جۇڭگو تېببي قامۇسى تارماق توملى

ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى

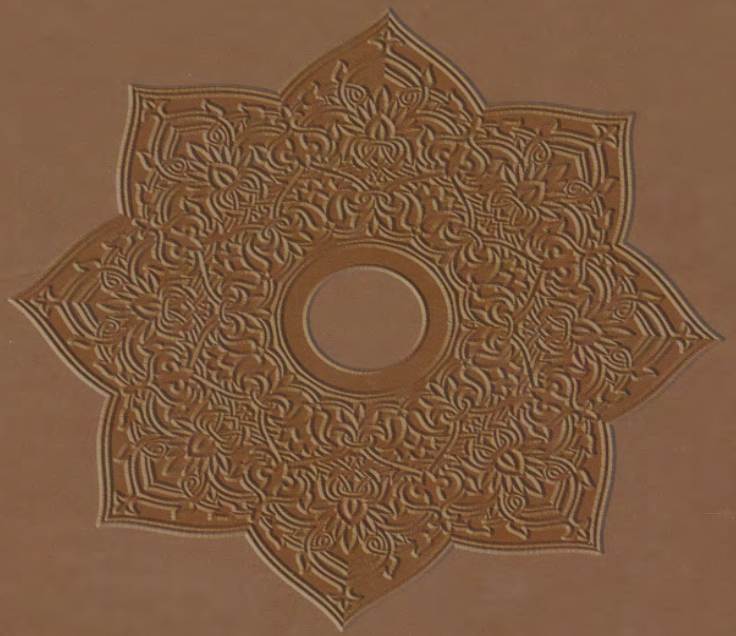
ئالتىنچى جىلد

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى

شىنجاڭ خەلق ساھىيە نەشرىياتى

ISBN 978-7-5372-4596-8
9 787537 245968 >
定价:280.00元



جۇڭگو تېببىي قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى

«جۇڭگو تېببىي قامۇسى» تارماق تومى ئۇيغۇر تېبابەت
قامۇسى ئىشخانىسى باشچىلىقىدا تۈزۈلدى
شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ
دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنى تەرىپىدىن نەشرگە
تەييارلاندى

ئالتىنچى جىلد

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

图书在版编目(CIP)数据

维吾尔医制剂学：维吾尔文 / 木提拉·卡日等编著.
— 2 版 — 乌鲁木齐：新疆人民卫生出版社，2009.8

（中国医学百科全书，维吾尔医分卷：6）
ISBN 978-7-5372-4596-8

Ⅰ.①维… Ⅱ.①木… Ⅲ.①维吾尔族 — 民族医学—中药制剂学－维吾尔语（中国少数民族语言）Ⅳ.①R291.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2009）第 146317 号

编　　著：木提拉·卡日·阿吉、阿不都哈力克·卡日·司马义、艾力·阿吉·库尔班尼亚孜
责任编辑：易沙克江·马合穆德
责任校对：乔尔帕·吐尔逊、早热古丽·司地克
装帧设计：艾尼瓦·卡森木
制　　版：新疆帝尔森电子科技发展有限公司
出　　版：新疆人民卫生出版社
地　　址：乌鲁木齐市龙泉街 196 号
网　　址：http://www.xjpsp.com
印　　刷：北京外文印刷厂
发　　行：新疆新华书店
版　　次：2009 年 8 月第 2 版
印　　次：2009 年 9 月第 1 次印刷
开　　本：889×1194 毫米　1/16 开本　44 印张　插页 4
字　　数：704 千字
书　　号：ISBN 978-7-5372-4596-8
印　　数：1 — 3000
定　　价：280.00 元

发行科联系电话：（0991）2823055　邮编：830001

«جۇڭگو تېببىي قامۇسى» تەھرىر ھەيئىتى

مۇدىر ھەيئەت: چېن شىنجۇلك

مۇئاۋىن مۇدىر ھەيئەتلەر: خۇالك جياسى، لى جۇڭپۇ، گو زىخباك، ۋۇ جېپىلك، تۇ تۇڭجىن، شى مېيشىن، جاۋ شۇۋۇ

باش كاتىپ: چىن خەيفىلك

مۇئاۋىن باش كاتىپلار: شى دېەنبالك، فىلك گۇالك، جۇ كېۋىن، دەي زىيىلك

ھەيئەتلەر: (فامىلە خەت سىزىقىنىلك ئاز ـ كۆپلۈكى بويىچە ئىلىندى) دىلك جىفىلك، تۇدېڭسىـ رىن، مافېيخەي، ۋالك يى (ئايال)، ۋالك يۇچۈەن، ۋالك شىجىن، ۋالك يۇڭجى، ۋالك يۇڭگۇي، ۋالك گۇاڭچىلك، ۋالك شۇشىەن، ۋالك جىۋۇ، ۋالك گۇەنلياك، ۋالك شۇتەي، ۋالك شۇجېن (ئايال)، ۋالك پېڭچىلك، ۋالك دېجيەن، ۋالك خەنجالك، ماۋ ۋىنشۇ (ئايال)، ماۋ شۇبەي، دىلك جايدۇلك، شى ماۋنيەن، شى مېيشىن، لۇ خۇيلىن، لۇ جىڭشۇەن، يې گۇڭشاۋ (ئايال)، يۇ كۇن، شى يۇچۈەن، بەي چىڭيۇن، كۇالك خېلىلك، فىلك گۇالك (ئايال)، لەن شىچۇن، سى تۇلياك، بى شي، لۇي بىڭگۇي، چۇ مېەنيۇ، جۇ چاۋ، جۇ رېنباۋ، جۇ كېۋىن، جۇ يۇخۇي، جۇ خۇڭياك، جۇ جىمىلك، جۇ لىڭچىلك، رېن يىڭچيۇ، لىيۇ شىجي، لىيۇ يۇجىلك، لىيۇ يۇگۇ، مى بەيرالك، سۇن جۇڭلياك، سۇن رۇيزۇلك، سۇ دېلۇلك، دۇنيەنزۇ، يالك يىمىا، يالك گولياك، يالك شۇچىلك، يالك مىڭدىلك، يالك ساۋچېن، لى كۇن، لى يۇڭچۇن، لى باۋشى، لى جىڭۇبي، لى جىنجى، لى جاۋتي، لى سۇڭپۇ، ۋۇجىلى، ۋۇ جىجۇلك، ۋۇ جېپىلك، ۋۇ يىڭكەي، ۋۇ جىڭجيەن، ۋۇ شاۋچىلك، ۋۇ شيەنجۇلك، ۋۇ يىگۇ، ۋۇ خېشىلك، سۇ ۋېيرەن، يۇخي، سۇلك جىڭدەن، جى فۇيۇەن، جالك شىيالك، جالك شېشيەن، جالك لىفەن، جالك شياۋچيەن، جالك چاڭياك، جالك زېسىلك، جالك شۇيۇلك، جالك دىسىلك، جالك يۇنچالك، لۇرۇشەن، چېن شىن، چېن جۇڭۇبي، چېن مىڭجىن، چېن گوجىن، چېن خەيفىلك، چېن خاۋجۇ، لىن چاۋجى (ئايال)، لىن كېچۇن، لىن ياگۇ، يۇ جىفېي، شياك تيەنيۇ، لو يۇەنكەي، لوجىنچىلك، جى جۇڭپۇ، ئىسھاقجان مەھمۇد، جۇجىڭخۇالك، جۇ مىڭجۇن (ئايال)، جېلك لىنفەن، مېلك جىماۋ، جاۋ بىڭنەن، جاۋ شۇۋۇ، رۇلك دۇشەن، خۇچۇنكۇي، خۇ شىمىلك، جۇلك شۇلى، جۇلك خۇيلەن، خۇ زۇڭلىيەن، يۇ كېجۇلك، شى دىيەنبالك، جىالك چۇنخۇا، خۇلك زىيۇن، شياجىڭيى، گۇ شۇجى، گۇ سۇيىيۇ، چىيەن دې، شۇ شىنجۇلك، شۇ فېڭيەن، لىلك خۇيىالك، گو دې، گو نەيچۇن، گوزىـ خېلك، گو بېڭگۇەن، گوچۇەنچىلك، گوجېنچيۇ، گو جىڭيۇەن، تالك يۇجى، تۇ تۇڭجىن، جۇ فۇتالك، تاۋ خېڭلي، خۇاڭلىيالك (ئايال)، خۇالك ۋىندۇلك، خۇالك ياۋشېن، خۇالك جياسى، خۇالك جىڭشيالك، خۇالك شېنۇۋۇ، ساۋ جۇڭلىيالك، گەي باۋخۇالك، لىيالك جىچۇەن، دۇلك جۇن، دۇلك چېڭلالك، جالك يۇتۇ، خەن گۇۋالك، چىلك جىفەن، فۇ فېڭيۇلك، تۇلك ئېرچالك، زېلك شېەنجيۇ، شي رۇلك، شى شاۋۇن، چيۇ فازۇ، سەي رۇلك، سەي چياۋ، سەي خۇڭداۋ، دەي زىيىلك.

《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　濮　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
侯宗濂　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　黄耀桑　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 تېببىي قامۇسى» تارماق تومى ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى تەھرىر ھەيئىتى

باش مۇھەررىر:

ئىسھاقجان مەھمۇد (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى)

مۇئاۋىن باش مۇھەررلەر:

ئابدۇرەھىم قادىر ئاسىپ (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنى)

ئابدۇلھەق رەھمىتۇللا (شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى)

باۋۇدۇن جامالىدىن (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسى)

تەھرىر ھەيئەتلەر:

ئەھمەد ھاجى (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسى)

زۇنۇن قارى (قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسى)

ئابدۇلھېمىد يۈسۈپ (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئالىي تېخنىكومى)

ھەسەن دامۇللا (كۇچار ناھىيىلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسى)

ئىلمىي كاتىپ:

ئابدۇرەھىم قادىر ئاسىپ (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنى)

ئالتىنچى جىلد يازغۇچىلىرى: مۇتىئۇللا قارى ھاجى، ئابدۇخالىق قارى ئىسمائىل ئىلى ھاجى قۇربانىنىياز

پىكىر ئىلىش نۇسخىسىنى رەتلىگۈچى: ئابدۇلھەق رەھمىتۇللا

نەشرگە تەييارلىغۇچى، تەھرىر: ئەخمەتجان ئىسمائىل

مەسئۇل مۇھەررىرى: ئىسھاقجان مەھمۇد

《中国医学百科全书》

维吾尔医学分卷编委会

主　编：易沙克江·马合穆德（新疆维吾尔自治区卫生厅）

副主编：阿不都热衣木·哈德尔（新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所）
阿不拉克·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）
阿不力米提·玉苏甫（新疆维吾尔医学高等专科学校）
艾山·大毛拉（新疆库车县维吾尔医医院）

学术秘书：阿不都热衣木·哈德尔（新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所）

第六册编著：木提拉·卡日·阿吉，阿不都哈力克·卡日·司马义，艾力·阿吉·库尔班尼亚孜

初稿整理：阿布拉克·热木杜拉

编　　辑：艾合买提江·依斯玛义

责任编辑：易沙克江·马合穆德

قايتا نەشرگە كىرىش سۆز

ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكى ئۇيغۇر خەلقىنىڭ، جۈملىدىن ئوتتۇرا ـ مەركىزىي ئاسىيا خەلقلىرىنىڭ ساقلىقنى ساقلاش، كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش، داۋالاش تەجرىبىلىرىنىڭ يەكۈنىدىن شەكىللەنگەن ئىلمىي سىستېما بولۇپ، 2500 يىلدىن ئارتۇق تارىخقا ئىگە.

ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكى ئىلمى ئوت، سۇ، ھاۋا ۋە تۇپراقتىن ئىبارەت تۆت زات (تادۇ) تەلىماتى ۋە تۆت زاتنىڭ ھاسلاتى بولغان مىزاج، خىلىت، ئەزا، قۇۋۋەت، روھ تەلىماتلىرى ئاساسىدا ساقلىق ۋە كېسەللىكنى پەرقلەندۈرۈش، ساقلىق ساقلاش، كېسەللىكلەرنى تۇرلەرگە بۆلۈش، تونۇش، پەرقلەندۈرۈش، داۋالاش، ئالدىنى ئېلىش قاتارلىق سىستېمىلار ئاساسىدا تەرەققىي قىلىپ مۇكەممەللىشىپ زامانىمىزغىچە يېتىپ كەلدى.

ئۇيغۇر تېببابەتچىلىك ئىلمى جۇڭخۇا مىللەتلىرىنىڭ ئىلىم ـ پەن، مەدەنىيەت مىراسلىرى ئىچىدىكى ئۆزگىچە سەمەرە بولۇش سۈپىتى بىلەن ئىنسانىيەت ئىلىم ـ پەن، مەدەنىيەت خەزىنىسىگە زور تۆھپىلەرنى قوشقان.

ئىپتىدائىي ئەم ـ ئىرىمچىلىك ئاساسىدا تەرەققىي قىلغان ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكى ئۆزىنىڭ تېببابەتچىلىك تەجرىبىلىرىنى خاتىرىلەپ، كېيىنكى ئەۋلادلارغا مىراس قىلىپ قالدۇرغان. بۇنىڭ بىلەن ئۇيغۇر تېببابەت ئەللامىلىرىنىڭ تېببابەتچىلىككە ئائىت يازما خاتىرىلىرى ئەۋلادتىن ـ ئەۋلادقا داۋاملىشىپ، زامانىمىزغىچە يېتىپ كەلگەن.

سەھىيە مىنىستىرلىقىنىڭ يولىورۇقى، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ تەشكىللىشى بىلەن 1979 ـ يىلدىن باشلاپ «جۇڭگو تېببىي قامۇسى»نىڭ تارماق تومى «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نى تۈزۈش خىزمىتى باشلىنىپ، قامۇس مەزمۇنىنىڭ «يېڭى»، «تولۇق»، «قىسقا» بولۇشتىن ئىبارەت مەزمۇن تەلىپى ئاساسىدا ئۇيغۇر تېببابەتچىلىك تارىخىدا «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نى تۈزۈش ئىلمى قوشۇنى تۈنجى قېتىم بارلىققا كېلىپ، بۇ تارىخىي ۋەزىپىنى ئورۇندىشىغا مۇكەممەل ئاساس سېلىندى.

ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكىنىڭ داۋالاش تەجرىبىلىرى ئاساسىدا قەدىمكى ئەسەرلەرنى مەنبە؛ ئۇنىڭ ھازىرقى زامان تەرەققىياتىنى ئەكس ئەتتۈرۈشنى ئۆلچەم؛ كەڭ خەلق ئاممىسىنىڭ بىۋاسىتە

سته پايدىلىنىشىنى مەقسەت؛ ئاممىباب، چۈشىنىشلىك بولۇشنى ئىپادىلەش ئۈسۈلى قىلغان يەتته قىسىملىق قامۇس ئەسەرنىڭ ئالدىنقى بەش تومى ئالىم ـ مۇتەخەسسىسلەر قوشۇنىنىڭ ئۇزاق يىل جاپالىق ئىزدىنىشى ۋە قان ـ تەر تۆكۈشى نەتىجىسىدە 1979 ـ يىلىدىن 1995 ـ يىلىغىچە بولغان مەزگىلدە كەينى ـ كەينىدىن نەشر قىلىنىپ تارقىتىلىپ، كەڭ خەلق ئاممىسىنىڭ قارشى ئېلىشىغا ئېرىشتى. بۇ ئۇيغۇر تېببابەتچىلىك تارىخىدىكى، شۇنداقلا ئۇيغۇر مەدەنىيەت تارىخىدىكى زور تارىخىي ئەمگەك بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

«ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نەشر قىلىنىپ تارقىتىلغاندىن كېيىن ئالاقىدار ساھە ۋە تارماقلارنىڭ مۇئەييەنلەشتۇرۇشىگە ئېرىشىپ، ھەرقايسى ئەللەردىكى ئۇيغۇر تېببابەتچىلىك ـ دوربگەرلىك ئىلمىنى تەتقىق قىلغۇچىلار، ئۆگەنگۈچىلەر ۋە شۇغۇللانغۇچىلار شۇنداقلا كەڭ جامائەتچىلىكنىڭ دىققەت ـ نەزىرىنى قوزغاپ، ئۇيغۇر تېببابەتچىلىك ـ دوربگەرلىك ئىلمى سىستېمىسىنىڭ تېخىمۇ مۇكەممەللىشىشى ۋە دۇنياغا تونۇلۇشىغا تۈرتكە بولدى.

بىز بۇ قېتىم ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكىنى تەتقىق قىلغۇچىلار، ئۆگەنگۈچىلەرنىڭ يۆنىلىش بەلگىلۈىلىشىغا قولايلىق يارىتىش ۋە كەڭ خەلق ئاممىسىنىڭ «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» غا بولغان ئېھتىياجىنى قاندۇرۇشنى نەزەردە تۇتۇپ، «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى يەككە دوربلار قىسمى» ۋە «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى ئايالار ـ بالىلار كېسەللىكلىرى قىسمى» نى ئەسلىي مەزمۇنىنى قوغداش ئاساسىدا تولۇقلاپ تۈزۈپ، ئىككىنچى قېتىم نەشر قىلىپ تارقاتتۇق ۋە ئۇنى دۆلىتىمىز قۇرۇلغانلىقىنىڭ 60 يىللىقىغا سوۋغا قىلدۇق.

بىز، «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نى ئىككىنچى قېتىم تولۇقلاپ نەشر قىلىش جەريانىدىكى تۈرلۈك خىزمەتلىرىمىزنى يېقىندىن قوللاپ، مۇتەخەسسىسلەرنى تەشكىللەپ بەرگەن ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىگە، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى تېببابەتچىلىك ـ دوربگەرلىك ئىدارىسىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېببابەتچىلىك ـ دوربگەرلىك تەتقىقات ئورنىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېببابەت ئەسەرلىرىنى رەتلەش ئىشخانىسىغا ئالاھىدە رەھمەت ئېيتىمىز.

ئاخىرىدا، قامۇسنىڭ تۈزۈلۈشى ئۈچۈن جاپالىق ئەجىر ـ مېھنەت سىڭدۈرگەن ئۇستازلارنى، ئۆزىنىڭ قىممەتلىك تېببىي تەجرىبىلىرىنى قامۇسنىڭ مەزمۇنىغا تەمەسسۇز تەقدىم قىلىپ ئالەمدىن ئۆتكەن ئالىم ـ ئەللامىلىرىمىزنى چوڭقۇر سېغىنىش ئىچىدە ياد ئېتىمىز!

نەشرىياتتىن

2009 ـ يىل ئىيۇل

كىرىش سۆز

«جۇڭگو تېببىي قامۇسى» تارماق تومى « ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نىڭ نەشردىن چىقىشى ئۇيغۇر تېببابەتچىلىك ئىلمى تەرەققىياتىدىكى چوڭ بىر ئىش، شۇنداقلا مەملىكىتىمىز تېببىي ئىشلىرىغا قوشۇلغان چوڭ بىر تۆھپە.

مەزكۇر جىلد «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نىڭ «دورا ياسالمىلىرى ئىلمى» قىسمى بولۇپ، سەھىيە مىنىستىرلىقىنىڭ بىر تۈتاش ئورۇنلاشتۇرۇشى، ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ بىۋاستە رەھبەرلىكى ۋە غەمخورلۇقىدا تۈرپان ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېببابەت شىپاخانىسىدىكى پېشقەدەم تېۋىپ مۇتىئۇللا قارى ھاجى، خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېببابەت شىپاخانىسىدىكى ئابدۇخالىق ئىسمائىل، ئىلى ھاجى قاتارلىق يولداشلار تۈزگەن. «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نىڭ ئىلمىي كاتىپى ئابدۇرەھىم قادىرنىڭ يېتەكچىلىكىدە يولداش ئەخمەتجان ئىسمائىل قايتا ـ قايتا رەتلەپ ۋە قەدىمكى ئەسەرلەردىن پايدىلىنىپ تولۇقلاپ نەشرگە تەييارلىغان. «جۇڭگو تېببىي قامۇسى» نىڭ تەھرىر ھەيئەت ئەزاسى، «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نىڭ باش مۇھەررىرى ئىسھاقجان مەھمۇد ئەڭ ئاخىرقى قېتىم كۆرۈپ چىقىپ بېكىتكەندىن كېيىن نەشرگە بېرىلگەن كەسپىي خاراكتېرلىك قورال كىتاب. ئۇنىڭدا دورا ياسالمىلىرى ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە بېرىلگەندىن سىرت، دورا ياسالمىلىرىنىڭ تەركىبى، ياسىلىشى، تەبىئىتى، تەسىرى، ئىشلىتىلىشى، ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى، دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار ئۆزىگە خاس ئالاھىدىلىك بويىچە خېلى تولۇق بايان قىلىنغان. شۇڭا ئۇ، ئۇيغۇر تېببابەتچىلىك ئالىي تېخنىكومىنى پۈتتۈرگەن ياكى شۇ سەۋىيىگە تەڭ بولغان ئۇيغۇر تېببابتى خادىملىرىغا باب كېلىپلا قالماي، بەلكى ئۇيغۇر تېببابتى ھەۋەسكارلىرى ئۈچۈنمۇ ناھايىتى مۇھىم ئەسەردۇر.

مەزكۇر جىلدنى تۈزۈشتە «تولۇق»، «يېڭى»، «مۇكەممەل» بولۇش تەلىپىنى ئورۇنداش ئۈچۈن، ئەسلىدىكى 496 خىل دورا ياسالمىسىغا يولداش ئەخمەت

جان ئىسمائىل نۇرغۇن ماتېرىياللاردىن پايدىلىنىپ يەنە 950 خىل دورا ياسالمىسىنى سىستېمىلار بويىچە تولۇقلاپ قوشۇپ، ئىلگىرى نەشردىن چىققان كىتابلاردىكى يېتەرسىزلىك ۋە بوشلۇقلارنى تولدۇردى. شۇنداقلا «ئاچقۇچ» قىسمىنى تۈزۈپ، جىلد ئاخىرىغا قوشۇمچە قىلدى. ئىلمىي كاتىپ ئابدۇرەھىم قادىر ئىلگىرى نەشردىن چىققان نۇسخىسىدىكى دورا ياسالمىلىرىنى تۈرلەرگە ئايرىش جەھەتتىكى يېتەرسىزلىكلەرنى دورا ياسالمىلىرى ئىلمى قائىدىسى بويىچە قايتىدىن تۈرگە ئايرىپ چىقتى ھەمدە «قىسقىچە چۈشەنچە» قىسمىنى قوشۇمچە قىلدى. مەزكۇر جىلدنىڭ پۈتۈن ئورنىغالىنى ئىلمىي جەھەتتىن قايتا ـ قايتا كۆرۈپ چىقتى. ئاققا كۆچۈرۈش، ئۇچ قېتىملىق كوررېكتورلۇق خىزمىتى ھەمدە نەشرگە دائىر نۇرغۇن خىزمەتلەرنى يولداش ئەخمەتجان ئىسمائىل ئەستايىدىل تاماملىدى.

«ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نىڭ ئالتىنچى جىلدىغا مۇناسىۋەتلىك تەرەپلەر كۆپ، خىزمەت مىقدارى چوڭ، ئادەم كۈچىمىز ئاز، مەزمۇن ۋە سۈپەت جەھەتتىكى تەلەپ يۇقىرى، سەۋىيىمىز چەكلىك، «قامۇس» تۈزۈش تەجرىبىمىز كەم بولغاچقا، يېتەرسىزلىك ھەتتا خاتالىقلار بولۇشى مۇمكىن. كەڭ كىتابخانلارنىڭ قىممەتلىك تەنقىدىي پىكىرلەرنى بېرىشىنى ئۈمىد قىلىمىز.

شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېببابەت تەتقىقات ئورنى
«ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» ئىشخانىسى
1995 ـ يىل 8 ـ ئاي

مۇندەرىجە

ئۇيغۇر تېبابىتى دورا ياسالمىلىرى ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە 1

بىرىنچى، قويۇق دورا ياسالمىلىرى 1

تەرياقلار 1

جاۋارىشلار 2

خېمىرلار 2

زىمادلار 3

گۈلقەنتلەر 4

لوبوبلار 5

لوئوقلار 5

مەلھەملەر 6

مەجۇنلەر 7

مۇپپەررىھلار 8

ئىترىفىللار 8

ئايارەجلەر 9

ئىككىنچى، قاتتىق دورا ياسالمىلىرى 10

بانادۇقلار 10

شىيافلار 10

فەتىلىلەر 12

فەرزىجىلەر 12

قۇرسلار 12

ھەبلەر 13

ئۈچىنچى، سۈيۇق دورا ياسالمىلىرى 14

ئەرەقلەر 14

تىزابلار 15

پاشويەلەر 16

رەڭگەنلەر 17
سىركەنجىڭللەر 18
شەربەتلەر 19
قەتۇرلار 20
لوغابلار 20
مەتبۇخلار 21
مۇرابباالار 22
نۇقۇڭلار 23
ھۆقنىلەر 23
ئوكۇللار 24
تۆتىنچى، تالقان دورا ياسالمىلىرى 25
زەرۇرلار 25
سۇفۇپلار 25
سۇنۇنلار 27
كوھلىلار 27
باش، مېڭىڭە ئەسەب كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 30
سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 30
بۇخۇرى سۇدائى بارىد 30
جاۋارىش ئامىلە I 30
جاۋارىش جالىنۇس 31
داۋائى سۇدائى بەلغەمى 31
رەڭگىنى بادامى تەلىخ 32
رەڭگىنى سۇزاپ 32
شەربىتى ئۇستقۇددۇس I 32
شەربىتى ئۇستقۇددۇس II 33
قۇرسى مۇنەڭڭىم ھار 33
مەجۇنى بەرشىشا كەبىر 34

نۇپۇخى سۇدائ 34
نۇتۇلى سۇدائ 35
نۇتۇلى سۇدائى سەۋدائى 35
نۇقۇئى سەبرە I 35
نۇقۇئى سەبرە II 36
ھەببى قوقىيا I 36
ھەببى ئايارەج I 37
ئىترىفىل ئەفتىمۇن 37
ئىترىفىل سەغىر 38
ئايارەج پەيقىرا 38
ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 39
بۇخۇرى سۇدائى ھار 39
داۋائى سۇدائى سەپراۋى 39
رەۋغىنى بىنەپشە 39
رەۋغىنى خەشخاش 40
رەۋغىنى ۋەرد (قىزىلگۇل يېغى) 40
رەۋغىنى ۋەرد ئاپتاپى 41
سۇفۇپى كەشنىز I 41
سۇفۇپى مۇنەۋۋەم 42
شەربىتى نىلۇپەر 42
شەربىتى ئىنجاس 42
قۇرسى مۇنەۋۋەم بارىد 43
مەتبۇخى پەۋاكىھ I 43
مەتبۇخى ھىلىلە I 43
مەتبۇخى سۇدائ 44
مەجۇنى بىنەپشە I 44
نۇتۇلى سۇدائى سەپراۋى 45
نۇتۇلى سۇدائى ھار 45

نۇقۇئى سەبرە III 45
نۇقۇئى مۇرەتتىب 46
نۇقۇئى مۇسەل 46
نۇقۇئى ھېللىلە I 47
ھەبى بىنەپشە I 47
ھەببى شىپا I 48
ھەببى شىپا II 48
ھەببى شىپا III 48
ھەببى ھېللىلە I 49
ئىترىفەل سانا 49
ئىترىفەل كەشىنز 50
ئايارەج بارىد 50
ئايارەج پەيقىرا II 51
قۇرۇقلۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 52
خېمىرى خەشخاش 52
رەۋغىنى كەدۇ (قاپاق يېغى) 52
رەۋغىنى مۇرەتتىب (ھۆللۈك يەتكۈزۈش يېغى) 53
مەجۇنى راھەت I 53
نەزلە تەسىرىدىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا 54
ھەببى مەۋىز 54
ئىترىفەل كەشىنز مۇلەييىن 55
ئىس ـ تۈتەكتىن ياكى خۇماردىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا
ياسالمىلىرى 55
جاۋارىش تاباشىر I 55
سۇفۇپى ئامىلە I 56
سۇفۇپى بۇخار 56
سۇفۇپى كەشىنز II 57
شەربىتى خۇمار 57

مەجۇنی كەشنىز 57
مۇپەررىھى كەشنىز 58
نۇتۇلى بۇخار 58
باش كېسەللىكلىرىگە تېشىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 59
پاشويەئى سۇدائ 59
رەۋغىنى ۋەرد II 59
رەۋغىنى لوبوبى سەبئە I 60
زىمادى سۇبات 60
قۇرسى مۇنەۋۋەم 60
باش قېيىش، كۆز قارانغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 61
سۇفۇپى سەدرى دەۋۋار 61
سۇفۇپى ئىترىفىل كەشنىز I 61
سۇفۇپى ئىترىفىل كەشنىز II 62
سۇفۇپى ئايارەج 62
شەربىتى ئۇستقۇددۇس III 63
شەربىتى ھەسەلى مۇرەككەپ 63
مەجۇنى بايادىتۇس 64
مەجۇنى دەبدىلۋەرد I 64
مەجۇنى مىلھى ھىندى 65
مۇپەررىھى بارىد 65
نۇتۇلى سەدرى 65
نۇقۇئى تۇخۇمى ئانار 66
ھەببى ئۇستقۇددۇس 66
ھەررە (غىزائى داۋا تۇرىدىكى بىر خىل ياسالما) 66
ئىترىفىل كەشنىز مۇزەئپەر 67
ئىترىفىل مۇلەييىن 67
مېڭىنى كۇچەيتكۇچى دورا ياسالمىلىرى 68
ئەتۇسى مۇقەۋۋى 68

ئەرقی بادرەنجی بۇيا 68
بۇخۇر (ئىسرىق) نۇسخىسى 69
جاۋارىش ئەنبەرى 69
جاۋارىش نىسيان 69
خېمىرى ئەۋرىشىم ساددە 70
داۋائى سىتتە 70
داۋائىمىشكى مۆتىدىل I 71
داۋائى نىسيان 71
رەۋغىنى بادام 72
سۇفۇپى كىبرىت 72
سۇفۇپى مۇنەششىت 73
سۇفۇپى مۇنەققى 73
سۇفۇپى نىسيان 73
سۇفۇپى ھەققۇلنەزىل 73
شەربىتى زەبىب 74
شەربىتى زوھرىلقوتىن 75
شەربىتى گاۋزىبان 75
فۇلۇنىيايى پارىسى 76
فۇلۇنىيايى مەھمۇد 76
گۇلقەنتى زوھرىلقوتىن 77
مائۇللەھمى 77
مەجۇنى ماددەتۇلھايات 78
مەجۇنى پىيروزى نوش 79
مەجۇنى سەنجىرىنا 79
مەجۇنى سۇقرات 79
مەجۇنى نىسيان 80
مۇپەررىھى ھار 80
مۇپەررىھى ياقۇت مۆتىدىل 81

نۇشدارى ساددە I 82
نۇشدارى لۇئلۇۋى 82
ھەببى ئەنبەر 83
ھەببى بالەنگو 83
ھەببى جەدۋار كەبىر 83
ھەببى مۇسەككىر 84
ھەببى مۇنشىت 85
ھەببى ئىستەمخقۇن 85
ئىترىفىل زامان 85
ئىترىفىل كەبىر I 86
ئىترىفىل ئۇستقۇددۇس I 87
ئىترىفىل ئۇستقۇددۇس II 87
ياقۇتى مۇقەۋۋى 87
پالەچ، لەقۇا، ئىسترخا، تەشەننۇج، سەرئى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا
ياسالمىلىرى 88
ئەتۇسى پالەچ 88
ئەنقەردىيايى كەبىر 88
بۇخۇرى سەرئى 89
پۇختەجۇش 89
داۋائى پالەچ 90
داۋائى مۇسەككىر 90
رەۋغىنى ئازاراقى 90
رەۋغىنى بالادۇر 91
رەۋغىنى پەرپىيۇن 91
رەۋغىنى جويۇز 92
رەۋغىنى دەھتۇرە 92
رەۋغىنى رەيھان 93
رەۋغىنى مۇبارەك 93

زىمادى قەنتەرىيۇن 94
سۇفۇپى ئەفتىمۇن 94
سۇفۇپى ئەرستاتالىس 94
سۇفۇپى سەۋدا 95
سۇفۇپى مەرۋايىت 95
سىركەنجىۋىل ئەفتىمۇن 96
شەربىتى گاۋزىبان مۇرەتتىب 96
شەربىتى مۇسھىل 97
شەربىتى ھەسەل I 97
شەربىتى ھەسەل II 98
شەربىتى ھەسەل III 98
مائۇلئۇسۇل 99
مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئەسەبىي 99
مەتبۇخى كىشمىش 99
مەتبۇخى ئۇستقۇددۇس 100
مەجۇنى ئازاراقى 100
مەجۇنى پولات 101
مەجۇنى زەبىب 101
مەجۇنى سەرئى 102
مەجۇنى سىيسالىيۇس 102
مەجۇنى مۇبەددىلۇلمىزاج 102
مەجۇنى مۇخەللىس ئەكبەر 103
مەجۇنى نۇجاھ 103
نۇپۇخى پالەچ 104
نۇتۇلى تەشەننۇج 104
نۇتۇلى جۇنۇن 104
نۇتۇلى سەكتە 105
نۇتۇلى سەھەر 105

نۇتۇلى سۇبات 105
نۇتۇلى ئىستىرخا 106
ھەببى مۇرمەككى 106
ھەببى پالەچ 106
ھەببى تەشەننۇج 107
ھەببى تۇربۇت مۇسھىل 107
ھەببى رەئىشە 107
ھەببى سەبرە مالىخۇلىيائى 108
ھەببى سەرئى 108
ھەببى شەترەنجى 108
ھەببى كۇتۇۋالى 109
ھەببى لەقۋا 109
ھەببى ئىختىلاج 109
ھەببى ئىشرەت 110
ھەببى ئايارەج II 110
ھەببى ئايارەج پەيقىرا I 110
ۋۇجۇرى سەرئى 111
ۋۇجۇرى ئۇمۇمۇسسىبيان 111
ياقۇتى بۇئەلى 111
سەرسام ۋە سەكتىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 113
بۇخۇرى سەرسام I 113
پاشويەئى سەرسام I 113
پاشويەئى سەرسام II 113
رەۋغىنى لوبوب 114
زىمادى سەرسام I 114
زىمادى سەرسام II 115
زىمادى رەۋغىنى ۋەرد 115
شەربىتى ئۇستقۇددۇس IV 115

شەربىتى ئۇستقۇددۇس V 116
شەمۇمى سەرسام 116
مەتبۇخى شاھتەررە I 116
مەتبۇخى مۇنزىج ۋە مۇسھىل 117
مەتبۇخى مۇنزىج سەۋدا 118
مەجۇنى بالادۇر 118
مۇنزىجى بەلغەم 119
نۇپۇخى سەكتە 119
نۇپۇخى سۇبات 119
نۇتۇلى سەرسام 120
نۇتۇلى مۇنەۋۋەم 120
نۇقۇئى ھامىز I 120
ھەببى قوقىيا II 121
ھەببى لاجۇۋەرد 121
ھەببى مۇسھىلى سەۋدا 121
ھۆقنە سەرسام 122
ئىترىفل مۇسھىل (سۇرگۇچى ئىترىفل) 122
سوغۇقتىن بولغان شەقىقىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 124
ئەرقى زەپىران 124
شەربىتى ئۇستقۇددۇس VI 124
شەربىتى ئۇستقۇددۇس VII 125
قۇرسى مۇسەللەس I 125
مەجۇنى بىنەپشە III 126
مەجۇنى سانا مۇسھىل 126
نۇقۇئى پەۋاكىھ 127
نۇقۇئى كەشنىز 127
نۇقۇئى ھىلىلە II 128
ھەببى ئەفتىمۇن 128

هەببى بىنەپشە II 129
شەقىقگە ئىشلىتىلىدىغان چۈشكۈرتكۈچى دورا ياسالمىلىرى 129
ئەتۇس I 129
ئەتۇس II 129
نۇپۇخى مۇئەتتىس 130
زۇكام ۋە نەزلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 130
بۇخۇرى نەزلە 130
رەۋغىنى بوزۇغا 130
رەۋغىنى قۇستە 131
شەربىتى مائۇلئۇسۇل I 131
شەربىتى مائۇلئۇسۇل II 132
شەربىتى مائۇلئۇسۇل III 132
شەربىتى نەزلە I 133
شەربىتى ئۇستقۇددۇس VIII 133
قۇرسى خەشخاش I 134
قۇرسى خەشخاش نەزلە 134
قۇرسى مۇسەللەس II 135
قۇرسى نەزلە I 135
قۇرسى نەزلە II 135
مەتبۇخى نەزلە 136
مەجۇنى زۇپا 136
هەببى نەزلە 137
تەپكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 138
قان ياكى سەپرادىن بولغان تەپكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 138
ئەرقى ئەنگۇرشىپا 138
ئەرقى بارتەك 138
ئەرقى بىدىمىشكى I 139
ئەرقى گۇلاب 139

ئەرقی کافۇر 140
جۇلابی سەپرا 140
سۇفۇپی تەپی دىق 141
سىركەنجىۋىل بۇزۇرى I 141
سىركەنجىۋىل بۇزۇرى II 142
شەربىتى ئەفتىمۇن 142
شەربىتى ئەينۇلا 142
شەربىتى بۇزۇرى I 143
شەربىتى تەپی سەپراۋی 143
شەربىتى تەپی مۇرەككەپ 144
شەربىتى ئۇننااب I 144
شەربىتى ئىجاز 145
قۇرسی بىنەپشە I 145
قۇرسی بىنەپشە II 146
قۇرسی تاباشىر كافۇری 146
قۇرسی زىرىشكی 147
قۇرسی سەندەل 147
قۇرسی قىزىلگۇل 148
مائۇل بىتتىخىل ھىندی 148
مەجۇنی غاپەس 149
ھەببی دىق 149
ھەببی زاراڭزا 150
ھەببی كافۇر 150
ھەببی لوبوب 150
ھەببی ھىلىلە II 151
بەلغەم یاكی سەۋادىن بولغان تەپكە ئىشلىتىلىدىغان دورا یاسالمىلىری 152
جۇلابی سەۋدا 152
مائۇششاھتەرەج 152

مائۇلئۇسۇل ھۇمائى 153
مەتبۇخى ئەفتىمۇن I 153
مەتبۇخى شاھتەررە II 154
مەجۇنى شەيىب 154
نۇقۇئى ئەينۇلا 155
ھەببى سەممۇلغار I 155
ھەببى ھەجەرى ئەرمىنى 156
ھەببى ھىلتىت 156
يۇرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 157
ئىسسىقتىن بولغان يۇرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 157
ئەرقى ئەۋرىشىم 157
ئەرقى بىدىمىشكى II 157
ئەرقى گاۋزىبان I 158
داۋائى خەفەقان بارىد 158
داۋائىمىشكى ئەنبەرى بارىد 158
داۋائىمىشكى بارىد 159
جاۋارىش ئۇد تۇرۇش ئەكبەرى 159
خېمىرى بىنەپشە 160
خېمىرى سەندەل 160
خېمىرى گاۋزىبان I 161
خېمىرى گاۋزىبان II 161
خېمىرى مەرۋايىت 162
زىمادى مۇبەررىد 162
سۇفۇپى بارىد 162
شەربىتى ئەۋرىشىم 163
شەربىتى مۇپەررىھى مۆتىدىل 163
مۇپەررىھى بارىد قەلبى 164
مۇپەررىھى دىلكۇشاد بارىد 164

مۇپەررىھى زۇمۇرەدى بارىد 165
مۇپەررىھى سەغىر بارىد 165
مۇپەررىھى سەندەلەيىن 166
مۇپەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل 166
سوغۇقتىن بولغان يۇرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 168
ئەرقى پۇدىنە 168
ئەرقى گاۋزىبان II 168
جاۋارىش ئۇدمىشكى 169
داۋائى سەندەل 169
داۋائىمىشكى تەلىخ 169
داۋائىمىشكى شېرىن 170
داۋائىمىشكى مور 171
داۋائىمىشكى مۆتىدىل II 171
داۋائىمىشكى ھۇلوۋ 172
رەۋغىنى دەجاج 172
شەربىتى ئەۋرىشىم مۇقەۋۋى 173
شەربىتى بادرەنجى بۇيا 173
شەربىتى سەندەل 174
شەربىتى سۇنبۇل I 174
شەربىتى گاۋزىبان ئەنبىرى 175
گۈلقەنتى پىننە 175
مەتبۇخى ۋەجئىل پۇۋاد 176
مەجۇنى داۋائىمىشكى 176
مەجۇنى مەرۋايىت 177
مەجۇنى مۇقەۋۋى قەلب 177
مۇپەررىھى ئەۋرىشىم 178
مۇپەررىھى ئەزەم 178
مۇپەررىھى بۇئەلى 179

مۇپەررىھى دىلكۇشاد ھار 180
مۇپەررىھى دىلكۇشاد مۆتىدىل 180
مۇپەررىھى سەغىر مۆتىدىل 180
مۇپەررىھى سەھلىل ژۇجۇر 181
مۇپەررىھى سۇسەنبىرى 181
مۇپەررىھى مۇنىشىت 182
مۇپەررىھى مۆتىدىل 182
مۇپەررىھى ھار ئەسەبىي 183
مۇپەررىھى ھار سەغىر 183
مۇپەررىھى ياقۇتى 184
مۇپەررىھى ياقۇتى بارىد 184
مۇپەررىھى ياقۇتى بۇغدا 185
مۇپەررىھى ياقۇتى ھار 185
ياقۇتى مۆتىدىل 186
نەپەس ئەزالار كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 187
كاناي ژە ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 187
تەرياقى نەزلە 187
داۋائى زىرىق 187
داۋائى كىبرىت 188
رۇببىسۇس 188
زىمادى زاتىررىيە 189
زىمادى شۇسە 189
سۇفۇپى سۇئال 190
سۇفۇپى سۇئال مۇرەككەپ 190
سۇفۇپى نەپسۇددەم I 190
سىركەنجىۋىل ئەنسىلى 191
شارابى سۇئال 191
شەربىتى بىخسۇس 192

شەربەتی تۆخۆمی کەرەپشە 192
شەربەتی خەشخاش 193
شەربەتی زۆپا I 193
شەربەتی زۆپا II 194
شەربەتی زۆپا III 195
شەربەتی زۆپا مۆهەللەل 195
شەربەتی زۆپا نەزلە 196
شەربەتی زۆپا هار 196
شەربەتی کەتان 197
شەربەتی هەمەشباهار 197
شەربەتی ئۆناب II 197
شەربەتی ئۆناب سەبیانی 198
قۆرسی خەشخاش II 198
قۆرسی زاتەل 198
قۆرسی زاتەلجەنبە 199
قۆرسی نەزلە بەند 199
گۆلقەنتی بەرگی شەلغەم 200
گۆلقەنتی خەشخاش 200
لوئوقی بادام 200
لوئوقی بارید 201
لوئوقی بەزەری کەتان 201
لوئوقی بەزرۆلبەنجی 202
لوئوقی بەنەپشە 202
لوئوقی تیین 202
لوئوقی خەشخاش 203
لوئوقی خیارشەنبەر 203
لوئوقی رومان 203
لوئوقی رۆبەسۆس 204

لوئوقی زۆپا 204
لوئوقی سۆئال 205
لوئوقی کۆرۆنبی 205
لوئوقی نەزلە 205
لوئوقی هەببی ریشاد 206
لوئوقی هەببی قەتەن 206
لوئوقی هورمۆل 207
لوئوقی هۆلبە 207
لوئوقی ژەرد 207
لوئوقی ئیسقیل 208
مەتبۆخی خیارشەنبەر ریئەژی 208
مەتبۆخی زۆپا 208
مەتبۆخی سەرپیستان 209
مەتبۆخی سۆرفە خۆشك 209
مەجۆنی زۆپائی سەغیر 209
مەجۆنی زۆپائی کەبیر 210
مەجۆنی زیراژەندە 211
مەجۆنی سۆئال 211
مەجۆنی سۆئال رۆتۆبی 211
مەجۆنی سۆس 212
مەجۆنی قەپی 212
مەجۆنی قۆبئۆلمیلك 213
مەجۆنی مۆنەفس 213
مەجۆنی هورمۆل سەغیر 214
مەجۆنی هورمۆل کەبیر 214
مۆرابیائی بادام 215
مۆرابیائی بینەپشە 215
هەببی بینەپشە III 215

هەببی بىنەپشە مۇرخی 216
هەببی زەیق 216
هەببی سەبرە رىئەۋی 216
هەببی سەدری 217
هەببی سۇئال I 217
هەببی سۇئال II 217
هەببی سۇئال ئەتفالی 218
هەببی سۇئال هار 218
هەببی سۇئال یابىس 219
هەببی غارىقۇن II 219
هەببی مەستىكی 219
هەببی نىشاد 220
هەببی هىندی 220
ئوكۇلی مەرزەنجۇش 221
ئۆپكە سلىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 222
سۇفۇپی سەرتان 222
سۇفۇپی نەپسۇددەم II 222
سۇفۇپی نىشاستە 223
شەربىتی ئەنجىبار مۇرەككەپ 223
شەربىتی زۇپا بارىد 223
شەربىتی زىرىخ مۇرەككەپ 224
شەربىتی شۇمشا 225
قۇرسی سەرتان 225
قۇرسی سىل 226
قۇرسی كافۇر 226
قۇرسی مەرۋايىت 226
قۇرسی مۇبەررىد 227
قۇرسی نەپسۇددەم 227

مەجۇنى سىل رىئەۋى 228
ھەببى سۇئال III 228
ئاشقازان ۋە ھەزمنى كۇچەيتىشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 229
بۇخۇرى غەشيان 229
جاۋارىش ئامىلە II 229
جاۋارىش ئەنبەر مۇھەللىلى 229
جاۋارىش ئەنجۇدانى 230
جاۋارىش بالادۇر 230
جاۋارىش بۇزۇرى 231
جاۋارىش بېھى I 231
جاۋارىش پەنجىنۇش 231
جاۋارىش پەۋاكىھ 232
جاۋارىش پەۋاكىھ سەبيانى 232
جاۋارىش تاباشىر II 233
جاۋارىش تالىسپەر 233
جاۋارىش تۇرۇنجى 234
جاۋارىش تۇففاھى 234
جاۋارىش دارچىن 234
جاۋارىش زەنجىۋىل 235
جاۋارىش زىرىشكى 235
جاۋارىش سەندەل 236
جاۋارىش سۇككەرى 236
جاۋارىش سىمسىم 236
جاۋارىش پىننە 237
جاۋارىش كەھرىۋا 237
جاۋارىش كۇمۇنى مۇھەللىل 237
جاۋارىش مەستىكى I 238
جاۋارىش مەستىكى II 238

جاۋارىش مۇتىۋەككۈلى 239
جاۋارىش مىشكى 239
جاۋارىش نارمىشكى مۇقەۋۋى مەئدە 239
جاۋارىش نارمىشكى ئىستىسقائى 240
جاۋارىش ئۇد 240
جاۋارىش ئۇد تۇروش 241
جاۋارىش ئۇد مۇسھىلى 241
جاۋارىش ئۇد مۇشەھھى 241
جاۋارىش ئۇد ھازىمى 242
داۋائى مۇشەھھى 242
داۋائى ھازىم 242
رەۋغىنى كاسىرى رىياھ 243
رەۋغىنى مەستىكى 243
رەۋغىنى مۇھەللىل 243
رەۋغىنى ۋامۇن 244
زىمادى ئەپيۇن 244
زىمادى مۇقەۋۋى 244
زىمادى مۇھەللىل 245
زىمادى ئىستەمخىقۇن 245
سۇفۇپى سەنگىدانەئى مۇرغ 245
سۇفۇپى قەلەمپۇر 246
سۇفۇپى مەستىكى مۇسەخخىن 246
سۇفۇپى نەمەك 246
سۇفۇپى نەئنا 247
سۇفۇپى ھاكىمە 247
سۇفۇپى ئىشتىھا 248
سىركەنجىۋىل ئەفسەنتىن 248
سىركەنجىۋىل بېھى I 248

سەرکەنجۆبل تۆففاھ 249
سەرکەنجۆبل جۇۋنە 249
سەرکەنجۆبل ۋەرد 250
شەربەتی ئانار ۋە پەننە 250
شەربەتی ئەتەش 250
شەربەتی ئەنبەر 251
شەربەتی پەۋاکسھ I 251
شەربەتی پەۋاکسھ II 252
شەربەتی پەۋاکسھ قابىز 252
شەربەتی پەۋاکسھ مۇرەککەپ 253
شەربەتی تۇرۇنجی 253
شەربەتی خۇبسۇلھەدد 254
شەربەتی خەندەقۇن 254
شەربەتی راسەن 255
شەربەتی ربباس 255
شەربەتی سەئدی کۇفی 255
شەربەتی سۇککەر 256
شەربەتی سۇماق 256
شەربەتی سىيب I 256
شەربەتی سىيب II 257
شەربەتی لەمون ھازەمی 257
شەربەتی مەشکی 257
شەربەتی ھەببی رومەان 258
شەربەتی ۋەرد I 258
فەتىلی پەيروزی نۇش 259
قۇرسی ئاقاقيا 259
قۇرسی ئەفسەنتەن 259
قۇرسی راسەن 260

قوُرسی زبرشکی کەبر 260
قوُرسی کوُندوُر 260
قوُرسی گوُل مۆهەللل 261
قوُرسی مۆقەل 261
قوُرسی نارمشکی 261
قوُرسی ئوُد مۆقەژۆی 262
کەمادی جۆژنە 262
گوُلقەنتی جگدە گوُلی 262
گوُلقەنتی رەیهان 263
گوُلقەنتی قزبلگوُل 263
لوئوقی ناردن 264
لوئابی توُخوُمی سەپەرجل 264
ئانار ئوُروُقی مەتبوُخی 265
مەتبوُخی ئەفسەنتن 265
مەجوُنی بوقرات 266
مەجوُنی بوُزوُری 266
مەجوُنی تاباشر 266
مەجوُنی جویوُز I 267
مەجوُنی جویوُز II 267
مەجوُنی سەنگدانە 268
مەجوُنی غیاس 268
مەجوُنی قوُستە 269
مەجوُنی مۆلوُکی 269
مەجوُنی نانخا 269
مەجوُنی ئوُد 270
مەجوُنی ئبنی ئماد 270
مەجوُنی ئنزخر 271
مەجوُنی ئبنی هیل 271

مۇرابباۋى ئالما 271
مۇرابباۋى بېھى 272
نۇقۇۋى مۇشەھەى 272
ھەببى قەيسەر 273
ھەببى قۇرسى ۋەرد (گۈل) 273
ھەببى مۇشەھەى 273
ھەببى نارمىشكى 274
ھەببى ھوماما 274
ئىترىفىل كەبىر II 275
ھېچ تۇتۇش، قۇسۇش، زەردە قايناش، ئاچچىق سۇ يېنىشنى توختاتقۇچى دورا
ياسالمىلىرى 276
جاۋارىش پىلاپلى 276
سۇفۇپى پۇۋاق 276
سۇفۇپى غەشيان 277
سۇفۇپى قەيئۇددەم 277
سۇفۇپى كۇندۇر I 277
سىركەنجىۋىل ئانار 277
سىركەنجىۋىل بېھى II 278
سىركەنجىۋىل قۇرۇق ئۇزۇم 278
شەربىتى ئانار تەلىخ 279
شەربىتى بېھى 279
شەربىتى پىستە 280
شەربىتى تەمرى ھىندى 280
شەربىتى رۇم بەدىيان 281
شەربىتى سىيب تۇرۇش 281
شەربىتى لىمون 282
شەربىتى كۇمۇنى 282
شەربىتى مەيبە 282

شەربىتى ئۈد تۇرۇش 283
قۇرسى سۈنبۇل 284
قۇرسى سۈماق 284
قۇرسى گۈل 284
قۇرسى مەستىكى 285
قۇرسى ئۈد 285
مەتبۇخى تەمرى ھىندى 285
شىلىمشىق سەپرا ۋە خام بەلغەمنى قۇستۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى 286
داۋائى مۇقى بەلغەمى ئەفىنى 286
داۋائى مۇقى سەۋداۋى ئەفىنى I 287
داۋائى مۇقى سەۋداۋى ئەفىنى II 287
قۇسۇشنى توختاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى 288
داۋائى قەيئى 288
داۋائى قەيئى سەپراۋى 288
سۈفۈپى ئامىلە II 288
سۈفۈپى دافئى قەي 289
سۈفۈپى سۈماق 289
سۈفۈپى قاقىلە 289
سۈفۈپى مۇسەككىنى قەي 290
سىركەنجۈبىل بېھى ۋە لىمونى 290
شەربىتى پىننە 291
شەربىتى قابىز 291
شەربىتى ئۆشنە 292
قۇرسى ئاقاقىيا مۇمسىك 292
قۇرسى سۇرمە 292
مەتبۇخى غوراب 293
ۋۇجۇرى غەشيان 293
ئۇچەي خىزمىتىنى ياخشىلىغۇچى دورا ياسالمىلىرى 294

باناۋق 294
جاۋارىش ئەشقەپ 294
جاۋارىش بېھى II 294
جاۋارىش سەپەرجەلى قۇلۇن 295
جاۋارىش سوك 295
جاۋارىش شەھرىياران 296
جاۋارىش قەيسەر 296
داۋائى قابىز 296
رەۋغەنى بېھى 297
رەۋغەنى ۋەرد III 297
سۇفۇپى خۇرجى مەقئەت 298
شەربەتى ئانار مۇسھەل 298
شەربەتى ئەفسەنتىن I 299
شەربەتى ئەفسەنتىن II 299
شەربەتى مۇرد 300
شەربەتى مۇبارەك 300
شەربەتى ھىندى 300
شەربەتى ۋەرد II 301
قۇرسى ئەفتىمۇن 301
كەمەدى ئەفسەنتىن 302
كەمەدى ئومۇمىي 302
مەتبۇخى مەغەس 302
مەجۇنى ئەرەستۇ 303
مەجۇنى تەمرى 303
مەجۇنى تۇرۇپ لاشە 304
مەجۇنى راھەت II 304
مەجۇنى سانا 305
مەجۇنى سەكبىنەج 305

مەجۇنى كۇندۇر مۇمسىك 305
مەجۇنى مۇسھىل مۇرەككەپ 306
ھەببى زەرپ 306
ھەببى سۇماق 306
ھەببى قۇلۇنجى 307
ھەببى قۇلۇنجى سابۇنى 307
ھەببى مۇسەككىن 307
ھەببى ھەببۇلمۇلۇك 307
ھەببى ھەنزەل 308
ھەببى ئىسرائىل 308
چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ۋە سۇرگۇچى دورا ياسالمىلىرى 309
ئەرقى نانخا 309
جاۋارىش سەپەرجىلى مۇسھىل 309
جاۋارىش نارمىشكى قۇلۇن 309
رەۋغىنى بىدانجىر 310
سۇفۇپى تۇربۇت 310
سىركەنجىۋىل مۇسھىل 311
شەربىتى بىستىپايەج 311
شەربىتى تەرەنجىبىن 312
شەربىتى سانا 312
شەربىتى سەرپىستان 312
شەربىتى سوقمۇنىيا 313
شەربىتى شاھتەررە I 313
شەربىتى شاھتەررە II 314
شەربىتى مۇلەييىن 314
شەربىتى ھىلىلە 315
شورپائى مۇلەييىن 315
شىيافى تەلىيىن 316

شیافی خیارشەنبەر 316
شیافی مۆلەییەن 316
قۆرسی مۆسهیل 317
قۆرسی ئیلاۆۆس 317
مەتبۆخی ئەینۆلا 318
مەتبۆخی ئۆد 318
مەتبۆخی ئۆننای 319
مەجۆنی بنەپشە 319
مەجۆنی تۆربۆت 319
مەجۆنی خیارشەنبەر 320
مەجۆنی زاراگزا 320
مەجۆنی مۆسهیل 321
مەجۆنی ئایارەج 321
هەبی ئاپاۆنیە 322
هەبی ئەنجۆر 322
هەبی تاباشیر مۆلەییەن 323
هەبی دیدان I 323
هەبی دیدان II 323
هەبی زەنجبۆیل 324
ئیسهالنی توختاتقۆچی دورا یاسالمیلری 324
جاۆاریش خەرنۆپ 324
جاۆاریش سۆماق 325
جاۆاریش کافۆر 325
زیمادی تاباشیر 325
زیمادی سۆنبۆل 326
سۆفۆپی بەللۆت 326
سۆفۆپی پوستی ئانار 326
سۆفۆپی تاباشیر 327

سۇفۇپى تاباشىر قابىز 327
سۇفۇپى تۇخۇمى ئانار مۇرەككەپ 328
سۇفۇپى رەيھان 328
سۇفۇپى روناس 328
سۇفۇپى زەرپ 329
سۇفۇپى زەھرە I 329
سۇفۇپى زەھرە II 329
سۇفۇپى سەمغى ئەرەبى 330
سۇفۇپى سەئدى كۇفى 330
سۇفۇپى قابىز 331
سۇفۇپى لوك 331
سۇفۇپى مەقلىياسا 332
سۇفۇپى ھەببۇلئاس 332
سۇفۇپى ھەببۇلئىنەب 332
سۇفۇپى ھومماز 333
سۇفۇپى ئىبنى ماسويە 333
سىركەنجىۋىل قابىز 333
شەربىتى ئەنجىبار 334
شەربىتى سەپەرجىل 334
قۇرسى تاباشىر 335
قۇرسى تاباشىر قابىز 335
قۇرسى خى قابىز 336
قۇرسى شادىنەج 336
قۇرسى كەھرىۋا 337
قۇرسى گۈلنار I 337
قۇرسى ھەببۇلئاس 338
قۇرسى ئۇبھەل 338
مەجۇنى ئەسۋەد 338

مەجۇنی بەھی 339
مەجۇنی پەۋاكىھ 339
مەجۇنی جۆئدە 339
مەجۇنی مۇختەسەر 340
مەجۇنی مىئە 340
مەجۇنی ئىختىلاپ 340
ھەببی تاباشىر قابىز 341
ھەببی زەھرە 341
ھەببی كەھرىۋا 342
ھەببی مۇمسىك Ⅳ 342
ھەببی مۇمسىك قابىز 342
جىگەرنی قۇۋۇەتلەپ ھەزىمنی ياخشىلىغۇچی دور ايا سالمىلىرى 343
ئاساناسىيايی كەبىر 343
ئەرقی تۇت 343
ئەرقی شاھتەررە 344
جاۋارىش خۇزی 344
داۋائی كۇركۇم كەبىرى 345
داۋائی لوك 345
داۋائی مۇنەققی 346
رەۋغىنی ئەفسەنتىن 346
رەۋغىنی كەلكىلانەج 347
سۇفۇپی رەۋەن 347
سۇفۇپی كەبەد 348
سۇفۇپی ئۇد 348
سۇفۇپی ئىسھال كەبەد 348
شەربىتی تەرياق 349
شەربىتی دىنار Ⅰ 349
شەربىتی دىنار Ⅱ 350

شەربەتی سۇنبۇل II 350
قۇرسی ئەنسۇن 351
قۇرسی ۋەرد 351
مەتبۇخی زىرىشكى 351
مەجۇنی ئاساناسىيا 352
مەجۇنی ئاملە نۇشدارى 352
مەجۇنی ئەفسەنتىن ئىستىسقائى 353
مەجۇنی ئەمرۇسىيا 353
مەجۇنی جالىنۇس جىگەرى 354
مەجۇنی چۆپچىن ئەلا 354
مەجۇنی دەبدىلۋەرد II 355
مەجۇنی سۇنبۇل 356
مەجۇنی مۇقەۋۋى 356
مەجۇنی مىشكى 357
مەجۇنی ھاپىزەلئەجساد 357
نۇتۇلى مۇقەۋۋى 357
نۇشدارى ئالىي 358
نۇشدارى ساددە II 358
جىگەر ئىششىقى ۋە يەرقانغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 360
ئاساناسىيائى سەغىر 360
داۋائى تىين پىھىل 360
داۋائى كۇركۇم سەغىر 360
داۋائى مۇمىيا 361
زىمادى دەقىقەشىشەئىر 361
زىمادى شەئىرە 361
سۇفۇپى بۇزۇرى I 362
سۇفۇپى بۇزۇرى II 362
سۇفۇپى بەھى 362

سۇفۇپى سەكبىنەج 363
سۇفۇپى مۇدىر IV 363
سۇفۇپى ھېلىلە 363
سۇفۇپى ۋەرد 364
سىركەنجىۋىل رەۋەن يەرقانى 364
شەربىتى ئەۋرىشىم يەرقانى 365
شەربىتى ئەفسەنتىن III 365
شەربىتى دىنار III 365
شەربىتى دىنارى بارىد 366
شەربىتى رەۋەن ساددە 366
شەربىتى رەۋەن مۇرەككەپ 367
شەربىتى كاسىنە 367
شەربىتى نانخا 367
قۇرسى پەنجىگۇشت 368
قۇرسى رەۋەن 368
قۇرسى زىرىشكى ئىستىسقائى 369
قۇرسى غاپەس 369
قۇرسى كافۇر ھار 369
قۇرسى لوك 370
كەلكىلانەج بارىد 370
كەلكىلانەج پىيروزى 370
كەلكىلانەج ھار 371
مائۇلھىندبا 371
مەتبۇخى ئۇسۇلى 372
مەجۇنى ئەنىسۇن 372
مەجۇنى راسەن 373
مەجۇنى رەۋەن 373
نۇقۇئى خىيارشەنبەر 373

هەببی بەهرام 374
هەببی رەۋەن 374
هەببی سەبرە I 374
هەببی سەبرە II 375
هەببی غاپەس 375
هەببی مازەریۇن 376
هەببی هېلىلە III 376
هەببی ئىستىسقا 376
هەببی ئايارەج III 377
هەزىم ئەزالىرىدىكى يەللەرنى تارقاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى 377
جاۋارىش كۇمۇنى I 377
جۇلابى بەلغەم 377
سۇفۇپى بەدىيان 378
سۇفۇپى كەرەپشە 378
سۇفۇپى گەزمازەج 379
سۇفۇپى مەستىكى 379
سۇفۇپى نانخا 379
سىركەنجىۋىل نانخا 380
مەتبۇخى مائىل بۇزۇر 380
مەجۇنى پەيقىرا 381
مەجۇنى پۇدىنە 381
مەجۇنى زورەمبات 381
مەجۇنى كاسىرى رىياھ 382
مەجۇنى هەببۇلغار I 382
مەجۇنى ئۇبھەل 383
هەببی بادىشكەن 383
هەببی تەنكار 383
هەببی كىبرىت 384

مەددە قۇرتلارنى چۇشۇرگۈچى دورا ياسالمىلىرى 384
سۇفۇپى مەددە I 384
سۇفۇپى مەددە II 385
شىيافى تۇتۇ 385
شىيافى مەددە 386
مەتبۇخى ئانار تەلىخ 386
مەتبۇخى بەرگى شاپتۇل 386
مەتبۇخى بىخى بىيىد 387
مەتبۇخى پوستى ئانار 387
مەتبۇخى تۇخۇمى كەدۇ 387
مەتبۇخى سەرخەس مۇرەككەپ 388
مەتبۇخى شاپتۇل 388
مەتبۇخى مەددە 388
مەجۇنى سەرخەس 389
مەجۇنى قەنبىل 389
ھۆقنەئى پوستى ئانار 389
ھۆقنەئى تۇتۇ مەددە 390
ھۆقنەئى مەددە I 390
ھۆقنەئى مەددە II 390
ئىششىق ياندۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى 392
ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 392
زىمادى ئىسپىغۇل 392
سۇفۇپى سۆرۈنجان ھار I 392
سۇفۇپى مۇدىر V 392
سىركەنجىۋىل بۇزۇرى بارىد 393
سىركەنجىۋىل مازەرىيۇن 393
سىركەنجىۋىل ئوردان 394
سىركەنجىۋىل ئۇسۇلى ۋە بۇزۇرى 394

قۇرسى مازەرىيۇن 395
قۇرسى ئىستىسقا 395
مەتبۇخى مۇستەسقى 395
مەجۇنى ئەرتىنسا 396
مەجۇنى دەبدىلۇەرد III 396
مەجۇنى زەپەر 397
مەجۇنى كەلكىلانەج 397
مەجۇنى مازەرىيۇن 398
مەجۇنى ھىلىلە 398
مەجۇنى ئىستەمخىقۇن 399
ھەببى ئەفسەنتىن 399
ھەببى غارىقۇن I 400
ماشراغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 401
زىمادى ئاق لەيلىگۇلى 401
زىمادى ماشرا 401
شەربىتى كاھۇ 401
شەربىتى مۇنزىج 402
شەربىتى ئۇنناب III 402
شەربىتى ئۇنناب IV 403
لوئابى ئىسپىغۇل 403
مەتبۇخى مارجان شوخلا 403
مەتبۇخى ھىلىلە II 404
ھەربىكەت ئەزالىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 405
بەل، غول، يانپاش ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 405
داۋائى ئىرقۇننىسا 405
رەۋغىنى خىنە 405
رەۋغىنى دىپلى 405
زىمادى ئىرقۇننىسا 406

سىركەنجىۋىل تەرياقى 406
شەربىتى بىخ كەبىر مۇرەككەپ 406
مائۇلئۇسۇل نۇقرەس 407
مەتبۇخى بۇخار 407
مەتبۇخى مۇنزىج 408
مۇنزىجى ئېغىزمان 408
مۇنزىجى ئىرقۇننىسا 409
ھەببى سۆرۈنجان I 409
ھەببى مەنتىن كەبىر 410
ھەببى مۇخرىج I 410
ھەببى ئىرقۇننىسا ھار 410
بوغۇم ۋە سۆڭەك ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 411
پاشويەئى بوغۇم 411
جاۋارىش تەمرى 411
جاۋارىش ھىندى 411
داۋائى نۇقرەس 412
رەۋغىنى ئەقرەب 412
رەۋغىنى بەيزە 413
رەۋغىنى دوب 413
رەۋغىنى سۆرۈنجان 413
رەۋغىنى قەلەمپۇر 414
رەۋغىنى قودا 414
زىمادى مۇپاسىل 415
زىمادى نۇقرەس 415
سۇفۇپى سۆرۈنجان 416
سۇفۇپى سۆرۈنجان بارىد 416
سۇفۇپى سۆرۈنجان ھار II 416
سۇفۇپى نۇقرەس 417

سۇفۇپى ئىرقۇننىسا 417
شەربىتى بوغۇم مائۇلئۇسۇل 418
شەربىتى مۇپاسىل مۇخرىج 418
شەربىتى مۇنزىجى ئىرقۇننىسا 419
مائۇلئۇسۇل بارىد 419
مائۇلئۇسۇل بۇزۇرى 420
مائۇلئۇسۇل مۇپاسىلى 420
مائۇلئۇسۇل ھار 421
مەتبۇخى پەۋاكىھ II 421
مەتبۇخى سۆرۇنجان I 422
مەتبۇخى سۆرۇنجان II 422
مەتبۇخى ھېلىلە III 423
مەجۇنى سۆرۇنجان 423
مەجۇنى يەھيا 424
ھەببى ئازاراقى 424
ھەببى بەرسا 425
ھەببى بەريما 425
ھەببى تۇربۇت مۇسەككىن 426
ھەببى سەبرە مۇسەككىن 426
ھەببى سەكبىنەج 426
ھەببى سەممۇلغار II 427
ھەببى سۆرۇنجان II 427
ھەببى سۆرۇنجان III 427
ھەببى سۆرۇنجان IV 428
ھەببى سۆرۇنجان مۇسەككىن 429
ھەببى مۇپاسىل 429
ھەببى مۇپاسىل سەۋداۋى 429
ھەببى مۇپاسىل ھار 430

هەببى نۇقرەس 430
هەببى ئىترىفىل ئازاراقى 430
سۈيدۈك چىقىرىش ئەزالىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 432
سۈيدۈك ماغدۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى 432
ئەرقى بەددىيان 432
ئەرقى كاسىنە 432
ئەرقى كاكىنەچ 433
ئەرقى نىلۇپەر 433
بانادۇقى ئىدرار 434
داۋائى مۇدىر 434
داۋائى مۇدىر بەۋل 434
داۋائى ئۇسرۇلبەۋل 435
سۇفۇپى خىرپە 435
سۇفۇپى كەرەپشە مۇدىر 435
سۇفۇپى مۇدىر I 436
سۇفۇپى مۇدىر II 436
سۇفۇپى مۇدىر III 437
قۇرسى مۇدىر 437
مەجۇنى تەمرى ھىندى 438
مەجۇنى چىلغوزا 438
مەجۇنى مۇدىر 438
سۈيدۈك ۋە مەنىي تۇتالماسلىققا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 439
سۇفۇپى سەيلان 439
سۇفۇپى سۇرئىتى ئىنزال 439
سۇفۇپى سىلسىلبەۋل 440
سۇفۇپى كەشنىز III 440
سۇفۇپى كەھرىۋا 440
سۇفۇپى ماسىكبەۋل 441

سۇفۇپى مۇغەللىز 441
سۇفۇپى مۇمسىك بارىد 441
سۇفۇپى ئېھتىلام 442
شەربىتى پەنجىنۇش 442
مەجۇنى ئاتايى 442
مەجۇنى ئاقاقىيا 442
مەجۇنى بەللۇت 443
مەجۇنى بەۋل پىلپىرىش 443
مەجۇنى خۇبسۇلھەدىد 443
مەجۇنى خۇبسۇلھەدىد مۇمسىك 444
مەجۇنى كاۋاۋىچىن 444
مەجۇنى كۇندۇر I 445
مەجۇنى گۈلنار 445
مەجۇنى ماسىكبەۋل 446
مەجۇنى مۇرمەككى 446
مەجۇنى ھەببۇلغار II 446
ھەببى مۇمسىك I 447
ھەببى مۇمسىك II 447
ھەببى مۇمسىك III 448
ھەببى ئىمساك I 448
بۆرەك، سۈيدۈك يولى ئاغرىقى ۋە قان سىيىشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا
ياسالمىلىرى 449
بانادۇق بۇزۇرى 449
بانادۇق مۇھەللىل 449
تىلايى ئۆشنە 450
داۋائى سىلسىلبەۋل 450
سۇفۇپى خى 450
سۇفۇپى شورە 451

سۇفۇپى قەلەي 451
سۇفۇپى گىل 451
سۇفۇپى مارجان 452
سۇفۇپى ھىرقەتۇلبەۋل (سۆزنەك تالقىنى) I 452
سۇفۇپى ھىرقەتۇلبەۋل II 452
قۇرسى ئەنزىرۇت 453
قۇرسى بەۋلۇددەم 453
قۇرسى تىيىن 454
قۇرسى زەمچە I 454
قۇرسى زەمچە II 454
قۇرسى كاكىنەچ I 455
قۇرسى كاكىنەچ II 455
قۇرسى گۈلنار II 456
قۇرسى گىل مەختۇم 456
قۇرسى مەددە 456
مەلھىمى باسلىقۇن 457
مەلھىمى تۇتىيا 457
مەلھىمى رال 457
مەلھىمى شىڭگىرىپ 458
مەلھىمى مۇردارسەنگى 458
مەلھىمى نەۋرە 459
مەجۇنى كاكىنەچ 459
ھەببى سۆزنەك I 460
ھەببى سۆزنەك II 460
ھەببى ھورمۇل 460
بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى ... 462
سۇفۇپى ئاق لەيلى ئۇرۇقى 462
سۇفۇپى بەزرۇلبەنجى 462

سۇفۇپى تەررە 463
سۇفۇپى مەسانە 463
شەربىتى بەدىيان 463
قۇرسى شەب 464
مەجۇنى جالىنۇس 464
مۇرابباى زەنجۇبىل 465
ھەببى سەھلىل ژۇجۇر 465
بۆرەك، دوۋساق، سۆيدۈك يولى، ئۇرۇقدان ۋە زەكەر كېسەللىكلىرىگە سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 466
ئابىزەنى بىنەپشە 466
ئابىزەنى گۈلىيەسمەن 466
ئابىزەنى ئىكلىلمىلىك 466
خاكىستەرى كەدۇ 467
رەۋغىنى خەسەك (ئوغرىتىكەن يېغى) 467
زەرۇرى ئەئزەم 468
زەرۇرى زەكەر 468
زىمادى بىنەپشە 468
زىمادى خۇسسۇيە I 469
زىمادى خۇسسۇيە II 469
زىمادى گۈردە I 470
زىمادى گۈردە II 470
زىمادى ھۆلبە 470
سۇفۇپى سۇزاك 470
سۇفۇپى مۇرەككەپ 471
سۇفۇپى ھار 471
سۇفۇپى ھىرقەتۇلبەۋل (سۆزنەك تالقىنى) III 472
مەلھىمى ئاتىشەك 472
نۇتۇلى سۇزاك 472

هەببى زەيبەق 473
بۆرەك، دوۋساق ۋە سۇيدۇك يولىدىكى تاشنى چۇشۇرگۈچى دورا ياسالمىلىرى 474
داۋائى مۇپەتتىت 474
داۋائى مۇپەتتىتۇلھاسات 474
داۋائى يەرۇللا 474
سۇفۇپى ھەجرۇلىيەھۇد 475
سىركەنجىۋىل مۇپەتتىت 475
شەربىتى خەسەك 475
شەربىتى ھەلىيۇن 476
قۇرسى بۇزۇرى 476
مەجۇنى ئەقرەب 477
مەجۇنى مۇپەتتىتۇلھاسات 477
مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد I 478
مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد II 478
نۇتۇلى مۇپەتتىتۇلھاسات 479
نۇتۇلى ھاسات I 479
نۇتۇلى ھاسات II 479
نۇتۇلى ھاسات III 480
ھەببى مۇپەتتىتۇلھاسات 480
شېكەر سىيىش كېسىلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 481
سۇفۇپى زىيابىت I 481
سۇفۇپى زىيابىت II 481
قۇرسى زىيابىت I 481
قۇرسى زىيابىت II 482
قۇرسى زىيابىت III 482
جىنسىي ئەزانى كۇچەيتكۇچى ۋە مەنىي تۇنقۇچى دورا ياسالمىلىرى 483
جاۋارىش خۇبسۇلھەدىد 483
جاۋارىش زەرئۇنى 483

جاۋارىش زەرئۇنى مۇقەۋۋى 484
داۋائى دارچىن 484
داۋائى مۇبەھھى 485
رەۋغىنى ئاقىرقەرھا 485
رەۋغىنى سىر (سامساق يېغى) 485
رەۋغىنى مۇرچ (چۇمۇلە يېغى) 486
سۇفۇپى كۇنجۇت 486
شەربىتى ئەنجۇر رۇتەب 486
شەربىتى گۇزەر 487
مەتبۇخى تەرەنجىبىن 487
مەجۇنى باھ 488
مەجۇنى بۇئەلى 488
مەجۇنى بىنەزد 488
مەجۇنى پۇلۇنىيا 489
مەجۇنى جالالى خوتەنى 489
مەجۇنى رەشىد 490
مەجۇنى زەر ئۇنى 490
مەجۇنى سۆئلەپ 491
مەجۇنى قۇرسى ئەفئا 492
مەجۇنى كەھرىۋا 492
مەجۇنى كۇندۇر II 493
مەجۇنى لوبوب 494
مەجۇنى لوبوبى مۆتىدىل 494
مەجۇنى لۇئلۇۋى 495
مەجۇنى مەسىھا 495
مەجۇنى مەسىھا مۇكەييىب 495
مەجۇنى مۇبەھھى 496
مەجۇنى مۇبەھھى ئەلا 496

مەجۇنى مۇبەھھى مۇكەييىب 496
مەجۇنى مۇمسىك 497
مەجۇنى ئىبن سىنا 497
مۇرابباىئى بەھمەن 498
مۇرابباىئى زەدەك 498
مۇرابباىئى سۆئلەپ 499
مۇرابباىئى شاقاقۇل 499
مۇرابباىئى گىردىگان 500
ھەببى ئەپيۇن 500
ھەببى جالىنۇس 500
ھەببى جەدۋار ئەپيۇنى 501
ھەببى خۇش كەيپ 501
ھەببى سىماب 502
ھەببى سىماب مۇمسىك 502
ھەببى شىپا IV 503
ھەببى قۇرسى ئەفئا 503
ھەببى رىشاد مۇمسىك 504
ھەببى ئىمساك II 504
ھەببى ئىمساك ئەپيۇنى 504
ئىترىفىل ئۇزۇم 505
تاشقى كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 506
ھەرخىل تېرە كېسەللىكلىرى، چېچەك، كۆيۈك ۋە يىرىك ـ چاقىلارغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 506
تىزابى نۆشادۇر 506
زەرۇرى ئەربەئە 506
زەرۇرى ئەنزىروت مۇنەششىپ 506
زەرۇرى دانە پەرەك 507
زەرۇرى شەئىرە 507

زەرۇرى قۇلان 507
زەرۇرى مەدەستان 508
زىمادى ھىككە 508
سىركەنجىۋىل جۇدرى 508
قۇرسى سەئىپە 509
مائۇلجەبىن 509
مەلھىمى ئەقرە 510
مەلھىمى ئەمزار 510
مەلھىمى سانا 511
مەلھىمى مۇھەللىل 511
نۇقۇئى رەجەپ 511
ھەببى شاھتەررە 512
ئىترىفىل شاھتەررە 512
ئايارەج جالىنۇس 512
چاچ ئۇندۇرۇشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 513
رەۋغىنى مۇرد 513
رەۋغىنى ئوسما 513
زىمادى دائۇلھەييە 514
ھەببى دائۇلسۆئلەپ بەلغەمى 514
ھەببى دائۇلسۆئلەپ سەپراۋى 514
ھەببى دائۇلسۆئلەپ مۇرەككەپ 515
پەتەق كېسىلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 515
جاۋارىش كۇمۇنى(زىرە مەجۇنى) II 515
جاۋارىش كۇندۇر 515
جۇلاب I 516
جۇلاب II 516
سۇفۇپى كۇندۇر II 517
مەجۇنى غولپىياز 517

مۇنزىجى بەدىيان 517
بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 518
جاۋارىش بەسباسە 518
جاۋارىش مەقلىياسا 518
رەۋغىنى زەپدەڭ (قۇمچاق يېغى) 519
رەۋغىنى كۇررراس (كۇدە يېغى) 519
رەۋغىنى مۇقەل 519
زەرۇرى مۇسەئىدە 520
زىمادى بوۋاسىر 520
سۇفۇپى بوۋاسىر 520
گۇلقەنتى بەرگى ئانار 521
مەتبۇخى بىستىپايەج 521
مەجۇنى مۇقەل 522
نۇتۇلى خۇرۇجى مەقئەت 522
ھەببى مۇقەل I 522
ھەببى مۇقەل II 523
ھەببى مۇقەل III 523
ھەببى مۇقەل IV 524
ھەببى مۇقەل V 524
ھەببى مۇقەل VI 525
ئىترىفىل مۇقەل 525
بەز ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 526
رەۋغىنى سىماب 526
قىرۇتى نۇسخىسى 526
مەلھەمى داخىليون I 527
مەلھەمى داخىليون II 527
مەجۇنى غۇددە I 528
مەجۇنى غۇددە II 528

مەجۇنی ئىتىرىفىل غۇدۇدی 529
ھەببی خانازىر 529
ھەببی خىزران 530
ھەببی ۋاسىلی 530
ئىتىرىفىل غۇددە 530
بەرەس ۋە بەھەققە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 531
شەربىتی بەرەس 531
شەربىتی رەيھان 531
شەربىتی مۇسھىلی بەرەس 532
شەربىتی مۇنزىجی بەرەس I 533
شەربىتی مۇنزىجی بەرەس II 533
شەربىتی مۇنزىجی بەرەس III 534
شەربىتی مۇنزىجی بەرەس IV 534
مەتبۇخی بەرەس 534
مەجۇنی ئاتىرىلال I 535
مەجۇنی ئاتىرىلال II 536
مەجۇنی ئاتىرىلال III 536
مەجۇنی بەرەس I 537
مەجۇنی بەرەس II 537
مەجۇنی بەرەس III 538
مەجۇنی مۇسھىلی چىلاپا 538
مەجۇنی ئىبنی ماسويە 538
مۇجەررەبی بەرەس 539
ھەببی بەرەس 539
ھەببی بەھەق 540
ھەببی پەرپىيۇن 540
ھەببی سىيادان 540
ھەببی مۇخرىج II 541

هەببی مۇسهىلى پەرپىيۇن 541
ئىتربفىل بەرەس 542
ئىتربفىل هامان 542
ئايارەج لوغانزىيا 543
بەرەسكە سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 544
تىزابى فارۇق 544
تىزابى گۇڭگۇرت 544
زىمادى بەرەس I 544
زىمادى بەرەس II 545
زىمادى بەرەس III 545
زىمادى سۇرمە 545
مەلهىمى بەرەس 546
مەلهىمى بەيزە 546
مەلهىمى پەرپىيۇن 546
مەلهىمى پوستى گىردىگان 547
مەلهىمى شورە 547
مەلهىمى ئۇقاب 548
ئوكۇلى كالىيزىرە 548
ئاياللار كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 549
تىلايى هامىلە 549
تىلايى هىككە 549
داۋائى ئەقرە 549
رەۋغىنى زەپەر 549
شەربىتى بۇزۇرى II 550
شەربىتى سۇزاپ 550
شەربىتى هەببۇلئاس 551
فەرزىجەئى ئەقرە 551
فەرزىجەئى رەهمى 551

فەرزىجەئى مەشمە 552
فەرزىجەئى مۇدىر 552
فەرزىجەئى مۇمسىك 552
فەرزىجەئى مۇھەللىل 552
فەرزىجەئى مۇھبىل 553
قۇرسى خىرپە 553
قۇرسى سۇمۇغ 553
قۇرسى مور 554
قۇرسى مۇرمەككى 554
مائۇلئۇسۇل مۇرەككەپ 554
مەتبۇخى شۇمشا 555
مەتبۇخى ھەيز 555
مەجۇنى پەيقىرائى ھامىلە 556
مەجۇنى پىننە 556
مەجۇنى خۇن 556
مەجۇنى مۇھبىل 557
نۇتۇلى ھابىس 557
نۇتۇلى ھاپىزى جىنىين 557
نۇقۇئى بۇزۇرى 558
ھەببى ئەقرە 558
ھەببى ئىخراجى مەشمە 558
ھۆقنەئى ھەيز I 559
ھۆقنەئى ھەيز II 559
ھۇمۇلى ھەيز 559
بالىياتقۇ جاراھىتى ۋە بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى ... 561
رەۋغىنى موم 561
سۇفۇپى بۇزۇرى III 561
سۇفۇپى كەتان 562

سۇفۇپى ماسكدەم 562
شەربىتى چىلان مۇرەككەپ 562
قۇرسى ئەنجىبار 563
قۇرسى بۇسۇد 563
نۇتۇلى رەھىم 563
ھۆقنەئى ئەنزىرۇت 564
ھۆقنەئى رەھىم 564
ھۆقنەئى شىبىت 564
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 566
كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 566
تىلايى ھەدەف 566
زەرۇرى ئەبىيەز 566
زەرۇرى ئەسفەر 566
زەرۇرى ئەنزىرۇت 567
زەرۇرى چەشخام 567
زەرۇرى سەبرە 567
زەرۇرى كافۇر 568
زەرۇرى قەلەي 568
زەرۇرى مامىرانچىن 568
زەرۇرى مەغسۇل 569
زەرۇرى مەلكايا 569
زىمادى ئەنزىرۇت 569
زىمادى ئەين 570
شىيافى ئەبىيەز 570
شىيافى ئەسۆەد 570
شىيافى سۇماق 571
شىيافى كافۇر 571
شىيافى نارەنجى 571

قەتۇرى ئەين 572
كوهلى ئەزىزى 572
كوهلى ئەھۆل 572
كوهلى بەياز 573
كوهلى جاۋاهىر 573
كوهلى دەمئە 574
كوهلى رۇشنائى 574
كوهلى غىشاۋە 574
كوهلى مۇقەۋۋى 575
كوهلى مۇنبىت 575
كوهلى مەلكايا 575
كوهلى ۋەرد 576
كوهلى ئىكسىرىن 576
مەتبۇخى خىيارشەنبەر 576
مەتبۇخى قەنتەرىيۇن 577
مەتبۇخى مۇلەييىن 577
مەجۇنى كامازەريۇس 577
مەجۇنى ئېگىر 578
هەببى زەهەب I 578
هەببى زەهەب II 579
هەببى زەهەب III 579
هەببى زەهەب IV 579
هەببى شەبيار I 580
هەببى شەبيار II 580
هەببى شەبيار III 580
هەببى شەبيار IV 581
ئىترىفل بەدىيان 581
قۇلاق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 582

رەڤغىنى پەجەل (تۇرۇپ يېغى) 582
رەڤغىنى كۇندۇر 582
شەربىتى ئۇستقۇددۇس IX 582
شىيافى بۆرە ئەرمىنى 583
شىيافى ۋەقەر 583
فەتىلەئى مەرۋى 584
قەتۇرى ئەسەم 584
قەتۇرى ئەشا 584
قەتۇرى جالىنۇس 584
قەتۇرى خۇبسۇلھەدىد 585
قەتۇرى كەرەم 585
قەتۇرى ۋەجئىلئۇزنى بارىد 585
قەتۇرى ۋەجئىلئۇزنى ھار 585
مەتبۇخى ھېلىلە IV 586
مەلھەمى مىسرى 586
نۇتۇلى ئەسەم 587
ھەببى تۇربۇت 587
بۇرۇن كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 588
زىمادى رۇئاب 588
فەتىلەئى رۇئاب 588
كۇشتەئى مىس 588
مەتبۇخى ئەفتىمۇن II 589
مەلھەمى رۇسۇت 589
مەلھەمى زەنگار 590
نۇپۇخى بۇخۇرى 590
نۇپۇخى رۇئاب 590
نۇقۇئى ھامىز II 590
ھەببى قوقىيا III 591

ئېغىز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 592
ئەرقى كىبىرىت 592
داۋائى دەندان I 592
داۋائى دەندان II 593
داۋائى ۋەجئى دەندان 593
زەرۋرى سقلۇۋللىسان 593
زىمادى مۇجەررەب (چىش ئاغرىقى خېمىر دورىسى) 593
سۇفۇپى ئاكىلە 594
سۇفۇپى زىراۋەندە 594
سۇفۇپى سۇنۇن 595
سۇفۇپى سقلۇۋللىسان (تىل ئېغىرلىقى سۇفۇپى) I 595
سۇفۇپى سقلۇۋللىسان II 595
سۇفۇپى ۋەجئى دەندان 596
سۇنۇنى دەندان 596
سۇنۇنى شەب 596
سۇنۇنى كەت ھىندى 597
سۇنۇنى لەسسە 597
سۇنۇنى مۇجلى 597
سۇنۇنى مۇرچ 598
سۇنۇنى مۇرمەككى 598
سۇنۇنى مۇرمەككى مۇتەييىب 598
سۇنۇنى مۇمسىك 598
سۇنۇنى نەمەك 599
شەربىتى مائۇلئۇسۇل IV 599
غار ـ غار 599
گال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 600
داۋائى ئۇلخەتاتىپ 600
داۋائى بەھمەتۇسسەۋت 600

داۋائی مىرى 600
سۇفۇپى شەب 601
لوئوقى زەنجىۋىل 601
لوئوقى سەغىر 602
لوئوقى سىبيان 602
مەلھەمى رۇساس 602
ھەببى بەھەھەتۇسسەۋت 603
باشقا ھەر خىل كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 604
زەھەر قايتۇرۇشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 604
تەرياقى ئەربەئە 604
تەرياقى ئەقرەب 604
تەرياقى تىنى مەختۇم 604
تەرياقى سەمانىيە 605
تەرياقى سەمۇم 605
تال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 606
زىمادى دوتتىن 606
سۇفۇپى تال 606
قۇرسى خەردەل (قىچا تابلېتى) 606
قۇرسى غارىقۇن 607
قۇرسى كەبىر 607
قۇرسى گەزمازەج 607
قۇرسى ئىرسا 608
كەلكىلانەج ئىزخىرى 608
مەتبۇخى تال 608
مەتبۇخى مۇھەللىل 609
مەجۇنى جىنتىيانا 609
ھەببى كەبىر 610

قان توختىتىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 610
زەرۇرى زەنگار 610
شىيافى مۇمسىك 610
قۇرسى كەھرىۋا قابىز 611
قۇرسى مۇمسىك 611
مۇجەررەبى قانئى دەم 612
نۇپۇخى رۇئاب مۇجەررەب 612
باشقا ھەرخىل كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى 612
رەۋغىنى جوز ھىندى (نارجىل يېغى) 612
رەۋغىنى ناردىن 613
سۇفۇپى كۆكنار 613
سۇفۇپى نەمەكى سۇلايمانى 613
مائۇلئۇسۇل مۇنزىج 614
مەلھەمى جازىبە 614
مەلھەمى سەرتان 615
مەلھەمى شۇمۇم 615
ھەببى ئەتشە 615

Abdulcelil TURAN
Yenidoğan Mh. 41. Sk. No: 7
Daire: 4 Zeytinburnu - IST.

ئۇيغۇر تېبابىتى دورا ياسالمىلىرى
ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە

ئۇيغۇر تېبابىتىدە كۆپ ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى دورىلارنىڭ تەبىئىتى، داۋالاش ئېھتىياجى، تەييارلاش قائىدە ـ ئۇسۇللىرىغا ئاساسەن تەييارلانغان ھەر خىل شەكىلدىكى دورا ياسالمىلىرىنى كۆرسىتىدۇ. ئۇ، دورا شەكىللىرىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك تۆت چوڭ تۈرگە بۆلۈنىدۇ:

1. قويۇق دورا ياسالمىلىرى
2. قاتتىق دورا ياسالمىلىرى
3. سۇيۇق دورا ياسالمىلىرى
4. تالقان دورا ياسالمىلىرى

يۇقىرىدىكى تۆت چوڭ تۈردىكى دورا ياسالمىلىرى يەنە تەركىبى، ياساش ئۇسۇلى، ئىشلىتىش ئورنى، ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە تەسىرى، ھەتتا تەمى قاتارلىقلارغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك 60 نەچچە خىلغا بۆلۈنىدۇ:

بىرىنچى، قويۇق دورا ياسالمىلىرى

تەرياقلار

تەرياق (زەھەر قايتۇرغۇچى) لار ــ تەركىبىگە زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلار چۈشكەن قويۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

تەرياقلار تەركىبىگە چۈشىدىغان زەھەر قايتۇرغۇچى (يادى زەھەر) دورىلار مەدەن ۋە ھايۋانلاردىن ئېلىنىدۇ. مەدەنىي پاد زەھرىلەر كانلاردىن تېپىلىدۇ، ئۇلار بەش خىل رەڭدە بولىدۇ. ھايۋانىي يادى زەھرىلەر ئۆي ھايۋانلىرى (كالا، قوي ۋە باشقىلار) ۋە قىسمەن ياۋايى ھايۋانلارنىڭ ئۇچەيلىرىدە شەكىللىنىدىغان قاتتىق كرىستال جىسىم بولۇپ، زەيتۇن ياكى ماش رەڭگىدە كېلىدۇ. دېگىزىيا شۇ خىلدىكى زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلارغا كىرىدۇ. تەرياقلارنىڭ نامىلىرىمۇ شۇ خىل زەھەر قايتۇرغۇچى دورا نامى ياكى ئىجاد

قىلغان كىشىنىڭ ئىسمى بىلەن ئاتىلىدۇ.

تەرياقلار يۇرەك، مېڭە، جىگەر قاتارلىق رەئىس ئەزالارغا يۇزلەنگەن زەھەرلەرنى قايتۇرۇپ، ئۇلارنىڭ نورمال خىزمەت ئىقتىدارىنى قوغدايدۇ.

تەرياقلارنى ياساشتا، تەركىبىدىكى دورىلارنى سوققاندىن كېيىن، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ياسىلىدۇ. ئالتە ئاي ساقلىغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ. قائىدە بويىچە چىنە ـ قاچىلاردا ساقلىسا ئۇچ يىلدىن بەش يىلغىچە ئۇنۇمى كەتمەيدۇ.

جاۋارىشلار

جاۋارىشلار ــ قويۇق دورا ياسالمىلىرى تۇرىدىكى بىر خىل دورا ياسالمىسى بولۇپ، ياساش ئۇسۇلى مەجۇن ياساش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش. لېكىن پەرقى شۇكى، جاۋارىشلار تەركىبىگە چۈشكەن دورىلارنىڭ ئاشقازاندا تۇرۇش ۋاقتىنى ئۇزارتىش ئارقىلىق ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدىغانلىقى ئۈچۈن، تەركىبىدىكى دورىلار يېرىكرەك سوقۇلىدۇ، ئادەتتە ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلمەيدۇ ياكى شالاڭراق ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ.

1) دورىلىرى يېرىكرەك سوقۇلىدۇ ياكى شالاڭ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. شۇنداق دورىنى ئىستېمال قىلغاندا تەسىرى تېزرەك بولىدۇ.

2) ئەگەر نۇسخىدا شېكەر ياكى قەنت كۆرسىتىلگەن بولسا، ئايرىم سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ۋە شېكەر ياكى ھەسەل قىيامىدا خېمىر قىلىنىدۇ.

3) دورىلارنى قىيامغا قوشۇشتا قىيامنى بىر ئاز سوۋۇتۇپ قوشۇش، قىيام بەك قىزىق ياكى مۇزدەك بولۇپ كەتمەسلىكى لازىم.

4) قىيامغا قوشۇش ئۈچۈن تالقانلانغان شېكەر ئومۇمىي دورا ۋەزنىنىڭ ئۈچ ھەسىسىگە توغرا كېلىش، ئۇنىڭدىن ئاز ياكى كۆپ بولماسلىقى لازىم.

5) شېكەر بىلەن ھەسەل بىرگە كەلسە، شېكەرنى قىيام قىلمايلا ھەسەلگە ئارىلاشتۇرسا بولىدۇ.

خېمىرلار

خېمىرلار ــ دورا ياسالمىسى تەركىبىدىكى بىر قىسىم دورىلارنىڭ قاينىتىلغان

سۈيى بىلەن، يەنە بىر قىسىم دورىلارنىڭ تالقانلىرىنى قوشۇپ شېكەر ياكى ناۋات قېيىمىغا ئارىلاشتۇرۇپ، مەجۇنگە قارىغاندا يۇمشاقراق ياسىلىدىغان بىر خىل دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان.

1) نۇسخىدا قاينىتىش لازىم دەپ كۆرسىتىلگەن دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، بىر كېچە قاينىق سۇغا چىلاپ، ئاندىن سۇس ئوتتا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنىدۇ.

2) ناۋات ياكى شېكەر قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنغان دورا سۈيىدە قېيام قىلىنىدۇ ياكى نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن ئەرەقلەر بىلەن قېيام قىلىنىدۇ.

3) قېيامغا سېلىنىدىغان تالقان دورىلار ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلۇشى ۋە ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈشى لازىم.

4) ئىپار، زەپەر، ئەنبەرگە ئوخشاش خۇش پۇراقلىق دورىلارنى قېيام بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن قوشۇش، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراقلارنى ياخشى سالايە قىلىپ، ئەڭ ئاخىردا ياكى ئېلىش ئالدىدا قېيامنىڭ ئۈستىگە تەكشى سېپىش لازىم.

زىمادلار

زىماد (چاپما)لار — تەركىبىدە كۆپ مىقدارda دورا تالقانلىرى تۇتقان، قويۇقلۇق دەرىجىسى خېلى يۇقىرى بولغان، سىرتتىن چاپىدىغان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

زىمادلار بەدەن ھارارىتىنىڭ تەسىرىدە يۇمشايدۇ، ئەمما ئېرىمەيدۇ. تېرىدە خېلى ئۇزاق تۇرىدۇ، ئاساسەن تېرىنى ئاسرىغۇچى دورا قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ. تەركىبىدە كۆپ مىقدارda دورا تالقانلىرى بولغانلىقى ئۈچۈن ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، يىرىڭنى تارتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە. شۇڭا زىمادلار تېرە يالليۇغى، ھۆل تەمرەتكە، شەلۋەرىگەن جاراھەتلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ. تەركىبىگە قوشۇلغان دورىلارنىڭ خۇسۇسىيەتلىرىگە قاراپ، قىچىشىشنى بېسىش، ۋەرەملەرنى قايتۇرۇش تەسىرىنى كۆرسىتىدۇ.

زىمادلار كۆپىنچە ئارپا ئۇنى، كېپەك، بىنەپشە قاتارلىقلارغا ياغ ياكى ھەسەل قوشۇپ ياسىلىدۇ. ئىشلىتىش مەقسىتىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ تەركىبىگە چۇشىدىغان دورىلارمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. بەزى دورا تالقانلىرى پىشقان تۇخۇم سېرىقى بىلەن گۇلابتا خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

گۈلقەنتلەر

بۇ، گۈل ۋە چېچەكلەرنىڭ بىر ھەسسىسىگە 3 ~ 4 ھەسسە شېكەر ياكى ھەسەل قوشۇپ، ئاپتاپتا قويۇپ تەييارلانغان دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان.

گۈلقەنتلەرنىڭ تەمى تاتلىق بولۇپ، ئىستېمال قىلىش ئوڭاي، بولۇپمۇ كىچىك بالىلار ۋە ياشانغانلارنىڭ ئىستېمال قىلىشىغا باب كېلىدۇ. كۆڭۈلنى ئىلەشتۇرىدىغان ۋە قۇستۇرىدىغان ئەكس تەسىرى بولمايدۇ.

گۈلقەنتلەر دورا ماتېرىيالىنىڭ ھۆل ياكى قۇرۇقلۇقى، شېكەر ياكى ھەسەل قوشۇپ تەييارلىنىشىغا قاراپ تۆت خىل ئۇسۇلدا تەييارلىنىدۇ:

1) ھۆل گۈلنى ئېزىپ، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ، ئاپتاپقا قويۇپ ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ.

2) ھۆل گۈلنى ئېزىپ، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

3) شېكەرنى قىيام قىلىپ، ئېزىلگەن گۈلنى قىيامغا سېلىپ پىشۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

4) قۇرۇق گۈلنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەرنى قىيام قىلىپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

ياخشى ئېچىلغان گۈل ۋە چېچەكلەرنىڭ ئاق قىسمى قىرقىپ تاشلىنىدۇ. بولمىسا گۈلقەنتنىڭ تەمى ئاچچىق بولۇپ قالىدۇ ھەمدە شىپالىق ئۇنۇمىگە تەسىر يېتىدۇ.

گۈلنىڭ سىرتقى ئۇرۇقلىرى ئايرىۋېتىلىدۇ. گۈلنى توغراش ماشىنىسىدىن ئۆتكۈزۈپ، خام ھالدا شېكەر ياكى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، قۇرۇق سىرلىق قاچىغا ئېلىپ، 45 ~ 60 كۈنگىچە ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلىدۇ، ھۆل ـ يېغىن كۈنلىرى ئۈستى قېلىن داكا بىلەن يېپىپ قويۇلىدۇ، دەسلەپتە ھەپتىدە بىر قېتىم، كېيىنچە 2 ~ 3 قېتىم ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. ئارىلاشتۇرۇشتا چوقۇم قۇرۇق ياغاچ چۆمۈچ بىلەن تېگىدىن ئۈستىگە ئارىلاشتۇرۇش لازىم.

گۈلقەنتلەرنىڭ ھەسەل قوشۇپ ياسالغىنى گۈلقەنت ھەسلى، شېكەر قوشۇلغىنى گۈلقەنت شېكىرى دېيىلىدۇ. ھەسەل بىلەن ياسالغانلىرىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى تۆت يىل، شېكەر بىلەن ياسالغانلىرىنىڭ ئىككى يىل بولىدۇ.

لوبوبلار

بۇ، تەركىبىگە مېغىز دورىلار كۆپرەك چۈشىدىغان دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان.

لوبوبلار بەدەننى سەمرىتىپ، باھنى كۈچەيتىش، مېڭە ۋە بۆرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش ھەمدە ساقلىقنى ساقلاشتەك تەسىرلەرگە ئىگە بولۇپلا قالماي، بەلكى ساغلام كىشىلەرگىمۇ مۇۋاپىق كېلىدىغان غىزايى داۋادۇر.

لوبوبلارنى تەييارلاشتا قوشۇلىدىغان مېغىزلار چوقۇم پاكىز ۋە يېڭى بولۇشى كېرەك. ئالدى بىلەن مېغىزلار قازاندا قورۇلۇپ، ئۈندىن كېيىن باشقا يەككە دورىلار بىلەن بىللە سوقۇلۇپ، ھەسەل قوشۇپ خېمىر قىلىنىدۇ. ئەمما باشقا قويۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىغاندا يۇمشاقراق قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

لوبوبلارنى قاچىلاش، ساقلاش ئۇسۇللىرى ھەمدە ئۇلارنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى باشقا قويۇق دورا ياسالمىلىرى بىلەن ئوخشاش.

لوئوقلار

لوئوق (يالانچۇق) لار ــ يالاپ ياكى شۇمۇپ ئىستېمال قىلىدىغان قويۇق دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان. ئەمما ئۇ مەجۇندىن سۇيۇق، شەربەتتىن قويۇقراق ياسىلىدۇ. ئۇ مەخسۇس گال، كاناي ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

لوئوقلارنى تەييارلاشتا نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن دورىلارنىڭ تەبىئىتى، لوئوق تەييارلاش تەلەپلىرىگە ئاساسەن ئۆز تەرتىپى بىلەن ياسىلىدۇ. ئادەتتە بىر قىسىم دورىلارنى چالا سوقۇپ، 5 : 1 نىسبەتتە قاينىق سۇغا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىقاندىن كېيىن سۈزۈپ، شېكەر ياكى ناۋات سېلىپ قېيىم قىلىنىدۇ. سوقۇپ تەييارلاپ قويغان بىر قىسىم دورا تالقانلىرىنى قېيىمغا سېلىپ، ياخشى قوچۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بەزىلىرى دورا لوئابىغا ياكى قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنغان دورا سۇيىگە قوشۇپ ياسىلىدۇ.

1) لوئوقلارنىڭ قېيىمى كۈچلۈك (چىڭ) بولۇشى كېرەك.

2) بېھى ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل لوئابلىرىنى ئېلىشتا بىر ھەسسىگە بەش ھەسسە قاينىق سۇ قۇيۇپ شىرىسى چىقىرىلىدۇ. ئىسپىغۇل سوقۇلمايدۇ. نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن لوئاب مىقدارى كەم بولۇپ قالماسلىقى لازىم.

3) ئادەتتە، لوئوقلارنى ياسىغان ھامان ئىشلىتىشكە بولىدۇ. ھەرگىزمۇ قىزىق پېتى قاچىغا ئېلىشقا بولمايدۇ، قاچىلار ناھايىتى پاكىز، قۇرۇق، ئېغىزى ھەم يېپىلىشى لازىم. ئەمما، باشقا قويۇق دورا ياسالمىلىرىدەك بىر مەزگىل ساقلاش ھاجەتسىز.

مەلھەملەر

بۇ، دورا تالقانلىرىنى مۇڭاپىق قوشۇمچە ماتېرىياللار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياسالغان، تېرە ۋە شىللىق پەردىلەرگە سىرتتىن ئىشلىتىشكە ئەپلىك بولغان، قويۇقراق ھالەتتىكى دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان.

مەلھەم دورىلار تەركىبىگە چۈشكەن دورىلارنىڭ خۇسۇسىيەتلىرىگە قاراپ تېرە ۋە شىللىق پەردىلەرنى ئاسراش، سىلىقلاشتۇرۇش، ئىششىق (ۋەرەم) ياندۇرۇش، جاراھەتلەرگە گۆش ئوندۇرۇش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش ، قىچىشىشنى بېسىش قاتارلىق شىپالىق تەسىرلەرگە ئىگە. ئۇلارنى ياساشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم: ياسالما تەركىبىگە قوشۇلىدىغان دورىلار ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلغان، تەكشى ئارىلاشقان، قويۇق - سۇيۇقلۇقى مۇڭاپىق بولۇشى لازىم. تېرە ۋە شىللىق پەردىلەرگە چېپىشقا ئاسان بولۇشى، يېپىشىپ تۇرىدىغان، سۈپىتى تۇراقلىق، ئاسان بۇزۇلمايدىغان بولۇشى، شۇنىڭ بىلەن بىللە تېرىگە سىڭىشلىك بولۇشى، تېرە ۋە شىللىق پەردىلەرنى ئېچىشتۇرمايدىغان ۋە نورمال خىزمەتكە دەخلى قىلمايدىغان، بەدەنگە زەھەرلىك تەسىرى يوق بولۇشى، مەلھەمنى سۈركەپ، مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن يۇغاندا ئاسان چىقىپ كېتىدىغان بولۇشى كېرەك.

مەلھەملەرنىڭ قوشۇمچە ماتېرىياللىرى ئاساسلىقى ھايۋانات ۋە ئۆسۈملۈك ياغلىرى بولۇپ، كۈنجۈت مېيى، سېرىقماي، زەيتۇن يېغى، پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، توخۇ يېغى، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى، كالا يىلىكى، ئابدىمىلىك يېغى قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. بۇ ياغلارنى تېپىش ، ئېرىتىش، تەڭشەش ئاسان بولۇپ، سىڭىشىپ، سىلىقلاشتۇرۇش جەھەتلەردە ياخشى رولغا ئىگە. ئەگەر مۇشۇنداق مەخسۇس دورىلارنى قوشۇش ئارقىلىق بۇزۇلۇشنىڭ ئالدى ئېلىنمىسا، سۈپىتى ئۆزگىرىپ تېرىنى ئېچىشتۇرىدۇ، ئۇزاق مۇددەت ساقلىغىلى بولمايدۇ. ئوندىن باشقا يەنە ھەسەل، ئاق موم قاتارلىقلارنى قوشۇمچە ماتېرىيال قىلىشقىمۇ بولىدۇ. بۇلار سۇدا ئاسان ئېرىگەچكە تېرىگە سۈمۈرۈلۈشى ياخشى بولۇپلا قالماي، يەنە ئاسان بۇزۇلمايدۇ.

مەلھەملەرنى تەييارلاشتا:

1) ئېرىمەيدىغان دورىلار ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلىدۇ ۋە قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ.

2) ئېرىيدىغان دورىلار سۈيۇق ياغلار بىلەن بىللە سۈس ئوتتا قىزدۇرۇپ ئېرىتىلىدۇ.

3) ئۇرۇق دورىلارنى ئالدى بىلەن بىركېچە قاياناق سۇغا چىلاپ دۇملەپ، شىرىسى (لوئابى) نى ئالغاندىن كېيىن، سوۋۇتۇپ ئاخىرىدا قوشۇپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ھەمدە قايتا قىزىتىلىدۇ.

4) بەزى مەلھەملەرنى ياساشتا دورا تالقىنى بىۋاستە مايلارغا سېلىنىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئۇچۇچان دورىلار سوۋۇتۇلغاندىن كېيىن قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

5) دورىلارنى ياغ سوۋۇپ قېتىپ قالغۇچە تېزلىك بىلەن توختىماي ئارىلاشتۇرۇۋېتىش لازىم.

مەجۇنلەر

بۇ بىرقانچە خىل دورىلارنى ئۆز تەبىئىتى ۋە خۇسۇسىيىتىگە ئاساسەن مەخسۇس ئۇسۇللار بىلەن تالقانلاپ، ئەلگەكلەپ، بىر - بىرىگە قوشۇپ، ھەسەل، شېكەر، ناۋات قىيامىلىرى بىلەن يۇغۇرۇپ، قويۇق خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈلگەن دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

مەجۇنلەرنىڭ تەمى ۋە ئومۇمىي خۇسۇسىيىتى تەڭشەلگەن بولۇپ، ئىستېمال قىلىشقا ئوڭاي، ساقلاپ ئىشلىتىشكە ئەپلىك، ئاسانلىقچە قۇۋۇتى كەتمەيدۇ، كېڭ تەسىرگە ئىگە. ئەمما، بەدەنگە سۈمۈرۈلۈشى ئاستا بولغاچقا، كۆپىنچە سوزۇلما خاراكتېرلىك كېسەللىكلەردە ئىشلىتىلىدۇ. مەجۇنلەر پەقەت ئىچىدىن ئىستېمال قىلىشقىلا تەييارلىنىدۇ.

مەجۇنلەرنى تەييارلاشتا نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن دورىلارنى ئۆز مىقدارى بويىچە ئۆلچەپ ئېلىپ، دورىنىڭ خاراكتېرىگە قاراپ ئايرىم ياكى بىللە قوشۇپ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ (غاربقۇنغا ئوخشاش دورىلار سوقۇلماي، سىم ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ) ھەمدە كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە قوشۇپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ياساشتا تۆۋەندىكى ئىشلارغا دىققەت قىلىنىدۇ:

1) نۇسخىدا ھېلىلە، تۇربۇت قوشۇلغان بولسا، دورا تالقىنى بادام يېغىدا ياغلىنىدۇ. ئەگەر يېلىم دورىلار بولسا، مۇسەللەسكە چىلاپ ئېرىتىپ، ئاندىن قوشۇلىدۇ.

2) زەپەر، ئەنبەر، مەرۋايىت، بىخ مارجان، كەھرىۋا، ئەقىق، ياقۇت ۋە سەدەپكە ئوخشاش دورىلار بولسا، ئايرىم - ئايرىم ئېزىپ (سالايە قىلىپ) ئەڭ ئاخىرىدا قوشۇلىدۇ. كۆز دورىلىرىدا قائىدە بويىچە بەزى دورىلار، مەسىلەن: مەرۋايىت قاتارلىقلار ئالدى بىلەن كۈشتە قىلىنىدۇ.

3) مېغىز دورىلار بولسا، ئالدى بىلەن پوستىدىن ئايرىپ، ئايرىم سوقۇپ قوشۇلىدۇ.

4) مەجۇن دورىلار ئىشلىتىشتىن 1 ~ 3 ئاي ئىلگىرى ياسالسا ياخشى بولىدۇ. ئادەتتە دورا ياسالمىسى تەركىبىدىكى دورىلارنىڭ بىر - بىرى بىلەن تولۇق رېئاكسىيىلىشىپ ئۈنۈمى ئېشىش ئۈچۈن، دورا ياسالمىسىنى قاچا بىلەن ئارپىغا 40 كۈن كۆمۈپ، ئاندىن ئىشلەتكەن ياخشى.

5) مەجۇنلەرنى ساقلاشتا سىرلىق قاچا ياكى شىشە قاچىلارنى پاكىز يۇيۇپ، ياخشى قۇرۇتۇپ قاچىلاش لازىم.

مۇپەررىھلار

بۇ، تەركىبىگە كۆڭۈلنى خۇش قىلغۇچى دورىلار كۆپرەك چۈشىدىغان ھالۇنسىمان دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان.

مۇپەررىھلار مېڭە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

مۇپەررىھ دورىلارنى ياساش، قاچىلاش، ساقلاش ئۇسۇللىرى ھەمدە ساقلاش مۇددىتى باشقا قويۇق دورا ياسالمىلىرى بىلەن ئوخشاش.

ئىتىرىپلىللار

بۇ، قويۇق دورا ياسالمىلىرى تۈرىدىكى بىر خىل دورا ياسالمىسى بولۇپ، ياسىلىشى ئاساسىي جەھەتتە مەجۇنلەر بىلەن ئوخشاش، بىراق، ئىتىرىپلىللار تەركىبىگە ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە قاتارلىقلار باش دورا بولۇپ چۈشىدىغان بولغاچقا، ياساش ھالقىلىرىدا مەلۇم پەرقلەر بار. مەسىلەن: ھېلىلە، بەلىلە ۋە ئامىلە قاتارلىق مېۋە دورىلار ئايرىم - ئايرىم سوقۇلۇپ، تالقانلاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ بولغاندىن كېيىن سېرىقماي ياكى بادام يېغىدا ياغلىنىدۇ. باشقا دورىلار سوقۇلۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ، ئەمما ياغلانمايدۇ. شېكەرنى قېيام قىلىپ ياكى كۆك ئۈزۈمنى سوقۇپ، دورا تالقانلىرى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ يۇغۇرۇپ ياسىلىدۇ.

ئىتىرىپلىللار تەركىبىگە قاراپ ئىتىرىپل سادده ۋە ئىتىرىپل مۇرەككەپ دەپ ئىككى خىلغا بۆلۈنىدۇ. ئىتىرىپل سادده پەقەت ھېلىلە، بەلىلە ۋە ئامىلىلەر بىلەن ياسىلىدۇ.

ئاشقازان ۋە ئۇچەينى قۇرۇتۇش، ئەسەبلەرنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش ۋە كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ. ئىترىفىل مۇرەككەپنىڭ تەركىبىگە يۇقىرىقى ئۇچ ياكى بەش خىل دورىدىن سىرت يەنە باشقا دورىلارمۇ قوشۇپ ياسىلىدۇ.

ئىترىفىللارنىڭ نامى شۇ نۇسخىدىكى ئاساسلىق دورا ياكى شۇنىڭغا يارەملەشكۈچى تەسىرگە ئىگە قوشۇمچە دورىنىڭ ئىسمى بىلەن ئاتىلىدۇ. ياساشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىنىدۇ:

1) دورىلار ئۇندەك يۇمشاق سوقۇلۇشى ۋە قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈشى، خۇسۇسەن ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلىلەر سوقۇلغاندىن كېيىنمۇ يەنە ئايرىم سالايە قىلىپ تەييارلىنىشى لازىم.

2) ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلىلەرنى سالايە قىلىپ بولغاندىن كېيىن بادام يېغى (ھېچ بولمىغاندا سېرىقماي) بىلەن ياغلاش، ياغنى بىر ئاز ئىسسىتىپ ياغلاش لازىم. ياغلانمىسا ئۇچەيگە زىيان قىلىدۇ.

3) قان تازىلاش، ئاغرىق پەسەيتىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدىغان ئىترىفىل كەشنىز، ئىترىفىل شاھتەررە، ئىترىفىل سەغىر قاتارلىقلارنى شېكەر قېيامىدا تەييارلىغانغا قارىغاندا كۆك ئۇزۇم بىلەن تەييارلىغان ياخشى. چۈنكى كۆك ئۇزۇمنىڭ قانىنى ساپلاشتۇرۇش ۋە ماددىلارنى تازىلاش تەسىرى ياخشى.

4) ئىترىفىللارنى ياساش ۋە قاچىلاشتا تۆمۇر سايمانلارنى ئىشلەتمەسلىك لازىم. بولمىسا دورىلار تۆمۇر بىلەن رېئاكسىيىلىشىپ دورا رەڭگى قارىداپ قالىدۇ. شۇڭا ئەك ياغىشى شېشە، چىنە، سىرلىق قاچىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

5) ئىترىفىللار تەييارلانغاندىن كېيىن، بىرەر ئايدىن ئارتۇق تىندۇرۇپ، ئاندىن ئىشلىتىش كېرەك. تۇرۇش جەريانىدا قاينىغاندەك بۇلدۇقلاپ تۇرىدۇ، ئەمما ئېچمايدۇ. قاچىنىڭ ئاغزىنى پات ـ پات ئېچىپ تۇرۇش لازىم .

6) سەۋەنلىك تۇپەيلىدىن سۇيىتى ئۆزگىرىپ كەتمىسلا بىر يىلدىن ئۇچ يىلغىچە ئۇنۇمىنى ساقلىغىلى بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇۋۋىتى تۆۋەنلەيدۇ ياكى يوقىلىدۇ. ئىترىفىللار ئادەتتە بەدەندە 5 ~ 12 سائەتتە تەسىرىنى كۆرسىتەلەيدۇ، شۇڭا كۈندە ئىككى قېتىم ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئايارەجلەر

ئايارەج (ئاچچىق تەملىك دورا ياسالمىسى) لەر ــ قويۇق دورا ياسالمىلىرى تۇرىگە

كىرىدىغان ياسالما بولۇپ، پەقەتلا تەمى ئاچچىق بولغانلىقى ئۈچۈن ئايارەج دەپ ئاتالغان.

ئايارەجلەر قويۇق ۋە بۇزۇق ماددىلارنى بەدەننىڭ چوڭقۇر جايلىرىدىن تارتىپ چىقىرىپ بەدەن سىرتىغا ھەيدەش، بەدەندىكى ماددىلارنى ئۆزئارا ماسلاشتۇرۇش، ياخشىلاش ۋە زىيانسىزلاندۇرۇشتەك ئالاھىدە خۇسۇسىيەتلىرى بىلەن باشقا ئادەتتىكى سۇرگە دورىلىرىدىن پەرقلىنىدۇ.

ئايارەجلەرنى ياساش ئۇسۇلى ئىترىفىللارنى تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش. بىراق ئايارەجلەر تەركىبىدىكى دورىلار تالقىنى ياغ بىلەن ياغلانمايدۇ ھەمدە ئاددىي ياكى مۇرەككەپ دەپ ئايرىلمايدۇ.

ئايارەجلەرگە نام بېرىشتە تەركىبى ۋە ئىشلىتىش مەقسىتى ئاساس قىلىنماستىن، بەلكى شۇ ياسالمىنى ئىجاد قىلغۇچى كىشىنىڭ نامى دورا ئىسمى قىلىنىدۇ.

ئايارەجلەرنىڭ تۇرۇش مۇددىتى ئىترىفىللار بىلەن ئوخشاش.

ئىككىنچى، قاتتىق دورا ياسالمىلىرى

بانادۇقلار

بانادۇق ــ پىندۇق شەكلىگە ئوخشايدىغان قاتتىق دورا ياسالمىلىرى بولۇپ، ئۇلارنىڭ بىر تەرىپى ياپىلاق، بىر تەرىپى توم يۇمىلاق كېلىدۇ.

دورا ياسالمىسىنىڭ نامى شۇ دورا ياسالمىسى تەركىبىدىكى ئاساسلىق دورىنىڭ نامى ياكى دورا ياسالمىسىنىڭ تەسىرى بىلەن ئاتىلىدۇ، مەسىلەن: بانادۇق بۇزۇرى (ئۇرۇقلارىدىن ياسالغان بانادۇق) ياكى بانادۇق ئىدرار (سۇيدۇك ھەيدىگۈچى بانادۇق) قاتارلىقلار.

بانادۇقلار ئاساسەن سۇيدۇك يوللىرى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

شىيافلار

شىياف (شامچە)دورىلار ــ يۇمشاق سوقۇلغان دورا تالقانلىرىغا مۇۋاپىق كېلىدىغان قوشۇمچە دورا ماتېرىياللىرىنى قوشۇپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدىغان قاتتىق دورا ياسالمىسى بولۇپ، بۇرۇن، كۆز، قۇلاق، مەقئەت ۋە سۇيدۇك يولى قاتارلىق بوشلۇقلارغا كىرگۈزۈپ كېسەل داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

شىيافلار بوشلۇقلارغا كىرگۈزۈلگەندىن كېيىن يۇمشاپ ئېرىش، تېز سۇمۇرۇلۇش، بەدەن بوشلۇقلىرىدىكى سۇيۇقلۇقلار بىلەن قوشۇلۇپ، ئۆزىنىڭ شىپالىق تەسىرىنى تەدرىجىي كۆرسىتىشتەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە.

بەزى دورا ياسالمىلىرىنى ئېغىز ئارقىلىق ئىستېمال قىلغاندا، ئاشقازاننى كۈچلۈك غىدىقلايدۇ ياكى ئاشقازان سۇيۇقلۇقى تۆپەيلىدىن ئۇنۇمى زىيانغا ئۇچرايدۇ، بەزىلىرى جىگەرگە زىيان قىلىدۇ. شۇڭا، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن بەدەن بوشلۇقلىرىدىكى بەزى كېسەللىكلەرگە بىۋاستە دورا ئىشلىتىپ داۋالاش زۆرۈر بولۇپ قالىدۇ. شۇ سەۋەبلەردىن شىياف ياساپ ئىشلىتىلىدۇ.

شىيافلار ئېغىز ئارقىلىق دورا ئىستېمال قىلالمايدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭ سۇمۇرۇلۇشى تېز، ئۇنۇمى ياخشى، تەسىرى بەدەنده ئۇزۇن ساقلىنىدۇ. لېكىن ئىشلىتىش قۇلايسىزراق، ياساش تەسرەك، تەننەرخى قىممەترەك.

شىيافلارنى تەييارلاشتا، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، شالاڭ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇنىڭغا سۇ، كاكاۋۇ يېغى، ئاق موم ۋە قوي يېغىنى باراۋەر مىقداردا قوشۇپ، ئېرىتىلگەن مۇڭاپىق قوشۇمچىلارنى سېلىپ خېمىر قىلىپ، قول ياكى قېلىپتا شىياف قىلىنىدۇ. قول بىلەن تەييارلىغاندا تەييار بولغان خېمىرنى بىر خىل تەكشىلىكتە پىلتە قىلىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن تۇز تاختاي ئۈستىده يەنه بىر نېپىز تاختاي بىلەن خېمىر تەكشى بېسىپ يۇمىلىتىلىدۇ. پىلتە كۆز مۆلچىرىده باراۋەر بۆلەكلەرده كېسىلىدۇ. چاپلىشىپ قالماسلىق ئۈچۈن تاختاي يۈزىگه ئازراق تەنكار تالقىنى سېپىلىدۇ ۋە ئىشلىتىش ئورنىغا قاراپ تېگىشلىك شەكىلگه كىرگۈزۈلىدۇ. نۆۋەتتە ساقلاش مۇددىتىنى ئۇزارتىش، تەسىر قىلىش ئۇنۇمىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش ئۈچۈن يار يېلىم، قويۇقلاشتۇرۇلغان گلىتسېرىن ۋە باشقىلار ئىشلىتىلمەكته.

شىيافلارنى ساقلاشتا، دورا تەييار بولغاندىن كېيىن ئۇنى موم قەغەز، ئەينەك قەغەز لەرگه يۆگەپ، ئاندىن ئەينەك شىشه ياكى قەغەز قۇتىغا سېلىپ سالقىنراق يەردە قويۇپ ساقلاش لازىم.

شىياف تەييارلاشتا تازىلىقىغا ئالاھىده دىققەت قىلىش، قوشۇمچىلارنىڭ قويۇقلۇقى ۋە سۈپىتىنى ياخشى ئىگىلەش لازىم. ئۇنداق بولمىغاندا شىياف دورىلارغا قويۇلىدىغان تەلەپلەرگه، يەنى ئۆي تېمپېراتۇرىسىنىڭ دورىنىڭ قاتتىقلىق ھالىتىنى ساقلاش، ئىشلىتىش جەريانىدا شەكلى ئۆزگىرىپ كەتمەسلىك، شىللىق پەردىلەرنى غىدىقلىماسلىق ۋە ئاسان بۇزۇلۇپ قالماسلىقتەك تەلەپلەرگه يەتكىلى بولمايدۇ.

فەتىلىلەر

فەتىلىلەر (پەلكۇچ) ــ سۇيدۇك يولى، بۇرۇن ۋە قۇلاق تۆشۈكلىرىگە تىقىپ قويۇلىدىغان پىلتىسىمان قاتتىق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

ئۇلارنى ياساش ئۇسۇلى شىياڤلارنى ياساش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش بولۇپ، ئاساسەن بۇرۇن، قۇلاق ۋە سۇيدۇك يولى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

فەرزىجىلەر

بۇ، مەخسۇس ئاياللار جىنسىي يولىغا كىرگۈزۈپ، ئاياللار كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىسى بولغاچقا، فەرزىجە دەپ ئاتالغان. ئۇنىڭ شەكلى يۇمىلاق ياكى تۇخۇم شەكلىدە بولۇپ، ئېغىرلىقى تەخمىنەن 3 ~ 5 گرام، دىئامېتىرى 1.5 ~ 2.5 سانتىمېتىر كېلىدۇ.

قۇرسلار

قۇرس (توقۇچاق) لار ــ بىر خىل ياكى كۆپ خىل دورىلارنى ئۇندەك تالقانلاپ، ئۇنىڭغا شەكىل ياسىغۇچى، چاپلاشتۇرغۇچى، سىلىقلاشتۇرغۇچى ھەمدە مايلارنى ئۆزىگە سۈمۈرۈپ ئالالايدىغان، ئاسان پارچىلىنالايدىغان قىلغۇچى قوشۇمچە ماتېرىياللارنى قوشۇپ، ئۇششاق مونەكچىلەرگە ئايلاندۇرۇپ، مەخسۇس قۇرس قېلىپى ياكى قۇرس ماشىنىلىرىدا بېسىپ تۇگمە شەكلىدە چىقىرىلىدىغان، مەلۇم مىقداردا ئۆلچىمى بولغان قاتتىق دورا يالمىلىرىغا قارىتىلغان. ئۇلار تۆۋەندىكىدەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە:

1) دورا مىقدارى ئېنىق ۋە توغرا، سۈپىتى تۇراقلىق، ھەجمى كىچىك، ئىستېمال قىلىش، ئېلىپ يۇرۇش، يۆتكەش ۋە ساقلاش ئەپلىك بولۇشتەك ئارتۇقچىلىقلارغا ئىگە بولۇشتىن سىرت، ماشىنا مەشغۇلاتى قۇلايلىق، تەننەرخى ئەرزان بولۇشتەك ئەۋزەللىكلەرگە ئىگە.

2) قۇرسنىڭ تېشىنى قاپلاش ئۇسۇلىنى قوللىنىش ئارقىلىق دورىلارنىڭ سېسىق ۋە ئاچچىق تەمىنى يېپىپ قېلىشقا بولىدۇ ھەمدە ھاۋا، سۇ، يورۇقلۇق ۋە رادىئو ئاكتىپلىق مادداللارنىڭ دورىغا قارىتا پايدىسىز تەسىرلىرىنى ئازايتقىلى بولىدۇ. ئەمما، ئۇنىڭ تۆۋەندىكىدەك يېتەرسىزلىكى بار:

1) كىچىك بالىلار ۋە بىھوش بىمارلارغا مۇۋاپىق كەلمەيدۇ.

2) ياساش ۋە ساقلاشتا دىققەت قىلىنمىسا سۇپىتىگە تەسىر يېتىشى مۇمكىن. شۇڭا، قۇرسلارنى ياساشتا تۆۋەندىكىدەك تەلەپلەر قويۇلىدۇ:

① تەركىبى ۋە مىقدارى توغرا بولۇشى، شەكلى تۇراقلىق، تەكشى، رەڭگى بىرخىل، كۆرۈنۈشى سىلىق بولۇشى، ئاشقازان ۋە ئۇچەيدە ئېرىگۈدەك قىلىپ ياسىلىشى لازىم.

② قۇرس دورىلارغا قوشۇلىدىغان قوشۇمچە ماتېرىياللار چوقۇم سۇپىتى تۇراقلىق، زىيانسىز، ئەرزان، مەنبەسى مول بولغانلىقى سىرتىدا ئۇ چوقۇم ئاساسىي دورا بىلەن رېئاكسىيىلەشمەيدىغان ۋە سۇپىتىگە تەسىر يەتكۈزمەيدىغان بولۇشى شەرت. قۇرسلارنى ياساشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم:

A. مىقدارى ئېنىق پېزىلىشى كېرەك. ئادەتتە قۇرسلار 0.5 گرامىلىق قىلىپ تەييارلىنىدۇ، بەزىدە بىر گرامىلىق قىلىپمۇ ياسىلىدۇ.

B. قۇرس دورىلارنى ئېھتىياجغا قاراپ ياساش لازىم. ئادەتتە قۇرس دورىلارنىڭ قۇۋۇتى ئالتە ئايدىن بىر يىلغىچە ساقلىنىدۇ، ئۇندىن كېيىن قۇۋۇتى ئازىيىشقا باشلايدۇ. ئەگەر كۆپرەك ئىشلەپچىقىرىشقا توغرا كەلسە، رېتسېپتا كۆرسىتىلگەن دورىلارنى ئۆز نىسبىتى بويىچە توغرا كۆپەيتىپ تەييارلاش، ھەرگىزمۇ كۆز مۆلچىرى بىلەن تەييارلىماسلىق لازىم.

C. دورا تەييارلاش ئۆيى پاكىز، سايمانلار تولۇق ۋە ئۆلچەملىك بولۇشى، تەييار بولغان دورىلارنى قاچىلاش ۋە ساقلاشقا سەل قارىماسلىق، كۈن نۇرى، نەملىك، توپا ـ چاڭلاردىن مۇھاپىزەت قىلىش ھەمدە. سۇپىتى، رەڭگى ئۆزگەرگەن دورىلارنى قەتئىي ئىشلەتمەسلىك لازىم.

ھەبلەر

ھەب (كۇمىلاچ) لار ــ دورىلارنى ئۇندەك يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇۋاپىق كېلىدىغان چاپلاشتۇرغۇچىلار(مەسىلەن: ھەسەل سۇيى، دورا سۇيى ياكى قاينىق سۇ قاتارلىقلار) بىلەن خېمىر قىلىپ، ئاندىن بەلگىلىك چوڭلۇقتىكى كۇمىلاچ (شارچە) ھالىتىگە كەلتۈرۈلگەن دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان. ھەبلەر تۆۋەندىكىدەك ئارتۇقچىلىقلارغا ئىگە:

1) ئاچچىق دورىلارنى يۇتۇش ئوڭاي، دورا مىقدارى توغرا، ئېلىپ يۈرۈش ئەپلىك، ياساش ئۇسۇلى ئاددىي.

2) ئۇنى ئاددىي قول مەشغۇلاتىدا ياكى مەخسۇس ھەب ماشىنىلىرىدا ياسىغىلى بولىدۇ. ھەبلەرنى ياساشتىكى چاپلاشتۇرغۇچىلارنى ئىشلىتىشتە قويۇلىدىغان تەلەپلەر تۆۋەندىكىچە:

چاپلاشتۇرغۇچىلار ھەب ياساشتا كەم بولسا بولمايدىغان قوشۇمچە ماتېرىيال. ئۇنىڭ مۇقاپىق تاللىنىش ـ تاللانماسلىقى دورىنىڭ سۈپىتىگە زور تەسىر كۆرسىتىدۇ. شۇڭا چاپلاشتۇرغۇچى ماتېرىياللار ئومۇمەن ئاساسىي دورىنىڭ شىپالىق ئۇنۇمىگە تەسىر يەتكۈزمەسلىكى، ھەبلەرنىڭ ھەجمىنى چوڭايتىۋەتمەيدىغان بولۇشى، چاپلاشقاقلىقى كۈچلۈك بولۇشى ۋە ئادەتتىكى تېمپېراتۇرىدا سۇيۇقلىنىپ كەتمەسلىكى، ھەبلەرنىڭ تەمنى ۋە سۈپىتىنى ئىلگىرى سۈرەلەيدىغان بولۇشى لازىم. ھەبلەرنى ياساشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم:

(1) دورا تەركىبلىرى نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن سان ۋە سۈپەت بويىچە ئېلىنىشى ۋە يالمىغا ئۇيغۇنلاشقان ھالەتتە بولۇشى (ئىسلاھ قىلىنغان، تازىلانغان، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ۋە باشقىلار)، ئالمىشىپ قالماسلىقى كېرەك.

(2) ھەبنىڭ سۈپىتى ۋە تېز سىڭىشىغا تەسىر يەتمەسلىكى ئۈچۈن دورىلار ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلۇشى ۋ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈشى كېرەك (80 ~ 100 ـ نومۇرلۇق ئەلگەكلەرگە توغرا كېلىدۇ).

(3) خېمىرنى بەك سۇيۇق ياكى بەك قويۇق قىلىپ قويماسلىق لازىم.

(4) ھەبلەرنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكى بىر خىل ۋە نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن مىقدارىدا بولۇشى شەرت.

(5) ھەبلەرنى ياغلاشنى ئۇنتۇماسلىق لازىم. كۆپ ئىشلىتىلىدىغان ياغلار ئادەتتە كۈنجۈت يېغى، بادام يېغى، سېرىقماي قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

ئۇچىنچى، سۇيۇق دورا ياسالمىلىرى

ئەرەقلەر

بۇ، دورىلارنى قاينىتىپ مەخسۇس ئەرەق تارتىش ئەسۋابلىرى ئارقىلىق چىقىرىلغان دورىلىق پار سۈيىگە قارىتىلغان. پەقەت بىر خىل دورىدىن ئېلىنغان ئەرەق ئاددىي ئەرەق،

كۆپ خىل دورا ماتېرىياللىرىنى قاينىتىپ ئېلىنغان ئەرەق مۇرەككەپ ئەرەق بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

ئەرەقلەرنىڭ ئۇنۇمى تېز بولۇپ، ھەممە بىمارلارغا بولۇپمۇ ئەھۋالى ئېغىر ۋە تەبىئىتى نازۇك كىشىلەرگە تېخىمۇ مۇۋاپىق كېلىدۇ. دورىلىق تەسىرى بەدەننىڭ توقۇلمىلىرىغىچە يېتىپ بارىدۇ، ئەرەقلەرنى تەييارلاشنىڭ ماشىنىلىشىشىغا ئەگىشىپ ئۇنى تارتىش ۋە قاچىلاش مەشغۇلاتلىرى بارغانسېرى تېز بولماقتا.

ئەرەقلەرنى تەييارلاشتا، ئومۇمەن بىر ھەسسە دورىغا ئالتە ھەسسە قاينىق سۇ قۇيۇپ، ئىككى لىتىر ئەرەق ئېلىنىدۇ. بىر قىسىم قاتتىق دورىلارنى بىر كېچە قاينىق سۇغا چىلاپ قويۇپ ئىككى لىتىر ئەرەق ئېلىنىدۇ. ئاندىن كېيىن پار قازىنىغا سېلىپ ئۇزۇن قاينىتىلىدۇ. تەمى تېز چىقىدىغان گۈل ـ چېچەكلەر ئالدىن چىلانمىسىمۇ بولىدۇ. ئوت چوقۇم بىر خىل ۋە پەسرەك بولۇشى لازىم. ئەرەقنىڭ رەڭگى سۈزۈك بولۇشى، دۇغ ياكى كۆيۈك تەملىك بولماسلىقى، رەسمىي قاچىغا ئېلىشتىن بۇرۇن چوقۇم تەكشۈرۈلۈشى لازىم. پار قازىنى تەلەپكە لايىق، ئېغىزى ھىم ئېتىلىشى كېرەك. تەلەپكە لايىق قاچىلانسا قۇۋۇتى بىر يىلغىچە تۇرىدۇ.

تىزابلار

تىزاب (كىسلاتالىق سۇيۇقلۇق) لار ــ قاتتىق جىسىم ھالىتىدىكى دورىلارنى مەخسۇس ئىشلەنگەن ئەسۋابلارغا قاچىلاپ، ئىسسىقلىق تەسىر قىلدۇرۇش ئارقىلىق گاز ھالىتىگە كەلتۈرۈپ تامچىلىتىپ ئېلىنىدىغان كىسلاتالىق سۇيۇق دورا ياسالمىلارغا قارىتىلغان، ئۇلار تۆۋەندىكىدەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە:

1) كۆزگە كۆرۈنەرلىك ئۇنۇم بېرىدۇ، بەدەن سىرتىدىكى كېسەللىكلەرگە، بولۇپمۇ جاھىل تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

2) تەسىرى تېز بولۇپ، ئاغرىق توختىتىدۇ، مەسىلەن: قۇرت چۈشكەن چىشقا ئىشلەتسە تېزلا ئارام بېرىدۇ.

3) ئۇزۇنراق ساقلىسىمۇ بۇزۇلۇپ ئۆزگىرىپ قالمايدۇ.

تىزابنى تەييارلاش مۇرەككەپرەك بولۇپ، ئادەتتە تۆۋەندىكىدەك ئۇسۇللار قوللىنىلىدۇ:

(1)چەترەك بىر جايغا ھەممە تەرىپى ھىم قىلىپ بىر كىچىك خىش ئۆي سېلىنىدۇ. ئۆينىڭ ئوتتۇرىسىغا سىرلىق لېگەن ياكى پەتنۇسنى قويۇپ، كىچىكرەك تۆمۇر چىنىڭ چوققىسى بىلەن گىل ھېكمەت قىلىنىپ لېگەنگە پۇختا توختىتىلىدۇ. چىنە ئىچ-

گه دورىنى سېلىپ، ئېغىزى چوڭ تۆشۈكلۈك سىم تور بىلەن يېپىلىدۇ، ئاندىن چوڭراق پىيالە ئېلىپ، ئاستىدىكى غىدىرلىقىدىن يىپ بىلەن چىگىپ، دۇم قىلىپ، دورا سېلىنغان چىنىنىڭ ئۈستىدىكى سىم تورغا تەگكۈدەك يېقىنلاشتۇرۇپ يىپنىڭ ئۈچىدىن تۇرۇسقا ئېسىپ قويۇلىدۇ. ئاندىن چىنىدىكى دورىغا ئوت يېقىپ قىزدۇرۇلىدۇ. دورا كۆيۈپ ئۈنىڭدىن چىققان گاز پىيالىغا ئۇرۇلۇپ تامچىلاپ لېگەنگە چۈشىدۇ. مانا بۇ تىزاب دورا بولىدۇ.

(2) نۆشۈدۈردىن تىزاب تەييارلاشتا ئەرەق تارتىش ئۈسۈلى قوللىنىلىدۇ.

(3) هازىر مەخسۇس ياسالغان تىزاب چىقىرىش ئەسۋابلىرى بىلەن زامانىۋى ئۈسۈلدا تىزاب چىقىرىلىدۇ. تىزابلارنى تەييارلاش ۋە ئىشلىتىشته تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم:

① تىزاب تەييارلىغۇچى خادىملار بىخەتەرلىكنى قوغداش ئۈچۈن ئىش كىيىمى ۋە بۆك كىيىپ، ماسكا تارتىپ، مۇداپىئە كۆزەينىكى تاقاپ ئىشلىشى لازىم، بولمىسا چىشنى بوشىتىش، كۆزنى ئاغرىتىش ئەھۋاللىرى سادىر بولىدۇ.

② مۇھىتنى بۇلغاپ قويماسلىق ئۈچۈن تىزاب چىقىرىدىغان ئۆينىڭ ھەممە يېرى ھىم ئېتىلگەن بولۇشى كېرەك.

③ ئىشلىتىش مىقدارىنى تىزگىنلەش لازىم، چۈنكى كۆپرەك ئىشلىتىلسە بەدەن گۆشلىرىنى سېسىتىپ قويىدۇ.

④ تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلەتكەندە تېرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش ئارقىلىق، تىزابنىڭ ئادەم بەدىنىگە بولغان زىيانلىق تەسىرىنى ئازايتىش كېرەك.

⑤ ئاغرىغان ۋە قۇرت يېگەن چىشقا ئىشلەتكەندە باشقا چىشلارغا تەگكۈزۈپ قويماسلىق كېرەك، بولمىسا ساق چىشلارنى بۇزۇپ قويىدۇ.

پاشويەلەر

پاشويە — پۈتنى ياكى زۆرۈر تېپىلغاندا قولنى قىزىق پېتى چىلاپ ئولتۇرۇشقا تەييارلانغان مەخسۇس دورا قاينىتىلمىسىغا قارىتىلغان.

پاشويە ئۈسۈلى ئاساسەن ۋەجئۇل مۇپاسىل، نۇقرەس ۋە باش ئاغرىقىنى داۋالاشتا قوللىنىلىدىغان بولۇپ، ئىشلىتىش ئوڭاي، تەسىرى تېز، ئۈنۈمى يۇقىرى.

پاشويەنى تەييارلاشتا بىر ياكى بىر قانچە خىل دورىنى بىرلەشتۈرۈپ، تەمى پۈتۈنلەي چىققۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

پاشويە بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزگەن ۋە تەرلەنگەندە سوغۇق ئۆتۈپ قېلىشتىن ئېھتىيات قىلىش، دورا سۈيىنىڭ تېمپېراتۇرىسىنى مۇۋاپىق ئىگىلەش، لېكىن بەك قىزىق بولۇپ كەتمەسلىك، پۈت ـ قولنى كۆيدۈرۈپ قويۇشتىن ساقلىنىش لازىم.

رەۋغەنلەر

بۇ، هايۋانات ۋە ئۆسۈملۈك ياغلىرى شۇنداقلا مۇشۇ ياغلار بىلەن تەركىبلىنىپ، گۈل ـ چېچەك، ياغاچ غوللۇق ياكى يىلتىزلىق ئۆسۈملۈك دورا چۈشكەن هەمدە مەخسۇس ئۇسۇل بىلەن تەييارلىنىپ، بەدەن سىرتىنى ياغلايدىغان سۈيۇق دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان.

ياغ دورىلارنىڭ تەركىبى ۋە خۇسۇسىيىتىگە قاراپ، ئىشلىتىش يانداۋۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، تېرە، پەي، مۇسكۇللارنى يۇمشىتىش ياكى چىڭىتىش، يەل تارقىتىش مەقسىتىدە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ. ياغ دورىلارنىڭ دورا مەنبەسى كەڭ بولۇپ، ئاسان تېپىلىدۇ. تەييارلاش ۋە ئىشلىتىش ئاسان، ئۇنۇمى تېز. ئۇلارنى تەييارلاش ئۇسۇلى ۋە دىققەت قىلىدىغان ئىشلار تۆۋەندىكىچە:

1) هايۋانات ياغلىرىنى تەييارلاشتا گۆش ۋە بەزلەردىن تازىلانغان ياغ قازاندا ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ.

2) مېغىز ۋە ئۇرۇق ياغلىرى ياغ چىقىرىش كارخانىلىرىدا تەييارلىنىدۇ.

3) گۈل ـ چېچەكلەردىن ياغ تەييارلاشتا، گۈلنىڭ لازىملىق قىسمىنى قىرقىپ ئېلىپ، 3 ~ 4 هەسسە كەلگۈدەك زەيتۇن يېغى، بادام يېغى ياكى كۈنجۈت ياغلىرىنىڭ بىرىگە 30 كۈن چىلاپ، ئېغىزىنى هىم ئېتىپ ئاپتاپقا قويۇلىدۇ. ئاپتاپتا قويۇش جەريانىدا 2 ~ 3 كۈندە بىر قېتىم ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. گۈلنىڭ تەمى پۈتۈنلەي مايغا ئۆتۈپ، مايدىن گۈل پۈرىقى كەلگەندە تىرىپلىرىنى سىقىپ، سۈزۈپ، قاچىلاپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى مەلۇم مىقداردىكى گۈلنى ئۇچ هەسسە قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، بوش ئوت بىلەن سۈيى تۇگىگۈچە قاينىتىپ (كۆيدۈرۈۋەتمەي)، سىقىپ سۈيىنى ئېلىپ، تۆت هەسسە كۈنجۈت يېغى قوشۇپ، سۇ تەركىبى تۇگەپ ياغ قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ قاچىلاپ ساقلىنىدۇ.

4) يىلتىز دورا ياكى ياغاچ غوللۇق ئۆسۈملۈكلەردىن ياغ تەييارلاشتا، دورىلارنى يىرىك سوقۇپ ئىسپىرت ياكى قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، سۈزۈپ، دورا سۈيىگە بارا-ۋەر ياكى ئۇنىڭدىن كۆپرەك مىقداردا زەيتۇن يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى قوشۇپ، يەڭگىل ئوتتا ئۇزۇنغىچە قىزدۇرۇپ، ئىسپىرت ياكى سۈيى پۈتۈنلەي پارغا ئايلىنىپ ساپ يېغى قالغاندا قاچىلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

سىركەنجۈبىلەر

سىركەنجۈبىل (سىركىلىك قىيام) لار ــ قاينىتىلغان دورا سۈيىگە شېكەر ۋە ئۇزۇم سىركىسى قوشۇپ تەييارلانغان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

سىركەنجۈبىلەرنى تەييارلاشتا، دورىلارنى چىلاپ، قاينىتىپ سۈزگەندىن كېيىن، شېكەرنى سېلىپ ئېرىتىپ، ئاخىرىدا سىركىنى قۇيۇپ، ئۆرلەشكە باشلىغاندا ئوتتىن چۈشۈرۈلىدۇ. سىركىنى قۇيغاندىن كېيىن قاينىتىشقا بولمايدۇ. ئۇنى تەييارلاشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم:

1) ئەگەر سىركەنجۈبىلگە رەڭمۇ قوشۇشقا توغرا كەلسە، رەڭنىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئوتتىن چۈشۈرۈلگەن قازانغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاش، ھەرگىز قاينىتماسلىق لازىم.

2) سىركە قوشۇلغان دورا تەركىبىدە قىزىلگۈل بولسا ياكى تۆمۈر قازاندا قاينىتسا يا-سالما قارىيىپ قالىدۇ. شۇڭا، ئۇنى سىرلىق قاچىدا قاينىتىش ياكى سىركىنى تېمىتىپ قوشۇش ياكى دورىنى چىلىغاندا سىركىنى قايناق سۇ بىلەن بىرگە قوشۇپ چىلاش ۋە بىرگە قاينىتىش كېرەك. شۇنداق قارىداپ قېلىشتىن ساقلانغىلى بولىدۇ.

3) سىركەنجۈبىلنى كۈچلۈك تەييارلاش، ئىستېمال قىلىش ۋاقتىدا قايناق سۇ قوشۇپ ئىچىش لازىم.

4) سىركەنجۈبىلنى ھەرگىز تۆمۈر ياكى ئاليۇمىن قاچىغا ياكى ھەر قانداق ھۆل قا-چىغا ئالماسلىق كېرەك.

5) شېكەر ۋە سىركە ئۆلچەملىك بولۇشى، سىركە ئاخىرىدا قوشۇلۇشى، قاينىتىلماس-لىقى لازىم، بولمىسا كۆڭۈلنى ئىلىشتۇرىدۇ.

ياخشى ۋە تەلەپكە لايىق تەييارلانغان سىركەنجۈبىلەرنى ئۇچ ئاي ساقلىغىلى بولىدۇ.

بۇ، دورا ماتېرىياللىرىنىڭ ئۆزىدىن سىقىپ ئېلىنغان سۇيى ياكى قاينىتىپ ئېلىنغان سۇيىگە قەنت، شېكەر ياكى ھەسەل قوشۇپ قاينىتىپ تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان. ئۇلارنى تەييارلاش ئادەتتە تۆۋەندىكىدەك:

1) ھەر خىل مېۋىلەرنىڭ سىقىۋېلىنغان سۇيىگە بەلگىلىك مىقدارda شېكەر سېلىپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ قېيمىغا كەلتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ.

