جونگگو تیبیی قاموسی تارماق توملی

ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى

ئوچىنچى جىلد

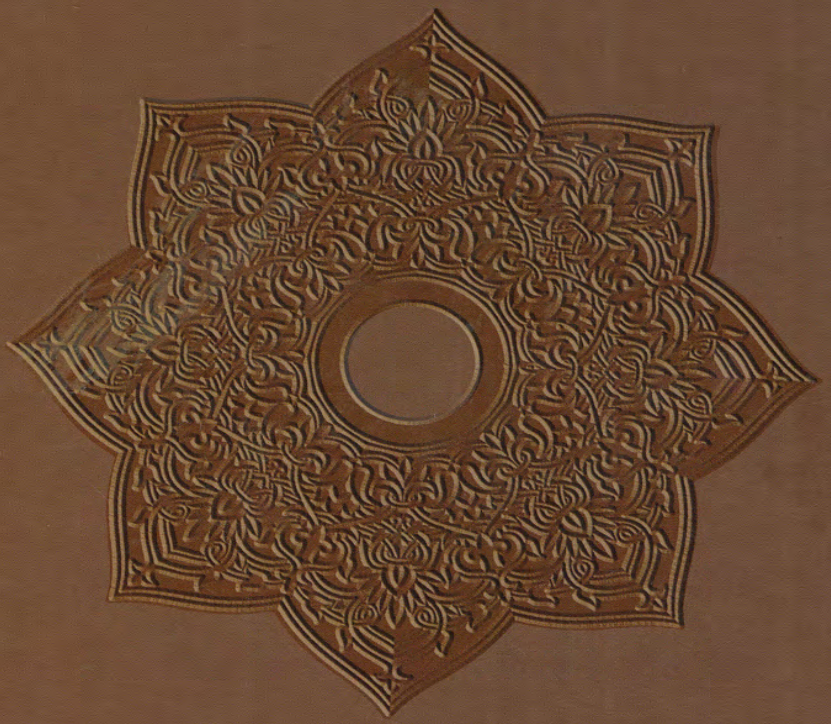
شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى

3

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ISBN 978-7-5372-4593-7
9 787537 245937 >
定价：145.00 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

ئۈچىنچى جىلد

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

图书在版编目(CIP)数据

维吾尔医外科学：维吾尔文 / 祖农·卡日、阿布都卡德尔·买买提等编写. — 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：3）
ISBN 978－7－5372－4593－7

Ⅰ.①维… Ⅱ.①祖 …②阿 … Ⅲ.①维吾尔族 — 民族医学：外科学－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 146321 号

编　　写：祖农·卡日、阿布都卡德尔·买买提等
责任编辑：易沙克江·马合穆德
责任校对：伊河山·伊明江、艾合买提江·司马义
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　　22.5　印张　插页 4
字　　数：360 千字
书　　号：ISBN 978-7-5372-4593-7
印　　数：1 — 3000
定　　价：145.00 元

发行科联系电话：（0991）2823055　邮编：830001

«جۇڭگو تېببىي قامۇسى» تەھرىر ھەيئىتى

مۇدىر ھەيئەت: چېن شىنجۇڭ

مۇئاۋىن مۇدىر ھەيئەتلەر: خۇاڭ جياسى، لى جۇڭپۇ، گو زىخېڭ، ۋۇ جېپىڭ، تۇ تۇڭجىن، شى مېيشىن، جاۋ شۇۋۇ

باش كاتىپ: چىن خەيفېڭ

مۇئاۋىن باش كاتىپلار: شى دېيەنباڭ، فېڭ گۇاڭ، جۇ كېۋىن، دەي زىيىڭ

ھەيئەتلەر: (فامىلە خەت سىزىقىنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكى بويىچە ئېلىندى) دىڭ جىڭفىڭ، تۇدېڭسىرىن، مافېيخەي، ۋاڭ يى (ئايال)، ۋاڭ يۈچۈەن، ۋاڭ شىجىن، ۋاڭ يۇڭجى، ۋاڭ يۇڭگۇي، ۋاڭ گۇاڭچىڭ، ۋاڭ شۇشىەن، ۋاڭ جىۋۇ، ۋاڭ گۇەنلياڭ، ۋاڭ شۇتەي، ۋاڭ شۇجېن (ئايال)، ۋاڭ پېڭچېڭ، ۋاڭ دېجىەن، ۋاڭ خەنجاڭ، ماۋ ۋېنشۇ (ئايال)، ماۋ شۇبەي، دېڭ جايدۇڭ، شى ماۋنيەن، شى مېيشىن، لۇ خۇيلىن، لۇ جىڭشۇەن، يې گۇڭشاۋ (ئايال)، يۇ كۇن، شى يۈچۈەن، بەي چىڭيۇن، كۇاڭ خېلىڭ، فېڭ گۇاڭ (ئايال)، لەن شىچۇن، سى تۇلياڭ، بى شې، لۇي بىڭكۇي، چۇ مىەنيۇ، جۇ چاۋ، جۇ رېنباۋ، جۇ كېۋىن، جۇ يۇخۇي، جۇ خۇڭيىڭ، جۇ جىمىڭ، جۇ لىڭچىڭ، رېن يىڭچيۇ، لىۋ شىجې، لىۋ يۇجىڭ، لىۋ يۇگۇ، مى بەيراڭ، سۇن جۇڭلياڭ، سۇن رۇيزۇڭ، سۇ دېلۇڭ، دۇنيەنزۇ، ياڭ يىيا، ياڭ گولياڭ، ياڭ شۇچىڭ، ياڭ مىڭدىڭ، ياڭ ساۋچېن، لى كۇن، لى يۇڭچۇن، لى باۋشى، لى جىڭۋېي، لى جىنجى، لى جاۋتې، لى سۇڭپۇ، ۋۇجىلى، ۋۇ جىجۇڭ، ۋۇ جىيېپىڭ، ۋۇ يىڭكەي، ۋۇ جىڭجىەن، ۋۇ شاۋچىڭ، ۋۇ شىەنجۇڭ، ۋۇ يىگۇ، ۋۇ خېشىڭ، سۇ ۋېيرەن، يۇخې، سۇڭ جىڭدەن، جى فۇيۇەن، جاڭ شىياڭ، جاڭ شېشىەن، جاڭ لىفەن، جاڭ شياۋچيەن، جاڭ چاڭيىڭ، جاڭ زېسىڭ، جاڭ شۇيۇڭ، جاڭ دىسىڭ، جاڭ يۈنچاڭ، لۇرۇشەن، چېن شىن، چېن جۇڭۋېي، چىن مىڭجىن، چېن گوجىن، چېن خەيفىڭ، چېن خاۋجۇ، لىن چاۋجى (ئايال)، لىن كېچۇن، لىن ياگۇ، يۇ جىفېي، شياڭ تيەنيۇ، لو يۈەنكەي، لوجىچېڭ، جى جۇڭپۇ، ئىسھاقجان مەھمۇد، جۇجىڭخۇاڭ، جۇ مىڭجۇن (ئايال)، جېڭ لىنفەن، مېڭ جىماۋ، جاۋ بىڭنەن، جاۋ شۇۋۇ، رۇڭ دۇشەن، خۇچۇنكۇي، خۇ شىمىڭ، جۇڭ شۈلى، جۇڭ خۇيلەن، خۇ زۇڭلىيەن، يۇ كېجۇڭ، شى دىيەنباڭ، جياڭ چۇنخۇا، خۇڭ زىيۇن، شياجىڭيى، گۇ شۈجى، گۇ سۇييۇ، چىەن دې، شۇ شىنجۇڭ، شۇ فېڭيەن، لىڭ خۇييياڭ، گو دې، گو نەيچۇن، گوزىخېڭ، گو بېڭكۇەن، گوچۇەنچىڭ، گوجېنچيۇ، گو جىڭيۇەن، تاڭ يۇجى، تۇ تۇڭجىن، جۇ فۇتاڭ، تاۋ خېڭلې، خۇاڭلياڭ (ئايال)، خۇاڭ ۋېندۇڭ، خۇاڭ ياۋشېن، خۇاڭ جياسى، خۇاڭ جىڭشياڭ، خۇاڭ شېنۇۋۇ، ساۋ جۇڭلياڭ، گەي باۋخۇاڭ، لياڭ جىچۇەن، دۇڭ جۇن، دۇڭ چېڭلاڭ، جاڭ يۇتۇ، خەن گۇۋاڭ، چىڭ جىفەن، فۇ فېڭيۇڭ، تۇڭ ئېرچاڭ، زېڭ شيەنجيۇ، شې رۇڭ، شى شاۋۋېن، چيۇ فازۇ، سەي رۇڭ، سەي چياۋ، سەي خۇڭداۋ، دەي زىيىڭ.

《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　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　黄耀燊　黄家驷　黄祯祥
黄绳武　曹钟梁　盖宝璜　梁植权　董　郡　董承琅　蒋豫图
韩　光　程之范　傅丰永　童尔昌　曾宪九　谢　荣　谢少文
裘法祖　蔡　荣　蔡　翘　蔡宏道　戴自英

«جۇڭگو تېببىي قامۇسى» تارماق تومى ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى تەھرىر ھەيئىتى

باش مۇھەررىر:

ئىسھاقجان مەھمۇد (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى)

مۇئاۋىن باش مۇھەررلەر:

سۇن جيەندې (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنى)

ئابدۇلھەق رەھمۇتۇللا (شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى)

باۋۇدۇن جامالىدىن (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسى)

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)

يېزىشقا قاتناشقانلار: قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسىدىن زۇنۇن قارى، ئابدۇقادىر مۇھەممەت، مۇھەممەت مۇسا، مۇھەممەت ئىلى مەھمۇد، ئابدۇلھېمىد ھاشىم، ئىبراھىم بارات، ئابدۇرىشىت قارى

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

سۇنۇقچىلىق قىسمىنى رەتلىگۈچى: قەشقەر ۋىلايەتلىك تېببىي مەكتەپتىن: غوپۇر ئىمىن

دەسلەپكى نۇسخىسىنى رەتلىگۈچى: ئابدۇلھەق رەھمۇتۇللا

نەشرگە تەييارلىغۇچى: ياسىن زۇنۇن

مەسئۇل مۇھەررىر: ئىسھاقجان مەھمۇد

كورېكتورلار: ئېھسان ئىمىنجان، ئەخمەتجان ئىسمائىل

《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：孙建德　(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：阿不都热依木·哈德尔　(新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所)

参加编写者：新疆喀什地区维吾尔医医院：祖农·卡日
阿不都卡的尔·买买提、穆哈木德·木沙
买买提力·马合木德、阿不力米提·阿西木
依布拉音·巴拉提、阿不都热西提·卡日
克孜勒苏柯尔克孜自治州维吾尔医骨科医院：
沙木沙克·吾斯搭
骨折部分整理：喀什地区卫生学校：吾甫尔·依明
初稿整理：阿布拉克·热木杜拉
编　　辑：亚森·祖农
责任编辑：易沙克江·马合穆德
校　　对：伊河山·伊明、艾合买提江·依斯玛义

قايتا نەشرگە كىرىش سۆز

ئۇيغۇر تېببابتى ئۇيغۇر خەلقىنىڭ، جۈملىدىن ئوتتۇرا ـ مەركىزي ئاسىيا خەلقلىرىنىڭ ئالەم ۋە ئادەمنى بىلىش جەريانىدا بارلىققا كەلگەن ساقلىقنى ساقلاش، كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش، داۋالاش تەجرىبىلىرىنىڭ يەكۈنىدىن شەكىللەنگەن ئىلمىي سىستېما بولۇپ، ئۇ 2500 يىلدىن ئارتۇق يازما تارىخقا ئىگە.

ئۇيغۇر تېببابتى ئىلمى ئوت، سۇ، ھاۋا ۋە تۇپراقتىن ئىبارەت تۆت زات تەلىماتى ۋە تۆت زاتنىڭ ھاسىلاتى بولغان مىزاج، خىلىت، ئەزا، قۇۋۋەت، روھ، ساقلىق ۋە كېسەللىكنى پەرقلەندۈرۈش، ساقلىق ساقلاش، كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش، كېسەللىكلەرنى تۈرلەرگە بۆلۈش، تونۇش، پەرقلەندۈرۈش، داۋالاش قاتارلىق سىستېمىلار ئاساسىدا تەرەققىي قىلىپ مۇكەممەللىشىپ زامانىمىزغىچە يېتىپ كەلدى.

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

ئىپتىدائىي ئەم ـ ئىرىمچىلىك ئاساسىدا تەرەققىي قىلغان ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكى ئىنسانىيەتتە يېزىق پەيدا بولغاندىن باشلاپ ئۆزىنىڭ تېببابەتچىلىك تەجرىبىلىرىنى خاتىرىلەپ، كېيىنكى ئەۋلادلارغا مىراس قىلىپ قالدۇرغان. بۇنىڭ بىلەن ئۇيغۇر تېببابەت ئىللاملىرىنىڭ تېببابەتچىلىككە ئائىت يازما ئەسەرلىرى خېلىلا مۇكەممەل مەزمۇندا يېزىلىپ، ئەۋلادتىن ـ ئەۋلادقا داۋاملىشىپ، زامانىمىزغىچە يېتىپ كەلگەن.

سەھىيە مىنىستىرلىقىنىڭ يولىيورۇقى، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ تەشكىللىشى بىلەن 1979 ـ يىلىدىن 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 تېببابەت تارىخىدا «ئۇيغۇر تېببابەت قامۇسى» نى تۈزۈش ئىلمى قوشۇنى تۈنجى قېتىم بارلىققا كېلىپ، بۇ تارىخىي ۋەزىپىنى ئورۇنداشقا مۇكەممەل ئاساس سېلىندى.

ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكىنىڭ داۋالاش تەجرىبىلىرى ئاساسىدا قەدىمكى ئەسەرلەرنى مەنبە؛ ئۇنىڭ

هازىرقى زامان تەرەققىياتىنى ئەكس ئەتتۈرۈشنى ئۆلچەم؛ كەڭ خەلق ئاممىسىنىڭ بىۋاستە پايدىلىنىشىنى مەقسەت؛ ئاممىباب، چۈشىنىشلىك بولۇشنى ئىپادىلەش ئۇسۇلى قىلغان ئالىم ـ مۇتەخەسسىسلەر قوشۇنىنىڭ ئۇزاق يىل جاپالىق ئىزدىنىشى ۋە قان ـ تەر تۆكۈشى نەتىجىسىدە 1979 ـ يىلىدىن 1995 ـ يىلىغىچە بولغان مەزگىلدە، مۇكەممەل قامۇس بولۇپ تۈزۈلگەن يەتتە قىسىملىق قامۇس ئەسىرنىڭ ئالدىنقى بەش تومى كەينى ـ كەينىدىن نەشر قىلىنىپ تارقىتىلىپ، كەڭ خەلق ئاممىسىنىڭ قارشى ئېلىشىغا ئېرىشتى. بۇ ئۇيغۇر تېبابىتى تارىخىدىكى، شۇنداقلا ئۇيغۇر مەدەنىيەت تارىخىدىكى زور تارىخىي ئەمگەك بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

قامۇس نەشر قىلىنىپ تارقىتىلغاندىن كېيىن ئۇنىڭغا مۇناسىۋەتلىك ساھە، تارماقلارنىڭ مۇئەييەنلەشتۈرۈشىگە ئېرىشىپ، ھەرقايسى ئەللەردىكى ئۇيغۇر تېبابىتىنى تەتقىق قىلغۇچىلار، ئۆگەنگۈچىلەر ۋە ئۇنىڭ بىلەن شۇغۇللانغۇچىلار ھەم جامائەتچىلىكنىڭ دىققەت ـ نەزىرىنى قوزغاپ، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئىلمى سىستېمىسىنىڭ تېخىمۇ مۇكەممەللىشىشى ھەم دۇنياغا تونۇلۇشىغا تۈرتكە بولدى.

بۇ قېتىم «جۇڭگو تېببىي قامۇسى» نىڭ تارماق تومى «ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى» نىڭ ئەسلىي مەزمۇنىنى قوغداش، نەچچە مىڭ يىللىق ئىلمىي سىناقنىڭ مۇكەممەل نەتىجىلىرىنى قايتا گەۋدىلەندۈرۈش، ئۇيغۇر تېبابىتىنى تەتقىق قىلماقچى، ئۆگەنمەكچى بولغانلارنىڭ يۆنىلىش بەلگىلۈىشىغا قۇلايلىق يارىتىش ۋە كەڭ خەلق ئاممىسىنىڭ «ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى» غا بولغان ئېھتىياجىنى قاندۇرۇشنى نەزەردە تۇتۇپ، «ئۇيغۇر تېبابىتى قامۇسى يەككە دوراللار قىسمى» ۋە «ئۇيغۇر تېبابىتى قامۇسى ئاياللار ـ بالىلار كېسەللىكلىرى قىسمى» نى تولۇقلاپ، مۇكەممەللەشتۈرۈپ تۈزۈپ، ئىككىنچى قېتىم نەشر قىلىپ تارقاتتۇق ۋە ئۇنى دۆلىتىمىز قۇرۇلغانلىقىنىڭ 60 يىللىقىغا سۇۋغا قىلدۇق.

بىز «ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى» نىڭ ئىككىنچى قېتىم بېسىلىش ۋە تولۇقلاپ نەشر قىلىنىش جەريانىدىكى تۈرلۈك خىزمەتلىرىمىزنى قوللاپ، مۇتەخەسسىسلەرنى تەشكىللەپ بەرگەن ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىگە، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئىدارىسىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەت 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 بىلەن ياد ئېتىمىز!

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

2009 ـ يىل ئىيۇل

كىرىش سۆز

«جۇڭگو تېببىي قامۇسى» تارماق تومى « ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى» نىڭ ئۇچىنچى جىلدى « ئۇيغۇر تېبابىتى تاشقى كېسەللىك ئىلمى» نىڭ نەشردىن چىقىشى ئۇيغۇر تېبابەت تېببىي دوريگەرلىك ئىشلىرىغا تېخىمۇ ئىلگىرىلىگەن ھالدا ۋارىسلىق قىلىش ۋە ئۇنى راۋاجلاندۇرۇشتا چوڭ ئىش، شۇنداقلا ۋەتەن تېبابىتىگە قوشۇلغان تۆھپە.

«ئۇيغۇر تېبابىتى تاشقى كېسەللىك ئىلمى» «ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى» نىڭ مۇھىم تەركىبىي قىسمى بولۇپ، مەزكۇر جىلد باشقا جىلدلارغا ئوخشاش سەھىيە مىنىستىرلىقىنىڭ بىر تۈتاش ئورۇنلاشتۇرۇشى ۋە شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ كۆڭۈل بۆلۈپ تەشكىللىشى ھەم مالىيە جەھەتتىن قوللىشى ئارقىسىدا كلاسسىك ئەسەرلەرنى رەتلەش ئاساسىدا مەيدانغا كەلگەن.

«ئۇيغۇر تېبابىتى تاشقى كېسەللىك ئىلمى» تېرە كېسەللىكى، مەقئەت كېسەللىكى، يۇزە بەزلەر كېسەللىكى، سەرتان كېسەللىكى، يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ ھەرخىل زەخمىلىنىشى، زەھەرلىك يىلان ھەم ھاشاراتلار چېقىشى، سۇنۇق بىلەن چىقىقلار شۇنداقلا بىر قىسىم سۆڭەك كېسەللىكلىرىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. بۇ نۇسخا پىشقەدەم تېۋىپلىرىمىز بىلەن تېڭىقچىلىرىمىزنىڭ ئالاقىدار كلاسسىك ئەسەرلىرىدىن رەتلەپ چىقىلغان سىناق نۇسخا. ئالىي تېخنىكوم دەرسلىكى، مەرھۇم تۇردى مۇھەممەت ئاخۇننىڭ «ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى قوللانمىسى»، مەرھۇم باياخۇن ئېزىزنىڭ «ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئىلمى ساۋاتلىرى»، مەرھۇم سامساق ئۇستىنىڭ «سۇنۇقچىلىق ـ تېڭىقچىلىق جەھەتتىكى قىممەتلىك تەجرىبىلىرى» ۋە « ئىكسىر ئەزەم » قاتارلىق كىتابلاردىن پايدىلىنىپ نەشرگە تەييارلاندى. بۇ جىلددىكى ھەرقايسى كېسەللىكنىڭ تەرپى، كېسەللىك سەۋەبچىسى بىلەن ئامىلى، كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇش مېخانىزمى، كېسەللىكلەرگە دىئاگنوز قويۇش پرىنسىپى بىلەن داۋالاش پرىنسىپى ھەمدە داۋالاش ۋە پەرۋىش تەدبىرلىرى قاتارلىق مەزمۇنلار قامۇس يېزىشتىكى تولۇق بولۇش، يېڭى بولۇش ۋە مۇكەممەل بولۇش تەلىپىگە ئاساسەن

رەتلىنىپ، پۈتۈنلەي ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ كلىنىكىلىق نەزەريىلىرى بىلەن كلىنىكىلىق ئەمەلىيىتى بويىچە ئىخچام، چۈشىنىشلىك قىلىپ شەرھلەندى. شۇڭلاشقا بۇ جىلد بىرقەدەر تولۇق ۋە بىرقەدەر مۇكەممەل بولۇپ، ياش ۋە ئوتتۇرا ياش تېببىي دوختۇرخانىلار شۇنداقلا ئۇيغۇر تېبابىتى ئالىي تېخنىكومىدىكى ئوقۇتقۇچى ۋە ئوقۇغۇچىلار ئۈچۈن ياخشى پايدىلىنىش ماتېرىيالى بولالايدۇ. بىراق سەۋىيىمىزنىڭ چەكلىكلىكى، تەجرىبىمىزنىڭ كەملىكى قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بەزى كەمچىلىك ـ خاتالىقلار-دىن خالىي بولالماسلىقىمىز تەبىئىي. كىتابخانىلارنىڭ قىممەتلىك تەنقىد ۋە تەكلىپ بېرىشىنى ئۈمىد قىلىمىز.

مەزكۇر جىلدنىڭ سىناق نۇسخىسىنى ئاپتورلار يازغان ئاساستا يولداش ئابدۇلھەق رەھمۇتۇللا كۆپ ئەجىر سىڭدۈردى. كەم مەزمۇنلارنى بولۇپمۇ سۈنۇق ھەم چىقىنى ئۆز ئىچىگە ئالغان مەزمۇنلارنى ئالاقىدار قەدىمىي ئەسەرلەردىن تەرجىمە قىلىپ تولۇقلاشتا، ئاپتونوم رايۇنلۇق ئۇيغۇر تېبابەت تەتقىقات ئورنىدىن يولداش ئېھسان ئىمىن جان، گۈلنۇر ئالىمجان، ئەنۋەر توختى قاتارلىق ياش ئۇيغۇر تېبابەت خادىملىرى ۋە يولداش ئەخمەتجان ئىسمائىل ئاققا كۆچۈرۈش بىلەن كوررېكتورلۇق خىزمەتلىرىنى ئاكتىپ ئىشلىدى. پېشقەدەم مۇدىر تېۋىپ ئابدۇلھەمىد يۈسۈپ ھاجى قىممەتلىك پىكىر ـ تەكلىپلەرنى بېرىپ تۇردى. شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى مەزكۇر جىلدنىڭ چىقىشىنى قوللىدى. شۇڭا، يۇقىرىدا يېزىلغان ئورۇن ھەم شەخسلەرگە كۆپ رەھمەت ئېيتىمىز.

«ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى» ئىشخانىسى
1991 ـ يىل 4 ـ ئاي

مۇندەرىجە

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك تاشقى كېسەللىك ئىلمى ھەققىدە 1

تېرە كېسەللىكلىرى قىسمى
تېرە رەڭگى ئۆزگىرىدىغان كېسەللىكلەر

ئاقكېسەل 7
قارا داغ كېسىلى 21
داغ ۋە سەپكۇن 22
مەك 25
تېرە كۆكىرىش 26
تېرە رەڭگىنىك ئۆزگىرىشى 27
قىزىل تۇمشۇق 29

تەمرەتكە كېسەللىكلىرى

گۇللۇك تەمرەتكە 31
ھۆل تەمرەتكە 32
نېرۋىلىق تەمرەتكە 37
تەڭگىسىمان تەمرەتكە 38
باش تەمرەتكىسى 41
باشنىك ھۆل تەمرەتكىسى 41
باشنىك قۇرۇق تەمرەتكىسى 42

يۇقۇملىنىشتىن پەيدا بولىدىغان تېرە كېسەللىكلىرى

قىچىشقاق (قوتۇر) 45
كۆز يارىسى (قارا يەل، سىفلىس) 48

ماخاۋ 54
چىيقان 58
غەلۋىرەك 60
ھۆكۈنەك توقۇلما ياللۇغى 62
تىلما كېسىلى 66
يىرىڭلىق بەز ياللۇغى 69
يىرىڭلىق ئىششىق 71
كۆكسىنە (سەينەك) 73
كۆيدۇرگە كېسىلى 75
ئەمچەك ياللۇغى 79
قارا سان كېسىلى 81
چاشقان يارىسى 84
چىقىملار 90
ئاقما 92

2

تېرىنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

دانىخورەك 97
يەلتاشما 99
قىچىشما (ئەسۋىلىك قىچىشىش كېسىلى) 101
چالاش كېسىلى 104
چاچرانتۇ 107
گۆشخور چاقا 109
ياتاق يارىسى 111
تېرىنىڭ ياغلىشىش كېسىلى 112
كۆپ تەرلەش (كەسرەتى ئەرەق) 114
سېسىق تەرلەش 118
تېرە كېپەكلىشىش 119
تېرە يېرىلىش 120
پاچاق يارىسى 122

ئاغرىقسىز ئىششىق 123
خەتىلىكىنىڭ ئۆرۈلمەسلىكى 125
بۆرە چاقا كېسىلى 125

سوك (مەقئەت) كېسەللىكلىرى

بوۋاسىر 132
مەقئەت يېرىلىش 141
سوك چىقىش 143
سوك يالۇغى 147
سوك يىرىڭلىق ئاقمىسى 149
سوك قىچىشىش 150

تىرناق كېسەللىكلىرى

تىرناقنىڭ يۇلۇنۇپ چىقىشى 152
پور تىرناق 153
تىرناققا ئاق چۇشۇش 154
تىرناق سارغىيىپ قېلىش 155
تىرناقنىڭ زەخمىلىرى 156

چاچ كېسەللىكلىرى

چاچ چۇشۇش 157
چاچ ئاقىرىش 163
سىدام باش 167
چاچنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى 169

تېرە ئۆسمە كېسەللىكلىرى

سۆگەل 171

توپۇق 173
پوقاق 175
تېرىدىكى يامان سۈپەتلىك ئۆسمە 176

كۆيۈك بىلەن ئۇششۇك ۋە زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ چېقىشى

كۆيۈك 185
ئۇششۇك 189
زەھەرلىك يىلان چېقىۋېلىش 190
چايان چېقىۋېلىش 193
ھەرە چېقىۋېلىش 194

يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخمىلىنىشى

بەدەندىكى يۇزە توقۇلمىلارنىڭ يېپىق زەخمىلىنىشى 196
ئىچكى ئەزالارنىڭ يېپىق زەخمىلىنىشى 199
مېڭىنىڭ زەخمىلىنىشى 199
ئۆپكىنىڭ زەخمىلىنىشى 201
تال بىلەن جىگەر زەخمىلىنىش 201
بۆرەك زەخمىلىنىش 202
ئوچۇق زەخمىلىنىش 202
كېسىلگەن جاراھەت 203
تىتىلغان ۋە يانجىلغان جاراھەت 206
تېشىلگەن ياكى سانجىلغان جاراھەت 208
ھەر خىل جاراھەتلىنىشتە كۆپ ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار 210

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ سۇنۇقچىلىق بىلەن چىقىچىلىق ئىلمى

ئۇستىخان بىلەن بوغۇملار تۇزۇلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە 215
ئۇستىخانلارنىڭ تۇزۇلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە 215

باش سۆڭەكلىرى 216
گەۋدە سۆڭەكلىرى 216
تۆت مۇچە سۆڭەكلىرى 219
بوغۇم تۈزۈلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە 226

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك سۈنۈقچىلىقى ھەققىدە ئومۇمىي چۈشەنچە

سۈنۈقنىڭ سەۋەبى ۋە ئۇنىڭ تۈرى 229
سۈنۈقتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر بىلەن ئەگەشمە ئاسارەتلەر 230
سۈنۈقنى داۋالاش پرىنسىپى ۋە داۋالاش ئۇسۇللىرى 231
سۈنۈقنىڭ ساقىيىش جەريانى ۋە سۈنۈقنىڭ تۈتۈش مۇددىتى 251
سۈنۈقنىڭ ساقايغانلىق ئۆلچىمى ۋە سۈنۈقنىڭ تۈتۈشىشىغا توسالغۇ بولىدىغان ئامىللار 254
سۈنۈقنىڭ پەرۋىشى ۋە تېڭىق ئالماشتۇرۇشتا دىققەت قىلىدىغان نۇقتىلار 257
سۈنۈققا قوشۇلۇپ كېلىدىغان ئەگەشمە كېسەللىكنى داۋالاش 260

ھەرقايسى قىسىمدىكى كۆپ ئۇچرايدىغان سۈنۈقلار ۋە ئۇنىڭ داۋاسى

يۇقىرىقى مۇچە سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى 269
ئوقۇرەك سۆڭىكىنىڭ سۈنۈقى 269
تاغاق سۆڭىكىنىڭ سۈنۈقى 270
پوزا سۆڭىكىنىڭ سۈنۈقى 271
بىلەك سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى 277
تۆۋەنكى مۇچە سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى 281
داس سۆڭىكىنىڭ سۈنۈقى 281
سان سۆڭىكىنىڭ سۈنۈقى 284
لىپەك سۆڭىكىنىڭ سۈنۈقى 289
پاچاق سۆڭىكىنىڭ سۈنۈقى 290
پۇت سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى 294

گەۋدە سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى 296

چىقىقلار ھەققىدە ئومۇمىي چۈشەنچە

چىقىقنىڭ تۈرلىرى ۋە ئۇلارنىڭ سەۋەبلىرى 301
چىقىقتا كۆرۈلىدىغان ئورتاقلىققا ئىگە ئالامەتلەر 302
چىقىقنى داۋالاش پرىنسىپى ۋە داۋالاش تەدبىرى 303

كۆپ ئۇچرايدىغان ھەرقايسى بوغۇم چىقىقلىرى

ئېڭەك بوغۇم چىقىقى 307
يەلكە بوغۇم چىقىقى 308
جەينەك بوغۇم چىقىقى 310
بارماق بوغۇم چىقىقى 311
يانپاش بوغۇم چىقىقى 311
تىز بوغۇم چىقىقى 314
ئوشۇق بوغۇم چىقىقى 315
ئومۇرتقا چىقىقى 316

سۆڭەك ۋە بوغۇملارنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

بوغۇم قايرىلىپ كېتىش 318
سۆڭەك ئۆسۈش كېسىلى 320
سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق ياللۇغى 325
سۆڭەك بوغۇم سىلى 336

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك تاشقى كېسەللىك ئىلمى ھەققىدە

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

تېبابەتتىمىز تاشقى كېسەللىك ئىلمى باشقا كلىنىكا تارماق پەنلىرىگە ئوخشاش شەكىللىنىش تارىخى ئۇزۇن بولۇپ، مول كلىنىكىلىق تەجرىبىلەرگە ئىگە بولۇپلا قالماستىن، بەلكى ئۆزگىچە ئالاھىدىلىككە ئىگە بىر يۇرۇش نەزەرىيە سىستېمىسى، ئۇسۇلى ۋە داۋالاش تېخنىكىسىغا ئىگە پەن.

