جۇڭگو تىببىي قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى

ئۈچىنچى جىلد

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

جۇڭگو تىبابەت قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى

«جۇڭگو تىببىي قامۇسى» تارماق تومى ئۇيغۇر
تىبابەت قامۇسى ئىشخانىسى باشچىلىقىدا تۈزۈلدى
شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسى
تەرىپىدىن نەشرگە تەييارلاندى

3

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئۈرۈمچى 1991

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

«جۇڭگو تىببىي قامۇسى» تەھرىر ھەيئىتى

مۇدىر ھەيئەت: چيەن شىنجۇڭ

مۇئاۋىن مۇدىر ھەيئەتلەر: خۇاڭ جياسى، لى جۇڭپۇ، گو زىخىڭ، ۋۇ جيېڭ، تۇتۇڭجىن، شى مېيشىن، جاۋ شۇۋۇ

باش كاتىپ: چېن خەيفېڭ

مۇئاۋىن باش كاتىپلار: سى دېيەنباڭ، فېڭ گۇاڭ، جۇڭبۈن، دەي زىبىڭ

ھەيئەتلەر: (فامىلە خەت سىزىقىنىڭ ئاز كۆپلۈكى بويىچە تىزىلدى) دىڭ جىفېڭ، تۇدېڭسىرىن، مافېيخەي، ۋاڭ يى (ئايال)، ۋاڭ يۇچۇەن، ۋاڭ يۇڭگى، ۋاڭ شىجىن، ۋاڭ يۇڭگۇي، ۋاڭ گۇاڭچېڭ، ۋاڭ شۇشيەن، ۋاڭ جىۋۇ، ۋاڭ گۇەنلياڭ، ۋاڭ شۇتەي، ۋاڭ شۇجېن (ئايال)، ۋاڭ پېڭچېڭ، ۋاڭ دېجيەن، ۋاڭ خەنجاڭ، ماۋۋېنشۇ (ئايال)، ماۋشۇبەي، دېڭ جيادۇڭ، شى ماۋنيەن، شى مېيشىن، لۇخۇيلىن، لۇجىڭشۇەن، يې گۇڭشاۋ (ئايال)، يۇكۇڭ، شى يۇچۇەن، بەي جىڭيۈن، كۇاڭ خېلىڭ، فېڭ گۇاڭ (ئايال)، لەن شىچۈن، سى تۇلياڭ، بى شې، لوي بىڭكۇي، چۇمېيەنيۇ، جۇچاۋ، جۇرېنباۋ، جۇڭبۈن، جۇيۇخۇي، جۇخۇڭيېڭ، جۇجىمىڭ، جۇلىڭچېڭ، رېن يىڭچيۇ، ليۇشىجې، ليۇيۇجېڭ، ليۇشۇگۇ، مى بەيراڭ، سۇن جۇڭلياڭ، سۇن رۇيزۇڭ، سۇ دېلۇڭ، دۇنيەنزۇ، ياڭ يىيا، ياڭ گولياڭ، ياڭ شۇچېڭ، ياڭ مىڭدىڭ، ياڭ ساۋچېن، لى كۇڭ، لى يۇڭچۈن، لى باۋشى، لى جىڭۋېي، لى جىنجۇ، لى جاۋتې، لى سۇڭپۇ، ۋۇجۇلى، ۋۇيىڭكەي، ۋۇجۇجۇڭ، ۋۇجيېڭ، ۋۇجىڭجيەن، ۋۇشاۋچېڭ، ۋۇشيەنجۇڭ، ۋۇيىگۇ، ۋۇخېڭسىڭ، ۋۇۋېيرەن، يۇخې، سۇڭ جىڭدەن، جۇفۇيۇەن، جاڭ شياڭ، جاڭ شېشيەن، جاڭ لىفەن، جاڭ شياۋچيەن، جاڭ چاڭيېڭ، جاڭ زىيىڭ، جاڭ شۇيۇڭ، جاڭ دېسىڭ، جاڭ يۈنجاڭ، لۇرۇشەن، چېن شىن، چېن جۇڭۋېي، چېن مىڭجىن، چېن گوجىن، چېن خەيفېڭ، چېن خاۋجۇ، لىن چاۋجۇ (ئايال)، لىن كېجۈن، لىن ياگۇ، يۇجۇفېي، شياڭ تيەنيۇ، لويۈەنكەي، لوجۇچېڭ، جى جۇڭپۇ، ئىسھاقجان مەھمۇد، جۇجىڭخۇاڭ، جۇمىڭجۈن (ئايال)، جېڭ لىنفەن، مېڭ جىماۋ، جاۋبىڭنەن، جاۋشۇۋۇ، رۇڭ دۇشەن، خۇچۇەنكۇي، خۇشىمىڭ، جۇڭ شۈلى، جۇڭ خۇيلەن، خۇزۇڭليەن، يۇكېجۇڭ، سى دېيەنباڭ، جياڭ چۈنخۇا، خۇڭ زىيۈن، شياجىڭگى، گۇشۇجى، گۇسۇيۇ، چيەن دې، چيەن شىنجۇڭ، شۇفېڭيەن، لىڭ خۇيياڭ، گودى، گونەيچۈن، گوزىخېڭ، گوبىڭكۇەن، گوچۇەنجىڭ، گوجىنچيۇ، گوجىڭيۇەن، تاڭ يۇجۇ، تۇتۇڭجىن، جۇفۇتاڭ، تاۋخۇەنلو، خۇاڭ لياڭ (ئايال)، خۇاڭ ۋېندۇڭ، خۇاڭ ياۋ، خۇاڭ جياسى، خۇاڭ جىڭشياڭ، خۇڭ شېنۋۇ، ساۋجۇڭلياڭ، گەي باۋخۇاڭ، لياڭ جۇچۇەن، دۇڭ جۈن، دۇڭ چېڭلاڭ، جاڭ يۇتۇ، خەن گۇاڭ، چېڭ جۇفەن، فۇفېڭيۇڭ، تۇڭ ئېرچاڭ، زېڭ شيەنجيۇ، شې رۇڭ، شى شاۋۈن، چيۇفازۇ، سەي رۇڭ، سەي چياۋ، سەي خۇڭداۋ، دەي زىبىڭ.

《中国医学百科全书》编辑委员会

主任委员 钱信忠

副主任委员 黄家驷 季钟朴 郭子恒 吴阶平 涂通今 石美鑫 赵锡武

秘书长 陈海峰

副秘书长 施奠邦 冯 光 朱克文 戴自英

委员 (以姓氏笔划为序)

丁季峰 土登次仁 马飞海 王 懿(女) 王玉川 王世真 王用楫
王永贵 王光清 王叔咸 王季午 王冠良 王雪苔 王淑贞(女)
王鹏程 王德鉴 王翰章 毛文书(女) 毛守白 邓家栋 石茂年
石美鑫 卢惠霖 卢静轩 叶恭绍(女) 由 昆 史玉泉 白清云
邝贺龄 冯 光(女) 兰锡纯 司徒亮 毕 涉 吕柄奎 曲绵域
朱 潮 朱壬葆 朱克文 朱育惠 朱洪荫 朱既明 朱霖青
任应秋 刘世杰 刘育京 刘毓谷 米伯让 孙忠亮 孙瑞宗
苏德隆 杜念祖 杨医亚 杨国亮 杨树勤 杨铭鼎 杨藻宸
李 昆 李永春 李宝实 李经纬 李振志 李肇特 李聪甫
吴之理 吴执中 吴阶平 吴英恺 吴征鉴 吴绍青 吴咸中
吴贻谷 吴桓兴 吴蔚然 余 濱 宋今丹 迟复元 张 祥
张世显 张立藩 张孝骞 张昌颖 张泽生 张学庸 张涤生
张源昌 陆如山 陈 信 陈中伟 陈明进 陈国桢 陈海峰
陈灏珠 林幼稚(女) 林克椿 林雅谷 郁知非 尚天裕 罗元恺
罗致诚 季钟朴 易沙克江 周金黄 周敏君(女) 郑麟藩 孟继懋
赵柄南 赵锡武 荣独山 胡传揆 胡熙明 钟学礼 钟惠澜
候宗濂 俞克忠 施奠邦 姜春华 洪子云 夏镇夷 顾学箕
顾绥岳 钱 德 徐信忠 徐丰彦 凌惠扬 郭 迪 郭乃春
郭子恒 郭秉宽 郭泉清 郭振球 郭景元 唐由之 涂通今
诸福棠 陶桓乐 黄 量(女) 黄文东 黄耀燊 黄家驷 黄祯祥
黄绳武 曹钟梁 盖宝璜 梁植权 董 郡 董承琅 蒋豫图
韩 光 程之范 傅丰永 童尔昌 曾宪九 谢 荣 谢少文
裘法祖 蔡 荣 蔡 翘 蔡宏道 戴自英

«جۇڭگو تىببىي قامۇسى» تارماق تومى ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى تەھرىر ھەيئىتى

باش مۇھەررىر

ئىسھاقجان مەھمۇد (ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى)

مۇئاۋىن باش مۇھەررىرلەر

سۇن جيەندې (شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابىتى تەتقىقات ئىشخانىسى)

ئابدۇلھەق رەھمىتۇللا (شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى)

باۋۇدۇن جامالىدىن (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)

ھەيئەتلەر

ئەھمەت ھاجى (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)

زۇنۇن قارى (قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)

ئابدۇلھېمىت يۈسۈپ (شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت ئالىي تېخنىكومى)

ھەسەن داموللا (كۇچار ناھىيىلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)

ئىلمىي كاتىپ

ئابدۇرەھىم قادىر ئاسىپ (شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابىتى تەتقىقات ئىشخانىسى)

يېزىشقا قاتناشقانلار: قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسىدىن: زۇنۇن قارى، ئابدۇقادىر مۇھەممەت، مۇھەممەت مۇسا، مۇھەممەت ئىلى مەھمۇت، ئابدۇلھېمىت ھاشىم، ئىبراھىم بارات، ئابدۇرېشىت قارى

قىزىلسۇ قىرغىز ئاپتونوم ئوبلاستلىق ئۇيغۇر تىبابەت سۆڭەك كېسەللىكلىرى شىپاخانىسىدىن: سامساق ئۇستا

سۇنۇقچىلىق قىسمىنى رەتلىگۈچى: قەشقەر ۋىلايەتلىك تىببىي مەكتەپتىن: غوپۇر ئىمىن

دەسلەپكى نۇسخىسىنى رەتلىگۈچى: ئابدۇلھەق رەھمىتۇللا

نەشرگە تەييارلىغۇچى: ياسىن زۇنۇن

مەسئۇل مۇھەررىر: ئىسھاقجان مەھمۇد

كوررېكتورلار: ئىھسان ئىمىنجان

ئەخمەتجان ئىسمائىل

《中国医学百科全书》

维吾尔医分卷编委会

主　编：易沙克江·马合穆德　　（新疆维吾尔自治区卫生厅）

副主编：孙建德　　（新疆维吾尔医研究室）
阿布拉克·热木杜拉　　（新疆人民卫生出版社）
巴吾东·加马力丁　　（新疆和田地区维吾尔医医院）

编　委：艾合买提·阿吉　　（新疆和田地区维吾尔医医院）
祖农·卡日　　（新疆喀什地区维吾尔医医院）
阿布力米提·玉苏甫　　（新疆维吾尔医专科学校）
艾山·大毛拉　　（新疆库车县维吾尔医医院）

学术秘书：阿布都热依木·哈德尔　　（新疆维吾尔医研究室）

参加编写者：新疆喀什地区维吾尔医医院：祖农·卡日，
阿布都卡德尔·买买提，穆哈木德·木沙，
买买提力·马合木德，阿布力米提·阿西木，
依布拉音·巴拉提，阿布都热西提·卡日
克孜勒苏柯尔克孜自治州维吾尔医骨科医院：
沙木沙克·吾斯搭

骨折部份整理：喀什地区卫生学校：吾甫尔·依明

初搞整理：阿布拉克·热木杜拉

编　辑：亚森·祖农

责任编辑：易沙克江·马合穆德

校　对：伊河山·依明江
艾合买提江·司马义

كىرىش سۆز

«جۇڭگو تىببىي قامۇسى» تارماق تومى «ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى» نىڭ 3 ـ جىلدى «ئۇيغۇر تېبابەت تاشقى كېسەللىك ئىلمى» نىڭ نەشردىن چىقىشى ئۇيغۇر تېبابەت تىببىي دورىگەرلىك ئىشلىرىغا تېخىمۇ ئىلگىرىلىگەن ھالدا ۋارىسلىق قىلىش ۋە ئۇنى راۋاجلاندۇرۇشتا چوڭ ئىش، شۇنداقلا ۋەتەن تېبابىتىگە قوشۇلغان مۇھىم تۆھپە.

«ئۇيغۇر تېبابەت تاشقى كېسەللىك ئىلمى» ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسىنىڭ مۇھىم تەركىبىي قىسمى بولۇپ، مەزكۇر جىلد باشقا جىلدلەرگە ئوخشاش سەھىيە مىنىستىرلىكىنىڭ بىر تۇتاش ئورۇنلاشتۇرۇشى ۋە شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ كۆڭۈل بۆلۈپ تەشكىللىشى ھەم مالىيە جەھەتتىن قوللىشى ئارقىسىدا كلاسسىك ئەسەرلەرنى رەتلەش ئاساسىدا مەيدانغا كەلگەن.

«ئۇيغۇر تېبابەت تاشقى كېسەللىك ئىلمى» تېرە كېسەللىكى، مەقئەت كېسەللىكى، يۈزە بەزلەر كېسەللىكى، سەرەتان كېسەللىكى، يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ ھەرخىل زەخىملىنىشى، زەھەرلىك يىلان ھەم ھاشارەتلار چېقىش، سۇنۇق بىلەن چىققىلار شۇنداقلا بىر قىسىم سۆڭەك كېسەللىكلىرىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. بۇ نۇسخا پېشقەدەم تېۋىپلىرىمىز بىلەن تېڭىقچىلىرىمىزنىڭ ئالاقىدار كلاسسىك ئەسەرلىرىدىن رەتلەپ چىقىلغان سىناق نۇسخا. ئالىي تېخنىكوم دەرسلىكى، مەرھۇم تۇردى مەھەممەت ئاخۇننىڭ «ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى قوللانمىسى»، مەرھۇم باياخۇن ئىبزىزنىڭ «ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئىلمى ساۋاتلىرى»، مەرھۇم سامساق ئۇستىنىڭ «سۇنۇقچىلىق ـ تېڭىقچىلىق جەھەتتىكى قىممەتلىك تەجرىبىلىرى» ۋە «ئىكسىر ئەزەم» قاتارلىق كىتابلاردىن پايدىلىنىپ نەشرگە تەييارلاندى. بۇ جىلدتىكى ھەرقايسى كېسەللىكنىڭ تەرىپى، كېسەللىك سەۋەبچىسى بىلەن ئامىلى، كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇش مېخانىزمى، كېسەللىكلەرگە دىئاگنوز قويۇش پرىنسىپى بىلەن داۋالاش پرىنسىپى ھەمدە داۋالاش ۋە پەرۋىش تەدبىرلىرى قاتارلىق مەزمۇنلار قامۇس يېزىشتىكى تولۇق بولۇش، يېڭى بولۇش ۋە مۇكەممەل بولۇش تەلىپىگە ئاساسەن رەتلىنىپ پۈتۈنلەي ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ

كىلىنىكىلىق نەزەرىيەلىرى بىلەن كىلىنىكىلىق ئەمەلىيىتى بويىچە ئىخچام چۈشىنىشلىك قىلىپ شەرھىلەندى. شۇڭلاشقا بۇ جىلد بىر قەدەر تولۇق ۋە بىر قەدەر مۇكەممەل بولۇپ، ياش ۋە ئوتتۇرا ياش تىببىي دورىگەر خادىملار شۇنداقلا ئۇيغۇر تىبابىتى ئالىي تېخنىكومىدىكى ئوقۇتقۇچى ۋە ئوقۇغۇچىلار ئۈچۈن ياخشى پايدىلىنىش ماتېرىيالى بولالايدۇ. بىراق سەۋىيىمىزنىڭ چەكلىكلىكى، تەجرىبىمىزنىڭ كەملىكى قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بەزى كەمچىلىك-خاتالىقلاردىن خالىي بولالماسلىقىمىز تەبىئىي. كىتابخانلارنىڭ قىممەتلىك تەنقىد ۋە تەكلىپ بېرىشىنى ئۈمىد قىلىمىز.

مەزكۇر جىلدنىڭ سىناق نۇسخىسىنى ئاپتورلار يازغان ئاساستا يولداش ئابدۇلھەق رەخمىتۇللا كۆپ ئەجىر سىڭدۈردى. كەم مەزمۇنلارنى بولۇپمۇ سۇنۇق ھەم چىقىقنى تۈز ئىچگە ئالغان مەزمۇنلارنى ئالاقىدار قەدىمىي ئەسەرلەردىن تەرجىمە قىلىپ تولۇقلاشتا، ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسىدىن ھەببۇللا ئىلى يېقىندىن ياردەملەشتى. شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسىدىن يولداش ئېھسان ئىمىنجان، ئەخمەتجان ئىسمائىل، گۈلنۇر ئالىمجان، ئەنۋەر توختى قاتارلىق ياش ئۇيغۇر تىبابەت خادىملىرى ئاققا كۆچۈرۈش بىلەن كوررېكتورلۇق خىزمەتلىرىنى ئاكتىپ ئىشلىدى. پېشقەدەم مۇدىر تېۋىپ ئابدۇلھەمىد يۈسۈپ ھاجى قىممەتلىك پىكىر-تەكلىپلەرنى بېرىپ تۇردى. شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت ئالىي تېخنىكومىدىن يولداش شۆھرەت بىر قىسىم مەزمۇنلارنى تولۇقلاشقا ياردەملەشتى. شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى مەزكۇر جىلدنىڭ چىقىشىنى قوللىدى. شۇڭا يۇقىرىدا نامى يېزىلغان ئورۇن ھەم شەخسلەرگە كۆپ رەخمەت ئېيتىمىز.

«ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» ئىشخانىسى

1991-يىل 4-ئاي

مۇندەرىجە

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك تاشقى كېسەللىك ئىلمى ھەققىدە

تېرە رەڭگى ئۆزگىرىدىغان كېسەللىكلەر

ئاق كېسەل 7
قارا داغ كېسىلى 21
داغ ۋە سەپكۈن 22
مەڭ 25
تېرە كۆكىرىش 26
تېرە رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى 28
قىزىل ئۇمشۇق 29

تەمرەتكە كېسەللىكلىرى

گۆللۈك تەمرەتكە 31
ھۆل تەمرەتكە 32
ئېرۋىلىق تەمرەتكە 37
تەڭگە تەمرەتكە 38
باش تەمرەتكىسى 41

يۇقۇملىنىشتىن پەيدا بولىدىغان تېرە كېسەللىكلىرى

قىچىشقاق 45
كۆز يارىسى (سىفلىس) 48

ماخاۋ 54
چىقان 58
غەلۋىرەك 61
ھۆكۈنەك توقۇلما ياللۇغى 63
تىلما كېسىلى 67
يىرىڭلىق بەز ياللۇغى 70
يىرىڭلىق ئىششىق 72
كۆكىنە (سەينەك) 74
كۆيدۈرگە كېسىلى 76
ئەمچەك ياللۇغى 80
قارا سان كېسىلى 83
چاشقانيارىسى 85
چىقىملار 91
ئاقما 94

تېرىنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

دانىخورەك 99
پەل تاشما 101
ئەسۋىلىك قىچىشىش كېسىلى 103
چالەش كېسىلى 106
چاچراتقۇ 110
گۆشخور چاقا 111
ياتاق يارىسى 113
تېرىنىڭ ياغلىشىش كېسىلى 115
كۆپ تەرلەش 117
سېسىق تەرلەش 121
تېرە كېپەكلىنىش 122
تېرە يېرىلىش 123
پاقالچاق يارىسى 125

ئاغرىقسىز ئىشىشىش 126
خەتىنلىكنىڭ تۇرۇلمەسىلىكى 128
بۇرە چاقا كېسىلى 129

سوڭ (مەقئەت) كېسەللىكلىرى

بوۋاسىر 135
مەقئەت يېرىلىش 144
سوڭ چىقىش 146
سوڭ ياللۇغى 150
سوڭ يىرىڭلىق ئاقمىسى 152
سوڭ قىچىشىش 154

تىرناق كېسەللىكى

تىرناقنىڭ يۇلۇنۇپ چىقىشى 156
پور تىرناق 157
تىرناققا ئاق چۈشۈش 158
تىرناق سارغىيىپ قېلىش 159
تىرناقنىڭ زەخىملىنىشى 160

چاچ كېسەللىكلىرى

چاچ چۈشۈش كېسىلى 162
چاچ ئاقىرىش 169
سىدام باش 173
چاچنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى 175

تېرە ئۆسمە كېسەللىكلىرى

سۆگەل 177
توپۇق 179

پوقاق 181
تېرىدىكى يامان سۈپەتلىك ئۆسمىلەر 182

كۆيۈك بىلەن ئۈششۈك ۋە زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ چېقىشى

كۆيۈك 192
ئۈششۈك 196
زەھەرلىك يىلان چېقىش 197
چايان چېقىش 200
ھەرە چېقىش 201

يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخىملىنىشى

بەدەندىكى يۈزە توقۇلمىلارنىڭ يېپىق زەخىملىنىشى 203
ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى 206
مېڭىنىڭ زەخىملىنىشى 207
ئۆپكىنىڭ زەخىملىنىشى 208
تال بىلەن جىگەر زەخىملىنىش 209
بۆرەك زەخىملىنىش 210
ئۈچەي زەخىملىنىش 210
كېسىلگەن جاراھەت 210
تىتىلغان ۋە يانچىلغان جاراھەت 214
تېشىلگەن ياكى سانچىلغان جاراھەت 215
ھەرخىل جاراھەتلىنىشتە كۆپ ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار 218

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ سۇنۇقچىلىق بىلەن چىقىقچىلىق ئىلمى

ئۇستىخان بىلەن بۇغۇملار تۈزۈلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە 223
ئۇستىخانلارنىڭ تۈزۈلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە 223

باش سۆڭەكلرى 224
گەۋدە سۆڭەكلرى 224
ئۈت مۈچە سۆڭەكلرى 227
بوغۇم تۈزۈلمسى هەققدە چۈشەنچە 236

ئۇيغۇر تبابەتچلك سۇنۇقچلقى هەققدە ئومۇمي چۈشەنچە

سۇنۇقنڭ سەۋەبى ۋە ئۇنڭ تۈرى 238
سۇنۇقتا كۆرۈلدىغان ئالامەتلەر بلەن ئەگەشمە ئاسارەتلەر 239
سۇنۇقنى داۋالاش پرنسپى ۋە داۋالاش ئۇسۇللرى 241
سۇنۇقنڭ ساقىيش جەريانى ۋە سۇنۇقنڭ ئۈتىشش مۇددتى 260
سۇنۇقنڭ ساقايغانلق ئۆلچمى ۋە سۇنۇقنڭ ئۈتۈششغا توسالغۇ بولىدىغان ئامللار 263
سۇنۇقنڭ پەرۋىشى ۋە تېڭق ئالماشتۇرۇشتا دىققەت قىلىدىغان نۇقتلار 266
سۇنۇققا قوشۇلۇپ كېلىدىغان ئەگەشمە كېسەللكنى داۋالاش 270

هەر قايسى قسمدىكى كۆپ ئۇچرايدىغان سۇنۇقلار ۋە ئۇنڭ داۋاسى

يۇقرى مۈچە سۆڭەكلرىنڭ سۇنۇشى 278
ئوقرەك سۆڭىكىنڭ سۇنۇشى 278
تاغاق سۆڭىكىنڭ سۇنۇشى 279
پوزا سۆڭىكىنڭ سۇنۇشى 280
بلەك سۆڭەكلرىنڭ سۇنۇشى 286
تۆۋەن مۈچە سۆڭەكلرىنڭ سۇنۇشى 291
داس سۆڭىكىنڭ سۇنۇشى 291
سان سۆڭىكىنڭ سۇنۇشى 294
لېپەك سۆڭىكىنڭ سۇنۇشى 300
پاقالچاق سۆڭىكىنڭ سۇنۇشى 301
پۇت سۆڭەكلرىنڭ سۇنۇشى 305

گەۋدە سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى 306
قوۋۇرغىنىڭ سۇنۇشى 306
ئومۇرتقىنىڭ سۇنۇشى 308

چىقىقلار ھەققىدە ئومۇمىي چۈشەنچە

چىقىقنىڭ تۈرى ۋە ئۇلارنىڭ سەۋەبلىرى 312
چىقىقتا كۆرۈلىدىغان ئورتاقچىلىققا ئىگە ئالامەتلەر 313
چىقىقنى داۋالاش پرىنسىپى ۋە داۋالاش تەدبىرلىرى 314

كۆپ ئۇچرايدىغان ھەرقايسى بوغۇم چىقىقلىرى

ئىگەك بوغۇم چىقىقى 318
يەلكە بوغۇم چىقىقى 319
جەينەك بوغۇم چىقىقى 322
بارماق بوغۇم چىقىقى 323
يانپاش بوغۇم چىقىقى 324
تىز بوغۇم چىقىقى 326
ھوشۇق بوغۇم چىقىقى 328
ئومۇرتقا چىقىقى 328

سۆڭەك ۋە بوغۇملارنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

بوغۇم قايرىلىپ كېتىش 330
سۆڭەك ئۆسۈش كېسىلى 332
سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغى 337
سۆڭەك بوغۇم سىلى 347

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك تاشقى كېسەللىك ئىلمى ھەققىدە

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك تاشقى كېسەللىك ئىلمى تىبابىتىمىز كىلىنىكا ئىلمىنىڭ مۇھىم تەركىبىي قىسمى بولۇپ ئۇ، تېرىدە پەيدا بولىدىغان ھەر خىل كېسەللىكلەر بىلەن سۇنۇق ۋە چىقىقنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ھەر خىل ئىچكى ۋە تاشقى زەخىملىنىشلەرنى ئۆز ئىچىگە ئېلىشتىن سىرت، ئەينى دەۋرلەردە دەستىكار (خىرورگىيە) ئۇسۇلى بىلەن داۋالىنىدىغان كېسەللىكلەرنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالغانىدى.

تىبابىتىمىز تاشقى كېسەللىك ئىلمى باشقا كىلىنىكا تارماق پەنلىرىگە ئوخشاش شەكىللىنىش تارىخى ئۇزۇن بولۇپ، مول كىلىنىكىلىق تەجرىبىلەرگە ئىگە بولۇپلا قالماستىن بەلكى ئۆزگىچە ئالاھىدىلىككە ئىگە بىر يۈرۈش نەزەرىيە سىستېمىسى، ئۇسۇلى ۋە داۋالاش تېخنىكىسىغا ئىگە پەن.

ئۇيغۇر تىبابەت تاشقى كېسەللىك ئىلمى ئەجدادلىرىمىز ئىجاد قىلىپ بارلىققا كەلتۈرگەن نەتىجىلەر ئاساسىدا ئېلىمىز ئىچى ۋە سىرتىدىكى مىللەتلەر بىلەن قوشنا ئەللەر تىبابىتىنىڭ ئىلغار تەجرىبىلىرىنى قوبۇل قىلىپ، ئۇنى ئۆز ئۇسلۇبى بويىچە ھەزىم قىلىپ ۋە راۋاجلاندۇرۇپ ئۆزىنىڭ مەزمۇنىنى ئۈزلۈكسىز بېيىتتى ۋە مۇكەممەللەشتۈردى. شۇنداقلا تىبابىتىمىز ئۆزىنىڭ دورىگەرلىك ۋە كىلىنىكا جەھەتتىكى تەجرىبىسىنىڭ موللۇقى، نەزەرىيە سىستېمىسىنىڭ ئەينى زامانغا ماس مۇكەممەللىكى، دىئاگنوز بىلەن داۋالاش تېخنىكىسىنىڭ كۆپ خىللىقى ۋە ئىلغارلىقى قاتارلىق ئۈستۈنلۈكى بىلەن ئېلىمىز ئىچى ۋە سىرتىدىكى مىللەتلەر تىبابىتى ھەمدە قوشنا ئەللەر تىبابىتىگە جۈملىدىن ئىسلام تىبابىتىگە ئۈنۈملۈك تەسىر كۆرسىتىش ئارقىلىق ئىنسانىيەت ئۈچۈن ئۆچمەس تۆھپىلەرنى قوشۇپ ئەينى زامانلاردا داڭ چىقارغانىدى. مەسىلەن، مىلادىيىنىڭ 1200 — 1300 - يىللىرى ھىندىستاندا نەشر قىلىنغان «ھەرقايسى ئەللەر تەزكىرىسى» ناملىق كىتابتا بۇندىن 3000 يىللار بۇرۇنقى تارىم ئويمانلىقىدىكى تىبابەتچىلىك ئۈستىدە توختىلىپ «قارا قۇرۇم تېغىنىڭ شىمالىدىكى ئەلنىڭ كېسەل داۋالاش تېخنىكىسى ناھايىتى ئۈستۈن

ئىدى» دەپ شەرھلەنگەن ۋە غازىۋاي دېگەن ئاتاقلىق تېۋىپنىڭ مۇرەككەپ دورا نۇسخى (رېتسېپ)لىرى بىلەن كېسەل داۋالىغانلىق ئىش ئىزلىرى ۋە دورىگەرلىك كىتابى ھەققىدە قىزىقارلىق رىۋايەتلەر بايان قىلىنغان. مىلادىيىدىن ئىلگىرى چىن، خەن سۇلالىرىدىن تاكى مىڭ، چىڭ سۇلالىرىغىچە بولغان ئىككى مىڭ يىلدىن ئارتۇق جەرياندا ئېلىمىز ئوتتۇرا تۈزلەڭلىكىدە يېزىلغان كلاسسىك ئەسەرلەردىكى غەربىي دىيار (شىنجاڭ) جۈملىدىن ئۇيغۇرلار ھەققىدىكى تەزكىرىلەر بىلەن تىببىي، دورىگەرلىك كىتابلاردا تىبابىتىمىز ھەققىدىكى خاتىرىلەر ۋە چەبىت ئەللىكلەرنىڭ ئالدىنقى ئەسىرلەردە شىنجاڭ رايونىدىن ئېلىپ چىقىپ كەتكەن ئۇرغۇنلىغان يازما ئارخېئولوگىيىلىك ماددىي پاكىتلار شۇنداقلا ئېلىمىز ئىچى ۋە سىرتىدىكى تۈركولوگ ئالىملارنىڭ ئېلان قىلغان كۆپلىگەن تەتقىقات نەتىجىلىرى بۇ نۇقتىنى قايىل قىلارلىق دەلىللەپ بېرىدۇ.

تىبابىتىمىز تاشقى كېسەللىك ئىلمىنىڭ بۈندىن 1500 يىللار ئىلگىرىلا مەخسۇسلىشىشقا قاراپ يۈزلەنگەنلىكىنى تۆۋەندىكى پاكىتلار مۇنازىرىسىز ئىسپاتلاپ بېرىدۇ. مەسىلەن، تاڭ سۇلالىسىنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدە ئۆتكەن ئاتاقلىق جۇڭگى تېۋىپى سۇنسىمياۋ يازغان «بىباھا غەيرى رېتسېپلار» دېگەن ئەسەردە تىبابىتىمىزنىڭ ئاق كېسەللىكنى داۋالاشتا سىناقتىن ئۆتكەن رېتسېپلىرى تونۇشتۇرۇلغان. بۈندىن 10 ئەسىر ئىلگىرى ئۆتكەن ئاتاقلىق ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئالىمى ئىمادۇددىن قەشقەرى ئىرانلىق زاماندىشى مۇھەممەد ئىبنى زەكەرىياغا «ئىبتى ئالا» ياكى «ئالا ئىبت» (ئاق كېسەل) كېسەللىنى بەدىيان بىلەن داۋالىغانلىق تەجرىبىسىنى تونۇشتۇرغانلىقى ھەققىدىكى خاتىرە؛ ئاتاقلىق تىلشۇناس ئالىم مەھمۇت قەشقەرىنىڭ «تۈركى تىللار دىۋانى» دېگەن ئۆچمەس ئەسىرىدىكى «ئىبتى ئالا»؛ «ئانومىي» (ماخاۋ)، «قوتۇر»، «ئوردا» (چىقىق)، «ئۇششۇك» ۋە «ئىنەگۈ» (كىندىك چۇقىقى) قاتارلىق ئۇرغۇنلىغان تاشقى كېسەللىككە مەنسۇپ كېسەللىك نامى ۋە ئۇ ئاتالغۇلارنىڭ ئىزاھلىرى؛ بۈندىن 1300—1400 يىل ئىلگىرىكى دەۋرلەرگە مەنسۇپ تۇرپان قېزىلمىلىرىدىكى خاتىرىلەردە ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك كلىنىكا ئىلمى تاشقى كېسەللىكلەر دائىرىسىنى ئۆز ئىچىگە ئالغان چوڭ 12 تارماققا بۆلۈنگەنلىكى ۋە تېرە كېسەللىكىنى بىرىنچى ئورۇنغا قويغانلىقى ھەققىدە خاتىرىلەر بىلەن تىبابىتىمىز كلاسسىك ئەسەرلىرىدە تېرە كېسەللىكى، سۇنۇق، چىقىق ۋە باشقا زەخىملىنىشلەرگە ئايرىم-ئايرىم ئورۇن بېرىپ كېلىۋاتقانلىقى

ھەمدە تۈزۈن زامانلاردىن بېرى «تېڭىقچى» ياكى «سۇنۇقچى» دېگەن ئاتالغۇلارنىڭ خەلق ئىچىدە ساقلىنىپ كېلىۋاتقانلىقى، بۇندىن مىڭ يىللار ئىلگىرىدىن تارتىپ ھەربىي قوشۇنغا ھەر خىل زەخىملىنىشلەرنى داۋالاش ئۈچۈن ھەربىي دوختۇرلارنى سەپلىگەنلىك ھەقىقىدىكى خاتىرىلەردىن ئىبارەت تۇرغۇن پاكىتلار بۇ نۇقتىنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ.

تىبابىتىمىز تاشقى كېسەللىك ئىلمى تېرە كېسەللىكى بىلەن سۇنۇق ۋە چىقىقنى تۈز ئىچىگە ئالغان ھەر خىل زەخىملىنىشلەرنى داۋالىغاندىن سىرت ئەينى زامانلاردا دەستكار (ئوپېراتسىيە) ئارقىلىق داۋالىنىدىغان كېسەللىكلەرنىمۇ تۈز ئىچىگە ئالغانلىقىنى تۆۋەندىكى پاكىتلار دەلىللەپ بېرەلەيدۇ. مەسىلەن، ياپون يېزىقىدا يېزىلغان بىر ئەسەردە بۇندىن 1300 يىل ئىلگىرى ئوتتۇرا تۈزلەڭلىكتىكى بىر راھىب كۆزى تەلىماتىنى ياپونىيىگە تارقاتماقچى بولۇپ يولغا چىقىپ دېڭىزدىكى سەپەردە كۆز كېسەللى بىلەن ئاغرىپ يۇرتىغا قايتقاندىن كېيىن داۋالاش ئۈنۈم بەرمىگەندە ياڭجۇ شەھىرىدە تېبۇپلۇق قىلىۋاتقان بىر ئۇيغۇر تېۋىپى بىمارنىڭ كۆزىنى ئوپېراتسىيە قىلىپ ساقايتقانلىق رىۋايەت خاتىرىلەنگەن*. ئاۋۇزۇكى دېگەن كىشى يازغان «جۇڭگولۇ» دېگەن كىتابنىڭ 22-بابىدا چاڭئەن شەھىرىدە تېبۇپلۇق قىلىۋاتقان ئۇيغۇر تېۋىپى باش ئاغرىقىغا گىرىپتار بولۇپ داۋالاش ئۈنۈم بەرمىگەن بىر نەپەر بىمارنى ئوپېراتسىيە قىلىپ مېڭىسىدىن «تاشقا ئوخشاش قاتتىق لېكىن مىدىرلايدىغان بىر كىچىك قۇرۇتنى ئېلىۋېتىش ئارقىلىق باش ئاغرىقىنى ساقايتقانلىقى** ھەقىقىدىكى رىۋايەتلەر بىلەن ھازىرمۇ خەتنە قىلىش، كۆزگە ئاق چۈشۈشنى (بەيازۇلەينى) ئوپېراتسىيە قىلىش، ھايۋانلارنىڭ ئۇخنىسىنى ياكى ئالا قارىقىنى ئېلىش قاتارلىق ئوپېراتسىيەلەرنى قىلىۋاتقانلىقى، شۇنداقلا تۇرپان رايونىدىن قېزىۋېلىنغان خەن سۇلالىسى دەۋرىگە (مىلادىيىدىن بۇرۇن 206-يىلىدىن مىلادى 23-يىلى) مەنسۇپ يىڭنە بىلەن سېپى تۈزۈن تىغى قىسقا ئوپېراتسىيە پىچىقى، جۈپتەك ۋە ئامبۇر (بەلكى قىسقۇچ بولۇشى مۇمكىن) قاتارلىق ئوپېراتسىيە سايمانلىرىنىڭ تېپىلغانلىقى ۋە تىبابىتىمىز كلاسسىك ئەسەرلىرىنىڭ ئالاقىدار قىسىملىرىدا پىچاق، قايچا، جۈپتەك، يىڭنە، داغلىما، نەشتەر، ھەمەلچە ئەسۋابى، پۈركىگۈچ، ھورلاندۇرۇش چەينىكى، جىغاتما (نوتۇل) چۈگۈنى، مەشۇت يىپ، ئۈچەي يىپ (تارا)، يېرىپ ئاققۇزۇش، كېسىپ ئېلىۋېتىش، دەستكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش دېگەنلەرگە ئوخشاش ئاتالغۇلارنىڭ خېلى كۆپ ئۇچرايدىغانلىقى ۋە

*، ** ئۇيغۇر تىبابىتى قىسقىچە تارىخى ماتېرىياللار توپلىمى

دورىگەرلىك ئىلمىدە تېرىنى مەس قىلىدىغان نۇسخىلارنىڭ بارلىقى ھەمدە بۇندىن مىڭ يىللار ئىلگىرىلا «ئىمادۇددىن جەررا (خىرورگىك) ھىيە»، «جامالىدىن قەشقەرى جەرراھىيە» دېگەنلەرگە ئوخشاش كەسىپ ئايرىمىسىنى چۈشەندۈرىدىغان ئاتالغۇلارنىڭ تېپىلىپ ئىسمى ئارقىسىغا قوشۇپ ئاتاش ئادەتكە ئايلانغانلىقى قاتارلىق نۇرغۇن پاكىتلار تارىختا تىبابىتىمىزنىڭ ئوپېراتسىيە بىلەن شۇغۇللانغانلىقىنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ. بىراق يېقىنقى بىرقانچە ئەسىرلەردىن بېرى تىبابىتىمىز راۋاجلىنالماي بىر ئىزدا توختاپ قالغانلىقى، غەرب تىبابىتى ئوپېراتسىيە تېخنىكىسى بىلەن كېسەللىكلەرنى داۋالاش جەھەتلەردە ئۇيغۇر تىبابىتى ھەل قىلالمىغان نەزەرىيە ۋە تېخنىكىلىق مەسىلىلەرنى ھەل قىلىپ تېز راۋاجلانغانلىقى ئۈچۈن تىبابىتىمىز تاشقى كېسەللىك ئىلمى ئوپېراتسىيە يولى بىلەن كېسەل داۋالاش ئۇسۇلىدىن تەدرىجىي ۋاز كېچىپ غەرب تىبابىتىگە يول بەردى.

تىبابىتىمىز تاشقى كېسەللىك ئىلمىنىڭ كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۇسۇللىرى بىلەن تېخنىكىسى خىللىرى كۆپ بولۇپ ئىچىدىن دورا ئىچۈرۈش، سىرتىدىن دورا سۈرتۈش، خېمىر دورىلارنى تېڭىش، دورا قايناتمىلىرىدا يۇيۇش ياكى ۋاننا قىلىش، جىغىتىش (نوتۇل قىلىش)، ھورلاندۇرۇش، دۇتلاش، ئىسسىق ياكى سوغۇق ئۆتكۈزۈش، تەرلىتىش، قۇسۇتۇرۇش، ئىچىنى سۈرۈش، ھەمەلچە قىلىش، تېرىگە ئېلىش، قان ئېقىتىش، قان ئېلىش، قاپارتقۇچلارنى داغلاش، بېسىپ قان توختىتىش، مۇچىلەرنى باغلاش بىلەن قان توختىتىش (ياكى زەھەرنىڭ بەدەنگە تارقاپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش)، داغلاپ قان توختىتىش، يەرلىك ئورۇننى مەس قىلىش، ئاغرىق توختىتىش، كېسىش، تىكىش، يېرىپ ئاققۇزۇش، نەشتەر سانجىش، كۆيدۈرۈش، سۆگەل، بۇۋاسىر ياكى ئاقمىلارنى ئات قىلى ياكى مەشۇت يىپ بىلەن باغلاپ داۋالاش، لوڭقا قويۇش، جاراھەت يۈزىنى تازىلاش، يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، جاراھەتنى تېڭىش، سۇنۇق ياكى چىقىقنى تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش، سۇنغان ئورۇننى مۇقىملاشتۇرۇش (تېڭىش)، قىڭغىر سۇنۇقنى ياشلاش، ئىلغۇنى ئېلىش ياكى دارچىن بىلەن سۈرتۈش، تۈۋلاش، سىرىپ موتاش (چىمداش) دۈگۈن (پەللە)لەرگە دورا سۈرتۈش ياكى قۇرۇق يىڭنە سانجىپ داۋالاش، قومىغا كۆمۈش، ئاپتاپقا ياكى ئوتقا قاقلاش، ئاقما يوللىرىغا دورا پۈركەش، جاراھەت بوشلۇقىغا دورىغا مىلەنگە تېڭىق ماتېرىياللىرىنى كەپلەش، ئىششىقلارنى تارقىتىپ ياندۇرۇش ياكى يىغىپ ئېغىز ئالدۇرۇش قاتارلىق ئەللىك خىلدىن ئارتۇق داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللانغان ۋە ھازىرمۇ قوللىنىۋاتىدۇ. بىراق شۇنى ئىزاھلاپ ئۆتۈشكە ئەرزىيدۇكى 1920-يىلى گېرمانىيىلىك قېدىرىپ تەكشۈرگۈچىلەر تۇرپاندىن قېزىۋېلىنغان لېكىن ھازىر بېرلىن مۇزېيىدا ساقلىنىۋاتقان مىلادىيەدىن 3 ئەسىر ئىلگىرىگە مەنسۇپ قەدىمىي

ئۇيغۇر يېزىقىدا يېزىلغان 365 جۈپ دۈگۈن (پەللە) لىك ئادەم سۈرىتى بىلەن ئىزاھلانغان قۇرۇق يىگنە بىلەن داۋالاش ھەققىدىكى ئەسەرنىڭ بارلىقى تىبابىتىمىزدىمۇ قۇرۇق يىگنە بىلەن كېسەل داۋالىغانلىقنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ.

تىبابىتىمىز تاشقى كېسەللىك ئىلمى باشقا كلىنكىلىق تارماقلارغا ئوخشاش ئادەم بەدىنىنىڭ ئاناتومىيىلىك تۈزۈلمىسىدىن باشقا تۆت چوڭ ماددا، مىجەز، خىلىت، ئەزا، قۇۋۋەت، تەبىئەت، ئەفئال، ئەرۋاھ، ساقلىقنى ساقلاش زۆرۈرىيەتلىرى، كېسەللىكلەرنى تونۇش، كېسەل سەۋەبچىسى، كېسەل پەيدا قىلغۇچى ئامىللار، كېسەللىكلەرنىڭ راۋاجى ۋە ئۇنىڭ دەرىجىسى قاتارلىق بىر يۈرۈش تەلىمات (نەزەرىيە)لەر بىلەن دورىگەرلىك تەلىماتلىرىنى يېتەكچى ئىدىيە قىلىدۇ. شۇنداقلا بەدەننىڭ بىر پۈتۈنلۈكى ۋە ئۇنىڭ سىرتقى مۇھىت بىلەن بولغان مۇناسىۋىتىنى ئاساس قىلىدۇ. شۇڭلاشقا كېسەللىككە دىئاگنوز قويۇشتا يۇقىرىدا بايان قىلىنغان بىر يۈرۈش نەزەرىيە ئاساسىنىڭ يېتەكچىلىكىدە قاراپ تەكشۈرۈش، سوراپ تەكشۈرۈش، تۇتۇپ تەكشۈرۈش (بۇ تومۇر تۇتۇشنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ)، چېكىپ تەكشۈرۈش، ئاڭلاپ تەكشۈرۈش، پۇراپ تەكشۈرۈش ۋە چوڭ-كىچىك تەرەتنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشى بىلەن پۇرىقىنى تەكشۈرۈش قاتارلىق تەكشۈرۈش ئۇسۇللىرىدىن كەلگەن بىرىنچى قول ماتېرىياللىنى ئۇنىۋېرسال تەھلىل قىلىدۇ. ھەممىدە شۇ بىمارنىڭ ساق ۋاقتىدىكى مىجەزى بىلەن ماددىسى (خىلىت تىپى)، ئاغرىق ۋاقتىدىكى مىجەزى بىلەن ماددىسى ۋە ئاساسى كېسەللىكى بىلەن ئەگەشمە كېسەللىكىدىن ئىبارەت تۆت خىل ئەھۋالنى ئېنىقلايدۇ (دىئاگنوز قويىدۇ)، كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا يۇقىرىدىكى ئېنىقلىمىغا ئاساسەن ئاماقتىن پەرھىز بۇيرۇش، مىجەزنى تەڭشەش، ئاساسى كېسەللىك بىلەن ئەگەشمە كېسەللىكنى داۋالاشقا بىرلەشتۈرۈپ قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى، زەھەرنى كەسكۈچى، تۇسالغۇلارنى ئاچقۇچى ۋە تۇرۇپ قالغان يەللەرنى تارقاتقۇچى دورىلار ياردىمى بىلەن بەدەننىڭ قوغدىنىش ئىقتىدارىنى ئاشۇرۇش بىلەن بىرگە ئەزالار خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشنى ئاساسىي پرىنسىپ قىلىدۇ. بىراق داۋالاشتىكى بۇ خىل پرىنسىپلارنى كېسەللىكنىڭ ئېغىر-يېنىكلىك دەرىجىسى بىلەن خاراكتېرىگە قاراپ جانلىق ئىشلىتىدۇ. مەسىلەن، كېسەللىك ئەھۋالى يېنىكرەك بولغان سوزۇلما كېسەللىك بولسا يۇقىرىدىكى داۋالاش پرىنسىپلىرى ئۆز نۆۋىتى بويىچە تولۇق قوللىنىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرراق بولسا ۋاقتىنى قولغا كەلتۈرۈش مەقسىتىدە مىجەزنى تەڭشەش، ماددىنى پىشۇرۇش باسقۇچىنى قىسقارتىپ بەدەننى تازىلاشتىن كېيىنلا ئاساسى كسەللىك بىلەن ئەگەشمە كېسەللىكلەرنى داۋالاش باشلىنىدۇ ياكى ئەھۋالغا قاراپ بەدەننى تازىلاش بىلەن ئاساسى كېسەللىكنى داۋالاشنى بىرلەشتۈرۈپ ئېلىپ بارىدۇ. ئەگەر

كېسەللىك ئەھۋالى جىددىي بولۇپ ھاياتىغا خەۋپ كېلىش ئېھتىمالى بولسا ئالدى بىلەن ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرۈۋاتقان ئالامەتلەرگە قارىتا چارە قىلىپ خەتەرلىك ئۆتكەلدىن ئۆتۈپ كېسەللىك ئەھۋالى تۇراقلاشقاندىن كېيىن ئېغىر كېسەللىكلەر ياكى ئادەتتىكى سوزۇلما كېسەللىكلەرگە قارىتا قوللىنىلىدىغان داۋالاش پرىنسىپى قوللىنىلىدۇ. ھەرقايسى خىل كېسەللىككە قارىتا داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن تېخنىكىسى ۋە دورا ئۇسخىلىرىنى تاللاشتا بىمارنىڭ يېشى، جىنسى، مىللىتى، تەن تۈزۈلۈشى، ياشىغان رايونى، كېسەللىكنىڭ پەيدا بولغان ئەزا بىلەن ئورنىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ بەلگىلىك پەرقلەر بولىدۇ.
يۇقىرىقىلاردىن باشقا ھەر قانداق كېسەللىكلەر تۈرىگە قارىتا مەيلى قايسى خىلدىكى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن تېخنىكىسى ۋە دورا ئۇسخىسى تاللانمىسۇن كېسەللىك سەۋەبچىسىگە قارىتا چارە قىلىش ئاساس، كېسەللىك ئاملىغا قارىتا چارە قىلىش قوشۇمچە، مىجەزنى تەڭشەش بىلەن ئاساسىي كېسەللىكنى داۋالاش ئاساس، ئەگەشمە كېسەللىكنى داۋالاش قوشۇمچە ۋە رەئىس ئەزالارنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ئەزالار خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش بىلەن بەدەننىڭ قوغدىنىش ئىقتىدارى بولغان تەبىئەت بىلەن قۇۋۋەتكە مەدەت بېرىشنى ئاساس قىلىش بىلەن بىرگە كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىر ياكى جىددىي بولغانلار بىلەن تېنى ئاجىز بىمارلارغا ئاۋۋال سۇيۇق دورىلار (ئەرەق، مەتبۇخ ۋە شەربەتلەر)، كېيىن (كېسەللىك ئەھۋالى ياخشىلىنىشقا قاراپ يۈزلىنىپ ئازراق ماغدۇرىغا كېلىۋالغاندىن كېيىن) قۇرۇس، ھەب ۋە مەجۇنات قاتارلىق دورا ئۇسخىلىرىنى ئىشلىتىش ۋە پۈتۈن بەدەن بىلەن ئەزالارنىڭ مىجەزىگە قاراپ دورا ئىشلىتىشنى ئۆزئارا بىرلەشتۈرۈشتىن ئىبارەت داۋالاش قانۇنىيىتىگە ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىدۇ. شۇڭلاشقا تېبابىتىمىز «ساقايتقىلى بولمايدىغان كېسەللىك يوق، گەپ كېسەللىكنى توغرا تونۇش (دىئاگنوز توغرا بولۇش) بىلەن داۋالاشنىڭ توغرا بولۇشىدا» دەپ قارايدۇ.

تېرە كېسەللىكى قىسمى

تېرە رەڭگى ئۆزگىرىدىغان كېسەللىكلەر

ئاق كېسەل

بۇ تېرىنىڭ مەلۇم قىسمى ياكى كۆپ قىسمى ھەتتا پۈتۈن بەدەن تېرىسىنىڭ ئەسلى رەڭگى ئۆڭۈپ ئاقىرىش تۈسىنى ئېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان، لېكىن سالامەتلىك بىلەن ھاياتلىق ۋە تۇرمۇشقا تەسىر كۆرسەتمەيدىغان، تېرە گۈزەللىكىگە تەسىر يەتكۈزۈپ بىمارغا روھىي ئازاب كەلتۈرىدىغان ۋە كېسەللىكنى تونۇش بىر قەدەر ئاسان بولسىمۇ، ئەمما داۋالاش نىسبەتەن قىيىنراق بولغان يۇقۇمسىز سوزۇلما تېرە كېسەللىكىدىن ئىبارەت.

ئاق كېسەللىك قەدىمكى ئۇيغۇر تىلىدا «ئالا ئەت»، «ئىبتى ئالا» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

ئاق كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ناھايىتى مۇرەككەپ ۋە كۆپ تەرەپلىمىلىك بولۇپ، ئۇلارنى ئىخچاملىغاندا تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

1) رەئىسى ئەزالار خىزمىتىنىڭ قالايمىقانلىشىشى: مېڭە يۈرەك ۋە جىگەرنى ئۆز ئىچىگە ئالغان رەئىسى ئەزالارنىڭ خىزمىتى ئىچكى ۋە سىرتقى ئامىللار تەسىرىدىن قالايمىقانلاشقاندا بارلىق ئەزا توقۇلمىلار جۈملىدىن تېرىنىڭ ئوزۇقلاندۇرغۇچى كۈچى (قۇۋۋىتى جازىبە)، تۇتۇپ تۇرغۇچى كۈچى (قۇۋۋىتى ماسىكە)، ھەزىم قىلىش كۈچى (قۇۋۋىتى ھازىمە)، شەكىللەندۈرگۈچى كۈچى (قۇۋۋىتى مۇسەۋۋىرە) ۋە ھەيدەپ چىقارغۇچى كۈچى (قۇۋۋىتى دافىئە) قاتارلىق كۈچ قالايمىقانلىشىپ تېرە رەڭ ماددىسىنىڭ ھاسىل بولۇشى

كاشىلىغا ئۇچراشتىن ئاق كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. ئاق كېسەللىك پەيدا بولۇشتىن ئىلگىرى ئەسەب ئاجىزلىقى، نېرۋا سىستېمىسىنىڭ بۇزۇلۇشى، ئىچكى سېكرېتسىيە بەزلىرى خىزمىتىنىڭ توسقۇنلۇققا ئۇچرىشى، روھىي زەربە، روھىي ئازابلىنىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مۇپتىلا بولىدىغانلىقى بۇ ئۇقتىنى ئىسپاتلايدۇ.

2) مىجەز بىلەن خىلتلار تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇش: ئادەم ھاياتلىق پائالىيىتىنىڭ مۇھىم ئىچكى مۇھىتى بولغان مىجەز بىلەن خىلتلار تەڭپۇڭلۇقى كۈندىلىك تۇرمۇشتا داۋاملىق ئىچكى ۋە تاشقى ئامىللار (يېمەك-ئىچمەك قاتارلىق) نىڭ تەسىرىگە ئۇچرايدۇ. بىراق نورمال ئەھۋالدا رەئىسى ئەزالارنىڭ تەڭشىشى بىلەن داۋاملىق ھەرىكەتچان تەڭپۇڭلۇقنى ساقلايدۇ. ئەگەر بۇ خىل ھەرىكەتچان تەڭپۇڭلۇق ئىچكى ۋە تاشقى ئامىللارنىڭ ئۇزۇنراق تەسىر كۆرسىتىشىگە دۇچ كەلگەندە مىجەز بىلەن خىلتلارنىڭ تەبىئىي (نورمال) تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇپ، بىر تەرەپتىن رەئىسى ئەزالارنىڭ خىزمىتى قالايمىقانلاشسا يەنە بىر تەرەپتىن خىلتلارنىڭ ئۆزئارا نىسبىتى بىلەن خۇسۇسىيىتىدە ئۆزگىرىش پەيدا بولۇپ، بەدەندە غەيرىي تەبىئىي مۇھىت شەكىللىنىدۇ. بۇ خىل غەيرىي تەبىئىي مۇھىت ئاق كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە ئۇنىڭ تەرەققىياتىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. مەسىلەن، بەدەندىكى سوغۇقلۇق غالىب كېلىپ بەلغەم خىلتى بىلەن سەۋدا ئۇستۇنلۇكنى ئىگىلىگەندە بەدەن جۇملىدىن جىگەردىكى ھارارەت (ئىسسىقلىق) تۆۋەنلەپ كەتكەندە بىر تەرەپتىن جىگەردە ئىشلىنىدىغان خىلتلار خام قالىدۇ. خام قالغان خىلتلار تېرە قان تومۇرلىرىدا چۆكمە ھاسىل قىلىپ تېرىنىڭ قان بىلەن تەمىنلىنىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. يەنە بىرى قان ئايلىنىش سۇسلىشىپ ئوزۇقلۇق ماددىلار جۇملىدىن تېرە رەڭ ماددىسىنى ھاسىل قىلغۇچى ماددىلار بىلەن ساپ ھاۋا (ھاۋائىي نەسىمىي) بەدەن جۇملىدىن تېرىنىڭ ئۇششاق بىرلىكلىرىگىچە يېتىپ بېرىشى ۋە ئۇششاق بىرلىكلەردىكى ئۇفۇنەتلىك ماددىلار بىلەن بۇخارات (بۇزۇق ھاۋا) نىڭ قان ئېقىمى ئارقىلىق چىقىرىش ئەزالىرىغا يەتكۈزۈلۈشى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل غەيرىي تەبىئىي ئەھۋال تېرىدىكى قۇۋۋەتلەرنىڭ نورمال خىزمىتىنى بۇزۇشتىن ئاق كېسەللىك پەيدا بولىدۇ.

3) قان كەملىك: پۈتۈن بەدەنلىك قان كەملىك ياكى خام خىلتلارنىڭ تېرە ئۇششاق قان تومۇرلىرىدا چۆكمە ھاسىل قىلىش، تار كىيىم كىيىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن يەرلىك تېرىدە قان كەملىك پەيدا بولغاندا، تېرىدە يېڭىدىن رەڭ ماددىسى ئىشلىنىش كاشىلىغا ئۇچراش ۋە ئەسلىدىكى رەڭ ماددىسى ئۆگۈشتىن ئاق كېسەللىك پەيدا بولىدۇ.

4) يېمەك-ئىچمەك خىل كەملەسلىك: سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەر

بىلەن تەستە ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى ئۇزۇن مەزگىل ئىستېمال قىلغاندا مىجەز بىلەن خىلىتلارنىڭ تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇش بىلەن بەدەندىكى ئوت ھەزىم ياخشى بولماسلىق ياكى بولمىسا بەدەننىڭ مەلۇم بىر خىل يېمەكلىكتىن سەسكىنىش (زىيادە سەزگۈرلۈك) قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئاق كېسەللىك پەيدا بولىدۇ.

5) ئۇدۇم (ئىرسىيەت) ئامىلى: تۇغما ئاق كېسەللىك ئاساسەن ئۇچرىمايدۇ. لېكىن ئائىلە ـ ئۇرۇق جەمەتىدە ئاق كېسەللىك بارلاردا ئەر ۋە ئاياللارنىڭ ئۇرۇق (ئوخۇم) بېزىدىكى ئاق كېسەللىك ئامىلى ئەۋلادىغا مىراس قېلىش ئارقىلىقمۇ ئاق كېسەللىك پەيدا بولىدۇ.

6) ئاق كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان باشقا ئامىللار: ئاق كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى يۇقىرىدىكى سەۋەبلەردىن باشقا ئېغىر دەرىجىلىك كۆيۈك بىلەن ئۈششۈك، تېرىنىڭ زەخىملىنىشى ياكى تېرىنىڭ ئۇفۇنەتلىنىشى (يۇقۇملىنىشى) قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدىغان ئاتۇق ئاساسىدا ئاق كېسەللىك پەيدا بولۇشتىن سىرت تېرىنى پاكىز تۇتماسلىق، جىسمانىي ھەرىكەتلەر بىلەن كەم شۇغۇللىنىش، ياكى ھەددىدىن تاشقىرى كۆپ ئەمگەك قىلىش، چارچاش، ئولتۇراق شارائىتىنىڭ زەي ياكى تەسكەي بولۇشى، ئاھالىلارنىڭ زىچلىقى، ھاۋا بىلەن ئىستېمال قىلىدىغان سۇنىڭ ساپ بولماسلىقى قاتارلىق ئۇرغۇن ئامىللار ئاق كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى بىلەن ئالاقىسى بار. خۇلاسە قىلىپ ئېيتقاندا ئاق كېسەللىك كۆپ خىل سەۋەبلەر بىلەن ئامىللارنىڭ ئۆزئارا تەسىر كۆرسىتىشىنىڭ مەھسۇلى.

ئالامىتى

ئاق كېسەللىكتە تېرىدە پەيدا بولىدىغان ئاق داغ تېرىنىڭ ھەممە قىسمىدا پەيدا بولىدىغان بولۇپ، كىچىكلىرى چېكىتتەك، چوڭلىرى ھەر خىل چوڭلۇقتا بولۇپ، بەدەن تېرىسىنىڭ مەلۇم قىسمى ياكى كۆپ قىسمى ھەتتا پۈتۈن تېرىسىنى دېگۈدەك قاپلاپ كېتىدۇ. تېرىدە ئاق داغ پەيدا بولۇشتىن ئىلگىرى بەزى كېسەللىكلەردە يەرلىك ئورۇن ئوخشىمىغان دەرىجىدە قىچىشىدۇ ۋە ياكى بىلىنەر ـ بىلىنمەس ئېچىشىدۇ. بىراق بۇ خىل غەيرىي سېزىم كىشىلەر خىلىت تىپىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ دەرىجىسى بىر خىل بولمايدۇ. تېرىدە پەيدا بولغان ئاق داغنىڭ چېگرىسى ساق تېرىدىن ئېنىق پەرقلىنىدۇ. گىرۋىكى رەتسىز بولۇپ ساق تېرىگە قارىغاندا سىلىق ۋە پارقىراق بولىدۇ. ئاق داق تېرە تەكشىلىكى بىلەن ئاساسەن ئوخشاش بولىدۇ. قىچىشىش، ئېچىشىش ۋە كېپەكلىشىش قاتارلىق غەيرىي ھالەت بولمايدۇ. ئاق كېسەللىكتە تېرە قەۋىتىنىڭ زەخىملىنىش دەرىجىسى ئوخشاش بولمايدۇ. ئەگەر تېرە قەۋىتىنىڭ ئۈزە قىسمى

زەخىملەنگەن بولسا، ئاق داغ ئاقۇش تۈسنى ئېلىپ ئېگى سۇس قىزغۇچ ياكى سۇس ساغۇچ قىزىللىققا مايىللىراق بولىدۇ. سوغۇق زىمادلارنى سۈرتكەندە ئاساسەن ئۆزىگە ئالىدۇ. بارماق بىلەن بېسىپ سۈرتكەندە ياكى ئاپتاپقا قاقلىغاندا ئاسانلا قىزىرىدۇ. بەدەن تەرلىگەندە ئازدۇر-كۆپتۈر تەرلەيدۇ، ئاق داغ بار ئورۇندىكى مويلار ئاقارمايدۇ. ئاق داغ بار ئورۇندىكى تېرىنى كۆتۈرۈپ تۇرۇپ يىڭنە سانجىغاندا قان چىقىدۇ. سېزىمى ئاساسىي جەھەتتىن ساقلىنىدۇ. بۇ تىپى «بەھەق» دەپ ئاتىلىدۇ. ئەگەر تېرە قەۋىتىنىڭ چوڭقۇرراق قىسمىغىچە زەخىملەنگەن بولسا، ئاق داغ بار ئورۇن سۈت قەغەزدەك ئاق، سىدام ۋە پارقىراق تۈسنى ئېلىپ، بارماق بىلەن ئۇۋۇلىغاندا ياكى ئاپتاپقا قاقلىغاندا ئاسانلىقچە قىزارمايدۇ. زىمادلارنى سۈرتكەندە، ماي يۇقى تەخسە سۇنى ئۆزىگە ئالمىغاندەك، ھە دېگەندە زا-مادلارنى ئۆزىگە ئالمايدۇ. سېزىمى ئوخشىمىغان دەرىجىدە يېنىك تۆۋەنلىشىشى مۇمكىن. ئاق داغ دائىرىسىدىكى مويلار ئاقىرىدۇ. ئاق داغ بار ئورۇندىكى تېرىنى كۆتۈرۈپ تۇرۇپ يىڭنە سانجىسا قان چىقمايدۇ. ئاق كېسەللىكنىڭ بۇ خىل تىپى «بەرەس» دەپ ئاتىلىدۇ.

ئاق كېسەللىكنى تونۇش (تەشخىس) قىلىش ئانچە قىيىن ئەمەس، لېكىن تەر تەمرەتكىسى (گۈللۈك تەمرەتكە)، ماخاۋ كېسىلىنىڭ ئاق داغ تىپى، ھامىلدارلىق تارتۇقى (دېغى)، تېرە سېغىلىسى ۋە تاتۇق دېغى قاتارلىقلاردىن پەرقلەندۈرۈش كېرەك.

ئاق كېسەللىك كلىنىكىدا رەڭگىگە قاراپ ئاق بەرەس، قارا بەرەس دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. تېرە قەۋىتىنىڭ زەخىملىنىش دەرىجىسىگە قاراپ بەھەق ۋە بەرەس دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئاق داغنىڭ چوڭ-كىچىكلىكىگە قاراپ چېكىتسىمان ئاق داغ ۋە ياپىلاق ئاق داغ دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئاق داغنىڭ سانىغا قاراپ ئاق (يەككە ياكى مەنپى) ئاق داغ ۋە كۆپ (مۇسبى) ئاق داغ دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئاق داغنىڭ تېرە قىسمىغا تارقىلىش ئەھۋالىغا قاراپ دائىرىلىك ئاق داغ ۋە كۆپ تەرەپلىك ئاق داغ دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. كېسەللىكنىڭ تەرەققىيات ھالىتىگە قاراپ تۇراقلىق (مۇقىم) ئاق داغ ۋە تۇراقسىز (ھەرىكەتچان) ئاق دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. كېسەللىكنىڭ باشلىنىش ياكى ئېپادىلىنىش ئەھۋالىغا قاراپ ئاشكارا ئاق داغ ۋە يوشۇرۇن ئاق داغ (بۇ تىپى ئاپتاپقا قاقلىنىپ ساق تېرە كۆيۈپ قارىدىغاندىلا بايقىلىدۇ) دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

داۋاسى

ئاق كېسەللىكنىڭ داۋالاش پرىنسىپى: ئاق كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى

كېسەل سەۋەبچىسى بىلەن كېسەل پەيدا قىلغۇچى ئامىللارغا ئاساسەن ئاق كېسەللىكنىڭ داۋالاش پرىنسىپى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: ئاق كېسەللىك بەدەندىكى بىر قاتار ماددىسىز ۋە ماددىلىق مىجەز ئۆزگىرىشلەرنىڭ تېرىدىكى ئىپادىلىنىشى بولغانلىقى ئۈچۈن، داۋالاشتا يېمەك-ئىچمەكتىن پەرھىز تۇتۇپ، مىجەزنىڭ داۋاملىق ئۆزگىرىشىنى توسۇش؛ مىجەزنى تەڭشەپ تەبىئىي (نورمال) ئىچكى مۇھىتنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش؛ ئىچىدىن بەدەننى قىزىتىپ، ھۆللۈكنى ئازايتىدىغان، قاننى جانلاندۇرۇپ، ئاق داغ بار ئورۇندا رەڭ ماددىسىنىڭ ھاسىل بولۇشىنى تېزلىتىدىغان ۋە بەدەننى كۈچلەندۈرۈپ، بەدەننىڭ كېسەللىك ئۈستىدىن غەلىبە قىلىدىغان قوغدىنىش كۈچىنى ئاشۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش ۋە ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتتىن دورا سۈرتۈپ داۋالاشتىن ئىبارەت.

ئاماقتىن پەرھىز بۇيرۇش غىزايى داۋا دەپمۇ ئاتىلىپ سوغۇق كەيپىياتتىكى كالا ۋە ئۆچكە گۆشى، بېلىق، تۇخۇم ئېقى، سۈت، قېتىق، پۇرچاقتىن ئىشلەنگەن يېمەكلىكلەر، شوخلا، تەرخەمەك، كارتوشكا (ياڭيۇ)، جاڭدۇ، پەتىنگان، باش پىياز، پىشمىغان مېۋە-چېۋە، شاپتۇل، توغاچ، ئالما، نەشپۈت، قارا ئۆرۈك قاتارلىق يېمەكلىكلەر بىلەن ھاراق، بوزا، مۇسەللەس، پىۋا ۋە باشقا سۈنئىي يول بىلەن ياسالغان ئىچىملىكلەر بىلەن سوغۇق سۇ قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىشنى چەكلەپ، كۆپرەك قۇرۇق ئىسسىق ياكى ھۆل ئىسسىق كەيپىياتتىكى يېمەك-ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ.

مىجەزنى تەڭشەش كېسەللىكنىڭ سەۋەبچىسىگە قارىتا داۋالاشنىڭ مۇھىم تەركىبىي قىسمى بولۇپ، بۇ (مىجەزنى تەڭشەش) ماددىنى پىشۇرۇش ۋە بەدەننى تازىلاشتىن ئىبارەت ئىككى باسقۇچنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. ماددىنى پىشۇرۇش دېگەنلىك بەدەندىكى خام خىلىتلارنى پىشۇرۇش كۆزدە تۇتۇلۇپ، بىمارلار خىلىت تىپىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ خام قالغان شۇ خىلىتنىڭ ئۆز پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىجى) ياكى ئورتاقلىققا ئىگە پىشۇرغۇچىسى بېرىلىدۇ. مەسىلەن: خام سەپرانى پىشۇرۇش ئۈچۈن چىلان 7 دانە، گۈل بىنەپشە، شاھتەررە، نىلۇفەر ھەر بىرى 5.5 گرام، چالا سوقۇلغان كاسنى ئۇرۇقى 7.5 گرام، چالا سوقۇلغان كاسنى يىلتىزى، كاسنى كۆكى ۋە قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 5.5 گرامدىن ئېلىپ بۇ دورىلارنى 750 مىللىلىتر سۇغا سېلىپ يېرىمى قالغىچە پەس ئوتتا قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىنى كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتردىن ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. خام بەلغەمنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ۋاسالغۇ ئۈزۈم 11 دانە، چالا سوقۇلغان ئارپا بەدىيان (رۇمبەدىيان بولسا تېخىمۇ ياخشى)، باداۋرى (شۇكائى) ھەر بىرىدىن 5.5 گرام، ئاقلاپ چالا سوقۇلغان چۈچۈك بۇيا يىلتىزى 7.5 گرام، پەرسىياۋشان 11.5

گرام، ئەنجۈر قېقى 5 دانە، قىزىلگۈل 8.5 گرامدىن ئېلىپ 750 مىللىلىتر سۇغا سېلىپ پەس ئوت بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە 18 گرام ھەسەل گۈلقەنتنى سېلىپ كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتردىن ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. خام سەۋدانى پىشۇرۇش ئۈچۈن سەربىستان 20 دانە، چىلان 10 دانە، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا، ئۈستىخۇددۇس، پەرسىياۋشان، ئارپا بەدىيان، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 5.5 گرام، چالا سوقۇلغان چۈچۈك بۇيا يىلتىزى 11 گرامدىن ئېلىپ بىر لىتر سۇغا سېلىپ، پەس ئوت بىلەن 450 مىللىلىتر قالغىچە قاينىتىپ، ئۈستىگە ئاق قەنت ياكى ياناتاق شېكىرىدىن 200 گرام ياكى گۈلقەنتتىن 30 گرام سېلىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۈيىنى كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتردىن ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. غەيرى تەبىئىي قان خىلىتىگە باشقا خىلىتلار ئارىلاشمىغان بولسا، پىشۇرغۇچى دورا ئىشلىتىش ھاجەتسىز بولۇپ، قاننى تازىلىغۇچى دورا ئىشلىتىش كۇپايە قىلىنىدۇ. ئەگەر غەيرى تەبىئىي قانغا باشقا غەيرى تەبىئىي خىلىتلار ئارىلاشقان بولسا، شۇ خىلىتنىڭ پىشۇرغۇچىسى بېرىلىدۇ.

ئاق كېسەللىكتە غەيرى تەبىئىي مۇرەككەپ مىجەزلىكلەر كۆپ ئۇچرايدۇ. شۇڭلاشقا ئۇۋەندىكى ئوتتاقلىقتا ئىگە پىشۇرغۇچى نۇسخا ئىشلىتىلىسمۇ بولىدۇ. ئوتتاقلىقتا ئىگە بۇ نۇسخىنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىدىن ئىبارەت. ۋاسالغۇ ئۇرۇقى 130 گرام، رۇمبەدىيان 7 گرام، سىيادان 21 گرام، كەرەپشە (چېكىسەي) ئۇرۇقى، بابۇنە، سانا ۋە سەئتەر ھەر بىرىدىن 26 گرام، قىزىلگۈل، قۇستى، شەترەنجى، سوزاپ، ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ، 2.5 لىتر سۈزۈك سۇدا يېرىمى قالغۇچە پەس ئوتتا قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە 370 گرام ھەسەل قوشۇپ ئازراقلا قاينىتىپ كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا تاماقتىن بۇرۇن 60 — 50 مىللىلىتردىن جەمئىي 9 كۈن ياكى ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يۇقىرىقى دورىلارنى بالىلار بىلەن ياشانغانلارغا ئەھۋالغا قاراپ كېمەيتىپ بېرىلىدۇ.

ماددىنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى ئىچىش ۋاقتى ئادەتتە خام سەپرانى پىشۇرۇش ئۈچۈن 5 كۈن، خام بەلغەمنى پىشۇرۇش ئۈچۈن 9 كۈن، بەلغەمگە ئارىلاشقان باشقا خىلىتلار بىلەن خام سەۋدانى پىشۇرۇش ئۈچۈن 15 كۈن ئەتراپىدا دورا ئىشلىتىلىدۇ. بىراق مەيلى قايسى خىل خىلىت تىپى بولسۇن، ماددا پىشۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن، بىمارنىڭ ئۇيقۇسى ۋە ئىشتىھاسى ياخشىلىنىپ، چوڭ-كىچىك تەرەت قېتىم سانى كۆپىيىش، بەدىنى قىزىغاندەك ۋە پۇت قولىغا ماغدۇر كىرگەندەك ھېس قىلىپ، روھىي ھالىتى

ئېتىكلىشىش ۋە ئاق داغ بار ئورۇندا قىچىشىش پەيدا بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر ماددا پىشقانلىقىدىن دېرەك بېرىدۇ.

بەدەننى تازىلاش دېگەنلىك بەدەندە يەنىلا پىشماي قالغان خام خىلت قىسمى بىلەن بەدەندىكى باشقا زىيانلىق ماددىلارنى ئىچىنى سۈرۈش ۋە سۈيدۈك ھەيدەش ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرىپ بەدەننى پاكلاشتۇرۇش كۆزدە تۇتۇلىدۇ.

بەدەننى تازىلىغۇچى ئۇسخىلار خىلى جىق، تۆۋەندە كۆپ قوللىنىلىدىغان ئوتتۇراقلىققا ئىگە ئۇسخىلاردىن مەتبۇخ ئەپتىمۇن (ئەپتىمۇن قايناتمىسى): تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ھەلىلە كابىلە پوستى، سېرىق ھەلىلە پوستى ھەر بىرىدىن 60 گرام، تۆرۈقى ئېلىۋېتىلگەن ۋاسالغۇ، ئەفتىمۇن ھەر بىرىدىن 30 گرام، ئەنجۈر قىقى 100 گرام، ئىچىدىكى غولى ئېلىۋېتىلگەن تۇربۇت، ئاقلانغان بىخسۇس، ئىزخىر ھەر بىرىدىن 5 گرام، رۇمبەدىيان، كەرەپشە تۆرۈقى ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ، بىر لىتىر سۇغا سېلىپ، پەس ئوتتا يېرىم قالغىچە قايىنتىپ داكىدا سۈزۈۋېلىنغان سۈيىنى كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 — 60 مىللىلىتر ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بالىلار بىلەن ياشانغانلارغا ئەھۋالغا قاراپ مىقدارى كېمەيتىلىدۇ. ئەگەر بۇ قايناتمىغا مەجۇنى ئايارەنجى پەيقرادىن ھەر كۈنى كەچتە 10 — 15 گرام قوشۇپ يېيىشكە بېرىلسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

بۇلاردىن باشقا تازىلاش ئۈچۈن ھەببە مۇخرىج بىلەن چالاپا گۈلقەنتكە قوشۇپ يېيىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. بىراق بۇ ئىككى خىل دورا كۈچلۈك سۈرگۈ بولغىنى ئۈچۈن ھامىلدار ئاياللار بىلەن ھەيز كېلىۋاتقان ئاياللارغا، ئۈچەي تۇسۇلۇش (قولىنج) كېسىلى بارلار بىلەن كىچىك بالا ۋە ياشانغانلارغا بېرىلمەيدۇ. چوڭلارغىمۇ مىقدارى كۆپ بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك. تازىلاش مەقسىتىدە سۈرگۈ دورىلىرى بەرگەندە چوڭ تەرەت قېتىم سانى كۈنىگە 4-5 قېتىمدىن ئېشىپ كەتسە سۇسىزلىنىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن دورا ئىچىش توختىتىلىدۇ. بەدەننى تازىلىغۇچى دورىلار 2-5 كۈن ئەتراپىدا ئىشلىتىلىدۇ. بەدەن ئاساسىي جەھەتتىن تازىلانغان بولسا، ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر روشەنلىشىشتىن سىرت بىمارنىڭ چىرايى، كۆز ئىقى، تىل جىسمى، تىلنىڭ رەڭگى، تىلدىكى گەز، تومۇرنىڭ سوقۇشى، سۈيدۈك رەڭگى ۋە قىيامى قاتارلىقلار بىمارنىڭ ئەسلىدىكى تەبىئىي خىلت تىپىدىكى ھالەتكە تامامەن ياكى ئاساسەن يېقىنلىشىدۇ. شۇنداق بولغاندىلا بىمارنىڭ مىجەزى تەڭشەلگەن ھېسابلىنىدۇ. شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەيمىزكى داۋالاش ئالدىدا مىجەزنى تەڭشەپلا قالماستىن بەلكى داۋالاشنىڭ پۈتۈن جەريانىدىمۇ مىجەزنىڭ تەڭشىلىشىگە ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈنىدۇ. ئەگەر مىجەزدە ئۆزگىرىش بولغانلىقى بايقالسا دەرھال مىجەز تەڭشىلىدۇ.

ئاق كېسەللىكنى داۋالايدىغان خاس دورىلار ۋە قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورىلار بىلەن داۋالاش: بىمارنىڭ مىجەزى تەڭشەلگەندىن كېيىن ئاق كېسەللىكنى داۋالايدىغان خاس دورىلار بىلەن قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورىلاردىن تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(1) مەجۇنى كالزىرە: بۇ ياۋا ياكى تاغ سەۋزە ئۇرۇقى مەجۇنى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. تەركىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە: كالزىرە 222 گرام، ئاقىرقەرھا، ئاق تۇربۇت ۋە تۇم زەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 44 گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىر كىلو يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. بۇ دورىنىڭ تەبىئىتى ئىسسىق، خۇسۇسىيىتى تىرىگە رەڭ بېرىدۇ. ئىچىش مىقدارى 5 ياشتىن يۇقىرى 10 ياشتىن تۆۋەنلەرگە كۈنىگە 10 — 15 گرام، 11 ياشتىن يۇقىرىلار بىلەن چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ كۈنىگە 30 — 60 گرامنى ئىككىگە بۆلۈپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئىشلىتىشتە چوڭلارغا كۈنىگە 15 گرامدىن باشلاپ ئاستا-ئاستا كۆپەيتىپ، ھەپتە ئون كۈنلەردىن كېيىن يۇقىرىدا بايان قىلىنغان بىر كۈنلۈك مىقدارغا يەتكۈزۈلىدۇ. دورا ئىستېمال قىلىۋاتقان مەزگىللەردە يېمەك-ئىچمەكتىن قاتتىق پەرھىز قىلىپ، قۇۋۋەتلىك گۆش ۋە مايلىق تاماقلار ئىستېمال قىلىنىدۇ. كالزىرەنىڭ مەجۇن شەكلىدىن باشقا يەنە ھەببە (كۇمۇلاچ)، قۇرۇس (توقۇچاق ياكى تابلېت) شەكىللىرىمۇ بار. ھەببە نۇسخىسىدا ھەسەل ئورنىغا قايناق سۇ ئىشلىتىپ يەنە يۇقىرىقى دورىلار تالقىنىنى قايناق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ 0.2-0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ. تەبىئىتى بىلەن خۇسۇسىيىتى ۋە ئىشلىتىلىشى مەجۇنى كالزىرە بىلەن ئوخشاش، بىمارنىڭ ياش قۇرامى بىلەن تەن تۈزۈلۈشىگە قاراپ كۈنىگە 15 — 60 تالنى 3 كە بۆلۈپ يېيىشكە بېرىلىدۇ. قوروس كالزىرەنى 0.5 گراملىق قىلىپ ياساپ، چوڭلارغا ئاۋۋال كۈنىگە 2 قېتىم ھەر قېتىمدا 5-6 تالدىن، كېيىن بارا-بارا كۆپەيتىپ ھەر قېتىمدا 10-15 تالدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ. يېقىنقى 10 نەچچە يىللاردىن بۇيان كالزىرەنىڭ ئوكۇلى ئىشلىنىپ كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 4 مىللىلىتىردىن كاسا مۇسكۇلىغا ئوكۇل قىلىپ ياكى ئاق داغ بار ئورۇننىڭ تېرە ئىچىگە 2—6 مىللىلىتىرنى قامال قىلىنىۋاتىدۇ.

(2) شەربىتى بەرەس: تەركىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە: قۇرۇق ئۈزۈم 500 گرام، رۇمبەدىيان 300 گرام، سىيادان 200 گرام، ئەفتىمۇن، ئاقىرقەرھا، تۇربۇت، ياۋا پىياز، ئەنسىلى كوھى ھەر بىرىدىن 100 گرام، گۈلقەنت، سەكبىنەج ھەر بىرى 500 گرام، ئۈزۈم شىرنىسى 3 ھەسسە، شېكەر بىر ھەسسە، قۇرۇق ئۈزۈمنى 3 ھەسسە سۇدا يېرىمى قالغىچە پەس ئوتتا قاينىتىپ، ئۈزۈمنى سۈزۈپ، سىقىپ تىرىپىنى ئېلىۋېتىپ، باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، داكا خالتىغا سېلىپ، خالتىنى ئۈزۈم سۈيىگە چىلاپ 500 مىللىلىتىر قالغىچە

پەس ئوتتا قاينىتىپ، خالتىنى سىقىپ ئېلىۋەتكەندىن كېيىن، ئۈستىگە ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن شېكەرنى قوشۇپ ئازراق قاينىتىپ شەربەت تەييارلىنىدۇ، كەيپىياتى ئىسسىق، خۇسۇسىيىتى تېرىگە رەڭ بېرىدۇ ۋە بەدەندىكى تەبىئىي ھارارەتنى ئاشۇرۇپ، قاننى جانلاندۇرىدۇ ۋە ئوزۇقلۇق رولىنى ئوينايدۇ. ئاق كېسەلنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. بىمارنىڭ يېشى بىلەن ئەھۋالىغا قاراپ چوڭلارغا كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 — 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(3) مەجۇنى بەرەس: پوستى ھەلىلە كابىلى، پوستى بەلىلە، ئامىلە، ئەفتىمۇن، قەردىمانە، گۈل دارچىن، پىلپىل، ئاقىرقەرھا، شەترەنجى ھىندى، قىچا، قۇرۇتۇلغان سامساق، ئوردان، زەنجىبىل، جوزبۇۋا، گۈلى قەقە، ئەنسىل، كىبرىت، خىنە يوپۇرمىقى، ئۆشۈدۈر ھەر بىردىن تەڭ مىقداردا، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل پۈتۈن دورا ۋەزنىدىن 3 ھەسسە ئېلىنىدۇ. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. تەبىئىي قۇرۇقلۇقتا مۆتىدىل، خۇسۇسىيىتى تېرىگە رەڭ بېرىدۇ. ئاق كېسەل بىلەن ئاغرىغان چوڭلارغا 10 — 20 گرام، بالىلارغا 5 — 10 گرامنى ئۈچكە بۆلۈپ كۈنىگە 3 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(4) سامساق مەجۇنى: كالزىرە ئۇرۇقى 37 گرام، سوسۇن پوستلۇق سامساق 451 گرام زەپەر، بەسباسە، جويىز، پىلپىل، قارىمۇچ، كاۋاۋىچىن، زىرە، بۇزبۇغا، زەنجىبىل، قەلەمپۇر ۋە دارچىنلارنىڭ ھەر بىردىن 0.5 گرام، كالا سۈتى 810 مىللىلىتىر، مەشكە ماي 500 گرام، ھەسەل بىر كىلو، سامساقنى يانجىپ سۈتكە سېلىپ، سۇس ئوتتا تاكى سامساق يۇمشاپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلگىچە قاينىتىپ، سىم ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن سۈيىگە ھەسەل بىلەن مەشكە يېغىنى سېلىپ قاينىتىپ، ھالۋا ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە يۇقىرىقى دورىلارنىڭ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن تالقىنىنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق، خۇسۇسىيىتى بەدەننى قۇۋۋەتلەش، قاننى قىزىتىش، بەدەندىكى زىيادە نەملىكنى كېمەيتىش ۋە تېرىگە رەڭ بېرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. چوڭلارغا كۈنىگە بىر ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 7 — 10 گرامغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ.

ئاق كېسەللىكنى داۋالاشتا، داۋالاش ئۈنۈمىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش، داۋالاش جەريانىدا كۆرۈلىدىغان غەيرى تەبىئىي ھادىسىلەرنى تۈزۈتۈش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، قاننى قىزىتىپ جانلاندۇرۇش ۋە بەدەندىكى زىيادە نەملىكنى كېمەيتىپ خىلتلارنىڭ تەڭپۇڭلۇقىنى ساقلاش مەقسىتىدە ئىيارەج لوغازىيا، ئىترىفىل ھامانى، ئىترىفىل ھەكىمى ئىلى، شەربىتى زەبىب، ئەرەقى نانىخۇا، سۇفۇفى خولىنجان بىلەن مەجۇنى

چۈپچىنىڭ بىر-ئىككى خىلى، بولۇپمۇ شەربىتى زەيت بىلەن مەجۇنى چۈپچىن قوشۇپ بېرىلىدۇ.

ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتتىن دورا سۈرتۈپ داۋالاش:

ئاق كېسەللىكنى ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتتىن دورا سۈرتۈپ داۋالاش ئۇسۇلى ئۇيغۇر تىبابىتىنىڭ ئاق كېسەللىكنى داۋالاشتا كەم بولسا بولمايدىغان مۇھىم تەدبىرلىرىنىڭ بىرى بولۇپ، بىمارغا ئاق كېسەللىكنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان خاس دورىلار بىلەن قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورا ئىشلىتىپ 3-4 كۈندىن كېيىن ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتىدىن دورا سۈرتۈپ داۋالىنىدۇ. ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتىكى مەقسەت بولسا، بەدەننىڭ هارارىتىنى يۇقىرى كۆتۈرۈپ قاننى جانلاندۇرۇش، ئاق داغ بار ئورۇننى ئۆز ئىچىگە ئالغان تېرىدىكى قان تومۇرلارنى كېڭەيتىپ، تېرىگە كېلىدىغان قاننى جۇملىدىن رەڭ پەيدا قىلغۇچى ماددىلارنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ئوزۇقلۇق ماددىلارنى كۆپەيتىش، ئاق داغ ئاستىدىكى قان تومۇرلاردا هاسىل قىلغان چۆكمىلەرنى ئېرىتىپ، سۈلۈق قاپارتقۇدىن ئېقىپ چىققان زەرداب بىلەن بەدەن سىرتىغا چىقىرىش ئارقىلىق ئاق داغ ئاستىدىكى سۇدده (توسالغۇ) لارنى ئېچىپ قان ئايلىنىشىنى راۋانلاشتۇرۇش ۋە تېرە رەڭ ماددىسىنىڭ هاسىل بولۇشىنى تېزلىتىشتىن ئىبارەت.

ئاق كېسەللىكنى ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتىدىن سۈرتۈلىدىغان ئۇسخىلار ناهايىتى كۆپ، بۇلارنىڭ ئىچىدە كۆپ قوللىنىلىدىغانلىرى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

(1) زىمادى شەترەنجى: بۇنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: شەترەنجى هىندى، جىن كېۋىزى، سىيادان هەر بىرى 10 گرامدىن، قىچا 5 گرام، يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ، 100 مىللىلىتىر سىركە، ياكى ئاق هاراق (75% لىك ئىسپىرت تېخىمۇ ياخشى)قا چىلاپ، ئېغىزىنى هىم ئېتىپ، يازنىڭ ئاپتىپىدا 1-3 كۈنگىچە قويغاندىن كېيىن، بەش منۇت هورىنى چىقارماي پەس ئوتتا قاينىتىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن داكا بىلەن سۈزۈپ، تىرىپنى ئېلىۋېتىپ سۇيى ئاق داغ بار ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ. دورىنى هەر قېتىم سۈرتكەندىن كېيىن شىشىنىڭ ئېغىزى مەهكەم ئېتىلىشى كېرەك.

(2) زىمادى زەرنىخ: سىيادان، پىياز هەر بىرى 12 گرام، سامساق 6 گرام، زەرنىخ 3 گرام، كۈچلۈك سىركە ياكى ئاق هاراق (ئىسپىرت) 60 مىللىلىتىر، يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ سىركە ياكى ئاق هاراققا چىلاپ، ئېغىزىنى مەهكەم ئېتىپ، يازنىڭ ئاپتىپىدا هەپتە ئون كۈن تۇرغۇزۇپ داكا بىلەن سىقىپ چىقىرىلغان سۇيىنى ئېغىزى هىم شىشىگە قاچىلاپ ئاق داغ بار ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ.

(3) زىمادى ئادراسمان. تەركىبى ۋە ياسىلىشى.

ئادراسمان 3 گرام، ئانار پوستى 3 گرام، مۇزا، ئوردان، زەمچە ھەر بىرىدىن 2 گرام، ئۇسما، خام ياڭاق پوستى 5 گرام، تال (تەك) ئوتىسى 20 گرام، كۈچلۈك سىركە ياكى ئاق ھاراق 100 مىللىلىتر. ئالدىنقى 5 خىل دورىنى سوقۇپ، ئۇسما، خام ياڭاق پوستى ۋە تال (تەك) ئوتىسىنى قىيما قىلىپ سىركە ياكى ئاق ھاراققا چىلاپ، ھەپتە ئون-كۈن يازنىڭ ئاپتىپىدا قويۇپ، داكا بىلەن سىقىپ سۈزۈۋېلىنغان سۈيىنى ئېغىزى ھىم شىشىگە قاچىلاپ ئاق داغ بار ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ.

(4) تىزابى بەرەس: نۇشۇدۇر، سامساق، كۆك تۇتىيا پوستى (بەدىلىگە كۆك تاشنى قورۇپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ)، لىمون سۈيى (بەدىلىگە كۈچلۈك سىركە بولسىمۇ بولىدۇ)، يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ لىمون سۈيى ياكى سىركىگە چىلاپ ئېغىزىنى ئېتىپ يازنىڭ ئاپتىپىدا ھەپتە ئون كۈن تۇرغۇزۇپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىنى شىشىگە چىلاپ ئاق داغ بار ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ.

(5) مەلھىمى پەرپىيۇن: نۇشۇدۇر 190 گرام، شاكىلىدىن ئايرىلغان قىزىل ئابدىمىلىك 33 گرام، پەرپىيۇن، ئاقىرقەرھا ھەر بىرىدىن 10 گرام، كۈچلا يېغى (رەۋغىنى ئازاراقى) 750 گرام. ئابدىمىلىكنى سوقۇپ خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ كۈچلا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەم تەييارلاپ ئاق داغ بار ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ.

(6) رەۋغىنى قۇستى مۇرەككەپ: قۇستى تەلخ 30 گرام، قارىمۇچ، پەرپىيۇن ھەر بىرىدىن 9 گرام، قۇندۇز قەھرى 6 گرام، سىيادان، ئاقىرقەرھا ھەر بىرىدىن 12 گرام، مۇسەللەس 300 گرام، زەيتۇن يېغى (كۈنجۈت يېغى بولسىمۇ بولىدۇ) 150 مىللىلىتر، دورىلارنى چالا سوقۇپ، مۇسەللەسكە بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا مۇسەللەسنىڭ يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىنى قازانغا قۇيۇپ، ئۈستىگە كۈنجۈت ياكى زەيتۇن يېغىنى قۇيۇپ، پەس ئوت بىلەن مۇسەللەس تۈگەپ ياغ قالغىچە قاينىتىپ ئۇنىڭ ئۈستىگە يۇمشاق سوقۇلغان قۇندۇز قەھرى بىلەن پەرپىيۇننى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇ نۇسخىنىڭ خۇسۇسىيىتى تېرىگە رەڭ بېرىش، چاچنى قارايتىش، پەينى چىڭىتىپ، ئاغرىق توختىتىش ۋە قاتتىق ئىششىقلارنى يۇمشىتىشتىن ئىبارەت.

بۇلاردىن باشقا تۇخۇم يېغى مەلھىمى I (تەركىبى ۋە ياسىلىشى: تۇخۇم سېرىقى 20 دانە، قارا كۈنجۈت، سىيادان، قىزىل قىچا، قەلەمپۇر ھەر بىرىدىن 100 گرام ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر كىلو شەربىتى زەبىب ياكى ئەرەقى نانخۇاغا چىلاپ بىر كېچە-كۈندۈز قويۇلىدۇ. ئەتىسى قوينىڭ قۇيرۇق مېيىدىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ قازاندا

كۆيدۈرۈپ چېگىدىكىنى ئېلىۋېتىپ، قازان ئوتتىن ئېلىنىدۇ ۋە پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىنى ياغقا سېلىپ ئېزىپ قازاننى قايتىدىن ئوتقا قويۇپ، تۇخۇم سېرىقى تاكى قارا چېگىدەك بولغىچە قاينىتىپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە شەربىتى زەيبىكە چىلانغان دورا سۈيىنى قۇيۇپ، سۈيى تۈگەپ مېيى قالغىچە قاينىتىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ)، تۇخۇم يېغى مەلھىمى II (پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى 25 دانە، جىن كېۋىزى 10 گرام، شەترەنجى ھىندى 10 گرام، قىچا 5 گرام، يۇمشاق تالقانلاپ، تۇخۇم سېرىقىنى ياغلىقتا كۆيدۈرۈپ، سۇيۇق ئوماچ ھالىتىگە كەلگەندە چۈمۈچ كەينى بىلەن سىقىپ مېيىنى چىقىرىپ، چىقىرىلغان مايغا دورا تالقىنىنى سېلىپ تەييارلايدۇ)، مەلھىمى ئۈدسىلىپ (ئۇششۇدۇر 100 گرام، ھەسەل 300 گرام، ھەسەلنى ئېرىتىپ ئۇنىڭغا ئۇششۇدۇر تالقىنىنى سېلىپ تەييارلىنىدۇ) قاتارلىق ئۇسخىلارمۇ ئىشلىتىلىدۇ. مەلھەم دورىلار ھاۋا ئۆتۈق كۈنلىرى ئىشلىتىلسىمۇ بولىدۇ.

ئاپتاپقا قاقلىنىپ سىرتىدىن دورا سۈرتۈشتە دىققەت قىلىدىغان ئۇقتىلار

(1) ئاپتاپقا قاقلىنىدىغان بىمارلار ئوبدان تاللىنىشى كېرەك. ئۆپكە سىلى، قەنت سىيىش كېسىلى، كىچىك بالىلار بىلەن ياشانغان ۋە تېنى ئاجىزلار، ئېغىر كەم قانلىق كېسىلى بارلار ئاپتاپقا قاقلانمايدۇ ياكى ئەھۋالغا قاراپ، ئاپتاپقا قاقلىنىش ۋاقتى ئۇزۇن بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك. ئەگەر ئاپتاپقا قاقلىنىۋاتقان مەزگىلدە باش ئاغرىش، باش قېيىش، كۆزگە قاراڭغۇلۇق تىقىلىش، كۆڭلى ئاينىش، تومۇر ھەرىكىتى تېزلىشىپ سوغۇق تەرلەش قاتارلىق ھادىسىلەر يۈز بەرسە، بىمارنى دەرھال سالقىنراق جايغا يۆتكەپ، قەنت چاي ئىچكۈزۈپ ئارام ئالدۇرسا ياخشىلىنىپ كېتىدۇ.

(2) ئاپتاپقا قاقلىنىشتىن ئىلگىرى قورساق توق بولۇشى، ئۇسسۇلۇققا چاي دورىسى سېلىنغان قىزىق چاي ياكى ھەسەل ئارىلاشتۇرۇلغان چاي ئىچىش لازىم. سوغۇق ئىچىملىكلەرنى ئىچىشكە ۋە ئاپتاپقا قاقلىنىپ بولغاندىن كېيىن سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇنۇشقا بولمايدۇ. ئاپتاپقا قاقلىنىپ بولغاندىن كېيىن بىرەر سائەت يوتقانغا چۈمكىلىپ يېتىش كېرەك.

(3) ئاپتاپقا ھاۋا ئوچۇق، شامىلى يوق كۈنلەردە ھاۋا قىزىشقا باشلىغاندىن باشلاپ (ئۈرۈمچىنىڭ يازلىق ۋاقتى چۈشتىن بۇرۇن 11 ـ 12 لەردە) كۈن قايرىلغان ۋاقىتقىچە (ئۈرۈمچى يازلىق ۋاقتى چۈشتىن كېيىن سائەت 5 لەرگىچە) قاقلىنىش ياخشىراق، ئاپتاپقا قاقلىنىش ۋاقتى پرىنسىپ جەھەتتىن ئاق داغ قىزىرىپ ئۇششاق سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولغانغا قەدەر قاقلىنىدۇ. ئاق كېسەللىكنىڭ بەرەس تىپىدە بىر قانچە سائەتتىن بىر نەچچە كۈن ئاپتاپقا قاقلىنىشقا توغرا كېلىدۇ. ئاپتاپقا چىدىمايدىغان قىسمەن بىمارلارنى ئاپتاپقا ئاستا ـ ئاستا

كۆندۈرۈشكە بولىدۇ. بىراق ئاپتاپقا كۆندۈرۈش ۋاقتى ئۇزىراپ كەتسە، گەۋدىدىكى ئاق داغ ئاپتاپقا كۆنۈپلىپ ئاسانلىقچە قىزارمايدۇ ۋە سۇ كۆتۈرەلمەي ساقىيىشى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كېتىدۇ.

(4) سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولغان ئورۇننىڭ بۇلغىنىپ (يۇقۇملىنىپ) يېرىڭداشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئاق داغ بار ئورۇن ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى تېرىنى پاكىز يۇيۇپ تازىلاپ، قۇرۇغاندىن كېيىن ھاراق بىلەن تازىلاپ (يود ۋە ئىسپىرت بىلەن تازىلانسىمۇ بولىدۇ) ئاندىن زىمادىلار سۈرتۈلىدۇ. سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولغاندىن كېيىن دورا سۈرتۈشنى توختىتىپ، پاكىز داكا بىلەن بوشراق تېڭىپ قويۇلىدۇ ۋە داكا نەملىشىپ كەتسە ۋاقتىدا ئالماشتۇرۇلىدۇ. كۆپ ھاللاردا ئۇششاق سۇلۇق قاپارتقۇلار ئۆزئارا بىرلىشىپ چوڭ قاپارتقۇغا ئايلىنىپ قاپارتقۇ قېپىغا زەرداب يىغىلىدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا قاپارتقۇ قېپىنى سويۇپ ئېلىۋەتمەي قاپارتقۇ قېپىنىڭ ئاستى تەرەپتىن چوڭ ئۇشۇك ئېچىپ زەردابنىڭ راۋان ئېقىپ چىقىشىغا كاپالەتلىك قىلىش كېرەك. چۈنكى ئاق كېسەللىكنى داۋالاشتا سۇلۇق قاپارتقۇ قانچە بالدۇرراق ۋە قانچە كۆپرەك پەيدا بولسا ھەم زەرداب قانچە كۆپ ئاقسا ئاق داغنىڭ ساقىيىشى شۇنچە تېز ۋە ياخشى بولىدۇ. ئادەتتە زەرداب يېرىم كۈندىن بىر نەچچە كۈنگىچە ئاقىدۇ. سۇلۇق قاپارتقۇ قېپى قۇرۇپ ئۆزى سويۇلۇپ ئۆكۈلگىچە سويۇۋېتىلمەيدۇ. زەرداب ئېقىش ئاساسىي جەھەتتىن توختىغاندا ئىككىنچى ئورۇندىكى ئاق داغنى ئاپتاپقا قاقلاشقا بولىدۇ.

(5) ئاق داغقا سىرتتىن دورا سۈرتۈش پرىنسىپى ئۇۋەندىكىچە بولىدۇ: ئاپتاپقا قاقلانغاندا زىماد سۈرتۈلىدۇ. زىمادلارنى سۈرتۈش ئارىلىقى بەك ئۇزۇن، بەك قىسقا بولماسلىقى كېرەك. يەنى ئالدىنقى قېتىم سۈرتۈلگەن زىماد قۇرۇشقا ئىككىنچى قېتىملىق زىماد سۈرتۈلىدۇ. زىمادنى ئۈنجى قېتىم سۈرتۈشتىن ئىلگىرى زىماد بىلەن نەملەنگەن ماتا ياكى داكا بىلەن ئاق داغنى بېسىپراق سۈرتۈپ، ئازراق قىزارغاندىن كېيىن دورا سۈرتۈلسە ۋە ھەر قېتىم دورا سۈرتكەندە بېسىپ سۈرتۈپ دورا سۈرۈلسە قىزىرىش ۋاقتى قىسقىرايدۇ.

ئاق داغنىڭ ساقىيىش شەكلى ئۈچ خىل بولۇپ بىرىنچى شەكلى سۇلۇق قاپارتقۇدىن كېيىن ئاق داغ بار ئورۇندا يۇلتۇزسىمان ئۇششاق تېرە خاللىرى پەيدا بولۇپ، ئەتراپىغا كېڭىيىپ ئۆزئارا ئۇتىشىش شەكلى بىلەن ساقىيىش. ئىككىنچى ساقىيىش شەكلى ئاق داغنىڭ سىرتىدىن مەركىزىگە قاراپ كىچىكلەش شەكلى بىلەن ساقىيىش. ئۈچىنچى شەكلى بىرىنچى ۋە ئىككىنچى شەكلى ئارىلىشىپ ساقىيىش، بەزى بىمارلاردا بىر قېتىم سۇلۇق پۇۋەكچە پەيدا بولغاندىن كېيىنلا تېرە خاللىرى پەيدا بولىدۇ ياكى سىرتتىن مەركىزىگە قاراپ كىچىكلەيدۇ. (مەسىلەن، بەھەق تېپىدا) بەزى بىمارلاردا ئىككى ياكى

ئۇنىڭدىنمۇ كۆپ قېتىم سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولۇپ ئاق داغ تېرىسى بىر قانچە قېتىم ئۆكۈلگەندىن كېيىن ئاندىن تېرە خاللىرى پەيدا بولىدۇ ياكى سىرتتىن ئىچىگە قاراپ كىچىكلەش بىلەن ساقىيىدۇ. بەزى بىمارلاردا قىزىرىشىمۇ تەس بولىدۇ ۋە سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولماي قاتمال ھالەتتە تۇرىۋالىدۇ. ھەتتا تېرە خاللىرى پەيدا بولغاندىن كېيىن، تېرە خاللىرى چوڭايماي، بىر خىل ھالەتتىلا تۇرىۋالىدۇ. بۇنداق ئەھۋال كۆپىنچە داۋالىنىۋاتقان مەزگىلدە مىجەزىنىڭ بۇزۇلۇشى ياكى بىمارنىڭ بەدىنىدىكى نەملىك زىيادە ئازىيىپ قۇرۇقلۇق ئېشىپ كېتىشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇشى مۇمكىن. شۇڭلاشقا بۇنداق ئەھۋالدا دەرھال مىجەزنى يېڭىباشتىن تەڭشەش ياكى بىمارغا بېرىلىۋاتقان قۇرۇق ئىسسىق دورىلارنىڭ مىقدارىنى ئازايتىش ۋە ياكى بىر مەزگىل توختىتىپ ئۇنىڭ ئورنىغا ھۆل ئىسسىققا مايىل دورىلار بىلەن يېمەكلىكلەردىن بېرىش مۇۋاپىق.

ئاق كېسەللىكتىن ساقلىنىش

ھەر بىر كىشى بولۇپمۇ ئۇسمۇرلەر بىلەن ياشلارنى تېۋىپقا كۆرسىتىپ ئۇلارنىڭ مىجەز تېپىنى ئېنىقلىۋېلىش بىلەن بىرگە يېمەك-ئىچمەك ئارقىلىق مىجەز تەڭپۇڭلۇقىنى ساقلاش يوللىرىنى ئۆگىنىۋېلىش كېرەك. ئاماق ئاللايدىغان ئادەتنى ئۆزگەرتىپ ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەك بىلەن سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكنى ئالماشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىپ بېرىشكە ئادەتلىنىش كېرەك. يەنى قۇرۇق ئىسسىق مىجەزلىك كىشىلەر ئارىلاپ ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى، قۇرۇق سوغۇق مىجەزلىك كىشىلەر ئارىلاپ ھۆل ئىسسىق كەيپىياتتىكى يېمەك-ئىچمەكلىكنى، ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق كىشىلەر ئارىلاپ قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىپ بېرىشى كېرەك. ھاراق، پىۋا ۋە ھەر خىل سوغۇق ئىچىملىكلەرنى ئىمكان قەدەر كەم ئىستېمال قىلىش كېرەك. شۇنداقلا ھەددىدىن زىيادە تار كىيىملەرنى كىيىشتىن ساقلىنىش لازىم. ئۆگىنىش، خىزمەت، دەم ئېلىش، مەدەنىي كۆڭۈل ئېچىش ۋە جىسمانىي جەھەتتىكى چېنىقىشلارنى مۇۋاپىق ئورۇنلاشتۇرۇپ روھىي جەھەتتىكى چارچاش بىلەن غەم-ئەندىشىلەردىن مۇمكىنقەدەر ساقلىنىپ، خۇش خۇي ۋە ئۈمىدۋار بولۇشنى قولغا كەلتۈرۈش كېرەك. ئەگەر ئۇيقۇسىزلىق، ئىشتىھاسى كېمىيىش، ماغدۇرسىزلىق ۋە روھىي جەھەتتە جۇشقۇنسىزلىق، تىل ئۈستىدە نورمال بولمىغان گەز باغلاش ۋە ئېغىز تەمى بىلەن چوڭ-كىچىك تەرەتتە غەيرىيلىك پەيدا بولۇشتەك

مىجەز بۇزۇلۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلۈش بىلەن دەرھال تېۋىپكە كۆرۈنۈپ مىجەزىنىڭ تەڭپۇڭلۇقىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش كېرەك. بۇنىڭدىن باشقا قانداشلىقى يېقىن بولغانلار بىلەن ئاق كېسەللىك بىلەن ئاغرىغۇچىلار تۈز ئارا توي قىلماسلىقى لازىم. شۇنداق قىلغاندىلا ئاندىن ئاق كېسەللىكتىن ساقلانغىلى ياكى ئاق كېسەللىكنىڭ كېسەلەر تۇپىدا پەيدا بولۇشىنى ئازايتقىلى بولىدۇ.

قارا داغ كېسىلى

بۇ تېرىگە قارا داغ چۈشىدىغان سوزۇلما تېرە كېسىلى بولۇپ قارا بەرەس (بەرەس ئەسۋەد) دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

غەيرىي تەبىئىي سەۋدانىڭ تېرىدە چۆكمە ھاسىل بولۇشىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

قارا داغ كېسىلى كېلىنىكىدا ئىككى خىل ئىپادىلىنىدۇ. بىر خىلى قارا كېپەكلىشىدىغان داغ تىپى، يەنە بىرى قارا داغ يۈزى قوتۇردەك قىبىلىنىشىپ قېچىشىدىغان تىپى. قارا داغنىڭ چوڭ-كىچىكلىكى ھەر خىل بولۇپ، كىچىكلىرى چېكىتسىمان، چوڭلىرى ياپىلاق شەكىلدە بولۇپ ساق تېرە بىلەن چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. تېرىنىڭ ھەممە يېرىدە پەيدا بولىدۇ. لېكىن يۈز ۋە قولغا ئوخشاش ئاپتاپ بىلەن ئۇچرىشىپ تۇرىدىغان ئورۇنلاردا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەردىن پەرھىز تۇتۇپ، كۆپرەك ھۆل ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىپ بېرىش بىلەن بىرگە،

پات ـ پات مۇنچىدا بۇيۇتۇپ بېرىش بۇيرۇلىدۇ. خام سەۋدانىڭ مەخسۇس پىشۇرغۇچىسى ياكى ئورتاقلىقتا ئىگە پىشۇرغۇچى (مۇنزىج)دىن مەتبۇغ ئەفتىمۇن بىرىپ ماددا پىشقاندىن كېيىن بەدەننى تازىلاش مەقسىتىدە مۇسھىل بېرىلىدۇ (ئاق كېسەلنىڭ داۋاسىغا قارالسۇن) سىرتىدىن خەربەق، زەرنىخ، زاك، گۈگۈرت، تۇرۇپ ئۇرۇقى، بىستىپايەج، كۈندۈش، قۇستە تەلخى ۋە زاغۇنلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ مەلۇم مىقداردىكى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ سۇيۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ قارا داغ بار ئورۇنغا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ.

داغ ۋە سەپكۈن

سەپكۈن بىلەن داغ بىر قەدەر كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ سەپكۈن ئەر ـ ئاياللاردا ئوخشاشلا ئۇچرايدۇ، داغ ئەرلەردە كەم ئۇچراپ ئاساسەن ئاياللاردا ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

داغ بىلەن سەپكۈن غەيرىي تەبىئىي قان بىلەن سەۋدا خىلتىدىن ھاسىل بولغان بۇخارات (بۇزۇق ھاۋا) نىڭ يۈز تېرىسىدە چۆكمە ھاسىل قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە تەپ (تۆت كۈنلۈك قىزىتما)، ھامىلدارلىق، ھەيز توختاپ قېلىش ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىدىنمۇ پەيدا بولىدۇ. بەزىلەردە ئاتا ـ ئانىسىدىن ئۆدۈم قالىدۇ.

ئالامىتى

داغ چوكراق بولۇپ كۆپىنچە يۈزنىڭ ئىككى مەڭزىدە پەيدا بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە مەڭزىدىكى داغقا قوشۇلۇپ بۇرۇن ۋە پېشانە تېرىسىدىمۇ پەيدا بولىدۇ. رەڭگى خورما رەڭ ياكى سۇس قارامتۇل خورمارەڭ تۇسنى ئېلىپ گۈزەللىككە تەسىر يەتكۈزىدۇ. تېرە بىلەن تەكشى بولۇپ، چېگرىسى ساق تېرىدىن ئاساسەن پەرقلىنىدۇ. قىچىشىش، ئېچىشىش ۋە كېپەكلىشىش بولمايدۇ.

سەپكۈن چېكىتسىمان بولۇپ يۈز تېرىسىگە تەكشى تارقالغان بولىدۇ. لېكىن ھەر قايسى بىمارلاردا زىنجىلقى بىردەك بولمايدۇ. سەپكۈننىڭ رەڭگى قارامتۇل سارغۇچ ياكى كۆكۈشكە ياكى قىزىلغا مايىلراق تۈسنى ئالىدۇ.

داۋاسى

داغ بىلەن سەپكۈننىڭ داۋاسى ئاساسەن ئوخشاپ كېتىدۇ. داۋالاشتا ئالدى بىلەن قان بىلەن سەۋدانى بۇزىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش بىلەن بىرلىكتە مىجەز تەڭشىلىدۇ. بەدەندىكى غەيرىي تەبىئىي قان بىلەن سەۋدانى بەدەن سىرتىغا چىقىرىۋېتىش مەقسىتىدە بىمارغا ئەفتىمۇن "12" گرام، تۇربۇت بىلەن غارىقۇن ھەر قايسىسىدىن 4 — 3 گرامنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئىككىگە بۆلۈپ يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر ئاشقازان مىجەزىنىڭ بۇزۇلۇشى قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا، ئاۋۋال ئاشقازاننى تازىلاش مەقسىتىدە بىخسۇس، تۇرۇپ ئۇرۇقى ۋە ئەفتىمۇن ھەرقايسىسىدىن 20 گرامدىن ئېلىپ، چىلاشقۇدەك سۇ قويۇپ، پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە 40 گرام ھەسەل قوشۇپ ئىچكۈزۈپ قۇستۇرۇلىدۇ (بۇ چارە ئېھتىياتچانلىق بىلەن ئېلىپ بېرىلىدۇ). ئارقىدىن ئاشقازاننى كۈچەيتىش مەقسىتىدە ئىترىيفىل كەبىر قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. جىگەر كېسىلى، سىل ۋە ھەيزنىڭ قالايمىقانلىشىشى قاتارلىق كېسەللىكلىرى بولسا، شۇ كېسەللىككە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. يازنىڭ ھاۋا ئوچۇق كۈنلىرى سىرتقا چىقىشقا توغرا كەلسە چىغ قالپاق كىيىۋېلىش ياكى نېپىز ئاق ياغلىق بىلەن يۈزنى سايىلاندۇرۇش كېرەك. ئەگەر ياز كۈنلىرى ئاياللار ئېتىز-ئېرىق ئىشلىرى قاتارلىق دالا مەشغۇلاتى قىلغاندا يۈزىگە قېتىق ياكى قوغۇن ئۇرۇقى شىرنىسىنى سۈركىۋالسىمۇ بولىدۇ. داۋالاش مەقسىتىدە سىرتىدىن تۆۋەندىكى ئۇسخىلارنىڭ بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ.

(1) رەۋەننى يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كەچتە يۈزگە سۈرتۈلىدۇ.

(2) چەلەك ئۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ، ماش سۈيى ياكى توشقان قېنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كەچتە يۈزگە چاپلىنىدۇ.

(3) سېرىق زەرنىخنى يۇمشاق سوقۇپ ھۆل يۇمغاقسۈت ياكى تۇرۇپ مېغىزى (زاراڭزا مېغىزى بولسىمۇ بولىدۇ)نىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۈزگە چاپلىنىدۇ.

(4) قوۋزاق دارچىن بىلەن قۇستەلەرنى يۇمشاق سوقۇپ زاراڭزىنىڭ قويۇلدۇرۇلغان

سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۈزگە چېپىلىدۇ.

(5) تۇرۇپ ئۇرۇقىنىڭ مېغىزىنى يۇمشاق سوقۇپ سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۈزگە چېپىلىدۇ.

(6) لىمون (جۇيزە) بۆلەكلىرىنى نېپىز ياپىلاقلاپ كەچتە بىر-ئىككى سائەت يۈزگە يېپىتىپ قويۇلىدۇ.

(7) پۇرچاق ئۇنىنى يىلمان سۇغا ياكى ئاق لەيلى ئۇرۇقىنىڭ شىرنىسىگە چىلاپ كەچتە يۈزگە چېپىلىدۇ.

(8) پىياز ئۇرۇقىنى سوقۇپ يىلمان سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ شىرنىسى ھەر كۈنى كەچتە يۈزگە چېپىلىدۇ.

(9) قارا ھەشقىپچەك ئۇرۇقىنى ئاق ھاراققا 3 كۈن چىلاپ داكا بىلەن سۈزۈپ قۇرۇتقاندىن كېيىن تالقانلاپ ھەر كۈنى كەچتە خام زەنجىۋىل سۈيىنى يۈزگە سۈرتۈپ ئۈستىگە مەزكۇر تالقان سۈرتۈلىدۇ.

(10) ھەر كۈنى كەچتە ھۆل ياڭاق مېغىزى يۈزگە سۈرتۈپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(11) قارا ياغاچ (سىدە) پوستىگىنى سوقۇپ ئۇنىڭ شىرنىسىنى (سۈيىنى) كەچتە يۈزگە سۈرتۈپ بېرىلىدۇ.

(12) ھۆل ئىگىرنى سوققاندا چىققان سۈيى ياكى قۇرۇق ئىگىرنى قاينىتىپ قويۇلدۇرغان سۈيىنى ھەر كۈنى كەچتە يۈزگە چېپىلىدۇ.

(13) باۋا ياكى تېرىپ ئۆستۈرۈلگەن بىدىنى سوقۇپ، سۈيىنى چىقىرىپ ھەر كۈنى كەچتە يۈزگە سۈرتۈپ بېرىلىدۇ.

(14) رەۋەننىڭ يىلتىزى بىلەن غولىنى تالقانلاپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنى كەچتە يۈزگە سۈرتۈلىدۇ.

(15) ئاق لەيلى چۆپىنى ياكى ئۇرۇقىنى سوقۇپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ھەر كۈنى كەچتە يۈزگە چېپىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسخىلار ئۈنۈم بەرمىسە تۆۋەندىكى مۇرەككەپ ئۇسخىلار ئۇزاق مۇددەت ئىشلىتىلىدۇ.

(1) توغرىغا، قارىمۇچ، قوغۇن ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى، چوڭ ماش (تەرمىس)، تۇرۇپ ئۇرۇقى، كۈندۈش، قوۋزاقدارچىن، قۇستە، ھەبۇل مۆھلەب، ئاچچىق بادام مېغىزى، ھەببەبىلسان، گۈل سۆسەن (ئىرسا) يىلتىزى ۋە قىچا ھەممىسىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئەنجۈر يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ كەچتە يۈزگە چېپىلىدۇ.

(2) تاتلىق بادام مېغىزى، گۈل سۆسەن (ئىرسا)، تۇخۇمەك، قىچا، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 15 گرام، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، كۈنجۈت، تۇرۇپ ئۇرۇقى، قىزىل ماش ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن، زەرچۇۋە (ياكى مامىرانچىنى) 6 گرام، قارىمۇچ، قەلەمپۇر ھەر بىرىدىن 4 گرام، نوقۇت، كەتىرا، گۈرۈچ ئۇنى، بۇغداي كېپىكى، ئارپا ئۇنى ھەر بىرىدىن 4 گرام، كۈندۈش 3 گرام، يېڭى قايماق (ياكى ئاياللار سۈتى) 150 گرام، 8 دانە تۇخۇم ئېقى، ھۆل ئەنجۈر شىرنىسى (ئەنجۈر قېقى شىرنىسى بولسىمۇ بولىدۇ) 15 مىللىلىتر، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن تالقاننى سۈت، قايماق، تۇخۇم ئېقى ۋە ئەنجۈر شىرنىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ يېرىم سۇيۇق مەلھەم تەييارلاپ، كەچتە يۈزنى سوپۇنلاپ يۇيۇپ لۆڭگە بىلەن سۈرتكەندىن كېيىن ئاۋۋال لىمون (جوزىزە) سۈيىنى يۈزگە سۈرتۈپ، بىر سائەتتىن كېيىن مەلھەم سۈرتۈلىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلارنىڭ مەيلى قايسى بىرى ئىشلىتىلسۇن ئاۋۋال مۇنچىدا يۇيۇنۇپ ياكى ئىسسىق سۇ بىلەن يۈزنى سوپۇنلاپ پاكىز يۇيۇپ يۈزنى سۈرتۈپ قۇرۇتقاندىن كېيىن يۈزگە چىپىلىدۇ. ئەتىسى ئەتىگەن يۈزنى يۇيۇپ دورا يۇقى چىقىرىۋېتىلىدۇ.

مەڭ

سەۋەبى

مەڭنىڭ سەۋەبى ئېنىق ئەمەس. بىراق غەيرىي تەبىئىي قان بىلەن كۆيگەن سەۋدانىڭ تېرىدە چۆكمە ھاسىل قىلىشى بىلەن مۇناسىۋىتى بولۇشى مۇمكىن. خېلى كۆپ قىسمى ئۆغما خاراكتېرلىك بولۇپ ئۇدۇم بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

ئالامىتى

مەڭ تېرىنىڭ ھەممە قىسمىدا پەيدا بولىدۇ ۋە چوڭ-كىچىكلىكى ھەر خىل بولىدۇ. بىراق يۈز قىسمىدا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. يۈزدىكى ئۇششاق يەككە مەڭ ھۆسنىگە زىننەت بېرىش رولىنى ئوينىسىمۇ لېكىن دائىرىسى كەڭ ۋە سانى كۆپ مەڭلەر ھۆسننى بۇزۇش رولىنى ئوينايدۇ. مەڭنىڭ ئۇششاقلىرى تېرىق ياكى ئاق قوناق دانىسى چوڭلۇقىدا بولىدۇ.

چوكىلىرى نوقۇتتىن چوڭ ھەتتا ياپىلاق يېيىلماسىمان بولۇشىمۇ مۇمكىن. ئۇششاقلىرىنىڭ رەڭگى كۆپىنچە قارامتۇل بولىدۇ. چوكىلىرىنىڭ رەڭگى قارامتۇل قىزغۇچ ياكى سۆسۈن قىزغۇچ كېلىدۇ. ئازراقلا زەخىملەنسە كۆپ قان چىقىدۇ. كۆپ ھاللاردا چوڭ-كىچىكلىكى ئۆمۈر بويى بىر خىل ھالەتتە. بولىدۇ ياكى بىلىنەر-بىلىنمەس چوڭىيىشى مۇمكىن. بىراق قىسمەن بىمارلاردىكى مەڭ تەدرىجىي چوڭىيىدۇ ياكى مەلۇم ياشقا بارغاندا تۇساتتىن چوڭىيىپ كېتىدۇ. بۇ يەنە يامان سۈپەتلىك ئۆسمىگە ئۆزگىرىپ كېتىشىمۇ مۇمكىن. كۆپ ھاللاردا تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ ۋە ساق تېرىدىن چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. ئادەتتە ئاغرىش ۋە قىچىشىش ياكى كېپەكلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر بولمايدۇ.

داۋاسى

تۇغما مەڭلەرنى داۋالىغىلى بولمايدۇ ۋە داۋالاشنىڭ ھاجىتى يوق. ئەگەر سانى كۆپ دائىرىسى كەڭ بولسا، دائىرىسى كېڭىيىۋاتقان، زەخىملىنىشتىن قاناش پەيدا بولغان بولسا داۋالاشقا توغرا كېلىدۇ.

داۋالاشتا ئالدى بىلەن غەيرىي تەبىئىي خام خىلىتلارنى جۈملىدىن سەۋدانى پىشۇرغۇچى مۇنزىج بىلەن بەدەننى تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىپ مىجەزدىكى نورمالسىزلىقنى تۈزەتكەندىن كېيىن مەڭنى كۆيدۈرۈپ چۈشۈرۈش مەقسىتىدە زەرنىخ بىلەن گۈڭگۈرتنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەڭ بار ئورۇنغا چاپلىنىدۇ.

تېرە كۆكىرىش

بۇ خىل كېسەللىك بەدەننىڭ ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش ياكى يىقىلىش قاتارلىق زەخىملىنىشلەر تۈپەيلىدىن پەيدا بولۇشتىن سىرت، ھېچقانداق سەۋەبسىزلا تېرە كۆكىرىپ قالىدىغان ئەھۋاللارمۇ كۆرۈلىدۇ.

سەۋەبى

ھەر خىل زەخىملىنىشتىن تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمىسىمۇ لېكىن تېرە ۋە تېرە

ئاستىدىكى قان تومۇرلار زەخىملىنىپ قان تومۇردىكى قان سۇيۇقلۇقى تېرە قەۋىتى بىلەن تېرە ئاستىدا يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ. سەۋەبسىزلا تېرە كۆكىرىش غەيرىي تەبىئىي قان غالىب كېلىپ تېرە ۋە تېرە ئاستىدىكى ئۇششاق تومۇرلارغا قويۇلىدىغان قان مىقدارى كۆپەيگەندە ئۇششاق تومۇرلار يېرىلىشتىن چىققان قان ياكى غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىنىڭ تېرە ۋە تېرە ئاستىغا يىغىلىۋېلىشتىن ياكى قان بۇزۇلۇپ قان تومۇرلارنىڭ تۇتۇش قابىلىيىتى (قۇۋۋىتى ماسىكە) تۆۋەنلەشتىن ياكى ئۇزۇقلىنىش ياخشى بولماسلىقتىن بەدەندىكى ئۆت ھەزىمى بۇزۇلۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

تېرە كۆكىرىشتە تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمايدۇ. لېكىن قان يىغىلغان دائىرىدىكى تېرە سۇس ياكى قېنىق كۆك بەزىدە سۆسۈن ئارىلاش كۆك تۈسنى ئالىدۇ. ئېغىرراقلىرىدا قارامتۇل كۆك تۈسنى ئېلىش مۇمكىن.

داۋاسى

زەخىملىنىشتىن پەيدا بولغان تېرە كۆكىرىشتە ئاۋۋال سوغۇق كېيىن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. يەسىۋىلەك (بەيسەي) ياكى پالەك ياپرىقى، پىننە، زەرنىخلەردىن سوقۇپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ سىرتىدىن سۈرتۈپ بېرىلسە بىر نەچچە كۈن ئىچىدە تېرىدىكى كۆك تارقاپ كېتىدۇ. ياكى شاھى بەللۇت، موزا ۋە ئاقاقىيا قاتارلىق قورۇغۇچى دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، يۇمشاق تالقانلاپ، سۇ ئارىلاشتۇرۇپ، سۇيۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ كۆكەرگەن ئورۇنغا چېپىپ بېسىپ تېڭىلسىمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ئەگەر تېرىدە سەۋەبسىز كۆكىرىش پەيدا بولغان بولسا ئالدى بىلەن بىمارنىڭ مىجەزىنى تۈزەتكەندىن كېيىن (ماددىنى پىشۇرۇپ بەدەنني تازىلاپ بولغاندىن كېيىن) قاننى پاكلاشتۇرۇپ قاننى قويۇلدۇرىدىغان ھەم قاننى جانلاندۇرۇپ تومۇرنى چىڭىتىدىغان شۇنداقلا بەدەننى كۈچلەندۈرۈپ قاننى توختىتىدىغان قابىز دورىلار بېرىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئەھۋالغا قاراپ مەتبۇنى ئۇستىخۇددۇس، مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخ (ياكى شەربىتى) ئەنجبار (ئەنجبار يىلتىزى پوستى 40 گرام، سىماق 20 گرام، قۇرۇق كەشنىزە ئۇرۇقى 10 گرام، شەربىتى ئەنجبار 50 مىللىلىتر، سۇ 500 مىللىلىتر. يۇقىرىقى قۇرۇق دورىلارنى چالا سوقۇپ 500 مىللىلىتر سۇغا سېلىپ پەس ئوتتا 2/3

قسمى قالغچە قاينتپ داكا بلەن سۈزۈۋېلنغان سۈيگە ئەنجبار شەربتنى ئاربلاشتۇرۇپ 3 كە بۆلۈپ بر كۈندە ئچلدۇ. بۇ نۇسخا ساقايغچە ئشلتلدۇ. شەربتى بادرەنجى بۇيا، شەربتى ئەبرشم، شەربتى دىنار، شەربتى ھەببلئاس، شەربتى رۇممان، شەربتى خەشخەش، ھەببە مۇقل II، ھەببە كەھربا قاتارلق مۇرەككەپ نۇسخلارنڭ بر ياكى بر نەچچە خلى ئچش ئۈچۈن ساقايغۇچە بېرلدۇ.

تېرە رەڭگنڭ ئۆزگرشى

تېرە رەڭگنڭ ئەسلدكى تەبئي ھالتدن ئۆزگرپ كېتشى تېرە رەڭگنڭ ئۆزگرشى دەپ ئاتلدۇ.

سەۋەبى

تېرە رەڭگنڭ ئۆزگرپ كېتش سەۋەبى مۇرەككەپ، ئۇلارنى ئخچاملغاندا تۆۋەندكلەردن ئبارەت بولۇشى مۇمكن.

(1) بەدەندە كېرەكسز ماددىلار كۆپىيپ تېرە ئارقلق سرتقا چقرلش جەريانىدا بر قسمى تېردە تۇرۇپ قېلشتن تېرنڭ رەڭگى ئۆزگرىدۇ.

(2) بەدەندكى خلتلارنڭ برەرسنڭ غالب كېلشدىنمۇ تېرە رەڭگى ئۆزگرىدۇ. مەسلەن، قان خلتى غالب كەلگەندە تېرنڭ رەڭگى قزرىدۇ. قان كېمەيگەندە تېرنڭ رەڭگى تاتراڭغۇ تۈسنى ئالدۇ. سەپرا خلتى غالب كەلگەندە تېرە رەڭگى سارغىيدۇ. بەلغەم خلتى غالب كەلگەندە تېرە رەڭگى ئاقۇشقا مايل كېلدۇ. سەۋدا خلتى غالب كەلگەندە تېرە رەڭگى قارامتۇل تۈسنى ئالدۇ.

(3) كۈن نۇرى بلەن كۆيگەندە ياكى ساپ ھاۋا (ھاۋايى نەسمى) يېتشمگەندىمۇ تېرە رەڭگى ئۆزگرىدۇ.

(4) جۇۋنە ۋە زېرە قاتارلق تېرە رەڭگنى ئۆزگەرتدىغان دورىلارنى ئۇزۇن ۋاقت ئستېمال قلغاندىمۇ تېرنڭ رەڭگى ئۆزگرىدۇ.

(5) ئۇزۇن مۇددەت كېسەل تارتپ ئورۇقلاپ كەتكەنلەرنڭ تېرسى قاربداپ كېتدۇ.

داۋاسى

بەدەندىكى كېرەكسىز ماددىلار كۆپىيىپ كېتىشتىن تېرە رەڭگى ئۆزگەرگۈچىلەر بولسا مىجەزنى تەڭشىگەندىن كېيىن سەپكۈن كېسىلگە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر تېرىنىڭ رەڭگى خىلتلار غالىبلىقىدىن ئۆزگەرگەن بولسا غالىب كەلگەن شۇ خىلتلارنى بەدەندىن تازىلاش بىلەن خىلتلار غالىبلىقىدىن پەيدا بولغان كېسەللىككە قارىتا چارە قىلىنىدۇ. ئەگەر تېرىنىڭ رەڭگى كۈن نۇرىدا كۆيۈشتىن پەيدا بولغان بولسا داۋالاش ھاجەتسىز. چۈنكى مەلۇم مەزگىلدىن كېيىن تېرە رەڭگى ئەسلىگە كېلىدۇ. ئەگەر كۈن نۇرىدىن كۆيۈش ئېغىرراق بولسا ماش ئۇنى، ئۇخۇم ئېقى، ئاچچىق بادام شاكىلى تالقىنى بىلەن نىشاستىلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۈت ياكى يەر مەدىكى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېرىگە سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. تېرە رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى مەلۇم دورىنى ئۇزۇن مەزگىل ئىستېمال قىلىشتىن پەيدا بولغان بولسا، ئىستېمال قىلىۋاتقان دورا-دەرمەكلەر توختىتىلسا تېرە رەڭگى ئاستا-ئاستا ئەسلىگە كېلىدۇ. ئەگەر تېرە رەڭگى ئۇزاق مۇددەت كېسەل تارتىپ ئورۇقلاش سەۋەبىدىن بولغان بولسا مۇنداقلارغا قۇۋۋەتلىك لېكىن ئاسان ھەزىم بولىدىغان تائاملار بىلەن بېقىشتىن سىرت ئىسسىتمىغا بېرىلىدىغان دورىلاردىن مائول لەھمى قاتارلىق تەبىئىتى مۆتىدىل ياكى ھۆل ئىسسىققا مايىل قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورىلار بىلەن چالا پىشۇرۇلغان ئۇخۇمغا شېكەر ۋە سۈت ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلسە، بىمار ماغدۇرىغا كېلىپ سەمرىشكە ئەگىشىپ تېرە رەڭگى ئۆز ھالىتىگە كېلىدۇ.

تېرە رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى قايسى سەۋەبتىن پەيدا بولۇشتىن قەتئىي نەزەر يۇقىرىدىكى چارىلەردىن باشقا ھەممە بىمارغا ئىترىيفىل كەبىر بېرىلسە ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ.

قىزىل ئۇمشۇق

بۇ، بۇرۇن تېرىسى قىزىرىپ ئېچىشىدىغان سوزۇلما كېسەللىك.

سەۋەبى

سەپرا ئارىلاشقان غەيرىي تەبىئىي قان خىلتىنىڭ بۇرۇن تېرىسىدە چۆكمە ھاسىل بولۇشىدىن پەيدا بولىدۇ. غىدىقلىغۇچى ئۆتكۈر پۇراقلىق ئاچچىق يېمەك-ئىچمەكلەر بۇ خىل كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى بىلەن ئەدەپ كېتىشىدە مۇھىم ئامىل بولىدۇ.

ئالامىتى

ئاۋۋال بۇرۇننىڭ ئۇچى، كېيىن تەدرىجىي بۇرۇننىڭ ھەممە قىسمى قىزىرىدۇ. ھەتتا بۇرۇننىڭ ئەتراپىدىكى يۈز تېرىسىگىچە كېڭىيىشى مۇمكىن. قىزارغان ئورۇن كۆيگەندەك ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ ياكى قىچىشىپ ئېچىشىدۇ. بۇرۇن تېرىسىدە تېرىق چوڭلۇقىدىكى قىزىل مۇدۇرلەر پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

يېمەك-ئىچمەكتە قىزىلمۇچ، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، سامساق ۋە خام پىياز قاتارلىق ئۆتكۈر پۇراقلىق، ئاچچىق تەملىك دورا-دەرمەكلەر، ھاراق تىپىدىكى ئىچىملىكلەر ۋە ئاچچىقسۇ قاتارلىق ئىچىملىكلەردىن قاتتىق پەرھىز قىلىدۇ. خام سەپرانى پىشۇرغۇچى قايناتما (مەتبۇخ) ياكى ئورتاقلىققا ئىگە پىشۇرغۇچى قايناتما بېرىپ ماددا پىشقاندىن كېيىن سەپرانى تازىلىغۇچى مۇسھىللاردىن مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى ئۇنناپ، مەتبۇخى خىيارشەنبەردىن بىر خىلى بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قاننىڭ زىيادە قىزىقلىقىنى پەسەيتىش مەقسىتىدە شەربىتى دىنار، شەربىتى رۇممان، ئەرەقى بېدىمۇشك، ئەرەقى شاھتەررە، ئەرەقى كاسنى ياكى ئەرەقى گۇلاپ قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر، ئىككى خىلى ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭغا ئۇلاپ ياكى بىرلەشتۈرۈپ قاننى تازىلىغۇچى ۋە قىچىشىپ ئېچىشىشنى پەسەيتكۈچى ئىترىيفىللاردىن ئىترىيفىل شاھتەررە، ئىترىيفىل سەغىر، ئىترىيفىل كەشنىزدىن بىر خىلى ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ. سىرتىدىن قىزىلگۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، گۈل يېغى، بادام يېغى قاتارلىق غىدىقلىمايدىغان ۋە ئىششىق ياندۇرۇپ قىچىشىپ ئېچىشىشنى پەسەيتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

تەمرەتكە كېسەللىكلىرى

گۈللۈك تەمرەتكە

گۈللۈك تەمرەتكە كۆپ ئۇچرايدىغان، تېرىنىڭ كۆپ تەرلەيدىغان قىسمىدا پەيدا بولىدىغان، تېرە شورلىشىپ ئاقىرىپ قىچىشىدىغان سوزۇلما تېرە كېسەلى بولۇپ ئۇيغۇر تىلىدا «تەر تەمرەتكىسى» ياكى «گۈللۈك تەمرەتكە» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

تەر ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرىلىدىغان غەيرىي تەبىئىي قويۇق بەلغەم بىلەن ئوفۇنەتلەر (بۇزۇق ماددىلار) تېرىدە يىغىلىپ تېرىنىڭ ئوزۇقلىنىشى بىلەن ماددا ئالمىشىشى كاشىلىغا ئۇچراشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىك ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىق كىشىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدىغان بولۇپ مەيدە، قورساق، بويۇن، گەدەن، ئاغاق ئارىلىقى، بەل، ئەۋرەت، يېرىق ۋە يۇقىرى-تۆۋەن مۈچىلەر تېرىسىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. دەسلەپتە يەككە ياكى چاچما ھالدا تىرناق چوڭلۇقىدا پەيدا بولۇپ كېيىن بارا-بارا يوغىناپ يۇقىرىقى دائىرىلەرگە يېيىلىدۇ. رەڭگى ئاقۇچراق بولۇپ شورلىشاڭغۇ تۈسنى ئالىدۇ. ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئاساسەن ئېنىق بولىدۇ. تەمرەتكە يۈزى كېپەكلىشىپ تۆكۈلىدۇ. يازنىڭ تومۇز مەزگىلىدە تەرنىڭ كۆپىيىشىگە ئەگىشىپ ئەۋج ئېلىپ قىچىشىدۇ. قىش ۋە كەچ كۈز بىلەن باش ئەتىيازدا ياخشىلىنىپ قالىدۇ. ئىسسىق سۇدا لۆڭگە بىلەن سوپۇنلاپ سۈرتۈپ يۇغاندا

تەمرەتكە بار ئورۇننىڭ تېرىسى قىزىلغا مايىل تۈسنى ئالىدۇ ۋە قىچىشىش يوقىلىدۇ. بىراق بىر ئىككى كۈندىن كېيىن قايتىلايدۇ.

داۋاسى

بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى خىلتلار ۋە مىجەز تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغانلىقتىن ئاۋۋال ماددىنى (بولۇپمۇ بەلغەمنى) پۇشۇرغۇچى مۇنزىج كېيىن بەدەننى تازىلىغۇچى (مۇھمى غەيرىي تەبىئىي بەلغەم بىلەن غەيرىي تەبىئىي قاننى تازىلىغۇچى) مۇسھىل بېرىپ بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن ئىچىدىن ئىترىيفىل كەبىر بىلەن ئىترىيفىل سەغىردىن بىر خىلى بېرىلىدۇ. ھەر كۈنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇنۇپ سىرتىدىن تۆۋەندىكى ئۇسخىلارنىڭ بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ.

(1) بورە سۈيىمىسى پوستىنى يۇمشاق سوقۇپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 2 ـ 3 قېتىم كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ.

(2) ئاقىرقەرھا، بورە سۈيىمىسى يىلتىزى، شاتىرەنجى ھىندى يىلتىزى ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا كۈنىگە 2 ـ 3 قېتىم سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. بۇ ئۇسخىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تەڭ باراۋەر ياكى ئىككى ھەسسە ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ كۈنىگە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 4 ـ 6 گرامدىن يېيىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

سىرتىدىن دورا سۈرتۈشتىن ئىلگىرى بەدەننى پاكىز سوپۇنلاپ يۇيۇپ سۈرتۈپ قۇرۇتقاندىن كېيىن ئاندىن دورا سۈرتۈلىدۇ. دورا سۈرتۈش بىلەن ئاپتاپقا قاقلىنىش بىرلەشتۈرۈلسە ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ. داۋالاش ئۈنۈم بەرگەندىن كېيىن تېرە پاكىز تۇتۇلسا كېسەللىك قايتىلمايدۇ.

ھۆل تەمرەتكە

تېرىدە ئۇششاق بۆرتمە (ئەسۋە) كۆتۈرۈلۈشى ئاساسىدا تېرە زەخىملىنىپ ۋە قىچىشىپ تاتىلىغاندا سېرىق سۇ چىقىدىغان سوزۇلما تېرە ۋەرىمى (ياللۇغى) ھۆل (سۇلۇق) تەمرەتكە دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

چىقىرىش ئەزالىرى ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتىشكە تېگىشلىك بۇزۇق ماددىلار بىلەن خام خىلتلار (كۆپىنچە بەلغىمى شور بىلەن خام سەپرا) تېرىنىڭ مەلۇم قىسمىغا يىغىلىۋېلىپ تېرىدىكى قۇۋۋەتلەر خىزمىتى قالايمىقانلىشىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

تەمرەتكە كۆپىنچە تۆت مۈچە ئۈنىڭدىن قالسا يىرىق، ئەۋرەت قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپرەك پەيدا بولىدىغان بولۇپ كۆپ ھاللاردا جۈپ (سىممېترىك) بولىدۇ.
تەمرەتكە كېسەللىك جەريانى بىلەن ئېغىر-يېنىكلىك دەرىجىسىگە قاراپ سۇلۇق تەمرەتكە (قۇبائى رەتىپ)، قۇرۇق تەمرەتكە (قۇبائى يابىس) يامان سۈپەتلىك (يۇقۇملىنىپ يىرىڭلايدىغان تىپى) تەمرەتكە (قۇبائى خەبىسى) دەپ ئاتىلىدۇ. بەزى ئالىملار چاۋاش كېسەللىكىنىمۇ تەمرەتكە دائىرىسىگە كىرگۈزىدۇ.
كېسەللىك ئۆتكۈر قوزغالغاندا كېسەللەنگەن تېرىدە قىچىشىدىغان تېرىق چوڭلۇقىدىكى قىزغۇچ تۈششاق مۇدۇرلەر (ئەسۋىلەر) پەيدا بولۇپ تېزلا تەرەققىي قىلىپ تۈششاق سۇلۇق قاپارتچۇققا ئايلىنىدۇ. قاپارتچۇق قېپى ئاتلاش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بۇزۇلسا سارغۇچ زەرداب چىقىرىدۇ ۋە قاپارتچۇق تېرە يۈزى زىدىلەنگەن تۈسنى ئېلىپ تۈزۈن ئۆتمەيلا قاقاچقا ئۆزگىرىدۇ. قاپارتچۇق مۇدۇرلىرى ئۆزئارا قوشۇلۇپ ئەتراپىغا قاراپ كېڭىيىدۇ. شۇڭلاشقا ئاۋۋال كېسەللىك يۈز بەرگەن ئورۇننىڭ ئەتراپىدا يېڭىدىن تۈششاق مۇدۇرلەر بىلەن پۈۋەكچىلەر پەيدا بولۇپ شۇ دائىرىدىكى تېرە ئىششىيدۇ ۋە قىچىشىدۇ. قىچىشىش دەرىجىسى كېسەللىكنىڭ ئېغىر-يېنىكلىك دەرىجىسى، كېسەللىك پەيدا بولغان ئورۇن ۋە بىمارنىڭ تاقەتچانلىقى قاتارلىقلار بىلەن مۇناسىۋەتلىك. قىچىشىش ئېغىر بولغاندا بىمارنىڭ خىزمەت، ئۆگىنىش ۋە ئارام ئېلىش بىلەن ئۇخلىشىغا تەسىر يېتىدۇ. مۇشۇ خىل پەيتتە ئاسانلا يۇقۇملىنىپ ئىششىش، ئاغرىش، قىچىشىش ئېغىرلىشىدۇ ۋە يىرىڭلايدۇ. يۇقۇملىنىش ئېغىرراق بولغانلاردا مۇناسىپ بەزلەر ئىششىش بىلەن بىرگە قىززىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. كۆنلەرنىڭ ئۆتۈشى بىلەن تېرە قىزىرىپ ئىششىش ۋە سۇ

ئېقىش يېنىكلەشسىمۇ لېكىن ئۇششاق مۇدۇرلەر بىلەن قاپارتمىلار ساقلىنىدۇ ۋە تېرە يۈزى زىدىلىنىدۇ. ھەممە قاقاچ پەيدا بولۇپ كېپەكلىشىدۇ ۋە تېرە قېلىنلىشىدۇ. قىچىشىش ئېغىر بولىدۇ. قىسمەن بىمارلاردا بىر قانچە ھەپتىلەردىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن ساقىيىپ كېتىدۇ ياكى سوزۇلما ھۆل ياكى قۇرۇق تەمرەتكىگە ئۆزگىرىدۇ. بىراق ئۆتكۈر قوزغىلىش تەكرارلىنىپ تۇرىدۇ.

ئەگەر كېسەللىكنىڭ يۇقىرىقى باسقۇچىدا مۇۋاپىق داۋالانمىسا كېسەللىك يۈز بەرگەن ئورۇندىكى تېرە قېلىنلىشىپ يۈزى يىرىكلىشىپ رەڭگى قېنىقلىشىدۇ. قىچىشىش ئېغىرلىشىدۇ. قاشلىغاندا سارغۇچ سۇ بىلەن قان ۋە قاسراقلار چىقىدۇ. بۇ تىپتا قىچىشىش تۇتقاقلىق كۈچىيىدۇ. ئىسسىققا دۇچ كەلگەندە قىچىشىش كۈچىيىدۇ ھەتتا بىمار قىچىشىشتىن ئويغىنىپ كېتىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن تۇزلۇق تاماق، قىزىلمۇچ، ھاراق قاتارلىق ئۆتكۈر تەملىك يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن چەكلەپ تاماقتىن پەرھىز تۇتۇلىدۇ ۋە شۇ خىلتنىڭ ياكى ھەممە خىلتلارغا ئورتاقلىقتا ئىگە بولغان ماددا پىشۇرغۇچى، بەدەننى تازىلىغۇچى دورا بېرىپ مىجەز تەڭشىلىدۇ (ئاق كېسەلنىڭ داۋاسىغا قارالسۇن) ياكى ھۆل تەمرەتكە باسقۇچىدا ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ۋاسالغۇ 11 دانە، چالا سوقۇلغان ئارپا بەديان 55 گرام (ئەگەر رۇم بەديان سېلىنسا تېخىمۇ ياخشى) ئاقلاپ چالا سوقۇلغان چۈچۈك بۇيا يىلتىزى 7.5 گرام، زىرا ۋەندە 5.5 گرام، پەرسىياۋشان 14 گرام، پىشقان ئەنجۈر 5 دانە، قىزىلگۈلدىن 8.5 گرام ئېلىپ يېرىم لىتر سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ پەس ئوتتا 1/3 قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە 18.5 گرام ھەسەل گۈلقەنتى ئارىلاشتۇرۇپ ئۈچكە بۆلۈپ بىر كۈندە ئىچىپ بولىدۇ. ئەگەر پىشۇرماقچى بولغان ماددا خام بەلغەم بولسا يۇقىرىدىكى قايناتمىغا 20 مىللىلىتر سىركەنجۇبىل قوشۇپ ئۈچكە بۆلۈپ ئىچىدۇ.

ئەگەر قۇرۇق تەمرەتكە (قۇبائى يابىس) بولسا ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن سەرپىستان 20 دانە، چىلان 10 دانە، گاۋزۇبان، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 5.5 گرامدىن، چالا سوقۇلغان چۈچۈك بۇيا يىلتىزى 11 گرام، ئۇستىخۇددۇس، پەرسىياۋشان، ئارپا بەديان، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 5.5 گرام ئېلىپ دورا چىلاشقۇدەك سۇ قۇيۇپ پەس ئوتتا قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە مەلۇم مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئۈچكە بۆلۈپ بىر

كۆندە ئىچىپ بولىدۇ. ماددا پىششىقلىغاندىن كېيىن (ئاق كىرسەلىكنىڭ داۋالاش چارىسىدىكى مەجەزنى تۈزەشكە قارالسۇن) تۆۋەندىكى تازىلىغۇچىلار (مۇسھىللار) بېرىلىدۇ.

ھەببە شاھتەررە

تەركىبى: قارا ھەلىيلە بىلەن سېرىق ھەلىيلە پوستى ھەر بىرىدىن 15 گرام، سەبرى 21 گرام، سوقمونىيا 7.5 گرام، شاھتەررە 20 گرام يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ شاھتەررە ئەرەقى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق كومۇلاچ قىلىپ 5 — 10 دانە ناشتىدا بېرىلىدۇ ياكى خىلىتلارغا خاس ياكى بولمىسا ئورتاقلىققا ئىگە باشقا تازىلىغۇچىلاردىن بىر خىلى بېرىلىشمۇ بولىدۇ.

مەجەز تۈزۈلۈپ بولغاندىن كېيىن ئىچىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىلار بېرىلىدۇ.

ھەببە كىبرىت

تەركىبى: گۈڭگۈرت (قائىدە بويىچە سۈتكە تېمىتىپ مۇدەببەر قىلىنىدۇ) 120 گرام، سېرىق ھەلىيلە پوستى 80 گرام، بەلىلە پوستى، ئاملە پوستى، قارا ھەلىيلە، شىلدىر بۇيا ئۇرۇقى، بىخسۇس، قىزىل سەندەل، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 60 گرامدىن قىزىلگۈل، نىلۇفەر گۈلى ھەر بىرى 40 گرامدىن ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ شاھتەررە ئەرەقى بىلەن خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا كومۇلاچ قىلىپ، كۈنىگە بىر ۋاق 5 ـ 3 گرامدىن ئەرەقى شاھتەررە بىلەن ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ.

ئىترىيفىل شاھتەررە

تەركىبى: سېرىق ھەلىيلە پوستى، ھەلىيلە كابىلى، قارا ھەلىيلە، بىلىلە پوستى، ئاملە، قىزىلگۈل، سېرىق ئوت، ئاق سەندەل، شىلدىر بۇيا ئۇرۇقى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، قەسپى زەرىر (بىر خىل قومۇچ يىلتىزى) ھەر بىرىدىن 5.5 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 11 گرام، شاھتەررە 27 گرام، بادام يېغى 150 گرام، ئاق شېكەر ئومۇمىي دورا مىقدارىنىڭ 3 ھەسسىسى. يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ شېكەر قىيامىغا ئارىلاشتۇرۇپ (3 ھەسسە شېكەر ئاۋۋال قىيام قىلىنىدۇ) مەجۇن تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 10

گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا چۈپچىنى سەغىر، مەجۇنى ئەفئى قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىرتتىن تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(1) مامىرانچىنى قاينىتىلمىسى

بۇ تەمرەتكىدە سۇ ئېقىپ، تېرە شەلۋەرلىگەن ھۆل تەمرەتكە ۋە يۇقۇملانغان ھۆل تەمرەتكىگە ئىشلىتىلىدۇ. مامىرانچىنى تالقىنىدىن 100 گرام ئېلىپ 500 مىللىلىتىر سۇغا سېلىپ پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ قىلىن ئەلگەك بىلەن سۈزۈپ، تىرىپىغا يەنە مۇۋاپىق سۇ قۇيۇپ يېرىمى قالغىچە پەس ئوتتا قاينىتىلىدۇ. مۇشۇ خىل ئۇسۇل بىلەن تىرىپى تاكى سۈزۈلگىچە ياكى ئاساسىي جەھەتتىن سۈزۈلگىچە بىرقانچە قېتىم تەكرار قاينىتىپ ھەر قېتىملىق سۈزۈپ ئېلىنغان سۈيىنى قوشۇپ پەس ئوتتا 150—100 مىللىلىتىر قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. بۇ خىل مامىرانچىنى ئېرىتمىسىنى داكىغا چىلاپ تەمرەتكە ئۈستىگە قويۇلىدۇ. داكا قۇرۇپ قالاي دېگەندە ئۈستىگە مامىرانچىنى ئېرىتمىسى تامغۇزۇپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل كۈنىگە ئىككى ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر ئىككى سائەت ئەتراپىدا داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

(2) سۈپۈپ ھار

بۇنىڭ تەسىرى جاراھەتلەردىكى ئوشۇق گۆشلەرنى كۆيدۈرۈش ۋە سۈلرىنى قۇرۇتۇشتىن ئىبارەت بولۇپ ھۆل تەمرەتكە بىلەن يۇقۇملانغان تەمرەتكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: سېرىق ھەلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، بىخ مارجان، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، موزا، كۆپىكى دەريا، ئايلىشى، كۆيدۈرۈلگەن كۆك تاش، بادامنىڭ تاشقى پوستى ھەر بىرىدىن 25 گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر قۇرۇق تەمرەتكىگە ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە مەلۇم مىقداردىكى قوي يېغى ياكى باشقا مايلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ سىرتتىن سۈرتۈلىدۇ.

(3) مامىرانچىنى مەلھىمى

تەركىبى: مامىرانچىنى تالقىنىدىن بىر ھەسسە، ئىككى ھەسسە ھەبۇلمولوك (ئىنەك

پىتى مىيى) ئىلىپ (باشقا مايلار بولسىمۇ بولىدۇ) ئىككىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇ خىل مەلھەمنى ئوتتۇرا ۋە كونىرىغان تەمرەتكىگە ئىشلىتىشكە بولىدۇ. دورا ئاستىغا چۆكۈپ قالىدىغانلىقى ئۈچۈن ئىشلەتكەن ۋاقىتتا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

(4) شاھتەررە، ئەمەن، خەشخاش، موزا، مامىرانچىن ھەر بىرىدىن 20 — 15 گرام ئېلىپ يېرىم لىتر سۇغا سېلىپ پەس ئوتتا 1/3 قىسمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن تىرىپىنى سۈزۈۋېلىپ، تىرىپكە ئىككىنچى قېتىم 250 مىللىلىتر سۇ قۇيۇپ پەس ئوتتا 1/2 قىسمى قالغىچە قاينىتىپ تەمرەتكە يۈزى كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا يېرىم سائەتتىن بىر سائەتكىچە يۇيۇپ بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا قۇرۇق تەمرەتكىگە مەلھەمى ئەمراز، بۇغداي يېغى، توخۇ ياكى ئۆردەك يېغى، موم يېغى ۋە گۈڭگۈرت مەلھىمى (بۇ كۆپىنچە ھۆل تەمرەتكىگە ئىشلىتىلىدۇ) بىلەن سىماب مەلھىمى قاتارلىقلارمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

نىرۋىلىق تەمرەتكە

ئۇيغۇر تىبابىتىدە نىرۋىلىق (ئەسەبىلىك) تەمرەتكە قوباننىڭ بىر قىسمى دەپ قارىلىدۇ. ئەسەبىلىك تەمرەتكىنىڭ سەۋەبى تېخى ئېنىق ئەمەس. بۇ كېسەللىك تېرىنىڭ مەلۇم قىسمى يېرىكلىشىپ قىچىشىش ئاساسىي ئالامەت بولىدىغان بىر خىل سوزۇلما تېرە كېسىلى بولۇپ پارىسچە «ماشارا» دەپ ئاتىلىپ ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلاردا بويۇن، گەدەن، دۈمبە، تىقىم، تۇغرا، ساننىڭ ئىچكى تەرىپى، جەينەك، ئەۋرەت ۋە تاش خالتىسى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. رەڭگى بەزىدە قىزغۇچ ياكى سەل قېنىق مۇدۇر پەيدا بولىدۇ. مۇدۇرنىڭ يۈزى سىلىق ياكى كېپەكلىشىش تۈسىنى ئالىدۇ. كېيىن بۇ مۇدۇرلەر تۇزئارا تۇتىشىپ داچەن ياكى ئالقان چوڭلۇقىدىكى يۇمۇلاق ياكى سوقۇچاق شەكىلدىكى قاسراقلاشقان كېسەللىكنى پەيدا قىلىدۇ. كېسەللەنگەن تېرە يۈزى قۇرغاق بولۇپ تەدرىجى قېلىنلىشىدۇ ۋە ئېرىقچىسىمان سىزىقلار پەيدا بولىدۇ.

سەۋەبى

قىزىغان قانىغا كۆيگەن سەپرا ئارىلىشىشتىن پەيدا بولغان ماددا تېرىنىڭ مەلۇم

يېرىدە تۇرۇپ قېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرە قىچىشىدۇ ۋە قاشلاشقا ئەگىشىپ تېرىدە يىڭنە ئۇچى بىلەن تەڭ ياكى ئۇنىڭدىن سەل چوڭراق مۇدۇرلەر شەكىللىنىدۇ. قىچىشىش ئېغىر بولىدۇ ھەمدە تېرە يۇزىدىن ئېگىزرەك بولۇپ ساق تېرە بىلەن چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. قاشلاشتىن قاناش پەيدا بولۇشى مۇمكىن. كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرە رەڭگى قېنىقلىشىدۇ.

داۋاسى

يېمەك-ئىچمەكتىن پەرھىز تۇتۇپ ئۇتكۇر غىدىقلىغۇچى قىزىلمۇچ، ھاراق قاتارلىق ئاچچىق ياكى چۇچۇمەل يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى ۋە تۇزلۇق تاماقلار، قېنىق چاي ئىستېمال قىلىش چەكلىنىدۇ ۋە مىجەزى تۇزىتىلىدۇ. يەنى غەيرىي تەبىئي خىلىتلارنىڭ خاس ياكى ئورتاقلىقىغا ئىگە پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىج) بىلەن تازىلىغۇچى (مۇسھىل) بېرىلىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك بىلەن ئاغرىغۇچىلارنىڭ كۆپىدە ئۇيقۇسىزلىق، ئەسەپ ئاجىزلىقى بىرگە كېلىدۇ. شۇڭلاشقا مېڭىنى تازىلاش مەقسىتىدە ھەببە قوقىيا، ئىترىيفىل سەغىر، ئىترىيفىل زامانى، ئىترىيفىل كەشنىر، شەربىتى ئەۋرىشىم، مەجۇنى ئازاراقى ۋە ھەببە شىپاھ قاتارلىق دورىلاردىن بىر ياكى ئىككى خىل ئىچىش ئۇچۇن بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن قۇرۇق تەمرەتكىگە ئىشلىتىلگەن دورىلاردىن قىچىشىشنى پەسەيتكۇچى، تېرىنى يۇمشاتقۇچى ياكى ئارتۇق گۆشلەرنى يوقاتقۇچى دورىلاردىن مەلھەمى ئەمراز، بۇغداي يېغى، توخۇ ياكى ئۇردەك يېغى، موم يېغى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر خىلى سۇرتۇلىدۇ. مىنرال سۇلار، دېڭىز سۇلىرىدا يۇيۇنۇشنىڭ مەنپەتى چوڭ.

تەڭگىتە مرەتكە

بۇ كېسەللىك ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىق كىشىلەردە كۆپ ئۇچرايدىغان، بەدەن

تېرىسىنىڭ ھەممە قىسمىدا پەيدا بولىدىغان، تېرە قېلىنلىشىپ يېرىكلىشىش بىلەن قاسىراق پەيدا قىلىدىغان ۋە قىچىشىدىغان بىر خىل سوزۇلما تېرە كېسەللىكى بولۇپ تىبابىتىمىزدە قاسىراقلىق تەمرەتكە دەپ ئاتىلىدۇ.

بۇ كېسەللىك خىلتلار بولۇپمۇ بەلغەم خىلتى سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىپ شور بەلغەم كۆپىيىپ غەيرىي تەبىي سەۋداغا ئۆزگىرىپ تېرىدە چۆكمە ھاسىل قىلىشتىن پەيدا بولىدۇ. كۆپىنچە قاننى قىزىتقۇچى يېمەكلىكلەر بىلەن غىدىقلىغۇچى ۋە يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەك-ئىچمەكلىكلەردىن كالا گۆشى، قىزىلمۇچ، قارىمۇچ، تاماكا، تۇزلانغان ياكى سۈرلەنگەن گۆش، تۇزلانغان بېلىق، تۇزلانغان كۆكتات، ئۆچكە گۆشى ۋە كارتوشكا قاتارلىقلارنى ئۇزۇن ۋاقىت كۆپ ئىستېمال قىلىش خىلتلار بولۇپمۇ بەلغەم خىلتىنىڭ غەيرىي تەبىئەتكە ئۆزگىرىشىنىڭ ئامىلى بولىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپ كېسەللىنىدىغان تېرىدە يىڭنىمىخ ياكى كېپەك مىخ بېشى چوڭلۇقىدا قىچىشىدىغان قىزىل مۇدۇر پەيدا بولۇپ ئۆزئارا قوشۇلۇپ يۇمۇلاق سوقۇچاق ھەر خىل چوڭلۇقتىكى داغسىمان مۇدۇرلەرنى ھاسىل قىلىدۇ. بۇ داغنىڭ ئەتراپىدىكى تېرە يېنىك دەرىجىدە قىزىرىدۇ. ساق تېرە بىلەن چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇن يۈزىدە تەڭگىگە ئوخشاش ئاقۇچ قاسىراقلار پەيدا بولۇپ تىرناق بىلەن تاتىلسا قاسىراقلار ئوڭاي ئاجرىلىدۇ. ئاجرالغان قاسىراقلار ئاستىدىكى تېرىدە چېكىتسىمان قاناش تۆشۈكلىرى ھاسىل بولىدۇ. بۇ داغلار قىچىشىدۇ ۋە ئەتراپىغا قاراپ كېڭىيىدۇ ۋە سانى كۆپىيىپ چېكىتسىمان، داچەن تۆشۈكى ياكى داچەن چوڭلۇقىدا، ھەتتا تۇتاشقان يايپىلاق چوڭلۇقتىكى تەمرەتكىنى پەيدا قىلىدۇ. ئەگەر قويۇق قان سەۋداغا ئارىلاشقان بولسا جاراھەتلەنگەن ئورۇندىن سۇ چىقىدۇ. تەمرەتكە بار ئورۇن تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ. ئەگەر شور بەلغەم قانغا ئارىلاشقان بولسا كېسەللەنگەن ئورۇن تېرىدىن سەل چوڭقۇرراق بولىدۇ ۋە قىچىشىش قاتتىقراق بولىدۇ.

تەڭگە تەمرەتكىنىڭ كېسەللىكنىڭ جەريانى كېسەللىكنىڭ داۋاملىشىۋاتقان مەزگىلى، تۇراقلىق مەزگىلى ۋە ساقىيىش مەزگىلى دېگەن ئۈچ باسقۇچقا بۆلۈنىدۇ. كېسەللىك داۋاملىشىۋاتقان مەزگىلدە تەنگە تەمرەتكە مۇدۇرلىرى بىلەن دېغى بىرىنىڭ ئارقىدىن بىرى پەيدا بولىدىغان بولۇپ تەمرەتكە بار ئورۇندىكى تەڭگىسىمان قاسىراق قېلىنلىشىدۇ ۋە ئەتراپىدا قىزىللىق پەيدا بولىدۇ. تۇراقلىق

مەزگىل تىپىدە ئەسلىدىكى كېسەللىكتىن باشقا يېڭىدىن پەيدا بولمايدۇ ۋە قاسىراقلىشىش ئېغىر بولمايدۇ. ساقىيىش مەزگىلىدىكى تىپىدە تەڭگىتەمىرەتكە كېپەكلىشىش بىلەن قىزىللىق ۋە مۇدۇرلەر يوقىلىدۇ. تېرە ساق ھالىتىگە كېلىدۇ، ياكى تېرە رەڭگى قېنىقراق تۈسنى ئالىدۇ. بەزى بىمارلاردا ئەتراپىدىن مەركىزىگە قاراپ كىچىكلىمەستىن بەلكى مەركىزىدىن ئەتراپىغا قاراپ ساقىيىدىغان ئەھۋاللارمۇ ئۇچرايدۇ.

تەڭگىتەمىرەتكە كلىنىكىدا ئادەتتىكى تىپى، يىرىڭلىق تىپى (بۇ قوشۇمچە يۇقۇملىنىشتىن پەيدا بولىدۇ) بوغۇم تىپى (كۆپىنچە بوغۇم دائىرىسىدىكى تېرىدە پەيدا بولىدۇ) ۋە تېرە قىزىرىش تىپى (تەڭگىتەمىرەتكە بار ئورۇن قىزىرىپ تېزلا كېڭىيىپ ھەر خىل چوڭلۇقتىكى ياپىلاق تۈسنى ئېلىپ ئۆزۈن ئۆتمەي پۈتۈن تېرىگە يامراپ تېرىنى قىزارتىدۇ) دېگەن تىپلەرگە بۆلۈنىدۇ. بىراق ئارىلىقلىرىدا ھەر خىل چوڭلۇقتىكى نورمال تېرە بولىدۇ. ھەر كۈنى كېسەللەنگەن ئورۇندىن ناھايىتى نۇرغۇنلىغان قاسىراقلار تۆكۈلىدۇ. ھەتتا كېسەللەنگەن تېرە ياپىلاق شەكىلدە ئاجرىلىشى مۇمكىن. بۇ خىل تىپىدە بىماردا قىزىش، تولغاپ تىترەش، باش ئاغرىش ۋە پۈتۈن بەدەن يېقىمسىزلىنىش ۋە ئالاقىدار بەزلەر ئىششىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. بەزى بىمارلاردا كېسەللىكنىڭ تۆت خىل تىپى ئارىلاش كېلىش مۇمكىن.

داۋاسى

تاماقتىن پەرھىز تۇتۇشقا بۇيرۇلىدۇ. مىجەز تەكشىلىدۇ. يەنى بۇزۇلغان مىجەز قايسى خىلىت تىپىگە مەنسۇپ بولسا شۇ خىلىت تىپىگە ئالاقىدار پىشۇرغۇچى (مۇنزىج) دورىلار بىلەن تازىلىغۇچى ياكى سۈرگىچى (مۇسھىل) دورىلار بېرىلىدۇ. ياكى قۇرۇق تەمرەتكىگە قارىتا بېرىلىدىغان پىشۇرغۇچىلار بېرىلىدۇ (شۇ قىسىمغا قارالسۇن). ئەگەر مىجەزى غەيرىي تەبئىي مۇرەككەپ مىجەز بولسا ئورتاقلىقا ئىگە پىشۇرغۇچى دورىلار بىلەن تازىلىغۇچى (سۈرگىچى) دورىلار بېرىلىدۇ. مىجەز تەكشەش جەريانىدا قىچىشىشنى توختاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. مىجەز تەكشىلىپ بولغاندىن كېيىن ئىچىدىن ئىچىشكە ئىترىيفىل شاھتەررە، ئىترىيفىل سەغىر، ئايارەج پەيقرا قاتارلىق قاننى تازىلاپ مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدىغان ۋە تىنچلاندۇرۇپ قىچىشىشنى پەسەيتىدىغان دورىلار بىلەن ياللۇغ (ۋەرەمنى) ياندۇرغۇچى چۆپچىن كەبىر قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتە كېسەللىكنىڭ دەسلىپى بىلەن تەرەققىي قىلىۋاتقان

دەۋرىدە رەۋغىنى كىبىرىت قاتارلىق تەسىرى بوشراق دورا ئىشلىتىلىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇن قىزارغاندا ۋە تەرەققىياتى توختاش دەۋرىدە رەۋغىنى سىمابقا ئوخشاش تەسىرى كۈچلۈك-رەك دورا ئىشلىتىلىدۇ. سىماب قاتارلىق دورىلارنى ئىشلىتىشتە ئېھتىياتچان بولۇش كېرەك.

سىرتىدىن دورا سۈرتۈشتىن ئىلگىرى كېسەللەنگەن ئورۇننى ئىسسىق سۇ بىلەن پاكىز يۇيۇپ، قاسراقلارنى يۇمشىتىپ ياكى چۈشۈرۈپ ئاندىن دورا سۈرتۈش كېرەك. ئەگەر قىچىشىش ئېغىرراق بولسا ئاۋۋال ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ قاسراقلارنى يۇمشاتقاندىن كېيىن شاھتەررە، ئەمەن، خەشخاش ھەر بىرىدىن 20 — 15 گرامدىن، موزا 10 گرام، مامىرانچىندىن 15 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ 500 ملليلىتر سۇ قۇيۇپ پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيى بىلەن ئىسسىق ھالەتتە يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن يۇقىرىدىكى مەلھەم دورىنىڭ بىر خىلى ياكى ھەر ئىككى خىل مەلھەمنىڭ تەڭ مىقداردىكى ئارىلاشمىسى سۈرتۈلىدۇ. ياز كۈنلىرى ئاپتاپقا قاقلىتىپ دورا سۈرتۈلسە ياكى دورا سۈرتۈپ يېرىم سائەتتىن 40 مىنۇتقىچە ئاپتاپقا قاقلانسا ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا يۇقىرىدىكى داۋالاشقا ئارشاڭدا يۇيۇندۇرۇپ داۋالاش بىرلەشتۈرۈلسىمۇ بولىدۇ.

