپ قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتىن چىققان قان ۋە شىلىمشىق ماددىلار قويۇق بەلغەم خىلتى ئارىلاش چىققان بولسا، چوڭ تەرەت رەڭسىز بولۇپ، بىماردا قورساق كۆپۈش ۋە كوركىراش ئالامىتى كۆرۈلسە، قورساق قىسمىدا ئېغىرلىق مەلۇم بولۇپ، يەڭگىل ئاغرىش كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك قويۇق بەلغەم خىلتىنىڭ ئۇچەيگە كۆپلەپ قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ كېسەللىك كۆپىنچە نەزلە ۋە زۇكامدىن كېيىن يۈز بېرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى قارا بولۇپ، قورساق قىسمىدا بىئارامىلىق ۋە ئاغرىش بولسا، بەزىدە بىماردا ھوشسىزلىنىش كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك ئارتۇق سەۋدا خىلتىنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمار قەۋزىيەت بولۇپ، تەرەت قۇرۇق، قاتتىق چىقسا، تەبىئەت يۇمشاق كەلگەندە قورساق ئاغرىش توختىسا، بۇ كېسەللىك چىقىرىندى ماددىلار (چىقىرىندى ماددىلار) نىڭ قۇرۇقلۇقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمار ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش كېسەللىكى يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى زەھەرلىك دورىلارنى ياكى ئۆتكۈر سۇرگۇ دورىلىرىنى ئىستېمال قىلغانلىق ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىك شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتىن كەلگەن پوستلاقسىمان ماددىلار قورساق ئاغرىشتىن كېيىن چىقسا، بىماردا قىزىش، توڭۇپ تىترەش، قورساق ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، كۆپ ئۇسساش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك ئۇچەي ياللۇغىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت يېرىڭسىمان بەلغەم ئارىلاش چىقسا، بىماردا قىزىش، ئورۇقلاش، قورساق ئاغرىش، ئىشتىھاسىزلىق، كېچىسى سوغۇق تەرلەش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك ئۇچەي سىلى كېسەللىكىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت بىلەن چىققان پوستلاقسىمان ماددىلار نېپىز، كىچىك بولسا، چوڭ تەرەت سېسىق پۇراقلىق بولسا، بۇ كېسەللىك چىرىگەن قاندىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت سېسىق پۇراقلىق بولۇپ، بەدەنده سەۋدا خىلتى ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك ئۇچەي راكىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار يىغى تورىسى

ىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت كەيلۈسلۈق يېمەكلىكلەر ئارىلاش، گۆش يۇغان سۈدەك، سېسىق پۇراقلىق كەلسە، چوڭ تەرەتتىن چىققان پوستلاقسىمان ماددىلار نېپىز، كىچىك بولسا، قان چوڭ تەرەتتىن بۇرۇن ياكى كېيىن كەلسە، كىندىك ئەتراپى ئاغرىسا، يارا ۋە سويۇلۇش ئىنچىكە ئۇچەيدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر كۆرۈلۈش بىلەن بىرگە يىرىڭ ۋە قان چوڭ تەرەت بىلەن پۈتۈنلەي ئارىلاشماي ئېنىق ئايرىلىپ چىققان بولسا، يارا ۋە سويۇلۇش قارىغۇ ئۇچەينىڭ ئۈستۈنكى تەرىپىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان ۋە يىرىڭ چوڭ تەرەتكە تولۇق ئارىلىشىپ چىقمىغان بولسا، يارا ۋە سويۇلۇش قارىغۇ ئۇچەيدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت بىلەن چىققان پوستلاقسىمان ماددىلار چوڭ، قاتتىق بولسا، قان چوڭ تەرەتتىن ئىلگىرى كەلسە، چوڭ تەرەت قىستىغاندا مەقئەت ساھەسىدە سانجىلىپ ئاغرىش بولسا، كىندىك ئاستى قىسمىدا يەڭگىل ئاغرىش بولسا، يارا ۋە سويۇلۇش چوڭ ئۇچەيدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن بىرگە قان بىلەن يىرىڭ چوڭ تەرەت بىلەن ئارىلاش بولمىسا، يارا ۋە سويۇلۇش توز ئۇچەيدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان بىلەن يىرىڭ چوڭ تەرەت بىلەن ئازراق ئارىلىشىپ چىقىش بىلەن يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىرگە كۆرۈلسە، يارا ۋە سويۇلۇش بوغماي ئۇچەيدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىماردا يۇقىرىقى ئالامەتلەر كۆرۈلگىلى ئۇزاق ۋاقىت بولۇپ، چوڭ تەرەتتىن چىققان پوستلاقسىمان ماددىلار كۆپ بولسا، ئاغرىش يەڭگىل بولسا، يارىنىڭ قاتتىق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

كېسەلگە سەۋەبچى غەيرىي تەبئىي خىلتىنى تازىلاش ئېلىپ بارغاندىن كېيىن خىلتىلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتكۈچى، ئۇچەي خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرگۈچى لوئاب، يېلىم تۈرىدىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ ئىچىدىنمۇ لوئاب تۈرىدىكى دورىلارنى ئىشلىتىش ئىنتايىن مۇۋاپىق ھېسابلىنىدۇ.

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا، قۇرۇق نان ۋە گۆش بېرىشتىن ساقلىنىش، يارا كېسەللىكى ئۈستۈنكى ئۇچەيدە بولسا ئىچىملىك دورىلار ئارقىلىق داۋالاش، ئاستىنقى ئۇچەيدە بولسا كلىزما دورىلار ئارقىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش كېسەللىكى ئۇچۇن شويلا، ئارپا ئېشى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى بېرىلىدۇ.

بەللۇت، كۆيدۇرۇلگەن مىسىر قەغىزى، خۇنسىياۋشان، ئۇپا، گىل ئەرمىنى، ئەپـ

يۇن، كەتھىندى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشىنى تۆۋەندىكى بەش خىل ئۇسۇل بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىشنى كۆرسەتكەن:

1. ئۇچەينىڭ ھۆللۈكىنى توختىتىشقا ئامال بولمىغاندا، قابىز دورىلارنى ئىشلىتىش.

2. ئۇچەي دېۋارىدىكى تومۇردا يېرىلىش كۆرۈلگەندە ياكى ئۇچەي يۇزىدە كۇچلۇك غىدىقلىنىش بولغاندا، خىلتىلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش.

3. چوڭ تەرەتتىن كەلگەن ئۇچەي شىللىق پەردىلەر ئاجرالما ماددىلار كىچىك، يۇمشاق بولۇپ، تەرەت سۇدەك كەلگەندە، خىلتىلارنى قويۇلدۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش.

4. خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن ئاغرىش كۆپ بولسا، سېزىمنى يوقاتقۇچى تۇرىدىكى دورىلار يالغۇز ياكى باشقا دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

5. ئۇچەيدىكى چىقىرىندى ماددىلارنى قارشى تەرەپكە تارتىش، يەنى ئەگەر كېسەلگە سەۋەبچى خىلىت سۇيۇق بولۇپ، تەر ئارقىلىق چىقىپ كېتەلمىسە، تەرلىتىش ئۇسۇلىنى قوللىنىش ياكى سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلاش.

ئەگەر كېسەلگە سەۋەبچى خىلىت بىرقەدەر قويۇق بولۇپ، تەر ۋە سۇيدۇك ئارقىلىق چىقىپ كېتەلمىسە، قەي ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلاش، ئۇنىڭدىن باشقا بىرەر چەكلىمە بولمىغان ئەھۋالدا قورساق قىسمىغا نەشتەرسىز ياكى ئوتلۇق لوڭقا قويۇپ بولغاندىن كېيىن ئۇچەينىڭ تۆت خىل كۇچى (تارتىش، چىقىرىش، ھەزىم قىلىش، تۆتۇش كۇچىنى كۇچەيتكۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشىنى داۋالاشتا، ئالدىراپ كۇچلۇك تەدبىر قوللانماسلىق كېرەك، ئۇنداق قىلغاندا بەزىدە بىماردا ئۆلۈپ كېتىش كېلىپ چىقىدۇ.

شۇنىڭ ئۈچۈن تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، ئوسۇك ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىلىرىنى ئىچكۈزۈش يېتەرلىك.

ئەگەر ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئۇستۇنكى ئۇچەيدە كۆرۈلسە، ئىچىملىك دورىلار ئارقىلىق داۋالاش، ئاستىنقى ئۇچەيدە كۆرۈلسە، كلىزما دورىلار ئارقىلىق داۋالاش.

ئەگەر ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئۇچەينىڭ ئوتتۇرا قىسمىدا يۇز بەرسە، ئىچىملىك دورىلار ۋە كلىزما دورىلارنىڭ ھەر ئىككىلىسىنى بىرلىكتە ئىشلىتىش لازىم.

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا ھەممىدىن ئىلگىرى كېسەلگە سەۋەبچى ئامىلنى يوقىتىش لازىم.

ئەگەر سۇرگۇ دورا بېرىش زۆرۈر بولۇپ قالغاندا، ناھايىتى ئېھتىياتچانلىق بىلەن

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

يارىغا زىيان قىلمايدىغان دورىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ھېلىلە قاينىتىلمىسىغا كەتىراغا ئوخشاش يارا پۈتتۈرگۈچى دورىلارنىڭ تالقىنىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈش لازىم.

ئەگەر مۇمكىن بولسا ئىككى كۈنگىچە ھېچقانداق يېمەكلىك بەرمەي چىقىرىندى خىلىتىنىڭ چىقىپ كېتىشىگە ئىچكى مۇھىت ھازىرلاپ بېرىش لازىم.

ئەگەر يېمەكلىك بېرىش زۆرۈر بولۇپ قالسا، داغلانغان سۈتكە ئوخشاش غىزائىي داۋائى تۇرىدىكى يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا سېمىز توخۇنىڭ گۆشىنى پىشۇرۇپ، ئاق ئۇننىڭ نېنى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. توخۇ گۆشى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، قورۇلغان بېلىق، قورۇلغان گۈرۈچنىڭ شىرىسىگە كاللا ـ پاچاق سېلىپ پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. سۈسىزلىنىشنىڭ ئالدىنى ئېلىپ، قۇۋۇتنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن مېۋىلەر قىيامى ۋە سۈلىرى ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قابىز تۇرىدىكى دورىلارنى دەسلەپتە ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. سوغۇق تەبىئەتتىكى دورىلار ئارقىلىق خىلىتلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى ۋە ئاغرىقنى پەسەيتىش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك چىرىگەن قان خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، توسالغۇلارنى ئېچىش مەقسىتىدە غىدىقلاش خۇسۇسىيىتى بولمىغان قۇرۇق كەيپىياتتىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇ مەقسەت ئۈچۈن پاقىيوپۇرمىقى سۈيىگە بىرئاز ھاراق ئارىلاشتۇرۇپ، رەۋەن تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قورۇلغان بەللۇت ۋە خەرنوب يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۆچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى كېسەللىكى ئۈچۈن قانلىق ئىچ سۈرۈشتە قوللىنىلغان ھەمەلچە ۋە كلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۆچكە يېغىنى كلىزما دورىلارغا قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر چوڭ تەرەتتىن يىرىڭ كۆپ چىقسا، مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈش، تۇز سۈيى، تۇزلۇق ياغلار، تۇزلۇق بېلىق قاينىتىلمىسى ئارقىلىق كلىزما قىلىش لازىم.

بۇ كېسەللىكتە كلىزما ئىشلەتكەندە توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، قان تازىلىغۇچى دورىلارغا غىدىقلاش خۇسۇسىيىتى بولمىغان قۇرۇتقۇچى، قابىز تۇرىدىكى دورىلار قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن خىلىتنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتكۈچى، يارىنىڭ ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى قابىز تۇرىدىكى كلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ. كلىزما ئىشلەتكەندە، چوقۇم يارا پاكىزلانغان بولۇشى كېرەك.

ئەگەر يىرىڭ كۆپ بولسا، كلىزما ئارقىلىق تازىلاش قىيىن بولسا، قۇرسى زەرنىخ

يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئاجىزلىق، قىزىش، ماغدۇرسىزلىنىش، بەدىنى قىچىشىشقا ئوخشاش قان چىرىشنىڭ ئالامىتى كۆرۈلسە، قۇرسى زەرنىخنى ئىشلىتىشتە قارامىلىق قىلىشقا بولمايدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئالدى بىلەن غورا سۇيى، سۇماق سۇيى، رەۋەن ئۆسۈملۈكىنىڭ سقىلغان سۇيى، قىزىلگۈلنىڭ سقىلغان سۇيىنى ئىچكۈزگەندىن كېيىن ئەھۋالغا قاراپ قۇرسى زىرە ئېھتىياتچانلىق بىلەن ئاز مىقدارىدا يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە دەسلەپتە مائۇلھەسەل ئىچكۈزگەندىن كېيىن تۇز سۇيى ئىشلىتىلىدۇ.

ئاخىرىدا گىل مەختۇمنى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان كىلىزما دورىلار تۆۋەندىكىچە:

مەقئەت ساھەسىدە ئېچىشىش ۋە چوقۇلۇپ ئاغرىش بولسا، گۇل يېغى بىلەن كىلىزما قىلىش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن كىلىزما قىلىش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئارپا سۇيىگە بادام يېغى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى، گۈرۈچ سۇيى قوشۇپ كىلىزما قىلىش ئېلىپ بېرىلىدۇ ياكى يۇقىرىقى نۇسخىغا ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى، گىل مەختۇم تالقىنى قوشۇپ كىلىزما قىلىش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

گۈرۈچ قاينىتىمىسىنىڭ سۇيىگە ئۆچكە يېغى ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

گۈرۈچ سۇيى، بىر ياشلىق ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى، ئانار پوستى تالقىنى، موزا تالقىنى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

قاپاق سۇيى، سېمىزئوت سۇيى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، قىزىل چۇغلۇق سۇيى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى سۇيى، ئەدەس سۇيى، گۇل يېغى، ئۇپا تالقىنى، گىل ئەرمىنى تالقىنى، تۇتىيا تالقىنى، ئاقاقىيا تالقىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق. ئەگەر ئاغرىش بىرگە كەلسە، يۇقىرىقى نۇسخىغا ئەپيۇن قوشۇلىدۇ.

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان شامچە دورىلار تۆۋەندىكىچە:

مۇرمەككى، كۇندۇر، زەپەر، ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، رۇسۇت، كۆيدۇرۇلگەن مىسىر قەغىزى، خۇنسياۋشان، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۇڭگۈزى، زەمچە، زەنكار قاتارلىق دورىلاردىن يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

مۇرمەككى، كۇندۇر، زەپەر، ئەپيۇن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ شامچە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

سۇندۇرۇس، مىئەسائىلە، مۇرمەككى، زەپەر، ئەپيۇن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، رۇسۇت يېلىمى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسى بىلەن شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، رۇسۇت يېلىمى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، مەرۋايىت ئۇپىسى قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ، پاختىنى مەلھەمگە چۆكۈرۈپ ھەمەلچە قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان قۇرسى دورىلاردىن قۇرسى كەۋكەپ، قۇرسى زەرنىخ، قۇرسى زەنكار بېرىلىدۇ.

قورساق ساھەسىگە قۇرسى كەۋكەپنى نامازشامگۈل سۇيىدە ئېرىتىپ چېپىش، سېرىق-چېچەك، شۇمشا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلىرىغا ئولتۇرغۇزۇش ناھايىتى پايدىلىق.

مەشھۇر تېۋىپ مەجۇسى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئىسپىغۇل، تۇخۇمى مەرۋە، رەيھان ئۇرۇقى 24 گرامدىن، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، ھەببى ئەنبەر بارىس، شاھ بەللۇت، قورۇلغان سېمىزگۈت ئۇرۇقى 14 گرامدىن، ھۇممماز ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، ئەرەب يېلىمى، گىل ئەرمىنى، نىشاستە 18 گرامدىن، بىخ مارجان، ئانارگۈلى، تاباشىر، قورۇلغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، قىزىلگۈل ئون گرام-دىن، سەرتان، ئاقاقىيادىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ 7 ~ 10 گرامغىچە ئېلىپ، نامازشامگۈلى سۇيى ياكى بېھى قىيامى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا كالا قېتىقىغا نان چىلاپ بېرىلىدۇ.

بۇ كېسەللىكنى كەلتۇرۇپ چىقارغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇنى داۋالاشمۇ تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە تۈرگە بۆلىنىدۇ.

1. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشنى داۋالاش:

علاج سحج وقرحه امعاء صفراوی

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان يارا ۋە سويۇلۇشى چوڭ ئۇچەيدە بولسا، سوغۇق تەبىئەتلىك كىلىزمىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئىنچىكە ئۇچەيدە بولسا، سەپرا خىلىتىنىڭ سۇرگىسى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

كېسەلگە سەۋەبچى خىلىتنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن قۇرسى تاباشىر قابىز شەربىتى ئانار بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر قابىزدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، توققۇز گرام سېمىزگۈت ئۇرۇقى شىرە-

سى، ئۇچ گرام بېھى ئۇرۇقى لوئابى، يەتتە گرام ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەرەب يېلىمى 14 گرام، رەيھان ئۇرۇقىدىن بەش گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى، نىشاستە بىر گرامدىن، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، ئىسپىغۇلدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، داغلانمىغان قېتىق بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

گىل ئەرمىنى، ئاق سەندەل، قىزىلگۈل سېرىقى، ئاقاقىيا قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، نامازشامگۈلى سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قورۇپ، سوغۇق سۇ بىلەن شىرىسىنى چىقىرىپ، شەربىتى بىنەپشە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى ئالتە گرام، بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۇچ گرام، ئەنجىباھار يىلتىزى شىرىسىدىن تۆت گرام ئېلىپ قوشۇپ، ئىسپىغۇل ۋە رەيھان ئۇرۇقى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى تۆت گرام، بېھى ئۇرۇقىدىن ئىككى گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى تۆت گرام، ئوسۇك ئۇرۇقى شىرىسى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرامدىن، ئۆچكە يېغىدىن بەش گرام ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تۆت گرام، لاچىنداندىن ئۇچ گرام ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى تۆت گرام، گۈل يېغى 12 گرام، قورۇلغان چاھار تۇخۇم توققۇز گرام قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك بىلەن ئىشتىھا تۇتۇلۇش، يۇرەك قوزغىلىش ئەھۋالى بىرگە كېلىپ، داۋالاشنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە، بىر گرام ئاقمومنى يۇتۇۋېتىشقا بۇيرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قار سۇيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن قورساق قىسمى يۇيۇلىدۇ. بۇ تەدبىر بىر كۈندە تۆت قېتىم قوللىنىلىدۇ. شۇ كۈنى ھېچقانداق يېمەكلىك بېرىلمەيدۇ. ئاخشىمى كالا قېتىقى تەڭ مىقداردىكى گۈرۈچ ئېشى بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن يامغۇر سۇيى ياكى قار سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

موزا، ئەرەب يېلىمى ئۇچ گرام، ئەپيۇندىن ئىككى گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە قارىمۇچ چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ، ئىككى دانىدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئارپا پوستى، كەھرىۋا قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ يېگۈزۈ-لىدۇ.

كەھرىۋا، ھۆممار ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈش، ئاقاقىيانى قائىدە بويىچە كىلىزما قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

ئىبنىسىنا مۇنداق دەپ كۆرسەتكەن:

بىمارىدا ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇپ، بىئارامىلىق ھېس قىلسا، ئارپا پوستى تالقىنى بېرىش، ئەگەر بىمارىدا ئاغرىش بەك قاتتىق بولسا، كالا يېغى ۋە ئارپا پوستى بىلەن كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىش، ئەگەر بۇنىڭ بىلەن ئاغرىق پەسەيمىسە، سېزىمنى يوقاتقۇچى دورە-لارنى ئىشلىتىش لازىم.

ھەكىم قەرشى تۆۋەندىكىدەك داۋالاش ئۇسۇلىنى كۆرسەتكەن:

سۈتكە سۇ قىسمى تۇغمىغان قەدەر قىزىتىلغان تۆمۈرنى تاشلاپ، سۇزۇپ ئىچكۈزۈلە-دۇ.

سۈتكە ئەرەب يېلىمى، نىشاستە، تاباشىر تالقانلىرىنى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

پوستى خەشخاشنى يۇمشاق سوقۇپ، شەربىتى ئەنجىباھار ياكى نامازشامگۈل شەربىتى بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

قورۇلغان ئارپا، قورۇپ يۇيۇلغان گۈرۈچ، قورۇلغان تېرىق، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇ-قى، پوستى خەشخاش، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل سېرىقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، نامازشامگۈل ياغىچى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغىنى قوشۇپ، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، قورۇلغان نىشاستە، خۇنسياۋشان، كەھرىۋا، بىخ مارجاندىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ تالقانلىرىنى يۇقىرىقى قاينىتىلمىغا قوشۇپ، قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

قورۇلغان ئارپا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقى، خەشخاش پوستى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، شەربىتى ئەنجىباھار ۋە شەربىتى ھەببۇلئاس ياكى ئالما شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قىزىش ۋە ئۇسساش كۆپ بولسا، يۇقىرىقى نۇسخىغا قورۇلغان چار تۇخۇم (تۆت خىل ئۇرۇق دورا) دىن ئون گرامدىن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بىمارنىڭ بەدىنى كۈچلۈك بولسا، نىشاستە، ئەرەب يېلىمى، قورۇلغان تاباشىر تالقانلىرى قوشۇپ ئىچكۈزۈ-لىدۇ.

ئەگەر يارا ۋە سويۇلۇش ئۇستۈنكى ئۈچەيدە بولسا، دەسلەپتە سۈفۈپى تېتىن بېھى قىيامى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئارپا سۈيى، گىل ئەرمىنى، ئەرەب يېلىمى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى، گىل ئەرمىنى، تاباشىر تالقانلىرى، بېھى سۈيى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتىن چىققان قان كۆپ بولسا، قۇرسى كەھرىۋا، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، ئالما قىيامى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قىزىتما توختىغان بولۇپ، چوڭ تەرەتتىن يىرىڭسىمان ماددىلار چىققان بولسا، قىزىتىلغان تاش ياكى تۆمۇر بىلەن داغلانغان سۇت ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا: تۇخۇم سېرىقىنى سۇماق سۇيى ياكى سىركە بىلەن قاينىتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. كەپتەر ۋە كەكلىكنىڭ گۆشلىرى سۇماق سۇيى ۋە ئانار سۇيى بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر يارا ۋە سويۇلۇش ئاستىنقى ئۇچەيدە بولسا، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، گۈل يېغى، قورۇلغان توخۇ تۇخۇمى سېرىقى، خۇنسياۋشان، گىل ئەرمىنى، ئەپيۇن، پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ بىلەن كېسەللىك يوقالغان بولسا، كەپتەر گۆشىنى سۇماق سۇيى بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى تېيىن، سۇفۇپى نىشاستە، ئەرقى گۈل ۋە بادام يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئاقلانغان تېرىق، ئاقلانغان بادام مېغىزى قوشۇپ كېسەل ئېشى تەييارلاپ بېرىلىدۇ. بەك تاتلىق ياكى بەك چۈچۈمەل يېمەكلىكلەرنى بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم.

كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، نىشاستە 18 گرامدىن، قورۇلغان ئەرەب يېلىمىدىن ئون گرام ئېلىپ دورىلارنى سوقۇپ، نامازشامگۈل سۇيى ياكى سېمىزئوت ئۇرۇقى سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈش ئۇچەي يارىسى، تولغاق، قانلىق ئىچ سۇرۇش ئۇچۇن پايدىلىق.

مەشھۇر تېۋىپ خۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا، ئۆتكۈر سەپرا خىلتىنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇشىنى توختىتىش ئۇچۇن ئانار شەربىتى، ھۇمماز شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ. تەرەنجىبىن شىرىسى، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۇيى، قىزىلگۈل شەربىتى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈش ئارقىلىق ئارتۇق سەپرا خىلتى تازىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن جاراھەت پۈتتۈرۈش، ئۇچەي خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۇن قۇرسى كەھرىۋا، قۇرسى تاباشىر قابىز، نامازشامگۈل سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا، قورۇلغان گۈرۇچ قورۇلغان بادام مېغىزى بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. توخۇ گۆشى يېگۈزۈلىدۇ.

2. غەيرىي تەبئىي قان خىلتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشنى داۋالاش:

علاج سحج وقرحه امعاء دموی

بۇ كېسەللىك كۆپىنچە جىگەر بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇپ، جىگەر كېسەللەنگەندىن كېيىن جىگەر ياخشى قان خىلتى ھاسىل قىلالمايدۇ. نەتىجىدە، بۇ خىل قان خىلتى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئۇچەيگە يېتىپ كەلسە، ئۇچەي دىۋارىنى غىدىقلاپ، ئۇچەي يارىسىنى پەيدا قىلىپ قويىدۇ. بۇ ۋاقىتتا چوڭ تەرەت يىرىڭ، قان ئارىلاش سېسىق پۇراقلىق كېلىدۇ. جىگەر ساھەسىدە ئاغرىش بولىدۇ. بەزىدە جىگەر ساھەسىنى سىيلاپ تەكشۈرگەندە قولغا ئۇرۇنىدۇ. بىمارىدا قىزىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ. بەزىدە سۈلۈق ئىششىق قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشى جىگەر كېسەللىكى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغاچقا، دەسلەپتە ئۇچەي يارىسىغا ۋە قانىنى توختىتىشقا قارىتا دورا ئىشلەتمەسلىك لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن جىگەرنىڭ مىزاجىنى تەڭشەش، جىگەرنىڭ تۆت خىل كۇچى (تارتىش، چىقىرىش، تۇتۇش، ھەزىم قىلىش) نى كۇچەيتكۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. جىگەر مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن دەسلەپتە ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سۈماق، ئانار ئۇرۇقى شىرىلىرى ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تاماقنى ئاز - ئازدىن بىرنەچچە قېتىم ئىستېمال قىلىش لازىم.

جالىنۇس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بىمارغا يېمەكلىكنى ناھايىتى ئاز بېرىش، ئۇسسۇلۇق ئۇچۇن ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈش، جىگەر يالۇغىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلگەن سۇۋالمىلارنى چېپىش لازىم.

يۇقىرىقى تەدبىرلەرنى قوللانغاندىن كېيىن بىماردىكى قىزىش، سۇيدۇك رەڭگى ئۆزگىرىش، ئىچ سۇرۇش ئەھۋالى ياخشىلانغان بولسا، جىگەرنى كۇچلەندۈرۈش ئۇچۇن ھۇممۇز ئۇرۇقى بىلەن تەييارلانغان قۇرسى تاباشىر يېگۈزۈلىدۇ. ئۇندىن باشقا، جىگەر ئاجىزلىقى بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا جىگەر ھەزىم قىلالايدىغان، يەڭگىل، لەتىف غىزالار ئاز مىقداردا يېگۈزۈلىدۇ. گۆش بېرىشكە قەتئىي بولمايدۇ. ئۇنداق قىلمىغاندا كېسەللىك تەرەققىي قىلىپ سۈلۈق ئىششىققا ئۆزگىرىدۇ.

ھەكىم مەسىھى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش كېسەللىكىدە گۆش بېرىش ناھايىتى خەتەرلىك بولۇپ، بىمار ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن.

3. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سحج وقرحه امعاء بلغمی

بۇ كېسەللىكتە ھەممىدىن ئىلگىرى غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتى تازىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇچەي خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن چاھار تۇخۇمى ۋە سۇفۇپى مىقلىياسا بېرىلىدۇ. قارا ھېلىلىنى ياغ بىلەن قورۇپ، تەڭ مىقداردىكى قەنت بىلەن

ئارىلاشتۇرۇپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ ياكى قارا ھېلىلىنى ياغ بىلەن قورۇپ، تەڭ مىقداردىكى قەنت، قورۇلغان بەدىيان قوشۇپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

مۇرمەككى، ھەببۇلغارنى مۇڭاپىق ئۇسۇللار بىلەن ئىشلىتىش غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئۇچۇن پايدىلىق.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى ئۇچۇن ئالدى بىلەن سۇرگۇ دورىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش، ئۇچەي خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۇرۇش ئۇچۇن جاۋارىش خۇزى، جاۋارىش پەلاسپە يېگۈزۈلىدۇ. مەرزەنجۇش، زىرە، تۇز، سېرىقچېچەك، سۇزاپ، ئىكىلىلىك 30 گرامدىن، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، قۇستىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، دورىلارنى زەيتۇن يېغى بىلەن پىشۇرۇپ، سۇزۇپ، گۇل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

مۇڭاپىق مىقدارىدىكى گۇرۇچنى تۇزلانغان بېلىق بىلەن پىشۇرۇپ، سۇزۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا تۇزلانغان بېلىق قىچا، نانخا، ئانار ئۇرۇقى، قۇرۇق ئۇزۇم بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى چاپلاشقاق بەلغەم خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مەتبۇخى خىيارشەنبەرگە ھېلىلە ۋە ئۇرۇقسىز ئۇزۇم قاينىتىلمىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى ھەببۇلئاس ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە مۇڭاپىق لوئاب ۋە كىلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش كېسىلىدە قورساق كورىكىراش، قورساق كۆپۈش، تولغاپ ئاغرىش ئالامىتى كۆرۈلسە، قارا زىرە، ياۋا زىرە، سوقۇلغان يۇمغاقسوت ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، بىر كېچە - كۈندۈز سىركىگە چىلاپ، ئەتىسى سۇزۇپ دورىلارنى قۇرۇتۇپ، قۇرۇق قورۇلىدۇ ھەمدە سۇماق ياغچى، پوستى كۆكنار ھەربىرى بىر ھەسسە، نامازشامگۇل ئۇرۇقىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇل سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، تۆت گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

گۇرۇچ، تېرىق، بەللۇت، نامازشامگۇل ياغچى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۇزۇپ، ئىككى دانە قورۇلغان تۇخۇم سېرىقى قوشۇپ ئېرىتىپ، 18 گرام گۇل يېغى، گىل ئەرمىنى، ئۇپا، كۆيدۇرۇلگەن مىسىر قەغزى، خۇنسياۋشان تالقانلىرى ئۇچ گرامدىن، ئاقاقىيا تالقىنىدىن ئىككى گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئەگەر تولغاق ۋە قورساق ئاغرىش ئېغىر بولسا، بۇنىڭغا ئەپيۇن ۋە ئۆچكە يېغى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي يارىسىنىڭ سەۋەبى تۇزلۇق بەلغەم خىلتى بولسا، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسىنى داۋالاش جەريانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

4. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سوىۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سحج وقرحہ امعاء سوداوی

غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە سوىۇلۇشىنى داۋالاشتا ھەممىدىن ئىلگىرى سەۋدا خىلتىغا قارىتا مۇنزىچ، مۇسھىل بېرىش ۋە تالنى كۆچلەندۈرۈش لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن سۇفۇپى تېرىن مۇڭاپىق لوئابلار بىلەن ئېچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، شەربىتى بىنەپشە، چاھار تۇخۇم قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئېچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچەي سوىۇلۇش ۋە يارا ئاستىنقى ئۇچەيدە بولسا، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، خۇنسياۋشان، گىل ئەرمىنى، نىشاستە قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قاينىتىلغان گۈرۈچ سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىنى قوشۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

گىل مەختۇم، مەرۋايىت قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە كۆپىنچە ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ئاجىز بولىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن جاۋارىش مەستىكى يېگۈزۈلىدۇ. تالنى كۆچلەندۈرۈش ئۈچۈن تال ساھەسىگە رەۋەن، مەستىكى سۈۋىلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە سوىۇلۇشىنى داۋالاشتا، تال مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئىشلەتكەن تەدبىرلەرنى قوللانغاندىن كېيىن سۇفۇپى تېرىن يېگۈزۈلىدۇ. قاينىتىلغان گۈرۈچ سۇيى بىلەن كىلىزما قىلىش، ئىسسىق تەبئەتتىكى ئۇرۇق دورىلار، سوغۇق تەبئەتتىكى قابىز دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ. گۈل يېغى، توخۇ توخۇمىنىڭ سېرىقى مۇڭاپىق دورىلار بىلەن ئىشلىتىلىدۇ.

5. چىقىرىندى ماددىلار سەۋەبىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سحج وقرحہ امعاء از ثقل یابس

ئەگەر ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى چىقىرىندى ماددىلارنىڭ قۇرۇقلۇقى ۋە يىرىكلىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇچەي توسۇلۇش ۋە يالغان تولغاق كېسەللىكىنى داۋالاشتا قوللانغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى، شەربىتى بىنەپشە، بادام يېغى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل شىرىسى، سەرپىستان شىرىسى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

گۈل بىنەپشە، ئەنجۈر، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرەنجىبىن شىرىسى 36 گرام، بادام يېغى 12 گرام، كالا سۈتى 125 گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

چىقىرىندى ماددىلارنى چىقىرىش ئۇچۇن خىيارشەنبەر شىرىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبىئەتنى يۇمشىتىش، خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش، سىلىقلىقىنى يوقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە يېمەكلىك ۋە دورىلار بېرىلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، توخۇ گۆشى شورپىسى، چۇچە گۆشى يېگۈزۈلىدۇ.

گۈل يېغىغا تۇخۇم سېرىقى ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

زىغىر ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ لوئابىنى چىقىرىپ، تاماقتىن ئىلگىرى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەينۇلا يېگۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

6. زەھەرلىنىشتىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سحج وقرحہ امعاء سمی

ئەگەر ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى زەھەرلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئالدى بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ساپ سۈت يالغۇز ياكى زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

نىشاستە، رەيھان ئۇرۇقى، سۈت، شېكەر قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە ھالۋا تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە زەھەرنىڭ تەسىرىنى يوقىتىش ئۇچۇن زەھەرلىنىش بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

زەھەر قايتۇرۇپ بولغاندىن كېيىن ئۇچەي خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن سۈفۈپى تېيىن، سۈفۈپى مىقلىياسا بارىد سوغۇق تەبىئەتلىك لوئابلار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھاراقنى كۆپ ئىچىشتىن ئۇچەي سويۇلۇش ۋە يارا كېسىپ چىققان بولسا، بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، ساپىن تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

كەتىرا، تاباشىر، بىخ مارجاندىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، سەككىز گرام خېمىرى مەرۋايىت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كۈمۈش ۋاراققا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئالما شەربىتى، خەشخاش شەربىتى، ئەرقى بىدىمىشكى، ئەرقى كەيىوە، ئەرقى گاۋزىباندىن 60 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، توققۇز گرام پەرەنجىمىشكى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا كالا قېتىقى بىلەن ئۇماچ بېرىلىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇشى بايانىدىكى تەدبىرلەر تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

7. سۈرگۈ دورىلار سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي يارىسى ۋە ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى سويۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سحج وقرحہ امعاء از ادویہ مسہلہ

ئەگەر ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش كۆچلۈك سۈرگۈ دورىلارنى ئىچكەنلىكتىن كېلىپ چىققان بولسا، سۈفۈپى تېيىنغا ئوخشاش دورىلار يېگۈزۈلىدۇ.

كالا قېتىقى يالغۇز ياكى شويلا بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

رەيھان ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، دورىلار سېغىزدىن ياسالغان قاچىدا قىزدۇرۇلىدۇ، ئاندىن سوقۇپ ئاق لەيلى يىلتىزى، بىنەپشە قاياتماسىغا قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

قورۇلغان كەتىرا تالقىنىدىن بەش گرام مۇڭاپىق مىقدارىدىكى قېتىق بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. كالا يېغى 12 گرام، خۇنسياۋشان تالقىنىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئىككى گرام پولونىيا سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا شويلىغا ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي سويۇلۇش يارىغا ئۆزگەرگەن بولۇپ، يارىنىڭ كېسەللىك ئەھۋالى يەنە قېپقالغان بولسا، يۇقىرىغا ئوخشاش داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش تولۇق ساقىيىپ، پەقەت يارىلا قېپقالغان بولسا، كېسەللىك سوزۇلمىغا ئايلىنىپ كەتكەن بولسا، چوڭ تەرەت بىلەن پەقەت يېرىڭلا چىقسا، يېرىڭلىق ئىچ سۈرۈش بايانىدا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

تۆتىنچى پەسىل يىرتىلىق ئىچ سۇرۇش
اسهال الدم

تونۇش:

ئاشقازان، جىگەر، ئۇچەي، ھەتتا كۆكرەك مۇدۇر - چاقىلىرى يېرىلىش سەۋەبىدىن چىققان يىرتىلارنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇشى بىلەن چوڭ تەرەتتىن يىرتىلىسمان ماددىلار چىقىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

ئۇچەي سويۇلۇشنىڭ يارىغا ئۆزگىرىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇچەي ياللۇغى ياكى ئۇچەي مۇدۇر - چاقىسىنىڭ ئېغىز ئېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئاشقازان، جىگەر، ھەتتا كۆكرەك ئىچكى مۇدۇر - چاقا كېسەللىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

چوڭ ئۇچەيدە كېسەللىك يۈز بەرگەن بولسا، چوڭ ئۇچەي، ئۆزىنىڭ جىسمىنىڭ قاتتىقلىقى بىلەن يارىنىڭ ئاغرىتىشىغا بەرداشلىق بېرەلمەسلىكى ئۇچۇن ئېغىر، خەتەرلىك ئاقىۋەتلەر كېلىپ چىقمايدۇ. ئەگەر كېسەللىك ئىنچىكە ئۇچەيدە يۈز بەرسە، جىسمىنىڭ ئاجىزلىقى، سەزگۈرلۈكىنىڭ يۇقىرىلىقى بىلەن يارىنىڭ ئاغرىتىشىغا بەرداشلىق بېرەلمەي، ئاسانلا خەتەرلىك ئاقىۋەت كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن چىققان يىرىڭ ئۇچەيدىن كەلگەن بولسا، ئالدى بىلەن مائۇلھەسەل بىلەن مائۇلئوسۇل كەبىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىماردا قىزىش بىرگە بولسا، ئارپا ئېشى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

قىزىتىلغان تۆمۇر ھەم داغلانغان سۇت ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

كەھرىۋا، خۇنسياۋشان، كۆيدۇرۇلگەن بىخ مارجان، تاباشىر، قورۇلغان نىشاستە قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سۇفۇپى تىيىن بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا خەشخاش ۋە تېرىق قاينىتىلمىسىنى ھالۋا، قىزىتىلغان تۆمۇر بىلەن داغلانغان كالا قېيىقى بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە تازىلاش ۋە توسالغۇلارنى ئېچىش ئۇچۇن دەسلەپتە مائۇلھەسەل ئارقىلىق كلىزما ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تۇز قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

يىرىڭنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن پاقىيوپۇرمىقى سۈيىگە گىل مەختۇم تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يارىدا چىرىش پەيدا بولغانلىقتىن چوڭ تەرەت بىلەن يىرىك چىققان بولسا، ئۆتكۈر خىلدىكى كىلىزمىلارنى ئىشلىتىش بىلەن بىرگە قۇرسى زەرىنخ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن چوڭ تەرەتتىن شىلىمشىق ئۇچەي شىللىق پەردىلەر ئاجرالما ماددىلار كۆپ چىقسا، كېسەللىك يۈز بەرگىلى ئۇزۇن ۋاقىت بولسا، ئالدى بىلەن سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۆتكۈر كىلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرلەر ئارقىلىق يارا سۈيۇقلۇق ۋە چىرىگەن ماددىلاردىن تازىلانغان بولسا، يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى، قابىز، خىلتىلار ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتكۈچى كىلىزمىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى مەلھىمى ئەبىيەز ۋە مەلھىمى شادىنەجنىك شامچىلىرى ئىشلىتىلىدۇ. باشقا تەدبىرلەر ئۇچەي يارىسى، ئاشقازان مۇدۇر ـ چاقىسى، ئاشقازان يارىسى بايانىدىن ئېلىنىدۇ.

بەشىنچى پەسىل تولغاق (زەھىر)

زحير

تونۇش:

خىلتىلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى، غەلىز، يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كىلىنىكىدا ئىشتىھاسىزلىق، قورساق ساھەسى تولغاپ ئاغرىش، چوڭ تەرەت قان ئارىلاش كېلىش، قورساق كۆپۈش، ھەتتا قۇسۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

ئىنىنسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

چوڭ ئۇچەيدىن كەلگەن تەرەت سۈيۇق بولۇپ، ئاقىرىش بىرگە كەلسە، بۇ تولغاق دېيىلىدۇ. بۇنىڭدىكى ئاغرىش تۈز ئۇچەينىڭ پوستلاقسىمان قىسمى تەرەت بىلەن چىقىپ كەتكەنلىكتىن بولىدۇ.

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئىچ سۇرۇش بىلەن قورساقتا تولغاپ ئاغرىش بولسا، بۇ تولغاق دەپ ئاتىلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تولغاق بىر خىل ھالەتنىڭ نامى بولۇپ، بۇنىڭدا ئادەم چوڭ تەرەت قىلغۇسى كەلگەندەك قىلىدۇ ۋە ھاجەت ئۇچۇن چوڭ تەرەت قىلغىلى بارغاندا ئېغىز شۆلگىيىگە ئوخشاش ماددىلار ۋە پوتلىسمان شىلىمشىق ماددىلار باشقا ھېچنەرسە چىقمايدۇ.

خۇلاسىلىغاندا، تولغاق يالغان تولغاق (زەھىرى كازىب)، ھەقىقىي تولغاق (زەھىرى سادىق) ئىككى قىسىم بولىدۇ.

سەۋەبى:

1. ئىنچىكە ئۇچەيدە قۇرۇق، چىقىرىندى ماددىلارنىڭ توختاپ قېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبىدىن ھەرۋاقىت چوڭ تەرەت قىستاپ تۇرىدۇ. بىراق چىقىرىندى ماددىلار قۇرۇق بولغانلىقى ئۈچۈن چىقالمايدۇ. نەتىجىدە ئۇچەيلەر كۆپلەپ شىلىمشىق سۇيۇقلۇقلارنى ئاجرىتىپ چىقىرىپ، پوتلىسىمان پوستلاقلارنىڭ چىقىشىغا سەۋەبچى بولىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا، بۇ چىقىرىندى ماددىلار چىقىپ كېتەلمىگەچكە، كۆپلەپ قويۇق يەللەر ھاسىل بولۇپ، ئۇچەي جىسمىدە ئولتۇرۇشۇۋېلىپ، بىماردا چىڭقىلىش پەيدا قىلىدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئۇچەي دېۋارىدىكى تومۇرلار ئېغىزى ئېچىلىپ كېتىش ياكى ئۇچەي يۇزىدىكى شىللىق پەردىلەرنىڭ ئاجرىلىشىدىن تەرەتتىن قان چىقىشقا باشلايدۇ.

2. تۇز ئۇچەيگە ئۆتكۈر سەپرا خىلتىنىڭ ياكى تۇزلۇق بەلغەم خىلتىنىڭ كۆپلەپ قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

3. ئۇزاق ۋاقىت سوغۇق تەبىئەتتىكى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، سوغۇق مۇھىتتا كۆپ ئىشلەش، سوغۇق يەردە ئۇزۇن ئولتۇرۇش سەۋەبىدىن مەقئەتتە قېتىشىش پەيدا بولۇپ، تۇز ئۇچەيدە تارتىشىش يۇز بېرىدۇ. بۇنىڭ بىلەن بىمار چىقىرىندى ماددىلار توختاپ قالدى، دەپ ئويلاپ، بۇ چىقىرىندى ماددىنى چىقىرىش ئۈچۈن بىرنەچچە قېتىم چوڭ تەرەت قىلىشقا مەجبۇر بولىدۇ.

4. تۇز ئۇچەيگە بىرەر نەرسە چىقىپ قېلىش ياكى بىرەر قاتتىق نەرسىدە ئۇزۇن ئولتۇرۇش سەۋەبىدىن مەقئەت ساھەسىدە بىئارامىلىق بولۇپ، چىقىرىندى ماددىلارنى يوقىتىش قىينىغا توختاپ، تولغاق كېلىپ چىقىدۇ.

5. ئاشقازان ۋە ئۇچەي بوش ھالەتتە چۈچۈمەل نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ئۇچەي يۇزىدە ئېچىشىش پەيدا بولۇپ، تولغاققا سەۋەبچى بولىدۇ.

6. تارقىلىشچان كېسەللىك (ۋابا) سەۋەبىدىنمۇ تولغاق كېلىپ چىقىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل بولىدۇ دەپ كۆرسەتكەن:

1. تۇز ئۇچەيدىكى ئىششىقنىڭ قېتىپ قېلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
2. ئۇچەيدە يەل توختاپ قېلىشتىن بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.
3. مەقئەت مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
4. تۇز ئۇچەينىڭ تارتىشىپ قېلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
5. قويۇق، شىلىمشىق خىلتىلارنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
6. مەقئەت ئاقمىسى، بۇۋاسىر، مەقئەت يېرىلىش، مەقئەتتە يارا پەيدا بولۇش

سەۋەبىدىن تولغاق كېلىپ چىقىدۇ.

7. چىرىگەن بەلغەم خىلتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

8. قانلىق ئىچ سۇرۇشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

گىلانى نىخان بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تولغاق كېسەللىكى ئومۇمەن تۇز ئۇچەيدە مىزاج بۇزۇلۇش ياكى پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك ئۆزگىرىشلەردىن كېلىپ چىقىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ خۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تولغاق بولسا تۇز ئۇچەينىڭ بىرەر كېسەللەندۇرگۈچى ماددىلارنى ئىتتىرىپ چىقىرىش ئۈچۈن ئۇچەيدە پەيدا بولغان ھەرىكەتنىڭ ئاتلىشىدىن ئىبارەت.

تەكشۈرۈش:

1. تولغاقنىڭ يالغان تولغاق ياكى ھەقىقىي تولغاق ئىكەنلىكى تەكشۈرۈلىدۇ.

خىيار شەنبەر ئۇرۇقى ياكى تەمرى ھىندى ئۇرۇقىدىن 3 ~ 4 دانە ئېلىپ، كالا يېغى بىلەن ياغلاپ، بىمارغا يۇتقۇزغاندىن كېيىن، بۇ ئۇرۇق ئىچ سۇرۇش بىلەن چىقماي، ئۇچەيدە توختاپ قالغان بولسا، بۇ يالغان تولغاق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

بەزىدە ئۇچەيدىكى توسالغۇ ماددىلار ئۇچەينىڭ تۆۋەنكى قىسمىدا بولسا ئۇرۇقلار ئىچ سۇرۇش بىلەن چىقىپ كېتىدۇ. لېكىن ئۇرۇقلار بىر - بىردىن، بىرئازدىن بىر نەچچە قېتىمدا چىقىپ كېتەلەيدۇ.

ئەگەر بۇ ئۇرۇقلار چوڭ تەرەت بىلەن ئارىلاش ياكى ئايرىم ھالەتتە تولۇق، بىراقلا چىقىپ كەتسە، بۇ راست (ھەقىقىي) تولغاق بولىدۇ.

يالغان تولغاقتا قورساق ئېغىر بولىدۇ، كۆكرەك ئاغرىيدۇ. ئىشتىھا تۆۋەنلەيدۇ، قورساق تولغاپ ئاغرىيدۇ. كېسەللىك يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى قابىز، قۇرۇق كەيپىياتتەكى يېمەكلىكنى ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولىدۇ.

راست تولغاقتا يۇقىرىقى ئالامەتلەر كۆرۈلۈشتىن باشقا، قانداق يېمەكلىك يېسە شۇ يېمەكلىكنىڭ ھەزىم بولمىغان قىسمى چوڭ تەرەت بىلەن چىققان بولىدۇ. مەقئەت ساھەسىدە ئېچىشىش كۆرۈلىدۇ، ئىچ سۇرۇش بىلەن قان ۋە شىللىق پەردىلەر ئارىلاش چىققان بولىدۇ.

2. سەۋەبىگە ئاساسەن تەكشۈرۈلىدۇ.

چوڭ تەرەت سەپرا خىلتى ئارىلاش چىقىش، قىزىش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، تومۇر ھەرىكىتى ئىتتىك ۋە ئارقىمۇئارقا بولۇش، قورساق ساھەسى چوقۇلۇپ ئاغرىش، سوغۇق سۇدىن راھەتلىنىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان تولغاق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەت ئېچىشىپ كېلىش، چوڭ تەرەت پوتلىسىمان ماددىلار بىلەن بەلغەم

خىلىتى ئارىلاش چىقىش، قورساق كۆپۈش، قورساق كوركىراش، ئۈسسۈزلۈقى ئاز، تومۇر ھەرىكىتى ئاستا ۋە قاتتىق بولۇش، چوڭ تەرەتتىن ناھايىتى ئاز مىقدارىدا قان كېلىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققان تولغاق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر تۈز ئۇچەي ساھەسىدە ئاغرىش، ئېغىرلىق ۋە چىڭقىلىش ئەھۋالى مەلۇم بولۇش، تومۇر ھەرىكىتى ھەرە چىششىمان بولۇش، سۈيدۈكلۈك كىرىش ئېغىزىدا چىڭقىلىش يۈز بېرىش، قىزىش، سۈيدۈك قىستاش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، ئۇچەي ياللۇغىدىن بولغان قان تولغاق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمار قاياق سۈنى ئىچىش، ئىسسىق جايدا ئولتۇرۇشتىن راھەت ھېس قىلىش، كېسەللىك يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى مەقئەتكە سوغۇقلۇق تېگىپ قېلىش ئەھۋالى كۆرۈلسە، بۇ، زىيادە سوغۇقلۇق تەسىرىدىن كېلىپ چىققان تولغاق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىماردا يۇقىرىقى ئالامەتلەر ۋە سەۋەبلەر مەۋجۇت بولمىسا، بىرەر قاتتىق نەرسە ئۇستىدە ئۇزاق ئولتۇرغانلىق تارىخى بولسا، بۇ، كېسەللىك شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر بىماردا يۇقىرىقى ئەھۋالمۇ مەۋجۇت بولمىسا، قورساق ئاچ ۋاقىتتا بىرەر چۈچۈمەل نەرسە يېگەنلىك تارىخى بولسا، تولغاقنىڭ شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر تولغاق قانلىق ئىچ سۈرۈش، مەقئەت ئاقمىسى، بوۋاسىر، مەقئەت يېرىلىش، يارا ۋە چىرىش قاتارلىق كېسەللىكلەرنىڭ بىرەرسىنىڭ كەينىدىن يۈز بەرگەن بولسا، تولغاقنىڭ شۇ كېسەللىك سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىماردا يۈرەك قوزغىلىش، ئارقىمۇئارقا ھوشسىزلىنىش، كۆپ ئۇسساش، ئېغىزدىن سېسىق پۇراق كېلىش، مەقئەت ساھەسى قىچىشىش ۋە ئېچىشىش، ئومۇمىي بەدەنگە ئۇششاق مۇدۇر - چاقا چىقىش ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، بۇ تارقىلىشچان كېسەللىك (ۋابا) دىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

تولغاق ھەرقانداق سەۋەبتىن بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، چوڭ تەرەتنى توختىتىشقا ئالدىراقسانلىق قىلماسلىق، بەلكى سەۋەبىنى ئېنىقلاش، شۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش ناھايىتى مۇھىمدۇر.

ئەگەر تولغاق ئۆتكۈر خىلىتلارنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، خىلىتلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش لازىم.

ئەگەر تولغاق ئۇچەي ياللۇغىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ياللۇغقا قارىتا داۋالاش ئېلىپ

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

بېرىلىدۇ.

ئەگەر تولغاق تەرەت توختاپ قالغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، سۈرگۈ دورىلارنى بېرىش لازىم.

تولغاق كېسەللىكى يۈز بەرگەندە يېمەكلىكنى ئاز بېرىش لازىم. ئىلمان دورا سۈلىرى بىلەن پۈتىنى يۇيۇش، كىلىزما ۋە شامچە تۇرىدىكى دورىلارنى كۆپرەك ئىشلىتىش لازىم.

قىزىلگۈل، تەرخەمەك ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئەرقى گۈلگە چىلاپ، دورىلارنىڭ تاتىقىنى چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، سەرپىستان شىرىسى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تولغاق بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇپەر ئىچكۈزۈلىدۇ.

توسالغۇلارنى ئېچىش زۆرۈر بولۇپ قالسا شەربىتى بۈزۈرى ئىچكۈزۈلىدۇ.

چوڭ تەرەتنى توختىتىش زۆرۈر بولۇپ قالسا، بېھى قىيامى، ئانار شەربىتى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى شەربىتى، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى بۈزۈرى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

زىيادە سوغۇقلۇق قىلىش ھەرقانداق سەۋەبتىن كېلىپ چىققان تولغاق ئۇچۇن زىيانلىق. يەڭگىل ئىسسىقلىق ئۆتكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق. تولغاق كېسەللىكىدە قانىنى سوۋۇتقۇچى، خىلىتلارنى قويۇلدۇرغۇچى، شىلىمشىق يېمەكلىكلەرنى بېرىشكە بولمايدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر تولغاق ناھايىتى ئېغىر بولۇپ، ئۇنىڭ بىلەن چىقىدىغان ھېچقانداق ماددا مەۋجۇت بولمىسا ھەمدە بۇنىڭ سەۋەبى ئۇچەي يالليۇغى ياكى ئۇچەيگە زىيادە سوغۇقلۇق يېتىش بولسا، گۇل يېغى، نامازشامگۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، بابۇنە يېغى قاتارلىق ياغلارنىڭ بىرەرسىگە ئازراق ئىلمان شاراپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا يۇڭنى چۆكۈرۈپ مەقئەت، ئۇرۇقدان، ئەۋرەت قىسمىغا قويۇپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، بۇنىڭ بىلەنمۇ ئارامىلىق بولمىسا، كۈنجۈت يېغىنى ئىلمان قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئاچچىقتاۋۇز، قىزىل شېكەر قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

قارا ھېلىلە، بەدىيان قاتارلىق دورىلارنى كالا يېغى ياكى بادام يېغى بىلەن قورۇپ، تاباشىرنى ئارىلاشتۇرۇپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قەنت قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، تاباشىرنىڭ ئورنىغا قورۇلغان زەنجۈبىل ئالماشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ، ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى مۆتىدىل بولسا، ھېلىلە بىلەن بەدىياننى

نى بادام يېغى بىلەن قورۇپ سوقۇپ يېيىشكە بېرىلىدۇ. ياشانغانلاردا يۇز بەرگەن تولغاق ئۇچۇن جاۋارىش سەنگىدانى يېگۈزۈلىدۇ.

سېرىق ھېلىلىنى كاتەك تاشقا سۈرۈپ، ئېزىپ، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

مۇردار سەنگى 0.5 گرام، كاپۇردىن 0.5 گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، رەۋغىنى زەنبەق بىلەن كۈمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ. بالىلارغا بۇ دورىنى بەرمەكچى بولغاندا مىقدارىنى ناھايىتى ئازلىتىپ بېرىش كېرەك.

ئەگەر تولغاق يالغان تولغاق بولسا چىقىرىندى ماددىلارنى چىقىرىپ تاشلاش، ئۇچەينى سىلىقلاشتۇرۇش ئۇچۇن 72 گرام ئاق لەيلى يىلتىزىنىڭ لوئابىنى ئەرقى شوخلا بىلەن چىقىرىپ، ئۇنىڭغا 72 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، 48 گرام گۈلقەنت، ئالتە گرام بادام يېغى، 48 گرام تەرەنجىبىن شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىنەپشە 18 گرام، قىزىلگۈل 12 گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، كۈچلۈكرەك سۈرگۈ شەربىتى 48 گرام، گۈل يېغى مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى ئالتە گرام، بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۇچ گرام، رەيھان ئۇرۇقى ئۇچ گرام، تاتلىق بادام يېغىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، دورىلار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرەتنى يۇمشىتىش، ئۇچەينى سىلىقلاشتۇرۇش، يالغان تولغاقنى يوق قىلىش ئۇچۇن چالا سوقۇلغان بەدىيان يەتتە گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى يىلتىزى، يەرلىك شوخلا بەش گرامدىن، سەرپىستان 20 دانە، گاۋزىبان، بىنەپشە تۆت گرامدىن، ئۇرۇقسىز ئۇزۇمدىن 24 گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ تۆتتىن بىر قىسمى قالغاندا سۈزۈپ، خىيار شەنبەر 60 گرام، گۈلقەنت 36 گرام ئارىلاشتۇرۇپ، يەنە بىر قېتىم سۈزۈپ، بادام يېغى ياكى كالا يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابىنى ئەرقى شوخلا ۋە ئەرقى گۈلدە چىقىرىپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى، گۈل بىنەپشە، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلارىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئەرقى شوخلا ۋە ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، شەربىتى مۆتىدىل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى، ئىسپىغۇل تۆت گرامدىن، گۈل بىنەپشىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، نېلۇپەر شەربىتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، كەتىرا تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تولغاق توسالغۇ سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولۇپ، قىزىتما بىرگە كەلسە،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئىسپىغۇل، ئاق لەيلى يىلتىزى، بىنەپشە، سوقۇلغان بەدىيان، سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىق سۇغا مەلۇم ۋاقىت چىلاپ، سۈزۈپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇنىڭ بىلەن چوڭ تەرەتتە يەنە بىئارام-لىق كۆرۈلسە، سانا، گۈل بىنەپشە، يەرلىك شوخلا، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلار-نىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

توسالغۇلارنى ئېچىپ بولغاندىن كېيىن ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابىغا بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن سۈفۈپى تېيىن ياكى سۈفۈپى مىقلىياسا ئەرقى گۈل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقىنىڭ لوئابى بىلەن مۇزاپىق ئەرەق بىلەن چىقىرىلىپ، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، بېھى قىيامى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق يەنە بولسا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى قاتارلىق دورا-لارنى ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، شەربىتى بىنەپشە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر توسالغۇ يەنە قېيقالغان بولسا، بىرىنچى كۈنى سۈرگۈ دورىسى بېرىپ، ئىككىن-چى كۈنى بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابىغا شەربىتى بىنەپشە، ئىسپىغۇل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

يالغان تولغاقنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن يەڭگىل كىلىزما ۋە شامچىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ماددىسى قاتتىق بولسا، ھەببى مۇقەل بىرگە ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما بىرگە بولسا، شەربىتى بىنەپشىگە خىيارشەنبەر شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەكىم شەرىپخان بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تولغاقنىڭ سەۋەبىدىن ئاشقازاندا ئاجىزلىق بىئارام‌لىق كۆرۈلسە ۋە توسۇلۇش ئالامەت-لىرى ئۇچەي ساھەسىدە كۆرۈلسە، جاۋارىش شەھرىيان، جاۋارىش تەمرى ھىندى، لوئوقى ئەينۇلا بېگۈزۈلىدۇ.

تولغاقنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇنى داۋالاشمۇ تۆۋەندە-كىدەك بىرقانچە خىل بولىدۇ.

1. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان تولغاقنى داۋالاش:

علاج زخیر صفراوی

بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى يىلتىزىنى مۇزاپىق ئەرەققە چىلاپ، شىرىسىنى چىقىرىپ، شەربىتى بىنەپشە، چاھار تۆخۈم قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، بېھى قىيامى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، چاھار تۆخۈم قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سۇفۇپى تىيىن بادام يېغى بىلەن ياغلاپ پىشۇرۇلىدۇ.

قورۇلغان رەيھان ئۇرۇقى تالقىنىنى 3 ~ 6 گرامغىچە ئېلىپ، سوغۇق سۇ بىلەن پىشۇرۇلىدۇ.

قورۇلغان رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى، سەمغى ئەرەبى تالقىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىسپىغۇل لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تۆت گرام، رەيھان ئۇرۇقى بەش گرام، لاچىنداندىن ئۈچ گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، 120 گرام ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى ئالتە گرامدىن، بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۈچ گرام، بادام يېغى ئالتە گرام، چاھار تۇخۇمى ئالتە گرام، تاتلىق بېھى قىيامىدىن 24 گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى مىقلىياسا بارىد توققۇز گرام، زىرىق شىرىسى، كاسنە شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى توققۇز گرامدىن، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى ئۈچ گرامدىن، ئەرقى گۈل، ئەرقى نىلۇپەر توققۇز گرامدىن، ئىسپىغۇل شىرىسى يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا كالا قېتىقى، شويلا بېرىلىدۇ.

تولغاق بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، گىل ئەرمىنى، قەلەي كۇشتىسى، شادىنەج، ئەدەس قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سۇقۇپ، پاقىيوپۇرمىقى شىرىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، توخۇ تۇخۇمى سېرىقى، سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقىغا بادام يېغى ۋە گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، كىندىك ئاستىغا سۈرتىلىدۇ.

كەتىرانى يۇمشاق سوقۇپ سۇغا چىلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

خەشخاش پوستى، بەزرۇلبەنجى، قورۇلغان سېمىزئوت ئۇرۇقى بىر ھەسسىدىن، مەستىكى، گىل ئەرمىنى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، چىلان يېرىم ھەسسىدىن، مۇرمەككى، ئەرەب يېلىمىدىن تۆت ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سۇقۇپ، ئەرقى گۈل بىلەن يۇغۇرۇپ كۇمىلاچ تەييارلاپ تۆت گرامدىن پىشۇرۇلىدۇ.

ئەگەر تولغاق بىلەن چوڭ تەرەتتىن قان كەلگەن بولسا، كەھرىۋا، ئەنجىباھار يىلتىزىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ تالقانلاپ، يۇقىرىقى دورىغا قوشۇلىدۇ.

تولغاق بىلەن چوڭ تەرەتتىن قان بىرگە كەلگەن بولسا، قۇرسى تاباشىر ھۇممازى، خېمىرى سەندەل تۇرۇچ توققۇز گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، كاسنە ئۇرۇقى

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

شىرىسى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تولغاق بىلەن قىزىش، كۆپ ئۇسساش بىرگە كەلسە، قورۇلغان ئىسپىغۇل يەتتە گرام، ئەرەب يېلىمى، گىل ئەرمىنى ئۇچ گرامدىن، بەزرۇلبەنجىدىن بىر گرام ئېلىپ، ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

گىل ئەرمىنى، قورۇلغان رەيھان ئۇرۇقى، قورۇلغان ئىسپىغۇل، ھۆممۇز ئۇرۇقى يەتتە گرامدىن، ئانار گۈلى، ئەرەب يېلىمى، نىشاستىدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قورۇلغان رەيھان ئۇرۇقى بىلەن ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈلىدۇ.

كەتمەندى، ئەپيۇن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سۇقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا كۈملاچ تەييارلاپ، گۈرۈچ سۈيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر تولغاق ئۆتكۈر سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئىسپىغۇلنى بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاپ يېگۈزۈلىدۇ، بەدەننىڭ تۆۋەنكى قىسمىنى قاينىق سۇ بىلەن يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن بىنەپشە يېغى سۈرتىلىدۇ. ئاخىرىدا شەربىتى ھەبۇلئاس بىلەن سۈفۈپى تىيىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ قەرشى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن يۈز بەرگەن تولغاق ئۆچۈن خەشخاش پوستى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قىزىلگۈل سېرىقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، پۈتىنى يۇيۇش لازىم. ئاغرىق ئېغىرلاشقاندا مۇۋاپىق پىلتىلەر، مەلھەمى مۇقەل، ھۆل يۇمغاقسۇت سۈيىدىن ياسالغان قىيۇتىلار ئىشلىتىش لازىم.

تولغاق سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ياكى بەلغەمى شوردىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتى ۋە غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۆچەي يارىسى ۋە سوياللۇشنى داۋالاش قىسمىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا قۇرسى تاباشىر ھۆممۇز، قۇرسى گۈلنار قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، شەربىتى ئەنجىباھار، پاقىيوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۆچۈن بېھى شەربىتى بىلەن شەربىتى سەندەل ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاياتمىسى بىلەن بىمارنىڭ پۈتى يۇغۇزۇلىدۇ.

جالىنۇس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۆردەك يېغى 18 گرام، كالا پاچىقى يىلىكى 36 گرام، گۈل يېغىدىن 36 گرام

ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا 18 گرام تازىلانغان مومنى قوشۇپ، ئوتتا قىزىتىپ دورىنى ئېرىتىپ، سوقۇلغان مۇردارسەنگى بەش گرام، قەلەي كۇشتىسىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ، مەلھەمدەك بولغاندا پىلتە تەييارلاپ ئىشلىتىش ياكى گۇل يېغىنى كىلىزما قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

تەبىرى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر ئۇستۇنكى ئەزالاردىن داۋاملىق يىرىڭ ئاققانلىق سەۋەبتىن كىلىزما ۋە شامچىلار-نىڭ تەسىرى بولمىغاندا، ئىسپىغۇل بەش گرام، پاقىيوپۇرمىقىدىن يەتتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ، ئۇ دورىلار تازا ئېسىلگەندە 18 ~ 36 گرامغىچە گۇل يېغى، ئىككى دانە ئارپا چوڭلۇقىدا ئەپيۇن تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئاقاقىيا، خۇنسياۋشان، ئانارگۇل، كۇندۇر 18 گرامدىن، مۇرمەكـ-كى، رۇسۇت ئەنزىرۇت بىر گرامدىن، زەپەر 1.5 گرام، ئەپيۇندىن ئىككى گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

2. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتى ۋە يەلدىن بولغان تولغاقنى داۋالاش:

علاج زحير بلغمي وريحي

سۇفۇپى يەھۇدى بىر گرام، بەدىيان شىرىسى توققۇز گرام، جۇۋىنە شىرىسى ئۇچ گرام، قاقىلە شىرىسىدىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلار بىرلەشتۇرۇلۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى مىقلىياسا توققۇز گرام، بەدىيان، پىننە تالقانلىرى توققۇز گرامدىن، ئاق زىرە، رۇم بەدىيان تالقانلىرى تۆت گرامدىن، شۇمشا لوئابى، زىغىر ئۇرۇقى شىرىسىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، قىچىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى گۇل، ئەرقى كەيىوە، ئەرقى بەدىيان ھەربىرىدىن 60 گرام بىلەن يەڭگىل قاينىتىپ، سۇزۇپ، 36 گرام قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قارا ھېلىلە، ئاق زىرە، بەدىيان، يۇمغاقسۇت قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قورۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بولسا، قارا ھېلىلە، ئاق زىرە، بەدىيان، يۇمغاقسۇت، يۇلغۇن چېچىكى، سەئدى كوفى، كۆكنار ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قورۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بەدىيان بىلەن زىرىنى قاينىتىپ، سۇزۇپ ھەسەل ياكى گۇلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان بىلەن زىرىنى قاينىتىپ، سۇزۇپ، ھەسەل ياكى گۇلقەنت، رەيھان ئۇرۇقى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى
www.uyghurkitap.com

تولغاق بىلەن ئاشقازاندا ئاغرىش بولسا، ئاق لەيلى يىلتىزى، قۇرۇق پىننە تۆت گرامدىن، ئۇدھىندى بىر گرام، لاچىنداندىن ئۇچ گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ تۆت گرام چاھار تۇخۇمى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ، كەپتەر، قۇشقاچنىڭ گۆشى سېلىنغان ئۇماچ ياكى ئۇلارنىڭ شورپىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، لاچىندانە قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھۆممار ئۇرۇقى شىرىسى، ئاق زىرە شىرىسى قوشۇپ، ئەتىگەنلىكتە ئىچكۈزۈش، ئاق لەيلى يىلتىزى، تۇخۇمى مەرۋە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، بادام يېغى، چاھار تۇخۇم ئارىلاشتۇرۇپ ئاخشىمى ئىچكۈزۈلىدۇ.

قەلەي كۈشتىسى، ئىسپىغۇل، ئۇبھەلدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قورۇپ، ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارغا ئون گرام ئەپيۇن قوشۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇلنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

قارا ھېلىلە، زەنجىۋىل، بەدىيان قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ياغ بىلەن قورۇپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قابىز دورىلارنى ئىشلىتىش تەلەپ قىلىنسا، ھېلىلىنىڭ ئورنىغا كۆكنار ئالماشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر تولغاق بىلەن يۆتەل بىرگە كەلسە، لاچىندانىنى مۇناسىۋەتلىك ئەرەقلەرگە چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، 120 مىللىگرام بەرشىنا قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تولغاقنىڭ ئېغىرلىقىدىن مەقئەت چىقىپ قېلىش يۈز بەرسە، ئانار پوستى، گەزمازەج قاتارلىق دورىلارنى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، سۈيى بىلەن پۈت - قول يۇيۇلىدۇ. پىسىپىنى ئېزىپ، مەقئەت قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتىن قان كۆپ كەلگەن بولسا، چاھار تۇخۇم (تۆت خىل ئۇرۇق) نى مۇناسىۋەتلىك ئەرەقلەر بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى بۇزۇرى، سۇفۇپى ھېلىلە، سۇفۇپى مىقلىياسا، جاۋارىش مىقلىياسا، سۇفۇپى مۇمىيا قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەپيۇن ۋە ھاكتىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە نوقۇت ياكى پۇرچاق چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ، ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى بىر دانىدىن يېگۈزۈلىدۇ.

موزا تۆت ھەسسە، ئەپيۇن ئىككى ھەسسە، جۇۋىنىدىن بىر ھەسسە قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ، ئەتىگەنلىكتە بىر دانىدىن يېگۈزۈلىدۇ.

بەدىيان 12 گرام، قارا ھېلىلە 12 گرام، ئىسپىغۇل 18 گرام، قەنتتىن 36 گرام ئېلىپ، دورىلاردىن قارا ھېلىلىنى كالا يېغى بىلەن قورۇپ، باشقا دورىلارغا ئارىلاشتۇ-

رۇپ، ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇلنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈ-
لىدۇ.

زىرىنى قېتىق سۈزمىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تولغاق چىرىگەن بەلغەم خىلىتى تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تۇزلۇق زەيتۇن سۈيى بىلەن كىلىزما قىلىنىدۇ ياكى چامغۇر سۈيىگە قەنت، گۈل بىنەپشە سۈيى، تۇرىبۇت تالقىنى قوشۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان تولغاق ئۇچۇن ھەببى مەنتىن يېگۈزۈش پايدىلىق.

ئەگەر تولغاق بەلغەم خىلىتىگە سەپرا خىلىتىنىڭ قوشۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، گۈل بىنەپشىگە بىرئاز تۇز ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان تولغاق ئۇچۇن خىيارشەنبەر شىرىسى، ئاز مىقداردا بۆرە ئەرمىنى، تۇرىبۇت قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. مۇڭاپىق دورا سۈلىرى بىلەن پۇت - قول يۇيۇلىدۇ.

تولغاق، ئۇچەي تەرەپكە چاپلاشقاق سۇيۇقلۇقنىڭ كۆپلەپ قويۇلۇشىدىن كېلىپ چىقـ
قان بولسا، سۇفۇپى مىقلىياسا يېگۈزۈلىدۇ ھەم مۇرمەككى، كۈندۇر بىر ھەسسە، زەپەر، ئەپيۇندىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سۇ بىلەن شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر تولغاق بىلەن ئىچ سۈرۈش بىرگە كەلسە، قورۇلغان ياڭاق مېغىزى، ئۇبھەل، ئاچچىق ئانار پوستى، سۇمبۇل تىپ، قەلەمپۇر، سەئدى كوفى، كۈندۇر، لادەن، سېمىز-
ئوت، قىزىلگۈل يەتتە گرامدىن، ئۇد ھىندى، ئامىلە ئۇسارىسى، مەستىكى، قەسبۇزەرد-
رە، قاقىلە، بەسباسە، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، شاراپقا قورۇتۇلغان زىرە، ھاراق بىلەن قورۇلغان موزا، رەۋەن چىنى، يۇلغۇن مېۋىسى ئۇچ گرامدىن، ئانار ئۇرۇقىدىن 30 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاياق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇ ۋاقىتتا تامىقىغا سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەردىن قەتئىي ساقلىنىش، توخۇ گۆشى، نوقۇت شورپىسى، قۇشقاچ گۆشىنىڭ زەيتۇن يېغىدا قورۇلغان كاۋېپى يېگۈزۈلـ-
دۇ. گۈرۈچنى زەيتۇن يېغىدا پىشۇرۇپ، ئۇستىدىن ھەببى رىشات سېپىپ يېگۈزۈلىدۇ. يېمەكلىكنىڭ مىقدارى ناھايىتى ئازلىتىپ بېرىلىدۇ.

تولغاق بىلەن قورساق كۆپۈش، قورساق كوركىراش ئالامىتى بىرگە كەلسە، بەزرۇل-
بەنجى، بەدىيان، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى 18 گرامدىن، جۇۋىنە، ئەپيۇن يەتتە گرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 36 گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ تۆت گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بىلەن تەمىنلەش بېكىتى

قىزىتما بولمىغان ئەھۋالدا يەل ۋە تولغاقنى يوقىتىش ئۈچۈن قۇندۇز قەھرى، ئەپيۇن، ئاسارۇن، بەزرۇلبەنجى، كۇندۇر قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ، يەتتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئاق قىچا، مۇقەل يەتتە گرامدىن، زىرە، كۇدە ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى توققۇز گرامدىن، ئەپيۇندىن ئون گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قىچا ۋە ئىسپىغۇلدىن يەتتە گرامدىن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە رۇسۇت، زەپەر، خۇنسياۋشان بىر ھەسسىدىن، ئەپيۇندىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

3. يالۇغلىنىشتىن بولغان تولغاقنى داۋالاش:

علاج زحيرورمي

ئەگەر تولغاقنىڭ سەۋەبى ئىسسىقتىن بولغان يالۇغ بولسا، بىمار كۇچلۇك بولۇپ، قان ئېلىشقا بەرداشلىق بېرەلسە، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئەگەر بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، بەلىنىڭ ئاستى قىسمىغا لوڭقا قويۇلىدۇ.

ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، كاسىنە سۇيى ۋە يەرلىك شوخلا سۇيىگە چىلاپ، داكىنى چۆكۈرۈپ مەقئەتكە سۈرتىلىدۇ.

گۈل يېغى، توخۇ تۇخۇمى سېرىقى قاتارلىق دورىلارنى ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، موردار سەنگى تالقىنى قوشۇپ مەقئەتكە سۈرتىلىدۇ ياكى دورىلاردىن قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئاقلانغان ئەدەس، قىزىلگۈل، ئىسپىغۇل قاتارلىق دورىلار گۈل يېغى، يەرلىك شوخلا سۇيى، ئاق لەيلىگۈلى سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىغىر، ھەمىشباھار ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى، كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى، قىزىل شېكەر قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا 2 ~ 3 كۈنگىچە يېمەكلىك بېرىلمەيدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن ئارپا ئېشى ئىچكۈزۈلىدۇ.

يالۇغدىن ئاجرىلىپ چىققان ماددىلارنىڭ تۆكۈلۈشىنى توختىتىش ئۈچۈن ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، بىنەپشە، ئىكلىلمەلىك، بابۇنە، نىلۇپەر ياغنچى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، قورساق قىسمى يۇيۇلىدۇ ھەمدە بۇ دورىلار بىلەن قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر شامچىنىڭ تەسىرى بولمىسا، يۇقىرىقى دورىلار بىلەن قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. كېسەللىك ماددىسى پىشقانلىقىغا ئائىت ئالامەتلەر كۆرۈلگەندىن كېيىن ئاشقازان يالليۇغى، ئۇچەي توسۇلۇش بايانىدىكى سۈرگۈ دورىلىرى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

تولغاق بىلەن مەقئەت ئاغرىش ۋە ئېچىشىش بولسا، ئاق لەيلى ياغىچى، قىزىلگۈل شېخى، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تۇخۇم سېرىقى بىر دانە، يۇيۇلغان مۇردار سەنگى تۆت گرام، گۈل يېغىدىن 18 گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قورساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

بىنەپشە گۈلى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى خېمىرەك بولغانغا قەدەر قاينىتىپ، گۈل يېغى ۋە تۇخۇم سېرىقى ئارىلاشتۇرۇپ، مەقئەت ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىغا ئىلمان ھالەتتە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىرلەر بىلەن يالليۇغ ئېغىز ئالمىغان بولسا، ئېغىز ئالدۇرغۇچى شامچىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن يىرىڭلىق ئىچ سۈرۈش بايانىدىكى يىرىڭنى تازىلاش ۋە يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن قوللىنىلغان تەدبىرلەر تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر تولغاق سوغۇقتىن بولغان يالليۇغدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر، ئەنجۈر، بۇغداي كېپەكى قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن كىلىزما قىلىنىدۇ.

4. سوغۇقتىن بولغان تولغاقنى داۋالاش:

علاج زحير باردى

گۈل يېغى، توخۇ تۇخۇمى سېرىقى، بابۇنە يېغى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، ئىلمان ھالەتتە مەقئەتكە سۈرتىلىدۇ.

تېزەكنى كۆيدۈرۈپ كۈلگە ئايلاندۇرۇپ، مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن (بىرەر يەر كۆيۈپ قالمىغۇدەك بولغاندا) بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

قاينىق سۇ بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

بابۇنە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا، ئىكلىلمىلىكتىن 36 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، پىسەپلىرى مەقئەتكە تېڭىلىدۇ.

ياۋا پىيازنىڭ ئىچىدىن ئازراق ئېلىۋېتىپ، 12 گرام زەرچۇەنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنىڭ ئىچىگە قويۇپ، ئۇچ گرام زۇپتى رۇمىنى تۆشۈكىنىڭ ئېغىزىغا قويۇپ، تۆشۈك ئېغىزىنى ئېتىپ، كۆمۈر چوغى بىلەن كۆيدۈرۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ياۋا پىيازنىڭ سىرتقى پوستىدىن 3 ~ 4 دانىنى ئېلىۋېتىپ، قۇستە يېغى بىلەن ياغلاپ شامچە تەييارلاپ،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ يىرىك كۇتۇپخانىسى

يەرلىك ئورۇندا بىر سائەتكىچە تۇرغۇزۇلىدۇ.

ئەنتاكى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سوغۇقتىن بولغان تولغاقنى داۋالاش جەريانى ئاشقازانغا غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتى قۇيۇلۇشىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاشقا ئوخشاش بولىدۇ.

سۇۋەيد بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مۇرمەككى تالقىننى يېگۈزۈش، كۈندۈرنى ئىچكى ـ تاشقى جەھەتتىن ئىشلىتىش، شۇمشا يېغىنى كىلىزما قىلىش سوغۇقتىن بولغان تولغاق ئۇچۇن پايدىلىق.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قىزىتىلغان رەخت، قىزىتىلغان بۇغداي كېپىكى ئارقىلىق مەقئەت، دوۋساق، سۇيدۇكلۇككە ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، قايناق سۇغا بۇلۇتنى چۆكۈرۈپ ياكى بۇلۇتنى قىزىتىپ مەقئەت، دوۋساق قىسمىغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، قىزىلگۇل قېيرۇتى ئىشلىتىش، ئىسسىق جايدا ئولتۇرغۇزۇش سوغۇقتىن بولغان تولغاق ئۇچۇن پايدىلىق.

5. باشقا سەۋەبلەردىن بولغان تولغاقنى داۋالاش:

علاج زحیراز اسباب دیگر

تولغاق بىلەن چوڭ تەرەت ئاغرىتىپ كەلسە، موم، سېرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى، مۇقەل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە قېيرۇتى تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى بىلەن مۇقەلنى قىزىتىپ، مەقئەتكە قويۇلىدۇ.

يۇڭنى كونا ھاراقتا چۆكۈرۈپ، مەقئەتكە سۇۋىلىدۇ.

تولغاق ئاشقازان بوش ۋاقىتتا چۇچۇمەل يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، قەنت چاي ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، ئەرەب يېلىمى تالقىنى، گىل ئەرمىنى تالقىنى قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا شويلا بېرىلىدۇ.

ئەگەر تولغاق ئۆچەي ياراسى ياكى ئۆچەينىڭ چىرىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مائۇلھەسەلگە ئازراق تۇز ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ ياكى ھەسەلگە ئالتۇن ۋاراق ئارىلاشتۇرۇپ شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يارا ۋە چىرىشكە قارىتا دورا ئىشلىتىلىدۇ.

تولغاق مەقئەت ئاقمىسى، بوۋاسىر، مەقئەت يېرىلىش كېسەللىكىگە ئەگىشىپ يۇز بەرگەن بولسا، سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىنىدۇ ھەمدە شۇ كېسەللىك بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

تولغاق ۋابا كېسەللىكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مۇمكىن بولسا باسلىق تومۇردىن

قان ئېلىنىدۇ. بۇزۇرى شەربىتى، ئەرقى كەيىورە، ئەرقى بىدىمىشكى 84 گرامدىن، ئالما شەربىتى 24 گرام، پەرەنجىمىشكى ئۇرۇقىدىن 12 گرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

رەيھان ئۇرۇقى ياكى پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى توققۇز گرام، ئەرقى گۈل 108 گرام، ئانار شەربىتىدىن 24 گرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ۋاباً خاراكتېرلىك تولغاق ئۇچۇن پايدىلىق.

تەرياقى تىيىن يېگۈزۈش، بىمارنى ھاۋاسى سالقىن ئورۇنغا يۆتكەش، نوقۇت ئۇمىچى ئىچكۈزۈش ۋاباً خاراكتېرلىك تولغاق ئۇچۇن پايدىلىق.

سوغۇق سۇنى باشقا قۇيۇش، سوغۇق سۇدا ئۇزاق ئولتۇرغۇزۇش، كالا قېتىقى ئىچكۈزۈش ياكى ئولتۇرغۇزۇش، ئۇنىڭدىن كېيىن بەدەننى پاكىز قۇرۇتۇپ، ئاق سەندەل، گىل ئەرمەننى ئەرقى بىدىمىشكى ۋە ئەرقى كەيىورەگە چىلاپ، داكىنى چۆكۈرۈپ قورساق ۋە كۆكرەككە داۋاملىق قويۇپ، يەرلىك ئورۇننى قىزىغىلى قويماسلىق ۋاباً خاراكتېرلىك تولغاق ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

مۇھەممەد زەكەرىيا رازى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

كونا سىركىنى ئابى سىخ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، 36 گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇزۇرى شەربىتى 12 گرامغا بىر پىيالە قېتىق قوشۇپ، ئۇنىڭغا 84 گرام ئەرقى كەيىورە، 24 گرام ئالما شەربىتى، 48 گرام ئانار شەربىتى ئارىلاشتۇرۇپ، ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا قورۇلغان گۈرۇچ، كالا قېتىقى ياكى تامدۇرۇلغان سىركە بىلەن تەييارلانغان ئامىلە ئېچىتمىسى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. نوقۇت ئۇمىچى، تەمرى ھىندى مۇرابباسى بېرىلىدۇ. ئۇسسۇلۇقى ئۇچۇن قېتىق ئىچكۈزۈلىدۇ.

تولغاق بىلەن قىزىتما بىرگە بولسا، ئىشتىھا تۇتۇلۇپ، چوڭ تەرەت قارىغا مايىل قان بىلەن بىرئاز چىرىگەن بەلغەم ئارىلاش چىققان بولسا، جەدۋارچىنى 1.5 گرام، زەھرى - مۇھرى ئىككى گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى ئەنجىباھارغا چىلاپ تاتلىقىنى چىقىرىپ، 24 گرام ئالما شەربىتى، بىر دانە كۈمۈش ۋاراق ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يەتتە گرام زىرىقنىڭ شىرىسى، ئەرقى بىدىمىشكى، ئەرقى كەيىورە 84 گرامدىن، ئەرقى باھار نارەنجىبىن 60 گرام بىلەن چىقىرىپ، شەربىتى ياقۇت، شەربىتى كەيىورە 24 گرامدىن، بۇزۇرى شەربىتى توققۇز گرام بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئالما سۇيى، بېھى سۇيى 24 گرامدىن، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم ئۇچ گرامدىن، قىزىلگۈل ئەتىرسىدىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلاردىن قالىدە بويىچە پۈرىتىلما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ، چوچە گۆشى، نوقۇت ئېشى، كالا قېتىقى، ئالما

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىرىنى تاپسىز

مۇرابباسى بېرىلىدۇ. بىمارنى ھاۋاسى سالقىن ئورۇنغا يۆتكەش، قورساق قىسمىغا مۇز پارچىلىرى تېڭىپ قويۇش لازىم.

ئەگەر ۋابانىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بىمارداً يۇرەك رېتىمسىزلىنىش ئەھۋالى كۆرۈلسە، تاباشىر، يۇيۇلغان لاجۇۋەرد ئىككى گرامدىن، جاۋاشىر، زەھرى - مۇھرىدىن بىر گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئالما مۇرابباسى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، ئالتۇن ۋاراقىقا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە شەربىتى ياقۇت، ئالما شەربىتى 18 گرامدىن، ئەرقى بىدىمىشكى، ئەرقى كەيىوردىن 60 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، توققۇز گرام پەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇرەك رېتىمسىزلىق ئەھۋالى ئازراق يوقىغاندىن كېيىن بىر گرام زەھرى - مۇھرى تالقىنىنى ئامىلە مۇرابباسىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئالتۇن ۋاراقىقا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى گاۋزىبان، شەربىتى تەنبۇل 24 گرامدىن، ئەرقى شىر 27 گرام، پەرەنجىمىشكىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تولغاق ۋابا كېسەللىكىنىڭ تەسىرىدىن ھەمدە بۇزۇلغان يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مەستىكى، لاچىندانە، پىستە پوستىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئامىلە نۇشدارى لۆئلۇۋى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، بىر دانە كۈمۈش ۋاراقىقا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەرقى كەيىوره 108 گرام، ئالما شەربىتى، بېھى شەربىتى 24 گرامدىن، بۇزۇرى شەربىتى 15 گرامدىن ئېلىپ، دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولسا، مۇز شۈمۈشكە تەۋسىيە قىلىنىدۇ.

6. بالىلار تولقىغىنى داۋالاش:

علاج زحير الطفال

بالىلاردىكى تولغاق سوغۇقلۇقتىنىڭ زىيادە تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قىچا ۋە زىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، كالا يېغى بىلەن ياغلاپ سوغۇق سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

قىچا 0.5 گرام، زىرىدىن 18 گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، كالا يېغى بىلەن ياغلاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئانار سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەنگىداىندىن ئىككى گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قېتىق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەھرىۋا، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى يەتتە گرامدىن، ئانارگۈلى ئۇچ گرام، رۇسۇت توققۇز گرام، كۆيدۈرۈلگەن بىخ مارجان، بوزۇغىدىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈملاچ تەييارلاپ،

ئىككى داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

تېرىقنى خالتىغا سېلىپ قىزىتىپ، مەقئەت ساھەسىگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

بالىلاردىكى تولغاق زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، دەسلەپتە تولغاقنىڭ يالغان ياكى ھەقىقىي تولغاق ئىكەنلىكى ئېنىقلىنىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن مۇناسىۋەتلىك لوئابلار بىلەن گۇلقەنتنى ئارىلاشتۇرۇپ بالىغا ۋە ئانىسىغا ئېچكۈزۈلىدۇ.

رەيھان ئۇرۇقى، ئىسپىغۇلدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مىقدارداكى سېرىقماي بىلەن قورۇپ قىزارتىپ، دورىنى يۇمشاق سۇقۇپ، ئىككىگە بۆلۈپ قەنت چاي بىلەن ئېچكۈزۈلىدۇ.

باشقا تەدبىرلەر ئەھۋالغا قاراپ يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تولغاق بايانىدىن تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

ئالتىنچى پەسىل ئۇچەي ئاغرىقى

مغص

تونۇش:

ئۇچەي ئاغرىقى: خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىش، ئۆتكۈر غىدىقلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارنى ئىستېمال قىلىش، قويۇق يەلنىڭ ئۇچەيگە تەسىر قىلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كلىنىكىدا ئۇچەي ساھەسى ئېچىشىش ياكى چىڭقىلىش خاراكتېرىدە ئاغرىش مەلۇم بولىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

بۇ ئاغرىق بەزىدە ئىچ سۇرۇش بىلەن، بەزىدە قەۋزىيەتلىك ئەھۋاللار بىلەن يۈز بېرىدۇ.

سەۋەبى:

1. ئۇچەيدە توختاپ قالغان يەلدىن پەيدا بولىدۇ.
2. خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
3. كۇچلۇك سۇرگۇ دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.
4. ئۇچەي كېسەللىكى، يەنى ئۇچەي يالىلۇغى، ئۇچەي يارىسى، ئۇچەي قۇرت كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

ئىبتىدائى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئېغىر دەرىجىدىكى ئۇچەي ئاغرىش ئۇچەي توسۇلۇشقا ئوخشاپ كەتكەنلىكتىن، ئۇنى داۋالاشمۇ شۇنىڭغا ئوخشايدۇ. بىراق غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئاغرىقى ئۇچەي توسۇلۇشقا ئوخشىمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى ئۇچەي توسۇلۇشقا ئوخشاش داۋالاشقا قەتئىي بولمايدۇ.

ئۇچەي ئاغرىقىدا چىقىرىندى يوللىرى تولۇق توسۇلمىغانلىقى ئۈچۈن غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار، چىقىرىندى ماددىلار بىرقەدەر ئاسانراق چىقىپ كېتەلەيدۇ، ئۇچەي توسۇلۇشتا ئەھۋال ئۇچەي ئاغرىقىنىڭ ئەكسىچە بولغانلىقتىن، چىقىرىندى ماددىلار ئاسانلىقچە چىقالمايدۇ. ئۇلاردىن باشقا ئۇچەي ئاغرىقىدا ئۇچەي ساھەسىدە ئېچىشىش مەلۇم بولىدۇ. ئېغىرلىق بولمايدۇ. ئۇچەي توسۇلۇشتا ئاغرىش بىلەن ئېغىرلىق ئوخشاشلا مەلۇم بولىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر بىمارىدا ئۈسۈزلۇق ۋە ئۇچەي ساھەسىدە ئېچىشىش بولۇپ، ئېغىرلىق مەلۇم بولمىسا، ئۇچەي ئاغرىشتىن ئىلگىرى ئۆتكۈر غىدىقلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلار ۋە يېمەكلىكنى ئىستېمال قىلىش تارىخى بولسا، بۇ كېسەللىك خىلىتسىز ئىسسىقتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئۈسۈزلۇق كۆپ بولۇپ، ئۇچەي ساھەسىدە ئېچىشىش، ئازراق ئېغىرلىق مەلۇم بولسا، مەقئەت ساھەسى ئېچىشىپ تۇرسا، چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى سېرىق بولسا، ئۇچەي ئاغرىقى يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى سامسىق، ھەسەل، لازىغا ئوخشاش يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولسا، بۇ كېسەللىك غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئۈسۈزلۇق، مەقئەت ئېچىشىش، ئۇچەي ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش ئالامىتى كۆرۈلمەستىن، قورساق كۆپۈش، قورساق كوركىراش، چىڭقىلىش، يەل قويۇپ بەرگەندىن كېيىن قورساق ئاغرىش قويۇپ بېرىش ئالامىتى كۆرۈلسە، ئۇچەي ئاغرىقى يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى ھۆللۇكى كۆپ، خام مېۋە ـ كۆكتاتلار، يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش تارىخى بولسا، بۇ كېسەللىك قويۇق يەلدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، ئېغىز شۆلگىيى كۆپ بولۇش، چوڭ تەرەت شىلىمشىق بەلغەم ئارىلاش كېلىش ئالامىتى كۆرۈلسە، ئۇچەي ئاغرىقى غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش بىلەن ئېغىرلىق بىر ئورۇندىلا مەۋجۇت بولۇپ، سەۋدا خىلىتىغا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلسە، ئۇچەي ئاغرىقى غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئۇچەي ئاغرىقى يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى ئۆتكۈر سۇرگۇ دورىلارنى ئىستېمال قىلىش تارىخى بولسا، ئۇچەي ئاغرىقى شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئۇچەي ئاغرىقى يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى ئۇچەي يارا كېسەللىكى، ئۇچەي

يالليۇغى، ئۇچەي قۇرتى كېسەللىكى بىلەن ئاغرىش تارىخى بولسا، ئۇچەي ئاغرىقى شۇ كېسەللىكتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۇرىدۇ.

داۋالاش:

ئۇچەي ئاغرىقى چىقىرىندى ماددىلارنىڭ تۇرۇپ قېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ھەببى ئايارەج، ھەببى بىنەپشە، جاۋارىش تەمرى ھىندى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر چىقىرىندى ماددىلار ئاستىنقى ئۇچەيدە بولسا كلىزما قىلىنىدۇ.

ئۇچەي ئاغرىشىنىڭ سەۋەبى يارا بولسا، ئۇچەي يارىسى ۋە سويۇلۇش بايانىدا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇچەي ئاغرىشىنىڭ سەۋەبى ئۇچەي قۇرتى بولسا، ئۇچەي قۇرتى بايانىدىكى داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان ئۇچەي ئاغرىشىنى داۋالاش تۆۋەندە تۇرگە ئايرىپ سۆزلىنىدۇ.

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇنى داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە تۈرگە بۆلىنىدۇ.

1. يەلدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج مغص ريحي

بەدىيان، قارا زىرە، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇناسىۋەتلىك ئەرەقلەرگە چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، جۇۋىنە، قەردىمانە، ھەببى بىلسان، سۇزاپ ئۇرۇقى، ھەببۇلغار، ئېگىر، ئۇد ھىندى، زىراۋەندى، قەنتەرىيون قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

گۈلقەنت بىلەن مەستىكى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش كۈمۈنى بىلەن مەجۇنى پەلاسپە بەدىيان سۇيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

0.1 گرام ئىپارنى گۈلقەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بەدىيان شىرىسى، زىرە شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قورساق قىسمىغا بابۇنە يېغى سۈرتىلىدۇ، تېرىق بىلەن تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ قورساققا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

ماش خېمىرىغا بىرئاز ھېلك ئارىلاشتۇرۇپ، نان شەكلىگە كەلتۈرۈپ، بىر تەرىپىنى پىشۇرۇپ، خام قالغان تەرىپىنى كۈنجۈت يېغى بىلەن ياغلاپ، قورساق قىسمىغا تېڭىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

تۇرۇپ ئۇرۇقىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

تازىلاش زۆرۈر بولسا، كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرغاندىن كېيىن تازىلاش ۋە يەل تارقىتىش ئۇچۇن ھەببى سەكپىنەچ ۋە جاۋارىش شەھرىيان يېگۈزۈلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش ئۇچۇن ھەببۇلغار، جاۋارىش كۇمۇنى يېگۈزگەندىن كېيىن سەككىز گرام بەدىيان، بەش گرام رۇم بەدىيان، توققۇز گرام بەدىيان چىنى قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى ئەرقى گۇل، ئەرقى لاچىندانە، ئەرقى پىننە، ئەرقى جۇۋىنە ھەربىرىدىن 60 گرام بىلەن چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا قۇشلار گۆشىنىڭ شورپىسىغا نان چىلاپ بېرىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى بەدىيان، مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەلدىن بولغان ئۆچەي ئاغرىقى ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مەجۇنى كۇمۇنى، مەجۇنى ھەببۇلغار يېگۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

سوغۇق سۇ ئىچىشتىن، يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن پەرھىز قىلىنىدۇ.

كۆيدۇرۇلگەن قىچا، جۇۋىنە، سۇزاپ ياغىچى، ھەلىيۇن ئۇرۇقى، ئۇبھەل، كۆيدۇرۇلگەن ئەنجىدان، مازەرىيون قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، سۇ بىلەن قاينىتىپ تۆتتىن بىرى قالغاندا سۈزۈپ، تەڭ مىقداردىكى كۇنجۇت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، يەنە بىر قېتىم سۈيى پۈتۈنلەي يوقاپ ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ، ئاندىن ئوتتىن ئېلىپ، قورساق، مەقئەت ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ.

مەجۇنى ئەنسۇن يېگۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

ئارپا ئۇنى، بىدەنجىر ئۇرۇقى، زىرىلەرنى چالا سوقۇپ، مەقئەت ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

شەھمەنزەل بىلەن زەنجىۋىلنى چالا سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، مەقئەت ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

يەلدىن بولغان ئۆچەي ئاغرىشتا يەل پەيدا قىلغۇچى، غەلىز، تەستە سىڭدۈرگەن يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، يېمەكلىكنى ئاز يېرىش، تاماقتىن كېيىن سۇ ئىچمەسلىك لازىم.

توخۇ يېغى، گۇل يېغى بىلەن مومنى ئېرىتىپ، قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

بىستىپايەج، قەنتەرىيون، زىرە، سېرىقچېچەك، قۇرۇق سۇزاپ، شۇمشا ئۇرۇقى،

كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، سىركەنجۈبىل، مۇقەل تالقىنى ئىككى گرامدىن، ناردىن يېغى ياكى سۈزاپ يېغى 36 گرام، ھەسەل 36 گرام قوشۇپ كىلىزما قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

جاۋارىش شەھرىيان، جاۋارىش تەمرى ھىندى، جاۋارىش سەپەرجىلى، ھەببى ئىيارەج، مائۇلئۇسۇل شەربىتى، بۇزۇرى شەربىتى قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ھەببۇلغار، سۈزاپ، جۇۋىنىدىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، 18 گرام قەنت قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببۇلغار، ھەببى بىلساندىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قاياق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان پىندۇق پوستى ئاغرىغان ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

ھەببۇلغارنى سوقۇپ، ھاراق ياكى سۈزاپ سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كىندىك قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

سىرىقچىچەك، سۈزاپ، مەرزەنجۇش قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، كىندىك ساھەسىگە تېڭىلىدۇ.

2. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج مغص صفراوی

ئىسپىغۇل، رەيھان ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى گۈلگە چىلاپ، دورىلارنىڭ تاتقىنى چىقىرىپ، سۈزۈپ، گۈل يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقىنىڭ لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزىنىڭ لوئابىنى سۇدا چىقىرىپ، تۆت گرام بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىق دورىلارنى شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

تۇخۇمى مەرۋەنى شەربىتى ۋەرد بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئون گرام ئىسپىغۇلنى 108 گرام ئەرقى گۈل، 84 گرام ئاچچىق ئانار سۇيى ۋە 84 گرام تاتلىق ئانار سۇلىرى، 108 گرام گۈل يېغى، 36 گرام قەنت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى دىنار بىلەن شەربىتى ۋەردتىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خېنىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كىندىك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئوسۇڭ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئەپيۇن قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن كۇمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئاغرىقى بىلەن تەبئىت يۇمشاق كەلسە، ئاق لەيلى يىلتىزىنى سۇ بىلەن

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

قاينىتىپ، سۈزۈپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، ئانار شەربىتى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، بەدىيان شىرىسى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى تۆت گرامدىن، ئەرقى گۈل 48 گرام، قەنتتىن 12 گرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخىرىدا پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، لاچىنداندىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئالتە گرام ئاق لەيلى ئۇرۇقى شىرىسى، تۆت گرام ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، 24 گرام ئانار شەربىتى، گرام رەيھان ئۇرۇقى تۆت، ئىككى گرام ئەرەب يېلىمى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئاغرىقى كونىراپ قالغان بولسا، ئاشقازان ئاغرىش بىرگە كەلگەن بولسا، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، ئانار شەربىتى، رەيھان ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلارغا تۆت گرام سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، 49 گرام ئەرقى گۈل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارتۇق سەپرا خىلىتىنى تازىلاش ئۈچۈن خىيارشەنبەرنىڭ شىرىسى، تەرەنجىبىننىڭ شىرىسىنى كاسىنە سۈيى ياكى يەرلىك شوخلا سۈيىدە چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقى، ئۇچەي توسۇلۇشى ئۈچۈن سانا، رۇم بەدىيان، ئاق تۇربۇت 36 گرامدىن، قىزىلگۈل، گۈل بىنەپشە، سەرپىستان، ئاقلانغان ئارپىدىن 24 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى 1500 گرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، تۆتتىن بىرى قالغاندا سۈزۈپ، شۇمشا ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل قاتارلىق دورىلارنىڭ لوئابىدىن 18 گرامدىن قوشۇپ، خىيارشەنبەر شىرىسى 36 گرام، شېكەر مۇۋاپىق مىقداردا، بادام يېغى مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

3. خىلىتسىز ئىسسىقتىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج مغص حار ساذج

ئاچچىق ئانار سۈيى، ئىسپىغۇل يەتتە گرامدىن، ئەرقى گۈل 18 گرام، گۈل يېغىدىن ئالتە گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئانار سۈيى 120 گرام، شېكەر 36 گرام، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى 36 گرامدىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئىككى گرام، ئانار شەربىتى، تاباشىر قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈزۈملاندۇرۇشتا بادام مېغىزى شىرىسى بىلەن ماش ئېشى ئىچكۈزۈلىدۇ. زىرىق ۋە ئانار ئۇرۇقى قوشۇلغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ.

4. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج مغص بلغمی

كىندىك ئەتراپىغا گۈل يېغى سۈرتىلىدۇ.

ئۇچەي ئاغرىقى بىلەن قىزىتما، نەزلە، قورساق كۆپۈش بىرگە كەلسە، ئاق لەيلى يىلتىزى، ئاق زىرە، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايناتىپ، شەربىتى بىنەپشە، ئىسپىغۇل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى تۆت گرام، بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۈچ گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى تۆت گرام، زىرە شىرىسى ئۈچ گرام، چاھار تۇخۇم (تۆت خىل ئۇرۇق دورا) توققۇز گرام قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچەي ئاغرىقى بىلەن ئىچ سۈرۈش بىرگە بولسا، پاقىيوپۇرمىقى، لاچىندانە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، ئاق زىرە شىرىسى، تاتلىق ئانار شەربىتى، رەيھان ئۇرۇقى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئاغرىقى خام بەلغەم خىلىتىنىڭ ئۈستۈنكى ئۇچەيدە تۇرۇپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مەتبۇخى سىرىق چېچەك، ھەسەل ئىچكۈزۈش ئارقىلىق قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەگەر ئاستىنقى ئۇچەيدە خام بەلغەم خىلىتى توپلىشىۋالغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، مۇۋاپىق دورىلار ئارقىلىق كلىزما قىلىنىدۇ. تازىلاشتىن كېيىن جاۋارىش كۈمۈنى، جاۋارىش پەلاسىپە، جاۋارىش مەستىكى قاتارلىق دورىلار ئەرقى نانخا بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى نارمىشكى بۇ كېسەللىك ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

جۈۋىنە ئۈچ گرام، ھەببى بىلساندىن ئون گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ئەرقى بەدىيان بىلەن كۈمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

مائۇلئۈسۇل مۇرەككەپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

0.5 گرام جۈندە بىدەستۇر (قۇندۇز قەھرى)نى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

كەرەپشە سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

جۈۋىنە ياكى مۇرمەككى ھەسەل ياكى رەۋەن ئۈسارىسى ۋە ياكى بەدىيان سۈيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

قۇرۇق سۈزاپ، قۇرۇق سىرىقچېچەك قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەفتىمۇن ئۇرۇقى تالقىنى سۈزاپ سۈيى ياكى مەتبۇخى سۈزاپ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا يارمىسى، زىرە، پىننە، بۇغداي كېپىكى، شۇمشا ئۇرۇقى، قۇندۇز قەھرى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، كونا زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

سۇزاپىنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

سىرىنقىچىچەك ۋە سۇزاپ قاينىتمىسى بىلەن كلىزما قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى ھۆلبە كلىزما قىلىنىدۇ.

زىرە ۋە توغرىغۇنى سىرىنقىچىچەك سۇيى ياكى سۇزاپ سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

قورۇلغان تېرىقنى قىزىتىپ، سىرتتىن ئۇچەي ساھەسگە زىماد قىلىنىدۇ.

5. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىنى داۋالاش:

علاج مغص سوداوی

غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتى ئۇچەينىڭ ئۇستۇنكى قىسمىغا تەسىر قىلىشىدىن ئۇچەي ئاغرىقى كېلىپ چىققان بولسا قەي قىلدۇرۇش، ئۇچەينىڭ ئاستىنقى قىسمىغا تەسىر قىلىشىدىن ئۇچەي ئاغرىقى كېلىپ چىققان بولسا، كلىزما قىلىش ئارقىلىق غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتى تازىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا تەدبىرلەر غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقى، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقى كېسەللىكىدىن ئېلىنىدۇ.

6. سۇرگۇ دورىلار سەۋەبىدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج مغص مسهلی

سۇرگۇ دورىلارنىڭ ئۇچەينى ئاغرىشتەك زىيانلىق تەسىرىنى تۇزەش ئۇچۇن قاياناق سۇ بىلەن ئەرقى گۇلدىن بىر يۇتۇم بىر يۇتۇمدىن ئىچكۇزۇلىدۇ.

12 گرام مەستىكىنى يۇمشاق سوقۇپ، 250 گرام ئەرقى گۇل، 36 گرام قەنت بىلەن بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

ئەگەر سۇرگۇ دورىلىرىغا ياردەم بەرگۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندىمۇ چىقىرىندى مادداـ لار چىقىپ كېتەلمىسە، قەي قىلدۇرۇلىدۇ ياكى كلىزما قىلىنىدۇ.

ئۇچەي ئاغرىقى سۇرگۇ دورىلارنىڭ ئۆتكۇرلۇكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئىسپىغۇل لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى قاتارلىق دورىلارغا بىرلەشتۇرۇپ بادام يېغى ياكى گۇل بېغى قوشۇپ ئىچكۇزۇلىدۇ.

سۇفۇپى مىقلىياسا بارىد ياكى سۇفۇپى تىيىن ئەرقى گۇل بىلەن ئىچكۇزۇلىدۇ.

ئۇچ گرام بېھى ئۇرۇقىنىڭ لوئابى، ئۇچ گرام ئاق لەيلى يىلتىزىنىڭ لوئابىنى، 84 گرام ئەرقى گۇل، 84 گرام ئەرقى بىدمىشكى بىلەن چىقىرىپ، 48 گرام شەربىتى بىنەپشە، رەيھان ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل يەتتە گرامدىن، گۇل يېغى مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ

ئىچكۈزۈلىدۇ.
كىندىك ئاستى قىسمى، مەقئەت قىسمىغا گۈل يېغى سۈرتىلىدۇ.

7. بالىلاردىكى ئۇچەي ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج مغص الاطفال

بالىلاردىكى ئۇچەي ئاغرىقى: بالىلارنىڭ ئاشقازىنى ئاجىز بولۇش، سۈتنى كۆپ ئىچىش سەۋەبىدىن كۆپلەپ يەل پەيدا بولۇپ، ئۇچەي بوشلۇقىدا چىڭقىلىش بولىدىغان، يىغلاش، دائىم قورسۇقىنى تۇتۇپ تۇرۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك ئۇنى داۋالاشتا:

كالا سۈتىنى ئىلمان ھالەتتە قىزىتىپ، قورساق قىسمىغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە بەدىيان ۋە ئېگىرنى يۇمشاق سوقۇپ، سۈتكە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە يەنە رۇم بەدىيان ۋە مەستىكىنى يۇمشاق سوقۇپ، سۈتكە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جۇۋىنەنى يۇمشاق سوقۇپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەنبەرنى گۈل يېغى ياكى زەيتۇن يېغى بىلەن ئېرىتىپ، قورساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

ئەنبەردىن ئاز مىقداردا يېگۈزۈش بالىلاردىكى ئۇچەي ئاغرىقىنى دەرھال توختىتىدۇ.

مەستىكى، كۈندۇر ياكى ئاز مىقداردىكى ھېڭنى سوقۇپ، ئانا سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئاغرىقى قەۋزىيەت بىلەن بىرگە كەلسە، قەۋزىيەت بايانىدىكى شىيافلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق بەك كۆپ بولسا، ئاز مىقداردىكى ئەپيۇننى مۇناسىپ ياغ بىلەن ئېرىتىپ، مەقئەتكە سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر بالىلاردىكى ئۇچەي ئاغرىقى ھارارەتنىڭ كۆپلۈكىدىن پەيدا بولغان يەلدىن كېلىپ چىققان بولسا، سوغۇق سۇغا داكىنى چۆكۈرۈپ، قورساق قىسمىغا قويۇلىدۇ ياكى ئەرقى گۈلگە سەندەلنى چىلاپ، قورساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

ئىسپىغۇلنى گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرلەردىن باشقا، سۈت ئېمىتكۈچى ئانىغا مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلىشقا بۇيرۇلىدۇ. ئەگەر ئۇچەي ئاغرىقى بىلەن ئىچ سۇرۇش بىرگە كەلسە، ئىچ سۇرۇش بايانىدىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

يەتتىنچى پەسىل قورساق كۆپۈش ۋە كوركىراش

نفخ وقراقر

تونۇش:

قورساق كۆپۈش ۋە كوركىراش ھەزىم ناچارلىق سەۋەبىدىن قورساق ئېسىلىش،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئۇچەي ئىچىدىن يەللەرنىڭ قالايمىقان ھەرىكەت قىلىشى بولىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

يەل پەيدا قىلغۇچى، غەلىز، تەستە سىڭىدىغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، تۇبېركۇلوز كېسەللىكىگە ئوخشاش خوراتقۇچى كېسەللىك بىلەن ئاغرىشتىن بەدەنده ھەزىم ئاجىزلىق، قۇۋۋەت تۆۋەنلەش كۆرۈلۈپ، قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇندىن باشقا بوھران سەۋەبىدىن، تال، جىگەر، قورساق پەردە كېسەللىكىدىن، ئاشقازان ۋە ئۇچەي كېسەللىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر بىمار يەللىك، سۈپىتى ئۆزگەرگەن، تەستە سىڭىدىغان يېمەكلىكلەرنى يېگەن بولسا، قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش يېمەكلىك سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىستېمال قىلغان يېمەكلىكنىڭ مىقدارى ۋە سۈپىتى نورمال بولسا، باشقا ئەزالار ساغلام بولسا، قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش ئۇچەي مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش قۇۋۋەت ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇ، قۇۋۋەت ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان، جىگەر، تال، قورساق پەردە قاتارلىق ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە كېسەللىك كۆرۈلگەن بولسا، قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بوھران كۈنلىرى يۇز بەرگەن بولسا، قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش بوھران سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش يېمەكلىكلەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، يېمەكلىكلەرنى ئازلىتىش، قەيى قىلدۇرۇش، گۈلقەنت، ئەرقى گۈل، بەدىيان شىرىسى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىرە، بەدىيان، جۇۋىنە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئاشقازان ۋە ئۇچەينى كۈچەيتىش، ئۇچەي ۋە ئاشقازاننى قىزىتىش ئۈچۈن جاۋارىش كۈمۈنى يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان كۆپۈش ۋە كورکىراش ئاشقازان، تال، جىگەر، قورساق پەردە كېسەللىك سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەللىكنىڭ داۋالاش جەريانىدا سۆزلەندە-

گەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش بوھران كۈنلىرى يۈز بەرگەن بولسا، بوھران يوقىلىش بىلەن ئۆزلۈكىدىن ساقىيىدۇ.

ئەگەر قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش قۇۋۇەت ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قۇۋۇەتكە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بەزى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قورساق كۆپۈش ۋە كورکىراش بەزىدە ئاشقازان ۋە ئۇچەينىڭ ھارارىتىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ ۋاقىتتا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار ئارقىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. سىكىشلىق، يەڭگىل غىزالار بېرىلىدۇ.

سەككىزىنچى پەسىل ئۇچەي توسۇلۇش

قولۇق

تونۇش:

ئۇچەي توسۇلۇش، ھەرخىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قۇلۇن (بوغما) ئۇچەي ۋە ئۇنىڭغا قوشنا ئۇچەيلەرنىڭ يېرىم ياكى پۈتۈنلەي توسۇلۇپ، ئۇچەي ئىچىدىكى چىقىرىندى ماددىلار-نىڭ سىرتقا چىقىپ كېتەلمەسلىكى بىلەن بىرگە قورساقنىڭ مۇجۇپ ئاغرىش، كۆڭۈل ئېلىشىپ قۇسۇش، ئېغىر دەرىجىدە قەۋزىيەتلىك بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

ئۇچەي توسۇلۇش قۇلۇن (بوغما) ئۇچەيدە يۈز بەرگەنلىك سەۋەبىدىن بۇ قۇلۇنجى دەپ ئاتالغان.

ئۇچەي توسۇلۇش، ئۇستۈنكى ئۇچەيلەردە بولسا يۇنان تىلىدا «ئىلائۇس» دەپ ئاتىلىدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇش بەزىدە قۇلۇن (بوغما) ئۇچەيدە بولىدۇ. يەنە بەزىدە قۇلۇن ئۇچەي-نىڭ ئۇستۈنكى ياكى ئاستىنقى ئۇچىيىدە يۈز بېرىدۇ.

سەۋەبى:

1. ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلىتسىز بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

1) ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلىتسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن ئىستېمال قىلغان يې-مەكلىكلەردە قۇرۇقلۇق ۋە قاتتىقلىق پەيدا بولۇپ، شۇ ھالەتتە جىگەرگە يۆتكىلىپ ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

2) ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن، ئىستېمال قىلغان

ئۇيغۇر كتاب توپلىكى www.uyghurkitap.com

يېمەكلىكلەردە ۋە چىقىرىندى ماددىلاردا قېتىشىش پەيدا بولۇپ، ئۇچەيگە بىئاراملىق يېتىپ ئۇچەي توسۇلۇشنى پەيدا قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا سوغۇقلۇق مەقئەتكە تەسىر قىلىپ، مەقئەت قورۇغۇچى مۇسكۇلىنىڭ خىزمىتىنى كۈچەيتۈۋېتىپ، چىقىرىندى ماددىلارنىڭ ئۇستى تەرەپكە ئىتتىرىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ، ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

3) ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلتىسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن، ئىستېمال قىلغان يېمەكلىكلەر تەركىبىدىكى سۇلارنىڭ كۆپلەپ سۈمۈرۈلۈپ كېتىشىدىن ھەمدە ئۇچەينىڭ لۆمۈلدىمە ھەرىكىتى تۆۋەنلەپ، يېمەكلىكلەر قۇرۇق ھالەتتە قۇلۇن ئۇچەيدە توختاپ قېلىپ، ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

4) ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلتىسىز ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشىدىن، ئارتۇق ھۆللۈك ئۇچەي بوشلۇقىنى توشقۇزۇپ قويۇپ، ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

2. ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلتىلىق بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

1) ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلتىلىق قۇرۇق ئىسسىقلىقتىن بۇزۇلۇشىدىن، ئۇچەيدە ياللۇغلىنىش، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇشىغا ئوخشاش كېسەللىكلەر يۈز بېرىپ، ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى پەيدا قىلىدۇ.

2) ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلتىلىق ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن، ئۇچەيدە يارا ياكى پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇشىغا ئوخشاش كېسەللىكلەر يۈز بېرىش، ئۇندىن باشقا ئۇچەينىڭ لۆمۈلدىمە ھەرىكىتى تۆۋەنلەش، ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش سەۋەبىدىن ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكى كېلىپ چىقىدۇ.

3. ئۇچەيدە ئوزۇقلۇقلارنىڭ ۋە يەللەرنىڭ يۆتكىلىشىگە توسالغۇ بولىدىغان ئامىللار تەسىرىدىن ئۇچەيدە توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

1) ئۇچەيدە ئىششىق پەيدا بولۇشتىن، ئۇچەي كانالچىلىرى تارىيىپ، چوڭ تەرەت ۋە يەلنىڭ چىقىپ كېتىشىگە توسالغۇ بولۇشتىن ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

2) ئۇچەي بوشلۇقىغا بەلغەم خاراكتېرلىك شىلىمشىق سۈيۇقلۇقلارنىڭ كۆپلەپ قويۇلۇشىدىن، ئۇچەي كانالچىلىرى توشۇپ قېلىپ، چىقىرىندى ماددىلار ئۇچەيدە تۇرۇپ قالىدۇ. نەتىجىدە ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ. بۇ «بەلغەمى قۇلۇنجى» دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

3) ئۇچەيدە قويۇق يەلنىڭ كۆپلەپ تۇرۇپ قېلىشىدىن ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ. بۇنى «يەللىك قۇلۇنجى» دەپمۇ ئاتايدۇ.

4) ئۇچەينى مۇقىملاشتۇرغۇچى تارمۇشلارنىڭ ئۇزۇلۇپ كېتىشى، قورساق پەردىسى يېرىلىپ كېتىش، سىرتقىئەت يېرىلىپ كېتىش، يەللەرنىڭ ئۇچەيگە تەسىر قىلىش سەۋەبىدىن ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىپ، ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

5) ئۇچەي قۇرتىنىڭ كۆپلۈكى ۋە ئۇلارنىڭ ئۆزئارا يۆگىشىپ ئۇچەي كانالچىلىرىدا توختاپ قېلىشى سەۋەبىدىن، چىقىرىندى ماددىلار چىقىپ كېتەلمەي، ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ. بۇنى «قۇلۇنجى دىيدان» دەپمۇ ئاتايدۇ.

6) چىقىرىندى ماددىلار ئۆزىنىڭ قۇرۇقلۇق سەۋەبىدىن كاللەكلىشىپ، ئۇچەيدە توختاپ قېلىپ، ئۇچەي كانالچىلىرىنى توسۇپ قويۇش سەۋەبىدىن، ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) ۋە جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكى يۇقىرىقى سەۋەبلەردىن باشقا، تۆۋەندىكى ئەھۋاللاردىن كېلىپ چىقىدۇ:

1. جىگەر، تال، بۆرەك، بالىياتقۇ، دوۋساق قاتارلىق ئەزالاردا ئېغىر دەرىجىدە ئىششىق پەيدا بولۇشتىن، ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

2. بۆرەكتە كېسەللىك يۈز بېرىش، بولۇپمۇ بۆرەكتە تاش پەيدا بولۇشتىن بۆرەك ئارقىلىق چىقىپ كېتىشكە تېگىشلىك چىقىرىندى ماددىلار چىقىپ كېتەلمەي، يەنە ئۇچەي تەرەپكە يېتىپ كېلىپ، ئۇچەيدە توختاپ قېلىشتىن ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

3. ئۇچەي تارتىشىپ قېلىشتىن ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) ۋە جۇرجانى بۇ ھەقتە يەنە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي ئىسسىق ئەزالارغا يېراق بولۇپ، كېڭىيىشى ۋە ھەرىكەت قىلىشى ئاستا بولىدۇ. ئۇچەي قاتىلاملىرى غوللۇق بولۇپ، دورىلارنىڭ تەسىر قىلىشى قىيىن بولىدۇ. ئۇچەي باشقا ئەزالارغا قارىغاندا شالاڭ جايلاشقان بولۇپ، ئاسان ئالمىشىپ قېلىش يۈز بېرىدۇ. ئۇچەيدە يېمەكلىكلەرنىڭ تۇرۇش ۋاقتى بىرقەدەر ئۇزۇن بولۇپ، ئاسانلا يەل پەيدا بولىدۇ. ئۇچەي كانالچىلىرى سۈيۇقلۇق توسۇلۇشقا مايىلچان ئەزا بولۇپ، ئاسانلا بەلغەمى خاراكتېرلىك شىلمىشىق سۈيۇقلۇق كۆپلەپ قويۇلۇپ، ئۇچەي كانالچىلىرىنى توشقۇزۇپ قويىدۇ، نەتىجىدە ئاسانلا ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكى يۈز بېرىشكە ئىچكى شارائىت ھازىرلاپ بەرگەن بولىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) ۋە جۇرجانى بۇ ھەقتە يەنە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۇ ئارىلاشتۇرغان ھاراق ئىچىش، ئوسۇك، كۆك يۇمغاقسۇت، تەرخەمەك، ئامۇت، ھۆل ئۈزۈم، تاماق يەپ بولغاندىن كېيىن سۇ ئىچىش ياكى ھەرىكەت قىلىش، چالا پىشۇرۇلغان توخۇمنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، بېھى، تېرىق، ياغدا پىشۇرۇلغان ناننى كۆپ ئىستېمال قىلىش، جاپالىق ئىشلەش، كۆپ تەرلەش، كىچىك تەرەت كۆپ بولۇش، چوڭ تەرەت قىستاش، پېتىرنان، چوڭ بېلىقلارنىڭ گۆشى، كالىنىڭ گۆشى، ھۆل كۆكتاتلار، شاپتۇل، چۇچۇمەل ئالما، تەرخەمەك قاتارلىقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبلىك بەلغەمى خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۆرۈنۈشلۈك بىكى لىنىسى

شەيخ (ئىبنىسىنا) ۋە جۇرجانى بۇ ھەقتە يەنە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قويۇق خىلىت ياكى چىقىرىندى ماددىلار قېتىپ قېلىشتىن ئۇچەيدە توختاپ قالغاندا تەبىئەت كۇچىنىڭ تەڭشىشى بىلەن ئۇچەيدىكى چىقىرىندى ماددىلار باشقا ئۇچەيگە يۆتكىلىدۇ. ئەگەر چىقىرىندى ماددىلار بىرقەدەر قاتتىق، يېپىشقاقلىقى يۇقىرى بولسا، بىر قىسمى قارىغۇ ئۇچەيدە تۇرۇپ قېلىپ كېسەللىك ئۆزگىرىش پەيدا قىلىدۇ. قارىغۇ ئۇچەيىنىڭ تولۇق تازىلانمىغانلىقىنى بىلدۈرىدىغان ئالامەتلەر مۇنلار: ئۇچەي توسۇلۇشقا قارىتا تەدبىر قوللىنىش، ئىچىنى سۈرۈش ئېلىپ بارغاندىمۇ يەنە ئاغرىق بولسا، كىلىزما قىلىش ياكى ئىسسىقلىقى ئۆتكۈر تەدبىرنى قوللانغاندا ئاغرىق كۈچىيىپ كەتسە، بۇ، قارىغۇ ئۇچەينىڭ تازىلانمىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق يەنە كۆرسەتكەن:

قويۇق يەل، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتى، ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلىتسىز سوغۇقىتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇشتا قىزىتما بولۇش پايدىلىق. ئۇچەي توسۇلۇشنى ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بارمىغاندا، پالەچ، بوغۇم ئاغرىقى، كۆكرەك ئاغرىش، بوۋاسىر، مالىخۇلىيا، تۇتقاقلىق كېسەل، سۇلۇق ئىششىق قاتارلىق كېسەللىكلەر كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

1. ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ باشلىنىش ۋاقتى ۋە تەرەققىيات ئەھۋالى تەكشۈرۈلىدۇ. چوڭ تەرەتنىڭ ئادەتتىكىدىن ئاز ۋە قۇرۇق بولۇش، مايلىق ۋە تاتلىق نەرسىلەردىن يىرگىنىش، چۇچۇمەل، ئۆتكۈر، تۇزلۇق يېمەكلىكلەرنى كۆڭلى بىرئاز خالاش، كۆڭۈل ئاينىش، كۆڭۈل بىئارام بولۇش، ياغلىق ياكى تاتلىق يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاندا ياكى پۇرىقىنى پۇرىغاندا كۆڭۈل ئاينىش، قورساقتا دائىم تولغاق يۇز بېرىش، ئېغىزمان ۋە پاچاقتا ئاغرىش بولۇش، ئۇسسۇزلىقى كۆپ بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ باشلانغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەردە ئېغىرلىق كۆرۈلۈش بىلەن بىرگە چوڭ تەرەت چىقماسلىق، يەل چىقماسلىق، كېكىرمەسلىك، قورساق قىسمىدا سانجىلىپ ئاغرىش، قورساق قىسمىغا بىرەر نەرسە مىنىۋالغاندەك مەلۇم بولۇش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، بىماردا تىترەش كۆرۈلۈش، ئەگەر ئازراق تەرەت كەلگەن تەقدىردىمۇ تەرەتتىن قويۇق شىلىمشىق سۈيۇقلۇق چىقىش ھەمدە تەرەت قاتتىق مونەكچىسىمان بولۇش، قەي قىلغاندا دەسلەپتە بەلغەم خاراكتېرلىك قەي قىلىش، ئۇنىڭدىن كېيىن سەپرا خاراكتېرلىك، ئاخىردا سەۋدا خاراكتېرلىك قەي قىلىش ئالامىتى كۆرۈلۈش، سۇيدۇك قىزىل بولۇش، بەزىدە سۇيدۇك تۇتۇلۇش، يۇرەك قوزغىلىش، ئاغرىقنىڭ ئېغىرلىقىدىن سوغۇق تەرلەش، ھەتتا ھوشسىزلىنىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ ئېغىرلاشقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

2. ئۇچەي توسۇلۇش بىلەن بۆرەك ئاغرىقىنى پەرقلەندۈرۈپ تەكشۈرۈش.

تېۋىپلار بەزىدە بۆرەك ئاغرىقىنى ئۇچەي توسۇلۇش دەپ چۈشىنىپ قالىدۇ. چۈنكى بۆرەك ئاغرىقىدىمۇ ئاغرىق ئۇچەي توسۇلۇشقا ئوخشاش ئېغىر بولۇش، كۆڭۈل ئاينىش، قەي قىلىش، چوڭ تەرەت ژە يەل كەلمەسلىك ئالامىتى كۆرۈلگەن بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن تېۋىپلار بۇ كېسەللىكنى تەكشۈرۈشتە بارلىق ئالامەتلەرگە چوڭقۇر دىققەت قىلىپ، تۆۋەندە كىدەك پەرقىگە ئاساسەن پەرقلەندۈرۈپ تەكشۈرۈش ئېلىپ بېرىش لازىم.

ئۇچەي توسۇلۇش: ئۇچەي توسۇلۇشتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر داۋاملىق ئېغىر كۆرۈلىدۇ. ئاغرىق بىر جايدا بولماستىن، يۆتكىلىپ تۇرىدۇ ھەمدە ئاغرىش ئېغىر بولىدۇ. ئاغرىق كىندىكىنىڭ ئاستى ئوڭ تەرەپتىن باشلىنىپ، كىندىك ئۇستى سول تەرەپكە تارقايدۇ. ئاغرىق قورساقنىڭ ئاستى تەرىپىگە نىسبەتەن قورساقنىڭ ئالدىنقى قىسمى ژە كىندىك تەرەپكە مايىلراق بولىدۇ.

بەزىدە ئاغرىق كىندىك ئۇستى سول تەرەپتىن باشلىنىپ، بىر ئۇرۇقدان تارتىشىپ قالىدۇ. ئۇچەي توسۇلۇشتا ئاغرىق قورساق ئاچ ۋاقىتتا يەڭگىل بولۇپ، بىرەر يېمەكلىك يېگەندىن كېيىن ئېغىرلىشىپ قالىدۇ. ئاغرىق تۈيۇقسىز باشلىنىپ، دەرھال ئۆتكۈرلىشىدۇ. سۈيدۈك تۇتۇلۇش كېيىن يۈز بېرىدۇ. ئۇچەي توسۇلۇش ئېغىرلاشقاندا يەڭگىل تىترەش كۆرۈلىدۇ. كىلىزما قىلىش، ئېچ سۇرۇش، يەل تارقىتىش تەدبىرى قوللانغاندا ئاغرىق يەڭگىللىشىدۇ. قەۋزىيەتلىك ئېنىق كۆرۈلىدۇ. ئىشتىھاسىزلىق، سەپرا، بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىرى ئارىلاش قەي قىلىش، ئۇچەي توسۇلۇشتىن ئىلگىرى بۇزۇق يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش تارىخى بولۇش، قورساق دائىم تولغىشىپ ئاغرىش، قورساق كوركىراش، چوڭ تەرەت قاتتىق بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلگەن بولىدۇ.

بۆرەك ئاغرىقى: بۆرەك ئاغرىشتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر ئۇچەي توسۇلۇشتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلىرىگە قارىغاندا يەڭگىل كۆرۈلىدۇ. ئاغرىق بۆرەك ساھەسىدە بولۇپ، يۆتكىلىش بولمايدۇ. ئەگەر بۆرەك ئاغرىقى تاش سەۋەبىدىن بولسا، بۆرەك ساھەسىدە يېڭىنە سانجىغاندەك مەلۇم بولىدۇ. ئاغرىق بەلنىڭ ئۇستۈنكى قىسمىدىن باشلىنىپ، ئېغىزمان تەرەپكە مايىلراق بولىدۇ. ئاغرىق قورساق ئاچ ۋاقىتتا ئېغىرلىشىپ قالىدۇ. ئاغرىق ئاستا - ئاستا باشلىنىپ، تەدرىجىي ئۆتكۈرلىشىدۇ. ئېغىزمان ئاغرىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش ئالامىتى دەسلەپتە كۆرۈلىدۇ. بۆرەك ئاغرىقىدا تىترەش خېلى ئېغىر بولىدۇ. كىلىزما قىلىش، ئېچ سۇرۇش، يەل تارقىتىش تەدبىرىنى قوللانغاندا ئاغرىقتا يەڭگىللەش كۆرۈلمەيدۇ. پەقەت تاش پارچىلىغۇچى، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن ئاغرىق يەڭگىللىشىدۇ. بىمارىدا ئېنىق قەۋزىيەت بولمايدۇ. پاچاق ئاغرىش، كۆكرەك ئاغرىش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ. بۆرەك ئاغرىشتىن ئىلگىرى قۇم ئارىلاش سۈيدۈك كېلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلگەن بولىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بىكتى www.uyghurkitap.com

3. ئۇچەي توسۇلۇش بىلەن ئۇچەي ئاغرىقى، بالىياتقۇ ئاغرىقى، جىگەر ئاغرىقى، تال ئاغرىقى، قۇرت سەۋەبىدىن بولغان ئاغرىقلار پەرقلەندۇرۇپ تەكشۈرۈلىدۇ.

ئۇچەي ئاغرىقى: ئۇچەي ئاغرىقىدا چوڭ تەرەت كېلىش قىيىن بولمايدۇ، بەلكى ئۇچەي ئاغرىقى باشلىنىپ، بىر - ئىككى سائەتتىن كېيىن چوڭ تەرەت كېلىدۇ.

بالىياتقۇ ئاغرىقى: بالىياتقۇ ئاغرىقىدا ھەيز توسۇلۇپ قېلىش، ئاغرىق كىندىكنىڭ ئاستى قىسمىدا بولۇش، ئۇچەي توسۇلۇشتىكى ئاغرىققا قارىغاندا يەڭگىل بولۇش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ.

جىگەر ئاغرىقى: بىمارنىڭ رەڭگىرويى ئاق ۋە سېرىققا مايىل بولۇپ قالىدۇ. ئاغرىق جىگەر ساھەسىدە بولىدۇ.

قۇرت سەۋەبىدىن بولغان ئاغرىق: ئاغرىق ناھايىتى يەڭگىل بولۇپ، قۇرت ھەربىكتى بىلەن يۆتكىلىپ تۇرىدۇ. چوڭ تەرەتتىن قۇرت چىقىدۇ.

ئۇلاردىن باشقا، شۇ كېسەللىكتىكى بايانلارغا ئاساسەن پەرقلەندۇرۇلىدۇ.

4. ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى ۋە تۇرلىرىگە ئاساسەن تەكشۈرۈلىدۇ.

بىمارىدا ئۇچەي توسۇلۇشتىن ئىلگىرى سەپرا خىلتى پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىك ۋە دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، زىيادە ئىسسىق مۇھىتنىڭ تەسىرىگە كۆپ ئۇچراش ئەھۋالى بولۇش، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇش، سەپرا ئارىلاش قەي قىلىش، قورساق قىسمى ئېغىر دەرىجىدە چوقۇلۇپ ۋە ئېچىشىپ ئاغرىش، سوغۇق تەبىئەتلىك سەپرا خىلىتى- نى تەڭشىگۈچى ۋە سۇرۇپ چىقارغۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە بىئاراملىق ھېس قىلىش، ئاغرىق تۇتاقلىق شەكىلدە قوزغىلىش، قىزىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

چۈچۈمەل كېكىرىش، چوڭ تەرەت قارا كېلىش ۋە قاتتىق مونەكچە بولۇش، قورساق كۆپۈش، ئاغرىق بەك ئېغىر بولماسلىق ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

بىمارىدا ئۇچەي توسۇلۇشتىن ئىلگىرى بەلغەم خىلىتى پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىك ۋە دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، زىيادە سوغۇق مۇھىتنىڭ تەسىرىگە كۆپ ئۇچراش ئەھۋالى بولۇش بىلەن بىرگە، سېسىق كېكىرىش، ئىشتىھا تۇتۇلۇش، چوڭ تەرەت بەلغەم خىلىتى ئارىلاش كېلىش، كىلىزما قىلغاندا چىققان تەرىتى بەلغەم خاراكتېرلىك بولۇش، بەلغەم ئارىلاش قەي قىلىش، قورساق قىسمىدا ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، قەۋزىيەتلىك ئەھۋالى ناھايىتى ئېغىر بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئۇچەي توسۇلۇشتىن ئىلگىرى يەل پەيدا قىلغۇچى، تەستە ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش تارىخى بولۇش بىلەن بىرگە كۆڭۈل

ئاينىش، ئاغرىق يۆتكىلىش، سېسىق كېكىرىش، قورسىقىغا بىرنەرسە تىققاندەك بولۇش، قورساق كۆپۈش، قورساق كوركىراش، يەل چىقماسلىق، يەل توختاپ قالغان ئورۇندا كۆتۈرەڭگۈلۈك بولۇش، چوڭ تەرەت كالا تېزىكىدەك كۆپۈشەڭگۈ چىقىش، ئىچ سۇرۇش بىلەن چىقىرىندى ماددىلار چىقىپ كەتمەسمۇ، بىمار راھەت ھېس قىلماسلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، قويۇق يەلدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىماردا ئۇچەي توسۇلۇشتىن ئىلگىرى چىقىرىندى ماددىلارنى ئىستېمال قىلىش، ئادەتتىكىدەك قەۋزىيەتلىك تارىخى بولۇش بىلەن بىرگە قورساق ساھەسىدە ناھايىتى ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، ئاغرىق خۇددى ئۇچەي يېرىلغاندەك بولۇش، ناھايىتى كۈچەش ئارقىلىق چوڭ تەرەت قىلغاندا، چاپلاشقاق، قويۇق نەرسىلەردىن باشقا ھېچنېمە چىقماسلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، چىقىرىندى ماددىلاردىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قورساق ئاچ ۋاقىتتا كۆڭۈل ئاينىش، قورساق ئاغرىق كۈچەيىش، چوڭ تەرەتتە قۇرت بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، ئۇچەي قۇرتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش ئاستا ـ ئاستا يۇز بېرىش، چىڭقىلىپ ئاغرىش، ئېغىرلىق، ئېچىشىش سېزىمى بولۇش، قىزىش، ئېغىر دەرىجىدە ماغدۇرسىزلىنىش، سوغۇق تەرلەش، چىرايىنىڭ رەڭگى قىزىش، تومۇرلىرى كۆپۈشۈش، قاپىقى ئىششىش، ئېغىز تەمى تاتلىق بولۇش، سۈيدۇكى تۈتۈلۇش، ئىچ سۇرۇشتىن بىئارامىلىق ھېس قىلىش، پۇت ـ قولى ئىسسىماسلىق، كېسەللەنگەن ئورۇن ئۇدۇلىدىكى قورساق تېرىسى قىزىرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىنىڭ ئۇچەيدە ئىششىق پەيدا قىلىشىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قورساق ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم بولۇپ، ئېغىز تەمى تۇزلۇق ياكى تەمسىز بولۇش، قەي بەلغەم ئارىلاش بولۇش، تۇتقاقلىق قىزىتما كۆرۈلۇش، ماغدۇرسىزلىنىش، ئاغرىش بىر ئورۇندا يەڭگىل بولۇش، كېسەللەنگەن ئورۇندىكى ئىششىق كۆپۈشەڭگۈ، يۇمشاق بولۇش، چىرايى پارقىراق، ئورۇق بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىنىڭ ئۇچەيدە ياللۇغلىنىش (ئىششىق) پەيدا قىلىشتىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ساھەسىدە ئېغىرلىق ۋە ئاغرىش تۇتۇن بولۇش، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇش، قىزىش، ماغدۇرسىزلىنىش ئالامىتى كۆرۈلۇش بىلەن بىرگە، سەۋداىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى بولۇش، ئۇچەي توسۇلۇش يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى تال كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان تارىخى بولۇش ئەھۋالى بولسا، بۇ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنىڭ ئۇچەيدە ياللۇغلىنىش (ئىششىق) پەيدا قىلىشتىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر بىرەر قاتتىق ھەرىكەت قىلىش، ئۇرۇلۇپ - سوقۇلۇش، ئات مىنىش، بىرەر ئېغىر نەرسىنى كۆتۈرۈش، ئېگىز يەردىن يىقىلىپ چۈشۈش قاتارلىق ئەھۋاللارنىڭ بىرەر-سىدىن كېيىن تۈيۇقسىز ئۇچەي توسۇلۇش يۈز بېرىش ياكى سېرىق ئەت يېرىلىش پەيدا بولغاندىن كېيىن ئۇچەي توسۇلۇش يۈز بەرسە، بۇ، ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىشتىن ياكى سېرىق ئەت يېرىلىشتىن كېيىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش جىگەر، تال، بۆرەك، بالىياتقۇ، دوڭساق كېسەللىكىدىن كېيىن يۈز بەرگەن بولسا، بۇ خىل ئۇچەي توسۇلۇش ئەگەشمە خاراكتېرلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

داۋالاش:

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا پاكىز بولغان، ئاسان سىڭىدىغان، يەڭگىل يېمەكلىكلەرنى بېرىش، مىزاجىنى تەڭشەش، قۇۋۋەتنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش، كېسەللىك ساقايغاندىن كېيىنمۇ داۋالاشنى مەلۇم ۋاقىتقىچە توختىتىپ قويماسلىق لازىم.

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكى چوڭ ئۇچەيدە بولمىغان ئەھۋالدا غەيرىي تەبىئىي خىلىت-لارنى يوقىتىش، ئۇچەينىڭ خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان سۈرگۈ دورىلارنى ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش چوڭ ئۇچەيدە بولۇپ قالسا، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار ۋە چىقىرىندى ماددىلارنىڭ ھەممىسى چىقىپ بولغانغا قەدەر، دەسلەپتە يەڭگىل، كېيىن ئۆتكۈر كىلىزمىلارنى ئارقىمۇئارقا ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش بىلەن قىزىتما بىرگە بولسا، كىلىزمىلارنى ئىشلىتىش مەنئى قىلىنىدۇ. ئۇنداق قىلمىغاندا يۈرەك، مېڭىگە زىيان يېتىپ قالىدۇ.

يىغىنچاقلىغاندا، ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە كىلىزما ۋە شامچە دورىلارنى ئىشلە-تىشتىن ئىلگىرى، چوقۇم توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، تەبىئەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلارنى ئىش-لىتىش كېرەك. بۇ مەقسەت ئۈچۈن ھەممىدىن ياخشى دورا مەجۇنى تەمرى ھىندى مۇسھىلى بىلەن مەجۇنى سەپەرجىل مۇسھىلى ھېسابلىنىدۇ.

بەزى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن مەجۇنى سەپەرجىلى مۇسھىلى بېرىلىدۇ. توسالغۇنى يوقاتقاندىن كېيىن تۆت گرام سەبرى تالقىنىنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كالا سۈتى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. گەرچە يۇقىرىقى تەدبىرلەر ئارقىلىق سوغۇق تەرلەش، قەي قە-لىش، ئىچ سۈرۈش يۈز بەرسىمۇ، لېكىن ئۇنىڭدىن قورقماسلىق لازىم، چۈنكى بۇنىڭ بىلەن بىمار دەرھال ھوشىغا كېلىدۇ.

رەۋەن ئۇسارىسى 0.5 ~ 1 گرامغىچە، مەستىكىدىن ئىككى گرام ئېلىپ، يۇمشاق

سوقۇپ، 24 گرام گۈلقەنتكە ئارىلاشتۇرۇپ، 250 گرام ئەرقى گۈل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. گۈلقەنتتىن ئاز مىقدارىدا يېگۈزۈلىدۇ.

بىمەنجىر يېغى توققۇز گرام، بەدىيان شىرىسى، زاراڭزا ئۇرۇقى شىرىسى، زىرە شىرىسى تۆت گرامدىن، ھەسەلدىن 18 گرام ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ، ھەركۈنى ئىككى گرامدىن كۆپەيتىپ سەككىز كۈنگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. 8 ـ كۈندىن باشلاپ ھەركۈنى ئىككى گرامدىن تۆۋەنلىتىپ ئەسلىدىكى مىقدارغا يەتكۈزۈلىدۇ. ئۇچەينى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن تەرياقى كەبىر، سىرىدىتوس، مەجۇنى مىشكى يېگۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنىڭ دەسلەپكى ئالامەتلىرى كۆرۈلگەندە، قورساقنى بەك تويغۇزۇۋېتىشتىن ساقلىنىش.