2) بىر ياكى بىر قانچە خىل ئۆسۈملۈك دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ، قاتتىقلىرىنى ئازراق سۇقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قاينىاق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، ئاندىن سۇس ئوتتا قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، 2/3 قىسمى قالغاندا دورىلارنى سىقىپ سۈزۈپ، بەلگىلەنگەن مىقدارda شېكەر سېلىپ يەنە سۇس ئوتتا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

شەربەتلەردە سۇيۇق دورىلاردىكى ئالاھىدىلىكلەردىن سىرت، يەنە تاتلىق ۋە ئېچىشكە ئوڭاي بولۇشتەك ئالاھىدىلىكلەر بار. شەربەتلەر ئەگەر يىلتىز دورىلاردىن تەركىبلەنگەن بولسا مائۇلئۇسۇل (يىلتىزلار سۇيى)، ئۇرۇق دورىلاردىن تەييارلانغان بولسا شەربىتى بۇزۇرى (ئۇرۇقلار شەربىتى)، ئەگەر سىركە قوشۇپ ياسالغان بولسا سىركەنجۇبىل دېيىلىدۇ. شەربەتلەرنى تەييارلاشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش كېرەك:

(1) شەربەت دورىلار تەركىبىدىكى يىلتىزلار يۇمشاق، ئۇرۇقلار يىرىك سوقۇلىدۇ. مېۋە، گۈل، يوپۇرماقلار سوقۇلمايدۇ. ئۇچۇچان خۇسۇسىيەتلىك دورىلاردىن زەپەر، ئىپار قاتارلىقلار، مەستىكى قاتارلىق يېيىلىم دورىلار ۋە قاينىاتسا مەلۇم خىمىيىۋى تەركىبلىرى بۇزۇلۇپ كېتىدىغان دورىلار، مەسىلەن: رەۋەن قاتارلىقلار قاينىتىلمايدۇ، بەلكى تالقانلاپ قاينىتىلغان دورىلارنىڭ سۇزۇلمىسىگە قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

(2) ئەگەر پىلە غوزىسى سېلىشقا توغرا كەلسە، ئۇنى ئۇششاق قىرقىپ، سۇغا بىر سوتكا ئايرىم چىلاپ، قاينىتىپ تەمى چىققاندىن كېيىن باشقا دورىلار سۇيىگە قۇيۇپ قايتا قاينىتىلىدۇ.

(3) شەربەتنى تەييارلاشتا پاكىزلىققا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش، ئادەم، جابدۇق ۋە مۇھىت تازىلىقىنى ياخشى ئىشلەش، دورىنىڭ پاكىز، قۇرۇق بولۇشىغا كاپالەتلىك قىلىش كېرەك.

(4)شېكەرنى قاتتىق تاللاش، سارغايغان، چۈرۈك ۋە ئۇۋۇلغان شېكەرنى ئىشلەتمەسلىك، زۆرۈر تېپىلسا خىمىيىلىك تەكشۈرۈشتىن ئۆتكۈزۈش كېرەك.

(5)شەربەتكە ئىشلىتىلگەن سۇ چوقۇم پار سۈيى ياكى قاينىتىلغان سۇ بولۇشى لازىم.

5) شەربەتلەر تەييار بولغاندىن كېيىن چوقۇم رەڭلىك شېشىلەرگە قاچىلاش، شېشە ۋە شەربەت ئۇسسىدىغان ساپلىقنىڭ قۇرۇق بولۇشىغا كاپالەتلىك قىلىش، دورىلارنى تەخمىنەن 10℃ ~ 15℃ تا ساقلاش لازىم. شۇندىلا، شەربەت دورىلارنى بىر يىلغىچە ساقلاپ ئىشلەتكىلى بولىدۇ. مېۋە (ئالما، ئانار، بېھى) سۈيىدە تەييارلانغانلىرى خېلى ئۇزاق مۇددەت تۇرالايدۇ. لېكىن شەربەتلەرنى ئۇزۇن ۋاقىت ساقلىماسلىق كېرەك، شۇڭا، ئەڭ ياخشىسى قاچان ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، شۇ ۋاقىتتا تەييارلاش لازىم.

قەتۈرلار

قەتۈر(تامچە) لار ــ قۇلاق، كۆز ۋە بۇرۇنغا تېمىتىلىدىغان سۈزۈك، سۇيۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

قەتۈرلارنى تەييارلاش مەشغۇلاتى ئوڭاي، تەسىرى تېز، ئىشلىتىش ئاسان بولۇپ، ئەزالارنى غىدىقلاش تەسىرى يوق دېيەرلىك، شۇڭا نازۇك ئەزالارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇلارنى تەييارلاشتا دورا ياسالمىسى تەركىبىدىكى يەككە دورىلاردىن ئەرەق تارتىپ چىقىرىلغان سۇيىگە گۇل يېغى ياكى بىنەپشە يېغىدىن ئاز مىقدارda قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

قەتۈرلارنى تەييارلاشتا، بولۇپمۇ كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان قەتۈرلارنى تەييارلاشتا قويۇلىدىغان سۇپەت، مۇھىت ۋە سايمان تازىلىقى تەلىپى ناھايىتى قاتتىق بولۇپ، ساقلاش ۋە ئىشلىتىش جەھەتتىمۇ ئۇنىڭغا ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. ئۇندىن باشقا ياسالمىنىڭ pH قىممىتى قاتتىق ئىگىلىنىشى لازىم.

لوئابلار

بۇ، ھەرخىل ئۇرۇقلارنى قاينىق سۇغا چىلاپ چىقارغان شىلىمشىمان سۇيۇقلۇققا قارىتىلغان.

لوئابلار باشقا سۇيۇق دورا ياسالمىلىرىدىكى ئورتاق ئالاھىدىلىكلەردىن باشقا يەنە ئاشقازان، ئۇچەيلەرنىڭ چۈشۈپ كېتىۋاتقان تۇتۇنىنى قوغداش ۋە ئاشقازان، ئۇچەي سۇيۇقلۇقلىرىنى تولۇقلاش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

لوئابلارنى تەييارلاشتا، مۇناسىۋەتلىك ئۇرۇقلار (مەسىلەن: بېھى ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىقلار) نى قاينىق سۇغا چىلاپ، ئېغىزىنى يېپىپ، يېرىم سائەتچە قويغاندىن كېيىن، چوكا بىلەن ئارىلاشتۇرغاندا خۇددى خام تۇخۇمنىڭ ئېقىغا ئوخشاش شۆلگەيسىمان يېپىشقاق سۇيۇقلۇق ھاسىل بولىدۇ، مانا بۇ لوئاب (شىرە)بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

مەتبۇخلار

مەتبۇخ (قاينىتما) لار ــ بىر ياكى بىر قانچە خىل دورىلارنى مەلۇم ۋاقىت قاينىق سۇغا چىلاپ قويۇپ، قاينىتىپ، سۇزۇپ تەييارلانغان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

مەتبۇخلارنىڭ قارامتۇلۇق تەسىرى قاتتىق دورىلارغا قارىغاندا تېز بولىدۇ. شۇڭا تېز خاراكتېرلىك ۋە يەككە كېسەللىكلەرگە، شۇنداقلا بەدەننى تەڭشەش مەقسەتلىرىدە بېرىلىدۇ. ئۇلارنىڭ كۆڭۈل ئاينىتىدىغان، قۇستۇرىدىغان تەسىرى يوق. تېز ۋە ئەتراپلىق تەسىر قىلىدۇ. ياساش ئاددىي، تەننەرخى تۆۋەن.

مەتبۇخلارنى تەييارلاشتا نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن مىقدارىدىكى دورىلارنى ئېلىپ، قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، سىرلىق قاچا، ئەينەك قاچا ياكى مەخسۇس ياسالغان داتلاشمايدىغان مېتال قاچىلارغا سېلىپ، ئۈستىگە قاينىق سۇ قۇيۇپ (دورىغا قۇيۇلغان سۇ دورا يۈزىدىن ئۈچ سانتىمېتىر ئېگىز بولۇشى لازىم)، ئۈچ سائەتتىن بىر كۈنگە قەدەر چىلاپ، ئاندىن قاينىتىپ، سۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

مەتبۇخلارنىڭ يېتەرسىزلىكى شۇكى، ساقلاپ ئىشلىتىشكە ئەپسىز، ۋاقتىدا ئىشلىتىلمىسە بۇزۇلۇپ قالىدۇ. مەتبۇخلارنى تەييارلاشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم:

1) گۈل ـ چېچەكلىك ۋە پۇراقلىق ئۈچۈچان دورىلارنى ئۇزۇن قاينىتىشقا بولمىغانلىقتىن، باشقا دورىلار قايناپ بولغاندا ئاخىرىدا سېلىپ، 5 ~ 10 مىنۇت ئەتراپىدا قاينىتىپ ياكى بىر ئۆرلىتىپلا ئېلىنىدۇ.

2) بەزى يېپىشقاق خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى، مەسىلەن: پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى ياكى قاينىتىسا زەھەرلىك ماددىغا ئايلىنىپ قالىدىغان ئەفتىمۇنغا ئوخشاش دورىلارنى داكا خالتىغا ئېلىپ، ئاخىرىدا سېلىپ، ئۆرلىتىپ سۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

3) بەزى قىممەت باھالىق دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن، ئۇلارنى ئايرىم قاينىتىپ ئاخىرىدا دورىغا قوشۇش لازىم.

4) بەزى قىممەت باھالىق ئەمما ئاز ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى، مەسىلەن: ئىپار، مەرۋايىت، ئەنبەر ... قاتارلىقلارنى قاينىتىماي يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ئاخىرىدا سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

5) يېلىم دورىلارنى بىللە قاينىتىشقا بولمىغانلىقتىن، ئاخىرىدا سالسىلا ئۆزلۈكىدىن ئېرىپ كېتىدۇ.

6) ئىسپىغۇل ۋە تەرەنجىبىننى قاينىتىماي، لوئابىنى ئېلىپ قوشۇش لازىم.

7) مەتبۇخنى قىزىق ۋاقتىدا سۈزۈۋالمىسا، تەمنى تىرىپلار تارتىپ كېتىدۇ.

8) مەتبۇخلارنى سۈزۈكرەك چىقىرىش ئۈچۈن دورا سۈيىگە تۇخۇمنىڭ ئېقىنى قوشۇپ، كۆپۈك چىققاندا دورا سۈيىنى ئايرىم قاچىغا تۆكۈپ، يەنە بىر ئاز قاينىتىسا بولىدۇ.

مەتبۇخلارنى پاكىز، قۇرۇق قاچىلارغا قاچىلاش، سالقىن جايدا ساقلاش لازىم.

ئۇلارنىڭ تۇراقلىق دەرىجىسى تۆۋەن بولۇپ، ئاسانلا بۇزۇلۇپ قالىدۇ. ئادەتتە 1 ~ 8 كۈن تۇرىدۇ. شۇڭا ئىمكانقەدەر ۋاقتىدا تەييارلاپ ئىشلەتكەن تۈزۈك .

مۇرابباالار

بۇ، مېۋىلەرنى شېكەر قىيامىدا پىشۇرۇپ تەييارلىغان بىر خىل سۈيۇق دورا ياسالمىلارغا قارىتىلغان.

مۇرابباالار ئادەتتە ھۆل مېۋىلەردىن تەييارلىنىدۇ، ھۆل مېۋە يوق چاغدا قۇرۇق مېۋىلەرنى سوغۇق سۇغا چىلاپ ھۆللۈكىگە ياندۇرۇپ، شېكەر قىيامىغا سېلىپ پىشۇرۇپ تەييارلىسىمۇ بولىدۇ. مۇرابباالارنى ئومۇمەن ھەممە مېۋىدىن تەييارلاشقا بولىدۇ. ئادەتتە بىر ھەسسە مېۋىگە 1.5 ~ 2 ھەسسە سۇ قوشۇپ، ئېزىلىپ كەتمىگۈدەك دەرىجىدە قاينىتىپ، مېۋىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ، سۈيىگە شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ، ئاندىن پىشۇرۇلغان مېۋىنى يەنە سېلىپ، سۈيى تۈگەپ قىيامىغا كەلگۈچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. مۇرابباالارنى قۇرۇق، سىرلىق قاچىغا ئېلىش، ئەگەر شېشە قاچىغا ئېلىشقا توغرا كەلسە، سوۋۇتقاندىن كېيىن ئېلىش لازىم.

مېۋىلەر چوقۇم سولاشمىغان، قۇرتلىمىغان بولۇشى، سەۋزە، بېھى، ئالما قاتارلىقلاردىن مۇراببا تەييارلىغاندا، سەۋزىنىڭ كۆتىكىنى كېسىپ ئېلىۋېتىش، پوستىنى قىرىپ تازىلاش، ئالما ۋە بېھىلەرنىڭ پوستى ۋە ئۇرۇقلىرىنى ئېلىۋېتىپ، مەلۇم چوڭلۇقتا يېلاقلاش لازىم.

تېز ئارىدا ئىستېمال قىلىشقا توغرا كەلسە، قىيامىنى بەك كۆچلۈك قىلمىسىمۇ بولىدۇ. ئۇزۇنراق ساقلىماقچى بولغاندا چوقۇم چاك قىيام قىلىش لازىم. ئەگەر قىيام بوش بولۇپ قالسا مۇرابىا پاختىلىشىپ ھەتتا كۆكىرىپ قالىدۇ. ناۋادا بۇنداق ئەھۋال كۆرۈلسە، ئاۋۋال پاختىلاشقان قىسمىنى ئېلىۋېتىپ، ئاندىن شېكەر قوشۇپ قايتا قىيام قىلىۋەتسە بولىدۇ. لېكىن بەك كۆكىرىپ تەمى ۋە پۇرىقى بۇزۇلغانلارنى ئەك ياخشىسى ئىشلەتمەسلىك لازىم.

مۇرابباالار تەلەپكە لايىق تەييارلانسا ۋە قاچىلاپ ساقلانسا بىر يىلدىن ئارتۇق ۋاقىتتىمۇ بۇزۇلمايدۇ.

نۇقۇئلار

نۇقۇئ (چىلانما) لار ــ بىر خىل ياكى بىر نەچچە خىل دورىنى چالا سوقۇپ ياكى سوقماي قاياناق سۇ ياكى سوغۇق سۇغا چىلاپ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ تەييارلانغان سۈيۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

چىلانمىلارنى تەييارلاشتىكى مەقسەت، بىر قىسىم دورىلارنى قاينىتىقاندا سوغۇق تەبىئىتى ئىسسىقىقا ئۆزگىرىپ قالىدۇ ياكى ئۇچۇچان تەركىبلىرى ئۇچۇپ كېتىپ قۇۋۋىتى يوقىلىدۇ، شۇڭا قاياناتماي نۇقۇئ تەييارلىنىدۇ.

چىلانمىلار بىر ھەسسە دورىغا 2 ~ 3 ھەسسە قاياناق سۇ ياكى سۇ قوشۇپ، ئۇچ سائەتتىن 24 سائەتكىچە چىلىغاندىن كېيىن سىقىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. دورىلارنى پاكىز تازىلاش، زۆرۈر تېپىلغاندا يۇيۇپ، ئاندىن ئېغىزى بار قاچىلارغا چىلاش لازىم.

چىلانمىلار سۇغا چىلانغاچقا، ئۇلارنىڭ تۇراقلىق دەرىجىسى تۆۋەنرەك بولىدۇ، ئۇزۇن ساقلىغىلى بولمايدۇ، شۇڭا ۋاقتىدا ئودۇللۇق تەييارلاپ ئىشلەتكەن ياخشى .

ھۆقنىلەر

ھۆقنە (كلىزما) لەر ــ دورىلىق ياكى ئوزۇقلۇق سۈيۇقلۇقلارنى مەخسۇس سايمان (يەنى ھەمەلچە) ئارقىلىق مەقئەتتىن ئۇچەي يولىغا كىرگۈزىدىغان سۈيۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

ھۆقنىلەرنى تەييارلاش ئاسان، تەسىرى تېز، ئىشلىتىش ئوڭاي بولۇپ، ئېغىز ۋە ئاشقازان ئارقىلىق دورا ئىشلىتىش مۇمكىن بولمىغان ئەھۋاللاردا قوللىنىلىدۇ.

ھۆقنىلەرنى تەييارلاشتا يەككە دورىلارنى سوقۇپ، قاينىتىپ، سۈزگەندىن كېيىن گۈل يېغى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

ھۆقنىلەرنى تەييارلاشتا دىققەت قىلىدىغان ئىشلار تۆۋەندىكىچە:

1) ھۆقنە دورا ياسالمىلىرى ئىشلىتىلىدىغان بىمارنىڭ يۈرەك، مېڭە، جىگەر خىزمەتى ياخشى بولۇشى، بىر قېتىملىق ئىشلىتىش مىقدارى 150 مىللىمېتىردىن ئېشىپ كەتمەسلىكى لازىم.

2) ھۆقنىنى ئىشلىتىشتە بولۇپمۇ بەدىنى ئاجىز بىمارلارغا قوللىنىشتا، دورا سۈپەتى ۋە مىقدارىنى قالايمىقان بەلگىلەشكە بولمايدۇ.

ئوكۇللار

ئوكۇللار ــ مۇۋاپىق ئۇسۇل ۋە ئېرىتكۈچىلەردىن پايدىلىنىپ، گىياھ دورىلارنىڭ جەۋھىرىنى ئېلىپ، ئۇنى ساپلاشتۇرۇپ، پىششىقلاپ تەييارلىنىدىغان، جاراسىم (مىكروب) سىز سۈيۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان. ئۇلار سۈيۇق دورا ياسالمىلىرىغا قوشۇلغان يېڭى بىر خىل ياسالما بولۇپ، تېرە ئاستىغا، مۇسكۇلغا، ۋېنا تومۇرىغا ۋە توچكىلارغا ئوكۇل قىلىنىدۇ.

ئۇلار مىقدارى ئېنىق، تەسىرى تېز، ئۇنۇمى ئىشەنچلىك، ئەكس تەسىرى ئاز، دورا مەنبەسى مول بولۇشتەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە.

ئوكۇللارنى ياساشتا ئومۇمەن جەۋھىرىنى ئايرىش، پىششىقلاپ ئىشلەش، ئېرىتىش، تىندۇرۇش، سۈزۈش قاتارلىق بىرقاتار قاتتىق تەرتىپلىك جەريانلارنى ئۆتكۈزۈشكە توغرا كېلىدۇ. شۇڭا، ئۇلارنى ياساشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش كېرەك:

1) نەزەريە جەھەتتىن ئېيتقاندا، تەخمىنەن ھەممە دورىدىن ئوكۇل ئىشلەش مۇمكىن. بىراق، دورىنىڭ تەركىبىنى ئېنىقلاش، ئېرىتكۈچىلەرنى تاللاش ۋە شۇنىڭغا خاس ئوكۇل ياساش تەرتىپى بولۇش كېرەك.

2) ئوكۇل دورىلىرىنى تەييارلاش پاكىزلىقنى ۋە ئىنچىكىلىكنى تەلەپ قىلىدىغان خىزمەت بولۇپ، ئىشلەش مۇھىتى چوقۇم تەلەپكە لايىق بولۇشى شەرت. مەلۇم دورىنىڭ ئوكۇللۇق ياسالمىسىنى تەييارلاشتا نەزەريەۋى، ئىلمىي ۋە ئەمەلىي ئىمكانىيەتلەرنى تولۇق نەزەرگە ئالغان ھالدا يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن ئىش ھالقىلىرىنىڭ چوقۇم خاسلىقا، ماسلىققا ئىگە بولۇشىغا ھەقىقىي كاپالەتلىك قىلىش زۆرۈر. بولۇپمۇ ئېرىتكۈچىلەرنى ياخشى تاللاش، دورىنىڭ خاس خۇسۇسىيىتىگە تەسىر يەتكۈزمەيدىغان ئەڭ بىخەتەر بولغان ئىش ھالقىسىنى قوللىنىش لازىم.

تۆتىنچى، تالقان دورا ياسالمىلىرى

زەرۋرلار

1.زەرۋر (سەپمە) لار ــ جاراھەت يۈزىگە سېپىلىدىغان تالقان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

زەرۋرلار يەككە دورىلارنى ئۈپىدەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

سۈفۈپىلار

سۈفۈپ (تالقان) لار ــ بىر خىل دورا ياكى كۆپ خىل دورىنى ئۈندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

سۈفۈپلار تەييارلاش ئاددىي، مەشغۇلاتى ئاسان، دورا مىقدارىنى ئېھتىياجغا قاراپ ئازايتىش ياكى كۆپەيتىشكە بولۇشتەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە. شىللىق پەردە ۋە جاراھەت يۈزىنى قاپلاش، مۇھاپىزەت قىلىش، تېز تەسىر قىلىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە بولۇپ، باشقا دورا شەكىللىرىدە داۋالىنىشنى كۆتۈرەلمەيدىغان بىمارلار، جۈملىدىن ئاشقازان سۈيۇقلۇقى كۆپ، شېكەر ۋە ھەسەل تەركىبلىك دورىلار مۇۋاپىق كەلمەيدىغان بىمارلارغىمۇ باب كېلىدۇ.

تەسىرى ھەب، قۇرس دورىلاردىن تېز بولۇپ، ساقلاش، ئېلىپ يۈرۈش ۋە يۆتكەشكە ئەپلىك.

ئۇلارنى ياساشتا، دورىلارنىڭ خاراكتېرى ۋە تەرتىپى بويىچە سوقۇش، ئارىلاشتۇرۇش، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈش، بەلگىلىك مىقدارلارغا بۆلۈش، قاچىلاش باسقۇچلىرىغا دىققەت قىلىش لازىم:

1) دورىلارنىڭ خاراكتېرىگە قاراپ يۇمشاق سوقۇش، بولۇپمۇ مېغىزلار، يېلىملار ۋە بەزى ئالاھىدە شەكىللىك دورىلار چوقۇم قانۇنىيەت بويىچە ئايرىم سوقۇلۇشى شەرت.

2) نۇسخىدا ئىسپىغۇل بولسا، ئۇنى سوقماستىن، قويۇق لوئابنى چىقىرىپ، باشقا سۈفۈپ قىلىنغان دورىلارغا سىڭدۈرۈپ شامالدىتىش لازىم.

3) كۆچلۈك ۋە زەھەرلىك دورىلارنى سۈفۈپقا قوشۇش توغرا كەلسە، تەڭ مىقداردىكى شەكىل ھاسىل قىلغۇچى قوشۇمچە ماتېرىياللارنى تەدرىجىي قوشۇپ تەييارلاش لازىم، مەسىلەن: نىشاستە، شېكەر قاتارلىقلار قوشۇلىدۇ ۋە تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

4) ئېھتىياجغا قاراپ تەييارلاش لازىم. سۈفۈپلار ئادەتتە ياسىلىپ بىر ئايدىن كېيىن قۇۋۇتىنى كېمەيتىدۇ.

5) بىر نەچچە خىل دورىلارنى سۈفۈپ قىلىپ ئارىلاشتۇرۇشتا چوقۇم تەكشى بولۇشقا ئەھمىيەت بېرىش، ئۇستەلگە پارقىراق قەغەز قويۇپ ياغاچ ياكى مېتال پىچاقلار بىلەن تەكرار ئارىلاشتۇرۇش لازىم. ماشىنىلاردا ئارىلاشتۇرۇش دەسلەپكى ئارىلاشتۇرۇشقا كېرىدۇ.

ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئارىلاشتۇرۇش تەكشى ئارىلاشتۇرۇشتىكى ياخشى ئۇسۇل بولۇپ، ئەلگەكتىن بىر ئۆتكۈزۈۋېتىپ بىرلەشتۈرۈلگەندە، يۇقىرىقى مەقسەتكە يەتكىلى بولىدۇ.

6) سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇشتا دورىلارنى خاراكتېرى ۋە مىقدارىغا قاراپ رېتى بويىچە ھاۋانچىغا ياكى مەخسۇس ماشىنىغا سېلىپ ئېزىپ، ئۆزئارا تەكشى ئارىلاشتۇرۇش ۋە ئومۇمىي دورا رەڭگى بىردەك بولۇشقا دىققەت قىلىش لازىم.

مىقدارغا بۆلۈشتە ئېھتىياجغا ئاساسەن، ئىشلىتىش شەكلى ۋە ئورنىغا مۇناسىپ ھالدا باراۋەر بۆلۈشى كېرەك. بۇ، دورىلارنىڭ سۈپىتىگە، تەسىرىگە جۇملىدىن زەھەرلىك ياكى قىممەتلىك دورىلارنى توغرا ئىشلىتىش بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك. مىقدارغا بۆلۈشتە تۆۋەندىكى ئۇسۇللار قوللىنىلىدۇ:

1) قاراپ بۆلۈش، بۇنىڭدا نۇسخىدىكى ئومۇمىي سۈفۈپ دورىنى تەڭ مىقدارda بۆلۈپ ئېلىپ، ئاندىن ئاز ـ كۆپلۈكىگە قاراپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بۇنىڭدا دورا مىقدارى ناھايىتى توغرا بولۇشى ناتايىن. شۇڭا، زەھەرلىك ۋە كۈچلۈك تەسىرى بولمىغان سۈفۈپلارنى بۆلۈشكە مۇۋاپىق كېلىدۇ.

2) ئۆلچەپ بۆلۈش، بۇنىڭدا ئېھتىياجلىق دورا مىقدارى بىر ـ بىرلەپ تارازا بىلەن تارتىپ بۆلۈنىدۇ، مىقدارى توغرا بولىدۇ. شۇڭا ، كۈچلۈك ۋە زەھەرلىك سۈفۈپلارنى بۆلۈشكە مۇشۇ ئۇسۇل قوللىنىلىدۇ.

سۈفۈپلارنى قاچىلاشتا، دەرھال لازىم قىلىدىغان دورىلارنى ئالدىن سۈفۈپ قىلىش ۋە قاچىلاش، ئاخىرىدا ئىشلىتىلىدىغانلىرىنى ئاۋۋال تالقان قىلماسلىق لازىم. ئەگەر ئالدىن ھازىرلاپ قويۇشقا توغرا كەلسە ئېغىزى مەھكەم شىشە قاچىدا ساقلاش كېرەك. ئادەتتە سۈپىتى ياخشى مايلىق قەغەزگە ئوراپ قويۇلىدۇ. پۇرىقى ئۆتكۈر ياكى بەك سېسىق، تەمى

ئاچچىق ۋە ئېچىشتۇرغۇچى سۇفۇپلارنى كاپسۇللۇق قاپچۇقلارغا قاچىلاپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

سۇفۇپلارنى مىقدارغا بۆلۈشتە مەلۇم دەرىجىدە ئاۋارىچىلىكلەر بولىدۇ، دورا ماتېرىيالىنى سوقۇلغاندىن كېيىن پۈرىقى ۋە غىدىقلىشى ئاشىدۇ. تەركىبىدە ئۇچۇچان ۋە مايلىق ماددا تۇتقانلىرى ئاسانلا تەسىرىنى يوقىتىدۇ ياكى بۇزۇلىدۇ. ئوچۇق قالسا نەملىشىدۇ ياكى سۇپىتى ئۆزگىرىپ كېتىدۇ ۋە باشقىلار.

سۈنۈنلار

سۈنۈن (چىش تالقىنى) لار ــ مەخسۇس چىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا قوللىنىلىدىغان تالقان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان.

سۈنۈنلارنىڭ ياسىلىش ئۇسۇلى سۇفۇپلارغا ئوخشايدۇ. ئايرىم هاللاردا ئىشلىتىشكە ئەپلىك، دەل بولسۇن ئۈچۈن قەلەمچە قۇرس ۋە هەب شەكلىدە تەييارلىنىدۇ.

چۈنكى تالقان دورا ساق چىشقا ئاسانلا تېگىپ كېتىپ چىشنى بۇزۇپ قويۇش ئېھتىمالى بولىدۇ.

سۈنۈننى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى چىشنى پاكىز تازىلاپ ئىشلىتىش لازىم.

كوهلىلار

كوهلى (سۈرمە)لەر ــ كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان (تالقان) دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئۇيغۇرچە نامدىكى سۈرمىنىڭ تار هەم كەڭ ئىككى خىل مەنىسى بار. تار مەنىسى ئانتىمۇنىئۇم دېگەن مەدەننى، كەڭ مەنىسى كېسەل داۋالايدىغان سۈرمىلەرنى كۆرسىتىدۇ. ئانتىمۇنىئۇم ئادەتتە زىننەت بۇيۇمى قاتارىدىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

كوهلىنى تەييارلاشتا، ئالدى بىلەن سۈرمە مېتالىنى پارچىلاپ ئۆچكە ياكى قوي يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر ئىچىگە ئېلىپ ئوتقا كۆمۈلىدۇ. پىشقاندىن كېيىن ئىچىدىكى سۈرمە مېتالىنى زەھەرسىزلەندۈرۈش مەقسىتىدە يېڭى تۇغۇتلۇق ئايالنىڭ سۈتىگە ياكى كونا هاراقتا چىلاپ، ئاندىن قۇرۇتۇپ، سوقۇپ تالقان قىلىپ، باشقا يەككە دورىلارنىڭ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

سۈرىلەر كۆزگە ئىشلىتىلىدىغانلىقى ئۈچۈن ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلغان، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن ۋە ئىنتايىن پاكىز بولۇشى لازىم.

دورا ياسالمىلىرىنىڭ يۇقىرىقىلاردىن باشقا يەنە تۆۋەندىكىدەك خىللىرىمۇ بار:

1. ئابىزەنلەر: دورىلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيىگە بىمارنى ئولتۇرغۇزۇپ داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى.

2. ئەتۈسلار: دورىلارنى سوقۇپ ياكى سوقماي پۈرىتىپ چۈشكۈرتۈش ئارقىلىق دىماغنى ئاچىدىغان دورا ياسالمىسى.

3. بۇخۇرلار: دورىلارنى قىزىتىپ كۆيدۈرۈپ ياكى قاينىتىپ ھورىغا ئەزالارنى بۇسلاپ كېسەل داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىسى.

4. بۇرودلار: كۆزگە تېمىتىش ئۈچۈن تەييارلانغان يەنە بىر خىل سۈيۇق دورا ياسالمىسى.

5. تەدھىنلار: سىرتتىن ياغلاش ئۈچۈن تەييارلانغان يەنە بىر خىل ياغ دورا ياسالمىسى.

6. تىلالار: دورىلارنى سۇ تېمىتىلغان مېتال ياكى تاشلارغا سۈرۈپ چىقارغان تاتلىقىنى ھۆل ۋە سوغۇق پېتى بەدەنگە سۈرتىدىغان دورا ياسالمىسى.

7. جەۋھەرلەر: بۇ دورىلار كرىستاللاشتۇرۇپ تەييارلانغان يېڭى بىر خىل تالقان دورا ياسالمىسى.

8. داۋائىلار: بۇ ھەر خىل شەكىللەردە تەييارلىنىدىغان، مەلۇم دورا نامى ياكى مەلۇم كېسەللىك نامى بىلەن ئاتىلىدىغان دورا ياسالمىسى.

9. سەكۈبلەر: كۆز ئەتراپىغا ئاستا قۇيۇپ، يۇيۇش ئۈچۈن تەييارلانغان سۈيۇق دورا ياسالمىسى.

10. سەئۈتلار: بۇرۇنغا تېمىتىش ئۈچۈن تەييارلانغان سۈيۇق دورا ياسالمىسى.

11. شەمۈملار: بۇرۇنغا پۈرىتىش ئۈچۈن تەييارلانغان دورا ياسالمىسى.

12. غار ـ غارلار: ئېغىز چايقاش ئۈچۈن تەييارلانغان سۈيۇق دورا ياسالمىسى.

13. فۇلۇنىيالار: بىر خىل مۇرەككەپ قويۇق دورا ياسالمىسى.

14. كاپسۇللار: بەزى تالقان دورىلارنى ئىشلىتىش ئاسان بولسۇن ئۈچۈن كاپسۇللارغا قاچىلاپ تەييارلانغان يېڭى بىر خىل دورا ياسالمىسى.

15. كاشكاپلار: دورىلارنى ئارپا سۈيىگە چىلاپ، چىلانما مەخسۇس زۇكام ئۈچۈن تەييارلانغان سۈيۇق دورا ياسالمىسى.

16. كەمادلار: ھۆل ياكى قۇرۇق نەرسىلەرنى قىزىتىپ، ئەزالارغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ئۇچۇن تەييارلانغان دورا ياسالمىسى.

17. لەخلەخەلەر: دورىلارنى چالا سوقۇپ پۇرتىش ئارقىلىق سەرسامنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىسى.

18. مائۇللار: گۆش، ھەسەل، مېۋە ۋە دورىلارنى سىقىپ ياكى قاينىتىپ تەييارلانغان دورا ياسالمىسى.

19. مەز ـ مەزىلەر: ئېغىزغا ئېلىپ چايقاش ئۇچۇن تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالمىسى.

20. مۇسەللەسلەر: ئۇزۇم، تاۋۇز قاتارلىقلاردىن ئېچىتىپ تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالمىسى.

21. نۇپۇخلار: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، بۇرۇنغا پۇركۇش ئۇچۇن تەييارلانغان تالقان دورا ياسالمىسى.

22. نۇتۇللار: دورىلار قاينىتىلمىسىنى باش ۋە بەدەنگە ئاستا ـ ئاستا قۇيۇش ئۇچۇن تەييارلانغان دورا ياسالمىسى.

23. ھۇمۇللار: نەم دورىلارنى داكىغا سۇرتۇپ، چوڭ يارىلار ئېغىزىغا تىقىپ قويۇلىدىغان دورا ياسالمىسى .

24. ۋۇجۇرلار: دورىلار سۇيۇقلۇقنى تېمىتىپ، بولۇپمۇ بالىلارنىڭ گېلىغا تېمىتىش ئارقىلىق سەرئىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىسى.

25. ئىنكىبابلار: دورىلارنى قاينىتىپ، ھورىنى مەلۇم ئەزاغا يەتكۈزۈش ئۇچۇن تەييارلانغان دورا ياسالمىسى.

26. ئىچىلىدىغان سۇيۇقلۇقلار: ھەجمى ئازايتىلىپ، مەخسۇس ئامپۇللارغا قاچىلاپ تەييارلانغان، يېڭى بىر خىل ئىچىلىدىغان دورا ياسالمىسى.

27. ياقۇتلار: بۇ ، ياقۇتلار باش دورا قىلىنىپ، ھەر خىل شەكىللەردە تەييارلىنىدىغان، ياقۇتلار ۋە ئىجاد قىلغۇچىلارنىڭ نامى ھەمدە دورىنىڭ تەسىرى بىلەن ئاتىلىدىغان دورا ياسالمىسىدۇر.

باش، مېڭە ۋە ئەسەب كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بۇخۇرى سۈدائى بارىد

تەركىبى: رەيھان، پىننە، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، قەيسۇم، سېرىقچېچەك، لىھيەتۇتتىس ھەر بىرى 10 گرامدىن.

ياسىلىشى: قاينىتىلىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قاينىتىپ بىمارنىڭ بېشىنى ئوراپ ھورداپ تەرلىتىلىدۇ. سۈيى بىلەن باشنى يۇسا ياكى دورا قالدۇقلىرىنى باشقا چاپسىمۇ تەسىرى ياخشى.

جاۋارىش ئامىلە I

تەركىبى: قىزىلگۈل 250 گرام، ئاقلانغان ئامىلە 70 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى 60 گرام، مۇدەببەر قىلىنغان تۆمۇر پوقى (خۇبسۇلھەددد) 20 گرام، سۈماق 15 گرام، پىستە پوستى، ئاپېلسىن، رۇسۇت، مەستىكى، نارمىشكى، ئوغرىتىكەن، دارچىن، قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل، قىرقىلغان پىلە، گاۋزىبان گۈلى ھەر بىرى 10 گرامدىن، قەنت 1.8 كىلوگرام.

ياسىلىشى: خۇبسۇلھەددىنى مۇدەببەر قىلىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

خۇبسۇلھەددىنى سوقۇپ 10 كۈن سىركىگە چىلىنىدۇ ھەمدە كۈندە سىركە ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. ئۇچ قېتىم تەكرارلىغاندىن كېيىن سوغۇق سۇ ۋە قاياناق سۇدا 15 قېتىم يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ، دورىلار تالقىنىغا ئارىلاشتۇرۇپ، قەنت قىيامىغا سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۇرەك، جىگەر ۋە ئاشقازانىنى كۈچەيتىدۇ. ئىشتىھانى ئېچىپ، قانىنى كۆپەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى، ئاشقازان كېسەللىكلىرى ۋە كەم قانلىقتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ. بالىلارغا مۇۋاپىق مىقداردا ئازايتىلىدۇ.

جاۋارىش جالىنۇس

تەركىبى: مەستىكى 15 گرام، سۇنبۇل، قەلەمپۇر، قاقىلە، سەلىخە، دارچىن، خولىنجان، سەئدى كۈفى، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، پىلپىل، قۇستە، ئۇد بىلسان، ئاسارۇن، ھەببۇلئاس، قەسبۇزەررە، زەپەر ھەر بىرى ئالتە گرام، ئاق شېكەر 120 گرام، ھەسەل 250 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مەستىكىنى سالايە قىلىپ، زەپەرنى ئايرىم سوقۇپ، باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىپ كۆپۈكى ئېلىۋېتىلگەن ھەسەل ئىلمان ھالەتكە كەلگەندە دورىلارنى سېلىپ، ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىش، ھەزمىنى ياخشىلاش، رەئىس ئەزالارنى ۋە بۆرەكنى قۇۋۋەتلەش، باھنى كۈچەيتىش، چاچ ـ ساقالنىڭ بالدۇر ئاقىرىشىنى توسۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە ئاشقازان، بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇندىن باشقا ھەزىم ۋە باھ ئاجىزلىقى، چاچ ئاقىرىش، چالاش، بەھەق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ. بالىلارغا مۇۋاپىق مىقداردا ئازايتىلىدۇ.

داۋائى سۇدائى بەلغەمى

تەركىبى: قەلەمپۇر، زەنجىۋىل، قارىمۇچ تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: دورىلارنى يانچىپ، مۇۋاپىق مىقداردكى سۇ بىلەن چاچما تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بەلغەم خىلىتىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەم خىلىتىدىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باشقا چېچىپ، ياخشى يۆگەپ قويۇلىدۇ.

رەۋغىنى بادامى تەلىخ

تەركىبى: ئاچچىق بادام مېغىزى.

ياسىلىشى: رەۋغەن ياساش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل ئاغرىقلارنى ۋە سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ. تاش پارچىلايدۇ، قۇلۇنجى توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، قۇلاق ئاغرىقى، قۇلاق ئېغىرلىشىش، سۇيدۇك يولىدىكى تاشلار ۋە قۇلۇنجى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باشقا چېپىلىدۇ.

رەۋغىنى سۇزاپ

تەركىبى: سۇزاپ سۇيى 420 مىللىلىتىر، قىزىل قىچا ، ئاق قىچا، ئاقىرقەرھا ھەر بىرى ئۇچ گرام، كۇنجۇت يېغى، زەيتۇن يېغى ھەر بىرى 265 مىللىلىتىر.

تەييارلاش: رەۋغەن تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: باش ئاغرىقى، تۇتقاقلىق، يانپاش ئاغرىقى، يۇرەك ئاغرىقى، پاچاق ئاغرىقى، قۇلاق ئاغرىقى قاتارلىقلارغا شىپا قىلىدۇ. ھەيز ۋە سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرىدۇ. يەلنى تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش، قۇلاق، يۇرەك ۋە يانپاش ئاغرىقلىرىغا، تۇتقاقلىق ، ھەيز ۋە سۇيدۇك تۇتۇلۇشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ ياكى ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئۇستقۇددۇس I

تەركىبى: ئۇستقۇددۇس 30 گرام، بىستىپايەج، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرى 15 گرام، شېكەر 300 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ 2.5 لىتىر سۇدا بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ،

سىقىپ سۇزۇپ، شېكەر سېلىپ، بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە نېرۋا ئاجىزلىقىغا تېز تەسىر قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 45 مىللىلىتىرغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى ئۇستقۇددۇس II

تەركىبى: ئۇستقۇددۇس، پىرسىياۋشان، ئۇد سەلىب ھەر بىرى 15 گرام، گاۋزىبان، بىخسۇس، بەدىيان، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بىنەپشە، قىزىلگۈل ھەر بىرى توققۇز گرام، قۇرۇق ئۈزۈم، سەرپىستان ھەر بىرى 50 دانە، شېكەر 600 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى 2.5 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۇزۇپ، شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىگەندىن كېيىنلا ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ. تۇتقاقلىقنى قالدۇرىدۇ، خىيالپەرەسلىكنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، تۇتقاقلىق، خىيالپەرەسلىك (مالىخۇلىيا) قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 50 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

قۇرسى مۇنەۋۋەرىم ھار

تەركىبى: سېرىقچېچەك ئۇرۇقى ئالتە گرام، زەپەر، بەزرۇلبەنجى، مۇرمەككى، ئەپيۇن ھەر بىرى بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، شۇمشا سۇيىدە يۇغۇرۇپ تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىدىن كېلىپ چىققان ئۇيقۇسىزلىقنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىدىن كېلىپ چىققان ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام يېيىلىدۇ.

مەجۇنى بەرشىشا كەبىر

تەركىبى: قارىمۇچ، ئاقمۇچ، ئاق بەزرۇلبەنجى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى 80 گرام، ئەپيۇن 40 گرام، زەپەر 20 گرام، سۇنبۇل، ئاقىرقەرھا، پەرپىيۇن، لىسانىل ئەساپىر ھەر بىرى تۆت گرام، ھەسەل 950 گرام.

ياسىلىشى: زەپەر بىلەن ئەپيۇندىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل سۇۋۇغاندىن كېيىن زەپەرنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن ئەپيۇننى سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، ئەڭ ئاخىرىدا تالقانلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق توختىتىش، تىنچلاندۇرۇش، ئۇخلىتىش، يۇرەك ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، خۇشخۇي قىلىش، زېھىننى ئېچىش، بەدەننى سەمرىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: زۇكام، نەزلە، باش قېيىش، كۆز قارائىغۇلىشىش، قۇلاق گۇركىرەش، لەقۋا، پالەچ، سەرئى، تەشەننۇج، تۇنقاقلىق، ئۇيقۇ نورمالسىزلىنىش، ئۇنتۇغاقلىق، ھەر خىل نېرۋا ئاجىزلىقلار، چېكىملىك ۋە ئىچىملىك خۇمارى، پەي ۋە گۆشلەر بوشلۇقى، ھەر خىل ئاغرىق، ئورۇقلاش، تەرلەش، ئاجىزلىق ۋە نەپەس سىستېمىسى كېسەللىكلىرىگە گىرىپتار بولۇش، سۇيدۇك يولىدا تاش ۋە قۇم تۇرۇپ قېلىش، ئىچكى ـ تاشقى ئەزالاردىن قان كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: چوڭلارغا كۈندە بىر قېتىم، 0.3 ~ 0.5 گرامغىچە بېرىلىدۇ. بالىلارغا بېرىلمەيدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى ئۆسمۇرلەر ۋە ياشلارغا ئىشلەتمەسلىك، ئۇزاققىچە بىر خىل كېسەلگە كۆپ بەرمەسلىك، دورا ئىستېمال قىلغاندا، يەل ـ يېمىش ۋە سوغۇق سۇ ئىچمەسلىك لازىم. شىپالىق ئۇنۇمىنى ئۆستۈرۈش ئۈچۈن، ئەڭ ياخشىسى مەزكۇر دورىنى ئالتە ئاي ئارىپىغا كۆمۈش كېرەك. ئۇنۇمدارلىق مۇددىتى 10 يىل بولۇپ، ئۇندىن كېيىن ئاجىزلاپ كېتىدۇ.

نۇپۇخى سۇدائ

تەركىبى: قىسسائۇلھىمار ئۇسارىسى، بۇخۇرى مەريەم، گىل ئەرمىنى تەڭ مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ياكى ئىكەكلەپ تەييارلىنىدۇ.
تەسىرى: كونىرىغان باش ئاغرىقىنى قالدۇرىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: كونىرىغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇرنىغا ئاز ـ ئازدىن پۇركىلىدۇ.

نۇتۇلى سۇدائـ

تەركىبى: بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، نەمەم، رەيھان، ئەفسەنتىن، يالپۇز، غار ياپرىقى تەڭ مىقدارداً.
ياسلىشى: مۇژاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.
تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.
ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئىسسىق پېتى باش يۇيۇلىدۇ.

نۇتۇلى سۇدائى سەۋدائى

تەركىبى: بىنەپشە، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، قۇرۇتۇلغان سەۋسەن گۈلى، سازەج ھىندى، قەلەمپۇر تەڭ مىقدارداً.
ياسلىشى: مەلۇم مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.
ئىشلىتىش ئۇسۇلى: قاينىتىلغان دورا ھورىغا باشنى تۇتۇپ تەييارلىنىدۇ ۋە سۇيىدە يۇـ يۇلىدۇ.

نۇقۇئى سەبرە I

تەركىبى: ئەفسەنتىن 30 گرام، سەبرە 18 گرام، ئاسارۇن 15 گرام، قەنتەرىيۇن، مەسـ تىكى ھەر بىرى 10 گرام.
ياسلىشى: دورىلارنى بىر لىتىر سۇ بىلەن 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۇزۇپ، ئۈستىگە سەبرە سېلىپ، ئۇچ كۈن تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.
تەسىرى: بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقىنى قالدۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەم ۋە سەۋادىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 60 مىللىلىتىر تاتلىق بادام يېغى بىلەن 50 ~ 100 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇقۇئى سەبرە II

تەركىبى: سەبرە 60 گرام، سەئدى كۈفى، سۇنبۇل، ئەفسەنتىن، ئىزخىر، ئىزخىر ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋۇننە، زىرە ھەر بىرى 50 گرام، سۇ بىر لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سۇ بىلەن 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، سەبرىنى سېلىپ، ئۇچ كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزغاندىن كېيىن يەنە سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 مىللىلىتىر ئىنەكپىتى (ئابدىمەلىك) يېغى بىلەن 60 ~ 90 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

ھەببى قوقىيا I

تەركىبى: سەبرە، ئەفسەنتىن، غارىقۇن ھەر بىرى 30 گرام، شەھمەنزەل، سوقمۇنىيا ھەر بىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ (غارىقۇننى سوقماي سىم ئەلگەكتىن سۈرۈپ ئۆتكۈزۈپ)، ئالتە گرام كەرەپشە ئۇرۇقىنى قاينىتىپ، سۈيىدە يۇقىرىقى دورىلار تالقىنىنى يۇغۇرۇپ، 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، كۆز ئاغرىقىنى توختىتىدۇ ۋە باشقا باش كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئومۇمىي بەدەننى بۇزۇق خىلىتلاردىن تازىلايدۇ. چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى، شەقىقە، كۆز ئاجىزلىشىش، كۆز ئاغرىقى، كۆز ياشاڭغىراش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە كەچتە بىر دانە يەيدۇ. چايلىقى ئۇچۇن كەرەپشە ئۇرۇقى قاينىتىلمىسى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى ئايارەج I

تەركىبى: ئايارەج پەيقىرا 90 گرام، تۇربۇت يەتتە گرام، غارىقۇن، بىستىپايەج، قىزىل-گۈل، ئۈستەقۇددۇس ھەر بىرى ئالتە گرام، زەنجىۋىل بەش گرام، مۇقەل، ئەفتىمۇن، بەل-لە پوستى، ھېلىلە كابىلە پوستى، قارا ھېلىلە، سانا، ئۇد سەلىب، رۇم بەدىيان ھەر بىرى ئۇچ گرام، بادام يېغى ئۇچ مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ھەببى قوقىيا بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە باشقا نېرۋا كېسەللىكلىرىگە شىپا بول-ىدۇ. باش ۋە ئاشقازان ساھەسىنى تازىلايدۇ. چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى، پالەچ، لەقۋا، ئىستىرخا، كېكەچلىك، ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرى ۋە بەلغەمدىن بولغان ئىستىسقائى لەھمىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، كەچتە قاينىق سۇ بىلەن 15 دانىغچە ئىچىلىدۇ.

ئىترىفىل ئەفتىمۇن

تەركىبى: كابىلە ھېلىلە پوستى، تازىلانغان ئامىلە، بەلىلە پوستى ھەر بىرى 30 گرام، تۇربۇت، ئەفتىمۇن (سېرىق يۆگەي)، سانا ھەر بىرى 15گرام، شەترەنجى ھىندى، بىستىپا-يەج، ئۈستەقۇددۇس، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرام، رۇم بەدىيان، تاشتۇز ھەر بىرى ئالتە گرام، ھەسەل 500 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئېرىتىپ، ئىلمان ھالەتكە كەلتۈرۈلگەن ھەسەلگە ئا-رىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توقۇلما ۋە قان تومۇرلاردىكى بۇزۇلغان سەۋدا خىلىتىنى ھەيدەش، مېڭە قان تومۇرلىرىنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل سەۋادىن بولغان كېسەللىكلەر، جۇملىدىن ساراڭلىق، سو-غۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، ھۆللۈكتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرى ھەمدە جۈزام كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 10 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىترىپىل سەغىر

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، ئامىلە، ھېلىلە كابىلە پوستى، سېرىقماي ھەر بىرى 30 گرام، ھەسەل 5000 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سېرىقماي بىلەن مايلاپ، ئېرىتىلگەن ھەسەلدە يۇغۇرۇلۇپ ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇق مىزاج كىشىلەردىكى باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ، مېڭە تومۇرلىرىنى تازىلاپ زېھىنىنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، كۆز ـ قۇلاق ئاغرىقلىرى ۋە بۇۋاسىر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە، تاماقتىن كېيىن ئىچىلىدۇ.

ئايارەج پەيقىرا

تەركىبى: سۇنبۇل، دارچىن، قوۋزاقدارچىن، ھەببى بىلسان، ئۇد بىلسان، مەستىكى، ئاسارۇن، زەپەر ھەربىرى 30 گرام، سەبرە 500 گرام، ھەسەل 1.2 كىلوگرام.

ياسىلىشى: ئېرىتىپ ئىلمان ھالەتكە كەلتۈرۈلگەن ھەسەلگە چالا سوقۇلغان زەپەرنى قوشۇپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ، مېڭە، ئاشقازانغا مەنپەئەت قىلىدۇ، بولۇپمۇ سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا تەسىرى ياخشى.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە سوغۇقتىن بولغان مېڭە، ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، چوڭلار بەش گرام، بالىلار ئىككى گرامدىن، كەچتە قايناق سۇ بىلەن ئىچىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بۇخۇرى سۇدائى هار

تەركىبى: بىنەپشە، نېلۇپەر، قومۇش يىلتىزى، ئارپا، قاپاق لېشى هەر بىرى تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمارنىڭ بېشىنى ئەدىيال بىلەن ئوراپ، دورا هورى پۈرتىلىدۇ. دورا سۈيىنى پات ـ پات قوچۇپ، ئۇچ قېتىم تەكرار پۈراتسا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

داۋائى سۇدائى سەپرا‌ۋى

تەركىبى: ئامىلە، بەرەڭگە كابىلە، زەنجىۋىل، ئاق سەندەل، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، ئۇزۇم، ناۋات هەر بىرى تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: دورا سۈيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، هەسەل ياكى ئات سۈتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

رەۋغىنى بىنەپشە

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: مەلۇم مىقداردىكى بىنەپشىنىڭ هۆل گۈلىنى ئېلىپ كۈنجۈت يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئاپتاپتا قويۇپ پىشۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ياكى كۈنجۈتنى سوقۇپ، بىنەپشىنىڭ هۆل گۈلى بىلەن مۇجۇپ، سىقىپ يېغى ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ. ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ. مېڭىنى هۆللەشتۈرۈپ قۇرۇقلۇقنى يوقىتىدۇ. قېتىپ قالغان بوغۇم ۋە پەيلەرنى يۇمشىتىدۇ، هەرىكەتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقى، قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان ئۇيقۇسىز

لىق ۋە قۇرۇق تەمرەتكە ، بوغۇم ۋە پەيلەرنىڭ قېتىپ قېلىشلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇن مايلىنىدۇ.

رەۋغىنى خەشخاش

تەركىبى: خەشخاش گۈلى، كۈنجۈت يېغى مۇۋاپىق مىقداردا.

ياسىلىشى: خەشخاش گۈلىنى كۈنجۈت يېغىغا چىلاپ ئاپتاپتا تۇرغۇزۇش، خەشخاش گۈلى ياپراقلىرىنى سوقۇپ، سۈيىنى ئېلىپ كۈنجۈت يېغىدا قاينىتىش ياكى ئۇرۇقلىرىنى جۇۋازدا تارتىپ يېغىنى ئېلىش ئارقىلىق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: پۈتۈن بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ. ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ. باش ئاغرىقى ۋە ئىسسىقتىن بولغان باشقا ئاغرىقلارنى پەسەيتىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، قۇلاق ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان بەدەن زەئىپلىكى، ئۇيقۇسىزلىق، باش ئاغرىقى، يۆتەل، قۇلاق ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ ياكى ئىستېمال قىلىنىدۇ. دورىنى پەلكۈچتە قۇلاققا تېمىتسا، قۇلاق ئاغرىقىغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. مۇۋاپىق مىقداردا ئىچسە بەدەننى سەمرىتىدۇ.

رەۋغىنى ۋەرد (قىزىلگۈل يېغى)

تەركىبى: يېڭى قىزىلگۈل 140 گرام، زەيتۇن يېغى ياكى بادام يېغى ۋە ياكى كۈنجۈت يېغى 700 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: يېڭى ئېچىلغان قىزىلگۈل گۈلىنىڭ ئاستىدىكى ئاق يېرىنى قىرقىپ تاشلاپ، گۈل ياپرىقىدىن 20 گرام ئېلىپ، چوڭ ئېغىزلىق شىشىگە سېلىپ، ئۈستىگە مۇۋاپىق مىقداردىكى ياغنى قۇيۇپ، 5 ـ 6 ـ ئايلارنىڭ ئاپتىپىدا يەتتە كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. بۇ ئۇسۇلنى يەتتە قېتىم تەكرارلاپ، 49 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن ياغ پىشىپ تەييارلىنىدۇ، ئاندىن كېيىن ياغنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ، شىشىنىڭ ئېغىزى ھەم ئېتىپ ساقلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: قىزىتمىنى چۈشۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، ئىشتىق يانىدۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى، خەپەقان، ئۇيقۇسىزلىق، مۇپاسىل ۋە ھەر خىل ئىشـ
شىقلار ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلـ
تىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: مەزكۇر ياسالمىنى ھۆل ـ يېغىندىن ساقلاشقا دىققەت قىلىش لازىم.

رەۋغىنى ۋەرد ئاپتاپى

تەركىبى: قىزىلگۈل، كۈنجۈت يېغى مۇۋاپىق مىقدارda.

ياسىلىشى: يېڭى قىزىلگۈلنىڭ ياپرىقىدىن 5 ـ ئايدا مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، كۈنجۈت يېغىغا چىلاپ، 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغاندىن كېيىن سىقىپ تىرىپلىرىنى ئېلىۋېـ
تىپ تەييارلىنىدۇ. بۇنىڭ تەسىرى قاينىتىپ تەييارلانغانغا قارىغاندا ياخشى.

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، ئۇيقۇسىزلىق ۋە ھەر خىل ئىششىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، ئۇيقۇسىزلىق ۋە ھەر خىل ئىشـ
شىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ.

سۇفۇپى كەشنىز I

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇـ
رۇقى ھەر بىرى 31 گرام، ناۋات 100 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: سەپرا ۋە قاننى تازىلاش، تومۇرلارنى ئېچىش، ئاغرىق توختىتىش، ئۇسسۇزـ
لۇقنى پەسەيتىش، ئۇخلىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، باش چىڭقىلىش، باش قېيىش، نېرۋا ئاغرىقى، كۆز، قۇلاق ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ. تاماكا خۇمارىدىن بولغان باش ئاغرىقىغىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى مۇنەۋۋەر

تەركىبى: خەشخاش ئۇرۇقى 30 گرام، قارا سۇنا ئۇرۇقى 15 گرام، ئۇدخام، كۇندۇر ھەر بىرى ئۇچ گرام، زەپەر بىر گرام، ناۋات 60 گرام.

ياسىلىشى: ئالدى بىلەن زەپەر سالايە قىلىنىدۇ، قالغان دورىلارنى يانجىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، زەپەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇيقۇسىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۇيقۇ كەلمىگەندە ياكى كەچتە ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى نىلۇپەر

تەركىبى: بىنەپشە، قەنت مۇۋاپىق مىقدارda.

ياسىلىشى: شەربىتى بىنەپشە بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، سەرسام، سەپرادىن بولغان تەپ، يۆتەل، ھەر خىل زاتىللارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارda ئىلىپ ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئىنجاس

تەركىبى: ئەينۇلا، قەنت مۇۋاپىق مىقدارda.

ياسىلىشى: ئەينۇلانى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ، ياخشى پىشۇرۇپ سۈزۈپ، قەنت بىلەن بىللە قىيام قىلىنىدۇ. ئەگەر سۇرگە مەقسىتىدە ئىشلىتىلمەكچى بولسا، ئازغىنە سوقمۇنىيا قوشۇلىدۇ.

تەسىرى: باش ئاغرىقى، ئىسسىقتىن بولغان تەپنى پەسەيتىش، سەپرانى نورمالاشتۇرۇش ۋە سېرىق چۈشۈش (يەرقان) نى يوقىتىش رولىغا ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى، ئىسسىقتىن بولغان تەپ، سەپرانىڭ غالىبلىقى ۋە سېرىق چۈشۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچىلىدۇ.

قۇرسى مۇنەۋۋەرلەشكەن بارىد

تەركىبى: قارا سۇنا ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، شۇمشا، سېمىزگۈت ئۇرۇقى، كاكنەچ ھەر بىرى ئۈچ گرام، ئەپيۇن ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، ئۇيقۇسىزلىق، كېزىك، سەرسام ۋە ھەر خىل زاتىللارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى پەۋاكىھ I

تەركىبى: ئەينۇلا 100 گرام، تەرەنجىبىن، خىيار شەنبەر ھەر بىرى 50 گرام، تەمرى ھىندى 31 گرام، سانا 20 گرام، بىنەپشە، سەرپىستان ھەر بىرى 16 گرام، قىزىلگۈل 13 گرام، نىلۇپەر، كاسنە ئۇرۇقى، چىلان ھەر بىرى 10 گرام، گۈلقەنت 50 گرام.

ياسىلىشى: قاينىتىما ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: قانىنى تازىلاش، كۆيگەن سەپرانى ھەيدەپ چىقىرىش، قىزىتمىنى قايتۇرۇش، يۇرەك ۋە مېڭە ھارارىتىنى پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قان ۋە سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقى، شەقىقە، قاندىن بولغان باش قېيىش، باش چىڭقىلىش ۋە جىگەر ئىششىقى ئۇچۇن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 50 مىللىلىتىر غىچە ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى ھىلىلە I

تەركىبى: تەرەنجىبىن، ئەينۇلا ھەر بىرى 100 گرام، تەمرى ھىندى، خىيار شەنبەر

هەر بىرى 60 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى 31 گرام، سەرپىستان، بىنەپشە، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، شوخلا ھەر بىرى 16 گرام، شېكەر 200 گرام.

ياسلىشى: قاياناتما تەييارلاش ئۈسۈلىدا ياسلىدۇ.

تەبئىتى: ھوّل سوغۇق.

تەسىرى: ئارتۇق سەپرانى چىقىرىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، مېڭىنى تازىلاش، قاننى تازىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئۈسسۈزلۈقنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قان ۋە سەپرادىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە، جۈملىدىن ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

مەتبۇخى سۈدائ

تەركىبى: گۈلبىنەپشە، ئۈستقۇددۇس، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10.5 گرام، سۇ 400 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: گۈل دورىلارنى پاكىزلاپ، بىر كۈن سۇغا چىلاپ، ئاندىن سۈس ئوتتا 200 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، قازاننى چۈشۈرۈپ تىرىپلىرىنى ئېلىۋېتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئارام بېرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە شەقىقىلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ بىر كىشىلىك مىقدارى بولۇپ، ھېلىلە مۇرابباسى بىلەن 2 ~ 3 كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى بەلغەم بولسا، مەرزەنجۇشتىن ئالتە گرام قوشۇپ تەييار قىلىنسا تەسىرى كۈچلۈكرەك بولىدۇ.

مەجۇنى بىنەپشە I

تەركىبى: سانا 150 گرام، تەرەنجىبىن 100 گرام، شىرخىست 75 گرام، تۇربۇت، گاۋزىبان، قىزىلگۈل ھەر بىرى 16 گرام، گۈلبىنەپشە، نىلۇپەر گۈلى، تازىلانغان ئۈششاق ئۇزۇم ھەر بىرى ئۈچ گرام، ھەسەل 150 مىللىلىتىر، گۈلاب 200 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: تەرەنجىبىنىنى گۈلابتا قىيام قىلىپ، ئۈستىگە كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلنى قۇيۇپ، ئارقىدىن تالقان قىلىنغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرۇپ، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ. نورمالسىز بەلغەم ۋە سەپرانى تازىلايدۇ. رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ. چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل باش ئاغرىقلار بولۇپمۇ ئىسسىقتىن بولغان باش، كۆز، قۇلاق ئاغرىقى، كۆز قىزىرىش، باش چىڭقىلىش ۋە باش قېيىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرامدىن يېيىلىدۇ.

نۇتۇلى سۇدائى سەپراۋى

تەركىبى: گۈلاب 150 مىللىلىتىر، ئۈزۈم ھارىقى 10 مىللىلىتىر، گۈل يېغى بەش مىللىلىتىر.

ياسلىشى: بىرلەشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىسسىقتىن، سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىنى قالدۇرىدۇ، خۇمارىنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن ، سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقى، ئىچىملىك ۋە چېكىملىك خۇمارى تۇتقاندا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باش ساھەسى يۇيۇلىدۇ.

نۇتۇلى سۇدائى ھار

تەركىبى: بىنەپشە، چالا سوقۇلغان ئارپا، ئىسپىغۇل، سېمىزئوت ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى، خەشخاش گۈلى، بىللادۇنا يىلتىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، سۆگەت غازىكى، قىزىلگۈل ھەربىرى تەڭ مىقدارda.

ياسلىشى: قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ. ئۇيقۇ كەلتۇرىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باش ساھەسى يۇيۇلىدۇ.

نۇقۇئى سەبرە III

تەركىبى: سەبرە ئالتە گرام، ھۆل كاسىنە سۇيى 210 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: سەبرىنى كاسىنە سۈيىگە سېلىپ، ئۈچ سوتكا ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ (كېچىسى ئىسسىق جايدا ساقلىنىدۇ) تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، قىچىشقاق، تەمرەتكە ۋە باش تەمرەتكىلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

نۇقۇئى مۇرەتتەب

تەركىبى: غورا، چىلان، ئەينۈلا ھەر بىرى 15 دانە، بىنەپشە گۈلى 12 دانە، ماش، قۇرۇق يۇمغاقسۈت ھەر بىرى توققۇز گرام، تۇخۇمى كاسىنە بەش گرام، نېلۇپەر گۈلى ئۈچ دانە.

ياسلىشى: مۇزاپىق مىقداردىكى قاينىق سۈغا چىلاپ چىلانما تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە ھارارىتىنى پەسەيتىپ ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ، ئومۇمىي بەدەن ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش قىزىپ ئاغرىش، ئومۇمىي بەدەنگە قۇرۇقلۇق يېتىپ ھارارەت ئۆرلەش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ. بولۇپمۇ ھاۋاسى ئىسسىق جايلاردىكى بىمارلارغا ناھايىتى باب كېلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇزاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: سەپرانى پەسەيتىش مۇھىمراق دەپ قارالسا، ئەينۈلا سانى 20 گە يەتكۈزۈلىدۇ، ئىچىنى سۇرگۈزۈش مەقسەت قىلىنسا 45گرام تەرەنجىبىن قوشۇلىدۇ.

نۇقۇئى مۇسھىل

تەركىبى: خىيار شەنبەر 45 گرام، تەمرى ھىندى 30 گرام، ئەينۈلا، چىلان، گۈلبەنەپشە، سانا، سېرىق ھېلىلە ھەر بىرى 15 گرام، چوڭ ئەينۈلا يەتتە دانە، كاسىنە ئۇرۇقى بەش گرام، نېلۇپەر ئۈچ گرام، دەن، بادام يېغى ھەر بىرى 1.5 گرام.

ياسلىشى: مۇزاپىق مىقداردىكى قاينىق سۈغا چىلاپ چىلانما تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئومۇمىي بەدەننى تازىلاپ، باش ئاغرىقى ۋە باشقا مېڭە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

نۇقۇئى ھېلىلە I

تەركىبى: قارىئۆرۈك 100 گرام، تەمرى ھىندى 60 گرام، تەرەنجىبىن 50 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، خىيار شەنبەر، چىلان ھەر بىرى 31 گرام، بىنەپشە، كاسنە ھەر بىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى بىر سوتكا قاينىق سۇغا چىلاپ، سىقىپ، سۈزۈپ چىلانما تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز سەپرا خىلىتىنى سۇرۇپ چىقىرىش، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان باش ئاغرىشقا ۋە سەپرادىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 60 گرامغىچە ئىچىلىدۇ.

ھەببى بىنەپشە I

تەركىبى: بىنەپشە ئالتە گرام، تۇربۇت ئۇچ گرام، سوقمۇنىيا بىر گرام، كەتىرا، رۇببەسۇس ھەربىرى يېرىم گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئايرىم ـ ئايرىم ھالدا سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: نورمالسىز سەپرانى ۋە مېڭە، ئاشقازان، بالىياتقۇدىكى ئارتۇقچە ھۆللۈكنى ھەيدەش، نەپەس يوللىرىنى تازىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، يۆتىلىش، كۆز ئاغرىقى، كۆز ياشاڭغىراش ۋە زىققە نەپەس قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەتىگەندە بىر قېتىم، 10 ~ 15 دانە بېرىلىدۇ. بالىلارغا كېمەيتىپ بېرىلىدۇ.

ھەببى شىپا I

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۇرۇلگەن ۋاك ئۇرۇقى 36 گرام، رەۋەن 24 گرام، زەنجىۋىل، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 12 گرام.

ياسلىشى: سەمغى ئەرەبدىن باشقا دورىلارنى يانجىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سەمغى ئەرەبى سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، تىنچلاندۇرۇش، كونا ـ يېڭى باش ئاغرىقى ۋە قىزىتمىلارـ نى پەسەيتىش، چوك تەرەتنى راۋان قىلىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل باش ۋە نېرۋا ئاغرىقلىرىنى قالدۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، مەنىي تۈتالماسلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانە بېـ رىلىدۇ.

ھەببى شىپا II

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۇرۇلگەن ۋاك ئۇرۇقى، زەنجىۋىل ھەربىرى ئالتە گرامدىن، رەۋەن توققۇز گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاياناق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: تىنچلاندۇرىدۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ، مەنىي تۈتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قوزغىلىشچان كېسەللىكلەردە نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيـ تىش، مەنىي تۈتۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانە بېـ رىلىدۇ.

ھەببى شىپا III

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۇرۇلگەن ۋاك ئۇرۇقى 27 گرام، رەۋەن توققۇز گرام، زەنجـ ۋىل، جويۇز ھەر بىرى ئالتە گرامدىن، ھەسەل 30 مىللىلىتىر.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇقەلنى قاياناق سۇدا ئېزىپ، دورىلار تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ، 0.3 گرامىلىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق قالدۇرۇش، ھارارەت پەسەيتىش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەندۇرۇش، مەنىي تىزگىنلەش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: باش، قۇلاق ۋە كۆز ئاغرىقىغا، ئىسسىق، سوغۇقتىن بولغان قىزىتمىلارغا، مېڭە ۋە جىگەرنىڭ زەئىپلىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ئەتىگەن ۋە كەچتە بىر دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ھىلىلە I

تەركىبى: سېرىق ھىلىلە پوستى، ھىلىلە كابىلە پوستى، قارا ھىلىلە، بەلىلە پوستى، تازىلانغان ئامىلە ھەر بىرى بىر گرام، سانا، يۇيۇلغان لاجۇۋەرد، ئەفتىمۇن، غاريقۇن، كەتىرا ھەر بىرى 0.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، 10 مىللىلىتىر بادام يېغىدا ئۇششاق ئۇزۇم بىلەن يانجىپ، 0.3 گرامىلىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز سەپرا، سەۋدا ۋە بەلغەمنى سۇرۇپ چىقىرىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، مېڭىنى، ئاشقازان، ئۇچەي ھەمدە قانىنى تازىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەپرا، سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەر، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، قەۋزىيەت، بوۋاسىر، باش قېيىش، كۆز قارىغۇلىشىش، ئاشقازان ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەپتىدە بىر قېتىم، 6 ~ 9 گرامغىچە ئېلىپ، گاۋزىبان ياكى شېكەر سىلىنغان گۈلاب بىلەن ئىچىلىدۇ.

ئىترىفىل سانا

تەركىبى: ھىلىلە كابىلە پوستى، تازىلانغان ئامىلە، بەلىلە پوستى، سانا ھەر بىرى 30 گرام، بادام يېغى 10 مىللىلىتىر، ھەسەل 400 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادام يېغى بىلەن نەمدە-

گەندىن كېيىن، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ خېمىر قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سەپرانى پەسەيتىدۇ، توسالغۇلارنى ئېچىپ، چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەر، بولۇپمۇ سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقى، باش چىڭقىلىش، باش قېيىش، بوۋاسىر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىترىفىل كەشنىز

تەركىبى: ئاقلانغان يۇمغاقسوت ئۇرۇقى 155 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى، سېرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، ئاقلانغان ئامىلە ھەر بىرى 31 گرام، ئاق شېكەر 500 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، 50 مىللىلىتىر بادام يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى ياكى كالا يېغىدا قورۇپ سارغايتىپ، شېكەر قېيامىدا يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، مېڭە تومۇرلىرىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، ھەيدەش، سەپرانى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل باش ئاغرىقلارغا جۈملىدىن ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، كۆز ۋە قۇلاق ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ئاشقازان ئاجىزلىقى، بوۋاسىر ھەمدە ئىس ـ تۈتەك ۋە خۇمار تەسىرىدىن بولغان باش ئاغرىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە ئېلىپ، تاماقتىن كېيىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئايارەج بارىد

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، ئىچىدىكى ياغىچى ئېلىنغان تۇربۇت (بۇلار بادام يېغىدا ياغلىنىدۇ)، قۇرۇق بىنەپشە ھەر بىرى 36 گرام، ئايارەج پەيقىرا 20 گرام، قىزىلگۈل، كاسىنە ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام، كەتىرا، مەھمۇدە ھەر بىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شىشە قاچىدا ساقلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: باش ئاغرىقىنى پەسەيتىش، ئومۇمىي بەدەن ۋە مېڭىدىكى ھۆللۈكنى چىقىرىش، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭىنى ۋە ئاشقازان، ئۇچەيلەردىكى زىيادە خىلىتلارنى تازىلاشقا، پالەچ، لەقۋا، تىل سۇسلۇقى قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم توققۇز گرام ئېلىپ، تەرەنجىبىن ياكى شىرخىست تەمى چىقىرىلغان قاينات سۇدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ ئايارەجگە چۈشىدىغان ئايارەج پەيقىرا تەركىبىدىكى سەبرە چوقۇم يۇيۇلغان بولۇشى لازىم. بۇ ئايارەجنى ھامىلىدارلارغا، ئاشقازان، ئۇچەيلىرىدە يارا بارلارغا، ھەيز مەزگىلىدە، ئۇچەي توسۇلۇش ۋە بوۋاسىر كېسەللىكلىرى بارلارغا بېرىش چەكلىنىدۇ.

ئايارەج پەيقىرا II

تەركىبى: گاۋزىبان ھىندى 30 گرام، سەبرە 16 گرام، ئېگىر، ئاترىلال، ئاسارۇن، ھەببى، تاغ يالپۇزى، يەرلىك يالپۇز، كەرەپشە ئۇرۇقى، تاغ سەۋزىسى ئۇرۇقى، يەرلىك سەۋزە ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام، ئەفتىمۇن 7.5 گرام، رەيھان ئۇرۇقى، پەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى، قۇرۇق پىننە، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، تۇرۇنجى ئۇرۇقى، غارىقۇن، زەنجىۋىل ھەر بىرى ئالتە گرام، ئاچچىقتاۋۇز، ئاقمۇچ، ھىندى تۇزى ھەر بىرى تۆت گرام، قىزىلگۈل، خەربەق ھەر بىرى ئۈچ گرام، ئەمەن تېشى 1.5 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: مېڭە ۋە ئاشقازاننى تازىلاش، مېڭە ۋە جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، سۇيدۇك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرى ۋە باش ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 2 ~ 3 گرامغىچە بېرىلىدۇ.

قۇرۇقلۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

خېمىرى خەشخاش

تەركىبى: تىلىنمىغان ياخشى سۈپەتلىك خەشخاش غوزىسى 31 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، بادام مېغىزى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ھەربىرى 20 گرام، تاباشىر، كەتمرا، ئەرەب يېلىمى ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر، ئىپار، كۈمۈش ۋاراق ھەر بىرى بەش گرام، ئەرقى بىدىمىشكى 16 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: خەشخاشنى بىر سوتكا چىلاپ، قايىنىتىپ، سۈزۈپ ناۋات سېلىپ قىيام قىلىندۇ. قىيام ئۇستىگە دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇستىدىن ئىپار، زەپەرلەرنى ئەرەقتە سالايە قىلىپ، كۈمۈش ۋاراق سېلىپ قوچۇلىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرۇش، تىنچلاندۇرۇش، قۇرۇقلۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىش، مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭىگە قۇرۇقلۇق يېتىشتىن بولغان باش ئاغرىقى، ئۇيقۇسىزلىق، قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل ۋە چاك ـ توزان، تۈتەكتىن بولغان يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ. ئۇندىن باشقا بۇلغانغان ھاۋادىن بولغان باش ئاغرىقى، خۇماردىن بولغان باش ئاغرىقى، قانلىق تەرەت، سۈيدۈكنىڭ كۆيۈپ كېلىشى قاتارلىقلارغىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامنى ئەرقى گاۋزىبان ياكى ناۋات، لاچىندانە سېلىپ دەملەنگەن چاي بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: بىراقلا كۆپ ئىستېمال قىلماسلىق، كىچىك بالىلارغا ئىشلەتمەسلىك لازىم.

رەۋغىنى كەدۇ (قاپاق يېغى)

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ھۆل قاپاقنى ئاقلاپ، گۆش ۋە ئۇرۇقلىرى بىلەن قوشۇپ

سقىپ ئېلىنغان سۈيىنىڭ تۆت ھەسسىگە بىر ھەسسە كۆنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ قايناتقىدۇ ۋە يېغى قالغاندا سوۋۇتۇپ ئېلىندۇ.

تەسىرى: ئۈيقۇسىزلىق، مېڭىگە قۇرۇقلۇق يېتىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ. بولۇپمۇ سەپرا ۋە سەۋدادىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرىنى تۈزىتىپ، مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇخلىيالمايدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ. مېڭە پەردە يالليۇغى (سەرسام) ۋە خىيالپەرەسلىك (مالىخۇلىيا) نى داۋالاشتا ئۇنۇمى كۆرۈنەرلىك.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بۇرۇنغا پۈرىتىش، قۇلاققا تېمىتىش، سىرتتىن ياغلاش ئۇسۇللىرى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى مۇرەتتىب (ھۆللۈك يەتكۈزۈش يېغى)

تەركىبى: قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، خەشخاش ئۇرۇقى، قارا سۇنا ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: ھەممىنى بىرلەشتۈرۈپ سوقۇپ، سقىپ يېغى ئېلىندۇ.

تەسىرى: مېڭىنى ھۆللەندۈرۈپ قۇرۇقلۇقنى يوقىتىش، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئۇخلىيالمايدىغان ۋە بېشى ئاغرىيدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ باشنى ياغلايدۇ.

مەجۇنى راھەت I

تەركىبى: كاسنە ئۇرۇقى، ئاقلانغان يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ھەربىرى 25 گرام، ئاق سەندەل سۇرۇلمە تالقىنى، شاھتەررە ئۇرۇقى، ئەنجىبار يىلتىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 13 گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، ياقوت، تاباشىر، قاقىلە، لاچىندانە ھەربىرى بەش گرام، كافۇر بىر گرام، كۆك قاپاق سۇيى، تاۋۇز سۇيى، چىلان سۇيى ھەربىرى 200 مىللىلىتىر، قىزىلگۈل ئەرقى، بىدىمىشكى ئەرقى ھەربىرى 110 مىللىلىتىر، بېھى شەربىتى، تاتلىق ئانار شەربىتى ھەر بىرى 30 مىللىلىتىر، ئاق شېكەر 200 گرام.

ياسلىشى: قۇرۇق دورىلارنى تالقانلاپ، سۈيۈقلۇقلىرىنى شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ، ئۈستىگە دورا تالقانلىرىنى سېلىپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: مەجۇنى خەشخاش بىلەن ئوخشاش.

ئىشلىتىلىشى: مەجۇنى خەشخاش بىلەن ئوخشاش.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۇچ گرام بېرىلىدۇ.

نەزلە تەسىرىدىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ھەببى مەۋىز

تەركىبى: ئىتياڭشىقىنىڭ ئۇرۇقى 31 گرام، بەزرۇلبەنجى (مىڭدۇانە) 16 گرام، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن ئۈزۈم 200 گرام.

ياسلىشى: ئالدىنقى ئىككى خىل دورىنى 300 مىللىلىتىر سۇ بىلەن 100 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، ماتادىن ئۆتكۈزۈپ سۈزۈپ، ئۇنى يەنە ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قالىزانغا قۇيۇپ، ئۈستىدىن ئۈزۈمنى سېلىپ، يەنە سۇس ئوتتا سۇيى تۇگىگۈچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

دورا كۆيۈپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن كەپچە بىلەن قوچۇپ تۇرۇلىدۇ. سۇيى تامامەن تۇگىگەندە ئېلىپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئاغرىق توختىتىش، تىنچلاندۇرۇش، ئۇخلىتىش، مېڭىنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتۇش، نەزلىنى يوقىتىش، تارتىشىشنى بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە. سىرتتىن ئىشلەتسىمۇ ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيۈقلۇقنى قۇرۇتۇش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىنى بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: نەزلە تەسىرىدىن بولغان باش ئاغرىقى، زىققە نەپەس، مۇپاسىل، نۇقرەس، ئىرقۇننىسا كېسەللىكلىرى، ئاشقازان تارتىشۇېلىپ ئاغرىش، قاتتىق يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ. مۇشۇ نۇسخىدا ئۈزۈمنىڭ ئورنىغا ھەسەل ئىشلىتىپ تەييارلاپ، ئۇرۇق بېزىنىڭ سۇلۇق ئىششىقىغا تېشىدىن چاپسا سۈيۈقلۇق يوقىتىپ، ئاغرىق پەسەيتىشتە تېز ئۇنۇم بېرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، 3 ~ 6 دانىغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئۇزاق مۇددەتكىچە ئىچىشكە بولمايدۇ. زەھەرلىك دورا بولغاچقا مىقدارى ئېشىپ كەتسە ياكى بالىلارغا بېرىلسە خەتەرلىك !

ئىترىفىل كەشنىز مۇلەييىن

تەركىبى: سانا، قۇرۇق يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ھەربىرى 75 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلە پوستى، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، شاكالسىز ئامىلە ھەر بىرى 12 گرام، قىرقىلغان پىلە 10 گرام، شاھتەررە، يۇيۇلغان لاجۇۋەرد ھەر بىرى 7.5 گرام، مەستىكى رۇمى ئالتە گرام، بادرەنجى بۇيا، بىستىپايەج ھەر بىرى ئۇچ گرام، ھەسەل 800 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقان قىلىپ، كۆپۈكى ئېلىنىپ سوۋۇتۇلغان ھەسەلگە تۆكۈپ، چېلىپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: نەزلە خاراكتېرلىك باش ئاغرىقى، مالىيخۇلىيا ۋە يۇرەك ئاجىزلىقىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: زۇكام، باش ئاغرىقى، سەپرادىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىس ـ تۈتەكتىن ياكى خۇماردىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

جاۋارىش تاباشىر I

تەركىبى: قىزىلگۈل، تازىلانغان ئامىلە، تاباشىر، ئاق سەندەل سۇرۇلمىسى، قۇرۇق يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 31 گرام، ھەببۇلئاس، تۇرۇنجى پوستى، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن سۇماق، مەستىكى ھەر بىرى 16 گرام، بېھى شەربىتى، ھەسەل ھەر بىرى 100 مىللىلىتىر، گاۋزىبان ئەرقى، بادرەنجى بۇيا ئەرقى مەلۇم مىقدارىدا.

تەييارلاش: جاۋارىش دورىلارنى تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى قۇۋۇەتلەش، ئاشقازاننى كۈچەيتىش، تىنچلاندۇروش، ئاغرىق

پەسەيتىش، ئىسھالنى توختىتىش، قىزىتمىنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىس ـ تۈتەكتىن ۋە تاماكىنىڭ خۇمارىدىن بولغان باش ئاغرىقى، خەپەقان، ئاشقازان قىزىش، مەنىي بالدۇر يۇروپ كېتىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى ئامىلە I

تەركىبى: يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 20 گرام، ئاقلانغان ئامىلە 10 گرام، گاۋزىبان، قىزىل گۈل، ئاق سەندەل ھەر بىرى بەش گرام، ناۋات 80 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، ناۋات تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك، جىگەر، ئاشقازانىنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش، تىنچلاندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل باش ئاغرىقلىرى ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئېلىپ قايناق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى بۇخار

تەركىبى: ھېلىلە كابىلە، پىندۇق مېغىزى ھەر بىرى 120 گرام، يۇمغاقسۇت (سىركىدە چىلاپ سايىدا قۇرۇتۇلغان)، گاۋزىبان، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، تۇرۇنجى (جۇيزە) پوستى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئامىلە، قارا ھېلىلە ھەربىرى 15 گرام، ئارپىبەدىيان، بالەنگو ھەربىرى توققۇز گرام، ئاق سەندەل، ئۇد ھىندى، تاباشىر، لوك، مارجان، مەرۋايىت ھەربىرى ئالتە گرام، ئاق شېكەر ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: ئاشقازاندىن مېڭە تەرەپكە بۇخارات (گاز) ئۆرلەشنى توسىدۇ. خىلىتلارنىڭ كۆز ۋە باش ساھەسىگە ئۆرلىشىنى توختىتىدۇ، كۆزنى ئاسرايدۇ، يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاندىن بۇخار ئۆرلەش خاراكتېرلىك باش ئاغرىقى، كۆز چىڭقىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى كەشنىز II

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ھەربىرى 31 گرام، ناۋات 120 گرام.

ياسىلىشى: دورىلار تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىسسىقتىن، ئىس ـ تۈتەكتىن، خۇماردىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل باش ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 گرام ئېلىپ قاينىق سۇ بىلەن كاپ ئېتىلىدۇ.

شەربىتى خۇمار

تەركىبى: قارىئۆرۈك، تەمرى ھىندى ھەر بىرى 300 گرام، چۇچۇمەل ئانار سۇيى، تاتلىق ئانار سۇيى، تاتلىق ئالما سۇيى، لىمون سۇيى ھەربىرى 150 گرام، شېكەر 600 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئىككى لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، ئاندىن 750 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، يۇقىرىقى مېۋىلەر سۇيىنى ئارىلاشتۇرۇپ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، سەپرا ۋە ھارارەتنى پەسەيتىش، باش ئاغرىقىنى قالدۇرۇش، كۆڭۈل ئاينىشنى توختىتىش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قىزىتما، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، باش قېيىش، باش چىڭقىلىش، ھەرخىل تەپلەر، تاماكا خۇماردىن بولغان باش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى كەشنىز

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كابىلە ھىلىلە پوستى، ئاقلانغان يۇمغاقسوت ئۇرۇ-

قى، تازىلانغان ئامىلە ھەربىرى 16 گرام، تۇرۇنجى پوستى 14 گرام، تاباشىر، پاقىيوپۇر-مىقى ئۇرۇقى، گاۋزىبان گۈلى ھەر بىرى 10 گرام، كۈموش ۋاراق ئالتە گرام، قىزىلگۈل ئەرقى 150 مىللىلىتىر، بىدىمىشكى ئەرقى 100 مىللىلىتىر، ئاق ناۋات 250 گرام.

ياسىلىشى: ئەرەقلەرنى ناۋات بىلەن قىيام قىلىپ، يۇقىرىقى دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىدىن كۈموش ۋاراق قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈش، تىنچلاندۇرۇش، سەپرا ۋە سەۋدانى تەڭشەپ، ھارارەتنى پەسەيتىش ھەمدە ھەزمنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن، گازدىن بولغان باش ئاغرىقى، سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى كەشنىز

تەركىبى: يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 100 گرام، ئاق ۋە قارا خەشخاش ئۇرۇقى، ئاقلانغان قارا سۇنا ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، يېسىۋىلەك ئۇرۇقى مېغىزى، ئاقلانغان سېمىزگۈت ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل ھەر بىرى ئالتە گرام، زەپەر 1.5 گرام، ئىپار 0.5 گرام، شېكەر 300 گرام، بېھى شەربىتى، ئالما شەربىتى ھەر بىرى 300 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: شېكەرنى قىيام قىلىپ، شەربەتلەرنى قوشۇپ، ئۈستىدىن يۇقىرىقى دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئىپار، زەپەرلەرنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قاننى تازىلاش، مېڭە، يۈرەك ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىش، كۆڭۈلنى ئېچىش، سۇيدۇك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەپرا ۋە قاندىن بولغان تەپ، باش ئاغرىقى، باش چىڭقىلىش، نېرۋا ئاجىزلىقى، نەپەس سىقىلىش، جىگەر خىزمىتى ناچارلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

نۇتۇلى بۇخار

تەركىبى: گۈل يېغى، بابۇنە يېغى مەلۇم مىقداردا.

ياسلىشى: ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاندىن بۇخار ئۆرلەش خاراكتېرلىك باش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 مىللىلىتىر ئېلىپ باش ساھەسىگە تېمىتىلىدۇ.

باش كېسەللىكلىرىگە تېشىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

پاشويەئى سۇدائ

تەركىبى: ئاق لەيلىگۈلى، نېلۇپەر گۈلى، سۆگەت غازىكى ھەربىرى 30 گرام، گۈلبەنەپشە 20 گرام، بۇغداي كېپىكى 10 گرام، سۇ 10 لىتىر.

تەسىرى: باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەپرا ۋە قاننىڭ غالىبلىقىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: قاينىتىلغان دورا سۇيىنى داسقا تۆكۈپ پۈت چىلىنىدۇ.

رەۋغىنى ۋەرد II

تەركىبى: قىزىلگۈل 300 گرام، كۈنجۈت يېغى 200 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ھەر قېتىمدا 100 گرام گۈلنى كۈنجۈت يېغىدا ئۇچ كۈن تۇرغۇزۇپ، سقىپ ئېلىنىدۇ. ئۇدا ئۇچ قېتىم داۋاملاشتۇرۇلۇپ، ئېلىنغان ياغ 20 ~ 41 كۈنگىچە ئاپتاپتا قويۇلىدۇ.

تەسىرى: مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ، ھۆللۈك يەتكۈزۈپ ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ. قىزىتمىنى ياندۇرۇپ، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ. جاراھەتلەرنى پۈتتۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل باش ئاغرىقلار، نېرۋا ئاجىزلىقى، خەفەقان، مۇپاسىل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ. شورىسا چىش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ. كلىزما قىلسا قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە ئۇچەيدىكى يارىلارنى پۈتتۈرىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ باشنى ياغلىسا بولىدۇ.

رەۋغىنى لوبوبى سەبئە I

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، ئوسۇك ئۇرۇقى مېغىزى، بەرگىنەي قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، ئاقلانغان بادام مېغىزى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، ئاقلانغان ئاق كۈنجۈت ھەربىرى تەڭ مىقدار دا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ قىزىتىپ، ئاققان يېغى قاچىدا ساقلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ. باش ئاغرىقىنى قالدۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مېڭىنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلىرىگە بولۇپمۇ باش ئاغرىقى، مالىخۇلىيا قاتارلىقلارغا ئىشلىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدار دا ئېلىپ باشنى ياغلايدۇ.

زىمادى سۈبات

تەركىبى: پەرپىيۇن، قىزىل قىچا، شەترەنجى، چاققاقئوت ئۇرۇقى تەڭ مىقدار دا، سىركە مۇۋاپىق مىقدار دا.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەكتە، سۈبات (ئېغىر ئۇيقۇ) كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تۇيۇقسىز ئايلىنىپ كېتىش ۋە ئېغىر ئۇخلاپ ئويغىنالماسلىق كېسىلىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدار دا ئېلىپ سىرتتىن سۈركىلىدۇ.

قۇرسى مۇنەۋۋىم

تەركىبى: ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى، مۇرمەككى، زەپەر، پوستى بىلەن سوقۇلغان گۈرۈچ مەلۇم مىقدار دا.

ياسىلىشى: ئادەتتىكى قۇرس تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىدۇ. ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاغرىق پەسەيتىش مەقسەت قىلىنسا، يەرلىك ئورۇنغا

چېپىلىدۇ. ئۈيقۇ كەلتۈرۈش مەقسەت قىلىنسا، سۈدا ئېزىپ ئىككى قاشنىڭ ئوتتۇرىسىغا سۈركىلىدۇ.

باش قېيىش، كۆز قارىڭغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سۈفۈپى سەدرى دەۋۋار

تەركىبى: خەشخاش ئۇرۇقى، چىگىت مېغىزى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، بادام مېغىزى ھەربىرى ئالتە گرام، ناۋات 50 گرام.

ياسىلىشى: تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى: نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، ئۈيقۇ كەلتۈرۈش، يۆتەلنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: خەفەقان، باش قېيىش، مەنىي تۇتالماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرام ئېلىپ، 50 مىللىلىتىر گۈل ئەرقى بىلەن ئىچىدۇ.

سۈفۈپى ئىترىفىل كەشنىز I

تەركىبى: تاتلىق بادام مېغىزى 100 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى، سېرىق ھېلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، قارا ھېلىلە ھەربىرى 40 گرام، شېكەر 700 گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ. بادامنى چېقىپ، مېغىزىنى سۈغا چىلاپ، پوستىنى ئېلىۋەتكەندىن كېيىن قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، ئاندىن دورىغا قوشۇلىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، تىنچلاندۇرۇش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا ئاغرىقى، باش قېيىش، كۆزى قارىڭغۇلىشىش، ئاشقازان ئاجىزلىشىش، بوۋاسىر، قان بۇزۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ. چىرايىنى تۈزەيدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىلارغا 2 ~ 3 گرامغىچە، چوڭلارغا 4 ~ 10گرامغىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنىڭ تۇرۇش مۇددىتى 2 ~ 3 ئاي بولۇپ، ئۇزىراپ كەتسە كۇچى قالمايدۇ.

سۇفۇپى ئىترىفىل كەشنىز II

تەركىبى: پوستىدىن ئايرىلغان يۇمغاقسۇت 200 گرام، ئاقلانغان بادام مېغىزى 100 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى، سېرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، ھېلىلە پوستى، ئامىلە پوستى ھەربىرى 40 گرام، شېكەر بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، تىنچلاندۇرۇش، ئاشقازاننى قۇۋۇتلەش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا ئاغرىقى، باش قېيىش، كۆز قارىغۇلىشىش، ئاشقازان ئاجىزلىشىش، قۇلاق ئاغرىقى قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كىچىكلەرگە 2 ~ 3 گرام، چوڭلارغا 5 ~ 12 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىنى سوقۇپ، پوستى ئېلىۋېتىلىدۇ.

سۇفۇپى ئايارەج

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، تۇربۇت، بىنەپشە ھەربىرى 40 گرام، قىزىلگۇل، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى 16 گرام، كەتىرا، سوقمۇنىيا ھەربىرى 11 گرام، يۇيۇلغان سەبرە ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: باش ئاغرىقىنى يوقىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، غەيرىي تەبئىي سەۋدا ۋە سەپرانى سۇرۇش، روھلاندۇرۇش، خەفەقاننى ياخشىلاش، مېڭە، ئاشقازان ۋە بالىياتقۇدىكى ئارتۇقچە ھۆللۈكنى چىقىرىش، سۇيدۇك ھەيدەش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلەر، باش قېيىش، باش ئاغرىقى، قەۋزىيەت، خەپەقان قاتارلىقلاردا يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئۇستقۇددۇس III

تەركىبى: ئۇستقۇددۇس 30 گرام، بىستىپايەج، گاۋزىبان، پىرسىياۋشان، بادرەنجى بۇيا، ئۇد سەلىب، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى 15 گرام، قۇرۇق زۇپا، بەدىيان ھەربىرى 10 گرام، ئۇزۇم 25 گرام، ئەنجۈر 50 گرام، ھەسەل، قەنت ھەربىرى 200 گرام.

ياسىلىشى: شەربەت ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، بولۇپمۇ مېڭىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، ئۆپكىنى تازىلاپ نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش قېيىش، كۆز قارائىغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ھەسەلى مۇرەككەپ

تەركىبى: قەلەمپۇر، خولىنجان، مەستىكى، دارچىن، ئۇد ھىندى، قاقىلە، لاچىندانە، بەسباسە، جۇزبۇۋا، سازەج ھىندى ھەربىرى ئالتە گرام، قارىمۇچ ئۈچ گرام، ساپ ھەسەل 300 مىللىلىتىر، سۇ ئىككى لىتىر.

ياسىلىشى: چالا سوقۇلغان دورىلارنى داكا خالتىغا ئېلىپ، ھەسەل بىلەن سۇ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ كۆپۈكى ئېلىپ تۇرۇلىدۇ ھەمدە قاينىغان ۋاقتىتا دورا خالتىسى ھەرىكەتلەندۈرۈپ تۇرۇلىدۇ. بۇ شەربەتنى چىنە ياكى شىشە قاچىدا ساقلاش لازىم.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ھەزىمنى ياخشىلاش، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى قالدۇرۇش، كۆڭۈلنى ئېچىش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، ھەرخىل سوغۇق يەللەرنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ھەمدە مېڭە، جىگەر، ئاشقازان ۋە بوغۇم كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، 50 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى بايادىتۇس

تەركىبى: غارىقۇن 60 گرام، سەبرە 45 گرام، ئاساروۇن، سەلىخە، سوقمۇنىيا ھەربىرى 18 گرام، كامازەريۇس، قۇستە، ئەفتىمۇن ھەربىرى 12 گرام، سۇمبۇل 11 گرام، زەپەر، دارچىن، ئېگىر، مەستىكى ھەربىرى توققۇز گرام، ئۇدىبلسان، پەرپىيۇن، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، ھۇپارىقۇن، ھوماما ھەربىرى ئالتە گرام، بىلسان يېغى توققۇز مىللىلىتىر، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، بىلسان يېغىدا ياغلاپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سەۋدادىن بولغان تۇرلۈك كېسەللىكلەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل تاشلارنى چۈشۈرىدۇ، رەڭگىروينى چىرايلىقلاشتۇرىدۇ، باش قېيىش، نەپەس قىستاشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى دەبدىلۇەرد I

تەركىبى: سۇنبۇل، مەستىكى، زەپەر، تاباشىر، دارچىن، ئىزخىر، ئاساروۇن، تاتلىق قۇستە، غاپەس ئۇسارىسى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، ئوردان، لوك، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ھەببى بىلسان، قەلەمپۇر، لاچىندانە ھىندى، ئۇد ھىندى ھەربىرى 10 گرام، ئاق بېغىشىدىن ئايرىلغان قىزىلگۇل 200 گرام، ھەسەل 1.2 لىتىر.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، بولۇپمۇ جىگەر ۋە تالناك توسالغۇلىرىنى ئېچىپ، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، سوغۇق يەللەرنى ھەيدەش، ھۆل سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىش، سۇيدۇك ھەيدەش، بۇزۇلغان، كۆيگەن خىلىتلارنى سۇرۇش، تەپنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ھەمدە مېڭە، جىگەر، تال، ئاشقازان كېسەللىكلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، تاماقتىن كېيىن 1.5 گرام يېيىلىدۇ.

مەجۇنى مىلھى ھىندى

تەركىبى: ئايارەج پەيقىرا 30 گرام، سېرىق ئوت، غارىقۇن ھەربىرى 12 گرام، ئامىلە، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە، كابىلە ھېلىلىسى، بەلىلە، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى توققۇز گرام، ھىندى تۇزى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سىركەنجۈبىل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، سەۋدادىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ، بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان باش قېيىشنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەدەن ئاجىزلىقىدىن بولغان باش قېيىش، ھەزىم ناچارلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قاينىق سۇ بىلەن توققۇز گرام ئىچىلىدۇ.

مۇپەررىھى بارىد

تەركىبى: قىزىلگۈل 30 گرام، قۇرۇق يۇمغاقسوت، سېمىزئوت ئۇرۇقى، گاۋزىبان گۈلى ھەربىرى 15 گرام، زىرىخ، بېھى ئۇرۇقى، فۇپەل ھەربىرى توققۇز گرام، ئاق سەندەل، تاباشىر، گىل ئەرمىنى، بادرەنجى بۇيا، پىستە پوستى، تۇرۇنجى پوستى ھەر بىرى ئالتە گرام، ئالما شەربىتى 300 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئالما شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: كۆكرەك كېسەللىكلىرى ۋە باش قېيىشقا شىپا بولىدۇ. بەدەنىنىڭ ۋە ئېغىزنىڭ سېسىق پۇرىشىنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش قېيىش، بەدەن ۋە ئېغىزنىڭ سېسىق پۇرىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

نۇتۇلى سەدرى

تەركىبى: بابۇنە، ئەفسەنتىن، شىيە، ئىكلىلمىلىك، سۇزاپ، نەممام، ياۋا پىننە،

يالپۇز، چاڭگاك تەك مىقدارىدا.

ياسلىشى: قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئورنىدىن تۇرغاندا كۆز قاراڭغۇلىشىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: مەزكۇر دورا سۇيى بىلەن يۇيۇنىدۇ.

نۇقۇئى تۇخۇمى ئانار

تەركىبى: ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 18 گرام، تەمرى ھىندى 12 گرام، زىرىخ 10 گرام، ئاق سەندەل، قىزىلگۈلنىڭ كىندىك سېرىقى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام.

تەسىرى: قانىنىڭ تېزلىكىنى پەسەيتىش، سەپرانى كېسىش، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: دورىلارنى بىر چىنە سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، سىقىپ، سۇيىنى نېلۇپەر شەربىتى بىلەن كۇندە ئۇچكە بۆلۈپ ئىچىدۇ.

ھەببى ئۇستقۇددۇس

تەركىبى: ئۇستقۇددۇس، ئىيارەج پەيقىرا، تۇز ھەربىرى ئۇچ گرام، غارىقۇن ئىككى گرام، شەھمەنزەل بىر گرام.

ياسلىشى: قاياق سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: باش قېيىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش قېيىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: ھەممىنى بىر قېتىمدىلا يەيدۇ.

ھەرىرە (غىزائى داۋا تۇرىدىكى بىر خىل ياسالما)

تەركىبى: بادام مېغىزى ئالتە گرام، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى بەش گرام، چىگىت مېغىزى تۆت گرام، قۇرۇق يۇمغاقسۇت 2.5 گرام، بۇغداي ئۇنى كېپىكى 100 گرام.

ياسلىشى: ئالدى بىلەن كېپەكنى 200 مىللىلىتىر سۈغا سېلىپ شىرىسىنى ئالىدۇ، ئاندىن كېيىن باشقا دورىلارنى 300 مىللىلىتىر سۈدا ئېرىتىپ شىرىسىنى ئېلىپ، بۇ ئىككى خىل شىرىنى بىرلەشتۈرۈپ، 30 گرام ناۋات سېلىپ ئوتتا قويۇپ، سەل تۇرغۇزۇپ قويۇلدۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: باش قېيىش، كۆز قاراڭغۇلىشىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش قېيىش، كۆز قاراڭغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر ھەپتىگىچە ھەركۈنى 100 گرام ئىچىلىدۇ.

ئىتىرىپىل كەشنىز مۇزەئېپەر

تەركىبى: ئاقلانغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 16 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلە پوستى، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، ئامىلە، گاۋزىبان گۈلى ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر ئىككى گرام، ئىسپار 1.5 گرام، گۈلاب 200 مىللىلىتىر، ھەسەل 150 مىللىلىتىر، ناۋات 60 گرام، بادام يېغى 10 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادام يېغى بىلەن نەمدىلىدۇ. گۈلاب، ھەسەل، ناۋاتلار قىيام قىلىنغاندىن كېيىن دورىلار مەزكۇر قىيام بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرىدۇ، مېڭە ۋە يۈرەك خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام يېيىلىدۇ.

ئىتىرىپىل مۇلەييىن

تەركىبى: سانا، تۇربۇت، قىزىلگۈل ھەربىرى 45 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، قارا ھېلىلە ھەربىرى 10 گرام، زەنجۇل 1.5 گرام، بادام يېغى 15 مىللىلىتىر، ھەسەل ياكى شېكەر 600 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادام يېغىدا نەمدەپ، 600 گرام

شېكەر ياكى ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، نورمالسىز سەۋدا، سەپرا، بەلغەم خىلىتلىرىنى سۈرۈش، قەۋزىيەتنى بوشىتىش خۇسۇسىيىتى بار.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش قېيىش، كۆز قاراڭغۇلىشىش، قەۋزىيەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

مېڭىنى كۈچەيتكۈچى دورا ياسالمىلىرى

ئەتۈسى مۇقەۋۋى

تەركىبى: كۈندۈش 24 گرام، شەھمەنزەل، قارىمۇچ، ئۈستەقۇددۇس، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: ئەتۈسى پالەچنى ياساش بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى: مېڭىنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سېزىمىنىڭ ناچارلىشىشى، ئۇيقۇسىراش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ چۈشكۈرتۈلىدۇ.

ئەرقى بادرەنجى بۇيا

تەركىبى: بادرەنجى بۇيا بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: بادرەنجى بۇيىنى بىرنەچچە قېتىم تاسقاپ پاكىزلاپ، پار قازانغا سېلىپ، ئۈستىگە ئالتە لىتىر سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا پارغا ئايلاندۇرۇپ، ئۈچ لىتىر ئەرەق ئېلىنىسا كۈپايە قىلىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، ئەقلىنى زىيادە قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك، ئاشقازان، جىگەر، بۆرەك ئاجىزلىقلىرى، كۆڭۈل ئايىنىش، خەپەقان قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 15 ~

20 مىللىلىتىرغىچە، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 25 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە، چوڭلارغا 40 ~ 50 مىللىلىتىرغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۇخۇر(ئىسرىق) نۇسخىسى

تەركىبى: ئۇد ھىندى، تاتلىق قۇستە، ئاق سەندەل ھەربىرى 16 گرام، ئىپار ئۇچ گرام، كافۇر بىر گرام، قىزىلگۈل ئەرقى 200 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، قىزىلگۈل ئەرقى بىلەن يۇغۇرۇپ كۈمىلاچ ياسىلىدۇ.

تەسىرى: مېڭىنى كۈچەيتىدۇ، زېھىننى ۋە سېزىمنى ئاشۇرىدۇ. يوقالغان سەزگۈ كۈچىنى ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك كېسەللىكلىرىدە، جۈملىدىن يۈرەك ئېغىش، ئايلىنىپ كېتىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر كۈمىلاچنى ئوتقا سېلىپ، تۈتۈنىنى بۇرۇنغا تارتىدۇ.

جاۋارىش ئەنبەرى

تەركىبى: لاچىندانە، دارچىن، پىلپىل، زەنجىۋىل، جويۇز ھەربىرى بەش گرام، ئاسا-رۇن، قەلەمپۇر، زەپەر ھەربىرى ئىككى گرام، ئەنبەر، ساپ ئىپار ھەربىرى 1.5 گرام، ئاق ناۋات، ياخشى ھەسەل ھەر بىرى 200 گرام.

ياسىلىشى: جاۋارىش تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۈرەك ۋە مېڭىنى كۈچەيتىش، زېھىننى ئېچىش، ئاشقازاننى قىزىتىش، بەلغەم ماددىسىنى تەڭشەش، قويۇق يەللەرنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك، ئاشقازان زەئىپلىكى، سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان كېسەللىكلىرى، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ، بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىچىلىدۇ.

جاۋارىش نىسيان

تەركىبى: سىيادان، كابىلە ھېلىلە پوستى ھەربىرى 15 گرام، زەنجىۋىل، جۇۋازنە ھەر بىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى ئاشۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىقنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

خېمىرى ئەۋرىشىم ساددە

تەركىبى: قىرقىلغان پىلە 300 گرام، ئاق سەندەل بەش گرام، سۈنبۈل، پوستى ئوتروج، مەستىكى، قەلەمپۇر، لاچىندانە، سازەج ھەربىرى تۆت گرام، ئۇد ھىندى ئۈچ گرام، گاۋزىبان ئەرقى، قىزىلگۈل ئەرقى، تاتلىق ئالما سۈيى، بېھى سۈيى، تاتلىق ئانار سۈيى ھەر بىرى 120 مىللىلىتىر، پاكىز سۇ 1.5 لىتىر، ھەسەل 180 مىللىلىتىر، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: قىرقىلغان ئەۋرىشىمنى ئۈچ كۈن ئەرەق ياكى سۈغا چىلىغاندىن كېيىن، يېرىمى قالغۇچە قايناتىپ، ماتادىن ئۆتكۈزۈپ سۈزۈپ، تېرىپلىرىنى سىقىپ، سۈيىگە قەنت ۋە ئالما، ئانار سۈلىرىنى قۇيۇپ قىيام قىلىنىدۇ ۋە بۇنىڭغا قالغان دورىلارنى تالقانلاپ سېلىپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ. يۈرەكنى ياشارتىدۇ. نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك، جىگەر كېسەللىكلىرى، يۈرەك ئاجىزلىقى، خەپەقان، تۇتقاقلىق كېسەل ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا تۆت گرام ئېلىپ، تاماقتىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردىكى گاۋزىبان ئەرقى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى سىتتە

تەركىبى: قارا ھېلىلە پوستى، بەلىلە، ئامىلە ھەربىرى 114 گرام، سىيادان 72 گرام، قارامۇچ، ئوشەق، پىلپىل، پىلپىلمۇيە، زەنجىۋىل ھەربىرى 66 گرام، كاۋاۋچىن، بالادۇر ھەسىلى ھەر بىرى 18 گرام، قاقىلە، نارمىشكى ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت 1.8 كىلوگرام.

ياسىلىشى: قەنتنى قىيام قىلىپ، بالادۇر ھەسىلىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئارقىدىن دورىلارنى تالقانلاپ سېلىپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سېزىملارنى كۈچەيتىدۇ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل تېپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرى، بوۋاسىر، ناسۇر، ئاقما، جۈزام، باھ ئاجىزلىقى، چاچ ـ ساقالنىڭ بالدۇر ئاقىرىشىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائىمىشكى مۆتىدىل I

تەركىبى: ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلمىگەن زىرىخ 16 گرام، ئاق سەندەل، تاباشىر، قىزىل سەندەل، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، گاۋزىبان گۈلى، تازىلانغان ئامىلە، بىخ مارجان، ئاقلانغان سېمىزئوت ئۇرۇقى، كۈموش ۋاراق ھەربىرى 10 گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، ئالىي سورتلۇق كەھرىۋا، قىزىلگۈل، قىرقىلغان پىلە، دارچىن، قىزىل بەھمەن، ئاق بەھمەن، دۇرنەج ئەقرەبى، زەپەر ھەربىرى ئالتە گرام، ئۇد ھىندى، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى بەش گرام، مەستىكى، ئۆشنە، لاچىندانە ھىندى ھەر بىرى ئۈچ گرام، ئەنبەر، ئىپار 1.5 گرام، تاتلىق ئانار شەربىتى 200 مىللىلىتىر، ئاق شېكەر 500 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنت قىيامىغا ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك قاتارلىق رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىق ـ سوغۇقتىن بولغان تۇرلۇك يۈرەك، نېرۋا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى نىسيان

تەركىبى: كۈندۈر، زىرە، پىلپىل ھەربىرى توققۇز گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: ئۇنتۇغاقلىقنى قالدۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى بادام

تەركىبى: بادام مېغىزى.

ياسىلىشى: بادامنى ئاقلاپ، سوقۇپ قەلەيلەنگەن مىس لېگەنگە سېلىپ چوغ ئۈستىگە قويۇپ، لېگەندىكى بادامنىڭ ئۈستىگە ئاز - ئازدىن سۇ قۇيۇپ ئېزىپ بېرىلسە، سوقۇلغان بادام يۇمشايدۇ. ئاندىن لېگەن سىڭايان قىلىپ تۇرغۇزۇلسا، ئۇنىڭ تۆۋەن تەرىپىگە بادامـ نىڭ يېغى ئۆزىلداپ ساقىيدۇ. ساقىغان ياغ ئۆز ۋاقتىدا باشقا قاچىغا ئېلىپ تۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: تاتلىق بادام يېغىنىڭ تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق، ئاچچىق بادام يېغىنىڭ قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، تارتىشىپ قالغان پەيلەرنى بوشىتىش، ئاۋازنى نورماللاشتۇرۇش، تاش چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: خەپەقان، باش ئاغرىقى، ئۇيقۇسىزلىق، ئىششىق، ئۆپكە ئىششىقى، مۇـ پاسىل قاتارلىقلاردا سىرتتىن ياغلاشقا ئىشلىتىلىدۇ. ئىچسە ئاۋاز پۈتۈپ قېلىش، تولغاق، سۈيدۈك تۇتۇلۇش، قەۋزىيەت، سۈيدۈك ۋە ئۆت يوللىرىدىكى تاشلارنى چۈشۈرۈش رولىغا ئىگە.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچى ياكى سىرتىدىن مۇۋاـ پىق مىقداردا ئېلىپ ئىچىلىدۇ ياكى سۈركىلىدۇ.

سۈفۈپى كىبرىت

تەركىبى: جۇۋىنە توققۇز گرام، جويۇز سەككىز گرام، گۈڭگۈرت سېرىقى ئالتە گرام، قارىمۇچ ئۈچ گرام، ناۋات ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى: ئۇنتۇغاقلىقنى قالدۇرىدۇ. يۇرەك، مېڭە، جىگەر ۋە ئۆپكىنى قۇۋۋەتلەيدۇ. ھاـ رارىتى غەرىزەنى ئاشۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 6 ~ 9 گرامغىچە ئىچىشكە بېـ رىلىدۇ.

سۈفۈپى مۇنەششىت

تەركىبى: دارچىن، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، مەستىكى، زورەمباتلار تەڭ مىقدارداً، قەنت ياكى ناۋات ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: داۋاملىق يېسە مېڭە ۋە يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈپ خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ. ئەستە تۇتۇش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق، غېربىسىنىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى مۇنەققى

تەركىبى: تۇربۇت، ئەفتىمۇن، تۇز ھەربىرى ئۈچ گرام.

تەسىرى: مېڭىنى تازىلايدۇ، بەدەندىكى قويۇق بەلغەمنى چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: خامۇشلۇق ۋە سېزىمنىڭ ناچارلىشىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئىلمان سۇ بىلەن ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى نىسيان

تەركىبى: كۈندۇر 21 گرام، مەستىكى 12 گرام، كاكىنەچ 11 دانە، دارچىن، پىلپىل، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى ئۈچ گرام، شېكەر ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: ئۇنتۇغاقلىقنى قالدۇرىدۇ. مېڭىنى تازىلايدۇ. ھارارەتنى غەرىزەنى ئاشۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى ھەققۇلنەزىل

تەركىبى: سۆگەت گۈلى چېچىكى 80 گرام، ئانار غۇنچىسى 25 گرام، پەرپىيۇن بەش گرام، تاماكا تۆت گرام.

يۇسۇلى: دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سۈزۈپ قېلىندۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭىنىڭ سەزگۈ نېرۋىلىرىنى ئويغىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل نېرۋا كېسەللىكلىرى، زۇكام، باش ئاغرىقلىرى ۋە ھوشىدىن كەتكەن بىمارلارغا چۈشكۈرتۈش ئۇچۇن پۈرىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ پەقەتلا پۈرىتىش ئۇچۇن تەييارلانغان بولۇپ، ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ، ئىچكۈزۈلمەيدۇ!

ئەسكەرتىش: پەرپىيۇن بولمىسا، ئۇنىڭ ئورنىغا 35 گرام ناشۋال ياكى بەش گرام كۇندۇش ۋە ياكى 10 گرام قارىمۇچ ئىشلەتسە بولىدۇ.

شەربىتى زەبىب

تەركىبى: قوي گۆشى ئىككى كىلوگرام، كۆك كەپتەر باچكىسى ئىككى دانە، كەكلىك بىر دانە، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، زىرە ھەر بىرى 50 گرام، دارچىن، شاقاقۇل، بەسباسە، جويۇز، خولىنجان، زورەمبات ھەربىرى 25 گرام، ئۇزۇم سۇيى ئىككى لىتىر.

يۇسۇلى: ئاۋۋال ئۇزۇمنى پاكىز چايقاپ، سقىپ سۇيىنى چىقىرىپ، تىرىپ - ئۇرۇقلىرىدىن ئايرىلىدۇ. ئاندىن ئۇزۇم سۇيىنى قازانغا قۇيۇپ، باچكا ھەم كەكلىك، قوي گۆشلىرىنى كاۋاپ قىلىپ، قالغان دورىلارنى چالا سوقۇپ سېلىپ، ئوتنى سۇس، بىرخىل قالاپ قاينىتىپ، ئۇزۇم سۇيى 1.5 لىتىر قالغاندا دورىلارنى سۈزۈۋېتىپ، سقىپ قاچىغا ئېلىپ، ئاغزىنى ھىم ئېتىپ ئاپتاپتا قويۇلىدۇ ياكى ئاتنىڭ تېزىكىگە كۆمۈلىدۇ (ئاپتاپتا بىر ئاي، ئات تېزىكىدە 12 كۇن تۇرغۇزۇلىدۇ).

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: نېرۋىنى پەسەيتىش، جىنسىي ئاجىزلىقنى ياخشىلاش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك ، ئاشقازان ۋە ئۇمۇمىي بەدەن زەئىپلىكى، ئۇچەي ئاغرىقلىرى، بەرەس قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا 100 ~ 150 مىللىلىتىرغىچە، كىچىكلەرگە 50 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ شەربەت قانچە ئۇزۇن ساقلانسا شۇنچە كۈچىيىدۇ.

شەربىتى زوھرىلقوتىن

تەركىبى: كىۋەز چىچكى (كىۋەزنىڭ يەرگە چۈشۈپ كەتمىگەن گۈلى) 500 گرام، زەپەر بەش گرام، شېكەر 1500 گرام.

ياسىلىشى: كىۋەز گۈلىنى ئىككى لىتىر بۇلاق سۇيى ياكى تازىلانغان پاكىز سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، 1300 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ سىقىپ، شېكەرنى سېلىپ، سۇس ئوتتا بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ قىيام قىلىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن زەپەرنى سالايە قىلىپ، قىيامغا سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل نېرۋا كېسەللىكلىرى، تۇتقاقلىق، ئۇيقۇسىزلىق، بىھوشلۇق ۋە ئاياللاردىكى ئېھتىناقۇر رەھىم (ھىستېرىيە) كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 10 ياشتىن چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ.

شەربىتى گاۋزىبان

تەركىبى: گاۋزىبان 30 گرام، بادرەنجى بۇيا 15 گرام، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، سۇنبۇل، ئۆشنە ھەربىرى توققۇز گرام، زەپەر ئۈچ گرام، كافۇر ئىككى گرام، ئىپار 1.5 گرام، قەنت 280 گرام.

ياسىلىشى: زەپەر، كافۇر، ئىپارلاردىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، 600 مىللىلىتىر سۇ ۋە گۈلابقا چىلاپ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ، ئۈستىگە يۇقىرىقى دورىلارنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۈرەك ۋە مېڭىنى كۈچەيتىدۇ. كۆڭلى ئاينىش ۋە يۈرەكنىڭ تىترىشىنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۈرەكنىڭ رىتىمسىز سېلىشى، بىئاراملىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 30 مىللىلىتىردىن ئىچىلىدۇ.

فۇلۇنىيايى پارىسى

تەركىبى: بەزرۇلبەنجى، ئاقمۇچ ھەربىرى 60 گرام، ئەپيۇن 30 گرام، زەپەر 15 گرام، دۇقۇ توققۇز گرام، پىلپىل ئالتە گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۇنبۇل، سازەج ھىندى، سەلەخە، ھەببى بىلسان، ئاقسرقەرھا، پەرپىيۇن ھەربىرى ئۇچ گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: مېڭىنى كۈچەيتىپ، ئەستە ساقلاش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ، قان توختىتىدۇ، بالىياتقۇنى كۈچەيتىپ يەللەرنى يوقتىدۇ، بالا چۈشۈپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. ئىچ سۇرۇش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق، بالىياتقۇ ئاجىزلىقى، قاناش ۋە ئىچ سۇرۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: دورا ياسىلىپ ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن كۈندە بىر قېتىم، 1 ~ 2 گرامغىچە ئىچىلىدۇ.

قۇلۇنجى ئۇچۇن جۆئدە (چاڭگاك) سۇيى بىلەن، مەيدە ئاغرىقى ئۇچۇن رۇم بەدىيان قايىنىتىلمىسى بىلەن، تال كېسەللىكلىرىدە سىركەنجۇبل بىلەن، بۆرەك، دوڭساق كېسەللىكلىرىدە ئارپىبەدىيان قاينىتىلمىسى بىلەن، قان توختىتىشتا سۇماق قاينىتىلمىسى بىلەن ئىچىلىدۇ.

فۇلۇنىيايى مەھمۇد

تەركىبى: ئەپيۇن، قارىمۇچ ھەربىرى 60 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، زەپەر، قىزىلگۈل ھەربىرى 18 گرام، سۇنبۇل، ئاسارۇن، بەسباسە، لاچىندانە، دارچىن، مەستىكى، رەۋەن، زەنجۇبل، ئەفتىمۇن، ئىپار ھەربىرى ئالتە گرام، كۈموش ۋاراق 100 دانە، ئالتۇن ۋاراق 50 دانە، ئەنبەر ئۇچ گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى: مېڭىنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئەسەبىيلىك، خىيالپەرەسلىك ۋە مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىچىلىدۇ.

گۈلقەنتى زوھرىلقوتىن

تەركىبى: كېۋەز چېچىكى بىر كىلوگرام، شېكەر تۆت كىلوگرام.

ياسىلىشى: ئېچىلغان كېۋەز گۈلىنى يېغىپ ئېلىپ، ھاۋانچا ياكى ماشىنىدا ئېزىپ، ئۈنىكىغا شېكەر ياكى ھەسەلنى سېلىپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: نېرۋىنى پەسەيتىش، مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل نېرۋا، مېڭە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇللەھمى

تەركىبى: تۆت ئايلىق بولغان سېمىز پاقلان گۆشى، سېمىز ئوغلاق گۆشى، سېمىز چۈجە گۆشى ھەربىرى 600 گرام، پاختەك گۆشى، قۇشقاچ گۆشى ھەربىرى 40 دانە، كەپتەر يەتتە دانە، سازەج ھىندى، بەدىيان، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، كۆك پىننە ھەربىرى 100 گرام، پىياز، يۇمغاقسۇت ھەربىرى 50 گرام، قەلەمپۇر، لاچىندانە، مەستىكى، جۇۋىنە، دارچىن، قېلىن دارچىن، ئۇد ھىندى، ئۇد سەلىب، ئۇستقۇددۇس، خولىنجان، زورەمبات، سۇنبۇل، جۇز بۇۋا، بەسباسە، لاچىندانە ھىندى، سازەج ھىندى ھەر بىرى ئۈچ گرام، كالا يېغى 400 گرام، بىدمىشكى ئەرقى، گاۋزىبان ئەرقى، قىزىلگۈل ئەرقى ھەربىرى 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: گۆشلەرنى ياغ ۋە سۆڭەكلىرىدىن ئايرىپ، قازاندا شورپا قىلىپ، ئۇستىگە سازەج ھىندى، بەدىيان، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، پىننىلەرنىڭ ھەربىرىدىن 100 گرام ئېلىپ، خالتىغا سېلىپ بىرگە قاينىتىلىدۇ. گۆشلەر يۇمشاق پىشقاندىن كېيىن گۆش ۋە دورا خالتىلىرىنى سىقىپ ئېلىۋېتىپ، شورپا ئايرىم قاچىغا قاچىلىنىدۇ. سۇزۇۋېلىنغان گۆشنى توغراپ، پىياز ۋە يۇمغاقسۇتنىڭ ھەربىرىدىن 50 گرام، قەلەمپۇر ۋە لاچىندانىڭ ھەربىرىدىن 30 گرام ئېلىپ، قازانغا سېلىپ كالا يېغىدا قىزارغىچە قورۇلىدۇ. ئۈندىن كېيىن يۇقىرىقى شورپىغا (شورپىنىڭ قېتىپ قالغان ياغلىرى تازىلىۋېتىلىدۇ) قورۇلغان گۆش ۋە قالغان دورىلار (چالا سوقۇپ) نى ئارىلاشتۇرۇپ، پار قازىنىغا سېلىپ قاينىتىپ، قائىدە بويىچە پار سۇيى ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: بۇ بىرخىل يەڭگىل ۋە تېز ئۆزلىشىدىغان مەنپەئەتلىك ئوزۇقلۇق بولۇپ، پۈتۈن بەدەننى جۇملىدىن رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، قان كۆپەيتىپ ، بەدەننى سەمرەتتىش، جىنسىي ئاجىزلىقنى تۈگىتىش، يېڭى كېسەلدىن قوپقانلارنى ماغدۇرلاندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى، نېرۋا ئاجىزلىق، كەم قانلىق، جىنسىي ئاجىزلىق، ماغدۇرسىزلىق قاتارلىقلارنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 50 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ماددەتۈلھايات

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 90 گرام، زەنجىۋىل، پىلپىل، قارىمۇچ، دارچىن، ئامىلە، بەلىلە پوستى، شەترەنجى ھىندى، يۇمىلاق زىراۋەندە، سۆئلەپ، چىلغوزا مېغىزى، بابۇنە يىلتىزى، يېڭى نارجىل ھەربىرى 30 گرام، بابۇنە ئۇرۇقى 15 گرام، ھەسەل ئىككى ياكى ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. بەدەننى كۈچەيتىش، مېڭىنى كۈچەيتىپ، چۈشىنىش ۋە ئەستە ساقلاش خىزمىتىنى ياخشىلاش، ئەقلىنى ئاشۇرۇش، ھەزىمنى ۋە باھنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق، خامۇشلۇق، پالەچ، لەقۋا، ئىشتىھاسىزلىق، تىل ئېغىرلىشىش، سۆيدۈك تۇتالماسلىق، بەل ۋە بوغۇم ئاغرىقى، چىش مىلىكى بوشىشىپ كېتىش، قۇلۇنجى، ئىستىسقا، ئورۇقلۇق قاتارلىقلارغا ھەمدە سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەردىكى باھ ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: تەييارلىنىپ 40 كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ. بۇ دورا ياسىلىپ تۇرغۇزۇلغاندىن باشلاپ تولۇق تەسىرىنى كۆرسىتىپ، ئاندىن قۇۋۋەتنى تەدرىجىي تۆۋەنلەيدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورا ئىسسىق مىزاجلىقلارغا ۋە ياشلارغا ئېغىر كېلىدىغانلىقى ئۈچۈن، سۇت ياكى سىركەنجىۋىل بىلەن ئىچىشى كېرەك.

مەجۇنى پىيروزى نوش

تەركىبى: ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى ھەربىرى 60 گرام، پەرپىيۇن، ئاقىرقەرھا، سۇنبۇل، زەپەر ھەر بىرى 21 گرام.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق، يەلدىن بولغان قۇلۇنجى، قورساق ئاغرىقى ۋە ھامىلىدار ئاياللاردىكى سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سەنجىرىنا

تەركىبى: سۇنبۇل 30 گرام، بەسباسە، جويۇز، لاچىندانە، زەنجىۋىل، دارچىن، قەلەمپۇر، زەپەر، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، مەستىكى، ئۇد سەلىب، نارجىل، سازەج ھىندى، تاتلىق بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، قۇشقاچ مېڭىسى ھەربىرى 18 گرام، شاقاقۇل، زاراڭزا ئۇرۇقى، ماھى زەھرەج ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، جۇۋىنە، زىرە، رۇم بەدىيان، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، چىگىت مېغىزى ھەربىرى توققۇز گرام، ئۇرۇقسىدىن ئايرىلغان ئۇزۇم، قەنت ھەربىرى 90 گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى: بۇ مەجۇننىڭ باھنى، يۇرەك، جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىشتە تەسىرى ياخشى.

ئىشلىتىلىشى: باھ ئاجىزلىقى، ھەزىم ناچارلىشىش، كۆز ۋە قۇلاق خىزمىتى تۆۋەنلەش، ئۇنتۇغاقلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سۇقرات

تەركىبى: تۇربۇت 60 گرام، ئۇد خام 36 گرام، سەبرە 30 گرام، قارا ھېلىلە، بەلىلە

پوستی، ئامىلە ھەربىرى 18 گرام، قىزىلگۈل، بادرەنجى بۇيا، يۇيۇلغان لوك ھەربىرى 15 گرام، سەئدى كۆفى، ھەببۇلمىھلەب ھەربىرى 12 گرام، جويۇز، رەۋەن، قەلەمپۇر، قاقىلە، بەسباسە، ئۆشنە، سۇنبۇل، زەپەر، تاغ پىيىزى، زەرنەپ، شەترەنجى ھىندى، دارچىن ھەربىرى توققۇز گرام، مۇرمەككى، ئېگىر، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، كەرەپشە ئۇرۇقى، زاغۇن، پىياز ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، پەرەنجىمشكى، ھەببۇلغار، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە ھەر بىرى بەش گرام، رۇم بەدىيان، قۇندۇز قەھرى، ھەببى بىلسان، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، ئاسارۇن، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام، ئاچچىق بادام يېغى مەلۇم مىقدارىدا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، بادام يېغىدا ياغلاپ، قائىدە بويىچە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە خىزمىتىنى ياخشىلاشتا تەسىرى ياخشى.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق، مالىيخۇلىيا، تۇتقاق كېسەل، باش ئاغرىقى، مېڭە ئاجىزلىقى، ھەرخىل نېرۋا كېسەللىكلىرى، بوغۇم ئاغرىقى، كونا يۆتەل، سۇيدۇك تۇتالماسلىق، ئاقكېسەل، دائىرىلىك چاچ چۈشۈش، بوۋاسىر، تال خىزمىتى ناچارلىشىش، قۇلاق ۋە تىل ئېغىرلىقى ۋە باشقا بەلغەم خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 15 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئارپىغا كۆمۈپ ئالتە ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلسا، ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

مەجۇنى نىسيان

تەركىبى: كۈندۇز، ئېگىر، سەئدى كۆفى ھەربىرى 30 گرام، قارىمۇچ، زەنجىۋىل ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل 2 ~ 3 ھەسسە.

تەسىرى: مەخسۇس ئۇنتۇغاقلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق ۋە ياد ئېلىش قۇۋۋىتى ئاجىزلىشىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى ھار

تەركىبى: ئۆشنە، ئەز پارەتىب، نارمىشكى، پەرەنجىمشكى ھەربىرى 12 گرام، قەلەم-

پۇر، تېپىز دارچىن، سۇنبۇل، دارچىن ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 230 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مەستىكى بىلەن زەپەردىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مەستىكى ۋە زەپەرنى ئايرىم ـ ئايرىم سالايە قىلىپ، ئالدى بىلەن ھەسەلگە زەپەرنى سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، ئارقىدىن مەستىكى تالقىنىنى تاسقاپ، پۇتۇن دورىلارنى ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سېلىپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، ئاشقازان ۋە يۇرەكنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان نېرۋا كېسەللىكلىرى، ئاشقازان، يۇرەك ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 3 ~ 4 گرامغىچە، بالىلارغا 1 ~ 2 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇپەررىھى ياقۇت مۇتىدىل

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، گاۋزىبان، مارجان يىلتىزى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، ئاق بەھمەن، قىزىلگۈل ياپرىقى، كەھرىۋا، پورتىخال پوستى، كۆيدۈرۈلگەن ئاق يىپەك غوزىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى (پوستى ئايرىلغان) ھەربىرى ئالتە گرام، كافۇر ئۈچ گرام، ھېلىلە مۇرابباسى (ھەسەل بىلەن قىلىنغان) 190 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مارجان يىلتىزى، مەرۋايىتتىن باشقىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مارجان يىلتىزى، مەرۋايىتنى سالايە قىلىپ، سېرىق ھېلىلە مۇرابباسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۇتىدىل.

تەسىرى: نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، يۇرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا، يۇرەك ۋە جىگەر خىزمىتى ئاجىزلاشقان، روھى تۇتۇلۇپ كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 2 ~ 4 گرامغىچە، بالىلارغا 1 ~ 2 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

نۇشدارى سادده I

تەركىبى: تازىلانغان ئامىلە 300 گرام، ئاق بېغىشى قىرقىۋېتىلگەن قىزىلگۇل 20 گرام، سەئدى كۆفى 16 گرام، قەلەمپۇر، مەستەكى، ئاسارۇن، سۇنبۇل ھەربىرى 10 گرام، زەرنەپ، بەسباسە، قاقىلە، لاچىندانە، جۇزبۇۋا، گۈلدارچىن، زەپەر ھەربىرى ئالتە گرام، شېكەر 500 گرام، ھەسەل 500 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: شېكەر ۋە ھەسەلنى قىيام قىلىپ كۆپۈكىنى ئېلىۋېتىپ، سۇۋۇغاندىن كېيىن تازىلانغان ئامىلىنى سېلىپ، ئارقىدىن سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، ئاخىرىدا زەپەرنى سېلىپ ياخشى قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى ۋە بۆرەك، تال، ئاشقازانلارنى قۇۋۇتلەش، باھنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە. بالدۇر قېرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىشتىمۇ بەلگىلىك رولى بار.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە ۋە يۈرەك ئاجىزلىقى، تۇنقاقلىق، خەپەقان، جىنسىي ئاجىزلىق، ئاشقازان ئاجىزلىقى، كەم قانلىق، كەم ماغدۇرلۇق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەتىگەن ـ ئاخشامدا تاماقتىن ئىلگىرى 6 ~ 9 گرامغىچە بېرىلىدۇ. كىچىكلەرگە مىقدارى ئازايتىلىدۇ.

نۇشدارى لۇئلۇۋى

تەركىبى: تازىلانغان ئامىلە 300 گرام، تاباشىر، قىرقىلغان پىلە، مەستەكى، زەپەر، سۇنبۇل، مەرۋايىت، كەھرىۋا، قىزىلگۇل ھەربىرى 10 گرام، ياقۇت، رەۋەن، ئاسارۇن، سەئدى كۆفى، ئۇد ھىندى، ئىزخىر، ئاق سەندەل، پوستى تۇرۇنجى، سازەج ھىندى، بىخ مارجان، يېشىل قاشتېشى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، دۇرنەج ئەقرەبى، لاچىندانە ھىندى، ئۇرۇقى ئايرىلغان زىرىخ، ئالىي سورتلۇق ئەنبەر، ئالتۇن ۋاراق، كۈموش ۋاراقلار ھەربىرى ئالتە گرام، ئاق شېكەر 700 گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 700 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاپ، پۈتۈن بەدەننى قۇۋۇتلەيدۇ. پەينى چىڭىتىدۇ. ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا ئاجىزلىق، خەپەقان، جىنسىي ئاجىزلىق، مەنىي تۇتالماسلىق، ئاشقازان زەئىپلىك قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئەنبەر

تەركىبى: پەنەرمايە 15 گرام، ئەنبەر، خۇسيەتۇسسۆئلەب، خولىنجان ھەربىرى 10 گرام، ئىپار، مەستىكى، قەلەمپۇر ھەر بىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: ئايرىم ـ ئايرىم سوقۇپ، ھۆل نوقۇت سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، بىر گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك ۋە جىگەر قاتارلىق ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، باھنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا، يۈرەك ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىگە، باھ ئاجىزلىقىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 3 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى بالەنگو

تەركىبى: ئۇد خام، قەلەمپۇر، كاۋاۋچىن، گۈلدارچىن، قارىمۇچ ھەربىرى توققۇز گرام، بالەنگو ئالتە گرام، پىلپىل، بابۇنە ئۇرۇقى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەربىرى ئۈچ گرام، زەپەر ئىككى گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: خۇشلۇق كەلتۈرۈش، مەنىنىڭ بالدۇر يۈرۈپ كېتىشىنى تورمۇزلاش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش مىقدارى: قەنت قېيامى بىلەن ھەب قىلىپ، لازىم بولغاندا ئىككى دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى جەدۋاركەبىر

تەركىبى: قۇندۇز قەھرى، ئەپيۇن ھەربىرى 75 گرام، ئامىلە، شاقاقۇل ھەربىرى 18

گرام، سۆئلەپ مىسرى 16 گرام، پارپا، دۇرنەج ئەقرەبى، زەنجىۋىل، رۇم بەدىيان، مۇقەل، سېرىق ھېلىلە ھەربىرى 12 گرام، ئاق بەھمەن ۋە قىزىل بەھمەن، بەزرۇلبەنجى، كاۋاۋۇچىن، ئاقىرقەرھا، سەمغى ئەرەبى، سالاجىت، قەلەمپۇر، گاۋزىبان، سەئدى كۆفى، سەۋزە ئۇرۇقى، ئادراسمان ئۇرۇقى، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، قۇرۇق يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، بەدىيان ھەربىرى 10 گرام، سۇنبۇل، قاقىلە، پەرپىيۇن، يۇمىلاق زىراۋەندە، جۇۋگو رەۋىنى، بادام مېغىزى، ئاق سەندەل، سىركىگە چىلانغان زىرە، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەربىرى ئالتە گرام، مۇرمەككى، مەرزەنجۇش ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، گۈلاب بىلەن نوقۇت (3 . 0 گرام) چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىچكى ئەزالارنى كۈچەيتىپ، ساقلىقنى ساقلاش ۋە زۇكام، نەزلە، ئىسھاللارنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان خەفەقان، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقلىرى جۇملىدىن جىنسىي ئاجىزلىق، ھەزىم ناچارلىشىش، ئىچ سۇرۇش قاتارلىقلاردا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەرقېتىمدا 2 ~ 3 دانە ئىچىلىدۇ.

ھەببى مۇسەككىر

تەركىبى: نارجىل، بەزرۇلبەنجى يىلتىزى، پەرپىيۇن، زەپەر ھەربىرى توققۇز گرام، مەستىكى، ئېگىر، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل ھەربىرى ئالتە گرام، پوستى تۇرۇنجى، پەرەنجىمىشكى، سۇنبۇل، كاۋاۋۇچىن، قەلەمپۇر، بەسباسە، سەئدى كۆفى، زورەمبات، قۇرۇق يۇمغاقسوت، جويۇز، بەزرۇلبەنجى، ئىپار، ئەنبەر، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى بەش گرام، كۈمۈش ۋاراق، ئالتۇن ۋاراق ھەربىرى 25 دانە.

ياسىلىشى: گۈلاب بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: مەست قىلىپ ئەسەبىيلىكنىڭ ئېشىپ كېتىشىنى پەسەيتىدۇ، مەنىي تۇتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تېرىككەكلىك، مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 2 ~ 3 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببی مۇنشت

تەركىبى: ئەپيۇن 15 گرام، بەزرۇلبەنجى، قارىمۇچ ھەربىرى توققۇز گرام، سۇنبۇل، ئالسارۇن، زەپەر، مەستىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، دارچىن، رەۋەن ھەربىرى ئالتە گرام، زورەمبات، ھەببۇلغار، ئاقىرقەرھا، قەلەمپۇر، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى بەش گرام، بەسباسە ئۇچ گرام.

ياسلىشى: گۇلاب بىلەن ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى: كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەزگۈرلۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببی ئىستەمخقۇن

تەركىبى: سەبرە 45 گرام، بىستېپايەج، ئەفتىمۇن ھەربىرى 18 گرام، سوقمۇنىيا، غالىقۇن، شەھمەنزەل ھەربىرى توققۇز گرام، سۇنبۇل، سەلىخە، زەپەر، ھەببى بىلسان، تۇز، ئېگىر، ئاسارۇن، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، ئۇد ھىندى، مەستىكى، ئىزخىر يىلتىزى، يۇمىلاق زىراۋەندە، دارچىن ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسلىشى: بەدىيان سۇيىدە يۇغۇرۇپ ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى: باش ۋە پۇتۇن بەدەننىڭ سوغۇقلۇقىنى تارتىدۇ، ئەستە ساقلاش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. يامان خىيالنى يوقىتىپ، سەۋادىن بولغان تۇرلۇك كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: خىيالپەرەسلىك، ئۇنتۇغاقلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، بەش گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىترىفىل زامان

تەركىبى: تۇربۇت، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ھەربىرى 60 گرام، سىرىق ھىلىلە پوستى، كالا

بىلە ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، گۈلبىنەپشە، سوقمۇنىيا ھەربىرى 30 گرام، بەلىلە پوستى، ئامىلە، قىزىلگۈل، تاباشىر، نېلۈپەر ھەربىرى 15 گرام، ئاق سەندەل، كەتىرا ھەربىرى توققۇز گرام، بادام يېغى 90 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادام يېغىدا تالقان قىلىنىدۇ. ئۇندىن كېيىن 100 دانە چىلان، 30 دانە سەرپىستان، 30 گرام گۈلبىنەپشىلەرنى قاينىتىپ، ھېلىلە سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ، يېرىم لىتىر ھەسەل بىلەن قېيام قىلىپ، ئۇستىدىن يۇقىرىقى دورا تالقىنىنى قوشۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭىنى ۋە قانىنى تازىلايدۇ، نورمالسىز سەۋدا، بەلغەم خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ. سوزۇلما نەزلە ۋە زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق، خىيالپەرەسلىك ۋە نېرۋا ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىترىفىل كەبىر I

تەركىبى: شەترەنجى ھىندى، جۇۋىنە، سۆئىتەر (ياۋا يالپۇز) ھەربىرى 50 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى 18 گرام، ئاقمۇچ، قارىمۇچ، نارمىشكى، تاشتۇز ھەربىرى 12 گرام، سۇنبۇل، ئاترىلال، لاچىندانە، ئېگىر ھەربىرى 10 گرام، دارچىن ئالتە گرام، نۆشادۇر 1.5 گرام، ھەسەل 300 مىللىلىتىر، بادام يېغى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ ، بادام يېغىدا ياغلاپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، مېڭە تومۇرلىرىدىكى توسالغۇنى ئېچىش، ئاشقازاننى قۇۋۇتلەش، يەل ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، ئۇمۇمىي بەدەن ئاجىزلىقلىرى ۋە مېڭە، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىتتىرىفىل ئۇستقۇددۇس I

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، ئامىلە پوستى، سانا، ئاق تۇربۇت، بىسـ
تىپايەج، ئۇستقۇددۇس، مەستىكى رۇمى، ئەفتىمۇن، ئۇزۇم ھەربىرى 16 گرام، بادام يېغى 75 گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 600 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، بادام يېغىدا ياغلاپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارـ لىنىدۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىش، سەپرا ۋە سەۋدانى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا ئاجىزلىق، سەۋدادىن بولغان سەرسام، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: تەييارلاپ 41 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە يېيىلىدۇ.

ئىتتىرىفىل ئۇستقۇددۇس II

تەركىبى: ھېلىلە كابىلە پوستى، بەلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، ئاقلانغان ئامىلە ھەربـ
ىرى 30 گرام، ياۋا ئەمەن (ئەفسەنتىن)، شەترەنجى ھىندى، ئەفتىمۇن، بىستىپايەج، تۇربۇت، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى 15 گرام، مەستىكى، لاجۇۋەرد، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى 12 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان ھەربىرى 10 گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل ئۇچ لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادام يېغىدا نەمدەپ، ھەسەلنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭىنى تازىلايدۇ، نورمالسىز سەپرا ۋە سەۋدانى ھەيدەپ چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سارائىلىق، مالىخۇلىيا (خىيالپەرەسلىك) قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 8 ~ 10 گرام، قاينىق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

ياقۇتى مۇقەۋۋى

تەركىبى: ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، تاباشىر، زورەمبات، بادرەنجى بۇيا، قەلەمپۇر،

سازەج هىندى، ئۇد قىمارى، قىرقىلغان پىلە، تۇرۇنجى پوستى ھەربىرى ئالتە گرام، گاۋزىبان، دۇرنەج ئەقرەبى، لەيلى، ياقۇت، ئەقىق، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق، ئەنبەر، زەپەر، كافۇر ھەربىرى بەش گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، مارجان، كەھرىۋا، پەرەنجىمشكى ھەربىرى ئۇچ گرام، ئىپار ئىككى گرام، قەنت، ھەسەل ھەربىرى 150 گرام.

ياسلىشى: قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: خىلىتلارنى جانلاندۇرۇپ، خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مالىيخۇلىيا ۋە باشقا سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم، ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

پالەچ، لەقۋا، ئىستىرخا، تەشەننۇج، سەرئى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئەتۇسى پالەچ

تەركىبى: كۇندۇش، سىيادان، پەرپىيۇن، قارىمۇچ، قۇندۇز قەھرى، ئىپار، يۇمىلاق زىراۋەندە، ھەببى بىلسان، ئاقىرقەرھا، توغرىغۇ ھەربىرى تەڭ مىقدارىدا.

ياسلىشى: سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭىنى تازىلايدۇ. مۇسكۇلىنىڭ بوشىشىپ كېتىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا ۋە سەكتە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ بۇرۇنغا تارتىلىدۇ. ئەگەر بىمار چۈشكۈرۈپ سالمىسا ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

ئەنقەردىيايى كەبىر

تەركىبى: جىنتىيانا، ھىڭ، يۇمىلاق زىراۋەندە، ھەببۇلغار، قۇندۇز قەھرى، قىچا، شەرەنجى ھىندى ھەربىرى 15 گرام، بالادۇر ھەسىلى 14 گرام، ئاقىرقەرھا، سىيادان، قۇستە، پىلپىل، قارىمۇچ، ئېگىر ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقانلاپ، ياڭاق يېغى بىلەن ياغلاپ، ھەسەل بىلەن خېمىر قىلىنغاندىن كېيىن ، ئارپىغا كۆمۈپ قويۇپ ئالتە ئايدىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەسىرى : پالەچ، لەقۇا، سەرئى، ئۇنتۇغاقلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. تاماق سىڭدۈرىدۇ. باھنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۇا، سەرئى، ئۇنتۇغاقلىققا ۋە ھەزىم ئاجىزلىقى، باھ زەئىپلىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

بۇخۇرى سەرئى

تەركىبى: ياۋا پىننە مەلۇم مىقدارda.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆيدۈرۈپ ئىسرىق سېلىنىدۇ.

تەسىرى: سەرئى تۇتقان ۋاقىتتا پۇرىتىلسا دەرھال قويۇۋېتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەرئى كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

پۇختەجۇش

تەركىبى: ئۇد خام 30 گرام، جويۇز، زەپەر، مەستىكى، خولىنجان ھەربىرى 15 گرام، نارجىل، كاۋاۋچىن، زورەمبات، قەلەمپۇر، سەئدى كۈفى، بەسباسە ھەربىرى توققۇز گرام، زەنجىۋىل، دارچىن، سۇنبۇل، ئاقىرقەرھا، سەلىخە ھەربىرى ئۈچ گرام، سېمىز قوينىڭ بىقىن گۆشى 5.5 كىلوگرام، ئۇزۇم سۈيى 27 لىتىر، ھەسەل 1.5 لىتىر.

ياسىلىشى: قوي گۆشى ئۇزۇم سۈيىدە ئېزىلىپ، ئۇماچ بولغۇچە قاينىتىلىدۇ. قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، خالتىغا سېلىپ ئېغىزىنى بوغۇپ، قازانغا سېلىپ يەنە قاينىتقاندىن كېيىن ئېلىپ، مىجىپ تەمى پۈتۈنلەي چىقىرىلىدۇ. ئۇندىن كېيىن بىر كوزىغا 135 مىللىلىتىر گۇلاب قۇيۇپ، ئۇستىگە يۇقىرىقى قاينىتىمىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئالتە ئاي تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نېرۋىنى كۈچەيتىش، ھەزىمنى ياخشىلاش، رەڭگىروينى ياخشىلاپ، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىش، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرۇش، ئاشقازاننى كۈچەيتىپ يەل ھەيدەش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: لەقۇا، ئۇنتۇغاقلىق، ئاشقازان، جىگەر كېسەللىكلىرى، بوغۇم ئاغرىقى، قۇلۇنجى، بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارda ئىچىلىدۇ.

داۋائى پالەچ

تەركىبى: قارىمۇچ، پىلپىل، بەرەڭگى كابىلە، ئۇستقۇددۇس، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، ئار-پىبەدىيان تەك مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: پالەچ، لەقۋاغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئىچىلىدۇ.

داۋائى مۇسەككىر

تەركىبى: ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى، ۋاك ئۇرۇقى (زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن)، سازەج ھىندى، قارا سۇنا ئۇرۇقى تەك مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ قاينىتىپ، تەمىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا 100 مىللىلىتىر قاياناق سۇغا چىلاپ يۇمشىتىلغان بۇغداينى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سېزىمنى يوقىتىدۇ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەزگۈرلۈك ئېشىپ كېتىش، ئۇيقۇسىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىككى گرام ئىچىلىدۇ. بۇ ئۆلچەمدىن ئاشۇرۇۋەتمەسلىك كېرەك.

رەۋغىنى ئازاراقى

تەركىبى: كۈچۈلا بىر كىلوگرام، كۈنجۈت يېغى ئىككى لىتىر.