باش تەمرەتكىسى

بۇ باللاردا كۆپ ئۇچرايدىغان سوزۇلما تېرە كېسىلى بولۇپ خەلق تىلىدا «تاز» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇزۇلغان بەلغەم خىلتى قانغا ئارىلىشىپ غەيرىي قويۇق خىلىت پەيدا بولۇپ باش تېرىسىدە ئولتۇرۇشۇۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

باش تەمرەتكىسى باشنىڭ ھۆل تەمرەتكىسى (سۇئىفەرەتەپ) ۋە باشنىڭ قۇرۇق

تەمرەتكسى (سۆئفه يابس) دەپ ئككى تۈرگە بۆلۈندۇ.

باشنڭ هۆل تەمرەتكسى

بۇنى سبرىق تەمرەتكە، تاز ياكى سبرىق قۆماقلق تاز دەيمۇ ئاتلپ دەسلەپتە باشتا ئۆششاق مۇدۇر ياكى يىرىڭلق مۇنەكلەر پەيدا بولۇپ سبرىق ياكى كۆل رەڭ قاقاچ پەيدا بولىدۇ ۋە بارغانسبرى ئەتراپقا كېڭيىپ قبلنلشىدۇ. تبرىق ياكى سبرىق ماش چوڭلۇقىدىكى سبرىق تەمرەتكە قاقاچنى هاسل قلىدۇ ۋە قچشىدۇ. تاتلاپ قاقاچ سويۇلغاندا چاشقان سۈيدۈكنىڭ پۇرىقغا ئوخشاش پۇراقلق سبسق سارغۇچ سۇ چقىدۇ. قاقاچ قاتتق، قۆرۇق ۋە چۆرۈك بولۇپ باش تبرسگە چڭ چاپلاشقانلقتن ئاسانلىقچە ئاجراتقلى بولمايدۇ. قاقاچ ئاجرتلغاندىن كېين ئاستدىكى زەخملەنگەن تبرە قىزىرىپ سولششش تۈسنى ئالىدۇ. كېين ئاستا ـ ئاستا ئۆزئارا قوشۇلۇپ كەيمە تازلقنى كەلتۈرۈپ چقىرىدۇ. باش تەمرەتكسنىڭ بۇ خىل تپىدە ئاسانلا يىرىڭلاش پەيدا بولىدۇ. باش تەمرەتكسى ياشنىڭ چوڭيىشگە ئەگشىپ ساقايسمۇ لېكن ئېغىرراقلرىدا تۈك چقماي تاقىر باش بولۇپ قالىدۇ. تاز كېسلى يۇقىدۇ.

باشنڭ قۆرۇق تەمرەتكسى

بۇ قۆرۇق تاز (سۆئفه يابس) ياكى ئاق تەمرەتكە دەيمۇ ئاتلپ، ئوغۇل باللاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. دەسلەپتە ئۆششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولۇپ مۇدۇرلەرنڭ ئۆزئارا قوشۇلۇشىدىن هەر خىل چوڭ ـ كېچكلكتكى ياپلاق تەمرەتكگە ئايلنىدۇ. جاراهەتلەنگەن ئورۇن قچشىدۇ. قاشلغاندا ئۆششاق ئاقۇچ كېپەكلەر تۆكۈلىدۇ. كۆننڭ ئۆتۈشى بلەن ئاستا ـ ئاستا ئەتراپقا كېڭيىدۇ. كېسەللك پەيدا بولغان ئورۇن قۆرۇق بولۇپ چاچلار شالاڭلشىدۇ ۋە چاچلار ئۆڭاي ئۈشتۈلىدۇ. چاچنڭ رەڭگى خۇنۈكلشىدۇ. بىر قسسم بمارلاردا كېسەللك باشنڭ مەلۇم دائىرسى بلەن چەكلنىدۇ. ئۆسمۈرلۈك مەزگلدىن باشلاپ ئۆزلۈكدىن ساقىيىشقا باشلايدۇ ۋە تاتۇق قالمايدۇ. شۇڭا ساقايغاندىن كېين چاچلار تولۇق چقمايدۇ. بۇ كېسەللك يۇقىدۇ. تاز ۋە باش تەمرەتكسنى يۇقتۇرۇشتا سەتراج چوڭ رول ئوينايدۇ.

داۋاسى

غىدىقلىغۇچى يېمەك-ئىچمەكلىكتىن پەرھىز قىلىنىدۇ. مىجەز تەڭشىلىدۇ. (شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلتنى پىشۇرغۇچى مۇنزىج بىلەن تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىلىدۇ.) بۇنىڭ ئۈچۈن بۇزۇق قان بىلەن كېرەكسىز ماددىلارنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخ ھەلىلە بېرىلىدۇ.

تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: سېرىق ھەلىلە پوستى 37 گىرام، تەمرى ھىندى 74 گىرام، ئەيتۇلا 30 دانە، سەرپىستان، بىنەپشە، سېرىق يۇگەي ئۇرۇقى، كاسنى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 18 گىرام، پونۇس 94 گىرام، تەرەنجۇبىل 74 گىرام.

پونۇس بىلەن تەرەنجۇبىلدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر كېچە بىر لىتر سۇغا چىلاپ، ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيىگە پونۇس بىلەن تەرەنجۇبىلنىڭ ئېرىتىلگەن سۈيىنى قوشۇپ ئازراق قاينىتىلىدۇ. بۇ قايناتمىنى كۈنىگە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 150 — 50 ممىللىلىترغىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. مىجەز تەڭشەلگەندىن كېيىن ئىچىش ئۈچۈن ھەبە كىبرىت بېرىلىدۇ. سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى چاچنى پاكىز چۈشۈرۈپ، سوپۇنلاپ يۇيۇپ قاقاچ بىلەن كىپەكلەرنى تازىلىغاندىن كېيىن تۆۋەندىكى دورىلارنىڭ بىر خىلى سۈرتۈلىدۇ.

تىلايى سۇئفە

تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: ئامىلە، كۆكتاش، قارىمۇچ، خەشخاش شاكىلى، موردا سەك (مەدەستان) ھەر بىرىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، موردا سەكدىن باشقا دورىلارنى ئايرىم-ئايرىم كويدۇرۇپ كۈلىنى مورداسەك بىلەن قوشۇپ ئېزىپ تەييارلىغان دورىلارنى پۈتۈن دورا مىقدارىدىن ئىككى ھەسسە سېرىق مايغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ كۈنىگە 2-3 ۋاق بىمارنىڭ بېشىغا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. دورىنى سۈرتۈپ بولۇپ ئوت ياكى ئاپتاپقا قاقلاپ بەرسە ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ.

مەلھىمى ئەمراز

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: سۇ تەگمىگەن هاك 160 گىرام، تاش كۆمۈر 320 گىرام،

كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش 120 گرام، گۈڭگۇرت پوقى 100 گرام، سىماب 40 گرام، سېرىق ماي ياكى سۇ ماي (ۋازىلىن بولسىمۇ بولىدۇ) پۈتۈن دورا مىقدارىنىڭ ئىككى باراۋەر ئېلىپ سىمابنى ئازراق گۈڭگۇرت تالقىنىغا ئارىلاشتۇرۇپ، كۆشتە قىلىنىدۇ. باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەممە دورىلانى قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ يۇقىرىدىكى مايلارنىڭ بىر خىلىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ۋە ئەھۋالغا قاراپ كۈنىگە بىر-ئىككى قېتىم باشقا سۈرتۈلىدۇ.

مەلھەمى سۆئىفە

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: كافۇر، زەرچۆە، قىزىلگۈل، ئاقاقىيا ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن، گۈلنار، كۈنجۈت يېغى ھەر بىرىدىن 7 گرام، موم 6 گرام، سەپىداپ كاشغىرى 11 گرام. يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلىنىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ كۈنىگە بىر ياكى ئىككى قېتىم باشقا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ.

باش تەمرەتكىسى يۇقۇملۇق، شۇنىڭ ئۈچۈن ئاغرىغان بىمارلارنىڭ باش كىيىمنى ساقلار كىيىشتىن ياكى باش تەمرەتكىسى بىلەن ئاغرىغانلارنىڭ ئورۇن كۆرپە ياستۇقلىرىنى لۆڭگىلىرىنى ئىشلىتىشتىن ئۆزىنگە يۇقتۇرۋالىدۇ. شۇڭلاشقا باش تەمرەتكىسى بىلەن ئاغرىغۇچىلارنىڭ باش كىيىمنى كىيمەسلىك ۋە ئۇلارنىڭ ئورۇن كۆرپىلىرىدە ياتماسلىق كېرەك. شۇنداقلا داۋالىنىۋاتقان مەزگىلدە بىمارنىڭ ئورۇن كۆرپىلىرىنى پاكىز يۇيۇپ ئۆرۈلۈشى ۋە ھەر كۈنى ئاپتاپقا سېلىپ ئۆرۈلۈشى شۇنداقلا ھەر كۈنى دورا سۈرتۈپ بولغاندىن كېيىن قايناق سۇغا بېسىلغان بۆك كىيدۈرۈش لازىم. شۇنداق قىلغاندا ساقىيىش تېز بولىدۇ.

يۇقۇملىنىشتىن پەيدا بولىدىغان تېرە كېسەللىكلىرى

قىچىشقاق (قوتۇر)

بۇ، قولنىڭ بارماق ئارىلىقلىرى بىلەن قول دۈمبىسى، تۇۋەنكى بىلەك، قورساق قىسمى، چات ۋە تاش خالتا تېرىسىدە تۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولىدىغان ۋە قىچىشىدىغان بىر خىل تېرە كېسىلى بولۇپ خەلق تىلىدا «قوتۇر» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

سەپرا ياكى كۈيگەن سەۋدانىڭ ياكى بولمىسا بەلغەمى شورنىڭ قاندا ھەددىدىن زىيادە كۆپ ئارىلىشىشتىن پەيدا بولىدۇ. قوتۇر كېسىلىنى قوتۇر سالجىسى پەيدا قىلىدۇ. بۇ سالجىلار ئادەم تېرىسىدە ياشايدۇ. مۇندىن 8 ئەسىر ئىلگىرى تىبابىتىمىزنىڭ ئالىملىرى بۇ كېسەللىكنى ئىككىنچى كىشىگە يۇقتۇرىدىغان تىببى بارلىقنى ئوتتۇرىغا قويۇپ مۇشۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىماردىن باشقا كىشىلەرگە يۇقىدىغانلىقنى بايان قىلغان. بۇنىڭ يۇقۇشى كېسەل بىلەن بىللە يېتىش، كېسەل ياتقان يوتقان كۆرپىدە يېتىش، كېسەل ئىشلەتكەن لۆڭگە، كىيىم-كېچەكلەردىن يۇقىدۇ، كېسەل ئادەم بىلەن قول ئېلىشىپ كۆرۈشۈشىدىنمۇ يۇقىدۇ.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىك تېرە بىرقەدەر نېپىز بولغان قول بارماق ئارىلىقى، بىلەك، جەينەك ئالدى، قولتۇق، كىندىك ئەتراپى، بەل، تۇۋەنكى قورساق، ساننىڭ ئىچكى تەرىپى ۋە تاش خالتىسى بىلەن ئاياللارنىڭ كۆكسى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بۇ كېسەل بەدەن تېرىسىنىڭ ھەر ئىككى تەرىپىدە قوش (سىممېترىك) پەيدا بولىدۇ. بەزى بىمارلاردا بەدەن

تېرىسىنىڭ ھەممە قىسمىغا دېگۈدەك يامرىشى مۇمكىن.

قىچىشقاق كېسىلى ھۆل قىچىشقاق ۋە قۇرۇق قىچىشقاق دەپ ئىككى خىل بولىدۇ.

قۇرۇق قىچىشقاقتا كېسەللىك پەيدا بولىدىغان ئورۇندىكى تېرىدە ئاۋۋال قىچىشىدىغان قىزىل مۇدۇرلەر پەيدا بولىدۇ ۋە بىر-بىرى بىلەن سىزىقسىمان تۇتۇشىدۇ. قاشلىغاندا سېرىق سۇ ياكى قان چىقماي يېنىك دەرىجىدە كېپەك چىقىدۇ. بۇ خىلى ئېغىرراق بولۇپ ئۇزۇندا ساقىيىدۇ.

ھۆل قىچىشقاقتىمۇ سىزىقسىمان تېرىق چوڭلۇقىدا رەڭگى قىزىل مۇدۇرلەر چىقىپ تاتىلىغاندا زەرداب سۇ چىقىدۇ ياكى قارامتۇل قان چىقىدۇ. بەزىدە سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولىدۇ. كېسەللىك ئورنىدىن چىققان سۇ ياغلىشاڭغۇ بولىدۇ.

مەيلى قۇرۇق ياكى ھۆل قىچىشقاق بولسۇن بىمارنى ئازابلايدىغان ئاساسىي ئالامىتى قىچىشىشتىن ئىبارەت. بولۇپمۇ كېچىسى كۆپرەك قىچىشىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن كېسەل قىچىشىش ئازابىدىن ئۇخلىيالمايدۇ. ھۆل قىچىشقاق بىلەن ئاغرىغۇچىلارنىڭ بەزىلىرىدە قوشۇمچە يۇقۇملىنىپ يىرىڭلايدۇ ۋە ئالاقىدار بەزلەر ئىششىپ ئاغرىيدۇ. ئېغىرلىرىدا ئىسسىتمىسى يۇقىرىلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

تاماقتىن پەرھىز قىلىپ قۇرۇقلۇق دەرىجىسى يۇقىرى بولغان يېمەك-ئىچمەكلىك، غىدىقلايدىغان، يەللىك تاماقلاردىن چەكلىنىدۇ. كۈنىگە بىر ۋاق پارلىق مۇنچا ياكى ئىسسىق سۇدا ۋاننا قىلىپ پاكىز يۇيۇنۇپ بېرىدۇ. يوتقان كۆرپىسى ھەر كۈنى ئاپتاپقا سېلىنىدۇ ياكى كىرلىكى ھەر كۈنى قىزىق سۇدا يۇيۇلۇپ يەڭگۈشلەپ تۇرۇلىدۇ. كۆينەك-تامبىلنى ھەر كۈنى يەڭگۈشلەپ قايناق سۇغا بېسىلىدۇ.

مىجەزنى تەڭشەپ بەدەن تازىلىنىدۇ. ئەگەر قان خىلتى غالىب بولسا ماتۇل جىبىن بېرىلىدۇ. ئۇنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى:

ئەفتىمۇن، ئۇستىخۇددۇس ھەر بىرىدىن 37 گرام، ھېلىلە پوستى 74 گرام، شاتەررە، گاۋزىۋان، بىستىپايەج، سانا، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 18.5 گرام، غارىقۇن، تۇربۇت 44.4 گرام، شبكەر 37 گرام، تەرەنجىبىل 74 گرام، بادام مېغىزى 37 گرام، ئەفتىمۇن بىلەن ئۇستىخۇددۇستىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ سىركە بىلەن 1500 مىللىلىتىر قايناق سۇغا بىر ئاخشام چىلىنىدۇ. (ئەفتىمۇن داكىغا ئوراپ چىلىنىدۇ) ئەتىسى ئۇستىخۇددۇسنى قوشۇپ پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قايناتقاندىن كېيىن داكا بىلەن

سۈزۈلگەن سۈيىگە سۈت، تەرەنجۇبىل ۋە شېكەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئازراق قايىنىتىپ ئۈستىگە يانجىلغان بادام مېغىزى قوشۇلىدۇ. كۈنىگە 1ـ2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 100ـ200 مىللىلىترغىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. باللارغا مىقدارى كېمەيتىلىدۇ.

ئەگەر سەپرا غالىب كەلگەن بولسا مۇسھىل ئۈچۈن مەتبۇخ ھېلىلە، مەتبۇخ شاتەرە ياكى مەتبۇخ خىيارى شەنبەرنىڭ بىر خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

مەتبۇخ ھېلىلىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: سېرىق ھېلىلە پوستى 33 گرام، تەمرى ھىندى 66 گرام، ئەنجۈلا 30 دانە، سەربىستان، بىنەپشە، كىچىك سېرىق يۈگەي ئۇرۇقى، كاسنى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 16.5 گرام، فۇنۇس 75 گرام، تەرەنجۇبىل 65 گرام. فۇنۇس بىلەن تەرەنجۇبىلدىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ دورىلار چۆككىدەك سۇ قۇيۇپ پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قايىنىتىلىدۇ. ئۈستىگە فۇنۇس بىلەن تەرەنجۇبىلنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتكەندىن كېيىن داكا بىلەن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ـ100 مىللىلىترغىچە ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ.

مەتبۇخى شاتەرەنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: سېرىق ھېلىلە، ھېلىلە كابىلى، بەلىلە پوستى ھەر بىرىدىن 165 گرام، شاھتەرە، شۈمشە ھەر بىرىدىن 21 گرام، قارا ھېلىلە 15 گرام، سانا 12 گرام، نىلۇفەر، مامىرانچىنى ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن، ئەفتىمۇن، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرامدىن، بەديان، كاسنى ئۇرۇقى، چىگىسەي ئۇرۇقى، بىستىپايەج، ئۈستىخۇددۇس، ياپۇز ھەر بىرىدىن 7 گرام، چىلان، ئەنجۈلا ھەر بىرىدىن 20 دانە، فۇنۇس، تەمرى ھىندى ھەر بىرىدىن 45 گرام، تەرەنجۇبىل 10 گرام، فونوس بىلەن تەرەنجۇبىلدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ چىلاشقۇدەك قايناق سۇغا بىر ئاخشام چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قايىنىتىپ ئۈستىگە فونوس بىلەن تەرەنجۇبىلنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ داكا بىلەن سۈزۈپ تىرىپى تاشلىۋېتىلىدۇ. كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 60ـ100 مىللىلىتردىن ئىچىپ بېرىدۇ.

مەتبۇخ خىيارى شەنبەرنىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى: چىلان 20 دانە، سەرپىستان 30 دانە، ئۇرۇقى ئېلىنغان قۇرۇق ئۈزۈم (ۋاسالغۇ) 35 گرام، بىنەپشە 14 گرام، ئەنجۇر قىبقى 10 دانە، چۈچۈك بۇيا يىلتىزى، پەرسىياۋشان ھەر بىرىدىن 18 گرام، خىيارى شەمبەر ئېتى 25 گرام، تەرەنجۇبىل 33 گرام خىيارى شەنبەر بىلەن تەرەنجۇبىلدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ 250 مىللىلىتر سۇ قۇيۇپ پەس ئوتتا قايىنىتىپ قازاننى چۈشۈرۈپ تەرەنجۇبىل بىلەن خىيارى شەنبەرنى سېلىپ ئارلاشتۇرۇپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىنى كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 30ـ70 مىللىلىتر ئىچىپ بېرىدۇ. ئەگەر

يۇقىرىدىكى دورا مەنپەئەت قىلمىسا ھەببى سەبرە قوشۇپ ياكى ھەببى كىبرىتنى ئەتىگەندە ناشتىدىن بۇرۇن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر بۇمۇ مەنپەئەت قىلمىسا ياكى مەنپەئەتى ئاستىراق بولسا يۇقىرىقى دورىلارنىڭ مىقدارى مۇۋاپىق كۆپەيتىپ بېرىلىدۇ. شۇنداقلا دورا تەركىبىدىكى ئىسسىقلىق دورا مىقدارى مۇۋاپىق كېمەيتىلىدۇ. ئەگەر بەلغەم غالىب كەلگەن بولسا بەلغەم سۈرگىسى بېرىلىدۇ.

سىرتتىن چېپىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. قارا ئۆرۈك مېغىزى، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ھەر بىرى 6 گرامدىن، تۆلتۈرۈلگەن سىماب 3 گرام، كۈنجۈت مېيى بىلەن قېتىق مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىنىدۇ. مېغىزلارنى يانجىپ سىر كەبىلەن نەمدەپ، قېتىق بىلەن كۈنجۈت مېيى ۋە تۆلتۈرۈلگەن سىمابنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. دورا سۈرتۈلگەن ئورۇننى ئىسسىق سۇدا پاكىز يۇيۇپ كۈنىگە 3-2 ۋاق دورا سۈرتۈلىدۇ. ياكى مەدەستان، خىنە يوپۇرمىقى، شەھمى ھەززەل، كۆمۈش دىتى، پوستى ئېلىنغان ياپىلاق ماش ئۇنى ۋە تۆلتۈرۈلگەن سىمابتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇقىرىقى دورىلارنى يەنجىگەندىن كېيىن سىركە ياكى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن كۈنىگە 3-2 قېتىم چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلارنى سىرتتىن چېپىشتىن ئىلگىرى دورا چېپىلىدىغان ئورۇننى ئىسسىق سۇدا پاكىز يۇيۇپ كۈنىگە 3-2 ۋاق دورا سۈرتۈلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى يازدا ئاپتاپ، قىشتا مەشنىڭ يېنىدا ئولتۇرۇپ دورا سۈرتۈلسە ئۈنۈمى ياخشىراق بولىدۇ. ئەتىسى پارلىق مۇنچىدا يۇيۇنۇش كېرەك. داۋالىنىش جەريانىدا تۇزلىغان گۆش، تۇزلىغان بېلىق، تۇزغا چىلانغان كۆكتات ۋە ئىسسىقلىق تاماقلارنى ئىستېمال قىلماسلىقى ۋە جىنسىي ئالاقە قىلماسلىقى كېرەك.

كۆز يارىسى (قارا يەل، سىفىلىس)

كۆز يارىسى قارا يەل (سىفىلىس) بولۇپمۇ سىرتقى جىنسىي ئەزا تېرىسىدە جاراھەت (يارا) پەيدا بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان بىر خىل يۇقۇملۇق سوزۇلما تېرە كېسەللىكى بولۇپ خەلق تىلىدا «قارا يەل» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ جىنسىي ئالاقە ئارقىلىق يۇقىدىغان كېسەللىك بولۇپ، قاننى ئوفۇنەتلەندۈرىدىغان بىر خىل جاراسىم (بىر خىل جانلىق) جىنسىي ئالاقە ئارقىلىق ئۆتكەندىن قالسا مۇشۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارلارنىڭ قاچا-قۇچا ياكى باشقا نەرسىلەرنى ئىشلىتىش، سۆيۈشۈش قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئىككىنچى كىشىنىڭ بەدىنىگە كىرىپ قاننى بۇلغاشتىن بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ھامىلدار ئانىنىڭ قېنىدا قاننى بۇزىدىغان مۇشۇ خىل ئامىل مەۋجۇت بولسا ئانىنىڭ قېنى ئارقىلىق قورساقتىكى ھامىلىگە يۇقىدۇ. سىفلىسنىڭ يۇقۇملۇق دەۋرىدە ئېغىز بوشلۇقتىكى شىللىق پەردىلەر يۇقتۇرۇشنىڭ مەنبەسى بولۇپ قالىدۇ. قەدىمكى كىتابلاردىكى خاتىرىلەرگە قارىغاندا بۇ كېسەللىكنىڭ مەنبەسى ئامېرىكا قىتئەسى بولۇپ دېڭىز ساياھەتچىلىرى ئارقىلىق ئاۋۋال ئىسپانىيەدىن فرانسىيەگە، فرانسىيەدىن ياۋروپا ۋە شەرق ئەللىرىگە تارقالغان. شۇڭلاشقا بۇ كېسەللىك «مۇھەببەت» كېسىلى، «فرانسۇز كېسىلى» دەپ ئاتالغان. كېسەللىك ئاتالغۇسىدىن قارىغاندا بۇ كېسەللىك رايونىمىزغا كېيىن كىرگەنلىكىنى كۆرۈۋالغىلى بولىدۇ.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىكنىڭ پۈتكۈل تەرەققىياتى يۇقۇملىنىش باسقۇچى، يوشۇرۇن باسقۇچى، ئاشكارىلىنىش باسقۇچى ۋە تەرەققىي قىلىش باسقۇچى دېگەن تۆت باسقۇچقا بۆلۈنىدۇ. كېسەللىك دەرىجىسىگە قاراپ بىرىنچى دەۋردىكى يەل يارا (ئاتەشەك ئەۋۋىلى)، ئىككىنچى دەۋردىكى يەل يارا (ئاتەشەك ساتۆي) ۋە ئۈچىنچى دەۋردىكى يەل يارا (ئاتەشەك سالاسى) دېگەن ئۈچ چوڭ دەۋرگە بۆلۈنۈشتىن سىرت بەنە تۇغما يەل يارا (ئاتەشەك مەۋلۇدى) ۋە كېيىنكى (تۇغۇلغاندىن كېيىنكى) يەل يارا (ئاتەشەك مەكسۇبە) دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنۈپ ھەرقايسى دەۋر ۋە باسقۇچلاردىكى تىبرە ۋە پۈتۈن بەدەندىكى زەخىملىنىش دەرىجىسى بىلەن ئىپادىلىنىشى بىردەك بولمايدۇ.

بىرىنچى دەۋردىكى يەل يارىنىڭ ئىپادىلىنىشى: كېسەللىك مەنبەسىنى يۇقتۇرۇۋېلىپ كېسەللىك ئىپادىلەنگۈچى بولغان ئارىلىق (يوشۇرۇن دەۋرى) تەخمىنەن

3-4 ھەپتە بولۇپ ئەرلەرنىڭ ئالتى (زەكرى)، ئاياللارنىڭ جىنسىي لەۋ، قىسمەنلىرىدە كالپۇك، مەقئەت ئەتراپى، يىرىق، كۆز، ئەمچەك، تىل ۋە قول بارماقلىرىدا ئاۋۋال ئۇچى ئۇشلۇق، توۋى توم قاتتىق، ئاغرىمايدىغان يۇمۇلاق ياكى سوقۇچاق، ئەتراپى تەكشى، چېگرىسى ئېنىق، ئۇچى ئېقىش، توۋى تەرىپى قىزغۇچ تۇگۇنچە پەيدا بولۇپ تېزلا ئۇچى زىدىلىنىپ يۈزەكى يارا پەيدا بولىدۇ. يىرىڭ بولمايدۇ. لېكىن سارغۇچ سۇلۇشۇپ نېپىز پەردە ھاسىل بولىدۇ. بەزىدە ئاللاقىدار بەزلەر ئىششىيدۇ. لېكىن ئاغرىمايدۇ ۋە قىزارمايدۇ ۋە ئېغىز ئېلىپ جاراھەت ھاسىل قىلمايدۇ. يەل يارىنىڭ دەسلەپكى دەۋرى داۋالىمىسىمۇ 3-4 ھەپتىلەردە ئۆزلىكىدىن ساقىيىپ كېتىدۇ.(كېسەللىك يوشۇرۇنىدۇ) ئەگەر داۋالىسا تېزلا ساقىيىپ كېتىدۇ.

ئىككىنچى دەۋردىكى يەل يارىنىڭ ئىپادىلىنىشى: بىرىنچى دەۋردىكى يەل يارا ئۆزلۈكىدىن «ساقىيىپ» تەخمىنەن 3-4 ھەپتىلەردىن كېيىن ئاۋۋال قىزىش (تۇۋەن قىزىتما) باش، ئۇستىخان، نېرۋا ئاغرىش، مۇچىلەر تېلىپ ئاغرىش قاتارلىق ئالدىنقى ئالامەتلەر ئەخمىنەن 3-5 كۈن ئەتراپىدا داۋام قىلغاندىن كېيىن تېرىدە ئەسۋىلەر پەيدا بولۇپ يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر يوقىلىدۇ.

ئىككىنچى دەۋردىكى ئەسۋىلەرنىڭ شەكلى ھەر خىل بولۇپ بۇلارنى ئىخچاملىغاندا داغلىق ئەسۋە، مۇدۇرلۇك ئەسۋە ۋە يىرىڭلىق ئەسۋىدىن ئىبارەت. ئەسۋىلەر ئىچىدە داغلىق ئەسۋە ئەڭ كۆپ ئۇچرايدىغان بولۇپ چوڭلۇقى داچەن تۇشۇكى چوڭلۇقىدا بولىدۇ. شەكلى يومۇلاق ياكى سوقچاقراق بولۇپ ھەر بىرى ئايرىم-ئايرىم بولۇپ ئۆزئارا قوشۇلمايدۇ. رەڭگى قىزىل بولۇپ كۆپىنچە گەۋدە تېرىسىدە ئۇنىڭدىن قالسا تۆت مۇچىدە پەيدا بولۇپ بىر نەچچە كۈندىن كېيىن پۈتۈن بەدەن تېرىسىدە پەيدا بولىدۇ، قول بىلەن پۈت ئالقىنىدا پەيدا بولىدىغانلىرىنىڭ رەڭگى قىزىل بولۇپ كېيەكلەشكەن تۇسنى ئالىدۇ. داغسىمان ئەسۋە تەخمىنەن بىر قانچە كۈندىن 3—2 ھەپتە ئۆتكەندىن كېيىن داۋالىمىسىمۇ ئۆزلىكىدىن يوقىلىپ كېتىدۇ. لېكىن داغلىق ئەسۋە چىققان ئورۇننىڭ تېرىسى قېنىقلىشىپ قالىدى. بۇ خىل تىپتا بىمار ئۆزى ھېس قىلىدىغان باشقا ئالامەتلەر پەيدا بولمايدۇ.

مۇدۇرلۇك ئەسۋە چوڭ ۋە كىچىك ئىككى خىل بولىدۇ. چوڭلىرى پۇرچاق چوڭلۇقىدا بولۇپ تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ چىققان، مەركىزى ئازراق ئۇچلۇق، توۋى توم، چېگرىسى ئېنىق، رەڭگى گۆش رەڭدە ياكى قېنىق قىزىل تۇسنى ئېلىپ كۆپىنچە ئەر-ئاياللارنىڭ سىرتقى جىنسىي ئەزاسى، مەقئەت، يىرىق ۋە ئەمچەك ئاستى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ پەيدا بولىدۇ. يۈزى سولاشقان بولۇپ بۇ ھۆل ئەسۋىلىك مۇدۇر ئەسۋە دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە كۆرۈنەرلىك كۆپىيىپ رەڭگى كۆلرەڭ پولتايىملارنى ھاسىل قىلىدۇ. پولتايىمنىڭ

گىرۋىكى قىپىزىل تۇسىنى ئالىدۇ. بىمار ئۆزى ھېس قىلىدىغان ئالامەت كۆيۈپ قىچىشىش بولۇپ يول يۈرگەندە ئاغرىشى مۇمكىن.

ئۆشىاق مۇدۇرلۇك ئەسۋە بېغىرىرەك قىزىل تۇسىنى ئېلىپ بىر ئورۇنغا يىغىلغان ياكى تارقاق تارقالغان بولىدۇ. بۇ تىپى كەم ئۇچرايدۇ. يىرىڭلىق پۈۋەكچى ئەسۋە تىپى تېخىمۇ كەم ئۇچرايدۇ.

ئىككىنچى دەۋرىدىكى يەل يارا ئەگەر شىللىق پەردىلەردە پەيدا بولغان بولسا ئاق داغ تۇسىنى ئېلىپ ئېغىز بوشلۇقى بىلەن ئاياللار سىرتقى جىنسىي ئەزا ۋە بۇرۇن شىللىق پەردىسىدە كۆپ ئۇچرايدۇ. رەڭگى كۈل رەڭ ياكى سۈت رەڭ تۇسىنى ئېلىپ چوڭ-كىچىكلىكى بارماق ئۇچى چوڭلۇقىدا بولىدۇ. داغنىڭ ئەتراپى قىزىل بولۇپ داغ زىدىلىنىدۇ. ئىككىنچى دەۋرىدىكى يەل يارىدا چاچ چۈشۈش، بويۇندا ئاق داغ پەيدا بولۇش، سۆڭەك بىلەن بوغۇم ياللۇغى، كۆز ۋە مېڭە پەردە قاتارلىق ئورۇنلاردىمۇ كېسەللىك ئۆزگىرىشى پەيدا بولىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇنغا ئالاقىدار بەزلەر ئىششىدۇ، بىراق ئاغرىمايدۇ.

ئۈچىنچى دەۋرىدىكى يەللىك يارا كېسەللىك بىلەن يۇقۇملىنىپ بىر قانچە يىللاردىن كېيىن پەيدا بولۇپ، شىللىق پەردىلەر زەخىملىنىشتىن سىرت يۈرەك، قان تومۇر، ئۇستىخان ۋە مېڭە بىلەن يۇلۇن قاتارلىق ئىچكى ئەزالارمۇ زەخىملىنىدۇ. شۇڭلاشقا بۇ دەۋردە بۇرۇن كۆمۈرچىكى بىلەن سۆڭەك زەخىملىنىشتىن بۇرنى پاناق بولۇپ قېلىش، بۇرۇن ئوتتۇرا تۈرالغۇسى تېشىلىش، قاتتىق ۋە يۇمشاق تاڭلايلار زىدىلىنىپ زەخىملىنىش، تىل زىدىلىنىپ زەخىملىنىش، كالپۇك زىدىلىنىپ زەخىملىنىش قاتارلىق ئېغىر ئاقىۋەتلەر پەيدا بولىدۇ. ھەتتا بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يەتكۈزىدۇ.

داۋاسى

يەل يارا كېسەلنى بالدۇر بايقاپ، بالدۇر داۋالاپ كېسەللىكنىڭ ئىككىنچى ۋە ئۈچىنچى دەۋرگە كىرىپ قېلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. يەللىك تائاملاردىن پەرھىز قىلىندۇ ۋە مىجەز تۈزۈتىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن سوقا چىلان، يەر باغرى ئوت، قارا ھېلىلە، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قۇرۇق خىنە، قەسبۇس زەرىرە ۋە ئۇشۇدۇرلاردىن 18 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ بىر كېچە چىلانغۇدەك قايناق سۇغا چىلاپ ئەتىسى داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە تاتلىقلاشتۇرغۇچى ھەسەل قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. باشقا پۇشۇرغۇچىلار بىلەن بەدەننى تازىلىغۇچىلارنى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. ماددا

پىشقاندىن كېيىن كۆك سۈت (سۈت سۈيى ـ مائىلجىبىن) نى ئۈشكە سۈتى بىلەن مەتبۇخ شاھتەرەڭگە ھەلىلە قوشۇپ بېرىلىدۇ.

مىجەز تەڭشىلىپ بولغاندىن كېيىن بەللىك يارىغا قارىتا تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(1) ھەببە سىماب (سىماب كومۇلچى)

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: سىماب، ئاقلانغان پىستە مېغىزى، ئاقلانغان بادام مېغىزى، ھۆل خىبتىگۈل ھەر بىرى 9 گرامدىن، مۇقىل، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، ئەنزۇرۇت، رەۋەن چىنى، ئاق تۇربۇت ھەر بىرى 20 گرامدىن، غارىقۇن، بۇغداي كىراخمالى، زەپەر، مەستىكى ھەر بىرى 6 گرامدىن، كاپۇر، جەدۋار چىنى، مەھمۇدى، مۇشەۋۋا (سوقمونىيا) ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ سىمابتىن باشقىسىنى سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. سىمابنى يەتتە قېتىم بىر نەچچە قەۋەت داكىدىن ئۆتكۈزۈپ لىمون ۋە خىنە سۈيى بىلەن ئىزىپ ئۈستىگە يۇمشىتىلغان دورا تالقىنىنى سېلىپ خېمىر قىلىپ 0.3 گرامدىن كومۇلاچ قىلىپ ياسىلىدۇ. چوڭلارغا كۈنىگە 10 تالدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىماب ۋە سىماب كۈشتىسى زەھەرلىك دورا، شۇڭلاشقا مىقدارىنىڭ كۆپ بولۇپ كەتمەسلىكىگە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

(2) مەئجۇنى چۆپچىن

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: زورامبات، جەدۋارچىنى، زىراۋەندە مودەھرەج، خولىنجان، ماھى زەھرەج، رەۋەن چىنى، ئەفتىمۇن، قارا ھەلىلە، لاجۋەرد، ئاق تۇربۇت، دارچىن، مەستىكى رومى، سۇمبۇل تىپ، جوز بوۋا، بەسپاسە، زەپىران، قەلەمپۇر، لاچىن دانە، ھەر بىرىدىن 7.4 گرامدىن چۆپچىن پۈتۈن دورا ۋەزنىنىڭ يېرىمىغا تەڭ ئېلىنىدۇ. يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەممە دورىنىڭ ۋەزنىدىن 3 ھەسسە ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. كۈنىگە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ئىچىلىشكە بېرىلىدۇ.

(3) ھەببە كىبرىت

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: گۈڭگۈرت تالقىنى 80 گرام، ئۈشبە (سەرەبىل) ياكى

چۆپچىن 40 گرام، ئۆشنۇدۇر، ئاقىرقەرھا 10 گرام، ئەرەپ يىلمى 20 گرام، شېكەر 160 گرام يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قايناق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ 0,3 گرامدىن كومۇلاچ قىلىپ ياسىلىدۇ. 10 ياشتىن يۇقىرىلارغا كۈنىگە 10 ـ 7 تالغىچە بېرىلىدۇ. يۇقىرىدىكىلەردىن باشقا ئەرەقى چۆپچىن (كۈنىگە 3 ۋاق، ھەر ۋاقلىقىغا 100 مىللىلىتردىن) ئەرەقە شاھتەررە كۈنىگە 3 ۋاق، ھەر ۋاقلىقىغا 50 مىللىلىتردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(4) مەئجۇنى سەرسۆبل

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: سېرىق ھەلىيلە پوستى، ھەلىيلە كابىلە، بەلىلە پوستى، قارا ھەلىيلە ھەر بىرىدىن 16 گرامدىن، سانا 33 گرام، سەرسۆبل 16 گرام مەزكۇر دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۈچ ھەسسە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. كۈنىگە 2ـ1 قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

⋮

(5) چېكىدىغان پىلتە دورا

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: سىركەپىرەس 33 گرام، ئوتۇن قالانغان ئوچاققا ئېسىلغان قازان كۈيىسى بىر سىقىم، قۇشقاچ مايىقى بىر سىقىم. يۇقىرىقى دورىلارنى ئايرىم — ئايرىم يۇمشاق سوقۇپ ئالدى بىلەن ئاق دورىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە قازان كۈيىسىنى ئازـئازدىن سېلىپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ باراۋەر مىقداردا 15 قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. ھەر بىر قىسىمنى ئايرىم قەغەزگە ئوراپ تاماكا شەكلىگە كەلتۈرۈلىدۇ. بۇنىڭ بىر تىلىنى جەمئىي 7 كۈن ھەر كۈنى كەچتە چېكىپ تۈگىتىدۇ. بۇ دورىنى چەككەندىن كېيىن چاي ئىچمەسلىكى، تەرلىگەندە سوغۇق ئۆتكۈزمەسلىككە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. بىر پىلتە دورىنى چېكىپ بولغاندىن كېيىن، بىرئاي چەكمەيدۇ.

سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار.

(1) مەلھەمى چۆپچىن

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: موردارسەڭ، شىگرىپ ھەر بىرى 7.4 گرامدىن، كات

ھىندى، چۆپچىن ھەر بىرى 14.8 گرام، ئاق موم 13.5 گرام. مەشكە ماي 74 گرام، قۇرۇق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئېرىتىلگەن ئاق موم بىلەن مايغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

(2) مەلھىمى ئايلىشى

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ئايلىشى، قەلەمپۇر، مىخدارچىن، موزا، جويۇز، پىلپىل، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، كاۋاۋىچىن، قوۋزاق دارچىن، خولىنجان، سۆرىنجان، ئاقىرقەرھا، سامساق ھەر بىرىدىن 132 گرام، كۆكتاش 250 گرام، قىزىلگۈل 25 گرام، يۇقىرىدىكى دورىلارنى ئايرىم-ئايرىم سوقۇپ تاسقاپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ شىشىگە سېلىپ ساقلىنىدۇ. ئەگەر يەل يارا تېرىدە بولسا تۇخۇم يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ سىرتىدىن سۈرتۈلىدۇ. ئەگەر ئېغىز بوشلۇقى بىلەن بۇرۇن بوشلۇقىدا بولسا تالقان دورىنى قومۇش نەيچە ئىچىگە ئېلىپ كېسەللىك بار ئورۇنغا پۈركۈلىدۇ.

داۋالىنىۋاتقان مەزگىلدە سوغۇق سۇ ئىچىشكە، سامساق، پىياز ۋە ھۆل مېۋە-چېۋىلەرنى ئىستېمال قىلىشقا ۋە يۇيۇنۇشقا بولمايدۇ. يۇيۇنۇشقا (باش يۇيۇشنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ) توغرا كەلسە ئىسسىقلىق دورا سېلىنغان سۇ بىلەن يۇيۇنسا بولىدۇ. جىنسىي ئالاقە قىلىش، تۇرمۇشقا ئىشلىتىدىغان نەرسىلەرنى ساق كىشىلەر ئىشلىتىدىغان نەرسەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇش، ھاراق ئىچىش، تاماكا چېكىش، يالىڭاياق يەرگە دەسسەش ۋە سوغۇق ئۆتكۈزۈش چەكلىنىدۇ. يېمەككە قوي، كەكلىك ۋە كۆك كەپتەر گۆشى سېلىنغان مايلىق ۋە قۇۋۋەتلىك تاماقلارنى يەيدۇ.

ماخاۋ

ماخاۋنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان كېسەللىك سەۋەبچىسى جاراسىم پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان تېرىدىن تاجاۋۇز قىلىپ بەدەنگە كىرىدىغان ۋە بەدەندە كېڭىيىدىغان ۋە ئەزالاردا ھەر خىل شەكىل ئۆزگىرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان سوزۇلما تېرە كېسەللىكىدىن ئىبارەت. ئەرەبچە جوزام سۆزىنىڭ مەنىسى «ئۈزۈلۈش»، «ئاجرىلىش» دېگەن مەنىدە بولۇپ ھاياتلىق، نەسىللىنىش ۋە ئەزالارنىڭ نورمال خىزمىتى توختىتىدۇ ياكى

بىمارنىڭ قول پۇتلىرى ئىششىپ كېسەللىگەندەك ئاجراپ چۈشۈپ كېتىدۇ دېگەن ئۇقۇمنى بىلدۈرىدۇ. كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى دەۋرلىرىدە بىمار شىرغا ئوخشاپ قالغانلىقى ئۈچۈن «شىر كېسىلى»دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

كېسەل سەۋەبچىسى جاراسىم بەدەنگە تاجاۋۇز قىلىپ كىرگەندىن كېيىن تاكى كېسەللىك ئىپادىلەنگىچە بولغان ئارىلىقتا تۆۋەندىكى ئۆزگىرىشلەر يۈز بېرىشتىن ماخاۋ كېسىلى پەيدا بولىدۇ.

(1) بەدەندىكى ئۇزلۇكسىز كۆچ (قوۋۋىتى مۇغەييەر) ئاجىزلاپ سەۋدا خىلتى قاندىن غالىب كېلىپ قاننى بۇزۇش ۋە بۇزۇلغان بۇزۇق قان تۇرۇپ قالغان ئەزا جۇملىدىن تېرىدە تۇرۇپ قېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

(2) ئوتكۇر قۇرۇق ئىسسىق جىگەر ياكى بەدەندىكى قاننى كۆيدۈرۈپ غەيرىي تەبىئىي سەۋداغا ئايلاندۇرۇش ياكى جىگەردىكى ھارارەت تۆۋەنلەپ زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ قان بىلەن سەۋدانى ئۇيۇتۇپ قويۇشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ماخاۋ كېسىلى ئۈگۈنلۈك تىپى ۋە توپۇقلۇق تىپى دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدىغان بولۇپ كېسەللىك يېڭى باشلىنىشتىن ئىلگىرى پۈتۈن بەدەن يېقىمسىزلىنىش، گۆشلەر بىلەن بۇغۇملار تېلىپ ئاغرىش ۋە تۆت مۈچە سېزىمى غەيرىيلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر بولىدۇ. بىراق بۇ كېسەللىكنىڭ جەريانى ئۇزۇن بولغانلىقى ئۈچۈن بىر قىسىم بىمارلار ئەستىن چىقىرىدۇ.

ئۈگۈنلۈك تىپتىكى ماخاۋ كېسىلىدە كېسەللىك تۆت مۈچە، يۈز، يەلكە ۋە ساغرا قاتارلىق ئورۇنلارنىڭ تېرىسى بىلەن نېرۋىسىدىلا چەكلىنىپ، ئاۋۋال تېرىدە داغسىمان ئەسۋە بىلەن داغسىمان مونەك پەيدا بولىدۇ. سانى كۆپىنچە بىر ياكى ئىككى بولۇپ گىرۋىكى تەكشى، چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. ئىسسىق، سوغۇق ۋە ئاغرىش سېزىش بىلەنلا ئۇچرىشىش سېزىمى نورمال بولىدۇ. بەدەن تېرىسىدىكى تارقىلىشى تاق (سىممېترىكسىز) بولىدۇ. داغلىق ئەسۋە ياكى داغلىق مونەك پەيدا بولغان ئورۇندىكى مويلار چۈشۈپ كېتىدۇ (بۇ مۇھىم ئالامەتنىڭ بىرى). داغسىمان ئەسۋە چىققان تېرە ئورنىنىڭ

رەڭگى سۇس ياكى سۇس قزغۇچ تۇسنى ئبلىپ، يۈزدە قاسراق بولمايدۇ. داغلىق تۈگىنىنىڭ رەڭگى قبنىق قىزىل ياكى سۆسۈنە قىزىل بولۇپ چېگرىسى ئېنىق، گىرۋىكى ئېگىزرەك بولىدۇ. بەزىلىرى ئىچىگە قاراپ سىڭايانلىشىپ ئوتتۇرىسى ئويمانراق تۇسنى ئالىدۇ. يەنە بەزىلىرى گىرۋىكى قبلىنلىشىپ يېرىم ئاي شەكىللىك ھالقا، تولۇق ھالقا ياكى يايى تۇسنى ئالىدۇ. يۈزى يېرىكلىشىپ قاسرىماق (كېپەك) پەيدا قىلىدۇ. كېسەللىك بىلەن زەخىملەنگەن ئورۇندا تۈم ياكى نەسۆسىمان تۈملاشقان ئەسەب تاناپلىرى قولغا بىلىنىدۇ. كېسەللەنگەن تېرىنىڭ سېزىمى يوقىلىدۇ ۋە گۆشلەر كۆچسىزلىنىدۇ. ئېغىرلىرىدا قول ئالقان گۆشلىرى بىلەن سۆڭەك ئارىسىدىكى گۆشلەر يىگىدەشتىن قول بارماقلىرى بىلەن ئالقان بىر نەرسىنى چاڭگاللاۋاتقان تۇسنى ئېلىشى مۇمكىن.

تۇپۇقلۇق تىپىدىكى ماخاۋ كېسىلىدە يۈز، كۆكرەك ۋە دۈمبە قاتارلىق ئورۇنلاردا سانى بىلەن چوڭ-كىچىكلىكى ھەر خىل بولغان مونەك (تۇپۇق)لار پەيدا بولۇپ تۇپۇقنىڭ تارقىلىش دائىرىسى كەڭ بولىدۇ. تۇپۇقلارنىڭ چېگرىسى ئېنىق بولماي خۇددى بىر-بىرى بىلەن تۇتىشىپ كەتكەندەك تۇسنى ئالىدۇ. تۇپۇقنىڭ يۈزى مايلىشاڭغۇراق ۋە سىدام بولىدۇ. رەڭگى ئەسلى تېرە رەڭگىدىن سۇزراق بولۇشتىن سىرت كۆپچىلىكى قىزغۇچ، قىزغۇچ سېرىق ۋە قوڭۇر سېرىققا قاراپ تەرەققى قىلىدۇ. كېسەللىك يۈز بەرگەن ئورۇندىكى تېرە سېزىمىنىڭ تۇسقۇنلۇققا ئۇچرىشى يېنىكرەك بولىدۇ. قاش بىلەن كىرپىك شالاڭلىشىشقا باشلايدۇ. يەنى دەسلەپ قاشنىڭ سىرتىدىن شالاڭلىشىپ تۆكۈلۈشكە باشلايدۇ. كېيىن كىرپىك شالاڭلىشىپ تۆكۈلىدۇ. بۇ خىلدا كېيىنرەك يۈز تېرىسى يېيىلما (كەڭ دائىرىلىك) قېلىنلىشىپ، بۇرنى ئولتۇرۇشۇپ كېتىدۇ. قۇلاق سۇپۇرىسى چوڭىيىدۇ. قاش، كىرپىكلەر تۆكۈلۈپ، چاچلار شالاڭلىشىدۇ ياكى چاچ تۆكۈلىدۇ. كۆز قىزىرىدۇ، تىلى قېلىنلىشىدۇ، ئاۋازى پۈتىدۇ. شۇڭا بۇ كېسەلنى «شىر كېسىلى» (دائىئلئەسەد) دەپمۇ ئاتالغان. نەتىجىدە بىمارنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشى «شىرغا» ئوخشاپ قالىدۇ. تۆۋەن مۈچىنىڭ ئارقا تەرىپىدە (تىزلىنىش تەرىپى بىلەن يەلكە، دۈمبە، ساغرا ۋە تاش خالتا قاتارلىق ئورۇنلاردا) ھەرخىل چوڭلۇقتىكى تۈگۈنلەر پەيدا بولىدۇ. بۇ دەۋردە ئەسەب تاناپلىرى زەخىملەنگەنلىكى ئۈچۈن نېرۋا تاناپلىرى تۈملىشىپ سېزىم تۆۋەنلەيدۇ ۋە گۆشلەر يىگىلەپ مۈچىلەرنىڭ شەكلى غەيرىلىشىپ مېيىپ بولۇپ قالىدۇ. ھەتتا تۇپۇق بىلەن مونەكلەر ئېغىز ئېلىپ يېرىڭلايدۇ. يېرىڭ بەتبۇي سېسىق بولىدۇ. بىمارنىڭ خۇيى پەيلى يامانلىشىدۇ. ئەڭ ئاخىرىدا نەپەس سىقىلىپ يۈرەك زەئىپلىشىش پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

سەۋدانى ھەيدەپ قاننى تازىلاش پرىنسىپ قىلىنغان داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاۋۋال قاننى تازىلىغۇچى دورىلاردىن تۆۋەندىكىلىرى بېرىلىدۇ.

مەتبۇخى مۇنزىج سەۋدا

تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: سوقا چىلان 24 دانە، گاۋزۇبان، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن، چۈچۈك بۇيا يىلتىزى 18 گرام؛ ئۇستىخۇدۇس، پەرسىياۋشان، شاھتەرە ھەر بىرىدىن 12 گرام، سەرپىستان 40 گرام، تەرەنجۇبىل، گاۋزەبان، ئۇستىخۇددۇس، بادرەنجى بۇيا، پەرسىياۋشان ۋە شاھتەرىدىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ 500 مىللىلىتىر قايناق سۇغا چىلاپ بىر سوتكا تۇرغۇزۇپ، كېيىن پەس ئوتتا 200 مىللىلىتىر قالغىچە قاينىتىپ، ئوتنى توختىتىپ ئۈستىگە گۈل دورىلارنى سېلىپ ئازراقلا قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلىدۇ. تەرەنجۇبىلنى 100 مىللىلىتىر قايناق سۇغا سېلىپ 10 مىنۇت چىلاپ ئېرىتكەندىن كېيىن داكا بىلەن سۈزۈپ، سۈزۈلگەن سۈيىنى يۇقىرىقى دورىلارنىڭ سۈيىگە قوشۇپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە بىر ياكى ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ خىلدىكى داۋالاش 15 كۈن داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. بۇنىڭدىن كېيىن مۇسھىل (تازىلاش ئۈچۈن) مەتبۇخ شاھتەرىدىن كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ـ 60 مىللىلىتىردىن جەمئىي 3 كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مەخسۇس داۋالىغۇچى دورىلاردىن ھەببە شاھتەرە، مەجۇنى ئىترىيفىل شاھتەرە، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ئىترىيفىل ئەفتىمۇن قاتارلىق دورىلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا مائىل جىبىن، تەرياقى فارۇق قاتارلىق دورىلارمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ.

مائىل جىبىننىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ئەفتىمۇن، ئۇستىخۇدۇس ھەر بىرىدىن 33 گرام، ھەلىيلە پوستى 66 سەر، بادام مېغىزى 33 گرام، شاھتەررە، گاۋزۇبان، بىستىپايەج، سانا، بادرەنجى بۇيا 18 گرامدىن، غارىقۇن، تۇربۇت ھەر بىرى 7 گرامدىن، سىركە 260 مىللىلىتىر، ئۆچكە سۈتى 400 مىللىلىتىر، شېكەر 33 گرام، تەرەنجۇبىل 66 گرام، ئەفتىمۇن بىلەن ئۇستىخۇددۇستىن باشقا قاتتىق دورىلارنى سىركىگە چىلاپ 1500 مىللىلىتىر قايناق سۇغا بىر ئاخشام چىلاپ ئەتىسى ئۇستىخوددۇسنى قوشۇپ،

ئەفتىمۇننى داكىغا ئوراپ سېلىپ يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە شېكەر، تەرەنجىبىن ۋە سۈتنى قوشۇپ ئازراقلا قاينىتىپ تەرەنجۇبىلنى ئېرىتكەندىن كېيىن قايتا داكا بىلەن سۈزۈلگەن، سۈيىگە يۇمشاق ئېزىلگەن بادام مېغىزىنى يانجىپ قوشۇلۇۋېتىلىدۇ. كۈنىگە 1، 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 ـ 60 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

تەرياقى فارۇقنىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى: مۇرمەككى، راتىيانەج، جاۋۇشىر ھەر بىرىدىن 13 گرام، دارچىن ئەرەقى 13 مىللىلىتىر، مومىيا، ئەنبەر، مەستىكى كۈندۇر، سەمغى ئەرەبى 7 گرام، بىلسان يېغى 33 مىللىلىتىر، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، قىزىل ياقۇت، زۇمرەت، ھەقىق، كەھرىبا، سۈنئىي دېڭىزيا (يادا تاش) ھەر بىرى 13 گرامدىن، لاجۇەرد، ھەجەرى ئەرمىنى (يۇيۇلغىنى)، پىلە (قىرقىلغىنى)، ھەبۇلغار، جىنتىيانا، زىراۋەندە تەۋىل، قۇستە تەلخى، ئارپا بەدىيان يىلتىزى، ئەفتىمۇن، ئوددى قىمارى، پارىپى (جەدۋار)، ئىزخىر، رەۋەن، سۈنبۇل، ياپچان، سېرىق ھەلىلە پوستى، ئۇسخۇددۇس، زەپەر، دورۇنەج ئەقرەبى، ئۇدسەلىب، ئاقىرقەرھا، رىسا لىۋس، پوستى بىخ كەبىر، سازەج ھىندى، زورەنباد، غارىقۇن، بەرەنجاسەپ، بابۇنە ھەر بىرىدىن 13 گرام، قىزىلگۈل 200 گرام، زەپەر بىلەن ئىپار 6.6 گرام، قۇندۇز قەھرى 10 گرام، ھەسەل پۈتۈن دورا ۋەزنىدىن 3 ھەسسە، يۇقىرىدىكى 3 خىل يېلىم دورىلار ئەرەقە (گۈلاپ سۈيى) بىلەن ئېرىتىلىدۇ. مەدەن دورىلار سالايە قىلىنىدۇ. زەفەر، ئىپار ۋە قۇندۇز قەھرى ئايرىم سوقۇلىدۇ. قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەممە دورىلارنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، مەجۇن تەييارلىنىدۇ ۋە سىرلانغان ساپال قاچىغا يېرىم كەلگۈدەك قاچىلاپ ئارپىغا 5ـ3 ھەپتە كۆمۈپ ئىشلىتىلىدۇ. كۈنىگە 2ـ1 قېتىم ھەر قېتىمدا 4 گرامدىن 6 گرامغىچە يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

سىرتتىن سۈرتۈشكە بىنەپشە يېغى، قاپاق ئۇرۇقى يېغى، ئاياللارنىڭ سۈتى، گۈل يېغى، سېرىق ماي قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

چىقان

بۇ بىر خىل ئۇچى ئۇچلۇق، تۈۋى چوڭراق، رەڭگى قىزىل، قاتتىق ئاغرىيدىغان ۋە كېيىن يىرىڭلايدىغان تېرە كېسەللىكى بولۇپ بەدەننىڭ موي كۆپ

جايلىرىدا كۆپ ئۇچرايدۇ. بەدەنگە يەككە چىقىنى «چىقان»، بىرنىڭ ئارقىدىن بىرى چىقىپ تەكرارلىنىدىغىنى «چىقان كېسلى» دەپ ئاتايدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەل ئۈتكۈر بۇزۇق ۋە قويۇق قانلىق بەلغەم، ماددىسى ئارىلىشىشتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، تېرىنى پاكىز تۇتماسلىق، تېرىنى تاتلاپ زىدە قىلىش ياكى تېرە سۇركۇلۇشتىن زەخىملىنىش ۋە سىل كېسىلى بىلەن قەنت سىيىش كېسلى قاتارلىق بەدەننى قۇرۇتىدىغان كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىغۇچىلاردا بەدەن ئاجىزلاش بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇھىم رول ئوينايدۇ.

ئالامەتلىرى

چىقاندا، كېسەللىك يۈز بەرگەن ئورۇن قىزىرىپ ئىششىدۇ ۋە چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. چىقاننىڭ شەكلى تۈۋى چوڭ، ئۇچى ئۇچلۇق بولۇپ باسقاندا قاتتىق ئاغرىيدۇ ۋە قولغا قىزىق بىلىنىدۇ ھەمدە پۈتۈن بەدەن قىزىپ ئىسسىتمىسى يۇقىرىلايدۇ. بىر نەچچە كۈندىن كېيىن ئۇچى ئاقىرىپ يۇمشاپ ئېغىز ئېلىپ سارغۇچ ۋە قويۇق يىرىڭ چىقىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ئاغرىش ۋە قىزىش يېنىكلەيدۇ. ئەگەر ئۇزۇل-كېسىل داۋالىمىسا ۋە تېرىنى پاكىز ئۇتمىسا ھەمدە خوراش خاراكتېرلىك كېسەللىكنى ۋاقتىدا داۋالىمىسا چىقان بىرىنىڭ كەينىدىن بىرى (بىرى ساقىيىشقا باشلىسا يەنە بىرى چىقىش) پەيدا بولىدۇ ياكى بىرلا ۋاقىتتا بىر قانچىسى بىرگە چىقىش مۇمكىن. چىقاننىڭ بۇ خىلىنى چىقان كېسىلى دەپ ئاتايدۇ. ئەگەر چىقاندىكى بۇزۇق ئۇفۇنەتلەر (مەسىلەن، يىرىڭ قاتارلىق) قانغا ئۆتۈپ كەتسە ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدۇ.

داۋاسى

بىمارنىڭ مىجەزى تۈزۈتىلىدۇ، مۇھىمى قاننى تازىلايدىغان مەتبۇخ بېرىلىدۇ. قىزىتمىلىق بىمارلارغا سىركەنجۇبىل، مەجۇنى چۆپچىن كېبىر قاتارلىق دورىلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

چىقان پەيدا بولۇشى بىلەن چىقان ماددىسىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن سۇ تەگمىگەن

ھاكنى كۈنجۈت يېغى ياكى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلسا ياكى سەندەل، تۇبەل، سېمىز ئوت يوپۇرمىقى بىلەن ئىسپىغۇل قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ گۈلاب ياكى شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن ئېزىپ چېپىپ بېرىلسە چىقان يوغىنىمايلا ساقىيىپ كېتىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلارنى 3 كۈن ئىشلىتىپ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە ماددىنى يېغىپ پۇشۇرۇش ئۈچۈن ئىسپەغۇلنى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ ياكى بۇغداي ئۇنى خېمىرتۇرۇچى، كۆك كەپتەر مايىقى ۋە سۇ تەگمىگەن ھاكنى ئېزىپ تۇخۇم سېرىقى ياكى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېڭىلسىمۇ ئۈنۈمى ياخشى بولۇپ تېز ئېغىز ئالىدۇ. بۇلاردىن باشقا مەلھەمى داخلىيۇن، مەلھەمى شىكرىپ، مەلھەمى ئوشەق قاتارلىق دورىلار چېپىلسىمۇ بولىدۇ. ياكى ئەنجۈر، مەستەكى، مەرزەنجوش، گىلى ئەرمىنى ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، دۇغاپ بىلەن نەمدەپ قىزىتىپ جاراھەتنىڭ ئۈستىگە تېڭىلسا چىقان پىشىپ ئېغىز ئالىدۇ ياكى بولمىسا قوناق ئۇنى بىلەن ھولبە تالقىنىنى بىر ھەسسە، سەبرىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، قېتىقتا ئارىلاشتۇرۇپ، قېتىق قويۇلغىچە قاينىتىپ يىلىمان ھالدا كۈنىگە 2 قېتىم چىقانغا سۈرتۈپ تېڭىپ بېرىلسىمۇ ماددا پىشىپ ئېغىز ئالىدۇ. ئېغىز ئالمىسا پاكىز ئۇتكۇر تىغ بىلەن يېرىپ يىرىڭ چىقىرىلىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن جاراھەتنى پۈتتۈرۈش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن جاراھەت يۈزى ھۆل بولۇپ سۇلىشىپ يىرىڭ چىقىپ تۇرغان بولسا ئانارگۈلى، مۇرمەككى، سەبرى، موزا، زەچۇبىللەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۇتكۈزۈپ جاراھەتنىڭ ئۈستىگە سېپىلىدۇ. جاراھەت قۇرۇپ جاراھەتنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدۇ. بىراق چىقاننى ماددا پىشماي تۇرۇپ تىغ بىلەن يېرىشقا ياكى قول بىلەن سىقىشقا قەتئىي بولمايدۇ.

چىقان كېسىلى جاھىل خاراكتېرلىك سوزۇلما كېسەللىك بولۇپ چىقاننىڭ بىرى ساقىيىپ بولغىچە ئىككىنچىسى پەيدا بولىدۇ. ئۇ ساقىيىپ بولغىچە يەنە بىرى ياكى بىر نەچچىسى چىقىپ بىر نەچچە ئاي ھەتتا بىرەر يىلدىن ئارتۇق داۋاملىشىدۇ. بولۇپمۇ خوراش (جۇدەش) خاراكتېرلىك كېسەللىكلەردە تېخىمۇ شۇنداق بولىدۇ. كۆپ ھاللاردا يەرلىك ئورۇندىكى ئىپادىلەردىن باشقا ئومۇمىي بەدەنلىك ئالامەتلەر كۆرۈلمەيدۇ. قىسمەن ۋاقىتلاردا ئىسسىتمىسى كۆتۈرۈلۈش قاتارلىق بىئارامسىزلىقلار پەيدا بولىدۇ.

چىقان كېسىلىنى داۋالاشتا مىجەزنى تەڭشەش بولۇپمۇ قاننى تازىلاش، قويۇق قاننى سۇيۇلدۇرىدىغان دورىلار بىلەن مەجۇنى چۆپچىن، مەتبۇخى بىنەپشە ۋە ھەزىمنى

ياخشىلىنىغۇچى قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. سىل ۋە قەنت سىيىش كېسەللىكى قاتارلىق جۇدەتكۈچى كېسەللىكلەر ياكى بولمىسا خوراتقۇچى كېسەللىكلەر سەۋەبلىك ئېسىقلىق داۋالىنىدۇ. تېرىنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلىپ ھەپتىسىگە ئاز بولغاندا بىر-ئىككى قېتىم يۇيۇنۇپ بېرىلىدۇ. ئاپتاپقا قاقلىنىپ تەنھەرىكەت قاتارلىق جىسمانىي ھەرىكەتكە مۇۋاپىق قاتنىشىپ بېرىش پايدىلىق. يەرلىك ئورۇنغا ئىشلىتىدىغان دورىلار چىقانغا ئىشلىتىلگەن دورىلار بىلەن ئوخشاش.

غەلۋىرەك

غەلۋىرەك چىقاندىن چوڭ، بىر قانچە جايدىن ئېغىز ئالىدىغان يىرىڭلىق ئىششىق بولۇپ گەدەن، دۈمبە ۋە ساغرا قاتارلىق كۆپ سۈركىلىدىغان ئورۇنلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

بۇ چىقانغا ئوخشاش قويۇقلاشقان ئۈتكۈر بۇزۇق قانغا بەلغەم ئارىلىشىشتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ تېرىنى پاكىز تۇتماسلىق بىلەن سىل ۋە قەنت سىيىش كېسەللىكى قاتارلىق سەرپىياتچان كېسەللىكلەر بۇ كېسەلنىڭ مۇھىم ئامىللىرى بولىدۇ.

ئالامىتى

ئاۋۋال تېرىدە رەڭگى قىزىل، باسسا ئاغرىيدىغان، ئۇتسا قىزىلقاق بىلىنىدىغان قاتتىق مونەك پەيدا بولۇپ تېزلا چوڭىيىدۇ. قىزىللىق دائىرىسىنىڭ چېگرىسى ساق تېرە بىلەن روشەن ئايرىلمايدۇ. شەكلى چىقانغا ئوخشىسىمۇ لېكىن چىقاندىن خېلىلا چوڭ بولىدۇ. چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. كېسەللىك بار ئورۇننى ھەرىكەتلەندۈرسە ئاغرىش كۈچىيىدۇ. بىر نەچچە كۈندىن كېيىن ماددىنىڭ پىشىشىغا ئەگىشىپ غەلۋىرەك يۇمشاپ يىرىڭ پەيدا قىلىدۇ ۋە لوقۇلداپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. قىزىش، تومۇرنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىش تېزلىشىش، ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئېغىرلىشىدۇ. ھەمدە كىچىككرەكلىرىدە بىر قانچە، چوڭراقلىرى 8 ـ 10 ھەتتا ئۇنىڭدىن كۆپرەك ئورۇندىن ئېغىز

ئېلىپ، يىرىڭ چىقىدۇ (شۇڭا بۇ كېسەللىكنى غەلۋىرنىڭ تۆشۈكىگە ئوخشىتىپ «غەلۋىرەك» دېگەن نام قويۇلغان) غەلۋىرەكتە ئىيرە توقۇلمىسىنىڭ زەخىملىنىش دائىرىسى كەڭ ۋە چوڭقۇر بولغانلىقتىن ئېغىز ئېلىپ يىرىڭ چىققاندا كەڭ دائىرىلىك خېلى چوڭقۇر يىرىڭلىق جاراھەت پەيدا بولىدۇ. بەزىلىرى ئاسانلىقچە ئېغىز ئاچالمايدۇ. ئەگەر غەلۋىرەكتىكى زەھەر بىلەن يىرىڭ قانغا تارقاپ كەتسە بىمارنىڭ ھارارىتى ناھايىتى يۇقىرى ئۆرلەپ پۈتۈن تېرىسى قىزىرىپ قىزىل تەر چىقىدۇ. تومۇرىنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىش تېزلىشىپ بىمار ئاسانلا ھالسىزلىنىدۇ. ھەتتا خۇدىنى يوقىتىدۇ. ئېغىز ئېلىپ زەرداب بىلەن يىرىڭ سىرتىغا چىققاندا قىزىش ۋە قاتتىق ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر خېلىلا يەڭگىللىشىپ قالىدۇ.

داۋاسى

داۋالاشتا ئاۋۋال بەدەن تازىلىنىدۇ. كېيىن ماددىنى يۇمشۇرغۇچى دورا بېرىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن شۇ خىل غەيرىي تەبىئي خىلتقا مەنسۇب تازىلىغۇچى (مۇسھىل) بېرىپ ئاندىن ماددىنى پۇشۇرغۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. يۇقىرىقى دورىلار بىلەن بىرگە ئىچىش ئۈچۈن سىركەنجۇبىل، مەجۇنى چۆپچىن كەبىر ۋە مەتبۇخ بىنەپشە، تەرياقى كەبىر، تەرياقى ئەپانى ۋە مەشرۇدىتۇس قاتارلىق مۇرەككەپ دورىلار بېرىلىدۇ. ئاغرىشنى يېنىكلىتىش ئۈچۈن مەرۋەر (كۈنجە) تۇرۇقى، خۇببازى، كەترالاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بادام يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ھەر كۈنى ئەتىگەن ۋە كەچتە 6 گرامدىن تەرخەش قوف (ياۋا كاسىن) سۈيى بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سەبرى 0.8 گرام، زەفەر 0.4 گرامنى مۇسەللەس ياكى گۈلاپ بىلەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ۋە چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن دەسلەپكى باسقۇچتا ماددىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن چىقانغا ئىشلەتكەن دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئىششىق يانمىسا ماددىنى يېغىپ يۇمشاتقۇچى (پۇشۇرىدىغان) دورىلاردىن چىقانغا ئىشلەتكەن دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ياكى زەيتۇن مېيى، گۈل مېيى ۋە بۇغا ياكى كالا چاۋىسىنى بىرلەشتۈرۈپ تېڭىلسىمۇ بولىدۇ. ياكى بولمىسا بۇ دورىلارغا زىغىر بىلەن ھولبىنىڭ شىرىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ تېڭىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ئەگەر ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئالماي كېسەللىك دائىرىسى

بارغانسىرى كىڭەيسە ياكى پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئىغىر بولسا ئۆتكۈر پاكىز تىغ بىلەن يۇقىرىدىن تۆۋەن ۋە ئوڭدىن سولغا كەڭرەك يىرىپ يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ. ئىغىز ئالغاندىن كىيىن ياكى يىرىپ ئاققۇزۇلغاندىن كىيىن جاراھەتنى تازىلاپ، ئەت ئۆندۈرۈشنى تىزلىتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ (چىقاننىڭ داۋاسىغا قارالسۇن) ياكى ئۆپا، تۇتىيا، ئانار چىچىكى، موزا، پەرسىياۋشان ۋە ئەنزۇرەت قاتارلىق دورىلاردىن تالقان تەييارلاپ جاراھەت يۈزىگە سىپىپ بىرىلىدۇ.

ھۆكۈنەك توقۇلما ياللۇغى

بۇ تىرە قەۋىتى ئاستىدا پەيدا بولىدىغان، تىرە كەڭ دائىرىدە قىزىرىپ ئىششىپ تىرە ئاستىدا يىرىڭ يىغىلىدىغان بىر خىل ئۆتكۈر تىرە كىسەللىكى.

سەۋەبى

بۇزۇلغان ياكى ئۇپۇنەتلەنگەن (بۇلغانغان) قاننىڭ تىرە ئاستىغا يىغىلىۋىلىشىدىن پەيدا بولۇشتىن سىرت، بۇزۇلغان غەيرىي تەبىئي سەپرا، بەلغەم ۋە سەۋدالاردىنمۇ پەيدا بولىدۇ. قان (خۇن) دىن پەيدا بولغانلىرى «پەلخمۇنى خالس» دەپمۇ ئاتىلىدۇ. قان بىلەن سەپرانىڭ ئارىلىشىشىدىن پەيدا بولغان بولسا «بەلغمۇنى ھومرۇت» دىيىلىدۇ. ئەگەر سەپرا قاندىن غالىب بولۇشتىن پەيدا بولغان بولسا «پەلغمۇت ھومرەت» دەپ ئاتىلىدۇ.

بۇ كىسەللىكنىڭ سەۋەبچىسى بىلەن ئاملى توغرىسىدا تۆۋەندىكى قاراشلار مەۋجۇت.

(1) ئىچكى جەھەتتە خىلىتلارنىڭ سۈپىتى ناچارلىشىپ قان قىتىپ (ئۇيۇپ) بۇزۇلۇشى بىلەن ئەزالاردىكى بۇخاراتلار (سىسىق بۇسلار) بىلەن جاراسىم (مىكروپ مەنىسىدە) بەدەن سىرتىغا چىقىپ كىتەلمەي تىرە ئاستىغا يىغىلىپ قىلىشتىن بۇ كىسەللىك پەيدا بولىدۇ. بۇ، كىسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدىكى يوشۇرۇن ئىچكى ئامىل بولۇپ ھىسابلىنىدۇ. بەزىدە چىقان، غەلۋىرەك ۋە تىلما كىسىلى ئاساسىدىمۇ پەيدا بولىدۇ.

(2) بىرەر ئەزانىڭ ئۈزۈلۈپ كىتىشى، ھەر خىل ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، يانجىلىش،

كۆيۈك، ئۆشىشۈك قاتارلىق زەخىملىنىشلەر ئاساسىدىمۇ پەيدا بولىدىغان بولۇپ بۇ، بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدىكى سىرتقى ئامىلى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. بەزىدە ھۆل كەيپىياتلىق غىزا، قىش كۈنلىرىدىكى سوغۇق، تومۇز كۈنلەردىكى ئىسسىق ۋە ئىسسىق ھاممامدا كۆپ ئولتۇرۇش ۋە داۋاملىق يۈك رەختتە كىيىم كىيىش قاتارلىقلارمۇ كېسەل پەيدا قىلغۇچى ئامىل بولۇپ قالىدۇ.

بۇ كېسەللىك يالغۇز تاشقى ئەزادا پەيدا بولۇپلا قالماستىن بەلكى ئىچكى ئەزالاردىمۇ پەيدا بولىدۇ (بۇ قىسمى ئىچكى كېسەللىكتە بايان قىلىنىدۇ). تاشقى ئەزادا پەيدا بولىدىغىنى «ئاددىي پەلغەمۇنى» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ كېسەللىك تاشقى بەدەننىڭ ھەممە قىسمىدا بولۇپمۇ تۆت مۈچە، باش بويۇن ۋە ساغرا قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

ئالامەتلىرى

تېرە كەڭ دائىرىدە قىزىرىپ ئىششىش بىلەن بىرگە پۈتۈن بەدەندە جۇغجۇغ پەيدا بولىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇن يېيىلما شەكىلدە ئىششىيدۇ. چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ تېرىسى ئوتتۇرىسى قېنىق قىزىل ياكى قارامتۇل قىزىل بولۇپ سىرتقى تەرىپىنىڭ رەڭگى بارا-بارا سۇسلىشىپ ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئېنىق بولمايدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇننى تۇتقاندا قىزىق بىلىنىدۇ. باسقاندا ئاغرىيدۇ. ئىسسىتمىسى كۆتۈرۈلۈپ چۈشتىن كېيىن ئىسسىق تەر چىقىرىدۇ. مەركىزى قىزىرىپ تومۇرى تولم ۋە تېز، سۈيدۈكى قېنىق سېرىق كېلىپ كۆپ ھاللاردا قەۋزىيەت بىرگە كېلىدۇ. بىر قانچە كۈن ئۆتكەندىن كېيىن قاتتىق ئىششىق يۇمشاپ تۇتقاندا مىلىقلايدۇ. چىڭقىلىپ ئاغرىش، لوقۇلداپ ئاغرىشقا ئۆزگىرىدۇ. ئىشتىھاسى كېمىيىپ تەشنالىق يۈز بېرىدۇ. تومۇرنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىش تېزلىشىدۇ.

داۋاسى

بۇ كېسەللىكنى ۋاقتىدا توغرا داۋالاش كېرەك. داۋالاش كېچىكسە ۋە داۋالاش توغرا بولمىسا يامان ئاقىۋەت پەيدا بولىدۇ.

ئالدى بىلەن قان ۋە مېڭىنى تازىلىغۇچى، غەيرىي تەبىئي خىلىتلارنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىپ بەدەننى تازىلىغۇچى، ئىششىقنى ياندۇرغۇچى ۋە ئىسسىتمىنى قايتۇرغۇچى قايىناتمىلارنى بېرىش بىلەن بىرگە كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە

ئىششىقنى تارقىتىش، ماددىنى يىغىش ۋە يېڭى بۇزۇق ماددىلارنىڭ داۋاملىق كېسەللەنگەن ئورۇنغا كېلىشىنى توسايدىغان ۋە ئۇلارنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىدىغان سوغۇق كەيپىياتلىق مەلھەم دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەردىن بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ.

قىزىل ۋە ئاق سەندەل، پۆپەل، گىلى ئەرمىنى، قىزىلگۈل ۋە كاسىن ئۇرۇقىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئىت ئۈزۈمى سۈيى، ئەرەقى كاسىن ۋە يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ كېسەللىك بار ئورۇن ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى ساق تېرىگە كۈنگە 2-3 قېتىم قېلىنراق چاپلىنىدۇ. ياكى مەلھەمى روسۇت ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى تۆۋەندىكىچە:

روسۇت 27 گرام، ئاق موم 5.4 گرام، قىزىلگۈل يېغى بىلەن بىنەپشە يېغى ھەر بىرىدىن 10.8 مىللىلىتىردىن ئېلىپ، ئاۋۋال ئاق مومنى ئېرىتىپ تاللانغان روسۇتنى ئاق موم ئېرىتمىسىگە سېلىپ ئۈستىگە قىزىلگۈل يېغى بىلەن بىنەپشە يېغى قوشۇپ ياسىلىدۇ. بىراق كېسەللىك ماددىسى رەئىسى ئەزالارغا ئۆتۈپ كېتىپ خەتەرلىك ئەھۋاللار پەيدا قىلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن بۇ دورىلار باش، بويۇن، يۈز، قۇلاق سۈپرىسى، كۆكرەك، قولتۇق ۋە يېرىق قاتارلىق ئورۇنلاردىكى ھەرە كۈنىكى توقۇلما ياللۇغىدا ئىشلىتىلمەيدۇ. بەلكى تەركىبىدە روسۇت بولمىغان باشقا خىلدىكى ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ بۇ مەزگىلدە ئىچىشكە بىيە ئۇرۇق شىرىسى، ئەرەقە شاھتەررە، شەربىتى نىلۇفەر ۋە شەربىتى بىنەپشە قاتارلىق دورىلارغا مەلۇم مىقداردا خاكەش (قىزىلگۈل ئۇرۇقى)نى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى دورىلارنى 3 كۈن ئىشلەتكەندىن كېيىن ئۈنۈمى روشەن بولمىسا ياكى دەسلەپ ئۈنۈمى كۆرۈلسىمۇ لېكىن كېيىن بىر خىل تۇرۇۋالسا ياكى ئەتراپقا كېڭىيىپ ئېغىرلاشسا ئىششىقنى يۇمشىتىپ، ماددىنى پۇشۇرغۇچى دورىلاردىن زىغىر، بابۇنە، ئىكلىلمەلىك، ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، يومغاقسۈت، ئاق لەيلى ۋە كۆك ھەمىشە باھارلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئېزىپ سىرتىدىن كۈنگە 2-3 قېتىم قېلىنراق چاپلىنىدۇ ياكى بولمىسا بابۇنە، ئىكلىلمەلىك، زىغىر، ئەنجۈر ۋە شۈمشە قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۇ بىلەن ئېزىپ يۇمشىتىپ كېسەللىك بار ئورۇنغا كۈنگە 2-3 قېتىم قېلىنراق چاپلاپ بېرىلىدۇ. ئەگەر ماددا تارقىماسلىق (ئىششىق يانماسلىق) بىلەن قىزىتما يۇقىرى بولسا زىغىر، ھولبە (شۈمشە) ۋە

ئەنجۈر شىرنىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ چىپىلىدۇ. ماددىنى پۇشۇرۇپ يۇمشىتىش ئۈچۈن رەۋەنچىنى، ئارپا ئۇنى قاتارلىق دورىلارنى قىتىق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، پۇشۇرۇپ كىبىسەللىك .بار ئورۇنغا چىپىپ بېرىلسىمۇ تېز يۇمشايدۇ ۋە ئېغىز ئالىدۇ. ئەگەر ئىششىق يۇمشاپ (مىلقلاپ) ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئالمىسا ۋاقتىنى ئۆتكۈزمەي پاكىز ئۆتكۈر پىچاق بىلەن يېرىپ (يېرىلغان ئورۇن يىرىڭ بىلەن زەردابىنىڭ ئېقىپ چىقىشىغا ئوڭاي بولۇش ئۈچۈن ئۇزۇنراق يېرىلىشى كېرەك) يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ. يىرىڭ بىلەن زەرداب ئېقىپ چىققاندىن كېيىن قايناتىپ يىلمانلاشقان سەل ئۆزلۈقراق سۇ بىلەن جاراھەت ئىچىنى قايتا چايقاپ قايناتىلغان داكا (مىكروبسىزلاندۇرغان داكا) بىلەن جاراھەت يۈزىنى پاكىز سۈرتۈپ، جاراھەت ئىچىگە تۇز سۈيىگە چىلانغان ياكى زاراڭزا چېچىكىنىڭ سۈيىگە ئازراقلا تۇز ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 2 قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلۇپ بېرىلىدۇ ياكى يىرىڭ بىلەن زەردابنى قۇرۇتىدىغان (ئازايتىدىغان) ۋە ئەت (گۆش) ئۆندۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. (غەلۋىرەككە قارالسۇن) زۆرۈر تېپىلسا سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

يۇقىرىدىكىلەردىن باشقا غەيرىي تەبىئىي خىلت ئالاھىدىلىكىگە ئاساسەن شۇ خىلتنىڭ پۇشۇرغۇچىسى (مۇنزىج) بىلەن تازىلىغۇچىسى (مۇسھىل)نى ئەھۋالغا قاراپ ئىچىشكە بېرىشكە بولىدۇ. ھەر خىل زەخىملىنىش ئاساسىدا ھۆكنەك توقۇلما ياللۇغى پەيدا بولۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن ھەر خىل زەخىملەرنى ۋاقتىدا توغرا داۋالاش كېرەك. ئەگەر ھەر خىل زەخىمدىن ھۆكنەك توقۇلما ياللۇغى پەيدا بولغان بولسا ئالدى بىلەن قاناشتىن پەيدا بولغان قان قاقاچلىرىنى يۇمشىتىپ بولغاندىن كېيىن يۇقىرىدىكى باسقۇچلار بويىچە سىرتتىن دورا ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ھەرخىل سىرتقى زەخىمدىن تېرە ئاستىغا قان چۈشكەنلىكى بايقالسا ئالدى بىلەن قاننى چىقىرىپ بولغاندىن كېيىن يۇقىرىدا بايان قىلىنغان دورىلار سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

يەرلىك ئورۇننى يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن داۋالاشتىن سىرت يىلمان مايلار بىلەن ياغلاش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش قاتارلىق ئۇسۇللارمۇ مۇۋاپىق قوللىنىلىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا يىرىڭلىق ياللۇغدا يەرلىك ئورۇننى داۋالاشتا تۆۋەندىكى باسقۇچلار (پرىنسىپلار) بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

(1) ئىششىقنىڭ دەسلەپىدە (يېڭى باشلانغاندا) ماددىنى قايتۇرۇپ ئىششىقنى تارقاتقۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ.

(2) ئىششىق چوڭىيىۋاتقان ۋە كېڭىيىۋاتقان مەزگىلدە بۇزۇق ماددىنىڭ كەڭىيىشىنى توسايدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(3) ئىششىق كېكىيىشتىن توختىغان مەزگىلدە ماددىنى (ئىششىقنى) يۇمشاتقۇچى (ماددىنى يۇشۇرغۇچى) دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(4) ماددا پىشقاندىن (يۇمشىغاندىن) كېيىن ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ ياكى يېرىپ يىرىڭ چىقىرىلىدۇ.

(5) ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ياكى يېرىپ ئاققۇزغاندىن كېيىن يىرىڭ بىلەن زەردابنى قۇرۇتقۇچى ۋە ئەت ئۆندۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

تىلما كېسىلى

بۇ تېرە قەۋىتى داغسىمان قىزىپ ئاغرىش بىلەن بىرگە بەدەن ھارارىتى يۇقىرىلايدىغان ئۆتكۈر كېسەللىك بولۇپ، يۈز بىلەن مۈچىلەردە كۆپ ئۇچرايدىغان بىر خىل تېرە كېسەللىكىدىن ئىبارەت.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك ئۇفۇنەتلەنگەن قىزىق قان بىلەن سەپرا ئۆزئارا ئارىلىشىپ تېرىنىڭ مەلۇم قىسمىدا يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامەتلىرى

كېسەللەنگەن تېرىدە قىزىرىش، ئوتتەك كۆيگەندەك ئېچىشىپ ئاغرىش، بەدەندە جۇغجۇغ پەيدا بولۇپ ئىسسىتمىسى تېزلا ئۆرلەشتەك ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. كېسەللىك باش، يۈز ۋە بويۇن تېرىسىدە پەيدا بولغانلىرىدا باش بىلەن قۇلاق قوشۇلۇپ ئاغرىيدۇ. ئېغىرلىرىدا بويۇن قېتىپ قالىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرىنىڭ رەڭگى ئۇچۇق ياكى قېنىقراق توسنى ئېلىپ ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى روشەن ئېنىق بولىدۇ. بۇ خىل ئالامەت كېسەللىكنى تونۇشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. يۇقىرىقىلاردىن باشقا نەپەس تېزلىشىش، بىئارام بولۇش، تەشنالىق، سۈيدۈكى ئازىيىش، تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. يۈزدىكى كېسەللىك تېزلا كۆكرەك

قىسمىغا كېڭىيىشى مۇمكىن. بۇ خىل ئەھۋال كۆرۈلگىنى خەتەرلىك بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر كېسەل ماددىسى يۈرەككە ئۆتسە ئۆلۈم خەۋپىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئەگەر كېسەللىك گالدا بولسا كېسەللىك ماددىسى گال گۆشلىرىگىچە يېتىپ بېرىپ نەپەسلىنىشنى قىيىنلاشتۇرۇپ بوغۇلۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. بۇ خىل كېسەللىك ياشانغانلار بىلەن تېنى ئاجىز ۋە باللاردا ئېغىرراق بولىدۇ.

داۋاسى

بىمارغا غەيرىي تەبىئىي بۇزۇق قان بىلەن سەپرانى سۈرۈپ چىقارغۇچى، قان بىلەن مېڭىنى تازىلىغۇچى ۋە ئىسسىتمىنى قايتۇرغۇچى قايناتمىلاردىن مەتبۇخ شاھتەررە، مەتبۇخ ماتۇل ئۇسۇل، بىخ كەبىر (بۆرە سويمىسى يىلتىز پوستى [پوستى بىخ كەبىر]) 30 گرام، چىڭسەي ئۇرۇقى 15 گرام، ئارپا بەدىيان 15 گرام، رۇمبەدىيان 15 گرام. دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر لىتىر قاينىغان سۇغا بىر ئاخشام چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا 400 مىللىلىتر قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈپ كۈنىگە 200 مىللىلىتردىن بىر نەچچىگە بۆلۈپ ئىچىدۇ. مەتبۇخى ئالۇ (ئەينۇلا 20 دانە، تەمرى ھىندى 30 گرام بىرلىتىر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ، سۈزۈلگەن سۈيىگە 30 گرام شېكەر سېلىپ كۈنىگە 2-3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50—60 مىللىلىتر ئىچىشكە بېرىلىدۇ) مەتبۇخى ئۇنناپ (قىزىل قۇرۇق ئۈزۈم) 45 گرام، ئەينۇلا 30 دانە، چىلان 10 دانە، شاھتەررە 15 گرام، رۇمبەدىيان، مەستەكى ھەر بىرىدىن 3 گرام، تۇربۇت 9 گرام، تەمرى ھىندى 60 گرام ئاخىرقى دورىدىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ بىر لىتىر قاينىغان سۇغا چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە تەمرى ھىندىنى سېلىپ ئېزىپ تەييارلايدۇ) ۋە مەتبۇخى بىنەپشە قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا سەپرانى ھەيدەش ئۈچۈن ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈيى، سېرىق ھەلىلە قايناتمىسى بېرىشكە بولىدۇ. سەپرا ھەيدىگەندىن كېيىن ئانار شەربىتى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى شىرنىسى قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. شۇنداقلا كېچىكتۈرمەي پاكىز ئۆتكۈر تىغ بىلەن كېسەللىك بار ئورۇننىڭ تېرىسىنى بىر قانچە يەردىن يۈزەرەك يېرىپ بۇزۇق ماددىلار ئېقىتىلىدۇ ۋە بانكا قويۇپ شۈمۈرۈپ چىقىرىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاشقا بىرلەشتۈرۈپ چىلان شەربىتى، تەمرى ھىندى شەربىتى ۋە تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرنىسىگە سىركەنجۇبىل قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى شەربىتى پەۋاكە (تەركىبى ئالما سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى، بېھە سۈيى ھەر بىرىدىن 132 مىللىلىتر، گىلاس، تەمرى ھىندى

سۈيى، زىرىخ سۈيى، لىمون سۈيى ھەر بىرىدىن 26 مىللىلىتر، ئاق سەندەل، گاۋزەبان، ئالما چېچىكى، بىدىمىشكى ھەر بىرىدىن 7 گرام، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 5 گرام، چىلان 55 دانە، تەرەنجۇبىل 66 گرام، سېرىق ھەلىيلە پوستىدىن باشقىلىرى ئەرەق تارتىلىدۇ. ئەرەقىغە مېۋە سۈيى بىلەن ئېرىتىلگەن تەمرى ھىندى ۋە تەرەنجۇبىل سۈيىنى قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ. كۈنىگە 3 ۋاق، ھەر قېتىمدا 15-20 مىللىلىتردىن) ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئۇسسۇزلۇقىغا ماش، چىلان ۋە يۇمغاقسۇتنى قايناتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ياكى يېشىل ماشنى پۇشۇرۇپ ئارپا سۈيى بىلەن يۇمغاقسۇت قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. چىلان سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا سىركەنجۇبىل قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. سىرتىدىن ئاق سەندەل، روسۇت، گىلى ئەرمىنى، كۆك يۇمغاقسۇت، سېمىز ئوت ۋە ئىت ئۈزۈمى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ، سۇۋۇتۇلغان قايناق سۇدا ئەمدەپ، سۈيۇق خېمىر قىلىپ كۈنىگە 2-3 قېتىم سىرتىدىن چېپىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر تىلما باش ۋە يۈز قىسمىدا بولسا كاپۇرنى گۈلاپقا ئېرىتىپ سىرتىدىن سۈرتۈپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ياكى بولمىسا ئۇسسۇك سىقمىسى، ئىت ئۈزۈم سىقمىسى، ئىسپەغول سىقمىسى ۋە قاپاق قىرمىسى قاتارلىقلاردىن قوشۇپ چېپىش كېرەك. بۇلاردىن باشقا مەدەستان، گۆڭگۆرت پوقى تالقىنى (سىرتقى)، ئۇپا، زەپىرانلاردىن مەلھەم تەييارلاپ سىرتىدىن چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. داۋالاش جەريانىدا چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش مەقسىتىدە مېۋە سۈيى بېرىلىدۇ. شۇنداقلا بىمارنىڭ گال بىلەن كۆكرىكىدىكى ئېغىرلىقنى يۇمشىتىش ئۈچۈن يۇمشاتقۇچى دورىلاردىن ئاق ۋە قىزىل سەندەل، ياۋا كۆكنار، روسۇت، گىلى ئەرمىنى (قىزىل گىل) لەردىن ئېزىپ ھۆل يۇمغاقسۇت ياكى سېمىز ئوت ياكى بولمىسا ئىت ئۈزۈمى سۈيى (ئۇسسۇك سۈيى بولسىمۇ بولىدۇ) بىلەن ئەمدەپ خېمىر قىلىپ چېپىلىدۇ. بىراق كىبىسلىلىك بار ئورۇنغا چېپىشقا بولمايدۇ. يېمەكلىكى ئۈچۈن ماش، يۇمغاقسۇت ۋە چىلان سېلىنغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ ياكى ئارپا ئۇنىدىن تەييارلانغان تائاملار بېرىلىدۇ.

يىرىڭلىق بەز ياللۇغى

تېرە ئاستىغا جايلاشقان بەزلەر ئۆزلۈكىدىن (بىرلەمچى) ياكى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان چىقان، غەلۋىرەك، ھۆكۈنەك توقۇلما ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەردە ئەگەشمە (ئىككىلەمچى) سۈپىتىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكنى يىرىڭلىق بەز ياللۇغى «يۇمشاق چۈشۈش» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

يىرىڭلىق بەز ياللۇغى كۆپىنچە ئىككى خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدۇ.

(1) باشقۇرغۇچى ئەزالاردىكى بۇزۇق ماددىلار (بۇزۇلغان قان بىلەن غەيرىي تەبىئىي سەپرا) نىڭ رەئىسى ئەزالارغا يېقىن چوڭ بەزلەرگە چۈشۈشتىن پەيدا بولىدۇ. ئۆزلۈكىدىن پەيدا بولىدىغان بىرلەمچى بەز ياللۇغى مۇشۇ تىپقا مەنسۇپ بولىدۇ.

(2) ئەزالارنىڭ بىرىدە جۈملىدىن تېرىنىڭ مەلۇم قىسمىدا يىرىڭ ياكى ئۇفۇنەتلىك ماددىدىن بولغىنىشتىن ياللۇغلانغاندا، ياللۇغلانغان ئورۇنغا يېقىن جايدىكى ئالاقىدار بەزلەردە ياللۇغ پەيدا بولىدۇ. بۇ خىلى بەز ياللۇغىنىڭ ئەگەشمە بەز ياللۇغىغا مەنسۇپ بولىدۇ.

يىرىڭلىق بەز ياللۇغى قولاق ئاستى، ئېڭەك ئاستى، بويۇن، قولتۇق، چات ۋە تېقىم قاتارلىق ئورۇنلاردىكى بەزلەردە پەيدا بولۇشتىن سىرت ئىچكى ئەزالاردىكى بەزلەردىمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامەتلىرى

دەسلەپكى باسقۇچتا يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ. تېرە قىزارمايدۇ. لېكىن سىلاپ تەكشۈرگەندە يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ. قولغا ھەر خىل چوڭلۇقتىكى يۇمىلاق، قاتتىق ۋە ئاغرىيدىغان، مىدىرلاتقىلى بولىدىغان بىر ياكى بىر قانچىلىغان مونەك تۇرىدۇ. بەز ياللۇغى پەيدا بولغان ئورۇننى (بويۇن ياكى يۇقىرى تۆۋەن مۈچە قاتارلىق) ھەرىكەتلەندۈرگەندە

ئاغرىش كۆچىيىدۇ. يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر پەيدابولۇپ بىر - ئىككى كۈندىن كېيىن بەز ياللۇغلانغان ئورۇندىكى تېرە كۆتۈرۈلۈپ قىزىرىدۇ، ئىششىيدۇ ۋە چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. قىزىللىقنىڭ ئوتتۇرىسى قېنىق، چۆرىسى بارغانسېرى سۇسلىشىدىغان بولۇپ ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئېنىق بولمايدۇ. ھەممە قىزىرىپ ئىششىغان ئورۇن قاتتىق بولىدۇ. باسقاندا ئاغرىش كۈچلۈك بولىدۇ. ياللۇغلانغان بەز تېخىمۇ چوڭىيىدۇ. مىدىرلاتقىلى بولمايدۇ. چىڭقىلىپ ئاغرىش كۈچىيىدۇ. مۇشۇ خىل ئەھۋال يەنە بىر نەچچە كۈن داۋاملاشسا ئىششىقنىڭ ئوتتۇرىسى يۇمشاپ تېرىسى بىغىررەڭ تۈسنى ئېلىپ ملىقلاش پەيدا بولۇپ لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ ۋە ئېغىز ئېلىپ يىرىڭ ئاقىدۇ. بەز ياللۇغى باشلىنىش بىلەن بىماردا جۇغجۇغ بولۇش، ئىسسىتمىسى يۇقىرىلاش، ئىشتىھاسى كېمىيىش، تەرلەش، نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرى تېزلىشىش، سىيىدۈكى ئازىيىپ قېنىق سېرىق تۈسنى ئېلىش قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر بىرگە كېلىدۇ، ئېغىز ئېلىپ يىرىڭ چىققاندىن كېيىن پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر يېنىكلىشىدۇ، ئەگەر داۋالاش مۇۋاپىق بولمىسا ئاقما پەيدا بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

يىرىڭلىق بەز ياللۇغىنىڭ داۋالاش پرىنسىپى بىلەن داۋالاش باسقۇچى غەلۋىرەك ۋە ھەرە كۆنىكى توقۇلما ياللۇغى بىلەن ئوخشاش بولۇپ بىمارغا غەيرىي تەبىئىي بۇزۇق قان بىلەن سەپرانى سۈرگۈچى، مېڭە بىلەن قاننى تازىلىغۇچى ۋە ئىسسىتمىنى قايتۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ (يۇقىرىدىكى ئالاقىدار قىسىملارغا قاراڭ)، سىرتىدىن ئىشلىتىشتە ماددىنى يۇمشاتقۇچى دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەر ئىشلىتىلىدۇ. بىنەفشە رەڭلىك پارىنى يىلمان سۇدا ئېزىپ، سىرتىدىن سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. ياكى بىنەپشە گۈلى بىلەن ئاق لەيلى گۈلىنى يۇمشاق سوقۇپ گۈل يېغى ياكى بىنەپشە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈرتۈپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ياكى ئىسپە غولىنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپلىنىدۇ. بۇغداي ئۇنى خېمىر تۇرۇچى، تۇز، كەپتەر مايىقى، سۇ تەگمىگەن ھاكنى ئېزىپ تۇخۇم سېرىقى ياكى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چاپلاپ بېرىلسىمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ياكى ئەنجۈر، مەستەكى، مەرزەنجۇش، گىلى ئەرمەنى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ دۇغاپ بىلەن نەمدەپ ئازراق قىزىتىپ جاراھەتكە چاپلاپ بەرسىمۇ پىشىپ ئېغىز ئالىدۇ ياكى قوناق ئۇنى

بىلەن ھولبە تالقىنى بىر ھەسسە، سەبىرىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ قېتىقتا ئارىلاشتۇرۇپ قېتىق قويۇلغىچە قايناتسا، ئىسسىق ھالەتتە سىرتىدىن چېپىپ بېرىلىدۇ. بىراق شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى كېسەل پەيدا قىلغۇچى ماددا ئەسلى كەلگەن جايغا قايتىپ يامان ئاقىۋەت كەلتۈرۈپ چىقىرىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن سىرتىدىن ماددىنى قايتۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلمەيدۇ. ئىششىق ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ياكى ياللۇغلىنىپ ئىششىغان بەز مىلىقلاپ ئېغىز ئالمىسا ۋە پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئېغىر بولسا پاكىز ئۆتكۈر تىغ بىلەن يېرىپ يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ياكى يېرىپ ئاققۇزغاندىن كېيىن جاراھەت يۈزىنى تازىلاپ گۆش ئۆندۈرگۈچى (جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى) دورىلار ئىشلىتىلىدۇ، مەسىلەن، ئانارگۈلى، مۈرمەككى، سەبرى، موزا، زەنجىۋىللەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ جاراھەتنىڭ ئۈستىگە سېپىلىدۇ، ئەگەر يەرلىك ئورۇندىكى ياللۇغ دائىرىسى كەڭرى ۋە پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئېغىرراق بولسال يۈرەك، بۆرەك، مېڭە ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

يىرىڭلىق ئىششىق

يىرىڭلىق ئىششىق كۆپىنچە چىقان، غەلۋىرەك، ھۆكنەك توقۇلما ياللۇغى قاتارلىق كېسەللىك ئاساسىدا پەيدا بولىدىغان بولۇپ خەلق تىلىدا «يىرىڭ خالتىسى» دەپ ئاتىلىدۇ. تېرە قاتلاملىرىدا بولىدىغىنى كىچىكرەك بولىدۇ. تېرە ئاستى بىلەن ئىچكى ئەزالاردا بولىدىغىنى چوڭراق بولىدۇ.

سەۋەبى

يىرىڭلىق ئىششىق ياكى بولمىسا يىرىڭ خالتىسى سەۋەبچىسىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ئىسسىق يىرىڭ خالتىسى ۋە سوغۇق يىرىڭ خالتىسى دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئىسسىق يىرىڭ خالتىسى بولسا ئۆزئارا قوشۇلغان بۇزۇلغان قان بىلەن سەپرانىڭ تېرە، تېرە ئاستى ۋە ئىچكى ئەزالاردا يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ. سوغۇق يىرىڭ خالتىسى بولسا بۇزۇلغان قويۇق بەلغەمنىڭ بەزلەرگە يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا

بولىدىغان بولۇپ كۆپىنچە سىل كېسىلى ئاساسىدا پەيدا بولىدۇ. تېرە ئاستىدا پەيدا بولىدىغان يىرىڭلىق ئىششىق كۆپىنچە چىقان، غەلۋىرەك، بەزىنىڭ يىرىڭلىق ياللۇغى ۋە ھەرە كۆنىكى توقۇلما ياللۇغى قاتارلىقلار ئاساسىدا پەيدا بولىدۇ.

ئالامەتلىرى

دەسلەپ كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرە قىزىرىپ ئىششىدۇ. چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ ۋە قاتتىق بولۇپ باسقاندا ئاغرىيدۇ. شۇ ئورۇننى ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىش ئېغىرلىشىدۇ. ھەمدە ئىسسىتمىسى كۆتۈرۈلۈپ، ئىشتىھاسى كېمىيىش، ئۇيقۇسىراش، نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. بىرقانچە كۈندىن كېيىن ئىششىش تېخىمۇ روشەنلىشىپ ئوتتۇرىسى يۇمشاپ مىلقىلداشقا باشلايدۇ. ھەمدە لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ. پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەرمۇ ئېغىرلىشىدۇ.

داۋاسى

بىمارغا بۇزۇق قان بىلەن غەيرىي تەبىئىي سەپرانى سۈرگۈچى قان بىلەن مېڭىنى تازىلىغۇچى ئىسسىتمىنى چۈشۈرگۈچى، يۈرەك بىلەن مېڭىنى قۇۋۋەتلىگۈچى قايناتمىلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ (يۇقىرىدىكى ئالاقىدار قىسىملارغا قارالسۇن). سىرتىدىن بۇزۇق ماددىلارنى يىققۇچى، ماددىنى پۇشۇرغۇچى ۋە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلاردىن زەيتۇن يېغى، گۈل يېغى، كالىنىڭ يۈرەك يېغى ۋە زىغىر بىلەن شۇمشىلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا چېپىلىدۇ. مەلھەمى داخىلۇننىڭ ئۈنۈمى بىرقەدەر ياخشىراق بولۇپ ئۇنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى زوفتى رومى، راتىيانەج، ئاق موم ھەر بىرى 27 گرامدىن، قۇنىنە 15 گرام، زەيتۇن يېغى 100 مىللىلىتىر. مومنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئېرىتىپ قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 2-3 قېتىم سىرتىدىن چېپىپ بېرىلىدۇ. ئىچىدىن ئىچىشكە ماددىنى تارقىتىدىغان، پۇشۇرىدىغان ۋە يۇمشىتىدىغان دورىلاردىن تەرياقى كەبىر، تەرياقى ئەپائى، مەسىرىدىتۇس قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. مەرۋەرىنىڭ ئۇرۇقى، خۇببازى، كەتىرالاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بادام يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئەتىگەن، كەچتە ئىككى ۋاق ھەر ۋاقلىقىغا 6 گرامنى ئىككى قوشۇق ياۋا كاسىنى سۈيى بىلەن ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر ئىسسىتمىسى يۇقىرى بولسا

سەبرىدىن 0.4 گىرام ئېلىپ تالقانلاپ مۇسەللەس ياكى گۈلاپ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ھەمدە ئەھۋالغا قاراپ چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ، سۈيدۈكنى كۆپەيتكۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. سىرتىدىن چىقان، غەلۋىرەك ۋە ھەرە كۆنىكى توقۇلما ياللۇغىغا قارىتا ئىشلىتىلىدىغان باشقا نۇسخىلارنى كېسەللىكنىڭ ھەرقايسى باسقۇچلىرىغا قاراپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ. ماددا پىشقاندىن كېيىن ئۆزى ئېغىز ئالمىسا پاكىز ئۆتكۈر تىغ بىلەن يېرىپ يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ. يىرىڭنى ئېقىتىپ بولغاندىن كېيىن يىلمان تۇز سۈيى ياكى مۇۋاپىق تۇز سېلىنغان زاراڭزا چېچەك قاينىتىلمىسى بىلەن (سوۋۇتۇپ يىلمان ھالەتكە كەلگەندىن كېيىن) يىرىڭ خالتىسى پاكىز چايقىلىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا يۇقىرىقى سۇيۇقلۇقتا چىلانغان نەم داكىنى پاكىز جۈپتەك بىلەن قىسىپ يىرىڭ خالتىسىنىڭ تېگى پاكىز سۈرتۈپ تازىلىنىدۇ. يىرىڭنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن يىرىڭ خالتىسىنى قۇرۇتۇش ۋە ئەت ئۈندۈرۈپ جاراھەتنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش ئۈچۈن يۇقىرىدا بايان قىلىنغان نۇسخىلاردىن باشقا تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىمۇ ئىشلىتىشكە بولىدۇ. مەدەستان 18 گىرام، گۈل يېغى بىلەن سىركە ھەر بىرىدىن 4 مىللىلىتىر، قەلەي كۆشتىسىدىن 18 گىرام، كاپۇردىن 3.5 گىرام ئېلىپ مەدەستاننى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە گۈل يېغى قوشۇلىدۇ. ئۇنىڭ ئۈستىگە قەلەي كۆشتىسىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ۋە جاراھەت ئىچىگە كىرگۈزۈلىدۇ. تېڭىق ئەھۋالغا قاراپ كۈنىگە بىر قېتىمدىن ئىككى قېتىمغىچە ئۈزمەي تېڭىق ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. يىرىڭ خالتىسىدىكى يىرىڭ بىلەن زەرداب تۈگىگەندىن كېيىن چايقايدىغان سۇغا ئارىلاشتۇرۇلىدىغان تۇز مىقدارى ئازايتىلىدۇ. ھەر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلغاندا جاراھەت يۈزىگە سېپىلگەن ئالدىنقى قېتىملىق دورا يۇقىنى پاكىز تازىلاپ چىقىرىۋېتىش كېرەك. ھەمدە جاراھەت ئىچى پۈتۈشتىن ئىلگىرى جاراھەت ئېغىزىنىڭ بالدۇر پۈتۈپ قېلىشىدىن ساقلىنىش كېرەك. چۈنكى جاراھەت ئېغىزى بالدۇر پۈتۈپ قالغاندا بوشلۇقتا يىرىڭ بىلەن زەرداب يىغىلىپ قېلىپ قايتا يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولۇپ قېلىشى مۇمكىن.

كۆكنە (سەينەك)

بۇ بارماق ئۇچى بىلەن تىرناق ئەتراپى ئىرىقچىسىنىڭ تېرە ئاستىدا بولىدىغان

يىرىڭلىق ياللۇغ بولۇپ كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

بۇ كۆپىنچە بارماق ئۇچىنىڭ زەخىملىنىشى (مەسىلەن، يىڭنە ياكى تىكەن كىرىپ كېتىش بارماق ئۇچى مىجىلىش) قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسى قان خاراكتېرلىك قويۇق ماددىدىن ئىبارەت.

ئالامىتى

بارماق ئۇچى قىزىرىپ ئىششىش بىلەن بىرگە قاتتىق ئاغرىيدۇ. ئاغرىش كۆپىنچە چىككىلەپ ئاغرىش بىلەن لوقۇلداپ ئاغرىش بىرگە قوشۇلۇپ كېلىدۇ. شۇڭلاشقا ئاغرىش قاتتىق بولىدۇ. بولۇپمۇ كېچىسى قاتتىق ئاغرىغانلىقتىن ئۇيقۇسىغا تەسىر يېتىدۇ. ماددىسى قان خۇسۇسىيىتىنى ئالغان قويۇق ماددا بولغانلىقتىن قىزىرىپ ئىششىيدۇ. ھەتتا تىرناقنى كۆتۈرۈۋالىدۇ. كېيىن قىزىللىق قارامتۇل كۆككە مايىللىشىدۇ، خېلى بىر قىسىم بىمارلاردا جۇغجۇغ پەيدا بولۇش ۋە ئىسسىتمىسى يۇقىرىلاش قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

بىمارغا بۇزۇق قاننى تازىلاپ سەپرانى چىقىرىدىغان، ئاغرىق پەسەيتىپ ئىسسىتمىسىنى ياندۇرىدىغان ۋە ماددىنى سۈيۈلدۈرىدىغان قايناتمىلاردىن بېرىلىدۇ ياكى ئارپىنىڭ سۈيى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. كېسەللىك يېڭى باشلانغاندا مۇز سېلىنغان سىركىگە كېسەللەنگەن بارماق ئۇچى تىقىپ بېرىلىدۇ ياكى تۇمۇر پوقىنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئىسپەغۇلنى سىركىدە نەمدەپ چىپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى ئۇسۇل قوللىنىلسا ئىششىش بىلەن ئاغرىش يېنىكلىشىدۇ. چۈنكى يۇقىرىقى دورىلار جۈملىدىن مۇز ھارارىتى سوغۇق بولغانلىقى ئۈچۈن كېسەللەنگەن ئورۇندىكى ماددىنى قويۇقلىتىپ بارماق ئۇچىنىڭ ھەجمىنى كىچىكلىتىش ئارقىلىق ئاغرىشنى يېنىكلەشتۈرىدۇ ۋە ياللۇغنىڭ كېڭىيىشىنى توسايدۇ. بىراق چىلىنىدىغان سۈيۈقلۇق ۋە تېڭىلىدىغان دورا ھارارىتى بەك سوغۇق بولۇپ كەتسە كېسەللىك يۈز بەرگەن ئورۇندىكى

ماددا زىيادە قويۇلۇپ كېتىشتىن بۇزۇق ماددىلارنىڭ تارقىلىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ ۋە ياللۇغ ئاسانلىقچە ساقايمايلا قالماستىن بەلكى بارماق ئۇچىنىڭ هارارىتى زىيادە تۆۋەنلەپ كېتىشتىن بارماق ئۇچى ئۇششۇپ سېسىش پەيدا بولىدۇ. يۇقىرىقى چارىلەرنى بىرەر ئىككى كۈن ئىشلەتكەندىن كېيىن يۇقىرىقى چارىلەرگە ئەكس هالدا كېسەللەنگەن بارماقنى قىزىق سۇغا چىلاش (سۇ سوۋۇسا ئۈستىگە قايناق سۇ قويۇپ تەڭشەپ تۇرۇلىدۇ ياكى بارا-بارا سۇنىڭ هارارىتى يۇقىرىلىتىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل تاكى ئاغرىق توختىغىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ) قوي، كالا ۋە توخۇ ئۆتى ئىچىگە ياكى قوقاس ئوتتا پۇشۇرۇلغان قىزىق پىيازنىڭ ئىچىگە تىقىپ تېڭىپ قويۇش قاتارلىق چارىلەر قوللىنىلىدۇ. زىغىر بىلەن مەرۋەر ئۇرۇقىنى سوقۇپ سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ تاڭسا كۆكنە ئىششىقى پىشىدۇ. ماددا پىشىپ يىرىڭلىغاندىن كېيىن بارماق ئۇچى يان تەرەپ ئۈستىدىن يېرىم ئايلانما شەكىلدە يېرىپ يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ ۋە جاراهەت يۈزى تۇز سۈيى ياكى تۇز سىڭىلغان زاراڭزا سۈيى بىلەن چايقىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يىرىڭنى تازىلىغۇچى ۋە ئەت ئۆندۈرگۈچى دورىلار بىلەن تېڭىپ بېرىلىدۇ.

كۆيدۈرگە كېسىلى

كۆيدۈرگە كېسىلى تېرە، ئۆپكە ۋە ئۈچەيدە بولىدىغان جاراهەت خاراكتېرلىك كېسەل بولۇپ تېرىدىكى كۆيدۈرگە جاراهىتىنىڭ سىرتقى شەكلى ئوتتا كۆيگەندەك تۈن قارا قاقاچ پەيدا قىلىدىغانلىقى ۋە داۋالاشتا قىزدۇرۇلغان تۆمۈر بىلەن داغلاپ داۋالايدىغان بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇيغۇر تىلىدا «كۆيدۈرگە» دەپ ئاتىلىدۇ. شۇنداقلا بۇ كېسەللىك تېرە، ئۆپكە ۋە ئۈچەيدىمۇ پەيدا بولىدىغانلىقى ئۈچۈن «سەكرەتمە» دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئەرەبچىدە «جەمرە بەلخىيە» (جەمرە دېگەن سۆزنىڭ لۇغەت مەنىسى «كۆمۈر» ياكى «تاش» دېگەن ئۇقۇمنى بىلدۈرىدۇ. «بەلخىيە» دېگەن ئافغانىستاندىكى بىر جاينىڭ ئىسمى) دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

تىبابىتىمىز بۇ كېسەللىكنى جاراسىملار پەيدا قىلىدۇ ۋە يۇقىدۇ دەپ قارايدۇ. يەنە قان ئۇفۇنەتلىنىپ (بۇلغىنىپ) سەپرا كۆپىيىشتىن پەيدا بولىدۇ ۋە باشقا خىلتلارنىڭ

كۆپىيىشىمۇ سەۋەب بولىدۇ دەپ قاراپ كەلگەن. كۆيدۈرگە كېسىلى ئات، كالا، قوي قاتارلىق ئۆي ھايۋانلىرىدا كۆپرەك كۆرۈلىدىغانلىقى ۋە شۇ خىل ئۆي ھايۋانلىرى ۋە ئۇلارنىڭ تېرە ۋە يۇڭى بىلەن كۆپرەك ئۇچرىشىدىغان دېھقان، چارۋىچى، قاسساپ ۋە تېرە ئاشلىغۇچىلار بىلەن كۆيدۈرگە كېسىلى بىلەن ئاغرىغان ھايۋانلارنىڭ گۆشىنى ئىستېمال قىلغانلاردا كۆيدۈرگە كېسىلى كۆپرەك بولىدىغانلىقى ئۈچۈن ئات، كالا ۋە قوي قاتارلىقلاردىن ئادەمگە يۇقىدۇ. ئەمەلىيەت شۇنى ئىسپاتلىدىكى ئادەملەر كۆيدۈرگە كېسىلى بىلەن ئاغرىپ ئۆلگەن (ئۆلتۈرۈلگەن) ھايۋانلارنىڭ گۆشىنى يېيىش ياكى كۆيدۈرگە بىلەن ئۆلگەن ھايۋانلارنىڭ تېرىسى ۋە يۇڭى بىلەن ئۇچرىشىشتىن بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولىدۇ. يەرلىك ئورۇندىكى كۆيدۈرگە سەۋەبچىسى قانغا ئۆتسە قاننىڭ بۇزۇلۇشىنى (چىرىشىنى) كەلتۈرۈپ چىقىرىشتىن ھاياتقا خەۋپ تۇغۇلىدۇ.

كۆيدۈرگىنىڭ تۈرلىرى

كۆيدۈرگە كېسەلنىڭ كېسەل سەۋەبچىسى قايسى ئەزاغا يۇقسا شۇ ئەزادا كېسەللىك پەيدا قىلىدىغانلىقى ئۈچۈن كېسەللىك نامىمۇ شۇ ئەزا نامى بىلەن قوشۇپ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن، تېرە كۆيدۈرگىسى، ئۈچەي كۆيدۈرگىسى، ئۆپكە كۆيدۈرگىسى ۋە يامان سۈپەتلىك كۆيدۈرگە (كۆيدۈرگە كېسىلى دەپ) بۆلۈنىدۇ. بەزى كىشىلەردە يۇقىرىقى تۈرلەر بىرگە كېلىشى مۇمكىن. بۇلارنىڭ ئىچىدە تېرە كۆيدۈرگىسى كۆپ ئۇچرايدۇ. كىتابىمىزدا تېرە كۆيدۈرگىسىلا بايان قىلىنىدۇ. ئىچكى ئەزالار كۆيدۈرگە كېسىلى يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر قىسمىدا بايان قىلىنىدۇ.

تېرە كۆيدۈرگىسى بەدەن تېرىسىنىڭ قول، يۈز، بىلەك، ئاياق قاتارلىق دائىم ئېچىلىپ تۇرىدىغان ۋە كۆيدۈرگە كېسىلى بىلەن ئاغرىغان ھايۋان ياكى شۇ خىل ھايۋانلارنىڭ تېرىسى بىلەن يۇڭى قاتارلىقلار بىلەن ئۇچرىشىدىغان ئورۇنلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

ئالامەتلىرى

كۆيدۈرگە كېسەلنىڭ كېسەللىك سەۋەبچىسىنى يۇقتۇرۇۋېلىپ بىرنەچچە سائەتتىن بىر نەچچە كۈن يوشۇرۇن دەۋرنى ئۆتكۈزگەندىن كېيىن كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆرۈلۈشكە باشلايدۇ. دەسلەپتە يۇقۇملانغان تېرىدە كىچىك قىزىل مۇدۇر ياكى قاپارتقۇ

پەيدا بولىدۇ ۋە قىزىل مۇدۇر چۆرىسىدە قانلىق سۇيۇقلۇق پەيدا بولغانلىقتىن ئىششىپ تېرىدىن كۆتۈرۈلىدۇ. ئىششىقنىڭ رەڭگى قارامتۇل قىزىل تۈسنى ئېلىپ ئەتراپىدىكى ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئېنىق بولمايدۇ. ھەمدە قىزىللىقنىڭ ئەتراپىدىكى سۇلۇق ئىششىق ئېغىر بولىدۇ. ئوتتۇرىسى ئويمانراق بولۇپ جاراھەت يۈزىدە قارامتۇل قاپارتچۇق (ئابلە) پەيدا بولۇپ تېزلا قارامتۇل قاقاچقا ئايلىنىدۇ. قاقاچ ئەتراپىدا ئۇششاق پارقىرايدىغان سۇلۇق پۇۋەكچىلەر پەيدا بولىدۇ. ئاغرىش قاتتىق بولىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇنغا يېقىن بولغان ئورۇندا باسسا ئاغرىيدىغان يۇمشاق (بەز ياللۇغى) پەيدا بولىدۇ. بىمارنىڭ ئىسسىتمىسى يۇقىرى كۆتۈرۈلۈپ باش ئاغرىيدۇ. تومۇرنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىش تېزلىشىدۇ. ئىشتىھاسى كېمىيىدۇ. سۈيدۈكى ئازلاپ قېنىق سېرىق تۈسنى ئالىدۇ. ئەگەر كېسەل سەۋەبچىسى ۋە ئۇنىڭ زەھىرى قانغا ئۆتسە يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر ئېغىرلىشىپ بىمار تېزلا زەئىپلىشىپ ھوشىنى يوقىتىدۇ ۋە جۆيلىيدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ تېنى كۈچلۈك بولسا يەرلىك ئالامەتلەر بىلەن پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. ئەكسىچە بەدىنى ئاجىز كېسەللەردە كېسەللەنگەن ئورۇندىكى كۆيدۈرگىگە خاس ئالامەتلەر (مەسىلەن: قىزىل مۇدۇر پەيدا بولۇش ۋە قىزىل مۇدۇر ئۈستىدە قارامتۇل قاپارتچۇق (ئابلە) پەيدا بولۇپ قارامتۇل قاقاچ ھاسىل بولۇش ھەمدە ئوتتۇرىسى ئويمانلىشىپ، چۆرىسى پۈلتىيىپ. چىقىش، قاقاچ ئەتراپىدا ئۇششاق پارقىراق سۇلۇق پۇۋەكچە ھاسىل بولۇش قاتارلىق) ئاشكارلانماي تۇرۇپ، ھەددىدىن زىيادە ئىششىش ۋە قىزىرىش ئالامەتلەر روشەن بولىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال كېسەللىكنىڭ ئېغىرلىقى ۋە ئاقىۋىتىنىڭ خەتەرلىكلىكىدىن دېرەك بېرىدۇ.

داۋاسى

كۆيدۈرگە كېسىلىنى داۋالاشتا تېبابىتىمىز قەدىمدىن تارتىپ ئالدى بىلەن بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلارنى (ئۇفۇنەتلەنگەن قان بىلەن غەيرىي تەبىئىي سەپرا ۋە كۆيگەن خىلتلارنى) تازىلاش، ئىسسىتما ياندۇرۇش، ئاغرىقنى پەسەيتىش، ئىششىقنى قايتۇرۇش ۋە كۆيدۈرۈش قاتارلىق داۋالاش ئۇسۇللىرى بىلەن داۋالاپ كەلگەنىدى. تازىلاش ئۈچۈن تەمرى ھىندى، فۇنۇس، خىيارشەنبەر ھەر بىرىدىن 33 گرام، سېرىق ھەلىلە 66 گرام، ئىت ئۈزۈمى، كاسنى ئۇرۇقى، شاھتەررە، سانا ۋە قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن، ئەيتۇلا 20 دانە، چىلان 30 دانە، تەرەنجۇبىل 66 گرام، تەمرى ھىندى، فۇنۇس، خىيار شەنبەر ۋە تەرەنجۇبىللەرنى ئايرىم قاچىغا سېلىپ ئۈستىگە مۇۋاپىق

مىقداردا قايناق سۇ قۇيۇپ ئېرىتىپ دورىنىڭ تەمى ئوبدان چىققاندىن كېيىن داكا ئارقىلىق سۈزۈلىدۇ. قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئىككى چوڭ چىنە قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە يۇقىرىدا تەييارلانغان (ئېرىتىلگەن) دورا سۈيىنى قوشۇپ كۈنىگە 2-3 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ھەممە شىرخىشت، تەرەنجۇبىل ياكى خىيارشەنبەرنى جولاپ قىلىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بەدىنى ئاجىز كىشىلەرگە خېمىرى سەندەل ياكى خېمىرى گاۋزەبان، ئەرەقى بېدىمىشكى ياكى بولمىسا ئانار شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يەرلىك ئورۇننى داۋالاشتا كۆيدۈرگە ئىكەنلىكى ئېنىقلانغاندىن كېيىن كۆيدۈرۈلىدۇ. كۆيدۈرۈشكە كېتىدىغان ئەسۋابلار بولسا ياغاچتىن سېپى بار، مىتال ئىلمەكنىڭ ئۇزۇنلۇقى 1-3 سانتىمېتىر كېلىدىغان بىگىزسىمان ئۇچلۇق كۆيدۈرگۈچى نەشتەر، مىس ياكى ئۇچتىن ياسالغان تۆشۈكى بار دارچەن ياكى تېمىن ۋە تېڭىق ماتېرىيال بىلەن سىرتىدىن سۈرتۈلىدىغان دورىلاردىن ئىبارەت. ئاۋۋال نەشتەر ئۇچى ئوتتا قىپقىزىل چوغدەك ھالىتىگە كەلگىچە قىزدۇرۇلىدۇ ۋە تۆشۈكلۈك مىتال دارچەننىڭ تۆشۈكىنى جاراھەتنىڭ قاق ئوتتۇرىسىغا توغرىلاپ قويۇلىدۇ. قىزدۇرۇلغان نەشتەر ئۇچىنى دارچەن تۆشۈكىدىن تاكى ئاغرىش پەيدا بولغىچە جاراھەت ئىچىگە سانجىپ جاراھەتتىن كاۋاپ پۇرىقى چىققىچە كۆيدۈرۈلىدۇ ۋە نەشتەر تارتىپ ئېلىنىدۇ. كۆيدۈرۈشتىكى مەقسەت ئۇفۇنەتلەنگەن (يۇقۇملانغان) توقۇلمىلارنى كۆيدۈرۈش ئارقىلىق كۆيدۈرگىنىڭ سەۋەبچىسىنى ھالاك قىلىشتىن ئىبارەت. جاراھەتكە تۆشۈكى بار دارچەننى قويۇشتىكى مەقسەت جاراھەت ئەتراپىدىكى توقۇلمىلارنى ئاسراشتىن ئىبارەت. ئۇنىڭدىن كېيىن جاراھەتكە ئۇفۇنەتكە قارشى تۇرىدىغان جاراھەت يۈزىنى تازىلايدىغان ۋە ئەت ئۈندۈرۈپ جاراھەت يۈزىنى پۈتتۈرۈشنى تېزلىتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن مامىشا، روسۇت، ئاقاقىيالارنى كاسنى سۈيى بىلەن ئېزىپ جاراھەتكە چاپلىنىدۇ. ياكى مورزا، كۈندۈر ھەر بىرىدىن 13 گرام، زىراۋەندە 40 گرام، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ رەيھان شارابى بىلەن مەلھەم قىلىپ جاراھەتكە چاپلىنىدۇ. مەلھىمى ئىسپىداجمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. مەلھىمى ئىسپىداجنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە: ئۇپا 17گرام، ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 17 مىللىلىتىر. مومنى تۆمۈر قاچىغا سېلىپ ئوتتا ئېرىتكەندىن كېيىن ئۈستىگە ئۇپىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر دورىنىڭ كەيپىياتىنى سوغۇققا مايىل قىلىشقا توغرا كەلسە ئۈستىگە 1.5 گرام كاپۇر قوشۇلىدۇ. سىرتىدىن دورا چېپىپ تېڭىق ئالماشتۇرۇش جاراھەتنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈنىگە بىر قېتىم ئېلىپ بېرىلىدۇ.

كۆيدۈرگە كېسەلدە كۆيدۈرۈشتىن ئىلگىرى قالايمىقان دورا سۈرتۈپ جاراھەت يۈزىنى بۇزۇۋېتىشتىن ۋە قوشۇمچە يۇقۇملىنىشتىن ساقلىنىش كېرەك. ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ كۆيدۈرگە كېسەلنى كۆيدۈرۈپ داۋالاش ئۇسۇلى باشقا ئۈنۈملۈك داۋالاش يوق ئەھۋال ئاستىدا بىر قەدەر ئۈنۈملۈك داۋالاش دەپ قارىلىپ بۇ خىل ئۇسۇل بىمارلارنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قېلىشتا بەلگىلىك رول ئوينىغانىدى. بىراق كۆيدۈرۈش تېخنىكىسىنى ياخشى ئىگىلىمىگەندە كۆتۈلمىگەن ئاقىۋەتلەر پەيدا بولۇپ بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ كېلىشى مۇمكىن. كۆز ئالدىمىزدا ھازىرقى زامان تېبابەتچىلىكىنىڭ كۆيدۈرگە كېسەلنى داۋالاش ئۈنۈمى قانائەتلىنەرلىك. شۇڭلاشقا كۆيدۈرگە كېسەلگە دۇچ كەلگەندە ھازىرقى زامان تېبابەتچىلىك دوختۇرخانىلىرىنىڭ داۋالىشىغا يوللاپ بېرىش ياخشىراق.

ئالدىنى ئېلىش

كۆيدۈرگە كېسەلى ئاقىۋىتى بىرقەدەر خەتەرلىك كېسەللىك، شۇڭلاشقا كۆيدۈرگە كېسەلنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئىنتايىن مۇھىم. بۇنىڭ ئۈچۈن كۆيدۈرگە كېسەلى بىلەن ئاغرىغان ھايۋانلارنىڭ گۆشى بىلەن تېرىسىنى ئىشلەتمەي، يەرنى ئادەم بويى چوڭقۇرلۇقتا كولاپ كۆيدۈرگە كېسەلى بىلەن ئاغرىغان ھايۋاننى ئۆلتۈرۈپ ئورەككە تاشلاپ ئۈستىگە ھاك تاشلاپ، ئۈستىدىن توپا بىلەن كۆمۈۋېتىش كېرەك. تېرە، يۇڭ ۋە ئۈچەيگە ئىش قوشىدىغانلار تېرە پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن ساقلىنىشى، ئېغىز، بۇرنىنى پاكىز لاتا (ماسكا) بىلەن ئېتىۋېلىش (تارتىش) ۋە ئىشتىن كېيىن پۇت-قوللىرىنى سوپۇنلاپ پاكىز يۇيۇشلىرى لازىم. ئەگەر بەدىنىدە قىچىشىدىغان ۋە ئاغرىيدىغان مۇدۇر پەيدا بولغان بولسا تاتلاپ ئۈچىنى بۇزۇۋەتمەي دەرھال تېۋىپقا كۆرۈنۈپ داۋالىنىشى كېرەك.

ئەمچەك ياللۇغى

بۇ تۇغۇت يېشىدىكى ئاياللاردا بولۇپمۇ بىرىنچى ۋە ئىككىنچى تۇغۇتتىن كېيىن پەيدا بولىدىغان يىرىڭلىق ئىششىق كېسەلدىن ئىبارەت.

سەۋەبى

تۇغۇتتىن كېيىن مىجەزدىكى ئىسسىقلىق كەيپىيات ئېشىپ كېتىشتىن (قان

بىلەن سەپرا غالىب كېلىشتىن) سۈتتىكى نەملىك ئازىيىپ قويۇقلىشىش ئاساسىدا جاراسىملار بىلەن ئۇفۇنەتلىنىش (يۇقۇملىنىش ياكى بۇلغىنىش) سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە تۇغۇتلۇق ئاياللارنىڭ سوغۇقى ئېشىپ كەتكەندە ئەمچەكتىكى سۈتلەر تۇيۇپ قېلىشتىنمۇ ئەمچەك ياللۇغى پەيدا بولىدۇ. تۇغۇت ئالدى كەينىدە ئەمچەكنى پاكىز تۇتماسلىق، بوۋاق ئاجىز تۇغۇلۇشتىن ئەمچەكتىكى سۈتنى تولۇق ئىمىپ كېتەلمەسلىك ياكى كۈچ بىلەن ئەمگەندە ئەمچەك تۈگمىسى زىدىلىنىپ زەخىملىنىش ياكى بولمىسا ئەمچەك تۈگمىسى ئەمچەك ئىچىگە پاتقان ئەھۋالدا بوۋاق ئىمەلمەي سۈت ئەمچەكتە تۇرۇپ قېلىش قاتارلىقلار ئەمچەك ياللۇغىنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇھىم ئامىل بولىدۇ.

ئالامىتى

ئەمچەك قىزىرىپ ئىششىدۇ ۋە چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. تۇتقاندا قاتتىقراق بولىدۇ. باسقاندا قاتتىق ئاغرىيدۇ ۋە قولغا قىزىق بىلىنىدۇ. پۈتۈن بەدەننىڭ ئىسسىقى كۆتۈرۈلۈپ ئىشتىھاسى كېمىيىدۇ ۋە قىزىق تەرلەيدۇ. نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرنىڭ سوقۇشى تېز بولىدۇ. سۈيدۈكى سارغۇچ ياكى قېنىق سېرىق تۈسنى ئالىدۇ.

داۋاسى

بىمارغا قاننى تازىلىغۇچى، غەيرىي تەبئىي سەپرانى چىقارغۇچى ۋە ئىسسىقنى چۈشۈرگۈچى قايناتما (مەتبۇخ) دورىلار بېرىلىدۇ. (يۇقىرىدىكى ئالاقىدار كېسەللىكلەرگە قارالسۇن) ئىسسىقى يېنىپ، ئىشتىھاسى ئېچىلغىچە ئوڭاي ھەزىم بولىدىغان قۇۋۋەتلىك سۇيۇق سەلەڭ يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. كېسەللەنگەن ئەمچەك بىلەن بوۋاق ئېمىتىلمەيدۇ ۋە ئېھتىياتلىق بىلەن ئەمچەكتىكى سۈت سېغىپ چىقىرىۋېتىلىدۇ. ھەمدە سىرتىدىن ئىسسىق تۇتقۇزۇش بىلەن بىرگە تۆۋەندىكى ئۇسخىلار سىرتىدىن سۈرتۈپ بېرىلىدۇ:

1) ئىت ئۈزۈمىنى يوپۇرمىقى بىلەن بىرگە ئېزىپ ئۇنىڭغا گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ كېسەللەنگەن ئەمچەككە چېپىلىدۇ.

2) لۆڭگىنى قىزىق سۇغا چىلاپ بىرقانچە قېتىم كېسەللەنگەن ئەمچەككە قويغاندىن كېيىن بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ.

كېسەللەنگەن ئەمچەك قىزىرىپ قاتتىقلاشقاندا سىركە بىلەن قايناق سۇنى تەڭ

باراۋەر ئېلىپ كالىنىڭ دۈۋسىقىغا قاچىلاپ قىزىق ھالەتتە كىبىسلەنگەن ئەمچەكنىڭ ئۈستىگە قويۇلىدۇ.

4) ئارپا ئۇنى بىلەن يۇرچاق ئۇنىنى موغاس، تۇخۇم سېرىقى، ھۆل يۇمغاقسۈت بىلەن سېمىز ئوت سۈيىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئۆزئارا ئارىلاشتۇرۇپ ئەمچەككە چېپىلىدۇ.

5) ئىسسىتما بىرئاز پەسەيگەندىن كېيىن زىغىر، بابۇنە، ئابدۇلمەلىك ۋە كۈنجۈتلەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ گۈل يېغى ۋە ئېرىتىلگەن ئاق مومىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئەمچەككە چېپىلىدۇ.

6) ئەگەر يۇقىرىدىكى ئۇسۇللار ئۈنۈم بەرمىسە ئاق لەيلى ئۇرۇقى بىلەن ھەمىشە باھار ئۇرۇقىنى سوقۇپ تالقانلاپ زىغىرنىڭ شىرنىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ.

ئەگەر ئەمچەك ياللۇغى سوغۇقتىن بولۇپ قىزىرىش بىلەن قىزىق بولمىسا ئېرىتىلگەن ئاق مومنى گۈللى سۈسەن يېغى بىلەن ياكى قۇستە يېغىغا قوشۇپ (ھەر ئىككى خىل ماي بىرلا ۋاقىتتا ئىشلىتىلسىمۇ بولىدۇ) كىبىسلەنگەن ئەمچەك ياغلاپ بېرىلىدۇ. ياكى شۈمشە ئۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ كىبىسلەنگەن ئەمچەككە قويۇلىدۇ.

ئەمچەكنىڭ ئىششىقى ئېغىر بولۇپ قىزىرىش دائىرىسى كەڭ ۋە پۈتۈن بەدىنىنىڭ ئىسسىتمىسى يۇقىرى بولسا زىغىر، كۈنجۈت، سۈسەن يىلتىزى، قوي (ئۆچكە ياكى كالا بولسىمۇ بولىدۇ) نىڭ مېڭىسى، كەپتەر مايىقى، نەترۇن ۋە راتىنەجلەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قوينىڭ مېڭىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۇنىڭغا ئازراق كۈنجۈت يېغى قوشۇپ كىبىسلەنگەن ئەمچەك ئۈستىگە قويۇلىدۇ. سىرتىدىن چېپىلىدىغان دورا بىر كۈندە بىر قانچە قېتىم چېپىلىدۇ. يۇقىرىدىكىلەردىن باشقا غەلۋىرەك، ھەرە كۆنىكى توقۇلما ياللۇغىدا ئىشلىتىلگەن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى، ماددىنى پۈشۈرگۈچى ۋە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن جاراھەتنى تازىلايدىغان ۋە ئەت ئۈندۈرىدىغان دورىلار بىلەن تېڭىپ ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى چارىلەر بىلەن ئېغىز ئالمىسا دەستكار ئۇسۇلى بىلەن كىبىسلەنگەن ئەمچەكنىڭ يۇمشىغان (مىلقىلىغان) ئورنىدىن ئۇزۇنىغا پاكىز ۋە ئۆتكۈر تىغ بىلەن ئۇزۇنراق كېسىپ يېرىڭ ئۆۋلىرىنىڭ تېمىنى تولۇق بۇزۇپ ئىچىدىكى يېرىڭ بىلەن زەرداب تولۇق ئاقتۇزۇلىدۇ ۋە جاراھەت ئىچىنى ئىسسىق تۇز سۈيى بىلەن چايقاپ ئاۋۋال جاراھەتنى تازىلىغۇچى دورا، كېيىن ئەت ئۈندۈرگۈچى دورىلار بىلەن تېڭىپ بېرىلىدۇ.

قاراسان كېسلى

بۇ تېره ۋه تېره ئاستى يۇمشاق توقۇلمىسىنىڭ چىرىش خاراكتېرلىك كېسەللىكى بولۇپ بۇ خىل كېسەللىك مۆچىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

قان ئۇيۇشۇپ تىلىنىش (بۇلغىنىش) تىن بۇزۇلۇپ قان قويۇقلىشىپ كېسەللىك يۈز بېرىدىغان ئورۇنىنى قان بىلەن تەمىنلەيدىغان شىريان قان تومۇرى (قىزىل تومۇر) دا قان ئۇيۇپ قىلىپ كېسەللەنگەن ئورۇندا ساپ قان يېتىشمەسلىكتىن توقۇلمىلار چىرىپ ھالاك بولىدۇ. چىرىگەن توقۇلمىلار ئۇيۇپ تىلەنگەن جاراسىم ۋە ئۇلاردىن ھاسىل بولغان زەھەرلەر قان ئارقىلىق پۈتۈن بەدەنگە تارقىلىپ قۇۋۋىتى ھايۋانى، قۇۋۋىتى نەفسانى، ۋە قۇۋۋىتى تەبىئىنىڭ خىزمىتىنى بۇزۇپ يېنىكلىرىدە كېسەللەنگەن مۆچە چىرىشتىن پەيدا بولىدىغان مىيىپلىقنى كەلتۈرسە، ئېغىرلىرى ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك زەخىملىنىش چوڭقۇرراق بولغان جاراھەتلىنىش بىلەن پاسكىنا نەرسىلەر بىلەن بۇلغانغان جاراھەتلەردە كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. بەزىدە جاراھەتلەرنى داۋالاش خاتا بولغاندا ياكى كۆيۈك بىلەن ئۈششۈكتىن كېيىنمۇ پەيدا بولىدۇ. ئەگەر مۆچىلەر قانىشىدا، قاناشنى ۋاقىتلىق توختىتىش مەقسىتىدە مۆچىلەرنى چىڭ باغلاش ياكى باغلاقنىڭ ئۇزۇن تۇرۇشىدىنمۇ بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. شۇڭلاشقا مەيلى جاراھەت ئېغىر ياكى يېنىك بولسۇن، پاكىز ياكى پاسكىنا جاراھەت بولسۇن بىرىنچى قېتىملىق چارە توغرا ۋە مۇۋاپىق بولۇش كېرەك.

ئالامەتلىرى

كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ تېرىسى قارامتۇل قىزىل بولۇپ ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئېنىق بولمايدۇ. ئىششىقىنىڭ دائىرىسىمۇ كەڭ بولىدۇ. يەرلىك ئورۇن چىڭقىلىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. ھەممە قىزىش، ئىشتىھاسى كېمىيىش قاتارلىق ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. 3-2

كۈندىن كېيىن كېسەللىك تېزلا تەرەققىي قىلىپ كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرە قارىداپ قارامتۇل كۆك تۈسنى ئېلىپ چىرىشكە باشلايدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ سېزىمى يوقالغانلىقتىن ئاغرىش سېزىمى پەسىيدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇننى بارماق بىلەن باسقاندا خۇددى قارنى دەسسەپ ماڭغاندا چىقىدىغان غۇچۇرلىغان ئاۋاز ئاڭلىنىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ تېرىسى چىرىپ سېسىيدۇ ۋە بەتبۇي سېسىق زەرداب ئېقىپ چىقىدۇ. بىمارنىڭ ئىسسىقى ئېغىر دەرىجىدە يۇقىرىلايدۇ. ئىشتىھاسى تۆۋەنلەپ زەئىپلىشىدۇ. تومۇرىنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىش تېزلىشىدۇ. شۇنداقلا مۇچىدىكى كېسەللىك تېز تەرەققىي قىلىپ گەۋدىگىچە ئىلگىرىلەپ پۈتۈن ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ.

داۋاسى

بۇ خىل كېسەللىكنىڭ يۈز بېرىشىدىن ساقلىنىش ئىنتايىن مۇھىم. بۇنىڭ ئۈچۈن مەيلى ھەرقانداق يۈزە ياكى چوڭقۇر، كىچىك ياكى چوڭراق تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان جاراھەتلا بولىدىكەن قايىنتىپ سوۋۇتۇلغان تۇزلۇقراق سۇ بىلەن جاراھەتنى پاكىز چايقاپ يۇيۇپ جاراھەتتىكى ئەخلەت-چاۋا ۋە توپا لاتقىلارنى پاكىز تازىلاپ چىقىرىۋېتىش كېرەك. ھەممە ھاياتلىقى يوقىلىپ قارىدىغان توقۇلمىلارنى پاكىز تىغ بىلەن كېسىپ ئېلىۋېتىش كېرەك. ئېغىزى كىچىك جاراھەتلەرنىڭ ئېغىزىنى كېڭەيتىپ قان، زەردابلارنىڭ سىرتىغا ئېقىپ چىقىشىغا ئاسانلىق تۇغدۇرۇش كېرەك. بۇ خىل چارە ئوق تەككەن چوڭقۇر يارا بىلەن ئېزىلگەن ئۇچۇق سۇنۇقلاردا تېخىمۇ مۇھىم. شۇنداق قىلغاندا بۇ خىل كېسەللىكتىن ساقلانغىلى بولىدۇ. يۇقىرىدىكى جاراھەتلەر ئاللىقاچان قارا سانغا ئۆزگەرگەن بولسا بىمارغا قاننى سۇيۇلدۇرغۇچى، قاننى تازىلىغۇچى، ماددىنى پۈشۈرگۈچى ۋە ئىسسىقنى پەسەيتكۈچى قايناتمىلارنى بېرىش بىلەن بىرگە كېچىكتۈرمەستىن پاكىز تىغ (پىچاق ۋە قايچا قاتارلىقلار) بىلەن قارىداپ چىرىگەن بارلىق تېرە ۋە تېرە ئاستىدىكى توقۇلمىلارنى تاكى قان ئېقىپ چىققىچە كېسىپ ئېلىۋېتىلىدۇ ۋە جاراھەتتىكى قان، يىرىڭ زەردابلار تولۇق ئېقىتىلىدۇ. ھەممە جاراھەت ئىچى تۇزلۇقراق سۇ (قايىنتىپ سوۋۇتۇلغان يىلمان سۇ) بىلەن پاكىز چايقاپ يۇيۇلىدۇ. بۇنىڭدىن كېيىن جاراھەتتىكى بەدبۇي سېسىق پۇراقلار بىلەن قان، زەرداب يىرىڭلارنى (ھۆللۈكلەرنى) يوقىتىدىغان دورىلاردىن تۆۋەندىكى دورىلارنىڭ بىر خىلى جاراھەتكە سۈرتۈلىدۇ. پۇرچاق ئۇنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىركە نىجىۋىل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چاپلىنىدۇ ياكى

گۈل ئەرمىنى، موزا ۋە زەمچە كۈشتىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چاپلىدۇ ياكى بولمىسا كاسىن تالقىنى بىلەن پۇرچاق ئۇنىنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چاپلىسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر كېسەللىك ئەتراپقا تېز كېڭەيسە ۋە يۇقىرى ئىسسىتما پەيدا بولغان بولسا بىمارنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن ۋاقتىنى ئۆتكۈزمەي كېسەللەنگەن مۇچە كېسىپ ئېلىۋېتىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك گەۋدە قىسمىدا بولۇپ كېسىپ ئېلىۋېتىشكە بولمىسا جاراھەتنىڭ قارىدىغان دائىرىسىنىڭ چۆرىسىدىن داغلاپ قارىداپ چىرىگەن توقۇلمىلار تۈيۈپ (كېسىپ) ئېلىۋېتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىنكى چارىلەر يۇقىرىدىكى بىلەن ئوخشاش، شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەيمىزكى بىمارنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن جەرراھلىق داۋالاش ئۇسۇلىنى ھەرگىزمۇ كېچىكتۈرمەسلىك كېرەك. ئېنىقلانغاندىن كېيىن ئەڭ ياخشىسى دوختۇرخانىلارنىڭ بىر تەرەپ قىلىشىغا يوللاپ بېرىش كېرەك.

چاشقانيارىسى

بۇ كۆپرەك بويۇن، ئۇنىڭدىن قالسا ئوقۇرەك سۆڭەك ئۈستى بىلەن قولتۇق بەزلىرىدە پەيدا بولىدىغان سوزۇلما بەز ياللۇغى بولۇپ ئىششىغان بەزنى دەسلەپكى دەۋردە قول بارمىقى بىلەن باسقاندا تېرە ئاستىدا ئۇياق-بۇياققا مىدىرلاپ چاشقاندەك قاچىدىغانلىقى ۋە كېيىن ئېغىز ئېلىپ يارا (ئاقما) پەيدا بولىدىغانلىقى ئۈچۈن ئۇيغۇر خەلق تىلىدا «چاشقانيارىسى» دەپ ئاتاپ كەلگەن.

سەۋەبى

تېبابىتىمىز دەسلەپتە بۇ كېسەللىكنى قويۇقلاشقان بۇزۇق بەلغەم بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەي بەزلەردە تۇرۇپ قېلىشتىن پەيدا بولىدۇ دەپ قاراپ كەلگەن. كېيىنچە بەزدە تۇرۇپ قالغان قويۇق بەلغەم سىلنى پەيدا قىلغۇچى جاراسىم (مىكروب) بىلەن بۇلغىنىپ بۇزۇلۇشتىن پەيدا بولىدۇ دەپ قارىغان. بەزىدە بۇزۇق سەۋدامۇ ئارىلىشىدۇ. بەلغەم بىلەن سەۋدانىڭ ئەسلى تەبىئىتى سوغۇق بولغانلىقى ئۈچۈن مۇشۇ خىل كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ ئىششىغان بەز بىلەن يىرىڭلىق ئىششىق سوغۇق بولىدۇ.

بۇ كېسەللىك بويۇن ۋە قولتۇقتىن باشقا ئورۇندىكى بەزلەردىمۇ پەيدا بولىدۇ. ھەتتا ئىچكى ئەزالارنىڭ چۆرىسىدىكى بەزلەردىمۇ پەيدا بولىدۇ. بۇ كېسەللىك كۆپىنچە ئۆپكە سىلى ئاساسىدا پەيدا بولىدىغان بولۇپ ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلاردا كۆپ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بويۇن قاتارلىق ئورۇنلاردىكى بەزلەر ھەر خىل چوڭلۇقتا ئىششىيدۇ. سانى بەزىدە ئاز، بەزىدە كۆپ بولۇپ، چوڭلىرى ئۈچار قۇش تۇخۇملىرىدەك، كىچىكلىرى گىلاس، ئالۇچا ھەتتا مېغىز چوڭلۇقىدا بولۇپ، شەكلى يۇملاق ياكى سوقۇچاق ۋە قاتتىقراق بولىدۇ. باسقاندا ئاغرىمايدۇ ياكى يېنىكرەك بىلىنەر-بىلىنمەس ئاغرىيدۇ. تېرىنىڭ رەڭگى ئۆزگەرمەيدۇ. ئىششىغان بەزنىڭ يۈزى قولغا سىلىق بىلىنىدۇ. مەلۇم مەزگىل ئۆتكەندىن كېيىن ئىششىق ئاستا-ئاستا يوغىناپ يۇمشايدۇ ۋە بىر-بىرى بىلەن چاپلىشىپ تۇتۇشىدۇ. ھەتتا تېرە ئاستى توقۇلمىلار بىلەن چاپلاشقانلىقى ئۈچۈن ئىلگىرىكىدەك مىدىرلىمايدۇ ھەمدە ئۆزئارا چاپلىشىپ ئۇتاشقان چوڭ مونەكنىڭ يۈزى ئېگىز-پەس بولىدۇ. بۇ مەزگىلدە ئاغرىش پەيدا بولىدۇ ۋە تېرىنىڭ رەڭگى قىزىرىشقا باشلايدۇ. بىراق قول بىلەن تۇتقاندا قىزىق بىلىنمەيدۇ. بىراق بۇ مەزگىلدە ئىششىغان ئورۇن تېرىدىن روشەن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ-دە، يەنە بىر مەزگىل ئۆتكەندىن كېيىن تېرە رەسمىي قىزىرىپ قارامتۇل قىزغۇچ تۈسنى ئالىدۇ ۋە ئىششىپ زورايغان بەز رەسمىي يۇمشاپ مىلىقلايدۇ ۋە ئېغىز ئېلىپ قويۇق ئېرىمچىككە ئوخشاش يىرىڭ چىقىدۇ. ئېغىز ئالغاندا ئىششىق كىچىكلەيدۇ، بىراق ئېغىز ئالغان تۆشۈك ئېتىلىپ قالغاندا ئىششىق يەنە يوغىناپ ئاخىرى ئېغىز ئالىدۇ. ئېغىز ئېلىش بىر ياكى بىر قانچە ئورۇندىن ئېغىز ئېلىش مۇمكىن. دەسلەپ ئېغىز ئالغان تۆشۈك ئېتىلىپ قېلىپ ئىككىنچى ئورۇندىن ياكى باشقا ئورۇندىن ئېغىز ئالىدۇ. شۇنداق قىلىپ كېسەللەنگەن ئورۇندا ھەر خىل ئۇزۇنلۇقتا ۋە ھەر خىل كەڭلىكتە تاتۇق پەيدا بولۇپ گۈزەللىككە ۋە بويۇن بىلەن مۈچىنىڭ ھەرىكىتىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ. يۇقىرىدىكى ئالامەتلەردىن باشقا بىماردا چۈشتىن كېيىن قىزىغاندەك ھېس قىلىپ، كېچىلىرى سوغۇق تەرلەش، ئىشتىھاسى روشەن كېمىيىش ۋە جۇدەشكە ئوخشاش ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان كىشىلەرنىڭ چىرايى خۇنۇكلىشىپ بەزى بىمارلارنىڭ يۈزىدە داغ پەيدا بولىدۇ ۋە ئۇيقۇسى قاچىدۇ. ئەگەر ئۆپكىدە سىل كېسەل بولسا بىماردا يۆتەل پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

بۇزۇق بەلغەم بىلەن سەۋدانى پۈشۈرۈش ئۈچۈن شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنىڭ پۈشۈرغۇچىسى (مۇنزىجى)نى بېرىپ ماددا پىشقاندىن كېيىن بەدەننى تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىلىدۇ ۋە ئىشتىھانى ئاچقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ.

ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ئۈستىخۇددۇس، بادرەنجى بۇيا، ئارپا بەديان، ئارپا بەديان يىلتىزى ۋە شاھتەرە ھەر بىرىدىن 20 گرام، شوخلەك، رومبادىيان ھەر بىرىدىن 10 گرام، پىشقان ئەنجۈر 8 دانە، ئۈرۈقى ئېلىنغان ئۈزۈم 33 گرام، ھەسەل، گۈلقەنت 66 گرام، سۇ بىر چوڭ چىنە، يۇقىرىقى دورىلارنى چالا سوقۇپ پەس ئوتتا بىرىمى قالغىچە قاينىتىپ ئۈچ كۈن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر ماددا پىشمىسا يۇقىرىدىكى ئۇسۇلنى تاكى ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگىچە داۋاملاشتۇرۇشقا بولىدۇ ياكى خام بەلغەم بىلەن سەۋدانى پۈشۈرغۇچى باشقا نۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ.

قويۇق بەلغەمنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن ئايارەج پەيقىرا 10 گرام، غارىقۇن 6 گرام، شەھمى ھەنزەل 5 گرام، ئەنزۇرۇت 13 گرام، تۇربۇت 20 گرام، جاۋشىر 3 گرام، نۇشۇدۇر 6 گرام، سوقمۇنيا 3. گرام دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۆدە سۈيىدە خېمىر قىلىپ نۇقۇت چوڭلۇقىدا كومۇلاچ قىلىپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 2-3 تالغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ ياكى بەلغەم بىلەن سەۋدانىڭ باشقا تازىلىغۇچىلىرى ئىشلىتىلىدۇ. ئۈزۈن مەزگىل (ساقايغىچە) ئاسان ھەزىم بولىدىغان قۇۋۋەتلىك تائام بۇيرۇلىدۇ. بىراق ئاچچىق-چۈچۈك يېمەكلىكلەر (مېۋىنىمۇ ئۈز ئىچىگە ئالىدۇ) چەكلىنىدۇ. بىراق پىشقان تاتلىق مېۋىلەر بىلەن چامغۇر، سەۋزە قاتارلىق كۆكتاتلارنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. كېسەل ساقايغىچە ئېغىر جىسمانىي ھەرىكەتلەر بىلەن جىسمانىي ۋە روھىي جەھەتتىكى چارچاشتىن ساقلىنىش كېرەك.

بىمارنىڭ مىجەزى تەڭشەلگەندىن كېيىن قاننى تازىلىغۇچى ھۆللۈكنى كېمەيتكۈچى، ئىشتىھانى ياخشىلىغۇچى، ئىسسىتمىنى ياندۇرغۇچى (يۇقىرى ئىسسىتمىسى بارلارغا ئىشلىتىلىدۇ) يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈپ بەدەننى قۇۋۋەتلىگۈچى ئۆيۈپ قالغان ماددىنى ئېرىتىپ توسالغۇنى ئاچقۇچى، ئىششىقنى ئىچىدىن ياندۇرغۇچى، كېسەل پەيدا قىلغۇچى جاراسىملارنى ئۆلتۈرگۈچى ۋە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئۆۋەندىكى چارىلەرنى بىر ياكى بىرنەچچە خىللىرى ئەھۋالغا قاراپ قوللىنىلىدۇ.

سۈ يىلىنىنى تۇتۇپ، ئىچ-باغرىنى ئېلىۋېتىپ چاناپ قىيما قىلىپ قوي گۆشى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چۆچۈرە، سامسا ياكى مانتا قىلىپ يېيىشكە بېرىلىدۇ (يىلاننىڭ چوڭ-كىچىكلىكىگە قاراپ بىر يىلاننى بىر قانچە قېتىمغا بۆلۈپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ). ئادەتتە يىلاندىن 3-2 ياكى 5-3 تالغىچە ئىشلىتىلسە ساقىيىپ كېتىدۇ ياكى يىلاننى قۇرۇتۇپ سوقۇپ تالقانلاپ مۇۋاپىق مىقداردا كاپ ئېتىپ بەرسىمۇ بولىدۇ.

يىلان تالقىنى بىلەن قىزىل قولتۇق پاقا تالقىنىنى تەڭ مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 1-2 گرامغىچە قايناق سۇ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

چايان (سېرىق ئېشەك) دىن 66 گرام (قۇيرۇقى ئېلىۋېتىلسىمۇ بولىدۇ) ئېلىپ تۇزلۇقراق سۇدا پەس ئوت بىلەن يېرىم سائەت قايىنىتىپ قۇرۇتۇپ يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ. ئۇنىڭغا 33 گرام سازاڭ قۇرۇت تالقىنىنى قوشۇپ (سازاڭ قۇرۇتنى زەيلىك يەردىن كولاپ ئېلىپ پاكىز يۇيۇپ. بىر قانچە قېتىم پاكىز سۇغا چىلاپ قويۇلسا ئىچىدىكى لاتقىلارنى قوسۇپ چىقىرىش ئارقىلىق تازىلىنىدۇ ۋە قۇرۇتۇپ تالقان قىلىنىدۇ)، ئۈستىگە 33 گرام چۈچۈك بۇيا تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئازراق ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ كۆممەقوناق چوڭلۇقىدا كومۇلاچ تەييارلاپ بالىلارغا كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 دانىدىن چوڭلارغا كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 5-6 دانىدىن يېيىشكە بېرىلسە ئېغىز ئالماي ساقىيىپ كېتىدۇ.

قوي ياكى ئۆچكە مۈڭگۈزىنىڭ ئىچىدىكى قىسمىنى قىرىپ ئېلىپ تونىكە ئۈستىكە قويۇپ كۆيدۈرۈپ كۆلىنى سوقۇپ ئۇنىڭغا ئازراق شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 3 قېتىم ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 2 گرامدىن 2.5 گرامغىچە داۋاملىق 3-2 ھەپتە ئىچىشكە بېرىلسىمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىلىدۇ.

مەجۇنى سامساق: بۇنى مەجۇنى سۇم ياكى مەجۇنى سىر دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئاقلانغان سامساق 200 گرام، زەنجىۋىل، پىلپىل، قارىمۇچ، قەلەمپۇر، دارچىن، كاۋاۋىچىن، جويۇز، ئاقىرقەرھا، خولىنجان ھەر بىرىدىن 66 گرام، زەپەر 3.5 گرام، گۈل يېغى 33 مىللىلىتىر. سامساقنى ئېزىپ 500 مىللىلىتىر كالا سۈتىگە چىلاپ پەس ئوتتا سۈيى تۈگىگىچە قايىنىتىپ ئۈستىگە 450 مىللىلىتىر ھەسەل قويۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭ ئۈستىگە يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنغان باشقا دورىلارنى قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يۇقىرىقى قىيامغا سېلىپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. چوڭلارغا كۈنىگە 2-3 قېتىم ھەر قېتىمدا 3-4 گرامدىن يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىترىيفىل غۇددى (بەزى ئىترىيفىلى): قارا ھەلىيلە 50 گرام، بەلىلە، ئامىلە،

توربۇت ھەر بىرىدىن 23 گرام، ئەفتىمۇن 33 گرام، ئۇستىخۇدۇس، قوينىڭ قۇرۇتۇلغان بويۇن بېزى 17 گرام، سانا 12 گرام، غارىقۇن، شاھتەرەنجى ھىندى، ئۇشۇدۇر ھەر بىرىدىن 10 گرام، زۇرامبات 10 گرام، رومبەدىيان، گۈل دارچىن، سۈمبۇل، قەلەمپۇر، جويۇز، لاچىندانە، مەستىكى ھەر بىرى 7 گرامدىن، بىستىپايەج 17 گرام، ھەسەل بىر لىتر. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. چوڭلارغا كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ـ 6 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

قىسقۇچ پاقا (سەرەتان) نىڭ پۇتلىرىنى كېسىۋېتىپ تازىلاپ ئارپا سۈيىگە سېلىپ پۇشۇرۇپ يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ. ياكى قىسقۇچ پاقا تالقىنى كاپ ئېتىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. يۇقىرىقى دورىلارنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلى ئەھۋالغا قاراپ بېرىلسە چاشقان يارىسى ئىغىز ئالماي ساقىيىدۇ ياكى ئىغىز ئالسىمۇ ئاقما پەيدا بولماي ساقىيىدۇ. شۇڭلاشقا يۇقىرىقى دورىلارنى چاشقان يارىسىنىڭ ھەرقايسى باسقۇچلىرىنىڭ ھەممىسىدە ئىشلىتىشكە بولىدۇ. بىمارغا ئىچىدىن يېيىشكە گۈلقەنتنى ئۇزۇن ۋاقىت كۆپرەك قوشۇپ بېرىشكىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا ئۇخۇم شاكىلىنى سارغايغىچە قورۇپ يانجىپ، سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا بالىلارغا 1.5 گرام، چوڭلارغا 5 ـ 3 گرامدىن بېرىلسە چاشقان يارىسىنىڭ ئىغىز ئېلىشتىن ساقلىنىدۇ ياكى خام تۇخۇمنىڭ ئۇچىدىن تۆشۈك ئېچىپ تۇخۇم ئېقىنى ئۆكۈۋېتىپ ئۇنىڭ ئورنىغا ھەر بىر تۇخۇمنىڭ ئىچىگە 6 گرامدىن قايچا بىلەن ئۇششاق كېسىلگەن يىلان قاسىرىقى (پوستى)نى سېلىپ، تۆشۈكنى خېمىر بىلەن ئېتىپ قوقاسقا كۆمۈپ پۇشۇرۇپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىردىن يەپ بېرىدۇ. بۇ چارىنى خېلى بىر مەزگىل داۋاملاشتۇرۇشقا بولىدۇ. بىمار داۋالىنىش جەريانىدا ئۇسسۇزلۇققا شاپتۇلنىڭ يۇمران نوتىسى، چوڭ خوخا تىكىنىدىن باراۋەر مىقداردا، سېمىز ئوتتىن يېرىم مىقدار ئېلىپ ئۇششاق توغراپ قاينىتىپ، مەلۇم مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ چاي ئورنىدا ئۇسسۇزلۇققا ئىچىپ بېرىشكە بولىدۇ.

سىرتىدىن ئاۋۋال ماددىنى تارقاتقۇچى (ئىششىقنى ياندۇرغۇچى) دورا ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئىششىق يانمىسا ماددىنى پۇشۇرغۇچى ۋە ئىغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئىغىز ئالغاندىن كېيىن جاراھەتنى تازىلىغۇچى ۋە ئەت ئۈندۈرۈپ جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلاردىن كۆپرەك قوللىنىدىغانلىرى تۆۋەندىكىچە:

ياۋا سامساق، مۇقىل، چەلەك يىلتىزى، يۇرچاق ۋە بۆرە سويىمسى يىلتىزىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سىركە، ھەسەل ياكى زەيتۇن يېغى قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلى بىلەن قوشۇپ مەلھەم قىلىپ كۈنىگە 2-3 قېتىم يەرلىك ئورۇنغا چاپلاپ بېرىلىدۇ.

قىچا، ئەنجۈر، كۆپۈكى دەريا، زىراۋەندى، موقىل، ئۆشەق، ئاق موم ۋە كونا زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. مەلھەم تەييارلاش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە:

ئەنجۈر بىلەن ئاق مومدىن باشقىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئاۋۋال ئاق مومنى زەيتۇن مېيىدا ئېرىتىپ (ئوتتا قىزدۇرۇلىدۇ) ئۇنىڭ ئۈستىگە پىشقان ئەنجۈر ياكى مۇراببا قىلىنغان ئەنجۈر بىلەن دورا تالقانلىرىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ.

مەلھەمى داخلىيۇننىڭ ئۈنۈمى ياخشى ئۇنىڭ تەركىبى روفتى رومى، راتىيانەج، ئاق موم ھەر بىرىدىن 28 گرام، قۇنە 14 گرام، زەيتۇن يېغى 100 ميللىلىتىردىن ئېلىپ مومنى زەيتۇن مېيى بىلەن ئېرىتىپ قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئاق موم ئېرىتىلگەن زەيتۇن مېيىغا سېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. ئەگەر بۇ مەلھەمگە گۈل سۆسەر يىلتىزىنىڭ تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

مەلھەمى روسۇل: تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ئاق موم، راتىنەج ھەر بىرىدىن 35 گرامدىن، جاۋاشىر، زەنكار، فىننە، مۇرمەككى ھەر بىرىدىن 5.5 گرام، ئۆشەق 19 گرام، تۇزۇن زىراۋەندى، كۈندۇر ھەر بىرىدىن 8.5 گرام، يېشىل مۇقىل 11 گرام، مەدەستان 13 گرام، زەيتۇن مېيى يازدا 333 ميللىلىتىر، قىشتا 500 ميللىلىتىر. يۇقىرىقى دورىلاردىن ئاق موم، مۇقىلدىن باشقىسىنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇقىلنى سىركىدە، ئاق مومنى زەيتۇن مېيىدا ئېرىتىپ ئۈستىگە تالقان دورىلار قوشۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

خېنىگۈل مەلھەمى ئىششىقنى ياندۇرۇپ ئىرىڭنى ئالدۇرماي ساقايتىش ياكى ماددىنى پۇشۇرۇپ ئىرىڭنى ئالدۇرۇش ۋە ئىرىڭنى ئالغاندىن كېيىن جاراھەتنى تازىلاپ جاراھەتنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىشتە ئۈنۈمى بىرقەدەر ياخشى.

تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ھۆل خېنىگۈل چېچىكىدىن بىر كىلوگرام ئېلىپ ئۇششاق توغراپ ئىككى لىتىر سۇغا سېلىپ پەس ئوتتا يېرىم قالغىچە قاينىتىلىدۇ. داكا بىلەن سۈزۈۋالغاندىن كېيىن بىر كىلو سۇغا سېلىپ يېرىمى قالغىچە قاينىتىلىدۇ. داكا بىلەن

سۈزۈپ تىرىپىنى ئېلىۋېتىپ ئىككى قېتىملىق سۈزۈۋېلىنغان سۈيىنى قوشۇپ پەس ئوتتا مەلھەم ھالەتكە كەلگىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

ئاقلانغان ئىنەك پىتى (ئابدىمىلىك تۇرۇقى) مەستىكى (دېۋىرقاي يىلمى—كۆجە) تالقىنى ھەر بىرى 10 گرامدىن، كۆيدۈرۈلگەن كۆك تاش تالقىنى 3 گرام، قوي مېيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېرىتىپ يۇقىرىقى دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ. بۇ مەلھەم جاراھەتنى تازىلاش رولىنى ئوينايدۇ.

سۆگەت يوپۇرماق مەلھىمى: تەركىبى ۋە ياسىلىشى سۆگەت يوپۇرمىقىدىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ، يۇيۇپ تازىلاپ، سايىقىنى كېسىۋېتىپ چالا سوقۇلىدۇ ۋە ئۈستىگە سۇ قۇيۇپ پەس ئوتتا قاينىتىپ، تىرىپىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ سۈيىنى قايتىدىن قويۇلغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. تېرەك يوپۇرمىقى ۋە شاپتۇل يوپۇرمىقىدىن تەڭ باراۋەر ئېلىپ، پاكىز يۇيۇپ، يېتەرلىك سۇدا تۇزۇن قاينىتىپ، سۈيىنى داكا بىلەن سۈزۈۋېلىپ سۇيۇق تۇماچ ھالىتىگە كەلگىچە قاينىتىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بۇ نۇسخا ماددىنى پۇشۇرۇش ۋە ئېغىز ئالدۇرۇشنى تېزلىتىشتە ئۈنۈمى خېلى ياخشى. ئەڭ ياخشىسى ئىچىدىن دورا بېرىپ، سىرتىدىن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىش بىر ئىككى ئاي داۋاملاشتۇرۇلسىمۇ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە دەستىكار ئۇسۇلىنى قوللىنىپ كېسىپ ئېلىۋېتىلسىمۇ بولىدۇ.

چىقىملار

بۇ، باش، يۈز تېرىلىرى ۋە بەدەننىڭ باشقا قىسىم تېرىلىرىدە پەيدا بولىدىغان يىرىڭلىق ئۆششاق مۇدۇرلەر بولۇپ ئۇيغۇرچىدا «موي خالتا ياللۇغى» ياكى «چىقما» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

غەيرىي تەبىئىي قانغا سەۋدا ئارىلىشىشتىن بۇزۇلغان قان تېرىدىكى موي ۋە تەر خالتىلىرىغا يىغىلىۋېلىپ بەدەن سىرتىغا چىقالماسلىق ھەمدە تېرىنى پاكىز تۇتماسلىقتىن پاسكىنا نەرسە ۋە جاراسىملار بىلەن بۇلغىنىش چىقىملارنىڭ مۇھىم

سەۋەبلىرىدىن ئىبارەت. قان بۇزۇلمىسا ۋە تېرە پاكىزە بولسا بۇ كېسەللىك پەيدا بولمايدۇ.