ئۇيغۇر تېبابەت تاشقى كېسەللىك ئىلمى ئەجدادلىرىمىز ئىجاد قىلىپ بارلىققا كەلتۈرگەن نەتىجىلەر ئاساسىدا ئېلىمىز ئىچى ۋە سىرتىدىكى مىللەتلەر بىلەن قوشنا ئەللەر تېبابىتىنىڭ ئىلغار تەجرىبىلىرىنى قوبۇل قىلىپ، ئۇنى ئۆز ئۇسلۇبى بويىچە ھەزىم قىلىپ ۋە راۋانلاشتۇرۇپ، ئۆزىنىڭ مەزمۇنىنى ئۇزلۇكسىز بېيىتتى ۋە مۇكەممەللەشتۇردى. شۇنداقلا تېبابىتىمىز ئۆزىنىڭ دوربگەرلىك ۋە كلىنىكا جەھەتتىكى تەجرىبىسىنىڭ مولۇقى، نەزەرىيە سىستېمىسىنىڭ ئەينى زامانغا ماس مۇكەممەللىكى، دىئاگنوز بىلەن داۋالاش تېخنىكىسىنىڭ كۆپ خىللىقى ۋە ئىلغارلىقى قاتارلىق ئۇستۇنلۇكى بىلەن ئېلىمىز ئىچى ۋە سىرتىدىكى مىللەتلەر تېبابىتى ھەمدە قوشنا ئەللەر تېبابىتىگە جۇملىدىن ئىسلام تېبابىتىگە ئۇنۇملۇك تەسىر كۆرسىتىش ئارقىلىق ئىنسانىيەت ئۇچۇن ئۆچمەس تۆھپىلەرنى قوشۇپ ئەينى زامانلاردا داڭ چىقارغانىدى. مەسىلەن: مىلادىيىنىڭ 1200 ~ 1300 ـ يىللىرى ھىندىستاندا نەشر قىلىنغان «ھەرقايسى ئەللەر تەزكىرىسى» ناملىق كىتابتا بۇندىن 3000 يىللار بۇرۇنقى تارىم ئويمانلىقىدىكى تېبابەتچىلىك ئۇستىدە توختىلىپ «قارا قۇرۇم تېغىنىڭ شىمالىدىكى ئەلنىڭ كېسەل داۋالاش تېخنىكىسى ناھايىتى ئۇستۇن ئىدى» دەپ شەرھلەنگەن ۋە غازىۋاي دېگەن ئاتاقلىق تېۋىپنىڭ مۇرەككەپ دورا نۇسخا (رېتسېپ) لىرى بىلەن كېسەل داۋالىغانلىق ئىش ـ ئىزلـ

ری ۋە دوربگەرلىك كىتابى ھەققىدە قىزىقارلىق رىۋايەتلەر بايان قىلىنغان. مىلادىيىدىن ئىلگىرى چىن، خەن سۇلالىرىدىن تاكى مىڭ، چىڭ سۇلالىرىغىچە بولغان 2000 يىلدىن ئارتۇق جەريانىدا ئېلىمىز ئوتتۇرا تۈزلەڭلىكىدە يېزىلغان كلاسسىك ئەسەرلەردىكى غەربىي دىيار (شىنجاڭ) جۇملىدىن ئۇيغۇرلار ھەققىدىكى تەزكىرىلەر بىلەن تېببىي دورا-گەرلىك كىتابلاردا تېپىلىدىغان ھەققىدىكى خاتىرىلەر ۋە چەت ئەللىكلەرنىڭ ئالدىنقى ئەسىرلەردە شىنجاڭ رايونىدىن ئېلىپ چىقىپ كەتكەن نۇرغۇنلىغان يازما ئارخېئولوگىيىلىك ماددىي پاكىتلار شۇنداقلا ئېلىمىز ئىچى ۋە سىرتىدىكى تۈركىلوگ ئالىملارنىڭ ئېلان قىلغان كۆپلىگەن تەتقىقات نەتىجىلىرى بۇ نۇقتىنى قايىل قىلارلىق دەلىللەپ بېرىدۇ.

تېپىلىتىمىز تاشقى كېسەللىك ئىلمىنىڭ بۇندىن 1500 يىللار ئىلگىرىلا مەخسۇس لىشىشقا قاراپ يۈزلەنگەنلىكىنى تۆۋەندىكى پاكىتلار مۇنازىرىسىز ئىسپاتلاپ بېرىدۇ. مە-سىلەن: تاڭ سۇلالىسىنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدە ئۆتكەن ئاتاقلىق جۇڭگىي تېۋىپى سۇن سىمياۋ يازغان «بىباھا غەيرىي رېتسېپلار» دېگەن ئەسەردە تېپىلىتىمىزنىڭ ئاقىۋە-سىلىنى داۋالاشتا سىناقتىن ئۆتكەن رېتسېپلىرى تونۇشتۇرۇلغان. بۇندىن 10 ئەسىر ئىل-گىرى ئۆتكەن ئاتاقلىق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئالىمى ئىمادۇددىن قەشقىرى ئىرانلىق زا-ماندىشى مۇھەممەد ئىبنى زىكرىياغا «ئېتى ئالا» ياكى «ئالا ئەت» (ئاقكېسەل) كېسىلىنى بەدىيان بىلەن داۋالىغانلىق تەجرىبىسىنى تونۇشتۇرغانلىقى ھەققىدىكى خاتىرە، ئاتاقلىق تىلشۇناس ئالىم مەھمۇت كاشغەرىنىڭ «تۈركىي تىللار دىۋانى» دېگەن ئۆچمەس ئەسىر-دىكى «ئېتى ئالا»، «ئانومىي» (ماخاۋ)، «قوتۇر»، «ئوردا» (چىقىق)، «ئۇششۇك» ۋە «ئىنەگۇ» (كىندىك چىقۇقى) قاتارلىق نۇرغۇنلىغان تاشقى كېسەللىككە مەنسۇپ كېسەللىك نامى ۋە ئۇ ئاتالغۇلارنىڭ ئىزاھلىرى، بۇندىن 1300 ~ 1400 يىل ئىلگىرىكى دەۋرلەرگە مەنسۇپ تۇرپان قېزىلمىلىرىدىكى خاتىرىلەردە ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك كلىنىكا ئىلمى تاشقى كېسەللىكلەر دائىرىسىنى ئۆز ئىچىگە ئالغان چوڭ 12 تارماقتا بۆلۈنگەنلىكى ۋە تېرە كېسەللىكىنى بىرىنچى ئورۇنغا قويغانلىقى ھەققىدە خاتىرىلەر بىلەن تېپىلىتىمىز كلاسسىك ئەسەرلىرىدە تېرە كېسەللىكى، سۇنۇق، چىقۇق ۋە باشقا زەخمىلىنىشلەرگە ئايرىم - ئايرىم ئورۇن بېرىپ كېلىۋاتقانلىقى ھەمدە ئۇزۇن زامانلاردىن بېرى «تېڭىقچى» ياكى «سۇنۇقچى» دېگەن ئاتالغۇلارنىڭ خەلق ئىچىدە ساقلىنىپ كېلىۋاتقانلىقى، بۇندىن مىڭ يىللار ئىلگىرىدىن تارتىپ ھەربىي قوشۇنغا ھەرخىل زەخمىلىنىشلەرنى داۋالاش ئۇچۇن ھەربىي دوختۇرلارنى سەپلىگەنلىك ھەققىدىكى خاتىرىلەردىن ئىبارەت نۇرغۇن پا-كىتلار بۇ نۇقتىنى چۇشەندۇرۇپ بېرىدۇ.

تېبابەتسىز تاشقى كېسەللىك ئىلمى تېرە كېسەللىكى بىلەن سۈنۈق ۋە چىقۇقنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ھەرخىل زەخىملىنىشلەرنى داۋالىغاندىن سىرت، ئەينى زامانلاردا دەستىكار (ئوپېراتسىيە) ئارقىلىق داۋالىنىدىغان كېسەللىكلەرنمۇ ئۆز ئىچىگە ئالغانلىقىنى تۆۋەندىكى پاكىتلار دەللىلەپ بېرەلەيدۇ. مەسىلەن: ياپون يېزىقىدا يېزىلغان بىر ئەسەرده بۇندىن 1300 يىل ئىلگىرى ئوتتۇرا تۈزلەڭلىكتىكى بىر راھىب كۆڭزى تەلىماتىنى ياپونىيىگە تارقاتماقچى بولۇپ يولغا چىقىپ، دېڭىزدىكى سەپىرىده كۆز كېسىلى بىلەن ئاغرىپ يۈرتىغا قايتقاندىن كېيىن، داۋالاش ئۇنۇم بەرمىگەنده ياڭجۇ شەھرىده تېۋىپلىق قىلىۋاتقان بىر ئۇيغۇر تېۋىپى بىمارنىڭ كۆزىنى ئوپېراتسىيە قىلىپ ساقايتقانلىق رىۋايەت خاتىرىلەنگەن[1] .. تاۋۇزۇڭيى دېگەن كىشى يازغان «جۇگىڭلۇ» دېگەن كىتابنىڭ 22 ـ بابىدا چاڭئەن شەھىرىده تېۋىپلىق قىلىۋاتقان ئۇيغۇر تېۋىپى باش ئاغرىغىقىغا گىرىپتار بولۇپ داۋالاش ئۇنۇم بەرمىگەن بىر نەپەر بىمارنى ئوپېراتسىيە قىلىپ مېڭىسىدىن تاشقا ئوخشاش قانتىق، لېكىن مىدىرلايدىغان بىر كىچىك قۇرتنى ئېلىۋېتىش ئارقىلىق باش ئاغرىقىنى ساقايتقانلىقى[2] ھەققىدىكى رىۋايەتلەر بىلەن ھازىرمۇ خەتنە قىلىش، كۆزگە ئاق چۈشۈشنى (بەيزۇلئەينى) ئوپېراتسىيە قىلىش، ھايۋانلارنىڭ نۇخۇنسىنى ياكى ئالا قارىقىنى ئېلىش قاتارلىق ئوپېراتسىيىلەرنى قىلىۋاتقانلىقى، شۇنداقلا تۇرپان رايونىدىن قېزىۋېلىنغان خەن سۇلالىسى دەۋرىگە (مىلادىدىن بۇرۇنقى 206 ـ يىلىدىن مىلادى 23 ـ يىلى) مەنسۇپ يېڭنە بىلەن سېپى ئۇزۇن، تىغى قىسقا ئوپېراتسىيە پىچىقى، جۈپىتەك ۋە ئامبۇر (بەلكى قىسقۇچ بولۇشى مۇمكىن) قاتارلىق ئوپېراتسىيە سايمانلىرىنىڭ تېپىلغانلىقى ۋە تېبابەتسىز كلاسسىك ئەسەرلىرىنىڭ ئالاقىدار قىسىملىرىدا پىچاق، قايچا، چۈپىتەك، يېڭنە، داغلىما، نەشتەر، ھەمەلچە ئەسۋابى، پۈركىگۈچ، ھورلاندۇرۇش چەينىكى، جىغاتما (نۇتۇل) چۆگۈنى، مەشئەت يىپ، ئۇچەي يىپ (تارا)، يېرىپ ئاققۇزۇش، كېسىپ ئېلىۋېتىش، دەستىكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش دېگەنلەرگە ئوخشاش ئاتالغۇلارنىڭ خېلى كۆپ ئۇچرايدىغانلىقى ۋە دورىگەرلىك ئىلمىدە تېرىنىمەست قىلىدىغان نۇسخىلارنىڭ بارلىقى ھەمده بۇندىن مىڭ يىللار ئىلگىرىلا «ئىمادۇددىن جەررا (خىرورگىك) ھىيە»، «جامالىدىن قەشقىرى جەررا ھىيە» دېگەنلەرگە ئوخشاش كەسىپ ئايرىمىسىنى چۈشەندۇرىدىغان ئاتالغۇلارنى تېۋىپ ئىسمى ئارقىسىغا قوشۇپ ئاتاش ئادەتكە ئايلانغانلىقى قاتارلىق نۇرغۇن پاكىتلار تارىختا تېبابەتسىزنىڭ ئوپېراتسىيە بىلەن شۇغۇللانغانلىقىنى چۈشەندۇرۇپ بېرىدۇ. بىراق يېقىنقى بىرقانچە ئەسىرلەردىن

---

①، ② ـــ ئۇيغۇر تېبابىتى قىسقىچە تارىخىي ماتېرىياللار توپلىمى

بېرى تېبابەتسىز راۋاجلىنالماي بىر ئىزدا توختاپ قالغانلىقى، غەرب تېبابىتى ئوپېراتسىيە تېخنىكىسى بىلەن كېسەللىكلەرنى داۋالاش جەھەتلەردە ئۈيغۇر تېبابىتى ھەل قىلالمىغان نەزەرىيە ۋە تېخنىكىلىق مەسىلىلەرنى ھەل قىلىپ تېز راۋاجلانغانلىقى ئۈچۈن تېبابەتسىز تاشقى كېسەللىك ئىلمى ئوپېراتسىيە يولى بىلەن كېسەل داۋالاش ئۇسۇلىدىن تەدرىجىي ۋاز كېچىپ غەرب تېبابىتىگە يول بەردى.

تېبابەتسىز تاشقى كېسەللىك ئىلمىنىڭ كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۇسۇللىرى بىلەن تېخنىكا خىللىرى كۆپ بولۇپ، ئىچىدىن دورا ئىچكۈزۈش، سىرتىدىن دورا سۈركەش، خېمىر دورىلارنى تېڭىش، دورا قاينىتىلىرىدا يۇيۇش ياكى ۋاننا قىلىش، جەغىتىش (نۇتۇل قىلىش) ھورلاندۇرۇش، دۇتلاش، ئىسسىق ياكى سوغۇق ئۆتكۈزۈش، تەرلىتىش، قۇستۇرۇش، ئىچنى سۈرۈش، ھەمەلچە قىلىش، تېرىگە ئېلىش، قان ئېقىتىش، قان ئېلىش، قاپارتچۇقلارنى داغلاش، بېسىپ قان توختىتىش، مۇچىلەرنى باغلاش بىلەن قان توختىتىش (ياكى زەھەرنىڭ بەدەنگە تارقاپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش)، داغلاپ قان توختىتىش، يەرلىك ئورۇننى مەست قىلىش، ئاغرىق توختىتىش، كېسىش، تىكىش، يېرىپ ئاققۇزۇش، نەشتەر سانجىش، كۆيدۈرۈش، سۆگەل، بوۋاسىر ياكى ئاقمىلارنى ئات قىلى ياكى مەشۇت يېپ بىلەن باغلاپ داۋالاش، لوڭقا قويۇش، جاراھەت يۇزىنى تازىلاش، يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، جاراھەتنى تېڭىش، سۇنۇق ياكى چىقىقنى تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش، سۇنغان ئورۇننى مۇقىملاشتۇرۇش (تېڭىش)، قىڭغىر سۇنۇقنى ياشلاش، ئىلغۇنى ئېلىش ياكى دارچەن بىلەن سۈرتۈش، ئۇۋۇلاش، سىيرىپ موتاش (چىمداش)، دۇگۇن (پەللە) لەرگە دورا سۈركەش ياكى قۇرۇق يىڭنە سانجىپ داۋالاش، قۇمغا كۆمۈش، ئاپتاپقا ياكى ئوتقا قاقلاش، ئاقما يوللىرىغا دورا پۈركۈش، جاراھەت بوشلۇقىغا دورىغا مىلەنگەن تېڭىق ماتېرىياللىرىنى كەپلەش، ئىششىقلارنى تارقىتىپ ياندۇرۇش ياكى يىغىپ ئېغىز ئالدۇرۇش قاتارلىق ئەللىك خىلدىن ئارتۇق داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللانغان ۋە ھازىرمۇ قوللىنىۋاتىدۇ. بىراق شۇنى ئىزاھلاپ ئۆتۈشكە ئەرزىيدۇكى، 1920 ـ يىلى گېرمانىيە لىك قىدىرىپ تەكشۈرگۈچىلەر تۇرپاندىن قېزىۋېلىنغان، لېكىن ھازىر بېرلىن مۇزېيىدا ساقلىنىۋاتقان مىلادىيىدىن ئۇچ ئەسىر ئىلگىرىگە مەنسۇپ قەدىمىي ئۈيغۇر يېزىقىدا يېزىلغان 365 جۈپ دۇگۇن (پەللە) لىك ئادەم سۈرىتى بىلەن ئىزاھلانغان قۇرۇق يىڭنە بىلەن داۋالاش ھەققىدىكى ئەسىرنىڭ بارلىقى تېبابەتسىزدىمۇ قۇرۇق يىڭنە بىلەن كېسەل داۋالىغانلىقىنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ.

تېبابەتسىز تاشقى كېسەللىك ئىلمى باشقا كلىنىكىلىق تارماقلارغا ئوخشاش ئادەم بەدىنىنىڭ ئاناتومىيىلىك تۈزۈلمىسىدىن باشقا تۆت چوڭ ماددا، مىزاج، خىلىت، ئەزا،

قۇۋۋەت، تەبىئەت، ئەفئال، ئەرۋاھ، ساقلىقنى ساقلاش زۆرۈرىيەتلىرى، كېسەللىكلەرنى تونۇش، كېسەل سەۋەبچىسى، كېسەل پەيدا قىلغۇچى ئامىللار، كېسەللىكلەرنىڭ راۋاجى ۋە ئۇنىڭ دەرىجىسى قاتارلىق بىر يۈرۈش تەلىمات (نەزەرىيە) لەر بىلەن دورىگەرلىك تەلىماتلىرىنى يېتەكچى ئىدىيە قىلىدۇ. شۇنداقلا بەدەننىڭ بىر پۈتۈنلۈكى ۋە ئۇنىڭ سىرتقى مۇھىت بىلەن بولغان مۇناسىۋىتىنى ئاساس قىلىدۇ. شۇڭلاشقا كېسەللىككە دىئاگنوز قويۇشتا يۇقىرىدا بايان قىلغان بىر يۈرۈش نەزەرىيە ئاساسىنىڭ يېتەكچىلىكىدە قاراپ تەكشۈرۈش، سوراپ تەكشۈرۈش، تۇتۇپ تەكشۈرۈش (بۇ تومۇر تۇتۇشنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ)، چېكىپ تەكشۈرۈش، ئاڭلاپ تەكشۈرۈش، پۇراپ تەكشۈرۈش ۋە چوڭ - كىچىك تەرەتنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشى بىلەن پۈرىقىنى تەكشۈرۈش قاتارلىق تەكشۈرۈش ئۇسۇللىرىدىن كەلگەن بىرىنچى قول ماتېرىيالنى ئۇنىۋېرسال تەھلىل قىلىدۇ ھەمدە شۇ بىمارنىڭ ساق ۋاقتىدىكى مىزاجى بىلەن ماددىسى (خىلىت تېپى)، ئاغرىق ۋاقتىدىكى مىزاجى بىلەن ماددىسى ۋە ئاساسىي كېسەللىكى بىلەن ئەگەشمە كېسەللىكلىرىدىن ئىبارەت تۆت خىل ئەھۋالىنى ئېنىقلايدۇ (دىئاگنوز قويىدۇ)، كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا، يۇقىرىدىكى ئېنىقلىمىغا ئاساسەن تاماقتىن پەرھىز بۇيرۇش، مىزاجنى تەڭشەش، ئاساسىي كېسەللىك بىلەن ئەگەشمە كېسەللىكنى داۋالاشقا بىرلەشتۇرۇپ قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى، زەھەرنى كەسكۈچى، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى ۋە تۈرۈپ قالغان يەللەرنى تارقاتقۇچى دورىلار يارىدىمى بىلەن بەدەنىنىڭ قوغدىنىش ئىقتىدارىنى ئاشۇرۇش بىلەن بىرگە ئەزالار خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشنى ئاساسىي پرىنسىپ قىلىدۇ. بىراق داۋالاشتىكى بۇ خىل پرىنسىپلارنى كېسەللىكنىڭ ئېغىر - يېنىكلىك دەرىجىسى بىلەن خاراكتېرىگە قاراپ جانلىق ئىشلىتىدۇ. مەسىلەن: كېسەللىك ئەھۋالى يېنىكرەك بولغان سوزۇلما كېسەللىك بولسا، يۇقىرىدىكى داۋالاش پرىنسىپلىرى ئۆز نۆۋىتى بويىچە تولۇق قوللىنىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرراق بولسا، ۋاقتىنى قولغا كەلتۈرۈش مەقسىتىدە مىزاجنى تەڭشەش، ماددىنى پەشۇرۇش باسقۇچىنى قىسقارتىپ، بەدەننى تازىلاشتىن كېيىنلا ئاساسىي كېسەللىك بىلەن ئەگەشمە كېسەللىكلەرنى داۋالاش باشلىنىدۇ ياكى ئەھۋالغا قاراپ بەدەننى تازىلاش بىلەن ئاساسىي كېسەللىكنى داۋالاشنى بىرلەشتۇرۇپ ئېلىپ بارىدۇ. ئەگەر كېسەللىك ئەھۋالى جىددىي بولۇپ ھاياتىغا خەۋپ كېلىش ئېھتىمالى بولسا، ئالدى بىلەن ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرۈۋاتقان ئالامەتلەرگە قارىتا چارە قىلىپ، خەتەرلىك ئۆتكەلدىن ئۆتۈپ، كېسەللىك ئەھۋالى تۇراقلاشقاندىن كېيىن ئېغىر كېسەللىكلەر ياكى ئادەتتىكى سوزۇلما كېسەللىكلەرگە قارىتا قوللىنىدىغان داۋالاش پرىنسىپى قوللىنىلىدۇ. ھەرقايسى خىل كېسەللىككە قارىتا داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن تېخنىكىسى ۋە دورا نۇسخىلىرىنى تالىلاشتا بىمارنىڭ

يېشى، جىنسى، مىللىتى، تەن تۈزۈلۈشى، ياشىغان رايونى، كېسەللىكنىڭ پەيدا بولغان ئەزا بىلەن ئورۇننىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ بەلگىلىك پەرقلەر بولىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا، ھەر قانداق كېسەللىكلەر تۈرىگە قارىتا مەيلى قايسى خىلدىكى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن تېخنىكىسى ۋە دورا نۇسخىسى تاللانمىسۇن، كېسەللىك سەۋەبچىسىگە قارىتا چارە قىلىش ئاساس، كېسەللىك ئامىلىگە قارىتا چارە قىلىش قوشۇمچە، مىزاجنى تەڭشەش بىلەن ئاساسىي كېسەللىكنى داۋالاش ئاساس، ئەگەشمە كېسەللىكنى داۋالاش قوشۇمچە ۋە رەئىس ئەزالارنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ئەزالار خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش بىلەن بەدەن-نىڭ قوغدىنىش ئىقتىدارى بولغان تەبىئەت بىلەن قۇۋۋەتكە مەدەت بېرىشنى ئاساس قىلىش بىلەن بىرگە كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىر ياكى جىددىي بولغانلار بىلەن تېنى ئاجىز بىمارلارغا ئاۋۋال سۈيۇق دورىلار (ئەرەق، مەتبۇخ ۋە شەربەتلەر)، كېيىن (كېسەل-لىك ئەھۋالى ياخشىلىنىشقا قاراپ يۇزلىنىپ ئازراق ماغدۇرىغا كېلىۋالغاندىن كېيىن) قۇرس، ھەب ۋە مەجۇنات قاتارلىق دورا نۇسخىلىرىنى ئىشلىتىش ۋە پۈتۈن بەدەن بىلەن ئەزالارنىڭ مىزاجىغا قاراپ دورا ئىشلىتىشنى ئۆزئارا بىرلەشتۈرۈشتىن ئىبارەت داۋالاش قانۇنىيىتىگە ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىدۇ. شۇڭلاشقا تېبابەتچىلىك «ساقايتقىلى بولمايدى-غان كېسەللىك يوق، گەپ كېسەللىكنى توغرا تونۇش ‹دىئاگنوز توغرا بولۇش› بىلەن دا-ۋالاشنىڭ توغرا بولۇشىدا» دەپ قارايدۇ.