ياسىلىشى: كۈچۈلىنى بەش لىتىر قاياناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، ئاندىن، سۇس ئوتتا بىر لىتىر سۈيى قالغۇچە قاينىتىپ، قازاننى چۈشۈرۈپ، كۈچۈلىنى سۈزۈپ سىقىپ، قالغان سۈيىگە كۈنجۈت يېغىنى قۇيۇپ، يەنە سۇس ئوتتا سۈيى تۇگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: پەينى چىگىتىش، ئاغرىق توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەمدىن بولغان پالەچ، لەقۋا ۋە مۇپاسىللارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن مايلاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى بالادۇر

تەركىبى: سۇنبۇل، لاچىندانە، قارىمۇچ، ئېگىر، شەترەنجى ھىندى، پىلپىل، بالادۇر، جويۇز، سەۋسەن يىلتىزى، ئارپىبەدىيان، ئاچچىق قۇستە، بوزىدان، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى ھەربىرى 45 گرام، سۇت، سۇ ھەربىرى 2.5 لىتىر، كۇنجۇت يېغى 750 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇقىرىقى سۇيۇقلۇقلارغا ئارىلاشتۇرۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: پالەچ، لەقۋا، پەي بوشىشىپ كېتىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ. بولۇپمۇ پالەچ، لەقۋا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن مايلاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى پەرپىيۇن

تەركىبى: كۇندۇش 120 گرام، تاغ پىننىسى 36 گرام، قۇستە 30 گرام، ئاقىرقەرھا 21 گرام، قۇندۇز قەھرى 15 گرام، ئۇزۇم توققۇز گرام.

ياسىلىشى: كونا شاراب بىلەن قاينىتىپ، 1/3 قىسمى قالغاندا، يېرىم ھەسسە كۇنجۇت يېغى قوشۇپ يەنە قاينىتىلىدۇ. شاراب قىسمى پارلىنىپ ياغ قىسمى قالغاندا ئوت توختىتىپ قويۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا ۋە ئىستىرخالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يۇقىرىقى ياغدىن ئالتە گرام ئېلىپ، ئالتە گرام پەرپىيۇن قوشۇپ سىرتتىن ياغلاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى جويۇز

تەركىبى: جويۇز مۇۋاپىق مىقداردا.

ياسىلىشى: بادام يېغىنى تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. سوغۇق مىزاجلىقلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ. ناسۇر ۋە كۆز، بۇرۇن ئەتراپىدا پەيدا بولغان تۇرلۇك جاراھەتلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىچكى ياكى سىرتقى تەرەپتىن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى دەھتۇرە

1. تەركىبى: جەۋزى ماسىل ئۇرۇقى مۇۋاپىق مىقداردا.

ياسىلىشى: جەۋزى ماسىلنىڭ پوستىنى ئېلىپ تاشلاپ، ئۆزى چالا سوقۇلىدۇ. ئۇنى ئۇزۇن بويۇنلۇق شىشىگە سېلىپ، شىشىنىڭ ئېغىزىنى ئاتىنىڭ قىلى بىلەن بېكىتىپ گىل ھېكمەت قىلىنىدۇ (شىشە ئېغىزى چاپلانمايدۇ). ئاندىن مۇۋاپىق ھەجمدىكى بىر دانە ساپال قاچىنىڭ تېگىنى تېشىپ، بۇنى بىر دانە تۆمۇر جازىغا قازان ئاسقاندەك ئېسىپ توختىتىپ، شىشە دۇم قىلىنىدۇ، شىشىنىڭ ئېغىزىنى بۇ تۆشۈكتىن چىقىرىپ ئورۇنلاشتۇرۇپ، ساپال قاچىنىڭ ئىچىگە شىشىنىڭ ھەممە قىسمى كۆمۈلگۈدەك كالا تېزىكىنى تولدۇرۇپ ئوت يېقىلىدۇ. بۇنىڭ بىلەن شىشىگە ئىسسىق ئۆتۈپ ياغ تېمىپ چۈشىدۇ. شىشە ئېغىزىغا ئۇدۇل قىلىپ ياغ چۈشىدىغان قاچا قويۇلىدۇ. مانا بۇنىڭ بىلەن جەۋزى ماسىل يېغى تەييار بولىدۇ.

2. تەركىبى: جەۋزى ماسىل شېخى ۋە مېۋىسى (مېۋىسى قارا بولسا تېخىمۇ ياخشى) مۇۋاپىق مىقداردا.

ياسىلىشى: يۇقىرىقىلارنى چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ قۇۋۇتى سۇغا چىققۇچە قاينىتىلىدۇ. ئاندىن مىجىپ سۈزۈپ، سۈيىگە ئومۇمىي دورا سۈيىنىڭ يېرىمىغا باراۋەر كېلىدىغان كۈنجۈت يېغىنى قوشۇپ، قائىدە بويىچە سۈيى تۇتقىپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئاغرىق قالدۇرۇش، تىنچلاندۇرۇش، ئۇخلىتىش، ئىشىق ياندۇرۇش، سوغۇق ماددىلارنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: رېماتىزم، ئىستىرخا، پالەچ، مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن مايلاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى رەيھان

تەركىبى: رەيھان سۇيى ئىككى ھەسسە، كۇنجۇت بىر ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلار بىرلەشتۇرۇلۇپ ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قايىنىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا كېسەللىرىگە ۋە رېماتىزمغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىچكى ياكى سىرتقى تەرەپتىن ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى مۇبارەك

تەركىبى: سىيادان، شۇمشا ھەربىرى تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى مۇۋاپىق سۇ بىلەن قازانغا قۇيۇپ، سۇس ئوتتا قايىنىتىپ ئېزىپ يۇمشىتىلىدۇ، ئۇستىدىن ئاز ـ ئازدىن زەيتۇن يېغى تېمىتىپ كۆيدۇرۇۋەتمەي يېغى ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: لەقۋا، پالەچ، بويۇن قىيسىيىپ قېلىش، ئىرقۇننىسا ۋە نۇقرەسلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. يەللەرنى تارقىتىدۇ. باھنى كۈچەيتىدۇ. ئىشتىھانى ئاچىدۇ، قۇلاق ئېغرىلىقىنى قالدۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا ، بويۇن قىيسىيىش، ئىرقۇننىسا، نۇقرەس، يەل تۇرۇپ قېلىش، باھ ئاجىزلىشىش، ئىشتىھاسىزلىق، گاسلىققا ئىشلىتىلىدۇ. بەزى گاس بېمارلارنىڭ قۇلىقىغا تېمىتسا دەرھال مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ مايلايدۇ ياكى تېمىتىدۇ.

زىمادى قەنتەرىيۇن

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى توققۇز گرام، كەپتەر مايىقى، ئاق موم ھەربىرى ئالتە گرام، زەيتۇن يېغى 120 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: زەيتۇن يېغىدا سەمغى ئەرەبىنى ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: پالەچ، لەقۋا، شەقىقە، بەل ئاغرىقى، چىش ئاغرىقى، كۆزگە سۈ چۈشۈش (نۇزۇلۇلما) قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. سۈيدۈك راۋانلاشتۇرۇش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا، شەقىقە، بەل ۋە چىش ئاغرىقى ھەمدە نۇزۇلۇلمالارغا ئىشلىتىلىدۇ. دوۋساق ساھەسىگە چېپىلسا سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ. زەھەرلىك ھاشارات چاققان ئورۇنغا سۈركىسە زەھەر قايتۇرىدۇ. قورساق ساھەسىگە چېپىلسا، ئىچكى ئەزالارىدىكى ئىششىقنى ياندۇرىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتقى تەرەپتىن چېپىلىدۇ.

سۇفۇپى ئەفتىمۇن

تەركىبى: كابىلە ھېلىلىسى، قارا ھېلىلە، سېرىق ئوت، ئۇستۇددۇس، بىستىپايەج، گاۋزىبان، ئاش تۇزى تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەۋدانى پەسەيتىدۇ، مالىخۇلىياغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە ۋە مالىخۇلىياغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 15 گرام ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى ئەرستاتالىس

تەركىبى: گۈلدارچىن، سازەج ھىندى، ئۇد بىلسان، لاچىندانە، ئاسارۇن، مەستىكى، ھېلىلە كابىلە، پەرەنجىمشكى، نارمشكى، زىرە، دارچىن، ئۆشنە، قارىمۇچ، پىلپىل،

زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، ئانار ئۈرۈقى، جويۇز، كافۇر، قاقىلە ھەربىرى ئالتە گرام، ئەنبەر، ئىپار ھەربىرى ئۈچ گرام، ناۋات ئالتە ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ۋەسۋەسە، مالىخۇلىيا ۋە يەرقانغا مەنپەئەت قىلىدۇ. تاماق سىڭدۈرۈپ ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىدۇ. ئەقىلنى زىيادە قىلىدۇ. يۇرەكنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ۋەسۋەسە، ھەزىم ئاجىزلىشىش، دۆتلىشىش، يۇرەك ئاجىزلاشلارغا، بولۇپمۇ مالىخۇلىيا ۋە يەرقان كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 3 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى سەۋدا

تەركىبى: بادام يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان ئەفتىمۇن، بىستىپايەج ھەربىرى 21 گرام، شاھتەرە ئۈرۈقى 18 گرام، سانا، گۈلبىنەپشە ھەربىرى 15 گرام، يۇيۇلغان ئەرمەن تېشى، قارا ھېلىلە، كابىلە ھېلىلىسى، سېرىق ھېلىلە، بەلىلە ھەربىرى 12 گرام، بالەنگو ئۈرۈقى (سوقۇلمايدۇ) توققۇز گرام، شېكەر ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى: مالىخۇلىيا، ۋەسۋەسە ھەم سەۋدادىن بولغان باشقا كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ۋەسۋەسە، مالىخۇلىيا، بەھەق، جۇزام ۋە سەۋدادىن بولغان ئىششىق، قوتۇر، تەمرەتكە، چالاشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى مەرۋايىت

تەركىبى: كابىلە ھېلىلىسى، گاۋزىبان ھەربىرى 30 گرام، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، دۇرنەج ئەقرەبى، رەيھان ئۈرۈقى، بادرەنجى بۇيا، مەستىكى ھەربىرى 15 گرام، لاجۇۋەرد، مۇرمەككى، گىل ئەرمەنى، پىلە ھەربىرى توققۇز گرام، ئالتۇن، كۈمۈش، ياقۇت، مارجان، مەرۋايىت ھەربىرى ئۈچ گرام.

تەسىرى: مېڭە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. ۋەسۋەسە، يۇرەك ئېغىش (خەپەقان) لارنى قالدۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ۋەسۋەسە، يۇرەك ئېغىش ۋە ھەرخىل مېڭە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: گاۋزىبان سۇيى ياكى ھوممان سۇيى بىلەن ئۇچ گرام ئەچىلىدۇ.

سىركەنجۇبىل ئەفتىمۇن

تەركىبى: ئەفتىمۇن 30 گرام، بىستىپايەج، تۇربۇت ھەربىرى 18 گرام، گاۋزىبان، پىرسىياۋشان، سەۋسەن يىلتىزى، كاسنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى ھەربىرى 15 گرام، پىننە، قىزىلگۇل، كامازەريۇس ھەربىرى 12 گرام، رەيھان ئۇرۇقى، پەرەنجىمىشكى، بادرەنجى بۇيا، دۇرنەج ئەقرەبى، زورەمبات، قىزىل بەھمەن، ئاق بەھمەن، سازەج ھىندى، قاقىلە، سۇنبۇل ھەربىرى توققۇز گرام، گۇلقەنت تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سىركە ۋە قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قاينىتىپ، 500 گرام گۇلقەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەۋدادىن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. مۇنزىجدىن كېيىن بېرىلسە ئومۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مالىخۇلىيا، سەرئى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

شەربىتى گاۋزىبان مۇرەتتەب

تەركىبى: گاۋزىبان ياپرىقى 120 گرام، بىنەپشە گۇلى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 60 گرام، قىزىلگۇل، قامىقاق، پىننە، رەيھان ھەربىرى 30 گرام، ئاچچىق ئانار سۇيى، كاسنە ئۇرۇقى سۇيى ھەربىرى 270 مىللىلىتىر، قەنت 1.08 گرام.

ياسىلىشى: ئانار سۇيى ۋە كاسنە ئۇرۇقى سۇيىدىن باشقا دورىلارنى قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇستىدىن كاسنە سۇيى، ئانار سۇيى، قەنتلەرنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەزىم ئاجىزلىشىش، مالىخۇلىيا، ئۇيقۇسىزلىق، يۇرەك تىترەشلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئاشقازاننى ئارتۇق سەپرادىن خالاس قىلىدۇ. مىزاجنى ھۆللەشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 30 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مۇسھىل

تەركىبى: تەرەنجىبىن 180 گرام، بىنەپشە 60 گرام، سەرپىستان، چىلان ھەربىرى 30 دانە، قىزىلگۈل، سانا ھەربىرى 30 گرام، تۇربۇت، ئەفسەنتىن، غارىقۇن ھەربىرى 15 گرام، سىرىق ئوت ئۇرۇقى، ئۇستقۇددۇس، مەستىكى ھەربىرى توققۇز گرام، سۇنبۇل ئالتە گرام، شېكەر مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى قاياناق سۇدا بىر سوتكا چىلاپ، 1/4 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، تەرەنجىبىن، شېكەرلەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەۋادىن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەر، مېڭىنىڭ سوغۇقلىتىن بولغان كېسەللىكلىرى ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 15 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ھەسەل I

تەركىبى: دارچىن توققۇز گرام، زەنجىۋىل، سۇنبۇل، مەستىكى ھەربىرى يەتتە گرام، قەرنەپىل ئالتە گرام، سازەج ھىندى بەش گرام، ھەسەل، قەنت ھەربىرى 500 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر قاياناق سۇغا چىلاپ بىر كېچە تۇرغۇزۇپ، ئەتىسى قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا قازاننى سۈزۈتۇپ، دورىلارنى سۈزۈپ سىققاندىن كېيىن يەنە قاينىتىپ، ئۇنىڭغا قەنت ۋە ھەسەل سېلىپ ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، مېڭە ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە، باش، مېڭە ۋە ئاشقازان ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش قوشۇق ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ھەسەل II

تەركىبى: ئاقموچ، زەنجۇبىل، قەرنەپىل، خولىنجان، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل مۇۋاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ھەسەلنى ئىككى لىتىر قاينىتىپ، كۆپۈكىنى ئالغاندىن كېيىن، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ شايى خالتىغا سېلىپ يەنە قاينىتىپ، ھەر 10 مىنۇت تا بىر قېتىم سىقىپ تۇرۇلىدۇ. كېيىن خالتىنى ئېلىۋېتىپ، يەنە 1 ~ 2 قېتىم ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر يۇرەك ۋە نېرۋا خىزمىتىنى ياخشىلاش ئاساس قىلىنسا، ئىمكانىيەت يار بەرسىلا ئەنبەر ۋە ئىپارنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ قوشۇپ ئىشلەتسە تېخىمۇ ياخشى.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان پالەچ، رەئىشە ۋە نېرۋا ئاجىزلىقىغا، باش ئاغرىقىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ قوشۇق ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: پالەچ كېسەللىكلىرىگە دەسلەپتە 1 ـ نۆۋەتتىن بېرىپ، 11 كۈندىن كېيىن مەزكۇر نۆۋەتنى ئىشلىتىش كېرەك.

شەربىتى ھەسەل III

تەركىبى: ھەسەل 500 مىللىلىتىر، قايناق سۇ 500 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ھەسەلنى قايناق سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭە، يۇرەك، ئۆپكە، جىگەر، تال، ئاشقازان، ئۇچەي ۋە پەيلەرنى كۈچەيتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، زەھەر قايتۇرۇش، مېڭە ھۆللۈكىنى تارتىش، تەرەت يۇمشىتىش، باھنى كۈچەيتىش، ئاشقازاننى قىزىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقىغا، مېڭە، جىگەر، تال، يۇرەك، ئۆپكە، ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە، پالەچلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ قوشۇق ئىچىلىدۇ.

مائۇلئۇسۇل

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 60 گرام، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى ھەربىرى 30 گرام، كەپە يىلتىزى پوستى 15 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەددىيان، ئارپىبەدىيان، ئىزخىر يىلتىزى ھەربىرى 12 گرام، بوزىدان، ئادراسمان ھەربىرى توققۇز گرام، جىنتىيانا، قېلىن دارچىن ھەربىرى سەككىز گرام، ئاسارۇن، ھەببى بىلسان ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، قاياناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: لەقۋانى تۇزىتىدۇ، بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرۈشتە كۆرۈنەرلىك ئۈنۈمگە ئىگە.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مەزكۇر ياسالمىدىن 10 گرام ئېلىپ، 15 مىللىلىتىر ئاچچىق بادام يېغى ۋە ئالتە مىللىلىتىر ئابدىمىلىك يېغى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئەسەبىي

تەركىبى: ئەفتىمۇن، كابىلە ھېلىلە پوستى، ئۇستقۇددۇس، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ھەربىرى 30 گرام، سانا 21 گرام، 15بىستېپايەج گرام، تۇربۇت 12 گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەۋدا ۋە بەلغەمدىن بولغان مالىخۇلىياغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى كىشمىش

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 21 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى توققۇز گرام، فەۋانىيا، ئېگىر، قەنتەربيۇن، رۇم بەدىيان، ئىزخىر، سۇنبۇل، قەلەمپۇر، ئۇستقۇددۇس ھەر بىرى ئۇچ گرام، ئۇد، قاقىلە ھەر بىرى ئىككى گرام، قەنت 45 گرام.

ياسىلىشى: مەتبۇخ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۇنتۇغاقلىق، پالەچ، لەقۋا، بوغۇم ئاغرىش، پۇت - قول بوشىشىپ كېتىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 30 ~ 40 مىللىلىتىرغىچە ئېلىپ، ھەسەل گۈلقەنتى ياكى سىركەنجۈبىل ئەنسىلى بىلەن ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى ئۇستقۇددۇس

تەركىبى: سەرپىستان 30 دانە، چىلان 10 دانە، بىستىپايەج پىستىقى، زاراڭزا ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، ئۇستقۇددۇس، بابۇنە گۈلى، قەنتەرىيۇن، ئەفتىمۇن ھەربىرى توققۇز گرام، ئاق سۆرۈنجان، كاسىنە يوپۇرمىقى ھەربىرى ئالتە گرام، گۈلقەنت 21 گرام.

ياسىلىشى: گۈل دورىلار، گۈلقەنت ۋە ئەفتىمۇندىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ، چىلانىنى ئۇرۇقىدىن ئايرىۋېتىپ، 600 مىللىلىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن، 400 مىللىلىتىر سۇيى قالغۇچە قاينىتىپ، گۈل دورىلارنى سېلىپ ئىككى قېتىم قايناتىپ، ئەفتىمۇننى خالتىغا يۆگەپ يەنە بىر قېتىم قاينىتىپ، قازانىنى چۈشۈرۈپ سوۋۇغاندىن كېيىن ھەممە دورىلارنى پاكىز خامدا سىقىپ سۈزۈپ، ئاخىرىدا گۈلقەنتنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: سەۋدانى پەسەيتىش، قان تازىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەۋدادىن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەر، جۇملىدىن سارىلىق، مالىيخۇلىيا ۋە ئىرقۇننىسا، مۇپاسىللارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ بىر كىشىلىك ئۆلچەم بولۇپ، ئۇچ كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

مەجۇنى ئازاراقى

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن كۈچۈلا 18 گرام، تازىلانغان ئامىلە، قارا ھىلىلە، گاۋزىبان گۈلى، زورەمبات، ئۇستقۇددۇس، كەتىرا، نارجىل، چىلغوزا مېغىزى، شاقاقۇل، لاچىندانە ھەربىرى ئالتە گرام، ئاق سەندەل، قەلەمپۇر ھەربىرى ئۇچ گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ، مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوغۇم ئاغرىقى، ئىرقۇننىسا، سۈيدۈك تۇتالماسلىق، پالەچ قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 3 ~ 6 گرامغىچە ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى پولات

تەركىبى: زەپەر، قارىمۇچ، كاۋاۋىچىن، مەستىكى، رۇم بەدىيان، ئەركەك بېلىق (سەقەنقۇر)، سۇنبۇل، بەسباسە، قەلەمپۇر، دارچىن، سەندەل، زىرە، سىيادان، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، كاسنە ئۇرۇقى، ئاقىرقەرھا، خەشخاش ئۇرۇقى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، قارا ھېلىلە، كەھرىۋا، مارجان، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، كەرپشە ئۇرۇقى، چىگىت مېغىزى، بابۇنە، تۆگە پىشلىقى، جىنتىيانا، زەنجىۋىل، قۇشقاچ مېڭىسى، خوراز مېڭىسى، كۈنجۈت، كۈندۇر، ۋالڭ ئۇرۇقى، جويۇز، ئامىلە، قاقىلە، بەلىلە، شەترەنجى ھىندى، جۇۋىنە، شوخلا ئۇرۇقى، ئەنجۇدان ھەر بىرى 30 گرام، تۆگە يانتىقى، چىلغوزا مېغىزى، ياڭاق مېغىزى، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، زوراۋەباتى، سۆئىلەپ، ئارپىبەدىيان، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن بالادۇر، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن كۈچۈلا، سېرىق ئوت، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، تاغ پىيىزى، يۇمىلاق زىراۋەندە، شاھتەررە ھەربىرى 15 گرام، ئەپيۇن 12 گرام، ئەنبەر، ئىپار ھەربىرى ئۈچ گرام، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق ھەربىرى 50 دانە، قەنت 1/4 ھەسسە، ھەسەل ئىككى ھەسسە، پولات كۈشتىسى 336 گرام.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا، سەرئى، رەئىشە، ئۇنتۇغاقلىق، ئىرقۇننىسا ۋە باشقا سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە، مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش، سۈيدۈك تۇتالماسلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. باھنى كۈچەيتىدۇ، بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى تەييارلاپ ئالتە ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىشلىتىش كېرەك.

مەجۇنى زەبىب

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 280 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، كابىلە ھېلىلە پوستى،

تازىلانغان ئامىلە، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى 30 گرام، ئۇد سەلىب 15 گرام، ئاقىرقەرھا توققۇز گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئۇزۇم بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەرئى (تۇتقاقلىق كېسىلى) گە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 6 ~ 15 گرامغىچە ئىستېمال قىلىندۇ.

مەجۇنى سەرئى

تەركىبى: ئاقىرقەرھا تالقىنى 30 گرام، كونا سىركە 30 مىللىلىتىر، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: ئاقىرقەرھا تالقىنىنى سىركىگە چىلاپ، ناھايىتى كۆپ سالايە قىلغاندىن كېيىن، ھەسەلنى قۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەرئىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 6 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىندۇ.

مەجۇنى سىيسالىيۇس

تەركىبى: سىيسالىيۇس، ئاقىرقەرھا، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى 30 گرام، غارىقۇن، قەردەمانە، ھىلىك، يۇمىلاق زىراۋەندە ھەربىرى ئالتە گرام، سىركەنجۇبىل ئەنسىلى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سىركەنجۇبىل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. بەزىلەر سەككىز گرامدىن ئۇد فەۋانىيا قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل سەرئىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ قان مىزاج كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى مۇبەددىلۇلمىزاج

تەركىبى: زەنجۇبىل، ئاقىرقەرھا، سىيادان، قۇستە، ئېگىر، بالادۇر ھەسىلى ھەربىرى

30 گرام، سۇزاپ، ھىلك، زىراۋەندە، جىنتىيانا، شەترەنجى ھىندى، ھەببۇلغار، قۇندۇز قەھرى، قىچا (قىزىل) ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا، رەئىشە، سىزىم يوقىلىش، بەرەس قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئۈچ گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇخەللىس ئەكبەر

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى 50 گرام، قۇندۇز قەھرى، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى ھەربىرى 45 گرام، ئاقمۇچ 36 گرام، قىلىن دارچىن، ئىزخىر ھەربىرى 23 گرام، سۇنبۇل 21 گرام، قۇستە، دارچىن، قۇرسى مىئەسائىلە، ئاسارۇن ھەربىرى 18 گرام، ھومماز، زەپەر، پىلپىل ھەربىرى 12 گرام، ئەپيۇن، رۇم بەدىيان ھەربىرى ئالتە گرام، سىيسالىيۇس تۆت گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەرئى، كونا باش ئاغرىقى، باش قېيىش، رەئىشە، پالەچ، سوغۇقتىن بولغان پەي تارتىشىش، ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرى، چىش ئاغرىقى، سوغۇقتىن بولغان كۆز ئاغرىقى، ئۇچەي يارىلىرى، بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرى، قان قۇسۇشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ. پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۇيى بىلەن يېسە سوغۇقتىن بولغان يەللەرنى تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام يېيىلىدۇ.

مەجۇنى نۇجاھ

تەركىبى: كابىلە ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، تازىلانغان ئامىلە ھەربىرى 30 گرام، تۇربۇت، بىستىپايەج، ئەفتىمۇن، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە. بەزىلەر يۇقىرىقىلاردىن سىرت توققۇز گرام غارىقۇن، سەككىز گرام لاجۇۋەرد تېشى، ئالتە گرام مەھمۇدە قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مالىيخۇلىيا، سەرئى ۋە ھەرخىل نېرۋا كېسەللىكلىرىگە

مەنپەئەت قىلىدۇ. سەۋدا ماددىسىنى تەڭشەيدۇ. داۋاملىق ئىستېمال قىلسا ئۇنۇمى كۆرۈنەرلىك بولىدۇ. ھىستېرىيىنى يوقىتىدۇ ۋە يۈقىرىقى مەقسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 6 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇپۇخى پالەچ

تەركىبى: قارىمۇچ، ئاقىرقەرھا، زەنجىۋىل، توغرىغۇ، نۆشۈدۇر، گىل ئەرمىنى، سەبرە، دارچىن، ئىپار، قۇندۇز قەھرى، ئاق خەربەق، رەيھان تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: يۇمشاق سوقۇپ تالقانلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پالەچكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بۇرۇنغا پۇركۇپ چۈشكۈرتۈلىدۇ.

نۇتۇلى تەشەننۇج

تەركىبى: بىنەپشە، كۈنجۈت ياپرىقى، نىلۇپەر، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ ياپرىقى، بابۇنە تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇرۇقلۇقتىن بولغان پەي تارتىشىش ۋە پەي يىغلىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورا ھورىدا بىمارنىڭ بېشى ۋە پۇتۇن بەدىنى تەرلىتىلىدۇ ھەم چوڭ داسقا قۇيۇپ قىزىق پېتى پۇتۇن بەدەن يۇيۇلىدۇ.

نۇتۇلى جۇنۇن

تەركىبى: كاكىنەچ ياپرىقى، ھەمىشباھار ھەربىرى 100 گرام، سەرپىستان 60 گرام، بىنەپشە، نىلۇپەر، ئاق لەيلى يىلتىزى، پاقىيوپۇرمىقى، سۆگەت ياپرىقى، ھۆل قاپاق پوستى، قىزىلگۈل، خەشخاش ياپرىقى، ئارپا يارمىسى ھەربىرى 30 گرام، بابۇنە يېغى 12 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى مەلۇم مىقداردىكى سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سىقىپ تەمىنى چىقىرىپ، بابۇنە يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ نۇتۇل تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مالىخوليا ۋە ساراڭلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: خىيالپەرەسلىك، ساراڭلىق ۋە جۆيلۈش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆچەيگەن بىمارلارغا يۈيۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقدارda نۇتۇل قىلىنىدۇ.

نۇتۇلى سەكتە

تەركىبى: يالپۇز، رەيھان، شىيە ياپرىقى، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، پىننە، سۇزاپ تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: دورىلار مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەكتە كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باش، دۇمبە ساھەلىرىگە قۇيۇلىدۇ، بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ.

نۇتۇلى سەھەر

تەركىبى: بىنەپشە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، ئارپا يارمىسى، سېرىقچېچەكلەر تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەپرا ۋە بەلغەمنىڭ ئارىلىشىشىدىن بولغان ئۇيقۇسىزلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمارنىڭ بېشى يۇيۇلىدۇ.

نۇتۇلى سۇبات

تەركىبى: بابۇنە، رەيھان، سۇزاپ، ئىكلىلمىلىك، پىننە، ئاس ياپرىقى تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مۇگدەش ۋە بىخۇدلۇققا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمارنىڭ بېشى يۇيۇلىدۇ.

نۇتۇلى ئىستىرخا

تەركىبى: سىرىقچېچەك، رەيھان، چاڭگاك ياپرىقى، غارىقۇن ياپرىقى، ئەفسەنتىن تەڭ مىقدار دا.

ياسىلىشى: نۇتۇلى سەۋداغا ئوخشاش.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئەزالارنىڭ بوشىشىپ كېتىشى ۋە ھۆللۇكتىن بولغان تارتىشىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يەرلىك ئورۇنلار يۇيۇلىدۇ.

ھەببى مۇرمەككى

تەركىبى: زەپەر، سۇنبۇل، دارچىن، ھەببى بىلسان، ئاسارۇن، مەستىكى، ئەفسەنتىن، سوقمۇنىيا، تۇربۇت ھەر بىرى ئۇچ گرام، شەھمەنزەل، سەبرە، سەلىخە ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، بادام يېغىدا قولنى ياغلاپ ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مېڭىنى تازىلايدۇ، تۇرلۇك مېڭە كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىششىق ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

ھەببى پالەچ

تەركىبى: تۇربۇت، ئايارەج پەيقىرا ھەربىرى 18 گرام، سۆرۈنجان، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى ھەر بىرى توققۇز گرام، شەھمەنزەل، شەترەنجى ھىندى، سەكبىنەج، جاۋاشىر، مۇقەل، پەرپىيۇن، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى ئالتە گرام، بوزىدان، ئېگىر، ئاقىرقەرھا، پىلپىل ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: سەكبىنەج، مۇقەلنى كۈدە سۈيىدە ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئوڭ تەرەپ پالەچلىنىپ، تىل ئېغىرلىشىشقا مەنپەئەت قىلى-

دۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى تەشەننۇج

تەركىبى: تازىلانغان بېھى توققۇز گرام، تۇربۇت بەش گرام، سۆرۈنجان ئۇچ گرام، بوزىدان، ماھىزەھرەج، قەنتەربيۇن ھەربىرى 1.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، قاينىق سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تەشەننۇج ۋە رەئىشەگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى تۇربۇت مۇسھىل

تەركىبى: تۇربۇت، ئايارەج پەيقىرا ھەربىرى توققۇز گرام، شەھمەنزەل، كەتىرا ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، قاينىق سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئارتىپ كەتكەن بەلغەم خىلىتىنى سۆرۈپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە، بەلغەمدىن بولغان ئالامەتلەر ۋە كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى رەئىشە

تەركىبى: ئايارەج پەيقىرا 15 گرام، سەكبىنەج، شەھمەنزەل ھەر بىرى 12 گرام، ئاقىرقەرھا، قۇندۇز قەھرى، شەترەنجى ھىندى، بەزرۇلبەنجى ھەربىرى توققۇز گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باش، قول ۋە پۇت تىترەش كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببی سەبرە مالیخۇلیائی

تەركىبى: ئەفتىمۇن 12 گرام، لاجۇۋەرد، غارىقۇن ھەربىرى ئالتە گرام، سوقمۇنىيا ئۇچ گرام، قەلەمپۇر 20 دانە.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، بېھى سۇيىدە ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مالیخۇلیاغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەپتىدە بىر قېتىم، ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببی سەرئی

تەركىبى: سەبرە توققۇز گرام، ئەفتىمۇن، بىستىپايەج، ئۇستقۇددۇس، تۇز، غارىقۇن ھەربىرى ئۇچ گرام، تۇربۇت، سىرىق ھىلىلە پوستى، شەھمەنزەل، كەترا، سوقمۇنىيا ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، تاسقاپ، قايناق سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەرئىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببی شەترەنجی

تەركىبى: تۇربۇت 60 گرام، سەبرە 30 گرام، زەنجىۋىل، ئاق قىچا، شەترەنجى ھىندى، تۇز، ئېگىر ھەربىرى ئالتە گرام، قارىمۇچ، پىلپىل، ئاقىرقەرھالار ھەربىرى ئۇچ گرام، قەنت 12 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، تاسقاپ، چەلەك سۇيىدە ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا ۋە مۇپاسلىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. پەيلەرنى كۈچەيتىدۇ. ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى كۈتۈۋالى

تەركىبى: سەبرە سوقۇترى، سوقمۇنىيا، شەھمەنزەل، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، مەستىكى ھەربىرى بەش گرام، مۇقەل ئۈچ گرام، كەتىرا ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، تاسقاپ، قاياناق سۇ بىلەن ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى: باش ساھەسى، ئاشقازان ۋە ئومۇمىي بەدەندىكى بۇزۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا، دائۇسسۆئىلەپكە ئىشلىتىلىدۇ. بۇ دورىنى ئۈچ گرام ئايارەج پەيقىرا بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېسە، كۆزدىن ياش ئېقىشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى لەقۋا

تەركىبى: تۇربۇت توققۇز گرام، سۆرۈنجان بەش گرام، ماھىزەھرەج، زەنجىۋىل ھەربىرى ئۈچ گرام، ئايارەج پەيقىرا، ئەفتىمۇن، سوقمۇنىيا، مۇقەل ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، تاسقاپ، قاياناق سۇ بىلەن ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: لەقۋاغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى ئىختىلاج

تەركىبى: تۇربۇت 10 گرام، ئەفتىمۇن بەش گرام، شەھمەنزەل، مۇقەل، رۇم بەدىيان، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، تاسقاپ، قاياناق سۇ بىلەن ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئەزالار تارتىشىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى ئىشرەت

تەركىبى: سەبرە 60 گرام، قارىمۇچ، پىلپىل، زەنجىۋىل، ئامىلە شىرنىسى، سەئدى كۆفى، مەستىكى، دارچىن، سۇنبۇل، سەلىخە، ئاسارۇن ھەر بىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، تاسقاپ، كەرەپشە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا، رەئىشەگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى ئايارەج II

تەركىبى: جەدۋار، ئۇستقۇددۇس، شەھمەنزەل، ئايارەج پەيقىرا، تۇز، غارىقۇن ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، بەدىيان ئەرقى بىلەن 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: بەدەندىكى ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتىدۇ. مېڭىنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا، رەئىشە ۋە مېڭىنىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر قېتىمدا 5 ~ 7 دانىغىچە، تاماقتىن بۇرۇن ئىچىلىدۇ، باللارغا بېرىلمەيدۇ.

هەببى ئايارەج پەيقىرا I

تەركىبى: سۇنبۇل، دارچىن، مەستىكى، هەببى بىلسان، ئۇد بىلسان، ئاسارۇن، زەپەر باراۋەر مىقداردا، سەبرە ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بەدىيان ئەرقى بىلەن 0.25 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ. ئۇنۇم بېرىش مۇددىتى بىر يىل.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ھۆللۈكلەرنى مېڭىدىن ھەمدە پۈتۈن بەدەندىن سىرتقا چىقىرىش، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: پالەچ، لەقۋا ۋە بەلغەمدىن بولغان كېكەچلىك قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ. ئاشقازان ۋە ئۇچەينى تازىلاش، بېغىش ئاغرىقىنى قالدۇرۇش، قەي قىلدۇرۇش مەقسەتلىرىدىمۇ بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ كۈندە كەچتە 5 ~ 10 دانىغىچە ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ھەيزدار ئاياللار، بوۋاسىر، ئۇچەي جاراھىتى بار بىمارلارغا بېرىشكە بولمايدۇ.

ۋۇجۇرى سەرئى

تەركىبى: ھىلك، قۇندۇز قەھرى مەلۇم مىقدارda، سىركەنجۈبىل ھەسىلى ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلار سىركەنجۈبىل بىلەن ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تۇتقاق كېسەل (سەرئى) گە مەنپەئەت قىلىدۇ، كېسەل قوزغالغاندا ئېغىزغا مۇۋاپىق مىقدارda تېمىتسا، بىمارنى دەرھال ھوشىغا كەلتۈرىدۇ.

ۋۇجۇرى ئۇممۇسسىبيان

تەركىبى: سەبرە، قۇندۇز قەھرى، زىرە تەڭ مىقدارda، رۇسۇت ئىنتايىن ئاز مىقدارda.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، رۇسۇت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تۇتقاق كېسەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ، كۆپىنچە ھاللاردا بالىلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، بالىنىڭ گېلىغا تېمىتىلىدۇ.

ياقۇتى بۇئەلى

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى، قىزىلگۈل ھەر بىرى 12 گرام، پەرەنجىمشكى ئۇرۇقى،

تاغ رەيھىنى ئۇرۇقى، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى 10 گرام، ئەفتىمۇن، دۇرنەج ئەقرەبى، ئەنبەر ھەربىرى سەككىز گرام، تەرەنجبىن، سازەج ھىندى ھەربىرى ئالتە گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كەھرىۋا، مارجان ھەربىرى بەش گرام، ياقۇت، گاۋزبان، كاسنە ئۇرۇقى، ئىپار، كافۇر، قىرقىلغان پىلە، كۆيدۇرۇلگەن قىسقۇچپاقا، ئاق بەھمەن، ئۇد خام، ئەرمەن تېشى (يۇيۇلغان)، لاجۇۋەرد تېشى، مەستىكى، سەلىخە، دارچىن، زەپەر، لاچىندانە، قاقىلە، گۇلدارچىن، كاۋاۋىچىن، پەرپىيۇن ھەربىرى ئۇچ گرام، ئېكەكلەنگەن ئالتۇن ئىككى گرام، قىيمىقۇ شەربىتى، ئالما شەربىتى، تاتلىق ئانار شەربىتى ھەربىرى 100 مىللىلىتىر، گۇلاب 300 مىللىلىتىر، ھەسەل مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى كۈچەيتىدۇ، ئادەمگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەۋادىن بولغان مالىخۇلىياغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 40 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۇچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەرسام ۋە سەكتىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بۇخۇرى سەرسام I

تەركىبى: گۈلبىنەپشە، ئاق لايلىگۈلى، ئارپا، نېلۇپەر گۈلى، قاپاق قىرىندىسى، بابۇنە ھەربىرى 10 گرام، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى ھەر بىرى 10 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى 300 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ، سۈيىگە ياغ دورىلارنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەپرانى پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش ۋە مېڭىنى كۈچەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمارنىڭ بېشىنى يۆگەپ، دورا ھورىغا بۇرۇننى تۇتۇپ، دورا بۇسى دىماغقا يەتكۈزۈلىدۇ.

پاشويەئى سەرسام I

تەركىبى: گۈلبىنەپشە، نېلۇپەر گۈلى، بابۇنە، ئىكلىلىمىلىك ھەربىرى 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلار 4 ~ 5 لىتىر سۇدا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، قىزىتما قايتۇرۇش، باش ئاغرىقىنى توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەرسام كېسەللىكىدىكى باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمار پۈتىنى دورا سۈيىگە چىلايدۇ ۋە ئېقىتىپ يۇيىدۇ.

پاشويەئى سەرسام II

تەركىبى: قارا سۆگەت يوپۇرمىقى، بۇغداي كېپىكى ھەربىرى 30 گرام، ئاق لەيلىگۈلى 20 گرام، گۈلبىنەپشە، نېلۇپەر ھەربىرى 15 گرام، ئەگەر سوغۇقچانلارغا ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە بابۇنە، قىچا يوپۇرمىقى، ئوسما قاتارلىقلار 15 گرامدىن قوشۇلىدۇ.

ياسلىشى: دورىلار مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەرسام، سەرسامدىن كېلىپ چىققان باش ئاغرىقىغا ۋە ھەرخىل مېڭە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمارنى چوڭ داسقا ئولتۇرغۇزۇپ، باشنى مەھكەم ئوراپ، ئىلمان دورا سۈيى بىلەن يۇقىرىدىن تۆۋەنگە قارىتىپ يۇيۇلىدۇ. ھارارىتى يۇقىرى بولغان بىمار لارنى دورا سۈيى سوۋۇغاندىن كېيىن يۇيۇش، دورا بۇسنى پۈراپ قېلىشىدىن ساقلاپ، ئىككى قېتىمدىن ئارتۇق يۇماسلىق كېرەك.

رەڭنى لوبوب

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، بەرگىنەي قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، كاھۇ (قارا سۇنا) ئۇرۇقى، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، بادام مېغىزى، تازىلانغان ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، كۈنجۈت ھەربىرى 30 گرام.

ياسلىشى: مېغىزلارنى سوقۇپ شىرنىسىنى چىقىرىپ، بىر ھەسسىگە ئۇچ ھەسسە سۇ قوشۇپ قاينىتىپ، كۆپۈكىنى ئېلىپ، سۈيى كېتىپ يېغى قالغاندا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىششىقنى يوقىتىدۇ. سەۋادىن بولغان باش كېسەللىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەۋادىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ باشنى ياغلايدۇ.

زىمادى سەرسام I

تەركىبى: قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، نىلۇپەر، بىنەپشە ھەربىرى 20 گرام، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى 30 مىللىلىتىر .

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: زىيادە سەۋدانى يوقىتىش، قان تازىلاش، ھارارەت پەسەيتىش، ئاغرىق قالدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە. سەرسامغا ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەۋادىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باشقا تېڭىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: خاس گۈلبىنەپشىنى ياكى نىلۇپەرنى تېشىدىن زىماد قىلىپ تاڭسىمۇ

ئاغرىقنى پەسەيتىش رولىغا ئىگە. ياغلاردىن بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر ياغلىرىمۇ شۇنداق. بىراق بۇ زىمادا دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى مۇنزىج ۋە مۇسھىل دورىلارنى بېرىش كېرەك.

زىمادى سەرسام II

تەركىبى: سىركە، گۈل يېغى ھەربىرى 30 مىللىلىتىر ، ھۆل قاپاق پوستى، تەرخەمەك پوستى، مارجان شوخلا، سۆگەت غازىكى مۇڭاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ياغ ۋە سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ زىمادا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق قالدۇرۇش، ھارارەتنى ۋە ئىششىقنى ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەرسام كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باشقا تېڭىلىدۇ.

زىمادى رەڭگىنى ۋەرد

تەركىبى: گۈل يېغى، سىركە ھەربىرى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: گۈل يېغى بىلەن سىركە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەرسام كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باشقا چېپىلىدۇ.

شەربىتى ئۇستقۇددۇس IV

تەركىبى: بادام 100 گرام، ئەفتىمۇن 30 گرام، ھېلىلە پوستى، كابىلە ھېلىلىسى، قارا ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە ھەربىرى 15 گرام، قىزىلگۈل، ئۇستقۇددۇس، بىستىپايەج ھەربىرى 12 گرام، ئۇزۇم 10 گرام، شېكەر 300 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، بىر لىتىر سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ شېكەر سىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، سەۋدانى نورمالالاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەرسام كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش قوشۇق ئىچىدۇ.

شەربىتى ئۈستقۇددۇس V

تەركىبى: ئۈستقۇددۇس 30 گرام، ئۈرۈقسىز ئۈزۈم 24 گرام، ئەنجۈر يەتتە دانە، بىسـ
تىپايەج، گاۋزىبان، پىرسىياۋشان، بادرەنجى بۇيا، ئۇد سەلىب، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەر-
بىرى 15 گرام، زۇپا، ئىرسا، سۈنبۈل، رۇم بەدىيان، بەدىيان ھەربىرى توققۇز گرام،
ھەسەل 500 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ھەسەلـ
نى قۇيۇپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى قۇۋۇەتلەش، نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈش، سەۋدانى پە-
سەيتىش، قان تازىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەۋادىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ قوشۇق
ئىچىلىدۇ.

شەمۇمى سەرسام

تەركىبى: كۆك يۇمغاقسۇت 30 گرام، ئاق سەندەل 15 گرام.

ياسىلىشى: كۆك يۇمغاقسۇتنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، سەندەلنى ئۇنىڭغا سۈرۈپ
تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۈندە بىر قانچە قېتىم پۈرتىلىدۇ.

مەتبۈخى شاھتەررە I

تەركىبى: پۇنۇس، خىيار شەنبەر، تەرەنجىبىن ھەربىرى 60 گرام، تەمرى ھىندى 45
گرام، شاھتەررە، بىنەپشە، سانا ھەربىرى 21 گرام، قارا ھىلىلە، ئامىلە، سىرىق ھىلىلە،
ھىلىلە كابىلە، بەلىلە پوستى ھەربىرى 15 گرام، ئەينۇلا 12 گرام، چىلان 10 گرام، گاۋ-
زىبان، ئەفتىمۇن (سىرىق ئوت)، قىزىلگۈل ھەربىرى توققۇز گرام، ئارپىبەدىيان، كاسىنە

ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئۇستقۇددۇس، پىننە، بىستىپايەج ھەربىرى ئالتە گرام، نېلۇپەر، مامىرانچىن ھەربىرى ئۇچ گرام، بادام يېغى توققۇز مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: پۇنۇس، سانا، تەرەنجىبىن، تەمرى ھىندىلەرنى قاياناق سۇغا چىلاپ شىرىسى ئېلىنىدۇ. قالغان دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى يانجىپ، ئىككى لىتىر قاياناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىقاندىن كېيىن گۇل دورىلار سېلىنىدۇ. سېرىق ئوتنى خالتىغا سېلىپ، قازانغا 1 ~ 2 قېتىم ئۆرلىتىپ سۇزۇپ، شىرىلەرنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە، تال ۋە جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىپ، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ. قاننى تازىلاپ، بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلارنى، جۇملىدىن نورمالسىز سەۋدانى تېز سۇرۇپ چىقىرىدۇ. رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەرسام ۋە باشقا باش كېسەللىكلىرىدىكى باش ئاغرىقى، كۆز ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ. تېرە كېسەللىكلىرىگىمۇ بېرىلىدۇ. ھەرخىل نېرۋا كېسەللىكلىرى، تۇتقاق كېسىل ۋە خەفەقانلارغىمۇ بېرىشكە بولىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا يېرىم پىيالىدىن ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ نۇسخىنى تەييارلىغاندا تەرەنجىبىنىنى ئايرىم چىلاپ، قۇم ۋە ئەخلەتلەرىدىن تازىلىغاندىن كېيىن، ئاندىن قوشۇشقا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش لازىم. كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلەتكەندە، مامىرانچىندىن 10 گرام سالسا بولىدۇ.

مەتبۇخى مۇنزىج ۋە مۇسھىل

تەركىبى: چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، گاۋزىبان، پىرسىياۋشان، ئەنجۇر، گۇلبىنەپشە، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، مارجان شوخلا، ئۇزۇم ھەربىرى 10 گرام، ناۋات 100 گرام.

ياسىلىشى: مەتبۇخ ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش، توسالغۇلارنى ئېچىش، قان تازىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش، نورمالسىز خىلتىلارنى سۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك كونىرىغان بولسا، زۇپا ۋە گۇلسەۋسەننىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گرام، ئىچىنى سۇردۇرۇشكە توغرا كەلسە، سانا ۋە پۇنۇس مېغىزىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گرام قوشۇلىدۇ.

ئەگەر بىمارنىڭ يۇرىكى ئاجىز بولسا، ئۇچىنچى قېتىمدا بېرىشتە بۇغداي كېپىكى،

گاۋزىبان گۈلى، سەۋسەن گۈلنىڭ ھەربىردىن 10 گرام، گاۋزىبان ئەرقىدىن 100 مىللىلىتىر قوشۇپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بىرىنچى قېتىمدا مەزكۇر شەربەتنى، ئىككىنچى قېتىمدا ئۇنىڭغا بىنەپشە شەربىتى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەتبۇخى مۇنزىج سەۋدا

تەركىبى: تەرەنجىبىن 70 گرام، گاۋزىبان، بىستىپايەج، سەرپىستان، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى 25 گرام، قارا ھېلىلە، بادرەنجى بۇيا، گۈلبىنەپشە ھەربىرى 16 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر قايناق سۇغا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بۇ سەۋدادىن بولغان سەرسامنى داۋالاشتىكى ياخشى دورا بولۇپ، سەۋدانى پەشۇرۇش ۋە نورمالسىز سەۋدانى ھەيدەشتە ئۇنۇمى كۆرۈنەرلىك.

ئىشلىتىلىشى: سەۋدادىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش قوشۇق ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى بالادۇر

تەركىبى: مەستىكى، بالادۇر ھەسىلى، غارىقۇن ھەربىرى 180 گرام، بەدىيان يىلتىزى 80 گرام، سەۋسەن يىلتىزى 45 گرام، سۇنبۇل، ئۇزۇم، زەپەر، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، سازەج ھىندى، ئىزخىر، ھەببى بىلسان، زىراۋەندە، قەلەمپۇر، ھەببۇلبان، زەنجىۋىل، سەبرە، مۇقەل، مۇرمەككى ھەربىرى 20 گرام، بىلسان يېغى 20 مىللىلىتىر، سىركە بىر لىتىر، ھەسەل 400 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: بەدىيان يىلتىزىنى سىركىگە بىر سوتكا چىلاپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، ياغ ۋە ھەسەللەرنى سېلىپ قىيام قىلىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كونىرىغان باش ئاغرىقى، جۆيلۇش، ھەرخىل ئاشقازان كېسەللىكلىرى ۋە جىگەر، تال، بۆرەك، بالىياتقۇلارنىڭ سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. نۇقرەس، جۇزاملارغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. مەددە چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

مۇنزىجى بەلغەم

تەركىبى: بەدىيان يىلتىزى پوستى، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، ئۇزۇم ھەربىرى 15 گرام، ئىزخىر، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى 10 گرام، ھەسەل گۇلقەنتى 60 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، بىر لىتىر قايناق سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ گۇلقەنتنى سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز بەلغەمنى پىشۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەمدىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ قوشۇق ئىچىلىدۇ.

نۇپۇخى سەكتە

تەركىبى: كۇندۇش، ئاق خەربەق تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەكتە كېسىلىگە گىرىپتار بولغان بىمارلارنى ھوشىغا كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاز - ئازدىن بىمارنىڭ بۇرنىغا پۈركىلىدۇ.

نۇپۇخى سۇبات

تەركىبى: قۇندۇز قەھرى، ھىك، كەلەك (بىرخىل قۇش) ئۆتى، رەيھان سۇيى تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مۇگدەش، خۇددىنى يوقىتىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمارنىڭ بۇرنىغا پۈركۈلىدۇ.

نۇتۇلى سەرسام

تەركىبى: ئارپا يارمىسى 150 گرام، قىزىلگۇل، كۆكنار غوزىسى، نىلۇپەر، ھۆل قاپاق پوستى، بابۇنە ھەربىرى 30 گرام، بىنەپشە، قارا سۇنا ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، سۇ 1.5 لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ، سەرسامغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورا ھورىغا بىمارنىڭ بېشى تۇتۇپ تەرلىتىلىدۇ ھەمدە دورا سۈيى سەل سوۋۇغاندا بىمارنىڭ بېشىغا قۇيۇپ نۇتۇل قىلىنىدۇ.

نۇتۇلى مۇنەۋۋەم

تەركىبى: ئارپا يارمىسى 150 گرام، قىزىلگۇل، كۆكنار، نىلۇپەر، گۈلبىنەپشە، خام قاپاق پوستى، بابۇنە ھەربىرى 30 گرام، بىنەپشە، قارا سۇنا ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، سۇ 1.6 لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلار قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ، سەرسامغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورا سۈيىدە بىمارنىڭ بېشى يۇيۇلىدۇ.

نۇقۇئى ھامىز I

تەركىبى: نىلۇپەرگۈلى 18 گرام، بىنەپشە گۈلى 15 گرام، ئەينۇلا 15 دانە، چىلان 11 دانە، سەرپىستان يەتتە دانە، تەمرى ھىندى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى 500 مىللىلىتىر قايناق سۇغا چىلاپ تەمى چىقىرىلىدۇ.

تەسىرى: قاننى تازىلاش، سەپرانى سۈرۈش، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى ۋە سەپرادىن بولغان سەرسام قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ قوشۇق ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى قوقىيا II

تەركىبى: سەبرە سوقۇتىرى، ئەفسەنتىن، مەستىكى، غارىقۇن ھەربىرى ئۈچ گرام، شەھمەنزەل، سوقمۇنىيا ھەربىرى يېرىم گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كەرەپشە ئۇرۇقى قاينىتقان سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، 0.3 گرامىلىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئىچىنى سۈردۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەرسام، شەقىقە، كۆز ياشاڭغىراش، يۇقىرى قان بېسىم، قەۋزىيەت قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە كەچ 15 گرام ئىچىلىدۇ. ئىچى سۈرۈپ بولغاندىن كېيىن لۆڭگە بىلەن باش تېڭىپ قويۇلىدۇ.

ھەببى لاجۇۋەرد

تەركىبى: سەبرە 18 گرام، غارىقۇن 15 گرام، ئەفتىمۇن، بىستىپايەج ھەربىرى 12 گرام، لاجۇۋەرد تېشى توققۇز گرام، قەلەمپۇر، رۇم بەدىيان، سوقمۇنىيا ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: كەرەپشە سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مالىخۇلىيا ۋە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : توققۇز گرام ئىستېمال قىلغاندىن كېيىنلا مائۇلجەبىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى مۇسھىلى سەۋدا

تەركىبى: ئەفتىمۇن 30 گرام، تازىلانغان لاجۇۋەرد، ھەجەرى ئەرمەنى ھەربىرى 21 گرام، ئايارەج پەيقىرا 15 گرام، قارا خەربەق، شەھمەنزەل ھەربىرى ئالتە گرام، رۇم بەددە-

يان، سۇنبۇل ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يېتەرلىك مىقداردىكى كەرەپشە سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ، گۇل يېغى بىلەن ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى : پىشىپ يېتىلگەن نورمالسىز سەۋدانى سۇرۇش، مىزاجنى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەۋدا غالىبلىقىدىن بولغان كېسەللىكلەردە مۇنزىجى سەۋدادىن كېيىن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە كەچلىك تاماقتىن كېيىن 3 ~ 6 گرامغىچە ئېلىپ، قايناق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

ھۆقنەئى سەرسام

تەركىبى: ئاقلانغان ئارپا ئالتە گرام، پۇنۇس 30 گرام، بىنەپشە 15 گرام، سەرپىستان 30 دانە، چىلان 10 دانە، بىنەپشە يېغى 10 مىللىلىتىر، تۇز تالقىنى بەش گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى بىر لىتىر سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ ئېلىپ، پۇنۇس چىلانما سۇيىنى قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپ، ئارقىدىن ياغ سېلىنىدۇ، ئاخىردا تۇز قوشۇلىدۇ.

تەسىرى: باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، ئىچىنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەرسام كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورا سۇيى مەقئەتتىن ھۆقنە قىلىنىدۇ.

ئىترىفىل مۇسھىل (سۇرگۈچى ئىترىفىل)

تەركىبى: سانا 18 گرام، بادام مېغىزى، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ھەربىرى 10 گرام، ئامىلە، سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلە پوستى، بەلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، بىستىپايەج، ئۇستقۇددۇس، گاۋزىبان، بەدىيان، غارىقۇن (سىم ئەلگەكتە سۇرۇپ، ئاندىن قېلىن ئەلگەكتە ئۆتكۈزۈلىدۇ) ھەربىرى ئالتە گرام، كالىنىك سېرىقمېيى 60 گرام، ھەسەل 300 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سېرىقمايدا ياغلاپ، ھەسەلنى ئېرىتىپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز بەلغەمنى سۇرۇپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەمدىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئېلىپ، تاماقتىن كېيىن ئىچىلىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان شەقىقگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى زەپىران

تەركىبى: زەپەر 50 گرام، سۇ بەش لىتىر.

ياسىلىشى: زەپەرنى سالايە قىلىپ سۇغا سېلىپ، ناھايىتى ئېھتىيات بىلەن سۇس ئوتتا تۆت لىتىر ئەرەق چۈشكۈچە قاينىتىلىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: نېرۋىنى پەسەيتىش ۋە كۆڭۈلنى خۇرسەن قىلىش، يۈرەك ۋە ئاشقازاننى قۇۋۇتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان نېرۋا ۋە بالىياتقۇ خىزمىتىنىڭ ناچارلىشىشى، ئاشقازان، يۈرەك، بوۋاسىر، جىنسىي ئاجىزلىق، ھەرخىل نەپەس كېسەللىكلىرى، بۆرەك ۋە سۈيدۈك يوللىرىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى، تال ۋە جىگەرنىڭ قۇۋۋەتسىزلىكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 10 ~ 15 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 15 ~ 20 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 25 ~ 30 مىللىلىتىردىن كۈندە ئۈچ قېتىم ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: كۆرسىتىلگەن مىقداردىن كۆپ ئىچىلسە پەيگە زىيان قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن مۇ كۆپ ئىچىلسە ھاياتقا خەۋپ يېتىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقىدەك جىددىي ئەھۋاللار كۆرۈلگەندە رۇم بەدىيان سىركەنجۈبىل ئىچكۈزۈلسە ئوڭشىلىپ كېتىدۇ.

شەربىتى ئۇستقۇددۇس VI

تەركىبى: ئۇستقۇددۇس، پىرسىياۋشان، ئۇد سەلىب ھەربىرى 12 گرام، گاۋزىبان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى ھەربىرى توققۇز گرام، كەرەپشە يىلتىزى، ئاق لالە ئۇرۇقى، بىنەپشە، قىزىلگۈل ھەربىرى يەتتە گرام، ئۇزۇم، سەرپىستان ھەربىرى 50 دانە، شېكەر 600 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا ئۇچ سائەت چىلىغاندىن كېيىن، بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سوقىپ، سۈيىگە شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپلا ئېلىندۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، سەۋدانى تەڭشەش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان شەقىقە، سەرئى، مالىخۇلىيا، ئىرقۇننىسا، مۇپاسىل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش قوشۇق ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئۇستقۇددۇس VII

تەركىبى: سەۋسەن گۈلى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى 30 گرام، تۇربۇت 20 گرام، سەرپىستان، بادرەنجى بۇيا، كاشىم، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۇزۇم، رۇم بەدىيان ھەربىرى توققۇز گرام، ئۇستقۇددۇس، زۇپا، ئۇدسەلىب، پىرسىياۋشان، گاۋزىبان گۈلى، بەدىيان يىلتىزى پوستى، كەرەپشە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل ھەربىرى ئالتە گرام، شېكەر 500 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر قاياناق سۇغا چىلاپ، ئۇچ سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سوقىپ، شېكەر سېلىپ، ئوتتا بىر ئۆرلىتىپ ئېلىندۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، سەۋدانى تەڭشەش، مېڭە ۋە يۈرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ۋە مېڭىنىڭ تۇرلۇك كېسەللىكلىرىگە، سەرئى، شەقىقە ۋە مالىخۇلىياغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش قوشۇق ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى مۇسەللەس I

تەركىبى: ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى، كافۇر، زەپەر، مېھرىگىياھ پوستى ھەربىرى 15 گرام، كۈندۇر، ئەنزىرۇت، ئامىلە، گىل ئەرمىنى ھەربىرى بەش گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈلاب ۋە قارا سۇنا سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، تىنچلاندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: شەقىقە، ئاشقازان ئاغرىقى، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى، چىش ئاغرىقى، زىققە نەپەس، ئۆت ۋە بۆرەك تېشى، سانجىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ. يەنە سەپرادىن بولغان تەپكىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرام ئىچىلىدۇ. شەقىقىگە بۇ قۇرستىن بىرنەچچە تالنى ئېلىپ قىزىق سۇدا ئېزىپ، باشقا چاپسا ئاغرىق بېسىلىدۇ. قاتتىق باش ئاغرىقلاردا يۇمغاقسوت سۇيى، كۆكنار سۇيى، لىمون سۇيى، سىركىلەرنىڭ ھەربىرىدىن بەش مىللىلىتىر ئېلىپ، مەزكۇر قۇرستىن بىرنەچچە تال ئېلىپ، بۇ سۇدا ئېزىپ باشقا چاپسا ئارام بېرىدۇ.

ئەسكەرتىش: يۇرەك كېسىلى ۋە يۇرەك زەئىپلىكى بارلارغا ھەمدە كىچىك بالىلارغا بېرىشكە بولمايدۇ.

مەجۇنى بىنەپشە III

تەركىبى: تۇربۇت، تەرەنجىبىن، پۇنۇس ھەر بىرى 60 گرام، بىنەپشە، بادام مېغىزى ھەربىرى 30 گرام، مەستىكى، رۇببىسۇس ھەربىرى 15 گرام، قەنت 300 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تەرەنجىبىن ۋە پۇنۇسنىڭ شىرىسىنى ئېلىپ، ھەممىنى قوشۇپ تەكشى ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەممىنى قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: بەلغەمنى بوشىتىش، نەپەس يوللىرىنى تازىلاش، يۆتەل پەسەيتىش، ئۇچەي قۇلۇنجىسىنى ئېچىش، سەپرالىق بەلغەمنى سۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە، يۆتەلگە، ئاشقازان ۋە ئۇچەي كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش گرام، بالىلارغا كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى سانا مۇسھىل

تەركىبى: سانا ياپرىقى 150 گرام، تەرەنجىبىن 90 گرام، شىرخىست يىلتىزى 60

گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، قۇرۇق گۈلبەنەپشە، نېلۇپەر گۈلى ھەربىرى 30 گرام، تۇربۇت، گاۋزىبان، قىزىلگۈل ھەربىرى 15 گرام، قەنت، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 150 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: تۇربۇتنى تالقانلاپ، بادام يېغىدا ياغلاپ، قالغان دورىلار تالقىنىنى تەرەنجەبىن، قەنت ۋە ھەسەللەر بىلەن قىلىنغان قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەپرا ۋە بەلغەم خىلتلىرىنى سۇرۇپ چىقىرىدۇ. باش ئاغرىقى ۋە شەقىقىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. يۆتەل ۋە دەم سىقىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئەتىگەندە بىر قېتىم، قاينىق سۇ بىلەن توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇقۇئى پەۋاكىھ

تەركىبى: تەرەنجىبىن 60 گرام، تەمرى ھىندى 30 گرام، ئەينۈلا، چىلان، سەرپىستان ھەربىرى 30 دانە، شېكەر 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى 500 مىللىلىتىر قاينىق سۇغا چىلاپ، سۈزۈغاندا مۇجۇپ شىرنىسى ئېلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە جۇملىدىن سەرسام، شەقىقە ۋە تەپكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالە ئىچكۈزۈلىدۇ.

نۇقۇئى كەشنىز

تەركىبى: ئامىلەئى مۇقەششەر، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى توققۇز گرام، گۈلاب 500 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، 500 مىللىلىتىر گۈلابقا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ، نېلۇپەر شەربىتى ۋە بەدەمشكى ئەرەقلىرىنىڭ ھەربىردىن 30 مىللىلىتىر قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، قىزىتما چۈشۈرۈش، سۇيدۇك ھەيدەش، روھىي ھالەتنى

ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

تەبىئىتى: سوغۇق.

ئىشلىتىلىشى: شەقىقە، ئىسسىقتىن بولغان ئاشقازان، جىگەر، نېرۋا كېسەللىكلىرىگە ھەمدە قىزىتما، ئىسسىق ئۆتۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

نۇقۇئى ھېلىلە II

تەركىبى: تەرەنجىبىن 150 گرام، تەمرى ھىندى 60 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، خىيار شەنبەر ياكى پۇنۇس ھەربىرى 30 گرام، ئەينۇلا، سەرپىستان، چىلان ھەربىرى 30 دانە، بىنەپشە، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر قاينىق سۇغا چىلاپ، ئۈچ سائەتتىن كېيىن مۇجۇپ شىرنىسىنى چىقىرىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قان ۋە سەپرانىڭ قىزىقلىقىنى پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

تەبىئىتى: سوغۇق.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى، شەقىقە ۋە باشقا قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا كىچىك بىر پىيالە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى ئەفتىمۇن

تەركىبى: تۇربۇت 24 گرام، سوقمۇنىيا، ئايارەج پەيقىرا، شەھمەنزەل، غارىقۇن، ئەرمەن تېشى، ئەفتىمۇن (سېرىق ئوت)، مۇقەل ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىق سۇدا يۇغۇرۇپ، 0.5 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش، نورمالسىز سەۋدانى چىقىرىش، ئەسەبىيلىكنى پەسەيتىش، ئارام بېرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل سەۋادىن بولغان كېسەللىكلەر ۋە شەقىقە كېسىلىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 دانە ئىچىلىدۇ.

ھەببى بىنەپشە II

تەركىبى: گۈلبىنەپشە، تۇربۇت ھەربىرى 100 گرام، رۇببىسۇس، كەتىرا ھەربىرى 50 گرام، سوقمۇنىيا 25 گرام، سەبرە 20 گرام، بادام يېغى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بەش گرام بىنەپشىنى دەملەپ، سۈيىدە ھەب ياساپ بادام يېغىدا ياغلىنىدۇ.

تەسىرى: قىزىتما ۋە يالۇغ قايتۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش، بەلغەم بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: زىققە نەپەس ۋە باشقا قىزىتمىلىق يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە كەچتە بىر قېتىم، بىر گرام ئىچىلىدۇ.

شەقىقىگە ئىشلىتىلىدىغان چۈشكۈرتكۈچى دورا ياسالمىلىرى

ئەتۈس I

تەركىبى: كۈندۈش 18 گرام، شەھمەنزەل، پىلپىل، ئۈستقۇددۇس، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇرۇن شىلىمشىق پەردىلىرىنى غىدىقلاپ چۈشكۈرتىدۇ. سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا، شەقىقىغە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈلىدۇ.

ئەتۈس II

تەركىبى: كۈندۇر، سەبرە ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باشتىكى ئېغىرلىقنى يوقىتىدۇ. مېڭىنى تازىلايدۇ. قۇلاق ئاغرىقلىرىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 ~ 3 قېتىم بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈلىدۇ.

نۇپۇخى مۇئەتتىس

تەركىبى: كۈندۇش، خەربەق، قۇندۇز قەھرى، قىزىل قىچا، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە قاتارلىقلار تەڭ مىقداردا .

ياسلىشى: تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مېڭىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈلىدۇ.

زۇكام ۋە نەزلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بۇخۇرى نەزلە

تەركىبى: بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، رەيھان تەڭ مىقداردا.

ياسلىشى: قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان زۇكام، نەزلىلەرنى يوقىتىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ پۈرىتىلىدۇ.

رەڭنى بوزۇغا

تەركىبى: بوزۇغا 100 گرام، كۈنجۈت 700 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: بوزۇغنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بىر لىتىر قاينىق سۇغا چىلاپ ئۈچ كۈن تۇرغۇزۇپ، 4 ـ كۈنى كۈنجۈت يېغىنى قوشۇپ بىرگە قاينىتىپ، سۇيى كېتىپ

يېغى قالغاندا قاچىغا ئېلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، يۇرەك، مېڭە ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، باھنى قۇۋۋەتلەش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلارغا، باشتىكى بارلىق ئىللەتلەرگە ئىشلىتىلىدۇ. بەل ۋە ئۇرۇقدان قىسمىغا چاپسا باھنى قوزغايدۇ ۋە قۇۋۋەتلەيدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بەدەننىڭ سىرتىدىن ياغلايدۇ.

رەۋغىنى قۇستە

تەركىبى: قۇستە 30 گرام، ئاقىرقەرھا 12 گرام، پىلپىل، پەرپىيۇن ھەربىرى توققۇز گرام، قۇندۇز قەھرى يەتتە گرام، كونا ھاراق 300 مىللىلىتىر، زەيتۇن يېغى 150 مىللىتىر.

ياسىلىشى: قۇستە، ئاقىرقەرھا ۋە پىلپىلنى سوقۇپ، ھاراققا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى قاينىتىپ، يېرىم سۇيى قالغاندا سۈزۈتۇپ سۈزۈپ، دورا تېرىپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، زەيتۇن يېغىنى قوشۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ ۋە ھارىقى پارغا ئايلىنىپ يېغى قالغاندا، قۇندۇز قەھرى بىلەن پەرپىيۇننى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قوشۇپ قاينىتىلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، پەي چىڭىتىش، ئاشقازان، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، چاچنى قارايتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، ئاشقازان، جىگەر كېسەللىكلىرى ۋە پالەچ، لەقۋا، مۇپاسىل، چاچنىڭ بالدۇر ئاقىرىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، يەرلىك ئورۇن ياغلىنىدۇ.

شەربىتى مائۇلئۇسۇل I

تەركىبى: ئەنجۇر 21 گرام، ئۈزۈم 18 گرام، بەدىيان يىلتىزى، كاسىنە يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 10 گرام، بىخسۇس، كەرەپشە يىلتىزى، سۇزاپ ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇ-

قى، بەدىيان ھەربىرى ئالتە گرام، ئىزخىر، رۇم بەدىيان ھەربىرى ئۈچ گرام، گۈلقەنت ھەسىلى 36 گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر قاينىق سۇدا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ، سۈيى بىر لىتىر قالغاندا سۈزۈپ، گۈلقەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى ۋە ئۇستىخانلاردىكى يۆتكىلىپ تۇرىدىغان ئاغرىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ قوشۇق ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مائۇلئۇسۇل II

تەركىبى: بەدىيان يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بىخ كەبىر، ئەنجۈر ھەربىرى 15 گرام، كامازەرىيۇس 12 گرام، ئىزخىر گۈلى، بىخ ئىزخىر، دارچىن، ئۇد بىلسان، ئاسارۇن، بەدىيان، شەترەنجى ھىندى ھەربىرى ئالتە گرام، ئۇزۇم 30 گرام، بەدەنجىر يېغى 10 مىللىلىتىر، شېكەر 300 گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ، سۈيى بىر لىتىر قالغاندا شېكەرنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ، ياغنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئوتتىن ئېلىپ سوۋۇغاندا قاچىغا ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، قەۋزىيەتنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: باش، نېرۋا كېسەللىكلىرى ۋە پەي ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ قوشۇق ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مائۇلئۇسۇل III

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 60 گرام، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى

پوستی هەربىری 30 گرام، پوستی بىخ كەبىر 15 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، ئىزخىر هەربىری 12 گرام، ئۇد بىلسان، بوزىدان، ئادراسمان ئۇرۇقى هەربىری توققۇز گرام، ئاسارۇن، بىلسان، جىنتىيانا، سەلىخە هەربىری ئالتە گرام، بىدەنجىر يېغى 15 مىللىلىتىر، بادام يېغى 10 مىللىلىتىر، شېكەر 300 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا چىلاپ بىر كېچە تۇرغۇزغاندىن كېيىن بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ شېكەر سېلىپ، بىر ئۆرلىتىپ ئېلىندۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەم يېكى سەۋدا ماددىسىدىن بولغان باشتىكى كېسەللىكلەر، باش ئاغرىقى ۋە تۇرلۇك مۇپاسىل ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا بەش قوشۇق ئىچىلىدۇ.

شەربىتى نەزلە I

تەركىبى: تەرەنجىبىن 30 گرام، چىلان، سەرپىستان هەربىری 20 دانە، ئۇزۇم 15 دانە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى هەربىری 12 گرام، زۇپا، پىرسىياۋسان، نىلۇپەر، بىنەپشە، ئارپىبەدىيان، بېهى ئۇرۇقى هەربىری توققۇز گرام، ئەنجۇر يەتتە دانە، گاۋزىبان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قىزىلگۇل، بادرەنجى بۇيا، رۇم بەدىيان، هەمىشباهار ئۇرۇقى هەربىری ئالتە گرام، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، زىرىخ، شوخلا، سۈزاپ، رەۋەن هەربىری ئۇچ گرام، قەنت 500 گرام.

تەسىری ۋە ئىشلىتىلىشى: زۇكام، نەزلە، يۆتەل ۋە هەرخىل ئىستىسقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۇندە ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا 9 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئۇستقۇددۇس VIII

تەركىبى: ئۇستقۇددۇس 30 گرام، بىستىپايەج، بالەنگو، گاۋزىبان هەربىری 15 گرام، شېكەر 360 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى 1.5 لىتىر قاينىق سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ،

شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەككە قۇۋۋەت بېرىش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇپ، ئومۇمىي بەدەنگە ئارام بېرىش، سوغۇق يەللەرنى ھەيدەش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: زۇكام، نەزلە ۋە دىماغ پۈتۈپ قېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ قوشۇق ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى خەشخاش I

تەركىبى: تاباشىر 15 گرام، قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 12 گرام، خەشخاش ئۇرۇقىنىڭ ئېقى ۋە قارىسى ھەربىرى توققۇز گرام، كەتىرا، رۇببىسۇس ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، خەشخاش سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، 0.5 گراملىق قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: تىنچلاندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، يۆتەل پەسەيتىش، بەلغەم بوشىتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: زۇكام سەۋەبىدىن بولغان باش ئاغرىقى، يۆتەل ۋە كۆكرەك ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە دانە ئىچىلىدۇ.

قۇرسى خەشخاش نەزلە

تەركىبى: تاباشىر 15 گرام، قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 12 گرام، ئاق خەشخاش، قارا خەشخاش ھەربىرى توققۇز گرام، كەتىرا، رۇببىسۇس ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر ئىككى گرام.

ياسىلىشى: قۇرس ياساش ئۇسۇلى بويىچە قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: زۇكام، نەزلە، كۆكرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، ئۆپكە خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قۇرستىن بىر دانە ئېلىپ خەشخاش شەربىتى ياكى

كاشكاپ بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى مۇسەللەس II

تەركىبى: ئەپيۇن، مۇرسا‌پ، بەزرۇلبەنجى، مېھرىگىياھ ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى كاھۇ (قارا سۇنا) ئۈرۈقىنىڭ قاينىتىلغان سۈيىدە يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئارام بېرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: زۇكامدىن بولغان باش ئاغرىش، شەقىقە، مەلۇم ئەزالار ئاغرىش ۋە چىش ئاغرىشقا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى: كۈندە بىر قېتىم، بىر دانە ئېلىپ، قاينىتىلغان بابۇنە سۈيىدە ئېزىپ ئاغرىق جايغا تېڭىپ قويۇلىدۇ. چىش ئاغرىقىنى داۋالىغاندا، بىر دانە چىشلەپ شۇمۇپ (سۈيىنى يۇتماي) بەرسە، يەرلىك ئورۇنغا تەسىر كۆرسىتىلىدۇ.

قۇرسى نەزلە I

تەركىبى: مۇرمەككى، سەبرە، رۇسۇت، ئىسپىغۇل، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، ئانارگۈلى، خۇنسىياۋشان، فۇپەل، مامىسا، ئەپيۇن، زەپەر ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئامۇت غازىڭىنىڭ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: زۇكامدىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە شەقىقە قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى: قۇرستىن بىر دانە ئېلىپ ئېزىپ، كىچىك قەغەزگە سۈركەپ، شىريان تومۇرغا چاپلاپ قويۇلىدۇ.

قۇرسى نەزلە II

تەركىبى: ئېگىر، كۈندۇر پوستى، خۇنسىياۋشان، تۆگە تاپىنى (مامىسا) قاينىتىلمىسى، بېلىقنىڭ ئىچىدىن چىقىدىغان شىرنىسىمان سۈيۇقلۇق، فۇپەل، نىشاستە، زەپەر، ئۇد سەلىب، ئۇد ھىندى، ئەپيۇن ھەربىرى ئۈچ گرام، تۇخۇم ئېقى مۇۋاپىق مىقدارda.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاغرىق پەسەيتىش، تىنچلاندۇرۇش، ئارام بېرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېزىپ، ئىككى چېكىگە ۋە باشنىڭ چوققىسىغا سىرتتىن چېپىلىدۇ.

مەتبۇخى نەزلە

تەركىبى: سەرپىستان 11 دانە، چىلان بەش دانە، ئاق لالە ئۇرۇقى ئالتە گرام، گاۋزىبان تۆت گرام، بېھى ئۇرۇقى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن، سۈزۈس ئوتتا 300 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، 100 مىللىلىتىر بىنەپشە شەربىتى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ قوشۇق ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئەگەر قىزىتما يۇقىرى بولسا قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، گاۋزىبان قوشۇلسا ياخشى. يۆتەل ۋە نەزلە بولسا سەمغى ئەرەبى، كەتىرانىڭ ھەربىرىدىن سەككىز گرام قوشۇش ھەمدە ھەركۈنى ئەتىگەندە ئۈچ گرام خېمىرى خەشخاش قوشۇپ ئىچىش كېرەك. كەچتە مەتبۇخى نەزلە ئىچكۈزۈلسە بولىدۇ.

مەجۇنى زۇپا

تەركىبى: ئەپيۇن 30 گرام، زۇپا، پىرسىياۋشان ھەربىرى 21 گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى ھەربىرى 15 گرام، بەدىيان يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئەنسىل، تۇربۇت، غارىقۇن، بۆرە جىگىرى، تاغ تېكىسىنىڭ مۈڭگۈزى ھەربىرى توققۇز گرام، سۇنبۇل، چىلغوزا مېغىزى، پىستە مېغىزى، ئىزخىر، زىغىر ھەربىرى سەككىز گرام، دارچىن، پىلپىل ھەربىرى ئالتە گرام، سەمغى ئەرەبى، كۈندۇر، مەستىكى، كەتىرا، بوزۇغا، زەنجىۋىل ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: زۇكام، يۆتەل، نەزلە ۋە ئىستىسقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى نەزلە

تەركىبى: زەپەر، بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇن، سەمغى ئەرەبى، قارا سۇنا ئۇرۇقى، پەتەڭگان ئۇرۇقى، رۇببىسۇس، نىشاستە تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كەرەپشە سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل زۇكام ۋە نەزلىلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

تەپكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

قان ياكى سەپرادىن بولغان تەپكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى ئەنگۈر شىپا

تەركىبى: ئىتئۈزۈمى بىر كىلوگرام، سۇ بىر لىتىر.

ياسىلىشى: دورىنى بىر نەچچە قېتىم يۇيۇپ، پار قازانغا سېلىپ، ئۈستىگە يۇقىرىقى مىقدار بويىچە سۇ قۇيۇپ، ئوتنى سۇس قالاپ ئەرەق چۈشۈرۈلىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتمىنى پەسەيتىش، تەشنالىقنى قاندۇرۇش، ئىسسىقتىن بولغان ئىشقىنى ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىلارغا، تاشقى ۋە ئىچكى ئىششىقلارغا، ئىسسىقتىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 10 ~ 15 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 15 ~ 20 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 30 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ. سىرتقى جەھەتتىكى ئىششىقنى داۋالاشتا، پەقەت ئىتئۈزۈمىنىلا ئېلىپ، قاينىق سۇغا چىلاپ يۇمشىتىپ چېپىلىدۇ.

ئەرقى بارتەڭ

تەركىبى: لىسانىل ھەمەل (پاقىيوپۈرمىقى) بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: دورىنى بىرنەچچە قېتىم چايقاپ پاكىزلاپ، پار قازىنىغا سېلىپ، ئۈستىگە كۆرسىتىلگەن مىقداردىكى سۇنى قۇيۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ ئەرەق چۈشۈرۈلىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرۇش، ئىچ سۈرۈشنى ۋە قاننى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ھەرخىل قىزىتمىلارغا، ئىچ سۈرۈش، تولغاق، بۇۋاسىر، بالىياتقۇدىن قان كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ. ئۇندىن باشقا غالجىر ئىت

چىشلىتىش ئورۇنغا پاقىيوپۇرمىقىنى ئېزىپ تۇز بىلەن زىماد قىلىنىدۇ. كۆيۈككە پاقىيوپۇرمىقىنىڭ ئۆزى زىماد قىلىپ چېپىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 10 ~ 15 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 20 ~ 25 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 30 ~ 40 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەرقى بىدىمىشكى I

تەركىبى: سۆگەت پوتلىسى بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: دورىنى بىرنەچچە قېتىم تاسقاپ، توپا ـ ئەخلەتلىرىدىن پاكىزلاپ، پار قازىنىغا سېلىپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ ئەرەق چۇشۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما چۇشۇرۇش، سۇيدۇك ماڭدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىلارغا، جىگەر، بۆرەك كېسەللىكلىرىگە، بولۇپمۇ كىچىك بالىلاردىكى قىزىتمىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشقىچە بولغان بالىلارغا 10 ~ 15 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشقىچە بولغان بالىلارغا 20 ~ 30 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 30 ~ 50 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەرقى گۈلاب

تەركىبى: قىزىلگۈل بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: قىزىلگۈلنى تاسقاپ پاكىزلاپ، قازانغا سېلىپ سۇس ئوتتا ئۇچ لىتىر ئەرەق چىققۇچە قاينىتىلىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرۇش، نېرۋىنى پەسەيتىپ، روھنى كۆتۈرۈش، تەرەتنى يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك، جىگەر ۋە بۆرەكتىكى ھەرخىل كېسەللىكلەرگە، جۇملىدىن قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە

10 ~ 15 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 15 ~ 20 مىللىلىتىر ، چوڭلارغا 30 ~ 40 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: سۈنى پات - پات يەڭگۈشلەپ، دورىنىڭ كۆيۈپ كەتمەسلىكىگە كاپالەتلىك قىلىش لازىم.

ئەرقى كافۇر

تەركىبى: ئاقلانغان ئارپا، خام بەدىيان، خام قاپاق، تاتلىق ئالما، تاتلىق بېھى، تاتلىق ئامۇت ھەربىرى 300 گرام، ئاق سەندەل، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قارا سۈنا ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، بىنەپشە ھەربىرى 30 گرام، نېلۇپەر گۈلى، قىزىلگۈل غۇنچىسى، شاھتەررە، گاۋزىبان گۈلى، بىدىمىشكى گۈلى، خام لوبىيا ھەربىرى 20 گرام، كافۇر ئالتە گرام، قىزىلگۈل ئەرقى، بىدىمىشكى ئەرقى، كاسنە ئەرقى ھەربىرى 1500 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: يۇقىرىقى دورىلارنىڭ قۇرۇق ۋە قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، خام ۋە ھۆللىرىنى توغراپ پار قازانغا سېلىپ، ئۈستىدىن يۇقىرىقى ئۇچ خىل ئەرەقنى قۇيۇپ، ئۇچ لىتىر ئەرەق تارتىلىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش، سەپرانى پەسەيتىش، قان تازىلاش، ئاشقازان ۋە ئۇچەينى پاكىزلاش، تال ۋە جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، سۈيدۇك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇپ، ھارارەتنى پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مىزاجنىڭ ماددىسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى، سىل قىزىتمىسى قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 100 مىللىلىتىر-غىچە ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ ئەرەقنى تېنى ئاجىز بىمارلارغا ۋە ئاياللارغا بېرىشتە مىقدارىنى ئازايتىش كېرەك.

جۇلابى سەپرا

تەركىبى: تەرەنجىبىن 45 گرام، تەمرى ھىندى 30 گرام، سانا 15 گرام، نېلۇپەر، بە-

نەپشە، كاسىنە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، شوخلا، يالپۇز، سىرىق ھىلىلە پوستى، قارا ھىلىلە، زىرىخ، تۇربۇت ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى قاياناق سۇغا چىلاپ (قاياناتماي) سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەپرانى پەسەيتىدۇ، سەپرادىن بولغان تۇرلۇك كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۇچكە بۆلۈپ ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى تەپى دىق

تەركىبى: نىشاستە ئالتە گرام، كاسىنە ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقى ھەربىرى 4.5 گرام، خەشخاش ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى تۆت گرام، كەتىرا، سېمىزئوت ئۇرۇقى، سەرتان كۈلى، رۇببىسۇس ھەربىرى ئۈچ گرام، ناۋات 40 گرام.

ياسلىشى: قۇرۇق دورىلار ۋە يېلىم دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئايرىم سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن ناۋات بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە سىل كېسەللىكى ۋە باشقا ھەرخىل يۆتەللەرگە ھەمدە غول، ئالقان، تاپان قىزىش كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى ئۈچ گرام ئىلىپ، 30 مىللىلىتىر خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سىركەنجىۋىل بۇزۇرى I

تەركىبى: كاسىنە ئۇرۇقى 30 گرام، كاسىنە يىلتىزى پوستى، قوغۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بەدىيان يىلتىزى پوستى ھەربىرى 15 گرام، سىركە 100 مىللىلىتىر، قەنت 50 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى 100 مىللىلىتىر سىركىگە بىر كېچە چىلاپ، قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قىزىتمىنى پەسەيتىپ ئۇسسۇزلۇقنى بېسىش، توسالغۇلارنى ئېچىپ، جىگەرنى قۇۋۇتلەش، سۈيدۇك ئۇلغايتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

سىركەنجۈبىل بۇزۇرى II

تەركىبى: سۇنبۇل 60 گرام، كاسىنە ئۇرۇقى، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى 20 گرام، شېكەر 600 گرام، سىركە 60 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: سىركەنجۈبىل بۇزۇرى I نىڭ تەييارلىنىشى بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، مېڭە، يۇرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۇتلەش، سۇيدۇك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، يەل تارقىتىش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ماددىسى مۇرەككەپ بولغان قىزىتمىغا ۋە جىگەر، ئۆت كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئەفتىمۇن

تەركىبى: تەرەنجىبىن 100 گرام، كاسىنە يىلتىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، كۈشۈش ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، قوغۇن ئۇرۇقى، كۈشۈش گۈلى، بەدىيان، چىلگە ئۇرۇقى، رۇببىسۇس ھەربىرى 20 گرام، قەنت 250 گرام.

ياسىلىشى: رۇببىسۇس، تەرەنجىبىن، قەنتتىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ، 2.5 لىتىر سۇغا 10 سائەت چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ سۈزۈپ، ئۇنىڭغا قەنت، تەرەنجىبىن شىرىسى، رۇببىسۇس تالقىنىنى قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: يۇرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۇتلەش، قىزىتما چۈشۈرۈش، يۆتەل پەسەيتىش، كۆكرەكنى بوشىتىش، سۇيدۇك ئۇلغايتىش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مۇرەككەپ ماددىلىق تەپلەرگە ۋە سىل قىزىتمىسىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئەينۇلا

تەركىبى: ئەينۇلا 200 گرام، تەمرى ھىندى 120 گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى ئالتە گرام

، چۇچۇمەل ئانار سۇيى، تۇرۇنجى سۇيى، گۈلاب ھەربىرى 100 مىللىلىتىر، قەنت 500 گرام.

ياسلىشى: ئەينۈلا بىلەن تەمرى ھىنداننى بىر لىتىر سۇغا 10 سائەت چىلاپ سىقىپ، سۇيىگە ئانار سۇيى، تۇرۇنجى سۇيى ۋە گۈلابنى قوشۇپ قەنت سېلىپ، ئازراق ئۆرلىگەندىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ سېمىزئوت ئۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، قاننى سوۋۇتۇش، سەپرانى سۇرۇش، قىزىتما چۈشۈرۈش، ئۇسسۇزلۇقنى بېسىش، تەپنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: تەپلەرگە ۋە سەپرادىن بولغان ھەرخىل ئۆزگىرىشلەرگە بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى بۈزۈرى I

تەركىبى: كاسىنە يىلتىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن ھەربىرى 15 گرام، شېكەر 300 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، 1.5 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، ئاندىن شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، سۇيدۇك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان مىزاج بۈزۈلۈش، مۇرەككەپ ماددىلىق تەپ قاتارلىقلارغا سۇرگە شەربەتتىدىن كېيىنلا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى تەپى سەپراۋى

تەركىبى: بەدىيان يىلتىزى، كاسىنە يىلتىزى، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، بەدىيان، كاسىنە ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى بەش گرام، قەنت 150 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر سۇغا 24 سائەت چىلاپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، قەنت سېلىپ ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، يەللەرنى تارقىتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، تومۇرلارنى تازىلاش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەخسۇس سەپرادىن بولغان قىزىتمىنى چۈشۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى تەپى مۇرەككەپ

تەركىبى: چىلان، ئەينۈلا ھەربىرى 100 گرام، ھۆل قىزىلگۈل 40 گرام (قۇرۇقى بولسا 10 گرام) ، كاسىنە يىلتىزى 20 گرام، سەرپىستان 15 گرام، كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك، بىنەپشە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، گاۋزىبان، بېھى ئۇرۇقى، شاھتەررە، نېلۇپەر گۈلى، ئاق لالە ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام، قەنت 400 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئىككى لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، ئاندىن ئۇستىگە قەنت سېلىپ قىيام قىلىندۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش، قان تازىلاش، روھنى جانلاندۇرۇش، خەپەقاننى ياخشىلاش، نورمالسىز سەپرانى سۇرۇش، جىگەر ۋە تالدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، قاننى سالقىنلاتىپ ھارارەتنى پەسەيتىش، ئاغرىق پەسەيتىپ ئارام بېرىش، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قان ۋە سەپرانىڭ سۇپەت ئۆزگىرىشىدىن بولغان قىزىتمىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئۈنناب I

تەركىبى: تەرەنجىبىن 300 مىللىلىتىر، تەمرى ھىندى 100 گرام، ئەينۈلا، بىنەپشە، تۇربۇت ھەربىرى 60 گرام، چىلان 30 گرام، سوقمۇنىيا ئۈچ گرام، زەپەر 1.5 گرام.

ياسىلىشى: تەرەنجىبىن، سوقمۇنىيا ۋە زەپەردىن باشقا دورىلارنى ئىككى لىتىر سۇدا قايناتىپ، يېرىمى قالغاندا سىقىپ سۈزۈپ، ئۇنىڭغا تەرەنجىبىننىڭ شىرنىسىنى قوشۇپ، شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ، سوقمۇنىيا بىلەن زەپەرنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولۇپ، قان تازىلاش، تەپنى يوقىتىش رولىنى ئويناىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: نورمالسىز سۇيۇق بەلغەمنى سۇرۇش، سەپرالىق تەپنى پەسەيتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئىجاز

تەركىبى: چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، نىلۇپەر گۈلى، بىنەپشە گۈلى ھەربىرى 20 گرام، چىلان ، سەرپىستان ھەربىرى 15 گرام، بېھى ئۇرۇقى، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 10 گرام، قەنت 400 گرام.

ياسىلىشى: كەتىرا بىلەن سەمغى ئەرەبى ئايرىم سوقۇلىدۇ، باشقا دورىلارنى ئىككى لىتىر سۇغا 10 سائەت چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ سىقىپ، داكىدىن ئۆتكۈزۈلگەن بېھى ئۇرۇقى لوئابىنى قوشۇپ، يۇقىرىدا سوقۇلغان ئىككى خىل دورىنىڭ تالقىنى ۋە قەنتنى سىلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قىزىتما پەسەيتىپ زەھەر قايتۇرىدۇ، بەلغەم بوشىتىپ يۆتەل توختىتىدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل قوشۇلۇپ كەلگەن جۇدەتكۈچى تەپنى قايتۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

قۇرسى بىنەپشە I

تەركىبى: بىنەپشە، تاتلىق بادام مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، كەتىرا ھەربىرى 10 گرام، رۇببىسۇس، گىل ئەرمىنى، نىشاستە، سىمىزئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام، مەستىكى تۆت گرام، سۇنبۇل ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سىمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز سەپرانى تازىلاش، قىزىتمىنى پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، يۆتەل توختىتىپ بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل قوشۇلۇپ كەلگەن ئۇزاق مۇددەتلىك تەپ ۋە سەپرادىن بولغان قىزىتمىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانە ئىچىلىدۇ.

قۇرسى بىنەپشە II

تەركىبى: بىنەپشە 16 گرام، ھېلىلە پوستى 10 گرام، تۇربۇت، رۇببىسۇس ھەربىرى ئالتە گرام، سوقمۇنىيا ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس ياساپ، سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز سەپرانى سۇرۇش، قاننى تازىلاش، قىزىتما چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كۈن ئارىلاپ تۇتىدىغان تەپكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ دانە ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: مەزكۇر دورىنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى مەتبۇخى مۇنزىج بېرىلىشى كېرەك.

قۇرسى تاباشىر كافۇرى

تەركىبى: ئىسپىغۇل 13 گرام، تاباشىر، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، كاسىنە ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قارا سۇنا ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل ھەربىرى 12 گرام، كافۇر 1.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ، تۇغمە شەكلىدە قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەپرانى پەسەيتىپ، قان تازىلاش، يۇرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، ھارارەت پەسەيتىش، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل، تەپى دىق، كېزىك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۈچ گرام ئېلىپ، چايلىق دورا بىلەن ئاخشىمى ئىچىلىدۇ.

قۇرسى زىرىشكى

تەركىبى: تازىلانغان زىرىخ 50 گرام، كاسىنە ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 10 گرام، قىزىلگۈل، رەۋەنچىنى، سۈنبۈل، ئىسپىغۇل ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، سەپرانى پەسەيتىش، جىگەر ۋە تالدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ماددىسى مۇرەككەپ بولغان تەپ، جىگەر توسالغۇلىرى ۋە جىگەر قېتىشىش قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانە ئېلىپ ئارپا سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى سەندەل

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى، كافۇر، كەتىرا ھەربىرى 15 گرام، قىزىلگۈل، تاباشىر، سەندەل ھەربىرى 12 گرام، ئىسپىغۇل ئالتە گرام، ئانار سۈيى 90 مىللىلىتىر، گۈلاب 30 مىللىلىتىر، قەنت 12 گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قەنت بىلەن سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، گۈلاب ۋە ئانار سۈيىدە ئىسپىغۇل شىرىسىنى چىقىرىپ، شۇنىڭدا قۇرس ياساپ سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ.

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك، جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش، قان تازىلاش، قىزىتما چۈشۈرۈش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، يۆتەل توختىتىش، بەلغەم بوشىتىپ كۆكرەكنى تازىلاش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش، تولغاق ۋە ئىسھالنى توختىتىش، ئۇچەي يارىسىنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرى ھارارەتلىك قىزىتما، ئېغىز قۇرۇش، ئاشقازان بىلەن جىگەر-نىڭ قىزىشى ۋە ئېچىشىشى قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانە ئېلىپ ئالما سۈيى ياكى ئانار سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى قىزىلگۈل

تەركىبى: قىزىلگۈل 18 گرام، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 12 گرام، نىشاستە، زىرىخ، تاباشىر، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، كەتىرا، سۇنبۇل، رەۋەن، زەپەر ھەربىرى ئۈچ گرام، كافۇر 0.05 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى قايىنىتىلمىسى بىلەن نەملەپ، 0.5 گراملىق قۇرس تەييارلاپ، سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل مۇرەككەپ قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش دانە ئېلىپ، ئەرقى گاۋزىبان بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇل بىتتىخىل ھىندى

تەركىبى: ياخشى پىشقان چوڭ تاۋۇز مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: تاۋۇزنىڭ بىر تەرىپىنى پىچاق بىلەن تېشىپ، ئىچىنى قوچۇپ پاكىز قاچىغا سۈيى ئاققۇزۇلىدۇ، ئۇرۇقلىرى ئېلىۋېتىلىدۇ.

تەسىرى: ئىسسىقتىن بولغان تەپ ۋە قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ، تەرەتنى بوشىتىدۇ. جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سىركەنجۈبىل بىلەن بىرلىسە توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ھەيدەش، يەرقاننى داۋالاش، كۆيگەن بۇزۇق ماددىلارنى بىر تەرەپ قىلىش، ھەزىمنى ياخشىلاش رولىنى ئويناىدۇ. تەمرى ھىندى بىلەن بىرلىسە سەپرا ماددىلىرىنى پەسەيتىش، تېرە كېسەللىكلىرىنى ياخشىلاش تەسىرىنى بېرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: تاۋۇزنىڭ تەبئىتى تۇراقسىز بولغاچقا، سەپرا مىزاج كىشىلەرگە بەرگەندە سەپراغا ئۆزگىرىپ ئۇنىڭغا يارەملىشىدۇ. شۇڭا بۇ خىل كىشىلەرگە ئاچچىق -

چۈچۈك نەرسىلەر بىلەن قوشۇپ بېرىش كېرەك. قىزىتما باشلانغىنىغا بىر ھەپتە توشمىغانلارغا بېرىشكە بولمايدۇ. ھۆللۈكى يۇقىرى يەل - يېمىشلەردىن كېيىن بېرىش مۇڭا پىق ئەمەس. ئادەتتە تالغا زىيان قىلىدىغانلىقى ئۈچۈن بۇ تەسىرى گۈلقەنت، ھەسەل ۋە باشقىلار بىلەن تۈزىتىلىدۇ.

مەجۇنى غاپەس

تەركىبى: يۇيۇلغان لوك، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، غاپەس ئۇسارىسى، رەۋەن، زەپەر ھەربىرى بەش گرام، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، ئىزخىر چېچىكى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قىزىتما پەسەيتىدۇ، قىزىتمىلىق ئىستىسقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ، ھەشقىپىچەك سۇيى ياكى كاسىنە سۇيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى دىق

تەركىبى: سەرتان كۈلى، ئەپيۇن، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، خەشخاش، رۇببىسۇس، يانتاق شېكىرى، بېھى ئۇرۇقى مېغىزى، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، بادام مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، گاۋزىبان گۈلى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۇ بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: يۆتەل توختىتىپ بەلغەم بوشىتىش، ئورۇقلاتقۇچى تۆۋەن ھارارەتنى چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە ئۆپكە سىلىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانىنى شۈمىدۇ.

ھەببى زاراڭزا

تەركىبى: زاراڭزا مېغىزى، تۇربۇت ھەربىرى 10 گرام، غارىقۇن، كەرەپشە، رۇم بەدىيان ھەربىرى بەش گرام، ئاق كرىستال تۇز ئۇچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بەدىيان ئەرقى بىلەن يۇغۇرۇپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى: يەل تارقىتىش، بەلغەمنى سۈرۈپ كۆكرەكنى تازىلاش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قىش ـ ياز قىزىتما بولۇپ تۇرىدىغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ دانە ئەچىلىدۇ.

ھەببى كافۇر

تەركىبى: كافۇر، تاباشىر، بۇغداي كراخمالى، ئاق سەندەل، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، كەتىرا ھەربىرى بەش گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سالايە قىلىپ، بېھى ئۇرۇقى لوئابى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرۇش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئورۇقلاتقۇچى تەپ، سىل ۋە ئىچ سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىلارغا 1 ~ 2 دانە، چوڭلارغا 5 ~ 7 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى لوبوب

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزگۈت ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام، قارا سۇنا ئۇرۇقى بەش گرام، رۇببىسۇس 2.5 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى ئىسپىغۇل لوئابى ۋە سېمىزگۈت شىرنىسى بىلەن سوقۇپ، غورا سۈيى ياكى لىمون سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان تەپ ۋە يۆتەللەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ھىلىلە II

تەركىبى: سېرىق ھىلىلە پوستى، ھىلىلە كابىلە، قارا ھىلىلە، سانا ھەربىرى 15 گرام، سەبرە سوقۇترى 10 گرام، ئەفسەنتىن ئالتە گرام، سوقمۇنىيا، شاھتەررە ھەربىرى ئۈچ گرام، ئاق كرىستال تۇز 1.5 گرام، بادام يېغى ئالتە مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادام يېغى بىلەن نەمدەپ ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جاراھەتلەرنىڭ سۈيىنى قۇرۇتۇش، قان تازىلاش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، قەزىتما چۈشۈرۈش، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: چۈشتىن كېيىن تۇتىدىغان ئادەتلىك تەپ ۋە ھەرخىل جاراھەتلىك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ دانىسى گاۋزىبان ئەرقى بىلەن ئىچىلىدۇ.

بەلغەم ياكى سەۋادىن بولغان تەپكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

جۇلابى سەۋدا

تەركىبى: زەنجىۋىل 60 گرام، سانا، پۇنۇس ھەربىرى 30 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە ھەربىرى توققۇز گرام، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، پىرسىياۋشان، نېلۇپەر، گاۋزىبان، قىزىلگۇل، ئەفتىمۇن، بىستىپايەج، ئۇستقۇدۇس، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى قاينىق سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن، قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەۋدانى پەسەيتىدۇ. سەۋدادىن بولغان تۇرلۇك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ، ئۇچكە بۆلۈپ ئىچىلىدۇ.

مائۇششاھتەرەج

تەركىبى: ھۆل شاھتەررە مەلۇم مىقداردا، سېرىق ھېلىلە پوستى ئاز مىقداردا.

ياسىلىشى: ھۆل شاھتەررىنى تازىلاپ سوقۇپ، سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا تالغا زىيان قىلماسلىقى ئۈچۈن سېرىق ھېلىلە پوستىدىن ئېلىپ، سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، بىر كېچە تۇرغۇزغاندىن كېيىن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: چىلان شەربىتى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن بىللە ئىچسە قاندىن بولغان تەپلەرنى پەسەيتىدۇ. سىركەنجىۋىل، ئەفتىمۇن بىلەن ئىچسە، سەۋدادىن بولغان تەپ ۋە تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. سىركەنجىۋىل بۇزۇرى ياكى سىركەنجىۋىل ساددە بىلەن ئىچسە توسالغۇلارنى ئېچىپ قانىنى تازىلايدۇ، كۆيگەن (بۇزۇق) ماددىلارنى يۇمشىتىش مەقسەت قىلىنسا تەرەنجىبىن، شىرخىستلار بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 30 ~ 60 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

مائۇلئۇسۇل ھۇمائى

تەركىبى: كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى، ئىزخىر يىلتىزى، پىر-سىياۋشان، رۇم بەدىيان ھەربىرى 30 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، مەستىكى ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تەنقىيىدىن كېيىن بېرىلسە، بەلغەمدىن بولغان تەپنى قالدۇرىدۇ. سۇيدۇك ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر قېتىمدا مائۇلئۇسۇلدىن 120 مىللىلىتىر ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى گۇلقەنت بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى ئەفتىمۇن I

تەركىبى: تەرەنجىبىن 100 گرام، قارىئۇرۇك، سېرىقئۇرۇك، پۇنۇس ھەربىرى 60 گرام، چىلان 36 گرام، سەرپىستان، ئۇششاق ئۇزۇم ھەربىرى 30 گرام، ئەفتىمۇن، شاھتەررە، بادرەنجى بۇيا، پىرسىياۋشان، گاۋزىبان، سانا، قارا ھېلىلە ھەربىرى 16 گرام، كاسنە ئۇرۇقى 10 گرام، رەۋەنچىنى ئالتە گرام، بادام يېغى 10 گرام.

ياسىلىشى: ئەفتىمۇن، سانا، پۇنۇس، تەرەنجىبىنلەر بىر چىنە قاياناق سۇغا ئايرىم چىلىنىدۇ. باشقا دورىلارنى 2.5 لىتىر سۇغا چىلاپ، 12 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ سۇزۇپ، يۇقىرىقى چىلانما ۋە 100 گرام گۇلقەنت، 10 گرام بادام يېغىنى قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپلا چۈشۈرۇلىدۇ. ئاخىردا ئالتە گرام رەۋەنچىنىنى ئۇنداك سوقۇپ دورىغا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: سەۋداناك كۆيۈشىدىن بولغان تەپتە بۇزۇق خىلتىنى سۇرۇپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەۋادىن بولغان تەپ كېسەللىكلىرىدە مۇنزىجىدىن كېيىن سۇرگە سۇپىتىدە بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر دىن ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى شاھتەررە II

تەركىبى: ئەنجۇر 15 گرام، شاھتەررە، گاۋزىبان، كاسنە، بىخسۇس، ئەفتىمۇن، سەر-پىستان، كۆك ئۇزۇم ھەربىرى 10 گرام، بىستىپايەج ئالتە گرام، گۈلقەنت 30 گرام.

ياسلىشى: قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، يۇمشاقلىرى بىلەن ھەممىنى بىرلىكتە ئىككى لىتىر سۇغا 12 سائەت چىلاپ، قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ گۈلقەنت سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەۋادىن بولغان تەپتە نورمالسىز خىلىتلارنى پىشۇرۇپ، بەدەندىن چىقىرىشقا لايىقلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كۈن ئارىلاپ تۈتىدىغان قىزىتما كېسەللىكىدە سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش مەقسىتىدە بېرىلىدۇ. ئۇنىڭ ئارقىسىدىن پىشقان سەۋدا خىلىتىنى سۇرۇش ئۈچۈن قۇرسى بىنەپشە بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بالىلارغا ئەھۋالغا قاراپ 50 مىللىلىتىر بەرسە بولىدۇ.

مەجۇنى شەيىب

تەركىبى: ھېلىلە كابىلە 200 گرام، سېرىق ھېلىلە، ئامىلە، بەلىلە، سىيادان پوستى، تۇرۇنجى ھەربىرى 100 گرام، قارا ھېلىلە، قارىمۇچ، پىلپىل ھەربىرى 60 گرام، زەنجۇۋىل، نارمىشكى، لاچىندانە، قاقىلە، كاۋاۋچىن، بالادۇر، ئوشاق، ئۇزۇم، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 30 گرام، ناۋات 2.5 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىپ، ئۇزۇمنى سوقۇپ، ناۋاتنى قېيام قىلىپ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: نورمالسىز بەلغەم ۋە سەۋدا ماددىسىنى سۇرىدۇ. قان تازىلايدۇ. رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەيدۇ. ماددىلىق ياكى ماددىسىز سەۋەبتىن بولغان چاچ ئاقىرىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش، ۋاقىتسىز چاچ ئاقىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۆندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

نۇقۇئى ئەينۇلا

تەركىبى: ئۈرۈقسىز ئۈزۈم، تەمرى ھىندى ھەربىرى 60 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى 45 گرام، سەرپىستان 30 دانە، ئەينۇلا، چىلان ھەربىرى 20 دانە، ئارپىبەدىيان، شاھتەررە، رۇم بەدىيان ھەربىرى 30 گرام، قىزىلگۈل، سانا، گۈلبىنەپشە، سېمىزئوت ئۈرۈقى، كۆشۈش ھەربىرى 21 گرام، سۇ تۆت لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سۇغا چىلاپ، ئۈچ كۈنگىچە كۈندۈزى ئاپتاپتا، كېچىسى ئىسسىق ئۆيدە تۇرغۇزغاندىن كېيىن سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل تەپلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 120 مىللىلىتىر دورا 45 مىللىلىتىر سىركەنجۈبىل، 30 مىللىلىتىر بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

ھەببى سەممۇلغار I

تەركىبى: ئاق كەت ھىندى 50 گرام، قىزىلگۈل، سەممۇلغار ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: سەممۇلغارنى كۈشتە قىلىپ ئايرىم سوقۇپ، ئاندىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۈرۈقى ئېلىۋېتىلگەن ۋاسالغۇ بىلەن 0.1 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان بەزگەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كېسەل تۇتۇشتىن بۇرۇن كۈندە بىر قېتىم بىر دانىدىن ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بالىلارغا بېرىلمەيدۇ. ئاچچىق ـ چۈچۈك، يەللىك نەرسىلەردىن، ياغلاردىن پەرھىز قىلىنىدۇ.

هەببی هەجەری ئەرمنی

تەركىبى: سەبرە، بىستىپايەج ھەربىرى سەككىز گرام، غارىقۇن بەش گرام، ھەجەرى ئەرمنى، قەلەمپۇر، ئەفتىمۇن ھەربىرى ئۇچ گرام، سوقمۇنيا ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاياناق سۇ بىلەن ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئارتۇق سەۋدا خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببی هىلتىت

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، غاپەس ئۇسارىسى ھەربىرى ئالتە گرام، ھىلك بەش گرام، قىچا ئۇچ گرام.

ياسلىشى: سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان تەپكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى ئەۋرىشىم

تەركىبى: قىرقىلغان پىلە 500 گرام، بىدىمىشكى، گاۋزىبان، ئاق سەندەل، نىلۈپەر ھەربىرى 30 گرام، قىزىلگۈل، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تازىلاپ، قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، يەتتە لىتىر قايناق سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن، پار قازىنىغا قۇيۇپ سۇس ئوت بىلەن پارلاندۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، سۈيدۈكنى راۋان قىلىش، قىزىتما پەسەيتىش، نېرۋا خىزمىتىنى ياخشىلاش، تىنچلاندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان مېڭە، يۈرەك، جىگەر كېسەللىكلىرى ۋە ھەرخىل نېرۋا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا 50 مىللىلىتىر، كىچىك بالىلارغا 15 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەرقى بىدىمىشكى II

تەركىبى: ئىپار سۆگىتىنىڭ پوتلىسى (بىدىمىشكى) بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: دورىنى تازىلاپ پار قازىنىغا سېلىپ، ئاجىزراق ئوت بىلەن قاينىتىپ، ئىككى لىتىر ئەتراپىدا پار سۈيى ئېلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرۇش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. بالىلاردىكى ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىغا ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان ھەرخىل يۈرەك كېسەللىكلىرى، يۈرەك ئاجىزلىقى، خەپەقان ۋە ھەرخىل قىزىتمىلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا كېمەيتىپ بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: تەسىرىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن پىلە، سەندەل، قىزىلگۈل، نېلۇپەرلەردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا قوشسىمۇ بولىدۇ. لېكىن بىدەمىشكى مىقدارىنى ئازايتىش لازىم.

ئەرقى گاۋزىبان I

تەركىبى : گاۋزىبان بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: گاۋزىبانىنى تازىلاپ پار قازىنىغا سېلىپ، سۇنى قۇيۇپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ پار سۇيى (ئەرەق) ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۈرەك تىترەش، ئېغىش ۋە يۈرەك ئاجىزلىقى، نېرۋا قوزغىلىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 ~ 50 مىللىلىتىر-غىچە ئىچىلىدۇ.

داۋائى خەفەقان بارىد

تەركىبى: گاۋزىبان 21 گرام، گىل ئەرمىنى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ھەربىرى 15 گرام، كەھرىۋا، مارجان، مەرۋايىت، خام پىلە، زەمچە ياكى تۇز ھەربىرى توققۇز گرام، پەرەنجىمشكى ئۇرۇقى، سەئدى كۈفى، تاباشىر ھەربىرى ئالتە گرامدىن، كافۇر ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنت قىيامى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك تىترەشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ.

داۋائىمىشكى ئەنبەرى بارىد

تەركىبى: مەرۋايىت، گاۋزىبان گۈلى، پىلە، تاباشىر، قىزىلگۈل ھەربىرى توققۇز گرام،

يۇمغاقسۇت، ئاق سەندەل، زىرىخ، سېمىزگۈت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، ياقۇت، قارا سۇنا ئۇرۇقى، ئەنبەر ھەربىرى بەش گرام، مارجان، كەھرىۋا، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق ھەربىرى ئۈچ گرام، بىدمىشكى، قىزىلگۈل، نېلۇپەر ئەرەقلىرى مۇۋاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى يانجىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنت قېيامىغا ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ، ئىسسىقتىن بولغان تۇرلۈك يۇرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائىمىشكى بارىد

تەركىبى: قىزىلگۈل، تاباشىر، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، قىرقىلغان پىلە، گاۋزىبان گۈلى، مەرۋايىت، كەھرىۋا، زىرىخ، بېھى ئۇرۇقى، بىخ مارجان، سېمىزگۈت ئۇرۇقى، ئاق سەندەل ھەربىرى 15 گرام، فۇپەل، گىل ئەرمىنى، نىشاستە ھەربىرى توققۇز گرام، كۈمۈش ۋاراق ئالتە گرام، ئىپار ئۈچ گرام، ئەرقى بىدمىشكى، قىزىلگۈل گۈلابى ھەربىرى 100 مىللىلىتىر، ئالما شەربىتى 40 مىللىلىتىر، ئاق شېكەر 700 گرام.

ياسىلىشى: داۋائىمىشكى بارىدنى تەييارلاش بىلەن ئوخشاش.

تەبىئىتى: سوغۇق .

تەسىرى: يۇرەك، جىگەر ۋە مېڭىنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان خەپەقان ۋە ئايلىنىپ كېتىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرام ئىچىلىدۇ.

جاۋارىش ئۇد تۇرۇش ئەكبەرى

تەركىبى: زەنجىۋىل، بەدىيان، پەرەنجىمىشكى، گاۋزىبان، زىرىخ، سەمغى ئەرەبى، قەلەمپۇر، مەستىكى، سۇنبۇل، گۈلدارچىن، زەرنەپ، جويۇز، بەسباسە، لاچىندانە، زىراۋەندە، دارچىن، زەپەر، ئىپار، كافۇر ھەربىرى تەڭ مىقدارىدا، ئالما شەربىتى، ئەينۇلا شەربىتى، ھەسەل ھەربىرى ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەك، جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

خېمىرى بىنەپشە

تەركىبى: بىنەپشە سەككىز گرام، ئاق شېكەر 30 گرام.

ياسىلىشى: شېكەرنى قىيام قىلىپ، ئۈنىڭغا سوقۇپ تەييارلانغان بىنەپشىنى سېلىپ خېمىر قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ، سەپرانى پەسەيتىدۇ، قەۋزىيەتنى بوشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك قوزغىلىش، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى، خەپەقان، بۆرەك ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرام ئېلىپ، گاۋزىبان ئەرقى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

خېمىرى سەندەل

تەركىبى: ئاق سەندەل (گۈلابتا سۈرۈپ قۇرۇتۇلغان تالقىنى)، گاۋزىبان گۈلى، قىرقىلغان پىلە ھەربىرى 10 گرام، زەپەر 1.5 گرام، گۈلاب، بىدمىشكى ئەرقى ھەربىرى 10 مىللىلىتىر، قەنت 170 گرام.

ياسىلىشى: ئەرەقلەر بىلەن قەنتنى قىيام قىلىپ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۇرەكنى تىنچلاندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك تىترەش ۋە قالايمىقان سېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، تاماقتىن كېيىن ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

خېمىرى گاۋزىبان I

تەركىبى: گاۋزىبان، ئاقلانغان يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، قىرقىلغان پىلە غوزىسى، ئاق بەھمەن، بالەنگو ئۇرۇقى، ئىكەكلەنگەن ئاق سەندەل، پەرەنجىمىشكى ھەربىرى توققۇز گرام، ئەنبەر 1.5 گرام، كۆيدۈرۈلگەن مەرۋايىت، ئىپار ھەربىرى 0.75 گرام، ناۋات 360 گرام.

ياسىلىشى: ئىپار، ئەنبەر ۋە مەرۋايىتلاردىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر سۇغا بىر كېچە ـ كۈندۈز چىلىغاندىن كېيىن، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، ناۋات سېلىپ قېيام قىلىنىدۇ. قېيام ئىلمان ھالەتكە كەلگەندە، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ تەييارلانغان ئىپار، ئەنبەر ۋە مەرۋايىتلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك كېسەللىكلىرى جۈملىدىن نېرۋا ئاجىزلىق، خەپەقان، تۇتقاقلىق، ئايلىنىپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا تاماقتىن كېيىن 1.5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

خېمىرى گاۋزىبان II

تەركىبى: گاۋزىبان ھىندى 30 گرام، گاۋزىبان گۈلى 16 گرام، بادرەنجى بۇيا 7.5 گرام، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، سۇنبۇل، ئۆشنە ھەربىرى بەش گرام، زەررە ئۇچ گرام، ئىپار 1.5 گرام، كافۇر بىر گرام.

ياسىلىشى: كېيىنكى ئۇچ خىل دورىدىن باشقىلىرىنى 300 مىللىلىتىر گۈلاب، 500 مىللىلىتىر ساپ سۇغا چىلاپ قاينىتىپ سۈزۈپ، 300 گرام قەنت بىلەن قېيام قىلىپ، بۇ ئۇچ خىل دورا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەكنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە، يۈرەك رېتىمى قالايمىقانلىشىش ۋە يۈرەك خاراكتېرلىك ئايلىنىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك كېسەللىكلىرىدە يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر قېتىمدا 30 گرام ئېلىپ، ئەرقى بىدىمىشكى ۋە گۈلاب بىلەن ئىچىلىدۇ.

خېمىرى مەرۋايىت

تەركىبى: قىرقىلغان پىلە غوزىسى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەربىرى 10 گرام، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، كاسنە گۈلى، پەرەنجىمىشكى، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، ئىپار، ئەنبەر ھەر بىرى بىر گرام، گۈل ئەرقى، گاۋزىبان ئەرقى ھەربىرى 10 مىللىلىتىر، ئالما شەربىتى، ئامىلە مۇرابباسى ھەربىرى 100 مىللىلىتىر، ناۋات 200 گرام.

ياسىلىشى: مەرۋايىت گۈلاب ۋە گاۋزىبان ئەرقىدەك سالايە قىلىنىپ، ئۈپىدەك يۇمشاق سوقۇلىدۇ. قالغان دورىلارنىمۇ يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. ناۋاتنى گۈلاب بىلەن قىيام قىلىپ، ئۇستىدىن شەربەت، مۇراببالارنى قۇيۇپ، دورىلار تالقىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىنىدۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ. يۈرەك ۋە نېرۋىلار خىزمىتىنى نورماللاشتۇرىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

ئىشلىتىلىشى: يۈرەك، مېڭە ۋە جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە كەچتە بىر گرام ئىچىلىدۇ.

زىمادى مۇبەررىد

تەركىبى: ئاق سەندەل، كافۇر، گۈلاب مەلۇم مىقدارda.

ياسىلىشى: ئاق سەندەلنى گۈلاب بىلەن سۈرۈپ، ئاز مىقدارda كافۇر ئارىلاشتۇرۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۈرەكتىكى ئارتۇق ھارارەت ۋە قىزىقلىقنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن يۈرەك ساھەسىگە چېپىلىدۇ.

سۈفۈپى بارىد

تەركىبى: گىل ئەرمىنى، يۇمغاقسوت ھەربىرى 12 گرام، تاباشىر، كەھرىۋا ھەربىرى

ئالته گرام، كافۇر ئىككى گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەكنىڭ ئىسسىقتىن بولغان قالايمىقان سوقۇشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 3 ~ 9 گرامغىچە ئېلىپ قېتىق بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئەۋرىشىم

تەركىبى: سىرىق خام پىلە توغرالمىسى 100 گرام، گاۋزىبان 16 گرام، بادرەنجى بۇيا، قىرقىلغان پىلە تالقىنى ھەربىرى 10 گرام، پەرەنجىمشكى، مەرۋايىت ھەربىرى ئۇچ گرام، كەھرىۋا، ئاق سەندەل، ئۇد ھىندى، مەستىكى، ئىپار، ئەنبەر ھەربىرى 1.5 گرام، داغمال سۇيى 2.5 لىتىر، ھەسەل 200 مىللىلىتىر، گۈلاب 120 مىللىلىتىر، ئاق ناۋات 200 گرام.

ياسىلىشى: پىلە توغرالمىسىنى داغمال سۇيىگە بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن، 750 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىلىدۇ. گاۋزىبان بىلەن بادرەنجى بۇيىنى ئايرىم قاينىتىپ، سۈزۈپ قوشۇپ، ئۈستىدىن ھەسەل، ناۋات ۋە گۈلابلارنى قۇيۇپ قاينىتىپ قىيام قىلىندۇ. قالغان دورىلارنىڭ سوقىدىغانلىرىنى سوقۇپ، سالايە قىلىدىغانلىرىنى سالايە قىلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۇرەك، مېڭە ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: خەپەقانغا، يۇرەك ۋە مېڭە ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەرقى گاۋزىبان، ئەرقى بىدىمىشكىلار بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مۇپەررىھى مۆتىدىل

تەركىبى: خام پىلە، گاۋزىبان ھەربىرى 23 گرام، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى 12 گرام، ئاق سەندەل، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، دۇرنەج ئەقرەبى، رەيھان ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى ھەربىرى توققۇز گرام، قىزىلگۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى چېچىكى ئالته گرام، ئۇد ھىندى ئۇچ گرام، قەنت 600 گرام، سۇ 1.2 لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن 1/3 قىسمى

قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ سوۋۇتۇلىدۇ. بېھى لوئابى، قىيمىقۇ لوئابلىرىنىڭ ھەربىرىدىن 150 مىللىلىتىر، گاۋزىبان سۈيىدىن 45 مىللىلىتىر قوشۇپ، يەنە ئازراق قاينىتىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 دانە، لاجۇۋەرد تېشى، ھەجەرى ئەرمىنى، مەرۋايىتلارنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گرام، زەپەردىن 1.5 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل يۈرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇپەررىھى بارىد قەلبى

تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى 45 گرام، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان زىرىخ 18 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 12 گرام، قىزىلگۈل، تاباشىر، ئاق بەھمەن، گاۋزىبان، قۇرۇق يۇمغاقسوت، ئاق سەندەل ھەربىرى ئۈچ گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كەھرىۋا، زەپەر، كافۇر ھەربىرى ئىككى گرام، قەنت 300 گرام، بىدىمىشكى ئەرقى مەلۇم مىقداردا، ئالما سۈيى 150 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنتنى ئەرقى بىدىمىشكى ۋە ئالما سۈيى بىلەن قىيام قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرى ۋە يۈرەك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى ۋاخ، 3 ~ 6 گرامغىچە ئىستېمال قىلىدۇ.

مۇپەررىھى دىلكۈشاد بارىد

تەركىبى: تەرەنجىبىن 120 گرام، زىرىخ، بېھى ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى 24 گرام، ئاق سەندەل، قۇرۇق يۇمغاقسوت ھەربىرى ئالتە گرام، تاباشىر، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، قىزىلگۈل، مارجان، كەھرىۋا، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، پىستە پوستى ھەربىرى ئۈچ گرام، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق ھەربىرى ئىككى گرام، قەنت 560 گرام.

ياسىلىشى: قەنت بىلەن تەرەنجىبىننى قىيام قىلىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ

ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان يۇرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى زۇمۇرەدى بارىد

تەركىبى: گۈلابتا چىلانغان ئامىلە، ئاق خەشخاش، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قۇرۇق يۇمغاقسوت ھەربىرى 60 گرام، بېھى ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، گىل مەختۇم، پىلە، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، نارجىل، گاۋزىبان گۈلى، پادى زەھرى، تاباشىر ھەربىرى 15 گرام، زىرىخ شىرنىسى، ئاقلانغان قارا سۇنا ئۇرۇقى، نىشاستە، قىزىلگۈل، كۈنجۈت، نىلۇپەر، زۇمرەت، كۆموش ۋاراق ھەربىرى ئالتە گرام، ئەنبەر ئۇچ گرام، كافۇر، ئىپار ھەربىرى ئىككى گرام، تەرەنجىبىن شىرنىسى، شىرخىست، ئالما شەربىتى ھەربىرى 1.2 لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلار تالقىنىنى تەرەنجىبىن، شىرخىست، ئالما شەربىتى بىلەن قىلىنغان قىيامدا يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. جىگەر مىزاجىنى ياخشىلايدۇ. باشقۇرغۇچى مىزاجنى تەڭشەيدۇ، ئىسسىقتىن بولغان نەزلىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارda ئىچىلىدۇ.

مۇپەررىھى سەغىر بارىد

تەركىبى: قۇرۇق يۇمغاقسوت ئالتە گرام، قىزىلگۈل، تاباشىر ھەربىرى ئۇچ گرام، كافۇر بىر گرام، ئالما شەربىتى ياكى قۇمچاق يوتقىنى لوئابى ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، شەربەت ياكى لوئابتا يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مېڭىگە سېسىق بۇخارات ۋە سۇلارنىڭ ئۆرلىشىنى توسىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان يۇرەك تەۋرەشنى يوقىتىدۇ. يۇرەك ۋە ئاشقازاندىكى ئارتۇق ھارارەتنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالتە گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى سەندەلەيىن

تەركىبى: ئاق سەندەلنىڭ گۈلاب سۇرۇلمىسى 31 گرام، قىزىل سەندەلنىڭ گۈلاب سۇ-رۇلمىسى 16 گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، راست مارجان، تاباشىر، ئاقلانغان سېمە-زئوت ئۇرۇقى، قورۇلغان يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، پىستىنىڭ سىرتقى پوستى، مەستىكى رۇمى، زەپەر ھەربىرى ئالتە گرام، ئىپار 1.5 گرام، تۇرۇنجى (جۇيزە) سۇيى 150 مىللە-لىتىر، گۈلاب 100 مىللىلىتىر، ئاق شېكەر 600 گرام.

ياسىلىشى: قەنتنى گۈلاب ۋە تۇرۇنجى سۇيى بىلەن قىيام قىلىپ، دورىلارنى قائىدە بو-يىچە تالقان قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: كۆڭۈلنى ئېچىش، يۇرەكنى سالقىنلاتىپ، خەفەقان ۋە يۇرەك ئاجىزلىقىنى داۋالاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: خەفەقان ۋە باشقا يۇرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 10 ~ 16 گرامغىچە ئىچىلىدۇ.

مۇپەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، زەپەر، گاۋزىبان، مەستىكى، بىخ مارجان، دارچىن، پىلە تالقىنى، پوستى تۇرۇنجى، كەھرىۋا، ئاق بەھمەن، زورەمبات، ئۆشنە، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، ئەز پارەتتېپ، تازىلانغان زىخ، سېمىزئوت ئۇرۇقى، پەرەنجىمشكى، تاباشىر، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى ئالتە گرام، ئاق سەندەل گۈلاب سۇرۇلمىسى، ئۇد غەرقى، دۇرنەج ئەقرەبى، قىزىلگۈل ھەربىرى 10 گرام، ئەنبەر، قاقىلە، لاچىندانە ھىندى، كۈموش ۋاراق، تىللا ۋاراق، گىل مەختۇم، يۇيۇلغان لاجۇۋەرد، گىل ئەرمىنى، گۈلدار-چىن، سۇنبۇل، نارمىشكى ھەربىرى ئۈچ گرام، لەيلى بەدەخشان، ياقۇتى رومانى (ئانار-سىمان ياقۇت)، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام، ئىپار 1.5 گرام، ھوممماز شەربىتى، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل پۈتۈن دورىلارنىڭ باراۋىرىدە.

ياسىلىشى: ئادەتتىكى مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ بە-زىدە شەربىتى ھوممماز ئورنىغا شەربىتى پەۋاكىھ، ھەسەل ئورنىغا ئاق ناۋات سېلىپ تەييارلاشقىمۇ بولىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەكنى كۈچەيتىپ ۋە خىزمىتىنى ياخشىلاپ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل نېرۋا ۋە مېڭە كېسەللىكلىرىگە مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 6 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان يۇرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى پۇدىنە

تەركىبى: پۇدىنە بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: دورىنى پاكىزلاپ تاسقاپ، پار قازاندا ئالتە لىتىر سۇ بىلەن سۇس ئوتتا قاينىتىپ، پارلاندۇرۇپ ئەرەق چۇشۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: يۇرەك، مېڭە ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، يۇرەك، ئۆپكە، مېڭە، چىش ئاجىزلىقى ھەمدە خاناۋىر، گال ئاغرىقى قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ. قۇرت چۇشۇرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 20 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ. بالىلارغا مىقدارى ئازايتىلىدۇ.

ئەرقى گاۋزىبان II

تەركىبى: گاۋزىبان بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: دورىنى بىر قېتىم تاسقاپ پاكىزلاپ، پار قازانغا سېلىپ، ئالتە لىتىر سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا پارغا ئايلاندۇرۇپ ئەرەق چۇشۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: تىنچلاندۇرۇش، يۇرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل نېرۋا ئاجىزلىقى، خەپەقان، تۇتقاقلىق، مېڭە كېسەللىكلىرى، ساراڭلىق، يۇرەك، جىگەر ۋە ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 10 ~ 15 مىللىلىتىرغىچە، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 15 ~ 20 مىللىلىتىرغىچە، چوڭلارغا 25 ~ 50 مىللىلىتىرغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش ئۇدمىشكى

تەركىبى: زەپەر، بەسباسە، زەنجىۋىل ھەربىرى 45.5 گرام، ئۇد ھىندى، سۇنبۇل، سۇنبۇل رۇمى، مەستىكى، قەلەمپۇر، لاچىندانە، جويۇز ھەربىرى توققۇز گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى، گۇلدارچىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، تۇرۇنجى پوستى، زورەمبات، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى بەش گرام، ئىپار 1.5 گرام، قەنت بىر يېرىم ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ ياسلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەك سېلىش، نەپەس سىقىلىش، جىگەر ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. ئاشقازاننى كۈچەيتىپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ. بەدەندىكى ئارتۇق سۇيۇقلۇقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى سەندەل

تەركىبى: ئاق سەندەل، پىلپىل، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا، قىزىلگۈل، ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، پەرەنجىمشكى، دارچىن، ئۆشنە تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: خەفەقان، مالىيخۇلىيا، كۆپ تەرلەش ۋە تۇرلۇك يۇرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائىمشكى تەلىخ

تەركىبى: مەستىكى، ئۇد خام، پوستى تۇرۇنجى، دارچىن، قەلەمپۇر، سۇنبۇل، بوزۇغا، كاۋاۋچىن، قاقىلە، لاچىندانە، سەئدى كۈفى، ئىزخىر، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، پەرەنجىمشكى ئۇرۇقى، نەممام ئۇرۇقى، مەرۋايىت، مەرزەنجۇش ئۇرۇقى، بىخ مارجان، ئەفسەن

تىن رۇمى، كەھرىۋا، قىرقىلغان پىلە، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ھەربىرى 30 گرام، ئىپار 15 گرام، ئاق شېكەر 1.3 كىلوگرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، شېكەرنى 30 مىللىلىتىر ھىلىلە كابىلە قاينىتىلىمىسىدا قىيام قىلىپ يۇغۇرۇلىدۇ ياكى ھىلىلە كابىلە مۇرابباسىدا يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك، جىگەر قاتارلىق رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، نېرۋىنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئايلىنىپ كېتىش، يۈرەك ئاجىزلىقىدىن بولغان يۈرەك تىتىرەش، قۇرۇق ھۆ بولۇش، ئاشقازانىنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائىمىشكى شېربىن

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كەھرىۋا، بىخ مارجان، قىرقىلغان پىلە، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، سۇنبۇل، قاقىلە، قەلەمپۇر، سازەج ھىندى، ئۆشنە، شاخ مارجان ھەربىرى 16 گرام، سەدەپ، زەپەر ھەربىرى 10 گرام، قۇندۇز قەھرى، ئىپار، پىلپىل، زەنجىۋىل ھەربىرى ئالتە گرام، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق ھەربىرى 50 دانە، ئەنبەر ئۈچ گرام، ناۋات 160 گرام، ھەسەل 500 مىللىلىتىر، ئانار شەربىتى، ئەۋرىشىم شەربىتى ھەربىرى 200 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: بىخ مارجان، شاخ مارجان، سەدەپلەرنى چۆمۈچكە سېلىپ، رەڭگى ئۆزگەرگەنگە قەدەر ئوتتا قويۇپ كۆيدۈرۈلىدۇ ھەمدە سوقۇپ رەختتىن ئۆتكۈزۈپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ بىرلەشتۈرۈلىدۇ. ناۋاتنى قىيام قىلىپ، ئۇستىدىن ھەسەلنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئانار شەربىتى، ئەۋرىشىم شەربەتلىرىنى قوشۇپ سۇس ئوتتا ئېرىتىلىدۇ. ئازراق سوۋۇغاندىن كېيىن ئاۋۋال ۋاراقلارنى، ئاندىن زەپەر، ئۇندىن كېيىن ئىپار قوشۇپ قوچۇلىدۇ. ئارقىدىن قۇندۇز قەھرى ۋە باشقا دورىلار تالقىنىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەنبەر ۋە ئىپار بىللە سېلىنسىمۇ بولىدۇ. يۇغۇرۇپ بولغاندىن كېيىن چىنە قاچىغا ئېلىپ، ئۇستىدىن 10 دانە ۋاراقنى (يۇقىرىقى ۋاراقتىن ئېلىپ قېلىنسا بولىدۇ) سېلىپ، 45 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى ۋە ئاشقازاننى قوۋۇۋەتلەش، نېرۋىنى پەسەيتىش، كۆڭۈلنى ئېچىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك ئاجىزلىقى، يۇرەك سېلىش ۋە تىترەش، ئاشقازان ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ. تىنچلاندۇرۇش، چىرايىنى ياخشىلاش، ھاممىلدارلار ۋە بالىلاردىكى بەدەن ئاجىزلىق، يۆتەل، تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرۇشلارغىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 1 ~ 6 ياشقىچە بولغان بالىلارغا بىر گرام، 10 ياشتىن يۇقىرىلارغا ئەھۋالغا قاراپ ئۈچ گرامغىچە، تاماقتىن ئىككى سائەت بۇرۇن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: قىزىتمىلىق كېسەللەرگە ۋە زۇكامغا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

داۋائىمىشكى مور

تەركىبى: ئەفسەنتىن رۇمى، سەبرە ھەربىرى 24 گرام، جۇڭگو رەۋىنى 18 گرام، جۇۋىنە، زەپەر، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى 12 گرام، سۇنبۇل، ئىپار، سازەج ھىندى، مۇرمەكى ھەربىرى ئالتە گرام، قۇندۇز قەھرى بەش گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: زەپەردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن زەپەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان يۇرەك تەۋرەش، گال ئىششىقى، ئاشقازاندىكى كېرەكسىز ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، ئاشقازان ۋە ئۇچەي يەللىرىنى يوقىتىش، بالىلاردىكى تەن ئاجىزلىققا مەنپەئەت قىلىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائىمىشكى مۆتىدىل II

تەركىبى: مەرۋايىت، مارجان، كەھرىۋا، دۇرنەج ئەقرەبى، پىلە تالقىنى، زورەمبات، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ھەربىرى 16 گرام، ئەنبەر ئۈچ گرام، قەلەمپۇر، ئۆشنە، سۇنبۇل، لاچىندانە، سازەج ھىندى، دارچىن، زەپەر، مەستىكى، تاباشىر، ئاق سەندەل،

قىزىل سەندەل، ئىپار ھەربىرى 1.5 گرام، ناۋات 60 گرام، ھەسەل 150 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ناۋاتنى قىيام قىلىپ، ھەسەلنى ئارىلاشتۇرۇپ بولغاندىن كېيىن، تالقان دورىلارنى تۆكۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: يۇرەك، مېڭە، جىگەر ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۇرەك، جىگەر ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقى، يۇرەك تىترەش، ئايلىنىپ كېتىش ۋە بەلغەم، سەۋادىدن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 1 ~ 5 ياشقىچە بولغان بالىلارغا بىر گرام، 5 ~ 10 ياشقىچە بولغانلارغا ئىككى گرام، 10 ياشتىن يۇقىرىلارغا ئۈچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

داۋائىمىشكى ھۆلوۋ

تەركىبى: ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، سۈنبۈل، قاقىلە، قەلەمپۇر، سازەج ھىندى، ئۆشنە ھەربىرى بەش گرام، مەرۋايىت، كەھرىۋا، مارجان، قىرقىلغان پىلە، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى ھەربىرى ئۈچ گرام، ئىپار، پىلپىل، زەنجىۋىل، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى ئىككى گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: ئىپاردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ئىپار سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۇرەك ئاجىزلىقى ھەمدە سەۋادىدن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. رەڭگىروينى تۈزەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك تىترەش، خىيالپەرەسلىك، قان ئازلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا تۆت گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى دەجاج

تەركىبى: توخۇ ئېھتىياجغا لايىق مىقداردا.

ياسلىشى: توخۇنى سويۇپ، يېغنى ئېلىپ، ئوت ياكى ئاپتاپتا ئېرىتىپ، چىگىرتىكىدىن ئايرىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: خەپەقانىنى پەسەيتىش، تېرىلەرنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: خەپەقان، ھەرخىل كونا جاراھەتلەر، كۆيۈك ھەم بەدەن سارغىيىش قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچى ياكى سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

شەربىتى ئەۋرىشىم مۇقەۋىي

تەركىبى: پىلە 900 گرام، دارچىن، كۈمۈش ۋاراق ھەربىرى توققۇز گرام، لاچىندانە، قەلەمپۇر، ئۇد ھىندى، سازەج ھىندى ھەربىرى 4.5 گرام، مەستىكى، جويۇز، سۇنبۇل، بەسباسە، زەپەر، ئالتۇن ۋاراق ھەربىرى ئۈچ گرام، ئىپار بىر يېرىم گرام، گاۋزىبان ئەرقى، بىدمىشكى ئەرقى، شاھتەررە ئەرقى ھەربىرى 1.8 لىتىر، ئالما سۇيى، بېھى سۇيى، ئامۇت سۇيى، ئانار سۇيى ھەربىرى 600 مىللىلىتىر، ھەسەل 600 مىللىلىتىر، قەنت 1.8 كىلوگرام.

ياسلىشى: پىلىنى ئەرەق ۋە مېۋىلەر سۇيىگە بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈۋېتىپ، سوقۇشقا تېگىشلىك دورىلارنى چالا سوقۇپ خالتىغا قاچىلاپ، مەزكۇر سۈزۈلمىگە سېلىپ يەنە قاينىتىلىدۇ. قاينىپ يېرىمى قالغاندا خالتىنى ئېلىپ سىقىپ سۈزۈپ، قەنت، ھەسەللەرنى ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىنىدۇ. قىيام بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن، سوقمايدىغان قىممەتلىك دورىلارنى ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەۋدا ماددىلىرىنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مالىيخۇلىيا، خەپەقان كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ.

شەربىتى بادرەنجى بۇيا

تەركىبى: گاۋزىبان 90 گرام، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، پەرەنجىمىشكى

هەربىرى 60 گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 30 گرام، بەدىيان، بىستىپايەج هەربىرى 21 گرام، شېكەر 720 مىللىلىتىر، تاتلىق ئالما سۇيى 660 مىللىلىتىر، گۈلاب 18 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، گۈلاب ۋە ئالما سۇيىدە 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، سۇيىگە شېكەر سېلىپ قىيام قىلىندۇ.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، مېڭە ۋە جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، سەۋدانى سۈرۈش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەۋدانىڭ ئۆتكۈرلىشىپ كېتىشى، مېڭە ۋە يۈرەك ئاجىزلىقى، سوغۇقتىن بولغان خەپەقان ۋە باشقا يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، هەر قېتىمدا تۆت قوشۇق ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سەندەل

تەركىبى: ئۆتكۈر پۇراقلىق ئاق سەندەل 300 گرام، شېكەر ياكى قەنت مۇۋاپىق مىقدارda.

ياسىلىشى: سەندەلنى سوقۇپ، چىلاشقۇدەك گۈلابقا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ سۈرۈلىدۇ، سەندەلنى يەنە مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن تەمى چىققانغا قەدەر قاينىتاقاندىن كېيىن، ئۇنىڭغا يۇقىرىقى گۈلاب سۈيىنى قوشۇپ شېكەر سېلىپ قىيام قىلىندۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ، يۈرەك قوزغىلىشنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان خەپەقان (يۈرەك سېلىش)، جىگەر، ئاشقازان ۋە ئۈچەي كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، هەر قېتىمدا 6 ~ 12 مىللىلىترغىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سۇنبۇل I

تەركىبى: سۇنبۇل 200 گرام، شېكەر ئىككى كىلوگرام.

ياسىلىشى: سۇنبۇلنى چالا سوقۇپ، ئۈچ لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، 1500 مىللى-

لىتىر سۇيى قالغۇچە قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۇنبۇلنى سۇزۇپ ئېلىۋېتىپ، شېكەر سېلىپ، پۈتۈن دورا سۇيى بىر لىتىر قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ قىيام قىلىندۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: يۇرەكنى قۇۋۋەتلەش، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل نېرۋا ۋە يۇرەك كېسەللىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بالىلارغا 3 ~ 4 مىللىلىتىرغىچە، چوڭلارغا 8 ~ 15 مىللىلىتىرغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى گاۋزىبان ئەنبىرى

تەركىبى: بىدىمىشكى 150 گرام، گاۋزىبان گۈلى، گاۋزىبان ياپرىقى ھەربىرى 30 گرام، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل ھەربىرى 15 گرام، ئەنبەر ئۈچ گرام، مەرۋايىت، قىزىل ياقۇت، مارجان، كەھرىۋا، تاباشىر، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق ھەربىرى 1.5 گرام، گۈلاب 300 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى گۈلابقا سېلىپ، 600 مىللىلىتىر سۇ قوشۇپ، بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۇزۇپ، ئۈستىدىن 150 مىللىلىتىر دىن كاسىنە ئۈرۈقى ئەرقى، ئانار سۇيى ۋە 600 گرام قەنت قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ. قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن ئەنبەر، مەرۋايىت، قىزىلگۈل، قىزىل ياقۇت، مارجان، كەھرىۋا، تاباشىر، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراقلارنىڭ سوقىدىغانلىرىنى سوقۇپ، سالايە قىلىدىغانلىرىنى سالايە قىلىپ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۇرەكنى كۈچەيتىپ، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك تىتىرەش، كەم ماغدۇرلۇق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەگەر بىمارىدا ھارارەت يۇقىرى بولسا ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ. ئۈچ گرام كافۇر، 1.5 گرام زەپەر قوشۇپ نېلۇپەر ئەرقى بىلەن ئىچىلىدۇ. ئەگەر يۆتەل بولسا تۇرۇنجى سۇيى ياكى ئانار سۇيى ياكى تەمرى ھىندى سۇيى بىلەن، زادى بولمىسا زىرىخ سۇيى بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ.

گۈلقەنتى پىننە

تەركىبى: پىننە بىر كىلوگرام، شېكەر تۆت كىلوگرام.

ياسلىشى: ھۆل پىششىنىڭ يوپۇرماقلىرىنى ئېلىپ، ئۇنى پاكىز قول ياكى شىشا بىلەن ئېزىپ، ئۇنىڭغا شېكەر ياكى ھەسەل سېلىپ ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن، شېشە ياكى سىرلىق قاچىغا قاچىلاپ، ئېغىزىنى ئېتىپ 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: يۇرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، ئاشقازاننى ياخشىلاش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، يۇرەك ، ئۆپكە، نېرۋا، ئۇچەي كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى ۋەجئىل پۇۋاد

تەركىبى: بەدىيان، ئىتئۈزۈمى، بابۇنە گۈلى، قەنتەرىيۇن، گۈلقەنت ھەربىرى 25 گرام.

ياسلىشى: گۈل دورىلار ۋە گۈلقەنتتىن باشقىلىرىنى 750 مىللىلىتىر سۇدا بىر كۈن چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ، 500 مىللىلىتىر سۈيى قالغاندا گۈل دورىنى سېلىپ ئىككىلا ئۆرلىتىپ، ئوتنى توختىتىپ، سۈزۈغاندىن كېيىن پاكىز داكا بىلەن دورىلارنى سىقىپ ئېلىۋېتىپ ھەمدە بىر قېتىم ۋارونكىدىن ئۆتكۈزۈپ، گۈلقەنتنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، يەل تارقىتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يەلدىن بولغان يۇرەك كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ بىر كىشىلىك مەتبۇخ بولۇپ، بىر كۈندە نەچچە قېتىمغا بۆلۈپ ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى داۋائىمىشكى

تەركىبى: زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، مەرۋايىت، كەھرىۋا، بىخ مارجان ھەربىرى 30 گرام، پىلە تالقىنى 18 گرام، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، سۇنبۇل، سازەج ھىندى، قاقىلە، قەلەمپۇر ھەربىرى 15 گرام، ئۆشنە، پىلپىل، زەنجىۋىل ھەربىرى 12 گرام، ئىپار توققۇز گرام، ھەسەل 500 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ئىپار، زەپەردىن باشقىلىرىنى سوقۇپ ئەلگەپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل ئىلمان ھالەتكە كەلگەندە دورا تالقىنىنى، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىپار ۋە زەپەرنى سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەپ، خىزمەتىنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مەرۋايىت

تەركىبى: مەرۋايىت، كەھرىۋا، مارجان، گاۋزىبان، گىل ئەرمىنى ھەربىرى ئالتە گرام، تاباشىر ئۇچ گرام، ئىپار يېرىم گرام، قەنت 30 گرام.

ياسلىشى: ئىپاردىن باشقىلىرىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنت قىيامىغا سېلىپ ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ئىپار قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: خەپەقانغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇقەۋۋى قەلب

تەركىبى: قاقىلە، لاچىندانە ھەربىرى بەش گرام، ئەنبەر، ھېلىلە كابىلە، ئۆشنە، ئاق سەندەل ھەربىرى ئۇچ گرام، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 2.5 گرام، مەستىكى رۇمى، رۇم بەدىيان، قىزىلگۈل ھەربىرى ئىككى گرام، ئۇد غەرقى، قۇرۇق پىنىنە، يالپۇز، دۇرنەج ئەقرەبى، زورەمبات، پىلە تالقىنى، زەرنەپ، تاباشىر، كۆك قاشتېشى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ھەربىرى 1.5 گرام، جۇزبۇۋا، بەسباسە، پىلپىل، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، سۇنبۇل، جۇۋىنە، بەدىيان، پوستى تۇرۇنجى، پىستىنەك سىرتقى پوستى، سەئدى كۈفى، خولىنجان، قەلەمپۇر، زەپەر، ئىپار ھەربىرى بىر گرام، لاچىندانە ئەرقى، بەدىيان ئەرقى، پىنىنە ئەرقى، قىزىلگۈل ئەرقى ھەربىرى 150 مىللىلىتىر، ھېلىلە مۇرابباسى، ئامىلە مۇرابباسى ھەربىرى 50 مىللىلىتىر، ئاق شېكەر 60 گرام، ناۋات 31 گرام.

ياسلىشى: ئىككى خىل مۇرابباني ئەرەقلەردە قاينىتىپ، يۇمشاق پىشقاندىن كېيىن غەلۋىرگە سېلىپ، مىجىپ شىرنىسى چىقىرىلىدۇ. ئاق شېكەر، ناۋات، ھەسەللەرنى قىيام قىلىپ، مەزكۇر شىرنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە ئەنبەر، ئىپارلارنى ئۈندەك ئېزىپ قوشۇپ، ئارقىدىن باشقا دورا تالقانلىرىنى بىرلەشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، مېڭە، يۈرەك، جىگەر، ئاشقازان قاتارلىق ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش، كۆڭۈلنى ئېچىش، باھنى كۈچەيتىش، سۆزەك بوغۇملىرى ۋە بەدەن گۆشلىرى سىرقىراپ ئاغرىشنى يوقىتىش، گۆش ۋە پەيلەرنى چىڭىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، نېرۋا ئاجىزلىشىش، ھەرخىل يۈرەك كېسەللىكلىرى جۈملىدىن خەفەقان، يۈرەك سانجىقى، جىگەر، ئاشقازان ئاجىزلىقى، قان ئازلىق، چىش ئاجىزلىشىش، بوغۇم ئاغرىقى، مۇسكۇللار سىرقىراپ ئاغرىش، ئۇيقۇسىزلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئىككى گرام ئىچىلىدۇ.