ئالامەتلىرى

بۇ كېسەللىك يۈز بىلەن باش تېرىسىدە كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا بويۇن، گەدەن، دۈمبە، مەيدە ۋە ساغرا قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. دەسلەپتە ئاق قوناق چوڭلۇقىدا، قىچىشىپ ئاغرىيدىغان، قىزىل ۋە قاتتىق مۇدۇرلەر پەيدا بولۇپ بىر، ئىككى ياكى ئۈچ كۈندىن كېيىن ئۇچى ئاقىرىپ ئىرىڭ ئالىدۇ. كۆپ ھاللاردا ئىسسىتمىسى كۆتۈرۈلۈش قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك يىقىمسىزلىقلار بولمايدۇ. سانى كۆپ بولسا قىسمەن بىمارلاردا جۇغ-جۇغ پەيدا بولۇش، ئىسسىتمىسى ئازراق كۆتۈرۈلۈش ۋە ئىشتىھاسى كېمىيىش قاتارلىق ئالامەتلەر پەيدا بولۇشى مۇمكىن.

چىقىلار ماددىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. ئەگەر ماددىسى ئۆتكۈر بولسا، مۇدۇرنىڭ ئۇچى تىكەنگە ئوخشاش ئۇشلۇق بولىدۇ. بۇ خىلدا ماددىنىڭ پىشىشى تېز بولۇپ، ئىرىڭ ئېلىپ تېز ساقىيىدۇ. شۇڭلاشقا چىقىنىڭ بۇ خىلىغا سىرتىدىن ماددىنى پۇشۇرغۇچى ۋە ئىرىڭ ئالدۇرغۇچى دورا ئىشلىتىش ھاجەتسىز. ئەگەر ماددا سۇس، بەدەندىكى تەبىئىي ھارارەت تۆۋەنرەك بولسا چىقىنىڭ شەكلى يۇمىلاق ياكى ياپىلاقراق بولۇپ ئۇچى ئۇچلۇق بولمايدۇ. قىزىللىقمۇ سۇسراق بولىدۇ. چىقىنىڭ بۇ خىلىدا ماددىنىڭ پىشىشى ۋە ئىرىڭ ئېلىشى ئاستىراق بولىدۇ. شۇڭلاشقا داۋالاشتا ماددىنى پۇشۇرۇپ ئىرىڭ ئالدۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. چىقىنىڭ ئۈچىنچى خىلى چىقانغا ئوخشاشراق بولۇپ شەكلى ئەنجۈرگە ئوخشاش يۇمىلاقراق قىزغۇچ كېلىدۇ. بۇ خىلدا پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر كۆرۈلۈشى مۇمكىن.

داۋاسى

يېمەكلىكلەردىن ئىرىڭ سىڭدىغان ناچار يېمەكلىكلەرنى (مەسلەن، كونا گۆش، سۈرلەنگەن گۆش ۋە ئۇرۇپ قالغان يېمەكلىكلەر قاتارلىقلار) ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. ئىچىدىن غەيرىي تەبىئىي قان بىلەن سەپرانى پۇشۇرغۇچى (مۇنزىج) دورىلار بىلەن تازىلىغۇچى سۈرگە (مۇسھىللار) بېرىپ بۇزۇق قان تازىلىنىدۇ ۋە قىزىق سۇدا

ھوردۇتۇپ تېرە تۆشۈكلىرى ئېچىلىدۇ. مىجەز تۈزەلگەندىن كېيىن قانى تازىلايدىغان تەبىئىي سوغۇق ياكى مۆتىدىل دورىلاردىن سۆيۆپى ئىشرىبىغىل، ئەرەقى شاھتەررە قاتارلىق تەييار دورىلار بېرىلىدۇ. كېسەللىكنىڭ دەسلەپىدە ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلاردىن زوفا، تاغ يالپۇزى (پۇدىنە) ۋە تۇزلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

سىرتىدىن لەيلى قازاق ئۇرۇقى (ئۇخۇمى خەتمى)، قىزىل زىغىر (بىزورى كاتان)، خېمىرتۇرۇچ، ئاق موم، ئەنجۈر قېقى، كۈندۈر، زەپەر ۋە زەيتۇن يېغىدىن ئېلىپ مەلھەم تەييارلاپ سىرتىدىن سۈرتۈلىدۇ. تەييارلاش: دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئەنجۈر قېقى قىيام قىلىنىدۇ. ئاق موم زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىلىدۇ. تالقان دورىلار بىلەن ئېرىتىلگەن ئاق موم ۋە ئەنجۈر قىيامىغا مۇۋاپىق مىقداردا زەيتۇن يېغى قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ. ئىككىنچى قېتىمدا دورا سۈرتۈشتىن ئىلگىرى قىزىق سۇدا ھوردىنىپ تېرە تازىلىنىدۇ. يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن داۋالاپ ماددا پىشقان بولسىمۇ (يىرىڭلىغان بولسىمۇ) لېكىن ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئالمىسا مەلھىمى داخلىيۇن قاتارلىق ئېغىز ئالدۇرغۇچى مەلھەم دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ياكى پاكىز ئۆتكۈر تىغ بىلەن يېرىپ ئېغىز ئالدۇرۇلسىمۇ بولىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن جاراھەت يۈزىدە يىرىڭ ياكى زەرداب كۆپ بولسا جاراھەت يۈزىدىكى يىرىڭ بىلەن زەردابنى پاكىز نەم پاختا (تۇز سېلىپ قاينىتىلغان سۇغا چىلانغان پاختا) بىلەن جاراھەت يۈزىنى پاكىز تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ئوپا، تۇتىيا، ئانار چېچىكى، موزا، خۇنساۋشان ۋە ئەنزۇرۇتلاردىن تەييارلانغان تالقان دورا جاراھەت ئۈستىگە سېپىلسا، جاراھەت يۈزىنىڭ ساقىيىشىنى (ئەت ئۆندۈرۈشنى) تېزلىتىدۇ.

بۇ كېسەل تولاراق ياشلاردا پەيدا بولۇپ ياز كۈنلىرى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بۇ كېسەللىكتىن ساقلىنىش ئۈچۈن بۇزۇلغان، ناچار ۋە تەستە سىڭىدىغان يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، پات-پات مۇنچىغا چۈشۈپ تېرىنى پاكىز تۇتۇش، جىسمانىي ھەرىكەتلەر بىلەن مۇۋاپىق شۇغۇللىنىش، قەۋزىيەتتىن ساقلىنىش قاتارلىق تەدبىرلەر مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

ئاقما

تېرە، تېرە ئاستى ھەتتا ئىچكى ئەزالاردىكى يىرىڭلىق جاراھەتلەر بەدەن سىرتىغا ئېغىز ئېلىپ جاراھەت ئېغىزى پۈتمەي داۋاملىق ياكى قەرەللىك يىرىڭ، زەرداب ئېقىپ تۇرىدىغان جاراھەت ئۇيغۇر تىلىدا «ئاقما» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

ئاقما مۇستەقىل كېسەللىك بولماستىن، بەلكى تېرە ئاستى، ھەتتا ئىچكى ئەزالاردىكى ھۆكۈنەكىسمان توقۇلما ياللۇغى، يىرىڭلىق ئىششىق، چاشقان يارىسى، يىلىك ياللۇغى ھەتتا ئىچكى كاۋاك ئەزا قاتارلىق ئورۇنلاردىكى يىرىڭلىق جاراھەتلەر تېرىدىن ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ياكى يېرىپ ئاققۇزغاندىن كېيىنكى داۋالاش مۇۋاپىق بولماسلىق، ئېغىز ئالغان ياكى يېرىپ ئاققۇزغان تۆشۈك كىچىك بولۇپ قېلىپ جاراھەت ئېغىزى بالدۇر پۈتۈپ قېلىش، يىرىڭ تۈۋىلىرىنىڭ قېپى بۇزۇلماي قېلىش ياكى بولمىسا جاراھەت ئىچىدە تىكەن ياكى تېگىق لاتىسى قاتارلىق يات نەرسىلەر قېلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. بىراق تىبابەتتە ئېغىز ئېلىپ ياكى يېرىپ يىرىڭ ئاققۇزغاندىن كېيىن 40 كۈنگىچە ساقايمىغانلار ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ بەدەننىڭ ھەممە يېرىدە بولۇۋېرىدۇ مەقئەت ئەترابى، قولتۇق، بويۇن، يىرىق قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. ئاقما ئاقما ئېغىزى، ئاقما نەيچىسى ۋە يىرىڭ خالتىسىدىن ئىبارەت ئۈچ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. ئاقما ئېغىزى بىر ياكى بىرقانچە بولۇشى مۇمكىن. ئاقما نەيچىسى بىر ياكى بىرقانچە بولۇشى مۇمكىن ھەمدە تۈزۈن قىسقىلىقىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. يىرىڭ خالتىسىمۇ بىر ياكى بىرقانچە بولۇپ چوڭ-كىچىكلىكى ھەر خىل بولۇشى مۇمكىن. بەزىدە ئاقمىنىڭ مەنبەسى بىر لېكىن ئېغىزى بىرقانچە بولۇشى مۇمكىن. بۇنداق ئاقمىدىن كېلىدىغان سۇيۇقلۇق زەرداب بىلەن يىرىڭلارغا ئوخشاش بولىدۇ. بەزىدە ئاقمىنىڭ مەنبەسى كۆپ ئېغىزى بىر بولۇشى مۇمكىن. بۇنداق ئاقمىدىن كېلىدىغان زەردابنىڭ رەڭگى ھەر خىل بولىدۇ. ئاقما يولى بەزىدە بىرلا بولىدۇ، بەزىدە كۆپ بولىدۇ. ھەتتا بىر-بىرى بىلەن تۇتۇشۇپ تور ھاسىل قىلىشى مۇمكىن.

ئالامىتى

داۋاملىق يىرىك بىلەن زەرداب ئېقىپ تۇرىدۇ ياكى ئاقمىنىڭ ئېغىزى بەزىدە ئېتىلىپ قېلىپ «پۈتىدۇ»، ئاقما ئېغىزى ئېچىلىپ يىرىك، زەرداب ئېقىش بىلەن ئاقمىنىڭ ئېغىزى پۈتۈپ قېلىش تەكرارلىنىپ تۇرىدۇ. ئاقما ئېغىزىنىڭ چۆرىسىدە گۆش ئۆنۈپ تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدىغان قىپقىزىل ياكى قارامتۇل قىزىل گىرۋەك ھاسىل قىلىدۇ. ئاقمىنىڭ ئېغىزى ئوچۇق مەزگىلدە (يىرىك بىلەن زەرداب ئېقىۋاتقان مەزگىلدە) ئاغرىش، ئىششىش بولمايدۇ. بىراق ئاقما ئېغىزىنىڭ ئەتراپىدىكى تېرە شەلۋەرەپ ئېچىشىشى مۇمكىن ياكى تەمرەتكە پەيدا بولۇشى مۇمكىن. ئېغىزى ئېتىلىپ قالغاندا ئىششىش ۋە ئاغرىش بولۇپ بىرقانچە كۈنلەردىن كېيىن ئەسلىدىكى ئاقما ئېغىزى قايتىدىن ئېچىلىپ يىرىك چىقىدۇ ياكى ئەسلى ئېغىزىغا يېقىن ياكى يىراقراق ئورۇندىن ئېغىز ئېلىپ يىرىك چىقىشى مۇمكىن. مۇشۇنداق ھالدا بىرقانچە يىل، ھەتتا بىرقانچە ئون يىللار داۋاملىشىشى مۇمكىن.

ئاقمىنىڭ يۇقىرىقى تۈرلىرىدىن باشقا يەنە تۆۋەندىكى تۈرلىرىمۇ ئۇچراپ تۇرىدۇ.

1) سۈيدۈك ئاقمىسى (ناسۇرى مەسانە). بۇ ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، بېسىلىش، سانجىلىش ۋە ئوق تېگىش ياكى قىيىن تۇغۇت قاتارلىق سەۋەبلەردىن دوۋساق بىلەن ئىچكى ۋە سىرتقى سۈيدۈك يوللىرى زەخىملىنىش، زەخىملەنگەن ئورۇن تىكىلمەسلىك ياكى ئۇلانماسلىق ياكى بولمىسا تىكىش بىلەن ئۇلىنىشنىڭ ياخشى بولماسلىقى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. قىسمەن ھاللاردا تۇغما كەمتۈكلۈكتىن (مەسىلەن: سۈيدۈك يولى يىرىقى)مۇ پەيدا بولىدۇ. سۈيدۈك ئاقمىسىنىڭ ئېغىزى بەزىدە ئەۋرەت قىسمى بىلەن تۆۋەنكى قۇرساق قىسمىدا ئېچىلسا بەزىدە ئۈچەينىڭ تۆۋەن قىسمىغا ياكى ئاياللاردا جىنسىي يولغا ئېچىلىدۇ. بۇنىڭ مۇھىم ئالامىتى بولسا سۈيدۈكنىڭ بىر قىسمى ياكى ھەممە قىسمى ئاقمىدىن ئېقىپ چىقىدۇ. بۇنداق بىمارلار سۈيدۈك پۇراپ تۇرىدۇ ۋە تېرە شەلۋەرەپ ھۆل تەمرەتكە پەيدا بولۇپ ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ.

2) كۆكرەك ئاقمىسى (ناسۇرى سەدر) بۇ ھەر خىل سەۋەبلەردىن كۆكرەك زەخىملىنىشتىن كېيىن زەخىملەنگەن ئورۇن پۈتمەسلىك ياكى كۆكرەك بوشلۇقىدىكى يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ بەدەن سىرتىغا ئېغىز ئېلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ.

بۇنىڭ ئاساسىي ئالامىتى ئاقما ئىغىزى ئارقىلىق يىرىڭ بىلەن زەرداب ئېقىپ چىقىشتىن ئىبارەت.

3) سوڭ (مەقئەت) ئاقمىسى (ناسۇرى مەقئەت) بۇ خىل ئاقما كۆتەن (تۈز) ئۈچەي بىلەن مەقئەت يولى ئەتراپىدىكى يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ مەقئەت ئەتراپىدىكى تېرە ياكى كۆتەن ئۈچەي ئىچىگە ئېغىز ئېلىشىدىن پەيدا بولىدۇ. كۆتەن ئۈچەي ئىچىگە ئېغىز ئالغانلىرىدا يىرىڭ بىلەن زەرداب چوڭ تاھارەتنىڭ سىرتىغا يېپىشىپ كېلىدۇ. ئەگەر ئاقما ئېغىزى مەقئەتنىڭ ئەتراپىدىكى تېرىگە ئېچىلغان بولسا داۋاملىق يىرىڭ بىلەن زەرداب ئېقىپ چىقىپ ئىشتاننى بۇلغاپ نەم قىلىدۇ. بەزىدە ئاقما ئېغىزى ھەم مەقئەت ئەتراپىدىكى تېرىگە ھەم كۆتەن ئۈچەي ئىچىگە ئېچىلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

ئاقما كېسىلى كۆپ ھاللاردا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرمىسىمۇ لېكىن ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقى ئۈچۈن بىمارنى ئوڭايسىزلاندۇرۇپ روھىي جەھەتتىن ئازابلايدۇ، بولۇپمۇ ئېغىزى ۋاقىتلىق ئېتىلىپ قالغاندا ئىششىش، قىچىشىش، ئاغرىش ۋە ئىسسىتمىسى كۆتۈرۈلۈش ۋە ئاقما ئېغىزى ئەتراپىدىكى تېرە شەلۋەرەپ زىدىلىنىش، تەمرەتكە پەيدا بولۇپ قىچىشىش ئارىلاش ئېچىشىپ ئاغرىش بىمارغا ئازاب كەلتۈرىدۇ. شۇڭلاشقا ئاقمىنىڭ پەيدا بولۇشىدىن قەتئىي ساقلىنىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن چىقان، غەلۋىرەك، ھەرە كۆنىكى توقۇلما ياللۇغى ۋە يىرىڭلىق ئىششىقلارنى ئېغىز ئالدۇرۇپ داۋالىغاندا ياكى دەستكار ئۇسۇلى بىلەن يېرىپ ئاققۇزغاندا كۆڭۈل قويۇپ داۋالاپ جاراھەت ئېغىزىنىڭ جاراھەتتىن بالدۇر پۈتۈپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئىنتايىن مۇھىم، شۇنداقلا ھەرقايسى ئورۇن زەخىملەنگەندە بولۇپمۇ ئىچى كاۋاك ئەزالار زەخىملەنگەندە، زەخىملەنگەن ئورۇننى ئوبدان تەكشۈرۈش كېرەك، ئۈزۈلگەن بولسا ئوبدان ئۇلاش كېرەك، ھەمدە تېڭىق ئالماشتۇرغاندا تېڭىق لاتىلىرىنىڭ جاراھەت ئىچىدە قېلىشىدىن ساقلىنىش كېرەك.

ئاقما شەكىللىنىپ بولغان بولسا ئاقما ئېغىزىنى مۇۋاپىق كېڭەيتىپ ئىچىدىكى يىرىڭ بىلەن زەرداب ۋە چىرىگەن توقۇلمىلارنى پاكىز قىرىپ تۇز سۈيى (قايىنىتىپ سوۋۇتۇلغان يىلمان سۇ) بىلەن پاكىز يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن ئۈزۈم تېلىنىڭ غولىنى كۆيدۈرۈپ كۈلىنى گۈلاپقا ئارىلاشتۇرۇپ ئاقما مەنبەسى بىلەن ئاقما يولى كۆنىگە بىرقانچە قېتىمدىن يۇيۇپ بېرىلسە زەرداب قۇرۇپ بوشلۇق ئاستا-ئاستا ساقىيىدۇ ياكى بولمىسا سۇس تۇز سۈيىگە ئازراق زەرىنىخ ياكى نۇشۇدۇر قوشۇپ يۇيۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ (ياش

خالتا ئاقمىسى بىلەن سۈيدۈك ۋە كۆكرەك ئاقمىلىرىدا زەرنىخ ئىشلىتىلمەيدۇ) ياكى بولمىسا زەرۇرى ئەسپەر تالقىنىنى ياخشى شارابتا ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا پاختا ياكى پاكىز داكىنى چىلاپ كۆمۈش ياكى مىس سىم بىلەن ئاقما مەنبە بوشلۇقىغا ئىتتىرىپ كىرگۈزۈلسىمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ (زۇرۇرى ئەسپەرنىڭ تەركىبىگە ئەنزۇرۇت، سەبرى، خۇنسىياۋشان، كۈندۈر، زەپەر ۋە ئەپيۇنلار كىرىدۇ). ئەنزۇرۇت ئاقما مەنبەسى بىلەن ئاقما يولىدىكى چىرىگەن گۆشلەرنى تازىلايدۇ. ئەپيۇن ئاغرىق توختىتىدۇ. باشقا دورىلار زەردابلارنى ئازايتىپ جاراھەتنى قۇرۇتۇش (پاكىزلەش) ۋە يېڭىدىن ئەت ئۆستۈرۈپ جاراھەت كاۋىكىنى پۈتتۈرۈش رولىنى ئوينايدۇ ياكى زۇرۇرى ئەنزۇرۇت مۇنەششىپ (تەركىبى: ئەنزۇرۇت، ئانار پوستى، موزا، زەمچە، كۆك قەغەز كۆلى، سەندى كوفى ھەر بىرىدىن 30 گرام، كۆيدۈرۈلگەن مىس پوقى 15 گرام، كۈندۈر، مورساپ، خۇنسىياۋشان ھەر بىرىدىن 6 گرام ئېلىپ سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ ۋە نەم داكىغا مىلەپ ئاقما مەنبەسى بىلەن ئاقما يولىغا كىرگۈزۈلىدۇ). زەرۇرى ئەسفەر (تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ئەنزۇرۇت 15 گرام تۆگە تاپان ياپرىقى 6 گرام، سەندى، زەپەر، روسۇت، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ھەر بىرى ئىككى گرامدىن، ئەپيۇن 3 گرام تالقان قىلىپ ۋە نەم داكىغا مىلەپ ئاقما ئىچىگە كىرگۈزۈلىدۇ)، زەرۇرى ئەئزەم (چاچ كۆلى)، ئانارگۈلى، بۇغا مۈڭگۈز كۆلى، چىلان ياپرىقى، گىل ئەرمەنى، كۈندۈر، قەلەي ئۆپىسى، يۇيۇلغان توتىيا بىرقانچە قېتىم قىزدۇرۇلغان ۋە يۇيۇلغان مەدەستان ھەر بىرىدىن 6 گرام، سەبرى 3 گرامدىن ئېلىپ تالقان تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىش ئۇسۇلى يۇقىرىدىكى بىلەن ئوخشاش). زەرۇرى ئەربەئە (تەركىبى: ئەنزۇرۇت، كۈندۈر، خۇنسىياۋشان، مۇرمەككى ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ تالقان قىلىنىدۇ. ئىشلىتىش ئۇسۇلى يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش) لەرمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. بۇ دورىلارنى ساقىيىش تەس بولغان باشقا جاراھەتلەرگىمۇ ئىشلىتىشكە بولىدۇ. يۇقىرىدىكى داۋالاش بىرىنچىدىن، ئۇزۇنراق داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئىككىنچىدىن، ئاقما ئېغىزىنىڭ بالدۇر ئېتىلىپ قېلىشىدىن ساقلىنىپ ئاقما جاراھىتىنىڭ ئىچىدىن (ئاقما مەنبەسىدىن) سىرتىغا قاراپ ساقىيىشىنى قولغا كەلتۈرۈش كېرەك. شۇنداق قىلغاندىلا دەستكار ئۇسۇلنى قوللانماي ساقايتقىلى بولىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇل ئۈنۈم بەرمىسە دەستكار ئۇسۇلى بىلەن يېرىپ ئاقما يولىنىڭ ئېغىزىدىن تارتىپ تاكى ئاقما يولى ۋە ئۇنىڭ مەنبەسىدىكى چىرىگەن ئۆلۈك گۆشلەر بىلەن غەيرىي گۆشلەرنى خۇددى قوغۇننىڭ سىپسىقىنى ئويۇپ ئالغاندەك ئويۇپ ئېلىپ جاراھەتنى تۇز سۈيى بىلەن پاكىز يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن ئاۋۋال قان توختاتقۇچى ۋە ئاغرىق توختاتقۇچى تالقان دورىلارنى پاكىز نەم داكىغا مىلەپ جاراھەت ئىچىگە

تىقىلىدۇ. كېيىن جاراھەتنى تازىلىغۇچى ۋە ئەت ئۆندۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. قان توختاتقۇچى ۋە ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلاردىن زەرۇرى ئەئزەم (يۇقىرىغا قارالسۇن)، زەرۇرى ئەربەئە (يۇقىرىغا قارالسۇن) ۋە زەرۇرى زەڭگار (ئەركىبى زەڭگار 9 گرام، زەمچە، سۇمماق، خۇنسياۋشان ھەر بىرىدىن 3 گرام، سەبرى، كۈندۈر ھەر بىرىدىن 1.5 گرام، ئەپيۇن 3 گرام ئېلىپ تالقان تەييارلىنىدۇ) قاتارلىق ئۇسخىلارنىڭ بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن جاراھەتنى تازىلاپ، ئەت ئۆندۈرۈپ جاراھەتنى پۈتتۈرىدىغان چارىلەر قوللىنىلىدۇ (يۇقىرىغا قارالسۇن).

تېرىنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

دانىخورەك

بۇ كېسەللىك كۆپىنچە ياشلاردا پەيدا بولىدىغان دانە-دانە سۆت رەڭلىك مۇدۇر بولۇپ ئۇيغۇر تىلىدا دانىخورەك دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇزۇلغان قان بىلەن بەدەندىكى بۇخاراتلار سىرتقا تېپىپ، تېرىسىدىن تېشىپ چىقىشتىن پەيدا بولىدۇ. بەزى ھۆكۈمالار بۇ كېسەللىك قويۇق بەلغەم ماددىسىدىن پەيدا بولىدۇ دەپمۇ قارايدۇ. بۇ كېسەللىك ياشلاردا پەيدا بولىدىغان بولۇپ تېرىنىڭ ھەممە قىسمىدا پەيدا بولۇشى مۇمكىن، بىراق يۈز تېرىلىرىدە كۆپ ئۇچرايدۇ، قىزلارغا قارىغاندا ئوغۇللاردا كۆپ ئۇچرايدا.

ئالامىتى

كۆپىنچە يۈز، بۇرۇن، پېشانە، بويۇن، كۆكرەك ۋە دۈمبە قاتارلىق ئورۇنلاردا قىزغۇچراق مۇدۇر پەيدا بولۇپ 2-1 كۈندىن كېيىن ئۇچى ئاقىرىدۇ. بارماق بىلەن ئۇۋۇنى سىققاندا سۆت رەڭگىدىكى مايغا ئوخشاش بەتبۇي پۇراققا ئىگە ماددا چىقىدۇ. يۈزنى پاكىز تۇتمىسا ئۇچى قارىيىپ قالىدۇ. لېكىن ئاغرىمايدۇ ياكى قىچىشمايدۇ، سىقىپ چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن تېرىدە ئويمان ئىز قالىدۇ. مۇدۇرنىڭ كۆپى تېرىق ياكى ئاق قوناق چوڭلۇقىدا بولىدۇ. بۇ خىل چوڭلۇقتىكىلەرنىڭ سانى كۆپ بولىدۇ. بەزىلىرىنىڭ چوڭلۇقى كۆك ماشتەك بولۇپ بۇ خىل چوڭلۇقتىكىلەرنىڭ سانى ئانچە كۆپ بولمايدۇ ۋە ئۇچىنىڭ ئاقىرىشى ئاستىراق بولىدۇ. بەزىدە قوشۇمچە يۇقۇملىنىپ يىرىڭ پەيدا قىلىدۇ.

داۋاسى

قان بىلەن بەلغەمنى قويۇقلاشتۇرىدىغان ۋە بۇزىدىغان يىمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىنىدۇ. بولۇپمۇ داۋالاش مەزگىلىدە شېكەر بىلەن مايلىق يىمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش چەكلىنىدۇ. ئىچىدىن، خام ماددىلارنى پۇشۇرىدىغان ۋە بۇزۇلغان قان بىلەن قويۇق بەلغەمنى تازىلايدىغان دورىلار بېرىلىدۇ. ماددىنى پۇشۇرۇش بىلەن بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاشتىن ئىلگىرى يەرلىك ئورۇنغا دورا سۈرتۈش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ۋە مۇنچىغا كىرىشتىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك. بىمارنىڭ ماددىسى قويۇق بولسا ھەببە ئىيارەج پەيقرا ياكى تۇربۇت قايناتمىسى بېرىشكە بولىدۇ. ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن سانا، قارا ھەلىلە، ھەلىلە كابىلە ھەر قايسىسىدىن 21 گرام، تازىلانغان (ياغىچى بىلەن پوستى ئېلىۋېتىلگەن) تۇربۇت 6 گرام، كاسنى ئۇرۇقى، بادىيان، ئاقلانغان بىخسۇس ھەر بىرىدىن 9 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ بىر لىتر سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ پەس ئوتتا 1/3 قىسمى قالغىچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە پۇتۇس، خىيار شەمبەر ۋە تەرەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ئېزىپ قايناتما سۈيىگە سېلىپ ئېرىتىپ، قايتا سۈزگەن سۈيىنى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

بەدەن تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن لۆڭگىنى قىزىق سۇغا چىلاپ دانىخورەك بار ئورۇنغا قويۇپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ، يەرلىك ئورۇننىڭ تېرىسى قىزدۇرۇلىدۇ ۋە دانىخورەك يۇمشىتىلىدۇ ۋە ئۈستىدىن تۆۋەندىكى دورىلارنىڭ بىر خىلى سۈرتۈلىدۇ.

(1) چۈچۈك بۇينىڭ يوپۇرمىقىنى قاينىتىپ قىزىق پېتى تېرىپى بىلەن يەرلىك ئورۇنغا قويۇلىدۇ.

(2) قىلىن دارچىننى يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(3) ئۈزۈم (تال) ياغىچىنىڭ كۈلىدىن بىر ھەسسە، ئىرسادىن بىر ھەسسە ئېلىپ سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇلىدۇ.

(4) زىنغىر، توغرىغۇ، ئەنجۈر، سىياھدان (شۈنز) لاردىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ دورىلارنى تالقانلاپ ئەنجۈر قىيامىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە مۇۋاپىق مىقداردا سىركە ئارىلاشتۇرۇپ، خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(5) ئادەم چېچى ياكى قوي يۇڭ كۈلىنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(6) تومۇرنىڭ دېتىنى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېيىپ بېرىلىدۇ.

(7) سۆگەتگۈل يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(8) سۆگەتگۈل، سوزاپ، مۇرمەككىلەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈپ ئىككى سائەتتىن كېيىن يۇيۇلىدۇ.

(9) ماددىسى ئىسسىقتىن بولغانلارنىغا يۇمغاقسۈت سۈيى، سىركە ۋە قىزىلگۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ.

داۋالاش جەريانىدا ھەر كۈنى ناشتىدا 50 مىللىلىتر سىركەنجىبىلگە 50 مىللىلىتر ھەسەل سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بېرىلسە ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ.

ھەر قېتىم دورا سۈركەشتىن ئىلگىرى يۈزنى پاكىز يۇيۇپ قىزىق لۆڭگە بىلەن تېرىنى قىزىتقاندىن كېيىن دورا سۈرتۈلىدۇ.

داۋالىنىش مەزگىلىدە ھۆل مېۋە بىلەن تەسلىكتە سىڭدىغان ئېغىر غىزالاردىن پەرھىز قىلىش كېرەك.

يەل تاشما

بۇ يېمەك-ئىچمەك ۋە دورا قاتارلىق نەرسىلەرنىڭ بەدەنگە خىل كەلمەسلىكىدىن تېرىدە ھەر خىل چوڭلۇقتىكى قىچىشىدىغان تاشمىلار پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ، خەلق تىلىدا «ئېشەك يېمى» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى .

مىجەز تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇشتىن بەدەن جۇملىدىن تېرىدىكى ھېس قىلغۇچى (سەزگۈچى) كۈچلەرنىڭ سېزىمى مەلۇم نەرسىگە قارىتا زىيادىلىكى ئېشىپ كېتىپ زىيادە تەسىرات (ئىنكاس) قايتۇرۇشتىن بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. سېزىمنىڭ ئېشىپ كېتىشى بىلەن غەيرىي ئىنكاسنىڭ پەيدا بولۇشى ھەققىدە بەزى ھۆكۈمالار سەپرا خىلتىنىڭ غالىبلىقى بىلەن مۇناسىۋەتلىك دەپ قارىسا، يەنە بەزى ھۆكۈمالار سۇيۇق قان خىلتى بىلەن سەپرا بىرىكىشتىن پەيدا بولىدۇ دەپ قارايدۇ. يەنە بەزى ھۆكۈمالار يەل تاشما سەپرا، قان ۋە بەلغەم خىلتلىرىدىن پەيدا

بولغان يەللەردىن پەيدا بولىدۇ، دەپ قارايدۇ. يۇقىرىدىكى قاراشلار يەل تاشما پەيدا بولۇشتىكى ئىچكى ئامىل (سەۋەب) بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. خىل كەلمەيدىغان يېمەكلىكلەر بىلەن دورا ۋە باشقا نەرسىلەر سىرتقى ئامىل بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئۇچەي مەددە كېسەللىكىمۇ يەل تاشما پەيدا بولىدۇ. شۇنىڭدەك يەنە روھىي كەيپىياتنىڭ جىددىيلىشىشىمۇ تاشمىنى پەيدا قىلىدۇ.

ئالامىتى

يەل تاشما ئاددىي يەل تاشما (شىرائى خالىس) ۋە مۇرەككەپ يەل تاشما (شىرائى مۇرەككەپ) دەپ ئىككى خىل بولىدۇ.

ئاددىي يەل تاشمىدا تېرىنىڭ ھەر قانداق قىسمىدا، ھەتتا شىللىق پەردىلەردە ھەر خىل چوڭلۇقتا ياپىلاق، يەككە-يەككە ئاچ قىزىل تاشمىلار پەيدا بولۇپ چىدىغۇسىز قىچىشىدۇ ۋە كۆيگەندەك ئېچىشىدۇ. تېزلا بەدەننىڭ ھەممە جايلىرىغا يامرايدۇ. تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ. بىراق تاشمىلار ئارىلىقىدا ساق تېرىلەر بولىدۇ. تاشمىلارنى قول بىلەن باسقاندا قىزىللىق يوقىلىدۇ. باسقان بارماقنى كۆتەرگەندە قىزىللىق دەرھاللا پەيدا بولىدۇ. ئېغىرلىرىدىن سارغۇچ زەرداب ئاقىدۇ. قان غالىبلىقىدىن پەيدا بولغانلىرىدا ئىسسىتمىسى تېزلا كۆتۈرۈلۈپ نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرنىڭ ھەرىكىتى تېزلىشىدۇ، كۆزلىرىمۇ قىزىرىدۇ. ھەتتا سەدەمە (شوك) پەيدا بولۇپ ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ. يەل تاشما سەپرادىن پەيدا بولغان بولسا يەل تاشما ئانچە قىزىل بولمايدۇ. لېكىن ئېچىشىش بىلەن قىچىشىش ئېغىر بولىدۇ. بەلغەمدىن پەيدا بولغانلىرىدا يەل تاشمىنىڭ رەڭگى نورمال تېرىدىن ئانچە پەرقلەنمەيدۇ. يەل تاشما چوڭراق بولۇپ تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ. كۈندۈزىگە قارىغاندا كېچىسى كۆپرەك قىچىشىدۇ.

مۇرەككەپ يەل تاشمىدىكى ئالامەتلەر يۇقىرىدىكى بىلەن ئاساسەن ئوخشاش. لېكىن ئوخشىمايدىغان يېرى بەدەننىڭ ھەممە يېرىگە تېز تارقىماي، كۆپ ھاللاردا بەدەن تېرىسىنىڭ مەلۇم ئورنى بىلەن چەكلىنىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن يەل تاشمىنى پەيدا قىلغان ئامىللارنى ئېنىقلاش كېرەك.

ئاددىي يەل تاشمىدا سەپرانى ھەيدەش مەقسىتىدە ھەلىلە، تەمرى ھىندى،

خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلاردىن قايناتما تەييارلاپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سەپرانى تازىلىغاندىن كېيىن سوۋۇتقۇچى ۋە ھۆللەشتۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. ھەمدە ئانار شەربىتى، شەربىتى ئەفسەنتىن، قارا ئۆرۈك سۈيى، قۇرۇس كاپۇر قاتارلىق دورىلارنى بېرىشكە بولىدۇ.

مۇرەككەپ يەل ئاشمىدا قاننى تازىلىغۇچى ۋە سەپرانى ھەيدىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى دورىلارنىڭ مەنپەئەتى كۆرۈلمىسە ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. سىرتىدىن گۈلاپ، سىركە، گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈرتۈلىدۇ ياكى پاقا يوپۇرمىقى، پالەك ۋە ئوسۇڭنى يانجىپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈرتۈلىدۇ. بەلغەمدىن بولغان يەل ئاشمىغا مەتبۇخ ھەلىلەگە تۇربۇت قوشۇپ بېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ. ھەسەل بىلەن تەييارلانغان ئىسكەنجۇبىنى ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈش پايدىلىق، سىرتىدىن تېرە قىچىشىشنى پەسەيتىدىغان دورىلارنى بېرىشكە بولىدۇ.

قىچىشما (ئەسۋىلىك قىچىشىش كېسىلى)

بۇ تېرىدە قىچىشىدىغان لېكىن سۇلاشمايدىغان مۇددۇر (ئەسۋە) پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ خەلق تىلىدا قىچىشما ياكى قۇرۇق قىچىشىش، دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

يەرلىك تېرە ياكى پۈتۈن بەدەندىكى خىلىتلاردىن پەيدا بولغان بۇس (بۇخارات) لارنىڭ بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەي تېرە ئاستىدا يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك ھەممە ياشتىكىلەردە بولۇپمۇ بالىلار بىلەن ياشانغانلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ياشانغانلاردا ئۇچرايدىغىنى كۆپرەك شور بەلغەمنىڭ تېرىدە ئورۇنلىشىۋېلىشىدىن پەيدا بولىدۇ. يەنى ئادەملەر ياشانغاندا ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۋەت ئاجىزلىغاندا شور بەلغەم كۆپىيىدۇ. بالىلاردىكىسى ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۋەت قاتارلىق قۇۋۋەتلەر بىلەن ئەزالارنىڭ يېتىلىشى تېخى مۇكەممەللىشىپ

كەتمىگەنلىكى بىلەن نەمۇ مۇناسىۋەتلىك بولۇشى مۇمكىن. تۈزلىغان بىلىق بىلەن تۇزلىغان گۆش قاتارلىق تەستە سىڭدىغان يىمەكلىكلەر شور بەلغەمنىڭ غالىب كېلىشىدە مۇھىم ئامىللارنىڭ بىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ، شۇنداقلا ئەسۋىلىك قىچىشىش كېسەللىكى قان كۆپەيتىدىغان يىمەكلىكلەر بىلەن دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، تېرىنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلماسلىق (كەم يۇيۇنۇش) قاتارلىق سەۋەبلەر بىلەن نەمۇ مۇناسىۋەتلىك.

ئالامىتى

تېرىدە قىزغۇچ چاچما خاراكتېرلىك ئۇششاق قۇرۇق مۇدۇرلەر پەيدا بولۇپ قىچىشىدۇ. دائىرىسى بىرقەدەر كەڭرەك بولىدۇ. قاشلىغاندا زەرداب چىقمايدۇ. قاتتىق قاشلىغاندا مۇدۇر بىلەن تېرە زەخىملىنىشتىن قان چىقىشى مۇمكىن، بۇ كۆپىنچە دۈمبە، بەل، قورساق، ساغرا، سان، پاقالچاق ۋە يۇقىرى مۈچە بىلەكلەردە كۆپ ئۇچراشتىن سىرت ئەۋرەتتىمۇ ئۇچرايدۇ. مىجەز بۇزۇلغاندا پەيدا بولۇپ، مىجەز تۈزەلگەندە ئۆزلۈكىدىن ياخشى بولۇپ كېتىدۇ. بۇ كېسەللىكنى قوتۇردىن پەرقلەندۈرۈش كېرەك. قوتۇر كۆپ ھاللاردا قول بارماقلىرىنىڭ دۈمبە قىسمى، بىلەك ئالدى، ئوڭ ۋە سول تۆۋەندىكى قورساق يېرىق قىسمى قاتارلىق ئورۇندا كۆپ پەيدا بولىدىغان بولۇپ قىزىل مۇدۇرلەر ئەسۋىگە ئوخشاش سىزىقنى بويلاپ دائىرىلىك تارقىلىدۇ. قاشلىغاندا سۇلىشىدۇ. ئەسۋىلىك قىچىشىش كېسىلىدە (قىچىشما) مۇدۇرنىڭ پەيدا بولۇش دائىرىسى كەڭ، رەتسىز، چاچما ھالەتتە پەيدا بولىدۇ، قاشلىغاندا كۆپ ھاللاردا زەرداب سۇ چىقمايدۇ.

داۋاسى

بىمارنىڭ غەيرىي تەبىئىي خىلت تىپىنى ئىنقىلاپ، شۇ خىلتنىڭ ماددىنى پۇشۇرغۇچى (مۇنزىج) بىلەن تازىلىغۇچىسىنى (سۇرگە) بېرىپ مىجەز تەڭشىلىدۇ. بىمارغا بېرىلىدىغان غىزالار تەڭشىلىدۇ. لازا، ئاچچىقسۇ ۋە باشقا غىدىقلايدىغان چۆچۈمەل يىمەكلىكلەر چەكلىنىدۇ ۋە پات-پات مۇنچىغا چۈشۈشكە بۇيرۇلىدۇ. ماددىنى سۇيۇلدۇرۇش ۋە قويۇقلۇقىنى تەڭشەش مەقسىتىدە ماتۇل جىبىن، ئەفتىمۇن، ئۇستىخۇددۇس، ھەر. بىرىدىن 33 گرام، ھەلىلە پوستى 66 گرام، شاھتەررە، گاۋزەبان، بىستپايەج، سانا، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 16 گرام، غارىقۇن، تۇربۇت ھەر بىرىدىن 6 گرام،

سىركە 265 مىللىلىتر، ئۈچكە سۈتى 400 مىللىلىتر، شېكەر 33 گرام، تەرەنجۇبىل 66 گرام، بادام مېغىزى 33 گرام. ئەفتىمۇن بىلەن تەرەنجۇبىل ۋە ئۇستىخۇددۇستىن باشقىلىرىنى سىركە بىلەن 1.5 لىتر قايناق سۇغا چىلاپ، ئەتىسى ئەفتىمۇن (خالتىغا قاچىلاپ) بىلەن ئۇستىخۇددۇسنى ئېرىتىپ سۈزۈلگەن تەرەنجۇبىلنى قوشۇپ يېرىمى قالغىچە پەس ئوتتا قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۇيىگە شېكەر، تەرەنجۇبىل ۋە ئۈچكە سۈتىنى قويۇپ بىرلا قاينىتىپ ئېلىپ ئۇنىڭغا ئېزىلگەن بادام مېغىزىنى قوشۇپ تەييارلاپ كۈنىگە 2-1 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالىدىن (باللارنىڭ يېشىغا قاراپ مىقدارى كېمەيتىلىدۇ) ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا ئىچىدىن تۆۋەندىكى دورىلار بېرىلىدۇ. سېرىق ھەلىيلە، بەلىلە پوستى ھەر بىرىدىن 33 گرام، قارا ھەلىيلە، ئاقلانغان ئامىلە 33 گرامدىن، ئۇرۇقسىز قۇرۇق ئۈزۈم، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 16 گرام، تۇربۇت 13 گرام، خىيارشەنبەر 23 گرام، بادام يېغى 4 مىللىلىتر. خىيارشەنبەر، تەمرى ھىندى ۋە تەرەنجۇبىلنى ئايرىم بىر قاچىغا سېلىپ ئۈستىگە قايناقسۇ قويۇپ دۈملەپ قويۇلىدۇ. قالغان دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر قايناقسۇغا چىلاپ بىر كېچە دۈملەپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۇيىگە دۈملەپ قويۇلغان دورىلارنىڭ تەمى چىققان سۇيىنى قوشۇپ بىرلا قاينىتىپ ئېلىپ ئۈستىگە بادام يېغى قوشۇلىدۇ. پۈتۈن دورىنى 3 كە بۆلۈپ بىر كۈندىلا ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ. باللاردا يېشىغا قاراپ مىقدارى كېمەيتىلىدۇ. 12 ياشتىن يۇقىرى بىمارلارغا ھەلىيلە، خىيارشەنبەر، باديان سۇيى ۋە تۇخۇمى خىرپىلەرنىڭ شىرىسى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(1) ئەگەر كېسەللىك بەدەن تېرىسىدە بولسا گۈل يېغى بىلەن سىركىنى ئارىلاشتۇرۇپ كېسەللەنگەن ئورۇن ياغلاپ بېرىلىدۇ ياكى بۆرە ئەرمىنى، تۇخۇمى ھەنزەل ھەر بىرىدىن 3 گرام، قىزىل سەندەل 6 گرام، سانادىن 5 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ سىركە بىلەن گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چاپلىدۇ ياكى بولمىسا كۆك كەرەپشە (چېكسەي) سۇيىگە گۈل يېغى، سىركە ۋە ئازراق تۇغرىغۇ قوشۇپ بەدەنگە سۈركىلىدۇ.

(2) ئەگەر كېسەللىك سىرتقى جىنسىي ئەزادا بولسا ئاقاقىيا، مامشا ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، سەبرە يېرىم ھەسسە، نوشۇدۇر 1/4 ھەسسە، بۇغداي كىراخمالى ھەممە دورىلار مىقدارىنىڭ تەڭ باراۋەرىدىن ئېلىپ بۇلارنى گۈل يېغى ۋە سىركىگە قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپلىدۇ. ياكى بولمىسا شۇمشە بىلەن زىنغىردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئۇنى يۇمشاق ئېزىپ 3 ھەسسە ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ پاختا ياكى داكىنى دورىغا تەمدەپ

چىپىلىدۇ.

(3) ئەگەر كېسەللىك مەقئەت ئەتراپىدا بولسا كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ۋە قەتران ھەر بىرىدىن 6 گرام، سىبمىز ئوت ئۇرۇقى (ئۇخۇمى خىرپە) دىن 4.5 گرام، يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ چىپىلىدۇ ياكى سىبمىز ئوت ئۇرۇقى بىلەن زىغىر ئۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل بىلەن قايىنتىپ چاپسىمۇ بولىدۇ.

(4) ئەگەر قولدا بولسا گۈل يېغى، سىركە ۋە كەرەفشە (چىگسەي) سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ چىپىلىدۇ.

(5) ئەگەر كېسەللىك كىچىك بالىلاردا بولۇپ 6 ئايلىقتىن يۇقىرى بولسا قىزىلگۈل، بىنەپشە، نىلۇفەر، ئاقلانغان ئارپا قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ سۇغا سېلىپ قايىنىتىلغان سۈيىگە ماي ئارىلاشتۇرۇلۇپ بەدىنى يۇيۇپ بېرىلىدۇ ياكى سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. ئىچىشكە مەتبۇخ ھەلىلە، مەتبۇخ شاھتەرىگە سىركەجۇبىل قوشۇپ بېرىلىدۇ (بۇنى چوڭلارغىمۇ بېرىشكە بولىدۇ). ئەمچەكتىكى بالىلارغا سۈرگە بېرىشكە توغرا كەلسە ئېمىتىۋاتقان ئانىغا بەرسە دورا تەركىبى ئانا سۈتى ئارقىلىق بۇۋاققا تەسىر كۆرسىتىدۇ.

چالاش كېسىلى

چالەش كېسىلى قول، بويۇن، گەدەن، كۆكرەك ۋە پۇت قاتارلىق كۈن نۇرى بىلەن بىۋاسىتە ئۇچرىشىدىغان ئورۇندا ئوزۇق يېتىشمەسلىكتىن پەيدا بولىدىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ ئۇيغۇر تىلىدا «چالەش» ياكى «قارا تەمرەتكە» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك كۆپىنچە قوناق كۆپ تېرىلىدىغان، قوناق كۆپ ئىستېمال قىلىنىدىغان، ئىقتىسادىي تۇرمۇش تۆۋەن بولغان رايونلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

غەيرى تەبىئىي سەۋدا بىلەن قاننىڭ قوشۇلۇشىدىن پەيدا بولىدۇ. ئوزۇقلىنىش بىلەن ھەزىمنىڭ ناچارلىقى مۇھىم ئامىل بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. بۇ كېسەللىك قىش ۋە

ئەتىيازدا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ ۋە قايتىلايدۇ. ياز ۋە كۈز پەسىللەردە ياخشىلىنىدۇ ياكى ساقىيىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

ئاۋۋال قول بېغىشىدىن تۆۋەن بولغان قول دۈمبىسى، بويۇن، كۆكرەكنىڭ ئېچىلىپ تۇرىدىغان قىسمى، گەدەن قاتارلىق ئورۇنلارنىڭ تېرىسى ئىلگىرى-كېيىن بولۇپ قوڭغۇر قىزىل تۈسنى ئېلىپ ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ، كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ تېرىسى قېچىشىدۇ-دە تەدرىجىي قېتىشىپ قاسراقلىشىپ قېلىنلىشىدۇ. بۇ كېسەلنىڭ يەنە بىر ئالاھىدىلىكى شۇكى كېسەلنىڭ بۇرۇن ئۈستى قىزارغان كېپەكلىشىدىغان بولىدۇ ھەمدە رەڭگى تەدرىجىي قېنىقلىشىپ قارىغا مايىللىشىدۇ. شۇڭا بەزىلەر «قارا تەمرەتكە» دەپمۇ ئاتايدۇ. ئېغىرلاشقاندا ياكى كۆپ قېتىم تەكرارلانغاندا ئىچى سۈرۈش، قورسىقى ئاغرىش، ئۇيقۇسىزلىق، خىيال پەرەسلىك، ھەر خىل ئويلارنى قىلىش، يامان خىياللاردا بولۇش، جۆيلۈش، روھىي جەھەتتىن جىددىيلىشىش، ئېسىنى بىلەلمەسلىك قاتارلىق روھىي كېسەللىكلەرگە ئوخشاپ كېتىدىغان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. چالاش كېسەلنىڭ تەرەققىياتى ئۈچ باسقۇچقا بۆلۈنىدۇ. بىرىنچى باسقۇچتا كېسەللىك زەخىملىنىشى تېرە بىلەنلا چەكلىنىپ قالماي، بەلكى ئېغىز ئىچى شىللىق پەردىسى، بىلەن تىل قىزىرىپ ئىششىيدۇ ۋە ئېچىشىدۇ. كەم ماغدۇرلۇق، چارچاش، ئىشتىھاسىزلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۇ خىلنى داۋالاش ئاسانراق، ئىككىنچى باسقۇچتا كېسەللىك بىلەن زەخىملىنىش تېرىدىن ئۆتۈپ گۆشكە ئازراق تەسىر كۆرسىتىدۇ. تېرىنىڭ رەڭگى قېنىق قىزىل ياكى قوڭغۇر قىزىل تۈسنى ئالىدۇ ۋە ئىچى سۈرۈش پەيدا بولىدۇ. ئۈچىنچى باسقۇچتا كېسەللىك زەخىملىنىش گۆش قاتلىمىغىچە يېتىپ بارىدۇ. زەخىملەنگەن تېرە قارامتۇل تۈسنى ئېلىپ روھىي جەھەتتىكى ئالامەتلەر روشەن كۆرۈلۈشكە باشلايدۇ.

داۋاسى

• بىمارغا گۆشلۈك، مايلىق ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. يەيدىغان نېنى بىلەن ئاش-تامىقى كېپەكلىك بۇغداي ئۇنى، پۇرچاق ئۇنى بولۇشى كېرەك. تۇخۇم چالا پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. قىش ئەتىيازدا قۇرۇق مېۋىلەرنى مۇۋاپىق ئىستېمال قىلىشقا بۇيرۇلىدۇ ۋە مائۇل لەھمى (گۆش سۈيى) بېرىلىدۇ. تەييارلاش ئۇسۇلى: ياغلىرى

ئىلىۋېتىلگەن پاقلان گۆشىنى قىيما قىلىپ داكىدىن ياسالغان خالتىغا سېلىپ پاكىز داسقا قويۇلىدۇ. ئۈستىگە ئاز-ئازدىن يىلمان سۇ قويۇپ قول بىلەن مىجىلىدۇ ۋە چىققان سۈيىنى ئايرىم قاچىغا قويۇپ تاكى گۆش ئاقىرىپ گۆش تەمى قالغىچە تەكرار مىجىلىدۇ. يىغىلغان گۆش سۈيى كىچىك داشقان ياكى قازانغا قويۇپ پەس ئوتتا قايىنتىلىدۇ. قايناشتىن بۇرۇن كۆپىكى ئىلىۋېتىلىدۇ. كۆپ قايناتىش ھاجەتسىز. بىر ئىككىلا قايناپ تۇرلىتىش كۇپايە قىلىدۇ. بىمارنىڭ ماددىسى بىلەن مىجەزىگە قاراپ تۇز، قۇرۇتۇلغان يۇمغاقسۇت، زىرە، پىننە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل خېلى بىر مەزگىل داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

تامىقىغا قاپاق، يۇمغاقسۇت، پالەك سېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بادام يېغى بولسا تامىقىغا بادام يېغى قوشۇلسىمۇ بولىدۇ. بىمارنىڭ ماددىسىنى ئىنقىلاپ شۇ ماددىنىڭ پۇشۇرغۇچىسى بىلەن سۈرگىسى بېرىلىدۇ. سۈرۈش ئۈچۈن كۆپرەك مەتبۇخى ئەفتىمۇنغا مائۇل جىبىن قوشۇپ بېرىلىدۇ. مەتبۇخى ئەفتىمۇننىڭ تەييارلىنىشى تۆۋەندىكىچە: سېرىق ھەلىلە، بەلىلە، كابىلە ھەلىلە پوستى ھەر بىرى 46 گرام، قارا ھەلىلە 23 گرام، ئامىلە، سۇمبۇل، ئۇستىخۇددۇس، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 16 گرام، بىيە قىبقى، كاسنى ئۇرۇقى، گاۋزۇبان، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، خىيار شەنبەر ھەر بىرى 33 گرام، زىرىخ، بادام مېغىزى، تەرەنجۇبىل ھەر بىرىدىن 132 گرام، ئاق سەندەل، ئۇشنە، لاچىن دانە 10 گرام، قەلەمپۇر، دارچىن ھەر بىرىدىن 6 گرام، بىستىپايەج 13 گرام، شاھتەرە 3.3 گرام، سىركە 66 مىللىلىتر، شېكەر 500 گرام، بىدمۇشكى ئەرەقى، گاۋزۇبان ئەرەقى، بادرەنجى بۇيائەرەقى. دورىلارنى چالا سوقۇپ، سىركە بىلەن ئەرەقلەرگە بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى 3 لىتر سۇ قوشۇپ يېرىمى قالغىچە پەس ئوتتا قايىنىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇتىگە شېكەرنى سېلىپ ئازراق قايىنىتىپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 — 40 مىللىلىتردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. مائۇل جىبىننىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ئەفتىمۇن، ئۇستىخۇددۇس، بادام مېغىزى، شېكەر ھەر بىرىدىن 33 گرام، ھەلىلە پوستى، تەرەنجۇبىل ھەر بىرىدىن 66 گرام، شاھتەررە، گاۋزۇبان، بىستايەج، سانا، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 16.5 گرام، غارىقۇن، ئۇربۇت ھەر بىرىدىن 7 گرام، سىركە 265 مىللىلىتر، ئۇچكە سۈتى 400 مىللىلىتر، ئەپتىمۇن بىلەن ئۇستىخۇددۇستىن باشقىلىرىنى سىركە بىلەن 1.5 لىتر سۇغا چىلاپ بىر كېچە قويغاندىن كېيىن ئەتىسى ئۇستىگە خالتىغا سېلىنغان ئەفتىمۇن بىلەن .ئۇستىخۇددۇسنى سېلىپ يېرىمى قالغىچە پەس ئوتتا قايىنىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە شېكەر ۋە ئېرىتىلگەن تەرەنجۇبىل سۈيى ۋە سۈتنى قوشۇپ ئازراقلا قايىنىتىپ ئۈستىگە يۇمشاق ئېزىلگەن بادام

مېغىزىنى سېلىپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 1-2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 1-2 پىيالىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتە كېسەللىك باسقۇچىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. مەسىلەن، بىرىنچى باسقۇچتا بۇغداي يېغى، توخۇ يېغى، موم يېغى، يۇمغاقسۈت ۋە سەبرىلەرنى يالغۇز ياكى بىرلەشتۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ ياكى ئاچچىق ئۆرۈك يىلمى ياكى ھەلىلىنى سىركىگە قوشۇپ چېچىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ئىككىنچى باسقۇچتا تېرىگە زۇلۇك قويۇش ئارقىلىق ئۈشەق، كۈندۈش، زەچۋە ۋە قەرەدمانالارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ سىركە بىلەن سۇيۇلدۇرۇپ تېرىگە چېپىلىدۇ. ئۈچىنچى باسقۇچتا ئىككىنچى باسقۇچتا سىرتىدىن سۈرتۈلىدىغان دورىلارنى سىرتىدىن سۈرتۈش بىلەن بىرگە بىمارغا مەتبۇخ ئەفتىمۇن، مائۇل جۇبىن قوشۇپ بېرىلىدۇ. سىرتىدىن مەلھەمى ئىسپىداج بېرىش بىلەن بىرگە بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرۈش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ. مەلھەمى ئىسپىداجنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى تۆۋەندىكىچە: ئۇپا 16 گرام، ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 16 مىللىلىتىر. ئاۋۋال مېتال قاچىغا مومنى سېلىپ ئوتتا قويۇپ ئاق مومنى ئېرىتكەندىن كېيىن ئۈستىگە گۈل يېغىنى قوشۇپ ئوتنى توختىتىپ ئۈستىگە ئۇپىنى قويۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر كەيپىياتنى سوغۇق قىلىشقا توغرا كەلسە ئۈستىگە 1.5 گرام كاپۇر قوشۇلىدۇ. بۇغداي يېغىنى چىقىرىش ئۇسۇلى مۇنداق بولىدۇ. ئاق بۇغدايدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ داسقا سېلىنغان تۈز تاش ئۈستىگە يېيىپ، ئۈستىگە بۇغداي يېيىلغان تاش بىلەن تەڭ كېلىدىغان تۆمۈر تاختاينى ئوتتا قىزدۇرۇپ يېيىلغان بۇغداي ئۈستىگە قويۇپ تۆپىگە ئېغىر تاش قويۇپ باستۇرۇلىدۇ. تاشنىڭ ئەتراپىدىن چىققان بۇغداي يېغى داسقا چۈشىدۇ. بۇ ياغنى يىغىۋېلىپ پاكىز قاچىغا قاچىلاپ ئۈتتۈرلۈق ئىشلىتىلىدۇ. بۇغداي يېغى باشقا تەمرەتكىلەرگىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا تۆۋەندىكى نۇسخىمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى، كالا يىلىكى ھەر بىرى 132 گرامدىن، ئاق موم، زىغىر، قاپاق مېغىزى ھەر بىرى 33 گرامدىن، كۈنجۈت يېغى 132 مىللىلىتىر، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، شۇمشە ئۇرۇقى، زىغىر، ئىسپەغول، بىيە ئۇرۇقى ھەر بىرى 33 گرامدىن، كەتىرا، نىشاستە ھەر بىرى 6 گرامدىن ئېلىنىدۇ. ئالدى بىلەن زىغىر، ئىسپىغول، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە شۇمشىلەرنى سۇغا چىلاپ شىرىسى (لۇئابى) چىقىرىلىدۇ. كەتىرانى سوقۇپ نىشاستە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. ياغلارنى تۆمۈر قاچىدا قىزىتىپ ئېرىتكەندىن كېيىن ئۈستىگە ئاق مومنى سېلىپ ئېرىتىلىدۇ ۋە بۇنىڭ ئۈستىگە لۇئابلارنى قويۇپ لۇئابنىڭ سۈيى تۈگىگىچە قىزدۇرۇپ ئۈستىگە سوقۇلغان دورا تالقانلىرىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ

تەييارلىنىدۇ.

چاچراتقۇ

بۇ كۆپ ئۇچرايدىغان ئۇقۇت چوڭلۇقىدىكى چاچراتما خاراكتېرلىك سۇلۇق قاپارتما بولۇپ خەلق تىلىدا «چاچراتما» ياكى «ئاق ئانام» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ غەيرىي تەبىئىي سەپرانىڭ قانغا ئارىلىشىشىدىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ يەككە چاچراتقۇ كۆپرەك باللاردا ئۇچرايدۇ. ئاسمىسمان چاچراتقۇ كۆپرەك چوڭلاردا ئۇچرايدۇ. بۇ كېسەللىك بولۇپمۇ يەككە چاچراتقۇ بىر بىماردىن ئىككىنچى بىمارغا يۇقۇشتىن سىرت ئۆزىدىن ئۆزىگە يۇقىدۇ. يەنى بەدەننىڭ بىر ئورنىدا پەيدا بولغان بولسا جاراھەتنى ئاتلىغان قول بىلەن ئىككىنچى ئورۇندىكى تېرىنى ئاتلاشتىن ئىككىنچى ئورۇندا كېسەللىك پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

يەككە چاچراتقۇدا بەدەن تېرىسىدە ئايرىم-ئايرىم ئۇقۇت ياكى ئۈنىڭدىن چوڭراق چوڭلۇقتا قاپارتقۇ پەيدا بولۇپ قاپارتقۇ ئىچىدە سارغۇچ سۇيۇقلۇق بولىدۇ. مەزكۇر سۇيۇقلۇق تەككەنلا يەردە يېڭىدىن قاپارتقۇ پەيدا بولىدۇ. بىرقانچە كۈندىن كېيىن قاپارتقۇ قېپى قېتىشىپ تۆكۈلگەندىن كېيىن ساقىيىدۇ. بىراق چاچراتقۇنىڭ سانى قانچە كۆپ بولسا بىمارنىڭ قىزىتمىسى شۇنچە ئۆرلەپ ئىشتىھاسى كېمىيىپ روھىي ھالىتى پەسلەيدۇ. قاپارتمىنىڭ ئېچىشىپ قىچىشىشىدىن بىمار بىئارام بولىدۇ. ئاسمىسمان قاپارتقۇدا قاپارتقۇ ئاق قوناق ياكى ئاق قوناقتىنمۇ ئۇششاقراق بولۇپ بەل ياكى دۈمبىدىن بېقىننى بويلاپ قۇرساق ياكى كۆكرەككىچە ئاسمىسمان يامرايدۇ ۋە قاپارتمىلار بىر-بىرىگە يېقىن بولۇپ قاپارتما ئىچىدە سارغۇچ زەرداب بولىدۇ. قاتتىق ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. ئىسسىتمىسى يۇقىرىلاپ ئىشتىھاسى كېمىيىدۇ. روھىي ھالىتى سۇسلىشىدۇ. نەپەسلىنىشى بىلەن تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىدۇ. دىققەت قىلىنمىسا ھەر ئىككى خىلى يۇقۇملىنىپ يىرىڭ ھاسىل قىلىدۇ ۋە

پۈتۈن بەدەنلىك كېسەللىك ئالامىتى ئېغىر بولىدۇ.

داۋاسى

غىدىقلىغۇچى ئاچچىق سۇ ۋە مۇج قاتارلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش چەكلىنىدۇ. سەپرانى سۈرگۈچى مەتبۇخلاردىن مەتبۇخ ھەلىلە، مەتبۇخ خىيارشەنبەر ياكى مەتبۇخ ئۇنناپ قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلى بېرىلىدۇ. قانىنى تازىلاش ئۈچۈن ئانار شەربىتى، چىلان شەربىتى ۋە تەمرى ھىندىنىڭ چىلانما سۈيى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىركە بىلەن يۇشۇرۇلغان ماش بىلەن چىلان بېرىلسىمۇ بولىدۇ. پاكىز يىڭنە بىلەن قاپارتقۇنىڭ قېپىنى بۇزۇپ، قاپارتقۇ سۈيىنى چىقىرىۋېتىپ ئەتىنىڭ ئۈستىگە زەچۋە، خىنە، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 13 گرامدىن، زەپەر، كاپۇر 1.5 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ گۈلاپ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ. ياكى مەلھەمى ئىسپىداج (تۇپا 16 گرام، ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 16 ميللىلىتر ئېلىپ ئېرىتىلگەن مومنىڭ ئۈستىگە گۈل يېغى بىلەن تۇپا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ) سۈرتۈلىدۇ ياكى بولمىسا تۇتىيا، مەدەستان، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز كۈمۈش ئىقلىمىياسى، مىس سۈيى، مىس تۇپىسى، مامىرانچىنلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ تالقان پېتى جاراھەتكە سېپىلىدۇ ياكى ھاراق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە سۈرتۈلىدۇ. ئەگەر ئىسسىتمىسى يۇقىرى بولسا ئىسسىتمىنى چۈشۈرگۈچى شەربەتلەر بىلەن مەتبۇخلاردىن بىر خىلى بېرىلىدۇ.

گۆشخور چاقا

بۇ قوۋۇز گۆشلىرى بىرنەچچە سائەتتىن بىر نەچچە كۈن ئىچىدە چىرىپ كېتىدىغان خەتەرلىك كېسەللىك بولۇپ ئۇيغۇر تىلىدا «گۆشخور چاقا» (گۆشنى يەپ كېتىدىغان چاقا) دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

غەيرىي تەبىئىي قان بىلەن سەپرا ئاساسىدا ئوفۇنەتلىنىش (بۇلغىنىش ياكى

يۇقۇملىنىش) تىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ ئېغىزنى پاكىز تۇتماسلىق، بولۇپمۇ باللاردىكى قىزىل، زاتىل، تولغاق ۋە كېزىك قاتارلىق كېسەللىكلەردە ئېغىزنى پاكىز تۇتماسلىق، بەدەن زەئىپلىشىش، ئوزۇقلىنىشنىڭ ناچارلىقى قاتارلىقلار بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇھىم ئامىل بولىدۇ. بۇ كېسەل بىلەن چوڭلارمۇ ئاغرىيدۇ.

ئالامىتى

كېسەللىكنىڭ باشلىنىشى بىلەن تەرەققىياتى بەك تېز بولۇپ ئاۋۋال قوۋۇزنىڭ ئېغىز بوشلۇقى ئىچىدە يېرىڭلىق ئىششىق قارامتۇلراق مۇدۇرلەر پەيدا بولۇپ تېزلا تۈزئارا بىرلىشىش بىلەن ئاستىغا قاراپ تۆپۈلۈپ توقۇلمىلارنى چىرىتىدۇ ۋە ئەتراپقا تېزلا كېڭىيىپ قوۋۇز گۆشلىرى بىلەن چىش مىلىكلىرى چىرىپ ھالاك بولىدۇ. چىش يىلتىزى ئېچىلىپ قالىدۇ. ئېغىزى سېسىق پۇرايدۇ. ئىسسىتمىسى تېزلا تۆرلەپ ئىشتىھاسى تۇتۇلىدۇ. كۆڭلى ئېلىشىپ قۇسىدۇ. ئۇيقۇسى ناچارلىشىدۇ. چايناپ يۇتۇش قىيىنلىشىدۇ. يېگەن تاماق بىلەن ئىچكەن سۇ سىرتقا ئېقىپ چىقىدۇ. بەزىدە چىشلار بوشاپ چۈشۈپ كېتىشى مۇمكىن. بۇ كېسەللىك بەزىدە تېزىدىمۇ پەيدا بولىدۇ. ئېغىرلىرىدا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ.

داۋاسى

بىمارغا دەرھال سەپرانى سۇرگۈچى ۋە قاننى تازىلىغۇچى مەتبۇخلار بېرىلىدۇ ھەمدە ھەببە جەدىۋار، ئەرەقە شاھتەررە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا ئەھۋالغا قاراپ تۆۋەندىكى داۋالاش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ.

كېسەللىكنىڭ ئەترابقا يامراپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن جاراھەت يۈزىنى قىزىق تۆمۈر بىلەن داغلاپ بولغاندىن كېيىن چىرىگەن گۆشلەر ئېلىۋېتىلىپ تازىلىنىدۇ ۋە تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(1) جاراھەتنى بۇزۇق ماددىلاردىن تازىلاش مەقسىتىدە سىركىنى قايناق سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىلمان ھالىتىدە جاراھەت يۇيۇلىدۇ.

(2) بۇزۇق ھۆللۈكنىڭ كېسەللىك بار ئورۇنغا داۋاملىق قويۇلۇشىنى توسۇش مەقسىتىدە گۈلى ئەرمەننى سىركىدە ئېزىپ جاراھەتكە چاپلىنىدۇ. ھەر قېتىم بۇ دورىنى چاپلاشتىن بۇرۇن ئالدىنقى ئۇسۇل بىلەن جاراھەت يۈزى تازىلىنىدۇ.

(3) چىرىگەن گۆشلەرنى بوشىتىپ چۈشۈرۈش ۋە يىڭىدىن گۆش ئۈندۈرۈش مەقسىتىدە چەلەڭنى يۇشۇرۇپ سوقۇپ كالا يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ جاراھەتكە سۈرتۇلىدۇ.

(4) گۆش ئۈندۈرۈش مەقسىتىدە جاراھەتكە سۇيۇپ سۈتۈن سۈرتۇلىدۇ. تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن كۆك تاش، موزا ھەر بىرىدىن 66 گرام، بۆجغۈن 132 گرام، زەمچە 50 گرام، قىزىلگۈل 33 گرام، ئانار پوستى 265 گرام. يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلاپ جاراھەتكە سېپىلىدۇ (قەغەز نو بىلەن پۈركەش ئارقىلىق سېپىلىدۇ).

(5) زەنكار، زاك، يۇمۇلاق زىراۋەندە، سېرىق زاك (قەلقاتار) لاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىركىدە ئېزىپ ھەسەل بىلەن خېمىر قىلىپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ.

(6) سېرىق زەرنىخ، سۇ تەگمىگەن ھاك، زەنكارلارنى سوقۇپ كالا يېغى ياكى ئاق موم بىلەن مەلھەم تەييارلاپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ.

(7) قىزىل ۋە سېرىق زەرنىخ ھەر بىرىدىن 1.8 گرام، مۇرمەككى 13 گرام، سۇ تەگمىگەن ھاك 26 گرام، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە 20 گرامدىن ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ ئۈزۈم سىركىسى بىلەن ھۆللەپ توقاچ قىلىپ قۇرۇتۇپ سوقۇپ جاراھەتكە سېپىلىدۇ.

ياتاق يارىسى

ئۈزۈن ۋە ئېغىر كېسەللىك بىلەن ئورۇن تۇتۇپ ياتقان بىمارلارنىڭ دۈمبە (ئارقا) تەرەپ تېرىسى ئېچىلىپ يارا پەيدا بولۇش ياتاق يارىسى دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

كېزىنەك، پالەچ، سۇنۇق ياكى سۆڭەك كېسەللىكى قاتارلىق ئۈزۈنغا سوزۇلىدىغان كېسەللىكلەردە بېسىپ ياتقان قىسمى بولۇپمۇ ئۇغرا، ساغرا، تاغاق ۋە تاپان قاتارلىق سۆڭەك پۈلتىيىپ تۇرىدىغان ئورۇنلارنىڭ تېرىسى ئۈزۈن ۋاقىت بېسىلىشتىن يېڭى قان بىلەن ئوزۇقلۇق ماددىلار تولۇق يېتىپ كېتەلمەسلىك ۋە تۇتىنچى ھەزىمدىن ھاسىل بولغان

زىيانلىق قالدۇق ماددىلار كۆك تومۇر قېنى ئارقىلىق چىقىرىش ئەزالىرىغا يېتىپ بارالماسلىقتىن بېسىلغان تېرە زىدىلىنىپ ياتاق يارىسى پەيدا قىلىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپ تېرە قىزىرىپ ئىچىشىپ ئاغرىيدۇ. كېيىن قىزارغان ئورۇن زىدىلىنىشىپ تېرىدە شەلۋەرلەش پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال يەنە داۋاملاشسا تېرە قەۋىتى ئېچىلىپ، تېرە ئاستى ماي توقۇلمىلىرىغىچە يېتىپ بېرىش بىلەن بىرگە دائىرىسى بارغانسېرى كېڭىيىدۇ ۋە چوڭقۇرلىشىدۇ. ھەتتا يۇقۇملىنىپ قان زەھەرلىنىشتىن قىزىرىش قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. ھەمدە ئەسلى كېسەللىك ئېغىرلىشىپ بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يەتكۈزۈشى مۇمكىن.

داۋاسى

ياتاق يارىسى ئاسان ساقايمايدىغان، بىمارنىڭ ئازابىنى ئاشۇرۇۋېتىدىغان، ھەتتا ئەسلى كېسەلنى ئېغىرلاشتۇرۇپ ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدىغان كېسەللىك بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئىنتايىن مۇھىم. بۇنىڭ ئۈچۈن بىمارنىڭ ئاستىغا قېلىنراق كۆرپە سېلىش بىلەن بىرگە كىرلىكلەرنى ۋاقتى-ۋاقتىدا يەڭگۈشلەپ، كۈنگە بىرقانچە قېتىم تۆشەك بىلەن كىرلىكنىڭ پۈرلىشىپ قالغان جايلىرىنى تۈزەشتۈرۈش كېرەك ھەمدە ئىككى ئۈچ كۈندە بىر قېتىم كۆرپىلەرنى ئاپتاپقا سېلىپ تۇرۇش كېرەك. كۆپ تەرلەيدىغان ياكى ئورنىدا چوڭ-كىچىك تەرەت قىلىدىغان بىمارلاردا، جۈملىدىن چوڭ-كىچىك تەرەتنى باشقۇرالمايدىغان بىمارلاردا نەملىكنى كۆرپىگە ئۆتكۈزمەيدىغان چارىلەرنى قىلىش كېرەك. بولۇپمۇ چوڭ-كىچىك تەرەتنى باشقۇرالمايدىغان بىمارلارنى چاپىي (كارىۋات) دا ياتقۇزۇپ، چاپىينىڭ ئوتتۇرىسىدىن تۆشۈك ئېچىپ چوڭ-كىچىك تەرەتنىڭ تۆشەكنى نەم قىلىۋېتىشىدىن ساقلىنىش كېرەك، شۇنداقلا ئورۇن تۇتۇپ ياتقان بىمارلارنى كۈندۈز ۋە كېچىدە بولسۇن ئۇياق-بۇياققا ئۆرۈلۈپ يېتىشقا ياردەملىشىشنى ئەستىن چىقارماسلىق كېرەك. شۇنداقلا ھەر قېتىم بىمارنى ئۇياق-بۇيىقىغا ئۆرىگەندە بېسىپ ياتقان تەرەپ تېرىسىنى قول بىلەن ئۇۋۇلاپ بېرىش كېرەك. شۇنداقلا ھەپتىسىگە ئاز دېگەندە بىر-ئىككى قېتىم لۆڭگىنى ئىسسىق سوپۇن سۈيىگە چىلاپ بەدەننى سۈرتۈپ يۇيۇپ ئارقىدىن يىلمان سۈزۈك سۇ بىلەن سۈرتۈپ بېرىش كېرەك. بەدەننىڭ پاتىدىغان

يېرىگە (مەسىلەن، گەجگە، تاغاق، توغرا ۋە تاپان قاتارلىق) ئورۇنلارغا پاختا قويۇپ قويۇش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى تېرىقنى داكا خالتىغا ئېلىپ بىمارنىڭ ئاستىغا سېلىپ بەرسىمۇ بولىدۇ. مۇشۇ خىل ئۇسۇل بىلەن ياتاق يارىسىنىڭ ئالدىنى پۈتۈنلەي ئالغىلى بولىدۇ.

ئەگەر يەرلىك ئورۇندا قىزىرىش پەيدا بولغان بولسا روسۇت، ئاقاقىيا، گىلى ئەرمىنى، موزا ۋە ئانارگۈلى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ مايغا ئارىلاشتۇرۇپ چاپلاش بىلەن بىرگە ياتاق يارىسىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتىكى پەرۋىش كۈچەيتىلىدۇ. قىش كۈنلىرى سىركە بىلەن گۈلاپنى مۇز ياكى قار بىلەن سوۋۇتۇپ سۈركىسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر تېرە شەلۋەرلەپ زىدىلەنگەن ۋە ئېچىلىپ يىرىڭ پەيدا بولغان بولسا جاراھەتكە مەلھىمى ئىسپىداج (ئۇپا 16 گرام، ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 20 مىللىلىتر. ئۇمۇر قاچىدا مومنى ئېرىتىپ ئۈستىگە گۈل يېغى بىلەن ئۇپىنى سېلىپ تەييارلىنىدۇ) سۈرتۈلىدۇ ياكى يۇقىرىدىكى ئالاقىدار كېسەللىكتە بايان قىلىنغان جاراھەتنى تازىلاپ ئەت ئۈندۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

تېرىنىڭ ياغلىشىش كېسىلى

بۇ تېرىدە ياغ (ماي) تەپچىرەپ چىقىش كۆچىيىشتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك تېرە ئاستى ياغ قاتلىمىدىكى مايىنىڭ ماددا ئالمىشىشى (بەدەلى مايە تەھوللۇل) نىڭ قالايمىقانلىشىشىدىن تېرە ئاستىدىكى زىيادە مايلار تېرىدىكى ماي-بەز تۆشۈكلىرىدىن تەپچىرەپ سىرتقا چىقىشتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ خىلتلار بىلەن بىۋاستە مۇناسىۋىتى ئانچە چوڭ ئەمەس. بىراق قۇۋۋىتى نەفسانى بىلەن قۇۋۋىتى تەبىئىنىڭ رولى بىلەن بەلگىلىك مۇناسىۋىتى بار، چۈنكى بۇ خىل كېسەللىك روھىي ھالىتى زەئىپراق، يۈرىكى ئاجىز، بەدىنى بوش ۋە خام سېمىز، ھەزىم قىلىش قابىلىيىتى تۆۋەنرەك كىشىلەردە كۆپرەك پەيدا بولىدىغانلىقى بۇ ئۇقتىنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك ياشلىق دەۋردە باشلىنىدۇ. بىراق بالىلاردىمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئۇدۇم (ئىرسىيەت) بىلەن مۇناسىۋەتلىك تەرەپلىرىمۇ بولۇشى مۇمكىن. بۇ كېسەللىك ئاياللارغا قارىغاندا ئەرلەردە كۆپرەك پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىك دەسلەپتە باشتىن باشلىنىپ پېشانە، بۇرۇن چانىقى، بويۇن، گەدەن، كۆكرەك، دۈمبە، سىرتقى جىنسىي ئەزا، مەقئەت قاتارلىق ئورۇنلاردا بىرىنىڭ ئارقىدىن بىرى پەيدا بولۇپ، كېيىن پۈتۈن بەدەن تېرىسىگە كېڭىيىدۇ. تېرە داۋاملىق ياغلىنىپ كۆينەك، تامبال ئاسان كىرلىشىدۇ ۋە تېرىدە تۆشۈكلەر ئېتىلىپ قېلىپ ئاسانلا قىچىشىدىغان تۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولىدۇ. باش تېرىسى ئۆكاي كېپەكلىشىدۇ. چاچ چۈشىدۇ.

داۋاسى

خىلىت تەكشۈرگۈلۈكى بۇزۇلغاندىكى ئالامەتلەر بولسا ئالدى بىلەن ماددىنى پىشۇرغۇچى مۇنزىج ئاندىن كېيىن بەدەننى تازىلىغۇچى مۇسهىل بېرىپ مىجەز تەڭشىلىدۇ. ئېرۋا ئاجىزلىق كېسەللى بارلا بولسا مۇۋاپىق دورا بېرىپ داۋالىنىدۇ. ئاشقازاننىڭ هەزىم قىلىشى ناچار بولسا هەزىمنى كۈچەيتكۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. مايلىق تائاملارنى كۆپ يېمەسلىك بۇيرۇلىدۇ. ئايارەج پەيقرا بېرىپ سۈرگەندىن كېيىن داۋاملىق ئىچىشكە هەببە ئايارەج، سۇفۇفى ئىتىرىفىل ۋە هەببە شىپاغا ئوخشاش هۆللۈككە قارشى دورا بېرىپ تەر بىلەن مايىنىڭ تەپچىرەپ چىقىشى كېمەيتىلىدۇ. شەربەت دورىلاردىن ماتۇل تۇسۇل ياخشى مەنپەت قىلىدۇ. بۇنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: بىخ كەبىر، بەدىيان يىلتىزى هەر بىرىدىن 33 گرام، كەرەپشە .(چىگىسەي) ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى، كىچىك سېرىق يوگەي ئۇرۇقى، ئارپا بەدىيان هەر بىرى 3.3 گرام، ئىزخىر 13 گرام، هەببە بىلسان، ئاسارۇن، جىنتىيانا هەر بىرىدىن 6 گرام، ئۇد بىلسان، بوزدان، سەلىخە، هەزار ئەسپەند هەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ بىر يېرىم لىتىر قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 3 قېتىم، هەر قېتىمدا 30 ـ 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سىرتتىن يىلمان قارا چاي دەملەنمىسى بىلەن كۈنىگە بىر قېتىم پۈتۈن بەدەن يۇيۇپ بېرىلىدۇ. بۇ تۇسۇل ئۈنۈم بەرمىسە بىر گرام زەمچىنى بىر لىتىر سۇدا ئېرىتىپ

سوغۇق ھالەتتە ياغلىشاڭغۇ ئورۇن يۇيۇپ بېرىلىدۇ. ئەگەر تېرە زەخىملەنسە ياكى يېرىڭلىق مۇدۇرلەر پەيدا بولسا 20 گرام مامىرانچىنىنى چالا سوقۇپ 600 مىللىلىتىر سۇدا پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيى بىلەن داكىنى نەمدەپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ ياكى داكا نەم بويىچە يەرلىك ئورۇنغا يېپىپ بېرىلىدۇ. داكا قۇرۇپ قالماسلىقى كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن داكا پات-پات دورا سۈيى بىلەن نەمدەپ تۇرۇلىدۇ. بەزى ھۆكۈمالار ساقال يارىسىنى تېرە ياغلىشىش كېسىلى ئاساسىدا پەيدا بولىدۇ دەپ قارايدۇ.

ساقال .يارىسىغا مامىرانچىنى قايناتمىسى بىلەن داكىنى نەمدەپ تېڭىپ بېرىلىدۇ ۋە ئىچىشكە تەر توختاتقۇچى ئۇفۇنەتكە قارشى تۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ساقال ئۇسۇپ داۋالاش ئۈنۈمىگە تەسىر يەتكۈزسە موچىن بىلەن ساقال مويى يۇلۇپ ئېلىۋېتىلىدۇ.

كۆپ تەرلەش (كەسرەتى ئەرەق)

ئادەتتىكىدىن زىيادە تەرلەش كۆپ تەرلەش دەپ ئاتىلىدۇ. نورمال ئەھۋالدا ئەمگەك ۋە تەنھەرىكەت بىلەن شۇغۇللانغاندا ياكى تومۇزنىڭ قىزىق كۈنلىرىدە ئادەم تەرلەيدۇ. بۇ نورمال ئەھۋال بولۇپ سالامەتلىككە پايدىلىق. لېكىن بەزى كىشىلەر خىلى ئۇزۇن كېسەللىكلەردە ياكى مەلۇم كېسەللىكنىڭ ئالامىتى تېخى ئاشكارىلانمىغان ئەھۋال ئاستىدا جىسمانىي ھەرىكەت بىلەن شۇغۇللانمىسىمۇ ياكى ھاۋا ئىسسىق بولمىسىمۇ ئورۇنسىز تەرلەيدۇ، بۇ كۆپ تەرلەش دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بەدەننىڭ ھالىتى نورمال ئەھۋالدا رەئىس ئەزالار بىلەن قۇۋۋەتلەر تېرىدىكى تارتقۇچى كۈچ (قۇۋۋىتى جازىبە) تۇتۇپ تۇرغۇچى كۈچ (قۇۋۋىتى ماسىكە)، ھەزىم قىلغۇچى كۈچ (قۇۋۋىتى ھازىمە)، ھەيدەپ چىقارغۇچى كۈچ (قۇۋۋىتى دافىئە) ۋە ئۆزلەشتۈرگۈچى (ئۆزگەرتكۈچى) كۈچ (قۇۋۋىتى مۇغەييىرە) ئارقىلىق بەدەندىكى نەملىك بىلەن تەرنى تەڭشەپ تۇرىدۇ. مەسىلەن، جىسمانىي ھەرىكەتلەنگەندە ۋە ھاۋا قىزىق مەزگىلدە ياكى بولمىسا ئىسسىق مۇھىتتا

مەشغۇلات ئېلىپ بارغاندا بەدەندكى ماددا ئالمشش (بەدەلومايە تەھەللۇل) تەبئىي ھالدا كۈچيىپ سۇ ئستېمال قلش كۆپيدۇ ـ دە، سۇنى كۆپ ئستېمال قلشتن بەدەندكى نەملك كۆپيدۇ. شۇنداقلا قاننڭ ھەرىكتى كۈچيىپ تېرگە كېلدىغان قان مقدارىمۇ كۆپيدۇ. شۇنداق ئەھۋالدا رەئس ئەزالار بلەن قۇۋۋەتلەر جۇملىدىن تەبئىي قۇۋۋەتنڭ تېرىدكى يۇقىرىدا زىكرى قلنغان بەش خل قۇۋۋەتنڭ ئەگىشى بلەن بەدەندكى زيادە نەملكنڭ بر قسمى تېرىدكى تەر تۆشۈكلىرى ئارقلق بەدەن سرتىغا چقىپ بەدەندكى نەملكنڭ نورمال نسبتنى ئەگىشەپ تۇرىدۇ. بۇ نورمال ئەھۋال بولۇپ، بۇ خل ئەھۋال كېسەللك دېيلمەيدۇ.

ئەگەر تۈرلۈك غەيرىي نورمال سەۋەبلەر تۈپەيلدن رەئس ئەزالار بلەن قۇۋۋەتلەرنڭ رولدكى تەكشلك بۇزۇلغاندا تېرىدكى تارتقۇچى، ھەزىم قلغۇچى ۋە ھەيدەپ چىقارغۇچى قۇۋۋەتلەر خزمتى كۈچيىپ تۇتۇپ تۇرغۇچى ۋە ئۆزلەشتۈرگۈچى قۇۋۋەت ئاجزلاپ ئۆزئارا ماسلىشش بۇزۇلۇشتىن جسم ھالەتتە ياكى يېنك مەشغۇليەت ھالىتدە ياكى بولمسا تەبئىي ھارارەت شارائتدا زيادە تەرلەش پەيدا بولىدۇ. بۇ خل كۆپ تەرلەشتە قىزىتما پەيدا قلغۇچى كېسەللك بلەن روھىي پسخك ئامللار (مەسلەن، ھاياجانلىنش، قورقۇش، غەزەپلنش، جددىلىشش قاتارلقلار) ۋە قاننڭ ھەرىكتنى جانلاندۇرۇپ تېرە قان تومۇرلىرنى كېڭەيتدىغان دورىلار (مەسلەن، قىزىلمۇچ، قارىمۇچ، شاراب، زەنجىۋىل قاتارلقلار) قۇۋۋەتلك ئاتامالار، بەدەن ئاجزلاش قاتارلقلار كۆپ تەرلەشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشتا مۇھىم ئامل بولىدۇ.

كۆپ تەرلەش كېسلى پۈتۈن بەدەنلك كۆپ تەرلەش، يەرلك ئورۇننڭ تەرلىشى، يېنك تەرلەش ۋە ئېغىر تەرلەش دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ. پۈتۈن بەدەننڭ تەرلىشى كۆپ ھاللاردا ھەر خل قىزىتمىلق كېسەللكلەردە ئۆپكە تۇبېركۇليوز (ئۆپكە سل) ئاغرىقىدا، بالىلاردا راخت كېسەللكدە پەيدا بولىدۇ. يەرلك ئورۇننڭ تەرلىشى، قول، پۇت، ئالقان تەرلەش، باش تەرلەش، پېشانە تەرلەش، قولتۇق تەرلەش، ئەۋرەت قسمى تەرلەش دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ. يەرلك ئورۇننڭ تەرلىشى رەئس ئەزالار بلەن قۇۋۋەتلەر سېزىمدىكى تەكشسزلكنڭ يەرلك ئورۇندكى ئىپادىلىنىشى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

ئالامىتى

قىزىتمىلق كېسەللكلەر تۈپەيلدن پەيدا بولغان كۆپ تەرلەشتە بىمارنڭ تېمپېراتۇرىسى يۇقىرى بولىدۇ. قۇۋۋەتلك تاماقتن پەيدا بولغان تەرلەشتە ئاتامدىن كېيىن

ئىچى قىزىغاندەك، گېلى قۇرۇغاندەك بولۇپ كۆپ سۇ (چاي) ئىستېمال قىلىدۇ.

بىمارنىڭ سوغۇقلۇقى بىلەن نەملىكى ئېشىپ كېتىشتىن پەيدا بولغان كۆپ تەرلەشتە بىمارنىڭ سوغۇق يېمەك-ئىچمەكلىكنى ئىستېمال قىلىشقا كۆڭلى تارتىدۇ. بەدىنى ئاجىز، خام سېمىز بولۇپ كىچىك تەرەت قېتىممۇ كۆپىيىدۇ. بەدەننىڭ تۇتۇش قۇۋۋىتى ئاجىزلاشتىن بولغان تەرلەشتە بەدىنى كۈندىن-كۈنگە ئاجىزلاپ ماغدۇرسىزلىنىدۇ، تەردىن كېيىن بۇ خىل ئەھۋال تېخىمۇ روشەنلىشىدۇ.

تەرلەشنىڭ دەرىجىسى ھەر خىل بولۇشى مۇمكىن. تەرلەش كۆپ بولغاندا ئىچكى كىيىم بىلەن يوتقان-كۆرپە كىرلىكلىرىمۇ نەملىشىپ كېتىدۇ. ھەتتا بەزىدە سىققاندا سۇ تامىدۇ. تەرلەش كۆپ بولغاندا ھەر كۈنى ياكى كۈن ئارىلاپ مۇنچىغا چۈشۈپ يۇيۇنۇپ تۇرمىسا تەر پۇراش ۋە تېرىگە تۇششاق مۇدۇرلەر (تەر تاشمىلار) پەيدا بولۇش، ھەتتا تېرىنىڭ سۈركىلىپ تۇرىدىغان ئورۇنلىرى قىزىرىپ شەلۋەرلەش ۋە پۇت بارماقلىرى ئارىلىقىدا پىشلاق پەيدا بولۇشتەك ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

قىزىتمىلىق كېسەللىكتىن پەيدا بولغان كۆپ تەرلەش بولسا ئالدى بىلەن كۆپ تەرلەشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ئەسلى (بىرلەمچى) كېسەلنى داۋالىسا كۆپ تەرلەش ياخشىلىنىپ كېتىدۇ. ھۆل سوغۇقلۇقى ئېشىپ كېتىپ بەدەن ئاجىزلاشتىن پەيدا بولغان كۆپ تەرلەشتە قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتلىكى تائاملارنى بېرىش، ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش ۋە جىسمانىي ھەرىكەتلەر بىلەن مۇۋاپىق شۇغۇللاندۇرۇش ۋە بىمار بەك سېمىز بولمىسا بىر مەزگىل تۈزلۈكراق تائاملارنى بۇيرۇش يولى ئارقىلىق داۋالىنىدۇ. قىزىتمىلىق كېسەللىكتىن كۆپ تەرلەشتە قۇۋۋەتلىك تائاملارنى ئاز مىقداردىن كۆپ قېتىم يېيىشكە بۇيرۇش كېرەك. شۇنداقلا قىزىتمىدىن كېيىنكى تەرلەشتە تەرنى سۈرتۈپ تۇرۇش كېرەك. بىراق كۈچ بىلەن سۈرتمەسلىك كېرەك. چۈنكى كۈچ بىلەن سۈرتكەندە بىرىنچىدىن تەر چىقىش كۆپىيىدۇ. ئىككىنچىدىن تېرە يۈزى ئاسانلا زەخىملىنىشى مۇمكىن. شۇنداقلا قىزىتمىلىق كېسەللىكتە بىمار كۆپ تەرلىگەندە ئۈستىگە يېپىنغان تۆشەكنى بىراقلا ئېچىۋەتمەي تەدرىجىي نېپىزلاشتۇرۇش كېرەك. تەر توختىغاندىن كېيىن لۆڭگىنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ بەدەننى يەڭگىل سۈرتۈپ تېرىنى تازىلاش كېرەك. بولۇپمۇ ھاۋا سالقىن مەزگىللەردە بىمار ئېچىلىپ قېلىپ تۆپىسىگە سوغۇق تۇتۇشتىن قەتئىي ساقلىنىش كېرەك. كۆپ

تەرلەۋاتقان بىمارلارغا سۇماق، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ماش، چىلانلاردىن مۇۋاپىق ئېلىپ سۇغا سېلىپ ئازراقلا قاينىتىپ ئۇسسۇزلۇق ئورنىدا ئىچىشكە بېرىلىدۇ. شەربەتنى خەشخاشنى ئىچىشكە بېرىش ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ئىسكەنجەبىل بېرىلسىمۇ بولىدۇ. بىمارغا يۇغداي يامىسىغا قوي گۆشى، سېرىق ياغ، تۇز ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك خۇش پۇراق دورا ـ دەرمەكلەر سېلىنغان تائام ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. قىزىتمىلىق كېسەللىكتە كۆپ تەرلەشنى داۋالاشتا يۇقىرىدىكى تەدبىرلەردىن باشقا ئاساسىي كېسەللىكنى داۋالاش مۇھىم ئورۇندا تۇرىدۇ.

يەرلىك ئورۇننىڭ تەرلىشىدە مىجەزنى تەڭشەش ۋە سەۋەبچى كېسەللىكنى داۋالاش ئاساسىدا تۆۋەندىكى دورىلار سىرتىدىن چېپىلىدۇ:

(1) تەر توختاتقۇچى ياغ (رەۋغىنى ھابىس ئەرەق) تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ئاس دەرىخىنىڭ يوپۇرماق سۈيى (ئامۇت يوپۇرمىقىنىڭ سىقىلغان سۈيى بولسىمۇ بولىدۇ)، بېيە سۈيى ۋە گۈل يېغى ھەر بىرىدىن 100 مىللىلىتردىن ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ سۇ تەركىبى تۈگەپ ماي قىسمى قالغىچە پەس ئوتتا قاينىتىپ ماي قىسمى بىلەن تەرلەۋاتقان ئورۇن ۋە چوڭ بۇغۇملار ياغلىنىدۇ.

(2) ئاس دەرىخىنىڭ قۇرۇق يوپۇرمىقى، گۈلنار، قىزىلگۈل، زاراڭزا چېچىكى ۋە بېيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇ قوشۇپ قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە دورا سۈيىنىڭ 1/4 قىسمىغىچە گۈل يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى قوشۇپ قاينىتىپ سۈيى ھورغا ئايلىنىپ مېيى قالغىچە قاينىتىپ سىرتتىن سۈرتۈشكە ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر بۇ دورىغا موزا تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

(3) ئاس دەرىخى يوپۇرمىقى، گۈلنار ۋە قەھرىۋالارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ تەرلەۋاتقان ئورۇنغا تۇپا سۈرتكەندەك سۈرتۈلسىمۇ بولىدۇ.

(4) ئالما سۈيى، بېيە سۈيى، گۈلاپ، كۈنجۈت يېغى ياكى گۈل يېغىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ پەس ئوتتا سۈيى كېتىپ، مېيى قالغىچە قاينىتىپ مېيى بىلەن تەرلىگەن ئورۇن مايلاپ بېرىلىدۇ. بۇ نۇسخا پۈتۈن بەدەنگە سۈرتۈلسە تەرنى توختىتىش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، تومۇز كۈنلىرى ئاپتاپ تۇتۇپ بىھوشلىنىشتىن ساقلاش قاتارلىق رولنى ئوينايدۇ.

(5) موزا، قەلەي كۈشتىسى، گۈلاپلارنى ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ.

(6) ئانارگۈلى، ھەببۇل ئاس، قىزىلگۈل، روسۇت، ئاقاقىيا ۋە كۈندۈرلەرنىڭ بىر خىلى ياكى بىر قانچە خىلىنى گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ.

(7) كاللەك بەسەي سۈيى، لىمون سۈيى ۋە كافۇرنى ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن

چىپىلىدۇ.

(8) بىيە تۈرۈقى لوئابى بىلەن ئىسپەغۇل لوئابىنى ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چىپىلىدۇ.

(9) كەرەپشە (چىكىسەي) سۈيىگە ئازراق گۈلاپ بىلەن سىركە قوشۇپ سىرتىدىن سۈرتۈلىدۇ.

(10) ئالما سۈيى، تۇرۇپ سۈيى، قىزىلگۈل ئەرەقى، گۈل يېغى ۋە كۈنجۈت يېغىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ پەس ئوتتا قاينىتىپ، شىشىگە قاچىلاپ ھاجەت بولغاندا تەرلىگەن ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ. ئىچىدىن سىركەنجۇبىل بېرىلىدۇ (سىناقتىن ئۆتكەن).

سىيىش تەرلەش

سىيىش پۇرايدىغان تەر سىيىش تەرلەش دەپ ئاتىلىدۇ. سىيىش تەرلەش پۈتۈن بەدەنلىك سىيىش تەرلەش ۋە يەرلىك ئورۇنلۇق سىيىش تەرلەش دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. يەرلىك ئورۇنلۇق سىيىش تەرلەش كۆپىنچە قولتۇق، ئەمچەك ئاستى (ئاياللاردا)، پۇت، يىرىق ۋە ئەۋرەت قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ.

سەۋەبى

سىيىش تەرلەش بۇزۇلغان خىلتلاردىن ھاسىل بولغان ئوفۇنەتلەرنىڭ تېرە تەر بەزلىرى ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىشتىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە ھىڭ ۋە تۈننىڭ يىلتىزى ھەم سامساقتا ئوخشاش ئۆتكۈر پۇراقلىق دورىلار بىلەن يېمەكلىكلەرنى ئۇزۇن مۇددەت ئىستېمال قىلىشتىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بىمارنىڭ تېنىدىن بەتبۇي سىيىش بۇس كېلىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال جىسمانىي ھەرىكەتلەردە ۋە تومۇزنىڭ ئىسسىق پەيتلىرىدە ئەۋج ئېلىپ، كىشىلەر بۇ خىل كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارلاردىن يىرگىنىدۇ. ھەتتا نىكاھلىق بولغانلارنىڭ تۇرمۇشى

كۆڭۈلسىزلىكتىن بۇزۇلۇش دەرىجىسىگە بارىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال بىمارغا روھىي ئازاب كەلتۈرىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن مىجەز تەڭشىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاۋۋال تۈز خىلتىغا خاس پۇشۇرغۇچى دورىلارنى بېرىپ ماددىلارنى پۇشۇرغاندىن كېيىن، شۇ خىلتقا خاس سۈرگە دورىلارنى بېرىپ بەدەن تازىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قاننى تازىلىغۇچى ۋە ھەزىمنى ياخشىلىغۇچى ھەمدە مېڭىنى تازىلاپ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورىلىرى بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا ئىچىش ئۈچۈن ئىسكەنجۇبىل بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا ماش، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى بىلەن گۈلى، چىغىرتماق يىلتىزى بىلەن يوپۇرمىقى ۋە ئاق سەندەللەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ بەدەن، بولۇپمۇ تەر كۆپ چىقىدىغان ئورۇن يۇيۇپ بېرىلىدۇ. تۈشنە قىزىلگۈل، سۇمبۇل ۋە زەمچىلەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلاپ كۆپ تەرلەيدىغان ئورۇنغا سېپىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا كۆپ تەرلەشكە ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا دورا ئىشلىتىشتىن بۇرۇن دورا سۈرتۈلىدىغان ئورۇننى ئىسسىق سۇغا چىلانغان لۆڭگىدە سۈرتۈپ تېرىنى قىزارتقاندىن كېيىن دورا سۈرتۈلسە ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ. يۇقىرىقى داۋالاش چارىلىرىدىن باشقا پات-پات يۇيۇنۇپ تېرىنى پاكىزە تۇتۇش ۋە ئىچكى كىيىمنى پات-پات يەڭگۈشلەپ تۇرۇش لازىم.

تېرە كېپەكلىشىش

تېرە قۇرغاقلىشىپ ياكى يېرىكلىشىپ كېپەكلەر تۆكۈلۈپ تۇرىدىغان كېسەللىك تېرە كېپەكلىشىش دەپ ئاتىلىپ كۆپىنچە باش تېرىسىدە ئۇنىڭدىن قالسا بەدەن تېرىسىنىڭ ھەممە قىسمىدا پەيدا بولىدۇ.

سەۋەبى

بۇ خىل كېسەللىك مىجەزنىڭ بۇزۇلۇش ۋە رەئىس ئەزالار بىلەن قۇۋۋەتلەرنىڭ

تەگشەش خىزمىتى بۇزۇلۇشى ۋە تېرىنىڭ ئوزۇقلىنىش بىلەن ئۆزلەشتۈرۈش قابىلىيىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

يېنىك بولسا تېرىنى ئۇۋۇلىغاندا كېپەكلىشىدۇ. ئېغىرلىرىدا تېرە كېپەكلىرى ئۈزلۈكسىز تۆكۈلۈپ چۈشۈپ تۇرىدۇ. ھەتتا يوتقان-كۆرپە كىرلىكلىرى بىلەن ئەستىرىنى كۆمۈۋېتىدۇ. تېرە قىچىشىدۇ ۋە سىلىغاندا تېرە قولغا يېرىك بىلىنىدۇ. بۇ خىلدىكى بىمارلارنىڭ ئۇيقۇسى كۆپ ھاللاردا ياخشى بولمايدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن مىجەزنى تەگشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاۋۋال ماددىنى پىشۇرغۇچى، كېيىن بەدەننى تازىلىغۇچى دورىلار بىلەن بەدەننى ھۆللەشتۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. دورا ئىشلىتىشتە قۇرۇق سوغۇق دورىلار بىلەن قۇرۇق ئىسسىق دورىلارنى مۇمكىنقەدەر ئىشلەتمەي، ئەڭ ياخشى ھۆل ئىسسىق ۋە ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. كالا گۆشى، ئۆچكە گۆشى ۋە تۇزلىغان بېلىق قاتارلىق گۆشلەرنى ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك. بەدەننى گۈل يېغى، قوي يېغى ياكى بادام يېغى قاتارلىق مايلار بىلەن مايلاپ بېرىش كېرەك.

تېرە يېرىلىش

تېرە قۇرغاقلىشىش ئاساسىدا تېرە قېلىنلىشىپ چاك كېتىپ يېرىق پەيدا قىلىش تېرە يېرىلىش دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك مىجەزنىڭ بۇزۇلۇشى، خىلتلار سۈپىتىنىڭ ئۆزگىرىشى بىلەن

مۇناسىۋەتلىك بولۇپ كۆپ ھاللاردا تېرىنىڭ قۇرغاقلىشىشى ياكى كېپەكلىشىشى ئاساسىدا پەيدا بولىدۇ. ئۇزۇقلىنىشنىڭ ياخشى بولماسلىقى ياكى مۇۋاپىق بولماسلىقى، ھەزىمنىڭ بۇزۇلۇشى ھەمدە تېرىنى پاكىز تۇتماسلىق مۇھىم ئامىل بولىدۇ. بەزىدە قۇرۇتقۇچى قۇرۇق سوغۇق دورىلار بىلەن تېرىنى قاتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ئاساسىدىمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىك كۆپىنچە قىش ۋە ئەتىياز پەسىللىرىدە پەيدا بولىدىغان بولۇپ كۆپىنچە پۇت، قول، كالپۇك ۋە قۇلاق سۈپىرىسىدا ئۇچرايدۇ. يۇقىرىقى ئورۇنلارنىڭ تېرىسى يېرىلىش كۆپ ھاللاردا تېرە قۇرغاقلىشىپ كېپەكلىشىش بىلەن بىرگە كېلىدۇ. ئېغىر ئەھۋالدا پۈتۈن تېرە قېلىنلىشىش ئاساسىدا پەيدا بولۇشى مۇمكىن.

داۋاسى

كېسەللىك مىجەزىنىڭ ئۆزگىرىشى بىلەن خىلتلار سۈپىتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بولسا ئالدى بىلەن شۇ خىلتقا ئالاقىدار ماددىنى پىشۇرغۇچى ۋە بەدەننى تازىلىغۇچى دورا بېرىپ مىجەز تەڭشىلىدۇ ۋە خىل كەلمەيدىغان تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇپ يۇمشىتىدىغان ۋە ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان ھۆل ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش كېرەك. ھەمدە يەرلىك ئورۇننىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن، پۈتۈن تېرىدە يۈز بەرگەن بولسا موم يېغى، بادام يېغى، كۈنجۈت يېغى، توخۇ يېغى ۋە ئۆردەك يېغى قاتارلىق ياغلار بىلەن تېرە ياغلاپ بېرىلىدۇ. ئەگەر يېرىلغان تېرىدە ئاغرىش بولسا يۇڭ مېيى مەلھىمى بىلەن ياغلىنىدۇ. تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: قوي يۇڭى مېيى (قوي يۇڭىنى يۇغان سۇنى قايناتىپ، سۈيىنى ھورغا ئايلاندۇرۇشتىن ھاسىل بولغان ماي ئۈيغۇرچىدا قوي يۇڭى مېيى دەپ ئاتىلىدۇ)، ئۆردەك يېغى، بېيە ئۆرۈكى شىرنىسى ۋە كەتىرادىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم ياساپ تېرىگە سۈرتۈلىدۇ. كالپۇكنىڭ يېرىلىشىغا گۈل يېغى، خېنە يېغى، ئۆردەك يېغى، قوي يېغى، مەستەكى رومى ۋە بۇغا مۈڭگۈزىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ مايلارغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم ياساپ كالپۇككا سۈرتۈپ ئۈستىدىن تۇخۇم شاكىلىنىڭ ئىچىدىكى نېپىز پەردە چاپلىنىدۇ. (بۇ ماينىڭ كالپۇكتا ئۇزۇنراق تۇرۇشى ئۈچۈن) بىر قىسىم بىمارلارغا

تۇخۇم ئىچىدىكى نىپىز پەردىنى چاپلاپ قويۇلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. قول يېرىلغان بولسا كۈنجۈت بىلەن بىنەپشىنى يۇمشاق سوقۇپ ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياغلاپ بېرىلىدۇ. پۇت يېرىلغان بولسا مەستەكى رومىدىن مۇۋاپىق مىقدار ئېلىپ تۇنى زەيتۇن يېغىغا سېلىپ پەس ئوتتا قاينىتىپ قىزىل پىياز قوشۇپ مايلاپ بېرىلىدۇ. ئەگەر پۇتنىڭ تاپىنى (پاشنىسى) يېرىلغان بولسا كەتىرانى قوي يېغىدا كۆيدۈرۈپ چاپلىلىدۇ. قۇلاق يېرىلغان بولسا موردا سەگىنى زەيتۇن يېغى بىلەن پۇشۇرۇپ قۇلاق ياغلىنىدۇ. بۇ مايىنى زورۇر تېپىلسا قۇلاق ئىچىگە تېمىتىشقىمۇ بولىدۇ. شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى ماي دورىلارنى سۈرتۈشتە ئالدى بىلەن ئىسسىق سۇدا پاكىز يۇيۇپ ئۇستىدىكى كىر بىلەن قاسىرماق ياكى ئالدىنقى قېتىم سۈرتۈلگەن ماي يۇقىنى چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن دورا سۈرتۈلىدۇ. داۋالاش جەريانىدا دورا سۈرتۈلگەن ماي يۇقىنى چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن دورا سۈرتۈلىدۇ. داۋالاش جەريانىدا دورا سۈرتۈلگەن ئورۇننىڭ چاڭ-توزان بىلەن بۇلغىنىشتىن ساقلىنىش كېرەك. ئەگەر يېرىلىش تېرە يىرىڭلىشىپ، كېپەكلىشىش ئاساسىدا پەيدا بولغان بولسا تېرە كېپەكلىشىشكە قارىتا ئېلىپ بېرىلىدىغان داۋالاش بىرلە شتۈرۈلىدۇ.

پاقالچاق يارىسى

بۇ كېسەللىك كۆپىنچە پاقالچاق كۆك تومۇرى ئەگرى-بۈگرى بولۇپ، كۆپۈش ئاساسىدا پەيدا بولىدىغان ۋە ساقىيىشى تەس بولغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ بۇ خەلق تىلىدا جاراھەت دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى بىلەن ئالامىتى

قاندىكى كۆيگەن سەۋدا بىلەن قان ماددىسىنىڭ ئاياغ تومۇرىغا كۆپرەك قويۇلۇشىدىن پەيدا بولۇپ ئاۋۋال ئاياقدىكى بولۇپمۇ پاقالچاقتىكى كۆك تومۇرلار كېڭىيىپ ئەگرى-بۈگرىلىشىپ تېرىدىن كۆتۈرۈلگەن مۆنەكلەرنى ھاسىل قىلىدۇ. كېسەللىكنىڭ ئېغىرلىشىشىغا ئەگىشىپ تېرىدە كۆك ئوسمىغا ئوخشاش تۇششاق قاپارتمىلار پەيدا بولىدۇ ۋە قاپارتمىلاردىن قارامتۇل كۆكۈش زەرداب ئېقىپ، داۋاملىق

سۇلۇشۇپ تۇرىدۇ. ھەمدە تېرە شەلۋەرلەپ زىدىلىنىپ ئاسان ساقايمايدىغان يارا پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

پاقالچاق يارىسى پەيدا بولۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن پاقالچاق كۆك تومۇرىنىڭ ئەگرى-بۈگرىلىشىش كېسىلىنى ۋاقتىدا داۋالاش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن بەدەندىكى غەيرىي تەبىئىي سەۋدانى تازىلايدىغان دورىلاردىن مەتبۇخ ئەپتىمۇن ۋە ئىيارەج پەيقىرا قاتارلىق دورىلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئاغرىق پاقالچىقى رەخت بىلەن چىڭ بوشلۇقنى مۇۋاپىق قىلىپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. قارامتۇل كۆكۈش قاپارتمىلار پەيدا بولۇپ قان ئىبلىشقا بولمىسا ھىجامەت قويۇش ۋە زۇلۇك قوندۇرۇش ئارقىلىق قاپارتما ئىچىدىكى بۇزۇق ماددىلار شوراپ ئېلىنىدۇ ۋە سەۋدانىڭ سۈرگىسى بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا كۆيدۈرۈلگەن خىنە، داۋا، تۇزۇن زىراۋەندە، بىخ كەبىر پوستى، مامىرانچىنلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ يۇقىرىقى دورىلار مىقدارىنىڭ ئىككى ھەسسىسىگە تەڭ سىركە، بىر ھەسسىسىگە تەڭ زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ مايسىمان مەلھەم تەييارلاپ يارىنىڭ سىرتىدىن سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. تۈزۈنغىچە ساقايمىغان يارىغا يېڭى سەۋزىنى قىرىپ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىگە داكىنى چىلاپ تېڭىپ بېرىلسە ياكى شوخلىنىڭ سۈيىگە داكىنى چىلاپ تېڭىپ بېرىلسە ساقىيىشى تېزلىشىدۇ.

ئاغرىقسىز ئىششىق

بەدەنىنىڭ مەلۇم قىسمىدا يۇرەك ياكى بۆرەك كېسىلى ھەمدە ۋەرەم (ياللۇغ) ياكى زەخىملىنىش بولماي تۇرۇپ ئىششىش ئاغرىقسىز ئىششىش دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

پۈتۈن بەدەننىڭ مىجەز بۇزۇلۇش ۋە بەلغەم خىلتى غالىب كېلىشى بىلەن

مۇناسىۋەتلىك بولۇپ يەرلىك ئورۇندا نەملىكنى ئۆزىگە تارتىش بىلەن ئۆتۈپ تۇرۇش قۇۋۋىتى ئېشىپ، چىقىرىش كۈچى ئاجىزلاشتىن تومۇردىكى زىيادە نەملىك تومۇر سىرتىغا سىزىپ چىقىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بەدەننىڭ مەلۇم يېرىدە بولۇپمۇ ئاياغ ياكى قول قاتارلىق ئورۇنلاردا سەۋەبسىز ئىششىق پەيدا بولۇپ بارماق بىلەن باسقاندا ئورۇن ئويمانلىشىدۇ. بارماقنى كۆتەرسە مەلۇم مەزگىلدىن كېيىن ئويمان كۆتۈرۈلۈپ ئەتراپتىكى تېرە بىلەن تەكشى بولىدۇ. باسسا ئاغرىمايدۇ، تېرە قىزارمايدۇ. بەدەندە هارارەت بولمايدۇ ۋە يۈرەك بىلەن بۆرەك كېسەللىكىدىكى ئالامەتلەر بايقالمايدۇ. ئۆزىچە پەيدا بولۇپ ئۆزىچە تۈزۈلۈپ قالىدۇ.

داۋاسى

بەدەندىكى نەملىكنى كۆپەيتىدىغان يېمەك-ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلىنىدۇ. ئالدى بىلەن خام بەلغەمنىڭ پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىج) بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بەلغەمنىڭ تازىلىغۇچىسىدىن ھەببە ئايارەج (تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى ئايارەج پەيقىرا تالقىنى، سۇمبۇل، دارچىن، سەلىخە، ھەببىلسان، ئۇدبىلسان، مەستىكى رومى، ئاسارۇن، زەپەر ھەر بىرى 10 گرامدىن، سەبرە 20 گرام، تۇربۇت، غارىقۇن ھەر بىرى 33 گرامدىن، ھەلىلە كابىلە، سېرىق ھەلىلە، روم باديان ھەر بىرى 11 گرامدىن، ھىندى تۇزى (نەمەكى ھىندى) سوقمۇنيا ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن، بادام يېغى 5 ميللىلىتر ئېلىپ باديان ئەرەقى بىلەن خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا كومۇلاچ تەييارلاپ ھەر كۈنى كەچقۇرۇن 11، 7، 3 داندىن قايناق سۇ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ) ۋە ھەببە رەۋەن بېرىلىدۇ. (تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: رەۋەن، غارىقۇن ھەر بىرى 6 گرامدىن، تۇربۇت 12 گرامدىن، زىراۋەند گىردە، مۇقىل ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن، روم باديان 1.6 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ قايناق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا كومۇلاچ ياساپ كۈنىگە كەچتە 6 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ) سىرتىدىن ماددىنى تارقىتىپ ئېلىش ئۈچۈن تۇز تالقىنى بىلەن زەيتۇن يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈرتۈلىدۇ. ماددىنىڭ قايتا يىغىلماسلىقى ئۈچۈن بۆرە ئەرمىنى، تال (ئۈزۈم) غولىنىڭ كۈلىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چېپىشقا

ببردىن ياكى بولمسا ئاقاقيا، سەبرە، سەئد، شيافى مامشا، زەپەر ۋە گلى ئەرمنندن باراۋەر مقداردا ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ سركە بلەن ئۈماچ هالتگە كەلگىچە ئارىلاشتۇرۇپ داكىغا سۈركەپ ئششق بار ئورۇننىڭ ئۈستگە قويۇپ تېڭىپ بېرىلدۇ.

خەتنىلكنىڭ ئۆرۈلمەسلكى

بۇ خەتنىلك تېرىسى ياكى پوپۇشكىسى ئۆزۈن ۋە تار بولۇپ سرتىغا ئۆرۈلۈشى تەس بولىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى بلەن ئالامتى

بۇ كۆپىنچە تۇغما بولۇپ كىلىنىكىدا خەتنىلكنىڭ ئىچىدىكى پەردىسى زەكەر ئۇچى تېنىگە چاپلىشۋېلىپ ئۆرۈلەلمەسلىك ياكى خەتنىلك ئۆچىدىكى تۆشۈكنىڭ كىچىك بولۇشى قاتارلىق تېپلاردا ئۇچرايدۇ. بەزى بىمارلاردا بولۇپمۇ خەتنە قىلدۇرمىغان چوڭ ياشتىكى ئەرلەردە ئاجرالمىلار چىقىپ كېتەلمەسلكتن ياللۇغلىنىپ قىزىرىپ ئىششىش، زەكەر ئۇچى شەرۋەرلەپ زىدىلىنىش، هەتتا سەرتان (راك) پەيدا بولۇش قاتارلىق كېسەللىكلەر پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

چاپلىشىپ قالغاندا بىرنەچچە كۈن، كۈنىگە بىرقانچە قېتىم خەتنىلكنى قول بلەن ئارقىغا ياندۇرۇپ بەرسە چاپلىشىش ئاجراپ، خەتنىلك ئارقىسىغا ياندىغان بولىدۇ. ئارقىسىغا يانغاندا زەكەر ئۇچىغا ئۇپا قاتارلىق دورىلارنى كۈنىگە بىرقانچە قېتىم سۈرتۈپ زەكەر ئۇچى (خەتنىگا) تولۇق كۆرۈلگەندە دەستكار ئۇسۇلى بلەن خەتنە قىلىنىدۇ. ئەگەر خەتنىلك تۆشۈكى كىچىك بولسا ئۇچىنى ئاۋۋال تىغ بلەن كىسىپ تۆشۈكنى چوڭايتىشقا بىرلەشتۈرۈپ خەتنە قىلىش ئۇسۇلى بلەن داۋالىنىدۇ.

بۆرە چاقا كېسىلى

بۇ تېرە قۇرغاقلىشىش ئاساسىدا تېرىنىڭ مەلۇم قىسمىدا قىزىل داغلىق دانىچىلار پەيدا بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، كۆپىنچە ھاۋا كلىماتى قۇرغاق بولغان جايلاردىكى ياز ۋە كۈز پەسىللىرىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

ئۇيغۇر تىبابىتى بۆرە چاقىسى كېسىلىنى ئىچكى، تاشقى ۋە شېرىك ئامىللاردىن ئىبارەت 3 خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدۇ دەپ قارايدۇ.

1) ئىچكى ئامىل: ئىچكى ئامىل خىلىتلار ئامىلى ۋە تەبىئەت (بەدەننىڭ قوغدىنىش كۈچى) ئامىلى دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

خىلىتلار ئامىلى دېگەندە كۆپىنچە قان خىلتى بىلەن سەپرا خىلتىنىڭ نورمالسىزلىقى كۆزدە تۇتۇلۇپ بۇ ئۆزەندىكى ئىككى خىل ھالەت بىلەن ئىپادىلىنىدۇ. بىرى قان خىلتىغا سۇيۇق سەپرا ئارىلاشقاندا، سۇيۇق سەپرادىكى ھارارەت كەم بولغانلىقتىن قان خىلتى تولۇق پىشىپ يېتىلەلمەيدۇ ۋە قان سۇيۇلۇپ قان بۇزۇلۇشىنى پەيدا قىلىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى سۇيۇلۇپ سۈپىتى ئۆزگەرگەن قان خىلتى تېرىنىڭ مەلۇم ئورنىدا چۆكمە ھاسىل قىلىشتىن يامان تېلىق چاقا پەيدا بولىدۇ. يەنە بىرى قاننىڭ ھارارىتىنى زىيادە ئاشۇرۇۋېتىدىغان كۆيگەن كۆدە رەڭلىك سەپرا قانغا ئارىلاشقاندا، قان خىلتىنىڭ ھارارىتى ئېشىپ كېتىشتىن قان خىلتى قايناپ (جوشانىيدە) تەركىبىدىكى نەملىك ھورغا ئايلىنىپ كەتكەنلىكتىن قان خىلتى قويۇلۇپ كېتىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى قويۇلغان قان خىلتى تېرىنىڭ مەلۇم ئورنىدا چۆكمە ھاسىل قىلىشتىنمۇ بۆرە چاقىسى پەيدا بولىدۇ.

بەدەندىكى ھەر خىل كېسەللىككە قارشى قوغدىنىش كۈچى بولغان تەبىئەت ئاجىزلىغاندا تېرە، جۈملىدىن تېرىنىڭ مەلۇم قىسمىدىكى تەبىئەتمۇ ئاجىزلىشىدۇ. تەبىئەت ئاجىزلاشقاندا تېرىدىكى تەبىئىي كۈچلەر قالايمىقانلىشىشتىن سەپرا ئارىلاشقان غەيرىي تەبىئىي قان خىلتى تېرىدە چۆكمە ھاسىل قىلىشتىنمۇ بۆرە چاقىسى

پەيدا بولىدۇ.

2) تاشقى ئامىل: تاشقى ئامىل دېگەندە قۇرغاق ئىسسىق ھاۋا، چاڭ-توزان، سوركىلىش بىلەن يېمەك-ئىچمەكلىكنىڭ تەرتىپسىزلىكى، زەھەرلىك چېكىملىك، شارابخورلۇق، جىنسىي ھەۋەسنىڭ زىيادە بولۇشى ۋە روھىي ئامىل قاتارلىقلار كۆزدە تۇتۇلىدۇ. مەسىلەن، ھاۋا كىلىماتى قۇرغاق ۋە ئىسسىق بولغاندا بەدەندىكى نەملىك ھورغا ئايلىنىپ زىيادە سەرپ قىلىنغانلىقى ئۈچۈن تېرە قۇرغاقلىشىپ تېرىدىكى تەبىئىي قۇۋۋەت پائالىيىتى قالايمىقانلىشىشتىن سىرت قاننى قىزىتىپ قاننىڭ قويۇقلىشىشى بىلەن قان خىلتىنىڭ تېرىدە چۆكمە ھاسىل قىلىشىنى تېزلىتىدۇ ياكى چاڭ-توزانلىق شارائىتتا پائالىيەت ئېلىپ بارغان ۋاقتى كۆپ بولغاندا، تېرىگە چاڭ-توزانلار قونۇپ تېرىدىكى ئۇششاق تۆشۈكلەر ئېتىلىپ قالغانلىقتىن سەپرالىق تەر بىلەن مايلار بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەي قانغا قوشۇلۇپ قاننى بۇزىدۇ ۋە تېرىدە قان بۇزۇلۇشلۇق كېسەللىكلەر جۈملىدىن بۆرە چاقىسى پەيدا بولىدۇ. ئەگەر سوركىلىش پەيدا قىلىدىغان يىرىك رەختتىن كىيىم كىيىلسە تېرە ئۇزۇن ۋاقىت سوركىلىشتىن زەخىملىنىپ قىزىرىشتىن مۇدەۋۋەرلۈك داغ پەيدا بولىدۇ. قىزىلمۇچ، كۆكمۇچ، قارامۇچ، زىرە، جوۋنا، بەدىيان، كاۋاۋىچىن، سىركە (ياكى ئاچچىقسۇ) ۋە ھاراق قاتارلىق غىدىقلىغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىشلىتىش، سۈپىتى ئۆزگىرىپ بۇزۇلغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، بىردە ئاچ، بىردە توق يۈرۈش، بىر خىل تائاملارنى ئۇزۇن ۋاقىت ئىستېمال قىلىش، تاماكىنى كۆپ چېكىش ياكى شارابخورلۇق، نەشە چېكىش قاتارلىق يامان ئادەتلەرگە ئادەتلىنىش قاتارلىق ئامىللاردا ھەزىم بىلەن خىلتلار سۈپىتى ئۆزگىرىش بىلەن تەبىئەتنىڭ ئاجىزلىشىشىنى تېزلىتىش ئارقىلىق كېسەل پەيدا قىلىدۇ. غەم-قايغۇ، غەزەپ ۋە مەيۇسلۇك قاتارلىق روھىي ئامىللاردا بەدەندىكى سەرپىيات كۆپىيىپ كېتىشتىن تاشقى بەدەننىڭ ھارارىتى بىلەن تېرىنىڭ ھەزىم جەريانى تۆۋەنلەيدۇ. بۇ خىل ئامىللارمۇ قان خىلتى سۈپىتىنىڭ ئۆزگىرىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ.

3) شىرىك ياكى ئەگەشمە كېسەللىك ئامىلى: مەسىلەن، ئۇزۇنغا سوزۇلغان ئاشقازان-ئۈچەي كېسەللىكى بىلەن جىگەر كېسەللىكى، بۇقىرى قىزىتمىلىق كېسەللىك بىلەن قان كەملىك كېسىلى قاتارلىق كېسەللىكلەر قان خىلتىنىڭ سۈپەت ئۆزگىرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش ئارقىلىق بۆرە چاقىسىنى پەيدا قىلىشقا سەۋەبچى بولىدۇ.

ئالامىتى

تېرىنىڭ مەلۇم ئورنى قۇرغاقلىشىش بىلەن قىزىرىپ داغ پەيدا بولىدۇ ۋە بۇ قىزىل

داغ ئىرە يۇزىدىن كۆتۈرۈلۈپ چىقىدۇ. قىزارغان داغ ئورنىدا كۆيۈپ ئىچىشىپ ياكى چىمىلداپ ئاغرىش پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل داغ بەزىدە پەيدا بولۇپ بەزىدە يوقىلىدۇ ياكى بەزىدە ئېغىرلىشىپ بەزىدە يېنىكلەيدۇ. بەزىدە قىزىل داغ بار ئورۇندىكى ئىرە كېپەكلىشىپ سويۇلۇشى مۇمكىن. بەزىدە قىزىل داغ ئاساسىدا كىچىك دانىچە مۇدۇرچاقلار پەيدا بولىدۇ ۋە كىچىك دانىچە چاقلار ئۆزئارا بىرلىشىپ چوڭ-كىچىكلىكى ھەر خىل بولغان چاقنى ھاسىل قىلىدۇ. بۇ خىل ئەھۋالدا يەرلىك ئورۇندىكى ئىرىدە ئارتىشىش ۋە بىئارام بولۇش پەيدا بولىدۇ. ھەتتا يۇقىرى قىزىتما پەيدا بولۇشى مۇمكىن، بەزىدە باشقا خىلدىكى كېسەللىكلەر بىلەن ئارىلىشىپ كېلىشى مۇمكىن. بۇلاردىن باشقا قان خىلتىنىڭ بۇزۇلۇشىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەردىن جۆيلۈش، ئەسنەش، مۇگدەش ۋە گۇمانخورلۇق ياكى باش ئېغىرلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

ئۇيغۇر تىبابىتىنىڭ بۆرە چاقىسىنى داۋالاش پرىنسىپى باشقا كېسەللىكلەرنىڭ داۋالاش پرىنسىپىغا ئوخشاش تاماقتىن پەرھىز بۇيرۇش، مىجەزنى تەڭشەش، كېسەل سەۋەبچىسى بىلەن ئەگەشمە كېسەللىكلەرنى داۋالاش ۋە سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتىن ئىبارەت.

1) تاماقتىن پەرھىز بۇيرۇش:

تاماقتىن پەرھىز بۇيرۇشتا ھەر خىل غىدىقلىغۇچى ۋە سۈپىتى ئۆزگىرىپ بۇزۇلغان يېمەك-ئىچمەكلىكنى (بۇ ھاراقنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ئىچىتقۇلۇق ئىچىملىكلەرنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ) بىلەن تاماكا ۋە باشقا زەھەرلىك چېكىملىكلەرنى چېكىش چەكلىنىدۇ. بىمارغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان ۋە ياخشى قان ھاسىل قىلىدىغان قۇۋۋەتلىك يېمەك-ئىچمەكلىكلەر بېرىلىدۇ.

2) مىجەزنى تەڭشەش:

مىجەزنى تەڭشەشتە بىمارغا سەپرانىڭ پىشۇرغۇچىسى بىلەن تازىلىغۇچىسىنى بېرىپ مىجەز تەڭشىلىدۇ. ئەگەر قان سۇيۇلغان بولسا قان كۆپەيتكۈچى ۋە قاننى قويۇلدۇرغۇچى دورىلار بىلەن يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. قان قويۇلغان بولسا قاننى سۇيۇلدۇرغۇچى، قاننى تازىلىغۇچى ۋە قان خىلتىنىڭ سۈپىتىنى ياخشىلىغۇچى دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. مىجەزنى تەڭشەش بۆرە چاقىسىنىڭ كېسەللىك

سەۋەبچىسىنى داۋالاشتا ناھايىتى مۇھىم.

3) كىبەل سەۋەبچىسىگە قارىتا چارە قىلىش:

(1) خىلتلار بىلەن تەبىئەت سەۋەبىدىن پەيدا بولغانلارنى داۋالاش يەنى كىبەل سەۋەبچىسىگە قارىتا چارە قىلىشتا ئالدى بىلەن قاندىكى بۇزۇق ماددىلارنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىپ قان خىلتىنىڭ سۈپىتىنى ياخشىلاش بەكمۇ مۇھىم. بۇنىڭ ئۈچۈن شەربىتى مۇسەففا خۇن (قان تازىلىغۇچى شەربەت)، شەربىتى سەرسىبىل، مەتبۇخى چۈپچىن، مەتبۇخى ئەفتىمۇن ۋە مەتبۇخى ھەلىيلە قاتارلىق ئۇسخىلاردىن بىر خىلىنى ئىچىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئەگەر سەپرا غالىب كېلىش بىرگە كەلسە سەپرانى تازىلىغۇچى ئۇسخىلاردىن بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئەبۇلا، خىيار شەنبەر، چىلان، تەمرى ھىندى، ئەفتىمۇن ۋە تەرەنجىبىللەرنىڭ يەككە قاينىتىلمىسى ياكى ئارىلاشما قاينىتىلمىسى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما قوشۇلۇپ كەلسە قومۇش يىلتىزى، شاھتەررە، خىنە، ئىككىلەنگەن سەندەل كېپىكى ھەر بىرىدىن 5 گرام، چىلاندىن 70 دانە ئېلىپ دورا ۋەزنىدىن 10 ھەسسە قايناق سۇغا 6 ـ 4 سائەت چىلىغاندىن كېيىن سۈس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈپ ئۈنىڭغا چىلان شەربىتىدىن 25 م ل قوشۇپ ئۈچكە بۆلۈپ بىر كۈندە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ ئۇسخا قىزىتما يانغىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

يۇقىرىقى ئۇسخىغا قوشۇلىدىغان چىلان شەربىتىنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە:

چىلان 120 گرام، لىيمون 3 گرام، شاخار 6 گرام، شېكەر 600 گرام، سۇ 1200 م ل. دورىلارنى قايناق سۇغا بىر مەزگىل چىلىغاندىن كېيىن پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە شېكەر سېلىپ قىيامى تەڭشەلگىچە پەس ئوتتا قاينىتىلىدۇ. بۇ شەربەتنى كۈنىگە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 م ل شەربەتكە 30 م ل قايناق سۇ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى تەمرى ھىندى، ئەبۇلا ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ 120 م ل قايناق سۇغا 12 ــ 6 سائەت چىلاپ، پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە 15 گرام شېكەر سېلىپ ئېرىتىپ بىر كۈندە ئىچىپ بولۇشقا بېرىلىدۇ.

ئەگەر كىبەللىك بىمارنىڭ بەدىنىدىكى كىبەللىكتىن قوغدىنىش كۈچى بولغان تەبىئەت ئاجىزلاپ كىبەللىك ماددىسىنى بەدەندىن ھەيدەشكە سۇسلۇق قىلىشتىن پەيدا بولغان بولسا، ئىيارەجى لوغازىيا قاتارلىق دورىلار بىلەن تەنقىيە قىلىنىپ (تازىلىنىپ)

بولغاندىن كېيىن تەبىئەتتىنى كۈچەيتكۈچى ئۆسخىلاردىن شەربىتى پولات، كۈشتە پولات، مەئجۇنى خۇبسىلھەدىد، جاۋارىش ئامىلە ۋە ئامىلە نوشدارۇ قاتارلىق ئۆسخىلاردىن بىر خىلى ياكى ئەھۋالغا قاراپ ئىككى خىلدىن ئارتۇقراقى قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا بەدەننى قۇۋۋەتلەيدىغان باشقا ئۆسخىلارنى تاللاپ ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. ئەگەر كېسەللىك سەۋەبچىسى ئېنىق بولمىسا مىجەزنى تەڭشەپ بولغاندىن كېيىن بىنەپشە، نىلۇپەر ھەر بىرىدىن 12 گرام، قومۇش يىلتىزى، شاھتەررە، خىبنە، سەندەل كېپىكى ھەر بىرى 5 گرامدىن، چىلان 10 دانە ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ ھەممە دورىلارنىڭ ۋەزنىدىن 10 ھەسسە سۇغا سېلىپ پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ياكى دەملەپ چىلان شەربىتى ياكى نىلۇپەر شەربىتى بىلەن بىرگە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. نىلۇپەر شەربىتىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: نىلۇپەر 100 گرام، لىمون 3 گرام، شاخار 6 گرام، شېكەر 500 گرام. دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر لىتىر قايناق سۇغا بىر مەزگىل چىلىغاندىن كېيىن، پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە شېكەرنى سېلىپ ئازراق قاينىتىپ قىيامى تەڭشەلگەندىن كېيىن يۇقىرىقى ئۆسخىدىن ئىككى ھەسسە، نىلۇپەر شەربىتىدىن بىر ھەسسە نىسبەتتە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن تۆۋەندىكى ئۆسخىلاردىن بىر خىلى سۈرتۈلىدۇ. ئارپا تۇنى، تۇرۇپ تۇرۇقى، چىغىرتماق يىلتىزى، قوغۇن تۇرۇقى، بادام مېغىزى، نىشاستە، كەترا ۋە بۇرە ئەرمىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تۇنى سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۇيۇق تۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ ۋە كۈنىگە بىر قانچە قېتىم سىرتىدىن سۈرتۈپ بېرىلىدۇ ياكى ئاشپۇرچاق، يېشىل ماش، دادۇر، تۇخۇم پوستى، قەشقەر تۇپىسى، پىل چىشى، چىرىگەن سۆڭەك، ئاچچىق بادام ۋە تۇرۇپ تۇرۇقى تالقىنىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئومۇمىي دورا ۋەزنىدىن 5 ھەسسىگە تەڭ سۈتكە ئارىلاشتۇرۇپ ئىسسىتقاندىن كېيىن داكىنى دورىغا مىلاپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى يۇقىرىقى تەركىبلەر تالقىنىنى تۇرۇپ كۆكى (يوپۇرمىقى) سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھۆل تېڭىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا تۆۋەندىكى ئۆسخىلارمۇ سىرتىدىن سۈرتۈلسە بولىدۇ. مەدەستان، كافۇر ھەر بىرىدىن 12 گرام، گۈل مېيى، تۇچكىنىڭ بۆرەك مېيى ھەر بىرى 24 گرام، ئاق موم 24 گرام ئېلىپ دورىلار يۇمشاق تالقانلىنىدۇ. تۇچكىنىڭ بۆرەك يېغى بىلەن ئاق مومنى ئايرىم-ئايرىم ئېرىتىپ ياغلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە تالقان دورىلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇلاردىن باشقا قىچا ۋە زەرچوبە تالقىنىنى سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ

سىرتىدىن چىپىشقىمۇ ياكى زەفەر، ئۇردان، كۈندۈر، مۈرمەككى، مەستىكى، ئەنسىل قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ سۈيىنى سىرتىدىن ھۆل تېڭىپ ئىچىدىن ئۇردان، زەفەر ۋە ئەنسىل قاتارلىقلارنى دەملەپ ياكى قاينىتىپ ئىچىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى سىرتىدىن سۈرتۈلىدىغان مەلھەملەر بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن ۋە قىزىتما يانغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ.

(2) باشقا ئامىللارغا قارىتا چارە قىلىش: ئەگەر بۆرە چاقىسى ئىسسىق ۋە قۇرغاق ھاۋا شارائىتىدا ئاپتاپ ئۆتۈش ئاساسىدا پەيدا بولغان بولسا بىمارنى ئاپتاپتىن خالى قىلىش كېرەك ۋە ئىچىش ئۈچۈن قىزىتمىنى ياندۇرغۇچى نۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر كىيىمنىڭ سۈركىلىش ئامىلى مەۋجۇت بولسا كەڭ كۆشادە ۋە يۇمشاقراق كىيىم-كېچەك كىيىشكە بۇيرۇلىدۇ. پات-پات يۇيۇنۇپ تېرە پاكىز تۇتۇلىدۇ. بولۇپمۇ چاڭ-توزاندا ئىشلىگۈچىلەر ئىشتىن چۈشۈش بىلەن يۇيۇنۇشى كېرەك. تېرە قۇرغاقلىشىپ كېپەكلىشىدىغان بولسا مىجەزنى تەڭشەش بىلەن بىرگە بەدەننى مايلاپ بېرىش كېرەك. بۇلاردىن باشقا يېمەك-ئىچمەكنى تەرتىپكە سېلىپ ھەزىم ئەزالىرىدا كېسەللىك بولغۇچىلار بولسا ۋاقتىدا داۋالاپ ھەزىمنى نورماللاشتۇرۇش كېرەك. مېۋە-چېۋە بىلەن كۆكتاتلارنى مۇۋاپىق ئىستېمال قىلىش پايدىلىق. بىماردىكى ھەر خىل روھىي يۈكلەرنى يېنىكلىتىش مەقسىتىدە تەربىيە بېرىپ ھەر خىل ئەندىشىلەرنى تۈگىتىپ ساقىيىشقا بولغان ئىشەنچىسىنى ئۇرغۇزۇش بىلەن بىرگە مېڭىنى تازىلىغۇچى، مېڭىنى قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى ۋە ئۇخلاتقۇچى دورىلار بىلەن ھەلىلە مۇرابباسى قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. داۋالىنىش جەريانىدا شاراب ئىچىش بىلەن تاماكا چېكىش ۋە جىنسىي ئالاقە قىلىش قاتارلىقلار چەكلىنىدۇ.

سوڭ (مەقئەت) كبسەللىكلىرى

بوۋاسىر

بۇ كوتەن (تۈز ئەچەي) نىڭ تۆۋەندىكى شىللىق پەردە بىلەن مەقئەت ئىغىزى ۋە ئۇنىڭ گىرۋىكىگە يېقىن تېرىدە پەيدا بولىدىغان تۈگۈنسىمان ۋە قانايدىغان بىر خىل كىبسەللىك.

سەۋەبى

غەيرىي تەبئىي سەۋدا كوتەن ئۈچەيىنىڭ تۆۋىنى ياكى مەقئەت يولىدىكى شىللىق پەردە بىلەن مەقئەت ئىغىزى ئەتراپىدىكى تېرە قان تومۇرلىرى ئىچىدە قېتىۋېلىپ تومۇرنى سۇسلاشتۇرۇپ ئەۋرىشىملىكى تۆۋەنلەشتىن ئەگرى-بۈگرى كېڭىيىپ تۈگۈن ھاسىل قىلىش ۋە قان غالىب كېلىپ قاناشتىن پەيدا بولىدۇ. يەللىك يېمەك-ئىچمەكلىكنى كۆپ ئىستىمال قىلىش ئۇزۇن مۇددەت ئولتۇرۇپ ياكى ئۆرە تۇرۇپ ئىشلەش، داۋاملىق ئېغىرلىق كۆتۈرىدىغان خىزمەت بىلەن شۇغۇللىنىش، كۆپ قەۋزىيەت بولۇش، ئۇزۇن ۋاقىت ئىچى سۈرۈش، ئۇزۇنغا سوزۇلغان كونا يۆتەل، كۆپ ھامىلدارلىق ۋە تۇغۇتنىڭ قىيىنلىشىشى قاتارلىق سوڭغا بېسىم كەلتۈرىدىغان ئامىللار بۇ كىبسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇھىم ئامىل بولۇشتىن سىرت قىسمەن بىمارلاردا تۇدۇم (ئىرسىيەت) ئامىلى بىلەنمۇ مۇناسىۋەتلىك.

ئالامىتى.

بۇ كىبسەللىك 50 — 20 ياشلىق ئەر ۋە ئاياللاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. بۇ كىبسەللىكنىڭ ئاساسىي ئالامىتى، كوتەن ئۈچەيىنىڭ تۆۋەن قىسمى بىلەن مەقئەت يولى شىللىق پەردىسى

ۋە مەقئەت ئىغىزىنىڭ شىللىق پەردە بىلەن تۇتىشىدىغان چېگرىسىدا ھەر خىل چوڭلۇقتىكى تۈگۈن پەيدا بولۇش بىلەن بىرگە قاناشتىن ئىبارەت. تۈگۈن شىللىق پەردە يۈزىدىن پولتىيىپ چىقىدۇ. كىچىكلىرى مونچاق چوڭلۇقىدا، چوڭلىرى گۈلە چوڭلۇقىدا بولۇشى مۇمكىن. سانى بىر ياكى بىرقانچە بولىدۇ. رەڭگى توق قىزىل ياكى قارامتۇل قىزىل تۈسىنى ئېلىشى مۇمكىن. بەزىدە تۈگۈندىن قان چىقىدۇ. قاناش قەۋزىيەت بىرگە كەلگەندە كۈچىيىدۇ. بوۋاسىر تۈگۈندىن چىققان قان گەندىنىڭ سىرتىغا يېپىشىپ كېلىشى مۇمكىن. بەزىدە تەرەتتىن كېيىن تامچىپ كېلىدۇ. ئەگەر قاناش ئۇزۇن ۋاقىت داۋاملاشسا، پۈتۈن بەدەنلىك قان كەملىك بىلەن ماغدۇرسىزلىق ئالامەتلىرى بىرگە كېلىدۇ. بوۋاسىر تۈگۈنىنىڭ مەقئەت ۋە تۈنىڭدىن يۇقىرى قىسمىدا بولغانلىرى ئىچكى بوۋاسىر، مەقئەت ئېغىزىنىڭ سىرتىدا بولغانلىرى سىرتقى بوۋاسىر دەپ ئاتىلىدۇ. ئادەتتە ئاغرىمايدۇ. بىراق تۈگۈن ئىچىدە قان بىلەن سەۋدا تۈيۈلۈپ قاتتىق مونەك پەيدا قىلغانلىرىدا ئاغرىش قاتتىق بولىدۇ. قوشۇمچە يۇقۇملانغاندىمۇ ئاغرىش بولىدۇ. چوڭ تەرەت ۋاقتىدا ئىنجىقلىغاندا ئىچكى بوۋاسىر تۈگۈنى مەقئەت ئېغىزى سىرتىغا چىقىۋېلىپ تەرەت قىلىپ بولغاندىن كېيىن مەقئەت ئىچىگە كىرىپ كېتىدۇ. بەزىلىرى مەقئەت ئىچىگە كىرىپ كېتەلمەي مەقئەت ئېغىزىدا كەپلىشىپ قېلىپ چىڭقىلىپ مۇجۇپ ئاغرىپ بىمارنى ئازابلايدۇ. ھەتتا زىدىلىنىپ يۇقۇملىنىدۇ ۋە تېخىمۇ ئىششىپ بىمارنى ئازابلايدۇ.

ئۇيغۇر تىبابىتىدە كوتەن ئۈچەي تۈۋەن تەرىپى بىلەن مەقئەت يولى شىللىق پەردىسى ۋە شىللىق پەردە بىلەن تېرە تۇتىشىدىغان ئورۇن بىلەن ئېغىز ۋە بۇرۇن شىللىق پەردىلىرىدە ئۆسۈپ چىققان مونچاقلارنىڭ ھەممىسىنى «بوۋاسىر»، «مونچاق گۆش» ياكى «تۈگۈن» دەپ ئاتىلىدۇ. شۇڭلاشقا كوتەن ئۈچەي بىلەن بۇرۇن بوشلۇق شىللىق پەردىلىرىدە پەيدە بولغان مونچاق گۆش (پالىپ) لارنىمۇ بوۋاسىر دەپ ئاتىلىدۇ. شۇڭلاشقا بۇرۇن بىلەن ئېغىز بوشلۇقى ئىچىدە پەيدا بولىدىغان مونچاق گۆش قاتارلىق تۈگۈنلەرنى «بوۋاسىر» دەپ ئاتالسا ھەيران قېلىش ھاجەتسىز.

ئۇيغۇر تىبابىتى مەقئەت بوۋاسىرنى شەكلىگە قاراپ تۆۋەندىكى تۈرلەرگە بۆلىدۇ.

(1) يىلتىز ئارتقان بوۋاسىر (نەخلى): بۇ شەكلى شىللىق پەردىدىن كۆتۈرۈلۈپ چىقىشى بىلەن بىرگە شىللىق پەردە ئاستىغىمۇ يىلتىز تارتىپ كىرگەن بولىدۇ.

(2) ئۈزۈنچاق ياكى سوقىچاق بوۋاسىر: بۇ خىل شەكلى قاتتىقراق خورمىغا ئوخشاپ كېتىدۇ. بۇ خورمىسىمان (تەمرى) تىپى دەپ ئاتىلىدۇ.

(3) يۇمىلاق ۋە يۇمشاق بوۋاسىر: بۇ خىل شەكىلدىكى بوۋاسىر يۈزىدە ئۈچمە

دانىلىرىدەك دانچىلەر بولىدۇ. بۇ ئۈجمىسىمان (ئىنەبى) تىپى دەپ ئاتىلىدۇ.

(4) ئەنجۈرگە ئوخشاش تۈۋى چوڭ بوۋاسىر: بۇ خىل شەكلى ئەنجۈرسىمان (تىنى) تىپى دەپ ئاتىلىدۇ.

(5) كىچىك پۇرچاق چوڭلۇقىدا قاتتىق بولىدىغىنى پۇرچاقسىمان (سولولى) تىپى دەپ ئاتىلىدۇ.

(6) شەكلى ئۇزۇن ۋە يۇمشاق بولۇپ سىرتقى يۈزى بىلەن ساپىقى ئۈجمىگە ئوخشاش بولىدىغىنى ئۈجمە ساپلىق (تۇتى) تىپى دەپ ئاتىلىدۇ. بوۋاسىرنىڭ ئىچىشىپ ئاغرىشى قانغا سەپرانىڭ ئارىلىشىشى (سەپرالىق قاندىن) دىن، سانجىلىپ ئاغرىش بىلەن بىر خىل ئېغىرلىق ھېس قىلىش قاننىڭ قويۇقلىشىشىدىن بولىدۇ.

داۋاسى

ئۇيغۇر تىبابىتىدە بوۋاسىرنى داۋالاش تۈرلىرى كۆپ بولۇپ ئۇلارنى ئىخچاملىغاندا پەرھىز تۇتۇش، مىجەزنى تەڭشەش، ئىچىدىن دورا ئىچكۈزۈش، سىرتىدىن دورا سۈرتۈش، دورا سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇش (ۋاننا قىلىش)، قان ئېلىش، بانكا قويۇش، ئىسلاش، دورا بىلەن قاتتۇرۇش ۋە دەستىكار (خىرورگىيە) ئۇسۇلى بىلەن ئوپېراتسىيە قىلىش ۋە ئەگەشمە كېسەللىكنى داۋالاش قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

1) پەرھىز تۇتۇش بىلەن داۋالاش: بۇ بىمارنىڭ خىزمەت تۈرى بىلەن خىزمىتىنىڭ ئېغىرلىق دەرىجىسىنى مۇۋاپىق تەڭشەش ۋە تاماقتىن پەرھىز تۇتۇپ ھاراق، پىۋا، قىزىلمۇچ، قارىمۇچ، كودە، تۇزلىغان كۆكتات، تۇزلاپ قورۇتۇلغان گۆش، سۈرلىگەن گۆش، قېزا، كونا گۆش، كالا گۆشى، ئات گۆشى، كېيىك گۆشى، بېلىق گۆشى، پەتىنگان (چەيزە) شوخلا ۋە ماش پۇرچاق قاتارلىق يەل پەيدا قىلىدىغان، قاننى قويۇلدۇرىدىغان ۋە مىجەز تەڭپۇڭلۇقىنى بۇزىدىغان ھەممە غىدىقلايدىغان يېمەك-ئىچمەكلەردىن پەرھىز تۇتۇلىدۇ. ئەگەر بىمارلار بۇ نۇقتىغا دىققەت قىلمىسا داۋالاشنىڭ ئۈنۈمىگە تەسىر يېتىدۇ.

2) بىمارنىڭ مىجەزىنى تەڭشەش: بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە ئېغىرلىشىشى مىجەز بىلەن خىلتلار تەڭپۇڭلۇقىنىڭ بۇزۇلۇشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغانلىقى ئۈچۈن كېسەللىكنىڭ تەرەققىياتىنى توسۇش ۋە دورىنىڭ ئۈنۈمىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش ئۈچۈن مىجەز تەڭشىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن شۇ خىلتنىڭ ماددىسىنى پىشۇرغۇچى، (مۇنزىج) بىلەن سۈرگۈچى (بەدەننى تازىلىغۇچى) مۇسھىللار بېرىلىدۇ.

بەدەننى سەۋدايى قاندىن تازىلاش ئۈچۈن ھەلىيلە مۇراببا سى ۋە ئىترىيفىل مۇقىل ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ.

3) ئىچىدىن دورا ئىچكۈزۈش

(1) غىزايى دورا بىلەن داۋالاش: بوۋاسىر بىلەن ئاغرىغان بىمارلارنى قەۋزىيەت تولىمۇ ئازابلايدۇ. شۇڭلاشقا بىمارغا ئىچىنى يۇمشىتىپ كىسەللىكنىڭ تەرەققىياتىنى توسۇش ۋە داۋالاش ئۈنۈمىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش مەقسىتىدە ئاچچىق چۈچۈك مېۋىلەردىن باشقا مېۋىلەر بىلەن كۆكتات (پەتىنگان، كودە، مۇچ، شوخلا ۋە تۈزلىغان كۆكتاتلاردىن باشقىلىرىنى) شورپىسى، سەبزە مېكيان گۆشى، ئوغلاق بىلەن پاقلان گۆشلىرىنىڭ شورپىسى قاتارلىقلارنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ.

(2) ئىچىدىن ئىچىشكە تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئا. ئىترىيفىل مۇقىل تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ھەلىيلە كابىلە پوستى، بەللە پوستى، قارا ھەلىيلە، ئاملە پوستى ھەر بىرىدىن 33 گرام، مۇقىل 100 گرام، ھەسەل پۈتۈن دورا مىقدارىنىڭ 3 ھەسسە ۋە كودە سۈيىدىن مۇۋاپىق ئېلىپ مۇقىلدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ. مۇقىلنى ئايرىم يانچىپ كودە سۈيىگە بىر كېچە چىلاپ ئېرىتىلىدۇ. ئېرىگەن مۇقىلنى ئېرىگەن ھەسەلگە قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە تالقان دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىنىدۇ. كۈنىگە 10 ـ 6 گرامغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ (ئەسكەرتىش: كودىنىڭ ئۆزى بوۋاسىرغا زىيانلىق، لېكىن ئۇنىڭ سۈيى بوۋاسىرغا پايدىلىق). بۇ دورا كۆمۈلاچ قىلىپ تەييارلانسىمۇ بولىدۇ. بوۋاسىرنىڭ ھەر خىل تىپلىرىغا مەنپەت قىلىدۇ.

ئە. سۇپۇفى مەقلىيسا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ كۆپىنچە كونراپ كېتىپ قان كېلىۋاتقان بوۋاسىرغا ئىچىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىرتىدىن مەلھەمى مۇقىل چېپىپ ئىچىشكە ھەببە ياكى مەجۇنى مۇقىل بېرىش بىلەن بىرگە سۇپۇفى مەقلىيسادىن 3 گرامنى بىر دانە يېلىتىلغان تۇخۇمغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سۇپۇفى مەقلىيسانىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئىسپەغۇل، كۆكنار ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، سەبزە ئوت ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 33 گرام، رەيھانگۇلى، قىزىلگۈل، بۇغداي كراخمالى ھەر بىرىدىن 10 گرام، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، ھەببۇلئاس، گىلى ئەرمىنى ھەربىرى 8 گرامدىن، زىرىق 25 گرام ئېلىپ ئىسپەغۇلدىن باشقىلىرىنى ئوتتا قىزىتىپ سوقۇپ تاسقاپ تالقان قىلىنىدۇ. ئىسپەغۇلنى قىزىتىپ سوقمايلا تالقان دورىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

ب. مەجۇنى ئازاراقى: مەجۇنى ئازاراقىنى ئۈزۈن مۇددەت مۇۋاپىق مىقداردا بىر ئاي

ئىستېمال قىلىپ يېرىم ئاي دورىنى توختىتىش ئۇسۇلى بويىچە داۋاملىق داۋاملاشتۇرۇپ بېرىلسە بوۋاسىر تۈگۈنى كىچىكلەپ قورۇلۇپ يوقىلىدۇ.

پ. ئەنجۈر بىلەن داۋالاش: ھەر خىل بوۋاسىرغا بولۇپمۇ ئىچكى بوۋاسىرغا كۈنىگە 7 دانە ئەنجۈر قىيقىنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچىپ بەرسە ۋە ئەنجۈرنى يەپ بەرسە بوۋاسىر تۈگۈنى تەدرىجىي كىچىكلەپ يوقىلىدۇ.

ت. كۆكنار شەربىتىنىڭ كىچىك ئۈسخىسىنىڭ تەركىبىگە ئانارگۈلى، ئەنجباھار، بېيە تۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقىنى ئارىلاشتۇرۇپ قايناق سۇدا قاينىتىپ ھەمەك نان بىلەن بىرگە چاي ئورنىدا ئۇزۇن مۇددەت ئىشلىتىلسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ج. ھەلىيلە كابىلە 130 گرام، مۇقىل 66 گرام، كەترا 33 گرام، ئەنجۈر قىيقى 60 دانە، كودە تۇرۇقى 20 گرام، ھەلىيلە پوستى بىلەن كودە تۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ. 60 دانە ئەنجۈر قىيقىنى بىر لىتىر سۇغا چىلاپ، چىلاشقۇدەك سۈيى قالغىچە پەس ئوتتا قاينىتىلىدۇ. ئۈستىگە تالقان دورىلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا كومۇلاچ تەييارلاپ كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 ـ 8 تالغىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

چ. بوۋاسىر قاناۋاتقان مەزگىلدە قاننى توختىتىش مەقسىتىدە قۇرۇس كەھرىبا ياكى مەجۇنى خۇبسۇلھەدىد ۋە ھەببى مۇقىل بېرىلىدۇ. (قەۋزىيەت بولسا ھەببى مۇقىلنىڭ I ـ ئۈسخىسى، ئىچى يۇمشاق كەلسە II ـ ئۈسخىسى بېرىلىدۇ).

قۇرۇس كەھرىبانىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: كەھرىبا، گۈل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، خۇنسىياۋشان، تاباشىر، نىشاستە، كەترا، ئاقاقىيا، ئانارگۈل ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ پاقا يوپۇرماق سۈيى ۋە گاۋزۇبان سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ توقۇچاق (تابلېت) تەييارلاپ كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ـ 3 گرامغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ.

مەجۇنى خۇبسۇلھەدىد (تۆمۈر پوقى مەجۇنى)نىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: ھەلىيلە كابىلە پوستى، سېرىق ھەلىيلە پوستى، قارا ھەلىيلە، بەلىلە، ئامىلە، بەسباسە، قاقىلە، ئۇدھىندى، ئىپار، كۈنجۈت ھەر بىرىدىن 6 گرام، تۆمۈر پوقى (تۆمۈر دېتى) 165 گرام، ھەسەل 660 مىللىتر، تۆمۈر پوقىنى ئالدى بىلەن 3 كېچە ـ كۈندۈز سىركىگە چىلاپ سۈزۈۋالغاندىن كېيىن سېرىق ماي بىلەن قورۇپ يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تۆمۈر پوقى (دېتى) تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ 6 ئاي ئۇرغۇزغاندىن كېيىن ئاندىن كۈنىگە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ.

خ. بىمارنىڭ يۈرىكى ئاجىز بولسا، يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈپ داۋالاشقا ماسلىشىش ئىقتىدارىنى ئاشۇرۇش مەقسىتىدە داۋا ئىلمىشكى ياكى مۇپەررىھى ياقۇتلاردىن بىر خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

د. بوۋاسىرنىڭ قاتتىق ئاغرىيدىغان «يەل بوۋاسىر» تىپىدا (ئالاھىدىلىكى: سانجىلىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. ئاغرىش بەزىدە بەل، ئۇرۇقدان (ئەرلەردە) خالتىسى ۋە سىرتقى جىنسىي ئەزالارغىچە تارقىلىپ قورساق ئىششىش، تولا يەل كېلىش ۋە چوڭ تەرەتتىن قان كېلىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ) مەتبۇخ ئەفتىمۇن بېرىپ ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن يەلنى تارقاتقۇچى دورىلاردىن جاۋارىش شەھرىياران ياكى مەجۇنى فىلافىلىنىڭ بىر خىلى بېرىلىدۇ.

جەۋارىش شەھرىيارانىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: قەلەمپۇر، گۈلدارچىن، سەلىخە، سۇمبۇل، جوزبۇۋا بەۋار، لاچىندانە، قاقىلە، ھەببى بىلسان، زەپەر ھەر بىرىدىن 15 گرام، سوقمۇنىيا 10 گرام، تۇربۇت، ھەشقىپچەك ئۇرۇقى 26 گرام، قەنت (شېكەر) 215 گرام، ھەسەل 430 گرام دورىلارنى سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قەنتنى ئازراق سۇ بىلەن قىيام قىلىپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە دورا تالقىنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە بىر قېتىم 6 ـ 8 گرامغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ.

مەجۇنى فىلافىلىنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: ئاقمۇچ، پىلپىل ھەر بىرىدىن 50 گرام، ئۇدبىلسان 25 گرام، سۇمبۇل، ھوماما ھەر بىرىدىن 13 گرام، زەنجىۋىل، كەرەپشە (چىگسەي) ئۇرۇقى، سالىيۇس، سەلىخە، ئاسارۇن، راسەن ھەر بىرىدىن 3.3 گرامدىن، ھەسەل پۈتۈن دورا ئېغىرلىقىدىن 3 باراۋەر. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 3 قېتىم تاماقتىن كېيىن 3 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

يۇقىرىدىكى دورىلارغا قوشۇپ تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ بىرى يېيىشكە بېرىلسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. بىرىنچى نۇسخا: بۇزۇغا، دۇرۇنەج ئەقرەبى، قارا ھەلىلە، شاترە نەجى ھىندى، ئاقىرقەرھا، قارىمۇچ، پىلپىل، كۈدە ئۇرۇقى، مۇقىل ھەر بىرىدىن 13 گرام ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈدە ئۇرۇقى سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئىككىنچى نۇسخا: بىخ كەبىر 10 گرام، سوئتەر (ياپچان) 5 گرام دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۈدە سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ كومىلاچ قىلىپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

قۇرۇق جايدا بولىدىغان چار پاقىدىن بىرنى ئېلىپ قارنىنى يېرىپ ئىچىنى تازىلاپ پاكىز يۇيۇپ بىر جىڭ ئاق هاراقتا سېلىپ پەس ئوتتا 1/4 قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈپ بىر قېتىمدىلا ئىچۈەتسە يېنىكلىرى بىر قېتىمدا، ئېغىرراقلىرى 3 ـــ 2 قېتىمدا ساقىيىپ كېتىدۇ (سىناقتىن ئۆتكەن).

(4) سىرتىدىن دورا سۈرتۈش بىلەن داۋالاش.

بۇۋاسىرنى سىرتىدىن دورا سۈرتۈپ داۋالاشتا ئوخشىمىغان ئەھۋالدا ئوخشاش بولمىغان دورىلاردىن تۆۋەندىكىلىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

(1) بۇۋاسىردا بەك ئاغرىش بىلەن بىرگە قاناش يۈز بەرسە سىرتىدىن تۆۋەندىكى دورا ئۇسخىلىرى ئىشلىتىلىدۇ.

ئا. كۆمۈش تۇپسى، ئاق موم ۋە گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئاق مومنى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ ئۈستىگە كۆمۈش تۇپسىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ بۇۋاسىر تۈگۈنلىرىگە چاپلىنىدۇ. ئىچىشكە ئىترىيفىل سەغىرى بېرىلىدۇ.

ئە. بۇۋاسىر تۈگۈنى ئاغرىش بىلەن ئىششىپ ئېسىلىش بىرگە كەلگەن بولسا سىرتىدىن مەلهىمى مۇقىل سۈرتۈلىدۇ. تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: تۇپا، زەرنىخ هەر بىرى 3.3 گىرامدىن، مۇقىل، سورۇنجان، رەۋەن، ئاق لەيلى هەر بىرى 6 گىرامدىن، ئاق موم 3.3 گىرام، توخۇ يېغى، كالا يىلىكى، ئۆگە لوكا يېغى، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى يېغى ۋە كالا يېغى هەر بىرى 16 گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يۇقىرىقى 5 خىل ماينى ئاق موم بىلەن ئېرىتىپ ئۆتنىڭغا تالقان دورىلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. يۇقىرىدىكى ئىككى خىل مەلهەمنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى مەقئەتنى پاكىز يۇيۇپ بۇۋاسىر تۈگۈنلىرىنى گۈل يېغى بىلەن مايلىغاندىن كېيىن يۇقىرىدىكى مەلهەملەرنىڭ بىرىنى پاكىز داكىغا سۈرتۈپ، ئوتتا قاقلاپ ئازراق قىزىتقاندىن كېيىن مەقئەتنىڭ ئىچىگە كىرگۈزۈپ بۇۋاسىر تۈگۈنىگە تەككۈزۈپ (چاپلاپ) كۈنىگە بىر ـ ئىككى قېتىم تېڭىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بۇۋاسىر كونىراپ كېتىپ قاناش يۈز بەرسە ئىچىدىن ئىچىشكە هەبىي ياكى مەجۇنى مۇقىل (كۈنىگە 2 قېتىم، هەر قېتىمدا 2 ـ 1.5 گىرامدىن) بېرىپ بۇۋاسىر مەلهىمى مۇقىل بىلەن يۇقىرىدىكى ئۇسۇلدا تېڭىپ بېرىلىدۇ. هەمدە سۇپۇيى مەقلىسا ئىشلەتمىسمۇ بولىدۇ.

پ. كۈدىنى توغراپ داڭقان ياكى كىچىك كورىغا سېلىپ پەس ئوتتا قىزدۇرۇپ كۈدىنىڭ ئۆتكۈر تەسىرى بىلەن بۇسى (پۇرىقى) بىر ئاز يوقالغاندىن كېيىن كالا يېغى ياكى

ياڭاق يېغىدا قورۇپ هاۋانچىدا يۇمشاق سوقۇپ بوۋاسىر تۈگۈنىگە چېپىلىدۇ.

ت. پىيازنى كالا يېغىدا پۇشۇرۇپ، هاۋانچىدا سوقۇپ سوڭغا سۈركەپ تېڭىپ بېرىلىدۇ.

ج. قەلەي تۇپىسى، ئاق موم ۋە گۈل يېغىدىن تەڭ باراۋەر ئېلىپ ئاق مومنى كالا يېغىدا ئېرىتىپ ئۈستىگە تۇپىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

چ. ئىكلىلملىك 10 گرام، ئەپيۇن 3 گرام، زەپەر 1.5 گرام، زىغىر 10 گرام، تۇخۇم سېرىقى بىر دانە، ئاق لەيلى 6 گرام، پىياز 15 گرام، مەسائىلە 3 گرام، كالا يىلىكى، تۆگە يىلىكى هەر بىرىدىن 16 گرام. دورا قىسمىنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يىلىك بىلەن مايلارنى ئېرىتىپ تۇخۇم سېرىقىنى قوشۇپ ئۈستىگە تالقان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ سوڭغا چېپىلىدۇ. بۇ نۇسخا بەك ئاغرىپ كەتكەن بوۋاسىرلارغا ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ.

خ. قاناش بىلەن ئاغرىش ئېغىر بولغانلارغا شىيافى كوهلى ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: ئانارگۈلى، موزا، سۈرمە، زەمچە، ئاقاقىيا، سەمغى ئەرەبى هەر بىرى 10 گرامدىن ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ شامچە تەييارلاپ قۇرۇتۇپ هاجەت بولغاندا گۈل يېغى بىلەن مايلاپ مەقئەت ئىچىگە كىرگۈزۈلىدۇ.

(2) قورۇلدۇرۇپ قاتۇرۇپ چوشۇرۇش ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش. بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ بىر خىل ئىشلىتىلىدۇ.

ئا. كۈچلىنى ئاچچىق سۇغا ئىككى سائەت چىلاپ ئېلىپ تاشقا سۈرتۈپ (سۈركەش جەريانىدا تاشقا ئاچچىق سۇ قۇيۇپ تۇرۇلىدۇ) چىققان مەهسۇلات بوۋاسىر تۈگۈنىگە سۈرتۈلىدۇ. دورا سۈرتكەندە دەسلەپ ئاغرىيدۇ. مەقئەت يەلپۈپ بېرىلسە ئاغرىش پەسىيىدۇ.

ئە. تاجگۈل، موزا هەر بىرى 3 گرامدىن ئۇنىڭغا بىر گرام كاپۇر قوشۇپ تالقانلاپ كالا ياكى قوي ئۆتى ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ هالىتىگە كەلتۈرگەندىن كېيىن مەقئەتنى پاكىز يۇيۇپ قۇرۇتقاندىن كېيىن مەقئەت بىلەن بوۋاسىر تۈگۈنىنى گۈل يېغى بىلەن مايلاپ بوۋاسىر تۈگۈنىگە بۇ مەلهەم چېپىلىدۇ.

ب. پاقىنىڭ قول پۇتىنى كېسىپ ئىچ باغرىنى ئېلىۋېتىپ بۆرەك يېغىدا قورۇپ پۇشۇرۇپ داكا بىلەن سىقىپ چىقىرىلغان يېغى بىلەن بوۋاسىر تۈگۈنى مايلاپ بېرىلىدۇ.

ت. سىماب، نۇشۇدۇر هەر بىرى 10 گرامدىن، زەڭگار ۋە سۇ تەگمىگەن هاك هەر

بىردىن 15 گرام، كۈندۈر 360 گرام، سېرىق زەرنەخ 460 گرام. دورىلارنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ئۇستىگە سىمابنى سېلىپ تاكى سىماب «تۇلگىچە» (سىماب يوقالغىچە) ئېزىپ سالايە قىلىدۇ. كېيىن دورىنى قورۇتۇپ تۈنىگىغا مۇۋاپىق مىقداردا سىركە قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ قاچىغا قاچىلاپ ساقلاپ ئىشلىتىلىدۇ (بۇۋاسىر تۈگۈنىگە چاپلىنىدۇ).

ج. ئانار پوستى، كۈندۈر، جۇپتى بەللۇت، جويۇز، سەبرى ھەر بىرى 16 گرام، 33 مىللىلىتر تۇزۇم قايناتمىسى، تۇزۇم قايناتمىسى بىلەن دورىلارنى ئېزىپ تۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ بۇۋاسىر تۈگۈنىگە قويۇق چاپلاپ بېرىلىدۇ.

(5) ۋاننا قىلىش ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش:

ئا. ئانارگۈلى، موزا، ھەببۇل ئاس، قىزىلگۈل تۈگۈنچىسى ۋە ئاقاقىيالارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، قايناتىپ قويۇق سۈيى بىلەن ئىسسىق ھالىتىدە مەقئەتنىڭ ئىچى يۇيۇپ بېرىلىدۇ ۋە ۋاننا قىلىنىدۇ.

ئە. يۇقىرىقى تەركىبگە ھەرە كۆنىكى، مەدەستان ۋە تۇپا ئارىلاشتۇرۇلسىمۇ ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ ياكى بۇ ئۈچ خىل دورىنى سوقۇپ تالقانلاپ سۈتكىغا قويۇپ تېگىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىغا توشقان تۈكى ئارىلاشتۇرۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

(6) ئىسلاپ داۋالاش ئۇسۇلى. بۇ خىل داۋالاشنىڭ رولى بۇۋاسىر تۈگۈنىنى قورۇپ كىچىكلىتىپ قورۇتۇپ چۈشۈرۈشتىن ئىبارەت.

ئا. تۆگە مايىقى بىلەن قالانغان ئوت چوغى ئۈستىگە يىلان قاسرىقى بىلەن مۇقلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا سېلىپ ئوتنىڭ ئۈستىگە تىگدە كىچىك تۈشۈكى بار خۇمرا ياكى تەشتەكنى دۈم كۆمتۈرۈپ قويۇپ، مەقئەتنى خۇمرا ياكى تەشتەك تۈشۈكىگە توغرىلاپ ئولتۇرۇش ئارقىلىق ئىسلىنىدۇ (بىمارنىڭ ساغرىسى بىلەن تەشتەك ياكى خۇمرا چۈمكىلىنىدۇ) قانچە ئۇزۇن ئولتۇرسا شۇنچە ياخشى.

ئە. مۇقىل (كۆك رەڭلىكى)، كۈندۈر، ئۇددىخام، بىخ كەبىر، ئادىراسمان ئۇرۇقى ھەر بىردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن ئىسلىنىدۇ.