تېره كېسەللىكلىرى قىسمى
تېره رەڭگى ئۆزگىرىدىغان كېسەللىكلەر

ئاقكېسەل

بۇ تېرىنىڭ مەلۇم قىسمى ياكى كۆپ قىسمى ھەتتا پۈتۈن بەدەن تېرىسىنىڭ ئەسلىي رەڭگى ئۆڭۈپ، ئاقۇچ تۈسنى ئېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان، لېكىن سالامەتلىك بىلەن ھاياتلىق ۋە تۇرمۇشقا تەسىر كۆرسەتمەيدىغان، تېرە گۈزەللىكىگە تەسىر يەتكۈزۈپ، بەمارغا روھىي ئازاب كەلتۈرىدىغان ۋە كېسەللىكنى تونۇش بىرقەدەر ئاسان بولسىمۇ، ئەمما داۋالاش نىسبەتەن قىيىنراق بولغان يۇقۇمسىز سوزۇلما تېرە كېسەللىكىدىن ئىبارەت.

ئاقكېسەللىك قەدىمىي ئۇيغۇر تىلىدا «ئالا ئەت»، «ئېتى ئالا» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

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

1. رەئىس ئەزالار خىزمىتىنىڭ قالايمىقانلىشىشى: مېڭە، يۇرەك ۋە جىگەرنى ئۆز ئىچىگە ئالغان رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتى ئىچكى ۋە سىرتقى ئامىللار تەسىرىدىن قالايمىقانلاشقاندا، بارلىق ئەزا توقۇلمىلار جۈملىدىن تېرىنىڭ ئوزۇقلاندۇرغۇچى كۈچى (قۇۋۇتى جازىبە)، تۈتۈپ تۇرغۇچى كۈچى (قۇۋۇتى ماسكە)، ھەزىم قىلىش كۈچى (قۇۋۇتى ھەزمە)، شەكىللەندۇرگۈچى كۈچى (قۇۋۇتى مۇسەۋۋىرە) ۋە ھەيدەپ چىقارغۇچى كۈچى (قۇۋۋىتى داپئە) قاتارلىق كۈچ قالايمىقانلىشىپ، تېرە رەڭ ماددىسىنىڭ ھاسىل بولۇشى كاشىلىغا ئۇچراشتىن ئاقكېسەللىك پەيدا بولىدۇ. ئاقكېسەللىك پەيدا بولۇشتىن ئىلگىرى ئەسەب ئاجىزلىقى، نېرۋا سىستېمىسىنىڭ بۇزۇلۇشى، ئىچكى سېكرېتسىيە بەزلىرى خىزمىتىنىڭ توسقۇنلۇقىغا ئۇچرىشى، روھىي زەربە، روھىي ئازابلىنىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مۇپتىلا بولىدىغانلىقى بۇ نۇقتىنى ئىسپاتلايدۇ.

2. مىزاج بىلەن خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇش: ئادەم ھاياتلىق پائالىيىتىنىڭ

مۇھىم ئىچكى مۇھىتى بولغان مىزاج بىلەن خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى كۈندىلىك تۇرمۇشتا داۋاملىق ئىچكى ۋە تاشقى ئامىللار (يېمەك ـ ئىچمەك قاتارلىق) نىڭ تەسىرىگە ئۇچرايدۇ. بىراق نورمال ئەھۋالدا رەئىس ئەزالارنىڭ تەڭشىشى بىلەن داۋاملىق ھەرىكەتچان تەڭپۇڭلۇقنى ساقلايدۇ. ئەگەر بۇ خىل ھەرىكەتچان تەڭپۇڭلۇق ئىچكى ۋە تاشقى ئامىللارنىڭ ئۇزۇنراق تەسىر كۆرسىتىشىگە دۇچ كەلگەندە مىزاج بىلەن خىلىتلارنىڭ تەبىئى (نورمال) تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇپ، بىر تەرەپتىن رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتى قالايمىقانلاشسا، يەنە بىر تەرەپتىن خىلىتلارنىڭ ئۆزئارا نىسبىتى بىلەن خۇسۇسىيىتىدە ئۆزگىرىش پەيدا بولۇپ، بەدەندە غەيرىي تەبىئىي مۇھىت شەكىللىنىدۇ. بۇ خىل غەيرىي تەبىئىي مۇھىت ئاقكېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە ئۇنىڭ تەرەققىياتىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. مەسىلەن: بەدەندىكى سوغۇقلۇق غالىب كېلىپ بەلغەم خىلىتى بىلەن سەۋدا ئۈستۈنلۈكنى ئىگىلىگەندە، بەدەن جۇملىدىن جىگەردىكى ھارارەت (ئىسسىقلىق) تۆۋەنلەپ كەتكەندە، بىر تەرەپتىن جىگەردە ئىشلىنىدىغان خىلىتلار خام قالىدۇ. خام قالغان خىلىتلار تېرە قان تومۇرلىرىدا چۆكمە ھاسىل قىلىپ، تېرىنىڭ قان بىلەن تەمىنلىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. يەنە بىرى، قان ئايلىنىش سۈسلىشىپ، ئوزۇقلۇق ماددىلار جۇملىدىن تېرە رەڭ مادىسىنى ھاسىل قىلغۇچى ماددىلار بىلەن ساپ ھاۋا (ھاۋائى نەسىمي) بەدەن جۇملىدىن تېرىنىڭ ئۇششاق بىرلىكلىرىگىچە يېتىپ بېرىشى ۋە ئۇششاق بىرلىكلەردىكى ئوفۇنەتىلىك ماددىلار بىلەن بۇخارات (بۇزۇق ھاۋا) نىڭ قان ئېقىمى ئارقىلىق چىقىرىش ئەزالىرىغا يەتكۈزۈلۈشى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بۇ خىل غەيرىي تەبىئىي ئەھۋال تېرىدىكى قۇۋۇۋەتلەرنىڭ نورمال خىزمىتىنى بۇزۇشتىن ئاقكېسەللىك پەيدا بولىدۇ.

3. قان ئازلىق: پۈتۈن بەدەنلىك قان ئازلىق ياكى خام خىلىتلارنىڭ تېرە ئۇششاق قان تومۇرلىرىدا چۆكمە ھاسىل قىلىش، تار كېسىم كېسىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن يەرلىك تېرىدە قان ئازلىق پەيدا بولغاندا، تېرىدە يېڭىدىن رەڭ ماددىسى ئىشلىنىش كاشىلىغا ئۇچراش ۋە ئەسلىدىكى رەڭ ماددىسى ئۆڭۈشتىن ئاقكېسەللىك پەيدا بولىدۇ.

4. يېمەك ـ ئىچمەك خىل كەلمەسلىك: سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەر بىلەن تەستە ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى ئۇزاق مەزگىل ئىستېمال قىلغاندا مىزاج بىلەن خىلىتلارنىڭ تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇش بىلەن بەدەندىكى تۆت ھەزىم ياخشى بولماسلىق ياكى بولمىسا بەدەننىڭ مەلۇم بىر خىل يېمەكلىكتىن سەسكىنىش (زىيادە سەزگۈرلۈك) قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئاقكېسەللىك پەيدا بولىدۇ.

5. ئۇدۇم (ئىرسىيەت) ئامىلى: تۇغما ئاقكېسەللىك ئاساسەن ئۇچرىمايدۇ. لېكىن ئائىلە ـ ئۇرۇق جەمەتىدە ئاقكېسەللىك بارلاردا ئەر ۋە ئاياللارنىڭ ئۇرۇق (تۇخۇم) بېزىدە

كى ئاقكىسەللىك ئامىلى ئەۋلادىغا مىراس قالدۇرۇپ ئاقكىسەللىك پەيدا بولىدۇ.

6. ئاقكىسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان باشقا ئامىللار: ئاقكىسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى يۇقىرىدىكى سەۋەبلەردىن باشقا ئېغىر دەرىجىلىك كۆيۈك بىلەن ئۇشۇك، تېرىنىڭ زەخىملىنىشى ياكى تېرىنىڭ ئوفۇنەتلىنىشى (يۇقۇملىنىشى) قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدىغان تاتۇق ئاساسىدا ئاقكىسەللىك پەيدا بولۇشتىن سىرت، تېرىنى پاكىز تۇتماسلىق، جىسمانىي ھەرىكەتلەر بىلەن كەم شۇغۇللىنىش ياكى ھەددىدىن تاشقىرى كۆپ ئەمگەك قىلىش، چارچاش، ئولتۇراق شارائىتىنىڭ زەي ياكى تەسكەي بولۇشى، ئاھالىلەرنىڭ زىچلىقى، ھاۋا بىلەن ئىستېمال قىلىدىغان سۇنىڭ ساپ بولماسلىقى قاتارلىق نۇرغۇن ئامىللارنىڭ ئاقكىسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى بىلەن ئالاقىسى بار. خۇلاسە قىلىپ ئېيتقاندا، ئاقكىسەللىك كۆپ خىل سەۋەبلەر بىلەن ئامىللارنىڭ ئۆزئارا تەسىر كۆرسىتىشىنىڭ مەھسۇلى.

ئالامىتى

ئاقكىسەللىكتە تېرىدە پەيدا بولىدىغان ئاق داغ تېرىنىڭ ھەممە قىسمىدا پەيدا بولىدىغان بولۇپ، كىچىكلىرى چېكىتتەك، چوڭلىرى ھەرخىل چوڭلۇقتا بولۇپ، بەدەن تېرىسىنىڭ مەلۇم قىسمى ياكى كۆپ قىسمى ھەتتا پۈتۈن تېرىسىنى دېگۈدەك قاپلاپ كېتىدۇ. تېرىدە ئاق داغ پەيدا بولۇشتىن ئىلگىرى بەزى كېسەللىكلەردە يەرلىك ئورۇن ئوخشىمىغان دەرىجىدە قىچىشىدۇ ۋە ياكى بىلىنەر - بىلىنمەس ئېچىشىدۇ. بىراق بۇ خىل غەيرىي سىزىم كىشىلەر خىلىت تېپىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ دەرىجىسى بىر خىل بولمايدۇ. تېرىدە پەيدا بولغان ئاق داغنىڭ چېگرىسى ساق تېرىدىن ئېنىق پەرقلىنىدۇ. گىرۇپكى رەتسىز بولۇپ، ساق تېرىگە قارىغاندا سىلىق ۋە پارقىراق بولىدۇ. ئاق داق تېرە تەكشىلىكى بىلەن ئاساسەن ئوخشاش بولىدۇ. قىچىشىش، ئېچىشىش ۋە كېپەكلىشىش قاتارلىق غەيرىي ھالەت بولمايدۇ. ئاقكىسەللىكتە تېرە قەۋىتىنىڭ زەخىملىنىش دەرىجىسى ئوخشاش بولمايدۇ. ئەگەر تېرە قەۋىتىنىڭ يۈزە قىسمى زەخىملەنگەن بولسا، ئاق داغ ئاقۇچ تۈسنى ئېلىپ، تېگى سۇس قىزغۇچ ياكى سۇس سارغۇچ قىزىللىققا مايىلراق بولىدۇ. سۇيۇق زىمادلارنى سۈركىگەندە ئاساسەن ئۆزىگە ئالىدۇ. بارماق بىلەن بېسىپ سۈركىگەندە ياكى ئاپتاپقا قاقلىغاندا ئاسانلا قىزىرىدۇ. بەدەن تەرلىگەندە ئازدۇر - كۆپتۇر تەرلەيدۇ، ئاق داغ بار ئورۇندىكى مويلار ئاقارمايدۇ. ئاق داغ بار ئورۇندىكى تېرىنى كۆتۈرۈپ

تۇرۇپ يىگىنە سانجىغاندا قان چىقىدۇ. سېزىمى ئاساسىي جەھەتتىن ساقلىنىدۇ. بۇ تېپى «بەھەق» دەپ ئاتىلىدۇ. ئەگەر تېرە قەۋىتىنىڭ چوڭقۇرراق قىسمىغىچە زەخمىلەنگەن بولسا، ئاق داغ بار ئورۇن سوت قەغەزدەك ئاق، سىدام ۋە پارقىراق تۇسنى ئېلىپ، بارماق بىلەن ئۇۋۇلىغاندا ياكى ئاپتاپقا قاقلىغاندا ئاسانلىقچە قىزارمايدۇ. زىمادلارنى سۈركىگەندە، ماي يۇقى تەخسە سۇنى ئۆزىگە ئالمىغاندەك، زىمادلارنى ئۆزىگە ئالمايدۇ. سېزىمى ئوخشىمىغان دەرىجىدە يېنىك تۆۋەنلىشىشى مۇمكىن. ئاق داغ دائىرىسىدىكى مويلار ئاقىرىدۇ. ئاق داغ بار ئورۇندىكى تېرىنى كۆتۈرۈپ تۇرۇپ يىگىنە سانجىسا قان چىقمايدۇ. ئاقكېسەللىكىنىڭ بۇ خىل تېپى «بەرەس» دەپ ئاتىلىدۇ.

ئاقكېسەللىكنى تونۇش (تەشخىس قىلىش) ئانچە قىيىن ئەمەس، لېكىن تەر تەمرەتكىسى (گۇللۇك تەمرەتكە)، ماخاۋ كېسىلىنىڭ ئاق داغ تېپى، ھامىلدارلىق تاتۇقى (دېغى)، تېرە سىفلىسى ۋە تاتۇق دېغى قاتارلىقلاردىن پەرقلەندۈرۈش كېرەك.

ئاقكېسەللىك كىلىنىكىدا رەڭگىگە قاراپ ئاق بەرەس، قارا بەرەس دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. تېرە قەۋىتىنىڭ زەخمىلىنىش دەرىجىسىگە قاراپ بەھەق ۋە بەرەس دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئاق داغنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكىگە قاراپ چېكىتسىمان ئاق داغ ۋە ياپىلاق ئاق داغ دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئاق داغنىڭ سانىغا قاراپ تاق (يەككە ياكى مەنپىي) ئاق داغ ۋە كۆپ (مۇسبەت) ئاق داغ دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئاق داغنىڭ تېرە قىسمىغا تارقىلىش ئەھۋالىغا قاراپ دائىرىلىك ئاق داغ ۋە كۆپ تەرەپلىك ئاق داغ دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. كېسەللىكنىڭ تەرەققىيات ھالىتىگە قاراپ تۇراقلىق (مۇقىم) ئاق داغ ۋە تۇراقسىز (ھەرىكەتچان) ئاق دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. كېسەللىكنىڭ باشلىنىش ياكى ئىپادىلىنىش ئەھۋالىغا قاراپ ئاشكارا ئاق داغ ۋە يوشۇرۇن ئاق داغ (بۇ تېپى ئاپتاپقا قاقلىنىپ ساق تېرە كۆيۈپ قارىداغاندىلا بايقىلىدۇ) دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

داۋاسى

ئاقكېسەللىكنىڭ داۋالاش پرىنسىپى: ئاقكېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى كېسەل سەۋەبچىسى بىلەن كېسەل پەيدا قىلغۇچى ئامىللارغا ئاساسەن ئاقكېسەللىكنىڭ داۋالاش پرىنسىپى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: ئاقكېسەللىك بەدەندىكى بىر قاتار خىلىتسىز ۋە خىلىتلىق مىزاج ئۆزگىرىشلەرنىڭ تېرىدىكى ئىپادىلىنىشى بولغانلىقى ئۈچۈن، داۋالاشتا يېمەك ـ ئىچمەكتىن پەرھىز تۇتۇپ، مىزاجنىڭ داۋاملىق ئۆزگىرىشىنى توسۇش؛ مە-

زاجنى تەڭشەپ تەبىئىي (نورمال) ئىچكى مۇھىتنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش؛ ئىچىدىن بەدەنـ
نى قىزىتىپ، ھۆللۈكنى ئازايتىدىغان، قاننى جانلاندۇرۇپ، ئاق داغ بار ئورۇندا رەڭ مادـ
دىسىنىڭ ھاسىل بولۇشىنى تېزلىتىدىغان ۋە بەدەننى كۈچلەندۈرۈپ، بەدەننىڭ كېسەلـ
لىك ئۈستىدىن غەلىبە قىلىدىغان قوغدىنىش كۈچىنى ئاشۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلـ
تىش ۋە ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتتىن دورا سۈركەپ داۋالاشتىن ئىبارەت.

تاماقتىن پەرھىز بۇيرۇش غىزايى داۋا دەپمۇ ئاتىلىپ، سوغۇق كەيپىياتتىكى كالا ۋە ئۆچكە گۆشى، بېلىق، تۈخۈم ئېقى، سۈت، قېتىق، پۇرچاقتىن ئىشلەنگەن يېمەكلىكلەر، شوخلا، تەرخەمەك، كاتۈشكا (ياڭيۇ)، جاڭدۇ، پەتەڭگان، باشپىياز، پىشمىغان مېۋە ـ چېۋە، شاپتۇل، توغاچ، ئالما، نەشپۈت، قارىئۆرۈك قاتارلىق يېمەكلىكلەر بىلەن ھاراق، بوز، مۇسەللەس، پىۋا ۋە باشقا سۈنئىي يول بىلەن ياسالغان ئىچىملىكلەر بىلەن سوغۇق سۇ قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىشنى چەكلەپ، كۆپرەك قۇرۇق ئىسسىق ياكى ھۆل ئىسسىق كەيپىياتتىكى يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەش كېسەللىكنىڭ سەۋەبچىسىگە قارىتا داۋالاشنىڭ مۇھىم تەركىبىي قىسمى بولۇپ، بۇ (مىزاجنى تەڭشەش) ماددىنى پىشۇرۇش ۋە بەدەننى تازىلاشتىن ئىبارەت ئىككى باسقۇچنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. ماددىنى پىشۇرۇش دېگەنلىك بەدەندىكى خام خىلتلارـ نى پىشۇرۇش كۆزدە تۇتۇلۇپ، بىمارلار خىلىت تېپىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ، خام قالغان شۇ خىلتنىڭ ئۆز پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىجى) ياكى ئورتاقلىققا ئىگە پىشۇرغۇچىـ سى بېرىلىدۇ. مەسىلەن: خام سەپرانى پىشۇرۇش ئۈچۈن چىلان يېتىتە دانە، گۈلبىنەپشە، شاھتەررە، نىلۇپەر ھەربىرى 5.5 گرام، چالا سوقۇلغان كاسنە ئۇرۇقى 7.5 گرام، چالا سوقۇلغان كاسنە يىلتىزى، كاسنە كۆكى ۋە قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 5.5 گرامدىن ئېلىپ، بۇ دورىلارنى 750 مىللىلىتىر سۈغا سېلىپ يېرىمى قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينـ تىپ، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىنى كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللـ لىتىردىن ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگۈچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. خام بەلغەمنى پـ شۇرۇش ئۈچۈن ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ۋاسالغۇ ئۇزۇم 11 دانە، چالا سوقۇلغان ئارپىبەـ دىيان (رۇم بەدىيان بولسا تېخىمۇ ياخشى)، باداۋىر (شۇكائى) ھەر بىرىدىن 5.5 گرام، ئاقلاپ چالا سوقۇلغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 7.5 گرام، پىرسىياۋشان 11.5گرام، ئەنجۇر قېقى بەش دانە، قىزىلگۈل 8.5 گرامدىن ئېلىپ، 750 مىللىلىتىر سۈغا سېلىپ سۇس ئوت بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە 18 گرام ھەسەل گۈلقەنتىنى سېلىپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگۈچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. خام سەۋدانى پىشۇرۇش

ئۇچۇن سەرپىستان 20 دانە، چىلان 10 دانە، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا، ئۇستقۇددۇس، پىر-سىياۋشان، ئارپىبەدىيان، شاھتەررە ھەربىرىدىن 5.5 گرام، چالا سوقۇلغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 11 گرامدىن ئېلىپ، بىر لىتىر سۇغا سېلىپ، سۇس ئوت بىلەن 450 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇستىگە ئاق قەنت ياكى يانتاق شېكىرىدىن 200 گرام ياكى گۇلقەنتتىن 30 گرام سېلىپ، سۇزۇۋېلىنغان سۇيىنى كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگۇچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. غەيرىي تەبئىي قان خىلىتىغا باشقا خىلىتلار ئارىلاشمىغان بولسا، پىشۇرغۇچى دورا ئىشلىتىش ھاجەتسىز بولۇپ، قانىنى تازىلىغۇچى دورا ئىشلىتىش كۇپايە قىلىنىدۇ. ئەگەر غەيرىي تەبئىي قانغا باشقا غەيرىي تەبئىي خىلىتلار ئارىلاشقان بولسا، شۇ خىلىتىنىڭ پىشۇرغۇچىسى بېرىلىدۇ.

ئاقكېسەللىكتە غەيرىي تەبئىي مۇرەككەپ مىزاجلىقلار كۆپ ئۇچرايدۇ. شۇڭلاشقا تۆۋەندىكى ئورتاقلىققا ئىگە پىشۇرغۇچى نۇسخا ئىشلىتىلسىمۇ بولىدۇ: ئورتاقلىققا ئىگە بۇ نۇسخىنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىدىن ئىبارەت: ۋاسالغۇ ئۇزۇم 130 گرام، رۇم بەدىيان يەتتە گرام، سىيادان 21 گرام، كەرەپشە (چىڭسەي) ئۇرۇقى، بابۇنە، سانا ۋە سۆئتەر ھەربىرىدىن 26 گرام، قىزىلگۇل، قۇستە، شەترەنجى، سۇزاپ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ، 2.5 لىتىر سۇزۇك سۇدا يېرىمى قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ، داكا بىلەن سۇزۇلگەن سۇيىگە 370 گرام ھەسەل قوشۇپ ئازراقلا قاينىتىپ، كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا تاماقتىن بۇرۇن 50 ~ 60 مىللىلىتىردىن جەمئىي توققۇز كۇن ياكى ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگۇچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يۇقىرىقى دورىلارنى بالىلار بىلەن ياشانغانلارغا ئەھۋالغا قاراپ كېمەيتىپ بېرىلىدۇ.

ماددىنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى ئىچىش ۋاقتى ئادەتتە خام سەپرانى پىشۇرۇش ئۇچۇن بەش كۇن، خام بەلغەمنى پىشۇرۇش ئۇچۇن توققۇز كۇن، بەلغەمگە ئارىلاشقان باشقا خىلىتلار بىلەن خام سەۋدانى پىشۇرۇش ئۇچۇن 15 كۇن ئەتراپىدا دورا ئىشلىتىلىدۇ. بىراق مەيلى قايسى خىل خىلىت تېپى بولسۇن، ماددا پىشۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن، بىمارنىڭ ئۇيقۇسى ۋە ئىشتىھاسى ياخشىلىنىپ، چوڭ ـ كىچىك تەرەت قېتىم سانى كۆپىيىش، بەدىنى قىزىغاندەك ۋە پۇت ـ قولىغا ماغدۇر كىرگەندەك ھېس قىلىپ، روھىي ھالىتى تېتىكلىشىش ۋە ئاق داغ بار ئورۇندا قىچىشىش پەيدا بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر ماددا پىشقانلىقىدىن دېرەك بېرىدۇ.

بەدەننى تازىلاش دېگەنلىك بەدەنده يەنىلا پىشماي قالغان خام خىلىت قىسمى بىلەن بەدەندىكى باشقا زىيانلىق ماددىلارنى ئىچىنى سۇرۇش ۋە سۇيدۇك ھەيدەش ئارقىلىق بەدەن

سىرتىغا چىقىرىپ، بەدەننى پاكلاشتۇرۇش كۆزدە تۇتۇلىدۇ.

بەدەننى تازىلىغۇچى نۇسخىلار خېلى جىق، تۆۋەندە كۆپ قوللىنىلىدىغان ئورتاقلىققا ئىگە نۇسخىلاردىن مەتبۇخى ئەفتىمۇن (ئەفتىمۇن قاينىتمىسى): تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ھېلىلە كابىلە پوستى، سېرىق ھېلىلە پوستى ھەر بىردىن 60 گرام، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن ۋاسالغۇ، ئەفتىمۇن ھەر بىردىن 30 گرام، ئەنجۇر قېقى 100 گرام، ئىچىدىكى غولى ئېلىۋېتىلگەن تۇربۇت، ئاقلانغان بىخسۇس، ئىزخىر ھەر بىردىن بەش گرام، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى ھەر بىردىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، بىر لىتىر سۇغا سېلىپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكىدا سۈزۈۋېلىنغان سۇيىنى كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ~ 60 مىللىلىتىر ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بالىلار بىلەن ياشانغانلارغا ئەھۋالغا قاراپ مىقدارى كېمەيتىلىدۇ. ئەگەر بۇ قاينىتمىغا مەجۇنى ئايارەج پەيقىرادىن ھەر كۈنى كەچتە 10 ~ 15 گرام قوشۇپ يېيىشكە بېرىلسە، ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا تازىلاش ئۈچۈن ھەببە مۇخرىج بىلەن چىلاپا گۈلقەنتكە قوشۇپ يېيىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. بىراق بۇ ئىككى خىل دورا كۈچلۈك سۈرگە بولغىنى ئۈچۈن ھامىلدار ئاياللار بىلەن ھەيز كېلىۋاتقان ئاياللارغا، ئۈچەي توسۇلۇش (قۇلۇنجى) كېسىلى بارلار بىلەن كىچىك بالا ۋە ياشانغانلارغا بېرىلمەيدۇ. چوڭلارغىمۇ مىقدارى كۆپ بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك. تازىلاش مەقسىتىدە سۈرگە دورىلىرى بەرگەندە چوڭ تەرەت قېتىم سانى كۈندە 4 ~ 5 قېتىمدىن ئېشىپ كەتسە، سۈسىزلىنىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن دورا ئىچىش توختىتىلىدۇ. بەدەننى تازىلىغۇچى دورىلار 2 ~ 5 كۈن ئەتراپىدا ئىشلىتىلىدۇ. بەدەن ئاساسىي جەھەتتىن تازىلانغان بولسا، ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر روشەنلىشىشتىن سىرت، بىمارنىڭ چىرايى، كۆز ئېقى، تىل جىسمى، تىلنىڭ رەڭگى، تىلدىكى گەز، تومۇرنىڭ سوقۇشى، سۈيدۈك رەڭگى ۋە قىيامى قاتارلىقلار بىمارنىڭ ئەسلىدىكى تەبىئىي خىلىت تېپىدىكى ھالەتكە تامامەن ياكى ئاساسەن يېقىنلىشىدۇ. شۇنداق بولغاندىلا بىمارنىڭ مىزاجى تەڭشەلگەن ھېسابلىنىدۇ. شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەيمىزكى، داۋالاش ئالدىدا مىزاجنى تەڭشەپلا قالماستىن، بەلكى داۋالاشنىڭ پۈتۈن جەريانىدىمۇ مىزاجنىڭ تەكشىلىكىگە ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈنىدۇ. ئەگەر مىزاجدا ئۆزگىرىش بولغانلىقى بايقالسا دەرھال مىزاج تەڭشىلىدۇ.