مۇپەررىھى ئەۋرىشىم

تەركىبى: سېرىق يۆگەي (ئەفتىمۇن)، قېلىن دارچىن، ئۈستەخۇددۇس، ھەببى بىلسان، ئاسارۇن، قەلەمپۇر ھەربىرى 12 گرام، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كەھرىۋا، مارجان، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، سازەج ھىندى، قاقىلە، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى توققۇز گرام، كۆيدۈرۈلگەن پىلە ئالتە گرام، زەنجىۋىل، پىلپىل ھەربىرى ئۈچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەۋدانى نورماللاشتۇرىدۇ، شىلىمشىق بەلغەمنى ئازايتىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. مېڭىنى تازىلايدۇ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ. قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مۇپەررىھى ئەزھم

تەركىبى: شاھتەررە، بادرەنجى بۇيا، گاۋزىبان گۈلى، تەنبۇل ياپرىقى ھەربىرى 30

گرام، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ھەربىرى 15 گرام، يۇيۇلمىغان لاجۇۋەرد، تاباشىر، گىل مەختۇم، زەپەر، دۇرنەج ئەقرەبى، زەرنەپ، كاۋاۋنچىن ھەربىرى توققۇز گرام، ھېلىلە كابىلە، قىرقىلغان پىلە، ئاق سەندەل، پىستە پوستى، لاچىندانە ئۇرۇقى، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق، قىزىل ياقۇت ھەربىرى ئالتە گرام، مارجان، مەرۋايىت ، كەھرىۋا ھەربىرى ئۈچ گرام، ئۇد ئىككى گرام، ئاق شېكەر 500 گرام، بېھى سۇيى، گۈلاب، ئاچچىق ئانار سۇيى، ئاچچىق تۇرۇنجى سۇيى، زىرىخ سۇيى، رەۋەن شەربىتى 70 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، شېكەرنى مەزكۇر مېۋىلەر سۇيىدە قىيام قىلىپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قاننى تازىلاش، مالىخۇلىيانى تۇزىتىش، رەئىس ئەزالارنى كۈچەيتىش، باھنى كۈچەيتىشتە كۆرۈنەرلىك تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرامغىچە ئىچىلىدۇ.

مۇپەررىبھى بۇئەلى

تەركىبى: غارىقۇن، ئەفتىمۇن، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، رەيھان ھەربىرى بەش گرام، گىل ئەرمىنى، لاجۇۋەرد، نېپىت تۇزى، زورەمبات، پىل سۆڭىكى، دۇرنەج ئەقرەبى، ئاق بەھمەن، گاۋزىبان ھەربىرى تۆت گرام، سۇنبۇل، ھۇماما، ئېگىر، سازەج ھىندى، دارچىن، يالپۇز، پىننە، زۇپا، زىرە، قىزىل ياقۇت، ئەقىق ھەربىرى ئۈچ گرام، ئالتۇن ۋاراق، يۇمغاقسۇت، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى، ھەلىيۇن ئۇرۇقى، جوھۇت تېشى، كەرەپشە ئۇرۇقى، مۇرمەككى، كۈندۇر، زەپەر، ئاقمۇچ ھەربىرى ئىككى گرام، كۈمۈش ۋاراق بىر گرام.

ياسلىشى: جاۋاھىرات دورىلارنى ئۈپىدەك يۇمشاق سوقۇپ، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراقلار بىلەن قوشۇپ، شاراب بىلەن ياخشى سالايە قىلىنىدۇ. قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۈچ ھەسسە ھەسەل بىلەن قىلىنغان مۇرابباغا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ھەمدە دورا بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەك قالايمىقان سېلىش، يۇرەك ئاجىزلاش، يالغۇزلۇقنى خالاش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. مېڭە، ئاشقازان، جىگەر، تال ئاجىزلىقىغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. قۇلۇنجى، ھەرخىل بوغۇم كېسەللىكلىرىنى يوقىتىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى دىلكۈشاد هار

تەركىبى: پوستى تۇرۇنجى، قىزىلگۈل، بادرەنجى بۇيا، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، بەرگىنەي قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، قارا ھېلىلە، بادام مېغىزى، ئاق خەشخاش، ئاقلانغان كۈنجۈت، دارچىن ھەربىرى توققۇز گرام، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ھەربىرى سەككىز گرام، زەپەر ئالتە گرام، ئىپار بەش گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى ئۈچ گرام، قەنت، تەرەنجىبىن ھەربىرى 280 گرام.

ياسلىشى: تەرەنجىبىننى گۈلابتا ئېرىتىپ، قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان يۇرەك ئاجىزلاش ۋە يۇرەك تىترەشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى دىلكۈشاد مۆتىدىل

تەركىبى: گاۋزىبان، شاھتەررە، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى 30 گرام، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ھەربىرى 15 گرام، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، تاباشىر ھەربىرى توققۇز گرام، كابىلە ھېلىلە، پىستە پوستى، تۇرۇنجى، قىرقىلغان پىلە، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەر بىرى ئالتە گرام، ئۇد خام بەش گرام، مارجان، كەھرىۋا، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى ھەربىرى ئۈچ گرام، ئانار سۇيى، بېھى سۇيى، قىيمىقۇ سۇيى، زىرىخ سۇيى ھەربىرى 30 مىللىلىتىر، قەنت، بىنەپشە شەربىتى ھەربىرى 300 مىللىلىتىر.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل يۇرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. كۆڭۈلگە خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى سەغىر مۆتىدىل

تەركىبى: گاۋزىبان، مارجان، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، ئاق

بەھمەن، پوستى تۇرۇنجى، كەھرىۋا، كۆيدۇرۇلگەن پىلە، سىمىزئوت ئۇرۇقى تەڭ مىقدار-دا، كافۇر يېرىم ھەسسە، ھەسەل، ھىللىلە مۇرابباسى ھەربىرى ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۇرەك ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش، ۋەسۋەسىنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى سەھلىل ۋۇجۇر

تەركىبى: خام پىلە 90 گرام، قەلەمپۇر، بەسباسە، ئەفتىمۇن، قاقىلە، قىزىل سەندەل ھەربىرى 21 گرام، رەيھان ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، تۆمۇر، كۇموش، ئالتۇن، مىس، تۇچ ۋە چويۇنلارنىڭ تەكرار داغلانغان داغمال سۇيى بەش لىتىر، ئالما سۇيى بەش لىتىر، قەنت بەش كىلوگرام.

ياسىلىشى: رەيھان، بادرەنجى بۇيىدىن باشقا دورىلارنى تالقانلاپ، خالتىغا سېلىپ ئېغىزىنى بوغۇپ، داغمال سۇيىگە چىلاپ 10 كۇن تۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن 1/4 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ قىيام قىلىپ، سۈزۈغاندىن كېيىن رەيھان، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقلىرىنى تالقانلاپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەك قالايمىقان سېلىش، ئەزالار تىترەش، ماغدۇرسىزلىنىش، كونىرىغان باش ئاغرىقى ۋە جىگەر ئاغرىقلىرى، نېرۋا كېسەللىكلىرى، گالۋاڭلىق قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ، قانىنى تازىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى سۇسەنبىرى

تەركىبى: قۇرۇق پىننە، سۇ سەنبەر، دارچىن، كۇنجۇت، جويۇز، كۇموش ۋاراق، كەھرىۋا، ياقۇت ھەربىرى 45 گرام، پەرەنجىمىشكى 18 گرام، ئېگىر، ئۇد قىمارى ھەربىرى 15 گرام، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى ئالتە گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 780 مىللىلىتىر، سۇت 750 مىللىلىتىر، بىنەپشە يېغى 72 مىللىلىتىر، بىدىمىشكى ئەرقى، ئالما سۇيى، رەيھان سۇيى، گاۋزىبان سۇيى ھەربىرى 45 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: چىلاشقا تېگىشلىك دورىلار مېۋە ۋە دورا سۈلىرىغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇلىدۇ. ھەسەل بىلەن سۈتنى ئارىلاشتۇرۇپ تاكى ھەسەل قالغۇچە قاينىتىپ كېيىن، بەنەپشە يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ يەنە بىر ئاز قاينىتىلىدۇ. ئوتتىن ئېلىپ بىر كېچە قويغاندىن كېيىن يەنە بىر ئاز قاينىتىپ، ئۈستىدىن مېۋە ۋە دورا سۈلىرىغا چىلانغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ يەنە بىر ئاز قاينىتىلىدۇ. يەنە بىر كېچە تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئەگەر ئۈستىگە ئازراق سۇ يىغىلغان بولسا، يەنە بىر ئاز قاينىتىپ چۈشۈرۈپ، سۈزۈغاندىن كېيىن كەھرىۋا، كۆمۈش ۋاراق، ياقۇتلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆڭۈلنى خۇش قىلىش، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەش، يۈرەك قالايمىقان سېلىش، يۈرەك تىترەش، ئىستىسقا، تاماق سىڭمەسلىك، باھ ئاجىزلاش، بوغۇملار ئاغرىقى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. زەھەرگە قارشى تۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەتىگەن ناشتىدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى مۇنىشىت

تەركىبى: ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، دۇرنەج ئەقرەبى، بادرەنجى بۇيا، گاۋزىبان، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، تاباشىر، كاۋاۋچىن، قەلەمپۇر، زەرنەپ، دارچىن، رەيھان يوپۇرمىقى، سۈسەنبەر، سازەج ھىندى، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، ياۋا رەيھان، تاجىگۈل، ئۇد خام، سەئدى كۈفى، سۈنبۈل، زەپەر، مەستىكى، ھەببۇلئاس ھەربىرى 15 گرام، گىل ئەرمىنى، ئەنبەر توققۇز گرام، ئالتۇن ۋاراق، كۆمۈش ۋاراق، ياقۇتى رومانى، لەيلى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، مارجان، كەھرىۋا، سۆئلەپ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، مۇدەببەر قىلىنغان زىرە ھەربىرى ئالتە گرام، ئىپار ئۇچ گرام، نەشە يېرىم ھەسسە، ھەرخىل مېۋىلەر شەربىتى بىر ھەسسە، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۈرەك، مېڭە ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى مۇتىدىل

تەركىبى: ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، تاباشىر ھەربىرى 24 گرام، ئەفتىمۇن، قىزىل

گۈل هەربىرى 18 گرام، كەھرىۋا، كاسىنە ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت هەربىرى 15 گرام، سازەج ھىندى، زورەمبات، پەرەنجىمىشكى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، بىنەپشە، گىل ئەرمىنى هەربىرى 12 گرام، زەپەر، كافۇر هەربىرى ئۈچ گرام، ئىپار ئىككى گرام، ئالما شەربىتى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ئىپار، زەپەر، كافۇرلارنى ئايرىم سالايە قىلىپ، باشقا دورىلارنى تالقانلاپ، ئالما شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ، سالايە قىلىنغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەكنى كۈچەيتىدۇ، خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ. يۇرەك تىترەشىنى يوقىتىدۇ، رەڭگىروينى ياخشىلايدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى هار ئەسەبىي

تەركىبى: بادرەنجى بۇيا، پوستى تۇرۇنجى، گۈلدارچىن، زەپەر، مەستىكى، جويۇز، قاقىلە، نارمىشكى، سوك (ئامىلە جەۋھىرى)، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، زورەمبات، رەيھان ئۇرۇقى، دۇرنەج ئەقرەبى، پەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى تەڭ مىقدارىدا، ئىپار، ئەنبەر هەربىرى يېرىم هەسسە، ئامىلە 30 دانە، كابىلە هىلىلە پوستى 20 دانە.

ياسىلىشى: هىلىلە، ئامىلەنى ئىككى لىتىر سۇ بىلەن 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، هەسەلنى قوشۇپ قىيام قىلغاندىن كېيىن، يەنە ئۇستىدىن ئۈچ هەسسە هەسەل قۇيۇپ قىيام قىلىپ، دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مالىخۇلىيا، قورقۇنچ بېسىش، يۇرەك تىترەش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ. ئىشتىهانى ئاچىدۇ. رەڭگىروينى چىرايلىق قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، هەرقېتىمدا 3 ~ 6 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى هار سەغىر

تەركىبى: نەشە 30 گرام، پىلپىل، قارمۇچ، بەسباسە هەربىرى 15 گرام، زەپەر توققۇز

گرام، قەنت 165 گرام، گۈلاب مەلۇم مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، نەشىنىڭ يېغىنى ئېلىپ، قەنتنى گۈلابتا قىيام قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆڭۈلگە خۇشلۇق كەلتۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى ياقۇتى

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت، تاباشىر، قىزىلگۈل، لاجۇۋەرد، لەيلى، كەھرىۋا، نېلۇپەر، زىرىخ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، ئۇد ھىندى، پوستى تۇرۇنجى، گاۋزىبان، قىزىل بەھمەن، زىراۋەندە، كاسىنە ئۇرۇقى، كۆيدۇرۇلگەن پىلە، كافۇر، ئەنبەر ھەربىرى توققۇز گرام، قىزىل سەندەل، گىل مەختۇم، بادرەنجى بۇيا، ئاق بەھمەن ھەربىرى ئالتە گرام، ئامىلە شىرنىسى، ھېلىلە پوستى، بېھى شەربىتى ھەربىرى 40 مىللىلىتىر، گۈلاب، ئالما شەربىتى، تاتلىق ئانار شەربىتى ھەربىرى 180 مىللىلىتىر، قەنت 150 گرام.

ياسلىشى: ھېلىلىنى قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، شەربەت دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مالىيخۇلىياغا مەنپەئەت قىلىدۇ، مېڭە، جىگەر، ئاشقازان ۋە يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ، ئۇيقۇنى نورمالالاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

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

مۇپەررىھى ياقۇتى بارىد

تەركىبى: ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، تاباشىر، قىزىلگۈل ھەربىرى 30 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، يۇمغاقسۇت، زىرىخ ئۇسارىسى، گىل ئەرمەنى، ئامىلە شىرنىسى، گاۋزىبان ھەربىرى 15 گرام، كافۇر، سەندەل، مەرۋايىت، مارجان، كەھرىۋا ھەربىرى توققۇز گرام، بادرەنجى بۇيا، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، دۇرنەج ئەقرەبى، پىلە، پىستە پوستى ھەربىرى ئالتە گرام، قىزىل ياقۇت بىر گرام، زەپەر ئىككى گرام،

ئالما شەربىتى ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەكنى كۈچەيتىدۇ. خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇپەررىھى ياقۇتى بۇئەلى

تەركىبى: تەرەنجىبىن 30 گرام، گاۋزىبان، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قىزىلگۈل ھەربىرى 12 گرام، پەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى، رەيھان ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا بەرگى، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى توققۇز گرام، سۇنبۇل، سازەج ھىندى ھەربىرى سەككىز گرام، قىرقىلغان پىلە، كۆيدۇرۇلگەن دەريا قىسقۇچپاقىسى، ئىپار، دۇرنەج ئەقرەبى ھەربىرى ئالتە گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كەھرىۋا، مارجان، ئەفتىمۇن ھەربىرى بەش گرام، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن، كافۇر، ئۇد ھىندى، گىل ئەرمىنى، لاجۇۋەرد، مەستىكى، قېلىن دارچىن، دارچىن، زەپەر، لاچىندانە، قاقىلە، بەسباسە، پارپا، ئەنبەر، ياقۇت ھەربىرى ئۈچ گرام، سۇرۇپ سالايە قىلىنغان تىللا بىر گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: ھەب ياساش قائىدىسى بويىچە يۇغۇرۇپ، ئۈچ گرامىلىق تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەك ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرى، ئاشقازان ئاغرىقى ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. رەئىس ئەزالارنى كۈچەيتىپ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: تەييارلاپ ئالتە ئايدىن كېيىن بىر داندىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: پارپا تېپىلمىسا ئورنىغا توققۇز گرام زورەمبات سالسىمۇ بولىدۇ.

مۇپەررىھى ياقۇتى ھار

تەركىبى: ھاراقا چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئامىلە 60 گرام، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا، پەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ھەربىرى 21 گرام، قىزىلگۈل 15 گرام، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، كاۋاۋچىن، قاقىلە، ئاق سەندەل ھەربىرى توققۇز گرام،

دارچىن، يۇمغاقسۇت، تاباشىر، كەھرىۋا، مارجان، ئۇد ھىندى، پىلە، تېشىلمىگەن مەرۋا-يىت، قەلەمپۇر، زەرنەپ ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر بەش گرام، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق، قىزىل ياقۇت، ئىپار ھەربىرى ئىككى گرام، ھەسەل بىلەن تەييارلانغان ھېلىلە مۇ-رابباسى 150 مىللىلىتىر، ئالما شەربىتى ۋە گۈلابتا تەييارلانغان جۇلاب مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: جاۋاھىرات دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئەل-گەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھېلىلە مۇرابباسىنى جۇلابتا قىيام قىلىپ، دورا تالقانلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەكنى كۈچەيتىپ، بىئاراملىقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ياقۇتى مۆتىدىل

تەركىبى: گاۋزىبان، ئامىلە ھەربىرى 15 گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، بادرەنجى بۇيا، پىستە پوستى، تۇرۇنجى پوستى، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قىزىلگۈل ھەربىرى 10 گرام، ئاق بەھمەن، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، گىل ئەرمىنى، تاباشىر ھەربىرى ئالتە گرام، مارجان، قىزىل بەھمەن، كاۋاۋچىن، لەيلى، ئۇد خام ھەربىرى بەش گرامدىن، كەھرىۋا، قاشتېشى، قەلەمپۇر، دارچىن، سازەج ھىندى ھەربىرى ئۈچ گرام، سىرىق ياقۇت، ئەنبەر، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق، زورەمبات، كافۇر، زەپەر، ھەربىرى ئىككى گرام، بېھى شەر-بىتى 60 مىللىلىتىر، ئالما شەربىتى 120 مىللىلىتىر، قىيمىقۇ شەربىتى 270 مىللى-لىتىر.

ياسىلىشى: سوقىدىغانلىرىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، جاۋاھىراتلارنى ئۆز رېتى بويىچە سالايە قىلىپ، شەربەتلەرنى قىيام قىلىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن تالقانلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەك ئاجىزلىقى، يۇرەكنىڭ قالايمىقان سېلىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. يۇرەكنى كۈچەيتىپ خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نەپەس ئەزالار كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

كاناي ۋە ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تەرياقى نەزلە

تەركىبى: ئاق خەشخاش ئۇرۇقى 120 گرام، بەزرۇلبەنجى، پوستى خەشخاش (كۆكنار غوزىسى) ھەربىرى 100 گرام، قارا سۇنا ئۇرۇقى 60 گرام، گاۋزبان گۈلى، ھەببۇلئاس، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، ئاقلانغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، مۇرسا‌ف، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، رۇببىسۇس، قىزىلگۈل، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى 15 گرام، شېكەر بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: قىزىلگۈل، رۇببىسۇس، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، ئاقلانغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، مۇرسا‌ف قاتارلىقلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، قالغان دورىلارنى بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى قاينىتىپ سۈزۈپ، ئۇنىڭغا يۇقىرىدىكى دورا تالقىنىنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نەزلىنى توختىتىش، كۆكرەكنى بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، ئاغرىق توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نەزلە خاراكتېرلىك باش ئاغرىقى، زۇكام، يۆتەل ۋە كۆكرەك چىڭقىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى زىرىخ

تەركىبى: ئاقىرقەرھا، قارىمۇچ، ئانار پوستى، خەشخاش يوپۇرمىقى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، مەغىلان دەرىخى پوستى، ئاق تىكەن ياغىچى، ھىندى تۇزى، تاشتۇز ھەربىرى ئالتە گرام، ئەپيۇن ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھۆل زەنجىۋىل شىرنىسى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نەپەس سىقىلىش، بەلغەمدىن بولغان يۆتەل قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: زىققە، يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى كىبرىت

تەركىبى: ئاقمۇچ 36 گرام، سۇزاپ، قۇستە تەلخ ھەربىرى 15 گرام، گۈڭگۇرت سېرىقى، مۇرمەككى، بەزرۇلبەنجى، قەردمانە، مىئەسائىلە ھەربىرى 12 گرام، سەلخۇلھەييە سەككىز گرام، ئەپيۇن، زەپەر ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دەم سىقىش ۋە بەلغەمدىن بولغان يۆتەللەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. يىرىڭسىمان بەلغەملەرنى يوقىتىدۇ. ھەرخىل كونا تەپ، بەزگەك، ئىستىسقا، تال ئاجىزلىقى، سىيىش قىيىنلىشىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلايدۇ، زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رۇببىسۇس

تەركىبى: چۇچۇكبۇيا يىلتىزى (بىخسۇس) 10 كىلوگرام.

ياسىلىشى: چۇچۇكبۇيا يىلتىزىنى پاكىزلەپ، قوۋزاقلىرىنى ئېلىۋېتىپ، ئاقلانغان يىلتىزىنى چالا سوقۇپ، 50 لىتىر سۇغا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ. تەمى تولۇق چىقىپ بولغاندىن كېيىن سۈزۈپ، يەنە تاكى ھالۋىدەك بولغۇچە قاينىتىلىدۇ. ساقلاشتا قاچىنىڭ ئاستىنى كۈنجۈت يېغىدا ياغلاپ قاچىلاپ ساقلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: يۆتەل پەسەيتىش، بەلغەم بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان يۆتەل ۋە ئۆپكە كېسەللىكلىرى، بەدەندىن كېرەكسىز ھۆللۈكلەرنى چىقىرىپ تاشلاش، خۇن كەلتۈرۈش ۋە چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى

راۋانلاشتۇرۇشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ. بالىلارغا بەرگەندە ئەھۋالغا قاراپ كېمەيتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى تەييارلاشتا كۆيدۈرۈپ قويۇشتىن ياكى ياخشى قىيام قىلماي سېسىتىپ قويۇشتىن ساقلىنىش لازىم.

زىمادى زاتىررىيە

تەركىبى: بىنەپشە، ئاق لالە ئۇرۇقى، بابۇنە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى 30 گرام، لوبىيا ئۇنى، ئارپا ئۇنىنىڭ ھەربىرى 20 گرام، ئىسپىغۇل، زىغىر ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئىسپىغۇل ۋە زىغىر لوئابلىرى بىلەن خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئۆپكە ئىششىقىنى تارقىتىپ، كۆكرەك ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: زاتىررىيە (ئۆپكە يالىلۇغى)، زاتىلجەنبە (كۆكرەك پەردە يالىلۇغى) قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قىزىق پېتى كۆكرەك سىرتىدىن ئىششىغان ساھەگە تېڭىلىدۇ.

زىمادى شۇسە

تەركىبى: گۈلبىنەپشە، بابۇنە، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى، ئارپا ئۇنى، زىغىر ئۇنى، شۇمشا باراۋەر مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، زىغىر لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: يەل تارقىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: زاتىررىيە، زاتىلجەنبە، قوۋۇرغا ئارىلىق ئىششىقلىرى ۋە ھەرخىل سانجىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سۈيۇق زىماد تەييارلاپ كۆكرەك سىرتىدىن چېپىلىدۇ.

سۇفۇپى سۇئال

تەركىبى: نىشاستە (بۇغداي كراخمالى)، ئاقلانغان بادام مېغىزى ھەربىرى 500 گرام، شېكەر 250 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىندۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە ئىششقى ۋە يۆتەلگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، بالىلارغا 2 ~ 4 گرامغىچە، چوڭلارغا 5 ~ 8 گرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

سۇفۇپى سۇئال مۇرەككەپ

تەركىبى: بادام مېغىزى، تۇخۇمى كەتان، تۇخۇمى ھۆلبە (يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى)، نىشاستە، تۇخۇمى خەشخاش، مېغىزى پەنبىدانە (چىگىت) ، بىخسۇس ھەربىرى 40 گرام، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، رۇببىسۇس ھەربىرى 10 گرام، شېكەر 750 گرام.

ياسلىشى: بادام مېغىزى، زىغىر، ھۆلبە، پەنبىدانىلەرنىڭ پوستىنى ئاقلاپ، مېغىزنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇلىدۇ. چۇچۇكبۇيا يىلتىزى (بىخسۇس) نىڭ قوۋزىقىنى ئاقلاپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ، ھەممە دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەم بوشىتىدۇ، يۆتەل پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ~ 8 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئۇنۇمى كۆرۈنەرلىك.

سۇفۇپى نەپسۇددەم I

تەركىبى: بېھى ئۇرۇقى 60 گرام، مارجان، كەھرىۋا، مەرۋايىت، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قىيامى (رۇببىسۇس) ، ئاقاقىيا، لىھيەتۇتتىس (تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكى) ئۇسارد-

سى ھەربىرى توققۇز گرام، ئەپيۇن ئالتە گرام، تاباشىر، قىزىلگۈل، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، سېمىزئوت ئۇرۇقى، خەشخاش ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: سۇفۇپ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان توكۇرۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا سېمىزئوت سۇيى بىلەن ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سىركەنجۇبىل ئەنسىلى

تەركىبى: ئەنسىل 100 گرام، زىرە، زەنجۇبىل، ئاقىرقەرھا، غۇلجاق، زۇپا، پىننە، يالپۇز، قارىمۇچ ھەربىرى 15 گرام، ياۋا زەدەك ئۇرۇقى 10 گرام، قەردمانە، سۇزاپ ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت 600 گرام، سىركە 200 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: يىرىك دورىلارنى چالا سوقۇپ، قالغان دورىلار بىلەن بىللە 2.5 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى قاينىتىپ، سىقىپ سۇزۇپ، سىركە ۋە قەنتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ، قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش، كۆكرەكنى بوشىتىش، نەپەس ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: دەم سىقىش ۋە سوغۇقتىن بولغان يېڭى، كونا يۆتەللەرنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىر، ئۈچ ياشتىن چوڭ بالىلارغا كۈندە 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شارابى سۇئال

تەركىبى: ئەنجۇر قېقى 200 گرام، ئۈزۈم 60 گرام، ئەنسىل (ياۋا پىياز) 30 گرام، رۇم بەدىيان، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى 15 گرام، قەنت 800 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى 2.5 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سىقىپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: نەپەس يوللىرىنى ئاچىدۇ، كۆكرەكنى بوشىتىدۇ. كونا يۆتەلنى توختىتىپ دەم سىقىشنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە كېسەللىكلىرىدە كۆكرەكنى بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىپ، نەپەسنى ياخشىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر، بالىلارغا 30 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بىخسۇس

تەركىبى: ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 100 گرام، پىرسىياۋشان، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى، ئۇششاق ئۇزۇم، چىلان ھەربىرى 60 گرام، زۈپا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، بەدىيان ھەربىرى 30 گرام، قەنت 500 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى سوقۇپ، يۇمشاقلىرى بىلەن بىللە ئۈچ لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: كۆكرەك ۋە جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، قاننى تازىلاش، ئۆپكىنى پاكىزلاش، بەلغەم بوشىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، دەم سىقىشنى توختىتىپ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىپ، ئىششىق ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى تۇخۇمى كەرەپشە

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 130 گرام، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى 120 گرام، چىلان، ئەنجۇر قېقى ھەربىرى 100 گرام، سەرپىستان، زۈپا، پىرسىياۋشان، يالپۇز ھەربىرى 30 گرام، بادام مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، شۇمشا، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان ھەربىرى 15

گرام، مەستىكى، دارچىن، زەنجۈبىل ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت ئىككى كىلوگرام.

ياسلىشى: مېغىز دورىلار ئايرىم سوقۇلىدۇ. باشقا قۇرۇق دورىلارنىڭ يېرىكلىرىنى چالا سوقۇپ، ھەممە دورىنى تۆت لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: كۆكرەك ۋە جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. قويۇق بەلغەمنى يۇمشىتىپ، نەپەس يوللىرىنى تازىلايدۇ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ، يۆتەل پەسەيتىدۇ. ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان زۇكام ۋە ھەر خىل ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى خەشخاش

تەركىبى: كۆكنار شاكىلى 500 گرام، شېكەر بەش كىلوگرام.

ياسلىشى: كۆكنار شاكىلىنى چالا سوقۇپ، ئۈچ لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن، 2.5 لىتىر قالغۇچە قاينىتىلىدۇ. ئۇستىگە شېكەرنى سېلىپ، دورا سۇيى قىيام بولغۇچە يەنە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: تىنچلاندۇرۇش، يۆتەلنى پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھۆل ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل، ئارقا تەرەتتىن قان كېلىش، سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشۈپ كېلىشى، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا تۆت مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: كۆپ ئىچكەندە مەست قىلىش رولىنى ئويناىدۇ ھەتتا زەھەرلەپ قويىدۇ. شۇڭا، سوغۇق مىزاجلىق بىمارلارغا ۋە بالىلارغا بەرمەسلىك لازىم.

شەربىتى زۇپا I

تەركىبى: ئۇششاق ئۇزۇم 100 گرام، ئەنجۈر 60 گرام، زۇپا، پىرسىياۋشان ھەربىرى 20 گرام، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا ھەربىرى 15 گرام، شۇمشا، كاسنە

ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، سەۋسەن يىلتىزى ھەربىرى 10 گرام، بادام مېغىزى ئالتە گرام، ئاق قەنت بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ يېرىكلىرىنى چالا سوقۇپ، ئۇچ لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلەغاندىن كېيىن، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: يۇرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ. نەپەس يوللىرىدىكى قويۇق ماددىلارنى تازىلايدۇ. يۆتەل ۋە دەم سىقىشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان زۇكام، كاناي ياللۇغى ۋە ھەرخىل ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى زۇپا II

تەركىبى: ئەنجۇر 100 گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، چىلان، سەرپىستان، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، پىرسىياۋشان ھەربىرى 30 گرام، بەدىيان يىلتىزى، زۇپا ھەربىرى 20 گرام، بېھى ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان ھەربىرى 15 گرام، ئاقلانغان ئارپا، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، پىستە مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى ، ئىزخىر، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سۇنبۇل، زىغىر ھەربىرى 10 گرام، ئاق قەنت بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، قالغانلىرى بىلەن بىللە ئۇچ لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش، توسالغۇلارنى ئېچىش، قاننى تازىلاش، سۈيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش، ماددىلارنى تازىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش، نەپەسنى ياخشىلاش، كۆكرەك ئاغرىقىنى پەسەيتىش، يۆتەل توختىتىش، دەم سىقىشنى ئازايتىش، كۆكرەك، جىگەر ۋە قان تومۇرلاردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان زۇكام، يۆتەل، يۇرەك ئاجىزلىقى، كاناي ۋە كاناي

شاخچىلىرىنىڭ غىدىقلىنىشى، كۆكرەك چىڭقىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 100 مىللىلىتىر، بالىلارغا 30 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى زۈپا III

تەركىبى: چىلان، ئەنجۈر ھەربىرى 100 گرام، سەرپىستان 30 گرام، پىرسىياشان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، زۈپا ھەربىرى 20 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، گۈلبىنەپشە 12 گرام، قەنت 500 گرام.

ياسالىشى: ئۇرۇق دورىلارنى چالا سوقۇپ، قالغان دورىلار بىلەن بىللە ئۈچ لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: بەلغەمنى تازىلايدۇ. نەپەس يوللىرىنى ئاچىدۇ. سوغۇقتىن بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان زۈكام، كاناي ۋە كاناي شاخچىلىرى ياللۇغى ۋە ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر، بالىلارغا كۈندە بەش قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى زۈپا مۇھەللەل

تەركىبى: تەرەنجىبىن 250 گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 30 گرام، چىلان 15 دانە، ئەنجۈر 10 دانە، پىرسىياۋشان 18 گرام، زۈپا 15 گرام، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، ئىزخىر، سۇنبۇل، تاغ پىيىزى، ھەببى بىلسان، ئۇد بىلسان ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت 500 گرام.

ياسالىشى: شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دەم سىقىشنى پەسەيتىدۇ. ئىششىق ياندۇرىدۇ، يۆتەل پەسەيتىدۇ، نەزلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى زۇپا نەزلە

تەركىبى: سانا 30 گرام، چىلان 20 دانە، ئەنجۈر 10 دانە، پىرسىياۋشان، زۇپا ھەربىرى 12 گرام، تاغ پىيىزى توققۇز گرام، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا، قىزىلگۈل، زىرە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن، 1/3 قىسمى قالغۇچە قايىنىتىپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۆتەل پەسەيتىدۇ، زۇكام، نەزلە ۋە ھەرخىل ئىستىسقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ، يۇرەكنى كۈچەيتىدۇ. مېڭىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى زۇپا ھار

تەركىبى: سەرپىستان 50 دانە، چىلان 30 دانە، ئەنجۈر 20 دانە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، زۇپا ھەربىرى 24 گرام، پىرسىياۋشان 21 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، گۈلبىنەپشە 12 گرام، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن، 1/3 قىسمى قالغۇچە قايىنىتىپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، كۆكرەك ۋە ئۆپكىنى تازىلايدۇ. نەپەس سىقىلىشنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە نەپەس سىقىلىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى كەتان

تەركىبى: زىغىر، بىنەپشە، شۇمشا ئۇرۇقى ھەربىرى 36 گرام، ئىسپىغۇل، قەنت مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئېزىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان ئارىلاش يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 ~ 30 مىللىلىتىر غىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ھەمىشباھار

تەركىبى: بىنەپشە، نىلۇپەر، خەشخاش ھەربىرى توققۇز گرام، چىلان، ھەمىشباھار ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، زىغىر، رەيھان ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، ئىسپىغۇل، بېھى ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام، كۆكنار غوزىسى ئىككى دانە، ھەسەل، قەنت بىر ھەسسە.

ياسىلىشى: شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلىدا ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۆتەلنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئۇننات II

تەركىبى: چىلان 300 گرام، ئەينۇلا، ئەنجۇر ھەربىرى 100 گرام، بىنەپشە 30 گرام، قەنت بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى 1.5 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: يۆتەل توختىتىش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش، سەپرانى سۈرۈش، قاننى سوۋۇتۇش، قاننى تازىلاش، ھارارەتنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قان بۇزۇلۇشتىن بولغان بارلىق ئىچكى ۋە تاشقى كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا 100 مىللىلىتىر، بالىلارغا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئۇننىاب سىبيانى

تەركىبى: چىلان 300 گرام، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، شۇمشا، كاسنە يىلتىزى ھەربىرى 45 گرام، قەنت 300 گرام.

ياسىلىشى: شەربەت تەييارلاش قائىدىسى بويىچە قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. قان تازىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ بالىلارغا مەخسۇس تەييارلانغان ياسالما بولۇپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى خەشخاش II

تەركىبى: تاباشىر 15 گرام، قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 12 گرام، ئاق خەشخاش، قارا خەشخاش ھەربىرى توققۇز گرام، نىشاستە، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى، كەتىرا ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر 1.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس ياسىلىدۇ.

تەسىرى: كۆكرەك ۋە ئۆپكە جاراھەتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: زاتىررىيە، ئۆپكە ۋە كاناي شاخچىلىرىنىڭ ئىچكى زەخمىلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى زاتىل

تەركىبى: بىنەپشە، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، ھەمشىباھار

ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى، ئىزخىر چېچىكى، ئىكىلىلىك، كەتمرا تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، زىغىر لوئابى بىلەن قۇرس ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تىل كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەنجۇر شەربىتى بىلەن ئەھۋالغا قاراپ يېيىلىدۇ.

قۇرسى زاتىلجەنبە

تەركىبى: بىنەپشە، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى 30 گرام، نىشاستە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كەتمرا، ئارپىبەدىيان ھەربىرى توققۇز گرام، ئىسپىغۇل لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، زىغىر لوئابى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، لوئابلار بىلەن قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى: بەلغەم بوشىتىش، ماددىلارنى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: زاتىلجەنبە (كۆكرەك پەردە يالليۇغى) گە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىنەپشە سۇيى بىلەن ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى نەزلە بەند

تەركىبى: مۇرمەككى، سەبرە، رۇسۇت ھىندى، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، سوك، رامەك، كەتمرا، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، خۇنسىياۋشان، ئەنزىروت، فۇپەل، شىيافى مامىسا ھەربىرى ئۈچ گرام، ئەپيۇن 1.5 گرام، زەپەر بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئاس ياپرىقى سۇيىدە يۇغۇرۇپ قۇرس ياسىلىدۇ.

تەسىرى: نەزلىنى توختىتىدۇ. ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: نەزلە ۋە باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىردانە قۇرسنى بىر دانە تۇخۇمنىڭ ئېقىدا سۇيۇلدۇرۇپ، ئۇنى ئۈچ پارچە قەغەزگە تۆكۈپ، ئىككى پارچىسىنى ئىككى چېكىگە، بىر پارچىسىنى باشنىڭ چوققىسىغا چاپلىدۇ.

ئەسكەرتىش: زۇكام يېگى قوزغالغان ھەمدە ماددا پىشمىغان ئەھۋالدا ئىشلىتىلمەيدۇ.

گۈلقەنتى بەرگى شەلغەم

تەركىبى: چامغۇرنىڭ ئېچىلغان گۈلى بىر كىلوگرام، شېكەر ياكى ھەسەل تۆت كىلوگرام.

ياسىلىشى: يېڭى ئېچىلغان چامغۇر چېچىكىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھاۋانچا ياكى قېيما ماشىنىسىدا ئېزىپ، ئۇنىڭغا كۆرسەتمىدىكى شېكەر ياكى ھەسەلنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. شېكەر ياكى ھەسەل گۈلگە ئۆزلىشىپ بولغاندىن كېيىن ئاغزى ھىم كوزىغا قاچىلاپ، 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: يۆتەل توختىتىش، كۆكرەك ۋە قورساقنى بوشىتىش، كۆزنى قۇۋۋەتلەش، ئىشتىھانى ئېچىش، سۈيدۈكنى ھەيدەش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سىل كېسەللىكلىرى، كۆز ئاجىزلىقى، بۆرەك ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ھەمدە سالامەتلىكنى ئاسراش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

گۈلقەنتى خەشخاش

تەركىبى: خەشخاشنىڭ يېڭى ئېچىلغان گۈلى بىر كىلوگرام، شېكەر تۆت كىلوگرام.

ياسىلىشى: كۆكنار گۈلىنى ماشىنا ياكى ھاۋانچىدا ئېزىپ، شېكەر سېلىپ قول ياكى ئارىلاشتۇرۇش ماشىنىسى بىلەن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەينەك شىشە ياكى سىرلىق قاچىغا ئېلىپ 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلىدۇ، بۇ جەريانىدا كۈندە بىر نۆۋەت ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئارام بېرىش، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش، قان توختىتىش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل، ئىچ سۈرۈش، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

لوئوقى بادام

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نىشاستە، رۇببىسۇس ھەربىرى 16 گرام، بادام مېغىز

زى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 10 گرام، ئاق شېكەر 70 گرام، گۈلاب 200 مىللىلىتىر، بادام يېغى 10 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: شېكەرنى گۈلابتا ئېرىتىپ، قىزىق ۋاقتىدا دورىلار تالقىنىنى تۆكۈپ يۇغارغاندىن كېيىن، ئۈستىگە بادام يېغىنى قۇيۇپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ۋە نەپەس يولى كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىستېمال قىلىنىدۇ.

لوئوقى بارىد

تەركىبى: تەرەنجىبىن 150 گرام، تاتلىق بادام مېغىزى 30 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، بەرگىنەي قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، قارا سۇنا ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نىشاستە ھەربىرى 12 گرام، خەشخاش ئۇرۇقى توققۇز گرام، تەمرى ھىندى مەلۇم مىقداردا، بادام يېغى 60 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: تەرەنجىبىننى تەمرى ھىندى سۇيىدە قىيام قىلغاندىن كېيىن، دورىلار تالقىنىنى ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىدىن بادام يېغى قوشۇپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان قۇرۇق يۆتەلگە ۋە نەزلىنىڭ كۆكرەك ۋە ئۆپكىگە چۈشۈشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 13 ~ 15 گرامغىچە ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى بەزەرى كەتان

تەركىبى: زىغىر 90 گرام، قەردمانە 30 گرام، ھەسەل مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دەم سىقىشقا ۋە كونا يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ. كۆكرەكتىكى كېرەكسىز ماددىلارنى تازىلايدۇ. قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى بەزرۇلبەنجى

تەركىبى: بەزرۇلبەنجى 36 گرام، چىلغوزا مېغىزى 18 گرام، مۇرسا‌ف ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، جۇلاب بىلەن يۇغۇرۇپ، لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: نەزلە ماددىلىرىنىڭ كۆكرەك ساھەسىگە قۇيۇلۇشىنى توسىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ يالايدۇ.

لوئوقى بىنەپشە

تەركىبى: بىنەپشە 120 گرام، خىيار شەنبەر 90 گرام، سەرپىستان 40 دانە، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 20 دانە، بادام يېغى، ھەسەل ھەربىرى 90 مىللىلىتىر، قەنت 150 گرام.

ياسىلىشى: ئالدى بىلەن مەزكۇر بىنەپشىدىن 30 گرام ئىلىپ، قالغان دورىلار بىلەن بىللە مەلۇم مىقداردىكى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، قەنت، ھەسەل، بادام يېغىلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىنغاندىن كېيىن، ئۇستىگە قالغان 90 گرام بىنەپشىنى تالقانلاپ سېلىپ، لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۆتەل ۋە سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل، قىزىتما ۋە قۇلۇنجىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 15 ~ 20 گرام ئىلىپ يالايدۇ.

لوئوقى تىيىن

تەركىبى: ئەنجۇر 50 دانە، بېھى 50 گرام، چىلغوزا مېغىزى، پىستە، ئاچچىق بادام مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، چىگىت مېغىزى، ھەببى قەلقەل ھەربىرى 12 گرام، چاقاقئوت ئۇرۇقى مېغىزى، ئارپىبەدىيان، كۈرسىنە (پۈرچاق) ، شۇمشا ھەربىرى توققۇز گرام، ئۇزۇم شىرنىسى 280 مىللىلىتىر، ئاچچىق بادام يېغى مەلۇم مىقدارda.

ياسىلىشى: ئەنجۇرنى يېتەرلىك سۇدا ياخشى قاينىتىپ، سىقىپ، سۈزۈپ، ئۇستىگە ئۇزۇم شىرنىسىنى قۇيۇپ قىيام قىلىنىدۇ ۋە قىيامغا قالغان دورىلار تالقىنىنى بادام يېغىدا ياغلاپ سېلىپ، قوچۇپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كونا يۆتەلگە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى خەشخاش

تەركىبى: ئاق خەشخاش 150 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى، تاتلىق بادام مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، قەنت 280 گرام.

ياسىلىشى: خەشخاشنى 600 مىللىلىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قايناتىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلغاندىن كېيىن دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۆتەل ۋە سىل خاراكتېرلىك قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە سىل كېسەللىكىدە كۆرۈلىدىغان قان تۈكۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 30 گرامغىچە ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى خىيارشەنبەر

تەركىبى: پۈنۈس، خىيار شەنبەر ھەربىرى 150 گرام، كەتمەن، سەمغى ئەرەبى، تاتلىق بادام مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، ماش ئۇنى 21 گرام، قەنت 45 گرام.

ياسىلىشى: پۈنۈس، خىيار شەنبەرلەرنىڭ تەمىنى چىقىرىپ، شۇ سۇغا دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ لوئوق تەييارلىنىدۇ ۋە لوئوققا 90 مىللىلىتىر بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: زاتىلجەنبىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىچكى ئەزالار ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ، ماددىلارنىڭ تېزلىكىنى نورمالىلاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: زاتىلجەنبە (كۆكرەك پەردە يالۇغى) نى داۋالايدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 36 ~ 45 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

لوئوقى رومان

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، كەتمەن، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى 15 گرام،

تاتلىق ئانار سۇيى، شوخلا شىرنىسى، قەنت مەلۇم مىقدارىدا.

ياسلىشى: ئانار سۇيىنى قاينىتىپ، قىيام بولۇشقا ئاز قالغاندا شوخلا شىرنىسى ۋە قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ، ئۈستىگە قالغان دورىلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: كونا يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، ئۆپكە ۋە كۆكرەككە چۈشكەن نەزلىلەرنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكىدە يات ماددىلارنىڭ ئۇزۇن تۇرۇۋېلىشىدىن بولغان كونا يۆتەلنى داۋالاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى رۇببىسۇس

تەركىبى: ئۈرۈقسىز ئۈزۈم، بادام مېغىزى ھەربىرى 60 گرام، خەشخاش 30 گرام، ماش، نىشاستە، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۈرۈقى، قاپاق ئۈرۈقى مېغىزى، قوغۇن ئۈرۈقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى، بېھى ئۈرۈقى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: ئۈزۈمنى بادام يېغىدا پىشۇرۇپ، باشقا دورىلارنى تالقانلاپ، مۇسەللەس شەرئى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قۇرۇق يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، كۆكرەكنى بوشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە كۆكرەكتىكى گىژىلداشنى يوقىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى زۇپا

تەركىبى: زۇپا، سەۋسەن يىلتىزى ھەربىرى 60 گرام، ھەسەل 280 مىللىلىتىر، سۇ بىر لىتىر.

ياسلىشى: زۇپا، سەۋسەن يىلتىزلىرىنى سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، ھەسەلنى قۇيۇپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دەم سىقىش ۋە كونا يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، ئۆپكە ۋە كۆكرەكنى تازىلايدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى سۈئال

تەركىبى: سەرپىستان 50 دانە، ئارپا 90 گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى 45 گرام، خەشخاش 21 گرام، ئەنجۈر 10 دانە، چىلان 20 دانە، بېھى ئۇرۇقى، پىرسىياۋشان، كەتىرا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، بەدىيان يىلتىزى توققۇز گرام، قەنت 135 گرام.

ياسىلىشى: كەتىرادىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، 2 ~ 3 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن، سۇس ئوتتا پىرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، دورىلارنى سىقىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ، كەتىرا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە دەم سىقىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى كۆرۈنبى

تەركىبى: پىستە مېغىزى 45 گرام، چىلغوزا مېغىزى، چىگىت مېغىزى، ماش ھەربىرى 30 گرام، زىغىر، شۇمشا ھەربىرى 15 گرام، ياخشى پىشقان ئاناناس (بولو) سۈيى 300 مىللىلىتىر، ھەسەل 600 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ئاناناس سۈيىگە ھەسەلنى قۇيۇپ قىيام قىلىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، ئارىلاشتۇرۇپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۆتەل ۋە ئاۋاز بوغۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ. كۆكرەكتىن كېرەكسىز مادىلارنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە يېپىشقاق ماددىلاردىن بولغان كۆكرەك چىڭقىلىشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

لوئوقى نەزلە

تەركىبى: ئاق خەشخاش 120 گرام، بەزرۇلبەنجى، كۆكنار ھەربىرى 90 گرام، قارا سۇنا

ئۇرۇقى 60 گرام، گاۋزىبان، ھەببۇلئاس، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ھەربىرى 30 گرام، ئۇستەقۇددۇس، قىزىلگۈل، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، مۇرساق ھەربىرى 15 گرام، قەنت 90 گرام.

ياسىلىشى: سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نىشاستە، مۇرساق، رۇببىسۇسلاردىن باشقا دورىلارنى قاياناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ، قالغان دورىلارنى سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: نەزلىنىڭ قۇيۇلۇشىنى توسىدۇ. يۆتەل پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە توققۇز گرامغىچە ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى ھەببى رىشاد

تەركىبى: ئاق قىچا 30 گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 12 گرام، رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان ھەربىرى توققۇز گرام، ھەسەل 250 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: كۆكرەكنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە ۋە كاناي شاخچىلىرىدىكى ھەرخىل يات ماددىلارنى تازىلاشقا، قويۇق، شىلىمشىق خىلىتلارنى چىقىرىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى ھەببى قەتەن

تەركىبى: تاتلىق بادام مېغىزى 30 گرام، ماش 15 گرام، كۈرسىنە، فەراسيۇن توققۇز گرام، چىگىت مېغىزى ئالتە گرام، قەنت 180 گرام.

تەسىرى: كۆكرەكنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆكرەكتىكى قويۇق، شىلىمشىق ماددىلارنى تازىلاپ چىقىرىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ.

لوئوقى هورمۇل

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

ياسلىشى: دورىلارنى ئىككى لىتىر سۇدا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قويۇلۇپ قالغان قانىنى سۈيۈلدۈرىدۇ. كۆكرەكنى بوشىتىدۇ، قان تۈكۈرۈشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ يالايدۇ.

لوئوقى ھۆلبە

تەركىبى: زىغىر 15 گرام، شۇمشا، تاتلىق بادام مېغىزى ھەربىرى 12 گرام، كەتىرا، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، چىلغوزا مېغىزى، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل، جۇلاب، قەنت مەلۇم مىقداردا.

تەسىرى: قويۇلۇپ قالغان قانىنى سۈيۈلدۈرىدۇ. كۆكرەكنى بوشىتىدۇ، قان تۈكۈرۈشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ يالايدۇ.

لوئوقى ۋەرد

تەركىبى: گىل مەختۇم، تاباشىر، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى 12 گرام، قەزىلگۇل، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى توققۇز گرام، نىشاستە، كەتىرا، ئاق خەشخاش ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن لوئوق قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قاندىن بولغان زاتىلجەنبىگە ۋە يۆتەل، سىل، قان قۇسۇشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۆتكۈر قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ يالايدۇ.

لوئوقى ئسقىل

تەركىبى: تاغ پىيىزى توققۇز گرام، سەۋسەن يىلتىزى ئالتە گرام، فەراسيۇن، زۇپا ھەربىرى ئۇچ گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: دەم سقىش ۋە ھۆللۇكتىن بولغان كونا يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ يالايدۇ.

مەتبۇخى خيارشەنبەر رىئەۋى

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، تەرەنجىبىن ھەربىرى 30 گرام، سەرپىستان 30 دانە، چىلان 20 دانە، ئەنجۇر 10 دانە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشان ھەربىرى 15 گرام، بىنەپشە 12 گرام، خيار شەنبەر شىرنىسى 21 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ يېرىكلىرىنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇدا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، خيار شەنبەر شىرنىسى، تەرەنجىبىنلەرنى قوشۇپ مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۆتەل پەسەيتىش، كۆكرەكنىڭ يىرىك ۋە قۇرۇقلۇقىنى يوقىتىش، تەرەتنى يۇمشىتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قۇرۇقتىن بولغان يۆتەل، كۆكرەك چىڭقىلىش، زۇكام ۋە قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەتبۇخى زۇپا

تەركىبى: چىلان، سەرپىستان ھەربىرى 20 دانە، ئەنجۇر 10 دانە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 12 گرام، پىرسىياۋشان توققۇز گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىبار ھار ئۇرۇقى، زۇپا، گۈلى سەۋسەن يىلتىزى، شۇمشا ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ ئىككى لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سقىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۆتەل ۋە دەم سقىشلارنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە زىققەنەپەسلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 100 مىللىلىتىر ئېلىپ، بىنەپشە مۇرابباسى ياكى لوئوقى خەشخاش بىلەن ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى سەرپىستان

تەركىبى: سەرپىستان 20 دانە، چىلان 10 دانە، ئەنجۇر بەش دانە، پىرسىياۋشان، ئۇزۇم، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، بېھى ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، بىنەپشە ھەربىرى 15 گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆكرەك ۋە نەپەس يوللىرىنى تازىلايدۇ، يۆتەل ۋە زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئەھۋالغا قاراپ 75 مىللىلىتىرغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەتبۇخى سۇرفە خۇشەك

تەركىبى: سەرپىستان 11 دانە، سوقا چىلان بەش دانە، ئۇرۇقى ئېلىنغان ۋاسالغۇ 15 دانە، بىنەپشە گۈلى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى توققۇز گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقى ھەربىرى تۆت گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، چىلاشقۇدەك سۇغا بىر كۈن چىلاپ، سۇس ئوتتا بىر خىل قاينىتىپ، 200 مىللىلىتىر سۈيى قالغاندا گۈل دورىلارنى سېلىپ، ئازراق ئۆرلىتىپلا ئېلىپ، سۈزۈغاندىن كېيىن خام بىلەن سىقىپ، بىر نۆۋەت ۋارونكىدىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما ياندۇرۇش، يۆتەل پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان قىزىتمىلىق قۇرۇق يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ بىر كىشىلىك مەتبۇخ بولۇپ، كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 مىللىلىتىردىن ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى زۇپائى سەغىر

تەركىبى: زۇپا، پىرسىياۋشان، ئەپيۇن ھەربىرى 30 گرام، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش

پوستی هەربىرى 12 گرام، تاغ پىيىزى، سۇنبۇل، ئىزخىر، تۇربۇت، غارىقۇن هەربىرى توققۇز گرام، بەدىيان يىلتىزى، سەمغى ئەرەبى، كەرەپشە يىلتىزى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىرە، شۇمشا، كاسنە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى هەربىرى ئالتە گرام، نىلۇپەر، كەتىرا ، كۇندۇز، قىزىلگۇل، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا هەربىرى بەش گرام، هەسەل ئۇچ هەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: زۇكام، نەزلە، كونا يۆتەل ۋە باشقا نەپەس يولى كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ. سۇيدۇك هەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى زۇپائى كەبىر

تەركىبى: ئەپيۇن تۆت گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، چىلغوزا مېغىزى، بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، زۇپا، پىرسىياۋشان هەربىرى 30 گرام، جاۋشىر، سۇنبۇل، سەلىخە (قىلىن دارچىن)، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى، سېرىق هېلىلە پوستى، كابىلە هېلىلە پوستى، بەلىلە، ئامىلە، قارا هېلىلە هەربىرى 12 گرام، غاپەس، مۇرمەككى، زەپەر، زىرە، قۇندۇز قەهرى، بەزرۇلبەنجى، پەرپىيۇن، قۇستە، قەردمانە، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى، تاغ تېكىسى مۇڭگۇزى (كۆيدۇرۇلگەن) هەربىرى توققۇز گرام، هەببى بىلسان، سەمغى ئەرەبى، ئۇد بىلسان، مەستىكى، دارچىن، ئىزخىر، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، ئەفسەنتىن ئۇرۇقى، جويۇز، پىلپىل، پارپا، كەتىرا، شاقاقۇل، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، زەنجىۋىل، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، ئاق بەهمەن، قىزىل بەهمەن، هەببى قەلقەل، كۇندۇر، ئاق لەيلى ئۇرۇقى هەربىرى ئالتە گرام، هەسەل ئۇچ هەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: زۇكام، نەزلە، هەرخىل ئىستىسقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. قۇرۇقلۇقنى پەسەيتىپ، بەدەننى سەمرىتىدۇ. يۇرەكنى كۇچەيتىدۇ، دەم سىقىش ۋە باشقا نەپەس يولى كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: زۇكام، نەزلە، يۇرەك ئاجىزلىقى، زىققە نەپەس قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى زىراۋەندە

تەركىبى: يۇمىلاق زىراۋەندە، قەردمانە، پىلپىل، گاۋزىبان، ئادراسمان، ئاچچىق بادام مېغىزى، رەۋەن، چاققاقئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى، پىرسىياۋشان، زۇپا ھەر بىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: دەم سىقىش ۋە بەلغەمدىن بولغان يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ. كۆكرەك ساھەسىگە چاپلىشىۋالغان قويۇق خىلىت ۋە يىرىڭلارنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مەتبۇخى زۇپا بىلەن كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سۇئال

تەركىبى: بادام مېغىزى، زىغىر ھەربىرى 30 گرام، پىستە مېغىزى 15 گرام، چىلغوزا مېغىزى توققۇز گرام، قەنت 280 گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھۆللۇكتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سۇئال رۇتۇبى

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 280 گرام، تازىلانغان تۇربۇت 60 گرام، مەستىكى 39 گرام، قەنت 72 گرام.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھۆللۇكتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىدۇ، چوڭ تەرەتنى بوشىتىدۇ، ئاشقازانىنى كۇچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرامدىن، ئەگەر بىرلا قېتىمدا يېيىشكە توغرا كەلسە، 30 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سۇس

تەركىبى: ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 21 گرام، سەۋسەن يىلتىزى توققۇز گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئۆپكىنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قويۇق بەلغەمدىن بولغان جاھىل خاراكتېرلىك ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە يېيىلىدۇ.

مەجۇنى قەپى

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 60 گرام، مۇرمەككى 12 گرام، قەسبۇزەرىرە، ئىزخىر ئۇرۇقى، ئىزخىر، قارىغاي يېلىمى ھەربىرى سەككىز گرام، زەپەر، سۇنبۇل، سەلىخە ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: يېلىم دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى مۇسەللەس بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: يەل ھەيدەش، يەللەرنى تارقىتىش، مادداىلارنى يۇمشىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئەزالاردىكى سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقلارنى قالدۇرۇش، ئىششىقلارنى ياندۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئاۋاز ئېچىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: دەم سىقىش، يۆتەل، ئاشقازان ئاغرىقىنى داۋالاش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاۋازنى ئېچىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن بەدىيان سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى قۇبئۇلمسلىك

تەركىبى: سەلىخە (قېلىن دارچىن) 48 گرام، گۇلدارچىن 24 گرام، ئەپيۇن، ئاق بەز-رۇلبەنجى (مىڭدىۋانە) ھەربىرى 18 گرام، جىنتىيانا، ئۇستقۇددۇس، قەردمانە، جاۋشىر، كاماپتوس، سۇزاپ ئۇرۇقى، تاغ كۇدە ئۇرۇقى، تاغ سامسىقى، مىئەسائىلە ھەربىرى 15 گرام، مۇرمەككى، زەپەر، قۇستە، ئاقمۇچ، ئىزخىر، سۇنبۇل، پەرپىيۇن، شەۋكىران يىلـ تىزى پوستى، ئوشەق، پىننە، ئارپىبەدىيان، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، دۇقۇ، ناردىن گۇلى ياپرـ قى، ھەببى بىلسان، غاپەس ئۇسارىسى، ھىندىقۇقۇ ئۇرۇقى، بادام يېلىمى ھەربىرى توققۇز گرام، قەنت 12 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: ئېرىتىلىدىغانلىرىنى مۇسەللەس بىلەن ئېرىتىپ، سوقۇلىدىغانلىرىنى سوقۇپ تالقانلاپ، ھەسەل ۋە قەنت بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىندۇ.

تەسىرى: كونا يۆتەل، كۆكرەك ئاغرىقى، دەم سىقىش، بوغۇم ئاغرىقى، تال ئاغرىش، كونا تەپ، ئۇچەي يارىسى، كۆز قاراڭغۇلىشىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. قويۇق يەلـ لەرنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىستېمال قـ لىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: مەزكۇر دورىنى تەييارلاپ، ئالتە ئايدىن ئېشىپ كەتكەنلىرىنى ئىشلەتسە ئادەم ئۆلتۇرىدۇ، شۇڭا بالدۇر ئىشلىتىش، مىقدارىغا قاتتىق دىققەت قىلىش لازىم.

مەجۇنى مۇنەفىس

تەركىبى: پىرسىياۋشان، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 30 گرام، ئاچچىق بادام مېـ غىزى، جىنتىيانا، زىراۋەندە ھەربىرى 15 گرام، ئىرسا 12 گرام، كەپە يىلتىزى پوستى، كۇرسىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان ھەر بىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قويۇق بەلغەمگە ياكى يىرىڭلىق، بەلغەملىك يۆتەلگە مەنـ پەئەت قىلىدۇ. بەلغەم ياكى يىرىڭلارنى بوشىتىپ چىقىرىپ، كۆكرەكتىكى خىر - خىرلارنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ھورمۇل سەغىر

تەركىبى: ئادراسمان ئۇرۇقى بىر كىلوگرام، نۆشۈدۇر 120 گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 3.360 لىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەم بوشتىش، يۆتەل پەسەيتىش، دەم سىقىشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى: بەلغەم بوشتىدۇ، يۆتەل پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5ياشتىكىلەرگە 0.5 گرام، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە بىر گرام، چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 1.5 ~ 3 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ھورمۇل كەبىر

تەركىبى: ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ۋاسالغۇ 160 گرام، ئادراسمان ئۇرۇقى، پوستى ئېلىۋېتىلگەن تاتلىق بادام مېغىزى ھەربىرى 120 گرام، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 80 گرام، پوستىدىن ئايرىلغان چوك دادۇر مېغىزى، قىزىلگۈل، كۆكنار شاكىلى ھەربىرى 40 گرام، كۆكنار ئۇرۇقى 20 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: ۋاسالغۇدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بولۇپ، ۋاسالغۇنى ئايرىم سوقۇپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن باشقا تالقانلارنى قوشۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: بەلغەم چىقىرىش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نەپەس ئەزا كېسەللىكلىرىگە، جۇملىدىن ئىسسىق - سوغۇقتىن بولغان ھەرخىل يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە بىر گرام، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە ئىككى گرام، چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 3 ~ 4 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇرابباتى بادام

تەركىبى: پوستى ئاقلانغان بادام مېغىزى 500 گرام، ھەسەل 1.5 لىتىر.

ياسىلىشى: بادامنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مۇرابباتەييارلىنىدۇ.

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۆتەل ۋە كۆكرەكتىكى يىرىكلىككە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇرابباتى بىنەپشە

تەركىبى: يىلتىزىدىن تازىلانغان ھۆل بىنەپشە 500 گرام، شېكەر بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: بىنەپشىنى يۇمشاق سوقۇپ خېمىر قىلىپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ، بىر نەچچە كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆكرەك ۋە گالدىكى يىرىكلىكنى يوقىتىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، نەپەس ئەزالىرىنى ياخشىلايدۇ، نەزلە، زۇكام ۋە سۈيدۇكتىكى ئېچىشىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى بىنەپشە III

تەركىبى: گۈلبىنەپشە ئالتە گرام، تۇربۇت ئۇچ گرام، رۇببىسۇس ئىككى گرام، سوقمۇنيا بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىق سۇدا يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسرى: كۆكرەكتىكى بەلغەمنى تازىلاپ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: دەم سىقىش ۋە يۆتەلگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 10 دانە، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى بىنەپشە مۇرخى

تەركىبى: بىنەپشە ئالتە گرام، تۇربۇت بەش گرام، سوقمۇنىيا ئۈچ گرام، رۇببىسۇس ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىق سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

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

ئىشلىتىلىشى: قويۇق بەلغەمدىن بولغان يۆتەل ۋە زىققە نەپەسكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى زەيق

تەركىبى: ئايارەج، غارىقۇن ھەربىرى 10 گرام، تۇربۇت توققۇز گرام، مۇقەل ئالتە گرام، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، بىنەپشە ھەربىرى بەش گرام، سوقمۇنىيا ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ، قاينىق سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەمدىن بولغان يۆتەل، دەم سىقىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سەبرە رىئەۋى

تەركىبى: تۇربۇت، سەبرە، رۇببىسۇس ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىق سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئۆپكىنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قويۇق بەلغەمدىن بولغان يۆتەلگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سەدرى

تەركىبى: غارىقۇن، ئاق تۇربۇت ھەربىرى 10 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، شەھمەنزەل، سەبرە، ئەنزىرۇت ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يۇغۇرۇپ، 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئۆپكىنىڭ سوغۇقلۇقىنى ياندۇرۇش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كونا يۆتەل، دەم سىقىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا بەش دانە، بالىلارغا ئىككى دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى سۇئال I

تەركىبى: نىشاستە، كەتىرا، رۇببىسۇس ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قارا سۇنا سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، 0.3 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: زۇكام ۋە يۆتەلنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان زۇكام، زىققە ۋە يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا بەش دانە، بالىلارغا ئىككى دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى سۇئال II

تەركىبى: تاتلىق بادام مېغىزى، ئاچچىق بادام مېغىزى (پوستى ئېلىنغان)، زىغىر (قو-

رۇلغان)، چىلغوزا مېغىزى، بەدىيان ھەربىرى ئالتە گرام، كەتىرا، رۇم بەدىيان، سەمغى ئەرەبى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، رۇببىسۇس ھەربىرى ئۈچ گرام، قەنت 20 گرام.

ياسىلىشى: مېغىزلار بىلەن قۇرۇق دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم سوققاندىن كېيىن بىر-لەشتۇرۇپ، بەدىيان سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، 0.3 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: كۆكرەكنى بوشىتىدۇ. دەم سىقىشنى يوقىتىپ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ. يۆتەل پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان نەپەس ئەزا ۋە ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلار كۈندە بەش دانە ئېلىپ، بىردىن - بىردىن شۇمۇپ تۇگىتىدۇ.

ھەببى سۇئال ئەتفالى

تەركىبى: نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، رۇببىسۇس، خەشخاش ئۇرۇقى، ئەپيۇن تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: بېھى ئۇرۇقى لوئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوۋاقلارنىڭ قاتتىق يۆتىلىپ قۇسۇشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سۇئال ھار

تەركىبى: تەمرى ھىندى، رۇببىسۇس، نىشاستە، زەپەر، كەتىرا، چىگىت مېغىزى، ھەب-بۇلئاس، خەشخاش ئۇرۇقى، خەشخاش پوستى، رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، مۇرمەككى، ناۋات تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ناۋات بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ شۇمىدۇ.

ھەببى سۈئال يابىس

تەركىبى: نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، رۇببىسۇس، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كەتىرا تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بېھى ئۇرۇقى لوئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇرۇقلۇقتىن بولغان يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى غارىقۇن II

تەركىبى: غارىقۇن، تۇربۇت ھەربىرى 15 گرام، شەھمەنزەل، ئەنزىرۇت، زىغىر ھەربىرى ئالتە گرام، رۇببىسۇس ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، زىغىر لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ، 0.3 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: نەپەس يوللىرىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. بەلغەم بوشىتىدۇ، دەم سىقىشنى ياخشىلايدۇ، يۆتەل توختىتىدۇ. كۆكرەك ۋە ئۆپكىدىكى سوغۇقلۇقنى ياندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇق تەسىرىدىن بولغان كاناي شاخچىلىرى كېسەللىكىگە ۋە كۆكرەك چىڭقىلىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا يەتتە دانە ئىچىلىدۇ.

ھەببى مەستەكى

تەركىبى: سەبرە 24 گرام، قارا ھېلىلە 12 گرام، مەستەكى توققۇز گرام، زەنجۇبىل، سۇنبۇل ھەربىرى ئالتە گرام، سىرىق ھېلىلە پوستى بەش گرام، تۇز ئۇچ گرام.

يۇسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈدە سۈيى بىلەن ھەپ قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، بەلغەمدىن ۋە يەلدىن بولغان نەپەس سىقىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان يۆتەلگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى نىشاد

تەركىبى: ئەپيۇن 21 گرام، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، رۇببىسۇس ھەربىرى 15 گرام، ھەببۇلمۇھلەپ، مەرۋايىت، كەھرىۋا، ياقۇت ھەربىرى ئۈچ گرام، ئىپار بىر گرام.

يۇسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بېھى ئۇرۇقى لوئابى بىلەن ھەپ قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مىزاجنىڭ سەۋادىن بۇزۇلۇشىنى تۈزىتىدۇ. ھەرخىل نەزلە، ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل، ئىستىسقا، سىل قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەزمنى ياخشىلايدۇ، خۇشلۇق كەلتۈرۈپ باھنى كۈچەيتىدۇ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ھىندى

تەركىبى: ئانار ئۇرۇقى 36 گرام، پىلپىل 18 گرام، گىل ئەرمىنى بەش گرام، قارا شىكەر 75 گرام.

يۇسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينات سۇ بىلەن ھەپ قىلىنىدۇ.

تەسىرى: قاتتىق يۆتىلىپ، قۇسۇشنى ۋە دەم سىقىشنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قاتتىق يۆتەل ۋە زىققە نەپەسكە ئىشلىتىلىدۇ.

مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئوكۇلى مەرزەنجۈش

تەركىبى: مەرزەنجۈش 2.5 كىلوگرام، نىكوتىنامىد 50 گرام، بېنزول ئالكوھول 10 مىللىلىتىر، ئاكۇا مۇزاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ئوكۇل ياساش ئۆلچىمى بويىچە ئىككى مىللىلىتىر ئامپۇللۇق ئوكۇل تەيـ يارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۆتەل پەسەيتىش، ھاسىراشنى تۈگىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوزۇلما خاراكتېرلىك كانايچە ياللۇغىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بىر ئامپۇل مۇسكۇلغا ئوكۇل قىلىنىدۇ.

ئۆپكە سىلىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سۈفۈپى سەرتان

تەركىبى: گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، سەرتان كۈلى ئالتە گرام، قەنت، ناۋات ھەربىرى 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سۈفۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئۆپكىدىكى سىل زەخمىسىنى پۈتتۈرىدۇ. يۆتەل پەسەيتىدۇ، بەلغەم بوشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە سىلىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام كاپ ئېتىپ، ئۈستىدىن 30 مىللىلىتىردىن ئانار سۈيى ۋە خەشخاش شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈفۈپى نەپسۈددەم II

تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، سېمىزئوت ئۇرۇقى، شادىنەج ھەربىرى 15 گرام، بېخ مارجان، كەھرىۋا، مەرۋايىت، ئاق خەشخاش، رۇببىسۇس، ئاقاقىيا، ئەپيۇن، ئىسپىغۇل ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىسپىغۇلىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: كۆكرەكنى بوشىتىپ، يۆتەل پەسەيتىدۇ. قان تۈكۈرۈش ۋە تەرەتتىن قان كېلىشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قان تۈكۈرۈش، ئۇچەيدىن قان كېلىش ۋە قان سىيىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى نىشاستە

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، كەتىرا، بېھى ئۇرۇقى، قارا خەشخاش، قارا سۇنا ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىرى 18 گرام، قىزىلگۈل، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، گۈل ئەرمىنى، قوزىقۇلاق ئوتىنىڭ لوئابى، گۈل مەختۇم، گۈل قىبەرسى ھەربىرى 12 گرام، زەپەر ئۇچ گرام، كافۇر ئىككى گرام.

تەسىرى: سىلدىن بولغان ئىستىسقا، تەپى دىق، ئۆپكە جاراھىتى، ئۆپكىدىن قان كېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە جاراھىتى ۋە سىلغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئېلىپ سەرتان (قىسقۇچپاقا) سۈيى، خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئەنجىبار مۇرەككەپ

تەركىبى: ئەرۇسە ياپرىقى 300 گرام، ياخشى سۈپەتلىك سەرپىستان 60 دانە، يۇمىلاق چىلان 20 دانە، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، نېلۇپەر گۈلى، بىنەپشە گۈلى ھەربىرى 21 گرام، بېھى ئۇرۇقى 15 گرام، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى توققۇز گرام، قەنت مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: سەمغى ئەرەبىدىن باشقا دورىلارنى بىر سوتكا سۇغا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ، سۈزۈغاندىن كېيىن كەتىرا ۋە سەمغى ئەرەبى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل يۆتەللەرنى پەسەيتىدۇ. تەپى دىق (سىل قىزىتمىسى) قا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 15 ~ 30 مىللىلىتىر غىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى زۇپا بارىد

تەركىبى: تەرەنجىبىن 250 گرام، چىلان 100 گرام، ئەنجۇر 60 گرام، ئۇششاق ئۇزۇم

(ئۇرۇقسىز) 16 گرام، زۇپا، بېھى ئۇرۇقى، گۈلبەنەپشە، پىرسىياۋشان، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قارا سۇنا (ئوسۇك) ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام، شېكەر 250 گرام.

ياسىلىشى: بېھى ئۇرۇقى شىرنىسى ۋە تەرەنجىبىن شىرنىسى ئايرىم - ئايرىم ئېلىنىدۇ. قاتتىق دورىلارنى يۇمشاق دورىلار بىلەن سوقۇپ، 1.5 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، بېھى ئۇرۇقى شىرىسى ۋە تەرەنجىبىن شىرىسىنى قوشۇپ، شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: قان تازىلايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. سۈيدۈك ھەيدەيدۇ. قىزىتما قايتۇرىدۇ. كۆكرەكنى بوشىتىپ، گال قېچىشىنى پەسەيتىدۇ. يۆتەل توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان قىزىتما، ئۇسساش، زۇكام كاناي ۋە كاناي شاخچىلىرىنىڭ ياللۇغى، ئۆپكە كېسەللىكلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا توققۇز مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى زىرىخ مۇرەككەپ

تەركىبى: قىزىلگۈل، تەرەنجىبىن ھەربىرى 200 گرام، زىرىخ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، غاپەس ھەربىرى 100 گرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 50 گرام، رۇببىسۇس، تاباشىر، كاسنە ئۇرۇقى، مەستىكى، سۇنبۇل ھەربىرى 15 گرام، زەپەر ئۈچ گرام، شېكەر 500 گرام.

ياسىلىشى: تەرەنجىبىننى پاكىزلاپ، سۇغا چىلاپ شىرنىسى ئېلىنىدۇ. زەپەر ۋە تاباشىر ئايرىم - ئايرىم سالايە قىلىنىدۇ. باشقا دورىلارنى چىلاپ 10 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ سۈزۈپ، تەرەنجىبىن شىرنىسى قوشۇپ، شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ ۋە ئاخىرىدا زەپەر بىلەن تاباشىردىن ئاز - ئاز سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: رەئىس ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، قان تازىلاش، ئۆپكە يارىسىنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش، قان تۈكۈرۈشنى توختىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، بەلغەم بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە سىلىدىكى قان تۈكۈرۈشكە ۋە باشقا ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا 15مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ. ئورۇق كىشىلەرگە ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ.

شەربىتى شۇمشا

تەركىبى: شۇمشا، ئەنجۈر قېقى ھەربىرى 100 گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، تەمرى ھىندى ھەربىرى 30 گرام، شېكەر بىر ھەسسە.

ياسىلىشى: تەمرى ھىندىنى سۇغا ئايرىم چىلاپ، مۇجۇپ، سىقىپ، سۈيى ئايرىم قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ. قالغان دورىلارنى 1500 مىللىلىتىر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، تەمرى ھىندى سۈيىنى قوشۇپ، شېكەر سېلىپ ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: كۆكرەك بوشلۇقى ۋە ئۆپكىدىكى قاداق ھەمدە يىرىڭلىق جاراھەتلەرنى يوقىتىدۇ، قان تۈكۈرۈش كېسەللىكلىرىدە قىزىتمىنى چۈشۈرىدۇ. ئىششىق ياندۇرىدۇ. ئۆپكىنى تازىلايدۇ، يۆتەلنى پەسەيتىدۇ، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆكرەك بوشلۇقى ۋە ئۆپكىدىكى يىرىڭلىق كېسەللىكلەرگە ھەمدە قان تۈكۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ~ 100 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى سەرتان

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن قىسقۇچپاقا 30 گرام، گىل مەختۇم، گىل ئەرمىنى، نىشاستە، قىزىلگۈل ھەربىرى 18 گرام، تاباشىر، كەتىرا، يۇيۇلغان شادىنەج ھەربىرى 15 گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى، تەرخەمەك سۇيى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سىل، دىق (سىل قىزىتمىسى)، قان تۈكۈرۈشلەرگە مەنپەئەت

قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى سىل

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى 30 گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا ھەربىرى 12 گرام، تاباشىر، كۆيدۈرۈلگەن قىسقۇچپاقا (سەرتان) ھەربىرى ئالتە گرام، نىشاستە، كەتىرا ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە جاراھىتى ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى كافۇر

تەركىبى: قارا سۇنا ئۇرۇقى 21 گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى 18 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، تاباشىر ھەربىرى 15 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 12 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى (رۇببىسۇس) توققۇز گرام، قىزىلگۈل، تەرەنجىبىن، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، كافۇر ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن ھەب ياسىلىدۇ.

تەسىرى: كېزىك ۋە سىل قىزىتمىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. يۇرەكنى سالقىنلاتىدۇ. جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە سىلىدىكى يۇقىرى قىزىتمىغا ھەمدە كېزىككە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مەرۋايىت

تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل ھەربىرى 18 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك

ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كەھرىۋا ھەربىرى توققۇز گرام، تېشىلمىگەن مەر-ۋايىت ئالتە گرام، ئاق سەندەل ئۇچ گرام، لىھيەتۇتتىس ئۇسارىسى ئالتە مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەمىشە تۇتىدىغان تەپ، تەپى دىق (سىل قىزىتمىسى)، بۇۋاسىر، ئىچ سۇرۇش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: خەشخاش شەربىتى بىلەن كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرامدىن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى مۇبەررىد

تەركىبى: خەشخاش ئۇرۇقى 12 گرام، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، نىلۇپەر، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، قىزىلگۈل، تۇخۇمى ھۇمماز (قىيمىقۇ ئۇرۇقى)، كاسىنە ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى توققۇز گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، تاباشىر، نىشاستە، كەتىرا، بەزرۇلبەنجى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كېزىك ۋە سىل قىزىتمىسىنى چۈشۈرىدۇ ۋە يۈرەكنى سالقىنلاتىدۇ. جىگەرنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى نەپسۈددەم

تەركىبى: شادىنەج، گۈل مەختۇم، ماش ھەربىرى 30 گرام، كەھرىۋا 15 گرام، كۈندۇر، ئانار گۈلى، خۇنسىياۋشان ھەربىرى توققۇز گرام، زەمچە سەككىز گرام، ئەپيۇن، دارچىن ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قاينىق سۇ بىلەن 10 دانە ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان تۈكۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا سېمىزئوت سۇيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى سىل رىئەۋى

تەركىبى: پوستى خەشخاش، بادام مېغىزى، خەشخاش ئۇرۇقى ھەربىرى 25 گرام، نارجىل 16 گرام، ئەنجىبار 15 گرام، گۈلبىنەپشە 12 گرام، گاۋزىبان گۈلى، ئانار گۈلى، بادرەنجى بۇيا، ئۇستۇددۇس، ئاق سەندەل، قىزىل بەھمەن ھەربىرى 10 گرام، سەمغى ئەرەبى، تاباشىر، كەتىرا، گۈلدارچىن، قىرقىلغان پىلە، نىشاستە، پوستى تۇرۇنجى، رۇبىبسۇس، سۆرۈنجان ھەربىرى ئالتە گرام، شېكەر، ناۋات ھەربىرى 500 گرام.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى، جۈملىدىن يۈرەكنى قۇۋۋەتلەپ، ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىدۇ. ئۆپكىدىكى زەخمنى پۈتتۈرىدۇ. قان توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، بەلغەم بوشىتىپ، يۆتەلنى توختىتىش ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش تەسىرى گەۋدىلىكرەك.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە سىلىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سۇئال III

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، رۇببىسۇس، ئاق خەشخاش، سېمىزئوت ئۇرۇقى، بادام مېغىزى، لوۋىيا مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، ئىسپىغۇل ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئايرىم سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ، 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: تەپى دىق ۋە سىل كېسەللىكلىرىنى ياخشىلاش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، نەپەسنى ياخشىلاش، قىزىتما قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: تەپى دىق ۋە ئۆپكە سىل كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلار كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ دانە ئېلىپ شۇمىدۇ. بالىلار كۈندە بەش قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانە ئېلىپ شۇمىدۇ.

ئاشقازان ۋە ھەزىمنى كۈچەيتىشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بۇخۇرى غەشيان

تەركىبى: ياۋا پىننە، يەرلىك پىننە، سىيادان تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىركە بىلەن قاينىتىپ، چىققان ھورى پۇرىتىلىدۇ.

تەسىرى: كۆڭۈل ئىلىشىشنى توختىتىدۇ.

جاۋارىش ئامىلە II

تەركىبى: پىستە پوستى، مەستىكى، لاچىندانە ئۇرۇقى، سۇنبۇل ھەربىرى 10 گرام، ئەنبەر 1.5 گرام، بېھى سۇيى 200 مىللىلىتىر، پەرۋەردە قىلىپ چىقىرىلغان ئامىلە شىرنىسى 100 مىللىلىتىر، قەنت 400 گرام.

ياسىلىشى: ئەنبەر بىر دانە قەنت بىلەن سالايە قىلىنىدۇ. قەنت بېھى سۇيى، ئامىلە شىرنىسى بىلەن قىيام قىلىنغاندىن كېيىن، قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئارقىدىن سالايە قىلىنغان ئەنبەرنى سېلىپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ھەزىم تۈيغۇسىنى ئويغىتىپ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، يۈرەك، ئاشقازان ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا كۈندە بىر قېتىم، تاماقتىن كېيىن 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش ئەنبەر مۇھەللىلى

تەركىبى: لاچىندانە، دارچىن، پىلپىل، زەنجۇبىل، جويۇز ھەربىرى ئۈچ گرام، ئاسارۇن، قەلەمپۇر، زەپەر، ئەنبەر، ئىپار ھەربىرى ئىككى گرام، ناۋات ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى قىزىتىپ، بەدەن ۋە ئاشقازاندىكى قويۇق يەللەرنى

تارقىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش ئەنجۈدانى

تەركىبى: قارا ئەنجۈدان 42 گرام، زاراڭزا 39 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى (پەتەر ئاسالىيۇن)، مامىرانچىن، پىننە، يالپۇز، زەيتۇن دەرەخىنىڭ يوپۇرمىقى ھەربىرى 24 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قورساق ۋە ئاشقازان ساھەسى كۆپۈپ چىڭقىلىشنى يوقىتىدۇ، قويۇق يەللەرنى ھەيدەيدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش بالادۇر

تەركىبى: سىرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، كابىلە ھېلىلىسى پوستى، ئامىلە ھەربىرى 144 گرام، سىيادان 96 گرام، كاۋاۋچىن 48 گرام، بالادۇر، مەستەكى ھەربىرى 24 گرام، پىلپىل، قارىمۇچ، دارچىن، زەنجىۋىل، ئوشۇق ھەر بىرى سەككىز گرام، سازەج تۆت گرام، شېكەر 2400 گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ، بالادۇردىن باشقىلىرى چالا سوقۇپ تاسقىلىدۇ. قىسقۇچنى قىزىتىپ، ئۇنىڭ بىلەن بالادۇرنى سىقىپ ھەسىلىنى ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، ئارقىدىن قالغان دورىلارنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق توختىتىش، ئاشقازان، ئۇچەيلەرنى قۇۋۇتلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرى، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، تۇتقاقلىق كېسەل، لەقۋا، پالەچ، سەرئى (تۇتقاق)، ئۇنتۇغاقلىق، باش قېيىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 3 ~ 4 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش بۇزۇرى

تەركىبى: ئاق قىچا 60 گرام، قارىغاي مېۋىسى 15 گرام، مەستىكى، خولىنجان، گۈلدارچىن، قەلەمپۇر ھەربىرى توققۇز گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچەيتىپ، ھەزىم قىلىشنى ياخشىلايدۇ. ئاشقازان ۋە ئۆچەيلەردىكى يەللەرنى ھەيدەيدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش بېھى I

تەركىبى: زەنجىۋىل 15 گرام، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، دارچىن، پىلپىل ھەربىرى 10 گرام، مەستىكى ئالتە گرام، بېھىنىڭ ئۇسارىسى، ھەسەل ھەربىرى 900 مىللىلىتىر، سىركە 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سىركە ۋە بېھى سۈيى ۋە ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ، سوقۇلغان دورىلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچەيتىپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، جىگەرنى قۇۋۇتلەش، يۇرەك ئېغىشنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 15 گرام، بالىلارغا ئالتە گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش پەنجىنۇش

تەركىبى: خۇبسۇلھەدد (تۆمۇر پوقى) 300 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، بەلىلە، ئامىلە شىرنىسى، قارىمۇچ، پىلپىل، زەنجىۋىل، سەئدى كۈفى، شەترەنجى ھىندى، سۇنبۇل

هەربىرى 30 گرام، قارا سۇنا ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى هەربىرى 12 گرام، كالا يېغى مەلۇم مىقدارىدا، هەسەل ئۇچ هەسسە.

تەسىرى: ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىشنى ياخشىلايدۇ، يەلدىن بولغان بوۋاسىرنى يوقىتىدۇ، رەڭگىروينى ياخشىلاپ مىزاجنى تەڭشەيدۇ، باھنى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قائىدە بويىچە ئالتە ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: تۆمۇر پوقىنىڭ يەنە بىر ئىسمى پەنجىنۇش بولۇپ، ئۇنى ئىشلىتىشتىن بۇرۇن چوقۇم ئىككى هەپتە ئۆپچۆرىسىدە سىركىگە چىلاپ، زەهەرسىزلەندۈرگەندىن كېيىن سايىدا قۇرۇتۇپ تۆمۇر هاۋانچىدا سوقۇش كېرەك.

جاۋارىش پەۋاكىھ

تەركىبى: پىننە 10 گرام، سۇنبۇل، لاچىندانە، زەنجىۋىل، يالپۇز هەربىرى ئالتە گرام، ئانار سۇيى، ئالما سۇيى، بېھى سۇيى، ئامۇت سۇيى، غوراپ سۇيى، زىرىخ سۇيى، سۇماق سۇيى، لىمون سۇيى هەر بىرى 200 مىللىلىتىر، قەنت بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: مېۋە سۇلىرىنى ئۆزىگە خاس ئۇسۇللار بىلەن سىقىپ چىقىرىپ، قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا قەنت سېلىپ، سۇيۇق قىيام بولغاندا ئۇندەك سوقۇلغان قۇرۇق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: هۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۇتلەپ، ئىشتىهانى ئاچىدۇ، ئاشقازان ۋە ئۇچەيدىكى سەپرانىڭ تېزلىكىنى نورماللاشتۇرىدۇ، هۆنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە ئاجىزلىقى، يۇرەك تىترەش، ئاشقازان زەئىپلىكى، ئىشتىهاسىزلىقتا هەمدە كەيپ خۇمارى بارلار ئۇچۇن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، هەر قېتىمدا چوڭلارغا 15 گرام، بالىلارغا بەش گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش پەۋاكىھ سەبيانى

تەركىبى: تازىلانغان بېھى 270 گرام، ئالما 135 گرام، ئامۇت 90 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن لىموندا قاينىتىپ پىشۇرۇپ، ئۈستىدىن شېكەر قومۇشى شېكىرىدىن 270 گرام قوشۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ ھەمدە 30 گرام زىرىخ، 15 گرام تاباشىر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بالىلاردىكى ئاشقازان ئاجىزلىقتا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 15 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش تاباشىر II

تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل، ئۈرۈقى ئېلىنغان سۈماق ھەربىرى ئالتە گرام، ئانار گۈلى، قاقىلە، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام، ئالما سۈيى، بېھى سۈيى ھەربىرى 100 مىللىلىتىر، ناۋات 200 گرام.

ياسلىشى: قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ناۋاتنى ئالما ۋە بېھى سۈيى بىلەن قىيام قىلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: سەپرانىڭ تىزلىكىنى پەسەيتىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى بېسىپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ. ئاشقازاندىكى بۇزۇق سۇيۇقلۇقلارنى تازىلاپ، ئېچىشىشنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى، يۈرەك قوزغىلىش، ئىشتىھاسىزلىق، ئاشقازان ئېچىشىش، ئاچچىق سۇ يېنىش، ھۆ بولۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 10 گرام، بالىلارغا ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش تالىسپەر

تەركىبى: زەنجىۋىل 60 گرام، قارىمۇچ 36 گرام، لاچىندانە، گۈلدارچىن ھەربىرى 18 گرام، تالىسپەر 15 گرام، شېكەر 3750 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر قىيامىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاشقازاندىكى سوغۇق يەل، بەدەندىكى قويۇق يەللەرنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش تۇرۇنجى

تەركىبى: تۇرۇنجىنىڭ قۇرۇق پوستى 30 گرام، قەلەمپۇر، جۇزبۇۋا، قارىمۇچ، گۈلدارچىن، قاقىلە، خولىنجان، زەنجىۋىل ھەربىرى ئۈچ گرام، ئىپار بىر گرام، ھەسەل 150 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۇەتلەپ تاماق سىڭدۈرىدۇ، قورساق كۆپۈشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە داۋالايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، ئاشقازان، دوۋساق ئاجىزلىقلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا تاماقتىن كېيىن ئۈچ گرام، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرامدىن ئېچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش تۇففاھى

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ئۇرۇقى ۋە پوستىدىن تازىلانغان ئالمىدىن 270 گرام ئېلىپ، مۇسەللەس ياكى سىركىگە بىر كېچە ـ كۈندۈز چىلاپ، سۈزۈپ سىقىپ، مەلۇم مىقدارداھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ، قاينىتىپ قويۇلدۇرۇپ، ئۇنىڭغا ئۇد ھىندى، دارچىن، زەپەرلەرنىڭ ھەربىرىدىن 12 گرام، زەنجىۋىل، قاقىلە، نارمىشكىلارنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گرام قوشۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش دارچىن

تەركىبى: يالپۇز 25 گرام، دارچىن 20 گرام، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، پىلپىل، سۇنبۇل،

ئاسارۇن ھەربىرى 15 گرام، زەنجۈبىل، رۇم بەدىيان، قىلىن دارچىن، ئارپىبەدىيان، مەستەكى ھەربىرى 10 گرام، لاچىندانە، گۈلدارچىن ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل 1.5 لىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلنى ئېرىتىپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان مىزاجىنى ئىسسىقلا مايىللاشتۇرۇش، ھەزىمنى ياخشىلاش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، جىگەر، بۆرەك ئاجىزلىقلىرىغا، بەدەننى قۇۋۇتلەپ، يەللەرنى تارقىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا تاماقتىن كېيىن ئالتە گرام، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش زەنجۈبىل

تەركىبى: زەنجۈبىل 60 گرام، سەمغى ئەرەبى، جۈزبۇۋا، نىشاستە ھەربىرى 15 گرام، زەپەر ئۈچ گرام، قەنت 30 گرام.

ياسلىشى: قەنتنى قىيام قىلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۇتلەپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ، يەل تارقىتىدۇ، ئاشقازان يارىسىنى پۈتتۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، ئۈچەينىڭ ھەزىمنى ياخشىلاش، ئاشقازان ۋە ئۈچەي يارىسىنى ساقايتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 10 گرام، بالىلارغا ئۈچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش زىرىشكى

تەركىبى: مارجان، مەرۋايىت ھەربىرى 30 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 21 گرام، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان زىرىخ، سۇماق، ھەببۇلئاس، گۈرۈچ ئۇنى، جۈۋىنە، زەنجۈبىل، تەر-

خەمەك ئۇرۇقى ھەربىرى 18 گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى 12 گرام، تاباشىر، كەھرىۋا، مەستىكى ھەربىرى توققۇز گرام، بېھى لوئابى ياكى پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۇيى مەلۇم مىقدارىدا.

تەسىرى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ، ئاشقازان، ئۇچەيلەرنى قۇۋۇتلەيدۇ.

مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىچىلىدۇ.

جاۋارىش سەندەل

تەركىبى: تاباشىر، ئاق سەندەل ھەربىرى 15 گرام، زىرىخ 12 گرام، كافۇر ئالتە گرام، سوك، ئىپار، سۇنبۇل، ئۇد ھىندى ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بېھى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازانىنىڭ ئارتۇقچە قىزىقلىقىنى پەسەيتىپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش سۇككەرى

تەركىبى: قاقىلە، قەلەمپۇر، زەنجۇبىل، كاۋاۋچىن، دارچىن، زەپەر، پىلپىل ھەربىرى توققۇز گرام، ئۇد ئۇچ گرام، شېكەر بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر قىيامىغا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەم بوشىتىدۇ. ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش سىمسىم

تەركىبى: كۈنجۈت 30 گرام، كۈندۈر، زەنجۇبىل، قارىمۇچ، پىلپىل، قاقىلە، دارچىنلار

هەربىرى توققۇز گرام، زورەمبات، كەرەپشە ئۇرۇقى، زىرە، جۇۋىنە هەربىرى توققۇز گرام، قەنت 270 گرام.

ياسلىشى: گۈلاب بىلەن قەنتنى قىيام قىلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازانىنى كۈچەيتىپ، ئىشتىهانى ئاچىدۇ. هاملىدار ئاياللارنىڭ سېزىكىنى يوقىتىدۇ. رەڭگىرويىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش پىننە

تەركىبى: زەنجىۋىل، قارىمۇچ هەربىرى 18 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، پىننە هەربىرى 15 گرام، مەستىكى، جۇۋىنە هەربىرى 12 گرام، زىرە، سەلىخە، هەببى بىلسان، ئاقىرقەرها هەر بىرى ئالتە گرام، سازەج هىندى ئۈچ گرام، هەسەل ئۈچ هەسسە.

تەسىرى: بەل ئاغرىقى، ئاشقازان ئاغرىقى، ئاشقازان ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. سوغۇقتىن بولغان قويۇق يەللەرنى هەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش كەهرىۋا

تەركىبى: كەهرىۋا، قىزىلگۈل، زىرىخ هەربىرى 15 گرام، ئۇد خام، مەستىكى، زەپەر هەربىرى توققۇز گرام، سۇنبۇل، زىرە ئالتە گرام، قەنت ئۈچ هەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: هەرخىل ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا ئالتە گرام ئېلىپ، ئالما سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش كۈمۈنى مۇهەللەل

تەركىبى: زىرە 150 گرام، زەنجىۋىل، سۇزاپ هەربىرى 60 گرام، قارىمۇچ 45 گرام،

بۆره ئەرمىنى (توغرىغۇ) 15 گرام، ھەسەل بەلگىلىك مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاندىكى سوغۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ. شەھۋەتنىڭ زىيادىلىكىنى يوقىتىدۇ. بەلغەم ۋە سەۋادىن بولغان تەپلەرنى يوقىتىدۇ. قورساق كۆپۈش، چىڭقىلىش، قۇلۇنجى، پەتەق (چۇقۇق) كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش مەستىكى I

تەركىبى: مەستىكى 10 گرام، قەنت 200 گرام، ئەرقى گۈل 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مەستىكىنى سوقۇپ، تاسقاپ، قەنتنى گۈلاب بىلەن قىيام قىلىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن مەستىكىنى سېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاندىكى زىيادە سۇيۇقلۇقنى سۈرۈپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، جىگەر كېسەللىكلىرى ۋە ئېغىزدىن شۆلگەي ئېقىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن، قاياناق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

جاۋارىش مەستىكى II

تەركىبى: مەستىكى 10 گرام، قەنت 200 گرام، قىزىلگۈل ئەرقى 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مەستىكىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنتنى گۈلاب بىلەن قىيام قىلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە جىگەرنىڭ سوۋۇشنى توختىتىش، ئاشقازاندىكى ئارتۇقچە سۇيۇقلۇقنى ھەيدەپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا 1.5 گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش مۇتىۋەككۈلى

تەركىبى: كۈندۈر 12 گرام، ئاقمۇچ، زەنجىۋىل ھەربىرى ئالتە گرام، سۇنبۇل، قەلەمپۇر، دارچىن، جويۇز، قاقىلە، سوك (ئامىلە جەۋھىرى)، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى بەش گرام، قەنت بىر ھەسسە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش مىشكى

تەركىبى: گۈلدارچىن، دارچىن، جويۇز، لاچىندانە، قەلەمپۇر، خولىنجان، پىلپىل، ئۇد ھىندى ھەربىرى 15 گرام، زەپەر ئالتە گرام، ئىپار ئۈچ گرام، قەنت 265 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، جىگەردىكى سوغۇق يەللەرنى يوقىتىدۇ. ئۇچەي كېسەللىكلىرى ۋە كۆڭۈل ئىلىشىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 3 گرامغىچە ئىچىلىدۇ.

جاۋارىش نارمىشكى مۇقەۋىۋى مەئدە

تەركىبى: سەئدى كۈفى، كۈندۈر، سۇنبۇل ھەربىرى 15 گرام، نارمىشكى، پىلپىل، قارىمۇچ ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

جاۋارىش نارمىشكى ئىستىسقائى

تەركىبى: پىلپىل 15 گرام، دارچىن 12 گرام، نارمىشكى توققۇز گرام، قاقىلە ئالتە گرام، لاچىندانە ئۈچ گرام، قەنت 90 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقىنى ياخشىلايدۇ، ناغرىسمان سۇلۇق ئىششىققا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم ، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش ئۇد

تەركىبى: ئۇد ھىندى، سۇنبۇل، مەستىكى، قەلەمپۇر، لاچىندانە، جۇزبۇۋا ھەربىرى 10 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى، گۈلدارچىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، تۇرۇنجى پوستى، زورەمبات، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى ئۈچ گرام، زەپەر، بەسباسە، زەنجىۋىل ھەربىرى 1.5 گرام، ئىپار بىر گرام، قەنت 250 گرام.

ياسلىشى: ئىپار، زەپەر بىر دانە قەنت بىلەن ئايرىم سالايە قىلىنىدۇ. قاتتىق دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنتنى قىيام قىلىپ، ھەممىنى بىرلىكتە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسرى: ئاشقازاننى كۈچەيتىپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ. ئاشقازاندىكى خام سۇيۇقلۇقنى تارتىدۇ. خەفەقان ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقى، ھەزىم ناچارلىقى ۋە يۇرەك ئېغىش كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئۈچ گرام، بالىلارغا 0.5 ~ 1 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئەگەر ئىشتىهانى كۈچلۈك قوزغاشقا ئىشلىتىش مەقسەت قىلىنسا، لىمون سۇيى، زىرىخ سۇيى، چۈچۈمەل ئانار سۇيى بىلەن قەنتنى قىيام قىلىپ تەييارلىسا بولىدۇ.

جاۋارىش ئۈد تۈرۈش

تەركىبى: ئۈد خام، زەنجىۋىل، پىلپىل، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، قەلەمپۇر، لاچىندانە، قاقىلە، زەپەر، خولىنجان، دارچىن، قىزىلگۈل، مەستىكى، بەسباسە، كاۋاۋچىن، ئىپار، ئەنبەر، سەلخە، سازەج ھىندى، ئۆشنە، گۈلدارچىن، سۈنبۈل، ئىزخىر، جويۇز، نارمىشكى، يالپۇز، پەرەنجىمىشكى، تۈرۈنجى پوستى، كافۇر ھەربىرى تەڭ مىقداردا، لىمون شىرنىسى، لىمون سۇيى، زىرىخ سۇيى، تەمرى ھىندى سۇيى بەلگىلىك مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: جاۋارىش ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىشتىهانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش ئۈد مۇسھىلى

تەركىبى: ئۈد خام، قەلەمپۇر، زەپەر، جويۇز ھەربىرى بەش گرام، سوقمۇنىيا ئۈچ گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: جاۋارىش ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاندىكى ئارتۇق ھۆللۈكنى يوقىتىپ، ئاشقازان سۇۋۇپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. ئۈچەينى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش ئۈد مۇشەھھى

تەركىبى: تۈرۈنجى پوستى 30 گرام، ئۈد خام بەش گرام، مەستىكى ئۈچ گرام، ناۋات 500 گرام.

ياسلىشى: ناۋاتنى قىيام قىلىپ، دورا تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

جاۋارىش ئۇد ھازىمى

تەركىبى: ئۇد خام 15 گرام، قەلەمپۇر ئالتە گرام، سۇنبۇل ئۈچ گرام، ناۋات 750 گرام.

ياسلىشى: ناۋاتنى گۈلاب بىلەن قىيام قىلىپ، ئۇستىدىن دورا تالقىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى مۇشەھھى

تەركىبى: ھىلىلە، بەلىلە، ئامىلە، قىزىلگۈل ھەربىرى 12 گرام، تاباشىر بەش گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ئىشتىھا تۇتۇلۇشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىپ، ئۇستىدىن سوغۇق سۇ ئىچىلىدۇ.

داۋائى ھازىم

تەركىبى: جۇۋىنە، ئارپىبەدىيان ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلار سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى كاسىرى رىياھ

تەركىبى: مۇقەل، سۇنبۇل، مەستىكى، كۈندۈر ھەربىرى توققۇز گرام، ئوشۇق، ئاسا-رۇن، قەسبۇزەربره، ئىزخىر ھەربىرى ئالتە گرام، بابۇنە يېغى، گۈل يېغى ھەربىرى بەش گرام.
ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئاپتاپقا قويۇپ تەييارلىنىدۇ.
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، ئاشقازان ۋە جىگەردىكى يەللەرنى تار-قىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇننى ياغلايدۇ.

رەۋغىنى مەستىكى

تەركىبى: مەستىكى 30 گرام، زەيتۇن يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى 150 مىللىلىتىر.
ياسىلىشى: مەستىكىنى سوقۇپ ياغقا ئارىلاشتۇرۇپ، شىشە قاچىغا قاچىلاپ، قازانغا توشقۇزۇپ سۇ قۇيۇپ ، شىشىنى قازاننىڭ ھوردا ئىسسىتىپ قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىش، خام كېكىرىشلەرگە مەنپەئەت قى-لىدۇ. ئاشقازان ئىششىقىنى يانداۋرۇش، ئاشقازاندىكى قاتتىقلىقنى بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇن ياغ-لىنىدۇ.

رەۋغىنى مۇھەللىل

تەركىبى: ئىكلىلمىلىك، بابۇنە ھەربىرى 30 گرام.
ياسىلىشى: دورىلارنى 1.5 لىتىر سۇدا قاينىتىپ، 500 مىللىلىتىر قالغاندا سۈزۈپ، مەلۇم مىقداردا بادام يېغى قۇيۇپ، سۇيى پارلىنىپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييار-لىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىشى: ئاشقازان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى ۋامۇن

تەركىبى: مەستەكى، ئاقمۇچ ھەربىرى 750 گرام، دارچىن، مىئەسائىلە، سازەج ھىندى، سۇنبۇل ھەربىرى 120 گرام، پەرپىيۇن 90 گرام، پىلپىل 30 گرام، بان دەرىخىنىڭ يېغى 360 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، مەزكۇر ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، ئومۇمىي بەدەنگە قۇۋۋەت بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

زىمادى ئەپيۇن

تەركىبى: مەدەستان ئۇچ گرام، قەلەي پوقى 1.5 گرام، گۇل يېغى 15 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان يارىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

زىمادى مۇقەۋۋى

تەركىبى: قىزىلگۇل، مەستەكى رۇمى، سۇنبۇل، كۇندۇر ھەر بىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىپ، رەيھان سۇيى ياكى ئالما سۇيى ياكى بېھى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۇچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: قورساق قىسمىغا چېپىلىدۇ.

زىمادى مۇھەللەل

تەركىبى: بىنەپشە گۈلى، بابۇنە گۈلى، ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلىگۈلى، ئارپا ئۇنى، شۇمشا ئۇنى ھەربىرى 60 گرام، قىزىلگۈل 15 گرام، سۇنبۇل، مەستىكى ھەربىرى توققۇز گرام، سەئدى كۈفى، ئىزخىر، قەسبۇزەربىرە ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: ھەممىنى سوقۇپ، زىغىر لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئاشقازان ساھەسىگە سىرتتىن چېپىلىدۇ.

زىمادى ئىستەمخىقۇن

تەركىبى: ئاقمۇچ 24 گرام، ئەفسەنتىن، سۇنبۇل، سەلىخە (قېلىن دارچىن) سەبرە ھەربىرى توققۇز گرام، ئۇد بىلسان، زەپەر ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: مومنى سۇنبۇل يېغى ياكى قۇستە يېغى ۋە ياكى سىماب يېغىدا ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، جىگەر ۋە تالىنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

سۇفۇپى سەنگىدانەئى مۇرغ

تەركىبى: قورۇلغان توخۇ تاشلىقى 15 گرام، ئۇد ھىندى، مەستىكى، تاباشىر، ھەببۇلئاس، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، لاچىندانە (بۇلارمۇ قورۇلىدۇ)، زىرە، پىستە پوستى، ئانار گۈلى ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىقى دورىلارنىڭ قورۇيدىغانلىرىنى قورۇپ، تالقان دورىلار بىلەن سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: باللارغا 0.5 ~ 1 گرامغىچە، چوڭلارغا 4 ~ 6 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى قەلەمپۇر

تەركىبى: قەلەمپۇر، بەدىيان ھەربىرى 10 گرام، رۇم بەدىيان، مەستىكى ھەربىرى ئالتە گرام، زەنجىۋىل ئۈچ گرام، ناۋات 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئايرىم ـ ئايرىم سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سوقۇلغان ناۋات بىلەن سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچەيتىپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان ئۇنتۇغاقلىق، مېڭە ئاجىزلىقىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، تاماقتىن كېيىن ئۈچ گرام، باللارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى مەستىكى مۇسەخخىن

تەركىبى: ئۇد ھىندى، ئۇد خام ھەر بىرى 60 گرام، مەستىكى، قەلەمپۇر، كاۋاۋچىن ھەر بىرى 15 گرام، ئامىلە ئۇسارىسى (ئامىلە جەۋھىرى)، ئىپار ھەر بىرى توققۇز گرام، شېكەر ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىپ، يەللەرنى تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى نەمەك

تەركىبى: نۆشادۇر، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، تاغ پىننىسى ھەر بىرى 1.2 كىلوگرام،

ئاقموچ 360 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى 180 گرام، رۇم بەدىيان، جۇۋىنە، سۇنبۇل ھەر بىرى 120 گرام، تۇز 560 گرام.

ياسلىشى: تالقانلاپ سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ. ئاشقازان، جىگەرنىڭ تۇرلۇك كېسەللىكلىرىگە ۋە ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى نەئنا

تەركىبى: پىننە 30 گرام، سۇماق، تۇز ھەربىرى 15 گرام، قارىمۇچ ئالتە گرام.

ياسلىشى: تالقانلاپ سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۇچەيتىدۇ، ئاشقازاندىكى يەللەرنى تارقىتىپ، قورساق كۆپۈشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ھاكىمە

تەركىبى: قىزىلگۇل 30 گرام، رۇم بەدىيان 27 گرام، يۇمغاقسۇت 24 گرام، سوك (ئالمىلە جەۋھىرى)، ئىپار ھەربىرى 21 گرام، تاباشىر، ئاق سەندەل ھەربىرى 18 گرام، ھېلىلە كابىلە، ناۋات ھەربىرى 15 گرام، مەستىكى، ئاسارۇن، سۇنبۇل، ئامىلە، كەھرىۋا، دارچىن، تاتلىق قۇستە، كاۋاۋچىن، قەلەمپۇر ھەربىرى 12 گرام، لوك ئۇچ گرام، شېكەر ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇ بىر خىل مۇتىدىل تەبىئەتلىك سۇفۇپ بولۇپ، ئىچكى ئەزالارنى كۇچەيتىدۇ. يەل تارقىتىدۇ، توسالغۇلارنى ۋە ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، رەڭگىرويىنى تۇزەپ، ئادەمنى ياشارتىدۇ، باھنى قوزغايدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەرقېتىمدا 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى ئىشتىها

تەركىبى: ئاقلانغان سەۋزە ئۇرۇقى 30 گرام، كۈندۈر توققۇز گرام، زورەمبات، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، قارا زىرە ھەربىرى ئالتە گرام، ناۋات 286 گرام.

ياسىلىشى: سوقۇپ تالقان قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى ياخشىلاپ، ئىشتىهانى ئاچىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجىۋىل ئەفسەنتىن

تەركىبى: ئەفسەنتىن، سىركە ، قەنت مەلۇم مىقدارda.

ياسىلىشى: ئەفسەنتىننى سىركىگە بىر سوتكا چىلاپ، قاينىتىپ قەنت بىلەن قىيام قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەپرا خاراكتېرلىك ئاشقازان ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارda ئىچىلىدۇ.

سىركەنجىۋىل بېھى I

تەركىبى: مەستىكى، سۈنبۈل، قەلەمپۇر ھەربىرى ئالتە گرام، بېھى توغرالمىسى قايناتىلمىسى 500 مىللىلىتىر، سىركە 100 مىللىلىتىر، قەنت 300 گرام.

ياسىلىشى: ئۈچ خىل دورىنى چالا سوقۇپ، داكا خالتىغا سېلىپ ئاغزىنى تېكىپ، بېھى سۈيى بىلەن بىللە 15 مىنۇت قاينىتىپ، سىقىپ ئېلىۋېتىپ، ئارقىدىن شۇ سۈغا سىركە ۋە قەنتنى سېلىپ ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچەيتىپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقى، ھەزىم خىزمىتى بۇزۇلۇش، جىگەر ئاجىزلىقى

قاتارلىق كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىسىتىمال قىلىنىدۇ.

سىركەنجۈبىل تۇففاھ

تەركىبى: ھۆل پىننە 15 گرام، پىشقان ئالما سۇيى 200 مىللىلىتىر، سىركە 150 مىللىلىتىر، ئاچچىق ئانار سۇيى، لىمون سۇيى، گۈلاب سۇيى، بىدىمىشكى سۇيى ھەربىرى 60 مىللىلىتىر، قەنت 375 گرام.

ياسىلىشى: ھەممىنى 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تاماق سىڭدۈرىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ. ئاشقازان، يۇرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ. كۆڭۈل ئاينىشنى يوقىتىپ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

سىركەنجۈبىل جۇۋىنە

تەركىبى: جۇۋىنە، قارا زىرە، زۇپا، تاغ چاڭگاك ئۆسۈملۈكى ھەربىرى 20 گرام، سىركە 60 مىللىلىتىر، ھەسەل 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: سىركە، ھەسەلدىن باشقا دورىلارنى يېرىم لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى يېرىمى قالغاندا سىقىپ، سۈزۈپ، ھەسەل ۋە سىركىنى قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان ھەزىمىنى ياخشىلاپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، يەل تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى قۇۋۇتلەپ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ۋە سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا ئۈچ سائەتتە بىر قېتىم 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجۈبىل ۋەرد

تەركىبى: گۈلقەنت، گۈلاب، سىركە مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: گۈلقەنتنى قىزىق گۈلابقا ئارىلاشتۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقدارىدا سىركە قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

شەربىتى ئانار ۋە پىننە

تەركىبى: ناخۇش ئانار سۇيى، تاتلىق ئانار سۇيى، ھۆل پىننە سۇيى ھەربىرى 700 مىللىلىتىر، پىستە پوستى 15 گرام، ئۇد خام، مەستەكى ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت 500 گرام، ناۋات بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: ئۇد خام بىلەن پىستە پوستىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، مېۋىلەر سۇيىگە قوشۇپ، ناۋات ۋە قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ، ئاخىرىدا سوقۇلغان مەستەكى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: سەپرانى پەسەيتىدۇ. ھۆ بولۇش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ. ئاشقازانىنى كۈچەيتىپ قان كۆپەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۇتلەش، يۇرەك ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان يۇرەك تىترەشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئەتەش

تەركىبى: ئاچچىق ئانار سۇيى، ئەينۈلا سۇيى، تەمرى ھىندى ھەربىرى 300 مىللىلىتىر، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، تۇرۇنجى سۇيى ھەربىرى 150 مىللىلىتىر، قەنت مەلۇم مىقدارىدا.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ. ئاشقازان، بۆرەكتىكى ئارتۇق ھارا-رەتنى باسىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 15 ~ 20 مىللىلىتىرغىچە ئېلىپ، قار سۈيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئەنبەر

تەركىبى: ئەنبەر، زەپەر ھەربىرى بەش گرام، ھەسەل، بۇلاق سۈيى ھەربىرى 1.2 لىتىر.

ياسىلىشى: سۇ بىلەن ھەسەلنى بىللە قىيام قىلىپ، ئەنبەر، زەپەرلەرنى سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوزۇلما خاراكتېرلىك ئاشقازان ئاغرىقى، پەي ئاغرىقى، سوغۇقتىن بولغان يۈرەك تىترەشلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر-دىن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى پەۋاكىھ I

تەركىبى: تاتلىق ئانار سۈيى 200 مىللىلىتىر، تاتلىق ئامۇت سۈيى، تاتلىق بېھى سۈيى 100 مىللىلىتىر، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: مېۋە سۈلىرى بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۇتلەپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ھۆنى پەسەيتىدۇ. يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ. كۆڭۈلنى ئاچىدۇ. ياخشى قان پەيدا قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۈرەك ئېغىش، جىگەر ئاجىزلىقى، قان ئازلىق ۋە ئاشقازاننىڭ بارلىق كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 50 مىللى-لىتىر، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى پەۋاكىھ II

تەركىبى: ئاچچىق ئانار سۇيى، تاتلىق ئانار سۇيى، چۇچۇمەل بېھى سۇيى، تاتلىق بېھى سۇيى، زىرىخ سۇيى ھەربىرى 50 مىللىلىتىر، قەنت 250 گرام.

ياسىلىشى: بېھى بىلەن ئالمىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، نېپىز توغراپ، بىر چوڭ پىيالە سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سىقىپ سۈزۈلىدۇ. زىرىخنىمۇ بىر چىنە سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئانارنىڭ پوستىنى ئېلىۋېتىپ تازىلاپ، سىقىپ سۈزۈپ، ھەممە مېۋە سۈلىرى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، قەنت سېلىپ ئوچ قېتىم ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھوۋل ئىسسىق.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى كۈچلەندۈرۈپ، ياخشى قان پەيدا قىلىدۇ. پۈتۈن بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرىدۇ. ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك، جىگەر ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئىشتىھاسىزلىق، ماغدۇرسىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئوچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى پەۋاكىھ قابىز

تەركىبى: ئۇد ھىندى، مەستىكى، تاباشىر، ئامىلە ئۇسارىسى ھەربىردىن ئالتە گرام، ئالما سۇيى، ئاچچىق ئانار سۇيى، بېھى سۇيى، تەمرى ھىندى سۇيى، رەۋەن سۇيى ھەربىردىن 300 مىللىلىتىر، قەنت مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: مېۋە سۈلىرىنى گۈلاب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، قالغان دورىلارنى چالا سوقۇپ، خالتىغا قاچىلاپ، قاينىتىمغا قوشۇپ 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزگەندىن كېيىن قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ، سەپرا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

شەربىتى پەۋاكىھ مۇرەككەپ

تەركىبى: تەرەنجىبىن 60 گرام، چىلان 55 دانە، گۈلبىنەپشە، نىلۇپەر، يۇمغاقسۇت ھەربىرى 12 گرام، ئاق سەندەل، گاۋزبان، ئالما چېچىكى، بىدىمىشكى ھەربىرى سەككىز گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئەگرى تەرخەمەك (تەررە) ئۇرۇقى، سېرىق ھىلىلە پوستى ھەربىرى بەش گرام، بېھى، ئالما، ئاچچىق ئانار سۇلىرى ھەربىرى 120 مىللىلىتىر، گىلاس، تەمرى ھىندى، زىرىخ، لىمون سۇلىرى ھەربىرى تۆت مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلاردىن ئەرەق تارتىلىپ، ئۇستىگە مېۋە سۇلىرى ۋە ئېرىتىلگەن تەمرى ھىندى قوشۇلىدۇ. سېرىق ھىلىلىنى ئۇندەك سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. تەرەنجىبىننى چىلاپ ئېرىتىپ پاكىزلەپ، ئۇستىگە قۇيۇپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سەپرا ۋە قاننى نورمالىلاشتۇرۇش، ئاشقازاننى قۇۋۇتلەپ، ئېچىشىشنى پەسەيتىش، ئۇسسۇزلۇق ۋە قىزىتمىنى يوقىتىش، رەئىس ئەزالار ۋە پۈتۈن بەدەننى قۇۋۇتلەش، قان كۆپەيتىش، مېڭە توسالغۇلىرىنى ئېچىش، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: رەئىس ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش، مېڭە ۋە جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، سەپرانى نورمالىلاشتۇرۇش، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش، ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىش شۇنداقلا قان كۆپەيتىش، ئوزۇقلاندۇرۇش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى تۇرۇنجى

تەركىبى: تۇرۇنجى پوستى 30 گرام، ئۇد ھىندى 21 گرام، زەنجىۋىل، سازەج ھىندى، قاقىلە، پەرەنجىمىشكى، پىلپىل، مەستىكى، سۇنبۇل، جويۇز ھەربىرى ئالتە گرام، ئىپار، زەپەر ھەربىرى ئۈچ گرام، قەنت 280 گرام، ھەسەل 810 مىللىلىتىر، گۈلاب بىر لىتىر.

ياسىلىشى: ئىپار، زەپەردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، خالتىغا قاچىلاپ، گۈلابتا سېلىپ قاينىتىپ، سۇزۇپ ھەسەل، قەنتلەرنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ. ئىپار، زەپەرلەرنى ئايرىم سالايە قىلىپ، قىيام بىرئاز سوۋۇغاندىن كېيىن قوشۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ھەزمىنى ياخشىلايدۇ. ئېغىزنى

خۇشبۇي قىلىدۇ. ياشانغانلارنىڭ يۈرەك ۋە ئاشقازانغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەت-لەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى خۇبسۇلھەدىد

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن تۆمۈر پوقى 30 گرام، رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان، جۇ-ۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، ھىلتىزى (غۇلجاڭ)، يالپۇز، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ياۋا زىرە، قارىمۇچ، پىلپىل، سەئدى كۈفى، جويۇز، سۇزاپ ئۇرۇقى، زاغۇن، پىياز ئۇرۇقى ھەربىرى ئۇچ گرام، سۇ 1.3 لىتىر، قەنت مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ئادەتتىكى شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى قىزىتىدۇ، قان كۆپەيتىپ سەمرىتىدۇ، مەقئەت كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 45 ~ 60 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى خەندىقۇن

تەركىبى: دارچىن، زەنجىۋىل، قارىمۇچ ھەربىرى توققۇز گرام، سۇنبۇل، قەلەمپۇر، قا-قىلە، ئۇد غەرقى ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر ئۇچ گرام، سوك ئىككى گرام، ئىپار بىر گرام، رەيھان شەربىتى 2.7 لىتىر، ھەسەل 1.2 لىتىر، قەنت 560 گرام.

ياسىلىشى: ئىپار ۋە سوكتىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، رەيھان شەربىتىگە ئىككى سوتكا چىلاپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، ھەسەل، قەنتلەر بىلەن قىيام قىلىپ، ئىپار، سوكلار-نى ئايرىم سالايە قىلىپ، قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى قىزىتىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ. جىگەرنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ. بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

شەربىتى راسەن

تەركىبى: قۇرۇتۇلغان راسەن يىلتىزى 165 گرام، ئۇزۇم سۈيى 1.9 لىتىر.

ياسىلىشى: شەربەت ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىپ، تاماق سىڭدۈرىدۇ. مەنىنى كۆپەيتىپ، ھارارىتى غەرىزىنى ياخشىلاپ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ. بەدەننى سەمرىتىدۇ. مىزاجنى تەڭشەيدۇ. رەڭگىروينى ياخشىلايدۇ. ئاۋازنى ئاچىدۇ. ئاڭلاش، كۆرۈش، پۇراش، ئويلاش، ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى ئاشۇرىدۇ. ئىچكى ئەزالار ۋە ئۇلارنىڭ خىزمەتلىرىنى ياخشىلايدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: راسەن تېپىلمىغان ئەھۋالدا گۈلسەۋسەن يىلتىزى ئىشلەتسەمۇ بولىدۇ.

شەربىتى رىباس

تەركىبى: ھۆل رەۋەندىڭ ئۇسارىسى، قەنت تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: شەربەت ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇڭاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سەئدى كۈفى

تەركىبى: سەئدى كۈفى 60 گرام، چالا سوقۇلغان ئامىلە 30 گرام، قەنت 500 گرام، سۇ 560 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ، بىر ھەپتە يەر ئاستىغا كۆمۈپ، ئۈنىڭدىن كېيىن ئېلىپ سۈزۈپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، بۇۋاسىرنى يوقىتىدۇ، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 ~ 20 گرامغىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سۈككەر

تەركىبى: زەنجىۋىل، دارچىن ھەربىرى 15 گرام، قاقىلە، لاچىندانە ھەربىرى ئالتە گرام، قەلەمپۇر ئۇچ گرام، زەپەر ئىككى گرام، قەنت 1.35 كىلوگرام، سۇ 1.9 لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننىڭ سوغۇقتىن بولغان ئارتۇق ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدۇ، سوغۇق مىزاجنى مۆتىدىللەشتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سۇماق

تەركىبى: ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان سۇماق، قەنت مەلۇم مىقدارda.

ياسىلىشى: ئادەتتىكى شەربەت ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆڭۈل ئاينىشنى توختىتىدۇ. ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، تۇرلۇك قان قېتىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقدارda ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سىيب I

تەركىبى: بادرەنجى بۇيا، گاۋزىبان گۈلى ھەربىرى 10 گرام، ئۇد ھىندى، قىزىلگۈل ھەربىرى ئالتە گرام، قەلەمپۇر ئۇچ گرام، تاتلىق ئالما سۇيى بىر لىتىر، تاتلىق بېھى سۇيى، ئۇزۇم شارابى ھەربىرى 500 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ داكا خالتىغا سېلىپ، مېۋە سۇلىرى بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، ئۇنىڭغا 700 گرام قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازانىنىڭ مېڭىگە مۇناسىۋەتلىك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك، ئاشقازان، جىگەر ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سىيب II

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: بەش كىلوگرام ئالمىنى پوستى، ئۈرۈقى، ساپاق ۋە قۇرتلىرىدىن تازىلاپ، سوقۇپ سىقىپ، تۆت لىتىر سۈيىنى ئېلىپ، قاينىتىپ ئىككى كىلوگرام شېكەر قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ. ئالما قانچە ياخشى بولسا، ئۇنۇمى شۇنچە ياخشى بولىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى ۋە ئاشقازانىنى كۈچەيتىپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۈرەك، مېڭە، جىگەر، ئاشقازانىنى قۇۋۋەتلەپ، ھەزىمنى ياخشىلاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى لىمون ھازىمى

تەركىبى: بېھى سۈيى ئىككى ھەسسە، لىمون سۈيى بىر ھەسسە، قەنت يېرىم ھەسسە.

ياسىلىشى: شەربەت ياساش قائىدىسى بويىچە ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تاماق سىڭدۈرىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، ئاشقازان، جىگەرنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى مىشكى

تەركىبى: ئىپار بەش گرام، زەپەر ئۈچ گرام، سۇ، ھەسەل ھەربىرى 600 مىللىلىتىر، قەنت 600 گرام.

ياسلىشى: سۇنى قاينىتىپ، ھەسەل، قەنتلەرنى سېلىپ قىيام قىلىپ، بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن ئىپار، زەپەرلەرنى ئايرىم سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى ۋە ئۆمۈمىي بەدەننى قىزىتىدۇ ۋە كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ. بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 9.5 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ھەببى رومان

تەركىبى: ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 145 گرام، سۇماق 70 گرام، كۈندۈر 51 گرام، پىستە پوستى توققۇز گرام، تۇرۇنجى پوستى، پىننە، قەلەمپۇر ھەربىرى ئالتە گرام، سوك (ئامىلە جەۋھىرى) ئۈچ گرام، سۇ 1.2 لىتىر.

ياسلىشى: ئانار ئۇرۇقى ۋە سۇماقلارنى سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل كۆڭۈل ئاينىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ۋەرد I

تەركىبى: ھۆل قىزىلگۈل (ئاق قىسمى ئېلىۋېتىلىدۇ) 560 گرام، تۇربۇت، ئەفتىمۇن ھەربىرى 23 گرام، مەھمۇدە ئالتە گرام، قەلەمپۇر، سوك، بەسباسە ھەربىرى ئىككى گرام، سۇ 1.2 لىتىر، قەنت 420 گرام.

ياسلىشى: شەربەت ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: نورمالسىز بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىرىنى سۇرۇپ چىقىرىدۇ، ئاشقازان، ئۈچەيلەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 23 ~ 45 مىللىلىتىر غىچە ئىچىلىدۇ.

فەتىلى پىيرۇزى نۇش

تەركىبى: خۇبسۇلھەددد (تۆمۇر پوقى) 360 گرام، سەئدى كۈفى 30 گرام، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، گۈلدارچىن، سۇنبۇل، جويۇز، زەنجىۋىل، قارىمۇچ ھەربىرى 24 گرام، سىرىق ھىلىلە پوستى، كابىلە ھىلىلە پوستى، شەترەنجى ھىندى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاچچىق قۇستە، سەلىخە، قەلەمپۇر، بەسباسە، خولىنجان، نارمىشكى ھەربىرى 18 گرام، بەلىلە پوستى، ئامىلە، جۇۋىنە، قارىمۇچ، پىلپىل ھەربىرى 12 گرام، ئىپار ئالتە گرام. ئەنبەر ئۇچ گرام، كالا يېغى 120 مىللىلىتىر، ھەسەل 2.5 ھەسسە.

ياسىلىشى: قائىدە بويىچە يۇغۇرۇپ تەييارلاپ، ئالتە ئايدىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ، مەنىيەنىڭ بالدۇر يۇرۇپ كېتىشىنى تورمۇزلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۇزۇم ھارىقى ياكى مۇسەللەس بىلەن ئالتە گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئاقاقىيا

تەركىبى: قىزىلگۈل، ئانار گۈلى ھەربىرى 12 گرام، ئاقاقىيا توقۇز گرام، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر بەش گرام، كۈندۇر ياغچى، ئۇد ھىندى ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، سۇ بىلەن تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، ئاشقازان تۇۋۇنلەشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالما سۈيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئەفسەنتىن

تەركىبى: سەلىخە (قىزىل دارچىن) 60 گرام، ئەفسەنتىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان ھەربىرى 15 گرام، مۇرمەككى، قارىمۇچ، قۇندۇز قەھرى، ئەپيۇن ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: ئادەتتىكى قۇرس تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن تابلېت قىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ياندۇرمىغچە پەسەيمەيدىغان ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا پىننە شەربىتى بىلەن ئۇچ گرام ئىچىلىدۇ.

قۇرسى راسەن

تەركىبى: كۈندۇر 15 گرام، سەۋسەن يىلتىزى ياكى گۈلى، پىننە ياپرىقى، سۇزاپ، ھومامما ھەربىرى توققۇز گرام، يالپۇز، جۇۋىنە، سەئدى كۈفى ھەر بىرى بەش گرام.

ياسلىشى: قائىدە بويىچە تەييارلاپ، ئۇچ گراملىق تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان كۆپۈش، قورساقنىڭ يەلدىن ئاغرىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىردانە ئېلىپ زىرە سۇيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى زىرىشكى كەبىر

تەركىبى: تاباشىر، سىرىق ئوت ئۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى، كاسنە ئۇرۇقى، مەستىكى، سۇنبۇل، غاپەس ئۇسارىسى، ئوردان، يۇيۇلغان لوك، رەۋەن ھەربىرى 30 گرام، قىزىلگۈل، تەرەنجىبىن ھەربىرى 18 گرام، زەپەر 15 گرام، زىرىخ ئۇسارىسى (سىقىلمىسى)، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسلىنىشى: دورىلارنى تالقانلاپ تەرەنجىبىن سۇيى بىلەن قۇرس (تابلېت) قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ، بەلغەمدىن بولغان تەپ، ئىستىسقالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى كۈندۇر

تەركىبى: كۈندۇر، خۇراسان مېغىزى ھەربىرى ئالتە گرام، كاۋاۋچىن، قاقىلە ھەربى-

ری بەش گرام، کافۇر، قەلەمپۇر، سوك (ئامىلە جەۋھىرى) ھەربىرى بىر گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئۇچ گرامىلىق قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، ئىچ سۇرۇش بىلەن قوشۇلۇپ كەلگەن قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر دانە ئانار بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى گۈل مۇھەللەل

تەركىبى: قىزىلگۈل 18 گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى، كەھرىۋا ھەربىرى 12 گرام، سۇنبۇل، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، ئىزخىر ھەربىرى توققۇز گرام، مەستىكى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئۇچ گرامىلىق قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەيدە ئاغرىقى، ئاشقازان ئىششىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالتە گرام ئېلىپ، رۇم بەدىيان سۇيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى مۇقەل

تەركىبى: قىزىلگۈل 30 گرام، مۇقەل توققۇز گرام، مەستىكى سەككىز گرام، سۇنبۇل ئالتە گرام، قۇستە، ئاچچىق بادام مېغىزى ھەربىرى بەش گرام.

ياسلىشى: مۇقەلنى ھاراقتا ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، ئارىلاشتۇرۇپ قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازانىنىڭ ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارda ئىچىلىدۇ.

قۇرسى نارمىشكى

تەركىبى: قىزىلگۈل، سۇنبۇل ھەربىرى توققۇز گرام، نارمىشكى، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى ئالتە گرام، ئانار گۈلى، تاباشىر ھەربىرى بەش گرام، مەستىكى ئۇچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، قاياق سۇ بىلەن ئۇچ گرامدىن قۇرس قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقى، دەم سىقىش، سۈيدۈك تۇتالماسلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئۇد مۇقەۋۋى

تەركىبى: قاقىلە، سۇنبۇل، بەسباسە ھەربىرى 30 گرام، ئۇد خام، گۈلدارچىن، تۇرۇنجى پوستى ھەربىرى 15 گرام، قەلەمپۇر، مەستىكى ھەربىرى توققۇز گرام، جويۇز، زەپەر، زەنجىۋىل، پىلپىل ھەر بىرى ئۇچ گرام، قەنت تەك مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، قۇرس قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرامدىن ئىچىلىدۇ.

كەمادى جۇۋىنە

تەركىبى: قىزىلگۈل 15 گرام، جۇۋىنە، زىرە، ئارپىبەدىيان ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاياق سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يەلدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: قاياق سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ قىزىتىلغان دورا سۈيىنى گرېلكىغا قاچىلاپ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

گۈلقەنتى جىگدە گۈلى

تەركىبى: جىگدە گۈلى بىر كىلوگرام، شېكەر تۆت كىلوگرام.

ياسلىشى: ئېچىلغان جىگدە گۈلىنى يېغىپ، ھاۋانچا ياكى قىيما ماشىنىسى بىلەن

يۇمشاق ئېزىپ، شېكەر سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بىر - بىرىگە ئۆزلىشىپ بولۇغاندىن كېيىن شېشىگە ياكى سىرلىق قاچىغا قاچىلاپ ئاغزىنى ھەم ئېتىپ، ئاپتاپتا 40 كۈن تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭىنى قۇۋۋەتلەش، يۇقۇملۇق كېسەللىكلەردىن مۇداپىئە قىلىشتەك تەسىرلەرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل مېڭە، يۇرەك كېسەللىكلىرى ھەمدە ھاسىراش، دېمى تۇتۇلۇش، بەزگەك، ئاشقازان ئاجىزلىقى، مۇپاسىل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

گۈلقەنتى رەيھان

تەركىبى: ھۆل رەيھان بىر كىلوگرام، شېكەر تۆت كىلوگرام.

ياسىلىشى: ھۆل رەيھاننىڭ يوپۇرمىقىنى ئېلىپ، ماشىنا ياكى ھاۋانچا بىلەن ئېزىپ، شېكەر ياكى ھەسەلنى سېلىپ، قول ياكى ماشىنا بىلەن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئاندىن سىرلىق قاچا ياكى ئەينەك شېشىگە قاچىلاپ ئېغىزىنى ھەم ئېتىپ، 40 كۈن ئاپتاپتا قويۇپ پىشۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ھەزىمنى ياخشىلايدۇ، قان كۆپەيتىدۇ. نېرۋا، يۇرەكنى كۈچەيتىدۇ، بەدەننى سەمرىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا ئاجىزلىقى، يۇرەك سېلىش، چاچ ئاقىرىش، ئاقكېسەل قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرام (يەنى قاقتەك چوڭلۇقتا) ئىستېمال قىلىنىدۇ.

گۈلقەنتى قىزىلگۈل

تەركىبى: بىر نىسبەت قىزىلگۈل، تۆت نىسبەت شېكەر.

ياسىلىشى: قىزىلگۈل ئېچىلغاندا بېشى بىلەن ئۈزۈپ ئەكېلىپ، گۈل ياپراقچىلىرىنى چىمدىپ ئۈزۈپ ئېلىنغاندىن كېيىن (ئاق بېغىشى گۈل كاسىسى ۋە يوپۇرماقلىرى ئىش-

لىتىلمەيدۇ) توغراش ماشىنىسى بىلەن توغرىلىدۇ. ماشىنا بولمىغاندا ئاز - ئازدىن ھاۋاندا چىغا سېلىپ سوقۇلىدۇ، ئاندىن شېكەر سېلىپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. بۇ، شېكەر گۈلقەنتى دەپ ئاتىلىدۇ. ئارىلاشتۇرۇلغىنى ھەسەل گۈلقەنتى دەپ ئاتىلىدۇ. سىرلانغان ساپال كوزا ياكى چىنە قاچىلارغا ئېلىپ، تومۇز ئاپتاپتا ئاز دېگەندە ئىككى ئاي تۇرغۇزۇپ پىشۇرۇلىدۇ. دەسلىپىدە ھەپتىدە بىر قېتىم، كېيىنچە 2 ~ 3 كۈندە بىر قېتىم ياغاچ قوشۇق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاندىكى خام سۇيۇقلۇقنى قۇرۇتىدۇ. ئاشقازاننى كۈچەيتىپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ. بەدەننىڭ كېسەلگە قارشى كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. سىل كېسىلىنى ۋە خەپەقانىنى ياخشىلايدۇ. رەئىس ئەزالارغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ تەسىرىنى تەڭشەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك، ئاشقازان، جىگەر ئاجىزلىقلىرىغا، بەلغەمدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتىشقا، سىل، خەپەقان كېسەللىكلىرىگە ۋە بالىلارنىڭ ئۆسۈشىنى ياخشىلاپ، قان كۆپەيتىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 15 گرام، بالىلارغا بەش گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

لوئوقى ناردىن

تەركىبى: قىزىلگۈل، جىگدە ئۇنى، پىستە پوستى، ئانار ئۇرۇقى، زىرىخ ئۇرۇقى ھەربىرى 45 گرام، سۇماق 21 گرام، پىننە، ھەببۇلئاس ھەربىرى توققۇز گرام، لىمون سۇيى، غورا سۇيى، بېھى سۇيى، تەمرى ھىندى سۇيى ھەربىرى 90 مىللىلىتىر، ناۋات 200 گرام، قەنت 600 گرام، سۇ 900 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: لوئوق ياساش قائىدىسى بويىچە لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

لوئابى تۇخۇمى سەپەرجىل

تەركىبى: بېھى ئۇرۇقى مۇۋاپىق مىقداردا.

ياسىلىشى: كېرەكلىك بېھى ئۇرۇقىنى ئېلىپ ئازراق سوقۇپ، يېتەرلىك قايناق سۇغا

چىلاپ ئېغىزىنى يېپىپ، يېرىم سائەتتىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇپ لوئابى چىقىرىلىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: يۇرەك، مېڭە ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرى ۋە ئىشتىهاسىزلىقتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

ئانار ئۇرۇقى مەتبۇخى

تەركىبى: ئانار ئۇرۇقى 30 گرام، مەستىكى، يالپۇز ھەربىرى ئالتە گرام، ئۇد ھىندى ئۇچ گرام، ئىپار بىر گرام.

ياسىلىشى: ئالدىنقى ئۇچ خىل دورىنى 500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، 300 مىللىلىتىر قالغاندا سۈزۈپ، ئۇد ھىندىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىپارنى قەنت بىلەن سالايە قىلىپ، مەزكۇر سۈزۈلمىگە تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ، ھەزىمنى كۈچەيتىپ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە ئۇچەينىڭ ھەزىم كۈچىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەتبۇخى ئەفسەنتىن

تەركىبى: تەمرى ھىندى 60 گرام، تەرەنجىبىن 30 گرام، قىزىلگۈل 20 گرام، ئەفسەنتىن 15 گرام.

ياسىلىشى: ئالدى بىلەن تەمرى ھىندى، تەرەنجىبىنلەرنى ئايرىم - ئايرىم چىلاپ، سۈزۈپ سۈيى ئېلىنىدۇ. قىزىلگۈل بىلەن ئەفسەنتىننى 500 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ، 300 مىللىلىتىر قالغاندا سىقىپ سۈزۈپ، سۈزۈلمىلەرنىڭ ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: سەپرادىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقىنى يوقىتىپ، ئىشتىهانى ئاچىدۇ، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرى قىزىتمىلىق تەپ، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە ئاشقازان ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى بوقرات

تەركىبى: رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، قىزىلگۈل ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقى (چېچىكى) بەش گرام، مەستىكى، قەلەمپۇر، ئاقىرقەرھا، ئۇد ھىندى ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، جىگەرنى كۈچەيتىدۇ، بەلغەمنى يوقىتىپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ. ئۈچەي قۇرتلىرىنى ئۆلتۈرىدۇ، يەللەرنى تارقىتىدۇ، باھنى قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى بۇزۇرى

تەركىبى: جۇۋىنە، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىيسالىيۇس (تېپىلمىسا ئەنجۇدان)، قۇندۇز قەھرى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئاسارۇن، مەستىكى، ياۋا زىرە، ئىزخىر تەك مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاغرىقى ۋە جىگەر، تال كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى تاباشىر

تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل ھەربىرى 30 گرام، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان سۇماق ئالتە

گرام، ئانار گۈلى، قاقىلە ھەربىرى ئۈچ گرام، مەستىكى ئىككى گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاندىكى ھارارەت ۋە سۇيۇقلۇقنى تەڭشەيدۇ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: توققۇز گرام ئېلىپ، بېھى سۇيى ياكى ئالما سۇيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى جويۇز I

تەركىبى: جۇۋىنە، زەپەر ھەربىرى 15 گرام، لاچىندانە، جۇزبۇۋا (جويۇز) ، بەسباسە ھەربىرى 10 گرام، نەشە يېغى 15 مىللىلىتىر، ھەسەل 200 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، زەپەرنى بىر دانە قەنت بىلەن سالايە قىلىپ، ھەسەلنى ساپلاشتۇرۇپ، ئاندىن نەشە يېغىنى سېلىپ يۇغۇرۇپ، شىشە قاچىغا ئېلىپ 40 كۈن تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، ئاشقازان ئاغرىقىنى تىنچلاندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە مېڭە ئاغرىقىنى پەسەيتىش، مەنىنى قويۇقلىتىش، باھنى كۈچەيتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 3 ~ 1.5 گرامغىچە، يەتتە ياشتىن يۇقىرى بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى جويۇز II

تەركىبى: نەشە 300 گرام ، لاچىندانە، جويۇز، بەسباسە ھەربىرى 30 گرام، جۇۋىنە، زەپەر ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ، مەجۇن ياسلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى قۇۋۇەتلەيدۇ، ئىشتىهانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، باھنى كۈچەيتىپ، لەززەتنى ئاشۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سەنگىدانە

تەركىبى: قىزىلگۈل توققۇز گرام، توخۇ تاشلىقى پوستى، تاباشىر ھەربىرى سەككىز گرام، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، ئاق سەندەل، يالپۇز، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ھەببۇلئاس ھەربىرى ئالتە گرام، قۇرۇق پىننە، پىستە پوستى، تۇرۇنجى پوستى، سېرىق ھىلىلە پوستى ھەربىرى ئۈچ گرام، مېۋە شەربىتى ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە يۇرەك ئاجىزلىقى، خام كېكىرىشلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى غىياس

تەركىبى: زەپەر، ئاقىرقەرھا، بەزرۇلبەنجى، پەرپىيۇن، خولىنجان، قاقىلە، پىلپىل، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى 10 گرام، ھەسەل 250 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە قوشۇپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىدۇ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىدۇ، باھنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەزگۈنىڭ سۇسلۇقى، ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئەرلىك جىنسىي قابىلىيەتنىڭ ئاجىزلىقى، مەنىي سۇيۇلۇپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1.5 گرامدىن بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ مەجۇننىڭ دورا تەركىبىگە 3 ـ ۋە 4 ـ دەرىجىلىك قۇرۇق ئىسسىق دورىلار قوشۇلغاچقا، 15 ياشتىن تۆۋەنلەرگە بېرىلمەيدۇ.

مەجۇنى قۇستە

تەركىبى: دارچىن، ئاچچىق قۇستە ھەربىرى 21 گرام، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاسارۇن ھەربىرى توققۇز گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇلۇكى

تەركىبى: جويۇز، قەلەمپۇر، بەسباسە، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، ئىزخىر، زەنجىۋىل، دارچىن، مەستىكى، زەپەر، ئۇد ھىندى ھەربىرى توققۇز گرام، ئۆشنە سەككىز گرام، قاقىلە، كۇندۇر ھەربىرى ئۇچ گرام، قەنت ، گۇلاب ھەربىرى 30 مىللىلىتىر، ھەسەل مەلۇم مىقدار دا.

ياسىلىشى: قەنتنى گۇلابتا ئېرىتىپ، ھەسەلنى قىيام قىلىپ، دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۇچەيتىدۇ، باھنى قوزغايدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى نانخا

تەركىبى: جۇۋىنە، زەنجىۋىل ھەربىرى 30 گرام، كەرەپشە يىلتىزى 15 گرام، مەستەكى سەككىز گرام، ئۇد خام ئالتە گرام، ئاقىرقەرھا بەش گرام، زەپەر، بىستىپايەج ھەربىرى ئۇچ گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە جىگەرنى كۈچەيتىدۇ. خام بەلغەمنى بوشىتىدۇ. ئىشتىهانى ئاچىدۇ، خام كېكىرىشنى يوقىتىدۇ. ئېغىزنى خۇش پۇراقلاشتۇرىدۇ. شالۋاق ئېقىشنى توختىتىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ. بۆرەك ۋە دوۋساقنى كۈچەيتىدۇ، تاش ـ قۇملارنى تازىلايدۇ، باھنى قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ. يىلدا بىر نۆۋەت ئىستېمال قىلىپ بەرسە ناھايىتى پايدىلىق.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئۇد

تەركىبى: بادرەنجى بۇيا، گاۋزىبان، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۇنبۇل، پوستى تۇرۇنجى ھەر بىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىبنى ئىماد

تەركىبى: قۇندۇز قەھرى، تاتلىق قۇستە، سۇنبۇل، قارىمۇچ، دارچىن، پىلپىل ھەر بىرى 23 گرام، مۇرمەككى توققۇز گرام، قېلىن دارچىن ئالتە گرام، ئەپيۇن ئۇچ گرام.

ياسلىشى: مۇرمەككىنى كونا رەيھان شارابىدا ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، ئۇچ ھەسسە مۇسەللەس بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ، ئالتە ئايدىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەزىمنى ياخشىلايدۇ. ھەر خىل ئاشقازان ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقدارda ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىزخىر

تەركىبى: ئىزخىر يىلتىزى، سەئدى كۆفى، زەنجىۋىل، دارچىن، قىلىن دارچىن، پىننە ھەربىرى ئۇچ گرام، قەلەمپۇر، سوك (ئاملە جەۋھىرى)، جۇۋىنە، ئۆشنە، ھىلىلە، قارىمۇچ، كۆندۈر ھەربىرى ئىككى گرام، مەستىكى، ئۇدخام ھەربىرى بىر گرام، ئۇرۇقى بار ئۇزۇم ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: ئۇزۇمنى ئۇرۇقىدىن ئايرىپ، دورىلار تالقىنىغا قوشۇپ مەجۇن قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاغرىقى بىلەن بىرگە كېلىدىغان قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۆندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىبنى ھىيل

تەركىبى: قىزىلگۈل، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، دارچىن، ئاساروۇن ھەربىرى ئىككى ھەسسە، مەستىكى، زورەمبات، پىننە، رۇم بەدىيان، قۇندۇز قەھرى، ھەسەل، گۈلقەنت شىرنىسى ھەربىرى بىر ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ھەسەل ۋە گۈلقەنت شىرنىلىرى بىلەن يۇغۇرۇپ، مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، ئاشقازان كۆپۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۆندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇرابباى ئالما

تەركىبى ۋە ياسلىشى: تاتلىق پىشقان ئالمىدىن ئۇچ كىلوگرام ئېلىپ، پوستى ۋە ئۇرۇقلىرىدىن تازىلاپ، نېپىز يالپاقلاپ، ئىككى لىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا ئۇستىگە ئىككى كىلوگرام شېكەر قوشۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: 1 ـ دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: سەپرادىن بولغان ھەرىم بۇزۇلۇش، ئىشتىھا تۈتۈلۈش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقى، ھۆ بولۇش، يۇرەك ئاجىزلىقى، سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە ئىشتىھاسىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ۋە ئىسسىق مىزاجلارغا ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر، بالىلار ۋە سوغۇق مىزاجلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئالمىدا تەبئىي سۇ مادداسى كۆپرەك بولغاچقا ئوبدان قىيام قىلسىمۇ، ئەتىياز پەسلىدە ئۆزلۈكىدىنلا سۇيۇقلۇق پەيدا قىلىپ مۇرابباىنى ئېچىتىپ قويىدۇ. بۇ چاغدا 500 گرام شېكەر سېلىپ بىر ـ ئىككى قېتىم ئۆرلىتىۋېتىلىدۇ.

مۇرابباىئى بېھى

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: تاتلىق بېھىدىن ئۈچ كىلوگرام ئېلىپ، پوستى ۋە ئۇرۇقلىرىنى ئېلىۋېتىپ، پاكىز يۇيۇپ، نېپىز توغراپ، 2.5 لىتىر سۇ بىلەن بىر لىتىر قالغۇچە قايىنىتىپ، ئىككى كىلوگرام شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: 2 ـ دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۇتلەپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ. ھۆ بولۇش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك ئېغىش، سەپرادىن بولغان كۆڭۈل ئاينىش، جىگەر ئاجىزلىقى، ھەزىم بۇزۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، تاماقتىن كېيىن 30 مىللىلىتىر ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇقۇئى مۇشەھھى

تەركىبى: ھېلىلە كابىلە، ئۇد ھىندى، ئامىلە، ئاق سەندەل، ئالقات، زىرىخ ھاجەتكە لايىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى گۈلابقا بىر سوتكا چىلاپ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر ئاز ناۋات سېلىپ، بىر قېتىمدىلا ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

ھەببى قەيسەر

تەركىبى: سەبرە 27 گرام، مەستىكى توققۇز گرام، جۇۋىنە، زىرە، رۇم بەدىيان، قارا ھېلىلە، تۇز ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تۇرۇنجى سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاندىكى ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش ۋە تازىلاش، ئاشقازاننى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى قۇرسى ۋەرد (گۈل)

تەركىبى: تۇربۇت 21 گرام، ئايارەج پەيقىرا 18 گرام، قۇرسى گۈل، تۇز ھەر بىرى توققۇز گرام، قارا ھېلىلە، كابىلە ھېلىلە پوستى، مەستىكى ھەربىرى ئۇچ گرام، قۇرۇق پىننە، جويۇز، جۇۋىنە، رۇم بەدىيان، قەلەمپۇر ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، پىننە سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازانىنىڭ بەلغەمدىن بولغان ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىپ، ئارقىدىن ئەفسەنتىن سۇيى ئىچىلىدۇ.