(7) قان ئېلىپ داۋالاش ئۇسۇلى: ئەگەر بىماردا قان غالىب كېلىپ قان قويۇقلاشقان بولسا (قان بېسىمى يۇقىرى بولسا. ت) باسلىق تومۇر ياكى سافىن تومۇردىن مۇۋاپىق مىقداردا قان ئېلىنىدۇ. ياكى بۇۋاسىر تۈگۈندىن قان چىقىۋاتقان بولسا قاننى زورمۇ زور توختاتماستىن قاننىڭ ئېقىشىغا يول قويۇش كېرەك. قەدىمقى ھۆكۈمالارنىڭ بەزىلىرى بۇۋاسىر قىنى كۆچ بىلەن توختىتىلسا مالىخولىيا، خاپىقان ۋە يانپاش بىلەن بالىياتقۇ ئاغرىشقا ئوخشاش كېسەل-

لىككە مۇپتىلا بولۇش مۇمكىن دەپ قارىغان. بىراق قان كۆپ چىقىپ كەم قانلىق (قان يوقىتىش) دىكى ئالامەتلەر كۆرۈلۈشكە باشلىغاندا ھەر خىل يوللار بىلەن قاننى توختىتىش كېرەك.

(8) لوڭقا قويۇپ داۋالاش: بەزى كلاسسىك ئەسەرلەردە بۇۋاسىرنى داۋالاشتا ئىككى تەرەپ ساغرا بىلەن ئىككى تاغاق ئارىلىقىغا لوڭقا (ھىجامەت) قويۇش كۆرسىتىلگەن.

(9) دەستىكار (خىرۇرگىيە) ئۇسۇلى بىلەن بۇۋاسىر تۈگۈنىنى كېسىپ ئېلىۋېتىپ، جاراھەتكە قان توختاتقۇچى تالقان دورىغا مىلەنگەن پاكىز داكىنى چىلىڭ بېسىپ قويۇپ قان توختىتىلىدۇ. تىبابەتتە ئوپېراتسىيىنىڭ خەتىرى بولغانلىقى ئۈچۈن ياخشىسى دورا بىلەن داۋالاشنى ئاساس قىلىش كېرەكلىكى تەكىتلەنگەن.

مەقئەت يېرىلىش

مەقئەت ئېغىزى ئەتراپىدىكى تېرە چاك كېتىپ يېرىلىشتىن بولىدىغان كېسەللىكنى مەقئەت يېرىلىش ياكى سوڭ يېرىلىش دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

سەپرا بىلەن تەبئىي ھارارەتنىڭ غالىبلىقىدىن مەقئەت ئېغىزى ئەتراپىدىكى تېرە قۇرۇپ يېرىلىشتىن پەيدا بولىدۇ. قەۋزىيەت بىلەن مەقئەت ۋە ئۇنىڭ تېرىسىنى پاكىز تۇتماسلىق مۇھىم ئامىل بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئادەتتە ئوتتۇرا ياشلىقلار بىلەن ياشانغانلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

مەقئەت يېرىلىش مەقئەت ئېغىزىدىن ئەتراپىدىكى تېرىگە قاراپ سىزىقسىمان يېرىلىدىغان بولۇپ بۇ خۇددى كېسىمىنىڭ ئۆرۈلۈپ يىرتىلغىنىغا ئوخشاپ كېتىدۇ. يېرىلغان يېرىقنىڭ قىسقىلىرى بىر ئىككى سانتىمېتىر، ئۇزۇنلىرى 5 ـ 4 سانتىمېتىرغىچە يېرىلىدىغان بولۇپ خۇددى تامغا چاك كەتكەنگە ئوخشاپ كېتىدۇ. مەقئەتنىڭ يېرىلىشى بىر تال ياكى بىر قانچە تال بولۇپ بەزىدە ئايرىم ـ ئايرىم بولىدۇ. بەزىدە بىر بىرى

بىلەن ئۆتنىشىپ كەتكەن بولۇشى مۇمكىن. يېرىلغان ئورۇن شەلۋەرلەپ قىزىل تۇسنى ئالىدۇ. بەزىدە جاراھەت يۈزىدە يىرىڭلىق ئاجرالمىلار بولىدۇ. چوڭ تەرەتتىن كېيىن ياكى تومۇزنىڭ ياز كۈنلىرى ئەۋرەت قىسمى تەرلىگەندە ئېچىشىپ ئاغرىپ بىمارنى ئازابلايدۇ. قىسمەن بىمارلاردا يۇقۇملىنىپ مەقئەت ياللۇغى بىلەن مەقئەت ئەتراپى يىرىڭلىق ئىششىقى پەيدا بولۇشى مۇمكىن. بەزىدە جاراھەت يۈزىدىكى قان تومۇرلار زەخىملەنسە قاناش يۈز بېرىدۇ. مەقئەت يېرىقى كۆپ ھاللاردا بۋاسىر كېسىلى بىلەن بىرگە كېلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

قىزىلمۇچ، قارىمۇچ، ئاچچىقسۇ ۋە ھاراق، كونىراپ قالغان گۆش، ئات گۆشى، سۈرلەنگەن گۆش ۋە قېزا قاتارلىق غىدىقلىغۇچى ۋە بەدەننىڭ قۇرۇقلۇقىنى ئاشۇرۇپ قىزىتقۇچى يېمەك-ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلىنىدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن پىشقان مېۋە-چېۋىلەر بىلەن مېۋە سۈيى ياكى مېۋە مۇراببالىرىنى ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. بەدەندىكى زىيادە سەپرانى سۈرگۈچى مەتبۇخلاردىن مەتبۇخى خىيار شەمبەر، مەتبۇخى ھەلىلە ياكى شەربەتى بىنەپشەگە ئىسپەغول لۇئابى قوشۇپ بېرىلىدۇ. بۇلارنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى ۋە ئىچىش مىقدارى تۆۋەندىكىچە: مەتبۇخى خىيارى شەنبەر، چىلان 20 دانە، سەرپىستان 30 دانە، ئۈرۈقى ئېلىنغان ئۈزۈم 33 گرام، بىنەپشە 13 گرام، ئەنجۈر قېقى 10 دانە، چۈچۈك بۇيا يىلتىزى، پەرسياۋشان ھەر بىرىدىن 16 گرام، خىيارشەنبەرنىڭ ئىچىدىكى تېنى (گۆش) قىسمى 23 گرام، تەرەنجۇبىل 33 گرام، خىيارى شەنبەر بىلەن تەرەنجۇبىلدىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ (چىلان بىلەن ئەنجۈرنى پارچىلاپ) 750 مىللىلىتر سۇغا چىلاپ پەس ئوتتا 250 مىللىلىتر قالغىچە قاينىتىپ ئۈستىگە تەرەنجۇبىل بىلەن خىيارشەنبەرنى سېلىپ قايتا-قايتا ئارىلاشتۇرۇپ داكا بىلەن سۈزۈلىدۇ. كۈنىگە بىر ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 40 — 50 مىللىلىتردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

مەتبۇخى ھەلىلىنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى ۋە ئىچىش مىقدارى: سېرىق ھەلىلە پوستى 33 گرام، تەمرى ھىندى 66 گرام، ئەيتۇلا 30 دانە، سەرپىستان، بىنەپشە، كىچىك سېرىق يۇگەي ئۈرۈقى، كاسىن ئۈرۈقى ھەر بىرىدىن 17 گرامدىن، فۇنۇس 83 گرام، تەرەنجۇبىل 66 گرام، فۇنۇس بىلەن تەرەنجۇبىلدىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ (ئەيتۇلنى پارچىلاپ) دورا چۆككۈدەك قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى

يېرىمى قالغىچە پەس ئوتتا قاينىتىپ، ئۇنى توختىتىپ ئۈستىگە تەرەنجۇبىل بىلەن قوتۇسىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ داكا بىلەن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 80 — 120 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش بىلەن بەدەندىكى زىيادە ھارارەتنى پەسەيتىش مەقسىتىدە بىنەپشە شەربىتى تەركىبىگە بىيە تۈرۈقى قوشۇپ بېرىلىدۇ.

ھۆل بىنەپشە (گۈلى بولغىنى ياخشىراق) 150 گرام، بىيە تۈرۈقى 33 گرام، پار سۈيى ياكى گۈلاپ 650 مىللىلىتر، قەنت (شېكەر) 165 گرام، بىنەپشە بىلەن بىيە تۈرۈقىنى (چالا سوقۇپ) پار سۈيى ياكى گۈلاپقا بىر كېچە-كۈندۈز چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا 1/3 قىسمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈپ ئۈستىگە قەنتنى سېلىپ قوچۇپ ئېرىتىلىدۇ. كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 2-3 ئاش قوشۇقىدا ئىچىپ بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ھۆل بىنەپشە بولمىسا قۇرۇق بىنەپشىنى 7 ھەسسە گۈلاپقا چىلاپ سۈيىنى پۈتۈنلەي شۈمۈرۈۋالغانغا قەدەر چىلاپ قويۇلسا ھۆل بىنەپشە بىلەن ئوخشاش بولىدۇ.

سىرتىدىن مەلھىمى ئەبيەز (ئاق موم مەلھىمى) مەلھىمى داخىليۇن، موم ياكى قىيرۇتى بىلەن ياغلاشقا بولىدۇ. ئەت (گۆش) ئۆندۈرگۈچى مەلھەملەردىن ئىشلىتىشكە بولىدۇ. (يۇقۇملىنىدىغان كېسەللىكلەرنى داۋالاش قىسىملىرىغا قارالسۇن).

سوڭ چىقىش

مەقئەت يولى بىلەن كۆتەن ئۈچەي تۈۋىنى مەقئەت ئېغىزىدىن سىرتىغا پۈلتىيىپ چىقىپ قېلىش سوڭ چىقىش دەپ ئاتىلىپ، باللاردا ۋە ئۇزۇن ۋاقىت ئىچى سۈرىدىغان چوڭلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك سوڭنى تىرەپ ياكى كۆتۈرۈپ تۇرىدىغان گۆش-پەيلەر (ئەزلىلەر) دىكى ھۆللۈك كۆپىيىپ بوشاپ كېتىشتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ بەدەن ئاجىزلىق، جىسمانىي ھەرىكەتلەر بىلەن شۇغۇللانماسلىق، ئىچى سۈرۈش، ئۇزۇنغا سوزۇلغان يۆتەل،

باللاردىكى يىغلاڭغۇلۇق ۋە كۆچەپ ئىنجىقلايدىغان خىزمەتلەر بىلەن شۇغۇللىنىش قاتارلىقلار سوڭ چىقىشنىڭ مۇھىم ئامىلى بولىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە چوڭ تەرەت قىلغاندا رەڭگى ئاچ قىزىل ۋە پارقىراق بولۇپ مەقئەت يولى شىللىق پەردىسى، مەقئەت ئېغىزىنىڭ سىرتىغا چىقىۋالىدۇ. تەرەت قىلىپ ئورنىدىن تۇرغاندا ئۆزلۈكىدىن مەقئەت ئىچىگە كىرىپ كېتىدۇ. ئېغىرلاشقاندا مەقئەت يولى شىللىق پەردىسىدىن باشقا كۆتەن ئۈچەي تۆۋەن قىسمى شىللىق پەردىسى چوڭ تەرەت قىلغاندا، چۈشكۈرگەندە، ئىنجىقلىغاندا، ئېغىرلىق كۆتەرگەندە، ھەتتا يول يۈرگەندە مەقئەت ئېغىزىدىن سىرتىغا چىقىۋالىدىغان بولۇپ سىرتقى شەكلى خۇددى ئىشەك مەدىكى (موگو) گە ئوخشاپ كېتىدۇ. كۆپ ھاللاردا ئۆزلۈكىدىن ئىچىگە كىرىپ كېتەلمەيدۇ. قول بىلەن ئىچىگە ئىتتەرگەندە ئاۋۋال ئاسانلا مەقئەت ئىچىگە كىرىپ كېتىدۇ. بەزىدە قول بىلەن كۆچەپ ئىتتەرسىمۇ ئىچىگە كىرىپ كېتەلمەي مەقئەت ئېغىزى سىرتىدا كەپلىشىپ قالىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال داۋاملىشىۋەرسە سىرتقا چىقىۋالغان شىللىق پەردە يۈزى سۆسۈن رەڭ تۈسىنى ئالىدۇ ۋە سىرتىغا چىقىۋالغان شىللىق پەردە قىبىلىنىشىپ بىمارغا ئازاب كەلتۈرىدۇ، ھەتتا مەقئەت ئېغىزى سىرتىغا چىقىپ كەپلىشىپ قالغان مەقئەت يولى بىلەن كۆتەن ئۈچەي تېمى چىرىپ بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ كەلتۈرۈشى مۇمكىن.

داۋاسى

چوڭ تەرەتنىڭ راۋانلىقىغا كاپالەتلىك قىلىپ قەۋزىيەتتىن ساقلىنىش ياكى ئىچى سۈرۈشنى ۋاقتىدا داۋالاش، مەقئەت بىلەن كۆتەن ئۈچەينى كۆتۈرۈپ تۇرغۇچى پەي، گۆشلەرنىڭ بوشاپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش، ئۇزۇنغا سوزۇلغان يۆتەلنى داۋالاپ قورساق بېسىمىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش، ئېغىرلىق كۆتەرگەندە كۈچ قۇۋۋەتكە قاراش قاتارلىقلار سوڭ چىقىپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا ۋە داۋالاشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

سوڭ سىرتىغا چىقىۋالغان بولۇپ ئىچىگە كىرگۈزۈۋەتكىلى بولمىسا بىمارنى يېنىچە ياتقۇزۇپ، سىرتىغا چىقىۋالغان سوڭ ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى تېرىگە

بوشاشتۇرغۇچى ۋە سىلىقلاشتۇرغۇچى مايلاردىن گۈل يېغى قاتارلىقلار بىلەن مايلاپ بىر ئاز ۋاقىت ئىنجىقلىماي ياتقاندىن كېيىن گۈل يېغىغا مىلەنگەن داكىنى چىقىۋالغان سۆڭەككە قويۇپ بىر تەرەپتىن بىمارغا ئېغىزنى يوغان ئېچىپ چوڭقۇر نەپەس ئېلىش بۇيرۇلىدۇ. يەنە بىر تەرەپتىن قول بىلەن داكىنى بوش بېسىپ ئاستا-ئاستا يۇقىرىغا ئىتتىرىش ئارقىلىق ئىچىگە كىرگۈزۈۋېتىلىدۇ. بىمار ئورنىدىن تۇرماي ساقايغىچە يېتىپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. قەۋزىيەت بولسا ئىچىنى يىنىك سۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ ۋە مېۋە سۈيى بىلەن مېۋە مۇرابباللىرىنى ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. ئىچى سۈرۈۋاتقان بولسا ياكى يۆتەل بولسا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ ۋە ئوخشاشمىغان ئەھۋالغا قاراپ تۆۋەندىكى قاتتۇرغۇچى دورىلاردىن بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ.

(1) تۇپا، ئانارگۈلى، مۇزا، زەمچە، سۈرمە، ئانار پوستى، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، ئاقاقىيا، پاقا يوپۇرمىقى ۋە تۇزدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقانلاپ چىقىۋالغان سۆڭەككە سۈرتۈپ مەقئەتنى كۆتۈرۈپ تېڭىپ قويۇلىدۇ ۋە تېڭىقنىڭ ئوتتۇرىسىدىن چوڭ تەرەت بىلەن يەل ماڭىدىغان تۆشۈك ئېچىپ قويۇلىدۇ.

(2) ئەگەر سىرتىغا چىقىپ قالغان سۆڭەكنى قول بىلەن كىرگۈزۈۋېتىكىلى بولسا بىنەپشە، ئاق لەيلى، بابۇنە، چامغۇر، يېسىۋىلەك (بەسەي) يوپۇرمىقى ۋە زىغىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايىنتىپ سۈزۈۋېتىلگان ئىسسىق سۇيىدە بىمار ئولتۇرغۇزۇلسا مەقئەت ئېغىزى بوشايدۇ. كېيىن گۈل يېغى سۈرتۈپ گۈل يېغى بىلەن نەم قىلىنغان داكا بىلەن ئىتتىرىپ ئىچىگە كىرگۈزۈلىدۇ ۋە يۇقىرىدىكى چارە قوللىنىلىدۇ ياكى بولمىسا سېرىق چېچەك يېغى، بابۇنە يېغى ۋە موم يېغىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سۆڭەككە سۈرتۈپ ئۈستىدىن قاتتۇرغۇچى مەلھەملەردىن بىرى بىلەن ياغلاپ بىرىنچى تۈسۈلدا كۆرسىتىلگەن چارە بىلەن مەقئەت تېڭىلىدۇ. ھەممە ئارىلاپ شاھ بەللۇت، ياۋا ئانار-گۈلى، قىزىلگۈل خەمىكى، بەرگى ئاس قاتارلىق دورىلارنىڭ قايىنتىلغان يىلمان سۇيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ياكى سۆڭەكنىڭ ئىچى نەمدەپ بېرىلىدۇ.

(3) ئانار پوستىدىن 33 گرام، زەمچىدىن 16 گرام ئېلىپ قايىنتىلغان سۇيىدە سۆڭ يۇيۇپ بېرىلىدۇ ياكى ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

(4) بىمارنى پىيازنىڭ قايىنتىلغان سۈيى بىلەن ھورلاندۇرۇپ بولغاندىن كېيىن 10 گرام پۇچىلانغان موزا تالقىنىغا 0.3 گرام كاپۇر قوشۇپ سىرتىغا چىققان سۆڭەككە سۈرتۈپ سۆڭ ئىچكىرىگە كىرگۈزۈۋېتىلىدۇ.

(5) ئەگەر كىچىك باللارنىڭ سۆڭى چىقىپ قالغان بولسا 7 دانە تۇخۇمنىڭ

ئۇچىدىن كىچىك تۆشۈك ئېچىپ ھەر بىرىگە گۈرۈچ چوڭلۇقىدىكى زەمچىدىن سېلىپ، تۇخۇمنىڭ ئېغىزىنى خېمىر بىلەن ئېتىپ، تۇخۇمنىڭ 3/4 قىسمى چۆككۈدەك سۇغا تىك قويۇپ (خېمىر بىلەن ئېتىلگەن تۆشۈكنى ئۈستىگە قىلىپ) ئوتتا قويۇپ تۇخۇم پىشۇرۇلىدۇ. بالىلارغا كۈنىگە بىردىن تۇخۇم يېگۈزۈلىدۇ.

(6) جىغان يىلتىزىدىن كۈنىگە 66 — 33 گرامنى بىر چىنە سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىم چىنە قالغاندا داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيىغە مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر قوشۇپ ئۈچكە بۆلۈپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل بالىلارغا جەمئىي 15 — 10 كۈن ئېلىپ بېرىلىدۇ.

(7) ئەگەر سوڭ چىقىش مەقئەت گۆشلىرىنىڭ بوشاپ كېتىشىدىن پەيدا بولغان بولسا قىزىلگۈل، پوستى ئاقلانغان ياسمۇق، ئانار پوستى، توغاچ ياكى شاپتۇل يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ دورا قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن يىلمان سۇيىدە ئولتۇرغۇزۇپ بېرىلىدۇ. سۈزۈۋېلىنغان تىرىپىنى سوقۇپ ئۇنىڭغا گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ سوڭغا تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى كۆمۈش ئۆپىسى، ئانارگۈلى، موزا ۋە زەمچىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 16 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ. ئاۋۋال گۈل يېغىدا، چىققان سوڭنى ياغلاپ ئۈستىدىن يۇقىرىقى تالقاننى سېپىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ.

(8) سوغۇق تەسىرىدىن گۆشلەر بوشىشىپ كېتىشتىن پەيدا بولغان سوڭ چىقىشتا توغاچ ياپرىقى، قۇرۇق مەززەنجۇش، قورىغان موزا ۋە داتلىغان تۆمۈرنى كونا ھاراق (جاغىر) غا بىر كېچە-كۈندۈز چىلاپ ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا سۇ قوشۇلغان سۇيۇقلۇقتا بىر سائەت ئەتراپىدا ئولتۇرغۇزۇپ بېرىلىدۇ. كېيىن مەقئەتنى سۈرتۈپ قۇرۇتقاندىن كېيىن ئۆرۈك مېغىزى يېغى ياكى شاپتۇل مېغىزى يېغى بىلەن ياغلاپ ئۈستىدىن تۆۋەندىكى دورىلار چېچىپ قويۇلىدۇ. قىزىلگۈل مۇنچىقى، قۇرۇق ئانار پوستى، موزا، شاھى بەللۇت، توغاچ دەرىخىنىڭ قاتتىق قوۋزىقىنى يۇمشاق سوقۇپ ئېلىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزگەن تالقىنىغا كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، سەرتان ۋە كونا كېگىز كۈللىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ تىكە ساقلىنىڭ سۈيى بىلەن ھەبۇلئاس سۇيىدە يۇغۇرۇپ توقاچ ياساپ سايىدا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ. زۆرۈر تېپىلغاندا بىر تال توقاچ (تابلېت) دورىنى سوقۇپ نەمدەپ سوڭغا چاپلىنىدۇ ياكى ئانارگۈلى، موزا، قىزىلگۈل مۇنچىقى، قۇرۇق ئانار پوستى، ئاقاقىيا ۋە زەمچىلەرنى سوقۇپ كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ كۈلى بىلەن ئۇيغا ئارىلاشتۇرۇپ تىكە ساقلىنىڭ سۈيى بىلەن نەمدەپ مەقئەتكە سۈرتسىمۇ ياكى باشقا قۇرۇغۇچى (ئۇتقۇچى) قابىز دورىلار بىلەن قوشۇپ شارابتا قاينىتىلغان سۇدا ئولتۇرغۇزسىمۇ بولىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان سوڭ چىقىشتا قىزىلگۈل، ئاقلىغان ياسمۇق، ئىت ئۈزۈمى

ياپرىقى قاتارلىقلارنى ئىت ئۈزۈمى سۈيىدە پۇشۇرۇپ گۈل يېغى بىلەن ئېزىپ مەلھەم قىلىپ سوگۈغا قويىسمۇ بولىدۇ ياكى بىمارنى ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇپ سېرىق موم يېغى، سېرىق چېچەك يېغى، بابۇنە يېغى بىلەن مايلىسىمۇ ئىششىق يانىدۇ.

(9) ئىسسىقتىن بولغان سوك چىقىشتا، چىققان سوك ئىششىقنى ئىچىگە كىرگۈزۈش قىيىن بولسا بىنەپشە، ئاق لەيلى، بابۇنە، چەلەك بىلەن چامغۇر يوپۇرمىقى ۋە زىغىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ لايىقىدىكى سۇدا قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان يىلمان سۈيىنى سۈزۈپ بىمارنى ئولتۇرغۇزۇپ بولغاندىن كېيىن ئاق مومنى بىنەپشە يېغىدا ئېرىتىپ، سوكنى مايلاپ قول بىلەن ئىتتەرسە سىرتىغا چىقىۋالغان سوك ئىچىگە كىرىپ كېتىدۇ.

سوگى چىقىپ قالغان چوڭلارغا يۇقىرىقى چارىلەردىن بىر خىلنى تاللاپ ئىشلىتىشتىن سىرت، ئىچىدىن ئىچىشكە تۆۋەندىكى نۇسخا ئىشلىتىلىدۇ. پىلپىل 30 گرام، قارىمۇچ 33 گرام، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، ئاش تۇزى، زەنجىۋىل، ئاملە پوستى ھەر بىرىدىن 6 گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ قىيامدا ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۈنىگە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سوك ياللۇغى

بۇ، مەقئەت ئەتراپى توقۇلمىلىرىنىڭ ياللۇغلىنىشىدىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى بىلەن ئالامىتى

سوك ياللۇغى ئىسسىقتىن بولغان سوك ياللۇغى ۋە سوغۇقتىن بولغان سوك ياللۇغى دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان سوك ياللۇغى بەدەندە ئىسسىقلىقنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن پەيدا بولىدۇ. سوغۇقتىن بولغان سوك ياللۇغى بەدەندە سوغۇقلۇقنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان سوك ياللۇغى ئىسسىقلىق تائاملار بىلەن دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، سوكنىڭ قىچىشىشى (ئاخىرىغا قارالسۇن) سوك بوۋاسىرنى تىغ بىلەن كېسىش

ياكى دورا بىلەن قاتتىق ئۇرۇشتا سوڭ شىللىق پەردىسى زىيادە قېتىپ يېرىلىش قاتارلىقلاردا يۇقۇملىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان سوڭ ياللۇغىدىكى ئالامەتلەر سوڭ ئاۋۋال چىڭقىلىپ كېيىن لوقۇلداپ قاتتىق ئاغرىش، چوڭ-كىچىك تەرەت قىلىش قىيىنلىشىش، ئىسسىتمىسى كۆتۈرۈلۈش ۋە مەقئەت ئەتراپىدىكى تېرە قىزىرىپ ئىششىش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. سوغۇقتىن بولغان سوڭ ياللۇغى پەيدا بولۇشتا ھۆل سوغۇق يېمەكلىكلەر بىلەن ھۆل سوغۇق دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن بەدەندىكى نەملىك (بەلغەم ماددىسى) زىيادە ئېشىپ كېتىشتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ بۇنىڭ ئىسسىقتىن بولغان سوڭ ياللۇغىدىن پەرقى ئاغرىش يېنىكرەك بولىدۇ. پۈتۈن بەدەنلىك قىزىتما بولمايدۇ ۋە تېرە ئالدىراپ قىزارمايدۇ.

داۋاسى

(1) ئىسسىقتىن بولغان سوڭ ياللۇغىنى داۋالاش: پۈتۈن بەدەنلىك داۋالاشتا قاننى تازىلىغۇچى، ھارارەتنى پەسەيتكۈچى، زىيادە سەپرانى سۈرگۈچى ۋە چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى سوغۇق ياكى ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ياكى رەيھان ئۇرۇقى، چىلان ۋە ئەيتۇلادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايناق سۇغا چىلاپ مەلۇم مىقداردا ناۋات ئارىلاشتۇرۇپ ئۇسسۇزلۇقىغا ئىچىشكە بېرىلىدۇ (يۇقۇملىنىشقا قارشى ئىچىشكە بېرىلىدىغان دورىلار چىقان، غەلۋىرەك قاتارلىق كېسەللىك بابىغا قارالسۇن). يەرلىك ئورۇننى داۋالاشتا توققۇز كۆزگە لوڭقا (ھىجامەت) قويغۇلىدۇ ۋە يەرلىك ئورۇنغا تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ: قەلەي تۇزى، ئاق موم ھەر بىرىدىن 33 گرام، گۈل يېغى 16 گرام. ئاق مومنى ئازراق گۈل يېغى بىلەن ئېرىتكەندىن كېيىن ئۈستىگە گۈل يېغىنى قويۇپ ئۇنىڭ ئۈستىگە قەلەي تۇزىنى قويۇپ تازا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ سوڭغا سۈرتۈلىدۇ ياكى تۇخۇم ئېقى بىلەن گۈل يېغىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ چويۈن ياكى قوغۇشۇندىن ياسالغان ھاۋانچىغا سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئېزىپ سوڭغا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. ئاغرىقنى توختىتىش ئۈچۈن يۇقىرىدىكى ھەر ئىككى ئۇسخىغا 0.3 گرامدىن ئەپيۇن قوشۇلىدۇ. ئەگەر ئىششىقنى (ماددىنى) ياندۇرغۇچى (تارقاتقۇچى) دورىلار بىلەن ئىششىق (ماددا يانمىسا، تارقالمىسا) ماددىنى پىششۇرغۇچى دورىلاردىن ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلى، ئاقلانغان ماش، ئىت ئۈزۈمى يوپۇرمىقى، بىنەپشە، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، تۇخۇم يېغى، ھەمىشە باھار يېغى ھەر بىرىدىن 16 گرامدىن ئېلىپ دورا قىسمىنى يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بىر چوڭ چىنىدىن كۆپرەك سۇ قويۇپ پەس ئوتتا بىر

پىيالە قالغىچە قاينىتىپ ئۈستىگە ياغلارنى قويۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاپ پاكىز قۇرۇق شىشىگە قاچىلاپ سوڭغا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. ماددىنى پۈشۈرگۈچى باشقا دورىلارنى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ (چىقان ۋە غەلۋىرەك قاتارلىق كىسەللىكلەر بابىغا قارالسۇن).

(2) سوغۇقتىن بولغان سوڭ ياللۇغىنى داۋالاشتا ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەكلىك بىلەن دورىلاردىن پەرھىز تۇتىدۇ ۋە بەدەندىكى زىيادە نەملىكنى سۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورنىغا ماددىنى تارقاتقۇچى ۋە پۈشۈرگۈچى دورىلاردىن تۆردەك يېغى، تۇخۇم سېرىقى ۋە سېرىق گۈل يېغىغا زىفت يېغى قوشۇپ سوڭغا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ ياكى مەلھەمى داخلىيۇن (تەركىبى ۋە ياسىلىشى: زۇفتى رومى، راتيانەج، ئاق موم ھەر بىرىدىن 26 گرام، قۇنە 13 گرام، زەيتۇن يېغى 100 مىللىلىتر ئېلىپ مومنى زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىپ قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ماي دورىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ) سوڭغا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ ياكى بولمىسا توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىنى چۆمۈچكە سېلىپ ئوتتا قىزدۇرۇپ بوتقا ھالىتىگە كەلگەندە، ئىسسىق پېتى (كۆيدۈرگۈدەك بولماسلىقى كېرەك) سوڭغا بىۋاستە قويۇپ ئۈستىدىن تېڭىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

سوڭ يىرىڭلىق ئاقمىسى

سوڭ يىرىڭلىق ئاقمىسى سوڭ ياللۇغى ئاساسىدا پەيدا بولىدىغان ئاقمىلارنىڭ بىر خىلى.

سەۋەبى بىلەن تۈرى

سوڭ يىرىڭلىق ئاقمىسى كۆپىنچە كۆتەن ئۈچەي تۆۋەن قىسمى تېمى ياكى سوڭ (مەقئەت) يولى ئەتراپىدىكى توقۇلما يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ سوڭ ئىچى ياكى مەقئەت سىرتىغا ئېغىز ئېلىشىدىن پەيدا بولىدۇ. ئاقما مەنبەسى بىر ياكى بىرنەچچە بولۇشى مۇمكىن. ئاقما مەنبەسى بىر بولغانلىرى يەككە مەنبەلىك ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. ئاقما مەنبەسى كۆپ بولغانلىرى كۆپ مەنبەلىك ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. ئاقما يولى ئاقما مەنبەسى بىلەن ئاقما ئېغىزىغا تۇتىشىدۇ. بەزى بىمارلاردا ئاقما يولى بىلەن ئېغىزى بىرلا بولۇپ يالغۇز سوڭ ئىچىگە ياكى سوڭ سىرتىغا

ئېچىلىدۇ. سوۆك ئاقمىسىنىڭ بۇ خىل تىپى تويۇق ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. بەزى بىمارلاردا ئاقما يولى بىلەن ئېغىزى سوۆك ئىچى بىلەن سوۆك سىرتىغا تەڭلا ئېچىلغان بولىدۇ. بۇنداق ئاقمىلار ئۆتۈشمە ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. كۆپ مەنبەلىك ئاقما بىلەن ئاقما يولى ۋە ئېغىزى بولغانلار مۇرەككەپ ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ.

ئالامىتى

كۆپ ھاللاردا سوۆك ئەتراپى نەملىشىپ يىرىڭلىق لاتقىلار ئاجرىلىپ ئامبالنى رەسۋا قىلىدۇ. بەزىدە ئاقما ئېغىزى ئېتىلىپ قالسا قىزىرىپ ئىششىش ۋە ئاغرىش پەيدا بولىدۇ. ئاقما ئېغىزى ئېچىلىپ ياكى قايتا باشقا ئورۇندىن ئېغىز ئالسا ئىششىش بىلەن ئاغرىش يوقىلىدۇ. مۇشۇ خىل ئاھۋال ئۇزۇن ۋاقىت تەكرار داۋام قىلىدۇ. بەزى ئۆتۈشمە ئاقمىلاردا كۆتەن ئۈچەيدىكى گەندە (كۆپىنچە سۇيۇق كەلگەن گەندە) بىلەن يەل ئاقما يولى، ۋە ئاقما مەنبەسى ئارقىلىق ئاقمىنىڭ سوۆك سىرتىدىكى ئېغىزىدىن كېلىشى مۇمكىن. بۇنى ئېنىقلاش ئۈچۈن سوۆك ئېغىزىنى بىر نەرسە بىلەن كەپلەپ بېسىپ بىمارنى ئىنجىقلاتقاندا ئاقمىنىڭ سوۆك سىرتىدىكى ئۆشۈكىدىن يەل بىلەن گەندە چىقىدۇ. بىگىز بارماققا قوي دۈمبىسىنى ئارتىپ نېپىزلەشتۈرۈپ كىيدۈرۈپ (ھازىر زىيىنكە پەلەي ئىشلىتىلىدۇ) ماي بىلەن ياغلاپ سوۆك ئىچىگە كىرگۈزۈپ يەنە بىر قول بىلەن ئۈچەيدا مونىكى بار ئىنچىكە يۇمىلاق كۈمۈش ياكى مىس تىغنى ئۈستىلىق بىلەن كىرگۈزۈلسە تىغنىڭ مونىكى بار ئۇچى سوڭنىڭ ئىچىدىكى بارماققا بىلىنىدۇ. بۇ ئىككى خىل ئۇسۇل پۈتەي ئاقما بىلەن ئۆتۈشمە ئاقمىنى پەرقلەندۈرۈشتە مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

داۋاسى

سوڭنىڭ تويۇق ئاقمىسىدا تۆۋەندىكى ئۇسخا ئاقما ئېغىزىدىن ئاقما يولغا كىرگۈزۈلىدۇ. مۇرمەككى، كوندۇر، ئەنزۇرۇت، خۇنسىياۋشان، سۇرمە، زەمچە، ئانارگۈلى، زەڭگار ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، گۈلاپ بىلەن خېمىر قىلىپ شامچە تەييارلاپ سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ. ئىشلىتىش مەزگىلىدە بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ ساغرىسى ئاستىغا ئېگىز بىر نەرسە قويۇپ، شامچە دورىنى ئېرىتىپ ئاقما ئېغىزى ئۆشىكىدىن سۈمبا ئارقىلىق كىرگۈزۈلىدۇ (شپرىس بىلەن كىرگۈزۈلسىمۇ بولىدۇ) ۋە خېلى بىر مەزگىل شۇ ھالەتتە ياتقۇزۇلىدۇ ۋە

ئاقما ئۈشۈكى بېسىپ تېگىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل بىر قانچە قېتىم تەكرارلىنىدۇ. يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئادەتتىكى ئاقمىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ئۇسخىلىرى بىلەن داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىشقىمۇ بولىدۇ. بۇ ئۇسۇللار ئۈنۈم بەرمىسە بولۇپمۇ ئۇتۇشمە ئاقمىدا دەستكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلىنى قوللىنىپ ئاقما يولىنى ئۇيۇپ ئېلىۋېتىپ ئاقما مەنبەسى مېتال قوشۇق بىلەن قىرىلىدۇ. ھەمدە قائىدە بويىچە تېڭىق ئالماشتۇرۇپ جاراھەت يۈزىنى تازىلايدىغان ۋە گۆش ئۈندۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

سوڭەك قىچىشىش

سوڭەك قىچىشىش نوقۇل كېسەللىك بولماستىن بەلكى كۆپلىگەن كېسەللىكتىن پەيدا بولىدىغان ئورتاقلىققا ئىگە ئالامەتتىن ئىبارەت.

سەۋەبى

سوڭەك قىچىشىش ئۇتلۇ قۇرۇت (مەددە) كېسىلى، سەۋدا بىلەن قىزىق قان، سەپرا ۋە ياكى شور بەلغەملەرنىڭ سوڭەك ئەتراپىدا ئۇرۇپ قېلىشتىن سىرت تاشما ياكى تەمرەتكە قاتارلىقلاردىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

سوڭەك دائىم قىچىشىدۇ. بولۇپمۇ تەرلىگەندە، يول يۈرگەندە قىچىشىش ئەۋج ئالىدۇ. بەزىدە ئاغرىش بىرگە كېلىدۇ. تەكشۈرگەندە سوڭەك ئەتراپىدىكى تېرە قىزىرىپ شەلۋەرلەپ زىدىلىنىپ يارا پەيدا بولىدۇ. بۇ سوڭەك يارىسى (قۇرۇھى مەقئەد) دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە ئۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولۇشى مۇمكىن.

قىچىشىش ئۇتلۇ قۇرۇتتىن پەيدا بولغان بولسا گەندىسىدىن ئۇتلۇ قۇرۇت بىرگە كېلىدۇ. كېچىسى قىچىشىش كۆپرەك بولىدۇ. كۆپىنچە كېچىسى ئۇخلىغاندا چىشنى غۇچۇرلىتىدۇ. بىر قىسىم باللارنىڭ يۈزىدە داغ پەيدا بولىدۇ. خىلتلار غالىبلىقى ياكى غەيرىي تەبىئىيلىكىدىن پەيدا بولغان بولسا شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلتكە ئائىت

ئالامەتلەر بولىدۇ.

داۋاسى

تۇتۇن قۇرۇتتىن پەيدا بولغان سوك قىچىششىتا، تۇتۇ قۇرۇتقا قارشى داۋالاش ئېلىپ بېرىلسا قىچىشىش ساقىيىپ كېتىدۇ. خىلىتلارنىڭ بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا شۇ خىلىتنىڭ تۈزىگە خاس ياكى ئورتاقلىقتا ئىگە پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىج) بىلەن تازىلىغۇچىسى (مۇسھىل) نى بېرىپ مىجەزنى تۈزەش كېرەك. يېمەك-ئىچمەكتىن پەرھىز تۇتۇشقا بۇيرۇلىدۇ. سەۋدا غالىب كېلىشتىن پەيدا بولغان بولسا ھۆل ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەر بۇيرۇلىدۇ. بەلغەم غالىب كېلىشتىن پەيدا بولغان بولسا ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەر بىلەن تۇرۇپ قالغان كونا گۆش، تۇزلىغان يېمەكلىك قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش چەكلىنىدۇ. مەقئەت سىرتىغا مۇقلىنى ئۆرۈك مېغىزى يېغى بىلەن قوشۇپ سۈرتۈپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر سوك ئەترابى شەلۋەرلەپ زىدىلىنىپ يارا پەيدا بولغان بولسا يەرلىك ئورۇنغا جاراھەت يۈزىنى قۇرۇتقۇچى ۋە ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلاردىن قوغۇشۇن كۈشتىسى، ئانار پوستى، ئاقلانغان ماش، جۇپتى بەللۇت، جۇيۇز ۋە سەبرىلەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ، سۈيى ئاز قالغاندا داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە قوي يېغىدىن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. ئەگەر ئىچىشىپ ئاغرىش ئېغىرراق بولسا يۇقىرىدىكى مەلھەمگە ئازراق ئەپيۇن قوشۇلىدۇ.

تىرناق كېسەللىكى

تىرناق كېسەللىكلىرىگە ئالاقىدارلىقى بولغان سۆڭەك ھەققىدە 3-بابتا توختالغانىدۇق. تۆۋەندە تىرناقنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى ئۈستىدە توختىلىمىز.

تىرناقنىڭ يۇلۇنۇپ چىقىشى

تۈرلۈك سەۋەبلەردىن تىرناق كۆتىكىدىن ئاجرىلىپ چىقىش تىرناق يۇلۇنۇپ چىقىش دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

تىرناقنىڭ يۇلۇنۇپ چىقىش كېسىلى كۆپىنچە ئىككى خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ بىرى پۈتۈن بەدەندە ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەندە بارماق ئۇچلىرى بوشاپ كېتىش (ئىستىرخا)تىن تىرناق يۇلۇنۇپ چىقىدۇ. يەنە بىرى قان خىلىتىدا غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىش پەيدا بولغاندا تىرناق كۆتىكى بۇزۇلۇشتىن تىرناق ئاجراپ چىقىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال كۆپىنچە سەينەكتە ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

بەدەننىڭ ھۆللۈكى زىيادە ئېشىپ كېتىشتىن پەيدا بولغان تىرناق يۇلۇنۇپ چىقىشتا ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بولمايلا تىرناق كۆتىكىدىن ئاجرىلىپ چىقىدۇ. قاننىڭ بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان تىرناق يۇلۇنۇپ چىقىشتا سەينەكتە ئىپادىلىنىدىغان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

بەدەندىكى زىيادە ھۆللىكنى كېمەيتىش مەقسىتىدە بەلغەمنى تازىلىغۇچى (ھۆللىكنى ئازايتقۇچى) دورىلار بىلەن بەدەننى بوشىتىشتىن ساقلاپ چىگىتىدىغان يېمەكلىكلەر بىلەن دورىلار بېرىلىدۇ. قاننىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان تىرناق يۇلۇنۇپ چىقىشنىڭ داۋاسى بىلەن ئوخشايدۇ.

پور تىرناق

قول ياكى پۇت تىرناقلىرى قېلىنلىشىپ ئەسلىدىكى پارقىراقلىقنى يوقىتىپ كۆلرەڭ تۈسنى ئېلىش بىلەن چۈرىكلىشىپ تاتلىسا ئۆۋۈلۈپ كېتىدىغان كېسەللىكنى ئۇيغۇرچىدا «پور تىرناق» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك ئىچكى ۋە سىرتقى سەۋەبنىڭ بىرلىكتە تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ. بولۇپ، ئىچكى سەۋەب بەدەندە كۆيگەن سەۋدا تىرناقلاردا چۆكمە ھاسىل قىلىشتىن ئىبارەت. تاشقى سەۋەب تاز تەمرەتكىسىنى پەيدا قىلغۇچى جاراسىملارنىڭ يۇقىشىدىن ئىبارەت.

ئالامىتى

قول ياكى پۇت تىرناقلىرى قېلىنلىشىپ تىرناقنىڭ تەكشى سىپتىلىقىنى بۇزۇپ غادىر-بۇدۇرلەشتۈرۈپ سەتلەشتۈرىدۇ. تىرناقنىڭ رەڭگى كۆلرەڭ تۈسنى ئېلىپ پارقىراقلىقى يوقىلىدۇ. تىرناق تۈۋى كۆتىرىلىپ چۈرۈكلىشىدۇ، تاتلىسا ئۆۋۈلۈدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن غەيرىي تەبىئىي سەۋدانى تۈزەش ئاساس قىلىنغان مىجەزنى

تەكشەش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن مەتبۇخ ئەفتىمۇن قاتارلىق قايناتمىلارنى بېرىپ غەيرىي تەبىئىي سەۋدا تازىلىنىدۇ. ئوگاي ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى بېرىش ئارقىلىق قان تازىلىنىدۇ. قاننى تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا يۇمشاتقۇچى ياغلاردىن كالا يىلىكى، مېكىيان يېغى، موم يېغى، مەلھىمى داخىليۇن، ئۈرۈك مېغىزى يېغى ۋە باش تەمرەتكىسى (تاز) نى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان مەلھەملەرنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. يۇمشىتىش ئۈچۈن ئارپا بوزاسىنىڭ تىرپىنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. يۇقىرىدىكى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى ئاۋۋال پور تىرناقنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ يۇمشاق قىسمىنى قەلەمتىراش بىلەن قىرىۋەتكەندىن كېيىن ياغ ياكى مەلھەملەر سۈرتۈلىدۇ. بىراق ساق قولنىڭ تىرنىقى بىلەن قىرىشقا بولمايدۇ. چۈنكى ساق بارماق بىلەن پور تىرناقنى تاتىلىسا، پور تىرناق تىرناقلارغا يۇقۇپ يامراپ كېتىش ئېھتىمالى بار. ئەڭ ياخشىسى يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن داۋالاپ پور تىرناق يۇمشىغاندىن كېيىن دەستكار ئۇسۇلى بىلەن بۇزۇلغان تىرناقنى يۇلۇپ ئېلىۋېتىپ، ئېلىۋېتىلگەن تىرناقنىڭ ئاستىنى باش تەمرەتكىسىگە ئىشلىتىدىغان مەلھەم دورىلار بىلەن داۋالىسا تىرناق ئۆزى (يىلتىزى) زەخىملەنمىگەنلەردە ساق تىرناق ئۆسۈپ چىقىدۇ. ئەگەر پور تىرناقتا ئاغرىش يۈز بەرسە قاپاق يوپۇرمىقى، ئاس يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ تىرناققا قويۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى خام ئانارنى مۇسەللەستە قاينىتىپ پۇشۇرۇپ ئېزىپ تىرناق ئۈستىگە قويۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ.

تىرناققا ئاق چۈشۈش

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك قويۇق بەلغەمنىڭ تىرناقتا چۆكمە ھاسىل قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

تىرناق ھەر خىل چوڭلۇقتا ئاقىرىپ قالىدۇ.

داۋاسى

قويۇق بەلغەمنى سۈرۈپ چىقارغۇچى مەتبۇخلار بېرىلسە دەسلەپكى باسقۇچتىكىلىرى ئۆزلۈكىدىن ساقىيىپ كېتىدۇ. ئەگەر يۆتىلىدىكى ئۆسۈل بىلەن ساقايمىسا بەلغەمنى تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىش ئاساسىدا زىغىر بىلەن شۈمشىنى سوقۇپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تىرناققا چاپلىسا ياكى زوپىتى رەتەپ، ئۆچكە تۆۋىقى كۆلى ۋە قومۇش يىلتىزى تالقىنىنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ تىرناققا چاپلاپ بېرىلىدۇ.

تىرناق سارغىيىپ قېلىش

تىرناق سارغىيىپ قېلىش تىرناق سارغىيىپ قېلىش دەپ ئاتىلىپ تاماكا چەككەنلەردە تاماكا ئىسى بىلەن سارغىيىپ قېلىش بۇنىڭغا كىرمەيدۇ.

سەۋەبى

بۇ كۆپىنچە قان ئازلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە قوشۇلۇپ، سەپرا غالىبلىقى بىرگە كەلگەن كىشىلەردە پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

تىرناق سارغۇچ تۈسنى ئېلىپ ئەسلىدىكى پارقىراقلىقىنى يوقىتىدۇ.

داۋاسى

قان ئازلىق كېسىلى بارلاردا ئالدى بىلەن قان ئازلىق كېسىلى داۋالىنىدۇ ياكى باشقا كېسەللىكى بولسا، باشقا كېسەللىكى داۋالىنىدۇ. سەپرا غالىبلىق ئالامىتى كۆرۈلگەنلەردە زىيادە سەپرانى سۈرۈپ تازىلاش مەقسىتىدە مەتبۇخ ھەلىلە (تەركىبى بىلەن

تەييارلىنىشى: سىرىق ھەلىلە، كابىل ھەلىلە، بەلىلە ۋە ئامىلە پوستى، قارا ھەلىلە ھەر بىرىدىن 16 گرام، شاھتەررە، شۈمشە ھەر بىرىدىن 23 گرام، قارا ھەلىلە، سانا 13 گرام، ئىسلىۋپەر مامىرانچىن ھەر بىرىدىن 3 گرام، ئەفتىمۇن، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 10 گرام، بەدىيان، كاسنى ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، بىستپايەج، ئۇستخۇددۇس، يالپۇز ھەر بىرىدىن 6 گرام، پارچىلانغان چىلان، ئەنجۈر ھەر بىرىدىن 20 دانىدىن. دورىلارنى چالا سوقۇپ چىلانغۇدەك قايناق سۇ قۇيۇپ بىر كېچە توختاتقاندىن كېيىن پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ئۇستىگە فونۇس، تەمرى ھىندى ھەر بىرىدىن 50 گرام، تەرەنجۇبىلدىن 100 گرام سېلىپ ئېرىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىنى كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا ئەھۋالغا قاراپ 40 — 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ؛ ھەمدە زاغۇننى يۇمشاق سوقۇپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ تىرناققا چېپىپ بېرىلىدۇ.

تىرناقنىڭ زەخىملىرى

ھەر خىل ئۇرۇلۇش، بېسىلىش ۋە قىسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بارماقلار ئۇچى بىلەن تىرناق بىرگە زەخىملىنىپ تىرناق يېرىلىپ كېتىش ياكى تىرناق كۆكىرىپ ئىششىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ ۋە قاتتىق ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

بارماق ئۇچى بىلەن تىرناق زەخىملىنىپ پاسكىنىلاشقان بولسا پاكىز سۇ ياكى ئازراق تۇز سېلىنغان ئىلمان سۇ بىلەن چايقاپ تازىلىنىدۇ. ئاغرىق توختىتىش ئۈچۈن ئانار يوپۇرمىقى ياكى ئاس يوپۇرمىقىنى سوقۇپ تىرناق ئۇستىگە قويۇلىدۇ. ئاغرىش پەسەيگەندىن كېيىن زەيتۇن يېغىغا بۇغداي ئۇنى ئارىلاشتۇرۇپ تىرناققا قويۇلىدۇ ياكى چەلەكنى سوقۇپ ئېرىتىلگەن ئۆچكە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ سۈيى يوقالغاندا ئېلىپ تىرناققا چېپىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل تىرناقنى مۇھاپىزەت قىلىدۇ. ئەگەر تىرناق زەخىملەنگەن بولسا جاراھەتكە ئەنزۇرۇت تالقىنىنى بېسىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر تىرناق سۇنغان بولسا بىمارغا گۈلقەنت بىلەن ئىسكەنجۇبىل ۋە ماتۇل ئۇسۇل (كاسنى يىلتىزى، ئارپا بەدىيان، ئاقلانغان چۈچۈك بۇيا يىلتىزى ھەر بىرىدىن تەڭ

مىقداردا، گۈلقەنت مەلۇم مىقدار، دورىلارنى چالا سوقۇپ، دورىدىن 4 لىك يۇقىرى قايناق سۇ قۇيۇپ بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قايناتىپ داكا بىلەن سۈزۈپ كۈنىگە 2 ـ 1 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالىدىن گۈلقەنت قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ) بېرىپ ماددىنى پۇشۇرغاندىن كېيىن مەتبۇخ ئەفتىمۇن بېرىلىدۇ.
سىرتىدىن بادام يېغى بىلەن قويىنىڭ چاۋىسىنى بىرلەشتۈرۈپ تىرناققا چېپىپ بېرىلىدۇ.
ئەگەر تىرناق كۆكىرىپ قان تۇيۇپ قالغان بولسا سىرتىدىن زىفتى رومى، قىزىل زەرنىخ، پەتەرسالىيۇن ۋە بىنەپشىلەرنى يۇمشاق سوقۇپ سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلىدۇ.

چاچ كېسەللىكلىرى

بەدەندە چاچ، ساقال، بۇرۇت، قولتۇق ۋە دوۋسۇنلاردىكى ئۇزۇن تۈكلەر؛ قاش، كىرپىك، قۇلاق ۋە بۇرۇن تۆشۈكلىرىدىكى يىرىك قىسقا تۈكلەر؛ يۈز، يۇقىرى، تۆۋەن مۈچە بىلەن گەۋدىدىكى قىسقا ۋە يۇمشاق تۈكلەر بولىدۇ.

تۈكلەر ئادەم ئۈچۈن زىننەت بولۇپلا قالماستىن بەلكى ئىنساننىڭ ھاياتلىق پائالىيىتىدە بەلگىلىك رولى بار ۋە ساقلىق بىلەن ساقسىزلىقنى ئىپادىلەشتە بەلگىلىك ئەھمىيەتكە ئىگە. شۇڭلاشقا كىشىلەر بەدەندىكى تۈكلەرنىڭ نورمال ئۆسۈشى، زىچلىقى، ئۇزۇن-قىسقىلىقى، يىرىك-يۇمشاقلىقى، رەڭگى، پارقىراقلىقى ۋە نەم-قۇرغاقلىقى قاتارلىق تەبىئىي ھالىتىگە بەكمۇ ئەھمىيەت بېرىدۇ.

بەدەندىكى تۈكلەر بولۇپمۇ چاچنىڭ زىچلىقى، پارقىراقلىقى، رەڭگى، يىرىكلىكى، ئۇزۇن-قىسقىلىقى بىلەن نەم-قۇرغاقلىقىنىڭ نورماللىقى بەدەننىڭ ساغلاملىقى، ئوزۇقلىنىشى، مىجەزىنىڭ نورماللىقى، روھىي ھالىتىنىڭ نورماللىقى ۋە ھەر خىل ئىچىملىك-چېكىملىككە ئوخشاش ناچار كەيپىلەرگە بېرىلگەن-بېرىلمىگەنلىكى قاتارلىق نۇرغۇن ئامىللارغا باغلىق بولىدۇ. شۇنداقلا چاچ ئاساس قىلىنغان تۈكلەرنىڭ كېسەللىك تۈرىمۇ كۆپ بولىدۇ. بىز تۆۋەندە چاچتا كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىكلەر بىلەن چاچنى ئاسراش ھەققىدە قىسقىچە توختىلىمىز.

چاچ چۈشۈش كېسىلى

چاچ چۈشۈش، چاچ چۈشۈشتىن سىرت ساقال، بۇرۇت، قاش ۋە كىرپىك بىلەن بەدەندىكى باشقا تۈكلەرنىڭ چۈشۈشىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. بىراق چاچ چۈشۈش نىسبەتەن كۆپرەك شۇڭا تۆۋەندە چاچ چۈشۈش ئۈستىدە توختىلىمىز.

قىرىق ياشتىن كېيىن چاچ شالاڭلىشىش نورمال ئەھۋال، لېكىن قىرىق ياشتىن

ئىلگىرى چاچ شالاڭلاشسا ياكى دائىرىلىك چاچ چۈشسە ۋە قىرىق ياشتىن كېيىن چاچنىڭ شالاڭلىششى تېز ۋە كۆپ بولۇش بىلەن بىرگە دائىرىلىك چاچ چۈشسە بۇنى چاچ چۈشۈش كېسىلى دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇيغۇر تىلىدا دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى «يىلپىز يالىڭۋېلىش» دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

چاچ چۈشۈش—چاچ شالاڭلىشىش ۋە دائىرىلىك چاچ چۈشۈش دەپ ئىككى خىلغا بۆلۈنىدۇ. چاچ چۈشۈش مەيلى قايسى خىلدا بولسۇن كۆپىگەن بەلغەم بىلەن سەۋدا ياكى ئۆتكۈر سەپرا بىلەن قويۇق ۋە بۇزۇق قان قاتارلىق غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنىڭ قايسى بىرى بولمىسۇن، تېرە ۋە تېرىدىكى چاچ (تۈك) يىلتىزىغا ئورۇنلىشىۋېلىپ، تېرىدىكى تۈك (چاچ) يىلتىزىدىكى ئوزۇقلاندۇرغۇچى قۇۋۋەت (قۇۋۋىتى غازىيە)، ئوزۇقلۇقنى تارتقۇچى قۇۋۋەت (قۇۋۋىتى جازىبە) ۋە تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۋەت (قۇۋۋىتى ماسكە) قاتارلىق كۈچلەرنىڭ خىزمىتى بۇزۇلۇشتىن چاچ چۈشىدۇ. بىراق چاچ چۈشۈش يۇقىرىدىكى سەۋەبلەردىن باشقا يەنە كېسەلرنىڭ ئوزۇقلىنىشى ياخشى بولماسلىق ياكى ئوزۇقلۇق ماددىلار كېسەلرنىڭ مىجەزى بىلەن خىل كەلمەسلىك، ھەزىم قىلىشنىڭ بۇزۇلۇشى، روھىي ھالەتنىڭ نورمال بولماسلىقى (مەسىلەن: غەم-قايغۇ، خاپىلىق ۋە روھىي جىددىيلىك قاتارلىق)، ئۇزۇن ۋاقىت كېسەل تارتىش (مەسىلەن: قىزىل كېسىلى، قان كەملىك، سىل كېسىلى، قەنت سىيىش كېسىلى، ئىچى سۈرۈش ۋە ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلار)، باش كېپەكلىشىش ياكى باش تېرىسى ياغلىشىش، باشنى پاكىز تۇتماسلىق، باشنى يۇغان سۇ بىلەن سوپۇننىڭ ساپ بولماسلىقى، جىسمانىي چېنىقىشنىڭ ياخشى بولماسلىقى ياكى جىسمانىي روھىي جەھەتتىن چارچاش، يالاڭ باش يۈرۈش ۋە ئۇدۇم (ئىرسىيەت) قاتارلىق ئۇرغۇنلىغان ئىچكى ۋە سىرتقى ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. شۇڭلاشقا چاچ چۈشۈش قارىماققا ئاددىي كېسەللىكتەك كۆرۈنسىمۇ لېكىن ئۇ (چاچ چۈشۈش) پۈتۈن بەدەننىڭ ساقسىزلىقى بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك بولۇپ ئىچكى ۋە سىرتقى ئامىللارنىڭ ئۆزئارا تەسىر كۆرسىتىشىنىڭ مەھسۇلى، دائىرىلىك چاچ چۈشۈش (يىلپىز يالىڭۋېلىش) نىڭ سەۋەبى بولسا كۆپىگەن بەلغەم بىلەن سەۋدا ياكى ئۆتكۈر (زىيادە ئىسسىق) سەپرا بىلەن قويۇق بۇزۇق قاننىڭ باش تېرىسىنىڭ مەلۇم بىر ياكى بىر قانچە ئورۇنلىرىغا ئاساسلىق تەسىر قىلىشى ۋە روھىي ئامىل قاتارلىق ئامىللارنىڭ رول ئوينىشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

ئالامىتى

چاچنى تارىغاندا ۋە ياكى يۇغاندا ھەتتا باشنى سىلىغاندا ياكى تەككى ـ ياستۇقلارغا سۈركىلىشتىمۇ چاچ چۈشىدۇ ياكى تاغاق بىلەن قولغا ھېچقانداق ئاغرىقسىزلا چاچ يۇلۇنۇپ چىقىدۇ. باش تېرىسى كېپەكلىشىپ، چاچ قۇرغاقلىشىدۇ ياكى بولمىسا باش تېرىسى بىلەن چاچ مايلىشىپ قىچىشىدۇ. بەزىدە باش تېرىسىگە تۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولىدۇ. چاچنىڭ پارقىراقلىقى تۆۋەنلىشىپ خۇنۇكلىشىدۇ. دائىرىلىك چاچ چۈشۈشتە باشنىڭ بىر ياكى بىر قانچە ئورۇنلىرىدا ھەر خىل چوڭلۇقتىكى دائىرىدە چاچ تۇساتتىنلا چۈشۈپ كېتىپ شۇ ئورۇن قىزغۇچ تاقىر تۈسنى ئالىدۇ. چاچ چۈشۈشتە يۇقىرىدىكى ئالامەتلەردىن باشقا يەنە ھەرقايسى غەيرىي تەبىئىي خىلتقا مەنسۇپ بولسا شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلتقا مەنسۇپ پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر پەيدا بولۇشتىن سىرت، باشتىمۇ شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلتلارغا خاس يەرلىك ئالامەتلەر بولىدۇ. مەسىلەن: چاچ چۈشۈش غەيرىي تەبىئىي بەلغەمدىن پەيدا بولغان بولسا ئومۇمىي بەدەندە غەيرىي تەبىئىي بەلغەمگە ئائىت ئالامەتلەردىن سىرت چاچ چۈشكەن باش تېرىسى خۇددى شور تۇرلىگەندەك ئاقۇش ۋە بوشراق بولىدۇ. ئەگەر غەيرىي تەبىئىي سەۋدادىن پەيدا بولغان بولسا غەيرىي تەبىئىي سەۋداغا ئائىت ئومۇمىي بەدەنلىك ئالامەتلەردىن سىرت چاچ چۈشكەن باش تېرىسى قارامتۇل تۈسنى ئالىدۇ. چاچ چۈشۈش غەيرىي تەبىئىي سەپراغا ئائىت بولسا پۈتۈن بەدەندە غەيرىي تەبىئىي سەپراغا خاس ئالامەتلەر بولۇشتىن سىرت چاچ چۈشكەن ئورۇننىڭ تېرىسى سارغۇچقا مايىلراق بولىدۇ. ئەگەر چاچ چۈشۈش غەيرىي تەبىئىي قان خىلتى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولسا پۈتۈن بەدەندە، غەيرىي تەبىئىي قان خىلتقا ئائىت پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەردىن سىرت چاچ چۈشكەن باش تېرىسى قىزىل ياكى قىزىلغا مايىل كېلىدۇ.

داۋاسى

چاچ شالاڭلىشىش بىلەن دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى داۋالاش پرىنسىپى بولسا ئالدى بىلەن تاماقتىن پەرھىز بۇيرۇلىدۇ ۋە مىجەز تەڭشىلىدۇ (يەنى شۇ خىل خىلتنىڭ نورماللىقىنى بۇزىدىغان يېمەك ـ ئىچمەكلىك چەكلىنىدۇ. ھەمدە شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلتنىڭ پىشۇرغۇچىسى بىلەن تازىلىغۇچىسى ئىشلىتىلىدۇ). ئۇنىڭدىن كېيىن چاچ

چۈشۈشكە ئالاقىدارلىقى بولغان كېسەللىكى داۋالىنىدۇ. ئۇزۇقلۇق كۆچەيتىلىدۇ. چاچنى يۇيۇدىغان سۇ بىلەن سوپۇن چاچنىڭ مايلىشاڭغۇلۇقى بىلەن قۇرغاقلىقىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ تەلەپكە لايىق بولۇش كېرەك يەنى ئەگەر چاچ چۈشۈشكە قوشۇلۇپ چاچ قۇرۇق ۋە باش تېرىسى كېپەكلىشىش بىرگە كەلگەن بولسا يۇيۇدىغان سوپۇننىڭ شاخار تەركىبى كەمرەك، ماي تەركىبى كۆپرەك بولۇشى كېرەك ۋە يۇيۇدىغان سۇدا تۇز تەركىبى كەم بولۇشى كېرەك. يامغۇر سۈيى بىلەن قار سۈيى بەكمۇ ياخشى. ئەگەر سۇ تەركىبىدە تۇز كۆپ بولسا ساپ سېغىزدىن مۇۋاپىق مىقداردا قىرىپ قايىنىتىلغان سۇغا سېلىپ تىندۇرۇپ، سۈزۈك قىسمى بىلەن باش يۇيۇلىدۇ. ئەگەر چاچ چۈشۈشكە چاچنىڭ مايلىشاڭغۇلۇقى قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا باشنى يۇيۇشقا ئىشلىتىلىدىغان سوپۇن شاخىرى كۆپرەك، يېغى ئازراق يەرلىك سوپۇن بىلەن سوپۇن تالقىنىدا يۇيۇش كېرەك. يامغۇر سۈيى بىلەن قار سۈيىگە پۇدىنە (پىننە) بىلەن تۇزدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ قايناتقاندىن كېيىن تىندۇرغان سۈيىدە يۇسىمۇ بولىدۇ ياكى ئاق لەيلى تۇرۇقى بىلەن سۆگەت چېچىكى (پوتلىسى) ۋە ئىسپەغۇلنىڭ شىرىسى بىلەن يۇسىمۇ بولىدۇ.

چاچ چۈشۈشكە ئىشلىتىلىدىغان دورىلاردا باش تېرىسىنى چىڭىتىپ چاچنى تارتقۇچى ۋە تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۋىتىنى كۈچەيتىدىغان، تېرىنىڭ ئوزۇقلىنىشىنى ياخشىلاپ چاچنى قۇۋۋەتلەيدىغان ۋە چاچنىڭ ئۆسۈشىنى تېزلىتىدىغان ھەمدە بەدەنگە ئاز-تولا ھارارەت بېرىدىغان تۆت خىل خۇسۇسىيەتلەر بولۇشى كېرەك.

چاچ چۈشۈشكە چاچ مايلىشاڭغۇلىشىش بىرگە كەلگەنلەرنىڭ داۋاسى

يۇقىرىدا ئېيتىلغان پرىنسىپلاردىن باشقا بىمارغا ئىچىدىن ئىترىفىل سەغىر ياكى ئىترىفىل كەبىر بېرىلىدۇ. توك (چاچ) تۆشۈكلىرىنى ئېتىپ چاچنى چىڭىتىش ئۈچۈن جويۇز، قىزىل قارىغاي پوپۇرمىقى ۋە غورىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايىنىتىلغان سۈيى بىلەن باش يۇيۇلىدۇ ياكى كاۋاۋىچىن ئامىلە ۋە جويۇزنىڭ قايىنىتىلغان سۈيى، لۇبىيا (پۇرچاق) تۈنى، قوغۇن تۇرۇقى، ئىسپەغۇل ۋە ئاق لەيلى تۇرۇقىنىڭ شىرىسى ياكى بولمىسا بورەق بىلەن كۆپىكى دەريا قايىنىتىلغان سۇ بىلەن باشنى يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن ئامىلە يېغى بىلەن باش مايلىنىدۇ ياكى قىچا، پۇدىنە (پىننە)، سوزاپ ۋە پىيازلارنى يانجىپ، باشقا سۈرتۈلىدۇ.

چاچ چۈشۈشكە چاچ قۇرغاقلىشىپ كېپەكلىشىش قوشۇلۇپ كەلگەنلەرنى داۋالاش

چاچ چۈشۈشنى داۋالاش پرىنسىپىدا كۆرسىتىلگەن تەدبىرلەردىن باشقا مىجەزنى ھۆللەشتۈرۈش مەقسىتىدە پىشقان مېۋىلەر بىلەن تائاملارنى ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. چاچ، چۈشۈشنى توختىتىش ۋە كېپەكلىشىشنى يوقىتىش مەقسىتىدە ئاق لەيلى ياكى قارا گۈل چىلانغان سۇ ياكى كۈنجۈت يوپۇرمىقى، ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، گۈلى سۆسەر گۈلىنىڭ شىرىسى، ئاچچىق تاۋۇزنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن باش يۇيۇپ بېرىلىدۇ. چاچ يۈزى (قايمىقى) ئېلىنمىغان قېتىق ياكى تۇخۇم سېرىقى ياكى بولمىسا بۇغداي كېپىكىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن تازىلىنىدۇ. سىمابتىن 3 گرام ئېلىپ ئازراق خېمىر تۈرۈشتا سىمابنى ئۆلتۈرۈپ ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا بادام ياكى شاپتۇل مېغىزى يېغى سىيادان بىلەن قارا گۈل ۋە زەنجىبىل (ئاق چەشكە) تالقىنى (ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىنىدۇ) بىلەن يىلىك ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان مەلھەمنى باش تېرىسىگە سۈرتۈپ قول بارمىقى بىلەن ئىشقىلاپ (ئۇۋۇلاپ) 3 ـ 2 كۈندىن كېيىن يۇيۇۋېتىلىدۇ ياكى بولمىسا تۇخۇم يېغى سۈرتۈلسىمۇ بولىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي بەلغەم غالىبلىقىدىن پەيدا بولغان چاچ چۈشۈشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن بەلغەم خىلتىنىڭ پىشۇرغۇچىسى بىلەن تازىلىغۇچىسىنى ئىشلىتىپ مىجەز تۈزۈتىلىدۇ باشقا ياكى چاچ چۈشكەن ئورۇنغا بادام مېغىزىنى ئېزىپ سۈپۈرگە چۆپىنىڭ سىقىلغان سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ، باش قۇرۇغاندىن كېيىن زەنجۇبىل، دارچىن، جويۇز ۋە كاۋاۋىچىنلار قاينىتىلغان سۇنى بىر تەرەپتىن باشقا سۈرتۈپ بىر تەرەپتىن باشنى ئالقان بىلەن بېسىپ سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. قىچىنى سوقۇپ ھۆل زەنجۇبىل سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چاپسىمۇ ياكى پىيازنى سىقىپ چىققان سۈيىنى كونا سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ باشقا سۈرتۈپ باش تېرىسىنى ئىشقىلاپ بەرسە چاچنىڭ ئۆسۈشىنى تېزلىتىدۇ. قىچا ئۇرۇقىنى ياكى پەرپىيۇننى ئاقىرقەرھا بىلەن كالىنىڭ يىلىكىگە ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چاپلىسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار باشنى جاراھەتلەندۈرسە توخۇ يېغى ياكى گۈل يېغى بىلەن ياسىلىدىغان مەلھەم ياكى بولمىسا موم، شاھى بەللۇت سۆۋسەنگۈل بەرگىسىنىڭ سۈيىنى تۇخۇم يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چاپلىنىدۇ. زەخىملىنىش ياخشىلانغاندىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلارنى ئىشلىتىش داۋاملاشتۇرۇلىدۇ ياكى كالا ئۆتىگە ياۋا پىياز سۈيى، قىچا، ئاقىرقەرھا، پەرپىيۇن تالقىنى

قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ. سامساقنى سوقۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ ياكى سوقۇلغان سامساق، خام زەنجىۋىل، قىزىل پىياز، قىچا تالقىنى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئۆتكۈر كونا سىركە ياكى هاراققا چىلاپ شىشىنىڭ ئېغىزىنى مەھكەم ئېتىپ بىر ھەپتە يازنىڭ ئاپتىپىغا سېلىپ باشقا سۈرتۈپ بېرىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. تامىقىغا زىرە ۋە قارىمۇچ قوشۇپ ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ.

سەپرا غالىبلىقىدىن پەيدا بولىدىغان چاچ چۈشۈشنى داۋالاش

خام سەپرانى پۈشۈرگۈچى مۇنزىج بىلەن زىيادە سەپرانى تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىپ مىجەز تۈزۈتىلىدۇ. قۇرۇق ئىسسىق ياكى قۇرۇق سوغۇق يېمەكلىكلەردىن چەكلەپ بەدەننى ھۆللەشتۈرىدىغان ۋە قىزىقلىقنى پەسەيتىدىغان يېمەكلىك بىلەن دورىلار بۇيرۇلىدۇ. باشقا ئاۋۋال قىزىتىلغان سىركە بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. كېيىن سىركىنىڭ زەھرىنى ياندۇرۇش ئۈچۈن گۈل يېغى سۈرتۈلىدۇ. چاچنىڭ داۋاملىق چۈشۈشىنى توساش ئۈچۈن گۆڭگۈرت پوقى تالقىنىنى زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ. پىندۇق كۆلىنى كونا سىركىگە چىلاپ باشقا چېپىپ بەرسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى چارىلەرنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە لاچىندانىنى كۈنجۈت يېغىدا ئېرىتىپ ئۇنىڭغا شۇئىق گۈلىنىڭ تالقىنىدىن مۇۋاپىق ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ ۋە لالە گۈل بىلەن كېپەكنىڭ قاينىتىلغان سۈيي بىلەن باش يۇيۇپ بېرىلىدۇ.

كۆيگەن سەۋدادىن بولغان چاچ چۈشۈشنى داۋالاش

سەۋدانىڭ پۈشۈرگۈچىسى بىلەن تازىلىغۇچىسىنى ئىشلىتىپ مىجەز تازىلىنىدۇ. كېيىن چاچ چۈشكەن ئورۇنغا سامساق، ياۋا پىياز، قىزىل باش پىياز ۋە خام زەنجىۋىللەرنى ئايرىم - ئايرىم ياكى ئارىلاشتۇرۇپ باشقا ئەيلەپ سۈرتكەندىن كېيىن ئۈستىدىن يولۋاس ياكى ئېيىق يېغى، تۇخۇم يېغى قاتارلىق ئېچىشتۇرمايدىغان ماي بىلەن ياغلاپ بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا يەنە گۆڭگۈرت پوقى، ساپسىيا، پەرپيۇن، قىچا، قومۇش يىلتىزى تالقىنى بىلەن ئۆچكە مۈڭگۈز كۆلى، مېھرگىيا ياكى ئادەم گىياھ (يەبرۇج سەنەم) گۈلى تالقىنىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ تۇرۇپ سۈيى ۋە كونا زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي قاندىن بولغان چاچ چۈشۈشنى داۋالاش

مىجەزنى تۈزەش بىلەن بىرگە قاننى تازىلىغۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. قىزىل پىياز، زۇفا ياكى قىچىلار ئايرىم-ئايرىم ياكى بىرلەشتۈرۈپ باشقا چېپىلىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا سەپرادىن بولغان چاچ چۈشۈشكە قوللىنىلىدىغان دورىلاردىن ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلاردىن باشقا يەنە موردا سەڭ (ئۆكسىدلانغان قوغۇشۇن بىلەن ئوشۇدۇر سۈتكە چىلىنىدۇ. پاكىز گۈڭگۈرت تالقىنىدىن 16 گرامنى 33 مىللىلىتر سىركىگە چىلاپ ئېرىتىپ، سۈتكە چىلانغان دورىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە يېرىم پىيالە سۇ قۇيۇپ تەييارلانغان دورا سۈيى) باشقا سۈرتۈپ بېرىلسە ياكى پەلكۈچ بىلەن چاچ ئاستى نەمدەپ بېرىلسە چاچنىڭ چۈشۈشى توختايدۇ. بىراق قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئۇزۇن مۇددەت ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

قارىغاي يوپۇرمىقىنىڭ سىقىلغان سۈيى بىلەن سوققان قىچىنى چاكاندا قايىنىتىلمىسىغا ئارىلاشتۇرۇپ باشقا سۈرتسە ۋە چاچنى يۇيۇپ بەرسىمۇ چۈشۈۋاتقان چاچنى توختىتىدۇ. چاچنىڭ چۈشۈشىنى توختىتىش بىلەن چاچنىڭ ئۆسۈشىنى تېزلىتىش ئۈچۈن ئارپا يارمىسى 100 گرام، ئامىلە 17 گرامنى 3 چوڭ چىنە سۇدا قايىنىتىپ پۇشۇرغاندىن كېيىن ئۇنىڭغا ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، قاپاق يوپۇرمىقى، كۈنجۈت يوپۇرمىقى (قۇرۇق ياكى ھۆل) ھەر بىرىدىن 33 گرام سېلىپ قايىنىتىپ پۇشۇرۇپ سۈزۈۋېتىلگەن سۈيىگە يېرىم باراۋەر بىنەپشە يېغى قوشۇپ سۈيى تۈگەپ يېغى قالغىچە قايىنىتىپ شىشىگە ئېلىپ باش ياغلاپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭغا 10 گرام لادەن قوشۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

مەيلى قايسى خىلدىكى چاچ چۈشۈش بولسۇن ئەڭ ياخشىسى چاچنى ھەپتىسىگە ئاز دېگەندە بىر قېتىم ئۇستۇرا بىلەن چۈشۈرۈپ دورا سۈرتۈشتىن ئىلگىرى نەم داكا ياكى ماتا بىلەن باشنى سۈرتۈپ باش تېرىسى ياكى چاچ چۈشكەن ئورۇن قىزارغاندىن كېيىن بىر تەرەپتىن باشقا دورا سۈرتۈپ يەنە بىر تەرەپتىن قول بىلەن باش تېرىسىنى ئەيلەپ دورىنى باش تېرىسىگە سىڭدۈرۈپ كىرگۈزۈش كېرەك. بەزىلەرنىڭ قارىشىچە سېرىق ھەلىلە، قارا ھەلىلە، ھەلىلە كابىلە تالقىنىدىن تەڭ باراۋەر ئېلىپ ئۇنىڭغا پۈتۈن دورا ۋەزنىدە ناۋات تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر، ئىككى بال قوشۇقتىن 2-3 ئاي ئىستېمال قىلىپ بەرسە چاچنى قۇۋۋەتلەيدۇ. بۇلاردىن باشقا بىنەپشە، نىلۇفەر ۋە ئىپارلار بىلەن بۇيىلاندۇرۇش، بىنەپشە، نىلۇفەر، ئاچچىق بادام، بابۇنە ۋە ئامىلە

يەنى قاتارلىق مايلار بىلەن مايلاشنىڭمۇ بەلگىلىك رولى بار.

چاچ ئاقىرىش

ئادەملەر ئوتتۇرا ياشتىن ئاشقاندا چاچ، ساقال ئاقىرىش نورمال ئەھۋال. لېكىن ياش تۇرۇپ چاچ بىلەن ساقالنىڭ ئاقىرىشقا باشلىنىشى كېسەللىك ھېسابلىنىدۇ.

سەۋەبى

ئوتتۇرا ياشتىن ئاشقان كىشىلەردە قان شورلۇق تەرەپكە مايىللىشىپ بەدەندىكى ھارارەتنى غەرىزى (تەبىئىي ئىسسىقلىق) ئاجىزلاشتىن چاچ ئاقىرىدۇ. بۇ نورمال ھالەت. لېكىن قان ھۆللۈك تەرەپكە مايىل تۇرۇقلۇق بەدەندىكى ھارارەتنى غەرىزى ئاجىزلاش بىلەن قاننىڭ قويۇقلۇق شىرىسىنىڭ يېپىشقاقلىق خۇسۇسىيىتى تۆۋەنلەشتىن چاچ قەرەلدىن بۇرۇن ئاقىرىدۇ. مانا بۇ چاچ ئاقىرىش دەپ ئاتىلىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا ئوزۇقلىنىشنىڭ ياخشى بولماسلىقى، ھەزىمنىڭ ناچارلىقى، ئۇزۇنغا سوزۇلغان سەرپىياتچان كېسەللىكلەر، جىسمانىي ۋە روھىي جەھەتتىكى زىيادە چارچاش، روھىي زەربە، غەم - قايغۇ، ھاياجانلىنىش، كۆپ ئويلاش، جىنسىي ئالاقىنىڭ كۆپ بولۇشى، ھاراق، تاماكا ۋە نەشە قاتارلىق ئىچكى ۋە سىرتقى ئامىللار ھارارەتنى غەرىزىنى تۆۋەنلىتىش بىلەن بىرگە قاننىڭ تەبىئىي قويۇقلۇقى، يېپىشقاقلىقى ۋە ئۆتكۈرلۈكى قاتارلىق خۇسۇسىيەتلىرىنى تۆۋەنلىتىپ قاننى سۇيۇلدۇرىدۇ. چاچنىڭ بالدۇر ئاقىرىشى ئۆدۈم (ئىرسىيەت) بىلەنمۇ مۇناسىۋىتى بار.

داۋالاش

قان بىلەن مېڭىنى تازىلاپ، زىيادە بەلغەمنى بەدەندىن چىقىرىدىغان، ئويقۇنى ياخشىلاپ، ئىشتىھانى ئاچىدىغان ۋە چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئوزۇقلۇقنى كۈچەيتىش، بەدەننى چېنىقتۇرۇش، جىنسىي مۇناسىۋەتنى كېمەيتىش، ھاراق ئىچمەسلىك، تاماكا چەكمەسلىك، قېتىق، ھۆل مېۋە ۋە ئاچچىق چۈچۈك يېمەكلىكنى ئىستېمال قىلماسلىق چاچنىڭ بالدۇر ئاقىرىشىنى توسۇش بىلەن چاچ ئاقىرىشنى داۋالاشتا

مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

بەدەندىكى زىيادە بەلغەمنى بەدەندىن چىقىرىش ئۈچۈن قەي قىلدۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ياخشىراق. لېكىن تازىلاش ئۈچۈن ئايارەج پەيقىرا بېرىلىدۇ. ھەپتىدە بىر قېتىم بەلغەم سۈرگىسى، ھەر ئايدا بىر ھەپتە ئىترىيفىل سەغىر، ھەر كۈنى ناشتىدا بىر دانە ھېلىيلە مۇراباسى يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ. چاچنىڭ ئاقىرىشىنى توسۇش مەقسىتىدە مەجۇنى بالادۇر، جاۋارىش جالىنۇس، مەسرىتىدۇس قاتارلىق نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدىغان نۇسخىلاردىن بىر خىلى دائىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سېرىق ھېلىيلىنى داۋاملىق شۈمۈپ بېرىشكە بۇيرۇش ياكى ھەر كۈنى ناشتىدا سېرىق ھەلىيلە تالقىنىدىن 1.5 گرامنى بىر پىيالە قاينىتىلغان سۈت بىلەن ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. ھەر كۈنى سىياداندىن 7ـ10 دانە يەپ بەرىسمۇ ياكى يۇقىرىدىكى چارىلەر بىلەن بىرگە قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ چاچنىڭ داۋاملىق ئاقىرىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. سوغۇق مىجەزلىك كىشىلەر پات-پات كاۋاپ يەپ تۇرۇشى، تامىقىغا ئاقمۇچ، قىچا، دارچىن ۋە زىرە قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلىنى سېلىپ يېيىشى ۋە سوغۇق سۇ ئىچمەسلىك كېرەك.

تۆۋەندىكى نۇسخا چاچنىڭ ۋاقىتسىز ئاقىرىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاشتا بەلگىلىك ئۈنۈمى بار.

(1) مەجۇنى شەباپ (ئادەمنى ياش تۇتقۇچى مەجۇن) قارا ھەلىيلە 33 گرام، بەلىلە پوستى، كۈندۈر، لۇبان، تاباشىر ھەر بىرىدىن 16 گرام، قارىمۇچ 8 گرام، زەنجىۋىل، قىزىلگۈل، ئىگىر ھەر بىرىدىن 5 گرام، ئاق سەندەل، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 10 گرام، ھەسەل بىلەن ھەلىيلە كابىلە مۇراباسى 250 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەسەل بىلەن ھېلىيلە كابىلە مۇراباسىغا ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ ھەر كۈنى 10 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

(2) قارا ھەلىيلە پوستى بىلەن ئامىلە پوستى تالقىنىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ ئازراق كاللا يېغى ۋە دورا مىقدارى بىلەن تەڭ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن يېسىمۇ بولىدۇ.

(3) قارا ھەلىيلە، بەرەنگى كابۇلى، پىلپىل، ئامىلە ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، ھەسەل ھەممە دورا مىقدارى بىلەن تەڭ. دورىلارنى سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا تېۋىپنىڭ كۆرسەتمىسىگە ئاساسەن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

(4) كابۇل ھەلىلىسى 66 گرام، تۆمۈر دېتى 13 گرام، غارىقۇن 16 گرام، زەنجىۋىل، پىلپىل، قەلەمپۇر ھەر بىرى 10 گرامدىن، ھەسەل ھەممە دورا مىقدارىدىن ئۈچ ھەسسە، دورىلارنى سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ ھەر كۈنى ناشتىدا 10 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ. دورىنى ئىچكەندىن كېيىن 2-3 سائەتكىچە دەملەنگەن چاي ئىچىشكە بولمايدۇ.

(5) خام ئەگىر سۇناي 33 گرام، جىن كۆزى تۇرۇقى، كىرەش (داڭگۇي)، چۈپچىن، ئالاقات مېۋىسى ھەر بىرى 10 گرام، سېرىق يوگەي تۇرۇقى 16 گرام. دورىلارنى سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ئۇقۇت چوڭلۇقىدا كومۇلاچ ياساپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 3-4 گرامدىن ئىچىپ بەرسە چاچنى قارايتىدۇ.

چاچنى يۇيۇشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

(1) ئەنجۈر يوپۇرمىقى (قارامتۇل ئەنجۈر يوپۇرمىقى بولسا تېخىمۇ ياخشى)، قىزىل ئۈزۈم يوپۇرمىقى، قارا ئۈجمە (جۈجەم) يوپۇرمىقى، رەيھانگۈل يوپۇرمىقى ۋە رەيھانگۈل تۇرۇقىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يامغۇر سۈيىدە (پار سۈيى بولسىمۇ بولىدۇ) قاينىتىپ، سۈزۈلگەن سۈيىدە چاچ (باش) يۇيۇپ بېرىلىدۇ.

(2) سۇنبۇل، سەلىخە، سىياھدان، ئاچچىق تاۋۇز ئېتى ياكى ياڭاق پوستى، قەلەمپۇر، قۇستە، قومۇش يىلتىزى، قارا چىغ پۆپۈكى ھەر بىرىدىن 33 گرامدىن ئېلىنىدۇ. دورىلارنى چالا سوقۇپ ئاچچىق تاۋۇز ئېتى ياكى ياڭاق پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردىن ئېلىپ قاينىتىلغان 4 چوڭ چىنە سۇغا بىر كىچە چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە چىگىت يېغى بىلەن ئامىلە يېغىنى قوشۇپ تاكى سۈيى تۈگەپ مېيى قالغىچە پەس ئوتتا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. بۇ ماي بىلەن كۈنىگە بىر-ئىككى قېتىم چاچنىڭ تۈۋى (باش تېرىسى) مايلاپ بېرىلىدۇ.

(3) سىياھدان بىلەن تاتلىق بادام مېغىزىدىن چىقىرىلغان ماي بىلەن چاچ تۈۋى (باش تېرىسى) مايلاپ بېرىلىدۇ.

(4) يۇقىرىدىكى بىرىنچى ئۇسخا بىلەن ئىككىنچى ئۇسخا بىرلەشتۈرۈلسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

(5) سۇمبۇل، ئىزخىر مۇنچىقى، سەلىخە، قەلەمپۇر، ئۇد ھىندى، قەسبۇس زەرىرە ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، ئومۇمىي دورا مىقدارىدىن 4

ھەسسە قايناق سۇغا چىلاپ بىر كېچە تۇرغۇزۇپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۇيىگە دورا مىقدارى بىلەن تەڭ سىياھدان مېيى ئارىلاشتۇرۇپ سۇيى تۈگەپ مېيى قالغىچە قاينىتىپ چاچ تۈۋى مايلاپ بېرىلىدۇ.

چاچنى بوياق ماددىلار بىلەن بوياش ئەڭ زىيانلىق. ئەڭ ياخشىسى تەبىئىي گىياھلاردىن تەييارلانغان بوياق (جوزاپ) بىلەن بوياش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكى ئۇسخىلار تونۇشتۇرۇلىدۇ:

(1) بىر ھەسسە خېنىگۈل، 3 ھەسسە ئوسما ياپرىقىنى ئېلىپ سوقۇپ سۇمۇق ياكى ئانار دانىلىرىنىڭ سۇيى بىلەن نەمدەپ چاچقا سۈركەپ 3 ـ 2 سائەتتىن كېيىن يۇيۇۋېتىلىدۇ.

(2) يۇمشاق توغرالغان تۇرۇپنى كۆك (خام) ياڭاق پوستى سۇيىگە چىلاپ چاچقا سۈرتۈلىدۇ.

(3) قاينىتىلغان ھاك بىلەن موردا سەڭ سۇيىدە قىيما قىلىپ توغرالغان ئوسما بىلەن خېنىگۈل چاچقا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسخىغا قەلەمپۇر بىلەن دارچىن تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇلسا مەزكۇر بوياقنىڭ مېڭىگە بولغان ناچار تەسىرىنى ئازايتىش بىلەن بىرگە بوياقنى قېنىقلاشتۇرىدۇ.

(4) 33 گرام مۇزىنى زەيتۇن يېغى ياكى باشقا ئۆسۈملۈك يېغىدا كۆيگىچە قورۇپ، يۇمشاق سوقۇپ ئۇنىڭغا 16 گرام زەمچە، 23 گرام ئاق تۇز، 16 گرام كەترا تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە ئىسسىق سۇ قۇيۇپ قويۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، چاچقا قويۇق چېپىپ 3 سائەت تۇرغۇزغاندىن كېيىن چاچ يۇيۇلىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسخىغا سوقۇپ قىيما قىلىنغان ئوسما بىلەن خېنىگۈل ۋە قەلەمپۇر تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ چاچقا قېنىق سۈرتۈپ 6 سائەت تۇرغۇزۇلىدۇ، ياكى بولمىسا يۇقىرىقى دورىلارنى ئوسما بىلەن خېنە قاينىتىلمىسىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ چاچقا چېپىپ 4 ـ 3 سائەت تۇرغۇزۇپ چاچ يۇيۇۋېتىلىدۇ.

(5) ئوسما ئىككى ھەسسە، زەمچە، تۇز، مايدا قورۇپ كۆيدۈرۈلگەن موزا تالقىنى بىلەن تۆمۈر بىر ھەسسە، بۇلارنى سىركىگە ياكى تۇرۇنج (جۇيزە) نىڭ سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ چاچقا چېپىلىدۇ.

(6) قاراگۈل بىلەن قاراگۈل ئۆسۈملۈك يوپۇرمىقى 500 گرام، زەمچىدىن 33 گرام ئېلىپ ئاغزى چوڭراق شىشىنىڭ ئىچىگە بىر قەۋەت يوپۇرماق، بىر قەۋەت زەمچە تالقىنى، بىر قەۋەت قاراگۈلنى تەرتىپى بويىچە نىختاپ سېلىپ شىشىنىڭ ئاغزىنى مەھكەم

ئېتىپ 40 كۈن ئات قىغىغا كۆمۈپ قويۇپ ئاندىن ئىشلەتسە چاچنى ناھايىتى ياخشى بويايدۇ.

(7) پىشمىغان قاپاقنى پىلىكىدىن ئۈزمەي تۇرۇپ بىر يېرىدىن تېشىپ ئىچىگە تۆمۈر دېتى تالقىنى ۋە قەلەمپۇر تالقىنىدىن 33 گرام سېلىپ، قاپاقتىن تۆشۈك ئېچىش ئۈچۈن كېسىپ ئېلىنغان قىسمىنى شۇ پېتىچە تۆشۈككە قويۇپ ئۈستىدىن لاي چاپلاپ 40 كۈن پىلىكىدە تۇرغۇزۇپ ئۆستۈرۈلسە ناھايىتى ياخشى بوياق تەييارلىنىدۇ.

سىدام باش

باش تۇرۇپ باشنىڭ چوققا قىسمىدا چاچ چۈشۈپ، ئورنىغا چاچ چىقماسلىق ئۇيغۇر تىلىدا «سىدام باش» ياكى «تاقىر باش» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ كېسەللىك كۆپرەك ئەرلەردە ئۇچرايدۇ. ئاياللار بىلەن بالىلارنىڭ بەدىنىدە ھۆللۈك كۆپ بولغاچقا ئاساسەن ئۇچرىمايدۇ.

سەۋەبى

بەدەندىكى ھۆللۈك ئازىيىپ قۇرۇقلۇق ئاشقاندا چاچ تۈۋى (يىلتىزى) گە بارىدىغان ئوزۇقلۇق ماددا كەم بېرىش ۋە باش تېرىسىنىڭ ئوزۇقلىنىش، ئوزۇقلۇقنى تارتىپ ئېلىش ۋە تۇتۇپ تۇرۇش قاتارلىق قابىلىيىتىنىڭ ئاجىزلىشىشىدىن چاچ چۈشۈپ ئورنىغا يېڭى چاچ چىقماسلىقتىن پەيدا بولىدۇ. ئاق تەنلىكلەرنىڭ ۋە ياكى ئاق سېرىق كىشىلەرنىڭ تېرىسى بوش بولغانلىقتىن سىدام باشلىق كېسىلى ئاق تەنلىك ياكى ئاق سېرىق كىشىلەردە قارا تەنلىك ياكى بۇغداي ئۆڭلۈك كىشىلەرگە قارىغاندا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ھاراق، تاماكا ۋە نەشە قاتارلىق ئىچىملىك-چېكىملىكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش، جىنسىي مۇناسىۋەت قېتىمىنىڭ كۆپ بولۇشى، باشقا قېلىن نەرسە كىيىپ بېشىنى شامالداتماسلىق ۋە قۇرۇق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلار بۇ خىل كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشنىڭ مۇھىم ئامىللىرى بولىدۇ.

ئالامىتى

يېنىكرەكلىرىدە چاچ شالاڭلىشىش بىلەن باش چوققا قىسمىنىڭ ئالدى تەرىپى

تاقىرلىشىدۇ. ئىغىرراقلىرىدا باشنىڭ تۆپىسى ھەتتا گەجگىگىچە چاچ چۈشۈپ باش قىزغۇچ پارقىراق ۋە سىلىق تۈسنى ئالىدۇ.

داۋاسى

ياشانغانلاردىكى سىدام باشنى داۋالىغىلى بولمايدۇ. ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىق مەزگىلدىكى سىدام باشنىڭ دەسلەپكى دەۋرلىرىدە پىرسىياۋشان، ئاس دەرىخىنىڭ ياپرىقى، قارىغاي قوۋزىقى ۋە كۆندۈر قاتارلىق دورىلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قورۇيدۇ. لادەن بىلەن مۈرمەككىدىن يېرىم مىقدار ئېلىپ ھەممىسنى سوقۇپ كونا مۇسەللەس بىلەن ئۆرۈپ يېغىنغا سىلىپ، ئىزىپ ئاخشىمى ترىپى بىلەن قوشۇپ باشقا چىپىلىدۇ. ئەتىگىنى سەھەردە ئاس يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن باش يۇيۇلىدۇ. چاچ چۈشۈپ سىدام بولۇشقا باشلىغاندا چاچنىڭ پۈتونلەي چۈشۈپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن موزا، قارا ھەلىيلە ۋە ئاس دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ مۇسەللەسكە چىلاپ پەس ئوتتا قاينىتىپ، پۈشۈرۈپ، سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا زەيتۇن يېغى قوشۇپ مۇسەللەس تۈگەپ يېغى قالغىچە قاينىتىلىدۇ، تەييارلانغان ماي كۈندە كەچتە باشقا سۈرتۈلىدۇ، ئەتىگىنى ئاس دەرىخىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن باش يۇيۇپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاش ئۇسۇلى خېلى ئۈزۈن داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. كىبسەللىكنى داۋالاشتا بىمارنىڭ مىجەزىنى تۈزەشمۇ مۇھىم ئورۇندا تۇرىدۇ. بىراق ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلارنىڭ مىزاجىنى تۈزەشتە ھۆللۈك زىيادە كۆپ بولمىسا ماددىنى پۈشۈرغۇچى مۇنزىجلا بېرىلىدۇ. لېكىن بەدەننى تازىلاش مەقسىتىدە تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىلمەيدۇ. سىدام باشقا يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن سىرتىدىن سۈرتۈلىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشتىن باشقا، چاچ چۈشۈشنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىمۇ تاللاپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ. باشقا سىرتىدىن دورا سۈرتۈشتىن بۇرۇن باشنى ئىسسىق سۇغا چىلانغان ھۆل ماتا ياكى داكا بىلەن سۈرتۈپ قول بىلەن ئۇۋۇلاپ قىزارتقاندىن كېيىن دورا سۈرتۈلىدۇ. بۇنداق قىلغاندا بىرىنچىدىن تۆشۈكلەر ئېچىلىپ توختاپ قالغان بۇخارلار بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتىدۇ. ئىككىنچىدىن چاچ ئۈستۈرۈشكە مەنپەئەتلىك دورىلار باش تېرىسىگە سىڭىپ كىرىپ چاچنىڭ ئۆسۈشىنى تېزلىتىدۇ. ئەگەر باش تېرىسىگە ئۆششاق مۇدۇرلەر چىققان بولسا، باشنى سۈرتۈپ ئۇۋۇلاش ئۇسۇلى قوللىنىلمايدۇ.

چاچنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

چاچ كېسەللىكى يۇقىرىقىلاردىن باشقا يەنە چاچ سۇنۇپ چۈشۈش، چاچ يېرىلىش ۋە چاچ ئۆسمە سىلىكلەرنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

چاچ ساقال سۇنۇپ چۈشۈش كۆپىنچە جۈدەتكۈچى قىزىتما، ئۆزۈنغا سوزۇلغان كېسەللىكلەر، يەل يارا (سىفىلىس) ۋە تاز كېسەللىكلىرىدە ئۇچرايدۇ. چاچ يېرىلىشىنىڭ سەۋەبى مۇرەككەپ بولۇپ چاچنىڭ ئۇچى يېرىلىپ ئۆسۈشتىن توختايدۇ. چاچ ئۆسمە سىلىك چاچنىڭ ئۆزۈقلىنىشى ياخشى بولماسلىقتىن پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش

چاچ سۇنۇپ چۈشۈشتە بەدەننى ھۆللەشتۈرگۈچى تائاملار بىلەن ھۆل مىۋىلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. بىمارنىڭ مىزاجى بۇزۇلغان بولسا ماددىنى پىشۇرغۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. لېكىن تازىلىغۇچى دورىلار بېرىلمەيدۇ. ئوزۇقلۇق كۆچەيتىلىدۇ ۋە ئىشتىھانى ئاچقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئەگەشمە كېسەللىك بولسا داۋالىنىدۇ. ياخشى ئارام ئالدۇرۇلىدۇ ۋە ئۇيقۇنى ياخشىلىغۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئاچچىق بادام يېغى ياكى ئامىلە يېغى بىلەن باش ياغلاپ بېرىلىدۇ. ئامىلە يېغىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئامىلە پوستى، ئاس دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقى، سەنۇبەر دەرىخىنىڭ يىلتىزىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ چىلاشقۇدەك قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىم قالغىچە قاينىتىپ، سوزۇۋېلىنغان سۇيىگە باراۋەر مىقداردا كۈنجۈت يېغى قوشۇپ سۇيى تۈگەپ مېيى قالغىچە قاينىتىپ سوۋۇغاندا شىشىگە قاچىلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر چاچ سۇنۇش تاز (باش تەمرەتكىسى) دىن پەيدا بولغان بولسا، تازنى داۋالاش بىلەن بىرگە ئاق لەيلى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى ۋە ھەمىشە باھار سۈيىنى باشقا سۈرتۈش بىلەن داۋالىنىدۇ. چاچ يېرىلىشنى داۋالاشتا قان غالىبلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا ھىجامەت قويۇلىدۇ ۋە ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىلىدۇ. بىراق مىجەزى قۇرۇق بولسا سۈرگە (تازىلىغۇچى) بېرىشكە بولمايدۇ. باشقا بادام يېغى بىلەن بىنەپشە يېغى سۈرتۈلىدۇ. چاچنى ئۆستۈرۈش، چاچنىڭ جۇلالىقى

(پارقىراقلىقىنى) بىلەن نەم-قۇرغاقلىقىنىڭ نورماللىقىنى ساقلاش ئۈچۈن چاچنى پات-پات قارا ھەلىيلە سۈيى، تېرمىس سۈيى، ئاملە سۈيى ۋە چۇقۇندەر (تاتلىق ياڭيۇ ياكى خوڭگشۇ) سۈيى (قاينىتىپ چىقىرىلغان سۈيى) بىلەن يۇيۇپ لادەن يېغى بىلەن مايلاپ بېرىش كېرەك. لادەن يېغى تۆۋەندىكى ئۇسۇل بىلەن تەييارلىنىدۇ. لادەن 6 گرام، كۈنجۈت يېغى 130 ملىلىتر، قارا ھەلىيلە 33 گرام، تاتلىق ياڭيۇ سۈيى، قىزىل لوبىيا سۈيى ھەربىرىدىن 33 ملىلىتردىن. لادەن بىلەن قارا ھەلىيلىنى سوقۇپ يۇقىرىدىكى سۇغا بىر كېچە-كۈندۈز چىلاپ، ئەتىسى پەس ئوتتا ئازراق قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە كۈنجۈت يېغىنى قوشۇپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلاپ شىشىگە قاچىلاپ ئىشلىتىلىدۇ. ياكى ئاس يوپۇرمىقى بىلەن قىزىلگۈل تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئاملە سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ باش تېرىسىگە سۈركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا چاچ ئۈندۈرۈش ۋە چاچنى ئۆستۈرۈش مەقسىتىدە كونا زەيتۇن يېغىغا قەيسۇم چېچىكىنىڭ كۆل تالقىنى بىلەن كۆپۈككى دەريانى ئارىلاشتۇرۇپ باشقا سۈرتۈلسىمۇ بولىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا چاچ چۈشۈشكە قوللىنىلىدىغان چارىلەر قوللانسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

تېرە ئۆسمە كېسەللىكلىرى

سۆگەل

بۇ تېرە يۈزىدىن پۈلتىيىپ چىقىدىغان تېرە رەڭگىدىكى مۇدۇرلەردىن ئىبارەت.

سەۋەبى

قويۇق خىلتلار بولۇپمۇ قويۇق بەلغەم بىلەن سەۋدا ئۆششاق قان تومۇرلارغا قۇيۇلۇپ تېرىنىڭ مەلۇم قىسمىدا تۇرۇپ قېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

سۆگەل تېرىنىڭ ھەرقانداق جايىدا پەيدا بولىدىغان بولۇپ تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ چىقىدۇ. سانى بىر ياكى بىر قانچە ھەتتا ناھايىتى تۇرغۇن بولۇپ، شەكلى ھەر خىل، جىسمى يۇمشاق بولىدۇ. سۆگەلنىڭ شەكلىنى ئىخچاملىغاندا تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت بولۇشى مۇمكىن.

(1) گۆشنىڭ ئىچىگە كىرىپ ئۆسكەن سۆگەل. بۇ «مەنگۈش» دەپ ئاتىلىپ، تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ چىققان قىسمى خۇددى مېكياننىڭ بىخىغا ئوخشاپ كېتىدۇ.

(2) يېرىلاڭغۇ سۆگەل. ئۇۋى بىلەن ئۈچىنىڭ پەرقى ئانچە چوڭ بولمىسىمۇ لېكىن ئۈچى تەرەپ يېرىلىپ ھەر خىل چوڭلۇقتىكى ۋە ئۇزۇنلۇقتىكى بۆلەكلەرگە ئايرىلغاچقا ئۈچى ئۇۋىدىن يوغانراق كۆرۈنىدۇ.

(3) ئۈچى توم، ئۇۋى ئىنچىكىرەك بولۇپ يىلتىزى تېرە ئىچىگە كىرىپ كەتكەن بولىدۇ. بۇ خىلى مىسمارى دەپ ئاتىلىدۇ.

(4) ئۆزۈن، سەل ئىنچىكرەك ئەگرى-بۈگرى ئۆسىدىغان سۆگەل بولۇپ بۇ خىلى قۇرۇنا دەپ ئاتىلىدۇ.

(5) زەرداب ئېقىپ تۇرىدىغان سۆگەل. بۇ تەرسىۋۇش دەپ ئاتىلىدۇ.

(6) قىزىل پۇرچاقسىمان سۆگەل، رەڭگى سارغۇچ ياپىلاق كېلىدۇ، بۇ تەدەسىيە دەپ ئاتىلىدۇ.

(7) بۇغدايسىمان سۆگەل، شەكلى ئۇزۇنچاق، قىزغۇچ، بۇغداي چوڭلۇقىدا بولۇپ سانى كۆپ بولىدۇ. بۇ ھىنتىيە دەپ ئاتىلىدۇ.

بەزى ئالىملار سۆگەلنى ئەكەك سۆگەل ۋە چىش سۆگەل دەپ ئىككى تۈرگە بۆلىدۇ. ئالدىنقىسى بىر دانىلا بولىدۇ، كېيىنكىسىنىڭ سانى كۆپ بولىدۇ. بەزىلىرى تۇغما بولىدۇ، بەزىلىرى تۇغۇلغاندىن كېيىن پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

تۇغما ياكى يەككىلىرى كۈندىلىك تۇرمۇش پائالىيەتلىرىگە ۋە ھۆسنىگە دەخلى يەتكۈزمىسە داۋالاشنىڭ ھاجىتى يوق. تۇغۇلغاندىن كېيىن پەيدا بولغانلىرى كۈندىلىك تۇرمۇش پائالىيەتلىرىگە ۋە ھۆسنىگە دەخلى يەتكەنلەرنى داۋالاشقا توغرا كېلىدۇ.

ئەگەر سۆگەل سانى كۆپ بولۇپ قان غالىپلىق ئالامەتلىرى روشەن بولسا قاننى ئازايتىش ۋە ماددىنى پۇشۇرۇش مەقسىتىدە مائۇل ئۇسۇل بىلەن بادام يېغىنى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئاندىن كېيىن بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىلىدۇ. ئەگەر بەلغەم بىلەن سەۋدا غالىب بولسا بەلغەم بىلەن سەۋدا سۈرگىسى بېرىلىسىمۇ بولىدۇ. بىمارنىڭ يېمەكلىكىگە ھۆللىكنى كۆپەيتىدىغان ۋە ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەر بۇيرۇلىدۇ.

سىرتىدىن ئۇۋەندىكى ئۇسخىلارنىڭ بىر خىلى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

(1) بۆرە سويىمىسى (كەبەر) توغرىغۇسى (تۇزى) ياكى خۇرنۇپ تۇزى ياكى بولمىسا ئاش تۇزى چېپىلىدۇ.

(2) سىياھدان تالقىنىنى ئۇتكۈر سىركە ۋە تۇز بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ سۆگەلگە چېپىلسا سۆگەلنىڭ چۈشۈشىنى تېزلىتىدۇ.

(3) كۈندۈش تالقىنى يېرىم گىرام، گۈڭگۈرت ۋە توغرىغۇ تالقىنىدىن بىر گىرام ئېلىپ ئۇتكۈر سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسخىغا زەرنىخ، زىراۋەندە ھەر بىرىدىن بىر گىرام قوشۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

(4) يۇلغۇن مېۋىسى (داۋا ياكى كەزمازۇ)نى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ بىر قانچە قېتىم تېڭىلسا سۆگەل يىلتىزىدىن يوقىلىدۇ.

(5) ئەگەر سۆگەل قاتتىق بولسا گۈل يېغى ياكى توخۇ يېغى قاتارلىقلار بىلەن ياغلىسا يۇمشايدۇ.

(6) زەرنىخ، ھاك، زەرارىخ، شاخار ياكى دەرەخلەرنىڭ كۆيدۈرگۈچى سۈتلىرىگە ئوخشاش تەسىرى ئۆتكۈر دورىلار چېپىلسا سۆگەل يىلتىزى بىلەن يۇلۇنۇپ چىقىدۇ.

(7) قىزىل پۇرچاقسىمان سۆگەل ياكى بۇغدايسىمان سۆگەلگە سېفىج دەرىخىنىڭ يىلىمى (بۇرتەم) ياكى غەيتۇلا يىلىمى، موم ۋە شىرەنجىلەر بىلەن تەييارلانغان موم يېغى (قىرۇتى) چېپىلىدۇ. بۇ ئۇسخىنى تەييارلاش ئۇسۇلى: يىلىم دورىلار بىلەن مومنى ئۇسسۇملۇك يېغىدا ئېرىتىپ ئۈستىگە شەرەنجى تالقىنىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

(8) ئۆخۈمەك ئۇرۇقى ۋە شەرەنجى ھىندى تالقىنىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ئۆتكۈر سىركىگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئوماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ سۆگەلگە چېپىلىدۇ.

(9) بۆرە (بىروم)، كەھرىۋا، بۆرە ئەرمىنى، خەرنۇپ تالقانلىرىنىڭ بىر خىلىنى ياكى ھەممىسىنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بىر قانچە قېتىم سۆگەلگە چېپىلسا سۆگەل چۈشۈپ كېتىدۇ.

ئەگەر سۆگەلنىڭ تۈۋى ئىنچىكە بولسا سۆگەلنىڭ تۈۋىنى ئات قىلى ياكى ئىنچىكە يىپەك يىپ بىلەن ئاۋۋال بوشراق، ئەتىسىدىن باشلاپ ھەر كۈنى چىڭىتىپ بوغۇپ بەرسە سۆگەل چۈشۈپ كېتىدۇ. دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن يىلتىزىدىن قوشۇپ كېسىۋەتىسمۇ بولىدۇ. ئەگەر سۆگەل چىشى بولۇپ سانى كۆپ بولسا «ئانا» سۆگەل (ئەڭ بۇرۇن پەيدا بولغان سۆگەل) يىلتىزىدىن كېسىپ ئېلىۋېتىلسە قالغان «بالا» سۆگەللەر يىگدەپ چۈشۈپ كېتىدۇ (سىناقتىن ئۆتكەن). سۆگەلنى دورا ياكى دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن داۋالىغاندا يېرىڭلاپ قېلىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

توپۇق

بۇ تېرە ئاستىدا پەيدا بولىدىغان ۋە تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدىغان ئىششىقسىمان توپچىدىن ئىبارەت مونەك بولۇپ ئىككى خىل بولىدۇ. بىر خىلى گۆشسىز

تويۇق بولۇپ ئۇيغۇرچە «بەي غلاپ خالتىلىق ئىششىقى» دەپ ئاتىلىدۇ. يەنە بىر خىلى گۆشلۈك تويۇق بولۇپ ئۇيغۇرچە «قاتتىق سۆگەل» ياكى «تالالىق ئۆسمە» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

گۆشسىز تويۇق خام ۋە قويۇق ماددىلارنىڭ تېرە ئاستىغا يىغىلىپ بىلىشىدىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ قول ۋە پۇتنىڭ دۈمبىسىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. گۆشلۈك تويۇق تۇزلۇق شور بەلغەم ياكى كۆيگەن ماددىلارنىڭ تېرىگە يىغىلىپ بىلىشىدىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ ئىچىدە گۆشلۈك ماددا بولىدۇ. ئۇ، پېشانە ۋە قۇلاق ئارقىسى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

چوڭ-كىچىكلىكى ھەر خىل بولۇپ، كىچىكلىرى ئۇششاق چىلاندەك، چوڭلىرى ياڭاقتەك بولىدۇ. شەكلى يۇمىلاق بولۇپ تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ، چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. ئۈستىنى يېپىپ تۇرغان تېرە رەڭگى ساق تېرە رەڭگى بىلەن ئوخشاش بولىدۇ. باسسا ئاغرىمايدۇ. گۆشسىز تويۇق يۇمشاقراق بولۇپ قول بىلەن باسسا قاچىدۇ. گۆشلۈك تويۇق قاتتىقراق بولۇپ قول بىلەن باسسا قاچمايدۇ. ئەگەر گۆشسىز تويۇقنىڭ تەركىبىدە تۇزلۇق شور ماددىلار كۆپرەك بولسا ئاغرىش بولىدۇ.

داۋاسى

گۆشسىز تويۇقنى قول ياكى قاتتىق نەرسە بىلەن بېسىش ئارقىلىق تويۇق قېپىنى زەخىملەندۈرۈپ قول بىلەن بېسىپ ئۇۋۇلاپ ئىششىقنى يوقاتقاندىن كېيىن ئۈستىگە سەبرە، روسۇت، ھوزۇز، ئاقاقىيا ۋە بېلىق يېلىمى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ سىركە بىلەن نەمدەپ ياكى گۈل يېغى قاتارلىق ياغلار بىلەن مەلھەم تەييارلاپ تېرىنىڭ ئۈستىگە قېلىنراق چېپىپ، ئۈستىگە قوغۇشۇن تاختىسىنى قويۇپ چىڭراق بېسىپ تېڭىلىدۇ. ئەگەر گۆشسىز تويۇق ئاغرىسا ئاۋۋال موم يېغى چېپىپ ئاغرىقنى توختاتقاندىن كېيىن يۇقىرىقى ئۇسۇل قوللىنىلىدۇ. ئىششىقنى تارقىتىش ئۈچۈن سەۋسەن يىلتىزى، خىتمى يىلتىزى، زۇفا، ئىكلىلمەلىك، زىغىر، بابۇنە ۋە زاراڭزىلاردىن تەڭ

مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ قايىنىتىپ، سۈزۈلگەن سۈيىنى تېرە كۆيمىگۈدەك قىزىق ھالەتتە توپۇق ئۈستىگە سۈرتۈلىدۇ. تېرىلىرىنى توپۇق ئۈستىگە قويۇپ تاڭىدۇ. بۇ چارىلەر ئۈنۈم بەرمىسە ئىششىقنى يۇمشاتقۇچى دورىلار ياكى مەلھەمنى داخىلىيۇن بىرقانچە كۈن توپۇققا چاپلىدۇ. توپۇق يۇمشىغاندىن كېيىن پاكىز ئۆتكۈر تىغ بىلەن كېسىپ ئىچىدىكى يىلىمسىمان سۇيۇقلۇقنى چىقىرىپ مىتال قوشۇق بىلەن توپۇق قېپىنى پاكىز قىرغاندىن كېيىن جاراھەت تىكىلىدۇ. جاراھەتكە گۆش ئۇندۇرۇش ئۈچۈن يىرىڭلىق ئىششىقتا ئىشلىتىلىدىغان مەلھەملەرنى سۈرتۈپ جاراھەت پۈتتۈرۈلىدۇ.

گۆشلۈك توپۇقنى داۋالاشتا ئاۋۋال ئىششىقنى تارقاتقۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى مەلھەملەر ئىشلىتىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاش ئۈنۈم بەرمىسە، ئەڭ ياخشىسى دەستكار ئۇسۇلىنى قوللىنىپ توپۇقنى ھاسىل قىلغۇچى زىيادە گۆشنى كېسىپ ئېلىۋېتىپ تېرە تىكىلىدۇ ياكى گۆش ئۇندۇرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش ئارقىلىق جاراھەت پۈتتۈرۈلىدۇ.

پوقاق

گالدا (بوينى ئالدىدا) پۈلتىيىپ چىقىپ ئىسسىلىپ تۇرىدىغان ئىششىق بولۇپ، ئۇيغۇرچە «پوقاق» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

قويۇق بەلغەم گالدىكى بەزگە يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بۇ خىل ئىششىق گالنىڭ ئوڭ ۋە سول تەرىپىدە ياكى قاق ئوتتۇرىسىدا پەيدا بولىدۇ. چوڭ-كىچىكلىكى بىلەن قاتتىق-يۇمشاقلىقى ھەر خىل بولىدۇ. پوقاق بەش تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

بىرىنچى تۈرى ياغ پوقاق (سەلئەي شەھمىيە): بۇ ياغلارنىڭ كۆپىيىشىدىن پەيدا بولىدۇ. ئۇنىڭ جىسمى يۇمشاق، ھەرىكىتى ئەركىن بولۇپ (تېرە ئاستىدا مىدىرلاتقىلى

بولىدۇ)، ئىچىدىكى ماددا ئاساسەن ياغدىن ئىبارەت.

ئىككىنچى تۈرى ھەسەلسىمان پوقاق (ئەسەلىسە): بۇ ياغسىمان پوقاققا ئوخشاپ كېتىدۇ. ئەمما پوقاق ئىچىدىكى ماددا ھەسەلگە ئوخشاش قويۇق ۋە شىرنىلىك سۇيۇقلۇقتىن ئىبارەتتۇر.

ئۈچىنچى تۈرى پاتقاقسىمان پوقاق (سەلئەيى ئارود خالىيە): پوقاق ئىچىدىكى ماددا پاتقاق لايغا ئوخشاش بولۇپ باسقاندا مىلىقلايدۇ.

تۆتىنچى تۈرى يۇمشاق پوقاق (شىرازىيە) ئىششىقنىڭ جىسمى يۇمشاق بولۇپ خۇددى تۆپۈپ قالغان ھالۋىغا ئوخشايدۇ. مىدىرلاتقىلى بولمايدۇ. كۆپىنچە كانايىنىڭ ئىككى يېنىدا بولىدۇ.

بەشىنچى تۈرى بەز پوقاق (سەلئەيى غودودى): بۇ خىلىنىڭ جىسمى قاتتىق تۈگۈن ـ تۈگۈن بولىدۇ. مىدىرلاتقىلى بولمايدۇ.

داۋاسى

دەسلەپتە بەلغەم ماددىسىنى پىشۇرغۇچى كېيىن بەلغەمنى سۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مىزاج تۈزۈتۈلگەندىن كېيىن ماددىنى يۇمشاتقۇچى، ئىششىقنى ياندۇرغۇچى ۋە توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. بۇلارغا قوشۇپ ئاق مۇچ، چىلان دەرىخىنىڭ پورى ۋە ياڭاق شاكىلىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ سۈيىنى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. دېڭىز ئۆسۈملۈكلىرىدىن خەيدەي ياكى مورغا ئاقمۇچ قوشۇپ قاينىتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىرتىدىن ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلاردىن مەلھەمى داخىليۇن قاتارلىقلار سۈرتۈلىدۇ. بىراق كونىراپ قالغانلىرىنى دورا بىلەن داۋالاش قىيىن بولغانلىقتىن دەستكار ئۇسۇلى بىلەن ئېلىۋېتىلىدۇ.

تېرىدىكى يامان سۈپەتلىك ئۆسمە

بەدەننىڭ مەلۇم يېرىدىكى توقۇلمىلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي زورىيىشىدىن پەيدا بولىدىغان، تەرەققىياتى تېز بولۇپ توقۇلمىلارنى قاپلاشتىن سىرت تومۇر (قان ۋە لىمفا تومۇرى كۆزدە تۇتۇلىدۇ) ئارقىلىق بەدەننىڭ باشقا جايلىرىغا كۆچۈپ يامراپ ھاياتقا خەۋپ

يەتكۈزىدىغان ئىششىق بولۇپ، بۇنى ئۇيغۇرچە «يامان سۈپەتلىك ئۆسمە»، ئەرەبچە «سەرتان» (دېڭىز ۋە دەريالاردا ياشايدىغان قىسقۇچ پاقا (خەرچەڭ-راك) نىڭ سۇدا ئۈزۈۋاتقاندىكى ھالىتىگە ئوخشىتىپ قويۇلغان نام) دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

يامان سۈپەتلىك ئۆسمە غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ماددىسى ياكى شور بەلغەم ئارىلاشقان غەيرىي تەبىئىي سەپرانىڭ كۆيۈشىدىن پەيدا بولىدۇ. يەنى، كۆيگەن غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ياكى شور بەلغەم ئارىلىشىپ كۆيگەن سەپرا ماددىسى ھەرقايسى ئەزا توقۇلمىلارنى غىدىقلاپ قاپارتقۇ پەيدا قىلىش ئاساسىدا يامان سۈپەتلىك ئۆسمە پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل ئىچكى ئامىلغا يېمەك-ئىچمەك، ياشاش مۇھىتى ۋە روھىي ئامىللار سەۋەبچى بولىدۇ. يامان سۈپەتلىك ئۆسمە بەدەندىكى كاۋاك ئەزالار ۋە ھۆللۈكى يۇقىرىراق ئەزالاردا مەسىلەن، قىزىلئۆڭگەچ، ئاشقازان، ئۈچەي، ئەمچەك، بالىياتقۇ، ئۆپكە، جىگەر، بۆرەك، تىل، مېڭە، بويۇن ۋە تېرە قاتارلىق ئەزالاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

يامان سۈپەتلىك ئۆسمە دەسلەپتە يوشۇرۇن بولۇپ ھېچقانداق ئالامەتلەر سېزىلمەيدۇ ياكى بايقالمايدۇ. شۇڭا دەسلەپكى باسقۇچنى تونۇش قىيىن. يامان سۈپەتلىك ئۆسمە چوڭىيىپ ئەتراپتىكى ئەسەب (نېرۋا) ۋە قان تومۇرلارنى باسقاندىلا ئاندىن ئۇنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارىلىنىشقا باشلايدۇ. دەسلەپتە كىچىك پۇرچاق چوڭلۇقىدا، كېيىن بادام چوڭلۇقىدا قاتتىقراق ۋە يۇمىلاق مۇنەكچە پەيدا بولۇپ تېزلا يوغىناپ ئۈزۈم، ئالما ھەتتا تاۋۇز چوڭلۇقىدا چوڭايغاندىلا ئاندىن قولغا بىلىنىدۇ. يامان سۈپەتلىك ئۆسمە پەيدا بولغان ئەزا ۋە توقۇلمىلارنىڭ ھارارىتى يۇقىرى بولىدۇ. ئۆسمىنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ بۇ خىل ھارارەت يۇقىرىلاپ بارىدۇ. بۇ خىل ھارارەت ئۆسمىنىڭ چوڭىيىشىنى تېزلىتىپ خۇددى قىسقۇچ پاقا پۇتلىرىنى ئەتراپقا سوزۇپ سۇ ئۈزگەنگە ئوخشاش ئەتراپتىكى توقۇلمىلارغا بۆسۈپ كىرىپ قارامتۇل كۆكۈچ تومۇرلارنى ھاسىل قىلىدۇ. شۇڭا بۇ باسقۇچتا ئۆسمە پەيدا بولغان ئەزا ۋە توقۇلمىلار ساھەسىدە كۆيۈپ، ئېچىشىپ، خۇددى ئوت يالقۇنىغا ئوخشاش لاۋۇلداپ سوقۇپ تۇرىدۇ. ئەگەر كۆيگەن سەۋداغا سەپرا قانچە كۆپ ئارىلاشقان بولسا بۇ خىل ئەھۋال تېخىمۇ كۈچلۈك بولىدۇ. بىمارنىڭ ئىشتىھاسى كېمەيگەنلىكتىن ماغدۇرسىزلىنىش،

چىراي سارغىيىش، كەم قانلىق، جۇدەش ھەتتا بىر تېرە-بىر سۆڭەك بولۇپ قېلىش، ئۆسمە ئەتراپىتىكى ئەسەبلەرنى باسقانلىقتىن قاتتىق ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. ئەگەر يامان سۈپەتلىك ئۆسمە جاراھەتلەنسە قارامتۇل قىزغۇچ يىرىڭنىشلىك يارا پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭدىن سەسكىنىشلىك بەتبۇي سېسىق پاسات (يىرىڭ) بىلەن زەرداب ئېقىپ تۇرىدۇ. جاراھەتنىڭ سىرتقى شەكلى سەپتەي گۈلگە ئوخشاش قىزغۇچ كۆك رەڭدە ئەتراپىغا تۇرۇلۇپ يىرىڭنىشلىك تۈسنى ئالىدۇ.

داۋاسى

بۇ، ناھايىتى خەتەرلىك، داۋالاشنى ئاسانلىقچە قوبۇل قىلمايدىغان جاھىل كېسەللىك بولۇپ، يىلتىزىدىن قومۇرۇپ ساقايتىش تەس. لېكىن كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى ۋە ئوتتۇرا دەۋرلىرىنىڭ تەرەققىياتىنى توختىتىپ، كېسەلنىڭ كۈچىيىپ كېتىشىنى تېزگىنلەپ ئۆمۈرنى ئۇزارتقىلى بولىدۇ.

يامان سۈپەتلىك ئۆسمە كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان بىمارلارغا ئارپا سۈيى، يېڭى بېلىق، چالا پۇشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىغا ئوخشاش ياخشى قان پەيدا قىلىپ بەدەننى كۈچلەندۈرىدىغان قۇۋۋەتلىك، ئاسان ھەزىم بولىدىغان تائاملار بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ. بىمارنىڭ ئىشتىھاسى كەم بولسا، ئىشتىھانى ئاچقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. يامان سۈپەتلىك ئۆسمە بار دائىرىدە ھارارەت بولسا مايسىزلاندۇرۇلغان (قايمىقى ئېلىۋېتىلگەن) ئايران بىلەن ھۆل قاپاق سېلىنغان تائاملار بېرىلىدۇ. نوقۇت، پىيدىگەن (چەيزە)، كالا گۆشى، شاراب ۋە ۋەھشى ھايۋانلارنىڭ گۆشلىرى قاتارلىقلار بۇزۇق قان پەيدا قىلىدۇ، شۇڭا بۇ خىلدىكى يېمەك-ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلىش كېرەك.

يامان سۈپەتلىك ئۆسمىنى كىچىك ۋاقتىدا دەستكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالاشقا بولىدۇ. بىراق دەستكار ئۇسۇلىدا ئۆسمىنى يىلتىزىدىن كېسىپ ئېلىۋېتىش تەس بولغانلىقتىن قايتىلاش كۆپ بولىدۇ. تىغ تەككەندىن كېيىن يامانلىشىش تېز بولىدۇ. ھەتتا ئىككىنچى بىر ئورۇندىن كۆكلەپ چىقىدۇ. مۇندىن مىڭ يىل ئىلگىرى ئىبنىسىنا «تىب قانۇنى» ناملىق ئەسىرىدە «بىر تېۋىپ ئەمچەك سەرتانى بىلەن ئاغرىغان ئايالنىڭ بىر ئەمچىكىنى يىلتىزىدىن كېسىپ تاشلىغان بولسىمۇ، لېكىن ئۇزۇن ئۆتمەي يەنە بىر ئەمچىكىدە سەرتان پەيدا بولغان»لىقى توغرىلىق بايان قىلغان. شۇڭا يامان سۈپەتلىك ئۆسمىنى دورا بىلەن داۋالىغان ياخشى. ياكى دورا بىلەن داۋالاشنى دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن داۋالاشقا بىرلەشتۈرۈپ داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك.

يامان سۈپەتلىك ئۆسمىنى دورا بىلەن داۋالاشتا ئۆسمىنىڭ ئەتراپىغا ياكى باشقا ئورۇنغا تارقىلىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن، ماددىنى تارقىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتمەستىن بەلكى سەرتان ماددىسىنى بىر ئورۇنغا يىغىدىغان، سەرتاننىڭ ئىچكى قىسمىغا سىڭىپ كىرىپ ئۇنىڭ تەرەققىياتىنى توسايدىغان، كىچىكلىتىپ يوقىتىدىغان، ماددىنى سۈرۈتىدىغان ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرۈپ، بەدەننىڭ كېسەللىكتىن قوغدىنىش كۈچى بولغان «تەبىئەت»نى كۈچەيتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. كۈچلۈك (ئۆتكۈر) كۆيدۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. چۈنكى ئۆتكۈر كۆيدۈرگۈچى دورىلار سەرتان ماددىسىنىڭ ھەرىكەتچانلىقىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ. سەرتاننى داۋالاشتا يۇقىرىدىكى دورا ئىشلىتىش پرىنسىپىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ئالدى بىلەن بەدەندىكى غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ۋە غەيرىي تەبىئىي سەپرا ماددىسىنى تازىلىغۇچى دورىلاردىن مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى غارىقۇن، مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخى شىۋاق قاتارلىق دورىلارنى تاكى مىجەز تەڭشەلگىچە بېرىشتىن سىرت داۋالاشنىڭ پۈتۈن جەريانىدىمۇ ئارىلاپ بېرىپ تۇرۇلىدۇ. تۆۋەندىكى نۇسخىمۇ بۇ كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدۇ، غارىقۇن، ئەفتىمۇن، قارا ھەلىلە ھەر بىرىدىن 16 گرام، ئۇستىخۇدۇس، بىستاپايەج ھەر بىرىدىن 20 گرام، ھىندى تۇزى 6 گرام، قارا خەربەق 10 گرام دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا كىمۇلاچ ياساپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 داندىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ياكى شەربەت قىلىپ 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 مىللىلىتردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن بەدەندىكى ھۆللۈكنى كۆپەيتىپ سەۋدانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى ۋە جىگەردىكى ھارارەتنى پەسەيتىش مەقسىتىدە ھەر كۈنى ئەتىگەندە گاۋزۇبان شەربىتى ئىچىپ بېرىش پايدىلىق. گاۋزۇبان شەربىتىنىڭ تەركىبى: كاسنى ئورۇقى، بادرەنجى بۇيا ۋە چۈچۈك بۇيا يىلتىزى. تاماقىغا پاقلان گۆشى، چۈجە گۆشى، موزاي گۆشى، ئارپا سۈيى، يېڭى بېلىق ۋە تۇخۇم سېرىقىغا ئوخشاش يېمەكلىكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىشى كېرەك.

سەرتاننى داۋالايدىغان مەخسۇس دورىلاردىن تۆۋەندىكى نۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(1) قارا خەربەقنى قوي سۈتىگە 3 كۈن چىلاپ قۇرۇتۇلغىنىدىن 10 گرام، ماھى زەھ-رەج (بىر خىل بېلىق) 10 گرام، ھەبۇلغار 10 گرام، ھەشقىپىچەك ئورۇقى يېرىم داڭ *،

* بىر داڭ 16 دانە ئارپا ئېغىرلىقى بىلەن تەڭ.

ئەپسانتىن، غارىقۇن 2 داڭدىن، ئايارەنج پەيقىرا 3 گرام، ھىندى تۇزى، سوقمۇنىيا بىر داڭدىن. مەزكۇر دورىلارنى سوقۇپ، كاللەك بەسەي ياپرىقىنىڭ سىقىلغان سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قارىمۇچ چوڭلۇقىدا كومۇلاچ تەييارلاپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى قايناتمىسىدىن كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 5-4 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ دورا سەرەتاننىڭ ھەجمىنى كىچىكلىتىپ يۇمشىتىدۇ. شۇڭا تۇزۇن ۋاقىت ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(2) سىماب كۆشتىسى: تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى، سىماب، شور (مىلتىق دورىسى ياساشقا ئىشلىتىلىدىغان شور-ناترىي نىيترات) ۋە زەمچە ھەر بىرىدىن 165 گرام ئېلىنىدۇ. شور بىلەن زەمچىنى ئايرىم-ئايرىم يانجىپ (شورنى ھاۋانچىدا كۈچ بىلەن سوقسا پارتلاپ كېتىش ئېھتىمالى بار) تالقانلاپ كىچىك قازانغا سېلىنىدۇ. ئۈستىگە سىمابنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇغاندىن كېيىن تەخسە يېپىلىدۇ. تەخسە گىرۋىكىنىڭ قازانغا تېگىپ تۇرىدىغان قىسمىنى سېغىز توپىغا يۇڭ ۋە تۇز ئارىلاشتۇرۇپ يۇشۇرۇلغان لاي بىلەن ھىم ئېتىلىدۇ ۋە ئوچاققا ئوت قالىنىدۇ. قالانغان ئوت يالقۇنى ئاۋۋال پەس كېيىن كۈچلۈك بولۇپ تەخمىنەن بىر سائەت داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. قازان ئوچاقتىن ئېلىۋېتىلىدۇ. سوۋۇغاندىن كېيىن، ئاۋۋال لايىنى ئېلىۋېتىپ ئاندىن كېيىن تەخسىنى ئاۋايلاپ ئېلىپ ئاغدۇرغاندا، ئۇنىڭغا يىغىنسىمان ئاچ قىزىل كرىستاللارنىڭ ئورناشقانلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ. مانا بۇ سىماب كۆشتىسى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. سىماب كۆشتىسىنى قىرىپ ئېلىپ چوڭلارغا ھەپتىدە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 0.3 گرامدىن بىر قانچە ھەپتە ئىچىشكە بېرىپ بىمار دورىغا كۆنگەندىن كېيىن مىقدارىنى تەدرىجىي كۆپەيتىلىپ (ھەپتىدە تەخمىنەن 0.1 گرامدىن كۆپەيتىلىدۇ) ئاخىرىدا 0.75 گرامغىچە ئاشۇرۇلىدۇ. سىماب كۆشتىسى زەھەرلىك دورا بولۇپ ئىشلىتىش جەريانىدا دىققەت قىلىنمىسا ئېغىز بوشلۇقى شىللىق پەردىسىنى شىلىپ تاشلايدۇ. دورىنى ئىچكەندە ھور نان ياكى گىردە ناننىڭ يۇمشاق قىسمىغا يۆگەپ چاينىماي يۇتۇۋېتىش كېرەك. بۇ دورىنى ئىچكەندىن كېيىن كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرۇش ھەتتا قۇسۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. شۇڭا دورىنى ئىچىپ بولۇپ بۆدىنە قايناتمىسىنى ئىچىپ بېرىش كېرەك. ئەگەر قۇسۇش يۈز بەرسە ئېغىزنى دەرھال پاكىز چايقاپ ئېغىز شىللىق پەردىسى بىلەن چىشلارنى ئاسراش كېرەك. ئەگەر ئىچىنى سۈرسە چارە قىلىنمىسىمۇ، ئۆزلۈكىدىن ياخشىلىپ قالىدۇ.

(3) كۈچۈلا بىلەن داۋالاش: كۈچىلىنى سۈتكە چىلاپ يۇمشىتىپ، پوستىنى پىچاق بىلەن قىرىپ، تىلى ئېلىۋېتىلگەن كۈچىلىدىن 100 گرام، قۇيرۇقى ئېلىنمىغان قۇرۇتۇلغان چاياندىن 40 دانە، يىلان گۆشى (ئاق يەر يىلىنى ئەتى) 330 گرام،

قىزىل سىر 66 گرام. بارلىق دورىلارنى تالقانلاپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپىكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. بۇ ئۆسخىنى سەرتاننىڭ ھەرقايسى دەۋرلىرىدە ئىشلىتىشكە بولىدۇ. كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 3.3 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. كونا ھاراق (چاغىر) ياكى سوك ھارىقى (سېرىق ھاراق) بىلەن قوشۇپ ئىچسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

(4) مەجۇنى ئازاراقى: بۇنى ئايرىم ئىشلەتسىمۇ ياكى يۇقىرىدىكى ئىككى خىل دورا بىلەن قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ.

(5) رايونىمىزنىڭ قەشقەر، ئاتۇش ۋە تۇرپان ئويمانلىقى قاتارلىق جايلاردىكى قۇرغاق چۆل-جەزىرىلەردە ياكى يايلاقلاردا ياشايدىغان زەھەرلىك يىلان بىلەن ئوق يىلان (ئىچكى ئۆلكىلەردىن كىرىدىغان چىپار يىلان — بەيخۇاشېمۇ بولىدۇ) نىڭ ئېتى بىلەن داۋالاش. داۋالاش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە:

(1) يىلاننى قۇرۇتۇپ، سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۈنىگە 3 قېتىم ھەر قېتىمدا بىر گرامدىن كاپ ئېتىپ بېرىلىدۇ. بىمار يىلاننىڭ زەھىرىگە كۆنگەندىن كېيىن يىلان تالقىنى 330 گرام، چايان تالقىنى، قىرىق ئاياق تالقىنى، موزايبېشى تالقىنى، ئالا كۈلۈك تالقىنى، كۆچۈلا (ئىش قوشۇلغان كۆچىلا) ھەر بىرىدىن 100 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(2) يىلان شورپىسى: يېڭى تۇتۇلغان يىلان ياكى قۇرۇتۇلغان يىلاننى قۇم چۆگۈن ياكى سىرى چۈشمىگەن چاشكىغا سېلىپ، بىر لىتىر سۇ قۇيۇپ پەس ئوتتا 1/3 قالغىچە قاينىتىپ شورپىسىنى بىر ياكى ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ ئىچىشكە، گۆشىنى يالپاقلاپ شۈمۈشكە بېرىلىدۇ.

(3) يېڭىدىن تۇتۇلغان زەھەرلىك يىلاننىڭ بېشى بىلەن قۇيرۇقىنى كېسىۋېتىپ، ئىچ باغرىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن گۆشىنى قوي ياكى موزاي گۆشىگە ئارىلاشتۇرۇپ قىيما قىلىپ چۆچۈرە، جۇۋاۋا (بەنشى) ياكى مانتا قىلىپ بىر نەچچىدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

ئەگەر يېڭى تۇتۇلغان زەھەرلىك يىلان بولمىسا زەھەرلىك يىلان تالقىنىنى گۆش قىيمىسىغا ئارىلاشتۇرۇپ يۇقىرىقىدەك تاماقلارنى تەييارلىسىمۇ بولىدۇ.

(4) يىلان تابلېتكىسى بىلەن داۋالاش: زەھەرلىك يىلان (چوڭ ياكى ئوق يىلان بولسىمۇ بولىدۇ) نىڭ بېشىنى كېسىۋېتىپ، تالقانلاپ ئۇنىڭغا باراۋەر مىقداردا زەنجىۋىل تالقىنىدىن قوشۇپ قائىدە بويىچە تابلېت ياساپ كۈنىگە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 6

گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(5) يىلان ھارىقى بىلەن داۋالاش: يېڭى تۇتۇلغان زەھەرلىك يىلاننىڭ بېشىنى كېسىۋېتىپ، ئىچ ـ باغرىنى تازىلاپ بىر لىتر قوناق ھارىقىدا (ئاياللار ۋە ھاراق ئىچمەيدىغان بىمارلارغا ئۈزۈم ھارىقىنى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ) 10 ـــ 7 كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن ھەر كۈنى چۈشلۈكى ۋە كەچقۇرۇن بىر ئاش قوشىقىدا ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ. ئەگەر يىلان چىلانغان ھاراققا 16 گرام كەسمە زەنجىۋىل (ئاق چەشكە) قوشۇپ چىلانسا ھاراق بىلەن گۆشنىڭ پۇرىقىنى يوقىتىپ بىمارنىڭ ئىشتىھاسىنى ئاچىدۇ.

زەھەرلىك يىلان بىلەن داۋالاشتا تۆۋەندىكى ئىشلارغا دىققەت قىلىش كېرەك.

زەھەرلىك يىلاننى مەيلى قايسى خىل ئۇسۇلدا ئىشلىتەيلى، ئادەمنىڭ يىلان ئېتىنى بىر كۈنلۈك ئىستېمال قىلىش ئۆلچىمى مىقدارى 6 ـ 3 گرامدىن ئېشىپ كەتمەسلىكى كېرەك. يىلان تالقىنى بىلەن شورپىسىنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن بىمارنى چۈمكەپ ياتقۇزۇپ ئۇسسۇلۇقىغا تۇز سېلىنغان چاي ئىچكۈزۈپ بېرىلىشى، بىمارنىڭ قول ـ پۇت ۋە بەدىنى ئېچىلىپ قالماسلىقى (ئېچىلىپ قالسا ئاغرىيدىغان يەلگە ئايلىنىپ قالىدۇ)، يىلان بىلەن داۋالىنىۋاتقان مەزگىلدە ئۆتكاي ھەزىم بولىدىغان كۆچلۈك تائاملارنى ئىستېمال قىلىشى، مېۋە ـ چېۋىلەردىن پەرھىز تۇتۇشى لازىم.

(6) ياڭاق نوتىسىنىڭ سۈيىدە پۇشۇرۇلغان تۇخۇم بىلەن داۋالاش: ياڭاق نوتىسىدىن مۇۋاپىق ئېلىپ ئۇششاق توغراپ قازانغا سېلىپ سۇ قۇيۇپ قاينىتىلىدۇ ۋە سۈيىگە 40 دانە تۇخۇم سېلىپ پۇشۇرۇلىدۇ. پىشقان تۇخۇمنى ئاقلاپ، يەنە شۇ سۇغا سېلىپ 4 سائەت قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنىدۇ. ئەتىگىنى ۋە كەچقۇرۇن 2 دانىدىن يېيىشكە بېرىلىپ ئۇدا بىر قانچە ئاي ئىستېمال قىلىنىدۇ.

3 كىلو ياڭاق نوتىسىنى ئۇششاق توغراپ 3 لىتر سۇغا سېلىپ پەس ئوتتا 120 ـــ 100 مىللىلىتر قالغىچە قاينىتىپ، سۈزۈپ ئېلىنغان سۈيىنى شىشىغا قاچىلىۋېلىپ، بىر كۈندە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالە پۇشۇرۇلغان سۈتكە 150 ـــ 50 تامچە تامچىتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ ئۇسۇلدا چوڭ ئۆچەي سەرتانىغا ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ.

(7) تازىلانغان ھەرە كۆنىكى مەجۇنى بىلەن داۋالاش: ھەرە كۆنىكى تالقىنىدىن 500 گرام، يىلان پوستى تالقىنىدىن 250 گرام، پىلە قۇرۇتى تالقىنىدىن 250 گرام ئېلىپ بىر كىلو كۆپىكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. كۈندە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل بىلەن داۋالاش ئۇزۇن مۇددەت داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

(8) ئەيتۇلا شۇلتىسى بىلەن داۋالاش: 50 دانە ئەيتۇلاغا بىر يېرىم لىتر تۇز شۇلتا

ئېرىتمىسى قوشۇپ پەس ئوتتا يېرىم سائەت قاينىتىپ ئەينۇلا ئېزىلگەندىن كېيىن ئورۇقىنى ئېلىۋېتىپ يەنە ئازراق قاينىتىپ قويۇلدۇرۇلىدۇ. كۈندە 6 قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 — 2 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

(9) شاپتۇل مېغىزى قايناتمىسى بىلەن داۋالاش: شاپتۇل مېغىزى، ئىنژىر، بوزبوغا، توخۇ تاشلىقىنىڭ ئىچىدىكى سېرىق قەۋىتى ھەر بىرىدىن 10 گرام، كەترا 33 گرام، رەۋەن ئىككى مىسقال، زۇلۇك قۇرۇت 5 گرام، كۆكيۇن 1.5 گرام، سۇ ئىككى پىيالە دورىلارنى چالا سوقۇپ ئۈستىگە ئىككى پىيالە سۇ قۇيۇپ پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ 3 كە بۆلۈپ بىر كۈندە 3 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاش ئۇسۇلىمۇ بىر قانچە ئاي داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

سەرىتاننى داۋالاشتا يۇقىرىدا كۆرسىتىپ ئۆتۈلگەن داۋالاش ئۇسخىلىرىدىن باشقا يەنە باشقا داۋالاش ئۇسخىلىرىمۇ بار (مەخسۇس قىسمىغا قارالسۇن). يۇقىرىقى دورا ئۇسخىلىرىنىڭ ئىككى ياكى ئۈچ خىل ئۇسخا بىرلەشتۈرۈپ ئۇزۇن مۇددەت ئىشلىتىلسە كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ. يۇقىرىقى دورىلارنى ئىچكى ئەزالاردىكى سەرىتان كېسەللىكىگە ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ.

سىرتىدىن داۋالاش: سىرتىدىن دورا بىلەن داۋالاشتىكى مەقسەت، ئىچىدىن بېرىلگەن دورىلارغا ماسلىشىپ سەرىتان ئىششىقىنىڭ كىچىكلىشىنى تېزلىتىش، يۇمشىتىش، تەرەققىياتىنى تېزگىنلەش، يارىغا ئايلىنىپ يۇقۇملىنىشىدىن ساقلىنىش ۋە بۇزۇق قاننى تازىلاش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. كۆپ قوللىنىلىدىغان دورا ئۇسخىلىرى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت.

(1) ئۈتيا مەلھىمى: ئۈتيا (زىنىك)، مۇردا سەڭ (ئاتسېتات)، زەپىران ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، موم 1/4 ھەسسە، گۈل يېغى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىنىدۇ. مەدەن دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. مومنى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ تالقان دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، سەرىتاننىڭ سىرتىدىن سۈرتۈلىدۇ.

(2) قوغۇشۇن مەلھىمى: قوغۇشۇن كۆشتىسى تالقىنى، قەلەي كۆشتىسى تالقىنى، ئۈتيا تالقىنى، ئۈپا ھەر بىرىدىن 6 گرام. پاقا يوپۇرمىقى سۈيى 6 مىللىلىتر، نىشاستە (كراخمال)، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 10 گرامدىن، موم 33 گرام، گۈل يېغى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىنىدۇ. ئاق مومنى تۆمۈر قاچىغا سېلىپ پەس ئوتتا ئېرىتىپ ئاندىن گۈل يېغى قويۇلىدۇ ۋە ئوتتىن ئېلىۋېتىلىدۇ. ئۈستىگە تالقان دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ سەرىتاننىڭ سىرتىدىن سۈرتۈلىدۇ.

(3) قوغۇشۇننى كاھو (ئوسۇك) سۈيى ياكى ئىسپەغۇل شىرنىسىدە ئېزىپ چاپسىمۇ ئۈنۈم بېرىدۇ.

(4) تۈگمەن تېشى مەلھىمى: تۈگمەن تېشى تالقىنى مۇۋاپىق مىقداردا، بىلەي تېشىنىڭ سىركە ياكى ئىت ئۈزۈمى ئۆسۈملۈكىنىڭ سۈيىگە سۈركەلگەن سۈيى مۇۋاپىق مىقداردا، يۇمغاقسۈت سۈيىگە سۈركەلگەن قوغۇشۇن سۈيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە قىزىلگۈل يېغى قويۇپ يەنە ئارىلاشتۇرۇپ سەرتانغا سۈرتۈپ تېڭىپ بېرىلسە سەرتاننىڭ تەرەققىي قىلىشىنى توسايدۇ.

(5) تاش پاقا مەلھىمى: تاش پاقىنى لايغا ئوراپ تونۇردىكى قوقاسقا كۆمۈپ پۇشۇرۇپ، كۆيگەندىن كېيىن سوقۇپ تالقانلاپ كالا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ قويۇق مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بۇ مەلھەم سەرتانغا سۈرتۈپ تېڭىپ بېرىلسە ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ.

(6) مۈشۈك سۆڭىكىنىڭ كۈلىنى ھەلىلە، بەللە ۋە ئامىلە سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ سەرتانغا چېپىپ بېرىلسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

(7) سەرتان ئۆسمىسىدە ئېچىشىش، كۆيۈش ياكى قادىلىپ ئاغرىش يۈز بەرسە، گىلى ئەرمىنىنى ئىت ئۈزۈمى سۈيى ياكى كۆك ئۈزۈم سۈيىگە (سىركە بولسىمۇ بولىدۇ) ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ.

(8) تېرە سەرتانلىرى زەدىلىنىپ جاراھەتلەنگەن بولسا كەندىردىن توقۇلغان پاكىز رەختنى ئىت ئۈزۈمى سۈيىدە ھۆللەپ جاراھەت يۈزىگە يېپىپ بېرىلىدۇ. لاتا قۇرۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن دورا سۈيىدە پات-پات نەمدەپ تۇرۇلۇشى كېرەك. ئايال سۈتى بىلەن نەمدەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. يۇيۇپ تازىلانغان توتىيا (زىنىك)، گىلى مەختۇم، قىزىلگۈل ۋە گىلى ئەرمىنىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، قەلەي ھاۋانچىدا گۈل يېغى بىلەن قوشۇپ ئېزىپ جاراھەتكە چېپىلسىمۇ بولىدۇ. ياكى قىسقۇچ پاقا كۈلىنى نېفىت ۋە گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چېپىپ بېرىلىدۇ.

سەرتاننى دەستكار ئۇسۇلى بىلەنمۇ داۋالايدۇ. بىراق يىلتىزىدىن ئېلىۋېتىش قىيىنراق بولغانلىقتىن قايتا تەكرارلىنىدۇ. شۇڭلاشقا سەرتاننى بالدۇر بايقاپ، بالدۇر دورا بىلەن داۋالىغان ياخشى، ياكى بولمىسا دەستكار ئۇسۇلى بىلەن ئىچىدىن دورا ئىشلىتىش ئۇسۇلى بىرلەشتۈرۈلۈشى كېرەك. دەستكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالىغاندا، ئۆسمىنى كېسىپ ئېلىۋەتكەندىن كېيىن ئۆسمە ئۈنگەن ئورۇن ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى توقۇلمىلار داغلانسا يىلتىزىدىن قۇرۇتۇشقا پايدىسى بار. نازۇك ئەزالار، قان تومۇر غوللىرى، ئەسەب (نېرۋا) غوللىرى بار ئورۇنلارنى داغلاشقا بولمايدۇ.

دەستكار ئۇسۇلىنى قوللىنىشتىن بۇرۇن، سەرتان ئۇسمىسى بار ئورۇننىڭ ئەتراپىنى موم بىلەن گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇلغان مەي بىلەن بىر قانچە كۈن ئەمدەپ، ئۇستىگە قوغۇشۇن مەلھەمگە ئىسپەغول شىرىسى بىلەن بىيە ئورۇقى شىرىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلسە تېرىدىكى سەرتاننىڭ ئەتراپىدا تارتقان يىلتىزلىرى ئاشكارىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن دەستكار ئۇسۇلى بىلەن ئۇسمىنى كېسىپ ئېلىۋېتىپ ئاشكارىلانغان يىلتىز داغلىنىدۇ. ئۇسمە كېسىلگەن ئورۇنغا ھۆل زۇفا سۈيى، بىيە شىرىسى، موم، گۈل يېغى ۋە بىنەپشە ياغلىرى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان سۇيۇق مەلھەم بىلەن تېڭىلىدۇ. تېڭىق ماتېرىيالىنىڭ قۇرۇپ چاپلىشىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئۈستىدىن ئىت ئۈزۈمى سۈيى (ئايال سۈتىمۇ بولىدۇ) بىلەن ئەمدەپ تۇرۇلىدۇ.

كۆيۈك بىلەن ئۈششۈك ۋە زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ چېقىشى

كۆيۈك

كۆيۈك نىسبەتەن كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىكتۇر.

سەۋەبى

كۆيۈكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ئامىللار نىسبەتەن كۆپ بولۇپ ئوت يالقۇنى، قايناق سۇ، قىزىق ياغ، كۈن نۇرى، قىزىق مېتال، تىزاپ (كىسلاتا)، شۇلتا (ئىشقار)، ھاك، چاقماق ۋە شۇنىڭدەك بالادۇر سۈيى قاتارلىق ئۆتكۈر كۆيدۈرگۈچى دورىلاردىن ئىبارەت.

ئالامىتى

تېرە مەيلى قايسى خىل سەۋەبتىن كۆيسۇن، كۆيۈكنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكىگە قاراپ ئۈچ خىل ئالامەت بىلەن ئىپادىلىنىدۇ. يېنىك دەرىجىلىك كۆيۈكتە، تېرىنىڭ يۈزەكى قاتلىمى زەخىملىنىپ تېرە قىزىرىپ ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ ۋە يېنىك دەرىجىدە ئىششىدۇ. ئوتتۇرا دەرىجىلىك كۆيۈكتە تېرە شەلۋەرلەپ ھەر خىل چوڭلۇقتىكى سۇلۇق قاپارتچۇقلار پەيدا بولىدۇ. ئېغىر دەرىجىلىك كۆيۈكتە تېرە ۋە تېرە ئاستى ماي توقۇلمىلىرى زەخىملەنگەنلىكى ئۈچۈن ئاقىرىپ پىشلاقلىشىپ قالىدۇ (مەسىلەن، قايناق سۇدا كۆيگەندە) ياكى قارىداپ چۇچۇلا بولۇپ قالىدۇ (مەسىلەن، ئوت، قىزىق مېتال ۋە چاقماقتا كۆيگەندە). كۆپ ھاللاردا كۆيۈكنىڭ ئۈچ خىل شەكلى بىرگە ئارىلىشىپ كېلىدۇ. بەزىدە يېڭى كۆيگەندە ئوتتۇرا دەرىجىلىك كۆيۈك بىلەن ئىپادىلەنسىمۇ لېكىن بىر-ئىككى كۈندىن كېيىن ئېغىر دەرىجىدە كۆيگەنلىكى بايقىلىدۇ ياكى ئوتتۇرا

دەرىجىلىك كۆيۈك يۇقۇملىنىپ قېلىشتىنمۇ ئېغىر دەرىجىلىك كۆيۈككە ئايلىنىپ كېتىدۇ. كۆيۈكنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكى كۆيگەن ئورۇننىڭ تېيىز ياكى چوڭقۇرلۇقى، كۆيۈك دائىرىسىنىڭ چوڭ-كىچىكلىكى بىلەن مۇناسىۋەتلىك. يەنى كۆيگەن ئورۇننىڭ دائىرىسى قانچە چوڭ بولسا كېسەللىك شۇنچە ئېغىر بولىدۇ. چۈنكى كۆيۈك دائىرىسى قانچە چوڭ بولسا ئىنسان بەدىنىگە كېرەكلىك بولغان سۇيۇقلۇقلار بەدەن سىرتىغا ئېقىپ چىقىش، قاتتىق ئاغرىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بەدەندىكى خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بىلەن رەئىس ئەزالار خىزمىتىنىڭ تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇش ۋە مۇھىم ئەزالار خىزمىتى زەئىپلىشىشتىن سەدىمە (شوك) پەيدا بولۇپ بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يەتكۈزىدۇ. ئوت ئاپىتىدىن پەيدا بولغان كۆيۈكتە ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى بىلەن سۇنۇق قاتارلىق زەخىملىنىشلەر بىرگە كېلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

كۆيۈكنى داۋالاش كۆيدۈرگۈچى سەۋەبنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ.

(1) ئوتتا كۆيۈشنى داۋالاش: كۆيۈك يېنىك بولۇپ سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولمىغان بولسا كۆيگەن ئورۇننى سوۋۇتۇش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن پاكىز لاتىنى مۇز سۈيى ياكى سوغۇق سۇغا چىلاپ كۆيگەن ئورۇنغا قويۇپ پات-پات ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ ياكى سوغۇق تۇز سۈيى سۈرتۈلسىمۇ بولىدۇ. سوۋۇتىدىغان دورىلاردىن گىلى ئەرمەننى سۇ ياكى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ. سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن تۇخۇم ئېقى ۋە قېتىقنى ئايرىم-ئايرىم تەكرار چاپسىمۇ ياكى تۇخۇم ئېقىغا گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ داكىغا مىلەپ كۆيگەن ئورۇنغا چاپسىمۇ بولىدۇ. پوستى ئېلىنغان ئاق پۇرچاق (ئەدەس) بىلەن .قىزىلگۈلنى پىشقىچە قاينىتىپ قويۇلدۇرۇلغان سۈيىگە ئارپا ئۇنى، تۇخۇم ئېقى ۋە گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېڭى كۆيگەن ئورۇنغا چاپسا ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. قارا سىياھ، سەمغى ئەرەبى (ئەرەب يېلىمى) نى يۇمشاق سوقۇپ تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ. ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن بىر پىيالە قېتىققا 3 گرام كافۇرنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆيگەن ئورۇنغا چېپىپ بېرىلىدۇ ياكى ئاقلانغان ئارپا، ئاق لەيلى گۈلى ۋە ھەمىشە باھار يوپۇرمىقىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا پۇشۇرۇپ ئېزىپ، كۆك يۇمغاقسۈت سۈيى، قەلەي كۈشتىسى تالقىنى ۋە تۇپا ئارىلاشتۇرۇپ قويۇق تۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ كۆيگەن ئورۇنغا قېلىنراق چېپىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر كۆيۈك دائىرىسى چوڭ بولۇپ سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولغان بولسا ماددىنىڭ (قاننىڭ) قويۇلۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن

تۈز، شېكەر ياكى ھەسەل ئارىلاشتۇرۇلغان سۇيۇقلۇق ئىچىشكە بېرىلىدۇ. مەلھەمى نورە (ھاك مەلھەمى) سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولغان ئورۇنغا چاپلىنىدۇ. (تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: سۇ تەگمىگەن ھاك، گۈل، قىزىلگۈل يېغى، ئاس يېغى ياكى كۈنجۈت يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا، قىلمولىيادىن ئازراق ئېلىنىدۇ. (سۇ تەگمىگەن ھاكنى ماتادىن تىكىلگەن كىچىك خالتىغا ئېلىپ سۇ بار قاچىغا سېلىپ خالتىنى ئايلاندۇرۇپ بىر چۆكتۈرۈپ بىر يۇقىرىغا تارتىپ تەكرارلاش ئۇسۇلى بىلەن ھاك يۇيۇلىدۇ. تىندۇرۇلغان ھاكقا سۇ قۇيۇپ پاكىز ياغاچ بىلەن قوچۇپ جەمئىي يەتتە قېتىم يۇيۇپ يەتتە قېتىم تىندۇرۇلىدۇ. يەتتىنچى قېتىم تىندۇرۇلغىنى يۇيۇلغان ھاك دەپ ئاتىلىدۇ. يۇيۇلغان ھاكنى قۇرۇتۇپ تالقانلاپ شىشە ياكى سىرلانغان قومۇرىغا سېلىپ ئاغزىنى ھىم ئېتىپ، قۇرۇق ئورۇندا ساقلاپ، زۆرۈر بولغاندا ئىشلىتىلىدۇ.) يۇيۇلغان ھاك تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئۇنىڭغا قىزىلگۈل يېغى، ئاس، كۈنجۈت، گۈل ۋە قىلمولىيا تالقانلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.) يەتتىنچى قېتىم چىلانغان ھاك سۈيىگە كۈنجۈت يېغى بىلەن تۇخۇم ئېقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ چاپلىسا سۇلۇق قاپارتمىنى قاتۇرۇپ يۇقۇملىنىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

توخۇ سۆڭەك كۆلى مەلھەمى: تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: توخۇ سۆڭەك كۆلى، تۈز گۈرۈچ تالقىنى، ئۈپا، تۇخۇم ئېقى ۋە بىنەپشە يېغى ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ. توخۇ سۆڭىكى بىلەن تۈزنى تۆمۈر قاچىغا سېلىپ ئوتتا قاقلاپ كۆيدۈرگەندىن كېيىن كۆلىنى باشقا تالقان دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۇنىڭغا تۇخۇم ئېقى ۋە بىنەپشە يېغىنى قۇيۇپ ئۇماچ ھالىتىدىكى مەلھەم تەييارلاپ سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولغان ئورۇنغا چاپلىنىدۇ.

ئەگەر كۆيگەن ئورۇندىكى سۇلۇق قاپارتما قىچىشىپ قارامتۇل قاقاچ پەيدا بولغان بولسا مەلھەمى ئىسپىداج سۈرتۈلىدۇ ياكى يۇقىرىدىكى ئىككى خىل مەلھەمنىڭ بىرى سۈرتۈلسىمۇ بولىدۇ. مەلھەمى ئىسپىداجنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئۈپا 16 گرام، ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 66 مىللىلىتر. تۆمۈر قاچىدا مومنى ئېرىتىپ بولغاندىن كېيىن گۈل يېغىنى قۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئوتتىن ئېلىپ ئۈستىگە ئۈپىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر ئۇنىڭ كەيپىياتىنى سوغۇق قىلماقچى بولساق 15 گرام كاپۇر قوشۇۋېتىلىدۇ.

(2) قايناق سۇ بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاش: قايناق سۇ بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاشتا ئوتتا كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاشتىكى ئۇسۇل چارىلەر قوللىنىلغاندىن باشقا كۆل سۈيى، چاچ كۆلى مەلھەمى ۋە ياغاچ كۆلى مەلھەمى قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ. كۆل سۈيىنى تەييارلاش ئۇسۇلى قايناق سۇغا ئوتۇن كۆمۈردىن مۇۋاپىق سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تىندۇرۇلغان

سۈزۈك سۈيىنى سۈزۈۋېلىپ ئۇنىڭ ئۈستىگە يەنە كۆمۈرنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، تىنغان سۈيىنى سۈزۈۋېلىپ ئۈستىگە يەنە ئوتۇن كۆمۈرى سېلىپ تىندۇرۇلغان سۈزۈك سۈيىنى ئېلىپ (دۇغلىنىپ قالماسلىقى كېرەك) كۆيگەن ئورۇن يۇيۇلىدۇ ۋە پاكىزە داكىنى كۆل سۈيىگە چىلاپ سىقىپ ئېلىپ كۆيگەن ئورۇنغا بېسىلىدۇ. چاچنى كۆيدۈرۈپ ئۇنىڭغا تۇخۇم ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆيگەن ئورۇنغا چاپسىمۇ بولىدۇ ياكى ياغاچ كۆلگە تۇخۇم ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ.

(3) قىزىق ياغ بىلەن كۆيۈپ قېلىشنى داۋالاش: قىزىق ياغ بىلەن كۆيگەن ئورۇنغا يۇقىرىدىكى چارىلەرنى قوللىنىشتىن سىرت تۇخۇم ئېقى، زەيتۇن يېغى ۋە قوغۇشۇن ئۇپىسى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان مەلھەم چېپىلىدۇ.

(4) كۈن نۇرى بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاش: كۈن نۇرى بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاشتا ئاپتاپ ئۆتۈشنى داۋالاش بىلەن بىرگە كۆيگەن ئورۇنغا مەلھىمى كافۇر ياكى مەلھىمى سىركە سۈرتۈلسە ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. سىركە مەلھىمىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: مەدەستان 300 گرام، كونا زەيتۇن يېغى 600 مىللىلىتر، ئۆتكۈر سىركە 900 مىللىلىتر ئېلىنىدۇ. بۇلارنى پەس ئوتتا مەدەستان ئارىلىشىپ قويۇقلاشقىچە قاينىتىپ سوۋۇغاندىن كېيىن كۆيگەن ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ. ئەگەر سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولغان بولسا ئاز مىقداردا زەنجىۋىل تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

(5) دورىلار بىلەن كۆيۈشنى داۋالاش: تىبابەت دورىلىرى ئىچىدە بالادۇر سۈيى ۋە هاك بىلەن كۆيۈش بىرقەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ. بالادۇر بىلەن كۆيگەن كۆيۈكتە يۈز بېرىدىغان ئالامەتلەر قايناق سۇ بىلەن كۆيگەن كۆيۈككە ئوخشاش بولۇپ ئاسانلا قاپارتما پەيدا بولىدۇ، يەرلىك ئورۇن ئېغىر زەخىملىنىدۇ ۋە سارغۇچ زەرداب ئاقىدۇ. داۋالاشتا سۇلۇق قاپارتمىلارنى پاكىز تىغ بىلەن يېرىپ زەرداب سىرتىغا ئېقىتىلىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا ھىجامەت قويۇلىدۇ. ياكى گۆشنى يېرىپ كۆيگەن ئورۇنغا سىركە مەلھىمى (يۇقىرىغا قارالسۇن) سۈرتۈلىدۇ. ئەگەر تىزاپ (كىسلاتا) بىلەن كۆيگەن بولسا جاراھەتلەنگەن ئورۇننى شۆلتىلىق سۇ بىلەن تەكرار زېرىكمەستىن يۇيۇپ يۇقىرىقى مەلھەملەرنىڭ بىر خىلى (سىركە مەلھىمىدىن باشقىسى) كۆيگەن ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

هاك بىلەن كۆيگەن بولسا ئىسپەغۇل شىرنىسى قاتارلىقلار بىلەن كۆيگەن ئورۇننى قايتا-قايتا يۇغاندىن كېيىن بادام ياكى ئۆرۈك مېغىزى يېغى ۋە نارجىل يېغى قاتارلىقلار سۈرتۈلىدۇ. ئەگەر بۇ خىل مايلار بولمىسا بادام مېغىزى، تاتلىق ئۆرۈك مېغىزى ياكى نارجىل مېغىزىنى چايناپ يۇمشىتىپ چاپسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر هاك سۈيى كۆزگە تېمىپ كەتكەن بولسا كۆزنى سۇ بىلەن تەكرار يۇغاندىن كېيىن زەھەرسىز شىرنىلار تېمىتىلىدۇ.

ئەگەر كۆزگە قۇرۇق ھاك كىرىپ كەتكەن بولسا ھەرگىز سۇ بىلەن يۇيۇشقا بولمايدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا ئالدى بىلەن كۆزدىكى ھاك پارچىلىرىنى پاكىز ئېلىۋەتكەندىن كېيىن، ئازراق سىركە ئارىلاشتۇرۇلغان سۇ بىلەن يۇيۇش كېرەك.

ئۇششۇك

تۆۋەن ھارارەتتە زەخىملىنىش ئۇيغۇر تىلىدا «ئۇششۇك» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

قىش پەسلىنىڭ سوغۇق شىۋىرغانلىق كۈنلىرىدە پۇت، قول، قۇلاق ۋە بۇرۇنغا ئوخشاش ئەزالارنىڭ تۆۋەن ھارارەتنىڭ تەسىرىگە يولۇقۇشىدىن ئۇششۇك پەيدا بولىدۇ. ئېغىرلىرىدا پۈتۈن بەدەن ئۇششۇپ قالىدۇ. ئۇششۇغان ئورۇندىكى خىلىتلار بولۇپمۇ بەلغەم خىلىتى تۆۋەن ھارارەتتە ئۇيۇپ قېلىپ قان ئايلىنىشنى توسقۇنلۇققا ئۇچرىتىشتىن ئۇششۇغان ئورۇننىڭ تېرىسى زەخىملىنىدۇ. ئېغىر ئەھۋاللاردا ھەتتا ئۇششۇغان ئورۇننىڭ تېرىسى سېسىپ كېتىشى مۇمكىن.

ئالامىتى

ئۇششۇش يېنىكرەك بولسا تېرە ئاۋۋال تاتىرىپ كېيىن قىزىرىپ قارامتۇل قوڭۇر تۈسنى ئالىدۇ. ئاۋۋال ۋاژىلداپ ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. كېيىن ئەسەبلەر زەخىملەنگەنلىكتىن ئاغرىش ھېس قىلمايدۇ. ئېغىرلىرىدا ئۇششۇغان ئورۇننىڭ تېرىسى قارىداپ سېسىشقا باشلايدۇ. بولۇپمۇ قول بىلەن پۇت بارماق پەنجىلىرى بىلەن قۇلاق، بۇرۇن قاتارلىق ئورۇنلاردىكى قان تومۇرلار ئىنچىكە بولۇش ۋە تەبىئىي ھارارەت بىلەن تەمىنلەيدىغان ئورۇندىن يىراق بولغانلىقى ئۈچۈن ئاسانلا ئۇششۇپ قالىدۇ ھەمدە ئۇششۇك جاراھىتى ئاسانلا ئۇفۇنە تىلىنىپ، (بۇلغىنىپ) چىرىش خاراكتېرلىك يىرىڭلىق جاراھەتكە ئايلىنىپ كېتىدۇ.

داۋاسى

ئۇششۇغان ئورۇن كۆكىرىپ تېخى قارىدىمىغان ياكى ئۇفۇنە تىلىنىپ

جاراھەتلەنمىگەن بولسا زەيتۇن يېغى، زەنبىق يېغى، كۈنجۈت يېغى ۋە ياسمەن يېغى قاتارلىق ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ. ئەگەر ئىششىپ قارىدىغان بولسا بۇغداي سامىنى، سېرىق چېچەك، گۈللى سۆسەن، چامغۇر، يېسىۋىلەك، يالپۇز، چەلەك، ئەمەن، مەرزەنجۇش، شۇمشە، زىغىر، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، شۋاق، ھولبە قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرىنى قاينىتىپ تەمى چىقىرىلغان سۈيى بىلەن ئىسسىق پېتى ئۆششۈگەن ئورۇننى چىلاپ ياكى يۇيۇپ قۇرۇتقاندىن كېيىن يۇقىرىدىكى مايلارنىڭ بىرى سۈرتۈلىدۇ. ماش تالقىنىنى ھاراق بىلەن خېمىر قىلىپ ئۆششۈگەن ئورۇنغا چاپىسمۇ بولىدۇ. ئەگەر ئۆششۈگەن ئورۇن ئىششىپ قارىداپ كەتكەن بولسا ئۆششۈگەن ئورۇنغا نەشتەر ئۇرۇپ قايىنىتىلغان قىزىلقىراق سۇغا تاكى قان توختىتىلغىچە چىلىنىدۇ. قاناش توختىغاندىن كېيىن سۇدىن چىقىرىپ گىلى ئەرمەنى، ھەسەل سۈيى ۋە سىركىلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئۆششۈگەن ئورۇنغا چېپىلىدۇ ۋە بىرەر سائەتتىن كېيىن ھاراق بىلەن سىركىنىڭ تەڭ مىقداردىكى ئارىلاشمىسىنى ئىسسىتىپ ئۆششۈگەن ئورۇن يۇيۇلىدۇ ياكى چايقىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل نەشتەر سالغان ئورۇن ساقايغىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر تېرە توقۇلمىسى چىرىگەن بولسا ئۆلگەن توقۇلمىلارنى تېزرەك چۈشۈرۈش ئۈچۈن تاتلىق ياڭيۇ ياكى ئۇنىڭ يوپۇرمىقى بىلەن كاللەك يەسىۋىلەكتىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ئاز مىقداردىكى سۇغا چىلاپ يۇمشىغاندىن كېيىن كالا يېغى بىلەن مەشكە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ توقۇلما چىرىگەن ئورۇنغا تەكرار چېپىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن چىرىگەن گۆشلەر ئاجرىلىپ چۈشمىسە ئۆششۈپ چىرىگەن ئورۇننى يېرىپ زەرداب بىلەن بۇزۇق ماددىلار ئېقىتىلىدۇ. جاراھەتنى تازىلايدىغان ۋە ئەت ئۆستۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئۆششۈك ئېغىر بولۇپ مۆچىلەرنىڭ يۇقىرى قىسمىغا كېڭىيىپ قارىدىغان بولسا ۋە ھەر قانداق چارە ئۈنۈم بەرمىسە مۆچىنىڭ يۇقىرىسىدىن كېسىشتەك دەستكار ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ.