ئاقكېسەللىكنى داۋالايدىغان خاس دورىلار ۋە قۇۋۇتلەندۈرگۈچى دورىلار بىلەن داۋالاش: بىمارنىڭ مىزاجى تەڭشەلگەندىن كېيىن ئاقكېسەللىكنى داۋالايدىغان خاس دورىلار بىلەن قۇۋۇتلەندۈرگۈچى دورىلاردىن تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ:

(1) مەجۇنىي كالىيزىرە: بۇ ياۋا ياكى تاغ سەۋزە ئۇرۇقى مەجۇنى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. تەر-

كىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە: كالىيزىرە 222 گرام، ئاقىرقەرها، ئاق تۇربۇت ۋە توم زەنجۈبىل ھەر بىرىدىن 44 گرام، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىر كىلوگرام، يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. بۇ دورىنىڭ تەبئىتى ئىسسىق، خۇسۇسىيىتى تېرىگە رەڭ بېرىدۇ. ئىچىش مىقدارى: بەش ياشتىن يۇقىرى، 10 ياشتىن تۆۋەنلەرگە كۇندە 10 ~ 15 گرام، 11 ياشتىن يۇقىرىلار بىلەن چوڭلارغا ئەھۋالىغا قاراپ كۇندە 30 ~ 60 گرامنى ئىككىگە بۆلۈپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئىشلىتىشتە چوڭلارغا كۇندە 15 گرامدىن باشلاپ ئاستا ـ ئاستا كۆپەيتىپ، ھەپتە، ئون كۇنلەردىن كېيىن يۇقىرىدا بايان قىلىنغان بىر كۇنلۇك مىقدارغا يەتكۈزۈلىدۇ. دورا ئىستېمال قىلىۋاتقان مەزگىللەردە يېمەك ـ ئىچمەكتىن قاتتىق پەرھىز قىلىپ، قۇۋۋەتلىك گۆش ۋە مايلىق تاماقلار ئىستېمال قىلىنىدۇ. كالىيزىرىنىڭ مەجۇن شەكلىدىن باشقا يەنە ھەببى (كۇمىلاچ)، قۇرس (توقماچاق ياكى تابلېت) شەكىللىرىمۇ بار. ھەببى نۇسخىسىدا ھەسەل ئورنىغا قايناق سۇ ئىشلىتىپ، يەنە يۇقىرىقى دورىلار تالقىنىنى قايناق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.2 ~ 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ. تەبئىتى بىلەن خۇسۇسىيىتى ۋە ئىشلىتىلىشى مەجۇنى كالىيزىرە بىلەن ئوخشاش، بىمارنىڭ ياش قۇرامى بىلەن تەن تۇزۇلۇشىگە قاراپ كۇندە 15 ~ 60 تالنى ئۇچكە بۆلۈپ يېيىشكە بېرىلىدۇ. قۇرسى كالىيزىرىنى 0.5 گراملىق قىلىپ ياساپ، چوڭلارغا ئاۋۋال كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ~ 6 تالدىن، كېيىن بارا ـ بارا كۆپەيتىپ، ھەر قېتىمدا 10 ~ 15 تالدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ. يېقىنقى ئون نەچچە يىللاردىن بۇيان كالىيزىرىنىڭ ئوكۇلى ئىشلىنىپ، كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا تۆت مىللىلىتىردىن كاسا مۇسكۇلىغا ئوكۇل قىلىپ ياكى ئاق داغ بار ئورۇننىڭ تېرە ئىچىگە 2 ~ 6 مىللىلىتىرنى قامال قىلىنىۋاتىدۇ.

(2) شەربىتى بەرەس: تەركىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە: قۇرۇق ئۇزۇم 500 گرام، رۇم بەدىيان 300 گرام، سىيادان 200 گرام، ئەفتىمۇن، ئاقىرقەرها، تۇربۇت، ياۋا پىياز، ئەنسىلى كوھى ھەر بىرىدىن 100 گرام، گۇلقەنت، سەكبىنەج ھەر بىرى 500 گرام، ئۇزۇم شىرنىسى ئۇچ ھەسسە، شېكەر بىر ھەسسە، قۇرۇق ئۇزۇمنى ئۇچ ھەسسە سۇدا يېرىمى قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ئۇزۇمنى سۇزۇپ، سىقىپ تىرىپىنى ئېلىۋېتىپ، باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، داكا خالتىغا سېلىپ، خالتىنى ئۇزۇم سۇيىگە چىلاپ، 500 مىللىلىتىر قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ، خالتىنى سىقىپ ئېلىۋېتىكەندىن كېيىن، ئۇستىگە ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن شېكەرنى قوشۇپ ئازراق قاينىتىپ شەربەت تەييارلىنىدۇ، كەيپىياتى ئىسسىق، خۇسۇسىيىتى تېرىگە رەڭ بېرىدۇ ۋە بەدەندە

كى تەبىئىي هارارەتنى ئاشۇرۇپ، قاننى جانلاندۇرىدۇ ۋە ئوزۇقلۇق رولىنى ئويناىدۇ. ئاقـ
كېسەلنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. بىمارنىڭ يېشى بىلەن ئەھۋالىغا قاراپ چوڭلارغا
كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 ~ 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(3) مەجۇنى بەرەس: پوستى ھېلىلە كابىلە، پوستى بەلىلە، ئامىلە، ئەفتىمۇن، قەردماـ
نە، گۈلدارچىن، پىلپىل، ئاقىرقەرھا، شەترەنجى ھىندى، قىچا، قۇرۇتۇلغان سامساق،
ئوردان، زەنجىۋىل، جۇزبۇۋا، گۈلقەقە، ئەنسىل، كىبىرىت، خېنە يوپۇرمىقى، نۇشۇدۇر ھەر
بىرىدىن تەڭ مىقداردا، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل پۈتۈن دورا ۋەزنىدىن ئۈچ ھەسسە ئېلىـ
نىدۇ. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇـ
رۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. تەبىئىتى قۇرۇقلۇقتا مۆتىدىل، خۇسۇسىيىتى تېرىگە رەڭ بېـ
رىدۇ. ئاقكېسەل بىلەن ئاغرىغان چوڭلارغا 10 ~ 20 گرام، بالىلارغا 5 ~ 10 گرامنى
ئۈچكە بۆلۈپ كۈندە ئۈچ قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(4) سامساق مەجۇنى: كالىيزىرە ئۇرۇقى 37 گرام، سۆسۈن پوستلۇق سامساق 451
گرام، زەپەر، بەسباسە، جويۇز، پىلپىل، قارىمۇچ، كاۋاۋچىن، زىرە، بوزبۇغا، زەنجىۋىل،
قەلەمپۇر ۋە دارچىنلارنىڭ ھەر بىرىدىن 0.5 گرام، كالا سۈتى 810 مىللىلىتىر، مەسكە
ماي 500 گرام، ھەسەل بىر كىلوگرام، سامساقنى يانجىپ سۈتكە سىلىپ، سۇس ئوتتا
تاكى سامساق يۇمشاپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلگۈچە قاينىتىپ، سىم ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلـ
گەن سۈيىگە ھەسەل بىلەن مەسكە يېغىنى سىلىپ قاينىتىپ، ھالۋا ھالىتىگە كەلتۈـ
رۇپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە يۇقىرىقى دورىلارنىڭ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن تالقىنىنى
سىلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق، خۇسۇسـ
يىتى بەدەننى قۇۋۋەتلەش، قاننى قىزىتىش، بەدەندىكى زىيادە نەملىكنى كېمەيتىش ۋە تېرـ
گە رەڭ بېرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. چوڭلارغا كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 7 ~ 10
گرامغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ.

ئاقكېسەللىكنى داۋالاشتا، داۋالاش ئۇنۇمىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش، داۋالاش جەريانىدا
كۆرۈلىدىغان غەيرىي تەبىئىي ھادىسىلەرنى تۈزىتىش، بەدەننى قۇۋۋەتلەش، قاننى قىزـ
تىپ جانلاندۇرۇش ۋە بەدەندىكى زىيادە نەملىكنى كېمەيتىپ، خىلىتلارنىڭ تەڭپۇڭلۇقـ
نى ساقلاش مەقسىتىدە ئايارەج لوغانزىيا، ئىترىفىل ھامانى، ئىترىفىل ھەكىمى ئىلى،
شەربىتى زەبىب، ئەرقى نانخا، سۇفۇپى خولىنجان بىلەن مەجۇنى چۆپچىنىڭ 1 ~ 2
خىلى، بولۇپمۇ شەربىتى زەبىب بىلەن مەجۇنى چۆپچىن قوشۇپ بېرىلىدۇ.

ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتتىن دورا سۈركەپ داۋالاش:

ئاقكېسەللىكنى ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتتىن دورا سۈركەپ داۋالاش ئۇسۇلى ئۇيغۇر تېبا-

بىتىنىڭ ئاقكېسەللىكنى داۋالاشتا كەم بولسا بولمايدىغان مۇھىم تەدبىرلىرىنىڭ بىرى بولۇپ، بىمارغا ئاقكېسەللىكنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان خاس دورىلار بىلەن قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورا ئىشلىتىپ 3 ~ 4 كۈندىن كېيىن ئاپتاپقا قاقلاپ، سىرتىدىن دورا سۈركەپ داۋالىنىدۇ. ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتىكى مەقسەت بولسا، بەدەنىڭ هارارىتىنى يۇقىرى كۆتۈرۈپ قانىنى جانلاندۇرۇش، ئاق داغ بار ئورۇننى ئۆز ئىچىگە ئالغان تېرىدىكى قان تومۇرلارنى كېڭەيتىپ، تېرىگە كېلىدىغان قانىنى جۇملىدىن رەڭ پەيدا قىلغۇچى ماددىلارنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ئوزۇقلۇق ماددىلارنى كۆپەيتىش، ئاق داغ ئاستىدىكى قان تومۇرلاردا هاسىل قىلغان چۆكمىلەرنى ئېرىتىپ، سۈلۈق قاپارتقۇدىن ئېقىپ چىققان زەرداب بىلەن بەدەن سىرتىغا چىقىرىش ئارقىلىق، ئاق داغ ئاستىدىكى سۇددە (توسالغۇ) لارنى ئېچىپ، قان ئايلىنىشنى راۋانلاشتۇرۇش ۋە تېرە رەڭ ماددىسىنىڭ هاسىل بولۇشىنى تېزلىتىشتىن ئىبارەت.

ئاقكېسەللىكنى ئاپتاپقا قاقلاپ سىرتىدىن سۈركىلىدىغان نۇسخىلار ناهايىتى كۆپ، بۇلارنىڭ ئىچىدە كۆپ قوللىنىلىدىغانلىرى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

(1) زىمادى شەترەنجى: بۇنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: شەترەنجى هىندى، جىنكېۋنزى، سىيادان هەر بىرى 10 گرامدىن، قىچا بەش گرام، يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ، 100 مىللىلىتىر سىركە ياكى ئاق هاراق (75% لىك ئىسپىرت تېخىمۇ ياخشى) قا چىلاپ، ئېغىزىنى هىم ئېتىپ، يازنىڭ ئاپتېپىدا 1 ~ 3 كۈنگىچە قويغاندىن كېيىن، بەش مىنۇت هورىنى چىقارماي سۈس ئوتتا قاينىتىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن داكا بىلەن سۈزۈپ، تىرىپىنى ئېلىۋېتىپ، سۈيى ئاق داغ بار ئورۇنغا سۈركىلىدۇ. دورىنى هەر قېتىم سۈركىگەندىن كېيىن شېشىنىڭ ئېغىزى مەهكەم ئېتىلىشى كېرەك.

(2) زىمادى زەرنىخ: سىيادان، پىياز هەر بىرى 12 گرام، سامساق ئالتە گرام، زەرنىخ ئۈچ گرام، كۈچلۈك سىركە ياكى ئاق هاراق (ئىسپىرت) 60 مىللىلىتىر، يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ سىركە ياكى ئاق هاراققا چىلاپ، ئېغىزىنى مەهكەم ئېتىپ، يازنىڭ ئاپتېپىدا 7 ~ 10 كۈن تۇرغۇزۇپ، داكا بىلەن سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىنى ئېغىزى هىم شېشىگە قاچىلاپ ئاق داكا بار ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

(3) زىمادى ئادراسمان: ئادراسمان ئۈچ گرام، ئانار پوستى ئۈچ گرام، موزا، ئوردان، زەمچە هەر بىرىدىن ئىككى گرام، ئوسما، خام ياڭاق پوستى بەش گرام، تال (تەك) نوتىسى 20 گرام، كۈچلۈك سىركە ياكى ياكى ئاق هاراق 100 مىللىلىتىر. ئالدىنقى بەش خىل دورىنى سوقۇپ، ئوسما، خام ياڭاق پوستى ۋە تال (تەك) نوتىسىنى قىيما قىلىپ سىركە ياكى ئاق هاراققا چىلاپ، 7 ~ 10 كۈن يازنىڭ ئاپتېپىدا قويۇپ، داكا بىلەن سىقىپ، سۈ-

زۇتېلىنغان سۈيىنى ئېغىزى ھەم شېشىگە قاچىلاپ ئاق داغ بار ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

(4) تىزاپى بەرەس: نۆشۈدۇر، سامساق، كۆك تۇتىيا پوستى (بەدىلىگە كۆكتاشنى قورۇپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ)، لىمون سۈيى (بەدىلىگە كۈچلۈك سىركە بولسىمۇ بولىدۇ)، يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ لىمون سۈيى ياكى سىركىگە چىلاپ ئېغىزىنى ئېتىپ، يازنىڭ ئاپتىپىدا 7 ~ 10 كۈن تۇرغۇزۇپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىنى شېشىگە چىلاپ ئاق داغ بار ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

(5) مەلھەمى پەرپىيۇن: نۆشۈدۇر 190 گرام، شاكىلىدىن ئايرىلغان قىزىل ئابدىمەلىك 33 گرام، پەرپىيۇن، ئاقمرقەرھا ھەر بىرىدىن 10 گرام، كۈچۈلا يېغى (رەۋغىنى ئازاراقى) 750 گرام. ئابدىمەلىكنى سوقۇپ خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، كۈچۈلا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەم تەييارلاپ ئاق داغ بار ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

(6) رەۋغىنى قۇستە مۇرەككەپ: قۇستە تەلىخ 30 گرام، قارىمۇچ، پەرپىيۇن ھەر بىرىدىن توققۇز گرام، قۇندۇز قەھرى ئالتە گرام، سىيادان، ئاقمرقەرھا ھەر بىرىدىن 12 گرام، مۇسەللەس 300 گرام، زەيتۇن يېغى (كۈنجۈت يېغى بولسىمۇ بولىدۇ) 150 مىللىلىتىر، دورىلارنى چالا سوقۇپ، مۇسەللەسكە بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى سۈس ئوتتا مۇسەللەسنىڭ يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، سۈزۈغاندىن كېيىن داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىنى قازانغا قۇيۇپ، ئۇستىگە كۈنجۈت ياكى زەيتۇن يېغىنى قۇيۇپ، سۈس ئوت بىلەن مۇسەللەس تۇگەپ ياغ قالغۇچە قايىنىتىپ، ئۇنىڭ ئۇستىگە يۇمشاق سوقۇلغان قۇندۇز قەھرى بىلەن پەرپىيۇننى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇ نۇسخىنىڭ خۇسۇسىيىتى تېرىگە رەڭ بېرىش، چاچنى قارايتىش، پەينى چىكتىپ، ئاغرىق توختىتىش ۋە قاتتىق ئىششىقلارنى يۇمشىتىشتىن ئىبارەت.

بۇلاردىن باشقا تۆۋەندىكى رۇسخلارمۇ ئىشلىتىلىدۇ. تۇخۇم يېغى مەلھەمى I تەركىبى ۋە ياسىلىشى: تۇخۇم سېرىقى 20 دانە، قارا كۈنجۈت، سىيادان، قىزىل قىچا، قەلەمپۇر ھەر بىرىدىن 100 گرام ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر كىلو شەربىتى زەبىب ياكى ئەرقى نانخاغا چىلاپ بىر كېچە ـ كۈندۇز قويۇلىدۇ. ئەتىسى قوينىڭ قۇيرۇق مېيىدىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ، قازاندا كۆيدۈرۈپ، چىگىردىكىنى ئېلىۋېتىپ، قازان ئوتتىن ئېلىنىدۇ ۋە پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىنى ياغقا سېلىپ ئېزىپ، قازاننى قايتىدىن ئوتقا قويۇپ، تۇخۇم سېرىقى تاكى قارا چىگىردەك بولغۇچە قايىنىتىپ، ئۇنىڭ ئۇستىگە شەربىتى زەبىبكە چىلانغان دورا سۈيىنى قۇيۇپ، سۈيى تۇگەپ مېيى قالغۇچە قايىنىتىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

تۇخۇم يېغى مەلھەمى II پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى 25 دانە، جىنكېۋنزى 10 گرام، شەتەرەنجى ھىندى 10 گرام، قىچا بەش گرام، يۇمشاق تالقانلاپ، تۇخۇم سېرىقىنى ياغلىق تا كۆيدۇرۇپ، سۇيۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلگەندە چۆمۈچىنىڭ كەينى بىلەن سىقىپ مېيىنى چىقىرىپ، چىقىرىلغان مايغا دورا تالقىنىنى سېلىپ تەييارلايدۇ.

مەلھەمنى ئۇدسەلىب: نۆشۈدۇر 100 گرام، ھەسەل 300 گرام، ھەسەلنى ئېرىتىپ ئۇنىڭغا نۆشۈدۇر تالقىنىنى سېلىپ تەييارلىنىدۇ: مەلھەم دورىلار ھاۋا تۆتۈق كۈنلىرى ئىشلىتىلسىمۇ بولىدۇ.

ئاپتاپقا قاقلىنىپ سىرتىدىن دورا سۈركەشتە دىققەت قىلىدىغان نۇقتىلار:

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

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

(3) ئاپتاپقا ھاۋا ئوچۇق، شامىلى يوق كۈنلەردە ھاۋا قىزىشقا باشلىغاندىن باشلاپ (ئۇرۇمچىنىڭ يازلىق ۋاقتى چۈشتىن بۇرۇن 11 ~ 12 لەردە) كۈن قايرىلغان ۋاقىتقىچە (ئۇرۇمچى يازلىق ۋاقتى چۈشتىن كېيىن سائەت بەشلەرگىچە) قاقلىنىش ياخشىراق، ئاپتاپقا قاقلىنىش ۋاقتى پرىنسىپ جەھەتتە ئاق داغ قىزىرىپ، ئۇششاق سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولۇغانغا قەدەر قاقلىنىدۇ. ئاقكېسەللىكىنىڭ بەرەس تېپىدە بىر قانچە سائەتتىن بىر نەچچە كۈن ئاپتاپقا قاقلىنىشقا توغرا كېلىدۇ. ئاپتاپقا چىدىمايدىغان قىسمەن بىمارلارنى ئاپتاپقا ئاستا ـ ئاستا كۆندۈرۈشكە بولىدۇ. بىراق ئاپتاپقا كۆندۈرۈش ۋاقتى ئۇزىراپ كەتسە، گەۋدىدىكى ئاق داغ ئاپتاپقا كۆنۈۋېلىپ ئاسانلىقچە قىزارمايدۇ ۋە سۇ كۆتۈرەلمەي ساقىيىشى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كېتىدۇ.

(4) سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولغان ئورۇننىڭ بۇلغىنىپ (يۇقۇملىنىپ) يىرىڭدىشىدىن

ساقلىنىش ئۇچۇن ئاق داغ بار ئورۇن ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى تېرىنى پاكىز يۇيۇپ، تازىلاپ، قۇرۇغاندىن كېيىن هاراق بىلەن تازىلاپ (يود ۋە ئىسپىرت بىلەن تازىلانسىمۇ بولىدۇ) ئاندىن زىمادلار سۈركىلىدۇ. سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولغاندىن كېيىن دورا سۈركەشنى توختىتىپ، پاكىز داكا بىلەن بوشراق تېڭىپ قويۇلىدۇ ۋە داكا نەملىشىپ كەتسە ۋاقتىدا ئالماشتۇرۇلىدۇ. كۆپ هاللاردا ئۇششاق سۇلۇق قاپارتقۇلار ئۆزئارا بىرلىشىپ، چوڭ قاپارتقۇغا ئايلىنىپ، قاپارتقۇ قېپىغا زەردار يىغىلىدۇ. بۇنداق ئەهۋالدا قاپارتقۇ قېپىنى سويۇپ ئېلىۋەتمەي، قاپارتقۇ قېپىنىڭ ئاستى تەرەپتىن چوڭ تۆشۈك ئېچىپ، زەردابنىڭ راۋان ئېقىپ چىقىشىغا كاپالەتلىك قىلىش كېرەك. چۈنكى ئاقكېسەللىكنى داۋالاشتا سۇلۇق قاپارتقۇ قانچە بالدۇرراق ۋە قانچە كۆپرەك پەيدا بولسا هەم زەردار قانچە كۆپ ئاقسا، ئاق داغنىڭ ساقىيىشى شۇنچە تېز ۋە ياخشى بولىدۇ. ئادەتتە زەردار يېرىم كۈندىن بىر نەچچە كۈنگىچە ئاقىدۇ. سۇلۇق قاپارتقۇ قېپى قۇرۇپ ئۆزى سويۇلۇپ تۆكۈلگۈچە سويۇۋېتىلمەيدۇ. زەردار ئېقىش ئاساسىي جەهەتتىن توختىغاندا ئىككىنچى ئورۇندىكى ئاق داغنى ئاپتاپقا قاقلاشقا بولىدۇ.

(5) ئاق داغقا سىرتتىن دورا سۈركەش پرىنسىپى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ: ئاپتاپقا قاقلاغاندا زىماد سۈركىلىدۇ. زىمادلارنى سۈركەش ئارىلىقى بەك ئۇزۇن، بەك قىسقا بولماسلىقى كېرەك. يەنى ئالدىنقى قېتىم سۈركەلگەن زىماد قۇرۇشىغا ئىككىنچى قېتىملىق زىماد سۈركىلىدۇ. زىمادنى تۇنجى قېتىم سۈركەشتىن ئىلگىرى زىماد بىلەن نەملەنگەن ماتا ياكى داكا بىلەن ئاق داغنى بېسىپراق سۈرتۈپ، ئازراق قىزارغاندىن كېيىن دورا سۈركەلسە ۋە هەر قېتىم دورا سۈركىگەندە بېسىپ سۈرتۈپ دورا سۈركەلسە، قىزىرىش ۋاقتى قىسقىرايدۇ.

ئاق داغنىڭ ساقىيىش شەكلى ئۇچ خىل بولۇپ، بىرىنچى شەكلى، سۇلۇق قاپارتقۇدىن كېيىن ئاق داغ بار ئورۇندا يۇلتۇزسىمان ئۇششاق تېرە خالىرى پەيدا بولۇپ، ئەترابقا كېڭىيىپ، ئۆزئارا تۇتىشىش شەكلى بىلەن ساقىيىش: ئىككىنچى ساقىيىش شەكلى، ئاق داغنىڭ سىرتىدىن مەركىزىگە قاراپ كىچىكلەش شەكلى بىلەن ساقىيىش؛ ئۈچىنچى شەكلى، بىرىنچى ۋە ئىككىنچى شەكلى ئارىلىشىپ ساقىيىش، بەزى بىمارلاردا بىر قېتىم سۇلۇق پۈۋەكچە پەيدا بولغاندىن كېيىنلا تېرە خالىرى پەيدا بولىدۇ ياكى سىرتتىن مەركىزىگە قاراپ كىچىكلەيدۇ (مەسىلەن: بەهەق تىپىدا) بەزى بىمارلاردا ئىككى ياكى ئۈنىڭدىنمۇ كۆپ قېتىم سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولۇپ، ئاق داغ تېرىسى بىر قانچە قېتىم تۆكۈلگەندىن كېيىن، ئاندىن تېرە خالىرى پەيدا بولىدۇ ياكى سىرتتىن ئىچىگە قاراپ كىچىكلەش بىلەن ساقىيىدۇ. بەزى بىمارلاردا قىزىرىشمۇ تەس بولىدۇ ۋە

سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولماي قاتمال هالەتتە تۇرىۋالىدۇ؛ هەتتا تېرە خالىرى پەيدا بولغاندىن كېيىن، تېرە خالىرى چوڭايماي، بىر خىل هالەتتىلا تۇرۇۋالىدۇ. بۇنداق ئەھۋال كۆپىنچە داۋالىنىۋاتقان مەزگىلدە مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى ياكى بىمارنىڭ بەدىنىدىكى نەملىك زىيادە ئازىيىپ، قۇرۇقلۇق ئېشىپ كېتىشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇشى مۇمكىن. شۇڭلاشقا بۇنداق ئەھۋالدا دەرھال مىزاجنى يېڭىۋاشتىن تەڭشەش ياكى بىمارغا بېرىلىۋاتقان قۇرۇق ئىسسىق دورىلارنىڭ مىقدارىنى ئازايتىش ۋە ياكى بىر مەزگىل توختىتىپ، ئۇنىڭ ئورنىغا هۆل ئىسسىققا مايىل دورىلار بىلەن يېمەكلىكلەردىن بېرىش مۇۋاپىق.

ئاقكېسەللىكتىن ساقلىنىش

هەربىر كىشى بولۇپمۇ ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلارنى تېۋىپقا كۆرسىتىپ، ئۇلارنىڭ مىزاج تىپىنى ئېنىقلىۋېلىش بىلەن بىرگە يېمەك ـ ئىچمەك ئارقىلىق مىزاج تەڭپۇڭلۇقىنى ساقلاش يوللىرىنى ئۆگىنىۋېلىش كېرەك. تاماق تاللايدىغان ئادەتنى ئۆزگەرتىپ، ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەك بىلەن سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەكنى ئالماشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىپ بېرىشكە ئادەتلىنىش كېرەك. يەنى قۇرۇق ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەر ئارىلاپ هۆل سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەرنى، قۇرۇق سوغۇق مىجەزلىك كىشىلەر ئارىلاپ هۆل ئىسسىق كەيپىياتتىكى يېمەك ـ ئىچمەكلىكنى، هۆل سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەر ئارىلاپ قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىپ بېرىشى كېرەك. هاراق، پىۋا ۋە هەرخىل سوغۇق ئىچىملىكلەرنى ئىمكانقەدەر كەم ئىستېمال قىلىش كېرەك. شۇنداقلا هەددىدىن زىيادە تاتلىق يېمەكلەرنى كېيىشتىن ساقلىنىش لازىم. ئۆگىنىش، خىزمەت، دەم ئېلىش، مەدەنىي كۆڭۈل ئېچىش ۋە جىسمانىي جەهەتتىكى چېنىقىشلارنى مۇۋاپىق ئورۇنلاشتۇرۇپ، روهىي جەهەتتىكى چارچاش بىلەن غەم ـ ئەندىشىلەردىن مۇمكىنقەدەر ساقلىنىپ، خۇشخۇي ۋە ئۈمىدۋار بولۇشنى قولغا كەلتۈرۈش كېرەك. ئەگەر ئۇيقۇسىزلىق، ئىشتىهاسى كېمىيىش، ماغدۇرسىزلىق ۋە روهىي جەهەتتە جۇشقۇنسىزلىق، تىل ئۇستىدە نورمال بولمىغان گەز باغلاش ۋە ئېغىز تەمى بىلەن چوڭ ـ كىچىك تەرتىدە غەيرىيلىك پەيدا بولۇشتەك مىزاج بۇزۇلۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلۈش بىلەن دەرھال تېۋىپكە كۆرۈنۈپ مىزاجنىڭ تەڭپۇڭلۇقىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش كېرەك. بۇنىڭدىن باشقا قانداشلىقى يېقىن بولغانلار بىلەن ئاقكېسەللىك بىلەن ئاغرىغۇچىلار ئۆزئارا توي قىلماسلىقى لازىم.

شۇنداق قىلغاندىلا ئاندىن ئاقكېسەللىكتىن ساقلانغىلى ياكى ئاقكېسەللىكنىڭ كىشىلەر توپىدا پەيدا بولۇشىنى ئازايتقىلى بولىدۇ.

قارا داغ كېسىلى

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

سەۋەبى

غەيرىي تەبىئىي سەۋدانىڭ تېرىدە چۆكمە ھاسىل بولۇشىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

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

داۋاسى

قۇرۇق سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەردىن پەرھىز تۇتۇپ، كۆپرەك ھۆل ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىپ بېرىش بىلەن بىرگە، پات ـ پات مۇنچىدا يۇيۇنۇپ بېرىش بۇيرۇلىدۇ. خام سەۋدانىڭ مەخسۇس پىشۇرغۇچىسى ياكى ئورتاقلىققا ئىگە پىشۇرغۇچى (مۇنزىج) دىن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىپ، ماددا پىشقاندىن كېيىن بەدەننى تازىلاش مەقسىتىدە مۇسھىل بېرىلىدۇ (ئاقكېسەلنىڭ داۋاسىغا قارالسۇن) سىرتىدىن خەربەق، زەرنىخ، زاك، گۈڭگۇرت، تۇرۇپ ئۇرۇقى، بىستىپايەج، كۈندۈش، قۇستە تەلىخ ۋە زاغۇنلارنىڭ ھەر بىرىدىن بەش گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق

سوقۇپ، مەلۇم مىقداردىكى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ، سۇيۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ قارا داغ بار ئورۇنغا سۈركەپ بېرىلىدۇ.