ھەببى مۇشەھھى

تەركىبى: ئۇد خام، قەلەمپۇر، كاۋاۋچىن، قارىمۇچ ھەربىرى توققۇز گرام، بالەنگو ئالتە گرام، بابۇنە ئۇرۇقى، بابۇنە گۈلى، مەرۋايىت، پىلپىل ھەربىرى ئۇچ گرام، زەپەر ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى قەنتنى جۇلابتا ئېرىتىپ ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ. مەنىنى تورمۇزلايدۇ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، يەتتە دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى نارمىشكى

تەركىبى: مەستىكى، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل، دارچىن، قارىمۇچ، پىلپىل، نارمىشكى ھەربىرى 18 گرام، سوقمۇنىيا، قەنت بەش گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قورساق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ، قورساق كۆپۈشنى يوقىتىدۇ. ئىشتىھانى ئېچىپ تاماق سىڭدۈرىدۇ. ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئىككى گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ھوماما

تەركىبى: سەبرە 48 گرام، مۇرمەككى، قەلەمپۇر ھەربىرى توققۇز گرام، دارچىن، زەپەر، قۇستە، سۇنبۇل، ھۇماما، كامادەرىۇس، ھەببۇلبان، ھەببۇلمىھلەپ، گۈلدارچىن، غارىقۇن ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يازلىقى زىرىخ سۇيى، قىشلىقى چەلەك سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەم سەۋادىن بولغان قورساق كۆپۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەزىمنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ. ھەرقانداق پەسلىدە مۇڭاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىترىنىل كەبىر II

تەركىبى: ھېلىلە كابىلە پوستى، ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، شاكالسىز ئامىلە، قارامۇچ، پىلپىل ھەربىرى 20 گرام، خەشخاش ئۇرۇقى 15 گرام، شاقاقۇل، زەنجىۋىل، سېرىق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، ئەرمۇدۇن مېغىزى، ئاق بەھمەن، ھەببى قەلقەل، كۈنجۈت ھەربىرى 10 گرام، بادام 30 مىللىلىتىر، ھەسەل 750 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادام يېغىدا ياغلاپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ، قاچىغا ئېلىپ 40 كۈن يۆگەپ تىندۇرۇپ، ئاندىن ئىشلىتىلىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، مېڭىنى تازىلاش، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاپ، تاماق سىڭدۈرۈش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: تال ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرى، ئاشقازان تەسىرىدىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرى، ئۇنتۇغاقلىق، بوۋاسىر قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ ھەمدە نېرۋىنىڭ جىددىيلىكىنى پەسەيتىش، ئاشقازان سوۋۇشنى تۇزەشكىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا بەش گرام، بالىلارغا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: قۇرۇق ئىسسىق مىزاجلىق بىمارلار يازدا ئىستېمال قىلماسلىقى، ئەگەر زۆرۈر بولسا سىركەنجىۋىل بىلەن قوشۇپ ئىچىشى لازىم.

هېق تۇتۇش، قۇسۇش، زەردە قاينىاش، ئاچچىق سۇ يېنىشنى توختاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى

جاۋارىش پىلاپىلى

تەركىبى: پىلپىل، قارىمۇچ، ئاقمۇچ ھەربىرى 240 گرام، سۇنبۇل، ھومامۇ ھەربىرى 12 گرام، زەنجىۋىل، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئەنجۇدان (ھىڭ ئۇرۇقى)، سەلىخە، ئاسارۇن، ئېگىر ھەر بىرى ئۇچ گرام، بىلسان يېغى 120 مىللىلىتىر، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى: ئاشقازانىڭ سوغۇقتىن بولغان ئاجىزلىقنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇسۇشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى پۇۋاق

تەركىبى: تاغ سەۋزە ئۇرۇقى، تۇرۇنجى پوستى، رۇم بەدىيان، پىننە، ئاسارۇن، تاتلىق قۇستە، زىرە ھەربىرى 15 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى، سەئدى ھەربىرى 10 گرام، ئېگىر ئۇچ گرام، شېكەر 150 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: يەل تارقىتىش، ئاشقازان، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش ۋە قۇۋۇتلەش، سۇيدۇك ھەيدەش، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەزىم ناچارلىقتىن بولغان ھېق تۇتۇش ياكى ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا يەل تۇرۇۋالغاندىن بولغان ھېق تۇتۇشنى توختىتىش ۋە بەل ئاغرىشنى پەسەيتىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئۇچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

سۈفۈپى غەشيان

تەركىبى: ئانار ئۇرۇقى 30 گرام، كۈندۈر، مەستىكى، ئۇد ھىندى ھەربىرى ئۇچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆڭۈل ئاينىش، قۇسۇشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۇچ گرام ئېلىپ پىننە شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى قەيئۇددەم

تەركىبى: گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، ئانارگۈل، خۈنسىياۋشان، كۈندۈر تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: تالقانلاپ سۈفۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى كۈندۈر I

تەركىبى: ئۇد خام 24 گرام، قىزىلگۈل 18 گرام، كۈندۈر، ئانار ئۇرۇقى، سۈنبۈل، ئامىلە، مەستىكى ھەربىرى 15 گرام، قەلەمپۇر، كاۋاۋۇنچىن، قاقىلە، جويۇز، بەسباسە، سەئدى كۈفى، پىننە ھەربىرى 12 گرام، تۇرۇنجى پوستى، پەرەنجىمشكى ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سىركەنجۈبىل ئانار

تەركىبى: ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۇيى ھەربىرى 300 مىللىلىتىر، زىرىخ سۇيى 100

مىللىلىتىر، سىركە 60 مىللىلىتىر، قەنت 500 گرام.

ياسلىشى: يۇقىرىقى ئۇچ خىل مېۋە سۈيى بىلەن سىركىنى قازانغا قۇيۇپ، قىزىشقا باشلىغاندا قەنتنى سېلىپ، ئۇچ قېتىم ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان ۋە ئۇچەيدىكى جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈپ ھۆ ۋە ئېچىشىشنى يوقىتىدۇ. ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ. ئۇچەيدىكى ئۆتكۈر ماددىلارنى نورماللاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، ئۇچەي ۋە جىگەرنىڭ ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلىرى، ھارارەتلىك كېسەللىكلەردىن كېيىنكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 مىللىلىتىر، ئۇچ ياشتىن يۇقىرى بالىلارغا كۈندە بەش قېتىم، ھەر ئۇچ سائەتتە 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجۈبىل بېھى II

تەركىبى: ئىچى ـ تېشى تازىلانغان بېھى توغرالمىسى بىر كىلوگرام، توم زەنجۈبىل 20 گرام، سىركە 200 مىللىلىتىر، قەنت 500 گرام.

ياسلىشى: بېھى توغرالمىسىنى 2.5 لىتىر سۇدا قاينىتىپ، يۇمشاق پىشقاندا ئېلىپ، خامدا سىقىپ، سۈيىگە چالا سوقۇلغان زەنجۈبىل خالتىچىقىنى سېلىپ يەنە قاينىتىپ، ئاندىن بۇ سۈيۇقلۇققا 200 مىللىلىتىر سىركە، 500 گرام قەنت سېلىپ، ئۇچ قېتىم ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۇتلەندۈرۈپ، سېسىق كېكىرىشنى يوقىتىدۇ، ئاچچىق سۇ يېنىش ۋە ھېق تۇتۇشنى توختىتىدۇ. ئېچىشىشنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھۆ ۋە سېسىق كېكىرىشنى يوقىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجۈبىل قۇرۇق ئۇزۇم

تەركىبى ۋە ياسلىشى: بىر كىلوگرام قۇرۇق ئۇزۇمنى 1.5 لىتىر سۇ، 500 مىللىلـ

تىر سىركىگە بىر كېچە چىلاپ، ئاندىن مۇجۇپ سىقىپ، سۈزۈلمىسىگە بىر كىلوگرام شېكەر سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەر ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ. مەيدە ئېچىشىشنى توختىتىدۇ. ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش، ھارارەتنى تەڭشەش، ھەزىمنى كۈچەيتىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر، ئۈچ ياشتىن يۇقىرى بالىلارغا كۈندە بەش قېتىم، ھەر ئۈچ سائەتتە 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئانارى تەلىخ

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ئاچچىق ئانارنىڭ پوستىنى ئېلىۋېتىپ، سىقىپ بىر لىتىر سۈيى ئېلىنىدۇ ھەمدە سۈيىگە 50 گرام يالپۇز قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپ، سىقىپ سۈزۈۋېتىپ، ئارقىدىن بىر كىلوگرام شېكەر قوشۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: قۇسۇشنى توختىتىدۇ. ئاشقازان ۋە جىگەرگە قۇۋۋەت بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازانىنىڭ سەپرادىن بولغان بۇزۇلۇشى، قۇسۇش، ئۇچەي يارىسى، قان تولغاق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بېھى

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: بېھىنى پوستى ۋە ئۇرۇقلىرىدىن تازىلاپ، ئۇششاق توغراپ، بىر كىلوگرام بېھىگە ئىككى لىتىر سۇ قۇيۇپ، بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، بۇنىڭغا بىر كىلوگرام شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: 1 ـ دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: يۈرەك ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ. كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ. ئىشتىھانى

ئاچىدۇ. سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ، ھۆنى ۋە قۇسۇشنى باسىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك ئاجىزلىقى، يۇرەك ئېغىش، ئاشقازان، جىگەر ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: تاشقى ئىشلىتىلارنى ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىمۇ بولغاچقا، قىيام قىلىنىمغان ساپ بېھى سۈيىنى قاينىق سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسىمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

شەربىتى پىستە

تەركىبى: زىرىخ، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ شاخ ـ ياپراقلىرى ھەربىرى 18 گرام ، زىرىخ، قىزىلگۈل، ئانار ئۇرۇقى ھەربىرى 12 گرام، ئاقلانغان پىستە، پىننە ھەربىرى ئالتە گرام، ئۇد ھىندى، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام، بېھى سۈيى 280 مىللىلىتىر، ئالما سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى 135 مىللىلىتىر، قەنت مەلۇم مىقدارىدا.

يېسىلىشى: مەزكۇر دورا ۋە مېۋە سۈلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: كۆڭۈل ئاينىشنى قالدۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تاماقتىن كېيىنكى ۋە ئىلگىرىكى بىئارامىلىق ۋە كۆڭۈل ئاينىش، يېگەن تاماقنىڭ ياخشى ھەزىم بولماي، يۇقىرىغا ئۆرلىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 25 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى تەمرى ھىندى

تەركىبى: ئۇرۇقچىسىدىن ئايرىلغان تەمرى ھىندى 740 گرام، قەنت 750 گرام، پىننە ياكى پىننە ئۇسارىسى مەلۇم مىقدارىدا.

يېسىلىشى: تەمرى ھىندىنى قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، قۇسۇشنى، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ. تەرەتنى يۇمـ

شتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى رۇم بەدىيان

تەركىبى: رۇم بەدىيان، زىرە، كۈندۈر ھەربىرى 10 گرام، قەنت 100 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، 700 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ، قەنتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپلا تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ھېق تۇتۇشنى پەسەيتىپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قورساق ئېسىلىش، ھېق تۇتۇش، يۇرەك ئاجىزلىقى ۋە ئىششىق قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سىيب تۇرۇش

تەركىبى: ئاچچىق ئالما سۇيى بىر لىتىر، تۇرۇنجى سۇيى 50 مىللىلىتىر، قەنت بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: ئالمىنى پوستى ۋە ئۇرۇقىدىن تازىلاپ، ئۇششاق توغراپ ياكى قىرغۇچتا قىرىپ سۇيىنى ئېلىپ، تۇرۇنجى سۇيىدە قاينىتىپ، بىر لىتىر قالغاندا قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: سەپرادىن بولغان ئاشقازان ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، ھۆ ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەزىمنى ياخشىلاش، ھۆ ۋە قۇسۇشنى توختىتىش، قان سوۋۇتۇش، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى لىمون

تەركىبى: مەرۋايىت 20 گرام، زىرىخ سۇيى، تاتلىق ئالما سۇيى ھەربىرى 300 مىللىلىتىر، تۇرۇنجى سۇيى 150 مىللىلىتىر، قەنت 600 گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىقى دورا سۇلىرىنى 600 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت سېلىپ قېيام قىلىپ، تۇرۇنجى سۇيىدە سالايە قىلىنغان مەرۋايىتنى ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قېيامغا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئاشقازانىنىڭ ئاغرىقىنى، قۇرۇق ھۆ بولۇشنى توختىتىپ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، يۇرەك ئېغىشنى داۋالايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاغرىقى، ئىچ سۇرۇش، يۇرەك ئېغىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا تاماقتىن كېيىن 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى كۈمۈنى

تەركىبى: ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 60 گرام، كۈدە، پىننە ھەربىرى 30 گرام، ئاق زىرە 12 گرام، مەستەكى توققۇز گرام، قەنت 300 گرام، سۇ بىر لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى مەزكۇر سۇدا 1/4 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت بىلەن قېيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆڭلى ئاينىش، قۇسۇشنى توختىتىدۇ، بەلغەمنى ئازايتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 45 مىللىلىتىر غىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مەيبە

تەركىبى: پىلپىل، دارچىن ھەربىرى توققۇز گرام، ئۇد ھىندى، قاقىلە، بەسباسە،

سۇنبۇل، زەپەر، لاچىندانە، جويۇز ھەربىرى ئۇچ گرام، ئىپار بىر گرام ، بېھى شەربىتى بىر لىتىر.

ياسلىشى: ئىپار، زەپەردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، بېھى شەربىتىنى ياخشى قىيام قىلىپ بولغاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇپ، ئاخىرىدا ئىپار، زەپەرلەرنى ئايرىم سالايە قىلىپ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەرنى كۈچەيتىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، قىزىتما پەسەيتىدۇ، يۇرەكنى سالقىنلاتىدۇ، كۆڭۈل ئاينىش، ئاشقازان كۆپۈش، خۇن چىگلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تاماقتىن كېيىن كۆڭۈل ئاينىش، زەردە قاينىش ۋە قورساق ئېسىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 15 ~ 30 مىللىلىتىر غىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئۇد تۇرۇش

تەركىبى: ئۇد قىمارى 15 گرام، ئاق سەندەل 10 گرام، بادرەنجى بۇيا، قىزىلگۈل، قەلەمپۇر، مەستىكى ھەربىرى ئالتە گرام، سۇنبۇل، ئاسارۇن، سازەج ھىندى، بەسباسە ھەربىرى ئۇچ گرام، كۇموش ۋاراق 30 دانە، ئالتۇن ۋاراق 15 دانە، ئەنبەر، ئىپار ھەربىرى بىر گرام، تاتلىق ئالما سۇيى، ئاچچىق ئالما سۇيى، تاتلىق ئانار سۇيى، ئاچچىق ئانار سۇيى، بېھى سۇيى، تۇرۇنجى سۇيى ھەربىرى 300 مىللىلىتىر، قەنت 1500 گرام.

ياسلىشى: يۇقىرىدىكى مېۋىلەرنىڭ سۇيىنى چىقىرىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ. قۇرۇق قاتتىق دورىلارنى ھاۋانچىدا سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مېۋىلەر قىيامىغا قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئەڭ ئاخىرىدا ئىپار، ئەنبەر ۋە ئالتۇن، كۇموش ۋاراقلىرىنى ئۇندەك سالايە قىلىپ، قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەپ، ئاشقازاننى كۈچەيتىش، ياخشى قان پەيدا قىلىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە، يۈرەك ۋە جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئىشتىھاسىزلىق، ھۆ بولۇش، مەيدە كۆپۈپ ئاغرىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش مىل-

لىلىتىر، بالىلارغا كۆندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى سۈنبۈل

تەركىبى: ئىزخىر چېچىكى، سەلىخە (قېلىن دارچىن) ، قىزىلگۈل، رەۋەن، قەسبۈزە-رىرە، سۈنبۈل ھەربىرى توققۇز گرام، مۇقەل، مەستىكى ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر، مۇرمەككى، رۇم بەدىيان، ئاچچىق قۇستە، قارىمۇچ ھەربىرى ئۇچ گرام، ئوشاق ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇچ گرامىلىق تابلېت تەييارلە-نىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننىڭ سوزۇلما ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ، جىگەر خىزمە-تىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە بۇلاردىن كېلىپ چىققان ھۆگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاشقازانغا ئىشلىتىلسە مۇسەللەس بىلەن، جىگەرگە ئىشلىتىلسە سىركەنجىبىل بىلەن، كۆندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر داندىن ئىچ-كۈزۈلىدۇ.

قۇرسى سۇماق

تەركىبى: سۇماق توققۇز گرام، قىزىلگۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقى، تاباشىر، تا-زىلانغان زىرە، يۇمغاقسۇت ھەربىرى ئالتە گرام، پىستە پوستى ئۇچ گرام، مەستىكى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇپ تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تاماق يەپلا قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىش-لىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: غورا سۇيى، قىزىلگۈل، گۈلقەنت بىلەن كۆندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى گۈل

تەركىبى: قىزىلگۈل، تاباشىر، زىرە (سىركىگە چىلانغان) ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسلىشى: قۇرس تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تاماق يەپلا قۇسۇۋېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مەستىكى

تەركىبى: مەستىكى، ئۇد ھىندى ھەربىرى 20 گرام، پىستە پوستى، قىزىلگۈل ھەربىرى 10 گرام، تاباشىر ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يۇغۇرۇپ، تۇگمە چوڭلۇقىدا قۇرس ياسلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇسۇش ۋە ھېچ تۇتۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى دانە ئېلىپ چاي بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى ئۇد

تەركىبى: كۈندۈر توققۇز گرام، كاۋاۋچىن ئالتە گرام، ئۇدخام، قىزىلگۈل، سوك (ئامىلە جەۋھىرى)، قەلەمپۇر، سۇنبۇل، گىل خۇراسانى، تاباشىر ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: قۇرس تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۇرۇش بىرگە كەلگەن كۆڭۈل ئاينىپ قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئانار شىرنىسى ياكى ئالما شىرنىسى بىلەن كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى تەمرى ھىندى

تەركىبى: تەمرى ھىندى 30 گرام (ئەگەر تېپىلمىسا چوك دانىلىق ئەينۇلا 60 گرام)،

ئالما ياكى بېھى شەربىتى 60 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: تەمرى ھىندىنى 500 مىللىلىتىر سۇغا 12 سائەت چىلاپ، سىقماستىن خامدا سۈزۈپ، بۇ سۈزۈلمىگە 60 مىللىلىتىر ئالما شەربىتى ياكى بېھى شەربىتى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرىدۇ، ئاشقازانىنىڭ ئىسسىقتىن بۈزۈلۈشىنى تۈزىتىدۇ. كۆڭۈل ئاينىشنى ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قىزىتما قايتۇرۇش، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىش، ھۆنى توختىتىش، يۈرەك ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 20 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: زۆرۈر بولمىسا ھۆل سوغۇق مىزاجدىكى كىشىلەرگە بېرىلمەيدۇ.

شىلىمشىق سەپرا ۋە خام بەلغەمنى قۇستۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى

داۋائى مۇقى بەلغەمى ئەفنى

تەركىبى: سېرىقچېچەك شېخى 100 گرام، تۇز 15 گرام، ھەسەل 30 مىللىلىتىر، سۇ 800 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: سېرىقچېچەك شېخىنى قاينىتىپ سۈزۈپ، ئۈنىڭغا تۇز ۋە ھەسەل سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ھەزىم بۇزۇلۇشتىن بولغان بۇس ـ بۇخاراتنى يوقىتىدۇ. بۇزۇق خىلىتلارنى قۇستۇرۇش ئارقىلىق تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش چىڭقىلىپ ئاغرىش، كۆڭۈل ئاينىش، ئۇچەي غولدۇرلاش، قورساق كۆپۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ئىلمان پېتى ئىچىپ تۇگىتىلىدۇ. بالىلارغا بېرىلمەيدۇ.

داۋائى مۇقى سەۋداۋى ئەفنى I

تەركىبى: تۇرۇپ ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، قىچا ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، سىركە، ھەسەل ھەربىرى 50 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ئۇرۇقلارنى چالا سوقۇپ، قاياناق سۇدا شىرنىسىنى چىقىرىپ، ھەسەل بىلەن سىركىنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاندىكى ھەزىم بولمىغان نەرسىلەرنى قۇستۇرۇپ چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: داۋاملىق باش قېيىش، كۆز تورلىشىش، كۆڭۈل ئاينىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەرقېتىملىقى ئىلمان پېتى بىراقلا ئىچىپ تۇگىتىلىدۇ.

داۋائى مۇقى سەۋداۋى ئەفنى II

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: پاكىز يۇيۇلغان سۇلۇق تۇرۇپنى بىرنەچچە جايدىن تېشىپ، ئالتە گرام قارا خەربەقنى پارچىلاپ، تۇرۇپنىڭ تۆشۈكلىرىگە تىقىپ يۆگەپ، بىر سوتكىدىن كېيىن ئېلىۋېتىپ تۇرۇپنى سوقۇپ سىقىپ سۈيى ئېلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: زەردە قاينىتىدىغان، قورساقنى تولغاپ ئاغرىتىدىغان ، سېسىق كېكىرتىدىغان كۆيگەن سەۋدا خىلىتىنى قۇستۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كۆيگەن سەۋدانى قۇستۇرۇپ چىقىرىۋېتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەرقېتىملىقى بىراقلا ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: يۇرىكى ئاجىز بىمارلارغا ۋە بالىلارغا بېرىلمەيدۇ.

قۇسۇشنى توختاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى

داۋائى قەيئى

تەركىبى: قەلەمپۇر، لاچىندانە، بەرەڭگى كابىلە، ئاق سەندەل، پىلپىل ھەر بىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرقايسى خىلتىتىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئېلىپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى قەيئى سەپراۋى

تەركىبى: زىرىخ، بېھى ئۇرۇقى، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى، سۇماق، پىستە پوستى ھەربىرى ئۈچ گرام، تاباشىر، قىزىلگۈل، قۇرۇتۇلغان غورا ئۇزۇم ھەربىرى ئىككى گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سوقۇپ تالقانلاپ كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئېلىپ، بېھى ياكى ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى ئامىلە II

تەركىبى: ئامىلە، مەستىكى، ئۇد خام، تاغ زىرىسى، رۇببىسۇس، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، يالپۇز ھەربىرى 10 گرام، شېكەر 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنتنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاپ، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ. سۈيدۈك ھەيدەپ بۆرەكنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئاجىزلىقى ۋە جىگەرنىڭ يەللىك ئاغرىقى، ئاشقازان خىزمىتىنىڭ بۇزۇلۇشى، بەلنىڭ تېلىپ ئاغرىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى دافئى قەي

تەركىبى: زىرىخ، بېھى ئۇرۇقى، ئاچچىق ئانار، ئۇرۇقى ئېلىنغان سۇماق، پىستە پوستى ھەربىرى 10 گرام، تاباشىر، قىزىلگۈل ھەربىرى بەش گرام، غورا سۈيى 15 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، غورا سۈيى بىلەن نەمدەپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: كۆڭۈل ئاينىشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان ھۆنى توختىتىش، قۇسۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 10 گرام، بالىلارغا ئۈچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى سۇماق

تەركىبى: سۇماق، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، قىزىلگۈل خەمىكى، تاباشىر تەڭ مىقداردا.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باش قېيىش بىلەن بىرگە كېلىدىغان قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى قاقىلە

تەركىبى: قاقىلە، لاچىندانە، كاۋاۋچىن ھەربىرى 15 گرام، شېكەر 45 گرام.

ياسلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۇتلەيدۇ. تاش ـ توپا، سېغىز ۋە كۆمۈر يېيىشتەك غەلىتە ئىشتىهانى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، ئاشقازان ۋە يۇرەك خىزمىتىنى كۈچەيتىش، سېزىكنى يېنىكلىتىش، قورساق غولدۇرلاشنى يوقىتىش، بالىلاردىكى غەلىتە ئىشتىهانى تۈگىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام، بالىلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام، ئايالىلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

سۈفۈپى مۇسەككىنى قەي

تەركىبى: ئاچچىق ئانار ۋە تاتلىق ئانار ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، سىركىگە چىلانغان زىرە ئۈچ گرام.

ياسلىشى: بۇ ئۈچ خىل دورىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەزىم ئاجىزلىقىدىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەزىم ئاجىزلىقى ۋە باشقا ئاشقازان كېسەللىكلىرىدە قۇسۇشنى توختىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئانار سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن ئىچسە تېخىمۇ ياخشى.

سىركەنجۈبىل بېھى ۋە لىمونى

تەركىبى: بېھىنىڭ قايىنىتىپ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى بىر لىتىر، لىمون سۈيى 10 مىللىلىتىر، سىركە 100 مىللىلىتىر، قەنت 600 گرام.

ياسلىشى: ئۈچ خىل دورىلىق سۇغا قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ھۆنى ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ. مەيدە ئېچىشىش، ئاچچىق سۇ يېنىش، ئىش-

تىماسىزلىق قاتارلىقلارنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىش، ھۆنى ۋە ھېق تۇتۇشنى بېسىش، قەزىتما پەسەيتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 15 مىللىلىتىر، بالىلارغا بەش مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى پىننە

تەركىبى: پىننە 200 گرام، زىرىخ، چىلان ھەربىرى 100 گرام، يالپۇز 60 گرام، قەنت 1.5 كىلوگرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئۈچ لىتىر سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، ئۈنىڭغا قەنت سېلىپ قاينىتىپ قىيام تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۇەتلەپ، ھەزىمنى ياخشىلاش، سوغۇقتىن بولغان ھۆ ۋە قۇسۇشنى توختىتىش، قان تازىلاش، بۆرەكنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىشى: ئاشقازان ئاجىزلىشىپ ھەزىم بۇزۇلۇش، جىگەر يەللىك ئىششىش، بۆرەك ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا 30 ~50 مىللىلىتىرغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى قابىز

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ھەببۇلئاس 90 گرام، ئامۇت سۇيى، ئالما سۇيى 280 مىللىلىتىر، قەنت مەلۇم مىقدارda. ئەگەر ياسالمىنى تېخىمۇ كۈچلۈك قىلىش مەقسەت قىلىنسا ئۇد ھىندى، مەستىكى، سۇنبۇل، سوك (ئامىلە جەۋھىرى) قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گرام ئېلىپ، چالا سوقۇپ، خالتىغا قاچىلاپ قوشۇپ قاينىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ، ئۈچەينىڭ تولغاپ ئاغرىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارda ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئۆشنە

تەركىبى: ئۆشنە، تەمرى ھىندى ھەربىرى 30 گرام، پىستە شۆپۈكى ئالتە گرام، ئاچچىق ئانار سۈيى، ئالما سۈيى، پىننە سۈيى ھەربىرى 27 گرام، گۈلاب بىر لىتىر، قەنت مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى : ئۆشنە، تەمرى ھىندىلارنى گۈلاب بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۈستىدىن قالغان ئۇچ خىل سۈنى قوشۇپ يەنە بىرئاز قاينىتىپ، ئاندىن قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆڭۈل ئاينىش، قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى ئاقاقىيا مۇمسىك

تەركىبى: ئاقاقىيا، قىزىلگۈل خەمىكى، بەزرۇلبەنجى، گىل ئەرمىنى، ئانار گۈلى، سەمغى ئەرەبى، ئەپيۇن تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، سېمىزئوتِ سۈيى بىلەن تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بېھى لوئابى ياكى ئالما سۈيى بىلەن كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى سۇرمە

تەركىبى: سۇرمە، يۇيۇلغان شادىنەج، خۇنسىياۋشان ھەربىرى توققۇز گرام، ئانار گۈلى، موزا ھەربىرى ئالتە گرام، پىرسىياۋشان ھەربىرى بەش گرام، كۆيدۇرۇلگەن تاغ تېكىسىنەك مۇڭگۈزى، ئاقاقىيا ھەربىرى ئۇچ گرام، ئەنبەر، زەپەر ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، پاقىيوپۇرمىقى سۈيى بىلەن تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان قۇسۇش ۋە قانلىق ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچكۈزۈ-لىدۇ.

مەتبۇخى غوراب

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: يېڭى چېكىلگەن ئۈزۈمدىن 1.5 كىلوگرام ئېلىپ، سىقىپ، 300 گرام قەنت بىلەن قاينىتىپ، 800 مىللىلىتىر قالغاندا قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ.

تەبىئىتى : قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: سەپرانىڭ تېزلىكىدىن بولغان ھەزىم بۇزۇلۇشنى تۈزىتىش، ھۆ بولۇش، قىزىش ۋە قۇسۇشنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان زۇكاملىق باش ئاغرىقى، ھۆ بولۇش، قۇلۇنجى، ئىچ سۈرۈش، ھەزىم ناچارلىشىش، قانلىق ئىچ سۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىچە-لىدۇ.

ۋۇجۇرى غەشيان

تەركىبى: ئىپار بۇغداي چوڭلۇقىدا، بېھى سۇيى بىر قوشۇق.

ياسىلىشى: ئىپارنى بېھى سۇيى بىلەن ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۈرگەندىن كېيىنكى كۆڭۈل ئاينىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا گالغا تېمىتىلىدۇ.

ئۇچەي خىزمىتىنى ياخشىلىغۇچى دورا ياسالمىلىرى

بانادۇق

تەركىبى: سېرىقچېچەك، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، ئەپيۇن تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ كۈمىلاچ قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قورساق ئاغرىقىنى توختىتىدۇ. ئۇچەيدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش ئەشقەپ

تەركىبى: سوقمۇنىيا، تۇربۇت ھەربىرى 15 گرام، قارىمۇچ، قاقىلە ھەربىرى توققۇز گرام، زەنجىۋىل، دارچىن، ئامىلە، قەلەمپۇر، بىستىپايەج، جويۇز ھەربىرى سەككىز گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە، قەنت 270 گرام.

تەسىرى: قۇلۇنجى، لەقۋا، يەلدىن بولغان بوۋاسىر قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ. ئۇچەيدىكى يەللەرنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قورساقنىڭ مۇجۇپ ئاغرىشىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش بېھى II

تەركىبى: تەرەنجىبىن 500 گرام، ئاق تۇربۇت 30 گرام ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرامدىن، سوقمۇنىيا سەككىز گرام، قىزىلگۈل، تاباشىر ھەربىرى ئالتە گرام، بېھىنەك سىقىلغان سۇيى 500 مىللىلىتىر.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: ئۇچەي خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ، ئۇچەيدىكى بۇزۇق سۈيۇقلۇقلارنى سۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرى ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىدا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا بەش گرام، بالىلارغا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە بېرىشقا توغرا كەلسە مېغىز دورىلار ئورنىغا زەنجىۋىل، دارچىن، مەستىكىلەرنى ئالتە گرامدىن ئېلىپ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ. ھامىلدارلارغا بېرىلمەيدۇ.

جاۋارىش سەپەرجەلى قۇلۇن

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: بېھىنى ئۇرۇقى ۋە پوستلىرىدىن تازىلاپ، سىركىگە چىلاپ بىر سوتكا تۇرغۇزغاندىن كېيىن قاينىتىپ پىشۇرۇلىدۇ. ياخشى پىشقاندا سۈزۈۋېلىپ، سىركە پۇرىقى يوقالغاندىن كېيىن يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنىڭغا 90 گرام تۇربۇت، 30 گرام سوقمۇنىيا، 15 گرام مەستىكى، توققۇز گرامدىن زەنجىۋىل، دارچىن، قارىمۇچ، قاقىلە، لاچىندانە، زەپەر قاتارلىقلارنى قوشۇپ تەييارلايدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش سوك

تەركىبى: سوك، مەستىكى، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل، پىلپىل، قارىمۇچ، گۈلدارچىن، جويۇز، سوقمۇنىيالار تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: مەلۇم مىقداردىكى بېھى سۈيى بىلەن ھەسەلنى قىيام قىلىپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قىزىتمىسىز قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ، كۆڭۈل ئاينىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش شەھرىياران

تەركىبى: مەھمۇدە، تۇربۇت، ھەببۇلنىل ھەربىرى 25 گرام، سىمىزئوت ئۇرۇقى، قەلەمپۇر، قوۋزاقدارچىن، زەنجىۋىل، قىلىن دارچىن، سۇنبۇل، جويۇز، لاچىندانە، مەستەكى، قاقىلە، ھەببى بىلسان، زەپەر ھەربىرى 13 گرام، قەنت 200 گرام، ھەسەل 600 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنتنى ئازراق سۇ بىلەن قىيام قىلىپ، ھەسەلنى قىزىتىپ پاكىزلاپ, قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن دورا تالقانلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىپ، ھەزمىنى ياخشىلايدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە جىگەر ھارارىتىنىڭ سوۋۇپ كېتىشى سەۋەبىدىن ھەزىم نا-چارلىشىش، ئۇچەي خىزمىتى تۆۋەنلەش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا تاماقتىن كېيىن ئۈچ گرام، بالىلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

جاۋارىش قەيسەر

تەركىبى: پىلپىل، زەنجىۋىل، سىرىق ھىلىلە پوستى، سوقمۇنىيا، تۇربۇت ھەربىرى 36 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، ئاقىرقەرھا، ئاش تۇزى ھەربىرى 18 گرام، قەنت 48 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: جاۋارىش تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجى ۋە بوغۇم ياللۇغنىغا شىپا بولىدۇ، قويۇق خىلتىلارنى پارچىلايدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى قابىز

تەركىبى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ياغدا قورۇپ سارغايتىپ، سوقۇلغان قارا ھىلىلە تالقىنە-

دىن 15 گرام ئېلىپ، بىراقلا يەپ ئۈستىدىن سوغۇق سۇ ئىچىلىدۇ، ئارقىدىن قايماقتا پىشۇرۇلغان گۈرۈچ تامىقى يېيىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قانلىق، قانسىز قورساق ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

رەۋغىنى بېھى

تەركىبى: بېھى سۈيى 200 مىللىلىتىر، ئاموت غازىكىنىڭ سۈيى 100 مىللىلىتىر، گۈل يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى 200 مىللىلىتىر .

ياسىلىشى: ھەممىسىنى بىرلىكتە قاينىتىپ، سۈيى پارغا ئايلىنىپ يېغى قالغاندا ئېلىنىدۇ. مانا بۇ بېھى يېغى ھېسابلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: ئۇچەي ھەزىمىنى ياخشىلايدۇ. ئاشقازان يارىسىنى پۈتتۈرىدۇ. ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ. ھۆنى باسىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ۋە كۆڭلى ئاينىشنى بېسىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

رەۋغىنى ۋەرد III

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: قىزىلگۈلنىڭ توزۇندىلىرىدىن 100 گرام ئېلىپ، 300 مىللىلىتىر كۈنجۈت يېغىغا 10 كۈن چىلاپ، ئاپتاپتا قويغاندىن كېيىن سىقىپ ئېلىۋېتىپ، يەنە 100 گرام گۈل سېلىپ 10 كۈن ئاپتاپتا قويۇپ، يەنە يەڭگۈشلەپ 40 كۈندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: ئۇچەيدىكى ئېچىشىشنى پەسەيتىدۇ. يارىنى ساقايتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە ئۇچەي يارىلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىچىشكە كۈندە ئەھۋالغا قاراپ بىر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر بېرىلىدۇ. سىرتىدىن ياغلاشقا ئۇچ مىللىلىتىر ئىشلىتىلىدۇ.

سۈفۈپى خۇرجى مەقئەت

تەركىبى: قارىمۇچ 42 گرام، پىلپىل يىلتىزى 36 گرام، ئاش تۇزى ئالتە گرام، زەنجىۋىل، ئامىلە پوستى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: مەقئەتنى قورۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل ئۇچەي كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان مەقئەتنىڭ چىقىپ قېلىشىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، بالىلارغا 1 ~ 2 گرامغىچە، چوڭلارغا 3 ~ 6 گرامغىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى ئالما سۈيى بىلەن قوشۇپ ئىچسە، تەسىرى تېخىمۇ ئوبدان بولىدۇ.

شەربىتى ئانار مۇسھىل

تەركىبى: تۇربۇت 30 گرام، سوقمۇنىيا 15 گرام، زەپەر ئۈچ گرام، تاتلىق ئانار سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى، تاتلىق بېھى سۈيى، تاتلىق ئالما سۈيى ھەربىرى 500 مىللىلىتىر، قەنت بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: مېۋىلەرنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، چالا سوقۇلغان تۇربۇتنى خالتىغا ئېلىپ، مېۋە سۈيىگە تاشلاپ يېرىم سائەت قايىنىتىپ، خالتىنى سىقىپ ئېلىۋېتىپ، ئارقىدىن قەنت سېلىپ قىيام تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: يۇرەك ۋە ئاشقازاننى قۇۋۇەتلەش، قان كۆپەيتىش تەسىرى بار. ئاشقازان، ئۇچەيدىكى بۇزۇق سەپرا خىلىتىنى سۈرىدۇ. ئۇچەي خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك، ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرىدە يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 30 مىللىلىتىر كىچىك بالىلارغا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىشكە بولمايدۇ.

شەربىتى ئەفسەنتىن I

تەركىبى: قارىئۆرۈك 100 گرام، تەمرى ھىندى 60 گرام، قىزىلگۈل 20 گرام، شاھتەررە، ئەفسەنتىن، ئۇزۇم (ئۇرۇقسىز) ھەربىرى 15 گرام، قەنت 300 گرام.

ياسىلىشى: سوقۇلىدىغان دورىلارنى چالا سوقۇپ، سوقۇلمايدىغانلىرى بىلەن قوشۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، ئۈنىكىغا بىر چىنە سۇدا چىقىرىلغان تەمرى ھىندىنىڭ شىرنىسىنى قوشۇپ، قەنت سېلىپ ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇنى ئاچىدۇ. قاننى تازىلايدۇ، ئاشقازان ۋە ئۇچەيدىكى نورمالسىز مادىلارنى چىقىرىدۇ. ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، ئاشقازان ۋە ئۇچەي خىزمىتىنىڭ ئاجىزلاشقانلىقىدىن بولغان ئومۇمىي ھەزىم ئاجىزلىقىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئەفسەنتىن II

تەركىبى: قىزىلگۈل 25 گرام، ئەفسەنتىن، غارىقۇن ھەربىرى 12 گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 10 گرام، يالپۇز، كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى ھەربىرى ئالتە گرام، مەستىكى، ئىزخىر، پىننە، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، سۇنبۇل، ئاسارۇن، سازەج ھىندى، زەپەر ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل 500 مىللىلىتىر .

ياسىلىشى: سوقۇلىدىغان دورىلارنى چالا سوقۇپ، 2.5 لىتىر سۇغا ھەممىسىنى بىر كېچە چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، سۈيىگە ھەسەلنى قۇيۇپ ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەر ۋە تالنى كۈچەيتىدۇ. ھەزىمنى ياخشىلايدۇ. سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ. ئۇچەيدىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ. قىزىتما چۈشۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، جىگەر، تال كېسەللىكلىرى ۋە قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى مۇرد

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: چالا پىشقان ئامۇتتىن ئىككى كىلوگرام ئېلىپ، ئۈرۈق ۋە قۇرتلىرىنى ئېلىۋېتىپ، چوڭ ـ چوڭ توغراپ مۇڭاپىق سۇدا قاينىتىپ، يۇمشاق پىشقاندا ئېلىپ، سۇڭغاندا كىچىك تۆشۈكلۈك غەلۋىردىن ئۆتكۈزۈپ، ئاستىغا ئاققان شىرنىسىنى قازانغا قۇيۇپ، بىر كىلوگرام شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: يۇرەك، ئاشقازان ۋە ئۇچەينىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ. ئىسھالنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە ئۇچەي خىزمىتى ناچارلىشىشتىن بولغان ماغدۇرسىزلىق، كەم قانلىق كېسەللىكلىرىدە بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى مۇبارەك

تەركىبى: بىستىپايەج 150 گرام، قىرقىلغان پىلە 21 گرام، تۇربۇت، ئۇد ھىندى، قىلە ھەربىرى ئالتە گرام، ئىپار، زەپەر ھەربىرى بىر گرام، گاۋزىبان سۇيى، بادرەنجى بۇيا سۇيى ھەربىرى 81 مىللىلىتىر، قەنت 900 گرام.

ياسىلىشى: ئادەتتىكى شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن تەييارلىنىدۇ

تەسىرى: ھەرخىل قۇلۇنجى ۋە ئۇچەي كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ. ئۇچەينى قۇۋۋەتلەيدۇ، قورساق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 90 مىللىلىتىر شەربەت قاينىق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ھىندى

تەركىبى: ئەنجۇر، ئارپىبەدىيان ھەربىرى 300 گرام، رەۋەن 45 گرام، قەنت 900 گرام،

هۆل قىزىلگۈل شىرنىسى 900 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: رەۋەننى گۈلابتا سالايە قىلىپ، قالغان دورىلارنى قاياناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۈستىدىن قىزىلگۈل شىرنىسى ۋە قەنتلەرنى سېلىپ قىيام قىلىپ، رەۋەننى كالا يېغىدا ياغلاپ، قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرى، قورساق ئاغرىقى، تال ئىششىقى، ئىرقۇننىسا، نەپەس سىقىلىش، يۈرەك تىترەش، ئۇچەي يارىسى، بەل ئاغرىقى، بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ، زەھەر قايتۇرىدۇ. جىگەر ۋە بالىياتقۇنى ياخشىلايدۇ، بەلغەم ۋە قانلارنى توختىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 36 ~ 60 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ۋەرد II

تەركىبى: قىزىلگۈل 500 گرام، تۇربۇت سوقۇلمىسى، ئەفتىمۇن ھەربىرى 20 گرام، سوقمۇنىيا ئالتە گرام، ئۇد، قەلەمپۇر، سۇنبۇل، بەسباسە ھەربىرى ئىككى گرام، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: قىزىلگۈلنى قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، سۈيىگە تۇربۇت ۋە ئەفتىمۇن سېلىنغان خالتىنى تاشلاپ، 15 مىنۇت قاينىتىپ سىقىپ، ئۈستىگە قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ ۋە قازانىنى چۈشۈرۈپ، قالغان بەش خىل دورىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان ۋە ئۇچەي خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ. ئۇچەيدىكى بەلغەم، سەپرا ۋە كۆيگەن سەۋدانى سۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە تەڭشەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: خەفەقان، مالىيخۇلىيا كېسەللىكلىرىدە ۋە سەپرا، سەۋدادىن بولغان بارلىق كېسەللىكلەردە بۇزۇق ماددىلارنى ھەيدەپ چىقىرىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

قۇرسى ئەفتىمۇن

تەركىبى: تۇربۇت، ئەفتىمۇن ھەربىرى 30 گرام، سەكبىنەج 15 گرام.

ياسلىشى: تالقانلاپ، سۇ بىلەن تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: زۆرۈربولغاندا ئۇچ گرام ئېلىپ، مائۇلئۇسۇل بىلەن ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

كەمەدى ئەفسەنتىن

تەركىبى: ئەفسەنتىن، پىننە، سېرىقچېچەك، قارا زىغىر، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، يالپۇز تەك مىقداردا.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى قاينىتىپ، گرېلكا بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

تەسىرى: ئۇچەيدىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ، ئاشقازاننى قىزىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئېچىش ۋە ھەزىمنى ياخشىلاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

كەمەدى ئومۇمىي

تەركىبى: بابۇنە، قىزىلگۈل، شۇمشا، سۇنبۇل، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، بۇغداي كېپەكى، تۇز، ئىكلىلمىلىك تەك مىقدارىدا.

تەييارلاش ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى قاينىتىپ، گرېلكا بىلەن يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ.

تەسىرى: ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرى، بۆرەك، دوۋساق، تال كېسەللىكلىرى ۋە قۇلۇنجىلارغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

مەتبۇخى مەغەس

تەركىبى: سانا، رۇم بەدىيان، ئاق تۇربۇت، خىيار شەنبەر ھەربىرى 30 گرام، قىزىلگۈل، گۈلبىنەپشە، سەرپىستان، پوستىدىن ئايرىلغان ئارپا ھەربىرى 12 گرام، ھەببۇلئاس ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل ھەربىرى 15 گرام، بادام يېغى 20 مىللىلىتىر، شېكەر 200 گرام، سۇ 1.2 لىتىر.

ياسلىشى: گۈل دورىلاردىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ، سۇغا بىر كۈن چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ، 900 مىللىلىتىر سۈيى قالغاندا گۈل دورىنى سېلىپ، ئىككىلا قاينىتىپ قازاننى چۈشۈرۈپ، شۇمشا ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، ھەببۇلئاسلارنىمۇ يۇقىرىدىكى دورا بىلەن باشقا قاچىغا بىر كۈن چىلاپ، دورىلار قاياناپ تەييار بولغۇچە بۇ دورىنىڭ لوئابىنى داكا بىلەن سىقىپ چىقىرىپ، قاينىتىپ تەييار بولغان دورا ئۈستىگە قۇيۇپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، ئېرىگەندىن كېيىن دورىلارنى سىقىپ، تىرىپلىرىدىن ئايرىپ، ئۈستىگە خىيار شەنبەرنى چالا سوقۇپ سېلىپ، قول بىلەن ئۇۋۇلاپ، يۇمشىغاندىن كېيىن ئېرىتىپ شېكەر سېلىپ، بىر سائەت توختىتىپ، خىيار شەنبەر، شېكەرلەر ئېرىپ بولغاندىن كېيىن سىقىپ، ئاندىن ۋارونكىدا سۇزۇپ تەييارلىنىدۇ. ئارقىدىن بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئۇچەيدىكى قاتتىقلىقلارنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قورساق ئاغرىقى، قۇلۇنجى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ بىر كىشىلىك مەتبۇخ بولۇپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە 4 ~ 5 قېتىمدىن ئۇچ كۈن ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ئەرەستۇ

تەركىبى: ھوماما 60 گرام، ئەپيۇن، قېلىن دارچىن ھەربىرى 12 گرام، ئاقاقىيا، قارامۇچ، گۈڭگۈرت سېرىقى، سۇنبۇل ھەربىرى 10 گرام، ئاقىرقەرھا، پەرپىيۇن، زەپەر ھەربىرى توققۇز گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، ئۇچەي يارىسى، ئۇچەي سىلى خاراكتېرلىك ئىستىسقا، قۇلۇنجى ۋە بالىياتقۇ كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجى ۋە ئۇچەي يارىسىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى تەمرى

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئايرىلغان خورما، بادام مېغىزى، سۇزاپ ياپرىقى ھەربىرى 18

گرام، زەنجۈبىل، ئاقمۇچ ھەربىرى 60 گرام، سوقمۇنىيا 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، خورمىنى سىركىگە بىر سوتكا چىلاپ سوقۇپ، مەزكۇر تالقان بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئارقىدىن كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى تۇرۇپ لاشە

تەركىبى: تۇربۇت، سوقمۇنىيا ھەربىرى 30 گرام، لاچىندانە، گۈلدارچىن، سازەج ھىندى، پىلپىل، قارىمۇچ، زەنجۈبىل، بەرەڭگى كابىلە (ئاقلانغان)، قەلەمپۇر ھەربىرى ئۈچ گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۇنبۇل، زەپەر، مەستىكى ھەربىرى ئىككى گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئېغىر دەرىجىدىكى قۇلۇنجىنى دەرھال ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالتە گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى راھەت II

تەركىبى: سوقمۇنىيا 30 گرام، قارىمۇچ، پىلپىل، زەنجۈبىل، زىرە، سۇزاپ، خولنجان، گۈلدارچىن ھەربىرى 10 گرام، ھەسەل 300 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان، ئۇچەي ھەزىمى ناچارلىقىدىن بولغان قەۋزىيەتنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەزىمنى ياخشىلاش، چوڭ تەرەتنى بوشىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام، بالىلارغا ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1.5 گرام، بەدىيان سۇيى بىلەن بىللە ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ.

مەجۇنى سانا

تەركىبى: سانا، بىنەپشە ھەربىرى 100 گرام، قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابىلە پوستى، بادام يېغى، زاراڭزا ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 60 گرام، قىزىلگۇل، بىستىپايەج، نىشاستە، مەھمۇدە، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىغا ناھايىتى ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. مۇنزىجدىن كېيىن بېرىلسە، سەۋدا ماددىلىرىنى تولۇق سۇرىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان كېسەللەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى سەكبىنەج

تەركىبى: سەكبىنەج، كەرەپشە ئۇرۇقى، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى بىر ھەسسىدىن ، سوقمۇنىيا يېرىم ھەسسە، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: سوقمۇنىيانى بادام يېغىدا سۇرۇپ، سەكبىنەجنى ھەسەل بىلەن ئېرىتىپ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى كۇندۇر مۇمسىك

تەركىبى: مەستىكى، كۇندۇر، جۇپتى بەللۇت، بەزرۇلبەنجى ھەربىرى 30 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چوڭ تەرەتنىڭ سوغۇقتىن سۈيۇقلىشىپ كېتىشىنى توزدۇرىدۇ. ئىشتىھانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، كاۋاپ بىلەن ئالتە گرام يېيىلىدۇ.

مەجۇنى مۇسھىل مۇرەككەپ

تەركىبى: تۇربۇت ئۇچ گرام، مەستىكى، زەنجىۋىل، پىلپىل، قارىمۇچ، دارچىن ھەربىرى ئىككى گرام، سوقمۇنىيا بىر گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چوڭ تەرەت ۋە يەلدىن بولغان قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ. شۇ سەۋەبتىن ھوشىدىن كەتكەن ئاغرىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى : بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى زەرپ

تەركىبى: موزا، يىگلەپ ئۆزى چۇشكەن ئانار، ئانار گۈلى، خەرنۇپ، سۇماق، كۈندۇر، سەمغى ئەرەبى، مۇرمەككى، زەپەر تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: قائىدە بويىچە ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: كونىرىغان قورساق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئادەتلەنگەن ئىچ سۇرۇشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سۇماق

تەركىبى: موزا ئالتە گرام، سۇماق ئۇچ گرام، ئانار پوستى ئىككى گرام.

تەسىرى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئۇچەينىڭ قۇۋۇتى ماسكە ئاجىزلاشقاندىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 10 دانە ئىستېمال قىلىپ، ئارقىدىن يېرىم پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى يەيدۇ.

هەببى قۇلۇنجى

تەركىبى: ئەنجۇر 100 دانە، تەرەنجىبىن 30 گرام، شۇمشا، زىغىر، قارا سۇنا ئۇرۇقى، بابۇنە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، ئابدىملىك يېغى 15 مىللىلىتىر، كۇنجۇت يېغى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، ئىلمان ھالدا كىلىزما قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

هەببى قۇلۇنجى سابۇنى

تەركىبى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: تەرەنجىبىن، سانا سۇيىگە سوپۇننى ئېزىپ كىلىزما قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

هەببى مۇسەككىن

تەركىبى: مىئەسائىلە، مارجان، زەپەر، بەزرۇلبەنجى ھەربىرى ئۇچ گرام، ئەپيۇن ئىككى گرام، قۇندۇز قەھرى 1.5 گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇسۇش بىلەن بىرگە كېلىدىغان قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى ھەببۇلمۇلۇك

تەركىبى: تۇربۇت 30 گرام، سەبرە 15 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلە پوستى ھەربىرى توققۇز گرام، تۇز، سوقمۇنىيا ھەربىرى ئالتە گرام، مەستىكى، زەپەر، سازەج ھىندى، قۇستە، سەلىخە، رەۋەن، سۇنبۇل، زەنجىۋىل، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇ-

قى، قەلەمپۇر، دارچىن، قارىمۇچ، لاچىندانە، كەتىرا، قاقىلە ھەربىرى ئىككى گرام، ئىپار بىر گرام.

ياسلىشى: گۈلاب بىلەن ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ. قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇژاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ھەنزەل

تەركىبى: شەھمەنزەل 10 گرام، سەكبىنەج، شىبرىم ھەربىرى 12 گرام، ئەندىرانى تۇزى ئالتە گرام (شىبرىمنىڭ ئورۇنباسارى ئىككى ھەسسە مازەرىيۇن).

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇسۇش بولمىغان قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئىسرائىل

تەسىرى: شىبرىم، سەكبىنەج ھەربىرى توققۇز گرام، ئەنزىرۇت، شەھمەنزەل ھەربىرى بەش گرام، سوقمۇنىيا ئۈچ گرام، ھەسەل مەلۇم مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ۋە سۈرگۈچى دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى نانخا

تەركىبى: جۇڭنە بىر كىلوگرام، سۇ بەش لىتىر.

ياسىلىشى: جۇڭنىنى تاسقاپ پاكىزلاپ، پار قازىنىغا سېلىپ، بەش لىتىر سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ، پارغا ئايلاندۇرۇپ ئەرەق تارتىلىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: بەدەننى قۇرۇتۇش، يەللەرنى ماڭدۇرۇش، ئىچنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەت، پالەچ، قول تىترەش، پەينىك بوشىشىپ كېتىشى، كۆز ئاغرىقى، قۇلاق ئاغرىقى، قۇلاق ئېغرىلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 5 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 5 ~ 7 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 7 ~ 12 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

جاۋارىش سەپەرجىلى مۇسھىل

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: بېھى سۇيى بىلەن ھەسەلنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ قويۇلدۇرغاندىن كېيىن، تۇربۇتتىن 90 گرام ، سوقمۇنىيادىن 30 گرام، مەستىكى، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، جويۇز، ئامىلە جەۋھىرى (سوك) قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قۇلۇنجىغا گىرىپتار بولغان بىمار تاماقتىن كېيىنلا قەي قىلىشقا مەجبۇر بولغاندا، بۇ دورىنى يېسە، دەرھال ئۇچەي توسالغۇسىنى ئېچىپ ئىچىنى سۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىچىلىدۇ.

جاۋارىش نارمىشكى قۇلۇن

تەركىبى: سوقمۇنىيا 36 گرام، لاچىندانە، نارمىشكى، گۈلدارچىن ھەربىرى 24 گرام،

زەنجۈبل، قارىمۇچ، ئاقمۇچ ھەربىرى 18 گرام، قەنت 120 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئېچىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى: ئىچىنى يۇمشىتىپ، قورساق كۆپۈشنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام يېيىشكە بېرىلىدۇ.

رەۋغىنى بىدانجىر

تەركىبى: ئابدىمىلىك (بىدانجىر) مۇزاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ئابدىمىلىكنى پوستىدىن ئايرىپ، ئازراق قورۇپ، چالا سوقۇپ، چىلاشقۇدەك سۇ بىلەن قاينىتىپ، كۆپۈكىنى تولۇق ئېلىپ، بۇ يىغىلغان كۆپۈكنى يەنە قاينىتىپ يېغى ئېلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: پەينى يۇمشىتىش، ئىچىنى بوشىتىش، تومۇرلارنى ئېچىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى : پەينى يۇمشىتىش، قەۋزىيەتنى بوشىتىش، تومۇرلاردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، باش ئاغرىقىنى يوقىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ سۇركەشكە بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئابدىمىلىك پوستىنى سويۇپ، ئىچىدىكى تىلىنى ئايرىپ تاشلاپ (5 ~ 10 تالغىچە) مائۇلھەسەل بىلەن ئىچسە، ئىچىنى سۇرۇپ بەدەندىكى ھۆللۈكنى چىقىرىدۇ. ئابدىمىلىكنىڭ ئۆزىنى سوقۇپ سۆگەلگە قويۇلسا سۆگەلنى چۈشۈرىدۇ. بۇ دورىلارنى ئىچكەندە ئىشتىھانى كېمەيتىدۇ. كۆڭۈلنى ئىلىشتۇرۇپ قەي پەيدا قىلىدۇ. يۇقىرىدىكى ئەھۋاللار يۈز بەرسە، پىننە، مەستىكى، كەتىرانى سوقۇپ بەرسە يۇقىرىقى ئەھۋالىنى تۈزىتىدۇ.

سۇفۇپى تۇربۇت

تەركىبى: تۇربۇت 15 گرام، بادام مېغىزى 10 گرام، زەنجۈبل، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام، قەنت 30 گرام.

ياسىلىشى: ھەممىسىنى سوقۇپ تالقانلاپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان، ئۇچەيدىكى شىرنىسمان خىلىتلارنى تازىلايدۇ. تەرەتنى يۇمشىتىدۇ. يەللەرنى تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەت بولۇپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن، بالىلارغا كۈندە بىر قېتىم، 1.5 گرامدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجۈبىل مۇسھىل

تەركىبى: تۇربۇت 60 گرام، ئوغرىتىكەن شىرنىسى 900 مىللىلىتىر، ئەنسىل سىركىسى، سۇ مەلۇم مىقداردا، قەنت 560 گرام.

ياسىلىشى: شېكەر، سىركە، سۇلارنى قاينىتىپ كۆپۈكىنى ئېلىپ، ئوغرىتىكەننىڭ شىرنىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. تۇربۇتنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كىچىك خالتىغا ئېلىپ، يۇقىرىقى قاينىتىمغا سېلىپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ (بۇ جەريانىدا تۇربۇت سېلىنغان خالتا پات ـ پات مىجىت تۇرۇلىدۇ) قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز بەلغەمنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەمي شوردىن بولغان قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 30 ~ 45 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى بىستىپايەج

تەركىبى: بىستىپايەج 25 گرام، ئۈزۈم شەربىتى بىر لىتىر، قەنت 600 گرام.

ياسىلىشى: سوقۇلغان بىستىپايەج داكا خالتىغا ئېلىپ، ئۈزۈم شەربىتىگە سېلىپ، بېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قولۇنجىنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋدا ماددىسىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئارام بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەۋدادىن بولغان ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرى، مېڭە ئاغرىقى، قەۋزىيەت، بوۋاسىر كېسەللىكلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىچىلىدۇ.

شەربىتى تەرەنجىبىن

تەركىبى: پاكىز، ياخشى تەرەنجىبىن، سۇ مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: تەرەنجىبىننى سۇدا قاينىتىپ قىيام قىلىپ، ئازراق سوقمۇنىيا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ، سەپرانى سۇرۇپ چىقىرىدۇ، هارارەتنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەتنى بوشىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەهۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سانا

تەركىبى: تازىلانغان سانا 60 گرام، سەرپىستان 60 دانە، چىلان 30 دانە، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى ھەربىرى 18 گرام، گۈلبىنەپشە، قىزىلگۈل، گاۋزىبان، نىلۇپەر ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قايناتىپ، تەرەنجىبىن بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى: بۇ، مۆتىدىل تەبىئەتلىك سۇرگە بولۇپ، نورمالسىز سەپرا، بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتلىرىنى سۇرۇپ چىقىرىدۇ، يۇرەكنى كۈچەيتىدۇ، نېرۋا كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەتنى بوشىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 15 ~ 30 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سەرپىستان

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: دانىسى خىل سەرپىستاندىن 100 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇدا قاينىتىپ، سىقىپ، 700 گرام قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ. ئۇچەيگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ. بەلغەم بوشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، بەلغەم بوشىتىپ يۆتەل توختىتىش، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا كۈندە بەش قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى سوقمۇنىيا

تەركىبى: سەلىخە (قېلىن دارچىن) 23 گرام، سوقمۇنىيا 14 گرام، سىركە 2.9 لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى خالتىغا ئېلىپ، سىركىگە بەش سوتكا چىلاپ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز سەپرانى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەتنى بوشىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ تاماقتىن ئىلگىرى قاينىق سۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ.

شەربىتى شاھتەررە I

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، تەمرى ھىندى ھەربىرى 90 گرام، چىلان، سەرپىستان ھەربىرى 60 دانە، ئەينۇلا 30 دانە، قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابىلە، سانا، گاۋزىبان، بىستىپايەج، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشان ھەربىرى 60 گرام، گۈلبىنەپشە 21 گرام، زىرىخ، نىلۇپەر ھەربىرى 15 گرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى شاھتەررە سۈيىگە بىر سوتكا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قايناتىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، نورمالسىز بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ. تەمرەتكە، قىچىشقاق، جۈزام قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ. خىلىتلارنىڭ تەڭپۇڭلۇقىنى ساقلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەت ۋە ئومۇمىي بەدەن بىئاراملىنىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 21 ~ 60 مىللىلىتىرغىچە ئېلىپ، مائۇلجەبىن بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى شاھتەررە II

تەركىبى: سىرىق ھېلىلە پوستى، تەمرى ھىندى (ئۇرۇقچىسىدىن ئايرىلغان) ھەربىرى 90 گرام، چىلان، سەرپىستان ھەربىرى 50 دانە، ئەينۇلا 30 دانە، ھېلىلە كابىلە پوستى، قارا ھېلىلە، گاۋزىبان، سانا، بىستىپايەج، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشان ھەربىرى 60 گرام، گۈلبىنەپشە 21 گرام، قىزىلگۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى سىرىقچىچكى 15 گرام، نىلۇپەر 10 گرام، سىرىق ئوت ئۇرۇقى تۇققۇز گرام، كۆك شاھتەررە سۇيى 2.7 لىتىر، تەرەنجىبىن ياكى قەنت مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: شەربەت تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: تەرەتنى بوشىتىدۇ، نورمالسىز سەۋدا ۋە كۆيگەن خىلىتلارنى تازىلايدۇ، قوتۇر، تەمرەتكە، جۇزام قاتارلىق تېرە كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەتكە ھەمدە بەزى تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم، بەزى 60 مىللىلىتىردىن ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: خىيار شەنبەر، مەھمۇدە، مائۇلجەبىن قوشۇپ ئىچسە، ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى.

شەربىتى مۇلەييىن

تەركىبى: چىلان، سەرپىستان ھەربىرى 30 گرام، گۈلبىنەپشە، قىزىلگۈل ھەربىرى 20 گرام، گاۋزىبان 15 گرام، ئىسپىغۇل 10 گرام، بېھى ئۇرۇقى ئالتە گرام، قەنت 20 گرام.

ياسىلىشى: بېھى ئۇرۇقى بىلەن ئىسپىغۇلنى ئايرىم - ئايرىم قاينىق سۇغا چىلاپ، شىرىسىنى چىقىرىپ، يۇقىرىقى بەش خىل دورىنى ئىككى لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، چىقىرىلغان شىرىنى قوشۇپ قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: ئۇچەينى ھۆللەشتۇرۇپ قەۋزىيەتنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. سەپرانى كېسىپ خەفەقانىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆچلۈك سۇرگە ئىشلىتىشكە بولمايدىغان ئەھۋالدا يەڭگىل سۇرگە ئورنىدا قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ، بالىلارغا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ھېلىلە

تەركىبى: تەرەنجىبىن 150 گرام، چوڭ سېرىق ھېلىلە 100 دانە، سوقمۇنىيا ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: ھېلىلىنى مەلۇم مىقداردا سۇغا چىلاپ، ئۈچ كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ، سۈيىنى باشقا قاچىغا تۆكۈۋېلىپ يەنە سۇ قۇيۇپ، قايتا ئاپتاپتا قويۇپ، جەمئىي ئۈچ قېتىم تەكرارلاپ، شۇ ئۈچ قېتىملىق سۈيىنى تەرەنجىبىن بىلەن قىيام قىلىپ، ئۈستىدىن سوقمۇنىيانى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى : تەرەتنى يۇمشىتىدۇ، ئىسسىقتىن بولغان تەپ ۋە ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەتنى ياخشىلاش ۋە بۇزۇق ھۆللۈكلەرنى چىقىرىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 45 ~ 60 مىللىلىتىرغىچە ئىچىلىدۇ.

شورپائى مۇلەييىن

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: قېرى خورازنى بوغۇزلاپ، تازىلاپ پىشۇرۇپ، شورپىسىغا سوقۇلغان بىستىپايەج 15 گرام سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئۇچەيدىكى كۆيگەن سەۋدانى ھەيدەپ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ. ئۇچەي دىۋارلىرىنى سىلىقلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەت بولۇپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۈچ كۈنگىچە ھەر كۈنى ئۈچ قېتىم شورپىسىنى ئىچىپ گۆشىنى يەيدۇ.

شیافی تەلبین

تەرکیبی: قەنت ئىككى ھەسسە، ئاق تۇز بىر ھەسسە.

ياسلىشى: قەنت ۋە تۇزنى چۆمۇچكە سېلىپ، چوغنىڭ ئۈستىگە قويۇپ، تۇز ئېرىپ قالمىتۇل سېرىق رەڭگە كىرگەندە چۆمۇچنى ئوتتىن دەرھال ئېلىپ، پاكىز تاختايغا تۆكۈپ، قول بىلەن ئۇچى ئۇچلۇق، تۇۋى يوغان شامچە تەييارلاپ، مەقئەتكە تېقىپ قويۇلىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئىچىنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىچىنى كەلتۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر دانە شىيافنى كۈنجۈت يېغىدا ياغلاپ، شىيافنى چۈشۈق بىلەن تۆت سانتىمېتىر ئەتراپىدا مەقئەتكە كىرگۈزۈپ قويۇلىدۇ (مەقئەت ياغلىنىدۇ).

شیافی خیار شەنبەر

تەرکیبی: خىيار شەنبەر 30 گرام، سانا 15 گرام، تۇز 10 گرام، بىنەپشە، ئاق لەيلى ھەربىرى ئالتە گرام، شېكەر 30 گرام.

ياسلىشى: ئۈچ خىل ئۆسۈملۈك دورىنى 300 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ، شىرىسىنى چىقىرىپ سۈزۈپ ئېلىنىدۇ. خىيار شەنبەر بىلەن قارا شېكەرنى قاياناق سۇغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ سۈزۈلمىگە قوشۇپ، ئۈنىڭغا تۇز قوشۇپ شامچە ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئۇچەيدىكى توسالغۇنى ئاچىدۇ. قەۋزىيەتنى يوقىتىدۇ. ئۇچەي مەنبەلىك قەۋزىتمىنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەت بولۇپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، بالىلارغا بىر قېتىم، تەرەت راۋانلىشىپ بولغۇچە مەقئەتكە كىرگۈزۈپ ئۇچ سائەت قويۇلىدۇ.

شیافی مۇلەييىن

تەرکیبی : ئەفسەنتىن، شەھمەنزەل، ھېلىلە ئۇرۇقى ۋە مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، شېكەر قىيامى 50 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر قېيامى بىلەن قاتتىقراق يۇغۇرۇپ پىلىكچە ياسلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان قەۋزىيەتنى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈمگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: شامچىدىن بىر دانە ئېلىپ مەقئەتكە كىرگۈزۈپ 3 ~ 6 سائەت تۇرغۇزۇلىدۇ.

قۇرسى مۇسھىل

تەركىبى: بىنەپشە، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، كاسنە ئۇرۇقى، نېلۇپەر، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 10 گرام، ئىسپىغۇل ئالتە گرام، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، قىزىلگۈل، تاباشىر، نىشاستە، كەتىرا، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ھەببۇلمۇلۇك ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرۇس قىلىنىدۇ.

تەسىرى: چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەت سەۋەبىدىن قورساق كۆپۈپ ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا يېرىم دانە ئېلىپ، سېرىقماي بىلەن بىللە چاي قىلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى بەك ئورۇق كىشىلەرگە، ھامىلىدار ئاياللارغا، گۆدەك بالىلارغا بەرمەسلىك كېرەك.

قۇرسى ئىلاۋۇس

تەركىبى: ئەفسەنتىن 30 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئەپيۇن، غارىقۇن، دارچىن ھەربىرى 20 گرام، گۈلدارچىن، مۇرمەككى، قارىمۇچ، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل 300 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى ئۆز گۈرۈپپىسى بىلەن ئايرىم سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، 300 مىللىلىتىر ھەسەلنى قىزىتىپ، كۆپۈكىنى ئېلىپ يۇغۇرۇپ قۇرس ياسلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئون ئىككى بارماق ئۆچەي توسالغۇسىنى ئېچىپ يەل تارقىتىدۇ. تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ، ئاغرىق يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى دەسلەپكى باسقۇچتىكى يوقىتىپ ۋە بىمارغا ئارام بېرىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەتبۇخى ئەينۇلا

تەركىبى: ئەينۇلا 20 دانە، تەمرى ھىندى 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى بىر لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، 30 گرام قەنت سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قىزىتما پەسەيتىدۇ، تەرەتنى بوشىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە كەچتە 15 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى ئۇد

تەركىبى: ئۇد، قاقىلە ھەربىرى ئۈچ گرام، ئامىلە جەۋھىرى، ئىپار، قەلەمپۇر، جويۇز، سۇنبۇل، لاچىندانە، زەنجىۋىل، مەستىكى، رەيھان ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، زەپەر ھەربىرى ئىككى گرام، ئىپار بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر خالتىغا ئېلىپ، ئازراق ھۆللەپ ئېغىزىنى بوغۇپ، ئۈزۈم سۈيىگە سېلىپ سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ ھەمدە خالتا پات ـ پات مىجىپ تۇرۇلىدۇ. تەمى ئوبدان چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ شىشە قاچىغا ئېلىپ ساقلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، ھەرخىل نورمالسىز ماددىلارنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى ئۇننات

تەركىبى: تەمرى ھىندى 60 گرام، قىزىل قۇرۇق ئۈزۈم 45 گرام، ئەينۈلا 30 دانە، چىلان 10 دانە، شاھتەررە 15 گرام، تۇربۇت توققۇز گرام، رۇم بەدىيان، مەستىكى ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسلىشى: تەمرى ھىنددىن باشقا دورىلارنى مۇۋاپىق مىقدارداىكى سۇغا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، تەمرى ھىنددىنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسرى: نورمالسىز سەپرا ۋە بەلغەم خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ. مېڭە ۋە ئومۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى بىنەپشە

تەركىبى: تۇربۇت، تەرەنجىبىن، پۇنۇس ھەربىرى 60 گرام، بىنەپشە، بادام مېغىزى ھەربىرى 30 گرام، مەستىكى، رۇببىسۇس ھەربىرى 15 گرام، قەنت 300 گرام.

ياسلىشى: يېرىم لىتىر سۇ بىلەن تەرەنجىبىن ۋە پۇنۇسنىڭ شىرىسىنى ئېلىپ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ، ئۇستىگە سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن دورىلار تالقىنى سېلىپ، قوچۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسرى: قۇلۇنجىنى ئېچىپ سەپرا ۋە بەلغەمنى سۈرىدۇ. بەلغەم بوشىتىپ يۆتەل پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ. سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام، بالىلارغا كۈندە بىر قېتىم، ئۇچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى تۇربۇت

تەركىبى: تۇربۇت 100 گرام، سوقمۇنىيا 30 گرام، قاقىلە، لاچىندانە، زەنجىۋىل،

دارچىن، گۈلدارچىن، نارمىشكى، قەلەمپۇر، مەستىكى، پىلپىل، قارىمۇچ ھەربىرى 15 گرام، قارا شېكەر 100 گرام، ھەسەل بىر لىتىر.

ياسىلىشى: ھەسەلنى ئېرىتىپ شېكەرنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە يۇقىرىقى دورىلار سوقۇلمىسىنى تۆكۈپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئۈچەيدىكى توسالغۇنى ئاچىدۇ. ئۈچەي ۋە ئاشقازاندىكى ئوفۇنەتلەنكەن بەلغەم، كۆيگەن سەپرا قاتارلىقلارنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۈچەيدىكى توسالغۇنى ئېچىش، ئۈچەينى تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى خىيار شەنبەر

تەركىبى: خىيار شەنبەر 100 گرام، سوقمۇنىيا 50 گرام، بىنەپشە، تۇربۇت ھەربىرى 30 گرام، رۇببىسۇس 25 گرام، تۇز 20 گرام، ئارپىبەدىيان، مەستىكى ھەربىرى 15 گرام، بادام يېغى 100 مىللىلىتىر ياكى گۈل يېغى 100 مىللىلىتىر، قەنت 100 گرام، ھەسەل 200 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: قەنتنى قىيام قىلىپ ھەسەلگە قوشۇپ، ياغنى قۇيۇپ، ئارقىدىن دورىلار تالقىنىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئۈچەيگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ، نورمالسىز سەپرانى سۈرۈپ چىقىرىدۇ، سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قۇرۇقلۇقتىن بولغان سەپرالىق قۇلۇنجىنى داۋالاش مەقسىتىدە سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى زاراڭزا

تەركىبى: زاراڭزا مېغىزى 100 گرام، ياخشى پىشقان ئەنجۇر 50 گرام.

ياسلىشى: زاراڭزا مېغىزىنى ئەنجۇر بىلەن ھاۋانچىدا سوقۇپ خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى : ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئۇچەينى ھۆللەشتۈرۈپ قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ. يەلنى تارقىتىپ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەت، قۇرۇق قورساق ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى مۇسھىل

تەركىبى: ئەينۇلا، تەمرى ھىندى ھەربىرى 150 گرام، چىلان، سەرپىستان، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن ئۈزۈم ، تەرەنجىبىن ھەربىرى 90 گرام، سېرىق ھېلىلە، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، ئەفسەنتىن، بىنەپشە ھەربىرى 45 گرام، قىزىلگۈل 30 گرام، تاباشىر، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، سوقمۇنىيا، نىشاستە ھەربىرى 15 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشىبار ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، سەندەل (سېرىق) ھەربىرى 12 گرام، شېكەر بىر ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ياسلىدۇ.

تەسىرى: ھەرخىل تېپىتكى ئۆتكۈر خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ. جۈزام ۋە تەپلەرگە شىپا بولىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەدەندە خىلىتلار تەڭپۇڭسىزلىقى تۈپەيلىدىن كېلىپ چىققان قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئايارەج

تەركىبى: ئايارەج پەيقىرا، ئەفتىمۇن ھەربىرى 23 گرام، غارىقۇن 11 گرام، شەھمەنزەل بەش گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: ئاشقازان، ئۇچەي، بوغۇملار ۋە بارلىق ئەزالارنى كېرەكسىز سۇيۇقلۇقلار ھەمدە بۇزۇق بەلغەم ماددىسىدىن تازىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قاينىق سۇ بىلەن كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئاپاۋىيە

تەركىبى: مەستىكى، قەلەمپۇر، زەنجۇبىل، دارچىن، قارىمۇچ، نارمىشكى، نىيا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى ئالتە گرام، شېكەر 50 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يالپۇز ئەرقى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.2 گرام مىقدارىدا كۇمىلاچ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: قويۇق خىلىتلارنى تازىلاش، قورساق كۆپۈپ ئاغرىشلارنى پەسەيتىش، ئىچنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرىگە، يەل ھەم قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە ئۇچ دانە، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە بەش دانە، 10 ياشتىن چوڭلارغا 7 ~ 10 دانە ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ھەببى ئەنجۇر

تەركىبى: ئارپىبەدىيان، سېرىق ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، مۇقەل ھۇزۇز، ئەنجۇر قېقى ھەربىرى 20 گرام، كۇدە ئۇرۇقى بەش گرام، يېمىش ئۇزۇم 25 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئايرىم سوقۇلغان يېمىش بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ، 0.3 گرامىلىق ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: قەۋزىيەتنى بوشىتىدۇ. تۇز ئۇچەي ئۆسمىسىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. يەل ھەيدەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قەۋزىيەت، بوۋاسىر ۋە ئۇچەي كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم، بالىلارغا 2 ~ 3 دانە، چوڭلارغا 5 ~ 10 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

هەببى تاباشىر مۇلەيىين

تەركىبى: بىنەپشە گۈلى، تەرەنجىبىن ھەربىرى 40 گرام، تاباشىر، سېمىزئوت ئۈرۈقى، بۇغداي كراخمالى ھەربىرى 20 گرام، قىزىلگۈل، قاپاق ئۈرۈقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۈرۈقى مېغىزى، ئاقلانغان يۇمغاقسوت ئۈرۈقى ھەربىرى 15 گرام، كەتىرا، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قىيامى، نېلۇپەر ھەربىرى 10 گرام، ئاق سەندەل ئۇچ گرام، زەپەر 1.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئارپا سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.5 گرامدىن كۇمىلاچ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرىدۇ، قان تازىلايدۇ، قەۋزىيەتنى بوشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، بالىلارغا 10 دانە، چوڭلارغا 15 ~ 20 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

هەببى دىدان I

تەركىبى: قارا زىرە، بەرەڭگى كابىلە، دەرمەنە تۇركى، تۇربۇت، ئەفسەنتىن، زەنجىۋىل، كەتىرا، سەبرە سوقۇتىرى ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شاپتۇل يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گرامدىن كۇمىلاچ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئۇچەيلەردىكى قىلقۇرتلارنى ھەيدەش، قەۋزىيەتنى بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئۇچەيلەردىكى قىلقۇرتلارنى چۇشۇرۇش ئۇچۇن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بالىلارغا 5 ~ 7 دانە، چوڭلارغا 7 ~ 10 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

هەببى دىدان II

تەركىبى: ھۇزۇز، پوستى ئېلىنغان ھىڭ، سەبرە سوقۇتىرى ھەربىرى ئىككى گرام، قا

رەمۇچ بىر گرام، شاپتۇل يوپۇرمىقى سۇيى ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شاپتۇل يوپۇرمىقى سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.2 گراملىق كۇمىلاچ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: قىلقۇرتلارنى چۇشۇرىدۇ. قەۋزىيەتنى بوشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كىچىك بالىلاردىكى قىلقۇرتلارنى چۇشۇرۇش، قەۋزىيەتنى يۇمشىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ 1 ~ 10 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى زەنجۇبىل

تەركىبى: زەنجۇبىل، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، پىلپىل، شىبرىم، قەنت تەك مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تاماق سىڭدۇرۇپ قۇرۇق كېكىرىشنى يوقىتىدۇ. تەرەتنى يۇمشىتىپ، قورساق كۆپۈشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىسھالنى توختاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى

جاۋارىش خەرنۇپ

تەركىبى: ھەببۇلئاس 60 گرام، خەرنۇپ تىبەتى، بەللۇت، ئانارگۈلى، سىركە سالغان ئۇزۇمنىڭ ئۇرۇقى، ئانار ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، بېھى ئۇسارىسى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى يىرىك سوقۇپ، بېھى ئۇسارىسى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ. ئاشقازان، ئۇچەيلەرنى قۇۋۇتلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش سۈماق

تەركىبى: سۈماق 60 گرام، ھەببۇلئاس 30 گرام، ئانارگۈلى، سەمغى ئەرەبى، ئانار ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، خەرنۇپ ئۇچ گرام، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن ئۇزۇم ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى يىرىك سوقۇپ، ئېزىلگەن ئۇزۇم بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش كافۇر

تەركىبى: ئالما ئۇرۇقى، جىگدە ئۇرۇقى، زىرىخ ھەربىرى 30 گرام، قىزىلگۈل 24 گرام، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى 21 گرام، ئامۇت ئۇرۇقى 18 گرام، زەپەر، شاھبەللۇت ھەربىرى 15 گرام، تاباشىر، كەھرىۋا، فۇپەل ھەربىرى 12 گرام، كافۇر توققۇز گرام، ئانار ئۇرۇقى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يىرىك سوقۇپ، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ. قىزىتمىنى پەسەيتىدۇ، ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

زىمادى تاباشىر

تەركىبى: قىزىلگۈل 15 گرام، ھەببۇلئاس، ئانارگۈلى، موزا، زەمچە، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، ئامۇت غازىڭى، قىزىل لوۋيا ھەربىرى 10 گرام، تاباشىر ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۇ بىلەن نەمدەپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۇرۇش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: قورساق سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

زىمادى سۇنبۇل

تەركىبى: ئانار پوستى، ئامىلە ھەربىرى 50 گرام، سۇنبۇل، قەسبۇزەربىرە، ئەفسەنتىن، كۇندۇر، مەستىكى، لادەن، ئامۇت غازىڭى، قىزىلگۇل، سەندەل ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كونا ھاراق بىلەن يۇغۇرۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۇچەي ۋە ئاشقازان ھەزىمى ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارداقورساقتا چېپىلىدۇ.

سۇفۇپى بەللۇت

تەركىبى: ھەببۇلئاس 21 گرام، خەشخاش ئۇرۇقى، سۇماق ھەربىرى 18 گرام، موزا، ئانار پوستى ھەربىرى 12 گرام، شاھىبەللۇت توققۇز گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچ سۇرۇشنى شۇ سائەتتىلا توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۇندە بىر قېتىم، ئالتە گرام ئىپلىپ سوغۇق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى پوستى ئانار

تەركىبى: ئانار پوستى، موزا، قۇرۇتۇلغان ئاق نان ھەربىرى ئالتە گرام ، كۇندۇر ئۇچ گرام، بەزرۇلبەنجى ئىككى گرام، ئەپيۇن 0.1 گرام، قەنت 30 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، 30 گرام قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئادەتتىكى ئىچ سۇرۇشنى ۋە دورا تەسىردىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا ئالتە گرام ئېلىپ ئانار سۈيى بىلەن، بالىلارغا ئۈچ گرام ئېلىپ بېھى سۈيى ياكى سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى تاباشىر

تەركىبى: تاباشىر، ئانار ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، ئاق مەستىكى، ئامۇت غازىكى، قىزىلگۈل، گىل ئەرمىنى ھەربىرى 10 گرام، قەنت 50 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە. شۇ مەقسەتتە چوڭلار ۋە كىچىك بالىلارغا ئوخشاشلا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بېھى شەربىتى ياكى ئانار شەربىتى بىلەن ئىچسە تېخىمۇ مەنپەئەتلىك.

سۇفۇپى تاباشىر قابىز

تەركىبى: تاباشىر، ئانار ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، مەستىكى، ھەببۇلئاس، قىزىلگۈل، گىل ئەرمىنى تەڭ مىقداردا.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بالىلاردىكى ئىچ سۇرۇشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە كەچتە ئىككى گرام ئېلىپ بېھى شەربىتى، ئالما شەربەتلىرى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى تۇخۇمى ئانار مۇرەككەپ

تەركىبى: ئانار ئۇرۇقىنىڭ قورۇلمىسى 30 گرام، بەللۇت، سۈماق، زىرە، ھەببۇلئاس، جىگدە تالقىنى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، خەرنۇپ ھەربىرى 15 گرام، ئۇد خام، ئامىلە ھەربىرى ئۈچ گرام، قەنت 100 گرام.

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئاشقازان ۋە ئۇچەينىڭ ھەزىم خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ. ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈفۈپى رەيھان

تەركىبى: ئىسپىغۇل 60 گرام، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 45 گرام، رەيھان ئۇرۇقى، پەتەڭگان ئۇرۇقى، ھەببۇلئاس، خەشخاش ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام.

ياسىلىشى: ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارنى تالقانلاپ، ئىسپىغۇلنىڭ لوئابىدا نەمدەپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىچىدىن قان ـ يىرىڭ كېلىش، قورساق تولغاپ ئاغرىش ۋە ئىچ سۇرۇشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تولغاقتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى روناس

تەركىبى: سەئدى كۈفى، كۈندۇر، ھەببۇلئاس، خەشخاش ئۇرۇقى تەڭ مىقدارda.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، مەلۇم مىقدارىدا ئانا سۈتى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان ـ يىرىڭ ئارىلاش ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى زەرپ

تەركىبى: خەرنۇپ، بېھى ئۇرۇقى، زىرە، سۇماق، كۆكنار ئۇرۇقى، ھەببۇلئاس، مەستەكى، بەللۇت، قۇرۇق يۇمغاقسۈت تەڭ مىقدارىدا.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ، ئاشقازان تۆۋەنلەش، ئۇچەي ئاجىزلىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۇچ گرامدىن ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى زەھرە I

تەركىبى: موزا، بەللۇت، قەلەمپۇر، ئانار گۈلى ھەربىرى 15 گرام، قورۇلغان قۇرۇق يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، سۇماق، قۇندۇز قەھرى، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، كەھرىۋا، بىخ مارجان ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت 50 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سوقۇلغان قەنت ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە، چوڭ ـ كىچىك تەرەتتىن قان كېلىشنى توختىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام بېرىلىدۇ. ئۇچ ياشتىن چوڭ بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈفۈپى زەھرە II

تەركىبى: قورۇلغان قىچا 30 گرام، زىغىر قورۇلمىسى، ئىسپىغۇل قورۇلمىسى

ھەربىرى 10 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى قورۇلمىسى، ئاموت ئۇرۇقى ھەربىرى سەككىز گرام، گىل ئەرمىنى يەتتە گرام، سەمغى ئەرەبى ئۇچ گرام، قەنت 50 گرام.

ياسلىشى: ئىسپىغۇل ۋە ئاموت ئۇرۇقىدىن باشقىلىرىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سوقۇلغان قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوۋاسىردىكى يېقىمسىزلىقنى يوقىتىدۇ، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ. كۆتەن ئۇچەي ئاغرىقى، قۇرۇق ئىنجىقلارنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، چوڭلارغا ھەرقېتىمدا ئۇچ گرام، بالىلارغا ھەرقېتىمدا بىر گرام ئېلىپ، سېمىزئوت شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى سەمغى ئەرەبى

تەركىبى: ئىسپىغۇل، رەيھان ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قىچا، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ھەربىرى 21 گرام، سەمغى ئەرەبى، گۈل يېغىدا يۇمشىتىلغان گىل ئەرمىنى، نىشاستە ھەربىرى 15 گرام، خۇنسىياۋشان توققۇز گرام.

تەسىرى: ئىچىدىن قان ـ يىرىڭ كېلىش، ئۇچەي يارىسى، قورساق غولدۇرلاش ۋە قورساق ئاغرىش قوشۇلۇپ كەلگەن ئىچ سۇرۇش، سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشلەرنى توختىتىدۇ. يۆتەلنى پەسەيتىدۇ. سوغۇق چىقىپ قېلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، توققۇز گرام ئېلىپ، ھەببۇلئاس سۇيى ياكى بېھى سۇيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى سەئدى كۇفى

تەركىبى: سەئدى كۇفى، كۈندۇر، ھەببۇلئاس، خەشخاش ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا.

ياسلىشى: تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بالىلاردىكى ئىچ سۇرۇشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئانا سۈتىگە مەلۇم مىقدارda ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

سۈفۈپى قابىز

تەركىبى: بۇغداي كراخمالى، پىستىنىڭ تاشقى پوستى، ئانار ئۇرۇقى ھەربىرى 80 گرام، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى 40 گرام، كۆكنار شاكىلى 20 گرام، شېكەر 500 گرام.

ياسىلىشى: بۇغداينى يۇيۇپ، چىلاشقۇدەك سۇغا چىلاپ، ئۇچ سوتكا تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئۇۋۇلاپ سىققاندا، ئاق سۈتكە ئوخشاش شىرنىسى چىقىدۇ. ئۇنىڭ تىرىپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، سۇيىنى سۈزۈپ ئايرىپ، بىر كۇن تۇرغۇزغاندىن كېيىن يەنە يىغىلغان سۇ-لىرىنى سۈزۈپ تۆكۈۋېتىپ، قالغان خېمىرسىمان ئۇيۇتمىنى سايىدا قۇرۇتسا نىشاستە (بۇغداي كراخمالى)ھاسىل بولىدۇ (ياخشىسى 5 ~ 6 ـ ئايلاردا چىقىرىلىدۇ). قالغان دو-رىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، باشقا دورىلار تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييار-لىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل ئىسسىق ـ سوغۇقتىن بولغان ئۇچەي كېسەللىكلىرى ئۇچۇن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم، چوڭلارغا 5 ~ 10 گرام، بالىلارغا 2 ~ 4 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: تەييارلاش جەريانىدا ئانار ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى، پىستە پوستى قاتارلى-قلار قورۇلىدۇ.

سۈفۈپى لوك

تەركىبى: قىزىلگۇل، يۇيۇلغان لوك، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، زىرىخ ھەربىرى توققۇز گرام، سەمغى ئەرەبى، تاباشىر، ئاق سەندەل ھەربىرى ئالتە گرام، رەۋەن بەش گرام، زەپەر ئۇچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەردىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەت-تە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى مەقلىياسا

تەركىبى: ئاق قىچا 60 گرام، سىركىگە چىلانغان زىرە 15 گرام، زىغىر، كۈدە ئۇرۇقى، قارا ھېلىلە ھەربىرى ئالتە گرام، مەستىكى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: كۈدە ئۇرۇقى بىلەن ھېلىلىنى كالا يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى بىلەن قورۇپ، ئاندىن ھەممىنى ھاۋانچىدا سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئۇچەي خىزمىتىنى ياخشىلاش، بۇۋاسىرنى داۋالاش، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا ئۇچ گرام، بالىلارغا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈفۈپى ھەببۇلئاس

تەركىبى: ئانار ئۇرۇقى، ھەببۇلئاس ئۇرۇقى، شاھبەللۇت، سىركىگە چىلانغان زىرە، سۇماق، ئانار گۈلى، جىگدە تالقىنى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، خەرنۇب شامى ھەربىرى بىر ھەسسىدىن، تېبرىق 1.5 گرام.

تەسىرى: ئىچ سۇرۇشكە شىپا بولىدۇ. ئاشقازان، ئۇچەينى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى ھەببۇلئىنەب

تەركىبى: ئۇزۇم ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 12 گرام، ھەببۇلئاس، سۇماق ھەربىرى ئالتە گرام، مەستىكى، ئانار گۈلى ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلار سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ، ئاشقازاننى كۇچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى ھومماز

تەركىبى: ئىسپىغۇل، ھەببۇلئاس، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، گىل ئەرمىنى ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: قىيمىقۇ ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، ھەببۇلئاستىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، قالغان دورىلارنىڭ لوئابىنى ئېلىپ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قورساقنىڭ قاتتىق ئاغرىقى ۋە ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قاينىق سۇ بىلەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى ئىبنى ماسويە

تەركىبى: ئاقلانغان ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئاقلانغان تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى ئالتە گرام، نىشاستە ئۇچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچىدىن قان ئۆتۈش، قورساق تولغاپ ئاغرىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئېلىپ، تاشىر ياكى رەيھان ئۇرۇقىنىڭ لوئابى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سىركەنجۇبىل قابىز

تەركىبى: قىزىلگۇل 150 گرام، ئانار گۈلى 60 گرام، خەشخاش گۈلى 30 گرام، سىركە، گۈلاب ھەربىرى 500 مىللىلىتىر، قەنت 560 گرام.

ياسىلىشى: گۈل دورىلارنى سىركە، گۈلاب، سۇلارغا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ، سەپرانى پەسەيتىدۇ، بەدەندىكى قاپارتقۇلارنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان قورساق ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئەنجىبار

تەركىبى: ئەنجىبار 20 گرام، قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل ھەربىرى 15 گرام، زىرىخ 10 گرام، ھەببۇلئاس ئالتە گرام، قەنت 300 گرام.

ياسىلىشى: ئەنجىبار، ھەببۇلئاسنى سوقۇپ، ئاق ۋە قىزىل سەندەلنى ئېكەكدەپ، ھەممىسىنى ئىككى لىتر سۇغا 12 سائەت چىلاپ، قاينىتىپ سۈزۈپ، قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئىچ سۇرۇش ۋە تەرەتتىن قان كېلىشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇچەيدىن قان كېلىش، خۇن توختىماسلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر، ئۈچ ياشتىن چوڭ بالىلارغا كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى سەپەرجىل

تەركىبى: بېھى سۇيى بەش لىتر، شېكەر 20 كىلوگرام.

ياسىلىشى: ياخشى پىشقان بېھىنى پاكىزلاپ، قىرىپ ئاندىن ماتا ياكى سىقىش ماشىنىسى بىلەن سىقىپ سۇيى چىقىرىلىدۇ. سۈزۈپ تەييارلانغان، بەش لىتر بېھى سۇيىگە 10 ~ 20 كىلوگرام شېكەر سېلىپ، سۇس ئوتتا قىيام ھالىتىگە كەلگۈچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل. ئەگەر بېھى ئاچچىق بولسا شېكەر كۆپرەك سېلىنىدۇ ۋە تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىققا ئۆزگىرىدۇ.

تەسىرى: يۇرەك، ئاشقازاننى قۇۋۇەتلەش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك، ئاشقازان، ئۇچەي، نېرۋا، جىگەر ئاجىزلىقلىرى ھەمدە ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش، سىرتقى ئىششىقلارنى ياندۇرۇش، قەينى توختىتىش، ئىشتىھانى ئېچىش قاتارلىق مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 30 ~ 40 مىللىلىتىر، كىچىكلەرگە 20 ~ 30 مىللىلىتىر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: تاشقى جەھەتتىكى ئىششىقلارنى ياندۇرۇش ئۈچۈن، قىيام قىلىنمىغان بېھى سۇيى قاينىق سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر

تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى قورۇلمىسى 30 گرام، قىزىلگۈل 20 گرام، ئاق سەندەل سۇرۇلمىسى، سەمغى ئەرەبى قورۇلمىسى، نىشاستە قورۇلمىسى، ھەببۇلغار (بەللۇت) مېغىزى، رۇببىسۇس، قىيىقۇ ئۇرۇقى قورۇلمىسى، ئۇرۇقسىز زىرىخ، سۇماق ھەربىرى ئالتە گرام، ئانارگۈلى، ھەببۇلئاس، رەۋەنچىنى، كەھرىۋا، بىخ مارجان، ئەنجىبار ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، زىرىخ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئۇچەيدىكى قۇرۇق ئىنجىق ۋە ئېچىشىشنى، تەرەتتىن قان كېلىشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تەپ، خۇن كۆپ كېتىش، قانلىق ئىسھالنى توختىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەرقېتىمدا بىردانە، بالىلارغا كۇندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا يېرىم دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى تاباشىر قابىز

تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل، تۇخۇمى كاسىنە، تۇخۇمى كاھۇ، تۇخۇمى خىرپە، سۇماق ھەربىرى بەش گرام، گۈلنار، ئاق سەندەل، تۇخۇمى ھوممار، ئەپيۇن ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئەرقى گۈلاب بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.5 گرامليق قۇرس قىلىندۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: قىزىتما بىلەن بىللە كەلگەن ئىچ سۇرۇشلەرنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل ئىچ سۇرۇشلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 3 ~ 5 دانە ئېلىپ، ئەرقى بەدىيان ۋە شەربىتى ھەببۇلئاسلار بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى خى قابىز

تەركىبى: خەشخاش پوستى، گىل مەختۇم، گىل ئەرمىنى، تاباشىر، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە ھەربىرى ئىككى گرام، خۇنسىياۋشان 1.5 گرام، زەپەر 0.1 گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچىدىن قان ئۆتۈش، سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇش، قورساقنىڭ تولغاپ ئاغرىشى قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى شادىنەج

تەركىبى: يۇمغاقسوت، ئاق خەشخاش ھەربىرى 18 گرام، كەھرىۋا، مارجان، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، گىل مەختۇم، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، كۆيدۇرۇلگەن تۇخۇم شاكىلى، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى توققۇز گرام، شادىنەج، كۆيدۇرۇلگەن سەدەپ، بەزرۇلبەنجى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئارىلاشتۇرۇپ قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچىنى قاتۇرىدۇ. قان توختىتىشتا كۈچلۈك تەسىرگە ئىگە. مۇرەككەپ تەپلەرنى قالدۇرىدۇ. جاراھەتنىڭ سۇيىنى قاتۇرىدۇ، سىفلىسقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: شادىنەج تېپىلمىسا ئورۇنباساري زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ماگنىتنى ئىشلەتسەمۇ بولىدۇ.

قۇرسى كەھرىۋا

تەركىبى: كەھرىۋا، سېمىزئوت ئۇرۇقى، مارجان، قىيمىقۇ ئۇرۇقى (تۇخۇمى ھوممماز)، قوتاز مۇڭگۈزى كۈلى، تۇخۇم شاكىلى، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، قورۇلغان كەشنىز، چىلغوزا مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، يىلان بېشى، ئانارگۈلى ھەر بىرى 10 گرام ، بەزرۇلبەنجى، تازىلانغان لوك، تاباشىر ، كەتىرا، نىشاستە، مەستىكى، زەپەر، ئەپيۇن ھەر بىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ يېپلىم قىسمىنى ئايرىم، قۇرۇق قىسمىنى ئايرىم سوقۇپ بىر-لەشتۈرۈپ، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس ياسىلىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تەرەتتىن قان كېلىشنى توختىتىدۇ. قۇسۇش ۋە قان تۈكۈ-رۈشنى توختىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى گۈلنار I

تەركىبى: ئانار گۈلى، گىل ئەرمىنى، قېلىن دارچىن ھەربىرى 15 گرام، سەمغى ئەرە-بى، قىزىلگۈل، ھەببۇلئاس ھەربىرى 10 گرام، كەتىرا ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئانار گۈلىنىڭ سۈيى بىلەن يۇ-غۇرۇپ قۇرس ياسىلىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: چوڭ تەرەتتىن قان كېلىشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاياللاردا خۇن توختىماسلىق، قان ئارىلاش بەلغەم كېلىش، قانلىق ئىسھال قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانە، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا يېرىمدىن ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى ھەببۇلئاس

تەركىبى: ئانار پوستى، موزا ھەربىرى 15 گرام، ھەببۇلئاس، سۇماق، يۇلغۇن مېۋىسى، گىل ئەرمىنى، نىشاستە، شاھىبەللۇت ھەربىرى ئالتە گرام، مۇقەل ئۇچ گرام.

ياسلىشى: قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر ھەپتە سۇيى ياكى ئالما سۇيى بىلەن كۇندە بىر قېتىم، ئۇچ گرام ئىچكۇزۇلىدۇ.

قۇرسى ئۇبھەل

تەركىبى: ئاق قىچا، ئۇبھەل، ئىسپىغۇل ھەربىرى 30 گرام، زىرە، كۇدە ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك، خەشخاش ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەزرۇلبەنجى ھەربىرى سەككىز گرام، ئەپيۇن بەش گرام.

ياسلىشى: قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇ تەجرىبىدىن كۆپ ئۆتكەن دورا بولۇپ، ئىچىدىن قان-يىرىڭ كېلىشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىلارغا 2 ~ 3 دانە، چوڭلارغا 3 ~ 4 دانە ئىچكۇزۇلىدۇ.

مەجۇنى ئەسۋەد

تەركىبى: ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، مىئەسائىلە، بەزرۇلبەنجى، زەپەر، ئاساروۇن، مۇرمەكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، قېلىن دارچىن، رۇم بەدىيان، سۇنبۇل، گىل ئەرمىنى تەڭ مىقدارda، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كونا ئىسھال ۋە ئىچ سۇرۇشلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەببۇلئاس سۇيى ياكى بىھى سۇيى بىلەن كۇندە بىر قېتىم ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى بېھى

تەركىبى: تازىلاپ توغرالغان بېھى 600 گرام، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، لاچىندانە، قاقىلە، سۇنبۇل، قەلەمپۇر، دارچىن ھەربىرى 20 گرام، زەپەر، ئۇچ گرام، ھەسەل 600 مىللىلىتىر، ناۋات 200 گرام.

ياسىلىشى: بېھىنى قاينىتىپ پىشقاندا سۈزۈپ، غەلۋىردىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇنىڭغا ھەسەل، ناۋاتنى سېلىپ قىيام قىلىپ، سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن دورىلارنى قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھۆنى باسىدۇ. ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى پەۋاكىھ

تەركىبى: تازىلاپ توغرالغان بېھى ۋە ئاچچىق ئالما ھەربىرى 40 گرام، تاباشىر، قىمىقۇ ئۇرۇقى 23 گرام، زىرىخ شىرنىسى 45 مىللىلىتىر، سۇماق سۈيى مەلۇم مىقدارىدا، قەنت بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: مېۋىلەرنى سۇماق سۈيىگە سېلىپ، قۇم قازاندا قاينىتىپ ياخشى پىشۇرۇپ، ياغاچ ھاۋانچا بىلەن ياخشى سالايە قىلىپ خېمىرىدەك ئېزىلىدۇ. قەنتنى مېۋە تەمى چىققان سۇماق سۈيىگە سېلىپ قاينىتىپ، كۆپۈكنى ئېلىپ قىيام قىلىپ، ئۈستىدىن قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ۋە سوقۇلغان مېۋىلەرنى سېلىپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ، ئاشقازان، ئۇچەيلەرنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 9 ~ 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى جۆئىدە

تەركىبى: ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى، مىئەسائىلە، دارچىن، ئاقمۇچ، زەنجىۋىل، بازىروت

مىلتىق دورىسى ھەربىرى 30 گرام، قامغاق، ئاچچىق قۇستە ھەربىرى 15 گرام، زەپەر توققۇز گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: كونا ئىسھالنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇچەي ھەزمىنىڭ ناچارلىقىدىن بولغان ئىسھالغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورا ياسالمىسىغا مىلتىق دورىسى چۇشكەچكە، ئۇنى تەنتەق قىلىپ بېقىشقا ئەرزىيدۇ، ئىستېمال قىلغاندىمۇ مىقدارىغا ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

مەجۇنى مۇختەسەر

تەركىبى: جۇۋىنە، كۇندۇر، ئانار گۈلى، پىستە پوستى ھەربىرى 30 گرام، ئۇزۇم سوقمىسى 100 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ھاۋانچىدا سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇزۇمنى سىلىپ قايتا سوقۇپ مەجۇن قىلىندۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئىچ سۇرۇپ كېتىشنى توختىتىدۇ. ئۇچەي ھەزمىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۇچەي ئاجىزلىقىدىن بولغان تاماق ياخشى ھەزىم بولمايلا چىقىپ كېتىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى مىئە

تەركىبى: مىئەسائىلە، قۇندۇز قەھرى، ئەپيۇن، ئاسارۇن، قارا بەزرۇلبەنجى، مۇرمەكى، كۇندۇر تەڭ مىقدارىدا، ھەسەل مۇۋاپىق مىقدارىدا.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قىزىتمىسى بولمىغان كونا ئىسھال ۋە قان ئۆتۈشلەرنى توختىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۇندە 2 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلىندۇ.

مەجۇنى ئىختىلاپ

تەركىبى: ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، مىئەسائىلە، بەزرۇلبەنجى، زەپەر، مۇرمەككى، ئاسا

روُن، كەرەپشە ئۇرۇقى ، قېلىن دارچىن، رۇم بەدىيان، سۇنبۇل، گىل ئەرمەنى، ئانار گۈلى تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەمدىن بولغان ئىسھال ۋە قان ـ يىرىڭلىق ئىسھالنى توختىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئېلىپ، سوغۇق سۇ ياكى بېھى سۇيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

ھەببى تاباشىر قابىز

تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى 30 گرام، قىزىلگۈل 25 گرام، تاباشىر 12 گرام، كراخمال، شاھىبەللۇت، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى، قوغۇن ئۇرۇقى، زىرىخ قاتارلىقلار-نىڭ ھەربىرى 10 گرام، ئانارگۈلى، بۇزغۇت قىيامى ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئالما، بېھى ياكى زىرىخ سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.5 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش، قاننى قويۇلدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۇرۇش، ئىسسىقتىن بولغان قانلىق تولغاق، قان ۋە سەپرانىڭ كۆيۈشىدىن بولغان تەپلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى زەھرە

تەركىبى: جۇندى بىدەستۇر (قۇندۇز قەھرى)، ئاسارۇن، مىئەسائىلە، قارا بەزرۇلبەنجى، كۈندۇر مۇڭاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى : ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوزۇلما خاراكتېرلىك ئىچ سۇرۇشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، چوڭلارغا 5 ~ 7 دانە، بالىلارغا 3 ~ 5 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ھەببى كەھرىۋا

تەركىبى: كەھرىۋا، گىل ئەرمىنى، ئەرەب يېلىمى، خۇنسىياۋشان، بۇغداي كراخمالى، كەتىرا، ئاقاقىيا، ئانار گۈلى، لىھيەتۇتتىس قىيامى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى بەش گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، پاقىيوپۇرمىقى ئەرقى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.5 گراملىق ھەب قىلىندۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: قاننى ۋە ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئۆپكە، ئاشقازان، ئۇچەي قاتارلىقلاردىن قان كېلىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، چوڭلارغا 3 ~ 5 دانە، بالىلارغا ئىككى دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى مۇمسىك IV

تەركىبى: ھەببۇلئاس 30 گرام، ئۇزۇم توققۇز گرام، سۇماق ئالتە گرام، موزا ئۇچ گرام، ئانار پوستى ئىككى گرام.

ياسلىشى: سەمغى ئەرەبى لوئابدا ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تەرەتنى قاتۇرىدۇ. ھەرقايسى ئەزالاردىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرامدىن ئىستېمال قىلىپ، ئارقىدىن ھەببۇلئاس سۇيى ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى مۇمسىك قابىز

تەركىبى: يۇلغۇن چېچىكى، سۇماق، ھەببۇلئاس ھەربىرى 12 گرام، ئاقاقىيا ئالتە گرام، ئەپيۇن ئۇچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سەمغى ئەرەبى سۇيىدە ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچ سۇرۇشنى دەرھال توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: زۆرۈر ۋاقىتىدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جىگەرنى قۇۋۇەتلەپ ھەزىمنى ياخشىلىغۇچى دورا ياسالمىلىرى

ئاساناسىيايى كەبىر

تەركىبى: مۇرمەككى، ئەپيۇن، زەپەر، قۇندۇز قەھرى، بەزرۇلبەنجى، قۇستە، قەردمانە، خەشخاش (كۆكنار)، غاپەس، تاغ تېكىسىنىك ئوك مۇڭگۈزى، بۆرە جىگىرى ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلاپ، ئالتە ئاي تۇرغۇزۇلىدۇ.

تەسىرى: جىگەر ئاجىزلىقى، جىگەر قېتىش قاتارلىقلار ھەرخىل جىگەر كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ. تال، ئاشقازان كېسەللىكلىرىگىمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. بەلغەمدىن بولغان ئىسھال، كونا يۆتەل، قان قۇسۇش، بۆرەك، دوۋساق ئاجىزلىقى ۋە دەم سىقىشقا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. بوۋاسىرغا شىپا بولىدۇ. ئومۇمىي بەدەندىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر خىزمىتى ناچارلىشىش ۋە ھەزىم ئاجىزلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرامدىن ئىستېمال قىلىپ، ئارقىدىن كاسىنە سۇيى ئىچىلىدۇ.

ئەرقى تۇت

تەركىبى: قۇرۇتۇلغان قارا ئۇجمە، ئوغرىتىكەن ھەربىرى 320 گرام، ئېگىر 160 گرام، دارچىن، زەنجىۋىل، جۇۋىنە، ئارپىبەدىيان ھەربىرى 60 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى بىرنەچچە قېتىم تاسقاپ، توپا ـ ئەخلەتلىرىدىن ئايرىپ، ئېگىر، دارچىن، ئوغرىتىكەنلەرنى چالا سوقۇپ، قالغان دورىلار بىلەن بىللە پار قازانغا سېلىپ، ئۈستىگە ئالتە لىتىر سۇ قۇيۇپ، ئوتنى مۇلايىم قالاپ قاينىتىپ پارغا ئايلاندۇرۇش ئارقىلىق ئەرەق تارتىلىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، قان كۆپەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، ئۇچەي ئاجىزلىقلىرى، تېرە قاپارتمىلىرى، قۇۋۇەتسىزلىك، كەم قانلىق، قان ئىشلەش توسۇلۇش، بۆرەك ئورۇقلاپ كېتىش، قەۋزىيەت، بەدەن ئورۇقلاش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشلىقلارغا 2 ~ 5 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشلىقلارغا 5 ~ 10 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 10 ~ 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەرقى شاھتەررە

تەركىبى: شاھتەررە بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: شاھتەررىنى ئوبدان پاكىزلاپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ پار سۈيى ئېلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل .

تەسىرى: قاننى تازىلاش، ئاشقازان، جىگەرنى قۇۋۇەتلەش، ئىسسىق ۋە قۇرۇق سوغۇق يەللەرنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، تال ۋە تېرە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ھەمدە قان تازىلاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 5 ~ 10 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 10 ~ 15 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 25 ~ 30 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: دورىنى تەييارلاشتا ئىنچىكە ھالقىلارغا دىققەت قىلىش، ئوت بەك كۈچلۈك بولۇپ كەتمەسلىك كېرەك.

جاۋارىش خۇزى

تەركىبى: ھەببۇلئاس 100 گرام، قارا ھىلىلە پوستى، ھىلىلە كابىلە (ياغلانغان) ھەربىرى 60 گرام، قۇستە، گۈلدارچىن، سۇنبۇل، ھەببى بىلسان، قىلىن دارچىن ھەربىرى 30 گرام، رەۋەن، جۇزبۇۋا، زىراۋەندە، ئۆشنە ھەربىرى 15 گرام، قاقىلە، قەلەمپۇر، ئەپيۇن، شەترەنجى ھىندى، ئىكلىلمىلىك ھەربىرى 12 گرام، بەسباسە، دۇرنەج ئەقرەبى ھەربىرى 10 گرام، ناۋات ئىككى كىلوگرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يىرىك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ناۋاتنى قىيام قىلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ، يەل ۋە ئىششىقنى تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەرنىڭ ھەزىم خىزمىتى ناچارلىشىش سەۋەبىدىن بولغان قورساقتا سۇ چۈشۈشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلاردا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام، بالىلارغا كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

داۋائى كۈركۈم كەبىرى

تەركىبى: زەپەر 36 گرام، سۇنبۇل 18 گرام، ئاسارۇن، دۇقۇ، رۇم بەدىيان، پەتەرئاسالىيۇن (تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى)، رەۋەن، مۇرسافى ھەربىرى 12 گرام، رۇببىسۇس، چاڭگاك (جۆئدە)، مەستىكى، غاپەس ھەربىرى توققۇز گرام، ئوردان ئالتە گرام، قۇستە، سەلخۇلھەييە، ئىزخىر چېچىكى، ھەببى بىلسان ھەربىرى ئۈچ گرام، بىلسان يېغى 15 مىللىلىتىر، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن ياساش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەرخىل جىگەر كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ. توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. يەلنى ھەيدەيدۇ، بۆرەك ۋە دوۋساقنى كۈچەيتىپ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ياكى تال ئىششىقىدىن بولغان ئىستىسقاغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام يەپ، ئۈستىدىن ھەسەل شەربىتى ئىچىلىدۇ.

داۋائى لوك

تەركىبى: رۇببىسۇس 90 گرام، سەبرە، سۇنبۇل، ئوردان ھەربىرى 50 گرام، تازىلانغان لوك، تاغ سەۋزىسى ئۇرۇقى، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى، زىرە، زەنجىۋىل ھەربىرى 25 گرام، ھەببى بىلسان، قېلىن دارچىن، مۇقەل، مەستىكى، قەسبۇزەررە، ئاسارۇن ھەربىرى 20 گرام، كاما فىتۇس، زۇپا ھەربىرى 13 گرام، كۈندۇر 12 گرام، پىلپىل، زىراۋەندە ھەربىرى 11 گرام، ھىلىك ئۇرۇقى 10 گرام، رەۋەن، جۆئدە، ئىزخىر ھەربىرى

ئالته گرام، جىنتسيانا، يۇمىلاق زىراۋەندە ھەربىرى ئۇچ گرام، ھەسەل ئىككى لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، شىشە قاچىدا 30 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەر، تال قېتىشنى داۋالاش، ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۇەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىششىق ياندۇرۇش، بۆرەكتىكى تاشنى ئېرىتىپ چۈشۈرۈش، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئانار سۈيى ياكى بۈزۈرى شەربىتى بىلەن ئىچسە تېخىمۇ ياخشى.

داۋائى مۇنەققى

تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى 24 گرام، ئەفسەنتىن 18 گرام، غاپەس ئۇسارىسى، ئارپەبەدىيان، چامغۇر ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى 12 گرام، يۇيۇلغان لوك، رەۋەن ھەربىرى توققۇز گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: قائىدە بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەرنى تازىلايدۇ ۋە كۈچەيتىدۇ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالته گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى ئەفسەنتىن

تەركىبى: ھۆل ئەفسەنتىن رۇمى 75 گرام، بادام يېغى ياكى زەيتۇن يېغى 280 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ئەفسەنتىننى سوقۇپ ياغقا ئارىلاشتۇرۇپ، 40 كۈن ئاپتاپقا قويۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، جىگەر ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتته ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىشكە ۋە سىرتىدىن ياغلاشقا بېرىلىدۇ.

رەۋغىنى كەلكىلانەج

تەركىبى: ھۆل ئاناناس (بولۇ)، ئوغرىتىكەن، ھۆل سۈزاپ ھەربىرى 30 گرام، قارا ھېلىلە كابىلە پوستى، سىرىق ھېلىلە، ئامىلە، بەلىلە، پىلپىل، قارىمۇچ، زەنجىۋىل ھەربىرى 18 گرام، جاۋاشىر، ئوشەق، سەكبىنەج ھەربىرى 15 گرام، تۇربۇت 12 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، 3.52 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، 1.2 لىتىر ئابدىمىلىك يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، يەنە سۈيى تۇگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇ ئالىي دەرىجىلىك ياغ بولۇپ، ئاشقازان، جىگەرنى كۈچەيتىدۇ. سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ. ياشانغانلارغا ماغدۇر كىرگۈزىدۇ. بەدەنگە سۈركىسە بوغۇم ئاغرىقلىرى ۋە پالەچكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكى ياكى سىرتقى جەھەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈفۈپى رەۋەن

تەركىبى: رەۋەن 500 گرام.

ياسىلىشى: يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەرنى قۇۋۇەتلەش، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، تال ۋە ئۇچەيلەرنىڭ ئاغرىقىنى يوقىتىش، يەللەرنى ماڭدۇرۇش، بۆرەك ۋە بالىياتقۇنىڭ ئىششىقلىرىنى ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، بالىلارغا 1 ~ 0.1 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 3 ~ 5 مىللىلىتىرغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈفۈپى كەبەد

تەركىبى: قىزىلگۈل توققۇز گرام، ئۇرۇقسىدىن ئايرۇۋېتىلگەن زىرىخ، يۇيۇلغان لوك، رەۋەن ھەربىرى بەش گرام، ئوردان، تاباشىر، ئاق سەندەل، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام، زەپەر بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەخسۇس جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى ئۇد

تەركىبى: يۇيۇلغان لوك، ھەببۇلئاس ئۇرۇقى، بەللۇت، مەستىكى موزا، ئۇد بىلسان، ئانار پوستى ھەربىرى توققۇز گرام، زەنجىۋىل، كۈندۈر ھەربىرى ئىككى گرام، قەنت ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر كېچىكلەشكە شىپا بولىدۇ. مەيدىنىڭ ئېچىشىشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر كېچىكلەش ۋە جىگەر خىزمىتى ناچارلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى ئىسھال كەبەد

تەركىبى: قىزىلگۈل 20 گرام، لوك (يۇيۇلغىنى)، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، زىرىخ ھەربىرى 10 گرام، جۇۋىنە، تاباشىر، سەمغى ئەرەبى، ئاق سەندەل ھەربىرى ئالتە گرام، رەۋەنچىنى بەش گرام، زەپەر ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر خىزمىتىنى كۈچەيتىدۇ. گۆش سۈيى رەڭلىك تەرەت كېلىدىغان كېسەللىكنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرام، بالىلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گىرام ئېلىپ، داغمال سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى تەرياق

تەركىبى: تۈرۈنجى سۈيىگە چىلانغان مەرۋايىت 18 گىرام، لىمون سۈيى، تۈرۈنجى سۈيى ھەربىرى 450 مىللىلىتىر، زىرىخ سۈيى، ئالما سۈيى ھەربىرى 440 مىللىلىتىر، قەنت 620 گىرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە قىيام قىلىپ، ئۈستىدىن مەرۋايىتنى ئايرىم سالايە قىلىپ، قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: زەھەر ئىچىۋالغاندىكى ياكى ھاشاراتلار چېقىۋالغان زەھەرلەرنى قايتۇرىدۇ . كۆڭۈل ئاينىش ۋە يۈرەك تىترەشنى توختىتىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ. جىگەرنىڭ زەھەرسىزلەندۈرۈش ئىقتىدارىنى ئاشۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ.

شەربىتى دىنار I

تەركىبى: سىرىق ئوت ئۈرۈقى 15 گىرام، ئۇد بىلسان، گۈلسەۋسەن يىلتىزى 13 گىرام، زىرىخ، بېھى ئۈرۈقى، كاسنە ئۈرۈقى، قىزىلگۈل، قەنتەرىيۇن، مەستىكى، پىننە ھەربىرى 10 گىرام، رەۋەن، زەپەر ھەربىرى ئۈچ گىرام، شېكەر 300 گىرام (قىيام قىلماقچى بولسا 600 گىرام).

ياسىلىشى: سوقۇلىدىغانلىرىنى چالا سوقۇپ، ئاندىن ھەممە دورىنى بىرلەشتۈرۈپ، ئىككى لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ، داكىدىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىنىدۇ. مەستىكى، زەپەرلەر ئاخىرىدا قوشۇلىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ. جىگەر، بۆرەك ئىششىقىنى يانىدۇرۇپ، ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر خىزمىتى ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىششىققا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى دىنار II

تەركىبى: كاسنە يىلتىزى پوستى 120 گرام، كاسنە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل ھەربىرى 60 گرام، نىلۇپەر، گاۋزىبان، رەۋەن ھەربىرى 30 گرام، سىرىق ئوت ئۇرۇقى (كىشۇش ئۇرۇقى) توققۇز گرام، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: قىزىلگۈل ۋە سىرىق ئوتتىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ، يېتەرلىك مىقدار-دىكى سۇغا بىر كېچە چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، خالتىغا ئېلىنغان سىرىق ئوتنى قىزىلگۈل بىلەن سىلىپ، 1 ~ 2 ئۆرلىتىپ ئوتتىن ئېلىنىدۇ ھەمدە سوۋۇتۇپ قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ، رەۋەننى يۇمشاق سوقۇپ قىيامغا قوشۇلىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: يۇرەك، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش، سۈيدۈك ھەيدەش، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك، جىگەر، بۆرەك كېسەللىكلىرىدىن بولغان ئىششقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىلىپ، تەڭ مىقداردىكى بەدىيان سۈيى بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سۇنبۇل II

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: 60 گرام سۇنبۇلنى 1.5 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۈستىگە بىر كىلوگرام ناۋات سېلىپ، قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ. يۇرەك خىزمىتىنى ياخشىلاپ، كۆڭۈلنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا ئاجىزلىقى، ئاشقازان خىزمىتى ناچارلىشىش، سوغۇقتىن بولغان تەب قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر، بالىلارغا 10 مىللىلىتىر ئىشلىتىلىدۇ.

قۇرسى ئەنىسۇن

تەركىبى: رۇم بەدىيان، ئەفسەنتىن، ئاچچىق بادام مېغىزى، سۇنبۇل، سەبرە ھەربىرى 12 گرام، غاپەس ئۇسارىسى، سازەج ھىندى، ئاسارۇن ھەربىرى توققۇز گرام، مەستىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: گۈلاب بىلەن قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر ئاجىزلىقى ۋە بەلغەمدىن بولغان تەپلەرگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر خىزمىتى ئاجىزلىشىشتىن بولغان ماغدۇرسىزلىق ۋە تۆۋەن قىزىتما قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام ئېلىپ مەتبۇخى ئەفسەنتىن بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى ۋەرد

تەركىبى: قىزىلگۈل 30 گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 18 گرام، سۇنبۇل توققۇز گرام، مەستىكى، تاباشىر ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، گۈلاب بىلەن تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ. كېرەكسىز ھۆللۈكلەرنى تازىلايدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، بەلغەمدىن بولغان تەپنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى زىرىشكى

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئايرىۋېتىلگەن ھۆل زىرىخ 280 گرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، رەۋەن توققۇز گرام.

ياسلىشى: زىرىختىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر قاچىغا سېلىپ، چىلاشقۇدەك سۇ قۇيۇپ، ئوچ سوتكا تۇرغۇزغاندىن كېيىن سىقىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، جىگەر، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىشتىهاسىزلىق، ئوك بىقىن يېقىمسىزلىنىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ئاساناسىيا

تەركىبى: مۇرمەككى، ئەپيۇن، زەپەر، قۇندۇز قەھرى، بەزرۇلبەنجى، قۇستە، قەردمانە، خەشخاش، غاپەس، تاغ ئۆچكىسى مۇڭگۈزى كۈلى، بۆرە جىگىرى ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل بىر لىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەلنى سېلىپ يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ، جىگەر قېتىش ۋە باشقا ئاغرىقلارنى پەسەيتىدۇ، ئىششىق تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، تال، مەيدىنى كۈچەيتىش ۋە ئۇلاردىكى ئاغرىقنى پەسەيتىش، كونا يۆتەل، قان قۇسۇش، جىگەر قېتىش كېسىلى، بۆرەك ئاجىزلىقى، دوۋساق ئاغرىقى، دەم سىقىش، بوۋاسىرلار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئوچ قېتىم، ھەرقېتىمدا بىر گرام، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام، ئانار سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ئامىلە نۇشدارى

تەركىبى: ئامىلە 360 گرام، قىزىلگۈل 18 گرام، سەئدى كۈفى 15 گرام، قەلەمپۇر، مەستىكى، سۇنبۇل، ئاسارۇن قاتارلىقلار ھەربىرى توققۇز گرام، زەرنەپ، بەسباسە، قاقىلە، لاچىندانە، جويۇز، نېپىز دارچىن، زەپەر قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت ۋە كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل ھەربىرى 720 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ئامىلىنى ئىككى سائەت ئەتراپىدا ئۆچكە سۈتىگە چىلاپ، سۈزۈپ، پاكىز

يۇيۇۋېتىپ، 6.5 لىتىر سۇدا سۇيى تۆگىگەنگە قەدەر قاينىتىپ، سىم ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنت بىلەن ھەسەلنى قىيام قىلىپ، سۈزۈغاندىن كېيىن ئاۋۋال ئامىلىنى، ئاندىن باشقا تالقانلارنى سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك، جىگەر، بۆرەك، تال ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىشتىھاسىزلىق، جىگەر خىزمىتى ناچارلىشىش ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 1 ~ 5 ياشقىچە بولغان بالىلارغا 1 ~ 2 گرام ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 4 گرام، چوڭلارغا ئەھۋالىغا قاراپ 5 ~ 9 گرام ئېلىپ، ئەتىگەن ۋە كەچتە، تاماقتىن بۇرۇن يېگۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ئەفسەنتىن ئىستىسقائى

تەركىبى: ئەفسەنتىن، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاچچىق بادام مېغىزى تەڭ مىقدارىدا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، جىگەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلىرى، ئىستىسقىغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان جىگەر خىزمىتى ئاجىزلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئەمرۇسىيا

تەركىبى: ئېچىر، زەپەر ھەربىرى ئالتە گرام، تاتلىق قۇسته، قارىمۇچ، ھەببۇلغار، پىلپىل ھەربىرى بەش گرام، زىرە، تاغ سەۋزە ئۇرۇقى، ئۇد بىلسان، قەردىمانە، ئىزخىر، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل 250 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەلده يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ. جىگەر ۋە تالىنىڭ توسالغۇسىنى ئاچىدۇ، سۇيدۇك ماڭدۇرىدۇ، بەدەن ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 گرام، بالىلارغا يېرىم گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى جالىنۇس جىگىرى

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 75 گرام، تەرەنجىبىن 45 گرام، مۇرمەككى 12 گرام، مۇقەل سەككىز گرام، زەرچىۋە، قەسبۇزەرىرە ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: مۇقەلنى ئۈزۈم سۇيىدە ئېزىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر كېسەللىكلىرىگە ناھايىتى شىپالىق تەسىر بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان جىگەر خىزمىتى ناچارلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى چۆپچىن ئەلا

تەركىبى: چۆپچىن ئەلا 150 گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، لاجۇۋەرد، جويۇز، بەسباسە، دارچىن، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، زەنجىۋىل ھەربىرى ئالتە گرام، رەۋەن، ئەفتىمۇن، سۇنبۇل، لاچىندانە ھەربىرى توققۇز گرام، مەستىكى، تۆگىنىڭ ئوغۇز سۈتى، ئۇد خام، زەپەر، ئىپار، ئەنبەر، بوزىدان، سۆرۈنجان، سەئدى كۈفى ھەربىرى ئالتە گرام، رەگىماھى (قۇم بېلىقى)، ماھى رۇبيان، دۇرنەج ئەقرەبى، زورەمبات، سەۋزە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، بېدە ئۇرۇقى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، ھۆل ئوغرىتىكەن سۇيىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئوغرىتىكەن ئۇرۇقى، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى (بۇ ئۇچ خىل دورا ئوغرىتىكەن سۇيىگە يەتتە قېتىم چىلىنىدۇ) ھەربىرى توققۇز گرام، سۆئلەپ 15 گرام، سەئدى كۈفى، شاقاقۇل ھەربىرى 30 گرام ، نەشە ئالتە گرام، گاۋزىبان، تاغ سۇنبۇلى، قىزىلگۈل، بادرەنجى بۇيا، قوغۇن ئۇرۇقى، كاسە-

نه ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، بادام مېغىزى، پىستىق مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، ياڭاق مېغىزى ھەربىرى 30 گرام، بېھى سۇيى، ئالما سۇيى، تاتلىق ئانار سۇيى، گۈلاب ھەربىرى 30 مىللىلىتىر، سۇ 1.2 لىتىر، قەنت، ھەسەل ھەربىرى ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: نەشىگىچە بولغان دورىلارنى سوقۇپ، تالقانلاپ، گاۋزىباندىن بادرەنجى بۇيىغىچە بولغان دورىلارنى سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، بۇنىڭ سۇيىدە قوغۇن ئۇرۇقىدىن سېمىزئوت ئۇرۇقىغىچە بولغان دورىلارنىڭ شىرىسى ئېلىنىدۇ. مېۋە سۈلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىدىن قەنت، ھەسەللەرنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ. بادام مېغىزىدىن ياڭاق مېغىزىغىچە بولغان دورىلارنى ناھايىتى يۇمشاق تالقانلاپ، مەزكۇر قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن كېيىن يۇقىرىقى تالقانلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. زەپەرنى گۈلابتا سالايە قىلىپ، قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: باھنى كۈچەيتىدۇ، ئاشقازان، جىگەر، مېڭە، بۆرەك ۋە دوۋساقلارغا قۇۋۋەت بېرىدۇ. رەڭگىروينى چىرايلىق قىلىدۇ. ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6 ~ 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى دەبدىلۇەرد II

تەركىبى: قىزىلگۈل 600 گرام، سۇنبۇل، مەستىكى، زەپەر، تاباشىر، دارچىن، ئىزخىر، ئاساروۇن، تاتلىق قۇستە، غاپەس ئۇسارىسى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى (كىشۇش)، ئوردان، يۇيۇلغان لوك، كاسنە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ھەببى بىلسان، قەلەمپۇر، ئۇد ھىندى، لاچىندانە ھەربىرى 30 گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە، ئاشقازان، ئۇچەي، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش، ھەزىمنى ياخشىلاش، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، يەل تارقىتىش، روھنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر خىزمىتى ناچارلىقىدىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھە رقېتىمدا 6 ~ 9 گرامغىچە ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى سۇنبۇل

تەركىبى: سۇنبۇل، ئىزخىر ھەربىرى 15 گرام، قارىمۇچ، مۇقەل ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر، رۇم بەدىيان، مۇرمەككى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: مۇقەلنى مۇسەللەستە ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، ئىككى ھەسسە ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەر كېسەللىكلىرىگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇقەۋۋى

تەركىبى: قۇم بېلىقى، سۆئلەپ، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى ھەربىرى 15 گرام، سەئدى كۇفى، قىزىلگۈل ھەربىرى 12 گرام، دارچىن، سۇنبۇل، پىستە پوستى، جويۇز، مۇغاس، خولىنجان، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، شاقاقۇل، ئۆشنە ياپرىقى، بەلىلە پوستى، بادرەنجى بۇيا، گاۋزىبان ھەربىرى توققۇز گرام، مەستىكى، زەرنەپ، لاچىندانە، زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، ئاسارۇن، سازەج ھىندى، كاۋاۋاچىن، ئاپىلسىن پوستى، دۇرنەج ئەقرەبى، زورەمبات، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، ھەببى قەلقەل، رۇم بەدىيان، پىننە، بەسباسە، قارا ھىلىلە، بوزىدان، زەپەر، پەرپىيۇن، كەھرىۋا، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەربىرى ئالتە گرام، ئەنبەر ئۈچ گرام، ئىپار ئىككى گرام، كۈموش ۋاراق 50 دانە، ئالتۇن ۋاراق 30 دانە، قەنت، ھەسەل ھەربىرى ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى: مېڭە، يۇرەك، جىگەر ۋە ئاشقازانىنى كۈچەيتىدۇ، باھنى قوزغايدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، رەڭگىروينى ياخشىلايدۇ. تاماق سىڭدۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش، قان كۆپەيتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مىشكى

تەركىبى: ئىپار، قىلىن دارچىن، سۇنبۇل، سازەج ھىندى، لوك، رەۋەن، جىنتىيانا ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر، جۇۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، مەستىكى ھەربىرى ئۇچ گرام، ئۇد ھىندى، قەلەمپۇر ھەربىرى ئىككى گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى: جىگەر ئاجىزلىقىغا شىپا بولىدۇ. تۇسالغۇلارنى ئاچىدۇ، ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش، يەل تۇرۇپ قىلىشلارغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش ۋە يەللەرنى ھەيدەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قايناق سۇ بىلەن كۇنده بىر قېتىم، ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ھاپىزەلئەجساد

تەركىبى: زەپەر 36 گرام، سۇنبۇل 18 گرام، دارچىن، كەپە يىلتىزى ھەربىرى 15 گرام، پو، مو (ئىككى خىل دورا) ، رۇم بەدىيان، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، مۇرسا ھەربىرى 12 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى (رۇببىسۇس)، غاپەس ئۇسارىسى، چاڭگاك ھەربىرى توققۇز گرام، بىلسان يېغى 12 مىللىلىتىر، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: ئادەتتىكىدەك مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر ئاجىزلىقى، جىگەر توسۇلۇش، دەسلەپكى ئىستىسقا قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر مىزاجى سوغۇققا ئۆزگىرىشتىن بولغان قورساقتا سۇ چۇشۇشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇنده بىر قېتىم، ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: بىلسان يېغى تېپىلمىسا زەيتۇن يېغى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

نۇتۇلى مۇقەۋۋى

تەركىبى: ئەفسەنتىن، بابۇنە گۇلى، ئۇستۇددۇس، مىشكى تارامىشكى، زاراڭزا،

پىننە، جۆئدە (چاڭگاك)، قارىغاي مېۋىسى، پەتەرئاسالىيۇن، شەھمەنزەل، كامازەريۇس، جەۋزى سەرۋى، ياۋا پىننە، سىيادان، دارشىشئانلار تەڭ مىقدارىدا.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭ ھوربدا يەرلىك ئورۇن تەرلىتىلىدۇ ۋە يەرلىك ئورۇنغا نۇتۇل قىلىپ يۇيۇلىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىپ، ئومۇمىي بەدەننى كۇچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

نۇشدارى ئالىي

تەركىبى: ئاقلانغان ئامىلە 270 گرام، تاباشىر، قىرقىلغان پىلە، زەپەر، مەستىكى، مەرۋايىت، سۇنبۇل، كەھرىۋا، قىزىلگۇل ھەربىرى توققۇز گرام، ياقۇت، رەۋەنچىنى، ئاسارۇن، سەئدى كۇفى، ئۇد ھىندى، مارجان، يېشىل قاشتېشى، بادرەنجى بۇيا ئۇرۇقى، دۇرنەج ئەقرەبى، لاچىندانە، زىرىخ، بېھى ئۇرۇقى، ئەنبەر، ئالتۇن ۋاراق، كۇمۇش ۋاراق ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل ۋە قەنتلەر 1500 گرامدىن .

ياسلىشى: نۇشدارى ساددەنى تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى كۇچەيتىدۇ. باھنى كۇچەيتىشكە تەسىرى كۇچلۇك.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ھەزىم ناچارلىشىش، ماغدۇرسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى : كۇندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇشدارى ساددە II

تەركىبى: ئامىلە 270 گرام، قىزىلگۇل 18 گرام، سەئدى كۇفى 15 گرام، قەلەمپۇر، مەستىكى، ئاسارۇن، سۇنبۇل ھەربىرى توققۇز گرام، زەرنەپ، بەسباسە، قاقىلە، لاچىندانە، جويۇز، گۇلدارچىن، زەپەر ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت ئىككى كىلوگرام، ھەسەل 21 لىتىر.

ياسلىشى: ئامىلىنى سۇتكە چىلاپ يۇمشىتىپ، قاينىتىپ، ئوبدان پىشقاندىن كېيىن سۇزۇپ، ئۇستىگە ھەسەل بىلەن قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ. باشقا دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۇزۇپ، تالقانلاپ قىيام سۇۋۇغاندىن كېيىن تالقانلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە، يۈرەك، جىگەرگە ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ. باھنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقى ۋە كەم قانلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئەگەر ئامىلە تېپىلمىسا، بېھى سېلىنسىمۇ تەسىرى ئوخشىشىپ كېتىدۇ.

جىگەر ئىششىقى ۋە يەرقانغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئاساناسىيائى سەغىر

تەركىبى: چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 36 گرام، غاپەس ئۇسارىسى 24 گرام، مىئەسائىلە، زەپەر، قۇستە، سۇنبۇل، ئەپيۇن، سەلىخە ھەربىرى 12 گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى : جىگەر قېتىش ۋە كونا ئىسھالغا مەنپەئەت قىلىدۇ. يەل ھەيدەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئىششىقى ۋە جىگەر قېتىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى تىين پېھىل

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلىلەرنى بەدىيان سۇيى ياكى كاسىنە سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ سۇزۇپ ئېلىپ، ئېزىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەرنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقىنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئېزىپ، مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سىرتتىن چېپىلىدۇ.

داۋائى كۇركۇم سەغىر

تەركىبى: زەپەر، سەلخۇلھەييە، سۇنبۇل ھەربىرى ئالتە گرام، ئىزخىر چېچىكى، قۇستە، دارچىن ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئۇزۇم شەربىتىگە بىر سوتكا چىلاپ، ئاندىن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. جىگەر ۋە تال ئىششىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى مۇمىيا

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: مۇمىيا قارا شېكەر بىلەن خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارداۋا ئىستېمال قىلىنىدۇ ياكى مۇۋاپىق مىقدارداۋا ئېلىپ، كالا سۈتىگە قېچا تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

زىمادى دەقىقەششەئىر

تەركىبى: ئارپا يارمىسى ، سەئدى كۈفى، قوينىڭ كونا مايىقى، توغرىغۇ، گۈل ئەرمەنى تەڭ مىقدارداۋا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ھەرخىل ئىستىسقا، جۇملىدىن ئىستىسقائى زىققىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارداۋا ئېلىپ سىرتتىن چېپىلىدۇ.

زىمادى شەئىرە

تەركىبى: سىركىگە چىلانغان ئارپا تالقىنى 18 گرام، تاباشىر 15 گرام، ئەفسەنتىن، قىزىلگۈل، قەسبۈزەرىرە، ئاق سەندەل، مامىسا ئۇسارىسى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈلاب بىلەن زىماد تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان جىگەر ئىششىقىنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارداۋا ئېلىپ، سىرتتىن جىگەر ساھەسىگە تېڭىلىدۇ.

سۇفۇپى بۇزۇرى I

تەركىبى: تاغ زىرىسى، كۆك زىرە، قاقىلە، كەرەپشە ئۇرۇقى، گۈلدارچىن، جۇۋىنە ھەر-بىرى 10 گرام، ئەپيۇن ئۇچ گرام، شېكەر 50 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلە-نىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر ۋە تالىنىڭ زەخىملىنىشىدىن بولغان ئاغرىقنى پەسەي-تىدۇ، زەخمنى پۈتتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 گرام، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 0.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى بۇزۇرى II

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى 15 گرام، زىرىخ ئىككى گرام، كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام، رۇم بەدىيان، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇببىسۇس ھەر-بىرى يەتتە گرام، رەۋەن، زەپەر، سۇنبۇل، مەستىكى، ئەفسەنتىن ھەربىرى ئۇچ گرام، لوك (يۇيۇلغان) 1.5 گرام، كافۇر بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەردىكى توسالغۇنى ئاچىدۇ، جىگەر ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ. چوك-كىچىك تەرەتنى بوشىتىدۇ، بەلغەم بوشىتىپ، نەپەسنى ياخشىلايدۇ، بەل ئاغرىقنى يوقە-تىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، بۆرەك كېسەللىكلىرىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، قان تومۇرلار-نى تازىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئۇچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇفى بېھى

تەركىبى: بېھى ئۇرۇقى، نىشاستە، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەربىرى 12 گرام، گىل ئەرمە-

نى، قىزىلگۈل، يۇيۇلغان لوك، سۈنبۈل، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى ئۈچ گرام، تاباشىر ئىككى گرام، مەستىكى بىر گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ. جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىپ، يەرقان كېسىلى (سېرىقلىق چۈشۈش) كە شىپا بولىدۇ. قان قۇسۇشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام سوغۇق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى سەكبىنەج

تەركىبى: سەكبىنەج، سېرىق ھېلىلە پوستى ھەربىرى توققۇز گرام، زاغۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى بەش گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقائى تەبەلى ۋە قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ. يەللەرنى تارقىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالتە گرام ئېلىپ، قاينىق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى مۇدىر IV

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، كاسنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام، يۇيۇلغان لوك، كافۇر ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى ھېلىلە

تەركىبى: ھېلىلە كابىلە پوستى، قارا ھېلىلە ھەربىرى 120 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى،

رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان ھەربىرى 15 گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئىششىقى، تال كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم، توققۇز گرام ئېلىپ تۆگە سۈتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى ۋەرد

تەركىبى: قىزىلگۇل 25 گرام، زىرىخ 15 گرام، سۇنبۇل، مەستىكى، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىن، رەۋەن، ئاسارۇن، ئىزخىر، رۇببىسۇس ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر ئۇچ گرام، قەنت 100 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سوقۇلغان قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر ۋە بۆرەك ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام، بالىلارغا كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجىۋىل رەۋەن يەرقانى

تەركىبى: كاسىنە ئۇرۇقى 60 گرام، قىزىلگۇل، شاھتەررە، سىرىق ئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، رەۋەنچىنى 15 گرام.

ياسىلىشى: رەۋەننى خالىتىغا قاچىلاپ، دورىلار بىلەن 1.5 لىتىر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ، 300 گرام قەنت سېلىپ قېيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يەرقان (سېرىقلىق چۈشۈش) غا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: خالىتا پات ـ پات مىجىپ تۇرۇلىدۇ.

شەربىتى ئەۋرىشىم يەرقانى

تەركىبى: ئەفسەنتىن مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ئەفسەنتىننى قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ (كۆك كاسىنە سۇيىگە چىلىسا تېخىمۇ ياخشى)، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت ياكى ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان كېسەللىكلىرى، تال چوڭىيىپ كېتىش ۋە يەر قان كېسىلىگە شىپا بولىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان قۇلۇنجى ۋە توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، كېرەكسىز خىلىتلارنى ھەيدەيدۇ، سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ.

شەربىتى ئەفسەنتىن III

تەركىبى: رۇم بەدىيان، قىزىلگۈل ھەربىرى 30 گرام، سۇنبۇل 20 گرام، ئەفسەنتىن، كەرەپشە ھەربىرى 15 گرام، مەستىكى 10 گرام، قىلىن دارچىن ئالتە گرام، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: يىرىك دورىلارنى چالا سوقۇپ، يۇمشاقلىرىنى سوقماي، 1.5 لىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، قورساق كۆپۈش ۋە ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، تال توسالغۇسىنى ئېچىش، سۇيدۇك ھەيدەش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا 30 ~ 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى دىنار III

تەركىبى: كاسىنە ئۇرۇقى 60 گرام، قىزىلگۈل، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 50

گرام، کاسنه پوستی 30 گرام، رەۋەن 12 گرام، شېكەر 700 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا چىلاپ، قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ، ئاخىرىدا سوقۇلغان رەۋەننى سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەركىبى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەر ۋە باشقا ئەزالاردىكى قان تومۇرلارنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ. چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ، خەۋەقانىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يەرقان ۋە ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر، بالىلارغا كۈندە بەش قېتىم، ھەرقېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى دىنارى بارىد

تەركىبى: كاسنه ئۇرۇقى 60 گرام، رەۋەن 12 گرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، رەيھان ئۇرۇقى ھەربىرى ئالته گرام، سىركه 12 مىللىلىتىر، سۇ 1.6 لىتىر، قەنت 560 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، رەۋەننى خالتىغا ئېلىپ، 1/4 قىسمى قالغۇچه قايناتقىپ، سىركه قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يەرقان ۋە جىگەر ھارارىتى ئۆرلەپ كېتىشكه مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتته ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 30 ~ 45 مىللىلىتىر ئېلىپ، گۈلاب بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى رەۋەن سادده

تەركىبى: رەۋەن 60 گرام، قەنت 830 گرام، سۇ مەلۇم مىقداردا.

ياسلىشى: رەۋەننى قاياق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچه قاينىتىپ، سىقىپ، سۈزۈپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەرنى كۈچەيتىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يەرقاننى داۋالاشنىڭ كېيىنكى باسقۇچىدا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى رەۋەن مۇرەككەپ

تەركىبى: رەۋەن 30 گرام، تۇربۇت، غارىقۇن، بىستىپايەج، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، زەنجىۋىل بەش گرام، قەنت 300 گرام.

ياسلىشى: شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ ۋە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يەرقاننى داۋالاشنىڭ كېيىنكى باسقۇچىدا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ.

شەربىتى كاسنە

تەركىبى: كاسنە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى ھەربىرى 90 گرام، يۇلغۇن مېۋىسى 23 گرام، گاۋزىبان، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى (بىخسۇس)، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قامغاق ھەربىرى 15 گرام، لوك 12 گرام ، زىرىخ، ئاق سەندەل، غاپەس ياپىرىقى، ئەفسەنتىن رۇمى ھەربىرى توققۇز گرام، ئاسارۇن بەش گرام، رەۋەن ئۇچ گرام، گۇلقەنت 45 گرام، كاسنە سۇيى، سىركە ھەربىرى 135 مىللىلىتىر، لىمون سۇيى 45 مىللىلىتىر، قەنت 410 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ قاينىاق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، سىقىپ سۈزۈۋېلىپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىندۇ، رەۋەننى يۇمشاق سوقۇپ، قىيام سۈۋۈغاندىن كېيىن قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەرخىل تېپتىكى جىگەر كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ. توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل تېپتىكى يەرقانغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى نانخا

تەركىبى: جۇۋىنە، قارا شېكەر ھەربىرى 300 گرام.

ياسلىشى: جۇڭنەنى ھاۋانچىدا چالا سوقۇپ، ئاندىن قارا شېكەر سېلىپ، يەنە 15 مىنۇت سوقۇپ، ئوبدان ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ھەمدە قاچىدا بىر سوتكا يۇڭەپ ساقلانغاندىن كېيىن، ئۇنىڭغا 500 مىللىلىتىر سۇ قۇيۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىدۇ. يەللەرنى ھەيدەيدۇ. ھەزمنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەزىم ئاجىزلىقى، جىگەردىكى توسالغۇلارنى، بۆرەكنىڭ يەللىك ئىشىشقى ۋە ئاغرىقىنى يوقىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 15 مىللىلىتىر، بالىلارغا بەش مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى پەنجىگۈشت

تەركىبى: چاڭگاك ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى تەڭ مىقداردا.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سىركەنجۈبىل بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر، تال توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئىششىش ۋە قېتىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى رەۋەن

تەركىبى: ئارپىبەدىيان، قىزىلگۈل ھەربىرى 15 گىرام، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى توققۇز گىرام، رەۋەن، يۇيۇلغان لوك ھەربىرى ئالتە گىرام، كاسنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى بەش گىرام.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، قاياناق سۇ بىلەن قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ناغرىسمان سۇلۇق ئىششىق (ئىستىسقائى تىبلى) گە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گىرام ئېلىپ، كاسنە ئەرقى ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى زىرىشكى ئىستىسقائى

تەركىبى: زىرىخ ئۇسارىسى، كاسىنە، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، يۇيۇلغان لوك، قىزىلگۈل، رەۋەن ئۇسارىسى تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: قۇرس تەييارلاش ئۇسۇلىدا ئالتە گرامىلىق قۇرس ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇنده بىر قېتىم، بىر دانه يېيىلىدۇ.

قۇرسى غاپەس

تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى ئالتە گرام، غاپەس ئۇسارىسى، قىزىلگۈل چېچىكى، يۇ-يۇلغان لوك، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى ئۇچ گرام، تاباشىر ئىككى گرام.

ياسىلىشى: كاسىنە سۇيى بىلەن ئۇچ گرامىلىق قۇرس ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يەرقان ۋە كونا تەپلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىش-لىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇنده ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانه ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى كافۇر ھار

تەركىبى: زىرىخ، تاباشىر، قىزىلگۈل ھەربىرى توققۇز گرام، كاسىنە ئۇرۇقى، سېمى-زئوت ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، قارا سۇنا ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، ئاق سەندەل ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ قۇرس ياسىلىدۇ.

تەسىرى: ئۆتكۇر خاراكتېرلىك قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ، يەرقانغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قىزىتما، يەرقانغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇنده بىر قېتىم، بىر دانه قۇرسقا ئاق قوناق چوڭلۇقىدا كافۇر قوشۇپ يەپ، ئارقىدىن ئانار سۇيى ئىچىلىدۇ.