ئەگەر تاماقنى كۆپ ئىستېمال قىلىپ سالغان بولسا، دەرھال قەي قىلدۇرۇش لازىم. كۈچلۈك سۇرگۇ دورىلار ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىش زىيانلىق بولۇپ، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئۇچەينى تازىلاش زۆرۈر بولغاندا يەڭگىل سۇرگۇ دورىلىرى بېرىلىدۇ. ھەتتا ئۇچەي توسۇلغان ئورۇننىڭ ئۈستۈنكى قىسمىدىكى غەيرىي تەبىئىي خىلىت ۋە چىقىرىندى ماددىلارنى شۇ ئورۇنغا كەلتۈرەلىگۈدەك دورىلارنى ئىشلىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن توخۇ شورپىسىغا ئوخشاش سىلىقلاشتۇرغۇچى غىزائىي داۋائىلار ئىچكۈزۈش، ئۇنىڭدىن كېيىن يەڭگىل كىلىزما ئارقىلىق چىقىرىندى ماددىلار چىقىرىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما بولسا شورپىنىڭ ئورنىدا ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار ۋە چىقىرىندى ماددىلار ناھايىتى قاتتىق، مونەكسىمان ھالەتتە چىقسا، قەي قىلدۇرۇلىدۇ ياكى يەڭگىل سۇرگۇ دورىلار بېرىلىدۇ. ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە كېسەللىك ئاشقازان ۋە ئۈستۈنكى ئۇچەيدە كۆرۈلۈپ، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار ۋە چىقىرىندى ماددىلار كۆپ بولسا، يەڭگىل سۇرگۇ دورىلارنى ئىچكۈزۈش پايدىلىق. ئۇنىڭدىن باشقا ئەھۋاللاردا قەي قىلدۇرۇش، يەڭگىل كىلىزما قىلىش كېرەك.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر كىلىزما ئارقىلىق ھېچقانداق نەرسە چىقمىسا، بۇنىڭدىن غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنىڭ ھازىرغا قەدەر پىشمىغانلىقىنى بىلىشكە بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن خىلىت پىشقانغا قەدەر كىلىزما قىلىشنى داۋاملاشتۇرۇش، كىلىزما ئىشلەتكەندە چوقۇم دەسلەپتە يەڭگىل كىلىزمىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

بەزىدە كىلىزما ئارقىلىق ئىچ سۇرۇش بولماستىن، بەلكى باش ئاغرىش، يۇرەك قوزغىلىش پەيدا بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ۋاقىتتا خىلىتنى قويۇلدۇرغۇچى ۋە قابىز تۇرىدىكى دورىلارنى يېگۈزۈش لازىم. چۈنكى كىلىزما دورىلارنى ئىشلىتىش جەريانىدا باش

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر تۇرلۇك تېپىلىدىغان بىردىنبىر تورى

ئاغرىش، يۇرەك قوزغىلىش پەيدا بولۇش كۆپىنچە ئۇچەي توسۇلغان ئورۇننىڭ ئۈستۈنكى قىسمىدا ئىچ سۈرۈش يۈز بەرگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. باش ئاغرىش، يۇرەك قوزغىلىش ئەھۋالى ئوڭشالغاندىن كېيىن، ئۇچەينى تازىلاش ئۇچۇن ئايارەج پەيقارا، جاۋارىش شەھرىيان، جاۋارىش تەمرى ھىندى پېگۇزگەندىن كېيىن كىلىزما قىلىش كېرەك.

ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن ئىشلىتىلگەن ئايارەجلەرگە غارىقۇن ئارىلاشتۇرماسلىق لازىم.

ئەگەر ئاشقازاندا ئىستېمال قىلغان يېمەكلىكلەرنىڭ بىر قىسمى قالغان بولسا، بۇنداق ۋاقىتتا ھېچقانداق تەدبىر قوللانماسلىق لازىم. چۇنكى بۇنداق ھالەتتە پىشمىغان يېمەكلىك ئاستى تەرەپكە سۈمۈرۈلمىگەن بولىدۇ.

ئۆتكۇر خىلدىكى سۈمۈرگۈچى دورىلارنى كىلىزمىلارغا ئارىلاشتۇرۇشقا بولمايدۇ. چۇنكى بەزىدە سۈمۈرگۈچى دورىلار ئۇچەي تەرەپكە بەدەندىكى بۇزۇق خىلىتلارنى قويۇلدۇرۇپ، ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى تېخىمۇ ئېغىرلاشتۇرۇۋەتكەن بولىدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە مىقدارى كۆپ، سېسىق پۇراقلىق، تەمسىز سۇرگىلەرنى ئىچكۇزۇشتىن ساقلىنىش لازىم.

سۇرگۇ تۇرىدىكى دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كەلگەندە، كۆپىنچە ھەب، ئايارەج تۇرىدىكى دورىلارنى ئىشلىتىش مۇۋاپىق. چۇنكى سۇيۇق دورىلار ئاشقازاندا ئۇزۇن تۇرالماي، ئاشقازاندىكى چىقىرىندى ماددىلار چىقىپ كېتەلمەيدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا باش تەرەپكە ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈپ، مېڭىنى قوغداش كېرەك. چۇنكى ئۇچەيدە توختاپ قالغان گازلار، قوزغاتقۇچى دورىلارنىڭ تەسىرىدە مېڭىگە يېتىپ كېلىپ ئەقىل ئېلىشىش كېسەللىكىنى پەيدا قىلىپ قويىدۇ. شۇنىڭ ئۇچۇن سۇرگۇ دورىلارنىڭ مىقدارى ئاز، خۇش پۇراق بولۇش بىلەن بىرگە، مېڭە مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ئۇچۇن قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرىنى تاللاپ ئىشلىتىش لازىم.

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە ئۇچەينى قىزىتىش ئۇچۇن ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى زىمادا قىلىشقا توغرا كېلىش بىلەن بىرگە، جىگەر ساھەسىگە سوغۇق تەبىئەتلىك زىمادلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ ئۇچۇن كۆپىنچە كاپۇر بىلەن سەندەل مۇۋاپىق مىقداردا بىرلەشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ. شۇڭا بۇ ۋاقىتتا چوقۇم جىگەر چېگرىسىغا خېمىرلار بىلەن توساق قۇرۇش لازىم.

بۇنداق قىلمىغاندا ئۇچەيگە قىلغان ئىسسىقلىق جىگەرگە تەسىر قىلىپ كېتىدۇ. بىمارنىڭ ئۇسسۇلۇقى ئۇچۇن قەنت چېيى، ئەرقى گۇل ياكى ئەرقى بەدىيان ئىچكۇزۇلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن يۇيۇندۇرۇش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر يۇيۇندۇرىدىغان دورا سۇيى كۇچلۇك بولسا، بىمارنىڭ

بەدىنىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ، ھوشسىزلىنىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ۋاقىتتا بىمارنىڭ يېنىغا خۇش پۇراق دورىلار، خۇش پۇراق مېۋىلەر، ئىسسىق نان، بىمار ياخشى كۆرىدىغان نەرسىلەرنى قويۇپ قويۇش كېرەك. يۇيۇندۇرىدىغان دورا سۈيىنى كۆكـ رەك ساھەسىگە ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم.

مەشھۇر تېۋىپ سەرھەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ساپ قاينىق سۇ ياكى ئۈچەي توسۇلۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ سۈيىدە بىمارنىڭ تىز ئاستىنى يۇيۇش ۋە ئادەم بويى ئېگىزلىكىدىن قاچىغا دورا سۈيىنى قۇيۇپ، كىچىك تۆشۈك ئېچىپ، شۇ تۆشۈكتىن دورا سۈيىنى بىمارنىڭ قورساق قىسمىغا تامچىلـ تىش كېرەك.

بىر قىسىم تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر كېسەللىك ماددىسى ئۈچەيگە داۋاملىق تۆكۈلۈۋاتقان بولسا، دورا سۈيىدە يۇيۇنـ دۇرۇش كېسەللىك ماددىسىنىڭ تۆكۈلۈشىنى كۆپەيتىۋېتىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۈچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە سىرتتىن دورا ئىشلىتىشكە ئالدىرىماسلىق كېرەك.

ئەگەر ئۈچەي توسۇلۇش قويۇق يەل سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، يەل تارقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارنى سىرتتىن ئىشلىتىش پايدىلىق ھېسابلىنىدۇ. ئۈچەي توسۇـ لۇش كېسەللىكىدە دورا سۈيىدە يۇيۇندۇرۇش زۆرۈر بولسا، كېسەللەنگەن ئورۇنغا دورا سۈيىنىڭ سىڭىپ كىرىشىدىن ساقلىنىش لازىم.

مەشھۇر تېۋىپ خۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۈچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە ئاغرىقنى توختىتىش ئۈچۈن دورا سۈيىدە يۇيۇندۇرۇش — بارلىق تەدبىرلەردىن پايدىلىق، لېكىن ئاجىز بىمارلارنى دورا سۈيى بىلەن يۇيۇندۇرغاندا بىمارنى ئۆزاق ئولتۇرغۇزماسلىق، قورساق بەك ئاچ ھالەتتە يۇيۇندۇرماسلىق، بىمارنىڭ ئەتراپىغا خۇش پۇراق دورا ۋە يېمەكلىكلەرنى قويۇش، خۇشپۇراق دورىلارنى داۋاملىق پۇرۇتۇپ تۇرغۇزۇش لازىم، ئۇنداق قىلمىغاندا بىماردا ھوشسىزلىنىش كېلىپ چىقىدۇ.

ئۈچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئالدىراپ ئىشلەتمەسـ لىك، سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلار كېسەللىكنىڭ سەۋەبىنى تېپىپ، ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بېرىشقا توسقۇنلۇق قىلىپ، كېسەلنىڭ ئېغىرلىشىشىغا سەۋەبچى بولىدۇ. يەنى ئەگەر كېسەلگە سەۋەبچى خىلىت قويۇق بولسا، سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەنـ دە، قويۇق خىلىت قېتىپ قالىدۇ.

ئەگەر كېسەلگە سەۋەبچى خىلىت سوغۇق بولسا، سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە سۈيۇقلۇقنى كۆپەيتىۋېتىدۇ.

ئەگەر كېسەلگە سەۋەبچى ئامىل قويۇق يەل بولسا، سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە، ئاغرىق پەسىيىش ئۈياقتا تۇرسۇن، ئاغرىق كۈچىيىپ كېتىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۈنلۈك بېكىتى

ئەگەر چىقىرىندى ماددىلار ئۇچەي گەۋدىسىگە قۇيۇلۇپ قالغاندا، سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە ئۇچەي گەۋدىسىدىكى ماددىلار قاتتىقلىشىپ قالىدۇ.

دېمەك، سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە، بىماردا خاتىرجەملىك هېس قىلىنسىمۇ، لېكىن 2 ~ 3 كۈندىن كېيىن كېسەللىك تېخىمۇ ئېغىرلىشىپ كېتىدۇ. ئەگەر سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كەلگەندە ناهايىتى ئېهتىياتچانلىق بىلەن ئاز مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

هۆپۈپ گۆشىنى ۋە ئۇنىڭ شورپىسىنى ئىستېمال قىلىش، كەپتەر قېنىنى ئېقىتىۋەتكەندىن كېيىن گۆشىنى قورۇپ يېگۈزۈش، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى يېگۈزۈش ناهايىتى پايدىلىق.

مەشهۇر تېۋىپ سەرهەندى بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

«پەراش» دەپ ئاتىلىدىغان يۇلغۇننىڭ ياغىچىنى يۇمشاق سوقۇپ، قاياناق سۇ بىلەن يېگۈزۈش ئۇچەي توسۇلۇش ئاغرىقىنى دەرهال توختىتىدۇ.

ئاياردەج پەيقارانى يېگۈزۈش ناهايىتى پايدىلىق.

ئىككى گرام خېنە ئۇرۇقى ئەرقى بەدىيان ياكى بەدىيان شىرىسى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ بارلىق قىسىملىرىدا بىمارنىڭ بەدىنى ئاجىز بولمىسا، يېمەك - ئىچمەكنى قەتئىي توختىتىش لازىم. يېمەكلىك بېرىش زۆرۈر بولغاندا قۇشلارنىڭ شورپىلىرى ۋە مائۇللەهمى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ بارلىق قىسىملىرىدا سىلىقلاشتۇرغۇچى، تەبىئەتنى يۇمشاتقۇچى يېمەكلىكلەرنى بېرىش لازىم.

ئاغرىق ۋە تازىلاشنىڭ كۆپلۈكىدىن ئاجىزلىق يۈز بەرگەن بولسا، قۇشلار گۆشىنىڭ شورپىسى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، ئاق ئۇننىڭ نېنى بېرىلىدۇ.

دىققەت قىلىشقا ئەرزىيدىغىنى شۇكى:

غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتى، قويۇق يەل سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە، يېمەكلىك بەرمەسلىك زۆرۈر. لېكىن قۇۋۋەت ۋە بەدەن ئاجىزلىق كۆرۈلگەندە ئاسان سىڭىدىغان، لەتىف، يېڭىل غىزالارنى بېرىش لازىم. بەزىدە ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچىنىڭ نېنى ۋە شورپىسىغا تۇرىۋات ۋە سوقمونىيا ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش زۆرۈردۇر.

ئەنجۇر، ئۆزۈم، بادام مېغىزى، خورما، چوڭ توخۇ گۆشى شورپىسى، كەپتەر باچكىسى شورپىسى، هۆپۈپ گۆشى ۋە شورپىسى بېرىش چىقىرىندى ماددىلار سەۋەبىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي

توسۇلۇش ئۇچۇن پايدىلىق.

ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن گۇرۇچ، تېرىق، خام ھەسەل، يەللىك تاماقلار ناھايىتى زىيانلىق.

فوجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ھەسەل سۈيىدىن ئاز مىقداردا ئىستېمال قىلىشمۇ ئۇچەي توسۇلۇشىنى پەيدا قىلىدۇ. ھەتتاكى ھامىلىدار ئايالنىڭ خام ھەسەل ئىچىشى ئۇچەي توسۇلۇش پەيدا بولۇشتىن باشقا، ھامىلىنىڭ ئۇچىيىنىڭ تۇغما تار بولۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكى ئۇچۇن زىيانلىق بولغان يېمەكلىكلەر قاتتىق يېمەكلىكلەردۇر. مەسىلەن: ياۋايى ھايۋانلارنىڭ گۆشلىرى ھەتتاكى توشقان، كىيىكنىڭ گۆشى، كالا گۆشى، چوڭ بېلىقنىڭ گۆشى، ھەر خىل قورۇلغان گۆشلەر، بارلىق ھايۋانلارنىڭ ئىچكى ئەزالىرى، گۆش نان، مانتا، خوشاڭ قاتارلىق قىيمىلىق تاماقلار، ئۇلاردىن باشقا ھەر خىل گۆش، ئاق ئۇننىڭ نېنى، پېتىرنان، مايلىق نان قاتارلىق يېمەكلىكلەر، سۈت، ئوغۇزقۇرت، زەيتۇن يېغى، چامغۇر ۋە پىشىندىن باشقا بارلىق كۆكتاتلار، ھۆل مېۋە قاتارلىقلار ناھايىتى زىيانلىق ھېسابلىنىدۇ.

خۇسۇسىيەت ئېتىبارى بىلەن زىيان قىلىدىغان يېمەكلىك ۋە دورىلار: قارىئۆرۈك، ئەينۇلىدىن باشقا بارلىق دورىلىق مېۋىلەر، پىننە، تەرخەمەك، نېلۇپەر، چامغۇر، نامازشامگۇل، ئالما، قارا ئۇجمە، زىرىق، سۇماق، غورا، رەۋەن ئۆسۈملۈكى، ھۆل ياڭاق، ھۆل بادام، ھۆل باقلە، ئاچچىق ئانار قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

يەل ۋە چوڭ تەرەتنى قىستاپ ئۇخلاپ قېلىش، تاماقتىن كېيىن قورساق توق ھالەتتە ھەرىكەت قىلىش، تاماقنى كۆپ يېيىش، شاراپنى كۆپ ئىچىش، تاماقتىن كېيىن سوغۇق سۇ ئىچىش ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن ناھايىتى زىيانلىق.

تۆۋەندە ئۇچەي توسۇلۇشىنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەر بويىچە تۇرگە بۆلۈپ داۋالاشنى تونۇشتۇرىمىز.

1. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج بلغمی

12 گرام بەدەنجىر يېغىغا 72 گرام ئەرقى گۈل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدەنجىر يېغى 36 گرام، زاراڭزا ئۇرۇقى شىرىسى 18 گرام، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسىدىن توققۇز گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، 36 گرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىلمان قىلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سانا توققۇز گرام، گۈل بەنەپشە، قىزىلگۈل، بەدىيان ئالتە گرامدىن، زاراڭزا ئۇرۇقى توققۇز گرام، رۇم بەدىيان ئۇچ گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 36 گرام ئېلىپ،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

دورىلارنى ئەرقى شوخلا، ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، 12 گرام بىدەنجىر يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش ئەسقەپ، جاۋارىش نارمىشكى، جاۋارىش قەيسەر، مەجۇنى تەمرى ھىندى، مەجۇنى بىنەپشە، مەجۇنى راھەت قاتارلىق دورىلارنى ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ، ئەرقى گۈل ياكى مەتبۇخى سانا بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى راھەت 12 گرام، 250 گرام ئەرقى گۈلدە چىقىرىلغان سانا شىرىسى ۋە ئۇرۇقسىز ئۈزۈم شىرىسى 24 گرامدىن، گۈلقەنت 48 گرام، شەربىتى دىناردىن 48 گرام ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش سەپەرجىلى، جاۋارىش شەھرىيان يېگۈزۈش ئۇچەي توسۇلۇش بىلەن كۆڭۈل ئاينىش ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

مەستىكى تالقىنى تۆت گرام، قىزىل شېكەردىن تۆت گرام ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈپ، قاياناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ھەم تەرياقى ئەرەبئە، تەرياقى كەبىر يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇش ئېغىر بولسا تۇربۇت، شەھمەنزەل، سەبرى، ئەنزىرۇت، تۇز، قىزىل شېكەر قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بۇ كىلىزمىنىڭ ئۇنۇمى بولمىسا، كۇچلۇكرەك كىلىزما ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بەلغەم خىلىتىنىڭ سۇرگىسى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە ئاغرىق بەك ئېغىر بولۇپ، ھوشىدىن كېتىشتەك خەتىرى بولسا بەرشىنا ياكى پولونىيا ۋە ياكى ھەببى شىپا يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ئېغىر بولمىسا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، دورا سۈيىدە يۇيۇندۇرۇش پايدا قىلىدۇ. ئەكسىچە بولغاندا ناھايىتى زىيانلىقتۇر.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى تازىلىغاندىن كېيىن ھەركۈنى ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى جاۋارىش مەستىكى توققۇز گرام، زاراڭزا ئۇرۇقى شىرىسى 18 گرام، بەدىيان شىرىسى تۆت گرام، ھەسەل 24 گرام، قىچا تالقىنىدىن بەش گرام ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا پەقەت قۇشلار گۆشىنىڭ شورپىسىنى بېرىش يېتەرلىك.

بىستىپايەج توققۇز گرام، زاراڭزا ئۇرۇقى 18 گرام، سۆئتەر 12 گرام، قەلەمپۇردىن يەتتە گرام ئېلىپ، خالتىغا سېلىپ، قاينىتىپ، سۇغا تەمىنى چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى بەدىيان ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچەينى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ئاشقازان ۋە ئۇچەينى كۇچلەندۇرۇش ئۇچۇن جاۋارىش كۇمۇنى كەبىر، جاۋارىش پالاسىپە مۇناسىۋەتلىك ئەرەقلەر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن تۇخۇمى ماھۇدانەنى سوقۇپ، ئىككى گرام ھەسەل بىلەن بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈش، رەۋغىنى بەتەمنى ئىچكۈزۈش، ئەنجۇرنى كونا ھاراق بىلەن پىشۇرۇپ يەتتە گرام ۋەرەق، ئىككى گرام

سوقمۇنىيا تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

چوڭ توخۇنىڭ قورسىقىنى يېرىپ، زاراڭزا ئۇرۇقى، تۇزنى توشقۇزۇپ قويۇپ، پىشۇرۇپ شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

رەۋەن يەتتە گرام، سۇقمۇنىيا 0.4 گرام، غارىقۇندىن ئۇچ گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئاغرىق پەسەيتىش ئۇچۇن زەپەر قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

قەنتەرىيون قاينىتىلمىسىنى ئىچكۈزۈش، چامغۇرنىڭ سىقىلغان سۇيىنى ئىچكۈزۈش لازىم.

سەكپىنەچ، بەدەنجىر يېغى، ئاچچىقتاۋۇز قاتارلىق دورىلار يەككە ھالەتتە قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن جاۋارىش تەمرى ھىندى، جاۋارىش شەھرىيان، جاۋارىش سەپەرجىلى مۇسھىل، شەربىتى بىستىپا-يەج، مەجۇنى تەمرى ھىندى، مەجۇنى مۇسھىل، مەجۇنى سانا، مەجۇنى تۇربۇت، مەجۇنى بىنەپشە، مەجۇنى سەكپىنەچ قاتارلىق مۇرەككەپ دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

سانا 18 گرام، قىزىلگۇل 12 گرام، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى توققۇز گرامدىن، سۇزاپ، قەردمانە، رۇم بەدىيان، كەرەپشە يىلتىزىدىن بەش گرامدىن ئېلىپ، 500 گرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۇزۇپ، 48 گرام گۇلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قارا زىرە، رۇم بەدىيان ئۇچ گرامدىن، بىخ بەدىيان ئالتە گرام، بىخ كەرەپشىدىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، سۇزۇپ، 72 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، 48 گرام گۇلقەنت، ئالتە گرام بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇش بىلەن بىرگە سۇيدۇكى رەڭلىك بولسا گۇل بىنەپشە ئالتە گرام، بەدىياندىن ئىككى گرام ئېلىپ، 250 گرام ئەرقى بەدىيان، 125 گرام ئەرقى گۇل بىلەن قاينىتىپ، سۇزۇپ، 48 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، 48 گرام تەرەنجىبىن شىرىسى قوشۇپ، ئالتە گرام بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا بىرىنچى كۈنى يەرلىك شوخلا، بىنەپشە گۇلى، قىزىلگۇل، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، پىرسياۋشان، بىخ كاسنە، بەدىيان، بىخ بەدىيان، سانا قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ، خىيارشەنبەر شىرىسى، گۇلقەنت، شېكەر، بەدەنجىر يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى شوخلا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى بەدىيان ئەفتىمۇن ئۇرۇقىدىن بەش گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى ئەرقى بەدىياندا چىقىرىپ، گۇلقەنت، شەربىتى دىنار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب توپلىكى www.uyghurkitap.com

ئەمەن 250 گرام، چالا سوقۇلغان قوغۇن ئۇرۇقىدىن 12 گرام ئېلىپ، سېرىقچېچەك 250 گرام، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، زاراڭزا ئۇرۇقى 12 گرامدىن. دورىلارنى 20 كىلوگرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، تىزىنىڭ ئاستى قىسمى يۇيۇلىدۇ. ئۇنىڭ پىسەپلىرىگە 24 گرام خىيارشەنبەر، 12 گرام مەستىكى، 36 گرام شېكەر قوشۇپ، تولۇق ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا ئىسسىق هالەتتە زىماد قىلىنىدۇ.

زەهرى - مۇهرى، ئاچچىقتاۋۇز قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە شامچە ياساپ ئىشلىتىلىدۇ.

سوپۇن پارچىسىنى بارماقچىلىك ئۇزۇنلۇقتا كېسىپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

هەببى سەبرىمۇ ئوچەي توسۇلۇش ئوچۇن پايدىلىق.

ئوچەي توسۇلۇش بىلەن بىرگە كۆڭۈل ئاينىش بولۇپ، قىزىتما كۆرۈلمىسە، جاۋارىش سوك يېگۈزۈلىدۇ، ئەگەر كۆڭۈل ئاينىش توختىمىسا جاۋارىش سەپەرجىلى يېگۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بىدەنجىر يېغىنىڭ ئورنىغا رەۋغىنى مۇسهىل ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇيقۇ كەلتۈرۈش ئوچۇن مەجۇنى مۇخەددى شەربىتى ئەنجۇر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرلەردىن باشقا بىر قىسىم تېۋىپلار تۆۋەندىكىدەك تەدبىرلەرنى ئوتتۇرىغا قويغان:

پىلپىل ياغىچى، قەنت قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قايناق سۇ بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

بىدەنجىر ئۇرۇقى مېغىزى، سەبرىنى كالا سۈتىگە چىلاپ، قىزىتىپ، قورساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

سوپۇننى قايناق سۇ بىلەن ئېرىتىپ، قورساققا سۈرتىلىدۇ.

سېرىق هېلىلە پوستى يەتتە گرام، لايىقلاشتۇرۇلۇپ كۇشتە قىلىنغان سىماب، قورۇلغان تانكار، زەرچىۋا، قارىمۇچتىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قايناق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ، قورساقتا ئېغىرلىق بولسا، سوغۇق سۇ بىلەن بىرداندىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قورساقتا ئاغرىق بولسا، بەدىيان شىرىسى بىلەن ئىككى داندىن يېگۈزۈلىدۇ. قەۋزىيەتلىكنى يوقىتىش ئوچۇن سوغۇق سۇ بىلەن بەش داندىن، ئىچنى سۈرۈش ئوچۇن سوغۇق سۇ بىلەن سەككىز داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

قىزىش بولسا ئەرقى گۈلدە قەنتنى ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېرىق هېلىلە پوستى، قارا هېلىلە، لاهور تۇزى، سانائى مەككى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قايناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قەنت مىس قاچىدا قويۇپ ئېرىتىلىدۇ. ئېرىگەندىن كېيىن تۇز ئارىلاشتۇرۇپ قويۇپ، قاتقاندا سوۋۇتۇپ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى پەقەت تۇزنى كىلىزما

قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

مۇم يەتتە گرام، تۇزدىن تۆت گرام سوقۇپ، مۇناسىپ ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

سامسىاق يېيىش، مۇڭاپىق زىمادىلارنى ئىشلىتىش ئۇچۇن توسۇلۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

بەدىيان، خەشخەش پوستى، سەبرە دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قاينىاق سۇ بىلەن كىندىك ئەتراپىغا سۇڭىلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاشتا، غەيرىي تەبئىي خىلتىنى پارچىلاش، تارقىتىش، تەر تۆشۇكچىلىرىنى ئېچىش ئۇچۇن ئوغرىتىكەن، بىستىپايەج، شۇمشا ئۇرۇقى، زاراڭزا ئۇرۇقى، سەرپىستان، تۇربۇت، شەھمەنزەل، ئەنجۇر، كەرەپشە ئۇرۇقى، زىغىر، نېپىز قەنت، سوقۇلغان بىدەنجىر ئۇرۇقى مېغىزى، بىنەپشە، سۇزاپ، نېلۇپەر يىغىچى قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇ بىلەن ئىلمان ئوتتا قاينىتىپ، سۇزۇپ، دورىدىن 375 گرام ئېلىپ، 24 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، قىزىل شېكەر، سىركەنجۇبىل، مۇقەل تالقىنى ئۇچ گرامدىن، يۇمغاقسۇت تالقىنى تۆت گرام، كۇنجۇت يېغىدىن 48 گرام خەشخەش پوستى ئارىلاشتۇرۇپ، كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش چاپلاشقاق بەلغەم خىلتى تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، يۇقىرىقى نۇسخىدىكى ئاچچىقتاۋۇزىدىن (شەھمەنزەل) نىڭ مىقدارى كۆپەيتىلىدۇ. خىيارشەنبەر، قىزىل شېكەر ئورنىغا 48 گرام ھەسەل ئالماشتۇرۇلىدۇ. كۇنجۇت يېغىنىڭ ئورنىغا زاراڭزا يېغى، سىركەنجۇبىل ئورنىغا جاۋاشىر ئالماشتۇرۇپ كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق.

مۇرمەككى، قۇندۇزقەھرى، ئەپيۇندىن 18 گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ قويۇلىدۇ. ئېھتىياجلىق بولغاندا ئۇنىڭدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىرەر كىلىزمىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلسە، ئاغرىق دەرھال توختايدۇ.

ئەگەر چىقىرىندى ماددىلار ئادەتتىكى كىلىزمىلار ئارقىلىق چىقمىسا ياكى بەلغەم خىلتى ناھايىتى چاپلاشقاق بولسا، كىلىزما تەركىبىگە 30 گرام كۇنجۇت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

سىركەنجۇبىل قوشۇلغان ھەببى سەبرە، شاقاقۇل ياكى ئادراسمان ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇلغان ھەببى سەكپىنەچ يېگۇزۇلىدۇ.

تۇربۇت، سەبرە سۇقوتى، شەھمەنزەل قاتارلىق دورىلار بىر ھەسسىدىن، سوقمۇنيادىن ئۇچ ھەسسە ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، تازىلانغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، كۇملاچلاپ يېگۇزۇلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

شەھمەنزەل 0.5 گرام، تۇربۇت ئۇچ گرام، جۇندە بىدەستۇر 0.5 گرام، زەنجىۋىل 0.5 گرام، ئايارەج پەيقىرادىن ئىككى گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

تاش تۇزىنى كىلىزما قىلىش، تۇرۇپنى شامچە شەكلىگە كەلتۇرۇپ ھەسەلگە پۇچىلاپ ئىشلىتىش، شەھمەنزەل، توغرىغۇ، زەھرى - مۇھرى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىش لازىم.

شەھمەنزەل (ئاچچىقتاۋۇز)، ئەنزىرۇت، قەغەز كۆلى، قەنت قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

مائۇل بۇزۇرىغا بىدەنجىر يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەپسەنتىن، زىرە قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، يېگۈزۈلىدۇ.

جاۋاشىر، زىرە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

رۇم بەدىيان، پىلپىل، قۇندۇزقەھرى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئىككى گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

پىننە بىلەن قۇندۇز قەھرىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلسە ئاغرىق پەسەيىدۇ.

مائۇلھەسەل ئىشلىتىش زۆرۈر بولۇپ قالغاندا، ئۇنى ئوبدان قاينىتىپ بېرىش ناھايىتى مۇھىمدۇر.

بەزىدە ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن ئىشلىتىلگەن سۇۋالما دورىلار تەركىبىگە شەھمەنزەل، زاراڭزا مېغىزىغا ئوخشاش سۇرگۈچى دورىلار قوشۇلىدۇ.

موم، سەبرى، ئەنجۇر، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، ئاقسرقەرھا، مەرزەنجۇش، ھەببۇلغار، قۇرۇق ماش، شەھمەنزەل، سوقمۇنىيا، رەۋغىنى غار قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

تېرىق ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك ئوت - چۆپلەرنى سوقۇپ، خالتىغا سېلىپ، قىزىتىلغان زەيتۇن يېغى بىلەن نەملەپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

ئاغرىق پەسەيتىش زۆرۈر بولغاندا پولونىياغا قۇندۇز قەھرى تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

زەپەر، مىئەسائىلە، زەنجىۋىل، پىلپىل، بەزرۇلبەنجى ئۇچ گرامدىن، ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن كۇمىلاچ تەييارلاپ، 2 ~ 3 داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا زەپەر، قەردمانە، سەئدى كوفى 12 گرامدىن، قۇرۇق پىننە، قۇستە،

مۇرمەككى، پىلپىل، ھۇماما، سۇمبۇل ھىندى 18 گرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئەنجەدان، زەنجىۋىل، سەلىخە، ھەببى بىلسان 24 گرامدىن، ئەپيۇن، تۇخۇمى شەۋكىران، پوستى يەبرۇچتىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ، ئالتە ئايدىن كېيىن يېگۈزۈلىدۇ.

كىلىزمىلاردىن ئىككى گرام قۇندۇز قەھرى تالقىنىغا ماش چوڭلۇقىدىكى ئەپيۇن تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىپ ئىشلىتىش ياكى ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن ئىشلىتىلىگەن كىلىزمىلارغا ئەپيۇن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش ۋە ياكى مۇناسىۋەتلىك شامچىلارغا ئەپيۇن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

2. يەلدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج رحمى

يەلدىن بولغان قۇلۇنجى كېسەللىكىنى داۋالاشتا غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەرنى تاللاپ ئىشلەتىش پايدىلىق. پەرقى شۇكى، يەلدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشتا كىلىزما ۋە سۇرگۈچى دورىلار تەركىبىگە يەل ھەيدىگۈچى دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

توغرىغۇ، مۇقەل، جاۋاشىر، سۇزاپ ئۇرۇقى، قۇندۇز قەھرى، ئاچچىقتاۋۇز قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شېكەر قىيامى بىلەن شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

سۇزاپ، بابۇنە، مەرزەنجۇش، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، جۇۋىنە، ئەنجۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۇزۇپ ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ، ئىلمان ھالەتتە كىلىزما قىلىنىدۇ.

پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسنە، قەنتەرىيون، بىستىپايەج يەتتە گرامدىن، سېرىق ئەنجۇر بەش دانە، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 24 گرام، زاراڭزا ئۇرۇقىدىن 12 گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، سۇزۇپ، 84 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، 48 گرام گۇلقەنت، 48 گرام شەربىتى دىنار، يەتتە گرام بادام يېغى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى ھەببى سەكپىنەچ يېگۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى ئەتىگەندە مەجۇنى كۈمۈنى كەبىر، مەجۇنى ھەبۋلغار بەش گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ. ئىككىنچى كۈنى ئاخشىمى بەدىيان توققۇز گرام، رۇم بەدىيان يەتتە گرام، زىرە تۆت گرام، زاراڭزا ئۇرۇقى 18 گرام، قاقىلىدىن بەش دانە ئېلىپ، بارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى 250 گرام ئەرقى گۇل بىلەن چىقىرىپ، 36 گرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ قىچا تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇشۇ بويىچە 3 ~ 4 قېتىم سۇرگۈ بېرىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ يېڭى تورىسى

جاۋارىش نارمىشكى، جاۋاشىر شەھرىيان يېگۈزۈلىدۇ.

تازىلاشتىن كېيىن مىزاجنى تەڭشەش، يەلنى تارقىتىش ئۈچۈن جاۋارىش ئەنجىدانغا دارچىن تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئەرقى نانخا بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جۇۋىنە، قارا زىرە، زىرە، سۆئتەر، سىيادانىن 24 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى 1500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، بىدەنجىر يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، ئەتىگەن ۋە كەچتە 72 گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەل ۋە چىقىرىندى ماددىلارنى چىقىرىپ تاشلىغۇچى دورىلاردىن تەييارلانغان كلىزما، شامچە، سۈرگۈ ئىشلىتىش ئارقىلىقمۇ قورساق ئاغرىقى توختىمىغان بولسا، بۇ ئۇچەي مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۈزۈلۈشىدىن كېلىپ چىققان يەللىك ئۇچەي توسۇلۇش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، سۈزاپ، بەرەنجاسىب، سىيادان، جۇۋىنە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، زەيتۇن يېغى ۋە قۇندۇز قەھرى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش كۆمۈنى، جاۋارىش پەندادىقۇتى، تەرياقى كەبىر، جاۋارىش ئەنجىدان، ھەببى مۇلۇك، ھەببى نارمىشكى، ھەببى ھىلتىت، بىدەنجىر ئۇرۇقى مېغىزى ھالۋىسى، مەجۇنى قۇلۇنجى، مەجۇنى كاسىر رىياھ قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ، جاۋارىش كۆمۈنى مۇسھىل داۋاملىق يېگۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بارلىق كۆكتاتلار، يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىك ۋە مېۋىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن پەرھىز قىلىش لازىم.

سۈزاپ يېغى، سىرىقچېچەك يېغىنى قورساق قىسمىغا سۈۋاش، ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن ئوبدان قاينىتىلغان مائۇلھەسەل، ئەرقى بەدىيان، ئەرقى گۈل ئىچكۈزۈش لازىم.

ئەگەر يەلدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان بولسا تەبئەتنى يۇمشىتىش، يەلنى تارقىتىش ئۈچۈن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن كلىزما ۋە شامچىلار ئىشلىتىلىدۇ. زىرە، تاغ يالپۇزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. پىننە، سۈزاپ، جۆئدە، تاغ يالپۇزى، سىيادان قاتارلىق دورىلارنى كونا سىركە بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، سۈيىدە قورساق قىسىملىرىنى يۇيۇش، پىسەپلىرىنى قورساققا تېڭىش ئارقىلىق ئىسسىقلىق ئۆتكۈزۈش، كېسەللىك ياخشىلانغاندىن كېيىن غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنى تازىلاش ئۈچۈن غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇش قويۇق يەلدىن كېلىپ چىققان بولسا، قارا زىرە، سۈزاپ ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، ياۋا زىرە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۆردەك ياكى توخۇ يېغى ئېرىتىپ، قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇ تەدبىر يېتەرلىك بولمىسا، بۇ نۇسخىغا قۇندۇز قەھرى ۋە پەرپىيۇن تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىقنىڭ ئېغىرلىقىدىن كلىزما ئۆتۈشەلمىگەن بولسا، ئاچچىقتاۋۇز (شەھ-

مەنزەل) ، تۇز ، ھەسەل ، توغرىغۇ ، سۇزاپ ئۇرۇقى بىلەن قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. قورساقتا سۇزاپ يېغى سۇيۇلىدۇ. تېرىق بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

سېرىقچېچەك ، شۇمشا ئۇرۇقى ، رۇم بەدىيان ، مەستىكى ، كەرەپشە ئۇرۇقى ، جۇۋەننە ، قەردەمانە ، سۇزاپ ئۇرۇقى ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ، قۇرۇق ئەنجۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ، بىدەنجىر يېغى ، ئايارەج پەيقارا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ دورا بىلەن ئۇچەينى تازىلىغاندىن كېيىن يەنە بىر ئاز يەل قېپقالىدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئاغرىش بولىدۇ. بۇنداق ھالەتتە يەڭگىل كىلىزمىلارنى ئىشلىتىش ، تەرياقتا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك مەجۇنلەرنى يېگۈزۈش ، ئاغرىغان ئورۇننا ئوتلۇق لوڭقا قويۇش ، يەل تارقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ئۇرۇق دورىلارنى يېگۈزۈش ، يەل تارقاتقۇچى سۇۋالمىلارنى ئىشلىتىش ، قىچىغا ئوخشاش قىزىتقۇچى دورىلارنى زىمادا قىلىش ، ئىسسىق تەبىئەتلىك بۇلاقلارنىڭ سۇيىدە يۇيۇندۇرۇش ، قورساقنى يەڭگىل سىيلاش ، پاچاقلارنى كۆچلۇكرەك مۇجۇش ، بىمارنى ھاۋاسى ئىسسىق رايونغا يۆتكەش ، قاينا سۇنى كۆپ ئىچكۈزۈش لازىم.

مەجۇسى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ھەببى مەنتىن ، ھەببى سەكپىنەچ ، ئايارەج پەيقارا ئارقىلىق ئۇچەي تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. تۇربۇت تۆت گرام ، كەرەپشە ئۇرۇقى ، رۇم بەدىيان ، جۇۋننە ئىككى گرامدىن ، قۇندۇز قەھرى ، پەرپىيۇندىن بىر گرامدىن ئېلىپ ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، كەرەپشە سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ ، كۈمىلاچ تەييارلاپ ، تۆت گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

پوستى بىخ كەرەپشە ، پوستى بىخ بەدىيان 36 گرامدىن ، كەرەپشە ئۇرۇقى ، رۇم بەدىيان ، بەدىيان ، جۇۋننە ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ، پىننە ، سۆئىتەر ، زىرە ئون گرامدىن ، سۇزاپ ئۇرۇقى ، مەستىكى ، سۇمبۇل تىپ ، ئۇدىبلسان ، سەلىخە ، ئاسارۇن يەتتە گرامدىن ، بىخ سەۋسەن ، ئىزخىر يىلتىزى ، ئىزخىر چېچىكى ، سېرىقچېچەك 36 گرامدىن ، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 72 گرام ، ئەنجۇر ئون دانە ، چىلاندىن 20 دانە ئېلىپ ، دورىلارنى بىر كىلوگرام سۇ بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، ئۇنىڭدىن 144 گرام ئېلىپ ، تۆت گرام بىدەنجىر يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قارا زىرە ، كەرەپشە ئۇرۇقى ، رۇم بەدىيان قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئىككى گرام تەرياقى پارۇق قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇلاردىن باشقا قورساق قىسمىغا يەل تارقاتقۇچى ياغلارنى سۈۋاش ، لوڭقا قويۇش لازىم.

3. چىقىرىندى ماددىلار تەسىردىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج ثقلی

چىقىرىندى ماددىلار قانداق بولۇشىدىن قەتئىينەزەر ، ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ بۇ ئۇچەينى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار، لوئابلار، ياغلار بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

تەبىئەتنى يۇمشىتىش، چىقىرىندى ماددىلارنى چىقىرىپ تاشلاشقا تىرىشىش لازىم. بۇ مەقسەت ئۈچۈن، قارا توخۇنى ھارغانغا قەدەر قوغلاپ تۇتۇپ، بوغۇزلاپ پاكىزلىغاندىن كېيىن، گۆشىنى قازانغا سېلىپ، بىستىرىپايەج، زاراڭزا ئۇرۇقى سېلىنغان خالتىنى قازانغا تاشلاپ بىرگە پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ، سېمىز توخۇنىڭ شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبىئەت يۇمشىغاندىن كېيىن چامغۇر كۆكى، گۈل بىنەپشە، بۇغداي كېپىكى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئەنجۇر، شۇمشا ئۇرۇقى، زاراڭزا ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، كۈنجۈت يېغى، شېكەر، ئاچچىقسۇ، خىيارشەنبەر شىرىسى قوشۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ. بۇنىڭ بىلەن تەبىئەت يۇمشىغان بولۇپ تازىلاش زۆرۈر بولغاندا، سوقمۇنىيا، ئاچچىقتاۋۇز قاتارلىق دورىلار قىزىتما بولمىغان ئەھۋالدا كىلىزما قىلىنىدۇ.

ئەگەر قىزىتما بولسا، 500 گرام كالا سۈتىگە 125 گرام سېرىقماي، 108 گرام تەرەنجىبىن شىرىسى ياكى شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەينۈلا چىلانمىسى، مائۇل پەۋاكىھ، شەربىتى بىنەپشە ئىچكۈزۈلىدۇ.

قاپاق يېغى، بىنەپشە يېغى، بادام يېغى، گۈل يېغى كالا سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

چىقىرىندى ماددىلار تەسىرىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش باشقا خىلىرىغا قارىغاندا خەتىرى تۆۋەن، ئاسان ساقىيىدىغان خىلدىن ئىبارەت.

چىرىندى ماددىلار سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش بىلەن قەۋزىيەت ئۇتتۇرىسىدىكى پەرق شۇكى، قەۋزىيەتتە چىقىرىندى ماددىلار تۆز ئۇچەي ياكى قارىغۇ ئۇچەيدە توختاپ قالغان بولىدۇ، كۆڭۈل ئاينىش، ھۆ بولۇش بولمايدۇ.

ئۇچەي توسۇلۇشتا چىقىرىندى ماددىلار كۆپىنچە بوغاق ئۇچەيدە توختاپ قالغان بولىدۇ. كۆڭۈل ئاينىش، ھۆ بولۇش بولىدۇ. ئىشتىھا تۇتۇلىدۇ. كۆپ ساندىكى تېۋىپلار ئىككىسىنى پەرقلەندۈرمەي، كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە كىلىزما، دورا سۈيى، ئىسسىق ئۆتكۈزگۈچ تەدبىرلىرىنى قوللىنىپ، يامان ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، ھەتتا ئىسسىقلىقنى كۆپ قىلىۋېتىشتىن چىقىرىندى ماددىلارنىڭ قۇرۇشى بىلەن چوڭ تەرەت قاتتىق بولۇپ تۇرۇۋېلىپ، ئېغىر دەرىجىدىكى ئاغرىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ئۆتكۈر سۇرگۇ دورىلىرى ئىشلىتىشتىن بەدەننىڭ يوقىرى قىسمىدىكى چىقىرىندى ماددىلارنىڭ بوغما ئۇچەيگە توپلىشۇېلىشىنى پەيدا قىلىپ قويىدۇ.

ئۆتكۈر كىلىزمىلارنى ئىشلىتىش ئارقىلىق ئۇچەينىڭ مىزاجىدا ئۆزگىرىش پەيدا قىلىپ، جىگەر، تال، يۈرەكتە كېسەللىك ئۆزگىرىش كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ھەتتا بۇنىڭ سەۋەبىدىن چىقىرىندى ماددىلار ۋە ئىسسىقلىق تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بۇخاراتلار مېڭىگە ۋە يۈرەككە ئۆرلەپ ئېغىر ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

چىقىرىندى ماددىلار تەسىرىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك تۈرلەرگە بۆلۈپ داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ:

1. قۇرۇق يېمەكلىك تەسىرىدىن كېلىپ چىققان چىقىرىندى ماددا خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

ئەگەر چىقىرىندى ماددا خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇش قۇرۇق يېمەكلىكنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇنىڭ ئۈچۈن شەكىل ۋە مىقدار ئېتىبارى بىلەن، ئۇنىڭ ئەكسىچە يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. قايناق سۇنى ئىلمان قىلىپ ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. سۈرگۈ ئۈچۈن كىلىزمىلار ۋە شامچىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىكتە قۇرۇق يېمەكلىكلەر ئاشقازاندا مەۋجۇت ئىكەنلىكى مەلۇم بولسا قەي قىلدۇرۇلىدۇ. ئىستېمال قىلغان يېمەكلىكىگە توخۇ شورپىسى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇشتا قوللانغان يەڭگىل كىلىزمىلار تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

چامغۇرنىڭ سقىلغان سۈيى، سوقۇلغان بىنەپشە، ئاچچىقسۇ، كۈنجۈت يېغى قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ئېغىر بولۇپ، كىلىزمىلارنىڭ ئۈنۈمى بولمىسا، جاۋارىش تەمرى ھىندى، جاۋارىش شەھرىيان، جاۋارىش سەپەرجىلى يېگۈزۈش بىلەن غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە قوللىنىلغان كۈچلۈك كىلىزمىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى جاۋارىشلارنىڭ ئۈنۈمى بولمىغاندا قۇرۇق ئۈزۈم، سەرپىستان، خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، بىدەنجىر يېغى، ئايارەج پەيقارا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

دورا ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بابۇنە، ئاق لەيلى ئۈرۈقى، سەرپىستان قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسىنى سۈزۈپ، كۈنجۈت يېغى، قەنت، تۇز، توغرىغۇ ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ. ئۈرۈقسىز ئۈزۈم، ئەنجۈر، سەرپىستان، خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئايارەج پەيقارا، بىدەنجىر يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. (مەسىھى)

شەربىتى بىنەپشە 36 گرام، تەرەنجىبىن شىرىسىدىن 48 گرام ئېلىپ، قىزىتىپ، ھەركۈنى ئەتىگەندە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ماش، نوقۇت، بادام مېغىزى بېرىلىدۇ، سېمىز توخۇ گۆشى ۋە شورپىسى بېرىلىدۇ.

72 گرام شەربىتى بىنەپشە، 36 گرام تەرەنجىبىن شىرىسى، 48 گرام خىيارشەنبەر

ئۇيغۇر كتاب تورىبىكىتى www.uyghurkitap.com

شىرىسى، 36 گرام شىرخىست بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىغىر، شۇمشا ئۇرۇقى، ھەببى رىشاتتىن 36 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى بىر كىلوگرام سۈدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا تەرەنجىبىدىن 48 گرام قۇيۇپ بىر ئۆرلىتىپلا سۈزۈپ 36 گرام كۈنجۈت يېغى قوشۇپ، 72 گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە 36 گرام ھەسەل بىلەن 72 گرام سۈتنى ئارىلاشتۇرۇپ سەبرە تالقىنىدىن ئۈچ گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. (مەھمۇد)

مەتبۇخى ئەنجۈردە خىيارشەنبەرنى ئېرىتىپ ئىچكۈزۈش، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم ئىچكۈزۈش پايدىلىق. (جۈرجانى)

2. ئۇچەي ھارارىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان چىقىرىندى ماددا خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش.

ئەينۇلا، قارىئۆرۈك دەملىمىسى ۋە شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇپەر بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەمرى ھىندى بىلەن خىيارشەنبەرنىڭ شىرىسىنى ئەرقى بەدىيان بىلەن چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە شەربىتى بىنەپشە قاياناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى لوئابى، زىغىر ئۇرۇقى لوئابى، شەربىتى دىنار، شەربىتى ۋەرد قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قاپاق ئۇرۇقى شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى، تەرەنجىبىن شىرىسى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىنەپشە گۈلى، كەتىرادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ مەسىھى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

يەرلىك شوخلا، گۈل بىنەپشە، نىلۇپەر، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، بابۇنە، ئارپا كېپىكى 24 گرامدىن، چىلان ئون دانە، سەرپىستاندىن 70 دانە ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، تەرەنجىبىن شىرىسى، ئىسپىغۇل لوئابى، خىيارشەنبەر شىرىسى، بىنەپشە يېغى ياكى بادام يېغى ۋە ياكى كۈنجۈت يېغى 36 گرامدىن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەينۇلا 20 دانە، ئەنجۈر بەش دانە، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 18 گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ خىيارشەنبەر شىرىسى، بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ سەيد بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مېۋە سۈيى، ئىسپىغۇل لوئابى، ئارپا سۈيى، بادام يېغى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈپ مىزاج تەڭشىلىدۇ.

زاراڭزا مېغىزى شىرىسى بىلەن بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەينۇلا، قارىئۆرۈك دەملىمىسىنى سۈزۈپ، بادام يېغى، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈ-

زۇلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا سېمىز توخۇ گۆشىنى پالەك بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئەبۇ مەنسۇر بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر قورساقتا ھارارەت كۆپ بولسا، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى ئون گرام، خىيارشەنبەر شىرىسى 15 گرام، بادام يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى ئالتە گرام بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىنەپشە 36 گرام، سوقمۇنىيادىن بەش گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن قۇرس تەييارلاپ، قاياناق سۇ ياكى تەرەنجىبىن شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇشىنىڭ سەۋەبى ئۇچەينىڭ قۇرۇقلۇقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تاماقتىن ئىلگىرى ياغ ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈرگۈزۈلىدۇ. تاتلىق ھاراق، ياغلىق يېمەكلىكلەر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك ئېغىر بولسا، يەتتە گرام قۇرسى بىنەپشە يېگۈزۈلىدۇ ياكى مائۇلجەبىن بىلەن سوقمۇنىيا تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

3. تىترەش (لىكىلداپ قېلىش) نىڭ كۆپلۈكىدىن كېلىپ چىققان چىقىرىندى ماددا خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

بىمارنى سوغۇق ئورۇندا تۇرغۇزۇپ بەدەندەبىئارامىلىق پەيدا قىلىدىغان ياغ ۋە قىروتلاردىن نامازشامگۈل يېغى قىرۇتىسى بەدەنگە سۈرتىلىدۇ.

بېھىنى سوقۇپ، سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، بېھى سۈيىنىڭ يېرىم مىقدارىچىلىك گۈل يېغى قوشۇپ، پەقەت ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى مۇمنى قوشۇپ ئېرىتىپ بەدەنگە سۈرتىلىدۇ.

سوغۇق سۇدا ئولتۇرغۇزۇش، كۆپرەك ئارام ئېلىش پايدىلىق.

ئەگەر بەدەن تىترەشنىڭ سەۋەبى تەرلەشنىڭ كۆپلۈكى، ئۇچەي ھارارىتى، بەدەنگە قۇرۇقلۇق يېتىش بولسا، ئەينۇلا، چامغۇرنى پىشۇرۇپ، زەيتۇن يېغى، ئاچچىقسۇ قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، ئۈزۈم، ئەنجۈر، ئۆرۈك يېگۈزۈلىدۇ. سېمىز پاقلان گۆشى، سېمىز توخۇ گۆشى، نېلۇپەر بىلەن پىشۇرۇلۇپ شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر تىترەش بەك ئېغىر بولسا، گۈل يېغى، نامازشامگۈل يېغى ۋە ئۇلارنىڭ قىيرۇتىلىرى بەدەنگە سۈرتىلىدۇ. (شەيخ)

مەشھۇر تېۋىپ مەھمۇد بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر تىترەش، كۆپ يول يۈرۈش، كۆپ ئەمگەك قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ھەر كۈنى ئەتىگەن خېمىرى بىنەپشە، شەربىتى نېلۇپەر، شەربىتى بىنەپشە،

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

شەربىتى خەشخاش قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرسى ئىچكۈزۈلىدۇ. بەدەنگە بىنەپشە يېغى سۈرتىلىدۇ.

ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كەتىرا، تازىلانغان مومدىن تەييارلانغان قىيرۇتى بەدەنگە سۈرتىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا نىشاستە، تاتلىق بادام ھالۋىسى، خام قايماققا شېكەر قوشۇپ نان چىلاپ يېرىلىدۇ. سېمىز توخۇ گۆشى يېگۈزۈلىدۇ، مائۇللەھمى ئىچكۈزۈلىدۇ.

فوجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

شەربىتى بىنەپشە، تەرەنجىبىن شىرىسى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىنەپشە يېغى، كۈنجۈت يېغى، بادام يېغى بەدەنگە سۈرتىلىدۇ. ئىلمان ھالەتتىكى تاتلىق سۇ بىلەن تىزىنىڭ ئاستى قىسمى يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت شورپىسى، بادام مېغىزى شىرىسىگە بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ، مائۇللەھمى ئىچكۈزۈلىدۇ.

4. سۈيدۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن كېلىپ چىققان چىقىرىندى ماددا خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇشىنى داۋالاش:

شەربىتى بىنەپشىگە خىيارشەنبەر شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە خورما، ئۈزۈم، نىشاستە ھالۋىسى، خورما ھالۋىسى يېگۈزۈلىدۇ.

چىگىت مېغىزى چىلانمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ ھەم تولۇق پىشقان ئەنجۈر يېگۈزۈلىدۇ.

ئىسپىغۇل لوئابىغا رەيھان ئۇرۇقى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشى ۋە شورپىسى بېرىلىدۇ. تەرخەمەك، تاۋۇز، نوقۇت، شويلا بېرىلىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ ئىسمائىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۈيدۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە ھارارەت كۆپ بولسا، شەربىتى بىنەپشە، ئەينۇلا شەربىتى، شەربىتى كاكىنەچ، ئىسپىغۇل لوئابى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ھارارەت يۇقىرى بولمىسا، شەربىتى ئەنجۈر، مەتبۇخى ئەنجۈر ئىچكۈزۈلىدۇ. قىزىل شېكەر كۈنجۈت يېغى بىلەن ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا خام قايماق، شېكەر، پالەك، ئاقلانغان ماش، چامغۇر كۆكى، بادام يېغى، ھالۋىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

5. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىنىڭ كۆپلۈكىدىن كېلىپ چىققان چىقىرىندى ماددا خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇشىنى داۋالاش:

توسالغۇلارنى ئېچىش، ئارتۇق غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىنى تازىلاش ئۈچۈن توسۇلۇش خاراكتېرلىك سېرىقلىق چۈشۈش بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

زاراڭزا مېغىزى، تولۇق پىشقان ئەنجۈر يېگۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى خولىنجان سىركەنجىۋىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا تولۇق پىشقان ئەنجۇر بېرىلىدۇ. يېمەكلىكىگە ئاچچىقسۇ، قىچا سىلىپ بېرىلىدۇ.

6. ئۇچەي سەزگۈرلۈكى يوقىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان چىقىرىندى ماددا خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش.

ئايارەج لوغانزىيا، جاۋارىش پەندادىقوتى، تەرياقى كەبىر، تەرياقى ئەربەئە، مەسرىدە-تۇس قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ساپ شاراب ئىچكۈزۈلىدۇ.

رەۋغىنى كەلكىلانەج، رەۋغىنى بىدەنجىر، رەۋغىنى قۇستە، رەۋغىنى زەيتۇن ئىچكۈ-زۈش ياكى كىلىزما قىلىش لازىم.

كېسەللىك ماددىسىنى سۈرۈش ئۈچۈن ئايارەج لوغانزىيانى رەۋغىنى بىدەنجىر بىلەن ئىچكۈزۈش ياكى ئايارەج پەيقىرانى رەۋغىنى بىدەنجىر بىلەن ئىچكۈزۈش، يۇقىرىقى دورىنى قورساق قىسمىغا سۈۋاش پايدىلىق، ئوزۇقلاندۇرۇشتا چۈجە، قۇشقاچ گۆشى شورپىلىرى بېرىلىدۇ.

ئەگەر سەزگۈرلۈك يوقىلىشنىڭ سەۋەبى سېزىمنى يوقاتقۇچى يېمەكلىك ۋە دورىنى ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇ خىل يېمەكلىك ۋە دورىنى ئىستېمال قىلىشنى توختىتىپ قويۇش لازىم.

ئەگەر ئۇچەي مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن ئۇچەي سەزگۈرلۈكىنى يوقاتقان بولسا، ئۇچەينى قىزىتىش لازىم. قورساقنى داۋاملىق ئىسسىق كىيىملەر بىلەن ئوبدان يۆگەش، ئىسسىق ياغلارنى قورساققا سۈۋاش، ئىسسىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن يۇيۇندۇرۇش، ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار تەركىبىگە قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن تالقانلىرى ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا سۈۋلىدۇ. (شەيخ)

كېيىنكى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاشتا ھەزىمنى ياخشىلاش، ئۇچەينى تازىلاش لازىم. مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن جاۋارىش قۇلۇنجى يېگۈزۈلىدۇ. يېمەكلىكنىڭ مىقدارى ئازلىتىلىدۇ. بەدەننى يەڭگىل چېنىقتۇرۇشقا تەۋسىيە قىلىنىدۇ. ساپ شاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ. زەيتۇن يېغىغا يەتتە گىرام بادىيان تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

7. ئۇچەينىڭ (قۇۋۇتى داۋىئە) ئىتتىرىش كۈچى ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان چىقىرىندى ماددا خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

ئۇچەي سەزگۈرلۈكى يوقىلىشتىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇشتا قوللانغان داۋالاش تەدبىرى ئىشلىتىلىدۇ.

سەلىخە، دارچىن، بەسباسە، جوز، سۈمبۈل تىپ، ئۆشنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، سەئدى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

كوفى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئاچچىق بادام يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىچىنى سۈرۈش ئۇچۇن ئايارەج پەيقىرا يېگۈزۈلىدۇ.

توخۇ گۆشىنى نوقۇت بىلەن پىشۇرۇپ، شورپىسىنى ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

ئىچىنى سۈرۈش ئۇچۇن ئايارەج پەيقىرا ئارپا سۈيى، بىدەنجىر يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. مەسرىدىتوس ئارقىلىق ئۇچەي كۈچلەندۈرۈلىدۇ. (ئىبنىسىنا)

8. مەددە قۇرت سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان چىقىرىندى ماددا خاراكتېرلىك ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرغاندىن كېيىن قۇرتنى ئۆلتۈرۈش ۋە چىقىرىپ تاشلاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ. بۇنىڭ ئۇچۇن ئۇچەي قۇرتى بابىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. بۇنداق ھالەتتە ئاغرىق كىندىكىنىڭ ئۇستى قىسمىدا بولسا شەربەت ئىچكۈزۈلىدۇ. كىندىك ئەتراپى ياكى ئاستىنقى قىسمىدا ئاغرىق بولسا كلىزما قىلىنىدۇ.

ئاغرىق توختىتىش ئۇچۇن پولونىيا ياكى بەرشىشا يېگۈزۈلىدۇ.

گۈلقەنت بىلەن ئايارەج پەيقارا تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

سىركەنجىۋىل ياكى ئاچچىقسۇدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

4. يالليۇغدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج ورمی

ئەگەر زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن يالليۇغلۇق ئۇچەي توسۇلۇش كېلىپ چىققان بولسا، بىمار كۆچلۈك بولۇپ بەرداشلىق بېرەلىسە، ئوڭ قولنىڭ باسلىق تومۇرىدىن قان ئېلىنىدۇ.

خىيارشەنبەر شىرىسى، تەرەنجىبىن ئۇسارىسى، گۈلقەنت، خېمىرى بىنەپشە، بادام يېغى، تەمرى ھىندى شىرىسى، تەرەنجىبىن شىرىسى، ئەينۇلا شىرىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

خىيار شەنبەر 84 گرام، گۈلقەنت 48 گرام، تەرەنجىبىندىن 60 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يەرلىك شوخلا سۈيى، كاسنە سۈيى ھەربىرى 60 گرام، 250 گرام ئەرقى گۈل بىلەن ئېرىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن سىلىقلاشتۇرغۇچى، يۇمشاتقۇچى يەڭگىل كلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۇچۇن گۈل يېغى، سىركىگە رەختىنى چۆكۈرۈپ، يالليۇغ بار ئورۇنغا قويۇلىدۇ.

ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۇچۇن ئاق سەندەل ۋە قىزىل سەندەلنى ئەرقى گۈلگە چىلاپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

بىنەپشە يېغىغا بابۇنە ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئاغرىق توختىغاندىن كېيىن بىنەپشە گۈلى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئارپا يارمىسى، بابۇنە قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، موم يېغى، بابۇنە يېغى، زىغىر شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يالليۇغلانغان ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئارپا سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى بىلەن شۇمشا، زىغىر، بابۇننى قاينىتىپ، سۈزۈپ، خىيارشەنبەر شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

چىلان يەتتە دانە، گۈل بىنەپشە ئالتە گرام، سەرپىستان 11 دانە، بەدىيان، قىزىل-گۈل، كەرەپشە ئۇرۇقى تۆت گرامدىن، رۇم بەدىياندىن ئۈچ گرام ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ كىلزما قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا جىگەر يالليۇغىدا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئوسسۇزلۇقى ئۇچۇن كۆپىنچە ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يالليۇغدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتى تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، 84 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، 350 گرام ئانار سۈيى، 125 گرام ئەرقى گۈل، 48 گرام شىرخىست، 48 گرام گۈلقەنت بىلەن بىرلەشتۇرۇپ، ئىككى گرام سوقمۇنىيا تالقىنى، تەمرى ھىندى سۈيى مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى ۋەرد، تەمرى ھىندى سۈيى، گۈلقەنت، ئەرقى گۈل، ئەرقى بەدىيان، قەنت قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتى تەسىرىدىن بولغان يالليۇغدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇچەيدىكى ئارتۇق بەلغەم خىلىتىنى تازىلاش ئۇچۇن مەجۇنى تۇربۇت يېگۈزۈلىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتى تەسىرىدىن بولغان يالليۇغدىن كېلىپ چىققان بولسا، توخۇ يېغىغا يەل ھەيدىگۈچى ياغلار ۋە دورىلارنى قوشۇپ كىلزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. قاتتىق ئىششىقنى يۇمشاتقۇچى يۇيۇلمىلار ئىشلىتىلىدۇ. كېسەل-لىك ماددىسىنى تازىلاش ئۇچۇن مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا جىگەر يالليۇغىدىكى داۋالاش بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ، ئوزۇقلاندۇرۇشتا ياغلىق شورپا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش خىلىتسىز ئىسسىقلىقىنىڭ تەسىرىدىن بولغان يالليۇغدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ بەدىنى كۆچلۈك بولۇپ، قان ئېلىشقا مۇمكىنچىلىك بولسا باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئەگەر بۇ يالليۇغ بۆرەككە تەسىر قىلىپ بۆرەكتە ئىش-شىق، سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى كەلتۈرۈپ چىقارغان بولسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىپ بولغاندىن كېيىن سافىن تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. مىزاجنى تەڭشەش ئۇچۇن تەرخەمەك

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

سۇيى، ئىسپىغۇل لوئابى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىسپىغۇلدىن 15 گرام ئېلىپ، 60 گرام سۇ بىلەن ئوبدان قاينىتىپ، 30 گرام گۈل يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈلىرى، ئاق لەيلى ياغىچى سۇيى، كاسنە سۇيى، يەرلىك شوخلا سۇيى، تەرەنجىبىن شىرىسى، خىيارشەنبەر شىرىسى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كلىزما قىلىش زۆرۈرىيىتى بولسا، ئارپا سۇيىگە خىيارشەنبەر شىرىسى، شىرخىست قوشۇپ كلىزما قىلىنىدۇ.

سەرپىستان، گۈل بىنەپشىنى ئارپا سۇيى بىلەن قاينىتىپ، سۇزۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا سۇيى، يەرلىك شوخلا سۇيى، كاكىنەچ سۇيى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىسسىقلىق زىيادە تەسىر قىلغان بولسا، يۇقىرىقى دورىغا ئاز مىقداردا سوقمۇنىيا، سەبرە تالقىنى قوشۇپ، كېسەللىك ماددىسى تازىلىنىدۇ، ئاندىن يالۇغقا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. (شەيخ)

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش خىلىتسىز سوغۇقلۇق تەسىرىدىن بولغان يالۇغدىن كېلىپ چىققان بولسا، رەۋغىنى غار، رەۋغىنى زەيتۇن، ئۆردەك يېغى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، قورساق قىسمىغا سۇۋىلىدۇ. (شەيخ)

ئىلاقى ۋە جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

يالۇغدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە بىرەر سۇرگۇ دورىسىنى دەسلەپتە بېرىشكە ئالدىرماسلىق لازىم، ئۇنداق قىلمىغاندا ئۇچەيدە ئالمىشىش، ھەتتا ئۇنىڭدىنمۇ ئېغىر ئاقىۋەتلەر كېلىپ چىقىشى مۇمكىن. شۇنىڭ ئۈچۈن ئالدى بىلەن باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك شەربەتلەر ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبىئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن ئانار سۇيىگە بادام يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ، ئەگەر سەپرا خىلىتى مىقدار جەھەتتىن ئېشىپ كەتكەن بولسا، كاسنە سۇيى، خىيارشەنبەر شىرىسىگە سوقمۇنىيا تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن زۆرۈرىيەت بولۇپ قالسا، تۇربۇت قوشۇلىدۇ، تەبىئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن لوئوقى بىنەپشە يېگۈزۈلىدۇ.

ساھىب جامى، بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر يالۇغ ماددىسى قاتتىق بولۇپ، سۇيدۇك رەڭگى كۆككە مايىل بولسا، چامغۇر سۇيى، بىدەنجىر يېغى، رەۋغىنى خەيرى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈلۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

رەيھان ياغىچى، كاسنە ياغىچى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ،

سوقۇپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى كۈنجۈت يېغى بىلەن قاينىتىپ، يۇمشىغاندىن كېيىن بىر ئاز ئاق لەيلى ئۇرۇقى ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

رەڭگىنى خەيرى سۇزاپ يېغى، سېرىقچېچەك قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قورساق قىسمىغا سۇڭىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھەببى سەكپىنەچ، ھەببى مەنتىن يېگۈزۈلىدۇ.

تەرەتنى يۇمشاتقۇچى، ئىچنى سۇرگۈچى دورىلارنى مۇڭاپىق ئۇسۇللار بىلەن ئىشلەتكەندە چوڭ تەرەت چىقماستىن كۆڭۈل ئاينىش، ھۆ بولۇش ئەھۋالى كۆرۈلسە، ئۆتكۈر خىلدىكى كىلىزمىلارنى، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى، كۈچلۈك سۇرگىلەرنى ئىشلىتىشتىن قەتئىي ساقلىنىش لازىم، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ڭاقىتتا تېڭىپ ناھايىتى چوڭقۇر، ئەتراپلىق ئويلىنىپ ئېھتىياتچانلىق بىلەن دورا ئىشلىتىش لازىم.

5. ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش ڭە سېرىق ئەت يېرتىلىشتىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج التوائی وقتی

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش، ئۇچەينىڭ ئالمىشىپ قېلىشى ڭە تولغىشىپ قېلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنى يۇمشاق كۆرپىدە ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، قورساق قىسمى، بەل ڭە ئېغىزمان قىسمى يەڭگىللىك بىلەن مۇجۇلىدۇ. ئىككى پاچاق بوشراق باغلىنىدۇ. قول - پۇتىنى ئېگىزرەك قىلىپ يېتىشقا تەڭسىيە قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق توختىسا ھالڭا ڭە ياغلىق شورپا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق مەڭجۇت بولسا ھېچقانداق نەرسە يېگۈزۈلمەيدۇ. ئەگەر يەنە ئەسلىگە كەلمىسە، 36 گرامدىن 72 گرامغىچە تىرىك سىماب يۇيۇپ يۇتقۇزۇلىدۇ. يەڭگىل ھەرىكەت قىلىشقا بۇيرۇلىدۇ. قورساق، بىلەك، ئېغىزمان قىسمى ئۇستىدىن ئاستى تەرەپكە قارىتا سىيرىلىدۇ، سىماب يۇتقۇزۇشتىن ئىلگىرى رەڭگىنى مەررە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ياغلىق شورپا ئىچكۈزۈلىدۇ، ئاندىن سىماب يۇتقۇزۇلىدۇ. سىماب يۇتقۇزۇپمۇ بىرنەچچە كۈنگىچە ياغلىق شورپا ڭە ھالڭىلار ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر سىماب چىقمىسا، ئاغرىق كۆپەيگەن بولسا، بىمارنى ئازراق دۇم ياتقۇزۇش، ئۇنىڭدىن كېيىن يانتۇ ياتقۇزۇش، مۇشۇ ئۇسۇلنى بىرنەچچە قېتىم قوللانغاندىن كېيىن بىمارنى ئاستا - ئاستا مېڭىشقا تەڭسىيە قىلىش لازىم.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش، سېرىق ئەت يېرتىلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ يېرتىلغان جايغا قولنى قويۇپ، بېسىپ ئۇچەينى ئۇستى تەرەپكە ئىتتىرىش لازىم. ئەگەر بۇ تەدبىر ئارقىلىق ئەسلىگە كەلمىسە، ئىككى ئادەم بىمارنىڭ قولىدىن تۇتۇپ كۆتۈرىدۇ. چۈنكى بۇ ڭاقىتتا بىمارنىڭ ئېغىزمىنى سوزۇلۇپ، قورساق قىسمى ئاستى تەرەپكە سوزۇلىدۇ. بۇ تەدبىر بىرقانچە قېتىم قوللىنىلىدۇ. بۇ جەريانداا

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۆرۈنۈشلۈك بىكى تورىسى

يېرىلغان ئورۇن بېسىپ تۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇن مۇستەھكەم باغلىنىدۇ.

ئەگەر سېرىق ئەت يېرىتىلغاندا چىقىۋالغان ئۇچەي بوش ھالەتتە بولسا، يەرلىك ئورۇننى بېسىش ئارقىلىق ئەسلىگە كەلتۈرگىلى بولىدۇ.

ئەگەر سېرىق ئەت يېرىلغاندا چىقىۋالغان ئۇچەي قاتتىق ھالەتتە بولسا، ئالدى بىلەن ئۆتكۈر خىلدىكى شامچىلارنى قويۇپ، ئۇچەيدىكى يەلنى چىقىرىۋېتىپ، ئاندىن يەرلىك ئورۇننى بېسىش ئارقىلىق ئەسلىگە كەلتۈرۈش لازىم.

ئەگەر ئومۇمىي بەدەنده ئىمتىلاھ (توشۇپ قېلىش) شەكىللىنىشتىن ئۇچەيده ئالمىشىپ قېلىش ياكى سېرىق ئەت يېرىتىلىپ كېتىش كېلىپ چىققان بولسا، ئالدى بىلەن قەي قىلدۇرۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن شامچە ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەر ئارقىلىق ئەسلىگە كەلمىسە، بىمار مۇنچىغا چۈشۈرۈلىدۇ، يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىقلىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. قول - پۇتى مۇجۇلىدۇ. يەڭگىل ھەرىكەت قىلدۇرۇلىدۇ، باش قىسمى ئېگىز قويۇلىدۇ.

ئۇچەي ئەسلىگە كەلگەندىن كېيىن ئۇچەي توسۇلۇشقا قارىتا يەل ۋە چىقىرىندى ماددىلار تەسىرىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش قىسمىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

6. غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج صفراوی

غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشتا كۆرۈلىدىغان ئاغرىق بولسا، سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈر ئىسسىقلىق كەيپىياتىدىن كېلىپ چىققان بولۇپ، توسالغۇ پەيدا قىلىش بىلەن مۇناسىۋەتسىز بولىدۇ.

كۆپىنچە تېۋىپلار بۇ ئاغرىقنى توسالغۇ سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان دەپ قاراپ، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، تەرەتنى يۇمشاتقۇچى، قىزىتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىپ، بىمارنىڭ كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا ئەتراپلىق، تەپسىلىي تەكشۈرۈش ئېلىپ بېرىپ، سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مىزاج ۋە خىلىتقا قارىتا تەڭشەش ئېلىپ بېرىشى كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئەينۇلا، ئۆرۈك، ھۆل سوغۇق تەبىئەتتىكى لەتىف، يەڭگىل غىزائى داۋالار بېرىش يېتەرلىك.

ئۇچەي توسۇلۇش، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تەرەنجىبىن شىرىسى بىلەن شىرخىست بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سوقمۇنىيا تالقىنى قاياناق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بىنەپشە، قۇرسى بىنەپشە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ

بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زاراڭزا ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن تولۇق پىشقان ئەنجۇر بېرىلىدۇ.

پىشۇرۇلغان چامغۇر زەيتۇن يېغى، بادام مېغىزى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئارپا سۈيى، بىنەپشە يېغى، بۆرە ئەرمىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قائىدە بويىچە كىلىزما قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي توسۇلۇش غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنىڭ ئۇچەي جىسىمغا تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئايارەج پەيقارا ياكى ھەببى سەبرىگە سوقمۇنىيا تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈش ئارقىلىق ئارتۇق سەپرا خىلىتى تازىلىنىدۇ.

ئوغرىتىكەن، چامغۇر كۆكى، شۇمشا، زاراڭزا ئۇرۇقى، بىخ بەدىيان، سوقۇلغان قوغۇن ئۇرۇقى، سەرپىستان، تەرەنجىبىن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، تۆت گرام بۆرە ئەرمىنى تالقىنى، 36 گرام قىزىل شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش ئۇچۇن سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش مۇۋاپىق. چۇنكى بۇ كېسەللىكتە سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە ھەم ئاغرىق يوقىلىدۇ ھەم سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى پەسىيىدۇ.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۇچۇن شەربىتى نىلۇپەر، شەربىتى بىنەپشە ئىچكۈزۈلىدۇ، تاتلىق ئانار سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا سېمىز توخۇ گۆشى شورپىسى، تاتلىق بادام يېغى، پالەك، چامغۇر، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم بېرىلىدۇ.

ئەبۇسەھلى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇشتا ئاغرىق بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، كۆك كاسنە سۈيى، خىيارشەنبەر شىرىسى، شەربىتى بىنەپشە ئىچكۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا پالەكنى پىشۇرۇپ بادام يېغى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. يەڭگىل كىلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ھەكىم سەئىد بۇ كېسەللىككە قارىتا تۆۋەندىكىدەك داۋالاش تەدبىرىنى كۆرسەتكەن:

مەتبۇخى ھېلىلىگە ئەينۇلا، تەمرى ھىندى، خىيارشەنبەر شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەرقى گۈلگە داكىنى چۆكۈرۈپ، قورساق قىسمى يۇيۇلىدۇ، يەڭگىل كىلىزما ئىشلە-

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

تىلىدۇ.

ئەگەر يالۇغلىنىش ۋە ئېچىشىش بەك ئېغىر بولسا، شەربىتى بىنەپشىگە ئارپا سۈيى، سوغۇق تەبىئەتلىك لوئاب قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاتلىق ئانار سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن سىركەنجۈبىل ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى نىلۇپەرگە تەمرى ھىندى شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا پالەكنى يۇمشاق پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. توخۇ گۆشى شورپىسىغا بادام يېغى تېمىتىپ نان چىلاپ بېرىلىدۇ.

7. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان ئۆچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج سوداوی

غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان ئۆچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە بىماردا قىزىتما بولمىسا غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان ئۆچەي توسۇلۇشنى داۋالاشتا قوللانغان تەدبىرلەر تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر قىزىش ئېغىر بولۇپ، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىشلىتىش چەكلەنگەن بولسا، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن بولغان ئۆچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا قوللانغان تەدبىرلەر تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي خىلت پىشقاندىن كېيىن سۇفۇپى لاجۇۋەرد، مەتبۇخى سەۋدا، مەتبۇخى مائۇلجەبىن ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. تازىلاشتىن كېيىن مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن مەستىكى تالقىنى، سوقۇلغان لاجۇۋەردتىن بىر گرامدىن ئېلىپ، خېمىرى ئەۋرىشىم بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتىدىن بولغان ئۆچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە كىلىزما ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، بىستېپايەج، ئەفتىمۇن، ئۈستقۇددۇس، لاجۇۋەرد تالقىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ.

ئادراسمان ئۇرۇقى، ياۋا پىننە، پىننە قاتارلىق دورىلارنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، قورساق قىسمىغا سۈۋىلىدۇ. كېسەللىك ياخشىلانغاندىن كېيىن ياغلىق شورپا، تاتلىق مېۋە سۈلىرى، ھۆللۇك يەتكۈزگۈچى يەڭگىل يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ.

8. مۇرەككەپ سەۋەبلەردىن بولغان ئۆچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج مرکب

بەزىدە ئۆچەي توسۇلۇش كېسەللىكى قويۇق خىلت ۋە قويۇق يەللەرنىڭ بىرلىكتە ئۆچەيگە توپلىشىپ قېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ خىل ئۆچەي توسۇلۇش ناھايىتى

خەتەرلىك بولۇپ، ئاغرىقنىڭ ئېغىرلىقىدىن بوغۇلۇش كۆرۈلۈپ، بەزىدە ئۆلۈمنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

مۇرەككەپ سەۋەبلەردىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاشتا، دەسلەپتە چوڭ توخۇنىڭ شورپىسىدىن باشقا ھېچنېمە بېرىلمەيدۇ. ئۇرۇق دورىلار سۈلىرى بىلەن گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. قاينىق سۇ بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. دورا سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئىككى كۈندىن كېيىن مۇڭاپىق ياغلار بىلەن كلىزما قىلىنىدۇ، ئەگەر توسالغۇ ئېچىلمىسا قىزىل شېكەر، بەدەنجىر يېغى ئارقىلىق كلىزما قىلىنىدۇ. بۇ تەدبىرلەر بىلەن يەل چىققان بولۇپ ئاغرىق ۋە سۈيۇقلۇق تۆۋەنلىگەن بولسا، ھەببى مەنتىندىن بىر قېتىملا يېگۈزۈپ، بىمارنى ئارام ئېلىشقا بۇيرۇلىدۇ. ئىسسىق ئۆتكۈزۈش زۆرۈر بولسا، تۇز، تېرىق، قاينىق سۇ بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق يەنە مەڭجۇت بولسا جاۋارىش تەمرى ھىندى بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەيدە سۈيۇقلۇق كۆپ بولسا، ئايارەج پەيقارا مائۇلئوسۇل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇناسىپ دورىلار سۈيى بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاشتا قوللانغان كلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇ تەدبىر بىلەن ئازراق چوڭ تەرەت ۋە سويۇقلۇق چىقسا 1 ～ 2 قېتىم زەيتۇن يېغىغا قاينىق سۇ قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە ئايارەج پەيقارا، مائۇلئوسۇل بىلەن يەنە بىر قېتىم ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بۇ كېسەللىك ئۇچۇن ئىشلەتكەن كلىزما نۇسخىسىغا بىرئاز شەھمەدزەل، قەنتەرىيون قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇ جەريانىدا جىگەر ۋە تالنى قۇۋۋەتلەشكە كۆڭۈل بۆلۈش لازىم.

9. تارقىلىشچان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج وبائی

تارقىلىشچان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە بىرلا ۋاقىتتا بىرقانچە ئادەم بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىيدۇ. بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقى كۆپ، ئۇچەي ساھەسىدە ياللۇغلىنىش، ئېچىشىش ئېغىر بولىدۇ. يۇرەك قوزغىلىش، ئېغىزدىن سېسىق پۇراق كېلىش، قورساق قىسمى قاتتىق ئاغرىش، قىزىش، ماغدۇرسىزلىنىش، بەزىدە بەدىنىگە ئەسۋە چىقىش، ئالامەتلىرى كۆرۈلۈپ، كېسەللىك تەرەققىياتى ناھايىتى تىز بولىدۇ.

تارقىلىشچان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە توخۇ چۇجىسىنىڭ ياغلىق شورپىسىغا ئاچچىقسۇ، سىركە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

500 گرام كالا سۈتىگە 60 گرام بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شىرخىست، ئەينۇلا چىلانمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ، 84 گرام خىيارشەنبەرنى 500 گرام

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كارخانىسى

كالا سۈتىگە چىلاپ تاتلىقىنى چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەبئىەت يۈمشاپ، توسالغۇ ئېچىلغاندىن كېيىن تارقىلىشچان كېسەللىكلەر، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

10. ئىككىلەمچى ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاش:

علاج قولنج عرضی

ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكى جىگەر، تال، دىئافراگما، بۆرەك، دوۋساق قاتارلىق ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە كېسەللىك يۈز بېرىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەللىكلەر بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

توققۇزىنچى پەسىل ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش

ایلاوس

تونۇش:

«ئىلائۇس» دېگەن سۆز سۇرىيان تىلىدىن كېلىپ چىققان بولۇپ، بۇقراتنىڭ ئېيتىشچە: «ئىلائۇس» دېگەن گەپ «خۇدانىڭ دەرگاھىغا پاناھلىنىش» دېگەن مەنىنى بىلدۈرىدىغان بولۇپ، ئىنچىكە ئۇچەيدە بولىدىغان قاتتىق ئاغرىش دەپ ئاتىلىدۇ.

بۇ كېسەللىك ناھايىتى خەتەرلىك ۋە ئۆتكۈر بولۇپ، قانداق سەۋەبتىن بولۇشىدىن قەتئىينەزەر ئاغرىقنىڭ ئېغىرلىقىدىن بىمار كۆپىنچە ئۆلۈپ كېتىدۇ. يەنى ئۇچەي ئالمىشىپ قالغان بىماردا قەي بىلەن چوڭ تەرەت بىرلىكتە چىققان بولۇپ، بەدەندىن سېسىق پۇراق كەلسە، بىمارنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قېلىشتىن ئۈمىد يوق، كۆپ ساندىكى تېۋىپلار بىردەك بۇ كېسەللىكنى ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ بىر قىسمى بولۇپ، ئىنچىكە ئۇچەيدە يۈز بېرىدۇ دەپ قارايدۇ.

جالىنۇس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مەن نۇرغۇن كىشىلەرنىڭ بۇ كېسەلگە گىرىپتار بولغانلىقىنى كۆردۇم. لېكىن بىرەرسىنىڭ ھايات قالغانلىقىنى كۆرمىدىم، بۇ كېسەللىك ئۇچەي توسۇلۇش سەۋەبىدىن ياكى ئۆزلۈكىدىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، بۇنى داۋالاشنىڭ قىيىنلىقىنىڭ سەۋەبى شۇكى يېگەن دورىلار بىمارنىڭ ئىچىدە توختىمايدۇ. كىلىزما ۋە شامچىلارنىڭ تەسىرى ئىنچىكە ئۇچەيگە يېتىپ بارالمايدۇ.

سەۋەبى:

1. ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلىتسىز قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

2. ئۇچەي مىزاجىنىڭ خىلىتلىق ۋە خىلىتسىز قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

3. ئىنچىكە ئۇچەي ياللۇغى سەۋەبىدىن ئۇچەي كانالچىسى تارىيىپ، چىقىرىندى ماددىلار ۋە يەللەرنىڭ تارقىلالماسلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

4. ئۇچەينىڭ ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

5. قورساق پەردىسىنىڭ يىرىلىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

6. چوڭ تەرەتنىڭ قېتىپ قېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

7. قويۇق ۋە شىلىمشىق خىلىتلارنىڭ ئىنچىكە ئۇچەيدە توختاپ قېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

8. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنىڭ ئىنچىكە ئۇچەيگە تەسىر قىلىپ چىقىرىندى ماددىلارنى قۇرۇتۇپ قويۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

9. قابىز، قۇرۇق كەيپىيات تۇرىدىكى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

10. كۇچلۇك ئىسسىق كەيپىياتتىكى، ناھايىتى سوغۇق كەيپىياتتىكى ياكى زەھەرلىك تۇرىدىكى دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

11. زەھەرلىك ھايۋانلارنىڭ چىقىۋېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئىنىنسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش كېسەللىكى ئۇچەي توسۇلۇشقا ئوخشاش بولۇپ، پەرق شۇكى، ئۇچەي ئالمىشىش ئىنچىكە ئۇچەيدە يۈز بېرىدۇ، ئۇچەي ئالمىشىنىڭ سەۋەبى ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ سەۋەبىگە ئوخشاش بولىدۇ. بەزىدە ئۇچەينىڭ تۇتۇش قۇۋۇتى ئېشىپ كېتىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

1. ئالامىتىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش:

ئاغرىق كىندىك ئۇستى قىسمىدا مەلۇم بولۇش، چوڭ تەرەت يولىدىن ھېچقانداق نەرسە چىقماسلىق، كىلىزما ۋە شامچىلارنىڭ پايدىسى بولماسلىق، قەي چوڭ تەرەت ۋە قۇرت ئارىلاش چىقىش، بىمارنىڭ ئېغىزىدىن سېسىق پۇراق كېلىش، بەدىنى پۇراش، كۆڭۈل ئاينىش، ھۆ بولۇش، ماغدۇرسىزلىنىش، يۈرەك قوزغىلىش، ھوشسىزلىنىش، ئۇيقۇسىزلىق، پۇت ـ قول ئىسسىماسلىق، تومۇر ھەرىكىتى ئاجىز بولۇش، قۇۋۋەت تۆۋەنلەپ كېتىش ئالامەتلىرىگە ئاساسەن كېسەللىكنى مۇقىملاشتۇرۇشقا بولىدۇ.

2. سەۋەبىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش:

ئۇچەي ئالمىشىش كېسەللىكىنى سەۋەبىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش ئۇچەي توسۇلۇشنى تەكشۈرگەنگە ئوخشاش بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى تەكشۈرۈش جەريانىغا مۇراجىئەت قىلىنىدۇ، ئۇلاردىن باشقا بىماردا بوشىشىپ كېتىش، يۇرەك قوزغىلىش ئېغىر بولۇش، ئۇچەي ئالمىشىشنىڭ ھېچقانداق سەۋەبى ئېنىق بولماسلىق ئەھۋالى بولسا، بۇ زەھەر ئىستېمال قىلغانلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتە قاتتىقلىق كۆپ بولۇپ، قەي ئارقىلىق چوڭ تەرەت چىقسا، قىزىش ۋە قۇۋۇەت تۆۋەنلەش بولمىسا، بۇ، تۈتۈش قۇۋۇتىنىڭ كۈچىيىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش قويۇق يەل ۋە غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتى تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا ساپ ھاراقنى ئىسسىتىپ ئاز - ئازدىن ئىچكۈزۈش، ئارقىدىن سوقمۇنيا، مۇقەل تۆت يېرىم گرامدىن، ئەنبەر توققۇز گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە كۈمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى ئىلائۇس يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئىنچىكە ئۇچەينىڭ ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشى بولسا، بىمارنى تۇز ئولتۇرغۇزۇپ قول بىلەن ئۇچەينى سىيلاش لازىم ھەمدە يەرلىك شوخلا سۇيى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، خىيارشەنبەر سۇيى، رەيھان شاراپى قاتارلىق دورىلار بىر-لەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە يەڭگىل كىلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ.

كۈنجۈت يېغى بىلەن تەييارلانغان ھالۋا ئىچكۈزۈلىدۇ. يۇقىرىقىگە ئوخشاش دورىلار بىلەن ئون بارماق ئۈزۈنلۇقتىكى شامچە تەييارلاپ، ئۇنىڭ ئۇچىغا كالا يېغى سۈۋاپ، ئارقىمۇئارقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىرلەرنىڭ پايدىسى بولمىسا قوغۇشۇن تەڭگىلەر يۇتقۇزۇلىدۇ. پۇژلەش ئەسۋابى بىلەن چوڭ تەرەت يولىغا ھاۋا كىرگۈزۈپ، ۋاقتىدا كىلىزما قىلىنىدۇ.

قەي قىلىش ھېچقانداق تەدبىر بىلەن توختىمىسا، ئوتلۇق لوڭقا ئاشقازان ساھەسىگە قويۇلىدۇ ھەمدە بىرگە قەينى توختاتقۇچى دورا بېرىلىدۇ.

ئۇچەينى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش سەپەرجىلى مۇسھىل سەككىز گرام، مەجۇنى مۇلەييىن ئۈچ گرام قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، بىر پىيالە چۇچۇمەل قېتىق، 60 گرام ئەرقى كەييوره، 60 گرام ئەرقى گۈل، 18 گرام بادام يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوز ۇقلاندۇرۇشتا شورپا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئالمىشىش ئۇچەيگە زىيادە ئىسسىقلىق تەسىر قىلىپ يالىلۇغلاندۇرۇشتىن

كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ بەدىنى كۆچلۈك بولۇپ، قان ئېلىشقا بەرداشلىق بېرەلمىسە قان ئېلىنمىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك شوخلا سۈيى، كاكىنەچ سۈيى، تاتلىق بادام يېغى، خىيار-شەنبەر شىرىسى، دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. قىزىل سەندەل، فۇيەل، شىيافى مامشا، ئارپا يارمىسى، نامازشامگۈلى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يالىلۇغلانغان ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئالمىشىش سوغۇقتىن بولغان يالىلۇغدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىدەن-جىر يېغى، مائۇلئۇسۇل، خىيارشەنبەر شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بابۇنە، ئىكىلىمىلىك، نېلۇپەر ياغىچى، بەرگى غار، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يالىلۇغلانغان ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇچەي ئالمىشىش غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن پەيدا بولغان قويۇق يەلدىن كېلىپ چىققان بولسا، ھەببى سەبرە، ھەببى مەستىكى، ھەببى سەكبىنەچ يېگۈزگەندىن كېيىن ئايارەج پەيقارا، بىدەنجىر يېغى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ ياكى مائۇلئۇسۇل، رەۋغىنى كەلكىلانەچ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەسىھى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش چىقىرىندى ماددىلارنىڭ قۇرۇپ قېتىپ قېلىشىدىن بولسا، ئالدى بىلەن يەڭگىل كىلىزمىلارنى، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۆتكۈر كىلىزمىلارنى ئىشلىتىش، بىمارنى بابۇنە، ئىكىلىمىلىك، نېلۇپەر، سېرىقچېچەك قاينىتىلمىلىرىدا ئولتۇرغۇزۇش، ئەگەر قەي قىلىش سەۋەبىدىن ئاشقازاندا ھېچقانداق يېمەكلىك توختىمىسا، زىرە، سۇماق تالقانلىرى رەيھان شارابى ياكى نارپىننە شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىشنى داۋالاش ئاساسەن ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ. پەرقى شۇكى، ئۇچەي ئالمىشىش كېسەللىكىدە كۆچلۈك تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ ھەمدە شەربەت ۋە مەتبۇخلار كۆپرەك ئىشلىتىلىدۇ. پەقەت زۆرۈرىيەت بولۇپ قالغاندا كىلىزما ئىشلىتىلىدۇ. ئۇچەي ئالمىشىش كېسەللىكىدە يامان سۈپەتلىك خىلىتلارنىڭ تەسىرىدىن ئومۇمىي بەدەندە سېسىق پۇراق پەيدا بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئىچ سۈرۈش ئارقىلىق بۇ خىل خىلىتلارنى چىقىرىش مۇمكىن بولمىسا قان ئېلىش، قول - پۇتنى مۇجۇش لازىم.

غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتى ۋە ئۆتكۈر يالىلۇغ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان ئۇچەي توسۇلۇشتىن ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ باشقا خىللىرىغا ئىسسىق تەرەپتىكى دورىلاردىن ئىسسىق تەبىئەتلىك لوئابلارغا بىدەنجىر يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈش، سېرىقچېچەك يېغى، تۇز،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۈنلۈك بىكى لىنىسى

زەيتۇن يېغى، دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈش زەيتۇن يېغىنى ئىسىتىپ، بەدەنگە سۈرتىش لازىم.

غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىش كېسەللىكىنى داۋالاشتا غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىر- لەرنى ئىشلەتكەندىن باشقا، ھەببى سەبرە، ھەببى سەكپىنەچ، ھەببى ئايارەج، رەۋغىنى بىدەنجىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قويۇق يەلدىن بولغان ئۇچەي ئالمىشىنى داۋالاش قويۇق يەلدىن بولغان ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاشقا ئوخشاش. ئۇنىڭدىن باشقا قورساقنىڭ ئۈستۈنكى قىسمىغا بىر نەچچە قېتىم لوڭقا قويۇلىدۇ. بەزىدە ئاغرىغان ئورۇنغا قويۇلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي ئالمىشىنىڭ سەۋەبى خىلتسىز مىزاج بۇزۇلۇش بولسا، قائىدە بويىچە مىزاج تەڭشىلىدۇ.

خىلتلىق بولسا، ئۇچەي توسۇلۇشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

مائۇلئۈسۇلغا بىدەنجىر يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈش، سوغۇقتىن بولغان يالۇغ خاراك- تېرلىك ئۇچەي ئالمىشىقا پايدىلىق.

ئەگەر ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش ئۇچەينىڭ تۈتۈش قۇۋۇتىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ياغلىق شورپىلار، ئۇچەينى سىلىقلاشتۇرغۇچى يېمەكلىكلەر بېرىلە- مۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھارارىتى تۆۋەن، يەڭگىل كىلىزمىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش چىقىرىندى ماددىلارنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، دەسلەپتە يەڭگىل كىلىزمىلار، ئۇنىڭدىن كېيىن كۈچلۈك كىلىزمىلارنى ئىشلەتكەن- دىن كېيىن سۈرگۈ دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ئالمىشىپ قېلىش زەھەرلىنىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، دەسلەپتە قاياق سۇ بىلەن كۇنجۇت يېغى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇناسىۋەتلىك تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر بىمار تاقەت قىلىپ تۇرالمىسا، ئالدى بىلەن بىرقانچە كۇن پولونىيا ئارقىلىق سېزىمىنى يوقىتىپ، ئارقىدىنلا بىمار ساقايغانغا قەدەر توختاتماستىن داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

جاۋارىش شەھرىيان، جاۋارىش پەلاسىپە، جاۋارىش سەپەرجىل مۇسھىلى، جاۋارىش تەمرى ھىندى قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسىدىن 30 گرام يېگۈزۈلىدۇ.

سانا 18 گرام، بادرەنجى بۇيا، بەدىيان، رۇم بەدىياندىن ئون گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 36 گرام قىزىل شېكەر قوشۇپ، 36 گرام مەجۇنى خىيارشەنبەر

بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈشكىچە چوڭ تەرەتنىڭ كېلىش - كەلمەسلىكى كۆزىتىلىدۇ.

ئەگەر چۈشكىچە چوڭ تەرەت كەلمىسە، بالۇنە، سېرىقچېچەك، شۇمشا، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان 36 گرامدىن، قۇرۇق ئەنجۈر 20 دانە، سەكپىنەچ، مۇقەل، جاۋاشىر-دىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى ئىككى يېرىم كىلوگرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، 500 گرام قالغاندا سۈزۈپ، ئۈنىدىن 250 گرام ئېلىپ، بەدەنجىر يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى ۋە ياكى زەيتۇن يېغى 36 گرام، ھەسەل 48 گرام، ئاچچىقسۇ 36 گرام، بۆرە ئەرمىنى، ئاش تۇزىدىن ئۈچ گرامدىن قوشۇپ، ئىلمان ھالەتتە كىلىزما قىلىنىدۇ.

سۈزاپ سۈيى، كەرەپشە سۈيى 180 گرامدىن، زىرە، جۇۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 18 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى 250 گرام زەيتۇن يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، سۇس ئوت بىلەن ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق بىلەن بىرگە كۆڭۈل ئاينىش، سەپرا ئارىلاش قەي قىلىش ئالامىتى كۆرۈلسە جاۋارىش سەپەرجىلى ياكى جاۋارىش شەھرىيان يېگۈزۈلىدۇ. تەبىئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن بالۇنە، سېرىقچېچەك، ئىكلىلمىلىك، ئوغرىتىكەن، بەدەنجىر ئۇرۇقى، ياۋا پىننە، پىننە، يەرلىك شوخلا قاينىتىلمىسىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. تەرەنجىبىن، توغرىغۇ، سوپۇن-دىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، بىرلەشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. (ئىبنى ئىلياس)

بەدەنجىر يېغىنى ئىچكۈزۈش ياكى كىلىزما قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

زىغىر شىرىسى، شۇمشا لوئابى، تۇخۇمى مەرۋە، بەدەنجىر يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدەنجىر يېغى، سامساق، جۇۋىنە، مۇقەل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەپسەنتىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، سەلىخە ئۈچ گرامدىن، گۈلقەنتىن 24 گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

«ئىختىيارات سەۋىي» دېگەن كىتابنىڭ ئاپتورى تۆۋەندىكىدەك تەدبىر قوللانغان:

خىيارشەنبەر شىربىسىنى كىلىزما قىلىش ئۈچەي توسۇلۇش، ئۈچەي ئالمىشىشتىن كېلىپ چىققان چىقىرىندى ماددىلار قېتىپ قېلىش ئۈچۈن پايدىلىق.

4 ~ 7 گرامغىچە سەبرە تالقىنىنى قاياناق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ كۈمىلاچ تەييارلاپ، شەربىتى ئەنجۈر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇۋاپىق مىقداردىكى سەبرە تالقىنىغا ئاز مىقداردا سوقمۇنىيا تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈ-لىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۆرۈنۈشلۈك بىكى لىنىسى

ئونىنچى پەسىل قەۋزىيەت

قبض شكم

تونۇش:

چوڭ تەرەت قېتىم سانى ئازلاپ ئىككى، ئۈچ كۈندە بىر قېتىم كېلىدىغان، چوڭ تەرەت كەلگەن تەقدىردىمۇ ناھايىتى ئاز ۋە قاتتىق كېلىدىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، بۇ كېسەللىك ئۇيغۇر تېبابىتىدە «قەۋزىيەت» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەب:

1. تەستە ھەزىم بولىدىغان، غەلىز تاۋاملارنى ئۇزۇن مۇددەت ئىستېمال قىلىشتىن چىقىدۇ.
2. نېرۋا ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
3. خىلتىلارنىڭ، بولۇپمۇ بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
4. قورساق پەردە كېسەللىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
5. بوۋاسىر سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
6. ئۇچەيدىكى بىر قىسىم كېسەللىك تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
7. ئۇچەيدىكى ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۇەتنىڭ ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

چوڭ تەرەتنىڭ قېتىم سانى ۋە مىقدارى ئاز بولۇش، چوڭ تەرەت تەسلىك بىلەن كېلىش، بەزىدە چوڭ تەرەتنىڭ قاتتىقلىقىدىن ئۇچەي يولىدا قاناش پەيدا بولۇش، قورساق كۆپۈش، قورساق ئاغرىش، يۈرەك رېتىمسىزلىنىش، باش ئېسىلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

قەۋزىيەت كېسەللىكىنى داۋالاش ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئوخشاش بولىدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەت كېسەللىكى يەلنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تەبىئەتنى يۇمشاتقۇچى، يەل تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەت كېسەللىكى ئۇچەي مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

2 ~ 3 كۈن ياغلىق شورپا ئىچكۈزگەندىن كېيىن 500 گرام كالا سۈتىگە 108 گرام تەرەنجىبىن شىرىسى، توققۇز گرام بىدەنجىر يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى مۇلەييىن يەتتە گرام، شەربىتى دىناردىن 48 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، بىر پىيالە مائۇلجەبىن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەت كېسەللىكى باشقا كېسەللىك سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەللىككە قارىتا تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

«تەرۇھىل ئەرۋاھ» دېگەن كىتابنىڭ ئاپتورى، بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قەۋزىيەتلىك بولسا ئۇچەي توسۇلۇشنىڭ ئومۇملاشتۇرۇلغان. يەنە بىر مەنىسىنى بىلدۈرىدۇ. ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكىدە چوقۇم ئاغرىش بولىدۇ. قەۋزىيەتلىكتە ئاغرىق بەزىدە كۆرۈلۈپ، بەزىدە كۆرۈلمەيدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەت كېسەللىكى باشقا كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىغان بولسا، ئۇنى داۋالاش ئۇچەي توسۇلۇشنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ.

سېرىق ئەنجۈر، قۇرۇق گۈل بىنەپشە، تازىلانغان ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، بىخ سۈستىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 18 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى، يەتتە گرام بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇ تەدبىر كۈچىيەلمىسە بىستىپايەج، تۇرىبۇتتىن ئاز مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەزى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دائىملىق قەۋزىيەت غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن خالىس سەۋدا خىلتىنىڭ مۇنزىچىغا ئەفتىمۇن، بىستىپايەج قوشۇپ مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈش ئارقىلىق غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتى پىشۇرۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سۈرگۈ (مۇسھىل) بېرىش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئاخىرىدا مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن خېمىرى مەرۋايىت، خېمىرى زۇمرەت، خېمىرى ئەۋرىشىم، ئەرقى مائۇللەھمى، ئەرقى ئەنبەر بېرىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن ئەرقى گاۋزىبان ياكى ئەرقى بادرەنجى بۇيا ئىچكۈزۈلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا سېمىز توخۇ گۆشىنىڭ شورپىسى، نوقۇت شورپىسى، قۇشلارنىڭ گۆشى ۋە شورپىسى بېرىلىدۇ.

ئىتىرىفىل شاھتەررە، مەجۇنى مۇلەييىن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈلىدۇ.

بالىلاردىكى قەۋزىيەت ئۈچۈن قىزىتما بولمىسا، زەيتۇن يېغىنى قاينىق سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ. يېنىنە، سەۋسەن يىلتىزى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر بالىلاردا قەۋزىيەتلىك بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، تەرەنجىبىن، قىزىل شېكەر

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كى تورىسى

بىر ھەسسىدىن، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سوپۇن، ئاش تۇزىدىن ئىككى ھەسسىدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇ تەدبىرنىڭ ئۈنۈمى بولمىسا، گۈل بىنەپشە ئون گرام، ئاق لەيلىگۈل يەتتە گرام، سانا 18 گرام، تاشتۇزىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، 24 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

خىيارشەنبەرنى ئەرقى گۈلدە شىرىسىنى چىقىرىپ، قورساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

شەربىتى بىنەپشىگە بادام يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەركۈنى ئەتىگەن لايىقلاشتۇرۇلغان ئىسپىغۇل ئالتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەنجۇر، قۇرۇق ئۈزۈم، بادام مېغىزى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بېرىلىدۇ.

گۈلبىنەپشىنى يۇمشاق سوقۇپ، تەڭ مىقداردىكى شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ، ئاخشىمى ياتار ۋاقتىدا قاينات سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى بەدىيان ئادەتلەنگەن قەۋزىيەت ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

مەستىكى تالقىنىدىن 2 ~ 3 گرامنى تەڭ مىقداردىكى شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قاينات سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

گۈل بىنەپشە، بەدىيان ئالتە گرامدىن، زاراڭزا ئۇرۇقى 12 گرام، سېرىق ئەنجۇردىن تۆت دانە ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ، گۈلقەنت ياكى تەرەنجىبىن شىرىسى ۋە ياكى شەربىتى دىنار، شەربىتى بۇزۇرى مۆتىدىل، شەربىتى بۇزۇرى ھاردىن 24 گرامدىن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قىزىلگۈل، گۈل بىنەپشە 12 گرامدىن، قەنتتىن 24 گرام ئېلىپ، تالقاندىلاپ 6 ~ 9 گرامغىچە يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى غارىقۇن، سۇفۇپى مۇلەييىن، مەجۇنى مۇلەيىن، مەجۇنى ئەنجۇر، ھەببى مۇلەييىن، ھەببى مۇقەل، ھەببى مۇبارەك، خىيارشەنبەر مۇرابباسى قاتارلىق دورىلار تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

چىقىرىندى ماددىلارنىڭ قورساقتا ئۇزۇن ۋاقىت توختاپ قېلىشى، قاتتىق، چاپلاشقاق، غەلىز يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇندىن باشقا ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچىنىڭ ئاجىز بولۇشى، قورساق مۇسكۇللىرىنىڭ كۈچسىزلىنىشى، ئۇچەي مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، ئۇچەينىڭ سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىشى سەۋەبىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۇن قەۋزىيەتنى داۋالاشتا كېسەللىك سەۋەبىنى ئىنچىكىلىك بىلەن كۆزىتىپ داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە يەنە مۇنداق كۆرسەتكەن:

چوڭ تەرەت مىقدارىنىڭ ئاز - كۆپلۈكى بولسا، يېمەكلىكلەرنىڭ ئاز - كۆپلۈكى، يېمەكلىكلەرنىڭ شەكلى، يېمەكلىكلەرنىڭ جىگەر تەرەپكە يۆتكىلىش ئەھۋالى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇپ، بۇ خىل ئەھۋاللارنى ئىنچىكىلىك بىلەن تەكشۈرۈپ قەۋزىيەت كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىنى ئېنىقلاپ داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك.

ئون بىرىنچى پەسىل مەددە قۇرت كېسىلى

كرم شكم - ديدان

تونۇش:

ئۇچەي مەددە قۇرتى ئۇچەيگە قۇيۇلغان بەلغەم خىلتىنىڭ ئۇچەيدىكى يات ھارارەت تەسىرىدە چىرىشىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كىلىنكىدا قورساق يەڭگىل ئاغرىش، تەرەتتىن قۇرت چۈشۈش، باش قېيىش، چىرايى تاتىرىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

ئۇچەي مەددە قۇرت كېسەللىكى سەپرا خىلتىدىن پەيدا بولمايدۇ. چۈنكى سەپرا خىلتى ئۆزىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى، قۇرۇقلۇقى، كۈچلۈك ھارارەتلىكى مەددە قۇرت پەيدا بولۇشى ئۈچۈن كېرەكلىك بولغان ھۆللۈك مۇھىتىنى چەكلەپ تۇرىدۇ.

سەۋدا خىلتىدىنمۇ مەددە قۇرت پەيدا بولمايدۇ. چۈنكى مەددە قۇرتلار قۇرۇق سوغۇق مۇھىتتا ياشىيالمايدۇ ۋە كۆپىيەلمەيدۇ.

قان خىلتىدىنمۇ مەددە قۇرت پەيدا بولمايدۇ. چۈنكى قان خىلتى بەدەندىكى ئەزالار ئۈچۈن ئىنتايىن مۇھىم بولۇپ، تەبىئەت قان خىلتىنى ئاسانلىقچە زايا قىلىۋەتمەيدۇ، ئۇندىن باشقا قان خىلتىدىن ناچار خىلدىكى جانلىقلار پەيدا بولمايدۇ.

دېمەك، ئۇچەي مەددە قۇرت پەقەت ئارتۇق بەلغەم خىلتىنىڭ ئۇچەيدە توختاپ قېلىپ چىرىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ.

سەۋەبى:

بۇغداي، لوبىيا، باقلا، نوقۇت، يارما، خام گۆش، سۈت، قېتىق، ھۆل ۋە خام كۆكتاتلار، مېۋىلەر، مايلىق يېمەكلىكلەرگە ئوخشاش تەستە ھەزىم بولىدىغان ۋە يەل پەيدا قىلىدىغان يېمەك - ئىچمەكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، تاماقتىن كېيىن ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇنۇش، تاماق ۋاقتىدا ياكى تاماقتىن كېيىن سۇ ئىچىش، تەكرار - تەكرار ھەزىم ئاجىزلىق كېسىلىگە گىرىپتار بولۇش سەۋەبىدىن بەلغەم خىلتى كۆپىيىپ كېتىپ، ئۇچەي مەددە قۇرتى پەيدا بولىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئۇچەي مەددە قۇرتى كېسەللىكى سوزۇلما خاراكتېرلىك كېسەللىك بولۇپ، مەددە قۇرتى شەكلىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ تۆۋەندىكىدەك تۆت خىل بولىدۇ:

1. مەددە قۇرتى ئۇزۇن ۋە قىزىل بولۇپ، سېمىزئوت غولىغا ئوخشاش بولىدۇ، بۇ يىلانسىمان مەددە قۇرتى دېيىلىدۇ.

2. مەددە قۇرتى يۇمشاق، ئۇششاق، يۇمىلاق بولۇپ، رەڭگى ئاق بولىدۇ.

3. مەددە قۇرتى كىچىك ـ كىچىك، ئاق رەڭلىك بولۇپ، قاپاق ئۇرۇقىغا ئوخشايدۇ. بۇ قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتى دېيىلىدۇ.

4. مەددە قۇرتى ناھايىتى ئۇششاق ۋە ئىنچىكە بولۇپ، سىركىگە ئوخشايدۇ. بۇ سىركە مەددە قۇرتى دېيىلىدۇ.

يۇقىرىقى مەددە قۇرتلار ئىچىدە زىيىنى ئەڭ ئاز بولغىنى سىركە مەددە قۇرتىدۇر. لېكىن ئۇ چوڭ بولغانغا قەدەر ئۇچەيدىن چىقىرىۋېتىلمىسە، ئۇنىڭ زىيىنى باشقىلارنىڭ زىيىنىدىن ئېغىر بولىدۇ.

يىلانسىمان مەددە قۇرتىنىڭ زىيىنى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتقا نىسبەتەن تۆۋەنرەك بولىدۇ، چۈنكى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتىنىڭ ماددىسى ئېغىر دەرىجىدە چىرىگەن بولىدۇ.

يىلانسىمان مەددە قۇرت ئاسانلىقچە چىقىپ كەتمەيدۇ. لېكىن ئۇششاق ـ ئۇششاق مەددە قۇرتلار، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتلار تەرەت ئارقىلىق چىقىپ كېتىدۇ.

ئۇچەي مەددە قۇرت كېسىلىگە گىرىپتار بولغۇچە بىمار قىزىتمىغا گىرىپتار بولسا، بۇ خىل قىزىتما قۇرتلارنىڭ ئۇرۇقلىنىدىغان يېمەكلىكنى ئېرىتىۋېتىپ، قۇرتلارنىڭ ھەرىكەتلىنىشىگە سەۋەبچى بولىدۇ. نەتىجىدە قۇرتلار بىرلىشىپ ئۇچەيگە يۆگىشىۋېلىپ، بىئاراملىق پەيدا قىلىپ، بىماردا كۆڭۈل ئاينىش پەيدا قىلىدۇ.

ئۇچەي مەددە قۇرتى سەۋەبىدىن بىماردا تۆۋەندىكى ئەگەشمە ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ:

ئۇچەي مەددە قۇرتى بىمار يېگەن يېمەكلىكلەرنىڭ بىر قىسمىنى يېگەنلىكتىن بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى ئاجىزلاپ، رەڭگى سارغىيىش ياكى قارىداش بولىدۇ ھەمدە ئۇچەي توسۇلۇش كېسەللىكى كېلىپ چىقىدۇ. ئۇچەي مەددە قۇرتى كېسەللىك سەۋەبىدىن تۇتقاقلىق كېسەل، ئىت ئىشتىھا كېسەللىكى، ھەزىم ئاجىزلىق، يۈرەك قوزغىلىش كېسەللىكى پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى:

ئۇچەي مەددە قۇرتىنىڭ ئىنچىكە ۋە ئۇزۇن قىسمى ياش ۋە قۇرامىغا يەتكەن كىشىلەردە پەيدا بولىدۇ. قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتى كۆپىنچە ياشلىق ۋاقتى ئۆتۈپ كەتكەن كىشىلەردە پەيدا بولىدۇ. ئۇششاق، يۇمىلاق مەددە قۇرت كۆپىنچە بالىلاردا، بەزىدە ياشلاردا پەيدا بولىدۇ.

كۈز پەسلىدە باشقا پەسىللەرگە قارىغاندا كۆپرەك كۆرۈلىدۇ. ئاخشىمى ئۇخلاش ۋاقتىدا، قورساق ئاچقاندا قۇرتلاردا قوزغىلىش كۆرۈلىدۇ. ئېغىر ئەمگەك قىلغۇچىلاردا، جاپا - مۇشەققەت چەككۈچىلەردە ئىچ سۇرۇش ئارقىلىق چىقىپ كېتىدۇ. قەي ئارقىلىق قۇرتنىڭ چىقىشى ئاشقازاندا بۇزۇق خىلىتلارنىڭ مەۋجۇت ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

جۈرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي مەددە قۇرتى كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا كۆرۈلىدۇ. چۈنكى كىچىك بالىلارنىڭ ئوزۇقلىنىش ئەھۋالى تەرتىپسىز، مىزاجىدا ھۆللۈك غالىب ئورۇندا تۇرغان، ئۇندىن باشقا ھەزىم ئەزالىرىنىڭ خىزمىتى تولۇق كۈچەيمىگەن بولىدۇ.

يىلانسىمان مەددە قۇرت كۆپىنچە ئۇستۈنكى ئۇچەيدە بولىدۇ. قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرت قارىغۇ ئۇچەي ۋە بوغماق ئۇچەيدە پەيدا بولىدۇ. قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرت ئۆزئارا بىر - بىرى بىلەن چاپلاشقان بولىدۇ. چۈنكى تەبىئەت ئۇنىڭ كۆپلۈكىنى توختىتىش ۋە بەدەننى قوغداش ئۇچۇن ئۇلارنى ئايرىمايدۇ، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتنىڭ شىللىق پەردىسى بولۇپ، بۇ خىل پەردە ئۇچەينىڭ پوتلىسىمان پەردىسىنىڭ چىرىگەن قىسمىدىن شەكىللەنگەن بولىدۇ.

يىلانسىمان مەددە قۇرتلىرى چوڭ بولۇپ، ئاسانلىقچە چىقىپ كەتمەيدۇ ھەمدە ناھايىتى كۈچلۈك بولىدۇ. ئەمما يىلانسىمان مەددە قۇرتلىرى كۆپىنچە ئۇچەينىڭ يۇقىرىقى قىسمىدا بولغانلىقى ئۇچۇن دورىنىڭ تەسىرىنى ناھايىتى تېز قوبۇل قىلىدۇ. قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرت ۋە سىركە قۇرت ناھايىتى كىچىك ۋە ئاجىز بولۇپ، ئاسانلا چىقىپ كېتىدۇ، ئەمما بۇ خىل قۇرتلار ئۇچەينىڭ تۆۋەنكى قىسمىدا بولغانلىقى ئۇچۇن داۋالاش ناھايىتى قىيىن.

تەبىرى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي مەددە قۇرتىدىن يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تۆت خىلدىن باشقا كەڭ، يۇمىلاق، پوتلىسىمان ھالەتتىكى مەددە قۇرتى بولۇپ، چوڭ تەرەت بىلەن چىققاندا ھېچقانداق ھەرىكەت بولمايدۇ. يەنە بىر خىل پىل قۇرتىدەك مەددە بولۇپ، بۇ قارىغۇ ئۇچەيدە پەيدا بولىدۇ. بۇ چوڭ تەرەت بىلەن چىققاندا بىرىنىڭ كەينىدىن بىرسى تەرتىپ بويىچە چىقىدۇ. ئۇندىن باشقا چۈمۈلىگە ئوخشاش يەنە بىرخىل قۇرت بولۇپ، چوڭ تەرەت بىلەن چىققاندا ھەرىكەت قىلىدۇ.

تەكشۈرۈش:

1. ئۇچەيدە مەددە قۇرتنىڭ بار - يوقلۇقى تەكشۈرۈلىدۇ.

ئۇچەي ساھەسىدە بىرەر نەرسە ھەرىكەت قىلىۋاتقاندەك سېزىلىش، قورساق تولغاپ ئاغرىش، قورساق ئاچقان ۋاقتتا ئۇچەي ساھەسىدە چوقۇلۇپ ئاغرىش سېزىمى بولۇش، ئېغىز شۆلگىيى كۆپ بولۇش، ئۇخلىغاندا بىمار چىشنى غۇچۇرلىتىپ يېتىش، كېچىسى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنى بىر يەرگە توپلىغان

تامغىقى ھۆل بولۇش، كۈندۈزى قۇرۇپ تۇرۇش، تاماقتىن كۆڭۈل ئاينىش، ماغدۇرسىزلىنىش، كۆز ئېقىدىكى پارقىراقلىق يوقىلىش، باش قېيىش، سۆزلەش خۇشياقماسلىق، جۆيلۈش، قۇلاق غوڭۇلداش، بىرەر نەرسە چاينىۋاتقاندەك ھالەتتە بولۇش، كۆكرەكتە تارىيىش بولۇش، ئاۋاز بوغۇلۇش، تومۇر ھەربىكتى ئاجىز بولۇش، قول - پۇتى ئىسسىماسلىق، چوڭ تەرىتى كۆپىنچە ئاق بولۇش، ئىشتىھاسى تۇتۇلۇش، كۆپ ئۇسساش، بەزىدە سەرئى، يۇرەك قوزغىلىش، ئۇچەي توسۇلۇش، ئىت ئىشتىھا كېسەللىكى بىرگە كېلىش، كېسەللىك ئېغىرلاشقاندا ھوشسىزلىنىش، قەي قىلىش، چىراي ۋە كۆزنىڭ رەڭگى ئۆڭگەن بولۇش، بەزىدە ئۇرۇقدان ئىششىش، بەدىنى سېسىق پۇراقلىق سوغۇق تەرلەش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلسە، ئۇچەيدە مەددە قۇرت بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

2. ئۇچەيدىكى مەددە قۇرتىنىڭ تۇرىنى تەكشۈرۈلىدۇ

ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا ئېغىرلىق ۋە غىدىقلىنىش مەلۇم بولۇپ، كۆڭۈل ئاينىش، ھۆ بولۇش، يۇتۇش قىيىنلىشىش، ئىشتىھا تۇتۇلۇش، مايلىق يېمەكلىكلەردىن يىرگىنىش، بەزىدە يۇرەك قوزغىلىش، ھوشسىزلىنىش، قۇرۇق يۆتەل پەيدا بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلۈش، تومۇرى قالايمىقان سوقۇش، ئۇيقۇسى نورمال بولماسلىق، ھېچقانداق ئىش خۇشياقماسلىق، ھەربىكەت قىلىشتىن قورقۇش، ئۇيقۇسىراپ تۇرۇش، قورساق قىسمىدا تارتىشقاندەك سېزىم بولۇش، ئىچ سۇرۇش، تومۇر ھەربىكتى ئاجىز بولۇش، بەدىنى ئىسسىماسلىق، كالپۇكى قىچىشىش، قەي قىلىش، بەزىدە قەي بىلەن قۇرت بىرگە چىقىش، چىرايىنىڭ رەڭگى ئۆڭگەن بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ ئۇچەيدە ئۇزۇن (يىلانسىمان) مەددە قۇرت بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمار ئىشتىھاسى كۆپ بولۇش، قۇۋۇەت ئاجىز بولۇش، قورساق تولغاپ ئاغرىش، ماغدۇرسىزلىنىش، قورساق ئاچقان ۋاقىتتا قۇرتلاردا ھەربىكەت پەيدا بولۇش، كىندىك ئەتراپى ئاغرىش، چوڭ تەرەتتىن 1 ~ 2 دانە قۇرت چىقىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ ئۇچەيدە يۇمىلاق ياكى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرت بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يىلانسىمان مەددە قۇرت بىلەن قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتنى پەرقلەندۈرگىلى بولمىسا، بىمارنى مۇنچىغا ياكى ناھايىتى ئىسسىق ئۆيگە كىرگۈزۈپ، بەدىنى قىزىپ، قاتتىق ئۇسسىغانغا قەدەر ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنىڭ قورساق قىسمىغا مۇز پارچىسى ياكى سوغۇق بىر نەرسە قويۇلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئەگەر قورساقنىڭ ئۈستۈنكى قىسمى كۆتۈرۈلسە ۋە شۇ ئورۇندا ھەربىكەت مەلۇم بولسا، بۇ يىلانسىمان مەددە قۇرت ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر كۆتۈرۈلۈش ۋە ھەربىكەت كىندىكنىڭ ئاستىنقى قىسمىدا بولسا، بۇ، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرت ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

مەددە قۇرت كېسەللىكىنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقى ۋە مەددە قۇرت شەكلىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاشمۇ تۆۋەندىكىدەك تۈرلەرگە بۆلىنىدۇ.

1. ناسىبسىمان مەددە قۇرت ۋە قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرت كېسىلىنى داۋالاش:

علاج حيات وحب القرع

دەسلەپتە ئۇچ كۈنگىچە سۈتكە شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈش ۋە چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن بەرەنگى كابىلى، دەرمانى تۈركى، ئاق تۇربۇت ئون ھەسسىدىن، شىرخىست، پېشىل ماش، ھەببى نىل، قۇستە تەلخى بەش ھەسسىدىن، ھىندى تۇزىدىن بىر يېرىم ھەسسە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سۈت ۋە شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

جالىنۇس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بەرەنگى كابىلى قۇرت ئۆلتۈرۈش ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق، ئەمما ئۇچەي ئۈچۈن زىيانلىق بولغانلىقى ئۈچۈن بەرەنگى كابىلىنى ئىشلىتىپ بولغاندىن كېيىن كەتىرا تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر مەددە قۇرت بىلەن يۇرەك ئېغىش، غەم ـ قايغۇ، قورساق كۆپۈش ئەھۋالى بىرگە كەلسە، شىرخىست تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ. ئەمما شىرخىست ئۆپكىدە كېسەللىك ئۆزگىرىش پەيدا قىلىدىغانلىقى ئۈچۈن شىرخىست تالقىنىنى يېگۈزۈپ بولغاندىن كېيىن كەتىرا تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ. قەنبىل ئۇششاق، يۇمىلاق قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق. ئەمما ئۇچەيدە كېسەللىك ئۆزگىرىش پەيدا قىلىدىغانلىقى ئۈچۈن دورىنى ئىشلىتىپ بولغاندىن كېيىن، كەتىرا تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

قۇستە تەلخى ھەرخىل قۇرتلارنى ۋە ھامىلىنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن پايدىلىق. ئەمما سۈيدۈكلۈكتە ئاسانلا كېسەللىك ئۆزگىرىش پەيدا قىلىدىغانلىقى ئۈچۈن دورىنى ئىشلىتىپ بولغاندىن كېيىن ھەسەللىك گۈلقەنت يېگۈزۈلىدۇ.

تۇربۇت ئۇچەي مەددە قۇرتلىرىنىڭ مادداسىنى پارچىلاش ۋە ئۇنى چىقىرىپ تاشلاشتا ناھايىتى پايدىلىق بولۇپ، كۆپىنچە مۇناسىپ دورىلار بىلەن بىرگە ئىشلىتىلىدۇ.

تۇز ئىستېمال قىلدۇرۇش ئارقىلىق ئۇچەي مەددە قۇرتى ھاسىل بولۇش ئۈچۈن مۇھىم بولغان چىرىگەن بەلغەم خىلىتىنى تولۇق چىقىرىپ تاشلاش ئىمكانىيىتىگە ئىگە بولغىلى بولىدۇ.

شاپتۇل يوپۇرمىقى، تۇز، سىيادان ھەربىرى تەڭ مىقداردا، زەھرى ـ مۇھرە ھايۋانـ دىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

توغرىغۇ، ئېگىر، سەبرە، قۇستى تەلخى، قارا زىرە، سىيادانىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، شاپتۇل يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئاچچىق بادام مېغىزى، قەنبىل، پېشىل ماش، بىخ كەبىر، نېلۇپەر نوتىسى قاتارلىق

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇچەي مەددە قۇرت كېسەللىكى بىلەن قىزىتما بىرگە كەلسە، كاسىنە نوتىسى سۇيى، سېمىزئوت سۇيى، قارا ئۇجمە سۇيى، خەرنوپ، سەكپىنەچ، قارا ئۇجمە پوستىنىڭ قاينىتىلمىسى، ئاچچىق ئانار دەرىخى پوستىنىڭ قاينىتىلمىسى، سۇماق چىلانمىسى ئېلىنىپ، بۇ دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ڭاقىتتا كاللا - پاچاق، يېڭى سۈت، پېتىرنانغا ئوخشاش شىلمىشىق ڭە ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

توغرىغۇدىن 10 ~ 14 گرامغىچە ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

تىرمىسنى ئوبدان قاينىتىپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

سىيادانىنى پىننە سۇيى ياكى ئۆتكۈر سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئېغىر ئەمگەك قىلغاندىن كېيىن ئانار يىلتىزى پوستىدىن 36 گرامنى تالقانلاپ، سۇماق سۇيى ڭە پىننە سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

پىننە تالقىنىغا سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سامساق يەپ، ئۈنىكىدىن كېيىن بەرەڭگى كابىلى تالقىنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

مائۇلئۈسۈل شەربىتىگە بىدەنجىر يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

نوقۇتنى بىر كېچە - كۈندۈز سىركىگە چىلاپ قويۇپ، سۈزۈپ زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

نىلۇپەر قاينىتىلمىسى (مەتبۇخى نىلۇپەر) ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھىلىلە بىلەن شاھتەررە قاينىتىلمىسى (مەتبۇخى شاھتەررە) ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھۆل سۇزاپنى يۇمشاق سوقۇپ، زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مازەربىيوننى ئىچكى ڭە تاشقى جەھەتتىن ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق.

ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، ئاچچىق ماش قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

زەپەر، مۇرمەككى، ماشلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ھاراق بىلەن پىشۇرۇپ ئىچكۈزۈش قاپاق ئۇرۇقىسىمان مەددە قۇرت كېسەللىكى ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

كۆك پىننە سۇيى، قەنتەرىيۇن شاپتۇل غازىنىكىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇجمە يىلتىزى پوستى 30 گرام، شاپتۇل نوتىسىدىن 30 گرام ئېلىپ، دورىلارنى

قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

60 گرام ئاچچىق ئانار يىلتىزى پوستىنى 250 گرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈش قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتىنى ئۆلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئاقلانغان بەرەنگى كابىلى، سېرىق ھىلىلە پوستى، ئامىلە 24 گرامدىن، ئاق تۇربۇت 12 گرام، قەنتتىن بارلىق دورىلار مىقدارىچىلىك ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ يىلانسىمان مەددە قۇرتىنى چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

ئاقلانغان بەرەنگى كابىلى 24 گرام، تۇربۇت يەتتە گرام، قارا ئۇزۈمدىن 18 گرام. دورىلارنى سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈش، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتىنى چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

ئاقلانغان بەرەنگى كابىلى، تۇربۇت، قەنبىل، لىسانۇل ئاساپىر تەلىخى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، گۈلقەنت، ئىتىرىفىل سەغىر ياكى سۇت بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈش قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنىڭ قېپىنى چىقىرىش ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

ئىتىرىفىل قەنبىل، ھەببى دىيدان قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا يېگۈزۈلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار تۆۋەندىكىدەك تەدبىرلەرنى قوللانغان:

بەرەنگى كابىلى، تۇز قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

جۇۋىنەنى سۇ بىلەن يۇيۇۋېتىپ، قۇرۇتۇپ يۇمشاق سوقۇپ، قەنت چېيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاچچىقتاۋۇز، توغرىغۇ، تۇربۇت، ماش، ئاچچىق قۇستە، ئاقلانغان بەرەنگى كابىلى، قارا زىرە، ھىندى تۇزى ئىككى گرامدىن، قەنتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

كەرەپشە ئۇرۇقى، بەرەنگى كابىلى، تاشتۇز، كاۋا مېغىزى، سېرىق ھىلىلە پوستى، پىلپىل، زەنجىۋىل بىر ھەسسىدىن، قورۇلغان ھىڭدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، تاماقتىن بۇرۇن يېگۈزۈلىدۇ.

بەرەنگى كابىلى، تاشتۇز، قەنبىل، سېرىق ھىلىلە پوستى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، كالا قېتىقى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

زاغۇن يېغى ئۈچ گرام، رەۋغىنى بىدەنجىردىن 30 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بەلغەم خىلىتى پەيدا قىلغۇچى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن پەرھىز قىلىنىدۇ. قۇرت ئۆلتۈرۈش ۋە چىقىرىپ تاشلاش ئۇچۇن دورا چوقۇم ئاچچىق، ئۆتكۈر بولۇشى كېرەك.

ئۇچەي مەددە قۇرتىنى ئۆلتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە قۇرت ئۆلۈپ تەرەت ئارقىلىق چىقىپ كەتمىسە، ئۆلۈك قۇرتنىڭ قورساقتا تۇرۇپ قالماسلىقى ئۇچۇن ئىچىنى سۇرگۈچى دورىلار ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلىنىدۇ.

ئۇچەي مەددە قۇرت كېسەللىكىنى داۋالاش بىلەن بىرگە ھەزىم خىزمىتىنى ياخشىلاش ناھايىتى مۇھىمدۇر. ئەگەر ئۇچەي مەددە قۇرت بىلەن ئىچ سۇرۇش بىرگە كەلسە، قابىز تۇرىدىكى دورىلار بېرىلىدۇ.

ئەگەر مەددە قۇرت بىلەن ئىچكى ئەزالاردا ئىششىق بىرگە كەلسە، قۇرتنى چىقىرىپ تاشلاشتا ناھايىتى ئېھتىياتچانلىق بىلەن يەڭگىل داۋالاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ.

قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتىنى ئۆلتۈرگۈچى دورىلار يىلانسىمان قۇرتنى ئۆلتۈرگۈچى دورىلارغا قارىغاندا كۈچلۈك بولۇشى كېرەك. چۇنكى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرت ئاستىنقى ئۇچەيگە جايلاشقان بولۇپ، دورىنىڭ تەسىرىنى تەس قوبۇل قىلىدۇ.

ئۇچەي مەددە قۇرتىنى ئۆلتۈرگۈچى ئىسىق تەبىئەتلىك يەككە دورىلار تۆۋەندىكىچە:

قەردەمانە، ئاچچىق ماش، سەلىخە، پىننە، پىننە سۇيى، ئاچچىق قۇستە، ئەفتىمۇن، زاراڭزا ئۇرۇقى، قەنبىل، قەنتەرىيون، مىشكى تورامىش، بەدىيان، نامازشامگۇل ئۇرۇقى، ياۋا پىننە، فۇپەل، ئەپسەنتىن، نېلۇپەر ئۇرۇقى، قۇرۇق رەۋەن يىلتىزى، قورۇلغان زىرە، سەئدى كوفى، كەرەپشە ئۇرۇقى، قىچا، سامساق، سىيادان، بىستىپايەج، سەبرە، ساپ زەيتۇن يېغى، ھەببى نىل قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ. مۇرەككەپ دورىلاردىن تەرياقى پاروق، ئىيارەج پەيقىرا يېگۈزۈلىدۇ. (شەيخ)

قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە قۇرتىنى ئۆلتۈرگۈچى دورىلار: بەرەنگى كابىلى، بەرەنگى كابىلى مېغىزى، تىرمىس، ئاچچىق قۇستە، قارا ئۇجمە يىلتىزى، قەنبىل، ئاچچىقتاۋۇز (شەھمەنزەل)، سەبرە، ھۆل راسەن سۇيى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇچەي مەددە قۇرتىنى ئۆلتۈرگۈچى سوغۇق تەبىئەتلىك يەككە دورىلار تۆۋەندىكىچە:

يۇمغاقسۇت كۆكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىركەنجۈبىل، قېتىق سۇزمىسى، شاپتۇل نوتىسى، ئاچچىق ئانار دەرىخى يىلتىزى پوستى، چۇچۇمەل ئانار دەرىخى يىلتىزى پوستى قاينىتىلمىسى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، گىل مەختۇم، ھاراق قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي مەددە قۇرت كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچىلار توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان قۇرۇق ئىسىق كەيپىياتتىكى نوقۇت، كەپتەر گۆشى، تۇز سۇيىگە

ئوخشاش يېمەكلىكلەر بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ.

ئەگەر بىماردا قىزىتما بولسا، سۇماق بىلەن ھالۋا چۇچۇمەللەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇچەي مەددە قۇرت كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچى بىمارنى ئاچ قويماسلىق لازىم. ئۇنداق قىلمىغاندا قۇرتلار قوزغىلىپ ئاشقازانغا تەسىر كۆرسىتىپ، ئىشتىھاسىزلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي مەددە قۇرت كېسەللىكى ئۇچۇن ئىشلىتىلگەن دورىلار قورساق ئاچ ۋاقىتتا يېگۈزۈلىدۇ. بولۇپمۇ بىمارنى ئاچ قويۇشتىن ئىلگىرىكى ئۇچ كۈنگىچە سۇت بىلەن شېكەرنى ئازلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئاقلانغان بەرەنگى كابىلى، خورما، ياڭاق مېغىزىدىن 36 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئاخشىمى ياتار ۋاقىتىدا يېگۈزۈلىدۇ. ئەتىسى ئەتىگەن ئاچچىقتاۋۇز (شەھەرەل)، توغرىغۇ بىر گرامدىن، مازەرىيون، نۆشۈدۇردىن 0.5 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ زەھرە - مۆھرە ھايۋانى سۈيى بىلەن ئازلاشتۇرۇپ كۈملاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

قەرشى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇچەي مەددە قۇرت كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىغا قارىتا مۇنزىچ ۋە مۇسھىل بېرىپ بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن، ئازراق گۆشنى چالا سوقۇپ تۇز ئازلاشتۇرماستىن قورۇپ پىشقاندىن كېيىن بىمارنى چاينىشقا بۇيرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن گۆشنى ئېغىزىدىن ئېلىۋېتىپ، قۇرت ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلار يېگۈزۈلىدۇ.

«مۇسسەنىپ خۇلاسە تۇل ئىلاج» دېگەن كىتابتا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دەسلەپكى تۆت كۈندە ھەركۈنى ئەتىگەن سۇت ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈش ۋاقىتىدا ياغلىق شورپا ئىچكۈزۈلىدۇ. 5 - كۈنى سەھەر ۋاقىتىدا ئېغىر نەرسىنى كۆتۈرۈپ ئۇياق - بۇياققا ماڭدۇرۇپ، نەپەسلىنىش تېزلەشكەندىن كېيىنلا شىرخىست، دەرمەنى تۇركى، قەنبىل، ئاقلانغان بەرەنگى كابىلى ئۇچ گرامدىن، يېشىل ماش، غولى ئېلىۋېتىلگەن ئاق تۇربۇت، ھەببى نىل، ئاچچىق قۇستە ئىككى گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سۇت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن چۈشكىچە ھېچقانداق تاماق بەرمەي، چۈشتىن كېيىن ئەھۋالغا قاراپ نوقۇت شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

«موسەنىپ خۇلاسە تۇل ئىلاج» دېگەن كىتابتا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

زىرە، قەنبىل، بەرەنگى كابىلدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قەنت قوشۇپ، يېرىمىنى ئاخشىمى ياتار ۋاقىتىدا قەنت چېيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بىكى تورىسى

كۇنجۇتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قەنت قوشۇپ ئاخشىمى ياتار ۋاقتىدا يېگۈزۈلىدۇ. ئەتىسى ئەتىگەن 12 گرام قەنبىلنى ئۇچ گرام سوپۇن بىلەن ئارىلاش-تۇرۇپ قاينىق سۇ بىلەن كۇمىلاچ تەييارلاپ يۇتقۇزۇلىدۇ.

2. تۇتۇ مەددە قۇرت كېسىلىنى داۋالاش:

علاج دودة خيطية

شاپتۇل نوتىسى سۇيى، ھۆل قەنتەريۇن سۇيى، ئابى بەرگى قەنبىل، جۆۋزى موقاتىل ياغنچى سۇيى 12 گرامدىن، بابۇنە يېغى، رەۋغىنى گۇل قاتارلىقلار 18 گرامدىن، ئەپسەنتىن ئۇسارىسى، غاپەس تالقىنىدىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، كونا پاختىنى چۆكۈرۈپ ھەمەلچە قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

زۇپتى رۇمى، سەبرە. سىيادان ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئاچچىق ياغ بىلەن بىرلەشتۇرۇپ ھەمەلچە قىلىنىدۇ.

شەھمەنزەل، قەنتەريون، تۇز، سىيادان يەتتە گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، شاپتۇل نوتىسى سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھەمەلچە قىلىنىدۇ.

بىخ كەبىر، ياۋا پىننە، كۆك پىننە، يېشىل ماش، ئۇبھەل، ئەفتىمۇن يەتتە گرام-دىن، قۇندۇز قەھرىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قۇرۇق ئۇزۇم شىرىسى بىلەن كۇمىلاچلاپ، كۇموش ۋاراقلا ئوراپ، ئاخشىمى ياتار ۋاقتىدا ئۇچ دانە ئېلىپ ئەرقى شاھتەررە، ئەرقى ئەپسەنتىن 60 گرامدىن، 36 گرام شەربىتى ئەپسەنتىن بىلەن ئىچكۇزۇ-لىدۇ. ئەتىسى ئەتىگەندە بىخ كەبىر، يېشىل ماش، ئەفتىمۇندىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام ئىترىفىل كەبىر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئالتۇن ۋاراقلا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى ئىلاھى، شەربىتى ئەپسەنتىن 24 گرام-دىن، ئەرقى كەيىورە 108 گرام، ئەرقى باھار نارەنجىدىن 60 گرام ئېلىپ، دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۇزۇلىدۇ. (شەيخ)

تۇزنى قاينىق سۇ بىلەن قوشۇپ كلىزما قىلىش ئارقىلىق بەدەن تازىلىنىدۇ ياكى قەنتەريون، زاراڭزا ئۇرۇقى، زۇپا، ئوردان، ئاچچىقتاۋۇز قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە كلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بىر پارچە سېمىز گۆشنى تۇز بىلەن قورۇپ مەقئەتكە قويۇپ تېگىۋېتىلسە، قۇرتلار ئۇنىڭغا توپلىشىپ چىقىپ كېتىدۇ.

باللاردىكى تۇتۇ مەددە قۇرت كېسەللىكى ئۇچۇن رۇسۇت، قەنبىل، بوزۇغا، بەدەنگى كابىلى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدار ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇ تەدبىرنىڭ ئۇنۇمى بولمىسا، يۇقىرىقى نۇسخىغا زەھرى مۆھرە ھايۋانى ئارىلاشتۇرۇپ، داكىنى چۆكۈرۈپ ھەمەلچە قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

نارجىلنى شېكەر بىلەن بىرلەشتۈرۈپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

جەدۋارنى سوقۇپ، چۈچۈمەل سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار تۆۋەندىكىدەك داۋالاش تەدبىرىنى قوللانغان:

بەرەنگى كابىلىنى قايناق سۇغا چىلاپ تەمى چىققاندا سۈزۈپ، شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى بۇ نۇسخىغا شاپتۇل نوتىسى سۈيىنى قوشۇپ پاختا چۆكۈرۈپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

بەرەنگى كابىلى بىلەن زەچۋانى يۇمشاق سوقۇپ، قايناق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ مەقئەت ساھەسىگە قويۇلىدۇ.

بەرەڭگى كابىلە يىغىنى ئىچكۈزۈلىدۇ.

رۇسۇت، ھىڭ ئىككى گرامدىن، سەبرە بىر گرام، قارىمۇچ 0.5 گرام، بەرەنگى كابىلىدىن ئىككى دانە ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، شاپتۇل نوتىسى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ كۈمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئون يەتتىنچى باب مەقئەت كېسەللىكلىرى

امراض مقعد

مەقئەت كېسەللىكلىرى ئاساسلىقچە داۋالاشنى قوبۇل قىلمايدىغان كېسەللىك بولۇپ، ئۇنىڭ ئاساسلىق سەۋەبى تۆۋەندىكىچە:

1. مەقئەت كېرەكسىز ماددىلارنىڭ ئۆتۈش ئورنى بولۇپ، داۋاملىق تەرەت مەقئەت ئەتراپىغا يىغىلىپ تۇرۇپ، دورىلارنىڭ ئۈنۈمىگە تەسىر يەتكۈزگەن بولىدۇ.

2. مەقئەتنىڭ شەكلى تەتۈر بولۇپ، مەقئەت ئېغىزى ئاستى تەرەپكە قاراپ تۇرغانلىقتىن، دورىلار يەرلىك ئورۇندا ئۇزاق تۇرمايدۇ. بەلكى دورىلارنىڭ تەسىرى كۆرۈلمەستىن چۈشۈپ كېتىدۇ.

3. مەقئەت بىر نېرۋا ئەزاسى بولغانلىق سەۋەبتىن ناھايىتى سەزگۈر بولۇپ، ئادەتتىكى ئاغرىقلاردىنمۇ بىئارامىلىق يېتىدۇ.

4. مەقئەت ئاستى تەرەپكە جايلاشقانلىقى ئۈچۈن كېرەكسىز ماددىلار ئاسانلا مەقئەت تەرىپىگە چۈشۈپ كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇۋېتىدۇ.

5. مەقئەت كېسەللىكى تەكشۈرۈشكە ئەپسىز بولغانلىقى ئۈچۈن ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بېرىلمايدۇ.

مەقئەتتە تۆۋەندىكىدەك كېسەللىكلەر كۆپ كۆرۈلىدۇ: بۇۋاسىر، يەللىك بۇۋاسىر، قاقاچلىق بۇۋاسىر، مەقئەت ئاقمىسى، مەقئەت يالۇغى، مەقئەت يېرىلىشى، مەقئەت ئىستىرخاسى، مەقئەت چۈقۇقى، مەقئەت قىچىشىش، مەقئەت ياريسى، مەقئەت پۈتەيلىكى، مەقئەت تومۇرلىرى ئېچىلىپ قېلىش قاتارلىقلار تۆۋەندە بۇ كېسەللىكلەر بىر - بىرلەپ بايان قىلىنىدۇ.