داغ ۋە سەپكۈن

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

سەۋەبى

داغ بىلەن سەپكۈن غەيرىي تەبىئىي قان بىلەن سەۋدا خىلىتىدىن ھاسىل بولغان بۇ-خارات (بۇزۇق ھاۋا) نىڭ يۇز تېرىسىدە چۆكمە ھاسىل قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە تەپ (تۆت كۈنلۈك قىزىتما)، ھامىلدارلىق، ھەيز توختاپ قېلىش ۋە جىگەر كېسەللىك-لىرىدىنمۇ پەيدا بولىدۇ. بەزىلەردە ئاتا ـ ئانىسىدىن ئۇدۇم قالىدۇ.

ئالامىتى

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

سەپكۈن چېكىتسىمان بولۇپ، يۇز تېرىسىگە تەكشى تارقالغان بولىدۇ. لېكىن ھەر قايسى بىمارلاردا زىچلىقى بىردەك بولمايدۇ. سەپكۈننىڭ رەڭگى قارامتۇل سارغۇچ ياكى كۆكۈچكە ياكى قىزىلغا مايىلراق تۇسنى ئالىدۇ.

داۋاسى

داغ بىلەن سەپكۈننىڭ داۋاسى ئاساسەن ئوخشاپ كېتىدۇ. داۋالاشتا، ئالدى بىلەن قان

بىلەن سەۋدانى بۇزىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش بىلەن بىرلىكتە مىزاج تەڭشىلىدۇ. بەدەندىكى غەيرىي تەبىئىي قان بىلەن سەۋدانى بەدەن سىرتىغا چىقىرىۋېتىش مەقسىتىدە بىمارغا ئەفتىمۇن 12 گرام، تۇربۇت بىلەن غارىقۇن ھەر قايسىسىدىن 3 ~ 4 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىككىگە بۆلۈپ يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر ئاشقازان مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا، ئاۋۋال ئاشقازاننى تازىلاش مەقسىتىدە بىخسۇس، تۇرۇپ ئۇرۇقى ۋە ئەفتىمۇن ھەر قايسىسىدىن 20 گرامدىن ئېلىپ، چىلاشقۇدەك سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۇيىگە 40 گرام ھەسەل قوشۇپ ئىچكۈزۈپ قۇستۇرۇلىدۇ (بۇ چارە ئېھتىياتچانلىق بىلەن ئېلىپ بېرىلىدۇ). ئارقىدىن ئاشقازاننى كۈچەيتىش مەقسىتىدە، ئىتىرىپىل كەبىر قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. جىگەر كېسىلى، سىل ۋە ھەيزىنىڭ قالايمىقانلىششى قاتارلىق كېسەللىكلىرى بولسا، شۇ كېسەلگە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. يازىنىڭ ھاۋا ئوچۇق كۈنلىرى سىرتقا چىقىشقا توغرا كەلسە، چىغ قالپاق كىيىۋېلىش ياكى نېپىز ئاق ياغلىق بىلەن يۈزنى سايىلاندۇرۇش كېرەك. ئەگەر ياز كۈنلىرى ئاياللار ئېتىز ـ ئېرىق ئىشلىرى قاتارلىق دالا مەشغۇلاتى قىلغاندا يۈزىگە قېتىق ياكى قوغۇن ئۇرۇقى شىرنىسىنى سۈركىۋالسىمۇ بولىدۇ. داۋالاش مەقسىتىدە سىرتىدىن تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ:

(1) رەۋەننى يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كەچتە يۈزىگە سۈركىلىدۇ.

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

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

(4) قوۋزاقدارچىن بىلەن قۇستىلەرنى يۇمشاق سوقۇپ، زاراڭزىنىڭ قويۇلدۇرۇلغان سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۈزگە چېپىلىدۇ.

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

(6) لىمون (جۇزە) بۆلەكلىرىنى نېپىز يالپاقلاپ، كەچتە 1 ~ 2 سائەت يۈزگە يېيىتىپ قويۇلىدۇ.

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

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

(9) قارا ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىنى ئاق ھاراقتا ئۇچ كۈن چىلاپ، داكا بىلەن سۈزۈپ قۇ-رۇتقاندىن كېيىن تالقانلاپ، ھەر كۈنى كەچتە خام زەنجىۋىل سۈيىنى يۈزگە سۈركەپ، ئۈستىگە مەزكۇر تالقان سۈركىلىدۇ.

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

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

(12) ھۆل ئېگىرنى سوققاندا چىققان سۈيى ياكى قۇرۇق ئېگىرنى قاينىتىپ، قويۇل-دۇرغان سۈيى ھەر كۈنى كەچتە يۈزگە چېپىلىدۇ.

(13) ياۋا ياكى تېرىپ ئۆستۇرۈلگەن بېدىنى سوقۇپ، سۈيىنى چىقىرىپ ھەر كۈنى كەچتە يۈزگە سۈركەپ بېرىلىدۇ.

(14) رەۋەنىڭ يىلتىزى بىلەن غولىنى تالقانلاپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ، ھەر كۈنى كەچتە يۈزگە سۈركىلىدۇ.

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

ئەگەر يۇقىرىقى نۇسخىلار ئۇنۇم بەرمىسە، تۆۋەندىكى مۇرەككەپ نۇسخىلار ئۇزاق مۇددەت ئىشلىتىلىدۇ:

(1) توغرىغۇ، قارىمۇچ، قوغۇن ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى، چوڭ ماش (تەرمىس)، تۇرۇپ ئۇرۇقى، كۈندۈش، قوۋزاقدارچىن، قۇستە، ھەببۇل مۆھلەب، ئاچچىق بادام مېغىزى، ھەب-بىبىلسان، گۈلسەۋسەن (ئىرسا) يىلتىزى ۋە قىچا ھەممىسىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئەنجۇر يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى بىلەن مەلھەم قىلىپ كەچتە يۈزگە چېپى-لىدۇ.

(2) تاتلىق بادام مېغىزى، گۈلسەۋسەن (ئىرسا)، تۇخۇمەك، قىچا، ئانارگۈلى، قىزىل-گۈل ھەر بىرىدىن 15 گرام، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، كۈنجۇت، تۇرۇپ ئۇرۇقى، قىزىل ماش ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن، زەرچىۋە (ياكى مامىرانچىنى) ئالتە گرام، قارىمۇچ، قە-لەمپۇر ھەر بىرىدىن تۆت گرام، نوقۇت، كەتىرا، گۈرۈچ ئۇنى، بۇغداي كېپىكى، ئارپا ئۇنى ھەر بىرىدىن تۆت گرام، كۈندۈش ئۇچ گرام، يېڭى قايماق (ياكى ئاياللار سۈتى) 150 گرام، سەككىز دانە تۇخۇم ئېقى، ھۆل ئەنجۇر شىرنىسى (ئەنجۇر قېقى شىرنىسى بولسىمۇ بولىدۇ) 15 مىللىلىتىر، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈ-

زۇلگەن تالقاننى سۇت، قايماق، تۇخۇم ئېقى ۋە ئەنجۇر شىرنىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ، يېرىم سۇيۇق مەلھەم تەييارلاپ، كەچتە يۈزنى سوپۇنلاپ يۇيۇپ، لۆڭگە بىلەن سۇرتكەندىن كېيىن، ئاۋۋال لىمون (جۇزە) سۇيىنى يۈزگە سۇركەپ، بىر سائەتتىن كېيىن مەلھەم سۇركىلىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلارنىڭ مەيلى قايسىبىرى ئىشلىتىلسۇن ئاۋۋال مۇنچىدا يۇيۇنۇپ ياكى ئىسسىق سۇ بىلەن يۈزنى سوپۇنلاپ پاكىز يۇيۇپ، يۈزنى سۇرتۇپ قۇرۇتقاندىن كېيىن يۈزگە چېپىلىدۇ. ئەتىسى ئەتىگەن يۈزنى يۇيۇپ دورا يۇقى چىقىرۋېتىلىدۇ.

مەك

سەۋەبى

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

ئالامىتى

مەك تېرىنىڭ ھەممە قىسمىدا پەيدا بولىدۇ ۋە چوڭ - كىچىكلىكى ھەر خىل بولىدۇ. بىراق يۈز قىسمىدا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. يۈزدىكى ئۇششاق يەككە مەك ھۆسنىگە زىننەت بېرىش رولىنى ئويناسىمۇ، لېكىن دائىرىسى كەڭ ۋە سانى كۆپ مەڭلەر ھۆسنىنى بۇزۇش رولىنى ئويناىدۇ. مەڭنىڭ ئۇششاقلىرى تېرىق ياكى ئاق قوناق دانىسى چوڭلۇقىدا بولىدۇ. چوڭلىرى نوقۇتتىن چوڭ، ھەتتا ياپىلاق يېيىلمىسمان بولۇشمۇ مۇمكىن. ئۇششاقلىرىنىڭ رەڭگى كۆپىنچە قارامتۇل بولىدۇ. چوڭلىرىنىڭ رەڭگى قارامتۇل قىزغۇچ ياكى سۆسۇن قىزغۇچ كېلىدۇ. ئازراقلا زەخمىلەنسە كۆپ قان چىقىدۇ. كۆپ ھاللاردا چوڭ - كىچىكلىكى ئۆمۇر بويى بىر خىل ھالەتتە بولىدۇ ياكى بىلىنەر - بىلىنمەس چوڭىيىشى مۇمكىن. بىراق قىسمەن بىمارلاردىكى مەك تەدرىجىي چوڭىيىدۇ ياكى مەلۇم ياشقا بارغاندا توساتتىن چوڭىيىپ كېتىدۇ. بۇ يەنە يامان سۈپەتلىك ئۆسمىگە ئۆزگىرىپ كېتىشىمۇ مۇمكىن. كۆپ ھاللاردا تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ ۋە ساق تېرىدىن چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. ئادەتتە ئاغرىش ۋە قىچىشىش ياكى كېپەكلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر بولمايدۇ.

داۋاسى

تۇغما مەڭگىلىك داۋالىغىلى بولمايدۇ ۋە داۋالاشنىڭ ھاجىتى يوق. ئەگەر سانى كۆپ، دائىرىسى كەڭ بولسا، دائىرىسى كىچىكىيىۋاتقان، زەخمىلىنىشتىن قاناش پەيدا بولغان بولسا داۋالاشقا توغرا كېلىدۇ.

داۋالاشتا، ئالدى بىلەن غەيرىي تەبىئىي خام خىلىتلارنى جۇملىدىن سەۋدانى پىشۇرۇغۇچى مۇنزىج بىلەن بەدەننى تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىپ، مىزاجدىكى نورمالسىزلىقنى تۈزەتكەندىن كېيىن مەڭگۈ كۆيدۈرۈپ چۈشۈرۈش مەقسىتىدە، زەرنىخ بىلەن گۈڭگۇرتنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەڭ بار ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

تېرە كۆكىرىش

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

سەۋەبى

ھەر خىل زەخمىلىنىشتىن تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمىسىمۇ، لېكىن تېرە ۋە تېرە ئاستىدىكى قان تومۇرلار زەخمىلىنىپ، قان تومۇردىكى قان سۇيۇقلۇقى تېرە قەۋىتى بىلەن تېرە ئاستىدا يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ. سەۋەبسىزلا تېرە كۆكىرىپ، غەيرىي تەبىئىي قان غالىب كېلىپ، تېرە ۋە تېرە ئاستىدىكى ئۇششاق تومۇرلارغا قۇيۇلىدىغان قان مىقدارى كۆپەيگەندە، ئۇششاق تومۇرلار يېرىلىشتىن چىققان قان ياكى غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتىنىڭ تېرە ۋە تېرە ئاستىغا يىغىلىۋېلىشتىن ياكى قان بۇزۇلۇپ قان تومۇرلارنىڭ تۈتۈش قابىلىيىتى (قۇۋۇتى ماسكە) تۆۋەنلەشتىن ياكى ئوزۇقلىنىش ياخشى بولماسلىقتىن، بەدەندىكى تۆت ھەزىم بۇزۇلۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

تېرە كۆكىرىشتە تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمايدۇ. لېكىن قان يىغىلغان دائىرىدىكى تېرە

سۇس ياكى قېنىق كۆك، بەزىدە سۆسۈن ئارىلاش كۆك تۇسنى ئالىدۇ. ئېغىرراقلىرىدا قا-
رامتۇل كۆك تۇسنى ئېلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

زەخمىلىنىشتىن پەيدا بولغان تېرە كۆكىرىشتە ئاۋۋال سوغۇق كېيىن ئىسسىق ئۆتە-
كۈزۈلىدۇ. يېسىۋىلەك (بەسەي) ياكى پالەك ياپرىقى، پىننە، زەرنىخلەردىن سوقۇپ، سىر-
كىگە ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلسە، بىر نەچچە كۈن ئە-
چىدە تېرىدىكى كۆك تارقاپ كېتىدۇ. ياكى شاھبەللۇت، موزا ۋە ئاقاقىيا قاتارلىق قورۇ-
غۇچى دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، يۇمشاق تالقانلاپ، سۇ ئارىلاشتۇرۇپ،
سۈيۈق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ كۆكەرگەن ئورۇنغا چېپىپ، بېسىپ تېڭىلسىمۇ
ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. ئەگەر تېرىدە سەۋەبسىز كۆكىرىش پەيدا بولغان بولسا، ئالدى بىلەن
بىمارنىڭ مىجەزىنى تۇزەتكەندىن كېيىن (ماددىنى پىشۇرۇپ بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن
كېيىن) قانىنى پاكلاشتۇرۇپ، قانىنى قويۇلدۇرىدىغان ھەم قانىنى جانلاندۇرۇپ، تومۇرنى چە-
ڭىتىدىغان شۇنداقلا بەدەننى كۈچلەندۈرۈپ قانىنى توختىتىدىغان قابىز دورىلار بېرىلىدۇ.
بۇنىڭ ئۈچۈن ئەھۋالغا قاراپ مەتبۇخى ئۇستقۇددۇس، مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخ (ياكى
شەربىتى) ئەنجىبار (ئەنجىبار يىلتىزى پوستى 40 گرام، سۇماق 20 گرام، قۇرۇق
كەشنىز ئۇرۇقى 10 گرام، شەربىتى ئەنجىبار 50 مىللىلىتىر، سۇ 500 مىللىلىتىر، يۇ-
قىرىقى قۇرۇق دورىلارنى چالا سوقۇپ، 500 مىللىلىتىر سۇغا سېلىپ سۇس ئوتتا 2/3
قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۇيىگە ئەنجىبار شەربىتىنى ئا-
رىلاشتۇرۇپ، ئۇچكە بۆلۈپ بىر كۈندە ئىچىلىدۇ. بۇ نۇسخا ساقايغۇچە ئىشلىتىلىدۇ)
شەربىتى بادرەنجى بۇيا، شەربىتى ئەۋرىشىم، شەربىتى دىنار، شەربىتى ھەببۇلئاس، شەر-
بىتى رۇممان، شەربىتى خەشخاش، ھەببى مۇقەل II ، ھەببى كەھرىۋا قاتارلىق مۇرەككەپ
نۇسخىلارنىڭ بىر ياكى بىر نەچچە خىلى ئىچىش ئۇچۇن ساقايغۇچە بېرىلىدۇ.

تېرە رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى

تېرە رەڭگىنىڭ ئەسلىدىكى تەبىئىي ھالىتىدىن ئۆزگىرىپ كېتىشى تېرە رەڭگە-
نىڭ ئۆزگىرىشى دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

تېرە رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىپ كېتىش سەۋەبى مۇرەككەپ، ئۇلارنى ئىخچاملىغاندا تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت بولۇشى مۇمكىن:

(1) بەدەندە كېرەكسىز ماددىلار كۆپىيىپ، تېرە ئارقىلىق سىرتقا چىقىرىلىش جەريانىدا بىر قىسمى تېرىدە تۇرۇپ قېلىشتىن تېرىنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىدۇ.

(2) بەدەندىكى خىلىتلارنىڭ بىرەرسىنىڭ غالىب كېلىشىدىنمۇ تېرە رەڭگى ئۆزگىرىدۇ. مەسىلەن: قان خىلىتى غالىب كەلگەندە تېرىنىڭ رەڭگى قىزىرىدۇ. قان كېمەيگەندە تېرىنىڭ رەڭگى تاتىراڭغۇ تۇسنى ئالىدۇ. سەپرا خىلىتى غالىب كەلگەندە، تېرە رەڭگى سارغىيىدۇ. بەلغەم خىلىتى غالىب كەلگەندە، تېرە رەڭگى ئاقۇچقا مايىل كېلىدۇ. سەۋدا خىلىتى غالىب كەلگەندە، تېرە رەڭگى قارامتۇل تۇسنى ئالىدۇ.

(3) كۇن نۇرى بىلەن كۆيگەندە ياكى ساپ ھاۋا (ھاۋايى نەسىمي) يېتىشمىگەندىمۇ تېرە رەڭگى ئۆزگىرىدۇ.

(4) جۇڭنە ۋە زىرە قاتارلىق تېرە رەڭگىنى ئۆزگەرتىدىغان دورىلارنى ئۇزاق ۋاقىت ئىستېمال قىلغاندىمۇ تېرىنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىدۇ.

(5) ئۇزاق مۇددەت كېسەل تارتىپ ئورۇقلاپ كەتكەنلەرنىڭ تېرىسى قاردىيىپ كېتىدۇ.

داۋاسى

بەدەندىكى كېرەكسىز ماددىلار كۆپىيىپ كېتىشتىن تېرە رەڭگى ئۆزگەرگۈچىلەر بولسا، مىجەزنى تەڭشىگەندىن كېيىن سەپكۇن كېسىلىگە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر تېرىنىڭ رەڭگى خىلىتلار غالىبلىقىدىن ئۆزگەرگەن بولسا، غالىب كەلگەن شۇ خىلىتلارنى بەدەندىن تازىلاش بىلەن خىلىتلار غالىبلىقىدىن پەيدا بولغان كېسەللىككە قارىتا چارە قىلىنىدۇ. ئەگەر تېرىنىڭ رەڭگى كۇن نۇرىدا كۆيۈشتىن پەيدا بولغان بولسا داۋالاش ھاجەتسىز. چۈنكى مەلۇم مەزگىلدىن كېيىن تېرە رەڭگى ئەسلىگە كېلىدۇ. ئەگەر كۇن نۇرىدىن كۆيۈش ئېغىرراق بولسا، ماش ئۇنى، تۇخۇم ئېقى، ئاچچىق بادام شاكىلى تالقىنى بىلەن نىشاستىلەردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇت ياكى يەر مەدىكى سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېرىگە سۇركەپ بېرىلىدۇ. تېرە رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى مەلۇم دورىنى ئۇزاق مەزگىل ئىستېمال قىلىشتىن پەيدا بولغان بولسا، ئىستېمال قىلىۋاتقان

دورا ـ دەرمەكلەر توختىتىلسا، تېرە رەڭگى ئاستا ـ ئاستا ئەسلىگە كېلىدۇ. ئەگەر تېرە رەڭگى ئۇزاق مۇددەت كېسەل تارتىپ ئورۇقلاش سەۋەبىدىن بولغان بولسا، مۇنداقلارغا قۇۋۋەتلىك لېكىن ئاسان ھەزىم بولىدىغان تائاملار بىلەن بېقىشتىن سىرت، قىزىتمىغا بېرىلىدىغان دورىلاردىن مائۇللاھمى قاتارلىق تەبىئىتى مۆتىدىل ياكى ھۆل ئىسسىقلا مايىل قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورىلار بىلەن چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمغا شېكەر ۋە سۈت ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلسە، بىمار ماغدۇرىغا كېلىپ سەمرىشكە ئەگىشىپ تېرە رەڭگى ئۆز ھالىتىگە كېلىدۇ.

تېرە رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى قايسى سەۋەبتىن پەيدا بولۇشتىن قەتئىينەزەر، يۇقىرىدىكى چارىلەردىن باشقا ھەممە بىمارغا ئىتىرىپىل كەبىر بېرىلسە ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ.

قىزىل تۇمشۇق

بۇ، بۇرۇن تېرىسى قىزىرىپ ئېچىشىدىغان سوزۇلما كېسەللىك.

سەۋەبى

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

ئالامىتى

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

داۋاسى

يېمەك ـ ئىچمەكتە قىزىلمۇچ، قارىمۇچ، ئاقمۇچ، سامساق ۋە خام پىياز قاتارلىق

ئۆتكۈر پۇراقلىق، ئاچچىق تەملىك دورا ـ دەرمەكلەر، ھاراق تىپىدىكى ئىچىملىكلەر ۋە ئاچچىقسۇ قاتارلىق ئىچىملىكلەردىن قاتتىق پەرھىز قىلىنىدۇ. خام سەپرانى پىشۇرغۇچى قاينىتما (مەتبۇخ) ياكى ئورتاقلىققا ئىگە پىشۇرغۇچى قاينىتما بېرىپ، ماددا پىشقاندىن كېيىن سەپرانى تازىلىغۇچى مۇسھىللاردىن مەتبۇخى ھېلىلە، مەتبۇخى ئۇنناپ، مەتبۇخى خىيار شەنبەردىن بىرخىلى بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قانىنىڭ زىيادە قىزىقلىقىنى پەسەيتىش مەقسىتىدە، شەربىتى دىنار، شەربىتى رۇممان، ئەرقى بىدىمىشكى، ئەرقى شاھتەررە، ئەرقى كاسنە ياكى ئەرقى گۈلاب قاتارلىق دورىلارنىڭ 1 ~ 2 خىلى ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭغا ئۈلاپ ياكى بىرلەشتۈرۈپ قانىنى تازىلىغۇچى ۋە قىچىشىپ ئېچىشىشنى پەسەيتكۈچى ئىترىفىللاردىن ئىترىفىل شاھتەررە، ئىترىفىل سەغىر، ئىترىفىل كەشنىزدىن بىر خىلى ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ، سىرتىدىن قىزىلگۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، گۈل يېغى، بادام يېغى قاتارلىق غىدىقلىمايدىغان ۋە ئىششىق ياندۇرۇپ قىچىشىپ ئېچىشىشنى پەسەيتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

تەمرەتكە كېسەللىكلىرى

گۇللۈك تەمرەتكە

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

سەۋەبى

تەر ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرىلىدىغان غەيرىي تەبئىي قويۇق بەلغەم بىلەن ئوخشاش (بۇزۇق ماددىلار) تېرىدە يىغىلىۋېلىپ، تېرىنىڭ ئوزۇقلىنىشى بىلەن ماددا ئالماشقان كاشىلىغا ئۇچراشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىك ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىق كىشىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدىغان بولۇپ، مەيدە، قورساق، بويۇن، گەدەن، تاغاق ئارىلىقى، بەل، ئەۋرەت، يىرىق ۋە يۇقىرى ـ تۆۋەن مۇچەلەر تېرىسىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. دەسلەپتە يەككە ياكى چاچما ھالدا تىرناق چوڭلۇقىدا پەيدا بولۇپ، كېيىن بارا ـ بارا يوغىناپ يۇقىرىقى دائىرىلەرگە يېيىلىدۇ. رەڭگى ئاقۇچراق بولۇپ شورلىشاڭغۇ تۇسنى ئالىدۇ. ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئاساسەن ئېنىق بولىدۇ. تەمرەتكە يۇزى كېپەكلىشىپ تۆكۈلىدۇ. يازنىڭ تومۇز مەزگىلىدە تەرنىڭ كۆپىيىشىگە ئەگىشىپ ئەۋج ئېلىپ قىچىشىدۇ. قىش ۋە كەچكۇز بىلەن باش ئەتىيازدا ياخشىلىنىپ قالىدۇ. ئىسسىق سۇدا لۆڭگە بىلەن سوپۇنلاپ سۈرتۈپ يۇغاندا تەمرەتكە بار ئورۇننىڭ تېرىسى قىزىلغا مايىل تۇسنى ئالىدۇ ۋە قىچىشىش يوقىلىدۇ. بىراق 1 ~ 2 كۈندىن كېيىن قايتىلايدۇ.

داۋاسى

بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى خىلىتلار ۋە مىجەز تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغانلىقتىن، ئاۋۋال مادداننى (بولۇپمۇ بەلغەمنى) پىشۇرغۇچى مۇنزىج، كېيىن بەدەننى تازىلىغۇچى (مۇھىمى غەيرىي تەبئىي بەلغەم بىلەن غەيرىي تەبئىي قاننى تازىلىغۇچى) مۇسھىل بېرىپ، بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن ئىچىدىن ئىتىرىفىل كەبىر بىلەن ئىتىرىفىل سەغىردىن بىر خىلى بېرىلىدۇ. ھەر كۈنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇنۇپ، سىرتىدىن تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ:

(1) بۆرە سويىسى پوستىنى يۇمشاق سوقۇپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ، كۈندە 2 ~ 3 قېتىم كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركەپ بېرىلىدۇ.

(2) ئاقىرقەرھا، بۆرە سويىسى يىلتىزى، شەتەرەنجى ھىندى يىلتىزى ھەر بىرىدىن بەش گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا كۈندە 2 ~ 3 قېتىم سۈركەپ بېرىلىدۇ. بۇ نۇسخىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، بارا-ۋەر مىقدارىدا ياكى ئىككى ھەسسە ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 4 ~ 6 گرامدىن يېيىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

سىرتىدىن دورا سۈركەشتىن ئىلگىرى بەدەننى پاكىز سوپۇنلاپ يۇيۇپ، سۈرتۈپ قۇ-رۇتقاندىن كېيىن ئاندىن دورا سۈركىلىدۇ. دورا سۈركەش بىلەن ئاپتاپقا قاقلىنىش بىر-لەشتۈرۈلسە ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ. داۋالاش ئۇنۇم بەرگەندىن كېيىن تېرە پاكىز تۇتۇلسا كېسەللىك قايتىلىمايدۇ.

ھۆل تەمرەتكە

تېرىدە ئۇششاق بۆرتمە (ئەسۆە) كۆتۈرۈلۈشى ئاساسىدا تېرە زەخىملىنىپ ۋە قىچە-شىپ، تاتىلىغاندا سېرىقسۇ چىقىدىغان سوزۇلما تېرە ۋەرەمى (يالۇغى) ھۆل (سۇلۇق) تەمرەتكە دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

چىقىرىش ئەزالىرى ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتىشكە تېگىشلىك بۇزۇق

مادىلار بىلەن خام خىلىتلار (كۆپىنچە بەلغىمى شور بىلەن خام سەپرا) تېرىنىڭ مەلۇم قىسمىغا يىغىلىۋېلىپ، تېرىدىكى قۇۋۇقتىلەر خىزمىتى قالايمىقانلىشىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

تەمرەتكە كۆپىنچە تۆت مۇچە ئۇنىڭدىن قالسا يىرىق، ئەۋرەت قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپرەك پەيدا بولىدىغان بولۇپ، كۆپ ھاللاردا جۇپ (سىممېترىك) بولىدۇ.

تەمرەتكە كېسەللىك جەريانى بىلەن ئېغىر ـ يېنىكلىك دەرىجىسىگە قاراپ، سۇلۇق تەمرەتكە (قۇبائى رەتىپ)، قۇرۇق تەمرەتكە (قۇبائى يابىس)، يامان سۇپەتلىك (يۇقۇملىنىپ يىرىڭلايدىغان تىپى) تەمرەتكە (قۇبائى خەبسى) دەپ ئاتىلىدۇ. بەزى ئالىملار چاۋاش كېسەللىكىنىمۇ تەمرەتكە دائىرىسىگە كىرگۈزىدۇ.