زەھەرلىك يىلان چېقىش

سەۋەبى

زەھەرلىك يىلاننىڭ چىشى ئېغىز بوشلۇقىدىكى زەھەر ئىشلەپ چىقارغۇچى بەزگە

ئۆتاشقان بولۇپ ئادەم ۋە باشقا ھايۋانلارنى چىشلىگەندە زەھەر بېزىدىكى زەھەر، يىلاننىڭ چىشى ئارقىلىق ئادەم ياكى ھايۋانلارنىڭ بەدىنىگە ئۆتۈپ ئۇلارنى زەھەرلەيدۇ. زەھەرلىك يىلان قۇرۇقلۇق يىلىنى (ئاقىيەر يىلىنى)، ئوق يىلان، چىپار يىلان ۋە يايلاق (چۆپلۈك) يىلىنى دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ. ئۇلارنىڭ بەزىلىرى قاننى زەھەرلەش بىلەن قاننى سۇيۇلدۇرۇپ قاناش ئاساس قىلىنغان ئالامەتلەرنى پەيدا قىلسا، بەزىلىرى ئەسەب (نېرۋا) لارنى زەھەرلەپ پالەچلىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

قاننى زەھەرلىگۈچى زەھەرلىك يىلانلار چاقسا يىلان چىشلەپ زەخىملەندۈرگەن ئورۇندىن قان چىقىپ توختىمايدۇ. يىلان چاققان ئورۇن قاتتىق ئاغرىيدۇ ۋە قىزىرىپ ئىششىيدۇ. بىمارنىڭ رەڭگى تاتىرىپ سوغۇق تەر چىقىدۇ. قول پۇتلىرى مۇزلايدۇ، كۆڭلى ئاينىپ بىئارام بولۇپ ئەس ھوشى بىخودلىشىدۇ. بۇرۇن قانايدۇ. ئېغىزدىن قان كېلىدۇ. تېرىدە كۆكۈچ داغ پەيدا بولىدۇ ۋە قان سىيىدۇ. يۈرەك ھەرىكىتى بىلەن تومۇر ھەرىكىتى سۇس ۋە تېز بولىدۇ. ئەگەر ۋاقتىدا چارە قىلىنمىسا بىمار ئۆلۈپ كېتىدۇ.

ئەسەبنى زەھەرلىگۈچى زەھەرلىك يىلان چاققاندا دەسلەپ يىلان چاققان ئورۇن كۆيگەندەك ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. ئارقىدىن قول، پۇتلار قولاشقاندەك بولۇپ تەدرىجىي گەۋدە تەرەپكە يامرايدۇ. بىمارنىڭ يۇقىرىقى قاپىقى تۆۋەنگە ساڭگىلاپ كۆزنى ئېچىش قىيىنلىشىدۇ. قول، پۇت ھەرىكىتى ۋە سۆزلەش بارا-بارا قىيىنلىشىدۇ. باش ئېغىرلىشىپ تۆۋەنگە ساڭگىلاپ قالىدۇ ۋە باشنى كۆتۈرەلمەيدۇ. ئاخىرقى باشقۇچتا مۇچىلەر پالەچلىنىپ نەپەسلىنىش قىيىنلىشىپ بوغۇلۇش (كۆكىرىش) پەيدا بولۇپ ئانچە ئۇزۇنغا قالماي (يىلان چېقىپ يېرىم سائەتتىن بىر كۈن ئارىلىقىدا) ئۆلۈپ كېتىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن زەھەرلىك ياكى زەھەرسىز يىلان چاققانلىقىنى يىلان چىش ئىزلىرىغا قاراپ پەرقلەندۈرۈش كېرەك. زەھەرسىز يىلان چاققان بولسا يىلان چاققان ئورۇندا بىر قاتار تەرتىپلىك يىلان چىشىنىڭ ئىزلىرى قالىدۇ. زەھەرلىك يىلان چاققان بولسا ئادەتتىكى يىلان چىش ئىزلىرىنىڭ تۆپىسىدە چوڭراق ئىككى تال يىلان چىشىنىڭ ئىزى قالىدۇ. زەھەرلىك يىلان كۆپىنچە قول-پۇتنى چاقىدۇ. شۇڭا يىلان چاققان مۇچىنىڭ يۇقىرى قىسمىدىن

قىسمىدىن دەرھال بەلباغ، ئىشتانباغ، تانا ياكى. سۆگەت چۈۋىقى قاتارلىقلار بىلەن بوغۇپ زەھەرنىڭ گەۋدە تەرەپكە يامرىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېرەك. يىلان چاققان ئورۇندىكى زەھەر بانكا، سۈت ساققۇچى (شۈمۈرگۈچ) بىلەن زەھەر شۈمۈرۈپ چىقىرىلىدۇ. ئەگەر بۇنداق سايمانلار بولمىسا ئېغىز بىلەن شوراپ زەھەرنى چىقىرىۋېتىشكىمۇ بولىدۇ. شورالغان سۇيۇقلۇقنى قەتئىي يۇتۇۋالماسلىق كېرەك. شوراش بىر سائەت ئەتراپىدا داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى زەھەر قايتۇرۇش پرىنسىپى بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ

(1) تەبىئىي ھارارەتنى قوزغاپ باشقۇرغۇچى ئەزالار (مېڭە، يۈرەك ۋە جىگەر) نى قۇۋۋەتلەيدىغان، تەبىئەتنى كۈچەيتىپ زەھەرنى قايتۇرىدىغان دورىلاردىن تەرياقى كەبىر، زىراۋەندە — مۇدەھرەج ياكى زىراۋەندە تەۋىل قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

(2) يىلان زەھىرىنىڭ بەدەنگە تارقاپ رەئىس ئەزالارغا تەسىر كۆرسىتىشىنى توساش ئۈچۈن قەي قىلدۇرغۇچى، ئىچنى سۈرگۈچى، تەرلەتكۈچى ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى چارىلەر قوللىنىلىدۇ.

(3) زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلار بىلەن ئەفتا ياكى ئەفتا تاملىق يىلاننىڭ گۆشىنى بىمارغا يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

(4) قاننىڭ ھەرىكىتىنى جانلاندۇرغۇچى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ يەرلىك ئورۇنغا زەھەرنى شۈمۈرىۋالغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(5) چاققان يىلاننىڭ مىجەزىگە قارىمۇ-قارشى كېلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەيمىزكى: بىرىنچىسى، مۈچىدە قان ئايلىنىش توختاپ مۈچىنىڭ چىرىپ ھالاك بولۇشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن مۈچىدىكى باغلانغان بوغۇشنى ھەر يېرىم سائەتتە بىر بوشىتىپ قىسقا ۋاقىت تۇرغۇزغاندىن كېيىن قايتىدىن بوغۇلىدۇ. ئىككىنچىسى، يىلان چاققان ئورۇننى ئېغىز بىلەن شوراشنىڭ ئۈنۈمى ياخشى. لېكىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك. ئېغىز بىلەن شورىغاندا شورالغان سۇيۇقلۇقنى يۇتۇۋەتمەي سىرتىغا تۈكۈرۈپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى ھاراق بىلەن چايقاش كېرەك ياكى ھاراقتىن ئازراق ئىچىۋالسىمۇ بولىدۇ ۋە شورالغان ئورۇننى گۈل يېغى ياكى بىنەپشە يېغى قاتارلىق مايلار بىلەن ياغلاپ شۈمۈرۈش ياخشىراق، بىراق دەماللىققا يۇقىرىدىكى شارائىت بولمىسا ئېغىز ئارقىلىق شۈمۈرۈپ تۈكۈرۈۋەتسە ۋە سۇ بىلەن ئېغىزنى چايقاپ بەرسىمۇ بولۇۋېرىدۇ. ھىڭ ئۆسۈملۈكىنىڭ يىلتىزى، ھەببە بىلسان، بادام، ئەنجۈر، پىندۇق، جىنتىيانا، جاۋشىر، زىراۋەندە، قىچا، بىدە ئۇرۇقى، سامساق، سىياھدان، سۆگەت گۈل چېچىكى بىلەن يوپۇرمىقى، قوۋزاقدارچىن، قارىمۇچ، زاغۇن، راسەن، قەيسۇم، قەردەمانە، غارىقۇن، ئادراسمان، چىنار مېۋىسى ۋە تاغ يالپۇزى، زىرە، مۇرمەككى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەممىسى بارلىق زىيانلىق يىلان قاتارلىقلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرالايدۇ. شۇڭا يۇقىرىدىكى

دورىلارنىڭ قانچە خىلى بولسا ئۇلارنىڭ قايىنىتىلغان سۈيىنى ياكى ھاراقتا چىلانغان چىلانمىسىنى بىمارغا ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا ئۈچكە ساقلىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلىنى ياكى تاغ ياڭپىزى بىلەن تېڭىپ بېرىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

يۇقىرىدىكى زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلاردىن ياسالغان تىرىياق (مۇرەككەپ زەھەر قايتۇرغۇچى دورا)لار تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت.

(1) سىياھدان، ئادراسمان، زىرە ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن، جىنتيانا، يۇملاق زىراۋەندى ھەر بىرى 3 گرامدىن، ئاقمۇچ، مۇرمەككى بىر يېرىم گرامدىن ئېلىپ دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ كۈنىگە ئۈچ گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

(2) ھەبىبەلسان، قۇرۇق زۇفا، ياۋا چامغۇر ئۇرۇقى، ئاقمۇچ، قارىمۇچ، پىلپىل، ئىگىر، رۇمبەدىيان، پەتەر ساليۇن، ئاسارۇن، زىرە، بۇزۇرۇل بەنجى بېغى ھەر بىرى 12 گرامدىن، سۇمبۇل، ئىزخىر مۇنچىقى ھەر بىرى 18 گرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىپ تەييارلاپ كۈنىگە ئۈچ گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن چاپلىنىدىغان دورىلار:

كىرسىن ياكى نېفتىنى لاتىغا تەككۈزۈپ يىلان چاققان ئورۇنغا قويۇلىدۇ ياكى خام سامساقنى ئېزىپ كالا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چاپلىنىدۇ. قۇندۇز قەھرى بىلەن سۇ بويىدا ئۆسكەن ياڭپىزىنىڭ سىقىلغان سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ چاپلىنىدۇ. گۈڭگۈرتنى سۈيىدۈك بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ ياكى گۈڭگۈرتنى سۈيىدۈك، سىركە ۋە تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر يىلان چاققان ئورۇن جاراھەتلىنىپ قالسا ئالدىراپ جاراھەتنى پۈتتۈرىدىغان چارىلەرنى قىلماستىن زەردابالارنىڭ تولۇق ئېقىپ چىقىشىغا يول قويۇش كېرەك. ھەتتا جاراھەت پۈتۈپ قالسا بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ جاراھەت ئۈشۈكى كېڭەيتىلىدۇ. بىراق جاراھەت بۇلغىنىپ يىرىڭلاپ قالماسلىقى كېرەك.

چايان چېقىش

سەۋەبى

چايان چاققان ئورۇن كۆيۈپ ئېچىشىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ ۋە قىزىرىپ ئىششىدۇ.

ئىغىرلىرىدا شۆلگەي ئېقىش، تەرلەش، قۇسۇش، تىل بىلەن ئېغىز گۆشلىرى قىتىپ ئېغىزنى ئاچالماسلىق، سۆزلىيەلمەسلىك ۋە ئاخىرىدا بىھوش بولۇشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر چايانىڭ نەشتىرى شىريان (ئارتېرىيە) تومۇرىغا سانجىلىپ زەھەر شىريان تومۇرغا قوبۇلغان بولسا باش ئاغرىش، تارتىشىش، بەدىنى قىزىرىش، تۆردىن قورقۇش (يورۇقتا قارىيالماسلىق)، دېمى سىقىش، يۈرەك ھەرىكىتى ئاجىزلاش، سۈيدۈك ئازىيىش ۋە سەرسام (مېنىنگىت) ئالامەتلىرى قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ھەتتا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ.

داۋاسى

چايان چاققان ئورۇن مۈچە بولسا يۇقىرىسىدىن گەۋدە تەرەپتىن بوغۇلىدۇ ۋە بانكا قويۇش ياكى ئېغىز بىلەن شوراش ئارقىلىق زەھەر شوراپ ئېلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا بابۇنە، بۇغداي كېپىكى، بەرەنجاسىپ ۋە سوزاپلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن يۇيۇش كېرەك. پىندۇقنى چايناپ ياكى ھاۋانچىدا ئېزىپ نەمدەپ يەرلىك ئورۇنغا چاپلىنىدۇ ياكى پۇدىنە تالقىنى ئارپا ئۇنى، سوزاپ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ تېڭىلىسىمۇ ياكى گۈڭگۈرت تالقىنى، ئېزىلگەن زىغىر ئۇرۇقى، تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپلىسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا قۇندۇز قەھرى ياكى سامساقنى زەيتۇن يېغىدا ئېزىپ چاپلىسىمۇ بولىدۇ. يالغۇز پەرپىيۇن يېغى ياكى زەنبەق يېغى بىلەن ياغلىسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقى دورىلار تەييار بولمىغىچە يەرلىك ئورۇنغا قىزىق سۇ ياكى قىزىق تۇز سۈيى سۈرتۈپ تۇرۇلىدۇ. خەلق ئارىسىدا چاققان چايانىنى ئۆلتۈرۈپ ئۇنىڭ يېغىنى ياكى ئالدىدىن تەييارلاپ قويغان چايان يېغىنى سۈرتۈدىغان ئادەتمۇ بار. بىمارنىڭ مىجەزىگە قاراپ سامساق، ياڭاق ۋە ئاقىرقەرھالارنى شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئاغرىق پەسەيتىش ئۈچۈن مەجۇنى بەرشىشا بېرىلىدۇ.

ھەرە چېقىش

سەۋەبى

ھەرىلەرنىڭ تۈرى كۆپ، شۇنداقلا ئۇلارنىڭ زەھەرچانلىقىمۇ ھەر خىل. ھەرىلەرنىڭ

قۇيرۇقىدىكى نەشتىرى زەھەر خالتىسىغا تۇتاشقان بولۇپ، ھەرە ئادەم بەدىنىگە نەشتىرىنى تۇرغاندا زەھەر خالتىسىدىكى ھەرە زەھىرى، ھەرە نەشتىرى ئارقىلىق بەدەنگە كىرىدۇ. ئەگەر ھەرىنىڭ نەشتىرى بەدەندە سۇنۇپ قالسا بەدەنگە داۋاملىق زەھەر تارقىتىپ ئېغىرراق زەھەرلەيدۇ. كۆز ھەرىلىرىنىڭ زەھىرى ئۆتكۈررەك بولىدۇ.

ھەرە چاققان ئورۇن قىزىرىپ ئىششىپ ئاغرىيدۇ. قىسمەن كىشىلەردە يەرلىك ئورۇندىكى ئالامەتلەر ئېغىرراق بولۇشتىن سىرت باش قېيىش، قىزىش، دەم سىقىش، تېرىگە يەل تاشمىلار چىقىش، ئىششىش قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ھەرە چېقىش بىلەن ئۆلۈپ كېتىش ناھايىتى كەم ئۇچرايدۇ. بىراق ھەرە زەھىرىگە سەزگۈر كىشىلەر ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن.

داۋاسى

ھەرە چاققان ئورۇننى سىقىپ ھەرە نەشتىرى ئېلىۋېتىلىدۇ. ھەرە زەھىرى تىزاپ (كىسلاتا) خاراكتېرلىك بولغانلىقى ئۈچۈن يەرلىك ئورۇنغا شۇلتا سۈيى ياكى شۇلتا خۇسۇسىيىتىدىكى دورىلار ئىشلىتىلسە ئاغرىش تېزلا توختايدۇ. بىر تۇتام يۇمغاقسۈت يىلتىزى يۇمغاقسۈت يىدۈرۈلسىمۇ ئاغرىش پەسىيىدۇ. مۇز سۈيى بىلەن ھەمەلچە (كىلىزما) قىلىنىدۇ. خۇببازى سۈيى، ئاق لەيلى، سېمىز ئوت، ئىت ئۈزۈمى ۋە كاكىنەجلەرنى ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپىسىمۇ بولىدۇ. كاپۇر، ئارپا تالقىنى ۋە ئېزىلگەن كۈنجۈتلەرنىڭ بىرىنى يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن نەمدەپ ھەرە چاققان ئورۇنغا چېپىلسىمۇ بولىدۇ. ئىچىدىن ئالما سۈيى، سىركەنجۇبىل، ئاچچىق ئانار سۈيى، يەتىنگان (خۇاگگوا) سۈيى، كاسنى ئەرەقى، ئۈسۈك سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى، سوغۇق قەنت سۈيى قاتارلىقلارنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يۇمشاق توقۇلمىلار زەخىملىنىشى

يۇمشاق توقۇلما ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى يېپىق زەخىملىنىش ۋە ئوچۇق زەخىملىنىش دېگەن ئىككى چوڭ تۈرگە بۆلۈنىدۇ. يېپىق زەخىملىنىش دېگەندە تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمىغان زەخىملىنىشلەر كۆزدە تۇتۇلىدۇ. ئوچۇق زەخىملىنىش دېگەن تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان زەخىملىنىش كۆزدە تۇتۇلىدۇ. يېپىق زەخىملىنىش يۈزە توقۇلمىلارنىڭ زەخىملىنىشى ۋە ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

بەدەندىكى يۈزە توقۇلمىلارنىڭ يېپىق زەخىملىنىشى

بەدەندىكى يۈزە توقۇلمىلار تېرە، تېرە ئاستى ماي توقۇلمىسى، گۆش ۋە گۆش چاندىرلىرى ۋە شۇ قاتلاملاردىكى قان تومۇر، نېرۋىلارنىڭ زەخىملىنىشى كۆزدە تۇتۇلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ خىل زەخىملىنىش كۆپىنچە توم جىسىملارنىڭ زەربىسىدىن پەيدا بولىدۇ. مەسىلەن، كالتەك-توقماق، تاش، مۇش ۋە گۈرزە قاتارلىقلارنىڭ بەدەنگە تېگىشى، يېقىلىش، تۈرۈلۈش ۋە بېسىلىش ھەتتا ئات-ئۇلاغلارنىڭ تېپىشى ياكى ئۈسسۈش قاتارلىقلار. بۇ خىل زەخىملىنىشتە تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمىسىمۇ لېكىن زەربىگە ئۇچرىغان تېرە ئوخشىمىغان دەرىجىدە زەخىمگە ئۇچراشتىن سىرت تېرە ۋە تېرە ئاستىدىكى ماي توقۇلمىلىرىدىكى ئەسەبلەر بىلەن قان تومۇرلار، ھەتتا گۆش بىلەن گۆش ئارىسىدىكى قان تومۇر، ئەسەبلەر ئوخشىمىغان دەرىجىدە زەخىملىنىدۇ.

ئالامىتى

ئەسەبلەر زەربىگە ئۇچرىغانلىقتىن زەخىملەنگەن ئورۇندا ئاغرىش بولىدۇ. قان تومۇرلار زەخىملەنگەنلىكى ئۈچۈن تېرە ئاستىدا كۆكىرىش يۈز بېرىدۇ. شۇڭا زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇندا كۆكىرىش ۋە ئىششىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر زەربە كۈچلۈكرەك بولسا يەرلىك ئورۇنغا تەسىر كۆرسەتكەن زەربە، سەزگۈچى كۈچ (قۇۋۋىتى مۇدرىكە)قا تەسىر قىلىش ئارقىلىق رەئىس ئەزالار (بولۇپمۇ مېڭە) گە تەسىر قىلىپ رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى قالايمىقانلاشتۇرغانلىقتىن چىرايى تاتىرىش، سوغۇق تەرلەش، قول، پۇت مۇزلاش، تومۇرنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىشى تېزلىشىپ سۇسلىشىش قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال يېنىكرەك بولسا دۆلىنىش (كۆڭلى كېتىپ قېلىش) ياكى ئايلىنىپ كېتىش، ئېغىرراق بولسا سەدەمە (شوك) نى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

داۋاسى

يېپىق زەخىملىنىش يېنىكى بولسا قان توختىتىش بىلەن ئىششىشنى ئازايتىش مەقسىتىدە زەخىملەنگەن ئورۇنغا قىش كۈنلىرى قار، مۇز، ياز كۈنلىرى سوغۇق سۇغا چىلانغان لۆڭگە قويۇلىدۇ. بۇ ئۇسۇلدا ئاغرىشمۇ يېنىكلىشىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىششىقنى ياندۇرۇش مەقسىتىدە بىر نەچچە كۈن ئىسسىق ئۇتكۇزۇلىدۇ. ئىسسىتما بىلەن قاناش بولمىسا گىلى ئەرمىنى بىلەن ئۇخۇم ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. موغاس، ئاقاقيا، سەۋرى يوپۇرمىقى، سەبرە، ئاقلانغان ماش ئۇنى قاتارلىقلارنى ئاس سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسە مەنپەئەت قىلىدۇ. زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا دەرھال ھىجامەت (لوڭقا) قويۇلسىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. پۈتۈن بەدەندە قىزىتما بولسا ۋە زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇندا ئىششىش بىلەن قىزىق بولسا قىزىلگۈل، ماش، گىلى ئەرمىنى، ئاق سەندەل، پوپەل (سوپارى) لارنىڭ تالقىنىنى گۈلاپقا ئارىلاشتۇرۇپ زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا چېپىلىدۇ ياكى بولمىسا مومىيانى گۈلاپ ياكى سىركىگە چىلانغان تاشقا سۈركەپ ئۇنىڭ سۈيى زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا سۈركەلسىمۇ ياكى موميا كۆرسەتمە بويىچە يېيىشكە بېرىلسىمۇ تېز مەنپەئەت قىلىدۇ. قاناش يۈز بەرگەن بولسا جاراھەتلەر بابىدا كۆرسىتىلگەن قان

توختاتقۇچى چارىلەر قىلىنىدۇ. ئەگەر باش زەخىملەنگەن بولسا يۇقىرىدىكى چارىلەردىن باشقا گۈل يېغى بىلەن گۈلاپ سۈرتۈلىدۇ ياكى ئانارگۈلى، ئانار پوستى، ئاس يوپۇرمىقىنى سوقۇپ سىركە بىلەن قايىنىتىپ باشقا چېپىلىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسخىغا ئۇد ۋە قەسىبۇسزەرىرە قوشۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. زەخىملىنىپ 3 ـ كۈنىگىچە يېيىشكە خوراز مېڭىسى بېرىلىدۇ. ماددىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن تەمرى ھىندىنى قايناق سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر كۆكرەك زەربىگە ئۇچراپ قان تۈكۈرۈش يۈز بەرسە كەھرىۋا، ئانارگۈلى، گىلى ئەرمىنى، خۇنسىياۋشان ۋە لوكلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ سېمىز ئوت سۈيى (ياكى سېمىز ئوت ئۇرۇقىنىڭ قايىنىتىلغان سۈيى بولسىمۇ بولىدۇ) بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىش قاتتىقراق بولسا يۇقىرىدىكى ئۇسخىغا نوقۇت چوڭلۇقىدا ئەپيۇن قوشۇپ چېپىلىدۇ. ئىچىدىن ماددىنى يىغىش ئۈچۈن قۇرۇس كەھرىۋا بىلەن ئەنجبار شەربىتى بېرىلىدۇ.

قۇرۇس كەھرىۋانىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: كەھرىۋا، گىلى ئەرمىنى، سەمىغى ئەرەبى، خۇنسىياۋشان، تاباشىر، نىشاستە، كەتىرا، ئاقاقىيا، ئانارگۈلى ھەر بىرىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ پاقا يوپۇرماق سۈيى ۋە گاۋزۇۋان سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ توقاچ (قۇرۇس) تەييارلاپ كۈنىگە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ـ 6 گىرامغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ.

ئەنجبار شەربىتىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئەنجبار (تۈرگۈنەك) 22 گىرام، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل (ئىككىلەنگىنى) 16 گىرام، ئاقاقىيا 6 گىرام، قەنت 400 گىرام، دورىلارنى چالا سوقۇپ ئۈچ چوڭ چىنە قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قايىنىتىپ سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە قەنت سېلىپ ئازراقلا قايىنىتىپ شەربەت تەييارلايدۇ. كۈنىگە 3 ـ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ قوشۇقتىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇنى باشقا قان توختاتقۇچى دورىلار بىلەن ئىچىشكە بېرىشكىمۇ بولىدۇ. ئەگەر مەيدە زەربىگە ئۇچرىسا ئاقاقىيا، مەستىكى، قىزىلگۈل ۋە سۇمبۇلنىڭ ھەر بىرىدىن 16 گىرام، زەپەر، سەبرى، قارىغاي مېۋىسى تالقىنىدىن 3.3 گىرامدىن ئېلىپ پاقا يوپۇرماق سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قويۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ مەيدىگە چېپىلىدۇ. ئەگەر ئېغىرراق زەخىملەنگەن بولسا بۇ ئۇسخىنىڭ مەجۇنىنى ياساپ يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر تال، جىگەر ۋە بۆرەك ساھەسى زەخىملەنگەن بولسا ئاق سەندەل، قىزىلگۈل، بىنەپشە ھەر بىرىدىن 16 گىرام، ئارپا ئۇنىدىن 23 گىرام، زەپەردىن 3 گىرام، كاپۇردىن 1.5 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ گۈلاپ بىلەن گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. ئەگەر زەربە تەككەن ئورۇن قىزىق بولسا قىزىلگۈل 16

گرام، سۇمبۇل، مەستىكى، دارچىن ۋە لادەنلەرنىڭ ھەربىرىدىن 6 گرام، ھەببۇل ئاس 10 گرام دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىزىتىلغان گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا چېپىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. بىيىشكە رەۋەن، ئوردان ھەر بىرىدىن 16 گرام، لۇك، تاباشىر ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ گۇلاپ ياكى كاسىن ئەرەقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مۇۋاپىق مىقداردا بىيىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر مۇچىلەردىكى پەي، تارامۇشلار زەخىملەنگەن بولسا ئالدى بىلەن ھەرىكەت قىلىشنى توختىتىپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن ماش ئۇنىدىن 33 گرام، گىلى ئەرمىنى 12 گرام، سەبرە، زەپەر ۋە سوكلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يامغۇر سۈيى (ياكى گۇلاپ) ۋە گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ماددىنى تارقىتىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش ئۈچۈن ئاق لەيلى، بىنەپشە، ئىكلىلمىلكلەرنى يۇمشاق سوقۇپ گۈل سۈسەن يېغى، سېرىق چېچەك يېغى ياكى بابۇنە يېغىنىڭ بىر خىلىنى قوشۇپ قويۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ. ئەگەر بوغۇملار زەربىگە يۇلۇققان بولسا ئالدى بىلەن گۈل يېغى ياكى ئاق لەيلى يىلتىزىنى (يىگىسىنىڭ تەسىرى ياخشى) سوقۇپ ھەرقايسىسىنى ئايرىم-ئايرىم ياكى ئارىلاشتۇرۇپ زەخىملەنگەن ئورۇنغا قويۇپ ماتا ياكى داكا بىلەن بېسىپراق تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەتىسى ئىت ياڭىقىنى (ۋاڭ) قوي مېيىغا مىلەپ تاشقا سۈركەپ چىققان مەھسۇلات زەربە يېگەن بوغۇمغا چېپىلىدۇ. يېڭى سويۇلغان قوي تېرىسىگە ئېلىنسىمۇ بولىدۇ. زەخىملەنگەن بىمارلارنىڭ غىزاسىغا كۆپرەك ماش، نوقۇت ۋە گۆرۈچ ئارىلاشتۇرۇلغان تاماق بېرىش كېرەك. ئۇسسۇزلۇقىغا بىر ھەسسە رەۋەن، بىرىم ھەسسە ئوردان ۋە گىلى ئەرمىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ نوقۇت چىلانغان سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بەرسىمۇ بولىدۇ.

ئىچكى ئەزالارنىڭ يېپىق زەخىملىنىشى

ئىچكى ئەزالارنىڭ يېپىق زەخىملىنىشى كۆپىنچە ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، بېسىلىش، يېقىلىش ياكى كالتەك-توقماق ۋە تاش قاتارلىق توم نەرسىلەرنىڭ قاتتىق زەربىسىدىن پەيدا بولىدۇ. ئىچكى كاۋاك ئەزالارنىڭ ئىچى بوش ۋە ئەۋرىشىملىكى يۇقىرى بولغانلىقتىن زەخىملىنىش ئاز ئۇچرايدۇ. مېڭە، جىگەر، تال ۋە بۆرەك قاتارلىق ئەزالار چوڭلۇق بولغانلىقى

ئۇچۇن يېپىق زەخىملىنىش بىر قەدەر كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشىدە تۈزە يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخىملىنىشى كۆپ ھاللاردا بىرگە قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

مېڭىنىڭ زەخىملىنىشى

مېڭىنىڭ زەخىملىنىشى باش زەخىملىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. مېڭە زەخىملىنىش يېنىكرەك بولسا مېڭە باش سۆڭىكى ئىچىدە چالغۇنۇپ سىلكىنىشى مۇمكىن. ئېغىرراق بولغاندا مېڭىگە دەز كېتىش، ھەتتا مېڭە يېرىلىپ قاناش پەيدا بولۇشى مۇمكىن. مەيلى قايسى خىلدىكى مېڭە زەخىملىنىش بولسۇن كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىپ ئېسىنى يوقىتىدۇ. چىرايى تاتىرىپ كۆڭلى ئېلىشقاندەك بولىدۇ ياكى قۇسىدۇ. تومۇرى ئاستىلايدۇ. ئەگەر ئۇقۇل مېڭە سىلكىنىش بولسا ئەس ھوشى تېزلا ئەسلىگە كەلسىمۇ لېكىن زەخىملىنىش مەزگىلىدىكى ئەھۋاللارنى دەرھال ئەسلىيەلمەيدۇ ۋە بېشى ئېغىرلاشقاندەك بولۇپ ئېسىلىپ ئاغرىيدۇ. ئەگەر مېڭىگە دەز كەتكەن ياكى يېرىلغان بولسا ئاۋۋال ھوشىغا كېلىپ قايتىدىن ھوشسىزلىنىدۇ ۋە پۈتۈن بەدەنلىك باشقا ئالامەتلەر ئېغىرلىشىدۇ. ھەتتا ھوشىغا كېلەلمەي ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن. بۇ مېڭە زەخىملىنىشنىڭ ئېغىرلىقى ۋە مېڭىدە قاناش يۈز بەرگەنلىكتىن دېرەك بېرىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن بىمارغا تىنچلىق بېرىپ باش ۋە كۆكرەك قىسمىنى ئېگىزرەك قىلىپ ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ ۋە كېسەللىكنىڭ تەرەققىياتى كۆزىتىلىدۇ. مېڭىدىكى ئىششىقنى ئازايتىش ۋە مېڭىدە قان قېيىپ ئۇيۇپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن قىيپال ياكى باسلىق تومۇردىن (ئورنى بىلەكتە) قان ئېلىنىدۇ. باشنىڭ ئاغرىشىنى يېنىكلىتىش بىلەن باشنىڭ ھارارىتىنى تۆۋەنلىتىش مەقسىتىدە ئارپا ئۇنى، پۇرچاق ئۇنى، ئامۇت غازىڭى، گۈلى ئەرمىنى، مامشا، رۇسۇت، ئاقاقىيا، ئاق سەندەل تالقىنىنى قوزى قۇلاق (بىر خىل چۆپ) سۈيى ياكى پاقا يوپۇرماق سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چاپلىنىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسۇلغا گۈل يېغى قوشۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. گۈل يېغىغا ئازراق سىركە ئارىلاشتۇرۇپ باشنى ياغلىسىمۇ بولىدۇ. قەۋزىيەتنى داۋالاش ياكى ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن

بىمارغا چىلان شەربىتىگە خىيار شەنبەر شىرىسىنى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئىچنى بوشاتقۇچى دورا سۈيى بىلەن ھەمەلچە (كىلىزما) قىلىنىسمۇ بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇفەل، گىلى ئەرمىنى، زىراۋەندە، ئارپا ئۇنى، لوۋىيا (پۇرچاق) ئۇنى قاتارلىقلارنى پاقا يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چىپىپ تېڭىلىدۇ ياكى ئاق سەندەل 12 گرام، رەۋەن چىنى 9 گرام، ئارپا ئۇنى بىلەن پۇرچاق ئۇنى ھەر بىرى 24 گرام. بۇ دورا تالقىنىنى پاقا يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ باشقا چىپىلسا مېڭە سىلكىنىشكە ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىچىشكە ھەببە ئايارەج بىلەن ھەببە قوقىيا بېرىلىدۇ. ئەگەر بىماردا ئىسسىتما پەيدا بولۇپ كۆڭلى ئايىنىپ قۇسۇش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە بۇ مېڭە بىلەن مېڭە پەردە ياللۇغى (سەرسام) نىڭ بىشارىتى بولۇپ كۈچلۈك قورىغۇچى قابىز دورىلاردىن ئانار پوستى، قارىغاي مونچىقى، كەندىر ئۇۋۇقى ۋە قىزىلگۈل تالقانلىرىنى گۈل يېغى قاتارلىق مايلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چىپىلىدۇ ياكى ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، ئاس بەرگى (بەدىلى ئامۇت يوپۇرمىقى)، قەس بۇس زەرىرە ۋە زەمچە تالقانلىرىنى گۈل يېغى ۋە سىركىلەرگە ئارىلاشتۇرۇپ چىپىلىدۇ. خۇش پۇراق جىسىملار بۇرنىغا پۇرۇتۇلىدۇ. گۈل يېغى، بىنەپشە ياغلىرىنى ئايالنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۇنىڭغا ئازراق ئېرىتىلگەن رۇسۇت ئارىلاشتۇرۇپ بۇرنىغا تېمىتىپ بەرسە ناھايىتى پايدىلىق. ياكى قاپاق يېغى تېمىتىلسىمۇ بولىدۇ. ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن قەنت چاي، ھەسەل سۈيى بېرىلىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا ئىسسىتمىسىنى چۈشۈرۈش چارىلىرى بىلەن سەرسام كېسىلىگە قارىتا چارىلەر قوللىنىلىدۇ. تامىقى ئۈچۈن ئاسان ھەزىم بولىدىغان سۇيۇق - سەلەڭ تاماقلار بېرىلىدۇ. چوڭ تەرەتنىڭ راۋانلىقىغا كاپالەتلىك قىلىش مەقسىتىدە مېۋە سۈيى بېرىلىدۇ. ئەگەر مېڭىدە قاناش بىلەن مېڭىنىڭ زەخىملىنىشى ئېغىر بولسا خەتەرلىك بولۇپ دەستكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش ئويلىشىپ كۆرۈلىدۇ.

ئۆپكىنىڭ زەخىملىنىشى

ئۆپكىنىڭ زەخىملىنىشى كۆپ ھاللاردا ئېغىر دەرىجىلىك قوۋۇرغا سۇنۇشتىن (سۇنغان قوۋۇرغا ئۇچى ئۆپكىنى زەخىملەشتىن) پەيدا بولىدۇ. ئۆپكىنىڭ يىرتىلغان ياكى تېشىلگەن يېرىدىن چىققان قان بىلەن ھاۋا ئۆپكە قانىتىنى بېسىپ دەم سىقىلىشنى پەيدا قىلسا يەنە

بىر تەرەپتىن يۆتىلىش بىلەن قان تۈكۈرۈش ۋە كۆكرەك پەردە ياللۇغىنى (زاتىل جەنبىنى) كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

داۋالاشتا ئالدى بىلەن قوۋۇرغا سۇنۇشقا قارىتا چارە قىلىنىدۇ. بىمارغا قان توختاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ ۋە سىرتىدىن كۆكرەك قىسمى زەخىملىنىشتە قوللىنىلىدىغان دورىلار سۈرتۈلىدۇ. ھەمدە كۆكرەك پەردە ياللۇغىغا قارىتا قىلىنىدىغان چارىلەر ئويلىنىشىپ كۆرۈلىدۇ. ئۆپكىدىكى قاناش توختىغانلىقى ئېنىقلانغاندىن كېيىن دەستكار ئۇسۇلى بىلەن كۆكرەك بوشلۇقىغا چۈشكەن قان چىقىرىۋېتىلگىنى ياخشى.

تال بىلەن جىگەر زەخىملىنىش

تال بىلەن جىگەر چۈرۈك ئەزا بولغانلىقى ئۈچۈن كۆچلۈك زەربىگە بەرداشلىق بېرەلمەي ئاسانلا يېرىلىپ كېتىدۇ. تال بىلەن جىگەر زەخىملەنگەندە تال بىلەن جىگەر ساھەسى ئاغرىشتىن سىرت ئەڭ مۇھىمى چوڭ قاناش يۈز بېرىپ ھاياتقا خەۋپ سالىدۇ. تال بىلەن جىگەر زەخىملىنىپ قاناش يۈز بەرگەندە بىمارنىڭ چىرايى تاتىرىپ مۇزدەك تەرلەش، قول، پۇتلىرى مۇزلاش، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىپ باش قېيىپ كۆڭلى ئېلىشىش، قول، پۇتلىرى ماغدۇرسىزلىنىش، تومۇرى سۇسلىشىپ تېز سوقۇش قاتارلىق ئىچكى قاناشتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەردىن سىرت قورساق ئاغرىش، قورساق قىسمىنى باسقاندا ئاغرىش، قورساق تېمى قاتتىقلىشىش، قورساق كۆپۈش، قورساق قىسمىنى بولۇپمۇ قورساقنىڭ ئىككى يان تەرىپىنى چەككەندە ھەرىكەتچان بوغۇق ئاۋاز ئاڭلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. ئەگەر تېز چارە قىلىنمىسا بىمارنىڭ ھاياتى خەۋپكە يۈزلىنىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى ئالامەتلەرگە قوشۇلۇپ تال ساھەسىدە ئاغرىش بولسا تالنىڭ زەخىملىنىشى، ئەگەر يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر كۆرۈلۈپ جىگەر ساھەسىدە ئاغرىش بولسا جىگەر زەخىملىنىش دىگەن دىئاگنوزنى قويۇشقا بولىدۇ.

داۋالاشتا ئەڭ ياخشىسى دەستكار ئۇسۇلىنى قوللىنىپ تال بىلەن جىگەرنىڭ يېرىلغان جاراھەت يۈزىنى داغلاش ئۇسۇلى بىلەن قان توختىتىلىدۇ. بىراق تال بىلەن جىگەرنىڭ زەخىملىنىپ يېرىلىش دائىرىسى كەڭ بولسا داغلاپ قان توختىتىش ئۇسۇلىغا ئۇچەي تارىسى بىلەن تىكىش بىرگە قوللىنىلىدۇ. بىراق قاناش كۆپ، دەستكارنىڭ تېخنىكىسى يۇقىرى بولمىسا بۇ خىل چارىنىڭ ئۈنۈمى ئانچە ياخشى بولماي

بىمارنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قالغىلى بولمايدۇ

بۆرەك زەخىملىنىش

بۆرەكمۇ چۇرۇك ئەزا بولغانلىقى ئۈچۈن بۆرەك ساھەسىگە تەككەن قاتتىق زەربىدىن ئاسانلا زەخىملىنىدۇ. بۆرەك زەخىملەنگەندە بۆرەك ساھەسى ئاغرىشتىن سىرت سۈيدۈكتىن قان كېلىدۇ. سۈيدۈك قىپتىمى كۆپىيىدۇ ۋە سىيگەندە زەكەر ئىچىشىپ ئاغرىيدۇ.

بۆرەك زەخىملىنىشنى داۋالاشتا بىمارغا قان توختاتقۇچى دورىلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ ۋە سىرتتىن يۇزە قىسمىنىڭ يېپىق زەخىملىنىشىدە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئوچۇق زەخىملىنىش

تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇشتىن پەيدا بولغان زەخىملىنىش ئوچۇق زەخىملىنىش دەپ ئاتىلىپ كۆپ ئۇچرايدىغان تۈرلىرى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت.

كېسىلگەن جاراھەت

ئۆتكۈر تىغ بىلەن كېسىلگەن جاراھەت كېسىلگەن جاراھەت دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى بىلەن ئالامىتى

پىچاق، خەنجەر، قىلىچ، كەكە، پالتا، جادۇ ۋە قايچا قاتارلىق ئۆتكۈر بىسلىق تىغلارنىڭ تەسادىپىي ياكى قەستەن بەدەنگە تېگىشىدىن ياكى دەستكار ئۇسۇلى بىلەن كېسەل داۋالاش مەقسىتىدە كېسىلگەن ئورۇنمۇ كېسىلگەن جاراھەتكە مەنسۇپ

بولىدۇ. كېسىلگەن جاراھەتنىڭ تۈزلىنىشى بىلەن چوڭقۇرلۇقى تىغ تۈرى بىلەن بەدەنگە تېگىش زەربە كۈچىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. يېنىكلىرىدە تېرە قەۋىتىنىڭ بىر قىسمى ياكى پۈتۈن قىسمى كېسىلىشى مۇمكىن. ئېغىرلىرىدا تېرە ئاستى ماي توقۇلمىسى بىلەن پەي، گۆشلەر، قان تومۇر ۋە نەسەبلەر ھەتتا ئۇستىخانمۇ كېسىلىشى مۇمكىن. كېسىلگەن ئورۇن ئاغرىيدۇ ۋە قاناش پەيدا بولىدۇ. ئۇششاق تومۇر كېسىلگەن بولسا قان سىزىپ ئېقىپ چىقىدۇ. ئوتتۇرھالدىن يۇقىرى تومۇرلار (ۋەرىد تومۇر) كېسىلگەن بولسا قارامتۇل قان ئېقىمىدىكى سۈرئەت بىلەن تەكشى ئېقىپ چىقىدۇ. ئەگەر قىزىل تومۇر (شىريان تومۇر) كېسىلگەن بولسا ئوچۇق قىزىل قان يۈرەكنىڭ سوقۇشىغا ئەگىشىپ بىردە ئېگىز، بىردە پەس ئېتىلىپ (جىغاپ) چىقىدۇ. قاناش كۆپرەك بولسا چىرايى تاتىرىپ سارغىيىش، سوغۇق تەرلەش، بېشى قېيىپ كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش، قول، پۇتلىرى مۇزلاش، تومۇرنىڭ سوقۇشى سۇس ۋە تېز بولۇش قاتارلىق قاناشتىكى ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر جىددىي چارە قىلىنمىسا بىمار ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن. كېسىلگەن يارىنىڭ بىر ئالاھىدىلىكى جاراھەتنىڭ ئېغىزى ئېچىلغان بولۇپ ئىككى گىرۋىكى تەكشى بولىدۇ.

داۋاسى

كېسىلگەن جاراھەتنى داۋالاش تۆۋەندىكى ئۈچ باسقۇچتىن ئىبارەت:

(1) قاناشنى توختىتىش: ئەگەر تېرە قەۋىتىنىڭ بىر قىسمى يېنىك كېسىلگەن بولسا كېسىلگەن قىل تومۇرلاردىن چىققاتقان قان ئۆزلۈكىدىن قېتىشىپ توختاپ قېلىشى مۇمكىن ياكى پاكىز لاتا (داكا) بىلەن قىسقا مۇددەت بېسىپ تۇرۇلسا ئۆزلۈكىدىن توختاپ قالىدۇ. ياكى بولمىسا قان توختاتقۇچى تالقان دورىلارنى سېپىپ ئاندىن تېڭىپ قويۇلسا قاناش توختايدۇ. بىراق قاناش مايىللىقى بار كىشىلەردە قان قىيىنراق توختىشى مۇمكىن. ئەگەر چوڭراق شىريان ياكى ۋەرىد تومۇرلىرى كېسىلگەن بولسا (چوڭقۇرراق كېسىلگەن بولسا) ئاۋۋال بېسىش (مۇچىلەردە بولسا جاراھەتنى بېسىش بىلەن يۇقىرىسىدىن باغلاش ئۇسۇلى بىرلەشتۈرۈلىدۇ) ئۇسۇلى بىلەن ۋاقىتلىق قان توختىتىلىدۇ. ئاندىن كېيىن مەشۇت يىپ بىلەن قاناش يۈز بېرىۋاتقان قان تومۇرنى باغلاش ئۇسۇلى ئارقىلىق قان توختىتىلىدۇ.

(2) جاراھەتنىڭ ئەتراپى بىلەن جاراھەت ئىچىنى تازىلاش ۋە قان تومۇرنى باغلاش: جاراھەتنىڭ يىرىڭلاپ قىلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەتنىڭ ئەتراپىدىكى تېرە ئاۋۋال

سوپۇن سۈيى ئاندىن كېيىن قايىنىتىپ سوۋۇتۇلغان سۈزۈك سۇ بىلەن چايقىلىدۇ. ھەممە جاراھەتنى بىر تەرەپ قىلغۇچى جەرراھ (خىرۇرگىك) بىلەن ياردەمچىمۇ قولنى سوپۇنلاپ بىر قانچە قېتىم يۇيىدۇ ۋە قولغا ھاراق سۈرتۈپ قولنى تۇفۇنەتسىزلەندۈرۈش بىلەن بىرگە جاراھەت ئەتراپىدىكى تېرىنى ھاراق ۋە كاپۇر ئېرىتمىسى بىلەن يۇيۇپ تازىلايدۇ. ھەممە تېرىگە رەۋغىنى ئەجەپ سۈرتۈلىدۇ. بۇ جەرياندا قان تومۇرنى باغلاشقا ئىشلىتىلىدىغان مەشۇت ياكى ئات قىلى ۋە قوي ئۈچەيدىن ياسالغان ئىنچىكە تارا، قىسقۇچ ياكى جۇپتەك قايچا ۋە يىڭنە قاتارلىق ئەسۋابلار قايىنىتىپ تەييارلىنىدۇ. جاراھەتنىڭ ئۈستىگە قويىغان تېڭىق ماتېرىياللارنى سىلىقلىق بىلەن ئېلىپ قان چىقىۋاتقان ئورۇننى ئېنىقلاپ قىسقۇچ ياكى جۇپتەك بىلەن قاناش يۈز بېرىۋاتقان تومۇر قىسىلىدۇ. جاراھەت ئىچى قايىنىتىپ سوۋۇتۇلغان تۇز سۈيى بىلەن (بەك تۇزلۇق بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك) جاراھەت ئىچىنى بىر قانچە قېتىم چايقاپ قان كالالەكلىرى بىلەن قارىداپ قالغان گۆشلەر ۋە ئەخلەت چاۋا قاتارلىق يات نەرسىلەرنى ئېلىۋېتىپ، مەشۇت يىپ بىلەن قان تومۇرنىڭ ئۈزۈلگەن ئۇچى باغلىنىدۇ.

كېسىلگەن تېرىنى تىكىش: قان توختاپ بولغاندىن كېيىن جاراھەت ئىچىنى تۇز سۈيى بىلەن بىر قانچە قېتىم چايقىغاندىن كېيىن كۈمۈش يىڭنىگە مەشۇت يىپنى ئۆتكۈزۈپ جاراھەت گىرۋەكلىرىنى تۈزئارا تەكشى يېقىنلاشتۇرۇپ كېسىلگەن جاراھەت تىكىلىدۇ. قانچە قەۋەت تىكىش جاراھەتنىڭ چوڭقۇرلۇقىغا قاراپ بەلگىلىنىدۇ. ئەگەر تېرە قەۋىتىلا كېسىلگەن بولسا تېرە قەۋىتىلا تىكىلىدۇ. بۇ تىبابەت تىلىدا يۈزەكى ئۈستىدىن تىكىش (خىياتەتى سەتھىييە) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ خىل تىكىشتە كېسىپ تىكىش (ئايرىم- ئايرىم تىكىش) ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ. ئەگەر تېرە ئاستى ماي توقۇلمىلىرىمۇ كېسىلگەن بولسا ئاۋۋال ماي قەۋىتى كېيىن تېرە كېسىپ تىكىلىدۇ. بۇ خىل تىكىلىشنى تىبابەت تىلىدا ئاستىدىن. تىكىش (خىياتەتى مەدفۇنە) دەپ ئاتىلىدۇ. ئەگەر پەي ۋە گۆشلەر ھەتتا كۆكرەك ۋە قورساق پەردىلىرى بىرگە كېسىلگەن بولسا، ئاۋۋال كۆكرەك ياكى قورساق پەردىسى ئاندىن كېيىن پەيلەر بىلەن گۆشلەر ئەڭ ئاخىرىدا تېرە ئاستى ماي توقۇلمىسى بىلەن تېرە قەۋەتلىرى ئايرىم- ئايرىم تىكىلىدۇ. بۇ تىبابەت تىلىدا چوڭقۇر تىكىش (خىياتەتى غائىرە) دەپ ئاتىلىدۇ. قورساق پەردىسى بىلەن كۆكرەك پەردىسى ياكى ئېغىز شىللىق پەردىسى ئۈچەي يىپىدىن ياسالغان تارا بىلەن يۆمەپ تىكىلىدۇ. گۆش ياكى پەي تارامۇشلار بىر قەدەر تومراق مەشۇت يىپ بىلەن، تېرە ئاستى ماي توقۇلمىسى ۋە تېرە ئىنچىكە مەشۇت يىپ بىلەن تىكىلىدۇ. تىككەن يىپنىڭ چىڭ بوشلۇقى ۋە ھەر بىر تىكىك ئارىلىقى مۇۋاپىق بولۇشى كېرەك. تىكىك يىپى بەك چىڭ تارتىلىپ كەتسە ياكى تىكىك ئارىلىقى بەك زىچ بولۇپ كەتسە توقۇلمىلار ئورۇلۇپ قان

ئايلىنىش تۇسقۇنلۇقىغا ئۇچراپ جاراھەتنىڭ ساقىيىش ۋاقتى ئۇزىراپ كېتىدۇ. ئەگەر بەك بوش بولۇپ كەتسە زەردابلار يىغىلىپ يىرىڭلاشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. شۇڭلاشقا تېڭىقنىڭ يېپىنىڭ چىڭ بوشلۇقى بىلەن تېڭىقنىڭ ئارىلىقى مۇۋاپىق بولۇشى كېرەك. چوڭقۇر جاراھەتلەرنى تېڭىشتە، بولۇپمۇ توپا، ئەخلەت قاتارلىقلار بىلەن بۇلغانغان جاراھەت ۋە جاراھەتلەنگەن ۋاقتى بىر كۈندىن ئېشىپ جاراھەت ئىچى قارىداپ كەتكەن بولسا تېڭىشتىن ئىلگىرى جاراھەت ئىچىدىكى يات نەرسىلەرنى پاكىز ئېلىپ تازىلاپ جاراھەت يۈزى قايتا-قايتا قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان تۇز سۈيى بىلەن يۇيۇپ تازىلىنىدۇ. قارىداپ قالغان گۆشلەرنى تاكى ئۇچۇق قىزىل رەڭدىكى ساق گۆشلەر كۆرۈنگىچە كېسىپ ئېلىۋېتىپ بېسىش ياكى باغلاش ئۇسۇلى بىلەن قاننى توختىتىپ جاراھەتنى قايتىدىن تۇز سۈيى بىلەن قايتا-قايتا يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن ئاندىن تېڭىلىدۇ. جاراھەتنى تېڭىپ بولغاندىن كېيىن تېرىنى تۇزئارا ھەم قىلىپ ئۇستىگە قېلىنراق پاكىز داكا قويۇپ بېسىپراق تېڭىلىدۇ. چوڭقۇرراق جاراھەتلەردە بولۇپمۇ جاراھەتلەنگەن ۋاقتى بىر قەدەر ئۇزۇن، گۆشلەر قارايغان ۋە بۇلغانغان جاراھەتلەرنى تېڭىكەندە جاراھەت بوشلۇقىغا زەرداب يىغىلىپ يىرىڭلاپ قېلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەت ئىچىگە تازىلانغان نەم داكا ياكى پاكىز ئات قىلدىن بىر قانچە تال قويۇپ جاراھەت ئىچىدىكى زەردابلارنىڭ سىرتقا ئېقىپ چىقىشى ئۈچۈن ئىمكانىيەت يارىتىلىدۇ. زەرداب ئېقىپ چىقىش توختىغاندىن كېيىن (ئەخمىنەن بىر ئىككى كۈندىن كېيىن) داكا ياكى ئات قىلى سۇغۇرۇپ ئېلىپ تاشلىنىدۇ. جاراھەتنى تېڭىپ بولغاندىن كېيىن بىمارنىڭ مىجەزىگە ئالاھىدە دىققەت قىلىنىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا يېنىك سۈرگە بېرىپ ئىچى تازىلىنىدۇ. بىمارغا ئوكاي ھەزىم قىلىدىغان قۇۋۋەتلىك تائاملار بېرىلىدۇ ۋە مۇۋاپىق ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. جاراھەتنىڭ يۇقۇملىنىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش كېرەك. تېڭىلگەن جاراھەت ئادەتتە 7-5 كۈن ئەتراپىدا ئۇتۇپ بولىدۇ. (باش، يۈز بويۇن قاتارلىق ئورۇنلارنىڭ ئۇتۇشى تېزرەك بولۇپ 5-4 كۈندە، مۇچىلەرنىڭ ئۇزۇنراق بولۇپ 7-6 كۈندە ئۇتىدۇ) باش، بويۇن يۈزنىڭكىنى 5-كۈنى، گەۋدىنىڭكىنى 7-كۈنى، مۇچىلەرنىڭ 8-، 7-كۈندىن كېيىن سىرتىدىكى تېڭىق يىپى ئېلىۋېتىلىدۇ. ئۇسۇلى: تېڭىق ماتېرىيالىنى ئېلىۋېتىپ تېڭىلگەن ئورۇن ھاراق بىلەن پاكىز سۈرتۈلىدۇ. تېڭىقنىڭ تېڭىلگەن چىگىكىنى جۈپتەك بىلەن قىسىپ ئازراق يۇقىرى كۆتۈرۈپ پاكىز قايچا بىلەن چىگىك تېگىدىن كېسىپ، جۈپتەكنى جاراھەتنىڭ قارشى يان تەرىپىگە ياندۇرۇپ تارتىش ئارقىلىق تېڭىقنىڭ تېرە ئاستىدىكى يىپى سۇغۇرۇپ ئېلىنىدۇ. بىراق جاراھەت يۇقۇملانغان ياكى قان ئايلىنىش ياخشى بولمىغان، جاراھەت گىرۋىكىنىڭ ھەملىشىشى ياخشى بولمىغان ھەمدە جاراھەتلەنگۈچىدە سەرپىياتلىق سوزۇلما كېسەل بارلاردا

جاراھەتنىڭ ساقىيىشى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كېتىدۇ. تىكىكتىن كېيىن تىكىلگەن جاراھەت بۇلغىنىشتىن يىرىڭلىسا بىماردا قىزىش، تەشنالىق ئىچىش، ئىشتىھاسىزلىق — تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىش، يەرلىك ئورۇن ئاغرىش ۋە تېگىق نەملىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا قىزىتمىغا قارشى دورا بېرىش بىلەن بىرگە يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلارنى سۈرتۈش (چىقان بىلەن غەلۋىرەك قاتارلىق كېسەللىكلەرگە قارالسۇن) قاتارلىق چارىلەر قوللىنىلىدۇ. ئەگەر يىرىڭلىق زەرداب پەيدا بولغانلىقى بايقالسا ئەھۋالغا قاراپ دەرھال تىكىكنىڭ بىر قىسمى ياكى ھەممە قىسمىنى كېسىپ ئېلىۋېتىپ زەرداب بىلەن يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ ۋە ئاۋۋال جاراھەتنى تازىلىغۇچى كېيىن گۆش ئۆندۈرۈپ جاراھەتنى ساقايتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. (چىقان، غەلۋىرەك ۋە يىرىڭلىق ئىششىقلارنىڭ داۋاسىغا قارالسۇن).

تىتىلغان ۋە يانجىلغان جاراھەت

بۇ خىل جاراھەت كۆپىنچە گال ياكى توم نەرسىلەر بىلەن ئېغىر نەرسىلەرنىڭ بەدەنگە تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ.

سەۋەبى ۋە ئالاھىدىلىكى

ئېزىلگەن جاراھەت كۆپ ھاللاردا قول بىلەن پۇتتا سادىر بولۇپ، ئېغىر جىسىمنىڭ ئاستىدا بېسىلىپ قېلىش ياكى تاش، توقماققا ئوخشاش توم جىسىملارنىڭ زەربىسىگە ئۇچراش ياكى قاتناش قوراللىرىنىڭ بېسىۋېلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. توقۇلمىلار مىجىلىپ تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلىدۇ. ئېغىر ئەھۋاللاردا گۆشلەر بىلەن سۆڭەكمۇ زەخىملىنىپ پارچىلانغان (ئۇۋۇلغان) سۆئۆقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. بۇ خىل جاراھەتتە زەخىملەنگەن قان تومۇرلار مىجىلىپ قالغانلىقى ئۈچۈن قاناش ئاساسىي جەھەتتىن بولمايدۇ ياكى ئاز بولىدۇ. ئاغرىش قاتتىق بولىدۇ. جاراھەت يۈزى تەكشىسىز بولىدۇ. جاراھەت يۈزى كۆپ ھاللاردا پاسكىنا بولىدۇ. بۇنداق جاراھەتلەردە ئۆلگەيلا قاتما كېسەللى بىلەن توقۇلمىلار چىرىپ سېسىشى (گانگرېنا) پەيدا بولىدۇ. يىرتىلغان جاراھەتلەردە ئاغرىشتىن سىرت قاناش كۆپرەك بولىدۇ ۋە تېرە ئاستى توقۇلمىلىرى ئېچىلىپ قالىدۇ. بۇ كۆپ ھاللاردا چىشلىق ئۆتكۈر ئەسۋاب ياكى مىخ قاتارلىقلارنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئەگەر ئاياللارنىڭ چىچى چىغىرىق قاتارلىق ئۈسكۈنىلەرگە قىسىلىپ قالسا باش تېرىسى يۇلۇنۇپ يىرتىلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

داۋاسى

ئېزىلگەن جاراھەتنى قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان يىلمان تۇز سۈيى بىلەن پاكىز چايقاپ يۇيۇپ، جاراھەت ئۈستىدىكى بۇلغانغان توپا ۋە ئەخلەت قاتارلىقلاردىن پۈتۈنلەي خالىي قىلىنىدۇ. (بۇ مەشغۇلات جاراھەتنىڭ يىرىڭلىماي ساقىيىشىدا بەكمۇ مۇھىم) ئۇنىڭدىن كېيىن جاراھەت يۈزى ھاراق ياكى كونا سىركە بىلەن سۈرتۈپ يۇيۇلىدۇ. جاراھەتنى تازىلاش جەريانىدا مىجىلغان تومۇرلار ئەسلىگە كېلىپ، پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان قىسىمدىن قان چىقىشى مۇمكىن. بىراق كۆپ ھاللاردا قاناش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. جاراھەت يۈزىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن قان توختاتقۇچى (قاناش بولۇۋاتقان بولسا) ياكى يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئالغۇچى دورىلار تالقىنىنى سېپىپ پاكىز داكا بىلەن تېڭىپ قويۇلىدۇ. لېكىن جاراھەت تىكىلمەيدۇ. ئەھۋالغا قاراپ كۈنىگە بىر ياكى ئىككى قېتىم تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر يىرىڭلاپ زەرداب چىققان بولسا ئاۋۋال جاراھەتنى تازىلىغۇچى، كېيىن جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

يىرتىلغان جاراھەت يېڭى ۋە پاكىز بولسا، جاراھەتنى تازىلاپ كېسىلگەن جاراھەتكە ئوخشاش يىرتىلغان تېرىنى جاي-جايىغا كەلتۈرۈپ تىكىلىدۇ. جاراھەتنىڭ يىرىڭلاپ قالماسلىقى ئۈچۈن مۇۋاپىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

تېشىلگەن ياكى سانجىلغان جاراھەت

ئۆتكۈر ۋە ئۇچلۇق ئەسۋابلارنىڭ بەدەنگە كىرىشىدىن پەيدا بولغان جاراھەتنى تېشىلگەن ياكى سانجىلغان جاراھەت دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

خەنجەر، نەيزە، مىخ، بىگىز، قوزۇق، ئوق ۋە يىڭنە، تىكەن قاتارلىق ئۇچلۇق

ئەسۋابلار زەربىسىنىڭ بەدەنگە كىرىشىدىن پەيدا بولىدۇ. يېنىكلىرىدە تېرە ۋە تېرە ئاستى ھەتتا گۆش قاتلاملىرى زەخىملىنىشى مۇمكىن. ئېغىرلىرىدا مېڭە، يۈرەك، ئۆپكە، جىگەر، تال، ئاشقازان ۋە ئۈچەي قاتارلىق ئىچكى ئەزالار زەخىملىنىپ ئېغىر دەرىجىلىك قاناش بىلەن يىرىڭلىق ياللۇغلىنىشلارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرۈشى مۇمكىن. بەزىدە سۇنۇقمۇ بىرگە قوشۇلۇپ كېلىدۇ. تېشىلگەن ياكى سانجىلغان جاراھەتنىڭ ئالاھىدىلىكى جاراھەت ئېغىزى كىچىك ۋە چوڭقۇر بولۇپ دەرھال ئېغىر-يېنىكلىكىنى مۆلچەرلەش قىيىنراق. بەزىدە يىڭنە ياكى تىكەنلەر بەدەندە سۇنۇپ قالىدىغان ئەھۋاللارمۇ سادىر بولىدۇ.

ئالامىتى

تېشىلگەن جاراھەت بىلەن سانجىلغان جاراھەتتىكى ئاساسلىق ئالامەتلەر ئاغرىش، قاناش ئۇنىڭدىن كېيىن يىرىڭلىق ياللۇغلىنىشتىن ئىبارەت. زەخىملىنىش يېنىكرەك بولۇپ چوڭراق قان تومۇر زەخىملەنمىگەن بولسا قاناش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. ئەگەر يېنىكرەك زەخىملىنىشتە چوڭراق قان تومۇرلار زەخىملەنگەن بولسا ياكى ئىچكى ئەزالار بىرگە زەخىملەنگەن بولسا قاناش ئېغىرراق بولۇپ چىرايى تاتىرىش، سوغۇق تەرلەش، قول، پۇتى مۇزلاش، ماغدۇرسىزلىنىش، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش، كۆڭلى ئېلىنىش ۋە تومۇرنىڭ ھەرىكىتى تېزلىشىش بىلەن سۇسلىشىش قاتارلىق ئىچكى قاناشتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر سادىر بولىدۇ. ئەگەر ئۆپكە زەخىملەنسە قان تۈكۈرۈش، بۆرەك ياكى دوۋسۇن زەخىملەنسە قان سىيىش كۆرۈلىدۇ. كۆكرەك زەخىملەنسە كۆكرەك ساھەسى ئاغرىش، يۆتەلگەندە ياكى چوڭقۇرراق نەپەسلەنگەندە ئاغرىش كۈچىيىش، بارا-بارا نەپەسلىنىش قىيىنلىشىش ھەتتا كۆكرىپ قېلىشلار پەيدا بولىدۇ. ئاغرىغان كۆكرەك تەرەپنى ئاڭلىغاندا نەپەسلىنىش ئاۋازى يوقىلىش، چەككەندە بوغۇق ئاۋاز چىقىش، كاناي بىر تەرەپكە سىلجىش، سانجىلغان جاراھەت ئېغىزىدىن قان بىلەن ھاۋا چىقىش قاتارلىق ئالامەتلەر تەدرىجىي پەيدا بولىدۇ. ئەگەر قورساق بوشلۇقىدىكى ئەزالار زەخىملەنگەن بولسا قورساق قىسمى پىچاقتا تىلغاندەك قاتتىق ئاغرىيدۇ. قورساقتا قان ياكى زەرداب سۇ يىغىلىدۇ. قورساقنى باسقاندا ۋە بېسىپ قويۇپ بەرگەندە، بىمار تۇياق-بۇيىقىغا ئۆرۈلگەندە ۋە يۆتەلگەندە ئاغرىش كۈچىيىدۇ. قورساق تېمى قاتتىقلىشىدۇ. قورساق قىسمىنى چېكىپ تەكشۈرگەندە ھەرىكەتچان بوغۇق ئاۋاز ئاڭلىنىدۇ. تومۇرنىڭ سوقۇشى تېز ۋە سۇس بولىدۇ. جاراھەتلىنىش ئاساسىدا جاراسىم بىلەن ئۇيۇتۇلىنىپ يىرىڭلىق

ياللۇغلىنىش پەيدا بولغاندا يۇقىرى قىزىتما بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ھەتتا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ. شۇڭلاشقا تېشىلگەن ياكى سانجىلغان جاراھەت مەيلى قايسى خىل سەۋەبتىن پەيدا بولمىسۇن ھەرگىز سەل قارىماي، ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملەنگەن ياكى زەخىملەنمىگەنلىكى بىلەن زەخىملىنىشنىڭ خۇسۇسىيىتىنى (تۈرىنى) پەرقلەندۈرۈش كېرەك. چۈنكى تېشىلگەن ياكى سانجىلغان جاراھەت يۈزى زەخىملىنىش ۋە چوڭقۇر زەخىملىنىش، ئاددىي زەخىملىنىش ۋە مۇرەككەپ زەخىملىنىش (بۇ چوڭقۇر زەخىملىنىشكە قوشۇلۇپ چوڭراق تومۇر بىلەن ئىچكى ئەزا زەخىملىنىشى قاتارلىقلارنىڭ بىرگە كېلىشىنى كۆرسىتىدۇ)، تۈيۈق زەخىملىنىش ۋە ئۆتۈشمە زەخىملىنىش (ئوق قاتارلىق ئۇچلۇق ئەسۋابلار بەدەننىڭ مەلۇم يېرىدىن كىرىپ، مەلۇم يېرىدىن چىقىدىغان جاراھەتنى كۆرسىتىدۇ)، پاكىز جاراھەت ۋە بۇلغانغان جاراھەت دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ.

داۋالاش

جاراھەت ئاددىي، تۈيۈق، پاكىز ۋە يېڭى زەخىملىنىش بولۇپ ئەسۋابلار يۈزە سانجىلغان بولسا ۋە قاناش ئېغىر بولمىسا جاراھەتنىڭ ئەتراپىنى ئاق ھاراق بىلەن تازىلاپ بولغاندىن كېيىن پاكىز تۇز سۈيى بىلەن نەمدەلگەن پەلكۈچ بىلەن جاراھەتنىڭ چوڭقۇرلۇقى ئەكشۈرۈلىدۇ ۋە تەكرار تازىلاپ پاكىز داكا بىلەن بېسىپراق تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر خەنجەر ياكى نەيزە قاتارلىق ئەسۋابلار بىلەن زەخىملەنگەن بولسا جاراھەت ئىچىنى پاكىز چايقاپ ئەھۋالغا قاراپ جاراھەت ئېغىزى تىكىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر بولسا جاراھەت ئەتراپىدىكى تېرىنى ھاراق بىلەن تازىلاپ، جاراھەت ئىچىنى تۇز سۈيى بىلەن قايتا-قايتا تازىلىغاندىن كېيىن يىرىڭلاپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە ئەت ئۆندۈرۈش مەقسىتىدە جاراھەت ئىچىگە مۇرمەككى، مامىرانچىنى ياكى كۆندۈر تالقىنىنىڭ بىر خىلى ياكى ئارىلاشمىسىنى كىرگۈزۈپ (پەلكۈچكە مىلەپ ياكى پەلكۈچ بىلەن ئىتتىرىپ ياكى بولمىسا نەيچە بىلەن پۈركەپ كىرگۈزگەندىن كېيىن) تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر يېڭنە، تىكەن سۇنۇپ قالغان ياكى ئەينەك پارچىسى بىلەن چاچما ئوق قاتارلىقلار تۇرۇپ قالغان بولسا جۇپتەك بىلەن قىسىپ ئېلىپ (زۆرۈر تېپىلسا جاراھەت ئېغىزى كېڭەيتىلىدۇ) جاراھەت ئىچى تۇز سۈيى بىلەن پاكىز چايقاپ يۇيۇلىدۇ ۋە جاراھەتكە يۇقىرىدىكى دورىلار تالقىنى كىرگۈزۈلىدۇ. ئەگەر سۇنۇپ قالغان تىكەن ياكى يېڭنە قاتارلىقلارنى تارتىپ چىقارغىلى بولمىسا ئوشەق، پىياز، نەركەس يىلتىزى، ھەسەل، زىفت دەرەخ يېلىمى ۋە

راتيانە جىلەرنى ئايرىم-ئايرىم ياكى بىرنەچچىسىدىن تەركىب تاپقان مەلھەم بىلەن تېڭىلسا
قېپقالغان يات نەرسىلەر ئۆزلۈكىدىن چىقىدۇ ياكى تارتىپ چىقىرىش ئاسان بولىدۇ. ئەگەر
تېشىلگەن ياكى سانجىلغان يارا چوڭقۇرراق بولسا ئەڭ ياخشىسى جاراھەت ئېغىزىنى
مۇۋاپىق كەڭەيتىپ، جاراھەت ئىچى پاكىز تازىلىنىدۇ. قاناش يۈز بەرسە ئاۋۋال ئىسسىق تۇز
سۈيىگە چىلانغان داكا بىلەن تۇزاق بېسىپ قان توختىتىلىدۇ. ياكى ئاقاقىيا، ئانار-گۈلى،
بەلەنگۈ ۋە بەزۇرۇلبەنجى تالقىنىنىڭ بىر خىلى ياكى بىرلەشمىسىنى ئىسسىق نەم داكىغا
سىلەپ جاراھەت ئىچىگە تىقىپ بىر مەزگىل بېسىپ تۇرۇلسا قان توختايدۇ. ئەگەر
چوڭراق قان تومۇر زەخىملىنىپ يۇقىرىدىكى چارىلار ئۈنۈم بەرمىسە قان تومۇرنى باغلاش
ئۇسۇلى ئارقىلىق قان توختىتىلغاندىن كېيىن جاراھەت ئىچىنى تازىلاپ يۇقۇملىنىشنىڭ
ئالدىنى ئېلىپ ئەت ئۈندۈرۈشكە ياردەم بېرىدىغان دورىلارنى جاراھەت ئىچىگە كىرگۈزۈپ
تېڭىپ بېرىلىدۇ. جاراھەت ئېغىزى چوڭراق بولۇپ ئۈچ كۈنگىچە يېرىڭلاش ئەھۋاللىرى
كۆرۈلمىسە چوڭراق تاتۇق پەيدا بولۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەت تىكىلسىمۇ بولىدۇ.
ئەگەر ئىچكى ئەزالار زەخىملەنگەن بولسا دەستكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش ئېلىپ
بېرىلىدۇ.

ھەر خىل جاراھەتلىنىشتە كۆپ ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

(1) ئاغرىقسىزلاندۇرۇش مەقسىتىدە قوللىنىدىغان دورىلار

كىلەنىڭ تېرىسىنى كۆيدۈرۈپ ھاراقتا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلسا تېرىنى
تۇيغۇسىزلاندۇرۇپ كەسسە ئاغرىمايدۇ. تاتلىق ئانارنى ھاراق بىلەن قاينىتىپ تېرىگە تاڭسا
ئاغرىشنى ئالاھىدە پەسەيتىدۇ. بەزۇرۇلبەنجنىڭ يوپۇرمىقىنى مۇسەللەس بىلەن قاينىتىپ
تېرىگە چېپىلسا ئاغرىق پەسەيتىدۇ. بەزۇرۇلبەنجى يوپۇرمىقى ۋە يىلتىزىنى مۇسەللەس
بىلەن قاينىتىپ كېسىلىدىغان تېرىگە قويۇلسا ئاغرىق پەسەيتىدۇ. بەزۇرۇلبەنجنىڭ
سۈيىگە گۈل يېغىنى قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ ئاغرىق پەسەيتىدۇ. ئىنەك پىتى بىلەن
زەنجىۋىل ياكى قارا سۆگەت يوپۇرمىقىنى سۇدا ئېزىپ، ئۇنىڭغا سەندەل تالقىنىنى
ئارىلاشتۇرۇپ كېسىلىدىغان ئورۇنغا چاپسىمۇ بەلگىلىك ئۈنۈم بېرىدۇ. ۋاك يوپۇرمىقى،

كۆك يۇمغاقسۈت، مارجان، شوخلىلارنى ئېزىپ تېرىگە چاپسىمۇ ئۈنۈمى بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا ئاقىرقەرها، هىلك، ئىگىر، سۆگەتگۈل قاتارلىق دورىلارنى ئايرىم ياكى باشقا دورىلار بىلەن قوشۇپ كېسىلدىنغان ئورۇنغا چېپىلسىمۇ ئاغرىقنى پەسەيتىش رولىنى ئوينايدۇ. ئەڭ ياخشىسى بەزۇرۇلبەنجى تورۇقى تالقىنى بىلەن ئەپيۈننى تەڭ مىقداردا ئېلىپ 0.3 گرام كومۇلاچ ياساپ ئىچكۈزۈش ياكى بەزۇرۇلبەنجىنىڭ ھۆل يوپۇرمىقىدىن ياسالغان قۇرۇسىنى بىمارغا يېگۈزۈش ياكى بولمىسا هاراق ئىچكۈزۈپ مەس قىلىشقا يۇقىرىدىكى سىرتىدىن دورا سۈرۈتۈش بىرلەشتۈرۈلسە ئاغرىقنى پەسەيتىپ سېزىمسىزلەندۈرۈش ئۈنۈمى يۇقىرى كۆتۈرۈلىدۇ.

(2) قان توختاتقۇچى دورىلار

جاراھەتتىن قان چىقىۋاتقان بولسا سىركە ياكى گۈلاپقا پاكىز داكىنى چىلاپ جاراھەتكە بىر مەزگىل قويۇلسا ياكى ئاۋۋال مۇزنى پاكىز داكىغا ئوراپ قاناش بولۇۋاتقان جاراھەتكە قويۇپ ئاندىن كېيىن پاكىز داكىنى قىزىق سۇغا چىلاپ قاناۋاتقان جاراھەتكە قويۇپ بىر مەزگىل بېسىپ تۇرۇلسا قاناش توختايدۇ. سەمغى بەللۇت (بۇ ئىككى خىل بولۇپ بىرى مەرمەر تاش تالقىنى بىلەن كالا تېرىسىدىن ياسالغان يارا يېلىم تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ياسىلىدۇ. يەنە بىرى سەبرە، مۇرمەككى، دەمۇلئەخەۋەين، دېۋىرقاي يېلىمى، ئەنزۇرۇت، سەمغى ئەرەبى تالقىنى ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا، بىخ مارجان، يېشىل زاك يېرىم مىقداردا بۇلارنى سەمغى ئەرەبنىڭ سۈيىگە چىلاپ بەللۇت شەكلىدە دۈگىلەك قىلىپ تەييارلىنىدۇ. زۆرۈر بولغاندا ئېزىپ جاراھەتكە سېپىلىدۇ) ساپال تالقىنى، راتىنەج تالقىنى قاتارلىق باشقا ھەرقانداق قان توختاتقۇچى دورىلارمۇ ئىشلىتىلىدۇ. قاناش دائىرىسى كەڭرەك ۋە ئېغىرراق بولۇپ يۇقىرىدىكى چارىلەر ئۈنۈم بەرمىسە ماش ئۇنى، كۈندۈر، سەبرە، پۇچۇلانغان موزا، گەج تېشى، دەمۇلئەخەۋەين تالقىنىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ پاكىز داكىنى يۇقىرىدىكى مەلھەمگە ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەت ئىچىگە چىڭراق كىرگۈزۈپ ئۈستىدىن بىرقانچە كۈندىن ھەپتىگىچە بېسىپ تېڭىلىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسۇل بىلەنمۇ قان توختىمىسا خام ھاك ياكى يېشىل زاك (فېروم سۇلفات) تالقىنىنى جاراھەت ئىچىگە سېلىپ تېڭىپ قويۇلسا داغلاپ قان توختىتىش رولىنى ئوينايدۇ. لېكىن ساق توقۇلمىلارنى كۆيدۈرۈپ زەخىملەيدۇ. شۇڭا ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. دورا بىلەن قان توختىتىشتىن سىرت قاناش ئۇقتىلىرى كۆپ بولۇپ يۇقىرىدىكى چارىلەر ئۈنۈم بەرمىسە قاناۋاتقان ئۇقتىلارنى قىزدۇرۇلغان ئالتۇن،

كۆمۈش ياكى ساپ مس بىلەن داغلاش ئارقىلىق قان توختىتىسمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ئەگەر قاناش چوڭراق قان تومۇردا سادىر بولغان بولسا، ئۈزۈلگەن قان تومۇرنىڭ ئىككى ئۇچىنى مەشۈت يىپ بىلەن باغلاش ئۇسۇلى بىلەن قان توختىتىلىدۇ.

(3) جاراھەتتىن ئۇفۇنە تىسزلەندۇرۇپ يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئېلىش چارىلىرى

(1) تېۋىپ ۋە تېۋىپنىڭ ياردەمچىسى قولىنى بىرنەچچە قېتىم سوپۇنلاپ يۇيۇپ قۇرۇتقاندىن كېيىن ئاق ھاراقنى بىر قانچە قېتىم سۈرتۈپ قولىنى زەھەرسىزلەندۇرىدۇ. (ئارقىدىن ھازىرقى زامان تېبابىتىنىڭ ئۇفۇنەتسىزلەندۈرۈلگەن پەلىيىنى كەيسە تېخىمۇ ئىشەنچلىك بولىدۇ)

(2) جاراھەتكە ئىشلىتىلىدىغان داكا ۋە ئالاقىدار ئەسۋابلار قاسقاندا بىر ئاش پىشىم (بىرىم سائەت) قاينىتىلىدۇ. قاسقان بولمىسا داڭقاندا قاينىتىلسىمۇ بولىدۇ.

(3) جاراھەتنىڭ ئەتراپىدىكى تېرە ئاۋۋال سۇ، كېيىن ئاق ھاراق بىلەن تازىلىنىدۇ. ئەگەر مايلىشاڭغۇ ياكى بەك مەينەت بولسا ئاۋۋال بېنزىن ياكى كىرسىن بىلەن تازىلاپ ئارقىدىن سوپۇن سۈيى ۋە ئاق ھاراق بىلەن تازىلىنىدۇ. تېرىنى تازىلاش جەريانىدا تېرىنى تازىلاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار جاراھەتكە تېگىپ كەتمەسلىكى كېرەك.

(4) جاراھەتنى يۇيۇپ تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار تۇز سۈيى، رەۋەن قاينىتىلمىسى، مامىرانچىنى قاينىتىلمىسى قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ. يەنى 100 مىللىلىتىر سۇغا 3-2 گرام نىسبىتىدىكى تۇز ئارىلاشتۇرۇلغان سۇنى قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان سۈيى ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر جاراھەت ئىچى ئۇفۇنەتلەنگەن بولسا 800 مىللىلىتىر پار سۈيىگە 36 گرام ئاش تۇزى، 200 مىللىلىتىر ئاق ھاراق ئارىلاشتۇرۇلغان ئېرىتمىنىڭ ئۈنۈمى ياخشى. ياكى بولمىسا بىر يېرىم لىتىر سۇغا مامىرانچىنى بىلەن زاراڭزا چېچەكى ھەر بىرىدىن 50 گرام، ئاش تۇزىدىن 30 گرام ئارىلاشتۇرۇپ بىر لىتىر قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيى جاراھەتنى يۇيۇش ۋە سۇلىشىپ ياكى يىرىڭ زەرداب ئېقىپ تۇرغان جاراھەتنى تېگىپ بېرىشكە ئىشلىتىلسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

(3) ئۇفۇنەتسىزلەندۇرۇپ يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئالىدىغان دورىلار كۆپ بولۇپ بۇنىڭ ئىچىدىكى ئۈنۈمى بىرقەدەر ياخشىلىرى ئازاد دەرىخىنىڭ يېشىل يوپۇرمىقى، ئازاد دەرىخى يېغى، توتىيا، سۈرمە، لوبان، ھىلىڭ، سەبرە، مۇرمەككى، شور، بۆرە ئەرمىنى، نەترۇن، ئىگىر، تەنكار، كافۇر، پۇدىنە، ھاشا جەۋھىرى (تىمۇل)، ياپۇز جەۋھىرى (مىنتۇل)، جۇۋنە، جۇۋنە جەۋھىرى، كوجا، كوجا يېغى، مامىرانچىنى، ئالتۇن كىرى

(سۇنا مىكى)، كۈمۈش كىرى، كەملە، زىفت، كەترا، ئەپسەنتىن، شاھتەررە قاتارلىق دورىلاردىن ئىبارەت بولۇپ بۇلارنى يەككە ياكى بىرقانچە خىلنى قوشۇپ تەييارلاپ ئىچىدىن يېيىشكە ياكى سىرتىدىن سۈرتۈشكە ئىشلىتىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا سىماب مەلھىمى، گۈڭگۈرت مەلھىمى قاتارلىقلارمۇ سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىنىڭ سۇنۇقچىلىق بىلەن چىقىقچىلىق ئىلمى

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىنىڭ سۇنۇقچىلىق ۋە چىقىقچىلىق بىلەن شۇغۇللانغىنىغا ناھايىتى ئۇزۇن بولۇپ، ئەجدادلىرىمىز بۇ ئۇزۇن جەريانلاردا سۇنۇق بىلەن چىقىقلارنى پەرقلەندۈرۈش، سۇنۇق بىلەن چىقىقلارنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ۋە ئۇنى تېڭىپ مۇقىملاشتۇرۇش ھەمدە سۇنۇق بىلەن چىقىقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش قاتارلىق جەھەتلەردە مول كىلىنىكىلىق تەجرىبىلەرگە ئىگە بولۇپلا قالماستىن بەلكى ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىنىڭ ئاساسىي نەزەرىيىسىنىڭ يېتەكچىلىكىدە سۇنۇق بىلەن چىقىقلارنىڭ ساقىيىش جەريانى، سۇنۇق بىلەن چىقىقلارنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدىغان ياكى كېچىكتۈرىدىغان ئامىللار بىلەن سۇنۇق ۋە چىقىقلارنىڭ پەرۋىشى قاتارلىق جەھەتلەردىكى تەجرىبىلىرىنى يەكۈنلەپ ۋە ئۇنى نەزەرىيە سەۋىيىسىگە كۆتۈرۈپ بىرقەدەر مۇكەممەل بولغان ئۆزىگە خاس ئالاھىدىلىككە ئىگە بىر يۈرۈش نەزەرىيىنى بارلىققا كەلتۈرگەن. ئۇيغۇر تىبابىتىدە سۇنۇقچىلىق بىلەن چىقىقچىلىق ئومۇملاشتۇرۇپ «تېڭىقچىلىق» دەپ ئاتىلىپ تېڭىقچىلىق بىلەن شۇغۇللىنىغان تېۋىپ «تېڭىقچى» دەپ ئاتىلىدۇ. تېڭىقچىلىقتا قول مەشغۇلىيىتى ئاساس، دورا ئىشلىتىش قاتارلىق باشقا داۋالاش ئۇسۇللىرى قوشۇمچە قىلىنغانلىقىدىن ئىبارەت ئالاھىدىلىككە ئاساسەن «تېڭىقچىلىق» ئىلمى ئىسلامىيەتتىن خېلى بۇرۇنلا تىبابىتىمىزنىڭ مۇھىم تارماقلىرىنىڭ بىرى بولۇش سۈپىتىدە ئايرىلىپ چىققان. ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك تېڭىقچىلىقى كىلىنىكىلىق تەجرىبىسىنىڭ مولluqى، نەزەرىيە سىستېمىسىنىڭ بىرقەدەر مۇكەممەللىكى، تېخنىكىسىنىڭ بىرقەدەر ئۈستۈنلۈكى، سۇنۇقلار بىلەن چىقىقلارنىڭ بىجىرىم ساقىيىش نىسبىتىنىڭ يۇقىرىلىقى، سۇنۇقلارنىڭ ساقىيىش جەريانىدا يۈز بېرىدىغان ھەر خىل ئاسارەتلەرنىڭ ئازلىقى ۋە داۋالاش راسخوتىنىڭ ئەرزانلىقىدىن ئىبارەت ئالاھىدىلىكلىرى بىلەن بىرقانچە مىڭ يىللاردىن بېرى شىنجاڭ رايونىدىكى ھەر مىللەت خەلقى ئۈچۈن خىزمەت قىلىپلا قالماستىن بەلكى يۇقىرىدىكى ئارتۇقچىلىقلىرى بىلەن زامانىمىزدىمۇ شىنجاڭ رايونىدىكى ھەر

مىللەت خەلقىنىڭ ھۆرمىتىگە سازاۋەر بولماقتا.

ئۇستىخان بىلەن بوغۇملار تۈزۈلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ ئۇستىخان بىلەن بوغۇملارنىڭ شەكلى تۈزۈلمىسى (ئاناتومىيىسى) ھەققىدىكى بايانلىرى ھازىرقى زامان ئۇستىخان ۋە بوغۇملارنىڭ شەكلى تۈزۈلمىسىدىكى بايانلىرى بىلەن ئاساسەن ئوخشاپ كېتىدۇ. مۇشۇ نۇقتىدىن قارىغاندىمۇ ئەجدادلىرىمىزنىڭ ئادەم بەدىنىدىكى ھەرقايسى سىستېما ۋە ئەزا-توقۇلمىلارنىڭ تۈزۈلمىسى جۈملىدىن ئۇستىخان بىلەن بوغۇملار تۈزۈلمىسىدە ئادەم جەسىتى ئۈستىدە خېلىلا چوڭقۇر تەتقىقات ئېلىپ بارغانلىقىنى بىلىۋالغىلى بولىدۇ.

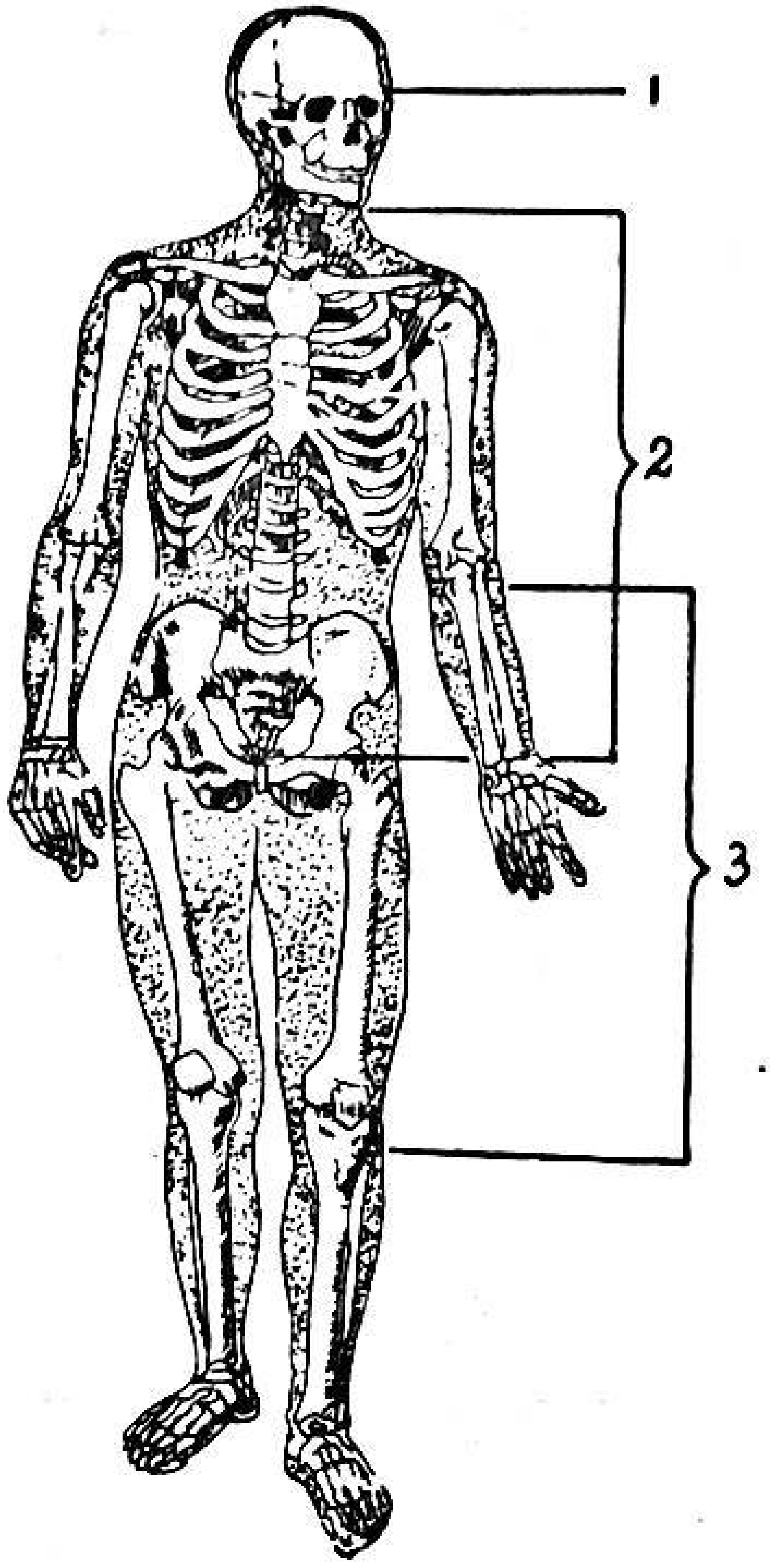
ئۇستىخانلارنىڭ تۈزۈلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە

ئادەم بەدىنىدىكى ئۇستىخانلار خادىمى ئەزالارغا مەنسۇپ بولۇپ، ئۇ ئادەم بەدىنىدىكى يۆلەكلەرنى ئۆزئارا تۇتاشتۇرۇش ئارقىلىق ئادەم بەدىنىنىڭ بىر پۈتۈنلۈكىنى ساقلاش، ئىچكى ئەزالارنى مۇھاپىزەت قىلىش ۋە كۈندىلىك تىرىكچىلىكتىكى ھەممە ھەرىكەتلەرگە قاتنىشىشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

ئادەم بەدىنىدىكى چوڭ-كىچىك سۆڭەكلەر 206 پارچىدىن ئىبارەت. بۇ 206 پارچە سۆڭەك بوغۇملار ئارقىلىق بىر-بىرى بىلەن تۇتۇشۇپ ئادەم بەدىنىنىڭ شەكىل تۈزۈلمىسىنى ھاسىل قىلىدۇ. ئادەم بەدىنىدىكى سۆڭەكلەر جايلىشىش ئورنىغا قاراپ باش سۆڭىكى، گەۋدە سۆڭىكى ۋە تۆت مۈچە سۆڭەكلىرىدىن ئىبارەت ئۈچ چوڭ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ (1 — 1 سۈرەت).

ئادەم بەدىنىدىكى ئۇستىخانلار شەكلىگە قاراپ ئۇزۇن سۆڭەك (نۇسمان سۆڭەك)، قىسقا سۆڭەك، ياپىلاق سۆڭەك ۋە رەتسىز سۆڭەكتىن ئىبارەت 4 خىلغا بۆلۈنىدۇ. ھەر بىر تال سۆڭەكتە گۆشلەر يېپىشىپ تۇرىدىغان غادۇر-بۇدۇر يېرىك ئورۇنلار بىلەن قان

تومۇر ۋە ئەسەبلەر ئۆتىدىغان ئېرىقچىلار ياكى نو ۋە ئۆشۈكلەر بولىدۇ.



1 — 1 سۈرەت. ئادەم بەدىنىدىكى سۆڭەكلەر (1) باش سۆڭىكى (2) گەۋدە سۆڭىكى (3) تۆت مۈچە سۆڭىكى

باش سۆڭەكلىرى

باش سۆڭىكى ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، ئۇ مېڭە سۆڭىكى ۋە يۈز سۆڭىكى دېگەن چوڭ ئىككى قىسىمغا بۆلۈنىدۇ.

مېڭە سۆڭىكى 8 پارچە سۆڭەك-تىن تەركىب تاپقان بولۇپ، بۇنىڭ ئىچىدە تاق سۆڭەك 4 پارچە (پېشانە سۆڭىكى، گەجگە سۆڭىكى، كېپىنەك سۆڭىكى ۋە غەلۋىر سۆڭىكى)، جۈپ سۆڭەك ئىككى جۈپ (تۆپە سۆڭەك ئىككى پارچە، چېكە سۆڭەك ئىككى پارچە). يۈز سۆڭىكى 15 پارچە سۆڭەكتىن تەركىب تاپقان بولۇپ بۇنىڭ ئىچىدە جۈپ سۆڭەك 6 جۈپ (يۇقىرىقى ئېڭەك سۆڭەك بىر جۈپ، مەڭزى سۆڭىكى بىر جۈپ، تاڭلاي سۆڭىكى بىر جۈپ، بۇرۇن سۆڭىكى بىر جۈپ، ياش سۆڭىكى بىر جۈپ، بۇرۇن ئاستىنقى قالقان سۆڭەك بىر جۈپ) تاق سۆڭەك 3 پارچە (تۆۋەنكى ئېڭەك، ساپان سۆڭەك ۋە تىل سۆڭىكى) دىن ئىبارەت (1 — 2 سۈرەت).

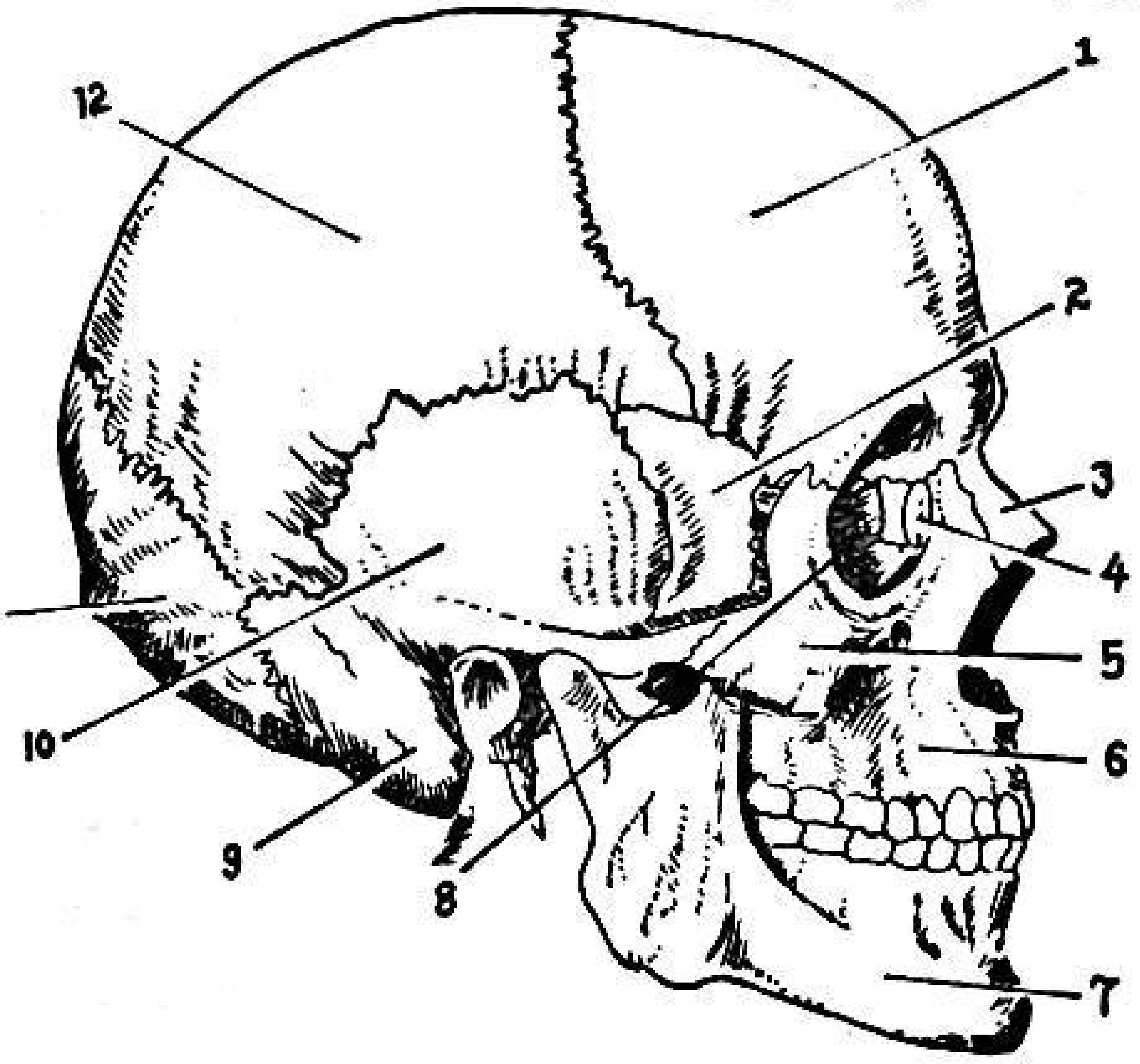
گەۋدە سۆڭەكلىرى

گەۋدە سۆڭىكى بولسا ئومۇرتقا سۆڭىكى، تۆش سۆڭىكى ۋە قوۋۇرغا

سۆڭەكلىرىدىن ئىبارەت 3 قىسمىدىن تەركىب تاپقان.

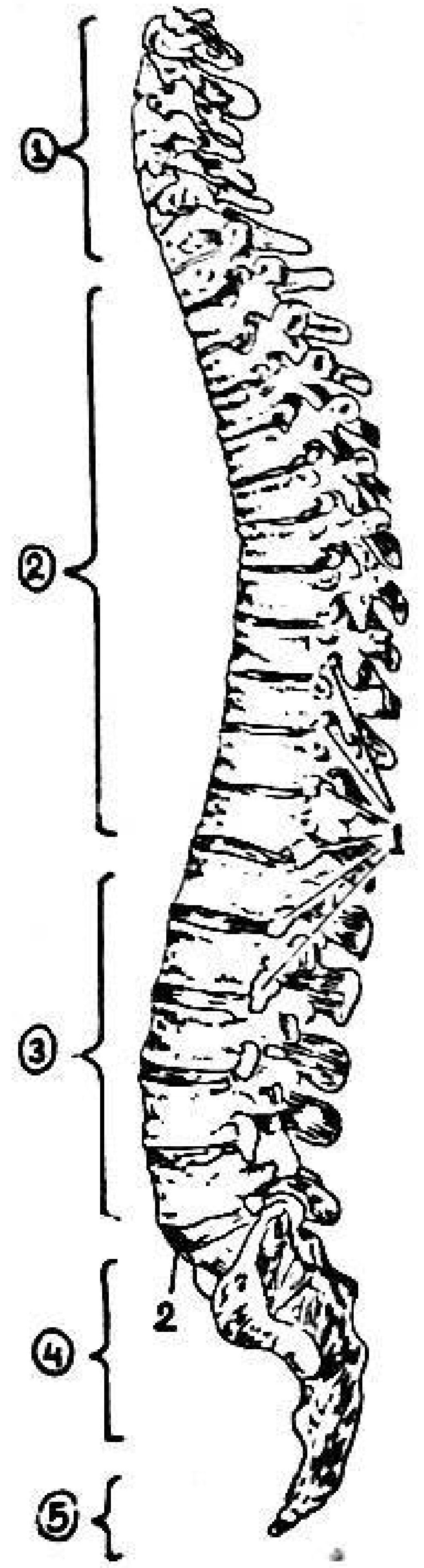
ئومۇرتقا سۆڭىكى تەكشىسىز سۆڭەكلەرگە مەنسۇپ بولۇپ جەمئىي 33 پارچە يەنى بويۇن ئومۇرتقىسى 7 دانە، كۆكرەك ئومۇرتقىسى 12 دانە، بەل ئومۇرتقىسى 5 دانە، توغۇر (توققۇز كۆز) ئومۇرتقىسى 5 دانە ۋە قۇيرۇق ئومۇرتقىسى (بۇ قۇيرۇق سۆڭىكى دەپمۇ ئاتىلىدۇ) 4 دانىدىن ئىبارەت (1 — 3 سۈرەت).

ئومۇرتقا سۆڭىكىنىڭ ئورتاق ئالاھىدىلىكى بولسا ھەر بىر ئومۇرتقىنىڭ ئالدى تەرىپىدە ئومۇرتقا تېنى، ئارقا تەرىپىدە ئومۇرتقا يايىسى، ئومۇرتقا تۆشۈكى (بۇ تۆشۈكلەر ئۆزئارا تۇتىشىپ يۇلۇن جايلىشىدىغان ئومۇرتقا نورىنى ھاسىل قىلىدۇ)، ئومۇرتقا ئويۇقچىسى (يۇقىرى تۆۋەن ئومۇرتقا ئويۇقچىسى بىرلىشىپ يۇلۇندىن چىقىدىغان ۋە يۇلۇنغا كىرىدىغان ئەسەبلەر ئۆتىدىغان ئومۇرتقا ئارا تۆشۈكنى ھاسىل قىلىدۇ) بولىدۇ. ھەر بىر ئومۇرتقا يايىسىدا 7 دانە ئۆسۈكچە



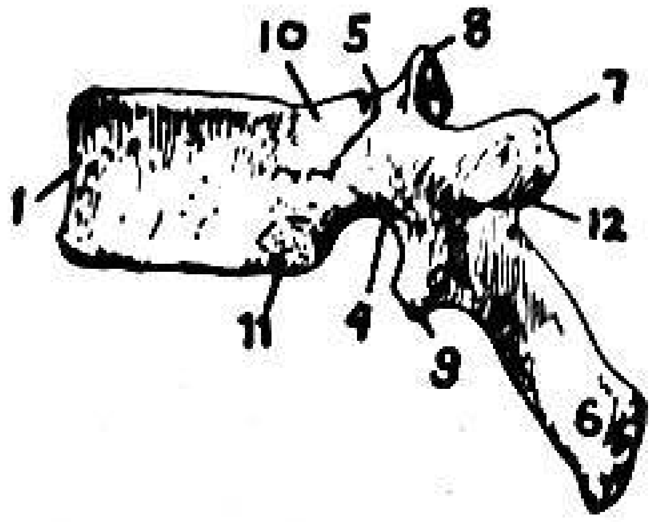
1 — 2 سۈرەت. باش سۆڭىكىنىڭ يان تەرىپى

(1) پېشانە سۆڭىكى (2) كىينەك سۆڭەك (3) بۇرۇن سۆڭىكى (4) ياش سۆڭىكى (5) مەڭىز سۆڭىكى (6) يۇقىرىقى ئېڭەك سۆڭىكى (7) تۆۋەنكى ئېڭەك سۆڭىكى (8) غەلۋىر سۆڭەك (9) ئەمچەكسىمان سۆڭەك (10) چېكە سۆڭىكى (11) گەجگە سۆڭەك (12) تۆپە سۆڭەك.



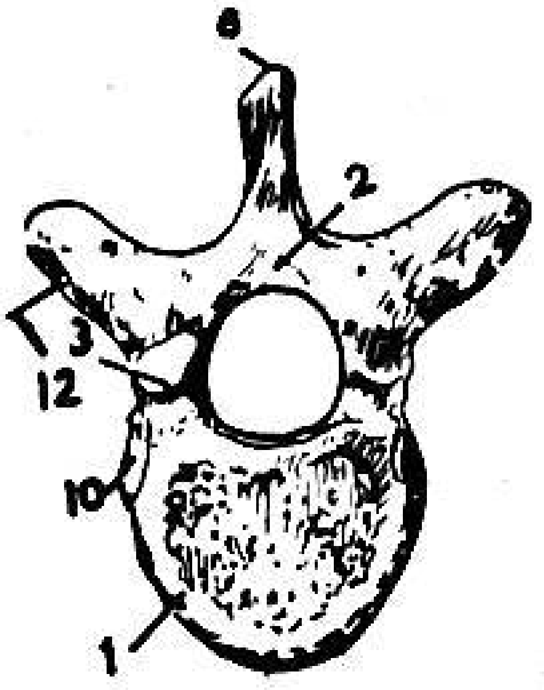
1 — 3 سۈرەت. ئومۇرتقا تۈزۈلۈكى

(1) بويۇن ئومۇرتقىسى (2) كۆكرەك ئومۇرتقىسى (3) بەل ئومۇرتقىسى (4) توغۇر ئومۇرتقىسى (5) قۇيرۇق ئومۇرتقىسى.



بولۇپ ئارقا تەرەپتىكى ئۆسۈكچە ئومۇرتقا بىسى دېيىلىدۇ. ئىككى يان تەرىپىدىكى ئۆسۈكچە كۆندىلەڭ ئۆسۈكچە دېيىلىدۇ. ئومۇرتقا يايىسى ئۈستىنىڭ ئوڭ-سول يۇقىرى ئۈستىدە بىر جۈپتىن بوغۇم ئۆسۈكى بولۇپ، بۇ ئۆسۈكچىلەر يۇقىرى ئۆۋەن ئومۇرتقا سۆڭىكىنى ئۆزئارا ئۇتاشتۇرىدۇ (1 — 4 سۈرەت).

بويۇنىنىڭ بىرىنچى، ئىككىنچى ۋە يەتتىنچى ئومۇرتقىلىرى بىلەن تۇغۇر ئومۇرتقىسى ۋە قۇيرۇق ئومۇرتقىسىنىڭ سىرتقى شەكلىدە ئازراق پەرقلەر بولىدۇ.

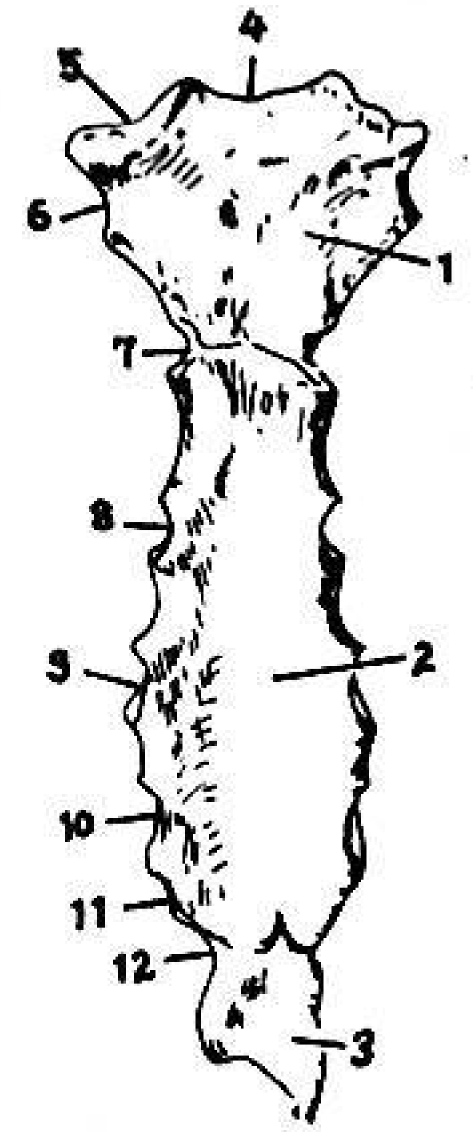


1 — 4 سۈرەت. كۆكرەك ئومۇرتقىسى

(1) ئومۇرتقا تېنى (2) ئومۇرتقا يايىسى (3) ئومۇرتقا تۆشۈكى (4) ئومۇرتقا ئاستى ئويۇقى (5) ئومۇرتقا ئۈستى ئويۇقى (6) ئومۇرتقا بىسى (7) كۆندىلەڭ ئۆسۈك (8) ئۈستۈنكى بوغۇم ئۆسۈكى (9) ئاستىنقى بوغۇم ئۆسۈكى (10) قوۋۇرغا يۇقىرى ئويمىنى (11) قوۋۇرغا ئۆۋەن ئويمىنى (12) كۆندىلەڭ ئۆسۈك قوۋۇرغا ئويمىنى.

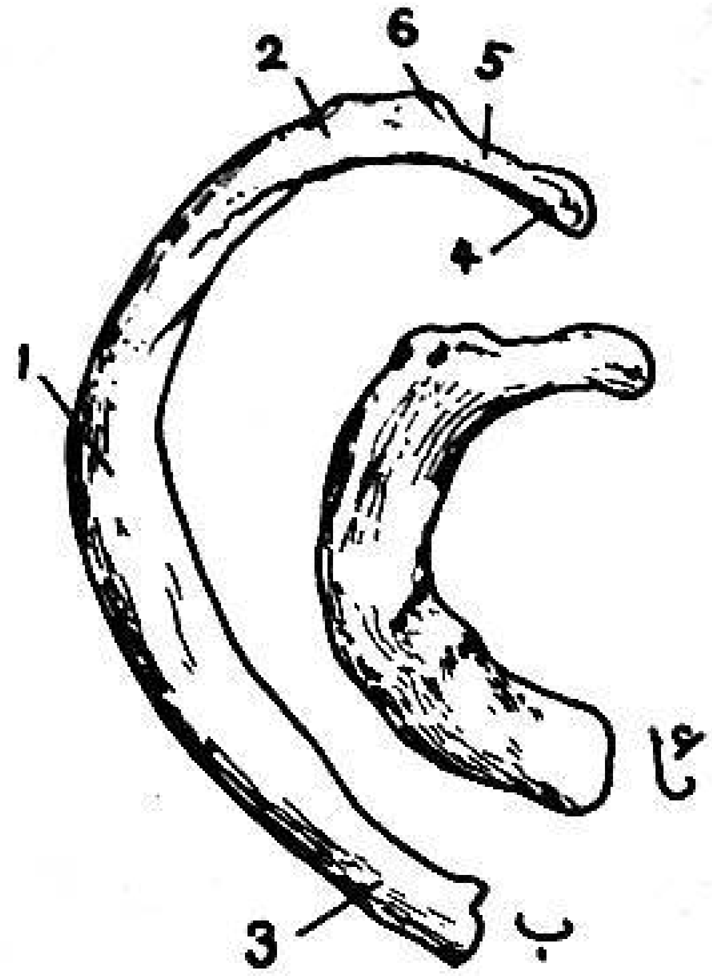
ئۆش سۆڭىكى بولسا ئۇزۇنچاق ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، ئۇ ئۆش سۆڭەك سېپى، ئۆش سۆڭەك تېنى ۋە خەنجەر ئۆسۈكتىن ئىبارەت 3 قىسىمدىن تەركىب تاپقان بولىدۇ. ئۆش سۆڭەك سېپى ئۈستى قىرى ئوتتۇرىسى ئويمان بولۇپ، ئويمانىنىڭ ئىككى چېتىدە ئۇقرەك سۆڭىكى ئۇتىشىدىغان ئۇقرەك سۆڭىكى ئويۇقى بولىدۇ. ئۆش سۆڭەك تېنىنىڭ ئىككى يان قىرىدا قوۋۇرغا بىلەن ئۇتىشىدىغان قوۋۇرغا ئويۇقى بولىدۇ (1 — 5 سۈرەت).

قوۋۇرغا سۆڭىكى ئۇزۇن ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ جەمئىي 12 جۈپ، ھەر بىر تال قوۋۇرغا سۆڭىكى قوۋۇرغا تېنى ۋە ئالدى-ئارقا ئۇچى دېگەن 3 قىسمىغا بۆلۈنىدۇ. ئارقا ئۇچىنى قوۋۇرغا بېشى دەپ ئاتىلىپ، ئۇنىڭدا ئۆش سۆڭىكى بىلەن ئۇتىشىدىغان بوغۇم يۈزى بولىدۇ. قوۋۇرغا تېنى بىلەن بېشىنى ئۇتاشتۇرىدىغان ئىنچىكە قىسمى قوۋۇرغا بويىنى دەپ ئاتىلىدۇ. قوۋۇرغا بويىنى بىلەن تېنى ئارىلىقىدىكى دۆمبەچىسى قوۋۇرغا ئۆگۈنى دەپ ئاتىلىدۇ. قوۋۇرغا ئۆگىنىدە كۆكرەك ئومۇرتقا كۆندىلەڭ ئۆسۈكى بىلەن ئۇتىشىدىغان بوغۇم يۈزى بولىدۇ. قوۋۇرغىنىڭ ئىچكى ۋە سىرتقى ئىككى يۈزى بولۇپ، ئىچكى يۈزىنىڭ ئۆۋەن قىرىدا قوۋۇرغا ئارا قان تومۇرى بىلەن نەسەب ئۆتىدىغان قوۋۇرغا ئېرىقچىسى بولىدۇ. قوۋۇرغىنىڭ ئالدى ئۇچى كۆمۈرچەك ئارقىلىق ئۆش سۆڭىكى بىلەن ئۇتىشىدۇ. يەنى يەتتە جۈپ قوۋۇرغا كۆمۈرچەك ئارقىلىق ئۆش سۆڭىكى بىلەن بىۋاستە ئۇتىشىدۇ. قالغان



1 — 5 سۈرەت. تۆش سۆڭىكى

(1) تۆش سۆڭەك سېپى (2) تۆش سۆڭەك تېنى (3) تۆش خەنجەر ئۆسۈكى (4) تۆش ئويمىنى (5) ئۇمۇرەك سۆڭەك ئويۇقى (6) 6 ـ 12 ـ قوۋۇرغا ئويۇقلىرى



1 — 6 سۈرەت. قوۋۇرغىلار

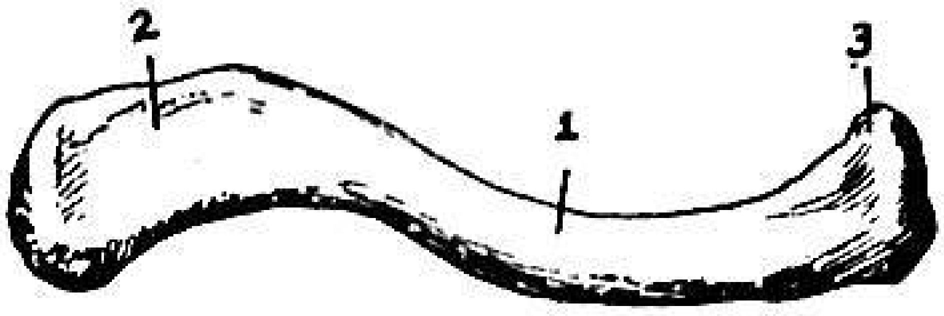
ئا: بىرىنچى قوۋۇرغا ب: ئىككىنچى قوۋۇرغا

(1) قوۋۇرغا تېنى (2) قوۋۇرغا ئارقا ئۇچى (3) قوۋۇرغا ئالدى ئۇچى (4) قوۋۇرغا بېشى (5) قوۋۇرغا بويىنى (6) قوۋۇرغا تۈگۈنى .

5 جۈپ قوۋۇرغا (8 — 12 ـ جۈپى) كۆمۈرچەك ۋاستىسى ئارقىلىق تۆش سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدۇ. بۇنىڭ ئىچىدە 11 ـ 12 ـ قوۋۇرغىنىڭ ئالدى ئۇچى ئەركىن ھالەتتە بولۇپ، بۇ يېتىم قوۋۇرغا دەپ ئاتىلىدۇ (1 — 6 سۈرەت).

تۆت مۇچە سۆڭەكلىرى

تۆت مۇچە سۆڭەكلىرىگە يۇقىرى ـ تۆۋەن مۇچىلەر سۆڭەكلىرى كىرىدىغان بولۇپ، مۇچە سۆڭەكلىرى گەۋدە بىلەن تۇتىشىدىغان سۆڭەكلەر ۋە ئەركىن



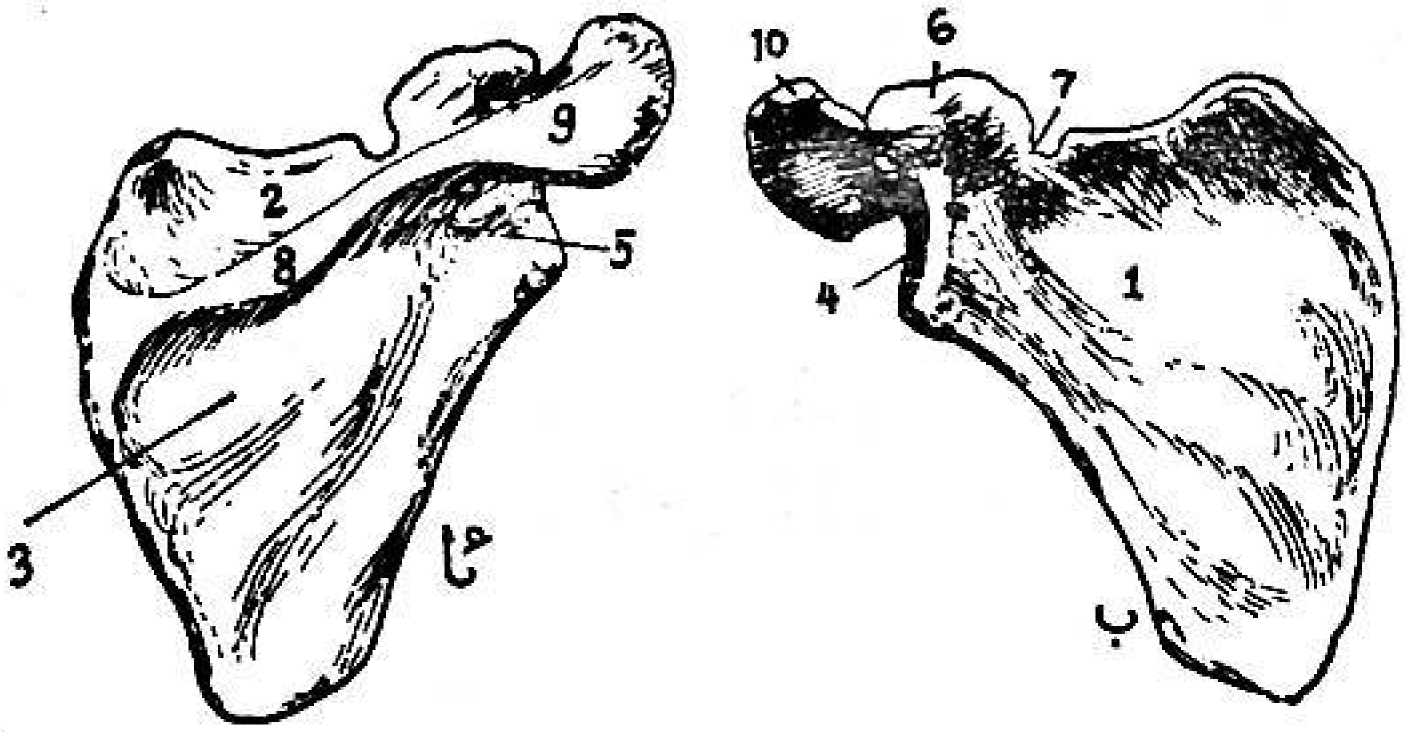
1 — 7 سۈرەت. ئوڭ تەرەپ ئۇقرەك

(1) ئۇقرەك سۆڭەك تېنى (2) ئۇقرەك سۆڭەك ئىچكى ئۇچى

(3) ئۇقرەك سۆڭەك سىرتقى ئۇچى

هالەتتىكى سۆڭەكلەر دېگەن ئىككى چوڭ تۈرگە بۆلۈنىدۇ. يۇقىرى مۈچىنىڭ گەۋدە بىلەن تۇتىشىدىغان سۆڭەكلىرى ئىككى بولۇپ بىرى ئۇقرەك سۆڭىكى، يەنە بىرى تارغاق سۆڭەكلىرىدىن ئىبارەت. ئۇقرەك سۆڭىكى ئەگرى ئۇزۇن سۆڭەك بولۇپ ئىچكى ۋە سىرتقى ئۇچى ۋە تېنى دېگەن 3 قىسمىدىن ئىبارەت. ئىچكى ئۇچى تومراق بولۇپ تۆش سۆڭەك سېپى بىلەن تۇتىشىدۇ. سىرتقى ئۇچى ياپىلاقراق بولۇپ تارغاق سۆڭىكىنىڭ يەلكە چوققىسى بىلەن تۇتىشىدۇ (1 — 7 سۈرەت).

تارغاق سۆڭىكى بولسا ئۈچ بۇلۇڭلۇق ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، ئالدى ـ ئارقا يۈزى، يۇقىرى، ئىچكى ۋە سىرتقى قىرى، ئىچكى بۇلۇڭى، ئاستى بۇلۇڭى دېگەن قىسىملارغا بۆلۈنىدۇ. ئالدى يۈزى كۆكرەك قەپەزگە يېپىشىپ تۇرىدۇ. بۇ تارغاق ئاستى ئويمىنى دەپ ئاتىلىدۇ. ئارقا يۈزىدە پولتىيىپ چىققان 3 بۇلۇڭلۇق قىسمى بولۇپ، بۇ تارغاق بىسى دەپ ئاتىلىدۇ. تارغاق بىسىنىڭ ئاخىرقى تومىلاشقان قىسمى يەلكە چوققىسى دەپ ئاتىلىدۇ. تارغاق بىسى تارغاقنىڭ ئارقا يۈزىنى بىس ئۈستى ئويمىنى ۋە بىس ئاستى ئويمىنى دەپ ئىككىگە ئايرىيدۇ. تارغاق سۆڭىكىنىڭ سىرتقى بۇلۇڭى تومىلىشىپ يۇقىرى بىلەك (پوزا سۆڭەك) بېشى بىلەن تۇتىشىدىغان چاچىكىسىنى هاسىل قىلىدۇ.



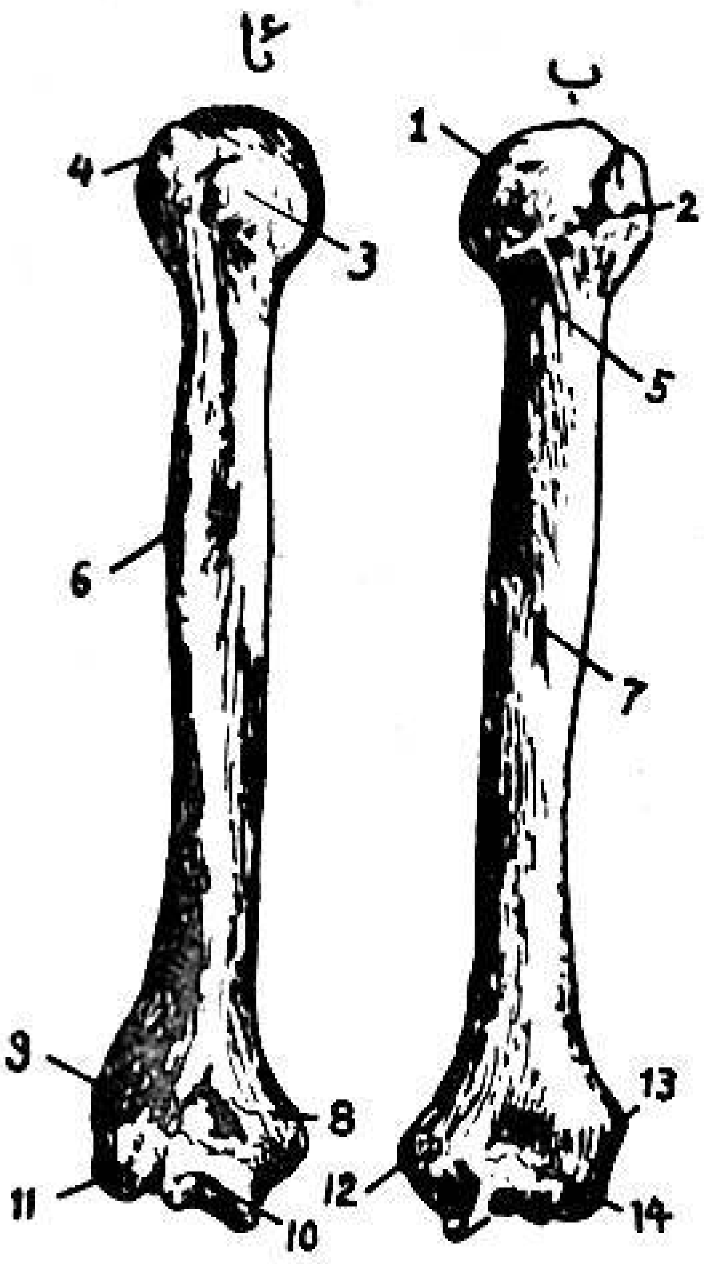
1 — 8 سۈرەت. ئوڭ تارغاق سۆڭىكى

ئا: ئارقا يۈزى ب: ئالدى يۈزى

(1) تارغاق ئاستى ئويمىنى (2) بىس ئۈستى ئويمىنى (3) بىس ئاستى ئويمىنى (4) بوغۇم چاچىكىسى (5) سىرتقى بۇلۇڭى (6) قۇش تۇمشۇقى (7) تارغاق ئويۇقى (8) تارغاق بىسى (9) مۈرە چوققىسى (10) مۈرە چوققا بوغۇم يۈزى.

يۇقىرى قىرىنىڭ سىرتقى قىسمىدا ئالدىغا پولتىيىپ، چىققان قىسمى بولۇپ بۇ قۇش تۇمشۇقى دەپ ئاتىلىدۇ (1 — 8 سۈرەت).

يۇقىرى مۇچە ئەركىن سۆڭەك قىسمى تۆۋەن نوسمان سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، تۇ، پوزا (يەلكە) سۆڭىكى، بىلەك سۆڭىكى، يان بىلەك سۆڭىكى، بىغىش سۆڭىكى، پەنجە ۋە بارماق سۆڭىكى قاتارلىقلارنى تۆز ئىچىگە ئالىدۇ. بۇلارنىڭ ئىچىدە بىغىش سۆڭەكلىرى قىسقا سۆڭەككە مەنسۇپ.



1 — 9 سۈرەت. پوزا سۆڭىكى (ئوڭ تەرەپ)

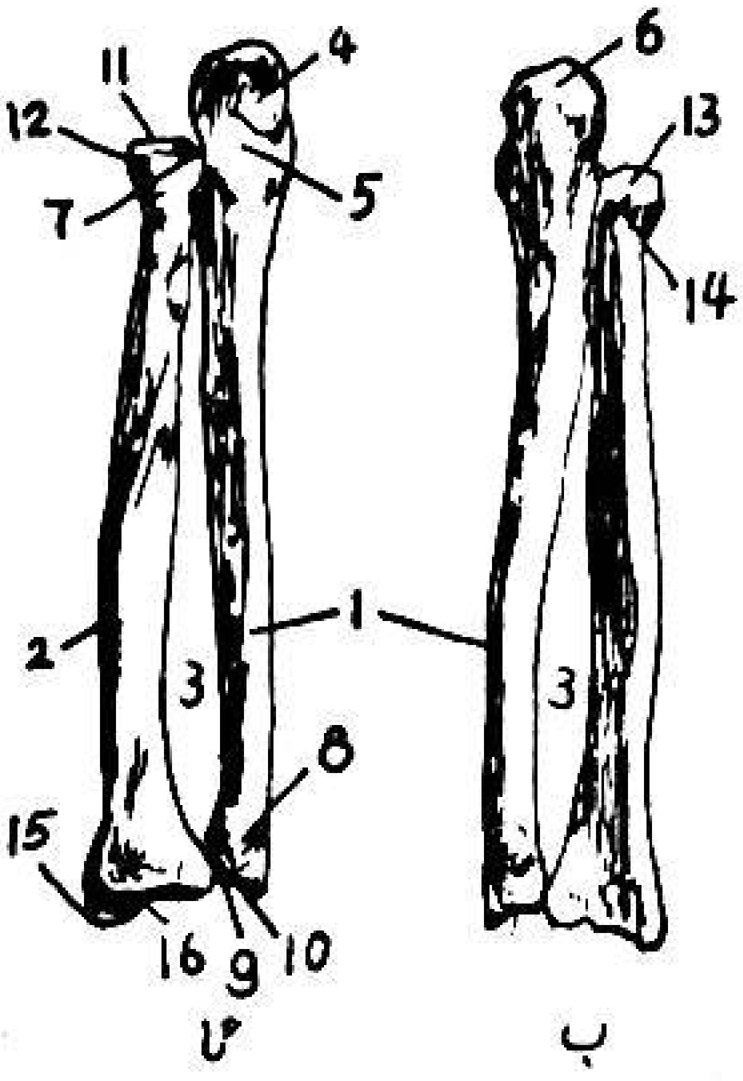
(1) پوزا سۆڭەك بېشى (2) ئاناتومىيە بويىنى (3) كىچىك تۈگۈن (4) چوڭ تۈگۈن (5) تاشقى بۆلۈم بويىنى (6) ئۈچ باشلىق گۆش غادۇر-بۇدۇرى (7) يان بىلەك ئەسەب ئېرىقچىسى (8) تاجىسمان تۇسۇك ئويۇقى (9) يان بىلەك سۆڭەك ئويمىنى (10) پوزا سۆڭەك غالتىكى (11) پوزا سۆڭەك كىچىك بېشى (12) ئىچكى دۆمبەچە (13) سىرتقى دۆمبەچە (14) قۇش تۇمشۇق ئويمىنى.

پوزا سۆڭىكى ئىككى ئۇچى ۋە بىر تېنىدىن ئىبارەت ئۈچ قىسمىغا بۆلۈنىدۇ. يۇقىرى ئۇچى پوزا سۆڭەك بېشى، پوزا سۆڭەك ئاناتومىيە بېشى، پوزا سۆڭەك كىچىك تۈگىنى، چوڭ تۈگىنى، تاشقى بۆلۈم بويىنى قاتارلىق قىسىملارنى تۆز ئىچىگە ئالىدۇ. پوزا سۆڭەك تېنىدە يان بىلەك ئەسەب ماڭىدىغان ئېرىقچە بىلەن ئۈچ باشلىق گۆش تۇتىشىدىغان غادۇر-بۇدۇر بار. يەلكە سۆڭەك تۆۋەن ئۇچى ئىچكى دۆمبەچە (تۆپۈلۈك)، سىرتقى دۆمبەچە، قۇش تۇمشىقى ئويمىنى، پوزا سۆڭەك غالتىكى، پوزا سۆڭەك كىچىك بېشى، يان بىلەك سۆڭەك ئويمىنى ۋە تاجىسمان ئۇسۇك ئويمىنى دېگەن تۈزۈلمىلەردىن تەركىب تاپقان بولىدۇ (1 — 9 سۈرەت).

بىلەك سۆڭىكى بىلەكنىڭ ئىچكى قىسمىغا جايلاشقان بولۇپ يۇقىرى ئۇچى توم، تۆۋەن ئۇچى ئىنچىكرەك كېلىدۇ. يۇقىرى ئۇچىدا ئىككى ئۇسۇكچە بولۇپ، ئارقىدىكى ئۇسۇكچىنى قۇش تۇمشۇقى، ئالدى ئۇسۇكچىنى تاجىسمان ئۇسۇك، ئىككى ئۇسۇكچە ئارىلىقىدىكى يۈزنى يېرىم ئايسىمان ئويۇقى دەپ ئاتىلىپ پوزا سۆڭەك غالتىكى بىلەن تۇتىشىپ بوغۇم هاسىل قىلىدۇ. بىلەك سۆڭىكىنىڭ تۆۋەن ئۇچىدا بىلەك سۆڭەك كىچىك بېشى بولۇپ كىچىك

بېشىنىڭ ئاستى بىلەن يان ئايلانمىسىدا بوغۇم يۈزى بولىدۇ.

يان بىلەك سۆڭىكى بىلەكنىڭ سىرتقى تەرىپىگە جايلاشقان بولۇپ. يۇقىرى ئۇچى ئىنچىكرەك، تۆۋەن ئۇچى تومراق كېلىدۇ. يان بىلەك سۆڭىكىنىڭ يۇقىرى ئۇچى يان بىلەك بېشى دەپ ئاتىلىپ يۇقىرى بىلەك كىچىك بېشى بىلەن تۇتىشىپ تۇرىدۇ. يان بىلەك كىچىك بېشىنىڭ يان قىرىدا بوغۇم يۈزى بولۇپ بۇ ھالقىسىمان بوغۇم يۈزى دەپ ئاتىلىدۇ. ھالقىسىمان بوغۇم يۈزى بىلەك سۆڭىكىنىڭ يان بىلەك سۆڭەك ئويۇقى بىلەن تۇتىشىدۇ. يان بىلەك سۆڭەك يۇقىرى ئۇچىدىكى يان بىلەك كىچىك بېشى ئاستىدا ئىنچىكىلەشكەن قىسمى بولۇپ بۇ يان بىلەك سۆڭەك بويىنى دەپ ئاتىلىدۇ. يان بىلەك سۆڭەك تۆۋەنكى ئۇچى ئاستى يۈزىدە بوغۇم يۈزى بولۇپ بىغىش سۆڭەكلىرى بىلەن تۇتىشىدۇ. تۆۋەن ئۇچىنىڭ ئىچكى يۈزى بوغۇم يۈزى بىلەن تۇتىشىدۇ (1 — 10 سۈرەت).



1 — 10 سۈرەت. بىلەك بىلەن يان بىلەك سۆڭىكى.

ئا: ئالدى تەرىپى ب: ئارقا تەرىپى

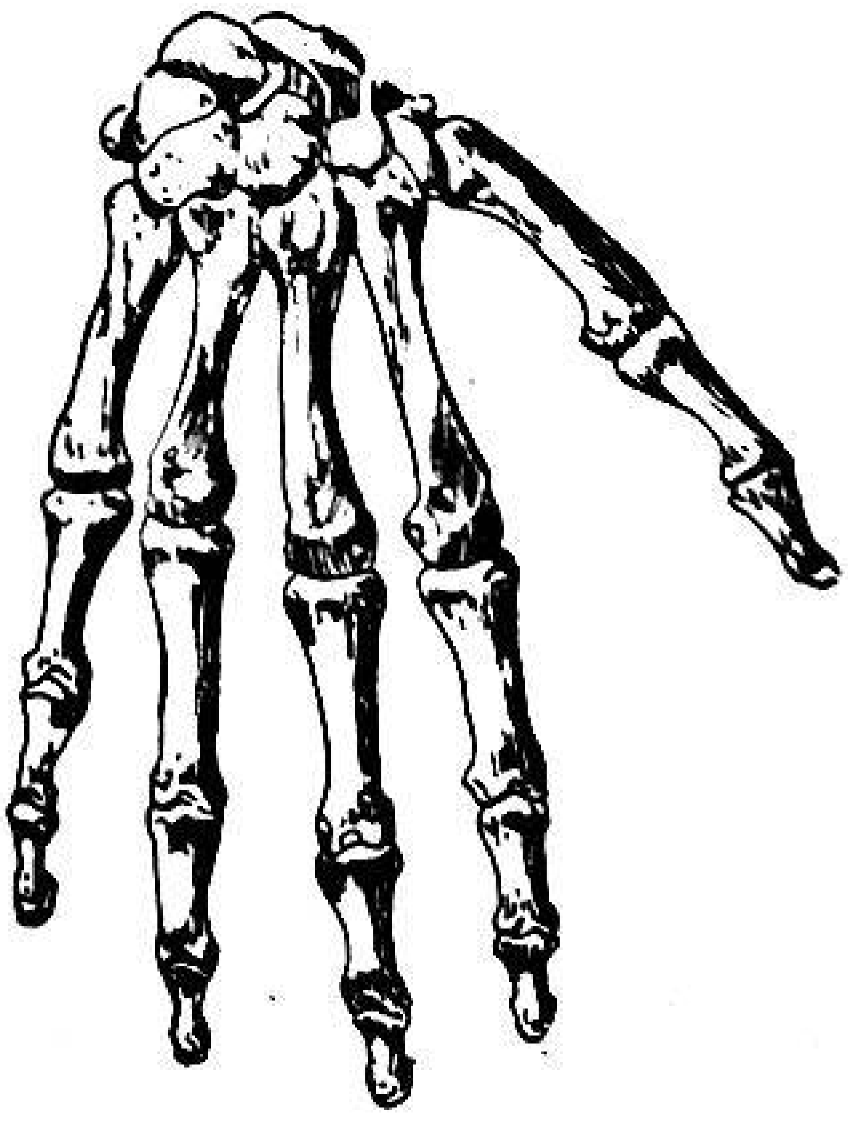
(1) بىلەك سۆڭىكى (2) يان بىلەك سۆڭىكى (3) سۆڭەك ئارا بوشلۇقى (4) يېرىم ئايسىمان ئويۇق (5) تاجسىمان تومۇك (6) قوش تۇمشۇقى (7) بىلەك سۆڭىكىنىڭ يان بىلەك ئويۇقى (8) بىلەك سۆڭەك كىچىك بېشى (9) كىچىك بېشى ئاستى بوغۇم يۈزى (10) بىلەك (11) يان بىلەك سۆڭەك كىچىك بېشى ئويمىنى (12) يان بىلەك سۆڭەك كىچىك بېشى (13) يان بىلەك سۆڭەك ھالقىسىمان بوغۇم يۈزى (14) يان بىلەك سۆڭەك بويىنى (15) يان بىلەك سۆڭەك بىخى (16) يان بىلەك سۆڭەك ئاستى بوغۇم يۈزى.

بىغىش سۆڭىكى قىسقا سۆڭەككە مەنسۇپ. بىغىش سۆڭەكلەر جەمئىي 8 دانە بولۇپ ئىككى رەتكە تىزىلىپ ھەر بىر رەتتە 4 داندىن سۆڭەك بار. بىلەك سۆڭەكلىرىگە تۇتىشىدىغان ئالدىنقى رەتتىكى 4 دانە سۆڭەكلەر سىرتىدىن ئىچىگە قاراپ سانىغاندا قېيىق سۆڭەك، ئايسىمان سۆڭەك، ئۈچ بۇلۇڭلۇق سۆڭەك ۋە پۇرچاق سۆڭەكلەردىن ئىبارەت. پەنجە سۆڭەكلىرىگە تۇتىشىدىغان رەتتىكى 4 دانە سۆڭەكلەر سىرتىدىن ئىچىگە قاراپ سانىغاندا چوڭ كۆپ بۇلۇڭلۇق سۆڭەك، كىچىك كۆپ بۇلۇڭلۇق سۆڭەك، باشسىمان سۆڭەك ۋە ئىلمەك سۆڭەكلەردىن ئىبارەت.

پەنجە سۆڭەكلىرى بەش تال بولۇپ تۈزۈن نوسىمان سۆڭەككە مەنسۇپ. ھەر بىر تال پەنجە سۆڭىكىنىڭ يېقىن تەرەپ ئۇچى ئازراق پولتايغان بولۇپ پەنجە

سۆڭەك تۈۋى دەپ ئاتىلىپ بېغىش سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدۇ. يىراق تەرەپ ئۇچى پەنجە سۆڭەك كىچىك بېشى دەپ ئاتىلىپ بارماق سۆڭەك بىلەن تۇتىشىدۇ.

بارماق سۆڭىكىمۇ ئۇزۇن نوسىمان سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ جەمئىي 14 تال، يەنى باش بارماق ئىككى تال، قالغان 4 بارماقنىڭ ھەر بىرىدە 3 تالدىن سۆڭەك بولىدۇ (1 — 11 سۈرەت).



1 — 11 سۈرەت. ئوڭ قول سۆڭەكلىرى (دۈمبە تەرىپى)

تۆۋەنكى مۈچە سۆڭەكلىرىمۇ گەۋدە بىلەن تۇتاشتۇرغۇچى سۆڭەكلەر ۋە مۈچە سۆڭەكلىرى دېگەن ئىككى چوڭ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ.

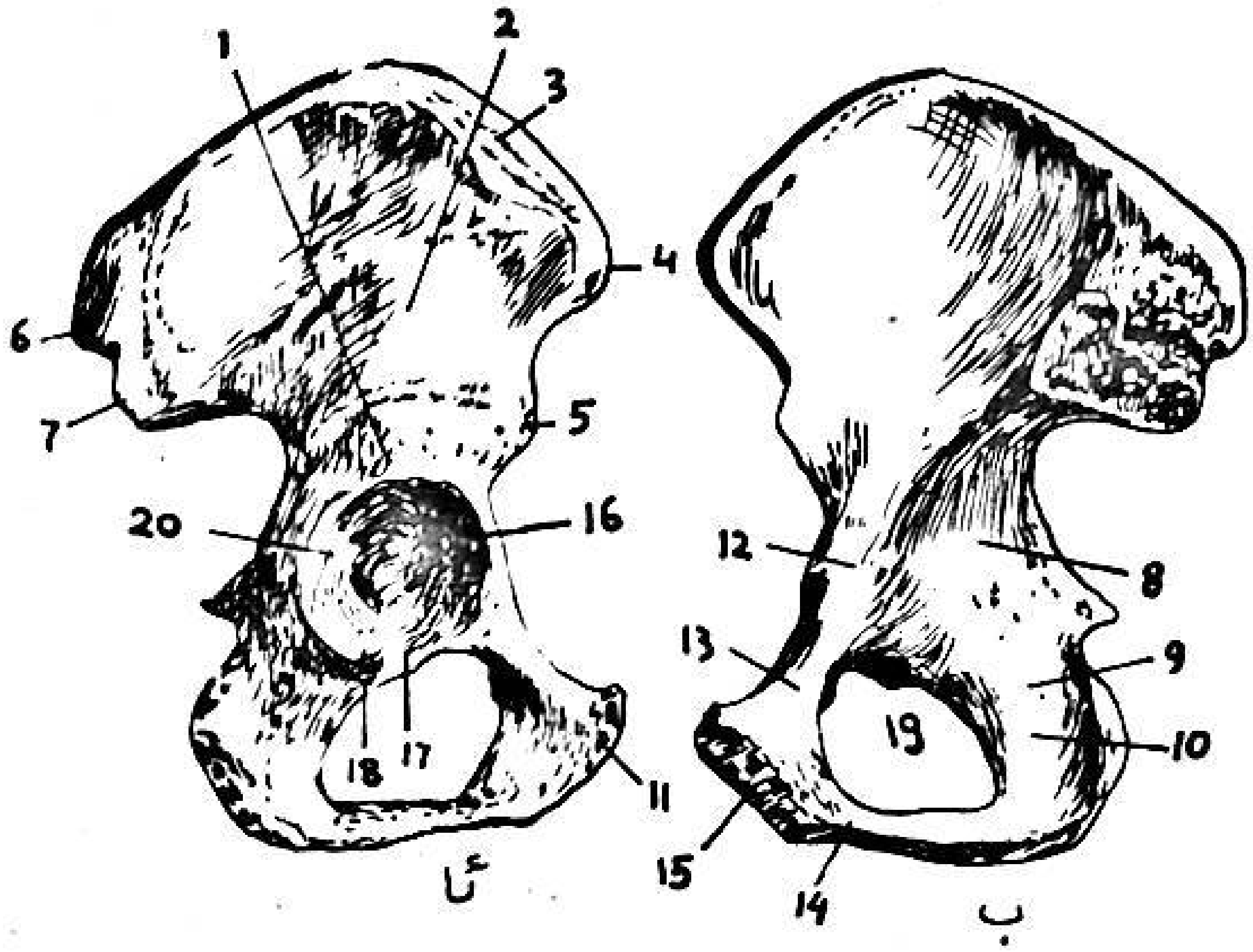
گەۋدە بىلەن تۇتاشتۇرغۇچى سۆڭەك ئوڭ ۋە سول داس سۆڭىكى دەپ ئاتىلىپ ئوڭ-سول يانپاش سۆڭەك، ئولتۇرغۇچى سۆڭەك ۋە دۈشۈن سۆڭەكتىن ئىبارەت 3 جۈپ سۆڭەكتىن تەركىب تاپقان بولۇپ، ئۇ رەتسىز ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ. ئوڭ ۋە سول يانپاش سۆڭەك قانىتى ئارقا تەرەپتىن توغۇر (توققۇزكۆز) سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدۇ. يانپاش سۆڭىكى يانپاش سۆڭەك قانىتى ۋە يانپاش سۆڭەك تېنى دېگەن ئىككى قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. يانپاش سۆڭەك تېنى يانپاش ئويمىنىنىڭ ئۈستىنى ھاسىل قىلىدۇ.

ئولتۇرغۇچى سۆڭەك تېنى تۆۋەنگە سوزۇلۇپ ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئۈستۈنكى شېخىنى ھاسىل قىلىدۇ. ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئۈستۈنكى شېخىنىڭ تۇم قىسمى ئولتۇرغۇچ سۆڭەك تۈگىنى دەپ ئاتىلىدۇ. ئولتۇرغۇچى سۆڭەك تۈگىنىدىن ئالدى تەرەپكە سوزۇلغان قىسمى ئولتۇرغۇچى سۆڭەك ئاستى شېخى دەپ ئاتىلىدۇ. ئولتۇرغۇچ سۆڭەك تېنى يانپاش ئويمىنىنىڭ تۆۋەن ئارقا قىسمىنى ھاسىل قىلىدۇ.

دۈشۈن سۆڭەك داس سۆڭىكىنىڭ ئالدى تەرىپىگە جايلاشقان بولۇپ دۈشۈن سۆڭەك تېنى، يۇقىرى شېخى ۋە تۆۋەنكى شېخى دېگەن 3 قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. دۈشۈن سۆڭەك تېنى يانپاش ئويمىنىنىڭ ئالدى قىسمىنى ھاسىل قىلىدۇ. يانپاش ئويمىنى داس سۆڭىكىنىڭ سىرتقى تەرىپىگە جايلاشقان بولۇپ يانپاش، ئولتۇرغۇچ ۋە دۈشۈن سۆڭەك تېنىنىڭ ئۆزئارا تۇتىشىدىن ھاسىل بولغان. بۇ ئويماندىكى ئايسىمان يۈزى سان سۆڭەك بېشى بىلەن تۇتىشىپ يانپاش بوغۇمىنى ھاسىل قىلىدۇ (1 — 12 سۈرەت).

تۆۋەن مۈچە ئەركىن
ھالەتتىكى سۆڭەكلەرگە
سان سۆڭىكى، پاقالچاق
سۆڭىكى، يان پاقالچاق
سۆڭىكى، لېپەك
سۆڭىكى، ھۇشۇق
سۆڭەكلىرى ۋە پۇت
سۆڭەكلىرى قاتارلىقلارنى
تۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

سان سۆڭىكى تۈزۈن
نوسمان سۆڭەككە مەن-
سۇپ بولۇپ، يۇقىرى
تۆۋەن ئۇچى ۋە تېنىدىن
ئىبارەت 3 قىسىمغا
بۆلۈنىدۇ. يۇقىرى ئۇچى
سان سۆڭەك بېشى، سان
سۆڭەك ئويمىنى، سان
سۆڭەك بوينى، چوڭ
غادۇر-بۇدۇرى، كىچىك
غادۇر-بۇدۇرى دېگەن
قىسىملارنى ئۆز ئىچىگە
ئالىدۇ. سان سۆڭەك تۆۋەن
ئۇچى تومراق بولۇپ ئىچكى



1 — 12 سۈرەت. ئوڭ تەرەپ داس سۆڭەك

ئا: سىرتقى يۈزى ب: ئىچكى يۈزى

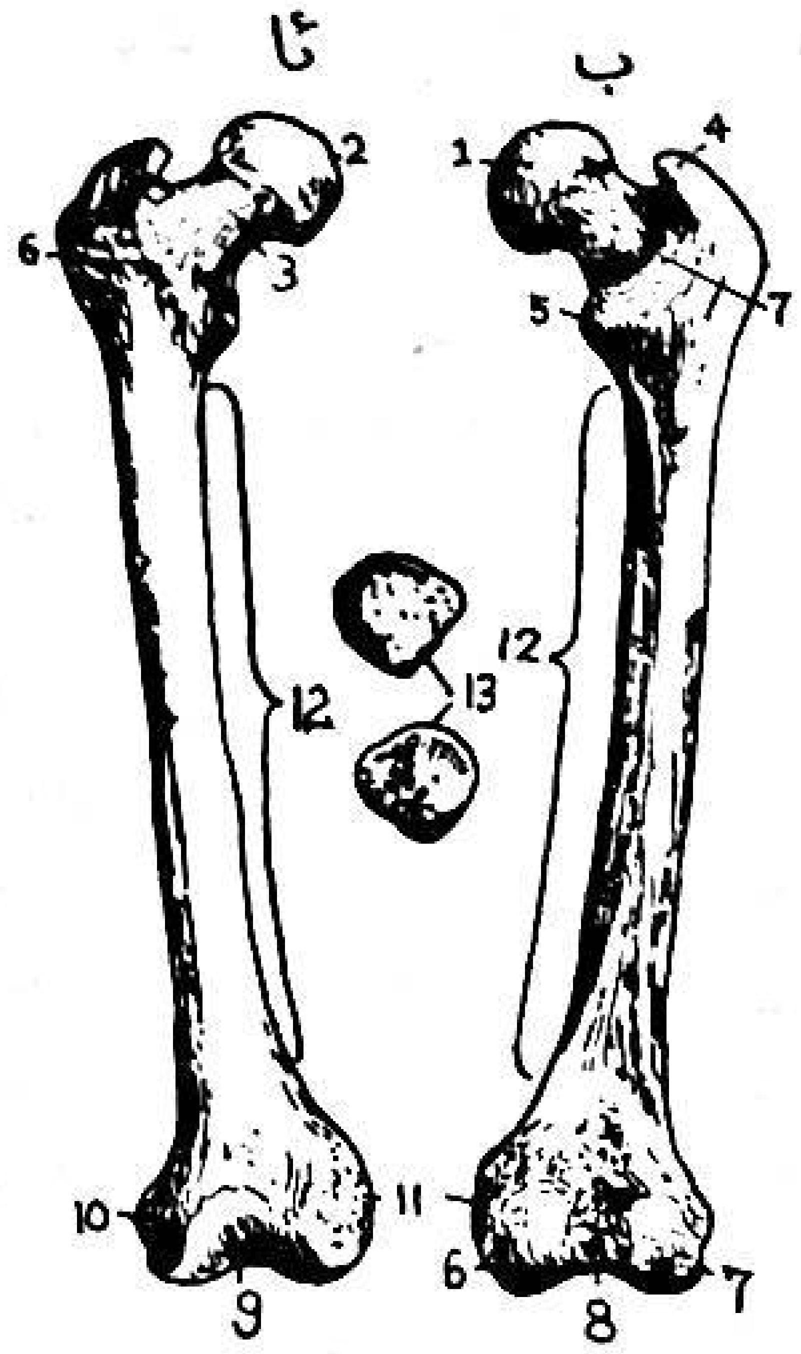
(1) يانپاش سۆڭەك تېنى (2) يانپاش سۆڭەك قانىتى (3) يانپاش قىرى (4) يانپاش ئالدى ئۈستى بىسى (5) يانپاش ئالدى تۆۋەن بىسى (6) يانپاش ئارقا ئۈستى بىسى (7) يانپاش ئارقا ئاستى بىسى (8) ئولتۇرغۇچ سۆڭەك تېنى (9) ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئۈستى شېخى (10) ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئاستى شېخى (11) ئولتۇرغۇچ سۆڭەك تېنى (12) دۈۋسۈن سۆڭەك تېنى (13) دۈۋسۈن سۆڭەك ئۈستى شېخى (14) دۈۋسۈن سۆڭەك ئاستى شېخى (15) دۈۋسۈن سۆڭەكنىڭ ئۇتۇشۇش يۈزى (16)، (17)، (18) ئايسىمان يۈزى (19) يېپىق تۆشۈك (20) يانپاش ئويمىنى.

تەرەپ دۆمبەچىسى، سىرتقى تەرەپ دۆمبەچىسى، دۆمبەچە ئارىلىق ئويمىنى، ئىچكى ئۈستى دۆمبەچىسى، سىرتقى ئۈستى دۆمبەچىسى ۋە لېپەك يۈزى دېگەن قىسىملارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. سان سۆڭەك يۇقىرى-تۆۋەن ئۇچىنىڭ ئارىلىقى سان سۆڭەك تېنىدىن ئىبارەت (1 — 13 سۈرەت).

لېپەك سۆڭىكى ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ ئارقا تەرىپىدە بوغۇم يۈزى بولىدۇ.

پاقالچاق سۆڭىكى بىلەن يان پاقالچاق سۆڭىكى تۈزۈن نوسمان سۆڭەككە مەنسۇپ

بولۇپ، پاقالچاق سۆڭىكى پاقالچاقنىڭ ئىچكى تەرىپىدە، يان پاقالچاق سۆڭىكى پاقالچاقنىڭ سىرتقى تەرىپىدە بىر-بىرى بىلەن ياندىشىپ تۇرىدۇ. ھەر ئىككى تال سۆڭەك يۇقىرى-تۆۋەن ئۇچى ۋە تېنىدىن ئىبارەت 3 قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. پاقالچاق سۆڭەكنىڭ يۇقىرى ئۇچى توم بولۇپ ئىككى يان تەرىپىدە ئىچكى ۋە سىرتقى تەرەپ دۆمبەچىسى بار. ئىككى دۆمبەچە يۈزى ئازراقلا ئويمانراق بولۇپ، سان سۆڭەك دۆمبەچە بوغۇم يۈزى بىلەن ئۇتىشىپ تىز بوغۇمىنى ھاسىل قىلىدۇ. پاقالچاق سۆڭىكى يۇقىرى ئۇچى ئىچكى ۋە سىرتقى دۆمبەچە بوغۇم يۈزىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى دۆمبەچە ئارىلىق پولتايمىسى بولىدۇ. پاقالچاق سۆڭەك تۆۋەنكى ئۇچى تومراق بولۇپ ئىچكى تەرىپىدە ئىچكى ھۇشۇق بولىدۇ. پاقالچاق سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىدا بوغۇم يۈزى بولۇپ پۇت ئارىلىق سۆڭىكى بىلەن ئۇتىشىدۇ. پاقالچاق سۆڭەك تېنى ئۈچ قىرلىق، ئۈچيۈزلۈك تۈزۈن سۆڭەك بولۇپ ئالدى تەرەپتىكى قىرى پاقالچاق سۆڭەك ئالدى قىرى دەپ ئاتىلىدۇ.



1 — 13 سۈرەت. سان سۆڭىكى بىلەن لېپەك سۆڭىكى (ئوڭ تەرەپ)

ئا: ئالدى تەرىپى ب: ئارقا تەرىپى

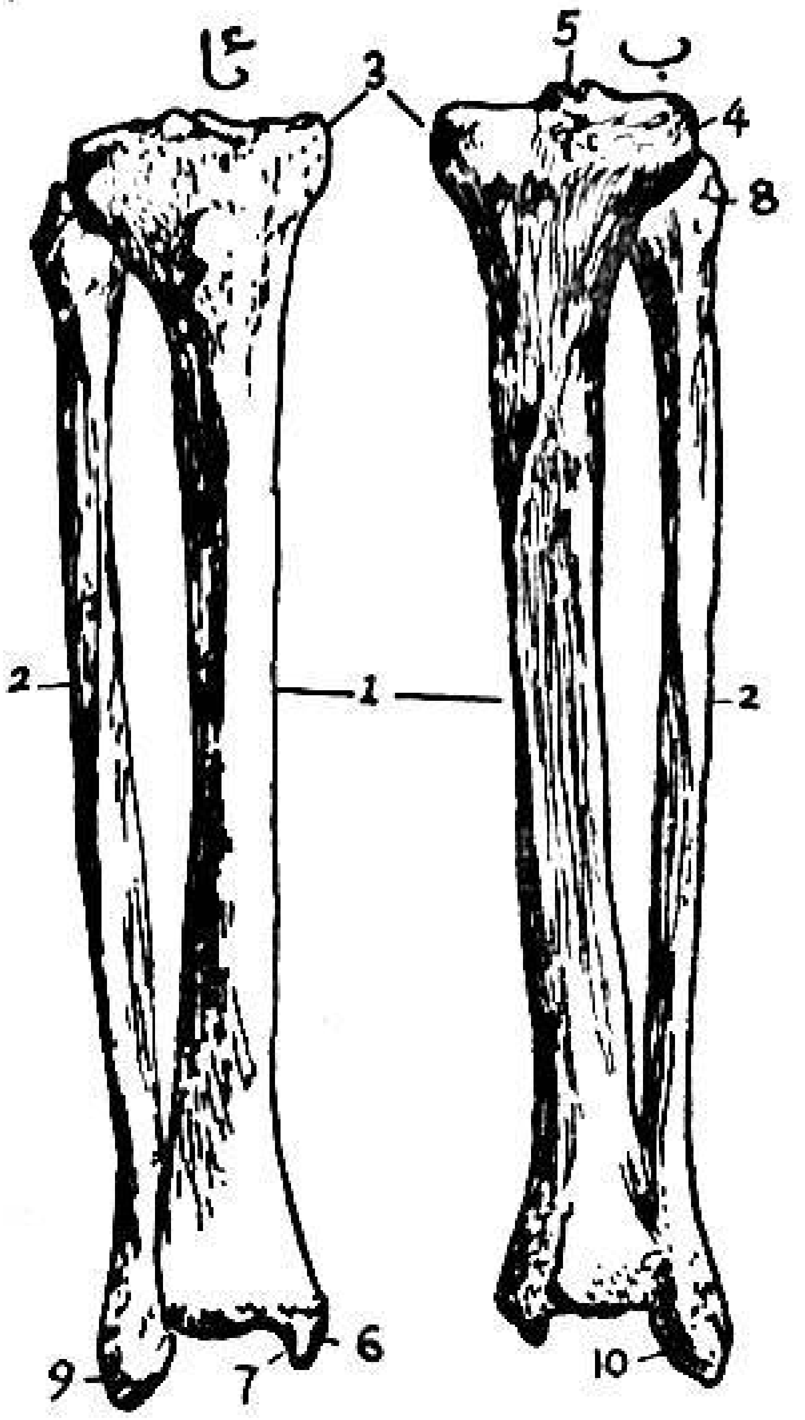
(1) سان سۆڭەك بېشى (2) سان سۆڭەك ئويمىنى (3) سان سۆڭەك بويىنى (4) چوڭ غادىر-غۇدۇرى (5) كىچىك غادىر-غۇدۇرى (6) ئىچكى تەرەپ دۆمبەچىسى (7) سىرتقى تەرەپ دۆمبەچىسى (8) دۆمبەچە ئارىلىق ئويمىنى (9) لېپەك يۈزى (10) سىرتقى ئۈستىنكى دۆمبەچە (11) ئىچكى ئۈستۈنكى دۆمبەچە (12) سان سۆڭەك تېنى (13) لېپەك سۆڭەك.

يان پاقالچاق سۆڭىكىنىڭ يۇقىرى ئۇچى تومراق بولۇپ ئۇ، يان پاقالچاق سۆڭەك كىچىك بېشى دەپ ئاتىلىپ پاقالچاق سۆڭىكى بىلەن ئۇتىشىدۇ. يان پاقالچاق سۆڭىكىنىڭ تۆۋەن ئۇچى تومراق بولۇپ ئۇ، سىرتقى ھۇشۇق دەپ ئاتىلىدۇ. يان پاقالچاق سۆڭەك تېنى ئىنچىكىرەك بولۇپ ئۈچ قىرى بىلەن ئۈچ يۈزى بار (1 — 14 سۈرەت).

پۇت سۆڭەكلىرى ھۇشۇق سۆڭىكى، پۇت پەنجە سۆڭىكى ۋە پۇت بارماق سۆڭىكى قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

ھۇشۇق سۆڭەكلىرى ئارىلىق سۆڭەك، ئۆكچە سۆڭەك، چاسا (كوبىك) سۆڭەك، قېيىق سۆڭەك ۋە 1-، 2-، 3- پانا سۆڭەكلەرنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. ئارىلىق سۆڭەك

ئارىلىق سۆڭەك تېپىنىڭ ئۈستى بىلەن ئىككى يېنىدا بوغۇم يۈزى بولۇپ ئۇ، ئارىلىق سۆڭەك غالتىكى دەپ ئاتىلىدۇ. پاقالچاق سۆڭەك بىلەن يان پاقالچاق سۆڭەك تۆۋەنكى ئۇچىدىكى ئىچكى ۋە سىرتقى ھۇشۇق ئارىلىقىدىكى بوغۇم يۈزى ئارىلىق سۆڭەك غالتىكىنىڭ ئۈستىگە مىنگىشىپ تۇرىدۇ.



1 — 14 سۈرەت. پاقالچاق ۋە يان پاقالچاق سۆڭىكى

ئا: ئالدى تەرىپى ب: ئارقا تەرىپى

(1) پاقالچاق سۆڭىكى (2) يان پاقالچاق سۆڭىكى (3) ئىچكى دۆمبەچە (4) سىرتقى دۆمبەچە (5) دۆمبەچە ئارىلىق پولتايمىسى (6) ئىچكى ھۇشۇق (7) ئىچكى ھۇشۇق بوغۇم يۈزى (8) يان پاقالچاق كىچىك بېشى (9) سىرتقى ھۇشۇق (10) سىرتقى ھۇشۇق بوغۇم يۈزى.

پۇت پەنجە سۆڭىكى بەش تال بولۇپ يېقىنقى ئۇچىدىكى بوغۇم يۈزى چاسا سۆڭەك بىلەن پانا سۆڭەكلىرىنىڭ يىراق تەرەپ ئۇچىدىكى بوغۇم يۈزى بىلەن ئۇلىشىدۇ. پۇت باشمالداق سۆڭىكى ئىككى تال، قالغان پۇت بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ ھەر بىرى 3 تال سۆڭەكلەردىن تەركىب تاپقان بولىدۇ (1 — 15 سۈرەت).

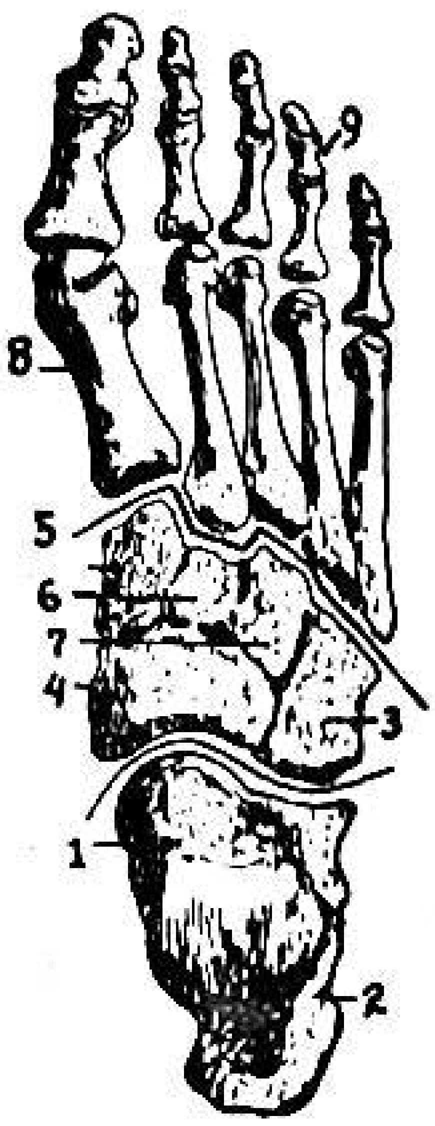
تۆت مۇچىلەردىكى ئۇزۇن نەيسىمان سۆڭەكلەر ھەرىكەت مەزگىلىدە پىشاڭلىق رولىنى ئوينايدۇ. ياپىلاق سۆڭەكلەر ئىچكى ئەزالارنى قوغداش رولىنى ئوينايدۇ. قىسقا سۆڭەكلەر مۇرەككەپ بوغۇملار تۈزۈلمىسىدە مۇھىم رول ئوينايدۇ. رەتسىز سۆڭەكلەر گەۋدە شەكىل ھالىتىنى ھاسىل قىلىش رولىدىن باشقا ئىچكى ئەزالارنى مۇھاپىزەت قىلىش ۋە گەۋدە ھەرىكەتىگە ماسلىشىش قاتارلىق رولىنى ئۆتەيدۇ.

ئۇزۇن سۆڭەك تېنى نەيسىمان بولۇپ، سۆڭەكلەرنىڭ تېمى سۆڭەك زىچ ماددىسىدىن تۈزۈلگەن. ئۇنىڭ ئىچىدە يىلىك بولىدۇ. ئۇزۇن سۆڭەك ئىككى ئۇچىدىكى سۆڭەكنىڭ سىرتىدىكى زىچ ماددا نېپىزرەك بولۇپ ئۇنىڭ ئىچى شالاڭ سۆڭەك ماددىسىدىن تۈزۈلگەن. قىسقا سۆڭەك بىلەن رەتسىز سۆڭەكنىڭ تۈزۈلمىسى ئۇزۇن سۆڭەك ئىككى ئۇچى تۈزۈلمىسىگە ئوخشاپراق كېتىدۇ. ياپىلاق سۆڭەك ئىچى ۋە سىرتى ئىككى قەۋەت سۆڭەك زىچ ماددىسىدىن تۈزۈلگەن بولۇپ بۇ ئىككى قەۋەتنىڭ

ئارىسى سۆڭەك شالاڭ ماددىسىدىن تۈزۈلگەن. باللىق ۋە ياشلىق دەۋرىدە سۆڭەكلەر يۇمران بولۇپ ئەۋرىشىملىكى كۈچلۈكرەك بولىدۇ. ياشانغانسېرى سۆڭەكلەر چۈرۈكلىشىشكە قاراپ يۈزلەنگەنلىكتىن ئوڭايلا سۇنۇش پەيدا بولىدۇ ۋە سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى بىرقەدەر قىيىن بولىدۇ. سۆڭەكلەرنىڭ بوغۇم ھاسىل قىلىدىغان ئىككى ئۇچىدا كۆمۈرچەك بولۇپ، بوغۇم يۈزىنى سىلىقلاشتۇرۇپ سۈركىلىشنى كېمەيتىش، ھەرىكەتنى ئەپچىللەشتۈرۈشتە مۇھىم رول ئوينايدۇ.

ئۇزۇن، قىسقا، ياپىلاق ۋە ياكى رەتسىز سۆڭەكلەرنىڭ سىرتىدا بىر قەۋەت سۆڭەك پەردىسى بولۇپ سۆڭەكنى مۇھاپىزەت قىلىش، سۇنۇقنى ئۇنتۇرۇش قاتارلىقلاردا مۇھىم رول ئوينايدۇ.

سۆڭەك پەردىسى ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلاردا بىر قەدەر قېلىنراق بولۇپ قان تومۇرلارغا باي بولىدۇ. شۇڭا ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلاردىكى سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى تېزرەك بولىدۇ. ياشنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ سۆڭەك پەردىسى نېپىزلەپ قان تومۇرلىرى ئازلىغانلىقى ئۈچۈن چوڭلاردا سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى ئاستىراق بولىدۇ.



1 — 15 سۈرەت. پۇت (ئوڭ تەرەپ تۈپى) سۆڭەكلىرى (1) ئارىلىق سۆڭەك (2) ئۆكچە سۆڭەك (3) چاسا سۆڭەك (4) قېيىق سۆڭەك (5) 1-پانا سۆڭەك (6) 2-پانا سۆڭەك (7) 3-پانا سۆڭەك (8) پۇت پەنجە سۆڭەكلىرى (9) پۇت بارماق سۆڭەكلىرى.