بىرىنچى پەسىل بۇۋاسىر (گېمورروي)

بواسير

تونۇش:

بۇۋاسىر مەقئەت ئەتراپىدىكى تومۇرلاردا غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلتى ياكى ئارتۇق قان خىلتىنىڭ تۇرۇپ قېلىشىدىن كېلىپ چىقىدىغان بىر خىل مۇدۇر - چاقنىڭ ناملىدن

ئىبارەت بولۇپ، «بوۋاسىر» دېگەن سۆز «باسسۇر» دېگەن سۆزنىڭ كۆپلۈكىدىن ئىبارەت.

بەزى تېۋىپلارنىڭ قارىشىدا «بوۋاسىر» دېگەن سۆز مەقئەتنىڭ پۇرچاقسىمان كۆپۈشۈشى دېگەنلىك بولۇپ، باشقا ئەزالاردىكى بوۋاسىرلار شۇ ئەزاغا تەۋە قىلىپ ئاتىلىپ كېتىۋاتىدۇ. مەسىلەن: بۇرۇن بوۋاسىرى، بالىياتقۇ بوۋاسىرى قاتارلىقلارغا ئوخشاش.

بوۋاسىر شەكىللىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك يەتتە خىل بولىدۇ:

1. پورچاقسىمان شەكىلدىكى بوۋاسىر بولۇپ، بۇ خىل بوۋاسىر رەڭگى ۋە شەكلى جەھەتتىن پۇرچاققا ئوخشاش بولۇپ، بارلىق خىللاردىن يامان سۈپەتلىك ھېسابلىنىدۇ.
2. ئۈزۈمسىمان شەكىلدىكى بوۋاسىر.
3. ئۈجمىسىمان شەكىلدىكى بوۋاسىر.
4. ئېسىلىش، كۆپىشىش خاراكتېرلىك بوۋاسىر.
5. خورمىسىمان شەكىلدىكى بوۋاسىر.
6. ئەنجۈرسىمان بوۋاسىر. بۇ خىل بوۋاسىر ئەنجۈرگە ئوخشاش ياپىلاق ۋە غوللۇق بولىدۇ.
7. خورما ۋە ئۈرۈقسىمان شەكىلدىكى بوۋاسىر.

يۇقىرىقى بوۋاسىرلار ئىچىدە ئالدىنقى ئۈچ خىل بوۋاسىر ئەڭ مەشھۇر بولۇپ، خەتەرلىك ھېسابلىنىدۇ. كېيىنكى تۆت خىل بوۋاسىر خەتەرلىك بولمايدۇ.

يۇقىرىدا سۆزلەنگەن يەتتە خىل بوۋاسىرنىڭ ھەر قاندىقىنىڭ ئېغىزى ئېچىلىپ، سېرىق سۇ ۋە قان كەلسە، بۇ قانلىق بوۋاسىر دەپ ئاتىلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىردىن قان ياكى سېرىق سۇ كەلمىسە، بۇ قارىغۇ (توشۇكسىز) بوۋاسىر دەپ ئاتىلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر مەقئەتنىڭ سىرتىدا بولسا كۆرۈنۈپ تۇرغۇچى (تاشقى) بوۋاسىر دەپ ئاتىلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر مەقئەتنىڭ ئىچىدە بولسا، چۆكۈپ تۇرغۇچى (ئىچكى) بوۋاسىر دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ قىسمى ھەممىدىن خەتەرلىك ھېسابلىنىدۇ.

سەۋەبى:

1. كۆچلۈك ئىسسىق تەبىئەتتىكى يېمەكلىك ۋە دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن قاندا كۆيۈش پەيدا بولۇپ، بوۋاسىر كېلىپ چىقىدۇ.
2. سەۋدا خىلىتىنى پەيدا قىلغۇچى يېمەك ـ ئىچمەك ۋە دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ.
3. تەستە ھەزىم بولىدىغان، غەلىز، يەللىك تاۋىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئىبنى لوقمانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۈنلۈك بىكى ئادرېسى

بەدەنجىر يېغى، سەبرە، سۈت، خورما، قورۇلغان بېلىق، پىشمىغان مېۋىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن بوۋاسىر پەيدا بولىدۇ.

بۇ كېسەللىك ياز ۋە قىش پەسلىدە يۈز بېرىشىدىن قەتئىينەزەر، بوۋاسىر تومۇرى ئېچىلىپ قاناش يۈز بېرىش بىلەن بىرگە، مەقئەت ساھەسىدىن ئېچىشىش داۋاملىق كۆرۈلىدۇ.

كېسەللىك يۈز بېرىشتە سەۋدا مىزاجلىق كىشىلەر ئاسان گىرىپتار بولىدۇ ھەمدە بۇ خىل مىزاجلىق كىشىلەردىكى بوۋاسىر يامان سۈپەتلىك ھېسابلىنىدۇ.

غەم ـ قايغۇغا گىرىپتار بولۇش بوۋاسىر كېسەللىكىنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ. تەجرىبە قىلغۇچىلارنىڭ ئېيتىشچە، مېڭىدە بىرەر سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىك بولغان كىشىلەر كۆپىنچە بوۋاسىردىن خالىي بولالمايدۇ.

تەكشۈرۈش:

بوۋاسىر كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچىنىڭ رەڭگى كۆككە مايىل، مەقئەتتە ئاغرىش، ئېچىشىش ئالامىتى بولۇش، ئاسانلىقچە قان چىقماسلىق، قىچىشىش ئېغىر بولۇش، تېل قارا بولۇش، يۇرەك چالاڭغىراش، باش ئاغرىش، ئېغىر دەرىجىدە قەۋزىيەتلىك ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر چوڭ تەرەتتىن ئىلگىرى ياكى چوڭ تەرەتتىن كېيىن قان تامچىلىرىنىڭ چوڭ تەرەت بىلەن ئارىلاشمىغان ھالەتتە كېلىشى، مەقئەت ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، يەرلىك ئورۇندا چوقۇلۇپ ئاغرىش ناھايىتى يەڭگىل بولۇش، تومۇرى دولقۇنلۇق، قاتتىق سېلىش، مەقئەت ساھەسى ئېغىر دەرىجىدە قىچىشىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يەرلىك ئورۇندا ئاغرىق ئېغىر بولۇپ، ئاغرىش چوقۇلۇش ۋە ئېچىشىش شەكىلدە بولۇش، بىمارنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇش، ئۇيقۇسى كەم بولۇش، ئىشتىھاسىزلىق، قەۋزىيەتلىك ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنى ئېغىر دەرىجىدە ئاجىزلاش، ئىشتىھاسى تۆۋەنلەش، بەدەن ئېغىر بولۇش، بىمارنىڭ رەڭگى ئاققا مايىل بولۇش، ئاسان چاچ چۈشۈش، چىش مىلىكى بوشاپ، ئاسان چۈشۈپ كېتىش، چىرايى ۋە بەدىنىدە پارقىراقلىق پەيدا بولۇپ، ئىششىپ قالغاندەك بىلىنىش، ھەرىكىتى سۈسلىشىش، باش قېيىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

بوۋاسىر كېسەللىكىنى تەكشۈرۈشتە بوۋاسىر كېسەللىكى بىلەن تۈز ئۇچەي يارا كېسەللىكىنىڭ پەرقىنى ئېنىق ئايرىپ ئېھتىياتچانلىق بىلەن تەكشۈرۈش ئېلىپ بېرىش

لازىم.

بوۋاسىر كېسەللىكىنى ئۇزۇل ـ كېسىل، تولۇق داۋالاش ئۈچۈن بوۋاسىرنى سايمان بىلەن كېسىۋېتىش ياكى ئارتۇق گۆشلەرنى يېگۈچى ۋە قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ئارقىلىق بوۋاسىرنى يوق قىلغاندىن كېيىن زەخمىنى ئەسلىگە كەلتۈرگۈچى، يەرلىك ئورۇننىڭ قان ئايلىنىشىنى ياخشىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

بوۋاسىر كېسەللىكىنى ئۇزۇل ـ كېسىل، تولۇق داۋالىماستىن، بەلكى بوۋاسىرنىڭ ئېغرىلاپ قېلىشىنىڭ، كېسەللىك ماددىسىنىڭ يامراپ كېتىشىنىڭ، ئاغرىقنىڭ كۈچىيىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن قان ئېلىش، لوڭقا قويۇش، زۇلۇك قويۇش، غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنى تازىلاش، جىگەر، تال، ئاشقازاننى قۇۋۇەتلەش، قان توختىتىش، ئاغرىق توختىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، مۇنچىغا چۈشۈرۈش، بەدەن چېنىقتۇرۇش، يېمەكلىكلەرنى تەڭشەش قاتارلىق تەدبىرلەرنى قوللىنىش لازىم.

بوۋاسىر كېسەللىكىنى داۋالاشتا تۆۋەندىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ:

بوۋاسىر كېسەللىكى ئارتۇق قان خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا ياكى بەدەنده ئىمتىلاھ (توشۇپ قېلىش) شەكىللىنىشتىن كېلىپ چىققان بولۇپ، بىمار كۆچەلۈك بولسا قان ئېلىش، لوڭقا قويۇش، سۈرگۈ بېرىش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ.

جىگەر بىلەن ئۇچەينىڭ مىزاجىنى تەڭشەپ، نورمال خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ، چۈنكى جىگەر ۋە ئۇچەينىڭ مىزاجى بۇزۇلماستىن بوۋاسىر كۆرۈلمەيدۇ.

مۇنچىغا چۈشۈرۈش، بەدەن چېنىقتۇرۇش، تۆۋەنكى ئۇچەي ۋە تۆۋەنكى قورساق ساھەسىنى سىيلاش ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسى تارقىتىلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتى پەيدا قىلغۇچى، يەللىك، غەلىز تاۋاملارنى ئىستېمال قىلىشتىن پەرھىز قىلىشى كېرەك.

باشقا داۋالاش تەدبىرلىرىنىڭ ئۈنۈمى بولمىغاندا، بوۋاسىر تۈگۈنچىسىنى ئوپېراتسىيە قىلىش ئارقىلىق كېسىپ تاشلىنىدۇ.

بوۋاسىر تۈگۈنچىسى كۆرۈنۈپ تۇرغاندا ھەمدە ئوپېراتسىيە قىلىش قۇلايسىز بولغان ئەھۋالدا، ئارتۇق گۆشلەرنى يېگۈچى دورىلار ئارقىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بوۋاسىر تۈگۈنچىسىنىڭ ئېغىزىنى ئاچقۇچى، ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلار، قان توختاتقۇچى، بوۋاسىرنىڭ يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

بوۋاسىر كېسەللىكىدە قاناش بولۇپ، قان قويۇق ۋە قارا چىقسا، ھاراڕەت كۆپ بولسا، بىماردا ئاجىزلاش كۆرۈلمىسە، بوۋاسىر قېنىنى توختاتماسلىق لازىم. بولمىسا يامان سۈپەتلىك كېسەللەرگە گىرىپتار بولۇش خەتىرى بار.

ئەگەر بوۋاسىر قېنى كۆپ چىقىپ كەتكەن بولۇپ، قان قىزىل، سۈزۈك، سۇيۇق بولسا، بىماردا ناھايىتى ئاجىزلىق كۆرۈلسە، بوۋاسىر قېنىنى دەرھال توختىتىش لازىم.

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

بۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى سۈندۈرۈس، ئەنجىباھار شەربىتى ناھايىتى پايدىلىق.

ئەگەر بوۋاسىرنىڭ مۇدۇر ـ چاقىلىرى بىمارىدا بىئارامىلىق پەيدا قىلىپ، بەدىنىدە تولۇپ قېلىشىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئېلىپ، ئاندىن كېيىن ساپسن ياكى مايىز تومۇردىن قان ئېلىش، ئىككى مۇرە ئوتتۇرىسىغا لوڭقا قويۇش، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، مۇدۇر ـ چاقىنىڭ ئۆزىگە لوڭقا قويۇش، ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

بوۋاسىر كېسەللىكىدە ئاغرىق توختىتىش ئۈچۈن سېرىقماي ياكى مەلھەلى سەپىدىئى كاپۇرى ئىشلىتىش پايدىلىق.

كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش زۆرۈر بولسا، غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنىڭ سۈرگۈنىنى ياكى سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلارغا قارا ھېلىلە، ئەفتىمۇن قاينىتىلمىلىرىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئىتىرىفەل سەغىر، ھەببى مۇقەل يېگۈزۈلىدۇ. ئاخىرىدا تەبئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن ئىتىرىفەل مۇقەل مۇلەييىن، ھېلىلە مۇرابباسى يېگۈزۈلىدۇ.

جىگەر، تالنى ئىسلاھ قىلىش ۋە كۆچلەندۈرۈشكە ئەھمىيەت بېرىلىدۇ.

ھېلىلە ۋە قان تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، بۇ تەدبىرنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە قۇرۇتقۇچى، ئارتۇق گۆشلەرنى يېگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىرنىڭمۇ ئۇنۇمى بولمىسا، سايمان ئارقىلىق بوۋاسىر تۈگۈنچىسى كېسىپ تاشلىنىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا پاقلان، سېمىز توخۇ گۆشى شورپىلىرى، چالا پىشۇرۇلغان توخۇم بېرىلىدۇ. كالا گۆشى، كىيىك گۆشى، پىدىگەن، نوقۇت، كاللا ـ پاچاق، سۈت، خورما، تۇزلاپ قۇرۇتۇلغان بېلىق، پىشمىغان مېۋىلەر، قارىمۇچ، سامساق، قۇرۇتۇلغان گۆش ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

بوۋاسىر كېسەللىكىدە ئاشقازان ۋە ئۇچەيدە ئاجىزلاش كۆرۈلسە، قۇرسى مەستىكى، جاۋارىش ئۇد ھىندى، جاۋارىش مەستىكى، ئامىلەنۇشدارى لۆئىلىۋى يېگۈزۈلىدۇ.

كۈندۈر، قاقىلە، بەدىيان قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تەڭ مىقداردىكى قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

قاقىلە، بەدىياندىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، شىرىسى قاينىق سۈدا چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆپ ساندىكى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىك ئېغىرلاشقاندا تۇپ يىلتىزىدىن داۋالاپ ساقايتىش ناھايىتى قىيىن. بىراق دورىلارنى توغرا ئىشلەتكەندە كېسەللىك ئەھۋالىنى يەڭگىللەشتۇرگىلى، بىمارنى بىئارامسىزلاندۇرىدىغان ئالامەتلەرنى يوقاتقىلى بولىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ئەھۋالى يەڭگىل بولۇپ، كېسەللىك دەسلەپكى باسقۇچتا بولسا كېسەللىكنى تولۇق ساقايتقىلى بولىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا سەۋدا پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن، يەل-لىك، غەلىز تاۋىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن پەرھېز قىلىنىدۇ.

بۇۋاسىر قېنىنى توختىتىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ:

ئەنجىباھار يىلتىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ شىرىسىنى چىقىرىپ، شەربىتى سەندەل، شەربىتى ئەنجىباھار، قۇرسى كەھرىۋا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى تۆت گرام، ئەنجىباھار يىلتىزى شىرىسى تۆت گرام، شەربىتى بىنەپشىدىن 24 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، تۆت گرام پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خەشخاش پوستى، قارا ھېلىلىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، كالا يېغى بىلەن قورۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئەرقى شوخلا ۋە ئەرقى شاھتەررە بىلەن چىقىرىلغان ئاق لەيلى يىلتىزى-نىڭ لوئابى، بېھى قىيامى، پاقىيوپۇرمىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھېلىلە مۇرابباسىدىن بىر دانە يېگۈزۈپ، ئارقىدىنلا ئىسپىغۇل لوئابىغا قەنت ئارىلاش-تۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاباشىر، بۇغا مۇڭگۈزىدىن بىر گرام ئېلىپ كۆيدۈرۈپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئامىلە نۇشدارى لۆئلىۋى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىر دانە ئالتۇن ۋاراقىغا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

نامازشامگۈل ئۇرۇقى، ئەنجىباھاردىن 18 گرامدىن ئېلىپ، بۇ دورىلارنىڭ شىرىسىنى 48 گرام ئەرقى كەيىورە، 60 گرام ئەرقى گۈل، 60 گرام ئەرقى پاقىيوپۇرمىقى بىلەن چىقىرىپ، ئۇنىڭغا پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، پەرەنجىمشكى، ئىسپىغۇل كېپىكى ئۇچ گرامدىن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەھرىۋا، بىخ مارجان، جاراھەت تېشى، ئانارگۈلى، توخۇ تۇخۇمى شاكىلىنىڭ كۈل بىر گرامدىن ئېلىنىپ، بۇ دورىلار شەربىتى ئەنجىباھار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى ۋە ئاق لەيلى يىلتىزىنىڭ لوئابىنى ئەرقى گۈل ۋە ئەرقى شوخلا بىلەن چىقىرىپ، بېھى قىيامى ۋە پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىرىق ئۇسارىسى، چەلەك يوپۇرمىقى، ئەرقى گۈل قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇچ گرام بېھى ئۇرۇقىنىڭ لوئابىنى قاياق سۈدا چىقىرىپ، 12 گرام قەنت، ئالتە گرام لايىقلاشتۇرۇلغان ئىسپىغۇل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىر گرام كەھرىۋانى يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام ئىترىفىل سەغىر بىلەن ئارىلاشتۇ-رۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۆرۈنۈشلۈك تىزىملىكى

رەيھان ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقىدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، تۆت گرام ئەنجىباھار يىلتىزى شىرىسى، 12 گرام قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق موم 30 گرام، گۈل يېغى 36 گرام، ئىسپىغۇل لوئابى 24 گرام، مۇردار سەنگى يەتتە گرام، كاپۇر ئون گرام، ئاق لەيلى غولى سۈيىدىن 12 گرام قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

ئەگەر بۇۋاسىر بىلەن قانلىق ئىچى سۈرۈش بىرگە كەلسە، خۇنسياۋشان، كەھرىۋا، گىل ئەرمىنى، بىخ مارجان، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام جاۋارىش مەستىكى مۇرەككەپ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىر دانە كۈموش ۋاراقىغا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بەدىيان توققۇز گرام، رۇم بەدىيان ئۈچ گرام، زىرە تۆت گرام، لاچىنداندىن بەش گرام ئېلىپ قورۇپ، قاياق سۇ بىلەن شىرىسىنى چىقىرىپ، 36 گرام شەربىتى ئەنجىباھار، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، قىزىل تۇدەرىدىن ئۈچ گرامدىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرلەرنىڭ ئۇنۇمى بولمىسا، مەستىكى، يۇيۇلغان لاجۇۋەرد، لاچىندانە، خۇنسياۋشاندىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بىر دانە ئامىلە مۇرابباسىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئالتۇن ۋاراقىغا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قورۇلغان رۇم بەدىيان ئۈچ گرام، بەدىيان تۆت گرام، قاقىلىدىن يەتتە دانە ئېلىپ، ئەرقى گۈل، ئەرقى كەيىوره، ئەرقى گاۋزىبان، ئەرقى بادرەنجى بۇيا ھەربىرى 60 گرام بىلەن شىرىسىنى چىقىرىپ، ئالما شەربىتى، ئەنجىباھار شەربىتى 18 گرامدىن، سۇفۇپى مىقلىياسادىن يەتتە گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇۋاسىر بىلەن كۆڭۈل ئاينىش، ھۆ تۇتۇش، قورساق كۆپۈش، بەدەن ئاجىزلاش ئەھۋالى بىرگە بولسا، تاباشىر، سۇماق پوستى، مەستىكى، كەھرىۋادىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، داۋائى مىشكى مۆتىدىلىن توققۇز گرام بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن زىرىق، رۇم بەدىيان، ئاق زىرە، نامازشامگۈل ئۇرۇقى تۆت گرامدىن، بەدىيان يەتتە گرام، قاقىلىدىن تۆت دانە ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى 125 گرام ئەرقى گۈل، 60 گرام ئەرقى پاقىيوپۇرمىقى، 60 گرام ئەرقى كەيىوره بىلەن چىقىرىپ، ئۈچ گرام قىچا تالقىنى، تۆت گرام پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە، مەستىكى، كۈندۇر، يۇيۇلغان ھەجرۇل ئەرمىنىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام مۇپەررىھ ياقۇت، يەتتە گرام

خېمىرى مەرۋايىت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىر دانە كۈمۈش ۋاراقتا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى توققۇز گرامدىن ئېلىپ، يەڭگىل قورۇۋېتىپ، شىرىسىنى 60 گرام پاقىيوپۇرمىقى ئەرقى، 60 گرام ئەرقى بادرەنجى بۇيا، 60 گرام ئەرقى لاچىندانە، 72 گرام ئەرقى گۈل بىلەن چىقىرىپ، پەرەنجىمىشكىدىن ئۇچ گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بوۋاسىر قېنىنى توختىتىش ئۇچۇن ئىترىفىل مۇقەل مۇلەييىن، ئىترىفىل مۇقەل قابىز، ھەببى سۇندۇرۇس، ھەببى مۇقەل، ھەببى جەدۋار، ھەببى بوۋاسىر، مەجۇنى خۇپسىلھەدد، ھەببى سەندەل، مەرھەمى سەرب قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

پوستى سۇماقنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىترىفىل مۇقەل بىلەن يېگۈزۈش بوۋاسىر قېنىنى توختىتىش ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق.

رۇسۇت مەككىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىترىفىل مۇقەل بىلەن يېگۈزۈشمۇ بوۋاسىر قېنىنى توختىتىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار بوۋاسىر كېسەللىكىنى داۋالاشتا تۆۋەندىكىدەك تەدبىر قوللانغان:

رۇسۇت تالقىنىدىن ئۇچ گرامنى قېتىقا ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈش قانلىق بوۋاسىر ئۇچۇن پايدىلىق.

ئۇچ گرام ئانار پوستى تالقىنىنى 72 گرام كالا قېتىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، 4 ~ 3 كۈنگىچە ئىچكۈزۈش بوۋاسىر قېنىنى توختىتىش ئۇچۇن پايدىلىق.

قارا ھېلىلە، ئارپىبەدىيان 1.5 گرامدىن، قەنتتىن ئۇچ گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، 24 گرام قايماق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆيدۇرۇلگەن ئادەم سۆڭكى، رۇسۇت، ئەرەب يېلىمىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ تالقان قىلىپ، ئۇنىڭدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، 18 گرام قايماق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەمرى ھىندى پوستىنى يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈش بوۋاسىر قېنىنى توختىتىش ئۇچۇن پايدىلىق (ۋالىدە مەرھۇمنىڭ قوللانمىسىدۇر).

تەمرى ھىندى مېغىزى، شېكەر ئىككى گرامدىن، رۇسۇت مەككىدىن بىر گرام ئېلىپ تالقانلاپ، قاينىق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈش بوۋاسىر قېنىنى توختىتىش ئۇچۇن پايدىلىق.

ئەرقى گۈلگە سارغايتىلغان سەدەپ تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش بوۋاسىر قېنىنى توختىتىش ئۇچۇن پايدىلىق.

بوۋاسىر كېسەللىكىدە ئاغرىق توختىتىش ئۇچۇن تۆۋەندىكى داۋالاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بىلەن تەمىنلەش

ئىكللىملىك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئەپيۇن، زەپەر، زىغىر ئۇرۇقى، تۇخۇم سېرىقى، توخۇ تۇكىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلى، مۇقەل، مىئەسائىلە، كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

قورۇلغان پىياز سېرىقماي بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

گۈل يېغى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى، ئەپيۇن، زەپەر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىلىدۇ.

نېلۇپەر ياغچىنى ئوبدان قاينىتىپ، سۈزۈپ، گۈل يېغى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى، ئازراق ئەپيۇن قوشۇپ، يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

60 گرام قوغۇشۇندا قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ، گۈل يېغىدا ئېرىتىپ، يەرلىك ئورۇنغا تېمىتىلىدۇ. ئەگەر ئېچىشىش ئېغىر بولسا، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

بابۇنە، ئىكللىملىك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ئون گرامدىن، ئەپيۇن، زەپەر ئۈچ گرامدىن، مۇقەلدىن يەتتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

كەندىر غازىكى، كۆكناردىن 36 گرامدىن ئېلىپ، كالا سۈتى بىلەن قاينىتىپ، ئۈنىڭ بىلەن ھورلىنىش، سۈيى بىلەن يۇيۇنۇش ناھايىتى پايدىلىق (مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ قوشۇش كېرەك).

سېمىزئوت، ھەمىشباھار گۈلى ياغچى، ئاق لەيلى غولى، يەرلىك شوخلا غولى، ئوسۇڭ غولى، بىنەپشە غولى، پاقىيوپۇرمىقى غولى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئىلمان قىلىپ بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

خاكشى، كۈدە ئۇرۇقى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ ھورلاندۇرۇش ناھايىتى پايدىلىق.

مۇقەل، بېلىق سۆڭىكى، بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كەبىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ ھورلاندۇرۇش لازىم.

بابۇنە، ئەپيۇن، ئاق موم، ئۆدەك يېغىدىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قىيرۇتى تەييارلاپ ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق.

گۈل يېغى، رەۋغىنى بابۇنە، ھەمىشباھارگۈلى ئون گرامدىن، موم بەش گرام، مۇقەل يەتتە گرام، بۇ دورىلاردىن قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئاق لەيلىگۈلى 12 گرام، ئۇپا، زىرە ئالتە گرامدىن، ئەپيۇن ئىككى گرام، گۈل يېغى 36 گرام، تۇخۇمنىڭ ئېقىدىن بىر دانە ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

سېرىق موم، گۈل يېغى، كالا پاچىقى يىلىكىدىن 24 گرامدىن، دورىلارنى قىزىتىپ،

ئالتە گرام ئەپيۇننى ئېرىتىپ مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

12 گرام مۇقەلنى گۈل يېغى بىلەن ئېرىتىپ، موم، ئاقاقيا، خۇنسياۋشان تالقانلىرى، ئانارگۈلى، كات ھىندى، تەمرى ھىندى ئۇرۇقى شىرىسى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

خۇپسىلھەددە 18 گرام، سېرىق ھېلىلە بەش گرام، قارا ھېلىلە بىر گرام، بىخ سۇستىن ئۈچ گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، لىمون سۇيى ۋە ئانار سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ كۈمىلاچلاپ يېگۈزۈش قانلىق بوۋاسىر، يەللىك بوۋاسىر ئۈچۈن پايدىلىق.

ھەببى ئەنجۇردىن ھەر كۈنى مۇۋاپىق مىقداردا يېگۈزۈلىدۇ.

بوۋاسىر كېسەللىكى بىلەن نەزلە ۋە يۇرەك قوزغىلىش بىرگە كەلسە، بىر دانە ھېلىلە مۇرابباسىغا بىر گرام مەستىكى تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۈچ گرام ئاق لەيلىگۈلى، ئون دانە ئۇرۇقسىز ئۈزۈمنى 120 گرام ئەرقى شوخلا، 24 گرام ئەرقى كەييورە بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، پەرەنجىمشكى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئوسۇك ئۇرۇقى ئالتە گرام، خەشخاش ئۇرۇقى شىرىسى تۆت گرام، شەربىتى بۈزۈرىدىن 24 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، تۆت گرام پەرەنجىمشكى ئۇرۇقى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بوۋاسىر كېسەللىكى سوزۇلما خاراكتېرلىك بولۇپ، ئىچى سۇرۇش بىرگە كەلسە زورەمبات، مەستىكى، خۇپسىلھەددىتىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بىر دانە ھېلىلە مۇرابباسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئون دانە ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، 48 گرام يەرلىك شوخلىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، 24 گرام بېھى قىيامى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرلەرنىڭ ئۇنۇمى بولمىسا، مۇددەببەر قىلىپ سوقۇلغان خۇپسىلھەددىن بىر گرام، ئىتىرىفىل سەغرىدىن توققۇز گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن 24 گرام ئۇرۇقسىز ئۈزۈمنى 120 گرام ئەرقى بەدىيان، 120 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. سۇيدۇك ھەيدەش زۆرۈر بولسا، يۇقىرىقى دورىغا ئوغرىتىكەن شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسىدىن ئالتە گرامدىن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر كېسەللىكى بىلەن قەۋزىيەتلىك، قۇرۇق يۆتەل، كىچىك تەرەت قىلىش قىينىلىشىش بىرگە بولسا، بىر گرام مۇقەلنى يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام ئىتىرىفىل سەغىر بىلەن بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆت گرام نېلۇپەر، ئون دانە ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، ئالتە گرام كاسىنە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى 120 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن چىقىرىپ، 24 گرام شەربىتى بىنەپشە، ئالتە گرام ئىسپىغۇل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئىتىرىفىل

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنى بىر يەردىن تاپسىز

سەغىر يېگۈزۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن خەشخاش شىربىسى، ئوغرىتىكەن شىربىسى، قەنت قاتارلىق دورىلارنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر بىلەن ئومۇمىي بەدەنده ئېچىشىش بىرگە بولسا، ئومۇرتقا سۆڭىكىنىڭ ئاستى قىسمىغا زۇلۇك قويۇلىدۇ. ئىترىفىل كەشنىز يېگۈزۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن كاسىنە ئۇرۇقى شىربىسى، بەدىيان شىربىسى، ئوغرىتىكەن شىربىسى قاتارلىق دورىلار قەنت بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر كېسەللىكى بىلەن كونا سۆزنەك كېسەللىكى بىرگە بولۇپ، كىچىك تەرەت قىلىش قىينىلىشىش بولسا، 12 گرام ئىترىفىل مۇقەل يېگۈزۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن گۈل بىنەپشە، ئاق لەيلى يىلتىزى، ئوغرىتىكەندىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى ئاخشىمى قاياناق سۇغا چىلاپ قويۇپ ئەتىسى ئەتىگەنده سۈزۈپ، شەربىتى بۇزۇرى، گۈلقەنت 18 گرامدىن، ياۋا سېمىز ئوت ئۇرۇقىدىن بەش گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر بىلەن بۆرەكتە يەللىك ئاغرىق، ھەزىم ناچارلىق بىرگە كەلسە، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە، ھېلىلە كابىلى، بەلىلە پوستى بىر گرامدىن، مۇقەلدىن 120 مىللىگرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، بادام يېغى بىلەن ياغلاپ، ئەرقى گاۋزىبان، ئەرقى بەدىيان بىلەن چىقىرىلغان ئىسپىغۇل لوئابى، شەربىتى بىنەپشە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بوۋاسىر كېسەللىكى بىلەن قورساق ياكى بالىياتقۇدا كۆپۈشۈش، قۇرۇق يۆتەل بولسا، بىخ بەدىيان، بىخ كاسىنە ئالتە گرامدىن، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، سېرىق ئەنجۈر ئۇچ دانە، ئاق لەيلىگۈل ئۇچ گرام، يەرلىك شوخلا ئالتە گرام، پىرسياۋشان تۆت گرام، ئۇستقۇددۇس تۆت گرام، كاسىنە ئۇرۇقى، گۈل بىنەپشىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر مونەكچىسىنىڭ سۇيدۇكلۇكنى بېسىشى سەۋەبىدىن سۇيدۇك توسۇلۇش ۋە تامچىلاش، تۇز ئۇچەيگە تەسىر قىلىشتىن قەۋزىيەتلىك كۆرۈلۈپ، بەدەن ئىششىقتەك مەلۇم بولسا بىر گرام ئۇستقۇددۇسنى يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام ئىترىفىل سەغىر بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئاق لەيلىگۈلى ئۇچ گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، كاسىنە ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ سۈزۈپ، 12 گرام ھەسەل، تۆت گرام ئىسپىغۇل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر كېسەللىكى بىلەن گۆش يوغان سۈدەك ئىچ سۈرۈش بىرگە كەلسە، سۇفۇپى تىيىننى بادام يېغى بىلەن ياغلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئاق لەيلى يىلتىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى تۆت گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، نامازشامگۈل ئۇرۇقى شىربىسى تۆت گرام، چاھار تۇخۇمىدىن توققۇز گرام

قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەرنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە سۇفۇپى رۇمىان يېگۈزۈلىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى تۈخۈمى مەرۋە چۇشكەن دورا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى بۇ نۇسخىغا مۇدەببەر قىلىنغان خۇپسىلھەددە بىر گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈچىنچى كۈنى قورۇلغان ئانار ئۈرۈقى، خەرنوپ، مەستىكى، نامازشامگۈل ئۈرۈقى، مۇدەببەر قىلىنغان خۇپسىلھەددىتىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

تۆتىنچى كۈنى توققۇز گرام شەربىتى خەشخاش ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەشىنچى كۈنى تۆت گرام بەدىيان، ئۈچ گرام ئاق لەيلى يىلتىزىنى 250 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، توققۇز گرام چاھار تۈخۈمى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. مۇشۇ تەرتىپ بويىچە داۋالىغاندا كېسەللىكتە بىرقەدەر يېنىكلەش كۆرۈلسە، 36 گرام تاتلىق ئانار شەربىتىگە بىر گرام رۇسۇت تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن ئاق لەيلى يىلتىزى، توخۇمى مەرۋ تۆت گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، سېمىزئوت ئۈرۈقى شىرىسى ئالتە گرام، ئەنجىباھار يىلتىزى تالقىنى تۆت گرام، رەيھان ئۈرۈقى تۆت گرام، سوقۇلغان كەھرىۋا بىر گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاخىرىدا كۆك موزىدىن ئىككى داننى يۇمشاق سوقۇپ، تۆت گرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر ساھەسىدە ئېچىشىش بولۇپ، بىماردا قەۋزىيەتلىك، ئىشتىھاسىزلىق ئەھۋالى بولسا، دەسلەپتە ئىترىفىل مۇقەل مۇلەييىندىن يېگۈزۈپ، ئۈنىڭدىن كېيىن ئاق لەيلى يىلتىزى، گۈل بىنەپشىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى بەدىيان بىلەن قاينىتىپ، 48 گرام شەربىتى بىنەپشە، تۆت گرام رەيھان ئۈرۈقى، تۆت گرام ئىسپىغۇل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە زىرە ئۈساربىسى، مۇقەل، كۈدە ئۈرۈقى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈل يېغى ۋە توخۇ تۈخۈمى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەت ساھەسىگە سۈۋىلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار تۆۋەندىكىدەك داۋالاش تەدبىرىنى قوللانغان:

زىرىق ئۈساربىسى، چەلەك يوپۇرمىقى قاتارلىق دورىلارنى ئەرقى گۈلگە چىلاپ، يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

كەندىر يوپۇرمىقى سۇغا چىلاپ، يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش ۋە ئۈنى كالا سۈتى بىلەن قاينىتىپ ھورلاندۇرۇش بوۋاسىر ۋە ئۈنىڭ ئاغرىقى ئۇچۇن پايدىلىق.

ئاق كەتمەندى، سېرىق ھېلىلە پوستى قاتارلىق دورىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، داكىنى چۆكۈرۈپ بوۋاسىرغا قويۇش يەرلىك ئورۇندىكى ئېچىشىشنى توختىتىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بېكىتى لىنىسى

ئون گرام زىرىنى چالا قورۇپ، سوقۇپ، گۈرۈچ سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەندىر ئۇرۇقى مېغىزى 40 داننى يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى رۇسۇت، ھەببى بوۋاسىر قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

بوۋاسىر كېسەللىكىدە توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن بۇرۇن بىمار مۇنچىغا چۈشۈرۈلىدۇ، ئاتقا مىندۈرۈلىدۇ. بىمار كۆچلۈك بولسا ساپىن تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

ئاق پىيازنى ئوبدان ئاقلاپ قاينىتىپ، يۇمشىتىپ، كالا يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

مەلھەمى داخلىيوننى يەرلىك ئورۇنغا ئىشلىتىش ۋە زىمادى پارۇق تېمىتىش ناھايىتى پايدىلىق.

پىياز سۇيى، سەبرە تالقىنى، زەھىرى مۆھرە ھايۋانى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىلىدۇ.

سوقۇلغان مۇقەلدىن بىر گرامنى 12 گرام ئىترىفىل سەغىر بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، 120 گرام ئەرقى شاھتەررە بىلەن ئىچكۈزۈش بوۋاسىرنىڭ بۇزۇلغان قېنىنى ئاققۇزۇش ئۈچۈن پايدىلىق.

بوۋاسىر كېسەللىكىدە بوۋاسىر مونچاق گۆشىنى قورۇتۇش ئۈچۈن تۆۋەندىكى داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ:

زەرنىخ ياكى ئانار پوستى تالقىنىنى مۇقەل تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سېپىلىدۇ.

ھۆل ياۋا پىيازنى كېسىپ، ئۈنىكىدىن چىققان سۇيىنى بوۋاسىر تۈگۈنچىسىگە تېمىتىش ناھايىتى پايدىلىق.

كۆيدۈرۈلگەن كالا مۈڭگۈزىنى يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىش، يىلاننىڭ پوستىنى سۈرتىش ناھايىتى پايدىلىق.

ئانار پوستى، زەرنىختىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قىزىتىلغان كۈنجۈت يېغى بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، ئىلمان بولغاندا يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىش، كېسەللىك بىرقەدەر ياخشىلانغاندىن كېيىن بۇ دورىنى شېشىگە قۇيۇپ بىرنەچچە دانە چايان سېلىپ 40 كۈن ئاپتاپتا قويۇپ، يەرلىك ئورۇنغا ئىشلىتىلىدۇ.

زىغىر يېغى، گۈل يېغى، يەرلىك شوخلا سۇيى، چالا پىشۇرۇلغان تۈخۈم قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا، ئاق كەتمەندى بىر دانە، خۇنسياۋشان ئىككى گرام، گىل ئەرمىنىدىن بىر گرام ئېلىپ، يۇقىرىقى ياغ ۋە سۇيۇقلۇقلارغا سېلىپ مەلھەمدەك بولغانغا

قەدەر قوچۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرۈلىدۇ.

ھەكىم ئەلى «بوۋاسىر مونچاق گۆشىنى قۇرۇتۇپ چۈشۈرۈشتە ئۆتكۈر دورىلارنى ئىشلىتىشتە قارامايلىق قىلماسلىق، چۈنكى بۇ ئارقىلىق بەزىدە ئاغرىقنىڭ ئېغىرلىقى سەۋەبىدىن بىمار ئۆلۈپ كېتىدۇ» دەپ كۆرسەتكەن.

بىر قىسىم تېۋىپلار بوۋاسىر كېسەللىكىنى داۋالاشتا تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

مۇددەبەر قىلىنغان ئەنزۇرۇتنى ئىزىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش بوۋاسىر مۇدۇر - چاقىسىنى قۇرۇتۇپ چۈشۈرۈش ئۈچۈن پايدىلىق.

تۇرۇپنىڭ ئىچىنى كاۋاك قىلىپ، تانكارنى توشقۇچە قۇيۇپ، ئېغىزىنى چىڭ ئېتىپ قائىدە بويىچە گىل ھېكمەت قىلىپ، ئاندىن قايىنىتىپ ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى تۇرۇپنى يېگۈزۈش، تامىقىغا تانكارنى قوشۇپ بېرىش بوۋاسىر دانچىسىنى يوقىتىش ئۈچۈن پايدىلىق.

قوغۇشۇن 48 گرام، كۈشتە قىلىنغان سىماب تۆت گرام، ئېگىر تۇركىدىن 60 گرام ئېلىپ، قوغۇشۇننى ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا سىمابنى سېلىپ سوۋۇغاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇپ، يۇمشاق رەختتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېگىر تالقىنىنى ئايرىم ئۆتكۈزۈپ، دورىلارنى بىر-لەشتۇرۇپ مۇۋاپىق ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ، بىر كۈندە ئىككى ۋاخ ئىككى داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

لايىقلاشتۇرۇلغان بالادۇرنى تۇرۇپ غازىكى سۈيىگە چىلاپ يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

بوۋاسىر مونچاق گۆشىنى دورا ۋە باشقا داۋالاش تەدبىرلىرى بىلەن ساقايتقىلى بولمىسا، مېتال سايمانلىرى بىلەن بوۋاسىر مونچاق گۆشى كېسىپ تاشلىنىدۇ. بوۋاسىر مونچاق گۆشىنى كېسىشتىن ئىلگىرى ئەڭ ياخشىسى قان ئېلىش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىش، ئىككى كۈندىن كېيىن ھوشسىزلاندۇرغۇچى دورىلارنى بېرىپ، بوۋاسىر مونچاق گۆشى كېسىپ تاشلىنىدۇ. كېسىۋەتكەندىن كېيىن يەرلىك ئورۇندىن چىققان قان دەرھال توختىتىلىدۇ، بەزى بىمارلاردا بوۋاسىر مونچاق گۆشىنى كەسكەندىن كېيىن، شۇ يىلى يەنە بىر قېتىم قايتا پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن مونچاق گۆشنى كېسىپ ئېلىۋەتكەندىن كېيىن كېسەلگە سەۋەبچى خىلىتنى تازىلاش، تەبىئەتنى كۈچلەندۈرۈش تەدبىرلىرىنى ئۇ-زۇنراق داۋاملاشتۇرۇش لازىم.

بوۋاسىر مونچاق گۆشىنى كەسكەندە بارلىق دانچىلارنى بىرلا ۋاقىتتا كەسمەسلىك، بەلكى بىر داندىن ئارىلاپ بىرنەچچە كۈن توختىتىپ كېسىش لازىم. ئۇنداق قىلمىغاندا ئاغرىقنىڭ كۆپلۈكىدىن قۇۋۋەت ئاجىزلاپ كېتىش خەتىرى بار.

بوۋاسىر كېسەللىكىدە تۇتقاقلىق ئاغرىق بولماستىن، يەرلىك ئورۇندىن داۋاملىق

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

قويۇق قان چىققان بولۇپ، بەدەندە ئاجىزلاش كۆرۈلسە، بوۋاسىر دانچىلىرىنى كېسىش توغرا ئەمەس. بۇ ۋاقىتتا سۈماق سۈيى بىلەن قۇرسى كەھرىۋا ئىچكۈزۈلىدۇ. بەدەننى قۇۋۇەتلەش ئۈچۈن بېھى سۈيى، هاراق، مائۇللەهمى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ يېتەرلىك بولمىسا مەجۇنى خۇپسىلھەدىد بىرلىكتە يېگۈزۈلىدۇ.

قارا هېلىلىنى كالا يېغى بىلەن قورۇپ يۇمشاق سوقۇپ، تەڭ مىقداردىكى بەدىيان تالقىنى، قىچا تالقىنى قوشۇپ بىر قوشۇقتىن ئېلىپ، 36 گرام كۈدە سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇدەببەر قىلىپ سوقۇلغان خۇپسىلھەدىد ئون گرام، سوقۇلغان ئاق قىچىدىن يەتتە گرام ئېلىپ 36 گرام كۈدە سۈيى، يەتتە گرام جوز يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىخ كەبىر، بىخ كەرەپشە، زەهرى - مۇهرى، تەرەنجىبىن، ئەنجىدان يىلتىزى سەۋسەن يىلتىزى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بالادۇر هەسلى بىلەن يۇغۇرۇپ، قۇرس تەييارلاپ ئىككى داندىن يېگۈزۈلىدۇ.

بىخ كەبىر، ئاچچىقتاۋۇز يىلتىزى، ئاق قىچا، ئەنزىرۇت قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، يەسمەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈۋلىدۇ.

بوۋاسىر تۇتقاقلىق هالەتتە قانسا هەببى مۇقەل يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر قاناش تۇتقاقلىق بولمىسا، هەببى مۇقەلنىڭ هېچقانداق پايدىسى بولمايدۇ.

بوۋاسىر بىلەن يېرىق ۋە ئىششىق بىرگە كەلسە، كەندىر يېغى بىلەن مۇقەلنى ئېرىتىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈۋلىدۇ.

هەببى مۇقەل، هەببى سۈندۈرۈس، مەجۇنى خۇپسىلھەدىد، ئىترىفىل سەغىر، قاتارلىق دورىلار تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

سەكپىنەچ، مۇقەل يەتتە گرامدىن، مىئەسائىلە ئۈچ گرام، ئەپيۇندىن ئىككى گرام ئېلىپ، ئۆرۈك مېغىزى يېغىدا ئېرىتىپ، ئىككى گرام قۇندۇز قەهرى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈۋلىدۇ.

سەبرە، كۈندۈر، خۇنسياۋشان، ئانارگۈلى، شىيافى مامشا قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سېپىپ تېڭىش بوۋاسىر قېنىنى توختىتىش ئۈچۈن پايدىلىق.

موزىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سېپىلىدۇ. ئەگەر بۇ تەدبىرلەر بىلەن قان توختىمىسا، ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارغا پاختىنى چۆكۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا تېمىتىش لازىم.

ئۇنىڭدىن كېيىن قان توختاتقۇچى دورا تالقانلىرى سېپىلىدۇ. بۇ تەدبىر بىلەن قان چوقۇم توختايدۇ. لېكىن قانىنىڭ يىغىلىپ قېلىش خەتىرى بار.

بوۋاسىردىن قان ئېقىۋاتقان بولسا، قەي قىلدۇرۇش بىلەن كەھرىۋا، بىخ مارجان، مەرۋايىت تالقانلىرىنى گىل ئەرمىنى تالقىنى، خولىنجان تالقىنى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈلىدۇ.

قارا ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە قاتارلىق دورىلارنى زەيتۇن يېغى بىلەن قورۇپ، قۇرسى كەھرىۋا بىلەن بىرلەشتۈرۈپ يۇمشاق سوقۇپ، ئۇچ گرام مۇقەللىنى كۈدە سۇيى بىلەن ئېرىتىپ، يۇقىرىقى تالقانلارنى قوشۇپ يۇغۇرۇپ كۈمىلاچ تەييارلاپ، سايىدا قۇرۇتۇپ ئون گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

قارا ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە 18 گرامدىن، كۈدە ئۇرۇقى ئون گرام، كەھرىۋا، بىخ مارجان، گىل ئەرمىنىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، 36 گرام مۇقەللىنى كۈدە سۇيى بىلەن ئېرىتىپ، يۇقىرىقى تالقاننى قوشۇپ يۇغۇرۇپ، كۈمىلاچ تەييارلاپ، ئون گرامدىن ئېلىپ، تۆمۇر داغمال سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈش قان توختىتىش ئۇچۇن پايدىلىق.

ھەببى خۇپسىلھەدىد يېگۈزۈش پايدىلىق.

ئەگەر بوۋاسىردىن قان ئاقماي يەرلىك ئورۇن چىڭقىلىپ ئاغرىپ تۇرسا، بۇخۇرى سەنگىجە راھەت (جاراھەت تېشى تەركىبىلىك دورا ئىسىنى يەتكۈزۈش) ۋە پىياز سۇيىنى سىرتتىن ئىشلىتىپ، يەرلىك ئورۇندىكى تومۇر ئېغىزى ئېچىلىدۇ. ئىچكى جەھەتتىن ھەببى مۇقەل، ئىتىرىفىل سەغىر، ھېلىلە مۇرابباسى بىرگە يېگۈزۈلىدۇ.

قارا ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن قورۇپ، 36 گرامدىن ئېلىپ، كۈدە ئۇرۇقى، قورۇلغان ھەببى رىشات، جۇۋىنە 48 گرامدىن، ئادراسمان ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى 24 گرامدىن، ئۇبھەل، ئۆرۈك مېغىزى 18 گرامدىن، مەستىكى، جۇزبۇۋادا ئۇچ گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئون گرامدىن ئېلىپ قاياناق سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

مۇقەللىنى زىغىر يېغى بىلەن ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا كالا يېغى بىلەن قورۇلغان كۈدە ئۇرۇقىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەمدەك بولغانغا قەدەر قوچۇپ، بوۋاسىرغا سۈرتىلىدۇ.

شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى ئىككى ھەسسىدىن، ياغ بىلەن ئېرىتىلگەن مۇقەل، توخۇ تۇخۇمنىڭ كۆلىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

بوۋاسىر بىلەن يەرلىك ئورۇندا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق بىرگە بولسا، مەردارسەڭگى ئون گرام، مەستىكى ئۇچ گرام، ئاق بەزرۇلبەنجىدىن يەتتە گرام ئېلىپ سوقۇپ، تۇخۇم سېرىقى ۋە بىنەپشە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر قېتىپ قالغان بولسا موزا، زەرنىخ قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىمارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلارنىڭ

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

تالقىنى يەرلىك ئورۇنغا سېپىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بىمار بوۋاسىر مۇدۇر - چاقىسى كۆيۈپ كەتكەنگە قەدەر بەرداشلىق بېرەلىشى كېرەك.

ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇننى هاراق بىلەن يۇيۇپ كۆيدۇرۇلگەن ئاچچىقتاۋۇز پوستى، كۆيدۇرۇلگەن ماش سېپىلىدۇ ياكى مەلهەمى سەپداپ كاشغىرى ئىشلىتىلىدۇ.

جۇرجانى بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بوۋاسىر كېسەللىكىدە غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىنى پەيدا قىلغۇچى يەللىك، غەلىز تاتاملارنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، قۇشلارنىڭ گۆشلىرىنىڭ شورپىسى، سامساق، پىياز، هاراق، نەشە ئىستېمال قىلىشتىن تەدرىجىي يىراقلىشىش لازىم.

مۇنچىغا چۈشۈرۈش، بەدەن چېنىقتۇرۇش پايدىلىق.

ئەگەر بوۋاسىر كۆيگەن خىلت ياكى سەپرا خىلتى خاراكتېرلىك بولۇپ، بىمار بەرداشلىق بېرەلسە، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن هېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، سەرپىستان، ئەينۇلا قاتناشمىسىغا خىيار شەنبەر شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈپ بەدەن تازىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن هېلىلە بىلەن مۇقەل تەك مىقداردا قوشۇلغان ئىترىفىل سەغىر يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئاغرىق بولسا، مۇۋاپىق زىماد ۋە مەلهەملەر ئىشلىتىلىدۇ.

مۇهەممەت زىكرىيارازى بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بوۋاسىر دانچىسىنى سايمان بىلەن كېسىپ تاشلاش ئۆتكۈر قۇرۇتۇپ چۈشۈرگۈچى دورىنى ئىستېمال قىلىشتىن ياخشىدۇر. چۈنكى ئۆتكۈر دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن ئاغرىق ئېغىر بولۇپ، ئىششىق پەيدا بولىدۇ. بوۋاسىر مۇدۇر - چاقىسىنى كېسىپ تاشلاش ياكى قۇرۇتۇپ چۈشۈرۈشتىن ئىلگىرى مەلۇم سۇرگۈچى دورا ياكى قان ئېلىش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىشى لازىم.

سابى تىبنى قۇررە بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مىئەسائىلە، كۈندۈر، قۇستە، بىخ كەبىر پوستى هەربىرىدىن بىر هەسسە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، دورىلاردىن 36 گرام ئېلىپ، زەيتۇن يېغى، كۈنجۈت يېغى، رەۋغىنى زەنبەق هەربىرىدىن 36 گرام بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىش بوۋاسىر دانچىسىنى چۈشۈرۈش ئۇچۇن پايدىلىق.

مەشهۇر تېۋىپ تىهرەن بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن: بوۋاسىرنى زەيتۇن يېغى بىلەن ياغلاپ كۆك تۇنىيانى سوقۇپ، يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىشنى ئون كۈن داۋاملاشتۇرسا، بوۋاسىر دانچىسى قۇرۇپ چۈشۈپ كېتىدۇ.

مەشهۇر تېۋىپ مەهمۇت بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قۇۋۇەتكە قاراپ باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش هەر قايسى بوۋاسىر ئۇچۇن پايدىلىق. تومۇردىن قان ئېلىپ بولغاندىن كېيىن هەركۈنى ئەتىگەن ئون دانە چىلان بىلەن 36 گرام

شېكەر يېگۈزۈلىدۇ ياكى چىلان شەربىتى بىلەن دىنار شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا بادام مېغىزى شىرىسى بىلەن ماش ئېشى بېرىلىدۇ. ئەگەر قەۋزىيەتلىك بىلەن بوۋاسىردىن قان كېلىش بىرگە كەلسە، مەتبۇخى پەۋاكىھ ياكى مەتبۇخى ھىلىلە ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىراق تەبىئەت يۇمشاق بولۇپ، قان ئېقىۋاتقان بولسا، ھەر كۈنى ئەتىگەندە قۇرسى كەھرىۋا، گىل ئەرمىنى تۆت گرامدىن ئېلىپ، 36 گرام بېھى قىيامى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ، كەپتەر، كەكلىك گۆشلىرى بىلەن سۇماق ئېشى ئېتىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر قان خىلىتى بىلەن سەۋدا خىلىتىنىڭ قوشۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىپ، يەرلىك ئورۇندا ئاغرىش ۋە بىئارامىلىق ئەھۋالى بولسا، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنى سىرتتىن ئىشلىتىپ، تومۇر ئېغىزى ئېچىلىدۇ.

ئىچكى جەھەتتىن ئىترىفىل سەغىر، ئىترىفىل مۇقەل يېگۈزۈلىدۇ. ئاغرىق بەك ئېغىر بولسا، ئاغرىق توختاتقۇچى سۇۋالمىلار سۇۋىلىدۇ.

ئەنتاكى بوۋاسىر كېسەللىكىنى داۋالاشتا تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

ئەگەر بوۋاسىردىن قان ئاقمىسا، بۇزۇق قانىنى چىقىرۋېتىش ئۈچۈن باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش لازىم.

ئەگەر بوۋاسىردىن قان ئاققان بولۇپ، قارا قويۇق بولسا قانىنى توختاتماسلىق، بەلكى مۇنداق ھالەتتە كېسەللىك ماددىسىنى تارقاتقۇچى، قان تازىلىغۇچى دورىلاردىن ئەنجۇر، چىلان، سەرپىستان 36 گرامدىن، ئۈستقۇددۇس، ئەفتىمۇن، قىزىلگۈل، گۈل بىنەپشە، رۇم بەدىياندىن 18 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى ئىككى كىلوگرام سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، سۇفۇپى سەۋدا بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر مۇدۇر - چاقىلىق بولسا، يۇقىرىقى مەتبۇخقا 36 گرام بىستىپايەج قوشۇلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر ئۈجمىسمان بولسا، ئۈستقۇددۇسىنىڭ ئورنىغا ئاسارۇن قوشۇلىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن مۇقەل، تۇربۇت، غارىقۇن، سەبرى ھەر بىرى بىر ھەسسە، مەستىكى، موزا، ئۇشەق، رۇم بەدىيان، سوقمۇنىيا ھەر بىرى يېرىم ھەسسە، ھەجرە ئەرمىنى ياكى لاجۇۋەردتىن تۆت ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، كۈدە سۈيى بىلەن كۈمىلاچ تەييارلاپ، تۆت گرامدىن ئېلىپ قۇرۇق ئۇزۇم سۈيى بىلەن يېگۈزۈش، بوۋاسىر دانچىلىرىنى چۈشۈرۈش، يەللىك بوۋاسىر دانچىلىرىنى چۈشۈرۈش، يەللىك بوۋاسىرنى يوق قىلىش، مىزاجنى تەڭشەش، نېرۋىلارنى تىنچلاندۇرۇش، قۇرۇقلۇقنى يوقىتىش ئۈچۈن پايدىلىق.

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىرىنچى تورىدۇر

جاۋارىش مۇلۇك، ھەببى مۇقەل مۇمسىك، ئىترىفىل كەبىر يېگۈزۈش بوۋاسىر ئۈچۈن پايدىلىق.

ئەنتاكى بوۋاسىر كېسەللىكىنى داۋالاشتا يەنە تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

شەربىتى پەۋاكىھ، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، سۇفۇپى مەرۋايىت، ھەببى لاجۇۋەرد ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسى تازىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن مەجۇنى خۇپسىلھەدىد، ھەببى مۇقەل يېگۈزۈلىدۇ. بوۋاسىر كېسەللىكىنى تولۇق داۋالاش ئۈچۈن بوۋاسىر مونچىقىنى كېسىپ تاشلاش، بىراق سايمان بىلەن كېسىش كۆپىنچە خەتەرلىك بولغانلىقى ئۈچۈن بوۋاسىر مونچاق گۆشىنى چاچ بىلەن بوغۇپ چۈشۈرۈۋېتىلىدۇ ياكى ئۆتكۈر دورىلار ئارقىلىق كۆيدۈرۈلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن زەرنىخ، كىبرىت، بىخ كەبىر، نامازشامگۈلى، موزا، يىلان قاسىرىقى ئىشلىتىلىدۇ.

خۇپسىلھەدىد، سىرىق ھىلىلە ياكى رەۋغىنى جوز ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

تۆمۈر داغمال سۇيى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئامىلە، ھىلىلە كابىلى، كۈدە ئۇرۇقى، قىچا قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

لايىقلاشتۇرۇلغان قىچا، پەرەنجىمشكى، مۇقەل، كۈنجۈت، كۈندۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، كۈنجۈت يېغى بىلەن ياغلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

زەيتۇن يېغىنى قىزىتىپ بوۋاسىر تۆگۈنچىسىگە سۈرتىلىدۇ.

تاباشىرنى زىغىر يېغى بىلەن ئېرىتىپ ئىچكۈزۈش، ئۇنىڭدىن كېيىن زەيتۇن يېغى، نوقۇت ئېشىنى بىرلەشتۇرۇلۇپ ئىچكۈزۈش قان توختىتىش ئۈچۈن پايدىلىق.

سەئدى كوفى، قىچا، مۇقەل، سەبرە، ھۇممار، چۇچۇمەل ئانار پوستى، ھىلىلە، جاۋىش، سەكپىنەچ، سەكپىنەچ، تاتلىق بادام، نارجىل يېغى، ئامىلە يېغى، شاپتۇل مېغىزى يېغى، كەندىر يوپۇرمىقى، خۇپسىلھەدىد، ئەپسەنتىن رۇمى، ئەپسەنتىن ئۇسارىسى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە زىماد قىلىنىدۇ.

ئىپار، مىئەسائىلە، سەبرى، زەيتۇن چۆپى كۈلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەم تەييارلاپ، پىلتىگە سۈرتۈپ زىماد قىلىنىدۇ.

قورۇلغان ئەنسىل كۈلى، زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

خۇپسىلھەدىد، كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، موم يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، پىلتىگە سۈرتۈپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

ھىلىلىنىڭ كۈلى، يىلان پوستى، مۇقەل، بىخ كەبىر، بالادۇر، زىراۋەندى تەۋىل، قۇرۇق نامازشامگۈل يوپۇرمىقى، سۈندۇرۇس قاتارلىق دورىلارنى كۆيدۈرۈپ، تۈتەكلىرىنى

بوۋاسىر تۇگۈنچىسىگە تەسىر قىلىدۇرۇش، بوۋاسىر مۇدۇر - چاقىلىرىنى قۇرۇتۇپ چۈشۈرۈش ئۈچۈن پايدىلىق.

كۈدە قاينىتىمىسى، چامغۇر قاينىتىمىسى ياكى نامازشامگۈل قاينىتىمىسىدا بىمارنى ئولتۇرغۇزۇش ناھايىتى پايدىلىق.

ئېكەكلەنگەن تۆمۈر، خۈپسىلھەدىد، كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە يۇمشاق سوقۇپ، بوۋاسىر دانچىلىرىغا سېپىش لازىم.

ھەر كۈنى بوۋاسىرنى ئۆشنە سۈيى بىلەن يۇيۇش پايدىلىق.

گۈڭگۇرت، مىئەسائىلە بىر ھەسسىدىن، رەۋغىنى كۈنجۈتتىن 32 ھەسسىدىن ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، بىر قاچىغا سېلىپ ئوتتا قىزىتىپ ئېرىتىلىدۇ. ئېرىتمىگە قۇستە تەلخى، پوستى بىخ كەبىر تالقانلىرىنى قوشۇپ بوۋاسىر دانچىسىغا سۈۋىلىدۇ.

بوۋاسىر كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچىغا سۈرگۈ بېرىش توغرا كەلسە، ھېلىلە پوستى، كاسىنە ئۇرۇقى تۆت گرامدىن، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەك ئۆتكۈر سۈرگۈ بېرىشكە قەتئىي بولمايدۇ. بەلكى بوشاشتۇرغۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى دورىلار ئارقىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ، بىراق سۈرگۈ بېرىش بەكلا زۆرۈرىيەت بولۇپ قالسا، ھېلىلە كابىلى، ھېلىلە سىياھ، بەلىلە، ئامىلە قاينىتىلمىلىرى ياكى مائۇلجەبىن ناھايىتى ئېھتىياتچانلىق بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بوۋاسىر كېسەللىكىدە قەۋزىيەتلىكنى يوقىتىش ئۈچۈن ھېلىلە مۇرابباسى، ئىترىفىل مۇقەل مۇلەييىن، ئىترىفىل سەغىر، ھەببى مۇقەل تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇچەينى سىلىقلاشتۇرۇش ئۈچۈن ھېلىلە مۇرابباسى، ئىسپىغۇل لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ھېلىلە مۇرابباسى، ئىسپىغۇل ۋە بېھى لوئابلىرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەستىكى، مۇقەل تالقانلىرىنى بىرگرامدىن ئېلىپ، 12 گرام ئىترىفىل سەغىر بىلەن يېگۈزۈلىدۇ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ئون دانە، گاۋزىباندىن تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، گۈلقەنت ياكى قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىترىفىل سەغىر، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى، ئەرقى بەدىيان، ئەرقى گۈل، شەربىتى گاۋزىبان بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خېمىر بىنەپشىنى گۈلقەنتكە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن كاسىنە ئۇرۇقى شىربىسى، ئەرقى كاسىنە، ئەرقى شوخلا، شەربىتى گاۋزىبان بىرلەشتۈرۈپ پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

دەسلەپتە ئىترىفىل سەغىر يېگۈزۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى،

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ يېڭى تورىسى

كاسىنە ئۇرۇقى شىربىسى، ئەرقى گاۋزىبان، ئەرقى شوخلا، ئەرقى گۈل، خېمىرى بىنەپشە، گۈلقەنت بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈيدۈك ھەيدەش ئۈچۈن تەركىبىدىكى ئۇرۇقى شىربىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىربىسى، ئوغرىتىكەن شىربىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بوۋاسىر كېسەللىكى بىلەن ئەزىلە بىرگە كەلسە، بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاينىتىلمىسى ياكى ئاق لەيلى يىلتىزى، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم قاينىتىلمىسى ۋە ياكى ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار، گۈل بىنەپشە، بېھى ئۇرۇقى قاينىتىلمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاشقازان ۋە جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن يەرلىك شوخلا، بىخ سۇس ياكى ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، نېلۇپەر ۋە ياكى گاۋزىبان، قاقىلە، تەركىبىدىكى ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسىنى ئەرقى شوخلا، ئەرقى بەدىيان، ئەرقى بىدىمىشكى، ئەرقى كەيىورە، ئەرقى شاھتەررە، ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەرلىك شوخلا، تەركىبىدىكى ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، كاسىنە ئۇرۇقى، قوغۇن مېغىزى، قاقىلە، رۇم بەدىيان، بەدىيان، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ ئىككى خىلىنىڭ شىربىسىنى چىقىرىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نېلۇپەر، شەربىتى بۈزۇرى، شەربىتى ئانار شىرىن، شەربىتى ئۈنناپ قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسىگە چاھار تۇخۇمى ياكى تۇدەرى ياكى پەرەنجىمىشكى ۋە پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىرنىڭ قېنى توختاپ قالغانلىقتىن ئومۇمىي بەدەنده تارتىشىش، ئاغرىش، قىزىش، توڭۇپ تىترەش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ئىسپىغۇل، خوخا قاتارلىق دورىلارنى بىر گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ، 60 گرام ئەرقى ئوغرىتىكەن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككى سائەتتىن كېيىن جۇڭگو چېيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن پادى زەھرە ھايۋانىدىن 0.5 گرامنى تالقانلاپ، 12 گرام شەربىتى ياقۇت، 48 گرام ئەرقى كەيىورە، 48 گرام ئەرقى ئەنبەرگە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بوۋاسىر قېنى توختىغانلىقتىن مەقئەت قىسمى ئاغرىش، مەقئەت چىقىپ قېلىش، تولغاق يۈز بەرسە ھەمدە يۈرەك ۋە ئاشقازاندا ئېغىر دەرىجىدە تارتىشىش كۆرۈلسە، كەندىر يوپۇرمىقى، چەلەك يوپۇرمىقى، ئانار يوپۇرمىقى، يانتاق يوپۇرمىقى 36 گرامدىن، بىخ كەبىر 18 گرام، بابۇنە يىلتىزى، بەدىياندىن 24 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ يەرلىك ئورۇن ھورلاندۇرۇلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن قىزىلگۈل شىربىسى، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم شىربىسى 24 گرامدىن، شەربىتى گاۋزىباندىن 48 گرام ئېلىپ، بىر گرام سۇفۇپى يەھۇدى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۈزۈقلاندۇرۇشتا توخۇ گۆشىنىڭ ئۇمىچى ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەندىر ئۇرۇقى يەتتە گرام، قىزىل تۇدەرىدىن تۆت گرام ئېلىپ تالقانلاپ، ئەرقى

كەيپىورە، ئەرقى بىدەمشكى 60 گرامدىن، 24 گرام ئەرقى گاۋزىبان بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پىننە، يالپۇز تەك مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەت قىسمىغا تېڭىلىدۇ.

ئەگەر بەدەندە ئاجىزلاش بىرقەدەر ئېغىر بولسا، پادى زەھرى، تاباشىر، يۇيۇلغان لاجۇۋەردتىن بىر گرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ، 24 گرام ئالما شەربىتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۈمۈش ۋاراق قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئەرقى كەيپۇرە، ئەرقى ئەنبەر 48 گرام، ئەرقى بىدەمشكى 36 گرام، 24 گرام، شەربىتى ياقۇت، توققۇز گرام پەرەنجىمشكى ئۇرۇقى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا پاقلان گۆشى سېلىنغان يەڭگىل لەتىپ غىزالار بېرىلىدۇ.

ئىككىنچى پەسىل يەللىك بوۋاسىر

بواسیر زیگی

سەۋەبى:

يەللىك بوۋاسىر — غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن پەيدا بولغان قويۇق يەلنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتى بۆرەك قاتارلىق ئەزالاردىكى ھارارەتنىڭ تەسىرىدە قويۇق يەل پەيدا بولۇپ، تەدرىجىي ئومۇمىي بەدەنگە تارقىلىپ ئۇچەيگە تەسىر قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

قويۇق يەلنىڭ تەسىرىدىن قورساقتا كۆپۈش، كوركىراش، ئاغرىش، مەقئەت چىڭقىلىش، غولى تېلىپ ئاغرىش، تولغاق، قانلىق ئىچى سۈرۈش، بەزىدە قەۋزىيەتلىك، يوتا، بوغۇملاردا ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

خالىس سەۋدا خىلىتىنىڭ سۈرگىسى، مەتبۇخى ئەفتىمۇن ياكى ھەببى ئەفتىمۇن ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسى تازىلىنىدۇ.

مائۇلجەبىن، شىرخىست، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى مۇقەل، ئىترىفىل سەغىر، ئىترىفىل سانا، جاۋارىش ئامىلە، جاۋارىش خۇپ-

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

سىل ھەددە، جاۋارىش جالىنۇس، مەجۇنى دەبدىلۇەرد، سۇفۇپى لاچىندانە، مەجۇنى مۇقەل قاتارلىقلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ھاك، سەكپىنەچ، قۇندۇز قەھرى، بىستىپايەج قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەكـ كەپ ھالەتتە ئىچكۈزۈلىدۇ. بەدەننى مۇجۇش، ئات مىنىش، بەدەن چېنىقتۇرۇش بۇ كېسەللىك ئۈچۈن پايدىلىق.

سۇت، مېۋىلەر، سەۋزا خىلىتى پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن، نەشە چېكىشتىن ساقلىنىش لازىم،

بىر گرام سوقۇلغان زورەمباتنى تالقانلاپ، بىر دانە ھېلىلە مۇرابباسى بىلەن ئارىلاشـ تۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئالتە گرام تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى 48 گرام ئەرقى شوخلا، 48 گرام ئەرقى شاھتەررە، 36 گرام ئەرقى كەييورە بىلەن چىقىرىپ، 24 گرام بۇزۇرى شەربىتى، تۆت گرام ئاق تۇدەرى تالقىنى ياكى بىر گرام مەستىكى تالقىنى ۋە ياكى بىر گرام مۇقەل تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىترىفىل سەغىر، بەدىيان شىرىسى، گۈلقەنت قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلارغا ئالتە گرام كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى، 0.5 گرام سوقۇلغان زورەمبات، بىر گرام سوقۇلغان مۇقەل قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

دەسلەپتە بىر گرام سوقۇلغان مۇقەل 12 گرام ئىترىفىل سەغىرنگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بەدىيان شىرىسى، ئوغرىتىكەن شىرىسى، قەنت قاتارلىقلارـ دىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان، پىننە تۆت گرامدىن، گۈل بىنەپشىدىن توققۇز گرام ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، 24 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەستىكى بىلەن مۇقەلدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام ئىترىفىل كەشنىزگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، گاۋزىباندىن تۆت گرام ئېلىپ قاينىتىپ سۈزۈپ، 12 گرام قەنت، تۆت گرام ئاق تۇدەرى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھېلىلە مۇرابباسىدىن بىر دانە يېگۈزۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى، بەدىيان شىرىسىنى 120 گرام ئەرقى گاۋزىبان بىلەن چىقىرىپ، شەربىتى بىنەپـ شە، ئىسپىغۇل، رەيھان ئۇرۇقى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەللىك بۇۋاسىر بىلەن بىرگە جىگەر تەرەپتە ئاغرىش، دائىملىق قەۋزىيەت بولۇش ئەھۋالى كۆرۈلسە، بەدىيان، يەرلىك شوخلا، بىخ سۇس، پىرسياۋشان، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، شاھتەررە، گۈل بىنەپشە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈـ

زۇپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مادىدا پىشقانلىقىغا ئائىت ئالامەتلەر كۆرۈلگەندىن كېيىن بىرىنچى قېتىملىق سۈرگۈ ئۇچۇن يۇقىرىقى مەتبۇخقا خىيارشەنبەر شىرىسى، كالا يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككىنچى قېتىملىق سۈرگۈ ئۇچۇن سانا 12 گرام، ھېلىلە كابىلى، ئامىلە، بەلىلە ھەربىرى ئالتە گرام، بەدىيان، قىزىلگۈلدىن تۆت گرامدىن قوشۇپ مەتبۇخ تەييارلاپ، ھەببى ئىياردەج بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. سۈرگىدىن كېيىن ئاغرىق كۆكرەك ياكى ئېغىزماندا بولسا، سوقۇلغان مەستىكى بىر گرام ئىتىرىفىل سەغىر 12 گرام بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن 84 گرام ئەرقى بەدىيانغا 24 گرام تۆت گرام قەنت تۇدەرى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاغرىق يەڭگىللىگەندىن كېيىن ئىككىنچى قېتىملىق سۈرگۈ تەركىبىگە ئاق تۇربۇت تۆت گرام، زەنجىۋىلدىن بىر گرام قوشۇپ قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

ئەگەر يەللىك بوۋاسىردىن تاغاق قىسمىدا ئاغرىش بولسا، بىمار كۆچلۈك بولسا باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ، مۇۋاپىق ئىتىرىفىللار يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، لاچىندانىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ قايناتىپ سۈزۈپ، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ، 12 گرام ئىتىرىفىل كەشنىز بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى دورا تەركىبىدىكى لاچىندانە، قەنتىنىڭ ئورنىدا بەش گرام پىرسىياۋشان، تۆت گرام بەدىيان، 24 گرام گۈلقەنت ئىشلىتىلىدۇ.

يەللىك بوۋاسىر بىلەن بەل ۋە قورساق قىسمىدا ئاغرىش بىرگە كەلسە، دەسلەپتە ئىتىرىفىل سەغىر يېگۈزۈپ، 30 گرام ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 120 گرام ئەرقى شاھتەررە، 48 گرام ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، 24 گرام قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككىنچى قېتىم قەنتىنىڭ ئورنىغا گۈلقەنت ئىشلىتىلىدۇ. ئۇچىنچى قېتىم مەستىكى، سۆرۈنجان تالقىنىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، 12 گرام ئىتىرىفىل سەغرىگە ئارىلاشتۇرۇپ، ئەرقى بەدىيان بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. تۆتىنچى قېتىم مەستىكى، مۇقەل، كۈدە ئۇرۇقىدىن 0.5 گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئىتىرىفىل سەغرىگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. تۆتىنچى قېتىم ئاق لەيلىگۈلى ئۇچ گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، ئارپىبە دېيان تۆت گرام، سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 24 گرام قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بەشىنچى قېتىم سوقۇلغان مۇقەلنى ئىتىرىفىل سەغرىگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئالتىنچى قېتىم ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 24 گرام، بەدىيان تۆت گرام، كاسىنە ئۇرۇقىدىن ئالتە گرامنى 120 گرام ئەرقى بەدىيان بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، 24 گرام قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. يۇقىرىقى دورىلارنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن بىر گرام سوقۇلغان سۆرۈنجان ئىتىرىفىل سەغرىگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

يەللىك بوۋاسىر بىلەن بىرگە قورساق كۆپۈش، قورساق ئاغرىش ئالامىتى كۆرۈلسە،

بەدىيان تۆت گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ئون دانە، پىرسياۋشاندىن تۆت گرام ئېلىپ، ھەممىسىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، 24 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى مەتبۇخقا تۆت گرام بىستىپايەج، ئۈچ گرام ئاق لەيلىگۈلى قوشۇپ تەييارلاپ بېرىلىدۇ. ئۈچىنچى قېتىم بىر گرام مۇقەللىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىترە-فىل سەغىر بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. تۆتىنچى قېتىم يەرلىك شوخلا، پىرسياۋشان، قىزىلگۈل تۆت گرامدىن، ئاق لەيلىگۈلى ئۈچ گرام، سېرىق ئەنجۈردىن ئۈچ دانە ئېلىپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، 24 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بەشىنچى قېتىم يۇقىرىقى مەتبۇخقا ئالتە گرام بىستىپايەج قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

يەللىك بوۋاسىر بىلەن ئىچى سۇرۇش بىرگە كەلسە، سۇفۇپى يەھۇدى، سۇفۇپى مىقلىيالىسا، جۇۋىنە شىرىسى، كەرەپشە شىرىسى، بەدىيان شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ياش پاقلاننىڭ كاللا - پاچاق شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. بەزىدە بۇ شورپىلار بىلەن كىلىزما قىلىنىدۇ.

قورۇلغان ھىڭ 0.5 گرام، بىخ كەبىردىن بىر گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ ھەم بەدىيان شىرىسى، رۇم بەدىيان شىرىسى ھەر بىرىدىن يەتتە گرام ئەرقى گۈل، ئەرقى لاچىندانە، ئەرقى پىننە ھەر بىرىدىن يەتتە گرامغا 36 گرام قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەبرە 57 گرام، جاۋاشىر، مۇقەل، ئۈشەق، غارىقۇن، غاپەس ئۈسارىسى 18 گرامدىن، سەكپىنەچ 36 گرام، ئاچچىقتاۋۇزدىن ئون گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، كۈدە ئۇرۇقى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، كۈمىلاچلاپ 7 ~ 10 گرامغىچە يېگۈزۈلىدۇ. ھەببى خۇپسىلھەدد يېگۈزۈش بوۋاسىر، بۆرەك سوۋۇپ كېتىش، ھەزىم ناچارلىق، چىرايى نۇرسىزلىنىش، بەدەن ئاجىزلاش ئۈچۈن پايدىلىق.

سىركەنجۈبىل، ئەفتىمۇن، شەربىتى دارچىن، شەربىتى ئەپسەنتىن، شەربىتى ئەنىسۇن، شەربىتى مىشكى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى خۇپسىلھەدد ئىچكۈزۈش يەللىك بوۋاسىر ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

ھەببى مۇقەل مۇلەييىن، ھەببى مۇقەل قابىزلارنى ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىش پايدىلىق. ئۈنىڭدىن باشقا ئىترىفىل مۇقەل مۇلەييىن، ھەببى خۇپسىلھەدد ھەمدە بارلىق يەل ھەيدىگۈچى دورىلارنى يېگۈزۈش ياكى يەل ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن تىزنىڭ ئاستىنقى قىسمىنى يۇيۇش پايدىلىق.

رەۋغىنى كەلكىلانەج، رەۋغىنى ناردىن، رەۋغىنى مۇقەللىنى سىرتتىن ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق. (سەرھەندى).

بىر قىسىم تېۋىپلار تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

ئارپىيەدىيان شاخلىرى، قارىمۇچلاردىن تەك مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈ-لىدۇ. مەجۇنى مۇقەل يېگۈزۈلىدۇ.

قارا ھېلىلىنى سېرىقماي بىلەن قورۇپ، ئۇنىڭدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، قورۇلغان زىرىدىن ئىككى گرامنى قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ، كۈدە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ كۈمىلاچلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

زىغىر يېغىنى يەرلىك ئورۇنغا سۈۋاش پايدىلىق.

ھەك ئۇچ گرام، بەرەڭگى كابىلە ئالتە گرام، تاشتۇزى توققۇز گرام، زىرە 12 گرام، زەنجىۋىل 15 گرام، قارىمۇچ 18 گرام، پىلپىل 27 گرام، زەرچىۋا 27 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 27 گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قەنتنىك قىيامى بىلەن يۇغۇرۇپ ئون گرامدىن يېگۈزۈش يەللىك بوۋاسىر، قورساقنىك چىڭقىلىشى، بەلغەمى كېسەللىكلەر ئۈچۈن پايدىلىق.

بۇ جەرياندا زاغۇن، قىچىغا ئوخشاش ئۆتكۈر يېمەكلىكلەردىن ساقلىنىش لازىم.

ئۇچىنچى پەسىل قاقاچلىق بوۋاسىر

قثر البواسير

تونۇش:

قاقاچلىق بوۋاسىر: تۈز ئۇچەي ۋە بوغماق ئۇچەيلەر پەردىلىرىنىڭ چاپلىشىپ قېلىش-ىدىن ئۇچەي قاتلاملىرىغا يەللەرنىڭ كۆپلەپ تولۇپ قېلىشى بىلەن بوۋاسىر مونچاق گۆش-نىڭ قاقاچلىشىپ ئايرىلىپ تۇرۇشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

ئالامىتى:

بۇ كېسەللىك يەللىك بوۋاسىرغا ئوخشايدۇ. چاپلىشىپ قالغان پەردىلەر بەزىدە ئۇچەيدىن ئۇزۇلۇپ ئاستىغا چۈشىدۇ. مەقئەتكە كەپلىشىپ قالىدۇ. بۇنىڭدىن بىمارمۇ قورقۇپ كېتىدۇ. تېۋىپمۇ قورقۇپ كېتىپ، بىمارنىڭ ئۇچىيى چۈشۈپ كەتكەن ئوخشايدۇ دەپ ئويلايدۇ. ئەمەلىيەتتە ئەھۋال ئۇنداق ئەمەس، بىراق كۆپىنچە بۇ كېسەللىك خەتەرلىك ھېسابلىنىدۇ.

داۋالاش:

بوۋاسىر مونچاق گۆشىنى كېسىپ ئېلىۋېتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن ئاغرىق توختىتىش، جاراھەت پۈتتۈرۈش مەقسىتىدە ئىچى - سىرتىدىن دورا ئىشلىتىش ھەمدە ئالامەتكە قارىتا بوۋاسىر كېسىلىنى داۋالاشتا سۆزلەنگەن ئۇسۇللار بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

تۆتىنچى پەسىل مەقئەت ئاقمىسى

نواصير

تونۇش:

مەقئەت ئاقمىسى مەقئەت ئەتراپىدىكى ھەر خىل ياللۇغ ۋە يارىلارنىڭ تولۇق ساقايماسلىقىدىن كېلىپ چىقىدىغان يىرىڭ، زەردار سۇ ئېقىش، قاتتىق ئاغرىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

خوجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مەقئەت ئاقمىسىنىڭ سەۋەبلىرى بوۋاسىرنىڭ سەۋەبلىرىگە ئوخشاش قالىدۇ. مەقئەت ئاقمىسىدا مەقئەت ئەتراپىغا بىرەر مۇدۇر - چاقا چىقىش ۋە ئۇنىڭ ئېغىز ئېلىشىنىڭ كېچىكىشىدىن ئەتراپتىكى مۇسكۇللار بۇزۇلۇپ، ئېقىش يۇز بېرىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن.

مەقئەت ئاقمىسى: مەقئەت ئەتراپىدىكى مۇدۇر - چاقىلارنىڭ جاراھەتلىنىپ چىرىشىدىن يۇز بېرىدۇ.

تەكشۈرۈش:

مەقئەت ئاقمىسى ئىككى خىل بولۇپ، بىرى، ئاقما يولىنىڭ تۇز ئۇچەيگە يېتىپ كېلىپ ئىككى دانە ئاقما يولى شەكىللىنىشىدىن ئىبارەت. يەنە بىرى، ئاقما يولى تۇز ئۇچەيگە ئۆتۈشمىگەن بولىدۇ.

ئۆتكۈر ئۆتۈشكۈچى مەقئەت ئاقمىسى ناھايىتى خەتەرلىك بولىدۇ. مەقئەت تۆشۈكىگە يېقىن بولغان ئاقمىنىڭ خەتىرى تۆۋەنرەك بولىدۇ. بۇنداق ھالەتتە كېسىپ تاشلانسا، مەقئەت مۇسكۇللىرىنىڭ بەزىسىنىڭ خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراپ قەۋزىيەتلىك پەيدا بولىدۇ.

ئەگەر ئاقما مەقئەت تۆشۈكىگە يىراق جايلاشقان بولسا، بوۋاسىر مونچاق گۆشى، مەقئەت ئەتراپىدىكى بارلىق مۇسكۇللار كېسىپ تاشلانسا، مەقئەت مۇسكۇللىرىنىڭ خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراپ، ئىچى سۈرۈش پەيدا بولىدۇ. بەزىدە مەقئەت ئەتراپىدىكى ۋېنا، ئارتېرىيە، نېرۋىلارنى كېسىۋېتىشتىن خەتەرلىك ئەھۋال كېلىپ چىقىدۇ.

ئۆتۈشكۈچى مەقئەت ئاقمىسى بىلەن ئۆتۈشكۈچى بولمىغان مەقئەت ئاقمىسىنىڭ پەرقى تۆۋەندىكىچە:

ئاقمىدىن پەلكۇچ ئۆتكۈزگەندە مەقئەتكە بارماقنى قويۇپ تەكشۈرۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا

پەلكۇچ ئاقما ئىچىدە مەلۇم بولسا، بۇ ئۆتۈشكۈچى مەقئەت ئاقمىسى بولىدۇ.

ئەگەر پەلكۇچ ئاقما ئىچىدە مەلۇم بولمىسا، بۇ ئۆتۈشكۈچى بولمىغان مەقئەت ئاقمىسى بولىدۇ. ئۇلاردىن باشقا ئاقما يولىدىن يەل ۋە چوڭ تەرەت چىقسا، بۇ ئۆتۈشكۈچى مەقئەت ئاقمىسى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاقما يولىنىڭ تار بولۇشىدىن پەلكۇچ كىرگۈزۈش مۇمكىن بولمىسا، ئۇنىڭدىن يەل ۋە چوڭ تەرەتمۇ چىقمىسا، بۇ ئاقمىنىڭ ئۆتۈشمە ياكى ئەمەسلىكى تۆۋەندىكىدەك ئۇلچىنىدۇ.

بىمارنىڭ مەقئەت قىسمىنى پاختا ياكى قول بىلەن توسۇۋېلىپ، نەپەسنى توختىتىپ ئاستى تەرەپكە كۈچەشكە تەۋسىيە قىلىنىدۇ. شۇنداقلا چوڭ تەرەتنى چىقىرىش ئۈچۈن كۈچەشكە بۇيرۇلىدۇ ۋە بىر بارماق يارىنىڭ ئېغىزىغا قويۇلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ياردىن يەل چىققانلىق مەلۇم بولسا، ئاقمىنىڭ ئۆتۈشمە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر ئۇنداق مەلۇم بولمىسا، ئاقمىنىڭ ئۆتۈشمە ئەمەسلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئۆتۈشمە ئاقمىنىڭ ئېغىزى بەزىدە بىر، بەزىدە بىر قانچە بولىدۇ.

بەزى مۇئەللىپلەرنىڭ قارىشىچە، بەزى بىمارلاردا مەقئەت ئاقمىسى ئالدى تەرەپتە كۆرۈلگەن بولۇپ، بۇ ئاقما يولىدىن دائىم سۈيدۈك چىقىپ تۇرىدىكەن. بۇنىڭدىن بىلىشكە بولىدۇكى، مەقئەت ئاقمىسى تۈز ئۇچەي تەرەپكىلا ئۆتۈشمە بولماستىن، قوشنا ئەزا ۋە رايونلارغىمۇ ئۆتۈشمە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر مەقئەت ئاقمىسى ئۆتۈشمە بولمىسا، بىمارنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، بەلنىڭ ئاستى قىسمىغا تەكىيە قويۇپ، يارىنى سىقىپ، بۇزۇق مادىلار چىقىرىپ تاشلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن شىيافى غەربىنى، يارىغا 2 ـ 3 تامچە ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى تېمىتىلىدۇ. يارىغا پىلتە قويۇش مۇمكىن بولسا، پىلتىنى ئېرىتىلگەن يېلىم سۈيىگە چۆكۈرۈپ، يىرىڭ تازىلىغۇچى دورا تالقانلىرىغا پۈچۈلاپ، ئاقمىنىڭ ئىچىگە قويۇلىدۇ.

ئەگەر ئاقما ئۆتۈشمە بولسا، ئوپېراتسىيە ئارقىلىق ياكى ئۆتكۈر دورىلار ئارقىلىق بۇزۇلغان مۇسكۇللار يوقىتىلىدۇ.

مەلھىمى رۇسلى بۇ تۇردىكى مەقئەت ئاقمىسىگە ناھايىتى پايدىلىق.

بىخ كەبىر پوستى ئىككى ھەسسە، سۆئىتەردىن بىر ھەسسە ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

مېغىزى نارجىل دەرياسىدىن مۇزاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، ئېغىز شۆلگىيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

مۇردارسەنگى، ئانارگۈلى، زەمچە، زەنجىۋىل، خۇنسياۋشان، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، ئاق مومدىن 12 گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، 48 گرام زەيتۇن يېغى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش مەقئەت ئاقمىسى ۋە كونا يارا جاراھىتى ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

سۈرمە يەتتە گىرام، سىماب، شىڭگىرىپ، موم ئۈچ گرامدىن، تۇتىيا ئۈچ گرام، كۈنجۈت يېغىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

مەجۇنى ئۆشبە يېگۈزۈش مەقئەت ئاقمىسى ئۈچۈن پايدىلىق.

سەبرە ئىككى ھەسسە، تال غازىڭى كۈلىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ چالا سوقۇپ، تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

كونا شارابقا ھەسەل، سەبرە تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىلىدۇ.

سەبرە، زەيتۇن يېلىمى تالقانلىرىنى سېرىق ئەينۈلا سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ. كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇننى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت ئاقمىسى، ئۆتۈشمە بولمىسا، قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ئارقىلىق ساقايتقىلى بولىدۇ. ئەگەر ئۆتۈشمە بولسا، بۇنى داۋالاش ناھايىتى قىيىن بولىدۇ.

شېيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۆتەشمە بولمىغان ئاقمىدا ئېقىش كۆپ بولۇپ، سېسىق پۇراقلىق بولمىسا، ئۇنى داۋالاشنى توختىتىشقا بولىدۇ. بىراق سېرىق سۇ كۆپ بولۇپ، بەك ئاغرىسا، شىيافى غەرىب ۋە ئاقما ئۈچۈن تەييارلانغان باشقا دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر بۇ دورىلار بىلەن مەقسەتكە يەتكىلى بولمىسا، ئارتۇق گۆشنى يېگۈچى، جاراھەت پۈتتۈرگۈچى، يىرىڭ تازىلىغۇچى دورىلارنى داۋاملىق ئىشلىتىش لازىم. بۇ ۋاقىتتا ئۆتكۈر دورىلار بىلەن ئاغرىق يۈز بەرسە، سېرىقماي ۋە گۈل يېغى ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن مەلھەمى رۇسۇلغا ئوخشاش جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر مەقئەت ئاقمىسى ئۈچەي تەرەپكە ئۆتۈشكەن بولسا، كېسىپ تاشلاش ئارقىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مەقئەت ئاقمىسى ئۆتۈشمە بولسا، بوۋاسىر مونچاق گۆشلىرىنى، بۇزۇلغان مۇسكۇلىلارنى كېسىپ تاشلىغاندىن كېيىن، سەبرە، مۇرمەككى، خۇنسياۋشان، كۈندۈر، زەپەر، ئەنزىرۇتقا ئوخشاش گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يارىغا سېپىلىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈنەرلىك بولمىسا، زەنكار، سۈرمە، ئانارگۈلى تالقانلىرى قوشۇلىدۇ.

ئەگەر ئاقما مەقئەتتىن يىراق بولسا ئۇنى كەسمەسلىك لازىم. چۈنكى بۇنداق ھالەتتە

مەقئەت مۇسكۇللىرى بۇزۇلغان بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا دەسلەپتە يارىغا قۇرۇنتۇچى، يىرىك تازىلىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن گۆش ئۇندۇرگۈچى كىلىزما ۋە مەلھەم لەر ئىشلىتىلىدۇ.

بەشىنچى پەسىل مەقئەت يالليۇغى

ورم مقعد

تونۇش:

مەقئەت يالليۇغى مەقئەت ئەتراپىدىكى كېسەللىكلەر، روھىي ئامىل، مەددە قۇرت كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا مەقئەت ئەتراپىدا تۇتاقلىق خاراكتېرىدىكى ئاغرىش، قىچىشىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى:

خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى، بوۋاسىر، ئۇچەي قۇرتى، ھەزىم بۇزۇلۇش، ھامىلىدارلىق، كۆچلۈك سۇرگۈ دورىلىرىنى ۋە زىيادە غىدىقلىغۇچى دورىلارنى كۆپ ئىشلىتىش، مەقئەتكە زەربە تېگىش، ھەر خىل مەقئەت كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ.

تەكشۈرۈش:

مەقئەت ئەتراپىدىكى ئىششىق بىلەن بىرگە قىزىش، ئاغرىش، ئېچىشىش ۋە سۈيدۇك تامچىلاش ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلۈپ، سوغۇق نەرسىلەرنى قوبۇش ئارقىلىق ئاغرىقتا توختاش ئارام بولۇش مەلۇم بولسا، بۇ ئىسسىقتىن بولغان مەقئەت يالليۇغى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىششىق يۇمشاق بولۇش، بىمارىدا توڭۇپ تىترەش، ماغدۇرسىزلىنىش، ئىسسىق تەبىئەتلىك نەرسىلەرنى يەرلىك ئورۇنغا قويغاندا ئاغرىق توختاش مەلۇم بولسا، بۇ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان مەقئەت يالليۇغى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئىششىق قاتتىق بولۇپ، يەرلىك ئورۇنىنىڭ سېزىمى تۆۋەن بولسا، بۇ ئىششىقنىڭ (يالليۇغ) قېتىپ قالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر مەقئەت ئىششىقلىرى بىر جايغا توپلىشىپلىپ مۇدۇرچاق شەكىللەندۈرگەن بولسا، مەقئەت ئاقمىسى پەيدا بولۇش خەتىرى بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. مەقئەت يالليۇغى بۇنداق ھالەتكە كەلگەندە پاكىز تېغ بىلەن كېسىپ تىلىۋېتىش كېرەك.

داۋالاش:

مەقئەت يالليۇغىنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇنى داۋالاشمۇ تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە تۈرگە بۆلىنىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كى تورىسى

1. ئىسسىقتىن بولغان مەقئەت يالليۇغنى داۋالاش:

علاج ورم مقعد حار

بىرەر چەكلىمە بولماي، بىمار كۆچلۈك بولسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. ئەگەر چەكلىمە بولسا زۇلۇك ياكى لوڭقا قويۇش لازىم.

ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنىڭ سۈرگۈنىنى ئىشلىتىش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىش لازىم.

كېسەللىك ماددىسى تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن سوغۇق تەبئەتلىك ئۇرۇقلارنىڭ شىرىسى، رەيھان ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل لوئابى ياكى شەربىتى چىلان، شەربىتى نىلۇپەر، شەربىتى بىنەپشە ئىچكۈزۈلىدۇ.

چىلان، ئەينۇلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. قەي قىلدۇرۇش، تاماقنى ئاز بېرىش، سوغۇق تەبئەتلىك يېمەكلىكلەرنى بېرىش، ئىسسىق تەبئەتلىك يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش لازىم.

يالليۇغ ئەتراپىدىكى يىرىڭلارنى تازىلاش ئۈچۈن مەلھەمى سەپداپ سۈۋلىدۇ ياكى گۈل يېغى، كۆك يۇمغاقسۇت، تۇخۇم سېرىقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، داكىنى چۆكۈرۈپ يالليۇغ بار ئورۇنغا قويۇلىدۇ.

توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى، گۈل يېغىنى قەلەي ياكى قوغۇشۇن قاچىدا قىزىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ. ئاغرىق كۆپ بولسا، بۇ نۇسخىغا ئازراق ئەپيۇن قوشۇپ تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

مەقئەت يالليۇغى سوزۇلما خاراكتېرلىك بولسا، مەلھەمى داخلىيون چېپىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، گۈل بىنەپشە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، تىزنىڭ ئاستى قىسمى يۇيۇلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت يالليۇغىدا يىرىڭداش كۆرۈلگەن بولسا، ئاقما پەيدا بولۇپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن يالليۇغ بار ئورۇن تىلىۋېتىلىدۇ.

2. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان مەقئەت يالليۇغنى داۋالاش:

علاج ورم مقعد بلغمي

قەي قىلدۇرۇش، غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنىڭ سۈرگۈنىنى ئىچكۈزۈش، تارقاتقۇچى مەلھەملەرنى ئىشلىتىش ئارقىلىق بەدەن تازىلىنىدۇ.

نىلۇپەر يوپۇرمىقىنى ئوبدان قاينىتىپ، كالا يېغى قوشۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈۋلىدۇ.

تۇخۇم سېرىقى ۋە گۈل يېغىدا مۇقەللىنى ئېرىتىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈۋلىدۇ. كېسەللىك ماددىسى پىشقانلىق ئالامىتى كۆرۈلگەندىن كېيىن يەرلىك ئورۇن تىلىۋېتىلىدۇ.

قاتتىق ئىششىقنى تارقىتىش ۋە يۇمشىتىش ئۇچۇن، ئۆدەك يېغى، توخۇ يېغى، تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى، زۇپتى رۇمى تالقىنى، ئۇپا، مۇردار سەنگى، زەپەر تالقانلىرى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، مەقئەت ئەتراپىغا سۈرتىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بۇ مەلھەمگە مۇقەل تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈرتىلىدۇ. تارقاتقۇچى دورىلارنىڭ قاتناشمىلىرى بىلەن يۇيۇلىدۇ.

مەلھىمى داخلىيون، مەلھىمى رۇسۇلى، گۈل يېغى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى قاتارلىقلارنى مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورنغا سۈرتىلىدۇ.

مەقئەت ياللۇغىدا تەرتىنى يۇمشىتىپ تۇرۇش لازىم ۋە سېرىقمايىنى مەقئەت ئەتراپىغا سۈرتىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

سۈرتەيدى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئىسسىقتىن بولغان مەقئەت ياللۇغى ئۇچۇن سېمىز ئوتنىڭ سىقىلغان سۈيى ياكى قۇرۇق قىزىلگۈلنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن مەقئەت قىسمى يۇيۇلىدۇ. ئاق لەيلى يىلتىزى ياكى ھەمىشباھار ئۇرۇقى قاينىتىلمىسى بىلەن مەقئەت ئەتراپى يۇيۇلىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان مەقئەت ياللۇغى ئۇچۇن سەبرە تالقىنىنى ھاراق ۋە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىلىدۇ. ئاقلانغان ئەدەسنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەت ئەتراپىغا سۈرتىلىش ياكى ئىكلىلمىلىكنى چالا سوقۇپ، تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەت ئەتراپىغا زىماد قىلىش ۋە ياكى ئۇپا، مۇردار سەنگى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەت ئەتراپىغا زىماد قىلىنىدۇ.

شېيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مەقئەت ياللۇغىنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا بىرەر چەكلىمە بولمىسا قان ئېلىش لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن تۇخۇمنىڭ ئېقى، گۈل يېغىنى قوغۇشۇن ھاۋانچىدا قارا بولغانغا قەدەر ئارىلاشتۇرۇپ، مەقئەت ئەتراپىغا سۈرتىلىدۇ.

مۇردارسەنگى 18 گرام، نىشاستە 24 گرام، ئۇپا ئالتە گرام، موم 84 گرام، سېرىقماي 60 گرام، ئۆدەك يېغى 30 گرام، كۇنجۇت يېغىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ، ئازراق ھاراق قوشۇپ مەقئەت ئەتراپىغا سۈرتىلىدۇ.

زىغىر ئۇرۇقى، ئاق لەيلىگۈلى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاينىتىلمىسىدا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرلەردىن باشقا تولغاق ئۇچۇن قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

ھەكىم جىلانىخان بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر ئىششىق بىلەن قانلىق ئىچى سۈرۈش بىرگە كەلسە، گۈل بىنەپشە، بابۇنە،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئىكللىملىك، شۇمشا، زىغىر، ئاق لەيلى يوپۇرمىقى 24 گرامدىن، ئاق لەيلىگۈلى، قىزىلگۈلدىن 12 گرامدىن سوقۇپ، قاينىتىپ، خېمىردەك بولغاندا ھەر كۈنى 2 ~ 3 قېتىم قىزىق ھالەتتە مەقئەت ئەتراپىغا تېڭىلىدۇ.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئىسسىقتىن بولغان مەقئەت يااللۇغى بوۋاسىرسىز بولسا، ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، يەرلىك شوخلا يوپۇرمىقى، گۈل بىنەپشە، ئاقلانغان ئەدەس قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈل يېغى ياكى بىنەپشە يېغى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، مەقئەت ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. مەلھىمى سەپداپ ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق.

ئەبۇ مەنسۇر بۇ ھەقتە تۆۋەندىكى داۋالاش تەدبىرلىرىنى قوللانغان:

ئەگەر مەقئەت يااللۇغى زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قان ئېلىش، قەي قىلدۇرۇش لازىم.

ئاقلانغان ئەدەس، ئاق لەيلىگۈلى، ئىكللىملىك قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، يەرلىك شوخلا سۈيى، تۇخۇمنىڭ سېرىقى، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەت قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت ئىششىقى بىلەن بوشىشىپ كېتىش بولسا، ئەدەس، قىزىلگۈلنى قاينىتىپ، يەرلىك شوخلا سۈيى، گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، مەقئەت قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

كۆك مۇزىنى پىشقانغا قەدەر قاينىتىپ، ئېزىپ، گۈل يېغى، نامازشامگۈل يېغى، سۈگەت يېغى قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئىششىق بىلەن قەۋزىيەتلىك بولسا، ھەببى مۇقەل يېگۈزۈلىدۇ. تەبىئەت نورمال بولسا، خۇپسىلھەدىد قوشۇلغان ئىترىفىل كەبىر يېگۈزۈلىدۇ.

موزا، نامازشامگۈلى، ئانارگۈلى، ئانار پوستى، جۇپتى بەللۇت، ئەدەس، كات ھىندى، كۈپكى دەريا، يۇلغۇن مېۋىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن كات ھىندى، موزا، ئاقاقىيا، ئۇپا، كۈندۇر، مۇرمەككى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، مەقئەت قىسمىغا سېپىلىدۇ. پەقەت سوغۇق سۇ بىلەنلا مەقئەت قىسمىنى يۇيۇشقا تەۋسىيە قىلىنىدۇ.

ئەگەر مەقئەت يااللۇغى زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن بولسا، مەقئەت ساھەسىنى ئۆتكۈر خىلدىكى ھاراق بىلەن نەمدەپ، ئۈستىدىن كۈندۇر، ئىقلىمىيا، مۇردارسەنگى، ئۇپا، سۇماقلاردىن بىر ھەسسىدىن، مۇرمەككىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، بۇ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مەقئەت قىسمىغا سېپىلىدۇ.

ئالتىنچى پەسىل مەقئەت يېرىلىش

شقاق مقعد

تونۇش:

مەقئەت يېرىلىش: ھەر خىل سەۋەبلەردىن مەقئەت ئەتراپىدىكى مۇسكۇللارغا زىيان - زەخمەت يېتىپ قېلىشى بىلەن كلىنىكىدا مەقئەت ساھەسى ئاغرىش، بەزىدە تەرەت قان ئارىلاش كېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكىدىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى، ياغاچلاردا ئۇزاق ئولتۇرۇش، چوڭ تەرەت قاتتىق، قۇرۇق كېلىش، مەقئەت كېسەللىكلىرى، قويۇق يەل، ئۆتكۈر سۇرگۈچى دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

بىماردىن ئالدى بىلەن ئىلگىرى بىرەر مەقئەت كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغانلىق ئەھۋالى ئېنىقلىنىدۇ. يەنى مەقئەت ساھەسىدە ئاغرىش، ئېچىشىش، يەرلىك ئورۇن كۆتۈرۈلۈپ قالغاندەك سېزىم بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ، مەقئەت ئىششىقىدىن كېلىپ چىققان يېرىلىش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر مەقئەت ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى ئاغرىش سېزىمى قۇرۇق سوغۇق نەرسىلەرنى ئىشلەتكەندە، سوغۇق سۇ بىلەن يۇغاندا راھەت ھېس قىلىش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ قۇرۇق ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن بولغان يېرىلىش ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئەھۋاللار بىماردا مەۋجۇت بولمىسا، بىماردا ئىلگىرى قەۋزىيەتلىك، ئېچى سۇرۇش، ئۇرۇلۇش، سىرتقى سوغۇقلۇق زىيادە تەسىر قىلىش ئەھۋاللىرىنىڭ بار - يوقلۇقى تەپسىلىي تەكشۈرۈلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقى ئەھۋاللارنىڭ بىرەرسى بولسا، بۇ مەقئەت يېرىلىش شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر مەقئەت يېرىلىش بىلەن قان چىققان بولسا، بۇ، مەقئەت تومۇرلىرىنىڭ تولۇپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

مەقئەت يېرىلىش قۇرۇق ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مەلھەمى سەبىدىئاپ كاپۇرى، سوغۇق تەبىئەتلىك ياغ ۋە قېيرۇتلار ئىشلىتىلىدۇ.

تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخ ھېلىلە، مەتبۇخى خىيارشەنبەر ئىچكۈزۈلىدۇ. مىزاجنى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بىكى لىنىسى

تەڭشەش ئۈچۈن شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نېلۇپەر، ئەرقى گۈل، رەيھان ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل لوئابى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت يېرىلىش مەقئەت ئىششىقى ۋە يارىلىنىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، باسلىق، مابىز، ساپىن تومۇرلىرىدىن قان ئېلىش، لوڭقا زۇلۇك قويۇش لازىم.

ئەگەر مەقئەت ئەتراپىدىكى تومۇرلار توشۇپ كېتىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، دەسلەپتە قان ئېلىش، ئۇنىڭدىن كېيىن كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، كۈندۈر، سۇرمە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ مەقئەت ئەتراپىغا سېپىلىدۇ.

مەقئەت يېرىلىش كېسەللىكىدە سەۋەبىنى يوقاتقاندىن كېيىن يېرىقنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن گۈل يېغى، موم، ئۇپا، مۇردارسەنگى، ئىقلىمىيا، زوپتى، كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە قىيرۇتى تەييارلاپ مەقئەت قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

مەلھەمى مۇقەل، مەلھەمى شادىنەچ ئىشلىتىلىدۇ. بىمار سوغۇق سۇ ئىچىشتىن، چۈچۈمەل ۋە قابىز تۇردىكى يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن، قەۋزىيەت بولۇپ قېلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

تەبىئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن شەربىتى بىنەپشىگە بېھى ئۇرۇقى لوئابى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. تۇخۇمنىڭ ياغلىق شورپىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

توخۇ تۇكى 18 گرام، سېرىق موم ئون گرام ئېلىپ، قىزىق ئوتتا ئېرىتىپ مەلھەم تەييارلاپ، مەقئەت ئەتراپىغا سۈرتىلىدۇ. شۇنداقلا رەۋغىنى خەيرىنى ئاق موم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ. مەلھەمى سەرتان مەقئەت ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر مەقئەت يېرىلىش قۇرۇقلۇق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ھەببى مۇقەل يېگۈزۈلىدۇ. بىمارىدا قىزىتما بولسا، مەلھەمى سەپىدئاپ، قىزىتما بولمىسا مەلھەمى مۇقەل يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىلىدۇ.

شېيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن: مەقئەت يېرىلىشى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار جاراھەت پۈتتۈرگۈچى، جاراھەت يۇزىنى سىلىقلىغۇچى، كېسەللىك ماددىسىنى يۇمشاتقۇچى، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتقۇچى تۈرىدىكى دورىلار بولىدۇ.

مەقئەت يېرىلىشتا جوززىنى سۇ ۋە ھاراق بىلەن قاينىتىپ، ئېرىتىپ مەقئەت ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىرنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە شىڭگىرىپ، ئانارگۈلى، ئۇپا، مۇردارسەڭگى، كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن، كۈموش پوقى، ئىقلىمىيا قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈل يېغىدا ئېرىتىلگەن موم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، مەقئەت قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا مەلھەمى سەپىدئاپ، سەكپىنەچ قوشۇلغان ھەببى مۇقەل ئىشلىتىلە-

دۇ.

ھەكىم جىلانىخان بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مەقئەت يېرىلىش سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سوغۇق تەبىئەتلىك مەلھەم ۋە لوئابلار ئىشلىتىلىدۇ ياكى تەمرى ھىندى 72 گرام، ئەينۇلا، چىلان 15 دانىدىن، بىنەپشە گۈلىدىن ئون گرام ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 48 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇپەر، ئىسپىغۇل لوئابى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت يېرىلىش بوۋاسىردىن كېلىپ چىققان بولسا، مەلھىمى سەپداپ سۈرتىلىدۇ.

باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان بولسا، سەۋەبىگە قارىتا تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

مۇسەننىب ئىقتىباسى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مەقئەت يېرىلىش زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، لەۋ، باشقا ئەزالارنىڭ يېرىلىشىنى داۋالاش بىلەن ئوخشاش تەدبىرلەرنى قوللىنىلىدۇ.

مەقئەت يېرىلىش كېسەللىكىدە زۇلۇك قويۇش، بوۋاسىر ۋە مەقئەت يالىلۇغىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر ھارارەت يۇقىرى بولسا، مەلھىمى مۇقەل ياكى كالا پاچىقىنىڭ يېلىكىنى ھاراق بىلەن قاينىتىپ، مەلھەمدەك قويۇق قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. مەلھىمى زۇپائى رۇتەبمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

يەتتىنچى پەسىل مەقئەت ئىستىرخاسى

استرخائی مقعد

تونۇش:

مەقئەت ئىستىرخاسى (مەقئەت پەي - تارامۇشلىرىنىڭ بوشاپ كېتىشى) بەلغەم خىلىتىنىڭ ئارتۇقچە تەسىر قىلىشىدىن ياكى ئاقما يولىنى ۋە ياكى بوۋاسىرنى كېسىشنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدىغان مەقئەت ئەتراپىنىڭ سېزىمى سۈسلىشىش، چوڭ تەرەت قاتتىق بولۇش ياكى سۇيۇق بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

زىيادە سوغۇقلۇق ۋە ئارتۇقچە بەلغەم خىلىتىنىڭ مەقئەت ئەتراپىدىكى مۇسكۇللارغا تەسىر قىلىشى، ئاقما ياكى بوۋاسىر تۇگۈنچىلىرىنى كېسىش، ئېغىزمان ياكى مەقئەت

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئەتراپىغا زەربە تېگىش، بەزىدە مېڭە قان تومۇرىدا توسۇلۇش بولۇشتىن كېلىپ چىقىدۇ. شۇنداقلا ئۇچەي توسۇلۇش سەۋەبىدىنمۇ كېلىپ چىققان بولىدۇ.

بەزىدە مەقئەت ئىستىرخاسى بولسا، مەقئەت ئىششىقىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

چوڭ تەرەت ۋە يەل ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىدۇ. مەقئەت ئەتراپىنىڭ سىزىمى سۇسلىشىدۇ. بەزىدە پۈتۈنلەي يوقلىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر مەقئەت ئىستىرخاسى ئاستا ـ ئاستا يۇز بەرگەن بولۇپ، سىزىم سوغۇق بىلىنسە ھەمدە ھۆل سوغۇقلۇقنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك مەقئەت مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئەگەر مەقئەت ئىستىرخاسى ئاستا ـ ئاستا يۇز بەرگەن بولۇپ، يەرلىك ئورۇن سىزىمى ئىسسىقتا مايىل بولسا ھەمدە ھۆل ئىسسىقلىقنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك مەقئەت مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ قىسمىنى داۋالاش بىرقەدەر ئاسان بولىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك تۈيۇقسىز يۇز بەرگەن بولۇپ، بۇۋاسىر مونچاق گۆشىنى، ئاقما يولىنى كېسىۋېتىش ياكى مەقئەتكە زەربە تېگىش تارىخى بولسا، بۇ كېسەللىك شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ خىلنى داۋالاش ناھايىتى قىيىن بولىدۇ. بەزىدە بۇ سەۋەبلەردىن يوتا قىسمى بوشىشىپ كېتىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا مەقئەت ئىششىقى ۋە مەقئەت ئاغرىقى بىلەن كېسەللەنگەن تارىخى بولسا، بۇ كېسەللىك شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

مەقئەت ئىستىرخاسى مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، پالەچ كېسەللىكىنى داۋالاش پرىنسىپى بويىچە دورا ئىشلىتىلىدۇ.

مەقئەت ئىستىرخا كېسەللىكىدە غەيرىي تەبئىي خىلتلارنى پىشۇرۇش ئۇچۇن پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسىنە توققۇز گرامدىن، ئىزخىر يىلتىزى ئۇچ گرام، كەرەپشە يىلتىزى، بىخ سۇس يەتتە گرامدىن، بەدىيان بەش گرام، رۇم بەدىيان، مەستىكى تۆت گرامدىن، ئۇستقۇددۇس، بادرەنجى بۇيا توققۇز گرامدىن، سىرىق ئەنجۇر يەتتە دانە، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 36 گرام، زەرنەپ ئۇچ گرام، ھەسەللىك گۇلقەنتتىن 48 گرام ئېلىپ، دورىلاردىن قالىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا كەپتەر، ياش توخۇنىڭ گۆشى ۋە شورپىسى بېرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن چوڭ نۇسخىلىق ئايارەجلەر ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بابۇنە يېغى، مەغزگۈلى يېغى، رەۋغىنى زەنبەق، رەۋغىنى ناردىن، سىرىقچېچەك

يېغى، بىدەنجىر يېغى، قۇستە يېغى، قۇندۇز قەھرى تالقىنى، پەرپىيۇن قاتارلىق دورىلار-دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، ئومۇرتقا ۋە مەقئەت ئەتراپىغا سۈرتىلىدۇ.

گۈلقەنتنى يالغۇز ھالەتتە ياكى قۇرسى ئەنبەر بارىس رىيۋەندى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

شېيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مەقئەت ئىستىرخا كېسەللىكى زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش بىلەن بىرگە ئۇبھەل، قۇستە، جوز، سۇمبۇل، مۇرمەككى، ئىزخىر قاتارلىق قاتناتمىلارنى ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. مەقئەتكە قۇستە يېغى سۈرتىلىدۇ. ئەگەر مەقئەت ئىستىرخاسى سەل ئىسسىقلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، سوغۇق تەبىئەتلىك قابىز تۇرىدىكى دورىلار قاتناتمىلارنى بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت ئىستىرخاسى مەقئەت ئەتراپىدىكى مۇسكۇللارنىڭ تارتىشىپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مۇرمەككى، يۇمشاتقۇچى ياغلار، قۇشلارنىڭ يېغى ئىشلىتىلىدۇ.

ئاخىرىدا تۇتقۇچى، يۇمشاتقۇچى، كېسەللىك ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش ئۇچۇن ئاچچىقتاۋۇز ۋە تۇزلۇق سۇ قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ. ئۇلاردىن باشقا مەقئەت چىقىپ قېلىش بايانىدىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەبۇ مەنسۇر بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مەقئەت ئىستىرخاسى كىچىك بالىلار ۋە چوڭلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ. بۇنىڭدا يۆتەلگەندە ياكى كۈچەپ سۆزلىگەندە ئىختىيارسىز يەل چىقىپ كېتىدۇ. بۇنىڭ ئۇچۇن جاۋارىش بالادۇر، تەرياقى كەبىر يېگۈزۈلىدۇ. ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار سۈرتىلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا: ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرگە قىچا، پىلپىل ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. كۆكتاتلار، دانلىق يېمەكلىكلەر، بېلىق، سۈت، ھۆل مېۋىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

بەدەننى قۇۋۇتلەش ئۇچۇن خۇپسىل ھەدىد قوشۇلغان ئىترىفىل كەبىر يېگۈزۈلىدۇ.

سەككىزىنچى پەسىل مەقئەت چۇقۇقى

خروج مقعد

تونۇش:

مەقئەت چۇقۇقى ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن مەقئەتنىڭ چوڭ بۆلىكى چوڭ تەرەت قىلغاندا ياكى ئىنجىقلىغاندا سىرتقا چىقىۋالىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ يىرىك تورى

سەۋەبى:

دائىملىق قەۋزىيەت، بوۋاسىر، كۆپ ئىچى سۇرۇش، تولغاق، بەدەن ئاجىزلىق، زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ مەقئەتكە تەسىر قىلىشى، مەقئەت ئەتراپىدىكى نېرۋىلار ياكى مەقئەت مۇقىملاشتۇرۇغۇچى مۇسكۇللارغا زەربە يېتىش، مەقئەت ئىششىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

كېسەللىك سەۋەبىگە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بىر بارماق بىلەن مەقئەت ئۇستى تەرەپكە ئىتتىرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تۇخۇم سېرىقى، موم يېغى بىلەن تېڭىپ قويۇلىدۇ.

ئانار پوستى، جۇپتى بەللۇت، ئانارگۈلى، موزا، نامازشامگۈلى يوپۇرمىقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئۇنىڭ پىسەپلىرىنى ئېزىپ مەقئەتكە چېپىلىدۇ.

ئۇپا، ئانارگۈلى، جۇپتى بەللۇت، موزا، قاشتېشى، سۇرمە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئالدى بىلەن مەقئەتنى گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، ئاندىن يۇقىرىقى سۇفۇپنى سېپىپ مەقئەتنى ئىچىگە كىرگۈزۈپ، پاختا بىلەن تېڭىپ قويۇلىدۇ. بۇ داۋالاش ئۇسۇلىنى داۋاملىق قوللىنىش لازىم.

ئەگەر مەقئەت چۇقۇقى مەقئەت يالليۇغى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولۇپ، ئاغرىش ئەھۋالى بولسا، بىنەپشە، ئاق لەيلىگۈلى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى، بابۇنە، نېلۇپەر ياپرىقى، چامغۇر ئۇرۇقى، زىغىر، تۇخۇمى مەرۋە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. موم، بابۇنە، سېرىقچېچەك ياغلىرى بىلەن قېيرۇتى تەييارلاپ، مەقئەتكە سۈرتىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قۇستە يېغى، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، قابىز تۇرىدىكى دورىلار يېگۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى مەتبۇخنىڭ قاينىتىمىسى بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ. پىسەپلىرىنى ئېزىپ مەقئەتكە زىماد قىلىنىدۇ.

چىگىت يېغىنى سۈرتىش، مەستىكى تالقىنىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈرتىش، نامازشامگۈلىنىڭ ئۇرۇقىنى ھاراق بىلەن قاينىتىپ، مەقئەت قىسمىنى يۇيۇش، موزىنى يۇمشاق سوقۇپ، ھاراق بىلەن بىرلەشتۇرۇپ مەقئەت قىسمىغا سۈرتىش، گىل ئەرمەنىنى زىماد قىلىشقا ئوخشاش تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۈڭگۈزىنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بېھىنىڭ سقىلمىسى ياكى بېھى قاينىتىلمىسىنى ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

ئالما سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئالدى بىلەن گۈل يېغىنى مەقئەتكە سۈڭاش، ئۇنىڭدىن كېيىن ئانار پوستى، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، يۇيۇلغان ئاقاقيا، ئۇسارەلىھيەتىتۇس، زەمچە، سۇرمە ھەربىرىنى يەتتە گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، مەقئەت قىسمىغا سېپىلىدۇ.

كەندىر يوپۇرمىقى يۇمشاق سوقۇپ، يۇمىلاقلاپ گۈل يېغى بىلەن قورۇپ، پان دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقىنىڭ ئۈستىدە قويۇپ، مەقئەت ئەتراپىغا قويۇپ تېڭىلىدۇ.

مەرزەنجۇش، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئانارگۈلى، جۇپتى بەللۇت، موزا، سەدەپ، لايىقلاشتۇرۇلغان نوقۇت، ئەدەس، نامازشامگۈلى، ئانار يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن 36 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

گۈڭگۇرتنىڭ كۆيدۈرۈلگەن ئىسىنى مەقئەتكە يەتكۈزۈش چۇقۇقنى دەرھال ئىچىگە كىرگۈزىدۇ.

خەرنۇپ، بىخ كەبىر پوستىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، مەقئەتكە سېپىلىدۇ.

يەرلىك شوخلا، ئاقلانغان ئەدەس 12 گرام، قىزىلگۈلدىن سەككىز گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيى بىلەن قاينىتىپ، تۇخۇمى مەرۋە، گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، مەقئەت قىسمىغا سۈڭىلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت چىقىپ قېلىشتىن مەقئەتتە يارىلىنىش كۆرۈلسە، گىل ئەرمىنى، خۇنسياۋشان، مۇردارسەنگى، قىزىلگۈلنىڭ سىرىقى، سۇماق، مۇرمەككى، كەھرىۋا قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، مەقئەتكە سۈڭىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تېڭىپ قويۇلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت سىرتقا چىقىپ قېلىپ ئىچىگە كىرمىسە، شاپتۇل يېغى بىلەن مەقئەتنى ياغلاپ، سۇفۇپى پىلپىل يېگۈزۈلىدۇ ھەم تۆڭەندىكى تەدبىرلەرنى قوللىنىلىدۇ.

بىخ سەۋسەننى يۇمشاق سوقۇپ، سۇت ياكى سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەتكە سۈڭىلەيدۇ. ئاغرىق كۆپ بولسا، بۇ نۇسخىغا كەندىر يوپۇرمىقى تالقىنى قوشۇلىدۇ.

ئۆتۈكنىڭ چەمىنى كۆيدۈرۈپ، ئۇنىڭ كۈلىنى مەقئەتكە سېپىش ناھايىتى پايدىلىق.

سىرىق چېچەك، غولجاڭ قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، پۇت - قولى يۇيۇلىدۇ.

ئانارگۈلى، ئانار پوستى، قورۇلغان زەمچىلەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سېپىش پايدىلىق.

ئىكلىلمىلىك، جۇپتى بەللۇت، موزا قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ كىلىزما قىلىنىدۇ. ئانار پوستى قاينىتىلمىسى بىلەن يەرلىك ئورۇننى يۇيۇش ناھايىتى پايدىلىق.

مەقئەت سىرتىغا چىقىپ قالغاندا، ئاقاقيا، جەۋزى مۇقاتىل، ئۇسارە لىھيەتىتۇس،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

موزا، زەمچە، ئۇپا قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ھاراق بىلەن مەقئەت قىسمىنى يۇيۇۋېتىپ، ئاندىن سۇفۇپ سېپىلىدۇ ھەمدە مەقئەتنى ئىچىگە كىرگۈزۈۋېتىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ.

ئەگەر ئىششىق كۆرۈلسە قايناق سۇ ياكى كېسەللىك ماددىسىنى تارقاتقۇچى دورىلار قاينىتىلمىسىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت چۇقۇقى كېسەللىكى بالىلاردىكى ھۆللۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، خۇنسياڭشان، موزا، جۇپتى بەللۇت، كەتمەندى، كەھرىۋا قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مەقئەتكە سۈڭاپ تېڭىپ قويۇلىدۇ.

ئانار پوستى، جۇپتى بەللۇت، نامازشامگۈل يوپۇرمىقى، قىزىلگۈل، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۆڭگۈزى، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، زەمچە، ئانارگۈلى، موزا قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئىلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا بالىنى ئولتۇرغۇزۇش پايدىلىق.

توققۇزىنچى پەسىل مەقئەت قىچىشىش

خارش مقعد

تونۇش:

مەقئەت قىچىشىش خىلىتلارنىڭ ئوخشىمىغانلىقى، ئۇچەي قۇرتلىرىنىڭ مەقئەت ئەتراپىغا چىقىشى، بۇڭاسىر كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا مەقئەت ئەتراپى قىچىشىش بىلەن بىرگە شۇ كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىگە خاس ئالامەتلەر كۆرۈلۈش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

ئۇچەي قۇرت كېسەللىكى، بۇڭاسىر كېسەللىكى، سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆتكۈرلىشىشى، سەۋدا خىلىتىغا قان خىلىتىنىڭ ئارتۇقچە قوشۇلۇشى، مەقئەت يارا ۋە ياللۇغ كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

مەقئەت قىچىشىش كېسەللىكى ئۇچەي قۇرتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تۇربۇت ۋە سەبرە تالقانلىرى يېگۈزۈلىدۇ.

مەقئەت يارىسى ۋە ياللۇغدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت قىچىشىش كېسەللىكى بەلغەم خىلىتىغا سەپرا خىلىتىنىڭ ئارتۇقچە قوشۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش ئېلىپ بېرىش ھەمدە

بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر يېغى، ھۆل قايماق ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈۋاش، بىمارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈش، تاتلىق سۈنى قاينىتىپ ئىلمان قىلىپ ئولتۇرغۇزۇش، ئاچچىق، تاتلىق ئانار سۈيىگە ھېلىلە تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈش، ئۇنىڭدىن كېيىن بەدەننى تازىلاش ئۇچۇن ئايارەجلەرگە غاربقۇن تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر مەقئەت قىچىشش بوۋاسىر كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش، تۆۋەنكى ئومۇرتقا سۆكىكىگە لوكقا قويۇش، سوغۇق تەبىئەتلىك زىمادلارنى يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش، مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈش.

مۇقەلنى سېرىق ئەينۇلا مېغىزى يېغى بىلەن ئېرىتىپ مەقئەتكە سۈۋاش، سەبرىنى ھاراقتا ئېرىتىپ گۇل يېغى، موم يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بوۋاسىرغا سۈۋاش ناھايىتى پايدىلىق.

مەقئەت قىچىشش قانداق سەۋەبتىن كېلىپ چىقىشىدىن قەتئىينەزەر، جەدۋارنى كونا سىركىگە چىلاپ تاتقىنى چىقىرىپ، پاختىنى چۆكۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئونىنچى پەسىل مەقئەت يارىسى

قروح مقعد

تونۇش:

مەقئەت يارىسى ئۆتكۈر خىلىتلارنىڭ تەسىرى، مەقئەت قىچىشش پەيدا قىلغۇچى سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

داۋالاش:

سەبرە سۇقۇتى، مۇرمەككى، خۇنسياۋشان، گىل ئەرمىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، يارا ئۈستىگە سېپىلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش بەك كۆپ بولسا، ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى، پوستى خەشخاش قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھەمى ئەسۋەد، مەلھەمى زەنگىگە، مەلھەمى مۇردارسەنگى، مەلھەمى زەرىد قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

قىزىلگۇل، ئانار پوستى، جۇپتى بەللۇت قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ يارىنى يۇيۇش، ئاندىن رەۋغىنى بىلسان يەرلىك ئورۇنغا سۈۋاش ناھايىتى پايدىلىق.

كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، سۇماق، موزا، قىزىلگۇلنىڭ سېرىق چېچىكى ھەربىرى يېرىم

ھەسسە، ئىقلىمىيا، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سىقىلغان سۈيى، نىشاستە ھەربىرىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئۈپا تەييارلاپ سېپىش ناھايىتى پايدىلىق.

ئەپيۇن، زەپەر 2.4 گرامدىن، مۇردارسەنگى تۆت گرام، ئۈپىدىن ئىككى گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 18 گرام كۈنجۈت يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىلىدۇ.

يۇقىرىقى تەدبىرلەردىن باشقا، مەقئەت يېرىلىشتا قوللىنىلغان داۋالاش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ.

ئون بىرىنچى پەسىل مەقئەت پۈتەيلىكى

مقعد غیر مثقوب

داۋالاش:

بەزى بالىلار تۇغما ھالەتتە مەقئەت تۆشۈكى بولمىغان ھالدا تۇغۇلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئوپېراتسىيە ئۇسۇلى بىلەن مەقئەت قىسمى تېشىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قابىز تۇردىكى سۈيۇق دورىلارغا يۇغنى چۆكۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇلىدۇ. بىر - ئىككى كۈنگىچە قەلەيدىن تەييارلانغان نەيچە مەقئەت تۆشۈكىنىڭ پۈتۈپ قالماسلىقى ئۈچۈن تىقىپ قويۇلىدۇ.

جاراھەت پۈتتۈرگۈچى مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ. كېسەلنى تولۇق داۋالاش ئېلىپ بېرىشى لازىم. بولمىسا ياردىن گۆش ئۆسۈپ چىقىپ تۆشۈكنى ئېتىۋالىدۇ.

تېشىپ زەخمىلەندۈرۈلگەن تۆشۈكنى تولۇق ساقىيىپ بولغۇچە نەيچە ياكى پىلتە ئارقىلىق قوغدىلىدۇ.

ئون ئىككىنچى پەسىل مەقئەت تومۇرلىرى ئېچىلىپ قېلىش

فوہات عروق مقعد

تونۇش:

مەقئەت تومۇرلىرى ئېچىلىپ قېلىش مەقئەت ئەتراپىدىكى تومۇرلارغا قانىنىڭ تولۇپ قېلىشىدىن ئىچكى بېسىمى ئېشىپ كېتىپ تومۇرلار ئېچىلىپ قالىدۇ.

سەۋەبى:

ئارتۇق قان خىلىتىنىڭ يەرلىك ئورۇندىكى تومۇرلاردا تولۇپ قېلىشى، ئۆتكۈر خىلىتلارنىڭ تەسىرى، يەرلىك ئورۇنغا ياماق سۈپەتلىك جاراھەتلەرنىڭ چىقىشى، سامساق، قىچىنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، بەزىدە بوھراننىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تومۇرلارنىڭ ئېچىلىپ قېلىشىدىن چىققان قاننى ئالدىراپ توختىتىشقا بولمايدۇ. ئەگەر بىمار بەك ئاجىزلاپ كەتسە توختىتىش لازىم.

داۋالاش:

بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، قىيىپال تومۇردىن قان ئېلىش، لوڭقا قويۇش لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن مىزاجنى تەڭشەش، قان توختىتىش ئۇچۇن قۇرسى كەھرىۋا يېگۈزۈش، كۆچلەندۈرۈش ئۇچۇن تەرياقى زەھەب يېگۈزۈلىدۇ. جاۋارىش پەنجىنۇش يېگۈزۈلىدۇ.

ئېرىتىلگەن مەرۋايىت ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەجرۇلىيەھۇد، خۇنسياۋشان، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، مۇقەل، بۇلۇت كۈلى بىر ھەسسىدىن، سۇندۇرۇس 1/4 ھەسسە، كۇندۇر 1/8 ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ ياكى چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ.

گىل مەختۇم بىر ھەسسە، زەمچىدىن 1/4 ھەسسە ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەپيۇن، كاپۇردىن ناھايىتى ئاز مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

قەي قىلدۇرۇش، قۇرسى كەھرىۋانى داۋاملىق يېگۈزۈش پايدىلىق.

بەللۇت قوشۇلغان قۇرسى كەھرىۋادىن تۆت گىرام ئېلىپ، خۇپسىلھەدىد، كۇندۇر پوستى تالقانلىرى، ئۇزۇم ئۇرۇقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھاراق بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىرتتىن ئەنزىروت، مۇرمەككى، خۇنسياۋشان، سەبرى، كۇندۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئون سەككىزىنچى باب بۆرەك كېسەللىكلىرى

امراض گردە

بىرىنچى پەسىل بۆرەك كېسەللىكلىرى ھەققىدە چۈشەنچە

ذکر وجوہ استدلال بر امراض گردە

بۆرەك كېسەللىكلىرى — مىزاج بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك بۆرەك كېسەللىكلىرى (ئەمرازى سۈئى مىزاجى گۇردە)، شەكىل بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك بۆرەك كېسەللىكلىرى (ئەمرازى تەركىبى گۇردە)، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك بۆرەك كېسەللىكلىرى (ئەمرازى تەپەررۇقى ئىنتىسالى گۇردە) دىن ئىبارەت ئۈچ خىل بولىدۇ. بۇ كېسەللىكلەر بەزىدە بۆرەكنىڭ ئۆزىدە، بەزىدە بۆرەك بىلەن باشقا ئەزالارنىڭ توتۇشىدىغان كانالچىلىرىدا يۈز بېرىدۇ. بۆرەك كېسەللىكى ئېغىرلاشسا جىگەر ئاجىزلايدۇ. بۇنىڭدىن سۈلۈق ئىششىق پەيدا بولىدۇ.

بۆرەك كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچىنىڭ سۈيدۈكى شىلىمشىق بولسا، بۆرەك ناچار ماددىلارنى سۈمۈرۈۋاتقانلىقىنى ياكى بۆرەكتە تاش پەيدا بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

بۆرەك بولسا يۈرەكتىن يىراق بولغانلىقى، قوشنا ئەزالىرىنىڭ مىزاجىنىڭ سوغۇق بولغانلىقى سەۋەبىدىن بۆرەك كۆپىنچە سوغۇقتىن كېسەللەنگەن بولىدۇ، لېكىن بۇ خىل ئەھۋالغا قاراپلا قاراملىق بىلەن بۆرەك كېسەللىكىنىڭ ھەممىسىگە ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

جىگەر ۋە بۆرەكنىڭ مۇناسىۋىتى ناھايىتى يېقىن بولغانلىقتىن، بىرسى كېسەللەنسە، يەنە بىرسىمۇ ماس ھالدا ئاسانلا كېسەللىنىپ قالىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن داۋالاشتا ھەر ئىككىلا ئەزانى نەزەردە تۇتۇش كېرەك.

بۆرەك ئەھۋالىنى ئېنىقلاش ئۈچۈن سۈيدۈك رەڭگى، چۆكمىسى، سىيگەن ۋاقتى، ئۇسسۇزلۇق ئەھۋالى، نەپەسلىنىش، ئاغرىش سېزىمى، مۇزاپىق كېلىدىغان يېمەكلىكلەر-نىڭ تەبىئىتى، چىراي ۋە پۇت قىسمىنىڭ ئۆزگىرىش ئەھۋالى تەپسىلىي ئىگىلىنىدۇ.

بۆرەك كېسەللىكى بىلەن جىگەر كېسەللىكى ئاساسەن ئوخشاپ كەتكەنلىكى ئۈچۈن ئۇلارنى تۆۋەندىكىدەك پەرقلەندۈرۈلىدۇ:

جىگەر كېسەللىكى: جىگەر كېسەللىكىدە ئىشتىھا تۇتۇلىدۇ. سۇيدۇكتە ئاسانلا چۆكمە كۆرۈلمەيدۇ. سۇيدۇك خام ھالەتتە چىقىدۇ ھەمدە باشقا جىگەر كېسەللىكىگە خاس ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

بۆرەك كېسەللىكى: بۆرەك كېسەللىكىدە ئىشتىھادا ئانچە ئۆزگىرىش كۆرۈلمەيدۇ. سۇيدۇكتە ئاسانلا چۆكمە كۆرۈلۈپ، سۇيدۇك پىشقان ھالەتتە چىقىدۇ. ئېغىزنىڭ پۇرىقى يېقىمسىز بولىدۇ، ئاسانلا ئىككىلەمچى كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلىدۇ.

بۆرەكتە تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل خىل كېسەللىك كۆپ يۈز بېرىدۇ.

بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، بۆرەك ئورۇقلاش، بۆرەك ئاجىزلىقى، بۆرەككە يەل پەيدا بولۇش، بۆرەك ئاغرىقى، بۆرەكتە توسالغۇ پەيدا بولۇش، بۆرەك يالليۇغى، بۆرەك مۇدۇر - چاقىسى، بۆرەك يارىسى، بۆرەك قىچىشىش، قەنت سىيىش كېسەللىكى، بۆرەككە تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش قاتارلىق كېسەللىكلەر كۆپ ئۇچرايدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر سۇيدۇك رەڭگى قىزىل ياكى سېرىق بولسا، سۇيدۇك ئۆتكۈر پۇراقلىق بولۇپ، ئۈستىدىن لەيلىمە ماددىلار كۆپ بولسا، تومۇر ھەرىكىتى ئىتتىك، بۆرەك ئورنى ئىسسىق، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ، كىچىك تەرىتى تولا قىستاش، سۇيدۇكنى توختىتالماسلىق، سىيگەندە سۇيدۇك كانالچىلىرى ئىسسىق بىلىنسە، ئېغىزمانىڭ ئاستى قىسمىغا سوغۇق سۇ قويۇش-تەك ئاغرىق يەڭگىللەش بولسا، كېسەللىك يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىك ۋە دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئەقلىي ۋە جىسمانىي ئەمگەكنى كۆپ قىلىش، ئېغىر جاپا تارتىش ئەھۋالى بولغانلىقى بۇ بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن، بۆرەك ساھەسىدە ئاغرىش ۋە ئېغىرلىق مەلۇم بولسا، بۇ قان خىلىتىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن بۆرەك ساھەسىدە ئېچىشىش، چوقۇلۇش سېزىمى بولۇش، قىزىش، سۇيدۇكى ئېچىشىپ كېلىش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ سەپرا خىلىتىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ رەڭگى ئاق بولۇپ، بۆرەكنىڭ رايونى سوغۇق بىلىنسە، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولمىسا، كېسەللىك يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى سوغۇق نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئەتىگەن ناشتىدىن كېيىنلا مۇنچىغا چۈشۈش ياكى بەدەن چىنىقتۇرۇش، سوغۇق تەبىئەتلىك دورا ۋە يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش تارىخى بولسا، بۇ كېسەللىك سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئەھۋاللار بىلەن بۆرەك ساھەسىدە ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، سۇيدۇك قويۇقراق كېلىش ئالامىتى بىرگە كەلسە، بۇ كېسەللىك غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك ياغلاش ھالەتتە ئاز - ئاز، قايتا - قايتا كەلسە، بۇ بۆرەكنىڭ ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. (بۇقرات)

داۋالاش:

بۆرەكنىڭ كۆپ ساندىكى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا قەي قىلدۇرۇش، باسلىق تومۇر-دىن قان ئېلىش، سۈرگۈ بېرىش، سۈيدۈك ھەيدەش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىرلەرنى قوللانغاندا سۈيدۈك كانالچىلىرىدا قىچىشىش ۋە سويۇلۇش كۆرۈلسە، بىرقەدەر كۆچلۈكرەك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

بۆرەك كېسەللىكلىرىدە سۈرگۈ دورىلارنى بېرىش بەك زۆرۈر بولمىسا ئىشلەتمەسلىك لازىم. چۈنكى ھەر قانداق سۈرگۈ دورا كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئاز بىر قىسمىنى سۈيدۈك يولىدا قالدۇرۇپ قويىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبىدىن سۈيدۈك كانالچىلىرى زىيانغا ئۇچرايدۇ.

بۆرەكنى كۆچلەندۈرگۈچى يېمەكلىك ۋە دورىلار جىگەر ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈنمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

ئىككىنچى پەسىل بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى

سوء مزاج گردہ

بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن بىرقانچە تۈرگە بۆلىنىدۇ، ئۇلار تەكشۈرۈپ ئېنىقلاش ئۈسۈلى بۆرەك كېسەللىكلىرى ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە دېگەن پەسلىدە ئوتتۇرىغا قويۇلدى، ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇللىرى تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە تۈرگە بۆلۈپ بايان قىلىنىدۇ.

1. بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج گردہ حار

بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بۆرەك ئورۇقلاش، بۆرەك ئاجىزلاش، بۆرەك ئاغرىش، بۆرەك ئىششىقى، بۆرەك ياڭىسى، قەنت سېسىش كېسەللىكى كېلىپ چىقىدۇ.

بېھى ئۈرۈقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى، سېمىزئوت ئۈرۈقى شىرىسى، ئوسۇق ئۈرۈقى شىرىسى، تاۋۇز ئۈرۈقى مېغىزى شىرىسى، قاپاق ئۈرۈقى مېغىزى شىرىسى، قاپاق ئۈرۈقى مېغىزى شىرىسى، خەشخاش شىرىسى، زىرىق شىرىسى قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئانار، شەربىتى نىلۇپەر، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى زىرىشك، شەربىتى رىيباس، شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى سەندەل قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر مۇلەييىن ئۇچ گرام، شەربىتى سەندەل تۇرۇش 12 گرام، خەشخاش شىرىسى ئۇچ گرام، نىلۇپەر شەربىتىدىن 24 گرام ئىلىپ قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سوغۇق سۇ ئىچكۈزۈش، بىمارنى سوغۇق سۇدا ئولتۇرغۇزۇش ناھايىتى پايدىلىق.

ئاقاقىيا، ئوسارەلىھيەتىتۇس، سەندەل، ئانارگۈلى، ئۇزۇم شاخلىرى، نامازشامگۈلى ياپرىقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، چالا سوقۇپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئاق سەندەلنى ئەرقى گۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

تاباشىر، كاپۇر، نىلۇپەر، بىنەپشە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

تەرخەمەك ئۇرۇقى، كەكرى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ سىركىگە چىلاپ، تولۇق ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە چېپىلىدۇ.

تەرخەمەك سۇيى، كەكرى سۇيى، سىركە، تەرەنجىبىن شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، قائىدە بويىچە سىركەنجۇبىل تەييارلاپ، يۇمغاقسۈت سۇيى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. شۇنى ئەستە تۇتۇش لازىمكى، بۆرەكنىڭ ئەسلىي مىزاجى سوغۇق بولغاچقا، كۆچلۈك سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك لازىم.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا غورا سۇيى، پالەك، ئارپا ئېشى، شويلا ئىچكۈزۈلىدۇ.

2. بۆرەك مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج امراض گرده دموی

بىمار كۆچلۈك بولۇپ، بەرداشلىق بېرەلىسە باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش لازىم.

قان خىلىتىغا سەپرا خىلىتى ئارتۇقچە قوشۇلۇشتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئاچچىق، تاتلىق ئانار سۇلىرى، تەرەنجىبىن شىرىسى، شەربىتى بىنەپشىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

3. بۆرەك مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىدىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج امراض گرده صفراوی

سىقىلغان ئاچچىق، تاتلىق ئانار سۇلىرى 108 گرامدىن، خىيارشەنبەر شىرىسى 64 گرام، تەرەنجىبىن شىرىسى 48 گرام، شىرخىست 48 گرام، ئەينۇلا شىرىسى ئون گرام، شەربىتى ۋەرد 48 گرام، بادام يېغىدىن يەتتە گرام ئىلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش

ئارقىلىق ئارتۇق سەپرا خىلىتى تازىلىنىدۇ.

قۇرسى تاباشىر كاپۇرى، كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، شەربىتى نىلۇپەر، بۇغداي كېپىكى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنى سۇرگۈندىن كېيىن خېمىر سەندەل ئەرقى پەۋاكىھ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. سوغۇق تەبىئەتلىك مۇپەررىھاتلار بېرىلىدۇ.

كاسىنە نوتىسى سۇيى، كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاچچىق ئانار ئۇرۇقىنى ئەرقى گۈلگە چىلاپ سىقىپ، سۇيىدىن 250 گرام ئېلىپ، 30 گرام سىركەنجىۋىل، 30 گرام تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، 20 گرام سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا قاپاق سۇيى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئېشەك سۈتى، ئۆچكە سۈتى، كالا قېتىقى ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

سوغۇق سۇغا تەرخەمەك ئۇرۇقى يېغى قوشۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ.

كاپۇردىن ئاز مىقدارىدا ئىستېمال قىلىش پايدىلىق.

4. بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج گردہ بارد

بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بۆرەك ئورۇقلاش، بۆرەك ئاجىزلىقى كېلىپ چىقىدۇ.