كېسەللىك ئۆتكۈر قوزغالغاندا كېسەللەنگەن تېرىدە قىچىشىدىغان تېرىق چوڭلۇقىدىكى قىزغۇچ ئۇششاق مۇدۇرلار (ئەسۋىلەر) پەيدا بولۇپ، تېزلا تەرەققىي قىلىپ ئۇششاق سۇلۇق قاپارتچۇققا ئايلىنىدۇ. قاپارتچۇق قېپى تاتىلاش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بۇزۇلسا سارغۇچ زەردار چىقىرىدۇ ۋە قاپارتچۇق تېرە يۈزى زېدىلەنگەن تۇسنى ئېلىپ، ئۇزۇن ئۆتمەيلا قاقاچقا ئۆزگىرىدۇ. قاپارتچۇق مۇدۇرلىرى ئۆزئارا قوشۇلۇپ ئەتراپىغا قاراپ كېڭەيىدۇ. شۇڭلاشقا ئاۋۇال كېسەللىك يۈز بەرگەن ئورۇننىڭ ئەتراپىدا يېڭىدىن ئۇششاق مۇدۇرلار بىلەن پۈۋەكچىلەر پەيدا بولۇپ، شۇ دائىرىدىكى تېرە ئىششىيىدۇ ۋە قىچىشىدۇ. قىچىشىش دەرىجىسى كېسەللىكنىڭ ئېغىر ـ يېنىكلىك دەرىجىسى، كېسەللىك پەيدا بولغان ئورۇن ۋە بىمارنىڭ تاقەتچانلىقى قاتارلىقلار بىلەن مۇناسىۋەتلىك. قىچىشىش ئېغىر بولغاندا بىمارنىڭ خىزمەت، ئۆگىنىش ۋە ئارام ئېلىش بىلەن ئۇخلىشىغا تەسىر يېتىدۇ. مۇشۇ خىل پەيتتە ئاسانلا يۇقۇملىنىپ ئىششىش، ئاغرىش، قىچىشىش ئېغىرلىشىدۇ ۋە يىرىڭلايدۇ. يۇقۇملىنىش ئېغىرراق بولغانلاردا مۇناسىپ بەزلەر ئىششىش بىلەن بىرگە قىزىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. كۇنلەرنىڭ ئۆتۈشى بىلەن تېرە قىزىرىپ ئىششىش ۋە سۇ ئېقىش يېنىكلەشسىمۇ، لېكىن ئۇششاق مۇدۇرلار بىلەن قاپارتمىلار ساقلىنىدۇ ۋە تېرە يۈزى زېدىلىنىدۇ. ھەمدە قاقاچ پەيدا بولۇپ كېپەكلىشىدۇ ۋە تېرە قېلىنلىشىدۇ. قىچىشىش ئېغىر بولىدۇ. قىسمەن بىمارلاردا بىر قانچە ھەپتىلەردىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن ساقىيىپ كېتىدۇ ياكى سوزۇلما ھۆل ياكى قۇرۇق تەمرەتكىگە ئۆزگىرىدۇ. بىراق ئۆتكۈر قوزغىلىش تەكرارلىنىپ تۇرىدۇ.

ئەگەر كېسەللىكنىڭ يۇقىرىقى باسقۇچىدا مۇۋاپىق داۋالىمىسا، كېسەللىك يۈز

بەرگەن ئورۇندىكى تېرە قېلىنلىشىپ، يۇزى يىرىكلىشىپ رەڭگى قېنىقلىشىدۇ. قىچىشىش ئېغىرلىشىدۇ. قاشلىغاندا سارغۇچ سۇ بىلەن قان ۋە قاسراقلار چىقىدۇ. بۇ تېپتا قىچىشىش تۇتقاقلىق كۈچىيىدۇ. ئىسسىقتا دۇچ كەلگەندە قىچىشىش كۈچىيىدۇ ھەتتا بىمار قىچىشىشتىن ئويغىنىپ كېتىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن تۇزلۇق تاماق، قىزىلمۇچ، ھاراق قاتارلىق ئۆتكۈر تەملىك يېمەك - ئىچىمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن چەكلەپ، تاماقتىن پەرھېز تۇتۇلىدۇ ۋە شۇ خىلىتىنىڭ ياكى ھەممە خىلىتلارغا ئورتاقلىققا ئىگە بولغان ماددا پىشۇرغۇچى، بەدەننى تازىلىغۇچى دورا بېرىپ مىجەز تەڭشىلىدۇ (ئاقكېسەلنىڭ داۋاسىغا قارالسۇن) ياكى ھۆل تەمرەتكە باسقۇچىدا ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ۋاسالغۇ 11 دانە، چالا سوقۇلغان ئارپىبەدىيان 55 گرام (ئەگەر رۇم بەدىيان سېلىنسا تېخىمۇ ياخشى)، ئاقلاپ چالا سوقۇلغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 7.5 گرام، زىرا ۋەندە 5.5 گرام، پىرسىياۋشان 14 گرام، پىشقان ئەنجۇر بەش دانە، قىزىلگۈلدىن 8.5 گرام ئېلىپ، يېرىم لىتىر سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ سۇس ئوتتا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيىقە 18.5 گرام ھەسەل گۈلقەنتى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇچكە بۆلۈپ بىر كۈندە ئىچىپ بولىدۇ. ئەگەر پىشۇرماقچى بولغان ماددا خام بەلغەم بولسا، يۇقىرىدىكى قاينىتىمغا 20 مىللىلىتىر سىركەنجۈبىل قوشۇپ ئۇچكە بۆلۈپ ئىچىدۇ.

ئەگەر قۇرۇق تەمرەتكە (قۇبائى يابىس) بولسا، ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن سەرپىستان 20 دانە، چىلان 10 دانە، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 5.5 گرامدىن، چالا سوقۇلغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 11 گرام، ئۇستقۇددۇس، پىرسىياۋشان، ئارپىبەدىيان، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 5.5 گرام ئېلىپ، دورا چىلاشقۇدەك سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيىقە مەلۇم مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇچكە بۆلۈپ بىر كۈندە ئىچىپ بولىدۇ. ماددا پىشىشتىكى ئالامەتلەر كۆرۈنگەندىن كېيىن (ئاقكېسەللىكنىڭ داۋالاش چارىسىدىكى مىجەزنى تۇزەشكە قارالسۇن) تۆۋەندىكى تازىلىغۇچىلار (مۇسھىللار) بېرىلىدۇ.

ھەببى شاھتەررە

تەركىبى: قارا ھېلىلە بىلەن سېرىق ھېلىلە پوستى ھەر بىرىدىن 15 گرام، سەبرە

21 گرام، سوقمۇنىيا 7.5 گرام، شاھتەررە 20 گرام، يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ، شاھتەررە ئەرقى بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گراملىق كۇمىلاچ قىلىپ 5 ~ 10 دانە ناشتىدا بېرىلىدۇ ياكى خىلىتلارغا خاس ياكى بولمىسا ئورتاقلىققا ئىگە باشقا تازىلىغۇچىلاردىن بىر خىلى بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

مىجەز تۇزۇلۇپ بولغاندىن كېيىن ئىچىش ئۇچۇن تۆۋەندىكى دورىلار بېرىلىدۇ:

ھەببى كىبرىت

تەركىبى: گۈڭگۈرت (قائىدە بويىچە سۇتكە تېمىتىپ مۇددەببەر قىلىنىدۇ) 120 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى 80 گرام، بەلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، قارا ھېلىلە، شىلدىر بۇيا ئۇرۇقى، بىخسۇس، قىزىل سەندەل، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 60 گرامدىن، قىزىلگۈل، نىلۇپەر گۈلى ھەر بىرى 40 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ، شاھتەررە ئەرقى بىلەن خېمىر قىلىپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ قىلىپ، كۈندە بىر قېتىم 3 ~ 5 گرامدىن ئەرقى شاھتەررە بىلەن ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ.

ئىترىفىل شاھتەررە

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلە، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، ئامىلە، قىزىلگۈل، سېرىق ئوت، ئاق سەندەل، شىلدىر بۇيا ئۇرۇقى، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، قەسبۇزەررە (بىر خىل قومۇش يىلتىزى) ھەر بىرىدىن 5.5 گرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 11 گرام، شاھتەررە 27 گرام، بادام يېغى 150 گرام، ئاق شېكەر ئومۇمىي دورا مىقدارىنىڭ ئۇچ ھەسسىسى. يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ شېكەر قېيىمىغا ئارىلاشتۇرۇپ (ئۇچ ھەسسە شېكەر ئاۋۋال قېيام قىلىنىدۇ) مەجۇن تەييارلىنىدۇ. كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا چۆپچىنى سەغىر، مەجۇنى ئەفئا قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىرتىدىن تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ:

(1) مامىرانچىن قاينىتىلمىسى

بۇ، تەمرەتكىدە سۇ ئېقىپ، تېرە شەلۋىرىگەن ھۆل تەمرەتكە ۋە يۇقۇملانغان ھۆل تەمرەتكىگە ئىشلىتىلىدۇ. مامىرانچىن تالقىنىدىن 100 گرام ئېلىپ 500 مىللىلىتىر سۇغا سېلىپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، قېلىن ئەلگەك بىلەن سۈزۈپ، تە-

رىپىغا يەنە مۇڭاپىق سۇ قۇيۇپ يېرىمى قالغۇچە سۈس ئوتتا قاينىتىلىدۇ. مۇشۇ خىل ئۇسۇل بىلەن تىرىپى تاكى سۈزۈلگۈچە ياكى ئاساسىي جەھەتتىن سۈزۈلگۈچە بىر قانچە قېتىم تەكرار قاينىتىپ، ھەر قېتىملىق سۈزۈپ ئېلىنغان سۈيىنى قوشۇپ سۈس ئوتتا 100 ~ 150 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. بۇ خىل مامىرانچىن ئېرىتمىسىنى داكىغا چىلاپ تەمرەتكە ئۈستىگە قويۇلىدۇ. داكا قۇرۇپ قالاي دېگەندە ئۈستىگە مامىرانچىن ئېرىتمىسى تامغۇزۇپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 1 ~ 2 سائەت ئەتراپىدا داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

(2) سۈفۈپى ھار

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

تەركىبى: سېرىق ھېلىلە پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە پوستى، بىخ مارجان، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، موزا، كۆپۈكى دەريا، ئايلىشى، كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش، بادامنىڭ تاشقى پوستى ھەر بىردىن 25 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر قۇرۇق تەمرەتكىگە ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، مەلۇم مىقداردىكى قوي يېغى ياكى باشقا مايلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ سىرتىدىن سۈركىلىدۇ.

(3) مامىرانچىن مەلھىمى

تەركىبى: مامىرانچىن تالقىنىدىن بىر ھەسسە، ئىككى ھەسسە ھەببۇلمۇلۇك (ئىنەكپىتى مېيى) ئېلىپ (باشقا مايلار بولسىمۇ بولىدۇ) ئىككىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇ خىل مەلھەمنى ئوتتۇرا ۋە كونىرغان تەمرەتكىگە ئىشلىتىشكە بولىدۇ. دورا ئاستىغا چۆكۈپ قالمىغانلىقى ئۈچۈن ئىشلەتكەن ۋاقىتتا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

(4) شاھتەررە، ئەمەن، خەشخاش، موزا، مامىرانچىن ھەر بىردىن 15 ~ 20 گرام ئېلىپ، يېرىم لىتىر سۈغا سېلىپ سۈس ئوتتا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن تىرىپىنى سۈزۈۋېلىپ، تىرىپىگە ئىككىنچى قېتىم 250 مىللىلىتىر سۇ قۇيۇپ، سۈس ئوتتا 1/2 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، تەمرەتكە يۇزى كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا يېرىم سائەتتىن بىر سائەتكىچە يۇيۇپ بېرىلىدۇ.

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

نېرۋىلىق تەمرەتكە

ئۇيغۇر تېبابىتىدە نېرۋىلىق (ئەسەبلىك) تەمرەتكە قوبانىڭ بىر قىسمى، دەپ قارىلىدۇ. ئەسەبلىك تەمرەتكىنىڭ سەۋەبى تېخى ئېنىق ئەمەس. بۇ كېسەللىك تېرىنىڭ مەلۇم قىسمى يېرىكلىشىپ قېچىشىش ئاساسىي ئالامەت بولىدىغان بىر خىل سوزۇلما تېرە كېسىلى بولۇپ، پارسچە «ماشارا» دەپ ئاتىلىپ، ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلاردا بويۇن، گەدەن، دۇمبە، تېقىم، تۇغرا، سانىنىڭ ئىچكى تەرىپى، جەينەك، ئەۋرەت ۋە تاش خالتىسى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. رەڭگى بەزىدە قىزغۇچ ياكى سەل قېنىق مۇدۇر پەيدا بولىدۇ. مۇدۇرنىڭ يۈزى سىلىق ياكى كېپەكلىشىش تۈسىنى ئالىدۇ. كېيىن بۇ مۇدۇرلار ئۆزئارا تۇتىشىپ، داچەن ياكى ئالىقان چوڭلۇقىدىكى يۇمىلاق ياكى سوقمچاق شەكلىدىكى قاسىراقلاشقان كېسەللىكنى پەيدا قىلىدۇ. كېسەللەنگەن تېرە يۈزى قۇرغاق بولۇپ تەدرىجىي قېلىنلىشىدۇ ۋە ئېرىقچىسىمان سىزىقلار پەيدا بولىدۇ.

سەۋەبى

قىزىغان قانغا كۆيگەن سەپرا ئارىلىشىشتىن پەيدا بولغان ماددا تېرىنىڭ مەلۇم يېرىدە تۇرۇپ قېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرە قېچىشىدۇ ۋە قاشلاشقا ئەگىشىپ تېرىدە يېڭنە مىخ بېشى ياكى ئۇنىڭدىن سەل چوڭراق مۇدۇرلار شەكىللىنىدۇ. قېچىشىش ئېغىر بولىدۇ ھەمدە تېرە يۇزىدىن ئېگىزرەك بولۇپ، ساق تېرە بىلەن چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. قاشلاشتىن قاناش پەيدا بولۇشى مۇمكىن. كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرە رەڭگى قېنىقلىشىدۇ.

داۋاسى

يېمەك ـ ئىچمەكتىن پەرھىز تۇتۇپ، ئۆتكۇر غىدىقلىغۇچى قىزىلمۇچ، ھاراق قاتار-

لىق ئاچچىق ياكى چۈچۈمەل يېمەك - ئىچمەكلىكلەرنى ۋە تۇزلۇق تاماقلار، قېنىق چاي ئىستېمال قىلىش چەكلىنىدۇ ۋە مەجەزى تۇزىتىلىدۇ. يەنى غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار-نىڭ خاس ياكى ئورتاقلىقىغا ئىگە پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىج) بىلەن تازىلىغۇچى (مۇسھىل) بېرىلىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك بىلەن ئاغرىغۇچىلارنىڭ كۆپىدە ئۇيقۇسىزلىق، ئەسەب ئا-جىزلىقى بىرگە كېلىدۇ. شۇڭلاشقا مېڭىنى تازىلاش مەقسىتىدە ھەببە قوقىيا، ئىتر-غىل سەغىر، ئىترىفىل زامانى، ئىترىفىل كەشنىز، شەربىتى ئەۋرىشىم، مەجۇنى ئازاراقى ۋە ھەببى شىپاھ قاتارلىق دورىلاردىن بىر ياكى ئىككى خىل ئىچىش ئۇچۇن بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن قۇرۇق تەمرەتكىگە ئىشلىتىلگەن دورىلاردىن قىچىشىشنى پەسەيتكۇچى، تېرىنى يۇمشاتقۇچى ياكى ئارتۇق گۆشلەرنى يوقاتقۇچى دورىلاردىن مەلھەمى ئەمراز، بۇغداي يېغى، توخۇ ياكى ئۆردەك يېغى، موم يېغى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر خىلى سۇر-كىلىدۇ. مىنېرال سۇلار، دېڭىز سۇلىرىدا يۇيۇنۇشنىڭ مەنپەئىتى چوڭ.

تەڭگىسىمان تەمرەتكە

بۇ كېسەللىك ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىق كىشىلەردە كۆپ ئۇچرايدىغان، بەدەن تېرىسى-نىڭ ھەممە قىسمىدا پەيدا بولىدىغان، تېرە قېلىنلىشىپ يېرىكلىشىش بىلەن قاسىراق پەيدا قىلىدىغان ۋە قىچىشىدىغان بىر خىل سوزۇلما تېرە كېسەللىكى بولۇپ، تېبابەت-مىزدە قاسىراقلىق تەمرەتكە دەپ ئاتىلىدۇ.

بۇ كېسەللىك خىلىتلار بولۇپمۇ بەلغەم خىلىتى سۇپەت جەھەتتە ئۆزگىرىپ شور بەلغەم كۆپىيىپ، غەيرىي تەبىئىي سەۋداغا ئۆزگىرىپ تېرىدە چۆكمە ھاسىل قىلىشتىن پەيدا بولىدۇ. كۆپىنچە قانىنى قىزىتقۇچى يېمەكلىكلەر بىلەن غىدىقلىغۇچى ۋە يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەك - ئىچمەكلىكلەردىن كالا گۆشى، قىزىلمۇچ، قارىمۇچ، تاماكا، تۇزلانغان ياكى سۇرلەنگەن گۆش، تۇزلانغان بېلىق، تۇزلانغان كۆكتات، ئۆچكە گۆشى ۋە كارتۇشكا قاتارلىقلارنى ئۇزاق ۋاقىت كۆپ ئىستېمال قىلىش، خىلىتلار بولۇپمۇ بەلغەم خىلىتى-نىڭ غەيرىي تەبىئەتكە ئۆزگىرىشىنىڭ ئاساسلى بولىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپ كېسەللىنىدىغان تېرىدە يىڭنە مىخ ياكى كېپەك مىخ بېشى چوڭلۇقىدا قى-چىشىدىغان قىزىل مۇدۇر پەيدا بولۇپ ئۆزئارا قوشۇلۇپ، يۇمىلاق، سوقىچاق ھەر خىل

چوڭلۇقتىكى داغسىمان مۇدۇرلارنى ھاسىل قىلىدۇ. بۇ داغنىڭ ئەتراپىدىكى تېرە يېنىك دەرىجىدە قىزىرىدۇ. ساق تېرە بىلەن چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇن يۇزىدە تەڭگىگە ئوخشاش ئاقۇچ قاسىراقلار پەيدا بولۇپ، تىرناق بىلەن تاتىلىسا قاسىراقلار ئوڭاي ئاجرىلىدۇ. ئاجرالغان قاسىراقلار ئاستىدىكى تېرىدە چېكىتسىمان قاناش تۆشۈكلىرى ھاسىل بولىدۇ. بۇ داغلار قىچىشىدۇ ۋە ئەتراپىغا قاراپ كېڭىيىدۇ ۋە سانى كۆپەيىپ چېكىتسىمان، داچەن تۆشۈكى ياكى داچەن چوڭلۇقىدا، ھەتتا ئۆزئارا تۇتاشقان ياپىلاق چوڭلۇقتىكى تەمرەتكىنى پەيدا قىلىدۇ. ئەگەر قويۇق قان سۇداغا ئارىلاشقان بولسا، جاراھەتلەنگەن ئورۇندىن سۇ چىقىدۇ. تەمرەتكە بار ئورۇن تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ. ئەگەر شور بەلغەم قانغا ئارىلاشقان بولسا، كېسەللەنگەن ئورۇن تېرىدىن سەل چوڭقۇرراق بولىدۇ ۋە قىچىشىش قاتتىقراق بولىدۇ.

تەڭگىسىمان تەمرەتكىنىڭ كېسەللىك جەريانى كېسەللىكنىڭ داۋاملىشىۋاتقان مەزگىلى، تۇراقلىق مەزگىلى ۋە ساقىيىش مەزگىلى دېگەن ئۈچ باسقۇچقا بۆلۈنىدۇ. كېسەللىك داۋاملىشىۋاتقان مەزگىلدە تەڭگىسىمان تەمرەتكە مۇدۇرلىرى بىلەن دېغى بىرىنىڭ ئارقىدىن بىرى پەيدا بولىدىغان بولۇپ، تەمرەتكە بار ئورۇندىكى تەڭگىسىمان قاسىراق قېلىنلىشىدۇ ۋە ئەتراپىدا قىزىللىق پەيدا بولىدۇ. تۇراقلىق مەزگىل تىپىدە ئەسلىدىكى كېسەللىكتىن باشقا يېڭىدىن پەيدا بولمايدۇ ۋە قاسىراقلىشىش ئېغىر بولمايدۇ. ساقىيىش مەزگىلىدىكى تىپىدە تەڭگىسىمان تەمرەتكە كېپەكلىشىش بىلەن قىزىللىق ۋە مۇدۇرلار يوقىلىدۇ. تېرە ساق ھالىتىگە كېلىدۇ، ياكى تېرە رەڭگى قېنىقراق تۇسنى ئالىدۇ. بەزى بىمارلاردا ئەتراپىدىن مەركىزىگە قاراپ كىچىكلىمەستىن بەلكى مەركىزىدىن ئەتراپىغا قاراپ ساقىيىدىغان ئەھۋاللارمۇ ئۇچرايدۇ.

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

تاماقتىن پەرھەز تۇتۇشقا بۇيرۇلىدۇ. مىزاج تەڭشىلىدۇ. يەنى بۇزۇلغان مىجەز قايسى خىلىت تىپىغا مەنسۇپ بولسا، شۇ خىلىت تىپىغا ئالاقىدار پىشۇرغۇچى (مۇنزىج) دورىلار بىلەن تازىلىغۇچى ياكى سۇرگۈچى (مۇسھىل) دورىلار بېرىلىدۇ ياكى قۇرۇق تەمرەتكىگە قارىتا بېرىلىدىغان پىشۇرغۇچىلار بېرىلىدۇ (شۇ قىسىمغا قارالسۇن). ئەگەر مىزاجى غەيرىي تەبىئىي مۇرەككەپ مىزاج بولسا، ئورتاقلىققا ئىگە پىشۇرغۇچى دورىلار بىلەن تازىلىغۇچى (سۇرگۈچى) دورىلار بېرىلىدۇ. مىزاج تەڭشەش جەريانىدا قىچىشىشنى توختاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. مىزاج تەڭشىلىپ بولغاندىن كېيىن ئىچىدىن ئىچىشكە ئىتىرىفىل شاھتەررە، ئىتىرىفىل سەغىر، ئايارەج پەيقىرا قاتارلىق قانىنى تازىلاپ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدىغان ۋە تىنچلاندۇرۇپ قىچىشىشنى پەسەيتىدىغان دورىلار بىلەن ياللۇغ (ۋەرەمنى) ياندۇرغۇچى چۆپچىن كەبىر قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتە كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى بىلەن تەرەققىي قىلىۋاتقان دەۋرىدە رەۋغىنى كىبىرىت قاتارلىق تەسىرى بوشراق دورا ئىشلىتىلىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇن قىزارغاندا ۋە تەرەققىياتى توختاش دەۋرىدە رەۋغىنى سىمابقا ئوخشاش تەسىرى كۈچلۈكرەك دورا ئىشلىتىلىدۇ. سىماب قاتارلىق دورىلارنى ئىشلىتىشتە ئېھتىياتچان بولۇش كېرەك.

سىرتىدىن دورا سۇركەشتىن ئىلگىرى كېسەللەنگەن ئورۇننى ئىسسىق سۇ بىلەن پاكىز يۇيۇپ، قاسىراقلارنى يۇمشىتىپ ياكى چۈشۈرۈپ ئاندىن دورا سۇركەش كېرەك. ئەگەر قىچىشىش ئېغىرراق بولسا، ئاۋۋال ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ قاسىراقلارنى يۇمشاتقاندىن كېيىن، شاھتەررە، ئەمەن، خەشخاش ھەر بىرىدىن 15 ~ 20 گرامدىن، موزا 10 گرام، مامىرانچىندىن 15 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ، 500 مىللىلىتىر سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۇيى بىلەن ئىسسىق ھالەتتە يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن، يۇقىرىدىكى مەلھەم دورىنىڭ بىر خىلى ياكى ھەر ئىككى خىل مەلھەمنىڭ تەڭ مىقدارىدىكى ئارىلاشمىسى سۇركىلىدۇ. ياز كۈنلىرى ئاپتاپقا قاقلىتىپ دورا سۇركەلسە ياكى دورا سۇرتۇپ يېرىم سائەتتىن 40 مىنۇتقىچە ئاپتاپقا قاقلانسا ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا يۇقىرىدىكى داۋالاشقا ئارشاڭدا يۇيۇندۇرۇپ داۋالاش بىرلەشتۈرۈلسىمۇ بولىدۇ.

باش تەمرەتكىسى

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

سەۋەبى

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

ئالامىتى

باش تەمرەتكىسى باشنىڭ ھۆل تەمرەتكىسى (سۆئگەرەتەپ) ۋە باشنىڭ قۇرۇق تەمرەتكىسى (سۆئگە يابىس) دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

باشنىڭ ھۆل تەمرەتكىسى

بۇنى سېرىق تەمرەتكە، تاز ياكى سېرىق قۇماقلىق تاز دەپمۇ ئاتىلىپ، دەسلەپتە باشتا ئۇششاق مۇدۇر ياكى يېرىڭلىق مونەكلەر پەيدا بولۇپ، سېرىق ياكى كۈل رەڭ قاقاچ پەيدا بولىدۇ ۋە بارغانسېرى ئەتراپقا كېڭىيىپ قېلىنلىشىدۇ. تېرىق ياكى سېرىق ماش چوڭلۇقىدىكى سېرىق تەمرەتكە قاقاچنى ھاسىل قىلىدۇ ۋە قىچىشىدۇ. تاتىلاپ قاقاچ سويۇلغاندا چاشقان سۈيدۈكىنىڭ پۇرىقىغا ئوخشاش پۇراقلىق سېسىق سارغۇچ سۇ چىقىدۇ. قاقاچ قاتتىق، قۇرۇق ۋە چۈرۈك بولۇپ، باش تېرىسىگە چىڭ چاپلاشقانلىقتىن ئاسانلىقچە ئاجراتقىلى بولمايدۇ. قاقاچ ئاجرىتىلغاندىن كېيىن، ئاستىدىكى زەخمىلەنگەن تېرە قىزىرىپ سۇلىشىش تۈسىنى ئالىدۇ. كېيىن ئاستا ـ ئاستا ئۆزئارا قوشۇلۇپ كەيمە تازلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. باش تەمرەتكىسىنىڭ بۇ خىل تىپىدە ئاسانلا يېرىڭلاش پەيدا بولىدۇ. باش تەمرەتكىسى ياشنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ ساقايسىمۇ، لېكىن ئېغىرراقلىرىدا تۈك چىقماي تاقىر باش بولۇپ قالىدۇ. تاز كېسىلى يۇقىدۇ.

باشنىڭ قۇرۇق تەمرەتكىسى

بۇ قۇرۇق تاز (سۆئفە يابىس) ياكى ئاق تەمرەتكە دەپمۇ ئاتىلىپ، ئوغۇل بالىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. دەسلەپتە ئۇششاق مۇدۇرلار پەيدا بولۇپ، مۇدۇرلارنىڭ ئۆزئارا قوشۇلۇشىدىن ھەر خىل چوڭ ـ كىچىكلىكتىكى ياپىلاق تەمرەتكىگە ئايلىنىدۇ. جاراھەتلەنگەن ئورۇن قىچىشىدۇ. قاشلىغاندا ئۇششاق ئاقۇچ كېپەكلەر تۆكۈلىدۇ. كۇنىنىڭ ئۆتۈشى بىلەن ئاستا ـ ئاستا ئەتراپقا كېڭىيىدۇ. كېسەللىك پەيدا بولغان ئورۇن قۇرۇق بولۇپ چاچلار شالاڭلىشىدۇ ۋە چاچلار ئوڭاي ئۇشتۇلىدۇ. چاچنىڭ رەڭگى خۇنۇكلىشىدۇ. بىر قىسىم بىمارلاردا كېسەللىك باشنىڭ مەلۇم دائىرىسى بىلەن چەكلىنىدۇ. ئۆسمۇرلۇك مەزگىلىدىن باشلاپ ئۆزلۇكىدىن ساقىيىشقا باشلايدۇ ۋە تاتۇق قالمايدۇ. شۇڭا ساقايغاندىن كېيىن چاچلار تولۇق چىقمايدۇ. بۇ كېسەللىك يۇقىدۇ. تاز ۋە باش تەمرەتكىسىنى يۇقتۇرۇشتا ساتىراش چوڭ رول ئوينايدۇ.