قۇرسى لوك

تەركىبى: يۇيۇلغان لوك، رەۋەن ھەربىرى توققۇز گرام، ئاسارۇن، يۇمىلاق زىراۋەندە، سۇنبۇل، جىنتىيانا، مەستىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، جۇۋىنە، ئىزخىر، ئەبۇھەل (قارىغاي مېۋىسى)، ئاچچىق بادام مېغىزى، قۇستە، ئوردان، ئەفسەنتىن، غاپەس ئۇسارىسى ھەربىرى ئالتە گرام، قارىمۇچ، زەنجىۋىل ھەربىرى ئۈچ گرام.

تەسىرى: ئىستىسقائى لەھمىنى يوقىتىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ، مائۇلئۇسۇل بىلەن ئىچىلىدۇ.

كەلكىلانەج بارىد

تەركىبى: تەرەنجىبىن، پۇنۇس، خىيار شەنبەر، قەنت ھەربىرى 45 گرام، مازەرىيۇن (زەھەرسىزلەندۇرگەن)، سېرىق ھېلىلە ھەربىرى 15 گرام، ئەفسەنتىن سىقىلمىسى (ئۇساربىسى)، قىزىلگۇل، كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: شېكەر، تەرەنجىبىنلەرنى قىيام قىلىپ، دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ئىستىسقىلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە 6 ~ 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

كەلكىلانەج پىيروزى

تەركىبى: ئاق تۇربۇت 450 گرام، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 270 گرام، پۇنۇس، خىيار شەنبەر ھەربىرى 30 گرام، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، ئامىلە ھەربىرى 21 گرام، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، پىلپىل يىلتىزى، قىزىل ھىندى تۇزى، ئەندىرانى تۇزى، تىبەت تۇزى، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، شەترەنجى ھىندى، سۇئىدى ھىندى، لاچىندانە (خەير بوۋا)، گۇلدارچىن، قەلەم-

پۇر، يالپۇز، بەرەڭگى كابىلە، سىيادان، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، زىرە، سازەج ھىندى، كە-رەپشە ئۇرۇقى، قۇرۇق يۇمغاقسوت ھەربىرى 15 گرام، ئامىلە شىربىسى 560 مىللىلىتىر، قەنت 1.5 كىلوگرام.

ياسىلىشى: ئامىلە شىربىسى بىلەن ئۇزۇمنى 3.3 لىتىر سۇدا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاي-نىتىپ، سۇزۇۋېتىپ، پۇنۇس، خىيار شەنبەرلەرنى سېلىپ، ئۇستىدىن قەنت قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ. ئۇنىڭ ئۇستىگە 270 مىللىلىتىر كۇنجۇت يېغى قوشۇپ يەنە قىيام قىلىپ، ئاخىرىدا دورىلار تالقىنى سېلىپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىستىسقا، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش، كونا تەپ، بەلغەمدىن بولغان يۆتەل، قۇلۇنجى، تۇتقاقلىق، پوقاق، بەھەق، ھىستېرىيە كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ. سۇيدۇك-نى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەرنىڭ ھەرخىل ئىششىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سۇت ياكى كاكىنەچ سۇيى بىلەن كۇندە بىر قېتىم، 15 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

كەلكىلانەج ھار

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۇرۇلگەن مازەرىيۇن، غارىقۇن، سېرىق ھېلىلە، سەكبىنەج ھەربىرى 15 گرام، سەۋسەن يىلتىزى توققۇز گرام، رەۋەن، غاپەس ئۇسارىسى، رۇم بەدە-يان ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەت-لەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم، 9 ~ 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مائۇلھىندىبا

تەركىبى: كاسىنىڭ ھۆل يوپۇرمىقى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: كاسىنى تازىلاپ، توپىلىرىنى چىقىرىپ، سوقۇپ، سىقىپ سۇيى ئېلىنە-دۇ. بىراق سۇدا يۇيۇپ تازىلاشقا بولمايدۇ. مەزكۇر دورا ئادەتتە ئىككى خىل ئۇسۇلدا تەي-يارلىنىدۇ. بىرى، كاسىنىڭ ھۆل يوپۇرمىقىدىن سىقىپ ئېلىنغان سۇيىنى بىر سوتكا

تۇرغۇزۇپ، قويۇق دۇغ قىسمىنى تېگىگە چۆكتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ. يەنە بىرى، كاسىنە سۈيىنى سۇس ئوتتا قاينىتىپ، كۆپۈكىنى ئېلىۋېتىپ، سۈتنىڭ پىشلىقىدەك سۈزۈك قىسمىنى ماتادىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قان ۋە سەپرا خىلىتلىرىنى نورمالالاشتۇرۇش، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يەرقانغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئەگەر شارائىت يار بەرسە، مۇناسىۋەتلىك دوختۇرلار بىلەن ئىچكۈزۈلسە تېخىمۇ مەنپەئەتلىك. مەسىلەن: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش مەقسەت قىلىنسا، 150 مىللىلىتىر كاسىنە سۈيى، سىركەنجۈبىل ياكى بۇزۇرى شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلسە؛ قىزىتما پەسەيتىش مەقسەت قىلىنسا، نېلۇپەر شەربىتى ياكى چاھار تۇخۇم شىرىنلىرى بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلسە؛ جىگەر ئىششىقى ۋە يەرقانىنى داۋالاش مەقسەت قىلىنسا پۇنۇس، خىيار شەنبەر بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلسە ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ.

مەتبۇخى ئۇسۇلى

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، بەدىيان يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى، كاسىنە يىلتىزى، ئىزخىر، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۇنبۇل، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەربىرى توققۇز گرام، ئوردان، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام.

تەسىرى: جىگەر، تالنى ياخشىلايدۇ، ئىستىسقا، يەرقانغا شىپا بولىدۇ، قويۇق خىلىتلارنى نورمال قىيامغا كەلتۈرىدۇ. ئاشقازان، جىگەرنى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يەرقانغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 150 مىللىلىتىر ئېلىپ، 30 گرام شېكەر، ئالتە مىللىلىتىر بادام يېغى قوشۇپ ئىچىلىدۇ. تاش پارچىلاش مەقسەت قىلىنسا، ئىككى گرام جوھۇد تېشى قوشۇپ ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ئەنسۇن

تەركىبى: سەكبىنەج، ئېگىر، ئاچچىق بادام مېغىزى، قۇرۇق سۈزلەك، زىرە، جۇۋىنە، يالپۇز، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، خولىنجان، غار ياپرىقى، چاڭگاك، زەنجۈبىل، غارىقۇن، ھومىما، موزاي ياكى كالىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن ئوشۇق سۆڭىكى ھەربىرى ئالتە گرام، رۇم بەدىـ

يان، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى، ھەببۇلغار، سىيادان، سەئدى كۇفى، ھىلاك، قۇندۇز قەھرى، قەردمانە، سۇنبۇل، ھەببى بىلسان، جاۋاشىر، غۇلجاك، ئاسارۇن، زەپەر ھەربىرى ئۇچ گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ياسلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قىزىتمىسى بولمىغان ئىستىسقائى تىبلىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى راسەن

تەركىبى: سەۋسەن يىلتىزى ياكى ئۇرۇقى ياكى گۈلى، زەنجىۋىل، تۆگە يانتىقى ھەربىرى بىر ھەسسە، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، جۇۋىنە ھەربىرى يېرىم ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر قېتىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇن رەۋەن

تەركىبى: رەۋەن، ئېگىر، غۇلجاك، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، جۇۋىنە، كەندىر تەك مىقدارىدا، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر، بالىياتقۇ ئىششىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مائۇلھەسەل بىلەن كۈندە ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇقۇئى خىيار شەنبەر

تەركىبى: پۇنۇس، خىيار شەنبەر مۇۋاپىق مىقدارىدا، كاسىنە سۇيى، بەدىيان سۇيى، كاكىنەچ ياپرىقىناك سۇيى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى مەزكۇر سۈيۇقلۇقلارغا چىلاپ، بىر سوتكا تۇرغۇزۇپ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يەرقانغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: گۈلاب ئارىلاشتۇرۇپ بىر قېتىمدىلا ئىچىپ تۇگىتىلىدۇ.

ھەببى بەھرام

تەركىبى: سەبرە 36 گرام، ئەفتىمۇن 18 گرام، سوقمۇنىيا 12 گرام، غارىقۇن توققۇز گرام، سۇنبۇل، سەلىخە، تۇربۇت، مەستىكى ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر بەش گرام، ھوماما ئۇچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقائى لەھمىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

ھەببى رەۋەن

تەركىبى: غارىقۇن، تۇربۇت ھەربىرى 10 گرام، رەۋەنچىنى، مۇقەل ھەربىرى ئۇچ گرام، يۇمىلاق زىراۋەندە، رۇم بەدىيان ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلار ھەب تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، جىگەر، بۆرەكنى تازىلاش ۋە قول - پۇت ئىششىقىنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ۋە بۆرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 دانە، بالىلارغا ھەر قېتىمدا ئۇچ دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى سەبرە I

تەركىبى: سەبرە سوقۇتىرى 10 گرام، غارىقۇن، كاسىنە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، سوقمۇنىيا، غاپەس ئۇسارىسى ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىتىلغان كاسىنە ئۇرۇقى سۈيىدە يۇغۇرۇپ ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ. چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ. سېرىقلىقنى يوقتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىششىق، يەرقان قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 دانە ئىچىلىدۇ.

دىققەت: كىچىك بالىلار بىلەن ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ.

ھەببى سەبرە II

تەركىبى: سەبرە 12 گرام، سوقمۇنىيا ئۇچ گرام، غارىقۇن، غاپەس ئۇسارىسى ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسلىشى: كاسىنە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قىزىتمىنى پەسەيتىپ تەبئەتنى يۇمشىتىدۇ، يەرقانغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى غاپەس

تەركىبى: ھېلىلە پوستى 16 گرام، غاپەس، سەبرە سوقۇتىرى ھەربىرى 15 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى 10 گرام.

ياسلىشى: كەرەپشە ئۇرۇقىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۇستىگە دورىلار تالقىنىنى تۆكۈپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، جىگەرنى قۇۋۇتلەش، نورمالسىز سەپرانى ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يەرقان ۋە جىگەر ئىششىقىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش دانە ئىچىلىدۇ.

ھەببى مازەرىيۇن

تەركىبى: مازەرىيۇن، سەكبىنەج ھەربىرى ئالتە گرام، تۇز، كەپتەر مايىقى ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: ھەب ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بەدەندىكى كېرەكسىز سۇيۇقلۇقلارنى ھەيدەپ چىقىرىپ بەدەننى كۇچەيتىدۇ، سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقالارغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ھىلىلە III

تەركىبى: سېرىق ھىلىلە پوستى 30 گرام، سەكبىنەج 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۇزۇپ، 0.3 گرامىلىق ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، بەدەندىن زىيادە سۇيۇقلۇقلارنى چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان جىگەر ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر دانە ئىچىلىدۇ.

ھەببى ئىستىسقا

تەركىبى: تۇربۇت 12 گرام، رەۋەن ئالتە گرام، چاققاقئوت ئۇرۇقى ئۇچ گرام، غارىقۇن، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، يۇمىلاق زىراۋەندە، پەرپىيۇن ھەر بىرى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: خاس سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل ئىستىسقىلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئايارەج III

تەركىبى: غارىقۇن، كەپە ياپرىقى ھەربىرى 15 گرام، رۇم بەدىيان، ئوشاق، مۇقەل ھەربىرى توققۇز گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، تۇرىۋت، تۇز ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: ھەب تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر، تال ئىششىقلىرىغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ۋە جىگەر ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 3 ~ 6 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەزىم ئەزالىرىدىكى يەللەرنى تارقاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى

جاۋارىش كۈمۈنى I

تەركىبى: سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان زىرە 150 گرام، زەنجىۋىل 60 گرام، قارىمۇچ 50 گرام، ئاق توغرىغۇ 15 گرام، سۇزاپ ئالتە گرام، ھەسەل بىر لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىپ كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاننى قىزىتىش، ھەزىمنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەزىمنى ياخشىلاش، يەل تارقىتىش، قۇلۇنجىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا ھەرقېتىمدا 1 ~ 1.5 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

جۇلابى بەلغەم

تەركىبى: تەرەنجىبىن 90 گرام، سانا 30 گرام، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە

ئۇرۇقى، زىرە، تۇربۇت، غارىقۇن، شەھمەنزەل ھەربىرى ئالتە گرام، سۆرۈنجان ئۇچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى بىر كېچە قاياق سۇغا چىلاپ، قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بەلغەمنى تەڭشەپ، بەلغەمدىن بولغان تۇرلۇك كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ، سوغۇق يەلنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يەل تارقىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى بەدىيان

تەركىبى: ئارپىبەدىيان 80 گرام، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، گۈلسەۋسەن ھەربىرى 20 گرام، بىخ كەبىر پوستى، رۇم بەدىيان ھەربىرى 12 گرام، قىزىلگۈل، مەستىكى، سىرىق ئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام، شېكەر 200 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر بىلەن تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەر توسالغۇسىنى ئاچىدۇ، ماددىلارنى تازىلايدۇ. ھېچ تۇتۇش، مەيدە ئېچىشىشنى پەسەيتىپ، قورساق كۆپۈشنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرىدە توسالغۇلارنى ئېچىپ، يەل ھەيدەش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالتە گرام ئېلىپ كاپ ئېتىلىدۇ. بالىلارغا كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى كەرەپشە

تەركىبى: سانا 15 گرام، كەرەپشە، بەدىيان، رۇم بەدىيان، ئاسارۇن، قۇستە، رەۋەن، سىركىگە چىلانغان زىرە ھەربىرى 10 گرام، سۇنبۇل، سەئدى كۈفى ھەربىرى ئۇچ گرام، شېكەر 100 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى پاكىزلاپ، سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر بىلەن تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان ۋە ئۇچەيدىكى تەتۇر يەلنى تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ۋە جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان قورساق كۆپۈشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا ھەرقېتىمدا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى گەز مازەج

تەركىبى: يۇلغۇن مېۋىسى، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، بەزرۇلبەنجى بەش گرام.

ياسىلىشى: سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، ھەرخىل يەللەرنى ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، سىركەنجۇبىل بۇزۇرى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى مەستەكى

تەركىبى: مەستەكى 30 گرام، شېكەر 60 گرام.

ياسىلىشى: مەستەكىنى ئايرىم سوقۇپ، شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازاندىكى يەللەرنى يوقىتىدۇ. ئاشقازاندىكى خام بەلغەمنى ئۆزلەشتۈرۈپ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان قورساق كۆپۈش ئۇچۇن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، چوڭلارغا تاماقتىن كېيىن ئۈچ گرام، بالىلارغا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى نانخا

تەركىبى: جۇڭنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان ھەربىرى 30 گرام، قەنت 90 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەبئىتى: 2 ـ دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان، جىگەر، تالدىكى يەلنى تارقىتىش، تاماق سىڭدۈرۈش، ئاغرىقنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، تال ۋە ئاشقازانىنىڭ يەلدىن بولغان ئاغرىقىنى پەسەيتىش، ئىسسىقانى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجۈبىل نانىخا

تەركىبى: جۇۋىنە، قارا زىرە، زۈپا، تاغ چاڭگاك ئۆسۈملۈكى ھەربىرى 20 گرام، سىركە 60 مىللىلىتىر، ھەسەل 100 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى چىلاشقۇدەك سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەسەل بىلەن سىركىنى قۇيۇپ بىر ئۆرلىتىپ ئىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان ھەزىمىنى ياخشىلاپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ، يەلنى تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازانىنى قۇۋۇتلەش، جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش، سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىقنى يوقىتىش ۋە يەل ھەيدەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر، بالىلارغا ھەر ئۈچ سائەتتە 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەتبۇخى مائىل بۇزۇر

تەركىبى: جۇۋىنە، تاغ زىرىسى، يالپۇز، سىيادان ھەربىرى 30 گرام، زىرە تۆت گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، 1200 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ، 500 مىللىلىتىر قالغاندا داكا بىلەن مىجىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازانىنى قۇۋۇتلەپ، تاماق سىڭدۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان كۆپۈش، قۇلۇنجى، قۇيۇق يەللەرنى يوقىتىش مەقسىتىلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىرغا ئىنەكپېتى (ئابدىمىلىك) ئۇچ مىللىلىتىر يېغىنى قوشۇپ ئىچىلىدۇ. بالىلارغا ياغ قوشماي 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى پەيقىرا

تەركىبى: سەبرە سوقۇتىرى 40 گرام، ھېلىلە كابىلە، بەلىلە ھەربىرى 15 گرام، ئاش تۇزى 10 گرام، ھەسەل 200 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ھېلىلە ۋە بەلىلىنى چېقىپ، شاكىلىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. سەبرىنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ۋە تۇز قوشۇپ ھەسەل بىلەن تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ھەزىم بۇزۇلۇش، لاي ۋە باشقا غەيرىي نەرسىلەرنى يېيىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ئاجىزلىقى، ھەزىم بۇزۇلۇش، مالىخۇلىيا مىراقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ، 100 مىللىلىتىر پۇدىنە شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى پۇدىنە

تەركىبى: سۇزاپ ياپرىقى، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، جۇۋىنە، ياۋا زىرە، دارچىن، پىلپىل تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يەل تارقىتىپ تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى زورەمبات

تەركىبى: زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى ھەربىرى ئالتە گرام، مەرۋايىت، مارجان، كەھرۋا، پىلە، قەلەمپۇر، بەسباسە، قۇندۇز قەھرى، زەپەر ھەربىرى بەش گرام، سۇنبۇل، ئۆشنە

ھەربىرى ئىككى گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاندىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام يېيىلىدۇ.

مەجۇنى كاسىرى رىياھ

تەركىبى: سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان زىرە 20 گرام، سۇزاپ، مەستىكى، قەلەمپۇر، قىزىلگۈل، رۇم بەدىيان، ئېگىر، جۇۋىنە، توغرىغۇ، پىستە پوستى ھەربىرى 10 گرام، ھەسەل 300 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، 40 كۈن تىندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، جىگەر ۋە ئۆچەينىڭ يەللىك ئاغرىقى، بالىياتقۇنىڭ يەللىك ئاغرىشى، ھەيز كەلمەسلىك، دوۋساقنىڭ يەلدىن بولغان كېسەللىكلىرى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا تاماقتىن كېيىن بەش گرام، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ھەببۇلغار I

تەركىبى: سۇزاپ ياپىرىقى 300 گرام، جۇۋىنە، قارا زىرە، يالپۇز، تاغ زىرىسى (كەرۋىيا)، ھەببۇلغار، غۇلجاڭ، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاچچىق بادام مېغىزى، قارامۇچ، پىلپىل، ئېگىر، پىننە ھەربىرى توققۇز گرام، جاۋاشىر، سەكبىنەج ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ. ئىستىسقائى تىبلى، قورساق ئاغرىقى ۋە يەلدىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 3 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: سۈزۈپنى بەزىلەر 30 گرام، بەزىلەر 150 گرام سېلىشنى تەۋسىيە قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئۇبھەل

تەركىبى: قارىغاي مېۋىسى، كۈندۈر، جۇۋىنە، دارچىن، ئېگىر، ئارپىبەدىيان تەڭ مىقدارداً، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قورساق غولدۇرلاش، ئاشقازان ئېسىلىش، يەل تۇرۇپ قېلىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى بادىشكەن

تەركىبى: پەتەر ئاسالىيۇن، ئىزخىر، قۇستە شېرىن، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، ئاسارۇن ھەربىرى 10 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى، ئامىلە پوستى، سەكبىنەج، مۇقەل ھەربىرى ئالتە گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئادراسمان ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، مەستىكى، زەپەر ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تۇرۇپ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان، ئۇچەيلەردىكى يەللەرنى ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قورساق ئاغرىقى، قورساق ئېسىلىش، يېڭىدىن پەيدا بولغان چوقۇق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمداچوڭلارغا 3 ~ 6 دانىغىچە، بالىلارغا ئىككى دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى تەنكار

تەركىبى: سەبرە سوقۇتىرى 50 گرام، قارىمۇچ 40 گرام، بەزرۇلبەنجى سەككىز گرام، تەنكار ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب ياسلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاشقازان ۋە ئۇچەينى تازىلاپ يەل ماڭدۇرىدۇ. ئىشتىھانى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان ھەزىمىنى ياخشىلاش، ئۇچەي توسالغۇسىنى ئېچىش ۋە بوغۇم ئاغرىقنى توختىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: يەتتە ياشتىن كىچىك بالىلارغا بېرىلمەيدۇ.

ھەببى كەبىرىت

تەركىبى: تازىلانغان گۈڭگۇرت پوقى 80 گرام، ئۆشبە (تۆمۇر دورىسى) ياكى چۆپچىن، نۆشۈدۇر، ئاقىرقەرھا ھەر بىرى 40 گرام، سەمغى ئەرەبى (ئەرەب يېلىمى) 20 گرام، شېكەر 160 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، لىمون سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى : قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: سوغۇق ۋە ئىسسىقتىن بولغان يەللەرنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ناسۇر (ئاقما)، خانازىر (لىمفا تۇبېركۇلوزى)، ھەر قايسى ئەزالاردا پەيدا بولغان يەلتاشما قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 1 ~ 2 دانە، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 5 دانە، 10 ياشتىن چوڭلارغا 7 ~ 10 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەددە قۇرتلارنى چۈشۈرگۈچى دورا ياسالمىلىرى

سۈفۈپى مەددە I

تەركىبى: ئەمەن 30 گرام، تىرمىس، قىزىل لوۋىيا، ئاچچىق قۇستە ھەربىرى 21

گرام، بەرەڭگى كابىلە، شىرخىست، تۇربۇت، قەنبىل ھەربىرى 15 گرام، تاشتۇز ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئۇندەك يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سۈفۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يىلانسىمان مەددە، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالدى بىلەن ئۇدا ئۇچ كۈن يېڭى سېغىلغان سۈت ئىچكەندىن كېيىن، 4 ـ كۈنىدىن باشلاپ كۈندە بىر قېتىم، توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: دورا پۈرىقىنىڭ ناچار تەسىر پەيدا قىلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن، مەزكۇر دورىنى ئىچكەندە بىمار بۇرنىنى ئېتىپ تۇرۇپ ئىچىشى لازىم.

سۈفۈپى مەددە II

تەركىبى : بەرەڭگى كابىلە ئالتە گرام، دەرمەنە تۇركى ئۇچ گرام، ئۇرۇقسىز گۈلە ئىككى دانە.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يىلانسىمان مەددە، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىملىق تەييارلاپ بىراقلا ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: سۈفۈپى مەددە I گە ئوخشاش.

شىيافى تۇتۇ

تەركىبى: قۇرۇق ئۇزۇم، ئاچچىقئۆرۈك مېغىزى، شاپتۇل مېغىزى، تاتلىق قۇستە ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تۇتۇ مەددە قۇرتلىرىنى ئۆلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، مەقئەتكە كىرگۈزۈپ قويۇلىدۇ.

شىيافى مەددە

تەركىبى: شەھمەنزەل ئۇچ گرام، قەنبىل 1.5 گرام، كالا ئۆتى، كۇنجۇت يېغى مۇۋاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، كالا ئۆتى بىلەن شامچە ياساپ، كۇنجۇت يېغىدا مايلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل مەددە قۇرتلارنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، مەقئەتكە كىرگۈزۈپ قويۇلىدۇ.

مەتبۇخى ئانار تەلىخ

تەركىبى: ئاچچىق ئانار يىلتىزى ۋە قوۋزىقى ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى بىر كېچە قاياناق سۇغا چىلىغاندىن كېيىن، ئەتىسى تونۇرغا سېلىپ قايىنىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەرخىل مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەردىكى ھەرخىل مەددە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يۇقىرىقى ئۇسۇلدا تەييارلاپ، ئۇچ كۇنگىچە ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى بەرگى شاپتۇل

تەركىبى: شاپتۇلنىڭ ھۆل يوپۇرمىقى، شاتۇت دەرەخ قوۋزىقى ھەربىرى بىر سىقىم.

ياسىلىشى: بىر لىتىر سۇ بىلەن قايىنىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل مەددە قۇرتلارنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قايىنىتىلغان دورا بىراقلا ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئەسكەرتىش : ھامىلدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ.

مەتبۇخى بىخى بىيىد

تەركىبى: سۆگەت يىلتىزى 30 گرام.

ياسىلىشى: بىر لىتىر سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: زەھەرسىز بولۇپ، تۈتۈ مەددە قۇرتىنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قاينىتىمغا بىرئاز شېكەر قوشۇپ، ئاچ قورساق بىراقلا ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى پوستى ئانار

تەركىبى: ئانار پوستى 30 گرام، تازىلانغان شور ئالتە گرام، شېكەر 50 گرام.

ياسىلىشى: بىر لىتىر سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يىلانسىمان مەددىنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىككىگە بۆلۈپ، ئاچ قورساق ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى تۇخۇمى كەدۇ

تەركىبى: كاۋا ئۇرۇقى 120 گرام.

ياسىلىشى: كاۋا ئۇرۇقى بىر لىتىر سۇدا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىقلا مايىل، زەھەرسىز.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى مەست قىلىپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قاينىتما تىرىپى بىلەن ئاچ قورساقتا بىر قېتىمدىلا ئىچكۈزۈلۈپ، 1 ~ 2 سائەتتىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردا سۈركە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: كاۋا ساپىقى ۋە گۆشىنىڭمۇ مەددە چۈشۈرۈش، سۈت كەلتۈرۈش تەسىرى بار.

مەتبۇخى سەرخەس مۇرەككەپ

تەركىبى: كاۋا ئۇرۇقى 30 گرام، سەرخەس 15 گرام، ئەينۇلا 12 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى بىر لىتىر سۇدا پىرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يىلانسىمان مەددە، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە، ئىلمەكلىك مەددىلەرنى ئۆلتۈرۈپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يۇقىرىقى قاينىتمىنى ئاخشىمى ئىچىپ، ئەتىگىنى ئاچ قورساققا 15 گرام تازىلانغان شور ئىچىش لازىم.

ئەسكەرتىش: دورا ئىچىشنىڭ ئالدى ـ كەينىدىكى 1 ~ 2 كۈندە مايلىق تاماق يېمەسلىك كېرەك. ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىشكە بولمايدۇ.

مەتبۇخى شاپتۇل

تەركىبى: شاپتۇل چېچىكى 15 گرام، شېكەر 50 گرام.

ياسلىشى: شاپتۇل چېچىكىنى بىر لىتىر سۇدا قاينىتىپ، 300 مىللىلىتىر قالغاندا سۈزۈپ، شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەددە چۈشۈرىدۇ. چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاچ قورساققا بىراقلا ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ.

مەتبۇخى مەددە

تەركىبى : سەرخىستىن توققۇز گرام، ئانار پوستى ئۇچ گرام.

تەسىرى: ھەرخىل مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاچ قورساققا بىراقلا ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ.

مەجۇنى سەرخىس

تەركىبى: تۇربۇت، مۇقەل ھەربىرى ئالتە گرام، سەرخىس، بەرەڭگى كابىلە ھەربىرى ئۇچ گرام، ھەسەل 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلەنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يىلانسىمان مەددە، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئېلىپ، كالا سۈتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى قەنبىل

تەركىبى: قەنبىل، سىرىق ھېلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، ياغىچى ئېلىنغان ئاق تۇربۇت، زەنجىۋىل، دەرمەنە تۇركى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى 150 گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 1.8 لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل مەددىلەرنى چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 2 ~ 3 گرام، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 4 گرام، 10 ياشتىن چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 5 ~ 8 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھۆقنەئى پوستى ئانار

تەركىبى: ئانار پوستى توققۇز گرام.

ياسلىشى: يېرىم چىنە سۇدا قايناتقاپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: تۇتۇ مەددىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئۇخلاش ئالدىدا ھۆقنە قىلىنىدۇ.

ھۆقنەئى تۇتۇ مەددە

تەركىبى: شەھمەنزەل، قەنتەرىيۇن، تاشتۇز، ئاچچىقئۆرۈك مېغىزى، ئاچچىقئۆرۈك ئۇرۇقىنىڭ شاكىلى باراۋەر مىقداردا.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، 1.5 لىتىر سۇدا قايناتقاپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەرخىل مەددە كېسەللىكلىرىنى، بولۇپمۇ تۇتۇ مەددە كېسىلىنى داۋالاشتا ئۇنۇمى كۆرۈنەرلىك.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل مەددە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلىنىدۇ.

ھۆقنەئى مەددە I

تەركىبى: بەرەڭگى كابىلە، دەرمەنە تۇركى، تاشتۇز ھەربىرى 4.5 گرام، تۇربۇت، شەھمەنزەل ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى ئىككى لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قايناتقاپ، سۈزۈپ، بىر ئاز كۈنجۈت يېغى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مەددە كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ. بولۇپمۇ قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىگە تەسىرى ياخشى.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىلمان ھالدا ھۆقنە قىلىنىدۇ.

ھۆقنەئى مەددە II

تەركىبى: ئەفسەنتىن 21 گرام، سىيادان، قىزىل لوۋيا، بابۇنە ھەربىرى 15 گرام، شاپتۇل غازىكى بىر سىقىم.

ياسلىشى: دورىلار ئىككى لىتىر سۈدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىلمان ھالدا ئازراق كۈنجۈت يېغى بىلەن ھۆقنە قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە تەبئىتى بەك ئىسسىق دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. ئۇلارغا ئاچچىق ئانار يىلتىزى ۋە قوۋزىقى، شاپتۇل ھۆل يوپۇرمىقى، شاپتۇل قوۋزىقى قاتارلىقلاردىن بىرەرسىنى ئىشلىتىش لازىم.

ئىششىق ياندۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى

ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

زىمادى ئىسپىغۇل

تەركىبى: كۆكنار، ئىسپىغۇل تەك مىقداردا، گۈل يېغى ئاز مىقداردا.

ياسىلىشى: ئىككى خىل دورىنى قاينىتىپ، ئوبدان پىشۇرۇپ، گۈل يېغى تېمىتىپ ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل تېپتىكى ئىششىقلارنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە لەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

سۇفۇپى سۆرۈنجان ھار I

تەركىبى: سۆرۈنجان 40 گرام، سانا 28 گرام، ئاق تۇربۇت 20 گرام، سىرىق ھېلىلە پوستى، پوستىدىن ئايرىلغان بادام مېغىزى ھەربىرى 12 گرام، سوقمۇنىيا تۆت گرام، زەپەر ئىككى گرام، قەنت ياكى شېكەر 120 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان مۇپاسىل، بەل ئاغرىقلىرى، پۇت ـ قول ئاغرىقى ۋە ئىششىققا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بالىلارغا 2 ~ 3 گرام، چوڭلارغا 3 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

سۇفۇپى مۇدىر V

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام، ئۇرۇقسىز زىرىخ 12

گرام، كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، بەدىيان، رۇم بەدىيان، رۇببىسۇس ھەر بىرى ئالتە گرام، رەۋەن، سۇنبۇل، زەپەر، ئەفسەنتىن، مەستىكى، لوك ھەر بىرى ئۈچ گرام ، شېكەر 100 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، 100 گرام شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: سۈيدۈك ماڭدۇرۇپ، جىگەر ۋە بۆرەك ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ۋە بۆرەك كېسەللىكلىرىدە سۈيدۈك ھەيدەش ۋە ئىششىقنى يانـدۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم ، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بارىد

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى ھەر بىرى 50 گرام ، كەرەپشە ئۇرۇقى ئۈچ گرام، سىركە 60 مىللىلىتىر، قەنت 300 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا چىلاپ، 12 سائەتتىن كېيىن قايـنىتىپ، سۈزۈپ، سىركە بىلەن قەنتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى : ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىش: جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. سەپرادىن بولغان ئىستىسقا ۋە يۇقىرى قىزىتمىلىق تەپنى قايتۇرىدۇ. سۈيدۈك ماڭدۇرىدۇ. بەل ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 100 مىللىلىتىر، بالىلارغا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجۈبىل مازەرىيۇن

تەركىبى: پىياز ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كاسىنە ئۇرۇقى ھەر بىرى 250 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى 60 گرام، تەرخەمەك سۇيى 660 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، سىركىگە بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ئىستىسقىغا شىپا بولىدۇ. سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچىكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجىۋىل ئوردان

تەركىبى: ئارپىبەدىيان، بەدىيان يىلتىزى پوستى، بىخ كەبىر پوستى، رۇم بەدىيان، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى پوستى، زۈپا، ئوردان، غافەس، ئەفسەنتىن ھەر بىرى 30 گرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى، جىگدە، سۇنبۇل، ئاسارۇن ھەر بىرى 20 گرام، سىركە 100 مىللىلىتىر، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، قالغان دورىلار بىلەن بىللە ئىككى لىتىر سۇغا چىلاپ قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سىقىپ سۈزۈپ، ئاندىن سۈزۈلمىسىگە سىركە بىلەن قەنتنى سېلىپ قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. ئىششىق ياندۇرىدۇ. مېڭە ، يۈرەك ۋە ئۆپكىنى ياخشىلايدۇ. جىگەر خىزمىتى بۇزۇلغاندىن بولغان ئىستىسقانى قايتۇرىدۇ. جىگەر ۋە تالىنىڭ قېتىۋېلىشىنى يۇمشىتىدۇ. توسالغۇلارنى ئېچىپ سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، تالدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ۋە ئىششىق ياندۇرۇش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 100 مىللىلىتىر، بالىلارغا 30 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

سىركەنجىۋىل ئۇسۇلى ۋە بۇزۇرى

تەركىبى: كاسنە ئۇرۇقى 30 گرام، بەدىيان، رۇم بەدىيان، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى ھەر بىرى 15 گرام، كاسنە ئۇرۇقى 30 گرام، سىركە 100 مىللىلىتىر، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا چىلاپ، 12 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سىقىپ، سۈزۈپ، قەنت ۋە سىركىنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر ۋە تالدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، سۇيدۇك ھەيدەيدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 100 مىللىلىتىر، بالىلارغا 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى مازەرىيۇن

تەركىبى: كاسىنە ئۇرۇقى 30 گرام، قىزىلگۈل، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى سەككىز گرام، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن مازەرىيۇن، غارىقۇن، غافەس ھەر بىرى تۆت گرام.

ياسىلىشى: ھەب تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە ئالتە گرامىلىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ئىستىسقائى زىققىنى يوقىتىدۇ. سېرىق سۇلارنى تازىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سىركەنجۈبىل بىلەن بىر داندىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى ئىستىسقا

تەركىبى: ئەفسەنتىن، ئاچچىق بادام مېغىزى، ئاسارۇن، رۇم بەدىيان، غارىقۇن تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: قۇرس تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل ئىستىسقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى مۇستەسقى

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، تەمرى ھىندى ھەر بىرى 30 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى، سېرىق ھېلىلە پوستى ھەر بىرى 21 گرام، شاھتەررە، پۇنۇس، خىيار شەنبەر ھەر بىرى 15 گرام، چىلان 10 دانە، رۇم بەدىيان، ئاسارۇن، غافەس، ئىزخىر، سۇنبۇل، ئەفسەنتىن ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسلىشى: مەتبۇخ تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر ياكى تالدىن بولغان ئىستىسقىلارغا شىپا بولىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئايارەج پەيقىرا، غارىقۇنلارنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ، سىركەنجۇبىل بىلەن يەپ، ئارقىدىن مەزكۇر مەتبۇختىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ.

مەجمۇنى ئەرتىنسا

تەركىبى: كامازەريۇس، كامافىتۇس، ياۋا سامساق ھەر بىرى 250 گرام، فەراسيۇن (تاغ كۈدىسى ئۇرۇقى)، چاڭگاك (جۆئىدە) ھەر بىرى 90 گرام، غارىقۇن، ئاسارۇن، ئېگىر، قەردىمانە، سۇزاپ ئۇرۇقى، پەرپىيۇن، ئوغرىتىكەن ھەر بىرى 21 گرام، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئەرتىنسا، جۇۋىنە، قەلەمپۇر ھەر بىرى 12 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى: ئاشقازان ئاغرىقى، جىگەر، بوغۇم ۋە تال كېسەللىكلىرىگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. ھۆللۇكتىن ۋە ئاشقازاندىن بولغان ئىستىسقىغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قايناق سۇ بىلەن كۈندە ئۈچ گرام يېيىلىدۇ. ئالتە ئاي تۇرغۇزۇپ ئىستېمال قىلىنسا تېخىمۇ ياخشى.

مەجمۇنى دەبدىلۇەرد III

تەركىبى: سۇنبۇل، مەستىكى، زىغىر، تاباشىر، دارچىن، ئىزخىر، ئاسارۇن، قۇستە شېرىن، غافەس، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، ئوردان، يۇيۇلغان لوك، كاسنە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، زىراۋەندە، ھەببى بىلسان، ئۇد غەرقى ھەر بىرى تۆت گرام، قىزىلگۇل ھەممە دورىلار ۋەزنىدە.

ياسلىشى: ھەممە دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۈچ ھەسسە ھەسەلنى قېيام قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، باش قېيىش، كۆز قاراڭغۇلىشىش، جىگەر-دىكى توسالغۇنى ئېچىش، ئىششىقنى تارقىتىش، مۇدۇرلارنى يوقىتىش، مېڭىگە بۇس ئۆرلەشنى توسۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقا ئۇچۇن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 4 ~ 7 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى زەپەر

تەركىبى: زەپەر 35 گرام، سۇنبۇل 20 گرام، ئاسارۇن، دۇقۇ، رۇم بەدىيان، تاغ قارا زىرىسى، رەۋەن، مۇرمەككى ھەر بىرى 12 گرام، رۇببىسۇس، جۆئىدە، مەستىكى، غافەس ھەر بىرى 10 گرام، قېلىن دارچىن، قۇستە، ئىزخىر، ھەببى بىلسان، ئوردان ھەر بىرى ئۈچ گرام، بىلسان يېغى 15 مىللىلىتىر، ھەسەل 600 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بىلسان يېغى بىلەن ياغلاپ، ئىرىتىلگەن ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، 40 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەرنى قۇۋۇتلەيدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ. يەل تارقىتىدۇ، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىش: سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، جىگەر ۋە تالىنىڭ ئىششىقىدىن بولغان يۇز، قول، پۇت ئىششىقىنى ياندۇرۇش، بۆرەك ئاغرىقىنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئىككى گرام، بالىلارغا 0.5 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

مەجۇنى كەلكىلانەج

تەركىبى: يۇيۇلغان لوك، سۇنبۇل، قىزىلگۈل، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى، ئوردان، رەۋەن، ھىندى تۇزى، سەۋسەن گۈلى، غارىقۇن ھەربىرى 18 گرام، كامازەر يۇس، قارا زىرە، سىيسالىيۇس، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئاسارۇن، ئۇد بىلسان، مەستىكى، جىنتىيانا، ئاقلانغان بەرەڭگى كابىلە، قېلىن دارچىن ھەر بىرى 12 گرام، زەنجىۋىل، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، لاچىندانە، قەلەمپۇر، گۈلدارچىن، قارىمۇچ، پىلپىل، نەمەك ئەندىرانى، نەمەك نىفتى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، غافەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىن، سەئدى كۈفى، ئىزخىر ھەر بىرى 15 گرام، سىرىق ئوت ئۇرۇقى، سەرمۇق ئۇرۇقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى، سوقمۇنىيا ھەر بىرى 30 گرام، قۇستە، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئىگىر، رۇم بەدىيان

هەربىرى توققۇز گرام، تۇربۇت 470 گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 280 گرام، قارا ھېلىلە، بەلـ
لە پوستى ھەربىرى 45 گرام، ئامىلە 810 گرام، تەمرى ھىندى 150 گرام، پۇنۇس، خىيار
شەنبەر 280 گرام، قەنت 1.2 كىلوگرام، زەھەرسىزلەندۇرۇلگەن مازەرىيۇن 60 گرام، بادام
يېغى 40 مىللىلىتىر، سۇ 280 مىللىلىتىر، كۇنجۇت يېغى 60 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: لوكتىن تۇربۇتقىچە بولغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ. قارا ھېلىلىدىن تەمرى ھىندىغچە بولغان دورىلارنى ئۈزۈم بىلەن قوشۇپ يەتتە لىتىر سۇدا 1/4 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، پۇنۇس، خىيار شەنبەرلەرنى سېلىپ، مىجىپ تەمىنى چىقىرىپ، يەنە سۈزۈپ مەزكۇر سۇغا قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ. مازەرىيۇن ۋە بادام ياغلىرىنى 280 مىللىلىتىر سۇدا سۈيى تۇگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ، قالغان قىسمىنى كۇنجۇت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، دورىلار تالقىنىنى سېلىپ ياغلىنىدۇ. ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، ئاخىرىدا قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەر خىل ئىستىسقا، جىگەر ۋە تال كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا تۆگە سۈتى ياكى شوخلا سۈيى ياكى مائۇلجەبىن بىلەن، 12~ 15 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى مازەرىيۇن

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۇرۇلگەن مازەرىيۇن، تۇربۇت، سېرىق ھېلىلە پوستى ھەر بىرى 30 گرام، قارىمۇچ 15 گرام، ئامىلە، زەنجىۋىل ھەر بىرى 12 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقائى زىققىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: تۆگە سۈتى بىلەن ئۈچ گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. تۆگە سۈتى تېپىلمىسا توققۇز گرامدىن بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئىستىسقائى لەھمى ۋە ھارارەتلىك ئىستىسقىلارغا قەتئىي بېرىشكە بولمايدۇ.

مەجۇنى ھېلىلە

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، تۇربۇت ھەر بىرى 30 گرام، زەھەر سىزلەندۇرۇلگەن

مازەرىيۇن 23 گرام، قارىمۇچ 15 گرام، ئامىلە، زەنجىۋىل ھەر بىرى 12 گرام، بەلىلە پوستى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: قائىدە بويىچە ياسلىدۇ.

تەسىرى: بەدەندىكى زەردابلارنى ھەيدەپ، ئىستىسقائى زىققىگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقائى زىققىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىستەمخىقۇن

تەركىبى: قۇستە، ھوماما، مۇرمەككى، سۇنبۇل، قېلىن دارچىن، مەستىكى ھەر بىرى 36 گرام، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، قارىمۇچ، كەرەپشە ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، جۇۋىنە، زىرە، تاغ سەۋزىسى ئۇرۇقى، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى، ھىلىك، ئاسارۇن، كاشىم، ئەفسەنتىن، پىننە، يالپۇز ھەر بىرى 12 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: قائىدە بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بۇزۇلغان مىزاجنى، بولۇپمۇ بەلغەمدىن بۇزۇلغان مىزاجنى ئوڭشايدۇ، ئاشقازان ئاجىزلىقى، ئاشقازان ئاغرىقى، جىگەر ئاجىزلىقى، ئىستىسقا قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 6 ~ 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئەفسەنتىن

تەركىبى: ئەفسەنتىن، سېرىق ھېلىلە پوستى، يۇيۇلغان لوك، مەستىكى، زەپەر، رەۋەن، رۇم بەدىيان، شاھتەررە، سەبرە، مارجان شوخلا ھەر بىرى 10 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مارجان شوخلىنىڭ سۇيىدە يۇغۇرۇپ ھەب ياسلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. قان تازىلايدۇ. تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ. سوغۇقتىن بولغان جىگەر ئىششىقىنى تارقىتىدۇ. ئىستىسقانى قايتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر، تال كېسەللىكلىرىدە ئىستېسقىنى داۋالاش، ئىششىق ياندۇرۇش، توسالغۇنى ئېچىش، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا يەتتە دانە، بالىلارغا ئۈچ دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ھەببى غاربقۇن I

تەركىبى: غاربقۇن، ئەفتىمۇن، سەبرە سوقۇتری ھەر بىرى 15 گرام، تاغ قارا زىرىسى، تاغ سەۋزىسى ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەر بىرى ئالتە گرام، سوقمۇنىيا ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش، خەپرۇكنى تازىلاش، يۆتەل توختىتىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا يەتتە دانە، بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ دانە يېگۈزۈلىدۇ.

ماشراغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

زىمادى ئاق لەيلىگۈلى

تەركىبى: ئاق لەيلىگۈلى مۇۋاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يالۇغ قايتۇرۇش ، ئىشتىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ماشرا كېسەللىكىدە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا باشقا تېخىلىدۇ.

زىمادى ماشرا

تەركىبى: ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل ھەر بىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: سەندەللەرنى كاسىنە ۋە ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيىگە ياكى سېمىزئوت سۇيىگە سۈرۈپ، ئۇنىڭغا مارجان شوخلا سۇيى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يالۇغ ۋە ئىشتىق ياندۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش، سەپرا ۋە قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىش: ماشرا (تىلما) كېسەللىكىدە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

شەربىتى كاھۇ

تەركىبى: بېھى ئۇرۇقى، قارا سۇنا ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 21 گرام، نىلۇپەر 18 گرام، شېكەر 40 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، بىر لىتىر سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، شېكەرنى سېلىپ ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سەپرا ۋە قانىنىڭ تېزلىكىنى ياندۇرۇش، قىزىتما پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ماشرا (تىلما) كېسەللىكىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش قوشۇق ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورا شەربىتى مۇنزىجدىن كېيىن بېرىلىدۇ.

شەربىتى مۇنزىج

تەركىبى: تەرەنجىبىن 60 گرام، گۈلبىنەپشە، نىلۇپەر، قىزىلگۈل، كاسنە يىلتىزى ھەر بىرى 18 گرام، كاسنە ئۇرۇقى توققۇز گرام، چىلان يەتتە دانە.

ياسىلىشى: دورىلارنى بىر لىتىر سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، تەرەنجىبىننى 100 مىللىلىتىر قايناق سۇدا 10 مىنۇت چىلاپ دۇملەپ، سۈزۈپ، بىر لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، يۇقىرىقى دورا سۈيى بىلەن بىرلەشتۈرۈلۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ. ئىچكى ـ تاشقى ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ. نورمالسىز ماددىلارنى تارقىتىدۇ. قان تازىلايدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ. سەپرانى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ماشرا كېسەللىكىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

دىققەت قىلىدىغان ئىشلار: قىزىتمىسى يۇقىرى بولغان بىمارلارغا بېرىش توغرا كەلسە، ياسالمىغا 100 مىللىلىتىر سىركە قوشۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ماشرا كېسەللىكىنى داۋالاشتىكى دەسلەپكى دورا سۈپىتىدە بېرىلىدۇ.

شەربىتى ئۇننىاب III

تەركىبى: چىلان 300 گرام، شىكەر 500 گرام.

ياسىلىشى: چىلاننى 1.5 لىتىر سۇدا بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۈستىگە شىكەر سېلىپ قىيام قىلىدۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، قان تېزلىكىنى پەسەيتىش، نورمالسىز خىلىتلارنى پىشۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قان ۋە سەپرانىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان ماشراغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى ئۈننىاب IV

تەركىبى: چىلان 500 گرام، پوستى ئايرىلغان ماش 30 گرام، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى 100 گرام، كاسنە يىلتىزى 30 گرام، سىركە 600 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، 500 گرام شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، قانىنىڭ تېزلىكىنى پەسەيتىش، قويۇق خىلىتلارنى يېتىلدۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ماشرا كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

لوئابى ئىسپىغۇل

تەركىبى: ئىسپىغۇل مۇۋاپىق مىقدارda.

ياسىلىشى: بىر پىيالە قايناق سۇغا چىلاپ شىرىسى ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: قاننى جانلاندۇرۇش، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ماشرا كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باشقا چېپىلىدۇ.

مەتبۇخى مارجان شوخلا

تەركىبى: مارجان شوخلا مۇۋاپىق مىقدارda.

ياسىلىشى: ھۆل مارجان شوخلىنى سىقىپ سۈيى ئېلىنىدۇ. دورا قۇرۇق بولسا، دەسلەپ چىلاپ، ئاندىن قاينىتىپ، سۈزۈپ ئېلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

ئىشلىتىلىشى: ماشرا، سەينەك، غەلۋىرەك، گال ئاغرىقى، تولغاق، بۆرەك تېلىپ

ئاغرىش، ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى: ئىسسىق قايتۇرۇپ زەھەر تارقىتىدۇ، ئىششىق ياندۇرىدۇ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، يۆتەل پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: پۈتۈن ئۆسۈملۈكى ياكى مېۋىسىنى قاينىتىپ ئىچىدۇ ياكى تاشقى جەھەتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

مەتبۇخى ھېلىلە II

تەركىبى: تەرەنجىبىن 100 گرام، سەرپىستان 20 دانە، سېرىق ھېلىلە پوستى 18 گرام، قارىئۆرۈك ياكى ئەينۈلا 15 دانە، سانا، شاھتەررە ھەر بىرى 10 گرام، چىلان توققۇز دانە، كاسنە ئۇرۇقى ئالتە گرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئۈنىكىغا تەرەنجىبىن ۋە سانانىڭ شىرىسى قوشۇلىدۇ.

تەسىرى: سەپرانى پەسەيتىپ قان تازىلايدۇ. توسالغۇنى ئېچىپ ئىششىق ياندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ماشرا (تىلما) كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا يېرىم پىيالە ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ ياسالما ماشرانى داۋالاشتىكى 3 ـ باسقۇچلۇق دورا سۈپىتىدە بېرىلىدۇ.

ھەرىكەت ئەزالىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بەل، غول، يانپاش ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

داۋائى ئىرقۇننىسا

تەركىبى: ئەنزىرۇت، سۆرۈنجان ھەربىرى ئالتە گرام، جويۇز يېغى، قارا سۇنا سۇيى ھەربىرى 120 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، مەزكۇر سۇيۇقلۇقلارغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يانپاش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچكۈزۈلىدۇ.

رەۋغىنى خېنە

تەركىبى: خېنە ھۆل ياپرىقى، خېنە چېچىكى ھەربىرى 12 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، سىقىپ سۈيىنى ئېلىپ، يېرىمىغچە كېلىدىغان كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ، ياغ قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يانپاش ئاغرىقى ۋە تۇرلۇك بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ. چاچ ـ ساقالنى قارايتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تۇرلۇك چوڭ ـ كىچىك بوغۇم ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سىرتتىن ياغلىنىدۇ.

رەۋغىنى دېپلى

تەركىبى: سۆگەت گۈلى ياپرىقى 120 گرام، زەيتۇن يېغى 280 گرام.

ياسلىشى: سۆگەت گۈلى ياپرىقىنى سوقۇپ، سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىپ، خاس يېغى قالغاندا تەييار بولىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوزۇلما خاراكتېرلىك بەل ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۇخلاشتىن ئىلگىرى سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ، ئەتىسى يۇيۇۋېتىلىدۇ.

زىمادى ئىرقۇننىسا

تەركىبى: كەپە يىلتىزى پوستى، تاغ پىننىسى، ئاقىرقەرھا ھەربىرى ئالتە گرام، ئەگرىسۇناي شىرىسى، ھەببۇلغار ھەربىرى ئۈچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىرقۇننىساغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەسەل سۈيى بىلەن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

سىركەنجۈبىل تەرياقى

تەركىبى: تۇز 250 گرام، ئاچچىق سىركە 1.8 لىتىر، ھەسەل 1.2 لىتىر، سۇ 250 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ھەممە دورا ئارىلاشتۇرۇپ، قاينىتىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى: زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ. يانپاش ئاغرىقى ھەمدە سەرئىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يانپاش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بىخ كەبىر مۇرەككەپ

تەركىبى: چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى ھەربىرى 1.5 گرام، ھەسەل 50 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: چالا سوقۇلغان دورىلارنى ئىككى لىتىر سۇغا چىلاپ، ئالتە سائەتتىن

كېيىن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، قازانغا ئارىلاشتۇرۇپ، ھەسەلنى ئارىلاشتۇرۇپ بىر ئۆرلىتىپلا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈك ھەيدەش، يەللەرنى تارقىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، قان تازىلاش، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: غول ۋە ئىككى بىلەكتىكى يۆتكىلىپ ئاغرىش كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 100 ~ 500 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مائۇلئۇسۇل نۇقرەس

تەركىبى: كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى پوستى ھەربىرى 30 گرام، بىخ كەبىر پوستى، پوستى ھەنزەل، قەنتەرىيۇن، شەترەنجى ھىندى، جۇۋىنە، رۇم بەدىيان، بەھمەن، سۆرۈنجان، ماھى زەھرەج ھەربىرى 16 گرام، ئىنەكپىتى يېغى 15 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ ھەممىسىنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۈغا 10 سائەت چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: نۇقرەس ۋە كاسا ئاغرىقىنى پەسەيتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قول ـ پۇتنىڭ ئۇششاق بوغۇملىرىغا چۈشكەن ئىششىق ۋە كاسا ساھەسىگە چۈشكەن ئىششىقنى تارقىتىش ھەمدە يەلنى، بۇزۇق خىلىتلارنى قوزغاپ تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ئېلىپ، ئىنەكپىتى يېغىدىن بىر تامچە تېمىتىپ ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى بۇخار

تەركىبى: پۇنۇس، تەرەنجىبىن ھەربىرى 50 گرام، سانا 20 گرام، مارجان شوخلا 15 گرام، بىنەپشە، نىلۇپەر، كاسنە ئۇرۇقى، ئاقلانغان بىخسۇس ھەربىرى 10 گرام، تۇربۇت ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۈغا يېرىم كۈن چىلاپ، يېرىمى

قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭغا پۇنۇس، تەرەنجىبىن چىلانمىسىنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ، قويۇق يەللەرنى تارقىتىپ، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرام بېرىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئېغىزمان، بەل ـ پۇتلارنىڭ يەللىك ئاغرىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا يېرىم پىيالىدىن ئىچىلىدۇ ھەمدە ئۈچ كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

مەتبۇخى مۇنزىج

تەركىبى: ئەنجۇر 30 گرام، بەدىيان يىلتىزى، كاسنە يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، كۆك ئۈزۈم ، سەرپىستان ھەربىرى 10 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، بەدىيان، پىرسىياۋشان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سۆرۈنجان ھەربىرى ئالتە گرام، گۈلقەنت 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، 1.5 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، سۈزۈلمىگە گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: تىز بوغۇمىغا چۈشكەن يەلنى تارقىتىدۇ. پۇتقا يۇقىرىدىن چۈشكەن بۇزۇق خىلىتلارنى يۇمشىتىپ تازىلايدۇ. ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تىز بوغۇم ئاغرىقلىرىدا بۇزۇق خىلىتنى پىشۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مۇنزىجى ئېغىزمان

تەركىبى: ئەنجۇر، ئۈزۈم ھەربىرى 20 گرام، بەدىيان يىلتىزى پوستى، كاسنە يىلتىزى پوستى، سۆرۈنجان، مارجان شوخلا، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى ئالتە گرام، بىستىپايەج، ئىزخىر ھەربىرى ئۈچ گرام، گۈلقەنت 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، 1.5 لىتىر سۇدا ئۈچ سائەت چىلاپ، قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سىقىپ، سۈزۈلمىگە گۈلقەنت سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مۇرە، غولنىڭ ئاغرىقىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالە ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇنزىجى ئىرقۇنىنسا

تەركىبى: چىلان 15 گرام، مارجان شوخلا 10 گرام، سۇزاپ ئۇرۇقى ئالتە گرام، تەرەنجىبىن شىرىسى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ئۈچ خىل دورىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن چەينەكتە دەملەپ، ئوتتا ئۆرلىگەندىن كېيىن تەرەنجىبىن دەملىمىسى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىككى بىلەكنىڭ بوغۇملىرى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىغا چۈشۈۋالغان ئاغرىتقۇچى قويۇق يەلنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىمغا بۆلۈپ ئىچىلىدۇ ھەمدە بۇ ئۈچ كۈن ئىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

ھەببى سۆرۈنجان I

تەركىبى: سىرىق ھېلىلە پوستى، سەبرە سوقۇتىرى، سۆرۈنجان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى 20 گرام، سانا، مەستىكى رۇمى، زەپەر قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى تۆت گرام، ئاقلانغان تاتلىق بادام 32 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئەرقى بەدىيان بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.2 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، بوغۇملارنىڭ ئىششىقىنى ياندۇرۇش، قول ـ پۇت ئېغىرلىقىنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مۇپاسىل، يانپاش ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بەش ياشتىن كىچىكلەرگە 1 ~ 2 دانە، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 2 ~ 4 دانە، 10 ياشتىن چوڭلارغا 7 ~ 10 دانە، يېتىشتىن بۇرۇن ئىچكۈزۈلىدۇ.

هەببى مەنتىن كەبىر

تەركىبى : سەكبىنەج، ئوشەق، جاۋاشىر، مۇقەل، سەبرە، شەھمەنزەل، تۇربۇت، ئەنزىرۇت، سىرىق هېلىلە پوستى تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: كۈدە سۈيى بىلەن هەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: پالەچ، لەقۋا، قۇلۇنجى، مۇپاسىل، نۇقرەسكە شىپا بولىدۇ. قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ، سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ. هەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: هەر ئاخشىمى 10 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى مۇخرىج I

تەركىبى: سۆرۈنجان، سىرىق هېلىلە پوستى، شەھمەنزەل، مۇقەل، تۇربۇت هەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ هەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈرۈش كۈچى ئارقىلىق تىز بوغۇمدىكى بۇزۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۇزۇق خىلىتتىن بولغان تىز بوغۇم ئاغرىقلىرىدا، خىلىت پىشۇرغۇچى قاياناتمىدىن كېيىن سۈرۈپ تازىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاخشىمى قاياناق سۇ بىلەن ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

هەببى ئىرقۇننىسا هار

تەركىبى: تۇربۇت بەش گرام، شەھمەنزەل، مۇقەل هەربىرى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: هەب ياساش ئۇسۇلىدا ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان يانپاش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

بوغۇم ۋە سۆڭەك ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

پاشويەئى بوغۇم

تەركىبى: سۇزاپ، كەرەپشە يىلتىزى، بوزىدان، خوخا، قامغاق، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، تاغ رەيھىنى، زاراڭزا سوقۇلمىسى ھەربىرى 30 گرام، سۆرۈنجان 10 گرام، بادام يېغى، گۈل يېغى ھەربىرى 10 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئالتە لىتىر سۇدا بەش لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، يەل تارقىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: تىز ئىششىقى ۋە ئۇنىڭ يەلدىن بولغان ئاغرىقىنى ياندۇرۇش، قول ۋە بىلەك بوغۇمىنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى: تەييارلانغان دورا قاينىتىلمىسىنى داسقا تۆكۈپ، قىزىق پېتى تىز، قول ۋە بىلەك ساھەلىرى يۇيۇلىدۇ.

جاۋارىش تەمرى

تەركىبى: سۇزاپ ياپىرىقى 32 گرام، بادام مېغىزى، ئۇرۇقى ئېلىنغان خورما ھەربىرى 30 گرام، سوقمۇنىيا 15 گرام، زىرە، توغرىغۇ، پەتەرئاسالىيۇن، زەنجىۋىل، ئاقمۇچ ھەربىرى سەككىز گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: جاۋارىش ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش ھىندى

تەركىبى: تۇربۇت 300 گرام، سوقمۇنىيا 30 گرام، لاچىندانە، دارچىن، زەنجىۋىل،

گۈلدارچىن، نارمىشكى، قەلەمپۇر، قارىمۇچ ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسلىشى: جاۋارىش تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ياسلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلۇنجى، مۇپاسىل، بەل ئاغرىقى، نۇقرەس (كىچىك بوغۇملار ياللۇغى) لەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى نۇقرەس

تەركىبى: كامازەريۇس، زىراۋەندە، جىنتىيانا، ئوردان، دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى)، سەۋزە ئۇرۇقى، پەتەر ئاسالىيۇن (تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى)، سۇزاپ ياپرىقى، پىننە، شەترەنجى ھىندى، ئاسارۇن، جۇۋىنە، قارىغاي مېۋىسى تەڭ مىقدارda، ھەسەل مەلۇم مىقدارda.

ياسلىشى: مەجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ياسلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوغۇم ياللۇغىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارda ئىستېمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى ئەقرەب

تەركىبى: چايان 100 دانە، بادام ياكى كۈنجۈت ياكى زەيتۇن يېغى ئۇچ لىتىر.

ياسلىشى: چايانىنى شېشىگە سېلىپ، ئۈستىگە ياغنى قۇيۇپ، 40 كۈن تومۇزنىڭ ئاپتېپىدا تۇرغۇزغاندىن كېيىن چايانىنى سۇزۇپ، سىقىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، پەيلەرنى چېكىتىش، سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى پارچىلاش، گاسلىقنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان لەقۋا، پالەچ، مۇپاسىل، بەرەس، گاسلار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ سىرتتىن سۈركىلىدۇ ياكى تېمىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: چايان يېڭى ئۇۋىسىدىن چىققان تىرىك چايان بولۇشى كېرەك. ئەگەر 2 ~ 3 دانىلا تېپىلسا، 30 مىللىلىتىر ياغ بىلەن تەييارلىسىمۇ بولىدۇ.

رەۋغىنى بەيزە

تەركىبى: تۇخۇم سېرىقى 30 دانە، تۆمۇر كېپىكى (ئېكەكلەنمىسى) ، ھەببۇلئاس ياپرىقى ھەربىرى 30 گرام، زەيتۇن يېغى 750 مىللىلىتىر، قوغۇن بىر دانە.

ياسىلىشى: تۇخۇم سېرىقى ۋە باشقا دورىلار تالقىنى ياخشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، قوغۇنىڭ بىر تەرىپىدىن كىچىك تۆشۈك ئېچىپ، ئىچىدىكى ئۇرۇقىنى ئېلىۋېتىپ، يۇقىرىقى دورىلار بىرلەشمىسىنى قاچىلىغاندىن كېيىن ئېغىزىنى مەھكەم ئېتىپ، ئۇستىدىن گىل ھېكمەت قىلىپ، بىر سوتكا ئەتراپىدا تونۇر قوقىسىغا كۆمۈلىدۇ. ئۇندىن كېيىن ئۇنى ئېلىپ تۆشۈكىنى ئېچىپ، ئۇزۇنغىچە قوچۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

رەۋغىنى دوب

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ئېيىقنىڭ يېغىنى مەلۇم مىقدارىدا ئېلىپ، ئاپتاپتا ياكى قازاندا ئېرىتىپ، چىگىرتكىنى ئايرىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: بېغىش ئاغرىقلىرى ۋە پەي تارتىشىشلارنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كونا مۇپاسىل ئاغرىقلىرى ۋە پەي تارتىشىپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

رەۋغىنى سۆرۈنجان

تەركىبى: سۆرۈنجان 30 گرام، قەسىۋزەررە 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى قاياناق سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، ئاندىن سىقىپ سۈزۈپ مەلۇم مىقدارىدا ھۆل كەرەپشە سۈيى ۋە 90 مىل-

لىلىتىر زەيتۇن يېغى قوشۇپ، سۇيى تۇگەپ يېغى قالغۇچە يەنە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

رەۋغىنى قەلەمپۇر

تەركىبى: قەلەمپۇر 280 گرام، تۇز 24 گرام، سۇ 1.6 لىتىر.

ياسىلىشى: قەلەمپۇرنى سۇغا چىلاپ، ئۈستىگە تۇز قوشۇپ ئوتقا قويۇش ياكى ئات قىغىغا بىر مەزگىل كۆمۈش ئارقىلىق خېمىرەك ھالەتكە كەلتۈرۈلىدۇ. ئاندىن پار قازىنىدا پارلاندۇرۇپ، تامچىلىتىپ ئېلىنغان سۇيۇقلۇق ئۈستىدىكى يېغى يىغۋېلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: روھنى قۇۋۋەتلەيدۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ، جاراھەتلەردىكى گۆشلەرنى ئۇندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان جىگەر كېسىلى، ئاشقازان، ئۈچەي، يۇرەك، مېڭە، چىش كېسەللىكلىرى، كۆز ئاجىزلىقى، پەتەق، رېماتىزم ھەمدە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچىشكە ياكى سىرتىدىن ياغلاشقا بۇيرۇلىدۇ. كۆزى ئاجىزلارغا ئاز مىقداردا ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ. قالغان كېسەللىكلەردە ئاغرىغان يەرنى ياغلاشقا بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: قەلەمپۇر يېغىنىڭ كۇچى بىلسان يېغىدىن ئاجىزراق، لېكىن بىلسان يېغى تېپىلمىسا، قەلەمپۇر يېغى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

رەۋغىنى قودا

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: قودا دېگەن قۇشنىڭ يېغىنى ئاپتاپتا ياكى ئوتتا ئېرىتىپ، چىگىرتىكىدىن ئايرىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، پەينى بوشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بېغىش ئاغرىقى، قورساق ئاغرىقى، قۇلۇنجى، قەۋزىيەت، يەل ماڭدۇرۇش ۋە سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن ياغلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: ياغ چىقىرىشقا ئاق رەڭلىك قودانى ئىشلىتىش لازىم. بۇ ياغنى سەپرا مىزاج كىشىلەرگە ۋە باللارغا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

قودا ئاساسەن ئۇچ خىل بولۇپ، ئاق، قارا ۋە كۇل رەڭ كېلىدۇ. ئاق رەڭدىكىسىنىڭ يېغى خۇش پۇراق بولىدۇ. گۆشى سوغۇق مىزاجلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زىمادى مۇپاسىل

تەركىبى: ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، ئىكلىلمىلىك ھەربىرى 30 گرام، مامىسا ئۇسارىسى 15 گرام، ئاقاقىيا، ئىزخىر چېچىكى، ئەپيۇن ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ، تۇخۇم سېرىقى بىلەن خېمىر تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان بوغۇم كېسەللىكلىرى، نۇقرەس (كىچىك بوغۇملار ياللۇغى) قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چاپلىنىدۇ.

زىمادى نۇقرەس

تەركىبى: رەيھان، ئاق لەيلىگۈلى، ئىسپىغۇل، ئارپا ئۇنى، سۆرۈنجان ھەربىرى بەش گرام، تۇخۇم سېرىقى ۋە گۈل يېغى ئاز مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق ئېزىپ، ئازراق گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرغاندىن كېيىن تۇخۇم سېرىقى قوشۇپ خېمىر تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، يەل تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نۇقرەس، مۇپاسىل ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئاغرىغان جايغا سىرتىدىن چېپىلىدۇ.

سۈفۈپى سۆرۈنجان

تەركىبى: سانا 110 گرام، سۆرۈنجان 34 گرام، شەترەنجى ھىندى 27 گرام، زەپەر ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىندۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: بوغۇملاردىكى يەلنى يوقىتىپ، بوغۇم ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ. چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەم ۋە سەۋدانىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا تاماقتىن كېيىن 10 گرام ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى سۆرۈنجان بارىد

تەركىبى: سۆرۈنجان مىسرى 40 گرام، سانا 28 گرام، قىزىلگۈل 24 گرام، سىرىق ھېلىلە پوستى، پوستى ئېلىنغان تاتلىق بادام مېغىزى ھەربىرى 12 گرام، شېكەر 160 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىندۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان مۇپاسىل، بەل، پۇت ـ قوللارنىڭ ئاغرىقلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارda ئىشلىتىلىدۇ.

سۈفۈپى سۆرۈنجان ھار II

تەركىبى: سۆرۈنجان 40 گرام، سانا 28 گرام، ئاق تۇربۇت 20 گرام، سىرىق ھېلىلە پوستى، پوستىدىن ئايرىلغان بادام مېغىزى ھەربىرى 12 گرام، سوقمۇنىيا تۆت گرام، زەپەر ئىككى گرام، قەنت ياكى شېكەر 20 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان ھەرخىل مۇپاسىل (بوغۇم ئاغرىقلىرى) ، بەل ئاغرىقلىرى، پۇت ـ قوللارنىڭ ئاغرىقلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە بىر قېتىم، 3 ~ 6 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ، بالىلارغا ئەھۋالغا قاراپ كېمەيتىلىدۇ.

سۇفۇپى نۇقرەس

تەركىبى: جۇۋىنە، ئۇبھەل (قارىغاي مېۋىسى) ، سۇزاپ ياپرىقى، ئارپىبەدىيان، دۇقۇ ھەربىرى ئالتە گرام، ئوردان، ئاچچىق بادام، سۇنبۇل، تاتلىق قۇسته، يۇمىلاق زىراۋەندە ھەربىرى ئىككى گرام.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان ھەرخىل مۇپاسىل لارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام يەپ، تۆت سائەتكىچە تاماق يېيىلمەيدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى قىش پەسلىدە يېيىشكە باشلاپ، يازنىڭ يېرىمىغا قەدەر داۋام قىلدۇرۇش لازىم.

سۇفۇپى ئىرقۇننىسا

تەركىبى: سانا 18گرام، سۆرۈنجان 15 گرام، شەترەنجى ھىندى ئالتە گرام، زەپەر ئىككى گرام، شېكەر بىر ھەسسە.

تەسىرى: ئىرقۇننىساغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مەزكۇر دورا سىناقتىن ئۆتكەن نۇسخا بولۇپ، مەخسۇس ئىرقۇننىسا كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى بوغۇم مائۇلئۇسۇل

تەركىبى: ئۇزۇم 30 گرام، ئەنجۇر 20 گرام، بەدىيان يىلتىزى پوستى، كاسنە يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى، بەرگى سۇزاپ ھەربىرى 10 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، كەرەپشە ئۇرۇقى ، بەدىيان ھەربىرى ئالتە گرام، ئىزخىر، رۇم بەدىيان ھەربىرى ئۇچ گرام، ھەسەل گۇلقەنتى 40 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا چىلاپ قاينىتىپ، يىرىمى قالغاندا سىقىپ، قازانغا يەنە قۇيۇپ، گۇلقەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: توسالغۇلارنى ئېچىش، سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش، سۆڭەك ۋە بوغۇملارنى بۇزىدىغان ۋە ئۆسمە پەيدا قىلىدىغان بۇزۇق خىلتىنى تازىلاپ چىقىرىش، مادىلارنى تارقىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ۋە مۇشۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 50 ~ 100 مىللىلىتىر غىچە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مۇپاسىل مۇخرىج

تەركىبى: پۇنۇس 60 گرام، ئەينۇلا 30 گرام، كۆك ئۇزۇم 16 گرام، بادام مېغىزى 15 گرام، سانا 10 گرام، بەدىيان، بەدىيان يىلتىزى، مارجان شوخلا، پىرسىياۋشان، گاۋزىبان، سۆرۈنجان، بابۇنە، قامغاق، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، شاھتەررە، قىزىلگۈل، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، تۇربۇت ھەربىرى ئالتە گرام، قەنتەرىيۇن، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى، بىخ كەبىر، زەنجىۋىل ھەربىرى ئۇچ گرام، گۇلقەنت 60 گرام.

ياسىلىشى: سانا، پۇنۇس قاتارلىقلارنى 300 مىللىلىتىر سۇغا چىلاپ، باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا 10 سائەت چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ، يىرىمى قالغاندا ئوتتىن ئېلىپ، يەنە بىر قاچىدىكى چىلانمىنى قوشۇپ بىللە سۇزۇپ، گۇلقەنت، بادام مېغىزىنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىندۇ.

تەسىرى: توسالغۇنى ئېچىش، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ، نورمالسىز خـ

لىتلارنى ھەيدەش، يەل تارقىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى مۇنزىجى ئىرقۇننىسا

تەركىبى: ئۇزۇم 20 گرام، چىلان 10 گرام، شاھتەررە، گۈلبىنەپشە، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى، پىرسىياۋشان، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، بەدىيان، بەدىيان يىلتىزى پوستى، گاۋزىبان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام، گۈلقەنت 20 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنىڭ يېرىكلىرىنى چالا سوقۇپ، يۇمشاقلىرىنى سوقماي، 1.5 لىتىر سۇغا يېرىم كۈن چىلاپ قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: نورمالسىز قاندىن بولغان ئىرقۇننىساغا ۋە كاسا ئاغرىقىنىڭ سەۋەبچى خىلىتىنى پىشۇرۇش (يېتىلدۇرۇش) ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مائۇلئۇسۇل بارىد

تەركىبى: سەرپىستان، چىلان ھەربىرى 30 دانە، كاسنە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان ھەربىرى 15 گرام، سۆرۈنجان توققۇز گرام، كاسنە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 30 گرام گۈلقەنت بىلەن 100 مىللىلىتىر ئىسىتىمال قىلىنىدۇ.

مائۇلئۇسۇل بۇزۇرى

تەركىبى: بەدىيان يىلتىزى، كاسنە يىلتىزى، كەپە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى 15 گرام، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سىرىق ئوت ئۇرۇقى، جۇۋىنە، زىرە، شۇمشا ھەربىرى ئالتە گرام، سىرىق ھىلىلە پوستى، سۆرۈنجان، ماھى زەھرەج، قەنتەرىيۇن، ئادراسمان، بوزىدان، تۇربۇت، غارىقۇن، شەھمەنزەل ھەربىرى بەش گرام، ئىزخىر، سۇنبۇل، ھەببى بىلسان، ئۇد بىلسان، قىلىن دارچىن ھەربىرى ئۇچ گرام، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئۇچ لىتىر قاياناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، سۈزۈپ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل ئىستىسقىلارنى ياندۇرىدۇ، سۇيدۇك ھەيدەيدۇ، بۆرەك، بوغۇم ئاغرىقى، بەل ئاغرىقى، بوۋاسىر، باش ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

مائۇلئۇسۇل مۇپاسىلى

تەركىبى: كەپە يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى ھەربىرى 30 گرام، رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان، جۇۋىنە، سۆرۈنجان، بوزىدان، ماھى زەھرەج، كەرەپشە ئۇرۇقى، شەھمەنزەل، شەترەنجى ھىندى، قەنتەرىيۇن ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: دورىدىن 30 مىللىلىتىر ئېلىپ، ئۇچ مىللىلىتىر ئاب-دەمىلىك يېغى بىلەن ئىچىلىدۇ.

مائۇلئۇسۇل هار

تەركىبى: ئەنجۇر، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ھەربىرى 60 گرام، بەدىيان يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، كاسنە يىلتىزى پوستى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، كاسنە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۆرۇنجان، جۇۋىنە، زىرە ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 100 مىللىلىتىر شەربەتكە 30 گرام قەنت سېلىپ ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى پەۋاكىھ II

تەركىبى: ئەينۇلا 100 گرام، كۆك ئۈزۈم 60 گرام، پۇنۇس، تەمرى ھىندى ھەربىرى 50 گرام، سانا، بىنەپشە ھەر بىرى 30 گرام، سېرىق ھىلىلە، ھىلىلە كابىلە، شاھتەررە ھەربىرى 20 گرام، كامازەريۇس 15 گرام، بەلىلە پوستى، ئامىلە ھەربىرى 12 گرام، تۇربۇت، سۆرۇنجان ھەربىرى 10 گرام، غارىقۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، رۇم بەدىيان ھەربىرى بەش گرام، قەنت 100 گرام.

ياسىلىشى: سانا، تەمرى ھىندى، پونۇسنى ئايرىم بىر قاچىغا چىلاپ، 300 مىللىلىتىر قايناق سۇ بىلەن دەملەپ قويۇلىدۇ. باشقا دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى سوقۇپ، يۇمشاقلىرى بىلەن بىللە ئىككى لىتىر سۇغا چىلاپ، 12 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، ئاۋۋالقى ئۇچ خىل دورىنىڭ دەملىمىسىنى بىرلەشتۇرۇپ، قازانغا قايتا قۇيۇپ، قەنتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، يەللەرنى تارقىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، نورمالسىز قويۇق خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىش، خىلىتلارنى تەڭشەش، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، ئاشقازان ـ ئۇچەينى تازىلاش، قاننى تازىلاش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كاسا ئاغرىقى، ئىرقۇننىسا مەنبەلىك پۇت ئاغرىقىنىڭ سەۋەبچى خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ~ 100 مىللىلىتىردىن ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى سۆرۈنجان I

تەركىبى: تەرەنجىبىن 60 گرام، سۆرۈنجان 15 گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، چىلان، پۇنۇس، بادام مېغىزى ھەر بىرى 10 گرام، گۈلبىنەپشە، كاسنە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى، سەرپىستان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار گۈلى، قىزىلگۈل، سانا ھەربىرى ئالتە گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، گاۋزىبان، پىرسىياۋشان، مارجان شوخلا ھەربىرى بەش گرام، گاۋزىبان گۈلى ئۈچ گرام، قارا شېكەر، گۈلقەنت، خېمىرى بىنەپشە ھەربىرى 20 گرام.

ياسىلىشى: سانا، تەرەنجىبىن، پونۇسلارنى ئايرىم بىر قاچىدا 500 مىللىلىتىر قاينىق سۇغا چىلاپ قويۇلىدۇ. باشقا يىرىك دورىلارنى سوقۇپ، يۇمشاقلىرى بىلەن بىللە ئىككى لىتىر سۇدا ئالتە سائەت چىلاپ، ئاندىن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، يۇقىرىقى ئۈچ خىل دورا چىلانمىسى بىلەن بىرلەشتۈرۈلىدۇ ھەمدە ئۈنىڭغا گۈلقەنت، قارا شېكەر، بادام مېغىزى، خېمىرى بىنەپشىنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپلا ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، سەپرانى سۈرۈش، ماددىلارنى تارقىتىش، قىزىتما پەسەيتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىقنى يانداۋرۇش، يەل تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىككى يانپاش ۋە پۇت ـ قول بوغۇملىرىدىكى ئاغرىقنى يوقىتىش ھەمدە سەۋەبچى ماددىلارنى چىقىرىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەتبۇخى سۆرۈنجان II

تەركىبى: تەرەنجىبىن 60 گرام، سانا 20 گرام، قىزىلگۈل، سېرىق ھېلىلە ھەربىرى 12 گرام، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى 10 گرام، سۆرۈنجان، بەدىيان، بەدىيان يىلتە-

زى پوستى، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، قەنتەرىيۇن ھەربىرى ئالتە گرام، گۈلقەنت 30 گرام.

ياسلىشى: تەرەنجىبىندىن باشقا دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇدا ئالتە سائەت چىلاپ، قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سىقىپ سۈزۈپ، تەرەنجىبىن چىلانمىسىنى قوشۇپ يەنە قازانغا قۇيۇپ، 30 گرام گۈلقەنتنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈش، يەل تارقىتىش، ئىشتىق يانىدۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: قان ياكى سەپرانىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ~ 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى ھېلىلە III

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە 50 گرام، تۇربۇت، بىستىپايەج ھەربىرى 30 گرام، شاھتەررە 12 گرام، سۆرۈنجان، كاسنە ئۇرۇقى، بەدىيان ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، شېكەر 30 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ 1.5 لىتىر سۇغا چىلاپ، بىر سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ، سۈزۈپ، شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش، كىچىك بوغۇملارغا چۈشكەن بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى سۆرۈنجان

تەركىبى: تۇربۇت 30 گرام، ئاق بەھمەن، ماھى زەھرەج، بىخ كەبىر، زىرە، شەترەنجى

ھىندى، سىرىق ھىلىلە پوستى ھەربىرى 22 گرام، سۆرۈنجان 20 گرام، قىزىلگۈل، كۈنجۈت، توم زەنجىۋىل، سوقمۇنىيا ھەربىرى 10 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان، ئاقمۇچ، ياپچان، تاشتۇز، پىننە، كۆپۈكى دەريا ھەربىرى بەش گرام، بادام 40 گرام، ھەسەل بىر لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ، ئۈستىگە بادام يېغى سۈركەپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: 2 ـ دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، بوغۇملاردىكى نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىش، بېغىش ئىششىقلىرىنى ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان ھەرخىل مۇپاسىل كېسەللىكلىرىگە ۋە پۇت ـ قول، بەل ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى يەھيا

تەركىبى: سۆرۈنجان 30 گرام، سانا 15 گرام، ئاسارۇن، زەنجىۋىل، كۆك زىرە، پىلپىل ھەربىرى 10 گرام، ھەسەل 250 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلنى قىزدۇرۇپ كۆپۈكىنى ئېلىۋېتىپ، دورىلارنى سېلىپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز بەلغەمنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ، چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ، بوغۇم ئاغرىقلىرىنى قالدۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەمدىن بولغان بارلىق بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئازاراقى

تەركىبى: قارىمۇچ، تازىلانغان كۆچۈلا ھەربىرى 30 گرام، سەمغى ئەرەبى ئالتە گرام، پارپا ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بەدىيان ئەرقى بىلەن يۇ-غۇرۇپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: پەي ۋە گۆشلەرنى چىڭىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقى، پەي ۋە بوغۇملار بوشاپ كېتىش، پۈت ـ قول ماغدۇرسىزلىنىش، مەنىي تۇتالماسلىق، سۈيدۈك تېمىپ كېلىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 5 ~ 7 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: كۆرسىتىلگەن مىقداردىن كۆپ ئىچىلسە پەيلەرنى يىغىۋالىدۇ. 12 ياشتىن تۆۋەن بالىلارغا بېرىلمەيدۇ.

ھەببى بەرسا

تەركىبى: سۆرۈنجان، مەستەكى، ھېلىلە پوستى، سەبرە، سانا ھەربىرى 30 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بەدىيان سۈيىدە خېمىر قىلىپ ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: پۈت ـ قول، سۆڭەك، بوغۇم ئاغرىقلىرىنى يوقىتىدۇ، نورمالسىز سەپرانى ھەيدەيدۇ، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۆڭەك ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 11 دانە ئىچىلىدۇ.

ھەببى بەريما

تەركىبى: سەبرە، تۇربۇت ھەربىرى 24 گرام، مۇقەل توققۇز گرام، سىرىق ھېلىلە پوستى، بوزىدان، سۆرۈنجان ھەربىرى ئالتە گرام، رۇم بەدىيان، سوقمۇنىيا ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈدە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى تۇربۇت مۇسەككىن

تەركىبى: سىرىق ھىلىلە پوستى، كەتىرا ھەربىرى ئۈچ گرام، بىنەپشە، قىزىلگۈل، تۇربۇت ھەربىرى 1.5 گرام، سوقمۇنىيا، شەھمەنزەل ھەربىرى بىر گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەم ۋە سەپرانىڭ بىرىكىشىدىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى سەبرە مۇسەككىن

تەركىبى: تۇربۇت بەش گرام، سەبرە ئۈچ گرام، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، غارىقۇن، شەھمەنزەل ھەربىرى ئىككى گرام، تۇز، مۇقەل، كەتىرا، رۇم بەدىيان ھەربىرى بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كەرەپشە سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوغۇم ئاغرىقلىرى، بوغۇم ياللۇغى، لەقۋا قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

هەببى سەكبىنەج

تەركىبى: كۈندۇر، سەكبىنەج، سەبرە، غارىقۇن، مۇقەل ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۇزاپ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ. بوغۇم ۋە سۆڭەكتىكى بۇزۇق يەلنى يۇمشىتىپ تارقىتىدۇ. ئىششىق ياندۇرىدۇ ۋە ئاغرىق پەسەيتىدۇ. بۇ دورا شەربىتى مائۇلئۇسۇلدىن كېيىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى دانە ئىچىلىدۇ.

هەببى سەممۇلغار II

تەركىبى: سۆرۈنجان 15 گرام، ئاق سەممۇلغار 10 گرام، لىمون قەغىزى 20 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، زىغىر، قىچىنىڭ شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.2 گرامىلىق هەب قىلىندۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، يەللەرنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىق ـ سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقى، بەل ئاغرىقلىرىغا، يەللەرنى تارقىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، هەرقېتىمدا 2 ~ 3 دانە، چوڭلارغا 10 ~ 20 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

هەببى سۆرۈنجان II

تەركىبى: سۆرۈنجان، تۇربۇت هەربىرى تۆت گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، سەبرە، ماهىزەھىرەج هەربىرى ئۈچ گرام، كەتىرا، هەببۇلنىل، شەهمەنزەل هەربىرى 1.5 گرام، ئاش تۇزى بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىتىلغان كەرەپشە ئۇرۇقى سۈيى بىلەن قارىمۇچ چوڭلۇقىدا هەب قىلىندۇ.

تەسىرى: ئاغرىق توختىتىش، بېغىشلارنىڭ ئىششىقلىرىنى ياندۇرۇش، پۇت ـ قول ئېغرىلىقىنى قالدۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بارماق بوغۇملار ئاغرىقى، نۇقرەس، ئىرقۇننىسا هەمدە كاسا ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

هەببى سۆرۈنجان III

تەركىبى: سۆرۈنجان، تۇربۇت، سەبرە هەربىرى ئالتە گرام، هەببۇلنىل، غارىقۇن، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى هەربىرى ئۈچ گرام، مۇقەل، مەستىكى هەربىرى 1.5 گرام.

ياسلىشى: ھەممە دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىتىلغان كە-رەپشە ئۇرۇقى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىش، سۈيدۈك ھەيدەش، قويۇق يەلنى پارچىلاپ يوقىتىش، بوغۇمنىڭ يەللىك ئاغرىقىنى پەسەيتىش تە-سىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بىلەك، بويۇن ئومۇرتقىسى ياكى بەل ئومۇرتقىلىرىدا پەيدا بولغان ئۆسمە ياكى يەلنى يوقىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتە-لىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز دانە ئىستې-مال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ نۇسخا بىر قېتىمدىلا ئىچىلىدۇ. بۇنى ئىستېمال قىلغاندا ئاچچىقسۇ، ھاراق، كونا گۆشتىن پەرھىز قىلىش كېرەك.

ھەببى سۆرۈنجان IV

تەركىبى: سۆرۈنجان، سىرىق ھېلىلە پوستى ھەربىرى 20 گرام، ئاق تۇربۇت بىلەن كۈشتە قىلىنغان شىڭگىرىپ سەككىز گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەرقى بەدىيان بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.2 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: بوغۇملاردىكى ئىششىقلارنى ياندۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش، جاراھەتلەردىكى يىرىڭ ۋە سىرىقسۇلارنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: پۇت ـ قول، بوغۇم ئاغرىقلىرىغا، ھەرخىل جاراھەتلىرىگە ئىشلىتە-لىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەر-گە 1 ~ 5 دانە، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 7 دانە، 10 ياشتىن چوڭلارغا 7 ~ 10 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى سۆرۇنجان مۇسەككىن

تەركىبى: سۆرۇنجان 15 گرام، تۇربۇت 12 گرام، سەبرە توققۇز گرام، سەكبىنەج، قەنـ
تەرىيۇن ھەربىرى سەككىز گرام، ئاقىرقەرھا، شەھمەنزەل، ئوردان، غارىقۇن ھەربىرى
ئۇچ گرام.

ياسلىشى: قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوغۇم ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقى، بوغۇم ياللۇغىنى يوقىتىدۇ
ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېـ
مال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇپاسىل

تەركىبى: تۇربۇت، ئايارەج پەيقىرا ھەربىرى ئۇچ گرام، سۆرۇنجان، مۇقەل ھەربىرى
ئىككى گرام، شەھمەنزەل، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، تۇز، زەنجىۋىل، سوقمۇنىيا ھەربىرى
1.5 گرام، قىزىلگۇل، رۇم بەدىيان، مەستىكى ھەربىرى بىر گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۇزۇپ، كەتىرا سۇيى بىلەن ھەب قىلـ
ىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلـ
تىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 دانە ئىستېمال
قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇپاسىل سەۋداۋى

تەركىبى: سەبرە 12 گرام، غارىقۇن، بىستىپايەج ھەربىرى 10 گرام، تۇربۇت تۆت
گرام، سۆرۇنجان، بوزىدان، تۇز، سەكبىنەج ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۇزۇپ، سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەۋدا خاراكتېرلىك بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇپاسىل ھار

تەركىبى: سانا، تۈربۈت ھەربىرى 30 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، كابىلە ھېلىلە پوستى ھەربىرى 12 گرام، سۆرۈنجان ئالتە گرام، قەسبۈزەربرە، كەتىرا، غارىقۇن، تۇز، ئەفتىمۇن ھەربىرى ئۈچ گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، سوقمۇنىيا ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئېلىپ، قاينىق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى نۇقرەس

تەسىرى: سۆرۈنجان 60 گرام، مەستىكى 18 گرام، زەنجىۋىل، پەرپىيۇن ھەربىرى 12 گرام، رۇم بەدىيان، زىرە، ئاقمۇچ، پىلپىل، زاراڭزا مېغىزى ھەربىرى ئالتە گرام، قېلىن دارچىن ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: ئارپىبەدىيان سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوغۇم ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئىترىفىل ئازاراقى

تەركىبى: قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە، ئامىلە پوستى، بەلىلە پوستى ھەربىرى 400 گرام، بۇيا يوپۇرمىقى، سېرىق ئوت (ئەفتىمۇن)، شاھتەررە ھەربىرى 200 گرام، كۈچۈلا تالقىنى ئىككى كىلو 300 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل ياكى مۇقەل سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گرامىلىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل .

تەسىرى: پەيلەرنى چىڭىتىدۇ. بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھۆللۈكتىن بولغان چوڭ ـ كىچىك بوغۇم ئاغرىقلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىلارغا 1 ~ 3 دانە، چوڭلارغا بەش دانە ئىچكۈزۈلىدۇ، كۈندە بىر داندىن قوشۇپ 12 دانىغا چىققاندا يەنە كۈندە بىر داندىن كېمەيتىپ ئىچكۈزۈپ، ئەسلىي مىقدارىغا چۈشكەندە توختىتىلىدۇ.

سۈيدۈك چىقىرىش ئەزالىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سۈيدۈك ماڭدۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى بەدىيان

تەركىبى: بەدىيان بىر كىلوگرام، سۇ بەش لىتىر.

ياسىلىشى: دورىنى بىرنەچچە قېتىم تاسقاپ، پاكىزلاپ، پار قازاندا بەش لىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئۈچ لىتىر ئەرەق تارتىلىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: سۈيدۈك يولىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل سۇلۇق ئىششىق، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىشىش، ئاياللاردىكى سۈت كەملىك قاتارلىقلاردا سۈيدۈك ھەيدەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 5 ~ 10 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 10 ~ 15 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 20 ~ 25 مىللىلىتىر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ ئەرەقنى ئىنچىكىلىك بىلەن تەييارلاش لازىم. ئاياللار كۆپ ئىچسە مۇددەتتىن بۇرۇن خۇن كەلتۈرۈپ قويىدۇ.

ئەرقى كاسىنە

تەركىبى: كاسىنە بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: كاسىنىنى تاسقاپ، پاكىزلاپ، پار قازانغا سېلىپ، سۇس ئوتتا ئۈچ لىتىر ئەرەق تارتىلىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ھەر خىل قىزىتمىلارغا بېرىلىدۇ. بۆرەك، جىگەر ئىششىقلىرىدا سۈيدۈك ھەيدەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 10 ~ 15 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 15 ~ 20 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 30 ~ 40 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: قاينىتىشقا ئالاھىدە دىققەت قىلىپ كۆيدۈرۈۋېتىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئەرقى كاكىنەچ

تەركىبى: كاكىنەچ بىر كىلوگرام ، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: دورىنى تاسقاپ، پاكىزلاپ، پار قازانغا سېلىپ، سۇس ئوتتا ئۈچ لىتىر ئەرەق تارتىلىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: قاننى تازىلاش، نەپەسنى نورمالالاشتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل كونا يارىلار، زىققە نەپەس، ئۇچەيدىكى قىلقۇرتلار چۈشۈرۈش، سۈيدۈك كەلمەسلىككە بېرىلىدۇ ۋە بۆرەك كېسەللىكلىرىگە سۈيدۈك ھەيدەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 15~ 20 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 20 ~ 25 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 30 ~ 40 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەرقى نىلۇپەر

تەركىبى: نىلۇپەر بىر كىلوگرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: دورىنى تاسقاپ، پاكىزلاپ، پار قازانغا سېلىپ، سۇس ئوتتا ئۈچ لىتىر ئەرەق تارتىلىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: قىزىتما قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان قىزىتما ، بەزگەك، ئاپتاپ ئۆتۈش، سۈيدۈك ئازىيىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 15 ـ 20 مىللىلىتىر، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 20 ~ 30 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 40 ~ 50 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

باناداۋۇق ئىدرار

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، ئوردان، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى، قارىغاي مېۋىسى، ئاسارۇن، جۇۋىنە، سۈنبۈل، ئارپىبەدىيان، ئاچچىق بادام مېغىزى، قۇستە ھەربىرى 60 گرام، قوغۇن ئۇرۇقى 30 گرام، ئوشەق توققۇز گرام، داۋا (يۇلغۇن چېچىكى) ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: ئوشەقنى بەدىيان سۈيىدە ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ كۈمىلاچ قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ. بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سۈيدۈك مۇتلەق توختاپ قالغاندا توققۇز گرام ئېلىپ قاينىتىپ سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

داۋائى مۇدىر

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 30 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، دۇقۇ ھەربىرى سەككىز گرام، شېكەر 23 گرام.

ياسىلىشى: دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈك ھەيدەيدۇ، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلايدۇ، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى مۇدىرى بەۋل

تەركىبى: رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى توققۇز گرام، قەنت 12 گرام.

ياسلىشى: دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: توختاپ قالغان سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يۇقىرىقى تالقاننى بىر ئاقلا كاپ ئىتىپ، ئۈستىدىن كاسىنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قىيمىقۇ ئۇرۇقلىرى شىرىسى ئىچىلىدۇ.

داۋائى ئۈسرۈلبەۋل

تەركىبى: ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى سەككىز گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى 300 مىللىلىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سىيىش قىينىلاشقان بىمارلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 30 مىللىلىتىر ئېلىپ، 15 گرام قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزىنى ئارىلاشتۇرۇپ، مەلۇم مىقداردا قەنت سېلىپ تاتلىق قىلىپ ئىچىدۇ.

سۈفۈپى خىرپە

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، نىشاستە، كەتىرا، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى توققۇز گرام، بەزرۇلبەنجى ئالتە گرام، قەنت بىر ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلار تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ، سىيگەندە ئېچىشىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: زۆرۈر بولغاندا توققۇز گرام ئېلىپ، خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى كەرەپشە مۇدىر

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 12 گرام، دۇقۇ ئۇچ گرام، ئاق شېكەر سەككىز گرام.

ياسلىشى: دورىلار تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك ھەيدەپ، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلايدۇ. تاش ھاسىل بولۇشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: تاماقتىن بۇرۇن ئۇچ گرام، تاماقتىن كېيىن ئۇچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈفۈپى مۇدىر I

تەركىبى: ئۇرۇقى ئېلىنغان زىرىخ 25 گرام، مەستىكى، ئەفسەنتىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، رۇم بەدىيان، رۇببىسۇس ھەربىرى 15 گرام، سىرىق ئوت، رەۋەن ھەربىرى 10 گرام، سۇنبۇل، زەپەر ھەربىرى ئۇچ گرام، قەنت 30 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىققا مايىل.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، سۈيدۈك ماڭدۇرىدۇ، بۆرەك ۋە جىگەرنىڭ ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك، جىگەر كېسەللىكلىرىدە ئىششىق ياندۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا بەش گرام. كىچىك بالىلارغا ئىككى گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈفۈپى مۇدىر II

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 20 گرام، سىمىزئوت ئۇرۇقى 10 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، پىرسىياۋشان ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇققا مايىل.

تەسىرى: سۈيدۈك ماڭدۇرىدۇ، سۈيدۈك يولىنى تازىلايدۇ. ئىششىق ياندۇرىدۇ. قېتىپ قالغان ماددىلارنى چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش مەقسىتىدە مەخسۇس بۆرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ كاشكاپ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى مۇدىر III

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، شېكەر 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈك كۆپەيتىدۇ، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك كۆپەيتىش، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ كاشكاپ بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى مۇدىر

تەركىبى: كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەربىرى توققۇز گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، رۇم بەدىيان، رۇببىسۇس ھەربىرى ئالتە گرام، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، ئۇرۇقى ئېلىنغان زىرىخ ھەربىرى بەش گرام، رەۋەن، سۇنبۇل، زەپەر، ئەفسەنتىن، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام، كافۇر بىر گرام، شېكەر 180 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قائىدە بويىچە قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈك كۆپەيتىدۇ، بۆرەك ئاغرىشقا پايدا قىلىدۇ، جىگەر ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك، جىگەر كېسەللىكلىرىدە سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى تەمرى ھىندى

تەركىبى: ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن تەمرى ھىندى 150 گرام، ئاقلانغان تاتلىق بادام مېغىزى 30 دانە، قۇرۇق سۈزاپ، سوقمۇنىيا ھەربىرى 21 گرام، زەنجىۋىل 10 گرام، قارىمۇچ توققۇز گرام، توغرىغۇ ئۇچ گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: تەمرى ھىندىنى سىركىگە بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ، پىشۇرۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇستىدىن قالغان دورىلار تالقىنىنى سېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىندۇ.

تەسىرى: سۇيدۇك تەسلىكتە كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ، قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ، يەڭگىل دەرىجىدە ئىچىنى سۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى چىلغوزا

تەركىبى: چىلغوزا مېغىزى 90 گرام، ياۋاسەۋزە ئۇرۇقى، رەۋەن، ئىزخىر، ھەببى بىلسان، رۇم بەدىيان، قېلىن دارچىن، زەپەر، دارچىن، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى، ئاسارۇن، كامازەريۇس ھەربىرى توققۇز گرام، قۇرۇق پىننە ئىككى گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سىيىش قىيىنلىشىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

مەجۇنى مۇدىر

تەركىبى: بەدىيان، رۇم بەدىيان ھەربىرى 15 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، پەتەڭگان ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام، شېكەر 20 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قىيام قىلىنغان شېكەرگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈك كۆپەيتىدۇ. سىيگەندە ئېچىشىشنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك چىقىرىش يوللىرىنى تازىلاش، سۈيدۈك ھەيدەش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

سۈيدۈك ۋە مەنىي تۈتالماسلىققا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سۇفۇپى سەيلان

تەركىبى: ئانارگۈلى، قىزىلگۈل ھەربىرى 15 گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى 12 گرام، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، سۈزاپ ئۇرۇقى، شاھىبەللۈت، كۈندۈر، سەئدى كۈفى ھەربىرى توققۇز گرام، رۇم بەدىيان، بەزرۇلبەنجى، موزا، زىرە ھەربىرى ئالتە گرام، خورما ئۇرۇقى ئۇچ گرام، قەنت بىر ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىي ۋە چىقىپ تۇرۇش، سۈيدۈك تېمىتىپ تۇرۇشلارنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

سۇفۇپى سۇرئىتى ئىنزال

تەركىبى: سۈزاپ ئۇرۇقى توققۇز گرام، چاڭگاك ئۇرۇقى، سەۋسەن يىلتىزى ھەربىرى ئالتە گرام، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل ھەربىرى بەش گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىنىڭ بالدۇر يۇرۇپ كېتىشىنى تىزگىنلەيدۇ. ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرام ئېلىپ، غورا سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى سلسلبەۋل

تەركىبى: ھەببۇلئاس، سەئدى كۆفى، كۆندۇر، نارمشكى، ئانارگۈلى، سەمغى ئەرەبى، سۇنبۇل تەك مىقدارىدا.

ياسلىشى: تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۇيدۇك تۇتالماسلىق ۋە دوۋساق ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى كەشنىز III

تەركىبى: قورۇلغان جۇپتى بەللۇت 45 گرام، گۈل ئەرمەنى، قورۇلغان يۇمغاقسۇت مېغىزى، سەمغى ئەرەبى، قورۇلغان قىيمىقۇ ئۇرۇقى، كۈندۇر ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۇيدۇك قېتىمىنى تەرتىپكە سېلىش، سۇيدۇك بىلەن مەنىي ۋە ئاق خۇن كېلىشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى كەھرىۋا

تەركىبى: كەھرىۋا، گۈل ئەرمەنى، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، كۈندۇر ھەربىرى 20 گرام، ئەپيۇن بەش گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇققا مايىل.

تەسىرى: پات ـ پات سۇيدۇك قىستاشنى ياخشىلاش، ھەيزنى نورمالالاشتۇرۇش ۋە ئاق خۇننى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك تۇتالماسلىق، ئاق خۇن كۆپ كېلىش، ھەيز قالايمىقانلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ. كىچىك بالىلارغا بېرىلمەيدۇ.

سۈفۈپى ماسىكىبەۋل

تەركىبى: شاھبەللۈت 150 گرام، كۈندۈر، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، سەمغى ئەرەبى، گىل ئەرمىنى ھەربىرى 30 گرام، ئانار گۈلى، يۇلغۇن مېۋىسى ھەربىرى 15 گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك كۆپ كېلىش، سۈيدۈك تېمىتىپ تۇرۇش، كېچىسى سىيىپ قويۇش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: زۆرۈر بولغاندا توققۇز گرام ئېلىپ، قاينىق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى مۇغەللىز

تەركىبى: قىزىلگۈل، سۇزاپ ئۇرۇقى، چاڭگاك ھەربىرى 15 گرام، ئانار گۈلى 12 گرام، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى توققۇز گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىنى قويۇقلاشتۇرىدۇ ۋە تورمۇزلايدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 15 گرام يېيىلىدۇ.

سۈفۈپى مۇمسىك بارىد

تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى توققۇز گرام، ئىسپىغۇل كېپىكى ئالتە گرام، قۇرۇق يۇمغاقسۈت بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ناشتىدا سوغۇق سۇ بىلەن ئۇچ گرام ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى ئېھتىلام

تەركىبى: يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، قەنت تەڭ مىقداردا.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان ئېھتىلامغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى پەنجىنۇش

تەركىبى: تۆمۇر پوقى 90 گرام، سۇماق، موزا، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، قۇرۇق يۇمغاقسوت، كۈندۇر، يالپۇز ھەربىرى 30 گرام، زەپەر، مۇرمەككى، زەمچە ھەربىرى ئۇچ گرام، ئۇزۇم سۈيى 1.65 لىتىر، سۇ ئۇچ ھەسسە، قەنت ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: تالقان ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىنىڭ بالدۇر يۇرۇپ كېتىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 15 ~ 20 گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ئاتايى

تەركىبى: مەستىكى، كۈندۇر، جۇپتى بەللۇت، بەزرۇلبەنجى ھەربىرى 30 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك ۋە مەنىي تۇتالماسلىق قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كاۋاپ بىلەن ئالتە گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

مەجۇنى ئاقاقىيا

تەركىبى: ئاقاقىيا، ئانار گۈلى ھەربىرى 10 گرام ، كۈندۇر توققۇز گرام، ئاق سەندەل،

قىزىل سەندەل پۇرچاق، قەسبۇزەررە، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، تاباشىر، ئامۇت ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، شېكەر 250 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇققا مايىل.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۇيدۇك تۇتالماسلىق ۋە ئۇخلىغاندا سىيىپ قويۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى بەللۇت

تەركىبى: ئاقلانغان بەللۇت 45 گرام، قۇرۇق ئەنجۇر 15 گرام، سەئدى كۈفى، سىيادان، لاچىندانە ھەربىرى توققۇز گرام، كۈندۈر، ھەببۇلئاس، جويۇز، بەسباسە، قەلەمپۇر، قارا ھېلىلە ھەربىرى ئالتە گرام، قىچا، مۇرمەككى، سۇزاپ ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۇيدۇك تۇتالماسلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 9 ~ 15 گرام يېگۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى بەۋۇل پىلپىرىش

تەركىبى: ئاق زەنجىۋىل، زىغىر، ھېلىلە كابىلە پوستى ھەربىرى 30 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 21 گرام، زەمچە توققۇز گرام، مۇرمەككى، كۈندۈر، ئاقاقىيا، شىيافى مامىسا ھەر بىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۇخلىغاندا سىيىپ قويۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە كەچتە توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى خۇبسۇلھەدىد

تەركىبى: تازىلانغان ۋە يۇيۇلغان تۆمۇر پوقى 60 گرام، شەۋكىران (تېپىلمىغاندا بەز

رۇلبەنجى) 20 گرام، كۈندۇر 15 گرام، تاباشىر 12 گرام، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى توققۇز گرام، بېھى شەربىتى 400 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتمىپ ئىلمان قىلىنغان بېھى شەربىتىگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىندۇ.

تەبئىتى: سوغۇققا مايىل.

تەسىرى: سۈيدۈك ۋە مەنىي تۈتۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: تولا سىيىش ۋە مەنىي تۈتالماسلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى خۇبسۇلھەدىد مۇمسىك

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن خۇبسۇلھەدىد 60 گرام، شەۋكىران، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئانار پوستى ھەربىرى 15 گرام، تاباشىر 12 گرام، قۇرۇق يۇمغاقسوت توققۇز گرام، بېھى شەربىتى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، بېھى شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك قېتىم سانىنى ئازايتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم توققۇز گرام ئېلىپ، بېھى شەربىتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى كاۋاۋچىن

تەركىبى: كاۋاۋچىن ، فۇپەل، سۆئلەپ، قەلەمپۇر، سۇنبۇل، مەستىكى، جۇۋىنە ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل 350 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، مەنىنى تىزگىنلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش، مەنىي تۈتالماسلىق، ئاق كۆپ خۇن كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى كۈندۇر I

تەركىبى: كۈندۇر، ئانارگۈلى، بەللۇت، سىياداڭ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، بەلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە پوستى، ئامىلە ھەربىرى 10 گرام، ئاق زىرە، تاغ زىرىسى، جۇۋىننە ھەربىرى بەش گرام، ھەسەل 350 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ئىلمان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: بەدەندىكى ئارتۇقچە ھۆللۇكنى يوقىتىش، سۈيدۈك ۋە مەنىي تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: پات ـ پات سۈيدۈك قىستاش، سۈيدۈك تېمىتىپ كېلىش، مەنىي تۇتالماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى كاۋاپ بىلەن ئىستېمال قىلىش كېرەك.

مەجۇنى گۈلنار

تەركىبى: كۈندۇر، بەللۇت ھەربىرى 60 گرام، ئانارگۈلى 30 گرام، سەئدى كۈفى، زىرە ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل 400 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ئىلمان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: سۈيدۈك تۇتالماسلىق، سۈيدۈك تېمىتىپ كېلىش، ئاق خۇن كۆپ كېلىش قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆپ سېيىش ۋە مەنىي تۇتالماسلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلار 3 ~ 5 گرامغىچە بالىلار 2 ~ 3 گرامغىچە ئىستېمال قىلىدۇ.

مەجۇنى ماسكىبەۋل

تەركىبى: ئاقاقىيا، ئانار گۈلى ھەربىرى توققۇز گرام، ھەببۇلئاس سەككىز گرام، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قىزىل ماش، قەسبۇزەربىرە، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، تاشقۇر ھەر بىرى ئالتە گرام، كۈندۈر ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، جۇلاب قىيامى بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۇيدۇكنىڭ قېتىم سانىنى ئازايتىدۇ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ. دورا ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئالتە گرام ئېلىپ، پاقلان كاۋىپى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇرمەككى

تەركىبى: زىغىر، ھېلىلە كابىلە پوستى ھەربىرى 30 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 21 گرام، زەمچە توققۇز گرام، مۇرمەككى، كۈندۈر، ئاقاقىيا، شىيافى مامسا ھەربىرى يەتتە گرام، شېكەر 300 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قىيام قىلىنغان شېكەرنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: سۇيدۇك ۋە مەنىنى تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئورۇنغا سىيىپ قويىدىغان ۋە مەنىي تۇتالمايدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلار ئۇچ گرام، بالىلار بىر گرامدىن ئىچىدۇ.

مەجۇنى ھەببۇلغار II

تەركىبى: كۈندۈر، سەئدى كۈفى، خولىنجان، زىرە، ھەببۇلغار، ھەببۇلئاس ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل 250 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: دوۋساق خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك تۇتالماسلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلار ئالتە گرام، بالىلار ئىككى گرام ئىچىلىدۇ.

ھەبىي مۇمسىك I

تەركىبى: ئوغرىتىكەن 15 گرام، ئەپيۇن 12 گرام، جۇزبۇۋا، قەلەمپۇر، زەپەر، مەستەكى، قۇرۇتۇلغان بۇقا چۈيىسى، دارچىن، خۇسيەتۇسسۇئلەب ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: ئەپيۇن بىلەن بۇقا چۈيىسىدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بۇقا چۈيىسىنى ئېكەكدەپ، ھەسەلدە ئېرىتىلگەن ئەپيۇن بىلەن 0.5 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: مەنىي تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھۆل مىزاج كىشىلەردىكى مەنىي يۇرۇپ كېتىش، سۈيدۈك تۇتالماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 1 ~ 2 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ. بالىلارغا بېرىلمەيدۇ.

ھەبىي مۇمسىك II

تەركىبى: ئەپيۇن 12 گرام، جويۇز، قەلەمپۇر، زەپەر، مەستىكى، قۇرۇتۇلغان بۇقا چۈيىسى، خۇسيە تۇسسۇئلەب، دارچىن، ئوغرىتىكەن ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: بۇقا چۈيىسىنى ئېكەكدەپ، باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بەدىيان سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.1 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: مەنىي تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش، سۈيدۈك تۇتالماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بىر دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى مۇمسىك III

تەركىبى: مالكەنگىنى مىسرى، جويۇز، قەلەمپۇر، ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى، زەپەر، ئادراسمان ئۇرۇقى، كۆيدۇرۇلگەن نەشە ھەربىرى بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەرقى بەدىيان بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.1 گرامىلىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: مەنىي تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش ۋە سۈيدۇك تۇتالماسلىققا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۇخلاشتىن ئىككى سائەت بۇرۇن 2 ~ 4 دانە ئېلىپ سۇت بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ھەببى ئىمساك I

تەركىبى: زەنجىۋىل، جويۇز، كاۋاۋچىن، ئاقىرقەرھا، پىلپىل ھەربىرى 50 گرام، زەپەر، ئەپيۇن ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بەدىيان ئەرقى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.1 گرامىلىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: مەنىي ۋە سۈيدۇك تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىدىغان، سۈيدۇك تۇتالمايدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 3 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

بۆرەك، سۈيدۈك يولى ئاغرىقى ۋە قان سىيىشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بانادۇق بۈزۈرى

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 30 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، بەزرۈلبەنجى، سېمىزگۈت ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بادام مېغىزى، كەتىرا، نىشاستە، رۈببىسۈس، خەشخاش، گىل ئەرمىنى، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ، ئىسپىغۇل لوئابى ياكى بېھى ئۇرۇقى لوئابى بىلەن بانادۇق تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇققا مايىل.

تەسىرى: جىگەر ۋە قان تومۇرلاردىكى توسالغۇنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، جاراھەت پۈتتۈرۈش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، قىزىتما قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇرەك، دوۋساق ۋە سۈيدۈك يوللىرىدىكى ئاغرىقلار، سىيگەندە ئېچىشىش، ئاغرىش، پات ـ پات سۈيدۈك قىستاش، سۈيدۈك يولى ۋە دوۋساقتىكى يېقىمسىزلىقلارنى يوقىتىش، بەلغەم بوشىتىش، يۆتەل پەسەيتىش، بۆرەك، دوۋساق ۋە سۈيدۈك يوللىرىدىكى ئىششىقنى ياندۇرۇش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ دانە، يېرىم پىيالە خەشخاش شەربىتى ياكى بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

بانادۇق مۇھەللىل

تەركىبى: سېمىزگۈت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، كاسىنە ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىرى تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: سۈيدۈك ھەيدەش، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، تومۇرلارنى تازىلاش، سەپرا ۋە قاننى تىزگىنلەش، ئىسسىقتىن بولغان تەپلەرنى پەسەيتىپ، قىزىتما قايتۇرۇش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش، ئېچىشىشنى توگىتىپ، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك ئېچىشتۇرۇپ كېلىش، سۈيدۈك يوللىرىدىكى ئىششىقنى ياندۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا توققۇز گرام ئېلىپ، تەرخەمەك سۈيى ياكى قاپاق سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

تالايى ئۆشنە

تەركىبى: شىيافى مامسا، ئاقاقىيا ھەربىرى 12 گرام، ئۆشنە ئالتە گرام، نۆشۈدۇر، زەپەر ھەربىرى بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، گۈل يېغى ۋە سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئالەتنىڭ قېچىشىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

داۋائى سىلسىلبەۋل

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: مۇۋاپىق مىقداردىكى تۇخۇم شاكىلى تالقىنىنى كالا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك تېمىپ كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۇچ گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى خى

تەركىبى: خەشخاش ئۇرۇقى، سېمىزگۈت ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 15 گرام، سىرىقچېچەك ئۇرۇقى، كەتىرا ئالتە گرام، قەنت بىر ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان سىيىش، سۈيدۈك ئېچىشتۇرۇپ كېلىش، ئىسسىقتىن بولغان يۆتەللەرگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 15 گرامدىن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى شورە

تەركىبى: شورە قەلىمى، قاقىلە ئۇرۇقى ھەربىرى 21 گرام، شېكەر 15 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈك يولىنى تازىلاش، يىرىڭنى يوقىتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كونا ـ يېڭى سىزلامنى، بولۇپمۇ يىرىك ئېقىشنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى قەلەي

تەركىبى: كاۋاۋېچىن، قەلەي كۈشتىسى ھەربىرى 20 گرام، شېكەر 30 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈك يولىنى تازىلاش، يېقىمسىزلىنىشلارنى يوقىتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كونا سىزلامغا، سۈيدۈكنىڭ ئېچىشتۇرۇپ كېلىشىگە ئىشلىتىلىدۇ.

بۇ دورىنى يېگەندە ئاچچىق ۋە يەللىك نەرسىلەرنى يېمەسلىك لازىم.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ، 30 گرام قېتىق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۇفۇپى گىل

تەركىبى: گىل مەختۇم، خۇنسىياۋشان، نىشاستە، كۈندۇر، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، كەرەپشە ئۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى، يۇيۇلغان لوك، رەۋەن، چىلغوزا مېغىزى، خەشخاش ئۇرۇقى، بەزرۇلبەنجى تەڭ مىقداردا.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك، دوۋساق جاراھەتلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەر-
دە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالتە گرام ئېلىپ، بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى مارجان

تەركىبى: يۇيۇلغان شادىنەج، خۇنسىياۋشان، مارجان، كەھرىۋا، ئانارگۈل، زەمچە، سېر-
مىزئوت ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، گىل قىبرىسى تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلار تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان سىيىشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالتە گرام سۈماق سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى ھىرقەتۈلبەۋل (سۆزنەك تالقىنى) I

تەركىبى: زىرە، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى (پوستىدىن ئايرىلغان) ھەربىرى 160 گرام، سېر-
ىقماي 80 گرام.

ياسىلىشى: زىرىنى پاكىزلاپ سوقۇپ، سېرىقماي بىلەن قازاندا قورۇپ ئېلىپ، ئاندىن
يۇمغاقسوت ئۇرۇقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: سۈيدۈك يوللىرى ۋە دوۋساقنى پاكىزلاش، يىرىڭنى يوقىتىش خۇسۇسىيىتى-
گە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يىرىڭلىق سۆزنەككە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كىچىكلەرگە 3 ~ 4 گرام، چوڭلارغا 5 ~ 10 گرام ئىچ-
كۈزۈلىدۇ.

سۈفۈپى ھىرقەتۈلبەۋل II

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، ئۇزۇن ۋە قىسقا تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق
ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى (پوستىدىن ئايرىلغىنى)، كۆكنار ئۇرۇقى ئېقى،
ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، بۇغداي كراخمالى (نىشاستە)، گىل ئەرمىنى ھەربىرى 12 گرام،
رەۋەنجىنى ئالتە گرام.

ياسلىشى: مېغىزلارنى پوستىدىن ئايرىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: دوۋساق ۋە سۈيدۈك يوللىرىنى پاكىزلاش، سۈيدۈكنى كۆپەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سۆزنەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىلارغا 1 ~ 2 گرام، چوڭلارغا 5 ~ 10 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى ئەنزىرۇت

تەركىبى: ئەنزىرۇت مەلۇم مىقداردا، بەزىلەر 24 گرام بۇغداي ئۇنى، توققۇز گرام كۈشتە قىلىنغان سىماب، ئىككى گرامدىن ئەپيۇن، ئەنبەر، ئىپار قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ.

ياسلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، گۈلاب بىلەن قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سىفلىس، كۆيۈك ۋە ھەر خىل جاراھەتلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ، زۆرۈر تېپىلغاندا ئاز مىقداردا يېسىمۇ بولىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنىڭ قۇۋۋىتى ئىككى يىل داۋاملىشىدۇ. بەدەننى تازىلاش مەقسىتىدە يېگەندە، تۈزلۇق ۋە ئاچچىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش لازىم.

قۇرسى بەۋلۇددەم

تەركىبى: پەتەڭگان ئۇرۇقى مېغىزى 12 گرام، نىشاستە، كەتىرا، ئانارگۈلى، ئامىلە شىرىسى، خۇنسىياۋشان، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سېمىز ئوت ياكى پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: قان سىيىش كېسەللىكلىرىدە قان توختىتىش رولىنى ئويناىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك كېسەللىكلىرىدە سۈيدۈكتىن قان كېلىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ، سېمىزئوت سۈيى ياكى پاقىيوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى تىيىن

تەركىبى: گىل مەختۇم، كەتىرا، تاباشىر، سەمغى ئەرەبى، سەمغى پارىسى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، مۇسەللەس بىلەن، ئەگەر ھارارەت ئارتۇق بولغان بىمارلارغا ئىشلەتمەكچى بولسا، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان سىيىش ۋە دوۋساق جاراھەتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مەزكۇر قۇرستىن بىر دانە ئېلىپ، مۇناسىۋەتلىك قاينىتىلمىلار بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى زەمچە I

تەركىبى: زەمچە، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، گىل ئەرمىنى، كەتىرا، ئانارگۈلى، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىتىلغان سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بۆرەك ۋە دوۋساق جاراھەتلىرىنى پۈتتۈرۈش، قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك جاراھىتى، قان سىيىش ۋە بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام، بالىلارغا يېرىم گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى زەمچە II

تەركىبى: زەمچە، خۇنسىياۋشان، ئانارگۈلى ھەربىرى توققۇز گرام، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سېمىزئوت سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈكتىن قان كېلىشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام، بالىلارغا يېرىم گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى كاكىنەچ I

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 30 گرام، كاكىنەچ مېۋىسى، كەرەپشە ئۇرۇقى، كۈندۈر، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، خۇنسىياۋشان، بەزرۇلبەنجى ھەربىرى ئالتە گرام، ئەپيۇن ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاياناق سۇ ياكى مارجان شوخلا سۈيى بىلەن قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، قان توختىتىش، سۈيدۈك يولى ۋە دوۋساقتىكى جاراھەتنى پۈتتۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش، ئاغرىق يوقىتىش، سۈيدۈكتىكى قاننى يوقىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا چوڭلاردا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى كاكىنەچ II

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 36 گرام، كاكىنەچ 25 دانە، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەزرۇلبەنجى، ياۋا كەندىر ئۇرۇقى، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، چىلغوزا مېغىزى، بادام مېغىزى ھەربىرى توققۇز گرام، ئارپىبەدىيان ئالتە گرام، ئەپيۇن، زەپەر ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مارجان شوخلا سۈيى بىلەن قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش، ئاغرىق يوقىتىش، سۈيدۈكتىكى قاننى تۇگىتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىدە سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش، قان سىيىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا تۆت گرام، بالىلارغا ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى گۈلنار II

تەركىبى: نىشاستە، كەتىرا، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ھەربىرى 1.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ خېمىر قىلىپ، 0.5 گرامىلىق قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش، سۈيدۈكتىكى قانىنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى : قان سىيىش كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى گىل مەختۇم

تەركىبى: گىل مەختۇم، تاباشىر، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، ئىسپىغۇل ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىسپىغۇل لوئابىدا خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساق يوللىرىدىكى جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش، قان سىيىشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە بۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

قۇرسى مەددە

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 60 گرام، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، كۈندۈر، خۇنسىياۋشان ھەربىرى 30 گرام، ئەپيۇن توققۇز گرام ، كەرەپشە ئۇرۇقى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈكتىن يىرىڭ كېلىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 23 مىللىلىتىر خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

مەلھىمى باسلىقۇن

تەركىبى: ئاق موم ئىككى ھەسسە، زىپىت، چىلغوزا ھەربىرى بىر ھەسسىدىن، كونا زەيتۇن يېغى ئۈچ ھەسسە، قوي يېغى ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ياغلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش، يىرىڭ ـ زەردابلارنى توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھىمى تۇتىيا

تەركىبى: تۇتىيا، ئاق موم ھەربىرى 60 گرام، گۈل يېغى 150 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: تۇتىيانى تالقانلاپ، باشقا دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئەرلەر جىنسىي ئەزاسىدىكى جاراھەتلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سىرتىدىن سۈركىلىدۇ.

مەلھىمى رال

تەركىبى: ئاق موم، سېرىقماي ھەربىرى 64 گرام، كەت ھىندى، رال، كافۇر ھەربىرى 16 گرام.

ياسىلىشى: سېرىقماي بىلەن ئاق مومنى قازاندا ئېرىتىپ، ياغ سوۋۇغاندىن كېيىن رالنى سېلىپ، كەت ھىندىنى ئايرىم يۇمشاق سوقۇپ قوشۇپ، سۇس ئوتتا 1 ~ 2 قېتىم قاينىتىپ، ئۈستىگە كافۇر سېلىپ، ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل .

تەسىرى: يىرىڭ يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل كونا يېرىكلىق جاراھەتلەرنىڭ يېرىكلىرىنى يوقىتىش، سۈيىنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: جاراھەتنىڭ چوڭ - كىچىكلىكىگە قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھەمى شېكگىرىپ

تەركىبى: كوجا، ئاق موم، سوپۇن ھەربىرى 400 گرام، شېكگىرىپ 320 گرام، ئۆسۈملۈك يېغى 10 لىتىر.

ياسىلىشى: ياغنى قازانغا قۇيۇپ، ئاق موم، كوجالارنى سېلىپ ئېرىتىپ، سوپۇننى قىرىپ قازانغا ئاز - ئازدىن چۈشۈرۈش، قازاننى ئېلىپ، ياغ سوۋۇغىچە شېكگىرىپنى ناھايىتى يۇمشاق سالايە قىلىپ، سوۋۇغان ياغقا سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: جاراھەتلەرنى يۇمشىتىش ۋە ئېغىز ئالدۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: چىيقان، غەلۋىرەك ۋە ھەر خىل يېرىكلىق جاراھەت، ئىششىق قاتارلىقلار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: جاراھەتنىڭ ئورنىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا كۆندە ئېلىپ، 1 ~ 2 قېتىم چىپىپ تېڭىلىدۇ.

مەلھەمى مۇردارسەنگى

تەركىبى: مەدەستان 23 گرام، كۈندۈر، بازىروت (مىلتىق دورىسى)، ئەنزىروت، خۇنسىياۋشان، زىفىت ھەربىرى ئالتە گرام، زەيتۇن يېغى ئالتە مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مەدەستاننى يۇمشاق سوقۇپ، زەيتۇن يېغىدا قاينىتىپ پىشۇرۇپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: گۆش ئۈندۈرۈپ، جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرۈشتە ئىنتايىن ياخشى تەسىرگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىرتتىن جاراھەت بار ئورۇنغا چىپىپ تېڭىلىدۇ.

مەلھەمى نەۋرە

تەركىبى: ئۆلتۇرۇلگەن ئاھاك 100 گرام، كافۇر 15 گرام، سۇ يېغى 900 گرام.

ياسلىشى: ئاھاكنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قازانغا سۇ يېغى قۇيۇپ، ئۇستىگە كافۇر سېلىپ ئېرىتىپ، ياغ سوۋۇغاندا ئاھاكنى سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، هارارەتنى چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: چوك ـ كىچىك كۆيۈكلەر ۋە جاراھەتلەرگە سىرتتىن چېپىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: جاراھەتنىڭ چوك ـ كىچىكلىكىگە قاراپ سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

مەجۇنى كاكىنەچ

تەركىبى: كاكىنەچ (جۇڭگو شوخلىسى) مېۋىسى 25 دانە، بەزرۇلبەنجى ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان ھەربىرى 21 گرام، تاۋۇز ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، قورۇلغان چىلغوزا مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، كەتىرا، قورۇلغان ئاچچىق بادام مېغىزى ھەربىرى 10 گرام، زەپەر ئۇچ گرام، شېكەر 300 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قىيام قىلىنغان شېكەرگە سېلىپ, قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، سۇيدۇك يولىنى تازىلاش، جاراھەتنى پۈتتۈرۈپ قان توختىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ئاغرىش، سۇيدۇك يولى ئېچىشىپ ئاغرىش، سۇيدۇك قان ئارىلاش كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئۇچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

هەببى سۆزنەك I

تەركىبى: نېلۇپەر ئۇرۇقى، زەمچە ھەربىرى 30 گرام، ئۇزۇنچاق شورە، لاچىندانە ھەربىرى 15 گرام، كەت ھىندى 10 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قارا شېكەر قىيامى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىندۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: سۈيدۈك يوللىرى ياللۇغنىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۆزنەك ۋە سۈيدۈك يولى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم 5 ~ 7 دانە ئىچىلىدۇ.

هەببى سۆزنەك II

تەركىبى: جىنتىيانا، نېلۇپەر ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، لاچىندانە، ھېلىلە، بەلىلە پوستى، ئامىلە، سالاجىت ھەربىرى 10 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، باناننىڭ مېۋە سۈيى ياكى يوپۇرماق سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىندۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: سۈيدۈك يولى ياللۇغنىغا مەنپەئەت قىلىش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سۆزنەك، سۈيدۈك يولى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 7 ~ 10 دانە ئىچىلىدۇ.

هەببى ھورمۇل

تەركىبى: ھېلىلە پوستى، ئامىلە، سەكبىنەج، مۇقەل ھەربىرى ئالتە گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئادراسمان ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، مەستىكى، زەپەر ھەربىرى ئۈچ گرام، پەتەر ئالىيۇن، پىننە، ئىزخىر، قۇستە، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، ئاسارۇن ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسلىشى: سۆزاپ سۆيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەزى بېزىنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقىغا شىپا بولىدۇ. يەل تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

Abdulcelil TURAN
Yenidoğan Mh. 41. Sk. No: 7
Daire: 4 Zeytinburnu - IST.

بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سۇفۇپى ئاق لەيلى ئۇرۇقى

تەركىبى: ئاق لەيلى ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى 12 گرام، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، پىرسىياۋشان ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: زەھەر قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: دوۋساق ۋە بۆرەك ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا ئالتە گرام، كىچىك بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۇفۇپى بەزرۇلبەنجى

تەركىبى: بەزرۇلبەنجى ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، قارا سۇنا ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەربىرى ئىككى گرام، ئەپيۇن بىر گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيدۈك ھەيدەش، قىزىتما پەسەيتىش، زەھەر قايتۇرۇش، ئىششىق تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە سۈيدۈكلۈك (دوۋساق) كېسەللىكلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: كىچىك بالىلارغا بېرىلمەيدۇ.

سۈفۈپى تەررە

تەركىبى: تەرخەمەك ئۈرۈقى مېغىزى، قوغۇن ئۈرۈقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، ئۈرۈقسىز ئاجرىتىلغان زىرىخ 12 گرام، كاسىنە ئۈرۈقى، سېرىق ئوت ئۈرۈقى ھەربىرى توققۇز گرام، كەرەپشە ئۈرۈقى، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى ئالتە گرام، رەۋەن، كافۇر، سۇنبۇل، زەپەر، ئەفسەنتىن، مەستىكى ھەربىرى ئۈچ گرام، يۇيۇلغان لوك ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك، جىگەر ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

سۈفۈپى مەسانە

تەركىبى: تەرخەمەك ئۈرۈقى مېغىزى، قوغۇن ئۈرۈقى مېغىزى، قاپاق ئۈرۈقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، سېمىزئوت ئۈرۈقى 12 گرام، ئاق لەيلى ئۈرۈقى، ھەمىشىباھار ئۈرۈقى، پىرسىياۋشان ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دوۋساقنىڭ ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: توققۇز گرام ئېلىپ، جۇلاب ياكى بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى بەدىيان

تەركىبى: ئەنجۇر قېقى، بەدىيان، رەۋەن ھەربىرى 300 گرام، قىزىلگۈل 60 گرام، سېرىقماي 30 گرام، ئاق شېكەر 500 گرام، گۇلاب 200 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: بەدىيان بىلەن ئەنجۇرنى ئۈچ لىتىر قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ، بىر ئۆرلىگەندىن كېيىن قىزىلگۈلنى سېلىپ 10 مىنۇت قاينىتىپ، 1.5 لىتىر

سۈيى قالغاندا سوۋۇتۇپ سۈزۈلىدۇ. سوقۇلغان رەۋەننى گۈلاب بىلەن نەمدەپ، سىرىقماي بىلەن ياغلىنىدۇ. سۈزۈلگەن دورا سۈيۇقلۇقىنى قازانغا قۇيۇپ يەنە قاينىتىپ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ، ياغلانغان رەۋەن قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل، زەھەرسىز.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، ئىششىق ياندۇرۇپ ئاغرىق توختىتىدۇ. چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ. قىزىتما چۈشۈرىدۇ. بىمارنىڭ روھىي ھالىتىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك كېسىلى، بۆرەك ۋە تال ئىششىقلىرى، بوغۇملار ئاغرىش، قان تۈكۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 4 قوشۇق ئىچىلىدۇ.

قۇرسى شەب

تەركىبى: زەمچە، كۆيدۈرۈلگەن تاغ تېكسىنىڭ مۈڭگۈزى، گىل ئەرمىنى، كەتىرا، ئانارگۈلى، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەربىرى تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاياناق سۇ بىلەن قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دوۋساق جاراھەتلىرى، بوۋاسىر ۋە قان سىيىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارda ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى جالىنۇس

تەركىبى: قۇستە، قۇستە بەھرى، سۈنبۈل، ئۇدىبلسان، قەسبۇ زەررە، ھەببۇلئاس، زەنجىۋىل، سەئدى كۈفى، خولىنجان، قەلەمپۇر، دارچىن، سەلىخە (قېلىن دارچىن)، ئاسارۇن، زەپەر، مەستىكى ھەربىرى 30 گرام، ئاقموچ، لاچىندانە ھەربىرى 12 گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ. سوغۇقتىن بولغان بۆرەك، دوۋساق كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ، ئومۇمىي بەدەننى ياخشىلايدۇ، بەلغەمدىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇرابباسى زەنجۇل

تەركىبى: زەنجۇل مەلۇم مىقداردا، سۇ بىر ھەسسە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: زەنجۇل ھۆل بولسا شۇ پېتى قاينىتىپ، پىشۇرۇپ سۈزۈۋېلىپ، مەزكۇر سۇغا ھەسەلنى قۇيۇپ قىيام قىلىپ، ئۇستىدىن پىشۇرۇلغان زەنجۇللەرنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر زەنجۇل قۇرۇق بولسا نەم يەرگە كۆمۈپ، ئۇستىدىن قۇم تۆكۈپ، 20 كۈنگە قەدەر كۈندە بىر قانچە قېتىم سۇ قۇيۇپ، زەنجۇلنى ئەسلى ھۆل ھالىتىگە قايتۇرۇپ، ئاندىن مۇرابا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاندا ھاسىل بولغان سوغۇق يەللەرنى ھەيدەيدۇ. دوۋساقنىڭ سوۋۇپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سەھلىل ۋۇجۇر

تەركىبى: سۇغا بىر يېرىم سوتكا چىلاپ پوستى ئاجرىتىلغان تەمرى ھىندى مېغىزى 30 گرام، قەنت 60 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ ھەب ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ، سەپرا مىزاجلىقلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىككى دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

بۆرەك، دوۋساق، سۈيدۈك يولى، ئۇرۇقدان ۋە زەكەر كېسەللىكلىرىگە سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئابىزەنى بىنەپشە

تەركىبى: بىنەپشە، قىزىلگۈل، نېلۈپەر گۈلى، ئاق لالىگۈلى ھەربىرى 15 گرام، بابۇنە، تاۋۇز شاپىقى، ئىكلىلمىلىك، قۇرۇتۇلغان كاپوسكا ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر چېلەك سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى : يەل تارقىتىش، ئاغرىق پەسەيتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئىششىق ياندۇرۇش، يالۇغ قايتۇرۇش، تاش پارچىلاش، قىزىتما قايتۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، سۈيدۈك يولىنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك، دوۋساق، سۈيدۈك يولى كېسەللىكلىرى ۋە تاش چۆكمىسىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: چوڭ داسقا قۇيۇپ، بەلدىن تۆۋەن تەرەپ قىزىق پېتى چىلىنىدۇ.

ئابىزەنى گۈلىيەسمەن

تەركىبى: گۈلىيەسمەن 30 گرام، گۈلىيەسمەن يوپۇرمىقى 20 گرام.

تەسىرى: سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش، جاراھەتنى ساقايتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سىزلام ۋە سۆزنەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئايالالارغا ئىشلىتىشتە دورىلارنى 4 ~ 5 لىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ داسقا قۇيۇپ، ئىسسىق پېتى جىنسىي ئەزا چىلىنىدۇ. ئەرلەرگە ئىشلىتىشتە ئاغزى چوڭ شىشىگە ئېلىپ جىنسىي ئەزا چىلىنىدۇ. كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا يېڭىدىن تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

ئابىزەنى ئىكلىلمىلىك

تەركىبى: ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، قىزىلگۈل، ئاق لالىگۈلى ھەربىرى 30 گرام، قۇرۇ-

تۇلغان تاۋۇز شاپىقى، پىرسىياۋشان، ئۆشنە، گۈلسەۋسەن يىلتىزى، بەدىيان يىلتىز پوستى ھەربىرى 15 گرام، كاكنەچ، شۇمشا ھەربىرى 12 گرام، دۇقۇ، نېلۇپەر گۈلى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر چېلەك سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يەل تارقىتىش، توسالغۇنى ئېچىش، سۈيدۈك كۆپەيتىش، ماددىلارنى تازىلاش، ئىششىق ياندۇرۇش، ياللۇغ قايتۇرۇش، تاشلارنى پارچىلاش، ئاغرىق پەسەيتىش قاتارلىق تەسىرلەرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىدە، جۈملىدىن بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرۈشتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: چوڭ داسقا قۇيۇپ چىلىنىپ ئولتۇرىدۇ، جىنسىي يول يۇيىدۇ. كۈندە يەتتە قېتىم ئىشلەتسە ياخشى. دورا تىرىپىنى كۈندە كەچتە جىنسىي يولغا ۋە دوۋساق ساھەسىگە قويۇپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

خاكىستەرى كەدۇ

تەركىبى: كونا قاپاق مۇڭاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: كۆيدۈرۈپ كۈلى ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: يارىنى قۇرۇتۇش، پۈتتۈرۈش رولى بار.

ئىشلىتىلىشى: شەلۋەرىگەن سىرتقى يارىلارغا، زەكەر، ئۇرۇقدان يارىلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن يارىغا سېپىلىدۇ.

رەۋغىنى خەسەك (ئوغرىتىكەن يېغى)

تەركىبى: ئوغرىتىكەن 30 گرام، زەنجىۋىل 12 گرام.

ياسىلىشى: مەلۇم مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ، 250 مىللىلىتىر كۈنجۈت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈكنىڭ تەستە كېلىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مەلۇم مىقدارىدا ئېلىپ دوۋساق ساھەسى ياغ ياغلىنىدۇ.

زەرۋرى ئەئزەم

تەركىبى : چاچ كۆمۈرى (تۈك كۆيدۈرۈلمىسى) ، ئانارگۈلى، بۇغا مۈڭگۈزى كۈلى، چىلان ياپرىقى، گىل ئەرمىنى، كۈندۈر، قەلەي ئۇپىسى، يۇيۇلغان تۇتىيا، بىر قانچە قېتىم قىزىتىلغان ۋە يۇيۇلغان مەدەستان ھەربىرى ئالتە گرام، ئېغىز، گال جاراھەتلىرىدىن ئۆزگە جاراھەتلەرگە ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، ئالتە گرام مەدەستان، ئۇچ گرام سەبرە قوشۇلىدۇ.

ياسىلىشى: ناھايىتى يۇمشاق تالقانلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاكىلە (گۆشخور چاقا) گە شىپا بولىدۇ. جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش، قان توختىتىش، گۆش ئۇندۈرۈش قاتارلىقلارغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئىنتايىن ياخشى تالقانلاپ، جاراھەتلەرگە سېپىلىدۇ. سۆزنەككە ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە پەلكۇچ بىلەن سېپىلىدۇ.

زەرۋرى زەكەر

تەركىبى: سۇرمە مۇۋاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: سۇرمىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يارىنى قۇرۇتۇش ۋە پۈتتۈرۈشتە ياخشى تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: زەكەر ۋە ئۇرۇقدان يارىلىرىغا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سىرتتىن يارىغا سېپىلىدۇ.

زىمادى بىنەپشە

تەركىبى: قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى 30 گرام، بىنەپشە يېغى 15 گرام.

ياسىلىشى: بۇ ئىككى خىل دورا بىرلەشتۈرۈپ زىماد تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش، سىلىقلاشتۇرۇش، سۈيدۈك يولىدىكى يېقىمسىزلىقنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك تېمىپ تۇرۇش، سىيگەندە ئېچىشىش ۋە سۆزنەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورا مەخسۇس ئەسۋاب ئارقىلىق سۈيدۈك يولىغا كىرگۈزۈلىدۇ.

زىمادى خوسسۇيە I

تەركىبى: بابۇنە گۈلى، ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلىگۈلى، شىيافى مامسا، بوش دەربەندى ھەربىرى 20 گرام، گۈلبىنەپشە 15 گرام، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل ھەربىرى 10 گرام، كۆك كاسنە سۈيى 60 مىللىلىتىر، گۈل ئەرقى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزگەندىن كېيىن ئىككى خىل سۈيۇقلۇق دورا بىلەن ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ، زىماد قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقلىقنىڭ زىيادىلىكىدىن بولغان، قىزىپ ئىششىپ قالغان ئۇرۇقدان كېسەللىكلىرىگە سىرتتىن چېپىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ كېسەلنى داۋالىغاندا سېمىز گۆش، قورۇلغان تاماق، يەل پەيدا قىلغۇچى، قان قىزىتقۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

زىمادى خۇسسۇيە II

تەركىبى: ئاق لەيلىگۈلى، ئاق لەيلى يىلتىزى، قارا كۈنجۈت، زىغىر دانىسى، شۇمشا، ئىكلىلمىلىك، لوبىيا ئۇنى، مۇرمەككى، بابۇنە گۈلى، مۇقەل، سۈنبۈل ھەربىرى ئۈچ گرام، ئوشەق، مىئەسائىلە ھەربىرى 1.5 گرام، ئاق موم، ئۆچكە بۆرەك يېغى ھەربىرى 20 گرام، گۈل يېغى 50 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى ھاۋانچىدا سوقۇپ، ياغلارنى قوشۇپ، ماسكە ياغدەك قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۇرۇقدانىنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلىرىنى ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ، بىمار ئىسسىق يۆگىنىپ يېتىپ دەم ئالىدۇ.

زىمادى گۈردە I

تەركىبى: بابۇنە، زىغىر ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى ھەربىرى 30 گرام، كۈنجۈت يېغى 60 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 800 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ، كۈنجۈت يېغىنى قوشۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بۆرەك ۋە دوۋساق ئىششىقلىرى ۋە ھەرقانداق جايدىكى قاتتىق - يۇمشاق ئىششىقنى تارقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى ئىششىق ھەمدە باشقا ئىششىقلارنى يانداۋرۇشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن چېپىلىدۇ.

زىمادى گۈردە II

تەركىبى: سېمىزئوت كۆكى 100 گرام، كېپەك 30 گرام، كۈنجۈت يېغى 50 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، كۈنجۈت يېغىدا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئىششىق يانداۋرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: دوۋساق ئىششىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن دوۋساققا چېپىلىدۇ.

زىمادى ھۆلبە

تەركىبى: شۇمشا ئۇنى، لوبىيا ئۇنى تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: بىنەپشە سۈيىدە يۇغۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۇرۇق بېزى ئىششىقنى يانداۋرىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

سۇفۇپى سۇزاك

تەركىبى: كۆيدۇرۇلگەن زەمچە 13 گرام، كۆيدۇرۇلگەن كۆكتاش يەتتە گرام.

ياسلىشى: زەمچە بىلەن كۆكتاشنى قائىدە بويىچە كۆيدۈرۈپ، يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: سۈيدۈك يوللىرىنى پاكىزلاش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سۆزنەككە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ بىر كىشىلىك نۇسخا بولۇپ، كۈندە 5 ~ 6 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرام ئېلىپ، قاينىق سۈدا ئېرىتىپ، ياخشى ئېرىگەندىن كېيىن ئالەت يۇيۇش ناسوسى بىلەن سۈيدۈك يولىغا ماڭدۇرۇپ يۇيۇلىدۇ. بۇ تالقان ئاچچىق ۋە غىدىقلاش تەسىرى بار. شۇڭا، كۆپرەك سۇ بىلەن ئېرىتىپ يۇيۇش لازىم.

سۇفۇپى مۇرەككەپ

تەركىبى ۋە ياسلىشى: موزا، شىيافى مامىسا، ئەنزىرۇت، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، ئانار خەمىكى، مەدەستان تېشى، سەبرە، كۈندۈردىن 10 گرامدىن ئېلىپ، ئۈندەك سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يارىنى قۇرۇتۇش، ئىششىق ياندۇرۇپ، يارىنى پۈتتۈرۈش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: جاراھەتلەرگە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

سۇفۇپى ھار

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، موزا، كۆپۈكى دەريا، ئايلىشى، بىخ مارجان، كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش، بادام پوستى ھەر بىرى 25 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جاراھەتنىڭ ئارتۇق گۆشلىرىنى يوقىتىش، سۈلىرىنى قۇرۇتۇش، پۈتتۈرۈش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئومۇمەن سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ. سوغۇق يەلدىن بولغان تېرە جاراھەتلىرىگە ۋە گال ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئېھتىياجغا قاراپ مەلۇم مىقداردا ئېلىپ، يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن سېپىپ ئىشلىتىلىدۇ.

سۈفۈپى ھىرقەتۈلبەۋل (سۆزنەك تالقىنى) Ⅲ

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن زەمچە 13 گرام، كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش يەتتە گرام.

ياسلىشى: ئاۋۋال زەمچىنى سوقۇپ، قازانغا سېلىپ، نورمال ئوتتا ئېرىتىپ، بىرئاز-دىن كېيىن زەمچە قېتىپ، قارغا ئوخشاش بولغاندىن كېيىن قازاندىن ئېلىپ سوۋۇتۇلـ-دۇ. ئاندىن كۆكتاشنى سوقۇپ قازانغا سېلىپ، ئوتنى نورمال قالاپ، قازاندىكى كۆكتاش-نى ھاۋانچا تېشىدا ئاستا سالايە قىلىپ تۇرۇپ، داۋاملىق قىزدۇرۇلسا كۈل رەڭ ھالەتكە كېلىدۇ. ئاندىن ئۇنى ئېلىپ سوۋۇتۇپ، ھەر ئىككىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: سۈيدۈك يوللىرىنى پاكىزلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سۆزنەك كېسەللىكىدە يۇيۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ بىر كىشىلىك نۇسخا بولۇپ، دورىنى قاينىق سۇدا ئېرىتىپ زەكەرنى يۇيۇش ئەسۋابى بىلەن كۈندە 5 ~ 6 قېتىم يۇيۇپ بېرىلىدۇ.

مەلھەمى ئاتىشەك

تەركىبى: تۇتىيا 60 گرام، سىر (شىڭگىرىپ) 30 گرام، چۆپچىن ئىككى گرام، ئوتتا كۆمۈپ پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ، قائىدە بويىچە يۇمشاق ئېزىپ، تۇخۇم سېرىقى بىلەن دورىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سىفلىس كېسەللىكلىرى ئۈچۈن مەخسۇس ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

نۇتۇلى سۇزاك

تەركىبى: يەسمەنگۈلى ياكى ياپرىقى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: مەلۇم مىقدارىدىكى سۇدا قاينىتىپ، داسقا تۆكۈپ،

ئىلمان هالەتكە كەلتۈرۈپ، دوۋساق ۋە جىنسىي ئەزالارغىچە چىلاپ ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوزۇلما خاراكتېرلىك سىزلامغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ھەببى زەيبەق

تەركىبى: مۇقەل، ئەرەب يېلىمى، ئەنزىروت، رەۋەن، تۇربۇت ھەربىرى 15گرام، سىماب (زەينەق) ، پىستە مېغىزى، بادام مېغىزى، ھۆل خېنە غولى ھەربىرى توققۇز گرام، غالىر ئەقۇن، نىشاستە، زەپەر، مەستىكى ھەربىرى ئالتە گرام، كافۇر، پارپا، سوقمۇنىيا ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: سىمابنى لىمون سۈيىدە داۋاملىق ئەزگەندە ئۇششاق زەررىچىلەرگە ئايلىنىپ «ئۆلىدۇ». قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، سىماب زەرىچىلىرىگە ئارىلاشتۇرۇپ، 0.2 گرام ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: قاننى تازىلاش، جاراھەتلەرنىڭ ھۆللۈكىنى تارتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سىفلىس (ئاتىشەك)، جۈزام (ماخاۋ)، كونا جاراھەت، ناسۇر (ئاقما) ۋە ئىسسىق ـ سوغۇقتىن بولغان تۇرلۈك يارىلارنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: سىماب زەھەرلىك بولغاچقا، بۇ ھەبنى ئىستېمال قىلغاندا ئۇنىڭ ئەكس تەسىرىنى ياخشى كۆزىتىش لازىم. بەزىدە چىش تۇۋىنى كۆكەرتىۋېتىدۇ. ھەتتا چىشنى بوشىتىپ تاشلايدۇ. شۇڭا ئېغىزنى داۋاملىق يۇيۇپ تۇرۇش، بەدەنده يەنە باشقا ئۆزگىرىشلەر بولسا ئىچىشنى توختىتىش لازىم.