مەجۇنى لىسانىل ئاساپىر، لوبۇبى سەغرى، لوبۇبى كەبىر يېگۈزۈلىدۇ.

بىمارىدا قەۋزىيەتلىك بولسا، ئەرقى بەدىيانغا 48 گرام ھەسەللىك گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى پەلاسپە يېگۈزۈلىدۇ.

پىندۇق مېغىزى، پىستە مېغىزى، نارجىل، كۈنجۈت، ھەببەتۈلخۇزرا، بادام مېغىزى، شېكەر، قۇرۇق ئۈزۈم، ئەنجۇر قاتارلىقلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

پەرپىيۇننى قۇستە يېغىدا ئېرىتىپ بۆرەك رايونىغا سۈۋلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا كاۋاپ، كەپتەر ۋە قۇشقاچ گۆشلىرى يېگۈزۈلىدۇ. چۇچۇمەل سوغۇق تەبىئەتلىك مېۋىلەر، يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

5. بۆرەك مىزاجىنىڭ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاش:

علاج سوء مزاج گردہ بلغمی

ئاقلانغان بىخ سۇس، پىرسياۋشان يەتتە گرامدىن، بەدىيان، قوغۇن ئۇرۇقى، زاراڭزا

ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 48 گرام ھەسەللىك گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي خىلىت پىشقاندىن كېيىن ئاخشىمى ھەببى ئايارەج، ئەتىگىنى كېسەل-لىك ماددىسىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن بېرىلگەن يۇقىرىقى نۇسخىغا سانا 12 گرام، ئاق تۇربۇت يەتتە گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 24 گرام، رەۋەن چىنى بەش گرام، خىيارشەنبەر 84 گرام، تەرەنجىبىندىن 48 گرام قوشۇپ بىر قاينىتىپلا سۈزۈپ، يەتتە گرام بادام يېغى، 48 گرام شەربىتى دىنار ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەكنى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن مەجۇنى پەلاسىپە، لوبۇبى كەبىر، جاۋارىش كۈمۈنى كەبىر يېگۈزۈلىدۇ.

زاراڭزا يېغى، قۇستە يېغى، ئاچچىق بادام يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپى مىقداردا ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈپ بۆرەك رايونىغا سۈۋۈلىدۇ.

ئۇچ دانە تۇخۇم سېرىقىغا تەڭ مىقداردىكى كالا يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، ئالتە گرام زاغۇن ئۇرۇقى، ئازراق تۇز قوشۇپ، ئاخشىمى ياتار چېغىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن؛

ئىسسىق تەبئەتلىك ياغلار ئارقىلىق كىلىزما قىلىنىدۇ. پاقلاننىڭ كاللا - پاچاقلىرى ۋە كەپتەر گۆشى شورپىلىرى ئىچكۈزۈلىدۇ.

رەۋغىنى غار، رەۋغىنى جوز، رەۋغىنى پىستە، رەۋغىنى قۇستىلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بۆرەك ساھەسى ياغلىنىدۇ.

شۇمشا سۈيى، سېرىقچېچەك سۈيى، رەۋغىنى قۇستە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ كىلىزما قىلىنىدۇ. داۋاملىق تامىقىغا زىرە سېلىپ بېرىلىدۇ.

ھەكىم شەرىپخان بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ئۈچۈن جاۋارىش كۈمۈننى كەرەپشە سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ، ئىپارنى رەۋغىنى جۇندەبىدەستۇردا ئېرىتىپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈۋىلىدۇ. پىستە يېغى، نارجىل يېغى، بادام يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈۋۈلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەرنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە، يۇقىرىقى ياغلارغا ئىپار، قۇندۇز قەھرى، ئەنبەر قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرسىنى قوشۇپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈۋۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا چۇجە، قۇشقاچ، كەپتەر گۆشلىرى، بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۆرەكنىڭ مىزاج بۇزۇلۇشى ماددىلىق بولسا، قائىدە بويىچە غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتى تازىلىنىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن تەرياقى كەبىر، مەجۇنى پەلاسىپە، داۋائى مىشكى يېگۈزۈپ، بۆرەك كۈچلەندۈرۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

ئۇچىنچى پەسىل بۆرەك ئورۇقلاش

ھەزال كلىيە

تونۇش:

بۆرەك ئورۇقلاش ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بۆرەكنى قاپلاپ تۇرغان ياغلارنىڭ ئازلاپ كېتىش بىلەن جىنسى ئىقتىدار تۆۋەنلەش، ئورۇقلاش، ماغدۇرسىزلىق ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

1. بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن بۆرەكنى ئوراپ تۇرغان مايلار ئېرىپ كېتىپ، بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

2. بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن بۆرەكتە ئاجىزلاش كۆرۈلۈپ، ئوزۇقلۇقلارنى سۈمۈرۈش، پىشۇرۇش، ماددا ئالماشتۇرۇش ئىقتىدارى ياخشى بولماي بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

3. سۈرگۈچى ۋە سۈيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

4. بۆرەك ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

سۈيدۇك رەڭگى ئاق بولۇپ، مىقدارى كۆپ بولۇش، بەدەن ئورۇقلاش، ئېغىزمان ۋە بەل داۋاملىق يەڭگىل ئاغرىش، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش، باش ئاغرىش، بۆرەك رايونى قولغا سوغۇق بىلىنىش، سۈيدۇك تۈتالماسلىق بىلەن بىرگە كېسەللىك سەۋەبىگە خاس ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

بۆرەك ئورۇقلاش كېسەللىكىنى داۋالاشتا سەۋەبىنى يوقىتىش ئىنتايىن مۇھىم. كېسەللىك سەۋەبىنى يوقىتىپ بولغاندىن كېيىن تۆۋەندىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ:

نارجىل، پىستە مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، جوز، چىلغوزا مېغىزى، بادام مېغىزى، ھەببەتۈلخۇزرا قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

توخۇ يېغى ۋە ئۆردەك يېغىنى بۆرەك ساھەسىگە سۈۋاش ناھايىتى پايدىلىق.

ئەگەر بىمارداً قىزىش بولسا، خەشخاش ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، چىگىت مېغىزى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

تەرەنجىبىن بۇ كېسەللىك ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.
ئۈزۈقلاندۇرۇشتا سېمىز گۆش، كاللا - پاچاق، چالا پىشۇرۇلغان توخۇ تۇخۇمى بېرىلىدۇ.
سۈۋەيدى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:
ھۆل قايماق، سېمىز توخۇ گۆشى، كەپتەر گۆشى، ياڭاق، ئەنجۈر، بانان، شېكەر، باقلە، ھۆل قايماق، ئىسسىق نان، كالا سۈتى بېرىلىدۇ.
ئەنتاكى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:
بۆرەك ئورۇقلاشتا مايلىق مېغىزلار ۋە ئۈنۈك مايلىرى، خەشخاش ئۇرۇقى، كۈنجۈت، شېكەر، ھالۋا، ھايۋاناتلارنىڭ بۆرەكلىرى يېگۈزۈلىدۇ.

تۆتىنچى پەسىل بۆرەك ئاجىزلىقى

ضعف گرده

تونۇش:
بۆرەك ئاجىزلىقى ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بۆرەكنىڭ قۇۋۋەتلىرى ئاجىزلاپ، بۆرەكنىڭ نورمال خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:
ئىبنىسىنا بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبىنى تۆۋەندىكىچە ئوتتۇرىغا قويغان:
1. بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
2. بۆرەك كانالچىلىرىنىڭ كېڭىيىپ كېتىشى، بۆرەك مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
3. سۈيدۈك ھەيدىگۈچى يېمەكلىك ۋە دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
4. ئاتنى كۆپ مىنىش، پىيادە كۆپ يول يۈرۈش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
5. بۆرەك ئورۇقلاش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

جۈرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:
بۆرەك ئاجىزلىقى بولسا، بۆرەك ياللۇغى، بۆرەككە قۇم ۋە تاش پەيدا بولۇش، ئېغىر جاپا تارتىش، كۆپ يول يۈرۈش، كۆپ ئولتۇرۇپ - قوپۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
بۆرەك ئاجىزلىقىدا بۆرەك ئۆز خىزمىتىنى نورمال ئېلىپ بارالمايدۇ. ھەتتا خىزمىتىنى پۈتۈنلەي يوقاتقان بولىدۇ.
بۆرەكنىڭ خىزمىتى شۇكى، يۈرەكتىن كەلگەن قاننى سۈدىن ئايرىش، خىلىتلارنى

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

پىشۇرۇپ، ئۆزىنى ئوزۇقلۇق بىلەن تەمىنلەش، كېرەكسىز سۈلارنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىشتىن ئىبارەت. ئەگەر بۆرەك ئاجىزلىسا، يۇقىرىقى خىزمەتلەر نورمال ئېلىپ بېرىلمايدۇ.

تەكشۈرۈش:

بۆرەك ئورۇقلاش، سۈيدۈك ئازلاش، كىچىك تەرتىتى تولا قىستاش، بىمار ئاجىزلاش، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلاش، باش ئاغرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، بۆرەك ئاجىزلىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن بىرەر خىلىتقا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلسە، بۆرەك ئاجىزلىقى بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بۆرەك ساھەسىدە يەڭگىل ئاغرىش، ئىشتىھاسىزلىق، سۇ ئىچمىگەندە ۋە قورساق ئاچقاندا سۈيدۈكى سۈيۇق كېلىش، يېمەكلىك يېگەندىن كېيىن سۈيدۈكى قان ئارىلاش قويۇق كېلىش، سۈيدۈك رەڭگى گۆش يۇغان سۈدەك بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۆرەك ئاجىزلىقى سۈيدۈك كانالچىلىرىنىڭ كېڭىيىپ كېتىشى، بۆرەك مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈكنى ئازراق ۋاقىت قويۇپ قويغاندىن كېيىن قان ۋە سۈيۇقلۇقلار تېگىگە چۆكسە، ئۈستىدە كۆپۈك كۆپ بولسا، بۇ، بۆرەك ئەتراپىدىكى تومۇر ۋە بۆرەك كانالچىسىدا كېسەللىك بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈكتە ھېچقانداق چۆكمە بولماستىن، ئۆز ھالىتىدە تۇرغان بولسا، بۇ كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەنتاكى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن: بۆرەك ئاجىزلىقى كۆپىنچە بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

بۆرەك ئاجىزلىق كېسەللىكىنى داۋالاشتا سەۋەبىگە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش، بۆرەكنىڭ نورمال خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش، بۆرەكنىڭ تۈتۈش كۈچىنى ئاشۇرۇش، بۆرەكنى كۈچلەندۈرۈش پرىنسىپى بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك ئاجىزلىق كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچى بىمارداھارارەت ئاز بولۇپ، سۈيدۈكتە قان بۇلۇش، سۈيدۈك مىقدارى كۆپ بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، خۇنسياۋشان، ئانارگۈلى، ئۈسارەلىھەتتۈس، ئەرەب يېلىمى، گىل ئەرمىنى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، پاقىيوپۇرمىقى سۈيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

قىزىلگۈل، سەندەل، ئاقاقىيا، نامازشامگۈلى، ئامىلە ئۈسارىسى قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، نامازشامگۈلى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

سىركە بىلەن گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك رايونىغا سۈرتىلىدۇ.
ئۆچكە سۈتى بىلەن تۆگە سۈتىنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈش پايدىلىق.
ھەببى مەرۋايىت، ھەببى پادەزەھرە قاتارلىق دورىلاردىن مۇقاپىق مىقداردا ئېلىپ يېگۈزۈلىدۇ.
مەجۇنى لوبۇبى كەبىر، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى، زاراڭزا ئۇرۇقى شىرىسى، بەدىيان شىرىسى ئالتە گرامدىن، شەربىتى ھەلىۋن، شەربىتى خەشخاش 24 گرامدىن، ئاق تۇدەرى تالقىنى، قىزىل تۇدەرى تالقىنىدىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.
مەجۇنى لىسانۇل ئاساپىر، لوبۇبى كەبىر، لوبۇبى سەغرى، لوبۇبى ئەبرىشىم، خېمىر ئەبرىشىم، ھالۋائى گۈزەر، ھالۋائى سۆئلەپ، ھالۋائى مۇرغى، ھالۋائى مۆچرەس قاتارلىق دورىلار تاللاپ بېرىلىدۇ.
چىگىت مېغىزى، ھەببەلخۇزرا مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، پىستە مېغىزى، ھەلىۋن ئۇرۇقى، نارجىل، ھەببى قەلقەل، ياڭاق مېغىزى بىر ھەسسىدىن، شاقاقۇل، زەنجىۋىل، ھەببى زەلەم، لىسانىل ئاساپىردىن 1/2 ھەسسىدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنى ئىككى قېتىم يەتتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.
ئەركەك قۇشقاچ مېڭىسى، پىننە، پىلپىل ھەرقايسىسىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.
سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، تاباشىر، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، ئاق سەندەل، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، بىخ مارجان، رۇببىسۇس، قىزىل شادىنەج، ئەدەس، مەغسۇل، ئاقلانغان سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، سالاجىت، قەلەي كۈشتىسى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ئىككى گرامدىن، خەشخاش ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى تۆت گرامدىن، نىشاستە، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، بادام مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، چىلغوزا مېغىزىدىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.
مەجۇنى مۇقەۋىۋى گۈردە ۋە مەجۇنى مۇقەۋىۋى مەسانى يېگۈزۈلىدۇ.
شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:
ئەگەر بۆرەك ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، بۆرەك ئورۇقلاش بولسا، بۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.
ئەگەر بۆرەك ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى بۆرەك كانالچىلىرىنىڭ كېڭىيىپ كېتىشى، بۆرەك مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشى بولسا، سەۋەبىگە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.
ئۇنىڭدىن كېيىن كۈچلەندۈرۈش لازىم. كۆپ ھەرىكەت قىلىش، جىنسىي مۇناسىۋەت قىلىش، مۇنچىغا كۆپ چۈشۈشتىن ئىمكانقەدەر ساقلىنىش، سۈرگۈچى ۋە سۈيدۈك ھەيدەگۈچى يېمەك ـ ئىچمەك ۋە دورىلارنى بەرمەسلىك، ئوبدان ئارام ئالدۇرۇش، ئۆچكە سۈتى

ئىچكۈزۈش، هايۋانلارنىڭ بۆرىكىنى يېگۈزۈش، گىل ئەرمىنى تالقىنى يېگۈزۈش ناهايىتى پايدىلىق.

جۇرجانى بۇ هەقتە تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

بۆرەك كانالچىلىرىنىڭ كېڭىيىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان بۆرەك ئاجىزلىقى ئۈچۈن قۇرسى تاباشىر، قۇرسى گۈلنار يېگۈزۈلىدۇ.

قىزىلگۈل، تاباشىر، سۇماق، سەندەل، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم 36 گرامدىن، قۇرۇتۇلغان ئالما 24 گرام، خەرنوپ، نامازشامگۈل يوپۇرمىقى يەتتە گرامدىن، ئارپا پوستىدىن ئون گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ، نامازشامگۈل سۇيى، چۈچۈمەل ئالما سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئېغىزمان قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ. ئۇستىدىن داكا بىلەن تېڭىلىدۇ.

نامازشامگۈل سۇيى ۋە ئالما سۇيى بىلەن داۋاملىق نەمدەپ تۇرۇلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەرنىڭ پايدىسى بولمىسا، زەمچە ۋە هاك سۇيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. مۇمكىن بولسا ئۇلارنىڭ سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

قەي قىلدۇرۇش، بىمارنى سوغۇق جايغا يۆتكەش ناهايىتى پايدىلىق.

تەبىرى بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسىتكەن:

جاپا مۇشەققەت، هەرىكەتنىڭ كۆپ بولۇشى بۇ كېسەللىك ئۈچۈن زىيانلىق هېسابلىنىدۇ.

ئەگەر بۆرەك ئاجىزلىقى ئاخىرقى باسقۇچقا بېرىپ قالغان بولسا، پولونىيا، قۇرسى كەۋكەب، قۇرسى گۈلنار يېگۈزۈلىدۇ. تۇزلۇق يېمەكلىكلەردىن پەرهىز قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇ كېسەللىك سەۋەبىدىن ئومۇمىي بەدەنده ئىششىق كېلىپ چىققان بولسا، گۆش سۇلۇق ئىششىق بايانىدا قوللىنىلغان تەدبىرلەر ئىشلىتىلىدۇ.

بەشىنچى پەسىل بۆرەككە يەل پەيدا بولۇش

ریح گردہ

تونۇش:

بۆرەككە يەل پەيدا بولۇش بۆرەك ئەتراپىغا قويۇق يەل توپلىشۇبلىشتىن بۆرەكتە تارتىشىش پەيدا بولىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

بۆرەككە يەل پەيدا بولۇش يەڭگىل هارارەت ئۇستۇنلۇكىنى ئىگىلىگەن خىلتلاردىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامتى:

بەل ۋە بۆرەك رايونىدا چىڭقىلىپ ئاغرىش، ئاغرىق يۆتكىلىپ تۇرۇش، قورساق

ئاچقان ۋە تاماق ياخشى ھەزىم بولغاندىن كېيىن چىڭقىلىش، تۆۋەنلەش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

بەدىيان شىرىسى، رۇم بەدىيان شىرىسى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى يۇقىرىقى شىرىلەرگە شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى دىنار، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان، قىزىلگۈل، بىخ كەبىر پوستى تۆت گرامدىن، بىخ بەدىيان پوستى ئالتە گرام، رۇم بەدىيان ئۇچ گرام، سۇزاپتىن ئىككى گرام ئىلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت ياكى ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

گۈل يېغى، بابۇنە يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، بۆرەك رايونىغا سۈرتىلىدۇ.

پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسنە، بىخ كەبىر، بىخ كەرەپشىدىن توققۇز گرامدىن ئىلىپ، سۈزۈپ، رۇم بەدىيان، ئوردان، كەرەپشە ئۇرۇقى تۆت گرامدىن، ئەنجۈر بەش دانە، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 24 گرام، ھەسەل 36 گرام، بىدەنجىر يېغىدىن توققۇز گرام ئىلىپ، دورىلاردىن قالغىنى بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا توخۇ گۆشى شورپىسى بىلەن نان بېرىلىدۇ.

سۈزاپ ئۇرۇقى، قارا زىرە، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، تاغ زىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

قۇستە يېغى، رەۋغىنى زەنبىق، سۈزاپ يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ.

تۇز، بۇغداي كېپىكى مۇۋاپىق مىقداردا بۆرەك ساھەسىگە تېڭىلىدۇ.

ماش يارمىسى، ھەك، زەنجۈبىل، چالا سوقۇلغان سېرىقچېچەك ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر يۇغۇرۇپ، نان ياساپ بىر تەرىپىنى پىشۇرۇپ، خام قالغان تەرىپىگە گۈل يېغى ياكى بابۇنە يېغى سۈزۈپ ئىسسىق ھالەتتە بۆرەك ساھەسىگە تېڭىلىدۇ.

ئاخشىمى ياتار ۋاقىتىدا نوقۇت چوڭلۇقىدىكى مۇقەلدىن 2 ~ 3 دانە يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى مۇقەل ياكى ئىتىرىفىل مۇقەل، مەجۇنى مۇقەل يېگۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش كۇمۇنى ياكى جاۋارىش مەستىكى مۇرەككەپتىن توققۇز گرام يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن رۇم بەدىيان شىرىسى، ئاق زىرە شىرىسى تۆت گرامدىن، بەدىيان شىرىسى، پىننە شىرىسى توققۇز گرامدىن، قاقىلە تالقىنى ئون گرام، ھەسەلدىن 48 گرام ئىلىپ، دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپىبەدىيان شاخلىرى، سېرىقچېچەك 84 گرامدىن، شۇمشا، زىغىر، بەدىيان، ئوغرىتىكەن، زىرە ياغچى، بابۇنىدىن 48 گرامدىن ئىلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ يۇيۇندۇرۇ-

لىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بابۇنە يېغى بۆرەك ساھەسىگە سۈزۈلىدۇ.

قەلەيلەنگەن قازانغا ئەرقى گۈل، سىركە قۇيۇپ، قىزىتىپ، ئىلمان بولغاندا رەخت پارچىسىنى چۆكۈرۈپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى كومۇنى كەبىر ئالتە گرام يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ئون دانە، دورنەج ئەقرەبى ئىككى گرام، دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك ئاغرىقى بىلەن قورساق كۆپۈش، قورساق ئاغرىش، قەۋزىيەتلىك بىرگە بولسا، ئوغرىتىكەن شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسىگە شەربىتى بۈزۈرى، شەربىتى دىنار، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاغرىق جايغا سىرىق چىچەك يېغى سۈزۈلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

ھاك يىلتىزى 12 گرام ئېلىپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھىڭدىن ئۈچ گرامنى يۇمشاق سوقۇپ، قارا شېكەر بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

تاماكا يوپۇرمىقى بۆرەك ساھەسىگە تېڭىلىدۇ.

شەيخ (ئىبىنسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش، مائۇلئۇسۇل ئىچكۈزۈش، زىرە، بابۇنە، سىرىقچىچەك قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. قۇستە يېغى، رەۋغىنى زەنبەق، رەۋغىنى خەيرى بۆرەك ساھەسىگە سۈزۈلىدۇ.

ئالتىنچى پەسىل بۆرەك ئاغرىقى

دردگردە

سەۋەبى:

بۆرەك ئاغرىشىنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىچە: ① بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ② بۆرەك ئورۇقلاش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ③ بۆرەك ئاجىزلاش، بۆرەككە يەل پەيدا بولۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ④ بۆرەك يالىلۇغى، بۆرەك يارىسى، بۆرەككە تاش چۈشۈشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

خۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن. بۆرەك ئاغرىش، ئەمەلىيەتتە بىرەر قانداق كېسەللىك بولماستىن، بەلكى كېسەللىكنىڭ ئالامىتىدۇر. بۆرەك ئاغرىقى بىلەن ئۆچەي توسۇلۇشنىڭ پەرقىنى ئېنىق ئايرىۋېلىش لازىم.

داۋالاش:

بۆرەك ئاغرىقىنى داۋالاشتا كېسەللىك سەۋەبچى ئامىلنى يوقىتىش لازىم.

پولونىيا، بەرشىشادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن بېرىلىدۇ.

بابۇنە، سېرىقچېچەك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، نېلۇپەر يوپۇرمىقى، پىننە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، تىزىنىڭ ئاستى قىسمى ۋە ئومۇمىي بەدەن يۇيۇلىدۇ.

شەربىتى بىنەپشە ئىچكۈزۈش ئىسسىقتىن بولغان بۆرەك ئاغرىقى ئۈچۈن پايدىلىق.

بۆرەك ئاغرىقى، بۆرەك يارىسى ياكى ئۇرۇلۇش ۋە ياكى قان خىلىتىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

بانادۇق بۈزۈرى يېگۈزۈش بۆرەك يارىسىدىن بولغان ئاغرىق ئۈچۈن پايدىلىق.

ئەرقى بىدىمىشكى، ئەرقى كەيىورە ئىچكۈزۈش، رەۋغىنى لوبۇبنى بۆرەك ساھەسىگە سۈۋاش بۆرەك ئاجىزلىقىدىن بولغان بۆرەك ئاغرىقى ئۈچۈن پايدىلىق.

زىغىر، شۇمشا، بابۇنە، بىنەپشە، بەدىيان، تۇخۇمى ھەلىيۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا، ئىكلىلمىلىك، پىرسياۋشان، نېپىز قەنتەرىيون 36 گرامدىن، نېلۇپەر يوپۇرمىقى، زەيتۇن يوپۇرمىقى توققۇز گرامدىن، ئاسارۇن، پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسنە، بىخ كەرەپشىدىن 48 گرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

زەيتۇن يوپۇرمىقى، كۈنجۈت يوپۇرمىقى، نېلۇپەر يوپۇرمىقى، ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، سېرىقچېچەك يوپۇرمىقى، بەدىيان يوپۇرمىقى 60 گرامدىن، رۇم بادىيان شاخلىرى، كەرەپشە ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، يەرلىك شوخلا، بابۇنە، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى، بەدىيان، زىغىر، شۇمشا، بەزرۇلبەنجىدىن 36 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

بۆرەك ئاغرىش بىلەن دوۋساق قىسمىدىمۇ ئاغرىش بولۇپ، سۈيدۈك تۇتۇلغان بولسا، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن يەتتە گرامدىن، ئەفتىمۇن ئۇرۇقىدىن بەش گرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى سۇ بىلەن چىقىرىپ، شەربىتى بۈزۈرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك ئاغرىش زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئەنجۈر ئۈچ دانە، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، پىرسياۋشان تۆت گرامدىن، ئوغرىتىكەن ئالتە گرام، قۇرۇق زۇپادىن ئۈچ گرام ئېلىپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، توققۇز گرام زاراڭزا ئۇرۇقى شىرىسى، 24 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاغرىش ئېغىر بولسا، ئالدى بىلەن پولونىيا ۋە قۇرس كەۋكەب يېگۈزۈلىدۇ. ئاغرىق يەڭگىللىگەندىن كېيىن سەۋەبىگە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بۆرەك ئاغرىق كېسەللىكىدە ئۇرۇق دورىلارنى ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق. سېزىم-سىلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندە ئېھتىيات قىلىش كېرەك.

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

يەتتىنچى پەسىل بۆرەكتە توسالغۇ پەيدا بولۇش

سدئے گردہ

تونۇش:

بۆرەكتە توسالغۇ پەيدا بولۇشنىڭ سەۋەبى كۆپىنچە قويۇق شىلىمشىق خىلىتلار، بۆرەك يالليۇغى، سۈيدۈك توسۇلۇشتىن ئىبارەت.

ئالامىتى:

سۈيدۈك سۈيۇق ۋە ئاز بولۇش، بەل ئاغرىش، قىزىش، ماغدۇرسىزلىنىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

بۆرەك توسۇلۇش كېسەللىكى بۆرەك يالليۇغى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بەدىيان، نوقۇت، رۇم بەدىيان قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قوغۇن ئۇرۇقى سۈيى، قاپاق سۈيى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاچچىق قۇسته، غارىقۇن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەپسەنتىن، ھەببى بىلسان، ئۇد بىلسان، دارچىن، ئاچچىق قۇسته، خولىنجان، ھەلىيۇن ئۇرۇقى، بىخ كەبىر، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، بىلسان يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھاراق بىلەن چىلاپ بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇدبىلسان، مۇقەل، بىخ كەبىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، چالا سوقۇپ، ئۆچكە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

سەككىزىنچى پەسىل بۆرەك يالليۇغى

ورم گردہ

تونۇش:

بۆرەك يالليۇغى ھەر خىل سەۋەبلەر تۇپەيلىدىن سۈيدۈكنىڭ مىقدارى ئازىيىش، كۆز، قاپاقلىرى ئىششىش، قان بېسىمى ئۆرلەش، سۇلۇق ئىششىق پەيدا بولۇش بىلەن ئىپادىلە-

نىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى:

بۆرەك يالليۇغىنىڭ سەۋەبى خىلىت ئېتىبارى بىلەن قويۇق قان خىلىتى، غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتى، چىرىگەن بەلغەم خىلىتى، چىرىگەن قان خىلىتى، بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىدىن ئىبارەت.

بۆرەك يالليۇغى ئورۇن جەھەتتىن بۆرەك جىسمىدا، بۆرەك بوشلۇقىنىڭ ئىچكى ۋە تاشقى تەرىپىدە، ئۇچەي تەرىپىدە، دوۋساق سۈيدۈك توشۇش نەيچىسى، بۆرەك بىلەن جىگەر ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىدا، بۆرەك تەركىبىي قىسمىدا، بەزىدە بۆرەكنىڭ بارلىق بۆلەكلىرىدە تۆۋەندىكى سەۋەبلەردىن كۆپرەك پەيدا بولىدۇ.

1. بۆرەك تومۇرلىرىدا ئىمتىلاھ (تولۇپ قېلىش) شەكىللىنىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.
2. بۆرەككە تاش ۋە قۇم چۈشۈشتىن كېلىپ چىقىدۇ.
3. بۆرەككە سىرتقى زەربە تېگىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.
4. بۆرەك يارا كېسەللىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
5. بۆرەك ساھەسىگە قاتتىق، ئېغىر نەرسىلەرنى تېگىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.
6. بەك ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈشتىن كېلىپ چىقىدۇ.
7. باشقا ئورۇندىكى كېسەللىك ماددىسىنىڭ بۆرەككە تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
8. خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

جۈرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك يالليۇغىدا بولسا يالليۇغىنىڭ كېڭىيىشى، يىرىڭغا ئۆزگىرىشى، قاتتىقلىشىدىن ئىبارەت ئۇچ خىل ھالەت يۈز بېرىدۇ.

بۆرەكتىكى يالليۇغىنىڭ قېتىپ قېلىشى غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتى ياكى بەلغەم خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن ۋە ياكى يالليۇغنى ۋاقتىدا داۋالىماسلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ. بۆرەك يالليۇغىنىڭ بۇ خىل ھالىتىنى ۋاقتىدا داۋالىمىغاندا، جىگەردە سۈيۇقلۇقىنىڭ كۆپلەپ تۇرۇپ قېلىشى بىلەن سۇلۇق ئىششىق يۈز بېرىدۇ. بۇنىڭ بىلەن يۈرەكنىڭ ئوزۇقلىنىشى توسقۇنلۇققا ئۇچراپ تەدرىجىي بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يېتىشى مۇمكىن.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەكتە تاش پەيدا بولغانلىقتىن كېلىپ چىققان بۆرەكتىكى يالليۇغ ناھايىتى تېزلا قېتىپ قالىدۇ.

تەكشۈرۈش:

1. بۆرەك يالليۇغىنى سەۋەبىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش:

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

بىماردىكى قىزىتما تۇراقسىز بولۇش، تومۇر ھەربىتى قاتتىق، تىترىگەن ھالەتتە بولۇش، زېھنى ئېلىشىش، ئۇسسۇزلۇق كۈچ بولۇش، كىچىك تەرەت تۇتۇلۇش، بۆرەك ئەتراپىدا ئېغرىلىق ۋە تارتىشىش سېزىمى بولۇش، سۈيدۈكى دەسلەپتە ئاق، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوت رەڭگىدە، ئاخىردا قىزىل بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۆرەك ياللۇغى زىيادە ئىسسىقلىقىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن قىزىش ئېغىر بولۇش، ئېغىزماندا تارتىشىش ۋە ئېغرىلىق بولۇش، ئۇسسۇزلۇق بەك كۈچ بولماسلىق، بۆرەك ساھەسى لوقۇلداپ ئاغرىش ھەمدە قان خىلتى ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۆرەك ياللۇغى ئۆتكۈر قان خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قىزىش، بۆرەك ساھەسى ئېچىشىپ ئاغرىش، ئۇسسۇزلۇق كۈچ بولۇش، باش ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر ئېغىر بولسا، بەزىدە سەپراۋى قەي كەلسە، سۈيدۈك ئاز - ئازدىن تېز كەلسە، تومۇر ھەربىتى ئىتتىك، ئارقىمۇ ئارقا بولسا ھەمدە سەپرا خىلتىنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۆرەك ياللۇغىنىڭ غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىماردا يەڭگىل قىزىش، بۆرەك ساھەسىدە ئېغرىلىق مەلۇم بولۇش، چىراي، كۆز ۋە ئومۇمىي بەدەندە ئورۇقلاش كۆرۈلۈش، ئىسسىق مۇھىتتىن راھەتلىنىش ھەمدە بەلغەم خىلتىنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، بۆرەك ياللۇغىنىڭ غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بۆرەك ساھەسىدە ئېغرىلىق بولۇش، سۈيدۈك رەڭگى جىگەررەڭ بولۇش، سۈيدۈك مىقدارى ئاز بولۇش، ئېغىزمان قىسمى ئاغرىش، مۇچىلەر ئورۇقلاش، بەزىدە ئىششىق يۇز بېرىش، تال تەرەپتە چوقۇلۇپ ئاغرىش، بىمار مالىخۇلىيادەك بولۇپ قېلىش ھەمدە سەۋدا خىلتىنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، بۆرەك ياللۇغىنىڭ غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بۆرەك ساھەسىدە ئاغرىش ئېغىر بولۇش، سۈيدۈك رەڭگى قارامتۇل بولۇش ھەمدە قان خىلتى ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ غەيرىي تەبئىي قان خىلتىدىن كېلىپ چىققان بۆرەكتىكى ياللۇغىنىڭ قاتتىقلىشىپ قالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بۆرەك ساھەسىدە ئېچىشىش ئېغىر بولۇش، كۆپ ئۇسساش، ئاغرىق يۆتكىلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىدىن كېلىپ چىققان بۆرەكتىكى ياللۇغىنىڭ قاتتىقلىشىپ قالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

2. بۆرەك ياللۇغىنى كېسەللىك ئورنىغا ئاساسەن تەكشۈرۈش:

بۆرەك رايونىدىكى ئاغرىق تۇتقاقلىق بولسا، ياللۇغىنىڭ بۆرەك جىسمىدا ئىكەنلىكىنى

بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولۇپ، بىمار تۇز بولالمىسا، يۆتەلگەندە ۋە چۈشكۈرگەندە ئاغرىق تېخىمۇ كۈچەيسە، ئوڭدا ياتقاندا ئاغرىق بىرئاز قويۇپ بەرسە، ياللۇغنىڭ بۆرەك پەردىسىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر بۆرەك رايونىدا ئاغرىش داۋاملىق بولۇپ، قەۋزىيەتلىك ۋە ئۈچەي توسۇلۇشنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ياللۇغنىڭ ئۈچەي تەرەپتە ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر كىچىك تەرەت قىلىش قىيىن بولسا، ياللۇغنىڭ بۆرەك كانالچىلىرىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش ئوڭ تەرەپ بۆرەك ساھەسىدە بولۇپ، سول تەرەپنى بېسىپ ياتقاندا ئاغرىش يەڭگىللەشسە، ياللۇغنىڭ ئوڭ بۆرەكتە ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش سول تەرەپ بۆرەك ساھەسىدە بولۇپ، ئاغرىش دوۋساققا قەدەر يېتىپ كەلگەن بولسا، ياللۇغنىڭ سول بۆرەكتە ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش ئىككىلا بۆرەك ساھەسىدە بولسا، ياللۇغنىڭ ئىككىلا بۆرەكتە ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

قەرشى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئاغرىغان تەرەپنى بېسىپ يېتىش قىيىن بولۇش ھەمدە بىر نەرسە ساڭگىلاپ قالغاندەك مەلۇم بولۇش، سۈيدۈكى سۈيۇق ۋە ئاق رەڭدە بولۇش، تەدرىجىي ئوت يالقۇنى ۋە جىگەر رەڭگە ئۆزگىرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ بۆرەك ياللۇغنىڭ دەللىلىدۇر.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۈيدۈكنىڭ داۋاملىق ئاق بولۇشى بۆرەكتىكى ياللۇغنىڭ قېتىپ قالغانلىقى ياكى ياللۇغنىڭ ئېغىز ئالغانلىقىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك داۋاملىق شىلىمشىق، قويۇق، ئاق رەڭدە بولسا، بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالى ناھايىتى خەتەرلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ. ئەگەر سۈيدۈكتە چۆكمە كۆپ بولسا، بۇ كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشىپ سىرتقا چىقىپ كەتكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

داۋالاش:

بۆرەك ياللۇغنى داۋالاشتا: ياللۇغنىڭ قېتىپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن كېسەللىكنى ۋاقتىدا تونۇپ تېز داۋالاش ئېلىپ بېرىش، كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا كۆچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، سۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك، جاپالىق ئىشلەش، كۆچلۈك ھەرىكەت قىلىش، جىنسىي مۇناسىۋەت قىلىشتىن چەكلەش لازىم.

سوغۇق سۇ ئىچىشتىن، يەللىك، غەلىز تاۋاملارنى ئىستېمال قىلىشتىن پەرھىز قىلىش لازىم.

قەي قىلدۇرۇش، كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتىش، قورساقنى بوشىتىش ئۈچۈن

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

مۇۋاپىق تەدبىرلەرنى قوللىنىش لازىم.

ئىكللىملىك، بابۇنە، بۇغداي كېپىكى، ئاقلانغان ئارپا، يەرلىك شوخلا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابى، زىغىر لوئابى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى لوئابى، گۈل يېغى، دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، كىلىزما قىلىندۇ.

خىيارشەنبەر ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش پايدىلىق.

بۆرەك يالليۇغى كېسەللىكىنى داۋالاشتا كېسەللىك ماددىسىنىڭ قويۇق سويۇقلۇقى ۋە مىزاجىنى تەڭشەش، يالليۇغ قايتۇرۇش ئۇچۇن تۆۋەندىكى سەككىز تۈرلۈك ئۇسۇلغا دىققەت قىلىش لازىم:

1. يالليۇغ كېسەللىكىنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا كۆچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ۋە سۈرگۈچى دورىلارنى قەتئىي ئىشلەتمەسلىك، ئۇنداق قىلمىغاندا سۈرگۈسى ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنىڭ تەسىرىدىن بۆرەكتىكى سۈيۇق ماددىلار چىقىپ كېتىپ، قويۇق قىسمى قېپقېلىش بىلەن تاش پەيدا بولۇش ياكى يالليۇغنىڭ قېتىپ قېلىشى كېلىپ چىقىشى مۇمكىن.

2. بۆرەك يالليۇغى كېسەللىكىدە ئالدىراپ سۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك، سۈرۈش زۆرۈر بولۇپ قالسا، خىيارشەنبەر شىرىسىنىلا ئىچكۈزۈش پېتەرلىك. ئۇنداق قىلمىغاندا سۈرگۈچى دورىلارنىڭ تەسىرىدە خىلتىلاردا ھەركەت پەيدا بولۇپ يالليۇغنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ.

3. ئۆتكۈر خىلدىكى ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك ـ ئىچمەك، دورىلارنى ئىستېمال قىلماسلىق، تۈزلۇق يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم. چۈنكى بۇ خىل يېمەك ـ ئىچمەكلەر ۋە دورىلار يالليۇغنىڭ شەكلىنى ئۆزگەرتىۋېتىدۇ.

4. غەيرىي تەبىئىي خىلتىلارنى قەي ئارقىلىق تازىلاشقا تىرىشىش لازىم.

5. جىنسىي مۇناسىۋەت ۋە يەرلىك ئورۇنغا بېئارام‌لىق يەتكۈزىدىغان بارلىق ھەرىكەتلەردىن ساقلىنىش لازىم.

6. غەيرىي تەبىئىي خىلتىلارنى كىلىزما قىلىش ئارقىلىق قارشى تەرەپكە تارتىش لازىم.

7. مۇناسىۋەتلىك يېمەكلىك ۋە دورىلار ئارقىلىق قورساق قىسمىنى يۇمشىتىش لازىم.

8. كۆچلۈك خۇسۇسىيەتتىكى زىمادلار، يۇيۇنمىلار، سۈۋالمىلار دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك ساقلىنىش لازىم.

بۆرەك يالليۇغىنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل بولىدۇ.

1. ئىسسىقتىن بولغان بۆرەك يالليۇغىنى داۋالاش:

علاج ورم گرده حار

قايسى تەرەپتىكى بۆرەك يالليۇغلانغان بولسا، شۇ تەرەپتىكى باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

ئىسپىغۇل لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، چىلان شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شەربىتى بىنەپشە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا يارمىسى، يەرلىك شوخلا، سەندەل، كاسنە ئۇرۇقى، دورىلارنى سوقۇپ يەرلىك شوخلا سۈيى، كاسنە سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

موم يېغى، بىنەپشە يېغى، گۈل يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ.

چىلان بەش دانە، گۈل بىنەپشىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەك رايونىغا گۈل يېغى سۈرتىلىدۇ.

چىلان بەش دانە، بېھى ئۇرۇقىدىن ئۇچ گرام ئېلىپ، قاينىتىپ، ئالتە گرام تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، 24 گرام شەربىتى بىنەپشە، بەش گرام ياۋا سېمىز ئوت ئۇرۇقى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككىنچى كۈنى يۇقىرىقى نۇسخىغا تۆت گرام نېلۇپەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەك يالليۇغىدا پاچاق ۋە ئۇرۇقدان ئاغرىش بىرگە كەلسە، ئاق لەيلىگۈلى ئۇچ گرام، يەرلىك شوخلا تۆت گرام ئېلىپ، دورىلارنى ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، 24 گرام شەربىتى بۈزۈرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچ گرام بېھى ئۇرۇقى لوئابى، تۆت گرام ئوغرىتىكەن شىرىسى بىرلەشتۇرۇپ، قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق بەك ئېغىر بولسا، يەرلىك شوخلا، گۈل بىنەپشە، ئاق لەيلىگۈلى، ئىكلىلمىلىك بەش گرامدىن، ئارپا يارمىسىدىن 12 گرام ئېلىپ، يەرلىك شوخلا سۈيىگە چىلاپ، ئىلمان ھالدا بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن گۈل يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنى تازىلاش زۆرۈر بولسا، مۇۋاپىق تەدبىرلەر ئارقىلىق غەيرىي تەبئىي خىلىتنى پىشۇرۇپ بولغاندىن كېيىن، خالىس سەپرا خىلىتىنىڭ سۇرگۈسى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بىمارداقەۋزىيەتلىك بولسا، خىيارشەنبەر شىرىسى، يەرلىك شوخلا سۈيى، كاسنە سۈيى، بادام يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئانار سۈيى، شىرخىست، دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەتبۇخى ھېلىلە ئارقىلىق تازىلاش ئىلىپ بېرىلىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان بۆرەك يالليۇغى ئۇچۇن بىرىنچى كۈنى ئەرقى شوخلا، ئەرقى گۈل، ئەرقى شاھتەررە قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئىلىپ بىرلەشتۈرۈپ، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى گۈلىدىن ئالتە گرامدىن ئىلىپ، دورىلارنى ئەرقى شاھتەررە بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى ئالتە گرام، شەربىتى بىنەپشە 24 گرام، ئىسپىغۇل ئالتە گرام قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچىنچى كۈنى چىلان بەش دانە، ئاق لەيلى گۈلى ئۇچ گرام، سەرپىستان 15 دانە، يەرلىك شوخلا ئالتە گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئىلىپ، قاينىتىپ سۈزۈپ ئالتە گرام ئوغرىتىكەن شىرىسى، 24 گرام شەربىتى نىلۇپەر، ئالتە گرام ئىسپىغۇل بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆتىنچى كۈنى بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى گۈلى ئۇچ گرامدىن، سەرپىستاندىن 20 دانە ئىلىپ، 120 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ياكى ئوغرىتىكەن شىرىسى ۋە ياكى سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، شېكەردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەشىنچى كۈنى بىخ سۇس، ئاق لەيلىگۈلى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، يەرلىك شوخلا، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، نىلۇپەر تۆت گرامدىن، چىلان بەش دانە، سەرپىستان 15 دانە، گۈل بىنەپشە، سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقى ئالتە گرامدىن، خىيارشەنبەر 72 گرام، تەرەنجىبىن، گۈلقەنت 48 گرامدىن، بادام يېغىدىن ئالتە گرام ئىلىپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىسسىقتىن بولغان بۆرەك يالليۇغىدا تېۋىپ ئېھتىياتسىزلىقتىن سۈيدۇك ھەيدەيدىغان دورىلارنى ئىشلىتىپ سېلىپ جىگەر يالليۇغى، ھېپ تۇتۇش، ئىچى سۇرۇش يۈز بەرگەن بولسا، ئاق لەيلىگۈلى، يەرلىك شوخلا قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، ئەرقى گۈل، ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا يارمىسى، نوقۇت يارمىسى، ئاق لەيلىگۈلى، قىزىلگۈل، زىغىر ئۇرۇقى، بابۇنە گۈلىدىن ئۇچ گرامدىن ئىلىپ، كالا سۈتى بىلەن قاينىتىپ، گۈل يېغى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى، رۇسۇت تالقىنى، كاپۇر تالقىنى قوشۇپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەتلىك كۆرۈلسە، قىزىلگۈل، بەدىياندىن تۆت گرامدىن ئىلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، 24 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر دورا ئىشلەتكىلى بىر ھەپتىدىن ئاشقان بولسىمۇ، لېكىن كېسەللىك ماددىسى تارقالماستىن ئاغرىق كۈچەيمىش، بۆرەك ساھەسىدە ئېغرىلىق، ئېچىشىش كۆپ بولۇش، سۈيدۈك سۈيۇق بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۆرەك يېرىلىشقا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك يالليۇغى ۋە يارىسى ئۇچۇن ئارام ئېلىش لازىم. كېسەللىك ماددىسى پىشىشتىن ئىلگىرى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، كۈچلۈك خىلدىكى سۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش، ھەتتاكى سۈمۈ ئىچمەسلىك لازىم.

ئەگەر سۇ ئىچىش زۆرىيەت بولسا، پاكىز سۇنى بىر يۇتۇمدىن ئىچكۈزۈش، قاينىق سۇ ئىچكۈزۈش زىيانلىقتۇر. گۆش ۋە تاتلىق يېمەكلىكلەرنى بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم.

بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈش، بۆرەك يالليۇغىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسىنى قايتۇرغۇچى دورىلار ئارقىلىق كىلزما قىلىش، ئۇنىڭ-دىن كېيىن توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى قوشۇپ كىلزما قىلىش، ئاخىرىدا توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، يەڭگىل سۈرگۈچى دورىلارنى قوشۇپ كىلزما قىلىش لازىم.

بۇ جەريانداً توسالغۇلارنى ئېچىش مەقسىتىدە غىدىقلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك لازىم. ئەگەر ئىشلىتىش زۆرۈر بولۇپ قالسا، غىدىقلاشنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم.

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك يالليۇغى كېسەللىكىدە دەسلەپتە بىنەپشە، ئارپا يارمىسى، باقلە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئاق سەندەل، شىيافى مامشا، توغرالغان ھۆل قاپاق قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يەرلىك شوخلا سۈيى، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق كۆپ بولسا، يۇقىرىقى نۇسخىغا پوستى خەشخاش قوشۇلىدۇ. پولونىيا يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك يالليۇغى غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىدىن كېلىپ چىققان بولسا، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، موم يېغى، كاسنە سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى، سېمىزئوت سۈيى، سىركە، ئەرقى گۈل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قىيرۇتى تەييارلاپ، بۆرەك رايونىغا تېڭىلىدۇ.

بۆرەك يالليۇغىنى داۋالاشتا يەڭگىل كىلزمىلارنى ئىشلىتىش، ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابى، شۇمشا لوئابى، زىغىر ئۇرۇقى لوئابى، كۈنجۇت يېغى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇ-رۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئەگەر غەيرىي تەبئىي خىلىت يامان سۈپەتلىك بولمىسا، لېكىن ئۇنىڭ مىقدارى كۆپ بولسا، سىركەنجىۋىل ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبئىي خىلىت مىقدارى كۆپ بولۇپ، ئۆتكۈر بولسا مائۇلئۈسۈلنى قەتئىي ئىچكۈزۈشكە بولمايدۇ. بىمارنىڭ ئۈسسۈزلۇقى ئۈچۈن ئىلمان سۇ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇھەممەت زىكىرىيا رازى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئىسسىقتىن بولغان بۆرەك يالىلۇغىغا دورا ئىشلەتكەندە كۈچلۈك سوغۇق تەبئەتلىك دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك لازىم. ئەگەر ئۇنداق قىلمىغاندا يالىلۇغ قېتىپ قالىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، ئەپيۇن، زەپەر تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بىنەپشىگە خەشخاش شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

چىلان ئون دانە، يەرلىك شوخلا، كاسىنە ئۇرۇقىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، شەربىتى بىنەپشە ياكى شەربىتى خەشخاش قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك يالىلۇغى غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن كېلىپ چىققان بولسا، يۇقىرىقى نۇسخىغا يەتتە دانە ئەينۇلا، توققۇز گرام تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، توققۇز گرام قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى، 36 گرام سىركەنجىۋىل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن باناۋۇق بۇزۇرى ئۆچكە سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەك يالىلۇغى دەسلەپكى باسقۇچتا بولسا، چىلان 50 دانە، خەشخەش 108 گرام، قۇرۇق يۇمغاقسۈت 36 گرام، ئاقلانغان ئەدەستىن 360 گرام ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى قەنت بىلەن قىيام قىلىپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىنەپشە گۈلى، ئارپا يارمىسى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سەندەل، مامشا، توغرالغان قاپاق قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، يەرلىك شوخلا سۇيى، سېمىز ئوت سۇيى، ئەرقى گۈل، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئاغرىق كۈچلۈك بولسا خەشخاش پوستى قوشۇلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك يالىلۇغى غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىدىن كېلىپ چىققان بولسا، يەرلىك شوخلا سۇيى، كاسىنە سۇيى 48 گرامدىن، شەربىتى بىنەپشە 48 گرام، ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تامىقى ئۈچۈن ئارپا ئېشى، ئۈسسۈلۇقى ئۈچۈن ئەرقى گۈلگە قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەندەل، ئەدەس، مامرانچىنى، يەرلىك شوخلا، مامشا يەتتە گرامدىن، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 12 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يەرلىك شوخلا سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

تەبئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن خىيارشەنبەر شىرىسى 84 گرام، شىرخىست، گۈل-قەنت، شەربىتى دىنار 48 گرامدىن، بادام يېغىدىن يەتتە گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى گاۋزىبان لوئابى يەتتە گرام، ئەرقى گۈل 250 گرام، شەربىتى بىنەپشە 48 گرام، رەيھان ئۇرۇقىدىن توققۇز گرام بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ تەدبىر كېسەللىك ماددىسى تارقالغانغا قەدەر قوللىنىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ ئۈنۈمى بولمىسا، بۆرەك مۇدۇر - چاقسىنى داۋالاش بايانىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

2. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان بۆرەك يالليۇغىنى داۋالاش:

علاج ورم گرده بلغمی

ئىششىق تارقىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش مەقسىتىدە كەرەپشە ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، رۇم بەدىيان، پىرسياۋشان، ھەلىيۇن ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەسەللىك گۈلقەنت ياكى شەربىتى دىنار ۋە ياكى شەربىتى بۇزۇرى ياكى شەربىتى ئەنجۇر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇۋاپىق تەدبىرلەر ئارقىلىق بىمار قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي بەلغەمنى پىشۇرۇش ئۈچۈن مائۇلئۇسۇل ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۈنىڭدىن كېيىن خالىس بەلغەم خىلىتىنىڭ سۈرگىسى بېرىلىدۇ.

بابۇنە، ھەبۇلغار يوپۇرمىقى، مەرزەنجۇش قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ، ئىلمان بولغاندا زىماد قىلىنىدۇ.

بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، سېرىقچېچەك، سۈزاپ، ئوغرىتىكەن، ئەنجۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

قۇستە يېغى، بابۇنە يېغى بۆرەك ساھەسىگە سۈۋىلىدۇ.

ھەسەللىك گۈلقەنت داۋاملىق يېگۈزۈلىدۇ.

ئەنجۇرنى ئۇچ ھەسسە سۇ بىلەن قاينىتىپ، بىر ھەسسە قالغاندا سۈزۈپ، يېرىم ھەسسە ھەسەل قوشۇپ قىيام قىلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا قەۋزىيەتلىك بولسا، لوئوقى خىيارشەنبەر يېگۈزۈش، مۇناسىۋەتلىك كلىزمىلارنى ئىشلىتىش لازىم. (ئىلاقى)

ھەر كۈنى ئەتىگەن بىخ سۇس، بەدىيان، كاسنە ئۇرۇقىدىن ئون گرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، 36 گرام قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت، ماش، بادام مېغىزى بىرلەشتۈرۈلۈپ پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

تەبئەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن سانا 18 گرام، بەدىياندىن ئون گرام ئېلىپ، قاينىتىپ،

سۈزۈپ، 36 گرام قىزىل شېكەر، 48 گرام خىيارشەنبەر شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، بادرەنجى بۇيا، بىنەپشە، نېلۇپەر ئون گرامدىن، سانا 18 گرام، بىخ سۈس 14گرام، ئاقلانغان تۇربۇت يەتتە گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 36 گرام، چىلان، سەرپىستان 15 دانىدىن، قۇرۇق ئەنجۈردىن ئون دانە ئېلىپ، 1500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، 1/3 قالغاندا 48 گرام خىيارشەنبەر، 72 گرام تەرەنجىبىن شىرىسىنى قوشۇپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېرىقچېچەك، بابۇنە 14 گرامدىن، زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى 18 گرامدىن، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 36 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، بەدىيان سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

كالا پاچىقىنىڭ يېلىكى، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى، ئېرىتىلگەن مۇقەل قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ.

مۇقەلنى قايناق سۇ بىلەن ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

3. بۆرەك يالليۇغنىڭ قېتىپ قېلىشنى داۋالاش:

علاج صلابت ورم گرده

ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، زىغىر، شۇمشا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئۇشەق قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، ئۆردەك يېغى، كالا پاچىقىنىڭ يېلىكى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

بابۇنە يېغى، زاراڭزا يېغى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ بۆرەك ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ ۋە قۇستە يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، قايناق سۇ ئارقىلىق بۆرەككە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

بابۇنە، ئوغرىتىكەن، بىنەپشە، بىستىپايەج، ئەنجۇر، شۇمشا، دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخ خىيارشەنبەر قاتارلىقلارنى ئېچىشكە بېرىش ئارقىلىق غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتى تازىلىنىدۇ.

ئارپا سۈيى، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى بىنەپشە، دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەكتىكى ياللۇغ قېتىپ قالغاندا بۆرەكتىن ئۆتىدىغان سۈيۇقلۇقنى توسۇپ قالغانلىقتىن، بەدەندە سۇلۇق ئىششىق كېسەللىكى كېلىپ چىقىدۇ. بۇ ۋاقىتتا جىگەر قېتىشنى داۋالىغانغا ئوخشاش داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

بۆرەكتىكى ياللۇغنىڭ قېتىپ قېلىشى كۆپىنچە سەۋدا ئارىلاشقان قان خىلىتىدىن كېلىپ چىقىدىغان بولغاچقا، كۆپىنچە قان ئېلىش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتىش، يۇمشىتىش ئۇچۇن زىغىر، شۇمشا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زاراڭزا ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە يەڭگىل سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

بۆرەك ياللۇغنىڭ قېتىپ قېلىشىدا كۈچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش توغرا ئەمەس. چۈنكى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار سۈيۇقلۇقنى كۆپلەپ چىقىرىۋېتىپ، كېسەللىك ماددىسىنىڭ قويۇقلىشىپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش بىلەن كېسەلنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن سۈيدۈكنىڭ سۈيۇق ۋە قويۇقلۇقىغا قاراپ ئاندىن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

جۈرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

توغرالغان قاپاق، توغرالغان تەرخەمەك، سۆگەت گۈلى، ھەمىشباھار يوپۇرمىقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ سۈيىنى چىقىرىپ، قوغۇشۇن ھاۋانچىسىغا قۇيۇپ قارا بولغانغا قەدەر ئارىلاشتۇرۇپ، ئازراق ئېرىتىلگەن قوغۇشۇن، بىنەپشە يېغى قوشۇپ ئوبدان قوچۇپ بولغاندىن كېيىن داكىنى چۆكۈرۈپ، بۆرەك ساھەسىگە تېڭىپ قويۇلىدۇ. داكا قۇرۇپ قالغاندا ئۇستىدىن بۇ ئېرىتمىنى يەنە قۇيۇپ نەمدەپ تۇرۇلىدۇ.

توققۇزىنچى پەسىل بۆرەك مۇدۇر چاقىسى

دېيلە گردە

تونۇش:

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك ياللۇغى بۆرەك مۇدۇر چاقىسىغا ئۆزگەرگەن بولسا، بۆرەك ساھەسىدە ئېغىرلىق بەك كۆپ بولىدۇ. قۇرساق قىسمىدا بىرەر نەرسە ئېسىلىپ تۇرغاندەك مەلۇم بولىدۇ. قورساق قىسمىدا كۆپۈشۈش كۆرۈلىدۇ.

بىمارىدا ماغدۇرسىزلىنىش، قىزىش ئېغىر بولىدۇ. قورساقتا قاتتىق چوقۇلۇپ ئاغرىش مەلۇم بولىدۇ. بىمارىدا قىزىش، توڭۇپ، تىترەش كۆرۈلىدۇ. سۈيدۈكتە قويۇقلۇق

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بىكى لىرىسى

ئېشىپ كېتىپ، چۆكمە كۆپ بولىدۇ.

ئەگەر مۇدۇر - چاقا يېرىلغان بولسا قىزىش ۋە توڭۇپ تىترەش يوقىلىدۇ. ئەگەر سۈيدۈك ناھايىتى سېسىق، پۇراقلىق بولۇپ، يىرىڭلىق قان ئارىلاش كەلسە، كېسەللىكىنىڭ ناھايىتى خەتەرلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

خۇددى كۆكرەك پەردە يالليۇغىدىكى يىرىڭلىق ماددا بېقىن تەرەپتىكى سۆڭەكلەردىن بەدەن سىرتىغا چىقىپ كەتكەنگە ئوخشاش بۆرەكتىكى مۇدۇر - چاقىلارمۇ سۈيدۈكلۈك تەرەپكە ۋە ئۇچەي تەرەپكە ئېغىز ئالىدۇ.

بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىدىكى يىرىڭلىق ماددىلارنىڭ ئۇچەي تەرەپكە يۆتكىلىش شەكلى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ:

بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىدىكى يىرىڭلىق ماددىلار ئالدى بىلەن بۆرەكتىن جىگەر تەرەپكە يۆتكىلىپ، ماسارىقا تومۇرلار ئارقىلىق ئۇچەي تەرەپكە، بەزىدە قورساق بوشلۇقىغا يۆتكىلىدۇ. بۇ ناھايىتى خەتەرلىك بولۇپ، تېزدىن ئوپېراتسىيە قىلىپ يىرىڭلارنى چىقىرىپ تاشلىمىسا، بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يېتىشى مۇمكىن.

ئەگەر بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىدىكى يىرىڭلىق ماددىلار دوۋساق تەرەپكە يۆتكەلسە، بۇ خەتەرلىك ئەمەس. ئەگەر يىرىڭلىق ماددا ھېچقانداق ئورۇنغا يۆتكەلمەي تۇرۇپ قېلىشمۇ خەتەرلىك بولۇپ، كۆپىنچە ئوپېراتسىيە قىلىش لازىم.

داۋالاش:

كېسەللىك ماددىسى پىشىشقا باشلىغان بولسا، زىغىر، شۇمشا قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىغىر بىلەن شۇمشىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاياق سۇغا چىلاپ، ئىلمان بولغاندا كۈنجۇت يېغى قوشۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ ھەمدە بۇ دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن پۈتىنىڭ ئاستى قىسمى يۇيۇلىدۇ.

زىغىر، شۇمشا، ئىكلىلمىلىك، يەرلىك شوخلا، ئارپا يارمىسىدىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ، ئىلمان بولغاندا بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

زىغىر، شۇمشا، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، يەرلىك شوخلا، ئەنجۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ھورلاندۇرۇلىدۇ.

كېسەللىك ماددىسى تولۇق پىشقاندىن كېيىن زىغىر، شۇمشا، كەپتەر تاشلىقى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

مائۇلھەسلگە ئەنجۇر قوشۇپ ئوبدان پىشۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ماددىسى تولۇق پىشىپ ئېغىز ئالغان بولسا ۋە يىرىڭ سۈيدۈك ئارقىلىق چىققان بولسا، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەندىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، شەربىتى بۇزۇرى ياكى شەربىتى

بىنەپشە ۋە ياكى شەربىتى خەشخاش قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خەشخاش شىربىسىگە ئېشەك سۈتى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بىنەپشىگە ئېشەك سۈتى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يىرىڭغا قارىتا دورا: ئىشلىتىپ، بىمار دىكى كېسەللىك ئەھۋالى ياخشىلانغان بولسا، يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن قورۇلغان زىغىر، خەشخاش، كاكىنەچ، نىشاستە، گىل ئەرمىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ۋە خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يىرىڭ قان ئارىلاش كەلگەن بولسا، بۇ نۇسخىغا خۇنسياۋشان تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىدىكى جاراھەتنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن قۇرسى كاكىنەچ تۆگە سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت، پالەك شورپىلىرىغا نان چىلاپ بېرىلىدۇ. گۆشتىن قەتئىي ساقلىنىش، ئەگەر مۇدۇر - چاقا يارىغا ئۆزگەرگەن بولسا، بۆرەك يارىسىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىدىكى كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشىشىدا قىينىچىلىق بولسا ئارپا يارمىسى، ئەنجۈردىن مۇۋاپىق ئېلىپ، مائۇلھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ بىلەن مەقسەتكە يەتكىلى بولمىسا، يۇقىرىقى نۇسخىغا ئەپسەنتىن، رەۋەن ئۇسارىسى قوشۇلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە زىغىر ئۇرۇقى، ئېگىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ئېچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ ئىششىق ئېغىز ئالمىغان بولسا، كىلىزما قىلىنىدۇ. ئەگەر ئېغىز ئالغان بولسا بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى قاينىتىلمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يالىلۇغلىنىشنىڭ كۆپ بولۇشى كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشىشىنى توسۇپ قويغان بولسا، ئارپا سۈيى، سۈت، تاتلىق ياغلار ئارقىلىق كىلىزما قىلىنىدۇ. بىمار ئىلمان سۈدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ئەگەر يىرىڭ چىققان بولسا، يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرۈشكە تىرىشىش لازىم. بۇ ۋاقىتتا سۈيدۈك ھەيدىگۈچى، سۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك لازىم.

جۈرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىدا كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشمىغان ھالەتتە ئۇزۇن ۋاقىت تۇرۇۋېلىشى ھارارەتنىڭ كۆپلۈكى ۋە ئۆتكۈرلۈكىدىن بولىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئارپا سۈيى، قاياق سۇ، بادام يېغى، شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇپەر، قاپاق سۈيى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

بىماردا قىزىش بولمىسا، ئېشەك سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ. بىمارنىڭ مىزاجى نورماللاشقان بولسا، چىلان، سەرپىستان، بىخ بەدىيان، بىخ كەرەپشە، ئەنجۈر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، خىيارشەنبەر شىرىسى قوشۇپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈش ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسى تازىلىنىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا پالەك، ئوسۇك، بادام يېغى، كۈنجۈت يېغى بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىنى داۋالاش جىگەر مۇدۇر - چاقىسىنى داۋالاشقا ئاساسەن ئوخشاپ كېتىدۇ. بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىدا ئاغرىش ئېغىر بولسا ئازراق سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈكتە يىرىڭ كەلگەن بولسا، ئۇنى داۋالاش بۆرەك يارىسىنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ.

ئوننىنچى پەسىل بۆرەك يارىسى

قروح كلیہ

سەۋەبى:

ئىبنىسىنا بۆرەك يارىسىنىڭ سەۋەبىنى تۆۋەندىكىچە ئوتتۇرىغا قويغان:

1. بۆرەكتىكى تومۇرلارنىڭ يېرىلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
2. بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىنىڭ ئېغىز ئېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
3. بۆرەكتىكى تاشنىڭ يۆتكىلىپ يەرلىك ئورۇننى غىدىقلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
4. ئۆتكۈر غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
5. بەدەنده زەھەرلىك ماددىلارنىڭ كۆپ بولۇشى بىلەن بۇ ماددىلارنىڭ بۆرەككە تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
6. ئارىلاشما خىلىتلارنىڭ ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ يەرلىك ئورۇننى ئۇزۇن ۋاقىت غىدىقلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بۆرەك يارىسى ئىچىده بۆرەك كانالچىسىدا كۆرۈلگەن يارا يامان سۈپەتلىك هېسابلىنىدۇ. چۈنكى بۇ ئورۇندىكى يارا كۆپىنچە ئۆتكۈر سەپرا خىلىتى ۋە بۆرەكتىكى تاش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بۆرەك يارا كېسەللىكىنى ۋاقتىدا داۋالاش ئېلىپ بارمىسا، مەقئەت ئاقمىسىنى پەيدا قىلىشى مۇمكىن.

تەكشۈرۈش:

1. سەۋەبىگە ئاساسەن تەكشۈرۈش:

ئاغرىش بولۇش، سۈيدۈك قان ئارىلاش يىرىڭلىق كېلىش، سۈيدۈك پۇراقلىق بولۇش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، كۆڭۈل ئاينىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بىماردا بۆرەك يارا كېسەللىكى بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بۆرەك يارىسىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈشتىن ئىلگىرى قان سىيىش، بۆرەك قىسمى سىرتقى زەربىنىڭ تەسىرىگە ئۇچراش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۆرەك يارىسى بۆرەكتىكى تومۇرلارنىڭ يىرىلىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈكتە يىرىڭ كۆپ بولۇپ، بۆرەك يارا كېسەللىكى يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى بۆرەك مۇدۇر - چاقا كېسەللىكى بىلەن ئاغرىش ئەھۋالى بولسا، بۆرەك يارىسى بۆرەك مۇدۇر - چاقا كېسەللىكىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈكتە تېرمىسىمان ماددىلار بولسا، بۇ، ئۆتكۈر ۋە چىرىگەن خىلتىلار سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بۆرەك تاش كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۆرەك تاش كېسەللىكىنىڭ سەۋەبتىن كېلىپ چىققان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

2. كېسەللىك ئورنىغا ئاساسەن تەكشۈرۈش:

ئەگەر بىمارنىڭ تومۇر ھەرىكىتى قاتتىق بولۇپ، قىزىش، ماغدۇرسىزلىنىش، بۆرەك ساھەسى ئېچىشىپ ئاغرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، يارىنىڭ بۆرەك شىللىق پەردىسىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش ۋە ئېچىشىش تۆۋەن بولسا، يارىنىڭ بۆرەك مۇسكۇلىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈكتە گۆش پارچىلىرى چىققان بولسا، بۇ، بۆرەك مۇسكۇللىرىنىڭ چىرىگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش ئوقۇرەك قىسمىغا يېتىپ كەلگەن بولۇپ، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولسا، يارىنىڭ بۆرەك بىلەن جىگەر ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىلاردا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش يوتا ۋە تىز قىسمىغىچە يېتىپ كەلگەن بولسا، يارىنىڭ بۆرەك بىلەن دوۋساق ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىلاردا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش كىندىك ئەتراپىدا بولۇپ، بەل ۋە يوتا قىسمىغا تارقالسا، قول - پۇت سوغۇق بولسا، سۈيدۈك تامچىلاپ، قاتتىق ئاغرىتىپ كەلسە، يارا بۆرەك ۋە سۈيدۈك كانالچىلاردا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

بۆرەك يارىسى بىلەن سۈيدۈك كانالچىلىرىدىكى يارىنىڭ پەرقى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ:

بۆرەك يارىسى: كىچىك تەرەت قىلىش ئانچە قىيىن بولماسلىق، سۈيدۈك قىزىل

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ تور بېكىتى

تېرىسىمان پوستلاق ماددىلار ئارىلاش چىقىش، بەل يەڭگىل ئاغرىش، يىرىڭ سۈيدۈك بىلەن ئوبدان ئارىلاشقان ھالەتتە چىقىش، سۈيدۈك پۈرىقى ئانچە كۈچلۈك بولماسلىق ئالامىتى كۆرۈلىدۇ.

سۈيدۈك كانالچىسى يارىسى: كىچىك تەرەت قىلىش قىيىن بولۇش، سۈيدۈك بىلەن چىققان تېرىسىمان پوستلاقلار ئاق ۋە چوڭ چىقىش، دوۋساق، بۆرەك، زەكەر تۈۋى قىسمى قاتتىق ئاغرىش، ئارقا ـ ئارقىدىن قانلىق سۈيدۈك كېلىش، سۈيدۈك مىقدارى ئاز بولۇش، قان ۋە يىرىڭ سۈيدۈككە تولۇق ئارىلاشمىغان بولۇش، سېسىق پۇراق ناھايىتى كۈچ بولۇش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

بىرەر چەكلىمە بولمىسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ ياكى بىر ھەپتىگىچە كۈندە بىر قېتىم قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

قۇرسى كەھرىۋا، قۇرسى گۈلنار، قۇرسى كاكىنەچ، نىشاستە، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى تالقانلىرى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىسپىغۇل لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، شەربىتى بۈزۈرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆپ ساندىكى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك يارا كېسەللىكىنى داۋالاشتا قان ئېلىش، قەي قىلدۇرۇش ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسى چىقىرىپ تازىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يارىنىڭ ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن قۇرسى شەبىيامانى، قۇرسى خەشخاش بىلەن خۇنسياۋشان، گىل ئەرمىنى، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، كۈندۈر تالقانلىرى بىرلەشتۈرۈلۈپ سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قەي قىلىش بۇ كېسەللىك ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق. لېكىن سۇرگۇ قانچە كۈچلۈك بولسا، شۇنچە زىيانلىق ھېسابلىنىدۇ. سۇرۇش زۆرۈر بولسا ھېلىلە چىلانمىسى ئىچكۈزۈش يېتەرلىكتۇر.

قۇرسى كاكىنەچ، سۇفۇپى سەندەل، سۇفۇپى مامىرانچىنى، خېمىرى مەرۋايىت يېگۈ- زۇش ئارقىلىق بەدەن كۈچلەندۈرۈلىدۇ.

سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلى پوستى، تازىلانغان ئامىلە، ھېلىلە پوستى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، بەدىيان 18 گرامدىن، ئاقلانغان بەرەنگى كابىلىدىن توققۇز گرام ئېلىپ، چالا سوقۇپ، ئاخشىمى قاينىق سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بىمار كۈچلۈك بولسا 5 ~ 6 كۈنگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى، كاكىنەچ، زىغىر ئۇرۇقى، يۇيۇلغان شادىنەچدىن ئاز مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھەمشىباھار ئۇرۇقىنى بادام يېغى ۋە گۈل يېغى بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزۈش پايدىلىق.

ھەمشىباھار ئۇرۇقى، ھەمشىباھار گۈلى، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىق سۇ بىلەن شىرىسى چىقىرىپ، ئەنجىباھار شەربىتى ياكى ئۆچكە سۈتى ۋە ياكى گۈل يېغى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەرلىك شوخلا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەرلىك شوخلا يوپۇرمىقى گۈل يېغى بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ. (سۈۋەيدى)

ئەيسا بۇ كېسەللىك ئۈچۈن تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

بۆرەك ۋە سۈيدۈكلۈك يارا كېسەللىكىدە كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابنغا بەدىيان سۈيى، ئىزخىر سۈيى، مائۇلھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە، پىرسياۋشان، تۇخۇم سېرىقى قوشۇپ تەييارلانغان مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈلىدۇ.

رەۋەن ئۇسارىسى ياكى زۇپا تالقىنى مائۇلھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن ئارپا يارمىسى، كۈندۈر تالقانلىرى پىننە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

قىزىلگۈل، ئەدەس، نامازشامگۈل ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئارپا سۈيى، نىشاستە، سۈت، توخۇ تۇخۇمى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، دورىلاردىن قائىدە بويىچە ھالۋا تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

يارىنى پۈتتۈرۈپ بولغاندىن كېيىن نورمال گۆش ئۇندۇرۇش ئۈچۈن غورا شەربىتىگە ئۇسارەلىھەتتۇس، گىل مەختۇم، بىخ مارجان تالقانلىرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك يارىسى ۋە سۈيدۈكلۈك كانالچە يارىسىنى داۋالاشتا كېسەلگە سەۋەبچى بولغان خىلىتنى تازىلاش ئۈچۈن بىرەر چەكلىمە بولمىسا، قان ئېلىش لازىم.

ئەگەر چەكلىمە بولسا مۇۋاپىق ئۇسۇللار بىلەن كىلىزما قىلىش، قەي قىلدۇرۇش لازىم. شۇنىڭ بىلەن بىرگە سىكىشلىق، يەڭگىل، لەتىف غىزالارنى بېرىش، ئەھۋالغا قاراپ يەڭگىل سۈرگۈ دورىلىرىنى ئىشلىتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن مىزاجنى تەڭشەش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، بۆرەكنى كۈچلەندۈرۈش لازىم.

ئاچچىق، تەمسىز، تۇزلۇق يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن، سۈنى كۆپ ئىچىشتىن ساقلىنىش لازىم.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك يارىسى كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن ئۇرۇق دورىلار ئارقىلىق يەڭگىل سۈيدۈك ھەيدەش لازىم.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۆرۈنۈشلۈك بىكى لىنىسى

ئۇنىڭدىن كېيىن قاينىق سۇغا سىركەنجىۋىل قوشۇپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، خەشخاش، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، كاكىنەچ قاتارلىق دورىلارنى قاينىق سۇغا چىلاپ تاتلىقىنى چىقىرىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولسا ئالدى بىلەن بىر قىسىم سېزىمسىزلاندۇرغۇچى دورىلار ئارقىلىق ئاغرىق پەسەيتىش لازىم.

ئۇنىڭدىن كېيىن غەيرىي تەبىئىي خىلىتنى تازىلاش ئېلىپ بېرىش، ئاخىرىدا جاراھەت پۈتتۈرۈش، بۆرەكنى كۈچلەندۈرۈش لازىم.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك يارىسى كېسەللىكى ئېغىز ئالغان بولسا، بۇنى داۋالاش بىرقەدەر ئاسان بولۇپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزىنى شەربىتى بىنەپشىگە قوشۇپ ئىچكۈزۈش يېتەرلىك.

ئەگەر بۆرەك يارىسى سوزۇلما خاراكتېرلىك بولسا، بۇنى داۋالاش بىرقەدەر قىيىن. ئەمما تەرتىپ بويىچە كۆڭۈل قويۇپ داۋالىغاندا ساقايتقىلى بولىدۇ. يەنى بۆرەك يارىسى يەڭگىل بولسا كاكىنەچ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بەدىيان قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك يارىسى يامان سۈپەتلىك بولسا، پىرسياۋشان، رەۋەن ئۆسۈملۈكى قاتارلىق دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر دورىنىڭ ئۇنۇمى بولمىسا، يۇقىرىقى دورىغا زۇپا، سۈزاپ قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بىمارنى ئوبدان ئارام ئالدۇرۇش، ھەرىكەتتىن چەكلەش، بىمار ھەرىكەت قىلىپ ئادەتلەنگەن بولسا، پۈت ـ قولنى مۇجۇش يېتەرلىك بولىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۆرەك يارىسى كېسەللىكىنى داۋالاشتا تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

ئەگەر بۆرەك يارىسى يەڭگىل بولۇپ، يامان سۈپەتلىك بولمىسا، پەقەت ھۆللۈكنى قۇرۇتقۇچى، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش يېتەرلىك.

ئەگەر بۆرەك يارىسى يامان سۈپەتلىك بولسا، يىرىڭنى تازىلاش ۋە قۇرۇتۇش تەسىرىگە ئىگە دورىلارنى ئىشلىتىپ بولغاندىن كېيىن، قابىز تۇرىدىكى دورىلار ئارقىلىق يارىنىڭ سۈيۇلۇشىنى چەكلەش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن نىشاستە، كەتىرا ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك يېلىم دورىلارنى ئىشلىتىش يېتەرلىكتۇر.

بۆرەك يارىسىنى داۋالىغۇچى دورىلارنى يەڭگىل سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم. چۈنكى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار گەرچە زىيانلىق بولسىمۇ، لېكىن بۇ تۇرىدىكى دورىلار بىر تەرەپتىن، بۆرەك يارىسى ئۈچۈن ئىشلەتكەن دورىلارنى ۋە خىلىت تەركىبىدىكى جاراھەت پۈتتۈرگۈچى تەركىبلەرنى بۆرەككە يەتكۈزۈش تەسىرىگە ئىگە. يەنە بىر تەرەپتىن، يارىنى غىدىقلىغۇچى زەھەرلىك تەركىبلەرنى بەدەن سىرتىغا

چىقىرىپ تاشلاش تەسىرىگە ئىگە بولىدۇ.

ئەگەر بۆرەك يارا كېسەللىكىدە ئاغرىق ئېغىر بولسا، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، كېسەللىك ماددىسىنىڭ تۆكۈلۈشىنى چەكلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارغا خەشخاش، نەشە، ئەپيۇن قوشۇپ ئىستېمال قىلىش زۆرۈردۇر.

ئەگەر بۆرەك يارىسىدا مۇدۇر - چاقا بىرگە كۆرۈلسە، مائۇلھەسەلگە بىر قىسىم سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان ئۇرۇق دورىلارنى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

بۆرەك يارىسى يامان سۈپەتلىك بولمىسا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى ئىسپىغۇل لوئابلىرىدىن مائۇلھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كاكىنەچ سۈيى بىلەن يەرلىك شوخلا سۈيى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرخەمەك ئۇرۇقى بىلەن گىل ئەرمەنىنى مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

پىرسياۋشان قاينىتىلمىسىنى سۈزۈپ، مائۇلھەسەلگە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرۇتۇلغان سەۋسەن يىلتىزىنى يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ ياكى قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىغىر، كەتىرا ھەر بىرى بىر ھەسسە، نىشاستىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، مائۇلھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

چىلغوزا مېغىزى بىلەن تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزىنى مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئىزخىر بىلەن سەۋسەن يىلتىزىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ خەشخاش ئۇرۇقى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئېرىتىلگەن مۇقەل بىلەن گىل مەختۇمدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ھاراق بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

گىل مەختۇم، ئاقاقىيا، ئۇسارلىھىيەتىتۇس قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 35 دانە، چىلغوزا مېغىزى 12 دانە، بادام مېغىزى بەش دانە، زەپەردىن مۇڭاپىق ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ھارارەت كۆپ بولسا، چىلغوزا مېغىزىنىڭ ئورنىدا قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ئىشلىتىلىدۇ.

گىل مەختۇم، خۇنسياۋشان، كۈندۈر، نىشاستە، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، كەرەپشە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، رۇببىسۇس، لوك، رەۋەن چىنى، چىلغوزا مېغىزى، كۆكنار، بەزرۇلبەنجى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

يۇمشاق سوقۇپ، مۇسەللەس بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولسا، بەزرۇلبەنجى 0.5 گرام، ئەپيۇن 2.4 مىللىگرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى يەتتە گرام، ئوسۇك ئۇرۇقىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق يەڭگىل بولسا سۈت بىلەن شەربىتى بىنەپشە ئىچكۈزۈش يېتەرلىك.

قۇرسى كاكىنەچ، سۇفۇپى لوك يېگۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى مازارىيوننى يېگۈزۈش ياكى ئېغىزمان ۋە بەل ساھەسىگە زىماد قىلىش پايدىلىق.

قىزىلگۈل بىلەن ئەدەستىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىش، يارىنى تازىلاش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، يارىنىڭ كېڭىيىپ ۋە چىرىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەسىرگە ئىگە.

پىننە يېغى بىلەن بېھى ئۇرۇقى لوئابىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ ياكى ئۆردەك يېغى سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك يارىسى مەقئەت ئاقمىسىغا ئۆزگەرگەن بولسا، ئۇنى داۋالاش كۆپىنچە مۇمكىن بولمايدۇ. بۇ ۋاقىتتا پەقەت يىرىڭ تازىلاش، جاراھەت پۈتتۈرۈش مەقسىتىدە دورا ئىشلىتىلىدۇ.

بۆرەك يارىسى يامان سۈپەتلىك بولسا، توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان قابىز ۋە چىرىشنىڭ ئالدىنى ئالىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

بۆرەك يارىسىغا گىرىپتار بولغۇچىغا يەڭگىل گۆش، يېڭى بېلىق، لەتىف غىزالار، يېڭى كۆكتاتلار يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك يارىسى يامان سۈپەتلىك بولسا، قۇشقاچ گۆشى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، سېمىز توخۇ گۆشى بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ.

ئېشەك سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۇنى ئىچىش ئەپسىز بولسا، تۆگە سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر تۆگە سۈتىنى تاپالمىسا، كالا سۈتى ۋە قوي سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆگە سۈتىگە كەتىرا، نىشاستە، ئەرەب يېلىمى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

بىمارنىڭ ئوزۇقلىنىشى ئۇچۇن سۈت ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق. لېكىن سۈت سىڭىپ بولغۇچە ھېچقانداق يېمەكلىك بەرمەسلىك، ئەگەر سۈت تەستە سىڭىدىغاندەك بولسا، ھەسەل ۋە ئاز مىقداردا تۇز قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەك يارىسىدا يىرىڭنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، قوي سۈتى ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

كېيىنكى تېۋىپلار بۆرەك يارىسى كېسەللىكى ئۇچۇن تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللان-

غان:

بۆرەك يارىسى كېسەللىكىدە قاندا ئۆتكۈرلۈك، قانىنىڭ مىقدارى كۆپ بولۇش ئەھۋالى بولسا ۋە بىرەر چەكلىمە بولمىسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

بۆرەك يارىسى كېسەللىكىدە غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنى تازىلاش ئۈچۈن بىر ھەپتىگىچە ئارقىمۇ ئارقا قەي قىلدۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تەبئىەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ.

بۆرەك يارىسى كېسەللىكىدە يېرىڭنى تازىلاش ئۈچۈن بىمارنىڭ مىزاجىدا ھارارەت بولسا، قاياناق سۇ ياكى ئەرقى گۈل ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ھارارەت بولمىسا، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ئۇرۇق دورىلارنى مائۇلھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەك يارىسى كېسەللىكىدە يېرىڭ ئۇيۇپ قېلىپ، ئاغرىق كۈچەيگەن بولسا، بابۇنە گۈلى، چىگىت مېغىزى، زاراڭزا ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، بەزرۇلبەنجى، سېرىقچېچەك 60 گرامدىن، بەدىيان، قوغۇن ئۇرۇقى، نىلۇپەر يوپۇرمىقى، يەسمەن يوپۇرمىقى 108 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ دورا سۈيى ئىلمان بولغاندا بىمارنى بەلگىچە چىلاپ ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ھەم شەربىتى كۈشۈش ئىچكۈزۈلىدۇ ھەمدە يەڭگىل كىلىزما قىلىنىدۇ. ئاقلانغان نوقۇت، پالەك، سېمىز ئوتلارنى كالا يېغى بىلەن پىشۇرۇپ، گۈرۈچ سېلىپ پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

بۆرەك يارىسىنىڭ ئېغىزىنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن قۇرسى كاكىنەچ، سۇفۇپى كاكىنەچ، شەربىتى خەشخاش قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك يارىسى كونىرغان بولسا، سۇفۇپى مامىرانچىنى، مەجۇنى ئەبۇ ماھىردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەك يارىسى كېسەللىكىدە سۇت ئىچكۈزۈش پايدىلىق. چۇچۇمەل، تاتلىق، تۇزلۇق، ئاچچىق يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئون بىرىنچى پەسىل بۆرەك قىچىشىش

جرب گردہ

تونۇش:

بۆرەك قىچىشىش بولسا بۆرەك مۇدۇر - چاقىسىنىڭ ئېغىز ئالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

سەۋەبى:

1. ئوفۇنەتلەنگەن قان خىلىتى تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۈنلۈك بىكى لىنىسى

2. بەلغەمى شورنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
3. ئۆتكۈر سەپرا خىلتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
4. بۆرەك ۋە سۈيدۈك كانالچىلىرىنىڭ يارىسىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بۆرەكتە قىچىشىش پەيدا بولۇش جەريانى بولسا سەپرا خىلتى ياكى غىدىقلىغۇچى خىلتلارنىڭ تەسىرىدە بۆرەككە مۇدۇر - چاقا چىقىپ، تەدرىجىي يارىغا ئۆزگىرىپ ئېغىز ئالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئالامىتى:

بۆرەك ساھەسىدە ئېغرىلىق بولۇش، قىچىشىش، چوقۇلۇپ ئاغرىش، سۈيدۈك بىلەن قان، يىرىڭ، قىزىل رەڭلىك ئۇششاق تېرە قاسراقسىمان ماددىلار ئارىلاش چىقىش، سۈيدۈكى قويۇق، لوئابىتەك بولۇش، بەزىدە زەكەرنىڭ تۈۋى، دۈتا قىسمىدا قىچىشىش بولۇش، كىچىك تەرەت قىلغاندا سۈيدۈك كانالچىسىدا سانجىق ۋە چوقۇلۇش مەلۇم بولۇش، سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش، قول - پۇت داۋاملىق سوغۇق بولۇش، كېسەللىك ئېغىرلاشقاندا سۈيدۈك قويۇق كېلىپ، مەلۇم ۋاقىت تۇرغاندىن كېيىن قېتىقتەك ئۆيۈپ قېلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

بىرەر چەكلىمە بولمىسا باسلىق تومۇردىن قان ئېلىش، بۆرەك رايونىغا لوڭقا قويۇش، ئۇچ كۈندە بىر قېتىم قەي قىلدۇرۇش لازىم.

ئۇنىڭدىن كېيىن سەپرا خىلتىنىڭ سۇرگىسى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

سوغۇق ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تەدبىرلەر ئارقىلىق مىزاج تەڭشىلىدۇ. بانادۇق بۇزۇرى، گىلى ئەرمىنى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ يەڭگىل سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

شاھتەرە، ئەينۈلا، ھېلىلە، سەرپىستانلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، تەرەنجىبىن شىرىسى، خىيارشەنبەر شىرىسى ياكى شەربىتى ۋەرد، سانا شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلۈپ غەيرىي تەبئىي خىلت تازىلىنىدۇ.

ئاندىن مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى نىلۇپەر، ئىسپىغۇل لوئابى قاتارلىقلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۈچۈن چىلان، شاھتەررە، خىنە يوپۇرمىقىنى 12 گىرامدىن ئېلىپ، چالا سوقۇپ، ئەرقى گۈل بىلەن قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. (سەرھەددى)

بۆرەك قىچىشىش كېسەللىكى ئىمتىلاھ (تولۇپ قېلىش) تىن كېلىپ چىققان بولسا باسلىق تومۇردىن، ساپىن تومۇردىن قان ئېلىش، بۆرەكنىڭ ئاستى قىسمى رايونىغا لوڭقا قويۇش، قەي قىلدۇرۇش بىلەن گىل ئەرمىنى، رۇببىسۇس تالقانلىرى بانادۇق بۇزۇرى

بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بۆرەكنىڭ ئاستى تەرىپىگە لوڭقا قويۇش، 2 ~ 3 قېتىم قەي قىلدۇرۇش تەدبىرى قوللىنىلغاندىن كېيىن مەتبۇخى شاھتەررە، شەربىتى ۋەرد، مۇكەررەر سانائى، شەربىتى دىنار، شەربىتى ئەينۇلا قاتارلىقلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى مامىرانچىنى، بانادۇقى بۇزۇرى، مەجۇنى ئەبۇ ماھىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئېشەك سۈتى، مائۇلجەبىن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئون ئىككىنچى پەسىل قەنت سىيىش كېسىلى

ذيابيطس

تونۇش:

قەنت سىيىش كېسەللىكى. بۇ كېسەللىكنى بەزى تېۋىپلار «زىيابىتىس» دېسە يەنە بەزى تېۋىپلار «دىيابىتىس» دەپمۇ ئاتىشىدۇ.

ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بەدەنگە كىرگەن شېكەر ماددىسىنىڭ بەدەنگە ئۆزلەشمەي سۈيدۈك ئارقىلىق چىقىپ كېتىپ، كۆپ ئىچىش، كۆپ سىيىش، كۆپ يېيىش ۋە ئورۇقلاش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك. تېۋىپلار بۇ كېسەللىكنى بۆرەك سىلىقلەشىش، ئۆسىساتقۇچى كېسەللىك دەپ ئاتىغان.

بەزى تېۋىپلار بۇ كېسەللىكنى زىيابىتىس دېسە، بەزى تېۋىپلار دىئابىتىس دەپ ئاتىغان.

سەۋەبى:

1. بۆرەك ئاجىزلاپ، بۆرەك كانالچىسىنىڭ ئېغىزى ئېچىلىپ، تولۇق يۇمۇلماي قېلىش سەۋەبىدىن شېكەر ۋە سۇ كۆپلەپ چىقىپ كېتىدۇ.

2. بۆرەك مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلۇپ، بۆرەكنىڭ قۇۋۋىتى داپئەسى (چىقىرىش قۇۋۋىتى) كۈچىيىپ كېتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

3. بۆرەك مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلۇپ، بۆرەكنىڭ قۇۋۋىتى جازىبە (تارتىش كۈچى) خىزمىتى ئېشىپ كېتىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

4. جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن بەدەندىكى ئوزۇقلۇق ماددىلار نورمال تەڭشەلمەي، بەدەندىكى سۇلارنى تۈتۈپ تۇرالماي، قەنت سىيىش كېسەللىكى كېلىپ چىقىشقا سەۋەبچى بولىدۇ.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قەنت سىيىش كېسەللىكى بىر خىل يامان سۇپەتلىك كېسەللىك بولۇپ، كۆپىنچە

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

جىگەردە ئېغىر دەرىجىدە ئاجىزلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. دىئابېت كېسەللىكىنىڭ دەسلىپىدە ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولىدۇ، سۈيدۈك سۈيۇق، ئاق رەڭدە كۆپ كېلىدۇ. بەدەن ئاجىزلاپ تېرىدە كېپەكلىشىش كۆرۈلىدۇ.

دىئابېت كېسەللىكىدە سۈيدۈك مىقدارى كۆپ بولىدۇ، ئىچكەن سۇ جىگەردە پىشقانغا قەدەر تۇرغىچە بۆرەك ئۇنى تېزلىك بىلەن سۈمۈرۈۋالىدۇ. نەتىجىدە بۆرەكتە سۇ مىقدارى كۆپەيىپ سۇنى توختىتىشقا بۆرەكمۇ قادىر بولالمايدۇ.

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قەنت سېيىش كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ.

1. بۆرەك ئاجىزلىقىدىن جىگەردىن كەلگەن سۇ پىشۇرۇلمايلا چىقىپ كېتىدۇ.

2. تومۇر ۋە سۈيدۈك كانالچىلىرى ئېچىلىپ قېلىشى سەۋەبىدىن سۇ مۇناسىپ ئورۇنلاردا توختىماستىن چىقىپ كېتىدۇ.

3. بۆرەك مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلسا، بەدەندىكى ئارتۇق سۇلارنى كۆپلەپ سۈمۈرۈۋالىدۇ. نەتىجىدە بۆرەك خىزمىتى نورمال بولمىغانلىقتىن سۇ ئۆزگەرتەلمەي چىقىپ كېتىدۇ.

4. بۆرەك مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلسا بۆرەككە يېتىپ كەلگەن سۇلار ھەزىم قىلىنماستىن چىقىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى:

قەنت سېيىش كېسەللىكىدە بۆرەك جىگەردىن كۆپلەپ سۇ سۈمۈرۈۋالغانلىقتىن، جىگەر ئۆزىنى تەڭشەش كۈچى ئارقىلىق ماسارىقا تومۇرلار ئارقىلىق ئاشقازان ۋە ئۇچەيدىكى سۈيۇقلۇقنى سۈمۈرىدۇ. نەتىجىدە بىمارىدا كۆپ ئۇسساش كېلىپ چىقىدۇ.

دىئابېت كېسەللىكىدە ھەرقايسى ئەزالار بىر - بىرىدىن سۇنى كۆپلەپ سۈمۈرۈشى، سۇنىڭ سۈيدۈك يولى ئارقىلىق كۆپلەپ چىقىپ كېتىشى ئۇسسۇزلۇقنىڭ كۆپ بولۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغانلىقتىن يۇنان تېبابىتىدە، بۇ كېسەللىكنى زىيابىتىس دەپ ئاتىغان.

قەنت سېيىش كېسەللىكى سوزۇلما بولسا بىمار تولۇق كېچىك تەرەت قىلىشقا قادىر بولالمايدۇ، بەزى تېڭىپلار بۇنى سۈيدۈك تامچىلاش دەپ ئاتىغان.

ئومۇمەن ئېيتقاندا، قەنت سېيىش كېسەللىكى بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، بۆرەك جىسمىنىڭ بوشىشىپ كېتىشى، تومۇر ۋە سۈيدۈك كانالچىلىرى ئېغىزنىڭ ئېچىلىپ قېلىشى، ئەقلىي ئەمگەكنىڭ كۆپ بولۇشى، جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇپ، ئېغىزمان قىسمىدا ئاغرىش بولسا، بۆرەك رايونىدا ئىسسىقلىق مەلۇم بولسا، سۈيدۈكى رەڭلىك بولسا ھەمدە ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ

باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك رەڭگى قىزىلراق بولسا، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇپ، كۆڭلى ھېچقانداق تاماق تارتمىسا، بۆرەك رايونىدا ئىسسىقلىق مەلۇم بولۇپ، يەڭگىل ئاغرىش بولسا، بۇ كېسەللىك بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئۇسسۇزلۇق بىرقەدەر يەڭگىل بولۇپ، بەدەن كۈندىن - كۈنگە ئاجىزلاپ، ئىشتىھاسى ئانچە تۆۋەن بولمىسا، قايناق سۇ ئىچىش ئارقىلىق ئۇسسۇزلۇقى بىر ئاز پەسەيسە، كېسەللىك ئېغىرلاشقاندا سۇلۇق ئىشىش شەكىللەنسە ھەمدە سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دىئابېت كېسەللىكىنىڭ ئالامەتلىرى بىلەن بۆرەك ئاجىزلىقىدا سۆزلەنگەن بۆرەك كانالچىلىرىنىڭ كېڭىيىپ كېتىشى ياكى بۆرەك ئاجىزلىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

بۇ كېسەللىكنى پەيدا قىلغان سەۋەبىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل بولىدۇ.

1. ئىسسىقتىن بولغان قەنت سېسىش كېسەللىكىنى داۋالاش:

علاج ذيابيطس حار

قۇرسى كاپۇر، قۇرسى زىيابىتىس، قۇرسى گۈلنار، قۇرسى تاباشىر قاتارلىق دورىلار تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن قاپاق سۇيى، تەرخەمەك سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىلمان سۇ ئىچكۈزۈپ، قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

چۇچۇمەل ئانار سۇيى، ئىسپىغۇل لوئابى، ئەينۇلا سۇيى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سوغۇق سۇغا چۆمۈلدۇرۇش لازىم.

ئارپا سۇيىگە بادام يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە ئانار، غورا، قارىئۆرۈك، لىمون قاتارلىق مېۋىلەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

نېلۇپەر، گۈل بىنەپشە، قىزىلگۈل، ياسىمەنگۈلى، لىمون، كاسنە ئۇرۇقى، قاپاق گۈلى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سەندەل، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، گىل ئەرمىنى، ئارپا يارمىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، ئەرقى گۈل ۋە كاسنە سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بۆرەك ساھاسىگە تېڭىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىرىنچى تورى

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا غوراپ سۇيى، ئاچچىق ئانار سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ. يەڭگىل، لەتىف غىزالار بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇلىدىن باشقا تۆۋەندە بىر قىسىم تەجرىبىدىن ئۆتكەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر ئىسسىقتىن بولغان قەنت سىيىش كېسەللىكىدە سۇيدۇك تامچىلاش كۆرۈلگەندىن كېيىن قىزىش ئەھۋالى كۆرۈلسە، چۈچۈمەل شەربەتلەر ۋە شىرنىلەر ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى تاباشىر، قۇرسى گۈلنار يېگۈزۈلىدۇ. ئۇزۇقلاندۇرۇشتا كالا قېتىقى، تەمرى ھىندى مۇرابباسى بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئىشتىھا تۆۋەنلەش، بەدەن ئاجىزلىق، ئورۇقلاش ئەھۋالى كۆرۈلسە، تاباشىر تالقىنى، مەرۋايىت تالقىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، ئامىلە مۇرابباسىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئەرقى بىدەسادىدە، ئەرقى كەيىورە، ئەرقى شوخلا، ئانار شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سوقۇلغان زەمچە بىر گرام، ئامىلە مۇرابباسىدىن بىر دانە ئىلىپ بىرلەشتۇرۇپ 60 گرام ئەرقى بىدە سادىدە، 60 گرام ئەرقى نىلۇپەر، 24 گرام شەربىتى نىلۇپەر قوشۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا يارمىسى 12 گرام، گىل ئەرمىنى، ئاقلانغان ئەدەس، قىزىلگۈلدىن ئالتە گرامدىن ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سېمىز ئوت سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

قۇرۇق يۇمغاقسوت، قىزىلگۈل، تاباشىر، ئوسۇك ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، ئانار گۈلى، ئەرەب يېلىمى 0.5 گرامدىن، كاپۇردىن 0.12 گرام ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قاينات سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئالتە گرام قۇرسى زىيابىيتۇس، ئۈچ گرام بېھى ئۇرۇقى لوئابى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

يەتتە گرام مۇپەررىھى بارىد سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىترىفىل كەشنىز 12 گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر كاپۇرى، قۇرسى زىيابىتۇس، خېمىرى سەندەل تۇرۇش قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئەرقى شوخلا بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىنەپشە، نىلۇپەر، توغرالغان قاپاق، سېمىزئوت ئون گرامدىن، كاپۇردىن ئۈچ گرام ئىلىپ، ئىزىپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

قۇرسى كاپۇر، ئەرقى كاپۇر، ئەرقى شىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى ئۈچ گرامدىن، ئەرقى بىدە سادىدە، ئەرقى

نېلۇپەر 84 گرامدىن، شەربىتى غورا 36 گرام ياكى شەربىتى لىموندىن 36 گرام ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر، قۇرسى زىيابىتۇس، خېمىرى سەندەل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، خەشخاش شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

چۇچۇمەل ئانار، تەمرى ھىندى، قارا ئەينۇلا، سېرىق ئەينۇلا يېگۈزۈلىدۇ.

سۆگەت يوپۇرمىقى، قىزىلگۈل يوپۇرمىقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ھەمىشىباھار ئۇرۇقى، سېمىز ئوت يوپۇرمىقىدىن 24 گرامدىن ئېلىپ، سىركە ۋە ئەرقى گۈلگە چىلاپ، يۇمشىغاندا بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

جاۋارىش ئامىلە، سۇفۇپى گىل ئەرمىنى، سۇفۇپى تاباشىر، قۇرسى مارجان، قۇرسى مەرۋايىت، قۇرسى ئەبرىشىم، سۇفۇپى سەندەل قاتارلىق دورىلار تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەبۇ سەھلى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

شېكەر سېيىش كېسەللىكىدە بۆرەكنى سوۋۇتۇش، كۈچلەندۈرۈش، ئومۇمىي بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن ئارپا ئېشى، پالەك، قاپاق بېرىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن ئارپا سۈيى، قاپاق سۈيى، چۇچۇمەل ئانار سۈيى، ئەينۇلا سۈيى، بېھى سۈيى، غورا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ. كالا قېتىقىغا ئىسپىغۇل ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. قاپاق سۈيى، ئارپا سۈيى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى، قۇرسى تاباشىر، قۇرسى گۈلنار، ئانار سۈيى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قەنت سېيىش كېسەللىكى كۆپىنچە زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن كۆكتات، ھۆل مېۋە - چېۋىلەر، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورا قىياملىرى بېرىلىدۇ. سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇقنى توختىتىش ئۈچۈن سوغۇق سۇدىن كۆپ مىقداردا ئىچكۈزۈپ، ئاندىن قەي قىلدۇرۇلىدۇ، بۆرەك ئەتراپىغا سېزمىنى يوقاتقۇچى دورىلار زىماد قىلىنىدۇ، زىيادە ھېرىپ - چارچاشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىشقا تىرىشىش لازىم.

سۇيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىپ، سۇ كالىسىنىڭ قېتىقىنى سوۋۇتۇپ ئىچكۈزۈش.

ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن قاپاق سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى، ئەينۇلا سۈيى، ئىسپىغۇل بىلەن تەرخەمەك سۈيى ئىچكۈزۈش. قىزىلگۈلنىڭ سۈيىگە قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈش كېرەك.

ئاندىن ئانار گۈلقەنتى، قۇرسى تاباشىر يېگۈزۈلىدۇ. يېڭى سۇت، بادام يېغى، قاپاق يېغى قاتارلىقلارنى بىرلەشتۇرۇپ كلىزما قىلىنىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىرىنى ئىزدىسىڭىز

2. سوغۇقتىن بولغان قەنت سېيىش كېسەللىكىنى داۋالاش:

علاج ذيابيطس بارد

مەجۇنى ماددەتۈلھايات، مەجۇنى ماسكەلبۇۋۇل ھار، مەجۇنى مەسرىددۇس، مەجۇنى پەلاسپە، جاۋارىش زەر ئۇنى قاتارلىقلار يېگۈزۈلىدۇ.

تۇرۇپ قاينىتىلمىغا سىركەنجۇبىل قوشۇپ ئىچكۈزۈش ئارقىلىق قەي قىلدۇرۇش، يەڭگىل كىلىزما قىلىش ئارقىلىق بەدەننى تازىلاش لازىم. ئىمكانقەدەر سۈرگۈ دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئېغىزمان قىسمى قۇستە يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە قۇستە يېغىغا ئاقىرقەرھا، قۇندۇز قەھرىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىزمانغا چېپىلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا قۇشلارنىڭ گۆشىنى قورۇپ يېگۈزۈش لازىم.

ئەگەر قەنت سېيىش كېسەللىكى بەلغەم خىلىتىنىڭ كۆپىيىپ كېتىش تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، غەيرىي تەبئىي بەلغەمنى چىقىرىپ تاشلىغۇچى دورىلار ئارقىلىق قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى پىشۇرۇش ئۇچۇن پوستى بىخ بەدىيان، پوستى بىخ كاسنە، ئىزخىر يىلتىزى، بىخ كەرەپشە يەتتە گرامدىن، سۇمبۇل تىپ، نېپىز قەنتەردىيون تۆت گرامدىن، يەرلىك شوخلا توققۇز گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 24 گرام، ھەسەللىك گۇلقەنتتىن 48 گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ تۆت كۇن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن نوقۇت سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ. بەشىنچى كۇنى يۇقىرىقى نۇسخىغا ئاق تىكەن، زەرنەب ئۇچ گرامدىن، ئوردان توققۇز گرام، مۇرەككەپ بىدەنجىر يېغىدىن 12 گرام قوشۇپ مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

توققۇزىنچى كۇنى كەچتە ھەببى ئايارەج يېگۈزۈلىدۇ، ئەتىسى ئەتىگەندە يۇقىرىقى مەتبۇخقا سانا 12 گرام، رەۋەن چىنى ئۇچ گرام، خىيارشەنبەر 72 گرام، تەرەنجىبىن 62 گرام، شەربىتى دىنار 48 گرام، بادام يېغى ئالتە گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئەرقى بەدىيان، ئەرقى بادرەنجى بۇيا ئىچكۈزۈلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش ئۇچۇن بىرىنچى كۇنى نوقۇت سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككىنچى كۇنى ئەتىگەندە سوقۇلغان جەدۋار ئىككى گرام، داۋائى مىشكى تەلخىدىن توققۇز گرام ئېلىپ، بىرلەشتۇرۇپ، بىر دانە كۆموش ۋاراقىغا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ. ئاخشىمى رۇم بەدىيان، زەرنەب ئۇچ گرامدىن، خوخا، ئاق تىكەن، ياۋا پىننە، گاۋزىباندىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، ئەرقى شوخلا، ئەرقى بادرەنجى بۇيا بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۇزۇپ شەربىتى ئەپسەنتىن، شەربىتى بۇزۇرى 24 گرامدىن، ئاق تۇدەرى تالقىنى، قىزىل تۇدەرى تالقىنى يەتتە گرامدىن، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقىدىن ئۇچ گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدەننى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن مۇپەررىھ ياقۇت، ئەرقى مائۇللەھمى ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇندۇز قەھرى، سەئدى كوفى، مەستىكى، سىيادان، قۇستە تەلىخى، ئەپسەنتىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، بۆرەك ساھاسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئېغىزمان، پاچاق قىسمىدا ئاغرىش بولۇپ، كۆز قارائىغۈلۈش، باش قېيىش كۆرۈلسە، جۈپتى بەللۇت، قورۇلغان لاچىندانە، جەدۋار چىنى بىر گرامدىن، قۇندۇز قەھرى، ئىپار 3.0 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، توققۇز گرام جاۋارىش جالىنۇس، ئۇچ گرام داۋائى مىشكى قوشۇپ ئالتۇن ۋاراقتا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئاق زىرە، سۇمبۇل تىپ، سەئىدى كۇفى، خولىنجان، سۆئىتەر تۆت گرامدىن، قاقىلە تۆت دانە، زەرنەپ، رۇم بەدىياندىن ئۇچ گرامدىن دورىلارنى ئەرقى دارچىن، ئەرقى بادرەنجى بۇيا، ئەرقى ئۇستقۇددۇس بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، 48 گرام شەربىتى ئەبرىشىم، توققۇز گرام پەرەنجىمىشكى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سوغۇقتىن بولغان قەنت سېيىش كېسەللىكىنى داۋالاشتا ھەممىدىن ئىلگىرى ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەڭگىل كىلىزما قىلغاندىن كېيىن ھەببى سەبىرى ئارقىلىق بەدەن تازىلىنىدۇ. تۇرۇپ يېگۈزۈش ئارقىلىق قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

ئاخىرىدا لوڭقا قويۇش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، ئىسرىقلاش، بەدەننى قىزىتىش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر قەنت سېيىش كېسەللىكى سوزۇلمىغا ئۆزگەرگەن بولسا سۇيدۇككە نۇرغۇنلىغان چۈنىلەر قونغان بولىدۇ. بۇنى پارس تىلىدا «تاتلىق سېيىش»، ھىندى تىلىدا «ھەسەل سېيىش» دەپ ئاتايدۇ.

ھىندىستان تېۋىپلىرى بۇ ھەقتە تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

قۇرسى تاباشىر ياكى قۇرسى زىيابىتۇستىن تۆت گرام ئېلىپ، ئالتە گرام سىمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى، 60 گرام ئەرقى سەندەل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

زەھرە - مۇھرى مەدەنى، تاباشىر، سوقۇلغان مەرۋايىتتىن بىر گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، 2 ~ 3 دانە يۇمشاق پىشقان بانان بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

سۇيدۇك ياغدەك بولۇپ، قارىغا مايىل بولسا شاقاقۇل مىسرى، سۆئلەپ مىسرى، قىزىل بەھمەن، ھەببۇتۇلخۇزرا مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، ئاقلانغان كۈنجۈت، لاچىندانە، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزىدىن ئىككى گرامدىن، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، تالقانلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم ئالتە گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ بىر كۈنلۈك تورى

ئون ئۈچىنچى پەسىل بۆرەككە تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش

حصات ورمل گردہ

سەۋەبى:

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەككە تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇشنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىچە:

1. بەدەننىڭ تەبئىي ھارارىتى ئېشىپ كەتسە، بۆرەكتىكى ھۆللۈك قۇرۇپ، چۆكمە-سىمان ماددىلار تۇرۇپ قالىدۇ. نەتىجىدە بۆرەكتە تەدرىجىي تاش پەيدا بولىدۇ.

2. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتى زىيادە قويۇلۇپ كەتكەندە بۆرەككە چاپلىشىپ قېلىپ، سىرتقا چىقىپ كېتەلمەيدۇ. نەتىجىدە بۆرەكتە تاش پەيدا بولىدۇ.

3. بۆرەك يىرىڭلىق ئىششىق كېسەللىكى سەۋەبىدىن كۆپلەپ يىرىڭلار ئاجرىلىپ چىقىپ، ئۇلارنىڭ سۈيۇق قىسمى سۈيدۈك ئارقىلىق چىقىپ كېتىپ، قويۇق قىسمى بۆرەكتە تاش پەيدا قىلىدۇ.

4. بۆرەك بىلەن دوۋساق ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىنىڭ تۈلما تار بولۇشى سەۋەبىدىن قويۇق خىلىتلار ئۆتۈشەلمەي بۆرەكتە تۇرۇپ قېلىشتىن بۆرەكتە تاش پەيدا بولىدۇ.

5. ئارتۇق سەۋدا خىلىتىنىڭ بۆرەكتە چۆكمە بولۇپ قېلىشى سەۋەبىدىن بۆرەكتە تاش پەيدا بولىدۇ.

6. بۆرەك ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن بۆرەكنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى ئاجىزلاپ، تەدرىجىي بۆرەكتە تاش پەيدا بولىدۇ.

جالىنۇس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك ياريسى سەۋەبىدىن چىققان يىرىڭلار قېتىشىپ قېلىپ، بۆرەكتە تاش پەيدا بولىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەكتە تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش ئۈچۈن چوقۇم قويۇق ماددا ۋە ئۇنىڭ توختاپ قېلىشىدىن ئىبارەت ئىككى شەرت ھازىرلىنىشى كېرەك.

يەنى ئۇيۇغان سۈت، قۇرت، قاتتىق گۆش، گۈرۈچ، سۈت، كاللا ـ پاچاق، چالا پىشۇرۇلغان نان، يۇمشاق ئاق ئۇننىڭ نېنى، شىلىمشىق تاتلىق نەرسىلەر، توك مېۋىلەر، پاسكىنا سۇ، قويۇق شاراپ قاتارلىقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلغاندا بىمارداھەزىم ئاجىزلىشىپ، بۆرەكنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى ئاجىزلاپ بۆرەكتە تاش پەيدا بولىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك تاش كېسەللىكى بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، بۆرەك ئىششىقى، بۆرەك يارىسى، بۆرەك ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن بۆرەكتە كېرەكسىز ماددىلار كۆپىيىپ كېتىپ بۆرەكتە تاش پەيدا بولىدۇ.

سېمىز كىشىلەرنىڭ كۆپىنچە بۆرىكىدە تاش پەيدا بولىدۇ. ئورۇق كىشىلەرنىڭ كۆپىنچە دوۋساقتا پەيدا بولىدۇ، بالىلار ۋە ياشلار كۆپىنچە دوۋساق تاش كېسەللىكىگە گىرىپتار بولىدۇ. ياشانغانلار كۆپىنچە بۆرەك تاش كېسەللىكىگە گىرىپتار بولىدۇ.

بالىلار ۋە ياشلارنىڭ بۆرىكىدە تاش پەيدا بولۇشىنىڭ سەۋەبى ئۇلار كۆپىنچە يېمەكلىكلەرنى كۆپ، تەرتىپسىز ئىستېمال قىلغانلىقتىن، تاماق يەپ بولۇپلا ھەرىكەت قىلىشتىن، بەزىدە سۈيدۇك كانالچىلىرىنىڭ تار بولۇشىمۇ سەۋەبچى بولىدۇ.

ياشانغانلاردا تاش پەيدا بولۇشىنىڭ سەۋەبى كۆپىنچە ھەزىم قىلىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىدىن ئىبارەت.

بۇقرات بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك تاش كېسەللىكى ياشانغانلاردا يۈز بەرسە يوقالمايدۇ. چۈنكى ياشانغانلارنىڭ مىزاجى نىسپىي قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، بەدەندىكى ئەزالارنىڭ، جۈملىدىن بۆرەكنىڭ تۈتۈش قۇۋۋىتى كۈچىيىپ كەتكەن بولىدۇ. نەتىجىدە بۆرەكتە تاش پەيدا بولۇش ئىمكانىيىتى كۆپىيىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى:

سۈيدۇك ئېچىشىپ تامچىلاپ كېلىش بىلەن بىرگە، بەلدە ئېغرىلىق، بەزىدە يېڭىنە سانجىلغاندەك ئاغرىش سېزىمى مەلۇم بولىدۇ، قەۋزىيەت كۆرۈلگەندە ئاغرىق كۆپىيىدۇ، ئەرلەردە ئاغرىق ئۇرۇقدان، يوتا ھەتتا زەكەر ئۈچىغچە يېتىپ كېلىدۇ، سۈيدۇك دۇغ ۋە قويۇق بولۇپ ئاستا ـ ئاستا سۈزۈلىدۇ، كىچىك تەرەت قىلغاندا تىترەيدۇ، يول ماڭغاندا ۋە ھەرىكەت قىلغاندا ئاغرىق كۈچىيىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

سۈيدۇكنى پاكىز ئىستاكانغا ئېلىپ، ئېغىزىنى يېپىپ قويۇپ، بىر كۈندىن كېيىن قاچىنىڭ سۈيدۇكىنى ئاستا يېنى قىلىپ تۆككەندە قاچىنىڭ تېگىدە قىزىل ياكى سېرىق ۋە ياكى توپا رەڭلىك قۇمسىمان ماددىلار ئولتۇرۇشۇپ قالغان بولسا، بۇ، بۆرەك ـ دوۋساقتا قۇم ۋە تاش پەيدا بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك ـ دوۋساق تاش كېسەللىكىدە ئاغرىق بەلدىن يوتا تەرەپكە يۆتكەلگەندەك مەلۇم بولۇپ، ئاغرىق شۇ ۋاقىتتا توختاپ قالغان بولسا، بۇ تاشنىڭ بۆرەكتىن دوۋساققا يۆتكەلگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنىڭ پەرقى شۇكى: بۆرەكتىكى تاش بىرقەدەر يۇمشاق، كىچىك، قىزىلغا مايىل بولىدۇ. دوۋساقنىڭ تېشى كۆپىنچە قاتتىق، چوڭراق، توپا رەڭ

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بىكى تورىسى

قارىغا مايىل ياكى ئاققا مايىل بولىدۇ.

داۋالاش:

ھەجرىۋلىيەھۇد، سەنگى سەرماھى بىر گرامدىن، ئەرەب يېلىمىدىن يېرىم گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، يېگۈزگەندىن كېيىن تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئەرقى گۈل، ئەرقى شوخلا بىلەن شىرىسىنى چىقىرىپ، ئەينۈلا شەربىتى ياكى شەربىتى بۇزۇرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى ھەجرىۋلىيەھۇد، مەجۇنى ھەجرىۋلىيەھۇد يېگۈزۈلىدۇ.

بۆرەك - دوۋساق تاش كېسەللىكى سۇيدۇك توتۇلۇشتىن كېلىپ چىققان بولسا، ھەجرىۋلىيەھۇد، كۆيدۈرۈلگەن چايانداىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ئۈچ گرام تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى تالقىنى، 12 گرام شەربىتى كىشۇش بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بەدىيان، زاراڭزا ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەندىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، شىرىسى 100 گرام ئەرقى گۈل، 100 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن 48 گرام شەربىتى بۇزۇرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەنگى سەرماھى، ھەجرىۋلىيەھۇد، كۆيدۈرۈلگەن چايان، مەستىكىدىن بىر گرامدىن، يۇمشاق سوقۇپ، شەربىتى ئاناناس بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تۇخۇمى ھەلـ يۇن، كاكىنەچ تۆت گرامدىن، قوغۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسى ئەرقى گۈل، ئەرقى شوخلا بىلەن 36 گرام شەربىتى قەنتەرىيون قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قۇم ۋە تاش سەۋەبىدىن ئاغرىش بولسا بەدىيان بەش گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى ئىككى گرام قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسى ئەرقى بەدىيان، ئەرقى گۈل بىلەن 24 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. گۈل يېغى، بابۇنە يېغىنى قىزىتىپ بۆرەك ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر مىزاجىدا ھارارەت بولسا ئوغرىتىكەن، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قۇرۇق يۇمغاقسۈتـ لاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئەرقى شوخلا، ئەرقى كەيىوره، ئەرقى گۈل بىلەن شىرىسىنى چىقىرىپ، شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر سۇيدۇكتە قىزىللىق بولسا يۇقىرىقى رېتسېپ تەركىبىدىكى كەرەپشە ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلىدۇ.

بۆرەك ئەتراپىدا داۋاملىق ئاغرىش ئەھۋالى بولۇش بىلەن بىرگە سۇيدۇكتىن قۇم كەلگەن بولسا ھەجرىۋلىيەھۇد، سەنگى سەرماھىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بەدىيان، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى بەش گرامدىن، ئوغرىتىكەن، تەرخەـ مەك ئۇرۇقىدىن يەتتە گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەرقى

شوخلا بىلەن چىقىرىپ، شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بۆرەك ئاغرىقى بايانىدا سۆزلەنگەن پۈتنى يۇيۇش دورىلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

تۆت دانە تۇرۇپنى كۆكى بىلەن توغراپ قاينىتىپ، ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرغاندىن كېيىن سەنگى سەرماھى، ھەجرۇلىيەھۇتتىن بىر گرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ، ئەرقى گۈل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئالتە گرام ئوغرىتىكەن شىرىسى، ئالتە گرام تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن بىر گرام ھەجرۇلىيەھۇد سۈرمىسىنى ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بابۇنە يېغى، چايان يېغى بۆرەك، دوۋساق ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك بىلەن تۇخۇم سېرىقىدەك يىرىڭسىمان ماددا چىققان بولسا، ئالدى بىلەن غەيرىي تەبئىي خىلىتقا قارىتا تازىلاش ئېلىپ بېرىشى، ھەزمنى ياخشىلىشى لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى بېرىش لازىم.

ئەگەر سۈيدۈكنىڭ ئاستىدا گەجگە ئوخشاش ئاق چۆكمىلەر بولسا ھەجرۇلىيەھۇد ئىككى گرام، سەنگى سەرماھىدىن بىر گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئالتە گرام ئوغرىتىكەن شىرىسى، تۆت گرام بەدىيان شىرىسى، 24 گرام گۈلقەنت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلارغا تۇرۇپ ئۇرۇقى شىرىسى، زىرە شىرىسىدىن تۆت گرامدىن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۆرەك رايونىدا ئاغرىق بولۇپ، سۈيدۈكى كۆپىنچە قويۇق بولسا، ئالدى بىلەن ئوغرىتىكەن شىرىسى، بەدىيان شىرىسى ئالتە گرامدىن، گۈلقەنت، سىركەنجۈبىلدىن 12 گرامدىن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن سەنگى سەرماھى، ھەجرۇلىيەھۇد ئىككى گرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، ھەلىيۇن ئۇرۇقى ئىككى گرامدىن، كۆيدۇرۇلگەن تۇخۇم شاكىلى، ھەببى قىللەتتىن تۆت گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، 84 گرام تۇرۇپ سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق كۆچىيىپ كەتسە ئوغرىتىكەن شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرامدىن، ئاق زىرە شىرىسىدىن تۆت گرام ئېلىپ، بىرلەشتۇرۇپ، تۆت گرام قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى دىنار، ئەرقى كەييورە قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خىيارشەنبەر پوستى تۆت گرام، قوغۇن ئۇرۇقى ئالتە گرام، مىشكى تارامىش، ھەببى قىللەتتىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، تۆت گرام سوقۇلغان جاۋاشىر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇدتىن بەش گرام يېگۈزۈپ، ئارقىدىنلا ئوغرىتە-

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

كەن ئالتە گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى بەش گرام قاتارلىق دورىلارنىڭ شىربىسىنى ئەرقى ئوغرىتىكەن، ئەرقى شوخلا ھەربىرى 48 گرام بىلەن چىقىرىپ، 26 گرام شەربىتى بۇزۇرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەجرۇلىيەھۇد كۆشتىسى، مارجان كۆشتىسى، كۆيدۈرۈلگەن چايان كۆشتىسى قاتارلىق دورىلار يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە يېگۈزۈلىدۇ.

كۆيدۈرۈلگەن چايان، ھەجرۇلىيەھۇد، يۇيۇلغان لاجۇۋەردنى بىر گرامدىن ئېلىپ، تالقانلاپ، توققۇز گرام داۋائى مىشكى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىربىسى، گۈل بىنەپشە شىربىسى توققۇز گرامدىن، شەربىتى بۇزۇرى 48 گرام بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى ھەجرۇلىيەھۇد، شەربىتى ئەينۇلا، شەربىتى ھەلىيۇن، شەربىتى ئەنگۇر شىراھ، شەربىتى خارخەسەك، مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد، مەجۇنى سەنگى سەرماھى كەبىر قاتارلىق دورىلار تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھىندىستان تېۋىپلىرى بۇ كېسەللىككە قارىتا تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

36 گرام قۇرۇتۇلغان گۈل داۋانى قاينىتىپ سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

36 گرام قۇرۇتۇلغان گۈل داۋانى، 36 گرام قەنت بىلەن قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

كاكىنەچ، نەشە قاتارلىق دورىلاردىن ئاز مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، بىر پىيالە سۇ، 60 گرام كالا يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

12 گرام تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزىنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كالا سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تېرىق، تەنكاردىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئوغرىتىكەن شىربىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىخ سۇس 12 گرام، بەدىياندىن 36 گرام ئېلىپ، تۆت پىيالە سۇ بىلەن قاينىتىپ، بىر پىيالە قالغاندا سۈزۈپ، ئۈچ گرام تاشتۇزى تالقىنى، يەتتە گرام كالا يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ مەسھى بۇ كېسەللىككە قارىتا تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

ئەگەر بۆرەك ياكى دوۋساقتا تاش پەيدا بولۇش خەتىرى بولسا، سۈت، پىشۇرۇلغان تۇخۇم، ئاق ئۇننىڭ نېنى، قۇرت، يېڭى بېلىق، كالا ۋە ئۆچكىنىڭ گۆشى، توك مېۋىلەر، پېتىرنان، ئىسپىرت مىقدارى يۇقىرى بولغان ھاراق ئىستېمال قىلىشتىن، تاماقتىن كېيىن ھەرىكەت قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئەگەر بۆرەك ۋە دوۋساقتا تاش پەيدا بولۇشقا باشلىغان بولسا، تاماقتىن كېيىن تەكرار - تەكرار قەي قىلدۇرۇش، ئوزۇقلاندۇرۇشتا كەرەپشە، كاسنە، پىننە سېلىنغان يەڭگىل

غىزالارنى بېرىش، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، ھۆل ئەنجۇر، قۇرۇق ئەنجۇر، ئاق ئۇجمە ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم.

بەل قىسمىنى يەڭگىل مۇجۇش، بۆرەك رايونىغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش لازىم. موزا بىلەن بابۇنىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، سۈزاپ يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بۇلۇتنى ئىسسىق سۇ ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغقا چۆكۈرۈپ، بۆرەك ساھەسىگە ئىسسىق پېتى قويۇلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق بەك ئېغىر بولسا، تىلمىغان خەشخاش، نەشە، ئەپيۇن، بۇغداي يارمىسى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، بابۇنە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئازراق پولونىيا يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر بۆرەكتە تاش بولۇش بىلەن بىرگە يالۇغ بولسا، ئالدى بىلەن يالۇغ قايتۇرغۇچى زىماد ۋە سۈڭالمىلار ئارقىلىق بۆرەكتىكى يالۇغ داۋالىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن تاشنى داۋالاشقا مۇراجىئەت قىلىنىدۇ. ئەگەر تاش بىلەن بىرگە يەل بولسا، سۈزاپ، رۇم بەدىيان، جۇڭنە، زىرە، سىيادان قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، تاش پارچىلاش ئۇچۇن ئىشلىتىلگەن دورىلار بىلەن بىرگە ئىشلىتىلىدۇ.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك ۋە دوڭساق تاش كېسەللىكلىرىنىڭ ھەر ئىككىلىسىنىڭ داۋالاش ئۇسۇلى ئاساسەن بىر خىل بولىدۇ. بۇنىڭ تەدبىرى شۇكى، ئالدى بىلەن تاش پەيدا قىلغۇچى ماددىنى يۇمشىتىش ۋە ئۇنى چىقىرىپ تاشلاش، ئۇنىڭدىن كېيىن مەخسۇس تاش پارچىلىغۇچى ۋە سۈيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار ئارقىلىق بۆرەك ۋە دوڭساقتىكى تاشنى چىقىرىپ تاشلاش، ئوپېراتسىيە قىلىشقا قارامايلىق قىلماسلىق ۋە ئالدىرىماسلىق لازىم.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك ۋە دوڭساق تاش كېسەللىكىدە تاش پەيدا قىلغۇچى ماددىلارنى كۆپىنچە قەيىد قىلدۇرۇش ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلاش، قويۇق ۋە غەلىز يېمەكلىكلەردىن ساقلىنىش، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈش، قورساق ئاچ ۋاقتىدا يەڭگىل ھەرىكەت قىلىش بىلەن بىرگە يەڭگىل كىلىزما قىلىش ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسىنى تەڭشەش لازىم.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئىسسىقلىقى تۆۋەن ئاچچىق تەمدىكى تاش پارچىلىغۇچى مەخسۇس دورىلارنى نوقۇت سۈيى، تۇرۇپ سۈيىگە ئوخشاش يەڭگىل سۈيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن ئىچكۈزۈش، بۇ تەدبىرنى مەلۇم ۋاقىت قوللانغاندىن كېيىن تاش پارچىلىغۇچى دورىلار بىلەن كۈچلۈك سۈيدۇك ھەيدىگۈچى دورىلارنى بىرگە ئىشلىتىش لازىم.

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

بۆرەك ۋە دوۋساق تاش كېسەللىكىگە دورا ئىشلەتكەندە دوۋساق تېشىنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلگەن دورا بۆرەك تېشىنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلگەن دورىغا قارىغاندا ئىسسىقراق بولۇشى لازىم.

بۆرەك تېشىنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن ھەجرۇلىيەھۇدنى داۋاملىق ئىشلىتىش ياكى نۇسخا تەركىبىدىكى مىقدارىنى كۆپەيتىش، بۆرەك ۋە دوۋساق تاش كېسەللىكىدە بىر قىسىم تاش پارچىلىغۇچى دورىلارنىڭ ئۆتكۈزگۈچلۈك خۇسۇسىيىتى تۆۋەن بولغانلىقتىن سەمغى ئەرەبى، پىلپىل، بىستىپايەجگە ئوخشاش دورىلارنى قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم.

مۇقەل، قارا نوقۇت، ئەينۇلا مېۋىسى، ئوغرىتىكەن يىلتىزى، خېنە يىلتىزى، ئەنسىل، سىركە، سىركەنجۈبىل ئەنسىلى، تاغ كەرەپشىسى، پىننە، ئەپسەنتىن، سەلخە، تەرخەمەك يىلتىزى، ئۇدىبلسان، ھەب بلسان، بلسان يېغى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، تۇرۇپ سۈيى، كەرەپشە، ھەلىيۇن يىلتىزى، تۇرۇپ ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى يەككە ياكى مۇرەككەپ ھالەتتە ئىشلىتىلىش ئارقىلىق تاش پارچىلاش ۋە چىقىرىپ تاشلاش مەقسىتىگە يەتكىلى بولىدۇ. (شەيخ)

ھەجرۇلىيەھۇد، مىشكى تارامىشكى، كۆيدۈرۈلگەن چايان، كۆيدۈرۈلگەن يىلان قاتارلىق دورىلار مۇتلەق تاش پارچىلىغۇچى دورىلاردۇر. (شەيخ)

چايانىنى كۆيدۈرۈش ئۇسۇلى: چايانىنى شىشە قۇتىغا سېلىپ ئاغزىنى ئېتىپ، گىل ھېكمەت قىلىپ بىر كېچە قىزىق تونۇردا قويۇلىدۇ.

مەجۇنى ئەقرەپ بۆرەك تېشى ۋە دوۋساق تېشى ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق. (شەيخ)

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك تاش كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن دورىنىڭ تەسىرىنى تېز قوبۇل قىلىش ھەمدە تاشلارنىڭ ئۆز ئورنىدىن ئاجرىشىغا يارەدەم بېرىش ئۈچۈن سەۋسەن يېغى، سۈمبۈل يېغى، خېنە يېغى، رەۋغىنى خەيرى قاتارلىق دورىلارنى بەل، دوۋساق، تىزنىڭ ئاستى قىسمىغا سۈۋاش ھەمدە تاش پارچىلىغۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم.

ئۇنىڭدىن كېيىن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىچكۈزۈش، ئاغرىش كۈچ بولسا تىزنىڭ ئاستى قىسمىنى بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى قاينىتىلمىرى بىلەن يۇيۇش لازىم. ئەگەر قەۋزىيەتلىك بولسا ئادەتتىكى كىلىزمىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆرەك ساھەسىدە ئاغرىش بولۇپ، سۈيدۈكتىن قۇم كەلگەن بولسا، قويۇق خىلىتلارنى پارچىلاش ئۈچۈن ھارارىتى يۇقىرى بولمىغان يۇمشاتقۇچى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

تاماقتىن ئىلگىرى نورمال ھالدا بەدەن چېنىقتۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھارارىتى مۆتىدىل بولغان مونچىغا چۈشكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىقى مەقسەتلەر ئۈچۈن تۆۋەندىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ:

ئوغرىتىكەن، بابۇنە، ئىكللىملىك، مەرزەنجۇش، كەرەپشە ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك، ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، پىرسياۋشانلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، بادرەنجى بۇيا، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، بەدىياندىن 1/2 ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سىركەنجۈبىل، ئەرقى گۈل، بىر ئاز سوغۇق سۇ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

چىلان 20 دانە، سەرپىستان 30 دانە، ئەنجۇر ئون دانە، پىرسياۋشان بەش گرام، بىخ سۇس بەش گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ئۈچ گرام، ھەمىشباھار ئۇرۇقى ئىككى گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى ئىككى گرام، بەدىيان، ئوغرىتىكەندىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ، ئۈچ ھەسسە سۇ بىلەن قاينىتىپ، 1/3 قالغاندا سۈزۈپ، سىركەنجۈبىل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى سەبرى ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بىماردا قىزىش بولسا، قوغۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى 18 گرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن يەتتە گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىماردا قىزىش بولمىسا، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى 14 گرامدىن، قوغۇن ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، ئەينۇلا يېلىمى، پىرسياۋشان يەتتە گرامدىن، ھەببى ھەلىيۇن، بەدىيان، پوستى بىخ بەدىياندىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قارا نوقۇت سۇيى، سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەك تېشى ۋە دوۋساق تېشى كېسەللىكىدە ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئون گرام بەدىيان، كاسنە ئۇرۇقى، بىخ سۇس مۇقەششەردىن ئون گرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، 36 گرام شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىربىسىدىن 36 گرام ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان، رۇم بەدىيان ئون گرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىربىسىدىن 36 گرامدىن قوشۇپ، شېكەردىن 36 گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولۇپ، بىماردا بىئارامىلىق كۆپ بولسا، كەرەپشە ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ئون گرامدىن، كاسنە ئۇرۇقى، قۇرۇق بىنەپشە 14 گرامدىن، چىلان، سەرپىستان، ئەنجۇر 20 داننىدىن، سانا 24 گرام، بىخ سۇس مۇقەششەر 14 گرام، پىرسياۋشان 18 گرام، ئوغرىتىكەن، ھاشادىن 24 گرامدىن

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

ئېلىپ، 1500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، خىيارشەنبەر شىرىسى، تەرەنجىبىن شىرىسىدىن 36 گرامدىن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە، سېرىقچېچەك، تۇرۇپ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، تۇرۇپ كۆكى، تۇرۇپ يىلتىزى قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەسەل ۋە كۈنجۈت يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ. ياكى توخۇنىڭ پېيىنى كۈنجۈت يېغىغا چۆكۈرۈپ گالغا تېقىپ غىدىقلاش ئارقىلىق قەي قىلدۇرۇلىدۇ.

بۆرەك ساھەسى بابۇنە يېغى، رەۋغىنى زەنبەق، رەۋغىنى نەرگىس بىلەن ياغلىنىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولۇپ، بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، بەزرۇلبەنجى، كۆكناردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ بەرشىشا بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ئەقرەپ يېگۈزۈلىدۇ. لېكىن بۇ دورىنى يېگەندە ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، بۇ جەريانىدا تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى ئىچكۈزۈش لازىم.

مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇدتىن تۆت گرامنى ھەر كۈنى ئەتىگەن تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى ھەجرۇلىيەھۇدنى يېگۈزگەندىن كېيىن سەۋزە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، بەدىياندىن ئون گرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، 36 گرام شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاشلارنىڭ بىر ئورۇنغا توپلىشىۋېلىشىدىن ئاغرىق چىدىغۇسىز دەرىجىدە بولسا، سەۋزە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، مەجۇنى مۇپەتتىھى ھەساس بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تاشلار داۋاملىق ھەرىكەت قىلىشتىن ئاغرىق تۇراقسىز بولسا، پىرسياۋشان ئون گرام، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك، بەدىيان، نېلۇپەر، سەۋزە ئۇرۇقىدىن 36 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاغرىغان ئورۇنغا بۇغداي كېپىكى ياكى تېرىق بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، تەرياقى كەبىر ياكى مەسرىدىتوسنى بەدىيان شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈش.

ئەگەر بۆرەكتە تاش بولماستىن قۇم بولسا بەك ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى، كۆچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى بەرمەسلىك لازىم.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا توخۇ، كەپتەر، قۇشقاچ گۆشلىرىنى دارچىن، رۇم بەدىيان، زاراڭزا مېغىزى، نوقۇت بىلەن پىشۇرۇپ بېرىش لازىم. (مەھمۇد شىرازى)

سەرھەندى بۇ كېسەللىككە قارىتا تۆۋەندىكى تەدبىرنى قوللانغان:

ھىندىستاندا «مەمۇلا» دەپ ئاتىلىدىغان سېرىق قۇشقاچنىڭ گۆشى يېگۈزۈلىدۇ. داۋائىل خەتتاتىپ يېگۈزۈش بۆرەك تاش كېسەللىكى ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، ياۋا پىننە، سىيادان، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، تاۋۇز ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، كاكىنەچ، پىرسياۋشان، ئوردان قاتارلىق دورىلار بىمارنىڭ مىزاجىغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. لېكىن بۇ دورىلارنى داۋاملىق ئىستېمال قىلدۇرماسلىق كېرەك. ئۇنداق قىلمىغاندا بۆرەك ئاجىزلاپ كېتىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئون توققۇزىنچى باب دوۋساق كېسەللىكلىرى

امراض مثانہ

دوۋساقتا تۆۋەندىكىدەك كېسەللىكلەر كۆپ يۈز بېرىدۇ:

دوۋساققا تاش ۋە قۇم پەيدا بولۇش؛ دوۋساق ياللۇغى ۋە مۇدۇر چاقىلىرى؛ دوۋساق يارىسى؛ دوۋساق تەمرەتكىسى؛ دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش؛ دوۋساق بىر تەرەپكە سىلجىش ۋە ئىستىرخا؛ دوۋساق ئاغرىقى؛ دوۋساققا يەل پەيدا بولۇش؛ دوۋساق ئاجىزلىقى؛ سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش؛ سىيىش قىينىلىشىش ۋە تۇتۇلۇش؛ سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش؛ سۈيدۈك تۇتالماسلىق؛ سىيىپ يېتىش؛ كۆپ سىيىش؛ ئازىيىش سۈيدۈكتىن قان كېلىش؛ غەيرىي تەبىئىي سېيىش قاتارلىقلار كۆپ ئۇچرايدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دوۋساقتىمۇ باشقا ئەزالارغا ئوخشاش مىزاج بۇزۇلۇش كېسەللىكلىرى، شەكىل بۇزۇلۇش، تەركىبى كېسەللىكلىرى، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش كېسەللىكلىرىدىن ئىبارەت ئۈچ خىل كېسەللىك يۈز بېرىدۇ.

بۇ كېسەللىكلەر بەدەندىكى خىلتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى، ھەر خىل يەللەر، ئۇرۇلۇش - سوقۇلۇش، ئىرسىيەت، رەئىس ئەزالارنىڭ ئاجىزلىقى، پەسىل ئۆزگىرىشىنىڭ تەسىرى، بۆرەك كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

دوۋساق كېسەللىكىنى داۋالاش ئۇسۇلى بۆرەك كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئاساسەن ئوخشاش بولىدۇ. بىراق دوۋساق كېسەللىكلىرىدە كۆچلۈك تەسىرگە ئىگە دورىلار، ياغ ۋە زىمادلارنى ئىشلىتىش زۆرۈر بولىدۇ. جىنسىي يول ئارقىلىق دورا كىرگۈزۈشنىڭ ئۇنۇمى يۇقىرى بولىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر دوۋساقنىڭ مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقىتىن بۇزۇلۇشى بايانىدا قوللىنىلغان داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر دوۋساقنىڭ مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسىگە تاباشىر تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەندەل، كاپۇر، فۇپەل قاتارلىقلاردىن ئاز مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق ساھەسىگە تېڭىلىدۇ.

گۇل يېغى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى يېغى، خەشخاش ئۇرۇقى يېغى، ئوسۇك ئۇرۇقى يېغى قاتارلىقلارغا كاپۇر، ئازراق ھەسەل قوشۇۋېتىپ، جىنسىي يول تۇشۇكى ئارقىلىق دوۋساققا كىرگۈزۈلىدۇ.

خۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دوۋساقنى قىزىتىش ئۈچۈن ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىچكى ۋە تاشقى تەرەپتىن ئىشلىتىش، دوۋساقنى سوۋۇتۇش ئۈچۈن سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار جىنسىي يول ئارقىلىق دوۋساققا تەسىر قىلدۇرۇلىدۇ. دوۋساق كېسەللىكى ئۈچۈن چۈچۈمەل ۋە بەك ئاچچىق دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم.

بىرىنچى پەسىل دوۋساقتا قۇم ۋە تاش پەيدا بولۇش

حصات ورمل مثانہ

تونۇش:

بۇ دۇۋساق ساھەسى قاتتىق ئاغرىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان، ساقىيىشى نىسبەتەن تەس بولغان خەتەرلىك كېسەللىك. بۇ كېسەللىك ئايالىلارغا نىسبەتەن ئەرلەردە، چوڭلارغا نىسبەتەن بالىلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى:

خىلىتلارنىڭ قويۇلۇپ قېلىشى، خىلىتلارنىڭ ئارىلىشىپ قېلىشى، دوۋساقتا ھارارەت ياكى سوغۇقلۇقنىڭ زىيادە بولۇشى ياكى سۈيدۈك يولىنىڭ تارىيىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

بىمارنىڭ سۈيدۈكلۈك ئورنى ۋە ئەتراپىدا ئېغرىلىق ۋە ئاغرىش سېزىمى بولۇش، كىچىك تەرەت قىلىش قىينىلىشىش، ھەتتا كىچىك تەرەت تۇتۇلۇش، سۈيدۈك رەڭگى ئاق بولۇش، سۈيدۈكنى پاكىز ئىستاكانغا ئېلىپ ئەتىسى ئەتىگەن ئاستا ـ ئاستا تۆككەندە ئىستاكان تېگىدە توپا رەڭلىك ئاققا مايىل قۇملار بولۇش، جىنسىي ئەزا تۇۋى قىچىشىش، بەزىدە مەقئەت چىقىۋېلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، دوۋساقتا قۇم ۋە تاش پەيدا بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭدىن گۇمانلانغاندا بىمارنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، ئىككى قولنى كۆتۈرگۈزۈپ، كۆچەپ ھەرىكەت قىلىشقا تەۋسىيە قىلىنىدۇ.

قىزىقسۇغا بىرەر ياغ ئارىلاشتۇرۇپ دوۋساق ئۈستىگە جوقىرىتىپ قويۇپ ئاندىن دوۋساق ئۈستىدىن ئاستى تەرەپكە ئالقان بىلەن كۆچەپ سىرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بىمار كىچىك تەرەت قىلىشقا بۇيرۇلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بىمار كىچىك تەرەت قىلىشتا قىينالسا،

دوڭساقتا قۇم ۋە تاش بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دوڭساق تېشى بەزىدە چوڭ ۋە ئېغىر بولۇپ، چوڭ تەرەت قىلغاندا مەقئەت قىسمى ئاغرىيدۇ. بەزىدە مەقئەت چىقىپ قالىدۇ. ئەگەر بىمار كىچىك تەرەت قىلغاندا قىينىلىش ئالامىتى كۆرۈلسە، تاشنىڭ چوڭ ئەمەسلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر كىچىك تەرەتتە قۇم كۆپ بولسا، تاشنىڭ قۇمسىمان ئىكەنلىكىنى ياكى تاشنىڭ پارچىلانغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دوڭساقتا تاش مەڭجۇت تۇرۇپ، كىچىك تەرەت قىلغاندا سۈيدۈكتە قۇم ۋە تاش بولماسلىق، تاشنىڭ قاتتىق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمار يول يۈرگەندە جىنسىي ئەزانىڭ تۆۋىدە ئاغرىش بولسا، دەم ئالغاندا ياكى ئوڭدا ياتقاندا دوڭساقنى ئوستى تەرەپكە سىيرىپ سۈيدۈكنى ئوستىگە ئىتتىرگەندە ئاغرىش يوقالسا، تاش دوڭساقنىڭ جىسمىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

دوڭساق قۇم ۋە تاش كېسەللىكىنى داۋالاش ئۇسۇلى بۆرەك قۇم ۋە تاش كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئاساسەن ئوخشاش بولىدۇ. بىراق بۇنىڭغا قارىتا بىرقەدەر كۆچلۈك دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى دوڭساق بۆرەككە يىراقراق جايلاشقان، دوڭساق بوشلۇقى بۆرەك بوشلۇقىغا قارىغاندا چوڭ بولۇپ، دوڭساقتىكى تاشمۇ چوڭراق ۋە قاتتىقراق بولىدۇ.