يىلىك ئۇزۇن سۆڭەك نورى بىلەن ئۇزۇن سۆڭەك ئىككى ئۇچى، قىسقا ۋە ياپىلاق سۆڭەك بىلەن رەتسىز سۆڭەكلەردىكى شالاڭ سۆڭەك ماددىسى ئارىلىقتىكى كاۋاكلاردا ساقلىنىدىغان قايماققا ئوخشاش يۇمشاق ماددا بولۇپ ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلىق دەۋرىدە قىزىل بولىدۇ. كېيىن ياشنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ ياپىلاق، قىسقا سۆڭەكلەر بىلەن ئۇزۇن سۆڭەك ئۇچىدىن باشقا قىسىملىرىدىكى يىلىك سېرىققا ئۆزگىرىدۇ. قىزىل يىلىك قان ئىشلەش بىلەن مۇناسىۋىتى زور.

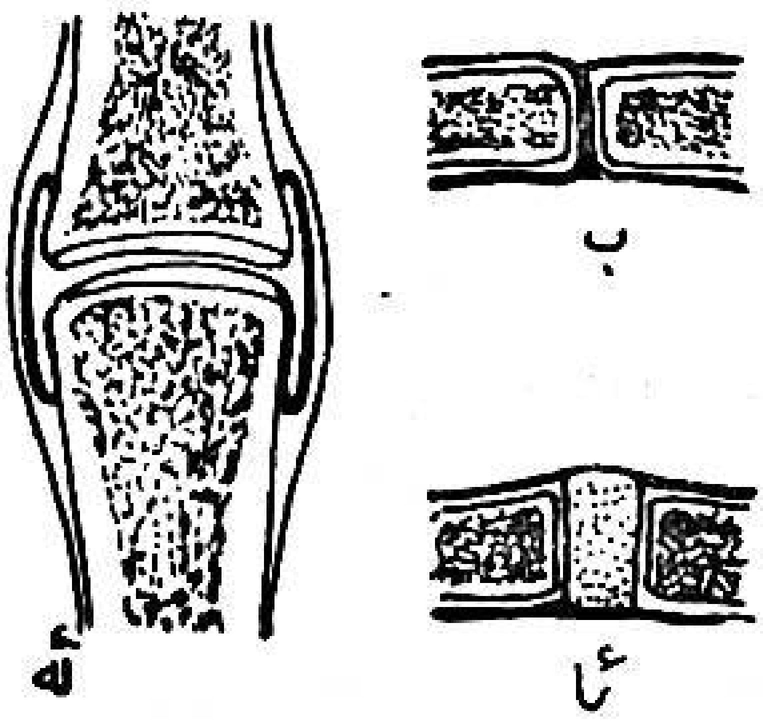
شۇنى ئېنىق بىلىش كېرەككى ئادەم بەدىنىدىكى سۆڭەك، پەي ۋە كۆمۈرچەكلەر بىلەن تارامۇش-چاندىرلارنىڭ تۈزۈلمىسىدە سەۋدا ماددىسى ئاساسلىق بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇستىخانلارنىڭ كەيپىياتى (مجەزى) قۇرۇق سوغۇققا مەنسۇپ بولىدۇ. دېمەك تەبئىي قۇرۇق سوغۇق مۇھىت ئۇستىخانلارنىڭ ھاياتلىق پائالىيىتى ۋە ئۇلارنىڭ رولىدا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. قىزىل يىلىكنىڭ كەيپىياتى (مجەزى) ھۆل ئىسسىق، سېرىق يىلىكنىڭ

كەيپىياتى ھۆل سوغۇقتا مايىل. ئەگەر ئۆستىخان، كۆمۈرچەك، چاندىر ۋە تارامۇچلار بىلەن يىلىكنىڭ كەيپىياتىدا غەيرىلىك بولسا ئۇنىڭ تۈزۈلمىسى بىلەن خىزمىتىدە ئۆزگىرىش بولىدۇ. بۇ ئۇقتا ئۆستىخان سۇنۇقلىرى بىلەن كۆمۈرچەك ۋە باشقا غەيرىي خادىمى ئەزالار كېسەللىكنى داۋالاشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

بوغۇم تۈزۈلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە

بوغۇم تۈزۈلمىسى دېگەندە بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەكلەرنىڭ باغلىنىش شەكلى كۆزدە تۇتۇلۇپ، پۈتۈن سۆڭەكلەر پەي- تارامۇچ ياكى كۆمۈرچەك ۋاستىسى بىلەن ئۆزئارا باغلىنىدۇ ياكى ئۇتىشىدۇ. سۆڭەكلەرنىڭ باغلىنىش شەكلى ئوخشىمىغان 3 خىل شەكىلدە بولىدۇ.

بىرىنچى، سۆڭەكلەرنىڭ يوچۇقسىز (بىۋاستە) باغلىنىشى: بۇنىڭ ئالاھىدىلىكى سۆڭەك بىلەن سۆڭەك تارامۇچ، كۆمۈرچەك ياردىمى ياكى سۆڭەك بىلەن سۆڭەك ئۆزئارا تۇتىشىش ۋاستىسى بىلەن باغلىنىپ ئىككى سۆڭەك ئارىلىقىدا بوشلۇق بولمايدۇ. بۇ خىل شەكىلدىكى باغلىنىش سۆڭەكلىك باغلىنىش دەپ ئاتىلىپ، بۇ خىلدىكى بوغۇم باغلىنىشتا ھەرىكەت بولمايدۇ. مەسىلەن، باش ۋە يۈز سۆڭەكلىرى بىلەن داس سۆڭەكلىرىنىڭ باغلىنىشى مۇشۇ تىپقا مەنسۇپ بولىدۇ.



1 — 16 سۈرەت. سۆڭەكلەرنىڭ باغلىنىش تۈرى

ئا: بوغۇملۇق باغلىنىش ئە: تارامۇچلۇق باغلىنىش ب: كۆمۈرچەكلىك باغلىنىش

ئىككىنچىسى، سۆڭەكلەرنىڭ يوچۇقلۇق باغلىنىشى: بۇ خىل شەكىلدىكى باغلىنىش سۆڭەك بىلەن سۆڭەك ئارىلىقىدا مەلۇم بوشلۇق بولۇپ ئىككى سۆڭەك بوغۇم قېپى (خالتىسى) ئارقىلىق (ۋاستىلىق) باغلىنىش ھاسىل قىلىدۇ. بوغۇم قېپى ئىچىدە بوشلۇق بولىدۇ. بۇ خىل شەكىلدىكى باغلىنىشنىڭ ھەرىكەت دائىرىسى كەڭ بولۇپ، بۇ بوغۇم (ئوگە) دەپ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن، مۈچىلەردىكى بوغۇم قاتارلىقلار.

ئۇچىنچىسى، سۆڭەكلەرنىڭ ئارىلىق باغلىنىش تىپى: بۇ يۇقىرىدىكى ئىككى خىل باغلىنىشنىڭ ئارىلىقىدىكى باغلىنىش شەكلى بولۇپ، ئىككى سۆڭەك ئوتتۇرىسىدىكى كۆمۈرچەكلەر ياردىمى بىلەن تۇتىشىدۇ. بىراق كۆمۈرچەك ئىچىدە تار يوچۇق بولىدۇ. بۇ خىلدىكى باغلىنىشنى يېرىم بوغۇم دەپمۇ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن، دوۋسۇن سۆڭىكىنىڭ ئۆزئارا باغلىنىشى قاتارلىقلار (1 — 16 سۈرەت).

بوغۇملار تۈزۈلمىسى: ھەرقانداق بوغۇم (بوغۇملۇق باغلىنىش) بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك ئۇچىنىڭ بوغۇم يۈزى ۋە ئۇنى قاپلاپ تۇرغان بوغۇم كۆمۈرچىكى، بوغۇم قېپى (خالتىسى) ۋە بوغۇم بوشلۇقىدىن ئىبارەت 3 خىل تۈزۈلمىدىن تۈزۈلىدۇ. بۇلاردىن باشقا بىر قىسىم بوغۇملاردا تارامۇچ ياكى پەي (بۇلار بوغۇم قېپى سىرتىدا بولىدۇ)، بوغۇم كالپۇكى، (مەسىلەن، يانپاش بوغۇمى)، بوغۇم تەخسىسى (مەسىلەن، ئوموۋرتقا تىنى بوغۇمى) ياكى يېرىم ئايسىمان تاختا (مەسىلەن، تىز بوغۇمى) قاتارلىق بوغۇمنى كۈچەيتكۈچى تۈزۈلمىلەر بولىدۇ. بوغۇملارنىڭ ھەرىكەت دائىرىسى بوغۇم تۈزۈلمىسى بىلەن سۆڭەكلەر باغلىنىش شەكلىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. غالتەكسىمان بوغۇم ئېگىلىش بىلەن تۈزلىنىش ھەرىكىتىنىلا قىلالايدۇ (مەسىلەن، بارماق بوغۇملىرى قاتارلىقلار). ئوقسىمان بوغۇم سۆڭەك ئوقىنى بويلاپ ئايلىنىش ھەرىكىتىنى قىلىدۇ. مەسىلەن، بىلەك (جەينەك) سۆڭەك بىلەن يان بىلەك سۆڭىكىنىڭ يېقىن ۋە يىراق قىسمىدىكى بوغۇملار، سوقچاق بوغۇملار، سۆڭەكنىڭ بېشى بىلەن سۆڭەك بېشى كىرىپ تۇرىدىغان ئويمان سوقچاق بولۇپ ئۇ ئېگىلىش، ئۇزارتىش، ئىچىگە يىغىلىش ۋە سىرتقا كېرىلىش قاتارلىق مۇرەككەپ ھەرىكەتلەرنى قىلالايدۇ. مەسىلەن، بىغىش بوغۇمى قاتارلىقلار. ئىگەرسىمان بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى ئىككى سۆڭەك بوغۇم يۈزى ئىگەرگە ئوخشاش بولۇپ ھەرىكەت شەكلى سوقچاق بوغۇمغا ئوخشاپ كېتىدۇ. مەسىلەن، باش بارماق بىغىش پەنجە بوغۇمى قاتارلىقلار.

شارسىمان ئويمان بوغۇم: سۆڭەك بېشى يېرىم شارسىمان بولۇپ سۆڭەك بېشى كىرىپ تۇرىدىغان ئويمان بەكمۇ تېيىز بولىدۇ. بۇ خىلدىكى بوغۇملارنىڭ ھەرىكەت دائىرىسى كەڭ بولۇپ يىغىش، ئۇزارتىش، ئىچىگە يىغىش، سىرتىغا كېرىش، ئىچىگە تولغاش ۋە سىرتىغا تولغاش قاتارلىق ھەرىكەتلەرنى قىلالايدۇ. مەسىلەن، يەلكە بوغۇمى.

توقماق ـ ئوقۇرلۇق بوغۇم: بۇ خىل بوغۇمنىڭ بوغۇم بېشى چوڭ ۋە بوغۇم بېشى كىرىپ تۇرىدىغان ئوقۇرمۇ چوڭقۇر بولىدۇ. شۇڭلاشقا ھەرىكەت دائىرىسى بەلگىلىك چەكلىمىگە ئۇچرايدۇ. مەسىلەن، يانپاش بوغۇمى قاتارلىقلار.

ئۇيغۇر تبابەتچلك سۇنۇقچلقى ھەققدە ئومۇمي چۈشەنچە

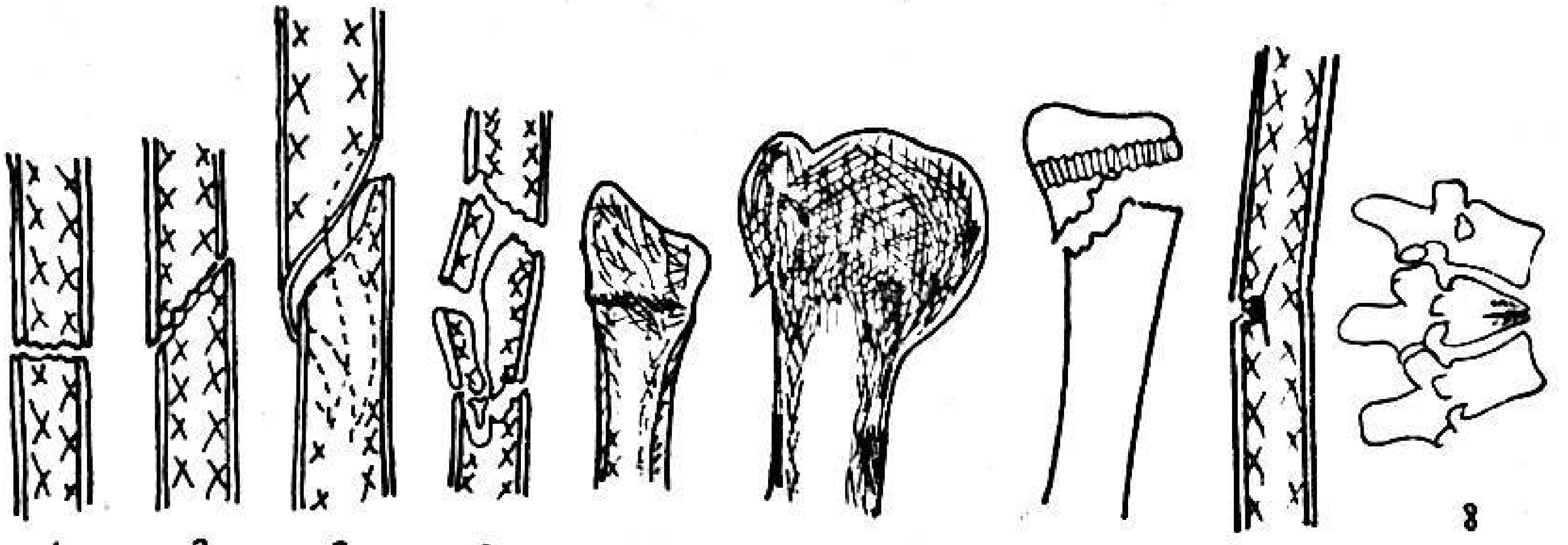
ئادەم بەدنىنگە قارتسپ ئېيتقاندا «سۇنۇق» دېگەندە ئۇستخان (سۆڭەك) نڭ سۇنۇشى كۆزدە تۇتۇلۇپ سۇنۇق ئەرەبچە «كەسرى» دەپ ئاتىلدۇ.

سۇنۇقنڭ سەۋەبى ۋە ئۇنڭ تۈرى

سۆڭەكنىڭ پۈتۈنلۈكى ياكى ئۇلۇنۇشلۇقى بۇزۇلۇشى سۇنۇق دەپ ئاتىلدۇ. سۇنۇقنڭ سەۋەبلرى ناھايتى كۆپ. لېكن ئۇلارنى ئىخچاملىغاندا ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، يىقىلىش، بىبسىلىش، سىقىلىش، تولغىنىش، تاش-توقماق ياكى ئوق تېگىش قاتارلىق بىۋاستە ياكى ۋاستىلىق زەربىنىڭ سۆڭەككە تەسر كۆرستىشىدىن سۇنۇق پەيدا بولىدۇ. بۇلاردىن سرت بەزىدە يىلىكنىڭ يىرىڭلىق ياللۇغى ياكى گۆشلەرنىڭ شىددەتلىك قىسقىرىشى (مەسىلەن، قاتما كېسلى) قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

سۇنۇقنىڭ تۈرى بىلەن دەرىجىسى ۋە سۇنۇق شەكلى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: تېرە پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلغان-بۇزۇلمىغانلىقىغا قاراپ ئوچۇق سۇنۇق ۋە يېپىق سۇنۇق دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ (ئالدىنقىسىدا تېرىنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلىدۇ. كېيىنكىسىدە تېرىنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمايدۇ). سۇنۇق دەرىجىسگە قاراپ تولۇق سۇنۇق ۋە قىسمەن سۇنۇق دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئالدىنقىسىدا سۆڭەك بىلەن سۆڭەك پەردىسى ۋە يىلىك پۈتۈنلەي ئۈزۈلگەن بولىدۇ. كېيىنكىسىدە بىر پۈتۈن سۆڭەكنىڭ بىر قىسمى سۇنۇپ يەنە بىر قىسمىدا سۇنۇق بولمايدۇ. سۇنۇقنىڭ شەكلىگە قاراپ كەسمە سۇنۇق، قىيپاش سۇنۇق، بۇرغىسىمان سۇنۇق، پارچىلانغان سۇنۇق، پاتقان (كىرىشكەن) سۇنۇق، بېسىلغان سۇنۇق، ئاجرىغان سۇنۇق، چاك

كەتكەن سۇنۇق، ئورنىدىن قوزغالمىغان سۇنۇق، ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇق، ئاددىي سۇنۇق ۋە مۇرەككەپ سۇنۇق (سۇنۇقتىن باشقا چىقىق ياكى باشقا ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى بىرگە كەلگەن سۇنۇق كۆزدە تۇتۇلىدۇ) دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ (2 — 1 سۈرەت).



2 — 1 سۈرەت. سۇنۇقنىڭ شەكىللىرى

(1) كەسمە سۇنۇق (2) قىيسىق سۇنۇق (3) بۇرغىسىمان سۇنۇق (4) پارچىلانغان سۇنۇق (5) كىرىشكەن (پاتقان) سۇنۇق (6) ئاجرالغان سۇنۇق (7) چاك كەتكەن سۇنۇق (8) بېسىلغان سۇنۇق.

سۇنۇقتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر بىلەن ئەگەشمە ئاسارەتلەر

سۆڭەك سۇنغان ئورۇن قاتتىق ئاغرىيدۇ، ھەرىكەتتە توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ، ئىششىيدۇ ياكى سىرتقى شەكلىدە غەيرىيلىك بولىدۇ. تۇتقاندا ئاغرىش كۈچىيىدۇ. بەزىدە ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ. سۇنغان ئورۇننى قىمىرلاتقاندا غۇچۇرلىغان سۈركىلىش ئاۋازى ئاڭلىنىدۇ. ئوچۇق سۇنۇقتا قاناش بولىدۇ. يېپىق سۇنۇقتا تېرە كۆكىرىشى مۇمكىن. مۇچىلەرنىڭ ئورۇنىدىن قوزغالغان سۇنۇقىدا سۇنغان مۇچە قىسقىراپ قالىدۇ. بەزى كىرىشكەن سۇنۇقتا مۇچىنىڭ ھەرىكەتتە توسقۇنلۇققا ئۇچرىماسلىقى مۇمكىن. بىراق ئاغرىش بولىدۇ. بەزىدە ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى بىرگە كېلىشى مۇمكىن. خېلى بىر قىسىم سۇنۇقلاردا ئاغرىشنىڭ

قاتتقلقدىن رەئىسى ئەزالار خىزمىتى قالايمىقانلىشىپ قوۋۇەتلەر بىردىنلا سۇسلىشىشتىن چىرايى تاتىرىش، سوغۇق تەرلەش، پۇت-قوللار مۇزلاش، بىشى قېيىپ كۆزى قاراڭغۇلىشىش، نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرنىڭ ھەرىكىتى تېزلىشىپ سۇسلىشىش قاتارلىق سەدەمە (شوك) دە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر پەيدا بولۇپ ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ. بىراق يۇقىرىدىكى ئالامەتلەرنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكى، يارىدارلارنىڭ خىلىت تىپى، سۇنۇقنىڭ ئورۇنىدىن قوزغىلىش دەرىجىسى ۋە سۇنۇققا ئەگىشىپ كەلگەن ئاسارەتلەر (قاناش، ئىچكى ئەزالار بىلەن نېرۋا غوللىرىنىڭ زەخىملىنىشى ۋە جاراھەتنىڭ بۇلغانغان ياكى بۇلغانمىغانلىقى) قاتارلىق ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك. شۇڭلاشقا تېڭىقچى بولغان كىشى سۇنۇققا دۇچ كەلگەندە يالغۇز سۆڭەك سۇنغان يەرلىك ئورۇنغا دىققەت قىلىپلا قالماستىن بەلكى پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر بىلەن ئەگەشمە ئاسارەتلەر ۋە ئۇلارنىڭ دەرىجىسىگىمۇ دىققەت قىلىش كېرەك. چۈنكى بۇلار سۇنۇقنىڭ داۋالاش ئۇسۇلىنى بەلگىلەش ۋە سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك.

بەدەننىڭ يۇزە قىسمىدىكى سۇنۇققا دىئاگنوز قويۇش ئانچە قىيىن بولمىسىمۇ لېكىن گۆشلەر تەرەققىي قىلغان ئورۇندىكى سۇنۇق بىلەن چوڭقۇرراق ئورۇندىكى سۇنۇققا دىئاگنوز قويۇش ۋە سۇنۇق شەكلىنى پەرق ئېتىش بىرقەدەر قىيىنراق. لېكىن تېڭىقچىلار سۇنۇققا دىئاگنوز قويۇشتا تۆۋەندىكى نۇقتىلارغا ئاساسلىنىش كېرەك:

(1) ھەرقانداق خىلدىكى سۇنۇقتا زەخىملەنگەن تارىخى بولىدۇ.

(2) سۇنغان دائىرە ئاغرىيدۇ. لېكىن سۇنغان ئورۇننىڭ ئاغرىشى ئالاھىدە بولىدۇ.

(3) سۇنغان ئورۇن ئىششىدۇ ۋە ھەرىكەتتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ ھەتتا ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ ھەمدە سۇنغان ئورۇننىڭ ئەسلىدىكى شەكىل تەكشىلىكى بۇزۇلىدۇ. مەسىلەن، پولتىيىپ چىقىش، ئويمان پەيدا بولۇش ۋە قىسقىراش قاتارلىقلار.

(4) سۇنغان ئورۇننىڭ ئىككى تەرىپىنى مىدىرلاتقاندا سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ سۈركەلگەن ئاۋازى ئاڭلىنىدۇ. بىراق ئورۇندىن قوزغىلىش ئېغىرراق بولغان سۇنۇق بىلەن پاتقان سۇنۇق ۋە چاك كەتكەن سۇنۇقلاردا بۇ خىل ئاۋاز ئاڭلانمايدۇ ۋە بۇ خىل تەكشۈرۈشتە سەللا قوپاللىق قىلىنسا گۆش بىلەن تومۇر ۋە ئەسەبلەرنىڭ يېڭى زەخىملىنىشى پەيدا بولىدۇ. شۇڭلاشقا بۇ خىل تەكشۈرۈش ئۇسۇلى ئېھتىياتچانلىق بىلەن قوللىنىلىدۇ.

(5) مۇچىلەر سۇنۇقىدا قۇلاقنى (ياكى تىڭشىغۇچنى) سۇنغان ئورۇننىڭ گەۋدىگە يىراق ياكى يېقىن تەرىپىگە قويۇپ سۇنغان سۆڭەكنىڭ پولتىيىپ چىققان قىسمىنى چەككەندە ئاۋازنى ئۇتكۇزمەيدۇ. بىراق ئورۇندىن قوزغالمىغان سۇنۇق، كىرىشكەن (پاتقان) سۇنۇق ياكى چاك كەتكەن سۇنۇقلار ئاۋازنى ئۇتكۇزىدۇ. بىراق بەزى سۇنۇقلاردا مەسىلەن،

گۆشلەر تەرەققىي قىلغان ۋە چوڭقۇرراق ئورۇنغا جايلاشقان سۆڭەكنىڭ سۇنۇقىدا سۇنغان ياكى سۇنمىغانلىقىنى، سۇنۇقنىڭ شەكلى، سۇنۇقنىڭ دەرىجىسى ۋە سۇنۇقنىڭ تۈرىنى كۆز بىلەن كۆرۈش ۋە قول بىلەن سىلاش قاتارلىق ئاددىي ئۇسۇللار بىلەن بىلگىلى بولمايدۇ. شۇڭلاشقا سۇنۇققا دىئاگنوز قويۇشتا ھازىرقى زامان تىبابەتچىلىكىنىڭ رېنتگېنلىق تەكشۈرۈش ۋاسىتىسىدىن تولۇق پايدىلىنىش كېرەك.

سۇنۇقنى داۋالاش پرىنسىپى ۋە داۋالاش ئۇسۇللىرى

سۇنۇقنى داۋالاشنىڭ ئالاھىدىلىكىنى سۇنۇقنىڭ باشقا كېسەللەردىن پەرق قىلىدىغانلىقى بەلگىلىگەن، يەنى سۇنۇقنىڭ باشقا كېسەللىكلەردىن ئالاھىدىلىكى شۇكى: سۇنۇقنىڭ پەيدا بولۇشىنى كۆپ ھاللاردا ئالدىن مۆلچەرلىگىلى بولمايدىغان بولۇپ ئۇشتۇمتۇت پەيدا بولىدۇ. زەخىملىنىشتىن بولغان سۇنۇقتا باشقا كېسەللىكلەرگە ئوخشاش كېسەللىكنىڭ يوشۇرۇن دەۋرى، باشلىنىش دەۋرى ۋە تەرەققىي قىلىش دەۋرىدىن ئىبارەت تەرەققىيات دەۋرى بولمايدۇ، سۇنۇققا قىلىنغان ئىپتىدائىي چارىنىڭ توغرا بولۇشى سۇنۇقنىڭ بىجىرىم ساقىيىشىدا ھەل قىلغۇچ رول ئوينايدۇ؛ سۇنۇقنى داۋالاشتا قول ئەمەلىيىتى بىلەن سىرتىدىن داۋالاش ئاساس، ئىچىدىن دورا بىلەن داۋالاش قوشۇمچە قىلىنىدۇ. شۇڭلاشقا سۇنۇقنى داۋالىغۇچى تېگىشچى سۇنۇققا ئالاقىدار نەزەرىيىنى پۇختا ئىگىلەشتىن سىرت سۇنۇقنى داۋالاشتىكى قەدەم باسقۇچلار بىلەن قول سەنئىتىنى پۇختا ئىگىلىشى كېرەك. شۇنداق بولغاندىلا ئاندىن يارىدارنىڭ ئازابىنى يېنىكلىتىپ سۇنۇقنىڭ تۇتۇش ۋاقتىنى قىسقارتقىلى، ئەمگەك ئىقتىدارىغا كاپالەتلىك قىلغىلى ۋە سۇنۇق تۈپەيلىدىن پەيدا بولىدىغان ئاسارەتلەرنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ.

1) سۇنۇقنى داۋالاش پرىنسىپى

سۇنۇقنى داۋالاش پرىنسىپى بولسا سۇنۇققا تېز ياردەم بېرىش، ئاغرىق توختىتىش، قول ئەمەلىيىتى بىلەن داۋالاش (ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش)، تېڭىق ئالماشتۇرۇش، سىرتىدىن ۋە ئىچىدىن دورا ئىشلىتىش، ئوزۇقلاندۇرۇش (داۋايى غىزا بىلەن داۋالاش) بىلەن ئارام ئالدۇرۇش ۋە كۆزىتىش ئاساس قىلىنغان پەرۋىش قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

2) سۇنۇققا تېز ياردەم بېرىش

سۇنۇقنىڭ دەسلەپتە كۆپ ھاللاردا ئۈچ خىل خەتەر يۈز بېرىدۇ. بىرىنچىسى، سۇنغان ئورۇننىڭ قاتتىق ئاغرىشىدىن پەيدا بولغان ئازاب (غىدىقلىنىش) ئاۋۋال سەزگۈچى ياكى ھېس قىلغۇچى (قوۋۋىيى مۇدرىكە) نىڭ مەركىزى بولغان مېڭە ۋە ھاياتىي كۈچ (قوۋۋىيى ھايۋانى) نىڭ مەركىزى بولغان يۈرەككە تەسىر قىلغانلىقتىن مېڭە بىلەن يۈرەكنىڭ خىزمىتى قالايمىقانلىشىشتىن سەدىمە (شوك) پەيدا بولۇپ بىمارنىڭ ھاياتىغا ئېغىر خەۋپ كەلتۈرىدۇ. سەدىمەدە ئاساسلىق كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر يارىدارلارنىڭ چىرايى تاتىرىش، سوغۇق تەرلەش، پۇت-قوللىرى مۇزلاش، نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىپ سۇسلىشىش، لەۋلىرى بىلەن تىرناقلىرى كۆكىرىش ۋە ئەس-ھۇشى خامۇشلىشىش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. ئەگەر ۋاقتىدا چارە قىلىنمىسا يارىدار ئۆلۈپ قېلىشى مۇمكىن. شۇڭلاشقا بىماردىكى ئاغرىشنى توختىتىش ياكى يېنىكلىتىش ئۈچۈن بەرشىا، ئىيارەج جالىنۇس، ئاساناسىيا كەبىر، بانادۇق ۋە جەۋارىش ھىندى قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. سەدىمە (شوك) ئالامەتلىرى كۆرۈلگەنلەرگە دەرھال داۋائىلمىسكى بېرىلىدۇ ۋە تېز تەسىر قىلغۇچى، يۈرەكنى كۈچلەندۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئىككىنچىدىن، ئوچۇق سۇنۇقلاردا قان يوقىتىش بىلەن جاراھەت بۇلغىنىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلىدۇ. قاناشنى توختىتىش ۋە جاراھەتنىڭ بۇلغىنىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەت ئۈستىدىكى ئەخلەت-چاۋا ۋە قۇم-توپىلارنى تازىلاپ مۇمكىن قەدەر پاكىز تېڭىق ماتېرىيالى بىلەن جاراھەت تېڭىلىدۇ. ئۈچىنچىدىن، يارىدارنى يۆتكەش مۇۋاپىق بولمىسا سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچى ئورنىدىن قوزغىلىپ ياكى ئورنىدىن قوزغىلىش ئېغىرلىشىپ گۆشلەر بىلەن قان تومۇر ۋە ئەسەب تانالىرىنىڭ ئورۇنسىز زەخىملىنىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. شۇڭلاشقا يۇقىرىقىلاردىن ئىبارەت دەرد ئۈستىگە دەرد قوشۇلۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن يارىدارنى زەخىملەنگەن ئورنىدىن داۋالاش ئورنىغا يۆتكەشتە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مۇچىلىرىنىڭ سۇنۇقىدا سۇنغان ئورنىغا ھەر خىل كەڭلىكتىكى نېپىزرەك شال ياكى تارشا گۆڭگۆرت قاتارلىق قاتتىقراق نەرسىلەر قويۇپ تېڭىلىدۇ. ئومۇرتقا سۇنغان بولسا يارىدارنى كەڭرەك شال ياكى ئىشىك قانىتى قاتارلىقلارغا ياتقۇزۇپ ئاندىن زەمبىل، جىرغا ياكى ھارۋىغا ئېھتىياتچانلىق بىلەن يۆتكەپ داۋالاش ئورنىغا ئېلىپ بېرىلىدۇ. ياز كۈنلىرى ئاپتاپ ئۆتۈشتىن، باش ئەتىياز، كەچ كۈزدە ۋە قىش كۈنلىرى سوغۇق تېگىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

3) تېڭىقچىدا ھازىرلىنىشقا تېگىشلىك شەرتلەردە سۇنۇقنى داۋالاشتىن ئىلگىرىكى تەييارلىق ناھايىتى مۇھىم.

(1) تېڭقىچىدا ھازىرلىنىشقا تېگىشلىك شەرتلەر

يارىدارلار داۋالىنىش ئورنى ياكى تېڭقىچىنىڭ ئالدىغا كەلگەندە تېڭقىچى ۋە ئۇنىڭ ياردەمچىسى ئالدى بىلەن ھەرگىز ھودۇقماستىن چىرايى خۇش خۇي، مۇئامىلىدە قىزغىن، سۆزدە مۇلايىم بولۇپ خۇش چاقچاق سۆزلەر بىلەن يارىدارنىڭ دىققىتىنى باشقا ياققا بۇراش بىلەن بىرگە يارىداردىكى ھەر خىل ئەندىشىلەر بىلەن روھىي جەھەتتىكى جىددىيلىشىشنى تۈگىتىپ ياكى يېنىكلىتىپ يارىداردا جەزمەن بىجىرىم ساقىيىدىغانلىقىغا بولغان ئىشەنچىنى تۇرغۇزۇش، ئىككىنچىدىن ئۇستىخاننىڭ سۇنغان - سۇنمىغانلىقىنى، سۇنغان ئورنىنى، سۇنۇقنىڭ تۈرى، سۇنۇق دەرىجىسى، سۇنۇق شەكلى ۋە سۇنۇققا قوشۇلۇپ كەلگەن باشقا زەخىملىنىشلەرنىڭ بار - يوقلۇقى ۋە ئۇنىڭ ئېغىر - يېنىكلىكى قاتارلىقلارنى جەزملەشتۈرۈش ئىقتىدارىنى ھازىرلىشى كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك سۇنۇقچىلىقىغا ئائىت بىلىم ۋە تېخنىكىنى ياخشى ئىگىلەشتىن سىرت ھازىرقى زامان تىبابەتچىلىكىنىڭ رېنتگېنلىق تەكشۈرۈش ۋاسىتىسىدىن پايدىلىنىشنى ئىگىلىۋېلىش كېرەك. ئۈچىنچىدىن، سۇنۇقنى تېڭىشتا زۆرۈر بولغان تېڭىق ماتېرىياللىرى بىلەن دورىلار ئالدىدىن تەييارلىنىشى كېرەك.

(2) تېڭقىچىلىقتا كېرەكلىك ماتېرىياللار ۋە ئۇنى ئالدىدىن تەييارلاش

سۇنۇق ياكى چىقىق تېڭقىچىلىقىدا كۆپ قوللىنىلىدىغان تېڭىق ماتېرىياللار ماتا، داكا، تارشا ياكى نېپىز تاختاي، بوغۇچ (شوينا)، ئۈچ بۇرجەك ياغلىق، توخۇم ۋە نوتۇل (جىغاتمىلار) بىلەن تىللار (سۇركەلمىلەر)، قىيروتى (موم بىلەن مايلاردىن ياسالغان ياسالمىلار) قاتارلىق ماتېرىيال ئەسۋابلاردىن باشقا ئىششىق ياندۇرىدىغان ۋە سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىنى تېزلىتىدىغان ھەمدە ئاغرىق توختىتىدىغان دورىلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

تېڭىقتا ئىشلىتىلىدىغان ماتا ياكى داكىنىڭ كەڭلىكى سۇنغان ئورۇننىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئوخشاش بولمايدۇ. مەسىلەن، قوۋۇرغا سۇنۇشىدا ئىشلىتىلىدىغان ماتا بىلەن داكىنىڭ كەڭلىكى تەخمىنەن بىر غېرىچ (20 — 15 س م) ئەتراپىدا بولۇشى، يۇقىرى مۈچە بىلەن پاقالچاقنى تېڭىشقا ئىشلىتىلىدىغان ماتا بىلەن داكىنىڭ كەڭلىكى تۆتلىكتىن بەشلىككىچە (10 — 8 س م ئەتراپىدا)، سان بىلەن باش سۆڭەك سۇنۇقىنى تېڭىشقا ئىشلىتىدىغان ماتا بىلەن داكىنىڭ كەڭلىكى ئالقان كەڭلىكىدە (15 — 10 س م ئەتراپىدا)، پۇت بىلەن قول پەنجىسى، بېغىش ۋە ھوشۇقلارنى تېڭىشقا ئىشلىتىدىغان ماتا ياكى داكىنىڭ كەڭلىكى ئۈچلۈكتىن تۆتلۈك (8 — 5 س م) ئەتراپىدا، قول ۋە پۇت بارماقلىرىنى تېڭىشتا ئىشلىتىدىغان داكا (ماتا ئىشلىتىلمەيدۇ) كەڭلىكى ئۈچلۈكتىن تۆۋەن (5 — 3 س م) بولىدۇ.

تارشا بىلەن تاختىچىلار ئورنىغا چۈشۈرۈلگەن سۆڭەكنىڭ ئورنىدىن قايتا قوزغىلىپ كەتمەسلىكىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە سۆڭەكنىڭ تېزرەك، راۋۇرۇس ساقىيىشىنى قولغا كەلتۈرۈش مەقسىتىدە ئىشلىتىدىغان ياغاچ ماتېرىيال بولۇپ، ئۇ كۆپىنچە سۆگەت، سۆگەت گۈلى ياكى ئانار ياغىچى قاتارلىق يۇمشاقراق ۋە مەلۇم ئەۋرىشىملىككە ئىگە ياغاچ ماتېرىياللىدىن ياسىلىدۇ. يەنى تارشا ياكى ھەر خىل كەڭلىكتىكى، ھەر خىل قېلىنلىقتىكى ۋە ھەر خىل ئۇزۇنلۇقتا يۈزى سىلىق تۈز تاختايلار ئالدىدىن تەييارلىنىدۇ. بىراق سۇنغان ئورۇنغا قويۇلىدىغان قىسمى ئازراق توم بولىسىمۇ بولىدۇ. باغلىغۇچ (بوغۇچ، چەككۈچ ياكى شوينا) ماتا ياكى داكىنى تاسما شەكلىدە كېسىپ تەييارلىنىدۇ ياكى ئىنچىكە شوينا بولسىمۇ بولىدۇ. ئۇخۇمۇ زاپاس ساقلىنىشى كېرەك. ئۇخۇم ئېقى تېڭىقلارنى چىڭىتىش قاتارلىق مەقسەتلەردە ئىشلىتىشتىن سىرت يەنە ئۇنىڭ دورىلىق رولىمۇ بار (ئۇخۇمنىڭ رولى سۆڭەكتا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار قاتارىدا تەپسىلىي بايان قىلىنىدۇ). ئۇتۇللار (جىغاتمىلار) بىلەن تىلالار (سۈركەلمىلەر) ۋە باشقا دورىلار ئاغرىش بىلەن قىچىشىشنى پەسەيتىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش، ئوچۇق سۆڭەكتا جاراھەت ئوفۇنەتلىنىپ يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، سۆڭەكنىڭ ئۇتىشىشىنى تېزلىتىش، نا مۇۋاپىق ئۇتۇپ قالغان سۆڭەكنى ياشلاش ياكى بوشىتىش ۋە زىيادە ئۆسكەن سۆڭەك قاسىرىقىنى كىچىكلىتىش قاتارلىق مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ. بۇلاردىن سىرت سۆڭەك ھەرىسى، ئۆسكۈنە، بولقا، قايچا، پىچاق، چۆگۈن، تاۋاق، مۇچلەرنى ئېسىشقا كېرەكلىك جاھاز، تاناپ ۋە تاش قاتارلىق ئەسۋابلار تەييارلىنىدۇ. چۈنكى ھەر قانداق سۆڭەكتا بولۇپمۇ ئورنىدىن قوزغالغان سۆڭەكتا ئاغرىش قاتتىق بولغانلىقتىن يارىلانغۇچى بەكمۇ ئازابلىنىدۇ. ئاغرىش قانچە كۆپ بولسا يارىلانغۇچىدىكى ئەندىشە شۇنچە كۆپىيىدۇ. شۇنداقلا تېڭىققا كېرەكلىك ماتېرىياللار بىلەن دورىلار تەييار بولماي داۋالاش ۋاقتى كېچىكسە يارىلانغۇچىدىكى ئەندىشە شۇنچە كۆپ بولىدۇ. شۇڭلاشقا داۋالاش ئورۇنلىرى بىلەن تېڭىقچى يۇقىرىدىكى بىر يۈرۈش تېڭىق ماتېرىياللىرىنى ئالدىدىن تەييارلاش كېرەك.

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك تېڭىقچىلىقىدا كۆپ قوللىنىلىدىغان تېڭىق تۈرلىرى: تېڭىقنىڭ تۈرى بىلەن تېڭىش ئۇسۇللىرى سۆڭەكنىڭ ئورنى بىلەن سۆڭەكنىڭ تۈرى، شەكلى، دەرىجىسى قاتارلىقلارغا ئاساسەن تاللىنىدۇ. ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىنىڭ سۆڭەكنى تېڭىش تۈرلىرى بىلەن ئۇسۇللىرىنى ئىخچاملىغاندا تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

قۇرۇق تېڭىش: بۇ خىل ئۇسۇل كۆپىنچە ئورنىدىن قوزغالمىغان ۋە يۇمشاق توقۇلمىلار زەخمىلەنمىگەن ياكى ئاساسىي جەھەتتىن زەخمىلەنمىگەن ھەمدە يەرلىك ئورۇن ئىششىمىغان كىچىكرەك سۆڭەكلەرنىڭ سۇنۇقى بىلەن بالىلارنىڭ مۇچە سۇنۇقلىرىدا

قولىنىلىدۇ. بۇ خىل تېڭىقتا تېڭىق ماتېرىيالىنىڭ بوشاپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئاۋۋال مۇچىنىڭ تۆۋىنىدىن يۇقىرىسىغا، كېيىن يۇقىرىدىن تۆۋەنگە قارىتىپ ئىككىنچى يۆگەمنى بىرىنچى يۆگەمنىڭ ئوتتۇرىسىدىن باستۇرۇپ تېڭىلىدۇ. ئۈچىنچى يۆگەمنى مەلۇم يېرىدىن تەتۈر قاتلاپ گۈل چىقىرىپ يۆگىلىدۇ. ئەگەر سۇنۇق مۇچىلەردە بولسا 3-يۆگەمنىڭ سىرتىدىن مۇچىنىڭ ئالدى، ئارقا ۋە ئىككى يېنىغا تارشا ياكى تاختايچىلار قويۇلىدۇ. قويۇلىدىغان تاختايچىلار بىلەك سۇنۇقىدا ئاز بولغاندا 4 تال، پاقالچاق، سان ۋە يۇقىرى بىلەك سۇنۇقىدا ئاز بولغاندا 6 تال قويۇپ تاختايچىلارنىڭ ئوتتۇرا ۋە ئىككى چېتىدىن بوغۇچ بىلەن ئىلمەك تۈرۈپ چىگىلىدۇ. سان، پاقالچاق ۋە يۇقىرى بىلەكلەردە چىگىك سانى 4-5 گىچە بولىسمۇ بولىدۇ. شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى تېڭىق بىلەن تارشا ياكى تاختايچىلار سۇنۇقنىڭ يۇقىرى-تۆۋەن بوغۇمىدىن ھالقىماسلىقى كېرەك ۋە سۈرۈلۈپ يارا پەيدا بولۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن سۆڭەكنىڭ پولتىيىپ چىققان يېرىگە قېلىنراق پاختا قويۇلىدۇ.

ھۆل تېڭىش: بۇ خىل تېڭىق كۆپىنچە تېڭىقنى مەلۇم دەرىجىدە قاتۇرۇش (بۇ سۇنغان ئورۇننىڭ مۇقىملىقىغا كاپالەتلىك قىلىش مەقسىتىدە قوللىنىلىدۇ)، ئىششىق ياندۇرۇش ۋە سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى (تۇتىشىشنى) تېزلىتىش، زىيادە قانتەقلىقنى تارقىتىش، خاتا تۇتقان سۇنۇقنى ياشلاش، ئاغرىش بىلەن قىچىشىشنى توختىتىش ياكى پەسەيتىش قاتارلىق مەخسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل قۇرۇق تېڭىققا قارىغاندا كۆپرەك قوللىنىلىدۇ. ھۆل تېڭىش سۇنۇقنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. مەسىلەن: بەزى سۇنۇقلاردا ئاغرىشنى يېنىكلىتىپ قىچىشىشنى پەسەيتىش ۋە ئىششىق ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئاۋۋال سۇنغان ئورۇننىڭ تېرىسىگە بىرەر سائەت جىغاتمىلار (نوتۇل) نى جىغىتىپ ياكى جىغاتمىلارغا چىلانغان لاتىنى قويۇپ ئاندىن تېڭىلىدۇ. بەزى سۇنۇقلاردا سۇنۇقنىڭ تۇتىشىشنى تېزلىتىش مەقسىتىدە سۈركەلمىلەر (تىلالار) ياكى قىروتى (موم بىلەن ماي قوشۇلغان ياسالما) ياكى بولمىسا باشقا مۇرەككەپ ياسالمىلارنى سۈرتۈپ بولغاندىن كېيىن ئورۇلىدىغان ماتا ياكى داكىنى تۇخۇم ئېقى (ياكى تۇخۇم سېرىقى ياكى بولمىسا تۇخۇم ئېقى بىلەن تۇخۇم سېرىقى ئارىلاشمىسى) ياكى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇلغان باشقا دورىلارنى مىلاپ تېڭىلىدۇ. ھۆل تېڭىق ئۈستىدىن قۇرۇق تېڭىپ ئۇنىڭ ئۈستىدىن تارشا ياكى تاختايچىلارنى قويۇپ (مۇچە سۇنۇقىدا چىگىلىدۇ) سۇنۇق مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ.

ئوچۇق قويۇپ تېڭىش: بۇ خىل تېڭىق كۆپىنچە ئوچۇق سۇنۇقلار بىلەن ئوقۇنەت-

لىنىپ يىرىڭلىغان كونا سۇنۇقلارغا قوللىنىلىدۇ. بۇ خىلدىكى تېڭىشنىڭ مەقسىتى سۆڭەكنىڭ سۇنغان ئىككى ئۇچىنىڭ مۇقىملىقىغا كاپالەتلىك قىلىش شەرتى ئاستىدا سۇنۇقتىكى جاراھەت تېڭىقنى ۋاقتىدا ئالماشتۇرۇشتا ئاسانلىق تۇغدۇرۇشتىن ئىبارەت. بۇ خىل تېڭىق بىرقەدەر مۇرەككەپرەك بولۇپ تېڭىلىدىغان تېڭىق ماتېرىيالى جاراھەت بار ئورۇننىڭ ئۈستىدىن ئورالماي جاراھەتنىڭ ئەتراپىدىن ئورۇلىدۇ. يەنى تېڭىق ماتېرىيالىنى ئورىغاندا جاراھەت يۈزىدىن ئاتلىتىپ قۇرۇق تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن تېڭىلىدۇ. قويۇلىدىغان تارىشا ياكى تاختايچىلار جاراھەت يۈزىگە قويۇلمايدۇ. ئەگەر سۇنۇق ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىش خەۋپى بولسا ئوچۇق تېڭىق بويىچە تېڭىپ، جاراھەت ئۈستىگە قېلىنراق تېڭىق ماتېرىيالى يېپىپ بولغاندىن كېيىن جاراھەت بار ئورۇنغا تارىشا تاختايچىلارنى قويۇپ ئايرىم چىگىك (شوينا) بىلەن چىگىلىدۇ. ئوچۇق تېڭىقنى ئەھۋالغا قاراپ قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىشقا بولىدۇ. بىراق جاراھەتنىڭ بۇلغىنىپ قېلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن جىغاتما (نوتۇل) جىغىتىلمايدۇ ۋە سۈركەلمە قاتارلىق ماي ياكى باشقا مەلھەم دورىلار جاراھەت يۈزىگە تەككۈزۈلمەيدۇ.

تارتىپ تېڭىش: بۇ خىل تېڭىق گۆشلەر تەرەققىي قىلغان ۋە سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچى ئورنىدىن قوزغىلىپ قول بىلەن تارتىش ئۇسۇلى ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرۈشكە بولمايدىغان ياكى ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولغان سۇنۇقلارغا قوللىنىلىدۇ. يەنى بۇ خىل تېڭىق ئۇسۇلىدا ياردەم ياتقان كارىۋاتقا تارتىش جاھازلىرى ئورنىتىلغان بولۇپ يۇقىرى بىلەك سۇنغان بولسا شۇ تەرەپ جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ قول بېغىشنى يۇقىرىغا، جەينەكنى يان تەرەپكە تارتىپ مۇۋاپىق ئېغىرلىقتىكى خىش ياكى تاشلارغا باغلانغان مەزمۇت چىگە بىلەن ئېسىلىدۇ. ئەگەر سان سۆڭىكى سۇنغان بولسا كارىۋاتنىڭ ئاياغ تەرىپىگە ئورنىتىلغان غالتەكلەر ئارقىلىق پۇتنىڭ ھوشۇقىدىن تارتىپ ئېسىلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى قولنىڭ بېغىشىغا باب كەلگۈدەك 2 ـ 3 لىك كۆن تاسمىسىدىن ياسالغان ھالقىسىمان چەمبىرەك كىيگۈزۈپ ئېغىرلىق ئېسىلىدىغان شوينا ھالقىسىمان چەمبىرەكنىڭ سىرتىغا ئورنىتىلغان ئىلمەككە چىگىلىدۇ. سان سۆڭەك سۇنۇقىدا سۇنغان تەرەپ پۇتىغا پۇتنىڭ دومبىسى بىلەن تاپىنىنى يېپىپ ئۇرىدىغان چەمى يوق كەش كىيدۈرۈپ ھوشۇقىنىڭ قاق ئوتتۇرىسىغا ئۇدۇللاپ ئېسىلىدۇ (بۇ جەھەتتە ھازىرقى زامان سۆڭەك ئىلمىنىڭ پلاستىر بىلەن تېرىدىن تارتىش ۋە سۆڭەكلىك تارتىش قاتارلىق ئۇسۇللىرىدىن پايدىلىنىلسا بولىدۇ. ت). بۇ خىل تېڭىقتا ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقلار راۋۇرۇس ئورنىغا كېلىپ سۇنغان مۇچە ساق مۇچىگە قارىغاندا ئازراقلا ئۇزارغاندا سۇنغان مۇچىنى ياردەمچىلەر قارىمۇ-قارشى تەرەپكە مۇۋاپىق كۈچ بىلەن تارتىپ تۇرۇش ئاستىدا

تېڭىقچى قول سەنئىتىنى ئىشقا سېلىپ سۇنغان سۇنۇقنىڭ ئىككى ئۇچىنى ئۆزئارا ئۇدۇللاپ بولغاندىن كېيىن قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن تېڭىپ ئەھۋالغا قاراپ ئېسىپ تارتىش ئەمەلدىن قالدۇرۇلىدۇ ياكى تارتىپ تۇرغان ئېغىرلىقنى كېمەيتىپ مەلۇم ۋاقىت ساقلاپ قېلىنىدۇ.

گەجىلىك تېڭىق: گەجىلىك تېڭىق مۇندىن مىڭ يىللار بۇرۇن شىنجاڭنى ئۆز ئىچىگە ئالغان غەربىي دىيار تېڭىقچىلىرىنىڭ ئىجادىيىتى بولۇپ، ئۆزىنىڭ ئەۋزەللىكى بىلەن دەۋرىمىزدىكى ھازىرقى زامان سۇنۇقچىلىقىدا ئۆز قىممىتىنى ساقلاپ كەلمەكتە. بىراق گەجىلىك تېڭىقتا سۇنۇقنىڭ يۇقىرى تۆۋەندىكى بوغۇملار تېڭىلغانلىقتىن بوغۇم ھەرىكىتىنىڭ ئەسلىگە كېلىشى تەس بولۇش، ئىششىغان سۇنۇقتا ئىششىق يانغاندىن كېيىن تېڭىق ئىچى بوشاپ مۇقىملاشتۇرۇش مەقسىتىگە يەتكىلى بولمىغانلىقتىن سۇنغان سۆڭەك ئۇچى قايتىدىن ئورنىدىن قوزغىلىپ مايماق ساقىيىش ياكى ساقىيىش تەس بولۇش، تېرە بولۇپمۇ سۆڭەكنىڭ پولتىيىپ چىققان قىسمى زەدىلىنىپ يېرىڭلاش، تېرە قىچىشىپ يارىدارنى بىئارام قىلىش، بوشراق تېڭىلسا كۈتكەندەك مۇقىملاشتۇرۇغىلى بولماسلىق، سەللا چىڭراق تېڭىلسا مۇچە ئىششىپ كۆكىرىپ ئاغرىش قاتارلىق يېتەرسىزلىكلەر بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇيغۇر تېڭىقچىلىرى ئەجدادلىرى ئىجاد قىلغان بۇ خىل تېڭىقتىن ۋاز كەچكەن. بىراق بۇ خىل تېڭىق ئۇسۇلىنى ئوچۇق سۇنۇقتا قوللىنىلسا بىرقەدەر ئەپلىكرەك بولىدۇ.

يېپىق سۇنۇقنى داۋالاش

سۇنۇقنى داۋالاشتا تېڭىقچىنىڭ قول سەنئىتى (قولدىكى مۆجىزە) بىلەن پوزىتسىيىسىدىكى قىزغىنلىق ۋە سۆزىدىكى ماھىرلىق سۇنۇقنى ئەشخىس قىلىشتىن (دىئاگنوز قويۇشتىن) تاكى سۇنۇقنى داۋالاپ ساقايتىشقىچە بولغان ئارىلىقتا ئىنتايىن مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. سۇنۇقنى ئەشخىس قىلىشتىن تارتىپ تاكى سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىشنى باشلىغانغا قەدەر سۇنغان مۇچىدىكى گۆشلەرنىڭ جىددىيلىكىنى بوشاشتۇرۇش مەقسىتىدە تېڭىقچى بىر تەرەپتىن سۆز ماھىرلىقنى ئىشقا سېلىپ يارىدارنىڭ دىققىتىنى باشقا ياققا بۇراش بىلەن بىرگە ئىككى قولىنى ئىشقا سېلىپ سۇنغان ئورۇننىڭ يۇقىرى-تۆۋىنىدىن سۇنغان ئورۇننىڭ مەركىزىگە قارىتىپ ئاۋۋال تېرە، كېيىن گۆشلەرنى سىلىقلىق بىلەن يۇمشاق سىلاپ ئۇۋۇلايدۇ. ئارقىدىن ئازراق بېسىپراق سىلاپ ئۇۋۇلىنىدۇ. بۇ جەرياندا ئاغرىشنى كۆچەيتمەسلىك ئۈچۈن سۇنغان ئورۇن مۇمكىن قەدەر

بىسىلمايدۇ. بۇ خىل ھەرىكەت بىرقانچە قېتىم تەكرار داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. تىكىقچىنىڭ بۇ باسقۇچتىكى ھەرىكىتى يارىدارغا خۇش يېقىش كېرەك. بۇ جەرياندا تىكىقچى يارىدارنى ئىلھاملاندۇرۇپ سۆڭەكنىڭ سۇنغان ياكى سۇنمىغانلىقىنى ۋە ئورنىدىن قوزغالغان ياكى قوزغالمىغانلىقى، سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە ئازراق ئاغرىيدىغانلىقى، ئاغرىشقا بەرداشلىق بېرىشنىڭ بىجىرىم ساقىيىشتا ئەھمىيىتىنىڭ چوڭلۇقى قاتارلىق تەرەپلەرنىمۇ سۆزلەش كېرەك. بىر تەرەپتىن سۆزلەپ بىر تەرەپتىن سۇنۇقنىڭ تۈرى، دەرىجىسى، سۇنۇق شەكلى ۋە سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنىڭ ئورۇندىن قوزغالغان ياكى قوزغالمىغانلىقى ھەمدە يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخىملىنىش دەرىجىسىنى ئېنىقلاپ جەزىملەشتۈرۈش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى بۇ جەريان بەكمۇ تېزراپ كەتمەسلىكى ۋە ئېنىقلىنىدىغان مەزمۇن چالا قالماسلىقى كېرەك. ئەگەر يارىلانغۇچى ماسلىشىپ بېرەلمەيدىغانلىقىغا كۆزى يەتسە يارىدارغا بەرشىنا، ئىپارەج جالىنۇس، ئاساناسىيايى كەبىرى، بانادۇق ۋە جەۋارىش ھىندى قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلاردىن بىر خىلىنى ئىچىشكە بېرىپ تەخمىنەن بىر سائەتتىن كېيىن تىكىقچىلىق مەشغۇلىيىتى ئېلىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى ئەھۋالغا قاراپ سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا بەزرۇلبەنجى (بەڭگى دىۋانە)، خەشخاش ۋە تاتلىق ئانارنىڭ ھاراق چىلانمىسىنى سۈرتۈپ بىر مەزگىلدىن كېيىن قول مەشغۇلىيىتى ئېلىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر سۇنغان سۆڭەك ئورنىدى قوزغالمىغان ۋە يۇمشاق توقۇلما ئانچە ئېغىر زەخىملەنمىگەن بولسا قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن تېڭىلىدۇ. سۇنۇق ئۇچى ئورۇندىن قوزغالمىغان، لېكىن يۇمشاق توقۇلمىلاردىكى ئىششىش ئېغىرراق بولسا ئاۋۋال ئىششىقنى ياندۇرۇش مەقسىتىدە جىغانىملار (ئۆتۈللار) نى جىغىتىش، سۈركەلمىلەر (تىلالار) نى سۈرتۈش، ئىششىش ئېغىر بولۇپ، قارىداپ كۆكىرىش ئەھۋاللىرى بولسا يۇمشاق توقۇلمىلارنى تىغ بىلەن يېرىپ بۇزۇلغان ماددىلارنى ئېقىتىش قاتارلىق ئۇسۇللار قوللىنىلىدۇ. ئىششىق ئاساسەن ياندىغاندىن كېيىن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلارنى توختىتىپ سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدىغان دورىلار بىلەن تېڭىلىدۇ. ئەگەر سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا ياكى پارچىلانغان ۋە تولغاشقان سۇنۇق بولسا سۇنۇق ئۇچى تۈۋەندىكى ئۇسۇل بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ.

ئەگەر كەسمە سۇنۇق بولسا ئىككى پارەمچى سۆڭەك سۇنغان مۈچىنىڭ گەۋدىگە يىراق ۋە يېقىن قىسمىدىن تۇتۇپ ئاۋۋال مۆتىدىل كۈچ بىلەن، كېيىن بارا-بارا كۈچەپ قارىمۇ قارشى تەرەپكە بىر خىل تەكشىلىكتە تارتىدۇ (ھەر ئىككى پارەمچى زىچ ماسلىشىش، كۈچ بىردەك بولۇشى، كۈچەپ تارتىپ بىردە بوش، بىردە چىڭ تارتىدىغان تەكشىسىزلىكتىن ساقلىنىش ۋە تىكىقچىنىڭ قوماندانلىقىغا بويى

سۇنۇپ تېڭىقچىغا يېقىندىن ماسلىشىش كېرەك). تېڭىقچى سۆز ماھارىتىگە قول سېلىشتىنى بىرلەشتۈرۈپ سىلاش، تۈزۈلاش ۋە بېسىپ تۇتۇش ماھارىتىنى ئۆزئارا بىرلەشتۈرۈپ ئىشلىتىپ كەتكەت سۇنۇق ئۇچلىرىنىڭ ئارقىغا (قارىمۇ قارشى تەرەپكە) يېنىش ئەھۋالىنى تەكشۈرۈپ ئىككى سۆڭەك ئۇچى ئاجرىغانلىقىنى بايقىغاندىن كېيىن چەبدەسلىك بىلەن سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچىنى قارىمۇ قارشى (ئوڭ-سول ياكى ئالدى كەينى) تەرەپكە بېسىش، كۆتۈرۈش، ئىتتىرىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ.

ئەگەر سۆڭەك قىيسىق سۇنغان بولسا ئالدى بىلەن سۇنۇقنىڭ ئىككى تەرەپ قىيسىقلىق دەرىجىسىنى مۆلچەرلىۋېلىپ ياردەمچى قارىمۇ قارشى تەرەپكە تۈز تارتىش بىلەن تېڭىقچىنىڭ كۆرسەتمىسىگە ئاساسەن ئىچى ۋە سىرتىغا تولغاپ تارتىدۇ. تېڭىقچى ياردەمچىلەرنىڭ تارتىشىغا بىرلەشتۈرۈپ سۇنۇقتىكى قىيسىقلىقنى ئۆزئارا ھەملەشتۈرىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل بىلەن تارتىشقا ياردەمچىلەرنىڭ تارتىش ۋە تولغاش ھەرىكىتى بىلەن تېڭىقچىنىڭ ھەملەشتۈرۈش ھەرىكىتى ئۆزئارا ماسلىشىشى ۋە سەرپ قىلىنىدىغان كۈچى تەكشى بولۇشى كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا قىيسىق سۇنۇق ئۇچى كۆپ ھاللاردا قىرلىق بولغانلىقى ئۈچۈن سۆڭەكنى ئوراپ تۇرغان گۆشلەر بىلەن قان تومۇرلار ۋە ئەسەبلەرنى ئوڭايلا زەخمىلەپ سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىغا تەسىر يەتكۈزىدۇ.

بۇرغىسىمان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى قىيسىق سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى بىلەن ئاساسەن ئوخشاپ كېتىدۇ. بىراق تولغۇشۇش دەرىجىسىدە پەرقلەر بولىدۇ.

پارچىلانغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە ياردەمچىلەر مۇلايىم كۈچ بىلەن قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تارقاتقاندا تېڭىقچى سۇنغان ئورۇننىڭ ئىككى يېنى ۋە ئالدى ئارقىسىدىن قامالاپ مىجىش ئۇسۇلى بىلەن پارچىلانغان سۆڭەكلەرنى بىر-بىرى بىلەن يېقىنلاشتۇرىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل بىلەن ئورنىغا كەلتۈرۈشتە بارماقلارنىڭ رولى خۇددى تەمبۇر پەردىسىنى باسقانغا ئوخشاش يۇمران، چاققان ۋە چەبدەس بولۇشى كېرەك. ئەگەر ئىشلەتكەن كۈچ بوش بولۇپ قالسا كۆزلىگەن مەقسەتكە يەتكىلى بولمايدۇ. ئەگەر ئىشلەتكەن كۈچ سەللا كۈچلۈك بولۇپ كەتسە پارچىلانغان سۆڭەك قىرلىرى ئەتراپىدىكى يۇمشاق توقۇلمىلارنى زەخمىلەندۈرىدۇ. ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇق ئورنىغا چۈشۈرۈلگەندىن كېيىن قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىق ئۇسۇلى بىلەن تېڭىپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ.

شۇنى بىلىش كېرەككى ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇقنى تارتىش يولى بىلەن ئورنىغا كەلتۈرگىلى بولسىمۇ لېكىن تېڭىش جەريانىدا گۆش بىلەن پەيلەرنىڭ قىسقىرىشىدىن قايتا ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىدىغان ھاللار كۆپ ئۇچرايدۇ. شۇڭلاشقا گۆشلەر تەرەققىي قىلغان كىشىلەردىكى مۈچە سۇنۇقنى تېڭىشتا تارتىشنى

بوشاشتۇرمىغان ھالەتتە تۇرغۇزۇپ تېڭىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن (تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈشتىن بۇرۇن) تېڭىقتا ئىشلىتىدىغان بارلىق تېڭىق ماتېرىياللىرى بىلەن دورىلارنى ئالدىدىن تەييارلىۋېلىش لازىم. بۇ خىل تەييارلىق تۇخۇم ۋە باشقا دورىلارنى ماتا ياكى داكىغا سۈرتىۋېلىشنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش مەزگىلىدە ۋە تېڭىپ بولغاندىن كېيىن سۇنۇقنىڭ ئورنىغا چۈشكەن ياكى چۈشمىگەنلىكىنى جەزملەشتۈرۈش ۋە داۋالاش مەزگىلىدە سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىش ئەھۋالىنى كۆزىتىپ ھازىرقى زامان تېڭىقچىلىقىنىڭ رېنتگېندىن پايدىلانسا داۋالاش ئۈنۈمى تېخىمۇ يۇقىرى بولىدۇ.

ئەگەر قول بىلەن تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولسا تارتىش ئۇسۇلى بىلەن (يۇقىرىدا بايان قىلىندى) ياكى دەستىكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ.

سۇنۇقنى دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش

ئېلىمىز ئىچى ۋە سىرتىدىكى تارىخىي يازما خاتىرىلەر بىلەن ئارخېئولوگىيىلىك قېزىلمىلارغا ئاساسلانغاندا ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ سۇنۇقنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالغان دەستىكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلىنىڭ يولغا قويۇلغان تارىخى ئىسلامىيەتتىن خېلى بۇرۇنلا باشلانغانلىقى بىزگە مەلۇم. كلاسسىك ئەسەرلەردىكى خاتىرىلەردە پارچىلانغان سۇنۇقتا ئاجرالغان سۇنۇق پارچىلىرىنى ئېلىۋېتىش، ئورنىدىن قوزغالغان قىيسىق سۇنۇق بىلەن بۇرغىلىق سۇنۇقتا قادىلىۋالغان سۆڭەك ئۇچىنى كېسىۋېتىش، تېرە سىرتىدىن ئورنىغا چۈشۈرۈش مىنگىشىۋالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش، قان تومۇرلار ئېغىر دەرىجىدە زەخىملىنىشتىن سۇنغان ئورۇن ئىششىپ كەتكەن. قوۋۇرغىلار سۇنۇقىدا سۇنغان قوۋۇرغا ئۇچى ئۆپكە ياكى جىگەر قاتارلىق ئىچكى ئەزالارغا قادىلىپ قالغان، سۇنۇق بىلەن چىقىق بىرگە كېلىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولغان، سۇنغان سۇنۇق مايماق ئۇتۇپ ياشلاپ تېڭىش ئۈنۈم بەرمىگەن ۋە سۇنۇق بىلەن چىقىق يۇلۇن ياكى چوڭراق ئەسەب تانالىرى بىلەن قان تومۇرنى بېسىۋېلىپ يامان ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقارغان ئەھۋاللاردا دەستىكار ئۇسۇلى قوللىنىلغانلىقى خاتىرىلەنگەن. مەسىلەن، «پارچىلانغان سۇنۇقتا سۇنۇق پارچىلىرى يۆنىلىشىنى ئۆزگەرتىپ قادىلىۋېلىش تۈپەيلىدىن سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولغان ياكى سۇنغان سۆڭەك پارچىسى سۆڭەك پەردىسى بىلەن قوشۇلۇپ سۆڭەك گەۋدىسىدىن پۈتۈنلەي ئاجراپ كەتكەن ياكى بولمىسا ئەسەب قاتارلىق يۇمشاق توقۇلمىلارغا قادىلىۋېلىپ قاتتىق ئاغرىش پەيدا قىلغان بولسا تىغ بىلەن يېرىپ سۇنۇق پارچىلىرى ئېلىۋېتىلىدۇ» دەپ خاتىرىلەنگەن. يەنە «سۇنغان سۆڭەك

پارچىسى سۆڭەك پەردىسىدىن پۈتۈنلەي ئاجرىلىپ كەتمىگەن بولسا سۇنغان سۆڭەك پارچىلىرىنى ئۆز ئارا يېقىنلاشتۇرۇپ تېڭىلسا سۇنۇقنى ئۇلاشتۇرغۇچى دوشبەن (دايمال) شىلىمشىقى سۇنغان ئورۇننى ئورىۋېلىپ سۆڭەك پارچىلىرىنى ئۆز ئارا ئۇلاشتۇرۇپ كېتەلمەيدۇ. ئەگەر بەزى قىيسىق سۇنۇق بىلەن بۆرغىسمان سۇنۇقتا سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئۇچلۇق بولۇپ يۇمشاق توقۇلمىلارغا قادىلىۋېلىپ ياكى سۇنۇقنىڭ ئىككىنچى ئۇچىغا مىنگىشىۋېلىپ ئورنىغا كەلتۈرۈش قىيىن بولغان ياكى بولمىسا زورمۇ زور ئورنىغا كەلتۈرگىلى بولسىمۇ لېكىن قان تومۇر بىلەن ئەسەب تانابلىرىنى ئۆز ئىچىگە ئالغان يۇمشاق توقۇلمىلارنى ئېغىرراق زەخىملەش ئېھتىمالى بولغانلاردا دەستىكار ئۇسۇلنى قوللىنىپ سۆڭەك ئۇچى كېسىۋېتىلىدۇ» دەپ يېزىلغان. سۇنۇقتا دەستىكار ئۇسۇلنى قوللانغاندا يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ ئورۇنسىز زەخىملىنىشىدىن، قان كۆپ چىقىپ كېتىشتىن، قان تومۇر بىلەن ئەسەب غولى كېسىلىپ كېتىشتىن ۋە جاراھەت ئوقۇنەتلىنىپ يىرىڭلاپ قېلىشتىن قاتتىق ساقلىنىش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى ھازىرقى زامان دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن قائىدىسى ۋە تەلىپى بويىچە بولۇشى كېرەك. كلاسسىك ئەسەرلەردە يەنە توقۇلمىلارنى كەسكەندە چوڭراق ئۇششاق قان تومۇردىكى قاناشنى داغلاش ئۇسۇلى بىلەن قان توختىتىلىدۇ دەپ يېزىلغان.

ئوچۇق سۇنۇقنى داۋالاش

سۇنۇققا قوشۇلۇپ تېرە بىرگە زەخىملىنىپ جاراھەت ھاسىل قىلغان بولسا جاراھەت بىلەن سۇنغان سۆڭەك ئاسانلا يىرىڭلاپ قېلىدىغانلىقى ئۈچۈن ئوچۇق سۇنۇقنىڭ خەتىرى يېپىق سۇنۇققا قارىغاندا يامانراق بولىدۇ. شۇڭا جاراھەتنىڭ يىرىڭلاپ قېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن تېڭىقچى تىرناقلىرىنى پاكىز ئېلىپ قولنى بىرقانچە قېتىم سوپۇنلاپ يۇيۇپ پاكىز لۆڭگە بىلەن قولنى سۈرتۈپ قۇرۇتقاندىن كېيىن ئاق ھاراقنى قولغا سۈرتۈپ يۇيۇلىدۇ. جاراھەتنىڭ ئۈستىگە پاكىز داكا يېپىپ، جاراھەت ئەتراپىدىكى تېرىنى سوپۇن سۈيى بىلەن پاكىز يۇيۇپ ئارقىدىن ئاق ھاراق سۈرتۈلىدۇ. بىراق سوپۇن سۈيى بىلەن ھاراق جاراھەت يۈزىگە تەگمەسلىكى لازىم. ئارقىدىن جاراھەت يۈزى قاينىتىپ ئىلمانلاشتۇرۇلغان تۇز سۈيى، قېنىق دەملەنگەن قارا چاي سۈيى ياكى باشقا قۇرۇتقۇچى ۋە يىرىڭلاشقا قارشى قابىز دورا سۈيى بىلەن قايتا-قايتا تەكرار چايقاپ يۇيۇلىدۇ. جاراھەتنى چايقاپ يۇغاندا چايقاپ يۇيىدىغان سۇيۇقلۇق توقۇلمىنىڭ ئاستىغا ئۆتۈپ كەتمەسلىكى كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن جاراھەتلەنگەن ئورۇننى يانتۇ قىلىپ چايقالغان سۇنىڭ سىرتقا ئېقىپ چىقىپ كېتىشىگە قولايلىق تۇغدۇرۇش كېرەك. جاراھەتنى چايقاپ يۇغاندا جاراھەتتىكى ئەخلەت-چاۋا بىلەن قۇم-توپىلارنى پاك-پاكىز ئادالاش كېرەك ۋە قارىداپ قالغان گۆشلەرنى پاكىز قايچا ياكى پىچاق بىلەن كېسىپ ئېلىۋېتىش كېرەك.

جاراھەت تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇق بولسا يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئۇسۇل بىلەن ئورنىغا كەلتۈرۈلىدۇ ۋە جاراھەت بار ئورۇن ئوچۇق قويۇپ تېڭىلىدۇ. جاراھەت ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە بىر ياكى ئىككى قېتىم ياكى بولمىسا كۈن ئارىلاپ تېڭىق ئالماشتۇرۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. جاراھەت چاڭ-توزان ۋە چىۋىن قاتارلىق ھاشاراتلارنىڭ بۇلغىنىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەت يۈزىگە بىرقانچە قەۋەت قېلىن پاكىز داكا يېپىلىدۇ.

مۇرەككەپ سۇنۇقنى داۋالاش

سۇنۇققا قوشۇلۇپ سۇنغان ئورۇن ئىششىغان، يۇمشاق توقۇلمىلار ئېغىر زەخىملەنگەن، تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان (ئوچۇق سۇنۇق)، قاناش يۈز بەرگەن، سۇنغان ئورۇنغا يېقىن ئۇگە (بوغۇم) چىققان، بىرقانچە ئورۇننىڭ سۆڭىكى سۇنغان ياكى بىر ئورۇندا بىر نەچچە تال سۆڭەكنىڭ سۇنۇشى، بىر تال سۆڭەكنىڭ بىرقانچە ئورۇندىن سۇنۇشى، پەيلەرنىڭ ئېغىر زەخىملىنىشى ياكى ئۈزۈلۈش قاتارلىق ئەھۋاللارنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلدىن ئارتۇقلىرى بىرگە كېلىشى مۇرەككەپ سۇنۇق دەپ ئاتىلىدۇ. چۈنكى بۇ خىل ئەھۋاللارنى مۇرەككەپ سۇنۇق دېيىشتىكى ئاساسىنىڭ بىرى ھەر بىر زەخىملىنىشكە ئايرىم-ئايرىم چارە قىلىنىدۇ. مەسىلەن، سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش بىلەن چىققىنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش، يۇمشاق توقۇلمىلار زەخىملىنىش بىلەن سۇنغان ئورۇننىڭ ئىششىشى بىرگە كەلگەندە قان ئېلىش بىلەن يىرىپ ئاققۇزۇشقا قوشۇپ سۇنۇقنى ئورنىغا كەلتۈرۈپ تېڭىش، قاناش بىرگە كەلگەن بولسا ئاۋۋال قاناشنى بىر تەرەپ قىلىپ كېيىن سۇنۇققا قارىتا چارە قىلىش، پەيلەر ئۈزۈلگەن بولسا ئۈزۈلگەن پەيلەرنى تىكىپ ئۇلاش بىلەن سۇنۇققا قارىتا چارە قىلىش، ئۇگىلەرنىڭ چىققى بىرگە كەلگەن بولسا چىقىق بىلەن سۇنۇققا قارىتا چارە قىلىش، ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى بىرگە كەلگەن بولسا ئالدى بىلەن ئىچكى ئەزا زەخىمىسىدىكى قاناشقا قارىتا چارە قىلىش ياكى بولمىسا بىر نەچچە تال سۆڭەك سۇنغان بولسا ياكى بىر قانچە ئورۇندا سۇنۇق يۈز بەرسە ھەر بىرىگە ئايرىم-ئايرىم ھالدا چارە قىلىشقا توغرا كېلىدۇ ۋە ۋاقتىدا قان توختىتىش بىلەن بىرگە جاراھەت ئوفۇنەتلىنىپ يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەدبىرلىرىنى قوللىنىشقا توغرا كېلىدۇ. قىسقىسى مۇرەككەپ سۇنۇقتا بېرىلىدىغان تېز ياردەم بىلەن داۋالاش تەدبىرى ۋاقتىدا ۋە توغرا بولۇشىنى تەلەپ قىلىدۇ. شۇنداقلا دەستكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش ھەمدە دورا بىلەن داۋالاش بىرلا ۋاقىتتا ئېلىپ بېرىلىشنى تەلەپ قىلىدۇ. ئەگەر مۇرەككەپ سۇنۇقتا قىلىنىدىغان چارە قانچە كېچىكسە ۋە توغرا بولمىسا ياربىدارنىڭ ئازابىنى شۇنچە ئېغىرلاشتۇرۇپلا قالماستىن بەلكى

ياردار مېيىپ ساقىيىشى ھەتتا ھاياتىغا خەۋپ يېتىشتەك خەتەرلىكلەر كېلىپ چىقىدۇ. مۇنداق ئاقىۋەتتىن ساقلىنىش ۋە ۋاقتىدا ھەم توغرا تەدبىر قوللىنىش ئۈچۈن داۋالاش ئورۇنلىرى بىلەن تېبگىقچىدا مۇرەككەپ سۇنۇققا قارىتا ئىدىيە تەييارلىقى بىلەن ماددىي تەييارلىقلارنىڭ بولۇشى بىلەن بىرلا ۋاقىتتا مۇرەككەپ سۇنۇققا چارە قىلىشتا ئالاقىدار بىلىملەر بىلەن ھۈنەر-سەنئەت (تېخنىكا) جەھەتلەردىكى تەلەپكە لايىق ماھارەتلەرنى پۇختا ئىگىلەشلىرى كېرەك. شۇنداق بولغاندىلا ئاندىن مۇرەككەپ سۇنۇققا ۋاقتىدا ۋە توغرا چارە قوللىنىپ ياردارنى ئازابتىن بالدۇرراق خالىي قىلغىلى، ھەر خىل مېيىپلىقلارنىڭ ئالدىنى ئالغىلى ۋە ھاياتىنى ساقلاپ قېلىشقا كاپالەتلىك قىلغىلى بولىدۇ. ئوچۇق سۇنۇقتىكى جاراھەت پاكىز بولسا جاراھەتنى بىر تەرەپ قىلىش ئۇسۇلى بويىچە ئاۋۋال يېپىق سۇنۇققا ئايلاندۇرۇلىدۇ.

سۇنۇقتا قان ئېلىش ۋە يېرىپ ئاققۇزۇش

ئۇيغۇر تېبابىتى سۇنۇقنى داۋالاشتا قول سەنئىتىگىلا يۆلىنىپ قالماستىن بەلكى ئىچى ۋە سىرتىدىن دورا ئىشلىتىش، يىمەكلىكلەردىن پەرھىز تۇتۇش، داۋايى غىزا بىلەن داۋالاش ۋە سۇنۇقنى پەرۋىش قىلىش (تۆۋەندە ئايرىم توختىلىدۇ) دىن سىرت سۇنۇققا قوشۇلۇپ يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخىملىنىشىدىن سۇنغان ئورۇندا ئىششىش ۋە كۆكىرىپ قارىداش قاتارلىق ئەھۋاللار كۆرۈلگەندە يەرلىك ئورۇندىكى توقۇلمىلاردا چىرىش ۋە بۇزۇلۇش بىلەن يىرىڭلاپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىپ سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە ئىششىغان ئورۇننى يېرىپ ئۇ يەرگە يىغىلغان قان-زەردابلارنى ئېقىتىش ياكى ياردارنىڭ مىجەزى غەيرىلىشىپ غەيرىي تەبىئىي ئۆتكۈر خىلتلار ئۈستۈنلۈكىنى ئىگىلىگەنلىكى ياكى قان غالىب كەلگەنلىكى بايقالسا قان ئېلىش ياكى بولمىسا سۈرگە بېرىپ بەدەننى زىيانلىق ماددىلاردىن پاكلاشتۇرۇش بىلەن بىرگە ئۆتكۈر تەملىك ۋە چۈچمەل يىمەكلىكلەر بىلەن تۇزلۇق يىمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىپ تاتلىق يىمەكلىكنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىشنى ھەمدە قان غالىب كەلگەنلەرگە قاننى مۇتەدىللەشتۈرۈش مەقسىتىدە ماش ۋە گۈرۈچتىن ئىشلەنگەن يىمەكلىكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىشقا بۇيرۇش قاتارلىق ئۇنىۋېرسال داۋالاش قوللىنىلىدۇ. ئەگەر تېنى ئاجىز ۋە باشقا كېسەللىكلەر بولۇپ قان ئېلىشقا بولمىسا سۈرگە دورىسى بېرىپ بەدەن تەنقىيە قىلىنىدۇ ۋە قاننى بۇزىدىغان يىمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىشقا بۇيرۇلىدۇ.

سۇنۇقنى دورا بىلەن داۋالاش

سۇنۇقنى دورا بىلەن داۋالاش ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك سۇنۇقچىلىقىدا كەم بولسا بولمايدىغان ئۇسۇللارنىڭ بىرى بولۇپ، ئىچىدىن يېيىشكە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ۋە

سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

ئىچىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار كۆپرەك مىجەزنى تەڭشەش ياكى بەدەننى تازىلاش ۋە سۇنۇقنىڭ تۇتىشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ. بىز تۆۋەندە ئىچىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ئىچىدە سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى ئۈچۈن نورمال ئىچكى مۇھىتنى بارلىققا كەلتۈرىدىغان، قاننى قويۇلدۇرۇپ سۇنۇق ئۇچىنى ئۇلاشتۇرىدىغان، شىلىمشىق ماددىلار (دوشبەن ياكى دايمال)نى كۆپەيتىدىغان ۋە ئۇنىڭ قېتىشىنى تېزلىتىدىغان دورىلار ئۈستىدە توختىلىمىز.

مىجەزنى تەڭشەيدىغان ياكى ئىچىنى سۈرۈپ بەدەننى تازىلايدىغان دورىلار: ئۇيغۇر تىبابىتى ھەرقانداق كېسەللىك بىلەن سۇنۇقنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە ئۇنىڭ ساقىيىشىنى مىجەز ۋە خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بىلەن مۇناسىۋەتلىك دەپ قارايدۇ. مەسىلەن، سۆڭەكنىڭ نورمال تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق. لېكىن سۆڭەك تەركىبىدە سوغۇققا مايىل بىر خىل شىلىمشىقسىمان ھۆللۈكمۇ بولىدۇ. شۇڭا سۆڭەكتە مەلۇم ئەۋرىشىملىك بولۇپ ئاسانلىقچە سۇنمايدۇ ياكى كەمرەك سۇنىدۇ. ئەگەر ئۇستىخاندىكى قۇرۇقلۇق زىيادىلىشىپ كەتكەندە ئۇستىخاننىڭ ئەۋرىشىملىكى تۆۋەنلەپ ئازراقلا زەخىملىنىشتىن سۇنۇق پەيدا بولىدۇ. ئۇستىخاندىكى بۇ خىل ھالەت ئومۇمىي بەدەننىڭ مىجەزى ۋە خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك. شۇڭلاشقا سۇنۇقنى تېڭىپ داۋالاش بىلەن بىرگە يارىدارنىڭ مىجەزىنى تەڭشەش مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. بولۇپمۇ سۇنۇق جىددىي كېسەللىك ھېسابلانغانلىقى ئۈچۈن ئالدى بىلەن غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ياكى سەپرا بىلەن بۇزۇلغان قاننى تازىلايدىغان يېنىك سۈرگە دورىلىرى بېرىش ئارقىلىق بەدەندىكى زىيانلىق ماددىلار تازىلىنىدۇ. شۇنداقلا داۋالاشنىڭ پۈتۈن جەريانىدا مىجەز بىلەن خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقىغا ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈنىدۇ. يارىدارغا مىجەزنى تەڭشىگۈچى بولۇپمۇ يېنىك سۈرگە بېرىپ مىجەزنى تەڭشەشتىن سىرت ھەر ئىككى ئۈچ كۈندە بىر قېتىم بەدەننى تازىلاش مەقسىتىدە توخۇ گۆشى بىلەن شورپا بېرىپ تۇرۇلىدۇ. يارىدارنىڭ مىجەزى نورمال بولسا ئۇيقۇسى ياخشىلىنىپ ياخشى ئارام ئالىدۇ. ئىشتىھاسى ئېچىلىپ ئوزۇقلىنىشى ياخشى بولىدۇ. كەيپىياتى ياخشىلىنىپ داۋالاشقا ماسلىشىدۇ ۋە بۇلار ئارقىلىق سۇنۇقنىڭ تۇتىشى تېزلىشىدۇ.

قان سۇيۇلۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىپ، قاننىڭ نورمال قويۇقلۇقىغا كاپالەتلىك قىلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچىنى ئۆز ئارا ئۇلاشتۇرۇشتا زۆرۈر بولغان شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە ئۇنىڭ قېتىش سۈرئىتى قاننىڭ قويۇقلۇقى بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك. شۇڭلاشقا يارىدارنىڭ قېنى سۇيۇلۇپ كەتكەنلىكى بايقىلىش

بىلەن قان كۆپەيتىدىغان دورىلارنى مۇۋاپىق ئىشلىتىشتىن سىرت قاننىڭ يېپىشقاقلىقىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن پىشۇرۇلغان تۇخۇم، كاللا، پاقالچاق، قېرىن، پاقالان تېرىسى، پوستۇمبا، موزاي گۆشى، ئوغلاق كاۋىپى ۋە گۆش ھالۋىسى قاتارلىق يېمەكلىكلەر ھەر كۈنى ئۇۋەت بىلەن يېيىشكە بېرىلىدۇ. گۆش ھالۋىسى دېگەن پاقالان گۆشىنى مۆتىدىل دورا-دەرمەكلەر بىلەن سۆڭەكتىن ئاجرىلىپ سۈيى ئاز قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدىغان داۋايى غىزا بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە ئىچىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار بىلەن ئۇسخىلار:

(1) ياردارغا ھەر كۈنى ئەتىگەندە موميا (ئۇقۇت چوڭلۇقىدا ياكى ئەخمىنەن 1.5 گرامدىن)، قەپرولىيە ھود، گىلى ئەرمىنى (3 گرامدىن)، گىلى مەختۇم، دىڭزىيا ياكى ئەنزۇتى خىتائى نىڭ بىر خىلى ياكى بىر نەچچە خىلىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە (يېيىشكە) بېرىلسە بولىدۇ. «ئەنزۇتى خىتائى» دېگەن ئىچكى ئۆلكىلەردە چىقىدىغان بىر خىل ئەسىغىزدىن ياسالغان قۇرس دورا بولۇپ بولاقنىڭ ئۈستىدە شىرنىڭ سۈرىتى چۈشۈرۈلگەن تەييار دورا. موميا ياكى موميانىڭ يۇقىرىدىكى ئورۇنباسار دورىلىرىنى ئۆسمۈرلەرگە ئىشلىتىشتە ئېھتىيات قىلىش كېرەكلىكى تەكىتلىنىدۇ. بۇلارنىڭ ئاساسى، ئۆسمۈرلەر ئۆسۈۋاتقاندا موميا ياكى شۇ خىلدىكى دورىلار ئىشلىتىلسە ساق سۆڭەكلەرنىڭ ئۆسۈشى تېزلىشىپ غەيرىيلىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ دېگەندىن ئىبارەت.

(2) ماش، گىلى ئەرمىنى، خۇنسىياۋشان، كەھرىبا، ئەنجىباھار سىنبارە جىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ كاپ ئېتىپ يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ ۋە تىلا (سۆركەلىمە) ياساپ سىرتىدىن سۈرتۈلسىمۇ بولىدۇ.

(3) سەمغى ئەرەبى، راسەن (زەنجىبىل)، ھەببۇلئاس (ئاس دەرىخىنىڭ ئۇرۇقى)، ئاس دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقى (ئامۇت ئۇرۇقى بىلەن يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ شېكەر سۈيى ياكى ھەسەل سۈيى بىلەن ئىچىشكە ۋە تىلا ياساپ سىرتىدىن سۆركەشكە ئىشلىتىلىدۇ.

(4) تۇخۇم ئېقى بىلەن خۇش پۇراقلىق زەيتۇن يېغىغا مەلۇم مىقداردا تۇز، سازاڭ قۇرۇت تالقىنى، تۆگمەن تېشى تالقىنى، گاۋزەبان يوپۇرمىقى تالقىنى، گاۋزەبان يىلتىزى پوستى تالقىنى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ھەر كۈنى مۇۋاپىق مىقداردا يېيىشكە ۋە سىرتىدىن سۈرتۈشكە بېرىلىدۇ.

(5) سەيدا توپىسى (تراپ توپىسى) دىن 6 گرامنى جۇلاب بىلەن كۈنىگە ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى) ياكى پىندۇقى ھىندى تالقىنىنى يالغۇز ياكى بۇ ئىككى خىل دورىنى قوشۇپ مۇۋاپىق مىقداردا كاپ ئىچىشقا بېرىلىدۇ.

(7) سەمغى ئەرەبى، زەنجىبىل، خېنەگۈل يېغى، خېنە گۈل يوپۇرمىقى، ئاقسۇرقەرھا، ھەببۇلئاس، ئاس ياپرىقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچىدىن بېيىشكە ۋە تىلا قىلىپ سىرتىدىن سۈرتۈشكە ئىشلىتىلىدۇ.

(8) تەمرى ھىندىنى شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان جۇلاپ ياكى بولمىسا سىركەنجىبىل شەربىتىدىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە 30 م ل دىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى گىلى ئەرمىنى ياكى موميائى ئىنسىق جۇلابتا ئېرىتىپ ئىچىشكە بېرىلىسىمۇ بولىدۇ.

يۇقىرىدىكى ئۇسخىلارنى سۇنۇق بىلەن يارىدارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بىر خىلى ياكى ئىككى خىلى ئىشلىتىلىدۇ. كۆپ ھاللاردا ئىچىدىن دورا يېگۈزۈش، سىرتىدىن دورا ئىشلىتىش بىرگە قوللىنىلىدۇ.

سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ دائىرىسى بىرقەدەر كەڭرى بولۇپ كۆپىنچە سۇنۇقنىڭ ئۈتىشىنى تېزلىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىش بىلەن قىچىشىشنى پەسەيتىش ياكى يوقىتىش، خاتا ئۇتقان سۇنۇقنى ياشلاش ۋە سۇنغان ئورۇندىكى زىيادە ئۇسكەن دوشبەن (دايمال) ماددىسىنى ياندۇرۇش، قېتىپ قالغان بوغۇملارنى يۇمشىتىش ۋە سوزۇلۇپ كەتكەن پەيلەرنى چىڭىتىپ بوغۇمنىڭ يېرىم پالەچلىكنى داۋالاش قاتارلىق مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورا شەكىللىرى جىغاتمىلار (ئۇتۇللار)، سۇركەلمە ياكى چاپلىمىلار (تىلالار)، ياغلار ۋە مەلھەملەردىن ئىبارەت بولۇپ بىر مەخسەت ياكى باشقا-باشقا مەخسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان يۇقىرىقى دورا خىللىرى ئايرىم-ئايرىم ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئىلگىرى-كېيىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىسىمۇ بولىدۇ.

سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ئۇسخىلىرى:

ئۇخۇم بىلەن بۇغداي كراخمالى (نىشاستە): بەزىلەر ئۇخۇمنىڭ سېرىقىنىلا ئىشلىتىدۇ. بەزىلەر ئۇخۇمنىڭ ئېقىنى ئىشلىتىدۇ. بەزىلەر ئۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن سېرىقىنى بىرگە ئىشلىتىدۇ. لېكىن ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك سۆڭەكچىلىكگە ئائىت كلاسسىك ئەسەرلەردىكى ئالاقىدار بايانلارغا ئاساسلانغاندا ئۇستىخانلار بىلەن پەيلەرنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق. شۇڭلاشقا سۇنۇق تېڭىقچىلىقىدا ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن

ئىشلىتىلىدىغان دورىلار كەيپىياتىنىڭ ئىسسىق بولۇپ كېتىشىنى تەشەببۇس قىلمايدۇ. بەلكى سوغۇق كەيپىياتلىق دورىلارنى ئىشلىتىشنى تەشەببۇس قىلىدۇ. چۈنكى ئۇيغۇر تېبابىتى تېڭىقچىلىق ئىلمىنىڭ قارىشىچە ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ كەيپىياتى ياكى خۇسۇسىيىتى ئىسسىق بولۇپ كەتكەندە يەرلىك ئورۇنغا جۈملىدىن سۇنغان ئورۇنغا كېلىدىغان ئوزۇقلۇق ماددىلىرى بىلەن سۇنۇقنى ئۇتتۇرىدىغان شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنى (دوشبەن ياكى دايمال سۇيۇقلۇقى) پارلاندۇرۇپ تارقىتىۋېتىدۇ، شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنىڭ قېتىشىنى كېچىكتۈرىدۇ، نەتىجىدە سۇنۇقنىڭ ئۇتىشى (ساقىيىشى) كېچىكىدۇ، شۇڭلاشقا سۇنۇقنى داۋالاشتا ئىچكى ۋە سىرتىدىن كەيپىياتى ئىسسىق دورىلار بىلەن ئىسسىقلىق تەبىئىتى يۇقىرىراق دورىلار ئىشلىتىلمەيدۇ دەپ قارايدۇ. شۇڭلاشقا سۇنۇق تېڭىقچىلىقىدا تۇخۇمنىڭ سېرىقى ياكى سېرىقى بىلەن ئېقىنى ئىشلەتكەندىن كۆرە يالغۇزلا تۇخۇمنىڭ ئېقىنى ئىشلەتكەن ياخشىراق. چۈنكى تۇخۇم سېرىقىنىڭ كەيپىياتى ئىسسىق، تۇخۇم ئېقىنىڭ كەيپىياتى ھۆل سوغۇق بولۇپ ئۇستىخان ئۈچۈن ياخشى ئىچكى مۇھىت ھازىرلاپ بېرىش، ھارارەتنى پەسەيتىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش، سۇنۇقنى ئۇتتۇرىدىغان شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇشى بىلەن قېتىشىنى تېزلىتىش ۋە تېڭىقنى قاتتۇرۇپ مۇقىملاشتۇرۇش قاتارلىق رولى بار.

بۇغداي كىراخمالى قۇرۇق سوغۇق بولۇپ سۇنۇقنى داۋالاشتىكى رولى تۇخۇم ئېقىغا ئوخشاپ كېتىدۇ. شۇڭا ئۆزئارا تەسىرىنى كۈچەيتىش مەقسىتىدە تۇخۇم ئېقى بىلەن بۇغداي كىراخمالى بىرلەشتۈرۈپ ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن، ئادەتتىكى ئىششىمىغان يېپىق سۇنۇقنى ھۆل تېڭىشتا بۇ ئىككى دورىنى بىرلەشتۈرۈپ سۇنغان ئورۇندىكى تېرىگە قېلىنراق سۈرتۈشتىن سىرت بىرىنچى ئوراققا ئىشلىتىلىدىغان ماتا ياكى داكىنى يۇقىرىدىكى تۇخۇم ئېقى بىلەن كىراخمال ئارىلاشمىسىغا مىلاپ ئۆزىگە ئالغاندىن كېيىن تېڭىق ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئازراق ئىششىق بولغان ئادەتتىكى يېپىق سۇنۇقتا ئاۋۋال قۇرۇق تېڭىپ 3-كۈنى تېڭىقنى ئېھتىياتچانلىق بىلەن يېشىمىز (سۇنغان ئورۇن مىدىرلاپ كەتمەسلىكى كېرەك). يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن ھەر 3 كۈندە بىر قېتىم تاكى سۇنۇق رەسمىي ئۇتقىچە تەكرارلىنىدۇ. يۇقىرىدىكى نۇسخىغا گىلى ئەرمەنى، خەربەق، غارىقۇن، مومىيا قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر خىلى ياكى بىر نەچچە خىلىنى ئارىلاشتۇرۇشقا بولىدۇ. مومىيانى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

گىلى ئەرمەنى، مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى)، ئاقلانغان ماش ئۈنى ھەر بىرىدىن 30 گرام، سەبرى سۇقۇتىرى، ئاقاقىيا ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ ئاس دەرىخى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قويۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا قېلىن

سۈرتۈشتىن سىرت تېڭىق ماتېرىيالىنىڭ بىرىنچى ئورۇقىغا ئىشلىتىلىدىغان تېڭىق ماتېرىيالىنى مىلاپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. مەستىكى تالقىنىنى مەستىكى يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قېنىق سۈرتۈپ بولغاندىن كېيىن ھۆل تېڭىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. سۇنغان سۇنۇق تېڭىقىنىڭ ئۈستىدىن ماگنىت تېشى ئېسىپ قويۇلسىمۇ سۇنۇقنىڭ ئۈتىشىنى تېزلىتىدۇ. سۇنغان ئورۇنغا زۆرۈر بولغان ماددىلارنى كۆپرەك تارتىش ئۈچۈن تەركىبىدە خەربەق ياكى غارىقۇن تۇتقان ئىسكەنجىبىل، سوۋۇتۇلغان شۇمشە قاينىتىلمىسى، ئاس دەرىخى يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ)نىڭ سوۋۇتۇلغان قايناتمىسى، ياۋا زىرە قاينىتىلمىسى قاتارلىقلارنى ئايرىم-ئايرىم ھالدا يەرلىك ئورۇنغا بىر سائەت چىغىتىپ (نوتۇل قىلىپ) ئۇنىڭدىن كېيىن (1) دا كۆرسىتىلگەن ئۇسۇل بىلەن تېڭىپ بېرىلىدۇ (دورا ئىسراپچىلىقىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئەپلىك بولسا يۇقىرىدىكى سۇيۇقلۇقتا سۇنغان ئورۇن چىلانسىمۇ بولىدۇ. ئەپلىك بولمىسا داسنى ئاستىغا قويۇپ داسقا يىغىلغان چىغاتمىنى قايتا ئىشلەتسىمۇ ياكى لاتىغا نەمدەپ پات-پات ئالماشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ).

ئەگەر سۇنۇقتا يەرلىك ئورۇننىڭ ئىششىقى بىرگە قوشۇلۇپ كەلسە ئىششىقنى ياندۇرۇپ سۇنۇقنىڭ ئۈتىشىشنى تېزلىتىش مەقسىتىدە ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلار شىرنىسى بىلەن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى سىركە، گۈلاب ۋە گۈل يېغى ئارىلاشمىسى بىلەن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى بولمىسا ئاۋۋال چىغىتىپ (نۇتۇل قىلىپ) كېيىن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ (ئۇسۇلى (2) بىلەن ئوخشاش). بۇ جەھەتتە تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ بىرىنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

سەندەل تالقىنىنى يۇمغاقسۈت سۈيى ياكى كاسنى ئۇسۇملۇكىنىڭ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ تېڭىلىدۇ.

ئەگەر سۇنۇقتا قوشۇلۇپ كەلگەن ئىششىق ئىسسىقتىن بولغان بولسا (سۇنغان ئورۇن قىزىق بولسا)، مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى)، ئاقلانغان ماش ئۈنى ھەر بىرىدىن 30 گرام، مۈرمەككى، سەبرى سۇقوترى، ئاق لالە گۈلى ۋە ئاقاقىيالارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام، گىلى ئەرمەنى تالقىنىدىن 60 گرام ئېلىپ تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىششىق بار ئورۇنغا چاپلىدۇ ياكى موغۇل دەرەخ مېۋىسى، قارىغاي مېۋىسى، ھەببۇلئاس (ئاس دەرىخىنىڭ ئۇرۇقى)، سۆگەتگۈل ياپرىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ۋە ئېزىپ چىقىرىلغان سۈيىگە سوك (ئامىلە جەۋھىرى) قىزىلگۈل، قەغەزگۈل يىلتىزى، مۈرمەككى، داخىليۇن، قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل، گىلى ئەرمەنى، لادەن، فۇفەل (سپارى)، موغۇل دەرەخ ياغىچىنىڭ قىرىندىسى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ماش، ئاقاقىيا،

ئىكىلىمىلىك، مەرزەنجۇش، راسەن قاتارلىقلارنىڭ تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، تۇنىڭ ئۇستىگە تۇخۇم ئېقىدىن قوشۇپ قويۇق تۇماچ ھالىتىگە كەلتۇرۇپ ئىششىغان تۇرۇنغا ئىششىق يانغۇچە قويۇق سۇرتۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ (يۇقىرىدىكى ئىككى تۇسخا بىرلەشتۇرۇلسىمۇ بولىدۇ).

سۇنۇقىقا قوشۇلۇپ يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخىملىنىشى بىلەن ئىششىش ئېغىرراق بولسا ئاقلانغان ماش تۇنى 60 گرام، مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى)، ئانارگۇلى، ئاقاقىيا، ھەبۇلئاس يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ)، سوك (ئاملە جەۋھىرى)، لادەنلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ۋە زەپەردىن مۇۋاپىق ئېلىپ تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇق چېپىپ تاكى ئىششىق يانغۇچە تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئىششىق پەيدا بولغان ياكى ئىششىش ئېھتىمالى بولغانلارغا تازىلانغان ساپ مومنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قېلىنراق سۇرتۇپ ئىششىق يانغۇچە ياكى ئىششىش ئېھتىمالى تۇگىگىچە تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى ئاۋۋال سالقىن ھاۋادا بىرەر سائەت سالقىنلىتىپ سوغۇق سۇ (مۇز سۇيى بولسا تېخىمۇ ياخشى) ياكى بولمىسا سۇ بىلەن سىركىنى باراۋەر مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ جىغىتىپ (ئۇتۇل قىلىپ) بولغاندىن كېيىن يۇقىرىدىكى تۇسخا بىلەن تېڭىلىدۇ. ئىچىدىن بابۇنە يېغى ۋە قابىز خۇسۇسىيەتلىك شەربەتلەر ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئاق سەندەل بىلەن قىزىل سەندەل تالقىنى، ھەمىشە باھار سۇيى بىلەن سېمىز ئوت سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۇرتۇش بىلەن تېڭىق ماتېرىياللىرىنى نەملەپ ئىششىق يانغۇچە ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى ھەبۇلئاس بىلەن قارىغاي مېۋىسى قاينىتىلمىسى ۋە سىركىنى باراۋەر مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ (بۇلارغا گۇلاب ۋە گۇل يېغى ئارىلاشتۇرۇلسىمۇ بولىدۇ) ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى مەستىكى ۋە ئوشاق قاتارلىق دورىلار تالقىنىنى زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۇرتۇشتىن سىرت تېڭىق ماتېرىياللىرىنى نەمدەپ ئىششىق يانغۇچە ياكى ئىششىق ئېھتىمال تۇگىگىچە ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. يۇقىرىدىكى تۇسخىلار سۇنغان ئورۇنغا نەزلە بىلەن سېرىق سۇنىڭ كېلىشىنى توسۇپ ئىششىقنىڭ ئېغىرلىشىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە ئىششىق ياندۇرىدۇ ھەمدە يەرلىك ئورۇننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

ئەگەر تاڭغاندىن كېيىن ئاغرىش ياكى قىچىشىش ئەھۋاللىرى يۈز بەرسە تۇۋەندىكى چارىلەر قىلىنىدۇ. ئاغرىش يۈز بەرسە ئالدى بىلەن سۇنۇقنىڭ ئورنىغا چۈشكەن ياكى چۈشمىگەنلىكى ئېنىقلىنىدۇ. ئەگەر سۇنۇق ئورنىغا چۈشكەن بولسا ئاغرىش توختايدۇ ياكى كورۇنەرلىك يېنىكلەيدۇ. سۇنۇق ئورنىغا چۈشمىگەن بولسا ئورنىغا چۈشۈرۈشنىڭ ئامالى قىلىنىدۇ. سۇنۇق ئاساسىي جەھەتتىن ئورنىغا چۈشكەن بولسىمۇ لېكىن داۋاملىق ئاغرىشى

سۆڭەكنى ئوراپ تۇرغۇچى گۆشلەرنىڭ جىددىيلىكىدىن بولىدۇ. گۆشلەر جىددىيلىكىدىن پەيدا بولغان ئاغرىش بىلەن قىچىشىشتا تۆۋەندىكى چارىلەر ئىشلىتىلىدۇ. تىڭقىنى يېشىپ يەرلىك ئورۇنغا بىر سائەت ئەتراپىدا ئىسسىق سۇ جىغىتىپ (نۇتۇل قىلىپ) ياكى ئىسسىق سۇغا چىلانغان لاتىنى پات ـ پات يەڭگۈشلەپ قويۇپ ئارقىدىن تىڭىقتا ئىشلىتىلىدىغان ماتا ياكى داكىنى گۈلاب، سىركە ۋە گۈل يېغىغا مىلاپ تىڭىلىدۇ (ياكى ئۈچ خىل سۇيۇقلۇقنى تەڭ مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىسىمۇ بولىدۇ) ياكى بولمىسا ياپىلاق ماش (ئەدەس) ئۇنى، مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى)، گىلى ئەرمىنى، تەمرى ھىندى ئۇرۇقى، ئاقاقىيالارنى ھەببۇلئاس سۈيىدە خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا قېلىنراق قويۇپ تىڭىپ بېرىلىدۇ. بابۇنە يېغىنى قابىز شاراب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈركەپ بېرىلسىمۇ قىچىشىش پەسىيىدۇ.

بەزى تىڭىقچىلار ئاغرىش بىلەن قىچىشىشنى پەسەيتىش مەقسىتىدە سۇنغان ئورۇنغا ئىسسىق سۇ جىغىتىشنى تەشەببۇس قىلىدۇ. بىراق سۇنۇڭ ھارارىتى يەرلىك ئورۇنغا خۇش ياققۇدەكلا بولسا بولىدۇ. بەك قىزىق بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك. ئىسسىق سۇنى جىغىتىش ۋاقتى يەرلىك ئورۇندىكى تېرە نەملىشىپ بىلىنەر ـ بىلىنمەس كۆپكەندەك ۋە تېرىسى ئازراقلا قىزارغۇدەك بولسا كۇپايە قىلىدۇ. شۇنداقلا بۇ خىل ئۇسۇلنى كۆپ تەكرارلاشقا بولمايدۇ.

ئەگەر سۇنۇقتا قوشۇلۇپ قاناش يۈز بېرىپ تېرە كۆكىرىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە خۇنسىياۋشان بىلەن كۈندۈر تالقىنىنى سالايە قىلىپ چاپلىدۇ ۋە زەخىملىنىش بابىدا كۆرسىتىلگەن چارىلەر قوللىنىلىدۇ. شۇنى ئالايىتەن تەكىتلەيمىزكى: ئوچۇق سۇنۇقتا ئىرىتمىلەرنى جىغىتىشقا ۋە ھەر خىل مەلھەم ياكى باشقا ھەرقانداق دورىلارنى سۈرتۈشكە قەتئىي بولمايدۇ. ئەگەر جاراھەت يۇقۇملانغان بولسا جاراھەت بابىدا كۆرسىتىلگەندەك يېرىڭ بىلەن زەردابنى تازىلاپ جاراھەتنى قۇرۇتۇش ۋە ئەت ئۇندۇرۇپ جاراھەت يۈزىنى پۈتتۈرىدىغان چارىلەر قىلىنىدۇ.

سۇنۇقنىڭ ساقىيىش جەريانى ۋە سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىش مۇددىتى

سۇنۇقنىڭ تۈرى، دەرىجىسى ۋە شەكلى قانداق بولۇشتىن قەتئىي نەزەر سۇنۇقتا سۆڭەكنىڭ بىر ئۇتاشلىقى بۇزۇلۇشتىن سىرت، سۇنغان ئورۇندا ئوخشىمىغان

دەرىجىدە قاناش يۈز بېرىدۇ. زەخىملەنگەن يېرىشاق توقۇلمىلاردىن چىققان سېرىق سۇ بىلەن قاناشتا چىققان قان بىرلىشىپ سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئارىلىقى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىنى ئورىۋېلىپ ئىششىقنى پەيدا قىلىدۇ. لېكىن بەزى سۇنۇقلاردا ئىششىقنىڭ روشەن ئەمەسلىكى سۆڭەكنىڭ سۇنغان ئورنىدا زادى قاناشنىڭ بولمىغانلىقىدىن دېرەك بەرمەيدۇ. سۇنغان سۆڭەكنىڭ تۇتىشىش ساقىيىشىدا بەدەندىكى ئۈچ چوڭ قۇۋۋەت (كۈچ) بىلەن كېسەللىكتىن قوغدىنىش قۇۋۋىتى (تەبىئەت) ۋە ئەرۋاھ (خىلتلار بىلەن ئوزۇقلۇق ماددىسىنى بەدەننىڭ ئەڭ ئۇششاق بىرلىكلىرىگىچە يەتكۈزۈپ بېرىدىغان قۇۋۋەت) ئۆز رولىنى جارى قىلدۇرۇپ سۇنۇقنىڭ تۇتىشىغا قاتنىشىدۇ. سۆڭەكنىڭ سۇنغان ئورنىنى ئورىۋالغان قاننىڭ تەركىبىدىكى كېرەكسىز ماددىلار تارقاپ (شۈمۈرۈلۈپ) كېتىپ سۇنۇقنى تۇتتۇرۇشقا پايدىلىق ماددىلار قېپ قالىدۇ. مانا شۇ قېپ قالغان ماددىلار بىلەن غىزالىنىش جەريانىدا قوبۇل قىلىنغان ئوزۇقلۇق ماددىلار قوشۇلۇپ بىر تەرەپتىن سۇنغان ئىككى سۆڭەك ئۇچىنى قايتا ئۆستۈرۈپ سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ ئۆزئارا كىرىشىپ (گىرەلىشىپ) تۇتىشىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. بۇ خىل تۇتىشىش سۆڭەكلىك تۇتىشىش دەپ ئاتىلىپ بۇ خىل تۇتىشىش، بالىلار بىلەن ئۆسمۈر ۋە ياشلارنىڭ سۇنۇقلىرىدا روشەن ئىپادىلىنىدۇ. يەنە بىر تەرەپتىن قانلىق ئىششىقتا تارقالماي (شۈمۈرۈلمەي) قېپ قالغان پايدىلىق ماددىلار بىلەن قان ئارقىلىق يېڭىدىن كەلگەن ئوزۇقلۇق ماددىلار ئۆزئارا بىرلىشىپ بىر خىل قويۇق ۋە يېپىشقاق سۇيۇقلۇق ھاسىل بولىدۇ. بۇ خىل سۇيۇقلۇق تەدرىجىي ئۇيۇپ قېتىشىپ كۆمۈرچەكسىمان يۆلەنچۈك پەيدا قىلىپ سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنى بىر-بىرى بىلەن ئۇلاشتۇرىدۇ. بۇ خىل يۆلەنچۈك ماددىنى تىبابەت تىلىدا دوشبەن (دايمال) دەپ ئاتىلىدۇ. سۇنۇقنىڭ بۇ خىل شەكىل بىلەن تۇتىشىشى سۇنۇق ئۇچلىرى ئارىلىقى يىراق ياكى ئۇدۇللاشمىغانلار بىلەن ياشانغانلاردا كۆرۈلىدۇ. سۇنۇقنىڭ بىر نەچچە خىل تۇتىشىشىدا (سۆڭەكلىك تۇتۇشتا) سۇنۇقنىڭ ئىككىنچى خىل تۇتىشىشتىكى تىرەنچەكلىك تۇتىشىشمۇ بەلگىلىك رول ئوينايدۇ. سۇنۇقنىڭ پۈتكۈل تۇتىشىش (ساقىيىش) جەريانى ئۈچ باسقۇچقا بۆلۈنىدۇ.

بىرىنچى باسقۇچ سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنى تۇتتۇرىدىغان قويۇق ۋە يېپىشقاق تىرىگۈچى سۇيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇش باسقۇچى

ئىككىنچى باسقۇچ تىرىگۈچى سۇيۇقلۇقنىڭ قېتىققا ئوخشاش ئۇيۇش باسقۇچى

ئۈچىنچى باسقۇچ ئۇيۇغان تىرىگۈچى ماددا قېتىشىپ كۆمۈرچەكسىمان ماددا ھاسىل بولۇش باسقۇچى. سۇنغان سۇنۇق ئۇچى بىرىنچى باسقۇچتا تىرىگۈچى سۇيۇق ماددىلار بىلەن ئۆزئارا باغلىنىش ھاسىل قىلىدۇ. ئىككىنچى باسقۇچتا سۇنغان سۆڭەك ئۇچى

قېتىقتا ئوخشاش ئۇيۇغان تىرىنگۈچى ماددا ئارقىلىق ئۆزئارا ئۆتىشىدۇ. ئۈچىنچى باسقۇچتا قېتىشقان كۆمۈرچەكسىمان تىرىنگۈچى ماددا ئارقىلىق ئۆتىشىدۇ. شۇڭلاشقا ئىككىنچى باسقۇچ بىلەن ئۈچىنچى باسقۇچنىڭ دەسلەپىدىكى تېگىق ئالماشتۇرۇشتا ئېھتىيات قىلىپ سۇنۇق ئۇچلىرىنىڭ مىدىرلاپ كېتىشىدىن ساقلىنىش كېرەك. ئەگەر مىدىرلاپ كەتسە سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشى كېچىكىپ كېتىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىلغان بىرىنچى تېڭىقتىن ھېسابلىغاندا تەخمىنەن 8 ـ 5 ـ كۈنلىرىدىن باشلاپ تىرىنگۈچى سۆيەكلۈك ئۇيۇشقا باشلاپ تەخمىنەن 4 ـ 2 ھەپتە ئارىلىقىدا ئاساسەن ئۇيۇپ بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇيۇغان تىرىنگۈچى ماددا قېتىشىشقا باشلاپ كۆمۈرچەكسىمان قاتتىق ماددىغا ئايلىنىدۇ. شۇڭلاشقا ئىككىنچى باسقۇچتا سۇنغان سۆڭەك ئۇچى مىدىرلاپ كېتىشتىن قەتئىي ساقلىنىش كېرەك. ئۈچىنچى باسقۇچنىڭ باشلىرىدا سۇنغان سۆڭەك ئېغىرلىققا تېخى تولۇق بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. ئۈچىنچى باسقۇچنىڭ ئوتتۇرلىرىدا سۇنغان مۇچىنى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈشكە (ئاياغ سۇنۇقلىرىدا جۈپ قولتۇق ھاسىسى بىلەن مېڭىشقا) بولىدۇ. ئۈچىنچى باسقۇچنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىرىدە ئەركىن ھەرىكەتلىنىشكە بولۇپلا قالماستىن بەلكى يېنىك ئېغىرلىققا بەرداشلىق بېرەلەيدۇ. شۇڭلاشقا ھەر بىر تېڭىقچى سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىش جەريانلىرىدىكى بۇ باسقۇچلارنى پۇختا ئىگىلىشىلىرى لازىم. بىراق سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشۇش جەريانىنى مۆلچەرلىگەندە يارىدارنىڭ يېشى، ئوزۇقلىنىشى، سۇنغان سۆڭەك ئورنى، سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشۇشىنى تېزلىتىدىغان چارىلەرنىڭ مۇۋاپىقلىقى ۋە سۇنغان ئورۇننىڭ مۇقىملىقى ھەمدە سۇنغان سۆڭەكنىڭ زەخىملىق دەرىجىسى قاتارلىق ئامىللارنىمۇ ھېسابقا ئېلىش كېرەك. ياشانغانلار بىلەن ئوزۇقلىنىشى ناچار بولسا، سۇنغان سۆڭەك ماددىسى زەخىم بولسا، قان ئايلىنىشى ياخشى بولمىسا سۇنغان ئورۇن مۇقىم بولماي سۇنۇق ئۇچى مىدىرلاپ تۇرسا ۋە سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشىنى تېزلەتكۈچى چارىلەر مۇۋاپىق بولمىسا ياكى ئۇ خىل چارىلەر قىلىنمىغان بولسا سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشى كېيىنگە سوزۇلىدۇ. سۇنغان سۆڭەكنىڭ زەخىملىقى قانچە يۇقىرى بولسا (مەسىلەن، ئۇت مۇچە سۆڭەك تېنى قاتارلىق) سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىش مۇددىتى شۇنچە ئۇزۇنراق بولىدۇ. ياشنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ ئۇستىخانلاردىكى نەملىك ئازىيىپ زەخىملىق ئاشىدىغانلىقى ئۈچۈن چوڭلارنىڭ سۇنۇپ كەتكەن سۆڭىكى قايتىدىن ئۆسمەستىن بەلكى سۇنغان سۆڭەك قىسمىدا پەيدا بولىدىغان تىرىنگۈچى ماددىنىڭ ياردىمى بىلەنلا ئۆزئارا ئۇتىشىدۇ. لېكىن باللار بىلەن ياش ـ ئۆسمۈرلەر ئۇستىخىنىدا بەلگىلىك نەملىك بىلەن يۇمشاقلىق (ئەۋرىشىملىك) بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇلارنىڭ سۇنغان سۆڭەك ئۇچى قايتىدىن ئۆسۈش ئاساسىدا ئۇتىشىدۇ.

ئادەم بەدىنىدىكى ئۇستىخانلارنىڭ تۈزۈلمىسىدە بەزى پەرقلەر بولغانلىقى ئۈچۈن ئۆتىشىش ۋاقتىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. مەسىلەن، بىلەك، پاقالچاق ۋە سان سۆڭىكىنىڭ ئۆتىشىشى ئەڭ قىيىن بولىدۇ. يەلكە (پوزا) سۆڭىكى بىرقەدەر ئاسانراق ئۆتىدۇ. ئوقرەك سۆڭىكى بىلەن ئىيەك سۆڭىكى ۋە قوۋۇرغا سۆڭەكلىرىنىڭ ئۆتىشىشى بىرقەدەر ئاسانراق بولىدۇ. داس سۆڭىكى، ئومۇرتقا سۆڭىكى، قوۋۇرغا ۋە باش سۆڭەكلىرىنىڭ ئۆتىشىشى مۇچە سۆڭەكلىرىگە قارىغاندا ئاسانراق بولىدۇ. تەجرىبىلەرگە ئاساسلانغاندا ھەرقايسى ئورۇنلاردىكى سۆڭەكلەرنىڭ ئۆتۈش مۇددىتى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ: بۇرۇن سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى كۆپ ھاللاردا ئون كۈن ئەتراپىدا، قوۋۇرغىلار بىلەن يۇقىرى-تۆۋەن ئىيەك سۆڭىكىنىڭ ئۆتىشىشى 20 كۈن ئەتراپىدا، ئوقرەك سۆڭىكىنىڭ ئۆتىشى بىر ئاي ئەتراپىدا، پوزا سۆڭىكىنىڭ ئۆتىشىشى 30 — 40 كۈن ئەتراپىدا، بىلەك سۆڭىكىنىڭ ئۆتىشىشى 40 كۈن ئەتراپىدا، سان سۆڭىكى بىلەن پاقالچاق سۆڭىكىنىڭ ئۆتىشىشى 50 — 60 كۈن ئەتراپىدا بولىدۇ. لېكىن بۇ يەردە كۆرسىتىلگەن كۈن سانى ياشلار بىلەن ئوتتۇرا ياشلىقلاردىكى تېنى ساغلام ۋە قان تەركىبى ياخشىلارغا قارىتىلغان. بالىلار بىلەن ئۆسمۈرلەردىكى سۇنۇقنىڭ ساقىيىش كۈن سانى يۇقىرىدىكى ساندىن 10% تۆۋەنلىتىلىدۇ. ياشانغانلاردىكى سۇنۇقنىڭ ساقىيىش كۈن سانى يۇقىرىدىكى ساندىن 20% كۆپەيتىلىدۇ. ياشانغانلاردىكى سۇنۇقنىڭ ئۆتىشىش ۋاقتىنىڭ ئۇزۇن بولۇشى سىرتتىن قوبۇل قىلىنغان ئوزۇقلۇق ماددىلارنىڭ بەدەنگە ئۆزلىشىشىنىڭ تۆۋەنلىشى، بەدەندىكى ئەملىكنىڭ نىسبەتەن ئازىيىش ۋە ساغلاملىق دەرىجىسىنىڭ ياشلارغا نىسبەتەن تۆۋەنرەك بولۇشى قاتارلىق ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

سۇنۇقنىڭ ساقايغانلىق ئۆلچىمى ۋە سۇنۇقنىڭ ئۆتىشىشىغا توسالغۇ بولىدىغان ئامىللار

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك سۇنۇقچىلىقى سۇنغان سۇنۇقنىڭ ئۆتقان ياكى ئۆتمىگەنلىكىنى تۆۋەندىكى ئالامەتلەرگە قاراپ ھۆكۈم قىلىشقا ئادەتلەنگەن:

بىرىنچى، سۇنۇقنىڭ ئۇدۇلىدىكى تېرە رەڭگى تېرىنىڭ ئەۋرىشىملىكى ۋە پارقىراقلىقى قاتارلىقلار باشقا ساق ئورۇندىكى تېرە بىلەن ئوخشاش بولۇش. سۇنۇق ئۆتۈۋاتقان مەزگىلدە ئۈچ چوڭ قۇۋۋەت يېتەكچىلىكىدىكى يەرلىك ئورۇندىكى تەبىئەت بىلەن ئەرۋاھ

قۇۋۋىتى سۇنۇقنى تۇتتۇرۇش ۋە زەخىملەنگەن توقۇلمىلارنى تۈزىتىش بىلەن زىچ بولغانلىقى ئۈچۈن، سۇنغان ئورۇننىڭ ئۈدۈلى ۋە ئۈنىڭ ئەتراپىدىكى تېرىنىڭ ئوزۇقلىنىشى تۆۋەنلىگەنلىكى ئۈچۈن تېرىنىڭ رەڭگى بىلەن ئەۋرىشىملىكى ۋە پارقىراقلىقى قاتارلىق خۇسۇسىيىتى ئوخشىمىغان دەرىجىدە تۆۋەنلەيدۇ. سۇنۇق ئۈتۈپ بولغاندىن كېيىن سۇنغان ئورۇننىڭ ئۈدۈلىدىكى تېرىنىڭ ئوزۇقلىنىشى ئەسلىگە كەلگەنلىكتىن تېرىنىڭ سىرتقى ھالىتى نورماللىشىدۇ.

ئىككىنچى، سۇنغان ئورۇننى باسقاندا ۋە ئۈز لايىقىدىكى ھەرىكەت بىلەن ئېغىرلىق كۆتەرگەندە (ئاياغ سۇنۇقىدا سۇنغان ئاياغ بىلەن دەسسىگەندە) ئاغرىش ھېس قىلمايدۇ.

ئۈچىنچى، سۇنغان ئورۇننىڭ ئىككى تەرىپىدىن قامىلاپ ئۈتۈپ ئىككى قولنى ئوڭ ـ سول ۋە ئالدى ـ ئارقىغا ھەرىكەتلەندۈرگەندە ياكى ئىچى ۋە سىرتىغا يېنىك ھەرىكەتلەندۈرگەندە سۇنغان ئورۇندىكى سۆڭەكتە مىدىرلاش بولماسلىقى ۋە سۈركىلىش ئاۋازى ئاڭلانماسلىقى ھەمدە ئالاھىدە ئاغرىش ھېس قىلماسلىقى كېرەك (ئەگەر بۇ ئۇسۇلغا ھازىرقى زامان سۇنۇقچىلىقىنىڭ رېنتگېن ۋاسىتىسىدىن پايدىلانسا تېخىمۇ ئىشەنچلىك بولىدۇ). يۇقىرىدىكى تەلەپلەر ئىپادىلەنسە سۇنۇق ساقايغان بولىدۇ. ئەكسى بولسا تېخى ساقايمىغان بولىدۇ.

سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىغا تەسىر يەتكۈزىدىغان ئامىللار ناھايىتى كۆپ. لېكىن ئۇلارنى ئىخچاملىغاندا تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

بىرىنچى، يارىدارنىڭ يېشىنىڭ چوڭ بولۇشى، سەپرا ياكى سەۋدا غالىب كېلىپ بەدەندىكى نەملىكنىڭ زىيادە كېمىيىپ كېتىشى ياكى بولمىسا بەدەندىكى نەملىكنىڭ زىيادە ئېشىپ كېتىشى، ئومۇمىي بەدەنلىك سوئى مىزاج، كەيپىياتتىكى چۈشلۇق، تېز ئاچچىقلىنىش، ۋارقىراش، كايىش ۋە ئورۇنسىز ئەندىشىلەر بىلەن غەم ـ قايغۇ قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى كېچىكتۈرىدۇ. شۇڭلاشقا يارىدارنىڭ مىزاجىنى داۋاملىق تەڭشەپ تۇرۇش ۋە ئۇلارغا خىزمەت ئىشلەپ ئەندىشە ۋە غەمدىن خالى قىلىپ بىجىرىم ساقىيىشقا بولغان ئىشەنچىسىنى تۇرغۇزۇش ئىنتايىن مۇھىم.

ئىككىنچى، ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقلارنىڭ ئورنىغا چۈشۈشى ياخشى بولماسلىق، سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئارىلىقىغا سۆڭەك تېنىدىن ئاجرىغان سۆڭەك پارچىسى بىلەن گۆش ياكى ماي پارچىسى كىرىۋېلىش. ياكى بولمىسا ھەر قېتىملىق تېڭىق ئالماشتۇرۇش ۋاقتىدا مۇئامىلىنىڭ قوپاللىقىدىن سۇنغان سۆڭەك ئۇچى مىدىرلاپ كېتىش ۋە تېڭىق ماتېرىيالى بەك قېلىن بولۇپ كېتىشتىن يەرلىك ئورۇندىكى ھارارەت يۇقىرىلاپ تېرىگۈچى ماددىلارنىڭ ھاسىل بولالماسلىقى قاتارلىق ئامىللارنىڭ ھەممىسى سۇنۇقنىڭ

ئۈتۈشىنى كېچىكتۈرىدۇ. شۇڭا ئۈچۈن تېگىقچى داۋاملىق تەجرىبىلەرنى يەكۈنلەپ قول ماھارىتىنى ئۈزلۈكسىز ئۆستۈرۈشى ۋە ھەر قېتىملىق تېگىق ئالماشتۇرۇش ۋاقتىدا قول ھەرىكىتى چاققان ۋە سىلىق بولۇشى، بولۇپمۇ سۇنۇق ئۆتۈشىنىڭ ئىككىنچى باسقۇچى بىلەن ئۈچىنچى باسقۇچىنىڭ دەسلەپىدە مۇمكىن قەدەر تېگىق ئالماشتۇرۇش قېتىمىنى كۆپەيتىۋەتمەسلىكى، مۇقىملاشتۇرۇشنىڭ ياخشى بولۇشى، تېگىق ماتېرىيالى بەك قېلىن بولۇپ كەتمەسلىكى (بولۇپمۇ ياز كۈنلىرى) كېرەك. ئەگەر سۆڭەك پارچىلىرى پارچىلانغان سۇنۇق بىلەن يۇمشاق توقۇلمىلار سۇنغان سۇنۇق ئۈچى ئارىلىقىغا كىرىۋېلىپ كەپلىشىۋالغان بولسا دەستىكار ئۇسۇلىنى قوللىنىپ سۇنۇق ئۈچى ئارىلىقىغا قىستۇرۇلغان سۆڭەك پارچىسى بىلەن گۆش ۋە مايلارنى ئېلىۋېتىپ سۇنغان سۆڭەك ئۈچىنى يېڭىباشتىن ئوڭشاپ ئورنىغا چۈشۈرۈش كېرەك.

ئۈچىنچى، سۇنغان ئورۇنغا ئىسسىق سۇ ۋە ياكى باشقا قاينىتىلغان قىزىق جىغاتمىلارنى كۆپ قېتىم ياكى ئۇزۇن مۇددەت قوللىنىش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ تەبىئىتى زىيادە ئىسسىق بولۇش، قىرىق-چۈچمەل يېمەكلىك بىلەن ئىچىمەكلىكلەرنى (ھاراق تۈرىدىكى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ) ئىستېمال قىلىش، سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى مەزگىلىدە جىنسىي ئالاقە قىلىش قاتارلىق ئامىللارمۇ سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى كېچىكتۈرىدۇ. شۇڭلاشقا ئىسسىق جىغاتمىلارنى مۇمكىن قەدەر قوللانماسلىق، ئىسسىق ئۆتكۈزمەسلىك، تەبىئىتى زىيادە ئىسسىق دورىلارنى ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئىشلەتمەسلىك، يېمەك-ئىچمەكتىمۇ تەبىئىتى زىيادە ئىسسىق چۈچمەل ۋە ئاچچىق يېمەك-ئىچمەكلىكنى (ھاراق قاتارلىقلارنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ) ئىستېمال قىلماسلىق ۋە سۇنۇق تېخى ساقايمىغاندا جىنسىي ئالاقە قىلماسلىق قاتارلىق تەرەپلەرگە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

تۆتىنچى، ياردەمدىكى قان سۈيۈلۈپ كەتكەن (قان ئازلىق) ۋە ھەزىم قىلىشنىڭ بۇزۇلۇشى قاتارلىق كېسەللىكلەرمۇ سۇنۇقنىڭ ئۆتۈشىنى كېچىكتۈرىدۇ. شۇڭلاشقا بىمارىدىكى قان سۈيۈلۈپ كېتىش كېسىلىنى ۋاقتىدا داۋالاپ قاننىڭ نورمال قويۇقلۇقىغا كاپالەتلىك قىلىش كېرەك ۋە سۇنۇقنىڭ ئۆتۈشىگە زۆرۈر بولغان ئوزۇقلۇق ماددىلىرىنىڭ سۇنغان ئورۇننى يېتەرلىك تەمىنلىشىگە كاپالەتلىك قىلىش ئۈچۈن ھەزىم قىلىشنىڭ بۇزۇلۇشىنى داۋالاشقا ئەھمىيەت بېرىش بىلەن بىرگە قەۋزىيەتنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېرەك.

بەشىنچى، ھەرىكەتنىڭ بالدۇر بولۇپ كېتىشى بولۇپمۇ سۇنۇق ئۆتۈشنىڭ ئىككىنچى باسقۇچىنىڭ پۈتۈن جەريانى بىلەن ئۈچىنچى باسقۇچىنىڭ دەسلەپكى

مەزگىللىرىدە ھەرىكەت بالدۇر بولۇپ كەتسە سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچى يۇلەنچۈك ماددىسى دوشبەندىن ئاجراپ كەتسە ئۇنىڭ قايتىدىن ئۇتۇشى تەسكە توختايدۇ. شۇڭلاشقا ھەرىكەتنىڭ بالدۇر بولۇپ كېتىشىدىن ساقلىنىش كېرەك.

ئالتىنچى، ئارام ئېلىش مۇھىتىنىڭ ناچارلىقى ۋە ھاۋا ياكى ئۆينىڭ تېمپېراتۇرىسى بەك ئىسسىپ كېتىشىمۇ سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشىغا تەسىر كۆرسىتىدۇ. شۇڭلاشقا تېڭىقچىلار سۇنۇقنى تېڭىپ قويۇش بىلەنلا بولدى قىلماي بەلكى يارىدارنىڭ ئارام ئېلىشىغىمۇ كۆڭۈل بۆلۈش كېرەك.

سۇنۇقنىڭ پەرۋىشى ۋە تېڭىق ئالماشتۇرۇشتا دىققەت قىلىدىغان نۇقتىلار

(1) سۆڭىكى سۇنغان يارىدارلارنى ئوزۇقلاندۇرۇش پرىنسىپى:

سۆڭىكى سۇنغان يارىدارلارنى ئوزۇقلاندۇرۇش پرىنسىپى بولسا قاننى قويۇقلىتىش، ئۇنىڭ (قاننىڭ) يېپىشقاقلىقىنى ئاشۇرۇش ئارقىلىق سۇنغان سۇنۇقنى ئۇتتۇرىدىغان قويۇق ۋە يېپىشقاق تىرىگۈچى (دوشبەن ياكى دايمال) سۇيۇقلۇقىنىڭ ھاسىل بولۇشى، ئۇيۇش ۋە قېتىشىنى ئىلگىرى سۈرىدىغان يېمەك-ئىچمەكلەرنى بۇيرۇش، قاننى سۇيۇلدۇرىدىغان، قاننى قىزىتىدىغان ۋە قان ئايلىنىشىنى جانلاندۇرىدىغان ئۇچۇچان (لەتىپ) ۋە چۈچىمەل ئاچچىق يېمەك-ئىچمەكلەرنى بۇيرۇشتىن چەكلەشتىن ئىبارەت. بۇنىڭ ئۈچۈن يارىدارغا پىششىق پۇشۇرۇلغان كالا-پاقالچاق، قېرىن، پاقلان تېرىسى، پوستۇمبا، ئوغلاق كاۋىپى، موزاي گۆشى، يېڭى بېلىق، چۆجە گۆشى، كۆك كەپتەرنىڭ باچكىسى، سوزمە، ئاق ئاش (سۈت بىلەن پۇشۇرۇلغان شوۋا گۈرۈچ)، گۆش ھالۋىسى، تاتلىق مېغىز، بۇغداي ياكى ئارپا قاتلىمىسى، مايلىق قورداق، يېڭى كۆكتات ۋە پىشقان تاتلىق مېۋە قاتارلىق يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. سوغۇق سۇ، سوغۇق چاي، ئىسسىق تەبىئەتلىك چاي دورىسى سېلىنغان چاي، ئۇچۇچان ئىچىملىك (گاز سۈيى، پىۋا قاتارلىق)، ھاراق، ئاچچىق-چۈچۈك مېۋە ياكى توڭ مېۋە، تەمى ئاچچىق قىزىلمۇچ، قارامۇچ قاتارلىق يېمەك-ئىچمەكلەردىن پەرھىز بۇيرۇلىدۇ. ئەگەر سۇنغاندا ئىششىق بولسا ياكى زەخىملىنىش ئېغىرراق بولۇپ يەرلىك ئورۇندا ئىششىش ئېھتىمالى بولسا ئىششىقنى ياندۇرۇش ياكى ئىششىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش مەقسىتىدە بىرقانچە كۈن ئىسسىق جىغاتمىلارنى

ئىشلىتىشكە بولىدۇ ۋە قاننى قويۇلدۇرغۇچى غەلىز يېمەك ـ ئىچمەكلەر بېرىشنى ۋاقىتلىق توختىتىپ ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلار بىلەن لەتىپ تاماقلارنى بېرىشكە بولىدۇ. شۇنداقلا قان ئېلىشقا ياكى سۈرگە بېرىشكە توغرا كەلگەن ياردارلارغا ئاۋۋال قان ئېلىش ياكى ئىچىنى سۈرۈپ بىرقانچە كۈندىن كېيىن لەتىپ تاماقلار بېرىلىدۇ ياكى سۈنغان ئۇستىخان سۇنۇقنى ئۇرۇندا سۇنۇقنى تۇتتۇرىدىغان تىرەكچى سۇيۇقلۇق كۆپىيىپ كەتكەنلىرىگە غەلىز تائاملار بېرىلىدۇ. بىراق هاراق قاتارلىق قاننى قىزدۇرىۋېتىدىغان يېمەك ـ ئىچمەكلەر قەتئىي چەكلىنىدۇ. يەنە جاراهەت پەيدا بولغان ئوچۇق سۇنۇقلاردا جاراهەتنى ساقايتقۇچى ۋە قاننى قويۇلدۇرىدىغان تاماقلار ۋاقىتلىق بېرىلمەيدۇ.

(2) ياردارنىڭ ئارام ئېلىش مۇهىتى جەهەتتە هاۋاسى سالقىن، مۇهىتى پاكىز، مەنزىرىسى گۈزەل ۋە جىمجىت بولۇشى، بىمار يۇقىرى ئاۋازدا ۋارقىرىماسلىق، غەم ـ قايغۇ ياكى ئەندىشىدىن خالاس بولۇشى، قاتتىق چۆچۈمەسلىكى ۋە يۆتەلمەسلىكى، ئىسسىق مۇنچىغا چۈشمەسلىكى، كۈچلۈك هەرىكەت قىلماسلىقى، ئاپتاپقا قاقلانماسلىقى، سوغۇق تەگمەسلىك ۋە جىنسىي ئالاقە قىلماسلىقى كېرەك. بەدىنىنى هۆل لاتا بىلەن سۈرتۈپ يۇيۇپ تۇرۇشى (يۇيۇلىدىغان سۇ قىزىق بولۇپ كەتمەسلىكى)، پات ـ پات كۆرپە ئالماشتۇرۇپ تۇرۇشى، ئاستىغا سالغان كۆرپە قاتلىشىپ قالماسلىقى ۋە هەر كۈنى بىر قانچە قېتىم سىرىپ ـ سۈپۈرۈپ تۈزىتىپ تۇرۇشى كېرەك.

(3) سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىشتا تۆۋەندىكى ئۇقتىلارغا دىققەت قىلىش كېرەك:

بىرىنچى، ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇقنى قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈشتە قارىمۇ ـ قارشى تەرەپكە تارتىش كۈچى تەكشى ۋە بىردەك بولۇشى، ئاۋۋال بوشراق، كېيىن كۈچەيرەك تارتىلىشى، تارتىشتا بىر خىل ئاستىلىق بىلەن تارتىشى، بىردە چىڭ، بىردە بوش بولماسلىقى، شىددەت بىلەن تارتىلماسلىقى، قارىمۇ ـ قارشى تەرەپكە تارتقۇچىلار تېڭىقچىنىڭ هەرىكىتىگە زىچ ماسلىشىشى ۋە يېتەكچىلىكىنى قوبۇل قىلىشى ۋە تارتىش تەكشى تۈز سىزىقنى بويلاپ تارتىلىشى كېرەك. تارتىش كۈچى بوش بولۇپ قالسا ئورنىغا چۈشۈرۈش مەقسىتىگە يەتكىلى بولمايدۇ. ئەگەر زىيادە كۈچەپ تارتىلسا گۆش تالالىرى بىلەن تومۇرلار ئۈزۈلۈپ كېتىش ۋە پەيلەر سوزۇلۇپ كېتىش قاتارلىق ئەهۋاللار پەيدا بولۇپ قالىدۇ. ئەگەر سۇنۇقنى ئېسىش ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرۈشكە توغرا كەلسە ئېسىلىدىغان تاش هە دېگەندە بەك ئېغىر بولۇپ كەتمەسلىكى، ئېسىلىدىغان

ئېغىرلىقى ئاستا ـ ئاستا كۆپەيتىلىشى، ھەر كۈنى ئىككى مۇچىنىڭ ئۈزۈنلۈقى ئۆلچەپ تۇرۇلۇشى كېرەك.

ئىككىنچى، ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇق ئورنىغا چۈشۈرۈلگەندىن كېيىنكى بىرىنچى ۋە ئىككىنچى كۈندىكى تېڭىق بەك چىڭ تېڭىلماسلىقى، ئۈچىنچى كۈندىن باشلاپ چىڭراق تېڭىش كېرەك. ئەگەر سۇنۇققا قوشۇلۇپ ئىششىش بولمىغان، ئورۇندىن قوزغالمىغان ياكى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئاسانراق بولغان سۇنۇقنى بىرىنچى قېتىم تاڭغاندىن كېيىن ئىككىنچى تېڭىقنى ھەپتىدىن كېيىن، ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېڭىقنى ھەر 5 ـ 4 كۈندە بىر قېتىم يېڭىلاپ تېڭىش كېرەك. ئۈزۈنسىغا سۇنغان سۇنۇق چىڭراق تېڭىلىدۇ. كەسمە سۇنۇق بىلەن قىيسىق سۇنۇق ياكى بۇرغىسىمان سۇنۇقتا سۇنۇق ئۇچى رەسمى ئۇدۇللاشمىغىچە تاڭماسلىق كېرەك. پارچىلانغان سۇنۇق پارچىلىرى ھېچ بولمىغاندا يېقىنلاشقاندىن كېيىن چىڭراق تېڭىلىدۇ.

ئۈچىنچى، ھەر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرغاندا تېرىنىڭ رەڭگى، ئەۋرىشىملىكى، ئەملىكى ۋە كېپەكلىشىش ئەھۋالىنىڭ بار ـ يوقلۇقى ھەمدە گۆشلەردە يېرىگلەش قاتارلىق ئەھۋاللارنىڭ بار يوقلۇقىغا دىققەت قىلىنىدۇ. ئەگەر تېرە قۇرغاقلىشىپ كېپەك تۆكۈلۈپ تۇرسا ۋە ئەۋرىشىملىكى تۆۋەنلەپ گۆشلەردە يېرىگلەش بولسا يۇقىرىدىكى ئەھۋاللار تۈزەلگىچە تاختاي قويۇلمايدۇ ياكى تاختاي قويۇپ بوشراق تېڭىلىدۇ. تېڭىق ماتېرىيالى بەك قېلىن بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك.

تۆتىنچى، ئەگەر تېڭىقنىڭ تۆۋەن تەرىپىدە كۆكىرىش، ئىششىش ياكى تاڭغان ئورۇندا ئاغرىش، قىچىشىش قاتارلىق ئەھۋاللارنىڭ قايسى بىرى سادىر بولسا تېڭىقنى ۋاقتىدا بوشىتىپ سەۋەب ئېنىقلىنىدۇ ۋە تېز لايىقىدا چارە قىلىنىدۇ. بولۇپمۇ ئىششىش بىلەن كۆكىرىش ۋە ئاغرىش بولسا تېخىمۇ شۇنداق. بىپەرۋالىق قىلىنسا ياربدارنىڭ ئازابى ئېشىپلا قالماستىن بەلكى شۇ مۇچە كېسىلىش تۈپەيلىدىن مېيىپلىق پەيدا بولۇش ئېھتىمالى كېلىپ چىقىدۇ.

بەشىنچى، جاراھەت ھاسىل بولغان ئوچۇق سۇنۇقنى تېڭىشتا جاراھەت بار ئورۇننى تاڭماي ئوچۇق قويۇپ تېڭىلىدۇ. بىراق جاراھەت چاڭ ـ توزان بىلەن بۇلغىنىش ياكى چىۋىن قونۇپ قۇرۇتلاپ كېتىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەت ئۈستىگە بىرقانچە قەۋەت پاكىز داكا قويۇپ بوشراق تېڭىپ قويۇلىدۇ. جاراھەتكە قىيروتى (تەركىبىدە موم بار سۈركەلمىلەر) بىلەن مايلىق دورىلارنىڭ ھەر قاندىقىنى جاراھەت يۈزى ۋە ئۇنىڭغا يېقىن ئورۇنلارغا يولاتماسلىق كېرەك. بولۇپمۇ ياز كۈنلىرى تېخىمۇ شۇنداق. جاراھەتتە يۇقۇملىنىش بايقالسا

دەرھال چارە قىلىنىدۇ.

ئالتىنچى، سىرتىدىن ئىشلىتىلگەن جىغاتمىلار بىلەن سۈركەلمىلەر ياكى ماي دورىلار تېرىدە قېتىۋېلىپ قەقەش پەيدا قىلىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە قەقەشنى يۇمشىتىپ تازىلاش مەقسىتىدە ئاز مىقداردا ماي دورىلار بىلەن ئىسسىق سۇ قاتارلىقلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. بىراق سىرتىدىن ئىشلىتىدىغان ماي دورىلار بىلەن ئىسسىق سۇنى ئىرىگۈچى ماددىلار رەسمىي قېتىۋالغاندىن كېيىن ئىشلىتىلسە قېتىۋالغان بوغۇملارنى يۇمشىتىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش، قېتىۋالغان تومۇرلار بىلەن ئەسەبلەرنى بوشىتىپ ھەرىكەتنى ئەپچىللەشتۈرۈشكە پايدىلىق. لېكىن قىزىق سۇ بىلەن مايلارنى ئىرىگۈچى ماددا قېتىشتىن ئىلگىرى ئىشلىتىلسە سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشنى كېچىكتۈرىدۇ.

يەتتىنچى، سۇنۇق تاڭغاندا ئۇگە (بوغۇم) سۇنغان ئورۇنغا يېقىنلا بولمىسا سۇنغان ئورۇننىڭ يۇقىرى-تۆۋەن تەرىپىدىكى ئۇگىلەر قوشۇپ تېڭىلمايدۇ. سۇنۇق ئۇتۇشنىڭ قېتىش مەزگىلىدىن باشلاپ ئۇگىلەر قېتىپ قېلىش بىلەن يەرلىك ئورۇننىڭ تەبىئىتى سۇسلىشىپ (قان ئايلىنىش بىلەن ئوزۇقلىنىش تۆۋەنلەپ) گۆشلەر يىرىگلەپ قېلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن سۇنۇقنىڭ يۇقىرى-تۆۋىنىدىكى ئۇگىلەرنى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىش كېرەك.

سەككىزىنچى، سۇنغان سۇنۇقنىڭ ئۇتۇش ۋاقتى ئۇزىراپ كېتىش كۆپىنچە ئىرىگۈچى سۇيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇشى بىلەن ئويۇشى ۋە قېتىشى توسقۇنلۇققا ئۇچراشتىن ياكى بولمىسا مەلۇم ماددىنىڭ كەملىكىدىن ياكى مۇقىملاشتۇرۇشنىڭ ياخشى بولماسلىقىدىن پەيدا بولىدۇ. مۇنداق ئەھۋالدا سەۋەبىگە قارىتا ئۈنۈملۈك چارە قىلىشتىن سىرت سۇنغان ئورۇننىڭ تېرىسىنى ھەر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرغاندا ياردارغا خۇشياققۇدەك قاشلاپ ياكى سىلىق ئۇۋۇلاپ بېرىلسە قان ئايلىنىش ياخشىلىنىپ (جانلىنىپ) كېرەكسىز بۇزۇق ماددىلار قان ئارقىلىق تارقىلىپ ئۇنىڭ ئورنىغا كۈچلۈك قان كېلىپ ئىرىگۈچى سۇيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇشى بىلەن ئويۇشى ۋە قېتىشنى تېزلىتىدۇ.

توققۇزىنچى، سۇنۇقنى مۇقىملاشتۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىدىغان تاختايلارنى ئېلىۋېتىش ياردارنىڭ يېشى، سۇنۇق ئورنى ۋە سۇنۇقنىڭ دەرىجىسى بىلەن شەكلىگە قاراپ بەلگىلىنىدۇ. ئالدىراپ ئېلىۋەتمەسلىك كېرەك. ياشلاردىكى مۇچىلەر سۇنۇقىدا تاختاي بىلەن مۇقىملاشتۇرۇش 20 — 30 كۈندىن كەم بولماسلىقى، ئوتتۇرا ياشلىقلاردا سەل ئۇزۇنراق تۇرغۇزۇلۇشى، ياشانغانلاردا تېخىمۇ ئۇزۇنراق تۇرغۇزۇش كېرەك.

سۇنۇققا قوشۇلۇپ كېلىدىغان ئەگەشمە كېسەللىكنى داۋالاش

سۇنۇققا قوشۇلۇپ كېلىدىغان كېسەللىكلەر ناھايىتى كۆپ بولۇشى مۇمكىن. لېكىن سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىغا ئالاقىدارلىقى كۆپرەك بولغان ئەگەشمە كېسەللىكلەرنى ئىخچاملىغاندا سۇنۇققا يېقىن ئۆگە (بوغۇم)لارنىڭ قېتىپ قېلىشى، بوغۇملارنىڭ يېرىم پالەچلىنىشى، سۇنۇقنىڭ غەيرىي ئۇتۇپ قېلىشى، ئوچۇق سۇنۇقتىكى جاراھەتنىڭ يۇقۇملىنىپ قېلىشى ۋە ياتاق يارىسى قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. بۇنىڭدىن باشقا سۇنۇقنىڭ تۇتىشىغا تەسىر كۆرسىتىدىغان كېسەللىكلەردىن ئاشقازان-ئۈچەي كېسەللىكى بىلەن جىگەر كېسەللىكىنىڭ ئالاقىدارلىقى بىر قەدەر چوڭراق.

بوغۇم قېتىپ قېلىشنى داۋالاش

مۇچىلەر سۇنۇقىدا بوغۇملارنىڭ بولۇپمۇ سۇنۇققا يېقىن بوغۇملارنىڭ قېتىۋېلىشى كۆپ ئۇچرايدۇ. بوغۇم قېتىۋېلىشنىڭ ئاساسىي سەۋەبى سۇنۇق ساقايغۇچە بولغان ئارىلىقتا بوغۇم خېلى بىر مەزگىل ھەرىكەتلەنمەسلىك، بوغۇمنىڭ ھەرىكىتىگە ئالاقىدار گۆش ۋە پەيلەر بىلەن ئەسەب (نېرۋا) لار قېتىۋېلىش، سۇنۇق بىلەن بىرگە بوغۇملارمۇ زەخىملىنىپ، بوغۇم بوشلۇقىغا يىغىلىۋالغان سېرىق سۇ بىلەن قاننىڭ تارقىلىشى ياخشى بولماي بوغۇم بوشلۇقىدا ئۇيۇۋېلىش، سۇنۇق ساقىيىشنىڭ ئۈچىنچى باسقۇچى (تېرىگۈچى ماددىنىڭ قېتىشىش باسقۇچى)دىن باشلاپ بوغۇمنى ھەرىكەتلەندۈرۈپ بەرمەسلىك ۋە سۇنۇققا قوشۇلۇپ كەلگەن چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش كېچىكىش، بوغۇمنى ھاسىل قىلىشقا قاتنىشىدىغان سۆڭەكنىڭ سۇنۇشى ياكى سۇنۇق بوغۇمغا يېقىن سۆڭەكتە پەيدا بولۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. بولۇپمۇ سۇنۇق قانچىكى كىچىك (ئۇششاق) سۆڭەكلەر بىلەن بوغۇمغا يېقىن سۆڭەكلەردە يۈز بەرسە ياكى بىلەك، پاقالچاق، قول-پۇت، پەنجە، بېغىش ۋە ھۇشۇق سۆڭەكلىرىگە ئوخشاش جۈپ ياكى سۆڭەكلەر توپلىمىسىدىكى سۆڭەكلەرنىڭ ئارىلىقى قانچە تار بولسا شۇ دائىرىدىكى بوغۇملارنىڭ قېتىۋېلىشى شۇنچە ئېغىر بولىدۇ.

بوغۇم قېتىۋېلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئەگەر سۇنۇق بوغۇمغا يېقىن بولمىسىلا سۇنۇقنى تېڭىشتا سۇنۇقنىڭ يۇقىرى ۋە تۆۋەندىكى بوغۇم قوشۇپ تېڭىلمايدۇ.

ئىككىنچى سۆڭەك سۇنغان ئورۇندىكى ئىرىڭگۈچى سۇيۇقلۇق تۈيۈپ قىتىشىشقا باشلاپ مەلۇم مەزگىلدىن كېيىن (بۇنى ئىڭىقچى يارىدارنىڭ يېشى، سۆڭەكنىڭ ئورنى ۋە شەكلى، ئوزۇقلىنىش ۋە سۆڭەكنىڭ ساقىيىشىغا توسالغۇ بولىدىغان باشقا كېسەللىكنىڭ بار-يوقلۇقى قاتارلىقلارغا قاراپ مۆلچەرلەيدۇ) سۇنغان ئورۇننىڭ يۇقىرى-تۆۋىنىدىكى بوغۇملارنى ئاۋۋال يېنىك، كېيىن بارا-بارا ھەرىكەت دائىرىسى بىلەن قېتىم سانىنى كۆپەيتىپ ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىشى كېرەك. شۇنداق قىلغاندىلا بوغۇمنىڭ قېتىۋېلىشىنى ئازايتقىلى ۋە قېتىۋېلىش دەرىجىسىنى يېنىكلەتكىلى بولىدۇ.

ئەگەر بوغۇم قېتىۋالغان بولسا بوغۇملارنىڭ قېتىۋېلىش دەرىجىسىنىڭ قانچىلىك بولۇشىدىن قەتئىي نەزەر قېتىۋالغان بوغۇم ۋە ئۇنىڭ يۇقىرى-تۆۋەن دائىرىسىنى ھەر كۈنى كۆپ قېتىم ئۇۋۇلاپ بېرىش بىلەن ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىشكە بىرلەشتۈرۈپ تۆۋەندىكى چارىلەر قوللىنىلىدۇ.

ئۈشەق بىر ھەسسە، مۇقەل يېرىم ھەسسە، لادەن يېرىم ھەسسە، خىنە يېغى، ئۆردەك يېغى ھەر بىرىدىن 1/4 ھەسسە ئېلىپ، يىلىم دورىلارنى ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا ماي دورىلار بىلەن تالقان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ قېتىۋالغان بوغۇملارغا كۈنىگە ئىككى-ئۈچ قېتىم سۈرتۈپ بېرىلىدۇ.

ئۈشەق بىلەن سېرىق موملارنىڭ ھەر قايسىسىدىن 108 گرام، سەمغى بەتەم (بەتەم دەرىخىنىڭ يېلىمى)، مۇقەل، مىلتىق دورىسى ھەر بىرىدىن 200 گرام ئېلىپ يىلىم دورىلارنى سىركىدە ئېرىتىپ سەۋسەن يېغى بىلەن مايلاشقان ھاۋانچىغا سېلىپ ئۈستىگە باشقا دورىلارنى قوشۇپ ئىلەشتۈرۈپ مەلھەم تەييارلاپ يۇقىرىدىكى ئۇسۇلغا ئوخشاش ئىشلىتىلىدۇ.

قۇندۇز قەھرى، قۇستى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد تەييارلاپ يۇقىرىدىكى ئۇسۇلغا ئوخشاش يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈپ بېرىلىدۇ.

سەۋسەن يېغى لىبى (دۇغى)، زىغىر يېغى لىبى ۋە مۇقەل ھەر بىرىدىن 25 گرام، مىئەسائىلە، مىلتىق دورىسى، جاۋۇشىر ۋە ئۈشەق ھەر بىرىدىن 13 گرام، مۇقەل، خوراز يېغى (ياكى ئۆردەك ۋە مېكىيان مېيى بولسىمۇ بولىدۇ) ھەر بىرىدىن 50 گرامدىن ئېلىپ، يىلىم دورىلارنى ھاۋانچىغا سېلىپ ئازراق ھاراق بىلەن ئېرىتىپ ئۈستىگە تالقان دورىلار بىلەن خوراز يېغى ۋە باشقا ياغلار لىبىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىسسىق پېتى قېتىۋالغان بوغۇملارغا سۈرتۈپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا چاۋا ماي ۋە ئۇنىڭ چۆگرىدىكى بىلەن ئىلىكنى ئارىلاشتۇرۇپ قېتىپ قالغان بوغۇملارغا سۈرتۈپ بەرسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئۇستىخان رەسمىي ئۇتۇپ بولغاندىن كېيىنكى بوغۇم قېتىپ قېلىشىنى داۋالاشتا ئاۋۋال قېتىۋالغان بوغۇمنى دەسلەپكى كۆيمىگۈدەك سۇغا چىلاپ (ۋاننا قىلىپ) ياكى لاتىنى قىزىق سۇغا چىلاپ قېتىۋالغان ئورۇنغا قويۇپ بىرەر سائەت قايتا-قايتا تەكرارلاپ يەرلىك ئورۇننى سۈرتۈپ قۇرۇتقاندىن كېيىن يۇقىرىدىكى ئۇسۇللارنىڭ بىرىنى يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈپ ياز كۈنلىرى ئاپتاپقا قىش كۈنلىرى ئوتقا قاقلاپ بېرىلسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

بوغۇملاردىكى يىرىم پالەچلىكنى داۋالاش

بوغۇملاردىكى يىرىم پالەچلىك، سۇنۇقنى قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈشتە قاتتىق كۈچەپ زىيادە تارتىش ياكى تارتىپ (ئېسىپ) ئورنىغا چۈشۈرۈشتە ئېسىلىدىغان ئېغىرلىق زىيادە كۆپ بولۇپ كېتىشىدىن گۆش بىلەن پەي ۋە ئەسەب زىيادە سوزۇلۇپ زەخىملىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. يەنى سېزىمى نورمال بولۇپ، بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى نورمال بولمايدۇ. شۇڭا يىرىم پالەچلىك دەپ ئاتىلىدۇ. بولۇپمۇ ئاياغنى ئېسىپ تارتقاندا پۇت پەنجىسى سوزۇلۇش ھالىتىدە ئۇزۇنراق تۇرۇپ قالغاندا ئاسانلا ھوشۇق بوغۇمنىڭ يىرىم پالەچى پەيدا بولۇشتىن سىرت ھوشۇق بوغۇمى غەيرىي ھالەتتە (تۈزلىنىش ھالىتىدە) قېتىۋېلىش پەيدا بولىدۇ. شۇڭلاشقا ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە تارتىلىدىغان كۈچ بىلەن ئېسىلىدىغان ئېغىرلىق ۋە بوغۇمنىڭ تۇرۇش ھالىتىگە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

بوغۇمنىڭ يىرىم پالەچلىك ھالىتىنى داۋالاشتا ئەبھەل (ئارچا مېۋىسى)، قارىغاي مېۋىسى، ھەلىلە، بەلىلە ۋە موزا قاتارلىق قابىز (قورۇغۇچى) ۋە ئۇچۇچان (لەتىپ ياكى يۇراقلىق) دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن، ئەبھەل (ئارچا مېۋىسى)، قارىغاي مېۋىسى، زەپەر، مۇرمەككى، راسەن (زەنجەبىل شامى)، دارچىن ۋە ئاقاقىيالاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ ئىگىر قايناتمىسىدا يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چىپىپ بېرىلسە ناھايىتى ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

ئۈزۈم تېلى كۆلىنى دۈمبە ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەلەي پوستى بىلەن زىماد تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چىپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا سۇنۇقنى ئۇتتۇرۇشقا ۋە بوغۇملارنى چىڭىتىشقا ھەم پالەچلىككە سىرتتىن ئىشلىتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

غەيرىي ئۇتۇپ قالغان سۇنۇقنى ياشلاپ تېڭىش

ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقنى ۋاقتىدا ۋە توغرا بىر تەرەپ قىلماسلىق ياكى ۋاقتىدا بىر تەرەپ قىلغان بولسىمۇ لېكىن سۇنغان سۇنۇقنىڭ ئىككى ئۇچى ئۆزئارا ئۇتۇشۇپ كېتىش

بىلەن بىرگە ئارىلىقى يىراقلىشىپ كېتىش قاتارلىق مەسىلىلەر توغرا بىر تەرەپ قىلىنماسلىقتىن خاتا ئۇتۇپ مۈچىنىڭ ئۇزۇنلۇقى بىلەن مۈچىنىڭ ھەرىكىتىگە ۋە گۈزەللىكىگە تەسىر يېتىشى سۇنۇقنىڭ غەيرىي ئۇتۇشى دەپ ئاتىلىدۇ. سۇنۇقنىڭ مۇشۇ خىل غەيرىي ئۇتۇپ قېلىشىنى سىرتىدىن دورا ئىشلىتىش ئارقىلىق قېتىشقان ئىرىڭگۈچى ماددىنى يۇمشىتىپ ياكى قايتىدىن سۇندۇرۇپ يېڭىباشتىن ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش ياشلاپ تېڭىش دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ يەردە شۇنى ئەسكەرتىمىزكى: ئورنىدىن قوزغالغان ئىككى سۆڭەك ئۇچىنى بەزىدە ئۇدۇلمۇ ـ ئۇدۇل ئورنىغا كەلتۈرگىلى بولىدۇ. بەزىدە ئۇدۇللاشتۇرۇش تەس بولىدۇ. مۇنداق ئەھۋالدا سۇنغان سۆڭەك ئىككى ئۇچىنىڭ يېرىمى ئۇدۇل كېلىپ يېرىمى ئۇدۇل كەلمىسە ياكى تولۇق ئۇدۇللاشتۇرۇشقا كۈچىگەندە يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ تېخىمۇ كۆپرەك زەخىملىنىش ئېھتىمالى بارلار بىلەن ياردارنىڭ ئاغرىش ئازابىنى كۈچەيتىۋېتىش ئېھتىمالى بولغانلاردا سۇنغان سۆڭەكنىڭ يېرىمى ئۇدۇللىشىپ مۈچىلەرنىڭ ئۇزۇنلۇقى ئەسلىگە كېلىپ ھەرىكىتىگە چوڭ تەسىر قىلمىسا بولىدى قىلىشقا بولىدۇ. چۈنكى سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ ئۇدۇللاشمىغان قىسمى سۇنۇقنى ئۇتاشتۇرغۇچى ئىرىڭگۈچى ماددا ئارقىلىق ئۇدۇللاشتۇرۇپ ئۇتۇپ كېتىدۇ.

غەيرىي ئۇتۇپ قالغان سۇنۇقنى ياشلاپ تېڭىش ئۇسۇلى

(1) جاراھەتلىنىش ياكى يەرلىك ئورۇننىڭ يۇقۇملىنىشىدىن پەيدا بولغان يۇقۇملىنىش (مەسىلەن، چىقان ۋە غەلۋىرەك قاتارلىق) لاردا ئىششىقنى ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدىغان ئۇسخىلارنى ئىشلىتىلسە سۇنۇقنى ياشلاپ تېڭىشقا بەلگىلىك ئۈنۈم بېرىدۇ.

(2) خورما، دۇمبە ياغ ۋە كۈنجۈت يېغى لىپى (دۇغى)دىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، خورمىنى ئېزىپ دۇمبە ياغ بىلەن كۈنجۈت لىپىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(3) دۇمبە ياغ چىگىردىكى، پىستە مېغىزى، بادام مېغىزى ۋە چىگىت مېغىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، چىگىردەك بىلەن مېغىزلارنى يۇمشاق ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىسسىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا قېلىن چېپىپ بېرىدۇ.

(4) ئابدىمىلىك مېغىزى بىر ھەسسە، كالا يېغى يېرىم ھەسسە ۋە ھەسەل 1/4 ھەسسە. ئابدىمىلىكنى يۇمشاق ئېزىپ ئېرىتىلگەن كالا يېغى بىلەن ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق پېتى قېلىن چېپىلىدۇ.

(5) سوغۇق مىجەزلىك كىشىلەردە يۇقىرىقى ئۇسخىلارغا سەكبىنەج، جاۋشىر ياكى پارىيى (جەدۋار) ياكى بولمىسا قۇندۇز قەھرىلەرنىڭ بىر خىلى مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

(6) سۈتتە پىشۇرۇلغان شۆمشا، زىغىر لېيى، كۆنجۈت يېغى لېيى ۋە دۇمبە ياغلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىسسىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلىدۇ ياكى يۇقىرىقى تەركىبلەرگە سىركە بىلەن ئۇشەق قوشۇلسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا يۇقىرىقى دورىلارنىڭ بىر نەچچە خىلىنى قاينىتىپ ئىسسىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا بىرەر سائەت قويسىمۇ ۋە ياكى يەرلىك ئورۇننى بىرەر سائەت ۋانىنا قىلىپ (قايناتما ئىسسىق ھالىتىنى ساقلىشى كېرەك) ئۇنىڭدىن كېيىن ياشلاپ تېڭىشقا ئىشلىتىدىغان دورا مەلھەملىرى سۈرتۈلسىمۇ بولىدۇ (مۇشۇنداق قىلغاندا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ).

(7) شۆمشا لۆتابى، زىغىر لۆتابى، ئەگرى سۇناي تۆرۈكى لۆتابى، لادەن، ئۇشەق، ھۆل زۇفا، ئۆردەك يېغى، مۇقەل، بىھروزە، كالا يىلىكى ۋە سەۋسەن يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇلىدىغان دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ سەۋسەن يېغى، ئۆردەك يېغى ۋە كالا يىلىكى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق پېتى قېلىنراق چېپىلىدۇ.

(8) كونا زەيتۇن يېغى 600 م ل، سەۋسەن يېغى 150 م ل، مىئەسائىلە 75 گرام، سېرىق موم 150 گرام، ئىلكولبەتەم 50 گرام، بۇغا يىلىكى 100 گرام. مومنى ياغلاردا ئېرىتىپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ. بۇ ئۇسخىنىڭ تەسىرى كۈچلۈك.

(9) قېتىق ۋە يۇمشاق ئېزىلگەن پىيازدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قېلىن چېپىلىدۇ.

(10) چاۋا ياغ، يىلىك، پىننە، چاۋۇشىر، ئۇشەق، مۇقەللەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ تالقانلىنىدىغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ياغ بىلەن ئىلىككە ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

يۇقىرىقى ئۇسخىلارنىڭ بىرىنى سىرتىدىن چېپىپ ئىچىدىن سېرىق ياغ يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ. يۇقىرىدىكى مەلھەملەرنى قېلىن سۈرتۈپ ئاپتاپقا ياكى ئوتقا بىر مەزگىل قاقلاپ بولغاندىن كېيىن قېلىنراق قىلىپ تېڭىۋېتىلىدۇ. سۇنۇقنى تىرىگۈچى ماددا دوشبەن يۇمشاپ غەيرىي ئۆتۈۋالغان سۆڭەك ئۇچى بوشىغاندا يارىدار يەرلىك ئورۇندا ئاغرىش پەيدا بولغانلىقىنى ھېس قىلىدۇ. بەزى يارىدارلاردا ئاغرىش كۈچىيىشى مۇمكىن. قول بىلەن مىدىرلاتقاندا ياشلانغان سۇنۇقنىڭ قىمىرلىغانلىقى قولغا بىلىنىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل بىر نەچچە كۈندىن بىرەر ھەپتىلەرگىچە قوللىنىلىدۇ. سۇنۇقنىڭ غەيرىي ئۆتقان ئورنى يۇمشىتىلغاندىن كېيىن ئورنىدىن قوزغالغان يېپىق سۇنۇقنى قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈپ تاڭغانغا ئوخشاش ئۇسۇل بىلەن تېڭىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى ئۇسۇللارنى ھەپتە — ئون كۈن ئىشلەتكەندىن كېيىنمۇ يۇمشاش ئەھۋالى

كۆرۈلمىسە دەستكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلىنى قوللىنىپ قېتىۋالغان دوشبەننى ئاجرىتىش ئارقىلىق غەيرىي ئۇتقان سۇنۇقنى سۇندۇرۇپ رۇسلاپ جايىغا كەلتۈرۈلىدۇ ۋە گۆشلەر بىلەن تېرىنى قاتلام بويىچە تىكىپ يېپىق سۇنۇققا ئايلاندۇرغاندىن كېيىن ئوچۇق سۇنۇقنى تىكىش ئۇسۇلى بىلەن تىكىپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ.

ئوچۇق سۇنۇقنىڭ يۇقۇملىنىپ قىزىتما پەيدا بولۇشىغا قارىتا چارە قىلىش

ئوچۇق سۇنۇقنىڭ كۆپچىلىكىدە جاراھەت چاڭ-توزان ۋە نەخلەت چاۋالار بىلەن بۇلغانغانلىقى ئۈچۈن ئاسانلا يىرىڭلاپ قالىدۇ. ھەتتا يىرىڭداش گۆش قاتلىمى بىلەن سۆڭەك يىلىكىگىچە يېتىپ بېرىپ گۆشلەر بىلەن سۆڭەكنى چىرىتىدۇ ۋە قىزىتما پەيدا بولۇپ بىر تەرەپتىن ياربىدارنىڭ ئازابىنى ئېغىرلاشتۇرسا يەنە بىر تەرەپتىن سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشىغا كاشىلا يەتكۈزىدۇ. ئەگەر چارە قىلىش مۇۋاپىق بولمىسا شۇ مۈچە كېسىپ تاشلىنىپ مېيىپ بولۇپ قېلىشى مۇمكىن. ھەتتا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرۈشى مۇمكىن. شۇڭلاشقا ھەرقانداق ئوچۇق سۇنۇق ۋاقتىدا ۋە توغرا بىر تەرەپ قىلىنىشى كېرەك. ئەگەر ياربىدار كېچىكىپ داۋالانغان ياكى داۋالاشقا سەل قاراشتىنمۇ جاراھەت يىرىڭداپ ياربىداردا قىزىتما پەيدا بولسا كېچىكتۈرمەستىن ئۈنۈملۈك چارە قىلىش كېرەك. مۇنداق ئەھۋال كۆرۈلگەندە ياربىدارغا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن غىزالار بېرىلىدۇ. بىراق ياربىدارغا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن غىزالار بېرىلسە سۇنغان ئورۇندىكى ئاغرىشنى كۈچەيتىپلا قالماستىن بەلكى سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىغا كاشىلا قىلىدۇ ياكى ئۇتاشقان سۇنۇق قايتىدىن بۇزۇلۇشى مۇمكىن. شۇنداقتىمۇ يىرىڭداش بىلەن قىزىتمىغا قارىتا ئۈنۈملۈك چارە قىلىشنى كېچىكتۈرمەسلىك كېرەك. يىرىڭلاش تىزگىنلىنىپ قىزىتما پەسەيگەندىن كېيىن بىر تەرەپتىن جاراھەتتە گۆش ئۈندۈرۈپ جاراھەتنى پۈتتۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلسە يەنە بىر تەرەپتىن سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشىنى تېزلىتىدىغان دورىلار بىلەن غىزالار بېرىلىدۇ. ياربىداردىكى قىزىتمىغا چارە قىلىشتا ئالدىنقى قىسىمدىكى يۇقۇملىنىش بابىدا كۆرسىتىلگەن ئۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ياتاق يارىسى

ياتاق يارىسى كۆپىنچە ياشانغانلار بىلەن تېنى ئاجىز ۋە ئورۇق ياشلاردىكى ساقىيىشى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كەتكەن سۇنۇقلار، ئومۇرتقا سۇنۇقىغا قوشۇلۇپ كەلگەن پالەچلەرنىڭ كۈتۈشى ياخشى بولمىغانلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. ياتاق يارىسى پەيدا بولغۇچىلارغا قىلىنىدىغان چارە بىرىنچى قىسىمدا بايان قىلىنغان ياتاق يارىسىغا قىلىنىدىغان چارىلەر بىلەن ئوخشاش.