بۆرەك، دوۋساق ۋە سۇيدۇك يولىدىكى تاشنى چۇشۇرگۈچى دورا ياسالمىلىرى

داۋائى مۇپەتتىت

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، جوھۇد تېشى، چىلغوزا مېغىزى، كەپە يىلتىزى پوستى ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلايدۇ، قويۇلۇپ قالغان سۇيدۇكنى سۇيۇلدۇرۇپ راۋانلاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى مۇپەتتىتۈلھاسات

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، ئەينۈلا يېلىمى، كاسىنە ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلايدۇ، قۇم، يىرىڭلارنى تازىلايدۇ، قىزىتما پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرام يېپ، 45 مىللىلىتىر سىركەنجۈبىل ئىچىلىدۇ.

داۋائى يەرۋۇللا

تەركىبى: تاغ ياۋا ئۆچكىسىنىڭ قېنى مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: تۆت ياشلىق ياۋا ئۆچكىدىن بىرنى بېقىپ، كۈز پەسلى ئۇزۇم قىزىرىشقا باشلىغاندا بوغۇزلاپ، دەسلەپكى ۋە ئاخىرقى قېنىنى ئالماي، ئوتتۇرىسىدىكى قېنىنى پاكىز قاچىغا ئېلىپ، ئۇيۇغاندىن كېيىن ئۇششاق پارچىلاپ، غەلۋىرگە يېيىپ قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك چىقىرىش ئەزالىرىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەرقېتىمدا 3 ~ 6 گرام ئېلىپ، تۇرۇپ سۈيى ياكى كەرەپشە سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى ھەجرۇلىيەھۇد

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى توققۇز گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى ئالتە گرام، يەھۇد تېشى تۆت گرام، نىشاستە، كەتىرا، ھەببى قولت (بىرخىل تاش) ھەربىرى ئۈچ گرام، شېكەر پۇتۇن دورىلار ۋەزنىدە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك، دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: توققۇز گرام ئېلىپ، نوقۇت سۈيى بىلەن ئىچىپ، پالەك بىلەن ئۇزۇقلىنىدۇ، 10 كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

سىركەنجۇبىل مۇپەتتىت

تەركىبى: تۇرۇپ پوستى 50 گرام، كەپە يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى ھەربىرى 120 گرام، گۈلسەۋسەن، ئېگىر، ئەنسىل، پەتەرئاسالىيۇن، دۇقۇ ھەربىرى 60 گرام، سىركە 810 مىللىلىتىر، شېكەر 300 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سىركىگە ئۈچ سوتكا چىلاپ، ئاندىن ئازراق سۇ قۇيۇپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

شەربىتى خەسەك

تەركىبى: ئوغرىتىكەننىڭ تولۇق پىشمىغان ئۇرۇقى 100 گرام، قەنت 150 گرام، ھەسەل 150 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ئوغرىتىكەن ئۇرۇقىنى چالا سوقۇپ، 500 مىللىلىتىر قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، يەڭگىل قاينىتىپ، سۈزۈپ، سۇيىگە شېكەر بىلەن ھەسەلنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى ئېرىتىپ چىقىرىدۇ، يەلنى تارقىتىپ، يەل تاشقاندىن بولغان قىچىشىشنى باسىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساقتا تاش پەيدا بولۇشقا ۋە ئېشەكيېمىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلار ھەرقېتىمدا ئۈچ قوشۇق، كىچىك بالىلار بىر قوشۇق ئىچىدۇ.

ئەسكەرتىش: ھۆل ئوغرىتىكەن قوشۇلسا تەسىرى تېخىمۇ ياخشى.

شەربىتى ھەلىۋن

تەركىبى: ھۆل شوخلا (مارجان شوخلا) نىڭ سىقىپ ئېلىنغان سۈيى بىر ھەسسە، قەنت ئىككى ھەسسە.

476

ياسلىشى: شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك، دوۋساقتىكى تاش پارچىلىرىنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ، سۈيدۈك تۇتۇلۇش كېسەللىكىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 30 ~ 45 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

قۇرسى بۈزۈرى

تەركىبى: تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى 30 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرام قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، ئاق لالە ئۇرۇقى، تاتلىق بادام مېغىزى (مېغىزى پوستىدىن ئايرىلغىنى)، كەتىرا، نىشاستە، رۇببىسۇس، خەشخاش ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، بەزرۇلبەنجى (مىڭدۇانە) ئۇرۇقى، بىنەپشە ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بىنەپشە سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: 1 ـ دەرىجىدە سوغۇق.

تەسىرى: سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش، سۈيدۈك ئۇلغايتىش، ياللۇغ قايتۇرۇش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش، قىزىتما قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ئاغرىقى، سۈيدۈك يولى ئېچىشىش، سۈيدۈك كەلمەسلىك قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ئەقرەب

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن چايان (سېرىق ئېشەك) ، كاكىنەچ مېۋىسى ھەربىرى 15 گرام، قۇندۇز قەھرى 12 گرام، قارىمۇچ، پىلپىل ھەربىرى ئالتە گرام، جىنتىيانا بەش گرام، زەنجىۋىل ئۈچ گرام، ھەسەل 200 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: بۆرەك ۋە سۈيدۈك خالتىسىدىكى تاشنى ئېرىتىش، سۈيدۈكنى ئۇلغايتىش، ياللۇغنى قايتۇرۇش، چايان زەھىرىنى قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا بەش گرام، بالىلارغا ئىككى گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى مۇپەتتىتۇلھاسات

تەركىبى : ھەببى بىلسان، ھەببى قولت، ھەجرۇل ئىسپەنجى (بۇلۇت تېشى)، چايان كۈلى، كاكىنەچ يىلتىزى مۇۋاپىق مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھۆل ئۈغرىتىكەننىڭ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، بۇنى يەتتە قېتىم تەكرارلاپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۈچ ھەسسە ھەسەل بىلەن خېمىر قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل، قۇرۇقتا مايىل.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دوۋساقتا تاشلارنى ئېزىش ۋە چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد I

تەركىبى: ھەجرۇلىيەھۇد 50 گرام، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، كاكىنەچ ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل 300 مىللىلىتىر .

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى ئېرىتىپ چىقىرىش، ئىششىقنى ياندۇرۇپ زەھەرنى قايتۇرۇش، يالۇغ قايتۇرۇش، سۈيدۈكنى ئۇلغايتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى ئېرىتىپ چىقىرىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد II

تەركىبى: ھەجرۇلىيەھۇد 150 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل دورىلارنىڭ ئىككى ھەسسىچىلىك.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۆت، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى ئېرىتىپ بەدەندىن چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالتە گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

نۇتۇلى مۇپەتتىتۇلهاسات

تەركىبى: ئىكىلىملىك، بابۇنە، قىزىلگۇل، ئاق لەيلىگۇلى ھەر بىرى 30 گرام، قوغۇنىڭ قۇرۇق ساپىقى، پىرسىياۋشان، ھەببى قولت ھەربىرى 12 گرام، ئۆشنە، چۇچۇك بۇيا يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى ھەربىرى 18 گرام، كاكىنەچ، شۇمشا ھەربىرى 12 گرام، ئەفسەنتىن توققۇز گرام، ياۋا سەۋزە ياپرىقى، نېلۇپەر ھەربىرى ئالتە گرام، سۇ ئالتە لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى مەزكۇر سۇغا چىلاپ، تەمىنى چىقىرىپ، قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك، دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ، سۇيدۇك ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىلمان ھالدا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. سۇدىن چىققاندا چايان يېغى جىنسىي ئەزاغا 2 ~ 3 قېتىم تېمىتىلىدۇ.

نۇتۇلى ھاسات I

تەركىبى: بابۇنە، دەرمەنە تۇركى، نەمام، رەيھان، بولۇ (ئاناناس) ياپرىقى، كەپتەر مايىقى تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى مەلۇم مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۇيدۇك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۇشۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بىمار قىزىق ھالەتتە دورىغا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ، دورا تىرىپلىرى دوۋساقتا تېڭىلىدۇ.

نۇتۇلى ھاسات II

تەركىبى: دەرمەنە تۇركى، تۇرۇپ ياپرىقى، بېدە ياپرىقى، سۇزاپ، بابۇنە، ئەفسەنتىن، سۇنبۇل، رەيھان، ئاق لەيلىگۇلى، نەمام، چامغۇر ياپرىقى، سېرىقچېچەك، بولۇ (ئاناناس) ياپرىقى تەڭ مىقدارىدا.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: نۇتۇلى ھاسات I بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

نۇتۇلى ھاسات III

تەركىبى: بىنەپشە، قىزىلگۈل، نېلۇپەر، ئاق لەيلىگۈلى ھەربىرى 15 گرام، ئوغرىتىكەن ياپرىقى، بابۇنە، قوغۇن ساپىقى، ئىكلىلمىلىك، بولۇ ھەربىرى 10 گرام.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: نۇتۇلى ھاسات I بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ھەببى مۇپەتتىتۇلھاسات

تەركىبى: ھەببى بىلسان، تۇرۇپ ئۇرۇقى، دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى) ، پەتەرئاسالىيۇن، كەپە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى، جاۋاشىر، بادام مېغىزى، ھەببۇلغار، ئىزخىر، سۇنبۇل، سەلىخە، ئۇستقۇردىيۇن (ياۋا سامساق) ، ئادراسمان، يۇمىلاق زىراۋەندە، جىنتىيانا، ئاسارۇن، قەردمانە، سەكبىنەج، بەزرۇلبەنجى، مۇقەل، قارىمۇچ، ئېگىر تىكەن مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلار تالقىنى بىلسان يېغىدا ياغلىنىپ، مۇقەل ۋە سەكبىنەج ئېرىتمىسىدە ھەب قىلىنىدۇ، ئەگەر مەزكۇر نۇسخىغا بىر گرام چايان كۈلى قوشۇۋېتىلسە تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى ئېرىتىپ چۈشۈرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇزۇرى شەربىتى بىلەن ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شېكەر سېيىش كېسىلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سۈفۈپى زىيابىت I

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، ئانار گۈلى، سۈماق، شاھبەللۈت ھەربىرى 15 گرام، نىشاستە، كەتىرا، قارا سۈنا ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئاق سەندەل ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: ماددىلارنى قويۇقلاتىش، بەدەننى قۇرۇتۇش، تەشنالىقنى بېسىش، سۈيدۈكنى ئازايتىش، ئىچ توختىتىش، قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: زىيابىت كېسەللىكىگە ۋە ئىچ سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا بولسا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

سۈفۈپى زىيابىت II

تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، ئوغرىتىكەن ھەربىرى ئالتە گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، تاباشىر، رۇببىسۇس، نىشاستە ھەربىرى ئۈچ گرام، شېكەر 35 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سۈفۈپى زىيابىت I بىلەن ئوخشاش.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

قۇرسى زىيابىت I

تەركىبى: رۇببىسۇس، تاباشىر ھەربىرى 30 گرام، قارا سۈنا ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، گۈل ئەرمىنى ھەربىرى 12 گرام، ئانارگۈلى ئالتە گرام، كافۇر بىر گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىاق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.5 گرامىلىق قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان تازىلاش، سەپرا ۋە قاننى تىزگىنلەش، سۈيدۈك مىقدارىنى ئازايتىش، تەشنالىقنى بېسىش، بۆرەك مىزاجىنى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە ۋە زىيابەت كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى زىيابەت II

تەركىبى: قىزىلگۈل، سېمىزگۈت ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، تاباشىر، رۇببىسۇس، قارا سۇنا ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام، گىل ئەرمىنى، ئاقاقىيا، سەمغى ئەرەبى، ئاق سەندەل، ئانارگۈل ھەربىرى ئالتە گرام، كافۇر 1.5 گرام.

ياسلىشى: قۇرس ياساش قائىدىسى بويىچە 0.5 گرامىلىق قۇرس قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى، ئىشلىتىلىشى ۋە ئىشلىتىش مىقدارى: قۇرسى زىيابەت I بىلەن ئوخشاش.

قۇرسى زىيابەت III

تەركىبى: ئىسپىغۇل توققۇز گرام، ھەببۇلئاس، تۇخۇمى ھومماز ھەربىرى ئالتە گرام، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىسپىغۇل لوئابىدا خېمىر قىلىپ، 0.5 گرامىلىق قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇققا مايىل، مۆتىدىل.

تەسىرى: بۆرەك ۋە دوۋساقنىڭ مىزاجىنى تەڭشەپ، خىزمىتىنى نورماللاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۈك تېمىپ كېلىش ۋە دىئابېت كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام، بالىلارغا بولسا بىر گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

جىنسىي ئەزانى كۈچەيتكۈچى ۋە مەنپي تۇنتقۇچى دورا ياسالمىلىرى

جاۋارىش خۇبسۈلھەدىد

تەركىبى: تۆمۇر قىرىندىسى 715 گرام، قار ا ھېلىلە، ھېلىلە كابىلە، شەترەنجى، كەرەپشە ئۇرۇقى، گۈلدارچىن، سۇنبۇل تىب، جۇزبۇۋا، زەنجىۋىل، پىلپىلمايە، لاچىندانە، تاتلىق قۇستە، سەلىخە، قەلەمپۇر، بەسباسە، خولىنجان، نارمىشكى ھەربىرى 20 گرام، بەلىلە پوستى، خالىس ئامىلە، جۇۋىنە، قىزىل تۇدەرى، سىرىق تۇدەرى، پىلپىل، ئاقلاغان كۈنجۈت، سەئدى كۈفى ھەربىرى 12 گرام، ئىپار ئالتە گرام، ئەنبەر ئۇچ گرام، ھەسەل يۇقىرىقى دورىلار ئېغىرلىقىنىڭ ئىككى ھەسسىسگە تەڭ، كالا يېغى 150 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئالدى بىلەن كالا يېغىغا تۆمۇر قىرىندىسىنى، ئاندىن دورىلارنى سېلىپ قورۇپ، ئاخىرىدا ئىپار، ئەنبەرنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: قان تولۇقلاش، باھنى قۇۋۇتلەش، مەنپي تىزگىنلەش قاتارلىق تەسىرلەرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئالەتنىڭ سۇسلۇقى، مەنپي ئېقىپ توختىماسلىق، قانلىق بوۋاسىر قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئېلىپ، كالا سۈتى ياكى ئۇزۇم شەربىتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش زەرئۇنى

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، سىرىقچېچەك ئۇرۇقى، جۇۋىنە، ئارپىبەدىيان، قوغۇن ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى، ھەببى قەلقەل مېغىزى، ھەببى زەلەم مېغىزى، نارجىل، چىلغوزا مېغىزى، ھەلىيۇن ئۇرۇقى، بوزىدان، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ، ئاق تۇدرى، قىزىل تۇدرى، شاقاقۇل، لىسانىل ئەساپىر(ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى) ھەربىرى 15 گرام، زەپەر، كۈندۇر مەستىكى، ئۇد ھىندى ھەر بىرى 12 گرام، بەسبا-

سه، قەلەمپۇر، پىلپىلمايە، كاۋاۋىچىن، ئاقسىرقەرھا، زەنجىۋىل، بېدە ئۇرۇقى، زاغۇن، پىياز ئۇرۇقى، ھەببى رىشاد، چاققاقئوت ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى، خولىنجان، جويۇز، گۈلدارچىن، پىلپىل ھەربىرى توققۇز گرام، تاغ پىيىزى، سۆئلەپ، بۇقا چۈيىسى، قۇشقاچ مېڭىسى، خورما مېغىزى ھەربىرى ئالتە گرام، ئىپار ئىككى گرام، قەنت بىر ھەسسە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىنى كۆپەيتىپ، باھنى كۈچەيتىدۇ، يۈلۈننى، بۆرەكنى قۇۋۇتلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سوغۇق مىزاجلىقلار كۈندە بىر قېتىم، 15 گرام يېگەندىن كېيىن ئارقىدىن مائۇلھەسەل ئىچىدۇ. ئىسسىق مىزاجلىقلار ئالتە گرام يېپ، ئۈستىدىن شېكەر قوشۇلغان سۈت ئىچىدۇ.

جاۋارىش زەرئۇنى مۇقەۋۋى

تەركىبى: زەنجىۋىل، چامغۇر ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، زاغۇن، پىياز ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى، خولىنجان، جويۇز، دارچىن، پىلپىل، بوزىدان ھەربىرى توققۇز گرام، چاققاقئوت ئۇرۇقى ئالتە گرام، ھەلىيۇن ئۇرۇقى، شاقاقۇل، قىزىل تۈدەرى، ئاق تۈدەرى، ئىپار، سەقەنقۇر، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى (لىسانىل ئەساپىر) ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنتنى قىيام قىلىپ مەجۇن ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يۇرەك، مېڭە، جىگەر ۋە بۆرەكنى قۇۋۇتلەيدۇ، باھنى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 3 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

داۋائى دارچىن

تەركىبى: دارچىن 30 گرام (سوقۇپ تاختا ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ)، كالا سۈتى 280 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە ياخشى قۇۋۋەت بېرىدۇ. باھنى قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۇچكە بۆلۈپ بىر كۈندىلا ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

داۋائى مۇپەھھى

تەركىبى: تۇخۇم سېرىقى 20 دانە، ئاقىرقەرھا، قەلەمپۇر، دارچىن، زەنجىۋىل، خولىنجان ھەربىرى 20 گرام، ھەسەل 360 مىللىلىتىر.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۆرۈنەرلىك قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مەجۇن قىلىپ ھەرئاخشىمى بىر قېتىم، ئۇچ گرام ئىستىمال قىلىنىدۇ.

رەۋغىنى ئاقىرقەرھا

تەركىبى: ئاقىرقەرھا ئالتە گرام، دارچىن ئۇچ گرام، ئىپار ئىككى گرام، ئەپيۇن 1.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، سىماب يېغى ياكى گۈلىيەسىمەن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، شىشە قاچىغا ئېلىپ 21 كۈن تومۇز ئاپتاپتا قويۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىنسىي ئەزا، ئۇرۇق بېزى خالتىسى، بەل ساھەسى، ئالىقان ۋە پۇت ـ قوللارنى ياغلىسا جىنسىي لەززەتنى ئاشۇرىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇقىرىقى ئەزالارنى ياغلايدۇ.

رەۋغىنى سىر (سامساق يېغى)

تەركىبى: تازىلانغان سامساق 450 گرام، پەرپىيۇن، ئاقىرقەرھا ھەربىرى 135 گرام، پىلپىل، سۇزاپ ھەربىرى 30 گرام، زەيتۇن يېغى 620 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، 1/3 قىسمى قالغانغا قەدەر قايىنىتىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىدۇ، سوغۇقتىن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ. پەي سۈسلۇقى، بويۇن ئاغرىقى، بۇۋاسىر، سۈيدۇك تېمىپ كېلىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ. چىرايىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن ياغلايدۇ.

رەۋغىنى مۇرچ (چۈمۈلە يېغى)

تەركىبى: سىرىق چۈمۈلە 1000 دانە، كۈچۈلا يېغى 90 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: چۈمۈلىنى يىغىپ شىشىگە سېلىپ، ئۈستىگە كۈچۈلا يېغىدىن قۇيۇپ، 21 كۈن تومۇزنىڭ ئاپتىپىدا تۇرغۇزغاندىن كېيىن چۈمۈلىنى سۈزۈۋېتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ھەرخىل زەھەرلىك ھايۋانلاردىن چايان، كۆكپىت، يىلان، ھەرىلەرنىڭ چېقىپ، زەھەرلىشىدىن ساقلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. جىنسىي مۇئامىلىدە قۇۋۋەتسىز كىشىلەرگە ھەم گاسقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چايان، يىلان، ھەرە، كۆكپىت چاققانغا، جىنسىي ئاجىزلىققا، قۇلاق ئاغرىقى ۋە گاسلارغا، چاچ ئاقىرىشقا، بەرەس كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ياغلاش ياكى تېمىتىشقا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ياغلىنىدۇ ياكى تېمىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: چۈمۈلىلەر چوڭ ۋە قۇرۇق، ئاق يەرنىڭ بولۇشى شەرت.

سۇفۇپى كۈنجۈت

تەركىبى: كۈنجۈت، قارا زىرە، زەنجىۋىل ھەربىرى 30 گرام، پىلپىل، قارىمۇچ ھەربىرى 15 گرام، لاچىندانە، قاقىلە ھەربىرى توققۇز گرام، دارچىن ئالتە گرام، قەنت 270 گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىدۇ، مەنىنىڭ سۈيۇلۇپ ۋە بالدۇر يۇرۇپ كېتىشىگە ئۇنۇم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى ئەنجۇر رۇتەب

تەركىبى: ياخشى پىشقان ئەنجۇر 1.2 كىلوگرام، نوقۇت 560 گرام، دارچىن، خولىنجان، سۇنبۇل، قەلەمپۇر زەپەر، ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل ھەربىرى 810 مىللىلىتىر، سۇ 5.4 لىتىر.

ياسلىشى: ئەنجۇر ۋە نوقۇتنى ئايرىم - ئايرىم سۇغا سېلىپ، 1/4 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، پىشۇرۇپ مۇجۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، ئۇستىدىن قالغان دورىلارنى خالتىغا قاچىلاپ سېلىپ، قاينىتىپ سىقىپ، ھەسەل سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ۋە دوۋساقنى ياخشىلايدۇ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ، باھنى كۈچەيتىدۇ، بەل ئاغرىقىنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى گۈزەر

تەركىبى: تازىلاپ توغرالغان سەۋزە 2.3 كىلوگرام، سۈنبۈل، قەلەمپۇر، خولىنجان، دارچىن ھەربىرى ئۈچ گرام، زەپەر ئىككى گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: سەۋزىنى قازانغا سېلىپ قازانغا سېلىپ مەلۇم مىقداردىكى سۇ بىلەن تۇۋاقنى ھىم ئېتىپ (خېمىر بىلەن تۇۋاقنىڭ چۆرىسىنى چاپلاپ)، سۇس ئوتتا تۇۋاقنى ھىم ئېتىپ ئۈزۈن قاينىتىپ يۇمشاق پىشۇرۇلىدۇ ۋە ئېلىپ مىجىپ سۈيى چىقىرىۋېتىلىدۇ. زەپەردىن باشقا دورىلارنى خالتىغا قاچىلاپ، مەزكۇر سۇ بىلەن قاينىتىلىدۇ. دورىلارنىڭ تەمى چىقىپ بولغاندىن كېيىن سىقىپ سۈزۈۋېتىلىپ، ھەسەلنى قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ. زەپەرنى ئايرىم سالايە قىلىپ قىيامغا قوشۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىدۇ، بەل ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى تەرەنجىبىن

تەركىبى: چوڭ ئاق تەرەنجىبىن 90 گرام، يېڭى سېغىلغان قوي سۈتى 1440 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: تەرەنجىبىنگە چىلاشقۇدەك سۇ قۇيۇپ، 5 ~ 10 مىنۇت تۇرغۇزۇپ، تەرەنجىبىن ئېرىگەندىن كېيىن سۈزۈپ، قۇملىرىنى تازىلاپ، سۈتنى سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ئۇستىگە ئاز - ئازدىن تەرەنجىبىن ئېرىتمىسى قۇيۇپ تاكى مائۇلھەسەل قىيامىغا ئوخشاش ھالغا كەلگۈچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل .

تەسىرى: باھنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: جىنسىي ئىقتىدار ئاجىزلىشىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 12 ~ 24 مىللىلىتىر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى ئىچكەندىن كېيىن يېڭى بېلىق گۆشلىرىنى پىياز بىلەن كاۋاپ قىلىپ قىزىق پېتى يەپ، ئۈستىدىن مۇسەللەس ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى باھ

تەركىبى: گاۋزىبان، قوغۇن ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، رەيھان ئۇرۇقى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ھەربىرى 12 گرام، قىزىلگۈل، سېمىزگىياھ ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى ھەربىرى توققۇز گرام، تەرەنجىبىن ياكى قەنت قىيامى مۇۋاپىق مىقداردا.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىدۇ، يۇرەكنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى بۇ ئەلى

تەركىبى: بوزىدان، قارىمۇچ ھەربىرى ئۈچ ھەسسە، ھىڭ، سەۋزە ئۇرۇقى، قاقىلە، زاغۇن، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، كەرەمدانە بىر ھەسسىدىن، ئىپار 1/6 ھەسسە، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: چىلغوزا يېغى بىلەن دورىلار تالقىنىنى نەمدەپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىشتە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى بىنەزد

تەركىبى: ئاقىرقەرھا، قەلەمپۇر، زەنجىۋىل ھەربىرى 23 گرام، تۇخۇم سېرىقى (پىشۇرۇلغان) 20 دانە، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 360 مىللىلىتىر.

تەسىرى: باھنى كۈچەيتىشتە زور ئۇنۇمگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، تاماقتىن ئاۋۋال توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى پۈلۈنىيا

تەركىبى: زەپەر 100 گرام، بادام مېغىزى 60 گرام، ئەپيۇن 40 گرام، سۆئىلەپ 36 گرام، قىزىل بەھمەن، جۇز بۇۋا، بەسباسە، بەدىيان ھەربىرى 30 گرام، خولىنجان، دارچىن، ئۇد بىلسان، ئاق بەھمەن ھەربىرى 20 گرام، ئىپار 15 گرام، قارىمۇچ، بەزرۇلبەنجى، پەرپىيۇن، سۇنبۇل، ئاقىرقەرھا، زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، ئەنبەر، كۈمۈش ۋاراق ھەربىرى 10 گرام، ئاق شېكەر بىر كىلوگرام، ئاق ناۋات 1.25 كىلوگرام، ھەسەل ئىككى لىتىر.

ياسىلىشى: قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ناۋات شىرىسىدە ئېرىتىلگەن ئەپيۇننى سېلىپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلدە قىيام قىلىپ مەجۇن ياسىلىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: باھنى كۈچەيتىش، مەنىي تۇتۇش، مېڭە ۋە نېرۋا خىزمىتىنى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا ئاجىزلىقى، جىنسىي ئاجىزلىق، مەنىي تۇتالماسلىق، روھسىزلىق قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5.1 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى جالالى خوتەنى

تەركىبى: كەندىر غازىكى 60 گرام، ئاقلانغان بادام مېغىزى 30 گرام، جويۇز، پوستى خەشخاش ھەربىرى 12 گرام، گۈلدارچىن 10 گرام، سۇنبۇل، لاچىندانە، ئۇد ھىندى، مەستىكى رۇمى ھەربىرى ئالتە گرام، ھەببۇلنىل ئۇچ گرام، ئىپار بىر گرام، ھەسەل 300 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: بادام، ئىپاردىن باشقىلىرىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادامنى ئايرىم سوقۇپ، ئىپارنى قەنت بىلەن سالايە قىلىپ، ھەسەلنى ئېرىتىپ، ئالدى بىلەن مې

غىزنى، ئاندىن تالقانىنى، ئاخىرىدا ئىپارنى سېلىپ تولۇق ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭە ۋە بۆرەكنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش، مەنىنى قويۇقلىتىش، ئىختىيارسىز مەنىي ئېقىشنى تىزگىنلەش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا ئاجىزلىقى، مەنىي تۇتالماسلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى رەشىد

تەركىبى: كاۋاۋچىن، كۇندۇر، فۇپەل، سۆئلەپ، قەلەمپۇر، سۇنبۇل، مەستىكى، جۇۋىنە ھەربىرى 30 گرام، ھەسەل 500 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىرلىكتە سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: چىقىرىش ئەزالىرى خىزمىتىنى ياخشىلاش، سۈيدۇك تامچىلاشنى ياخشىلاش، مەنىنى قويۇقلىتىش ۋە تۇتۇش، باھنى كۈچەيتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سۈيدۇك تامچىلاپ كېلىش، مەنىي تۇتالماسلىق، جىنسىي ئاجىزلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئېلىپ كالا سۈتى بىلەن ئىچىلىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىللە كۇندە 150 مىللىلىتىر نوقۇت شىرىسىگە 30 گرام ناۋات سېلىپ ئۆرلىتىپ ئىچسە تېخىمۇ مەنپەئەتلىك.

مەجۇنى زەرئۇنى

تەركىبى: قىزىل تۇدەرى ۋە ئاق تۇدەرى، قىزىل بەھمەن ۋە ئاق بەھمەن، بوزىدان، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، تاتلىق قۇستە، سەئدى ھىندى، سۇنبۇل ھەربىرى 120 گرام، قارىمۇچ، پىلپىل، زەنجۇبىل، نېپىز دارچىن، دارچىن، قەلەمپۇر، خولىنجان ھەربىرى 40 گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 4.100 لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: بەدەننى، ئاشقازاننى قوۋۇۋەتلەش، ئىشتىھانى ئېچىش، پەينى چىگىتىش، پالەچ، لەقۋالارغا شىپا بولۇش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 1 ~ 2 گرام، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 4 گرامغىچە، 10 ياشتىن چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 5 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

مەجۇنى سۆئلەپ

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 60 گرام، پىستە مېغىزى، بادام مېغىزى، ئاق سەندەل، نارجىل مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، ھەببىتۇلخۇزرا مېغىزى، خەشخاش ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ھېلىلە، كابىلە پوستى (قۇرۇق)، قارا ھېلىلە (قۇرۇق)، قىزىلگۈل غۇنچىسى ھەربىرى ئالتە گرام، مەرۋايىت، كۆيدۇرۇلگەن كەھرىۋا، تاغ ياۋا ئۈزۈمى، پىستە گۈلى، سىپارى گۈلى، نەشە، كەندىر ئۇرۇقى، بەسباسە، ئۇد سەلىب، خولىنجان، تاباشىر، كەت ھىندى، بەللۇت مېغىزى، سەمغى ئەرەبى، مۇغلان مېغىزى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، شاقاقۇل مىسرى، ئانارگۈلى، سىپارى يېلىمى، قۇرۇق يۇمغاقسوت، سىيەتبەھلى، سۆئلەپ مىسرى، گۈلدارچىن، شاكالسىز ئامىلە ھەربىرى ئۈچ گرام، مەستىكى، بەتەم يېلىمى ھەربىرى 1.5 گرام، ئالتۇن ۋاراق بەش دانە، كۈموش ۋاراق 20 دانە، ئەنبەر ئۈچ گرام، ئاق ناۋات 100 گرام، ئالما شەربىتى، بېھى شەربىتى، ئانار شەربىتى، ئامۇت سۇيى قىيامى ھەربىرى 120 مىللىلىتىر، مېۋىلەر شەربىتى (شەربىتى پەۋاكىھە)، قىزىلگۈل گۈلابى ھەربىرى 60 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مېغىز دورىلار ئايرىم سوقۇلىدۇ، قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ، يېلىم دورىلار ئايرىم گۈلاب بىلەن ئېرىتىلىدۇ، شەربەتلەرنى بىرلەشتۈرۈپ دورىلارنى سېلىپ، ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنىڭ ۋە بۆرەكنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش، مەنىنى قويۇقلىتىش ۋە تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئىختىيارسىز مەنىي يۇرۇپ كېتىش، مېڭە خىزمىتى ئاجىزلاش قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى ئىستېمال قىلغاندا ھۆل سوغۇق ھەمدە چۈچۈمەل نەرسىلەر-دىن پەرھېز قىلىش لازىم.

مەجۇنى قۇرسى ئەفئا

تەركىبى: سۆئلەپ، زەنجىۋىل، دارچىن ھەربىرى 18 گرام، پىستە مېغىزى، تاتلىق بادام مېغىزى، نارجىل مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، ئەنبەر، كۈمۈش ۋاراق، ئىپار ھەربىرى ئالتە گرام، كاۋاۋچىن ، قەلەمپۇر، پىلپىل، توغرالغان پىلە، ئۆشنە، ئەنجۇدان، تۆگە پىشلىقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، ھەلىيۇن ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بولۇ ئۇرۇقى، زاغۇن، بوزىدان، پارپا، چىلغوزا مېغىزى، قاقىلە، لاچىندانە، تۇرۇپ ئۇرۇقى، خولىنجان، گۈلدارچىن، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، سەۋزە ئۇرۇقى، ھەببى قەلقەل، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، ئالتۇن ۋاراق، تاغ پىيىزى، قۇرۇتۇلغان ئوغرىتىكەن، قىچا، ئاقىرقەرھا ھەربىرى ئۈچ گرام، قۇرسى ئەفئا ئومۇمىي دورىلارنىڭ 1/10ى مىقدارىدا، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىنى كۆپەيتىدۇ، ماغدۇرسىزلىقنى يوقىتىدۇ، جىنسىي ھەۋەسنى ئاشۇرىدۇ، بولۇپمۇ سوغۇق مىزاجلىقلار ۋە قېرىلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ. مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش، پەي سۇسلۇق قاتارلىقلارنى ياخشىلايدۇ، ساقلىقنى ساقلاشقا ياردەم قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 12 ~ 15 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى كەھرىۋا

تەركىبى: تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 70 گرام، نارجىل 40 گرام، گاۋزىبان گۈلى، ئاق سەندەل ھەسلى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، ئەتىر ھەبەشى ھەربىرى 18 گرام، جۇزبۇۋا 15 گرام، قىرقىلغان پىلە تالقىنى 10 گرام، ياقوت، مەرۋايىت، كەھرىۋا، كۈمۈش ۋاراق، ئەنبەر، جەدۋارچىنى، ئادەمگىياھ ھەربىرى ئالتە گرام، زەپەر بەش گرام، ئىپارئۇچ گرام، خاس ئەپيۇن ئىككى گرام، ئالتۇن ۋاراق 1.5 گرام، ئاق ناۋات 250 گرام، بىدىمىشكى گۈلابى، گاۋزىبان گۈلابى ھەربىرى 250 مىللىلىتىر، ھەسەل 200 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ئالدى بىلەن جۇيۇزنى چوققىسىدىن تۆشۈك ئېچىپ، ئەپيۇننى پارچىلاپ سېلىپ، ئاندىن تۆشۈكنى ئېتىپ، تېشىدىن خېمىر يۆگەپ كالا يېغىدا يۇغۇرۇلىدۇ، خېمىر سارغىيىپ پىشقاندا خېمىرنى سويۇۋېتىپ، جۇزبۇۋىلارنى باشقا قۇرۇق دورىلار بىلەن بىللە سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، باشقا دورىلارنىمۇ ئۆز شەرتى بىلەن سالايە قىلىپ، گۈلابلار بىلەن ناۋاتنى قىيام قىلىپ، ھەسەلنى ئېرىتىپ قوشۇپ يۇغۇرۇلىدۇ، شىشە قاچىغا ئېلىپ 40 كۈن تىندۇرۇلىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: مېڭە ۋە يۈرەك خىزمىتىنى كۈچەيتىش، كۆڭۈلنى ئېچىش، باھنى قوزغاش، مەنىنى قويۇقلىتىش، مەنىي تۈتۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: نېرۋا ئاجىزلىقى، خەپەقان، جىنسىي ئاجىزلىق، مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىسسىق مىزاجلىق كىشى كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر-قېتىمدا 1.5 گرام، سوغۇق مىزاجلىق كىشى ئۈچ گرام ئېلىپ، مادداتۈلھايات بىلەن كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى كۈندۇر II

تەركىبى: كۈندۇر، ئانار گۈلى، بەللۇت، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، سىيادان ھەر بىرى 120 گرام، زىرە، تاغ زىرىسى، جۇۋىنە ھەر بىرى 60 گرام، بەلىلە، ئامىلە، سېرىق ھېلىلە، قارا ھېلىلە ھەر بىرى 40 گرام، ھەسەل 2.820 لىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، سۈيدۈك، مەنىي تۈتۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھۆل مىزاج كىشىلەرگە، سىيگەك، مەنىي تۇتالماسلىق كېسىللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 1 ~ 2 گرام، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 2 ~ 3 گرام، 10 ~ 15 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 4 گرام، 15 ياشتىن چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 4 ~ 5 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: كاۋاپ بىلەن بىرگە بىللە يېيىش كېرەك.

مەجۇنى لوبوب

تەركىبى: نارجىل، بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، ھەببىتۇلخۇزرا مېغىزى، چىگىت مېغىزى، كۇنجۇت ھەربىرى 21 گرام، شاقاقۇل، خولىنجان، سۆئلەپ، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، ئەركەك بېلىق (سەقەنقۇر) ھەربىرى توققۇز گرام، ھەببى بىلسان، ھەببۇلبان، ئاقموچ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، سەۋزە ئۇرۇقى، پىياز ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، بېدە ئۇرۇقى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، زاغۇن، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، كۇدە ئۇرۇقى، ھەليۇن ئۇرۇقى، ھۆل ئوغرىتىكەن (قۇرۇتۇلغىنى سۇغا چىلىنىدۇ بۇ يەتتە قېتىم تەكرارلىنىدۇ)، زەنجىۋىل، بوزىدان، تاتلىق قۇستە، ھەببى زەلەم مېغىزى، دۇرنەج ئەقرەبى ھەربىرى ئالتە گرام، دارچىن، قەلەمپۇر، سۇنبۇل، ئاسارۇن، بەسباسە، كاۋاۋچىن، سەئدى كۇفى، گۇلدارچىن، پىلپىل، ئۇد ھىندى، جويۇز، نارمىشكى ئەنبەر، زەپەر ھەربىرى بەش گرام، ئىپار ئىككى گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى، يۇرەك ۋە مېڭىنى كۇچەيتىشتە كۇچلۇك تەسىر قىلىدۇ. رەڭگرويىنى چىرايلىق قىلىدۇ، ئىرقۇننىسا، نۇقرەس، مەنىي يېتىشمەسلىك، پەي سۇسلۇقى قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 6 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى لوبوبى مۆتىدىل

تەركىبى: پىندۇق مېغىزى، پىستە مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، بادام مېغىزى، كۇنجۇت مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ھەربىرى 18 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بەرگىنەي قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ھەربىرى توققۇز گرام، بوزىدان، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، خولىنجان، دارچىن ھەربىرى ئالتە گرام، قەنت 180 گرام، ھەسەل 280 مىللىلىتىر.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۆرەكنى قىزىتىپ، جىنسىي ھەۋەسنى قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم، 15 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى لۇئلۇۋى

تەركىبى: رۇم بەدىيان، ئاق بەھمەن ھەربىرى توققۇز گرام، مېھرىگىياھ، ئىزخىر، سەئدى كۈفى، يۇلغۇن مېۋىسى، قېلىن دارچىن، دارچىن، ئاسارۇن، مەستىكى ھەربىرى ئالتە گرام، كاكىنەچ، ھەشقىپىچەك يىلتىزى، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا ھەربىرى بەش گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، مارجان ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئالەتنى قاتۇرىدۇ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ ۋە تورمۇزلايدۇ، پەيلەرنى كۆچلەندۈرىدۇ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۇخلاشتىن ئاۋۋال قاينىق سۇ بىلەن ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مەسىھا

تەركىبى: قەلەمپۇر 30 گرام، ئاقمۇچ، مەستىكى، دارچىن ھەربىرى 21 گرام، ئاقىرقەرھا 18 گرام، قاقىلە 12 گرام، زەپەر، نەشە ھەربىر توققۇز گرام، ئىپار ئىككى گرام، بادام يېغى 30 مىللىلىتىر، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلار تالقىنىنى بادام يېغىدا ياغلاپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىشتىھانى ئاچىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ، باھنى قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 3 ~ 6 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مەسىھا مۇكەييب

تەركىبى: سۆئلەپ 30 گرام، گۈلدارچىن، گاۋزىبان، قىزىلگۈل ھەربىرى 15 گرام، ئۆشنە 12 گرام، خولىنجان، كاۋاۋچىن، قەلەمپۇر، سۇنبۇل، قاقىلە، نارجىل، جويۇز، پەرەنجىمىشكى، ئاپىلسىن پوستى، مەستىكى، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى، بەسباسە ھەربىرى توققۇز گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، سازەج ھىندى، سەئدى كۈفى، ئەنبەر ھەربىرى ئالتە گرام،

لەيلى، كەھرىۋا، مارجان، پىلپىل، زەنجىۋىل ھەربىرى ئۈچ گرام، ئالتۇن ۋاراق، كۈمۈش ۋاراق، ئىپار ھەربىرى ئىككى گرام، نەشە يېغى 90 مىللىلىتىر.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىش ھەم مەنىنى تورمۇزلاش تەسىرى ياخشى ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 3 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇپەھھى

تەركىبى: زەنجىۋىل، شاقاقۇل، دارچىن، زاغۇن، ئاق قىچا ھەربىرى بىر ھەسسە، چاققا-قئوت ئۇرۇقى، ئاقسرقەرھا، قارىمۇچ ھەربىرى يېرىم ھەسسە، ھىلە 1/4 ھەسسە، زەنجە-ۋىل، مۇرابىا ھەسەلى (ھەسەلدە تەييارلانغان مۇرابىا) ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە باھنى كۈچەيتىشتە ياخشى تەسىر قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستې-مال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇپەھھى ئەلا

تەركىبى: ھىلە، پارپا، كۈچۈلا ھەربىرى 30 گرام، پىلپىل، كاۋاۋچىن، زەنجىۋىل، دارچىن، ئاقسرقەرھا، قەلەمپۇر، جويۇز، خولىنجان، قارىمۇچ، شاقاقۇل ھەربىرى 15 گرام، زەپەر توققۇز گرام، ياڭاق مېغىزى 1.5 كىلوگرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 750 گرام، ئىرىك قوينىلە جىگىرى 750 گرام، تۇخۇم سېرىقى 30 دانە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىشتە كۈچلۈك تەسىر قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇپەھھى مۇكەييب

تەركىبى: بادام مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇ-

قى مېغىزى ھەربىرى 48 گرام، تاباشىر 18 گرام، جويۇز، بەسباسە، دارچىن، قىزىلگۈل، شەۋكىران يىلتىزى، قاقىلە، لاچىندانە، قاراسۇنا ئۇرۇقى، كاكىنەچ، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، سۆئلەپ، شاقاقۇل، زەپەر ھەربىرى توققۇز گرام، ھەسەل، ناۋات ھەربىرى 560 گرام، نەشە يېغى 120 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭە ۋە جىنسىي بەزلەر خىزمىتىنى كۈچەيتىدۇ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مەنىي ئازىيىش ۋە سۈيۇلۇپ كېتىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى مۇمسىك

تەركىبى: ئەپيۇن، ناۋات، جويۇز، قەلەمپۇر، ئىپار، زەپەر، قارىمۇچ، زەنجىۋىل، گۈلدارچىن تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىنى ناھايىتى ياخشى تۇتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئىبن سىنا

تەركىبى: قۇرۇق پىننە، ھەببۇلئاس، سىندۇرۇس، مۇرمەككى، كۈندۇر، بەسباسە ھەربىرى 10 گرام، توم زەنجىۋىل، چىلغوزا مېغىزى ھەربىرى ئالتە گرام، ھېلىلە كابىلە پوستىنىڭ قورۇلمىسى ئۈچ گرام، ئاق بەھمەن، قەرنەپىل ھەربىرى 1.5 گرام، سۈتكە چىلاپ قاينىتىپ چىقىرىلغان ئامىلە شىرىسى قىيامى 100 مىللىلىتىر، ناۋات 200 گرام.

ياسلىشى: قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. چىلغوزا مېغىزىنى ئايرىم سوقۇپ ئاندىن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. 200 مىللىلىتىر ناۋات ئامىلە شىرىسىدە قىيام قىلىنىدۇ ۋە بۇنىڭغا يۇقىرىقى دورا تالقىنى سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: بەدەننى قۇۋۋەتلەش، مەنىنى تىزگىنلەش، ھۆللۈك قۇرۇتۇش، ھەيزنى نورماللاشتۇرۇش تەسىرى بار.

ئىشلىتىلىشى: مەنپي بالدۇر يۇرۇپ كېتىش، خۇن تەۋرەش قاتارلىقلاردا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 1.5 ~ 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇرابباسى بەھمەن

تەركىبى: پوستى ئايرىلغان ئاق بەھمەن 560 گرام، ھەسەل 1.2 لىتىر.

ياسىلىشى: بەھمەننى سۇغا ئۇچ سوتكا چىلاپ، ھەربىر سوتكىدا بىر قېتىم يەڭگۇشلەپ، 4 ـ كۇنى سۇزۇپ ئېلىپ، ھەممىنى بىر ئازدىن تېشىپ، يەنە بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن ئېلىپ، ناھايىتى يۇمشاق مىجىپ، يېڭى سۇدا قايىنىتىپ، ئۇستىدىن ھەسەلىنى سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ. 40 كۇن تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىنى كۆپەيتىدۇ، ئىنچىكە بەل ۋە بۆرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ. باھنى كۇچەيتىدۇ، ئاشقازان ۋە مېڭىنى كۇچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم، 10 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مۇرابباسى زەدەك

تەركىبى: سۇلۇق قىزىل زەدەك (سەۋزە) ئىككى كىلوگرام، زەنجىۋىل، قاقىلە، جۇزبۇۋا، قەرنەپىل، دارچىن، خولىنجان ھەربىرى 10 گرام، زەپەر ئۇچ گرام، ئەنبەر 1.5 گرام، ھەسەل بىر كىلوگرام، سۇ 1.5 لىتىر.

ياسىلىشى: زەدەكنىڭ پوستىنى ئاقلاپ، ئوتتۇرىدىكى غولىنى ئېلىۋېتىپ چاچتەك توغرىلىدۇ ھەمدە ئۇنى 1.5 لىتىر سۇدا قىيام بولغۇچە قايىنىتىپ، ئۇستىگە ھەسەلنى قۇيۇپ، تولۇق قىيام قىلىپ، شىشە قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ ھەمدە ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۇزۇلگەن دورىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: بۆرەك خىزمىتىنى كۇچەيتىش، باھنى قۇۋۋەتلەش، مەنىنى قويۇقلىتىش ۋە نورمالالاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ئورۇقلاپ كېتىش، جىنسىي ئەزالار سوۋۇپ كېتىش، مەنىنىڭ سۇيۇلۇپ ۋە ئىختىيارسىز يۇرۇپ كېتىشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

مۇرابباسى سۆئلەپ

تەركىبى: ھۆل سۆئلەپ 600 گرام، ھەسەل 2 . 1 لىتىر.

ياسىلىشى: سۆئلەپ ھۆل بولسا سۇغا ئۇچ سوتكا، قۇرۇق بولسا 12 سوتكا چىلاپ سۇزۇپ ئېلىپ، بىرنەچچە يېرىگە يىڭنە سانجىپ شىرىسىنى ئېقىتىۋېتىپ، قازانغا سېلىپ ئۈستىدىن ھەسەلنى تۆكۈپ ئۇچ سوتكا تۇرغۇزغاندىن كېيىن سۇس ئوتتا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە قاينىپ قالماسلىق شەرتى بىلەن ئىككى سائەت قىزىتىلىدۇ. ئۇندىن كېيىن ئۇچ سوتكا توختاپ، يەنە يۇقىرىقى ئۇسۇلدا ئىككى سائەت قىزىتىلىدۇ. ئۇندىن كېيىن ئۇچ سوتكا توختاپ، يەنە يۇقىرىقى ئۇسۇلدا ئىككى سائەت ئەتراپىدا ئوتتا تۇرغۇزۇلىدۇ ۋە ھەسەل قىيام بولغاندىن كېيىن قاچىلاپ ئېلىپ، 40 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىنى كۆپەيتىپ، باھنى قوزغايدۇ. كۆڭۈلنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇرابباسى شاقاقۇل

تەركىبى: ھۆل شاقاقۇل مەلۇم مىقداردا، سۇ بىر ھەسسە، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: شاقاقۇلنى سۇغا چىلاپ، بىر سوتكا تۇرغۇزۇپ سۇيىنى تۆكۈۋېتىپ، يېڭىدىن سۇ قۇيۇپ يەنە تۆكۈۋېتىپ، جەمئىي ئۇچ سوتكا ئىچىدە ئۇچ قېتىم سۇيىنى يېڭىلەپ، تازا يۇمشىغاندىن كېيىن سىرتقى پوستىنى ئاقلىۋېتىپ، يېڭى سۇ بىلەن قايناتىپ، چالا پىشقاندا سۇزۇپ، ھەسەلنى تۆكۈپ قىيام قىلىپ، شاقاقۇلنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى قوزغاپ خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ. دوۋساقنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇرابباسى گىردىگان

تەركىبى: چالا پىشقان ھۆل كۆك ياڭاق مەلۇم مىقدارىدا، سۇ بىر ھەسسە، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: ياڭاقنىڭ سىرتقى كۆك پوستىنى قىرىپ تاشلاپ، سۇدا ئۈزۈنغىچە قايناتىپ سۇزۇپ، سۇيىگە ھەسەلنى تۆكۈپ قىيام قىلىپ، ئۈستىدىن مەزكۇر ياڭاقنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، باھنى قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى ئەپيۇن

تەركىبى: ئەپيۇن 15 گرام، زورەمبات، ھەببۇلغار، ئاقىرقەرھا، قەرنەپىل، قارىمۇچ ھەربىرى 10 گرام، زەپەر، ئاسارۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، دارچىن، رەۋەن، سۇنبۇل، مەستەكى ھەربىرى ئالتە گرام، پەرپىيۇن ئۈچ گرام، گۈلاب 60 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: يېلىم تۇرىدىكى دورىلارنى گۈلابتا ئېزىپ ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا قۇرۇق دورىلارنىڭ يۇمشاق تالقىنىنى سېلىپ يۇغۇرۇپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا كاپ ئېتىلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: مەنىي تۇتۇش، بۆرەكنى قىزىتىش، باھنى كۈچەيتىش، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: باھ ئاجىزلاشقان، مەنىي تۇتالمايدىغان كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئادەتتىكى چاغلاردا كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى دانە، زۆرۈر كۈنلىرى ئۈچ دانە ئىچىلىدۇ.

ھەببى جالىنۇس

تەركىبى: ئەركەك قۇشقاچ مېڭىسى، شاقاقۇل، پىياز ئۇرۇقى، خورما ئۇرۇقى، سۆئلەپ، زاغۇن، سەقەنقۇر تەڭ مىقداردا، ئىپار مەلۇم مىقداردا.

ياسلىشى: ھەسەل ۋە زاغۇن سۈيى بىلەن ھەب ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل جىنسىي ئاجىزلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۇچ گرامدىن يېپ، ئۇستىدىن 100 مىللىلىتىر ئۈزۈم سۈيى ئىچىلىدۇ.

ھەببى جەدۋار ئەپيۇنى

تەركىبى: ئەپيۇن 10 گرام، شاقاقۇل، دارچىن ھەربىرى يەتتە گرام، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن كۆك پارپا، ئەرەب تۆگىسىنىڭ ئوغۇز سۈتى، مەستىكى رۇمى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، تاباشىر، بەسباسە، مېھرىگىياھ ھەربىرى ئۇچ گرام، زەپەر 1.5 گرام، ئاق ناۋات 15 گرام، ئالتۇن ۋاراق 25 دانە، كۈمۈش ۋاراق 50 دانە.

ياسلىشى: قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قايناق سۇدا ئېزىپ چىقىرىلغان ئەپيۇن شىرىسىدا ناۋات بىلەن سەمغى ئەرەبنى ئېرىتىپ، ئۇستىگە قۇرۇق تالقانىنى سېلىپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ياسىلىدۇ ۋە ۋاراقلار ئۈنىڭدا يۇمشىتىلىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: روھنى كۆتۈرىدۇ. باھنى كۈچەيتىدۇ، مەنىنى تۇتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باھ ئاجىزلاشقان، مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىدىغان بىمارلارغا ھەمدە ئادەتلىنىپ قالغان نەرسىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى دانە ئىچىلىدۇ.

ھەببى خۇش كەيپ

تەركىبى: نەشە 10 گرام، بادام مېغىزى، جويۇز، خولىنجان، سۆئلەپ مىسرى ھەربىرى ئىككى گرام، بىنەپشە رەڭ پارپا، خاس ئەپيۇن، زەپەر، دارچىن، بەسباسە ھەربىرى بىر گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى ئايرىم ـ ئايرىم سالايە قىلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ھەممىنى بىرلەشتۈرۈپ، قايناق سۇدا يۇغۇرۇپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: باھنى كۈچەيتىش، مەنىنى تۇتۇش، كەيپ قىلىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: باھ ئاجىزلاشقان، مەنىي تۇتالمايدىغان كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ دانە ئېلىپ، چايلىق دورىلارنى سېلىپ قاينىق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ.

ھەببى سىماب

تەركىبى: سىماب، ئەپيۇن ھەربىرى 10 گرام، ئاقىرقەرھا ئالتە گرام، بەزرۇلبەنجى، خولىنجان، جويۇز، قەرنەپىل ھەربىرى ئۈچ گرام، گۈلاب 50 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: سىماب نېپىز رەختتىن بىر قېتىم سۈزۈپ ئۆتكۈزۈلىدۇ. ياخشى ئەپيۇندىن 10 گرامنى سىماب بىلەن بىرلىكتە ھاۋانچىغا سېلىپ، 30 مىللىلىتىر گۈلاب، 30 مىللىلىتىر ئاقىرقەرھا سۈلىرى بىلەن ئۈۋاپ سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ. مۇشۇ ئۇسۇلنى يەتتە قېتىم تەكرارلاپ، ئاندىن بىر قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ. ئاقىرقەرھا قاتارلىق بەش خىل دورىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سىماب ۋە ئەپيۇن كۈشتىسىنى يۇقىرىقى تالقان دورىلار بىلەن قوشۇپ يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: مەنىي بالدۇر يۇرۇپ كېتىشنى تىزگىنلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەنىي تۇتالماسلىقنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: زۆرۇرىيەت كۈنى كەچلىك تاماقنى ياخشى يەپ، يېتىشتىن 30 مىنۇت ئىلگىرى بىر دانە ھەب ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سىماب مۇمسىك

تەركىبى: ئەپيۇن 10 گرام، سىماب توققۇز گرام، ئاقىرقەرھا، بەزرۇلبەنجى، خولىنجان، جەۋزىھىندى، قەلەمپۇر، بەسباسە ھەربىرى ئۈچ گرام، تەنبۇل دەرىخى يوپۇرمىقىنىڭ شىرىسى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: سىمابنى قېلىن خامدىن يەتتە قېتىم ئۆتكۈزۈپ، ئەپيۇن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەنبەل شىرىسىدا مۇجۇپ، ئوبدان ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن، سايىدا قۇرۇتۇپ سوقۇپ، يەنە مەزكۇر شىرىدا يۇغۇرۇپ قايتا سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ. شۇنداق قىلىپ يەتتە قېتىم قايتىلانغاندىن كېيىن قالغان دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىپ مەنىنى تۇتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى: باھنى كۈچەيتىدۇ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاخشىمى يېرىم ئاچ ھالەتتە بىر دانە ھەبنى نان ئارىسىغا ئېلىپ يۇتىدۇ.

ھەببى شىپا Ⅳ

تەركىبى : جەۋزىماسىل 27 گرام، رەۋەن توققۇز گرام، زەنجىۋىل، جويۇز ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: ۋاك ئۇرۇقى (جەۋزىماسىل) نى سوقماي سىركىگە ئۈچ كۈن چىلىنىدۇ. تۆتىنچى كۈنىدىن باشلاپ كاسىنە ئۇرۇقى سۇيى ۋە خەشخاش سۇيىدىن ئۈچ مىللىلىتىر دىن ئېلىپ ئالتە كۈنگىچە چىلىنىدۇ. ئاندىن كېيىن قالغان دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ، مەنىنى تۇتىدۇ. تاماكا خۇمارىنى باسىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يەڭگىل مىزاجلىق كىشىلەرنىڭ نېرۋىسىنى پەسەيتىش، مەنىنىڭ سۇيۇق، بالدۇر كېتىشىنى داۋالاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، بىر دانىدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى قۇرسى ئەفئا

تەركىبى: سۆئلەپ، خولىنجان ھەربىرى توققۇز گرام، قىچا ئالتە گرام، زەنجىۋىل، قۇرسى ئەفئا، خورما ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گرام، تۆگىنىڭ ئوغۇز سۈتى ئۈچ مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، گۈلابتا ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى رىشاد مۇمسىك

تەركىبى: شەۋكىران توققۇز گرام، ئالتۇن ۋاراق 100 دانە.

ياسلىشى : شەۋكىران يىلتىزىنى سوقۇپ، ئالتۇن ۋاراقنى ئارىلاشتۇرۇپ، 500 گرام سۇدا قاينىتىپ، سۈيى تۈگىگەندىن كېيىن ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆڭۈلنى خۇشاللاندۇرىدۇ، ئۈيقۇ كەلتۈرىدۇ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ، مەنىنىڭ بالدۇر يۇرۇپ كېتىشىنى تىزگىنلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچتە قوناق چوڭلۇقىدا بىر دانە يەيدۇ.

ئەسكەرتىش: شەۋكىران يىلتىزىنىڭ ئورۇنباسارى ئۈچ ھەسسە بەزرۇلبەنجى.

ھەببى ئىمساك II

تەركىبى: رەيھان ئۇرۇقى 24 گرام، ئاقىرقەرھا ئۈچ گرام، قەنت 27 گرام.

ياسلىشى: ھەب ياساش قائىدىسى بويىچە ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: باھنى كۈچەيتىپ مەنىي تۈتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىندۇ.

ھەببى ئىمساك ئەپيۇنى

تەركىبى: ئەپيۇن 12 گرام، قەلەمپۇر، جويۇز، زەپەر، مەستىكى، بۇقا چۈيىسى، دارچىن، سۆئلەپ ھەربىرى ئۈچ گرام، ئوغرىتىكەن ئىككى گرام.

ياسلىشى: ھەسەل بىلەن ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەنىنىڭ بالدۇر يۇرۇپ كېتىشىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرامدىن ئىستېمال قىلىندۇ.

ئىترىفىل ئۇزۇم

تەركىبى: ئۇششاق قىزىل ئۇزۇم 60 گرام، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 40 گرام، سىرىق ھېـ
لىلە پوستى، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، شاكالسىزلاندۇرۇلغان ئامىلە ھەربىرى 30
گرام، بادام يېغى 15 مىللىلىتىر، ناۋات 60 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادام يېغىدا ياغلاپ، راسا
ئۇۋۇلاپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئۇزۇمنى ھاۋانچىدا يانجىپ، ئارقىدىن ناۋات بىلەن قىيام قىلـ
دۇرۇپ ۋە ئۇنىڭغا تالقان دورىلار سېلىنىپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: تاشاقنى قورۇش، مەنىنى قويۇقلىتىش، مەنىنى تىزگىنلەش قاتارلىق خۇـ
سۇسىيەتلەرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەنىي ئېقىپ تۇرۇش ۋە سۈيدۇك تۇتالماسلىقنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال
قىلدۇرۇلىدۇ.

تاشقى كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ھەرخىل تېرە كېسەللىكلىرى، چېچەك، كۆيۈك ۋە يىرىڭ ـ چاقىلارغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تىزابى نۆشۈدۇر

تەركىبى: نۆشۈدۇر، ئاھاك مۇۋاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: نۆشۈدۇر تىزابى ئېلىش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تېرە كېسەللىكلىرىگە ئۇنۇم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

زەرۇرى ئەربەئە

تەركىبى: ئەنزىرۇت، كۈندۇر، خۇنسىياۋشان، مۇرمەككى تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جاراھەتكە گۆش ئۇندۇرىدۇ، قان توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: جاراھەتكە سېپىلىدۇ.

زەرۇرى ئەنزىرۇت مۇنەششىپ

تەركىبى: ئەنزىرۇت، ئانار پوستى، موزا، زەمچە، كۆك قەغەز كۈلى، سەئدى كۈفى ھەر-بىرى 30 گرام، كۆيدۇرۇلگەن مىس 15 گرام، كۈندۇر، مۇرسا‌ق، خۇنسىياۋشان ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جاراھەتلەرنى قاتۇرۇش، ئارتۇق گۆشلەرنى يوقىتىش جەھەتتە ئۇنۇمى ياخشى ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: جاراھەت يۈزىگە سېپىلىدۇ.

زەرۇرى دانە پەرەك

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، موزا، كۆپۈكى دەريا، ئايلىشى، بىخ مارجان، كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش، بادامنىڭ تاشقى پوستى ھەربىرى 25 گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جاراھەتنىڭ ئارتۇق گۆشلىرىنى كۆيدۈرۈش ۋە سۇلىرىنى قۇرۇتۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: گال ئاغرىقى، ھەرخىل يەللىك جاراھەتلەرگە سېپىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ جاراھەتكە سېپىلىدۇ.

زەرۇرى شەئرە

تەركىبى: چاچ كۆيۈندىسى ئالتە گرام، پىياز پوستى كۈلى ئۈچ گرام، كافۇر ئىككى گرام، رەيھان ئۇرۇقى 1.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: گۆشخۇچاقا (ئاكىلە) نىڭ سۈيىنى قۇرۇتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يارىغا سېپىلىدۇ.

زەرۇرى قۇلان

تەركىبى: ئانارگۈلى توققۇز گرام، كۈندۇر ئالتە گرام، مۇرسا‌ق بەش گرام، جۇپتى

بەللۇت ئۇچ گرام، گىل ئەرمىنى، قىزىلگۈل ھەربىرى ئىككى گرام.

ياسىلىشى: دورىلار ناھايىتى يۇمشاق تالقانلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كونا جاراھەت، پوقاق، ئادەتتىكى ئۆسمە، باش تەمرەتكىسى قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: جاراھەت يۈزىگە سىپىلىدۇ.

زەرۋرى مەدەستان

تەركىبى: مەدەستان، ھاك، خېنە تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: تالقانلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل كۆيۈكلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئاۋۋال كۆيگەن جايىنى گۈل يېغىدا ياغلاپ، ئۈستىدىن يۇقىرىقى دورىلار تالقىنى سىپىلىدۇ.

زىمادى ھىككە

تەركىبى: تونۇر داشقىلى 10 ھەسسە، تۇز بىر ھەسسە، سىركە مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: سىركىدە يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل قوتۇر، قىچىشقاق، باش تەمرەتكىلىرىگە ئۇنۇمى كۆرۈنەرلىك ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن سۈركىلىدۇ.

سىركەنجۇبىل جۇدرى

تەركىبى: قىزىلگۈل يېرىم ھەسسە، سىركە 1.5 ھەسسە، گۈلاب مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: قىزىلگۈل، سىركىلەرنى گۈلابقا بىر سوتكا چىلاپ، يېرىمى قالغۇچە قايناتىپ، ئۇچ ھەسسە قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چېچەكنىڭ باشلانغۇچ دەۋرىدە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

قۇرسى سەئىپە

تەركىبى: زەرچىۋە، ئاچچىق بادام مېغىزى ھەربىرى بىر ھەسسە، مۇقەل ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: مۇقەلنى كونا سىركىگە چىلاپ ئوبدان يۇمشىتىپ، دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ تابلېت قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەپكۈن، باش تەمرەتكىسى، چالاش، سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، كاسىنە سۈيىدە ئېرىتىپ، سىرتتىن سۈركىلىدۇ.

مائۇلجەبىن

تەركىبى: زەنجىۋىل، ئەفتىمۇن ھەربىرى 60 گرام، تەمرى ھىندى 30 گرام، گاۋزىبان، قىزىلگۈل، ئۇستقۇددۇس، سانا ھەربىرى 15 گرام، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە، شاھتەررە ھەربىرى توققۇز گرام، بىستىپايەج، پەرەنجىمشكى، تۇز ھەربىرى ئالتە گرام، سۇت 1.5 لىتىر، سىركە 250 گرام.

ياسىلىشى: سۇتنى قاينىتىپ، بىر ئۆرلىگەندىن كېيىنلا سىركىنى قۇيۇپ يەنە بىر قاينىتىپ، تاختا ئەلگەك ئۇستىگە قويۇپ، سۇتنىڭ پىشلاق قىسمىنى ئايرىپ تاشلاپ، ئاستىغا ئۆتكەن سېرىق سۇيىگە ئەفتىمۇن، ئۇستقۇددۇس، گاۋزىبانلارنى (بىر كىچىك خالتىغا قاچىلاپ تاشلىنىدۇ) سېلىپ، سۇس ئوتتا قىزدۇرۇپ، دورىلار راسا يۇمشىغاندىن كېيىن ناھايىتى كۆپ مۇجۇپ، دورا تەمىنى چىقىرىپ بولغاندىن كېيىن سىقىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىشى: جۇزام، قوتۇر، تەمرەتكە، تاز، قىچىشقاق، كۆز تورلىشىشقا شىپا بولىدۇ. بەدەندىكى خىلىتلارنى نورمال ھالىتىگە كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىر ئىچىكۈزۈلىدۇ.

مەلھىمى ئەقرە

تەركىبى: مىلتىق دورىسى، ئاق موم، سېرىقماي، لويلا، ماش تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلاردىن مىلتىق دورىسى ۋە لويلا ماشىنى يۇمشاق سالايە قىلىپ، سېرىقماينى قازانغا سېلىپ، ئۇستىگە ئاق مومنى ئېزىپ سېلىپ، سۇس ئوتتا ئېرىتىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: تاز چاقىسى سەۋەبىدىن يوق بولغان چاچنى ئۈندۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: تاز چاقىسىنىڭ ئورنى ساقىيىپ، چاچ ئۈنمىگەن بىمارلار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كېسەللىك ئەھۋالىغا، جاراھەتنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكىگە قاراپ ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھىمى ئەمزار

تەركىبى: گۈڭگۈرت پوقى 600 گرام، تاشكۆمۈر 320 گرام، سۇ تەگمىگەن ئاھاك 160 گرام، كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش 120 گرام، سىماب 40 گرام، ۋازىلىن ياكى سۇ يېغى 3600 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ئاھاك، تاشكۆمۈرنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ، كۆكتاشنى كۆيدۈرۈپ تالقانلاپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، گۈڭگۈرت پوقىنىمۇ سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئازراق گۈڭگۈرت پوقى بىلەن سىمابنى ھاۋانچىدا سالايە قىلىش ئارقىلىق سىمابنى ئۆلتۈرۈپ، ھەممە دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، قول بىلەن ئۇۋۇلاپ، سىمابنى يېدۈرسەك كۆكۈچ تالقان ھاسىل بولىدۇ. سۇ يېغىنى چۈچۈتۈپ، ياغ سۈۋۈغاندىن كېيىن تالقان دورىلارنى ئاز ـ ئازدىن سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: جاراھەت سۈيىنى يوقىتىش، كۆيدۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل تەمرەتكە، قىچىشقاق، تاز، يەللىك جاراھەتلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالى، جاراھەتنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكىگە قاراپ سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھىمى سانا

تەركىبى: سانا، سىرىق ھېللىلە پوستى، ياغدا سالايە قىلىنغان مەدەستان، كۈمۈش كۆ-يۈندىسى تەڭ مىقداردا، بىنەپشە يېغى ياكى گۈل يېغى مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: مەلھەم ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تېرە كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلە-تىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن چېپىلىدۇ.

مەلھىمى مۇھەللىل

تەركىبى: پونۇس، خىيار شەنبەر ھەربىرى 15 گرام، شۇمشا، زىغىر، ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلىگۈلى ھەربىرى توققۇز گرام، گۈل يېغى ياكى زەيتۇن يېغى ۋە ياكى ئابدىمىلىك يېغى مەلۇم مىقدارda.

ياسىلىشى: شۇمشا، زىغىر، ئارپا ئۇنىنى سوقۇپ، ئاق لەيلىگۈلىنى قوشۇپ، چامغۇر سۈيىدە ياكى ئاناناس (بولۇ) سۈيىدە قاينىتىپ، ئۈستىدىن پۇنۇس، خىيار شەنبەرلەرنى سىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئاندىن سۈزۈپ يەنە قاينىتىپ، ياخشى قويۇلغاندىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ، يۇقىرىقى ياغلاردىن قايسىبىرى بولسا شۇنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلە-نىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىششىق ۋە جاراھەتلەرنى يۇمشىتىپ ئېغىز ئالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

نۇقۇئى رەجەپ

تەركىبى: تەمرى ھىندى، شېكەر ھەربىرى 30 گرام، ئەينۇلا 15 دانە.

ياسلىشى: دورىلارنى قاياق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، سەنىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل تېرە كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدىلا ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: مەزكۇر دورىنى تېخىمۇ ئۆتكۈرەك بولسۇن دېيىلسە سانا، شاھتەرىلەر-دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قوشسا بولىدۇ. لېكىن بۇ چىلانمىنى ئىچىشتىن ئاۋۋال مۇناسىۋەتلىك سۈرگە دورىلىرى بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلىپ، تەييارلىق خىزمىتى ئىش-لەنگەن بولۇشى كېرەك.

ھەببى شاھتەررە

تەركىبى: سەبرە 21 گرام، قارا ھېلىلە، سېرىق ھېلىلە پوستى ھەربىرى 15 گرام، سوقمۇنىيا سەككىز گرام.

ياسلىشى: شاھتەررە سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قوتۇر، تەمرەتكە، چالاش، قىچىشقاق، باش تەمرەتكىسى قاتار-لىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىترىفىل شاھتەررە

تەركىبى: شاھتەررە 150 گرام، سېرىق ھېلىلە، ھېلىلە پوستى ھەربىرىھەربىرى 120 گرام، بەلىلە، تازىلانغان ئامىلە ھەربىرى 60 گرام، سانا 30 گرام، قىزىلگۈل 18 گرام، ئۈرۈقسىز ئۈزۈم ئۇچ ھەسسە.

ياسلىشى: ئىترىفىل ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قىچىشقاق، تەمرەتكە، سەپرادىن بولغان قورساق ئاغرىقى، گال ئاغرىقى قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئايارەج جالىنۇس

تەركىبى: شەھمەنزەل، غارىقۇن، ئەنسىل، سوقمۇنىيا، قارا خەربەق، پەرپىيۇن، غۇپارىقۇن

ھەربىرى 48 گرام، بىستىپايەج، كامادەرىۇس، ئەفتىمۇن، سەلىخە ھەربىرى 21 گرام، مۇر-مەككى، سەكبىنەج، يۇمىلاق زىراۋەندە، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، پىلپىل، دارچىن، جاۋاشىر، قۇندۇز قەھرى، تاغ كەرەپشىسى ھەر بىرى 12 گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: ئايارەج تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل نېرۋا ۋە روھىي كېسەللىكلەر، تېرە كېسەللىكلىرى ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. جاراھەتنى تازىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

چاچ ئۇندۇرۇشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

رەۋغىنى مۇرد

تەركىبى: ھەببۇلئاس سۇيى 90 مىللىلىتىر، زەيتۇن يېغى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: سۇيى پارلىنىپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ ئېلىنىدۇ ۋە سەل سوۋۇغاندا ئۇستىگە 1.5 گرام ئەنبەر قوشۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چاچ چۈشۈشنى توختىتىدۇ، چاچ چۈشۈپ كەتكەن يەرگە چاچ ئۇندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: مۇڭاپىق مىقدارىدا باشقا سۇركىلىدۇ.

رەۋغىنى ئوسما

تەركىبى: ھەببۇلئاس ياپرىقى 45 گرام، ئوسما توققۇز گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى 1.25 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، ئۇستىدىن 360 مىللىلىتىر كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇيى پارلىنىپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ، 18 گرام ئەنبەر قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چاچ ـ ساقال چۈشۈپ كېتىش، دائىرىلىك چاچ چۈشۈش قا-

تارلىقلارغا شىپا بولىدۇ، كېسەللىك سەۋەبىدىن چۈشۈپ كېتىپ، قايتا ئۇنگەن چاچلارنى قارايتىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن ياغلىنىدۇ.

زىمادى دائۇلھەييە

تەركىبى: زەرنىخ ئىككى ھەسسە، شەترەنجى، كۈندۈش بىر ھەسسە، زەيتۇن يېغى مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، زەيتۇن يېغىدا خېمىر قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دائۇسسۇئلەپ (دائىرىلىك چاچ چۈشۈش)كە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن چېپىلىدۇ.

ھەببى دائۇسسۇئلەپ بەلغەمى

تەركىبى: تۇربۇت، سەبرە ھەربىرى 30 گرامدىن، شەھمەنزەل 10 گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەب قىلىنىدۇ. بەلغەمدىن بولغان دائۇسسۇئلەپكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى دائۇسسۇئلەپ سەپراۋى

تەركىبى: سىرىق ھېلىلە، قىزىلگۈل ھەربىرى بەش گرام، سوقمۇنىيا تۆت گرام، سەبرە ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەپرادىن بولغان دائۇسسۇئلەپكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى دائۇسسۇئىلەپ مۇرەككەپ

تەركىبى: تۇربۇت 36 گرام، سەبرە 30 گرام، ئەفتىمۇن 12 گرام، ئەنزىرۇت، بىستىپا-يەج ھەربىرى توققۇز گرام، شەھمەنزەل، سوقمونيا، تۇز، ئەفسەنتىن ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، خاس سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەم ۋە سەپرانىڭ بىرىكىشىدىن بولغان دائۇسسۇئىلەپكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم ئالتە گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

پەتەق كېسىلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

جاۋارىش كۈمۈنى (زىرە مەجۇنى) II

تەركىبى: 24 سائەت سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ، قازاندا قورۇلغان زىرە، سۇزاپ بېغىشى، قارىمۇچ، زەنجىۋىل ھەربىرى 100 گرام، تۇغرىغۇ 30 گرام، قاينىتىپ سۇزۇلگەن ھەسەل 1.2 لىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىقنى پەسەيتىش، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش، بۆرەكنى قىزىتىش، يېگىدىن يىرتىلغان سېرىقئەتنى پۈتتۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەزىم ناچارلىقى، بۆرەك سوۋۇپ كېتىش، يېگى يۇز بېرگەن پەتەق (گرىژ) كېسىلىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش كۈندۈر

تەركىبى: كۈندۈر 180 گرام، زەنجىۋىل، خولىنجان ھەربىرى 36 گرام، پىلپىل، قارا-

مۇچ ھەربىرى 30 گرام، قەلەمپۇر، لاچىندانە ھەربىرى 16 گرام، ئىپار 1.5 گرام، ئاق ناۋات 120 گرام، ساپ ھەسەل 1.2 لىتىر.

ياسلىشى: ناۋاتنى قىيام قىلىپ، ھەسەلنىڭ كۆپۈكىنى ئېلىپ، ئىپاردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يۇغۇرۇلىدۇ ۋە ئاخىرىدا ئىپار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: بەدەندىكى ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، مەنپي تۈتۈش، پەتەق بوشلۇقلىرىنى قورۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەنپي ۋە سۈيدۈك ئىختىيارسىز كېتىشكە ۋە پەتەق كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ، دەملەنگەن چاي بىلەن ئىچىلىدۇ.

جۈلاب I

تەركىبى: شەھەر كۆك زىرىسى، تاغ ياۋا زىرىسى ھەربىرى 10 گرام.

ياسلىشى: 500 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ، 30 گرام گۈلقەنت سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پەتەق، مەنپي تۈتالماسلىق، سۈيدۈك تۈتالماسلىق كېسەللىكلىرىدە جاۋارىش كۈندۈر ئىستېمال قىلغاندا ئۇستىدىن ئىچىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 11 كۈنگىچە داۋاملىق چاي ئورنىدا ئىچىلىدۇ.

جۈلاب II

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە ھەربىرى 10 گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلار دەملەپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئاچىدۇ، يەل تارقىتىدۇ، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پەتەق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 500 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى ئىستېمال قىلىۋاتقان ۋاقىتتا كەپتەر، پاختەك، قۇشقاچ گۆشـ
لىرىنى زاراڭزا بىلەن يۇمشاق پىشۇرۇپ يېيىش لازىم.

سۇفۇپى كۈندۇر II

تەركىبى: كۈندۇر ئۇچ گرام، شېكەر ئالتە گرام.

ياسىلىشى: كۈندۇرنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مەنىنى تىزگىنلەش، يېڭى يىرتىلغان سېرىقئەتنى پۈتتۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يېڭىدىن باشلانغان پەتەق (گرىژ) كېسەللىكى ۋە مەنىي تۇتالماسلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ بىر كۈنلۈك ئۆلچىمى بولۇپ، ئۆرلىتىلگەن 300 مىللىلىتىر كالا سۈتى بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى غولپىياز

517

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: 100 گرام غولپىيازنى 500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قۇم داڭقانغا سېلىپ، ئاغزىنى ھىم بېكىتىپ، قىزىق تونۇردا قاينىتىپ، 300 مىللىلىتىر قالغاندا ئېلىنىدۇ.

تەسىرى: باھنى كۈچەيتىش، پەتەق (گرىژ) كېسەللىكىدە ئۇچەينىكى چۈشۈۋېلىشىنى توسۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: پەتەق، جىنسىي ئاجىزلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 10 گرام ئېلىپ، ئالتە گرام گۈلقەنت بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مۇنزىجى بەدىيان

تەركىبى: چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، 500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سۈيدۈكنى كۆپەيتىپ ھۆللۈكنى كېمەيتىدۇ. نورمالسىز بەلغەملەرنى يوقىتىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تاشاقا سۇ چۈشۈش كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ ھەمدە بۈنىڭ بىلەن بىللە كاۋاپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

جاۋارىش بەسباسە

تەركىبى: ئاق قىچا 60 گرام، قارىغاي مېۋىسى 15 گرام، مەستىكى، خولىنجان، گۈل دارچىن، قەلەمپۇر ھەربىرى توققۇز گرام، كەرەپشە، جۇۋىنە ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يەلدىن بولغان بوۋاسىر، ئاشقازانىنىڭ سوۋۇپ كېتىشى، تاماق سىڭمەسلىك قاتارلىقلارنى داۋالايدۇ. قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

جاۋارىش مەقلىياسا

تەركىبى: مەستىكى 18 گرام، كالا يېغىدا يۇمشىتىلغان ھېلىلە كابىلە بەش گرام، قىچا، زىرە ھەربىرى ئۈچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىشى: تولغاق ۋە بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: جۇلاب بىلەن يۇغۇرۇپ، كۈندە ئالتە گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

رەۋغىنى زەپدەئـ (قۇمچاق يېغى)

تەركىبى: قۇمچاق ۋە ئۆچكە يېغى مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: قۇرۇتۇلغان قۇمچاقنى سوقۇپ، ئۆچكە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ سۇدا قاينىتىلىدۇ. ياخشى پىشقاندىن كېيىن سۈزۈتۇپ، ئۈستىگە يىغىلغان ياغنى ئېلىپ قاچىلاپ ساقلىنىدۇ ۋە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇۋاسىرغا كۆرۈنەرلىك تەسىرى بار ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارda يەرلىك ئورونغا سۈركىلىدۇ.

رەۋغىنى كۆررەس (كۆدە يېغى)

تەركىبى: مۇقەل 30 گرام، كۆدە سۈيى 280 مىللىلىتىر، كۆنجۈت يېغى 135 گرام.

ياسىلىشى: ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، سۈيى پارلىنىپ ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قايىنىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇۋاسىرغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يەرلىك ئورۇن ياغلىنىدۇ.

رەۋغىنى مۇقەل

تەركىبى: مۇقەل، ئاس ياپرىقى، سەئدى كۆفى، رەيھان، شۇمشا، قىچا، ھەببىتۇلخۇزرا، ئابدىمىلىك ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، مىئەسائىلە، ئوشەق، ئەپيۇن، بىستىپايەج، ھەببى بىلسان، بادام مېغىزى، ئاق خەربەق، زەرنەپ، سەلىخە، شەترەنجى ھىندى ھەربىرى 18 گرام، بەزرۇلبەنجى، كۆندۇر، غۇلجاڭ، كۆدە ئۇرۇقى، سىيادان، جۇۋىنە، ئاچچىق قۇستە ھەربىرى 15 گرام، ئۆشنە، سىرىقچېچەك، تاغ پىيىزى، قىزىل سەندەل ھەربىرى 12 گرام، قەلەمپۇر، جويۇز، زەنجىۋىل، خولىنجان، دارچىن، بالادۇر ھەربىرى توققۇز گرام، ھەسەل، كالا يېغى، گۈلىيەسمەن يېغى، قەتىران، ئابدىمىلىك يېغى، ئەنسىل يېغى ھەربىرى 39 مىللىلىتىر، زەيتۇن يېغى ئىككى لىتىر.

ياسلىشى: ھەممىسىنى بىرلەشتۇرۇپ، 4.5 لىتىر سۇدا يېغى قالمۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوۋاسىر ۋە سوغۇقتىن بولغان تۇرلۇك كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ. قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

زەرۇرى مۇسەئىد

تەركىبى: قىزىل زەرنىخ، سېرىق زەرنىخ ھەربىرى ئىككى ھەسسە، ھاك، زەمچە ھەربىرى بىر ھەسسە، سېرىق زاك، قىزىل زاك، ئاق زاك 1/4 ھەسسىدىن.

ياسلىشى: سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ، 24 كۈن ئارپىغا كۆمگەندىن كېيىن سوقۇپ، تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوۋاسىر ۋە كونا ـ يېڭى جاراھەتلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، يەرلىك ئورۇنغا سېپىلىدۇ.

زىمادى بوۋاسىر

تەركىبى: ئۆرۈك مېغىزى 27 گرام، شاپتۇل غازىكى، ئاق موم ھەربىرى توققۇز گرام، مەدەستان ئالتە گرام، مۇقەل ئۇچ گرام، تۆگە لوكسىنىك يېغى 27 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، ياغ بىلەن خېمىر تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جاراھەتلەرنى ياخشىلايدۇ، قىچىشىشنى باسىدۇ، ئاغرىق توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل بوۋاسىر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يەرلىك ئورۇنغا تېڭىلىدۇ.

سۇفۇپى بوۋاسىر

تەركىبى: بەلىلە 45 گرام، قارا ھېلىلە، ئامىلە ھەربىرى 30 گرام، كۈدە ئۇرۇقى، قىچا، جۇۋىنە، ئادراسمان ئۇرۇقى، شۇمشا، ئۇبھەل، ئۆرۈك مېغىزى ھەربىرى 15

گرامدىن ، مەستىكى، ئۇچ گرام، قەنت 100 گرام، كۈنجۈت يېغى، بادام يېغى ھەربىرى 10 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: بۇۋاسىرنىڭ يەللىرىنى تارقىتىپ، دانچىلىرىنى يوقىتىدۇ. ئۇچەيدىكى كۆيگەن ماددىنى سۈرۈپ تازىلايدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلار كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرامدىن، بالىلار كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرام ئىستېمال قىلىدۇ.

گۈلقەنتى بەرگى ئانار

تەركىبى: ئانار گۈلى بىر كىلوگرام، شېكەر تۆت كىلوگرام.

ياسلىشى: قىزىل، ياخشى ۋە پاكىز ئانار گۈللىرىنى يىغىپ ئېلىپ، ئۇنى ھاۋانچا ياكى ماشىنىدا ئېزىپ، شېكەرنى سېلىپ، قول ياكى ماشىنىدا تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. شېكەر ئانار گۈلىگە ئۆزلىشىپ بولغاندا ئۇنى سىرلىق كۆب ياكى شىشە قاچىغا ئېغىزىنى مەھكەم ئېتىپ، كۈچلۈك ئاپتاپتا 40 كۈن تۇرغۇزۇپ پىشۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئىچ توختىتىش، قان توختىتىش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل قان كېتىشلەرگە، بۇۋاسىرغا، بالىياتقۇ قاناشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەتبۇخى بىستىپايەج

تەركىبى : پۇنۇس 28 گرام، 20بىستىپايەج گرام، تاتلىق بادام يېغى تۆت مىللىلىتىر، سۇ 500 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، سۇغا بىر كۈن چىلاپ، سۈس ئوتتا 300 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، دورا سۈۋۈغاندىن كېيىن پاكىز خام بىلەن سىقىپ تىرپىلىرىدىن ئايرىپ، ۋارونكا بىلەن بىرنەچچە قېتىم سۈزۈپ، ئۈستىگە بادام يېغىنى قۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، تىنچلاندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، مېڭە ئاغرىقلىرى، بوۋاسىر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ مەتبۇخ ئۇچ كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

مەجۇنى مۇقەل

تەركىبى: مۇقەل 150 گرام، كابىلە ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئاقلانغان ئامىلە، ئاق قىچا، كۈدە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، رەيھان ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: مۇقەلنى كۈدە سۈيىدە ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: يەلدىن بولغان بوۋاسىر، مەقئەت ئىششىقى، مەقئەتتىن قان كېلىشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

نۇتۇلى خۇرۇجى مەقئەت

تەركىبى: ئانارگۈلى، ئانار پوستى، جۇپتى بەللۇت، ھەببۇلئاس، قىزىلگۈل، موزا تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، ئىلمان پېتى يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ ياكى بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوڭ چىقىپ قېلىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ھەببى مۇقەل I

تەركىبى: كابىلە ھېلىلە پوستى 60 گرام، مۇقەل 30 گرام، كەتىرا 15 گرام، ئەنجۇر قېقى 30 دانە.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، 30 دانە ئەنجۇرنى بىر

چىنە سۇدا قاينىتىپ، سۈيىگە مۇقەل بىلەن كەتىرانى سېلىپ، ئېزىپ، ئاندىن تالقانلارنى سېلىپ، 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئاشقازان، ئۇچەي خىزمىتىنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بۇۋاسىرغا، ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە، قېرى كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، بالىلارغا بەش دانە، چوڭلارغا 10 ~ 15 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ھەببى مۇقەل II

تەركىبى: مۇقەل 60 گرام، ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە ھەربىرى 30 گرام، مارجان، كەھرىۋا، كۆيدۇرۇلگەن سەدەپ، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۆڭگۈزى ھەربىرى 15 گرام، جۇۋىنە 10 گرام، ئاق زاك ئۇچ گرام، كۆك كۈدىنىك سوقۇپ سىقىلغان سۈيى 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇقەلنى كۈدە سۈيىدە ئېرىتىپ، ئۈنىڭغا تالقانلارنى سېلىپ خېمىر قىلىپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ. كۈدە سۈيى تېپىلمىغاندا داغمال سۈيىدە مۇقەلنى ئېرىتىپ يۇغۇرسىمۇ بولىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاغرىق پەسەيتىپ قان توختىتىدۇ. بۇۋاسىرنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇقەل III

تەركىبى: شاكىلدىن ئايرىلغان ئامىلە، سېرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، كابىلە ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، كۈدە ئۇرۇقى بەش ھەسسە، كۆك مۇقەل تۆت ھەسسە.

ياسىلىشى: مۇقەلدىن باشقىلىرى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ، مۇقەلنى

چالا سوقۇپ، كۈده سۈيىگه چىلاپ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ، قالغان دورىلار تالقىنىنى سېلىپ، 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئۇچەيلەرنى پاكىزلاش، ئاشقازان، ئۇچەيلەرنى سىلىقلاشتۇرۇش خىزمىتىنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بوۋاسىر ۋە ئىسسىقتىن بولغان قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىلارغا 3 ~ 4 دانە، چوڭلارغا 5 ~ 10 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ دورىنى ئىستېمال قىلغاندا سەۋدانى كۆپەيتىدىغان يېمەكلىكلەردىن مەسىلەن: پەتەكگان، جاكىدۇ، ماشلاردىن پەرھىز قىلىنىدۇ.

ھەببى مۇقەل IV

تەركىبى: قارا ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە پوستى ھەربىرى بىر ھەسسە، مۇقەل ھەممە دورىلار ۋەزنىدە.

ياسىلىشى: مۇقەلنى كۈده سۈيىگه چىلاپ، سىقىپ تەمىنى چىقىرىپ، قالغان دورىلار تالقىنىنى سېلىپ، 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، ئاشقازان، ئۇچەيلەرنى سىلىقلاشتۇرۇپ كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بوۋاسىر، ئاشقازان، ئۇچەي ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈنده بىر قېتىم، بالىلارغا 3 ~ 5 دانە، چوڭلارغا 5 ~ 10 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ھەببى مۇقەل V

تەركىبى: مۇقەل 60 گرام، بىخ مارجان، كەھرىۋا، كۆيدۇرۇلگەن ئىنەك مۇڭگۈزى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى 15 گرام، ئاق زەمچە ئالتە گرام، جۇۋىنە 10 گرام، ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، شاكىلىدىن ئايرىلغان ئامىلە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سىقىپ چىقىرىلغان

كۈده سۈيىده مۇقەلنىڭ تەمىنى چىقىرىپ، ئاندىن تالقانلارنى سېلىپ خېمىر قىلىپ، 0.25 گرامليق هەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىش، هەرخىل سەۋەبتىن كەلگەن قانلارنى توختىتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: داۋاملىق قان ئېقىپ تۇرىدىغان بوۋاسىر كېسەللىكىگە، باشقا ئەزالاردىن كەلگەن قاننى توختىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، بالىلارغا بەش دانە، چوڭلارغا 10 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

هەببى مۇقەل VI

تەركىبى: مۇقەل 60 گرام، هېلىلە كابىلە پوستى، كەهرىۋا هەربىرى 30 گرام، كۈده ئۇرۇقى 15 گرام، كالا يېغى 10 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: هېلىلە پوستىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كالا يېغى بىلەن قوشۇپ قازاندا قورۇلىدۇ. كۈده ئۇرۇقىنى قاينىتىپ، ئۇنىڭدا مۇقەلنى ئېرىتىپ، ئاندىن هېلىلە تالقىنى، كەهرىۋا تالقىنىنى سېلىپ يۇغۇرۇپ، 0.3 گرامليق هەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: بوۋاسىرنى ياخشىلايدۇ، قاننى توختىتىدۇ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلار كۈندە ئىككى قېتىم، هەرقېتىمدا ئالتە دانە ئېلىپ چاي بىلەن ئىستېمال قىلىدۇ.

ئىترىفىل مۇقەل

تەركىبى: مۇقەل 100 گرام، تۇربۇت 60 گرام، هېلىلە كابىلە پوستى، بەلىلە پوستى، شاكالسىز ئامىلە هەربىرى 30 گرام، سەكبىنەج 15 گرام، كۈده ئۇرۇقى، بەدىيان هەربىرى 10 گرام، مەستىكى ئالتە گرام، هەسەل بىر لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇقەلنى 15 گرام كۈده ئۇرۇقى قاينىتىمىسىدا ئېرىتىپ، هەسەلنى بۇ ئېرىتمە بىلەن قىيام قىلىپ ، سوقۇلغان دورىلارنى سېلىپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىدۇ، ئۇچەي بوۋاسىرىنى تازىلايدۇ، يەلنى يوقىتىدۇ، تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاشقازان، ئۇچەي كېسەللىكلىرى، بوۋاسىر قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 10 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەز ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

رەڭنى سىماب

تەركىبى: گۈڭگۈرت، سىرىق زەيتۇن، ئاق موم، سىماب، زىغىر ھەربىرى 30 گرام، مۇقەل 20 گرام، بىخ مارجان 15 گرام، گىل ئەرمىنى، تاباشىر، زەرچىۋە ھەربىرى 13 گرام، كالا يىلىكى، توخۇ يېغى ھەربىرى 30 مىللىلىتىر.

يасىلىشى: دورىلارنى ھاۋانچىدا 12 سائەت زاماسكىدەك بولغۇچە سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تارقىلىشچان يارا ۋە قوتۇر تەمرەتكىنى ساقايتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام ئېلىپ جاراھەت ئورنىنى ياغلايدۇ.

قىرۇتى نۇسخىسى

تەركىبى: ئاقموچ 30 گرام، بابۇنە، خەشخاش پوستى ھەربىرى 15 گرام، كۆك كاسىنە سۇيى، كۆك مارجان، شوخلا سۇيى، ئىسپىغۇل شىرىسى، زىغىر شىرىسى ھەربىرى 100 مىللىلىتىر، كالا يىلىكى، توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى، بادام يېغى، گۈل يېغى، قايماق ھەربىرى 30 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ئىسپىغۇل ۋە زىغىرنىڭ شىرىسى چىقىرىلىدۇ. ياغلارنى قازانغا قۇيۇپ ئېرىتىپ بولغاندا كۆك كاسىنە ۋە مارجان سۈيىنى قۇيۇپ، بۇنىڭغا ئىسپىغۇل بىلەن زىغىر شىرىسىنى سوقۇلغان قۇرۇق دورىلارنى قوشۇپ، ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل سوغۇق.

تەسىرى: ماددىلارنى تارقىتىپ ئىششىق ياندۇرىدۇ. ئاغرىق پەسەيتىپ، ھارارەتنى چۈشۈرىدۇ. قېتىشاڭغۇ ئىششىقلارنى يۇمشىتىپ، يارىلارنى ساقايتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل سەۋەبلەردىن بولغان ئىچكى ۋە تاشقى ئىششىقلارنى داۋالاپ ساقايتىشقا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، كۈندە ئىككى قېتىم ئاغرىغان جاي ياغلىنىدۇ.

مەلھىمى داخىلىيون I

تەركىبى: زۇپتى رۇمى، رازىيانەج، ئاق موم ھەربىرى 35 گرام، قۇننە 12 گرام، زەيتۇن يېغى 100 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: مومنى زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ماي دورا تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەز خاراكتېرلىك پوقاق، چاشقان يارىسى، جاراھەت، تەمرەتكە كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇن ياغلىنىدۇ.

مەلھىمى داخىلىيون II

تەركىبى: مەدەستان 80 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، كەنۇچە ئۇرۇقى، ھەمشىباھار، شۇمشا ئۇرۇقى، قىزىل زىغىر ھەربىرى 28 گرام، كۈنجۈت يېغى 160 گرام.

ياسلىشى: مەدەستان يۇمشاق سوقۇلىدۇ. ئۇرۇق دورىلارنى پاكىزلەپ قاچىغا سېلىپ،

ئىسسىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ شىربىسى ئېلىنىدۇ. كۈنجۈت يېغىنى قازانغا قۇيۇپ ئۈستىگە مەدەستان تالقىنىنى سېلىپ، سۇس ئوتتا بىر تەرەپتىن قوچىغاچ قىزىتىلىدۇ. (مەدەستان قازان تېگىدە ئولتۇرۇپ قالماسلىقى كېرەك). ياغ قارايغاندا قازىنى چۈشۈرۈپ، سوۋۇغاندا ئۇرۇق دورىلار شىربىسىنى قوشۇپ قازاننى ئېسىپ، يەنە بىر قاينىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئىشتىق ياندۇرۇش، جاراھەت تازىلاش، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل ئىشتىقلار، چىيقان، غەلۋىرەك، خانازىر جاراھەتلىرى ۋە ئىشتىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا ۋە جاراھەتنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكىگە قاراپ سىرتتىن چېپىلىدۇ.

مەجۇنى غۇددە I

تەركىبى: دېڭىز يۇسۇنى (خەيدەي)، ئۇزۇم ھەربىرى 30 گرام، سەبرە سوقۇتىرى ئالتە گرام، كۆپۈكى دەريا، بىخ مارجان، ئاقموچ، ئەنزىروت، قارا پارپا ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇزۇمنى ئايرىم سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئارقىدىن ھەسەلنى قوشۇپ، دورىلارنى سېلىپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: بەدەندىكى ئۆسمە بەزلەرنىڭ تەرەققىي قىلىپ چوڭىيىشىنى چەكلەش ۋە ئۇنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: پوقاق، بويۇن ۋە چات بەزلىرىنىڭ يوغىنىشىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى غۇددە II

تەركىبى: دېڭىزيۇسۇنى (خەيدەي)، كىشمىش ئۇزۇم ھەر بىرى 60گرام، بىستىپايەج،

لاچىندانە، تۇربۇت، قوينىڭ بويۇن بېزى، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، نۆشۈدۇر، پىلپىل، دارچىن، گۈلدارچىن، تەرخەمەك، يالپۇز ھەر بىرى 15 گرام، بادام يېغى 15 مىللىلىتىر، شېكەر 200 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۈزۈمنى سوقۇپ، شېكەرنى قىيام قىلىپ، قوينىڭ بويۇن بېزىنى قۇرۇتۇپ ئايرىم قاچىغا قىرىپ، ھەممىنى شېكەر قىيامى بىلەن ئۈزۈم سوقۇلمىسىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: بەزلەرنىڭ يوغىنىشىنى چەكلەيدۇ ۋە يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئىچكى ـ تاشقى ئەزالاردىكى بەزلەرنىڭ يوغىنىشىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئالتە گرام، بالىلارغا ئۈچ گرام يېگۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى ئىترىفىل غۇدۇدى

تەركىبى: قارا ھېلىلە 45 گرام، ئەفتىمۇن 30 گرام، بەلىلە، ئامىلە، تۇربۇت ھەربىرى 21 گرام، ئۇستۇقۇددۇس، قوينىڭ بويۇن بېزى (قۇرۇتۇلغان)، بىستىپايەج ھەربىرى 15 گرام، سانا 12 گرام، غارىقۇن، شەترەنجى ھىندى، نۆشۈدۇر، زورەمبات ھەربىرى توققۇز گرام، رۇم بەدىيان، گۈلدارچىن، سۇنبۇل، قەلەمپۇر، جويۇز، لاچىندانە، مەستىكى ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل 1.5 لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر 15 مىللىلىتىر بادام يېغى قوشسا تېخىمۇ ياخشى.

تەسىرى: سەۋدا ۋە بەلغەم ماددىلىرىنى سۇرۇش، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش، يەل تارقىتىش، قىزىتما ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: چاشقان يارىسى، بويۇن، چات يىرىقلىرىدىكى بەز يوغىناپ قالغانلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى خانازىر

تەركىبى: تۇربۇت 21 گرام، ئەنزىروت 12 گرام، سەبرە توققۇز گرام، غارىقۇن سەككىز

گرام، نۆشۇدۇر ئالتە گرام، شەھمەنزەل، سوقمۇنىيا ھەربىرى بەش گرام، جاۋشىر ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈدە سۇيى بىلەن ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: لىمفا سىلىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرامدىن ئىستېمال قىلىندۇ.

ھەببى خىزران

تەركىبى: تازىلانغان تۇربۇت 25 گرام، ئەنزىروت 15 گرام، ئايارەج پەيقىرا، غارىقۇن، شەھمەنزەل، جاۋشىر، نۆشۇدۇر، سوقمۇنىيا ھەربىرى 10 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈدە سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، يىرىڭلارنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل تېرە كېسەللىكلىرىگە، خانازىر(لىمفا سىلى)، ئاقما ۋە يەلدىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، بالىلارغا 3 ~ 5 دانە، چوڭلارغا 5 ~ 7 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى ۋاسلى

تەركىبى: سەبرە 48 گرام، تۇربۇت 21 گرام، شەھمەنزەل 15 گرام، سوقمۇنىيا 12 گرام، تۇز ئالتە گرام، سۇنبۇل، قېلىن دارچىن، ھەببى بىلسان، ئاسارۇن، ئۇد بىلسان، مەستىكى، دارچىن، زەپەر ھەربىرى ئۈچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: لىمفا سىلىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، توققۇز گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىترىفىل غۇددە

تەركىبى: قارا ھېلىلە 45 گرام، ئەفتىمۇن 30 گرام، بەلىلە، ئامىلە، تۇربۇت ھەربىرى

21 گرام، بىستىپايەج، ئۇستقۇددۇس، قوينىڭ گەردەن بېزى ھەربىرى 15 گرام، مەككە ساناسى 12 گرام، غارىقۇن، زورەمبات، شەترەنجى ھىندى ھەربىرى توققۇز گرام، رۇم بەدىيان، گۈلدارچىن، سۇنبۇل، قەلەمپۇر، جۇيۇز، مەستىكى ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل ئومۇمىي دورا ئېغىرلىق مىقدارىنىڭ ئۈچ ھەسسىسىگە تەڭ مىقداردا.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: لىمفا سىلىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 6 ~ 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

بەرەس ۋە بەھەققە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

شەربىتى بەرەس

تەركىبى: كىچىك قۇرۇق ئۈزۈم 150 گرام، رۇم بەدىيان، گۈلقەنت ھەربىرى 30 گرام، سىيادان 20 گرام، قىچا، زەنجىۋىل، قەردمانە، يالپۇز ھەربىرى 15 گرام، قۇرۇق سامساق، ئاقىرقەرھا، شەترەنجى، ئوردان، ئەفتىمۇن، ئەفسەنتىن، شەھمەنزەل ھەربىرى 10 گرام، بابۇنە، بىخ كەبىر ھەربىرى يەتتە گرام، ھەسەل 250 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، گۈلقەنت ۋە ھەسەلنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەرەسنىڭ ماددىسىنى پىشۇرۇش، سۈيدۈكنى ئۈلغايتىش، تەرلىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە مۇشۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش قوشۇق ئىچىلىدۇ.

شەربىتى رەيھان

تەركىبى: قۇرۇق ئۈزۈم 75 گرام، بادرەنجى بۇيا 15 گرام، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، تۇرۇنجى پوستى ھەربىرى 12 گرام، دارچىن، قەلەمپۇر، سىيادان، رەيھان ھەربىرى ئۈچ گرام، قارا شېكەر 90 گرام.

ياسلىشى: قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئۈچ لىتىر قاياناق سۇغا چىلاپ، ئۈچ كۈن ئاپتاپتا قويۇپ ئېچىتىپ، يەنە بىر لىتىر قاياناق سۇ قوشۇپ قاينىتىپ، 10 لىتىر سۈيى قالغاندا سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: ھەزمنى ياخشىلاپ، قان كۆپەيتىدۇ، نېرۋا ۋە يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ، بەلغەم ماددىسىنىڭ قانغا ئايلىنىشىنى ئىلگىرى سۈرۈپ بەدەننى سەمرىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاقكېسەلنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 4 ~ 5 قوشۇق ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مۇسھىلى بەرەس

تەركىبى: تەرەنجىبىن 150 گرام، شاھتەررە، سېرىق ئوت (ئەفتىمۇن)، شەترەنجى، چىلان، سانا ھەربىرى 30 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، ئامىلە ھەربىرى 20 گرام، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا، ئۈستەخۇددۇس، بىستىپايەج، ئۈد سەلىب، پىرسىياۋشان، بەدىيان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، مارجان شوخلا ھەربىرى 15 گرام، تۇربۇت 10 گرام.

ياسلىشى: سانا، تەرەنجىبىننى 350 مىللىلىتىر قاياناق سۇغا چىلاپ، ئۈچ سائەتتىن كېيىن سەقىپ سۈزۈلىدۇ. قالغان دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، ئىككى يېرىم لىتىر قاياناق سۇغا چىلاپ، ئىككى سائەتتىن كېيىن بىر يېرىم لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەممىسى بىرلەشتۈرۈلىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، نورمالسىز سەپرا، سەۋدا ۋە بەلغەمنى سۈرۈش، رەئىس ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش، قان تازىلاش، ئاشقازان ۋە ئۈچەيلەرنى پاكىزلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بەرەسكە سەۋەبچى بولغان نورمالسىز سۇيۇقلۇقلارنى ھەيدەپ چىقىرىش ۋە تېرىگە رەڭ پەيدا قىلىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 150 مىللىلىتىر قىزىتىپ ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مۇنزىجى بەرەس I

تەركىبى: ئەنجۇر قېقى 60 گرام، پىرسىياۋشان 15 گرام، زەنجىۋىل، قىزىلگۈل ھەر-بىرى 10 گرام، رۇم بەدىيان، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، دارچىن، سەلىخە ھەربىرى توققۇز گرام، گۈلقەنت 90 گرام.

ياسىلىشى: قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر قايناق سۇغا چىلاپ، ئىككى سائەتتىن كېيىن 100 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، گۈلقەنتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەمدىن بولغان ئاقكېسەل ۋە باشقا كېسەللىكلەردە ماددىنى پىشۇرۇش تەسىرىگە ئىگە. ئۇندىن باشقا باش ئاغرىقى ۋە ئۇستىخان ئېغرىقىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىم 3 ~ 5 قوشۇق ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مۇنزىجى بەرەس II

تەركىبى: ئۇزۇم 150 گرام، بەدىيان يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، كاسىنە يىلتىزى پوستى، ئەنجۇرقېقى (مونىكى)، رۇم بەدىيان، سىيادان، بابۇنە، پىرسىياۋشان ھەربىرى 30 گرام، ئەفتىمۇن 15 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا، ئۇستقۇددۇس، سۇنبۇل، شەترەنجى، ئوردان ھەربىرى 10 گرام، گۈلقەنت 150 گرام.

ياسىلىشى: قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر قايناق سۇغا ئىككى سائەت چىلاپ، بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، گۈلقەنت قوشۇپ ئۆرلىتىپ يەنە سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يۇقىرىقى دورىلارنىڭ كۆپىنچىسى ماددا پىشۇرغۇچى، ماددا ئالمىشىشنى ياخشىلىغۇچى ۋە بەدەننى قىزىتقۇچى بولغاچقا، بەلغەم ۋە سەۋدا ماددىسىنى پىشۇرۇپ تېرىگە رەڭ پەيدا قىلالايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: خام خىلتىلارنى پىشۇرۇپ، ياخشى قان پەيدا قىلىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش قوشۇقتىن ئىچ-كۈزۈلىدۇ.

شەربىتى مۇنزىجى بەرەس III

تەركىبى: ئۇششاق قۇرۇق ئۈزۈم 150 گرام، تەرەنجىبىن 100 گرام، بەدىيان يىلتىزى، زەنجىۋىل، ئۇستقۇددۇس، سۆئىتەر ھەربىرى 30 گرام، ئەنجۇر، كەرەپشە يىلتىزى، چۇچۇكـ بۇيا يىلتىزى (تازىلانغان) ھەربىرى 25 گرام، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىيادان، سانا ھەربىرى 15 گرام، سۇنبۇل 10 گرام.

ياسىلىشى: قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر قاينىاق سۇغا ئۇچ سائەت چىلاپ، ئاندىن بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىلىدۇ. سانا ۋە زەنجىۋىلنى بىر پىيالە سۇغا ئايرىم ـ ئايرىم چىلاپ، سىقىپ قاينىاتمىغا قوشۇپ، سۇۋۇغاندا سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەۋدا ۋە بەلغەمدىن بولغان بەرەس كېسەللىكىدە مادداىنى پـ شۇرۇشقا بېرىلىدۇ، بەدەندىكى بۇزۇق مادداىلارنى تازىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا بىر پىيالە ئىچىلىدۇ.

شەربىتى مۇنزىجى بەرەس IV

تەركىبى: قۇرۇق ئۈزۈم (قىزىل) 150 گرام، رۇم بەدىيان 90گرام، سىيادان 60 گرام، بابۇـ نە، كەرەپشە ئۇرۇقى، سانا، سۆئىتەر ھەربىرى 30 گرام، قىزىلگۈل، شەترەنجى، سۇزاپ ھەربـ ىرى 24 گرام، گۈلقەنت ھەسىلى 150 مىللىلىتىر ياكى خاس ھەسەل 20 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر قاينىاق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سۇۋۇغاندا سۈزۈپ، ھەسەلنى قوشۇپ بىر ئۆرلـ تىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بەلغەم ۋە سەۋدانى پىشۇرىدۇ (يېتىلدۇرىدۇ)، زىيادە سۇيۇقلۇقنى چىقىرىدۇ، بەدەننى قىزىتىش، قۇۋۋەتلەش تەسىرىنى بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش قوشۇقتىن ئـ چىلىدۇ.

مەتبۇخى بەرەس

تەركىبى: كاۋىلە ھېلىلە پوستى، سىرىق ھېلىلە، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم، ئەفتىمۇن ھەربـ

ری 30 گرام، ئەنجۇر 10 دانە، بىستىپايەج 15 گرام، تۇربۇت، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، ئىزخىر ھەربىرى توققۇز گرام، مەستىكى، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: سوقۇلىدىغانلىرىنى چالا سوقۇپ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ، سىقىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: نورمالسىز سەۋدا ۋە كۆيگەن باشقا خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى : بەھەق، بەرەس ۋە ھەرخىل داغ كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالدى بىلەن ئايارەج پەيقىرا، غارىقۇنلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن بەش گرام ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلاپ ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن، مەزكۇر مەتبۇختىن 60 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ئاتىرىلال I

تەركىبى: ئاتىرىلال 225 گرام، ئاقىرقەرھا، ئاق تۇربۇت، تۇم زەنجىۋىل ھەربىرى 45 گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 1.012 لىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى: تېرىگە رەڭ بېرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بەرەسكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 5 ~ 10 ياشقىتكىلەرگە 10 ~ 15 گرام، 10 ياشتىن چوڭلارغا 20 ~ 40 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئاتىرىلال ئورنىغا ھازىر كالىي زىرە ئىشلىتىلىدۇ. دەسلەپتە 15 گرامدىن بېرىپ، تەدرىجىي 60 گرامغا يەتكۈزۈلىدۇ. دورا يېگەن جەريانىدا يەل ـ يېمىش، سۈيۇق تاماق، سوغۇق سۇ قاتارلىق سوغۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەرنى بەرمەسلىك، قۇۋۇتلىك، ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرنى بېرىش، ئەڭ ياخشىسى بۇ دورىنى تومۇز كۈنلىرى ئىستېمال قىلىپ، كۈن نۇرىغا قاقلىنىپ بەرسە، تېخىمۇ ياخشى داۋالاش ئۇنۇمىگە ئېرىشكىلى بولىدۇ.

مەجۇنى ئاتىرىلال II

تەركىبى: تازىلانغان (مۇدەببەر قىلىنغان) ئاتىرىلال 100 گرام، ئاقىرقەرھا 30 گرام، تۇربۇت، زەنجىۋىل ھەربىرى 20 گرام، ھەسەل 500 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: تازىلانغان ئاتىرىلال ۋە باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەلدە يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: بەدەننى قىزىتىش، تېرىگە رەڭ بېرىش، بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مەخسۇس بەرەسنى داۋالاشتا بېرىلىدۇ. ئۇستىخان - بوغۇم ئاغرىقلىرىغىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، دەسلەپتە ھەرقېتىمدا بەش گرام بېرىپ، تەدرىجىي ھالدا 15 گرامغا كۆپەيتىلسە بولىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئاتىرىلال ئورنىغا ھازىر كالىيزىرە ئىشلىتىلىدۇ.

مەجۇنى ئاتىرىلال III

تەركىبى: تازىلانغان ئاتىرىلال، بىخ كەبىر، ئاقىرقەرھا، شەتەرەنجى ھىندى ھەربىرى 30 گرام، ھەسەل 70 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە سېلىپ قىزىق پېتى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ، قاچىغا ئېلىپ بىر ئايدىن كۆپرەك تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلىش كېرەك، بولمىسا ئۇنۇمى يۇقىرى بولمايدۇ.

تەسىرى: قان ئايلىنىشنى ياخشىلاپ، بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلارنى چىقىرىدۇ، بوغۇم ئاغرىقلىرىغىمۇ ئوبدان تەسىر قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۇ ئالاھىدە ئۇنۇملۇك دورا بولۇپ، دورىنى يەپ يەتتە كۈندىن كېيىن تېرىدە سۇ كۆتۈرۈلۈپ چىقىدۇ. مەخسۇس بەرەسكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلار كۈندە ئىككى قېتىم، دەسلەپتە ھەرقېتىمدا بەش گرام، 10 كۈندىن كېيىن 15 گرامغىچە يېسە بولىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئاتىرىلال سىركىگە ئۇچ قېتىم چىلاپ قۇرۇتۇلسا زەھەرسىزلىنىدۇ. ھازىر ئادەتتە ئۇنىڭ ئورنىغا كالىيزىرە ئىشلىتىلىدۇ. مەزكۇر دورىنى يېگەندە سوغۇق سۇ ئىچمەسلىك، سوغۇق يېمەكلىكلەر ۋە ھۆل سوغۇق تاماقلاردىن ساقلىنىش، قۇۋۇەتلىك تاماقلارنى يەپ ئاپتاپقا قاقلىنىش كېرەك.

مەجۇنى بەرەس I

تەركىبى: كابىلە ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە مۇقەششەر، ئەفتىمۇن، قەردىمانە، گۈلدارچىن، پىلپىل، ئاقىرقەرھا، شەترەنجى، قىچا، قۇرۇق سامساق، ئوردان، زەنجىۋىل، جويۇز، گۈلقەھقەھ، ئەنسىل، گۈڭگۈرت ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل 600 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەدەننى قىزىتىدۇ، نورمالسىز بەلغەمنى نورماللاشتۇرىدۇ، نورمالسىز خىلىتلارنى ھەيدەپ چىقىرىپ تېرىگە رەڭ بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى بەرەس II

تەركىبى: قىزىلگۈل 250 گرام، تاغ زىرىسى (مۇدەببەرقىلىنغىنى) 90گرام، ئاقىرقەرھا، تۇربۇت ھەر بىرى 60 گرام، زەنجىۋىل 45 گرام، ئوغرىتىكەن 18 گرام، ھەسەل ئىككى لىتىر.

ياسىلىشى: تاغ زىرىسى سىركىگە چىلاپ مۇدەببەر قىلىنىدۇ. دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاقكېسەلدە بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن بېرىلسە نورمالسىز خىلىتلارنى چىقىرىپ تېرىگە رەڭ پەيدا قىلىدۇ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچىپ تەدرىجىي ھالدا 30 گرامغا يەتكۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى بەرەس III

تەركىبى: ئاتىرىلال، ئاقىرقەرھا، تۇربۇت، سىيادان ھەربىرى 30 گرام، ھەسەل 240 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەدەننى قىزىتىپ زىيادە ھۆللۈكنى چىقىرىدۇ، تېرىگە رەڭ پەيدا قىلىدۇ، ھەزمىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە‌ردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، تاماقتىن كېيىن ئالتە گرامدىن يەيدۇ.

ئەسكەرتىش: ھازىر ئاتىرىلال ئورنىغا كالىيزىرە ئىشلىتىلىدۇ.

مەجۇنى مۇسھىلى چىلاپا

تەركىبى: چىلاپا 100 گرام، گۈلقەنت 300 گرام.

ياسىلىشى: چىلاپىنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، گۈلقەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: يەڭگىل سۇرۇش، بەرەس كېسەللىكىنىڭ زىيادە سۇيۇقلۇقىنى ئۇچەي ئارقىلىق چىقىرىش، قورساق كۆپۈش، سۇلۇق ئىششىقنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاقكېسەللىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: زۇرۇر بولغاندا ھەرقېتىمدا 15 ~ 30 گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى ئىبنى ماسۇيە

تەركىبى: ھىلىلە كابىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، سېرىق ئوت (ئەفتىمۇن)، تاغ سەۋزىسى ئۇرۇقى (دۇقۇ) ھەربىرى 20 گرام، نېپىز دارچىن، پىلپىل ھەربىرى 16 گرام، جويۇز، ئاقىرقەرھا، شەترەنجى ھىندى ھەربىرى سەككىز گرام، كۆپۈكى ئىلىنغان ھەسەل 468 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: تېرىگە رەڭ بېرىش، بەدەننى قىزىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاقكېسەلگە، مېڭىنىڭ ھۆللۈكى ئارتىپ كېتىشكە، شۆلگەي ئېقىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 1 ~ 2 گرام، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 4 گرام، چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 5 ~ 8 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: دورىنى ئۇچ كۈن يېپ بەش كۈن دەم ئېلىپ يەنە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

مۇجەررەبى بەرەس

تەركىبى: سۇپۇرگە ئۇرۇقى 45 گرام، يىلان تېرىسى، سۇزاپ ياپرىقى ھەربىرى 30 گرام.

ياسلىشى: مەزكۇر دورىلارنى سوقۇپ، تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاقكېسەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مەزكۇر تالقاندىن 10 گرام ئېلىپ، مەلۇم مىقداردىكى ئۇزۇم شەربىتىگە ئارىلاشتۇرۇپ كۈندە بىر قېتىم ئىستېمال قىلىنىدۇ ۋە ئاپتاپتا چىلىق-چىلىق تەرلىگەنگە قەدەر ئولتۇرىدۇ ھەمدە بەش كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

ھەببى بەرەس

تەركىبى: گۈلقەھقەھ، سەرسەبىل، ۋاڭ ئۇرۇقى، زەنجىۋىل ھەربىرى 100 گرام، شېكەر 100 گرام.

ياسلىشى: ھەببى سىيادان بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تېرىنى قىزىتىپ بۇزۇق ماددىلارنى ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى بەھەق

تەركىبى: تۇربۇت 10 گرام، غاربقۇن، ئەفتىمۇن ھەربىرى 12 گرام، سوقمۇنيا توقۇزگرام، قارا ھېلىلە، شەترەنجى ھىندى، ئەفسەنتىن ئۇساربسى ھەربىرى ئالتە گرام، مۇقەل، رۇم بەدىيان ھەربىرى ئۇچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەھەققە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سۇ بىلەن ھەب قىلىپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى پەرپىيۇن

تەركىبى: سەبرە 24 گرام، پەرپىيۇن، غاربقۇن، مۇقەل، سەكبىنەج، شەھمەنزەل ھەربىرى 12 گرام.

ياسىلىشى: مۇقەل، سەكبىنەجلەرنى كۈدە سۈيىدە ئېرىتىپ، ئۈستىگە باشقا دورىلار تالقىنىنى سېلىپ ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: رەئىشە، پالەچ، ئاقكېسەللەرنى داۋالاش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 3 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى سىيادان

تەركىبى: ئاترىلال 260 گرام، سىيادان، ئاقمرقەرھا، تۇربۇت ھەربىرى 240 گرام، شېكەر بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تالقان قىلىپ (شېكەرمۇ بىرگە سوقۇلىدۇ) ئازراق ھەسەل ياكى شېكەر سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، قوناقتەك چوڭلۇقتا ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: بەدەندىكى زىيادە سۇيۇقلۇقنى چىقىرىش، بەدەننى قىزىتىش، بەلغەمنى پىشۇرۇش، تېرىگە رەڭ بېرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بەرەس كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بىر گرام ئىچكۇزۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئاتىرىلال ئورنىغا ھازىر كالېيزىرە ئىشلىتىلىدۇ.

ھەببى مۇخرىج II

تەركىبى: ھەببۇلمۇلۇك مېغىزى 60 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى 30 گرام، ئاق تۇربۇت 18 گرام، تاتلىق بادام مېغىزى 12 گرام، سەبرە، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 10 گرام، لىمون جەۋھىرى، قىزىلگۇل ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۇزۇپ تالقان قىلىندۇ. ھەببۇلمۇلۇك مېغىزىنى پاكىزلاپ، خېمىرنىڭ ئىچىگە ئېلىپ پىشۇرۇپ، سۇتكە چىلاپ قۇرۇتۇپ، زەھەرسىزلەندۇرۇپ سوقۇلىدۇ، بەدىيان ئەرقى بىلەن خېمىر قىلىپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: نورمالسىز بەلغەم ماددىسىنى بەدەندىن چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بەرەس كېسەللىكىنىڭ زىيادە سۇيۇقلۇقنى چىقىرىش، بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۇندە بىر قېتىم بىر گرامدىن، بالىلارغا بولسا يېرىم گرام يېگۈزۈلىدۇ.

ھەببى مۇسھىلى پەرپىيۇن

تەركىبى: سەبرە 20 گرام، پەرپىيۇن، غارىقۇن، مۇقەل، سەكبىنەج، شەھمەنزەل ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: سەكبىنەج ۋە مۇقەلنى كۇدە سۇيىدە ئېزىپ، قالغان دورىلارنى قوشۇپ، كۇدە سۇيىدە يۇغۇرۇپ ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى: بەدەندىكى ھۆللۇكنى چىقىرىش، بەدەننى تازىلاش، بەلغەمدىن بولغان كېسەللەرگە مەنپەئەت قىلىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بەرەسنىڭ ماددىسىنى چىقىرىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا يېرىم گرام ئىچىدۇ.

ئىترىفىل بەرەس

تەركىبى: دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى) 60 گرام، ھېلىلە كابىلە، سانا ھەربىرى 30 گرام، ئەفسەنتىن 15 گرام، مەستىكى توققۇز گرام، ئېگىر ئالتە گرام، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 90 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەھەق، بەرەس كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر كۈندە 6 ~ 15 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئىترىفىل ھامان

تەركىبى: تۇربۇت 45 گرام، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ئامىلە، سېرىق ئوت (ئەفتىمۇن)، بەرەڭگى كابىلە، سېرىق ھېلىلە پوستى، كابىلە ھېلىلە پوستى ھەربىرى 30 گرام، ئۇستەقۇددۇس، بىستىپايەج ھەربىرى 20 گرام، غارىقۇن 15 گرام، قارىمۇچ، پىلپىل، نارمىشكى، ھاشا ھەربىرى 12 گرام، كۈندۇر، سەئدى كۈفى، قۇستە، زەنجىۋىل، زۇپا ھەربىرى 10 گرام، شەترەنجى، سازەج ھىندى، مەستىكى، رۇم بەدىيان، قەلەمپۇر ھەربىرى ئالتە گرام، ھەسەل بىر لىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە قۇيۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بەلغەمدىن بولغان كېسەللەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. بولۇپمۇ بەرەسنى داۋالاشتا تەسىرى ياخشى. چاچنىڭ قارىلىقىنى ساقلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مەخسۇس بەرەسنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 10 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئاياره‌ج لوغانزىيا

تەركىبى: شەھەنزەل 15 گرام، ئەنسىل (تاغ پىيىزى)، غارىقۇن، سوقمۇنىيا، قارا خەربەق، ئۇشەق، ئۇستقۇرىيۇن ھەربىرى 11 گرام، ئەفتىمۇن (سېرىق يۆگەي) ، كاما زەيۇس، مۇقەل، سەبرى ھەربىرى توققۇزگرام، ھاشا، ھوپارىقۇن، سازەج ھىندى، تاغ كۈدىسى (فەراسيۇن)، جۆئدە (چاڭگاك)، سەلىخە، پىلپىل، ئاقمۇچ، قارىمۇچ، جاۋشىر، زەپەر، دارچىن، بىستىپايەج، قۇندۇز قەھرى، مۇرمەككى، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى، ئۇزۇنچاق زىرا ۋەندە، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، پەرپىيۇن، سۇنبۇل، ھۇماما، زەنجىۋىل ھەربىرى ئالتە گرام، جىنتىيانا، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى بەش گرام، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەدەننى تازىلايدۇ، بەھەق، بەرەس، جۇزام، تەمرەتكە، تاز كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

ئەسكەرتىش: يۇرەك قالايمىقان سوقىدىغان بىمارلار ئاز ئىستېمال قىلىشى ياكى ئىستېمال قىلماسلىقى لازىم.

بەرەسكە سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تىزابى فارۇق

تەركىبى: شور، زاك ھەربىرى 300 گرام.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: تىزاب تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تىزاب قىلىنىدۇ ۋە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەرەس، بەھەق ۋە كەلەبكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

تىزابى گۈڭگۇرت

تەركىبى: تازىلانغان گۈڭگۇرت سىرىقى بەش كىلوگرام.

ياسلىشى: تىزاب چىقىرىش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەرەس، بەھەق، تەمرەتكە، تاز، جۇزام قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۈركىلىدۇ. ئالدى بىلەن بەدەن تەنقىيە قىلىنسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى.

زىمادى بەرەس I

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن مىس، سىرىق زەرنىخ، زىراۋەندە ھەربىرى بەش گرام، شەترەنجى، تازىلانغان ھاك، گۈلقەنت ھەربىرى ئۈچ گرام، ئوردان ئىككى گرام، قىچا يېغى 50 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قىزىتىلغان قىچا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، سۈيۇق زىماد قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تېرىگە سۇ كۆتۈرگۈزۈپ بۇزۇق ماددىلارنى چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بەرەسكە بىرىنچى باسقۇچلۇق دورىلارنى ئىچكۈزۈپ بولـ
غاندىن كېيىن، ئىككىنچى باسقۇچتا يۇقىرىقى مەقسەتلەر ئۈچۈن بۇ دورىنى كۈندە بىر
قېتىم ئاپتاپتا چىپىشقا بۇيرۇلىدۇ.

زىمادى بەرەس II

تەركىبى: سامساق 15 گرام، گۈلقەھقەھ، جىنكېۋىزى ھەر بىرى 10گرام، نۆشۈدۈر
بەش گرام ، ئەنجۈر يوپۇرمىقى سۇيى 10 مىللىلىتىر، ئاچچىق سىركە 50 مىللىلىتىر.
ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئەنجۈر يوپۇرمىقى
سۇيى ۋە ئاچچىق سىركىگە تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تېرىنى قىزارتىپ سۇ كۆتۈرگۈزىدۇ، تېرىگە رەڭ بېرىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.
ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئاپتاپتا يەرلىك ئورۇنغا چىپىلىدۇ.

زىمادى بەرەس III

تەركىبى: قىچا، خېنە ھەربىرى 15 گرام، شەترەنجى ھىندى، قارا خەربەق، سىيادان،
رۇسۇت، جويۇز، پىلپىلىنىڭ ئىچىدىن چىقىدىغان تاش، قىزىل زەرنىخ، ئاقاقىيا ھەربىرى
10 گرام، ئاچچىق كونا سىركە 100 مىللىلىتىر.
ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييار-
لىنىدۇ.
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تېرىنى قىزارتىپ سۇ كۆتۈرگۈزۈش، تېرىنى ئەسلىگە كەلتۈ-
رۈش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.
ئىشلىتىش ئۇسۇلى: داۋالاشنىڭ ئاخىرقى باسقۇچىدا كۈندە بىر قېتىم تېرىگە تەڭگە
چوڭلۇقىدا چىپىلىدۇ.

زىمادى سۈرمە

تەركىبى: شەترەنجى ھىندى، سۈرمە، موزا، كۆيدۈرۈلگەن بېلىق سۆڭىكىنىڭ كۈلى،
قىزىل راك ھەربىرى 15 گرام، سىركە 50 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ سۈيۈق خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تېرىگە سۇ كۆتۈرگۈزۈپ تېرە رەڭگىنى ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ ۋە ئاقكېسەلنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم ئاق جايغا ئاپتاپقا ياكى ئوتقا قاقلاپ تۇرۇپ سۈركىلىدۇ.

مەلھىمى بەرەس

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن مىس ، سېرىق زەرنىخ، شەترەنجى ھىندى، ئاھاك، زىراۋەندىلەر تەڭ مىقدارda.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، بوۋاق سۈيدۈكى ياكى كونا سىركىگە چىلاپ، 20 كۈن ئەتراپىدا تومۇز ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ، كۈندە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەرەسكە خال چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يەرلىك ئورۇننى بوۋاقلار سۈيدۈكى ياكى كونا سىركىدە يۇيۇپ، ئاندىن سىرتىدىن مەزكۇر دورا سۈركىلىدۇ.

مەلھىمى بەيزە

تەركىبى: تۇخۇم سېرىقى يەتتە دانە، كۈنجۈت، سىيادان، قىزىل قىچا، قەلەمپۇر ھەربىرى 30 گرام، قوي يېغى 500 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تۇخۇم يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: خال چۈشۈرىدۇ ۋە ئاقكېسەلنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم ئاق جايغا ئاپتاپتا چېپىلىدۇ.

مەلھىمى پەرپىيۇن

تەركىبى: نۆشادۇر، ھەببى دەن (ھىندى ئابدىمىلىكى) مېغىزى 35 گرام، پەرپىيۇن، ئاقىرقەرھا ھەربىرى 10 گرام، كۈچۈلا يېغى 500 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆچۈلا يېغىدىن ئازراق ئېلىپ ھاۋانچىغا قويۇپ، ئاندىن سوقۇلغان دەن مېغىزىنى سېلىپ، ئوبدان ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە تالقانىنى سېلىپ، ئاخىرىدا قالغان كۆچۈلا يېغىنى قۇيۇپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: تېرىلەرنى قۇرۇتۇش ۋە قىزىتىش، ئاغرىق قالدۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاقكېسەل ۋە پالەچ، لەقۋا كېسەللىكلىرىدە سىرتتىن چېپىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ سىرتقا چېپىلىدۇ.

مەلھىمى پوستى گىردىگان

تەركىبى: ياڭاق قاسىرىقىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلى، خېنە، ھۆل ئوسما ھەربىرى 30 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تېرىگە سۈ كۆتۈرگۈزۈپ خال پەيدا قىلىدۇ ۋە ئاقكېسەلنى داۋالاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئاپتاپتا ئاق بار جايغا چېپىلىدۇ.

مەلھىمى شورە

تەركىبى: سىركە لېيى 70 گرام، شورا، گىل ئەرمىنى، ئوردان، زەمچە ھەربىرى 15 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، مەيزاپ لېيى ياكى سىركە لېيىغا ئارىلاشتۇرۇپ ۋە ياكى ئىسپىرت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: تېرىدىن سۇ ئاققۇزۇپ، خال چۈشۈشنى تېزلەشتۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاقكېسەلگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئاپتاپتا ئاق جايغا چېپىلىدۇ.

مەلھەمى ئۇقاب

تەركىبى: نۆشۈدۇر 100 گرام، ھەسەل 300 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: نۆشۈدۇرنى سوقۇپ، قېيىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلنى قازانغا سېلىپ ئېرىتىپ، سوقۇلغان دورا قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: تېرىنى قىزىتىش، سۇلارنى يېغىپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بەرەستە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ. باشقا تېرە كېسەللىكلىرىگىمۇ مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: تېرە كېسەللىكلىرىنىڭ چوڭ _ كىچىكلىكىگە قاراپ بەلگىلىنىدۇ.

ئوكۇلى كالىيزىرە

تەركىبى: كالىيزىرە بىر كىلوگرام، ناترىي خلورات سەككىز گرام، تۇزۇن 10 ~ 80 مىللىلىتىر، ئاكۇا ئۇچ لىتىر.

ياسىلىشى: ئوكۇل ياساشتىكى قائىدە، تەلەپ ۋە ئۆلچەملەرگە ئاساسەن تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاقكېسەلگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۆلچەم بويىچە مۇسكۇلغا ئوكۇل قىلىنىدۇ. كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 4 مىللىلىترغىچە ئىشلىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئوكۇل قىممىتى : pH 8 ~ 9 ئەتراپىدا، پىششىقلىنىش مىقدارى بىر لىتىر بولىدۇ.

ئاياللار كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تىلايى ھامىلە

تەركىبى: ھەببى بىلسان، جاۋاشىر، مۇقەل، قامغاق تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تۇغماس ئاياللارنىڭ تۇغۇشىغا ياردەم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: پەرجىگە سۈركەپ جىما قىلىنىدۇ.

تىلايى ھىككە

تەركىبى: سۇزاپ، نېلۇپەر، قاراسۇنا، كاسىنە سۇيى مۇۋاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، كاسىنە سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاياللاردىكى جىنسىي يول قىچىشىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

داۋايى ئەقرە

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تۇغۇت چەكلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

تەركىبى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: جىمادىن بۇرۇن ئايال كىشى جىنسىي يولىغا پىننىنى پەرزىجە قىلىدۇ. (خالتىچاق ئارقىلىق تېقىپ قويۇلىدۇ). جىمادىن كېيىن قارىمۇچ تالقىنى پەرزىجە قىلىنىدۇ. تۇنجى بالىنىڭ نېپاس قېنىنى ئومۇمىي بەدەنگە سۈركىسىمۇ بولىدۇ.

رەۋغىنى زەپەر

تەركىبى: زەپەر 45 گرام، مۇرسا‌ف 30 گرام، قەردىمانە 18 گرام، قەسبۇزەرىرە 15

گرام، كۈنجۈت يېغى بىر لىتىر.

ياسلىشى: دورىلار تالقىنىنى كۈنجۈت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ يەتتە كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. (كۈندە بىر قېتىم قوچۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ) . ئۇندىن كېيىن 500 مىللىلىتىر سۇ ئارىلاشتۇرۇپ، يېغى قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قېتىپ قالغان ئەزالارنى بوشىتىدۇ. ھەرخىل بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ. تارتىشىپ قالغان پەيلەرنى بوشىتىدۇ. ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ. جاراھەتلەرنى تازىلايدۇ. بالىياتقۇ چىقىپ قېلىشنى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بالىياتقۇ جاراھەتلىرى ۋە خۇن چىگلىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئىچى ۋە سىرتىدىن مۇۋاپىق مىقدارda ئىشلىتىلىدۇ.

شەربىتى بۈزۈرى II

تەركىبى: كەرەپشە ئۇرۇقى، ئۆشنە ھەربىرى 15 گرام، رۇم بەدىيان، پىرسىياۋشان، قوغۇن ئۇرۇقى، پىننە، يالپۇز، بەدىيان ھەربىرى 10 گرام، گۈلقەنت 60 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر سۇدا قاينىتىپ، 500 مىللىلىتىر سۇيىنى ئېلىپ، گۈلقەنتنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەيز ۋە سۈيدۇكنى ماڭدۇرىدۇ. توسالغۇلارنى ئېچىپ ئۆپكىنى تازىلايدۇ. نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ، جىگەر ۋە ئاشقازاننى ياخشىلايدۇ. كۆزگە قۇۋۋەت بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

شەربىتى سۈزاپ

تەركىبى: ھۆل سۈزاپنىڭ سىقىلغان سۈيى 150 مىللىلىتىر، بادام يېغى 12 مىللىلىتىر، ئىنەكپېتى يېغى 10 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ياغلارنى سۈزاپ سۈيى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ئادەت ماڭدۇرىدۇ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: خۇن چىگلىپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىككىگە بۆلۈپلا بىر كۈندە ئىچىپ تۈگىتىدۇ.

شەربىتى ھەببۇلئاس

تەركىبى: ھەببۇلئاس 200 گرام، شېكەر ئىككى كىلوگرام.

ياسىلىشى: ھەببۇلئاسنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، تەمى چىققاندىن كېيىن قاينىتىپ، ھەببۇلئاسنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە شېكەرنى سېلىپ، پۈتۈن دورا مىقدارى ئۈچ لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ياخشى قىيام قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل ئەزالاردىن قان كەتكەن ۋاقىتلاردا قانىنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىلارغا 3 ~ 4 مىللىلىتىر، چوڭلارغا 10 ~ 20 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

فەرزىجەئى ئەقرە

تەركىبى: موزا، ھەببۇلئاس تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: تالقانلاپ ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تۇغۇت چەكلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

فەرزىجەئى رەھمى

تەركىبى: ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، يالپۇز، كۆپۈكى دەريا، سۈزاپ ھەربىرى توققۇز گرام، ھەسەل مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بادى رەھمىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

فەرزىجەئى مەشمە

تەركىبى: قارىغاي مېۋىسى، زىراۋەندە مۇدەھرەج، لوبىيا، قىچا ھەربىرى 1.0 ھەسسە.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى: تالقانلاپ فەرزىجە ياساپ، جىنسىي يولغا سېلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بالا ھەمراھىنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

فەرزىجەئى مۇدىر

تەركىبى: ئۆشنە، ئاقىرقەرھا، جاۋشىر، سۇزاپ ھەربىرى ئۈچ گىرام، پەرپىيۇن ئىككى گىرام، مىئەسائىلە مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى مىئەسائىلە سۇيىدە يۇغۇرۇپ، جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەيز ماڭدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

فەرزىجەئى مۇمسىك

تەركىبى: ئانارگۈلى توققۇزگىرام، سەمغى ئەرەبى، كافۇر ھەربىرى ئۈچ گىرام، ھۆل يۇمۇغاقسۇت سۇيى 21 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، يۇمغاقسۇت سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەيز توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: پاكىز لاتىنى دورىغا مىلاپ، جىنسىي يولىغا تىقىپ قويۇلىدۇ.

فەرزىجەئى مۇھەللىل

تەركىبى: ئاق لەيلىگۈل، زىغىر ھەربىرى 39 گىرام، مۇم، مۇقەل ھەربىرى توققۇز گىرام، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى توققۇز مىللىلىتىر، ھەسەل ياكى خىيار شەنبەر سۇيى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: فەرزىجە تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلاپ، جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بالىياتقۇ ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

فەرزىجەئى مۇھىبل

تەركىبى: قۇندۇز قەھرى، مىئەسائىلە، جاۋاشىر، مۇرمەككى، قۇستە ھەربىرى بىر ھەسسە، ئىپار، ئەنبەر ھەربىرى يېرىم ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھاراق بىلەن يۇغۇرۇپ فەرزىجە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھامىلدار بولۇشقا ياردەم قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: جىنسىي يولىغا كىرگۈزۈلىدۇ.

قۇرسى خىرپە

تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئەنجىبار يىلتىزى، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 12 گرام، موزا ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ، خاس سۇدا قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تۇغۇتتىن كېيىنكى قان كېلىشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا بەش گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى سۇمۇغ

تەركىبى: مۇرمەككى، جاۋاشىر، سەكبىنەج، بارىزەد ھەربىرى ئۇچ گرام، ھاك ئىككى گرام.

ياسىلىشى: تالقانلاپ، خاس سۇدا قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تۇغۇت چەكلەيدۇ، ھامىلدار ۋاقتىدا يېيىلسە تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سۇزاپ سۈيى ياكى شۇمشا سۈيى بىلەن بىر قېتىمدىلا يەپ تۈگىتىلىدۇ، ئىچىشى ئۈچۈن نوقۇت سۈيى بېرىلىدۇ.

قۇرسى مور

تەركىبى: تىرمىس (بىرخىل پۇرچاق) 15 گرام، مۇرمەككى توققۇزگرام، ھىلە، سەكـ بىنەج، جاۋاشىر، سۇزاپ ياپرىقى (قۇرۇتۇلغىنى)، پىننە، يۇمغاقسۇت، قەردمانە، ئوردان ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: ئۇچ گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ. تۇغماسلىققا ياردەم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقـ سەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: قارىغاي مېۋىسى قاينىتىلمىسى بىلەن بىر داندىن ئىسـ تېمال قىلىنىدۇ.

قۇرسى مۇرمەككى

تەركىبى: قىزىل لوبىيا 15 گرام، مۇرمەككى، ئۇبھەل ھەربىرى 10 گرام، سۇزاپ، پىننە، قەردمانە، مىشكى تارامىشكى، ئوردان، ھىلە، جاۋشىر، سەكبىنەج ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان ئۇبھەل سۈيىدە خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش، ھەيز ماۋـ دۇرۇش تەسىرىگە ئىگە. بالىياتقۇ ئاغرىقلىرىغىمۇ ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بالىياتقۇ ئاغرىقى، ھەيز توختاپ قېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گرام ئىچىلىدۇ.

مائۇلئۇسۇل مۇرەككەپ

تەركىبى: تەرەنجىبىن 250 گرام، سانا 30 گرام، قارا ھىلىلە، سىرىق ھىلىلە، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، كەپە يىلتىزى، كاسىنە يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزى، چۈ-

چۆكبۇيا يىلتىزى، رەۋەن، جىنتىيانا، زەنجۋىل، پىلپىل، بوزۇغا، كاۋاۋىچىن ھەربىرى 15 گرام، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، جۇۋىنە، زىرە، قارىمۇچ، دارچىن، قىلىن دارچىن، قەلەمپۇر، گۈلدارچىن، تاشاك ھەربىرى توققۇز گرام، سۆرۈنجان، بوزىدان، ماھىزەھرەج، قەنتەرىيۇن، ئىزخىر، سۇنبۇل، ئادراسمان، ئاق قىچا، تۇربۇت، غارىقۇن، شەھمەنزەل، قىزىلگۈل، گاۋزىبان، باد-رەنجى بۇيا ھەربىرى سەككىز گرام، قەنت 500 گرام.

ياسىلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئايالالار كېسەللىكلىرى ۋە ھەرخىل سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ. بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەيز ئاغرىتىپ كېلىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ دورا 25 ~ 40 كۈنلۈك بولۇپ، ھەرقېتىم بىرئاز قاينىق سۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى شۇمشا

تەركىبى: شۇمشا 21 گرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بەرگىنەي قوغۇن ئۇرۇقى ھەربىرى 12 گرام، بەدىيان، رۇم بەدىيان، جۇۋىنە، سىرىقچىچەك ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، 1.5 لىتىر سۇغا ئىككى سائەت چىلاپ قاينىتىپ، يېرىم قالغاندا سۈزۈپ، قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىپ ئادەت ماڭدۇرۇش، يەل تارقىتىش، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: توسالغۇلارنى ئېچىش، ھەيز ماڭدۇرۇش، سۈيدۈك ھەيدەش، ئىششىق ياندۇرۇش، يەل تارقىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى ھەيز

تەركىبى: تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان ھەربىرى ئالتە گرام، بادام يېغى ياكى ئىنەكپېتى يېغى 20 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر سۇغا چىلاپ ئىككى سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ، 700 مىللىلىتىر سۇيى قالغاندا ياغنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەيز ماڭدۇرىدۇ، بالىياتقۇ ئاغرىقىنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 150 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى پەيقرائى ھامىلە

تەركىبى: ئايارەج پەيقرا 36 گرام، ھېلىلە كابىلە، بەلىلە، ئامىلە، نېپىت تۇزى تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سېغىز توپا ۋە باشقا ناچار نەرسىلەرگە سېزىك بولۇشنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 6 ~ 9 گرام يېگۈزۈلىدۇ.

مەجۇنى پىننە

تەركىبى: پىننە، سۇزاپ يوپۇرمىقى، قارىمۇچ، جۇۋىنە، قەردەمانە، ھىڭ، زەنجىۋىل، دارچىن، پىلپىل ھەربىرى 15 گرام، ھەسەل 500 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: ئادەت ماڭدۇرىدۇ، توسالغۇلارنى ئېچىپ، جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتى ناچارلاشقان ھەمدە ھەيز توختاپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالتە گرام ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى خۇن

تەركىبى: قۇندۇز قەھرى، ئۇبھەل، سەلىخە، سىيادان، بەرەڭگى كابىلە ھەر بىرى ئالتە گرام، ھەسەل 100 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىندۇ.

تەسىرى: ئادەت ماڭدۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ۋاقتىسىز ئادەت توختاشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ . بەدىيان ئەرقى بىلەن ئىچسە تېخىمۇ ياخشى.

مەجۇنى موھىل

تەركىبى: ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، قاقىلە، چىلغوزا مېغىزى، دارچىن ھەربىرى ئالتە گرام، جەۋزىتىب، زەپەر ھەر بىرى بەش گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، مارجان، قارامۇچ، زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، جويۇز، سەكبىنەج، سازەج ھىندى، قەلەمپۇر ياپرىقى ھەربىرى ئۈچ گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەجۇن قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاياللارنىڭ ھامىلدار بولۇشىغا ياردەم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئاخشىمى ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

نۇتۇلى ھابىس

تەركىبى: قىزىلگۈل، ئاس ياپرىقى ھەربىرى 30 گرام، زەمچە، چالا سوقۇلغان موزا، ئانارگۈلى ھەربىرى 15 گرام، جەۋزۇسسەرۋى، يۇلغۇن مېۋىسى ھەربىرى توققۇز گرام، ئاقاقىيا ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چىلاپ ياكى قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەيز قالايمىقانلىشىش ۋە ھەيز توختىماسلىققا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

نۇتۇلى ھاپىزى جېنىين

تەركىبى: قىزىلگۈل 21 گرام، ئانارگۈلى، يۇلغۇن مېۋىسى ھەربىرى 15 گرام، ئاس ياپرىقى 12 گرام، زەمچە، ئانار پوستى ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: مەزكۇر دورىلارنى چىلاپ ياكى قاينىتىپ ئېلىنغان سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ياكى جىنسىي ئەزاغا قۇيۇپ يۇيۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بالا چۈشۈپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

نۇقۇئى بۇزۇرى

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى (چالا سوقۇلغان) 21 گرام، سۈنبۈل، ئەفسەنتىن ھەربىرى 12 گرام، رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان ھەربىرى توققۇز گرام، مىشكى تارامىشكى ھەربىرى ئالتە گرام، ئادراسمان، قارىغاي مېۋىسى ھەربىرى بەش گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر قاچىغا ئېلىپ، ئۈستىدىن بىر لىتىر سۇ قۇيۇپ ئاپتاپتا ئۇچ سوتكا تۇرغۇزۇلىدۇ. (كېچىسى ئىسسىق ئۆيگە قويۇلىدۇ) ئۈندىن كېيىن سىقىپ سۈزۈلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەيز ماڭدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەتىگەندە ئۇچ مىللىلىتىر بادام يېغى بىلەن 90 مىللىلىتىر ئىچكۈزۈلىدۇ.

ھەببى ئەقرە

تەركىبى: رۇم بەدىيان، ئارپىبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، تاغ پىنىنسى، يالپۇز ھەربىرى 3 گرام، سۈنبۈل، دارچىن، سەلىخە، ھەببى بىلسان، ئۇد بىلسان، جويۇز، قارىغاي مېۋىسى، قۇستە ھەربىرى ئىككى گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاياللارنىڭ ھامىلدار بولۇشىنى توسىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەرقېتىم جىمادىن بۇرۇن ئايال كىشى ئۇچ گرام ئىستىمال قىلىدۇ.

ھەببى ئىخراجى مەشىمە

تەركىبى: مۇرمەككى، جاۋاشىر، سەكبىنەج ھەربىرى 10 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قاينىق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: بالىياتقۇنى تازىلاش، سۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: تولغاق تۇتۇپ، ھامىلە چۈشمىگەندە ياكى بالا تۇغۇلۇپ ھەمراھى چۈشمىگەندە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 20 ~ 30 دانە يېگۈزۈلىدۇ.

ھۆقنەئى ھەيز I

تەركىبى: جۈۋىنە، بەدىيان، سىسالىيۇس، بابۇنە، شۇمشا ھەربىرى توققۇز گرام، ئوشەق، مۇقەل، سەكبىنەج، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى ئالتە گرام، قۇندۇز قەھرى، جاۋاشىر، سۇنبۇل ھەربىرى ئۈچ گرام، سىرىقماي، كۈنجۈت يېغى، ھەسەل ھەربىرى 30 مىللىلىتىر، يېڭى سۈت 150 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىرىيىرىم لىتىر سۇدا بىر لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ پاكىزلەپ، ئاندىن ياغ، ھەسەل، قۇندۇز قەھرى (سوقۇلغىنى) قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەيز ماڭدۇرىدۇ، بالىياتقۇنىڭ سوغۇقى ئېشىپ كېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىياتقۇغا مەخسۇس ئەسۋاب بىلەن كۈندە بىر قېتىم 500 مىللىلىتىر كىرگۈزۈلىدۇ.

ھۆقنەئى ھەيز II

تەركىبى: تۇربۇت، زىغىر ھەربىرى 30 گرام، كۈنجۈت يېغى 15 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، 800 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ، 500 مىللىلىتىر سۈيىنى ئېلىپ ياغ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەيز ماڭدۇرىدۇ، بالىياتقۇنىڭ ئاغرىقىنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: بالىياتقۇغا كىلىزما قىلىنىدۇ.