چايان يېغى، ئوغرىتىكەن يېغى، بابۇنە يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، شپىرىس ئارقىلىق سۈيدۈك يولىدىن دوڭساققا كىرگۈزۈلىدۇ ھەمدە سىرتىدىن دوڭساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

تەرياقى مەسرىدىتوس، سەنجىرىنا قاتارلىقلار يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى بىلسان، ھەببى قىللەت، ھەجرۇلىيەھۇد، كۆيدۈرۈلگەن چايان، كاكىنەچ يىلتىزى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ئوغرىتىكەن سۈيى بىلەن نەمدەپ، قۇرۇتۇپ يەنە نەمدەپ، بۇ تەدبىرنى يەتتە قېتىم تەكرارلىغاندىن كېيىن يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ئۇچ گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولسا بەرشىشا يېگۈزۈلىدۇ. بەزرۇلبەنجى، سېرىقچېچەك، زىغىر، ئىكلىلمىلىك، شۇمشا، ئاقلەيلى ئۇرۇقى 36 گرامدىن، ئەفتىمۇندىن 84 گرام ئېلىپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ئاقلەيلى ئۇرۇقى 18 گرام، بەدىيان، قوغۇن ئۇرۇقىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرنىسىنى چىقىرىپ، 36 گرام ھەسەل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تاش سۈيدۈك يولىغا كەپلىشىپ قالغان بولسا، سۈيدۈك يولىغا قىزىقراق سۇ قويۇلىدۇ. شپىرىس ئارقىلىق مۇۋاپىق ياغ ۋە لوئابلار كىرگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىر بىلەن تاش چىقمىسا، بىمارنى ئوكدا ياتقۇزۇپ، ئىككى ئادەم ئۇنىڭ قولىدىن تۇتۇپ ھەر تەرەپكە ھەرىكەتلەندۈرىدۇ. سۈيدۈك يولى ئۇستى تەرەپتىن ئاستى تەرەپكە سىيرىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن كۈچلۈك تاش پارچىلىغۇچى بىلەن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىللە ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇقىرىدا سۆزلەنگەن دورا قاينىتىلمىسىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ئەگەر تاش سۈيدۈك يولىدىن چىقىپ كېتەلمىگۈدەك چوڭ بولسا ئوپېراتسىيە ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلىنىدۇ.

كەپتەر تاشلىقىنى يۇمشاق سوقۇپ، تەڭ مىقدارىدا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

تۇرۇپنى پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ ياكى تۇرۇپ ئۇرۇقى تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

قارا نوقۇت قاينىتىمسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببۇلغار ياكى ھەببۇلغار يىلتىزى پوستىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ تالقانلاپ، قاينىق سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

كاڭاۋچىننى يۇمشاق سوقۇپ، تۇرۇپ سۇيى بىلەن 70 كۈنگىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەنسىل سىركىسى، ئوغرىتىكەننىڭ سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق بەھمەن تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى تالقىنى رەيھان شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كۆيدۈرۈلگەن چايان بىلەن ھەجرۇلىيەھۇدتىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

رۇم بەدىيان تالقىنى داۋاملىق يېگۈزۈلىدۇ.

چىلغوزا مېغىزى، جۇۋىنە تالقانلىرى رەيھان شارابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۇخۇمى ھەلىيۇن تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ناردىن يېغى، بابۇنە يېغى، بىلسان يېغى، سەلىخە، ئەپسەنتىن تالقانلىرى مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىنىپ، دوڭساق قىسمى ياغلىنىدۇ.

چىلغوزا مېغىزى، بىخ كەبىر پوستى ئالتە گرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى 12 گرام، قوغۇن ئۇرۇقىدىن 24 گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، توققۇز گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولسا، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، ئاق زىرىدىن ئالتە گرامدىن، دورىلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، 48 گرام ئەرقى گۈل، 18 گرام قەنت، سوقۇلغان ھەجرۇلىيەھۇدتىن ئىككى گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى نۇسخىدىكى قەنتنىڭ ئورنىغا شەربىتى بۇزۇرى، ئۇنىڭدىن كېيىن گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ تەدبىر بىلەن ئاغرىق تۆۋەنلەپ تاش چىقىپ كەتمىگەن بولسا، يۇقىرىقى نۇسخىغا ئالتە گرام ئوغرىتىكەن شىرىسى، تۆت گرام ياۋا

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

سەۋزە ئۇرۇقى شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن رەۋەن چىنى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاخشىمى ئاغرىق كۆچەيگەن بولسا يۇقىرىقى نۇسخىغا ئىككى گرام جاۋاشىر قوشۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى شىرىلەرگە تۆت گرام ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابى، 48 گرام شەربىتى دىنار 48 گرام شەربىتى بۇزۇرى، مۇۋاپىق مىقداردا ھەجرۇلىيەھۇد تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈيدۈك يولىنىڭ يارا بولۇپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن كاكنەچ شىرىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈيدۈك يولىنى تازىلاش ئۈچۈن تۇخۇمى ھەلىيۇن ئۈچ گرام، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، ئوغرىتىكەن ئالتە گرامدىن، ھەببى قىللەت تۆت گرام، تۇرۇپ ئۇرۇقىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، 12 گرام ھەسەل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاغرىق يەڭگىللىگەندىن كېيىن ئوغرىتىكەن ئالتە گرام، قوغۇن ئۇرۇقى توققۇز گرام، زىرە تۆت گرام قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى 48 گرام ئەرقى گۈل بىلەن چىقىرىپ، 36 گرام شەربىتى بۇزۇرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاغرىۋاتقان ۋاقىتتا سېرىقچېچەك يوپۇرمىقى، چەلەك يوپۇرمىقى، تۇرۇپنىڭ كۆكى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، 48 گرام گۈل يېغى قوشۇپ، بەدەن يۇيۇلىدۇ ھەمدە ئوغرىتىكەن ئالتە گرام، زىرە تۆت گرام، قوغۇن ئۇرۇقى ئالتە گرام قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى ئەرقى بەدىيان، ئەرقى شوخلا، ئەرقى گۈل ھەربىرى 60 گرام بىلەن چىقىرىپ 24 گرام شەربىتى بۇزۇرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى يۇقىرىقى نۇسخىدىكى زىرە شىرىسىنىڭ ئورنىغا كاكنەچ شىرىسى، كەرەپشە ئۇرۇقى شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۈچىنچى كۈنى يۇقىرىقى نۇسخىغا ئىككى گرام رەۋەن چىنى تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆتىنچى كۈنى بۇ نۇسخىغا قوغۇن ئۇرۇقى، ئەينۇلا يېلىمى تالقىنى ھەمدە بىخ سۇس، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى تۆت گرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى ئالتە گرام قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسىغا قەنت، گۈلقەنت، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن گۈل بىنەپشە، گاۋزىبان، شاھتەررە، زاراڭزا ئۇرۇقى، ئاقلەيلى ئۇرۇقى ئالتە گرامدىن، نىلۇپەر، پىرسياۋشان، يەرلىك شوخلا، بەدىيان، رۇم بەدىياندىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، 36 گرام گۈلقەنت ياكى 48 گرام دىنار شەربىتى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاغرىغان ئورۇنغا گۈل يېغى سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ماددىسى قويۇق بەلغەم خىلىتى بولسا ئالدى بىلەن بابۇنە گۈلى، ئاق لەيلىگۈلى، يەرلىك شوخلىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، 48 گرام سېرىقچېچەك يېغى، ئالتە گرام، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسى زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن ھەببى سەبرە يېگۈزۈلىدۇ. ئاندىن ئالتە گرام جاۋارىش ئۇد تۇرۇش، ئۇچ گرام رۇم بەدىيان شىرىسى، تۆت گرام بەدىيان شىرىسى، 24 گرام شەربىتى بۇزۇرى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەدىيان، رۇم بەدىيان ئۇچ گرامدىن ئېلىپ دورىلارنى تالقانلاپ، جاۋارىش ئۇدتۇرۇشقا ئارىلاشتۇرۇپ، ئەرقى شوخلا، ئەرقى گاۋزىبان، ئەرقى شاھتەررە، شەربىتى بۇزۇرى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. دوۋساق ساھەسگە سېرىقچېچەك يېغى سۈرتىلىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك مىقدارى ئازلاپ، ئازراق قان ئارىلاش كەلگەن بولسا، ئوغرىتىكەن شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرامدىن، شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى خەشخاش 18 گرامدىن، سەنگى سەرماھى، ھەجرۇلىيەھۇد تالقانلىرىنى بىر گرامدىن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەتتە دانە تۇرۇپنىڭ كۆكى، بىر كىلوگرام سېرىقچېچەك ۋە چامغۇر، 24 گرام ئوغرىتىكەن، 24 گرام بابۇنە، 24 گرام ئاقلەيلى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىلمان بولغاندا يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ.

سۇفۇپى ھەجرۇلىيەھۇد، شەربىتى خارخەسەك، شەربىتى ئاناناس، مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد، مەجۇنى ئەقرەپ، بانادۇق بۇزۇرى قاتارلىق دورىلار ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار بۇ كېسەللىككە قارىتا تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى ئوتتۇرىغا قويغان:

تۇرۇپ تۇزى، تەنكارنى بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېتىق سۈزمىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۇرۇپ سۈيىگە شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كاسنە ئۇرۇقى شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى، زاراڭزا ئۇرۇقى شىرىسى، دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەنجىرىنا، مەشىدىتوس، ئاساناسيا يېگۈزۈلىدۇ.

چايان يېغى بىلەن دوۋساق ساھەسى ياغلىنىدۇ.

مۇقەل، سازاج ھىندى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، پىرسياۋشان قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، بۆرەك قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر دوۋساق تېشى سەۋەبىدىن سۈيدۈك تۇتۇش ئەھۋالى كۆرۈلسە، مەقئەت تۆشۈكى ياكى ئۇرۇقداندىن تۆشۈك ئېچىپ نەيچە تىقىپ سۈيدۈك چىقىرىپ تاشلىنىدۇ. بۇنىڭ

ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە ئوپېراتسىيە قىلىنىدۇ. (شەيخ)

مەشھۇر تېۋىپ ئابباس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دوۋساق تاش كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىمۇ بۆرەك تاش كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىگە ئاساسەن ئوخشاش بولغانلىقتىن ئوزۇقلاندۇرۇش ئۇسۇلىمۇ ئوخشاش بولىدۇ. داۋالاش ئۇسۇلىمۇ ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشاش بولىدۇ. بىراق دوۋساق تاش كېسەللىكى ئۈچۈن بىرقەدەر كۆچلۈك تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، پىرسياۋشان، شۇمشا، ئوغرىتىكەن قاتارلىق دورىلارنىڭ قايىنتىلمىسىنى سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

يۇمشاق سوقۇلغان ھەجرۇلىيەھۇدتىن ئىككى گرام ئېلىپ سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

كۆيدۈرۈلگەن چايان تالقىنىدىن ئىككى گرام ئېلىپ نوقۇت سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد، مەجۇنى ئەقرەب، ھەببى مۇپەتتىھى يېگۈزۈلىدۇ.

ھەجرۇلىيەھۇد بىر ھەسسە، ئەرەب يېلىمى، ئەينۇلا يېلىمىدىن ئىككى ھەسسىدىن، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تاشنىڭ سەۋەبىدىن سۈيدۇك يولىدا قىچىشىش ۋە يارا پەيدا بولسا، ئالدى بىلەن جاراھەت پۈتتۈرۈش مەقسىتىدە دورىلار ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ. (ئابباس)

خۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دوۋساق تاش كېسەللىكىدە ئاغرىق ئېغىر بولسا پولونىيا ۋە سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ، تاش پارچىلاش ئۈچۈن سىركەنجۈبىل مۇپەتتىھى ھەسسات، مەجۇنى سەنجىرىنا يېگۈزۈلىدۇ.

بۇ جەريانىدا يەڭگىل، لەتىف غىزالارنى ئاز مىقداردا بېرىش، كەچلىك تاماق بەرمەسلىك، يەڭگىل چېنىقىش.

ئۇنىڭدىن باشقا بۆرەك تاش ۋە قۇم كېسەللىكىدە قوللانغان تەدبىرلەرنى قوللىنىش لازىم.

ئىككىنچى پەسىل دوۋساق يالليۇغى ۋە مۇدۇر - چاقىلىرى

اورام ودبيله مثانه

سەۋەبى:

زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ دوۋساقتا تەسىر قىلىشى ۋە قان خىلىتىنىڭ سۈيۈلۈپ كېتىشى ۋە ئۆتكۈر سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن ۋە غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن

كېلىپ چىقىدۇ.

دوڭساق تاش كېسەللىكى سەۋەبىدىن ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

سۈيدۈك يولىنىڭ تۇغما تار بولۇشى بىلەن سۈيدۈك دوڭساقتا يىغىلىپ قېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

دوڭساق ساھەسىدە ئاغرىش، ئېغىر بولۇش، كىچىك تەرەت قىلىش قىينىلىشىش، تومۇر ھەرىكىتى تېزلىشىش، سۈيدۈك رەڭگى ئاپېلسىن رەڭلىك بولۇش، قىزىش، ماغدۇرسىزلىنىش، ئۇسسۇلۇق كۆپ بولۇش، پۇت - قول كۆيۈشۈش، بەزىدە چوڭ تەرەت توختاپ قېلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، دوڭساق ياللۇغىنىڭ زىيادە ئىسسىقلىق تەسىرىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن ئۇسسۇلۇق بەك كۆپ بولۇش، ئاغرىق ئېچىشىش خاراكتېرلىك بولۇش، سەپرا ئارىلاش قەي قىلىش ھەمدە سەپرا خىلتىنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى بىرگە كەلسە، بۇ كېسەللىكىنىڭ غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دوڭساق ساھەسىدە ئېغىرلىق كۆپىيىش، سۈيدۈك مىقدارى كۆپەيىش، سۈيدۈك رەڭگى بەزىدە قان ئارىلاش كېلىش، چىراي ۋە كۆز قىزىرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكىنىڭ غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دوڭساق قىسمىدا ئېچىشىپ ئاغرىش، قىزىش ئالامىتى بولمىسا، بەلكى ئېغىرلىق مەلۇم بولۇپ، سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش، ماغدۇرسىزلىنىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكىنىڭ غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلتىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دوڭساق قىسمىدا تارتىشقان سېزىم بولۇش، چوڭ - كىچىك تەرەتنىڭ ھەر ئىككىلىسىدە قىينىلىش، ماغدۇرسىزلىنىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ ياللۇغىنىڭ قېتىپ قالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دوڭساقتا مۇدۇر - چاقا شەكىللەنگەن بولسا، بىماردا ماغدۇرسىزلىنىش، تىترەش، قىزىش ئالامەتلىرى ئېغىر كۆرۈلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا سۈيدۈك يېرىڭ ئارىلاش چىققان بولسا، دوڭساق مۇدۇر - چاقىسىنىڭ يېرىلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دوڭساقتىكى مۇدۇر - چاقىلار پىشىپ بولۇپ، بىر ھەپتىدىن كېيىنمۇ ئېغىز ئالمىسا، بىمارنىڭ ناھايىتى خەتەر ئىچىدە قالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

دوڭساق مۇدۇر - چاقىسى كۆپىنچە دوڭساق بوينى تەرەپكە ئېغىز ئالىدۇ. بەزىدە باشقا تەرەپلەرگىمۇ ئېغىز ئالىدۇ. بەزىدە مۇدۇر - چاقا قېتىپ قالغان بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا بىماردا سۈيدۈك تۇتۇلۇش، ماغدۇرسىزلىنىش، پاچاقلار تىترەش، ھەتتا سۇلۇق ئىششىق يۇز بېرىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ تۈۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل بولىدۇ.

1. ئىسسىقتىن بولغان دوۋساق يالليۇغى ۋە مۇدۇرچاقنى داۋالاش:

علاج اورام وديلیه مثانه حار

ئىسسىقتىن بولغان دوۋساق يالليۇغىنى داۋالاش ئۇسۇلى بۆرەكنىڭ ئىسسىقتىن بولغان يالليۇغىنى داۋالاشقا ئاساسەن ئوخشاش بولىدۇ. بىراق دوۋساق يالليۇغىدا بۆرەك يالليۇغىغا قارىغاندا كۆچلۈكرەك داۋالاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ.

ھەرقانداق ۋاقىتتا سوغۇق تەبىئەتلىك، قابىز زىمادلارنى ئىشلىتىشكە ھەمدە داۋالاشنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا كۆچلۈك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

ئارپا يارمىسى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بىنەپشە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ھەمدە ئۇنىڭ پىسىللىرى سەل سوۋۇغاندا دوۋساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

موم، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، يەرلىك شوخلا سۈيى، كاسىنە سۈيى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە قىيرۇتى تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

بىرنەچچە كۈندىن كېيىن يۇمشاق ئۇننىڭ نېنىنى، سوقۇلغان كۈنجۈت شىرىسى، بىنەپشە يېغى، بابۇنە يېغىغا مىلاپ، دوۋساق قىسمىغا تېڭىلىدۇ.

تۆگە سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلىگۈلى، بابۇنە، پەمىدۇر، ئىسپىغۇل، رەيھان ئۇرۇقى، ئارپا يارمىسى، زىغىر ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، مەرزەنجۇش، ئىكلىلمىلىك تۆت گرامدىن، رەۋەن ئۇسارىسىدىن ئىككى گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، پەمىدۇر سۈيى، گۈل يېغى، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئاغرىش ئېغىر بولسا ئوسۇك ئۇرۇقى ئىككى گرام، ئەپيۇن 0.4 گرام، زەپەردىن 0.2 گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، بادام يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. ئاغرىق توختىغان ھامان بۇ زىماد ئېلىۋېتىلىدۇ.

دوۋساق قىسمى سۈت بىلەن يۇيۇلىدۇ.

ئەگەر ئىششىق پىشقان بولۇپ، يىرىڭلىق ماددىلار تارقىمىغان بولسا، كېسەللىك يارىغا ئۆزگەرگەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈشكە باشلىغان بولسا، ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىششىقنى ئېغىز ئالدۇرغۇچى، كېسەللىك ماددىسىنى تازىلىغۇچى، يارىنىڭ ئېغىزىنى پۈتتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر بىماردا قىزىش ئەھۋالى بولسا، قىزىتمىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى ئاز مىقداردا

ئىشلىتىش لازىم. ئۇنداق قىلمىغاندا ئىششقىنىڭ قېتىپ قېلىش خەتىرى بار. قىزىش بەك ئېغىر بولمىسا، ئالدى بىلەن ياللۇغ قايتۇرغۇچى، ئىششقىنى يۇمشاتقۇچى دورىلارنىڭ قايىنىتىلمىسىغا يۇڭ ياكى بۇلۇتنى مىلاپ، دوۋساق قىسمىغا قويۇش لازىم.

ئىسپىغۇل لوئابنى ئېشەك سۈتى بىلەن چىقىرىپ، شىپىرىس بىلەن سۈيدۈك يولىدىن كىرگۈزۈلىدۇ.

چامغۇرنى پىشۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

كېسەللىك ساقىيىشقا قاراپ يۇزلەنگەندە زۇپا، قۇندۇز قەھرى، موم قاتارلىق دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

قەردىمانە، سەئىدى كوفى، سۈمبۈل، ھۈماما، ئىزخىر، شۇمشا، زىغىر قاتارلىق دورىلارنىڭ قايىنىتىلمىسىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ئەگەر دوۋساق ياللۇغى ئېغىرلىشىپ يارىغا ئۆزگەرگەن بولسا، بەش گىرام كۆكنار مەتبۇخى سۈمبۈل، ئىزخىر بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولۇپ چىداپ تۇرالمىسا، كۆكنارنى سوقۇپ، زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ ياكى 0.6 گىرام ئەپيۇن، ئاز مىقداردا زەپەرنى سوقۇپ، بىنەپشە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ دوۋساق قىسمىغا سۈۋلىدۇ ياكى بۇ داكا مەقئەت قىسمىغا كىرگۈزۈلىدۇ. (شەيىخ)

ئەگەر بىمار كۆچلۈك بولۇپ، بىرەر چەكلىمە بولمىسا باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ ۋە ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىنەپشە 14 گىرام، كاسىنە ئۇرۇقى ئون گىرام، چىلاندىن ئون دانە ئېلىپ قاينىتىپ، تەرەنجىبىن قوشۇپ، سۈزۈپ، شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خەشخاش شەربىتىگە ئارپا سۈيى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىنەپشە يېغى، دوۋساق ساھەسىگە سۈۋلىدۇ.

بىنەپشە بىلەن پوستى خەشخاشتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا دوۋساق قىسمى يۇيۇلىدۇ.

ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا دوۋساق قىسمى يۇيۇلىدۇ.

بىنەپشە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، يەرلىك شوخلا سۈيى، كاكىنەچ سۈيى، بىنەپشە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا سۈيدۈك تۇتۇلغان بولسا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى 36 گىرامدىن، شېكەردىن 36 گىرام ئېلىپ، قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاق ئۇننىڭ نېنىنى سۈتكە چۆكۈرۈپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر ئىششىق پىشىپ يىرىڭ تولغان بولسا ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىسپىغۇل لوئابى

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

26 گرام، شەربىتى بىنەپشىدىن 36 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بادام مېغىزى، توخۇ گۆشى شورپىسى بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ.

بىنەپشە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، ئىكلىلمىلىك، سېرىقچېچەك، شۇمشا، زىغىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ، ئىلمان بولغاندا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

زىغىر ئۇرۇقى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ھەمشىباھار ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، توخۇ يېغى ياكى ئۆردەك يېغى ۋە ياكى كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ دوڭساق ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. (ئىبنى ئىلياس)

2. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان دوڭساق ياللۇغى ۋە مۇدۇرچاقنى داۋالاش:

علاج اورام ودبيله مشانه بلغمى

قەي قىلدۇرۇش، يەڭگىل كىلىزما قىلىش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

مەرزەنجۇش، بابۇنە، ھەببۇلغار يوپۇرمىقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ، ئىلمان بولغاندا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

مائۇلئۇسۇلغا خىيارشەنبەر شىرىسى، شەربىتى بۇزۇرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر كېچىك تەرەت قىلىش قىيىن بولسا، كەرەپشە ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، رۇببىسۇس، رۇم بەدىيانلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سۇفۇپ تەييارلاپ، سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

3. دوڭساق ياللۇغنىڭ قېتىپ قېلىشنى داۋالاش:

علاج صلابت ورم مثانه

تەرخەمەك ئۇرۇقى، تۇخۇمى ھەلىۋۇن، رۇم بەدىيان، پىرسياۋشان، خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، سۇزۇپ، بادام يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇش ئۇچۇن نوقۇت سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتىش، يۇمشىتىش ئۇچۇن ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، زىغىر، شۇمشا، زاراڭزا ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، ئوغرىتىكەن قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ، ئىلمان بولغاندا دوڭساق قىسمى يۇيۇلىدۇ.

رەڭغىنى غار، رەڭغىنى زەنبەق قاتارلىق دورىلار توخۇ ۋە ئۆردەك تۇخۇمىنى بىلەن دوڭساق قىسمىغا سۇۋىلىدۇ.

بابۇنە، زىغىر، شۇمشا، ئۇشەق، مۇقەل قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، كالا پاچىقىنىڭ

يېلىكى، قۇستە يېغى، زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە دوۋساق قىسمى ئاغرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ئوغرىتىكەن ئالتە گرام، بەدىيان توققۇز گرام، قوغۇن ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، شەربىتى بۇزۇرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىرنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە يەرلىك شوخلا ئالتە گرام، سوقۇلغان تەرخەمەك توققۇز گرام، ئوغرىتىكەن ئالتە گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، 24 گرام شەربىتى بۇزۇرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلىگۈلى، يەرلىك شوخلا، ئوغرىتىكەندىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ سىرىقچېچەك سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

دوۋساق قىسمى ئاغرىش، ھەزىم بۇزۇلۇش، ئىچكى ئەزالار ئاغرىش ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، گۈلقەنتەك تۆت گرام سانا تالقىنى قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بىرىنچى كۈنى ئالتە گرام تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، ئالتە گرام ئوغرىتىكەن شىرىسى، 36 گرام شەربىتى دىنار قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇلۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى يۇقىرىقى نۇسخىغا ئىككى گرام گۈلىيېغى قوشۇلىدۇ.

ئۈچىنچى كۈنى ئۈچ گرام ئاق لەيلىگۈلى لوئابى، ئالتە گرام كاسىنە ئۇرۇقى شىرىسى ھەم مۇڭاپىق قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆتىنچى كۈنى يەرلىك شوخلا، پىرسياۋشاندىن تۆت گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئاق لەيلىگۈلى لوئابى ئۈچ گرام، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى ئالتە گرامدىن، شەربىتى بىنەپشە 24 گرام، ياۋا سېمىزگۈت ئۇرۇقى تۆت گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەشىنچى كۈنى ئاق لەيلىگۈلى لوئابى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، شەربىتى بىنەپشە، ياۋا سېمىزگۈت ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئالتىنچى كۈنى سانا توققۇز گرام، گۈل بىنەپشە ئالتە گرام، ئاق لەيلىگۈلى ئۈچ گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى تۆت گرامدىن، سوقۇلغان تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن ئالتە گرام ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 36 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەتتىنچى كۈنى ئاق لەيلى ئۈچ گرامنى 120 گرام ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، 36 گرام قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قېتىپ قالغان يالۇغ بىر ئاز يۇمشىغان بولسا، سۈزاپ، سەئدى كوفى،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

كۈندۈر، مەستىكى قاتارلىق دورىلارنى بىر گرامدىن ئىلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن بىرىنچى كۈنى ئاق لەيلىگۈلى قاينىتىلمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككىنچى كۈنى يەرلىك شوخلا شىرىسى ئالتە گرام، ئاق لەيلىگۈلى لوئابى ئۈچ گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، شەربىتى بۇزۇرى بارىد 24 گرام، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى بەش گرام قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر دوۋساق يالليۇغى بىلەن تولغاق بىرگە كۆرۈلسە ئاق لەيلى يىلتىزى، سېمىزئوت ئالتە گرامدىن ئىلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرام، بەدىيان شىرىسى تۆت گرام، تاتلىق ئانار شەربىتى 24 گرام قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ھەزىم ئاجىزلىق كۆرۈلسە، يۇقىرىقى قاينىتىلمىغا توققۇز گرام ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، تۆت گرام زىرە شىرىسى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇچىنچى پەسىل دوۋساق يارىسى

قروح مثانه

سەۋەبى:

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دوۋساق يارىسىنىڭ سەۋەبى: دوۋساق تاش كېسەللىكى، غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتى، دوۋساق يالليۇغىنىڭ ئېغىز ئىلىشى، دوۋساق مۇدۇر - چاقىسى كېسەللىكى، غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن ئىبارەت.

ئالامىتى:

دوۋساق ساھەسى، يوتا، زەكەرنىڭ تۈۋى قىسمى ئاغرىش، كىچىك تەرەت ئېچىشىپ كېلىش، سۈيدۈك سېسىق پۇراقلىق كېلىش، كىچىك تەرەتتىن قان ئارىلاش يىرىڭ ۋە بۇغداي كېپەكىگە ئوخشاش پوستلاقلار چىقىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

مائۇلھەسەل، مائۇلئۇسۇل، قۇرسى تاباشىر، قۇرسى كەھرىۋا، قۇرسى كاكىنەچ قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، شەربىتى خەشخاش بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

لاچىندانە، تاباشىر، مەرۋايىت ياكى سەدەپتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، سەرپىستان يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

زەرچىۋا بىلەن ئامىلىدىن تەڭ مىقداردا ئىلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، قۇرس تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئاجىزلاش كۆرۈلگەن بولسا، ئېشەك سۈتى ۋە ئايال كىشىنىڭ سۈتى ئىچكۈزۈلىدۇ. ھەزىم قىلالىسا سۇفۇپى سەرتان يېگۈزۈلىدۇ.

مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈش ئارقىلىق يىرىڭنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، بىخ مارجان، مەرۋايىت، كەھرىۋا، خۇنسياۋشان قاتارلىقلار چۈشكەن سۇفۇپ، قۇرس ۋە مەجۇنلىرى يېگۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا پالەك، چامغۇر، نوقۇت، گۈرۈچ بىلەن قائىدە بويىچە شويلا ئېتىپ بېرىلىدۇ. گۆش يېيىشتىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ.

ئۆچكە سۈتىدە شىيافى ئەبىيەزنى ئېرىتىپ، سۈيدۈك يولى ئارقىلىق تەسىر قىلدۇرۇلىدۇ.

ئاق لەيلىگۈلى، ئوغرىتىكەن، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، ئامىلە ئالتە گرامدىن، ئاق كەتمەندىن تۆت گرام ئېلىپ ئاخشىمى سۇغا چىلاپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۇزۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەش دانە چىلان شىرىسى، ئالتە گرام ئوسۇك ئۇرۇقى شىرىسى، تۆت گرام زىرە شىرىسى، ئۈچ گرام بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئۈچ گرام ئاق لەيلىگۈلى لوئابى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

خېمىر سەندەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سالاجىت، تاباشىر، لاچىندانە، پوستى تۇخۇمى خەشخەش بىر گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى تالقانلاپ، ئىسپىغۇل لوئابى ئالتە گرام، ئوغرىتىكەن شىرىسى ئالتە گرام، بەدىيان شىرىسى تۆت گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى يەتتە گرام، قەنت 18 گرام قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر كىچىك تەرەت قىلىش قىينىلىشىش بولسا بانادۇق بۇزۇرى يېگۈزۈلىدۇ.

تاش ئۈپىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئېشەك سۈتى ياكى ئايالنىڭ سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇمىيا، جەدۋاردىن 2.0 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بىنەپشە يېغى ياكى بادام يېغى ۋە قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن ئېرىتىپ، شىپىرىس ئارقىلىق سۈيدۈك يولىدىن يارىغا يەتكۈزۈلىدۇ.

مۇمىيا بىر گرام، خۇنسياۋشان، يۇيۇلغان شادىنەچ، نىشاستە، كەرەپشە ئۇرۇقى ئىككى گرامدىن، ئەرەب يېلىمى ئۈچ گرام، كاكىنەچتىن يەتتە گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇرمەككى، زەپەر ئىككى گرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، تۇخۇمى خىيارىن، سېمىزگۈت ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، بەدىيان ئۈچ گرامدىن، كۆكنار ئون گرام، چىلغوزا مېغىزى 18 گرام، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى، نىشاستە،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئاچچىق بادام مېغىزىدىن 36 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، مۇسەللەس بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەنزىرۇت، خۇنسياۋشان، كۈندۇر، ئەپيون، ئۇپا، نىشاستە، ئەرەب يېلىمى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن ئېرىتىپ، شىپىرىس بىلەن سۈيدۈك يولى ئارقىلىق يارىغا تەسىر قىلدۇرۇلىدۇ.

بانادۇق بۇزۇرى، ھەببى مۇمىيا، شەربىتى كاكىنەچ، قۇرسى تېيىن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر دوۋساق يارىسى بىلەن قىزىتما بىرگە بولمىسا، شەربىتى خەشخاش بىلەن قۇرسى كاكىنەچ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر قىزىتما بىرگە بولسا، شەربىتى خەشخاش بىلەن قۇرسى خەشخاش ئىچكۈزۈلىدۇ. (ساھىب كامىل)

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

دوۋساق يارىسى كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن يىرىڭنى تازىلاش ئۈچۈن بىر قىسىم سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن تەييارلانغان مائۇلھەسەلنى قاينىق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈش، ئەگەر يىرىڭ بەك كۆپ كېلىۋاتقان بولسا، ئەنجۇر دەرىخىنىڭ كۈلى ياكى بەللۈتنىڭ كۈلىنى سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ، بىر كېچە تۇرغۇزغاندىن كېيىن سۈزۈلدۈرۈپ سۈيدۈك يولىغا تېمىتىلىدۇ.

ئەگەر دوۋساق قىسمىدا ئېچىشىش كۆپ بولسا، ئايال كىشىنىڭ سۈتى ياكى ئېشەك سۈتى ۋە ياكى ئۆچكە سۈتىگە گۈل يېغى ۋە قەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەر كۈنى ئەتىگەن قۇرسى خەشخاش، قۇرسى كاكىنەچنى شەربىتى خەشخاش ۋە سۈت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىبنى ئىلياس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ھەر كۈنى ئەتىگەندە شەربىتى بىنەپشە ياكى شەربىتى خەشخاش بىلەن قۇرسى خەشخاش ياكى قۇرسى كاكىنەچ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر يىرىڭ بەك كۆپ بولسا، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قەۋزىيەتلىك بىرگە بولسا پەمىدۇر، ھەببى نىل 18 گرامدىن، قۇرۇق بىنەپشىدىن 14 گرام ئېلىپ قاينىتىپ، 36 گرام تەرەنجىبىن، 48 گرام خىيارشەنبەر قوشۇپ سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۆتىنچى پەسىل دوۋساق تەمرەتكىسى

جرب مثانہ

سەۋەبى:

دوۋساق تەمرەتكىسى بولسا، ئۆتكۈر سەپرا خىلىتىنىڭ سەپرا خىلىتىغا، بەلغەم

خىلتىنىڭ سەپرا خىلتىغا قوشۇلۇشىدىن، غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىنىڭ تەسىرى قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

كېچىك تەرەت قىلغاندا ئېچىشىش، كېچىك تەرەت سېسىق پۇراقلىق كېلىش، دوۋساق، جىنسىي ئەزانىڭ تۈۋى، يوتا قىسمى قىچىشىش بىلەن بىرگە ئاغرىش، بىمار ھەرۋاقىت جىنسىي ئەزاسىنى قاشلاپ ياكى سىيلاپ تۇرۇش، كېچىك تەرەتتە پوتلىسىمان چۆكمىلەر پەيدا بولۇش، سۈيدۈك رەڭگى ئاپېلسىن رەڭگىدە بولۇش، بەدەن كۈندىن - كۈنگە ئاجىزلاش، بەزىدە چوڭ تەرەت قىلغاندا مەقئەت چىقىۋېلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

دوۋساق تەمرەتكىسى كېسەللىكىدە سۈيدۈك يولىدىن قان كېلىش ناھايىتى خەتەرلىك ھېسابلىنىدۇ.

داۋالاش:

مائۇل ھەسەل ئىچكۈزۈلگەندىن كېيىن، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا تالقانلىرى بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇمغاقسۇتنىڭ نېپىز يوپۇرمىقىنى ئاخشىمى سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ شىرىسى بىلەن قۇرسى بانادۇق ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەشىنچى پەسىل دوۋساقتا قان ئۇيۇپ قېلىش

جمود خون در مثانه

تونۇش:

دوۋساقتا قان ئۇيۇپ قېلىش غەيرىي تەبئىي خىلتىلارنىڭ مىقدارى جەھەتتىن ئېشىپ كېتىش، بۆرەك، جىگەر خىزمىتى ياخشى بولماسلىق، يەرلىك ئورۇنغا سىرتقى زەربە تېگىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا سۈيدۈك قان ئارىلاش كېلىش، چىرايى سارغىيىش، ماغدۇرسىزلىنىش، پۇت - قول سوۋۇش، بەدەن ئاجىزلاش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

غەيرىي تەبئىي خىلتىلارنىڭ مىقدار جەھەتتىن ئېشىپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. يەنە بىرى، جىگەر، بۆرەك ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ ۋە يەنە ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، ئېغىر يۇك كۆتۈرۈش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

سۈيدۈك قان ئارىلاش كېلىش، چىرايى سارغىيىش، ماغدۇرسىزلىنىش، بەزىدە ھوشسىزلىنىش، پۇت - قول سوۋۇش، سوغۇق تەرلەش، نەپەس ۋە تومۇر ھەرىكىتى ئاجىزلاش، كۆڭۈل ئاينىش، ئىختىيارسىز تىترەش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

داۋالاش:

سىركەنجىۋىل ئەنسىلگە ئەنجۇر دەرىخىنىڭ كۆلىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەرەنجاسىپ، كەرەپشە ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، سۇزاپ ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلار-دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ، سىركەنجىۋىل ئەنسىلى بىلەن ئىچكۈزۈ-لىدۇ ۋە سىركەنجىۋىل تەپ ياكى ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىستىپايەج، زاراڭزا ئۇرۇقى، پەنەرمايە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئې-لىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئىكلىلمىلىك، ھاشا، ئىزخىر، ئەنجىدان، بابۇنە، پىننە، سۇزاپ قاتارلىق دورىلار-دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ، ئىلمان بولغاندا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. دوۋساق قىسمى يۇيۇلىدۇ. پىسەپلىرى دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

بابۇنە يېغى، تۇرۇپ يېغى، سىرىنقىچىچەك يېغى قاتارلىق دورىلار دوۋساق قىسمىغا سۇۋىلىدۇ.

سىرىنقىچىچەك ئۇرۇقى، قوموش يىلتىزى، ئاقلەيلى ئۇرۇقى، كاكىنەچ، قوغۇن ئۇرۇقى، زاراڭزا ئۇرۇقى، بابۇنە گۈلى، ئىكلىلمىلىك، بىنەپشە، رەۋەن چىنى، بەزرۇل-بەنجى 36 گرامدىن، گەز مازەج، مىشكى تارامىشكى، چىگىت مېغىزى، ئانار يوپۇرمىقى، قانتىپەر 84 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ، ئىلمان بولغاندا يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىرنىڭ ئۇنۇمى بولمىسا، قەردمانە، ھەببى بىلسان، ئۇد بىلسان، ئۇبھەل، زىراۋەندە قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، نوقۇت سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە تاش پارچىلىغۇچى دورىلار يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ تەدبىرنىڭمۇ ئۇنۇمى بولمىسا، ئوپېراتسىيە قىلىنىدۇ.

زەمچىنى بىر كېچە - كۈندۈز سىركىگە چىلاپ قويۇپ، سۇزۇپ، سۇيىگە شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

پوستى بىخ كەبىر، ھەببى بىلسان، قەردمانە، زىراۋەندە، مۇدەھرەج، ئۇبھەل، ئوردان، كەرەپشە ئۇرۇقى، ياۋا سەۋزە ئۇرقى بىر ھەسسىدىن، ئۇشەق، ھىڭدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ مائۇلئۇسۇل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئالتىنچى پەسىل دوۋساق بىر تەرەپكە سىلجىش ۋە بوشىشىپ كېتىشى

خلع واسترخاء مثانه

تونۇش:

دوۋساق بىر تەرەپكە سىلجىش ۋە بوشىشىپ كېتىشى بولسا زىيادە ھۆللۈك، قويۇق يەل، سىرتقى زەربە تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدىغان، كلىنىكىدا كىچىك تەرەت قىلىش

قىينىلىشىش، سۈيدۈك تامچىلاش ياكى سۈيدۈك ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى:

زىيادە ھۆللۈكنىڭ تەسىرىدىن، قويۇق يەلنىڭ تەسىرىدىن، يەرلىك ئورۇنغا سىرتقى زەربە تېگىش سەۋەبىدىن، مېڭە قان تومۇر كېسەللىكى تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

كىچىك تەرەت قىلىش قىينىلىشىش، سۈيدۈك تامچىلاش، دوۋساق ئۇستۈنكى قىسمىدا چىڭقىلىش بولۇش ياكى سۈيدۈك ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش

دوۋساق بىر تەرەپكە سلجىش ۋە ئىستىرخا يەلنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تەرياق تۇرىدىكى دورىلار يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر دوۋساق بىر تەرەپكە سلجىش ۋە ئىستىرخا سىرتقى زەربىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، دوۋساقنى ئورنىغا ئەكېلىپ، قىزىتقۇچى، قۇرۇتقۇچى دورىلار بىلەن تېڭىپ قويۇلىدۇ.

ئەگەر دوۋساق بىر تەرەپكە سلجىش ۋە ئىستىرخا غەيرىي تەبىئىي خىلىت سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ خىلىتقا قارىتا تازىلاش ۋە تەڭشەش ئېلىپ بېرىش بىلەن بىرگە ھۆل سوغۇق تەبىئەتتىكى يېمەك - ئىچمەكلەردىن قەتئىي پەرھىز قىلدۇرۇش ھەم پالەچ كېسەللىكىنى داۋالاش قىسمىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

يەتتىنچى پەسىل دوۋساق ئاغرىقى

دورمىتانە

سەۋەبى:

دوۋساق ئاغرىقى دوۋساق مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، دوۋساق تاش كېسەللىكى، دوۋساق يارا كېسەللىكى، دوۋساق تەمرەتكە كېسەللىكى، دوۋساق ياللۇغى، دوۋساقتا يەل يىغىلىشى، دوۋساق ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىش، دوۋساقتا قان ئۇيۇپ قېلىش، بوھران سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر دوۋساق ئاغرىقىنىڭ بوھران كۆرۈلۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۈيدۈك ماڭغان بولسا، بۇ كېسەللىك بوھراندىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دوۋساق ئاغرىقى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن دوۋساق كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ شۇ كېسەللىكتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب تورى بىكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بىكى تورى

ئەگەر بىمارىدا يۇقىرىقى ئەھۋاللار بولماستىن، كىچىك تەرەت ئېچىشىپ كېلىش، ئۇسسۇلۇق كۆپ بولۇش، سۈيدۈك رەڭگى سېرىق بولۇش، دوۋساق ئاغرىقى يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى زىيادە ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرنى يېيىش ياكى ئىسسىق تەبىئەتلىك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ دوۋساق مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك رەڭگى ئاق بولۇش، ئۇسسۇلۇق كۆپ بولماسلىق، دوۋساق قىسمى بېسىلىپ ئاغرىغاندەك سېزىم بولۇش، ئاغرىق يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى زىيادە سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەكلىك ۋە دورىلارنى ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولۇش، سوغۇق ھاۋادا ئۇزۇن ۋاقىت يۈرۈش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ دوۋساق مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

دوۋساق ئاغرىقى بوھران خاراكتېرلىك بولسا، مۇناسىۋەتلىك سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئەگەر دوۋساق كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇندىن باشقا بۇ كېسەللىكنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل بولىدۇ.

1. ئىسسىقلىق تەسىرىدىن كېلىپ چىققان دوۋساق ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج درد مثانه حار

سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، مېغىزى، كاسنە ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسى شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى خەشخاش بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق سەندەل، فۇپەل، ئارپا يارمىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، پەمىدۇر سۈيى، كاسنە سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ. بۇنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە، تۇخۇم سېرىقى، باقلە يارمىسى، ئاقاقىيا قوشۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

بىنەپشە يېغى، قاپاق يېغى، دوۋساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ ياكى شىپىرىس ئارقىلىق سۈيدۈك يولىدىن دوۋساققا تەسىر قىلدۇرۇلىدۇ.

بىنەپشە، نېلۇپەر، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، پەمىدۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، ئىلمان بولغاندا يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا پالەك ئېشى، تۇخۇمنىڭ سېرىقى، ئانار سۈيى، توخۇ گۆشى ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

2. سوغۇقلۇق تەسىردىن كېلىپ چىققان دوۋساق ئاغرىقىنى داۋالاش:

علاج درد مثانه بارد

بىخ بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، پىننە، رۇم بەدىيان، سەۋزە ئۇرۇقى، سۇزاپ قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ، شەربىتى دىنار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇزاپ، بەرەنجاسىپ، سېرىقچېچەك، پىننە، قۇندۇز قەھرى، ھاك قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

بابۇنە، قەيسۇم، بىنەپشە، ئىكلىلمىلىك، مەرزەنجۇش قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، ئىلمان بولغاندا يۇيۇندۇرۇلىدۇ.

ئىترىفىل سەغىر، تەرياقى كەبىر، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، ئەنجۇر يېگۈزۈلىدۇ.

سەۋسەن يېغى، مەغەزگۈل يېغى، پەرپىيۇن قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ. ئىلمان سۇ بىلەن يۇيۇلىدۇ.

زىراۋەندى مۇددەھرەج، توغرىغۇ ۋە زىرىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

سەككىزىنچى پەسىل دوۋساققا يەل پەيدا بولۇش

ريح المثانه

تونۇش:

دوۋساققا يەل پەيدا بولۇش كېسەللىكىنى «دوۋساق كۆپۈشۈش» دەپمۇ ئاتايدۇ. بۇ كېسەللىكتە يەل بىر ئورۇندا تۇرماستىن ئۇياق - بۇياققا يۆتكىلىپ تۇرىدۇ.

سەۋەبى:

① يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىك ۋە مېۋىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ. ② دوۋساق قىسمىغا سۈيۇقلۇقنىڭ كۆپلەپ يىغىلۇپلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ③ دوۋساق مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ④ ھەزىم ئاجىزلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

دوۋساق قىسمى چىڭقىلىش، كۆپۈشۈش، تارتىشىش، ئاغرىش، كىچىك تەرەت قىلىش قىيىنلىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

تەكشۈرۈش:

دوۋساق قىسمىدىكى چىڭقىلىش ۋە كۆپۈشۈش ئۇياق - بۇياققا يۆتكىلىۋاتقان بولسا،

يەرلىك ئورۇندا ئېغىرلىق بولمىسا، كورکىراش بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىك ۋە مېۋىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دوۋساق قىسمىدا تارتىشىش بىلەن ئېغىرلىق كۆپ بولۇپ، كۆپۈشۈش يۆتكەلمەي تۇرسا، بۇ كېسەللىكنىڭ زىيادە هۆللۈكنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر دوۋساق قىسمىدا كۆپۈشۈش، ئاغرىش سېزىمى بولۇش، سۈيدۈك مىقدارى كۆپ بولۇش بىلەن بوۋاسىرنىڭ ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك بوۋاسىردىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، قارا زىرە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇلارنىڭ شىرنىسىنى ئەرقى بەدىيان بىلەن چىقىرىپ، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قوغۇن ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن ئالتە گرامدىن، بەدىيان، قىزىلگۈلدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى 120 گرام ئەرقى بەدىيان بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، 36 گرام شەربىتى دىنار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تولغاق ۋە بوۋاسىر بىرگە كەلگەن بولسا، ئاق لەيلىگۈلى ئۈچ گرام، جۇۋىنە، بەدىياندىن تۆت گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 24 گرام شەربىتى بىنەپشە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

توققۇز گرام جاۋارىش ئۇد شېرىن، 120 گرام ئەرقى شوخلا بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇغداي كېپىكى بىلەن تۇزدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق قىسمىغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

زەپەر يېغى دوۋساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

قوغۇن شاپىقىنى قۇرۇتۇپ تالقانلاپ، قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

تەرياق تۇرىدىكى دورىلار، سەنجىرىنا، مەسرىدىتوس، ئەنجۇر يېگۈزۈلىدۇ.

توققۇزىنچى پەسىل دوۋساق ئاجىزلىقى

ضعف مثانہ

سەۋەبى:

① دوۋساق مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ②

دوۋساق ياللۇغىنىڭ قاتتىقلىشىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ③ دوۋساق ئىستىرخاسى كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ④ دوۋساق ئورنىنىڭ قوزغىلىپ قېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

كېسەللىك سەۋەبىنى يوقىتىش، يەنى دوۋساق ئاجىزلىقى قايسى كېسەللىك سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ كېسەللىكنى داۋالاش قىسمىدا سۆزلەنگەن تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئوننىنچى پەسىل سۈيدۇك ئېچىشىپ كېلىش
حرقت البول

1) غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
2) جىنسىي مۇناسىۋەتنى كۆپ قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
3) ئىسسىق تەبىئەتتىكى يېمەك ـ ئىچمەك، چاي دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئۇزۇن مۇددەت ئىسسىقتا ھەرىكەت قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
4) زەكەر، بۆرەك، دوۋساق يارىسى، بۆرەك، دوۋساق ياللۇغى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

سۈيدۇك ناھايىتى رەڭلىك بولۇش، سۈيدۇك قىزىق ۋە كۆيۈشۈپ كېلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلۈش، كېسەللىك يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىك ۋە دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش تارىخى بولۇش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىك زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۇك بىلەن قان، يىرىڭ، تېرىسىمان ئاجرالما ماددىلار بىرگە كەلسە، بۇ كېسەللىك بۆرەك، دوۋساق ياكى زەكەر يارىسىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر بىمارىدا قۇرۇقلۇق ئېشىپ كېتىش، بۆرەك ۋە دوۋساق ياللۇغىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

ئىسپىغۇل لوئابىنى سوغۇق تەبىئەتلىك ئەرەقلەر بىلەن چىقىرىپ، شەربىتى بىنەپشە، بانادۇق بۇزۇرى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرۇق يۇمغاقسۇت، نېلۇپەر، ئاق سەندەل، ئاقلانغان ئامىلە قاتارلىق دورىلارنى

بىر كېچە سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ، شەربىتى نېلۇپەر بىلەن ئىچكۈزۈ-لىدۇ.

مەتبۇخى مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

شىيافى ئەبىيەز كاپۇرىنى ئۆچكە سۈتى، ئېشەك سۈتى ياكى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن ئېرىتىپ، شپىرىس بىلەن سۈيدۈك يولىغا تەسىر قىلدۇرۇلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا ئارپا سۈيى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، بادام يېغى، قاپاق، ئارپا ئېشى، سېمىز توخۇنىڭ شورپىسى بېرىلىدۇ.

ئارپا، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، خەشخاش، سېمىزئوت قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، قاينىتىپ، سۈ-زۈپ، شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق سەندەل، سېرىق سەندەل، قىزىل سەندەل 1.2 گرامدىن، كاسىنە ئۇرۇقى، كاپۇر 0.5 گرامدىن، قەنتتىن 24 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

18 گرام سەنگى جاراھەت، ئىككى گرام گىل ئەرمىنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈرۈچ سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوغرىتىكەن شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرامدىن، زىرە شىرىسى تۆت گرام، گۈلقەنتتىن 24 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ تەدبىرنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە، نۇسخىدىكى قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسىنىڭ ئورنىغا سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئالماشتۇرۇپ، ئەرقى شاھتەررە قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى بىلەن تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىدە ئېرىتىپ، شپىرىس بىلەن سۈيدۈك يولىغا تەسىر قىلدۇرۇلە-دۇ.

قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 108 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كۆكنار 36 گرامدىن، نىشاستە، كەتىرا، رۇببىسۇس ئون گرامدىن، بەزرۇلبەنجى يەتتە گرام، قەنتنى ھەممە دورىلار بىلەن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ سۇغۇپ تەييارلاپ، بىر كۈندە ئىككى قېتىم شەربىتى خەشخاش بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. (ئەبۇ سەھلى)

نىشاستە بىلەن خەشخاش ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بىنەپشە، ئىسپىغۇل لوئابى، بادام مېغىزى شىرىسى، ئارپا سۈيى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاخشىمى ياتار ۋاقتىدا يەتتە گرام ئىسپىغۇل ئانار شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى لوئابىغا گۈل يېغى ياكى بادام يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇسسۇلۇ-قى ئۇچۇن تاۋۇز سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، ئوسۇك ئۇرۇقى، كۆكنار 18 گرامدىن، ئەرەب يېلىمى، خۇنسياۋشان، بادام مېغىزى، كەتىرا، رۇببىسۇس ئون گرامدىن، ئەپيۇن بەش گرام، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن يەتتە گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ. (خۇجەندى)

ئون بىرىنچى پەسىل سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۇيدۇك تۇتۇلۇش

عسر البول واحتباس البول

تونۇش:

ھەر خىل سەۋەبلەردىن سۇيدۇكنىڭ نورمال ئاجرىلىپ چىقىرىش ئىقتىدارى توسقۇن-لۇققا ئۇچراش بىلەن كلىنىكىدا سىيىش قىيىنلىشىش، سۇيدۇك مىقدارى ئازلاش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبئىي ئۆزگىرىشى، بۆرەك، دوۋساق، سۇيدۇك يولى، ئۇرۇق-دان، بالىياتقۇ، كىندىك، مەقئەت، ئۇچەي كېسەللىكلىرى، ھىستېرىيە، ھامىلدارلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى:

دەسلەپتە ئارقا - ئارقىدىن سۇيدۇك قىستايدۇ. ئاندىن سۇيدۇك توختاپ - توختاپ، ئاستا ۋە ئىنچىكە كېلىپ، بارا - بارا سۇيدۇك توختاپ قالىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر بىمار دا سۇلۇق ئىششىق ئەھۋالى بولۇپ، سۇيدۇك رەڭگى گۆش يۇغان سۇدەك بولۇش ئالامىتى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ بۆرەك ۋە جىگەر ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىمار دا سۇيدۇك تۇتۇلۇشتىن ئىلگىرى بۆرەك دوۋساق، سۇيدۇك يولى كېسەل-لىكلىرى بىلەن ئاغرىغان تارىخى بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلى-قىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئۇچەي ياللۇغى، ئۇچەي توسۇلۇش، ئۇچەيدە يەل توختاپ قېلىش كېسەللىكلە-رى بىلەن ئاغرىشتىن سۇيدۇك تۇتۇلۇش كېلىپ چىققان بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب توپلىغۇچى www.uyghurkitap.com

ئەگەر سۈيدۈك تۈتۈلۈشتىن ئىلگىرى بالىياتقۇ ياللۇغى، بالىياتقۇ ئېگىلىپ قېلىش، بالىياتقۇ چىقىپ قېلىش، مەقئەت ئىششىقى، تولغاق، بوۋاسىر، مەقئەت يېرىلىش، كىندىك ئىششىقى، ئېغىزمان ئاستى قىسمى ئىششىپ قېلىش، ئومۇرتقا ئېگىلىپ قېلىش، ئۇرۇقدان كۆتۈرۈلۈپ قېلىش، ئېغىزمان ياكى ئومۇرتقىغا زەربە تېگىش قاتارلىقلارنىڭ بىر ياكى بىرقانچىسى بىلەن ئاغرىش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ شۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئەھۋاللارنىڭ بىرەرسى كۆرۈلمىسە، ئەمما سۈيدۈك ئېچىشىش، دوۋساقنى باسقاندا سۈيدۈك چىقىش ۋە ئاغرىشتىن كېيىن ئارام بېرىش، سۈيدۈك كەلگەندە- مۇ قان ئارىلاش ياكى تېرىسىمان ئاجرالمىلار بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، سۈيدۈك تۈتۈلۈشنىڭ زەكەر ياكى دوۋساق ياريسىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك رەڭگى ئاق بولۇش، سۈيدۈك بەك قويۇق ياكى بەك سۇيۇق بولۇش، سېيىش قىينىلىشىش، كېسەللىك يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى زىيادە سوغۇق مۇھىتنىڭ تەسىرىگە ئۇچراش ياكى سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەكلىكنى ئىستېمال قىلىش تارىخى بولۇش ئەھۋالى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ زىيادە سوغۇقلۇق تەسىرىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر كىچىك تەرەت قىلغاندا ئېچىشىش، سۈيدۈكتە كۆيۈشۈش بولۇش، سۈيدۈك ناھايىتى رەڭلىك بولۇش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ ئىسسىقلىق تەسىرىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىماردا غەلىز، شىرنىلىك تاماقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، بەك راھەتپە- رەسلىكتە تۇرمۇش كەچۈرۈش تارىخى بولۇش، دوۋساق قىسمىدا ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، سۈيدۈك خام سۇيۇقلۇق ھالىتىدە چىقىش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىك سۈيدۈك يولىغا قويۇق چاپلاشقاق خىلتىنىڭ يېپىشىپ قالغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك تۈتۈلۈشتىن ئىلگىرى زىيادە ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش تارىخى بولۇش، سۈيدۈك رەڭگى قىزىل بولۇش، سۈيدۈك يولى ئېچە- شىش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىك دوۋساققا قويۇق ئۆتكۈر خىلتىنىڭ قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئۇزۇن ئۇخلاش ياكى بىر ئىش بىلەن بولۇپ كېتىپ سۈيدۈكنى قىستاش سەۋەبىدىن سۈيدۈك تۈتۈلۈش كېلىپ چىققان بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ دوۋساق تارتىشىپ قېلىش ياكى ئۆز خىزمىتىنىڭ نورمال بولالماسلىقتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سېيىش قىينىلىشىش ۋە تۈتۈلۈش بولۇپ تۇرۇپ، سۈيدۈكنىڭ ئېچىشىپ كېلىش ياكى غىدىقلىنىش ئەھۋالى بولمىسا ياكى سەزمىسە، بۇ كېسەللىك دوۋساق ئاجىز- لىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر ئوڭدا ياتقاندا سۈيدۈك چىڭقىلىش ئارقىلىق ئاسان چىقىپ كېتىش ئەھۋالى بولسا، دوۋساقنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى

بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈكنىڭ چىقىشى كۆچلۈك بولمىسا، بىمار ساغلام ۋاقىتتىكىدەك ئىختىيارسىز سىيگەندەك ھېس قىلمۇاتقان بولسا ۋە ئۇنى توختىتىشقا قادىر بولالمىسا، دوۋساقنى بېسىش ئارقىلىق ئاستا - ئاستا سۈيدۈك چىققان بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر دوۋساق قىسمىنى باسقاندا ئازراق سۈيدۈك چىقسا، دوۋساق قىسمىدا ئېغرىق ۋە تارتىشىپ قېلىش سېزىمى مەلۇم بولسا، تومۇر ھەرىكىتى توشۇپ سالسا، سۈيدۈك قويۇق بولۇپ، بەلغەم خىلىتىنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ تارتىشىپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى سەۋەبلەرمۇ مەۋجۇت بولمىسا، سىيىش قىيىنلىشىش سۈيدۈك ئەزالىرى يارىسىنى ساقايتقاندىن كېيىن پەيدا بولغان بولسا، بۇ كېسەللىك سۈيدۈك يولىدا ئارتۇق گۆشنىڭ بارلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۇرىدۇ. بۇنداق ھالەتتە بىر پەلكۇچىنى سۈيدۈك يولىغا كىرگۈزگەندە گۆش بارلىقى سېزىلسە، ئۆسكەن گۆشنىڭ زەكەر كانالچىسىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر پەلكۇچنى كىرگۈزگەندە بىر نەرسە بارلىقى سېزىلمىسە، ھېچقانداق داۋانى ئاسانلىقچە قوبۇل قىلمىسا، ئۆسكەن گۆشنىڭ زەكەر كانالچىسىنىڭ ئۇستىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر ئېغىزماندا ئاغرىش ۋە ئېغىرلىق بولۇش، سۈيدۈك تۇتۇلۇش ئەھۋالى بولسا، بۇ ئۆسمە گۆشنىڭ بۆرەك ۋە دوۋساق ياكى جىگەر بىلەن بۆرەك ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىلاردا ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

ئەگەر دوۋساق قىسمىدا قاتتىق ئاغرىش، ئېغىر دەرىجىدە تارتىشىش ئەھۋالى بولسا، بۇ ئۆسمە گۆشنىڭ دوۋساقنىڭ ئاستى قىسمىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ.

داۋالاش:

سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇش كېسەللىكنىڭ سەۋەبىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاشمۇ تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە تۈرگە بۆلۈپ داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

1. دوۋساق مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول از برودت مثانه

پىستە يېغى، قۇستە يېغى، ئىپار، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇننى ئېرىتىپ، دوۋساق ساھەسىگە سۈرتىلىدۇ ۋە سۈيدۈك يولىغا تېمىتىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

سەۋسەن يىلتىزى، ئىكلىلمىلىك، شۇڭاخ، سېرىقچېچەك قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدە دوۋساقنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچى ئاجىزلىغان بولسا، دارچىن، سۇمبۇل، سەئدى كوفى، سەلىخە، قەلەمپۇر، جوز، بەسباسە، زەرنەبتىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 48 گرام شەربىتى مائۇلئۇسۇل بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تەرياقى كەبىر ۋە بالادۇر ئەسلى تېمىتىلغان ھالۋا يېگۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ئازراقى، مەجۇنى پەلاسپە يېگۈزۈلىدۇ.

زىرە يېغى، رەۋغىنى راھەت قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ ياكى سۈيدۈك يولىغا تېمىتىلىدۇ.

زىرىنى قورۇپ دەريا قۇمىغا ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا قويۇلىدۇ.

بىرنەچچە قېتىم قەي قىلدۇرۇلىدۇ، ئىسسىق بۇلاقلاردا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ھەسەللىك گۈلقەنت ۋە ئىترىفىل سەغرى يېگۈزۈلىدۇ.

رەۋغىنى نەرگىس، رەۋغىنى بان قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا كەپتەر، توخۇ گۆشلىرى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

سامساق، پىننە، سۈزاپ، كۈدە، زىرە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ، زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

2. دوۋساق مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىينىلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش:

علاج عسر البول واحتباس البول از حرارت مثانہ

ئىسپىغۇل لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، شەربىتى بىنەپشە، نىلۇپەر يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا سۈيى، پالەك، قاپاق، بادام مېغىزى شىرىلىرى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىنەپشە يېغى، قاپاق يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق قىسمى ياغلىنىدۇ.

قۇرسى خەشخاش، بانادۇق بۇزۇرى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شەربىتى بىنەپشە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

كاسنە سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

قاپاق سۈيىگە سىركەنجۈبىل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

3. دوۋساق ياللۇغدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول ازورم مثانه

دوۋساق ياللۇغىنى داۋالاش لازىم. سۇنى كۆپ ئىچمەسلىك، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى يېمەك - ئىچمەك، دورا - دەرمەكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن چەكلەش، مۇمكىن بولسا ئىككى كۈنگىچە ھېچقانداق يېمەكلىك ۋە ئىچىملىك بەرمەسلىك لازىم.

بابۇنە، سېرىقچېچەك، ئاق لەيلى يىلتىزى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا دوۋساق قىسمى يۇيۇلىدۇ.

ئوغرىتىكەن يېغى بىلەن بابۇنە يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق قىسمى ياغلىنىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى، پىياز ۋە كۈدىلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، ئىلمان بولغاندا دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ. (ئىبنىسىنا)

4. قان ۋە يىرىڭنىڭ ئۈيۈپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول ازانجماد خون وريم در مثانه

دوۋساقتا ئۈيۈپ قالغان قان ۋە يىرىڭنى تازىلاش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن دوۋساقتا قان يىغىلىپ قېلىش كېسەللىكى بايانىدىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

تاش پارچىلىغۇچى دورىلارنى سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچكۈزۈش ياكى سىركەنجۇبىل ئەنسىلنى ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق. (مەسىھى)

سىركەنجۇبىل شەربىتى ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق (جەرجانى).

5. قويۇق يەلدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول ريحى

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا دوۋساققا يەل يىغىلىش كېسەللىكىنى داۋالىغانغا ئوخشاش تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

مائۇلئۇسۇلغا بىدەنجىر يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىلسان يېغى، سۇمبۇل يېغى، يەسمەن يېغى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ ياكى سۈيدۈك يولىنىڭ تۆشۈكىگە تېمىتىلىدۇ. قۇندۇز قەھرىنى سۈزاپ سۈيى بىلەن ئېرىتىپ ياكى ئىپارنى بىلسان يېغى بىلەن ئېرىتىپ، سۈيدۈك يولىغا تېمىتىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

6. ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇشتىن كېلىپ چىققان سىيىش قىينىلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول از ضربه یا سقطه

بىمارنىڭ بەدىنى كۆچلۈك بولۇپ، بىرەر چەكلىمە بولمىسا، باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

دوۋساق قىسمىغا گۆل يېغى سۈرتىلىدۇ.

ئاق لەيلىگۈلى ئۈچ گرام، قىزىلگۈل، ئاقلەيلى ئۇرۇقى تۆت گرامدىن، ئوغرىتىكەن ئالتە گرام، يەرلىك شوخلا تۆت گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، گۈلقەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يۇيۇلغان لوك، مەستىكى رۇمىدىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

نامازشامگۈل يوپۇرمىقى ئۈچ گرام، سۇمبۇل تىپ، ماش ئۇنى تۆت گرامدىن، قىزىلگۈل، ئوغرىتىكەندىن ئىككى گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغى، تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

7. سۈيدۈكنى ئۇزاق ۋاقىت چىڭقاش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىينىلىشىنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول از حبس بول قصدا

زىغىر، شۇمشا، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورىلارنىڭ قاينىتىلىمىسى بىلەن دوۋساق قىسمى يۇيۇلىدۇ.

دوۋساق قىسمىنى قول بىلەن بېسىپ ئاستى تەرەپكە سىيرىلىدۇ.

گۈل يېغى ۋە بىلسان يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق قىسمى ياغلىنىدۇ.

8. شىلىمشىق سۈيۇقلۇق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىينىلىشىنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول از رطوبت لزج

رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، شەربىتى بۇزۇرى هار قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى يۇقىرىقى قاينىتىلما بىلەن ئومۇمىي بەدەن يۇيۇلىدۇ.

مەرزەنجۇش، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، سېرىقچېچەك، شۇمشا، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاد-راسمان قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

سېرىقچېچەك يېغى، چايان يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دوۋساق قىسمى ياغلە-

نىدۇ ياكى سۈيدۈك يولىغا تېمىتىلىدۇ.

شىلىمشىق ماددىلارنى تازىلاش ئۈچۈن سانا، خىيارشەنبەر شىرىلىرى، رەۋەن چىنى تالقىنى، شەربىتى دىنار قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شۇمشا، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، گۈل بىنەپشە، چامغۇر، پىياز، باقلە يارمىسى، نوقۇت يارمىسى، ئەدەس يەتتە گرامدىن، كۆك ئۈزۈم توققۇز گرام، ياۋا كەپتەر تاشلىقى 12 گرام قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

بانادۇق بۇزۇرى يېگۈزۈلىدۇ. (ئىبنىسىنا) لوئوقى ئەنسىل يېگۈزۈلىدۇ. (ئىسما-ئىل)

9. ئۆسمە گۆش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول از رویدن گوشت

ئەگەر ئۆسمە گۆش زەكەر كانالچىسىدا بولسا، كاتېتىر ئارقىلىق سۈيدۈك چىقىرىلىدۇ.

ئەگەر ئۆسمە گۆش دوۋساق بىلەن بۆرەك ئوتتۇرىسىدىكى كانالچىدا بولسا، بابۇنە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بىنەپشە، پىرسياۋشان، زىغىر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا بەلنىڭ ئاستى قىسمى يۇيۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن شۇمشا يارمىسى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، بىنەپشە، بابۇنە، ئىكلىلىمىلىك قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ ئوغرىتىكەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىدىن جىگەر ساھەسىگىچە سۈۋلىدۇ.

10. دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشى ياكى يىغىلىپ قېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول از استرخاء یا تشنج مثانه

دوۋساق مۇسكۇللىرى بوشىشىپ كەتكەنلىكتىن بولسا، مەسىرىدىتوس، مەجۇنى بالادۇر يېگۈزۈلىدۇ. ناردىن يېغى، قۇستە يېغى، سۈزاپ يېغى، بىدەنجىر يېغى، سەۋسەن يېغى قاتارلىق دورىلارغا قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋساق قىسمىغا سۈۋلىدۇ.

دوۋساق مۇسكۇللىرى يىغىلىپ قېلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، تەشەننوج كېسەللىكى بايانىدىكى تەدبىرلەر بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب تور بېكىتى www.uyghurkitap.com

11. دوۋساقنىڭ ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشى ۋە دوۋساققا تاش چۈشۈشتىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىيىنلىشىشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول از خلع وحصات ورمل مثانه

بۇ كېسەللىكنى دوۋساق بىر تەرەپكە سىلجىش ۋە ئىستىرخا، بۆرەك ۋە دوۋساققا قۇم ۋە تاش پەيدا بولۇش بايانىدىكى تەدبىرلەرنى قوللىنىش ئارقىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

12. دوۋساققا ئۆتكۈر خىلىتلارنىڭ قۇيۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىيىنلىشىشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول از اخلاط حاده در مثانه

ئىسپىغۇل بىلەن بېھى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى خەشخاش، چىلان شەربىتى، قاپاق يېغى، بادام يېغى، بىنەپشە يېغى، ئارپا سۈيى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىسپىغۇل لوئابىدا ئەرەب يېلىمىنى ئېرىتىپ، سۈيدۈك يولىنىڭ تۆشۈكىگە تېمىتىلىدۇ.

شىيافى ئەبىيەزنى ئايال كىشىنىڭ سۈتىدە ئېرىتىپ، بادام يېغى ياكى قاپاق يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، سۈيدۈك يولىغا تېمىتىلىدۇ.

مەجۇنى راھەت يېگۈزۈلىدۇ. ئاغرىق كۆپ بولسا، ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى قوشۇلغان دورىلار يېگۈزۈلىدۇ. ئىسپىغۇل لوئابىدا ئەرەب يېلىمىنى ئېرىتىپ، سۈيدۈك يولىغا تېمىتىلىدۇ. (سەرھەندى)

سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىيىنلىشىش كېسەللىكى يۇقىرىقى سەۋەبلەردىن باشقا ئۇچەي كېسەللىكلىرى، بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى، كىندىك كېسەللىكلىرى، بوۋاسىر، مەقئەت كېسەللىكلىرى، ئومۇرتقا ئېگىلىپ قېلىش ياكى ئومۇرتقىغا زەربە تېگىش، ئېغىز-مان ئىششىپ قېلىش، ئۇرۇقدان يوغىناش، زەكەر كانالچىسىنىڭ يارىسى قاتارلىق كېسەللىكلەر سەۋەبىدىنمۇ كېلىپ چىقىدىغان بولغاچقا، بۇ سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىيىنلىشىش كېسەللىكىنى داۋالاشتا سەۋەبچى كېسەللىك قايسى بولسا شۇ كېسەللىكنى داۋالاش بايانىدا ئوتتۇرىغا قويۇلغان داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

13. باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سىيىش قىيىنلىشىشنى داۋالاش:

علاج عسرالبول واحتباس البول از اسباب دیگر

سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۈيدۈك تۇتۇلۇش كېسەللىكى ئۈچۈن تۆۋەندىكى ئاددىي تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ:

ئىككى گرام ھەجرۇلىيەھۇدنى يۇمشاق سوقۇپ، قاپاق سۇيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق لەيلى يىلتىزى بىلەن ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شاراب بىلەن قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىخ مارجان، تەرخەمەك ئۇرۇقى ياكى قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

پىننە قاينىتىلمىسى شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھۆل چامغۇر يىلتىزىنى ئۇششاق توغراپ، قۇرۇتۇپ، تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

بىلسان يېغى شىپىرىس بىلەن سۇيدۇك يولىغا ماڭغۇزۇلىدۇ ياكى ئىچكۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان ئەنسىل تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

مۇمىيانى سەۋسەن يېغىدا ئېرىتىپ، سۇيدۇك يولىغا تېمىتىلىدۇ.

سېمىزگۈت ئۇرۇقى ياكى نېلۇپەر يوپۇرمىقى تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ. سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۇيدۇك توتۇلۇش ئۇچۇن بانادۇق بۇزۇرى يېگۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق. (ئىبنى سىنا)

سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۇيدۇك توتۇلۇش ئۇچۇن داۋاملىق دورا سۇيىدە يۇيۇندۇرۇش، دوۋساق قىسمىنى ياغلاش لازىم، چۇچۇمەل، قابىز يېمەكلىك ۋە دورىلاردىن ساقلىنىش لازىم. (مەسىھى)

مەجۇنى ئەنسىل يالغۇز ياكى سىركەنجۇبىل بۇزۇرى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. (قەرشى)

بىمار مۇنچىدا ياكى قىزىق سۇ كۆلچىكىدە ئۇزاقراق ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. (خۇجەندى)

كېيىنكى تېۋىپلار سىيىش قىيىنلىشىش ۋە سۇيدۇك توتۇلۇش كېسەللىكىگە قارىتا تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

رەۋەن چىنىنى چالا سوقۇپ، ئەرقى بەدىيان بىلەن قىزىتىپ، دوۋساق، جىنسىي ئەزا، ئۇرۇقدان ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

جەدۋار تالقىنى تەرخەمەك شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇندۇز قەھرىنى چايان يېغىدا ئېرىتىپ، جىنسىي ئەزانىڭ تۆشۈكىگە تېمىتىلىدۇ.

250 گرام كالا سۈتى، 48 گرام سېرىقماي، 72 گرام قىزىل شېكەر بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئارپا سۇيى بىلەن شېكەر قومۇشى سۇيى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

تۇرۇپ سۇيى ياكى چامغۇر سۇيىگە قىزىل شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

يەرلىك شوخلا، ئاق لەيلىگۈلى، گۈل بىنەپشە، پىرسياۋشان، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، بابۇنە، ئوغرىتىكەن 24 گرامدىن، بىنەپشە، ئىكلىلمىلىك، ئاقلەيلى ئۇرۇقى، سېرىقچەچەك ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى 12 گرامدىن، بۇغداي كېپىكى 48 گرام، گىل پىلاستىن

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

48 گرام ئېلىپ، ئون كىلوگرام سۇدا قاينىتىپ، 1/3ى قالغاندا سۈزۈپ، ئىلمان بولغاندا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

بىر قىسىم تېۋىپلار بۇ كېسەللىككە قارىتا تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللانغان:

بۇغداي چوڭلۇقىدا كاپۇر يېگۈزۈلىدۇ.

شورە قەلىمىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئازراق سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ دوۋساق قىسمىغا قويۇلىدۇ.

بەش گرام شورە قەلىمىنى يۇمشاق سوقۇپ، تەڭ مىقداردىكى شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

شورە قەلىمىنى سۇ بىلەن ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەكىم ئەلى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بىر كۈنى پادىشاھ ئەكبەر سۈيدۈك تۇتۇلۇش كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغانىدى، سۈيدۈك ھېچقانداق تەدبىر ئارقىلىق راۋانلاشمىغانىدى. ئاخىرىدا مىسىرلىق بىر تېۋىپ پادىشاھقا 36 گرام شورە قەلىمىنى سۇدا ئېرىتىپ ئىچكۈزگەنىدى ۋە ئىككى سائەتتىن كېيىن يەنە 24 گرام ئىچكۈزگەنىدى. بۇنىڭ بىلەن سۈيدۈك راۋانلىشىپ، بىمار ساقىيىپ كەتتى.

ھەكىم ئەلى بۇ كېسەللىك ئۈچۈن تۆۋەندىكىدەك تەدبىرنى قوللانغان:

تولۇق پىشىپ، سېسىپ يېگىلى بولمايدىغان ھالەتكە كېلىپ قالغان ئامۇتنى قول بىلەن مىجىپ سۈيىنى چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇغا بىدەنجىر يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

رەۋەن چىنى، شورە قەلىمى، زەمچە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇغا چىلاپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كاسنە ئۇرۇقى، بەدىيان، كاۋاۋچىن، قوغۇن ئۇرۇقى، خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئون ئىككىنچى پەسىل سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش

علاج تقطير البول

تونۇش:

سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش بولسا بىماردا بىئارامچىلىق بولۇش، سېسىپ بولغاندىن كېيىنمۇ سۈيدۈك قىستىغاندەك سېزىم بولۇش، بىر - ئىككى قېتىم سۈيدۈك تامچىلاپلا توختاپ قالىدىغان، بىمارنى ئازابلايدىغان سۈيدۈك ئاجرىتىش سىستېما كېسەللىكلىرىدىن

ئىبارەت.

خۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سۈيدۈك تامچىلاش كېسەللىكى سۈيدۈك تۇتۇلۇش ۋە سۈيدۈك تۇتالماسلىق بىلەن ئوخشاپ كېتىدۇ. ئۇلارنىڭ پەرقى تۆۋەندىكىچە:

سۈيدۈك تۇتۇلۇش: بۇنىڭدا سۈيدۈك ناھايىتى تەسلىك بىلەن كېلىدۇ. سۈيدۈك ئىختىيارسىز چىقىپ كەتمەيدۇ.

سۈيدۈك تۇتالماسلىق: بۇنىڭدا سۈيدۈك ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىدۇ.

سەۋەبى:

ئىسسىق تەبىئەتتىكى يېمەك - ئىچمەكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، قالايمىقان جىنسىي مۇناسىۋەت ئۆتكۈزۈش، دوۋساق ئاجىزلىقى، سوغۇق تەبىئەتتىكى يېمەك - ئىچمەكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئاياللار كېسەللىكى، پالەچ سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

بۇ كېسەللىكنى داۋالاش ئۇسۇللىرى ئۇنىڭ سەۋەبلىرىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل بولىدۇ.

1. ئىسسىقتىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش:

علاج تقطير البول حار

خەشخاش ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئوسۇك ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، قۇرسى ماسكە لېۋل بارىد بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاباشىر، قۇرۇق يۇمغاقسوت، ھۆممۇز ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، سەندەل، ئانارگۈلى، ئەرەب يېلىمى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئوسۇك سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قۇرس تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

كاكىنەچ، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقىدىن تۆت گرامدىن ئېلىپ شىرىسىنى 120 گرام ئەرقى شاھتەررە بىلەن چىقىرىپ، 48 گرام شەربىتى بۈزۈرى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

2. سوغۇقتىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش:

علاج تقطير البول بارد

بەلغەم خىلىتىنىڭ قەي قىلدۇرغۇچى دورىلىرى ئارقىلىق بىرنەچچە قېتىم قەي قىلدۇ-

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

رولىدۇ.

بەلغەم خىلتىنىڭ سۇرگىسى ياكى چوڭ نۇسخىلىق ئايارەجلەر ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

مەجۇنى ئەنتاكى، قۇرسى ماسكەلبوّل هار، ئىترىفىل كەبىر يېگۈزۈلىدۇ.

3. دوڭساق ئاجىزلىقىدىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش:

علاج تقطير البول از ضعف مثانه

مەجۇنى كۈندۇر، مەجۇنى رەشىدى، مەجۇنى ئەنتاكى يېگۈزۈلىدۇ.

كۈندۇر، بەللۇت، سەئدى كوفى، خولىنجان، دارچىن، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، هەببى رىشات قاتارلىق دورىلاردىن ئون گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، هەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئون گرام ئىترىفىل سەغىر ئىككى گرام سەنجىرىنا بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

4. پالەچ سەۋەبىدىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش:

علاج تقطير البول از فالج

شەيخ (ئىبنىسىنا) بۇ هەقتە تۆۋەندىكى داۋالاش تەدبىرلىرىنى ئوتتۇرىغا قويغان:

تەرياقى كەبىر، مەسرىدىتوس، ئايارەج جالىنوس، ئىترىفىل كەبىر، جاۋارىش كۈندۇر، ئىترىفىل سەغىر قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئىترىفىل كەبىر بىلەن سەنجىرىنادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئىترىفىل كەبىر، نامازشامگۈل ئۇرۇقى تالقىنى، بەللۇت تالقىنى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

قورۇلغان هېلىلە كابىلى بىر هەسسە، قىزىل بەهمەن يېرىم هەسسە، قۇرۇق پىننە، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، سۈندۈرۇس، مۇرمەككى، كۈندۇر، سەئدى كۇفى، بەسباسە 1/3 هەسسىدىن، قەلەمپۇر يېرىم هەسسە، راسەن، هەببۇلمۇلۇكتىن ئىككى هەسسىدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئامىلە مۇرابباسىنىڭ قىيامى بىلەن مەجۇن تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

قارا هېلىلە، هېلىلە كابىلى 18 گرامدىن، ئىپار ئىككى گرام، مۇرمەككى، قۇندۇز قەهرى بەش گرامدىن، كەهرىۋا، سەئدى كۇفى توققۇز گرامدىن، كۈندۇر، هەببۇلمۇلۇك 36 گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، هەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى ئىككى گرامدىن، قۇندۇز قەهرى، سۇزاپ ئۇرۇقىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ، هەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ، ئالتۇن ۋاراقلا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

مۇمىيانى رەۋغىنى زەنبەق بىلەن ئېرىتىپ، جىنسىي ئەزانىڭ تۆشۈكىگە تېمىتىلىدۇ.

5. دوۋساققا ياكى سۈيدۈك يولىغا ئۆتكۈر خىلتلارنىڭ تەسىر قىلىشىدىن بولغان سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشنى داۋالاش:

علاج تقطير البول از اخلاط حاده در مثانه

ھەر كۈنى ئەتىگەندە سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

كەرەپشە ئۇرۇقى، كۈندۈر ئۇچ گرامدىن، ئۇرۇقلۇق قۇرۇق ئۈزۈم 72 گرام، بەللۈتتىن ئون گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ، بىر كۈندە ئىككى قېتىم گۈلە چوڭلۇقىدا يېگۈزۈلىدۇ. (خۇجەندى)

ئەسكەرتىش: سۈيدۈك تامچىلاش كېسەللىكىدە چوقۇم سەۋەبچى ئامىلىنى يوقىتىش ئىنتايىن مۇھىمدۇر.

ئون ئۇچىنچى پەسىل سۈيدۈك تۇتالماسلىق

سلس البول

تونۇش:

سۈيدۈك تۇتالماسلىق بولسا، سۈيدۈكنىڭ ئىختىيارسىز ھالدا چىقىپ كېتىشىنى كۆرسىتىدۇ.

سەۋەبى:

① دوۋساق مىزاجىنىڭ سوۋۇپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ② دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ③ ئارتۇق ھۆللۈكنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ④ سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑤ سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان ھاراقنى كۆپ ئىچىشتىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑥ قوغۇن، ھۆل مېۋە - چېۋىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑦دوۋساق مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑧ دوۋساق ئۇدۇلىدىكى ئومۇرتقىلارنىڭ سىرتقى زەربىگە ئۇچرىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑨ ھامىلدارلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑩ قۇلۇنجى كېسەللىكى ياكى ئىستېتىسقا كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑪ بوھران سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑫ جىنسىي مۇناسىۋەتتىن كېيىنلا كىچىك تەرەت قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑬ دوۋساق ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑭ بالىياتقۇ ياكى كىندىك كېسەللىكى

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بىرىكى لىنىسى

سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

سۈيدۈك تۇتالماسلىق كېسەللىكى يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئومۇرتقا قوزغىلىش كېسەللىكى، دوۋساق ئۆز ئورنىدىن قوزغىلىش، ئۇچەي قۇلۇنجى كېسەللىكى، ئىستىسقا كېسەللىكى، بالىياتقۇ، كىندىك كېسەللىكلىرى، ھامىلدارلىق قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسىنىڭ تەسىرىگە ئۇچراش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىك شۇ سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك بوھران كۈنلىرى يۈز بەرسە، بۇ كېسەللىك بوھران سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ئاق بولۇش، سۈيدۈكتە ئېچىشىش بولماسلىق، ئۇسۇلۇق كۆپ بولماسلىق، سۈيدۈك ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىش ھەمدە سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ باشقا ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىك دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ سوۋۇپ كېتىش، بوشىشىپ كېتىش ۋە ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ئاپېلسىن رەڭلىك بولۇش، سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش، ئۇسۇلۇق كۆپ بولۇش، كېسەللىك يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى زىيادە ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك ـ ئىچمەك، دورىلارنى ئىستېمال قىلىش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىك دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ ھارارىتىنىڭ يۇقىرىلاپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر سۈيدۈك تۇتالماسلىق كېسەللىكى زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، كۈندۈر، مەستىكى بىر گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، گۈلقەنت ياكى ئىترىفىل سەغىر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

خولىنجان، قۇسته، جوز، جۇپتى بەللۇت، ئانارگۈلى، نامازشامگۈلى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى بەللۇت، مەجۇنى گۈلنار، مەجۇنى پەلاسپە يېگۈزۈلىدۇ.

ئىپار، قۇندۇز قەھرىنى بابۇنە يېغى، مەغىزگۈلى يېغى بىلەن ئېرىتىپ، دوۋساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

ئىترىفىل سەغىر، ئىترىفىل كەبىر قاتارلىقلار يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئارقىمۇئارقا سۈيدۈك تامچىلاش زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تاباشىر، ئانارگۈلى، گىل ئەرمىنى، سېمىزگۈت ئۇرۇقى، ئوسۇك ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەرقى گۈل بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھېلىلە پوستى، ئامىلە، ئانارگۈلى، بەللۇت، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ

مىقداردا ئىلىپ سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، قەنت قىيامى بىلەن مەجۇن تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئەينۈلا، سۈماق، تەمرى ھىندى، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى شۇمۇشكە بۇيرۇلىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك تۇتالماسلىق، ئومۇرتقىلارنىڭ يۇرۇشۇپ كېتىشى، دوۋساق تارىمۇشلىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا مۇناسىۋەتلىك تەدبىرلەرنى قوللىنىپ ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ. ئەگەر ئارقىمۇئارقا سۈيدۈك تامچىلاش بالىياتقۇ، كىندىك، دوۋساق، ھامىلدارلىق، ئىستىسقا كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر سۈيدۈك تۇتالماسلىق بوھران خاراكتېرلىك بولسا، سۈيدۈكنى توختاتماسلىق، بەلكى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار ئارقىلىق تەبىئەتكە يارەدەم بېرىلىدۇ.

جۇپتى بەللۈتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، تالقانلاپ بېرىلىدۇ.

ناردىن بىلەن قوغۇن شاپىقىدىن ئون گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

مارجان، رەۋەن چىنى، ئېگىر، ئاسارۇن، ئۇستقۇددۇس، خولىنجان قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

سۇماقنى يۇمشاق سوقۇپ، پاقىيوپۇرمىقى ئۇسارىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، زەكەرنىڭ تۇۋىگە، ئەۋرەت ئەتراپىغا، كىندىك قىسمىغا سۈۋىلىدۇ.

مۇمىيانى رەۋغىنى زەنبەقتە ئېرىتىپ، سۈيدۈك يولىغا تامچىلىتىلىدۇ.

دارچىننى يۇمشاق سوقۇپ، قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ھەر كۈنى ئاخشىمى ياتار ۋاقتىدا تۆت گرام كۈندۇر تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

شاھى بەللۈت، مەستىكى، سەئدى كوفى، قارا ھېلىلە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قەنت ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

كۈنجۈت، جۇۋىنە، زەنجىۋىل قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قەنت قوشۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

مەستىكى، جۇپتى بەللۈت، خەشخاش ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، خولىنجاندىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، 15 گرام قەنت قوشۇپ، ئەرقى شوخلا بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى بەللۈت، سۇفۇپى ماسكەلبۆل، لوبۇبى كەبىر، مەجۇنى ماسكەلبۆل ھار قاتارلىق دورىلار ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، قىزىلگۈل، گىل ئەرمىنى 18 گرامدىن، تاباشىر، ئوسۇڭ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى 42 گرامدىن، ئانارگۈلى ئۈچ گرام، كاپۇر ئىككى گرام، ئەرەب يېلىمىدىن

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئۈچ گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، چۈچۈمەل ئانار سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك زىيادە سوغۇقلۇق تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئېگىر، سەئىدى كوفى، رەۋەن چىنى، بەللۇت مېغىزى يەتتە گرامدىن، مۇرمەككىدىن ئىككى گرامدىن تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ. (شەيخ)

ئون تۆتىنچى پەسىل سىيىپ يېتىش

بول فی الفراش

تونۇش:

سىيىپ يېتىش كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا كۆرۈلىدىغان، ئۇخلىغان ۋاقىتتا سۈيدۈك-نىڭ ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى:

① دوڭساق مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ② زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ③ زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ④ بەدەندە ھۆللۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

سەئىدى كوفى، كۈندۈر، خولىنجان، جۈپتى بەللۇت، ھەببۈلئاس، ئانارگۈلى قاتار-لىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئىپار ۋە قۇندۇز قەھرىنى سەۋسەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ دوڭساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ.

جوزنى سوقۇپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ ۋە مەجۇنى پەلاسىپە، مەجۇنى ماسكەلبۆل ھار يېگۈزۈلىدۇ.

بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولغۇچىلار ئاخشىمى يېمەك - ئىچمەك ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، ئەگەر كىچىك بالىلاردا يۇز بەرسە، بەك ئىنچىكىلەپ داۋالاشنىڭ ھاجىتى يوق. چۈنكى بالىلار چوڭىيىپ، نېرۋىلار خىزمىتىنىڭ مۇكەممەللىشى، ھارارەتنىڭ يۇقىرىلىشىغا ئەگىشىپ بۇ كېسەللىك تەدرىجىي ساقىيىپ كېتىدۇ.

ئۆچكىنىڭ بۆرىكى پىشۇرۇپ سۈمبۈل ھىندى تالقىنى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

بەسباسىنى نامازشامگۈلى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ دوڭساق قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ.

توشقان گۆشىنى ئۆچكە يېغى بىلەن قورۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئاق ۋە قىزىل بەھمەن تالقانلىرى شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

توخۇ تاشلىقى پوستىنى تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

قارا هېلىله، هېلىله كابىلى، بەلىله، رەۋەن چىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ. (شەيخ)

جۈجەندى بۇ كېسەللىككە قارىتا تۆۋەندىكى تەدبىرنى قوللانغان:

ئەگەر بۇ كېسەللىك زىيادە ئىسسىقلىق تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قىزىلگۈل، تاباشىر، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى 18 گرامدىن، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، جۈپتى بەللۇت، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، ئانارگۈلى، گىل ئەرمىنى، ئەرەب يېلىمى يەتتە گرامدىن، كاپۇردىن ئىككى گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئاچچىق ئانار سۈيى ياكى سېمىزئوت ئۇرۇقى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قۇرس تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا، هەر كۈنى ئاخشىمى تاماقتىن ئىلگىرى رەيهان شارابى ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى هىڭ، زەپەر تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ. بەللۇت، مۇرمەككى، كۈندۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ. رەۋغىنى ناردىن دوۋساق قىسمىغا سۈرتىلىدۇ. ياتار ۋاقتىدا دارچىن بىلەن قەنتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئون بەشىنچى پەسىل كۆپ سىيىش

كثرت البول

تونۇش:

كۆپ سىيىش هەر خىل سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان، كۈندىلىك سۈيىدۇك مىقدارى نورمالدىن كۆپ بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى:

① قەنت سىيىش كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ② زىيادە ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ③ بۆرەك ياكى دوۋساق يارىسى كېسەللىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ④ زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ⑤ دوۋساق ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

كۆپ سىيىش كېسەللىكىنى داۋالاشتا كېسەللىك سەۋەبىنى يوقىتىش ئۈچۈن مۇناسىۋەتلىك ئورۇنلاردا سۆزلەنگەن داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

تۆۋەندە سوغۇقلۇق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان كۆپ سىيىشنى داۋالاش تەدبىرلىرى ئوتتۇرىغا قويۇلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىنى ئوبدان قاينىتىلغان سۈت بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە مۇرمەككى تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

سەئدى كوفى، كۈندۈر، خولىنجان، خۇپسىلھەددە، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ تالقانلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

جاڭارىش ماسكەلىبۆل، جاڭارىش كۈندۈر، سۇفۇپى ماسكەلىبۆل، مەجۇنى بەللۇت، مەجۇنى خۇپسىلھەددە، مەجۇنى قۇستە، مەجۇنى لوبۇبى كەبىر، جاڭارىش زەرئۇنى، جاڭارىش جالىنۇس قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئون ئالتىنچى پەسىل سۈيدۈك ئازىيىش

قلت البول

سەۋەبى:

ئاز سىيىشنىڭ سەۋەبىنى ئىنىنسىنا تۆۋەندىكىدەك بەش تۈرلۈككە يىغىنچاقلىغان:

1) سۇنى ئاز ئىچىش، 2) كۆپ تەرلەش، 3) ئىچ سۇرۇشنىڭ كۆپ بولۇشى، 4) بۆرەك ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن بۆرەك جىگەردىن سۇنى سۈمۈرەلمەسلىك، 5) جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن سۈيۇقلۇقنى قاندىن ئايرىپ، بۆرەككە يوللاپ بېرەلمەسلىكتىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋالاش:

ئاز سىيىش قايسى سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئىسسىق تەبىئەتتىكى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار كۆپرەك ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

چۈچۈمەل يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن، كۆپ جىنسىي مۇناسىۋەت قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئون يەتتىنچى پەسىل سۈيدۈكتىن قان كېلىش

بول الدم

تونۇش:

قانلىق سىيىش بولسا، سۈيدۈك يولى ئارقىلىق ساپ قان كېلىشتىن ئىبارەت.

سۈيدۈك يولى ئارقىلىق كەلگەن قان ساپ ھالەتتە ياكى يىرىڭ ئارىلاش ۋە ياكى گۆش

يۇغان سۆزدەك بولىدۇ.

سەۋەبى:

جۈرجانى سۆيدۈكتىن قان كېلىشىنىڭ سەۋەبىنى تۆۋەندىكىچە ئوتتۇرىغا قويغان:

1. ئومۇمىي بەدەن ۋە بۆرەك تومۇرلىرىدا قانىنىڭ توشۇپ قېلىشىدىن تومۇرلاردا يېرىلىش كېلىپ چىقىپ، سۆيدۈك يولىدىن قان كېلىدۇ.

2. سامسىق، قارىمۇچ، پەرپىيۇن، قۇندۇز قەھرى قاتارلىق ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

3. بىرەر ئېغىر نەرسە كۆتۈرۈش، بۆرەك ساھەسىگە سىرتقى زەربە تېگىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

4. جىنسىي مۇناسىۋەتنى كۆپ قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

5. ھۆللۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

6. بۆرەككە يەلنىڭ كۆپلەپ يىغىلىۋېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

7. بويۇن قاتمىسىنىڭ ئاغرىقى سەۋەبىدىن ياكى دوۋساق مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇق-لىتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر قان سۆيدۈك بىلەن ئارىلاش چىققان بولۇش ياكى سۆيدۈك يولىدىن ساپ قان كۆپ چىقىش ئالامىتى بىلەن بىرگە، بەدەنده قان خىلىتىنىڭ ئېشىپ كېتىشىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ قان خىلىتىنىڭ كۆپلۈكىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان ساپ ۋە سۈزۈك بولۇپ، ئاغرىقسىز چىققان بولسا، بۇ كېسەللىك تومۇرلارنىڭ ئۇزۇلگەنلىكى ياكى يېرىلغانلىقىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان ئاز - ئازدىن كەلسە، بۇ تومۇرلار ئېغىزىنىڭ ئېچىلىپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر بىرلا ۋاقىتتا كۆپ مىقدارda قان كېلىش بىلەن بىرگە، بۆرەك قىسمىغا زەربە تەگكەنلىك تارىخى بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ بۆرەك تومۇرلىرىنىڭ يېرىلىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان قارىغا مايىل بولۇش، سېسىق پۇراقلىق بولۇش، قان بىلەن يېرىڭ ۋە پوستلاقسىمان ماددىلار چىقىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ بۆرەك ياكى دوۋساق يارىسىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان ئاز - ئازدىن چىقسا، يوتا قىسمىدا ئاغرىش بولسا، بۇ سۆيدۈك كانالچىسى-نىڭ كېسەللىك ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان قىزىلراق بولۇپ، ئېچىشىپ كەلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ زىيادە ئىسسىقلىق-

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

تىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان بىرلا ۋاقىتتا كۆپ مىقداردا چىقىش ئەھۋالى بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ ئۇرۇلۇش ياكى جىنسىي مۇناسىۋەتنىڭ كۆپ بولۇشىدىن كېلىپ چىقىدىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان ئاز - ئازدىن كېلىپ، بەدەندە سۈيۇقلۇقنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى بىرگە كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ زىيادە ھۆللۈكنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان ئاز - ئازدىن كېلىش، قانىنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولۇش، دوۋساق قىسمى كۆپۈشۈش، بۆرەك ساھەسى يۆتكىلىپ ئاغرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ كېسەللىكنىڭ بۆرەككە يەل يىغىلىپ قېلىشتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر قان سۈيۇق ھالەتتە كېلىپ، ئورۇقلاشتىن كېيىن يۇز بەرگەن بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ ئاجىزلىقى، قان سۈيۇلۇپ كېتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى سەۋەبلەر مەۋجۇت بولماستىن، قان تۈيۇقسىز چىققان بولسا، بۇ كېسەللىك بوھراندىن كېلىپ چىققان بولىدۇ.

داۋالاش:

گىل ئەرمىنى، خۇنسياۋشان، سەنگى جاراھەت، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى، يۇيۇلغان شادىنەچتىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن خەشخاش شىرىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئالتە گرامدىن، كاكىنەچ شىرىسى تۆت گرام، شەربىتى ئەنجىباھار، شەربىتى ھەبىۋلئاس 24 گرامدىن، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقىدىن بەش گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەنجىباھار يىلتىزىنى پاقىيوپۇرمىقى ئەرقىگە چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، پاقىيوپۇرمىقى تالقىنى سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى بۆلۈددەم مۇناسىۋەتلىك شەربەتلەر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

چىلان شەربىتىگە نوقۇئى كەشنىز قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، خەشخاش ئۇرۇقى شىرىسى، شەربىتى ئەنجىباھار، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يېگۈزۈلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر قابىز، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى كاكىنەچ قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئېكەكلەنگەن ئاق سەندەلنى ئاخشىمى سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەكىم ئەلى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قان سىيىش، سىيگەندە ئېچىشىش، سۈيدۈك يىرىڭ ئارىلاش كېلىش ئەھۋاللىرى كونىراپ قالغان بولسا، كىندىك ئاستىغا زۇلۇك قويۇش، ساپسن تومۇردىن قان ئېلىش لازىم.

ئەگەر قان سىيىش كېسەللىكى يارا سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش لازىم.

ئەگەر جىنسىي مۇناسىۋەتنى كۆپ قىلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، قابىز تۇرىدىكى دورىلار بىلەن مېڭىنى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلارنى بىرگە ئىشلىتىش لازىم. يەنى تاباشىر، خۇنسياۋشان، كەھرىۋا، بىخ مارجان، مەرۋايىت قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ، ئامىلە مۇرابباسى، ئالما مۇرابباسى، نامازشامگۈل ئۇرۇقى شىربىسى، ئەنجىباھار شىربىسى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى شىربىسى، خەشخاش ئۇرۇقى شىربىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قان سىيىش كېسەللىكى ئۇرۇلۇش ۋە يىقىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا قۇرسى بۆلۈدەم مۇناسىۋەتلىك شەربەتلەر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇرۇلۇش ـ يىقىلىش بايانىدا قوللىنىلغان زىماد ۋە سۈۋالمىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەنجىباھار يىلتىزى پوستى، زەمچە، كەتىرا قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەنجىباھار قىيامى، ھەببى كاكىنەچ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئانار گۈلى تالقىنى يېگۈزۈلىدۇ.

سەككىز گرام رەۋەن چىننى تالقانلاپ، قاينىق سۇ بىلەن كۈمىلاچ تەييارلاپ يېگۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن 24 گرام قەنتنى سۇدا ئېرىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ تەدبىر ئۇچ كۈنگىچە ئارقىمۇئارقا قوللىنىلىدۇ.

بامبۇك نوتىسى شىربىسى ۋە ئامىلەنىڭ شىربىسىنى چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قان سىيىش كېسەللىكى جىنسىي مۇناسىۋەتنى كۆپ قىلىش ياكى يەللىك بوۋاسىر تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا ھەمدە بىمارنىڭ مىزاجى قۇرۇق ئىسسىق بولسا، ئالدى بىلەن باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى تاباشىر قابىز ئۇچ گرام، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى ئاناردىن 12 گرامدىن ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاخىرىدا سېمىزئوت ئۇرۇقى شىربىسى، خەشخاش شىربىسى توققۇز گرامدىن، زىرىق شىربىسى تۆت گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى شىربىسى يەتتە گرام، نىلۇپەر شەربىتى 48 گرام، ئىسپىغۇل كېپىكىدىن توققۇز گرام ئېلىپ، بىرلەشتۈرۈلۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا پاقلان، چۇجە گۆشلىرى، كاللا ـ پاچاق شورپىلىرىنى غوراب سۈيى بىلەن چۇچۇمەللەشتۈرۈپ تونۇرغا ياققان نان بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلار بىلەن تەمىنلەش

تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. جىنسىي مۇناسىۋەتنى كۆپ قىلىش، زىيادە ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئەگەر قان سىيىش كېسەللىكى ياشانغانلاردا قىش پەسلىدە يۈز بەرسە، يەرلىك شوخلا شىرىسى، خەشخاش شىرىسى تۆت گرامدىن، خېمىر سەندىلدىن 12 گرام بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى ئۈنىڭغا قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى قوشۇلىدۇ. ئۈچىنچى كۈنى تابا-شىر، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا تالقانلىرىدىن بىر گرامدىن قوشۇلىدۇ. تۆتىنچى كۈنى كاكىنەچ شىرىسى قوشۇلىدۇ. بەشىنچى كۈنى چىلغوزا مېغىزى شىرىسى قوشۇلىدۇ. ئالتىنچى كۈنى ئاق بەھمەن شىرىسى، بانادۇق بۇزۇرى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاخىرىدا كاكىنەچ، يەرلىك شوخلا، ئاق بەھمەنلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شىرىسىنى چىقىرىپ، ئىترىفىل كەشىنىز بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىخ مارجان، كەھرىۋا، تاباشىر، نامازشامگۈل ئۇرۇقى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، بەز-رۇلبەنجى، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا ئۈچ گرامدىن، خەشخاش ئۇرۇقى بەش گرام، قەنتتىن 36 گرام ئېلىپ تالقانلاپ، ئەرقى ئوسۇك ياكى ئۆچكە سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى شادىنەچ، قۇرسى كەھرىۋا، قۇرسى تىيىن، مەجۇنى كاكىنەچ ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەبۇ ئەلى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئوغرىتىكەن، قەنتەرىيون، خەشخەش ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

خەرنوب، سۇماق، ئانار پوستى، رەۋەن چىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، غورا سۇيى ياكى قىزىلگۈل سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىزمان ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ.

مۇرمەككى، موزا، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، دوۋساق، بۆرەك ساھەسىگە زىماد قىلىنىدۇ. قۇرسى گۈلنار خۇنسياۋشان تالقىنى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ، ئۈندىن باشقا قان تۆكۈرۈش كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلگەن دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

جۇرجانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قان سىيىش كېسەللىكىدە بىرەر چەكلىمە بولمىسا باسلىق تومۇردىن قان ئېلىنىدۇ. قويۇق يېمەكلىك ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىدۇ. سۇفۇپى كاكىنەچ، شەربىتى ھەبىۋلئاس ياكى شەربىتى غورا ۋە ياكى شەربىتى رىباس بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. كۈندۈر، ئاقاقىيا، بەللۈت قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، سۇ بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. ئۇسارەلىھەيەتىتۇسىنى ئېرىتىپ، جىنسىي ئەزا

كاپۇر، ئەرقى گۈل، ئەرقى سەندەل سىركە قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئازراقتىن ئۆيگە چېچىپ تۇرۇلىدۇ. بىمارنىڭ ئەتراپىغا ئاپىلسىن يوپۇرمىقى، رەيھان ئۇرۇقى، پىننە، يۇمغاقسۇت، ئوسۇڭ يوپۇرمىقى، بىدىمىشكى، نىلۇپەر، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلار قۇيۇلىدۇ ۋە ياتقان ئورۇنغىمۇ تاشلاپ قويۇلىدۇ. ئۇنىڭ ئۈستىدىن ئەرقى گۈل ۋە ئەرقى بىدىمىشكى چېچىپ تۇرۇش لازىم. بىمارنىڭ كىيىملىرىگە ۋە ئۇنىڭ يېنىغا كىلىپ كەتكۈچىلەرنىڭ كىيىملىرىگە ئوغرى تىكەن، ئادىراسمان، ياسىمەن ئەتىرلىرى چېچىلىدۇ.

توققۇز گرام گىل ئەرمىنى تالقىنى يېرىم ھەسسە سۇ ۋە يېرىم ھەسسە سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق.

تۆت گرام كاپۇرنى 12 گرام شەربىتى ئانارىيىن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈش ۋە ئۇنىڭ ئۈستىدىن ھۆل كاسىنە سۇيى، كۆك شوخلا سۇيى 84 مىللىلىتىردىن، سىركەنجە-ۋىل ساددە 36 گرام قاتارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىچكۈزۈلسە، تارقىلىشچان قىزىتما ئۇچۇن پايدىلىقتۇر. ئەگەر تارقىلىشچان قىزىتما بىلەن بىرگە قەۋزىيەتلىك بولسا تۆۋەندە-كى تەبىر قوللىنىلىدۇ.

ئەينۇلا يەتتە دانە، قىزىلگۈل، گۈل بىنەپشە ئالتە گرامدىن، تەمرى ھىندى 36 گرام، چىلان بەش دانە، ئەرقى بىدە ساددە، ئەرقى بىدىمىشكى، ئەرقى كەيىورە، ئەرقى گاۋزىبان 60 مىللىلىتىر، ئەرقى گۈل 48 مىللىلىتىر، ئەرقى شوخلا، ئەرقى كاسىنە، ئەرقى شاھتەررە 60 مىللىلىتىردىن قاتارلىق دورىلارنى ئەرەقلەرگە چىلاپ تەمى چىققاندىن كېيىن سۇزۇپ، گۈلقەنت ياكى خېمىرى بىنەپشىدىن 36 گرام قوشۇپ، يەنە بىر قېتىم سۇزۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ بەدەن ھارارىتى تۆۋۈن بولسا، ئۇنىڭغا بەدىيان يىلتىزى ئالتە گرام، بەدىيان تۆت گرام، كۆك ئۇزۇم 24 گرام قوشۇلىدۇ. ئەگەر تەبىئەتنى بەكرەك يۇمشىتىش زۆرۇر بولسا شەربىتى ۋەرد مۇكەررەر 48 گرام، خىيارشەنبەر، خېمىرى بىنەپشە 36 گرامدىن، سېرىق ھېلىلە توققۇزگرام قوشۇلىدۇ.

بەزىدە ئوفۇنەتنى يوقىتىش مەقسىتىدە ئۇنىڭغا سىركەنجۈبىل ساددىمۇ قوشۇلىدۇ.

ئەگەر ئۆتكۈرلۈك بولمىسا نىلۇپەردىن ئالتە گرام، سانادىن توققۇز گرامنى خالتىغا سېلىپ ئۇنىڭغا قوشسا بولىدۇ.

ئەگەر بۇ خىل قىزىتمىدا تەبىئەت يۇمشاق بولسا تۆۋەندىكى تەدبىر قوللىنىلىدۇ:

زىرىق بەش دانە، چىلان بەش دانە، قوغۇن ئۇرۇقى ئالتە گرام، ھۇممار ئۇرۇقى تۆت گرام، ئەرقى سەندەل، ئەرقى كەيىورە 24 مىللىلىتىردىن، ئەرقى كاسىنە، ئەرقى بەرىتەڭ 24 مىللىلىتىردىن قاتارلىق دورىلارنىڭ شىربىتىنى ئەرەقلەر بىلەن چىقىرىپ، پىننە سۇيى، چۇچۇمەل لىمون سۇيى، ئالما شەربىتى، غورا شەربىتى، شەربىتى ئانارىيىن

(ئىككى خىل ئانار شەربىتى) شەربىتى بېھى، شەربىتى كۈرونجىدىن 12 گرامدىن قوـ
شۇپ، تۆت گرام پاقىيوپۈرمىقى ئۈرۈقى تالقىنىدىن سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ بەدەن هارارىتى يۇقىرى بولسا قۇرسى كاتۇر قابىزدىن ئۇچ گرام يۇقىرىقى دورا بىلەن بېرىلىدۇ. يۇرەكنى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن ئالما شەربىتى ئارىلاشتۇـ رۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بەدەن هارارىتى تۆۋەن بولسا لاچىندانە شىرىسىدىن ئۇچ گرام قوشۇلىدۇ ۋە قورۇلغان رەيهان ئۈرۈقى تالقىنىدىن تۆت گرام سېپىپ ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە شەربىتى پەۋاكىه بېرىلىدۇ.

ئالدىنى ئېلىش تەدبىرلىرى:

كېيىنكى تېۋىپلار بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئەگەر بىرەر جايدا تارقىلىشچان قىزىتمىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلگەن بولسا شۇ جايدىكى كىشىلەرنىڭ ئەهۋالىغا قاراپ قەيي قىلدۇرۇش، سۇيدۇك هەيدەش، سۇرگە بېرىش تەدبىرـ لىرى ئارىلىق بىمارنىڭ بەدىنى تازىلىنىدۇ. قۇرۇتقۇچى دورىلارنى بېرىش ئارقىلىق بەدەنـ دىكى ئارتۇق هۆللۇكلەر قۇرۇتۇلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا نورمال تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. ئەمما تازىلاش ئۈچۈن رەئىس ئەزالارنى ئاجىزلاشتۇرغۇچى دورىلاردىن تۇربۇت، غارىقۇن، هەببۇلمۇلۇك، هەببى سالاـ تىن، سوقمۇنىيا قەتئىي بېرىلمەيدۇ.

يۇمشاتقۇچى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. بادام يېغى بىلەن خىيارشەنبەر، يالايدىغان هېلىلە، تەمرى هىندى، شىرخىست قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا يېمەكـ لىكلەرنى ئاز بېرىشمۇ هۆللۇكنى قۇرۇتۇشنىڭ بىردىنبىر تەدبىرىدۇر. ئەمما بىمارنى پۈتۈنلەي ئاچ قويۇشمۇ زىيانلىقتۇر ۋە تېز چىرىگۈچى ۋە هۆل مېۋىلەرنى بەرمەسلىك لازىم. يەنى گۆش، ياغلارنى كۆپ ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك. شۇنداقلا تاتلىق يېمەكلىكلەردىن بېلىق، سۈت، قېتىق، ئۈزۈم، شاپتۇل، تاۋۇز، قوغۇن، تەرخەمەك، قاپاق ۋە كۆكتاتلارـ نى ئىمكانقەدەر بەرمەسلىك لازىم. پىياز ۋە سامساق، سىركىنى تۇرالغۇ جايلارنىڭ تېمىغا ئېلىپ قويۇش ۋە چېچىپ تۇرۇش لازىم. ئۆينى خۇش پۇراق دورىلارنىڭ ئىسى بىلەن ئىسلاش لازىم. ئەمما مېڭىنى غىدىقلىغۇچى دورىلار كۆپ بولۇپ كەتمەسلىك كېرەك.

ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا كاپۇر، نېلۇپەر، سەندەل، بىنەپشىگە ئوخـ شاش سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار پۈرتىلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا ئەنبەر، ئىپار، قۇندۇز قەهرى، قەلەمپۇر، جوزغا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار پۈرتىلىدۇ. سامساق ۋە پىياز، سىركىنى داكىغا ئوراپ بۇرۇن ئەتراپىغا قويۇلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا يېمەكلىكىگە سامساق، پىياز ۋە سىركە قوشۇلىدۇ، يېمەكلىكىگە هايۋاـ نات ۋە ئۆسۈملۈك مېيى قوشۇلمىغان چۈچۈمەل يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. تاتلىق يېمەكلىكـ

لەرنى مۇتلەق يېگۈزمەسلىك لازىم. ھەتتا قازاندا پىشۇرۇلغان گۆشلەردىنمۇ ساقلىنىش لازىم.

تەرياقى تىن، بەرششا، پولونىيا، مۇپەررىھ ياقۇت، جەدۋارچىنى، پادىزەھرى مەدەنى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرەرسىنى پات - پات بېرىپ تۇرۇش لازىم.

سەبرە، مۇرمەككى، زەپەردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، مەجۇن تەييارلاپ، ھەر كۈنى 25 گرامدىن يېگۈزۈش پايدىلىق. ئەمما ئىسسىق مىزاجلىقلارغا ماس كەلمەيدۇ ۋە ھاۋامۇ ئىسسىق بولماسلىقى لازىم.

تارقىلىشچان قىزىتما تارقالغان ۋاقىتلاردا خۇشال - خۇرام يۈرۈش، غەم - قايغۇ، ھەسرەتلىنىش ۋە ئاچچىقلىنىشتىن ساقلىنىش لازىم. ئەگەر ئۇسسۇزلۇق ئېغىر بولسا كۆپىنچە ئېغىزنى چايقاپ تۇرۇش لازىم. بۇ تەدبىر بىلەن ئۇسسۇزلۇق پەسەيمىسە سۇنى ئاز - ئازدىن ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىقتۇر. چۈنكى سىركە تارقىلىشچان قىزىتما ئۈچۈن ھەر قانداق ھالەتتە پايدىلىقتۇر. ئەگەر سىركە بولمىسا سۇنى ئاز بېرىش لازىم.

تارقىلىشچان قىزىتما تۇتقان كۈنلىرى غەيرىي تەبئىي خىلتلارنى تازىلاش ياخشى. ئەمما خىلتلاردا قالايمىقان ھەرىكەت پەيدا قىلىش ياخشى ئەمەس. چۈنكى خىلتلاردا قالايمىقان ھەرىكەت پەيدا قىلىنسا تارقىلىشچان قىزىتما قوزغىلىپ كۈچىيىپ كېتىدۇ ۋە ساغلام ئادەملەرمۇ گىرىپتار بولىدۇ. بەدەندىكى غەيرىي تەبئىي خىلتلارنى تازىلاشتا ناھايىتى ئېھتىيات قىلىش ھەمدە تەبئەتنى ئاجىزلاشتۇرغۇچى، بەدەن چېنىقتۇرۇش ۋە تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئاچقۇچى تەدبىرلەردىن ساقلىنىش لازىم.

زەھرى - مۇھرە چىنى تالقىنىنى داۋاملىق ئىستىمال قىلىش بۇ خىل قىزىتمىنى يوقىتىش ئۈچۈن پايدىلىق ھەمدە نارجىل دەرىيائىنى گۈرۈچ چۆگىلۈقىدا ئېلىپ، ئەرقى گۈل بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇش ياكى گل ئەرمىنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ناھايىتى پايدىلىق.

تۇرۇنجى پوستىنى پۈرتىش، ئاپېلسىن يوپۇرمىقىنى يېنىغا يېقىنراق قويۇش بۇزۇق ھاۋانى يوقىتىپ ھاۋانى ساپلاشتۇرىدۇ. موم، كاپۇر، سەئدى كوفى، سەندەل، ئۇدھىندى، ئەنبەر، ئىپار، يۇلغۇن، بەرگى غار قاتارلىق دورىلارنى كۆيدۇرگەندىكى ئىسى ھاۋانى ياخشىلايدۇ. ئاپېلسىن سۇيى ۋە سىركىنى ئىچكۈزۈش پايدىلىق.

ھەكىم جىلانىخان بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

سەبرىنى ئىچىدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش، ئىسرىقلاندۇرۇش، ئۇنى سۇدا ئېرىتىپ ئۆيگە چېچىش يۇقۇملۇق قىزىتمىنى يوقىتىش ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق.

ھەكىم ئەرزانى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تارقىلىشچان قىزىتما تارقالغاندا كالا يېغىنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش ۋە بەدەنگە سۈركەش پايدىلىق.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

مۇھىتنى ۋە ھاۋانى ساپلاشتۇرۇش پەقەت تارقىلىشچان قىزىتمىغا گىرىپتار بولمىغان

كىشىلەر ئۇچۇن پايدىلىقتۇر. يەنى ساغلام كىشىلەرنىڭ تارقىلىشچان قىزىتمىغا گىرىپتار بولۇشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۇچۇن ھاۋانى ساپلاشتۇرۇش، ھۆللۇكنى تۆۋەنلىتىش كېرەك.

بۇنىڭ ئۇچۇن تۆۋەندىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ:

ئۇدھىندى، ئەنبەر، كۇندۇر، ئىپار، تاتلىق قۇسته، مىئەساله، سۇندۇروس، ھىلگ، قەلەمپۇر، لادەن، ھەسەل، زەپەر، ئۆشنە، سەئدى كوفى، ئىزخىر، ئۇبھەل، ئېگىر، ئاچچىق بادام ۋە ئاسارۇن قاتارلىق دورىلار ئارقىلىق ئىسرىقلاندۇرىلىدۇ.

ئۆيگە ھىلگ ۋە سىركە سېپىلىدۇ. بۇ تەدبىرلەردىن بىمارنى يىراقلاشتۇرۇش ۋە ئىس ـ تۈتەكلەرنىڭ بىمارغا يېقىن كېلىپ قېلىشىنى چەكلەش كېرەك. ئۇلاردىن باشقا ئاقسەندەل، كاپۇر، ئانار پوستى، ئالما، نامازشامگۈلى، بېھى، ئابنوس، يۇلغۇن چېچىكى، رەۋەن ئۆسۈملۈكى قاتارلىقلار پۈرتىلىدۇ.

بەدەندىكى كېرەكسىز سۇلار چىقىرىپ تاشلىنىدۇ. بۇنىڭ ئۇچۇن باشقا تەدبىرلەر بىلەن ئۇزۇقلار ئازلىتىلىدۇ. ئەمما بۇنىڭ ئۇچۇن مۇنچىغا چۈشۈرۈشكە ۋە بەدەن چېنىقتۇرۇشقا بولمايدۇ. ئۇسسۇزلۇقتا بەرداشلىق بېرىش لازىم.

ئۇزۇقلاندۇرۇشتا چۈچۈمەل يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. گۆش ناھايىتى ئاز ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. سىركە ۋە لىمون ئېچىتمىلىرى بېرىلىدۇ. ھىلگ تارقىلىشچان قىزىتما ئۇچۇن پايدىلىقتۇر ۋە ئوفۇنەتنى يوقىتىدۇ. تەرياق ئىستېمال قىلدۇرۇش ئۇزۇقلارنى تەڭشەش تارقىلىشچان قىزىتمىنىڭ تەسىرىدىن ساقلاپ قېلىش ئۇچۇن پايدىلىقتۇر.

سەبرى ئىككى ھەسسە، زەپەر، مۇرمەككى بىر ھەسسە، دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ، ھەر كۇنى ئىككى يېرىم گرام ئىستېمال قىلدۇرۇش، تارقىلىشچان قىزىتمىدىن ساقلاپ قېلىش ئۇچۇن پايدىلىقتۇر.

ئىزاھات:

ئىبنىسىنا چېچەك خاراكتېرلىك ۋە قىزىل خاراكتېرلىك قىزىتمىلارنىمۇ تارقىلىشچان قىزىتمىلار قاتارىدا ھېسابلايدۇ ۋە بۇ كىتابتا بۇ كېسەللىكلەر ئىششىق ۋە مۇدۇرچاقلار بايانىدا يېزىلدى. (تارقىلىشچان كېسەللىك بايانى تۆتىنچى تومىدا ئىششىقنىڭ بايانىدا سۆزلىنىدۇ.)

سەككىزىنچى پەسىل بالىلار قىزىتمىسى

حميات الطفال

تونۇش:

بالىلاردا كۆرۈلىدىغان قىزىتما كۆپىنچە خىلىتلىق بولىدۇ. بۇ خىل قىزىتما مۇرەككەپ بولسىمۇ ئۇنى تەكشۈرۈش ۋە داۋالاش ئاساسەن خىلىتلىق قىزىتمىلارنى تەكشۈرۈش ۋە داۋالاش بىلەن ئوخشاش. ئەمما بالىلار قىزىتمىسىدا يەڭگىل دورىلار ۋە يەڭگىل

تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. ئەگەر بالىلار سۈت ئېمىۋاتقان بولسا، باشقا تەدبىرلەرنى قوللىنىشتىن باشقا سۈت ئەمگۈزۈۋاتقان ئانىغىمۇ تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر سۈت ئەمگۈچى بالىدا غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن بولغان قىزىتما بولسا، سۈت ئېمىتكۈچى ئانىغا سوۋۇنتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئەمما كاپۇر ئىستېمال قىلىشقا بولمايدۇ. قىزىتقۇچى دورىلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ. چىلاننى قاينىتىپ، سۈزۈپ، بىر كېچە - كۈندۈزدە بىر قانچە قېتىم ئىچكۈزۈلسە، تۈيۇقسىز تۇتقۇچى تەپ (تەپپى مۇتىپقە) ۋە قىزىل (ھەسەبە) ئۇچۇن ناھايىتى پايدىلىق. ئەگەر بالىلاردا قەۋزىيەت بولسا، شامچە ئارقىلىق يۇمشىتىلىدۇ.

بۇ خىل قىزىتما تەرلەش يوقالغان كۈنى كۆرۈلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ خىل قىزىتمىدا تەرلىتىش پايدىلىق. تەرلىتىشنىڭ تەدبىرى: سۈنى بالىنىڭ تاماق، ئالقان ۋە تاپانلىرىغا سۈركەپ ئىسسىق رەختلەر بىلەن ئوراپ قويۇلىدۇ. بۇنىڭدا ياخشى تەرلەيدۇ.

ئەگەر قىزىتما غەيرىي تەبىئىي سەپراخىلىتىدىن بولغان بولسا، مائۇل پەۋاكىھ ۋە ئۇنىڭدىن باشقا يۇمشاتقۇچى دورىلار ئارىلىق سۈت ئېمىتكۈچى ئانىنىڭ قەۋزىيەتلىكى يۇمشىتىلىدۇ، بالا بىرەر يېمەكلىك يېگۈدەك بولغاندا ئۇنىڭغىمۇ ئازراق يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا سەپرا خىلىتىنى تەڭشەش ئۈچۈن سىركەنجۈبىل، ئەرقى كاسنە، ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقى تالقىنى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ ۋە ئاغرىق توختاتقۇچى شەربەتلەر بېرىلىدۇ.

ئۆتكۈر ھارارەتنى پەسەيتىش ئۈچۈن بالىنىڭ چېكە، ئالقان ۋە تاپانلىرىغا ھۆل خېنىنى يۇمشاق ئېزىپ سۈركەش پايدىلىقتۇر. ئەگەر تەرلىتىش زۆرۈر بولسا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن تەرلىتىش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ خىل قىزىتمىدا بالىغا سىركەنجۈبىل بىلەن ئانار سۈيى بېرىش مۇۋاپىق، ئەمما بالىنىڭ ئاشقازىنىدا سۈت بولمىغان ئەھۋالدا چۈچۈمەل يېمەكلىكلەرنى بېرىشكە بولمايدۇ، سىركەنجۈبىل ۋە ئانار سۈيى بەرگەندىن كېيىن ئالدىراپ سۈت بەرمەسلىك لازىم.

تەبىئەتنى يۇمشىتىش زۆرۈر بولسا، گۈل بىنەپشە ئون گرام، ئاق لەيلىگۈلى يەتتە گرام، سانا 18 گرام، خىيارشەنبەر 24 گرام، تۇز ئۈچ گرام، قىزىل شېكەر 24 گرام قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە مۇۋاپىق شامچە تەييارلاپ، بادام يېغى بىلەن ياغلاپ كلىزما قىلىش پايدىلىق.

ئەگەر قىزىتما غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان بولسا، پەرەنجاسپىنى سۈدا قاينىتىپ پات - پات ئىچكۈزۈپ تۇرۇش كېرەك. دەسلەپتە ھەر كۈنى ئەتىگەندە بەدىيان،

كاسسىنە يىلتىزى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قاتارلىق دورىلارنىڭ قاياناتمىلىرى گۈلقەنت بىلەن بالا ئېمىتكۈچى ئانىغا ئىچكۈزۈلىدۇ. بالىغىمۇ ئازراق بېرىلىدۇ. بالا ئېمىتكۈچى ئاننىڭ ئاچلىق ۋە ئۇسسۇزلۇقتا بەرداشلىق بېرىشكە تەۋسىيە قىلىش كېرەك. بەك سوغۇق ئىچىملىكلەرنى بەرمەسلىك لازىم.

غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتى پىشقاندىن كېيىن بالا ئېمىتكۈچى ئانىغا غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنىڭ سۈرگىسىنى بېرىش ناھايىتى پايدىلىق. ئۇنىڭدىن باشقا تۆۋەندىكى مۇرەككەپ تەپ ئۇچۇن يېزىلغان تەدبىرلەر ۋە دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئەگەر قىزىتما غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان بولسا دەسلەپتە غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتنى پىشۇرۇش ئۇچۇن ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، بەدىيان، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، سەرپىستان قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇزۇقلاندۇرۇشتا نوقۇت شورپىسى بېرىلىدۇ. 40 كۈندىن كېيىن غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتنىڭ سۈرگىسى بېرىلىدۇ ۋە بىرنەچچە قېتىم تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بالا تاماق يەۋاتقان بولسا پەرھىزنى بەك كۆپ بۇيرۇماسلىق لازىم. قوغۇن، شاپتۇل، ئوسۇك، كاسسىنە ئۇرۇقى ۋە قۇرۇق سوغۇق تەبئەتلىك يېمەكلىكلەرنى بەرمەسلىك لازىم. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنى تازىلاشتىن ئىلگىرى سۈت ئېمىتكۈچى ئانىغا داۋائىل ھىلتىت بېرىش پايدىلىق. شۇنداقلا تۆت كۈنلۈك قىزىتمىنىڭ باشقا دورىلىرىمۇ پايدىلىق.

ئەگەر بالىنىڭ قىزىتمىسى مۇرەككەپ قىزىتما بولسا ئۇنىڭدىن بالىلاردا نىسپىي تۇتقاقلىق قىزىتما ۋە خاس بولمىغان تۇتقاقلىق قىزىتما كۆپرەك يۇز بېرىدۇ. بۇنداق ھالەتتە داۋالاش ئېلىپ بېرىشتا ئارتۇق خىلىتلارنىڭ مەخسۇس دورىلىرىنى مۇرەككەپلەشتۈرۈپ تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

سىركەنجۇبىل بۇزۇرى، قۇرسى گۈل ۋە شەربىتى دىنار ئىستېمال قىلدۇرۇش پايدىلىق.

قىزىتما تۇتقاندا تىترەش يۇز بېرىشتىن ئىلگىرى ئازراق مائۇلھەسەل ۋە ئەرقى گۈل ئىچكۈزۈش ناھايىتى پايدىلىق. تىترەشنىڭ دەسلىپىدە ھەرگىز سۇ بەرمەسلىك، بەلكى قايناق سۇ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بالا تاماق يېسە گۆش، ياغدىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ. ئەمما بالىلارغا پەرھىز بۇيرۇش ۋە ئوزۇقلاندۇرۇش چوڭلارنى ئوزۇقلاندۇرۇش ۋە پەرھىز بۇيرۇشقا ئوخشاشمايدۇ. بالىلارغا ئېغىر دەرىجىدە پەرھىز بۇيرۇشقا بولمايدۇ. بالىلارغا زىيانلىق بولمىغان يېيىشكە ئامراق بولغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ئەمما يېمەكلىكلەرنى كۆپ بېرىشتىن ساقلىنىش لازىم.

1972

توققۇزىنچى پەسىل جۈدەتكۈچى قىزىتما

ھىي دق

تونۇش:

جۈدەتكۈچى (ئۇرۇقلانغۇچى) قىزىتمىنى دىق دەپ ئاتايمىز. دىقنىڭ لۇغەت مەنىسى يۇمشاق ۋە ئۇرۇقلاش دېگەنلىكتۇر. بۇ خىل قىزىتما يۇمشاق ۋە يەڭگىل بولىدۇ، بۇ خىل قىزىتمىلىق بىماردا چوقۇم ئورۇقلاش كۆرۈلىدۇ. شۇڭا بۇ خىل قىزىتما جۈدەتكۈچى تەپ دېيىلىدۇ.

سەۋەبى:

تېۋىپلارنىڭ قارىشىچە:

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما غەلىتە ھارارەت دەسلەپتە يۇرەككە تارقىلىپ، كېيىن ئاستا ـ ئاستا بەدەننىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدىغان قىزىتمىنى كۆرسىتىدۇ. بۇ خىل قىزىتما بىر خىل سۇيۇقلۇقتىن يەنە بىر خىل سۇيۇقلۇققا ئۆزگىرىش ئېتىبارى بىلەن ئۈچ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. بۇنىڭ تەپسىلاتىنى تۆۋەندىكىدىن بىلىشكە بولىدۇ: بەدەنىدە ئىككى خىل سۇيۇقلۇق بولىدۇ. بىرى بىرلەمچى سۇيۇقلۇق، يەنە بىرى ئىككىلەمچى سۇيۇقلۇق.

بىرلەمچى سۇيۇقلۇق تۆت خىلىتتىن ئىبارەت.

ئىككىلەمچى سۇيۇقلۇق خىلىتلاردىن پەيدا بولغان كېرەكسىز سۇيۇقلۇقلاردىن ئىبارەت. يەنى تەر، ياش، پوتلا، ھەيز قېنى قاتارلىقلار بىرلەمچى سۇيۇقلۇقتىن ئۆزگىرىپ ئەزالارغا ئۆتىدۇ ۋە بەدەن قۇرۇلمىسىغا قوشۇلمايدۇ.

ئىككىلەمچى سۇيۇقلۇقنىڭ تۈرلىرى تۆت قىسىمغا بۆلۈنىدۇ.

1. خىلىت شەكلىدىن ئۆزگەرگەن سۇيۇقلۇق، بۇ خىل سۇيۇقلۇق بىرەر ئەزانىڭ شەكلىگە ئۆزگەرمەيدۇ. بۇ سۇيۇقلۇق «ئۇرۇقى شەئىرىيە ساقىيە» دەپ ئاتىلىدىغان تومۇردا داۋاملىق تۇرىدۇ. بۇ سۇيۇقلۇقلار بۇ تومۇردىن ئايرىلغاندىن كېيىن باشقا ھالەتلەردىن بەدەننى ئوزۇقلاندۇرۇشقا ئۆزگىرىدۇ ۋە بۇ خىل سۇيۇقلۇق بۇزۇلۇش، چىرىش سالاھىيىتىگە ئىگە بولۇپ، نۇرغۇن كېسەللىكلەرگە سەۋەبچى بولىدۇ.

2. بۇ بىر خىل سۇيۇقلۇق بولۇپ، قان تومۇرلارنىڭ ئاغزىدىن شەبنەمدەك ئۆتۈپ بارلىق ئەزالارغا تارقىلىدۇ ۋە ئۆزلۈكىدىن ئەزالارنى ئوزۇقلاندۇرۇشقا تەييار ھالەتتە تۇرىدۇ. بەدەنگە ئوزۇقلۇق يېتىشمىسە تەبىئەت ئۇ سۇيۇقلۇقنى تەڭشەپ ئىشلىتىدۇ ۋە ئۇنى يەنە بىر قېتىم ھەزىم قىلىپ ئوزۇقلۇق قىلىدۇ. بۇ خىل سۇيۇق بىرلەمچى سۇيۇقلۇققا ئوخشاپ كېتىدۇ.

3. بۇ بىر خىل سۈيۇقلۇق بولۇپ، قېتىپ قېلىش ۋە ئۈيۈپ قېلىشقا يېقىنراق بولىدۇ. گەرچە بۇ خىل سۈيۇقلۇق ئۈيۈپ ۋە قېتىپ قېلىش ئېتىبارى بىلەن ئەزالارغا پۈتۈنلەي ئوخشىمىسىمۇ، لېكىن مىزاج ئېتىبارى بىلەن ئەزالارنىڭ جەۋھىرىگە ئۆزگەرگەن بولىدۇ.

4. بۇ خىل سۈيۇقلۇق ھاياتلىق باشلىنىشىدىن باشلاپ يەككە ئەزالارنى تۇتاشتۇرۇپ تۇرىدۇ. ئەگەر بۇ خىل سۈيۇقلۇق يوقلىپ كەتسە، ئەزالار ئۆتتۈرىسىدا تۇتىشىش مەۋجۇت بولمايدۇ. بۇ خىل سۈيۇقلۇق مەنىي ماددىسىدىن ھاسىل بولىدۇ. بۇ خىل سۈيۇقلۇقلارنى چىراغقا تەمسىل قىلىشقا بولىدۇ، يەنى:

1) قىل قان تومۇرلاردىكى سۈيۇقلۇقلار

2) ئەزالاردا چىرىگەن سۈيۇقلۇقلار. بۇ ئىككىسى چىراغنىڭ ياغلىق ماددىلىرىغا ئوخشايدۇ.

3) بۇ خىل سۈيۇقلۇق يەنى قېتىپ قېلىشقا يېقىنلاشقان سۈيۇقلۇق، بۇنىڭ مىسالى چىراقنىڭ پىلىكىگە سۈمۈرۈلگەن ياغقا ئوخشايدۇ.

4) سۈيۇقلۇق يەنى مۇرەككەپ تەركىبلەرنى بىرلەشتۈرگۈچى سۈيۇقلۇق. بۇنىڭ مىسالى چىراغنىڭ ئومۇمىي قىسىملىرىنى شەكىللەندۈرىدىغان ئومۇمىي قىسىمغا ئوخشايدىغان سۈيۇقلۇقتىن ئىبارەت.

غەلىتە ھارارەت تومۇرلارنىڭ ئىچىدىكى سۈيۇقلۇقلارنى تۇتۇشتىن، ئىككىنچى خىلدىكى سۈيۇقلۇقلارنى يوقىتىشقا باشلايدۇ. خۇددى چىراغنىڭكۆيۈشى چىراغنىڭ يېغىنى يوقاتقاندىن كېيىن پىلىكنىڭ گەۋدىسىدىكى ياغلارنى سۈمۈرگەنگە ئوخشاش، بۇنداق ھالەت ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ بىرىنچىسى دېيىلىدۇ ۋە بۇ خىلدىكى ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنى تەكشۈرۈش ناھايىتى قىيىندۇر. ئەمما ئۇنى داۋالاش ئاساندۇر.

ئەگەر ھارارەت ئىككىنچى خىلدىكى سۈيۇقلۇقلارنى يوقاتسا ۋە ئۇچىنچى خىلدىكى سۈيۇقلۇقلارنى يوقىتىشقا باشلىغاندەك بۇنداق ھالەت ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ ئىككىنچىسى دېيىلىدۇ. ئۇنىڭ مەخسۇس نامى ئورۇقلۇق (زەبۇل) دۇر. زەبۇلمۇ ئۇچ باسقۇچلۇق بولىدۇ. يەنى دەسلەپكى باسقۇچ، ئوتتۇرا باسقۇچ، ئاخىرقى باسقۇچى.

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ ئىككىنچىسىنى تەكشۈرۈش ئاساندۇر، لېكىن داۋالاش قىيىندۇر. دەسلەپتە تىرىشچانلىق بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلسا، داۋالىغلى بولىدۇ. ئۇنىڭ ئوتتۇرا دەرىجىسىنىمۇ ناھايىتى تەجرىبىلىك تېۋىپلار داۋالىشى مۇمكىن. بىراق بۇ دەرىجىنىڭ ئاخىرىدا داۋالاش ئاساسەن مۇمكىن ئەمەستۇر.

بىمار ئورۇق بولۇپ مۇسكۇللىرى ئېرىپ كەتكەنلىكتىن، سۆڭەكلىرى چىقىپ قالغان بولسا، ئومۇمەن بىمار ساقايمايدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ بەدەن ھارارىتى ئۇچىنچى خىلدىكى سۈيۇقلۇقنىمۇ يوقاتىپ، تۆتىنچى

چى خىلدىكى سۈيۇقلۇقنى يوقىتىشقا باشلىسا، خۇددى چىراغنىڭ كۆيۈشى ئەڭ ئاخىرىدا پىلىكىنىڭ گەۋدىسى ۋە ئۇنىڭ ئەسلىي سۈيۇقلۇقى كۆيدۈرۈشكە باشلىغاندەك ئۇ ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ ئۇچىنچى دەرىجىسى دېيىلىدۇ. بۇ خىل دەرىجىنى داۋالاش مۇمكىن ئەمەس.

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما ئىلگىرى سۆزلەپ ئۆتكەن سەۋەبلەردىن بولىدۇ ياكى تاشقى سەۋەبلەر ۋە ئەگەشكۈچى سەۋەبلەردىنمۇ بولىدۇ. كۈندىلىك قىزىتما، ياللۇغلىنىشتىن بولغان قىزىتما، كۆيدۈرگۈچى قىزىتما، نىسپىي قىزىتما، كۆكرەك، بۆرەك، جىگەر، دوۋساق، بالىياتقۇ قاتارلىق ئەزالارنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقى، ماسارىقا تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشى، ئۆپكە، ئاشقازان، جىگەر ۋە بۆرەك قاتارلىق ئەزالارنىڭ هارارىتىنىڭ يۇرەككە تەسىر قىلىشىدىن بولىدۇ.

تاشقى سەۋەبلەر غەم ـ قايغۇ، ئاچچىقلىنىش، جاپا ـ مۇشەققەت، ئۇيقۇسىزلىق، بەدەن قۇۋۇتىنى ئاجىزلاش، ئۇسسۇز هالدا يۈرۈش، مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىق بولۇشى، پەسلىنىڭ هارارىتى بەك ئىسسىق بولۇشى قاتارلىق ئامىللار يۇرەكنى زور دەرىجىدە قىزىتىدۇ.

تەكشۈرۈش:

ئەگەر قىزىتما يۇز بېرىپ ئۇچ كۈن ياكى ئۇنىڭدىن ئارتۇق بولغان بولسىمۇ قىزىتما يوقالمىسا ۋە هارارىتى يۇقىرى بولمىسا ۋە ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىلارنىڭ ئالامەتلىرىدىن ئۇسسۇزلۇق، ماغدۇرسىزلىنىش، تىلنىڭ قۇرۇق ۋە قارا بولۇشى، بوغۇملارنىڭ ئاغرىشى، باش ئاغرىش، سۈيدۈك سېسىق پۇراقلىق بولۇش، تومۇر هەرىكىتى توم ۋە قالايمىقان بولۇش، تىترەش قاتارلىق ئوفۇنەتلىك قىزىتمىلارنىڭ ئالامەتلىرىمۇ مەۋجۇت بولسا، ئۇنىڭدا توختاش ۋە تۇتۇش بولماستىن قىزىتما يۇمشاق ۋە هەر ۋاقىت بىر خىل هالەتتە بولۇش ۋە ئوزۇقلاندۇرۇلغاندىن كېيىن ئاخشىمى قىزىتما يۇقىرىلاپ كېتىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلسە، بۇ ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما بولغان بولىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا تومۇر هەرىكىتى ئىنچىكە، قاتتىق، ئارقىمۇئارقا ۋە ئاجىز بولىدۇ ۋە بىر خىل هالەتتە داۋاملىق تۇرىدۇ. سۈيدۈكى سۈيۇق بولۇپ قىزىتما يەڭگىل ۋە داۋاملىق بولىدۇ. بىمارنىڭ بەدىنىگە قولنى قويغاندا بەك ئىسسىق مەلۇم بولمايدۇ. سېزىمى خىلتىلىق قىزىتمىلارنىڭكىدىن تۆۋەنرەك بولىدۇ. بەدەنگە قولنى قويغاندا دەسلەپتە هارارەت بەك تۆۋەن بولىدۇ. لېكىن ئازراق ۋاقىتتىن كېيىن هارارەت ئۆتكۈرلۈكتىن تەرەققىي قىلغاندەك مەلۇم بولىدۇ. تومۇر ۋە قىل قان تومۇرلارنىڭ سېزىمى باشقا ئەزالارغا نىسبەتەن قىزىقراق بولىدۇ.

ئورۇقلاتقۇچى تەپتە هارارەت بىر خىل بولىدۇ ۋە مىزاجى بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بىمار ئورۇقلاتقۇچى تەپنىڭ هارارىتىنى بىلمەيدۇ. ئەمما بىرەر يېمەكلىك يېگەندىن كېيىن

ئۆتكۈرلىشىدۇ. تومۇر ھەرىكىتى كۈچلۈك ۋە توم ھالەتتە بولىدۇ. چۈنكى ئوز ۋۇقلۇقتىن بۇخارات ئۆرلەيدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بەزى تېۋىپلار ئوز ۋۇقلۇقنى چەكلەپ بىمارنى ئۆلتۈرۈپ قويىدۇ، دەپ كۆرسەتكەن. تاماقتىن كېيىن قىزىتمىنىڭ ئۆتكۈرلىشىپ كېتىشى ئور ۋۇقلا-تقۇچى قىزىتمىنىڭ مەخسۇس ئالامەتلىرىدۇر.

بەزى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بىمار ئوخشىمىغان ۋاقىتلاردا ئوز ۋۇقلاندۇرۇلىدۇ، يەنى ھەرقانداق ۋاقىتتا بىمار ئوز ۋۇقلانغاندىن كېيىن قىزىتما يۇقىرىلىسا ۋە چىرايى قىزارسا، تومۇر ھەرىكىتى تېز، توم سالسا، شەرتسىز بۇ قىزىتما ئور ۋۇقلاتقۇچى قىزىتمىدۇر.

ئەگەر ئوز ۋۇقلۇق ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن ھەر قانداق قىزىتمىدا چوقۇم قىزىش پەيدا بولغان بولسىمۇ لېكىن ئور ۋۇقلاتقۇچى قىزىتما ۋە ئۇنىڭدىن باشقا قىزىتمىلاردا تاماقتىن كېيىن قىزىش ۋە باشقا ئۆزگىرىشتە زور پەرق بولىدۇ يەنى باشقا قىزىتمىلاردا تاماقتىن كېيىن قىزىتمىنىڭ تۇتۇش ۋاقتى ئۇزۇن بولىدۇ. ئەزالاردا ئېغىرلىق ۋە ئاغرىش بولىدۇ. قول - پۇتلار سوۋۇيدۇ، لېكىن ئور ۋۇقلاتقۇچى قىزىتما باشقا قىزىتمىلار بىلەن مۇرەككەپلەشمىگەن بولسا، ئۇنىڭدا تاماقتىن كېيىن ھارارەت يۇقىرى بولغاندىن باشقا ئۆزگىرىش بولمايدۇ.