سۇنۇققا قوشۇلۇپ كەلگەن جىگەر ۋە ئاشقازان-ئۈچەي كېسەللىكىنى

داۋالاش

ئاشقازان بىلەن ئۈچەي ۋە جىگەردىكى ھەزىمنىڭ ياخشى بولۇشى سۇيۇقنىڭ تۇتۇشىدا ئىنتايىن مۇھىم. چۈنكى سۇيۇقنىڭ تۇتۇشىدا ئىنتايىن مۇھىم ھېسابلىنىدىغان ئىچكى مۇھىت — خىلتلار بىلەن سۇيۇقنىڭ تۇتۇشىدا مۇھىم بولغان تىرىگۈچى (دوشبەن) سۇيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇشى، ئويۇشى ۋە ئۇنىڭ قېتىشىدا كەم بولسا بولمايدىغان ماددىلارنىڭ ھەممىسى ئاشقازان بىلەن ئۈچەي ۋە جىگەردىكى ھەزىمگە باغلىق. ئەگەر ئاشقازان-ئۈچەي بىلەن جىگەردىكى ھەزىم ياخشى بولسا سۇيۇقنى تۇتتۇرىدىغان ئىچكى مۇھىت نورمال بولۇپ تىرىگۈچى سۇيۇقلۇق يېتەرلىك مىقداردا ھاسىل بولىدۇ ۋە ئۇ تىرىگۈچى سۇيۇقلۇقنىڭ ئويۇشى بىلەن قېتىش سۈرئىتى تېزرەك بولىدۇ. ئەگەر ئاشقازان-ئۈچەي بىلەن جىگەردىكى ھەزىم ياخشى بولمىسا يۇقىرىقىنىڭ ئەكسى بولىدۇ. شۇڭلاشقا سۇيۇقنى داۋالاش جەريانىدا ئاشقازان-ئۈچەي بىلەن جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش ئىقتىدارىغا ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈپ، ئىشتىھا ياخشى بولماسلىقنى تۈز ئىچىگە ئالغان ھەزىم ياخشى بولماسلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلگەندە دەرھال مۇۋاپىق چارە قىلىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاشقازان-ئۈچەي بىلەن جىگەر كېسەللىكىگە قارىتا ئالاقىدار قىسىملاردا كۆرسىتىلگەن چارىلەردىن باشقا تۆۋەندىكى چارىلەر قىلىنىدۇ:

ئاشقازان-ئۈچەي كېسەللىكىگە قارىتا تازىلاپ پىشۇرۇلغان ئالما 150 گرام، قىزىلگۈل 30 گرام، مەستىكى رۇمى، ئاس يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ)، سۇمبۇل ۋە قارىغاي مېۋىسى ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ۋە قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ پاقا يوپۇرمىقى سۈيى .بىلەن يۇغۇرۇپ ئاشقازان ساھەسىگە سۈرتۈپ بېرىلىدۇ ۋە ئىچىدىن ئىسكەنجەبىل ئىچىشكە ئاددى بېرىلىدۇ ياكى تەركىبىگە كەھرىبا بىلەن بىخ مارجان (شاخ مارجان) لار قوشۇلغان مۇرەككەپ ئىسكەنجەبىل ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەگەر جىگەر خىزمىتى ياخشى بولمىسا ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قىزىلگۈل ۋە بىنەپشە تالقىنىنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام، ئارپا ئۇنى 9 گرام، زەفەر 3 گرام، كافۇر 1.5 گرام ئېلىپ گۈلاب ۋە گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ سىرتىدىن جىگەر ساھەسىگە چېپىپ ئىچىدىن سۇپۇپى رەۋەننى سىركە ئىسكەنجەبىل شەربىتىگە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سۇپۇپى رەۋەننىڭ تەركىبى: رەۋەن چىنى، روناس ھەر بىرىدىن 30 گرام، يۇيۇلغان لوك، تاباشىر ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ سوقۇپ قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۈنىگە 3 گرامدىن سىركە ئىسكەنجەبىل شەربىتى ۋە گۈل ئۇسارىلار بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر بىماردا پۈتۈن بەدەندە ياكى يەرلىك ئورۇندا

ھارارەت بولمىسا مۇنۇ ئۇسخا ئىشلىتىلىدۇ: قىزىلگۈل 15 گرام، سۈنبۇل، مەستىكى، دارچىن، ئاس (ياكى ئامۇت) يوپۇرمىقى ۋە لادەنلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام ئېلىپ سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، لادەننى ئاق لەيلى گۈلى يېغىدا ئېرىتىپ ئۇستىگە تالقانلانغان دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە چاپلىنىدۇ. ئىچىدىن مەئجۇنى مەسرەدىتۇسنى رەۋەن ياكى تەرەنجىبىل بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ (يۇقىرىقى ئۇسخىلار سىناقتىن ئۆتكەن).

ھەرقايسى قىسىمدىكى كۆپ ئۇچرايدىغان سۇنۇقلار ۋە ئۇنىڭ داۋاسى

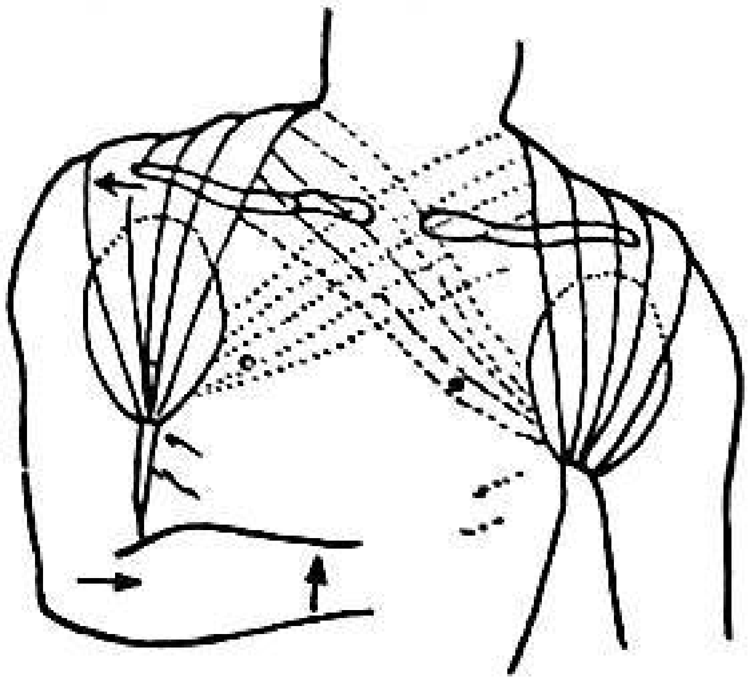
يۇقىرى مۈچە سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى

ئوقرەك سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى

ئوقرەك سۆڭىكى كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا ئالقان ياكى جەينەك، ئۇنىڭدىن قالسا مۈرە بالدۇر يەرگە تېگىش ياكى مۈرىگە بىۋاستە زەربە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. كۆپىنچە ئوقرەك سۆڭىكىنىڭ سىرتقى تەرىپى، ئۇنىڭدىن قالسا ئوتتۇرىسىنىڭ كەسمە سۇنۇقى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. سۇنغان ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ ۋە سۆڭەكنىڭ سۇنغان ئورنى بىلەن سۇنۇقنىڭ ئورنىدىن قوزغالغانلىق ئەھۋالىنى قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى ھەمدە غەيرىي ھەرىكەتنى (يالغان بوغۇمنى) بايقىغىلى بولىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا ئوقرەك سۆڭىكى سۇنغان يارىدارنىڭ بېشى ئوقرەك سۆڭەك سۇنغان تەرەپكە، ئۈزەن ئېڭىكى ساق (سۇنمىغان) تەرەپكە قىيسىيىدۇ. ساق تەرەپ قولى بىلەن سۇنغان تەرەپ جەينىكىنى كۆتۈرۈۋالىدۇ. لېكىن سۇنغان تەرەپ مۈرە پەس، ساق تەرەپ مۈرە ئېگىزرەك تۇيۇلىدۇ.

ئوقرەك سۆڭەك سۇنۇقىنى داۋالاشتا يارىدارنى يۆلەنچۈكى يوق ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزۇپ، تېڭىقچى بىر پۇتىنى ئورۇندۇققا قويۇپ تىزىنى يارىدارنىڭ ئىككى تاغاق ئوتتۇرىسىغا تىرەپ ئالدى تەرەپكە ئىتتىرىدۇ. ئىككى قولنى يارىدارنىڭ ئوڭ ۋە سول مۈرىسىگە قويۇپ ئالدى تەرىپىگە تارتىدۇ ۋە بۇ ھەرىكەتكە بىرلەشتۈرۈپ يارىدار كۆكرىكىنى ئالدىغا چىقىرىشقا ئىلھاملاندۇرۇلىدۇ. مۇشۇ ھەرىكەتلەر توغرا ئېلىپ بېرىلسا ئورنىدىن قوزغىلىپ ئۆتۈشكەن سۆڭەك ئۇچى ئارقىسىغا يانىدۇ ۋە باش بارماق ياردىمى بىلەن سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچىنى ئۇدۇللاشتۇرۇپ ھەملاشتۇرىدۇ ۋە تىزى بىلەن ئىتتىرىپ

مۇرىسىنى ئارقىغا تارتىش مەشغۇلىيتى توختىتىلىدۇ. بەزىدە ئاساسەن تۈدۈللاشىسلا بولدى قىلىسمۇ بولىدۇ. سۇنۇقنىڭ تۈتىشىنى تېزلىتىدىغان سۇركەلمىلەرنى سۇرتكەندىن كېيىن ئىككى قولتۇقىغا قىلىن پاختا قويۇپ كۆكرەكنى ئالدىغا چىقارغان قىياپەتتە بىلەن ئىككى مۇرىنىڭ سىرتقى تەرىپىدىن گىرەلەشتۇرۇپ قوش چەمبەرەك شەكلىدە تېڭىلىدۇ (2 — 2 سۈرەت).



2 — 2 سۈرەت. ئوڭ تەرەپ ئومرەك سۆڭىكى سۇنۇقىنى گىرەلەشتۇرۇپ تېڭىش

سۇنۇق ئۇچىنىڭ قايتا ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن سۇنغان تەرەپ يەلكە گەۋدىگە (كۆكرەككە) يېقىنلاشتۇرۇپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئومرەك سۆڭەكنى تېڭىشتا تارشا ياكى تاختاي قويۇلمايدۇ. سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدىغان سۇركەلمىلەرنى يەرلىك ئورۇندىكى تېرە بىلەن تېڭىق ماتېرىيالىنىڭ سۇنۇق ئۇستىدە تۇرىدىغان قىسمىغىلا قىلىنراق سۇرتۇلسە بولىدۇ. ئىششىق ئېغىر بولمىسا ئىككىنچى قېتىملىق تېڭىق 3 - ياكى 4 - كۈنى تېڭىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېڭىقلار ھەر 4 - 3 كۈندە بىر ئالماشتۇرۇلسا بولىدۇ. ئەگەر تېڭىق بوشاپ كەتسە ۋاقتىدا چىڭىتىپ تېڭىلىدۇ. باللار بىلەن ياشلاردا 25 — 20 كۈندە، ئوتتۇرا ياشلىقلاردا 30 — 25 كۈندە، ياشانغانلاردا 40 — 30 كۈندە سۇنۇق . ئاساسەن ئۈتۈپ بولىدۇ. ئۈتۈپ بولغىچە بولۇپمۇ تىرىگۈچى ماددا قاتقىچە سۇنغان تەرەپنى بېسىپ يېتىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

تاغاق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى

تاغاق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى بىر قەدەر كەمرەك ئۇچرايدۇ. بىراق تاغاق سۆڭەك بوغۇم چاچىكىسى (پوزا سۆڭەك بېشى بىلەن بوغۇم ھاسىل قىلىدىغان قىسمى) بىلەن مۇرە چوقىسى، قىسمەن ئەھۋاللاردا قوش ئۈمشۇقى قىسمىدا سۇنۇق ئۇچرايدۇ. بەزىدە تاغاق سۆڭەك تېنى سۇنۇشى مۇمكىن. كۆپ ھاللاردا كىشىلەر يىقىلغاندا ئالقان ياكى جەينەك بالدۇر يەرگە تەككەندە ياكى بىۋاسىتە زەربە تاغاق سۆڭىكىگە تەسىر قىلىشتىن

سۇنىدۇ. ئورنىدىن قوزغالمايدۇ ياكى ئورنىدىن قوزغىلىش كەم ئۇچرايدۇ. ئاساسىي ئالامىتى ئاغرىش، شۇ تەرەپ مۈچىنى ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىش كۈچىيىش، باسقاندا ئاغرىش ۋە يەرلىك ئورۇن ئىششىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا سۇنۇقنىڭ ئۇتۇشىنى تېزلىتىدىغان سۈركەلمىلەرنى تېرە بىلەن تېڭىق ماتېرىيالنىڭ سۇنغان تاغاق قىسمىغا قېلىنراق سۈرتۈپ سۇنغان تەرەپ قولتۇق بىلەن مۈرىنى ئاساس، ساق تەرەپ مۈرە بىلەن قولتۇق قوشۇمچە قىلىپ تېڭىلىدۇ ياكى سۈركەلمىلەرنى تېرىگە سۈرتكەندىن كېيىن بىر قانچە قەۋەت تېڭىق ماتېرىيالنى سۈركەلمىلەرگە قېنىق مىلەپ سۇنغان ئورنىغا قويۇپ ئۈستىگە بىر قانچە قەۋەت قۇرۇق تېڭىق ماتېرىيالى قويۇپ مۇقىملاشتۇرغاندىن كېيىن شۇ تەرەپ جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر تاغاق بويىنى بىلەن يەلكە چوققىسى سۇنۇپ ئورنىدىن قوزغالغان بولسا سۇنغان تەرەپ جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ ۋە ئازراقلا سىرتقا كېرىپ تۇرغان ھالەتتە جەينەك بوغۇمى يۇقىرىغا ئىتتىرىلسە ئورنىغا چۈشىدۇ. ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىنكى تېڭىش بىلەن تېڭىق ئالماشتۇرۇش ۋە سۇنۇقنىڭ ئۇتۇش ۋاقتى ئوقرەك سۆڭەك سۇنۇقى بىلەن ئاساسەن ئوخشاپ كېتىدۇ. تاغاق سۇنۇقىدا ئەڭ ياخشىسى ساق تەرەپ يېنىنى بېسىپ يېتىشى، سۇنۇق تەرەپ يېنى بىلەن ئوڭدا يېتىشتىن ساقلىنىشى كېرەك.

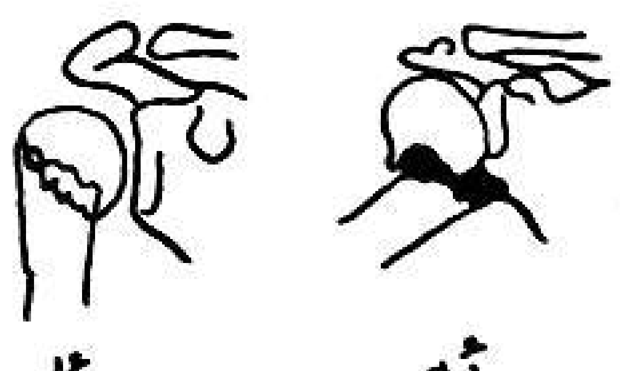
پوزا سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى

پوزا سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى بىرقەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ. پوزا سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى پوزا سۆڭەك بويىنىنىڭ سۇنۇشى، تېنىنىڭ سۇنۇشى ۋە تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشى دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنۈپ كەسمە سۇنۇق شەكلى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. قىيسىق سۇنۇق بىلەن بۆرغىسمان سۇنۇق بىرقەدەر كەمرەك ئۇچرايدۇ. كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا ئالقىنى بىلەن جەينىكى بالدۇر يەرگە تېگىش ياكى زەربىنىڭ بىۋاستە تەسىر كۆرسىتىشىدىن سۇنۇق پەيدا بولىدۇ.

پوزا سۆڭەك بويىنى سۇنۇش

بۇ خىلدىكى سۇنۇقتا پوزىنىڭ ئۈستى بىلەن قولتۇق قىسمى قاتتىق ئاغرىيدۇ. قولتۇق بىلەن پوزا ئىششىيدۇ ۋە كۆكىرىدۇ. شۇ تەرەپ پوزا ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ ۋە

ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىش كۈچىيىدۇ. ئەگەر سۇنغان سۇنۇق ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا سۇنغان تەرەپ ساق تەرەپكە قارىغاندا قىسقىرايدۇ. قولتۇقتىن سۇنغان سۆڭەكنىڭ تۆۋەن ئۇچىنى تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ. بىر قول بىلەن پوزا سۆڭەك بېشىنى تۇتۇپ تۇرۇپ ئىككىنچى قول بىلەن قولتۇق ئاستىدىن پوزا سۆڭەكنىڭ تېنىدىن تۇتۇپ ئىچىگە ۋە سىرتىغا يېنىك تولغىغاندا پوزا سۆڭىكى سۆڭەك تېنىگە ئەگىشىپ ھەرىكەت قىلمىغانلىقى بىلىنىدۇ، بەزىدە پوزا سىرتقا كىرىلگەن تۇسىنى ئالسا بەزىدە ئىچىگە يىغىلغان تۇسىنى ئالىدۇ (2 — 3 سۈرەت).



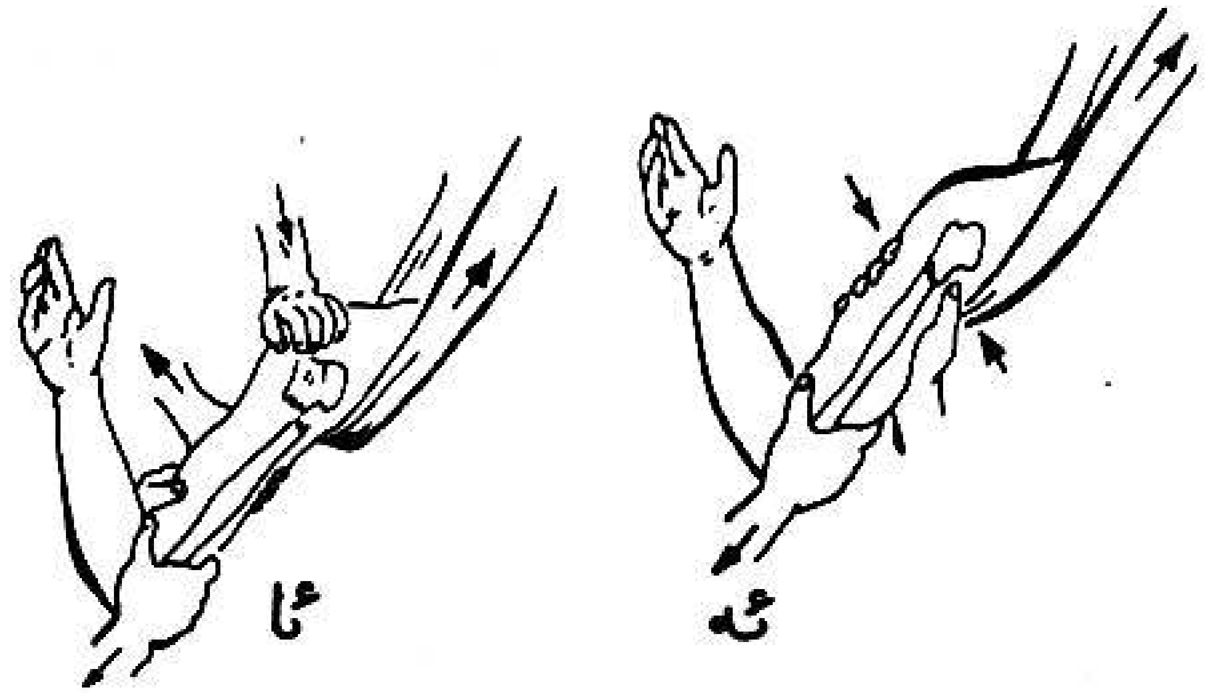
2 — 3 سۈرەت. پوزا سۆڭەك بويىنىنىڭ سۇنىشى.
ئا: سىرتقى كىرىلگەن تىپى
ئە: ئىچىگە يىغىلغان تىپى

بەزىدە يەلكە بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىرگە كېلىدۇ، بەزىدە قولتۇق نېرۋىسى بىلەن قان تومۇرلار زەخىملىنىشى مۇمكىن. بەزىدە زەخىملەنگەن گۆش پارچىسى سۇنۇق ئۇچى ئارىلىقىغا قىستۇرۇلۇۋېلىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش بىلەن سۇنۇقنىڭ تۇتىشىغا كاشىلا قىلىشى مۇمكىن.

داۋالاشتا ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا ياكى ئورنىدىن قوزغالغان بولسىمۇ لېكىن قوزغىلىش بىلەن ئىشىشىش يېنىكرەك بولسا (بۇ خىلنى ئورنىغا چۈشۈرمىسىمۇ بولىدۇ) سۇنغان سۇنۇق دائىرىسىگە سۇنۇقنىڭ تۇتىشىنى تېزلەتكۈچى سۈركەلمىلەرنى سۈرتۈشتىن سىرت تېڭىق ماتېرىيالىنى سۈركەلمىلەرگە مىلاپ قولتۇققا قىلىن پاختا قويۇپ شۇ تەرەپ قولتۇق بىلەن مۈرە ۋە پوزىنى قوشۇپ، كۆكرەك ۋە دۈمبە بىلەن قارشى تەرەپ قولتۇق ئاستىدىن ئايلاندۇرۇپ (قارشى تەرەپ قولتۇققا پاختا قويۇلىدۇ) تېڭىپ بولغاندىن كېيىن پوزا سۆڭىكىنىڭ ئالدى، سىرتى ۋە ئارقا تەرىپىگە ئۇزۇنراق، قولتۇق تەرىپىگە قىسقىراق نېپىز تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ ۋە جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ.

ئەگەر ئورنىدىن قوزغالغان، لېكىن ئىشىشىق ئېغىر بولمىسا ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ: ياريدارنى تارراق چاپىغا (كارىۋاتقا) ئۆڭدىسىغا ياتقۇزۇپ بىرىنچى ياردەمچى ياريدارنىڭ سۇنغان تەرەپ قولتۇقىدىن ئۆتكۈزۈلگەن بەلباغدىن تۇتۇپ ئىچكى يۇقىرىغا قارىتىپ بىر خىل تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. ئىككىنچى ياردەمچى سۇنغان جەينەكتىن تۇتۇپ جەينەكنى ئەككەن ۋە سىرتقا كەرگەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ سىرتقى تۆۋەن تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ.

سۇنۇق ئۇچى ئاجرالغاندىن كېيىن تېگىشقىچى بىر قولى بىلەن سۇنغان تەرەپ پوزا سۆڭىكىنىڭ قولتۇق قىسمىدىن قامالالاپ تۇتۇپ سىرتقى تەرەپكە (تۈزى تۇرغان تەرەپكە) تارتىپ يەنە بىر قولى بىلەن پوزا سۆڭىكىنىڭ تۆۋەن قىسمىدىن قامالالاپ تۇتۇپ ئىچكى تۆۋەن قىسمىغا بېسىپ قولتۇق قىسمىدىكى قولىنىڭ باش بارمىقى بىلەن قالغان 4 بارماقنى ئىشقا سېلىپ باسسا سۇنۇق ئورنىغا چۈشىدۇ (2 — 4 سۈرەت).



2 — 4 سۈرەت پوزا سۆڭەك بويىنىنىڭ ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى

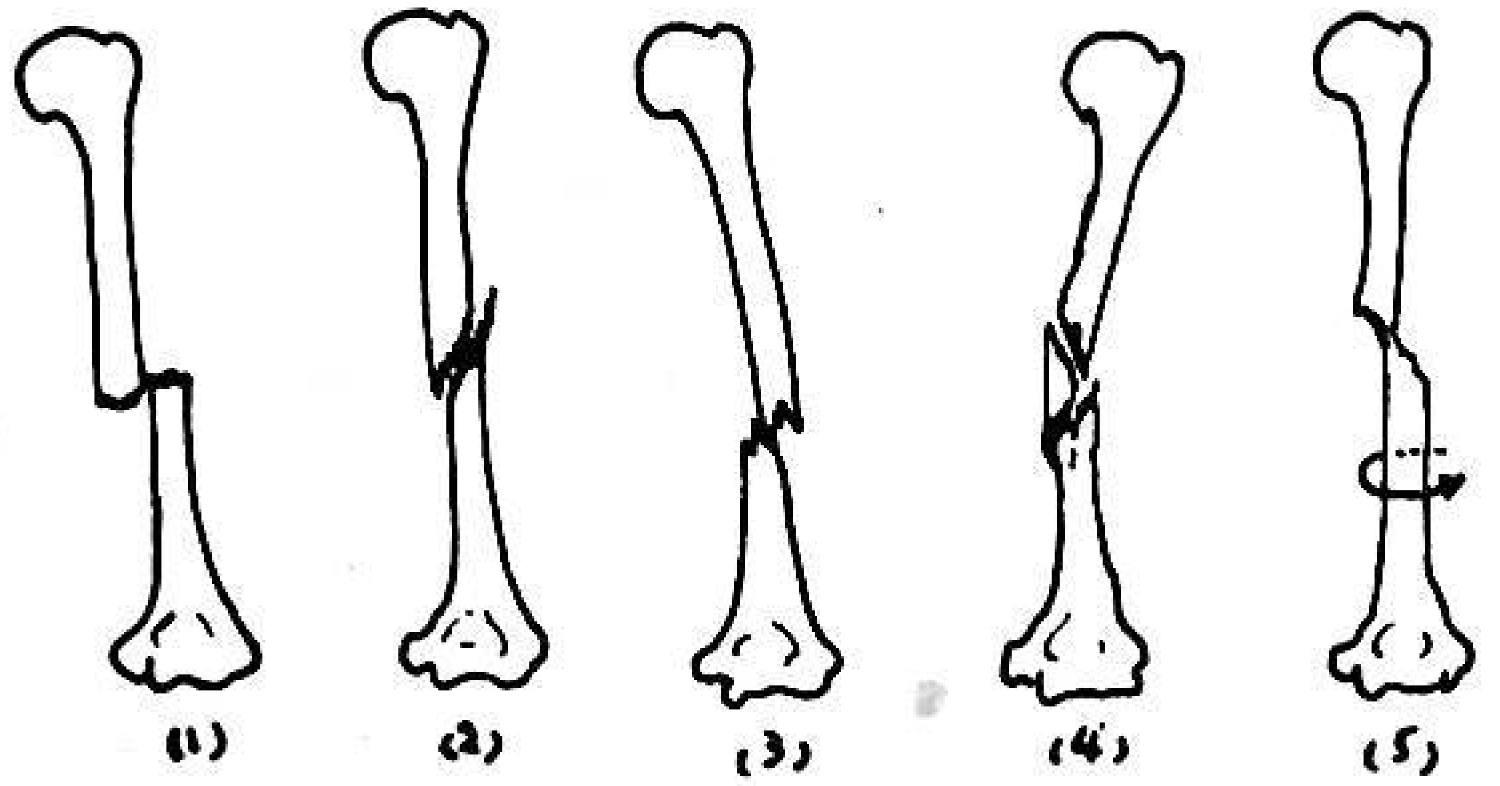
ئا: تارتىش بىلەن بېسىش ئۇسۇلى. ئە: ھىملاشتۇرۇش ئۇسۇلى

ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىنكى تېڭىش ئۇسۇلى ئورنىدىن قوزغالمىغان سۇنۇقنىڭ تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش. پوزا بوغۇمىنىڭ قېتىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن بىرىنچى قېتىملىق تېڭىقنى تېڭىپ ھەپتە ئون كۈنلەردىن كېيىن يەلكە بوغۇمىنى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىشقا بولىدۇ. چۈنكى ئورنىغا چۈشۈرۈلگەندىن كېيىن قايتا ئورنىدىن قوزغىلىش كەم ئۇچرايدۇ. ئەگەر ئىششىق ئېغىرراق بولسا بىر نەچچە كۈن ئىششىقنى ياندۇرىدىغان جىغاتمىلار بىلەن سۈركەلمىلەرنى ئىشلىتىپ ئىششىق ئاساسەن ياندۇرغاندىن كېيىن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. بۇ خىل سۇنۇقتا ئورنىغا چۈشۈرگۈچە ئاغرىش قاتتىقراق بولىدۇ. شۇڭلاشقا تېڭىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتىن بىر سائەت ئىلگىرى مەجۇنى بەرشىشا قاتارلىق ئاغرىقنى توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلاردىن يېتەرلىك مىقداردا ئىچكۈزۈپ بېرىپ بىرەر سائەتتىن كېيىن ئورنىغا چۈشۈرۈش مەشغۇلىيىتى ئېلىپ بېرىلىدۇ.

پوزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى

پوزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى كۆپ ئۇچرايدۇ. ئادەملەر يىقىلغاندا ئالقىنى بالدۇر يەرگە تېگىشتىن ياكى زەربىنىڭ بىۋاستە تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ. سۇنۇقنىڭ شەكلى ھەر خىل بولىدۇ (2 — 5 سۈرەت).

پوزا سۆڭەك تېنى سۇنغاندا سۇنغان ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ، غەيرىي تۇس پەيدا بولىدۇ. ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ. مۈچىنىڭ ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. ئەگەر سۇنۇق

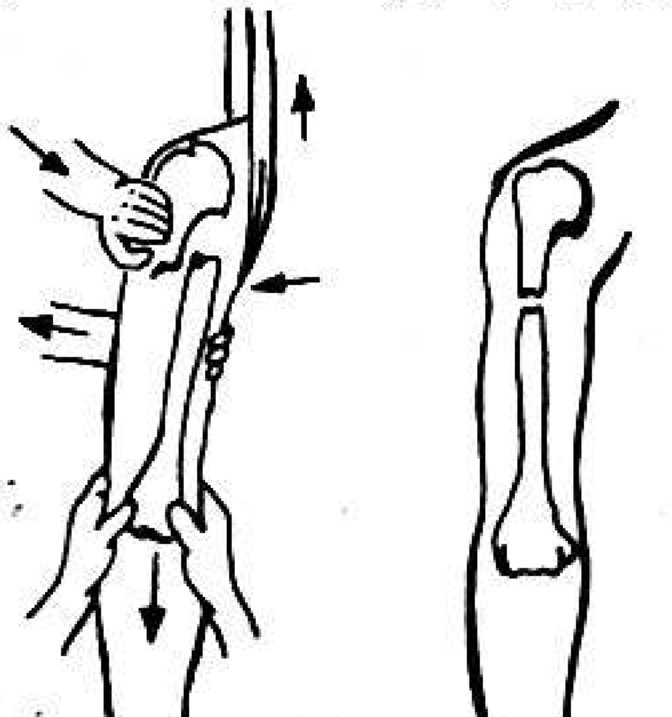


2 — 5 سۈرەت. پۇزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇق شەكىللىرى

1) كەسمە سۇنۇق 2) قىيسىق سۇنۇق 3) چىشلىق قىيسىق سۇنۇق 4) پارچىلانغان سۇنۇق 5) بۇرغىسمان سۇنۇق

ئۇچى ئورنىدىن قوزغالسا پۇزا قىسقىرايدۇ. سۇنۇق تۇپەيلىدىن بىلەك نېرۋىسى زەخىملەنگەن بولسا باش بارماقنى سىرتقا كېرىش بىلەن تۈزلەش كاشىلىغا ئۇچرايدۇ.

پۇزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشىدا ئاسانلا ئورنىدىن قوزغىلىدۇ. ئورنىدىن قوزغالمىغان ياكى ئاساسەن قوزغالمىغان سۇنۇقمۇ ئۇچرايدۇ. سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا ياردەمچى كارىۋاتقا ئولتۇرغۇزۇپ بىرىنچى ياردەمچى بەلۋاغنى سۇنغان تەرەپ قولتۇقتىن ئۆتكۈزۈپ ياردەمچىنىڭ باش تەرىپىگە قارىتىپ تۈز سىزىق بويىچە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. ئىككىنچى ياردەمچى پۇزىنىڭ تۆۋىنىدىن قاماللاپ تۇتۇپ ئۇزى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولنى ئىشقا سېلىپ قولى بىلەن سۇنۇقنىڭ يۇقىرى-تۆۋەن ئۇچى تەرەپتىن تۇتۇپ ئىككى ياندىن ئىتتىرىش، تارتىش، ئالدى-ئارقىدىن بېسىش ۋە كۆتۈرۈش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىش ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرۈدۇ (2 — 6 سۈرەت).

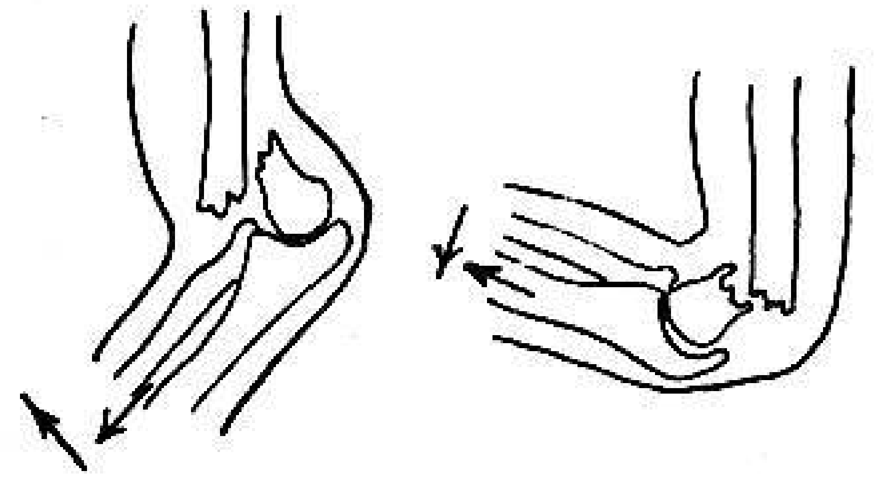


2 — 6 سۈرەت. پۇزا سۆڭەك تېنىنىڭ ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش

ئا: ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى ئە: ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولۇنغان ھالىتى

سۇنغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىنى تېزلىتىدىغان جىڭغاتما بىلەن سۈركەلمىلەرنى سۈرتۈپ قائىدە بويىچە ھۆل تېڭىلىدۇ ۋە پۇزىنىڭ ئالدى، ئارقا ۋە يان تەرەپلىرىگە ئايلاندۇرۇپ تاختايلارنى قويۇپ (كەم

دىگەندە 5 ـ 4 تال) بوغۇچ بىلەن باغلاپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ ۋە بىلەكنى ئېگىپ ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. بىرىنچى قېتىملىق تېڭىق ئالماشتۇرۇش 2 ـ ياكى 3 ـ كۈندىن كېيىن ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېڭىق ھەپتە ئون كۈنگىچە ھەر 2 كۈندە بىر قېتىم ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئىككى ھەپتىلەردىن كېيىن ھەر 4 — 3 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. گۆشلەر تەرەققىي قىلغان كىشىلەردە ئورنىغا چۈشۈرۈلگەن سۇنۇق تېڭىق ئالماشتۇرۇش جەريانىدا سەل ئېھتىياتسىزلىق قىلىنسا ئاسانلا قايتىدىن ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىدۇ. شۇڭلاشقا تېڭىق ئالماشتۇرۇش مەزگىلىدە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. يەلكە بوغۇمى بىلەن جەينەك بوغۇمىنىڭ قېتىۋېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن بالدۇرراق يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىلىدۇ. سۇنۇقنى تېڭىپ بىرەر ئايدىن كېيىن سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئاساسەن ئۇتۇپ بولىدۇ.



2 — 7 سۈرەت. پوزا سۆڭەك تۈۋەن ئۇچىنىڭ سۇنۇشى

پوزا سۆڭىكىنىڭ تۈۋەن ئۇچى سۇنۇش

بۇ خىلدىكى سۇنۇق جەينەك بوغۇمىغا يېقىن بولۇپ كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا ئالقان بولدۇر يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. باللار بىلەن ئۆسمۈرلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. جەينەك قىسمى ئاغرىيدۇ ۋە ئىششىيدۇ. جەينەك بوغۇمى يېرىم ئېگىلگەن ئۇسنى ئېلىپ ھەرىكەتتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. جەينەك بوغۇم ئۈستىدە ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ ۋە سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنى تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ (2 — 7 سۈرەت).

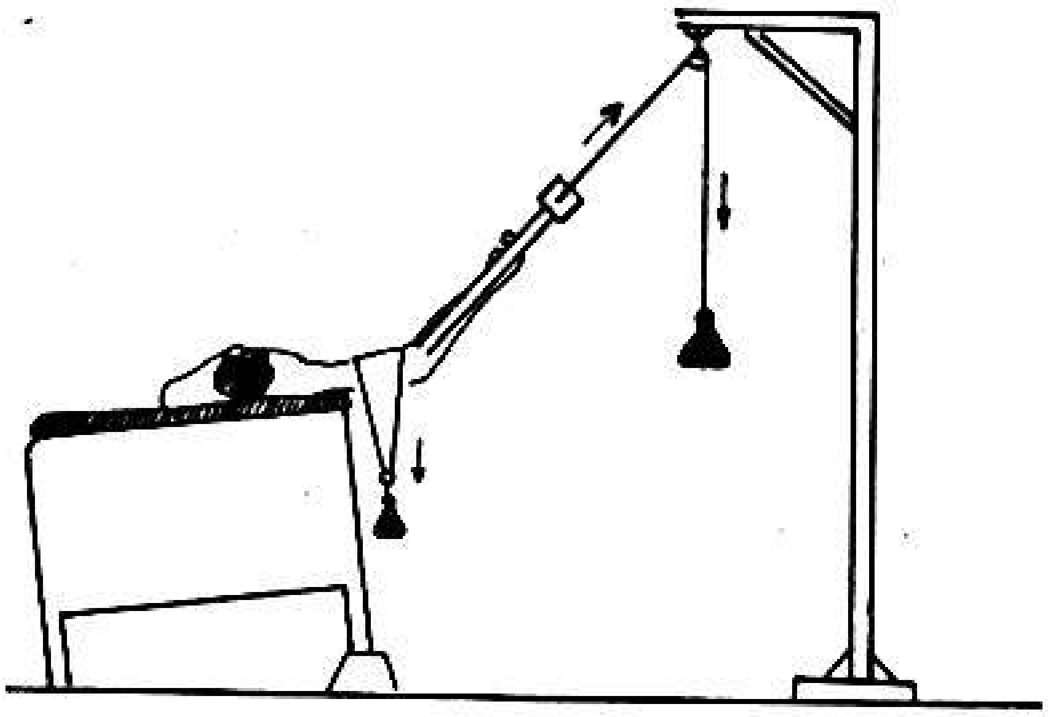
داۋالاشتا ياردەمچىنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ بىلەكنى تۈزلەپ، بىر ياردەمچى پوزىدىن، ئىككىنچى ياردەمچى ياردەمچىنىڭ قولىدىن تۇتۇپ قارىمۇ ـ قارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىپ سۇنۇق ئۇچى ئۆزئارا يىراقلاشتۇرۇلىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولى بىلەن سۇنغان ئورۇننى مىجىپ بېسىش ۋە ئىتتىرىش قاتارلىق مەشغۇلىيەت ئارقىلىق سۇنۇق ئۇچى ئۇدۇللاشتۇرۇلىدۇ. ياردەمچى بىلەكنى ئالدىغا ئەگسە سۇنۇق ئۇچى ئورنىغا چۈشىدۇ (2 — 8 سۈرەت).

بىلەك تومۇرىنىڭ سوقۇشى نورمال بولسا جەينەك بوغۇمىنى ئەككەن ھالىتىدە تۇرغۇزۇپ تېرىگە سۇنۇقنىڭ تۇتىشنى تېزلىتىدىغان سۈركەلمىلەرنى سۈرتۈپ، ئارقىدىن ھۆل تېڭىلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى تەركىبىدە ئۇخۇم ئېقى بىلەن بۇغداي كىراخمالى ۋە باشقا

2 — 8 سۈرەت. يوزا سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىنىڭ سۇنۇقى —
ئا: تارتىش. ئە: باش بارماق بىلەن سۇنۇقنىڭ يىراق ئۇچىنى ئالدىغا
ئىتتىرىش. ب: جەينەك بوغۇمىنى ئېگىش.

سۇنۇقنى ئۇتتۇرغۇچى دورىلار بار سىركەلىمىسى ئىشلىتىش كېرەك. ھۆل تېڭىپ بولغاندىن كېيىن مۇۋاپىق كەڭلىكتىكى قېلىن تارشا گۇگۇتنى سۇغا چىلاپ يۇمشىتىغاندىن كېيىن ئالدى-ئارقا ۋە ئىككى يېنىغا بىر-ئىككى قەۋەت قويۇپ ئۈستىدىن تېڭىق ماتېرىيالى بىلەن تېڭىلىدۇ. بىلەك ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئورنىغا چۈشكەن سۇنۇقنىڭ قايتا ئورنىدىن قوزغىلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن بىرىنچى قېتىملىق تېڭىقتىن ھەپتە ئون كۈندىن كېيىن ئىككىنچى قېتىملىق تېڭىق ئېلىپ بېرىلغىنى ياخشى. ئۇنىڭدىن كېيىن ئەھۋالغا قاراپ ھەر 4 ـ 5 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. بىراق تېڭىق ئالماشتۇرۇش مەشغۇلىيتى بەك سىلىق بولۇشى كېرەك. ئادەتتە 2 ـ 3 ھەپتىلەردىن كېيىن جەينەك بوغۇمىنى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىلىدۇ. بۇ مەزگىلدىكى تېڭىقمۇ جەينەك بوغۇمىنىڭ يېنىك ھەرىكەتكە ماسلىشىشى لازىم. سۇنۇقنى تېڭىپ بىر ئايدىن كېيىن، تاڭماستىن ئىككى ھەپتىگىچە بىلەك ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. لېكىن جەينەك بوغۇمىنى تۈزلەش ۋە ئېگىش ھەرىكەت دائىرىسى بىلەن قېتىم سانىنى تەدرىجى كۆپەيتىشكە بولىدۇ. شۇنداق قىلغاندا جەينەك بوغۇمىنىڭ قېتىپ قېلىشىدىن ساقلانغىلى بولىدۇ. ئەگەر ئىششىق ئېغىرراق بولۇپ سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولسا ياكى داۋالىنىشقا كېچىكىپ كەلگەن بولسا قان تومۇر بىلەن ئەسەب ۋە باشقا يۇمشاق توقۇلمىلار زەخىملىنىپ جەينەك بوغۇم ھەرىكىتى كاشىلىغا ئۇچراشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇقنى زورمۇ زور قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈشكە كۆچىمەستىن ئاۋۋال بىر قانچە كۈن ئىششىق يانغۇچە ئېسىپ تارتىش ئارقىلىق ئۇتتۇشكەن سۇنۇق ئۇچى بىر-بىرىدىن

يىراقلاشتۇرۇپ ئۇدۇللىنىدۇ. بۇنىڭغا قوشۇپ سىرتىدىن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى سۆركەلمىلەر سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ: يارىدارنى ئېسىش كارىۋىتىغا ئۆگدىسىغا ياتقۇزۇپ پۇزنى سىرتقا كېرىپ جەينەك بوغۇمىنى ئۆتتىن بىر ئۈلۈش ئەككەن ھالەتتە كەلتۈرۈپ بېغىشقا 5 ـ 4 لىك كەڭلىكتىكى قېلىنراق لاتا ياكى كۆن ـ خۇرۇمدىن ياسالغان قاپچۇقنى كىيدۈرۈپ قاپچۇقنىڭ ئىككى يان تەرىپىدىكى بوغۇققا مەزمۇتراق كاناپ شوينىنى چىگىپ ئۆتلۈك كەڭلىكتىكى تاختىنىڭ يان تۆشۈكىدىن ئۆتكۈزۈپ چىگىلىدۇ. يەنە بىر تال شوينىنى تاختىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى تۆشۈكتىن ئۆتكۈزۈپ ئاسما غالتىكىدىن ئايلاندۇرۇپ ساڭگىلىتىلىدۇ ۋە



2 — 9 سۈرەت. پۇزا سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىنىڭ سۇنىشىنى

تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش

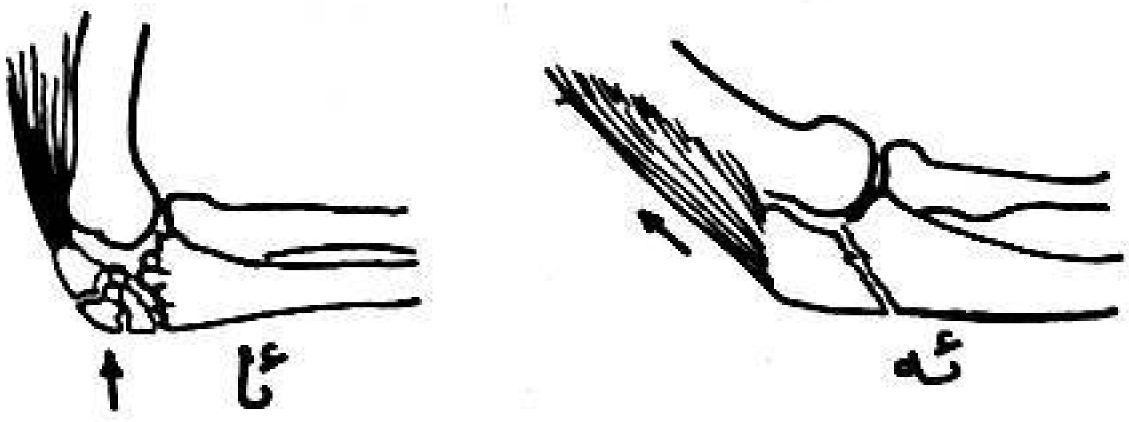
پۇزا سۆڭەك تۆۋەن قىسمىغا يارىدارنىڭ يېشى ۋە گۆشىنىڭ تەرەققىي قىلىشىغا قاراپ ئۈچ يېرىم جىڭدىن 7 جىڭغىچە، بېغىشتىن تارتىلغان شوينىغا ئىككى جىڭدىن ئۆت جىڭ ئېغىرلىقتىكى تاش ئېسىلىدۇ (2 — 9 سۈرەت).

ئىششىق ئاساسەن يېنىش بىلەن بىرگە ئۆتۈشكەن سۆڭەكلەر ئاجراپ ئۇدۇللاشقاندىن كېيىن ئاسقان ئېغىرلىقنى ئېلىۋېتىپ، بىلەكنى تارتقان ھالەتتە تۇرغۇزۇپ تېگىچى قولى بىلەن سۇنۇق ئۇچىنى بىر ـ بىرى بىلەن ھىملاشتۇرىدۇ. ياردەمچى جەينەك بوغۇمىنى يېرىم ئېگىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېڭىش، تېڭىق ئالماشتۇرۇش ۋە تېڭىقنى ئېلىۋېتىپ جەينەك بوغۇم ھەرىكىتىنى مەشىق قىلىپ بېرىش پۇزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى بىلەن ئوخشاش بولىدۇ.

بىلەك سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى

(1) بىلەك سۆڭەك قوش ئۆمشىقى ئۆسۈكىنىڭ سۇنۇشى

بۇ خىل سۇنۇق كۆپ ئۇچرايدۇ. كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا جەينەك بالدۇر يەرگە



2 — 10 سۈرەت. جەينەك سۆڭەك قۇش ئۇمشىقى ئۇسكىنىڭ سۇنۇشى

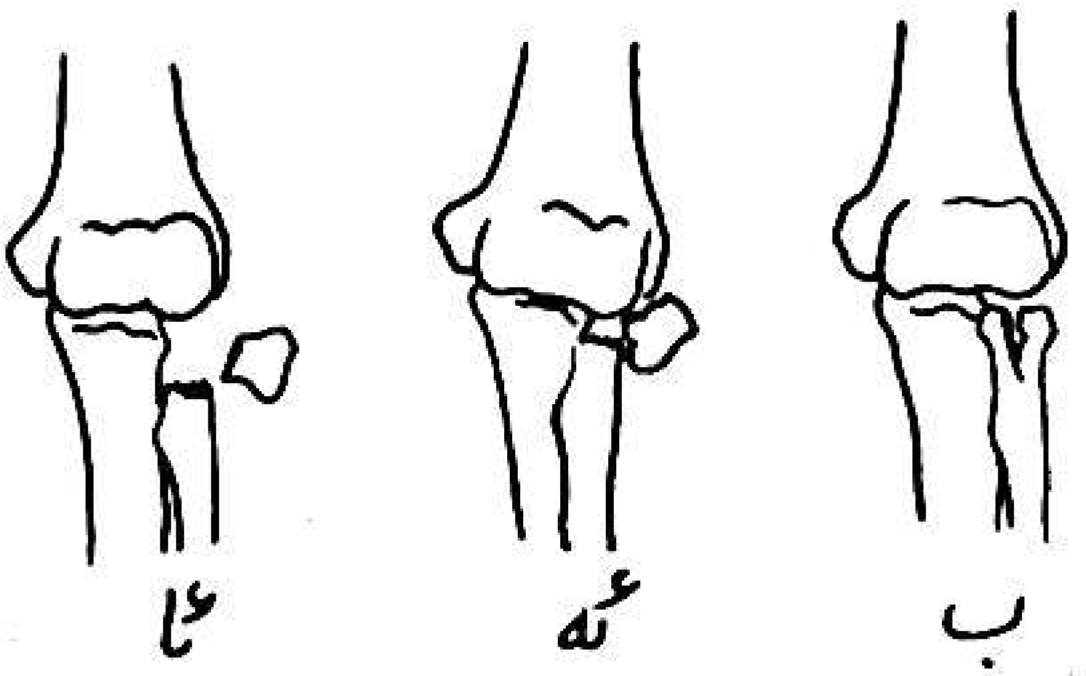
ئا: پارچىلانغان سۇنۇق. ئە: كەسمە قىيسىق سۇنۇق

تېڭىشىدىن پەيدا بولىدۇ. كەسمە سۇنۇق شەكلى بىلەن پارچىلانغان سۇنۇق شەكلى بىرقەدەر كۆپرەك ئۇچرايدۇ (2 — 10 سۈرەت).

كۆپ ھاللاردا جەينەك بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىرگە كېلىدۇ. مۇھىم ئالامىتى: جەينەك بوغۇم دائىرىسى ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ، تېرە كۆكىرىدۇ. جەينەك بوغۇمى يېرىم ئېگىلگەن ئۇسىنى ئېلىپ ئۆزلۈكىدىن تۈزلىيەلمەيدۇ. ئاجرالغان سۆڭەك پارچىسى بىلەن ئىككى سۇنۇق ئۇچى ئارىلىقىدىكى بوشلۇقنى قول بىلەن سىلاپ بىلگىلى بولىدۇ. جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ تۈزلىگەندە ۋە ھەرىكەتلەندۈرگەندە قۇش ئۇمشىقى ئۇسۈكى بىلەك سۆڭىكىنىڭ ھەرىكىتىگە ئەگىشىپ ھەرىكەتلەنمەيدۇ. سۇنغان سۇنۇق ئۇچلىرى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا جەينەك بوغۇمىنى تۈزلەپ بارماق بىلەن سۇنغان سۆڭەك پارچىسىنى تۆۋەنگە قارىتىپ ئىتتىرىپ بىلەك سۆڭىكى ئېنىغا يېقىنلاشتۇرۇلىدۇ ۋە بىلەك بوغۇمىنى تۈزلىگەن ھالەتتە ئۇرغۇزۇپ قائىدە بويىچە ھۆل تېڭىلىدۇ (ئورنىدىن قوزغالمىغانلاردىمۇ جەينەك بوغۇمى تۈز قىلىپ تېڭىلىدۇ). ئەگەر ئىششىق ئېغىر بولسا بوغۇم خالتىسىغا نەشتەر سانجىپ بوغۇم بوشلۇقىدىكى زەرداب بىلەن قان چىقىرىلغاندىن كېيىن ئاندىن تېڭىلىدۇ (ھازىرقى زامان شپىرىس يىڭنىسى بىلەن تارتىپ چىقارغان ياخشى). ئىششىق بولسا ئاۋۋال ئىششىقنى ياندۇرغۇچى سۈركەلمىلەر ئىشلىتىلىدۇ. بۇ مەزگىلدە ئەھۋالغا قاراپ كۈنىگە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئىششىق ياندىغاندىن كېيىن ياكى ئىششىق يوقلاردا تېڭىپ 2-ياكى 3-كۈنى تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھەر 3-2 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ھەر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرغاندا جەينەك بوغۇمىنىڭ تۈز ھالىتىگە كاپالەتلىك قىلىش كېرەك. ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلاردا تېڭىپ 3 ھەپتىلەردىن كېيىن، چوڭلاردا 4 ھەپتىدىن كېيىن جەينەك بوغۇمىنىڭ يېنىك ھەرىكىتى (ئېگىش بىلەن تۈزلەش) ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بوغۇم قېتىۋالغان بولسا 4-5 ھەپتىلەردىن كېيىن بوغۇمنى يۇمشاتقۇچى سۈركەلمىلەرنى ئىشلىتىش بىلەن جەينەك بوغۇمىنى ھەرىكەتلەندۈرۈش ئۆزئارا بىرلەشتۈرۈلىدۇ.

(2) يان بىلەك سۆڭەك بېشىنىڭ سۇنۇشى

بۇ خىل سۇنۇق چوڭلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. كۆپ ھاللاردا يىقىلغاندا ئالقان يەرگە

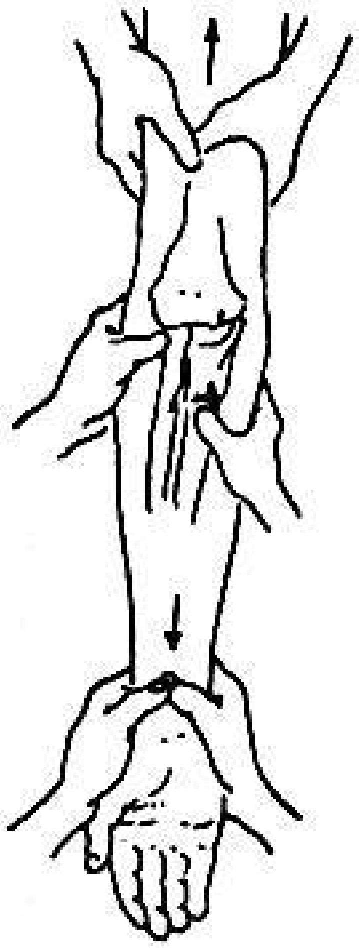


2 — 11 سۈرەت. يان بلەك بېشىنىڭ سۇنۇشى

ئا: ئورنىدىن قوزغالغان كەسمە سۇنۇق. ئە: ئورنىدىن قوزغىلىپ تولغاشقان قىيسىق سۇنۇق ب: چاك كەتكەن سۇنۇق

تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. جەينەك بوغۇمىنىڭ سىرتقى تەرىپى ئاغرىيدۇ ۋە جەينەك بوغۇم ئىششىيدۇ. بىلەك ئوخشىمىغان دەرىجىدە تولغىشىپ قالىدۇ ۋە جەينەك بوغۇمىنىڭ ھەرىكىتى كاشىلىغا ئۇچرايدۇ. بىلەكنى تولغىغاندا يان بىلەك سۆڭەك بېشى يان بىلەك سۆڭىكىنىڭ ھەرىكىتىگە ئەگىشىپ بىرگە ھەرىكەتلىنەلمەيدۇ (2 — 11 سۈرەت).

داۋالاشتا ئىككى ياردەمچى بىلەك بىلەن پوزىدىن تۇتۇپ قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. تېڭىقچى بارماقلىرى بىلەن جەينەك بوغۇمىنىڭ تۆۋىنىدىن تۇتۇپ باش بارمىقىنى جەينەك بوغۇمىنىڭ سىرتىغا قويۇپ، سۇنغان يان بىلەك بېشىنى ئاۋۋال ئىچىگە ئاندىن كېيىن ئارقا تەرەپكە ئىتترىپ ئورنىغا كەلتۈرگەندىن كېيىن باش بارماق بىلەن يان بىلەك سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇق ئۇچىنى ئارقىغا باسسا ئىككى سۇنۇق ئۇچى ئۇدۇللىشىپ ئورنىغا چۈشىدۇ (2 — 12 سۈرەت).



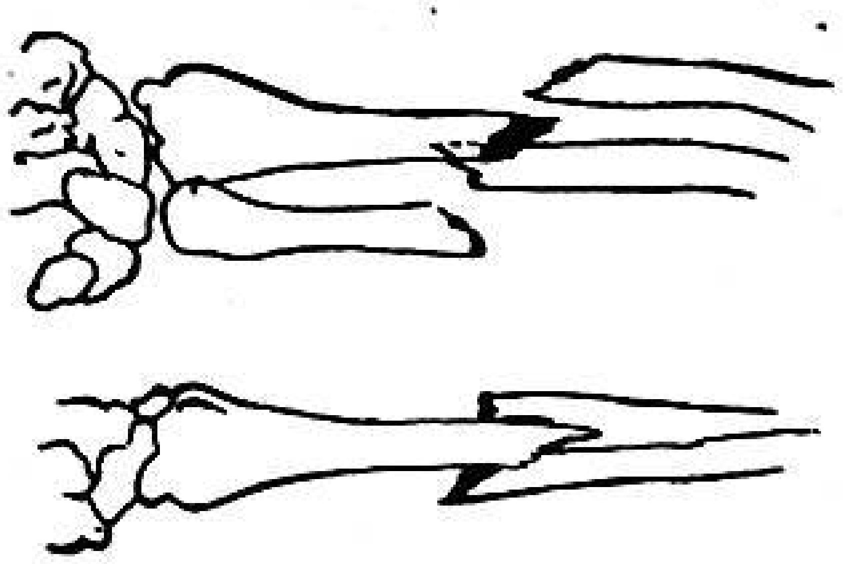
2 — 12 سۈرەت يان بىلەك سۆڭەك بېشى سۇنىشىنى ئورنىغا چۈشۈرۈش

سۇنۇقنى ئورنىغا كەلتۈرۈپ بولغاندىن كېيىن جەينەك بوغۇمنى ئەككەن ھالىتىدە تۇرغۇزۇپ ھۆل تېڭىلىدۇ ۋە بىلەك ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. بىرىنچى قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇش ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىپ 3-2-كۈنى، ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېڭىق ئالماشتۇرۇش ھەر 3-4 كۈندە بىر قېتىم، جەمئىي 3 ھەپتە تېڭىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تېڭىشقا بىرلەشتۈرۈپ جەينەك بوغۇمى ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىلىدۇ.

(3) بىلەك سۆڭەكلىرى تېنىنىڭ سۇنۇشى

بۇ، بىلەك سۆڭىكى بىلەن يان بىلەك سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى كۆزدە تۇتۇلۇپ بەزىدە بىرسىلا سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە ھەر ئىككى سۆڭەك سۇنۇشى مۇمكىن، بەزىدە بىر تال سۆڭەكنىڭ بىرلا قىسمى سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە بىرقانچە يەرىدىن سۇنۇشى مۇمكىن. سۇنغان سۇنۇق بەزىدە كەسمە سۇنۇق، بەزىدە قىيسىق سۇنۇق، بەزىدە بۇرغىسىمان سۇنۇق، بەزىدە

پارچىلانغان سۇنۇق ۋە بەزىدە ئارىلاشما سۇنۇق شەكلىدە ئۇچرايدۇ. كۆپ ھاللاردا ئورنىدىن قوزغىلىدۇ. قىسمەن ئەھۋاللاردا ئورنىدىن قوزغالمايدۇ. بىلەك سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى كۆپ ھاللاردا بىۋاسىتە زەربە تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ (13 — 2 سۈرەت).



13 — 2 سۈرەت. بىلەك سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى

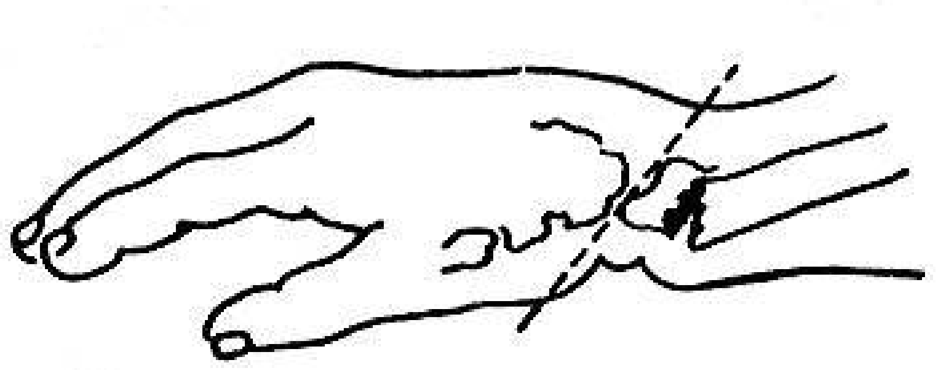
سۇنغان ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىدۇ. تىرە كۆكىرىشى مۇمكىن. غەيرىلىك پەيدا بولىدۇ. بولۇپمۇ ھەر ئىككى سۆڭەك سۇنغاندا غەيرىلىك تېخىمۇ روشەن بولۇش بىلەن بىرگە ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ.

ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا ھۆل تېڭىلىدۇ. بىرلا سۆڭەك سۇنغان بولسا ھۆل تېڭىق ئۈستىدىن سۇنغان سۆڭەك تەرەپنىڭ يېنى بىلەن ئالدى ۋە ئارقا تەرىپىگە ئۆز لايىقىدا تارىشا ياكى تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ. ھەر ئىككى تال سۆڭەك سۇنۇپ ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا ھۆل تېڭىقتىن كېيىن بىلەكنىڭ ئالدى، ئارقا ۋە ئىككى يانلىرىغا ئۆز لايىقىدا تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ ۋە بىلەك ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىلىدۇ. ئەگەر ئورنىدىن قوزغالغان بولسا بىر ياردەمچى جەينەكتىن، يەنە بىر ياردەمچى بېغىشتىن تۇتۇپ قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تارتىدۇ. تېڭىقچى سۇنۇقنىڭ شەكلى بىلەن تۈرى ۋە ئورنىدىن قوزغىلىش ئەھۋالىغا ئاساسەن ئىككى قول بارماقلىرىنى ئىشقا سېلىپ ئۈستىدىن بېسىش، ئاستىدىن كۆتۈرۈش ۋە ياندىن ئىتتىرىش قاتارلىق مەشغۇلىيەت ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرۈپ يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن ھۆل تاڭىدۇ. ئىششىق ئېغىر بولسا ئىششىق يانغۇچە 2ـ3 كۈن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن كۈنىگە بىر قېتىم تېڭىلىدۇ. ئىششىق يانغاندىن كېيىن سۇنۇقنى تۇتاشتۇرغۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن 3ـ4 كۈندە بىر قېتىم تېڭىپ بېرىلىدۇ. بىلەك سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى بالىلار بىلەن ياشلاردا 3ـ4 ھەپتە، چوڭلاردا 4ـ5 ھەپتە تېڭىلسا بولىدۇ. تېڭىقلىق مەزگىلدە جەينەك بوغۇم بىلەن بېغىش بوغۇمى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىلىدۇ.

(4) يان بىلەك سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشى

يان بىلەك سۆڭەك بېغىشتىن 2ـ3 لىك يۇقىرىسىدىكى سۇنۇش كۆپرەك ئۇچرايدۇ (ھازىرقى زامان سۇنۇقچىلىقىدا كوللىس سۇنۇقى دەپ ئاتىلىدۇ). بۇ خىل سۇنۇق كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا ئالقان ئالدى بىلەن يەرگە تېگىشىشتىن پەيدا بولىدۇ. كەسمە سۇنۇق بىلەن پاتقان سۇنۇق شەكلى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. پارچىلانغان سۇنۇق شەكلى كەمرەك

ئۇچرايدۇ. لېكىن ئۆرنىغا چۈشۈرۈش تەسرەك بولىدۇ. كەسمە سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرگەندىن كېيىن ئاسانلىقچە ئورنىدىن قايتا قوزغالمايدۇ (2 — 14 سۈرەت).



2 — 14 سۈرەت. يان بىلەك سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىنىڭ سۇنۇقى

يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ، بەزىدە ئىششىشى مۇمكىن، بىغىش بىلەن بارماقلارنىڭ ھەرىكىتى ئەپسىزلىنىدۇ ياكى كاشىلىغا ئۇچرايدۇ. بىغىشنىڭ دۈمبە تەرىپى بىلەن ئالقان تەرىپى تومپىيىپ چىقىش، كېڭىيىش، قول يان بىلەك سۆڭىكى تەرەپكە قىيسىيىشتەك غەيرىلىك پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل غەيرىلىكنىڭ ئېغىر-يېنىكلىك دەرىجىسى سۇنۇقنىڭ تۈرى، شەكلى ۋە دەرىجىسىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ غەيرىلىك دەرىجىسىدە پەرقلەر بولىدۇ.

ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا سۇنۇقنىڭ ئۇتتىشىنى تېزلىتىدىغان سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تېڭىپ بىلەكنىڭ دۈمبە ۋە ئالقان تەرىپىگە قىسقا ۋە نېپىزرەك تاختا ياكى تارشا قويۇپ ئۈستىدىن تار داكا بىلەن 1 ـ 2 ھەپتە مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ. ھەر 2 ـ 3 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر سۇنغان سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ ئۆزئارا كىرىششى (پاتقان سۇنۇق) ئېغىرراق بولسا قول قىسمى بىلەن بىلەكنى قارمۇ-قارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىپ كىرىشكەن قىسمىنى مۇۋاپىق ئاجراتقاندىن كېيىن تېڭىقچى قول بارماقلىرىنى ئىشقا سېلىپ سۇنغان سۆڭەك ئۇچلىرىنى ئۇدۇللاشتۇرىدۇ. ئەگەر سۇنغان سۆڭەك ئۇچلىرى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن قارمۇ-قارشى تەرەپكە تارتىپ ئۆتتۈشكەن سۆڭەك ئۇچلىرىنى ئاجراتقاندىن كېيىن تېڭىقچى ئىتتىرىش، بېسىش ۋە كۆتۈرۈش قاتارلىق مەشغۇلىيەت بىلەن سۇنۇق ئۇچىنى ئۇدۇللاشتۇرۇپ ئورنىغا چۈشۈرىدۇ. سۇنغان ئورۇندىكى غەيرىلىكنىڭ تۈزىلىشى ئورنىغا چۈشكەنلىكنىڭ ئۆلچىمى قىلىنىدۇ ۋە بىغىش بوغۇمىنى ئازراق ئەگكەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ بىلەكنىڭ تۆۋەن قىسمى بىلەن ئالقىنىنى قوشۇپ ھۆل تېڭىلىدۇ. ھۆل تېڭىقنىڭ ئۈستىدىن بىلەكنىڭ تۆۋىنىدىن بىغىش بوغۇمىغىچە ئالدى، ئارقا ۋە يان بىلەك سۆڭەك تەرەپكە قىسقا ۋە نېپىزرەك ھەم تارراق تاختا قويۇپ ئۈستىدىن داكا بىلەن تېڭىلىدۇ. تېڭىپ ئىككى ياكى ئۈچ كۈندىن كېيىن تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئەھۋالغا قاراپ ھەر 3 ـ 4 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. 4 ـ 5 ھەپتىدىن كېيىن بىغىش بوغۇمىنى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىلىدۇ.

(5) قول بىغىشى، پەنجە ۋە بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى

قول بېغىشىدىكى ئۇششاق سۆڭەكلەر كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا ئالقان بالدۇر يەرگە تېگىشىدىن سۇنىدۇ. بىراق بۇ خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدىغان سۇنۇق باشقا سۇنۇقلارغا قارىغاندا كەم ئۇچرايدۇ. پەنجە سۆڭەكلىرى بىلەن بارماق سۆڭەكلىرى كۆپىنچە قاتتىق ئۇرۇلۇش ياكى بېسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ.

قول بېغىش سۆڭەكلىرى بىلەن پەنجە ۋە بارماق سۆڭەكلىرى سۇنغاندا باشقا سۇنۇقلارغا ئوخشاش ئاغرىش، ئىششىش، ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراش ۋە ئوخشىمىغان دەرىجىدە غەيرىلىك پەيدا بولۇشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. پەنجە ۋە بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ دۈمبە تەرىپىنى ئوراپ تۇرغان گۆشلەر قېلىن بولمىغانلىقى ئۈچۈن سۇنۇقنى قول بىلەن سىلاپ پەرقلەندۈرۈش بىر قەدەر ئاسانراق.

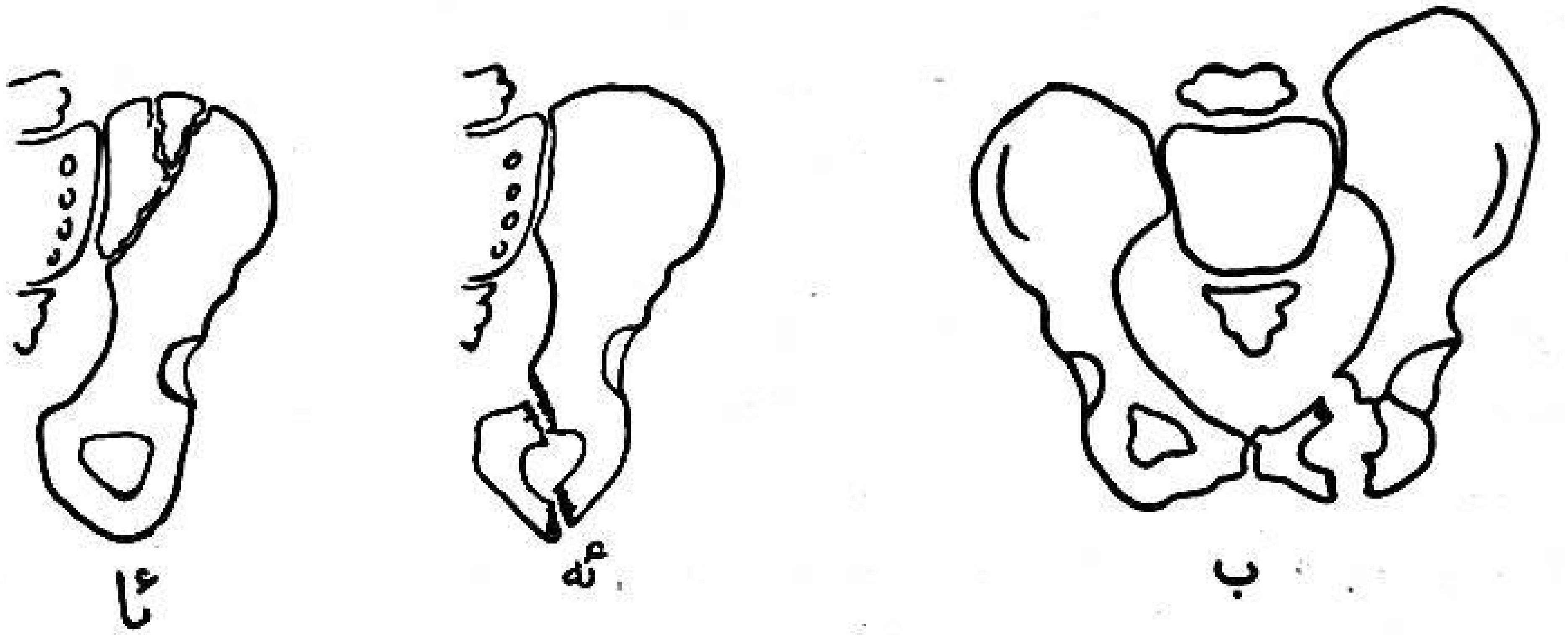
داۋالاشتا ئورنىدىن قوزغالغان بولسا تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. ئىششىق ئېغىر بولمىغان يېپىق سۇنۇقلارنى (ئورنىغا چۈشۈرۈلگەن سۇنۇقنىمۇ تېز ئىچىگە ئالىدۇ) ئالقان بىلەن بارماقلارغا قېلىنراق تېڭىق ماتېرىيالى قويۇلۇپ ئوتتۇرىھال قاماللىغان قىياپەتتە ئېگىپ، سۇنۇق بار دائىرىگە سۇنۇقنىڭ ئۇتتىشىنى تېزلەتكۈچى سۈركەلمىلەرنى سۈرتۈپ، ئالقان تەرەپكە قېلىنراق تېڭىق ماتېرىيالىنى قاماللىتىپ ئۈستىدىن ھۆل تېڭىق ئۇسۇلى بىلەن تېڭىپ بىلەك ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىلىدۇ ۋە كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. 2 ـ 3 ھەپتە تاڭغاندىن كېيىن تېڭىقنى ئېلىۋېتىپ بوغۇملارنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. ئەگەر ئىششىق ئېغىرراق بولسا بىر نەچچە كۈن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى سۈركەلمىلەردىن سۈركەپ ئىششىق ياندۇرغاندىن كېيىن سۇنۇقنى ئۇتقۇزۇشنى تېزلىتىدىغان سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تېڭىلىدۇ. ئەگەر توقۇلمىلار زەخمىلەنگەن ياكى ئۆتكۈر تىغ بىلەن كېسىلگەن بولسا جاراھەتنى قائىدە بويىچە تازىلاپ، كېسىلگەن تېرىنى تىكىپ ئوچۇق سۇنۇقنى بىر تەرەپ قىلىش پرىنسىپى بويىچە داۋالىنىدۇ.

ئۈۋەن مۇچە سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى

داس سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى

داس سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى كۆپىنچە يىقىلىش، ئۇرۇلۇش، بېسىلىش ياكى

قىسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. زەربىنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ بەزىدە داس سۆڭىكىنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەكلەرنىڭ بىرەرسىلا سۇنۇپ داسنىڭ شەكلى بىلەن داس بوشلۇقى ئىچىگە جايلاشقان ئەزالارغا زەخىم يەتمەسلىكى مۇمكىن. بەزىدە داسنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەكلەردىن ئىككىدىن ئارتۇق سۆڭەك سۇنۇپ داسنىڭ نورمال شەكلىنى ئۆزگەرتىۋېتىشى مۇمكىن. ھەتتا بەزىدە داس بوشلۇقىغا جايلاشقان ئەزا-توقۇلمىلار زەخىملىنىشى مۇمكىن. يەنە بەزىدە سۇنۇق بىلەن چىقىق ياكى ئاجراش بىرگە كېلىدىغان ئەھۋاللارمۇ بولىدۇ (2 — 15 سۈرەت).



2 — 15 سۈرەت. داس سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى

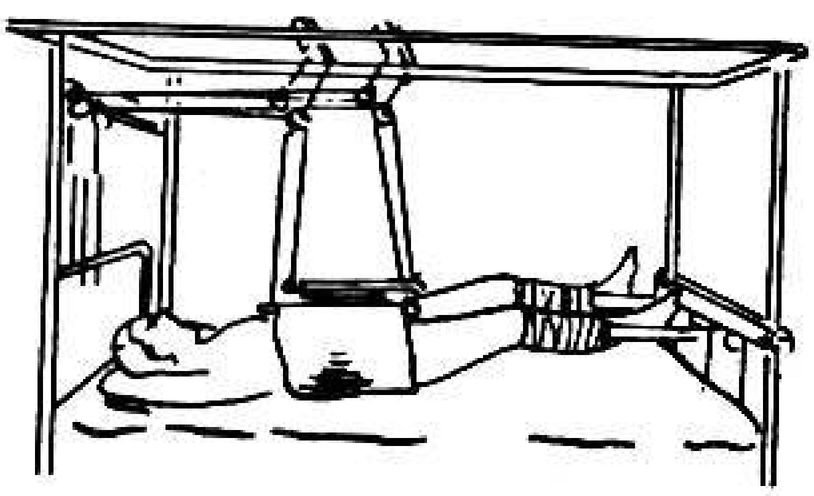
ئا: يانپاش سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى ئە: دۈمسۈن سۆڭىكى بىلەن ئولتۇرغۇچ سۆڭەك شېخىنىڭ سۇنۇشى ب: دۈمسۈن سۆڭىكى بىلەن ئولتۇرغۇچ سۆڭەك شېخىنىڭ سۇنۇشىغا ئوغرا-يانپاش بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىرگە كېلىشى

داس سۆڭىكى سۇنغاندا ئىپادىلىنىدىغان ئالامەتلەر سۇنۇقنىڭ ئورنى، شەكلى، دەرىجىسى ۋە ئۇنىڭ داس شەكلىگە تەسىر يەتكۈزگەن-يەتكۈزمىگەنلىكى ۋە سۇنۇق بىلەن چىقىقنىڭ بىرگە كەلگەن-كەلمىگەنلىكى، شۇنداقلا قان تومۇرلارنى ئۆز ئىچىگە ئالغان يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ بىرگە زەخىملەنگەن ياكى زەخىملەنمىگەنلىكى قاتارلىق ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك. ئەگەر سۇنۇق ئېغىرراق بولۇش بىلەن بىرگە بوغۇملارنىڭ چىقىقى ياكى ئاجراپ كېتىشى بىرگە كەلسە ياكى بولمىسا يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخىملىنىشى بىرگە كەلسە يەرلىك ئالامەتلەردىن باشقا پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەردىن سەدەمە (شوك) خېلى كۆپ ئۇچرايدۇ.

يەرلىك ئالامەتلەردىن سۇنغان ياكى بوغۇم ئاجرىغان بولسا شۇ ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئاغرىش دائىرىسى كەڭرەك بولسىمۇ لېكىن سۇنغان (چىققان، ئاجرالغان) ئورۇندىكى ئاغرىش روشەنرەك بولىدۇ. ئۇخلىسىغا جىم ياتسا ئاغرىش يېنىكلىشىدۇ. ئولتۇرسا ياكى سۇنغان تەرەپ ئۆۋەن مۈچىنى ھەرىكەتلەندۈرسە ئاغرىش كۈچىيىدۇ. شۇڭا ياردارلار سۇنغان (چىققان ياكى

ئاجرىغان) تەرەپ تۆۋەن مۈچىسىنى ئىختىيارىچە مىدىرلىتالمايدۇ. ئاغرىش ئورنىنى ئېنىقلاش ئۈچۈن تېگىچى ئىككى قولىنى يانپاش سۆڭىكىنىڭ ئۇچ ۋە سول قانات قىرىغا قويۇپ داسنى ئىچىگە قىسىش ۋە سىرتىغا كېرىش ئۇسۇلى بىلەن تەكشۈرۈلسە ياردىمى بولىدۇ. سۇنغان ياكى چىققان (ئاجرىغان) ئورۇننى باسسا ئاغرىش كۈچىيىدۇ. يانپاش سۆڭىكى بىلەن دۈمسۈن سۆڭىكى سۇنۇقىدا توغۇر بىلەن دۈمسۈن قىسمىدا ئىششىش ئېنىقراق بولىدۇ. ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئەتراپىدىكى گۆشلەر بىرقەدەر كۆپرەك بولغانلىقى ئۈچۈن ئىششىش ئانچە روشەن بولماسلىقى مۇمكىن. دۈمسۈن سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى بىلەن ئاجرىلىشىنى قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ. باشقا ئورۇنلارنىڭ سۇنۇقىدىكى غەيرىلىك ئانچە روشەن بولمايدۇ.

داۋالاشتا ئەگەر سۇنغان سۆڭەك ئۇچلىرى ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا ياردارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ كەڭ ماتا بىلەن ھۆل تېڭىلىدۇ. تېڭىق ئەھۋالىغا قاراپ 3 ـ 4 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. 4 ـ 5 ھەپتىلەردىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ يېنىك ھەرىكەتلىنىپ بېرىشكە بولىدۇ.



16 — 2 سۈرەت. داس سۆڭىكىنىڭ ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقىنى بۆلەنچۈك ئۇسۇلى بويىچە ئېسىش بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش

ئەگەر سۇنغان سۇنۇق ئورنىدىن قوزغالغان ۋە بوغۇملار چىققان ياكى ئاجرالغان بولسا داسنىڭ ئالاقىدار قىسمىدىن بېسىش، ئىتتىرىش، قىسىش ۋە كېرىش قاتارلىق ئۇسۇللار بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ياكى ساغرىنى كەڭ ۋە بىرنەچچە قەۋەت ماتا (ياكى مەزمۇت رەخت) بىلەن يۇقىرىغا ئېسىشقا بىرلەشتۈرۈپ ئىككى ئايىقىنى تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ (16 — 2 سۈرەت).

بىراق ساغرىنى ئاسقان لاتىنىڭ ئىككى ئۇچىدىكى كالتەك ئارىلىقىغا كەرگۈچى كالتەك قويۇشنى ئەستىن چىقارماسلىق كېرەك. ئادەتتە 4 ـ 5 ھەپتە ئېسىلسا كۇپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئېسىشنى ئېلىپ تاشلاپ ئورنىدىن قوزغالمىغان سۇنۇقنى داۋالاش ئۇسۇلىغا ئوخشاش ياردارنى كارىۋاتتا ياتقۇزۇپ 2 ـ 3 ھەپتىگىچە ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرگە چۈشۈپ ھەرىكەتلەنسە بولىدۇ. بۇ يەردە شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەيمىزكى ئەگەر دۈساق، سىيدۈك يولى، تۈز ئۈچەي، قان تومۇر ياكى ئەسەب ۋە مېڭە، كۆكرەك قاتارلىق ئورۇنلارنىڭ زەخىملىنىشى بىرگە كەلسە ئالدى بىلەن يۇقىرىقى زەخىملىنىشلەرگە قارىتا چارە قىلغاندىن كېيىن ئاندىن داس سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشىغا قارىتا چارە قىلىنىدۇ.

سان سۆڭىكى سۇنۇشى

(1) سان سۆڭەك بويىنى سۇنۇشى، بوغۇم خالتىسى ئىچىدىكى سۇنۇق دەپمۇ ئاتىلىپ ياشانغانلار بىلەن ئوتتۇرا ياشلىقلارنىڭ يىقىلىشىدا كۆپرەك ئۇچرايدۇ ۋە سۇنۇقنىڭ شەكلىمۇ ھەر خىل بولىدۇ (2 — 17 سۈرەت).

2 — 17 سۈرەت. سان سۆڭەك بويىنى سۇنۇقىنىڭ شەكلى

ئا: سان سۆڭەك بېشى ئاستىدىن سۇنۇش. ئە: سان سۆڭەك بويىنى ئوتتۇرىدىن سۇنۇش. ب: سان سۆڭەك بويىنى تۈۋىدىن سۇنۇش.

سان سۆڭەك بويىنى سۇنغاندا شۇ تەرەپ يانپاش سۆڭەكنىڭ يۇقىرىسىنى باسسا ئاغرىيدۇ. ياربدارنى ئوڭدا ياتقۇزغاندا شۇ تەرەپ تۆۋەن مۈچە سىرتىغا تولغاشقان، تىز بوغۇمى يەڭگىل ئېگىلگەن، پۇتى سىرتىغا يىغىلغان تۇسنى ئالىدۇ. سۇنۇق بوغۇم خالتىسى ئىچىدە بولغانلىقى ئۈچۈن ئىششىش بىلەن تېرىنىڭ كۆكىرىشى روشەن بولمايدۇ. سان سۆڭەك بويىنىنىڭ يېنىك سۇنۇقىدا (كىرىشكەن سۇنۇقىدا)، ياربدار زورمۇزور ئورنىدىن تۇرۇپ سۇنغان تەرەپ ئايىغىنى سۆرەپ ماڭغاندىن باشقا، كۆپىنچىلىكى ئورنىدىن تۇرالمايدۇ ۋە ماڭالمايدۇ. سۆڭەك سۇنغان تەرەپ ئاياقنىڭ قىسقىراپ قېلىشى ئانچە روشەن بولمايدۇ. شۇڭلاشقىمۇ ياربدارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ ھەر ئىككى تەرەپ داس سۆڭەك ئالدى ئۈستۈنكى بېسىدىن لىپەك سۆڭەك ئۈستى قىرىغىچە بولغان ئۇزۇنلۇقنى ئۆلچەپ سېلىشتۇرۇش كېرەك. ئەگەر سۇنغان تەرەپ قىسقا بولسا سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئورنىدىن قوزغىلىپ ئۇتۇشۇپ كەتكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

سان سۆڭەك بويىنى سۇنۇقىدا قان تومۇر بىلەن بوغۇم قېپى زەخىملىنىشىنىڭ ئېغىرلىشىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن ياربدارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ ئىككى ئايىغىنىڭ ئارىلىقىغا قېلىنراق بىر نەرسە قويۇپ ئىككى ئاياقنى جۈپلەپ ساننىڭ يۇقىرىسى بىلەن ئوتتۇرىسى ۋە تىز بىلەن پاقالچاق ۋە ھۇشۇقتىن باغلاپ كەڭ تاختاي ياكى ئىشىك قانتى قاتارلىقلار ئۈستىدە

ياتقۇزۇپ داۋالاش ئورنىغا يۆتكىلىدۇ.

داۋالاشتا ئەڭ ياخشىسى سۇنغان تەرەپ ئاياغنى ھۇشۇقتىن 6-5 ھەپتە ئىسسىق (بۇ غەرب تىبابىتىنىڭ تېرىدىن ئىسسىقى بىلەن ئوخشاش)، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىسسىقنى توختىتىپ 2 ھەپتە ئەتراپىدا كارىۋاتتىن چۈشمەي يېتىپ ئارام ئالىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن 3-2 ھەپتە سۇنغان تەرەپ ئاياققا ئېغىرلىق چۈشۈرمەي قوش قولتۇق ھاسىسىنىڭ ياردىمى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ ھەرىكەتلەنسە بولىدۇ. كېيىن 3-2 ھەپتە قوش ھاسا بىلەن سۇنغان تەرەپكە ئازراق ئېغىرلىقنى سېلىپ مېڭىشقا بولىدۇ. سۇنۇپ تەخمىنەن 14-13 ھەپتىلەردىن كېيىن يەككە قولتۇق ھاسىسى بىلەن مېڭىشقا بولىدۇ. سۇنۇپ 20 ھەپتىلەردىن كېيىن سۇنۇق ئاساسەن ئۇتۇپ بولىدۇ. تارتىش مەزگىلى بىلەن تارتىشنى ئېلىۋېتىپ كارىۋات ئۈستىدە ئارام ئېلىۋاتقان 10 — 8 ھەپتە مەزگىللىرىگىچە سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىنى تېزلىتىدىغان دورىلارنى ئىچىدىن يېيىشكە ۋە سىرتىدىن سۈرتۈشكە بولىدۇ. سىرتىدىن سۈرتۈلىدىغان سۈركەلمىلەرنى ساننىڭ يۇقىرى سىرتى تەرەپتىن سۈرۈپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. لېكىن تارتىشنىڭ ئۆزى ھەم ئورنىغا چۈشۈرۈش ھەم مۇقىملاشتۇرۇش رولىنى ئۆتىگەنلىكى ئۈچۈن پات-پات ساغرىنى قوشۇپ تېڭىق ئالماشتۇرۇش ھاجەتسىز، چۈنكى ساغرىنى قوشۇپ تېڭىش ئەپسىز بولغانلىقتىن تېڭىق ئالماشتۇرۇش قېتىمى كۆپەيگەنسېرى سۇنغان سۇنۇق ئۇچى مىدىرلاپ كېتىشتىن سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىغا تەسىر يەتكۈزىدۇ.

سان سۆڭەك بويىنى سۇنۇشىنى قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە: يارىدارنى كارىۋاتتا ئوڭدا ياتقۇزۇپ ساق ئايىقىنى تۈزلەپ سەللا سىرتىغا كېرىپ قويۇلىدۇ. سۇنغان تەرەپ ئاياقنىمۇ تۈزلەپ بىر كىشى سۇنغان تەرەپ ھۇشۇقتىن، يەنە بىر كىشى ئىككى قولىنى يارىدارنىڭ ئىككى قولتۇقىدىن قولنى ئۆتكۈزۈپ قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. ئاياقنىڭ ئۇزۇنلۇقى تەڭلەشكەندىن كېيىن (سۇنغان تەرەپ يېرىم ياكى بىر س م ئۇزۇنراق بولسىمۇ بولىدۇ) تېڭىقچى سان سۆڭىكىنى ئىچىگە تولغاش بىلەن بىرگە سان سۆڭەك چوڭ غادۇر-بۇدۇرىنى ئالدى تەرەپكە سىلجىتىدۇ (ھوشۇقتىن تارتقان ياردەمچى تېڭىقچىغا ماسلىشىشى كېرەك). شۇنداق قىلغاندىلا ئاندىن سۇنۇق ئۇچى يۈزى بىر-بىرى بىلەن ئۇدۇللىشىپ جىپسىلىشىدۇ. يەنە بىر خىل ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى بولسا يارىدارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ بىر ياردەمچى ئىككى قولى بىلەن يارىدارنىڭ داس سۆڭىكىدىن بېسىپ تۇرىدۇ. تېڭىقچى يارىدارنىڭ سۇنغان تەرەپ ئايىقىنىڭ تىزىنى ئېگىپ كۆتۈرۈپ بىر بىلىكىنى سۇنغان تەرەپ تىز ئاستىغا قويۇپ يۇقىرىغا كۆتۈرىدۇ. يەنە بىر قولى بىلەن سۇنغان تەرەپ ھۇشۇقتىن تۇتۇپ پەسكە بېسىپ ساننى ئازراق

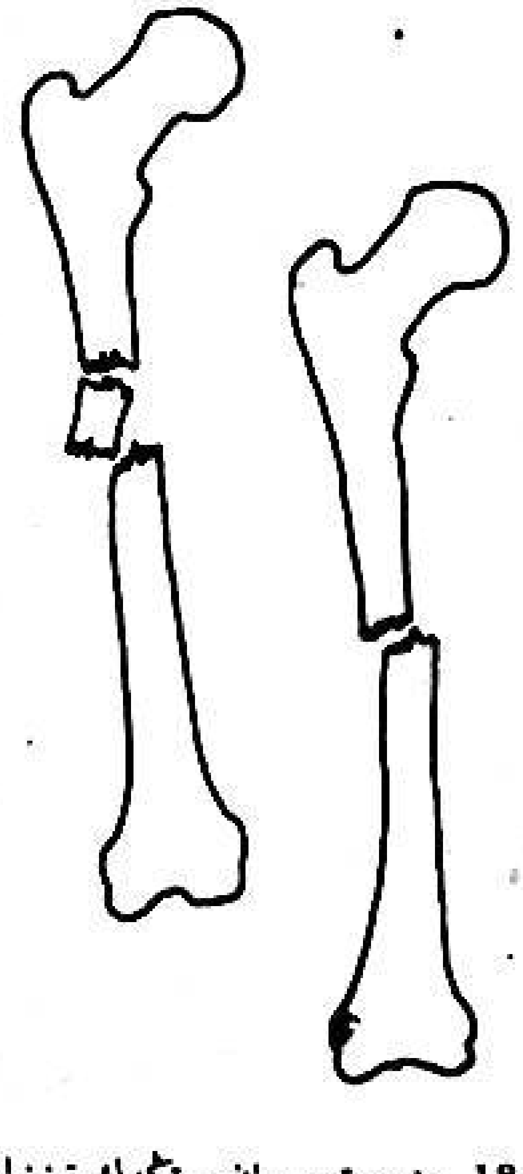
سىرتىغا كېرىپ (30 — 20 گرادۇس ئەتراپىدا) سان سۆڭەك ئازراق (30 — 20 گرادۇس) ئىچىگە تولغۇنىلىدۇ. ئاندىن ئاياق تۈزلىنىدۇ. تېڭىقچى يارىدارنىڭ سۇنغان ئاياق تەرەپ پۇتىنىڭ تاپىنىنى ئالقىنىغا ئېلىپ تۇرغاندا پۇت سىرتقى تەرەپكە تولغاشمىسا سۇنۇقنىڭ ئورنىغا چۈشكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرگەن سۇنۇقنى تېڭىشتا سۇنغان تەرەپ ئايىقىنى ئازراق سىرتىغا كەرگەن ۋە تىز بوغۇمىنى ئازراق ئەگكەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ كەڭ ماتا ياكى داكا بىلەن ساغرىنى قوشۇپ ھۆل تېڭىلىدۇ. تېڭىق ئالماشتۇرۇش ئارىلىقى ئەھۋالغا قاراپ بەلگىلىنىدۇ. تېڭىش ۋاقتى بىلەن كارىۋات ئۈستىدە ھەرىكەتلىنىش، كارىۋاتتىن چۈشۈپ قوش ياكى يەككە قولتۇق ھاسىسى بىلەن مېڭىش ۋاقتى قاتارلىقلاردىن تارتىپ داۋالاش بىلەن ئوخشاش بولىدۇ.

سان سۆڭەك غادۇر-بۇدۇرىنىڭ سۇنۇشى:

بۇ ئورۇننىڭ سۇنۇقى بوغۇم خالتىسى سىرتىدىن سۇنۇشقا مەنسۇپ بولۇپ، بۇ خىل سۇنۇق ھەر قانداق ياشتىكىلەر يىقىلغاندا سان سۆڭەك غادۇر-بۇدۇر قىسمى بالدۇر يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ.

سان سۆڭەك غادۇر-بۇدۇرىنىڭ سۇنۇشىدا ئىپادىلىنىدىغان ئالامەتلەر سان سۆڭەك بويىنى سۇنۇقى بىلەن ئاساسەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ. بىراق ئاغرىش بىلەن ئىششىش روشەن بولىدۇ. يارىدار ئورنىدىن قوزغىلالمايدۇ.

داۋالاش ئۇسۇلى سان سۆڭەك بويىنىنىڭ سۇنۇقى بىلەن ئوخشاپ كېتىدۇ.



2 — 18 سۈرەت. سان سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇق ئورنى بىلەن سۇنۇق شەكىللىرى

سان سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى:

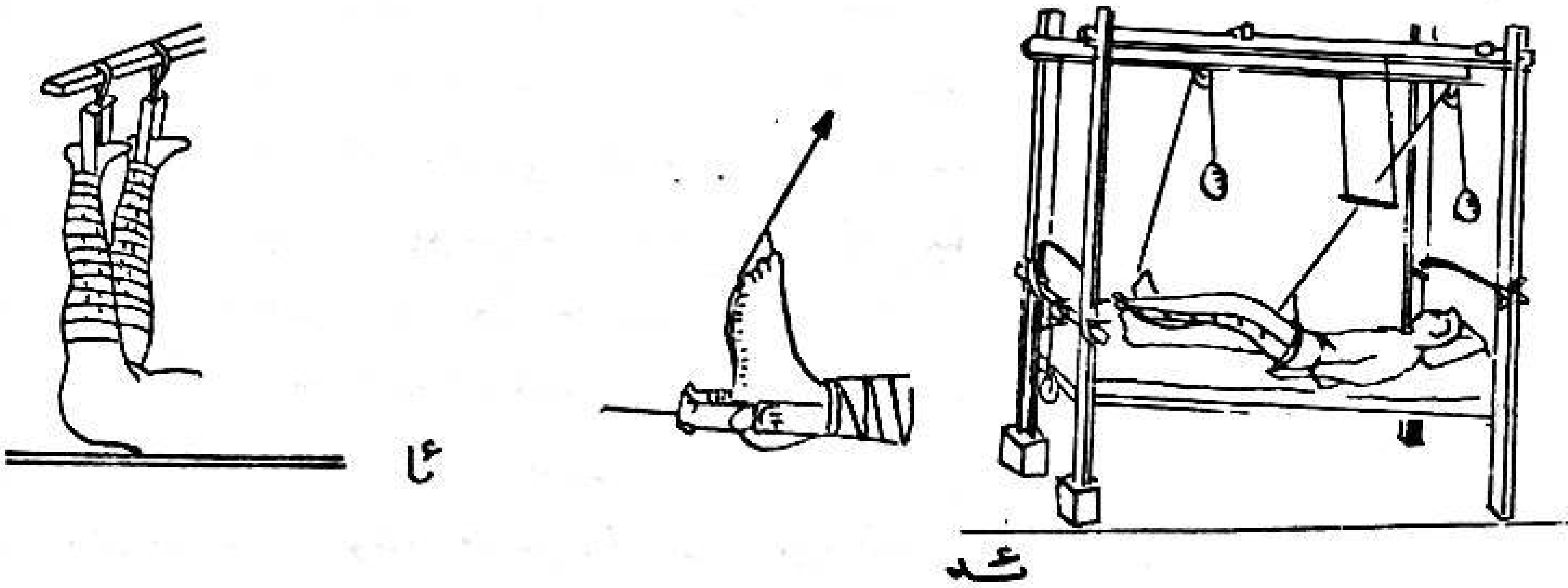
سان سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى كۆپىنچە يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ۋە بېسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. سۇنۇق سان سۆڭەك تېنىنىڭ ئوتتۇرىسى بىلەن تۆۋەنرەك قىسمىدا ئەڭ كۆپ ئۇچرايدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا يۇقىرىراق قىسمىدا ئۇچرايدۇ. سۇنۇق شەكلى ئىچىدە قىيسىق سۇنۇق بىلەن بۇرغىسىمان سۇنۇق كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا كەسمە سۇنۇق ئۇچرايدۇ. بىر قانچە يېرىدىن سۇنۇش بىلەن پارچىلانغان سۇنۇقمۇ ئۇچراپ قالىدۇ. سان سۆڭىكىگە كۈچلۈك گۆشلەر يېپىشقانلىقى ئۈچۈن سۇنغان سۇنۇق ئۇچى ئاسانلا ئورنىدىن قوزغىلىپ

غەيرىلىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە سان سۆڭەك ئەتراپىدىكى يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخىملىنىشى بىر قەدەر ئېغىرراق بولىدۇ (2 — 18 سۈرەت).

سان سۆڭىكى تېنىنىڭ سۇنۇشىدا يەرلىك ئورۇن ئىششىدۇ ۋە قانلىق ئىششىق پەيدا قىلىدۇ، ئاغرىيدۇ. بەزىدە سەدەمە (شوك) پەيدا بولۇشى مۇمكىن. سۇنغان مۇچە قىسقىراپ ئايىغى سىرتقا تولغانغان ئۇسنى ئالىدۇ. ساختا بوغۇم ھاسىل بولغان ئورۇندا ھەر خىل دەرىجىدە بۆلۈك ھاسىل بولۇشى مۇمكىن. سۇنغان مۇچىنىڭ خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. ئەگەر سۇنغان مۇچىنىڭ قىسقىرىشى بىلەن بۆلۈك ھاسىل قىلىشى روشەن بولمىسا خىزمىتىنىڭ توسقۇنلۇققا ئۇچرىشى بىلەن يەرلىك ئورۇننىڭ ئاغرىشى، بولۇپمۇ سۇنغان ئورۇننىڭ ئاغرىشىغا ئاساسەن سۇنغانلىقىغا ھۆكۈم قىلىشقا بولىدۇ.

يارىداردا سۇنغان ئورۇننىڭ ئاغرىشى قاتتىقراق بولىدىغانلىقى ئۈچۈن بەرىشا قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ. يارىدارنى داۋالاش ئورنىغا يۆتكەشتە سۇنغان ئاياغنىڭ ئاستىغا شال قويۇپ ياكى شال بولمىسا ئىككى ئايىغىنى جۈپلەپ بىر قانچە يەردىن باغلاپ مۇقىملاشتۇرغاندىن كېيىن ئاندىن باشقا يۆتكەش قوراللىرى قاتناش قوراللىرى ئارقىلىق داۋالاش ئورنىغا يۆتكىلىدۇ. داۋالاش ئورنىغا كەلگەندىن كېيىن ئەگەر سۇنۇق ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا تىگىپ ئۈستىدىن لايىقىدا تاختاي قويۇپ تىگىپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر ئورنىدىن قوزغالغان بولسا سۇنغان سۆڭەك تېنىنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ۋە تىگىپ داۋالاشتىن ئىبارەت ئىككى باسقۇچقا بۆلۈنىدۇ. ئورنىغا چۈشۈرۈش قول بىلەن تارتىش ئۇسۇلى ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرۈش ۋە تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈشتىن ئىبارەت ئىككى خىلغا بۆلۈنىدۇ. قول بىلەن تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش كۆپىنچە گۆشلىرى تەرەققىي قىلمىغانلار بىلەن ياشانغانلار ۋە بالىلارغا قوللىنىلىدۇ. ئۆسمۈرلەر بىلەن ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلاردىكى گۆشلەر بىر قەدەر تەرەققىي قىلغانلار بىلەن ئىششىق ئېغىرراق بولغانلاردا تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ. مەيلى قايسى خىلدىكى ئورنىغا چۈشۈرۈش بولسۇن ئورنىغا چۈشۈرۈشتىن بىرەر سائەت ئىلگىرى بەرىشا قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ. قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈشتە بىرىنچى ياردەمچى سۇنغان ئاياغنىڭ ھۇشۇقىدىن تۇتۇپ تارتىدۇ، ئىككىنچى ياردەمچى سانىنىڭ يۇقىرىسىدىن تۇتۇپ قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن لەرزان تارتىپ ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇق ئۇچىنى بىر-بىرىدىن يىراقلاشتۇرىدۇ. ئىككىنچى ياردەمچى سانىنىڭ يۇقىرىسىدىن تارتىش ئەپسىز بولسا يارىدارغا مىنگىشىپ داسنىڭ ئىككى تەرىپىنى پەسكە قارىتىپ بېسىپ تۇرسىمۇ بولىدۇ. تىگىقچى ئىككى قولىنىڭ ياردىمى

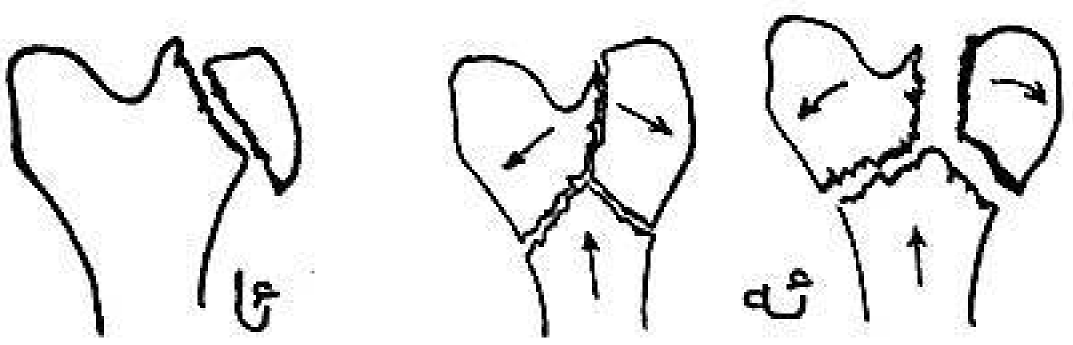
بىلەن سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنى قارىمۇ-قارشى تەرەپكە ئىككى يان ۋە ئالدى-ئارقىسىغا بېسىش، ئىتتىرىش ئارقىلىق سۇنۇق ئۇچلىرىنى ئۇدۇللاشتۇرىدۇ. كېيىن ھۆل تېڭىق بىلەن تېڭىپ ئۈستىدىن مۇۋاپىق تاختايلارنى ساننىڭ ئالدى، ئارقا ۋە ئىككى يان تەرەپلىرىگە ئايلاندۇرۇپ قويۇپ بىر قانچە ئورۇندىن بوغۇچ بىلەن چىگىپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر سان سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى گۆشلىرى تەرەققىي قىلغان بالىلار بىلەن ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلاردا پەيدا بولۇپ سۇنغان سۇنۇق ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا تارتىش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ. تارتىش مەزگىلىنىڭ دەسلەپىدە سىرتىدىن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى سۈركەلمىلەر سۈرتۈلىدۇ. ئىششىق ئاساسەن ياندىن كېيىن سۇنۇقنىڭ ئۈتىشىنى تېزلەتكۈچى سۈركەلمىلەر ئىشلىتىلىدۇ. ئادەتتە 6-4 ھەپتە تارتىلسا كۇپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن سۇنۇقنى تېڭىش قائىدىسى بىلەن 2-1 ھەپتە تېڭىپ بېرىلىدۇ. تەخمىنەن سۇنۇپ 8-7-ھەپتىلەردىن كېيىن تېڭىق ئالماشتۇرۇشنى توختىتىپ كارىۋات ئۈستىدە 2-1 ھەپتە يېتىپ ئارام ئېلىش بىلەن بىرگە يانپاش ۋە تىز بوغۇملىرىنى يېنىك مەشىق قىلىپ بەرسە بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قوش قولتۇق ھاسىسى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ ھەرىكەت دائىرىسى بىلەن سۇنغان ئاياغنىڭ ئېغىرلىق كۆتۈرۈش مەشقىنى قىلىپ بېرىشكە بولىدۇ. سان سۆڭەك تېنى سۇنۇشىنى ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى ياردىرىنىڭ يېشى، گۆشلىرىنىڭ تەرەققىي قىلىشى ۋە سۇنۇقنىڭ شەكلى بىلەن ئورنىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. كۆپ ھاللاردا سىرتىدىن (تېرىدىن) تارتىش قوللىنىلىدۇ. ئەگەر گۆشلەر تەرەققىي قىلغان ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلاردا يۇقىرىدىكى تارتىش ئۇسۇلى ئۈنۈم بېرىشكە كۆزى يەتمىسە سان سۆڭىكىنىڭ تۆۋىنىدىن سۆڭەكلىك تارتىش ئۇسۇلى قوللىنىلىسمۇ بولىدۇ (2 — 19 سۈرەت).



2 — 19 سۈرەت. سان سۆڭىكى تېنىنىڭ سۇنۇشىنى تارتىش ئۇسۇل بىلەن داۋالاش

ئا: بالىلاردىكى سان سۆڭەك تېنى سۇنۇقىنى تارتىپ داۋالاش ئۇسۇلى. ئە: چوڭلاردىكى سان سۆڭەك تېنىنى تارتىپ داۋالاش ئۇسۇلى

سان سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشى



20 — 2 سۈرەت. سان سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇقى

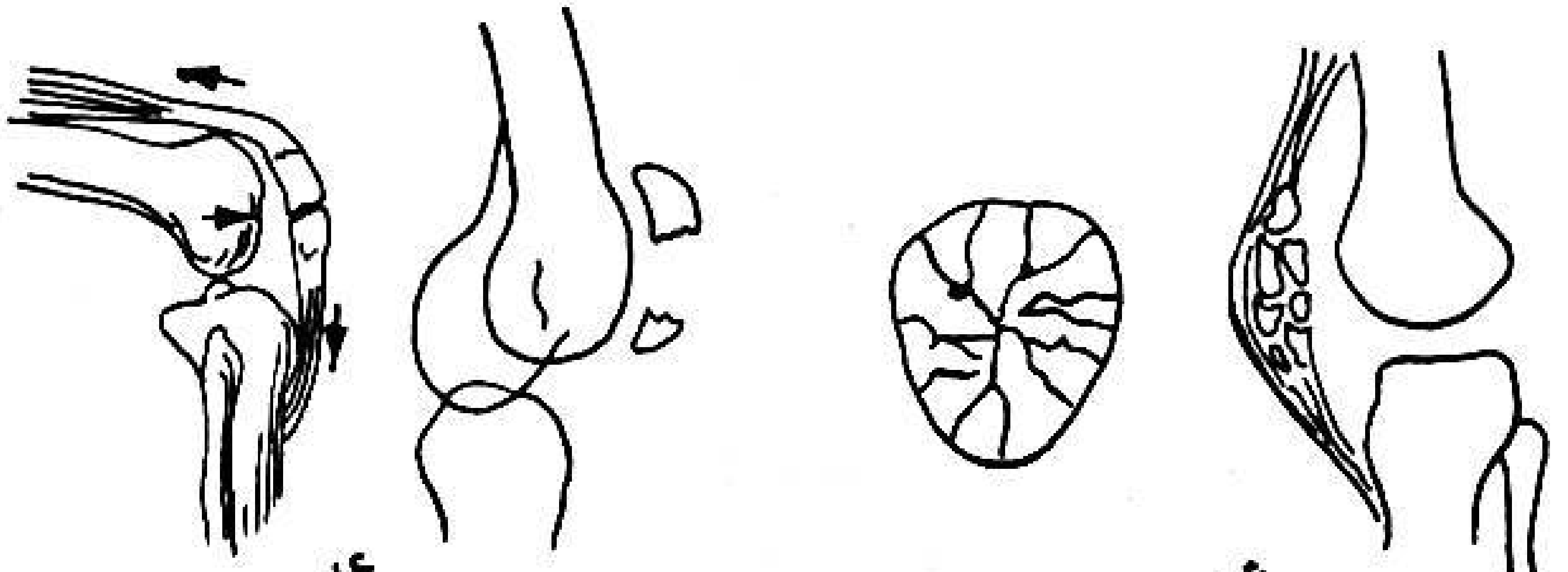
ئا: بىرلا دۆمبەچە سۇنۇقى. ئە: ھەر ئىككى دۆمبەچىنىڭ سۇنۇقى

سان سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشىدا سان سۆڭەك تۆۋەن دۆمبە ئارىلىقىنىڭ سۇنۇشى بىر قەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ (20 — 2 سۈرەت).

بۇ خىلدىكى سۇنۇق كۆپرەك ئېگىزدىن سەكرىگەندە پۇت (تاپان) بالدۇر يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. سۇنۇقنىڭ بىر قىسمى تىز بوغۇمى ئىچىگىچە يېتىپ بارغانلىقتىن بوغۇم بوشلۇقىغا قان يىغىلىۋالىدۇ. ئاساسلىق ئالامىتى: ئاغرىش، تىز بوغۇمى قېتىلىپ ئىششىش، ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. ئەگەر بىر تەرەپ دۆمبەچە سۇنغان بولسا ئىششىش يېنىكرەك بولۇپ ئىششىش سۇنغان تەرەپتە روشەن بولىدۇ. سان سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇقىدا تىز بوغۇمىنىڭ باشقا قىسىملىرىدىمۇ زەخىملىنىش يۈز بېرىدۇ ھەتتا تىز ئارقىسىدىكى قان تومۇرلار بىلەن ئەسەبلەر زەخىملىنىشى مۇمكىن. يارىدارغا بىرەر سائەت ئىلگىرى ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تىز بوغۇم بوشلۇقىغا نەشتەر سانجىپ (ئوكۇل يىڭنىسى بىلەن) بوغۇم بوشلۇقىغا يىغىلىۋالغان قان تارتىپ چىقارغاندىن كېيىن بىر ياردەمچى سۇنغان ئاياقنىڭ ھوشۇقىدىن، ئىككىنچى ياردەمچى ساننىڭ يۇقىرىسىدىن تۇتۇپ قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولى بىلەن ئىچكى-تاشقى دۆمبەچىنى مەركەزگە قارىتىپ بېسىش (ياكى قىسىش) ئارقىلىق ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇق پارچىسى ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە ھۆل تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن تېڭىپ تىزنىڭ ئىككى يېنىغا مۇۋاپىق ئۇزۇنلۇقتىكى قېلىن تارىشا ياكى تاختاي قويۇپ بوغۇچ بىلەن 3 ـ 4 ئورۇندىن چىگىلىدۇ ياكى داۋاملىق تارتىش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ. مەيلى تېڭىش ياكى تارتىش ئۇسۇلىنىڭ قايسىسى قوللىنىلسۇن تىز بوغۇمىنىڭ قېتىۋېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن تېڭىش بىلەن تارتىش 3 ـ 4 ھەپتىدىن ئېشىپ كەتمەسلىكى كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن كارىۋات ئۈستىدە ئىككى ھەپتە ئەتراپىدا تىز بوغۇمىنىڭ ئېگىش ۋە تۈزلەش ھەرىكىتى مەشىق قىلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن 1 ـ 2 ھەپتە سۇنغان پۇتقا ئېغىرلىقنى سالماي مېڭىپ بېرىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەككە قولتۇق ھاسىسى بىلەن سۇنغان ئاياققا ئېغىرلىقنى سېلىپ مېڭىش مەشىقى قىلىپ بېرىلىدۇ.

لپەك سۆڭككنڭ سۇنۇشى

لپەك سۆڭككنڭ سۇنۇقى كۆپنچە يقلشتن پەيدا بولدۇ. لپەك سۆڭككى بەزىدە توغرىسىغا ئىككىگە ئاجراپ كېتشى مۇمكن. بەزىدە پارچلنپ كېتشى مۇمكن (2 — 21 سۈرەت).



2 — 21 سۈرەت. لپەك سۆڭككنڭ سۇنۇشى

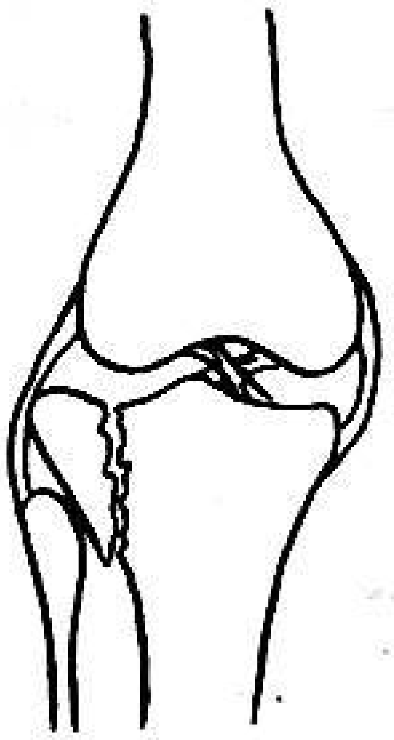
ئا: لپەك سۆڭككنڭ توغرىسىغا سۇنۇشى ئە: لپەك سۆڭككنڭ پارچلانغان سۇنۇقى

لپەك سۆڭككى سۇنغاندا تز ئاغرىيدۇ، ئششىدۇ. تز بوغۇمنى تۈزلىيەلمەيدۇ ۋە ئۆرە تۇرالمايدۇ. سۇنغان سۆڭەك ئارلىقنى تۇتۇپ بلگلى بولدۇ.

• داۋالاشتا تز بوغۇمدىكى ئششىش ئېغر بولسا نەشتەر سانجىپ (ئوكۇل يىڭنىسى ياخشىراق) تز بوغۇم بوشلۇقىغا يىغىلىۋالغان قان ـ زەردابلار چىقرىلدۇ. ياربدارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ سۇنغان ئاياقنى تۈز قىلپ، تېڭىقچى ئككى قولى بلەن سۇنغان سۆڭەكنى مەركەزگە قارتىپ قىسش ئارقىلق سۇنۇق ئۇچى يېقىنلاشتۇرۇلدۇ ۋە تز بوغۇمنى تۈز تۇرغۇزغان هالەتتە هۆل تېڭش ئارقىلق مۇقىملاشتۇرۇلدۇ ياكى لپەكنڭ سىرتقى دائرىسىگە خوپ كەلگۈدەك داكىدىن ياسالغان چەمبەرەك بلەن لپەك سۆڭەكنى قاماپ ئۈستىدىن تېڭلىسمۇ بولدۇ. بىرىنچى قېتىملىق تېڭىق مۇۋەپپەقىيەتلىك بولسا ئارىلاپ تېڭىق ئالماشتۇرۇش هاجەتسىز. تەخمىنەن 3 هەپتىلەردىن كېيىن قوش قولتۇق هاسىسى بلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىپ بەرسە، 5 — 4 هەپتىلەردىن كېيىن تز بوغۇمنىڭ هەرىكىتىنى قىلىپ بەرسە بولدۇ.

پاقالچاق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى

پاقالچاق سۆڭەك يۇقىرى قىسمىنىڭ سۇنۇشى



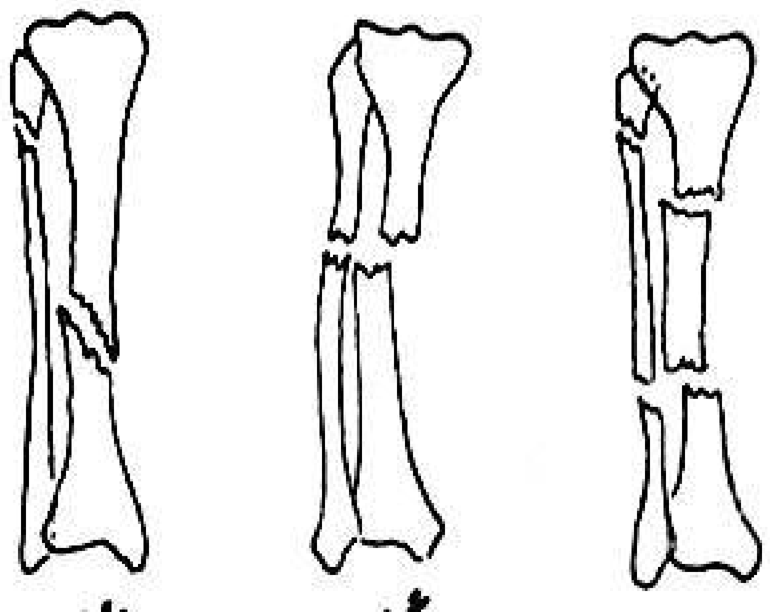
2—22 سۈرەت. پاقالچاق سۆڭەك سىرتقى دۆمبە-چىسىنىڭ قىيسىق سۇنۇقى

پاقالچاق سۆڭەك يۇقىرى قىسمى سۇنۇقىدا تاشقى تەرەپ دۆمبەچىنىڭ سۇنۇقى بىرقەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ (2 — 22 سۈرەت).

پاقالچاق سۆڭەك سىرتقى دۆمبەچىسىنىڭ سۇنۇقىدا تىز بوغۇم سىرتقى تەرىپى ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ. تىز بوغۇمى سىرتقا كېرىلگەن ئۇسسىنى ئېلىش بىلەن بىرگە تىز بوغۇمىنىڭ سىرتقى تەرەپ ھەرىكەت دائىرىسى كېڭىيدۇ. سۇنۇقنىڭ بىر قىسمى بوغۇم خالتىسى ئىچىدە بولغانلىقتىن بوغۇم خالتىسىنىڭ ئىچىگە قان چۈشىدۇ، ئېغىرراقلىرىدا بوغۇم تۈزۈلمىسىدە بۇزۇلۇش مۇمكىن. داۋالاشتا ياردارغا بەرشىشا قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىپ بىرەر سائەتتىن كېيىن بىرىنچى ياردەمچى سۇنغان تەرەپ پاقالچاقنىڭ ھوشۇق قىسمىدىن، ئىككىنچى ياردەمچى ساننىڭ تۆۋىنىدىن تۇتۇپ قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولىنى سۇنغان سۆڭەك پارچىسىنىڭ ئۈستىگە قويۇپ مەركەزگە قارىتىپ قىسىش ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسۇل ئونۇم بەرمىسە سۇنغان تەرەپ ھوشۇقتىن ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلىنى قوللىنىپ بىر-ئىككى كۈندىن كېيىن بىر قولنى سۇنغان ئورۇنغا، ئىككىنچى قولنى قارشى تەرەپكە قويۇپ مەركەزگە قارىتىپ قىسىش ئارقىلىق سۇنۇق ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە تىز بوغۇمى ئاۋۋال ئىششىق ياندۇرغۇچى سۈركەلمە بىلەن . بېسىپراق ھۆل تېڭىلىدۇ. ئەگەر بوغۇم بوشلۇقىغا قان چۈشكەن بولسا نەشتەر (شپرىس يىڭنىسى) سانجىپ قان چىقىرىلىدۇ. ئىششىق ئاساسەن ياندىغاندىن كېيىن سۇنۇقنىڭ ئۇتىشىنى تېزلەتكۈچى سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. تەخمىنەن ئۈچ ھەپتە ئېسىپ تارتقاندىن كېيىن ھەر قېتىملىق تېڭىق ئالماشتۇرۇش مەزگىلىدە تىز بوغۇمنى تۈزلەش ۋە ئېگىش ھەرىكىتى مەشقى ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاش 3-2 ھەپتە داۋاملاشتۇرۇلغاندىن كېيىن تارتىشنى ئېلىپ تاشلاپ قوش قولتۇق

ھاسىسىنىڭ ياردىمى بىلەن كارتۋاتتىن چۈشۈپ ماڭىدۇرۇلىدۇ. كېيىن قولتۇق ھاسىسىنىڭ بىرىنى ئېلىۋېتىپ سۇنغان تەرەپ ئاياغ بىلەن دەسسەپ مېڭىشنى مەشىق قىلىدۇ.

پاقالچاق سۆڭەكلىرى تېنىنىڭ سۇنۇشى



ب ئە ئا

2 — 23 سۈرەت. پاقالچاق سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى

ئا: قىيسىق سۇنۇق ئە: كەسمە سۇنۇق

ب: كۆپ ئورۇندىن سۇنۇش

پاقالچاق سۆڭەكلىرى — پاقالچاق سۆڭىكى بىلەن يان پاقالچاق سۆڭىكىدىن ئىبارەت ئىككى تال سۆڭەكنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. پاقالچاق سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ۋە بېسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، بەزىدە بىر تاللا سۆڭەك تېنى بىرلا ئورۇندىن سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە ھەر ئىككى تال سۆڭەك تېنى بىرلا ۋاقىتتا سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە بىر ياكى ئىككى تال سۆڭەكنىڭ بىر قانچە يېرىدىن سۇنۇشى مۇمكىن. سۇنۇق بەزىدە كەسمە سۇنۇق شەكلىدە، بەزىدە قىيسىق سۇنۇق شەكلىدە كېلىشى مۇمكىن. بەزىدە پارچىلانغان سۇنۇق ياكى بۇرغىسىمان سۇنۇق شەكلىدە كېلىشى مۇمكىن، بەزىدە سۇنۇق ئۇچى ئورنىدىن قوزغالمايدۇ. بەزىدە ئورنىدىن قوزغىلىدۇ (2 — 23 سۈرەت).

پاقالچاق سۆڭەكلىرى تېنىنىڭ سۇنۇشىدا سۇنغان ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ. سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ. ھەر ئىككى تال سۆڭەك تېنى بىرلا ۋاقىتتا سۇنغان بولسا ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ. پاقالچاق سۆڭەك تېنى سۇنۇشىدا (بولۇپمۇ ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقتا) سۇنۇقنى ئىنقىلاپلا قالماستىن بەلكى پۇت ئۈستى شىريان تومۇرىنىڭ سوقۇش ئەھۋالى بىلەن پۇتنىڭ سېزىمى ۋە ھەرىكىتى تەكشۈرۈلىدۇ. چۈنكى پاقالچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تېنى سۇنۇقىدا قان تومۇر بىلەن نەسەبلەر ئوڭايلا زەخىملىنىدۇ. سۇنۇققا قارىتا چارە قوللىنىشتىن بۇرۇن ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ. ئورنىدىن قوزغالمىغان سۇنۇق بولسا ئاۋۋال ھۆل تېڭىق ئۈستىدىن تاختا قويۇپ تېڭىلىدۇ. ئەگەر ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇق بولسا ئىككى ياردەمچىنىڭ قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تارتىشى ئاستىدا تېڭىقچى ئىككى قولىنى ئىشقا سېلىپ سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنى ئۈستىدىن بېسىش، يۇقىرىغا كۆتۈرۈش ۋە ياندىن ئىتتىرىش قاتارلىق ئۇسۇللار بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن تېڭىلىدۇ. قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولسا بولۇپمۇ ئىككى تال سۆڭەك سۇنۇقىدا

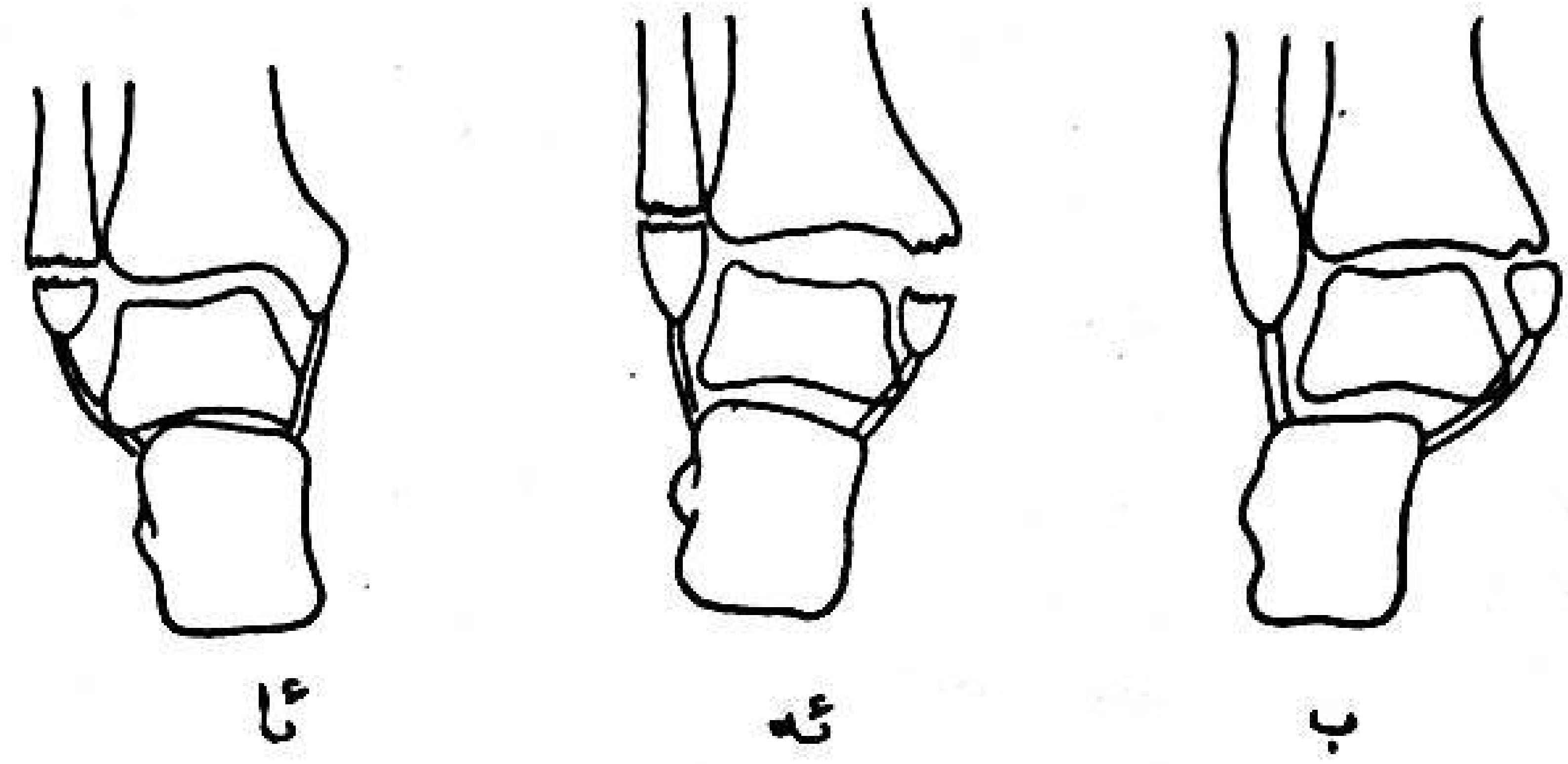
ئەھۋالغا قاراپ 1 ـ 2 كۈن ھۇشۇقتىن ئىبسىپ تارتىپ سۇنغان سۆڭەك ئۇچلىرى بىر ـ بىرىدىن ئاجرىغاندىن كېيىن تارتىش ئاساسىدا بېسىش، كۆتۈرۈش، ئىتتىرىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە ھول تېڭىق ئۈستىدىن تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ. يەككە سۆڭەك تېنى سۇنۇقى بىلەن ئورۇندىن قوزغالمىغان سۇنۇقتا 3 ـ 4 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلسا بولىدۇ. لېكىن ئىككى تال سۆڭەكنىڭ بىرلا ۋاقىتتا سۇنۇشى بىلەن بىر قانچە ئورۇندىن سۇنغان سۇنۇقتا ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن قايتا ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىدىغان ئەھۋاللار دائىم ئۇچراپ تۇرىدۇ. شۇڭلاشقا بۇ خىل سۇنۇقتا تېڭىق ئالماشتۇرۇش قېتىم سانى كۆپ بولۇپ كەتمەسلىكى لازىم. شۇنداقلا سۇنۇقنىڭ قايتا ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن تېڭىق ئالماشتۇرۇش مەشغۇلىيىتى ناھايىتى سىلىق بولۇشى كېرەك. پاقالچاق سۆڭەكلىرىنىڭ بىر تېلى سۇنغان بولسا 4 ـ 5 ھەپتىگىچە تېڭىلىدۇ. تېڭىقنى ئېلىپ تاشلىغاندىن كېيىن 2 ـ 3 ھەپتە كارىۋاتتا يېتىپ ئارام ئالىدۇ. بۇ جەرياندا تىز بوغۇم بىلەن ھۇشۇق بوغۇمىنىڭ يېنىك ھەرىكىتىنى مەشىق قىلىشقا بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ قوش قولتۇق ھاسىسىنىڭ ياردىمى بىلەن مېڭىشنى مەشىق قىلىشقا بولىدۇ. سۇنغان كۈندىن ھېسابلىغاندا 8 ـ 10 ھەپتىلەردىن كېيىن يەككە قولتۇق ھاسا بىلەن سۇنغان پۇتقا ئېغىرلىقنى سېلىپ مېڭىشنى مەشىق قىلىشقا بولىدۇ. ھەر ئىككى تال سۆڭەك سۇنغانلار بىلەن بىر قانچە يېرىدىن سۇنغان سۇنۇقلاردا 6 ـ 8 ھەپتىگىچە تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تېڭىقنى ئېلىپ تاشلاپ 2 ـ 3 ھەپتە كارىۋاتتىن چۈشمەي ئارام ئالىدۇ. كېيىن قوش قولتۇق ھاسا ياردىمى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. 10 — 12 ھەپتىلەردىن كېيىن يەككە قولتۇق ھاسىسىنىڭ ياردىمى بىلەن سۇنغان ئاياققا ئېغىرلىقنى سېلىپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ.

پاقالچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تۆۋىنىدىن سۇنۇشى

پاقالچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تۆۋىنىدىن سۇنۇشى دېگەندە كۆپىنچە پاقالچاق سۆڭەك بىلەن يان پاقالچاق سۆڭىكىنىڭ ھۇشۇق قىسمىنىڭ سۇنۇشى كۆزدە تۇتۇلىدۇ. بەزىدە پاقالچاق سۆڭىكىنىڭ بىرلا ھۇشۇقىلا سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە ھەر ئىككى ھۇشۇق قىسمى سۇنۇشى مۇمكىن (24 — 2 سۈرەت).

بۇ خىل سۇنۇق كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا پۇت ئىچى ياكى سىرتىغا زىيادە تولغىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بىۋاسىتە زەربىدىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

پاقالچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تۆۋەن قىسمى سۇنغاندا ھۇشۇق قىسمى (ئىچى ياكى سىرتى ياكى بولمىسا ھەر ئىككى تەرەپ) ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ. تېرە كۆكىرىشى مۇمكىن. يان



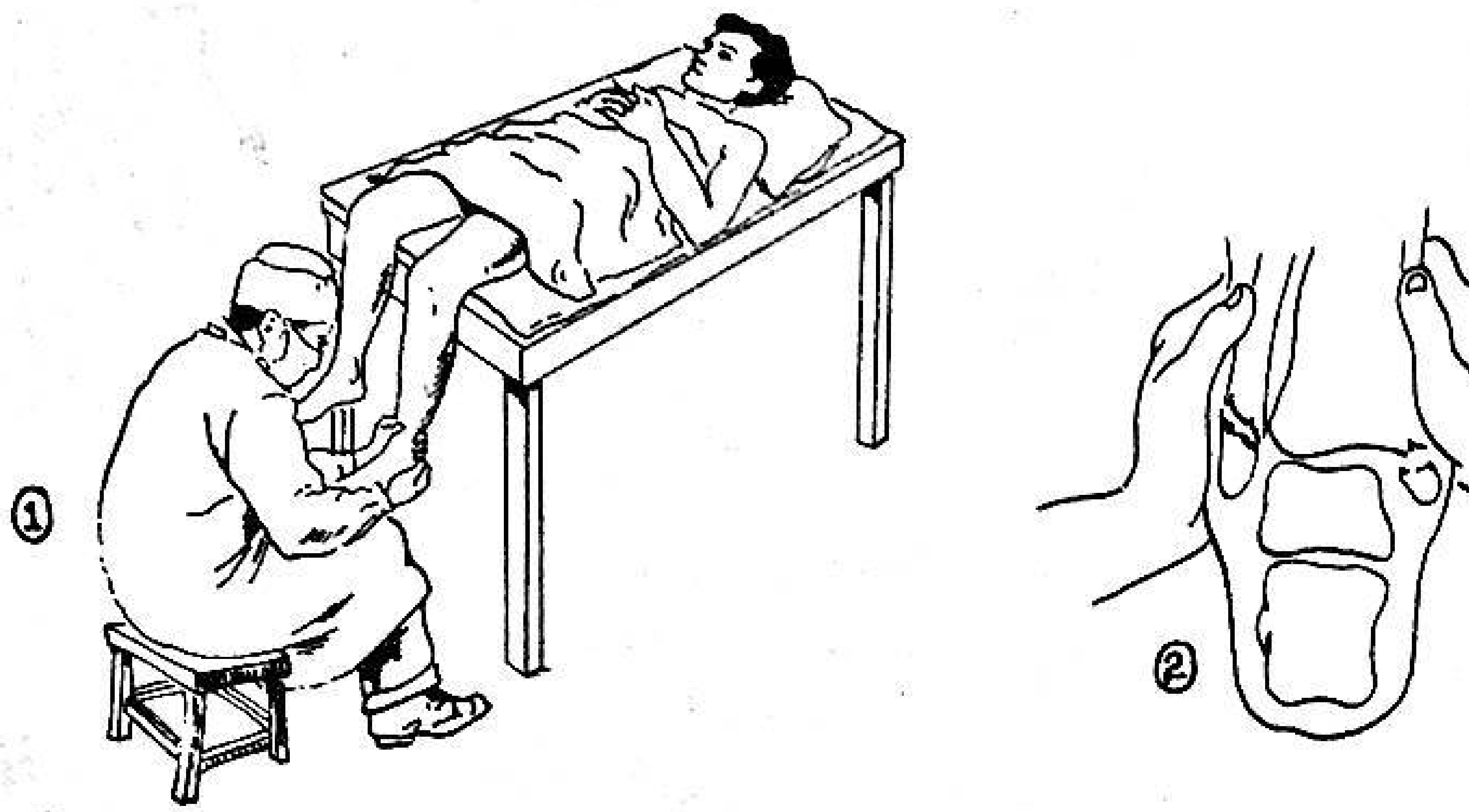
2 ـــ 24 سۈرەت. پاقالچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تۆۋەن قىسمى سۇنۇشى

ئا: يان پاقالچاق سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشى ئە: پاقالچاق سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشى ب: پاقالچاق ۋە يان پاقالچاق سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ بىرگە سۇنۇشى

پاقالچاق سۆڭەك تۆۋەن قىسمى سۇنۇقىدا پۇت سىرتقا كىرىلگەن تۈسنى ئالىدۇ. سۇنغان ئورۇننى قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ.

داۋالاشتا يارىدارغا بەرىشا قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىپ بىرەر سائەتتىن كېيىن يارىدارنى سۇپىدا ياكى كارىۋاتتا ياتقۇزۇپ پاقالچىقى پەسكە ساڭگىلىتىپ ياتقۇزۇلىدۇ. ياردەمچى تاپان بىلەن پۇتتىن تۇتۇپ پەس تەرەپكە تارتىدۇ. تېڭىقچى بىر قولىنىڭ ئالقىنىنى سىرتقى ھۇشۇق تەرەپكە يەنە بىر قولىنىڭ ئالقىنىنى ئىچكى ھوشۇق تەرەپكە قويۇپ ئىككى قول ئالقىنى بىلەن ھۇشۇق قىسمىنى قاماللاپ مەركەزگە قارىتىپ قىسسا ئاجرىغان سۇنۇق پارچىسى ئورنىغا چۈشىدۇ (2 ـــ 25 سۈرەت).

سۇنۇق ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن ھۆل تېڭىپ، ھۆل تېڭىق ئۈستىدىن پاقالچاقنىڭ تۆۋەن تەرەپ ئىككى يېنىغا لايىقىدا تاختاي قويۇپ (تاختاينىڭ ئۇچى تاپاندىن ئاشۇرۇپ قويۇلىدۇ) ھۇشۇق ئۈستى بىلەن تاپان ئاستىدىن بوغۇچ بىلەن باغلىنىدۇ. ئادەتتە 6 ـ 8 ھەپتە تېڭىلسا بولىدۇ. ئەگەر ئىششىق بەك ئېغىر بولمىسا ئورنىغا چۈشكەن سۇنۇقنىڭ قايتا ئاجراپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن تېڭىش مەزگىللىرىدە تېڭىق ئالماشتۇرۇش قېتىم سانى بەك كۆپ بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك. تېڭىش مەزگىلىدە ئىششىقنىڭ يېنىشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە پۇتى ئېگىزرەك قويۇلىدۇ. تېڭىلىۋاتقان مەزگىللىرىدە تىز بوغۇم ھەرىكىتىنى يەڭگىل مەشىق قىلىپ بېرىشكە بولىدۇ.



2 ــ 25 سۈرەت. ھۇشۇق سۆڭىكىنى قول بىلەن قىسىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش

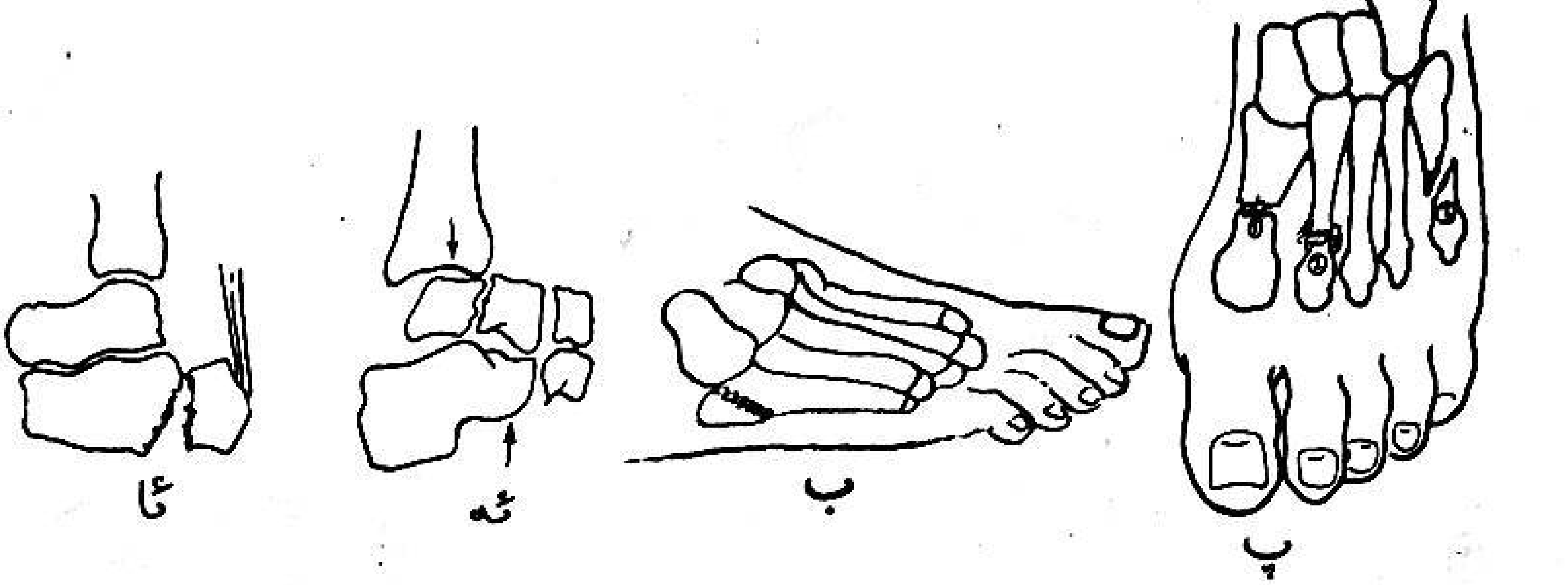
تېڭىقنى ئېلىپ تاشلىغاندىن كېيىن ھۇشۇق بوغۇم ھەرىكىتىنى مەشىق قىلىپ ئەسلىگە كەلتۈرۈش كېرەك.

پۇت سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى

پۇت سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى دېگەندە تاپان سۆڭىكى، ئارىلىق سۆڭەك ھۇشۇقتىكى ئۇششاق سۆڭەكلەر بىلەن پۇت پەنجە ۋە بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى كۆزدە تۇتۇلىدۇ. بۇلارنىڭ ئىچىدە تاپان سۆڭىكى بىلەن ئارىلىق سۆڭەك ۋە پۇت پەنجە سۆڭىكى بىلەن پۇت بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

تاپان سۆڭىكى بىلەن ئارىلىق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى كۆپىنچە ئېگىزدىن يىقىلغاندا تاپان بالدۇر يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. قالغان سۆڭەكلەرنىڭ سۇنۇشى كۆپىنچە بىۋاستە زەربە تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ (2 ــ 26 سۈرەت).

پۇت سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇق شەكىللىرى ھەر خىل بولۇپ بەزىدە بىرلا سۆڭەك سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە بىر قانچە تال سۆڭەك بىرلا ۋاقىتتا سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە



2 — 26 سۈرەت. پۇت سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى

ئا: تاپان سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى ئە: ئارىلىق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى ب: 1 - پۇت پەنجە سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى پ: پۇت بارماق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى

ئۇچۇق سۇنۇق شەكلىدە كېلىشى مۇمكىن.

پۇت سۆڭەكلىرى سۇنغاندا يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ ۋە ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. پۇت پەنجە ۋە بارماق سۇنۇقلىرىدا تېرىنىڭ ھەر خىل زەخىملىنىشى بىرگە كېلىشى مۇمكىن. بۇ خىلدىكى سۇنۇقتا سۆڭەكلەر كۆپ ھاللاردا ئېزىلىپ كېتىشى مۇمكىن.

ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئورنىدىن قوزغالغان بولسا سۇنغان سۆڭەك تورى بىلەن ئورنى ۋە سۇنۇق شەكلىگە ئاساسەن ئوخشىمىغان قول مەشغۇلىيتى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرگەندىن كېيىن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. تاپان سۆڭىكى بىلەن ئارىلىق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقىدا 10 - 8 ھەپتە، باشقا سۆڭەكلەرنىڭ سۇنۇقىدا 4 - 3 ھەپتە تېڭىلسا كۇپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تېڭىقنى ئېلىۋېتىپ كارىۋاتتىن چۈشۈپ قولتۇق ھاسىسىنىڭ ياردىمى بىلەن مېڭىپ بەرسە ۋە تەدرىجىي بەدەن ئېغىرلىقىنى پۇتقا سېلىپ مېڭىپ بەرسە بولىدۇ.

گەۋدە سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى

قوۋۇرغىنىڭ سۇنۇشى

قوۋۇرغىنىڭ سۇنۇشى كۆپىنچە يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ۋە قىسىلىش قاتارلىق

سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بىر تەرەپ بىر تاللا. قوۋۇرغا ياكى بىر قانچە تال قوۋۇرغا سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە بىر ياكى بىر قانچە تال قوۋۇرغىنىڭ بىر قانچە يېرىدىن سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە ھەر ئىككى تەرەپ قوۋۇرغا سۇنۇشى مۇمكىن. قوۋۇرغا سۇنغاندا بەزىدە كۆكرەك ئىچىدىكى قوۋۇرغىنى ئوراپ تۇرغان قان تومۇر، ئەسەب ۋە گۆش قاتارلىق يۇمشاق توقۇلمىلار زەخىملىنىپ كۆكرەك بوشلۇقىغا قان چۈشۈشى مۇمكىن. ھەتتا بەزىدە سۇنغان قوۋۇرغا ئۆپكىنى يىرتىۋېتىپ ھاياتقا خەۋپ كېلىشى مۇمكىن.

قوۋۇرغا سۇنغاندا ئىپادىلىنىدىغان ئالامەتلەر سۇنغان قوۋۇرغا سانى بىلەن سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنىڭ قان تومۇر ۋە ئەسەبنى ئۆز ئىچىگە ئالغان يۇمشاق توقۇلمىلار بىلەن ئۆپكىنى زەخىملىگەن ياكى زەخىملىمىگەنلىكى ۋە زەخىملىنىش دەرىجىسى شۇنداقلا كۆكرەك بوشلۇقىنىڭ سىرتقى مۇھىت بىلەن ئۇتاشقان ياكى ئۇتاشمىغانلىقى، قاناشنىڭ ئاز-كۆپلۈكى ياكى بولمىسا ئۆپكە قانتىنىڭ بېسىلغان-بېسىلمىغانلىقى قاتارلىق ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك. قوۋۇرغا سۇنۇپ يۇمشاق توقۇلمىلار بىلەن ئۆپكە زەخىملەنمىگەن ياكى ئېغىرراق زەخىملەنمىگەن بولسا سۇنغان ئورۇن ئاغرىيدۇ. يېنىكرەك ئىششىيدۇ، تېرە كۆكىرىدۇ. يۆتەلگەندە ۋە چوڭقۇرراق نەپەسلەنگەندە قوۋۇرغىنىڭ سۇنغان ئورنى تېخىمۇ قاتتىق ئاغرىيدۇ. يارىدار يېنىچە يېتىشقا ياكى بەدىنىنى تولغاپ ھەرىكەتلىنىشكە جۈرئەت قىلالمايدۇ. يارىدارنىڭ گەۋدىسى قوۋۇرغا سۇنغان تەرەپكە ئازراق قىيسىيىپ قارشى تەرەپ قولى بىلەن سۇنغان ئورۇننى بېسىپ تۇرغان ھالەت تۈسىنى ئالىدۇ. تەكشۈرگۈچى بىر قولىنىڭ بارماقلىرىنى يارىدارنىڭ دۈمبە تەرىپىگە، يەنە بىر قول بارماقلىرىنى يارىدارنىڭ تۆش قىسمىغا قويۇپ ئىككى باش بارماق بىلەن قوۋۇرغىلارنى بويلاپ يېنىك بېسىپ سىلجىتقاندا قوۋۇرغىنىڭ سۇنغان ئورنى قاتتىق ئاغرىيدۇ. بەزىدە ئىككى سۇنۇق ئۇچى سۈركىلىشتىن پەيدا بولغان غۇچۇرلىغان سېزىم بىلىنىدۇ. ئەگەر بىر قانچە تال قوۋۇرغا سۇنغان ياكى بىر قانچە تال قوۋۇرغىنىڭ بىر قانچە يېرىدىن سۇنۇپ ئىچىگە پېتىشتىن كۆكرەك ئىچىدىكى قان تومۇر زەخىملىنىپ ياكى ئۆپكە يىرتىلغان بولسا كۆكرەك بوشلۇقىغا قان چۈشىدۇ ياكى بولمىسا قوۋۇرغىنىڭ ئۇچلۇق سۇنۇقى بىلەن ئۆپكە يىرتىلىپ سىرتقى مۇھىت بىلەن ئۆپكىدىكى ھاۋا كۆكرەك بوشلۇقىغا كىرىپ شۇ تەرەپ ئۆپكە قانتىنى باسقان بولسا بەدەنگە ئېھتىياجلىق ساپ ھاۋا كېمىيىپ بۇزۇق ھاۋا بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەسلىكتىن دېمى سىقىلىپ ئاۋۋال كالپۇك بىلەن تىرناق كۆكىرىدۇ. كېيىنرەك يۈز-كۆز ۋە پۈتۈن بەدەن كۆكىرىدۇ. گالدىكى كانايىنىڭ ئورنى ساق تەرەپكە سىلجىيدۇ. قوۋۇرغىنىڭ ئۇچلۇق سۇنۇقىدىن ھاسىل بولغان زەخىم تۆشۈكى كۆكرەك بوشلۇقىغا تۇتاشقان بولسا يارىدارنىڭ نەپەسلىنىشىگە ئەگىشىپ تۆشۈكتىن

هاۋا كىرىپ-چىقىقان پۇشۇلدىغان ئاۋاز ئاڭلىنىدۇ. قوۋۇرغىنىڭ يېپىق سۇنۇقىدا ئەگەر ئۆپكە يىرتىلغان بولسا ئۆپكىدىن كۆكرەك بوشلۇقىغا چۈشكەن ھاۋا كۆكرەك تېمى ۋە قەۋەتتىگە سىڭىپ كىرگەنلىكتىن شۇ تەرەپ كۆكرەك تەرەپتىكى ئىششىش ئېغىرراق بولۇپ باسقاندا قارنى دەسسىگەندە ياكى چاچنى بارماق بىلەن تۇۋۇلغاندا چىقىدىغان ئاۋاز بىلىنىدۇ.

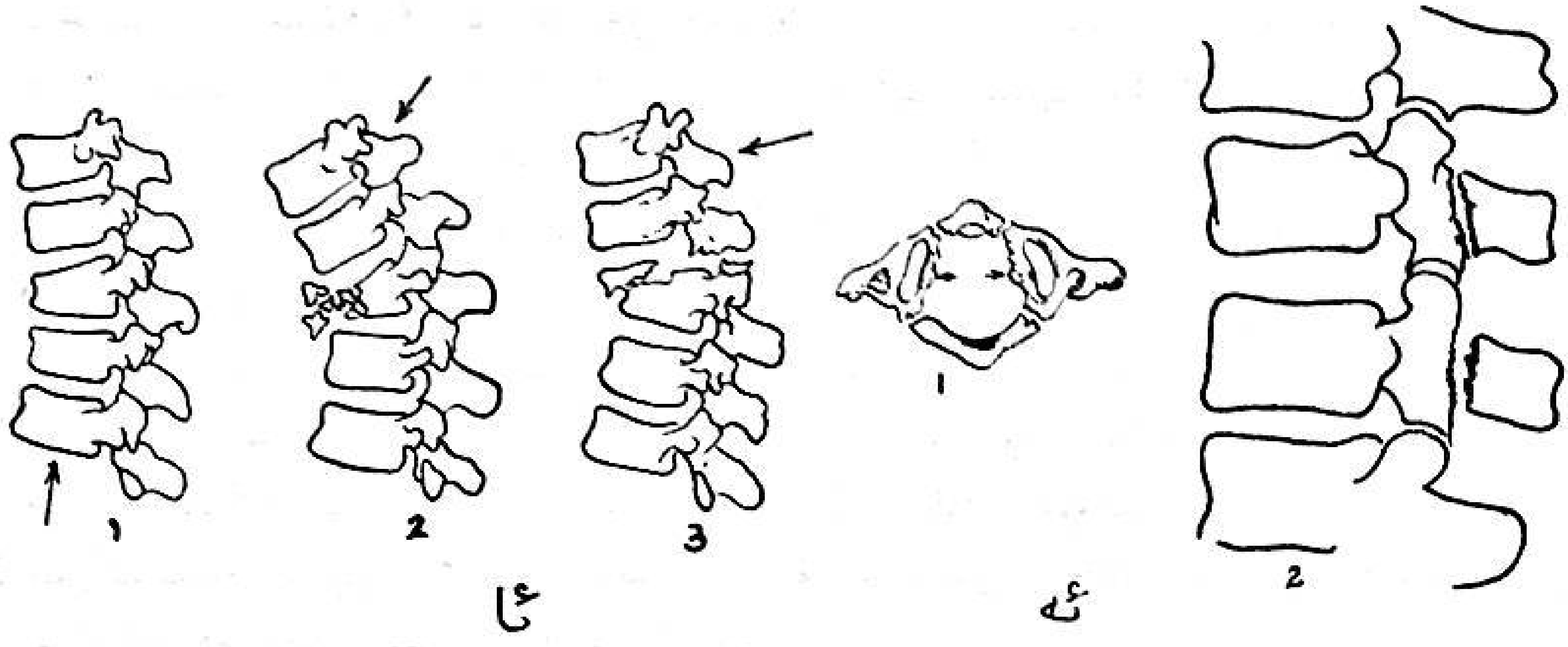
داۋالاشتا يارىدارنى چوڭقۇرراق نەپەس ئېلىش ھالىتىدە تۇرغۇزۇپ كەڭرەك ماتا (داكا) بىلەن قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىلىدۇ. ئادەتتە 3-2 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. تېڭىقنىڭ چىڭلىق دەرىجىسى تىنىقتا (نەپەسلىنىشكە) دەخلى يەتمىگۈدەك بولسا كۇپايە قىلىدۇ. ئوچۇق سۇنۇق بولسا بولۇپمۇ جاراھەتتىكى تۆشۈكتىن ھاۋا كىرىپ-چىقىپ تۇرىۋاتقان بولسا داۋالاش ئورنىغا ئېلىپ كەلگىچە بولغان ئارىلىقتا پاكىز رەخت بىلەن جاراھەت بېسىپ تېڭىلىدۇ. داۋالاش ئورنىغا كەلگەندىن كېيىن جاراھەتنى قائىدە بويىچە تازىلاپ تىكىپ يېپىق سۇنۇققا ئايلاندۇرغاندىن كېيىن يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن تېڭىلىدۇ. ئەگەر كۆكرەك تېمىدىكى قان تومۇر ياكى ئۆپكە زەخىملىنىپ كۆكرەك بوشلۇقىغا قان چۈشكەن بولسا قان توختاتقۇچى ۋە ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ ۋە كۆكرەك بوشلۇقىغا يىغىلىپ قالغان قان تارتىپ چىقىرىلىدۇ.

ئومۇرتقىنىڭ سۇنۇشى

ئومۇرتقىنىڭ سۇنۇشى كۆپىنچە ئېگىزدىن يىقىلغاندا تاپان بالدۇر يەرگە تېگىش ياكى زەربىنىڭ بىۋاستە ئومۇرتقىغا تېگىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. سۇنۇق كۆپىنچە ئومۇرتقا تېنىدا، ئۇنىڭدىن قالسا ئومۇرتقا ئايىسى ۋە ئۇنىڭ ئۆسۈكلىرىدە پەيدا بولىدۇ (2 — 27 سۈرەت).

كۆپ ھاللاردا ئومۇرتقا سۇنۇقىغا ئومۇرتقا كىچىك بوغۇملىرىنىڭ چىقىقى بىرگە كېلىپ يۇلۇن بىلەن ئەسەبلەرنى بېسىشى بىللە كېلىدۇ. بەزىدە باغلاملار زەخىملىنىشى مۇمكىن.

ئومۇرتقا سۇنغاندا ئىپادىلىنىدىغان ئالامەتلەر يۇلۇن بىلەن يۇلۇندىن چىقىدىغان ئەسەبلەرنى بېسىش ياكى زەخىملەشنىڭ دەرىجىسىگە قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. مەسىلەن، ئومۇرتقا تېنىنىڭ يېنىك پاتقان سۇنۇقىدا يەرلىك ئورۇن ئاغرىش، ئىششىش ۋە ھەرىكىتى چەكلىمىگە ئۇچراشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئومۇرتقا تېنىنىڭ ئېغىرراق پاتقان سۇنۇقىدا يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر ئېغىر ئىپادىلىنىش بىلەن بىرگە يەرلىك ئورۇن ئارقىغا پولتىيىپ چىقىدۇ ياكى بۈلۈك ھاسىل بولىدۇ. ئومۇرتقا ئارقا بىسىنىڭ ئارىلىقى كېڭىيىدۇ.



2 — 27 سۈرەت. ئومۇرتقىنىڭ سۇنۇشى

ئا: ئومۇرتقا تېنىنىڭ سۇنۇشى (1) پاتقان (بېسىلغان) سۇنۇق (2) پارچىلانغان سۇنۇق (3) قىيسىق سۇنۇق

ئە: ئومۇرتقا پايىسى بىلەن ئومۇرتقا ئۆسۈكىنىڭ سۇنۇشى (1) بىرىنچى ئومۇرتقا پايىسىنىڭ سۇنۇشى (2) ئومۇرتقا بىسى سۇنۇشى

ئومۇرتقا كۆندىلەڭ ئۆسۈك بىلەن ئومۇرتقا بىسى سۇنۇقىدا يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ ۋە ئىششىدۇ. ئورۇقراق كىشىلەردە سۇنغان كۆندىلەڭ ئۆسۈك ياكى ئومۇرتقا بىسىنى مىدىرلاتقىلى بولىدۇ. ئومۇرتقا زەخىملىنىشتە يۇلۇن بېسىلغان ياكى زەخىملەنگەن بولسا كەسمە پالەچلىك پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ئومۇرتقا ئارىلىقىدىن چىقىدىغان ئەسەب بېسىلغان ياكى زەخىملەنگەن بولسا شۇ ئەسەبكە دائىر ئورۇننىڭ سېزىمى بىلەن ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. ئومۇرتقا سۇنۇقىغا قوشۇلۇپ باشقا ئۈستىخانلارنىڭ سۇنۇشى بىلەن ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى بىرگە كېلىشى مۇمكىن. شۇڭلاشقا ھەر قانداق سۇنۇقنى جۈملىدىن ئومۇرتقا سۇنۇشىنى تەكشۈرگەندە ئەتراپلىق تەكشۈرۈش كېرەك.

ئومۇرتقا سۇنۇقىنى داۋالاش سۇنغان ئورۇن بىلەن يۇلۇننىڭ زەخىملىنىش دەرىجىسىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. ئەگەر ئومۇرتقا بىسى ياكى ئومۇرتقا كۆندىلەڭ ئۆسكىلا سۇنغان بولۇپ بويۇن بىلەن ئەسەبلەر زەخىملەنمىگەن بولسا سۇنغان سۇنۇق ئۇچىنى مۇمكىن قەدەر ئۇدۇللاپ كەڭ ماتا ياكى داكا بىلەن 5 ـ 3 ھەپتە ھۆل تېڭىپ بىرىش كۇپايە قىلىدۇ. ئەگەر ئومۇرتقا پايىسى بىلەن ئومۇرتقا تېنى سۇنۇپ يۇلۇن بىلەن ئەسەبنى باسقان بولسا تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالىنىدۇ. ئەگەر بويۇن ئومۇرتقىسى سۇنغان بولسا كارىۋاتنىڭ باش تەرىپىنى ئېگىز قىلىپ كۆندىن ياسالغان ئېڭەك ـ گەجگە ئۇقتىسىغا چىگىلگەن تاننى غالتەكتىن ئارتىلدۇرۇپ، تاننىڭ

ئاخىرقى ئۈچىغا 9 ـ 7 جىڭ ئېغىرلىقتىكى تاش ئېسىپ بىر قانچە كۈندىن كېيىن ئاغرىقى توختىسا، سۇيۇقىنىڭ ئورنىغا چۈشكەنلىكىدىن دېرەك بېرىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى ئېسىش 4 ـ 3 ھەپتە داۋاملاشتۇرۇلغاندىن كېيىن ئېسىشنى ئېلىپ تاشلاپ 6 ـ 3 ئايغىچە ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ۋە تېڭىق ئۈستىدىن بويۇننىڭ ئالدى ـ ئارقىسى ۋە ئىككى يېنىغا مۇۋاپىق ئۇزۇنلۇق، مۇۋاپىق كەڭلىكتىكى تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ (ھازىرقى زامان سۆڭەك چىقىلىكىدىكى بويۇن جازىسى ياكى قېلىن كۆندىن ياسالغان ئىگىز ياقىلىق بىلەن مۇقىملاشتۇرۇلسىمۇ بولىدۇ). تېڭىق بەك چىڭ بولۇپ كەتسە كانايىنى بېسىۋېلىپ نەپەسلىنىشنى قىيىنلاشتۇرىدۇ. ئەگەر تېڭىق بوش بولۇپ قالسا مۇقىملاشتۇرۇش مەقسىتىگە يەتكىلى بولمايدۇ. شۇڭلاشقا تېڭىش مۇۋاپىق بولۇشى كېرەك. تېڭىش مەزگىلىدە بويۇننى ئۇياق ـ بۇياققا تولغاشقا بولمايدۇ. تېڭىق ئېلىپ تاشلانغاندىن كېيىن بويۇننىڭ ھەرىكىتى ئاستا ـ ئاستا مەشىق قىلىپ بېرىلىدۇ.

كۆكرەك ئومۇرتقىسىنىڭ سۇنۇشى كەمرەك ئۇچرايدۇ. ئەگەر سۇنغان تەقدىردىمۇ ئومۇرتقا تېنىنىڭ پاتقان سۇنۇقى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. كۆكرەك ئومۇرتقا تېنىنىڭ پاتقان سۇنۇقىنى ئېسىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش ھاجەتسىز. كۆپىنچە ھۆل تېڭىپ ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش كۇپايە قىلىدۇ. ئاغرىش توختىغاندىن كېيىن ياكى يېنىكلەشكەندىن كېيىن كارىۋات ئۈستىدە يېنىك ھەرىكەت قىلىنىشقا بولىدۇ. ئۈچ ھەپتىلەردىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىشقا، ئىككى ئايلاردىن كېيىن يېنىك ئىشلار بىلەن شۇغۇللىنىشقا بولىدۇ. بىراق 12 ـ 11 ـ كۆكرەك ئومۇرتقىسى بىلەن 2 ـ 1 بەل ئومۇرتقا سۇنۇقى بويۇن ۋە كۆكرەكنىڭ باشقا ئومۇرتقىلارنىڭ سۇنۇقىغا قارىغاندا كۆپرەك ئۇچرايدۇ ۋە سۇنۇق شەكلىمۇ ھەر خىل بولىدۇ. شۇنداقلا كۆپ ھاللاردا ئومۇرتقا بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىرگە كېلىدۇ. مۇنداق ئەھۋالدا ياردەمچى ئىككى ئايىغىنى جۈپلەپ دۈم ياتقۇزۇپ ياردەمچى ئىككى ھوشۇقتىن تۇتۇپ تەدرىجىي ئىگىز كۆتۈرۈپ بەلنى تۈزلەپ بىر مەزگىل كۆتۈرۈپ تۇرىدۇ. ئادەتتىكى سۇنۇقلاردا ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇق بىلەن چىقىقلار مۇشۇ خىل ئۇسۇلدا ئورنىغا چۈشىدۇ. ئەگەر بۇ خىل ئۇسۇل بىلەن بەلدىكى پولتىيىپ چىقىش تۈزەلمىسە تېڭىقچى ئوتتۇرىھال كۈچ بىلەن پولتىيىپ چىققان ئورۇننى باسسا ئورنىغا چۈشىدۇ. ئەگەر بۇ خىل ئۇسۇل ھەم دېگەندە ئۈنۈم بەرمىسە ئىككى ئاياقنى بىر نەچچە كۈن ئېسىپ بەرسە ئورنىغا چۈشىدۇ. ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن (پولتىيىپ چىقىش بىلەن ئاغرىش يوقالغاندىن كېيىن) ھۆل تېڭىلىدۇ ۋە بەل ئەگمىسىگە ياستۇق قاتارلىق قېلىنراق بىر نەرسە قويۇپ بىر مەزگىل كارىۋاتتا ئوڭدا ياتقۇزۇلىدۇ. چوڭ ـ كىچىك تەرەت قاتارلىقلار كارىۋات ئۈستىدە بولىدۇ. كارىۋاتتىن تېپىلغەن تۆشۈك ئارقىلىق چوڭ ـ كىچىك تەرەت قىلىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ تېڭىق

ئالماشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. ئاغرىش يېنىكلىگەندىن كېيىن ئېھتىياتلىق بىلەن تۇياق-بۇياققا ئۆرۈلۈپ بېرىشكە بولىدۇ. بىراق ئولتۇرۇشقا بولمايدۇ. ئاغرىش پۈتۈنلەي توختىغاندىن كېيىن بەلنىڭ ھەرىكىتىنى تۆۋەندىكى ئۇسۇل بىلەن مەشىق قىلىپ بېرىدۇ. يەنى كارىۋاتتا دۈم يېتىپ ئىككى قولى بىلەن بېلىنى تۇتۇپ باش بىلەن كۆكرىكىنى ئېگىز كۆتۈرۈپ بەلنى تۈزلەپ بېرىدۇ. بۇ ھەرىكەتنى كۈندۈزى ھەر ئىككى سائەتتە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 — 5 نۆۋەت داۋاملاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. تەخمىنەن بىرەر ھەپتىلەردىن كېيىن ئىككى ئاياقنى تۈز قىلىپ قۇرساقنى كارىۋاتقا تىرەپ ئىككى ئايىقى بىلەن باش ۋە كۆكرەكنى نۆۋەت بىلەن كۆتۈرۈپ، بەلنى تۈزلەش ھەرىكىتى قىلىپ بېرىلىدۇ. مۇشۇ خىل ھەرىكەتنى ئۆزئارا بىرلەشتۈرۈپ تەخمىنەن 3-2 ھەپتىلەردىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىپ ھەرىكەتلىنىپ ئاستا-ئاستا يېنىك ئىشلار بىلەن شۇغۇللىنىپ بېرىلسە بولىدۇ. بىرەر يىللاردىن كېيىن ئېغىر جىسمانىي ھەرىكەت بىلەن شۇغۇللانسا بولىدۇ.

چقىقلار ھەققىدە ئومۇمىي چۈشەنچە

بوغۇم يۈزىنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ ئەسلى ئورنىدىن قوزغىلىشى چىقىق دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇرمۇشتا كۆپ ئۇچرايدۇ.