داۋاسى

غىدىقلىغۇچى يېمەك ـ ئىچمەكلىكتىن پەرھىز قىلىنىدۇ. مىزاج تەڭشىلىدۇ (شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلىتنى پىشۇرغۇچى مۇنزىج بىلەن تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىلىدۇ). بۇنىڭ ئۈچۈن بۇزۇق قان بىلەن كېرەكسىز ماددىلارنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ھېلىلە بېرىلىدۇ.

تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: سېرىق ھېلىلە پوستى 37 گرام، تەمرى ھىندى 74 گرام، ئەينۇلا 30 دانە، سەرپىستان، بىنەپشە، سېرىق يوگەي ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىردىن 18 گرام، فۇنۇس 94 گرام، تەرەنجىۋىل 74 گرام.

فۇنۇس بىلەن تەرەنجىبىندىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيىگە فۇنۇس بىلەن تەرەنجىبىننىڭ ئېرىتىلگەن سۈيىنى قوشۇپ ئازراق قاينىتىلىدۇ. بۇ قاينىتىنى كۇندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ~ 150 مىللىلىتىرغىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. مىزاج تەڭشەلگەندىن كېيىن ئىچىش ئۈچۈن ھەببى كىبرىت بېرىلىدۇ. سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى چاچنى پاكىز چۇشۇرۇپ، سوپۇنلاپ يۇيۇپ، قاقاچ بىلەن كېپەكلەرنى تازىلىغاندىن كېيىن تۆۋەندىكى دورىلارنىڭ بىر خىلى سۈركىلىدۇ:

تىلايى سۆئفە

تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: ئامىلە، كۆكتاش، قارىمۇچ، خەشخاش شاكىلى، مۇر-دارسەنگى (مەدەستان) ھەر بىرىدىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، مۇردارسەنگىدىن باشقا دو-رىلارنى ئايرىم - ئايرىم كۆيدۈرۈپ، كۈلىنى مۇردارسەنگى بىلەن قوشۇپ ئېزىپ، تەييارلە-غان دورىلارنى پۈتۈن دورا مىقدارىدىن ئىككى ھەسسە سېرىقمايغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، كۈندە 2 ~ 3 ۋاخ بىمارنىڭ بېشىغا سۈركەپ بېرىلىدۇ. دورىنى سۈركەپ بولۇپ، ئوت ياكى ئاپتاپقا قاقلاپ بەرسە ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ.

مەلھىمى ئەمراز

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: سۇ تەگمىگەن ھاك 160 گرام، تاشكۆمۈر 320 گرام، كۆيدۈ-رۈلگەن كۆكتاش 120 گرام، گۈڭگۈرت پوقى 100 گرام، سىماب 40 گرام، سېرىقماي ياكى سۇ ماي (ۋازىلىن بولسىمۇ بولىدۇ) پۈتۈن دورا مىقدارىنىڭ ئىككى باراۋىرىدە ئېلىپ، سىمابنى ئازراق گۈڭگۈرت تالقىنىغا ئارىلاشتۇرۇپ كۈشتە قىلىنىدۇ. باشقا دو-رىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەممە دورىلارنى قوشۇپ تەكشى ئارىلاش-تۇرۇپ، يۇقىرىدىكى مايلارنىڭ بىر خىلىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ۋە ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 ~ 2 قېتىم باشقا سۈركىلىدۇ.

مەلھىمى سۆئفە

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: كافۇر، زەرچىۋە، قىزىلگۈل، ئاقاقىيا ھەر بىرىدىن ئۈچ گرامدىن، گۈلنار، كۈنجۈت يېغى ھەر بىرىدىن يەتتە گرام، موم ئالتە گرام، سەپىداپ كاشغىرى 11 گرام. يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلىنىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ كۈندە بىر ياكى ئىككى قېتىم باشقا سۈركەپ بېرىلىدۇ.

باش تەمرەتكىسى يۇقۇملۇق، شۇنىڭ ئۈچۈن ئاغرىغان بىمارلارنىڭ باش كىيىمىنى ساقلار كىيىشتىن ياكى باش تەمرەتكىسى بىلەن ئاغرىغانلارنىڭ ئورۇن - كۆرپە ياستۇق-لىرىنى، لۆڭگىلىرىنى ئىشلىتىشتىن ئۆزىگە يۇقتۇرۇۋالىدۇ. شۇڭلاشقا باش تەمرەتكە-

سى بىلەن ئاغرىغۇچىلارنىڭ باش كېسىمنى كېيمەسلىك ۋە ئۇلارنىڭ ئورۇن - كۆرپىلە-
رىدە ياتماسلىق كېرەك. شۇنداقلا داۋالىنىۋاتقان مەزگىلدە بىمارنىڭ ئورۇن - كۆرپىلىرى
پاكىز يۇيۇپ تۇرۇلۇشى ۋە ھەر كۈنى ئاپتاپقا سېلىپ تۇرۇلۇشى شۇنداقلا ھەر كۈنى دورا
سۈركەپ بولغاندىن كېيىن قاينىق سۇغا بېسىلغان بۆك كېيگۈزۈش لازىم. شۇنداق قىل-
غاندا ساقىيىش تېز بولىدۇ.

يۇقۇملىنىشتىن پەيدا بولىدىغان تېرە كېسەللىكلىرى

قىچىشقاق (قوتۇر)

بۇ، قولنىڭ بارماق ئارلىقلىرى بىلەن قول دۇمبىسى، تۆۋەنكى بىلەك، قورساق قىسمى، چات ۋە تاش خالتا تېرىسىدە ئۇششاق مۇدۇرلار پەيدا بولىدىغان ۋە قىچىشىدىغان بىر خىل تېرە كېسىلى بولۇپ، خەلق تىلىدا «قوتۇر» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

سەپرا ياكى كۆيگەن سەۋدانىڭ ياكى بولمىسا بەلغەمى شورنىڭ قانغا ھەددىدىن زىيادە كۆپ ئارىلىشىشىدىن پەيدا بولىدۇ. قوتۇر كېسىلىنى قوتۇر سالجىسى پەيدا قىلىدۇ. بۇ سالجىلار ئادەم تېرىسىدە ياشايدۇ. مۇندىن سەككىز ئەسىر ئىلگىرى تېبابەتچىلىك ئىلمىدىكى بۇ كېسەللىكنىڭ ئىككىنچى كىشىگە يۇقتۇرىدىغان تېپى بارلىقىنى ئوتتۇرىغا قويۇپ، مۇشۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارىدىن باشقا كىشىلەرگە يۇقىدىغانلىقىنى بايان قىلغان. بۇنىڭ يۇقۇشى بىمار بىلەن بىللە يېتىش، بىمار ياتقان يوتقان ـ كۆرپىدە يېتىش، بىمار ئىشلەتكەن لۆڭگە، كىيىم ـ كېچەكلەردىن يۇقىدۇ، بىمار بىلەن قول ئېلىشىپ كۆرۈشۈشتىنمۇ يۇقىدۇ.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىك تېرە بىر قەدەر نېپىز بولغان قول بارماق ئارلىقى، بىلەك، جەينەك ئالدى، قولتۇق، كىندىك ئەتراپى، بەل، تۆۋەنكى قورساق، يوتىنىڭ ئىچكى تەرىپى ۋە ئۇرۇقدان خالتىسى بىلەن ئايالالارنىڭ كۆكسى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بۇ كېسەل بەدەن تېرىسىنىڭ ھەر ئىككى تەرىپىدە قوش (سىممېترىك) پەيدا بولىدۇ. بەزى بىمارلاردا بەدەن تېرىسىنىڭ ھەممە قىسمىغا دېگۈدەك يامرىشى مۇمكىن.

قىچىشقاق كېسىلى ھۆل قىچىشقاق ۋە قۇرۇق قىچىشقاق دەپ ئىككى خىل بولىدۇ. قۇرۇق قىچىشقاقتا كېسەللىك پەيدا بولىدىغان ئورۇندىكى تېرىدە ئاۋۇال قىچىشىدۇ-

غان قىزىل مۇدۇرلار پەيدا بولىدۇ ۋە بىر - بىرى بىلەن سىزىقسىمان تۇتىشىدۇ. قاشلىغاندا سىرىقسۇ ياكى قان چىقماي يېنىك دەرىجىدە كېپەك چىقىدۇ. بۇ خىلى ئېغىرراق بولۇپ ئۇزۇندا ساقىيىدۇ.

ھۆل قىچىشقاقتىمۇ سىزىقسىمان تىرىق چوڭلۇقىدا رەڭگى قىزىل مۇدۇرلار چىقىپ، تاتىلىغاندا زەردار سۇ چىقىدۇ ياكى قارامتۇل قان چىقىدۇ. بەزىدە سۇلۇق قاپارتقۇ پەيدا بولىدۇ. كېسەللىك ئورنىدىن چىققان سۇ ياغلىشاڭغۇ بولىدۇ.

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

داۋاسى

تاماقتىن پەرھىز قىلىپ، قۇرۇقلۇق دەرىجىسى يۇقىرى بولغان يېمەك - ئىچمەكلىك، غىدىقلايدىغان، يەللىك تاماقلار چەكلىنىدۇ. كۈندە بىر قېتىم پارلىق مۇنچا ياكى ئىسسىق سۇدا ژاننا قىلىپ پاكىز يۇيۇنۇپ بېرىدۇ. يوتقان - كۆرپىسى ھەر كۈنى ئاپتاپقا سېلىنىدۇ ياكى كىرلىكى ھەر كۈنى قىزىق سۇدا يۇيۇلۇپ يەڭگۈشلەپ تۈرۈلىدۇ. كۆينەك - تامبىلىنى ھەر كۈنى يەڭگۈشلەپ قاياناق سۇغا بېسىلىدۇ.

مىزاجنى تەڭشەپ بەدەن تازىلىنىدۇ. ئەگەر قان خىلىتى غالىب بولسا مائۇلجەبىن بېرىلىدۇ. بۇنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى:

ئەفتىمۇن، ئۇستقۇددۇس ھەر بىرىدىن 37 گرام، ھېلىلە پوستى 74 گرام، شاھتەررە، گاۋزىبان، بىستىپايەج، سانا، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 18.5 گرام، غارىقۇن، تۇربۇت 44.4 گرام، شېكەر 37 گرام، تەرەنجىبىن 74 گرام، بادام مېغىزى 37 گرام، ئەفتىمۇن بىلەن ئۇستقۇددۇستىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، سىركە بىلەن 1500 مىللىلىتىر قاياناق سۇغا بىر ئاخشام چىلىنىدۇ (ئەفتىمۇن داكىغا ئوراپ چىلىنىدۇ). ئەتىسى ئۇستقۇددۇسنى قوشۇپ سۈس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتاندىن كېيىن، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە سۇت، تەرەنجىبىن ۋە شېكەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئازراق قاينىتىپ، ئۇستىگە يانجىلغان بادام مېغىزى قوشۇلىدۇ. كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 ~ 200 مىللىلىتىر غىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بالىلارغا مىقدارى كېمەيتىلىدۇ.

ئەگەر سەپرا غالىب كەلگەن بولسا، مۇسھىل ئۈچۈن مەتبۇخى ھېلىلە، مەتبۇخى شاھ-تەررە ياكى مەتبۇخى خىيار شەنبەرنىڭ بىر خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

مەتبۇخى ھېلىلىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: سېرىق ھېلىلە پوستى 33 گرام، تەمرى ھىندى 66 گرام، ئەينۇلا 30 دانە، سەرپىستان، بىنەپشە، كىچىك سېرىق يۆگەي ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 16.5 گرام، فۇنۇس 75 گرام، تەرەنجىبىن 65 گرام. پۇنۇس بىلەن تەرەنجىبىندىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ، دورىلار چۆككۈدەك سۇ قۇيۇپ سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ. ئۇستىگە فۇنۇس بىلەن تەرەنجىبىننى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتكەندىن كېيىن، داكا بىلەن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60 ~ 100 مىللىلىتىرغىچە ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ.

مەتبۇخى شاھتەررەنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: سېرىق ھېلىلە، ھېلىلە كابىلە، بەلىلە پوستى ھەر بىرىدىن 165 گرام، شاھتەررە، شۇمشا ھەر بىرىدىن 21 گرام، قارا ھېلىلە 15 گرام، سانا 12 گرام، نىلۇپەر، مامىرانچىن ھەر بىرىدىن ئۈچ گرامدىن، ئەفتىمۇن، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرامدىن، بەدىيان، كاسنە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، بىستىپايەج، ئۇستقۇددۇس، يالپۇز ھەر بىرىدىن يەتتە گرام، چىلان، ئەينۇلا ھەر بىرىدىن 20 دانە، فۇنۇس، تەمرى ھىندى ھەر بىرىدىن 45 گرام، تەرەنجىبىن 10 گرام، فۇنۇس بىلەن تەرەنجىبىندىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، چىلاشقۇدەك قاينىتىپ سۇغا بىر ئاخشام چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇستىگە پۇنۇس بىلەن تەرەنجىبىننى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، داكا بىلەن سۈزۈپ تىرىپى تاشلىۋېتىلىدۇ. كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 60 ~ 100 مىللىلىتىردىن ئىچىپ بېرىدۇ.

مەتبۇخى خىيار شەنبەرنىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى: چىلان 20 دانە، سەرپىستان 30 دانە، ئۇرۇقى ئېلىنغان قۇرۇق ئۈزۈم (ۋاسالغۇ) 35 گرام، بىنەپشە 14 گرام، ئەنجۇر قېقى 10 دانە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشان ھەر بىرىدىن 18 گرام، خىيار شەنبەر ئېتى 25 گرام، تەرەنجىبىن 33 گرام، خىيار شەنبەر بىلەن تەرەنجىبىندىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، 250 مىللىلىتىر سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ قازانىنى چۇشۇرۇپ، تەرەنجىبىن بىلەن خىيار شەنبەرنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيىنى كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 70 مىللىلىتىر ئىچىپ بېرىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى دورا مەنپەئەت قىلمىسا، ھەببى سەبرە قوشۇپ ياكى ھەببى كىبرىتنى ئەتىگەندە ناشتىدىن بۇرۇن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر بۇمۇ مەنپەئەت قىلمىسا ياكى مەنپەئىتى ئاستىراق بولسا، يۇقىرىقى دورىلارنىڭ مىقدارى مۇڭاپىق كۆپەيتىپ بېرىلىدۇ. شۇنداقلا دورا تەركىبىدىكى ئىسسىقلىق دورا مىقدارى مۇڭاپىق كېمەيتىلىدۇ. ئەگەر بەلغەم غالىب كەلگەن

بولسا بەلغەم سۇرگىسى بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن چېپىش ئۇچۇن تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ: قارىئۆرۈك مېغىزى، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ھەر بىرى ئالتە گرامدىن، ئۆلتۇرۇلگەن سىماب ئۇچ گرام، كۇنجۇت مېيى بىلەن قېتىق مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىنىدۇ. مېغىزلارنى يانجىپ سىركە بىلەن نەمدەپ، قېتىق بىلەن كۇنجۇت مېيى ۋە ئۆلتۇرۇلگەن سىمابنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. دورا سۇركەلگەن ئورۇننى ئىسسىق سۇدا پاكىز يۇيۇپ، كۇندە 2 ~ 3 قېتىم دورا سۇركىلىدۇ ياكى مەدەستان، خېنە يوپۇرمىقى، شەھمەنزەل، كۇموش دېتى، پوستى ئېلىنغان ياپىلاق ماش ئۇنى ۋە ئۆلتۇرۇلگەن سىمابتىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يۇقىرىقى دورىلارنى يانجىغاندىن كېيىن سىركە ياكى گۇل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، سىرتىدىن كۇندە 2 ~ 3 قېتىم چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلارنى سىرتتىن چېپىشتىن ئىلگىرى دورا چېپىلىدىغان ئورۇننى ئىسسىق سۇدا پاكىز يۇيۇپ، كۇندە 2 ~ 3 قېتىم دورا سۇركىلىدۇ. ئەگەر ياخشىسى يازدا ئاپتاپ، قىشتا مەشنىڭ يېنىدا ئولتۇرۇپ دورا سۇركەلسە ئۇنۇمى ياخشىراق بولىدۇ. ئەتىسى پارىلىق مۇنچىدا يۇيۇنۇش كېرەك. داۋالىنىش جەريانىدا تۇزلىغان گۆش، تۇزلىغان بېلىق، تۇزغا چىلانغان كۆكتات ۋە ئىسسىقلىق تائاملارنى ئىستېمال قىلماسلىقى ۋە جىنسىي ئالاقە قىلماسلىقى كېرەك.

كۆز يارىسى (قارا يەل، سىفلىس)

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

سەۋەبى

بۇ، جىنسىي ئالاقە ئارقىلىق يۇقىدىغان كېسەللىك بولۇپ، قانىنى ئوفۇنەتلەندۇرىدىغان بىر خىل جاراسىم (بىر خىل جانلىق) جىنسىي ئالاقە ئارقىلىق، ئۇنىڭدىن قالسا مۇشۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارلارنىڭ قاچا ـ قۇچا ياكى باشقا نەرسىلىرىنى ئىشلىتىش، سۆيۈشۈش قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئىككىنچى كىشىنىڭ بەدىنىگە كىرىپ، قانىنى بۇلغاشتىن بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ھامىلدار ئاننىڭ قېنىدا قانىنى بۇ-

زىدىغان مۇشۇ خىل ئامىل مەۋجۇت بولسا ئانىنىڭ قېنى ئارقىلىق قورساقتىكى ھامىلىگە يۇقىدۇ. سىفىلىسنىڭ يۇقۇملۇق دەۋرىدە ئېغىز بوشلۇقتىكى شىللىق پەردىلەر يۇقتۇرۇشنىڭ مەنبەسى بولۇپ قالىدۇ. قەدىمكى كىتابلاردىكى خاتىرىلەرگە قارىغاندا، بۇ كېسەللىكنىڭ مەنبەسى ئامېرىكا قىتئەسى بولۇپ، دېڭىز سایاھەتچىلىرى ئارقىلىق ئاۋۋال ئىسپانىيەدىن فرانسىيەگە، فرانسىيەدىن ياۋروپا ۋە شەرق ئەللىرىگە تارقالغان. شۇڭلاشقا بۇ كېسەللىك «مۇھەببەت» كېسىلى، «فرانسۇز كېسىلى» دەپ ئاتالغان. كېسەللىك ئاتالغۇسىدىن قارىغاندا، بۇ كېسەللىكنىڭ رايونىمىزغا كېيىن كىرگەنلىكىنى كۆرۈۋالغىلى بولىدۇ.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىكنىڭ پۈتكۈل تەرەققىياتى يۇقۇملىنىش باسقۇچى، يوشۇرۇن باسقۇچى، ئاشكارىلىنىش باسقۇچى ۋە تەرەققىي قىلىش باسقۇچى دېگەن تۆت باسقۇچقا بۆلۈنىدۇ.

كېسەللىك دەرىجىسىگە قاراپ بىرىنچى دەۋردىكى يەل يارا (ئاتىشەك ئەۋژىلى)، ئىككىنچى دەۋردىكى يەل يارا (ئاتىشەك ساتىۋى) ۋە ئۈچىنچى دەۋردىكى يەل يارا (ئاتىشەك سالاسى) دېگەن ئۈچ چوڭ دەۋرگە بۆلۈنۈشتىن سىرت، يەنە تۇغما يەل يارا (ئاتىشەك مەۋلۇدى) ۋە كېيىنكى (تۇغۇلغاندىن كېيىنكى) يەل يارا (ئاتىشەك مەكسۇبە) دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنۈپ، ھەر قايسى دەۋر ۋە باسقۇچلاردىكى تىپىرە ۋە پۈتۈن بەدەندىكى زەخمىلىنىش دەرىجىسى بىلەن ئىپادىلىنىشى بىردەك بولمايدۇ.

بىرىنچى دەۋردىكى يەل يارىنىڭ ئىپادىلىنىشى: كېسەللىك مەنبەسىنى يۇقتۇرۇۋېلىپ، كېسەللىك ئىپادىلەنگۈچە بولغان ئارىلىق (يوشۇرۇن دەۋرى) تەخمىنەن 3 ~ 4 ھەپتە بولۇپ، ئەرلەرنىڭ ئالىتى (زەكەرى)، ئاياللارنىڭ جىنسىي لەۋ، قىسمەنلىرىدە كالپۇك، مەقئەت ئەتراپى، يىرىق، كۆز، ئەمچەك، تىل ۋە قول بارماقلىرىدا ئاۋۋال ئۈچى ئۈچلۈق، تۈۋى توم قاتتىق، ئاغرىمايدىغان يۇمىلاق ياكى سوقمىچاق، ئەتراپى تەكشى، چېگرىسى ئېنىق، ئۈچى ئاقۇچ، تۈۋى تەرىپىدە قىزغۇچ تۈگۈنچە پەيدا بولۇپ، تېزلا ئۈچى زەدىلىنىپ يۇزەكى يارا پەيدا بولىدۇ. يىرىڭ بولمايدۇ. لېكىن سارغۇچ سۇلىشىپ نېپىز پەردە ھاسىل بولىدۇ. بەزىدە ئالاقىدار بەزلەر ئىششىيدۇ. لېكىن ئاغرىمايدۇ ۋە قىزارمايدۇ ۋە ئېغىز ئىچىپ جاراھەت ھاسىل قىلمايدۇ. يەل يارىنىڭ دەسلەپكى دەۋرى داۋالىمىسمۇ 3 ~ 4 ھەپتىلەردە ئۆزلۈكىدىن ساقىيىپ كېتىدۇ (كېسەللىك يوشۇرۇنىدۇ). ئەگەر داۋالىسا تېزلا ساقىيىپ كېتىدۇ.

ئىككىنچى دەۋردىكى يەل ياراتقۇچىلىرى: بىرىنچى دەۋردىكى يەل ياراتقۇچىلىرى «ساقىيىپ»، تەخمىنەن 3 ~ 4 ھەپتىلەردىن كېيىن ئاۋۋال قىزىش (تۆۋەن قىزىتما) باش، ئۈستىخان، نېرۋا ئاغرىقى قاتارلىق ئالدىنقى ئالامەتلەر تەخمىنەن 3 ~ 5 كۈن ئەتراپىدا داۋام قىلغاندىن كېيىن تېرىدە ئەسۋىلەر پەيدا بولۇپ يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر يوقىلىدۇ.

ئىككىنچى دەۋردىكى ئەسۋىلەرنىڭ شەكلى ھەر خىل بولۇپ، بۇلارنى ئىخچاملىغاندا داغلىق ئەسۋە، مۇدۇرلۇق ئەسۋە ۋە يىرىڭلىق ئەسۋىدىن ئىبارەت. ئەسۋىلەر ئىچىدە داغلىق ئەسۋە ئەڭ كۆپ ئۇچرايدىغان بولۇپ، چوڭلۇقى داچەن تۆشۈكى چوڭلۇقىدا بولىدۇ. شەكلى يۇمىلاق ياكى سوقىچاقراق بولۇپ، ھەر بىرى ئايرىم ـ ئايرىم بولۇپ ئۆزئارا قوشۇلمايدۇ. رەڭگى قىزىل بولۇپ، كۆپىنچە گەۋدە تېرىسىدە، ئۇنىڭدىن قالسا تۆت مۇچىدە پەيدا بولۇپ، بىر نەچچە كۈندىن كېيىن پۈتۈن بەدەن تېرىسىدە پەيدا بولىدۇ، قول بىلەن پۇت ئالقىنىدا پەيدا بولىدىغانلىرىنىڭ رەڭگى قىزىل بولۇپ، كېپەكلەشكەن تۇسنى ئالىدۇ. داغسىمان ئەسۋە تەخمىنەن بىر قانچە كۈندىن 2 ~ 3 ھەپتە ئۆتكەندىن كېيىن داۋالىمىسىمۇ ئۆزلۈكىدىن يوقىلىپ كېتىدۇ. لېكىن داغلىق ئەسۋە چىققان ئورۇننىڭ تېرىسى قېنىقلىشىپ قالىدۇ. بۇ خىل تېپتا بىمار ئۆزى ھېس قىلمىدىغان باشقا ئالامەتلەر پەيدا بولمايدۇ.

مۇدۇرلۇق ئەسۋە چوڭ ۋە كىچىك ئىككى خىل بولىدۇ. چوڭلىرى پۇرچاق چوڭلۇقىدا بولۇپ، تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ چىققان، مەركىزى ئازراق ئۇچلۇق، تۇڭى توم، چېگرىسى ئېنىق، رەڭگى گۆش رەڭدە ياكى قېنىق قىزىل تۇسنى ئېلىپ، كۆپىنچە ئەر ـ ئاياللارنىڭ سىرتقى جىنسىي ئەزاسى، مەقئەت، يىرىق ۋە ئەمچەك ئاستى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ پەيدا بولىدۇ. يۇزى سۇلاشقان بولۇپ، بۇ ھۆل ئەسۋىلىك مۇدۇر ئەسۋە دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە كۆرۈنەرلىك كۆپىيىپ، رەڭگى كۈل رەڭ پۇلتايمىلارنى ھاسىل قىلىدۇ. پۇلتايمىنىڭ گىرۋىكى قېنىق قىزىل تۇسنى ئالىدۇ. بىمار ئۆزى ھېس قىلمىدىغان ئالامەت كۆيۈپ قىچىشىش بولۇپ، يول يۈرگەندە ئاغرىشى مۇمكىن.

ئۇششاق مۇدۇرلۇق ئەسۋە بېغىررەڭ قىزىل تۇسنى ئېلىپ، بىر ئورۇنغا يىغىلغان ياكى تارقاق تارقالغان بولىدۇ. بۇ تىپى كەم ئۇچرايدۇ. يىرىڭلىق پۈۋەكچى ئەسۋە تىپى تېخىمۇ كەم ئۇچرايدۇ.

ئىككىنچى دەۋردىكى يەل ياراتقۇچىلىرى ئەگەر شىللىق پەردىلەردە پەيدا بولغان بولسا، ئاق داغ تۇسنى ئېلىپ، ئېغىز بوشلۇقى بىلەن ئاياللار سىرتقى جىنسىي ئەزا ۋە بۇرۇن شىللىق پەردىسىدە كۆپ ئۇچرايدۇ. رەڭگى كۈل رەڭ ياكى سۇت رەڭ تۇسنى ئېلىپ، چوڭ ـ كىچىك

چىكلىكى بارماق ئوچى چوڭلوقىدا بولىدو. داغنىڭ ئەتراپى قىزىل بولوپ داغ زېدىلىنىدو. ئىككىنچى دەۋردىكى يەل يارىدا چاچ چوشوش، بويوندا ئاق داغ پەيدا بولوش، سوئەك بىلەن بوغوم ياللوغى، كوز ۋە مېڭە پەردە قاتارلىق ئورونلاردىمو كېسەللىك ئوزگىرىشى پەيدا بولىدو. كېسەللەنگەن ئورونغا ئالاقىدار بەزلەر ئىششىيدو، بىراق ئاغرىمايدو.

ئوچىنچى دەۋردىكى يەللىك يارا كېسەللىك بىلەن يوقوملىنىپ، بىر قانچە يىللار دىن كېيىن پەيدا بولوپ، شىللىق پەردىلەر زەخمىلىنىشتىن سىرت يورەك، قان تومور، ئوستىخان ۋە مېڭە بىلەن يولون قاتارلىق ئىچكى ئەزالارمو زەخمىلىنىدو. شوئىلاشقا بو دەۋردە بورون كوموركى بىلەن سوئەك زەخمىلىنىشتىن بورنى پاناق بولوپ قېلىش، بورون ئوتتورا توزالغوسى تېشىلىش، قاتتىق ۋە يومشاق تاڭلايلار زېدىلىنىپ زەخمىلىنىش، تىل زېدىلىنىپ زەخمىلىنىش، كالپوك زېدىلىنىپ زەخمىلىنىش قاتارلىق ئېغىر ئاقىۋەتلەر پەيدا بولىدو. ھەتتا بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يەتكوزىدو.