ئۇلاردىن باشقا قىزىتمىلاردا قىزىش ۋە ئۆتكۈرلۈك بولىدۇ. تومۇر ھەرىكىتى تېزلە-شىدۇ. قىزىتمىلاردىكى ئۆتكۈرلۈك بەلگىلىك ۋاقىت ئىچىدە بولىدۇ. ئەمما ئور ۋۇقلاتقۇچى قىزىتمىدا يۇقىرىقى ئىككى خىل ئەھۋال بولمايدۇ. ئور ۋۇقلاتقۇچى قىزىتمىغا گىرىپتار بولغۇچى تاماق يېگەندىن كېيىن ھارارەت دەرھال يۇقىرىلايدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ سوۋيدۇكىنى تەكشۈرگەندە سەل ياغلاشلىق مەلۇم بولىدۇ. يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئالامەتلەر ئور ۋۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى دەرىجىسىنىڭ ئالامىتى-دۇر.

ئەگەر ئور ۋۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ بىرىنچى دەرىجىسى ئۆتۈپ كېتىپ ئور ۋۇقلاش ھالە-تىگە يەتكەن بولسا، تومۇر ھەرىكىتىنىڭ قاتتىق، ئاجىز، ئىنچىكە ۋە ئارقىمۇئارقا بولۇشىدا ئۆزگىرىش بولىدۇ. بەزىدە تومۇر ھەرىكىتى چاشقان قۇيرۇقىسىمان بولىدۇ. بۇ خىل ھالەت ئور ۋۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ ئىششىق سەۋەبىدىن يۈز بەرگىنى بولۇپ، ئىششىق تارقالمىغان ۋاقىتلاردا يۈز بېرىدۇ. سوۋيدۇكتە ياغلاشلىق ۋە چۆكمە كۆپ بولىدۇ. بۇغداي كېپەكىگە ئوخشاش ئۇششاق نەرسىلەر كۆرۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا سوۋيدۇكى ئازراق قويۇق بولىدۇ. كۆزلىرى ئىچىگە ئولتۇرۇشۇپ كېتىدۇ. بىمار ئاجىزلايدۇ. بەدىنى ئورۇق، چىرايى قورۇق بولۇش ئور ۋۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ ئىككىنچى دەرىجىسى يېتىپ كەلگەنلىكىنىڭ ئالامىتىدۇر ۋە ئاخىرقى باسقۇچقا كەلگەندە بۇ ئالامەتلەر ئېغىرلاپ كېتىدۇ يەنى كۆزلىرى پۇتۇنلەي ئىچىگە كىرىپ كېتىدۇ ۋە قورۇق چاپاقلار چىقىدۇ. ھەر قايسى

ئەزالارنىڭ سۆڭەكلىرى كۆرۈنۈپ قالىدۇ. پېشانىسىگە قورۇق چۈشىدۇ. چىراي ۋە تېرە-سىدە پارقىراقلىق بولمايدۇ. تېرىسىدە ئاپتاپتا كۆيگەندەك ئېچىشىش مەلۇم بولىدۇ. كۆزىدە ئۈيقۇسىزلىقتەك ھالەت مەلۇم بولىدۇ. بويۇن ۋە بۇرۇن ئۇزۇن بولىدۇ. كېكىر-دەك سىرتقا چىقىپ قالىدۇ. قوۋۇرغىلىرى كۆرۈنۈپ قالىدۇ. تومۇرلىرى سۈزۈك كۆرۈ-نۈشكە باشلايدۇ ۋە قاندىن خالى بولغاندەك مەلۇم بولىدۇ. ئاۋازى ئىنچىكىلەيدۇ. چاچلىرى شالاڭلىشىدۇ ۋە چۈشۈپ كېتىدۇ. مۇرىسى كۆتۈرۈلۈپ قالىدۇ.

ئەگەر ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ باشقا دەرىجىسى يەنى ئورۇقلاش ھەددىدىن زىيادە ئېغىرلاپ، ئۇچىنچى دەرىجىگە يېتىپ قالغان بولسا سۈيدۇكى ياغلىشاڭغۇ بولىدۇ. قۇرۇق-لۇق كۆپىيىدۇ. بەدەنده گۆش قالمايدۇ. چاچلىرى ناھايىتى تېز چۈشۈپ كېتىدۇ. بەدەنده سۆڭەكتىن باشقا ھېچنەرسە قالمايدۇ. ئىچ سۇرۇپ ئۇخلاشقا باشلايدۇ. كۆمۈرچەكلىرى ئېرىشكە باشلايدۇ. قوغداپ قېلىش ئىمكانىيىتى پۈتۈنلەي تۈگىشىدۇ.

ئەگەر چىرىش خاراكتېرلىك ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما مۇرەككەپلەشكەن بولسا قىزىتما داۋاملىق تۇتۇش بىلەن چىرىش خاراكتېرلىك قىزىتمىنىڭ تۇتۇش ۋاقتى مۇڭاپىق ھالدا ئۆتكۈرلىشىپ كېتىدۇ.

ئەگەر چىرىش خاراكتېرلىك قىزىتمىنىڭ كېسەللىك ماددىسى تومۇردىن سىرتقا چىققان بولسا توڭۇپ تىترەشتىن خالىي بولالمايدۇ. قايسى قىزىتما بىلەن مۇرەككەپلەشكەن بولسا ئۇنىڭ ئالامەتلىرى مەۋجۇت بولىدۇ. ئۇ مۇرەككەپلەشكەندىن كېيىنمۇ تەرلەش ۋە قىزىتمىنىڭ ۋاقتى تۆۋەنلەپ يەڭگىلرەك ھالدا مەۋجۇت بولۇپ تۇرىدۇ. چىرىش خاراكتېر-لىك قىزىتمىغا نىسبەتەن ئورۇقلاپ ئاجىزلاش تېز سۈرئەت بىلەن ئاشىدۇ. چوڭ ـ كىچىك تەرەتلەر ياغلىشاڭغۇ بولىدۇ.

ئەگەر ئاشكارا چىرىش خاراكتېرلىك ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما يوشۇرۇن بولسا قىزىتما تۇتۇشنىڭ دەسلىپىدە تومۇر ھەرىكىتىنىڭ سوقۇشى ئۇنىڭغا دالەت قىلىدۇ. چۈنكى يەككە ھالدىكى ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىدا بۇ خىلدىكى تومۇر سوقۇش ھەرگىزمۇ مەۋجۇت بولمايدۇ. بەزىدە ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ باشلىنىشى ئاشقازان ھارارىتىدىن بولىدۇ ۋە جىگەرمۇ بۇزۇلىدۇ. پۈتلاردىمۇ پارقىراقلىق پەيدا بولىدۇ.

جالىنۇس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىغا گىرىپتار بولغۇچى كۆپ ساندىكى بىمارلارنىڭ ئۆلۈپ كېتى-شىدىكى سەۋەب ـ بۇ خىل قىزىتما چاپلاشقۇچى قىزىتمىغا ئوخشاش بولىدۇ. تەجرىبىسىز تېۋىپلار داۋالاش جەريانىدا قىزىتقۇچى دورىلارنى بەرگەندە، بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يېتىدۇ.

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما بىلەن چاپلاشقۇچى قىزىتمىنىڭ پەرقى غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغان قىزىتمىلارنىڭ بايانىدا سۆزلەندى ۋە كۈندىلىك قىزىتمىنىڭ ئورۇقلاتقۇ-

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇر كىتابلىرىنى كىتابخانا بىلەن تەمىنلەش

چى قىزىتمىغا ئۆزگىرىش جەريانىمۇ كۈندىلىك قىزىتمىدا بايان قىلىنىدى.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

«كۈندىلىك قىزىتما ئومۇمەن 12 سائەتتىن كېيىن تۆۋەنلەشكە باشلايدۇ ۋەئۇچ كۈندىن كېيىن يەنە قېپقالغان بولسا، بۇ ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىغا ئۆزگىرىۋاتقانلىقىنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ.»

داۋالاش:

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما مۇستەھكەملىنىپ بولغاندىن كېيىن داۋالاشنى ئاسان قوبۇل قىلمايدۇ. داۋالاشنىڭ دەسلىپىدە ئېلىپ بېرىلغان تەدبىرلەرنىڭ ئۈنۈمى ناھايىتى تۆۋەن بولىدۇ. چۈنكى بۇ خىل قىزىتما كۆرۈنۈش جەھەتتە چاپلاشقۇچى قىزىتمىغا ئوخشاش بولىدۇ.

ئەگەر بىرەر تېۋىپ بىمارنى تەكشۈرۈپ تومۇر ھەرىكىتىنىڭ ئىنچىكە ۋە قاتتىق بولۇپ ئارقىمۇ ئارقا سالىدىغانلىقى ۋە تاماقتىن كېيىن بەدەن ھارارىتىنىڭ يۇقىرىلىشىنى ھېس قىلالىسا قۇرسى تاباشىر مۇلەييىن، قۇرسى كاپۇر، سوۋۇتقۇچى دورىلاردىن تەرخەمەك سۈيى ياكى قاپاق سۈيى ئىستېمال قىلدۇرۇلسا، بىمار ساقىيىپ كېتەلەيدۇ.

ئەگەر ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما چىرىتكۈچى قىزىتما بىلەن مۇرەككەپلەشكەن بولسا بىمارنىڭ ئاشقازىنى ئاجىز بولمىسا، يۇقىرىقى دورىلارنى ئۆچكە سۈتى، ئېشەك سۈتى ۋە قىز تۇغقان ئاياللىنىڭ سۈتى بىلەن بىرلىكتە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ ۋە خېمىرى خەشخاشنى نەزلە ۋە نەزلىدىن بولغان يۆتەلنى داۋالاشتا قوللىنىدىغان قۇرسلار بىرلىكتە بېرىلىدۇ ياكى كاپۇر 0.5 گرام، تاباشىر بىر گرام، مەرۋايىت بىر گرام، زۇمرەت 0.5 گرام قاتارلىق دورىلارنىڭ قايسى بىرىنى سوقۇپ، قۇرسى تاباشىر كاپۇر تۆت گرام، خېمىرى مەرۋايىت ياكى خېمىرى گاۋزىبان، شەربىتى نىلۇپەر قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ بېرىلىدۇ.

ئاندىن كېيىن سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى 24 گرام، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى، نىلۇپەر شەربىتى، تەمرى ھىندى شەربىتى، شەربىتى ھۆممۇز قاتارلىق دورىلار بىرلىكتە بېرىلىدۇ.

ئومۇمەن بۇ قىزىتمىدا كۆچلەندۈرۈش ۋە سوۋۇتۇشقا ئەھمىيەت بېرىش لازىم. ئىچى سۈرۈش بولسا تۇنتۇچى دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. يەنى تاباشىر بىر گرام، كاپۇر 0.5 گرام قاتارلىق دورىلارنى تالقانلاپ ياقىيوپۇرمىقى شىرىسى ۋە بېھى قىيامى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما چىرىش خاراكتېرلىك قىزىتما بىلەن مۇرەككەپلەشكەن بولسا تەبئەتنى يۇمشىتىش ۋە غەيرىي تەبئىي خىلتنى چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن تۆۋەندىكى تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

گۈل بىنەپشە، نىلۇپەر، چىلان، سەرپىستان، شوخلا، گاۋزىبان، ئاق لەيلى ئۇرۇ-

قى، ھەمىشىباھار ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى ئاخشىمى ئەرەقلەرگە چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە خىيارشەنبەر، تەمرى ھىندى، تەرەنجىبىن ئارىلاشتۇرۇپ، شىرىسى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ، گۈلقەنت ۋە بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنى چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن يۇقىرىقى نۇسخىغا شىرخىست قوشۇلىدۇ.

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنى داۋالاشتا ھەرقانداق تەدبىر بىلەن سوۋۇتقۇچى ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تەدبىرلەرنى ئويلىشىش كېرەك. يەنى دورا ئىچكۈزۈش، ھەر خىل سۈزمىلارنى سۈزۈش، مۇجۇش، دورا سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇش، مۇنچىغا چۈشۈرۈش، ئوزۇقلاندۇرۇش، سۈت ۋە ھاراق بېرىش قاتارلىق تەدبىرلەر ئارقىلىق ھۆللۈك يەتكۈزۈش ۋە سوۋۇتۇش لازىم.

كاپۇرغا ئوخشاش بەزى سوۋۇتقۇچى دورىلار قۇرۇتۇشقا سەۋەبچى بولىدۇ. شاراپقا ئوخشاش بەزى ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلار قىزىتىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن كاپۇر ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلار بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. شاراپنى سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تاماق ھەزىم بولغاندىن كېيىن بېرىلىدۇ. بوشاشتۇرغۇچى ۋە ئاشقازاننى ئاجىزلاشتۇرغۇچى دورىلار قەتئىي بېرىلمەيدۇ.

ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلارنى قاينىتىپ، بىمار ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن پۈتۈن بەدەنگە قاپاق يېغى سۈركىلىدۇ ۋە قاپاق يېغى بۇرۇن ۋە قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ئۆچكە گۆشى، پاچاق شورپىسى، پاقلان گۆشى، چوجە گۆشى، توخۇ شورپىسى، سوغۇق تەبىئەتلىك كۆكتاتلار ۋە ئارپا ئېشى بېرىلىدۇ. تاماقتا تۇز قوشماسلىق لازىم ھەمدە چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى بېرىش ناھايىتى پايدىلىق. سوغۇق جايلاردا ئارام ئالدۇرۇلىدۇ.

قۇرۇق ئىسسىق تەبىئەتلىك، تۇزلۇق يېمەكلىكلەردىن ۋە ئۇسسۇزلۇق ۋە غەم - قايغۇدىن ساقلىنىش لازىم.

ئەگەر ھارارەت يۇقىرى بولسا تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى ياكى قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى يەتتە گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. سوقۇلغان گاۋزىبان ئۇرۇقىنى تەڭ مىقدار-دىكى قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىشمۇ ناھايىتى پايدىلىق. بەزىدە ئۇنىڭغا تاباشىر تالقىنى قوشۇلىدۇ ھەمدە پالەك ئۇرۇقى شىرىسىمۇ بۇ ھەقتە پايدىلىق.

تۆۋەندىكى دورىلارنىڭ سۈيىدە بىمارنى ئولتۇرغۇزۇش ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنى داۋالاشتا ناھايىتى پايدىلىق:

نېلۇپەر، گۈل بىنەپشە، خەشخاش پوستى، ئاقلاپ چالا سوقۇلغان ئارپا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كاسىنە يوپۇرمىقى، سۆگەت يوپۇرمىقى، ھەمىشىباھار يوپۇرمىقى، توغرالغان

ئۇيغۇر كتاب توپلىكى www.uyghurkitap.com

قاپاق، توغرالغان تاۋۇز، توغرالغان تەرخەمەك، ئوسۇك ئۇرۇقى، ئوسۇك يوپۇرمىقى، سېمىزئوت يوپۇرمىقى، پالەك قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەممىسىنى ياكى تېپىلغانلىرىنى سۇدا قاينىتىپ، ئىلمان ھالەتكە كەلگەندىن كېيىن بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، لېكىن بىمارنىڭ بېشى سىرتقا چىقىرىپ قويۇلىدۇ.

بىمارنى سۇدىن چىقارغاندىن كېيىن بەدەننى قۇرۇتۇپ، قاپاق يېغى، بىنەپشە يېغى ۋە ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار سۈركىلىدۇ.

بەزى تېۋىپلار ئۆچكە سۈتى، كالا سۈتى سۈركەش ۋە ئۇنىڭدا بىمارنى ئولتۇرغۇزۇش پايدىلىق دەپ كۆرسەتكەن.

تۆۋەندىكى بىر قىسىم پىشىشق دورىلار ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما ئۇچۇن پايدىلىق. ھەببى شاپتۇل، ھەببى كاپۇر قاتارلىق دورىلار مۇناسىۋەتلىك ئەرەقلەر بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

كۆك شوخلا سۇيى 72 مىللىلىتىر، شەربىتى نېلۇپەر 24 گرام، ياۋاسىمىز ئوت ئۇرۇقى تالقىنى ئالتە گرام قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەگەر يۆتەل ئېغىر بولسا بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۇچ گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى شىرىسى تۆت گرام، خېمىرى خەشخاش بەش گرام قوشۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى ئەنجاز قوشۇلىدۇ.

قورساق ئاغرىغان كۈنلەردە 24 گرام گۈلقەنت 84 مىللىلىتىر ئەرقى بەدىيان بىلەن بىرلىكتە ئىچكۈزۈلىدۇ ۋە قورساق ئاغرىقى باشلانغاندىن كېيىن تەرخەمەك سۇيى 84 گرام، شەربىتى بىنەپشە 24 گرام قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئالتە گرام ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ، خېمىرى خەشخاش بىلەن بىرلىكتە بېرىلىدۇ. ئاخشىمى بېھى ئۇرۇقى لوئابى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، شەربىتى بىنەپشە ۋە ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقى تالقىنى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ يۇقىرىقى خېمىر دورىلار بىلەن بىرلىكتە يېگۈزۈلىدۇ.

ئاندىن كېيىن قۇرسى سەرتان كاپۇرنى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن خېمىر دورىلار بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، تەرخەمەك سۇيى، بىنەپشە شەربىتى ۋە ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقى تالقىنى بىلەن بىرلىكتە بېرىلىدۇ. تەرخەمەك سۇيىنى كۈندە 12 گرامدىن كۆپەيتىپ 144 گرامغا يەتكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قول ـ پۇتلىرىدا ئىششىق بولسا، كۆك شوخلا سۇيىنى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن قۇرسى دورىلار ۋە شەربىتى ئەنجاز بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

تاباشىر، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا بىر گرامدىن دورىلارنى تالقانلاپ، شەربىتى بۇزۇرى بىلەن بىرلىكتە ئىچكۈزۈپ، كەينىدىنلا تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى 12 گرام، خەشخاش ئۇرۇقى شىرىسى 13 گرام، ئۇلارنىڭ شىرىسىنى ئەرقى شوخلا بىلەن چىقىرىپ، تاتلىق ئانار شەربىتىدىن 12 گرام، ياۋا سېمىزئوت ئۇرۇقى تالقىنىدىن ئالتە گرام قاتارلىق

دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلسە، ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما، جىگەر ئاجىزلىقى ۋە يۆتەل ئۈچۈن پايدىلىق.

ئەگەر ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما بىلەن يۆتەل ۋە تولغاق بولسا بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابىنى ئەرەقلەر بىلەن چىقىرىپ، قەنت ۋە پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭ ئۇنۇمى بولمىسا چاھار تۇخۇمىنى ئەرقى شوخلا بىلەن قاينىتىپ، بېھى قىيامى ۋە بادام يېغى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. خىيارشەنبەر ئۇرۇقىنى ياغ بىلەن ياغلاپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇرۇقلار سىرتقا چىققان بولسا ۋە توسالغۇ بولمىسا ئۇنىڭ تالقىنىدىن بەش گىرام كاپ ئەتكۈزۈپ، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئاقلەيلى يىلتىزى لوئابى، سېمىزگوت ئۇرۇقى شىرىسىنى ئەرەقلەر بىلەن چىقىرىپ، بېھى قىيامى، قاپاق ئۇرۇقى تالقىنى، رەيھان ئۇرۇقى تالقىنى، تۇخۇمى مەرۋە تالقىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا داۋائى مىشكى بارىد، سۇفۇپى دىق، سۇپۇپى سىل، شەربىتى مۇرەكەپ، ئەرقى كاپۇر، ئەرقى شىر، ئەرقى مۇرەككەپ ھەكىم شەرىپخان، ئەرقى مۇرەككەپ ھەكىم ئەجمەلخان، قۇرسى تاباشىر كاپۇرى، قۇرسى تاباشىر لۆئلىۋى، مائۇل قەرئى، مائۇل خىيار، مائۇللەھمى ساددە، مەجۇنى راھەت، مۇپەررىھ بارىت، مۇپەررىھ ياقۇت بارىت قاتارلىق دورىلار پايدىلىق.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنى داۋالاش، سوۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە باغلىق. شۇنىڭ ئۈچۈن سوۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشنى قولغا كەلتۈرۈش لازىم. ئەكسىچە قىزىتىش ۋە قۇرۇتۇش سەۋەبلىرى يوقىتىلىدۇ. ئەمما سوۋۇتۇش بىلەن ھۆللۈك يەتكۈزۈش بىر - بىرىگە ئەكسىچە سەۋەب شەكىللەندۈرىدۇ، يەنى سوۋۇتقۇچى تەدبىرلەر قۇرۇتۇشقا سەۋەبچى بولىدۇ.

بەزىدە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تەدبىرلەر قىزىتىشقا سەۋەبچى بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن سوۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشتە تۆۋەندىكى ئىشلارغا دىققەت قىلىش لازىم.

ئەگەر كۆچلۈك سوۋۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا ئۇنى ئىشلىتىشنىڭ ئالدى - كەينىدە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ، يەنى قۇرسى كاپۇر، قۇرسى تاباشىرنى بەرگەندە سېمىزگوت ئۇرۇقى شىرىسى ۋە ئىسپىغۇل لوئابى بىرلىكتە بېرىلىدۇ. شۇنداقلا كۆچلۈك ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، مائۇللەھمى ۋە شاراپ ئىستېمال قىلدۇرۇشقا توغرا كەلسە، ئۇنىڭ بىلەن ياكى ئۇنىڭدىن كېيىن سېمىزگوت ئۇرۇقى شىرىسى ۋە تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسى، شەربىتى نىلۇپەر، شەربىتى بىنەپشە قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما بىرەر ئەزانىڭ ئىششىقىدىن ياكى ئاغرىشىدىن بولغان

بولسا ئۇنى داۋالاش كېرەك.

سوۋۇتۇشتا ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشتە بەدەننى كۆچلەندۈرۈشكە ئەھمىيەت بېرىش لازىم. قىزىتما ئۆتكۈر بولغان كىشىلەرگە تېخىمۇ مۇۋاپىقتۇر. بۇنداق ھالەتتە قۇرسى كاپۇر يۆتەل بولمىغان ئەھۋالدا بېرىلىدۇ ۋە كۈن چىققاندا ئارپا سۈيى بېرىلىدۇ.

بىمار ياقتۇرسا ئۈنىكىغا سەرتان قوشۇلىدۇ. ئاشقازان ئاجىز بولمىسا، ئۇخلاش ۋاقتىدا ئىسپىغۇل لوئابى بېرىلىدۇ.

سوۋۇتۇش ئۇچۇن شەربىتى نېلۇپەر، شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى ئانار ۋە شەربىتى سەندەل قاتارلىقلار بېرىلىدۇ ھەمدە قۇرسى كاپۇر، كاسنە يوپۇرمىقى سۈيى، ئوسۇك يوپۇرمىقى سۈيى بېرىلىدۇ. ئوسۇك، سېمىزگوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە سۈيى، سېمىزگوت يوپۇرمىقى، موم ۋە بىنەپشە يېغى قاتارلىقلاردا زىماد تەييارلاپ سۈركىلىدۇ.

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىدا قوللىنىلىدىغان سوۋۇتقۇچى، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تەدبىرلەر بەدەن كۆچلەندۈرۈش تەسىرىگە ئىگە بولۇشى كېرەك، يەنى سەرتان بىلەن پىشۇرۇلغان ئارپا سۈيى، كالا قېتىقىغا ئوخشاش سۈيۇق يېمەكلىكلەر، ئۆتكۈر خاراكتېرلىك قىزىتمىنى داۋالاشتا قوللانغان كۆكتاتلارنىڭ سۈلىرى، لوئابلار ئىشلىتىلىدۇ.»

ئېشەك سۈتى ھۆللۈك يەتكۈزۈش ۋە سوغۇقلۇق يەتكۈزۈش تەسىرىگە ئىگە. بەزى تېۋىپلار كالا قېتىقى ئېشەك سۈتىدىن سوۋۇتۇش تەسىرى كۈچلۈك دەپ قارايدۇ. لېكىن ئېشەك سۈتى ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىدا بىرەر ئەگەشمە كېسەللىك ۋە خىلىت بولمىغان ئەھۋال ئاستىدا مۇۋاپىق كېلىدۇ. بەرگەن سۈت ئاشقازاندا ئۈيۈپ قالماسلىقى كېرەك ۋە ئۈنىكىغا قەنت ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش لازىم. چۈنكى قەنت سۈتنىڭ ئاشقازاندا ئۈيۈپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

ئەگەر ئېشەك سۈتىدىن ئوفۇنەتىلىنىش ئېھتىمالى بولسا يەڭگىل سۈركە دورا بېرىلىدۇ. قىزىپ كېتىش خەتىرى بولسا، بىر نەچچە كۈن سۈتنى بەرمەسلىك كېرەك ۋە قۇرسى كاپۇر، قۇرسى تاباشىر ۋە ئابى پەۋاكىھ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. پەقەت سوۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈش سالاھىتى بولغان دورىلار قۇرس شەكلىدە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. ئۇلاردىن قۇرسى كاپۇر، قۇرسى تاباشىر بۇ ھەقتە ئالاھىدە ياخشى ئۇنۇمگە ئىگە.

ساھىب كامىل بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنى داۋالاشتا بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتىنى نورمال، ئورۇقلاپ كەتمىگەن ئالامەتلىرى يېنىك بولغاندا داۋالاشقا يۇزلىنىش كېرەك، لېكىن تومۇر ھەرىكىتى ئىنچىكە ھەم قاتتىق بولۇش ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ تىپىك ئالامىتىدۇر. بۇنداق ھالەتتە بىمارنى سوغۇق ئورۇنغا يۆتكەپ، سوغۇق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورىلارنى پۈرىتىش كېرەك. قىش پەسلى بولسا مۆتىدىل جايلاردا تۇرغۇزۇش ۋە ئۇيقۇسىزلىق، غەم ـ قايغۇ،

ئۇسسۇزلۇقتىن ساقلىنىش كېرەك ھەمدە ھەر كۈنى ئەتىگەندە مۇۋاپىق مىقداردا قەنت ۋە ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنى ئىچكەندىن كېيىن گۈلاب ۋە شەربىتى خەشخاش ياكى چىلان شەربىتى سوغۇق سۇ بىلەن بېرىلىدۇ. ئىلمان سۇ بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ. يۇيۇنۇپ بولغاندىن كېيىن چۈجە ياكى پاقلاننىڭ پاچاقلىرىدا ئاددىي شورپا قىلىپ، قاپاق، ئوسۇك يىلتىزى ياكى پالەك قوشۇپ بېرىلىدۇ.

بەزىدە شېكەر ۋە بادام يېغىدا ئاق ئۇن ھالۋىسى تەييارلاپ بېرىلىدۇ. بەزىدە بېلىق شورپىسى، بېلىق كاۋىپى، بادام يېغىدا پىشۇرۇلغان بېلىق يىگۈزۈلىدۇ.

بەزىدە ئۆچكە قېتىقى ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. قىزىتما يۇقىرى بولمىسا سۈت ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، تاتلىق ئانار، شاپتۇل، چىلان بېرىلىدۇ، ئەمما بۇ يېمەكلىكلەرنى كۆپ بەرمەسلىك كېرەك. بەزىدە ئازراق ئۇزۇم، ئەنجۈر، بانان ئىستېمال قىلدۇرۇشمۇ پايدىلىق.

خەشخاش، شېكەر، بادام مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلاردىن قائىدە بويىچە ھالۋا تەييارلاپ بېرىلىدۇ ۋە بىمارنى سوغۇق سۇدىن چەكلىمەسلىك لازىم. قۇرۇق ئىسسىق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ.

كۆكرەك ۋە جىگەرگە سەندەل، ئەرقى گۈل، گۈل يېغى، سېمىزئوت ئۇرۇقى سۈيى، يۇمغاقسۇت سۈيى، بىنەپشە يېغى قاتارلىق دورىلاردىن قۇرس تەييارلاپ داكىغا يۆگەپ قويۇلىدۇ ۋە ۋاقتىدا ئالماشتۇرۇلىدۇ.

ئەگەر بىمارىدا ئورۇقلاپ كېتىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە ۋە قىزىتما بولسا بىمارنى سوغۇق ھاۋادىن ساقلاش كېرەك، چۈنكى سوغۇق ھاۋاغا ئۇرۇلۇش ئارقىلىق بىمارىدا نەزلە پەيدا بولىدۇ ۋە ھەر كۈنى ئەتىگەندە كۈن چىقىشتىن بۇرۇن قۇرسى كاپۇر، ئانار سۈيى، تاۋۇز سۈيى، قاپاق سۈيى ياكى تەرخەمەك سۈيى بېرىلىدۇ.

ئاپتاپ چىققاندا خەشخاش ۋە چىلان بىلەن پىشۇرۇلغان ئارپا سۈيىگە بادام يېغى، قاپاق يېغى تۆت گرامدىن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇچ سائەتتىن كېيىن شەربىتى خەشخاش ياكى چىلان شەربىتى ۋە ياكى گۈلاب ئىچكۈزۈلىدۇ.

بىمار نېلۇپەر، بىنەپشە ۋە قاپاق پوستى قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىمىسىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بۇ تەدبىر مۆتىدىل ھاۋالىق ئۆيدە ياكى مۇنچىدا ئېلىپ بېرىلىدۇ. بىمار سۇدىن چىققاندىن كېيىن بىنەپشە يېغى ۋە قاپاق يېغى بىمارنىڭ بەدىنىگە سۈركىلىدۇ. ئازراق ۋاقىتتىن كېيىن ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ، يەنى توخۇ گۆشى شورپىسىغا بادام يېغى، ئوسۇك ۋە پالەك قوشۇپ پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. كەچتە ئەسىردىن كېيىن دورا سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ئاندىن كېيىن قائىدە بويىچە ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ. ئۇخلاش ۋاقتىدا گۈلاب ۋە چىلان شەربىتىگە بېھى ئۇرۇقى لوئابى، سېمىزئوت ئۇرۇقى شىرىسى ۋە بادام يېغى قوشۇپ

ئىچكۈزۈلىدۇ. يەنە بىر قېتىم ھۆللۈك يەتكۈزۈش ۋە سوۋۇتۇش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر بىماردا ئورۇقلاش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ساقىيىش ئىمكانىيىتى يوق دەپ قارالغاندىمۇ يۇقىرىقى تەدبىرلەرنى قوللىنىش كېرەك. ئەتىگەندە قۇرسى كاپۇردىن تۆت گرامنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى ياكى ئېشەك سۈتى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ ئەمما سۈت بەرگەندە قىزىتما ئۆتكۈر بولماسلىقى كېرەك.

مۇنچىدا ياكى مۆتىدىل جايلاردا دورا سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ياز پەسلى بولسا دورا سۈيىدىن چىقاندىن كېيىن سوغۇق سۇدائولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن كېيىن بىنەپشە يېغى ۋە قاپاق يېغى سۈركىلىدۇ. ئازراق ۋاقىتتىن كېيىن خەشخاش ۋە ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇچ سائەتتىن كېيىن بىنەپشە، نېلۇپەر، خەشخاش پوستى، ئاقلاپ چالا سوقۇلغان ئارپا، بابۇنە گۈلى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، ئوسۇك يوپۇرمىقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ ئىلمان ھالەتتە بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ئاندىن كېيىن ئىلمان سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن كېيىن بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر يېغى سۈركىلىدۇ. ئاندىن توخۇ گۆشى ۋە كىچىك بېلىق قاتارلىق سىغىشلىق يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ، لېكىن بەك تويغۇدەك يېمەكلىك بەرمەسلىك لازىم. كەچلىكى ھالۋا بېرىلىدۇ، يەنى ئاقلاپ سوقۇلغان ئارپا 72 گرام، باقلا 36 گرام، ئاقلانغان ماش، خەشخاش 24 گرام، تاتلىق بادام مېغىزى 18 گرام قاتارلىق دورىلارنى 150 مىللىلىتىر سۇ بىلەن پىشۇرۇپ، سۈزۈپ، قاپاق سۈيى قوشۇپ، يەنە بىر قېتىم قاينىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن 144 مىللىلىتىر ئېلىپ، 72 گرام ئاچچىق ئانار سۈيى ۋە 14 گرام بادام يېغى قوشۇپ، ئۇن قوشۇپ تەييارلاپ، 120 ~ 240 گرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. بىر ئاز ۋاقىتتىن كېيىن يەنە بىر قېتىم دورا سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. دوراسۈيىدىن چىققاندىن كېيىن يېمەكلىكلەر ھەزىم بولغاندىن كېيىن لوئاب، گۈلاب، ئانار سۈيى ۋە شەربىتى خەشخاش ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قىزىتما ئۆتكۈر بولمىسا ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى ئىچكۈزۈش ياكى كۆكرەكتىن ئېمىتىش ياكى ئېشەك سۈتىگە ياغ قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەگەر قىزىتمائۆتكۈر بولسا سۈت ئىچكۈزۈشكە بولمايدۇ. كالا قېتىقىنى سىل كېسەللىكى بايانىدا سۆزلەنگەن بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. كۆكرەككە سوۋۇتقۇچى قىيىرۇدلار زىماد قىلىنىدۇ.

ئەگەر بەزىدە قەۋزىيەتلىك بولسا، خىيارشەنبەر ۋە تەرەنجىبىن شىربىسى ۋە ئەينۇلا شىربىسى ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. ئەينۇلىنى شەربەتكە چىلاپ ئىستېمال قىلدۇرىلىدۇ. ئەمما قورساقنىڭ بوش بولۇشى بۇ قىزىتما ئۇچۇن خەتەرلىكتۇر.

ئەگەر تەبئەت يۇمشاق بولسا شەربىتى ھەببۇلئاس بىلەن سۇفۇپتىن بېرىلىدۇ. زەپەر سالمىغان قۇرسى تاباشىر قابزىنى شەربىتى ئاس بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەگەر ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىدا ئورۇقلاش ئەڭ ئاخىرقى باسقۇچقا يەتكەن ۋە بەدەن

قۇرۇپ ھۆللۈك يوقالغان بولسا ھەمدە بەدىنده ھۆللۈك ۋە يۇمشاقلىق بولمىسا داۋالاش ئۇنۇم بەرمەيدۇ ۋە داۋالاشنىڭ پايدىسى يوق. كۆپىنچە بۇنداق داۋالاش بىمارنىڭ ئۆزۈنراق ياشىشى ئۈچۈن ئىمكانىيەت يارىتىپ بېرىشى مۇمكىن. بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكىدەك تەدبىر قوللىنىلىدۇ: ئايال كىشىنىڭ كۆكرىكىدىن سۈتىنى بىۋاستە ئەمگۈزۈش، بەدىنگە سۈت سۈركەش، مۇمكىن بولسا سۈتتە ئولتۇرغۇزۇش، سۈتتىن چىققاندىن كېيىن بىنەپشە ۋە نېلۇپەرنىڭ قاينىتىمىسىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ئاندىن كېيىن ساپ بىنەپشە يېغى سۈركىلىدۇ ۋە ئالما، بېھى سېلىپ پىشۇرۇلغان توخۇ گۆشى، كەپتەر گۆشى، كەكلىك گۆشى ئازراق شاراپ بىلەن بېرىلىدۇ. شورپىغا دارچىننىڭ ئورنىغا تارشاڭنى پارچىلاپ تاشلىنىدۇ ياكى شورپىنىڭ ئورنىغا پاقلان، چۇجە، ئالما سۇيى، بېھى سۇيى قاتارلىقلار بىلەن مائۇللەھمى تەييارلاپ بىر ئاز چۆكۈرۈپ بېرىلىدۇ. بىمار يېيىشنى خالىغان ھەر قانداق يېمەكلىكلەر زىيانلىق بولسىمۇ چەكلىمەسلىك كېرەك.

خۇش پۇراق سەندەل، كاپۇر ئىسرىقلىرى پۈرىتىلىدۇ. سەندەل، ئەرقى گۈل ۋە كاپۇرغا پۇچۇلانغان كىيىم ـ كېچەكلەر كىيدۈرۈلىدۇ. بىمار ھاۋالىق جايدا تۇرغۇزۇلىدۇ. چىرايىغا پات ـ پات ئەرقى گۈل چېچىپ تۇرۇش كېرەك.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا بىمارغا ئاز مىقداردا كۈنىگە بىر نەچچە قېتىم ئوزۇقلۇق بېرىلىدۇ، ئەمما ھەر بىر قېتىمدا قورساقنى تويغۇزۇۋەتمەسلىك لازىم. ئارپا سۇيى ۋە سۈ ياكى سۈت بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

مېۋىلەردىن تاۋۇز ئەڭ ياخشىدۇر. ئاشقازان كۈچلۈك بولسا تەبىئەت خالىسا توزسىز قوۇرت بېرىلىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ بەدىن قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، كەكلىك ۋە كەپتەر گۆشى شورپىسىغا زىرە ۋە ھۆل يۇمغاقسۈت سېلىپ پىشۇرۇپ بەرسە بولىدۇ. بەزىدە شورپا بېرىپ بولغاندىن كېيىن ئازراق ھاراقتا كۆيرەك سۇ ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش زۆرۈردۇر. ھەزىم قىلىش كۈچى كۈچلۈك بولسا كەپتەر، كەكلىك، توخۇ گۆشلىرىنىڭ كاۋاپلىرى، كالا گۆشى ۋە پاقلان گۆشى بېرىلىدۇ. ھەزىم قىلىش كۈچى ئاجىز بولسا، مائۇللەھمىگە سوغۇق تەبىئەتلىك چۈچۈمەل مېۋە ـ چېۋىلەرنىڭ سۈلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ ياكى چالا پىشۇرۇلغان توخۇ تۇخۇمى بېرىلىدۇ.

ئەگەر بەدەن ئاجىزلىق ھوشسىزلانغۇدەك دەرىجىدە بولسا، پاقلاننىڭ قوۋۇرغا گۆشى شورپىسىغا ئازراق تۇز قوشۇپ، تەڭ مىقداردا ئالما سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭ 20 ھەسسىسىگە بىر ھەسسە ھاراق قوشۇپ ئىلمان ھالەتتە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر قورساق ۋە دىئافراگمىدا ئىششىق بولمىسا ياكى بەدىنده چىرىش ۋە غەيرىي تەبىئىي خىلىت بولمىسا، سوغۇق سۇ ئىچسە بولىدۇ، لېكىن نورمال ئىچىشى كېرەك.

1985

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بىكىتى www.uyghurkitap.com

ھەر قانداق ھالەتتە سوغۇق سۇنى كۆپ بەرمەسلىك كېرەك. شۇنداقلا ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما، مېڭە پەردە يالليۇغى ۋە دىئافراگما يالليۇغىغا ئۆزگەرگەندە سوغۇق سۇ بېرىشكە بولمايدۇ.

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ ئاساسلىق ئالامەتلىرى:

1. ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىدا يۈز بېرىدىغان بىر ئالامەت ھوشسىزلىنىشتۇر. داۋالاشتا يۇقىرىدا سۆزلەپ ئۆتكەنگە ئوخشاش كۈچلەندۈرگۈچى ۋە خۇشاللىق يەتكۈزگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

2. ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىدا يۈز بېرىدىغان ئىككىنچى ئالامەت ئىچ سۇرۇش. ئىچ سۇرۇش بۇ خىل قىزىتما ئۈچۈن خەتەرلىكتۇر. بۇنى داۋالاشقا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن بىمارغا ئارپا سۈيىگە ئانار ئۇرۇقى ياكى ئالما سۈيى قوشۇپ بېرىلىدۇ ياكى ئارپا بىلەن قورۇلغان تېرىقنى ياكى نوقۇتنى بىرلەشتۈرۈپ ئارپا ئېشى ئېتىپ بېرىلىدۇ ياكى سۈتكە قىزىتىلغان تاشنى تاشلاپ، ئۇنىڭ سۈيى تۆگىگەندە ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا قۇرسى تاباشىر قابىزدىن تۆت گىرام نامازشامگۈلى سۈيى بىلەن بېرىلىدۇ. ئاخشىمى ئۇخلاشتىن ئاۋۋال قورۇلغان ئىسپىغۇلنى ئالما شەربىتى، سوغۇق سۇ ياكى بېھى شەربىتى بىلەن بېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر ئىچى سۇرۇشتىن ئۈچەيدە سۈيۇلۇش بولسا كىلىزما قىلىنىدۇ.

ھېكمەت دېگەن كىتابنىڭ مۇئەللىپى بۇ ھەقتە مۇنداق دېگەن:

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىدا تېۋىپلار شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇپەر ۋە يۆتەل بولمىغاندا شەربىتى ئۈدتۇرۇچ، شەربىتى لىمون قاتارلىق دورىلارنى بېرىشنى تەۋسىيە قىلىدۇ. لېكىن مېنىڭ قارىشىمچە تاتلىق دورىلار بۇ خىل قىزىتما ئۈچۈن زىيانلىق. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنىڭدىن ساقلىنىش كېرەك.

سابى تېبنى قۇررە بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىغا گىرىپتار بولغۇچى سۈت ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن يالليۇغىلىنىش پەيدا بولسا سۈتنىڭ ئورنىدا كالا قېتىقىنىڭ قايمىقى مۇناسىۋەتلىك قۇرسىلار بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

جالىنۇس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە سوغۇق سۇ ناھايىتى پايدىلىق. مەنمۇ نۇرغۇن بىمارلارنى داۋالاشتا سوغۇق سۇ ئىچكۈزگەن، سوغۇق سۇدا ئولتۇرغۇزغان، ئۇنۇمى ناھايىتى ياخشى بولغان. لېكىن ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما ئېغىرلاشقاندىن كېيىن كۆپ مىقداردا سوغۇق سۇ بېرىش مۇۋاپىق ئەمەس. چۈنكى بۇنداق ھالەتتە ئورۇقلاش تۇپەيلىدىن بەدەن قۇۋۋىتى ئاجىز ۋە قانىنىڭ ئازلىقىدىن ئەزالارغا زىيان سالىدۇ. سوغۇقلۇقنىڭ كۆپلۈكىدىن بەدەننىڭ تەبئىي ھارارىتى تۆۋەنلەپ كېتىش خەتىرى بولىدۇ.

1986

ئەنتاكى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىنى داۋالاش، سوۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە باغلىق.

سوۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈشنىڭ توققۇز خىل تەدبىرى بار:

ئىقتىباس دېگەن كىتابنىڭ مۇئەللىپى بۇ ھەقتە مۇنداق بىرقانچە تۈرلۈك كۆرسەتمىنى كۆرسەتكەن:

1. كىيىم ـ كېچەك، ھاۋا، تۈرالغۇ جاي، بىمارنىڭ كۆرپىسى قاتارلىقلارنى ئالدىنئا-لا ئويلىشىش لازىم.

يەنى بىمارنى سۇ ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان جايلاردا ياتقۇزۇش، ئەگەر مۇمكىن بولمىسا بىمارنى ياتقۇزغان كارىۋات ئاستىغا داس ۋە چىلەكلەردە سۇ قۇيۇپ قويۇش ۋە سۇغا تەرخەمەك، ئاپىلسىن، پاقىيوپۇرمىقى، تاۋۇز قاتارلىقلارنى سېلىپ قويۇش كېرەك.

سوغۇق خۇش پۇراقلىق مېۋىلەردىن نېلۇپەر، بىنەپشە، قاپاق گۈلى، قىزىلگۈل، يەسىمەن، سۇدا، گۈلاب، بىدىمىشكى، ئاپىلسىن، قەغەز لىمونى، گۈل داۋۇدى قاتارلىق دورىلار بىمار تۇرغۇزۇلغان ئورۇنغا ياكى يېقىن ئەتراپقا قويۇپ قويۇلىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلارنى پات ـ پات ئەرقى سەندەل، ئەرقى گۈل ۋە سىركە بىلەن نەمدەپ تۇرۇش لازىم. بىمارنى ياتقۇزغان پالازغا، ئۆرۈنىڭ تاملىرىغا سۇ، ئەرقى گۈل ۋە سىركە قاتارلىقلارنى داۋاملىق چېچىپ تۇرۇش لازىم ۋە يۇقىرىقى مېۋىلەر بىلەن بىرگە سېمىز-ئوت، ئادىراسمان، چان دېنى، بىدىمىشكى قاتارلىقلارنىڭ شاخلىرى بىرلىكتە قويۇلىدۇ.

2. تۆۋەندىكى مۇنچىغا چۈشۈرۈش ۋە دورا سۇدا ئولتۇرغۇزۇش تەدبىرلىرىنى قوللىنىش لازىم.

مۇنچىنىڭ سۈيىگە گۈل بىنەپشە، نېلۇپەر، قاپاق يوپۇرمىقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئوسۇڭ، يۇمغاقسۇت ھەربىرىدىن ئون گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ يۇيۇش پايدىلىق. دورا سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇشنىڭ ئەڭ ياخشى ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە:

گۈل بىنەپشە، نېلۇپەر، كاسنە، تەرخەمەك، قىزىلگۈل، باقلا، يۇمغاقسۇت 250 گرامدىن، سۆگەت يوپۇرمىقى، كاسنە يوپۇرمىقى، ھەمىشباھار يوپۇرمىقى 125 گرام-دىن، ئاقلانغان ئارپا، تەرخەمەك، بادرەنجى بۇيا، ھۆل قاپاق 300 گرامدىن، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى 750 گرامدىن، سوقۇلغان ئاق سەندەل 72 گرام، ئەرقى گۈل يەتتە جىڭ قاتارلىق دورىلاردىن تېپىلغانلىرىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ، ئىككى سائەت قاينىتىپ، بىمارغا ئارپا ئېشى ئىچكۈزگەندىن كېيىن، يۇقىرىقى قاينىتىلمىنىڭ سۈيىنى بىر چوڭ قاچىغا قويۇپ بىمارنى بىر ئىككى سائەت ياكى ئۇنىڭدىن ئۇزاقراق ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. ئەگەر بىمار بىر سائەت ئىچىدىلا ھېرىپ قالسا چىقىرىۋېتىلسىمۇ بولىدۇ ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ياغلار سۈركىلىدۇ. بىر سائەت دەم ئالغاندىن كېيىن ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ، يەنى پاقلان گۆشى، ئوغلاق گۆشى، توخۇ گۆشى، ئارپا بىلەن

پىشۇرۇپ شورپىسى بىلەن بېرىلىدۇ.

3. ھۆللۇك يەتكۈزگۈچى ياغلارنى سۇركەش يەنى قاپاق يېغى، بىنەپشە يېغى، ئوسۇك يېغى، خەشخاش يېغى تۆت ھەسسە، ئۆچكە سۈتى، ئايال كىشىنىڭ سۈتى ياكى ئېشەك سۈتى سۇركىلىدۇ. كالا ياكى ئۆچكە قېتىقىنىڭ ياغلىرى يۇقىرىقى ياغلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۇركىلىدۇ. سۇركەپ يېرىم سائەتتىن كېيىن پاختا بىلەن سۈرتۈۋېتىپ، يەنە بىر قېتىم سۇركىلىدۇ. ياغلاشنىڭ مۇۋاپىق ۋاقتى تاماقتىن كېيىندۇر.

4. ئېشەك سۈتى، ئۆچكە سۈتى، ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى بېرىش تەدبىرى.

5. قېتىق قايمىقى ئىچكۈزۈش تەدبىرى. تەپسىلاتى سىل كېسەللىكىدە بايان قىلىنىدى.

6. دورا بىلەن داۋالاش: ئۇنىڭ تەپسىلاتى ئاۋالقى مەزمۇنلاردا سۆزلەندى.

7. زىماد قىلىش ۋە سۇۋالمىلارنى سۇركەش تەدبىرى: ئوزۇقلاندۇرۇشتىن ئىلگىرى ھۆل يۇمغاقسۈت، قىزىلگۈل 12 گرامدىن، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، ئوسۇك ئۇرۇقى، ئاق سەندەل، گىل ئەرمىنى 70 گرامدىن، كاپۇر ئۈچ گرام قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ، يۇرەك ئەتراپىغا زىماد قىلىش ۋە داكىنى ئۇنىڭغا مىلەپ تېڭىش پايدىلىق. ئازراق كاپۇر بىلەن ئارپا تالقىنى زىماد قىلىشمۇ پايدىلىق.

8. سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇرۇق ۋە مېۋە سۈلىرىنى ئىستېمال قىلدۇرۇش تەدبىرى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى مېغىزى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق قاتارلىق دورىلارنى مۇز بىلەن سوۋۇتۇپ، تاماق ئارىلىقىدا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭغا ئازراق قەنت ۋە كاپۇر قوشۇپ بېرىشمۇ پايدىلىقتۇر. شۇنداقلا ئانار ئۇرۇقى، بېھى، سېرىق ئەينۇلا، نەشپۈت، تاۋۇز، چىلان، ئەرقى بىدىمشكى قاتارلىق دورىلارنى مۇز بىلەن سوۋۇتۇلغان ئۇزۇم بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇش پايدىلىق.

9. تۆۋەندىكىدەك ئوسۇللار ئارقىلىق ئوزۇقلاندۇرۇش لازىم.

لايىقلاشتۇرۇلغان نوقۇت، پالەك، ئوسۇك يوپۇرمىقى، ھۆل يۇمغاقسۈت، كاسنە يوپۇرمىقى قاتارلىق دورىلارنى سېمىزئوت بىلەن پىشۇرۇپ، ئۇنىڭ بىلەن پىشقان گۈرۈچ بېرىش پايدىلىق.

قاپاق، تەرخەمەك، بادرەنجى بۇيا قاتارلىق دورىلار ئايرىم - ئايرىم ھالدا پاقلان، ئوغلاق گۆشلىرى بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ ياكى پاقلاننىڭ كاللا - پاچىقى، چۇجە گۆشى، كىچىك بېلىق بېرىلىدۇ. ئارپا سۈيى ياكى ئۇنىڭ بىلەن سەرتان گۆشى پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر تەبىئەت يۇمشاق بولسا بەللۇت ئېشى بېرىلىدۇ. قۇرسى تاباشىر قابىز لۇئىلىۋى ۋە سۇفۇپى لۆئىلىۋى ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئونىنچى پەسىل ياشانغانلاردىكى ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما

دەق شۇخت

تونۇش:

ياشانغانلاردىكى ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما قىزىتمىنىڭ تۇرىدىن بولسىمۇ، تېۋىپلار ئۇنى ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىدىن كېيىن بايان قىلغان.

ياشانغانلاردىكى ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما كۆپ ھالدا قۇرۇقلۇق ئېشىپ كېتىش بىلەن ئىسسىقلىق ۋە سويۇقلۇقتا مۆتىدىل كىشىلەردە بولىدۇ. بەزىدە قۇرۇقلۇق بىلەن سوغۇق-لۇق ئېشىپ كەتكەنلەردىمۇ بولىدۇ. بۇ كېسەللىكنى ياشانغانلاردىكى ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما دېيىشتىكى سەۋەب، ياشىنىشتىن بۇرۇنمۇ بەزى ئادەملەردە ياشانغانلىقنىڭ ئالامەتلىرى بولىدۇ. بەدەن ئورۇقلايدۇ ۋە قۇرغاقلىشىش يۈز بېرىدۇ. ئەزالاردا ئاغرىش بولىدۇ. بۇ كېسەللىك ياشانغانلاردا ۋە ياشانغان كىشىلەرنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلگەن كىشىلەردە كۆپ-رەك كۆرۈلىدۇ. يەنە بەزىدە بۇ كېسەللىككە ياشلار ۋە بالىلارمۇ گىرىپتار بولىدۇ.

سەۋەبى:

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى بەش قىسىمغا بۆلۈنىدۇ:

1. تۈيۇقسىز سوغۇق سۇ ئىچىش سەۋەبىدىن سوغۇقلۇقنىڭ ئېشىپ كېتىشى كېلىپ چىقىدۇ يەنى مۇنچىغا چۈشۈش، ئېغىر جىسمانىي ئەمگەك قىلغاندىن كېيىن ياكى بەدەن ئاجىز ھالەتتە تەر تۆشۈكچىلىرى كېڭەيگەندە سۇ ئىچىش ئارقىلىق ئەزالار سۇ ۋۇيدۇ.

ئاشقازان ۋە بەدەننىڭ تەبىئىي ھارارىتى ئاجىز بولىدۇ. بۇ سەۋەبتىن قۇۋۇتى غازىيە ئاجىزلايدۇ. شۇنداقلا چىرىتكۈچى قىزىتمىدا ئەگەر غەيرىي تەبىئىي خىلىت خام ياكى بىمارنىڭ بەدەن كۈچى ئاجىز بولسا سوغۇق سۇ ئىچىش ئارقىلىق سوغۇقلۇق ئېشىپ كېتىدۇ. بەدەن كۈچى ئاجىزلايدۇ. بۇنداق ھالەت ياشانغانلارنىڭ ئاخىرقى ۋاقىتلىرىدا بولىدۇ.

2. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم سەۋدا خىلىتىنىڭ بۇخاراتلىرى يۇرەك تەرەپكە يېتىپ كېلىپ، يۇرەكنى سوقۇتۇپ، يۇرەك ئارقىلىق باشقا ئەزالارنى سوقۇتۇشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

3. ھەددىدىن زىيادە بەدەن چېنىقتۇرۇش ياكى كۆيدۈرگۈچى قىزىتما كېسەللىكلىرى بىلەن قاتتىق ئاغرىغانلارنىڭ ھارارىتى ھەددىدىن ئاشقانلىقتىن ھۆللۈكنى قۇرۇتۇپ بەدەن-نىڭ تەبىئىي ھارارىتىنى يوقىتىدۇ. بۇنىڭ بىلەن سوغۇقلۇق ۋە قۇرۇقلۇق ئېشىپ كېتىدۇ ۋە ماددا ئالمىشىش سۈسلىشىش سەۋەبىدىن بەدەنده قۇرۇق سوغۇقلۇق ئېشىپ كېتىدۇ.

4. كۆچلۈك سۈرگە دورىلىرىنى ئىشلىتىش ئارقىلىق روھ ۋە بەدەندىن تەبىئىي ھارارەت چىقىپ كېتىش ئارقىلىق قۇۋۇتلەر تارقىلىپ كېتىدۇ. بەدەن تەبىئىي ھارارىتى ئاجىزلاپ كېتىش سەۋەبىدىن بەدەندە قۇرۇق سوغۇق كەيپىيات ئېشىپ كېتىدۇ.

5. ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىلار: ئورۇقلۇق ۋە باشقا قىزىتمىلارنى داۋالىغاندا بەدەندە سوغۇقلۇق ئېشىپ كېتىشتىن بەدەن تەبىئىي ھارارىتى يوقىلىپ مىزاجدا ئۆزگىرىش پەيدا قىلىدۇ.

ئومۇمەن بۇ كېسەللىك ئېغىرلاشقان بولسا داۋالاش ناھايىتى قىيىن.

ئالامىتى:

بەدەن ۋە چىراي قۇرۇق ۋە رەڭسىز بولىدۇ. چىرايىدا كىرىش بولىدۇ. تېرىلىرىدە كېپەكلىشىش بولىدۇ. بىمار ئورۇقلاتقۇچى قىزىتمىغا گىرىپتار بولغۇچىدەك ئاجىز ۋە ئورۇق بولىدۇ، ئەمما يالۇغلىنىش ۋە قىزىتما بولمايدۇ.

قۇرۇقلۇق ۋە سوغۇقلۇق ئېشىپ كەتكەن بولسا، سېزىمى سوغۇق بولىدۇ. تومۇر ھەربىتى ئورۇقلۇق كېسىلىگە ئوخشاش بولماستىن، قالايمىقان، ئاستا، ئىنچىكە سالىدۇ.

ئەگەر ئاجىزلىق ئېشىپ كەتكەن بولسا تومۇر ھەربىتىدە تەسىر كۆرسىتىشكە باشلايدۇ. سۇيدۇك ئاق، سۇيۇق بولىدۇ. قۇرۇقلۇق ۋە ھۆللۈك بولماسلىق سەۋەبىدىن بىمارنىڭ ئەھۋالى ياشانغانلارغا ئوخشاش بولىدۇ. ئىشتىھاسى كەم ۋە ھەزىم ئاجىزلىق بولىدۇ.

داۋالاش:

دەسلەپتە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ۋە قىزىتقۇچى تەدبىرلەر ئارقىلىق كېسەللىكنىڭ ئېغىرلىشىپ قالماسلىقى ئۈچۈن تىرىشىش لازىم. يەنى بىر گرام جەدۋارچىنى، 0.5 گرام زەھەرى - مۇھرە يۇمشاق سوقۇپ، توققۇز گرام خېمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، بىر دانە كۈمۈش ۋاراققا ئوراپ يېگۈزۈلىدۇ.

ئاندىن شەربىتى ياقۇت ئولۇخان 24 گرام، ئەرقى ئەنبەر 72 گرام، تۇخۇمى شەربىتى قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئۇچ گرام پەرەنجىمشكى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بىر سائەتتىن كېيىن بەش دانە چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى يېگۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئۈزۈم شارابى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئىككى سائەتتىن كېيىن مەرزەنجۇش، بابۇنە گۈلى، گاۋزىبان ئۈرۈقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۈرۈقى قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلمىسىنى بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ. بىر سائەتتىن كېيىن پاقلان، توخۇ، كەپتەر باچكىسى گۆشلىرى شورپىسىنى نان بىلەن بىرلىكتە بېرىلىدۇ. ئۇلارغا دارچىن، خولىنجان، زەنجۇبىل قوشۇلىدۇ.

ئاندىن بىمار ئۇخلىتىلىدۇ. ئەگەر بىمار ئويغاق بولسا يېمەكلىكلەر ھەزىم بولۇپ بولغان بولسا رەۋغىنى نەرگىس ۋە رەۋغىنى سەۋسەن ياكى موم ئومۇمىي بەدەنگە سۈركىلىدۇ.

دۇ. ئاخشىمى مائوللاھمنگە شاراپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن ئىككى يېرىم سائەت ئۆتكەندىن كېيىن ئەتىگەندە بېرىلگەن دورىلار بېرىلىدۇ. دورا ھەزىم بولغاندىن كېيىن شورپا بىلەن نان بېرىلىدۇ.

زەنجۈىل مۇراببىاسى، ئالما مۇراببىاسى، ئاپېلسىن مۇراببىاسى، ئاناناس مۇراببىاسى، شاقاقۇل مۇراببىاسى ئىستېمال قىلدۇرۇش پايدىلىق. شۇنداقلا ئادەتتىكى ھەسەل ئىستېمال قىلدۇرۇشمۇ پايدىلىق. ئالما شەربىتى 48 گرام، ئەرقى كەييورە ۋە ئەرقى بادرەنجى بۇيا 48 مىللىتىردىن قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

زىكرىيا رازى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

كالا سۈتىگە قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈش پايدىلىق.

خۇجەندى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەل داۋالاپ ساقايتىش ئۈچۈن بولغان كېسەللىكلەرنىڭ بىرىدۇر. بۇ كېسەللىك ئۇچۇن ھەممىدىن مۇھىمى ھۆللۈك يەتكۈزۈشتۇر. ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەكلىكلەرنىڭ ياخشىراق ئاسان ھەزىم بولۇشىدىن ھاسىل بولىدۇ. ئەمما سوغۇقلۇق ئېشىپ كېتىش سەۋەبىدىن بۇ كېسەللىكتە ھەزىم ئاجىزلايدۇ.

سوغۇقلۇقنى يوقىتىش ئۇچۇن قىزىتىشقا توغرا كېلىدۇ، ئەمما قىزىتقۇچى تەدبىرلەرنى قوللانغاندا بۇ كېسەللىك ئېغىرلاپ كېتىدۇ.

بەزى تېۋىپلار بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۇ كېسەللىك ئۇچۇن كۆپرەك گۆش ئىستېمال قىلدۇرۇش، گۆش ھەزىم بولغاندىن كېيىن كۆپرەك سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان شاراپ ئىچكۈزۈش پايدىلىق.

ئون بىرىنچى پەسىل قىزىتمىغا ئەگىشىپ كېلىدىغان ئالامەتلەر

اعراض حميات

قىزىتمىلارنىڭ ئەگەشمە ئالامەتلىرى تۆۋەندىكىچە:

توڭۇپ تىترەش، جۇغ - جۇغ بولۇش، كۆپ تەرلەش، ئېغىر دەرىجىدە قەي قىلىش، ئاجىزلاشتۇرغۇچى ئىچ سۇرۇش، ئېغىز قۇرۇش، ئارقىمۇ ئارقا ئۈيقۇسىزلىق يۈز بېرىش، كۆپ ئۇسساش، كۆپ ئۇخلاش، تىل يىرىكلىشىش، ئېغىر دەرىجىدە چۈشكۈرۇش، ئارقىمۇ-ئارقا يۆتىلىش، باش قاتتىق ئاغرىش، ئىشتىھا تۆۋەنلەش، ئىت ئىشتىھا كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇش، ناچار يېمەكلىكلەرگە قىزىقىش، تولا ھېچ تۇتۇش قاتارلىقلار. بۇ ئالامەتلەر تۆۋەندە تەپسىلىي سۆزلىنىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى
www.uyghurkitap.com

ئۇلاردىن باشقا ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىلاردا خەتەرلىك ئالامەتلەرمۇ يۈز بېرىدۇ. يەنى قۇرۇقتىن بولغان يىقىلىپ قېلىش، قان قەي قىلىش، قان تۈكۈرۈش، تازىلاشتىن قورساق ئاغرىش، باش ئاغرىش، دەم سىقىلىش، ماغدۇرسىزلىنىش، يۈتۈش قىيىن بولۇش، ئېھتىلام بولۇش قاتارلىقلار، قىزىتمىغا ئەگىشىپ كېلىدىغان ئالامەتلەرگە سەل قارىماي مۇۋاپىق تەدبىرلەرنى قوللىنىش ئارقىلىق داۋالاش لازىم.

قىزىتمىغا ئەگىشىپ كېلىدىغان ئالامەتلەرنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇلارنى داۋالاش ئۇسۇللىرىمۇ تۈۋەندىكىدەك بىرقانچە تۈرگە بۆلىنىدۇ.

1. قىزىتما بىلەن كەلگەن توڭۇپ تىترەش ۋە جۇغ - جۇغ بولۇشنى داۋالاش:

تەدبىر تەشرىيەدىن بىرد

قايناق سۇ ۋە سىركەنجۈبىل ئارقىلىق قەي قىلدۇرۇلىدۇ. تىترەشنى توختىتىش ئۈچۈن خىلتىلىق قىزىتمىلارنى داۋالاشتا قوللانغان تەدبىرلەر تاللاپ قوللىنىلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تىترەشتىن كېيىن تەرلەش بولسا بۇ خىل تىترەش تېز يوقىلىدۇ. بۇنىڭغا بىرەر تەدبىر قوللىنىشنىڭ ھاجىتى يوق.

ئەگەر بۇ ئالامەتلەر بوھران خاراكتېرلىك بولسا ئۇلارنى داۋالاشقا سەل قاراشقا بولمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن قايتۇرغۇچى ۋە توختاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئاجىزلاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرماسلىق لازىم.

ئەگەر بۇ ئالامەتلەر بوھران خاراكتېرلىك بولمىسا پۈت - قوللىرىنى باغلاش، يەڭگىل مۇجۇش، ئىسسىق رەختلەردە ئوراش ۋە زۆرۈر بولسا سېرىقچېچەك يېغى ۋە بابۇنە يېغى سۈركەش ئارقىلىق خاتىرجەملىك قولغا كېلىدۇ، ئەمما بۇ ئالامەتلەر ئېغىر ۋە داۋاملىق بولسا تۆۋەندىكى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

قول - پۈتى كۆپ يەردىن تېڭىلىدۇ. بابۇنە يېغى ۋە چۈچۈكبۇيا يېغى سۈركىلىدۇ. مۇۋاپىق بولسا ياغلارغا قاقىلە، قۇندۇز قەھرى، سۈزاپ، پىننە، توغرىغۇ، پىلپىل، ئاقسرقارھا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

بەزى تېۋىپلار قىچا ۋە ھىڭنى سوقۇپ زىماد تەييارلاپ سۈركەيدۇ. يۇقىرىقى تەدبىرلەردىن باشقا دورا ئىچكۈزۈشمۇ زۆرۈردۇر. كۆپىنچە قايناق سۇ ئىچكۈزۈش، قايناق سۇنىڭ ھورى ئارقىلىق ھورلاندۇرۇش پايدىلىق.

ئەگەر غەيرىي تەبىئىي خىلىت قويۇق بولسا، سۇ بىلەن توختىمىسا ئۇنىڭغا رۇم بەدىيان، پىننە، كەرەپشە ئۇرۇقى، مەستىكى، زاغۇن، سېرىقچېچەك قاتارلىقلارنى قاينىتىپ ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

تىترەشنى توختىتىش ئۈچۈن بارلىق ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار ۋە سۈيدۈك ھەيدە-

گۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. تۆت كۈنلۈك قىزىتما ۋە قويۇق خىلىتلار تەسىردىن بولغان تىترەشلەردە قۇستە ۋە غاريقۇن تالقىنىنى قاينات سۇ بىلەن يېگۈزۈش پايدىلىق.

بەزىلەر غاريقۇن بىلەن ئەپيۇننى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش ئۇيقۇ كەلتۈرۈش ۋە تەرلەپ تىترەش ئۈچۈن پايدىلىق، دەپ كۆرسەتكەن.

مۇرەككەپ دورىلاردىن تەرياقى پاروق، جاۋارىش كۈمۈنى، جاۋارىش پۈتەنجى، جاۋارىش پىلاپى، سۇزاپ، ھىك، ئاقىر قارھا، پىلپىل قاتارلىق دورىلار بىلەن قاينىتقان شەربەت قاتارلىق دورىلارنى ئىچىشكە بېرىش پايدىلىق.

ھەببى لەرزىگە ئوخشاش تىترەشنى توختاتقۇچى دورىلارنى قىزىتما تۈتۈشتىن بىر سائەت ئىلگىرى يېگۈزۈپ، رەختكە ئورىنىپ ياتقۇزۇلسا تىترەشنى يوقىتىش ئۈچۈن پايدىلىقتۇر.

ھەكىم جىلانىخان بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تىترەش يۈز بەرگەندە بىمارنىڭ ئىككى قولى ۋە ئىككى پۇتى ئىسسىق سۇغا تىقىلىدۇ. بابۇنە يېغى، سېرىقچېچەك يېغى بىمارنىڭ قول، پۇت، كۆكرەك، ئومۇرتقىلىرىغا سۈركەلىدۇ ۋە ئازراق ئەپيۇن، نەشە مۇپەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل، ياقۇتى ھارغا قوشۇپ، تىترەشتىن بىر سائەت ئىلگىرى يېگۈزۈلىدۇ ھەمدە تىترەش يۈز بەرگەندە ئەرقى گۈل قىزىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

2. قىزىتما بىلەن كەلگەن كۆپ تەرلەشنى داۋالاش:

تدبير كثرت عرق

تەرلەش: تەرلەشنىڭ كۆپلۈكى بوھران خاراكتېرلىك بولسا، ئۇنىڭ ئالامىتى تۆۋەندەكىچە: قىزىتما كۆپ بولغاندا تۆت سائەت ياكى ئەڭ ئۇزۇن بولغاندا بىر كېچە - كۈندۈز داۋاملىشىدۇ. بىمار تەرلەشتىن راھەت ھېس قىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ خىل تەرلەشنى چەكلىمەسلىك كېرەك. تەبىئەتكە ياردەم بېرىش ئۈچۈن تەرلەتكۈچى دورىلار ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر تەرلەش ئارقىلىق ئاجىزلىق ۋە ئېغىرلىق داۋاملىق ئېشىپ تۇرسا، تەرلەشنى دەرھال توختىتىشقا تىرىشىش لازىم. ئۇنداق قىلمىغاندا تەرلەش ھوشسىزلىنىش ۋە ئۆلۈپ كېتىشكە سەۋەبچى بولىدۇ. تەرلەشنى توختاتماقچى بولغاندا تەرنى سۈرتمەسلىك كېرەك. بولمىسا تەرلەش كۈچىيىپ كېتىدۇ. سۈرتۈش ئارقىلىق تەر تۆۋەنلەپ كېتىدۇ. تەرلەشنى توختىتىش ئۈچۈن گۈل يېغى، بېدە يېغى، نامازشامگۈلى يېغى، رەۋغىنى گۈلنار بەدەنگە سۈركىلىدۇ ياكى بانان، ئالما، بېھى، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا تۈتقۇچى دورىلارنى سۈدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، گۈل يېغىنى قوشۇپ قاينىتىلىدۇ. سۇ قىسمى تۇگەگەندىن كېيىن سوۋۇتۇپ بەلگە سۈركىلىدۇ. بەزىدە نامازشامگۈلى، ئانارگۈلى، كەھرىۋا ۋە باشقا تۈتقۇچى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ بەدەنگە سېپىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

ئەگەر يۇقىرىقى دورىلار بىلەن تەرلەش توختىمىسا سوغۇق تەبىئەتلىك يېلىم ۋە لوئاب دورىلارغا كاپۇر ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىلىدۇ. ئەگەر بىمار ياش ۋە بەدىنى كۈچلۈك بولسا سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ. قول ـ پۇتلىرىغا مۇز قويۇش، مۇز بىلەن سوۋۇتۇلغان سۇغا قول ـ پۇتلىرىنى چىلاش پايدىلىق.

بانان سۇيى، ئالما سۇيى، بېھى سۇيى، ھۆل ئانارگۈلى سۇيى، ھۆل قىزىلگۈل سۇيى، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى 24 گرامدىن، گۈل يېغىنى بارلىق دورىلار بىلەن تەڭ مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ قاينىتىلىدۇ.

سۇ قىسمى قالغاندىن كېيىن نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، ئانار گۈلى، ئاق سەندەل، موزا، كەھرىۋا يەتتە گرامدىن قاتارلىق دورىلارنى تالقانلاپ يۇقىرىقى قاينىتىلمىغا ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىلىدۇ.

3. قىزىتما بىلەن كەلگەن بۇرۇن قاناشنى داۋالاش:

تەدبىر رەاف

ئەگەر بۇرۇن قاناش بوھران خاراكتېرلىك بولسا، ئۇنى چەكلەشكە ئالدىرىماسلىق كېرەك، ئەمما قاناش بەك ئېغىر بولسا، كاپۇر ۋە ئەپيۇن قوشۇلغان سوغۇق تەبىئەتلىك سۈۋالما ۋە زىمادلار ئىشلىتىلىدۇ. باشقا سوغۇق سۇ قويۇلىدۇ. بادام يېغى، قاپاق يېغى ۋە قايماقنى سۈۋالما ۋە پۇراتما شەكلىدە ئىشلىتىلسە، بۇرۇن قاناشنى توختىتىش ئۇچۇن پايدىلىق.

ئەگەر بۇ دورىلار ئۇنۇم بەرمىسە، بۇرۇن قاناش بايانغا مۇراجىئەت قىلىنىدۇ.

4. قىزىتما بىلەن كەلگەن كۆپ قەي قىلىشنى داۋالاش:

تەدبىر قى

ئەگەر قەي قىلىش بوھران خاراكتېرلىك بولمىسا ئۇنى ناھايىتى تېز توختىتىش لازىم. چۇنكى كۆپ قەي قىلىش ئارقىلىق بەدەن ئاجىزلىق ۋە ھوشسىزلىنىش خەتىرى كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۇن سۈماق پوستى، تاباشىر، زىرىقتىن بىر گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ 24 گرام شەربىتى ئانارەيىن بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاتلىق ئالما سۇيى، تاتلىق بېھى سۇيى، چۇچۇمەل ئانار سۇيى 24 گرام، پىستىنىڭ تاشقى پوستى يەتتە گرام قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا 36 گرام قەنت قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق سەندەل، سېمىزگۈت ئۇرۇقى، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، قىزىلگۈل توققۇز گرام قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، نامازشامگۈلى سۇيى، ئالما سۇيى ۋە بېھى سۇيى بىلەن

ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا زىماد قىلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا كېسەللىك ماددىسىنى ئاستى تەرەپكە تارتىش ئۈچۈن يەڭگىل كىلىزمىلار قىلىنىدۇ. ئالما شەربىتى ۋە سىركەنجىۋىلگە مۇز ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. رەۋەن ئۆسۈملۈك قىيامى، بېھى قىيامى، غورا قىيامى قاتارلىق دورىلارنى بېرىشمۇ پايدىلىق.

5. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش:

تدبیر اسہال

قىزىتما كېسەللىكىدە ئىچ سۇرۇش يۈز بەرگەن بولسا تاباشىر، قۇرۇتۇلغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، كەترا، گىل ئەرمىنى، ئىسپىغۇل قاتارلىق دورىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ يەتتە گرامدىن بېگۈزۈلىدۇ ۋە ئۇنىڭ بىلەن خەشخاش ئۇرۇقى شىربىسى، سېمىز-ئوت ئۇرۇقى شىربىسى يەتتە گرام، بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۇچ گرام خەشخاش 24 گرام قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن قان كەلسە قۇرسى كەھرىۋا ئۇچ گرام بىلەن قۇرۇق يۇمغاقسۇت شىربىسى، قۇرۇق سېمىزئوت شىربىسى، قۇرۇتۇلغان خەشخاش ئۇرۇقى توققۇز گرام، بېھى ئۇرۇقى لوئابى ئۇچ گرام، ئاق لەيلى يىلتىزى لوئابى ئۇچ گرام، خەشخاش ئۇرۇقى شىربىسى، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى شىربىسى 24 گرامدىن، ئىسپىغۇل كېپىكى بەش گرام قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئوزۇقلاندۇرۇشتا ماش بىلەن گۈرۈچ پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. ئۇلاردىن باشقا ئىچ سۇ-رۇش بايانىغا مۇراجىئەت قىلىنىدۇ.

6. قىزىتما بىلەن كەلگەن كۆپ ئۇسسۇزلۇقنى داۋالاش:

تدبیر عطش

قىزىتما بىلەن ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولسا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنىڭ شىربىلىرى بېرىلىدۇ، يەنى تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، شىربىسىنى چىقىرىپ، 48 گرام شەربىتى نىلۇپەر بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى تەمرى ھىندىنىڭ سۇيى بىلەن ئەرقى گۈل بېرىلىدۇ.

بېھى ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل لوئابى ئۇچ گرامدىن قاتارلىق دورىلارنىڭ لوئابىنى 125 مىللىلىتىر ئەرقى گۈل بىلەن چىقىرىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەينۇلا، مۇز ياكى بېھى ئۇرۇقىنى دائىم شۇمۇپ تۇرۇشقا بېرىلىدۇ. بۇ تەدبىرلەر بىلەن ئېغىز چايقاش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇق بەزىدە قۇرۇقلۇقتىن بولىدۇ. بۇ خىلدىكى ئۇسسۇزلۇق ئۇخلىغاندىن كېيىن تۆۋەنلەيدۇ. ھارارەت يۇقىرى بولغاندا ئۇخلاتـ

ئۇيغۇر كتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

ماسلىق ئارقىلىق ئۇسسۇزلۇق تۆۋەنلەيدۇ.

7. قىزىتما بىلەن كەلگەن تىل يىرىكلىششنى داۋالاش:

تەدبىر خۇنت زبان

ئەگەر قىزىتما بىلەن تىلغا شىلىمشىق ھۆل سۈيۇقلۇقلار توپلىشۋالغان بولسا، ئەرقى گۈلىگە قەنت ئارىلاشتۇرۇپ تىل ئۈستىگە قويۇلىدۇ ياكى بۇلۇتقا ئازراق تۇز بىلەن گۈل يېغىنى سۈركەپ تىلغا سۈركىلىدۇ.

ئەگەر تىلغا توپلىشۋالغان سۈيۇقلۇقلار چاپلاشقاق بولمىسا، قۇرۇقلۇق سەۋەبىدىن تىل يىرىكلەشكەن بولسا سەرپىستان، بېھى ئۇرۇقى، ناۋات، ئەينۇلا قاتارلىق دورىلارنى ئاغزىغا سېلىپ شۇمۇشكە بولىدۇ. ئېغىزنى كۆپ ئاچماسلىق كېرەك. ئوڭدا يېتىپ ئۇخلىماسلىق كېرەك.

چۈنكى ئېغىزنى كۆپ ئاچقاندا ۋە ئوڭدا يېتىپ ئۇخلىغاندا تىلنىڭ قۇرۇقلۇقى ئېشىپ كېتىدۇ.

8. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئېغىر ئۇيقۇنى داۋالاش:

تەدبىر سبات

ئەگەر قىزىتما بىلەن ئېغىر ئۇيقۇ يۇز بەرگەن بولسا، گۈل يېغى ۋە سىركىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئىككى چېكىگە سۈركىلىدۇ. مەرزەنجۇش ۋە مەغزىگۈلگە ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراقلىق دورىلار پۈرىتىلىدۇ.

بىمارنىڭ قول ـ پۇتىنى ئاغرىتمىغان ئەھۋال ئاستىدا چىڭ باغلىنىدۇ. قەۋزىيەتلىك بولسا يەڭگىل شامچىلار ئىشلىتىلىدۇ.

9. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئۇيقۇسىزلىقنى داۋالاش:

تەدبىر سہر

قىزىتما بىلەن ئۇيقۇسىزلىق بولسا ئوسۇڭ يېغى، نېلۇپەر يېغى قاتارلىق ياغلارغا خەشخاش يېغى ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ. سېزىمنى تۆۋەنلەتكۈچى ۋە يوقاتقۇچى ياغلار بىمارنىڭ چېكىسىگە سۈركىلىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبىئىي خىلىت قويۇق بولمىسا، شەربىتى خەشخاش ۋە لوئوقى خەشخاش ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. ھۆللۇك يەتكۈزگۈچى دورىلارنىڭ سۈيىدە يۇيۇندۇرۇلىدۇ ياكى ھورلاندۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ئۇيقۇسىزلىقنى داۋالاشقا مۇراجىئەت قىلىنىدۇ.

10. قىزىتما بىلەن كەلگەن كۆپ چۈشكۈرۈشنى داۋالاش:

تەدبىر عطاس

ئەگەر قىزىتما بىلەن قاتتىق چۈشكۈرۈش بولسا، مېڭە ۋە كۆكرەكتىكى ئەزالارغا ئېغىر زىيان يېتىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن پېشانە، كۆز، قۇلاقنى سىيلاش، ئېغىزنى ئېچىپ تاماقنى كۈچەپ سىيلاش لازىم.

قۇلاققا ئىسسىققا مايىلراق ياغ ئىلمان قىلىپ سۈركىلىدۇ. يۈز مۇسكۇللىرى ۋە زاڭاققا ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ياغلار سۈركىلىدۇ. باشقا قويۇلىدىغان ياستۇق ئىسسىتىپ قويۇلىدۇ.

ئىبنى ئىلياس بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

كۆپ چۈشكۈرۈش ئۈچۈن نەپەسنى توختىتىش، قول - پۇتى ۋە بويۇنغا بىنەپشە يېغىغا ئوخشاش ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ياغلارنى سۈركەش ۋە بىنەپشە يېغىدىن قۇلاققا ئازراق تېمىتىش، قۇلاق ئەتراپىغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش پايدىلىق.

11. قىزىتما بىلەن كەلگەن باش ئېغرىلىق، باش ئاغرىشنى داۋالاش:

تەدبىر صداع وثقل راس

قىزىتما بىلەن باش ئېغرىلىق ۋە باش ئاغرىش كۆرۈلسە دورا سۈيىدە پۇتى يۇيۇلىدۇ. ئوشۇقتا تىلماستىن لوڭقا قويۇلىدۇ. قول، پۇت، ۋە يوتا قىسمى باندا بىلەن تېڭىلىدۇ. چېكىلەرنى سىيلاپ ئۇۋۇلاش لازىم. كېسەللىك ماددىسىنى ئاستى تەرەپكە تارتىش ئۈچۈن يۇمشاتقۇچى شامچىلار قويۇلىدۇ. سوۋۇتقۇچى تەدبىرلەر ئارقىلىق باش كۈچلەندۈرۈلىدۇ.

ئەگەر باش ئېغرىلىق ۋە باش ئاغرىش بىلەن نەزلە ۋە يۆتەل بولمىسا قىزىلگۈل، بىنەپشە، سۆگەت يوپۇرمىقى قاتارلىق دورىلار قاينىتىلىپ بىمارنىڭ بېشى يۇيۇلىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ ئۈنۈمى بولمىسا باشنى يۇيىدىغان دورىلارغا بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلى ئۈرۈقىغا ئوخشاش يۇمشاتقۇچى ۋە خەشخاش ئۈرۈقىغا ئوخشاش سېزىمنى تۆۋەنلەتكۈچى دورىلار قوشۇلىدۇ. قىزىتما يۆتكىلىشتىن ئىلگىرى باشنى سوت بىلەن يۇماسلىق لازىم. باشتا قۇرۇقلۇق ئېشىپ كەتكەندە ۋە بۇزۇق گازلار مەۋجۇت بولغاندا، ئاندىن ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەگەر باشتا ھۆللۈكتىن بولغان بۇخاراتلار كۆپ بولسا، ئۇنى ئاستى تەرەپكە تارتىش ئۈچۈن شامچىلار ۋە كلىزمىلار قىلىنىدۇ.

باشتا ئېغرىلىق بولغاندا سوت بىلەن يۇيۇش ياكى دورا سۈيى بىلەن يۇيۇشتىن ساقلىنىش لازىم. بابۇنە، بىنەپشەۋە بۇغداي كېپىكى قاتارلىق تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئاچقۇچى دورىلار قاينىتىپ ھورلاندۇرۇلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

12. قىزىتما بىلەن كەلگەن يۆتەلنى داۋالاش:

تدبير سعال

ئەگەر قىزىتما بىلەن يۆتەل بولسا، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى، سېمىز-ئوت ئۇرۇقى شىربىسى، خەشخاش شەربىتى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۈرۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى نېلۇپەر بىلەن ئارپا ئېشى بېرىلىدۇ. قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، بېھى ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، نىشاستە، كەترا، تاباشىر ئۈچ گرامدىن قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ داۋاملىق شۇمۇشكە بېرىلىدۇ.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

« قىزىتما بىلەن يۆتەل بولۇش، ھارارەت ياكى قۇرۇقلۇقنىڭ يۇقىرىلىقىدىن بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى سۇئال ۋە خەشخاش، سوغۇق تەبىئەتلىك مېغىز دورىلار، نىشاستە قوشۇلغان لوئابلار بېرىلىدۇ.

ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك جىيرۇتىلار ئىشلىتىلىدۇ، يەنى ئىسپىغۇل لوئابى، سېمىز-ئوت سۇيى ۋە گۈل يېغى قاتارلىق دورىلاردىن تەييارلانغان قىيرۇتىلار سۈركىلىدۇ.

13. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئاشقازان ئاغرىشنى داۋالاش:

تدبير وجع معده

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

«قىزىتما بىلەن ئاشقازان ئاغرىشنىڭ سەۋەبى ئاشقازانغا غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىر قىلىشىدىن بولىدۇ.

ئەگەر ئاشقازان ئاغرىش قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە يۈز بەرگەن بولسا سىركەنجۈبىل بىلەن ئازراق ئالما شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى سىركەنجۈبىل 48 گرام، ئەينۈلا ئون دانە قاتارلىق دورىلارنى 108 مىللىلىتىر ئەرقى گۈلگە ئارىلاشتۇرۇپ سۈزۈپ بېرىلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا يېمەكلىكلەرگە پالەك قوشۇپ بېرىلىدۇ.»

14. قىزىتما بىلەن كەلگەن قەۋزىيەتلىكنى داۋالاش:

تدبير قبض شكم

قىزىتما بىلەن تەبىئەتتە قۇرغاقلىق ۋە ئېغىر قەۋزىيەت بولسا گۈل بىنەپشە 18 گرام، ئەينۈلا 15 دانە، ئەرقى گۈل 250 مىللىلىتىر قاتارلىق دورىلارنى قىزىلگۈل ئەرقىگە چىلاپ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ، 48 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى نوئۇقى خىيارشەنبەر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. تاتلىق ئەينۈلا، گۈلاب ياكى شەربىتى

بىنەپشىگە ئارىلاشتۇرۇپ تاماقتىن ئىلگىرى يېگۈزۈلىدۇ. ئەگەر قەۋزىيەت تۆت كۈندىن ئېشىپ كەتكەن بولسا يەڭگىل تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

15. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئىشتىها تۆتۈلۈشنى داۋالاش:

تدبیر بطلان اشتہا

قىزىتما بىلەن ئىشتىها تۆتۈلگان بولسا توققۇز گىرام جاۋارىش پەۋاكىهى 72 مىللىلىتىر ئەرقى زىرشىك بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئەگەر ئاشقازاندا غەيرىي تەبئىي خىلىتىنىڭ تەسىرى بولسا قەي قىلدۇرۇش ياكى سۇرگە بېرىش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ ۋە بىمارغا ئۆزى ئامراق يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ.

16. قىزىتما بىلەن كەلگەن كالا ئىشتىهانى داۋالاش:

تدبیر جوع بقر

ئەگەر قىزىتما بىلەن كالا ئىشتىها يۇز بەرگەن بولسا، ئەرقى گۈل ۋە ئەرقى بىدىمىشەكنىگە تۆت ھەسسە سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. سىركەنجۇبىل سوغۇق سۇ بىلەن بېرىلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا نېپىز نان، مېۋە شەربەت ۋە سوغۇق سۇ بىلەن بېرىلىدۇ. كاۋاپ دۇملەپ پىشۇرۇلغان گۆشنى پۈرىتىشمۇ پايدىلىق.

ئۇنىڭدىن باشقا بىمارنىڭ قول - پۇتى باغلىنىدۇ ۋە بىمارنىڭ قۇلاق ۋە چاچلىرى تارتىلىدۇ. ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنىڭ قاينىتمىسى بىلەن يۇيۇندۇرۇپ مېڭە كۈچلەندۇرۇلىدۇ. چۈنكى قىزىتمىدا كالا ئىشتىها بولۇشنىڭ سەۋەبى ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنىڭ سەزگۈرلۈكى يوقالغان بولىدۇ.

17. قىزىتما بىلەن كەلگەن ئىت ئىشتىهاسىنى داۋالاش:

تدبیر جوع کلب

قىزىتما بىلەن ئىت ئىشتىها بولسا، سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار ۋە تاتلىق يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. بادام يېغى بېرىلىدۇ. تەرەنجىبىن، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىق دورىلار بىلەن ھالۋا تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

18. قىزىتما بىلەن كەلگەن ھوشسىزلىنىشنى داۋالاش:

تدبیر غشی

قىزىتمىدا ھوشسىزلىنىش بولۇشنىڭ سەۋەبى، ئاشقازان كىرىش ئېغىزى تەرەپكە

غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىر قىلىشىدىن بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن قىزىتما تۈتۈشتىن ئىلگىرى ياكى قىزىتما تۈتقاندا، يۇمشاق نان ئانار سۇيى ياكى غورا سۇيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ. قىزىتما بىلەن هوشسىزلىنىش بىرلىكتە كەلگەن بولسا، دەسلەپتە هوشسىزلىنىشنى داۋالاش زۆرۈردۇر.

ئەگەر ئوزۇقلاندۇرۇش زۆرۈر بولسا نان پارچىسى ئون گرام شاراپ ياكى كونا ئالما شەربىتى بىلەن بېرىلىدۇ. يەڭگىلرەك تەدبىر قوللىنىش هوشسىزلىنىش ئۈچۈن پايدىلىق. شۇنداقلا قەي قىلدۇرۇش، پاچاقلارنى تېڭىش، قول - پۇتنى قاينىاق سۇغا چىلاش پايدىلىق. هوشسىزلىنىش ئەسلىگە كەلگەندىن كېيىن ئانار ئۈرۈقى بىلەن ئارپا ئېشى ياكى ئۇنىڭدىن باشقا يېمەكلىكلەر قۇۋۋەت تۆۋەنلەپ كەتمەسلىك ئۈچۈن يېگۈزۈلىدۇ.

ساهىب ئىقتىباس بۇ هەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

قىزىتمىدا هوشسىزلىنىش يۈز بەرگەن بولسا دەرهال ئەرقى گۈل ياكى ئەرقى بىدەمىشكى مۇز بىلەن سوۋۇتۇلۇپ يۈزىگە ۋە كۆكرەككە چېپىلىدۇ.

ئون گرام خۇش پۇراق شاراپنى سوغۇق سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ كاللىغا تېمىتىلىدۇ. مۇمكىن بولسا هاراقنا نان چىلاپ، بەدەن قۇۋۋىتى ئەسلىگە كەلگۈچە يېگۈزۈلىدۇ. بەدەن هارارىتىنى تۆۋەنلىتىش ئۈچۈن ئالما شەربىتى، چۇچۇمەل سەندەل شەربىتى، ئەرقى بىدەمىشكى قاتارلىق دورىلار بىرلەشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەگەر بىمار دەسلەپتىلا هوشسىزلىنىشقا گىرىپتار بولغان بولسا، قىزىتما تۈتۈشتىن ئىلگىرى غورا سۇيى، ئالما سۇيى، چۇچۇمەل ئانار سۇيى، بېھى سۇيى، قەغەز لىمون سۇيىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى شاراپقا ئارىلاشتۇرۇپ نەچچە چىشلەم نانىنى چىلاپ يېگۈزۈلىدۇ.

19. قىزىتما بىلەن كەلگەن دەم سىقىلىشنى داۋالاش:

تدبير ضيق النفس

ئەگەر قىزىتما بىلەن دەم سىقىلىش بولسا سەرپىستان 15 دانە، قارا ئەينۈلا بەش دانە، چىلان يەتتە دانە، بىنەپشە، نىلۇپەر، شوخلا يەتتە گرامدىن قاتارلىق دورىلارنى مۇۋاپىق سۇغا چىلاپ، مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن سۈزۈپ، 24 گرام شەربىتى بىنەپشە بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىرىق موم 36 گرام، گۈل يېغى 96 گرام، توغرالغان قاپاق سۇيى، سىمىزئوت سۇيى 18 گرام، سەندەل تالقىنى 12 گرام، كەتىرا تالقىنى يەتتە گرام قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە قىيرۇتى تەييارلاپ كۆكرەككە سۈركىلىدۇ.

20. قىزىتما بىلەن كېلىگەن بىئاراملىقنى داۋالاش:

تدبیر شدت بے چینی

ئەگەر قىزىتما بىلەن بىئاراملىق بولسا، سۆگەت يوپۇرمىقى، لىمون يوپۇرمىقى، ئاپېلسىن يوپۇرمىقى، رەيھان يوپۇرمىقى، قىزىلگۈل قاتارلىق دورىلارنى بىمارنى ياتقۇزىدە-غان كۆرپە ئۈستىگە چۈشەپ بىمار ياتقۇزۇلىدۇ.

سوقۇلغان ئاق سەندەلنى سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈنىكىدا چۈشەك نەمدەپ تۇرۇلىدۇ. تەرخەمەك، تاۋۇز، ئالما، بېھى، قاپاق قاتارلىق دورىلار توغراپ پۈرىتىلىدۇ. چوڭ سېغىز قاچىغا سۇ قاچىلاپ، بىمارنىڭ قويۇپ، بىمارنى ئۈنىكىغا قاراشقا تەڭسىيە قىلىنىدۇ. قاپاق سۇيى لىمون شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاق سەندەل مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن تال، ئاشقازان، يۇرەك ساھەسىگە سۈركىلە-دۇ. قاپاق سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، سېمىزئوت سۇيى، گۈل يېغى قاتارلىق دورىلاردىن سوغۇق تەبىئەتلىك كىلىزما تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

21. قىزىتما بىلەن كېلىگەن يۇتۇش قىيىنلىشىنى داۋالاش:

تدبیر عسر البلع

ئەگەر قىزىتما بىلەن تاماق ۋە سۇنى يۇتۇشتا قىيىنلىشىش بولسا گۈل يېغى سۈركىلە-دۇ. ئەرقى گۈل، ھۆل رەيھان سۇيى 48 گرام، گۈل يېغى 108 گرام، پەرەنجىمشكى تالقىنى توققۇز گرام قاتارلىق دورىلار قوشۇپ سۈركىلىدۇ. سوغۇق تەبىئەتلىك كىلىزما ئىشلىتىلىدۇ.

22. قىزىتما بىلەن كېلىگەن مۇچىلەر سوۋۇپ كېتىشنى داۋالاش:

تدبیر برداطراف

قىزىتما بىلەن قول - پۇت سوۋۇپ كەتكەن بولسا بىمارنىڭ قول - پۇتى سوغۇق سۇغا تىقىلىدۇ ۋە ئازراق جەدۋار بىلەن بەسبالىنى يۇمشاق سوقۇپ مەلھەم تەييارلاپ سۈركىلىدۇ. جاۋارىش جالىنۇس يېگۈزۈلىدۇ.

23. قىزىتما بىلەن كېلىگەن كۆپ ئېھتىلام بولۇشنى داۋالاش:

تدبیر کثرت احتلام

ئەگەر قىزىتما بىلەن كۆپ ئېھتىلام بولۇش بولسا نىلۇپەر 18 گرام، قوغۇن ئۇرۇقى، نىلۇپەر گۈلى 12 گرام، دورىلارنى تالقانلاپ، توققۇز گرام مۇز سۇيى بىلەن يېگۈزۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بىكىتى www.uyghurkitap.com

24. قىزىتما بىلەن كەلگەن قۇرۇقلۇقتىن بولغان يېغىلىپ قېلىشنى داۋالاش:

تەدبىر تەشەججۇ يابىس

بىنەپشە يېغى، بادام يېغى 72 گرامدىن، ئاق موم 36 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 12 گرام قاتارلىق دورىلاردىن قائىدە بويىچە قىيرۇتتى تەييارلاپ بويۇن ۋە كۆكرەككە سۈركىلىدۇ. توغرالغان قاپاق، سېمىزئوت، پالەك، ئاقلانغان ئارپا 18 گرامدىن، گۈل يېغى 30 گرام دورىلاردىن قائىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ كۆكرەككە سۈركىلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا سۈيۇق ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەكلىكلەر ۋە چۈجە گۆشى شورپىسى بېرىلىدۇ.

ئىزاھات: ھېچ تۈتۈش، قان قەي قىلىش، قان تۈكۈرۈش قاتارلىقلارمۇ قىزىتمىنىڭ ئالامىتىدۇر. ئۇلار ئايرىم ئورۇنلاردا بايان قىلىنىدى. شۇلارغا مۇراجىئەت قىلىنىدۇ.

25. قىزىتمىسىز تىترەشنى داۋالاش:

تەدبىر لەرزە بلا بخار

گەرچە بۇ كېسەللىك قىزىتما سەۋەبىدىن بولمىسىمۇ تىترەش كۆپىنچە قىزىتما بىلەن بولىدۇ. بەزى تېۋىپلار قىزىتمىسىز تىترەشنى قىزىتمىنىڭ بايانىدا بايان قىلغان. تىترش بەزىدە تۇتقاقلىق ھالدا قىزىتمىسىز يۈز بېرىدۇ.

كۆپىنچە ئەينەكسىمان بەلغەم خىلتىدىن بولىدۇ. ئەمما ئوفۇنەتسىز ھالدا بەدەنگە تارقالغان باشقا خىلتىلاردىمۇ يۈز بېرىدۇ.

قىزىتمىسىز تىترەش تۈتۈش بىلەن بىرگە ھەرىكەت پەيدا بولىدۇ. مۇسكۇللار ئارامسىزلىنىدۇ. ئەمما ئوفۇنەتلىنىشتىن خالىي بولغانلىقى ئۈچۈن قىزىتما بولمايدۇ.

دەسلەپتە يۇمشاقتۇچى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. سۈرگە دورىلارنى بېرىش ۋە سۈيدۈك ھەيدەش ئارقىلىق بەلغەم خىلتى چىقىرىپ تاشلىنىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈرۈش ۋە چېنىقتۇرۇش ئارقىلىق تەرلەتسە تىترەش يوقىلىدۇ.

يىگىرمە ئالتىنچى باب كېسەللىكلەرنىڭ قايتىلىنىشى ۋە بەدەن ئاجىزلىقى

احكام نكس ونقاهت

بىرىنچى پەسىل كېسەللىكلەرنىڭ قايتىلىنىشى

نكس

تونۇش:

كېسەللىكلەرنىڭ قايتىلىنىشى كېسەللىك ئۇزۇل ـ كېسىل ياخشىلىنىپ، بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى ئەسلىگە كېلىشتىن ئىلگىرى كېسەللىكنىڭ قايتا تەكرارلىنىشىنى كۆرسىتىدۇ.

كېسەللىكنىڭ قايتىلىنىشى دەسلەپتىكىدىن ئېغىرراق بولىدۇ ۋە بىمارنى چىدىغۇسىز دەرىجىدە ئازابلايدۇ ھەمدە كېسەللىككە قارشى تۇرۇش كۈچى ئاجىزلىغاندا يۈز بېرىدۇ. كېسەللىك قانچە تېز قايتىلانغان بولسا شۇنچە ئېغىر بولىدۇ.

سەۋەبى:

بىمار ياكى تېۋىپنىڭ خاتالاشقانلىقىدىن بولىدۇ ياكى كېسەللىك ئۆزلۈكىدىن قايتا تەكرارلىنىدۇ. بۇ خىل تەكرارلىنىش خەتەرلىكتۇر. كېسەللىكنىڭ ئۆزلۈكىدىن قايتىلىنىشى بەدەنده يامان سۈپەتلىك ماددىلارنىڭ قالغانلىقىنى كۆرسىتىدۇ. ئۆتكۈر كېسەللىكلەرده كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى غەيرىي تەبئىي خىلىت پىشىشتىن ئىلگىرى بوھران يۈز بەرگەن بولسا ياكى بوھران تۆۋەن بولۇپ، غەيرىي تەبئىي خىلىتنىڭ پىشىشى ئاستا بولۇش سەۋەبىدىن كېسەللىك قايتىلىنىدۇ.

داۋالاش:

دەسلەپتە يەڭگىل داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ. سۈرگە دورىلىرىنى بەرمەسلىك سۈيدۇك ھەيدەش ۋە تەرلىتىشكە كۆپرەك تىرىشىش لازىم. پەرھىزگە دىققەت قىلىش كېرەك.

ھەر خىل تەدبىرلەر ئارقىلىق بەدەننى كۈچلەندۈرۈش ۋە غەيرىي تەبئىي خىلىتنى

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بىكىتى www.uyghurkitap.com

تەڭشەش لازىم. خۇشاللىق يەتكۈزگۈچى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. نورمال بەدەن چېنىقتۇرۇش، سۇ ۋە ھاۋانى ئالماشتۇرۇپ تۇرۇش لازىم.

ئىككىنچى پەسىل بەدەن ئاجىزلىقى

نقاهت

تونۇش:

بەدەن ئاجىزلىقى - بىمار كېسەللىكتىن ساقايغان بولسىمۇ، بەدەن قۇۋۋىتىنىڭ تولۇق ئەمەسلىكىنى كۆرسىتىدىغان بىر خىل كېسەللىكتۇر.

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

«بەدەنده ئاجىزلىق بولسا كېسەللىك قايتىلىنىش يۇز بېرىدۇ. بەزىده يېگەن يېمەكلىكلەرنىڭ پايدىسى بولمىغاندەك بىمارنىڭ كۈچى ئەسلىگە كەلمەيدىغان ئەھۋاللارمۇ كۆرۈلىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى: مىزاج بۇزۇلۇش مۇشۇ ۋاقىتقىچە داۋاملىشىپ ساپ قان پەيدا بولمىغانلىقتىن يۈرەكنى ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ. مۇدۇرچاقلار چىقىشقا باشلايدۇ.

بەزى غەيرىي تەبئىي خىلىتلار ئەزالارغا تەسىر قىلىپ ئۇنىڭدا كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. بەزى سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىسسىق تەدبىر قوللىنىلىدۇ. مۇشۇنىڭغا ئوخشاش قارىمۇ قارشى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلدۇرۇشتىن كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا بەدەن ئاجىزلىق يۇز بېرىدۇ.

بەزىده كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا ئاجىزلىق يۇز بەرگەنده بەدەنده قىچىشىش يۇز بېرىدۇ. بۇ ئىلمان سۇ بىلەن يۇيۇش ئارقىلىق يوقىلىدۇ. بەزىده چاچلاردا ئاقىرىش پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىنى كۆپەيتكۈچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشىدىن يۇز بېرىدۇ.»

داۋالاش:

دەسلەپتە سىڭىشلىق يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ئېغىر ھەرىكەت قىلىش، كۆپ مۇنچىغا چۈشۈش، قىزىتقۇچى ۋە كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى خىلىتلارنى قوزغىغۇچى تەدبىرلەرنى قوللانماسلىق لازىم. يەڭگىل بەدەن چېنىقتۇرۇلىدۇ. ئوزۇقلاندۇرۇشتا چۈجە گۆشى ۋە سىڭىشلىق ۋە قان كۆپەيتكۈچى يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. جىنسىي مۇناسىۋەتتىن ساقلىنىش لازىم. مۆتىدىل، سىڭىشلىق سۈيۇق دورىلارنى بېرىش بۇ ھەقتە پايدىلىق.

بىمارىدا بوھران تۆۋەن دەرىجىده يۇز بەرسە، كېسەللىكتىن كېيىنكى ئاجىزلىق ھالەتتە يېمەكلىك بېرىلمەيدۇ. چۈنكى بۇنداق ئەھۋالدا كېسەللىكتە قايتىلىنىش بولىدۇ. تاماق بېرىشنىڭ ئورنىدا قالدۇق غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنى تازىلاش زۆرۈردۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇنداق ۋاقىتتا دورا ۋە يېمەكلىكلەر ئارقىلىق بىمارنىڭ بەدىنى كۈچلەندۈرۈلىدۇ.

2004

ئاندىن غەيرىي تەبىئىي خىلىتنى تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەمما بىمار دورىنى ئىستېمال قىلالمىسا، غەيرىي تەبىئىي خىلىتنى تازىلاش زۆرۈر بولسا، كۈچلەندۈرۈش ۋە تازىلاش تەسىرىگە ئىگە دورىلار ۋە يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. بەزىدە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

كۈندۈزى ئۇخلاش كېسەللىكتىن كېيىنكى ئاجىزلىق ئۇچۇن زىيانلىق، ھەزىم بۇزۇلۇش ئارقىلىق بەدەندىكى سۈيۇقلۇق كۆپىيىپ كېتىدۇ. بەزىدە كۈندۈزى ئۇخلاشمۇ پايدىلىق.

كېسەللىكتىن كېيىنكى ئاجىزلىق قايسى ئورۇندا يۈز بەرسە شۇ ئورۇننىڭ ھاۋاسىغا قارشى ھاۋا يۆتكەش پايدىلىق.

كېسەللىك ھالىتىدە چەكلەنگەن ھەرقانداق يېمەكلىك باشقا ئورۇنغا يۆتكەلگەندىمۇ چەكلىنىدۇ. مۇنچىدا بەك تەرلەپ كېتىش بۇ كېسەللىك ئۇچۇن مۇڭاپىق ئەمەس. چۇنكى مۇنچىدا بەك تەرلەپ كەتسە مۇسكۇللاردا ئاجىزلاپ كېتىش كۆرۈلىدۇ. كېسەللىكتىن كېيىنكى ئاجىزلىقتا باش چۇشۇرۇش زىيانلىق. چۇنكى باش چۇشۇرۇش ئارقىلىق تەر تۆشۈكچىلىرى توسۇلۇپ قالىدۇ ۋە نەزلە ۋە زۇكام يۈز بېرىدۇ.

كېسەللىكتىن كېيىنكى بەدەن ئاجىزلىقتا ئاسان سىڭىدىغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ئاچ ۋە ئۇسسۇز قويۇشقا بولمايدۇ. بەزىدە ئەھۋالىغا قاراپ بىمارنىڭ مىزاجىغا قارشى يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. ھۆل ۋە سۈيۇق يېمەكلىكلەر بېرىلسە، بەدەندە تېزلا ئوزۇقلۇققا ئايلىنىدۇ. لېكىن ئوزۇقلۇق قىممىتى تۆۋەن بولىدۇ. قويۇق يۇقىرى بولىدۇ.

ئەگەر بەدەندە ھارارەت يۇقىرى بولمىسا سوغۇق يېمەكلىكلەرنى بەرمەسلىك كېرەك. تېز ھەزىم بولىدىغان ھۆل تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. بېرىلگەن يېمەكلىكلەر تېز ھەزىم بولىدىغان ۋە كېرەكسىز ماددىلارنى چىقىرىپ تاشلايدىغان بولۇشى كېرەك.

ئەگەر ئاشقازاندا ئېغىرلىق بولمىسا ۋە كوركىراش بولمىسا، ئاشقازانىڭ ھەزىم قىلىش كۈچى نورمال بولسا، يېمەكلىكلەر تەدرىجىي كۆپەيتىلىدۇ. ئەكسىچە بولسا كېمەيتىلىدۇ. بەزىدە تاماقنى كۆپ يېيىش ئارقىلىق ئاشقازاندا قىزىتما پەيدا بولغان بولسا كۆپىنچە قىزىتما يۈز بېرىدۇ. بىراقلا سۇنى كۆپ ئىچىۋېتىشمۇ خەتەرلىك.

ئوزۇقلاندۇرۇشنىڭ ئەڭ ياخشى ۋاقتى ھاۋا مۆتىدىل بولغان چاغلاردۇر. ياز پەسلىنىڭ ئاخشاملىرى، قىش پەسلىنىڭ چۈش ۋاقىتلىرى ھاۋا بىرقەدەر مۆتىدىل بولىدۇ. ئەمما بىمارنىڭ ئىشتىھاسى باشقا ۋاقىتلاردا كۈچەيىپ كەتسە، ھاۋا مۆتىدىل بولغان ۋاقىتلارنى ساقلاپ ئولتۇرماي ، يېمەكلىكلەرنى ئاز - ئازدىن بېرىش لازىم. سوغۇق سۇ ئىچىش ياخشى ئەمەس، سوغۇق سۇ ئىچكى ئەزالارنى ئاجىزلاشتۇرۇپ يىقىلىپ قېلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزىدە سوغۇق سۇنى كۆپ ئىچىش سەۋەبىدىن بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يېتىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى
www.uyghurkitap.com

كېسەللىكتىن كېيىنكى ئاجىزلىقتا ئىشتىها تۆۋەن بولۇشنىڭ سەۋەبى: بەدەن ئاجىز بولۇش ياكى ئاشقازاندا غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنىڭ ئولتۇرۇۋېلىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭ بىلەن بۇزۇق بۇخاراتلار يۇرەك تەرەپكە يېتىپ كېلىپ هوشسىزلىقنى كەلتۈرىدۇ.

بەزىدە ئىشتىها تۆۋەن بولۇشنىڭ سەۋەبى جىگەرنىڭ تارتىش كۈچى ئاجىز بولغانلىقتىن بولىدۇ. جىگەرنىڭ ئاجىزلىقىنى چىراينىڭ رەڭگى ۋە چوڭ تەرەت ئارقىلىق بىلگىلى بولىدۇ.

بەزىدە غەيرىي تەبئىي خىلىتلار تەسىرىدىن هەزىم بۇزۇلۇش بولىدۇ.

ئىشتىها تۆۋەن بولغاندا مۇڭاپىق هالدا يەڭگىل تەدبىرلەرنى قوللىنىش كېرەك. كېسەللىكتىن كېيىنكى بەدەن ئاجىزلىق ئۈچۈن سىركەنجۇبىل، سەپەرجىلى ئەڭ پايدىلىق تۇر. ئىسسىق تەبئەتلىك، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرگۈچى دورىلارنى بېرىش مۇڭاپىق ئەمەس. چۈنكى ئۇنىڭ كېسەللىكنىڭ قايتىلىنىشى يۇز بېرىش مۇمكىن.

يىگىرمە يەتتىنچى باب بۆھران

بحران

بىرىنچى پەسىل بۆھران ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە

ذکر و وجوه استدلال بر بحران

بۆھران بەدەننىڭ كېسەللىك ئۆزگىرىش نامى بولۇپ، تەبىئەت كۈچى بىلەن كېسەللىك ئوتتۇرىسىدىكى ئۆزئارا قارشىلىقتىن پەيدا بولىدۇ.

بۇ قارشىلىشىشنىڭ سەۋەبى: تەبىئەت ناھايىتى زور دەرىجىدە كۈچەپ، كېسەللىك ئۈستىدىن غالىب كېلىپ، ئۇنى بەدەندىن چىقىرىپ تاشلىماقچى بولىدۇ. بۇ جەريانداا تەبىئەت كۈچى كېسەللىك ئۈستىدىن غالىب كەلسە بۇ ياخشى بۆھران دەپ ئاتىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك تەبىئەت كۈچى ئۈستىدىن غالىب كەلسە بۇ يامان بۆھران دەپ ئاتىلىدۇ. بۇنداق ھالەتتە بىمار ئاجىزلىقا قاراپ يۈزلىنىپ ئۆلۈپ كېتىدۇ.

بۆھراننىڭ ياخشى ياكى يامان ئاتىلىشى تولۇق ياكى تولۇقسىز بولغان ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ. تولۇق بولغان ياخشى بۆھراندا «تەبىئەت» كۈچى كېسەللىك ئۈستىدىن غالىب كەلگەچكە، كېسەللىك ماددىسى تەبىئەت كۈچىنىڭ تەسىرىدە بىراقلا چىقىرىپ تاشلىنىدۇ ياكى يوقىلىدۇ. بۇنىڭ بىلەن بىمار ساقىيىپ كېتىدۇ.

تولۇق يامان سۈپەتلىك بۆھراندا كېسەللىك تەبىئەت ئۈستىدىن غالىب كەلگەچكە، بىمار ئۆلۈپ كېتىدۇ.

تولۇق بولغان ياخشى ۋە يامان بۆھران تۆت ياكى يەتتە ۋە ياكى 14 كۈنگىچە ئۇزارغان ئۆتكۈر كېسەللىكلەردە يۈز بېرىدۇ.

تولۇق بولمىغان ياخشى بۆھراندا گەرچە تەبىئەت كۈچى كېسەللىك ئۈستىدىن غالىب كەلمىسىمۇ ۋە بۆھراننىڭ ياخشى ئالامەتلىرى كۆرۈلمىسىمۇ، لېكىن كېسەللىك ماددىسى بەدەندىن بىراقلا چىقىپ كەتمەي ئاستا ـ ئاستا چىقىپ كېتىدۇ.

تولۇق بولمىغان يامان سۈپەتلىك بۆھراندا كېسەللىك تەبىئەت كۈچى ئۈستىدىن غالىب كېلىدۇ. بىراق بىمار بىراقلا ئۆلۈپ كەتمەستىن، بەلكى ئاستا ـ ئاستا ئاجىزلاپ ئۆلۈپ كېتىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

تولۇق بولمىغان ياخشى ۋە يامان سۈپەتلىك بۆھران 40 كۈنگىچە ئۆتكۈر بولمىغان كېسەللىكلەردە يۈز بېرىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ قەرشى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تولۇق بولغان ياخشى بۆھران بەزىدە كېسەللىك ماددىسىنى بەدەندىن تولۇق چىقىرىپ تاشلايدۇ. بۇ بۆھران ئىستىفراغ دېيىلىدۇ. بەزىدە بۆھران كېسەللىك ماددىسىنى ئۈستۈنكى ئەزالاردىن تۆۋەنگە ھەيدەيدۇ. بۇ بۆھران ئىنتىقال دېيىلىدۇ.

مەشھۇر تېۋىپ مەسىھى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بەزى كېسەللىكلەر بۆھران بىلەن ئاخىرلىشىدۇ. ئۇنداق كېسەللىكلەردە ھەربىكەت تېز بولىدۇ. بەزى كېسەللىكلەرنىڭ ئاخىرلىشىشى ئاستا بولىدۇ. بۇنىڭ ھەربىكىتى تېز بولمايدۇ. بۇنىڭ ئاخىرلىشىشى بۆھران دېيىلمەيدۇ. بەلكى كېسەللىك ماددىسى پىشىش ۋە تارقىلىش دېيىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن كېسەللىكنىڭ ساقىيىشى كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشىشى ۋە تارقىلىشى بىلەن ياكى بۆھران بىلەن بولىدۇ. كېسەللىك ماددىسى بۆھران سەۋەبىدىن بىراقلا بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتىدۇ ياكى ئۈستۈنكى قىسىمدىكى كېسەللىك ماددىسى بۆھران سەۋەبىدىن بىراقلا تۆۋەنگە چۈشىدۇ.

كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشىشى ياكى تارقىلىشى چاپلاشقاق تەپ ۋە ئۇچ تۆت كۈنلۈك تەپكە ئوخشاش سوزۇلما خاراكتېرلىك كېسەللىكتە ئاستا بولىدۇ.

تازىلاشتىن بولغان بۆھران سەپرا خىلتى تەسىرىدىن كېلىپ چىققان كېسەللىكلەردە تۈيۈقسىز بۈرۈن قاناش، قەي قىلىش، كۆپ سىيىش، تەرلەش، مەقئەت قاناش، ھەيز كېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدۇ.

يۆتكىلىشتىن بولغان بۆھراندا تەبئەت كۈچى كېسەللىك ئۈستىدىن غالىب كېلىدۇ. بىراق كېسەللىك ماددىسى سىرتقا چىقىرىپ تاشلانماستىن تۆۋەن دەرىجىدىكى ئەزالارغا يۆتكىلىدۇ. بۇنىڭدىن شۇ ئەزالاردا ئىششىق ۋە مۈدۈرچاق پەيدا بولىدۇ. بۇ ۋاقىتتا تەبئەتكە ياردەم بېرىلىدۇ. بولمىسا بىمار ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن.

ئەگەر بۆھران بولسا كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە يۈز بەرسە ناھايىتى خەتەرلىكتۇر. ئەگەر كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا يۈز بەرگەن بولسا بۇ تولۇق بولغان بۆھران بولىدۇ بۇنىڭ ئاقىۋىتى ياخشى بولىدۇ. كېسەللىك ياخشىلىنىۋاتقان مەزگىلدە بۆھران يۈز بەرمەيدۇ.

بۆھراننىڭ ۋاقتى پەقەت بىرلادۇر، يەنى كېسەللىكنىڭ ئەڭ ئاخىرقى باسقۇچىدۇر. بىراق ئۆلۈم ۋاقتى بىر ئەمەستۇر.

تولۇق بولغان بۆھران كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى باسقۇچىدا بولىدۇ. تولۇق بولمىغان بۆھران كېسەللىكنىڭ تەرەققىي قىلىۋاتقان باسقۇچىدا بولىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى كېسەللىكنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە داۋالاشنىڭ خاتالىقى سەۋەبىدىن بولىدۇ.

ئىككىنچى پەسىل كېسەللىك ۋاقىتلىرىنىڭ تۈرلەرگە بۆلىنىشى

تقسیم ایام مرض

كېسەللىك ۋاقىتلىرىنىڭ تۈرلەرگە بۆلىنىشى بۆھران كۈنلىرىنىڭ تۆۋەندىكىدەك ئېغىر، يەڭگىل بولۇش ۋاقىتلىرىنى كۆرسىتىدۇ.

1. بۆھران يۈز بېرىدىغان كۈنلەر، بۇ تەبىئەت كۈچىنىڭ كېسەللىك ئۈستىدىن غەلبە قىلغان كۈنلەر دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

2. بۆھران يۈز بېرىش ئېھتىمالى بولغان كۈنلەر، بۇ ئاگاھلاندۇرغۇچى كۈنلەر دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

3. تەبىئەت كۈچى كېسەللىك ئۈستىدىن غەلبە قىلغان كۈنلەر بىلەن ئاگاھلاندۇرغۇچى كۈنلەر بۆھراننىڭ ئوتتۇرىسىدىكى كۈنلەر دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

ئۈچىنچى پەسىل كېسەللىكلەرگە سۈرگۈ بېرىدىغان كۈنلىرى

ایام مهل

هازىرقى زامان تېۋىپلىرىنىڭ قارىشىچە سۈرگە بېرىدىغان كۈن تۆۋەندىكىچە:

بىرەر كېسەللىك يۈز بېرىدىپ 8 ـ، 10 ـ، 12 ـ، 16 ـ، 18 ـ، 22 ـ، 23 ـ، 25 ـ، 26 ـ، 28 ـ، 29 ـ، 30 ـ، 32 ـ، 33 ـ، 35 ـ، 36 ـ، 38 ـ، 39 ـ كۈنلىرى كېسەللىك ئېغىر بولمىغان ئاشۇ كۈنلەردە سۈرگە بېرىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك تۇتقان ياكى ئېغىر كۈنلەردە بېرىشكە توغرا كەلسە بۆھران كۈچلۈك بولمىغان كۈنلەردە يەنى 9 ـ، 11 ـ كۈنلىرىدە بېرىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك قىزىتما بىلەن بىرگە بولسا سۈرگىنى كېسەللىك تۇتۇشى يوقالغاندىن كېيىن ياكى قىزىتما تۇتۇشتىن ئىلگىرى بېرىلىدۇ.

تۆتىنچى پەسىل بۆھران كۈنلىرى

ایام بحران

تېۋىپلار بۆھران كۈنلىرىنى ئۇزۇن يىللىق ئەمەلىي داۋالاش تەجرىبىلەرگە ئاساسلىن-

ئۇيغۇر كىتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

نىسپ بېكىتكەن. چۈنكى ئۇ كۈنلەر بىمارنى ئوزۇقلاندۇرۇش ۋە بىمارغا سۈرگە بېرىش بىلەن بىۋاستە مۇناسىۋەتلىك. بۇنىڭ ئۈچۈن بۆھران كۈننى ھېسابلاشتا قىزىتما قايسى كۈنى باشلانغان بولسا شۇ كۈن قىزىتمىنىڭ دەسلەپكى ۋاقتى بولۇپ، بىر كۈننىڭ يېرىمىدىن كۆپرەك ۋاقىت قېلىلغان بولسا ئۇ تولۇق بىر كۈن ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر يېرىمىدىن ئازراق ۋاقىت قېلىلغان بولسا شۇ كۈندىن باشلاپ ھېسابلىنىدۇ.

ئىبنىسىنا مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆھران كۈنلىرىنى بىلىشتە بەدەندىكى كېسەللىك ئاخىرقى ھېسابتا قىزىش بولغان كۈننىڭ ئۆزى بىرىنچى كۈنى بولىدۇ.

بۆھراننىڭ 4 ـ، 7 ـ، 11 ـ، 14 ـ، 17 ـ، 20 ـ، 21 ـ، 24 ـ، 27 ـ، 31 ـ، 34 ـ، 37 ـ، 40 ـ كۈنلىرىدىن كېيىن 60 ـ، 80 ـ، 100 ـ كۈنلىرى بۆھران كۈنلىرى بولۇپ، بەدەننى تازىلاشقا بولمايدۇ.

كۆيدۈرگۈچى تەپكە ئوخشاش ئۆتكۈر قىزىتما كېسەللىكىدە بۆھران تاق كۈنلەردە يۈز بېرىدۇ. بولۇپمۇ 11 ـ، 13 ـ كۈنلىرىدە كۆرۈلىدۇ. بەزىدە 14 ـ كۈنىدە يەڭگىل دەرىجىدە كۆرۈلىدۇ.

تۆت كۈنلۈك قىزىتما ۋە ئالتە كۈنلۈك قىزىتما كېسەللىكلىرىدە بۆھران كۆپىنچە جۈپ كۈنلىرى يۈز بېرىدۇ.

بەشىنچى پەسىل بۆھراننىڭ داۋاملىشىۋاتقان كۈنلىرى

ايام واقع فى الوسط

بۇ سۈرگە دورىلىرىنى بېرىدىغان كۈنلەر بىلەن بۆھران كۈنلىرى ئارىلىقىدىكى كۈنلەردىن ئىبارەت. بۇ كۈنلەر گەرچە بۆھران كۈنلىرى بولسىمۇ، لېكىن ئۇ كۈنلەردە ئېغىر دەرىجىدىكى بۆھران بولمايدۇ.

كۆپىنچە بۆھران يۈز بېرىدىغان كۈنلەر 3 ـ، 5 ـ، 9 ـ، 11 ـ، 13 ـ، 17 ـ كۈنلەردىن ئىبارەت.

ئالتىنچى پەسىل ئاگاھلاندۇرغۇچى كۈنلەر

ايام انذار

بۆھراننىڭ بەزىسى يۇقىرىقىدىن باشقا كۈنلەردىمۇ يۈز بېرىدۇ، ئۇ كۈنلەرمۇ ئاگاھلان-

دۇرغۇچى كۈنلەر ھېسابلىنىدۇ. يەنى 4 ـ كۈن 7 ـ كۈنلىرى 11 ـ كۈن 14 ـ كۈن 17 ـ كۈن 20 ـ ياكى 21 ـ كۈنلىرى، 24 ـ كۈن 27 ـ كۈنلىرى ئاگاھلاندۇرغۇچى كۈنلەردىن ئىبارەت. يەنە بەزىدە بۆھراننىڭ 7 ـ كۈنى، 14 ـ كۈنى ئاگاھلاندۇرغۇچى بۆھران كۈنى ھېسابلىنىدۇ.

يەتتىنچى پەسىل بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى
علامات بحران

بۆھراننىڭ ئاساسلىق ئالامەتلىرى كېسەللىكتە قوزغىلىش پەيدا بولۇش، قىزىش، بىئارام‌لىق ھېس قىلىش، بىر تەرەپنى بېسىپ ياتالماسلىق، باشتا ئېغىرلىق مەلۇم بولۇش، زېھنى ئېلىشىش، باش ئاغرىش، بويۇن ئاغرىش، ئېغىر ئۇيقۇ بولۇش، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش، باش قېيىش، قۇلاق غوڭۇلداش، كالپۇكى لىكىلداش، كۆڭۈل ئاينىش، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇش، يۇرەك قوزغىلىش، ھوشسىزلىنىش، ئاشقازان كىـ رىش ئېغىزى ئاغرىش، چىراي رەڭگى ئۆزگىرىش، دەم سىقىلىش، غول ئاغرىش، تىترەش، تومۇر ھەرىكىتى ئۆزگىرىش، سۈيدۇك تەستە كېلىش، قەۋزىيەتلىك قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

سەككىزىنچى پەسىل بۆھراننىڭ تۈرلىرى
نوعیات بحران

ئەگەر بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى بىلەن تومۇر ھەرىكىتى دولقۇنسىمان، سۈيدۇك رەڭگى قېنىق، قويۇق بولۇش، بەدەندە تىترەش، چوڭ ـ كىچىك تەرەت مىقدارى ئاز بولۇش، قىزىش كۆرۈلسە، بۇ، كېسەللىك ماددىسىنى تەر ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلىغۇچى بۆھران بولىدۇ.

ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى دولقۇنلۇق ياكى قاتتىق ئىتتىك بولۇش، بۇرۇن قىچىشىش، بۇرۇن، كۆز، چىراي قىسىملىرى قىزىرىش، كۆزىدىن تۈيۇقسىز ياش ئېقىش، باش قىزىش، ئاغرىش، قۇلاق غوڭۇلداش، ئاڭلاش سېزىمى تۆۋەنلەش، باش قېيىش، چۈشكۈـ رۈش بولسا بۇ كېسەللىك ماددىسىنى بۇرۇن قاناش ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلىغۇچى بۆھران بولىدۇ.

ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى چوڭ بولۇش، سۈيدۇك رەڭگى ئاق بولۇش، دوۋساقتا ئېغىرـ لىق مەلۇم بولۇش، كىندىك كۆتۈرۈلۈپ قېلىش، زەكەر كۆپۈشۈش، جىنسىي ئەزا

ئۇيغۇر كتاب نۇر بىكتى www.uyghurkitap.com

تۆشۈكى ئېچىشىش، چوڭ تەرەت ۋە تەر توختاپ قېلىش بۇ كېسەللىك ماددىسىنى سۈيدۈك ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلىنىدىغان بۆھراندىن ئىبارەت.

ئەگەر سۈيدۈكى ئوت رەڭلىك بولۇش، ئاستىنقى‌لەۋ تىترەش، كۆڭۈل ئايىنىش، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش، ئېغىزى ئاچچىق بولۇش، شۆلگەي ئېقىش، تىترەش، باش ئاغرىش، چىرايىنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇش، بۇ كېسەللىك ماددىسىنى قەي ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلىنىدىغان بۆھراندىن ئىبارەت.

ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى كېچىك بولۇش، قورساق كۆرۈكراش، قورساق تولغاپ ئاغرىش، چوڭ تەرەت مىقدارى كۆپ بولۇش بۇ، ئىچى سۇرۇش خاراكتېرلىك بۆھراندىن ئىبارەت.

ئەگەر بالىياتقۇ ساھەسى، بەل قىسمى ئېغىر سېزىلىش، بالىياتقۇ ساھەسى كۆپۈشۈش ۋە لىكىلداش، ھەيز كۆپ كېلىش بۇ، ھەيز خاراكتېرلىك بۆھراندىن ئىبارەت.

ئەگەر تومۇر ھەرىكىتى چوڭ بولۇش، بوۋاسىر قاناش، بەل ئاغرىش، بوغۇم قىسمىلىرى ئاغرىش بۇ بوۋاسىر خاراكتېرلىك، بۆھراندىن ئىبارەت.

توققۇزىنچى پەسىل يۆتكەلگەن بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى

علامات بحران انتقالی

بۇ كېسەللىك ماددىسىنىڭ يەرلىك ئورۇندىن يۆتكەلگەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرىنى كۆرسىتىدۇ. قىزىتما كۇچلۇك بولۇش، ئەزالار قاتتىق ئاغرىش، ئاز تەرلەش، سۈيدۈك سۈيۇق ۋە ئاق رەڭدە بولۇش، ماددىنىڭ پىشىشى كېچىكىش، قولتۇق، شىراق قىسىملىرىدىكى تومۇرلىرى ئاغرىش، بوغۇملار ئاغرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ ماددىنىڭ يۆتكەلگەنلىكىنى كۆرسىتىدۇ.

سۈيدۈكتە قىيىنچىلىق بولۇش، باشتا ئېغىرلىق بولۇش، قۇلاق غۇڭۇلداش، دەم سىقىلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ئۇستى تەرەپتىكى ماددىنىڭ يۆتكەلگەنلىكىنى كۆرسىتىدۇ.

تۆۋەنكى مۇچىلەردە ئاغرىش ۋە ئېغىرلىق بولۇش، يوتا، شىراق قىسىملىرىدا ئېچىشىش، كۆيۈشۈش بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ئاستى تەرەپتىكى ماددىنىڭ يۆتكەلگەنلىكىنى كۆرسىتىدۇ.

ئەگەر قۇۋۋەت نورمال بولۇپ، سۈيدۈك تۈتۈلۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بۇ، مۇدۇرچاقتىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئونىنچى پەسىل ياخشى بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى
علامات بحران جید

ياخشى بۆھراندا تۆۋەندىكىدەك ئالامەتلەر بولىدۇ. ماددىنىڭ پىشقانلىقى بۆھراننىڭ 7 ـ ياكى 14 ـ كۈنلىرى يۈز بېرىش، ئاگاھلاندۇرغۇچى ئالامەتلەر ئېنىق كۆرۈنۈش، بۆھران يۆتكىلىش خاراكتېرلىك ياكى مۇدۇرچاق چىقىش بولماستىن ئىچ سۇرۇش بولۇش، كېسەللىك ماددىسىنىڭ زەھەرلىك تەسىرىگە بىمار بەرداشلىق بېرەلمىگەندەك بولۇش، كېسەللىك ئېغىرلاشقاندىمۇ بەدەن قۇۋۋىتى ۋە تومۇر ھەرىكىتى نورمال بولۇش، بىمار خاتىرجەملىك ھېس قىلىش، يەڭگىل قىزىش، بىمارنىڭ رەڭگى ياخشى بولۇش قاتارلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئون بىرىنچى پەسىل ياماں بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى
علامات بحران ردی

ياخشى بۆھراننىڭ ئالامەتلىرىنىڭ دەل ئەكسىچە ئالامەتلەر بولۇش، تومۇر ھەرىكىتى ئاجىز بولۇش، كېسەللىك ماددىسى بىرەر يول بىلەن بەدەن سىرتىغا چىقماسلىق قاتارلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئەگەر بۆھراننىڭ قوزغىلىش ھەرىكىتى بۆھراننىڭ 7 ـ كۈنى يۈز بەرگەن بولسا، كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئاز قالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر بۆھران ھەرىكىتى شۇ كۈنلىرى توختىغان بولسا بۆھران ھەرىكىتى يەنە تەكرارلىنىدىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئون ئىككىنچى پەسىل بۆھراننىڭ تەدبىرلىرى
تدبیر بحران

ئىبنىسىنا بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

بۆھران كۈنلىرى ۋە ئۇنىڭغا ئالاقىدار كۈنلەردە شۇ كېسەللىككە مەخسۇس بولغان تەبىئەتنى كۈچلەندۇرگۈچى، ئارام بەرگۈچى تەدبىرلەرنى قوللىنىش، سۈرگە بەرمەسلىك.

قەرشى بۇ ھەقتە مۇنداق كۆرسەتكەن:

تولۇق بولغان ياخشى بۆھراندا ھېچقانداق تەدبىر قوللانماسلىق، ئەگەر بۆھران تۆۋەن

ئۇيغۇر كىتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

دەرىجىدە يۇز بەرگەن بولسا تەبىئەتكە ياردەم بەرگۈچى دورىلارنى بېرىش لازىم.

ئەگەر توسالغۇ سەۋەبلىك بولغان بولسا توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلارنى بېرىش، شۇنداقلا كېسەللىك ماددىسى قايسى تەرەپتىن چىقىپ كېتىشكە مايىلراق بولسا، شۇ تەرەپكە ئىتتىرىپ چىقىرىشقا ياردەم بېرىش.

يۆتكىلىشچان بۆھراندا كېسەللىك ماددىسى قايسى ئەزا تەرەپكە يۆتكەلسە، شۇ ئەزا كۈچلەندۈرۈلىدۇ.

كېسەللىك ماددىسىنى بىر ئەزادىن يەنە بىر ئەزاغا يۆتكەش تەدبىرى تۆۋەندىكىچە:

1. كېسەللىك ماددىسى ئورۇنلاشقان ئەزانى قول بىلەن كۈچەپ بېسىش.

2. كېسەللىك ماددىسى ئورۇنلاشقان ئەزانىڭ قارشىسىدىكى ئەزاغا لوڭقا قويۇش، ئىسسىق تەبىئەتلىك ئاسان سۈمۈرۈلگۈچى دورىلارنى زىمماد قىلىش.

3. كېسەللىك ماددىسى ئوڭ قول ياكى پۇتتا بولسا، ئاشۇ سول قول ۋە پۇت ئارقىلىق ئېغىر ئىش قىلىش.

4. كېسەللىك ماددىسى باش ۋە كۆزدە بولسا، پۇت، قولنى كۈچەپ مۇجۇش، ئىسسىق سۇدا يۇيۇنۇش، پاچاقنى مۇستەھكەم باغلاش.

5. كېسەللىك ماددىسى ئىچكى ئەزالار تەرەپكە كېلىۋاتقان بولسا، بولۇپمۇ ئاشقازان ۋە كۆكرەك قىسمىدىكى ئەزالارغا يۆتكىلىش خەتىرى بولسا، يوتىلارنى چىڭ باغلاش، سۇيدۇك ھەيدەش، تەرلىتىش، ئىچىنى سۈرۈش، قەي قىلدۇرۇش.

بىرەر ئەزاغا كېسەللىك ماددىسىنىڭ كېلىۋېلىشنى (تۆكۈلۈشنى) چەكلەش تەدبىرى:

دەسلەپتە ئەزالارنىڭ ئاغرىقى توختىتىلىدۇ. سەزگۈرلۈكى يۇقىرى ياكى تۆۋەن بولسۇن، قايسى بىر رەئىس ئەزالارغا كېسەللىك ماددىسىنىڭ بېرىپ قىلىشى ياكى تەسىر قىلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش بىلەن بىرگە مۇۋاپىق تەدبىرلەر ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسىنى يېقىن ئەتراپتىكى ئۆزى كۈچلۈك، سەزگۈرلۈكى بىرقەدەر تۆۋەن ئەزالارغا يۆتكەش لازىم.

يىگىرمە سەككىزىنچى باب بەدەن سىرتىدا بولىدىغان مۇدۇر ۋە ھەرخىل ئىششىقلار

اورام وبثور ظاہربدن

بۇ بابتا مۇدۇرچاقلار، قاندىن بولغان ئىششىق، قاراسان، سەپرادىن بولغان ئىششىق، كۆيدۈرگە، يىرىڭلىق ئىششىق، يىرىڭلىق مۇدۇر، سۈلۈق قاپارتما، يەللىك قاپارتما، يەلتاشما، تىلما، گۆشخورچاقا، چىيقان، غەلۋىرەك، دانىخورەك، ئاغرىقسىز ئىششىق، يەلدىن بولغان ئىششىق، پوقاق، بەز ۋە تۇگۈنچە، بويۇن بەز سىلى، قاتتىق ئىششىق، راك، ماخاۋ، باش تەمرەتكىسى، قوتۇر، ھۆل تەمرەتكە، قىچىشقاق، سۇ چېچەك، يالغان چېچەك، سۆگەل، بەلخىيە چاقىسى، پۇرچاقسىمان چاقا، ئۇجمىسىمان چاقا، سەينەك، تېرە ئاستىغا قان چۈشۈش، سىفلىس، قىزىل چېچەك قاتارلىق مەزمۇنلار بايان قىلىنىدۇ.

بىرىنچى پەسىل مۇدۇرلار

بثور

تونۇش:

مۇدۇرلار بەدەننىڭ ئوخشىمىغان ئورۇنلىرىدا ئوخشىمىغان شەكىللەردە ئۆسۈپ قالغان مۇدۇرچاقلار بولۇپ قاتتىق ئاغرىيدۇ.

سەۋەبى:

مۇدۇرلارنى پەيدا قىلىدىغان ئاساسلىق سەۋەبلەر غەيرىي تەبىئىي سەپرا، قان، بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىرىدىن باشقا بۇزۇق يەللەردىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش:

مۇدۇرلارنى داۋالاشتا ئاساسلىقى تۆۋەندىكى قاندىن بولغان ئىششىق (پەلغەمۇنى) نى داۋالاشتا ئىشلىتىلگەن دورىلار ۋە چارە ـ تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئىككىنچى پەسىل قان خىلىتىدىن بولغان ئىششىق (پەلغەمۇنى)

فلغمونى

سەۋەبى:

بۇ بىر خىل سەل قاتتىقراق كەلگەن ئېسىلەنگۈ ئىششىق بولۇپ، بۇنىڭ ئېسىلىشى كۆپ بولىدۇ. بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى قان خىلىتى بولىدۇ.

ئالامىتى:

ئىششىق چۈشكەن ئەزا ناھايىتى بەك ئېسىلىدۇ. ھارارەت، ئاغرىق، لوقۇلداش ئەھۋاللىرى قاتتىق بولىدۇ. ئىششىقتا قىزىللىق بولىدۇ. تومۇرى توم ھەم چوڭ سالىدۇ. سۈيدۈكى قىزىل بولىدۇ. بۇ ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرىدىن يەنە بىرى شۈكى، ئىششىقنىڭ ئۈستىگە قولى قويۇلسا، لوقۇلداش قاتتىق بولغانلىقتىن قولىغا لوقۇلداش سېزىمى بولىدۇ. ئىششىغان ئەزانىڭ قانچىكى ھەرىكەتلىك تومۇرلىرى كۆپ بولسا، ئاغرىش ۋە لوقۇلداش شۈنچە كۆپ بولىدۇ.

داۋالاش:

ئىششىق يېڭى باشلانغان ۋاقتىدا بەدەننى قۇۋۇتلەش ۋە كېسەللىك ماددىسىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، فۇپەل، گىلى ئەرمىنى، سامساق، ئاقاقىيا، قىزىلگۈل، كاسىنە قاتارلىقلاردىن قائىدە بويىچە زىمات تەييارلاپ بەدەنگە، يەرلىك ئورۇنغا چېپىش ۋە تېڭىش لازىم. ئەمما، ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن، ئاغرىق تېخىمۇ بەك بولۇپ كەتمەسۈن ئۈچۈن، مەزكۇر ماددا قايتۇرغۇچى دورىلارنى ئىششىقنىڭ ئۆزىگە ئىشلەتمەي مەزكۇر دورىلارنى ئىششىق بار جايدىن يۇقىرىراق جايغا ئىشلىتىش لازىم. شۇنداق قىلغاندا كېسەللىك ماددىسىنى يەرلىك ئورۇنغا كەلگىلى قويمايدۇ. كەلگەن ماددىنى باشقا تەرەپكە دەپئى قىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاش ئۈسۇللىرىنى بەدىنىنى كېسەللىك ماددىسىدىن تولۇق تازىلىغاندىن كېيىن قوللىنىشقا بولىدۇ. شۇنداق قىلغاندا ياخشى بولىدۇ.

ئىككىنچى كۈنى كېسەللىكنىڭ ئارتىدىغان ۋە زىيادە بولىدىغان كۈنى بولۇپ، بۇ كۈندىكى ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلارغا ماددىنى بوشاشتۇرغۇچى دورىلار، مەسىلەن: ئارپىنىڭ ئۈنى، ھۆل يۇمغاقسۈت، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى ھەم بىرئاز قوشۇپ ئىشلىتىش كېرەك.

بەزى تېۋىپلار بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، سېرىقچېچەكلەرگە ئوخشاش تارقىتىش ۋە بوشـ

تىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارنى ماددا قايتۇرغۇچى دورىلارغا ئىككىنچى كۇنى قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم، دەپ كۆرسىتىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك بىمارنىڭ ئىشتىهاسىغا تەسىر قىلىپ، ئىشتىها زىيادە بولۇشتىن توختىسا، بۇ ۋاقىتتا تارقىتىش ۋە بوشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارنى، مەسىلەن: باقىلەنىڭ ئۇنى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، بابۇنە ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇشقا بولىدۇ.

بەزىلەر تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، كېسەللىك ئىشتىهاسىغا تەسىر قىلىپ ئىشتىهاسى تۇتۇلسا، ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى تەڭمۇتەك يېرىمىدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش لازىم، دەپ كۆرسىتىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك تۆۋەنلەش (ساقىيىش) باسقۇچىغا بېرىپ كېمىيىشكە باشلىسا پەقەت تارقاتقۇچى دورىلارنى، مەسىلەن: بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، زىغىر ئۇرۇقى، ھۆلبە ئۇرۇقى ۋە شۇلارغا ئوخشاشلارنى تېۋىپلارنىڭ بىرلىككە كەلگەن پىكرى بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇشقا بولىدۇ.

ئەگەر ئىششىقنىڭ ماددىسى تارقىماي يىرىڭ يىغىشقا باشلىسا، ماددىنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى، مەسىلەن: شومشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، ئەنجۇر قېقى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلاردىن قائىدە بويىچە زىمات تەييارلاپ تېڭىش لازىم. شۇنىڭ بىلەن ماددا پىشىدۇ.

ئۇندىن كېيىن ئىششىق ئۆزلۇكىدىن ئۆزىگە ئېغىز ئالمىسا، بۇ ۋاقىتتا كەپتەرنىڭ مايىقى، ئوشەق قاتارلىقلارنى يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش ياكى تۆمۇر ئەسۋاب بىلەن يېرىۋېتىش لازىم.

ئەگەر كېسەلنىڭ تەبئىتىنى (چوڭ تەرتىنى) يۇمشىتىشقا ھاجەت بولسا، مېۋىلەرنىڭ قاينىتىلغان سۇيى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلارنى بېرىشكە بولىدۇ.

ئەگەر ئىششىق تاياق تەگكەندىن ۋە يېقىلغاندىن پەيدا بولغان تاشقى سەۋەبلەر بىلەن پەيدا بولغان بولسا، بەدەنده قان خىلتىنىڭ مىقدارى نورمال مىقداردىن ئېشىپ كېتىپ، بەدەنده غەيرىي تەبئىي خىلتىلار ئېشىپ كەتكەن ياكى كەتمىگەنلىكىگە ھەم ئىششىق ئازراقمۇ ياكى چوڭمۇ بۇنىڭغا قاراپ كېسەللىك ماددىسىنى مۇۋاپىق ئۇسۇللار ئارقىلىق تازىلاش لازىم.

ئەگەر بەدەن غەيرىي تەبئىي خىلتىلاردىن پاك بولمىغان بولسا، ماددىنى بوشاشتۇرغۇچى ۋە تارتقاتقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىرگە سىرتىدىن، مۆتىدىل تەبئەتتىكى ياغلار بىلەن يەرلىك ئورۇننى ياغلاش، ئىلمان سۇ بىلەن ئەرقى گۈلنى ئىششىقنىڭ ئۈستىگە پات ـ پات سۈركەپ قويۇش لازىم. بۇ چارىلەر بىلەن ئىششىق يوقالمىسا، ئىششىقنىڭ ئۆزىگە نەشتەر ئۇرۇپ يەرلىك ئورۇندىكى بۇزۇق قاننى چىقىرىۋېتىش، نەشتەر ئۇرغاندىن كېيىن قان پۈتۈنلەي چىقسۇن ئۈچۈن، يەرلىك ئورۇنغا لوڭقا

قويسا ھەم بولىدۇ.

ئەگەر بىمانرىك بەدىنى غەيرىي تەبىئىي ماددىلار بىلەن توشۇپ قالغان بولسا، ئۇنى داۋالاشتا ھەممىدىن ئاۋۋال قان ئېلىش، ئاندىن ئىششىق ئەتراپلىرىغا ماددا قايتۇرغۇچى دورىلارنى چېپىش ۋە تېڭىش لازىم.