ھۈمۈلى ھەيز

تەركىبى: ئۇزۇم، بېھى ئۇرۇقى ھەربىرى 60 گرام، سۇزاپ 30 گرام ، ئۇبھەل 24

گرام، مۇرمەككى، تاغ يالپۇزى ھەربىرى 12 گرام، كالا سۈتى 120 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۈت بىلەن خېمىر قېلىندۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، ئادەت ماڭدۇرۇش، بەلغەم بوشىتىپ ئۆپكىنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىپ، جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش، ھەيز ماڭدۇرۇش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: قىزىق ھالەتتە داكىغا ئوراپ، بالىياتقۇغا سىرتىدىن تېڭىلىدۇ.

بالىياتقۇ جاراھىتى ۋە بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

رەۋغىنى موم

تەركىبى: ئاق موم 20 گرام، بابۇنە، ئەپيۇن ھەربىرى ئىككى گرام، ئۆردەك يېغى 20 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ئاق موم ۋە ئۆردەك يېغىنى ئېرىتىپ، بابۇنە ۋە ئەپيۇننى سېلىپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىنسىي يول ۋە بالىياتقۇ ئىششىقلىرىغا، جاراھىتىگە پايدا قىلىدۇ. ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: داكىغا مىلاپ جىنسىي يول ۋە بالىياتقۇغا تېقىپ قويۇلىدۇ، كۈندە 1 ~ 2 قېتىم يەڭگۈشلىنىدۇ.

سۇفۇپى بۇزۇرى III

تەركىبى: قوغۇن ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، كەتىرا، رۇببەسۇس، گىل ئەرمىنى، تاباشىر، خۇنسىياۋشان ھەربىرى ئۈچ گرام، خەشخاش شەربىتى 100 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: بالىياتقۇ بوينىنىڭ جاراھىتىگە مەنپەئەت قىلىدۇ. بەلغەم بوشتىپ ئۆپكىنى تازىلايدۇ. يۆتەل باسىدۇ، قاناشنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئۈچ گرام ئېلىپ، 10 مىللىلىتىر خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى كەتان

تەركىبى: زاغۇن 270 گرام، زىغىر، ئىسپىغۇل ھەربىرى توققۇز گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، ھەببۇلئاس ھەربىرى سەككىز گرام، سەمغى ئەرەبى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: ئىسپىغۇل ۋە زاغۇندىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ، سۇغا چىلاپ لوئابىنى ئېلىپ، قۇرۇتقاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوۋاسىر، ئىچىدىن قان ـ يىرىڭ ئۆتۈش، قورساق تولغاپ ئاغرىشلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ.

سۈفۈپى ماسىكەم

تەركىبى: ئازراق قۇرۇتۇلغان كۈنجۈت، جويۇز، تۇخۇم سېرىقى ھەربىرى ئالتە گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەن رېتسېپ بولۇپ، بوۋاسىر قېنىنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئالتە گرام ئېلىپ، ئالما شەربىتى ياكى رەۋەن شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

شەربىتى چىلان مۇرەككەپ

تەركىبى: تەرەنجىبىن 60 گرام، خىيار شەنبەر 30 گرام، چىلان 20 دانە، ئەينۈلا 15 دانە، شاھتەررە، ئاتىرىلال، سانا، ئۇزۇم، قوغۇن ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گرام، نىلۇپەر، ئاق لەيلى، مارجان شوخلا، ئوسما يوپۇرمىقى ھەربىرى 10 گرام، سەندەل، قەسبۇزەررە، قەزىلگۈل ھەربىرى ئالتە گرام، بادام يېغى 15 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: تەرەنجىبىن، سانا، خىيار شەنبەرلەرنى 500 مىللىلىتىر قايناق سۇغا يېرىم سوتكا چىلاپ، سىقىپ سۈيى ئېلىنىدۇ. دورىلارنىڭ قالتىقلىرىنى چالا سوقۇپ، قالغانلىرىنى شۇ پېتى بىر يېرىم لىتىر سۇغا ئىككى سائەت چىلاپ قاينىتىپ، 700 مىللىلىتىر سۈيى ئېلىنىدۇ. ئاندىن ھەممىسىنى بىرلەشتۇرۇپ داكىدا قايتا بىر سۈزۈپ، بادام يېغى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بالىياتقۇ ئىشىش، قىچىشىش، ئاغرىش ۋە جاراھەت چىقىپ قېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 60 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

قۇرسى ئەنجىبار

تەركىبى: قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى، كەھرىۋا، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گرام، ئەنجىبار، ئانارگۈلى، نىشاستە، گىل ئەرمىنى، بىخ مارجان، تاباشىر، رۇببىسۇس ھەربىرى ئالتە گرام، ھەببۇلئاس ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئامۇت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق سوغۇق.

تەسىرى: ئاق خۇننى تىزگىنلەش، قاناشنى توختىتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەيز توختىماسلىق، قانلىق تولغاق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا ئىككى گرام ئىچكۈزۈلىدۇ.

قۇرسى بۇسۇد

تەركىبى: كۈندۇر، ئاقاقىيا، ئانارگۈلى ھەربىرى 12 گرام، بىخ مارجان، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى ئۈچ گرام، دارچىن ئىككى گرام.

ياسىلىشى: تۇخۇم ئېقى بىلەن ئۈچ گرامدىن قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچىدىن قان ئۆتۈش، ھەيز توختىماسلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، بىر داندىن يېيىلىدۇ.

نۇتۇلى رەھىم

تەركىبى: رەيھان، شىيە، نەمام، ئاناناس (بولۇ) ئۇرۇقى، قەيسۇم، شۇمشا، زىغىر، بابۇ

نە، ئىكىلىملىك، ئاناناس (بولۇ) تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ھەممىسىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى، شۇنداقلا بالىياتقۇ قېتىشلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئىلمان ھالدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ.

ھۆقنەئى ئەنزىرۇت

تەركىبى: ئەنزىرۇت، كۈندۇر، پىرسىياۋشان، مۇرمەككى، زەمچە، ئانار پوستى، جويۇز ھەربىرى 16 گرام، پاقىيوپۇرمىقىنىك سۇيى، ئانار سۇيى، گۈل يېغى ھەربىرى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يۇقىرىقى سۇ ۋە ياغقا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىنسىي يول ۋە بالىياتقۇنىك ئىششىقىنى ياندۇرۇش، جاراھەتنى ساقايتىش، يىرىڭنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئەسۋاب بىلەن جىنسىي يول، بالىياتقۇ بوينىغا ھۆقنە قىلىپ يۇيۇلىدۇ.

ھۆقنەئى رەھىم

تەركىبى: ئاچچىقئۆرۈك مېغىزى 50 گرام، گۈل يېغى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مېغىزنى سوقۇپ, قاينىق سۇدا شىرىسىنى چىقىرىپ، گۈل يېغى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: جىنسىي يول ۋە بالىياتقۇ بوينىنىك جاراھىتىگە، بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: مەخسۇس ئۇسۇل بىلەن جىنسىي ئەزاغا ھۆقنە قىلىنىدۇ.

ھۆقنەئى شىبىت

تەركىبى: سىرىقچىچەك ئۇرۇقى 15 گرام، كۈنجۈت يېغى، ھەسەل ھەربىرى 15 مىل-

لىلىتىر، كۈده سۈيى، سۈت ھەربىرى 30 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، بىر لىتىر سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ سۈيىنى ئېلىپ، ھەسەل، كۈنجۈت يېغى ۋە سۈت قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: بالىياتقۇ ۋە جىنسىي يولدىكى جاراھەتلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتتە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىر قېتىمدىلا ئىلمان ھالدا جىنسىي يولغا ھۆقنە قىلىنىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تىلايى ھەدەف

تەركىبى: قەلەي ئالتە ھەسسە، سۇرمە ئۇچ ھەسسە، خورمىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن ئۇرۇقى، سۇنبۇل، چاشقان مايىقى (كۆيدۈرۈلگەن) ، پىلپىل بىر ھەسسىدىن، زەپەر يېرىم ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كىرپىك تۆكۈلۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سۇركىلىدۇ.

زەرۇرى ئەبىيەز

تەركىبى: ئادراسمان گۈلى 180 گرام، سەمغى ئەرەبى 120 گرام، نىشاستە 90 گرام، كەتىرا 60 گرام، كۈموش كۆيۈندىسى، تۇچ كۆيۈندىسى، قەلەي ئۇپىسى ھەر بىرى ئالتە گرام، ئەپيۇن 30 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئارپىبەدىيان سۇيىگە چىلاپ، ئاندىن قۇرۇتۇپ تالقان ياسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆز ياشاڭغىراشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۇرى ئەسفەر

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ئەنزىروت 15 گرام، شىيافى مامىسا (تۆگە تاپان ياپرىقى) ئالتە گرام، ئەپيۇن ئۇچ گرام، سەئدى كۈفى، زەپەر، رۇسۇت، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ھەر بىرى ئىككى گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆزدىن يىرىك، زەردار ئېقىشنى توختىتىدۇ، ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: مۇۋاپىق ھالدا تىلغا سېپىلىدۇ.

زەرۋرى ئەنزىرۇت

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ئەنزىرۇت بىر ھەسسە، نىشاستە 1/4 ھەسسە.

ياسىلىشى: ئەنزىرۇتنى سۈرۈپ، ئېشەك سۈتى ياكى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىگە ئارىلاشتۇرۇپ، يۇلغۇن ياغىچىغا چاپلاپ ئىلمان تونۇردا بىر كۈن قويۇلىدۇ (كۆيۈپ كەتمەسلىكى لازىم).

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆز ياشاڭغىراشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئەنزىرۇتنى ياغاچتىن ئاجرىتىپ، ئۇپىدەك سالايە قىلىپ كۆزگە ئىشلىتىلىدۇ.

زەرۋرى چەشخام

تەركىبى: چەشخام (چاكسۇ)، ئەنزىرۇت (زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن)، مامىرانچىن ھەربىرى بىر ھەسسە، ناۋات ئىككى ھەسسە.

ياسىلىشى: چەشخامنى پوستىدىن ئاجرىتىپ ، ئېشەك تېزىكى ياكى باشقا تېزەكلەر بىلەن گىل ھېكمەت ئۇسۇلىدا پىشۇرۇلىدۇ ۋە ئۇندىن كېيىن ئۇپىدەك سوقۇلغان ناۋات، مامىرانچىننى سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: رەمەد (كۆز بىرىكتۇرگۈچى پەردە ياللۇغى) ۋە كىرپىك ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى: كۆز ئاغرىۋاتقان مەزگىلدە كۆزگە چېپىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئەگەر ئەنزىرۇت مۇددەبىر بولمىسا، مامىرانچىن ئىشلەتسە بولىدۇ.

زەرۋرى سەبرە

تەركىبى: يۇيۇلغان تۇتىيا 30 گرام، سىرىق ھېلىلە پوستى، سەبرە، زەرچۇبە، پىلپىل ھەربىرى 15 گرامدىن، قارىمۇچ ئالتە گرام.

ياسلىشى: يۇقىرقى دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: كۆز قىچىشىش، ياشاڭغىراش قاتارلىقلارنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ياشانغان كىشىلەردىكى كۆز قىچىشىش ۋە ياشاڭغىراش كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۇرى كافۇر

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەربىرى ئالتە گرام، نىشاستە ئۈچ گرام، كافۇر بىر گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆزنىڭ قىزىقلىقىنى پەسەيتىدۇ. رەمەدكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۇرى قەلەي

تەركىبى: يۇيۇلغان تۇتىيا، قەلەي ئۈپىسى ھەربىرى 10 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: كۆزنىڭ ياشاڭغىرىشى ۋە قىزىشىنى يوقىتىش، ئاغرىق توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كونا كۆز ئاغرىقى، كۆز قىزىرىپ ئاغرىش، كۆز ياشاڭغىراش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۇرى مامىرانچىن

تەركىبى: ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى، ئەنزىروت ھەربىرى 30 گرام، مامىرانچىن، خۇنسەياۋشان ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىندۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بالىلاردىكى كۆز ئاغرىقىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆز جاراھەتلىرىگە سېپىلىدۇ.

زەرۋرى مەغسۇل

تەركىبى: قارلىغاچ مايىقى، ئاقىرقەرھا، ئەنزىرۇت، زەنگار، مېتال كۆيۈندىسى.

ياسلىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ كۆزگە چېپىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆزگە چۈشكەن يەڭگىل دەرىجىدىكى ئاقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سېپىلىدۇ.

زەرۋرى مەلكايا

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ئەنزىرۇت، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، ناۋات باراۋەر مىقداردا.

ياسلىشى: دورىلارنى ئۈپىدەك سوقۇپ، شايىدىن ئۆتكۈزۈلىدۇ.

تەسىرى: رەمەدكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: رەمەدنىڭ دەسلىپىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆز ئەتراپىغا سۈركىلىدۇ.

زىمادى ئەنزىرۇت

تەركىبى: ئاق سەندەل ئۇچ گرام، ئەنزىرۇت ئىككى گرام، تۇخۇم ئېقى مەلۇم مىقدار.

ياسلىشى: ئاق سەندەلنى سۈرۈپ، ئۇستىدىن ئەنزىرۇتنى ئارىلاشتۇرۇپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆز ياشاڭغىراشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئىككى قاش ئارىسىغا چېپىلىدۇ.

زىمادى ئەين

تەركىبى: سەندەل، گىل ئەرمىنى، رۇسۇت، مارجان شوخلا باراۋەر مىقداردا.

ياسىلىشى: سەندەلنى سالايە قىلىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: كۆز قىزىرىشنى ياندۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆز قىزىرىپ ئاغرىغاندا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆك يۇمغاقسۇت سۇيىنى كۆزنىڭ چۆرىسىگە سۈركەپ ئاندىن مەزكۇر زىماد تېڭىلىدۇ.

شىيافى ئەبيەز

تەركىبى: ئاق قەلەي، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا ھەربىرى 11 گرام، نىشاستە تۆت گرام.

ياسىلىشى: دورىلار ئىسپىغۇلنىڭ شىرىسى ياكى تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆز ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئانا سۈتى ياكى ئۆچكىنىڭ سۈتى بىلەن ئېرىتىپ كۆزگە سۈركىلىدۇ.

شىيافى ئەسۋەد

تەركىبى: زەمچە 20 گرام، رۇسۇت 10 گرام، ئەپيۇن ئىككى گرام، قەشقەر ئۇپىسى، كۆك تۇتىيا، ئاقىرقەرھا پوستى ھەربىرى 0.75 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى ئۇپىدەك يۇمشىتىپ، سۇدا سالايە قىلىپ شىياف قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ئاغرىش، ئېچىشىش، قىچىشىش، قىزىرىش، ياشاڭغىراش قاتارلىقلارنى يوقىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سۈتتە ئېزىپ كۆزگە چېپىلىدۇ.

شىيافى سۈماق

تەركىبى: ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان سۈماق 10 ھەسسە، قەشقەر ئۈپىسى بىر ھەسسە، كەتىرا يېرىم ھەسسە، كافۇر 1/4 ھەسسە.

ياسىلىشى: سۈماقنى سۈدا پىشۇرۇپ، سۈزۈپ، قىيامغا كەلتۈرۈپ، ئارقىدىن باشقا دورىلارنى قوشۇپ شىياف قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ياللۇغ قايتۇرۇش، كۆز ئاغرىقلىرىنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كۆزنىڭ ياللۇغلىنىشى، قىچىشىشى، ياش ئېقىشى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئايال كىشىنىڭ سۈتى ياكى ئۆچكە سۈتىدە ئېرىتىپ كۆزگە سۈركىلىدۇ.

شىيافى كافۇر

تەركىبى: كەتىرا، سەمغى ئەرەبى ھەربىرى 14 گرام، قوغۇشۇن 10.5 گرام، كافۇر بىر گرام.

ياسىلىشى: ئۈپىدەك سوقۇپ، سۇ بىلەن شىياف قىلىنىدۇ.

تەسىرى: كۆز ئاغرىقى ۋە كۆز قىزىرىشقا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: شىيافى نارەنجىغا ئوخشاش.

شىيافى نارەنجى

تەركىبى: نارەنجى سۇيى بىلەن پەرۋىش قىلىنغان تۇتىيا 35 گرام، ئەپيۇن 10 گرام، ئاق قەلەي، سېرىق ھېلىلە ئۆكچىسى ھەربىرى يەتتە گرام، كەتىرا، نىشاستە، ئەنزىرۇت، قىزىلگۈل، سېرىق سەبرە، رۇسۇت ھەربىرى 3.5 گرام.

ياسىلىشى: شىياق تەييارلاش قائىدىسى بىلەن تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: كۆزگە سۇ چۈشۈش، قىزىرىش، قىچىشىش، ياش ئېقىش قاتارلىق يالۇغ ئالامەتلىرىنى يوقىتىدۇ، كۆزنى ئاسرايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئانا سۈتى ياكى ئۆچكە سۈتىدە ئېرىتىپ كۆزگە چېپىلىدۇ.

قەتۈرى ئەينەك

تەركىبى: چاكسۇ، بېھى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى ھەربىرى 10 دانە (بۇلار چالا سوقۇلىدۇ) ، نىشاستە ئىككى گرام، رۇسۇت 0.2 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، سۈيىگە تۇخۇم ئېقى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆز يالۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە تېمىتىلىدۇ.

كوھلى ئەزىزى

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن سۈرمە 15 گرام، كۈمۈش كۆيۈندىسى، ئالتۇن كۆيۈندىسى، شادىنەج، ماش، تۇتىيا، كۆيدۈرۈلگەن مىس ھەربىرى ئالتە گرام، سىرىق ھېلىلە پوستى، سازەج ھىندى، قارىمۇچ، پىلپىل، نۆشۈدۇر، سەبرە، رۇسۇت، زەپەر، دېڭىز قىسقۇچپاقىسى ھەربىرى ئۈچ گرام، زەنجىۋىل، ئىپار ھەربىرى ئىككى گرام، قەلەمپۇر 1.5 گرام، كافۇر بىر گرام.

ياسىلىشى: كوھلى تەييارلاش ئۇسۇلىدا سۈركىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ. كۆز قاراڭغۇلىشىش، كۆز ياشاڭغىراش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ. ئاقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سۈركىلىدۇ.

كوھلى ئەھۋەل

تەركىبى: سۈزۈك رەڭلىك سىندۇرۇس مەلۇم مىقداردا، ئىپار، ئەنبەر ئاز مىقداردا.

ياسىلىشى: سىندۇرۇسنى سالايە قىلىپ پىلىكچە خالتىغا قاچىلاپ, بىر قاچىغا سېلىپ، ئۈستىگە مەلۇم مىقداردا گۈل يېغى ۋە سۈت قويۇلىدۇ. خالتا ئۈچىغا ئوت

يېقىپ، نېپىز مىس لېگەن ئوت يېقىلغان پىلىك خالتا ئۈستىگە ئېسىپ قويۇلىدۇ. پىلىكچە كۆيۈپ ئۈنۈك ئىسى بىلەن لېگەننىڭ تېگى ئىسلاشقاندىن كېيىن، ئىسنى توخۇ قانىتى بىلەن يىغىۋېلىپ، ئاز مىقداردا ئىپار، ئەنبەرلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈرمە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىشى: كۆزدىكى ئالمغايلىقنى تۈزىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سۈركىلىدۇ.

كوھلى بەياز

تەركىبى: مامىرانچىن، ئېگىر ھەربىرى 10 گرام، كۆپۈكى دەريا، توغرىغۇ، كېلەر مايى، ئاق شېكەر تەڭ مىقداردا، سۇ 280 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: مامىرانچىن ۋە ئېگىرلەرنى سۇدا 1/4 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، يۇقىرى دورىلارنى ئېرىتىپ، ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتۇپ، يىپەك رەختىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆزگە چۈشكەن ئاقنى ئېلىدۇ. بىر ئاي ئىشلىتىلسە ياخشى ئۇنۇم كۆرسىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سۈركىلىدۇ.

كوھلى جاۋاھىر

تەركىبى: تېشىلمىگەن مەرۋايىت 21 گرام، سۈرمە تېشى 18 گرام، تۇتىيا 12 گرام، مارجان، مەرقەشىشا (ئالتۇن، كۈمۈشنىڭ كۆيۈندىسى) ھەربىرى ئالتە گرام، سازەج ھىندى ئۇچ گرام، ئىپار 1.5 گرام.

ياسىلىشى: مەزكۇر دورىلارنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ ۋە بەزىسىنى سالايە قىلىپ يىپەك رەختىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: پەلكۈچنى دورىغا مىلەپ كۆزگە سۈركىلىدۇ.

كوهلى دەمئە

تەركىبى: سىرىق ھېلىلە بىر دانە، زەپەر ئاز مىقدارىدا.

ياسلىشى: ھېلىلىنى خېمىرغا ئوراپ خىش ئۇستىگە قويۇپ، قىزىتىلغان تونۇرغا سېلىنىدۇ. پىشىپ قىزارغاندىن كېيىن ئېلىپ، ھېلىلىنى ئايرىۋېلىپ، زەپەر بىلەن ناھايىتى يۇمشاق سالايە قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆز ياشاشقىراشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە تارتىلىدۇ.

كوهلى رۇشنائى

تەركىبى: سۇرمە تېشى 360 گرام، مەرۋايىت 24 گرام، مارجان 15 گرام، سەڭگى سەبرە 12 گرام، مامىرانچىن ئالتە گرام، ئالتۇن ۋاراق تۆت گرام.

ياسلىشى: ئالتۇن ۋاراقتىن باشقا دورىلارنى ھېلىلە سۇيىدە ناھايىتى يۇمشاق سۇرۇپ، ئېرىتىپ تۆت كۇن تۇرغۇزغاندىن كېيىن يەنە گۇلابقا قوشۇپ تۆت كۇن تۇرغۇزۇلىدۇ. توقۇزىنچى كۇنى ئالتۇن ۋاراقنى ئارىلاشتۇرۇپ، گۇلابقا يەنە سۇرۇپ تەييارلاپ تۆمۇر ياكى چىنە قاچىدا ساقلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆزنىڭ كۆرۇش كۇچىنى ئاشۇرىدۇ. ھەرخىل كۆز ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: پەلكۇچنى دورىغا مىلەپ كۆزگە سۇركىلىدۇ.

كوهلى غىشاۋە

تەركىبى: پىلپىل، قارىمۇچ، قەنبىل تەڭ مىقدارىدا.

ياسلىشى: يۇمشاق سوقۇپ، يىپەك رەختتىن ئۆتكۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆز خىرەلىشىشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سۇركىلىدۇ.

كوهلى مۇقەۋۇى

تەركىبى: يۇيۇپ تازىلانغان 60 مىللىلىتىر ھۆل رەيھان سۇيىنىڭ قۇرۇتۇلمىسى مەلۇم مىقداردا، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، مامىرانچىن ھەربىرى ئالتە گرام، نۆشۇدۇر ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: تۇتىيا ۋە رەيھان سۇيى قۇرۇتۇلمىسىنى سۇرۇپ، قالغانلىرىنى سوقۇپ يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ، بەدىيان سۇيىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ، تۇتىيانى ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن كۆزگە سۇركۈلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. كۆزدىن ياش ئېقىشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سۇركىلىدۇ.

كوهلى مۇنبىت

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن خورما ئۇرۇقى 15 گرام، كۈندۈر كۈلى 12 گرام، سۇنبۇل توقـ ـۇزگرام، لاجۋەرد، ھەببى بىلسان ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: كوهلى تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كىرپىك ئۈندۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سۇرمە پەلكۈچى بىلەن كىرپىك ساھەسىگە تارتىلىدۇ.

كوهلى مەلكايا

تەركىبى: ئېشەك سۈتىدە مۈدەببەر قىلىنغان ئەنزۈرۈت، نىشاستە، ئاق شېكەر ھەربىـ ـرى 15 گرام، ئۇزۇم ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى: كوهلى تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل كۆز ياشاڭغىراشلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىنى پەلكۈچكە مىلەپ ئىشلىتىلىدۇ.

كوهلى ۋەرد

تەركىبى: تازىلانغان قەلەي 24 گرام، ئالتۇن كۆيۈندىسى، سەمغى ئەرەبى، يۇيۇلغان شاـ دىنەج ياكى كۆيدۇرۇپ يۇيۇلغان ماگنىت تېشى ھەربىرى 12 گرام، بەسباسە، كۆيدۇرۇلـ گەن مىس، زەپەر ھەربىرى ئۇچ گرام، ئەپيۇن ئۇچ گرام، كافۇر بىر گرام.

ياسلىشى: كوھلى تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: كۆز جاراھەتلىرىگە شىپا بولىدۇ، كۆز قاراڭغۇلىشىش، قىچىشىشلارنى يوقـ تىدۇ، ئالىغايلىققا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۆزگە سۈركىلىدۇ.

كوھلى ئىكسىرىن

تەركىبى: سۈرمە، سىيادان باراۋەر مىقداردا.

ياسلىشى: دورىلارنى ئۇپىدەك يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆز مۇڭگۈز پەردىسى جاراھەتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىنى لاتىغا قويۇپ كۆزگە تۇتۇپ، داكا بىلەن مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ.

مەتبۇخى خىيار شەنبەر

تەركىبى: تەرەنجىبىن 45 گرام، سەرپىستان، چىلان ھەربىرى 25 دانە، ئاق لالە ئۇرۇـ قى، بىنەپشە ھەربىرى 10 گرام، بابۇنە ئالتە گرام.

ياسلىشى: قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ، ھەممە دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ، بىر لىتىر قاياناق سۇغا چىلاپ قاينىتىپ سۈزۈلىدۇ. خىيار شەنبەر ۋە تەرەنجىبىننى يېرىم چىنە قاياناق سۇغا چىلاپ، سوۋۇغاندا مۇجۇپ سىقىپ، يۇقىرىقى قاياناتمىغا بىرلەشتۇرۇپ تەيـ يارلىنىدۇ.

تەسىرى: قان ۋە سەپرانى تەڭشەش، قوقاق ياندۇرۇش، تەرەت يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كۆز، قاپاق قىرلىرىنىڭ يالىلۇغلىنىشى، كۆزنىڭ قىزىرىپ ئاغرىشى ۋە

ئىسسىقتىن بولغان بارلىق كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالىدىن قىزىق پېتى ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى قەنتەرىيۇن

تەركىبى: ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 60 گرام، 21بىستىپايەج گرام، قەنتەرىيۇن، تۇربۇت ھەر بىرى توققۇزگرام.

ياسىلىشى: ھەممىسىنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر سۇدا 1/3 قىسمى قالغۇچە قايناتىپ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: كۆز ياشاڭغىراشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئۈچ گرام ئايارەج پەيقىرا قوشۇپ، كۈندە بىر قېتىم ، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى مۇلەييىن

تەركىبى: پۇنۇس 60 گرام، گۈلقەنت 52.5 گرام، گۈلبىنەپشە، چىلان، ئۇستقۇددۇس ھەربىرى 16.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى بىر يېرىم لىتىر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ، پۇنۇسنى ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر سەپرادىن بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئورنىغا 36 گرام تەمرى ھىندى ياكى ئەينۇلا، سېرىق ھىلىلە پوستى، شاھتەررە، تەرەنجىبىن قاتارلىقلار مۇڭاپىق مىقدارىدا قوشۇلىدۇ.

تەسىرى: قان تازىلايدۇ، قان ۋە سەپرانىڭ نىسبىتىنى تەڭشەيدۇ، بۈزۈلغان سەۋدانى سۈرىدۇ. ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ، تەرەتنى يۇمشىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆزنىڭ بارلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى كامازەرىۋس

تەركىبى: سېرىق ھىلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ھىلىلە كابىلە پوستى، قارا ھىلىلە،

ئامىلە، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، شاھتەررە ئۇرۇقى، بىخسۇس ھەربىرى 12 گرام، كامازەر-يۇس (كەكرى ئۇرۇقى) ھەممە دورىلار ۋەزنىدە، قەنت ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: ھېلىلەرنى ئۇندەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىچ ياغ بىلەن ياغلىنىدۇ. قالغان دورىلارنى ئۇندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە قەنتنى قىيام قىلىپ، تالقانلانغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قان تازىلاش، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش، كۆز قىزىرىشنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 24 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەجۇنى ئېگىر

تەركىبى: ئېگىر 35 گرام، يۇمىلاق مۇچ (ئاقمۇچ ، قارىمۇچ)، زەنجىۋىل، سىياداڭ، زىرە، شەترەنجى ھەر بىرى 10 گرام، ھەسەل 224 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: كۆزگە چۇشكەن ئاققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سۇ چۇشۇشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم، تۆت گرامدىن يېپ ئارقىدىن بەدىيان سۇيى ئىچىلىدۇ.

ھەببى زەھەب I

تەركىبى: سەبرە 30 گرام، تۇربۇت 21 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى 15 گرام، سوقمۇنىيا 9.5 گرام، مەستىكى، قىزىلگۈل ھەربىرى يەتتە گرام، زەپەر 1.5 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قاينىاق سۇدا يۇغۇرۇپ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ، بۇزۇق ماددىلارنى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ھەم بەدەننى تازىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم 1.5 گرام (بەش دانە) دىن ئىچىلىدۇ.

ھەببى زەھەب II

تەركىبى: سەبرە 60 گرام، سىرىق ھىلىلە پوستى 30 گرام، قىزىلگۈل 15 گرام، مەستىكى، كەتىرا، زەپەر، سوقمۇنىيا ھەربىرى توققۇزگرام.

ياسىلىشى: ھەببى زەھەب I بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان باش، كۆز ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەببى زەھەب I بىلەن ئوخشاش.

ھەببى زەھەب III

تەركىبى: سەبرە 60 گرام، سىرىق ھىلىلە پوستى، قىزىلگۈل ھەربىرى 30 گرام، سوقمۇنىيا، زەپەر، مەستىكى، كەتىرا، ئەنبەر، ئالتۇن ۋاراق ھەربىرى توققۇز گرام، ياقۇت، مەرۋايىت ھەربىرى 1.5 گرام.

ياسىلىشى: ھەببى زەھەب I بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى: ھەرخىل باش ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ، باشتىكى ئېغىرلىقنى يوقىتىدۇ، كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ، ئومۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆز ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئىككى گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ھەببى زەھەب IV

تەركىبى: سەبرە سوقۇتىرى 30 گرام، سىرىق ھىلىلە پوستى 15 گرام، مەستىكى، كەتىرا، سوقمۇنىيا، قىزىلگۈل، زەپەر ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قايناق سۇدا خېمىر قىلىپ قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: كۆزنىڭ بېسىمىنى تۆۋەنلىتىدۇ، باش قىسمىدىكى قان تومۇرلارنى ئاچىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆزگە سۈ چۈشۈش، كۆز ئىچكى بېسىمى ئېشىپ كېتىش، باش ئاغرىقى، كۆز ئاجىزلىقى قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىچىلىدۇ.

ھەببى شەبيار I

تەركىبى: قىزىلگۈل 13 گرام، سەبرە سوقۇترى 10 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى بەش گرام، مەستىكى، ئاق تۇربۇت، سوقمۇنىيا ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، بەدىيان ئەرقى بىلەن خېمىر قىلىپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش ئاغرىقى، ئاشقازان يېقىمسىزلىقى، كۆرۈش كۈچى ئاجىزلىشىش، نامازشام قارىغۇسى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى شەبيار II

تەركىبى: تۇربۇت، غارىقۇن، ئەفتىمۇن (سېرىق يۆگەي)، ئۇستقۇددۇس، ھېلىلە كابىلە پوستى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۈ بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب ياسىلىدۇ.

تەسىرى: باش ساھەسىنى تازىلايدۇ، كۆرۈشنى ياخشىلايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: باش چىڭقىلىش، كۆرۈش قىينىلىشىش قاتارلقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئاخشىمى 12 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى شەبيار III

تەركىبى: سەبرە سوقۇترى 18 گرام، قىزىلگۈل، سېرىق ھېلىلە پوستى، مەستىكى

رۇمى، ئاق تۇربۇت ھەربىرى سەككىز گرام، سوقمۇنىيا تۆت گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بەدىيان ئەرقى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.25 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: نامازشام قارىغۇسى، باش، مېڭە ئاغرىقلىرى ۋە ئاشقازان يېقىمسىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئاخشىمى ئاچ قورساق 7 ~ 10 دانە يەيدۇ.

ھەببى شەبيار IV

تەركىبى: ھەببۇلنىل، قىزىلگۈل ھەربىرى 36 گرام، ھېلىلە كابىلە پوستى، بەلىلە پوستى، سەبرە كۈندۈر ھەربىرى 21 گرام، كەتىرا توققۇز گرام، مۇقەل، مەستەكى، رەۋەن ئۇسارىسى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇقەلنى قاينىتىپ سۇ بىلەن ئېزىپ، دورىلار بىلەن يۇغۇرۇپ خېمىر قىلىپ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: باش، قۇلاق، كۆز ئاغرىقلىرىغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كۆز ئېچىشىپ ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئاخشىمى ئاچ قورساق يەتتە دانە يېيىلىدۇ.

ئىترىفىل بەدىيان

تەركىبى: ئارپىبەدىيان 70 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، تاغ يالپۇزى، قىزىلگۈل ھەربىرى 10 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، بادام يېغىدا ياغلاپ، 500 مىللىلىتىر كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: كۆكرەك ۋە جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش، كۆز ياشاڭغىراشنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: كۆز ئاجىزلاشنى تىزگىنلەش، كۆز ئاجىزلىقىدىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قۇلاق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

رەۋغىنى پەجەل (تۈرۈپ يېغى)

تەركىبى: تۈرۈپ سۈيى ئالتە لىتىر، كۈنجۈت يېغى ياكى زەيتۇن يېغى ئىككى لىتىر.

ياسىلىشى: كۆك تۈرۈپنى تازىلاپ قىرىپ، سىقما ماشىنا ياكى داكا بىلەن سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، ئۈستىگە ياغنى قۇيۇپ تاكى سۈيى كېتىپ يېغى قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە 2 ~ 3 قېتىم قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

رەۋغىنى كۈندۈر

تەركىبى: كۈندۈر 15 گرام، سەبرە، مۇرمەككى، مەستىكى، قۇندۇز قەھرى، رۇسۇت (ھۇزۇز)، كالا ئۆتى ھەربىرى ئۈچ گرام، ئاچچىق بادام يېغى 60 مىللىلىتىر، كونا مۇسەللەس 120 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، يېغى قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: تېمىتىلىدۇ.

شەربىتى ئۇستقۇددۇس IX

تەركىبى: ئۇستقۇددۇس 30 گرام، بىستىپايەج، بالەنگو، گاۋزىبان ھەربىرى 15 گرام، ئاق شېكەر 500 گرام، سۇ بىر لىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، ئاخىرىدا شېكەرنى قوشۇپ ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېڭىنى تازىلاش، نېرۋىنى كۈچەيتىش، يەل تارقىتىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: مېڭە توسالغۇلىرىنى ئېچىش، ئاڭلاش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر قوشۇقتىن ئىچىلىدۇ.

شىيافى بۆرە ئەرمىنى

تەركىبى: بۆرە ئەرمىنى توققۇز گرام، ئاچچىقتاۋۇز ئېتى تۆت گرام، قۇندۇز قەھرى، يۇمىلاق زىراۋەندە ھەربىرى ئىككى گرام، قۇسىتە 0.5 گرام، پەرپىيۇن 0.1 گرام، ئەفسەنتىننىڭ سوقۇپ چىقىرىلغان سۈيى ئىككى مىللىلىتىر.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ، كالا ئۆتىدە يۇغۇرۇپ شىياف قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلاق ئېغرىقىنى ياخشىلاش، بەلغەمدىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىش، قۇلاققا غەيرىي ئاۋاز ئاڭلىنىشىنى يوقىتىش تەسىرگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئالدى بىلەن بابۇنە، سېرىقچېچەك، ئىكلىلمىلىك، يالپۇز، مەرزەنجۇش، دەرمەنە، ئەمەنلەرنى قاينىتىپ قۇلاقنى تەرلىتىپ، ئاندىن شىيافنى ئاچچىق بادام يېغىدا ئېزىپ قۇلاققا تامدۇرۇلىدۇ.

شىيافى ۋەقەر

تەركىبى: مەرزەنجۇش، قىزىل قىچا، سۈزاپ، ئاچچىقتاۋۇز ئېتى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، يۇمىلاق زىراۋەندە باراۋەر مىقدارىدا، ئاچچىق بادام يېغى مۇۋاپىق مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ شىياف قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلاق ئېغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئاچچىق بادام يېغىدا ياغلاپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

فەتىلەئى مەرۋى

تەركىبى: مەرۋى (كىنۇچە) ئۇرۇقى، ئەنزىرۇت تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، پەلكۇچنى دورىغا مىلەپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ. يىرىڭنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

قەتۇرى ئەسەم

تەركىبى: كۇندۇر، زەپەر، قۇندۇز قەھرى، ئاق خەربەق ھەربىرى توققۇز گرام، گىل ئەرمىنى، توغرىغۇ ھەربىرى ئالتە گرام، ھاراق ئالتە مىللىلىتىر.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى ھاراقتا ئېرىتىپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلاق ئېغىرلىقى، قۇلاق غوڭۇلداش ھەمدە گاسلىققا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

قەتۇرى ئەشا

تەركىبى: سۇزاپ سۇيى، يۇمغاقسۇت سۇيى تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: 1/2 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: نامازشام قارىغۇسىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: كۇندە 2 ~ 3 قېتىم كۆزگە تېمىتىلىدۇ.

قەتۇرى جالىنۇس

تەركىبى ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئانارنى تېشىپ، ئىچىدىكى ئۇرۇقى ۋە گۆشلىرىنى ئېلىپ تاشلاپ، كىچىك بالىنىڭ سۇيدۇكى بىلەن توشقۇزۇپ، تۆشۈكنى ئېتىپ، ئوتقا كۆمۈپ قىزىتىپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلاقتىكى يىرىڭ ۋە كىرلەرنى تازىلايدۇ. ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

قەتۈرى خۇبسۈلھەددىن

تەركىبى: سىركە ۋە تۆمۇر كۆيۈندىسى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: تۆمۇر كۆيۈندىسىنى سىركىگە چىلاپ، بىر ئاي تۈرغۇزغاندىن كېيىن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ (سىركىسى ئايرىۋېلىنىدۇ).

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلاقنىڭ كونا جاراھەتلىرىگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

قەتۈرى كەرەم

تەركىبى: شاپتۇل غازىكى شىرنىسى، پىننە ياپرىقى شىرنىسى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: تەنھا ياكى بىرىكتۈرۈلگەن ھالدا تېمىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلاقتىكى قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

قەتۈرى ۋەجئىلئۇزنى بارىد

تەركىبى: سۈزاپ سۇيى، رەيھان سۇيى ھەربىرى 21 گرام، بابۇنە يېغى 45 مىللىلىتىر، پەرپىيۇن يېغى ئالتە مىللىلىتىر، كونا ھاراق 60 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇيى تۆگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

قەتۈرى ۋەجئىلئۇزنى ھار

تەركىبى: گۈل يېغى 18 گرام، تاتلىق بادام يېغى 15 مىللىلىتىر، سىركە 30 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: گۈل يېغى ۋە بادام يېغىنى سىركە بىلەن قوشۇپ، يېغى قالغانغا قەدەر قايـ
نىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقـ
سەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

مەتبۇخى ھېلىلە IV

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە، ھېلىلە كابىلە ھەربىرى 45 گرام، ئەينۇلا، سەرپىستان ھەر-
بىرى 30 دانە، سانا، شاھتەررە ھەربىرى 15 گرام، ئەپيۇن 12 گرام، قىزىلگۈل، كاسنە
ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسلىشى: قاتتىق دورىلار چالا سوقۇلىدۇ. يۇمشاقلىرى سوقۇلمايدۇ. بىر لىتىر
قاينىق سۇغا 12 سائەت چىلاپ، ئەتىسى قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈلىدۇ.

تەسىرى: قان ۋە سەپرانى تەڭشەيدۇ، ئاشقازان، ئۇچەيلەرنى تازىلاپ، چوڭ ـ كىچىك تە-
رەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: قان ۋە سەپرادىن بولغان كۆز، قۇلاق ۋە تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلـ
تىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىر
ئىلىپ، تەڭ مىقداردىكى قاينىق سۇ بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ.

مەلھىمى مىسرى

تەركىبى: زەنگار ئالتە گرام، سىركە 21 مىللىلىتىر، ھەسەل 24 مىللىلىتىر.

ياسلىشى: ھەسەل، سىركىلەرنى قاينىتىپ قىيام قىلىپ، ئۈستىدىن زەنگارنى
يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلاقنىڭ جاراھىتىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلـ
تىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: پەلكۈچ ئارقىلىق قۇلاققا كىرگۈزۈلىدۇ.

نۇتۇلى ئەسەم

تەركىبى: ھۆل سىرىقچىچەك، بابۇنە، ئىكىلىملىك، غار ياپرىقى، رەيھان، نەمام، قەيسۇم تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ھەممىسىنى بىرلەشتۇرۇپ، قايىنىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئېغرىقىنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: باش ۋە قۇلاق ساھەسىگە تېمىتىلىدۇ ۋە ھوردا تەرلىتىلىدۇ.

ھەببى تۇربۇت

تەركىبى: تۇربۇت ئالتە گرام، كەتىرا تۆت گرام، ئاچچىقتاۋۇز گۆشى، ھىلىلە كابىلە پوستى ھەربىرى ئۈچ گرام، ئەنزىروت بىر گرام.

ياسىلىشى: بۇ دورىلارنى ئۇپىدەك سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سۇدا ھەب قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇلاق ئېغرىقى، قۇلاق غوڭۇلداش قاتارلىقلارنى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈمگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

بۇرۇن كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

زىمادى رۇئاب

تەركىبى: رۇسۇت ئۇچ ھەسسە، ماش ئىككى ھەسسە، يېشىل موزا، ئانار پوستى، قىزىلگۈل ھەربىرى بىر ھەسسە، ھەببۇلئاس سۇيى مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ھەببۇلئاس سۇيىدە يۇغۇرۇپ، قار سۇيى بىلەن سۇۋۇتۇپ، باشنىڭ چوققىسىغا تېڭىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئالدى بىلەن باشنى سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇپ، ئاندىن يۇقىرىقى زىماد چېپىلىدۇ.

فەتىلەئى رۇئاب

تەركىبى: نەغەز گۈلى، تۇخۇم شاكىلى كۈلى، ئاقاقىيا، ئانار پوستى ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى تالقانلاپ، تاختا ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، رەيھان سۇيى بىلەن پىلىكچە ياساپ، ئۇنى دورىغا مىلەپ بۇرۇن تۆشۈكىگە تىقىپ قويۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

كۈشتەئى مىس

تەركىبى: زاك، قىزىل زەرنىخ، سىركە باراۋەر مىقداردا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى مەلھەم قىلىپ، بۇرۇن ئىچىدىكى ئۆسۈكچىگە تەگكۈزۈپ قويسا، بۇۋاسىر ئۆسۈكچىسى چۈشۈپ كېتىدۇ.

تەسىرى: توقۇلمىلارنى كۆيدۈرۈش تەسىرىگە ئىگە.

ئەسكەرتىش: ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش، ساق توقۇلمىلارنى كۆيدۈرۈۋېتىشتىن ساقلىنىش لازىم.

مەتبۇخى ئەفتىمۇن II

تەركىبى: تەرەنجىبىن، بادام مېغىزى، ئەينۇلا ھەربىرى 120 گرام، ئەفتىمۇن 60 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلە پوستى، بەلىلە پوستى، بادرەنجى بۇيا ھەربىرى 45 گرام، بېھى قېقى، گاۋزىبان، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، خىيار شەنبەر ھەربىرى 30 گرام، قارا ھېلىلە 24 گرام، ئامىلە، ئۇستقۇددۇس، سۇنبۇل ھەربىرى 15 گرام، نېلۇپەر، بىستېپايەج ھەربىرى 12 گرام، ئۆشنە، لاچىندانە ھەربىرى توققۇز گرام، دارچىن، قەلەمپۇر ھەربىرى ئالتە گرام، شاھتەررە ئۇچ گرام، سىركە 23 مىللىلىتىر، بادرەنجى بۇيا ئەرقى، بىدمىشكى ئەرقى، گاۋزىبان ئەرقى ھەربىرى 200 مىللىلىتىر، شېكەر 500 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، سىركە ۋە ئەرەقلەرگە بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى ئۇچ لىتىر سۇ قوشۇپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ (ئەفتىمۇننى خالتىغا سېلىپ)، ئېلىپ سۇزۇپ، شېكەر سېلىپ ئېرىپ بولغۇچە قاينىتىلىدۇ.

تەسىرى: توسالغۇلارنى ئېچىش، مېڭە ۋە قان تومۇرلارنى تازىلاش، ئاشقازان، ئۇچەيلەرنى تازىلاش، سەپرا ۋە سەۋدانى نورماللاشتۇرۇش، رەئىس ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش، بىمارنى تىنچلاندۇرۇش، چوك ـ كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش، قىزىتما قايتۇرۇش، قاننى ساپلاشتۇرۇش قاتارلىق تەسىرلەرگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئومۇمىي مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئىلمان ھالەتتە 125 مىللىلىتىر ئىچىلىدۇ.

مەلھىمى رۇسۇت

تەركىبى: رۇسۇت، مۇرمەككى، ھۆل زۇپا، زەيتۇن يېغى لېيى، مۇردارسەنگى.

ياسىلىشى: دورىلارنى شۈمشا ياكى زىغىرنىڭ شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇرۇق بۇرۇن يالليۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇڭاپىق ھالدا بۇرۇنغا كىرگۈزۈلىدۇ.

مەلھىمى زەنگار

تەركىبى: زەنگار، ئۆشنان، سىركە مۇۋاپىق مىقدارىدا.

ياسىلىشى: مەلھەم تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەلھەم ياسىلىدۇ.

تەسىرى: تېرە، مۇسكۇل ۋە شىللىق پەردىلەرنى كۆيدۈرۈش، قورۇش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: پىلتە قىلىپ بۇرۇنغا تىقىپ قويۇلسا، بۇۋاسىر ئۆسۈكچىسى ئاجراپ چۈشىدۇ.

ئەسكەرتىش: ئېھتىيات قىلىپ ئىشلىتىش، ساق توقۇلمىلارنى كۆيدۈرۈۋېتىشتىن ساقلىنىش لازىم.

نۇپۇخى بۇخۇرى

تەركىبى: سوك، زەمچە، قەلەمپۇر تەك مىقدارىدا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يۇمشاق تالقانلاپ بۇرۇنغا پۈركىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇرۇندىن كېلىدىغان سېسىق پۇراقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

نۇپۇخى رۇئاب

تەركىبى: نەغەز گۈلى، سەدەپ كۆيدۈرۈلمىسى ھەربىرى بىر ھەسسە، زاك يېرىم ھەسسە.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يۇمشاق تالقانلاپ بۇرۇنغا پۈركىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

نۇقۇئى ھامىز II

تەركىبى: ئەينۇلا، مۇرمەككى، بېھى ئۇرۇقى، قاپاق لېشى، قاراسۇنا ئۇرۇقى، نېلۇپەر گۈلى باراۋەر مىقدارىدا.

ياسىلىشى: دورىلارنى مۇۋاپىق ئەرەقلەرگە چىلاپ سۈزۈپ، نېلۇپەر شەربىتى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: قاننى سوۋۇتۇپ، قىزىتمىنى ياندۇرۇش، ھۆللۈك پەيدا قىلىش تەسىرگە ئىگە.

ئىشلىتىشى: بۇرۇن ئىچى قۇرۇشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە سەھەردە مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ.

ھەببى قوقىيا III

تەركىبى: سەبرە، ئەفسەنتىن، مەستىكى، غارىقۇن تەك مىقدارda، شەھمەنزەل، سوقمۇنيا ھەربىرى يېرىم ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ سۈيىدە خېمىر قىلىپ، 0.3 گرامىلىق ھەب قىلىنىدۇ (غارىقۇننى سوقماي ئەلگەكتىن سۈرۈپ ئۆتكۈزۈش لازىم).

تەسىرى: قان تازىلاش، توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاشقازان، ئۇچەينى تازىلاش، ئاغرىق پەسەيتىپ ئارام بېرىش تەسىرى بار.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

ئىشلىتىلىشى: بۇرۇن تۆشۈكى ئىششىقىدا بۇرۇننى تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. ئۇندىن باشقا ھۆل سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقلار، باش ئاغرىقى، شەقىقە، كۆزگە سۇ چۈشۈش، كۆز ياشاڭغىراش، يۇقىرى قان بېسىمى، باش قېيىش، كۆرۈش كۈچى ئاجىزلاش، تۇتقاقلىق باش ئاغرىقى قاتارلىقلارغىمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ھەر كۈنى كەچتە ئۈچ گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

ئېغىز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى كىبرىت

تەركىبى: گۈڭگۇرت پوقى بىر كىلوگرام.

ياسىلىشى: گۈڭگۇرت پوقىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، پىيالىگە سېلىپ، پىيالىنى بىر تەخسىگە قويۇپ، چىنىنى يېپىپ ، دورا بار پىيالىگە ئۆرۈك ئوتۇنىنىڭ چوغى قويۇلسا كۆيىدۇ. كۆيگەن گۈڭگۇرتنىڭ يېشىل ئىسى چىقىپ، ئۇستىگە يېپىلغان چىنىنىڭ ئاستىغا بېرىشى بىلەن سۇ تامچىسى ھاسىل بولۇپ، پىيالە ئاستىغا قويۇلغان تەخسىگە تامچىلاپ چۈشىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: نەپەسنى نورماللاشتۇرۇش، بەدەننى قىزىتىش، يۆتەلنى پەسەيتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ھۆل مىزاجلارغا، سوغۇقتىن بولغان يۆتەلگە، زىققە نەپەسكە، تالىنىڭ ئىششىقلىرىغا، چىش ئاغرىقى، چىش تۈۈندە پەيدا بولغان ئۆسمە، ھەرخىل سۇ ئاقىدىغان تېرە كېسەللىكلىرىگە، زەھەرلىك ھايۋان چاققانغا، ئەرقى مەدەنى (بەدەنگە چىققان يىپەك رىشتە) ، كەم ئىشتىھالارغا، بەلغەم ۋە سەۋدا مىزاجلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چىش ئاغرىقىغا ئورۇن ۋە، زەھەرلىك ھايۋانلار چاققان يەرگە پاختىغا چىلاپ تەگكۈزۈلىدۇ. ئىچىدىن ئىستېمال قىلغاندا 100 مىللىلىتىر قاينىق سۇغا 0.5 گرام قوشۇپ، كۈندە بىر قوشۇقتىن ئۈچ قېتىم ئىچىلىدۇ.

داۋائى دەندان I

تەركىبى: پىلپىل، ئاقىرقەرھا، تۇخۇمەك، زەنجىۋىل تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: سىرتتىن چېپىلىدۇ.

داۋائی دەندان II

تەركىبى: پىلپىل، ئاقىرقەرھا، پىننە تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: پىننە سۈيىدە يۇغۇرۇپ، چىش كاۋىكىغا تىقىپ قويۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئىچى كاۋاكلىق چىش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

داۋائی ۋەجئی دەندان

تەركىبى: زەمچە، ئاقمۇچ تەڭ مىقدارىدا.

ياسىلىشى: تالقانلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ئاغرىق چىشقا بېسىلىدۇ.

زەرۋرى سقلۇللسان

تەركىبى: نۆشادۇر، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، پىلپىل، قىچا، بۆرە ئەرمىنى (ئاق تۇغرىغۇ)، سۆئىتەر، ئاش تۇزى، سىيادان ھەربىرى 40 گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: تىل ئېغىرلىقىنى تۇزەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سىرتقا ئىشلىتىلگەنلىكى ئۈچۈن، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ئاز ـ ئازدىن تىلغا سېپىپ، تىلنى ماتا ياكى لۆڭگە بىلەن سېرىپ بېرىلىدۇ.

زىمادى مۇجەررەب (چىش ئاغرىقى خېمىر دورىسى)

تەركىبى: كافۇر 0.3 گرام، ئەپيۇن 0.05 گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى سالايە قىلىپ، ئازراق سۇدا خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: ئاغرىق توختىتىش، ئارام بېرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان چىش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئاغرىغان چىشقا زىمادا چاپلاپ قويۇلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇ زىمادنى كىچىك بالىلارغا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ!

سۇفۇپى ئاكىلە

تەركىبى: ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل ھەربىرى 20 گرام، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، قۇرۇق يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى ھەربىرى توققۇز گرام، كافۇر ئىككى گرام.

ياسلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: سوغۇق.

تەسىرى: گۆشنىڭ تېز چىرىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاكىلە (قارا يەل) گە ۋە چىش تۇۋىدە پەيدا بولىدىغان باشقا كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بۇ مەخسۇس ئاكىلە دورىسى بولۇپ، كۈندە 5 ~ 6 قېتىم چىش تۇۋىگە سېپىلىدۇ.

سۇفۇپى زىراۋەندە

تەركىبى: يۇمىلاق زىراۋەندە، ئاس ياپرىقى، كۈندۇر، سەئدى كۇفى، ئانار گۈلى، سەۋسەن يىلتىزى، خۇنسىياۋشان، موزا تەڭ مىقدارda.

ياسلىشى: تالقان قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چىش مىلىكلىرىدە ئىپادىلەنگەن سەپلىسىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق ھالدا سېپىلىدۇ.

سۈفۈپى سۈنۈن

تەركىبى: قىزىلگۈل 200 گرام، ئانار پوستى ياكى غۇنچىسى 100 گرام، ئاقىرقەرھا، بىخ مارجان، زورەمبات ھەربىرى 25 گرام.

ياسىلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ (بىخ مارجاننى يۇمشاق سالايە قىلىپ)، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: يىرىڭ يوقىتىش، سۈيۇقلۇقنى قۇرۇتۇش، قان توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بارلىق چىش تۈۋى كېسەللىكلىرى ۋە جاراھەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن سېپىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: بۇرۇندىن قان كەلسە ئالدى بىلەن پاختىنى تۇخۇمنىڭ ئېقىغا چىلاپ، ئاندىن بۇ دورىغا يۇمىلىتىپ، بۇرۇن ئىچىگە تىقىپ قويۇلسا قانىنى توختىتىدۇ.

سۈفۈپى سىقلۇللىسان (تىل ئېغىرلىقى سۈفۈپى) I

تەركىبى: پىلپىل، نۆشادۇر، قىچا، ئاقىرقەرھا، ياۋا پىننە، تەنكار باراۋەر مىقداردا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلارنى تالقان قىلىپ، تىل ئېغىرلىقىدا تىلغا سۈركەشكە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈفۈپى سىقلۇللىسان II

تەركىبى: نۆشادۇر، زەنجىۋىل، قارىمۇچ، پىلپىل، قىچا، بۆرە ئەرمىنى (ئاق توغرىغۇ)، سۆئىتەر، ئاش تۇزى، سىيادان ھەربىرى 40 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: تىلدىكى ئېغىرلىق ۋە كېكەچلىكنى تۇزەش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: پالەچ كېسەللىكىدە تىلنى ھەرىكەتلەندۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 ~ 3 قېتىمدىن، مۇۋاپىق مىقداردا تىلغا سېپىلىدۇ.

سۈفۈپى ۋەجئى دەندان

تەركىبى: گەزمازەج 100 گرام، كاۋاۋچىن 50 گرام، يالپۇزنىڭ جەۋھىرى 30 گرام، ئاقىرقەرھا 25 گرام، قەلەمپۇر 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيۇقلۇق چىقىرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان چىش ئاغرىقى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چىش تۈۋىگە 0.3 ~ 0.5 گرام بېسىلسا، 15 مىنۇتتىن كېيىن داۋاملىق سۇ ئاققۇزۇپ ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

سۈنۈنى دەندان

تەركىبى: گەزمازەج 100 گرام، كاۋاۋچىن 50 گرام، يالپۇز جەۋھىرى 30 گرام، ئاقىرقەرھا 25 گرام، قەلەمپۇر 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تالقان قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: ئىسسىق.

تەسىرى: ئاغرىق پەسەيتىش، قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: سوغۇقتىن بولغان چىش ئاغرىقى، چىش قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: چىش تۈۋىگە 0.3 ~ 0.5 گرام بېسىلسا، داۋاملىق سۇ ئاققۇزۇپ ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

سۈنۈنى شەب

تەركىبى: مۇرمەككى، تۇتىيا، زەمچە، نىشاستە، قىزىلگۈل، ئاچچىق ئانار يانچى پوستى، ھىلىلە ئۆكچىسى، سوك (ئاملە جەۋھىرى)، ئانار گۈلى، موزا، يۇلغۇن مېۋىسى تەڭ مىقداردا.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى سوقۇپ چىش تۇۋىگە سىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: مىدىرلاپ قالغان چىشنى چىڭىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈنۈنى كەت ھىندى

تەركىبى: كەت ھىندى، تاتلىق قۇسته، تۇتىيا، زەنجىۋىل تەڭ مىقدارىدا.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ چىشقا باسىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىگە ئۆسۈپ قالغان ئارتۇق گۆشلەرنى يوقىتىدۇ، چىش تۇۋىگە چۈشكەن ئاقمىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈنۈنى لەسسە

تەركىبى: تاغ تېكىسىنىڭ كۈيدۈرۈلگەن مۈڭگۈزى، ئەندىران تۇزى، سىرىق ھىلىلە پوستى، قىزىلگۈل ھەربىرى ئالته گرام، ئانار گۈلى ئۈچ گرام.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ چىشقا باسىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چىش مىلىكى بوشىشىپ كېتىش ھەمدە قاناشقا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈنۈنى مۇجلى

تەركىبى: تۇز 30 گرام، قورۇلغان ئارپا 21 گرام، يۇلغۇن مېۋىسى، كۆپۈكى دەريا، پىلپىل، قاقىله، زەنجىۋىل ھەربىرى ئالته گرام.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ چىشقا سېپىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چىش داغلىرىنى ئالىدۇ، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈنۈنى مۇرچ

تەركىبى: قارىمۇچ سەككىز گرام، تۇغرىغۇ ياكى گۈل ئەرمىنى بەش گرام، ئاقىرقەرھا، تۇخۇمەك ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، چىش تۇۋىگە بېسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن بولغان چىش ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈنۈنى مۇرمەككى

تەركىبى: مۇرمەككى، نۆشادۇر، سەۋسەن يىلتىزى، زەرنىخ، ئاقىرقەرھا تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى سوقۇپ چىش تۇۋىگە سېپىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىگە چۈشكەن ئاكىلە، ئاقما (ناسۇر) غا شىپا بولىدۇ. قان توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈنۈنى مۇرمەككى مۇتەييب

تەركىبى: مۇرمەككى، نۆشادۇر، سەۋسەن يىلتىزى، زەرنىخ، ئاقىرقەرھا تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، چىش تۇۋىگە بېسىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈنۈنى مۇمسىك

تەركىبى: ئانارگۈلى، ئامىلە، زەمچە، ئاقاقىيا تەڭ مىقداردا.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى سوقۇپ، چىش تۇۋىگە سالىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوشۇشۇپ كەتكەن چىشلارنى چىڭىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈنۈنى نەمەك

تەركىبى: ئاچچىق ئانار، تاتلىق ئانار پوستى ھەربىرى 90 گرام، سۈماق 45 گرام، موزا، ئانارگۈلى، زەمچە، قەغەز كۈلى، ئاقىرقەرھا ھەربىرى 30 گرام، تۇز، نۆشۈدۈر ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، تالقانلاپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ، كۈمىلاچلاپ، سايىدا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چىش تۇتۇگە چۈشكەن ئاكىلە ۋە باشقا ئۆسكەن گۆشلەرنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: زۆرۈر تېپىلغاندا بىر دانىنى سوقۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ.

شەربىتى مائۇلئۇسۇل IV

تەركىبى: پاكىز ئۇزۇم 310 گرام، ئارپىبەدىيان، رۇم بەدىيان، ئىزخىر ھەربىرى 10 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، پىرسىياۋشان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى يەتتە گرام، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، زاراڭزا يىلتىزى پوستى ھەربىرى ئۈچ گرام، گۈلقەنت 36 گرام.

ياسىلىشى: يىلتىز دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئۇرۇق دورىلارنى ياخشى سوقۇپ، بىر لىتىر سۇدا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، گۈلقەنت سېلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: سېزىمنى كۈچلەندۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئېغىزنىڭ تەم تېتىش قۇۋۋىتى ناچارلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەرقېتىمدا 4 ~ 5 قوشۇق ئىچكۈزۈلىدۇ.

غار - غار

تەركىبى: ئايارەج پەيقىرا، ئېگىر، قىچا، ئاقىرقەرھا، بىخسۇس، پوستى بىخ كەبىر باراۋەر مىقداردا.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىلمان قاينىق سۇغا ئىلەشتۈرۈپ، ئېغىز تەم سەزمەس بولۇپ قالغاندا ئېغىز چايقاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

تەسىرى: سېزىمنى كۈچەيتىدۇ.

گال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

داۋائى ئۇلخەتاتىپ

تەركىبى: قارلىغاچ مايىقى، قۇستە ھەربىرى 90 گرام، قىزىلگۈل 60 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇم بەدىيان، جۇۋىنە، ئادراسمان ئۇرۇقى، دارچىن، مۇرمەككى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، زەپەر ھەربىرى 30 گرام، نىشاستە، سۇنبۇل ھەربىرى 15 گرام، موزا 10 دانە، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ھەممىنى ئارىلاشتۇرۇپ غار ـ غار قىلىدۇ ۋە سىرتتىن سۇركەيدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان بوغمىغا شىپا بولىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

داۋائى بەھتەتۇسسەۋت

تەركىبى ۋە ياسلىشى: تاتلىق ئانارنى لاتىغا يۆگەپ، ئۇستىدىن خېمىر بىلەن ئوراپ، قوقاسقا كۆمۈپ پىشۇرۇلىدۇ. ئوبدان پىشقاندىن كېيىن ئېلىپ، تۆشۈك ئېچىپ ئىچى راسا قوچۇلىدۇ. ئۇندىن كېيىن ئەنە شۇ تۆشۈك ئارقىلىق مەلۇم مىقدارىدا بىنەپشە يېغى ياكى بادام يېغى تېمىتىپ، يەنە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قۇرۇقلۇق ياكى باشقا سەۋەبلەردىن بولغان ئاۋاز بوغۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: گالغا تېمىتىلىدۇ.

داۋائى مىرى

تەركىبى: رۇم بەدىيان، سۇنبۇل، كۈندۈر، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، مەستىكى تەڭ مىقداردا.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: ھەممىنى بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىپ، ئىلمان ھالدا ئاز ـ ئازدىن ئىچىلىدۇ. سىرتتىن قۇندۇز قەھرى، سەكبىنەجلەر سۈركىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قىزىلئۆڭگەچ، ئىچىزنىڭ قۇرۇۋېلىشى، كېكىردەكنىڭ قېتىشىشنى تۈزىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

سۈڭۈپى شەب

تەركىبى: زەمچە 250 گرام.

ياسلىشى: يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى: تەرنى قۇرۇتۇش، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: بەدەندىكى ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش مەقسىتىدە ھەمدە قولتۇق، پۇت ـ قوللارنىڭ تەرلىشىگە بېرىلىدۇ. گال ـ ئىچىزنىڭ شىللىق پەردىلىرى زەخىملىنىپ قانىغاندا قاينىق سۇدا ئېرىتىپ، گال ۋە ئىچىزلارنى چايقاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سىرتتىن ئىشلىتىلگەنلىكتىن ئەھۋالغا قاراپ بەلگىلىنىدۇ.

لوئوقى زەنجۈبىل

تەركىبى: زەنجۈبىل، پىلپىل ھەربىرى 300 گرام، نىشاستە، زەپەر ھەربىرى 60 گرام، كالا سۈتى يېتەرلىك مىقداردا، قەنت، ھەسەل مەلۇم مىقداردا.

ياسلىشى: زەنجۈبىلنى كالا سۈتىگە چىلاپ، ھەركۈنى بىر قېتىم يېڭى سۈت ئالماشتۇرۇپ، زەنجۈبىل پۈتۈنلەي يۇمشىغاندىن كېيىن سوقۇپ، قەنت، ھەسەللەرنى قىيام قىلىپ، ئۇستىدىن مەزكۇر زەنجۈبىل ۋە باشقا دورىلار تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ لوئوق تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھۆللۈكتىن بولغان ئاۋاز بوغۇلۇشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ يالايدۇ.

لوئوقی سەغىر

تەركىبى: بادام مېغىزى، ياڭاق مېغىزى، پىستە مېغىزى، ھەببى زەلەم مېغىزى، ھەببىتوڭلىخوزا مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، پىندوق مېغىزى، نارجىل، ھەببى قەلقەل مېغىزى، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ، كۈنجۇت، زاغۇن، پىياز ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، بېدە ئۇرۇقى، زەنجىۋىل، پىلپىل، گۈلدارچىن، كاۋاۋچىن، خولىنجان، شاقاقۇل، ھەلىيۇن ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

ياسىلىشى: لوئوقى زەنجىۋىل بىلەن ئوخشاش.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئاۋاز بوغۇلۇشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ يالايدۇ.

لوئوقی سىبيان

تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، نىشاستە، ئاق خەشخاش، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى 60 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 30 گرام، تاباشىر 12 گرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەممىباھار ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، بادام يېغىدا قىيام قىلىنغان جۇلابقا ئارىلاشتۇرۇپ لوئوق قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بوۋاقلار ۋە بالىلاردىكى يۆتەل، قىزىتما، گالدىكى يىرىكلىكلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئانا سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئەھۋالغا قاراپ يالىتىلىدۇ.

مەلھىمى رۇساس

تەركىبى: مىس كۆيۈندىسى مەلۇم مىقدارda، سىركە ۋە زەيتۇن يېغى مۇۋاپىق مىقدارda.

ياسىلىشى: مىس كۆيۈندىسىنى زەيتۇن يېغى ۋە سىركە ئۇستىگە لەيلىگەنگە قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: پوقاقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يۇقىرىقى مەقسەتتە سىرتتىن چېپىلىدۇ.

ھەببى بەھھەتۇسسەۋت

تەركىبى: كەتىرا، بۇغداي كراخمالى، ئەرەب يېلىمى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، پەتەنگان ئۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەربىرى 10 گرام.

ياسىلىشى: پەتەنگان ئۇرۇقىنى ئايرىم سوقۇپ خالتىغا ئېلىپ، سۇ قوشۇپ شىرنىسىنى چىقىرىپ، ئاندىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: ئاۋازنى ئاچىدۇ. بەلغەم چىقىرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاۋاز پۈتۈپ قېلىش ۋە دەم سىقىشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىلارغا 3 ~ 5 دانە، چوڭلارغا 5 ~ 7 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ.

باشقا هەر خىل كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

زەھەر قايتۇرۇشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تەرياقى ئەرەبەئە

تەركىبى: جىنتىيانا، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ھەببۇلغار، مۇرسا‌ق تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۇچ ھەسسە.

تەسىرى: زەھەرلىك ھاشارات زەھىرىنى قايتۇرىدۇ، توسالغۇلارنى ئېچىپ، خىلىتلارنىڭ نورمال تەڭپۇڭلۇقىنى ساقلايدۇ، سوغۇقتىن بولغان تۇرلۇك كېسەللىكلەرگە مۇڭاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئەسكەرتىش: دورىنى يېگەندىن كېيىن باش ئاغرىتىدۇ، شۇڭا سېمىزئوت شىرىسى بىلەن ئىچىش كېرەك.

تەرياقى ئەقرەب

تەركىبى: ياڭاق مېغىزى، سامساق ھەربىرى ئالتە گرام، سۇزاپ، ھەڭ، مۇرمەككى ھەربىرى ئۇچ گرام.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چايان زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەنجۇر شىرنىسىدە يۇغۇرۇپ خېمىر قىلىپ، زۆرۈر تېپىلغاندا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەرياقى تىنى مەختۇم

تەركىبى: گىل مەختۇم، ھەببۇلغار، گۈلسەۋسەن يىلتىزى تەڭ مىقداردا.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، گۈل يېغىدا مايلاپ، تالقان قىلىپ، ھەسەل قوشۇپ خېمىر قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: زەھەرلىك دورىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەرياقى سەمانىيە

تەركىبى: ئۈزۈنچاق زىراۋەندە، رەۋەنچىنى، قۇستە، كەپە يىلتىزى، ھەببۇلغار، مۇرسا ف، ئاچچىق قۇستە، جىنتىيانا، زەرچىۋە تەڭ مىقداردا، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تەرياقى ئەربەئەگە ئوخشاش.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

تەرياقى سەمۇم

تەركىبى: مۇرمەككى، ئەفسەنتىن، كەرەپشە ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا.

ياسلىشى: ئۈچ ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سىماب، سەڭگىيا، مەدەستان، كەپرەسلەرنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: زۇرۇرىيەت ۋاقتىدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىپ، ئارقىدىن 120 مىللىلىتىر مۇسەللەس ئىچىلىدۇ.

تال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

زىمادى دوتتىن

تەركىبى: ئەنجۇر 24 دانە، پۇرچاق، نوقۇت، ئىكلىلمىلىك، شۇمشا، لوبىيا، سۇنبۇل ھەربىرى 15 گرام، مۇقەل ئالتە گرام، ئوشەق ئۇچ گرام، سىركە، سۇزاپ يېغى مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: ئوشەقنى سىركىدە ئېرىتىپ، ئۇستىدىن دورا تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇزاپ يېغى ياكى بادام يېغى ۋە ياكى بابۇنە يېغى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تال قېتىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: تال ساھەسىگە چېپىلىدۇ.

سۇفۇپى تال

تەركىبى: كۆيدۇرۇلگەن مارجان ئۇچ گرام، كەتىرا ئىككى گرام، شېكەر مەلۇم مىقدارىدا.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تال كېسەللىكلىرىگە ناھايىتى تېز شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى گرام ئىچىلىدۇ ۋە بىر ھەپتىگىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

قۇرسى خەرەل (قىچا تابلېتى)

تەركىبى: قىچا 150 گرام، سۇزاپ ياپرىقى 30 گرام، سىركە، سۇ مەلۇم مىقدارىدا.

ياسىلىشى: قىچىنى سۇ ۋە سىركىگە بىر سوتكا چىلاپ، ئۇستىدىن سۇزاپ ياپرىقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، يەنە بىر كۈن تۇرغۇزۇپ، ئۇندىن كېيىن سوقۇپ قۇرس قىلىپ، تونۇرغا قويۇپ قاتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تالنىڭ يەلدىن بولغان قاتتىق ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرام ئېلىپ سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچىلىدۇ.

قۇرسى غاريقۇن

تەركىبى: غاريقۇن، قىزىلگۈل ھەربىرى 15 گرام، تاباشىر، زىرىخ ھەربىرى ئالتە گرام، سۇنبۇل، غاپەس ئۇسارىسى، يۇيۇلغان لوك، رەۋەن، كەپە يىلتىزى پوستى (سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان) ھەربىرى بەش گرام.

ياسىلىشى: ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تال چوڭىيىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سىركەنجۈبىل بىلەن كۈندە بىر قېتىم، سەككىز گرام يېيىلىدۇ.

قۇرسى كەبىر

تەركىبى: كەپە يىلتىزى پوستى (پوستى بىخ كەبىر)، چاڭگاك ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گرام، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، سۇزاپ ياپرىقى، قىچا، ئېگىر، سىيادان، ئوشۇق ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسىلىشى: ئوشۇقنى سىركىدە ئېزىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئالتە گرامدىن قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تال قېتىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سىركەنجۈبىل ئەنسىلى ياكى مائۇلئۇسۇل بىلەن كۈندە بىر قېتىم، بىر دانە يېيىلىدۇ.

قۇرسى گەزمازەج

تەركىبى: يۇلغۇن مېۋىسى 12 گرام، ئاقموچ، سۇنبۇل، ئاسارۇن، ئوشۇق ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: ئوشۇقنى تاغ پىيىزى سىركىسىدە يۇمشىتىپ، قالغان دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇچ گرامدىن قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تالىنىڭ قاتتىقلىقىنى يۇمشىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سىركەنجۈبىل بىلەن كۈندە ئىككى دانە يېيىلىدۇ.

قۇرسى ئىرسا

تەركىبى: سەۋسەن يىلتىزى 12 گرام، ئاقمۇچ، ئوشۇق ھەربىرى ئالتە گرام.

ياسىلىشى: ئوشۇقنى سىركىدە يۇمشىتىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تال قېتىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا ئالتە گرام قۇرسنى سىركەنجۈبىل بىلەن ئۇچ كۈنگىچە ئىستېمال قىلىندۇ.

كەلكىلانەج ئىزخىرى

تەركىبى: كاسنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەربىرى 12 گرام، ئىزخىر ئۇرۇقى، ئىزخىر چېچىكى، سۇنبۇل، ئاسارۇن، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقى ھەربىرى توققۇز گرام، غاپەس، لوك، رەۋەن ھەربىرى بەش گرام، شېكەر، تەرەنجىبىن مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: شېكەر، تەرەنجىبىنلارنى قىيام قىلىپ، دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، ئىستىسقا، تال كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىندۇ.

مەتبۇخى تال

تەركىبى: كەپە (كەبىر) ياپرىقى 15 گرام، قارا ھېلىلە، شاھتەررە، ئىزخىر يىلتىزى، يۇلغۇن مېۋىسى، رۇم بەدىيان، ئۆشنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان ھەربىرى توققۇز گرام.

ياسلىشى: مەتبۇخ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تالىنىڭ قاتتىق ئىششىقىنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، 30 مىللىلىتىر مەتبۇخنى ئۈچ گرام ئايارەج پەيقىرا ۋە غارىقۇن بىلەن ئىچىلىدۇ.

مەتبۇخى مۇھەللەل

تەركىبى: قارا ھىلىلە، سېرىق ھىلىلە ھەربىرى 23 گرام، شاھتەررە 21 گرام، يۇلغۇن مېۋىسى، كەپە يىلتىزى پوستى ھەربىرى توققۇز گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى بەش گرام، كاسنە ئۇرۇقى ئۈچ گرام، تەمرى ھىندى مېغىزى مەلۇم مىقداردا.

ياسلىشى: مەتبۇخ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تالىنىڭ بەلغەمدىن بولغان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە بىر قېتىم، ئالدى بىلەن بەش گرام ئايارەج پەيقىرا بىلەن ئۈچ گرام غارىقۇننى ھەب قىلىپ يېگەندىن كېيىن، مەزكۇر مەتبۇختىن 60 مىللىلىتىر ئېلىپ، قايناق سۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ.

مەجۇنى جىنتىيانا

تەركىبى: جىنتىيانا، قارىمۇچ ھەربىرى 30 گرام، قۇستە، سازەج ھىندى، سۇنبۇل، رەۋەن ھەربىرى 21 گرام، ھەسەل ئۈچ ھەسسە.

ياسلىشى: مەجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: جىگەر، تال قېتىش، ئاشقازان ئاغرىقى، بۆرەك، دوۋساق كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ، توسالغۇنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سۇزاپ سۈيى بىلەن كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەببى كەبىر

تەركىبى: بىخ كەبىر پوستى، رەۋەن ھەربىرى ئالتە گرام، كۆيدۈرۈلگەن مارجان، سەبرە، كەرەپشە ئۇرۇقى، غارىقۇن، تۇز ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسلىشى: بىدىمىشكى ئەرقى بىلەن ھەب قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تال كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

قان توختىتىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

زەرۋرى زەنگار

تەركىبى: زەنگار توققۇز گرام، زەمچە، سۇماق، خۇنسىياۋشان ھەربىرى ئۇچ گرام ، سەبرە، كۈندۈر ھەربىرى 1.5 گرام.

ياسلىشى: يۇمشاق تالقانلاپ سېپىلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قان توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ (كۆپ قېتىم تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

ئىشلىتىش ئۇسۇلى: يەرلىك ئورۇنغا سېپىلىدۇ.

شىيافى مۇمسىك

تەركىبى: سۇرمە، ئانارگۈلى، زەمچە، تەنكار، كۈندۈر، موزا، ئاقاقىيا ھەربىرى 10 گرام.

ياسلىشى: يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ، ئىككى گرام شىياف قىلىنىدۇ.

تەبئىتى: مۆتىدىل.

تەسىرى: قان توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: ئاياللاردىكى ھەرخىل كېسەللىك سەۋەبىدىن پەيدا بولغان خۇن كېتىشكە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ كۇندە 1 ~ 3 دانە ئېلىپ، جىنسىي يولغا كىرگۇزۇلىدۇ.

قۇرسى كەھرىۋا قابىز

تەركىبى: كەھرىۋا، سېمىزئوت ئۇرۇقى، مارجان، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۇڭگۈزى، كۆيدۇرۇلگەن تۇخۇم شاكىلى كۇلى، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، چىلغوزا ھەربىرى 15 گرام، سەدەپ، ئانارگۇلى، سوك (ئامىلە جەۋھىرى) ھەربىرى توققۇز گرام، بەزرۇلبەنجى، لوك، تاباشىر، كەتىرا، نىشاستە، مەستىكى، زەپەر، ئەپيۇن ھەربىرى ئۇچ گرام.

ياسلىشى: قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەرقانداق ئەزادىكى قان كېتىشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ (تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بېھى سۇيى ياكى خەشخاش شەربىتى بىلەن كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ گرام ئىچىلىدۇ.

قۇرسى مۇمسىك

تەركىبى: بادام يېغىدا ئېرىتىلگەن سەمغى ئەرەبى، گىل ئەرمىنى ھەربىرى 12 گرام، تاباشىر، قىيمىقۇ ئۇرۇقى (تۇخۇمى ھوممۇز)، قىزىلگۇل ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقى، ھەببۇلئاس، ئانار گۇلى، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ھەربىرى توققۇز گرام، ئاقاقىيا، تەرەسسىس، مارجان، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۇڭگۈزى ھەربىرى ئالتە گرام، كەتىرا، كەھرىۋا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى ھەربىرى بەش گرام، سۇماق ئۇچ گرام.

ياسلىشى: پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۇيى بىلەن قۇرس قىلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ھەرقايسى ئەزالاردىن كەلگەن قانىنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: سەندەل شەربىتى بىلەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ.

مۇجەررەبى قاتئى دەم

تەركىبى: ئەنجىبار 15 گرام، پىلپىل 12 گرام، ھەببۇلئاس، ئىسپىغۇل، بېھى ئۇرۇقى، ئۇزۇم ئۇرۇقى، ئانار ئۇرۇقى، كەھرىۋا، مارجان، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نىشاستە، تاباشىر، مۇرمەككى، كۇندۇر ھەربىرى سەككىز گرام، ھەسەل ئىككى ھەسسە.

ياسلىشى: دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قۇرس قىلىندۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قاننى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: زۆرۈرىيەت ۋاقتىدا ئۈچ گرام يەپ، ئۈستىدىن ئەنجىبار شەربىتى ئىچىلىدۇ.

نۇپۇخى رۇئاب مۇجەررەب

تەركىبى: ئاھاك ياكى گەج مەلۇم مىقداردا.

ياسلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى: دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، بۇرۇنغا پۈركىلىدۇ ۋە ھۆللەنگەن پەلكۈچنى مەزكۇر تالقانغا مىلەپ بۇرۇن ئىچىگە تىقىپ قويۇلىدۇ.

تەسىرى: قان توختىتىشقا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

باشقا ھەر خىل كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

رەۋغىنى جوز ھىندى (نارجىل يېغى)

تەركىبى: پوستى قىرىۋېتىلگەن پۈتۈن نارجىل 39 گرام، ئامىلە 27 گرام، تۆمۈر ئېكەكلەنمىسى (تۆمۈر كېپىكى) ئالتە گرام، توغرىغۇ ئىككى گرام.

ياسلىشى: باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، نارجىل ئىچىگە قاچىلاپ، ئۇستىنى خېمىر بىلەن چاپلاپ، ئۇنىڭ ئۇستىدىن يەنە سامان، توزغاقلاردىن ياسالغان لاي بىلەن ئوراپ ئوتقا كۆمۈپ، بىر سائەت ئەتراپىدا تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: چاچنى قارايتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يېڭىلا چېچى ئېلىنغان باشقا تەكشى سۈركىلىدۇ.

رەڭگىنى ناردىن

تەركىبى: قەسىۋزەررە، ھەببۇلغار ياپرىقى، سەئدى كۇفى، ئۇد بىلسان، يۇيۇلغان لوك، سازەج ھىندى، ئاس ياپرىقى، سۇنبۇل، ئىزخىر چېچىكى، قارىغاي مېۋىسى (ئۇبھەل) ، قەردمانە، رەيھانلار تەك مىقدارىدا.

ياسلىشى: دورىلارنى مۇسەللەسكە بىر سوتكا چىلاپ، قاينىتىپ، سۈزۈپ، مەلۇم مىقدارىدا كۇنجۇت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇ قىسمى پارلىنىپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: قويۇق يەلدىن بولغان شەقىقە، قۇلاق ئاغرىقى، قۇلۇنجى، قورساق ئاغرىقىنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە يەل ھەيدەش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۇندە بىر قېتىم مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچىلىدۇ ياكى قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

سۇفۇپى كۆكنار

تەركىبى: قىزىلگۈل، تاباشىر، قىيمىقۇ ئۇرۇقى، سۇماق، زىرىخ ھەربىرى ئالتە گرام، سەمغى ئەرەبى، گىل مەختۇم، كۆكنار گۈلى ھەربىرى ئۈچ گرام.

ياسلىشى: تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: ھەر خىل قىزىتمىلار، سەپرادىن بولغان ھەر خىل ئاغرىقلار ۋە ئىچى سۇرۇشلەرگە شىپا بولىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: توققۇز گرامى بېھى شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ.

سۇفۇپى نەمەكى سۇلايمانى

تەركىبى: تاشتۇز 1.8 كىلوگرام، كەرەپشە ئۇرۇقى 60 گرام، ھىندى تۇزى، نۆشادۇر، ئەندىران تۇزى ھەربىرى 45 گرام، ئاقمۇچ 36 گرام، ئىزخىر 33 گرام، ئەفتىمۇن، ھىلە، سۇنبۇل، زىرە ھەربىرى 18 گرام، دارچىن، ياۋا زىرە، ئوغرىتىكەن، زاراڭزا، ئەنجۇدان، زەنجىۋىل، رۇم بەدىيان، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى 12 گرام.

ياسلىشى: تاشتۇزنى كوزىغا چىلاپ، تونۇرغا كۆمۈپ بىر كېچە قىزدۇرۇلىدۇ. قالغان

دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ، تالقانلاپ، تۇز بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېشىل كوزىغا قاچىلاپ ئارپىغا كۆمۈلىدۇ، قانچە ئۇزۇن تۇرغۇزۇلسا شۇنچە كۆچلۈك بولىدۇ.

تەسىرى: خام كېكىرىش، ئاشقازان ئاغرىقلىرى، ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرى، كۆز كېسەللىكلىرى، كۆز ئاجىزلىقى، ئۇنتۇغاقلىق، ئاق داغ، قارا داغ، مەنىي سۈيۇلدۇرۇش، نەپەس سىقىلىشلارغا شىپا بولىدۇ. باھنى كۈچەيتىپ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ ۋە تۇتىدۇ. زەھەر قايتۇرۇشتا تەرياقى فارۇقنىڭ ئورنىنى باسىدۇ. تۆت پەسىلنىڭ ھەممىسىدە ئوخشاشلا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۆز كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ناشتىدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ. باھنى كۈچەيتىش ئۈچۈن تۇخۇم سېرىقى بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ. ئىششىق ياندۇرۇش ئۈچۈن ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈركىلىدۇ.

مائۇلئۇسۇل مۇنزىج

تەركىبى: كاسىنە يىلتىزى 60 گرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 18 گرام، چىلان 20 دانە، سەرپىستان 16 دانە، كاسىنە ئۇرۇقى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ، 2.5 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈلىدۇ.

تەسىرى: ئۆتكۈر خىلىتلارنى تەڭشەپ، چىقىپ كېتىش سالاھىيىتىگە ئىگە قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بۇزۇلغان سەپرا ۋە سەۋدا ماددىلىرىنى تەڭشەپ، ئومۇمىي بەدەن خىزمىتىنى نورماللاشتۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 60 مىللىلىتىر ئېلىپ، سىركەنجۇبلىگە ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈچ كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ.

مەلھەمى جازىبە

تەركىبى: قومۇشنىڭ قۇرۇق يىلتىزى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە تەڭ مىقداردا، ھەسەل مەلۇم مىقداردا.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: بەدەندە توختاپ قالغان ئوق، مېتال ۋە تىكەنلەرنى چىقىرىشقا ياردەم بېرىدۇ. ئۇنۇمى ياخشى ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

مەلھىمى سەرتان

تەركىبى: چاققاقئوت ئۇرۇقى، گۈڭگۈرت، كۆپۈكى دەريا، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئوشۇق، مۇقەل ھەربىرى 12 گرام، قىزىل موم 20 گرام، زەيتۇن يېغى 90 مىللىلىتىر.

ياسىلىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە ئېزىپ، ئاندىن زەيتۇن يېغىنى چۈچۈتۈپ، ئۇنىڭغا قىزىل مومنى سېلىپ ئېرىتىپ، دورا تالقانلىرىنى ئاز ـ ئازدىن سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: سەرتان يارىلىرىنى يوقىتىش، داغ چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن چېپىلىدۇ.

مەلھىمى شۇمۇم

تەركىبى: توخۇ يېغى، تۆگە يېغى، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى، كالا يىلىكى، ئاق موم، كۈنجۈت يېغى تەڭ مىقدارda.

ياسىلىشى: مەلھەم تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: تارتىشىپ قالغان ئەزا ۋە پەيلەرنى بوشىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن چېپىلىدۇ.

ھەببى ئەتشە

تەركىبى: سېمىزئوت ئۇرۇقى 30 گرام، كەتىرا 25 گرام، قاراسونا ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرى 15 گرام.

ياسىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇل شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ.

تەبئىتى: ھۆل ئىسسىق.

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى: ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: بالىلارغا كۈندە ئىككى قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ~ 5 دانە، چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 7 ~ 10 دانە ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئاچقۇچ

(ئاچقۇچ بېرىلگەن ھەرپ تەرتىپى)

ئا 1	خ 3	ف 11	ن 19
ئە 1	د 3	ق 12	ھ 20
ب 1	ر 4	ك 13	ئو 23
پ 1	ز 5	گ 14	ۇ 24
ت 1	س 6	ل 14	ئى 24
ج 2	ش 9	م 14	ي 24

ئابزەنی بىنەپشە 466
ئابزەنی گۈلىيەسىمەن 466
ئابزەنی ئىكلىلمىلىك 466
ئاساناسىيائی سەغىر 360
ئاساناسىيائی كەبىر 343
ئايارەج پەيقىرا 38
ئەتۇس I 129
ئەتۇس II 129
ئەتۇسی پالەچ 88
ئەتۇسی مۇقەۋۋی 68
ئەرقی ئەۋرىشىم 157
ئەرقی ئەنگۈرشىپا 138
ئەرقی بادرەنجی بۇيا 68
ئەرقی بارتەك 138
ئەرقی بەدىيان 432
ئەرقی بىدىمىشكی I 139
ئەرقی بىدىمىشكی II 157
ئەرقی پۇدىنە 168
ئەرقی تۇت 343
ئەرقی زەپىران 124
ئەرقی شاھتەررە 344
ئەرقی كافۇر 140
ئەرقی كاسىنە 432
ئەرقی كاكىنەچ 433
ئەرقی كىبرىت 592
ئەرقی گاۋزىبان I 158
ئەرقی گاۋزىبان II 168
ئەرقی گۈلاب 139
ئەرقی نانخا 309
ئەرقی نىلۇپەر 433
ئەنقەردىيايی كەبىر 88
باندۇق 294
باندۇق بۇزۇری 449
باندۇق مۇھەللىل 449
باندۇق ئىدرار 434
بۇخۇری سەرسام I 113
بۇخۇری سەرئی 89
بۇخۇری سۇدائی بارىد 30
بۇخۇری سۇدائی هار 39
بۇخۇری غەشيان 229
بۇخۇری نەزلە 130
بۇخۇر (ئىسرىق) نۇسخىسی 69
پاشويەئی بوغۇم 411
پاشويەئی سەرسام I 113
پاشويەئی سەرسام II 113
پاشويەئی سۇدائـ 59
پۇختەجۇش 89
تەرياقی ئەربەئە 604
تەرياقی ئەقرەب 604
تەرياقی تىنی مەختۇم 604
تەرياقی سەمانىيە 605
تەرياقی سەمۇم 605
تەرياقی نەزلە 187
تىزابی فارۇق 544
تىزابی گۇگۇرت 544
تىزابی نۆشادۇر 506
تىلايی هامىلە 549
تىلايی هىككە 549

تىلايى ئۆشنە 450
تىلايى ھەدەف 566
جاۋارىش ئامىلە I 30
جاۋارىش ئامىلە II 229
جاۋارىش ئەنبەرى 69
جاۋارىش ئەنبەر مۇھەللىلى 229
جاۋارىش ئەنجۇدانى 230
جاۋارىش ئەشقەپ 294
جاۋارىش بالادۇر 230
جاۋارىش بەسباسە 518
جاۋارىش بۇزۇرى 231
جاۋارىش بېھى I 231
جاۋارىش بېھى II 294
جاۋارىش پەنجىنۇش 231
جاۋارىش پەۋاكىھ 232
جاۋارىش پەۋاكىھ سەبيانى 232
جاۋارىش پىننە 237
جاۋارىش پىلاپلى 276
جاۋارىش تاباشىر I 55
جاۋارىش تاباشىر II 233
جاۋارىش تالىسپەر 233
جاۋارىش تەمرى 411
جاۋارىش تۇرۇنجى 234
جاۋارىش تۇففاھى 234
جاۋارىش جالىنۇس 31
جاۋارىش خەرنۇپ 324
جاۋارىش خۇبسۇلھەدد 483
جاۋارىش خۇزى 344
جاۋارىش دارچىن 234
جاۋارىش زەر ئۇنى 483
جاۋارىش زەر ئۇنى مۇقەۋۋى 484
جاۋارىش زەنجىۋىل 235
جاۋارىش زىرىشكى 235
جاۋارىش سەپەرجىلى قۇلۇن 295
جاۋارىش سەپەرجىلى مۇسھىل ... 309
جاۋارىش سەندەل 236
جاۋارىش سوك 295
جاۋارىش سۇككەرى 236
جاۋارىش سۇماق 325
جاۋارىش سىمسىم 236
جاۋارىش شەھرىياران 296
جاۋارىش قەيسەر 296
جاۋارىش كافۇر 325
جاۋارىش كەھرىۋا 237
جاۋارىش كۇمۇنى I 377
جاۋارىش كۇمۇنى II 515
جاۋارىش كۇمۇنى مۇھەللىل 237
جاۋارىش كۇندۇر 515
جاۋارىش مەستەكى I 238
جاۋارىش مەستەكى II 238
جاۋارىش مەقلىياسا 518
جاۋارىش مۇتىۋەككۇلى 239
جاۋارىش مىشكى 239
جاۋارىش نارمىشكى قۇلۇن 309
جاۋارىش نارمىشكى مۇقەۋۋى مەئدە ... 239
جاۋارىش نارمىشكى ئىستىسقائى ... 240
جاۋارىش نىسيان 69
جاۋارىش ھىندى 411

جاۋارىش ئۇد 240
جاۋارىش ئۇد تۇرۇش 241
جاۋارىش ئۇد تۇرۇش ئەكبەرى ... 159
جاۋارىش ئۇد مۇسھىلى 241
جاۋارىش ئۇد مۇشەھھى 241
جاۋارىش ئۇد مىشكى 169
جاۋارىش ئۇد ھازىمى 242
جۇلاب I 516
جۇلاب II 516
جۇلابى بەلغەم 377
جۇلابى سەپرا 140
جۇلابى سەۋدا 152
خاكىستەرى كەدۇ 467
خېمىرى ئەۋرىشىم ساددە 70
خېمىرى بىنەپشە 160
خېمىرى خەشخاش 52
خېمىرى سەندەل 160
خېمىرى گاۋزىبان I 161
خېمىرى گاۋزىبان II 161
خېمىرى مەرۋايىت 162
داۋائى ئەقرە 549
داۋائى بەھمەتۇسسەۋت 600
داۋائى پالەچ 90
داۋائى تىيىن پىھىل 360
داۋائى خەفەقان بارىد 158
داۋائى دارچىن 484
داۋائى دەندان I 592
داۋائى دەندان II 593
داۋائى زىرىخ 187
داۋائى سەندەل 169
داۋائى سۇدائى بەلغەمى 31
داۋائى سۇدائى سەپراۋى 39
داۋائى سىتتە 70
داۋائى سىلسىلبەۋل 450
داۋائى قابىز 296
داۋائى قەيئى 288
داۋائى قەيئى سەپراۋى 288
داۋائى كۆركۈم سەغىر 360
داۋائى كۆركۈم كەبىرى 345
داۋائى كىبرىت 188
داۋائى لوك 345
داۋائى مۇبەھھى 485
داۋائى مۇپەتتىت 474
داۋائى مۇپەتتىتۇلھاسات 474
داۋائى مۇدىر 434
داۋائى مۇدىر بەۋل 434
داۋائى مۇسەككىر 90
داۋائى مۇشەھھى 242
داۋائى مۇقى بەلغەمى ئەفىنى ... 286
داۋائى مۇقى سەۋداۋى ئەفىنى I ... 287
داۋائى مۇقى سەۋداۋى ئەفىنى II ... 287
داۋائى مۇمىيا 361
داۋائى مۇنەققى 346
داۋائى مىرى 600
داۋائىمىشكى ئەنبەرى بارىد 158
داۋائىمىشكى بارىد 159
داۋائىمىشكى تەلىخ 169
داۋائىمىشكى شېرىن 170

داۋائىمىشكى مور 171
داۋائىمىشكى مۆتىدىل I 71
داۋائىمىشكى مۆتىدىل II 171
داۋائىمىشكى ھۇلوۋ 172
داۋائى نىسيان 71
داۋائى نۇقرەس 412
داۋائى ھازىم 242
داۋائى ئۇسرۇلبەۋل 435
داۋائى ۋەجئى دەندان 593
داۋائى ئىرقۇننىسا 405
داۋائى يەرۇللا 474
رەۋغىنى ئازاراقى 90
رەۋغىنى ئاقسرقەرھا 485
رەۋغىنى ئەفسەنتىن 346
رەۋغىنى ئەقرەب 412
رەۋغىنى بادام 72
رەۋغىنى بادامى تەلىخ 32
رەۋغىنى بالادۇر 91
رەۋغىنى بەيزە 413
رەۋغىنى بوزۇغا 130
رەۋغىنى بېھى 297
رەۋغىنى بىدانجىر 310
رەۋغىنى بىنەپشە 39
رەۋغىنى پەجەل 582
رەۋغىنى پەرپىيۇن 91
رەۋغىنى جوزھىندى 612
رەۋغىنى جويۇز 92
رەۋغىنى خەسەك 467
رەۋغىنى خەشخاش 40
رەۋغىنى خېنە 405
رەۋغىنى دەجاج 172
رەۋغىنى دەھتۇرە 92
رەۋغىنى دوب 413
رەۋغىنى دىپلى 405
رەۋغىنى رەيھان 93
رەۋغىنى زەپدەئ 519
رەۋغىنى زەپەر 549
رەۋغىنى سۆرۈنجان 413
رەۋغىنى سۇزاپ 32
رەۋغىنى سىر 485
رەۋغىنى سىماب 526
رەۋغىنى قەلەمپۇر 414
رەۋغىنى قۇستە 131
رەۋغىنى قودا 414
رەۋغىنى كاسىرى رىياھ 243
رەۋغىنى كەدۇ 52
رەۋغىنى كەلكىلانەج 347
رەۋغىنى كۇرراس 519
رەۋغىنى كۇندۇر 582
رەۋغىنى لوبوب 114
رەۋغىنى لوبوبى سەبئە I 60
رەۋغىنى مەستىكى 243
رەۋغىنى مۇرد 513
رەۋغىنى موم 561
رەۋغىنى مۇبارەك 93
رەۋغىنى مۇرەتتىب 53
رەۋغىنى مۇرچ 486
رەۋغىنى مۇقەل 519

رەۋغىنى مۇھەللىل 243
رەۋغىنى ناردىن 613
رەۋغىنى ئوسما 513
رەۋغىنى ۋامۇن 244
رەۋغىنى ۋەرد I 40
رەۋغىنى ۋەرد II 59
رەۋغىنى ۋەردIII 297
رەۋغىنى ۋەرد ئاپتاپى 41
رۇببىسۇس 188
زەرۋرى ئەربەئە 506
زەرۋرى ئەبىيەز 566
زەرۋرى ئەسفەر 566
زەرۋرى ئەنزىروت 567
زەرۋرى ئەنزىروت مۇنەششپ 506
زەرۋرى ئەئزەم 468
زەرۋرى چەشخام 567
زەرۋرى دانەپەرەك 507
زەرۋرى زەكەر 468
زەرۋرى زەنگار 610
زەرۋرى سەبرە 567
زەرۋرى سىقلۇللىسان 593
زەرۋرى شەئرە 507
زەرۋرى قەلەي 568
زەرۋرى قۇلان 507
زەرۋرى كافۇر 568
زەرۋرى مامىرانچىن 568
زەرۋرى مەدەستان 508
زەرۋرى مەغسۇل 569
زەرۋرى مەلكايا 569
زەرۋرى مۇسەئئەد 520
زىمادى ئاق لەيلىگۇلى 401
زىمادى ئەپيۇن 244
زىمادى ئەنزىروت 569
زىمادى ئەين 570
زىمادى بەرەس I 544
زىمادى بەرەس II 545
زىمادى بەرەسIII 545
زىمادى بوۋاسىر 520
زىمادى بىنەپشە 468
زىمادى تاباشىر 325
زىمادى خۇسسۇيە I 469
زىمادى خۇسسۇيە II 469
زىمادى دوتتىن 606
زىمادى دائۇلھەييە 514
زىمادى دەقىقەششەئىر 361
زىمادى رەۋغىنى ۋەرد 115
زىمادى رۇئاب 588
زىمادى زاتىررىيە 189
زىمادى سەرسام I 114
زىمادى سەرسام II 115
زىمادى سۇبات 60
زىمادى سۇنبۇل 326
زىمادى سۇرمە 545
زىمادى شۇسە 189
زىمادى شەئىرە 361
زىمادى قەنتەرىيۇن 94
زىمادى گۇردە I 470
زىمادى گۇردە II 470

زمادی ماشرا 401
زمادی مۇبەررىد 162
زمادی مۇپاسىل 415
زمادی مۇجەررەب 593
زمادی مۇقەۋۋی 244
زمادی مۇھەللىل 245
زمادی نۇقرەس 415
زمادی ھۆلبە 470
زمادی ھىككە 508
زمادی ئىسپىغۇل 392
زمادی ئىرقۇننىسا 406
زمادی ئىستەمخىقۇن 245
سۇفۇپی ئاق لەيلی ئۇرۇقی 462
سۇفۇپی ئاكىلە 594
سۇفۇپی ئامىلە I 56
سۇفۇپی ئامىلە II 288
سۇفۇپی ئايارەج 62
سۇفۇپی ئەفتىمۇن 94
سۇفۇپی ئەرستاتالىس 94
سۇفۇپی بەدىيان 378
سۇفۇپی بارىد 162
سۇفۇپی بەزرۇلبەنجی 462
سۇفۇپی بەللۇت 326
سۇفۇپی بوۋاسىر 520
سۇفۇپی بۇخار 56
سۇفۇپی بۇزۇری I 362
سۇفۇپی بۇزۇری II 362
سۇفۇپی بۇزۇری III 561
سۇفۇپی بېھی 362
سۇفۇپی پوستی ئانار 326
سۇفۇپی پۇۋاق 276
سۇفۇپی تاباشىر قابىز 327
سۇفۇپی تال 606
سۇفۇپی تەپی دىق 141
سۇفۇپی تەررە 463
سۇفۇپی تۇخۇمی ئانار مۇرەككەپ ... 328
سۇفۇپی تۇربۇت 310
سۇفۇپی خۇرجی مەقئەت 298
سۇفۇپی خىرپە 435
سۇفۇپی تاباشىر 327
سۇفۇپی خی 450
سۇفۇپی دافىئی قەي 289
سۇفۇپی رەۋەن 347
سۇفۇپی رەيھان 328
سۇفۇپی روناس 328
سۇفۇپی زەرپ 329
سۇفۇپی زەھرە I 329
سۇفۇپی زەھرە II 329
سۇفۇپی زىراۋەندە 594
سۇفۇپی زىيابىت I 481
سۇفۇپی زىيابىت II 481
سۇفۇپی سەدری دەۋۋار 61
سۇفۇپی سەرتان 222
سۇفۇپی سەكبىنەج 363
سۇفۇپی سەمغی ئەرەبی 330
سۇفۇپی سەنگىدانەئی مۇرغ 245
سۇفۇپی سەۋدا 95
سۇفۇپی سەئدی كۇفی 330

سۇفۇپى سەيلان 439
سۇفۇپى سۆرۈنجان 416
سۇفۇپى سۆرۈنجان بارىد 416
سۇفۇپى سۆرۈنجان هار I 392
سۇفۇپى سۆرۈنجان هار II 416
سۇفۇپى سۇزاك 470
سۇفۇپى سۇئال 190
سۇفۇپى سۇئال مۇرەككەپ 190
سۇفۇپى سۇنۇن 595
سۇفۇپى سۇرئىتى ئىنزال 439
سۇفۇپى سىقلۇللىسان I 595
سۇفۇپى سىقلۇللىسان II 595
سۇفۇپى سىلسىلبەۋل 440
سۇفۇپى سۇماق 289
سۇفۇپى شەب 601
سۇفۇپى شورە 451
سۇفۇپى غەشيان 277
سۇفۇپى قابىز 331
سۇفۇپى قاقىلە 289
سۇفۇپى قەلەمپۇر 246
سۇفۇپى قەلەي 451
سۇفۇپى قەيئۇددەم 277
سۇفۇپى كەبەد 348
سۇفۇپى كەتان 562
سۇفۇپى كەرەپشە 378
سۇفۇپى كەرەپشە مۇدىر 435
سۇفۇپى كەشنىز I 41
سۇفۇپى كەشنىز II 57
سۇفۇپى كەشنىز III 440
سۇفۇپى كەھرىۋا 440
سۇفۇپى كۆندۇر I 277
سۇفۇپى كۆندۇر II 517
سۇفۇپى كۆكنار 613
سۇفۇپى كۆنجۇت 486
سۇفۇپى كىبرىت 72
سۇفۇپى گەزمازەج 379
سۇفۇپى گىل 451
سۇفۇپى لوك 331
سۇفۇپى مارجان 452
سۇفۇپى ماسكىبەۋل 441
سۇفۇپى ماسكىدەم 562
سۇفۇپى مەددە I 384
سۇفۇپى مەددە II 385
سۇفۇپى مەرۋايىت 95
سۇفۇپى مەسانە 463
سۇفۇپى مەستىكى 379
سۇفۇپى مەستىكى مۇسەخخىن ... 246
سۇفۇپى مەقلىياسا 332
سۇفۇپى مۇدىر I 436
سۇفۇپى مۇدىر II 436
سۇفۇپى مۇدىر III 437
سۇفۇپى مۇدىر IV 363
سۇفۇپى مۇدىر V 392
سۇفۇپى مۇرەككەپ 471
سۇفۇپى مۇسەككىنى قەي 290
سۇفۇپى مۇغەللىز 441
سۇفۇپى مۇمسىك بارىد 441
سۇفۇپى مۇنەششىت 73

سۇفۇپى مۇنەققى 73
سۇفۇپى مۇنەۋۋەم 42
سۇفۇپى نانخا 379
سۇفۇپى نەپسۇددەم I 190
سۇفۇپى نەپسۇددەم II 222
سۇفۇپى نەمەك 246
سۇفۇپى نەمەكى سۇلايمانى 613
سۇفۇپى نەئنا 247
سۇفۇپى نىسيان 73
سۇفۇپى نىشاستە 223
سۇفۇپى نۇقرەس 417
سۇفۇپى هار 471
سۇفۇپى هاكىمە 247
سۇفۇپى هەببۇلئاس 332
سۇفۇپى هەببۇلئىنەب 332
سۇفۇپى هەجرۇليەھۇد 475
سۇفۇپى هەققۇلنەزىل 73
سۇفۇپى هومماز 333
سۇفۇپى هېللىلە 363
سۇفۇپى هىرقەتۇلبەۋل I 452
سۇفۇپى هىرقەتۇلبەۋل II 452
سۇفۇپى هىرقەتۇلبەۋل III 472
سۇفۇپى ئۇد 348
سۇفۇپى ۋەجئى دەندان 596
سۇفۇپى ۋەرد 364
سۇفۇپى ئېھتىلام 442
سۇفۇپى ئىبنى ماسويە 333
سۇفۇپى ئىترىفىل كەشنىز I 61
سۇفۇپى ئىترىفىل كەشنىز II 62
سۇفۇپى ئىرقۇننىسا 417
سۇفۇپى ئىسھال كەبەد 348
سۇفۇپى ئىشتىھا 248
سۇنۇنى دەندان 596
سۇنۇنى شەب 596
سۇنۇنى كەت ھىندى 597
سۇنۇنى لەسسە 597
سۇنۇنى مۇجلى 597
سۇنۇنى مۇرچ 598
سۇنۇنى مۇرمەككى 598
سۇنۇنى مۇرمەككى مۇتەييىب ... 598
سۇنۇنى مۇمسىك 598
سۇنۇنى نەمەك 599
سىركەنجۇبىل ئانار 277
سىركەنجۇبىل ئەفتىمۇن 96
سىركەنجۇبىل ئەفسەنتىن 248
سىركەنجۇبىل ئەنسىلى 191
سىركەنجۇبىل بۇزۇرى I 141
سىركەنجۇبىل بۇزۇرى II 142
سىركەنجۇبىل بۇزۇرى بارىد 393
سىركەنجۇبىل بېھى I 248
سىركەنجۇبىل بېھى II 278
سىركەنجۇبىل بېھى ۋە لىمونى ... 290
سىركەنجۇبىل تەرياقى 406
سىركەنجۇبىل تۇففاھ 249
سىركەنجۇبىل جۇۋىنە 249
سىركەنجۇبىل جۇدرى 508
سىركەنجۇبىل رەۋەن يەرقانى 364
سىركەنجۇبىل قابىز 333

سىركەنجۈبل مازەرىيۇن 393
سىركەنجۈبل مۇپەتتىت 475
سىركەنجۈبل مۇسھىل 311
سىركەنجۈبل نانخا 380
سىركەنجۈبل ئوردان 394
سىركەنجۈبل ئۇسۇلى ۋە بۇزۇرى ... 394
سىركەنجۈبل ۋەرد 250
شارابى سۇئال 191
شەربىتى ئانار تەلىخ 279
شەربىتى ئانار مۇسھىل 298
شەربىتى ئانار ۋە پىننە 250
شەربىتى ئەۋرىشىم 163
شەربىتى ئەۋرىشىم مۇقەۋۋى 173
شەربىتى ئەۋرىشىم يەرقانى 365
شەربىتى ئەتەش 250
شەربىتى ئەفتىمۇن 142
شەربىتى ئەفسەنتىن I 299
شەربىتى ئەفسەنتىن II 299
شەربىتى ئەفسەنتىن III 365
شەربىتى ئەنجىبار 334
شەربىتى ئەنجىبار مۇرەككەپ ... 223
شەربىتى ئەنبەر 251
شەربىتى ئەينۇلا 142
شەربىتى بادرەنجى بۇيا 173
شەربىتى بەدىيان 463
شەربىتى بەرەس 531
شەربىتى بىستىپايەج 311
شەربىتى بوغۇم مائۇلئۇسۇل 418
شەربىتى بۇزۇرى I 143
شەربىتى بۇزۇرى II 550
شەربىتى بېھى 279
شەربىتى بىخسۇس 192
شەربىتى بىخ كەبىر مۇرەككەپ ... 406
شەربىتى پەنجىنۇش 442
شەربىتى پەۋاكىھ I 251
شەربىتى پەۋاكىھ II 252
شەربىتى پەۋاكىھ قابىز 252
شەربىتى پەۋاكىھ مۇرەككەپ 253
شەربىتى پىستە 280
شەربىتى پىننە 291
شەربىتى تەپى سەپراۋى 143
شەربىتى تەپى مۇرەككەپ 144
شەربىتى تەرەنجىبىن 312
شەربىتى تەرياق 349
شەربىتى تەمرى ھىندى 280
شەربىتى تۇخۇمى كەرەپشە 192
شەربىتى تۇرۇنجى 253
شەربىتى چىلان مۇرەككەپ 562
شەربىتى خەشخاش 193
شەربىتى خۇبسۇلھەدىد 254
شەربىتى خۇمار 57
شەربىتى خەندىقۇن 254
شەربىتى دىنار I 349
شەربىتى دىنار II 350
شەربىتى دىنار III 365
شەربىتى دىنارى بارىد 366
شەربىتى راسەن 255
شەربىتى رەۋەن ساددە 366

شەربىتى رەۋەن مۇرەككەپ 367
شەربىتى رەيھان 531
شەربىتى رۇم بەدىيان 281
شەربىتى رىباس 255
شەربىتى زەبىب 74
شەربىتى زوھرىلقوتىن 75
شەربىتى زۇپا I 193
شەربىتى زۇپا II 194
شەربىتى زۇپا III 195
شەربىتى زۇپا بارىد 223
شەربىتى زۇپا مۇھەللىل 195
شەربىتى زۇپا نەزلە 196
شەربىتى زۇپا ھار 196
شەربىتى زىرىخ مۇرەككەپ 224
شەربىتى سانا 312
شەربىتى سەپەرجىل 334
شەربىتى سەرپىستان 312
شەربىتى سوقمۇنىيا 313
شەربىتى سەندەل 174
شەربىتى سەئدى كۆفى 255
شەربىتى سۇزاپ 550
شەربىتى سۇككەر 256
شەربىتى سۇنبۇل I 174
شەربىتى سۇنبۇل II 350
شەربىتى سۇماق 256
شەربىتى سىيب I 256
شەربىتى سىيب II 257
شەربىتى سىيب تۇرۇش 281
شەربىتى شاھتەررە I 313
شەربىتى شاھتەررە II 314
شەربىتى شۇمشا 225
شەربىتى قابىز 291
شەربىتى كاسنە 367
شەربىتى كاھۇ 401
شەربىتى كەتان 197
شەربىتى كۇمۇنى 282
شەربىتى گاۋزبان 75
شەربىتى گاۋزبان ئەنبىرى 175
شەربىتى گاۋزبان مۇرەتتىب 96
شەربىتى گۈزەر 487
شەربىتى لىمون 282
شەربىتى لىمون ھازىمى 257
شەربىتى مائۇلئۇسۇل I 131
شەربىتى مائۇلئۇسۇل II 132
شەربىتى مائۇلئۇسۇل III 132
شەربىتى مائۇلئۇسۇل IV 599
شەربىتى مەيبە 282
شەربىتى مۇرد 300
شەربىتى مۇبارەك 300
شەربىتى مۇپاسىل مۇخرىج 418
شەربىتى مۇسھىل 97
شەربىتى مۇسھىلى بەرەس 532
شەربىتى مۇپەررىھى مۇتىدىل ... 163
شەربىتى مۇلەييىن 314
شەربىتى مۇنزىج 402
شەربىتى مۇنزىجى بەرەس I 533
شەربىتى مۇنزىجى بەرەس II 533
شەربىتى مۇنزىجى بەرەس III 534

شەربىتى مۇنزىجى بەرەس IV 534
شەربىتى مۇنزىجى ئىرقۇننسا ... 419
شەربىتى مىشكى 257
شەربىتى نانخا 367
شەربىتى نەزلە I 133
شەربىتى نېلۇپەر 42
شەربىتى ھەببۇلئاس 551
شەربىتى ھەببى رومان 258
شەربىتى ھەسەل I 97
شەربىتى ھەسەل II 98
شەربىتى ھەسەل III 98
شەربىتى ھەسەلى مۇرەككەپ 63
شەربىتى ھەمىشباھار 197
شەربىتى ھېلىلە 315
شەربىتى ھىندى 300
شەربىتى ئىججاس 42
شەربىتى ئۇد تۇرۇش 283
شەربىتى ئۇستقۇددۇس I 32
شەربىتى ئۇستقۇددۇس II 33
شەربىتى ئۇستقۇددۇس III 63
شەربىتى ئۇستقۇددۇس IV 115
شەربىتى ئۇستقۇددۇس V 116
شەربىتى ئۇستقۇددۇس VI 124
شەربىتى ئۇستقۇددۇس VII 125
شەربىتى ئۇستقۇددۇس VIII 133
شەربىتى ئۇستقۇددۇس IX 582
شەربىتى ئۇننات I 144
شەربىتى ئۇننات II 197
شەربىتى ئۇننات III 402
شەربىتى ئۇننات IV 403
شەربىتى ئۇننات سىبيانى 198
شەربىتى ئۇشنە 292
شەربىتى ۋەرد I 258
شەربىتى ۋەرد II 301
شەربىتى ئىجاز 145
شەمۇمى سەرسام 116
شورپائى مۇلەييىن 315
شىيافى ئەبيەز 570
شىيافى ئەسۋەد 570
شىيافى بۇرە ئەرمىنى 583
شىيافى تەلىيىن 316
شىيافى تۇتۇ 385
شىيافى خىيارشەنبەر 316
شىيافى سۇماق 571
شىيافى كافۇر 571
شىيافى مەددە 386
شىيافى مۇلەييىن 316
شىيافى مۇمسك 610
شىيافى نارەنجى 571
شىيافى ۋەقەر 583
غار ـ غار 599
فەتىلەئى رۇئاب 588
فەتىلەئى مەرۋى 584
فەرزىجەئى ئەقرە 551
فەرزىجەئى رەھمى 551
فەرزىجەئى مەشمە 552
فەرزىجەئى مۇدىر 552
فەرزىجەئى مۇمسك 552

فەرزىجەئى مۇھەللىل 552
فەرزىجەئى مۇھىبىل 553
فۇلۇنىيايى پارىسى 76
فۇلۇنىيايى مەھمۇد 76
قەتۇرى ئەسەم 584
قەتۇرى ئەشا 584
قەتۇرى ئەين 572
قەتۇرى جالىنۇس 584
قەتۇرى خۇبسۇلھەدد 585
قەتۇرى كەرەم 585
قەتۇرى ۋەجئىلئۇزنى بارىد 585
قەتۇرى ۋەجئىلئۇزنى ھار 585
قۇرسى ئاقاقىيا 259
قۇرسى ئاقاقىيا مۇمسىك 292
قۇرسى ئەفتىمۇن 301
قۇرسى ئەفسەنتىن 259
قۇرسى ئەنجىبار 563
قۇرسى ئەنزىروت 453
قۇرسى ئەنسۇن 351
قۇرسى بەۋلۇددەم 453
قۇرسى بۇزۇرى 476
قۇرسى بۇسۇد 563
قۇرسى بىنەپشە I 145
قۇرسى بىنەپشە II 146
قۇرسى پەنجىگۇشت 368
قۇرسى تاباشىر 335
قۇرسى تاباشىر قابىز 335
قۇرسى تاباشىر كافۇرى 146
قۇرسى تىيىن 454
قۇرسى خەردەل 606
قۇرسى خەشخاش I 134
قۇرسى خەشخاش II 198
قۇرسى خەشخاش نەزلە 134
قۇرسى خىرپە 553
قۇرسى خى قابىز 336
قۇرسى راسەن 260
قۇرسى رەۋەن 368
قۇرسى زاتىل 198
قۇرسى زاتىلجەنبە 199
قۇرسى زەمچە I 454
قۇرسى زەمچە II 454
قۇرسى زىرىشكى 147
قۇرسى زىرىشكى كەبىر 260
قۇرسى زىرىشكى ئىستىسقائى ... 369
قۇرسى زىيابىت I 481
قۇرسى زىيابىت II 482
قۇرسى زىيابىت III 482
قۇرسى سەرتان 225
قۇرسى سەندەل 147
قۇرسى سەئىپە 509
قۇرسى سۇمۇغ 553
قۇرسى سۇنبۇل 284
قۇرسى سۇرمە 292
قۇرسى سىل 226
قۇرسى سۇماق 284
قۇرسى شادىنەج 336
قۇرسى شەب 464
قۇرسى غارىقۇن 607

قۇرسى غاپەس 369
قۇرسى قىزىلگۇل 148
قۇرسى كافۇر 226
قۇرسى كافۇر هار 369
قۇرسى كاكىنەچ I 455
قۇرسى كاكىنەچ II 455
قۇرسى كەبىر 607
قۇرسى كەھرىۋا 337
قۇرسى كەھرىۋا قابىز 611
قۇرسى كۇندۇر 260
قۇرسى گەزمازەج 607
قۇرسى گۈل 284
قۇرسى گۈل مۇھەللىل 261
قۇرسى گۈلنار I 337
قۇرسى گۈلنار II 456
قۇرسى گىل مەختۇم 456
قۇرسى لوك 370
قۇرسى مازەرىيۇن 395
قۇرسى مەرۋايىت 226
قۇرسى مەستىكى 285
قۇرسى مور 554
قۇرسى مۇبەررىد 227
قۇرسى مۇرمەككى 554
قۇرسى مۇسەللەس I 125
قۇرسى مۇسەللەس II 135
قۇرسى مۇسەھىل 317
قۇرسى مۇقەل 261
قۇرسى مۇمسىك 611
قۇرسى مۇنەۋۋەم 60
قۇرسى مۇنەۋۋەم بارىد 43
قۇرسى مۇنەۋۋەم هار 33
قۇرسى مەددە 456
قۇرسى نارمىشكى 261
قۇرسى نەپسۇددەم 227
قۇرسى نەزلە I 135
قۇرسى نەزلە II 135
قۇرسى نەزلە بەند 199
قۇرسى ھەببۇلئاس 338
قۇرسى ئۇبھەل 338
قۇرسى ئۇد 285
قۇرسى ئۇد مۇقەۋۋى 262
قۇرسى ۋەرد 351
قۇرسى ئىرسا 608
قۇرسى ئىستىسقا 395
قۇرسى ئىلاۋۇس 317
كەلكىلانەج بارىد 370
كەلكىلانەج پىيروزى 370
كەلكىلانەج هار 371
كەلكىلانەج ئىزخىرى 608
كەمەدى ئەفسەنتىن 302
كەمەدى ئومۇمىي 302
كوھلى ئەھۋەل 572
كوھلى ئەزىزى 572
كوھلى بەياز 573
كوھلى جاۋاھىر 573
كوھلى دەمئە 574
كوھلى غىشاۋە 574
كوھلى مۇقەۋۋى 575

كوهلى مۇنبىت 575
كوهلى مەلكايا 575
كوهلى ۋەرد 576
كوهلى ئىكسىرىن 576
كۇشتەئى مىس 588
گۇلقەنتى بەرگى ئانار 521
گۇلقەنتى بەرگى شەلغەم 200
گۇلقەنتى پىننە 175
گۇلقەنتى جىگدە گۇلى 262
گۇلقەنتى خەشخاش 200
گۇلقەنتى رەيهان 263
گۇلقەنتى زوهرىلقوتىن 77
گۇلقەنتى قىزىلگۇل 263
لوئوقى بادام 200
لوئوقى بارىد 201
لوئوقى بەزەرى كەتان 201
لوئوقى بەزرۇلبەنجى 202
لوئوقى بىنەپشە 202
لوئوقى تىيىن 202
لوئوقى خەشخاش 203
لوئوقى خىيارشەنبەر 203
لوئوقى رومان 203
لوئوقى رۇببىسۇس 204
لوئوقى زەنجىۋىل 601
لوئوقى زۇپا 204
لوئوقى سەغىر 602
لوئوقى سۇئال 205
لوئوقى سىبيان 602
لوئوقى كۇرۇنبى 205
لوئوقى ناردىن 264
لوئوقى نەزلە 205
لوئوقى هەببى رىشاد 206
لوئوقى هەببى قەتەن 206
لوئوقى هورمۇل 207
لوئوقى هۆلبە 207
لوئوقى ۋەرد 207
لوئوقى ئىسقىل 208
لوئابى تۇخۇمى سەپەرجىل 264
لوئابى ئىسپىغۇل 403
مائۇل بىتتىخىل هىندى 148
مائۇلجەبىن 509
مائۇششاهتەرەج 152
مائۇللەهمى 77
مائۇلهىندىبا 371
مائۇلئۇسۇل 99
مائۇلئۇسۇل بارىد 419
مائۇلئۇسۇل بۇزۇرى 420
مائۇلئۇسۇل مۇپاسىلى 420
مائۇلئۇسۇل مۇرەككەپ 554
مائۇلئۇسۇل مۇنزىج 614
مائۇلئۇسۇل نۇقرەس 407
مائۇلئۇسۇل هار 421
مائۇلئۇسۇل هۇمائى 153
مەتبۇخى ئانار تەلىخ 386
مەتبۇخى ئەفتىمۇن I 153
مەتبۇخى ئەفتىمۇن II 589
مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئەسەبىي 99
مەتبۇخى ئەفسەنتىن 265

مەتبۇخى ئەينۇلا 318
مەتبۇخى بەرەس 534
مەتبۇخى بەرگى شاپتۇل 386
مەتبۇخى بىستىپايەج 521
مەتبۇخى بۇخار 407
مەتبۇخى بىخى بىيىد 387
مەتبۇخى پەۋاكىھ I 43
مەتبۇخى پەۋاكىھ II 421
مەتبۇخى پوستى ئانار 387
مەتبۇخى تال 608
مەتبۇخى تەرەنجىبىن 487
مەتبۇخى تەمرى ھىندى 285
مەتبۇخى تۇخۇمى كەدۇ 387
مەتبۇخى خىيارشەنبەر 576
مەتبۇخى خىيارشەنبەر رىئەۋى ... 208
مەتبۇخى زۇپا 208
مەتبۇخى زىرىشكى 354
مەتبۇخى سەرپىستان 209
مەتبۇخى سەرخەس مۇرەككەپ ... 388
مەتبۇخى سۇدائ 44
مەتبۇخى سۆرۇنجان I 422
مەتبۇخى سۆرۇنجان II 422
مەتبۇخى سۇرفە خۇشك 209
مەتبۇخى شاپتۇل 388
مەتبۇخى شاھتەررە I 116
مەتبۇخى شاھتەررە II 154
مەتبۇخى شۇمشا 555
مەتبۇخى غوراب 293
مەتبۇخى قەنتەرىيۇن 577
مەتبۇخى كىشمىش 99
مەتبۇخى مارجان شوخلا 403
مەتبۇخى مائىل بۇزۇر 380
مەتبۇخى مەددە 388
مەتبۇخى مەغەس 302
مەتبۇخى مۇستەسقى 395
مەتبۇخى مۇلەييىن 577
مەتبۇخى مۇنزىج 408
مەتبۇخى مۇنزىج ۋە مۇسھىل 117
مەتبۇخى مۇنزىج سەۋدا 118
مەتبۇخى مۇھەللىل 609
مەتبۇخى نەزلە 136
مەتبۇخى ھەيز 555
مەتبۇخى ھىلىلە I 43
مەتبۇخى ھىلىلە II 404
مەتبۇخى ھىلىلە III 423
مەتبۇخى ھىلىلە IV 586
مەتبۇخى ئۇد 318
مەتبۇخى ئۇستقۇددۇس 100
مەتبۇخى ئۇسۇلى 372
مەتبۇخى ئۇننىاب 319
مەتبۇخى ۋەجئىل پۇۋاد 176
مەلھەمى ئاتىشەك 472
مەلھەمى ئەقرە 510
مەلھەمى ئەمزار 510
مەلھەمى باسلىقۇن 457
مەلھەمى بەرەس 546
مەلھەمى بەيزە 546
مەلھەمى پەرپىيۇن 546

مەلھەمی پوستی گەردنگان 547
مەلھەمی تۆتیا 457
مەلھەمی جازبە 614
مەلھەمی داخلیون I 527
مەلھەمی داخلیون II 527
مەلھەمی رال 457
مەلھەمی رۆساس 602
مەلھەمی رۆسۆت 589
مەلھەمی زەنگار 590
مەلھەمی سانا 511
مەلھەمی سەرتان 615
مەلھەمی شورە 547
مەلھەمی شۆمۆم 615
مەلھەمی شێگگەرێپ 458
مەلھەمی مۆردارسەنگی 458
مەلھەمی مسری 586
مەلھەمی مۆهەللل 511
مەلھەمی نەژرە 459
مەلھەمی ئۆقاب 548
مەجۆنی ئاتایی 442
مەجۆنی ئاترىلال I 535
مەجۆنی ئاترىلال II 536
مەجۆنی ئاترىلال III 536
مەجۆنی ئازاراقی 100
مەجۆنی ئاساناسیا 352
مەجۆنی ئاقاقیا 442
مەجۆنی ئاملە نۆشداری 352
مەجۆنی ئەرەستۆ 303
مەجۆنی ئەرتینسا 396
مەجۆنی ئەسژەد 338
مەجۆنی ئەفسەنتین ئیستیسقائی ... 353
مەجۆنی ئەقرەب 477
مەجۆنی ئەمرۆسیا 353
مەجۆنی ئەنسۆن 372
مەجۆنی بالادۆر 118
مەجۆنی باھ 488
مەجۆنی بایادیتۆس 64
مەجۆنی بەرەس I 537
مەجۆنی بەرەس II 537
مەجۆنی بەرەس III 538
مەجۆنی بەرشیشا کەبیر 34
مەجۆنی بوقرات 266
مەجۆنی بەللۆت 443
مەجۆنی بەژل پیلپیریش 443
مەجۆنی بۆئەلی 488
مەجۆنی بۆزۆری 266
مەجۆنی بەهی 339
مەجۆنی بینەپشە I 44
مەجۆنی بینەپشە II 319
مەجۆنی بینەپشە III 126
مەجۆنی بینەزد 488
مەجۆنی پەژاکسە 339
مەجۆنی پەیقرا 381
مەجۆنی پەیقرائی هاملە 556
مەجۆنی پولات 101
مەجۆنی پۆلۆنیا 489
مەجۆنی پۆدینە 381
مەجۆنی پینە 556

مەجوٚنی پیروزی نوش 79
مەجوٚنی تاباشیر 266
مەجوٚنی تەمری 303
مەجوٚنی تەمری هیندی 438
مەجوٚنی تورووپ لاشە 304
مەجوٚنی تورىبوت 319
مەجوٚنی جالالی خوتەنی 489
مەجوٚنی جالینوس 464
مەجوٚنی جالینوس جیگری 354
مەجوٚنی جویوز I 267
مەجوٚنی جویوز II 267
مەجوٚنی جوٚئدە 339
مەجوٚنی جینتیانا 609
مەجوٚنی چوٚپچین ئەلا 354
مەجوٚنی چیلغوزا 438
مەجوٚنی خوٚبسوٚلەدد 443
مەجوٚنی خوٚبسوٚلەددد موٚمسك ... 444
مەجوٚنی خوٚن 556
مەجوٚنی خیارشەنبەر 320
مەجوٚنی پوٚلوٚنیا 489
مەجوٚنی داوٚائیمشکی 176
مەجوٚنی دەبدبلوٚەرد I 64
مەجوٚنی دەبدبلوٚەرد II 355
مەجوٚنی دەبدبلوٚەرد III 396
مەجوٚنی راسەن 373
مەجوٚنی راهەت I 53
مەجوٚنی راهەت II 304
مەجوٚنی رەشد 490
مەجوٚنی رەوٚەن 373
مەجوٚنی زاراگزا 320
مەجوٚنی زەبب 101
مەجوٚنی زەر ئوٚنی 490
مەجوٚنی زەپەر 397
مەجوٚنی زورەمبات 381
مەجوٚنی زوٚپا 136
مەجوٚنی زوٚپائی سەغیر 209
مەجوٚنی زوٚپائی کەبیر 210
مەجوٚنی زیراوٚەندە 211
مەجوٚنی سانا 305
مەجوٚنی سانا موٚسهیل 126
مەجوٚنی سەرخەس 389
مەجوٚنی سەرئی 102
مەجوٚنی سەکبینەج 305
مەجوٚنی سەنجبرینا 79
مەجوٚنی سەنگبدانە 268
مەجوٚنی سوٚرونجان 423
مەجوٚنی سوٚقرات 80
مەجوٚنی سوٚئال 211
مەجوٚنی سوٚئال روٚتوٚبی 211
مەجوٚنی سوٚس 212
مەجوٚنی سوٚنبوٚل 356
مەجوٚنی غولپیاز 517
مەجوٚنی سوٚئلەپ 491
مەجوٚنی سل ریئەوٚی 228
مەجوٚنی سیسالیوٚس 102
مەجوٚنی شەیب 154
مەجوٚنی غاپەس 149
مەجوٚنی غوٚددە I 528

مەجۇنى غۇددە II 528
مەجۇنى غىياس 268
مەجۇنى قەپى 212
مەجۇنى قەنبىل 389
مەجۇنى قۇبئۇلمىلىك 213
مەجۇنى قۇرسى ئەفئا 492
مەجۇنى قۇستە 269
مەجۇنى كاۋاۋچىن 444
مەجۇنى كاسىرى رياھ 382
مەجۇنى كاكىنەچ 459
مەجۇنى كامازەريۇس 577
مەجۇنى كەشنىز 57
مەجۇنى كەلكىلانەج 397
مەجۇنى كەھرىۋا 492
مەجۇنى كۇندۇر I 445
مەجۇنى كۇندۇر II 493
مەجۇنى كۇندۇر مۇمسىك 305
مەجۇنى گۇلنار 445
مەجۇنى لوبوب 494
مەجۇنى لوبوبى مۆتىدىل 494
مەجۇنى لۇئلۇۋى 495
مەجۇنى ماددەتۇلھايات 78
مەجۇنى مازەريۇن 398
مەجۇنى ماسىكبەۋل 446
مەجۇنى مەرۋايىت 177
مەجۇنى مەسھا 495
مەجۇنى مەسھا مۇكەييىب 495
مەجۇنى مۇبەددىلۇلمىزاج 102
مەجۇنى مۇبەھەى 496
مەجۇنى مۇبەھەى ئەلا 496
مەجۇنى مۇبەھەى مۇكەييىب 496
مەجۇنى مۇپەتتىتۇلھاسات 477
مەجۇنى مۇخەللىس ئەكبەر 103
مەجۇنى مۇختەسەر 340
مەجۇنى مۇدىر 438
مەجۇنى مۇرمەككى 446
مەجۇنى مۇسھىل 321
مەجۇنى مۇسھىل چىلاپا 538
مەجۇنى مۇسھىل مۇرەككەپ 306
مەجۇنى مۇقەل 522
مەجۇنى مۇقەۋۋى 356
مەجۇنى مۇقەۋۋى قەلب 177
مەجۇنى مۇلۇكى 269
مەجۇنى مۇمسىك 497
مەجۇنى مۇنەفىس 213
مەجۇنى مۇھبىل 557
مەجۇنى مىئە 340
مەجۇنى مىشكى 357
مەجۇنى مىلھى ھىندى 65
مەجۇنى نانخا 269
مەجۇنى نۇجاھ 103
مەجۇنى نىسيان 80
مەجۇنى ھاپىزەلئەجساد 357
مەجۇنى ھەبىۇلغار I 382
مەجۇنى ھەبىۇلغار II 446
مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد I 478
مەجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد II 478
مەجۇنى ھورمۇل سەغىر 214

مەجۇنی ھورمۇل كەبىر 214
مەجۇنی ھېلىلە 398
مەجۇنی ئۇبھەل 383
مەجۇنی ئۇد 270
مەجۇنی ئىبن سىنا 497
مەجۇنی ئىبنی ماسويە 538
مەجۇنی ئىبنی ئىماد 270
مەجۇنی ئىترىفىل غۇدۇدی 529
مەجۇنی ئىختىلاپ 340
مەجۇنی ئىزخىر 271
مەجۇنی ئىستەمخىقۇن 399
مەجۇنی ئېچگىر 578
مەجۇنی ئىبنی ھىيل 271
مەجۇنی يەھيا 424
مەجۇنی ئايارەج 321
مۇجەررەبی بەرەس 539
مۇجەررەبی قاتئی دەم 612
مۇرابباِئی ئالما 271
مۇرابباِئی بادام 215
مۇرابباِئی بەھمەن 498
مۇرابباِئی بېھی 272
مۇرابباِئی بىنەپشە 215
مۇرابباِئی زەدەك 498
مۇرابباِئی زەنجىۋىل 465
مۇرابباِئی سۆئلەپ 499
مۇرابباِئی شاقاقۇل 499
مۇرابباِئی گىردىگان 500
مۇپەررىھی ئەۋرىشىم 178
مۇپەررىھی ئەزەم 178
مۇپەررىھی بارىد 65
مۇپەررىھی بارىد قەلبی 164
مۇپەررىھی بۇئەلی 179
مۇپەررىھی دىلكۇشاد بارىد 164
مۇپەررىھی دىلكۇشاد ھار 180
مۇپەررىھی دىلكۇشاد مۆتىدىل ... 180
مۇپەررىھی زۇمۇرەدی بارىد 165
مۇپەررىھی سەغىر بارىد 165
مۇپەررىھی سەغىر مۆتىدىل 180
مۇپەررىھی سەندەلەيىن 166
مۇپەررىھی سەھلىل ۋۇجۇر 181
مۇپەررىھی سۇسەنبىرى 181
مۇپەررىھی كەشنىز 58
مۇپەررىھی مۇنىشىت 182
مۇپەررىھی مۆتىدىل 182
مۇپەررىھی ھار 80
مۇپەررىھی ھار ئەسەبي 183
مۇپەررىھی ھار سەغىر 183
مۇپەررىھی ياقۇتی 184
مۇپەررىھی ياقۇت مۆتىدىل 81
مۇپەررىھی ياقۇتی مۆتىدىل 166
مۇپەررىھی ياقۇتی بارىد 184
مۇپەررىھی ياقۇتی بۇئەلی 185
مۇپەررىھی ياقۇتی ھار 185
مۇنزىجی بەدىيان 517
مۇنزىجی بەلغەم 119
مۇنزىجی ئىبغىزمان 408
مۇنزىجی ئىرقۇننىسا 409
نۇشدارى ئالىي 358

نۇشدارى سادده I 82
نۇشدارى سادده II 358
نۇشدارى لۇئلۇۋى 82
نۇپۇخى مۇئەتتىس 130
نۇپۇخى بۇخۇرى 590
نۇپۇخى پالەچ 104
نۇپۇخى رۇئاب 590
نۇپۇخى رۇئاب مۇجەررەب 612
نۇپۇخى سەكتە 119
نۇپۇخى سۇدائـ 34
نۇپۇخى سۇبات 119
نۇتۇلى ئەسەم 587
نۇتۇلى بۇخار 58
نۇتۇلى تەشەننۇج 104
نۇتۇلى جۇنۇن 104
نۇتۇلى خۇرۇجى مەقئەت 522
نۇتۇلى رەھىم 563
نۇتۇلى سەدرى 65
نۇتۇلى سەرسام 120
نۇتۇلى سەكتە 105
نۇتۇلى سەھەر 105
نۇتۇلى سۇدائـ 35
نۇتۇلى سۇدائى سەپراۋى 45
نۇتۇلى سۇدائى سەۋدائى 35
نۇتۇلى سۇدائى هار 45
نۇتۇلى سۇزاك 472
نۇتۇلى سۇبات 105
نۇتۇلى مۇپەتتىتۇلھاسات 479
نۇتۇلى مۇقەۋۋى 357
نۇتۇلى مۇنەۋۋىم 120
نۇتۇلى هابىس 557
نۇتۇلى هاپىزى جىنىيىن 557
نۇتۇلى هاسات I 479
نۇتۇلى هاسات II 479
نۇتۇلى هاسات III 480
نۇتۇلى ئىستىرخا 106
نۇقۇئى ئەينۇلا 155
نۇقۇئى پەۋاكسە 127
نۇقۇئى تۇخۇمى ئانار 66
نۇقۇئى خىيارشەنبەر 373
نۇقۇئى رەجەپ 511
نۇقۇئى سەبرە I 35
نۇقۇئى سەبرە II 36
نۇقۇئى سەبرە III 45
نۇقۇئى كەشنىز 127
نۇقۇئى مۇرەتتىب 46
نۇقۇئى مۇسھىل 46
نۇقۇئى مۇشەھھى 272
نۇقۇئى ھامىز I 120
نۇقۇئى ھامىز II 590
نۇقۇئى ھىلىلە I 47
نۇقۇئى ھىلىلە II 128
ھەببى ئازاراقى 424
ھەببى ئەتشە 615
ھەببى ئەفتىمۇن 128
ھەببى ئەفسەنتىن 399
ھەببى ئەپيۇن 500
ھەببى ئەقرە 558

هەببی ئەنبەر 83
هەببی ئەنجۇر 322
هەببی بادىشكەن 383
هەببی بالەنگو 83
هەببی بەرەس 539
هەببی بەرسا 425
هەببی بەريما 425
هەببی بەھەق 540
هەببی بەھرام 374
هەببی بەھەمەتۇسسەۋت 603
هەببی مۇرمەككى 106
هەببی بىنەپشە I 47
هەببی بىنەپشە II 129
هەببی بىنەپشە III 215
هەببی بىنەپشە مۇرخى 216
هەببی پالەچ 106
هەببی مۇسھىلى پەرپىيۇن 541
هەببی تاباشىر قابىز 341
هەببی تاباشىر مۇلەيىين 323
هەببی تەشەننۇج 107
هەببی تەنكار 383
هەببی تۇربۇت 587
هەببی تۇربۇت مۇسەككىن 426
هەببی تۇربۇت مۇسھىل 107
هەببی جالىنۇس 500
هەببی جەدۋار ئەپيۇنى 501
هەببی جەدۋار كەبىر 83
هەببی خانازىر 529
هەببی خۇش كەيپ 501
هەببی خىزران 530
هەببی دائۇلسۇئلەپ بەلغمى 514
هەببی دائۇلسۇئلەپ سەپراۋى 514
هەببی دائۇلسۇئلەپ مۇرەككەپ ... 515
هەببی دىدان I 323
هەببی دىدان II 323
هەببی دىق 149
هەببی رەۋەن 374
هەببی رەئىشە 107
هەببی رىشاد مۇمسىك 504
هەببی زاراڭزا 150
هەببی زەنجىۋىل 324
هەببی زەھرە 341
هەببی زەھەب I 578
هەببی زەھەب II 579
هەببی زەھەب III 579
هەببی زەھەب IV 579
هەببی زەيبەق 473
هەببی زەيق 216
هەببی سەبرە I 374
هەببی سەبرە II 375
هەببی سەبرە رىئەۋى 216
هەببی سەبرە مالىخۇلىيائى 108
هەببی سەبرە مۇسەككىن 426
هەببی سەدرى 217
هەببی سەرئى 108
هەببی سەكبىنەج 426
هەببی سەممۇلغار I 155
هەببی سەممۇلغار II 427

هەبى سەهلىل ژۇجۇر 465
هەبى سۆرۇنجان I 409
هەبى سۆرۇنجان II 427
هەبى سۆرۇنجان III 429
هەبى سۆرۇنجان IV 428
هەبى سۆرۇنجان مۇسەككىن - - - 429
هەبى سۇئال I 217
هەبى سۇئال II 217
هەبى سۇئال III 228
هەبى سۇئال ئەتقالى 218
هەبى سۇئال هار 218
هەبى سۇئال يابىس 219
هەبى سۆزنەك I 460
هەبى سۆزنەك II 460
هەبى سماب 502
هەبى سماب مۇمسىك 502
هەبى سۇماق 306
هەبى سىيادان 540
هەبى شاھتەررە 512
هەبى شەترەنجى 108
هەبى شەبيار I 580
هەبى شەبيار II 580
هەبى شەبيار III 580
هەبى شەبيار IV 581
هەبى شىپا I 48
هەبى شىپا II 48
هەبى شىپا III 48
هەبى شىپا IV 503
هەبى غارىقۇن I 400
هەبى غارىقۇن II 219
هەبى غاپەس 375
هەبى قەيسەر 273
هەبى قوقىيا I 36
هەبى قوقىيا II 121
هەبى قۇرسى ئەفئا 503
هەبى قۇلۇنجى 307
هەبى قۇلۇنجى سابۇنى 307
هەبى كافۇر 150
هەبى كەبىر 610
هەبى كەھرىۋا 342
هەبى كۆتۇۋالى 109
هەبى كىبرىت 384
هەبى لاجۇۋەرد 121
هەبى لەقۇا 109
هەبى لوبوب 150
هەبى مازەريۇن 376
هەبى مەستىكى 219
هەبى مەنتىن كەبىر 410
هەبى مەۋىز 54
هەبى مۇپاسىل 429
هەبى مۇپاسىل سەۋداۋى 429
هەبى مۇپاسىل هار 430
هەبى مۇپەتتىتۇلھاسات 480
هەبى مۇخرىج I 410
هەبى مۇخرىج II 541
هەبى مۇسەككىن 307
هەبى مۇسەككىر 84
هەبى مۇسھىلى پەرپىيۇن 541

هەببی مۇسهىلى سەۋدا 121
هەببی مۇشەهى 273
هەببی مۇقەل I 522
هەببی مۇقەل II 523
هەببی مۇقەل III 523
هەببی مۇقەل IV 524
هەببی مۇقەل V 524
هەببی مۇقەل VI 525
هەببی مۇمسك I 447
هەببی مۇمسك II 447
هەببی مۇمسك III 448
هەببی مۇمسك IV 342
هەببی مۇمسك قابز 342
هەببی مۇنشت 85
هەببی نارمشکی 274
هەببی نەزلە 137
هەببی نىشاد 220
هەببی نۇقرەس 430
هەببی هەببۇلمۇلۇك 307
هەببی هەجەری ئەرمنی 156
هەببی هەنزەل 308
هەببی هورمۇل 460
هەببی هوماما 274
هەببی هېللە I 49
هەببی هېللە II 151
هەببی هېللە III 376
هەببی هىلتىت 156
هەببی هىندی 220
هەببی ئۇستقۇددۇس 66
هەببی ۋاسلی 530
هەببی ئىترىفىل ئازاراقی 430
هەببی ئىختىلاج 109
هەببی ئىخراجی مەشمە 558
هەببی ئىرقۇننسا هار 410
هەببی ئىستەمخىقۇن 85
هەببی ئىستىسقا 376
هەببی ئىسرائىل 308
هەببی ئىشرەت 110
هەببی ئىمساك I 448
هەببی ئىمساك II 504
هەببی ئىمساك ئەپيۇنی 504
هەببی ئايارەج I 37
هەببی ئايارەج II 110
هەببی ئايارەج III 377
هەببی ئايارەج پەيقرا I 110
هەربره 66
هۆقنەئی ئەنزروت 564
هۆقنەئی پوستی ئانار 389
هۆقنەئی تۇتۇ مەددە 390
هۆقنەئی رەهىم 564
هۆقنەئی شىبىت 564
هۆقنەئی مەددە I 390
هۆقنەئی مەددە II 390
هۆقنەئی هەيز I 559
هۆقنەئی هەيز II 559
ئوكۇلی كالىيزىرە 548
ئوكۇلی مەرزەنجۇش 221
ۋۇجۇری سەرئی 111

ژۇجۇرى ئۇممۇسسىبيان 111
ژۇجۇرى غەشيان 293
ئىترىفىل ئەفتىمۇن 37
ئىترىفىل بەدىيان 581
ئىترىفىل بەرەس 542
ئىترىفىل زامان 85
ئىترىفىل سانا 49
ئىترىفىل سەغىر 38
ئىترىفىل شاھتەررە 512
ئىترىفىل غۇددە 530
ئىترىفىل كەبىر I 86
ئىترىفىل كەبىر II 275
ئىترىفىل كەشنىز 50
ئىترىفىل كەشنىز مۇزەئپەر 67
ئىترىفىل كەشنىز مۇلەييىن 55
ئىترىفىل مۇسھىل 122
ئىترىفىل مۇقەل 525
ئىترىفىل مۇلەييىن 67
ئىترىفىل ھامان 542
ئىترىفىل ئۇستقۇددۇس I 87
ئىترىفىل ئۇستقۇددۇس II 87
ئىترىفىل ئۇزۇم 505
ئايارەج بارىد 50
ئايارەج پەيقىرا II 51
ئايارەج جالىنۇس 512
يارەج لوغانزىيا 543
ياقۇتى بۇئەلى 111
ياقۇتى مۇقەۋۋى 87
ياقۇتى مۆتىدىل 186

جۇڭگو تېببىي قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى

ئالتىنچى جىلد

(دورا ياسالمىلىرى ئىلمى)

ئاپتورى: مۇتىئۇللا قارى ھاجى، ئابدۇخالىق قارى ئىسمائىل

ئېلى ھاجى قۇربانىنىياز

مەسئۇل مۇھەررىرى: ئىسھاقجان مەھمۇد

مەسئۇل كوررېكتورى: چولپان تۇرسۇن، زۆھرەگۈل سىدىق

مۇقاۋا ۋە بېزەك لايىھىلىگۈچى: ئەنۋەر قاسىم

بەت ياسىغۇچى: شىنجاڭ دىلسىن ئېلېكترون پەن - تېخنىكا تەرەققىيات چەكلىك شىركىتى

نەشرقىلغۇچى: شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئادرېسى: ئۈرۈمچى شەھىرى بۇلاقبېشى كوچىسى 196 - قورۇ

تور ئادرېسى: http://www.xjpsp.com

باسقۇچى: بېيجىڭ چەت ئەل يېزىقى باسما زاۋۇتى

تارقاتقۇچى: شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى

نەشرى: 2009 - يىلى 8 - ئاي 2 - نەشرى

بېسىلىشى: 2009 - يىلى 9 - ئاي 1 - قېتىم بېسىلىشى

فورماتى: 1194×889 م م 1/16 كەسلەم 44 باسما تاۋاق قىستۇرما بەت 4

خەت سانى: 704 مىڭ خەت

كىتاب نومۇرى: ISBN 978-7-5372-4596-8

تىراژى: 3000 — 1

باھاسى: 280.00 يۈەن

تارقىتىش بۆلۈمى تېلېفون نومۇرى: 2823055 (0991) پوچتا نومۇرى: 830001