چىقىقنىڭ تۈرى ۋە ئۇلارنىڭ سەۋەبلىرى

بوغۇملارنىڭ چىقىقى، بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك يۈزىنىڭ ئەسلى ئورنىدىن سىلجىش دەرىجىسىگە قاراپ تولۇق چىقىق (خەلئى) ۋە يېرىم چىقىق (ۋەسىي) دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئالدىنقى چىقىق خىلىدا بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك يۈزى قارمۇ-قارشى تەرەپكە سىلجىپ، ئازراقمۇ ئۇدۇللاشمايدۇ. كېيىنكىسىدە بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك يۈزىنىڭ بىر قىسمى قارمۇ-قارشى تەرەپكە سىلجىسىمۇ لېكىن يەنە بىر قىسمى بىر بىرى بىلەن تېگىشىپ تۇرىدۇ. بوغۇم چىقىقىنىڭ يەنە بىر خىلى ئادەتتىلەنگەن چىقىق دەپ ئاتىلىدۇ. ئەرزىمەس سەۋەبلەردىن بوغۇملار چىقىپ كېتىدۇ. بۇ خىلدىكى بوغۇملارنى چىقىققا مايىل بوغۇملار دەپمۇ ئاتايمىز. مەسىلەن، ئېڭەك بوغۇمى، يەلكە بوغۇمى، تىز بوغۇمى، لېپەك چىقىقى قاتارلىقلار.

بوغۇملار چىقىقنى تۆۋەندىكى سەۋەبلەر كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ

(1) يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ۋە سوقۇلۇش قاتارلىق زەربىنىڭ تەسىرىدىن بوغۇم يۈزىنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك ئۇچلىرى قارمۇ-قارشى تەرەپكە سىلجىشتىن پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدىغان چىقىق تولۇق ياكى قىسمەن چىقىق بولۇشى مۇمكىن. بۇ خىل چىقىق شەكلى بەزىدە سۇنۇق بىلەن بىرگە كېلىدۇ.

(2) بوغۇملارنى مۇقىملاشتۇرغۇچى چاندىر (رىباتات) لار بوشىشىپ يېرىم پالەچ (ئىسترخا) بولغاندا، ئازراقلا زەربە ياكى ئاددىي سەۋەبلەردىنمۇ چىقىق پەيدا بولىدۇ. مەسىلەن، ئادەتتىلەنگەن چىقىق كۆپ ھاللاردا مۇشۇ خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدۇ. بوغۇمنى مۇقىملاشتۇرغۇچى چاندىرلارنىڭ بوشىشىپ كېتىشىگە كۆپىنچە سۇنۇقنى ئورنىغا

چۈشۈرۈشتە تارتىش كۈچىنىڭ زىيادە بولۇشى، چاندىرلاردا ھۆللۈكنىڭ كۆپىيىپ كېتىشى ياكى توغۇلۇشتىلا چاندىرلار ئاجىز بولۇپ، گۆش، چاندىرلارنىڭ تەرەققى قىلالماسلىقى قاتارلىقلار سەۋەب بولىدۇ.

(3) بوغۇملار تۈزۈلمىسىمۇ بوغۇم چىقىقىدا مۇھىم ئامىل ھېسابلىنىدۇ. مەسىلەن، يانپاش بوغۇم ئويمىنى چوڭقۇر بولغانلىقى، جەينەك بوغۇم قوش تومشۇقى ئۈستىنكى يېرىم دائىرىدە يۇقىرىقى بىلەك غالتىكىنى ئوراپ تورۇشى، قول-پۇت بارماق بوغۇملىرىنىڭ جىپسىلىشىشى بىر قەدەر مۇستەھكەم بولغانلىقى ئۈچۈن، بۇ خىل بوغۇملار تەستە چىقىدۇ. لېكىن بۇ خىلدىكى بوغۇم چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشمۇ تەسرەك بولىدۇ. ئەكسىچە يەلكە بوغۇم چاچىكىسى بىلەن ئېگەك بوغۇم يۈزى نىسبەتەن تېيىز بولغانلىقتىن بوغۇملار ئاسان چىقىدۇ، لېكىن ئورنىغا چۈشۈرۈشمۇ ئاسانراق بولىدۇ.

(4) بوغۇم ئويمىنىنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك گىرۋىكىنىڭ سۇنۇشى ياكى كېسەللىكتىن چىرىشى، جۈپ ئۈستىخانلارنى بىر بىرى بىلەن چېتىشتۇرىدىغان چاندىرلارنىڭ ئۈزۈلۈپ كېتىشى ياكى بولمىسا تورلۇك سەۋەبلەردىن بوغۇم بوشلۇقىدىكى سىلىقلاشتۇرغۇچى سۇيۇقلۇقنىڭ كۆپىيىشى بىلەن بىرگە قويۇقلىشىپ قېلىشى، قويۇق يەل يىغىلىشى قاتارلىق سەۋەبلەرمۇ بوغۇمنىڭ چىقىقنى ئىلگىرى سۈرىدۇ.

چىقىقتا كۆرۈلىدىغان ئورتاقلىققا ئىگە ئالامەتلەر

مەيلى قايسى بوغۇمنىڭ چىقىقى بولسۇن يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ. ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ ۋە سىرتقى شەكلىدە ھەر خىل غەيرىلىكلەر پەيدا بولىدۇ، چىققان بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بوغۇم يېرىم چىققان بولسا، بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى قىسمەن توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. قىسقىسى بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى قانچە كۆپ توسقۇنلۇققا ئۇچرىسا بوغۇمنىڭ چىقىقى شۇنچە ئېغىر ھېسابلىنىدۇ. چىققان بوغۇمنىڭ دائىرىسىدە پېتىنقى (ئويما) ۋە كۆپىنكى (پولتايما) شەكىل ئۆزگىرىشى بولىدۇ. مەسىلەن، ئېگەك بوغۇمى چىققاندا ئېگەكنىڭ سۆڭەك بوغۇم ئۆسۈكى ئەسلى ئورنىدىن ئارقا، ئالدى ياكى يۇقىرىغا سىلجىپ، بىر تەرەپتىن پولتايما پەيدا قىلسا، يەنە بىر تەرەپتىن ئويمان پەيدا قىلىدۇ ھەم بىمارنىڭ ئېغىزى ئېچىلىپ قالىدۇ. يەلكە بوغۇمى چىققاندا قولتۇقتا قاتتىق دۈمبەچە پەيدا بولسا، بوغۇم ئورنىدا ئويمان پەيدا بولىدۇ ۋە يارىدارنىڭ قىياپىتىدىمۇ ئۆزگىرىش بولىدۇ. ھەتتا

مۇچە بوغۇم چىقىقلىرىدا مۇچە ئۇزىرايدۇ ياكى قىسقىرايدۇ. مۇچە بىلەن گەۋدە ھالىتىدىمۇ ئۆزگىرىش پەيدا بولىدۇ. ئەگەر بوغۇمنىڭ چىقىقىغا سۇنۇق قوشۇلۇپ كەلسە، سۇنۇقتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر بىلەن چىقىقتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر ئارىلىشىپ ئەھۋالنى مۇرەككەپلەشتۈرىۋېتىدۇ. ھەر قانداق چىقىقتا بوغۇم يۈزى بىلەن بوغۇم ئەتراپىدىكى چاندىر قاتارلىق يۇمشاق توقۇلمىلار بىرگە زەخىملەنگەنلىكتىن چىققان بوغۇم دائىرىسىدە ئىششىق پەيدا بولىدۇ. ھەتتا بەزى چىقىقلاردا قان تومۇر بىلەن ئەسەب بېسىلىپ، قان ئايلىنىش بىلەن سېزىم توسقۇنلۇققا ئۇچرىشى مۇمكىن. بوغۇم چىقىقىدا بوغۇمنى ئوراپ تۇرغۇچى چاندىرلار زىيادە سوزۇلۇش ياكى ئەسەبلەر بېسىلىشتىن بوغۇم يېرىم پالەچ (ئىسترخائى مەپسەل) پەيدا بولغاندا، بوغۇمى چىققان شۇ ئەزا ئېغىرلاشقاندەك تۇيۇلىدۇ. چىققان ئەزا جانسىزلىنىپ ئۆزلۈكىدىن ھەرىكەتلىنىش ئىقتىدارى ئوخشىمىغان دەرىجىدە تۆۋەنلەيدۇ.

چىقىقنى داۋالاش پرىنسىپى ۋە داۋالاش تەدبىرى

چىقىقنى داۋالاش پرىنسىپى: چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش، ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلارنى بېرىش، بوغۇمدىكى پەي-تارامۇچلارنى چىڭىتقۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن تېڭىش، تېڭىقتىن كېيىن چىققان بوغۇمنى بىر مەزگىل ئارام ئالدۇرۇش (بولۇپمۇ ئاياق بوغۇمىنىڭ چىقىقىدا بىر مەزگىل ماڭماستىن يېتىپ ئارام ئېلىش)، ئىچىدىكى بۇزۇق ماددىلارنى تارقىتىپ، ئىششىقنى ياندۇرغۇچى ۋە ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلارنى بېرىش، ئىششىق يانغاندىن كېيىن، بوغۇم خىزمىتى ئەسلىگە كەلگىچە بوغۇم مەشقى قىلدۇرۇش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى ھەرقايسى بوغۇملارنىڭ تۈزۈلمىسى بىلەن چىقىق دەرىجىسى، چىقىققا قوشۇلۇپ سۇنۇقنىڭ بىرگە كەلگەن-كەلمىگەنلىكى ھەمدە ئىششىقنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكى قاتارلىقلارنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ (ھەرقايسى بوغۇملارنىڭ چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش مەخسۇس قىسىمدا بايان قىلىنىدۇ). چىقىققا ئەگىشىپ كەلگەن ئىششىق ئېغىر بولۇپ ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولسا، ئىششىق يانغاندىن كېيىن چۈشۈرۈلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى ۋاقتىدا ئورنىغا چۈشۈرۈلسە ئۈنۈمى كۆڭۈلدىكىدەك بولىدۇ. ئەگەر كېچىكىپ قالسا بوغۇم بوشلۇقىدا يىغىلىۋالغان سۇيۇقلۇق

قېتىشىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش قيىنلىشىدۇ. ئىششىق ئېغىر بولۇش بىلەن بىرگە سۈتۈق بىرگە كەلگەن بولسا ئاۋۋال ئىششىقنى ياندۇرۇپ، چىقىق بىلەن سۈتۈق بىرلا ۋاقىتتا ئورنىغا چۈشۈرۈلسىمۇ بولىدۇ. بىراق ئېگەك بوغۇم چىقىقىدا ئىششىقنى ياندۇرۇش باھانىسى بىلەن چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشنى كېچىكتۈرۈشكە بولمايدۇ. بوغۇمنىڭ چىقىقانلىقى ئېنىقلانغاندىن كېيىن ئاغرىقنى توختىتىپ، تىنچلاندۇرۇش مەقسىتىدە ئىچىدىن بەرشىشا، ئىيارەج جالىنۇس، ئاساناسىيائى كەبىر، بانادوق، جاۋارىش ھىندى قاتارلىق دورىلاردىن بىر خىلىنى ئىچىشكە بېرىپ، سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلارنى سۈرتۈپ، بىرەر سائەتتىن كېيىن ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىلىدۇ. تېڭىپ بولغاندىن كېيىن يېنىك سۈرگە دورىسى بېرىپ بەدەن تازىلىنىدۇ (بۇ ھۆللۈك زىيادە بولغان بىمارلار ئۈچۈن تېخىمۇ مۇھىم). قەۋزىيەتتىن ساقلىنىش ئۈچۈن پات - پات توخۇ گۆشى بىلەن شورپىسى، مېۋە سۈيى ۋە بادام يېغى (باشقا مېغىز يېغى بولسىمۇ بولىدۇ) بىلەن تەييارلانغان خۇش پۇراقلىق تائاملار بېرىلىدۇ. ئىچىدىن ئىچىشكە تۆۋەندىكى ئۇسخىلار بېرىلىدۇ. موغاس تالقىنىدىن 6 گرامنى مائۇل ھەسەل بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. غارىقۇن تالقىنىدىن 3 گرامنى بىر پىيالە جولاپ بىلەن ئىچىشكە بەرسىمۇ بولىدۇ. جىنتىيانادىن 4 گرام، ئۇدسەلىپتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ جۇلاپ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى گىلى ئەرمەندىن 3 گرامنى گۈلاپ بىلەن ياسالغان جۇلاپ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئوردانىدىن 3 گرام، رەۋەندىن 6 گرامنى بىر پىيالە جۇلاپ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يۇقىرىدىكىلەرنىڭ بىر خىلى ئىشلىتىلسە كۇپايە قىلىدۇ ياكى يۇقىرىدىكى دورىلار چۈشكەن مۇرەككەپ ئۇسخا تەييارلاپ ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ھەر كۈنى نوقۇت چوڭلۇقىدىكى موميانى ئىچىشكە بەرسىمۇ بولىدۇ.

بوغۇم چىقىقىغا سىرتتىن ئىشلىتىدىغان ئۇسخىلار تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: چىقان، غەلۋىرەك ۋە ھەر خىل تېرە زەخىملىنىشتە ئاغرىق توختىتىپ ئىششىقنى ياندۇرىدىغان سۈركەلمىلەرنىڭ ھەممىسى چىقىققا سىرتىدىن ئىشلىتىشكە مۇۋاپىق كېلىدۇ. بۇلارنىڭ سىرتىدا تۆۋەندىكى ئۇسخىلارنىڭ بىرىنى ئاغرىق توختىتىش ۋە يەرلىك ئورۇندىكى زىيانلىق ماددىلارنى تارقىتىپ ئىششىق ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

(1) ھەبۇلئاس، موغاس، ئاقلەيلى گۈلى تالقانلىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈرۈلىدۇ.

(2) راسەن (زەنجەبىل شامى)، ئاس، زىرە تالقىنى بىلەن بۇغداي ئۇنى ۋە ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈرۈلىدۇ.

(3) ماش ئۇنىنى ھاراق بىلەن يۇغۇرۇپ سىرتتىن قېلىن سۈركەپ تېڭىپ قويۇلىدۇ.

(4) مومىيانى سۇدا ئېرىتىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ قويۇلىدۇ.

(5) ئەنزەروتنى يالغۇز ياكى جۇز بوۋا يېغى بىلەن قوشۇپ سىرتتىن سۈرتۈپ بېرىلىدۇ.

(6) كۇندۇر، ئارپا ئۇنى، بەزىرۇل بەنجى يوپۇرماق سۈيى ياكى قىزىلچا قايناتمىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈرتۈلىدۇ.

(7) ئاس ۋە ئۇنىڭ مېۋىسى؛ ئەنجۇر ياغىچىنىڭ كۈلى، ھۆل زۇفا، رەيھان غازىڭىنى ئېزىپ (تالقانلاپ) تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(8) شەمشاد ياغىچىنىڭ ئىككىلىمىسى (ئىككىلەنگەن تالقىنى) توگمەن توزى ۋە زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورا تالقىنىنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ تاڭسىمۇ بولىدۇ.

(9) تاتلىق بادام بىلەن ئاچچىق بادام يېغىنى ئايرىم-ئايرىم ياكى بىرلەشتۈرۈپ ياكى بولمىسا باشقا ئۇسخىلار بىلەن بىرلەشتۈرۈپ سىرتتىن سۈرتۈپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(10) تال جۇپ كۈلى بىلەن ھۆل زۇفانى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈرتۈلىدۇ. شەۋكەران يىلتىزىنىڭ سۈيى بىلەن ئارپا ئۇنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىلمان ھالەتتە سۈرتۈپ بەرسىمۇ بولىدۇ.

(11) سەبرە سوقۇتىرىنى ھەببۇلئاس سۈيىدە يۇغۇرۇپ سۇيۇقراق خېمىر قىلىپ ياكى چاچ كۈلىنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(12) دادۇرنى سىركە بىلەن ھەسەلدە پىشۇرۇپ، ئېزىپ چاپسا ياكى گۈرۈچ نېنىنى سالايە قىلىپ ئاس سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(13) ماش ئۇنىدىن ياسالغان ناننىڭ بىر يۈزىنى پىشۇرۇپ خام يۈزىگە گۈل يېغى سۈرتۈپ، ئىسسىق ھالەتتە يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ تېڭىپ بېرىلسە ياكى نەغەزنىڭ گۈلى يىلتىزىنىڭ تالقىنىدىن زىماد ياساپ سىرتتىن چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(14) ئاس يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ) بىلەن قومۇش يىلتىزىنى يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ.

(15) ماش ئۇنى، گىلى ئەرمەنى، مۇرمەككى، ئاق لەيلى گۈلى، قىزىلگۈل، ھەر بىرىدىن 9 گرام، ئاس يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ) دىن 15 گرام ئېلىپ تالقانلاپ تۇخۇم ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

(16) موزا، ئاقاقىيا، ئاس، موغاس، بىلىق يېغى (ياكى يىلىمى)، ماش ئۇنى، ئەدەس، سىيادان، قىزىلگۈل ۋە گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق ئېلىپ، سوقىدىغانلىرىنى

سوقۇپ ياغلارغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈركەپ تېڭىلسىمۇ بولىدۇ.

(17) ئابدىمىلىك تورۇقى، مالكەنگىنى مىسرى، ئانىبە ھىندى، قارا كۈنجۈت، تۆچكە بۆرىكىنىڭ يېغى ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقىدىغانلىرىنى سوقۇپ، بۆرەك يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ تېڭىق ماتېرىيالىغا قېلىن سۈركەپ، ئوتقا قاقلاپ قىزىتىپ ئىككى سائەت ئەتراپىدا ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەنە شۇ ياسالمىنى ئىسسىق ھالىتىدە سۈرتۈپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. 3-كۈنى تېڭىقنى يېشىپ بۇ ئۇسۇلنى قايتا تەكرارلاپ تېڭىلىدۇ. ياز كۈنلىرى كۈنىگە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلسىمۇ بولىدۇ. بۇ دورىنى سۇنۇق بىلەن بوغۇم قايرىلىپ كېتىشكىمۇ ئىشلەتسە بولىدۇ. يۇقىرىقى سۈركەلمىلەرنى يەرلىك ئورۇننىڭ تېرىسىگە سۈرتۈشتىن سىرت تېڭىق ماتېرىيالىغىمۇ سۈركەلسە ئۈنۈمى ياخشىراق بولىدۇ.

بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتىن بىر سائەت ئىلگىرى ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىچكۈزۈشتىن سىرت، سىرتىدىن تېز تەسىر قىلغۇچى ئۇسخىلاردىن تۆۋەندىكىسى ئىشلىتىلسە يارىدارنىڭ ئاغرىق ئازابى يېنىكلىشىدۇ. زەرچۇبە 3 گرام، ئۈن 6 گرام، كۈندۈر 12 گرام، كۈنجۈت يېغى مۇۋاپىق مىقداردا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مەلۇم مىقداردىكى سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ پەس ئوتتا قاينىتىلىدۇ. قاينىتىش جەريانىدا كۈنجۈت يېغىدىن 3-5 مىللىلىتر ئەتراپىدا تېمىتىلىدۇ. قايناتما قىيامى تەڭشىلىپ ھالۋا ھالىتىگە كەلگەندە ئۈستىگە كۈنجۈت يېغىدىن مەلۇم مىقداردا قويۇپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، خالتىغا قاچىلاپ ئىسسىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا بىرەر سائەت يۆگەپ تۇرغۇزغاندىن كېيىن، دورىنى خالتىدىن چىقىرىپ يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق پېتى قېلىن سۈركەپ تېڭىلىدۇ.

بوغۇم چىقىقلىرى بىلەن بوغۇمنىڭ قايرىلىپ كېتىشى ياكى سۇنۇقلىرىنى تاڭغاندا ئىمكان قەدەر قۇرۇق تاڭماي ھەر خىل سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تاڭغان ياخشى. چۈنكى قۇرۇق تېڭىلسا يەرلىك ئورۇننى قىزىتىپ ئىششىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ياكى ئىششىشنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ. ھۆل تاڭغاندا تېڭىق تېڭىلىدىغان ماتا 3 ياكى 4 قەۋەتتىن ئېشىپ كەتمەسلىكى كېرەك. بەك قېلىن تېڭىلىپ كەتسە يەرلىك ئورۇننىڭ ھارارىتى يۇقىرىلاپ، ئىششىقنىڭ يېنىشىنى كېچىكتۈرۈۋېتىدۇ. سۈركەلمىلەرنى تېرىگىلا سۈركىمەستىن تېڭىق ماتېرىيالىغىمۇ قېلىن سۈركەش كېرەك. تېڭىق بەك چىڭ بولۇپ كەتمەسلىكى لازىم. ئەگەر بەك چىڭ تېڭىۋېتىلسە تېڭىلغان ئورۇنغا ساپ قان بىلەن ئوزۇقلۇق يېتەرلىك مىقداردا كېلەلمەيدۇ ۋە زىيانلىق ماددىلار قان ئارقىلىق چىقىرىش ئەزالىرىغا كېتەلمەي يەرلىك ئورۇندا يىغىلىپ قېلىپ ئاغرىشنى كەلتۈرۈشتىن

سىرت، توقۇلمىلارنى بۇزۇپ ساقىيىش ئۈزۈنغا سوزۇلۇپ كېتىدۇ. يەنە شۇنىڭغىمۇ دىققەت قىلىش كېرەككى سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان سۈركەلمە بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى ۋە بوغۇمنى مۇقىملاشتۇرۇش رولىنى ئۆتەيدىغان پەي-تاراموشلارنى كۈچلەندۈرىدىغان خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولۇشى كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن سۈركەلمىلەر تەركىبىدە موزا، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، قۇستى، قۇندۇز قەھرى، قارىغاي مېۋىسى، ئوبھەل ۋە ئازراق مىقداردا ئۈشنە قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر خىلى ياكى ئەھۋالغا قاراپ بىر نەچچە خىلى بولۇش كېرەك. چۇقۇق (پەتەق) كېسىلىگە سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان زىمادلارنىمۇ ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

ئەگەر چىقىقتا ئەگىشىپ پەيلەر ئۈزۈراپ كەتكەن بولسا تەنقىيە قىلىپ، بەدەندىكى زىيادە نەملىكنى ئازايتىش بىلەن بىرلىكتە، سىرتتىن موغاس، ئاقاقىيا، گۈل ئەرمىنى، سەبرى، مۇرمەككى ۋە ئاقلانغان ماش تالقىنىغا ئوخشاش پەينى كۈچلەندۈرگۈچى دورىلارنى ئاس سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپلىدۇ.

كۆپ ئۇچرايدىغان ھەرقايسى بوغۇم چىقىقلىرى

ئېگەك بوغۇم چىقىقى

ئېگەك بوغۇم چىقىقى ئېغىز ئېچىلىپ تۇرغان ھالەتتە تۈۋەن ئېگەككە مۇشت ياكى كاچات تېگىش قاتارلىق بىۋاستە زەربىدىن پەيدا بولىدۇ ياكى ئېگەك بوغۇمنى مۇقىملاشتۇرغۇچى پەي-تاراموچلەر زەئىپلەشكەندە كۈلگەندە، ئەسنىگەندە ياكى چوڭراق بىر نەرسىنى ئاغزىغا سېلىپ چايناۋاتقاندا ھەتتا گەپ قىلىۋاتقاندىمۇ پەيدا بولىدۇ. بۇ خىلدىكى چىقىق ئادەتتىلەنگەن چىقىق دەپ ئاتىلىدۇ. ئېگەك بوغۇم چىققاندا ئېغىز ئېچىلىپ، شۆلگەي ئاقىدۇ. ئىككى تەرەپ بوغۇم چىققاندا ئېگەكنى ئالدى تۆۋەنگە ساڭگىلاپ قالىدۇ. ئەگەر بىر تەرەپ چىققاندا ئېغىزى ئېچىلىپ، تۆۋەن ئېگەك بىر تەرەپكە قىيسىيىپ قالىدۇ. تۆۋەنكى ئېگەك بوغۇم ئۈستكىنى بوغۇم سىرتىدىكى ئورۇندىن سىلاپ بىلگىلى بولىدۇ. داۋالاشتا ياردەمچى ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزۇلۇدۇ. تېگىقچى ئىككى قولىنىڭ باش مالتىقىغا داكا ئوراپ، ياردەمچىنىڭ ئاغزىنى يوغان ئېچىپ جىددىيلەشمەي بوش ئولتۇرۇپ بارماقنى چىشلىۋالماسلىق ھەققىدە چۈشەندۈرۈلىدۇ. ئىككى

باش بارماقنى يارىدارنىڭ ئاغزىغا سېلىپ ئوڭ ۋە سول تۆۋەنكى ئېزىق چىش ئۈستىگە قويۇلىدۇ. قالغان بارماقنى ئېڭەك بۇلۇڭى ۋە ئۇنىڭ ئارقىسىغا قويۇپ، باش بارماق بىلەن تۆۋەنكى ئېڭەكنى پەسكە بېسىپ، قالغان بارماق بىلەن ئېڭەك سۆڭىكىنى ئالدى تەرەپكە تارتىش بىلەن يۇقىرىغا كۆتۈرۈشكە ئۇلاپلا تۆۋەنكى ئېڭەك ئارقا تەرەپكە ئىتتىرىلسە چىققان بوغۇم ئۆز ئورنىغا چۈشىدۇ (3 — 1 سۈرەت).

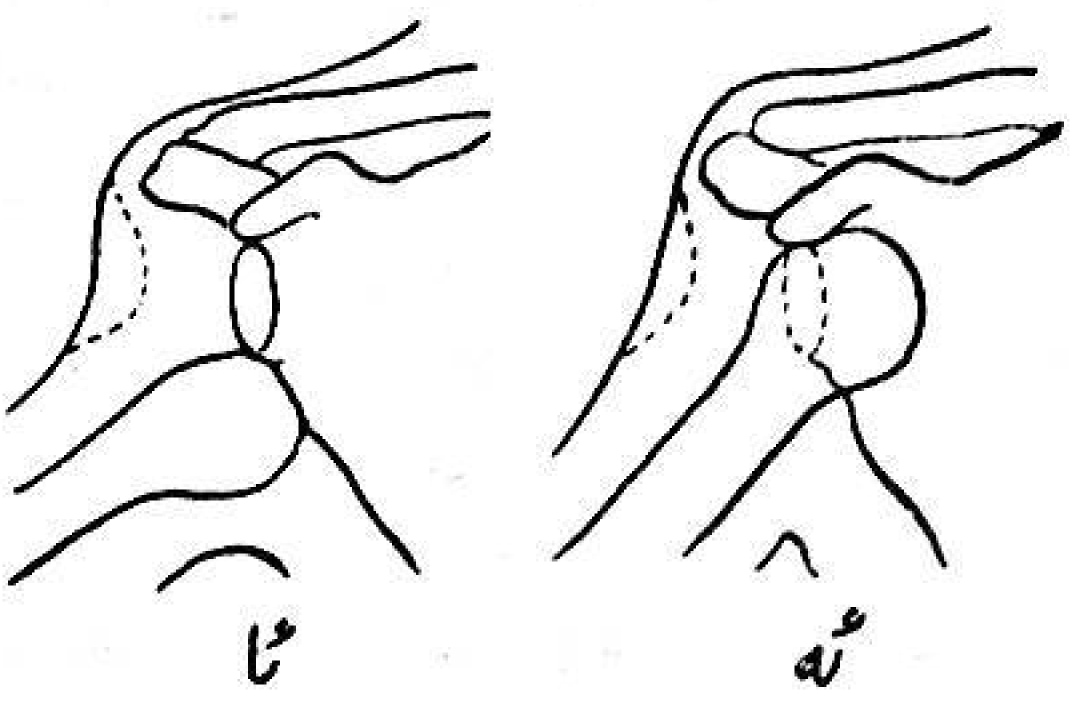
3 — 1 سۈرەت. ئېڭەك بوغۇم چىققىنى ئورنىغا كەلتۈرۈش

بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن تەركىبىدە موم ۋە گۈل يېغى بار سۈركەلمىلەرنى يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈپ ۋە ئېڭىق داكىسىغا مىلەپ تېڭىپ بېرىلىدۇ ھەم يېتىپ دەم ئېلىشقا بۇيرۇلىدۇ. ئەگەر ۋاقتىدا كېلىپ داۋالانماي بوغۇم قېتىۋالغان بولسا، ئاۋۋال يارىدارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈپ ھورلاندۇرۇپ بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاپ ئۈستىدىن ئىسسىق سۇ تېمىتىپ بوغۇم يۇمشىتىلىدۇ. ياكى بوغۇم قېتىپ قېلىشقا ئىشلىتىدىغان سۈركەلمىلەر ئىشلىتىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل تاكى بوغۇم يۇمشىغىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. بوغۇم يۇمشىغاندىن كېيىن يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. ئەگەر ئېڭەك بوغۇمىنىڭ ئادەتلەنگەن چىققى بولسا، بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن چاندىرلارنى چىڭىتقۇچى (بوغۇم پارالىچىنى داۋالىغۇچى) سۈركەلمىلەر بىلەن بىر مەزگىل تېڭىپ بېرىلىدۇ. دورا سۈرتۈش مەزگىلىدە كۆپ گەپ قىلماسلىق، سۇيۇق ـ سەلەڭ تاماقلار بىلەن ئوزۇقلىنىش كېرەك.

يەلكە بوغۇم چىققى

يەلكە (ئوشنە ياكى مۈرە) بوغۇم چىققى پۇزا سۆڭەك بېشىنىڭ نىسبەتەن چوڭ بولۇشى، تاغاق سۆڭەك بوغۇم خالتىسى بوشراق بولۇش، بوغۇم يۈزى چاچكىسى تېيىز

بولۇش، بوغۇم خالتىسىنى ئوراپ تۇرغان گۆش بىلەن پەي تارامۇچىلارنىڭ نېپىزراق بولۇشى (بولۇپمۇ يەلكە بوغۇم ئالدى تەرىپى بىلەن ئاستى تەرىپى نېپىز بولۇش) ۋە يەلكە بوغۇم ھەرىكەت دائىرىسىنىڭ كەڭ بولۇشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن، يەلكە بوغۇمىنىڭ چىقىشى باشقا بوغۇملارنىڭ چىقىشىغا قارىغاندا بىرقەدەر كۆپرەك ئۇچرايدۇ. يەلكە بوغۇم چىقىشى كۆپىنچە، ئادەم يىقىلغاندا ئالقان ياكى جەينەكنىڭ يالدۇر يەرگە تېگىشىدىن ھاسىل بولىدۇ. بەزىدە ئېلىشىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن يەلكە بوغۇمىنىڭ زىيادە تولغىنىشىدىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە چىقىقا قوشۇلۇپ ئۇقرەك سۆڭىكى بىلەن پوزا سۆڭەك بويىنىنىڭ سۇنۇشى بىرگە كېلىشى مۇمكىن.



3 — 2 سۈرەت. يەلكە بوغۇمىنىڭ چىقىقى

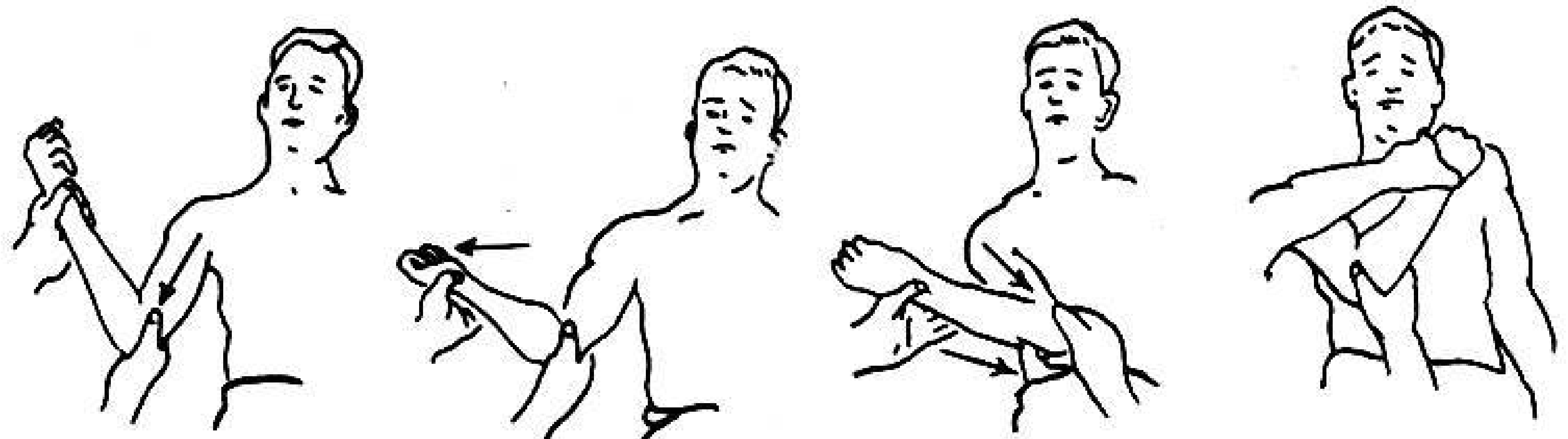
ئا: تاغاق سۆڭەك چاچىكا ئاستىغا چىقىش. ئە: تاغاق سۆڭەك تۇمشۇق تۇمشۇك ئاستىغا چىقىش.

يەلكە بوغۇم چىقىقى بەزىدە قولتۇق ئاستىغا چىقسا (تاغاق سۆڭەك چاچىكىسى ئاستىغا چىقسا) بەزىدە ئالدىغا (تاغاق سۆڭەك قۇش تۇمشۇقى ئاستىغا) چىقىدۇ (3 — 2 سۈرەت).

يەلكە بوغۇم چىققاندا شۇ تەرەپ يەلكە بوغۇمىنىڭ ھەرىكىتى كاشىلىغا ئۇچرايدۇ. بوغۇم چىققان تەرەپ مۈچە سىرتىغا ئازراق كېرىلىپ ئىگىلگەن ساق قولى بىلەن ئاغرىق تەرەپ بىلەكنى كۆتۈرىۋالغان، بېشى بوغۇم چىققان تەرەپكە قىيسايغان ۋە مۈرە كېڭەيگەن تۈسنى ئالىدۇ.

يەلكە بوغۇمى ئالدىغا چىققاننى داۋالاشتا ياردەمچىغا ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىچكۈزۈپ، سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلارنىڭ بىر خىلىنى سۈرتۈپ بىرەر سائەتتىن كېيىن ياردەمچى ئورۇندۇققا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بىرىنچى باسقۇچتا تېگىشچى بىر قولى بىلەن ياردەمچىنىڭ بوغۇم چىققان تەرەپتىكى بىلىكىدىن يەنە بىر قولى بىلەن جەينىكىدىن تۇتۇپ، جەينەكنى ئېگىپ، يەلكىنى پەسكە تارتىپ سىرتقا كېرىدۇ. ئىككىنچى باسقۇچتا بىرىنچى باسقۇچتىكى مەشغۇلىيەت ئاساسىدا يەلكە سىرتقا تولغىنىدۇ. ئۈچىنچى باسقۇچتا يەلكىنى سىرتىغا تولغاپ پەسكە تارتىش ئاساسىدا يەلكىنى ئىچىگە يىغىپ ئۈستىگە كۆتۈرۈلىدۇ. تۆتىنچى باسقۇچتا

جەينەك بوغۇمى كۆكرەككە يېقىنلاشتۇرۇلىدۇ بەزىدە چىققان يەلكە بوغۇمى ئالدىنقى باسقۇچلۇق مەشغۇلىيەت جەريانىدا ئورنىغا چۈشۈپ قېلىشى مۇمكىن. يەلكە بوغۇمىنىڭ چىقىقى مەيلى قايسى تۈسۈل بولسۇن يارىدارنىڭ جەينىكىنى كۆكرەككە تەككۈزۈپ ئالقىنىنى ساق تەرەپ مۈرىگە تەككۈزگىلى بولسا، بوغۇمنىڭ ئورنىغا چۈشكەنلىكىنى كۆرسىتىدۇ (3 — 3 سۈرەت).



ئا ئە ب پ

3 ـ 3 سۈرەت. يەلكە بوغۇم چىقىقىنى ئورنىغا چۈشۈرۈش

ئا: سىرتىغا كېرىپ پەسكە تارتىش. ئە: سىرتىغا تولغاش. ب: ئىچىگە يىغىپ يۇقىرىغا كۆتۈرۈش. پ: ئىچىگە تولغاپ مۈرىگە يەتكۈزۈش.

يەلكە بوغۇم چىقىقىنى ئورنىغا چۈشۈرۈشنىڭ يەنە بىر خىل تۈسۈلى تۆۋەندىكىچە: يارىدارنى ئۆڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، بوغۇم چىققان قولتۇقتا يۇمشاق ۋە قېلىنراق نەرسىلەرنى قويۇپ، تېبكقچى ئىككى قولى بىلەن يارىدارنىڭ بىلىكىدىن تۇتۇپ ئالدىغا تارتىدۇ. پۇتىنى يارىدارنىڭ بوغۇم چىققان تەرەپ قولتۇقىغا قويۇپ قارشى تەرەپكە ئىتتىرىپ، يەلكىنى ئىچىگە يىغسا چىققان بوغۇم ئورنىغا كېلىدۇ (3 — 4 سۈرەت).

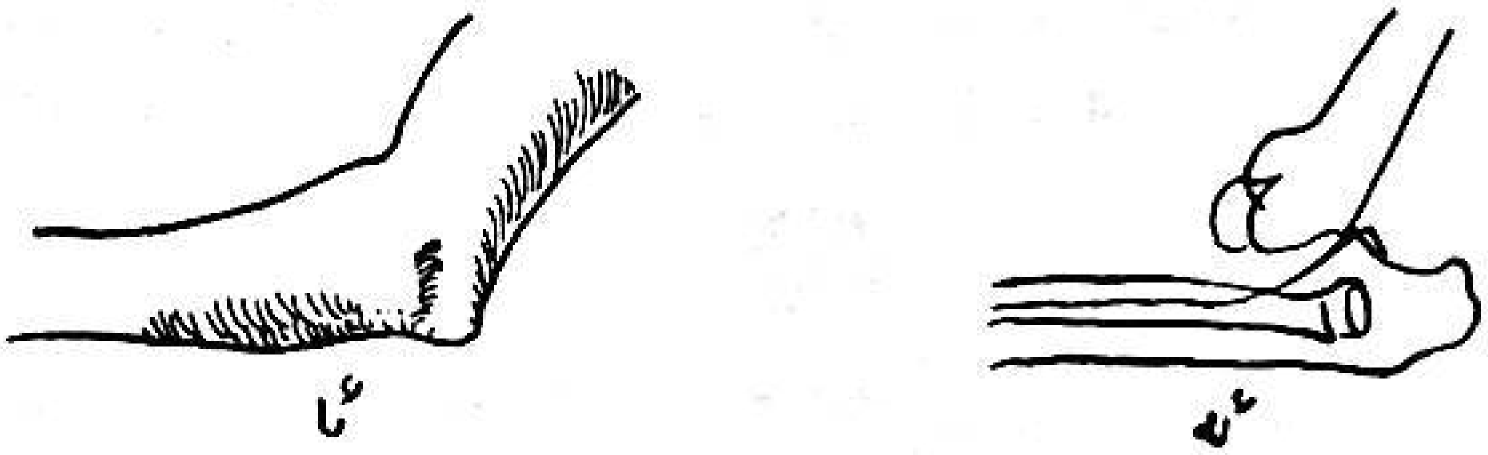
3 — 4 سۈرەت. پۇت بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش

ئەگەر يەلكە بوغۇمى ئارقىغا چىققان بولسا مۈرىنىڭ ئارقا تەرىپى ئىششىپ ئالدى تەرىپى تۈزۈلىدۇ ۋە يەلكە چوقىسى سىرتىغا پولتايغان تۈسنى ئالىدۇ. يەلكە بوغۇم بېشى تاغاق بېسى ياكى يەلكە بېسى ئاستىدا قولغا بىلىنىدۇ. داۋالاشتا بوغۇم چىققان تەرەپ پۇزىنى پەسكە تارتىپ سىرتىغا تولغانسا چىقىق ئورنىغا چۈشىدۇ.

يەلكە بوغۇم چىقىقى ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن ئىككى تەرەپ قولتۇققا يۇمشاق ۋە قېلىنراق نەرسە قويۇپ بوغۇم چىققان يەلكىنى كۆكرەككە يېقىنلاشتۇرۇپ بوغۇم دائىرىسىدىكى تېرىگە زۇرۇر تېپىلغان سۇركەلمىلەرنى سۈركىگەندىن كېيىن تېڭىق ماتېرىيالىنى ئىككى مۈرنى ئۆز ئىچىگە ئالغان چەلىپا (ꭗ) ياكى يانتۇ سەككىز (∞) شەكلىدە دۈمبە تەرەپتىن تېڭىلىدۇ. سۈرتۈلىدىغان سۇركەلمە چىقىق تەرەپتىكى يەلكە بوغۇمغا توغرا كېلىدىغان تېڭىق ماتېرىيالىغا سۈرتۈلىدۇ. ئىككى-ئۈچ كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. جەمئىي بىر-ئىككى ھەپتە تېڭىلسا كۇپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى مەشق قىلىنىدۇ.

جەينەك بوغۇم چىقىقى

ئادەم يىقىلغاندا جەينەك بوغۇمى تۈزلەنگەن ۋە يۇقىرى مۈچە سىرتقا كېرىلگەن ھالەتتە قول ئالقىنى بالدۇر يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. كۆپ ھاللاردا جەينەك سۆڭەك قوش ئۇمشۇقى ئۇستىكى ئارقىغا سىلجىشتىن پەيدا بولىدىغان چىقىق كۆپ ئۇچرايدۇ (3 — 5 سۈرەت). جەينەك بوغۇمنىڭ باشقا خىللىرىدىكى چىقىق كەمرەك ئۇچرايدۇ.



3 — 5 سۈرەت. جەينەك بوغۇمنىڭ ئارقىغا چىقىشى

ئا: جەينەك بوغۇم ئارقىغا چىقىشنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشى. ئە: قوش ئۇمشۇقنىڭ ئورنىدىن سىلجىشى

جەينەك بوغۇمى چىققاندا جەينەك بوغۇمى ئاغرىيدۇ ۋە ئىششىيدۇ. جەينەك بوغۇمى يېنىك ئېگىلگەن تۈسنى ئېلىپ تۈزلىگىلى بولمايدۇ. جەينەك سۆڭەك قوش ئۇمشۇقى ئۇستى جەينەك بوغۇمى ئارقىسىدا پۇلتىيىپ چىقىپ قالىدۇ. جەينەك بوغۇمنى ھەرىكەتلەندۈرگىلى بولمايدۇ.

داۋالاشتا يارىدارغا ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىچكۈزۈش بىلەن بىرگە جەينەك ئەتراپىغا ئاغرىق توختاتقۇچى سۈركەلمىلەرنى سۈرتۈپ، بىرەر سائەتتىن كېيىن ياردەمچى يەلكىدىن تۇتۇپ تۈزى تەرەپكە تارتىدۇ. تېخنىكچى بىر قولى بىلەن يارىدارنىڭ بېغىشىدىن تۇتۇپ تۈزى تەرەپكە تارتىدۇ ۋە يەنە بىر قولىنى جەينەكنىڭ ئالدى تەرىپىگە قويۇپ، يەلكە سۆڭىكى تۈۋىنىكى تۈچىنى ئارقىسىغا ئىتتىرىشكە (مۇرە تەرەپكە تارتىشقا) بىرلەشتۈرۈپ بىلەكنى ئەگسە، چىقىق ئورنىغا چۈشىدۇ. چىققان بوغۇم ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن جەينەك بوغۇمىنى يېرىم ئەگكەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ تاڭىدۇ ۋە بىلەك ئورنى ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. جەمئىي بىر-ئىككى ھەپتە تېڭىلسا كۇپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بوغۇم ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ.

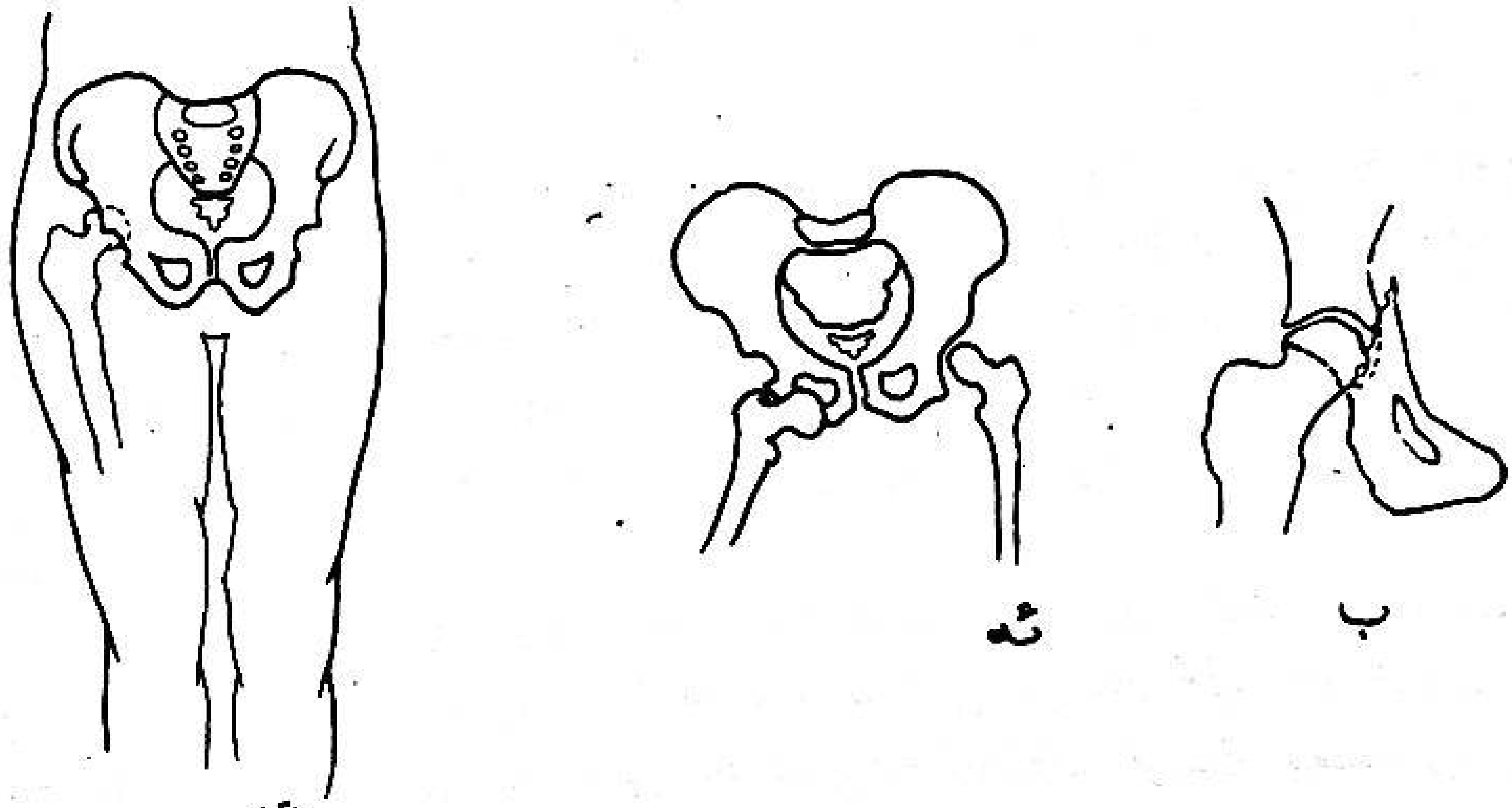
بارماق بوغۇم چىقىقى

بېغىش بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىلەن بىگىز، ئوتتۇرا، نامسىز ۋە چىمچىلاق بارماق بوغۇملارنىڭ چىقىقى بىرقەدەر كەمرەك ئۇچرايدۇ. بىراق باش بارماق بىلەن پەنجە سۆڭىكى بوغۇمىنىڭ چىقىشى بىرقەدەر كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بۇ خىل چىقىق ئادەم يىقىلغاندا باش بارماق ئۇچى بالدۇر يەرگە تېگىش ياكى قايرىلىپ كېتىشتىن پەيدا بولىدۇ. باش بارماق — پەنجە سۆڭەك بوغۇمى چىققاندا بوغۇم خالتىسى زەخىملىنىشى مۇمكىن.

داۋالاشتا ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىنى ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئىشلەتكەندىن كېيىن، ياردەمچى يارىدارنىڭ بىلىكىنى ئۈستەل ئۈستىگە قويۇپ چىڭ تۇتۇپ تۇرىدۇ. ئىككىنچى بىر قولى بىلەن بوغۇم چىققان قولنىڭ بېغىشىدىن تۇتىدۇ، يەنە بىر قولىنى بېغىشنىڭ دۈمبىسىگە قويۇپ باش بارمىقى بىلەن باش بارماق سۆڭىكىنىڭ پەنجە تەرەپ ئۇچىنى ئىتتىرىسە چىقىق ئورنىغا چۈشىدۇ. بوغۇم ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن يارىدارنىڭ بوغۇمى چىققان قولىغا بىر كاللەك تېڭىق ماتېرىيالىنى قاماللاپ تۇتقان قىياپەتتە تۇرغۇزۇپ ھۆل تېڭىق ئۇسۇلى بىلەن ئىككى-ئۈچ ھەپتە تېڭىلىدۇ (ئارىلىقتا تېڭىق ئالماشتۇرۇلۇپ تۇرۇلىدۇ). ئۇنىڭدىن كېيىن باش بارماق بوغۇم ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ.

يانپاش بوغۇم چىقىقى

يانپاش بوغۇمى بىرقەدەر مۇستەھكەم بولغانلىقى ئۈچۈن، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان بوغۇم چىقىقلىرىغا قارىغاندا كەمرەك ئۇچرايدۇ. كۆپىنچە يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ياكى قاتتىق تولغىنىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. يانپاش بوغۇم چىقىقىدا سان سۆڭەك بېشى بەزىدە يانپاش بوغۇمىنىڭ ئارقا تەرىپىگە چىقسا بەزىدە ئالدىغا چىقىدۇ. قىسمەن ئەھۋاللاردا يانپاش بوغۇم ئويىقىنىڭ مەركىزى سۆڭەك تېمىنى بۇزۇپ داس بوشلۇقىنىڭ ئىچىگە چىقىشى مۇمكىن. بۇ يانپاش بوغۇمىنىڭ مەركەزگە چىقىشى دەپ ئاتىلىدۇ (3 — 6 سۈرەت).



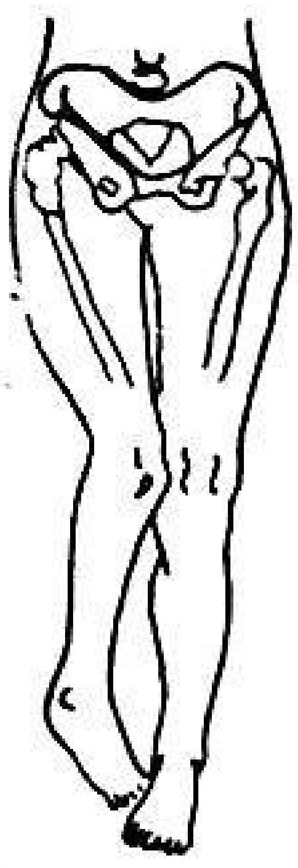
ئا ئە ب

3 ـ 6 سۈرەت. يانپاش بوغۇم چىقىق شەكلى

ئا: يانپاش بوغۇمىنىڭ ئارقىغا چىقىشى. ئە: يانپاش بوغۇمىنىڭ ئالدىغا چىقىشى. ب: يانپاش بوغۇمىنىڭ مەركەزگە چىقىشى

يانپاش بوغۇمى ئارقىغا چىققاندا يانپاش بوغۇم ساھەسى ئاغرىش بىلەن ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراشتىن سىرت، يانپاش بوغۇمى ئىگىلگەن، سان بىلەن تىز ئىچىگە يىغىلغان، چىققان تەرەپ تىزىنى ساق تەرەپ تىزىغا يۆلىۋالغان،

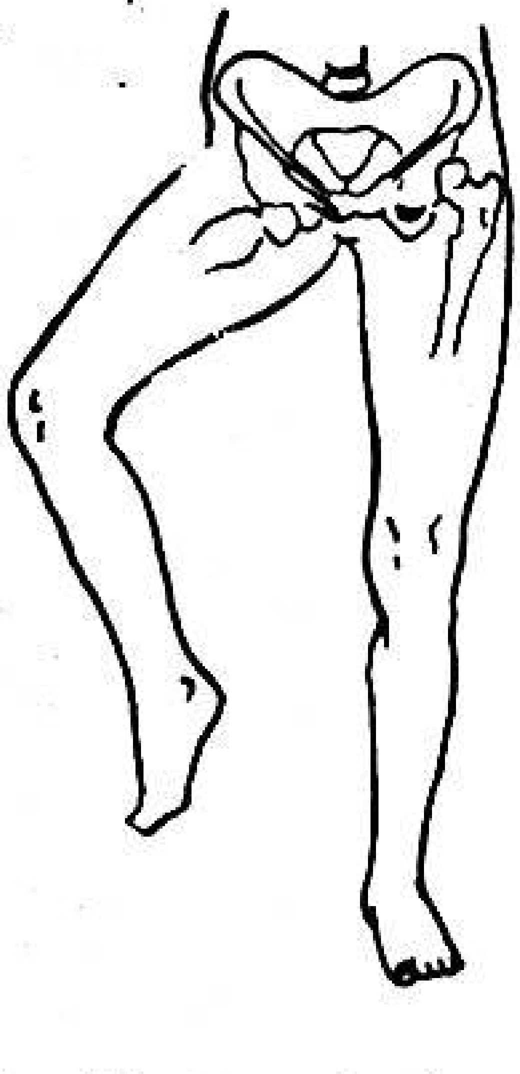
چىققان تەرەپ پۇت بارمىقى ساق تەرەپ پۇتنىڭ ئىچكى تەرىپىگە تېگىپ تۇرغان، چىققان تەرەپ ئاياغ قىسقىرىغان ۋە چىققان تەرەپ ساغرا بىلەن سان سۆڭىكى چوڭ غادۇر ـ بۇدۇر قىسمى ساق تەرەپكە قارىغاندا پولتىيىپ چىققان ھەم ساغرى سىزىق ساق تەرەپكە قارىغاندا ئېگىزلىگەن تۈسنى ئالىدۇ. لېكىن بەزى يارىدارلاردا بوغۇم يېڭى چىققاندا چىققان تەرەپ پاقالچاق بىلەن پۇتى سىرتىغا كېرىلگەن تۈسنى ئېلىش مۇمكىن (3 — 7 سۈرەت).



3 — 7. سۈرەت. يانپاش بوغۇمى ئارقىغا چىققاندىكى ھالەت

يانپاش بوغۇم ئالدىغا چىققاندا بوغۇم چىققان تەرەپتىكى ئاياق سىرتقا كېرىلىپ، سىرتقا تولغاشقان، يانپاش بوغۇمى بىلەن تىز بوغۇمى ئېگىلگەن، پۇتى سىرتقا تولغاشقان، پۇت ۋە دۈمبىنىڭ سىرتقى تەرىپى بىلەن سىرتقى ھوشۇق يەرگە تېگىپ تۇرغان، چىققان تەرەپ ئاياق ئۇزارغان تۈسنى ئېلىپ چات قىسمىدا سان سۆڭىكى بېشىنى تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا يانپاش بوغۇم ساھەسى ئاغرىيدۇ ۋە يانپاش بوغۇمنى ھەرىكەتلەندۈرەلمەيدۇ (3 — 8 سۈرەت).

يانپاش بوغۇم مەركەزگە چىققاندا ئاسانلا سەدەمە (شوك) پەيدا بولۇپ، تۆۋەنكى قۇرساق ئېسىلىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. يانپاش بوغۇمنى ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىش تېخىمۇ قاتتىق بولىدۇ. چىققان تەرەپ ئاياقنىڭ قىسقىرىشى روشەن بولمايدۇ. يانپاش بوغۇم چىقىقىنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاش تۆۋەندىكىچە بولىدۇ. يارىدارغا ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىپ بىرەر سائەتتىن كېيىن ياردەمچى يارىدارنىڭ قۇرساق قىسمىغا مىنگىشىپ ئىككى قولى بىلەن يانپاش سۆڭىكىنى پەسكە باسىدۇ. تېڭىقچى بىر قولى بىلەن چىققان تەرەپ ئاياغنىڭ ھوشۇقىدىن تۇتۇپ يەنە بىر قولىنى تىزنىڭ ئاستىدىن ئۆتكۈزۈپ تىزنى ئەگكەن ھالەتتە ھوشۇقنى تۆۋەنگە بېسىپ تىزنىڭ ئاستىدىن يۇقىرىغا كۆتۈرۈشكە بىرلەشتۈرۈپ ساننى ئىچىگە يېنىپ ئىچىگە تولغايدۇ ۋە بۇنىڭغا ئۇلاپ يانپاش بوغۇمنى سىرتقا كېرىپ، سىرتقا تولغاپ، پۇتۇن ئاياقنى تۈزلىگىلى بولسا چىققان بوغۇم ئورنىغا چۈشكەن



3 — 8 سۈرەت. يانپاش بوغۇم ئالدىغا چىققاندىكى ھالەت

بولىدۇ.

يانپاش بوغۇم ئالدىغا چىقىقاندا بىر نەپەر ياردەمچى يارىدارنىڭ قورساق قىسمىغا مىنگىشىپ، يانپاشنىڭ ئىككى تەرىپىدىن بېسىپ تۇرىدۇ. تېگىقچى چىقىقان تەرەپ ئاياغنى سىرتقا كەرگەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ تۈزى تەرەپكە تارتىدۇ. ئىككىنچى ياردەمچى ئەۋرەت ياكى يېرىق (چات) قىسمىدىن سان سۆڭەك بېشىنى سىرتقى ئارقا تەرەپكە ئىتتىرىدۇ. تېگىقچى يۇقىرىدىكى مەشغۇلىيەتكە بىرلەشتۈرۈپ ساننى ئىچىگە يىغىپ ئاياقنى تۈزلىسە چىقىق ئورنىغا چۈشىدۇ. يانپاش بوغۇمنىڭ مەركىزىگە چىقىقان چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە ئېغىرلىق ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ.

ئارقا ۋە ئالدىغا چىقىقان چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن ھۆل تېڭىق ئۇسۇلى بىلەن ئىككى ھەپتە تېڭىق مۇقىملاشتۇرۇلۇش كۆپەيە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىككى ھەپتە ئەتراپىدا كارىۋات ئۈستىدە يانپاش بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلدۇرۇلىدۇ. بەشىنچى ھەپتىدىن كېيىن قوش قولتۇق ھاسىسى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ ۋە چىقىقان تەرەپ ئاياقىقا ئېغىرلىق چۈشۈرۈش مەشقى قىلىپ بېرىلىدۇ. ئاخىرىدا تاق ھاسا بىلەن مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. ئاغرىش تۈگىگەندىن كېيىن ھاسا تاياقسىز ماڭسا بولىدۇ. يانپاش بوغۇمنىڭ مەركەزگە چىقىشىنى داۋالاشتا ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. ئاۋۋال ئېسىلغان ئېغىرلىق چوڭراق بولىدۇ. چىقىق ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن ئېسىلغان ئېغىرلىقنى ئازايتىپ، يانپاش ئۈيۈقىدىكى سۇنغان سۆڭەك ساقايغۇچە داۋاملىق 8 ـ 6 ھەپتە ئەتراپىدا ئېسىلىدۇ. لېكىن ئېسىپ تارتىپ 4 ـ 3 ھەپتىدىن كېيىن ئېسىپ تارتىش ھالىتىدە تۇرغۇزۇپ، يانپاش بوغۇمى بىلەن تىز بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. تارتىشنى ئېلىپ تاشلىغاندىن كېيىن ئىككى ھەپتە ئەتراپىدا كارىۋاتتا يېتىپ يانپاش بوغۇم ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قوش قولتۇق ھاسىسىنىڭ ياردىمى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ ۋە چىقىقان تەرەپ ئاياغقا تەدرىجى بەدەن ئېغىرلىقنى سېلىپ مېڭىشنى مەشىق قىلىشقا، ئۇنىڭدىن كېيىن تاق ھاسا بىلەن مېڭىشنى مەشىق قىلىشقا، ئاغرىش بىلەن يېقىمسىزلىق توختىغاندىن كېيىن ھاسىسىز مېڭىپ ھەرىكەتلىنىشكە بولىدۇ.

تىز بوغۇم چىقىقى

تىز بوغۇم تۈزۈلمىسىدىكى باغلانمىلار بىرقەدەر كۈچلۈك بولغانلىقتىن، تىز بوغۇمى

چىقىقى باشقا چوڭ بوغۇملارغا قارىغاندا كەمرەك ئۇچرايدۇ. لېكىن لېپەك بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىرقەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ. تىز بوغۇمىنىڭ چىقىقى يىقىلىش ياكى ئۇرۇلۇش قاتارلىق بىۋاستە زەربىدىن پەيدا بولىدۇ. تىز بوغۇم چىقىقىدا سان ۋە پاقالچاق سۆڭىكى بىلەن تىز بوغۇم كۆمۈرچەك يۈزى ھەمدە بوغۇم خالتىسى ۋە بوغۇم خالتىسى ئەتراپىدىكى باغلانمىلار ئوخشىمىغان دەرىجىدە زەخىملىنىدۇ. لېپەك سۆڭىكىنىڭ چىقىشى كۆپىنچە لېپەك سۆڭىكىنى مۇقىملاشتۇرغۇچى پەيلەر ھەر خىل زەخىملىنىش سەۋەبىدىن سوزۇلۇپ يىرتىم پالەچلىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. تىز بوغۇمى چىقىقاندا ئاغرىش قاتتىق بولىدۇ. ئىششىق ئېغىرراق بولىدۇ. ھەرىكىتى كاشىلىغا ئۇچرايدۇ. پاقالچاق سۆڭىكى يۇقىرى ئۇچى ئالدى ياكى ئارقىغا ياكى بولمىسا يان تەرەپكە پولتىيىپ چىقىشى مۇمكىن.

داۋالاشتا ئاۋۋال ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇچى دورا ئىشلىتىپ بىرەر سائەتلەردىن كېيىن ئىككى ياردەمچى سان بىلەن پاقالچاقنى قارمۇ-قارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولىنىڭ ياردىمى بىلەن، سان سۆڭىكى تۆۋەن ئۇچى ھەم پاقالچاق سۆڭىكى يۇقىرىقى ئۇچىنى بېسىش، كۆتۈرۈش ۋە ئىتتىرىش قاتارلىق ئۇسۇللار بىلەن چىققان بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرىدۇ. چىققان بوغۇم ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن، تىز بوغۇمنى ئازراق ئەگكەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ، تەخمىنەن 10 — 8 ھەپتىگىچە تېڭىپ بېرىلىدۇ. يەنى ئاۋۋال ئىششىق ياندۇرۇپ، ئاغرىق توختاتقۇچى سۈركەلمىلەر ئىشلىتىلىدۇ. كېيىن پەيلەرنى چىڭىتقۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. تېڭىق مەزگىلىدە ھوشۇق بىلەن ياناپاش بوغۇم ھەرىكىتى مەشىق قىلىپ بېرىلىدۇ. تېڭىش توختىتىلغاندىن كېيىن ئىككى ھەپتە كارىۋات ئۈستىدە تىز بوغۇمىنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاۋۋال قوش قولتۇق ھاسىسى، كېيىن تاق قولتۇق ھاسىسى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. چىققان ئاياقتا تەدرىجىي بەدەن ئېغىرلىقىنى سېلىپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. ئاغرىش قاتارلىق يېقىمسىزلىق تۈگىگەندىن كېيىن ھاسا تاياقسىز مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. لېپەك سۆڭىكى كۆپ ھاللاردا تىزنىڭ ئىككى يان تەرىپىگە چىقىدۇ. لېپەك بوغۇمى چىققاندا تىز بوغۇمى ئاغرىيدۇ ۋە تىز بوغۇمىنىڭ ئىككى يېنىدىن لېپەك سۆڭىكىنى ئوتتۇپ بىلگىلى بولىدۇ. لېپەك سۆڭىكىنىڭ چىقىقى قاتتىق زەخىمدىن پەيدا بولسا تىز بوغۇمىنىڭ ئىششىقى ئېغىر بولىدۇ. لېپەكنىڭ ئادەتتىلەنگەن چىقىقىدا ئىششىق ئانچە روشەن بولمايدۇ ياكى يېنىك دەرىجىدە ئىششىش مۇمكىن. داۋالاشتا يارىدارنى ياتقۇزۇپ، تىز بوغۇمىنى تۈزلەپ بىر قول بىلەن لېپەك سۆڭىكىنى تىز بوغۇمىنىڭ مەركىزىگە قارىتىپ ئىتتەرسە لېپەك سۆڭىكى ئورنىغا چۈشىدۇ. ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن پەيلەرنى چىڭىتىدىغان

سۇركەلمەلەر بىلەن بىر قانچە ھەپتە تېڭىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن كارىۋات ئۈستىدە تىز بوغۇمىنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. كېيىنچە ئاۋۋال قوش قولتۇق ھاسىسى ئارقىدىن تاق قولتۇق ھاسىسى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. لېكىن سۆڭەكنىڭ ئادەتتىكىدەك چىققاندا ھاسا بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىشنى مەشىق قىلىش جەريانىدا پەيلەرنى چىڭىتىدىغان سۇركەلمەلەرنى تىز بوغۇم ئەتراپىغا سۈرتۈشكە بولىدۇ.

ھوشۇق بوغۇم چىقىقى

ھوشۇق بوغۇمى مۇقىم بوغۇم بولغانلىقى ئۈچۈن، ھوشۇق بوغۇمىنىڭ نوقۇل چىقىقى كەم ئۇچرايدۇ. پاقالچاق ياكى يان پاقالچاق سۆڭىكىنىڭ ھوشۇق ئۈستى سۇنغاندىلا ئاندىن ھوشۇق بوغۇمىنىڭ چىقىشى پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭ داۋاسى پاقالچاق سۆڭەك تۇۋەن ئۈچىنىڭ سۇنۇقىنى بىر تەرەپ قىلىش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش.

ئومۇرتقا چىقىقى

ئومۇرتقا چىقىقى ئىچىدە بەل ئومۇرتقىسىنىڭ چىقىقى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا بويۇن ئومۇرتقىسى بىلەن قوۋۇرغا ئومۇرتقا چىقىقى ئۇچرايدۇ. كۆكرەك ئومۇرتقا چىقىقى كەمرەك ئۇچرايدۇ. ئومۇرتقا چىقىقى كۆپ ھاللاردا سۇنۇق بىلەن بىرگە كېلىدۇ. ئومۇرتقا چىقىقى ئۇرۇلۇش ۋە يىقىلىش قاتارلىق زەخىملىنىشلەردىن سىرت قاتتىق تولغىنىشتىنمۇ پەيدا بولىدۇ. ئومۇرتقا بوغۇمىنىڭ چىقىقى بوغۇم ئەتراپىدىكى گۆش ۋە پەيلەر ياللۇغى بىلەن ئاغرىغۇچىلار ھەم بوغۇم بوشلۇقىغا قويۇق يەل يىغىلغۇچىلار ياكى بوغۇمنى مۇقىملاشتۇرغۇچى پەي تارامۇچ چاندىرلاردىكى نەملىك كۆپىيىپ، پەي تارامۇچ چاندىرلار بوشاپ كەتكۈچىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئومۇرتقا تېنىنىڭ چىقىقىدا يۇلۇن بېسىلىپ زەخىملەنگەن بولسا كەسمە پالەچلىك پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ئومۇرتقا ئۇششاق بوغۇملىرى چىققان بولسا، يۇلۇندىن چىققان ئەسەب تاناپلىرى زەخىملىنىشتىن (بېسىلىش ياكى

قىسىلىش) شۇ سەۋەب تارقالغان ئورۇننىڭ ھەرىكىتى بىلەن سېزىمى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ.

ئومۇرتقا چىقىقى ئالدىغا (ئىچىگە) چىقىش ۋە ئارقىغا (سىرتقا) چىقىش دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئالدىغا چىقىشنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاش قىيىنراق بولۇپ، ساقىيىشىدىن ئانچە چوڭ ئۈمىد كۈتكىلى بولمايدۇ (غەربچە داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش كېرەك). ئارقىغا (سىرتقا) چىققان چىقىق بىلەن يانغا چىققان چىقىقلارنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاش، ئومۇرتقىنىڭ سۆڭىكىنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاش ئۇسۇلىغا ئاساسەن ئوخشاش بولۇپ (ئومۇرتقا سۆڭىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن)، ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. سىرتتىن تېڭىشتا، ئەگەر سۆڭەك قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا سۆڭەكتە ئىشلىتىلىدىغان سۈركەلمىلەر بىلەن تېڭىلىدۇ. ئومۇرتقا سۆڭەكلىرى سۇنمىغان نورمال چىقىقتا پەي-تارامچىلارنى چىڭىتىشقا ياردىمى بولىدىغان سۈركەلمىلەر بىلەن تېڭىلىدۇ. ئەگەر ياردارلاردا دەسلەپكى كۆرۈنۈشلەردە (چىقىق ئورنىغا چۈشۈشتىن ئىلگىرى) ئاغرىش قاتتىقراق بولسا ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر كەسمە پالەچلىك پەيدا بولسا چىقىقنى داۋالاشقا بىرلەشتۈرۈپ پالەچكە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. يۇلۇن بىلەن ئەسەب تاناپلىرىنىڭ زەخىملىنىشى ئېغىرراق بولسا تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاشنى تەكىتلەپ، ۋاقىتنى ئۆتكۈزمەي، دەستكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالاپ يۇلۇن بىلەن ئەسەب تاناپلىرىنىڭ بېسىلىشىنى بالدۇرراق ھەل قىلىش كېرەك. كېچىكىپ قالسا دەستكار ئۇسۇلىمۇ ئۈنۈم بەرمەي، ئومۇرلۇك مېيىپ بولۇپ قېلىشى مۇمكىن. قوۋۇرغا ئومۇرتقىسى چىققان بولسا، تېڭىقچى ئوڭ قول بېگىز بارمىقىنى ياردارنىڭ مەقئەتكە كىرگۈزۈپ تۈز ئۈچەي ئارقا تېمىنى بېگىز بارماق ئارقىلىق چىققان ئورۇننى سىلاپ تېپىپ، سىرتىدىن سول قولىنى ئىشقا سېلىپ قارمۇ-قارشى تەرەپكە بېسىش، كۆتۈرۈش ياكى ئىتتىرىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. پەي-چاندىرلارنى چىڭىتقۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن سىرتتىن ھۆل تېڭىلىدۇ. ياردار بىرەر ئايغىچە ئولتۇرماي يېتىپ ئارام ئالىدۇ ياكى تېڭىپ ھەپتىدىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىپ بەرسىمۇ بولىدۇ، لېكىن ئولتۇرماسلىق كېرەك. ياردارنىڭ چوڭ تەرەت قىلىش سانىنى ئازايتىش مەقسىتىدە قالدۇقى كۆپ مېۋە-چېۋە ۋە كۆكتاتلارنى كەمرەك ئىستېمال قىلىپ گۆش، تۇخۇم، سۈت، قايماق، ماي قاتارلىق يېمەكلىكلەر كۆپرەك بېرىلىدۇ. لېكىن قەۋزىيەت بولۇپ قېلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. تەخمىنەن بىرەر ئايدىن كېيىن قېلىنراق يۇمشاق كۆرپە ئۈستىدە ئولتۇرۇپ بېرىش مەشق قىلىنىدۇ.

سۆگەك ۋە بوغۇملارنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

بوغۇم قايرىلىپ كېتىش

بوغۇم قايرىلىپ كېتىش كۆپرەك هوشۇق بوغۇمدا، ئۇنىڭدىن قالسا باش بارماق پەنجە بوغۇمى بىلەن بېغىش بوغۇملىرىدا ئۇچرايدۇ. قىسمەن ئەھۋاللاردا يەلكە، يانپاش، تىز بوغۇملىرى بىلەن بويۇن ياكى بەل ئومۇرتقىلىرىدىمۇ ئۇچرايدۇ. بوغۇم قايرىلىپ كېتىشتە سۆگەكلەر سۇنمايدۇ ۋە بوغۇملار ئورنىدىن قوزغالمايدۇ. پەقەت بوغۇمنى مۇقىملاشتۇرغۇچى پەي-چاندىرلار بىلەن بوغۇمنىڭ ئەتراپىدىكى يۇمشاق توقۇلمىلار زەخىملىنىدۇ. بوغۇم قايرىلىش ئېگىز-پەس يوللار بىلەن تېيىلغاق يوللاردا، شۇنىڭ ياكى پەلەمپەيدىن چىقىش-چۈشۈشتە ئاياق ئۇچىسى قايرىلىپ كېتىش ياكى ماڭغاندا تېيىلىپ كېتىش، ئۆزئارا ئېلىشىش ۋە ئېغىرلىق كۆتۈرۈش، ھەتتا بويۇن بىلەن بەلنى تېز بۇراش قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ، گۆشلەر قىسقىراش ھالىتىدە تۇرغۇزۇلۇشتىنمۇ قايرىلىش پەيدا بولىدۇ. بوغۇم قايرىلغاندا قايرىلغان بوغۇم ئاغرىيدۇ ۋە ئىششىيدۇ. بىراق يۇمشاق توقۇلمىلار قېلىنراق ئوراپ تۇرغان بوغۇملاردا ئىششىش روشەن بولماسلىقى مۇمكىن.

بوغۇملار زەخىملىنىپ سۆگەك سۇنمىغان ياكى بوغۇم چىقمىغانلىقى ئىسپاتلانغان بوغۇم قايرىلىشنى تۆۋەندىكى ئۇسۇل بىلەن داۋالاش كېرەك.

(1) يەرلىك ئورنىغا يېرىم سائەت ئەتراپىدا ئىسسىق سۇ جىغىتىپ (نوتۇل قىلىپ) بولغاندىن كېيىن گۈل ئەرمىنى (ياكى گرو) بىلەن تۇخۇم ئېقى (ياكى سىرىقى)نى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ ياز كۈنلىرى ئاپتاپقا، قىش كۈنلىرى ئوتقا قاقلاپ بېرىلىدۇ.

(2) بۇغداي ئۇنى 6 گرام، زەرچۆبە 1.5 گرام، قارا شېكەر 9 گرام، سېرىق ماي 6 گرام، زاغۇن 6 گرام. دورا قىسمىنى سوقۇپ تالقانلاپ، ئۈستىگە سوقۇلمىغان زاغۇننى قوشۇپ، سېرىق ماي بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈرتۈلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل 3 كۈن داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

(3) ئابدىمىلىك ئۇرۇقى، مالكەنگنى مىسرى، ئانبە ھىندى، قارا كۈنجۈت،

ئۈچكەنلىك بۆرەك يېغى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇلغانلىرىنى سوقۇپ، بۆرەك يېغىدا ئارىلاشتۇرۇپ، لاتىغا قېلىنراق سۈركەپ، پات-پات ئوتقا قاقلاپ يەرلىك ئورۇنغا بىسىپ ئىككى سائەت ئەتراپىدا ئىسسىق تۇتكوزۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدىكى مەلھەم تېڭىق ماتېرىيالىنى قېلىنراق سۈرتۈپ ئىسسىق پېتى تېڭىلىدۇ. 3-كۈنى تېڭىقنى يېشىپ ئىششىق. ئاغرىق توختىغىچە كۈنىگە بىر قېتىم تېڭىلىدۇ.

(4) تۇخۇم ئېقى، تاش تۇز، زەرچۇبە ۋە شاخاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورىلارنى تالقانلاپ تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ يىلمان ھالەتتە تېرە ۋە تېڭىق ماتېرىيالغا سۈركەپ كۈنىگە بىر قېتىم تېڭىلىدۇ.

(5) قارا كۈنجۈتتىن 6 گرام، بۇغدايدىن 2 گرام ئېلىپ پۇشۇرۇلغان كالا سۈتى بىلەن ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(6) ئەگەر يەرلىك ئورۇندا ئىششىش، قىزىرىش ۋە قىزىقلىق بولغانلاردا ئاق سەندەل، قىزىلگۈل ۋە بىنەپشە ھەر بىرىدىن 15 گرام، ئارپا ئۇنى 9 گرام، زەپەر 3 گرام، كافور 1.5 گرام ئېلىپ سوقۇپ تالقانلاپ گۈلاپ ۋە گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلىدۇ ياكى بولمىسا ماش ئۇنى، موغاس، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا ۋە فوفەل قاتارلىقلارنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(7) ئەگەر يەرلىك ئورۇندا ئىششىق بولۇپ ھارارەت بولمىسا ماش ئۇنى 40 گرام، لادەن بىلەن گىلى ئەرمەنى ھەر بىرىدىن 30 گرام، سەبرى 12 گرام، زەپەر 9 گرام، ئامىلە جەۋھىرى (سوك) 9 گرام، دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، ئاس سۈيى، گۈلاپ ۋە قارىغاي يوپۇرمىقى سۈيىدە خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(8) موغاس، گىلى ئەرمەنى ھەر بىرىدىن ئىككى ھەسسە، ئاس بىر ھەسسە ئېلىپ يۇمشاق تالقانلاپ گۈلاپ بىلەن نەمدەپ سۈركۈلىدۇ.

(9) موغۇل يايپرىقى، قارىغاي يايپرىقى، سۆگەت يايپرىقى، سوك (ئامىلە جەۋھىرى)، قىزىلگۈل، گىلى ئەرمەنى، ئاقاقىيا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ماش ئۇنى، ئىككىلىملىك ۋە قىزىل سەندەللەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى فوفەل (سىپارى)، ئاقاقىيا، تەمرى ھىندى ئۇرۇقى، موزا، ئاس، كۈندۈر، ئارپا بىلەن يىلمىنىڭ ھەر خىلىنى يۇمشاق سوقۇپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ ياكى بولمىسا سۈنبۇل، قۇستى، ئانارگۈلى، ئۈشنە، مەستىكى، ئارپا ئۇنى، تال ياغاچ كۆلى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق تۇخۇم ئېقى بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىلىدۇ. بەزى ھۆكىمالار بوغۇم قايرىلىپ كېتىشكە قوشۇلۇپ ئىششىق بىرگە كەلسە، گۆش بىلەن تاتلىق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز تۇتۇپ ھەر كۈنى

ئەتىگىنى سىركەنجىبىل ياكى تەمرى ھىندىن 30 گرام ئىچىشنى، تامقىغا ئاقلانغان ماش قايناتمىسى بىلەن پالەك ۋە بادام مېغىزى (ئۆرۈك مېغىزى بولسىمۇ بولىدۇ) قوشۇپ بېرىشنى تەۋسىيە قىلىدۇ.

سۆڭەك ئۆسۈش كېسىلى

بۇ كېسەللىك ئوتتۇرا ياشلىقتىن يۇقىرى كىشىلەردە كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ خەلق تىلىدا سۆڭەك — بوغۇم ئۆسۈشى دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك قان تەركىبىدىكى يەل ماددىسى كۆپىيىپ كېتىش ياكى مۇفاسىلنىڭ ئۇزۇن مۇددەت داۋاملىشىشىغا ئەگىشىپ سۆڭەك ماددىسى غەيرىي تەبىئىي ئۆسۈپ مۇخەككىلىشىش (مونەككىلىشىش) تىن پەيدا بولىدۇ. يەنى مۇفاسىل ئۇزۇنغا داۋاملاشقاندا يەرلىك ئورۇنغا سوغۇق تەبىئەتلىك قويۇق، شىلىمشىق ۋە ناچار سۈپەتلىك ماددىلار سىرغىپ كېلىپ توپلىشىپ قويۇقلىشىپ ئۇيۇپ قېلىشتىن پەيدا بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا مۇفاسىلنى داۋالاشنىڭ دەسلەپكى بىمارغا سوغۇق تەبىئەتلىك مەس قىلىپ سېزىمنى (ئاغرىشنى) يوقاتقۇچى دورىلار بىلەن ئۇچۇچان (مۇخەككىلەشتۈرگۈچى) دورىلارنى ئىشلەتكەندە يەرلىك ئورۇندىكى سۇيۇق ماددا ھورغا ئايلىنىپ، قالدۇق ماددا قويۇقلىشىپ ئۇيۇشتىنمۇ بۇ كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. مۇفاسىل قاتارلىق كېسەللىكلەرنىڭ مىجەزىنى تەكشۈرۈشتە ماددا پىشىپ يېتىلىشتىن ئىلگىرى كۈچلۈك سۈرگۈ ئىشلەتكەندە، سۇيۇق ماددا ئىچى سۈرۈش بىلەن چىقىپ كېتىپ، خام خىلىتلار (بولۇپمۇ بەلغەم خىلىتى) چۆكمە بولۇپ قېتىپ ئۇيۇشتىنمۇ بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. سۆڭەك ئۆسۈش، بوغۇملىرى تاشلىشىش كۆپىنچە مىجەزى ئىسسىقچان كىشىلەردە خىلىتلار قويۇقلىشىشتىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ئۆششاق ئۆگىلەرنى ھاسىل قىلغۇچى ئۆششاق سۆڭەكلەرنىڭ بوغۇم يۈزىنى ھاسىل

قىلغۇچى قىسمى تەدرىجى سەمرىپ، يوغىناپ بارماقلارنىڭ ھەرىكىتىنى قىيىنلاشتۇرىدۇ ۋە قاتتىق سىقراپ ئاغرىپ بىمارنى ئازابلايدۇ. بەل، ئاياق ۋە ئېغىز مانلارمۇ ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن بەدەندىكى. خام ماددىلارنى پىشۇرۇش ئۈچۈن مۇنزىج بېرىپ بولغاندىن كېيىن مۇسھىل دورىلارنى بېرىپ بەدەن تازىلىنىدۇ. مىجەز تەڭشەلگەنلىك ئالامىتى كۆرۈلگەندىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا ماددىنى يۇمشاتقۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك ھايۋان مايلىرى بىلەن ئىسسىق تەبىئەتلىك لوئابلار سۈرتۈلىدۇ. ئەنجۇر قاينىتىلمىسى، شۇمشە ئالقىنى، ئىكلىلمەلىك ۋە بابۇنە قاتارلىقلارنىڭ ئارىلاشمىسىدىن ياسالغان لوئاب سۈرتۈلسىمۇ بولىدۇ ياكى مىجەزنى تەڭشەپ بولغاندىن كېيىن بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش خۇسۇسىيىتى بولغان مۇنچىغا (پار مۇنچىسى، ئارشاڭ ياكى دورىلىق ۋاننا بولسىمۇ بولىدۇ) ھەر كۈنى بىر قېتىم چۈشۈپ تازا ھورلىنىپ بولغاندىن كېيىن، پارلىق مۇنچىدا ياكى ئاپتاپتا ئولتۇرۇپ بەدەنگە ھۆللۈك پەيدا قىلىدىغان ۋە تۈيغان ماددىلارنى يۇمشىتىپ ئۇلارنى پارچىلاپ تارقىتىدىغان مايلاردىن زەيتۇن يېغى، گۈلى سەۋسەن يېغى ياكى سۆرۈنجان مېيىغا ئوخشاش مايلارنى سۈرتۈپ بەرسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىدىكى داۋالاشقا قوشۇپ ماددىلارنىڭ پىشىپ يېتىلىشىگە ياردىمى بولىدىغان تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىچىشكە بەرسىمۇ بولىدۇ. تەركىبى: تاتلىق سۆرۈنجان (سۆرۈنجان شىرىن)، بىنەپشە گۈلى، گاۋزەبان گۈلى، بىسفايەج، ئەفتىمۇن (سېرىق يۇگەي)، بادرەنجى بۇيا، ئىت ئۈزۈمى، شاھتەررە يوپۇرمىقى ۋە قىزىلگۈللەرنىڭ ھەر قايسىسىدىن 7 گرام، بوزىدان، رومبىدىيان ۋە دورنەج ئەقرەبلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 4 گرام، گۈلقەنت 50 گرام، يۇقىرىدىكى دورىلارنى چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ تىرىپىنى داكا بىلەن سۈزۈپ مەتبۇخ تەييارلىنىپ، مەتبۇخ سۈيىگە گۈلقەنتنى ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 3 قېتىم ھەر قېتىمدا 60 — 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. تاماققا ئۇقۇت سۈيى بىلەن توخۇ گۆشى قوشۇپ بېرىلىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى داۋالاش 15 كۈن داۋاملاشقاندىن كېيىن 16 - كۈندىن باشلاپ، بىر قېتىم سۈرگۈ دورىلىرىدىن سانا ياپرىقى بىلەن قارا ھەلىيلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 18 گرام، تۇرۇقتىن ئايرىلغان ۋاسالغۇ ئۈزۈمىدىن 24 گرام، ئاق تۇربۇت، رەۋەندچىنلارنىڭ ھەر بىرىدىن 9 گرام، زەنجىۋىل 3 گرام، خىيارشەنبەر 84 گرام،

تەرەنجىبىل 72 گرام، بادام يېغىدىن 7 گرام ئېلىپ قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. كەچ تەرەپتە ھەببە سۈرۈنجان ياكى ئىيارەجلەرنىڭ چوڭ ئۇسخىسىدىن بىر خىلى 9 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئۇسسۇلۇقى ئۈچۈن داۋاملىق ئەرەقى گاۋزىۋان ئىچىشكە بېرىلىدۇ. چۈشلۈك تامىقىغا چۈجە گۆشى بىلەن نوقۇت ئارىلاشتۇرۇپ پىشۇرۇلغان تائام بېرىلىدۇ. كەچتە نان بىلەن قوي گۆشى شورپىسى بېرىلىدۇ. سۆڭەك ئۇسۇشنى رەسمى داۋالاپ 17-كۈندىن باشلاپ قىزىلقىنى سوۋۇتقۇچى ئۇسخىلاردىن تۆۋەندىكىسى ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى: تاتلىق سۈرۈنجان 2 گرام، مەستىكى بىر گرام بۇ دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ 6 گرام، جاۋارىش ئۇدشىرىن ۋە خەمىرى ئەبرىشىم ساددەلەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياسىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تاتلىق سۈرۈنجان بىلەن بادرەنجى بۇيىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام، گاۋزىۋان بىلەن رۇمبىديان ھەر بىرىدىن 5 گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى بىلەن دۇرنەج ئەقرەبى ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ 100 مىللىلىتىر ئەرەقى جۇۋىنەگە ئارىلاشتۇرۇپ پەس ئوتتا يېرىم قالغۇچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۇيىگە 36 مىللىلىتىر شەربىتى بوزورى، 3 گرام پەرەنجىمشكى ئۇرۇقى، ئاق تۇربۇت بىلەن قىزىل تۇربۇت ئۇرۇقىنى ئارىلاشتۇرۇپ پەس ئوتتا قاينىتىپ كۆپىكىنى ئېلىۋېتىپ داكا بىلەن سۈزۈپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ باسقۇچتىكى تامىقى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئۇسۇل بىلەن باشقۇرۇلىدۇ. ھەر كۈنى بىر قېتىم چۆپچىن يېيىش بۇيرۇلىدۇ. ئىككى كۈندە بىر قېتىم يەرلىك ئورۇن چۆپچىن بىلەن دۇتلىنىدۇ (چۆپچىن چۆپىنى كۆيدۈرۈپ چىققان ئىس بىلەن ئىسلىنىدۇ، ئەتراپى ئوبدان چۈمكىلىشى كېرەك). دۇتلاپ بولغاندىن كېيىن چۆپچىن يېغى بىلەن يەرلىك ئورۇن مايلىنىدۇ. بۇ ئۇسۇللار تاكى ساقايغىچە داۋاملاشتۇرىلىدۇ. ئەگەر سۆڭەك ئۇسۇش ئېغىرراق بولسا 40 كۈنگىچە تۆۋەندىكى سۇفۇف بىلەن زىمادلار ئىشلىتىلىدۇ. تەركىبى: تاتلىق سۈرۈنجان، قارا ھەلىلە، سانا ھەر بىرىدىن 15 گرام، ئاق تۇربۇت 30 گرام، زەنجىبىل، ئاسارۇن، شەترەنجى ھىندى، پىلپىل، بەدىيانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام، مۇدەببەر قىلىنغان ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىدىن 9 گرام، رەۋەنچىنى 13.5 گرام، لاھور تۇزىدىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ قائىدە بويىچە تالقانلاپ كۈنىگە 2 قېتىم ھەر قېتىمدا 8 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىرتتىن سۈرتۈلىدىغان زىمادلارنىڭ تەركىبى: ئۆردەك يېغى، غاز يېغى، كالا يىلىكى ھەر بىرىدىن 18 گرام، موم 36 گرام، زىغىر بىلەن شۇمشىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام، مىئەسائىلە، مورمەككى، مەستىكى، مۇقەل ۋە سۈرۈنجانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن قائىدە بويىچە ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ ئېرىتىلگەن موميا بىلەن مايلارغا

ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاپ سىرتىدىن سۈرتۈپ بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا يەرلىك ئورۇن راسەن (زەنجىبىل شامى) ياپرىقى بىلەن دۇتلىنىدۇ ياكى ھورلىنىدۇ. ئەگەر راسەن ياپرىقى قىزىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ تېڭىلسا ئاغرىقنى دەرھال توختىتىش بىلەن بىرگە ئۆسكەن سۆڭەكنى ئېرىتىدۇ. شۇنداقلا ئۆشنە، مەرزەنجۇش ياپرىقى، جىگدە ياپرىقى، بۇكائىسن دەرىخىنىڭ ياپرىقى، كوكۇس دەرىخى ياپرىقى (بۈرگى كەرىلەر) ۋە ماندار ياپراقلىرىمۇ يۇقىرىقىدەك ئۈنۈم بېرىدۇ. ئەگەر يولغۇن يوپۇرمىقى بىلەن قومۇش يوپۇرمىقىدا يەرلىك ئورۇن دۇتلانسا ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ.

سۆڭەك ئۆسۈش كېسىلى بىلەن سۇنۇقتىن كېيىن بوغۇمنىڭ قېتىۋېلىشىغا قارىتا تۆۋەندىكى ئۇسۇللارمۇ ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ئۇششەق تالقىنىنى زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ياكى تۆشەق بىلەن موغاس تۆرۈقى تالقىنىنى زەيتۇن يېغى، ھەسەل ياكى ئۆتكۈر سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈپ بېرىلسە ياكى بولمىسا قاينىتىلغان ئەنجۈرنى قىزىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا تاڭسىمۇ بولىدۇ ياكى ھىلىڭ كۆتىكى (ئەنجىدان) تالقىنىنى سۆۋسەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياكى بولمىسا قارىغاي مېۋىسىنى ئەنجۈر قېقى بىلەن بىرگە سوقۇپ قىيما قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ ئۈنۈم بېرىدۇ. يەنە كامالپتوس، نېفىت، موم، زىفت رومى ۋە تۆشەقلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق پېتى چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. چىنار ياپرىقى، داشنەجى موم قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بەرسىمۇ ۋە ياكى ئاق لەيلى گۈلى، ئاق لەيلى يىلتىزى ۋە ئۆتنىڭ يېغىنى سېرىق موم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسىمۇ بولىدۇ. تال (ئۈزۈم - تەك) دەرىخىنىڭ كۆلىنى سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. چۆل كىرپىسىنىڭ گۆشىنى ئۇزۇن ۋاقىت يەپ بەرسىمۇ سۆڭەك ئۆسۈش كېسىلى بىلەن بوغۇملارنىڭ قېتىۋېلىشىنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. سېرىق چېچەك ئىسى بىلەن دۇتلانسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا سۆڭەك ئۆسكەن كېسەللىك بىلەن بوغۇم قېتىپ قېلىشقا مەنپەئەت قىلىدىغان تۆۋەندىكى ئۇسۇللاردىن بىرىنى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ.

(1) ئاقلانغان كۈنجۈت، مۇقەل ۋە بابۇنە ياغلىرىنى مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن سالايە قىلىپ مەلھەمسىمان ھالەتكە كەلتۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ.

(2) شۇمشە تۆرۈقى، سالايە قىلىنغان ئاچچىق بادام مېغىزى، تۆشەق ۋە موقەللەرنىڭ تالقىنىنى كۈنجۈت يېغى ياكى سۆۋسەن ياغلىرىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان مەلھەم يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(3) ئابدىملىك تۆرۈقى 250 گىرامنى سېرىق ماي بىلەن يۇمشاق سالايە قىلىپ

ئۈستىگە 250 گرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چىپىپ بېرىلىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا بۇ ئۆسخىغا 250 مىللىلىتر قوشۇلسىمۇ بولىدۇ.

مىجەزى ئىسسىق ۋە خىلتلار قويۇقلاشقان كىشىلەردىكى سۆڭەك ئۆسۈشىنى داۋالاشتا ئاۋۋال يۇمشاتقۇچى دورىلار بىلەن تارقاتقۇچى دورىلارنى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا سۆڭەكنىڭ ئىششىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ماددىلارنىڭ توپلىنىشىپ قېتىپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، يۇرچاق ئۈنى بىلەن لوبىيا ئۈننى سىركەنجىبىل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كونا ھاراقتا چىلانغان ھىلىڭ كۆتىكى، پاشرا، قۇرت (پەيىز)، روسۇت (ھوزۇر) ۋە ئوشەق. ئېرىتمىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ (كۆچىلا يېغىغا ئارىلاشتۇرسىمۇ بولىدۇ) يەرلىك ئورۇنغا چىپىلىدۇ. بۇ ئۆسخىغا دادۇر ئۈنى قوشۇلسىمۇ بولىدۇ. يوقىرىقى چارىلەردىن باشقا قويۇق بەلغەمدىن بولغان مۇفاسىلنى داۋالاشتا قوللىنىدىغان زىمادلار بىلەن ئۇتۇللار (جىغاتمىلار) ئىشلىتىلسىمۇ بولىدۇ. شۇنداقلا يېڭى باشلانغان سۆڭەك ئۆسۈشكە سۇكپىيازنى توغراپ سۇدا ئېزىپ چىپىپ بېرىلسە كېسەللىكنىڭ تەرەققىياتىنى توسىدۇ. ئۆلكە يالپۇزى بىلەن تاغ يالپۇزىنى قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان (يىلمان) سۈيىنى ياكى يالپۇزنىڭ سىركە بىلەن قاينىتىلغان سۈيى جىغىتىلسىمۇ بولىدۇ. ياكى كونا قۇرت (پەيزى كوھنا)، خىيارشەنبەر، توغرىغا، پەرپىيۇنلەر تالقىنىنى كۆيدۈرۈلگەن پالەك كۆلىنىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چىپىلسىمۇ بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا بىنەپشە يېغى، ئۆردەك، توخۇ يېغى، شۇمشە لۇئابى (سۇغا چىلاپ چىقىرىلغان شىرىسى)، زىغىر ۋە ئاق لەيلى ئۇرۇقى لۇئابلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈپ بېرىلسىمۇ مەنپەئەتى بولىدۇ. ئەگەر مۇقەللى شۇمشە لۇئابىدا ئېرىتىپ، ھاۋانچىغا سېلىپ سالايە قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈپ بېرىلسە ياكى كۈنجۈتنى مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن يۇمشاق سالايە قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چىپىپ بېرىلسە ياكى بولمىسا موم، كۈنجۈت ۋە زىغىر ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا. شۇمشىدىن بىر يېرىم ھەسسە ئېلىپ يۇمشاق يانجىپ سالايە قىلىپ، قۇيرۇق مېيىدا ئېرىتىپ (ئارىلاشتۇرۇپ) يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چىپىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. ئوق يىلان ياكى بولمىسا ئاق يەر يىلان سۈيىدە ۋاننا قىلىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. بەزى ھۆكۈمالار سۆڭەك ئۆسكەن ۋە بوغۇملار قېتىپ قالغان بىمارغا ھەر كۈنى ئەتىگىنى ئۈۋەندىكى ئۆسخىنى ئىچىشنى تەۋسىيە قىلىدۇ. بەديان بىلەن چۈچۈك بۇيا يىلتىزى ھەر بىرىدىن 9 گرام، ھەسەل گۈلقەنتتىن 30 گرام ئېلىپ جۇلاپ تەييارلاپ ناشتىدا ئىچىشكە بېرىش بىلەن، تامىقىنغا نۇقۇت، زاراڭزا مېغىزى سېلىنغان تائاملارنى بېرىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ. بۇلاردىن باشقا ئىچىشكە سوغۇقتىن بولغان مۇفاسىلغا ئىشلىتىدىغان ھەب دورىلارنى

بىرىشتىن سىرت بەدەننى تەنقىيە قىلىشنى ھەرگىز ئۇنۇتماسلىقنى كۆرسىتىدۇ.
سۆڭەك ئۆسكەن ۋە بوغۇملار قېتىپ قالغان بىمارلار سۈت، قېتىق، ئاچچىق-چۈچۈك يېمەكلىكلەر بىلەن ھۆل مېۋە-چېۋىلەردىن پەرھىز قىلىشى كېرەك. ھەمدە جىنسىي مۇناسىۋەت قىلىش، سوغۇق سۇغا چۈشۈشنى چەكلەش كېرەك. سوغۇق ئۆتۈش بىلەن زەي مۇھىتتا تۇرمۇش ئۆتكۈزۈشتىن ساقلىنىش كېرەك. كۆنگە يىنىك ئەمگەك قىلىش كېرەك. كەچ كۈز، قىش ۋە ئەتىيازدا قېلىنراق كىيىنىش كېرەك. ئىچىگە تۆگە يۇڭىدىن توقۇلغان ئىشتان بىلەن يەڭلىك جىلىتكە، ئۈستىدىن قوي تېرىسىدىن تىكىلگەن شىم بىلەن چاپان كىيىش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى قىش كۈنى ئۆلتۈرۈلگەن ئىت ياكى بۆرە تېرىسىدىن شىم ۋە يەڭلىك جىلىتكە كىيىۋالسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغى

سۆڭەك ۋە يىلىك ياللۇغى غەيرىي تەبىئىي خىلتلار بىلەن چىرىگەن ماددىلار ۋە مۇتەخخىنلەر (كېسەل ياكى يىرىڭ پەيدا قىلغۇچى جاراسىملار) سۆڭەك بىلەن يىلىككە تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدىغان ۋە ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ داۋالاش بىر قەدەر قىيىن بولغان كېسەللىكتۇر. كېسەللىك سۆڭەكنىڭ سىرتىدىكى پەردە بىلەن سۆڭەك ۋە يىلىككىچە تەرەققىي قىلىدۇ. بالىلار بىلەن ياشلارنىڭ سان سۆڭىكى، پاقالچاق سۆڭىكى ۋە بىلەك بىلەن بارماق سۆڭەكلىرى قاتارلىق نوسمان سۆڭەكلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بەزىدە بوغۇملاردىمۇ كېسەل پەيدا قىلىدۇ.

سەۋەبى

سۆڭەك ۋە يىلىك ياللۇغىنى پەيدا قىلىدىغان سەۋەبلەر بىر قەدەر مۇرەككەپ بولۇپ ئۇلارنى ئىخچاملىغاندا تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

1) غەيرىي تەبىئىي خىلتلار تۈپەيلىدىن پەيدا بولىدۇ

سۆڭەك يىلىك ياللۇغىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشتا غەيرىي تەبىئىي خىلتلار كۆپىنچە ئىككى ھالەتتە رول ئوينايدۇ. بۇ خىل ھالەتتىكى غەيرىي تەبىئىي ھارارەت پەيدا

قىلىدىغان كۆيگەن سەپرا خىلتى قانغا قوشۇلۇپ قاننى قىزىتىش ئارقىلىق پۈتۈن بەدەنلىك قىزىتمىنى پەيدا قىلىشتىن سىرت كۆيگەن سەپرا خىلتىدىكى چىرىگەن ماددىلار قان خىلتىنى بۇلغايدۇ ۋە بۇ چىرىگەن ماددىلار قان ئارقىلىق يىلىك، سۆڭەك ۋە سۆڭەك پەردىسىگە بېرىپ يىلىك بىلەن سۆڭەك ۋە سۆڭەك پەردىسىدە ئۆتكۈر يىرىڭلىق ياللۇغنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. يەنە بىر خىل ھالەتتە بەلغەمى شور سەپرا خىلتىغا ئارىلىشىشتىن بىر خىل تۇزلۇق ۋە مۇرەككەپ ئۇفۇنەتلەنگەن بۇزۇق خىلتنى ھاسىل قىلىدۇ. بۇ خىل ئۇفۇنەتلەنگەن بۇزۇق خىلت قان ئارقىلىق سۆڭەك بىلەن يىلىككە بېرىپ سۆڭەك يىلىك ياللۇغنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. سۆڭەك يىلىك ياللۇغىنىڭ باشلىنىشى ئۆتكۈر بولىسىمۇ، لېكىن ئاسانلا سوزۇلما سۆڭەك يىلىك ياللۇغىغا ئۆزگىرىدۇ.

2) ئومۇمىي بەدەنلىك يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر تۈپەيلىدىن پەيدا بولىدۇ. يەنى قىزىل، چېچەك ۋە باشقا يۇقىرى قىزىتمىلىق يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىغاندا بەدەندىكى قۇۋۋەتلەر بىلەن تەبىئەتنىڭ ئاجىزلىشىشى ۋە قاندىكى ئۇفۇنەتلىك بۇزۇق ماددىلار قان ئارقىلىق سۆڭەك بىلەن يىلىككە بېرىپ سۆڭەك يىلىك ياللۇغىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3) ئوچۇق سونۇق بىلەن سۆڭەك بوغۇملىرىنىڭ ھەر خىل زەخىملىنىشلىرىدە تەبىئەتتىكى جەراسىم قاتارلىق ئۇفۇنەتلەندۈرگۈچى ماددىلار بىلەن بىۋاسىتە بۇلغىنىش ياكى زەخىملەنگەن ئورۇندىكى سۆڭەك ۋە بوغۇملاردىكى قارشىلىق (تەبىئەت) تۆۋەنلەشتىن سۆڭەك يىلىك ياللۇغى پەيدا بولىدۇ.

كېسەللىك ماھىيىتى

قان ئارقىلىق سۆڭەك بىلەن يىلىككە بارغان چىرىتكۈچى ئۇفۇنەتلەر بىلەن جاراسىملار سۆڭەك پەردىسى، سۆڭەك ۋە يىلىكنى چىرىتىپ سۆڭەك بىلەن يىلىكنىڭ تەبىئىي ھالىتىنى بۇزىدۇ. چىرىگەن سۆڭەك بىلەن يىلىك ۋە قان ئارقىلىق كەلگەن چىرىتكۈچى ماددىلار بىرلىشىپ يىرىڭ پەيدا قىلىدۇ ۋە يىرىڭنىڭ كۆپىيىشىدىن يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولىدۇ. يىرىڭلىق ئىششىق سۆڭەكنى ئوراپ تۇرغان سۆڭەك پەردىسى بىلەن گۆش ۋە تېرىگە قاراپ كېڭىيىپ ئاخىرىدا تېرىنى تېشىپ ئېغىز ئېچىپ يىرىڭ بەدەن سىرتىغا ئېقىپ چىققاندىن كېيىن پۈتۈن بەدەنلىك قىزىتما بىلەن يەرلىك ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر يېنىكلىشىدۇ. كۆپ ھاللاردا

داۋالاش مۇۋاپىق بولمىسا ئىغىز ئالغاندىن كېيىن سوزۇلما سۆڭەك يىلىك ياللۇغىغا ئۆزگىرىپ كېتىدۇ.

سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغى كلىنىكىدا ئۆتكۈر سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغى ۋە سوزۇلما سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغىدىن ئىبارەت ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئۆتكۈر سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغىدا سۆڭەك بىلەن يىلىكنىڭ چىرىشى ۋە كېڭىيىشى ئاساس بولىدۇ. سوزۇلما سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغىدا كېسەللىك دائىرىسى چەكلىنىپ سۆڭەك ۋە يىلىكتىكى ئۆسۈش ئاساس، چىرىش قوشۇمچە بولىدۇ. ئەگەر ئىغىز ئېلىنغان تۆشۈك ئېتىلىپ قالسا ئىسسىش، ئاغرىش ۋە قىزىش قاتارلىق ئالامەتلەر قايتا ئېغىرلىشىدۇ. سوزۇلما سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغى جەريانىدا پۈتۈن بەدەنلىك ۋە يەرلىك كېسەللىك ئالامەتلىرىنىڭ ئېغىرلىشىشى بىلەن يېنىكلىشىشى تەكرارلىنىپ تۇرىدۇ.

ئالامىتى

كېسەللىكنىڭ ئۆتكۈر باشلىنىشىدا پۈتۈن بەدەنلىك مىجەزسىزلىنىش بىلەن بىرگە جۇغ-جۇغ بىلەن تەڭ يۇقىرى قىزىتما پەيدا بولىدۇ ۋە ئىشتىھاسى كېمىيىپ پۇت-قوللىرى ماغدۇرسىزلىنىدۇ. يەرلىك ئورۇن چىڭقىلىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. كېسەل پەيدا بولغان مۈچىنى مىدىرلىتالمايدۇ ياكى مىدىرلاتسا ئاغرىش كۈچىيىدۇ. يەرلىك ئورۇن ئىششىيدۇ ۋە باسقاندا ئاغرىش كۈچىيىدۇ. ئەگەر ياللۇغلىنىش بوغۇمغا يېقىن بولسا بوغۇمدىمۇ ئىششىش، قىزىرىش، قىزىش، ھەرىكەت قىلغاندا ئاغرىش ۋە باسسا ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا شۇ خىلتنىڭ غەيرىي تەبىئىي ھالىتىگە مەنسۇپ گەۋدىلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر داۋالاش كېچىكىپ قالسا ياكى داۋالاش ئۈنۈملۈك بولمىسا ئىغىز ئېلىپ يىرىڭ ئېقىپ چىقىش بىلەن يۇقىرى قىزىتما، ئىشتىھاسىزلىق ۋە يەرلىك ئورۇن قىزىرىپ ئىششىش ھەمدە ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈنەرلىك يېنىكلىشىدۇ. بىراق بۇ كېسەللىكنىڭ ياخشى بولۇپ قالغانلىقىدىن دېرەك بەرمەيدۇ. ئەگەر ئىغىز ئالغان تۆشۈك ئېتىلىپ قالسا يۇقىرىدا بايان قىلىنغان پۈتۈن بەدەنلىك ۋە يەرلىك ئالامەتلەر قايتىدىن پەيدا بولىدۇ. بىراق ئۆتكۈر قوزغالغان مەزگىلدىكىدىن يېنىكرەك بولىدۇ. بەزىدە سۆڭەكنىڭ چىرىشىدىن كېسەللەنگەن سۆڭەك كېسەللىك يۈز بەرگەن ئورۇندىن سۇنۇشى مۇمكىن. بۇ كېسەللىك خۇراتقۇچى بولغانلىقى ئۈچۈن بىماردا جۇدەش پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

1. ئۈتكۈر يىرىڭلىق سۆڭەك يىلىك ياللۇغىنى داۋالاش

كېسەللىكنىڭ ئۈتكۈر باشلىنىش باسقۇچىدا غەربىي تېبابەت بىلەن قاننى تازىلاپ زەھەرنى قايتۇرۇش ۋە قاننى تەڭشەپ ھارارەتنى پەسەيتىش ئاساس قىلىنغان داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئىشلىتىشتە ئىچىدىن دورا ئىچۈرۈش بىلەن يەرلىك ئورۇنغا دورا ئىشلىتىش بىرلەشتۈرۈلىدۇ. بۇ چارىلەرگە قوشۇپ كېسەللەنگەن مۈچە تاختاي بىلەن مۇقىملاشتۇرۇلسا ئاغرىشنى يېنىكلىتىپ كېسەللىكتىن پەيدا بولىدىغان سۇنۇقنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. يۇقىرىقى داۋالاش پرىنسىپلىرىدىن باشقا سۈيدۈك ھەيدەپ جىگەردىكى ھارارەتنى تۆۋەنلىتىدىغان دورىلار بىلەن ئاسان ھەزىم بولىدىغان قۇۋۋەتلىك ئاتامىلار بېرىلىدۇ.

بىمارغا قاننى تازىلاش، جىگەرنى ئىسلاھ قىلىش ۋە ھارارەتنى تۆۋەنلىتىپ، زەھەر قايتۇرۇش مەقسىتىدە ئەڭ ياخشىسى شەربەت، قايناتما، دەملىمە ۋە چىلانمىلار بىلەن ئەرەق دورىلار بېرىلسە دورىلىق تەسىرى تېزرەك بولىدۇ.

شىددەت بىلەن ئۆرلىگەن قىزىتما بىمار ئۈچۈن چوڭ خەۋپ. شۇڭلاشقا ئالدى بىلەن بىمارغا كۈچلۈك تەسىر قىلغۇچى، سوۋۇتقۇچى دورىلاردىن ئىسپەغۇل لۇئابى، بىيە لۇئابى، سېمىز ئوت سۈيى، ئانار سۈيى، قاپاق سۈيى، تەرخەمەك سۈيى، كاسنى سۈيى، ئىسكەنجەبىل، سىركە، لىمون سۈيى، ئەپلىسن سۈيى، ئەينۇلا سۈيى، تەمرى ھىندى سۈيى، پاقا يوپۇرماق ئۇرۇقى شىرىسى، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى شىرىسى ياكى شەربىتى چۈپچىن قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر ياكى بىر نەچچە خىلىنى بىرلەشتۈرۈپ ھەر كۈنى ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇلسىمۇ بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا سوغۇق سۇغا چىلانغا لۆڭگە بىلەن بەدەن قەرەللىك سۈرتۈپ بېرىلىدۇ ۋە پېشانە، چېكە، بويۇننىڭ ئىككى يېنى، قولتۇق ۋە يېرىق قاتارلىق ئورۇنلارغا مۇز ياكى مۇز سۈيى (سوغۇق سۇ بولسىمۇ بولىدۇ) سېلىنغان خالتا قويۇلىدۇ ياكى بولمىسا سوغۇق سۇغا چىلانغا لۆڭگە پات-پات يەڭگۈشلەپ قويۇپ بېرىلىدۇ. شۇنداقلا سوغۇق سۇ ياكى تاۋۇز سۈيى، تەرخەمەك سۈيى، قاپاق سۈيى، سېمىز ئوت سۈيىنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلىغا مۇۋاپىق مىقداردا كافۇر قوشۇپ ھەممە لىچە قىلسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىدىكى تەدبىرلەر ئۈنۈم بەرمىسە سۆگەت يىلتىزى پوستى بىلەن جىنار يىلتىزى پوستى، چىنار ياپرىقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىلغان سۈيىدىن ئەھۋالغا قاراپ كۈنىگە بىر قانچە قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 م ل دىن ئىچىشكە

بېرىلىدۇ. يەنە ئەرەقى شوخىلا بىلەن ئەرەقى گاۋزەبان ھەر بىرىدىن 90 م ل، بېيە ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە ئۇسۇلۇك ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 5 گرام ئېلىپ دورىلارنىڭ لۇئابىنى چىقىرىپ كۈنىگە بىر قانچە قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ. شەربىتى فەرىيادرەستىن 24 م ل ئېلىپ، بۇنىڭغا كافۇردىن 0.2 گرام قوشۇپ قايناق سۇ بىلەن تەڭشەپ بىر كۈندە بىر قانچە قېتىم ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

شەربىتى فەرىيادرەسنىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە: چالا سوقۇلغان بىخسۇس، چالا سوقۇلغان بەدىيان، تۇخمى خەشخاش، تۇخمى خەتمى، چالا سوقۇلغان ئۇد سەلىپ، قىزىلگۈل، نىلۇفەر ھەر بىرىدىن 50 گرام، ئىككىلە نگەن سەندەل، گاۋزەبان، پەرسىياۋشان ھەر بىرىدىن 100 گرام، كۆكنار پوستى 200 گرام، ئۈزۈم 375 گرام، لىمۇن 27 گرام، شاخار 13 گرام، شېكەر مۇۋاپىق مىقداردا، سۇ ھەممە دورا ۋەزنىدىن 12 ھەسسە ئېلىپ قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ. بۇلاردىن باشقا سەندەل شەربىتى ياكى ئەرەقى سەندەللەر بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا ئىسپەغول لۇئابى، بېيە لۇئابى، سېمىز ئوت سۈيى ۋە بىخسۇس شىرىسى قاتارلىقلارنى شەربىتى دىياقوزە 24 م ل، ئەرەقى نىلۇفەر 24 م ل گە ئارىلاشتۇرۇپ ئەھۋالغا قاراپ كۈنىگە بىر قانچە قېتىم ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ.

شەربىتى دىياقوزەنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: كۆكنار ئۇرۇقى 30 دانە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 10 دانە، ئەسلى سۇس مۇقەششەر، سەرتانى مەغسۇل ھەر بىرىدىن 18 گرام ئېلىپ دورىلارنى 2.5 لىتر يامغۇر سۈيى ياكى پار سۈيىگە بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە ئىسپەغول لۇئابىدىن 48 گرام، شېكەردىن 500 گرام قوشۇپ قىيام تەييارلىنىدۇ ۋە قىيامغا ئاقاقىيا، گىل، تاباشىر، نىلۇفەر ھەر بىرىدىن 4 گرام، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا ھەر بىرىدىن 18 گرام، زەپىران، بەزرۇلبەنجى ھەر بىرىدىن بىر گرام، كەھرىبائىي شەمئىي، مەرۋايىت ھەر بىرىدىن 2.5 گرام لارنىڭ يۇمشاق سوقۇلغان تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ قىزىتما قايتۇرۇش تەسىرى كۈچلۈك بولغان ئەرەق ياكى چىلانما بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا قۇرسى گۈلىدىن 2 گرامنى، شەربىتى نىلۇفەردىن 24 م ل، ئەرەقى گۈلدىن 60 م ل گە قوشۇپ بىرلا قېتىمدا ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

يۇقىرىقى ئۇسخىلارنىڭ بىر خىلىغا بەدەندىكى زەھەرنى سۈيدۈك ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرىش، ئۆتكۈر قىزىتمىنىڭ بۇرەكنى زەھەرلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە جىگەرنى ئىسلاھ قىلىش (جىگەرنى سوۋۇتۇش) مەقسىتىدە دىنار شەربىتىدىن 30 م ل نى ئەرقى بىدمىشكنىڭ 30 م ل ۋە ئەرقى شوخلىنىڭ 30 م ل گە قوشۇپ ئىچىشكە

بېرىلىدۇ.

دىنار شەربىتىنىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى: گاۋزەبان 50 گرام، چالا سوقۇلغان كاسنى يىلتىزى 200 گرام، كاسنى ئۇرۇقى 100 گرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 150 گرام، قىزىلگۈل 100 گرام، نىلۇفەر گۈلى 50 گرام، رەۋەن چىنى 150 گرام، لىمۇن 12 گرام، شاخار 6 گرام، شېكەر مۇۋاپىق مىقداردا، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.

قاننى تازىلاش ۋە ھارارەتنى پەسەيتىش ئۈچۈن چىلان شەربىتى بىلەن بىنەپشە شەربىتى ھەر بىرىدىن 24 م ل ئېلىپ، 60 م ل ئەرقى نىلۇفەر بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

چىلان شەربىتىنىڭ تەركىبى ۋە ئۇنى تەييارلاش ئۇسۇلى: چىلان 600 گرام، شاخار 6 گرام، لىمۇن 12 گرام. سۇ بىلەن شېكەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.

بەدەن ھارارىتىنى تۆۋەنلىتىش مەقسىتىدە بەدەن سىرتىدىن ئەرقى گۈل، ئەرقى سەندەل، ئەرقى بىدىمىشكى قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلىنى تېرىگە سۈرتۈپ بېرىلىسمۇ بولىدۇ ياكى ئۇسۇڭ سۈيى، سېمىز ئوت سۈيى، سىركە ۋە ئىسپەغۇل لۇئابى قاتارلىقلارغا مۇۋاپىق مىقداردا كافۇر ئارىلاشتۇرۇپ تېرىگە سۈرتۈش، جىگەر ساھەسىگە داكىنى ھۆللەپ قويۇپ بېرىش قاتارلىق چارىلەرنى قىلىشقىمۇ بولىدۇ.

بىراق شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەش كېرەككى يۇقىرى قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە ھارارەت تەدرىجى تۆۋەنلىتىلىشى كېرەك. ھەممە چارىنى بىرلا ۋاقىتتا ئېلىپ بېرىپ قىزىتمىنىڭ قىسقا ۋاقىت ئىچىدە بىراقلا تۆۋەنلەپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېرەك. چۈنكى بەدەن ھارارىتى بىراقلا تۆۋەنلەپ كەتسە بىمار دەرھاللا زەئىپلىشىپ غەشيە ياكى سەدەمە پەيدا بولۇشى مۇمكىن.

ئەگەر ئۆتكۈر قىزىتمىغا زۇكام قوشۇلۇپ باش ئېغىرلىشىش ۋە ئېسىلىپ ئاغرىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە، باش قىسمىغا سوغۇق سۇ قاتارلىق سوۋۇتقۇچى دورا ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش كېرەك. شۇنداقلا بىمار تەرلەۋاتقاندىمۇ سىرتىدىن سوۋۇتقۇچى دورىلار بىلەن باشقا تەدبىرلەرنى قوللىنىشقا بولمايدۇ.

ئەگەر ئۆتكۈر قىزىتمىغا خارامۇشلۇق ياكى ھوشسىزلىق قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا قىزىتمىغا قارىتا ئۈنۈملۈك چارە قىلىشتىن سىرت تۆۋەندىكى ئۇسخا ھوقنە قىلىنىدۇ. تەركىبى: سوپۇن سۈيى، تۇز سۈيى ھەر بىرىدىن 50 م ل، رەۋەن 2 گرام، پىستە يېغى 10گرام. قائىدە بويىچە تەييارلاپ ھوقنە قىلىنىدۇ. مۇمكىنچىلىك بولسا ئىچىدىن شەربىتى سەندەل، شەربىتى بىنەپشە، ئانار شەربىتى، ئەرقى بىدىمىشكى ۋە مىۋە ئەرقى قاتارلىقلارنىڭ بىر-ئىككى خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بىمارنىڭ يۈزى، كۆكرىكى، قۇرسىقى

ۋە يىرىك قىسىملىرىغا ئەرقى سەندەل، ئەرقى گۈل ۋە ئەرقى گاۋزەبانلارنىڭ بىر خىلى سوغۇق پېتى پۈركەلسە بىمارنىڭ ھوشى ئەسلىگە كېلىدۇ. بىر گرام داۋالىمىشكىننى مەلۇم مىقداردىكى ئەرقى گۈل ياكى باشقا سۈۋۈتقۇچى سۇيۇقلۇقتا ئېزىپ بۇرنىغا تېمىتسىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. يۇقىرىدىكى چارە ئۈنۈم بەرمەي خۇدىنى يوقىتىپ جۆيلۈش يۈز بەرسە گۈل يېغى بىلەن موزا تالقىنىنى سىركىگە قوشۇپ داكىنى چىلاپ پات-پات پېشانىسىگە قويۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. دورا تەييارلاشقا ئۈلگۈرمىسە ياكى دورا تەييارلاش شارائىتى بولمىسا بېشىغا مۇز، قار تېگىلسىمۇ ياكى سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر يۇقىرى قىزىتمىغا يۈرەك خىزمىتى ياخشى بولماسلىق قوشۇلۇپ كەلسە ئاق سەندەلنى گۈلاپتا ئېزىپ بۇنىڭغا داكىنى چىلاپ يۈرەك بىلەن جىگەر ئۈدۈلىغا سوغۇق پېتى قايتا-قايتا ئالماشتۇرۇپ قويۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. شۇنداقلا بۇرنىغا تۆۋەندىكى نۇسخىلار پۈركەلسىمۇ ھوشىغا كېلىشىگە ياردىمى بولىدۇ. نىلۇفەر گۈلى، گۈل ئەرمىنى، ئاق سەندەل ھەر بىرىدىن 12 گرام، نوگاي قاپاق سۈيى، تەرخەمەك كۆكى سۈيى، يۇمغاقسۈت كۆكى سۈيى ھەر بىرىدىن 36 م ل ئېلىپ دورىنى ئېغىزى كەڭ شىشىگە سېلىپ بىمارنىڭ بۇرنىغا يېقىنلاشتۇرۇپ پۈركىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ ئىچىگە مۇز ياكى قار سېلىنسا قىزىتمىنى ياندۇرۇش رولىنى ئۆتەيدۇ ياكى گۈلاب، ئەرقى نىلۇفەر ھەر بىرىدىن 48 م ل، ئاق سەندەل، يۇمغاقسۈت كۆكى ھەر بىرىدىن 12 گرام، ئەتىر بىر م ل. بۇلارنى ئارىلاشتۇرۇپ شىشىگە سېلىپ بىمارغا پۈرۈتۈلىدۇ ياكى بولمىسا ئەفسەنتىن، بابۇنە، سېرىق چېچەك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق ئېلىپ قاينىتىلغان ئىسسىق سۈيى بىلەن خۇدىنى يوقاتقان بىمارلارنىڭ پۇتى يۇيۇپ بېرىلسىمۇ ھوشىغا كېلىشىگە ياردىمى بولىدۇ. ئەڭ مۇھىمى بىمارنىڭ قىزىتمىسى يانسا بىمار تېز ھوشىغا كېلىدۇ. شۇڭلاشقا قىزىتمىنى چۈشۈرۈشكە ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈش كېرەك.

بىمارغا يەنە خېمىر گاۋزەبان ۋە خېمىرى مەرۋايىت ئەنبىرىدىن 3 گرامنى مەتبۇخى ئەفتىمۇن، شەربىتى ئەفتىمۇن، ئەرقى كاسنى ياكى ئەرقى گاۋزەباننىڭ بىرسى بىلەن قوشۇپ كۈنىگە 2 قېتىم يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ. قەۋزىيەتكە قارىتا چارە قىلىنىدۇ.

ئەگەر سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغى بار ئورۇندىكى ئاغرىش ئېغىرراق بولسا ئاغرىقنى پەسەيتىش مەقسىتىدە كافۇر، رۇم بادىيان جەۋھىرى، پىننە جەۋھىرى قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلى ياكى ئارىلاشمىسى يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈلىدۇ.

بىمارنىڭ قىزىتمىسى تۆۋەنلىگەندىن كېيىن قاننى تازىلاش مەقسىتىدە مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن شەربىتى ئۇشبە خاس قاتارلىقلارنى بىرلەشتۈرۈپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 40 م ل دىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

مەتبۇخ ئەفتىمۇننىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ئەفتىمۇن، نىلۇفەر، شاھتەررە، كاسنى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 12 گرام، ئەسلى سۇس 6 گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، كاسنى، غاپەس، ئەفسەنتىن، خوخا، قامغاق، قوغۇن ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 9 گرام، لىمۇن 3 گرام، شاخار بىر گرام يۇقىرىقى دورىلارنى بىر يېرىم لىتر قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى پەس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا ئەگەر بىماردىكى قىزىتما تېز تۆۋەنلەپ بىمار ھالسىزلانسا ۋە يۈرەكنىڭ ھەرىكىتى ياخشى بولمىسا بىمارنى قېلىنراق چۈمكەپ قىزىق چاي ئىچكۈزۈش بىلەن بىرگە بىمارغا خۇشلۇق كەلتۈرگۈچى، يۈرەكنى كۈچەيتىپ، روھنى قوزغاتقۇچى دورىلاردىن داۋائىلمىشكى، مەپەررىھى ياقۇت، جەۋھىرى مۇھرەگە ئوخشاش دورىلاردىن بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ. بىمارنىڭ تامىقى ئۇچۇن ئارپا ئېشى، شوۋۇگۈرۈچ، پاقلان شورپىسى بىلەن توخۇ، چۈجە شورپىسىغا سېلىنغان ئۇگرە ئاش ۋە پىششىق پۇشۇرۇلغان ھەمەكنان قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. تەستە سىڭىدىغان تائاملار بىلەن سامساق ۋە پىيازلاردىن پەرھىز قىلىش كېرەك. بىمار تاكى ساقايغىچە كارىۋاتتىن چۈشمەي ئارام ئالىدۇ. چوڭ-كىچىك تەرىتى كارىۋات ئۈستىدە بولىدۇ.

2. يىرىڭلىق سوزۇلما سۆڭەك يىلىك ياللۇغىنى داۋالاش

سوزۇلما يىرىڭلىق سۆڭەك يىلىك ياللۇغىنى داۋالاش پرىنسىپى بولسا بىمارغا سوغۇق ئىچىملىك بىلەن سوغۇق يېمەكلىكلەرنى بەرمەسلىك، تەسىرى كۈچلۈكرەك زەھەر قايتۇرغۇچى، قاننى تازىلىغۇچى، يۈرەك بىلەن بۆرەكنى كۈچەيتىپ سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرغۇچى، قاننى تولۇقلىغۇچى، نەملىكنى قۇرۇتۇپ يىرىڭنى يوقاتقۇچى، يېڭى سۆڭەكنى ئۆستۈرۈپ جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى ۋە ھەزىمنى ياخشىلاپ ئىشتىھانى ئاچقۇچى ھەمدە بىمارغا خۇشلۇق كەلتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئىبارەت. بىراق دورا ئىشلەتكەندە دورىلارنىڭ تەبىئەت دەرىجىسىگە دىققەت قىلىپ، دەسلەپتىلا تەسىرى زىيادە كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلەتمەي مۇمكىن قەدەر مۆتىدىل تەبىئەتلىك ياكى بولمىسا تەبىئىتى تۆۋەنرەك دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. چۈنكى تەسىرى كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلەتكەندە بىمارنىڭ بەدىنىدىكى سۇيۇقلۇق تېز خوراپ كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇۋېتەلەك ئەكس تەسىر كۆرسىتىشى مۇمكىن.

قاننى تازىلاش بىلەن رەئىس ئەزالارنى كۈچەيتىپ روھنى قوزغىتىش مەقسىتىدە مەئجۇنى داۋائىلمىشكى مۆتىدىل، شەربىتى مۇساففاخۇن ۋە شەربىتى ئەفتىمۇن قاتارلىق

دورىلار قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

شەربىتى مۇسافافاخۇننىڭ تەركىبى: چىلان 60 دانە، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قومۇش پۆپىكى، خىنا ياپرىقى، شاھتەررە، نىلۇفەر گۈلى، ئىت ئۈزۈمى، كاسنى ئۇرۇقى، چۆپچىن، كاكنەج، ئەنزىرۇت ھەر بىرىدىن 24 گرام، لىمۇن 5 گرام، شاخار 3 گرام، شېكەر 1250 گرام ئېلىپ قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ. يەنە شەربىتى فەرياد-رەستىن 24 م ل نى ئەرقى چۆپچىن، ئەرقى شوخلا (ئىت ئۈزۈمى) ياكى ئەرقى كاكنەجلەرنىڭ بىر خىلى (60 م ل) بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يىرىڭلاشقا قارشى سۇپۇپى چۆپچىندىن 5 گرامنى ئەرقى چۆپچىندىن 30 م ل بىلەن قوشۇپ كۈنىگە 3-2 قېتىم ئۇزۇن ۋاقىت ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سۇپۇپى چۆپچىننىڭ تەركىبى: چۆپچىن 14 گرام، ئۇشبە، بىستپايەج ھەر بىرىدىن 7 گرام، سورىنجان، ئەفتىمۇن، قىزىلگۈل، سەندەل ۋە ئاۋات ھەر بىرىدىن 3 گرام، سانا 9 گرام، شېكەر 30 گرام دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

سۇپۇپى ئەنزىرۇت 5 گرامنى 20 م ل شەربىتى مۇسافافاخۇن بىلەن بىرگە قوشۇپ كۈنىگە 3-2 قېتىمدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يىرىڭلىق جاراھەتنى پۈتتۈرۈش مەقسىتىدە 10 گرام سۇپۇپى سەرتان، 20 م ل شەربىتى سەرتان ياكى شەربىتى ئاس بىلەن قوشۇپ كۈنىگە 2 قېتىمدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سۇپۇپى سەرتاننىڭ تەركىبى: ئۇخمى خىتمى، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا ھەر بىرىدىن 7 گرام، تاتلىق بادام مېغىزى 10 گرام، كەتىرا، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، ئاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، بىيە ئۇرۇقى مېغىزى، رۇبۇسۇس، تاباشىر، ئەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، گىل ئەرمەنى، يۇغۇچ تالاسى ھەر بىرى 14 گرام، ئاقلانغان پۇرچاق 25 گرام، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، كۆيدۈرۈلگەن سەرتان ھەر بىرىدىن 36 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

شەربىتى سەرتاننىڭ تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن سەرتان كۈلى، قومۇش ياپرىقى، گىلى ئەرمەنى ھەر بىرىدىن 25 گرام، كۆكنار ئۇرۇقى، قومۇش پۆپىكى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، لالە گۈلى ئۇرۇقى، گاۋزەبان، گۈلى بىنەپشە ھەر بىرىدىن 12 گرام، بىخسۇس مۇقەششەر، گۈلى گاۋزەبان ھەر بىرىدىن 9 گرام، بىيە ئۇرۇقى، چىلان ھەر بىرىدىن 9 گرام، سەرپىستان 25 دانە، لىمۇن 5 گرام، شاخار 3 گرام، شېكەر بىر كىلو، سۇ بىر يېرىم لىتر. قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ. شەربىتى ئۇستۇخۇددۇسنىڭ تەركىبى: ئۇستۇخۇددۇس 170 گرام، بىستپايەج، بادرەنجى بۇيا، گاۋزەبان ھەر بىرىدىن 36 گرام، لىمۇن 4 گرام،

شاخار 2 گرام، شېكەر بىر كىلو، سۇ ئىككى يېرىم لىتىر قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا جاراھەتنى پۈتتۈرۈش ۋە بۆرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش مەقسىتىدە بانادۇق بۇزۇرىدىن 4 گرامنى ئەرقى كاسىن ياكى ئەرقى باديانىدا ئېزىپ ئىستېمال قىلىشقا بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى قۇرسى تاباشىر، قۇرسى كافۇر ۋە ھەببە كىبرىتلەرنىڭ بىر خىلىنى بىر گرامدىن كۈنىگە 2-3 قېتىمدىن ئەرقى چۈپچىن بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

بانادۇق بۇزۇرىنىڭ تەركىبى: بەزۇرۇلبەنجى (مىلك دىۋانە)، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، رۇببۇسۇس، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كەتىرا، گۈللى ئەرمىنى، تاتلىق بادام مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، نىشاستە ۋە بىدە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 30 گرام ئېلىپ مېغىزلار بىلەن باشقا دورىلارنى ئايرىم-ئايرىم سوقۇپ تالقانلاپ بىھە ئۇرۇقى لۇئابىدا يۇغۇرۇپ توقاچ تەييارلىنىدۇ. بۆرەكنى كۈچەيتىپ ھەزىمنى ياخشىلاش ئۈچۈن ئامىلە نوشدارى، جەۋارىش كۆمۈنى قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. بۆرەك خىزمىتىنى ياخشىلاپ سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش مەقسىتىدە دىنار شەربىتى ياكى شەربىتى بۇزۇرى، شەربىتى كاسنىنىڭ بىر خىلىدىن كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 30—40 م ل ئىچىشكە بېرىلىدۇ. قاننى كۈچەيتىش مەقسىتىدە شەربىتى تۆمۈر ياكى كۆشتە تۆمۈرلەر ئىشلىتىلىدۇ. بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرۈش ئۈچۈن لوبۇبى مۆتەدىللەرنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. سۆئلەپ مىسرىنى تالقانلاپ سۈت بىلەن بىرگە داۋاملىق ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ. تىبى ئاجىزلارغا مەئجۇنى ھالۋايى بەيزە، داۋائى تەرەنجەبىل قاتارلىقلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. تۆۋەن قىزىتما بولۇپ كۆپ تەرلەيدىغانلارغا ئالاقات، خام ئەگرى سوناي قاتارلىقلارنىڭ قايىنىتىلغان سۈيى بىلەن شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇفەر قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلىنى ئەرقى نىلۇفەر بىلەن قوشۇپ بېرىشكە بولىدۇ. ئەگەر ئاغرىش ۋە ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىق ئەھۋاللار بولسا شەربىتى مۇپاسىل بىلەن شەربىتى خەشخاش قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەگەر سۆڭەكتە چىرىش ئېغىرراق بولۇپ يىرىڭ توختىمىسا ۋە ئىششىق يانمىسا ئاۋۋال كات ھىندى، مەستىكى ۋە كەتىرا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يەرلىك ئورۇننى بىر قانچە ۋاقىت تېڭىپ ئىششىق يانغاندىن كېيىن دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن جاراھەت ئېغىزىنى كېڭەيتىپ مۇۋاپىق چوڭلۇقتىكى مېتال قوشۇق بىلەن قىرىپ چىرىگەن سۆڭەكلەر بىلەن توقۇلمىلارنى تازىلاپ (ھازىرقى زامان تىبابەت ئوپېراتسىيە ئۇسۇلى بىلەن داۋالىغان ياخشى) جاراھەت تۆۋەندىكى مەلھەم بىلەن تېڭىپ بېرىلىدۇ. قارا ياغاچ شېخى،

سۆگەت شبخى، ئۆخۇمەك شبخى، شاپتۇل شبخى ۋە ئۆجمە شبخى، مەستكى رۇمى ھەر بىرىدىن 30 گرام، مۇرمەككى 30 گرامدىن ئىلىپ يۇمشاق تالقانلاپ 500 م ل كونجۇت مېيىغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. تېگىشتىن ئىلگىرى ئۆز سىلىنغان زاراڭزا چېچەكى سۈيى (قاينىتىلغان) بىلەن جاراھەت ئىچى پاكىز تازىلىنىدۇ.

بىمارنىڭ يېمەكلىكگە يىلىتىلغان ئۆخۇم، پاقلان گۆشى بىلەن شورپىسى، گۆش ھالۋىسى، شورپا بىلەن تەييارلانغان شوۋۇگورۇچ، ئۆگرە، سۈت ئاش، شويلا، نارىن چۆپ، سۈت، يېگى قايماق، سېرىق ماي، كالا پاقالچاق ۋە قېرىن قاتارلىق ئاسان ھەزىم بولىدىغان، سۆگەكنىڭ ئۆسۈشىنى تېزلىتىدىغان ئاتامالار بېرىلىدۇ. بېلىق، توخۇ گۆشى، كالا گۆشى ۋە ئۆچكە گۆشى، سامساق، پىياز، ياڭيۇ، مۇچ ۋە ئۆسۈك قاتارلىق يېمەكلىكتىن پەرھىز ئۆتۈلىدۇ. مېۋىلەردىن پىشقان قوغۇن، ئۈزۈم، ئەنجۈر، ئالما، ئۆرۈك، شاپتۇل ۋە ئامۇت قاتارلىقلارنى بېرىشكە بولىدۇ.

سۆگەك بوغۇم سىلى

سۆگەك ۋە بوغۇم سىلىنىڭ كېسەل سەۋەبچىسى ئۆپكە ۋە لىمفا سىلى كېسىلى بىلەن ئوخشاش بولۇپ، ئۇ كۆپىنچە ئۆپكە سىلى ياكى لىمفا بېزى سىلىنىڭ ئاسارىتى سۈپىتىدە پەيدا بولىدىغان بىر خىل خوراتقۇچى سوزۇلما كېسەللىكتىن ئىبارەت. بەدەندىكى تەبىئەتنىڭ ئاجىزلىشىشى بىلەن سۆگەك بوغۇملارنىڭ زەخىملىنىشى بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇھىم ئامىل بولىدۇ. سۆگەك بوغۇم سىلى كۆپىنچە ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلارنىڭ ئومۇرۇتقا تېنى، تىز بوغۇم بىلەن يانپاش بوغۇم سۆگەكلىرى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

سۆگەك بوغۇم سىلى ئادەمنىڭ مىجەزى بۇزۇلۇپ رەئىس ئەزالار بىلەن قۇۋۋەتلەرنىڭ خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراش ۋە كېسەللىككە قارشى تەبىئەت ئاجىزلاش ئاساسىدا سىل كېسەل جاراسىمى بىلەن بۇلغانغان غەيرى تەبىئىي قويۇق بەلغەم سۆگەك بىلەن بوغۇمغا ئورۇنلىشىۋېلىپ سۆگەك بوغۇمنى چىرىتىشتىن پەيدا بولىدۇ. سۆگەك بوغۇم سىلى

بمارنڭ بەدىندكى ئۆپكە سلى، بەز سلى، ئۈچەي سلى ۋە بۆرەك سلى قاتارلق كبسەللك مەنبئى ئاساسدا پەيدا بولدۇ. بۇ كبسەللك مەنبئى ئاشكارا ياكى يوشۇرۇن بولۇشى مۇمكن. بەدەن ئاجزلاش ۋە سۆڭەك بوغۇملارنڭ زەخملنشى سۆڭەك بوغۇم سلنڭ پەيدا بولۇشدا مۇھم ئامل ھسابلندۇ.

كبسەللك ماھيتى

سل جاراسمى بلەن بۇلغانغان قويۇق بەلغەم قان ئارقلق زەخمگە ئۇچراپ قارشلقى ئۆۋەنلگەن سۆڭەك بلەن بوغۇمغا يتپ بارغاندن كيىن سۆڭەك بلەن بوغۇم قبىي قاتارلق توقۇلملارنى چرتپ ئوخشمغان دەرجدكى توزۇلمە بۇزۇلۇشنى كەلتۈرۈپ چقردۇ ۋە چرشنڭ كېڭيشگە ئەگشپ سۆڭەك بلەن بوغۇم قپىنڭ توزۇلمە جەھەتتكى بۇزۇلۇش دائرسى كېڭيش بلەن برگە يرڭلق ئششقنى كەلتۈرۈپ چقردۇ ۋە شەكل ئۆزگەرتشنى (مەسلەن، ئومۇرتقا سلدا) كەلتۈرۈپ چقردۇ. كيىن سۆڭەك ۋە بوغۇمنڭ ئەتراپدكى يۇمشاق توقۇلملارغچە كېڭيىپ يۇمشاق توقۇلملاردمۇ سللق كبسەللك ئۆزگرشنى كەلتۈرۈپ چقردۇ. نەتجدە يەرلك ئورۇندا ئششش ۋە ئاغرش پەيدا قلدۇ. ئەڭ ئاخردا سۆڭەك بوغۇملاردكى شەكل ئۆزگرشى كۆچيىش بلەن برگە ئومۇرتقا سلى كۆكرەك ياكى قۇرساق بوشلۇقغا ياكى بولمسا تېردن ئېقز ئالدۇ. مۇچلەردكى سۆڭەك بوغۇم سلى تېردن ئېقز ئالدۇ. سل كبسلى خوراتقۇچى كبسەللكنڭ بر خلى بولغانلقى ئۈچۈن بمار جۇدەپ مۇچلەر بولۇپمۇ كبسەل يۈز بەرگەن مۇچە گۆشلرى خوراپ ئنچكلەپ كېتدۇ ھەتتا مېيپ بولۇپ قالدۇ.

ئالامتى

سۆڭەك بوغۇم سلدا باشقا ئەزالار سلگە ئوخشاش ئشتھاسزلق، كەم ماغدۇرلۇق، جۇدەش، چۈشتن كيىن قزش ۋە كېچلرى سوغۇق تەرلەش، قان كەملك قاتارلق سل كبسلگە خاس پۈتۈن بەدەنلك ئالامەتلەر بولدۇ. سۆڭەك بوغۇم سلنڭ يەرلك ئالامەتلرى كبسەللەنگەن سۆڭەك ۋە بوغۇم ئورنغا قاراپ ھەر خل بولدۇ. شۇنداقلا ئۆپكە ۋە بەز سلگە ئوخشاش كبسەللك بلەن ئاغرغان تارخى بولدۇ.

1) ئومۇرتقا سلنڭ يەرلك ئالامتى: يەرلك ئورۇن كېچلرى ئويقۇلۇقتا ئويان-بۇيان

ئۆرۈلگەندە قاتتىق ئاغرىپ ئۇيقۇسى ئېچىلىپ كېتىدۇ. بىمارنى تۈز ئولتۇرغۇزۇپ يەلكىسىدىن باسقاندا ياكى باشنىڭ تۆپىسىگە تېۋىپ سول قول ئالقىنىنى قويۇپ ئوڭ مۇشت بىلەن ئوتتۇرىھال مۇشتلىغاندا كېسەللىك پەيدا بولغان ئورۇندا ئاغرىش ھېس قىلىدۇ. ھازىرقى زامان تېبابەتچىلىكىنىڭ رېنتگېنلىق ۋە لابوراتورىيىلىك تەكشۈرۈش دىئاگنوزى بالدۇرراق ئېنىقلاشقا ياردىمى چوڭ.

2) يانپاش بوغۇم سىلىنىڭ يەرلىك ئالامىتى: ئالدى بىلەن سىلگە خاس پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر پەيدا بولۇشقا باشلاپ ئانچە ئۇزۇن ئۆتمىگەن ۋاقىتتىن كېيىن يول يۈرگەندە يانپاش بوغۇمى قېتىۋالغاندەك بولۇپ، شۇ تەرەپ ئايىغى سوزۇلۇۋالغاندەك ھېس قىلىدۇ ۋە يېنىك ئاغرىش ھېس قىلىدۇ. ئارام ئالغاندىن كېيىن يېنىكلىشىدۇ ياكى يوقىلىدۇ. مەلۇم مەزگىل ئۆتكەندىن كېيىن ئاغرىش كۈچىيىش بىلەن بىرگە شۇ تەرەپ ئايىغىنىڭ سوزۇلۇۋېلىشى ئېغىرلىشىدۇ. بارا-بارا ئاغرىش ئېغىرلىشىدۇ. بەزىدە ئاغرىش سان بىلەن تىزغىچە تارقىلىدۇ. كېچىلىرى ئۇياق-بۇياققا ئۆرۈلگەندە يانپاش قاتتىق ئاغرىشتىن ئۆسمۈرلەر ئويغىنىپ كېتىپ يىغلايدۇ. يانپاش بوغۇمىنىڭ ھەرىكەت دائىرىسى چەكلىمىگە ئۇچرايدۇ. يانپاش بوغۇمىنىڭ ئالدى قىسمىنى باسقاندا ئاغرىيدۇ. بىمارنى ياتقۇزۇپ ئايىغىنى تۈزلەپ ئاغرىق تەرەپ ئاياغ تاپىنىغا مۇشتلىغاندا يانپاش قىسمىدا ئاغرىش پەيدا بولىدۇ ياكى كۈچىيىدۇ. بىراق يانپاش بوغۇمى چوڭقۇر بولغانلىقى ئۈچۈن ئىششىش ئېنىق بولمايدۇ. كېيىنرەك ئاغرىق تەرەپ ئاياغ ئوخشىمىغان دەرىجىدە ئۇزىراپ قالىدۇ. ھازىرقى زامان تېبابىتىنىڭ رېنتگېن ئۇسۇلى بىلەن سۈرەتكە ئالغاندا دىئاگنوزى تېخىمۇ ئېنىق بولىدۇ.

3) تىز بوغۇم سىلىنىڭ يەرلىك ئالامىتى: سىل كېسەللىگە خاس پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەردىن سىرت يول يۈرگەندە كېسەللەنگەن تىز ئاغرىيدۇ ۋە تەدرىجىي ئاقساپ ماڭىدۇ. تىز بوغۇمى تەدرىجىي ئىششىيدۇ. باسقاندا ۋە تىز بوغۇمىنى ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىيدۇ. كېسەللىك ئىششىقىنىڭ دەسلەپىدە تېرە رەڭگى نورمال بولىدۇ ۋە قولغا قىزىق بىلىنمەيدۇ. كېيىن بارا-بارا مېڭىش قىيىنلىشىدۇ ۋە تىز بوغۇمى ئېگىلىپ قېلىپ تۈزلەش تەس بولىدۇ. تىز بوغۇمىنىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى گۆشلەر يېگىلەپ ئىنچىكىلىشىدۇ. بىراق تىز بوغۇمىنىڭ ئىششىقى ۋە تىز بوغۇم ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراش تېخىمۇ روشەنلىشىدۇ. تىز بوغۇمىنى ئەگكەندە ۋە تۈزلىگەندە قارشىلىق پەيدا بولۇش بىلەن بىرگە ئاغرىش كۈچىيىدۇ. تىز بوغۇمىنى ئىككى قول بارمىقى بىلەن نۆۋەتلەشتۈرۈپ باسقاندا مىلىقلىغان سېزىم پەيدا بولىدۇ. لىپەكنى باسقاندا لەيلەش سېزىمى بايقىلىدۇ. ئاخىرقى دەۋردە تېرە قىزىرىپ ئەڭ ئاخىرىدا ئېغىز ئېچىلىپ تەستە

ساقىيىدىغان ئاقما پەيدا بولىدۇ. رىبىتىگىنىلىك تەكشۈرۈش دىئاگنوزىنى بالدۇرراق ئېنىقلاشتا ياردىمى چوڭ.

داۋاسى

سۆڭەك بوغۇم سىلىنى داۋالاش پرىنسىپى باشقا خىلدىكى سىل كېسىلىگە ئوخشاش ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. ئىشتىھانى ئاچقۇچى دورىلارنى بېرىش بىلەن بىرگە گۆش، تۇخۇم، سۈت، قايماق ۋە سېرىق ماي قاتارلىق قۇۋۋەتلىك تائاملار بىلەن مېۋە-چېۋە، كۆكتاتلار مۇۋاپىق بېرىلىدۇ. بىراق تاماكا ۋە ھاراق قاتارلىق ئىچىملىكلەر بىلەن چېكىملىكلەر چەكلىنىدۇ. بىمارنىڭ مىجەزى بۇزۇلغان بولسا مىجەز تەڭشىلىدۇ ھەمدە بىمارنىڭ ئەندىشىسىنى چىقىرىپ تاشلاپ داۋالاشقا يېقىندىن ماسلىشىشى قولغا كەلتۈرۈلىدۇ. ئايرىم ئۆيدە ياتقۇزۇپ قاچا-قۇچا ۋە لۆڭگە قاتارلىقلار ئايرىلىدۇ.

سۆڭەك بوغۇم سىلىنى دورا بىلەن داۋالاش پرىنسىپى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: بىماردا كۆپ ھاللاردا جۇدەتكۈچى قىزىتما بىرگە كېلىدىغانلىقى ئۈچۈن سوۋۇتقۇچى، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى، ئىشتىھانى ئېچىپ ماددا ئالمىشىشىنى ياخشىلىغۇچى، رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاپ تەبىئەتكە مەدەت بەرگۈچى ۋە روھنى ئۈرغۈتقۇچى، يىرىڭنى ئازايتىپ جاراھەت يۈزىنى قۇرۇتقۇچى، كېسەللەنگەن ئورۇندىكى سۆڭەكلەرنىڭ ئۆسۈشىنى تېزلىتىپ چىرىگەن سۆڭەك كاۋىكىنى پۈتتۈرگۈچى ۋە يۇمشاق توقۇلمىلاردىكى جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى ھەمدە قويۇق بەلغەمنى سۇيۇلدۇرۇپ ئىششىقنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. سۆڭەك بوغۇم سىلىنى دورا بىلەن داۋالاشتا يەنە بېرىلىدىغان دورىلار كەيپىياتىدىكى ئىسسىق ۋە سوغۇق نىسبىتىگە ئەھمىيەت بېرىشمۇ ئىنتايىن مۇھىم. ئەگەر سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار نىسبىتى كۆپ بولۇپ كەتسە بىمارنىڭ روھىي ھالىتىنى ئاجىزلىتىپ تەبىئىي ھارارەتنى سوۋۇتىدۇ ۋە دورىنىڭ تەسىرى كېسەللەنگەن ئورۇنغىچە تولۇق يېتىپ بارالمىغانلىقتىن داۋالاش ئۈنۈمىگە تەسىر يېتىدۇ. ئەگەر بىمارغا ئىشلەتكەن دورا نوقۇل ئىسسىق دورىلار بولسا ھارارەتنى ئۈرغۈتۈپ قىزىتمىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ ۋە بەدەندىكى نەملىكنى ئازايتىپ مىجەزنىڭ يەنىمۇ قالايمىقانلىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ كېسەللىكنىڭ ساقىيىشىنى كېچىكتۈرۈۋېتىدۇ. ئەڭ ياخشىسى مۆتىدىل تەبىئەتلىك دورا بولغىنى تۈزۈك. دورا تاللاشتا قويۇق بەلغەمنى سۇيۇلدۇرغۇچى، قاتتىقنى يۇمشاتقۇچى ۋە يىرىڭنى تازىلىغۇچى، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى، تەبىئىي ھارارەتنى كۆتەرگۈچى ۋە روھنى

ئۇرغۇتغۇچى دورىلارنى بىرگە ئىشلىتىش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى لۆئاب ۋە شىرىلىك دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك كېرەك. چۈنكى بۇ خىلدىكى دورىلار ئاسانلا ھەزىمنى بۇزىدۇ.

دورىلاردىن 120 م ل ئارپا سۈيىگە سەرتانى نەھرىدىن 10 گرام قوشۇپ پەس ئوتتا بىرلا ئۆرلىتىپ، ئۇزۇن مۇددەت ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى تىرىك سەرتاننى (راكنى) ئارپا سۈيى بىلەن پۇشۇرۇپ داۋاملىق ئىستېمال قىلىپ بەرسە ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ.

بامبۇك يوپۇرمىقى 3 گرامنى قايناق سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ شەربەتى ئەنجاز ياكى ناۋات قوشۇپ داۋاملىق ئىچىشكە بېرىلىسىمۇ بولىدۇ. 7 گرام خاكىسنى تالقانلاپ ئۇنى يېرىم پىيالە ئۆچكە سۈتىگە قوشۇپ ئىستېمال قىلىندۇ. كۈنجۈتنى داۋاملىق ئىستېمال قىلىش پايدىلىق. بېلىق يېلىمى ياكى بېلىق مېيىنى ئېرىتىپ ئىلمان سۈتكە قوشۇپ، ئۇزۇن مۇددەت ئىچىپ بېرىلىسىمۇ بولىدۇ ياكى سەمغى ئەرەبى تالقىنىنى ئۇزۇن مۇددەت كاپ ئېتىپ، ئۇستىدىن سۈت ئىچىپ بەرسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا تولكە ئۆپكىسىنى قورۇتۇپ تالقانلاپ ئۇزۇن مۇددەت كاپ ئېتىپ بېرىلىسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىدىكى چارىلەرنىڭ بىر-ئىككى خىلىغا گۈلقەنت قوشۇپ بېرىلسە ياكى گۈلقەنتكە مەستىكى رۇمى قوشۇپ بېرىلسە كاۋاكلار بىلەن ئاقما يوللىرىنى پۈتتۈرۈشكە ياردىمى بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما بولۇپ يەرلىك ئورۇندىكى كېسەللىك ئەۋج ئېلىش تەرەپلىرى بولسا بىنەپشە شەربىتى بىلەن نىلۇفەر شەربىتى ۋە چۆپچىن شەربىتى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلىدىن كۈنىگە 4-3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 30—20 م ل ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا ئەرقى كاسنى، ئەرقى چۆپچىن، ئىت ئۈزۈمى ئەرقى، ئەرقى كاكنەج، ئەرقى نىلۇفەر قاتارلىق دورىلارمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. كېسەللىك ئەۋج ئېلىۋاتقان مەزگىللەردە قىزىتقۇچى دورىلار ۋاقتىنچە بېرىلمەيدۇ. قىزىتما يېنىپ كېسەللىك ئەھۋالى تۇراقلاشقاندىن كېيىن ئاندىن قىزىتقۇچى، روھنى ئويغاتقۇچى دورىلارنى بېرىش كېرەك. بىراق قىزىتقۇچى دورا چوڭ سالماقنى ئىگىلىمەسلىكى كېرەك. كېسەللىك ئەۋج ئېلىۋاتقان مەزگىلدە ئاق لەيلى ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، بىنەپشە، بابۇنە ۋە سېرىق چېچەك قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ مەلھەم ياكى زىماد تەييارلاپ سىرتىدىن سۈرتۈپ بېرىلىسىمۇ بولىدۇ. ياللۇغىنىڭ يېيىنشىنى تىزلىتىپ ئاغرىشنى يېنىكلىتىش ئۈچۈن ئىچىدىن سۇفۇفى چۆپچىن، سۇفۇفى ئەنزىرۇت، شەربىتى ئەنسىل، شەربىتى زۇفا، شەربىتى فەريادرەس ۋە شەربىتى خەشخاش قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر ياكى بىر نەچچە خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. مەسىلەن، ئاغرىش كۈچلۈك بولسا سۇفۇفى چۆپچىن بىلەن شەربىتى خەشخاش بېرىلسە مۇۋاپىق كېلىدۇ ياكى ھەبىبە غەرىيۇس سەمەك (بېلىق مېيى

كۆمۈلسى) دىن 2ـ1 تال، شەربىتى سەرتانى خاس 12 م ل، شەربىتى خەشخاش 12 م ل، ئەرقى سەرتانى خاس 100 م ل، شەربىتى فەريادرەس 100 م ل نى قوشۇپ بىرىلسە يېگىدىن سۆڭەك ئۆسۈشىنى تېزلىتىپ چىرىگەن سۆڭەكنىڭ ئورنىنى تولدۇرىدۇ، جاراھەتنى پۈتكۈزىدۇ. نەزلىدىن بولغان زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ. قى- زىتمىنى تۆۋەنلىتىدۇ. رۇبىۇسۇس تالقىنى، بىخسۇس تالقىنى ۋە ئەرقى چۈپچىنلەرنى بىر - گە ئىستېمال قىلىسمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەبىيە جەۋاھىر كافۇردىن 5 گرامنى 24 م ل شەربىتى فەريادرەس، 24 م ل شەربىتى خەشخاش، 100 م ل ئەرقى گاۋزەبانلار بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، ئىستېمال قىلىپ بىرىلسە جاراھەتنى پۈتتۈرۈپ، ھارغىنلىق ۋە ئاجىزلىق- لارنى يوقىتىپ قىزىتمىنى پەسەيتىشتە ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. خېمىرى ئەبرىشىمدىن 7 گرام، خېمىرى خەشخاشتىن 12 گرام، ئەرقى گاۋزۇباندىن 100 م ل، شەربىتى ئەئجاز دىن مۇۋاپىق مىقداردا بۇلارنى بىرگە قوشۇپ ئىستېمال قىلىپ بىرىلسە قىزىتمىنى چۈشۈرۈش، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش ۋە قۇرۇق يۆتەلگە ئوبدان مەنپەئەت قىلىش جەھەتتە ياخشى ئۈنۈمگە ئىگە ياكى شەربىتى دىياقوزەدىن 12 م ل، سۇپۇيى سەرتاندىن 7 گرام، سۇپۇيى خەشخاشتىن 9 گراملارنى تۈزئارا بىرلەشتۈرۈپ، 90 م ل كۆك (بوز) ئىنەك سۈتى بىلەن ئىستېمال قىلىپ بىرىلسە سىل قىزىتمىسىگە ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ئەگەر قىزىتما ئېغىرراق بولغانلارغا سۇپۇيى سەرتان، سۇپۇيى خەشخاشلارنى 90 م ل ئەرقى سەرتانى خاس ۋە 15 م ل شەربىتى سەرتان بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلسە مەنپەئەتى ناھايىتى ياخشى بولىدۇ. ئەگەر ئىچى سۈرۈش بىلەن يۆتەلدىن قان كېلىش سۆڭەك بوغۇم سىلىگە قوشۇلۇپ كەلسە سۇپۇيى سىتى گىلودىن 9 گرام، ئەنجباھار، ھەبىۇلئاس، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، بىيە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 3 گرامنى ئېلىپ تالقانلاپ پاقا يوپۇرماق شىرىسى بىلەن قوشۇپ بۇنىڭغا ھەبىۇلئاس شەربىتى قوشۇپ ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىستېمال قىلىپ بىرىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. بىلىق يىلىمى تالقىنىدىن 4 گرامنى 90 م ل كۆك ئىنەك سۈتى، 12 م ل شەربىتى سەرتانى خاس ياكى بىيە ئۇرۇقى تالقىنى بىلەن ئەنجباھار تالقىنى ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ 120 م ل پاقا يوپۇرمىقى ئەرقىگە قوشۇپ شىرنىسىنى چىقىرىپ ئۈنىڭ ئۈستىگە 24 م ل ھەبىۇلئاس شەربىتى قوشۇپ ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىستېمال قىلىشقا بىرىلىدۇ. يۆتەل بىرگە كەلگەن قىزىتمىلىق سۆڭەك بوغۇم سىلىغا قۇرسى سەرتان 4 گرام، قۇرسى سەرتانى خاس 2 گرام، قۇرسى سەرتانى كافۇردىن 4 گرام، قۇرسى سەرتانى لولۇدىن 4 گرام، قۇرسى خەشخاشتىن 4 گرام، يۇقىرىقى دورىلارنىڭ بىر خىلىنى 24 م ل شەربىتى خەشخاش، 60 م ل ئەرقى سەرتانى خاس، 48 م ل ئەرقى گاۋزەبان ۋە 24 م ل شەربىتى سەرتانى خاس قاتارلىقلارنى

قوشۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. قۇرسى تاباشىر ساددا ياكى قۇرسى تاباشىر كافۇر ھەر بىرىدىن 4 گرام، قۇرسى تاباشىر كافۇر لولۇدىن 3 گرام ياكى قۇرسى تاباشىر قابىزدىن 4 گرام، بۇ دورىلارنىڭ بىرگە بىيە تۇرۇقى، سىمىز ئوت تۇرۇقى، ئەنجىباھار ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ 60 م ل پاقا يوپۇرماق ئەرقىگە مىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، شىرىسىگە شەربىتى خەشخاش قوشۇپ ئىستېمال قىلىنسا قىزىتما بىلەن كۆيگەن سەپرا خىلتىدىن بولغان چىرىشكە ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر قەۋزىيەت بولسا مۆتىدىل يۇمشاتقۇچى دورىلا بېرىلىدۇ. كۈچلۈك سۈرگۈچى دورىلار زىيانلىق بولغانلىقى ئۈچۈن ئىشلىتىلمەيدۇ.

سۆگەك بوغۇم سىلى ئېغىرراق بولسا ياللۇغلىنىشنى يوقىتىپ جاراھەتنى پۈتتۈرۈش مەقسىتىدە مۇرمەككە، كەتىرا، مەستىكى رۇمى، قىزىلگۈل ۋە ئاق لەيلى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۈچ ھەسسە مومنى ئېرىتىپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلىدۇ ياكى ئاق لەيلى، بىنەپشە، خىنە، سۆگەت يىلتىزى ۋە قىزىلگۈللەردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ مايغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن تېڭىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. جاراھەت (ئاقما) ئىچىنى سۆگەت يىلتىزى، مامىرانچىنى، كاۋاۋىچىن ۋە چۈپچىنىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن چايقاپ بېرىلسە جاراھەتنى پۈتتۈرۈشتە ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ مىجەزى بۇزۇلغان بولسا دەرھال ماددىنى پىششۇرۇپ بەدەننى تازىلاش ئارقىلىق مىجەز تۈزۈتىلىدۇ. شۇنداقلا داۋالاشنىڭ پۈتۈن جەريانىدا مىجەز تەڭپۇڭلۇقىغا ئەھمىيەت بېرىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك ئۇراقلىشىپ قىزىتما ۋە ئاغرىش قاتارلىقلار بولمىسا تۆۋەندىكى ئۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ. بامبۇك شەننەم تۇزى ياكى بامبۇك ياپرىقى 3 گرام، كۈيدۈرۈلگەن سەرتان، ئەرەپ يىلمى، رۇبۇسۇس، گىل ئەرمىنى ھەر بىرىدىن 6 گرام. دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ كۈنىگە 2-3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 2-3 گرامغىچە خەشخاش شەربىتى بىلەن بىرگە قوشۇپ ئىچىپ بېرىلىدۇ. ياكى قۇرسى سەرتانى كافۇردىن 4 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ 12 گرام خېمىرى خەشخاش بىلەن بىرگە ئىچىشكە بېرىپ ئارقىدىن بىيە تۇرۇقى، سىمىز ئوت تۇرۇقى، قاپاق تۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرىدىن 5 گرام، چىلان5 دانە ئېلىپ دورىلارنى 90 م ل ئەرقى خاس، 50 م ل ئەرقى گاۋزەبانلارغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ سۈزۈۋېلىنغان شىرىسىنى 24 م ل شەربىتى سەرتانى خاسقا ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسخىغا سەرتانى مەغسۇل، سەرپىستان ۋە ئۇسۇلنىڭ تۇرۇقى قاتارلىقلار قوشۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. بەدەننى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن خېمىرى ئەبرىشىمدىن 7 گرامنى يېگۈزۈپ ئارقىدىن بىيە تۇرۇقى 3 گرام، چىلان 5 دانە، قاپاق تۇرۇقى مېغىزى، سىمىز ئوت تۇرۇقى ھەر بىرىدىن 5 گرام

ئىلىپ ئىزىپ ئەرقى سەرتانى خاس بىلەن سەۋزە ئەرقى ھەر بىرىدىن 85 م ل ئىلىپ دورىلارنى چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، سۈزۈۋېلىنغان شىرىسىگە نىلۇفەر شەربىتى، سەرتان شەربىتى ھەر بىرىدىن 24 م ل گە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا داۋالىنىشكى مۇتىدىل ۋە مۇپەررىھى ياقۇت قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ. دورىلاردىن باشقا بىمارلارنىڭ دەم ئېلىش شارائىتى ۋە ئوزۇقلىنىشنى ياخشىلاش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى قۇۋۋەتلىك تائاملارنى ئاز مىقداردىن كۆپكە بۆلۈپ ئىستېمال قىلىش ۋە يېمەكلىك تۈرى ھەر خىل بولۇشقا ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى چوڭلارنىڭ بىر كۈنلۈك يېمەكلىكى سۈت بىر لىتر، گۆش 500—250 گرامغىچە، تۇخۇم ئىككىدىن ئۈچكىچە، ماي 100—50 م ل غىچە، ئۇن ياكى گۈرۈچ 500 گرامغىچە بولۇشى كېرەك. بۇنىڭ سىرتىدا مۇۋاپىق مىقداردا كۆكتات بىلەن مېۋە ئىستېمال قىلىپ بېرىلىدۇ. كۆكتاتلار ئىچىدە جامغۇرنىڭ مەنپەئەتى ياخشى. ئەگەر ئىمكانىيەت يار بەرسە كۈنىگە بىردىن سۇ يىلىنىنىڭ بېشىنى كېسىۋېتىپ ئىچىنى تازىلاپ تەڭ مىقداردىكى قوي گۆشى بىلەن پۇشۇرۇپ يەپ بەرسە ۋە شورپىسى ئىچىپ بېرىلسە سۆڭەكنىڭ چىرىگەن جاراھىتى بىلەن ئاقمىنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدۇ. شۇنداقلا تاتلىق ئانار قىيامىغا قارا شېكەر قوشۇپ ئىچىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. كەكلىك گۆشى ياكى كەپتەر باچكىسىنى ئۈزۈم شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە بەدەننى قۇۋۋەتلەپ كېسەللىكنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدۇ. تۇخۇم سېرىقىنىڭ ساپ مېينى يېرىم پىيالە پۇشۇرۇلغان سۈتكە 10—5 تامچە ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 3-2 ۋاخ ئىچىپ بېرىلسە سىلنىڭ يىلتىزىنى قۇرۇتىدۇ. بۇلاردىن باشقا سۈت ئاش (ئاق ئاش)، ئارپا ئېشى ئىستېمال قىلىشمۇ پايدىلىق ياكى ئارپىدىن 150 گرام ئېلىپ پاكىز يۇيۇپ بىر يېرىم لىتر قايناق سۇغا يېرىم سائەت چىلاپ پەس ئوتتا 45 مىنۇت قاينىتىپ (بۇ جەرياندا كۆپىكىنى ئېلىۋېتىپ) تۇرۇلىدۇ. داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە ئازراق ناۋات ئارىلاشتۇرۇپ ئۇسسۇلۇقىغا بېرىلىدۇ. بۇنىڭغا سەرتان سۈيى قوشۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا نېپىز پوستى ئېلىۋېتىلگەن ياڭاق ۋە بادام مېغىزى (تاتلىق ئۆرۈك مېغىزى بولسىمۇ بولىدۇ)، قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلارنى تاماقنىڭ سىرتىدا كۈنىگە يەپ بەرسە ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. بۇلاردىن باشقا قايماق، سېرىق ماي ۋە ئەنجۈر، بېيە قاتارلىقلارنىڭ مۇراببالىرىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. لېكىن سۈت ئىچىۋاتقان مەزگىلدە بېلىق گۆشى، قېزا ياكى سۈرلەنگەن گۆش ۋە ئاچچىق-چۈچۈك مېۋە-چېۋىلەر بىلەن يېمەك-ئىچمەكلەردىن پەرھىز تۇتۇش كېرەك. شۇنداقلا تەستە ھەزىم بولىدىغان ۋە يەل پەيدا قىلىدىغان ياڭيۇ، قىزىل ياكى كۆك مۇچ، پىياز، كاۋا، ئالما، شاپتۇل قاتارلىق مېۋىلەر بىلەن كۆكتاتلاردىن

پەرھز قلش كېرەك. بمار يېتپ ئارام ئېلشى ۋە تېنى ئاجز بمارلارنى كۈنگە كۆپ قېتم ئۇياق-بۇياققا ئۆرۈپ تېرنى كۈنگە بر قېتم قۇرۇق يۇيۇپ تۇرۇلۇشى، يوتقان-كۆرپە كرلكى بلەن كۆينەك تامبلنى ۋاقتدا يەڭگۈشلەپ شەخسي تازلقنى ياخشى ئشلشى ۋە ياتاق يارسى پەيدا بولۇشنڭ ئالدى ئېلنشى كېرەك.

تىتول بەت ۋە نەقىشلىرىنى تۇرسۇن غازى ئىشلىگەن
ھۆسن خەتنى نىياز كېرەم شەرقى يازغان
قىستۇرما رەسىملەرنى ئەنۋەر قاسىم تەقلىت قىلىپ سىزغان

扉页、花边设计：吐尔存·哈孜
美 术 字：尼亚孜·克力木
插图重作：艾尼瓦尔·哈斯木

ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى

ئۈچىنچى جىلد

شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى «ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى»
ئىشخانىسى باشچىلىقىدا تۈزۈلدى، شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت
تەتقىقات ئىشخانىسى تەرىپىدىن نەشرگە تەييارلاندى
شىنجاڭ پەن-تېخنىكا سەھىيە نەشرىياتى (W) نەشر قىلدى
شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى تارقاتتى
شىنجاڭ شىنخۇا باسما زاۋۇتىدا بېسىلدى
787×1092 مىللىمېتر 16 فورمات 23.5 باسما تاۋاق
1991-يىلى 5-ئاي 1-نەشر 1-قېتىم بېسىلىشى
تىرازى 3000—1
ISBN 7-5372-0079-3 / R · 80
باھاسى: 5.00 يۈەن