ئۇچىنچى پەسىل قاراسان

شىقاقلىس

تونۇش:

بۇ بىر خىل ئىنتايىن جىددىي ھەم خەتەرلىك ئىششىق بولۇپ، كۆيگەن قان خىلىتە-نىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى:

بۇ خىل ئىششىقنىڭ ھەجمى چوڭ بولۇپ، ئۇنىڭ چوڭلۇقىدىن شۇ ئىششىق چۈشكەن جاينىڭ ھەربىرىكەتسىز ۋە ھەربىرىكەتلىك تومۇرلىرىنى سىقىپ قويىدۇ. ئاندىن ساپ ھاۋانىڭ يەرلىك ئورۇنغا كىرىدىغان يوللىرىنى توسۇپ، راھەتلىنىشنى توسۇش ئارقىلىق شۇ ئەزانىڭ تەبىئىي ھارارىتىنى يوقىتىپ، ئۇنىڭدىكى قان قاتارلىق خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشنى پەيدا قىلىپ، شۇ ئەزانى بۇزۇپ قارايتىپ قويىدۇ. بۇنىڭ بۇزۇلۇقى شۇ ئەزانىڭ ئەتراپىدىكى قوشنا ئەزالارغىمۇ ئۆتىدۇ. بۇ كېسەللىكنىڭ باشلانغۇچ مۇقەددىمە باسقۇچىنى غانغرىنا (گانگرېنا) دەيدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر بۇ كېسەللىك يېڭى باشلىنىش ۋاقتىدا بولۇپ، ھارارىتى غۇرەيزىيەنى ئاجىزلاش-تۇرۇپ، ئەزانى سېسىتىپ قارايتىدىغان دەرىجىگە يەتمىگەن بولسا، ئىششىققا تېزدىن نەشتەرنى چوڭقۇر ئۇرۇش، تاكى بۇزۇق ماددا بار جايغا نەشتەر يەتكۈچە ئۇرۇش لازىم. چۈنكى نەشتەر ئۇرۇشتىكى مەقسەت بولسا، بۇزۇلغان يەنى پاسات بولغان بۇزۇق قاننى چىقىرىشتۇر.

جالىنۇس: «بۇ ھەقتە نەشتەرنى يەڭگىل ۋە يۇزە ئۇرۇش شۇ ئەزانىڭ بۇزۇلۇشىغا ۋە ئۆلۈشىگە سەۋەب بولىدۇ. چوڭقۇر ئۇرۇلغان نەشتەر شۇ ئەزانىڭ ساقىيىشىغا ۋە تۇزۇلۇشىگە سەۋەب بولىدۇ. چۈنكى بۇزۇق ماددا چىقىپ كېتىدۇ» دېگەنىدى.

كۆك قانتومۇر نەشتەر ئۇرۇلۇپ بۇزۇق قان چىقىپ كەتكەندىن كېيىن، قان بولۇشنى توسۇيدىغان ۋە سېسىق ھۆللۈكلەرنى يوقىتىدىغان دورىلارنى شۇ ئەزاغا تېڭىش ۋە چېپىش لازىم. مەسىلەن: پۇرچاقنىڭ ئۇنىنى سىركەنجۈبىل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياكى گىلى

ئەرمىنى، موزا، زەمچىلەرنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم.

ئەگەر، بۇ قاراسان ئىششىق ئەزانى قارايتىپ، ئۇنىڭ ھارارىتىنىڭ تەسىرى بىلەن باشقا گۆشلەرنى ئۆلتۈرىدىغان دەرىجىگە يەتكەن بولسا، بۇ ھالەتتە بۇنىڭ بۇزۇقلۇقى باشقا ئەزالارغا ئۆتمىسۇن ئۈچۈن شۇ ئەزانى دەرھال كېسىپ ئىلىۋېتىش لازىم. چۈنكى، بۇ ۋاقىتتا بۇنى كېسىپ ئىلىۋەتمەكتىن باشقا چارە يوقتۇر.

ئەگەر ئۇنى كېسىپ ئىلىۋېتىش مۇمكىن بولمىسا، بۇنىڭ بۇزۇقلۇقنى باشقا ئەزالار-دىن توسۇش ئۈچۈن، شۇ ئەزانىڭ ئەتراپىنى داغلاش لازىم. ئۇنى كېسىپ ئىلىۋېتىش مۇمكىن بولغاندا، ئۇنى كېسىپ ئىلىۋەتكەندىن كېيىن جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى دورىلارنى سىرتتىن ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر يەرلىك ئورۇندا بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسىنىڭ يىرىڭ يىغىشقا يۇز تۇتقانلىقى سېزىلسە، تېزدىن ئۇنى پىشۇرۇش ۋە يېرىش لازىم. بۇنى پىشۇرۇشتا تارقاتقۇچى ۋە بوشاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىش لازىم. چۈنكى بۇ ئىششىق قېتىپ قالسا، داۋالاشنى ئاسانلىقچە قوبۇل قىلمايدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ماددىسى قېتىشقا مايىل بولسا، بەكرەك يۇمشاتقۇچى كۇچلۇك دورىلارنى تېڭىش ۋە بەزى ئۇنىڭغا تارقاتقۇچى دورىلارنى قوشۇش لازىم. شۇنىڭ بىلەن ئىششىق قېتىۋالمايدۇ ۋە قوشنا ئەزالارنى بۇزۇش تەرەپكە مايىل بولمايدۇ.

ئەگەر مەزكۇر ئىششىقلارنىڭ تەسىرى مېڭىدىكى ھەرىكەتلىك تومۇرلارغا يەتكەنلىكى سېزىلسە، ئۇنى داۋالاش ئۇسۇللىرى بىرىنچى بابتا سۆزلەنگەن، سەرسام كېسىلىنى داۋالا-شنىڭ بايانىدا سۆزلەپ ئۆتۈلدى. شۇ چارە - تەدبىرلەرنى شۇ بويىچە قىلىپ داۋالاش ئىلىپ بېرىش كېرەك.

تۆتىنچى پەسىل سەپرا خىلىتىدىن بولغان ئىششىق

ھەمرە

تونۇش:

بۇ سەپرا خىلىتىدىن بولغان بىر خىل ئىششىق بولۇپ، تېرىنىڭ سىرتقى تەرىپىدە پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بۇ ئىششىق ئۇ ئەزادىن بۇ ئەزاغا كۆچۈپ يۆتكىلىپ تۇرىدۇ. ئاغرىقى بىرئاز يەڭگىل بولىدۇ.

سەۋەبى:

بۇنىڭ ئاساسلىق سەۋەبى تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولىدۇ:

1. بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى خالىس سەپرا خىلىتى بولىدۇ، بۇنى ھۆمرە خالىس

دەپ ئاتايدۇ. ئۇنىڭ ئالامىتى: ئىشتىق پارقىراق، قاتتىق كۆپىدىغان، ئېچىشىدىغان بولۇپ، ئىشتىقنىڭ رەڭگى تۈم قىزىل بولىدۇ. ئاغرىقى ئازراق بولىدۇ. بارماقلارنى ئىشتىقنىڭ ئۈستىگە قويۇپ، قولىنى كۆتۈرسە، قايتا قىزىللىققا مايىل بولىدۇ. بۇنىڭ خۇسۇسىيىتى يامراپ، ئۆز يېنىدىكى قوشنا ئەزالارغا تېزدىن ئۆتىدۇ.

2. بۇنىڭ ماددىسى سۇيۇق قان خىلىتى بىلەن مۇرەككەپ بولغان سەپرا خىلىتى بولىدۇ. بۇنى خالىس بولمىغان يەل تېشىش (ھۆمرە غەيرىي خالىس) دەپ ئاتايدۇ.

ئۇنىڭ ئالامىتى: ھۆمرە خالىستا ئېيتىلغان ئالامەتلەرگە ئوخشاش ئالامەتلەر بولىدۇ. لېكىن پەرقى بۇنىڭ قوشنا ئەزالارغا يامرىشى ۋە يېنىدىكى ئەزالارغا ئۆتۈشى تېز بولمايدۇ.

يەرلىك ئورۇنغا بارماقنى قويۇپ بېسىش بىلەن قىزىللىق ئازراق تارقايدۇ. ئىشتىقنىڭ رەڭگى قىزىلغا مايىل بولىدۇ. سۇيدۇكى قىزىل ۋە قويۇق كېلىدۇ. تومۇرنىڭ سېلىشى تېز بولۇپ، تومغا مايىل سالىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر بۇ كېسەللىك خاس سەپرا خىلىتىدىن بولغان خالىس ھومرە بولسا غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنى چىقىرىش ئۈچۈن ھېلىلە، تەمرى ھىندى، خىيارشەنبەر ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلارنىڭ قاينىتىلمىسىنى بېرىش لازىم. سەپرا تازىلىغاندىن كېيىن، ھۆل قاپاقنىڭ قىيمىسى، سېمىز ئوتنىڭ يوپۇرمىقى، ئوسۇك، پاقىيوپۇرمىقى، ئىسپىغۇل قاتارلىقلارنى، بۇنىڭدىن باشقا سوۋۇتۇش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورىلارنى يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش ۋە چېپىش لازىم.

ئەگەر بۇ ئىششىق سۇيۇق قان خىلىتى بىلەن مۇرەككەپ بولغان غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان بولسا، ئۇنى داۋالاشتا سۇركە بېرىش، كېسەللىكنىڭ باش تەرەپلىرىدە ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى چېپىپ، كېسەللىكنىڭ ئارتىش ۋە كۆپىيىش باسقۇچىدا شۇنىڭدەك توختاش باسقۇچىدا تارقاتقۇچى دورىلارنى ھەم ھاجەتكە قاراپ قوشۇپ ئىستېمال قىلىش بىلەن، بەلغەمدىن بولغان ئىششىقنى داۋالاشتا بايان قىلىنىدىغان داۋالاش ئۇسۇللىرى، دورا ۋە چارە - تەدبىرلەرنى قوللىنىش لازىم.

بەشىنچى پەسىل كۆيدۈرگە

جمرة

تونۇش:

بۇ بەدەنگە چىقىدىغان بىر خىل مۇدۇرلار بولۇپ، ياپىلاق ۋە كەڭ بولىدۇ. تارقاق چىقسۇن ياكى غۇزمەك چىقسۇن ئوخشاش بولىدۇ. بۇنىڭ ھەربىرى بەدەننىڭ چوڭ بىر

پارچىسىنى ئالىدۇ. ئۇ گۆشىنىڭ چوڭقۇرلۇقىغا ئۆتىدۇ. كۆپىنچىسى قىزىل بولىدۇ. گويا بۇ چىققان جايغا چوغ قويۇلغاندەك كۆچلۈك ئاغرىيدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، بۇ مۇدۇر جەمرە دەپ ئاتالدى. جەمرە دەپ ئەرەبچىدە چوغنى ئېيتىدۇ.

بۇنىڭدا يەرلىك ئورۇن يىرىڭلىمايدۇ. بەلكى قاسىراق باغلاپ ئاندىن قاسىرىقى چۈشۈپ ساقىيىدۇ.

سەۋەبى:

بۇنىڭ سەۋەبى ئىنتايىن ئۆتكۈر هالەتتىكى قويۇق سەپرا خىلىتى بولۇپ، ئۆتكۈر قان خىلىتىگە ئارىلاشقاندىن بولىدۇ.

داۋالاش:

بۇنى داۋالاشتا تۆۋەندە سۆزلىمەكچى بولغان يېرىڭلىق ئىششىق (نەملە) كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئېيتىلىدىغان داۋالاش ئۇسۇللىرى ۋە دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم.

بەزىدە ئەزانىڭ چوڭقۇرلۇقىدا توختاپ قالغان ناچار قانىنى چىقىرىش ئۈچۈن چوڭقۇر نەشتەر ئۇرۇپ قان ئېلىش لازىم.

يېرىڭلىق ئىششىقىنى داۋالاشتا ئىستېمال قىلىنغان، زىمات دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، شۇنىڭغا بىرئاز كاپۇر قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم.

ئۇندىن باشقا تۆۋەندىكى رېتسېپلارنى ئىشلىتىش لازىم:

1. سىركىنىڭ تېگىدىكى لېيىغا بىرئاز كاپۇرنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭغا گىلى ئەرمىنى كۆپەيتىلسە تەسىرى ياخشىراق بولىدۇ.

2. ئاچچىق ئانارنى يېرىپ، يۇمشىغۇچە، سىركىدە قاينىتىپ، ئاندىن ئېزىپ لاتىنىڭ ئۈستىگە قويۇپ، مۇدۇر چاقىلار بار جايغا كۈندۈزى ئىككى قېتىم، كېچىسى بىر قېتىم قويۇش لازىم. بۇ دورىلارنى كېسەللىكنىڭ باشلىنىشىدىن تارتىپ، كېسەللىك توختىغانغا قەدەر ئىستېمال قىلىش لازىم. ئەمما، كېسەللىكنىڭ تۆۋەنلەش باسقۇچىدا قانىنىڭ ياكى سەپرانىڭ غالىبلىقىغا قاراپ، مۇناسىپ چارە ـ تەدبىرلەرنى قوللىنىش كېرەك.

ئالتىنچى پەسىل يېرىڭلىق ئىششىق

نەملە

تونۇش:

بۇ بىر خىل كىچىك مۇدۇر چاقا بولۇپ، بەزىدە بىر دانە بولىدۇ. بەزىدە كۆپلىگەن كىچىك مۇدۇرلار بولۇپ، بىر ـ بىرىگە يېقىن، بىر ـ بىرىگە تۇتاش بولىدۇ. بۇنىڭ كۆپۈكى ياكى ئېچىشتۇرۇشى چۈمۈلە چاقىنىغا ئوخشاش بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ نەملە

دەپ ئاتالدى. نەملە دەپ ئەرەبچىدە چۈمۈلىنى ئېيتىلىدۇ.

سەۋەبى:

بىلىش لازىمكى، بۇ مۇدۇرلارنىڭ ئەتراپلىرىغا يامراش (كېڭىيىش)، بىر جايدىن بىر - جايغا ئۆتۈش ئەھۋاللىرى بولۇپ، ئۇنىڭ ئاساسلىق سەۋەبلىرى تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولىدۇ:

1. بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى خالىس سەپرا خىلىتى بولۇپ، بۇ نەملە خالىس ياكى نەملە دېيىلىدۇ. بۇ كېڭەيمەيدۇ، ئەگەر كېڭەيسە تېرىنىڭ تاشقى تەرىپىدە كېڭىيىدۇ.

2. بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى تېز - ئۆتكۈر بولغان بىرئاز قان خىلىتى ئارىلاشقان سەپرا خىلىتى بولىدۇ. بۇنى يېگۈچى (موتەئەككىلە) دېيىلىدۇ.

ئالامىتى:

يەرلىك ئورۇن قاتتىق ئاغرىپ كۆيىدۇ. رەڭگى سېرىق ھۆل چاقا بولىدۇ. چۈنكى يىرىڭلىق ئىششىق تېرە ۋە گۆشنى يەيدۇ. ئەمما خالىس سەپرا خىلىتىدىن بولغىنى تېرىنىڭ سىرتىغىلا كېڭىيىدۇ. گۆشلىرى كېمەيمەيدۇ. مۇتەئەككىلە (يېگۈچى) بولغىنى تېرىنىڭ سىرتىغا ھەم ئىچىگە كېڭىيىدۇ. بۇ ئىككى خىل موتەئەككىلە كېڭەيگۈچى نەملە (نەملە سائىيە) ھەم دېيىلىدۇ.

داۋالاش:

نەملە خالىس (سەپرا خىلىتىدىن بولغان يېرىڭلىق ئىششىق) گە تەمرى ھىندى، خىيارشەنبەر ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن سەپرا خىلىتىنى سۈرۈش لازىم. سەپرا خىلىتىنى تازىلىغاندىن كېيىن، مامىشا، رۇسۇت، ئاقاقىيالارنى ئېزىپ، كاسىنە سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم.

نەملە مۇتەئەككىلە (قان خىلىتى ئارىلاشقان سەپرا خىلىتىدىن بولغان يېرىڭلىق ئىششىق) دە مېۋىلەرنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن سېرىق ھېلىلە ۋە تەمرى ھىندىلەرنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن چوڭ تەرەتنى يەنى تەبئىتىنى يۇمشىتىش ۋە قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاش- تا سۆزلىنىپ ئۆتكەن تىلائى نەردەننى يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم.

بىلىش لازىمكى، بۇ جايدا كۆچلۈك قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان دورىلارنى چېپىش لازىم. مەسىلەن: تۆۋەندىكى قۇرسى ئەندىرىخۇن ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلارنى ئىستې- مال قىلىش، جاراھەتكە مەلھىمى ئىسپىداج بىلەن چارە كۆرۈش لازىم.

يۇقىرىدا سۆزلەنگەن مەزكۇر قۇرسى ئەندىرىخۇننىڭ ياساش ئۇسۇلى: موزا، كۈندۇر ھەربىرى ئالتە گرامدىن، قەلقىرىس 35 گرام، سارغايتىلغان زەمچە، مەدەستان ھەربىرى 14 گرامدىن، زىراۋەندى 35 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، شاراب بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس (توقچاق) لار قىلىپ، ھاجەت بولغاندا ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

يەتتىنچى پەسىل يىرتقىلىق مۇدۇر

جاۋرسىيە

تونۇش:

جاۋرىسىيە دېگەن ئەرەبچىدە ئاق قوناق دېيىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ مۇدۇرلار جاۋرىسىيە دەپ ئاتالدى. چۈنكى، بۇ مۇدۇر مەزكۇر ئاق قوناققا ئوخشايدۇ. بۇ مۇدۇرنىڭ ئۇچى ئاق بولۇپ، تۈۋى تەرەپ قىزىل بولىدۇ. بەدەنگە تارقاق چىقىدۇ. بەزىدە قاتتىق ئىششىق بىلەن بىرگە چىقىدۇ. ئۇنىڭدىن زەرداب (سېرىق سۇ) ئاقىدۇ.

سەۋەبى:

بۇنىڭ سەۋەبى سەپرا خىلتى بولۇپ، بۇ خىل سەپرا خىلتى سۇ خاراكتېرلىك بەلغەمگە ئارىلاشقانلىقتىن بولىدۇ. بەزى تېۋىپلار بۇ جاۋرىسىيە مۇدۇرلىرىنى نەملەنىڭ قىسىملىرىدىن سانايدۇ.

داۋالاش:

سەپرا ۋە بەلغەم خىلتلىرىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ھېلىلىنى سوۋۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە دورا بىلەن بىرگە بېرىش لازىم.

يەنە موزا، يۇلغۇن مېۋىسى، ئانار پوستى، گىل ئەرمىنى، سەندەل قاتارلىقلارنى گۈلاب ۋە بىرئاز سىركە بىلەن چېپىش لازىم.

ئەگەر بەلغەم خاراكتېرلىك ھۆللۈك كۆپرەك بولسا، بۇ ھالەتتە كۈچلۈك قۇرۇتقۇچى دورىلارنى چېپىش لازىم. مەسىلەن: گۈڭگۈرت پوقى، قەلقەدىنلەرگە ئوخشاشلارنى چېپىش كېرەك (قەلقەدىن زاكىنىڭ بىر قىسمى بولۇپ، بەزىلىرى ئاق بولىدۇ. بۇ ئەڭ ياخشى قىسمىدۇر)

سەپرا، بەلغەم خىلتلىرىنى چىقىرىدىغان مەتبۇخى ھېلىلە تۆۋەندىكى دورىلاردىن تەييارلىنىدۇ.

سېرىق ھېلىلە، تەمرى ھىندى، ئىتئۈزۈمى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى ھاجەتكە لايىق باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، مىجىپ، ساپ قىلىپ، مۇڭاپىق ھالدا تەرەنجىبىن، سوقمۇنىيا، تۇربۇت قاتارلىقلارنى قوشۇپ قائىدە بويىچە تەييارلاپ بېرىلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورىبىكىتى www.uyghurkitap.com

سەككىزىنچى پەسىل سۇلۇق قاپارتما

نارفارسى

تونۇش:

بۇ بىر خىل مۇدۇر بولۇپ، ئىچىدە لىق سۇيۇق سۇ بولىدۇ. قاتتىق كۆيىدۇ. كۆپ ئېچىشىدۇ. ئەگەر بۇ سۇلۇق قاپارتما يەرلىك ئورۇنغا چىقسا، تېزدىن قاسىراق باغلاپ قاتىدۇ. بۇنىڭ خۇسۇسىيىتىدىن بىرى، بۇ چىقىشقا باشلىغان ۋاقىتتا بەدەننىڭ مەزكۇر مۇدۇر چىقىدىغان جايىغا ئوتنىڭ شولىسىغا ئوخشاش قىزىل سىزىقلار پەيدا بولىدۇ. ئاندىن كېيىن مۇدۇرلار چىقىدۇ. بۇ مۇدۇر ئاتىشەك دېيىلىدۇ.

ئالامىتى:

يەرلىك ئورۇندا پەۋقۇلئاددە قىچىشىش ۋە كۆيۈش ئەھۋاللىرى بولىدۇ. قاپارتقۇغا ئوخشاش تېزدىن قاسىراق باغلايدۇ، قاتىدۇ.

داۋالاش:

بۇنىڭ كۆيۈش، قىچىشىش ئەھۋاللىرىنى پەسەيتىش ۋە قورساقنى يۇمشىتىش ئۈچۈن، چىلان شەربىتى، تەمرى ھىندىنىڭ سۇيى، ئاچچىق ـ تاتلىق ئانارلارنىڭ سۇيى، پوستى ئېلىنغان ئارپىنىڭ قاينىتىلغان سۇيى، قاپاقنىڭ سۇيى، ئىسپىغۇلنىڭ لوئابى، مەتبۇخى ھېلىلە قاتارلىقلارنى بېرىش، سەپداپ كاشغەرى، مەدەستان، ئاق سەندەللەرنى گۈلاب بىلەن ئېزىپ، بىرئاز كاپۇر قوشۇپ، مۇدۇرلارنىڭ ئۈستىگە چېپىش لازىم.

ئەگەر رۇسۇت، كاپۇرلارنى ئىسپىغۇل ۋە پاقىيوپۇرمىقىنىڭ ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسى بىلەن ئېرىتىپ، ئاندىن شۇنىڭ بىلەن لاتىنى ھۆل قىلىپ، ھەربىر سائەتتە بىر قېتىم يەرلىك ئورۇن ئۈستىگە قويۇپ تۇرسا ئوبدان مەنپەئەتلىك، شۇنىڭدەك موزىنى سىركە بىلەن ئېزىپ قويۇلسا ھەم شۇ تەسىرنى بېرىدۇ.

ئەگەر مەزكۇر مۇدۇرلارنىڭ بەزىسى سۇدىن تولۇپ قالسا، ئۇنى تېشىپ، سۇيىنى چىقىرىۋېتىپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە مەلھەمى ئىسپىداجنى قويۇش لازىم.

مەزكۇر مەلھەمى ئىسپىداجنىڭ نۇسخىسى ئىسپىداج (سەپداپ كاشغەرى)، ئاق موم، گۈل يېغى ھەربىرى 19 گرامدىن ئېلىنىپ، ئاۋۋال مومنى ياغدا ئېرىتىپ، ئوتتىن چۈشۈرگەندىن كېيىن، سەپدەپنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ. مەزكۇر مەلھەمنى مۇدۇرنىڭ ئۈستىگە قويۇپ، مۇدۇرنىڭ ئەتراپىغا گىلى ئەرمەنى، سىركە، گۈلابلارنى بىرلەشتۇرۇپ چېپىش لازىم.

ئەگەر سېرىق سۇ (زەرداب) كۆپ سىرغىپ چىقىپ تۇرسا، بۇنداق جايغا رۇسۇت،

زەنجىۋىل، كاپۇرلارنى ئېزىپ، كاسىنىنىڭ سۇيى ياكى ھەمشىباھارنىڭ سۇيى قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش كېرەك.

ئەگەر توخۇنىڭ گۆشى ۋە باشقىلارنى بېرىشكە ھاجەت بولۇپ يۆتەل بولمىسا، مەزكۇر گۆشلەرنى پىشۇرۇپ، دورا سۇيى بىلەن بېرىش لازىم.

توققۇزىنچى پەسىل يەللىك قاپارتما

نفاطات - نفاخات

تونۇش:

بۇ بىر خىل مۇدۇرلاردىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ مۇدۇرلار ئوتتا كۆيگەن كۆيۈكتىن پەيدا بولغان قاپارتقۇلارغا ئوخشايدۇ. بۇ مۇدۇر ئىششىقسىنىڭ ئىچىدە كۆپرەك سۇيۇق سۇ بولىدۇ. بەزىدە بۇنىڭ ئىچىدە سۇيۇق قان بولىدۇ. بەزىدە بۇنىڭ ئىچىدە قويۇق يەلدىن باشقا ھېچقانداق نەرسە بولمايدۇ، بۇ مۇدۇر ياكى ئىششىقلار ئىسكلۇك (نېپاخات) ھەم دېيىلىدۇ.

داۋالاش:

قانىنى تازىلاش ۋە سوۋۇتۇش ئۈچۈن، سەي قاپىقىنىڭ شەربىتى، چىلان شەربىتى، ئانار شەربىتى قاتارلىقلارنى، بۇندىن باشقا، ئاچچىق - چۈچۈك، ئېغىزنى قۇرۇتۇش، قان توختىتىش، قابىزلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە بولغان ھەر خىل دورا ۋە شۇ خىل خۇسۇسىيەتكە ئىگە يېمەكلىكلەرنى يېدۇرۇش، پوستى ئېلىنغان ئەدەس (بىر خىل ماش بولۇپ، پوستى قارا، ئىچى قىزىل بولىدۇ) نى سىركىدە پىشۇرۇپ، تاماقتا بېرىش لازىم.

ئەگەر بۇنىڭغا چىلاننى ھەم قوشۇپ سېلىپ، پىشۇرۇپ بېرىلسە، تېخىمۇ ياخشىراق بولىدۇ.

ئاندىن قاپارتقۇلارنى ئالتۇن يىڭنە بىلەن تېشىۋېتىپ، قاننى سوۋۇتۇش ۋە چاقنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن قوغۇشۇننىڭ ئۇپىسى، مەدەستان، گۈلاب ۋە ئاسىنىڭ سۇيى قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چېپىش لازىم.

ئونىنچى پەسىل يەلتاشما

شرا

تونۇش:

بۇ «شرا» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ كېسەللىك توقچاق شەكلىدە بىر خىل ياپىلاق مۇدۇرلا-

ردىن ئىبارەت بولۇپ، قىزىلغا مايىل بولىدۇ. بۇنىڭ بەزىلىرى كىچىك ۋە بەزىلىرى چوڭ بولىدۇ. بۇنىڭ بىلەن بىرگە قىچىشىش، بىئارام بولۇپ، ئىچى تىت ـ تىت بولۇش ئەھۋاللىرى بولىدۇ. كۆپرەك ئەھۋاللاردا بىردىنلا ئۇشتۇمتوت پەيدا بولىدۇ. بەزىدە ئوخشىمىغان شەكىللىرىدىكى ئاقىدۇ. بۇ پارسچە دىلبە دېيىلىدۇ.

سەۋەبى:

غەيرىي تەبىئىي قان، سەپرا خىلىتى خاراكتېرلىك ياكى شورلۇق بەلغەمدىن پەيدا بولغان ھەر خىل بۇخاراتلار ئۇشتۇمتوت قوزغىلىپ، بەدەننىڭ سىرتقى تەرىپىگە تاشقان سەۋەبتىن، بۇ خىل مۇدۇرلار پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى:

قان خىلىتىدىن بولغانىنىڭ ئالامىتى: مۇدۇرلاردا قىزىللىق ۋە ھارارەت كۆپرەك بولىدۇ. كۈندۈزدە كۈچىيىدۇ، مۇدۇرلار ئۇشتۇمتوت تېز چىقىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتىدىن بولغانىنىڭ ئالامىتى: بۇنىڭ رەڭگى ئاققا مايىل بولىدۇ. بۇ كېچىسى كۈچىيىدۇ، ئاستا ـ ئاستا ئۇزۇن چىقىدۇ.

داۋالاش:

بۇنىڭ قان خىلىتىدىن بولغىنىنى داۋالاشتا ئانارنىڭ سۇيى، ئاچچىق ئەينۇلانىڭ چىلانغان سۇيى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن چوڭ تەرەت يەنى تەبىئىتىنى يۇمشىتىش، بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن قۇرسى كاپۇر ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن ھارارىتىنى پەسەيتىش لازىم.

تېرىنى بوشىتىش ۋە يۇمشىتىش ئۈچۈن بۇخاراتلارنى تارقىتىش، بەدەننىڭ ئۇششاق تۆشۈكلىرىنى ئېچىش مەقسىتىدە بەدەنگە ئىسسىق سۇنى قۇيۇپ يۇيۇش، بۇغداينىڭ كېپەكى، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى سوقۇپ، بەدەنگە سۈركەش ۋە ھەم ھارارەتنى سوۋۇتۇش، ئۇششاق تۆشۈك (مەسام) لارنى ئېچىش، كېسەللىك ماددىلىرىنى يەرلىك ئورۇندىن قايتۇرۇش، ئۇلارنىڭ ئۆتكۈرلىكى، تېزلىكىنى پەسەيتىش، تېرىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن سىركە، گۈلاب، گۈل يېغى قاتارلىقلارنى سۈركەش لازىم.

سىركە بىلەن پىشۇرۇلغان ئەدەس ۋە يەنە بىر خىل ئۇششاق بېلىقنى، ئوسۇك، پالەك، سېمىزئوت، سىركە، غورا سۇيى قاتارلىقلار بىلەن تەييارلانغان بىر خىل قورۇما (قەرىس) لارنى تاماققا بېرىش لازىم.

بەلغەم خىلىتىدىن بولغىنىنى داۋالاش كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن، مەتبۇخى ھېلىلىگە تۇربۇت قوشۇپ بېرىش لازىم. مەزكۇر مەتبۇخى ھېلىلىنىڭ تەركىبى: ھېلىلە كابىلى يەتتە گرام، چالا سوقۇلغان خىيارەيىن ئۇرۇقى يەتتە گرام، ئەينۇلا، چىلان ھەربىرى 20 دانىدىن، شاھتەررىدىن 25 گرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، سۇزۇپ ساپ قىلىپ، تەرەنجىبىن 50 گرام، بادام يېغىدىن 35 گرام قوشۇپ، بىرئاز

رەۋەن تالقىنى سېلىپ بېرىلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي بەلغەمنى يوقىتىش ۋە تارقىتىش ئۈچۈن مۇنچىغا ئېلىپ بېرىش يەيئى تەرنى ماڭدۇرۇش، بەدەننىڭ ئۇششاق تۆشۈكلىرىنى ئېچىش، خىلىتلارنى يوقىتىش ۋە تارقىتىش ئۈچۈن كەرەپشە سۈيى، سىركە، ئارپىنىڭ تالقىنى قاتارلىقلارنى بىر - بىرىگە ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەمگە ئوخشاش قىلىپ بەدىنگە سۈركەش ۋە چېپىش لازىم.

ئون بىرىنچى پەسىل تىلما

ماشرا

تونۇش:

ماشرا دەپ سوريانى تىلىدا غەيرىي تەبىئىي قان ۋە سەپرا خىلىتلىرىدىن پەيدا بولغان ئىششىقنى دېيىلىدۇ. كونا تېۋىپلار ماشرا دېگەن سۆزنى يۇزگە ۋە باش قىسمىغا پەيدا بولغان پەلغەمۇنى (قاندىن بولغان ئىششىق) غا ئېيتىدۇ.

تېۋىپلار: بۇ ماشرا دېگەن سۆزنى ھەرىكەتلىك تومۇرلاردا، يۇزدە، قىسمىدا پەيدا بولغان پەلغەمۇنىغا ھەم ئېيتىدۇ. مەسىلەن: كامىل دېگەن كىتابنىڭ ئاپتورى مەزكۇر ئىككى سۆزنى ئوچۇق قىلىپ يۇقىرىقىغا ئوخشاش ئېيتتى.

ئەبۇ ئەلى ئىبنىسىنا خالىس سەپرا خىلىتىدىن بولغان جىگەر ئىششىقىغا ھەم ماشرا دېگەن سۆزنى ئېيتتى. لېكىن تېۋىپلارنىڭ ئىچىدىن كۆپ ساندىكى تېۋىپلار شۇ بويىچە «ماشرا» يۇزدە پەيدا بولغان ئىششىقتىن ئىبارەتتۇر دەپ قارايدۇ.

سەۋەبى:

بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى سەپرا خىلىتى بىلەن مۇرەككەپ بولغىنى ئۈچۈنەتلەنگەن قان خىلىتىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ جايدىكى ماشرا بولسا يۇزگە پەيدا بولغان ئىششىقتىن ئىبارەت.

ئالامىتى:

بىمارنىڭ يۇزى بەك قىزىل بولىدۇ، ئاغرىيدۇ، باش، قۇلاق، بۇرۇن، يۇز پىشانە قاتارلىق ئەزالار ئېسىلەڭگۈ كۆرۈنىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكتە ئىششىق بىلەن ئاغرىش، لوقۇلداش ئەھۋاللىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋالاش:

بۇ خىل كېسەللىكنى داۋالاشتا توسالغۇ بولمىسا قېيپال تومۇرىدىن قان ئېلىش، ئەگەر قان ئېلىشقا مۇمكىنچىلىك بولمىسا، كېسەلنىڭ پاچاقلىرىغا قانلىق لوڭقا قويۇش لازىم. قان چىقارغاندىن كېيىن كېسەلنىڭ چوڭ تەرىتى يەنى تەبىئىتىنى مېۋىلەرنىڭ سۈيى

بىلەن ماڭدۇرۇش، تەبىئەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلغان ۋاقىتتا كېسەلنىڭ گال ۋە كۆكرەكلىرىگە ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، مامىشا، رۇسۇت، گىلى ئەرمىنى قاتارلىقلارنى ھۆل يۇمغاقسۇتنىڭ ياكى سېمىز ئوتنىڭ ياكى ئوسۇڭ ۋە ئىتئۈزۈمنىڭ سۈيى بىلەن ئېزىپ، خېمىر قىلىپ چېپىش لازىم. شۇنىڭ بىلەن كېسەللىك ماددىسى مەزكۇر ئەزالارغا قۇيۇلمايدۇ. تەبىئەتنى يۇمشاتقاندىن كېيىن، سوۋۇتۇش ئۇچۇن، بىرئاز كاپۇرنى گۇلاب بىلەن ئېزىپ، يۇزىگە چېپىش كېرەك.

مادىلارنى سوۋۇتۇش ۋە قويۇلتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولغان ھەر خىل يېمەك - ئىچمەكلەر مۇڭاپىق كېلىدۇ. مەسىلەن: ئەدەس ۋە قۇرۇق يۇمغاقسۇت قاتارلىقلار بىلەن پىشۇرۇلغان چىلانلارغا ئوخشاشلار.

ئەگەر 30 دانە چىلاننى قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈيى سىركەنجۇبىل بىلەن بىرلىسە، ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئون ئىككىنچى پەسىل چوما
طاعون

تونۇش:

بۇ چوما (تائۇن) بىر خىل مۇدۇر بولۇپ، ھەجمى كىچىك بولىدۇ. بۇنىڭ ھەجمى ماش ياكى ئۇنىڭدىنمۇ كىچىكرەك بولىدۇ. بەزىلىرىنىڭ ھەجمى چوڭ ئىششىق شەكىلدە بولۇپ، ياڭاق چوڭلۇقىدا ياكى ئۇنىڭدىن چوڭراق بولىدۇ. مەيلى قانداق بولسا بولسۇن يۇقىرىقى ئالامەتلەر بىلەن بىرگە قاتتىق قىزىش، جۆيلۇش، قاتتىق كۆيۈشۈش ۋە ئېچىشىش ئەھۋاللىرى بولىدۇ. يەرلىك ئورۇندا قىزىل بولۇپ، يەرلىك ئورۇنغا ئوتنى قويغانغا ئوخشاش كۆرۈنىدۇ. كېسەللىك ماددىسىنىڭ زەھەرلىك تەرىپىنىڭ ئاز ۋە كۆپلۇكىگە قارىتا، بۇنىڭ ئەتراپى قارا ياكى كۆك ياكى كۈل رەڭ، سېرىق، قىزىل بولىدۇ. قارا بولغىنى ھەممىدىن يامانراقتۇر. قاردىن كېيىن بايان قىلىنغانلىرىنىڭ زەھەرلىك تەرىپى يۇقىرىقىغا نىسبەتەن ئازراق بولىدۇ. مەسىلەن: زەھەرلىك ماددىلارنىڭ ئاز - كۆپلۈكى قارىغا نىسبەتەن كۆكتە ئازراق؛ كۆككە نىسبەتەن كۈل رەڭدە ئازراق؛ كۈل رەڭگە نىسبەتەن سېرىقتا ئازراق؛ سېرىققا نىسبەتەن قىزىلدا ئازراق بولىدۇ. شۇنىڭ ئۇچۇن قىزىل ۋە سېرىق ھەممىدىن يەڭگىلرەك دەپ سانالدى.

بۇنىڭ ماددىسىدا زەھەرلىك تەرەپ قانچىكى كۆپرەك بولسا، قەي قىلىش، خەفەقان، بىھوشلۇق ئېغىرراق ئۆتىدۇ.

بىلىش لازىمكى، مەزكۇر ۋابا (تائۇن) گۆشلۈك بەز خاراكتېرلىك بولغان ئەزادا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئۇ ئەزانىڭ تۈيغۇسى بار ئەزا بولسۇن ياكى تۈيغۇسىز ئەزا بولسۇن،

مەسىلەن: قۇلاقنىڭ ئارقىسى، قولتۇقنىڭ ئاستى، يوتىنىڭ يىرىقلىرىغا ئوخشاش ئەزالار. ئەمما قولتۇق ۋە قۇلاقنىڭ ئارقىسىغا پەيدا بولغىنى يامانراق بولىدۇ. چۈنكى، بۇ ئەزالار يۇرەككە يېقىندۇر. بولۇپمۇ كېسەللىك ماددىسىنىڭ زەھەرلىك تەرپى كۆپرەك بولغىنى تېخىمۇ يامانراق بولىدۇ. بۇنداقلىرىدا بۇ كېسەللىك كۆپرەك پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش:

يۇرەكنى سوۋۇتۇش ۋە قۇۋۋەتلەشكە بەك ئارتۇق تىرىشىش لازىم. سوغۇق، تەبىئەتلىك خۇشبۇي شەربەتلەر، مەسىلەن: ئانار شەربىتى، ئالما شەربىتى، بېھى شەربىتى، پورتىخال شەربىتى، لىمون شەربىتى قاتارلىقلارغا ئوخشاشلارنى ئىچۈرۈش، ئاق سەندەل، نىلۇپەر، كاپۇرلارنى ئېزىپ، گۈلاب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كۆكرىكىگە ھەربىر سائەتتە بىر قېتىم چېپىپ تۇرۇش، بىنەپشە، نىلۇپەر، گۈلاب، سەندەل، كاپۇر، ئالما، بېھى، پورتىخال ۋە شۇلارغا ئوخشاش زەھەرنى قايتۇرغۇچى خۇشبۇي دورىلارنى پۈرىتىپ تۇرۇش، ئۆينىڭ ھاۋاسىنى ۋاقىدىن بولغان تەپ (ھومماىي ۋە باشىيە) تە ئېيتىلغاندەك ئوبدان ساپلاشتۇرۇپ، ياخشىلاش، يۇرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا ۋە ۋاقىدىن بولغان تەپلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلگەن دورىلارنى ئىستېمال قىلىش لازىم.

ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى يەرلىك ئورۇننىڭ ئۇستىگە ھەرگىز چاپلىماسلىق لازىم، ئىلاج بار سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى يەرلىك ئورۇنغا چېپىش كېرەك. شۇنداق قىلغاندا زەھەرلىك ماددا ئىچكى ئەزا تەرەپكە تارقاپ كەتمەيدۇ.

تاۋۇن مۇدۇرنىڭ ئۆزىگە چوڭقۇر نەشتەر ئۇرۇش لازىم. شۇنىڭ بىلەن يەرلىك ئورۇندىن زەھەرلىك ماددا چىقىپ كېتىدۇ. نەشتەر ئۇرغاندىن كېيىن، قانىنى تېز توختىتىۋالمىسۇن، نەشتەر ئۇرۇلغان جايىنى قىزىق سۇ بىلەن يۇيۇش لازىم. چۈنكى، تاۋۇن پەيدا قىلغان كېسەللىك ماددىسى قانچىكى چىقسا شۇنچە ياخشى.

ئەگەر بۇ كېسەللىكتە بىھوشلۇق (خەۋەقان ۋە غەشىيى) زىيادە بولسا، قىزىق سۇنى بولۇپمۇ بابۇنە، سىرىقچېچەك قاتارلىقلارنى سېلىپ، قاينىتىلغان قىزىق سۇنى ئىششىقنىڭ ئۇستىگە مەلۇم ۋاقىتتىچە قويۇش لازىم. شۇنىڭ بىلەن كېسەللىك ماددىسى يۇرەكتىن كېسەللىك بار جايغا قايتىدۇ ۋە تارقايدۇ. شۇنىڭدەك، كېسەلنى ھاۋاسى ياخشى، ئىللىق ئۆيدە ئولتۇرغۇزۇپ سوۋۇتۇش لازىم.

ئىششىقنىڭ ئۇستىگە پىرسىياۋشان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بابۇنە قاتارلىقلارنى ئېزىپ، خېمىر قىلىپ تېڭىش لازىم. شۇ كېسەللىك بار يەرلىك ئورۇنغا سوغۇق ھاۋا يەتمەسۇن ئۈچۈن بابۇنە، سىرىقچېچەكلەرنىڭ قاينىتىلغان سۇيى بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش لازىم.

مەزكۇر ئىششىققا سوغۇقلۇق يېتىپ قېلىشى چەكلىنىدۇ. چۈنكى، سوغۇقلۇق كېسەللىك ماددىنى قايتۇرىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن نەشتەر ئۇرۇلغاندىن كېيىن، ئىششىقنىڭ ئۇستىگە ئىسسىق سۇنى قويۇشقا بولمايدۇ. ساپ سۇ ھازىرچە ئىسسىق بولسىمۇ، لېكىن

سوغۇقلۇق تەسىرىدىن خالىي بولالمايدۇ. ئىسسىق دورىلار بىلەن قاينىتىلىپ، قۇۋۇەتلىرى قوشۇلغان قىزىق سۇ بولسا، بۇنىڭدا سوغۇقلۇق تەسىر بولمايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن دورا بىلەن قاينىتىلغان قىزىق سۇ ئىشلىتىش لازىم.

تاماق ئۈچۈن قانىنى سوۋۇتقۇچى ۋە قويۇلدۇرغۇچى يېمەكلىكلەرنى بېرىشكە بولىدۇ. مەسىلەن: ئەدەس، توخۇ، كەكلىكلەرنىڭ گۆشىنى سۇ بىلەن پىشۇرۇپ، سىركىگە مىلەپ بەرسە بولىدۇ. چۈجىلەرنىڭ گۆشلىرىگە سوغۇق كۆكتاتلارنى سېلىپ، قورۇما تەييارلاپ بەرسە مۇۋاپىق كېلىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە باش ئاغرىش ۋە جۆيلۈش (ھەزيان) ئەھۋاللىرىنىڭ غالىب بولغانلىقى كېسەللىك ماددىسىنىڭ مېڭىگە چىققانلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر.

ئەگەر كېسەللىك ماددىسىنىڭ يۇرەككە بارغانلىقى سېزىلسە، تېزدىن بابۇنە، سېرىق-چېچەكلەرنىڭ قاينىتىلغان سۈيىنى قىزىق ھالدا ئىششىقنىڭ ئۈستىگە قويۇش لازىم.

ئەگەر كېسەللىك ماددىسىنىڭ مېڭە تەرەپكە مايىل بولغانلىقى مەلۇم بولسا، پاشويە قىلىش كېرەك. بۇ پاشويەنىڭ ئۇسۇلى:

بۇغداينىڭ كېپىكى، سۆگەت يوپۇرمىقى، نېلۇپەر گۈلى، توغرالغان پەتىڭگان قاتار-لىقلارنى مۇۋاپىق ھالدا ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ، ساپ قىلىپ، داس ياكى تەڭلىگە ئوخشاش بىر نەرسىگە قۇيۇپ، ئاندىن پۇتنى شۇنىڭغا سېلىپ تىزىغچە يۇيىدۇ.

كېسەلنىڭ پاچاقلىرىغا چوڭ لوڭقىنى قويۇپ، ئۈزۈن ۋاقىتقىچە توختىتىش كېرەك. بۇ جايدىكى لوڭقا نەشتەرسىز قويۇلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بۇخاراتلار مېڭىدىن تۆۋەن تەرەپكە تارقىلىشقا مايىل بولىدۇ.

بىلىش لازىمكى، بەزى تېۋىپلار: بۇ كېسەللىكتە سۈت بىلەن گۈرۈچنى پىشۇرۇپ تائۇننىڭ ئۈستىگە تېڭىش مەنپەئەت قىلىدۇ. كالىنىڭ سۈتى بىلەن گۈرۈچنى پىشۇرۇپ يېيىشكە بۇيرۇش لازىم. ھەسەل بىلەن ئاق شېكەرنى بىرلەشتۈرۈپ، ئىششىقنىڭ ئۈستىگە قويۇلسا ماددىنى تارتىدۇ ۋە تارقىتىدۇ، دەيدۇ.

ئون ئۈچىنچى پەسىل گۆشخور چاقا

ئاكلە

تونۇش:

بۇ ئاكىلە (گۆشخور چاقا) بىرەر ئەزادا پەيدا بولغان بۇزۇق گۆش بولۇپ، شۇ ئەزانىڭ گۆشى سېسىش ۋە ئۆزلۈكىدىن يېيىلىپ كېتىش ئەھۋاللىرىدىن ئىبارەتتۇر.

داۋالاش:

2030

ئالدى بىلەن ئۇنىڭ تەسىرى باشقا ئەزاغا ئۆتمىسۇن ئۈچۈن بۇ گۆشخور چاقنىڭ چۆرىسىنى تۆمۈرنى قىزىتىش بىلەن داغلىۋېتىش، بۇزۇق ھۆللۈكلەرنىڭ قويۇلۇشىنى توسۇپ، گىلى ئەرمىنىنى سىركە بىلەن ئېزىپ، مەزكۇر چاقنىڭ ئەتراپىغا چېپىش لازىم.

بەدىنىنى كېسەللىك ماددىسىغا مۇناسىپ سۈرگە ۋە باشقىلار بىلەن تازىلاش، سىركە ۋە سۇ بىلەن جاراھەتنى يۇيۇش كېرەك. شۇنداق قىلغاندا سېسىقلىقنى يوقىتىپ، ھۆللۈكنى توختىتىدۇ.

شۇنىڭدەك، چەلەڭنى پىشۇرۇپ، سوقۇپ، كالىنىڭ يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، گۆشخور چاقنىڭ ئۈستىگە قويۇش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن گۆشنىڭ بۇزۇلۇپ قارايغانلىرى بوشاپ، سۈسلىشىپ چۈشۈپ كېتىدۇ. ساق گۆش ئۈندۇ. ئاندىن چاقنى پۈتتۈرۈشكە تىرىشىش كېرەك.

ئەگەر بۇ چارە ـ تەدبىرلەر بىلەن گۆشخور چاقا سېسىقلىقتىن تازىلانمىسا، ياخشىلىنىش تەرەپكە يۈز تۇتمىسا، بۇ چاقنىڭ ئۈستىگە داغ بېرىش كېرەك. داغ بېرىشنىڭ ئۈسۈلى: زەنكار، زاك، يۇمىلاق زىراۋەندە، قەلقەتار (سېرىق زاك) لارنى ھاجەتكە لايىق باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ئېزىپ، سىركە ۋە ھەسەللەر بىلەن يۇغۇرۇپ، خېمىر قىلىپ، شۇ گۆشخور چاقا چۈشكەن جايغا قويۇش لازىم.

سېرىق زەرنىخ، سۇ تەگمىگەن ھاك، زەنكارلارنىڭ ھەربىرىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، كالا يېغى ۋە ئاق موم قاتارلىقلار بىلەن قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا قويۇلسا ھەم شۇ تەسىرنى بېرىدۇ.

ئەگەر بۇ دورىلار بىلەن ياخشى بولمىسا، قاينىتىپ تۇرغان كۈنجۈت يېغىنى شۇ چاقنىڭ ئۈزىگە قۇيۇش كېرەك. بۇنى قويۇشتا باشقا ئەزاغا تەسىر يەتمەيدىغان ۋە تەگمەيدىغان ئۈسۈل بىلەن قۇيۇش كېرەك.

ئەگەر كېسەللىك ماددا بەك بۇزۇق بولغان بولۇپ، بۇنىڭ بىلەن ياخشى بولمىسا، تازا قىزىتىلغان تۆمۈر بىلەن مەزكۇر چاقنىڭ ئۈزىگە داغ بېرىش كېرەك. ئەڭ ئاخىرقى چارە شۇكى، ئەگەر مۇمكىن بولسا، يەرلىك ئورۇندىكى چاقنىڭ يۇقىرىراق يېرىدىن باشلاپ شۇ ئەزانى كېسىۋېتىش كېرەك.

ئون تۆتىنچى پەسىل چىيقان

دىل

تونۇش:

بۇنى بەزىلەر قوڭيوغان دەيدۇ، بۇ بىر خىل چوڭ مۇدۇر بولۇپ، رەڭگى قىزىل بولىدۇ. باشلىنىش جەريانىدىن باشلاپ قاتتىق ئاغرىتىدۇ. بۇنىڭ ئۈچى ئۈچلۇق بولۇپ،

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

تۇۋۇق چوڭ بولىدۇ. يۇمىلاق ھەم ياپىلاق بولىدۇ.

سەۋەبى:

بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى تېز ۋە ئۆتكۈر قان خىلىتى بولۇپ، مەزكۇر قان خىلىتى قويۇق، بۇزۇق ھۆللۈككە ئاسانلاشقانلىقتىن بولىدۇ.

داۋالاش:

ئالدى بىلەن قان خىلىتىنى تازىلاش بەدەننى كېسەللىك ماددىسىدىن خالىي قىلىش ئۈچۈن مۇناسىپ سۈرگە دورىلىرىنى بېرىش لازىم.

ئەگەر قوڭيوغان قول - پۇتلاردا بولسا، ئۇنى داۋالاشنىڭ ئەڭ ياخشى چارىسى قەي قىلدۇرۇش ھەممىدىن مەنپەئەتلىكرەك بولىدۇ. تاماقنى ئازايتىش، گۆش، ھالۋا قاتارلىق-لاردىن پەرھىز قىلىش كېرەك. قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ۋە قويۇق ھۆللۈكىنى توختىتىش ۋە يوقىتىش ئۈچۈن سىركەنجۈبىل ئىچۈرۈش كېرەك.

بىرىنچى كۈندىن تارتىپ ئۈچىنچى كۈنگىچە كېسەللىكنىڭ باشلىنىش جەريانى. بىرىنچى كۈندىن باشلاپ، كېسەللىك ماددىسىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى، مەسىلەن: سەندەل، فۇپەل، سېمىزگۈت يوپۇرمىقى، ئىسپىغۇل، گۈلاب ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن ئېزىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم.

ئۈچىنچى كۈندىن كېيىن ئىسپىغۇلنى تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن يەرلىك ئورۇنغا چاپسا كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە تېزلىكىنى پەسەيتىپ، تېزدىن كېسەللىك ماددىسى-نى يىغىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ماددا يىغىلسا يەرلىك ئورۇننىڭ ئۈستىگە ماددىنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى قويۇش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن ماددا پىشىدۇ. ماددا پىشقاندىن كېيىن، ئۆزىدىن ئۆزىگە ئېغىز ئالسا بەك ياخشى بولىدۇ.

ئەگەر ئۇنداق بولمىسا، ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار بىلەن ياكى تۆمۇر ئەسۋاب بىلەن يېرىپ ئېغىز ئالدۇرۇش لازىم. ئېغىز ئېلىپ يىرىڭى چىقىپ كېتىپ، چاقا تازىلانغاندىن كېيىن جاراھەتنى پۈتتۈرۈشكە تىرىشىش لازىم.

ئەگەر چاقا ھۆل بولۇپ، زەردابلىرى كۆپ بولسا، گۈلنار، مۇرمەككى، سەبرە، موزا، زەرچۈبەلەرنى سوقۇپ، تاسقاپ، چاقىنىڭ ئۈستىگە سېپىلسە، چاقىنى تېزدىن تازىلاپ، ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدۇ. ئاندىن كېيىن جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى مەلھەملەرنى يەر-لىك ئورۇنغا قويۇش كېرەك.

بىلىش لازىمكى، قوڭيوغان (چىيقان) تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولىدۇ:

1. ئۇچى ئۇچلۇق، تۇۋۇق توم بولىدۇ. بۇ خىلدىكىسىنىڭ ئېغىز ئېلىشى ئاسان بولىدۇ. ئۇچى ئۇچلۇق تەرەپتىن ئېغىز ئالىدۇ.
2. يۇمىلاق ياكى ياپىلاق بولىدۇ. بۇنىڭ ماددىسى قويۇق بولغان سەۋەبتىن بۇ

ئۆزىدىن ئۆزىگە ئېغىز ئالمايدۇ. ئېغىز ئالدۇرۇش تەلەپ قىلغان بولىدۇ. بۇ ئىككىنچى خىلدىكىسى ئۇچ جايدىن ياكى كۆپرەك جايدىن ئېغىز ئالىدۇ.

بۇنداق چىيقاننى پىشۇرغۇچى دورىلار:

بىرى، ئەنجۇر قېقى، سىقىچ قاتارلىقلارنى سوقۇپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش لازىم. يەنە بىرى، كۆپىنچە مەرۇي ئۇرۇقىنى سوقۇپ، سۈت ۋە ھەسەللەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چىيقان ئۈستىگە قويۇلىدۇ. يەنە بىرى، بۇغداينىڭ خېمىرتۇرۇچىغا بىر ئاز تۇز، زىغىر يېغى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قويىدۇ. خېمىرتۇرۇچىغا ھەسەل قوشۇلسا ھەم بولىدۇ.

يەنە بىرى، قوناقنىڭ ئۇنى تۆت ھەسسە، يۇمشاق سوقۇلغان ھۆلبە (شولشا ئۇرۇقى) بىر ھەسسە، سەبرىنى يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ مۇۋاپىق مىقداردا قېتىق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، قېتىق قويۇلغىچە پىشۇرۇپ، ئاندىن ئىلمان ھالدا يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ، ئۈستىدىن رەخت بىلەن تېڭىپ قويۇلىدۇ. مەزكۇر دورىنى ئەتىگەندە بىر قېتىم، ئاخشامدا بىر قېتىم يېڭى تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىپ تۇرۇلىدۇ. بۇ ئەمەلىي تەجرىبىدىن ئۆتكەن ئۇسۇلدۇر.

چاقىنى ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار:

خېمىرتۇرۇچ، مەرۇينىڭ ئۇرۇقى، كەپتەر پوقى، سۇ تەگمىگەن ھاكلارنى ئېزىپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى ۋە ھەسەللەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىلىدۇ.

ئەگەر تۆمۇر ئەسۋاب بىلەن يېرىپ، ئېغىز ئالدۇرسا ياخشىراق بولىدۇ. بۇ خىلدىكى ئىششىقلارنى يېرىشنىڭ ئۇسۇلى خوراج (دانىخورەك) نىڭ بايانىدا تونۇشتۇرۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: چاقا كۆرۈنگەن ئاۋۇالقى كۈنى ھاكنى كۈنجۈت يېغى بىلەن ياكى تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش لازىم. شۇنداق قىلغاندا بۇ چاقا ھەرگىز چوڭايمايدۇ. شۇ جايدىلا ئۇنىڭ ماددىسىنى كۆيدۈرۈپ تاشلايدۇ.

بىر كىشىگە ھەر يىلى قوڭىيوغان چىقىدىغان بولسا، ھەر يىلى ئۆزىنىڭ بەدىنىنى تازىلاش ئۈچۈن ناھايىتى ياخشى پۈرسەت دەپ تونۇشقا تېگىشلىك. چۈنكى، شۇ سەۋەبتىن ئۇ كىشى سەرتان (راك)، گۆشخور چاقا ۋە باشقا خەتەرلىك كېسەللىكلەردىن ساقلىنىپ قالىدۇ.

ئون بەشىنچى پەسىل غەلۋىرەك

دېبىلە

تونۇش:

بۇ بىر خىل ئىششىق بولۇپ، قوڭىيوغاندىن چوڭراق بولىدۇ، ئاغرىمايدۇ. ئەگەر

ئاغرىسا يەرلىك ئورۇن سېسىغان سەۋەبتىن بولغان بولىدۇ ياكى ئۆتكۈر خۇسۇسىيەتكە ئىگە دورىلارنى تاڭغان ۋە چاپقانلىق ئاغرىيدۇ. بۇنىڭ رەڭگى بەدەننىڭ تېرىسىنىڭ رەڭگىدە بولىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا يۇمىلاق شەكىلدە بولىدۇ. بارماقنى ئۇنىڭ ئۈستىگە قويۇپ باسسا، ماددا قويۇق بولغانلىقى ئۈچۈن ياخشى بېسىلمايدۇ. بەدەننىڭ تاشقى تەرىپى ياكى ئىچكى تەرىپىدە پەيدا بولغان بولسۇن، ھەر ئىككىسىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

بەزى تېۋىپلار دۇبەيلەننىڭ ئىككى خالتىسى (قېپى) بولۇپ، ئۇنىڭ بىرى، سېرىق زەردابتىن تولاغلىق بولىدۇ. يەنە بىرى، يات ماددا بىلەن تولاغلىق بولىدۇ. ئىككى خالتىنى ئەرەبچىدە دۇبەيلە دەپ ئاتايدۇ. بۇ چاقىنىڭمۇ ئىككى خالتىسى بولغانلىقى ئۈچۈن بۇ دۇبەيلە دەپ ئاتالغان دەيدۇ.

بىلىش لازىمكى، دۇبەيلەنىڭ ئىچىدىن چىقىدىغان يىرىڭنىڭ رەڭگى ھەر خىل بولىدۇ. بۇنىڭ قۇيۇقلۇقىمۇ ھەر خىل بولىدۇ. مەسىلەن: قارالاي، زەيتۇن يېغىنىڭ ئۇرۇقى، كۆمۈر، زەرنىخ، گەچ، تىرناقنىڭ ئۇۋىقى، چاچ ـ ساقالنىڭ ئۇۋىقى، تاش، قۇم، ياغاچنىڭ ئۇۋىقى قاتارلىقلارنىڭ شەكىللىرىگە، رەڭگىگە ئوخشاش بولىدۇ. بۇنداق بولۇشى كېسەللىك ماددىسىغا قارىتا شۇنداق بولىدۇ.

داۋالاش:

ئاۋۋال بەدەننى كېسەللىك ماددىسىدىن تازىلاش، ئاندىن كېيىن ماددىنى پىشۇرۇش ۋە يۇمشىتىش ئۈچۈن گۈل يېغى، زەيتۇن يېغى، بۇغىنىڭ چاۋىسى، كالىنىڭ چاۋىسى قاتارلىقلارنى ئۆزئارا بىرلەشتۈرۈپ، يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش لازىم.

ئەگەر يۇقىرىقى دورىغا زىغىر ۋە شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ لوئابى قوشۇلسا ياخشىراق بولىدۇ. بۇ ھەقتە مەلھەمى داخىليون مەنپەئەت قىلىدۇ. ماددا پىشىپ يۇمشىغاندىن كېيىن مەزكۇر دورىنى بېرىش كېرەك.

ماددىسىنى بىرقانچە قېتىمغا بۆلۈپ چىقىرىش لازىم. چۈنكى، بۇنىڭ ئىچىدىكى كېسەللىك ماددىسىنى بىر قېتىمدىلا چىقارغاندا بىمارداا بىھوشلۇقنى كەلتۈرىدۇ. بۇنىڭ ئىچىدىكى يىرىڭ ۋە باشقىلارنى چىقارغاندىن كېيىن، بۇنىڭ ئىچىگە پاكىز پاختىنى تولدۇرۇپ قويۇش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بۇنىڭ ئىچىدە قېپقالغان كىر ۋە يىرىڭلار پۈتۈنلەي پاختىغا چاپلىشىپ تازىلىنىدۇ. ئۇندىن كېيىن جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى مەلھەملەر بىلەن يەرلىك ئورۇننى تېڭىپ پۈتتۈرۈش لازىم.

يەنە بىر خىل غەلۋىرەك (دۇبەيلە) بولۇپ، بۇ تەتۇر دۇبەيلە دېيىلىدۇ. بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى ئەزانىڭ چوڭقۇر قاتلىمىغا يىغىلغان بولۇپ، تېرىدىن بەك يىراق ۋە ئىچكىرى بولىدۇ. ماددا پىشقانلىقىنىڭ ئالامىتى ئوچۇق كۆرۈنمەيدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇنىڭ ئېغىز ئېلىشى قان خىلىتىغا باغلىق.

ئەگەر يەرلىك ئورۇنغا نەشتەر ئۇرۇلۇپ سۆڭەككە يەتكۈدەك چوڭقۇر يېرىلسا، ئۇ

ۋاقىتتا يۇقىرىدا ئېيتىلغانغا ئوخشاش بولمىغان رەڭلەرگە ئىگە بولغان يىرىڭ چىقىدۇ. بۇ خىلدىكى دۇبەيلە (كودۇمبا) كۆپرەك ئەھۋالدا خەۋپلىك بولىدۇ.

بۇنىڭ داۋالاش ئۇسۇلى ھەم يۇقىرىدا بايان قىلىنغاندەك بولىدۇ. لېكىن بۇنى يۇمشىتىش ۋە پىشۇرۇشتا كۆپرەك تىرىشىش لازىم.

چۈنكى بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى بەك چوڭقۇرلۇقتا بولىدۇ. پىشىپ يۇمشىغاندىن كېيىن، بۇنى يېرىشتا نەشتەر سۆڭەككە يېتىپ، چوڭقۇرلۇقتىكى ماددا چىققۇدەك يېرىش كېرەك.

ئەسكەرتىش:

ئىچكى ئەزالارغا چۈشكەن دۇبەيلە چاقىنىڭ ھەربىرى ئۆز ئورۇنلىرىدا بايان قىلىنىدى. شۇ جايلاردىن كۆرۈلسە بولىدۇ.

بىلىش لازىمكى، ئىچكى ئەزالاردىكى دۇبەيلە چاقىنىڭ ئومۇمىيۈزلۈك چارىسى كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتىش ۋە يۇمشىتىشتۇر. كېسەللىك ماددىسىنى يوقاتقۇچى ۋە دەپئى قىلغۇچى دورىلارنى، مەسىلەن: تەرياقى كەبىر، تەرياقى ئەربەئە، مەسرىدىتۇسلارغا ئوخشاش مۇرەككەپ دورىلارنى يېدۇرۇش، ئۆزى يېنىك ۋە ئاغرىقنى ئازايتقۇچى دورىلاردىن مەرۋىنىڭ ئۇرۇقىنى (تۇخۇمى كونوچە)، يۇمشاق سوقۇپ، بادام يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئەتىگەندە، ئاخشامدا يەتتە گرامنى بىرئاز ياۋا كاسنىنىڭ سۇيى بىلەن ياكى ئىككى قوشۇق ئېشەكنىڭ سۈتى بىلەن ئىچۈرۈش لازىم.

ئەگەر كېسەلدە قىزىتما بولمىسا، ئىچ ئەزالاردىكى دۇبەيلەنىڭ تېزرەك ئېغىز ئېلىشى ئۈچۈن ھەر كۈنى سەبرە يەتتە گرام، زەپەر 0.3 گرامدىن ئېزىپ، گۈلاب بىلەن ياكى شاراب بىلەن ئىچۈرۈش لازىم.

مەزكۇر ئىچ ئەزادىكى ئىششىق ياكى دۇبەيلە ئېغىز ئالغاندىن كېيىن، شۇنىڭ يۇزلەنگەن تەرىپىگە قاراپ، ئۇنى سۇيدۇك ماڭدۇرغۇچى دورىلار بىلەن ياكى تەبىئەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلار بىلەن تازىلاشقا تىرىشىش كېرەك. تازىلانغاندىن كېيىن يۇقىرىدا جىگەر ۋە ئاشقازانلاردىكى چىيقان ۋە يارىنى داۋالاش توغرۇلۇق ئېيتىلغان ئۇسۇل بويىچە جاراھەتنى پۈتتۈرۈشكە تىرىشىش لازىم.

ئون ئالتىنچى پەسىل دانىخورەك

خوراج

تونۇش:

بۇ دانىخورەك كۆپچىلىك تېۋىپلارنىڭ ئۆرپ ـ ئادىتى بويىچە يىرىڭ يىغىش تەرەپكە

مايىل ھەربىر ئىششىقنى، ئىسسىق ئىششىق بولسۇن ياكى سوغۇق ئىششىق بولسۇن خوراج دەيدۇ.

بەزىلەرنىڭ تونۇشچە، يىرىڭ يىغىشقا يۇزلەنگەن ئىسسىق ئىششىقنى خوراج دېگەن ئاتالما بىلەن ئاتايدۇ. بەزىلەرنىڭچە، خوراج بىر خىل ئىسسىق ئىششىق بولۇپ، بۇنىڭ ئىچىدە بىر ئورۇن بولىدۇ. ماددا شۇ ئورۇنغا قۇيۇلىدۇ، يىرىڭلىمايدۇ.

سەۋەبى:

دانىخورەك يەنى خوراجنىڭ پەيدا بولۇشى قويۇق ماددا تەسىرىدىن بولۇپ، تەبىئەت بۇنى بىرەر ئەزاغا ھەيدەپ قويىدۇ. بۇ بۇزۇق ماددا قويۇق بولغان سەۋەبتىن، تېرىنىڭ ئىچىگە ئۆتمەيدۇ. گۆشنىڭ ئىچىگە ھەم ئۆتمەي، شۇنداقلا ئەزانىڭ بوشلۇقىدا سۇسلاشقان ھالدا قېپقالىدۇ. ئۇ بۇزۇق ماددا ھارارەتنىڭ تەسىرىدىن ئۆزىنىڭ ئەتراپىدىكى گۆشلەرنى سېسىتىپ قويىدۇ. ئەگەر بۇزۇق بۇ ماددا پىشسا، ئۇ ۋاقىتتا تېرىنى يەپ ئېغىز ئالىدۇ.

ئالامىتى:

دانىخورەك ئىششىقنىڭ ئاغرىقى قاتتىق بولۇپ، ئاغرىققا چىدىمىلىش قوشۇلۇپ قالسا، بۇ ئەھۋال يىرىڭ يىغقانلىقنىڭ ئالامىتى بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن، ئاغرىقنىڭ توختىشى ۋە ئىششىقنىڭ يۇمشاق بولۇشى يىرىڭ پىشقانلىقنىڭ دەلىلى بولىدۇ.

داۋالاش:

ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسىغا قارىتا سۇرگە بېرىش كېرەك. ئەگەر بۇ ئىششىق قول - پۇتلاردا بولۇپ، قەي قىلدۇرۇشقا قارىتا، بىرەر توسالغۇ بولمىسا، سۇرگە بېرىشتىن قەي قىلدۇرۇش ياخشىراقتۇر.

بۇ ئىششىق يىرىڭ يىغقىلى تۇرسا ئۇ ۋاقىتتا ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە گۈلى، زىغىر، خىمىرتۇرۇچ، ئەنجۇر، سقىچ قاتارلىقلارنى ئېزىپ، مەلھەمگە ئوخشاش قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش لازىم. ماددا پىشقاندىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئالمىسا، بۇنى تېزدىن يېرىپ، ئېغىز ئالدۇرۇش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بۇزۇق يىرىڭ چىقىپ كېتىپ، شۇ ئەزادىكى نېرىپلار، پەيلەر، سېرىقئەتلەر بۇزۇلۇشتىن ساقلىنىپ قالىدۇ.

خوراج ۋە باشقا ئىششىقلارنى يېرىشنىڭ ئۇسۇلى: بىلىش لازىمكى، ئىششىقلار ياخشى پىقمىغۇچە ئىششىقلارنى يارماسلىق كېرەك. ياردىغان جاينىڭ ئەڭ ياخشىراقى ئىششىقنىڭ يۇمشاقراق، ئېگىزرەك، ئاستى ياكى ئۇستى تەرىپىدۇر. بۇلارنىڭ ھەربىرىنىڭ مەنپەئەتلىرى تۆۋەندە ئېيتىلىدۇ. ئەمما، يۇمشاقراق بولغىنىنىڭ مەنپەئىتى شۇ جاينى يېرىش بولىدۇ. ئاغرىقى ئازراق بولۇپ تېزرەك پۈتىدۇ.

ياردىغان ئورۇننىڭ ئېگىزرەك بولغانلىقى تەبىئەت كېسەللىك ماددىسىنى مۇشۇ جايدىن ھەيدەپ چىقىرىشنى خالايدۇ دېگەنلىك، يەنە بۇنداق جاينى يېرىش تەبىئەتنىڭ تەلىپى بويىچە بولغان بولىدۇ.

ئاستى ياكى ئوستى تەرىپىنى يارغانىنىڭ پايدىسى ئىششىقنى بىر تەرەپكە بورىماستىن ۋە سقماستىن يىرىڭ پەقەت ئۆزىچىلا چىقىدۇ. بوندىق بولغىنى ئاسان ۋە خەۋپسىز بولىدۇ.

ئىششىقنى يېرىشتا بەدەننى ئوزۇنسىغا يېرىش لازىم. شوندىق يېرىلغاندا ئەزانىڭ نېپىز پەردىسى كېسىلىپ كەتمەيدۇ.

قولتوق، يوتىنىڭ يىرىقلىرىدىكى ئىششىق بولسا، بوني بەدەننىڭ ئوزۇنسىغا يېرىشقا بولمايدۇ. بەلكى بۇ خىلدىكى جايلاردىكى ئىششىق شۇ جاينىڭ توزۇلگەن سىزىقىغا ئەگىشىپ توغرىسىغا يېرىش لازىم. يەنە پېشانە بوندىق بولمايدۇ. ئەگەر پېشانە تېرىلىرى توروكلوك بولسىمۇ، ئەمما بۇ جايدىكى ئىششىقنى قورۇقلارغا ئەگىشىپ يارماستىن، بوني بەدەننىڭ ئوزۇنسىغا يېرىش لازىم.

ئەگەر ئىششىق يېرىلسا، ئونىڭ ئىچىدىكى بوزۇق ماددىلىرى كۆپ بولسا، بوزۇق بوندىق هالەتتە كېسىلگەندىن كېيىن ئاجىزلىق پەيدا بولمىسۇن ئوچون، بونىڭ ئىچىدىكى ماددىلىرىنى بىرقانچە قېتىمغا بۆلۈپ چىقىرىش لازىم. يىرىڭلارنى پوتونلەي چىقىرىپ بولغاندىن كېيىن، پاكىز پاختا بىلەن كىر ۋە يىرىڭلىرىنى پاكىز تازىلاپ، ئاندىن يوقىرىدا ئېيتىلغاندەك جاراھەتنى پوتتوروشكە تىرىشىش لازىم.

بونىڭ ئوچون قەشقەر ئوپىسى، تۆتىيا، گۈلنار، موزا، خونسياۋشان، ئەنزىروت قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان مەلھەم ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە تېز پوتتوروىدۇ.

ئون يەتتىنچى پەسىل ئاغرىقسىز ئىششىق

ورم رخو

تونوش:

بۇ بىر خىل ئىششىق بولوپ، رەڭگى ئاق بولىدۇ. هارارەت ۋە ئاغرىقى بولمايدۇ. لېكىن يەرلىك ئورونىدا ئېغىرلىق بولىدۇ. ئەگەر بۇ ئىششىقنىڭ ئوستىگە بارماقلار قويولسا، ئاسانلا بېسىلىپ ئولتورۇشىدۇ. قولنى كۆتورگەندىن كېيىن ئوزۇنغىچە بېسىلغان جاي شوندىق بېسىلاڭغۇ، چوڭقور تورىدۇ. بەزىدە بۇ ئىششىقتا يېنىك ئاغرىق هەم بىرگە بولىدۇ.

سەۋەبى:

بۇ ئىششىق ئاساسلىقى تۆۋەندىكى ئىككى خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدۇ.

1. خىلىتسىز مىزاج بوزۇلغانلىقتىن پەيدا بولىدۇ.
2. بەلغەم خىلىتى تەبئىي مىقداردىن كۆپەيگەن سەۋەبتىن بولىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر سەۋەبى خىلىتسىز مىزاج بۇزۇلغانلىقتىن بولسا، ئاۋۋال مىزاجنى تەڭشەش كېرەك. ئاندىن كېيىن شۇ ئەزانى گۇل يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى، سىركە، تۇزلار بىلەن سۈركەپ ياغلاش لازىم.

ئەگەر بۇنىڭ سەۋەبى بەلغەم خىلىتىدىن بولسا، بۇنى سۇيدۇكنىڭ ئاق ۋە قويۇقلۇقى، بەلغەم خىلىتىغا ئائىت ئالامەتلەر بىلەن بىرگە بولىدىغان ئەھۋاللاردىن تونۇغلىلى بولىدۇ. بۇنداق ھالەتتە ئاۋۋال بەلغەم خىلىتىنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى بېرىپ، ئاندىن كېيىن ھەببى ئايارەج ياكى ھەببى رەۋەن بىلەن، بۇنىڭدىن باشقا بەلغەم خىلىتىنى تازىلىغۇچى دورىلار بىلەن بەلغەمنى چىقىرىش لازىم.

ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەرنى چەكلەش، تۇز، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلارنى ئىششىققا چېپىش، ئاق توغرىغۇنى تال غازىڭىنىڭ سۈيى، بىرئاز سىركىلەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىششىققا تېڭىش، لاتىنى تال غازىڭىنىڭ سۈيى بىلەن مىلەپ، ئىششىقنىڭ ئۈستىگە قويۇش مەنپەئەت قىلىدۇ. تۆۋەندىكى چېپىلىدىغان دورا بەك ياخشى كېلىدۇ.

تۇز، تال غازىڭى، كالىنىڭ تېزىكى، زەمچە، سەبرە قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق ھالدا ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق ئېزىپ، سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

يەنە بىر تىلانىڭ تەركىبى: سەبرە، مۇرمەككى، ئاقاقىيا، سەئدە، شىيافى مامشا، زەپەر، گىلى ئەرمىنى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ، سىركە ۋە چەلەڭنىڭ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، توقمىچاق ياساپ، ھاجەتكە لايىق گۈلاب ياكى كاسنە سۈيى، بىرئاز سىركە بىلەن توقمىچاقنى ئېزىپ، ئېرىتىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

ئون سەككىزىنچى پەسىل يەلدىن بولغان ئىششىق

اورام نفخی

تونۇش:

بۇ ئىششىق تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولىدۇ.

بىرىنچى خىلى، يەل ئەزانىڭ مەلۇم قىسمىدا تۇرۇپ قالىدۇ. ئاندىن شۇ ئەزا بىمارغا ئېسىلگەندەك مەلۇم بولىدۇ.

ئىككىنچى خىلى، ئەزانىڭ مەلۇم قىسمىغا يەل تۇرۇپ قالمايدۇ. بەلكى ئەزالار توقۇلما ئارىلىق بوشلۇقىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى كاۋىكىدا يىغىلىپ قالىدۇ. ئاندىن شۇ ئەزانىڭ جىسمى يۇمشاق بولسا، ئۇنىڭدا ئېسىلىش ئەھۋالى پەيدا بولىدۇ. بۇ خىلدىكىسى

ئېسىك (نەپخە) دېيىلىدۇ.

ئەسكەرتىش:

بەدەندە يەلنىڭ يىغىلىدىغان ئورنى ئىچى كاۋاك ئەزا بولىدۇ. مەسىلەن: ئاشقازان - ئۇچەيلەرگە ئوخشاش ياكى ئىككى ئەزانىڭ ئوتتۇرىسىدىكى بوشلۇقلاردا بولىدۇ ياكى ئەزالارنى ئوراپ تۇرغۇچى پەردىلەر بىلەن شۇ پەردىلەرنى ئوراپ تۇرغۇچى ئەزانىڭ توقۇلما بوشلۇقلىرىدا بولىدۇ. ئەمدى سۆڭەكلەردە يىغىلغان ياكى سۆڭەكلەر بىلەن شۇ سۆڭەكلەرنى ئوراپ تۇرغۇچى پەردىلەر ۋە توقۇلمىلار ئوتتۇرىسىدا يىغىلغان يەللەرنىڭ تارقىلىشى تەس ۋە قىيىن بولىدۇ. چۈنكى يەل يىغىلغان جاي سۆڭەك توقۇلمىلىرى بولغاچقا سوغۇق، ئۆتۈش يوللىرى تار، دورىنىڭ تەسىرلىرىنىڭ ئۇ جايغا يېتىشى قىيىن بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ يەلنىڭ تارقىلىشى قىيىندۇر.

ئالامىتى:

ئىششىق يېنىك بولۇپ، ئېغىر بولمايدۇ. يەرلىك ئورۇن يەلدىن تولغان تۇلۇمغا ئوخشاش كۆرۈنىدۇ. بۇ يەلدىن بولغان ئىششىقنىڭ ئۈستىگە بارماقنى قويۇپ باسسا، بىرئاز تېگىگە ئولتۇرىدۇ.

داۋالاش:

ئاۋۋال يەل پەيدا قىلىدىغان ۋە يەلنى قوزغايدىغان يېمەكلىكلەردىن ساقلىنىش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن يەل پەيدا قىلىدىغان ماددىنىڭ كېلىش مەنبەسى ئۈزۈلىدۇ. ئاندىن كېيىن ئىششىق بار جايغا يىغىلىۋالغان يەلنى تارقىتىش ئۈچۈن، ئارپىنىڭ ئۇنى ياكى ئاق قوناق ياكى تېرىق قاتارلىقلارنىڭ قايسىسى بولسا، شۇنىڭ بىلەن يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش كېرەك. يەنە ئۈزۈم كۆچىنىڭ كۈلىنى سوغۇق سۇ بىلەن ياكى يولغۇن ياكى ئارچا سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم. گۈلقەنت، گۈلاب، ئىسسىق تەبىئەتلىك شەربىتى بۈزۈرى، ئەرقى بەدىيانلارنى يېيىش ۋە ئىچىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئون توققۇزىنچى پەسىل پوقاق

تونۇش:

بۇ بىر خىل قويۇق ئىششىق بولۇپ، گۆشكە چاپلىشىقلىق بولمايدۇ. بۇ تېرىنىڭ ئاستىدا بولۇپ، قايسى تەرەپكە ئايلاندۇرسا ئايلىنىدۇ. بۇنىڭ چوڭلۇقى نوقۇت چوڭلۇقىدىن باشلىنىپ تەدرىجىي قوغۇن چوڭلۇقىغىچە بولىدۇ. بۇنىڭ قېپى بولۇپ، ئۇنىڭ ھەممىسىنى ئۆز ئىچىگە ئالغان بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

سەۋەبى:

بۇنىڭ پەيدا بولۇشى قويۇق بەلغەم خىلىتىدىن بولۇپ، بۇنىڭ تۇرلىرى تۆت خىل بولىدۇ. ① ياغسىمان (شەھمىيە)، ② ھەسەلسىمان (ئەسەلىيە)، ③ ئاتىلاسسىمان (ئاردھالىيە)، ④ ھالۇسسىمان (شىرازىيەدىن) دىن ئىبارەتتۇر.

ئالامىتى:

شەھمىيە شەھمىيە بولغىنى ھەممە خىللاردىن قاتتىقراق بولىدۇ. بۇنى بارماق بىلەن باسسا، بېسىلىپ تۆۋەن ئولتۇرۇشمايدۇ. بىرئاز ئاغرىيدۇ. بۇنىڭ رەڭگى ۋە قىيامى چاۋا ياغقا ئوخشايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ شەھمىيە دەپ ئاتالدى. شەھىم دەپ ئەرەبچىدە چاۋا ياغنى ئېيتىدۇ.

ئەسەلىيە ھەسەل خاراكتېرلىك بولغىنى بولۇپ، بۇنى بارماق بىلەن باسسا بېسىلىپ، تۆۋەن ئولتۇرۇشىدۇ. ئاندىن كېيىن تېزدىن ئۆزىنىڭ ئىلگىرىكى ھالىتىگە قايتىدۇ. چۈنكى، بۇنىڭ ماددىسى قالغان خىللارنىڭ ماددىسىدىن يۇمشاقراق ۋە سۇيۇقراق بولىدۇ. بۇنىڭ ماددىسىنىڭ رەڭگى ۋە قىيامى ھەسەلگە ئوخشايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ئەسەلىيە دەپ ئاتالدى.

ئاردھالىيە بۇ قارىغا مايىل بولۇپ، بۇنىڭ ماددىسى قويۇق ئاتىلىغا ئوخشاش بولىدۇ. ئاتىلىنى ئاردھالىيە دەپ ئاتىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇنى ھەم ئاردھالىيە دەپ ئاتايدۇ. ئاردھالىيە ئەسلىدە ئىككى پارسچە سۆزدىن تەركىب تاپقاندۇر. ئارد پارسچە سۆز بولۇپ، ئۇننى ئېيتىدۇ. ھالە دەپ پارسچە مەسكەدىن ئېلىنغان يېڭى ماينى ئېيتىدۇ.

شىرازىيە بۇنىڭ ماددىسى ئاق ۋە قويۇق بولۇپ، شىرغا ئوخشايدۇ. شىراز دەپ پارسچە سۈتتىن تەييارلانغان بىر خىل نان خورشى (نان بىلەن قوشۇپ يەيدىغان نەرسە) نى ئېيتىدۇ. بۇ نان خورشىمۇ قويۇق ئاتىلىغا (بوغداي ئۇمىچىغا) غا ئوخشايدۇ. بۇ ئاخىرقىسى بولۇپ، يۇقىرىقى ئۈچ خىلغا قارىغاندا بۇنىڭ ئالامەتلىرى يەڭگىلرەك بولىدۇ.

داۋالاش:

كېسەللىك ماددىسىنى يوقىتىش ئۈچۈن، ئاۋۋال قويۇق بەلغەمنى تازىلاش، داخىليون ۋە باشقىلارغا ئوخشاش تارتقاتقۇچى مەلھەم ۋە دورىلارنى تېڭىش ۋە چېپىش لازىم. شۇنىڭ بىلەن بۇ كېسەللىكنىڭ يېڭىدىن پەيدا بولۇش جەريانىدا يىغىلغان ماددا تارقاپ كېتىپ، ياخشى بولۇپمۇ كېتىدۇ. چۈنكى بۇ ۋاقىتتا ئۇنىڭ مىقدارى ۋە قاتتىقلىقى ئاز بولىدۇ.

ئەگەر بۇ كېسەللىك ماددىسى باشلىنىش جەريانىدىن تەرەققىي قىلىپ تېخىمۇ قويۇقلاشسا، بۇ ۋاقىتتا تارقاتقۇچى دورىلارنى تېڭىش ۋە چېپىش پايدا بەرمەيدۇ. بۇ ۋاقىتتا بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى پىشۇرۇپ، ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلارنى تېڭىش كېرەك. بۇ خىلدىكى دورىلار دوممۇل ئىشلىتىلىدا بايان قىلىنىپ ئۆتتى. شۇنداق قىلغاندا، كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇپ، ئېغىز ئالدۇرىدۇ. شۇنىڭ بىلەن ياخشى بولىدۇ. ئېغىز ئالدۇرغۇ-

چى دورىلار: ئوشەق، چەلەڭنىڭ گۈلى، سۇ تەگمىگەن ھاك، سايۇن، زەرنىخ، گۈل يېغى قاتارلىقلار بىلەن زىمات قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا تاڭساق مەنپەئىتى ياخشى بولىدۇ. ئەگەر بۇ خىل ئۇسۇلدا ياخشى بولمىسا، شۇ جايىنى يېرىپ ئوپېراتسىيە قىلىپ ئېلىۋېتىش كېرەك. بۇنى يېرىشنىڭ ئۇسۇلى: بۇنىڭ ئۇستىدىكى تېرىنى ئىلغۇ بىلەن ئېلىپ تارتىپ تۇرۇپ، پوقاق خالتىسىغا زىيان يەتكۈزمەستىن، ئاستا ۋە ھوشيارلىق بىلەن پوقاق ئۇستىدىكى تېرىنى پۈتۈنلەي ئاجرىتىپ ئېلىپ، ئاندىن پوقاقنى ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى پەردىلەر بىلەن قوشۇپ، ساق - سالامەت چىقىرىپ تاشلاپ، بۇنىڭ پەردىلىرىدىن بىرەر نەرسە قېپقالماسلىقى ئۈچۈن دىققەت قىلىش كېرەك. چۈنكى، پوقاق تېرە بىلەن تۇتىشىپ، ئۇنىڭ پەردىسىدىن بىرئاز قېپقالسا پوقاقنى چىقىرىش تەس بولىدۇ ھەم يەنە قايتا ئۆسۈپ پەيدا بولىدۇ.

ئەسكەرتىش: پوقاقنىڭ ئەھمىيەت دەپ ئاتىلىدىغان قىسمى تارقىلىشنى ۋە ئېغىز ئېلىپ پىشىشنى قوبۇل قىلمايدۇ. بۇنى ئوپېراتسىيە قىلىپ چىقىرىشتىن باشقا چارىسى يوق.

يىگىرمىنچى پەسىل بەز ۋە تۇگۈنچە

خدد وعقد

تونۇش:

بۇ گۆش ۋە چاندۇردىن تۇزۇلگەن ئۆسمىدىن ئىبارەت بولۇپ، كۆپىنچە بەزلەردە كۆپرەك كۆرۈلىدۇ. بەدەندىكى بەزلەر تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولىدۇ.

بىرىنچى خىلى، تەبىئىي بەز: تىلىنىڭ ئاستىدىكى بەزلەر ۋە ئۇرۇقدان خالتا ئەتراپىدىكى ۋە قولتۇق، گەدەن، يوتا، يىرىق قاتارلىق جايلاردىكى بەزلەردىن ئىبارەت.

ئىككىنچى خىلى، تەبىئىي بولمىغان بەزلەر: بۇ پەسلىدە كۆزدە تۇتۇلغىنى بىرىنچى خىلدىكى تەبىئىي بەزلەردىن باشقا ئورۇنلارغا كېيىن پەيدا بولغان تۇگۈنچىلەر ۋە بەزلەرنى كۆرسىتىدۇ.

سەۋەبى:

بۇ بىر خىل قاتتىق جىسىم بولۇپ، بەدەننىڭ تاشقى تەرىپىدە پەيدا بولىدۇ. قويۇق ۋە سەۋدا ماددىسىدىن ياكى بەلغەم ماددىسىدىن بولىدۇ. بەلغەم ماددىسىدىن كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

بەز بىلەن تۇگۈنچىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق: بەز قاتتىق بولىدۇ. بۇ كۆپەيمەيدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن ئەگەر باشقا قويۇق ماددا ئۇنىڭ ئۇستىگە قويۇلسا، بۇنداق جايدا ئاۋۋالقى بەزنىڭ يېنىدا باشقا بىر بەز پەيدا بولىدۇ. ئاۋۋالقىسى چوڭايمايدۇ. بەزنىڭ خالتىسى بولمايدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

تۇگۇنچە ئۇنداق ئەمەس، بۇ كۆپىيىدۇ ۋە چوڭىيىدۇ. ھېچقانداق ھالەتتە يۇمشاقلىقى تىن خالىي بولالمايدۇ.

داۋالاش:

مەلھىمى داخلىيوننى تېڭىش، بىر پارچە ئېغىر قوغۇشۇننى بەزنىڭ ئۈستىگە چىڭ تېڭىپ قويۇش لازىم. ئەگەر شۇنىڭ بىلەن تارقاپ كەتسە بەك ياخشى. ئەگەر يۇمشاپ تارايسا، پوقاقنى بايان قىلغاندا ئېيتىلغان تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىش لازىم. تۆۋەندىكى زىمات ھەم تارقىتىدۇ. بۇنىڭ ئۈسۈلى: كۈنجۈت، زىغىر ھەربىرى بىر ھەسسە- دىن، ھۆلبە يېرىم ھەسسە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قوينىڭ قۇيرۇق يېغى بىلەن ئارىلاشتۇ- رۇپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش كېرەك.

بىلىش كېرەككى، ئوقده (توپۇق) ھەم ئىككى خىل بولۇپ، بۇنىڭ بىرى، قولنىڭ دۇمبىسى، پۇتنىڭ دۇمبىسى، پېشانىلەرگە ئوخشاش گۆشتىن خالىي ئەزالاردا مىلتىقنىڭ ئوقى، ياڭاق ۋە باشقىلارغا ئوخشاش چوڭلۇقتا تۇگۇنچە بولىدۇ.

بۇنى قول بىلەن باسسا غايىب بولىدۇ، تاراپ كېتىدۇ. قولنى كۆتۈرگەندە، يەنە ئۆزىنىڭ ھالىتىگە قايتىدۇ. بۇ خىلدىكى توپۇق ماددىسى تۇزلۇق ياكى توغرىغۇ خاراكتېر- لىك ماددا بولسا، بۇنىڭ ئاغرىقى بولىدۇ. كېسەللىك ماددىسى خام ۋە قويۇق بولسا، ئاغرىقى بولمايدۇ.

مەزكۇر تۇگۇنچىنىڭ ئاغرىقسىز بولغىنى داۋالاشتا سەبرە، ھۇزۇز، ئاقاقىيا، بېلىق مېيى قاتارلىقلارنى ئېزىپ، مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش ۋە چېپىش كېرەك. ئۇنىڭ ئۈستىگە بىر پارچە ئېغىر قوغۇشۇننى قويۇپ چىڭ تېڭىۋېتىش لازىم.

مەزكۇر تۇگۇنچىنىڭ ئاغرىقى بولسا، بۇنى داۋالاشتا ئاۋۋال بۇنىڭغا قىزۇتى (موم يېغى) چېپىلسا ئاغرىقى پەسىيىدۇ. ئاندىن كېيىن بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتىش ئۈچۈن ھاۋارەڭ سەۋسەننىڭ يىلتىزى، خىتمى يىلتىزى، زۇپا، ئىكلىلمىلىك، زىغىر، بابۇنە، زاراڭزىلارنى مۇۋاپىق ھالدا ئېلىپ چالا سوقۇپ، سۇدا قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ، ساپ قىلىپ، تۇگۇنچىنىڭ ئۈستىگە مەزكۇر سۇنى بەدەن كۆيمىگۈدەك ھالدا سوۋۇتۇپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇش لازىم.

يەنە بىرى، گۆش خاراكتېرلىك توپۇق بولۇپ، ئوقەدلەھمىدۇر. بۇنى تۇتسا قاتتىق ئورۇنىدۇ. باسسا تارقىمايدۇ. بۇ بەك قاتتىق بولغىنى ئۈچۈن قاتتىق سۆگەل دېيىلىدۇ. بەزىلەر بۇ خىلدىكى توپۇقنى سەلئە دەيدۇ.

ئەسكەرتىش: ئەگەر بۇ گۆشتا بولسا، بۇنى كېسىپ ئېلىۋېتىش لازىم. گۆشنىڭ باشقا يېرىدە بولسا، بۇنى تېڭىلمىغان زىمات دورىلار بىلەن يۇمشىتىش، بىراق كەسمەسلىك كېرەك. چۈنكى، بۇنى كەسكەندە پەيلەرنىڭ ياكى تارامۇتنىڭ ياكى ھەركەتسىز تومۇرلار- نىڭ ياكى ھەركەتلىك تومۇرلارنىڭ كېسىلىپ كېتىشىنىڭ خەۋپى بولىدۇ.

بەزىدە پەيلەرگە زىيان يەتكەن سەۋەبتىن پەيلەر ھۈررەك تۈگۈنچە بولۇپ قالىدۇ. بۇ توپۇق كۆتۈرۈلگەن شەكلى ۋە باسقاندا پوقاققا ئوخشايدۇ. بۇ تۈگۈنچە بىلەن پوقاقنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق: پوقاق ھەر تەرەپكە ھەرىكەت قىلىدۇ ۋە ئايلىنىدۇ. بۇ يۇقىرىدا ئېيتىلدى. تۈگۈنچە ئۆز جايىدىن مىدىرلىمايدۇ. ئەگەر مىدىرلاتسا ئوڭ تەرەپكە ۋە سول تەرەپكە مىدىرلايدۇ.

تۈگۈنچىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن، بىرقانچە كۈنگىچە داۋاملىق ئۆزمەي ياغلارنى ۋە كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى ۋە باشقىلاردىن تەييارلانغان مەلھەملەرنى يەرلىك ئورۇنغا سۈركەش ۋە چېپىش لازىم. تۈگۈنچە يۇمشاش ئەھۋالى كۆرۈلگەندە كېسەلنى مۇنچىغا ئېلىپ بېرىش كېرەك. مۇنچىغا بېرىپ يۇيۇنۇش بىلەن ئەزا يۇمشىغاندىن كېيىن كېسەلنى ئەسنەپ ئۆزىنى سوزۇشقا، قولى بىلەن تۈگۈنچىنى ئۇۋۇلاشقا بۇيرۇش لازىم. شۇنىڭ بىلەن تۈگۈنچە ئېچىلىپ، ئۆزىنى قويۇپ بېرىدۇ، چىگىك يېشىلىدۇ.

بەزىدە پەيلەر يېرىلىپ ياكى يىرتىلىپ ساقايغان ۋاقىتتا تۈگۈنچە ۋە چىگىك پەيدا بولىدۇ. كۆپىنچە بىرەر ئەزاغا جاراھەت يېتىپ، ئۇ جاراھەت پۈتكەندىن كېيىن، شۇ ئەزادا قاتتىقلىق ۋە قاداق پەيدا بولىدۇ.

يەرلىك ئورۇننى ياغلاش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن ئۇ يۇمشايدۇ.

شۇنىڭ بىلەن تارقاپ كەتسە بەك ياخشى. تارقىمىسا ئۇ ۋاقىتتا شۇ جاينى يېرىپ، ئارتۇق گۆشنى قاداقنىڭ ئاستىدىن ئېلىۋېتىش كېرەك. بۇنى ئېلىشتا تۆمۇر ئەسۋاب بىلەن ياكى گۆشخور مەلھەملەرنى ئىشلىتىش كېرەك. ئاندىن كېيىن ئېھتىيات بىلەن جاراھەتنى پۈتتۈرۈش لازىم.

يىگىرمە بىرىنچى پەسىل بويۇن بەزسىلى

خىنازىر

تونۇش:

بۇ، خەنازىر ئىششىقى كۆپۈپ تۇرغاچقا بېسىلىشنى قوبۇل قىلىشتا پوقاققا ئوخشايدۇ. پوقاق بىلەن خەنازىر بۇ ئىككىسىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق: خەنازىر گۆشكە چاپلىشىقلىق بولىدۇ. ھېچ تەرەپكە ھەرىكەت قىلمايدۇ. ئەگەر باشلىنىش جەريانىدا ھەرىكەت قىلدۇرۇلسا، ئۇيان - بۇيان ھەرىكەت قىلىدۇ. بەزىدە پوقاققا ئوخشاش ھەممە تەرەپكە ھەرىكەت قىلىدىغان ۋە مىدىرلايدىغان بولىدۇ. يەنە خانازىر كۆپرەك قاتتىق بولىدۇ. چۈنكى، بۇنىڭ ماددىسى بەك قويۇق بولىدۇ.

خانازىر كۆپرەك ۋاقىتلاردا بوش ۋە يۇمشاق گۆشلەردە پەيدا بولىدۇ. بولۇپمۇ گەدەن، قولتۇق قاتارلىق جايلاردا بولىدۇ. تۈگۈنچە گەدەندە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. كۆپرەك ئەھۋال-

لاردا بۇ بىرقانچە خىل بولىدۇ. ھەممىنىڭ قېپى ۋە خالتىسى بىر بولىدۇ. بەزىدە ھەربىرىنىڭ خالتىسى ئايرىم - ئايرىم بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ئىشىق خانىزىر دېيىلىدۇ. خەنازىر بولسا چوشقىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. خانىزىر خىنزىرنىڭ كۆپلۈكى بولۇپ، ئەرەبچىدە چوشقىنى ئېيتىدۇ.

سەۋەبى:

بۇ كېسەللىكنىڭ كېسەللىك ماددىسى غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتى بولۇپ، بۇ ھەزىم ناچارلىقتىن بەدەندە يىغىلىپ، ئۇنىڭ تەسىرى بوش ۋە يۇمشاق ئەزالارغا قۇيۇلىدۇ.

داۋالاش:

قويۇق بەلغەم خىلىتىنى تازىلاش ئۈچۈن، بەلغەمنى تازىلىغۇچى ۋە سۈرگۈچى دورىلار-نى بېرىش، تاماقنى ئازايتىشقا ۋە لەتىف يۇمشاق تاماقلارنى يېيىشكە كۆپرەك تىرىشىش كېرەك.

قورساق خالىي ۋاقتىدا تەنھەرىكەت قىلىشنى مۇھىم دەپ بىلىش كېرەك. ئاچچىق - چۈچۈك نەرسىلەردىن، ئېغىر تاماقلاردىن، كېچىدە تاماق يېيىشتىن، كۆپ سۆزلەش-تىن، يۇقىرى ئاۋاز بىلەن توۋلاشتىن، غەزەپلىنىشتىن ساقلىنىش، بۇ كېسەلنىڭ ياستۇ-قىنى ئېگىز قويۇپ بېرىش لازىم.

ئەگەر شۇنىڭ بىلەن ئىششىقى تارقىلىپ كەتسە ياخشى. تارقىمىسا پىشۇرغۇچى ۋە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلارنى تېگىش، ئېغىز ئېلىپ، ماددا چىقىپ كەتكەندىن كېيىن، جاراھەتنى پۈتتۈرۈشكە تىرىشىش لازىم.

خانىزىر ئىششىقىنى تارقاتقۇچى زىماتلار:

بىرىنچى خىلى: قىچا، ئەنجۇر، كۆپۈكى دەريا، زىراۋەندە، مۇقەل، ئوشەق، كونا زەيتۇن يېغى، ئاق موم قاتارلىقلار بىلەن قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا تېگىلىدۇ.

ئىككىنچى خىلى: زۈپتى رومى، ياۋا سامساق، مۇقەل، چەلەك يىلتىزى، پۇرچاق، بۆرە سويىمىسىنىڭ يىلتىزلىرىنى سوقۇپ، تاسقاپ، سىركە، ھەسەل، زەيتۇن يېغى قاتار-لىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، خېمىر قىلىپ تېگىش لازىم.

مەلھىمى داخلىيون خانىزىرنى ۋە باشقا قاتتىق ئىششىقلارنى تارقىتىشتا ئوبدان مەنپە-ئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ ھاۋا رەڭ سەۋسەننىڭ يىلتىزىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئارىلاشتۇرۇلغان بولسا، تېخىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

مەلھىمى روسۇت ھەم ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ماددىنى پىشۇرغۇچى ۋە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار يۇقىرىدا بايان قىلىپ ئۆتۈلدى. شۇ جايدىن پايدىلىنىشقا بولىدۇ.

ئارپىسىنىڭ ئۇنى، پۇرچاقسىنىڭ ئۇنى، زەيتۇن يېغى، بالاغەتكە يەتمىگەن كىچىك بالا-نىڭ سۈيدۈكلىرى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، خانىزىرغا تېگىش بويۇنبەزسىلىنى پىشۇرۇش ۋە

ئېغىر ئالدۇرۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زىغىر، مەرۇينىڭ ئۇرۇقى، سەۋسەن يىلتىزى، ھۆلبە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى شارابتا قاينىتىپ، ھاجەتكە لايىق كەپتەرنىڭ مايىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ، چېپىش مەنپەئەت قىلىدۇ. خانازىر ئىششىقى ئېغىز ئالسا، مەلھەمى پەلدىپىيۇن قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلسا بۇزۇق ماددىلار پۈتۈنلەي تازىلىنىدۇ. بۇ ئۆتكۈر دورىلارنى ئىستېمال قىلىپ، ئارقىدىن ياغ سۈركەش لازىم. شۇنىڭ بىلەن مەلھەمى پەلدىپىيۇن بىلەن خانازىر ئېغىز ئالىدۇ ياكى چۈشىدۇ. چاقا تازىلىنىپ، يېرىلغاندىن كېيىن، جاراھەتنىڭ پۈتۈش ئۈچۈن مەلھەمى زەنكارنى يەرلىك ئورۇنغا قويۇش لازىم.

ئۈچىنچى خىلى: بۇ خانازىر تېرىدە ياپىلاق بولىدۇ. ئانچە ئېغىز بولمايدۇ. بۇنىڭ ماددىسى ناپاك ۋە يامان بولغانلىقى ئۈچۈن تېزدىن يېرىڭلىق چاقىغا ئايلىنىدۇ. بۇ خىلدىكى خانازىر باشقىلارغا قارىغاندا يامانراقى بولىدۇ. ئەگەر بۇ چاقىغا ئايلانسا، ئۇ ۋاقىتتا يېرىلغان خام ئەنجۈردەك كۆرۈنىدۇ.

بۇ خىلدىكى خانازىرنى تۆمۈر ئەسۋاب بىلەن كېسىپ، ئۇنىڭ ماددىلىرىنى تولۇق قالدۇرماي ئوپېراتسىيە قىلغاندىن كېيىن، يەنە قايتا ماددا يىغىلماسلىقى ئۈچۈن ئۇنى داغلاش لازىم. بۇنى كەسكەن ۋاقىتتا بۇنىڭ يېنىدىكى تومۇرلار ۋە پەيلەرنىڭ كېسىلىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن، ئېھتىيات ۋە دىققەت قىلىش كېرەك.

كىتابلاردا ھېكايە قىلىپ كەلتۈرۈلدۇكى: بىر ئادەم خانازىر ئىششىقىنى يېرىپ پەيلەرنىڭ بىرسى كېسىلىپ كەتكەن سەۋەب بىلەن دەرھال كېسەلنىڭ ئاۋازى يوقالدى. شۇنىڭ ئۈچۈن تېۋىپلار: «بۇنى كېسىشنىڭ توغرا ئۇسۇلى: قايسى تەرەپ ساغلامراق بولسا، پەيلەردىن خالىي بولسا، شۇ تەرەپتىن يېرىش، ئۇنىڭ قالدۇقلىرىنى دورىلار بىلەن تازىلاش كېرەك. شۇنداق قىلغاندا زەرەرسىز كېسىلىدۇ. بۇ خىلدىكى ئەھۋالغا ئۇچراشقان ۋاقىتتا مەلھەمى زەنكار مەنپەئەت قىلىدۇ» دەيىشتى.

تۆتىنچى خىلى: بۇ خەنازىرنىڭ ماددىسى سەرتان (راك) نىڭ ماددىسى بولىدۇ. بۇنىڭ چارىسى: بۇنى داۋالاشتا ئىستېمال قىلىنىدىغان ئىسسىق دورىلارنى گۇل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر بۇنىڭدا ھارارەت بولسا، بۇغداينىڭ ئۇنى ۋە يۇمغاقسۈتنىڭ سۈيى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تېڭىش كېرەك.

موزىدىن بىر ھەسسە، رۇسۇت ئىككى ھەسسە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ھۆل يۇمغاقسۈتنىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم.

ئەسكەرتىش: ھۆكۈمالارنىڭ ئېيتىشچە، ئۆچكىنىڭ مۈڭگۈزىنىڭ ئوتتۇرىسىنى كۆيدۈرۈپ، بىر ھەپتىگىچە ھەر ئەتىگەندە يەتتە گرامدىن ئىچىشكە بېرىلسە، ھەممە خىلىلاردىكى خانازىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىتىرىفىل غوددە خانازىر ئۈچۈن مەنپەئەتلىدۇ. بەلغەم ۋە

سەۋدا خىلىتلىرىنى چىقىرىش ئۈچۈن ھەببى ۋاسىلى، ھەببى خىزران قاتارلىقلار مەخسۇس مەنپەئەت قىلىدۇ.

يىگىرمە ئىككىنچى پەسىل قاتتىق ئىششىق
حصبه

تونۇش:

بۇ ئىششىقنى پەيدا قىلغان سەۋەب ۋە ئالامەتلىرىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك ئۈچ خىل بولىدۇ:

سەۋەبى:

1. بۇنىڭ كېسەللىك ماددىسى سەۋدا خىلىتى بولىدۇ.
2. كېسەللىك ماددىسى بەلغەم خىلىتى ۋە سەۋدا خىلىتى بىلەن بەلغەم خىلىتلىرى بولىدۇ.
3. كېسەللىك ماددىسى سەۋدا ۋە سەپرا خىلىتلىرىدىن بولىدۇ.

ئالامىتى:

سەۋدا خىلىتىدىن بولغىنىدا قاتتىقراق بولۇپ، ئىششىقنىڭ رەڭگى تۈتۈق بولىدۇ. ئۈستىگە قولنى قويسا، سوغۇق سېزىلىدۇ. بۇ ئىششىقتا ئاغرىق بولمايدۇ. بەزىدە ئازراق ئاغرىقى ۋە تۈيغۇسى بولىدۇ. بۇنىڭ تۈيغۇسىز بولغىنى ياخشى بولمايدۇ.

بەلغەم خىلىتىدىن بولغىنىدا ئىششىقنىڭ رەڭگى بەدەننىڭ رەڭگىدەك بولىدۇ. تۈتسا سوغۇق سېزىلىدۇ. قاتتىقلىقى ئازراق بولىدۇ. بۇ كۆپرەك ئەھۋالدا ئىسسىق ئىششىقلارنىڭ ئارقىسىدىن پەيدا بولىدۇ.

سەۋدا ۋە سەپرا خىلىتلىرىدىن مۇرەككەپ بولغانلىقى ئالامەتلىرى ھەم مۇرەككەپ بولىدۇ.

داۋالاش:

سەۋدا خىلىتىدىن بولغىنىدا سەۋدانى تازىلاش، سەۋدانى پەيدا قىلىدىغان نەرسىلەردىن ساقلىنىش لازىم.

سەۋدا بىلەن بەلغەمدىن بولغىنىدا بۇ ھەر ئىككى ماددىنى تازىلاش لازىم. ماددا تازىلانغاندىن كېيىن، يۇمشاتقۇچى ۋە تارقاتقۇچى دورىلارنى، مەسىلەن: مەلھەمى داخىلىيون، ئوشەق، مۇقەل، مىئەسائىلە، ئۆردەك ۋە توخۇلارنىڭ يېغى، كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى ۋە شۇلارغا ئوخشاش تارقاتقۇچى ياغلار ۋە لوئابلار، ئەنجۈرلەرنى ئېزىپ، خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش لازىم.

ئەسكەرتىش: بۇ ئىششىقنىڭ سېزىمسىز بولغىنى دورىنى قوبۇل قىلمايدۇ. سېزىمى ئاز

بولغىنى ھەم ئازراق ساقىيىدۇ. ئەمما، بۇنىڭ ئاغرىقى بەك قاتتىق بولماي، تۈيغۇسى ۋە ئاغرىقى بار بولغىنىغا يۈقىرىدا ئېيتىلغان دورا ۋە داۋالاش ئۇسۇللىرى بىلەن چارە كۆرگىلى بولىدۇ.

يىگىرمە ئۈچىنچى پەسىل راك
سرطان

تونۇش:

بۇ بىر خىل سەۋدا خىلىتىدىن بولغان ئىششىق بولۇپ، بۇ سەۋدا، سەپرا خىلىتلىرى كۆيگەنلىكتىن ياكى سەۋداغا بىرئاز سەپرا قوشۇلۇپ، بەلغەم كۆيگەنلىكتىن پەيدا بولغان سەۋدادۇر. بۇ غەيرىي تەبئىي سەۋدا دېيىلىدۇ. ئەمما تەبئىي سەۋدا بۇ ئىششىقنى پەيدا قىلالمايدۇ. چۈنكى، تەبئىي سەۋدا خىلىتىدا ئۇنچىۋالا تېزلىك ۋە ئۆتكۈرلۈك بولمايدۇ.

ئالامىتى:

بۇ سەرتان ئىششىقىنىڭ ئالامىتى دەسلەپتە پەيدا بولغان ۋاقىتتا، بادامغا ئوخشاش ياكى ئۇنىڭدىنمۇ كىچىكرەك ئۆسمە پەيدا بولىدۇ. ئاندىن كېيىن چوڭىيىدۇ. قانچىكى چوڭايسا ۋە كۆپەيسە سەرتانىنىڭ پۈتلىرىغا ئوخشاش قىزىل ۋە كۆك تومۇرلار پەيدا بولىدۇ. بۇ ئىششىقنىڭ يىلتىزى سەرتانىنىڭ قورسىقىغا ئوخشاش بەدەن ئىچىگە كىرىپ، چىڭ ئورۇن ئالىدۇ. شۇ مۇناسىۋەت ۋە راك (تەرتان) غا ئوخشاش بولغانلىقى ئۈچۈن بۇ كېسەللىك سەرتان دەپ ئاتالدى (ئەسلىدە سەرتان ئەرەبچە بولۇپ، بىر خىل سۇ جانىۋارنى كۆرسىتىدۇ).

مەزكۇر سەرتان ئىششىقىنىڭ خۇسۇسىيىتى بەك قاتتىق، رەڭگى بۇزۇق ۋە نۇتۇق، شەكلى يۇمىلاق بولىدۇ.

بىلىش لازىمكى، بۇ سەرتان ئىششىقىنىڭ سەپرادىن پەيدا بولغان سەۋدا ماددىسىدىن بولغىنى ئەلۋەتتە يىرىڭلىق چاقىغا ئايلىنىدۇ. بۇنىڭ بەلغەم كۆيگەندىن ۋە سەۋدادىن پەيدا بولغىنى كۆپرەك ئەھۋاللاردا يىرىڭلىق چاقىغا ئايلانمايدۇ. بەزىدە يىرىڭلىق چاقا ھەم بولىدۇ. يىرىڭلىق چاقىغا ئايلانغان سەرتانىنىڭ چاقىسى قارا، چۆرىسى توم بولۇپ، تاشقى تەرەپكە ئۆرلەڭگۈ بولىدۇ. بۇنىڭدىن سېسىق يىرىڭ ئېقىپ تۇرىدۇ. بۇ سەرتان ئايالارنىڭ كۆكرەك، بالىياتقۇ قاتارلىق ئەزالىرىدا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. ئەرلەرنىڭ پۇت، ئۇچەي، جىنسىي ئەزاسى، يۈزى قاتارلىق جايلاردا كۆپرەك بولىدۇ. بەزىسى قاتتىق ئاغرىيدۇ، بەزىسى ئاغرىمايدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ سەرتان كېسەللىكى تېۋىپنى زېرىكتۈرىدۇ. بۇنىڭ ساقىيىشىدىن ئۈمىد كۈتكىلى بولمايدۇ. بۇنى داۋالاشتىن مەقسەت تۆۋەندىكى ئۈچ خىل ئەھۋال كۆزدە تۇتۇتۇلە-

www.uyghurkitap.com

دۇ. ① كۆپىيىپ كېتىشنى توسۇش؛ ② يىرىڭلىق چاقنا ئايلىنىپ قېلىشتىن ساقلاش؛ ③ بۇنىڭ چاقنا ئايلانغىنىنى داۋالاپ، چاقسىنى پۈتتۈرۈشتىن ئىبارەت.

داۋالاش:

غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتىنى تازىلاش ئۈچۈن سەۋدانى سۈرگۈچى دورىلارنى بېرىش، بەدەن تازىلانغۇچە سۈرگىنى بىرقانچە قېتىم بېرىش، جىگەرنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىشكە تىرىشىش لازىم.

يېمەك ۋە ئىچمەكلەردىن سۈيۇق قان پەيدا قىلغۇچى ھەر خىل يېمەكلىكلەرنى يېيىش ۋە ئىچىشكە بۇيرۇش لازىم. چۈنكى سۈيۇقلۇقنىڭ كۆيۈشى، سەپراغا ئايلىنىشى يىراقتۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ باشلىنىش جەريانلىرىدا مادداىنى قايتۇرغۇچى نەرسىلەرنى چېپىش لازىم. مەسىلەن: تۇگمەن تېشىنىڭ قىرىندىسى، قوغۇشۇننىڭ قىرىندىسى، گۈل يېغى قاتارلىقلارنى يۇمغاقسۇتنىڭ سۈيى بىلەن ئىتئۈزۈمنىڭ سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلسا، بۇنىڭ كۆپىيىشىنى توسۇيدۇ.

قوغۇشۇن ئۈپىسى، گىلى ئەرمىنى، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلارنى ئوسۇڭنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، خېمىر قىلىپ چاپسا، سەرتاننىڭ يىرىڭلىق چاقنا ئايلىنىشتىن ساقلىنىپ قالىدۇ. تېزلىكى بار ئۆتكۈر دورىلارنى ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك. چۈنكى، ئىششىقنى ھەرىكەتكە كەلتۈرۈپ قويىدۇ.

يىرىڭلىق چاقنا ئايلانغان بولسا، بۇنىڭغا چاقنى پۈتتۈرگۈچى ۋە ئاغرىقنى پەسەيتكۈچى، چاقنىڭ كېڭىيىپ كۆپىيىپ كېتىشنى توسقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. مەسىلەن: قوغۇشۇن ئۈپىسى، يۇيۇلغان تۇتىيا ۋە شۇلارغا ئوخشاشلارنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، چېپىش ۋە تېڭىش لازىم. ئۇندىن باشقا تۆۋەندىكى مەلھەم مەنپەئەت قىلىدۇ.

قوغۇشۇننىڭ سەپداپى، يۇيۇلغان تۇتىيا، مۇردارسەڭگى، گىلى ئەرمىنى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىنى بىر ھەسسىدىن، يۇيۇلغان شادىنەچ، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۈيى ئىككى ھەسسىدىن، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى ئۈچ ھەسسىدىن ئېلىنىپ، بۇ دورىلارنىڭ سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، موم ۋە گۈل يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ، سەرتان ئىششىقنىڭ ئۈستىگە چېپىپ، ئاندىن ئىششىقنىڭ ئەتراپىغا گىلى ئەرمىنى، ئىتئۈزۈمنىڭ سۈيى بىلەن ياكى ھۆل يۇمغاقسۇتنىڭ سۈيى بىلەن سۈركەپ قويۇش كېرەك.

بىلىش لازىمكى، سەرتان ئىششىقنىڭ يېڭى باشلانغان ۋاقىتلىرىدا ياخشى چارىلەرنى قوللىنىش بىلەن ساقىيىپ كېتىدۇ. ئىچكى ئەزالاردىكى سەرتاننى، تاماقنى ياخشىلاش بىلەن چارە كۆرۈش لازىم. شەربەتلەرنىڭ ئەڭ ياخشىسى بۇ ئىششىق ئۈچۈن شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇپەر ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلاردۇر. تاماقلارنىڭ ياخشىراقى پوستى ئېلىنغان ئارپىنىڭ سۈيى، توخۇ، پاقلان، ئوغلاق، يېڭى بېلىقنىڭ گۆشلىرىدۇر.

بارلىق دىققەتنى بۇ ئىششىقنىڭ چاقىغا ئايلىنىپ قالماسلىقىغا قارىتىش لازىم. چۈنكى بۇ ئىششىق يىرتىلىق چاقىغا ئايلانسا بۇنداق سەرتان ساقايمايدۇ. شۇنىڭدەك ئىككى تاغاق-نىڭ ئوتتۇرىسىدا پەيدا بولغان سەرتان كۆپىنچە ئەھۋاللاردا ھالاك قىلغۇچى خەتەرلىك بولىدۇ. كېسىپ ئوپېراتسىيە قىلىشتىن باشقا داۋالاشنى قوبۇل قىلمايدۇ.

يىگىرمە تۆتىنچى پەسىل ماخاۋ

جذام

تونۇش:

بۇ ماخاۋ (جۇزام) بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، بەك يامان ۋە ناچار بولىدۇ. ئەزانىڭ مىزاجىنى ۋە شەكلىنى بۇزۇپ، بەدەننىڭ ئاناتومىيىلىك تۈزۈلۈشىنى ئۆزگەرتىپ ھۇررەك بولۇش ئەھۋاللىرىنى پەيدا قىلىپ، شەكىللەرنى ئۆزگەرتىۋېتىدۇ. بۇنىڭ ئاخىرىدا قۇرۇق-لۇق كۈچلۈك بولغانلىقتىن ئەزالار يېرىلىدۇ ۋە ياكى قارىداپ تۆكۈلىدۇ. جاراھەتتىن سېسىق زەردار ئاقىدۇ. ئەگەر بۇ كېسەللىك بەك كۈچەيىپ كەتسە، ئەزالارغا گۆشخور چاقا پەيدا بولۇش ئەھۋاللىرى كۆپرەك بولىدۇ. بۇ كېسەل باشلىنىشتا قول - پۇتلاردىن باشلىنىپ، ئاخىرى باش ۋە پۇتۇن ئەزالارغا كېڭىيىدۇ.

سەۋەبى:

ماخاۋ پەيدا بولىدىغان ئاساسلىق سەۋەب تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولىدۇ.

بىرى، غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىدىن پەيدا بولىدۇ.

يەنە بىرى ئۆتكۈر سەپرا خىلىتى بىلەن سەۋدا خىلىتىدىن بولىدۇ.

ئالامىتى:

قان خىلىتى كۈيۈشتىن پەيدا بولغان سەۋدانىڭ ئالامىتى ئەزانىڭ ھېس - تۇيغۇسى يوقىلىدۇ. ئەزالار قېلىن، قاتتىق بولىدۇ. بۇ خىلدىكى سەۋدادىن بولغان ماخاۋدا ئەزالار چۈشۈپ كېتىش ۋە تۆكۈلۈش ئەھۋالى بولمايدۇ. چۈنكى، بۇنىڭ ماددىسى ساغلامراق بولىدۇ. بۇ ماددىدا ئۆتكۈرلۈك بولمايدۇ. ئەزالارنىڭ چۈشۈپ كەتمەسلىكى باش تەرەپتە شۇنداق بولىدۇ.

بۇ كېسەللىك مۇستەھكەملىشىپ كۈچەيسە، كۈنلەر ئۆزۈن ئۆتسە، بۇ ۋاقىتتا بۇ خىلدىكى ماخاۋ ھەم ئەزالار يىرتىلىق چاقىغا ئايلىنىش، گۆشخور چاقا بولۇش ئەھۋاللىرىغا ئۆتىدۇ.

يەنە بۇ خىلدىكى ماخاۋدا ئاۋازى تۇتۇلىدۇ. بۇرنى كېڭىيىدۇ. كۆزىنىڭ قارىسى يۇمىلاق بولىدۇ. تۈك ۋە چاچلار تۆكۈلىدۇ. بۇ خىلدىكى ماخاۋ كېسەللىكى شىر ئىللىتى

(داۋلۇئەسەد) دېيىلىدۇ.

چۈنكى، بۇ خىلدىكى ماخاۋ كېسەللىكىگە ئۇچرىغان كىشىنىڭ يۈزى شىرنىڭ يۈزىگە ئوخشايدۇ. بۇ خىلدىكى ماخاۋ كېسەللىكى يېڭى باشلىنىش جەريانىدا داۋالاشنى تېز قوبۇل قىلىدۇ.

ئۆتكۈر سەپرا خىلىتى بىلەن سەۋدا خىلىتىدىن پەيدا بولغانلىقى ئالامىتى. بۇ خىلدىكى ماخاۋ ئەزالارنىڭ گۆشخور چاقا بولۇشىدىن ۋە چۈشۈپ كېتىشىدىن ھېچقاچان خالىي بولمايدۇ. بۇنىڭ ماددىسى تېز ۋە ئۆتكۈر. تەسلىكتە داۋالاشنى قوبۇل قىلىدۇ.

بەزىلەرنىڭ ئېيتىشچە، بۇ خىلدىكى ماخاۋ قان خىلىتىدىن بولغان ماخاۋغا نىسبەتەن داۋالاشنى تېزرەك قوبۇل قىلىدۇ. چۈنكى، بۇنىڭ ماددىسى سەپرا، سەۋدادىن يۇمشاقراق. تۇر. ئەجەبلىنەرلىك ئەمەسكى، بۇ ئىككىنچى خىلدىكى ماخاۋ جاراھەت بولۇشتىن ئىلگىرى باشلىنىش جەريانىدا شۇنداق بولسا، جاراھەت بولغاندىن كېيىن بۇنىڭ داۋالىنىشىنىڭ تەس ۋە قىيىنلىقىدا ھېچقانداق ئىختىلاپ يوقتۇر.

ماخاۋ كېسەللىكىنىڭ دەسلەپكى ئالامەتلىرى كېسەلنىڭ يۈز ۋە كۆزلىرىنىڭ رەڭگى قىزىلغا مايىل قارا بولىدۇ. نەپەس سىقىلىدۇ. ئاۋازى يىرىكلىشىدۇ. كۆزنىڭ ئېقى تۇتۇقلىشىدۇ. چۈشكۈرۈش كۆپ بولىدۇ. بۇرنىدىن سېسىق بۇي كېلىدۇ. كۆكرىكى ۋە بېشى تەرلەيدۇ. كۆزىدىن سۇ ئاقىدۇ، بىمارنىڭ خۇي - پەيلى يامان بولىدۇ، ئۆزىنى چوڭ كۆرۈش، باشقا كىشىنى كۆرەلمەسلىك، خەتەرلىك، پەرىشان چۈش كۆرۈش، ئاۋازى تۇتۇلۇش، بوغۇلۇش، چاچلىرى ئىنچىكىلىشىش، تىرناقلىرى يېرىلىش، تىرناقنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولۇش، كالپۇكلىرى قېلىنلىشىش، شەكىل ۋە چىراي شەكىللىرى سەتلىشىش، ئەزالىرىدا قاتتىق بەز ۋە مۇدۇرلار پەيدا بولۇش قاتارلىق ئەھۋاللارنىڭ ھەممىسى ماخاۋنىڭ باشلانغۇ ئالامەتلىرىدۇر.

داۋالاش:

سەۋدانى سۇرگۈچى دورىلار ئارقىلىق بەدەننى تازىلاشقا تىرىشىش لازىم. چىقىرىش ۋە تازىلاش ئىشلىرىنى بىرقانچە قېتىم ئېلىپ بېرىش، تازىلاش جەريانىدا ئوتتۇرىدا كېسەلنى ئارام ئالدۇرغان ھالدا تازىلاش ئېلىپ بېرىش كېرەك.

قۇرۇقلۇقنى يوقىتىشقا كۆڭۈل بۆلۈش لازىم. بۇنىڭ ئۈسۈلى: مۇنچىغا كۆپرەك كىرىش، ھۆل سوغۇق ياغلارنى بۇرنىغا تېمىتىش ۋە شۇنىڭ بىلەن بەدىنىنى ياغلاش، بادام يېغى، كالىنىڭ مەسكىسىنى ئاياللارنىڭ سۈتى بىلەن بۇرنىغا تېمىتىش ۋە بەدىنىگە سۈركەپ ياغلاش مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇرنىغا تېمىتىش ۋە ياغلاشنى مۇنچىغا كىرىپ بولۇپ، ئاندىن ياغلاش ئېلىپ بارسا، بۇنىڭ تەسىرى چوڭ بولىدۇ.

كېسەلنىڭ تاماقلىرىغا بەك يۇمشاق، بەدەنگە تېز سىڭىدىغان يېمەكلىكلەرنى بېرىشكە توغرا كېلىدۇ. مەسىلەن: شېكەر، بادام يېغى، كالىنىڭ سۈتى بىلەن تەييارلانغان ھەرىرە

(ئاتىلىغا ئوخشاش بىر خىل تاماق)، ئۇندىن باشقا ئۇچار قۇشلارنىڭ گۆشى، ئىللىتىلغان تۇخۇمنىڭ سېرىقى، ئۇششاق بېلىق بۇلارنىڭ ھەممىسى مەنپەئەت قىلىدۇ.

سەۋدانى كۆپەيتىدىغان نەرسىلەردىن چەكلەش، مەسىلەن: كالىنىڭ گۆشى، شور تۇز، ئەدەس، چەلەك ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلاردىن. تاماقنىڭ ياخشىراقى قوينىڭ سۈتى، شۇنىڭغا قانائەت قىلسا ناھايىتى ياخشى. ئەگەر نان بىلەن ئىچسىمۇ بولىدۇ.

قان خىلىتىدىن ھاسىل بولغان سەۋدادىن كېلىپ چىققان ماخاۋ ئۇچۇن دورىلارنىڭ ئەڭ ياخشىراقى ئەپئا نامىلق يىلاننىڭ گۆشى، تەرياق ۋە ئۇلارغا ئوخشاش مەشھۇر مەجۇۇنلەردىن ئەپئا ۋە يەنە بىر خىل يىلان بولۇپ، ئۇزۇنلۇقى ئىككى گەزگىچە بولىدۇ. قۇيرۇقى ئىنچىكە، كېسىلىپ كەتكەندەك بىرئاز قىسقا، بېشى ياپىلاق چوڭ، ئۇچبۇرجەك شەكىلدە، گەدىنى ئىنچىكە، ماڭغان ۋاقتىدا ئاۋاز چىقىدۇ. بۇ ئاۋاز تىترەشنىڭ ئاۋازىدۇر. ئۇنىڭدىن ياسالغان مەجۇنمۇ ناھايىتى پايدىلىقدۇر.

يەنە بىر ماخاۋ باشلىنىش جەريانىدىن ئۆتۈپ كەتكەندىن كېيىن ساقىيىپ ياخشى بولۇش ئۈمىدى يوق. لېكىن چاقىلىرى، بۇزۇقلۇقى ۋە گۆشخورلۇقى ئازايسۇن، كېسەلىنىڭ ياشاش مۇددىتى ئۇزارسۇن ئۈچۇن، بەدەندىكى ھارارەتنى سوۋۇتۇشتىن، ھۆللۈك يەتكۈزۈش، ماددىنى تازىلاشتىن قولىنى تارتماسلىق لازىم. بۇ چاغدا قېتىق سۈيىنى سەۋدانى سۈرگۈچى تالقانلار بىلەن بېرىش بەك ئوبدان تەسىر بېرىدۇ.

يىگىرمە بەشىنچى پەسىل باش تەمرەتكىسى

تونۇش:

بۇ باش ۋە يۇزلەردە پەيدا بولىدىغان يىرىڭلىق چاقىلاردىن ئىبارەت. بەزىدە بۇ پۈتۈن بەدەننىڭ، چاچلارنىڭ ئۇششاق تۆشۈكلىرى بار جايلاردىمۇ پەيدا بولىدۇ.

تاز يارىسى باشلىنىشىدا يېنىك، تارقاق مۇدۇرلار پەيدا بولۇپ، كېيىن قاسىراقلىق چاقىغا ئايلىنىدۇ. قىزىل كۆرۈنىدۇ. چاقىغا ئايلانغان ۋاقتىدا بۇ تاز (سەئىپە) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولىدۇ.

1. بۇنىڭدىن زەرداب چىقىدۇ. بۇنى ھۆل تاز يارىسى (سەئىپە) دەيدۇ.
2. يەنە بىر خىلى قۇرۇق تاز يارىسى بولۇپ، ئاق قاسىراق ئاجرايدۇ.

سەۋەبى:

سېسىق ئارتۇق ماددا، بۇزۇق ھۆللۈكلەر ۋە پاسكىنىچىلىقلاردىن پەيدا بولىدۇ.

بۇ خىلدىكىسى ئۇششاق بالىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. يەنە باشقىلىرى غەيرىي تەبئىي سەۋدادىن بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

داۋالاش:

مەتبۇخى ھېلىلە، شاھتەرىلەر بىلەن ئارقا تەرەتنى يۇمشىتىش، قويۇق قان پەيدا قىلغۇچى، قاننى بۇزغۇچى نەرسىلەردىن چەكلەش، مەززىسىز نەرسىلەرنى، مەسىلەن: سەي قاپىقىنىڭ قورۇمىسى، پالەكنىڭ قورۇمىسى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى قاتارلىقلار-نى يېدۇرۇش لازىم. بۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن، قاننى تۇزەتكەندىن كېيىن، مۇۋاپىق دورىلارنى چې-پىش، مەسىلەن: زەرچۆە، ئاچچىق بادام، گۈلنار، زىيانەج، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، موزا، ئاسنىڭ يوپۇرمىقى، ھاۋارەڭ سەۋسەننىڭ يىلتىزى، ئاقاقىيا، قەنبىل قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەممىسىنى ياكى تېپىلغىنىنى يۇمشاق ئېزىپ، سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم.

يەنە بىر خىلى چاپىدىغان دورا تۆۋەندىكى بولۇپ، بۇ تاز يارىسىنىڭ باشلىنىش ۋاقىتلىرىدا مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ كىچىك بالىلارغا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

تەركىبى: زەرچۆە، ئانار پوستى، مەدەستان، مەككە خېنىسى قاتارلىقلارنى يۇمشاق ئېزىپ، سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ.

ئەگەر كېسەلنىڭ بەدىنى تولاغلىق ئىمتىلا بولسا، ھەببى ئايارەجنى بېرىش، جىنسىي ھەرىكەتتىن چەكلەش لازىم.

قۇرۇق تاز يارىسىنى داۋالاش، ئۇنىڭدىن چىققان قاسىراق، شورەگە ئوخشايدۇ. بۇنىڭدىن ئاق پوستەكلەر ئاجرىلىدۇ.

چۈنكى ئۇنىڭ ماددىسى سەۋدا ماددىسى بولۇپ، بۇ ماددا شورلۇق ھۆللۈككە ئارىلىشىپ تېرىگە تەسىر كۆرسىتىدۇ، شۇنىڭ بىلەن پەيدا بولىدۇ. ئۇنى داۋالاشتا سەۋدانى تازىلاش ئۇچۇن، ئەفتىمۇن، ھېلىلە مەتبۇخى، شاھتەرىلەرنىڭ بىرسىنى بېرىش كېرەك.

ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى تاماقلار، ئارقىمۇ ئارقا مۇنچىغا بېرىش ئارقىلىق، بۇندىن باشقا سەۋدا كېسەللىكلىرى ئۇچۇن، مەخسۇس بولغان ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى چارىلەر ئارقىلىق مىزاجنى ھۆللەشتۇرۇشكە تىرىشىش لازىم. قىيمىقۇ، ئاقلەيلى ۋە زىغىرلارنىڭ شىرىسى قاتارلىقلارنى تاز يارىسىنىڭ ئۈستىگە قۇيۇش، موم يېغى، توخۇ - ئۆردەكلەرنىڭ يېغى، قاپاق يېغى، تاتلىق بادامنىڭ يېغى، بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر يېغى بىلەن ياغلاپ تۇرۇش مەنپەئەتلىك ھەمدە يۇقىرىقى سوغۇق ياغلارنى بۇرنىغا تېمىتىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر تاز يارىسى قېلىن ۋە قاتتىق بولسا، ئاۋۋال ئۇنى تۆمۇر ياكى باشقا نەرسە بىلەن قانغا بويالغۇدەك قىرىپ، تاتلاپ، كېيىن سىركە بىلەن تۇزنى ياكى سوپۇننىڭ سۇيىنى سۇركەش لازىم. بۇ يارىنى تاتلىغاندىن كېيىن، تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلىتىش كېرەك.

تەركىبى: راك، تۇز ھەربىرىنى بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، گۈڭگۈرت پوقى، ئۆلتۇرۇل-

گەن سىماب، موزا، زەرچىۋە، زىراۋەندە، مۇردارسەڭگى ھەربىرىنى ئىككى ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

يەنە بىر خىل ھۆل تاز يارىسى بولۇپ، بۇنى شەھدىيە دەيدۇ.

ئالامىتى:

باش تېرىسىنىڭ چاقا بار جايىدا ئىنچىكە، كىچىك تۆشۈكلەر پەيدا بولۇپ، ئىچىدە يىرىڭ توختىغان بولىدۇ. بۇ تېرىنى بۇزىدۇ.

بۇنىڭ بىلەن يۇقىرىدىكى ھۆل تاز يارىسىنىڭ پەرقى - ھەسەللىك تاز يارىسىنىڭ ئۈچى ئوچۇق بولۇپ، تۆشۈكىدە يىرىڭ توختاغلىق كۆرۈنىدۇ.

بىرىنچى خىلدىكى ھۆل تاز يارىسى ئۇنداق ئەمەس. بۇنىڭدا يارىنىڭ تۆپىسىگە تېرە ۋە قاسىراق باغلانغان بولۇپ، بۇ تېرىگە قاسىراق چاپلىشىپ تۇرىدۇ. بەزىدە كىچىك قول مىقدارى بىر پارچە چاقا بولۇپ، ئۇنىڭ ئاستىدا يىرىڭ يوشۇرۇن تۇرىدۇ.

داۋالاش:

ھەسەللىك تاز يارىسىنى سوپۇن، سوپۇننىڭ سۇيى ياكى سىركە ۋە تۇز بىلەن يۇيۇش، پاختا بىلەن يىرىڭ ۋە زەردابلارنى چىقىرىپ، تازىلاش كېرەك. ئاندىن كېيىن تەنكارنى يۇمشاق ئېزىپ، چاقىغا تولدۇرۇپ سالسا، تەنكار چاقىنىڭ بۇزۇق ماددىلىرىنى يەپ، ئۇنى ئېلىپ، ھۆللۈكلىرىنى قۇرۇتۇپ يوقىتىدۇ.

يەنە بىر خىل تاز يارىسى بولۇپ، بۇنى يىڭنە ئۇچلىرى دەيدۇ. بۇ، تۆشۈكلەرنىڭ كۆتىكىدە يەنى ئۇششاق تۆشۈكلەرنىڭ ئۆزىدە شىرلاش ھوللۇك تاز يارىسىنىڭ تۆشۈكلىرى- دىن ئىنچىكە ۋە كىچىكرەك تۆشۈكلەر پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭدىن گۆشىنىڭ سۇيىگە ئوخشاش ھۆللۈك ئاقىدۇ. ئاندىن ئۇششاق تۆشۈكلەر ئىششىپ، ئۇ جاينىڭ تۈكلىرى، چاچلىرى ئۆرە قوپۇپ يىرىكلىشىپ، يىڭنىدەك بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ تاز يارىسى يىڭنىنىڭ ئۇچلىرى دەپ ئاتالدى. ئۇنى داۋالاشتا سۈركە بېرىپ بەدەننى تازىلاش كېرەك. ئاندىن شۇ جاينىڭ تۈك ۋە چاچلىرىنى موچىن بىلەن يۇلۇپ، شۇ جايغا نەشتەرسىز لوڭقا قويۇلسا، ئۇنىڭدىن ياغقا ئوخشاش بىر نەرسە چىقىدۇ. ئاشۇ نەرسە بۇنىڭ ماددىسىدۇر.

ئۇندىن كېيىن شۇ جاينى سىركە بىلەن تېنى ئاققا مايىل بولغۇچە ۋە گۆش سۇيىگە ئوخشاش ھۆللۈك يوقالغۇچە يۇيۇپ، تۇتىيا، مۇردارسەڭگى، ئىقلىمىيالارنى يۇمشاق ئېـ- زىپ، چەككىلەنگەن گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش لازىم.

گۈل يېغىنى چەككىلەشنىڭ (مۇددەبىر قىلىشنىڭ) ئۇسۇلى: گۈل يېغىنى مۇڭاپىق ھالدا سىركە بىلەن قاينىتىپ، سىركە قۇرۇپ تۈگەپ، ياغ قالغاندا ئېلىنىدۇ.

يەنە بىر خىل تاز يارىسى بولۇپ، بۇ «ھۈررەك ۋە تۇگۇنچەك» دېيىلىدۇ. بۇ خىلدىكىسى باشلانغاندىن تارتىپ قاتتىق بولىدۇ. يىرىڭلىمايدۇ. ئۇنى داۋالاشتا مۇمكىنقە-

دەر ئۆزىنى ئاچ تۇتۇش، يۇمشاق تاماقلارنى يېيىش، بابۇنە، ئىكىلىملىك، بەرەنجاسپىلار، نىك قاينىتىلغان سۇيى بىلەن (كۆيگۈدەك ھالدا) باشنى يۇيۇش، تازىلاش ۋە ھۇررەكلەرنى يۇمشىتىش ئىشلىرىنى ئۇنتۇماسلىق لازىم.

يەنە بىر خىل تاز يارىسى بولۇپ، بۇنى «ئەنجۇرسىمان تاز» دەپ ئاتايدۇ. بۇ يۇمىلاق قاتتىق چاقا بولۇپ، ئوستى تەرىپى قىزىل بولىدۇ. بۇنىڭ ئىچىدە ئەنجۇرگە ئوخشاش بىر نەرسە بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ تىنى (ئەنجۇرسىمان تاز) دېيىلىدۇ. تىن دەپ ئەرەبچىدە ئەنجۇرنى ئېيتىدۇ.

يەنە بىر خىل تاز يارىسى بولۇپ، بۇ كىچىك مۇدۇرلارغا ئوخشاش چىقىدۇ. قىزىل بولىدۇ. بۇنىڭ شەكلى ئەمچەكنىڭ ئۇچىدەك كۆرۈنىدۇ. بۇنىڭدىن گۆشنىڭ سۇيىگە ئوخشاش ھۆللۈك ئاقىدۇ. بۇ ئىككى خىل تاز يارىسىنىڭ سەۋەبى ۋە داۋالاش ئۇسۇللىرى ھۆل تاز يارىسىنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ ۋە يېقىن كېلىدۇ. شۇ بويىچە داۋالاش كېرەك.

يەنە بىر خىل تاز يارىسى بولۇپ، بۇ قىزىل تاز دېيىلىدۇ. باشنى چۈشۈرگەندە باشنىڭ تېرىسى قىزىل بولىدۇ. بۇنىڭ قىزىللىقى بىرئاز قارىغا مايىل بولىدۇ. تۇتسا ئاغرىيدۇ. جالىنۇسنىڭ ئېيتىشىچە: «بۇ خىلدىكى تاز يارىسى يىرىڭلىق چاقىغا ئايلانسا، داۋالاشنى قوبۇل قىلمايدۇ. چۈنكى، بۇنىڭ ماددىسى قويۇق ۋە بۇزۇق بولىدۇ» دەيدۇ. ئۇنى داۋالاشتا مەتبۇخى شاھتەررە، ئەفتىمۇنلارنى بىرىپ ئىچىنى سۈرۈش، بىنەپشە يېغى، ئاق مومىلار بىلەن موم يېغى تەييارلاپ، ئۇنى سۆگەت، ئاقلەيلى، خۇببازىلارنىڭ سۇيى بىلەن بىرقانچە قېتىم يۇيۇپ، شۇ يۇيۇلغان موم يېغىغا بىرئاز كۆپۈكى دەريا، كۆيدۇرۇلگەن سەدەپ، تۇخۇمنىڭ ئېقىنى قوشۇپ چاپسا، ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بەزىدە قىزىل تاز يارىسى يۇزىگە پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭ چارىسى باشنىڭكىگە ئوخشاش بولىدۇ. بۇنى داۋالاشتا بۇرۇننىڭ ئۇچىدىكى تومۇردىن قان ئېلىش، گەدەننىڭ چوڭقۇر يېرىگە، ئىككى پاچاقلىرىغا لوڭقا قويۇش، مۇنچىغا بېرىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

قىزىل تاز يارىسى مەيلى باشتا ياكى يۇزىدە بولسۇن، تېرىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن قايناق سۇ بىلەن ھوردىتىش بەك ياخشى. كېسەلنىڭ ئىچىنى سۈرۈپ، تازىلىغاندىن كېيىن، يۇقىرىدا تاز يارىسى ھەققىدە بايان قىلىنغان كۇچلۇك چاپىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

يىگىرمە ئالتىنچى پەسىل قوتۇر

جرب

تونۇش:

قوتۇر كىچىك ۋە قىزىل مۇدۇرلاردىن ئىبارەت بولۇپ، قاتتىق قىچىشىش بىلەن

باشلىنىدۇ. بەزىدە يىرىڭلايدۇ. بەزىدە يىرىڭلىمايدۇ. قوتۇر قول بارماقلىرى ئارىلىقلىرىدا يوتىلاردا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. بەزىدە پۈتۈن بەدەندە پەيدا بولىدۇ. بۇ باشقىلارغا يۇقىدىغان كېسەللىكتۇر.

سەۋەبى:

پەيدا بولۇشنىڭ سەۋەبى قان خىلىتىنىڭ سەپرا خىلىتىغا ۋە ئۇلارنىڭ كۆيۈپ سەۋدا خىلىتىغا ئارىلىشىشى بىلەن بۇزۇلغانلىقى ۋە شورلۇق بەلغەم خىلىتىنىڭ قان خىلىتىغا ئارىلاشقانلىقىدىن بولىدۇ.

قانىنىڭ بۇزۇلۇشى ۋە كۆيۈشنىڭ سەۋەبى: ئىسسىق تاماقلارنى ۋە ئىسسىق دورىلارنى، تاتلىق نەرسىلەرنى كۆپ يېگەن ۋە شارابنى كۆپ ئىچكەنلىكتىن ۋە باشقىلاردىن بولىدۇ. بۇ ئەھۋاللار ئىنچىكە قىلقان تومۇرلىرىنى قانىنى بۇزىدۇ. تېرە ئاجىز بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇنى ئۆزىگە قوبۇل قىلىدۇ. بولۇپمۇ قول بارماقلىرىنىڭ ئارىلىقلىرى تېخىمۇ قوبۇل قىلىپ قوتۇر پەيدا بولىدۇ. قوتۇر ئىككى خىل بولىدۇ:

ئالامىتى:

بىرىنچى خىلى، بۇ خىل قوتۇر قۇرۇق بولىدۇ. قاسىراق باغلايدۇ.

ئىككىنچى خىلى، بۇ خىل قوتۇر ھۆل بولىدۇ. بۇنىڭدىن يىرىڭ ۋە زەردابلار چىقىدۇ. بەزىدە قوتۇردىن قارا رەڭدىكى قان ئاقىدۇ. بەزىدە كېچىك چۇمۇلىنىڭ تۇخۇملىرىغا ئوخشاش نەرسىلەر پەيدا بولىدۇ.

قوتۇرنى پەيدا قىلغان كېسەللىك ماددىسىنىڭ كۆپلۈكى ۋە ئازلىقى، تېزلىكىگە قاراپ قوتۇر مۇدۇرلىرىنىڭ شەكىل ۋە ئالامەتلىرى ئوخشاش بولمايدۇ.

ئەگەر ئۆتكۈر خاراكتېرلىك سەپرا كۆچلۈك بولسا، مۇدۇرلار كۆك ۋە قىزىل رەڭلىك بولۇپ، ئاغرىش، قاتتىق قىچىشىش ئەھۋاللىرى بىرگە بولىدۇ.

ئەگەر سەۋدا كۆپرەك بولسا، ئاغرىق ئازراق بولىدۇ. مۇدۇرلارنىڭ تۈۋى قارا كۆرۈنىدۇ. بۇ خىلدىكى قوتۇر ئېغىر بولۇپ، ئۇزۇندا ساقىيىدۇ.

ئەگەر بەلغەم كۆپرەك بولسا، مۇدۇرلارنىڭ رەڭگى ئاق بولۇپ، ئېسىلەڭگۈ ۋە سۈلۈق بولىدۇ.

ئەمما، قۇرۇق قوتۇر كۆپ ھاللاردا قويۇقلۇق ۋە قۇرۇق ماددىلاردىن پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر قوتۇر قۇرۇق بولسا، ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇنۇش، نوقۇتنىڭ ئۇنىنى قىزىلچىنىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بەدەنگە سۈركەش ۋە چېپىش، ئاندىن قىزىق سۇ بىلەن يۇيۇنۇش، قۇرۇقلۇقنى كۆپەيتىدىغان نەرسىلەردىن چەكلەش لازىم.

ماددا يۇمشاپ، ھۆللۈك پەيدا بولغاندىن كېيىن قېتىق سۈيى بېرىش لازىم. شۇنىڭ بىلەن ماددا سۈيۈلۈپ چىقىپ كېتىدۇ.

www.uyghurkitap.com

بەدەننى كېسەللىك ماددىسىدىن تازىلاش ئىشلىرىنى بىرقانچە قېتىم ئېلىپ بېرىش، سۈرگە بېرىش جەريانىدا ھۆللۈك يەتكۈزۈشنى ئۇنتۇپ قالماسلىق لازىم. بەدەن پۈتۈنلەي تازىلانغاندىن كېيىن چاپىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

تۆۋەندىكى دورا مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ تەركىبى: رىباسنىڭ ئۇرۇقى، ئاچچىق ئۇرۇكنىڭ مېغىزى ھەربىرى يەتتە گرامدىن، ئۆلتۈرۈلگەن سىماب، تۇز ھەربىرىنى تۆت گرامدىن ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەممىسىنى سىركە بىلەن ھۆل قىلىپ، قېتىق ۋە كۈنجۈت قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، مۇنچىدا ئولتۇرۇپ ئارقىمۇ ئارقا ئۇچ كۈن چېپىش ۋە يۇيۇنۇش لازىم.

ئەگەر قوتۇر ھۆل بولغان بولسا، ھەربىر خىلىت (ماددا)نىڭ كۆپلۈكىگە قاراپ، سۈرگە بېرىش، ئەگەر سەپرا كۆچلۈك بولسا، سېرىق ھېلىلە، قارا ھېلىلە، شاھتەررە، مامىران، ياۋا ئەمەنلەرنىڭ قاينىتىلمىسىنى بېرىش لازىم. بۇ مەتبۇخ قوتۇرنىڭ ھەر خىل ماددىلىرىنى چىقىرىدۇ. سۈفۈپى ھېلىلە، ھەببى بىنەپشە، مەتبۇخى خىيارشەنبەرلەر ھەم توغرا كېلىدۇ.

سەپرىنىڭ چىلانغان سۈيى كونا قوتۇرنى يىلتىزىدىن قۇرۇتۇپ تاشلايدۇ. بۇنىڭ تەركىبى: سەپرىدىن تۆت گرام ئېلىپ، سۇدا ياكى كاسىنىڭ سۈيىدە ياكى تەمرى ھىندىنىڭ سۈيىدە بىر كېچە ـ كۈندۈز چىلاپ، ئەتىگەندە ساپ قىلىپ بېرىلىدۇ. شۇ تەرىقىدە ئۈچ كۈن بېرىپ، ئۈچ كۈن بېرىلمەيدۇ. يەنە ئۈچ كۈن بېرىپ، ئۈچ كۈن بېرىلمەيدۇ. شۇنداق قىلىپ، بېرىلگەن سەپرىنىڭ ھەممىسى 28 گرام ياكى 38 گرام بولىدۇ.

ئەگەر غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتى كۆچلۈك بولسا، ئۇنى مەتبۇخى ئەفتىمۇن ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن چىقىرىش لازىم.

ئەگەر غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتى كۆچلۈك بولسا، سەبرە، تۇربۇت، غارىقۇن، شەھمەنزەللەر بىلەن تەييارلانغان كۈمىلاچنى (ھەببى) بېرىش ئارقىلىق بەدەننى تازىلاش كېرەك.

بەدەن تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن، مۇرداركەڭگى، مەككە خېنىسىنىڭ يوپۇرمىقى، شەھمەنزەل، كۈمۈشنىڭ ئىقلىمىياسى، پوستى ئېلىنغان ماشنىڭ ئۇنى، ئۆلتۈرۈلگەن سىمابلارنى سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش، ئىسسىق دورىلارنى چاپماسلىق لازىم. زەرەر قىلىدۇ.

قوتۇر ئۇچۇن تاماقلارنىڭ ئەڭ ياخشىراقى مەززىسىز (تەمسىز) يېمەكلىكلەر بولۇپ، سوغۇقلۇققا، ھۆللۈككە مايىل بولغان نەرسىلەردۇر (بولۇپمۇ سەپرادىن بولغان قوتۇردا شۇنداق). مەسىلەن: بۇ خىلدىكى تاماقلار: پالەك سېلىنغان، قاپاق سەي سېلىنغان تاماقلار، يۇمشاق گۆشلەر، مۇڭاپىق ياغلاردۇر. پىدىگەن، شور تۇز، ياۋا قۇشلارنىڭ

گۆشى زىيانلىق. جىنسىي ھەرىكەتمۇ زىيانلىق. بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن، ئۆزى قاۋۇل كۇچلۇك، مەنىسى كۆپ ئادەمنىڭ جىنسىي ھەرىكەت ئۆتكۈزۈشنىڭ پايدىلىق ئىكەنلىكى ئەجەبلىنەرلىك ئەمەس.

يىگىرمە يەتتىنچى پەسىل ھۆل تەمرەتكە

قوبا

تونۇش:

بۇ بىر خىل ھۆل تەمرەتكە بولۇپ، تېرە يۈزىدە پەيدا بولۇپ، قىچىشىش بىلەن ئاغرىقسىز بولىدۇ. بۇنىڭ رەڭگى قىزىل ياكى قارا بولىدۇ. كۆپرەك ئەھۋاللاردا بۇنىڭ يىرىكلىكى ئەتراپتىكى تېرە بىلەن ئوخشاش بولىدۇ.

ئالامىتى:

ھۆل تەمرەتكە بەزىدە باشقا يەرلەرگە كېڭىيىپ ۋە يامىرىغۇچى بولىدۇ. بەزىدە كېڭەيمەيدۇ. بەزىدە تېز ئۆتۈپ كېتىدۇ ۋە ساقىيىدۇ. بەزىدە كونىراپ قالىدۇ. بەزىدە بۇنىڭ كونىسى بىلىقنىڭ تەڭگىسىمان قاسىرىقىغا ئوخشاش تۆكۈلىدۇ. ھۆل تەمرەتكىدىن زەردار سېزىدۇ. بۇ ئېيتىلغانلارنىڭ ھەممىسى كېسەللىك ماددىسىنىڭ تېز ۋە ئۆتكۈرلۈكى، بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن پاسكىنىلىقى، قويۇقلۇقىغا قارىتا كۆرۈنىدۇ.

بۇنىڭ قىزىل رەڭلىك بولغىنى داۋالاشنى تېز قوبۇل قىلىدۇ. بۇ بەك قېلىن بولمايدۇ. بۇنىڭ قارا رەڭلىك بولغىنى ئۇزۇندا ياخشى بولىدۇ، قېلىن بولىدۇ.

ھۆل تەمرەتكە تۆۋەندىكىدەك ئۈچ دەرىجىدە بۆلىنىدۇ. ھەربىر دەرىجىنىڭ داۋالاش ئۇسۇلى ئايرىم - ئايرىم بولىدۇ.

بىرىنچى دەرىجىلىك ھۆل تەمرەتكە: يېڭى پەيدا بولغان بولۇپ، تېرىنىڭ ئىچىگە ئۆتمىگەن بولىدۇ.

ئىككىنچى دەرىجىلىك ھۆل تەمرەتكە: بۇ گۆشكە بىرئاز تەسىر يەتكۈزگەن بولىدۇ.

ئۈچىنچى دەرىجىلىك بولغىنى: بەك قاتتىق، قېلىن بولۇپ، گۆشىگە پۈتۈنلەي تەسىر يەتكۈزگەن بولىدۇ.

داۋالاش:

ھۆل تەمرەتكىنىڭ بىرىنچى دەرىجىلىك بولغىنىنى سىرتتىن چېپىلىدىغان يەڭگىل دورىلار بىلەن تۈزۈلۈپ يوق بولۇپ كېتىدۇ. مەسىلەن: بۇغداينىڭ يېغىنى چېپىش، ئاس ياكى موغاس، سىركىلەرنى توخۇ - ئۆردەكنىڭ ياغلىرىنى ياكى كەتىرانى سىلىپ ئېرىتىلگەن ئەينۈلا ۋە باشقىلارنىڭ يېلىمىنى، سىركە بىلەن ئېزىلگەن ھېلىكىنى، سىركە بىلەن

ئىرتىلگەن رۇسۇت قاتارلىقلارنى چېپىش ياكى بۇلاردىن قايسىسى تېپىلسا، شۇنى ئىشلىتىلسە بولىدۇ.

ئىككىنچى دەرىجىلىك ھۆل تەمرەتكىنىڭ چارىسى: ھۆل تەمرەتكە بولغان جايغا زۇلۇك قۇرتىنى قويۇش، يۇقىرىقى چېپىلغان دورىلاردىن كۆچلۈكرەكلىرىنى، مەسىلەن: ئوشەقنى سىركە بىلەن ئىرىتىپ ياكى ئوشەق، كۆندۈش، زەرچۇبالەرنى ئىزىپ، سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياكى قەدىمانانى يۇمشاق سوقۇپ، سىركە، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياكى كۆيدۈرۈلگەن موزا ۋە يېلىملارنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش لازىم.

ئۈچىنچى دەرىجىلىك ھۆل تەمرەتكىنىڭ چارىسى: ئاۋۋال مۇڭاپىق سۈرگە بىلەن بەدەننى تازىلاش، مەتبۇخى ئەفتىمۇننى قېتىق سۈيى بىلەن بېرىش، بەرگەندىمۇ بىرقانچە قېتىم بېرىش، مۇنچىغا بېرىپ تۈرۈش لازىم.

بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن، ھۆل تەمرەتكىنىڭ دورىلىرى سىرتتىن چېپىلسا، قىچىشقاق ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ.

شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىرلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ھەسەل بىلەن قاينىتىپ، لاتىغا بۇلاپ، بۇ ئەزاغا تېڭىپ قويۇش ھەم مەنپەئەت قىلىدۇ.

كىچىك بالىلاردا قوتۇر، قىچىشقاق، شىرا قاتارلىق كېسەللىكلەر يۈز بەرسە، ئەگەر بالا بىر ياش ئەتراپىدا بولسا، قىزىلگۈل، بىنەپشە، نىلۇپەر، پوستى ئېلىنغان ئارپىلارنى سوقۇپ، سۈدا قاينىتىپ، شۇ سۈدا بالىنى يۇيۇش، بالىنىڭ بەدىنىگە ياغنى يېقىن كەلتۇرمەسلىك، سۇت بەرگۈچى (ئىمىتكۈچى) ئايالغا مەتبۇخى ھېلىلە، شاھتەررىلەرنىڭ ۋە سىركەنجۈبىل قاتارلىقلارنى بېرىش ۋە ئۇ ئايالنى جىنسىي مۇناسىۋەتتىن، ناچار تاماقلاردىن چەكلەش كېرەك.

ئەگەر بالا ئىككى ياش ئەتراپىدا بولسا، بالىغا مەتبۇخى ھېلىلە، خىيارشەنبەرلەر بىلەن بەدىيان سۈيى، سېمىزئوت شىرىسى قاتارلىقلار بېرىشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

يىگىرمە سەككىزىنچى پەسىل قىچىشقاق

ھېكە

تونۇش:

بۇ تېرە يۇزىدە بولىدىغان قىچىشقاق بولۇپ، بۇنىڭ بىلەن مۇدۇرلار بولمايدۇ، تېرە قاتتىق قىچىشىدۇ.

سەۋەبى:

شور تۇز، تۇزلانغان سېسىق بېلىق، بۇنىڭدىن باشقا جىگەردە ھەزىم بولۇشى ناچار نەرسىلەرنى يېگەنلىكتىن پەيدا بولىدۇ ۋە جىنسىي مۇناسىۋەت ئۆتكۈزگەندىن كېيىن، ئۆز

ۋاقتىدا ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇنمىغان ۋە بەدىنىنى پاكىز تۇتمىغان كىشىلەردە كۆپ ئۇچرايدۇ.

داۋالاش:

غەيرىي تەبئىي خىلىتنى پىشۇرۇش ۋە ئۇنىڭ قىيامىنى نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن پوستى ئېلىنغان ئارپىنىڭ سۈيى، قېتىق سۈيى قاتارلىقلارنى بېرىش، غەيرىي تەبئىي خىلىتغا ھۆللۈك پەيدا بولۇپ، قىيامى نورماللاشقاندىن كېيىن كۆيگۈچى خىلىتنى چىقىرىدىغان سۈرگە ئىچۈرۈش لازىم.

تاماق توغرۇلۇق بەزى تېۋىپلار تاتلىق ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەرنى يېيىشكە بۇيرۇش، مۇنچىغا بېرىش، گۈل يېغى، سىركىلەرنى بىرئاز كەرەپشە سۈيى، بىرئاز بۆرە ئەرمىنى قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بەدەنگە سۈركەش، بولۇپمۇ مۇنچىغا ئولتۇرۇپ سۈركىسە ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. جىنسىي مۇناسىۋەت زىيان قىلىدۇ، دەپ قارايدۇ.

بەزىدە قېرى كىشىلەرگە قىچىشقاق پەيدا بولىدۇ.

بۇنىڭ سەۋەبى: تاماق - ئىچمەك ۋە تېرىسى ئاجىز بولغانلىق ۋە ھارارىتى غەرىزى، قۇۋۋىتى تەبئىي ئاجىز بولغانلىقتىن بولىدۇ. چۈنكى بۇلارنىڭ رولى تېرىنىڭ ئاستىدىكى بۇخاراتلارنى تارقىتىش بولۇپ، ئاجىزلىغاندىن كېيىن رولىنى جارى قىلدۇرالمايدۇ. شۇنىڭ بىلەن قىچىشقاق پەيدا بولىدۇ. قېرىلاردىكى مۇنداق قىچىشقاقنىڭ ساقىيىشى تەس بولىدۇ. بۇنىڭ چارىسى: تاماقنى تۇزلىتىش ۋە ياخشىلاشقا تىرىشىش، مۇنچىغا بېرىش، گۈل يېغى ۋە سىركىلەرنى مۇنچىغا ئولتۇرۇپ بەدىنىگە سۈركەشنى مۇھىم دەپ بىلىش لازىم.

ھارارىتى غەرىزىنى قۇۋۋەتلىگۈچى، ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى يوقاتقۇچى نەرسىلەر مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇرۇن، ئارقا يول (مەقئەت)، بالىياتقۇ، مېڭە ۋە جىنسىي ئەزالاردا پەيدا بولغان قىچىشقاقلار شۇ ئەزالارنىڭ كېسەللىكلىرىنىڭ بايانىدا ئېيتىپ ئۆتۈلدى. قول بارماقلىرىنىڭ ئارىلىقلىرىدا پەيدا بولىدىغان قىچىشقاق بولسا، تۆۋەندە سۆزلىنىدۇ.

ئايالارنىڭ جىنسىي ئەزاسىدىكى قىچىشقاق ۋە ئەر - ئايالارنىڭ مەقئەت ئەتراپى ئەزاسىدىكى قىچىشقاقلار ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورا مەنپەئەت قىلىدۇ.

بۇنىڭ تەركىبى: قورۇلغان زەمچە، قەتران (ئەرئەر دەرىخىدىن چىقىدىغان بىر خىل سېسىق قارا يېلىم) ھەربىرىنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق ئېزىپ، 35 گرام چامىسىدىكىنى لاتىغا ئېلىپ، مەيلى مەقئەت ئەتراپى ئەزا بولسۇن، مەيلى ئايالنىڭ جىنسىي ئەزاسى بولسۇن، قىچىشقاق قەيەردە بولسا، شۇ ئەزاغا تېڭىپ قويسا ياكى بۇ دورىدىن 17 گرامنى ھەسەلنىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، لاتىنى شۇنىڭغا مىلەپ تېڭىپ قويۇلسا ياكى ئوستىگە زۇلۇك قۇرتىنى قويۇش ياكى يىرىك نەرسە بىلەن ئۇنى تاتىلاپ، ئوستىگە زىراۋەندە، زەرنىخ، ئوشەق، مۇقەل، قىچا، زاك قاتارلىقلارنى ئېزىپ، بۇغداينىڭ يېغى

www.uyghurkitap.com

ۋە سىركىلەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش لازىم.

ئەگەر دورا بىلەن ياخشى بولمىسا، مۇمكىن بولغاندا ئۇنى تېغ بىلەن تىلىش، ئۇنىڭ ئارتۇق گۆشىنى يېسۇن ئۈچۈن تېز ۋە ئۆتكۈر دورىلارنى قويۇش كېرەك. مەلھەمى ئىسپىداج ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن جاراھەتنى پۈتتۈرۈش لازىم.

ھۆل تەمرەتكىنىڭ ئىككى ئۈرۈقدان خالتىسىغا پەيدا بولغىنى بولسا، سەبرە 25 گرام، گۈڭگۈرت پوقى يەتتە گرام، ياۋا ئۈزۈم 35 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، يەرلىك ئورۇنغا سېپىش كېرەك.

كىچىك بالىلارنىڭ بەدىنىدە پەيدا بولغان ھۆل تەمرەتكە بولسا، ئەينۇلا يېلىمىنى ئېزىپ، سىركە بىلەن ئېرىتىپ چېپىش لازىم. بۇنىڭغا بىرىنچى دەرىجىلىك ھۆل تەمرەتكىنى داۋالاشتا ئىشىتىلغان دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ.

ھۆل تەمرەتكە يوقالغاندىن كېيىن يەنە قايتا پەيدا بولماسلىقى ئۈچۈن، كېسەللىك ماددىسىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىش لازىم.

ئەسكەرتىش:

كېسەللىك ماددىسى بەدىنىدە ئارتۇق بولسا، ئەگەر ھۆل تەمرەتكە بىرىنچى دەرىجىدە بولسىمۇ، باشقا بىرەر ئاپەتكە ئېلىپ بارمىسۇن ئۈچۈن، ئاۋۋال سۈرگە بىلەن ماددىنى تازىلاپ، كېيىن چاپىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

بۇغداينىڭ يېغىنى ئېلىشنىڭ ئۇسۇلى: بىر جىڭ پاكىز بۇغداينى ئوتقا چىداملىق بىر قاچىغا تولدۇرۇپ، ئۇنىڭ ئېغىزىنى چىڭ ئىشلىتىدىغان ئېغىزى يىم تۇرغۇدەك بىر نەرسە بىلەن قاپلاپ، قاچىنىڭ ئۈستىدىن گىلى ھېكمەت قىلىپ كالا تېزىكى بىلەن ئوت يېقىپ ئېلىنىدۇ. بۇنىڭ تەپسىلاتى ئەتراپلىق ئۇسۇلى رۇمۇزى ئەزەمقاتارلىق كىتابلاردا بار.

يەنە بىر ئۇسۇلى: بۇغداينى ساپ ۋە پاكىز ياپىلاق تاشنىڭ ئۈستىدە قويۇپ، تاۋۇغا ئوخشاش بىر تاختا تۆمۈرنى ئوتتا راسا قىزىتىپ، بۇغداينىڭ ئۈستىدە قويۇپ، ئۇنىڭ ئۈستىدىن ئېغىر نەرسە بىلەن قاتتىق باسسا، تاش ئەتراپىغا ئەرەققە ئوخشاش بىر نەرسە چىقىدۇ. بوغداينىڭ يېغى شۇ بولۇپ، شۇنى ئېلىپ ھۆل تەمرەتكىگە چاپسا بولىدۇ. بۇغداينىڭ يېغى كۆپىنچە ساقايمىغان ھۆل چاقىلار ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ.

يىگىرمە توققۇزىنچى پەسىل سۇ چېچەك

حميقا

تونۇش:

بۇ بىر خىل ئاق مۇدۇر بولۇپ، بۇرۇن ۋە پېشانىلەرگە چىقىدۇ. سىرتتىن قويۇلغان چېكىتلەردەك كۆرۈنىدۇ. ئەگەر بۇ سىقىلسا، قان ياكى ئۆيۈپ قالغان ياغدەك بىر نەرسە

چىقىدۇ.

داۋالاش:

ئايارەج كۆمىلىچى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن بەدەننى ۋە مېڭىنى تازىلىغاندىن كېيىن، تېرىنى پارقىرىتىپ تازىلىغۇچى دورىلار، مەسىلەن: پۇرچاقنىڭ ئۇنى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ شاكىلى، كۆيدۈرۈلگەن سۆڭەك، تېنى قىموليا (بىر خىل لاي)، باقىلەنىڭ ئۇنى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن يۇزىنى يۇيۇش لازىم.

ئەگەر بۇلار مەنپەئەت قىلمىسا، ئاق خەربەقتىن ئىككى ھەسسە، ئىرسادىن بىر ھەسسە ئېلىنىپ، يۇمشاق سوقۇپ، بىرلەشتۈرۈلۈپ، سىركە بىلەن چېپىش ۋە تېڭىش لازىم ياكى قىزىلگۈل يېغى، زىغىر، سىيادان قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش لازىم ياكى ئۇزۇم ياغىچىنىڭ كۈلىنى سىركە بىلەن چېپىش ۋە تېڭىش لازىم.

ئوتتۇزىنچى پەسىل سۆگەل

تونۇش:

بۇ بىر خىل قاتتىق مۇدۇرلار بولۇپ، بەك قاتتىق ۋە شەكلى يۇمىلاق بولىدۇ. بۇ سۆگەل تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل بولىدۇ.

بىرىنچى خىلى، سۆگەل گۆش ئىچىگە كىرىپ كەتكەن (مەنكۈس) بولىدۇ.

ئىككىنچى خىلى، سۆگەل ئۇچى يېرىلاڭغۇ، شەكىلدە چوڭ، يۇمىلاق بولىدۇ.

ئۈچىنچى خىلى، سۆگەلنىڭ ئۇچى مىخنىڭ ئوخشاش چوڭ، تۈۋى ۋە كۆتىكى ئىنچىكە بولۇپ، بەدەننىڭ ئىچىگە كىرىپ كەتكەن بولىدۇ. بۇ مىخ خاراكتېرلىك سۆگەل (مىسمارى) دېيىلىدۇ.

تۆتىنچى خىلى، سۆگەل ئۇزۇن ئەگرى - بۈگرى بولىدۇ. بۇ قۇرۇنا دېيىلىدۇ.

بەشىنچى خىلى، سۆگەل يىرىڭلىق بولۇپ، بۇنىڭدىن يىرىڭ ۋە زەردابلار ئاقىدۇ. بۇ تەرسىيۇش دېيىلىدۇ.

سەۋەبى:

سۆگەلنىڭ پەيدا بولۇشىنىڭ سەۋەبى غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتى خاراكتېرلىك قويۇق، خىلىت بولۇپ، ئۇششاق تومۇرلارغا تارقاپ ياكى غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتتىن بولىدۇ ياكى سەۋدا ۋە بەلغەمدىن مۇرەككەپ بولۇپ، بەدەننى باشقۇرغۇچى قۇۋۋەت ئۇنى

تېرىنىڭ سىرتقى تەرىپىگە سۇرۇپ ھەيدەيدۇ. شۇنىڭ بىلەن سۆگەل پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر سۆگەلنىڭ سانى بەدەندە كۆپ بولۇپ، ئېغىر دەرىجىدە بۇزۇلغان خىلىتلار بولسا، ئۇنى ئازايتىش، مائۇلئۇسۇل ۋە بادام يېغى قاتارلىقلار بىلەن مالىددىنى پىشۇرۇش، ئۇندىن كېيىن مالىددىنى سۇرۇش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن ۋە بەلغەم بىلەن سەۋدانى سۇرۇپ چىقارغۇچى باشقا دورىلارنى بېرىش لازىم.

جىگەررە ھەزىم بولۇشى ياخشى بولغان ھۆل ئىسسىق تاماقلار ئارقىلىق مىزاجنى ھۆللەشتۇرۇشكە تىرىشىش كېرەك.

تۆۋەندىكى دورىلار سۆگەلنى چۈشۈرىدۇ. بۆرە سويىمسىنىڭ تۈزى ياكى خەرنوپنىڭ توغرىغۇسى، ئاسنىڭ توغرىغۇسىنى سۇركەش ۋە چېپىش ياكى سىيادانىنى سىركە ۋە تۇز بىلەن چاپسا سۆگەلنى چۈشۈرىدۇ.

سۆگەلنى گۈل يېغى، توخۇ - ئۆردەكنىڭ يېغى ۋە باشقىلار بىلەن داۋاملىق ياغلاپ تۇرۇش لازىم.

سۆگەلنى كېسىۋېتىشكە ياكى تېز ۋە ئۆتكۈر دورىلار بىلەن، مەسىلەن: زەرنىخ، ھاك، زەرارىھ، شاخار، ئىسسىق، تېز ۋە ئۆتكۈر كۆيدۈرگۈچى، سۇرگۈچى دورىلاردىن بولغان دەرەخلەرنىڭ سۈتىگە ئوخشاش ئۆتكۈر دورىلار بىلەن يۇلۇپ ئېلىۋېتىشكە بولىدۇ.

يەنە بىر خىل سۆگەل بولۇپ، بۇ ئەدەسىيە ۋە ھىنتىيە دېيىلىدۇ. بۇ خىلدىكى سۆگەل پېشانە ۋە يۈزلەردە كۆپ ئۇچرايدۇ. ئەدەس شەكىللىك (ئەدەسىيە) بولغىنى سېرىق، ياپىلاق بولىدۇ. بۇغداي شەكىللىك (ھىنتىيە) بولغىنى ئۇزۇن بولۇپ، قىزىلغا مايىل بولىدۇ. (ئەدەس ــ بىر خىل كىچىك، ئىچى قىزىل ماشنى ئېيتىدۇ، ھىنتىيە ــ ئەرەبچىدە بۇغدايىنى ئېيتىدۇ.)

ئەگەر بەدەندە كېسەللىك مالىددىسى كۆپ بولسا، بەدەننى تازىلاش لازىم. ئۇندىن كېيىن سىقچە دەرىخىنىڭ يېلىمى، ئەينۇلىنىڭ يېلىمى، مەۋزەج، شەترەنجى قاتارلىقلار بىلەن تەييارلانغان موم يېغىنى چېپىش لازىم. بۇنىڭ ئۈسۈلى: بۇ دورىلارنىڭ يېلىملىرىنى موم بىلەن ياغدا ئېرىتىپ، قالغان مەۋزەج، شەترەنجىلەرنى سوقۇپ، تاسقاپ، موم يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ.

كۈندۈر، گۈڭگۈرت پوقى، توغرىغۇلارنى ئېزىپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا ھەم مەنپەئەت قىلىدۇ. يۇلغۇننىڭ مېۋىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ، بىرقانچە قېتىم تاڭسا يىلتىزىدىن يوقىلىدۇ.

ئوتتۇز بىرىنچى پەسىل بەلخىيە چاقىسى

بلخیہ

تونۇش:

بۇ مۇدۇرلار بىلەن بىرگە بولىدىغان يېرىكلىق چاقىلار بولۇپ، بۇنىڭ ئۈستىدە قاسىرىقى بولىدۇ. بۇنىڭدىن زەرداب چىقىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا خەفەقان (يۈرەك قوزغىلىش ۋە بىئارام بولۇش)، بىھوشلۇق ئەھۋاللىرى بىرگە بولىدۇ.

ئالامىتى:

بۇ چاقىنىڭ چۆرىسى گۆشخور بولۇپ، يېيىلىپ، يامان تاز يارىسىغا ئايلىنىدۇ. بۇ چاقا ئافغانىستانىستانىڭ بەلخ دېگەن شەھىرىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇنى بەلخىيە دەيدۇ.

كۆپىنچە پاكىز بولمىغان زەھەرلىك پاشىلارنىڭ چاقىنلىقىدىن بەلخىيە چاقىسى پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش:

يۇقىرىدا يامان تاز يارىسى ھەققىدە ئېيتىلغان چارىلەر بويىچە داۋالاش كېرەك (بۇ ئىككى چاقىنىڭ داۋالاش ئۇسۇللىرى بىر ـ بىرىگە ئوخشايدۇ). تۆۋەندىكى چېپىلىدىغان دورىلار مەخسۇس بەلخىيە ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

بۇ چېپىلىدىغان دورىلارنىڭ ئۇسۇلى: گىلى ئەرمەننى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، داۋاملىق چېپىپ بەرسە، بۇ چاقا قۇرۇپ ئۈستىدىكى پوستى چۈشۈپ، ساغلام ۋە ياخشى گۆش پەيدا بولىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭدىن كۆچلۈكرەكنى خالىسا، يۇمىلاق زىراۋەندە، زەنكار، ئوشەق، قىچا، تۇز، مۇقەل، زاك، بۇغداينىڭ يېغى، سىركە، بىرئاز ھەسەللەر بىلەن مەلھەم تەييارلاپ چېپىش لازىم.

يەرلىك ئورۇندىكى بۇزۇق گۆشنى چىقىرىپ يوقىتىش ئۈچۈن قىرىپ، تازىلاپ، ئاندىن دورا چېپىش لازىم.

ساق ۋە يېڭى گۆش پەيدا قىلىش ئۈچۈن، خۇنسىياۋشان، مۇردەرسەڭگى، كۈندۇر، سەپىداپلار بىلەن تەييارلانغان مەلھەملەر بىلەن جاراھەتنى پۈتتۈرۈش لازىم.

ئۇيغۇر كىتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئوتتۇز ئىككىنچى پەسىل پۇرچاقسىمان چاقا

بظم

تونۇش:

بۇ بىر خىل چاقا بوۋپ، رەڭگى قارا مۇدۇر شەكىللىك بولۇپ، پاچاقتا پەيدا بولىدۇ. ھۆل چاقىغا ئايلىنىپ بۇنىڭدىن قارا زەرداب چىقىدۇ. چۈنكى، بۇ مۇدۇر بەتەم (سىقچە دەرىخى) نىڭ ئۇرۇقىدەك بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ بەتەم دېيىلىدۇ. (سىقچە دەرىخىنىڭ ئۇرۇقى ھەببىتۈلخۇزرا دېيىلىدۇ. بۇنىڭ چوڭلۇقى ماش مىقدارى بولىدۇ.)

سەۋەبى:

بۇ كېسەللىك ئۇزۇندا ياخشى بولىدۇ. چۈنكى، بۇنىڭ ماددىسى كۆيگەن سەۋدا بولۇپ، پۈتۈن بەدەندىن پاچاققا تەسىر قىلغانلىقتىن بولىدۇ.

داۋالاش:

بىرقانچە قېتىم قەي قىلدۇرۇش، ئەزانى تازىلاش ئۈچۈن، بۇزۇق قان چىقىپ كەتسۇن ئۈچۈن نەشتەرلىك لوڭقا قويۇش، مۇدۇرنى يېرىپ، ئۇنىڭ بۇزۇق قان ۋە زەردابلىرىنى چىقىرىش.

شۇنىڭ بىلەن بىرگە سىرتىدىن بەرەنجاسپىنىڭ كۈلى، يۇلغۇن ياغىچىنىڭ كۈلى، مامىران، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، بۆرە سويىمىسىنىڭ پوستى، كۆيدۇرۇلگەن خېنىلەرنى يۇمشاق ئېزىپ، سىركە ۋە بىرئاز زەيتۇن يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چېپىش لازىم.

ئۇندىن باشقا يامان ھۆل چاقىلار ھەققىدە ئېيتىلغان ئۇسۇل - چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك.

ئوتتۇز ئۈچىنچى پەسىل ئۈجمىسىمان چاقا

توتة

تونۇش:

بۇ بىر خىل يىرىڭلىق مۇدۇر بولۇپ، كۆپىنچە يۈز ۋە مەڭىزىنىڭ چوڭقۇر يەرلىرىدە پەيدا بولىدۇ. بەزىدە ئارقا ئەزا ۋە ئايالالارنىڭ جىنسىي ئەزاسىدا پەيدا بولىدۇ. بۇ ئۈجمىگە ئوخشايدۇ. شۇڭا بۇ «توتە» دەپ ئاتالدى.

سەۋەبى:

2064

ئاساسلىق سەۋەبى ئۆتكۈر غەيرىي تەبئىي خىلىتلاردىن بولغان قويۇق خىلىتتىن پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش:

بۇزۇق گۆش يوقىتىپ، ساق گۆش پەيدا بولسۇن ئۈچۈن، مەلھەمى زەنكار ۋە باشقا تېز تەسىر قىلىدىغان دورىلارنى چېپىش كېرەك.

بۇنى قىرىپ تاتىلاپ، تېگىدىن يۇلۇپ ئېلىۋېتىپ، پۈتتۈرۈشكە تىرىشىش، ئەگەر ھارارىتى بولسا مەلھەمى ئەھمەر بىلەن پۈتتۈرۈش، ئەگەر ھارارىتى بولمىسا، مەلھەمى ھۈزۈزنى چېپىش ئىستېمال قىلىش لازىم.

ئوتتۇز تۆتىنچى پەسىل سەينەك

داخ

تونۇش:

بۇ بىر خىل ئىسسىق ئىششىق بولۇپ، تىرناقنىڭ تۈۋىدە پەيدا بولىدۇ، قاتتىق ئاغرىيدۇ، لوقۇلدايدۇ، كۈچلۈك سوزۇلىدۇ. بۇ ئىششىق تىرناق تۈۋىدە ئومۇميۈزلۈك بولسا، تىرناقنى چۈشۈرۈۋېتىدۇ. ئاغرىقى قاتتىق بولغانلىقتىن، كۆپىنچە قىزىتما پەيدا قىلىپ قويىدۇ. چۈنكى، بۇنىڭ سەۋەبى قان خاراكتېرلىك قويۇق ماددا بولۇپ، شۇ جايغا قويۇلغان بولىدۇ.

داۋالاش:

سۈركە بېرىش، مىزاجنى نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن پوستى ئېلىنغان ئارپىنىڭ سۈيى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلارنى ئىچۈرۈش لازىم.

بۇ يېڭى باشلانغان ۋاقىتدا موزىنى سىركە بىلەن ياكى تۆمۈرنىڭ پوقىنى سىركە بىلەن ياكى ئىسپىغۇلنى سىركە بىلەن چېپىش. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى مۇزنىڭ ئۈستىدە قويۇپ، سۇۋۇتۇپ تېڭىش لازىم.

سەينەك بولغان كىچىك قولنى مۇزنىڭ ئۈستىدە قويسىمۇ شۇ تەسىرنى بېرىدۇ.

ئەگەر ئاغرىق پەۋقۇلئاددە قاتتىق بولسا، نەشە ۋە ئەپيۇنلارنى سىركە بىلەن چېپىش ۋە تېڭىش لازىم. بۇ چارىلەر بىلەن ئاغرىقى توختاپ ساقىيىشقا باشلىسا بەك ياخشى، ئۇنداق بولمىسا، زەيتۇن يېغىنى قىزىتىپ، سەينەك بولغان قولنى شۇ ياغقا تىقىش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن سەينەك ئىششىقى تارقاپ كېتىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ بىلەن ھەم ياخشى بولمىسا، زىغىر ۋە مەرۋىنىڭ ئۇرۇقىنى سوقۇپ، قىزىق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ تېڭىش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن سەينەك ئىششىقى پىشىدۇ.

ئۇندىن كېيىن نەشتەر بىلەن ئېغىز ئالدۇرۇپ، ئىچىدىكى ماددىلارنى چىقىرىش پۈتتۈرگۈچى مەلھەملەر بىلەن جاراھەتنى پۈتتۈرۈش كېرەك.

ئەسكەرتىش: چېپىلىدىغان دورىلارنى مۇزنىڭ ئۈستىگە قويۇپ سوۋۇتۇش، سەينەك بولغان قولىنى مۇزنىڭ ئۈستىدە قويۇش، كۆچلۈك سوۋۇتقۇچى دورىلارنى چېپىش ۋە تېڭىش قىتارلىق ئۇسۇللار ماددا ئاز بولۇپ ھارارەت قاتتىق بولمىغان ۋاقىتتا توغرا كېلىدۇ. ئۇنداق بولمىسا، چاپىدىغان دورىلارنى مۇز بىلەن سوۋۇتۇپ تېڭىش ۋە چېپىش قاتارلىقلار توغرا كەلمەيدۇ، باشقا كېسەللەرگە ھەم توغرا كەلمەيدۇ.

شەرھى ئەسباب دېگەن كىتابنىڭ مۇئەللىپى: شۇ كىتابنىڭ مۇشۇ بابىدا: «ماددا ئاز بولۇپ، ھارارەت قاتتىق بولسا، مۇز ھارارەتنىڭ مىزاجىنى تەڭشەيدۇ ۋە نورمال قىلىدۇ. ماددىنىڭ قىيامى قويۇلغانلىقى ئۈچۈن، ئۇنىڭ ھەجمىنى كىچىكلىتىدۇ. شۇنىڭ بىلەن ئۇنىڭ تارقىلىشى ئازىيىدۇ.

ئەگەر ئۇنداق بولمىسا، مۇز ماددىنى قويۇلدۇرۇپ تارقىغىلى قويمايدۇ. يوللارغا توسالغۇ پەيدا قىلىپ، توسۇپ قويىدۇ. ئەزادىكى تەبئىي نەپەسلىنىش ئەھۋاللىرى بۇزۇلۇپ توقۇلمىلار نەپەس ئالالمايدۇ. ئەزادىكى قان ۋە باشقا ماددىلار بۇزۇلۇپ، قارىيىدۇ، ئەڭ ئاخىردا ئەزاغا ئېغىر تەسىر قىلىدۇ دېگەندى.

ئوتتۇز بەشىنچى پەسىل تېرە ئاستىغا قان چۈشۈش

انورسما-ام الدم

تونۇش:

بۇ تاياق تەگكەن ياكى يىقىلغان سەۋەبتىن بىرەر ھەربكەتلىك تومۇر تېرىنىڭ ئاستىدا يېرىلىپ كېتىدۇ. بۇ تومۇر ئىچىدىكى قان، يەل ھاۋالار ئۇنىڭ ئىچىدىن چىقىپ، تېرە بىلەن تومۇرنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى بوشلۇققا قانچىلىك سىغسا شۇنچىلىك يىغىلىدۇ (قان، يەل ۋە ھاۋالار يىغىلغان جاي ئىششىق كۆرۈنىدۇ).

بىرەر ئەزاغا زەرەر يېتىپ تېرە ۋە شىريان (ھەربكەتلىك تومۇر) لارنى زەخمىلەندۈرىدۇ. گەرچە تېرە پۈتۈپ ياخشى بولغان بولسىمۇ، بۇ تېرىنىڭ ئاستىدا يېرىق ھالدا قالىدۇ. دېمەك، يۇقىرىدا ئېيتىلغاندەك قان ۋە يەللەر بۇ تومۇرنىڭ ئىچىدىن چىقىپ، تېرىنىڭ ئاستىغا يىغىلىدۇ. بۇمۇ تېرە ئاستىغا قان چىقىش كېسەللىكىگە كىرىدۇ.

ئالامىتى:

ھەربكەتلىك تومۇرنىڭ كېڭىيىشىگە ۋە يىغىلىش ھەربكىتىگە ئەگىشىپ، بۇ ئىششىقمۇ شۇنداق ھەربكەت قىلىدۇ. تومۇر كېڭەيگەن ۋاقىتتا ئىششىق تۆۋەن چۈشۈپ پەسلەيدۇ.

تومۇر يىغىلغان ۋاقىتتا ئىششىق ئۆرلەيدۇ.

ئەگەر ئىششىقنى قول بىلەن باسسا، ئەزالاردىكى قان تومۇرنىڭ ئىچىگە قايتقانلىقتىن ئىششىق ئازراق بولىدۇ. كۆپىنچە قان بۇ تومۇرنىڭ ئىچىگە ھەرىكەت قىلغان ۋاقىتدا شۇ جايدىن ھەرىكەت ئاۋازى ئاڭلىنىدۇ. يەنە بۇ، ئىششىقنىڭ رەڭگى پىدىگەن شەكىللىك بولىدۇ. كۆكۈچ بولىدۇ.

داۋالاش:

شۇ جايىنى چىڭ تۇتۇش ۋە قورۇش ئۇچۇن، شاھى بەللۇت، موزا، ئاقاقىيا ۋە باشقىلارغا ئوخشاش قورۇغۇچى نەرسىلەرنى سۇقۇپ چىپىش لازىم. شۇنىڭ بىلەن ئۇ جاي قورۇلىدۇ. قان ئازراق قويۇلىدۇ. بۇ ئىششىقنى يېرىۋېتىدىغان ۋە زەخىملەندۇرۇپ قويىدىغان ئەھۋاللاردىن تولۇق ساقلىنىش لازىم.

شەرھى ئەسۋاب دېگەن كىتابنىڭ مۇئەللىپى: «ئىششىقنى تېشىپ قويىدىغان بىرەر نەرسىنىڭ شۇ ئىششىققا تېگىپ قېلىشىدىن دىققەت قىلىش كېرەك. چۇنكى، تېرە تېشىلىپ كەتكەن ۋاقىتتا ھەرىكەتلىك تومۇردىن قان ئاققاندەك شۇ جايدىنمۇ قان ئاقىدۇ. بۇنىڭ ئەھۋالى يامان بىر ئاقىۋەتكە ئايلىنىدۇ» دېگەنىدى.

ئوتتۇز ئالتىنچى پەسىل سفلىس

آتشک - فرنگ فارسی

تونۇش:

بۇ «ئاتېشەك» دەپمۇ ئاتىلىدۇ، بۇ كېسەللىكنى پەيدا قىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇنى داۋالاشمۇ تۇرلۇكچە بىرقانچە خىلغا بۆلىنىدۇ.

1. غەيرىي تەبئىي قان خىلتىدىن بولغان سفلىسنى داۋالاش:

علاج آتشک دموی

باش ئېغىر، تومۇرلار تولاقلىق (ئىمتىلا) ۋە ئېسىلەڭگۈ بولىدۇ. ھەرىكەتلىك تومۇرلار لوقۇلدايدۇ. ئاغزى تاتلىق، كۆزنىڭ چانىقى، يۈزى قىزىل، ئەزالىرى ئېغىر بولىدۇ. بېغىشلىرى ئاغرىيدۇ. مۇدۇرلارنىڭ رەڭگى قىزىلغا مايىل بولىدۇ. مۇدۇرلارنىڭ تېگى قىزىل كۆرۈنىدۇ. گالدا يېرىكلىك بولىدۇ، تومۇر چوڭ سالىدۇ. سۈيدۈكىدە قىزىللىق ۋە قويۇقلۇق ئەھۋالى كۆرۈلىدۇ، ئۇنى داۋالاشتا:

ئىككى تاغاقنىڭ ئوتتۇرىغا ياكى پاچاققا قانلىق لوڭقا قويۇش، ئاچچىق - تاتلىق ئانارلارنىڭ سۈيى، تەمرى ھىندىنىڭ سۈيى، لىمون شەربىتى، رىباسنىڭ رۇببىسى،

سەۋزە شەربىتى قاتارلىقلارنى ئەھۋالغا قاراپ داۋاملىق بېرىش لازىم. بۇنىڭغا تۆۋەندىكى مەتبۇخى سانا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

سانائى مەككى 25 گرام، قىزىلگۈل 14 گرام، سېرىق ھېلىلىنىڭ پوستى، قارا ھېلىلە ھەر بىرى 21 گرامدىن، پوستى ئېلىنغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، بەدىيان، شاھتەر يوپۇرمىقى، گاۋزىبان، سەرپىستان ھەر بىرى تۆت گرامدىن، سۇ 600 مىللىلىتىر.

تەييارلىنىشى: مەزكۇر دورىلارنى مەزكۇر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن ئېلىپ سىقىپ، سۈزۈپ، مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: سىفلىس ئۇچۇن مەنپەئەت قىلىش ۋە ئۇنىڭ ماددىلىرىنى چىقىرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەزكۇر تەييارلانغان دورىغا گۈلقەنت ئاپتابى 32 گرام، خىيارشەنبەر 86 گرام، تەرەنجىبىن 60 گرام، بادام يېغى ئالتە گرامنى قوشۇپ بىر قېتىمدىلا ئىچىدۇ. بۇ كېسەللىكتە مۇمكىن قەدەر بەدەننى تازىلاشقا تىرىشىش، يەرلىك ئورۇنغا تەسىر قىلغۇچى دورىلارنى جارىھەتنىڭ ئۈستىگە چېپىش كېرەك.

مەزكۇر جارىھەت باشقا ئەزاغا كېڭەيسە، بۇ ھالەتتە مەلھەمى شادىنەج، زوروري ئەنزىروت قاتارلىق دورىلارنى مەزكۇر جارىھەتنىڭ ئۈستىگە چېپىش ۋە سېپىش لازىم.

تۆۋەندىكى مەجۇنى شاھتەررىدىن ھەر ئەتىگەندە 14 گرامنى چىلانىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن ئىستېمال قىلسا، 20 كۈن ئىچىدە بۇنىڭ ماددىسىنى قۇرۇتىدۇ.

تەركىبى: شاھتەررە 32 گرام، سانا 14 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى 25 گرام، پوستى ئېلىنغان ئامىلە 42 گرام، قىزىلگۈل 18 گرام، ئۇرۇقى ئېلىنغان ئۈجمە قېقى ياكى كىشمىش 500 گرام.

تەرىيالىنىشى: مەزكۇر دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئاندىن قائىدە بويىچە مەزكۇر ۋاسالغۇ ياكى كىشمىشكە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: سىفلىس ئۇچۇن مەنپەئەت قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە، بۇنىڭ ماددىسىنى 20 كۈن ئىچىدە قۇرۇتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر ئەتىگەندە چىلانىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن 11 گرام يەيدۇ. ئەگەر يۇقىرىقى ئېيتىلغان دورىلار بىلەن سىفلىس ساقايمىسا تۆۋەندىكى دورىلارنى چاپسا بولىدۇ. ئۇزۇنچاق زىراۋەندە يەتتە گرام، كۈندۇر تۆت گرام، ئاچچىق ئۆرۈكنىڭ مېغىزى 35 گرام، ئۆلتۇرۇلگەن سامانى يەتتە مىسقالدىن ئېلىپ، ھەممىنى يۇمشاق ئېزىپ، سىركە بىلەن نەمدەپ، گۈل يېغىدا ئېرىتىپ، مۇنچىغا چۇشۇپ بولۇپ، بەدەنلەرگە چاپىدۇ. ئەگەر ياخشىلىنالمىسا تۆۋەندىكى دورىلار بېرىلىدۇ.

تەركىبى: سانا 11 گرام، شاھتەررە سەككىز گرام، تەمرى ھىندى 63 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى سەككىز گرام، بۆرە سويمىسىنىڭ يىلتىزىنىڭ پوستى ئۈچ گرام، چىلان،

سەرپىستان ھەربىرى 15 دانە، ئىتئۈزۈمى، چالا سوقۇلغان كاسىنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل ھەربىرى بەش گرامدىن ئېلىنىدۇ. شىرخىستىن ئەھۋالىغا قاراپ ھاجەتكە لايىق ئېلىنىدۇ.

تەييارلىنىشى: شىرخىستىن باشقا ھەممە دورىلارنى 850 گرام سۇدا قاينىتىپ، سۈنۈك يېرىمى قالغاندا ئېلىپ سۈزۈپ، ئاندىن شىرخىست مۇۋاپىق ھالدا قوشۇلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: سەپلىس ئۇچۇن مەنپەئەت قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەزكۇر مەتبۇخ دورىلارنىڭ مىقدارىنى ئەھۋالىغا قاراپ ئازايتىش ۋە كۆپەيتىش تېۋىپنىڭ تەجرىبىسىگە ئاساسەن ئېلىپ بېرىلسا بولىدۇ.

يۇقىرىدا ئېيتىلغان مەلھەمى شادىنەچنىڭ تەركىبى: شادىنەچ ئەدەسى، كۇندۇر، ئەنزىرۇت ھەربىرى تۆت گرامدىن، گۇل يېغى 35 گرام، ئاق موم بەش گرامدىن ئېلىنىدۇ.

تەييارلىنىشى: مەزكۇر دورىلارنىڭ سۇقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئاندىن مومنى ياغدا ئېرىتىپ، ھەممىنى بىرلەشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: سەپلىس ئۇچۇن مەنپەئەت قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مۇۋاپىق ھالدا چېپىلىدۇ.

زوروري ئەنزىرۇتنىڭ تەركىبى:

ئەنزىرۇت، شادىنەچ، ئاقاقىيا، گۇلنار، كۇندۇر، خۇنسىياۋشان، زىراۋەندىلەرنىڭ ھەر بىرىنى ھاجەتكە لايىق باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق ئېزىپ، يەرلىك ئورۇنغا سېپىلىدۇ. بۇ دورىلار سۇرمىگە ئوخشاش ناھايىتى يۇمشاق بولۇشى لازىم.

2. غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىدىن بولغان سەپلىسنى داۋالاش:

علاج آلتشك صفراوى

بۇ كېسەلدە يۇزى سېرىق، بەدەنلەر ئۇرۇق، ئاغزى ئاچچىق بولىدۇ. ئۇسسايدۇ. ئۇيقۇسى ئاز بولىدۇ. سۈيدۈكى قىزىل بولىدۇ. كۆزنىڭ ئالدىدا خىيالىي سېرىق نەرسىلەر كۆرۈنىدۇ. مەزكۇر سەپلىس مۇدۇرلىرى سېرىققا مايىل كۆرۈنىدۇ. كۆپ ئېچىشىدۇ. كۆپ زەرداب ئاقىدۇ. ئۇنى داۋالاشتا سەپرانى نورماللاشتۇرۇش ئۇچۇن شەربىتى نارەنجى، شەربىتى لىمون، ئاچچىق تاتلىق ئانارلارنىڭ سۈيى، تەمرى ھىندىنىڭ سۈيى، سىركەنجۈل قاتارلىقلارنى بېرىش، لوكقا قويۇش لازىم.

بۇنىڭغا تۆۋەندىكى سۇرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ تەركىبى:

سېرىق ھېلىلىنىڭ پوستى، سانا شەھتەررە ھەربىرى 18 گرامدىن، تەمرى ھىندى، ئەينۇلا ھەر بىرى 35 گرامدىن، چالا سوقۇلغان كاسىنە ئۇرۇقى، خىتمى ئۇرۇقى، ئىتئۈزۈمى، چالا سوقۇلغان زىراۋىدە، قىزىلگۈل ھەربىرى ئۇچ گرامدىن، چىلان، سەر-

www.uyghurkitap.com

پىستان ھەربىرى سەككىز دانىدىن، شىرخىست ياكى تەرەنجىبىن 65 گرامدىن ئىلىپ، 850 مىللىلىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئىلمان ھالدا بىر قېتىم ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەمرى ھىندىنىك قايتا - قايتا چىلاپ تەييارلانغان سۇيىنى ئىككى گرام سوقمۇنىيا بىلەن ئىچسە، كۆيگەن سەپرانى چىقىرىدۇ. سەبرىنىك چىلانغان سۇيى فوتۇر (جەرەپ كېسەلدە ئىيتىلغان ئۇسۇل بويىچە ئىچسە، بۇنىڭغا ھەم چوڭ تەسىر كۆرسىتىدۇ. ھەببى شاھتەررە ھەم مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر سىفلىسنىك مۇدۇرلىرى يۇز ۋە باشلاردا پەيدا بولسا، بۇ ھالەتتە گىلى ئەرمىنى يەتتە گرام، گىلى مەختۇم گرام، كاپۇر بىر گرام، زەپەر ئىككى گرام، مۇرداڭنى توققۇز گرامدىن ئىلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈلاب ۋە سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ چېپىش لازىم.

تۆۋەندىكى زۆرۈر سېپىلىدىغان دورا سىفلىسنىك جاراھەتلىرىنى تېز قۇرۇتۇپ، تېزدىن گۆش ئۇندۇرىدۇ.

ئۇنىك تەركىبى كۇندۇر، مور، ئەنزىرۇت، خۇنسىياۋشانلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سۇرمىدەك ناھايىتى يۇمشاق قىلىپ مۇنچىغا بېرىپ، جاراھەتلەرنى ياخشى يۇيۇپ ئاندىن كېيىن بۇنى جاراھەتلەرنىك ئۈستىگە سېپىدۇ.

3. غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلىتىدىنبولغان سىفلىسنى داۋالاش:

علاج آتشك بلغمى

بۇ كېسەلدە بېغىشلار ئاغرىيدۇ. تېرىسى سوغۇق بولىدۇ. ئۇيقۇ كۆپ كېلىدۇ. سۆيدۈكى، رەڭگى ئاق بولىدۇ. مۇدۇر - جاراھەتلەرنىك رەڭگى ھەم ئاققا مايىل بولىدۇ. جاراھەتنىك چۆرىسى ئاق، سولىشاڭغۇ كۆرۈنىدۇ. جاراھەتتىن ھۆللۈك ۋە زەردار ئاقىدۇ. بۇرنىدىن، ئاغزىدىن سۇ كېلىدۇ. بېشى، كۆزى ئېغىر بولىدۇ. سوغۇق ھاۋا ۋە نەرسىلەر زەرەر قىلىدۇ ۋە ئۇنىڭدىن ئازارلىنىدۇ، ئۇنى داۋالاشتا ھەببى ئىستەمخۇن، ھەببى ئايارەج، ھەببى قوقىيا ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن بەلغەمنى تازىلاش ۋە چىقىرىش. ھەر يەتتە كۈندە بىر قېتىم قەي قىلدۇرۇش لازىم.

سىركەنجۈبىل بىلەن ئاقىرقەرھانى يۇمشاق ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇلغان ئاچچىقسۇ بىلەن غار - غار قىلدۇرۇش مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە كۈندۈش يەتتە گرام، زىراۋەندە توققۇز گرام، زەرچۆپە تۆت گرام، ئۆلتۇرۇلگەن سىماب يەتتە گرام، مەۋزەج (زەبۇلجەبە) بەش گرام قاتارلىقلارنى ئىلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق ئېزىپ، سىركە ۋە قاپاق يېغى قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، مۇنچىغا ئولتۇرۇپ جاراھەتلەرگە سۈركەش ۋە چېپىش لازىم.

4. غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىدىن بولغان سىقىلىشنى داۋالاش:

علاج آتشک سوداوی

يۇزى ئېغىر ۋە قۇرۇق بولىدۇ. ئۇيقۇسى ئاز، يۇزىنىڭ، بەدەنىنىڭ رەڭگى قارامتۇل ۋە تۇتۇق بولىدۇ. تومۇرى ئاستا ۋە ئىنچىكە سالىدۇ. سۆيدۈكى كۆكۈچ بولىدۇ. كۆزى ۋە بۇرنى قۇرۇق بولىدۇ. بۇزۇق خىياللار ۋە پىكىرلەر كېلىدۇ. سىقىلىش مۇدۇرلىرىنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولىدۇ. جاراھەتتە قۇرۇقلۇق غالىب بولىدۇ. بۇ كېسەللىك ئۆزۈندا ياخشى بولىدۇ. ئۇنى داۋالاشتا مەتبۇخى ئەقتىمۇن ۋە سەۋدانى سۈرگۈچى باشقا كۇمىلاچلار بىلەن سەۋدانى سۈرۈش ۋە چىقىرىش لازىم.

يەنە مەجۇنى شاھتەررە، ھىلىلە مۇرابباسى، ئامىلە مۇرابباسى قاتارلىقلار مەنپەئەت قىلىدۇ. سىركەنجۇبىل ھەلىگە بۆرە سويىمىسىنىڭ يىلتىزىنىڭ پوستىنى يۇمشاق سوقۇپ سېلىپ، شۇنىڭ بىلەن غار ـ غار قىلسا ياكى ئايارەج پەيقىرانى ھەسەل بىلەن ئېرىتىپ، ئاندىن قاياق سۇ قوشۇپ، شۇنىڭ بىلەن غار ـ غار قىلسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

تۆۋەندىكى چېپىلىدىغان دورا (تىلا) ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ، بۇنىڭ ئۈسۈلى كۇندۇش، ئىقلىمىيايى پىررە (كۇموش ئۇپۇسى)، مۇردارسەڭگى ھەربىرى يەتتە گرامدىن، تونۇرنىڭ ساپىلى 11 گرام، گۈگۈت پۇقى ئۇچ گرام، زەرچۇبە ئۇچ گرام، زىراۋەندە 28 گرام، ئۆلتۇرۇلگەن سىماب 20 گرامنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سىركە ۋە گۈل ياغلىرى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ مۇنچىغا ئولتۇرۇپ چاپىدۇ.

ئەگەر جاراھەت بولسا، مۇردارسەڭگى، كۇندۇر، گىلى، ئەنزىرۇتلارنى سۈرمىگە ئوخشاش يۇمشاق قىلىپ جاراھەتنىڭ ئۈستىگە سېپىش كېرەك.

ئەسكەرتىش: مۇمكىن بولسا، كۇچلۇك دورىلارنى چېپىش لازىم. بەدەننى تازىلاش ئۇچۇن ئوبدان تىرىشىش كېرەك. ئەگەر كېسەل كىچىك بالا بولسا ياكى ھامىلىدار بولۇپ، دورا ئىچەلمەيدىغان بولسا، تۆۋەندىكى مەجۇننى داۋاملىق يېيىش لازىم.

بۇ 20 كۇن ئىچىدە كېسەلنىڭ ماددىسىنى توختىتىدۇ ۋە پەسەيتىدۇ. بۇ مەجۇننىڭ تەييارلىنىش ئۈسۈلى تۆۋەندىكىچە: ھىلىلە كابىلى، ئامىلە، تۇربۇت، زەنجۇبىل، شاھتەرە ھەر بىرى 19 گرامدىن، قەنبىل 14 گرام، ئەقتىمۇن 11 گرام. بۇ دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، 350 گرام ناۋاتنىڭ قىيامىغا ئارىلاشتۇرۇپ ياكى ھەممە دورىلارنى ئىككى باراۋەر كىشمىشقا ئارىلاشتۇرۇپ، مەجۇن قىلىپ 5 ~ 7 گرامغىچە بېرىلىدۇ.

ئەگەر سىقىلىش مۇرەككەپ خىلىتلاردىن پەيدا بولغان بولسا، بۇنىڭ قانداق خىلىتلارنىڭ مۇرەككەپ بولغانلىقىغا قاراپ كېسەلنىڭ بەدىنىنى تازىلاش، ئىچىدىغان دورا، يەيدىغان تاماق قاتارلىقلارنى ئۆزگەرتىش لازىم، بۇنى تېۋىپ بەلگىلەيدۇ.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى
www.uyghurkitap.com

ئوتتۇز يەتتىنچى پەسىل قىزىل، چېچەك

حصبہ وجدری

تونۇش:

قىزىل بولسا بىر خىل قىزىل ۋە تارقاق مۇدۇرلاردۇر. بۇ چىقىشقا باشلىغاندا، ئاۋۋال شۇ چىقىدىغان جايدا رەڭگى قىزىل يوشۇرۇن ئىششىق پەيدا بولىدۇ. بۇ، ئىششىق گويا كى بۇرگە چاققان جايدەك مەلۇم بولىدۇ. ئاندىن كېيىن قىزىلنىڭ مۇدۇرلىرى كۆرۈنىدۇ، بۇ پىشمايدۇ، يىرىڭلىمايدۇ، بەلكى قۇرۇق قاسىراق ۋە پوستەك بولۇپ كېپەككە ئوخشاش چۈشۈپ كېتىدۇ.

ئالامىتى:

چېچەك بولسا بۇ بىر خىل چوڭ مۇدۇرلاردىن ئىبارەت بولۇپ، ئىچى قىزىل ماش (ئەدەس) مىقدارىدا بولىدۇ. بەدەننىڭ ھەممە يېرىدە ياكى قىسمەن يېرىدە پەيدا بولىدۇ. ئاۋۋال قىزىل بولىدۇ، پىشقان ۋاقتىدا ئاققا مايىل بولۇپ سېرىق يىرىڭلايدۇ. چېچەكتىن قان سىزىپ چىقسا يامان ئالامەتتۇر.

داۋالاش:

بۇ يەردە مۇدۇر ۋە قاپارتقۇلارنى پىشۇرۇش، قۇرۇتۇش، قاسىراقلارنى چۈشۈرۈش ۋە ئۇنىڭ ئىزلىرىنى يوقىتىشنىڭ چارە - ئۇسۇللىرى ئېيتىپ ئۆتۈلىدۇ.

بىلىش لازىمكى، چېچەك چىققان بولۇپ، قىزىتما ۋە بىئارام لىق ئازراق بولسا، تومۇرى ۋە نەپەس ئېلىشى ئۆزىنىڭ تەبىئىي ھالىتىگە كەلمىگەن بولسا، بۇ ياخشى ئالامەت بولمايدۇ. بۇنداق ھالەتتە چېچەكنى پىشۇرۇشقا يۇزلەنمەسلىك لازىم.

چېچەكنى پىشۇرۇشتا بابۇنە، ئىكلىلمىلىك ياكى بىنەپشە، خىتمە ياكى بۇغداينىڭ كېپىكى قاتارلىقلاردىن قايسىسى تېپىلسا، شۇنى ياكى ھەممىنى بىرلەشتۇرۇپ، سۇدا قاينىتىپ، كېسەلنىڭ كىيىمىنىڭ ئاستىدا، ئېتەكلىرىنىڭ تېگىدە قويۇپ ئالدى ۋە ئارقا تەرەپتىن مەزكۇر قاينىتىلغان سۇ بىلەن كېسەلنى ھوردىتىش كېرەك.

شۇنىڭ بىلەن چېچەك سۇلىشىپ پىشىدۇ. ئاندىن كېيىن چېچەك قاپارتقۇلىرىنى قۇرۇتۇشقا چارە قىلىش، چېچەك پۈتۈنلەي چىقىپ بولۇپ يەتتە كۈن ئۆتسە، چېچەكلەر تولۇق پىشقان بولسا، ئۇنىڭ چوڭراقلىرىنى ئالتۇن ياكى مىس ئەسۋاب بىلەن ئېلىۋېتىپ، ئۇنىڭ سۈيىنى پاكىز، يۇمشاق لاتا بىلەن ئېيتىپ، ئاندىن قۇرۇق قىزىلگۈلنى ياكى ئاسنىڭ يوپۇرمىقىنى ياكى سەۋسەننىڭ يوپۇرمىقىنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ئېزىلگەن سەندەل ۋە يۇلغۇن ياغچى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ، كېسەلنىڭ ئېتىكىنىڭ ئاستىدا بۇي سىلىپ، تۇتۇننى كېسەلنىڭ بەدىنىگە يەتكۈزۈش لازىم، ئەمما ياز كۈنلەردە ئاسنىڭ گۈلى

ۋە سەندەللەر ياخشىراق.

قىش كۈنلەردە سەۋسەن يوپۇرمىقى، يۇلغۇن ياغىچى قاتارلىقلار بىلەن بۇي سېلىش ياخشىراق بولىدۇ، ئەگەر بىرەر جاي جاراھەت بولسا، قىزىلگۈل، كۈندۈر، سەبرە، ئەنزىرۇت، خۇنسياۋشانلارنى سۈرمىدەك يۇمشاق ئېزىپ، جاراھەتكە سېپىش لازىم.

ئەگەر چېچەكنىڭ قاپارتقۇسى چوڭ ۋە سۇيى كۆپ بولسا، بۇ ھالەتتە يۇمشاق ئېزىلگەن قىزىلگۈلنى ياكى تېرىقنىڭ ئۇننىنى ياكى ئۇپىنىڭ ئۇننىنى كۆرپىگە سېپىپ، شۇنىڭ ئۈستىگە كېسەلنى ياتقۇزۇش كېرەك.

ئەگەر چېچەك قاپارتقۇلىرىنىڭ قۇرۇشى كېيىنگە سوزۇلسا، بۇ ۋاقىتتا تۇز سۇيىدە پاكىز پاختىنى ھۆل قىلىپ، قاپارتقۇنىڭ ئۈستىگە قويۇپ ھۆللۈكنى يەتكۈزۈش ئۈسۈلىنى قوللانماي چارە يوق. چېچەك قاپارتقۇسىنىڭ ئۈستىدىكى پوستى سويۇلۇپ كەتكەن بولسا، مۇنداق ھالەتتە تۇز سۇيىنى تەگكۈزۈشكە بولمايدۇ.

ئەگەر بۇ قاپارتقۇ تولۇق پىشمىسا، تۇزنى يېقىن كەلتۈرمەستىن، ئەدەس (قىزىل ماش)، قىزىلگۈل، يۇلغۇن ياغىچىنىڭ قىرىندىسى قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ، شۇنىڭغا مۇۋاپىق ھالدا تۇز سېلىپ، يۇمشاق ۋە پاكىز پاختىنى شۇنىڭدا ھۆل قىلىپ قاپارتقۇنىڭ ئۈستىگە قويۇپ بېرىش كېرەك.

ئەگەر ھارارەت كۆچلۈك بولسا، بىرئاز كاپۇر ۋە ئېزىلگەن سەندەللەرنى مەزكۇر قاينىتىلغان سۇدا ئېرىتىپ ئىشلىتىش كېرەك. قاپارتقۇ جاراھەت بولغان بولسا، ئۇنىڭغا مەلھىمى كاپۇرى مەنپەئەت قىلىدۇ.

يەنە چېچەكنىڭ چاقىسى بۇرندا بولسىمۇ، مەلھىمى كاپۇرنى ئىشلىتىش لازىم.

چېچەكنىڭ قاپارتقۇسىنىڭ ئۈستىدىكى پوستى قۇرۇپ، نېپىزلەپ ئۇنىڭ ئاستىدا ھېچقانداق ھۆللۈك قالماي، ئۈستىدىكى پوستى قالغان بولسا، ئۇنىڭ ئۈستىگە مۇناسىپ ياغلاردىن بىر قەتىرە تېمىتىپ قويۇش لازىم، شۇنىڭ بىلەن چېچەكنىڭ قۇرۇق پوستى يۇمشاپ تېز چۈشۈپ كېتىدۇ.

بۇ ھەقتە ھەممىدىن ياخشىراقى ياغنى يېڭى سۈت بىلەن قاينىتىپ تەييارلانغان كۈنجۈت يېغىدۇر. يۇزدىكى چېچەككە ئىشلەتمەكچى بولسا، پىستە يېغىنى ئىشلىتىش، كۈنجۈت يېغىنى يۇزگە يېقىن كەلتۈرمەسلىك كېرەك. چۈنكى كۈنجۈت يېغىدىن يۇزدە چېچەكنىڭ ئىزى قالىدۇ. ئەگەر چېچەكنىڭ ئۈستىدىكى قۇرۇق پوستى قېلىن بولسا ياكى ئۇنىڭ ئاستىدا ھۆللۈك بولسا، ياغ ئىستېمال قىلماستىن، ئۇنى ئاستا كۆتۈرۈپ، ئاستىدىكى ھۆللۈكنى ئېيتىپ تازىلاپ، ئاندىن ئۇزە ياكى چوڭقۇرلۇقىغا قاراش كېرەك.

پوستى چوڭقۇر بولسا، سەبرە، مور، زەرچىۋە ۋە مۇردارسەڭگى، كۈمۈشنىڭ ئىقلىمىياسى، قوغۇشۇنلارنى سۈرمىدەك يۇمشاق قىلىپ سېپىش لازىم.

ئەگەر پوستى چوڭقۇر بولماستىن يۇزە تېرە بىلەن باراۋەر بولسا، بۇ ھالەتتە زەمچە،

www.uyghurkitap.com

تۇزلارنى يۇمشاق ئېزىپ، سۇرمىدەك قىلىپ سېپىپ قويۇپ، قايتا قاسىراق ۋە پوست باغلاپ قۇرۇغىچە قويۇش، ئاندىن ئاستىلىق بىلەن پوستىنى كۆتۈرۈپ قاراش كېرەك.

ئەگەر ئۇنىڭ ئاستىدا ھۆللۈك بولسا، يەنە يۇقىرىقى ئۇسۇلنى قوللىنىش لازىم. ئۇنىڭ ئاستىدا ھۆللۈك بولمىسا، داۋالاشقا ھاجەت بولمايدۇ.

ئەگەر قايتا يەنە قاسىراق باغلىسا، مۇناسىپ ياغ بىلەن ياغلاپ قويۇلسا چۈشۈپ كېتىدۇ.

چېچەك ئىزلىرىنى يوقىتىشتا، تۆۋەندىكى چارە - تەدبىرلەرنى قوللىنىش لازىم.

قومۇشنىڭ قۇرۇق يىلتىزى، دادۇر (باقلە) نىڭ ئۇنى، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، گۈرۈچ، ناۋات، بادام مېغىزى، ئارپىنىڭ ئۇنى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىنى باراۋەر مىقداردا، ھاجەتكە لايىق ئېلىپ، سۇرمىدەك يۇمشاق سوقۇپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم.

يۇزدىكى چېچەكنىڭ ئىزلىرىنى ئالدىغان يەنە بىر خىل دورىنىڭ ئۇسۇلى: كۆيدۈرۈلگەن ياكى كونا چىرىپ كەتكەن سۆڭەك، قوينىڭ كونا مايىقى، يېڭى ساپال، قوغۇن ئۇرۇقى، نىشاستە، يۇيۇلغان گۈرۈچ، نوقۇتنىڭ ئۇنى ھەر بىرى 35 گرامدىن، ھەببۇلبان، تەرمىس (ماش مىسرى)، قۇستە، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە ھەر بىرى 18 گرامدىن، قومۇشنىڭ قۇرۇق يىلتىزى 70 گرامدىن ئېلىپ، ھەممىنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، قوغۇننىڭ سۇيى بىلەن ياكى باقلەنىڭ سۇيى بىلەن ياكى پوستى ئېلىنغان ئارپىنىڭ سۇيى بىلەن ئېلىشتۇرۇپ، مەلھەمگە ئوخشاش قىلىپ كېچىدە يۇزىگە چېپىپ، ئەتىگەندە بىنەپشىنى سۇدا قاينىتىپ، شۇنىڭ سۇيى بىلەن يۇزىنى يۇيۇش كېرەك. يۇزىنىڭ زىنىقى توغرۇلۇق ئېيتىلغان نەرسىلەرنى ئىشلەتسە ھەم بولىدۇ.

ئەگەر كۆزدە چېچەكنىڭ ئىزى قالغان بولسا ياكى چېچەكنىڭ تەسىرى بىلەن باشقا بىر ئاپەت. مەسىلەن: بىرنى ئىككى كۆرۈش ئىللىتى ۋە باشقىلارغا ئوخشاش كۆزگە پەيدا بولغان بولسا، بۇ خىلدىكى ئىللەتلەرنىڭ چارىسىنى ئېلىشتا، كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان دورىلاردىن ئىستېمال قىلىشقا بولىدۇ. بەدەندىكى چېچەكنىڭ ئىزلىرى چوڭقۇر بولسا، بۇ ئىزلار سەمرىش بىلەن يوق بولۇپ كېتىدۇ.

ئەگەر چوڭقۇر بولمىغان بولسا، بۇنداق قىلماي دورىلار بىلەن يوقىتىشقا بولىدۇ. بۇنىڭغا يۇقىرىقى چارىلەرنى قوللىنىش لازىم.

كۆپىنچە چېچەكنىڭ ئىزلىرى ئەزانىڭ ئۇستىگە پەيدا بولغان كۆمۈرچەككە ئوخشاش بىر خىل قاداقلا ۋە قاتتىقلىقتا ئوخشاش بولۇپ قالىدۇ. بۇنىڭغا ئۆردەكنىڭ يېغى، مەلھىمى داخلىيون قاتارلىقلارنى تاڭسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

چېچەكنىڭ ئىزلىرى يۇزدە بولسۇن ياكى بەدەندە بولسۇن ئۇنى يوقىتىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ. مۇرداسىڭگى ئاقارتىپ يۇمشاق ئېزىپ، گۈل يېغى

بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش لازىم.

يەنە بىر خىلى، ئاقارتىلغان مۇردارسەڭگى، نوقۇتنىڭ ئۇنى، قومۇشنىڭ قۇرۇق يىلتىزى، كونا چىرىگەن سۆڭەك، قۇستە، ھەببۇلبان، گۈرۈچنىڭ ئۇنى، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ھاجەتكە لايىق ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قوغۇننىڭ سۇيى بىلەن ياكى ھۆلبە ۋە زىغىرلارنىڭ لوئابى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەمگە ئوخشاش قىلىپ چېپىش لازىم.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىلارغا مەدەستانىنى ئاقارتىپ ئاندىن قوشۇش لازىم: چۈنكى ئۇنىڭ ئاقارتىلمىغىنى بەدەنگە قارىلىق كەلتۇرۇپ قويىدۇ. ئاقارتىلغىنى بەدەنگە جۈلا بېرىپ پارقىرىتىدۇ. مەدەستانىنى ئاقارتىشنىڭ ئۇسۇلى: مەلۇم مىقداردا، مەسىلەن: 250 گرام مەدەستانىنى باراۋەر مىقداردا تۇز بىلەن مۇڭاپىق بىر قاچىغا سېلىپ، ئۇستىگە ھەر ئىككىسى چۆككۈدەك سۇ قۇيۇپ ئاپتاپتا قويۇلىدۇ. سۇ قىزىسا، سۇنى تۆكۈۋېتىپ يەنە باشقا سۇ قۇيۇلىدۇ. مەدەستانىنى ئاقارغۇچە شۇ تەرىقىدە سۇ يېڭىلاپ تۇرۇلىدۇ. ئاقارغاندىن كېيىن ئېلىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇيغۇر كتاب توربېكىتى www.uyghurkitap.com

يىگىرمە توققۇزىنچى باب تېرە كېسەللىكلىرى

امراض جلد

بىرىنچى پەسىل ئاقكېسەل

برص

بۇ پارسچە «پېسە» دېيىلىدۇ. بۇ تېرىنىڭ ئۈستىگە پەيدا بولىدىغان بىر خىل ئاقلىقتىن ئىبارەت بولۇپ، بەزىدە قىسمەن ئەزالاردا بولىدۇ. بەزىدە تېرىنىڭ ھەممە قىسمىدا بولىدۇ. بۇنىڭ پۈتۈن بەدەنگە ئومۇمىيۈزلۈك تارالغىنى بەرەسى مۇنتەشىر دېيىلىدۇ. بىلىش لازىمكى، بۇنى داۋالاش قىيىن بولۇپ، بۇنىڭ كونىراپ كۆپىيىپ كەتكىنى تېخىمۇ قىيىن. ئەمما بۇنىڭ قول بىلەن ئۇۋۇلىسا قىزىرىدىغان، يىرىك بولغىنى، شۇ بەرەس چۈشكەن جايدا ئۇنگەن تۈك ۋە چاچلار بەك ئاق بولمىغىنى، شۇ جاينىڭ تېرىسىگە يىڭنە سانجىلغاندا قان چىقمىغىنى ياكى قىزىللىققا مايىل ھۆللۈك چىقمىغىنى داۋالاشنى بىرقەدەر ئاسان قوبۇل قىلىدۇ.

ئاق بەرەس بىلەن ئاق بەھەقنىڭ ئوتتۇرىسىدكى پەرق: بەرەس پارقىرىمايدىغان بولىدۇ، قاچانكى كونىرسا، شۇنچە تېرە ۋە گۆشلەرنىڭ چوڭقۇرلۇقىغا سىڭىپ كېتىدۇ. تېۋىپلار: بۇ، چوڭقۇر ئورۇن ئېلىپ ئېغىرلاشقان ۋاقتىدا سۆڭەككىچە ئۆتۈپ كېتىدۇ، دەپمۇ قارايدۇ. شۇ بەرەس چۈشكەن جايدا ئۇنگەن تۈك ۋە چاچلار ئاققا مايىل بولىدۇ، ئاخىرىدا پۈتۈنلەي ئاق چىقىدۇ. شۇ جاينىڭ تېرىسى بەدەننىڭ باشقا جايلىرىنىڭكىدىن يۇمشاق ۋە سۈسراق بولىدۇ. ئاخىرقى ھالەتتە يەنى بۇ كېسەللىك كۈچىيىپ، مۇستەھكەملەشكەن ۋاقتىدا ئەگەر تېرىگە يىڭنە سانجىلسا، سۈيۇق ئاق ھۆللۈك چىقىدۇ، يەرلىك ئورۇن ئاق بولىدۇ. شۇ جاينى ھەرقانچە ئۇۋۇلسىمۇ قىزارمايدۇ. ئەمما، بەھەق ئەبىيەز (ئاق بەھەق) ئۇنداق ئەمەس، بۇنىڭ ئاقلىقى شالاڭ، نېپىز، تۈتۈق بولىدۇ. چوڭقۇر ئولتۇرۇپ كەتمەيدۇ. كۆپرەك ئەھۋاللاردا يۇمىلاق شەكىللىك پەيدا بولىدۇ، بىردىنلا پەيدا بولىدۇ. بەدەننى پارقىراتقۇچى ۋە تېرىگە جۈلا بەرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن تېزدىن يوقىلىپ ياخشى بولۇپ كېتىدۇ. بەھەق چۈشكەن جايدا ئۇنگەن تۈك ۋە چاچلار قارا بولىدۇ ياكى بىرئاز قىزىلغا مايىل سېرىق بولىدۇ، ئەگەر كونىراپ كەتكەن بولسىمۇ، چاچ ۋە تۈكلەر ھەرگىز ئاق بولمايدۇ. شۇنىڭدەك بەھەق چۈشكەن جاينىڭ تېرىسىگە يىڭنە

سانجىلسا، ھەرقانچە مۇستەھكەم بولۇپ كەتكەن بولسىمۇ، ئەلۋەتتە قان چىقىدۇ. سانجىلغان يىگىننى گۆشكە سانجىماستىن تېرىگە سانجىش لازىم. بۇنىڭ ئۈسۈلى: شۇ جايىنىڭ تېرىسىنى چىمدىپ يۇقىرىغىچە تارتىپ گۆشىدىن، ئاجرىتىپ تۇرۇپ ئاندىن يىگىنە سانجىش كېرەك. شۇنداق قىلغاندا، تېرىنىڭ قېنى بارمۇ ياكى يوقمۇ؟ ئۇنىڭ ھەقىقىي ئەھۋالى مەلۇم بولىدۇ.

داۋالاش:

قويۇق بەلغەم خىلىتىنى تازىلاش ئۈچۈن بىر قانچە قېتىم قەي قىلدۇرۇش، قايتا سۈرگە دورىلىرىنى بېرىش، قەي ۋە سۈرگە دورىلىرىنى بېرىش جەريانىدا مىزاجنى يۆتكەش ۋە ئۆزگەرتىش ئۈچۈن مەخسۇس مۇشۇ ھەقتە ئىستېمال قىلىنىدىغان ئىسسىق مەجۇنلەر، مەسىلەن: كەلكىيلانەج، قۇرسى بەرمەكى، تەرياقى، مەسرىدىتۇسلارغا ئوخشاشلارنى پىشۇرۇش، تامىقىغا قان پەيدا قىلغۇچى ھەر خىل نەرسىلەرنى، مەسىلەن: كەكلىك ۋە شۇنقۇغا ئوخشاشلارنى يېيىشكە بۇيرۇش، مەزكۇر گۆشلەرنى قۇرۇپ كاۋاپ قىلىپ، ئىسسىق دورىلار بىلەن خۇشبۇي قىلىپ يېيىش كېرەك. شۇنداق قىلغاندا مەنپەئىتى ئوبدان بولىدۇ. سۇت ۋە قەنتلەردىن، بېلىق، سەي ۋە كۆكتاتلاردىن، كېچىدە تاماق يېيىشتىن، ھۆل مېۋىلەردىن، بەلغەم خىلىتىنى پەيدا قىلغۇچى بارلىق نەرسىلەردىن پەرھىز تۇتۇش مۇھىم دۇر. جىنسىي ئالاقە ئۆتكۈزۈش زىيان قىلىدۇ. بۇ كېسەللىكتە مەنپەئەت قىلغۇچى دورىلارنىڭ ئەڭ ياخشىراقى ئىتىرىفىل، گۈلقەنت مەلھىمى، ھېلىلە مۇرابباسى قاتارلىقلاردۇر.

بەلغەم خىلىتىنى تازىلاپ، مىزاجنى ئۆزگەرتكەندىن كېيىن چېپىش ئۈچۈن مەخسۇس بولغان دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم، بۇ سىرتتىن چېپىلىدىغان دورىلار تۆۋەندىكىدەك بىر قانچە خىل بولىدۇ.

1. قانىنى قىزىتىدىغان يەرلىك ئورۇننى قىزارتىدىغان خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە دورىلاردىن زىپىت، ئاق نېفت (ئاق كىرسىن)، قىزىل قىچا، ئاق خەربەق، قارا خەربەك، مەۋىزەج، ياۋا پىياز (ئىيقىل)، شەترەن ھىندى، ئاقىرقەرھا، سىيادان، بۆرە سويىسىمىنىڭ يىلتىزىنىڭ پوستى ۋە شۇلارغا ئوخشاشلاردۇر. بۇلارنى يەككە ھالدا ياكى ھەممىنى بىرلەشتۈرۈپ، سۇ بىلەن ياكى سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ، مۇنچىدا ياكى ئاپتاپتا ياكى ئوتنىڭ ئالدىدا يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ، ئاپتاپقا قاقلاپ ئولتۇرۇش لازىم. قارا يىلاننىڭ قېنىنى چېپىش مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. تېرىنى جاراھەتلەندۈرگۈچى ۋە تېرە يۇزىنى بوزغۇچى دورىلاردىن سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرغان زەرارىھ، ھەسەلى بالادۇر، سافسىيا، كەبكەج، كەپتەر مايىقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، مازەريۇن، پەرپىيۇن، قەئى ئەنبىق ئۈسۈلى بىلەن تارتىلغان تىزاپلەردۇر. بۇ خىلدىكى دورىلارنى چېپىپ جاراھەت پەيدا بولسا ياكى بەرەسىنىڭ گۆشىنى يوقاتسا، ئۇنى

جاراھەتنى يۇتتۇرگۈچى مەلھەملەر بىلەن پۈتتۈرۈش ۋە ياخشىلاش لازىم. بۇ چارە-تەدبىرلەرنى كېسەللىك ئورنى كىچىك بولۇپ، شۇ جايىنىڭ جاراھەتلىنىش خەۋپى بولمىسا ئاندىن قوللانغىلى بولىدۇ.

3. تېرە رەڭگىنى بۇياش ئارقىلىق تېرە رەڭگىنى ئۆزگەرتكۈچى دورىلاردىن زەمچە، شورا، مۇرمەككى، شاراپ، ئوردان، گىلى ئەرمىنى، شەترەنجى، تۆمۇرنىڭ پوقى (خۇب-سىلھەدىد)، كۆك ئوسمىلارنى ئېزىپ، سىركە بىلەن بىر قانچە قېتىم چېپىلسا، بۇنىڭ رەڭگى ئۇچ ھەپتىدىن بىر ئايغا قەدەر تۇرىدۇ. مۇشۇ دورىنى ئىستېمال قىلىشنى سىناپ، ئاۋۋال شۇ جايىنى مۇز سۇيى بىلەن يۇيۇپ، ئاندىن كېيىن بۇ دورىنى چېپىش لازىم. چېپىلىدىغان دورا قۇرۇغاندىن كېيىن ئۇنى زاك ۋە زەمچىلەرنىڭ سۇيى بىلەن يۇيۇش لازىم،

بەرەس چۈشكەن جاي ئاز بولۇپ، تۆمۇر بىلەن داغ قىلغىلى بولىدىغان جايلاردا بولسا بۇنى داغلاش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن جەزمەن ياخشى بولۇپ كېتىدۇ.

ئەسكەرتىش: بەزىدە نەشتەرلىك لوڭقا قويغان يەرگە ياكى داغلانغان، يىرىڭلىق چاقىلار چىققان جايدا داغ ۋە چاقىلار پۈتۈپ ساقايغاندىن كېيىن بەرەس پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭ چارىسى ئوردان، شەترەنجىلەرنى يۇمشاق ئېزىپ، ياۋا پتەڭگانىنىڭ سۇيى، مەرزەنجۇشنىڭ سۇيى، بەقەمنىڭ سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، خېمىر قىلىپ چېپىلسا، ئۇنى يوق قىلىدۇ، مۇردارسەڭگى، ئوردانلارنى يۇمشاق ئېزىپ، سىركە بىلەن يەرلىك ئورۇنغا چاپسا ھەم شۇ تەسىرنى بېرىدۇ.

ئىككىنچى پەسىل ئاق داغ

بەق ابيض

تونۇش:

بۇ بىر خىل سۇس ۋە نېپىز ئاقلىق بولۇپ، تېرىنىڭ ئۈستىگە پەيدا بولىدۇ، كۆپىنچە ئەھۋاللاردا يۇمىلاق بولىدۇ. بىرىنلا پەيدا بولىدۇ. تېرىدىكى داغلارنى ئالغۇچى ۋە پارقىراتقۇچى چېپىلىدىغان دورا (تىلا) لارنى چاپماق بىلەن تېزدىن يوقىلىپ كېتىدۇ. بۇنىڭ بىلەن ئاق بەھەقنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق يۇقىرىقى بەرەس كېسەللىكىدە ئېيتىلىپ ئۆتتى.

داۋالاش:

يۇقىرىدا بەرەس ئۈچۈن ئېيتىلغان نەرسىلەرنىڭ يەڭگىلەرىكى ئىستېمال قىلىنسا كۈپايە قىلىدۇ. بەلغەم خىلىتىنى سۇرۇش ئۈچۈن تۇربۇت بىلەن شەھمەنزەلنى ياكى تۇربۇت

بىلەن زەنجۈبلىنى بېرىش لازىم، ھەر ئايدا ئىككى قېتىم قەي قىلدۇرۇش كېرەك.

ئاشقازانىنىڭ ھەزمىنى ياخشىلاش ئۈچۈن ئىترىفىل ۋە گۈلقەنتنى داۋاملىق يەپ تۇرۇش لازىم، مۇنچىغا بېرىپ تەرلىتىش مەنپەئەت قىلىدۇ. بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن تەرمىسىنى ياكى بۆرە سويمىسىنىڭ پوستىنى ئېزىپ، سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم.

شەتەرەنجى، ئاقسرقەرھا، تۇرۇپ ئۇرۇقى، كۈندۈش، قىچا قاتارلىقلارنى سوقۇپ تاسقاپ، سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ چاپسا مەنپەئەت قىلىدۇ. مەزكۇر چاپىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەن ۋاقتىدا، كېسەل ئاپتاپتا ياكى ئوتنىڭ ئالدىدا ئولتۇرۇش كېرەك. چاپقان دورىلار قۇرۇسا، ئۇنى چىقىرىش ئۈچۈن قول بىلەن ئوۋۇلاش كېرەك.

بەھەقتە كۆپىنچە بەدەندە كېسەللىك مادىدا ئازراق بولىدۇ. ئۇنى تازىلاش ئېلىپ بارماستىن، چېپىلىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەنلا تولۇق مەنپەئەت كۆرگىلى بولىدۇ. مەزكۇر بەھەق ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورا ئۇنۇملۇكتۇر. بۇنىڭ ئۇسۇلى: ئاقسرقەرھا، ئاترىلال، بۆرە سويمىسى يىلتىزىنىڭ پوستى، شەترەنجىلەرنىڭ ھەر بىرىنى يەتتە گرامدىن ئېلىپ، ھەممىنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق ھالدا سىركە ۋە ھەسەللەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تۆت گرامدىن يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ، بىر سائەت ئاپتاپتا ئولتۇرغۇزۇلسا تەرلەيدۇ. ئاندىن شۇ كۈنى ياكى ئىككىنچى كۈنى بەھەق بار جايدا قاپارتقۇ بولۇپ، ئۇنىڭدىن زەردار چىقىپ ياخشى بولۇپ كېتىدۇ.

ئۈچىنچى پەسىل قارا داغ

بهق اسود

تونۇش:

بۇ كېسەللىكنىڭ خاراكتېرى ۋە ئالامىتىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولىدۇ.

1. قارا بەھەق: ئەگەر قول بىلەن ئوۋۇلانسا، ئۇنىڭ پوستى بۇغداينىڭ كېپىكىگە ئوخشاش ئاجرىلىدۇ. ئۇۋۇلاپ بولغاندىن كېيىن ئۇ جاي قىزىل كۆرۈنىدۇ.

بىلىش لازىمكى، بەھەق كېسەللىكى ياشلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بولۇپمۇ قارا بەھەق كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

داۋالاش:

سەۋدا خىلىتىنى تازىلاش كېرەك، بۇنى تازىلاش ۋە سۈرۈش ئۈچۈن مائۇلجەبىن، ئەفتىمۇن، غارىقۇن، قارا ھېلىلە، بىستىپايەجلەرنىڭ مەتبۇخىنى بېرىش، بەدەننى، مەزاجنى ھۆللەشتۇرۇش ئۈچۈن مۇنچىغا بېرىش، قان پەيدا قىلغۇچى تاماقلارنى يېدۇرۇش،

سەۋدا خىلىتى، بەدەندىن تازىلىغاندىن كېيىن قارا بەھەقنى سىركە بىلەن ياكى زەرنىخ، زاك، گۈڭگۇرت پوقلىرىنى تۇرۇپنىڭ ئۈرۈقى، قۇستە، كۈندۈر، زاغۇن ئۈرۈقى بىلەن يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم.

2. قارا بەرەس: بۇنىڭدا يەرلىك ئورۇن قىچىشىدۇ ۋە بەك يىرىك بولىدۇ. بۇنىڭدىن بىلىقنىڭ تەڭگىلىرىگە ئوخشاش يۇمىلاق پوست (قاسىراق) ئاجرىلىدۇ. بۇنى ھەم پوستى ئاجرىلىدىغان تەمرەتكە دېيىلىدۇ. بۇ، جوزام (ماخاۋ) كېسەللىكىنىڭ باشلانمىسىدۇر.

قارا بەھەق ئۇچۇن ئېيتىلغان دورىلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. ئەمما بۇنىڭدا سۈرگۈ دورىلىرىنى كۈچلۈكرەك قىلىش ۋە مىزاجنى ھۆللەشتۈرۈشكە كۆپرەك تىرىشىش لازىم.

تۆتىنچى پەسىل سەپكۈن ۋە داغ

كلف ونمش

تونۇش:

سەپكۈن شۇكى، تېرىنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولۇپ، كۆكلىك ياكى قىزىللىقنىڭ ئىپادىلىرى ئۇنىڭدا كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى:

بۇ، كۆپرەك يۈزگە چۈشىدۇ. بۇ سەپكۈن بىلەن قارا بەھەقنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق شۇكى، سەپكۈن ساپ ۋە سۈزۈك بولىدۇ، بەھەق ئۇنداق ئەمەس، بۇنىڭدا يىرىكلىك بولىدۇ، بۇ قارا بەھەق بىلەن سەپكۈن، بەرەسلەرنىڭ ئوتتۇرىسى پەرق قىلىنىدۇ.

سەپكۈن يۇمىلاق بولۇپ، خاس قارا ياكى قىزىلغا مايىل قارا بولىدۇ، بەدەننىڭ تېرىسىدە پەيدا بولىدۇ، كۆپرەك يۈزگە چۈشىدۇ، بۇ بەزىدە چېكتىكە ئوخشاش چۈشىدۇ، بەزىدە چېكتىكە ئوخشاش ئۈزۈن ياكى كەڭ بولىدۇ. بەرەش قارا ياكى قىزىل ياكى ئۇششاق چېكىت بولۇپ، كۆپرەك يۈزدە پەيدا بولىدۇ.

كۆپلىگەن تېۋىپلارنىڭ پىكرى، چېكىتنىڭ رەڭگى قىزىلغا مايىل بولسا، بۇ سەپكۈن دېيىلىدۇ. ئەگەر قارىغا مايىل بولسا، بۇ بەرەش دېيىلىدۇ، ئەگەر بىر قانچە چېكىتلەر بىر - بىرىگە تۇتاش بىر خىل بولسا سەپكۈن دېيىلىدۇ.

بىرى، ئاشقازاندا سەۋدا خىلىتىنىڭ يىغىلىپ، ئۇنىڭدىن كۆيگەن قان خىلىتىنىڭ بۇخارىتى تېرە تەرەپكە چىقىدۇ.

بۇ خىلدىكى سەپكۈننىڭ ئالامىتى ئاشقازان مىزاجى بۇزۇلىدۇ، سەپكۈننىڭ رەڭگى يېشىللىققا ۋە سېرىقلىققا مايىل بولىدۇ، بۇنىڭ چارىسى ئاشقازاننى تازىلاش ۋە ئۇنى

كۆچلەندۈرۈشتۇر.

يەنە بىرى، سەۋدا خىلىتى ئارىلاشقانلىقتىن تېرە بىلەن گۆشنىڭ ئوتتۇرىسىدا قان بۇزۇلۇپ، ئۇنىڭ بۇخاراتى تېرىنىڭ سىرتقى تەرىپىگە تېپىپ چىقىدۇ، بۇ خىلدىكى سەپكۈن تۆت كۈندە بىر نۆۋەت تۇتىدىغان تەپ كېسىلىگە گىرىپتار بولغان كىشىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. يەنە ھامىلدار ئاياللاردا، ھەيز توختاپ قالغان ئاياللاردا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ.

بۇ خىلدىكى سەپكۈننىڭ ئالامىتى شۇكى، سەپكۈننىڭ رەڭگى قارا ياكى قارىغا مايىل قىزىل بولىدۇ.

داۋالاش:

سەۋدا خىلىتىنى ۋە كۆيگەن خىلىتلارنى مەتبۇخى ئەقتىمۇن ۋە غارىقۇن، مائۇلجەبىن ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن سۈرۈپ چىقىرىش لازىم. ئۇلارنى چىقىرىپ تازىلىغاندىن كېيىن يەنە قايتا پەيدا بولماسلىقى ئۈچۈن چېپىلىدىغان دورا (تىلا) لارنى ئىشلىتىش كېرەك.

بۇنىڭ چارىسى يۇقىرىدا ئېيتىلغاندەك كېسەللىك ماددىسىدىن بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن تۆۋەندىكى سۈقۇپ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈسۈلى: ئەقتىمۇن 32 گرام، تۇرىبۇت تۆت گرام، غارىقۇننى تۆت گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ سۈقۇپ قىلىپ، ئىككى قېتىم شەربىتى سىركەنجۈبىل بىلەن يەيدۇ. يەنە قان خىلىتىنى تازىلىغۇچى ۋە سەۋدا خىلىتى ھەيدەپ چىقارغۇچى دورىلار مەنپەئەت قىلىدۇ.

مەزكۇر داغلار (سەپكۈن، نەمەش، بەرەس) نىڭ ھەممىسى ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدىغان چېپىلىدىغان دورا (تىلا) لار: توغرىغۇ، قارىمۇچ، قوغۇن ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى، تەرمىس، تۇرۇپ ئۇرۇقى، كۈندۈش، قوۋزاقدارچىن، قۇستە، ھەببۇلھىلەپ، ئاچچىق بادامنىڭ مېغىزى، سمابىنىڭ توپىسى، ھەببى بىلسان، ئىرسا، قىچىلارنىڭ ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەنجۈرنىڭ شىرىسى بىلەن ياكى ئەنجۈرنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش لازىم. بۇ دورىلارنى ئىشلىتىدىغان ۋاقتىدا ئاۋۋال شۇ جايغا قىزىق سۇ بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ ئاندىن مەزكۇر دورىنى چېپىش لازىم. شۇنداق قىلغاندا دورا تېز تەسىر قىلىدۇ.

كېسەللىك ماددىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن يەنە قايتا پەيدا بولماسلىقى ئۈچۈن بىرقانچە كۈنگىچە قابىز دورىلارنى چېپىپ تۇرۇش لازىم.

سمابىنىڭ توپىسى (تۇرابى سماب) بۇ بىر خىل توپا بولۇپ، سمابىنىڭ كانىدىن چىقىدۇ. بۇنىڭ رەڭگى شېكىرىپقا ئوخشاش قىزىل بولىدۇ.

ئەنجۈرنىڭ شىرىسى شۇكى، قۇرۇق ئەنجۈرنى سۇدا پىشقۇچە قاينىتىپ، ئاندىن سۈزۈپ، يەنە شۇ سۈزگەن سۇنى تا قويۇلغۇچە قاينىتىپ ئېلىنىدۇ. مانا شۇ ئەنجۈرنىڭ شىرىسى دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىلەر پىشىشق ئەنجۈرنى سوقۇپ سىقىدۇ. ئاشۇ سىقىلغان

سۈيىنى ئەنجۈر شىرنىسى دەيدۇ.

ئەنجۈرنىڭ سۈتى شۇكى، ئەنجۈرنى ياكى يوپۇرماقنى بېغىدىن ئۈزگەن ۋاقتىدا ئۈنىڭ بېغىدىن ئاق بىر نەرسە چىقىدۇ، مانا شۇ ئەنجۈرنىڭ سۈتى دېيىلىدۇ.

مەزكۇر داغلارنى يوقىتىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى مەنپەئەتلىك بىرقانچە خىل چېپىلىدىغان دورا (تىلا) لارنى تاللاپ ئىشلىتىش لازىم.

1. رەۋەنچىننى يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەلگە ئېلىشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا بولىدۇ.

2. چەلەكنىڭ ئۈرۈقىنى سوقۇپ، باقلەنىڭ سۈيى بىلەن ياكى توشقانىنىڭ قېنى بىلەن ئېلىشتۇرۇپ چېپىلىدۇ.

3. سېرىق زەرىنخنى يۇمشاق سوقۇپ، ھۆل يۇمغاقسۈتنىڭ سۈيى بىلەن چېپىلىدۇ ياكى تۈرۈپ ئۈرۈقىنىڭ مېغىزى زاراڭزىنىڭ سېرىق سۈيى بىلەن چېپىلىدۇ.

4. زاراڭزىنىڭ سۈيىنى تا قويۇلغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن كېيىن قوۋزاقدارچىن، قۇستىلەرنى يۇمشاق سوقۇپ، شۇنىڭغا ئېلىشتۇرۇپ چېپىلىدۇ ياكى تۈرۈپ ئۈرۈقىنىڭ مېغىزىنى سوقۇپ، سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. مەزكۇر چېپىلىدىغان دورىلارنى مۇنچىغا بارغاندىن كېيىن ياكى قاياناق سۇ بىلەن ھوردانغاندىن كېيىن ياكى قىزىق نەرسە بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزگەندىن كېيىن ئىستېمال قىلىش لازىم.

ئەسكەرتىش: چېپىلىدىغان دورىلارنى ئىستېمال قىلغان ۋاقتىدا ئەزانىڭ جاراھەت بولماسلىقى ئۈچۈن ئېھتىيات قىلىش لازىم. ئەگەر مەزكۇر دورىلارنى چاپقاندىن كېيىن كۆپۈش، ئېچىشىش ئەھۋاللىرىنى پەيدا قىلسا، گۇل يېغىنى سۈركەش كېرەك.

بەشىنچى پەسىل خال (مەك)

خىلان

تونۇش:

بۇ بىر خىل مەك بولۇپ، قارا ياكى قىزىل ياكى ئاقۇش چېكىتتىن ئىبارەت بولۇپ، بەدەننىڭ تېرىسىگە ۋە يۈزىگە پەيدا بولىدۇ.

سەۋەبى:

غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتى ياكى غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن بولىدۇ.

ئالامىتى:

بەدەننىڭ تېرە يۈزىدىن بىرئاز كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ.

بۇ مەڭ تۇغما بولىدۇ ياكى يېڭىدىن پەيدا بولىدۇ، تۇغما مەڭنى داۋالىماسلىق كېرەك. شۇنىڭدەك زىننەت بولغان مەڭگە ياكى شاتۇتقا ئوخشاش خالىس قىزىل بولغان مەڭگە تەگمەسلىك كېرەك. قىزىل مەڭگە تۆمۇر ئەسۋابنى ياكى ئۆتكۈر دورىلارنى ئىستېمال قىلىش خەتەرلىك. چۈنكى مەڭنىڭ خالىس قىزىل بولغانلىقى ھەربىكەتلىك تومۇرلارنىڭ كۆپ بولغانلىقىغا دالالەت قىلىدۇ. تىغ ياكى ئۆتكۈر دورىلارنى ئىشلەتكەن سەۋەب بىلەن ھەربىكەتلىك تومۇرلارغا دەخلى يەتسە، قان كېتىش ئەھۋالىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ ياخشى ئەھۋال ئەمەس، مەڭنىڭ بەك ئاز ياكى كىچىك بولغىنىنى داۋالاشنىڭ ھاجىتى يوقتۇر.

داۋالاش:

بۇنىڭ چارىسى ھەم سەپكۈندە ئېيتىلغاندەك سۈرگە دورىلىرىنى بېرىش، كېسەللىك مەددىسىنى تازىلاش، داغنى ئالغۇچى ۋە پارقىراتقۇچى دورىلارنى چېپىشتىن ئىبارەت. چۈنكى مەڭنىڭ مەددىسى قويۇقراق ۋە تارقىتىش قىيىنراقتۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئەگەر بۇ داغلارنى ئالغۇچى ۋە پارقىراتقۇچى دورىلار بىلەن يوقالمىسا، بۇنى يېڭىنە بىلەن كولاپ، ئۇنىڭ ئىچىدە ئۇيۇپ قالغان قانىنى ئاۋايلاپ چىقىرىپ، ئاندىن كېيىن سىركە بىلەن يۇيۇلسا، ئۇيۇپ قالغان قان پۈتۈنلەي تۈگەيدۇ.

تومۇرلارنىڭ ئاغزىنى داغلىۋەتسە قايتا قوزغالمايدۇ. ئاندىن كېيىن موم يېغىنى چېپىپ ياكى تېڭىپ قويۇلسا، مەڭ ئاجىرىلىپ چۈشۈپ كېتىدۇ.

ئالتىنچى تېرىدىكى كۆكلۈك

خضرت - سواد

سەۋەبى:

بۇ تېرىنىڭ ئاستىدا قان توختاپ قېلىش ئارقىلىق شۇ جاي كۆك كۆرۈنىدۇ. بۇنداق بولۇشى بىرەر ئەزاغا تاياق تېگىدۇ ياكى يىقىلىدۇ. شۇ سەۋەب بىلەن شۇ جايدىكى نېپىز پەردىنىڭ تومۇرى تېرىنىڭ ئاستىدا يېرىلىپ، ئاندىن ئۇنىڭدىن قان چىقىپ ئويۇپ قالىدۇ ياكى تاشقى تەرەپتىن تېرە ۋە تومۇرغا بىرەر جاراھەت پەيدا بولۇپ، ئاندىن قان دېگەندەك بىمالال چىقالماي، تېرىنىڭ ئاستىغا يىغىلىپ قالىدۇ. شۇنىڭ بىلەن كۆك كۆرۈنىدۇ.

داۋالاش:

مەزكۇر قانىنى ئېرىتىش ۋە تارقىتىش ئۈچۈن چەلەڭنىڭ يوپۇرمىقى ياكى تۇرۇپنىڭ ياكى پۇدىنەنىڭ يوپۇرمىقىنى ياكى زەرنىخ بىلەن ئوشەقنى ياكى توغرىغۇ بىلەن سىركىنى يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش لازىم. ئەگەر بۇ دورىلار كۈپايە قىلمىسا، قاراش لازىمكى، ھازىر قان ئۇيۇغانمۇ يوق، ئەگەر قان ئۇيۇمىغان بولسا، بۇ ھالەتتە يېڭىلەر بىلەن كولاپ

تېشىپ، قانىنى چىقىرىش، قان چىقىش جەريانىدا چىققان قانىنى ئېيتىپ تازىلاپ تۇرۇش كېرەك. شۇنداق قىلغاندا قان تولۇق چىقىدۇ.

ئەگەر قان ئويۇپ قالغان بولۇپ، ئۇنى ئېرىتىشنىڭ يولى بولمىسا، مۇنداق ھالەتتە تېرىنىڭ بىر تەرىپىدىن نەشتەر بىلەن يېرىپ، ئاندىن شۇ ئويۇپ قالغان قانىنى تېرىنى كۆتۈرۈپ تۇرۇپ، ئۇنى يىڭنىنىڭ ئۇچى بىلەن ئاستا - ئاستا چىقىرىۋېتىپ، شۇ جايغا تۇزنى يۇمشاق ئېزىپ سۈركەش، توغرىغۇ، سقىچ قاتارلىقلارنى تېڭىش لازىم.

ئەسكەرتىش: تاياق تەگكەندىن كېيىن كۆكلۈك پەيدا بولغان بولۇپ، ھازىر تېخى تاياقنىڭ ۋە جاراھەتنىڭ ئاغرىقى ۋە ھارارىتى بار بولسا، مۇنداق ھالەتتا تا ئاغرىق توختىغۇچە بۇ چارە - تەدبىرلەرنىڭ ھېچبىرىنى قوللىنىشقا بولمايدۇ.

يەتتىنچى پەسىل تېرىگە چېكىلگەن نەقىش ۋە سۈنئىي خال وشۇم

سەۋەبى:

بۇ تېرىنى يىڭنىدەك بىرەر ئەسۋاب بىلەن كولاپ، ئاندىن شۇ جايغا سۈرمە ياكى نىل قاتارلىقلارنى تولدۇرۇپ قويۇش، قارا رەڭنى ياكى كۈدىنىڭ سۈيى ۋە باشقىلارنى سۈركەپ قويۇش، شۇنىڭ بىلەن ئاشۇ جايدا ھاۋا رەڭ ياكى قارا نەقىش ۋە مەڭ پەيدا قىلىشتىن ئىبارەت. ئەرەب مەملىكەتلىرى ۋە ھىندىستانلاردا كۆپ بولۇپ، ھازىر مەملىكىتىمىزدىمۇ پەيدا بولدى. ئۇلار بۇنى «زىننەت» دەپ قىلىشىدۇ. ئەمما ھەقىقەتتە بۇ ئىش ھەممىدىن سەت ئىشتۇر.

داۋالاش:

ئەگەر مەزكۇر نەقىشلەرنى چىقىرىشنى ۋە يوقىتىشنى خالىسىلا ئاۋۋال، يەرلىك ئورۇننى توغرىغۇ ۋە قىزىق سۇ بىلەن سۈركەپ يۇيۇپ، ئاندىن كېيىن سقىچنى ھەسەل بىلەن يۇمشىتىپ، شۇ جايغا تېڭىپ ئۈچ كۈن توختىتىش كېرەك. ئاندىن ئۈچىنچى كۈنىدىن كېيىن مەزكۇر تېڭىلغان دورىنى ئېلىۋېتىپ، تۇز ۋە قىزىق سۇلار بىلەن يۇيۇپ، يەنە سقىچنى ھەسەل بىلەن يۇمشىتىپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش لازىم. شۇ تەرىقىدە تاكى نەقىشنىڭ ئىزى پۈتۈنلەي يوقىلىپ، تۇگىگەنگە قەدەر تېڭىۋېرىدۇ.

ئەگەر بۇ دورا بىلەن يوقالمىسا، مۇنداق ھالەتتە بالادۇر ھەسلىنى ئۇنىڭ ئۈستىگە قويۇپ، ئاندىن كېيىن بالادۇرنىڭ تەسىرى تولۇق چوڭقۇرراق ئولتۇرسۇن ئۈچۈن يىڭنە سانجىش لازىم. تېرىگە چاقا پەيدا قىلغۇچى باشقا دورىلار ھەم شۇ تەسىرنى بېرىدۇ. تېرىگە چاقا پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ تېرىنى يېيىشى يوقالغاندىن كېيىن، نەشتە بىلەن شۇ جاينىڭ تېرىسىنى ئېلىۋېتىپ، ئاندىن كېيىن مەلھەملەر بىلەن پۈتتۈرۈش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن يېڭى تېرە ئۇنۇپ ياخشى بولىدۇ.

سەككىزىنچى پەسىل تېرە قىزىرىپ قېلىش

بادشنام

ئالامىتى:

بۇ گۈل رەڭگە مايىل بىر خىل قىزىللىق بولۇپ، يۈزىنىڭ ۋە قول - پۇت تېرىلىرىنىڭ ئۈستىگە پەيدا بولىدۇ. بولۇپمۇ قىش كۈنلەردە ۋە سوغۇق ۋاقىتلاردا ھۆل چاقىلار بىلەن بىرگە بولىدۇ. مەزكۇر بادۇشنام (تېرە قىزىرىپ قېلىش) جوزام كېسەللىكىنىڭ باشلانمىسىدۇر.

داۋالاش:

ئىچىنى سۈرۈپ كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ھېلىلىنى بېرىش، ئاندىن كېيىن شۇ ئەزانىڭ ئۆزىدىن كېسەللىك ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن كېسەللەنگەن ئەزاغا نەشتەرلىك لوڭقا قويۇش ۋە زۇلۇك قويۇتىنى ئېسىلدۇرۇش لازىم. بەدەننى ئەزانىڭ ئۆزىنى تازىلىغاندىن كېيىن مۇمكىن ۋە ئوڭاي بولسا، شۇ ئاپەت چۈشكەن جاينى يىرىك نەرسىلەر بىلەن تاتىلاش لازىم. شۇنىڭ بىلەن ئۇ جايدىن كۆپلىگەن قان چىقىدۇ. بۇ قاننىڭ چىققانلىقى ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇ جاينىڭ گۆشخور بولۇپ يېيىلىپ كېتىشىنى ۋە يىرىڭلىق چاقىغا ئايلىنىشىنى توسىدۇ، يەنە ئومۇميۈزلۈك ھەممە بەدەننى ۋە مەخسۇس ئەزانى تازىلىغان ۋاقتىدا، شۇ جايغا تۇز چېچىش لازىم.

ئەگەر مەزكۇر جاي قىچىشمىسا ۋە يىرىڭلىق چاقا بولسا، بۇنداق جايدا مەلھىمى ئەھمىرە، مەلھىمى خال قاتارلىق مەلھەملەرنى شۇ جايغا چېپىش لازىم.

مەزكۇر كېسەل بولغان ئەزادا قېلىپ قالغان بۇزۇق قاننى تازىلاش ئۈچۈن ھەممىدىن مەنپەئەتلىكى، شۇ جايغا سوپۇننى چېپىپ تا قۇرۇغىچە قويۇشتۇر. بۇ قاننى ئېرىتىپ تارتىدۇ. ئاندىن كېيىن ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇش، ئاندىن كېيىن قايتا يەنە سوپۇننى چېپىپ، تا قۇرۇغىچە قويۇپ، ئاندىن قىزىق سۇ بىلەن يۇيۇش لازىم. تاكى ماددا پۈتۈنلەي چىقىپ تېرە تازىلانغانغا قەدەر شۇ تەرىقىدە قىلىۋېرىش لازىم.

توققۇزىنچى پەسىل رەڭگى - روھىنىڭ بۇزۇلۇشى

فسادلون

تونۇش:

بۇ بەدەن رەڭگىنىڭ بۇزۇلۇپ ئاۋۇالقى ھالىتىدىن باشقا بىر ھالەتكە ئۆزگىرىپ قالغانلىقىدىن ئىبارەت كېسەللىكتۇر.

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com

داۋالاش:

سەۋەبىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن ئۇنى داۋالاش تۆۋەندىكىدەك ئالتە خىل بولىدۇ:

1. بەدەننىڭ رەڭگىنى ئۆزگەرتكۈچى بۇزۇق خىلىتنى بەدەننى باشقۇرغۇچى قۇۋۋەت (تەبىئەت) تېرىنىڭ سىرتقى تەرىپىگە سۈرۈپ ھەيدەيدۇ. شۇ سەۋەب بىلەن بەدەننىڭ رەڭگى بۇزۇلىدۇ.

بۇنى داۋالاشتا: بەدەننىڭ تېرىسىنى پارقىراتقۇچى ۋە جۇلا بەرگۈچى دورىلاردىن ئارپىنىڭ ئۇنى، تۇرۇپنىڭ ئۇرۇقى، ئېرسا، قوغۇننىڭ ئۇرۇقى، بادام، نىشاستە، كەتىرا، توغرىغۇ ۋە شۇلارغا ئوخشاشلارنى يۇمشاق ئېزىپ، سۇت بىلەن ئېلىشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ تاكى قۇرۇغىچە قويۇپ، ئاندىن كېيىن قىزىق سۇ بىلەن يۇيۇش، شۇ تەرىقىدە بىر قانچە قېتىم چېپىپ ۋە يۇيۇش لازىم. شۇنىڭ بىلەن بەدەن ئۆزىنىڭ ئەسلىي رەڭگىگە كېلىدۇ.

2. بەدەندىكى بۇزۇق ماددا كۆپىيىپ قانغا ئارىلىشىدۇ. ئاندىن تېرە بەدەندىكى غالىب ماددىنىڭ رەڭگى بىلەن رەڭلىنىپ قالىدۇ. مەسىلەن: مۇنداق ئەھۋال يەرقان كېسەللىكىدە كۆرۈلىدۇ.

بۇنى داۋالاشتا ئېھتىياجغا قاراپ سۈرگە دورىلىرىنى بېرىش بىلەن ئاۋۋال بەدەننى تازىلاش، ئاندىن كېيىن يۇقىرىقىغا ئوخشاش بەدەننى پارقىراتقۇچى ۋە جۇلا بەرگۈچى دورىلارنى چېپىش لازىم. شۇنىڭ بىلەن بەدەننىڭ رەڭگى ئەسلىي ھالەتكە كېلىدۇ.

3. جىگەردە ياكى تالدا ياكى ئاشقازاندا بىرەر كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. شۇ سەۋەب بىلەن بەدەننىڭ رەڭگى ئۆزگىرىدۇ. مەزكۇر ئەزالاردىن بىرەر ئەزادا كېسەللىك بولىدۇ. شۇ ئەزالارنىڭ ئۆتەيدىغان خىزمەتلىرىدە ئاجىزلىق ئەھۋال كۆرۈلىدۇ.

بۇنى داۋالاشتا مەزكۇر ئەزالارنىڭ كېسەللىكلىرىنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان دورىلارنى ئېھتىياجىغا قاراپ ئىستېمال قىلىش لازىم.

4. بىرەر ئەزا ئۇزۇن ۋاقىتقىچە ئاپىتاپتا تۇرۇپ قارىداپ كېتىدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى ئاپتاپنىڭ ھارارىتى ئۆتۈشى بىلەن خىلىتلار ئېرىپ، تېرە تەرەپكە مايىل بولىدۇ. ئەگەر ئەزا يېپىقلىق ئورۇندا بولسا، مەزكۇر خىلىت تەر بىلەن چىقىپ كېتىدۇ. ئەزا ئوچۇق ئورۇندا بولسا، خىلىتلار ئاپتاپقا ئۇچراش بىلەن تېرىدە كۆيۈپ، تېرىدىكى ئۇششاق تۆشۈكلەردە توختاپ قالىدۇ. شۇنىڭ بىلەن ئەزا قارىيىدۇ، ئىسسىق شامالغا يولۇقۇش بىلەن بەدەننىڭ رەڭگىدە ئۆزگىرىش پەيدا بولىدۇ. بۇ ھەم مۇشۇ تۆتىنچى خىلغا كىرىدۇ.

بىلىش لازىمكى، قىش پەسىللىرىدە ۋە سوغۇق ۋاقىتلاردا بەدەننىڭ رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشىگە سەۋەب بولغان نەرسە تاشقى سوغۇقتىن قورقانلىقتىن ھارارىتى غەرىزى ئىچكى تەرەپكە مايىل بولىدۇ. بەدەندىكى ئۆت ماددىسىنىڭ ھارارىتى سىرتقى تەرەپكە غەلىبە قىلىپ، تېرىنى كۆيدۈرۈپ قارايتىپ قويىدۇ.

يەنە بۇنىڭ سەۋەبى، سوغۇقتا تېرە قېتىۋېلىش ئارقىلىق قان تېرىنىڭ ئاستىدا ئۇيۇپ قالغانلىقتىن بولۇشى مۇمكىندۇر.

بۇنى داۋالاشتا مۇنچىغا بېرىپ يۇيۇنۇش، قاينىاق سۇنىڭ هورى بىلەن هوردىنىش لازىم. شۇنىڭ بىلەن تېرە يۇمشايدۇ. تېرە يۇمشىغاندىن كېيىن تۆۋەندىكى تېرىنى پارقىراتقۇچى دورىلارنى چېپىش لازىم.

باقىلەنىڭ ئۇنى، ئەدەسىنىڭ ئۇنى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ شاكىلى، ئېكەكلەنگەن پىل چىشى، ئاچچىق بادامنىڭ سېسىغان ئۇچكىسى (ئۇرۇقى)، تۇرۇپنىڭ ئۇرۇقى، نىشاستەلەرنى باراۋەر مىقداردا سوقۇپ، تاسقاپ سۇت بىلەن ياكى ياۋا پىدىگەننىڭ سۇيى بىلەن ياكى تۇرۇپ يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

يەنە بىر خىل زىمات بولۇپ، بۇ يۇزنى قىزارتىشقا بەك ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

كۇندۇش، زەپە، ئوردان، ساپ مۇرمەككى، مەستىكىلەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ، پىيازنىڭ سۇيى بىلەن يۇزگە چېپىلىدۇ.

يەنە بىر خىل زىمات تېرىنىڭ سېرىقلىقىنى ۋە يەرقاننى يوقىتىش ئۈچۈن مەنپەئەت قىلىدۇ.

پىرسىياۋشان، شىخ ئەرمىنى (شۇاق)، مەرزەنجۇش، جۆئىدە، بابۇنە، ئوقھوۋان (بابۇنەنىڭ بىر خىلى)، ياۋا سېرىقچېچەك، پورتىخاللارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ، شۇنىڭ سۇيى بىلەن يۇز قايتا ـ قايتا يۇيۇلىدۇ.

5. بەدەننىڭ رەڭگىنى ئۆزگەرتكۈچى نەرسىلەرنى كۆپ يېگەنلىكتىن بولىدۇ. مەسىلەن: جۇۋىنە، زىرىلەرنى كۆپ يېسە، ئۇزۇن توختاپ قالغان ۋە ئىشلىتىشكە بولمايدىغان سۇنى خېلى بىر ۋاقىتقىچە ئىچسە، سىركىنى كۆپ ئىچسە، گىلنى داۋاملىق هالدا كۆپ يېسە شۇنداق بولىدۇ.

بۇنى داۋالاشتا تاماقنى ئۆزگەرتىش، بەدەن رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشىگە سەۋەب بولىدىغان نەرسىلەردىن ساقلىنىش ۋە ئۇنى چەكلەش لازىم. بەدەننىڭ رەڭگىنى تۇزەتكۈچى ۋە ياخشىلىغۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىش، زىيان قىلىدىغان نەرسىلەردىن ساقلىنىش لازىم.

6. ئۇزۇن ۋاقىتقىچە كېسەللىك تارتىش، ئوزۇقلۇقنىڭ يېتىشمەسلىكى، كۆپ غەمكىن بولۇش، جىنسىي مۇناسىۋەتنىڭ كۆپ بولۇشى، دەردنىڭ قاتتىق بولۇشى، هاۋانىڭ پەۋقۇلئاددە ئىسسىپ كېتىشى قاتارلىق ئەهۋاللار بەدەن رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشىگە سەۋەب بولىدۇ.

بۇنى داۋالاشتا كېسەللىكلەرنى ئۇزۇن تارتقان سەۋەبتىن رەڭگى ئۆزگەرگەن بولسا، بۇنىڭدا بەدەننى قۇۋۋەتلەشكە تىرىشىش كېرەك. ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىكتىن بولسا، تاماقنى كۆپەيتىش، ياخشى، سۈيۇق، قان پەيدا قىلغۇچى تاماقلارنى يېيىشكە بۇيرۇش،

ئۇيغۇر كتاب نۇر بېكىتى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كتابلارنىڭ تورى بېكىتى

جىنسىي مۇناسىۋەتنى كۆپ ئۆتكۈزگەنلىكتىن بولغىنىدا، جىنسىي مۇناسىۋەتنى چەكلەش كېرەك.

بىر ئەزا قاتتىق ئاغرىغانلىقتىن بولغاندا ئاغرىقنى توختىتىشقا چارە قىلىش كېرەك. ھاۋانىڭ پەۋقۇلئاددە ئىسسىق بولغانلىقىدىن بولسا بەدەننى سوۋۇتۇش، ئولتۇرىدىغان جايىنىڭ ھاۋاسىنى سۆرۈنلەشتۈرۈشكە توغرا كېلىدۇ. مەسىلەن: تەپلەرنىڭ بايانىدا، ھەر خىل سوۋۇتقۇچى نەرسە ۋە ئۇسۇللار سۆزلەپ ئۆتۈلدى. مۇزاپىق كېلىدىغانلىرىنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

ئەسكەرتىش: قانىنى قويۇق، ئارتۇق نەرسىلەردىن تازىلىغۇچى ۋە پاك قىلغۇچى دورىلار ئىتتىرىغىل (تۆت ھېلىلە ئاساس قىلىنغان ھالدا تەييارلانغان مۇرەككەپ دورا)، ھېلىلە مۇرابباسى قاتارلىقلاردۇر. قانىنى بەدەنگە يايغۇچى ۋە تارقاتقۇچى نەرسىلەر قارىمۇچ، سەئدە، قەلەمپۇر، زەپەر، زۇپا قاتارلىقلاردۇر. بۇلارنى تاماقتا سېلىپ يېرىش لازىم. بەدەنگە چېپىش بىلەن قانىنى ئىچكى تەرەپتىن سىرتقى تەرەپكە تارتقۇچى دورا تۆۋەندىكىچە: قىچا، زەرنىخلەرنى يۇمشاق ئېزىپ، كالىنىڭ سۈتى بىلەن ئېلىشتۇرۇپ بەدەنگە چېپىلىدۇ. يەنە بىر خىلى مەستىكى، كۈندۈر، مۇرمەككىلەرنى ئېزىپ، ياۋا پىيازنىڭ سۈيى بىلەن ئېلىشتۇرۇپ مەزكۇر ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

ئونىنچى پەسىل تېرە يىرىكلىشىش ۋە سويۇلۇش

قىسقىچە نەزەرىيە

تونۇش:

بۇ كېسەللىكتە تېرىگە يىرىكلىك ۋە قاتتىقلىق پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭدىن بېلىقنىڭ قاسىرىقىغا ئوخشاش يىرىك پوستلار ئاجرىلىدۇ.

داۋالاش:

بۇنى داۋالاشتا مىزاجنى ھۆللەشتۈرۈش ئۈچۈن ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى تاماقلار، مەسىلەن: سۈت ئەمگۈچى جانىۋارلارنىڭ گۆشى، سەي قاپىقى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلارنى يېگۈزۈش لازىم،

يېڭى سېغىلغان سۈتنى ئىچىش بەك ئوبدان تەسىر بېرىدۇ، داۋاملىق مۇنچىغا بېرىپ تۇرۇش، ئارام ئېلىش، ھۆل سوغۇق ياغلارنى ۋە قىرۇتى (موم يېغى) نى بەدەنگە سۈركەش مەنپەئەت قىلىدۇ.

بەزىدە يۇڭدىن قىلىنغان ئاياغ كىيىم، مەسىلەن: پىيما ۋە كىگىز پايپاقتا ئوخشاشلار-نى كىيىش ۋە ئوراش بىلەن پۇتلاردا قوۋزاقلىشىش پەيدا بولىدۇ. يەنى يىرىكلىشىپ

پوستلىرى سويۇلىدۇ ياكى قاتتىق يىرىك نەرسىلەر بىلەن ئۇچرىشىش ۋە ئۇنىڭدا مېڭىش بىلەن مۇشۇنداق بولىدۇ.

بۇنى داۋالاشتا خېنە، بەللۇت، گۈلنار، ئانار پوستى، جەۋزى سەرۋە (سەرۋە دەرىخىنىڭ مېيىسى) لەرنى سوقۇپ، تاسقاپ، سۇدا قاينىتىپ يۇمشاق قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش لازىم.

بەزىدە پېشانىدىن، نېپىز، قۇرۇق قاسىراقلار ئاجرىلىدۇ ۋە سويۇلىدۇ ۋە بىرئاز قىچىشتۇرىدۇ.

بۇنى داۋالاشتا ئايارەجلەر ۋە غار ـ غار قىلىنىدىغان دورىلار ئارقىلىق مېڭىنى تازىلاش لازىم. ئاندىن كېيىن شۇ جاي يۇمشىسۇن ئۇچۇن ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇش ۋە ئۇنىڭ ئۇستىگە قىرۇتى (موم يېغى) نى سۈركەش لازىم.

تۆۋەندىكى زىمات مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ ئۇسۇلى: ئەدەسىنىڭ ئۇنى، قىزىلگۈل ياكى پۇرچاق، باقلە، پوستى ئېلىنغان ئارپىلارنىڭ ئۇنىنى زۇپانىڭ سۇيى بىلەن ئېلىشتۇرۇپ، خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش ۋە تېڭىش لازىم.

ئون بىرىنچى پەسىل قول ـ پۇت، يۇز ۋە لەۋلەرنىڭ يېرىلىش
شقاق اطراف ووجه وشفت

سەۋەبى:

ئەگەر مەزكۇر ئەزالارنىڭ يېرىلىشىنىڭ سەۋەبى بەدەننى قۇرۇتقۇچى ئىسسىقلىققا ۋە ئەزانى توڭلىتىپ، قاتۇرغۇچى سوغۇققا ئۇچراش ياكى زەمچىنىڭ سۇيى، زاكىنىڭ سۇيى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قاتۇرغۇچى نەرسىلەرنىڭ سۇيى بىلەن يۇيۇنۇشقا ئوخشاش سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ.

مۇنداق كېسەللىكلەردە تېرىنى يۇمشاتقۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىش، مەسىلەن: موم يېغى. باشقا ھەممە ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى ياغلار ۋە چاۋا بولۇپمۇ بادام يېغى، مېكىيان توخۇ يېغى، ئۆردەكنىڭ يېغى قاتارلىقلار بىلەن شۇ جايىنى ياغلاش لازىم.

ئەگەر بۇنىڭ سەۋەبى مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقتىن ئۆزگەرگەنلىكىگە ئوخشاش ئىچكى سەۋەبلەردىن بولغان بولسا، مۇنداق ھالەتتە ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى سۈتلەر ۋە ياغلارنى ئىچىش بىلەن مىزاجنى ھۆللەشتۇرۇشكە تىرىشىش لازىم.

ئەگەر مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقتىن ئۆزگىرىشى ماددىدىن بولسا، بۇنداق چاغدا ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى سۈرگە دورىلىرى بىلەن كېسەللىك ماددىلىرىنى تازىلاش ۋە مىزاجنى ئۆزگەرتىش لازىم. مىزاجنى ھۆللەشتۇرگەن ۋە ئۆزگەرتىپ يۆتكىگەندىن كېيىن ئەزانى

ئۇيغۇر كىتاب نەشرىياتى www.uyghurkitap.com

ھۆللەشتۇرگۈچى، يېرىقلارنى تۇتاشتۇرغۇچى بىرەر نەرسىنى چېپىش لازىم. بۇ ھەقتە ھەربىر ئەزا ئۆچۈن چېپىلىدىغان مەخسۇس دورىلار بولىدۇ. ئەمما يۇزنىڭ يېرىقلىرى توغرۇلۇق مەخسۇس بولغان دورا، ئاق موم، زۇفايى رەتىب (قويلارنىڭ قۇيرۇق ۋە يوتىلىرىنىڭ يىرىقلاردىن چىقىدىغان مونەك كىرلەر)، ئۆرەدەكنىڭ يېغى، نىشاستە، كەتىرا، بېھى ئۇرۇقىنىڭ شىرنىسى، گۈل يېغى قاتارلىق بىلەن مەلھەم تەييارلاپ چاپسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

كالپۇكىدىكى يېرىقلارغا مەخسۇس بولغان دورا: گۈل يېغى، خېنىنىڭ يېغى، ئۆر-دەكنىڭ يېغى، چىشى ئۆچكىنىڭ يېغى، سقىچ، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۈڭگۈزى قاتارلىقلار-نى بىر - بىرىگە ئېلىشتۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ مەزكۇر يېرىققا قويۇپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئىچكى پوستى چاپلاپ قويۇلسا، قويۇلغان دورىنى قۇرۇتماي ئۇزۇنغىچە تۇتۇپ تۇرىدۇ.

توخۇ تۇخۇمىنىڭ مەزكۇر پوستى كالپۇكقا قويۇپ قويۇلسا، كالپۇكتىكى ئادەمنى بىئارام قىلىدىغان يېرىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ، موزىنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل-گە ئېلىشتۇرۇپ چاپسا ياكى زەيتۇن يېغى، سقىچ، ئۆرەدەكنىڭ يېغى قاتارلىقلارنى بىر - بىرىگە ئېلىشتۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلسا ھەم شۇ تەسىرنى بېرىدۇ.

ئىككى قولدىكى يېرىقلارغا كۈنجۈت ۋە بىنەپشىلەرنى يۇمشاق ئېزىپ، سۇماي ۋە چاۋا ياغلار بىلەن ئېلىشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇلسا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىككى پۇتتىكى يېرىقلار ھۆل زىپتىنى تەنھا چاپسا ياكى زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا ياكى سقىچ پىشۇرۇلغان زەيتۇن يېغىنىڭ دۈغلىرىنى سوقۇلغان ياۋا پىياز بىلەن ئېلىشتۇرۇپ، مەزكۇر يېرىققا قويۇلسا تېز مەنپەئەت قىلىدۇ.

تاپاندىكى يېرىقلارغا موزا، كەتىرالارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ئۆچكىنىڭ ئېرىتىلگەن يېغى بىلەن ئېلىشتۇرۇپ قويۇلسا مەنپەئەت قىلىدۇ، سۇندۇرۇس يېغىنى چاپسا، پىننىنى كاللا - پاچاقلارنىڭ يېغى بىلەن ئېلىشتۇرۇپ چاپسا ياكى كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى، ئاق موم، بىنەپشە ياغلىرىنىڭ ھەممىسىنى بىرلەشتۇرۇپ، ئاندىن شۇنىڭغا بىرئاز مۇردار-سەگىنى سوقۇپ ئېلىشتۇرۇپ چاپسا ھەم شۇ تەسىرنى بېرىدۇ. مۇردارسەگىنى يۇمشاق سوقۇپ، زەيتۇن يېغىدا قويالغۇچە پىشۇرۇپ، ئاندىن شۇنىڭدىن بىرقانچە قېتىم يېرىققا تېمىتسا ھەم بولىدۇ، تاپاندىكى يېرىقنى داۋالاشقا ئاۋۋال شۇ يېرىق يۇمشىغۇچە تاپاننى قىزىق سۇدا يۇيۇپ تازىلاپ، ئاندىن داۋالاش كېرەك، دورىنى ئىشلەتكەندىن كېيىن پۇتنى چاڭ ۋە توزانلاردىن ساقلاش لازىم. بۇ ھەقتە ئېھتىيات ئۆچۈن پۇتىغا ئاياغ كىيىپ ئىسسىق ساقلاش كېرەك. سوغۇق سۇنى تەگكۈزمەسلىك لازىم.

چاڭ، توپا، سوغۇق ھاۋا، سۇ قاتارلىقلار بارلىق يېرىقلار ئۆچۈن زەرەرلىكتۇر. بەزىدە ئېغىزنىڭ ئىككى جاۋغىيىغا ئىچكى تەرەپتىن شورلۇق، ھۆللۈك چۈشىدۇ، شۇ

سەۋەب بىلەن مەزكۇر ئىككى جاۋغايدا يېرىق پەيدا بولىدۇ. بۇ يېرىق ئاق ۋە ھۆل كۆرۈنىدۇ.

ئۇنى داۋالاشتا سۈرگە دورىلىرىنى بېرىش، ئاندىن كېيىن موزىنى سىركىدە قايناتىپ، شۇنىڭ بىلەن ئاغزىنى چايقاش، سۈماقنىڭ سۈيى، ئاچچىق ئانارنىڭ سۈيىلىرى بىلەن سۈرمىنى ئېزىپ مەزكۇر ئورۇنغا چېپىش لازىم. ئەگەر قاپاق يېغى، بادام يېغى، ئاق مومىلار بىلەن قىرۇتى (موم يېغى) تەييارلاپ، ئۇنى ئاچچىق ئانارنىڭ سۈيى، سۈماقنىڭ سۈلىرى بىلەن قۇۋۇتلەندۈرۈپ چاپسا مەنپەئەت قىلىدۇ. بەزىدە پۇتنىڭ ئالقىنىدا، بولۇپمۇ تاپاندا ئاغرىق پەيدا بولۇپ، ئادەم پۇتنى يەرگە قويۇشقا جۈرئەت قىلالمايدۇ. ئۇنىڭ ئاساسلىق سەۋەبى بەدەن تەرەپتىن ئىسسىق ۋە سۇيۇق ماددا پۇتقا قۇيۇلغانلىقتىن بولىدۇ. بۇ كېسەللىك سۇ چۇشۇش دەپ ئاتىلىدۇ.

ئۇنى داۋالاشتا قەي قىلىش، گۇل يېغى بىلەن سۈركەپ ياغلاش لازىم. ئەگەر ئىششىق پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭدا يىرىڭ يىغىلسا، ئۇنى تۆمۈر ئەسۋاب بىلەن ياكى گۆشخور دورىلار بىلەن ئېغىز ئالدۇرۇش، يىرىڭ تولۇق چىقسۇن ئۇچۇن جاراھەتنىڭ ئاغزىنى كەڭ ئېچىش كېرەك. ئاندىن كېيىن موزىلارنى يۇمشاق ئېزىپ، سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ شۇ جايغا تېڭىش لازىم. ئەگەر بۇ جاينىڭ تېرىسى قاتتىق بولغان سەۋەبتىن تېزراق پىشمىسا، بۇ ھالەتتە بىر پارچە يېڭى قۇيرۇق ياغنى شۇ جايغا تېڭىپ قويۇش لازىم. شۇنىڭ بىلەن جاراھەت پىشىدۇ ۋە ئېغىز ئالىدۇ. ئەگەر بۇ جايدىكى ئىششىقنىڭ ئېغىز ئېلىشىنىڭ كېچىكىش سەۋەبى كېسەللىك ماددىسىنىڭ توڭلاپ قالغانلىقىدىن بولسا، تۆمۈرنى قىزىتىپ چوڭقۇر داغلاش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن ئۇ يوقىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: تاپان ئاغرىقى بوغۇم ئاغرىقى بايانىدا ئېيتىلىپ ئۆتتى. شۇ جايغا قاراش كېرەك.

ئون ئىككىنچى پەسىل تېرە سۈرۈلۈپ كېتىش

سوج جلد

سەۋەبى:

بۇنىڭ سەۋەبىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك تۆت خىل بولىدۇ.

1. قاتتىق، يىرىك نەرسىنى كۆتۈرگەنلىكتىن ياكى يىرىك نەرسىگە ئۇچراشقانلىقتىن ۋە سۈركەشكەنلىكتىن بولىدۇ.

2. ئاتقا مىنگەنلىكتىن سۈرۈلىدۇ. بولۇپمۇ ئاتنى ئاز مىنگەن كىشىلەرنىڭ ساغرىسى قىزىيدۇ ۋە سۈرۈۋېتىدۇ. خۇسۇسەن ساغرا بىلەن ئېگەرنىڭ ئوتتۇرىسىدا يۇمشاق بىر نەرسە قويۇلمىسا، ساغرىنى تېخىمۇ يېغىر قىلىۋېتىدۇ.

3. تار جاي، تار ئاياغ كىيىمنى كىيگەنلىكتىن سقىلغان پۇت زىددىلىنىپ، يېغىر بولىدۇ.

4. يىرىك ئارغامچا بىلەن بىرەر ئەزا قاتتىق باغلىنىدۇ ياكى قاتتىق تارتىلىدۇ. شۇ سەۋەب بىلەن تېرىنىڭ پوستى سۇرۇلۇپ يېغىر بولىدۇ.

داۋالاش:

ئەگەر تېرىنىڭ سۇرۇلۇشى كۆپ بولۇپ، شۇ جايغا ئىششىق پەيدا بولغان بولسا، تەبئەتلىك دورا تالقىنىغا مىلەنگەن لاتىنى سۇرۇلگەن جايغا قويۇش لازىم سۇرۇلگەن جاي سېرىقئەت خاراكتېرلىك پەيلەرنىڭ ئۇچلىرىدا بولمىسا، شۇنداق قىلىش لازىم. ئەگەر سۇرۇلگەن جاي مەزكۇر پەيلەرنىڭ ئۇچلىرىدا بولسا، مۇنداق جايغا سوغۇق لاتا قويۇلسا، تارتىشىپ قېلىشنى كۆتۈرۈپ چىقىرىدۇ. مەزكۇر سۇرۇلگەن يەرلىك ئورۇنغا سۇنۇق تەبئەتلىك دورا تالقىنىغا مىلەنگەن لاتا قويۇلغاندىن كېيىن مۇردارسەڭنى گۇلابتا ئېزىپ ياكى گىلى ئەرمىنىنى گۇلاب بىلەن ئېزىپ خېمىر قىلىپ چېپىش لازىم. ئەگەر گۇل يېغى بىلەن شۇ جاينى قويۇق ياغلاپ، ئاندىن كېيىن قىزىلگۇل ۋە ئاسلارنى يۇمشاق ئېزىپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە سەپسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

مۇردارسەڭگى، قوغۇشۇن سەپىدايى، گۇل يېغى، زەرچىۋە، ئاق موم، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى قاتارلىقلار بىلەن قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ مەزكۇر ئورۇنغا چاپسا، مەزكۇر سۇرۇلگەن جاينىڭ هارارىتىنى سوۋۇتۇش، ئاغرىقنى توختىتىش ۋە ئۇ جاينى تۇتاشتۇرۇش ئۈچۈن تولۇق مەنپەئەت قىلىدۇ. تۆۋەندىكى دورا هەم چارە - تەدبىرلەرنى قوللىنىش لازىم.

كونا چەمنى كۆيدۈرۈپ، ئېزىپ، سۇرۇلگەن ۋە يېغىر بولغان جاينى گۇل يېغى بىلەن ياغلاپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە بۇ كۇل سېپىلىدۇ ۋە ئاغرىقى توختىغاندىن كېيىن ئۆچكە ۋە قويلارنىڭ ئۆپكىسىنىڭ كۈلى، ئاقاقىيالارنى يۇمشاق ئېزىپ، سىركە بىلەن ئېلىشتۇرۇپ چاپسا، تەسىرى ۋە مەنپەئىتى تېز بولىدۇ.

قاپاقنى كۆيدۈرۈپ، يۇمشاق ئېزىپ سۇرۇلگەن جايغا سەپسە، سوۋۇتۇش ۋە ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن بەك ياخشى. بولۇپمۇ تار ئاياغ قىستىغانلىقتىن، قاپارتقۇ پەيدا بولغان بولسا، هۇزۇز، موزا، گىلى ئەرمىنى، ئاقاقىيا قاتارلىقلارنىڭ قايسىسى بولسا، شۇنى يۇمشاق ئېزىپ، سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ شۇ جايغا چېپىش لازىم. ئەگەر سۇرۇلگەن ۋە قاپارغان جاي ئىششىپ قالسا، ئۆچكىنىڭ ئۆپكىسىنى يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش لازىم.

ئارغامچىدىن پەيدا بولغان سۇرۇلۇشكە ئىسپىغۇل، زىغىرگە ئوخشاشلارنىڭ لوئابىنى موزدا سوۋۇتۇپ، بىنەپشە يېغى، بىرئاز كاپۇرلارنى قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا بولىدۇ.

ئەگەر ئۇلاغ مىنگەن سەۋەبتىن ساغرا سۇرۇلۇپ، يېغىر بولسا، بۇنىڭ چارىسى ئارام ئېلىش، ئۇلاغقا مىنمەسلىك، سۇرۇلگەن، يېغىر بولغان جاينى يالىڭاچ ئېچىپ، سوغۇق