داۋاسى

يەل يارا كېسىلىنى بالدور بايقاپ، بالدور داۋالاپ كېسەللىكنىڭ ئىككىنچى ۋە ئوچىنچى دەۋرگە كىرىپ قېلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. يەللىك تاۋاملاردىن پەرھىز قىلىنىدو ۋە مىزاج توزىتىلىدو. بونىڭ ئوچون سوقا چىلان، يەر باغرىئوت، قارا ھېلىلە، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قورۇق خېنە، قەسىبو زەررە ۋە نوشودورلاردىن 18 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقوپ، چىلاشقودەك قاينىاق سوغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى داكا بىلەن سوزولگەن سويىگە تاتلىقلاشتورغوچى ھەسەل قوشوپ ئىچىشكە بېرىلىدو. باشقا پىشورغو چىلار بىلەن بەدەننى تازىلىغوچىلارنى ئىشلىتىشكىمو بولىدو. ماددا پىشقاندىن كېيىن كوكسوت (سوت سويى ـ مائولجەبىن) نى ئوچكە سوتى بىلەن مەتبوخى شاھتەررىگە ھېلىلە قوشوپ بېرىلىدو.

مىزاج تەڭشىلىپ بولغاندىن كېيىن، يەللىك يارىغا قارىتا تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدو:

(1) ھەببى سىماب (سىماب كومىلىچى)

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: سىماب، ئاقلانغان پىستە مېغىزى، ئاقلانغان بادام مېغىزى، ھوزل خېنىگوزل ھەر بىرى توققوز گرامدىن، مۇقەل، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، ئەنزىروت، رەۋەنچىنى، ئاق تورىبوت ھەر بىرى 20 گرامدىن، غارىقون، بوغداي كراخمالى، زەپەر، مەسىتىكى ھەر بىرى ئالتە گرامدىن، كافور، جەدۋار چىنى، مەھمودى، مۇشەۋۋا (سوقمونىيا)

هەر بىردىن ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، سىمابتىن باشقىسىنى سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. سىمابنى يەتتە قېتىم بىر نەچچە قەۋەت داكىدىن ئۆتكۈزۈپ، لېمون ۋە خېنە سۇيى بىلەن ئېزىپ، ئۈستىگە يۇمشىتىلغان دورا تالقىنىنى سېلىپ خېمىر قىلىپ، 0.3 گرامدىن كۈمىلاچ قىلىپ ياسلىدۇ. چوڭلارغا كۈندە 10 تالدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىماب ۋە سىماب كۈشتىسى زەھەرلىك دورا، شۇڭلاشقا مىقدارىنىڭ كۆپ بولۇپ كەتمەسلىكىگە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

(2) مەجۇنى چۆپچىن

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: زورەمبات، جەدۋارچىنى، زىراۋەندى مۇدەھرەج، خولىنجان، مالەھزەھرەج، رەۋەنچىنى، ئەفتىمۇن، قارا ھېلىلە، لاجۇۋەرد، ئاق تۇربۇت، دارچىن، مەستەكى رۇمى، سۇمبۇل تىپ، جۇز بۇۋا، بەسباسە، زەپىران، قەلەمپۇر، لاچىندانە ھەر بىردىن 7.4 گرامدىن، چۆپچىن پۇتۇن دورا ۋەزنىنىڭ يېرىمىغا تەڭ ئېلىنىدۇ. يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەممە دورىنىڭ ۋەزنىدىن ئۇچ ھەسسە ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ئېلىشكە بېرىلىدۇ.

(3) ھەببى كەبىرەت

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: گۈڭگۇرت تالقىنى 80 گرام، ئۆشبە (سەرسەبىل) ياكى چۆپچىن 40 گرام، نۆشۈدۇر، ئاقىرقەرھا 10 گرام، ئەرەب يېلىمى 20 گرام، شېكەر 160 گرام، يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قاينىق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ، 0.3 گرامدىن كۈمىلاچ قىلىپ ياسلىدۇ. 10 ياشتىن يۇقىرىلارغا كۈندە 7 ~ 10 تالغىچە بېرىلىدۇ. يۇقىرىدىكىلەردىن باشقا ئەرقى چۆپچىن (كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن) ئەرقى شاھتەررە كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(4) مەجۇنى سەرسەبىل

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: سېرىق ھېلىلە پوستى، ھېلىلە كابىلە، بەلىلە پوستى، قارا ھېلىلە ھەر بىردىن 16 گرامدىن، سانا 33 گرام، سەرسەبىل 16 گرام، مەزكۇر دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇچ ھەسسە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ. كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(5) چېكىدىغان پىلتە دورا

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: سىركە پىرەس 33 گرام، ئوتۇن قالانغان ئوچاققا ئېسىلغان

قازان كۆيسى بىر سىقىم، قۇشقاچ مايىقى بىر سىقىم. يۇقىرىقى دورىلارنى ئايرىم-ئايرىم يۇمشاق سوقۇپ، ئالدى بىلەن ئاق دورىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە قازان كۆيسىنى ئاز - ئازدىن سېلىپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ باراۋەر مىقداردا 15 قىسمىغا بۆلۈندۇ. ھەر بىر قىسمىنى ئايرىم قەغەزگە ئوراپ تاماكا شەكلىگە كەلتۈرۈلىدۇ. بۇنىڭ بىر تېلىنى جەمئىي يەتتە كۈن ھەر كۈنى كەچتە چېكىپ تۈگىتىدۇ. بۇ دورىنى چەككەندىن كېيىن چاي ئىچمەسلىكى، تەرلىگەندە سوغۇق ئۆتكۈزمەسلىككە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. بىر پىلتە دورىنى چېكىپ بولغاندىن كېيىن، بىر ئاي چەكمەيدۇ.

سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار.

(1) مەلھەمى چۆپچىن

تەركىبى ۋە ياسىلىشى: مۇردارسەنگى، شىڭگىرىپ ھەر بىرى 7.4 گرامدىن، كەت ھىندى، چۆپچىن ھەر بىرى 14.8 گرام، ئاق موم 13.5 گرام، مەشكە مايى 74 گرام، قۇرۇق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئېرىتىلگەن ئاق موم بىلەن مايغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

(2) مەلھەمى ئايلىشى

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

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

ماخاۋ

ماخاۋنى كەلتۇرۇپ چىقىرىدىغان كېسەللىك سەۋەبچىسى جاراسىم پۇتۇنلۇكى بۇزۇلۇغان تېرىدىن تاجاۋۇز قىلىپ بەدەنگە كىرىدىغان ۋە بەدەندە كېڭىيىدىغان ۋە ئەزالاردا ھەر خىل شەكىل ئۆزگىرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان سوزۇلما تېرە كېسەللىكىدىن ئىبارەت. ئەرەبچە جوزام سۆزىنىڭ مەنىسى «ئۇزۇلۇش»، «ئاجرىلىش» دېگەن مەنىدە بولۇپ، ھازىياتلىق، نەسىللىنىش ۋە ئەزالار نورمال خىزمىتىنى توختىتىدۇ ياكى بىمارنىڭ قول، پۇت لىرى ئېقىپ كېسىلگەندەك ئاجراپ چۈشۈپ كېتىدۇ دېگەن ئۇقۇمنى بىلدۈرىدۇ. كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى دەۋرلىرىدە بىمار شىرغا ئوخشاپ قالغانلىقى ئۈچۈن «شىر كېسىلى» دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

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

(1) بەدەندىكى ئۆزلەشتۈرگۈچى كۈچ (قۇۋۋىتى مۇغەييىرە) ئاجىزلاپ، سەۋدا خىلىتى قاندىن غالىب كېلىپ، قانىنى بۇزۇش ۋە بۇزۇلغان بۇزۇق قان تۈرۈپ قالغان ئەزا جۈملىدىن تېرىدە تۈرۈپ قېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

(2) ئۆتكۈر قۇرۇق ئىسسىق جىگەر ياكى بەدەندىكى قانىنى كۆيدۈرۈپ، غەيرىي تەبىئىي سەۋداغا ئايلاندۇرۇش ياكى جىگەردىكى ھارارەت تۆۋەنلەپ، زىيادە سوغۇقلۇقنىڭ قان بىلەن سەۋدانى ئۈيۈتۈپ قويۇشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ماخاۋ كېسىلى تۇغۇنلۇك تېپى ۋە توپۇقلۇق تېپى دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدىغان بولۇپ، كېسەللىك يېڭى باشلىنىشتىن ئىلگىرى پۇتۇن بەدەن يېقىمسىزلىنىش، گۆشلەر بىلەن بوغۇملار تېلىپ ئاغرىش ۋە تۆت مۈچە سېزىمى غەيرىيلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر بولىدۇ. بىراق بۇ كېسەللىكنىڭ جەريانى ئۇزۇن بولغانلىقى ئۈچۈن بىر قىسىم

بىمارلار ئەستىن چىقىرىدۇ.

تۇگۇنلۇك تىپتىكى ماخاۋ كېسىلىدە كېسەللىك تۆت مۇچە، يۇز، يەلكە ۋە ساغرا قاتارلىق ئورۇنلارنىڭ تېرىسى بىلەن نېرۋىسىدىلا چەكلىنىپ، ئاۋۋال تېرىدە داغسىمان ئەسۋە بىلەن داغسىمان مونەك پەيدا بولىدۇ. سانى كۆپىنچە بىر ياكى ئىككى بولۇپ گىرۋىكى تەكشى، چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ. ئىسسىق، سوغۇق ۋە ئاغرىش سېزىش بىلەنلا ئۇچرىشىش سېزىمى نورمال بولىدۇ. بەدەن تېرىسىدىكى تارقىلىشى تاق (سىممېترىك سىز) بولىدۇ. داغلىق ئەسۋە ياكى داغلىق مونەك پەيدا بولغان ئورۇندىكى مويلار چۈشۈپ كېتىدۇ (بۇ مۇھىم ئالامەتنىڭ بىرى). داغسىمان ئەسۋە چىققان تېرە ئورنىنىڭ رەڭگى سۇس ياكى سۇس قىزغۇچ تۈسنى ئېلىپ، يۇزىدە قاسىراق بولمايدۇ. داغلىق تۇگۇنىنىڭ رەڭگى قېنىق قىزىل ياكى سۆسۈن قىزىل بولۇپ، چېگرىسى ئېنىق، گىرۋىكى ئېگىز رەك بولىدۇ. بەزىلىرى ئىچىگە قاراپ سىڭايانلىشىپ، ئوتتۇرىسى ئويمانراق تۈسنى ئالىدۇ. يەنە بەزىلىرى گىرۋىكى قېلىنلىشىپ، يېرىم ئاي شەكىللىك هالقا، تولۇق هالقا ياكى ياي تۈسنى ئالىدۇ. يۇزى يىرىكلىشىپ قاسىراق (كېپەك) پەيدا قىلىدۇ. كېسەللىك بىلەن زەخمىلەنگەن ئورۇندا تۇم ياكى تەسۋىسمان تومىلاشقان ئەسەب تاناپلىرى قولغا بىلىنىدۇ. كېسەللەنگەن تېرىنىڭ سېزىمى يوقىلىدۇ ۋە گۆشلەر كۆچسىزلىنىدۇ. ئېغىرلىرىدا قول ئالىقان گۆشلىرى بىلەن سۆڭەك ئارىسىدىكى گۆشلەر يىگلەشتىن قول بارماقلىرى بىلەن ئالىقان بىر نەرسىنى چاڭگاللاۋاتقان تۈسنى ئېلىشى مۇمكىن.

توپۇقلۇق تىپىدىكى ماخاۋ كېسىلىدە يۇز، كۆكرەك ۋە دۇمبە قاتارلىق ئورۇنلاردا سانى بىلەن چوڭ ـ كىچىكلىكى هەر خىل بولغان مونەك (توپۇق) لار پەيدا بولۇپ، توپۇقنىڭ تارقىلىش دائىرىسى كەڭ بولىدۇ. توپۇقلارنىڭ چېگرىسى ئېنىق بولماي، خۇددى بىر ـ بىرى بىلەن تۇتىشىپ كەتكەندەك تۈسنى ئالىدۇ. توپۇقنىڭ يۇزى مايلىشاڭغۇراق ۋە سىيدام بولىدۇ. رەڭگى ئەسلىي تېرە رەڭگىدىن سۇسراق بولۇشتىن سىرت كۆپچىلىكى قىزغۇچ، قىزغۇچ سېرىق ۋە قوڭۇر سېرىققا قاراپ تەرەققىي قىلىدۇ. كېسەللىك يۇز بەرگەن ئورۇندىكى تېرە سېزىمىنىڭ توسقۇنلۇققا ئۇچرىشى يېنىكرەك بولىدۇ. قاش بىلەن كىرپىك شالاڭلىشىشقا باشلايدۇ. يەنى دەسلەپ قاشنىڭ سىرتىدىن شالاڭلىشىپ تۆكۈلۈشكە باشلايدۇ. كېيىن كىرپىك شالاڭلىشىپ تۆكۈلىدۇ. بۇ خىلدا كېيىنرەك يۇز تېرىسى يېيىلما (كەڭ دائىرىلىك) قېلىنلىشىپ، بۇرنى ئولتۇرۇشۇپ كېتىدۇ. قۇلاق سۈپۈرىسى چوڭىيىدۇ. قاش، كىرپىكلەر تۆكۈلۈپ، چاچلار شالاڭلىشىدۇ ياكى چاچ تۆكۈلىدۇ. كۆز قىزىرىدۇ، تىلى قېلىنلىشىدۇ، ئاۋازى پوتىدۇ. شۇڭا بۇ كېسەل «شىر كېسىلى» (دائىلىئەسەد) دەپمۇ ئاتالغان. نەتىجىدە بىمارنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشى «شىرغا»

ئوخشاپ قالىدۇ. تۆۆەن مۇچىنىڭ ئارقا تەرىپىدە (تۇزلىنىش تەرىپى بىلەن يەلكە، دۇمبە، ساغرا ۋە تاش خالتا قاتارلىق ئورۇنلاردا) ھەرخىل چوڭلۇقتىكى تۆگۈنلەر پەيدا بولىدۇ. بۇ دەۋردە ئەسەب تاناپلىرى زەخمىلەنگەنلىكى ئۈچۈن نېرۋا تاناپلىرى تومىلىشىپ سېزىم تۆۋەنلەيدۇ ۋە گۆشلەر يىگىلەپ مۇچىلەرنىڭ شەكلى غەيرىيلىشىپ مېيىپ بولۇپ قالىدۇ. ھەتتا توپۇق بىلەن مونەكلەر ئېغىز ئېلىپ يىرىڭلايدۇ. يىرىڭ بەتبۇي سېسىق بولىدۇ. بىمارنىڭ خۇي پەيلى يامانلىشىدۇ. ئەڭ ئاخىردا نەپەس سىقىلىپ يۈرەك زەئىپلىشىش پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

سەۋدانى ھەيدەپ، قاننى تازىلاش پرىنسىپ قىلىنغان داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاۋۋال قاننى تازىلىغۇچى دورىلاردىن تۆۆەندىكىلىرى بېرىلىدۇ:

مەتبۇخى مۇنزىج سەۋدا

تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: سوقا چىلان 24 دانە، گاۋزىبان، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 18 گرام، ئۇستقۇددۇس، پىرسىياۋشان، شاھتەرە ھەر بىرىدىن 12 گرام، سەرپىستان 40 گرام، تەرەنجىبىن، گاۋزىبان، ئۇستقۇددۇس، بادرەنجى بۇيا، پىرسىياۋشان ۋە شاھتەرىدىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ، 500 مىللىلىتىر قاينىق سۇغا چىلاپ بىر سوتكا تۇرغۇزۇپ، كېيىن سۈس ئوتتا 200 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، ئوتنى توختىتىپ ئۇستىگە گۈل دورىلارنى سېلىپ، ئازراقلا قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈلىدۇ. تەرەنجىبىنىنى 100 مىللىلىتىر قاينىق سۇغا سېلىپ، 10 مىنۇت چىلاپ ئېرىتكەندىن كېيىن داكا بىلەن سۈزۈپ، سۈزۈلگەن سۈيىنى يۇقىرىقى دورىلارنىڭ سۈيىگە قوشۇپ تەييارلىنىدۇ. كۈندە بىر ياكى ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ ئىچكۈزۈلىدۇ. بۇ خىلدىكى داۋالاش 15 كۈن داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. بۇنىڭدىن كېيىن مۇسھىل (تازىلاش ئۇچۇن) مەتبۇخى شاھتەرىدىن كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ~ 60 مىللىلىتىردىن جەمئىي ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مەخسۇس داۋالىغۇچى دورىلاردىن ھەببى شاھتەررە، مەجۇنى ئىترىفىل شاھتەررە، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ئىترىفىل ئەفتىمۇن قاتارلىق دورىلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا مائۇلجىيىن، تەرياقى فارۇق قاتارلىق دورىلارمۇ ئوبدان ئۇنۇم بە-

رىدۇ.

مائۇلجەبننىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ئەفتىمۇن، ئۇستقۇددۇس ھەر بىرىدىن 33 گرام، ھېلىلە پوستى 66 سەر، بادام مېغىزى 33 گرام، شاھتەررە، گاۋزبان، بىستەر پايەج، سانا، بادرەنجى بۇيا 18 گرامدىن، غارىقۇن، تۇربۇت ھەر بىرى يەتتە گرامدىن، سىركە 260 مىللىلىتىر، ئۆچكە سۈتى 400 مىللىلىتىر، شېكەر 33 گرام، تەرەنجبىن 66 گرام. ئەفتىمۇن بىلەن ئۇستقۇددۇستىن باشقا قاتتىق دورىلارنى سىركىگە چىلاپ 1500 مىللىلىتىر قاينىق سۇغا بىر ئاخشام چىلاپ، ئەتىسى ئۇستقۇددۇسنى قوشۇپ، ئەفتىمۇننى داكىغا ئوراپ سېلىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە شېكەر، تەرەنجبىن ۋە سۈتنى قوشۇپ ئازراقلا قاينىتىپ تەرەنجبىننى ئېرىتكەندىن كېيىن، قايتا داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە يۇمشاق ئېزىلگەن بادام مېغىزىنى يانجىپ قوشۇۋېتىلىدۇ. كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 60 ~ 100 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

تەرياقى فارۇقنىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى: مۇرمەككى، راتىيانەج، جاۋاشىر ھەر بىرىدىن 13 گرام، دارچىن ئەرقى 13 مىللىلىتىر، مومىيا، ئەنبەر، مەستىكى كۈندۇر، سەمغى ئەرەبى يەتتە گرام، بىلسان يېغى 33 مىللىلىتىر، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، قىزىل ياقۇت، زۇمرەت، ئەقىق، كەھرىۋا، سۈنئىي دىئىزيا (يادا تاش) ھەر بىرى 13 گرامدىن، لاجۇۋەرد، ھەجرۇل ئەرمەنى (يۇيۇلغىنى)، پىلە (قىرقىلغىنى)، ھەببۇلغار، جىنتىيانا، زىراۋەندە تەۋىل، قۇستە تەلخ، ئارپىبەدىيان يىلتىزى، ئەفتىمۇن، ئۇد قىمارى، پارپ (جەدۋار)، ئىزخىر، رەۋەن، سۇمبۇل، ياپچان، سېرىق ھېلىلە پوستى، ئۇستقۇددۇس، زەپەر، دۇرنەج ئەقرەبى، ئۇد سەلىب، ئاقىرقەرھا، رىسالىيۇس، پوستى بىخ كەبىر، سازەج ھىندى، زورەمبات، غارىقۇن، بەرەنجاسىپ، بابۇنە ھەر بىرىدىن 13 گرام، قىزىلگۈل 200 گرام، زەپەر بىلەن ئىپار 6.6 گرام، قۇندۇز قەھرى 10 گرام، ھەسەل پۈتۈن دورا ۋەزنىدىن ئۈچ ھەسسە. يۇقىرىدىكى ئۈچ خىل يېلىم دورىلار ئەرەق (گۈلاب سۈيى) بىلەن ئېرىتىلىدۇ. مەدەن دورىلار سالايە قىلىنىدۇ. زەپەر، ئىپار ۋە قۇندۇز قەھرى ئايرىم سوقۇلىدۇ. قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەممە دورىلارنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ ۋە سىرلانغان ساپال قاچىغا يېرىم كەلگۈدەك قاچىلاپ، ئارپىغا 3 ~ 5 ھەپتە كۆمۈپ ئىشلىتىلىدۇ. كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 4 ~ 6 گرامغىچە يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن سۈركەشكە بىنەپشە يېغى، قاپاق ئۇرۇقى يېغى، ئاياللارنىڭ سۈتى، گۈل يېغى، سېرىقماي قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

چىيقان

بۇ بىر خىل ئۇچى ئۇچلۇق، تۈۋى چوڭراق، رەڭگى قىزىل، قاتتىق ئاغرىيدىغان ۋە كېيىن يىرىڭلايدىغان تېرە كېسىلى بولۇپ، بەدەننىڭ موي كۆپ جايلىرىدا كۆپ ئۇچرايدۇ. بەدەنگە يەككە چىققىنى «چىيقان»، بىرنىڭ ئارقىدىن بىرى چىقىپ تەكرارلىنىدىغىنى «چىيقان كېسىلى» دەپ ئاتايدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەل ئۆتكۈر بۈزۈق ۋە قويۇق قانغا بەلغەم ماددىسى ئارىلىشىشتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، تېرىنى پاكىز تۇتماسلىق، تېرىنى تاتلاپ زىيادە قىلىش ياكى تېرە سۈركىلىشتىن زەخمىلىنىش ۋە سىل كېسىلى بىلەن دىئابېت كېسىلى قاتارلىق بەدەننى قۇرۇتىدىغان كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىغۇچىلاردا بەدەن ئاجىزلاش بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇھىم رول ئويناىدۇ.

ئالامەتلىرى

چىيقاندا كېسەللىك يۈز بەرگەن ئورۇن قىزىرىپ ئىششىيدۇ ۋە چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. چىيقاننىڭ شەكلى تۈۋى چوڭ، ئۇچى ئۇچلۇق بولۇپ، باسقاندا قاتتىق ئاغرىيدۇ ۋە قولغا قىزىق بىلىنىدۇ ھەمدە پۈتۈن بەدەن قىزىتمىسى يۇقىرىلايدۇ. بىر نەچچە كۈندىن كېيىن ئۇچى ئاقىرىپ يۇمشاپ ئېغىز ئېلىپ، سارغۇچ ۋە قويۇق يىرىڭ چىقىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ئاغرىش ۋە قىزىش يېنىكلەيدۇ. ئەگەر ئۇزۇل ـ كېسىل داۋالىمىسا ۋە تېرىنى پاكىز تۇتمىسا ھەمدە خوراش خاراكتېرلىك كېسەللىكنى ۋاقتىدا داۋالىمىسا چىيقان بىرىنىڭ كەينىدىن بىرى (بىرى ساقىيىشقا باشلىسا يەنە بىرى چىقىش) پەيدا بولىدۇ ياكى بىرلا ۋاقىتتا بىر قانچىسى بىرگە چىقىش مۇمكىن. چىيقاننىڭ بۇ خىلىنى چىيقان كېسىلى دەپ ئاتايدۇ. ئەگەر چىيقاندىكى بۈزۈق ئوفۇنەتلەر (مەسىلەن: يىرىڭ قاتارلىق) قانغا ئۆتۈپ كەتسە ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدۇ.

بىمارنىڭ مىزاجى تۇزىتىلىدۇ، مۇھىمى قانىنى تازىلايدىغان مەتبۇخ بېرىلىدۇ. قىزىتىلىق بىمارلارغا سىركەنجۈبىل، مەجۇنى چۆپچىن كەبىر قاتارلىق دورىلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

چىيقان پەيدا بولۇشى بىلەن چىيقان ماددىسىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن سۇ تەگمىگەن ھاكىنى كۇنجۇت يېغى ياكى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلسا ياكى سەندەل، نۇبەل، سېمىز ئوت يوپۇرمىقى بىلەن ئىسپىغۇل قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۇرۇپ گۈلاب ياكى شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن ئېزىپ چېپىپ بېرىلسە، چىيقان يوغىنىمايلا ساقىيىپ كېتىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلارنى ئۇچ كۈن ئىشلىتىپ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە، ماددىنى يىغىپ پىشۇرۇش ئۈچۈن ئىسپىغۇلنى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ ياكى بۇغداي ئۇنى خېمىر تۇرۇچى، كۆك كەپتەر مايىقى ۋە سۇ تەگمىگەن ھاكىنى ئېزىپ، تۇخۇم سېرىقى ياكى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېڭىلسىمۇ، ئۇنۇمى ياخشى بولۇپ تېز ئېغىز ئالىدۇ. بۇلاردىن باشقا مەلھەمى داخلىيۇن، مەلھەمى شىڭگىرىپ، مەلھەمى ئوشەق قاتارلىق دورىلار چېپىلسىمۇ بولىدۇ ياكى ئەنجۇر، مەستىكى، مەرزەنجۇش، گىل ئەرمىنى ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، دوغاپ بىلەن نەمدەپ قىزىتىپ جارا ھەتنىڭ ئۈستىگە تېڭىلسا، چىيقان پىشىپ ئېغىز ئالىدۇ ياكى بولمىسا قوناق ئۇنى بىلەن ھۆلبە تالقىنىدىن بىر ھەسسە، سەبرىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، قېتىققا ئارىلاشتۇرۇپ، قېتىق قويۇلغۇچە قاينىتىپ، ئىلمان ھالدا كۈندە ئىككى قېتىم چىيقانغا سۈركەپ تېڭىپ بېرىلسىمۇ، ماددا پىشىپ ئېغىز ئالىدۇ. ئېغىز ئالمىسا پاكىز، ئۆتكۈر تىغ بىلەن يېرىپ يىرىڭ چىقىرىلىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن جاراھەتنى پۈتتۈرۈش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن جاراھەت يۈزى ھۆل بولۇپ، سۇلىشىپ يىرىڭ چىقىپ تۇرغان بولسا ئانارگۈلى، مۇرمەككى، سەبرە، موزا، زەنجۇبىللەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ جاراھەتنىڭ ئۈستىگە سېپىلىدۇ. جاراھەت قۇرۇپ جاراھەتنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدۇ. بىراق چىيقانىنى ماددا پىشمايتۇرۇپ تىغ بىلەن يېرىشقا ياكى قول بىلەن سقىشقا قەتئىي بولمايدۇ.

چىيقان كېسىلى جاھىل خاراكتېرلىك سوزۇلما كېسەللىك بولۇپ، چىيقانىنىڭ بىرى ساقىيىپ بولغۇچە ئىككىنچىسى پەيدا بولىدۇ. ئۇ ساقىيىپ بولغۇچە يەنە بىرى

ياكى بىر نەچچىسى چىقىپ بىر نەچچە ئاي ھەتتا بىرەر يىلدىن ئارتۇق داۋاملىشىدۇ. بۇ لۇپمۇ خوراش (جۈدەش) خاراكتېرلىك كېسەللىكلەردە تېخىمۇ شۇنداق بولىدۇ. كۆپ ھاللاردا يەرلىك ئورۇندىكى ئىپادىلەردىن باشقا ئومۇمىي بەدەنلىك ئالامەتلەر كۆرۈلمەيدۇ. قىسمەن ۋاقىتلاردا قىزىتمىسى ئۆرلەش قاتارلىق يېقىمسىزلىقلار پەيدا بولىدۇ.

چىيقان كېسىلىنى داۋالاشتا، مىزاجنى تەڭشەش بولۇپمۇ قاننى تازىلاش، قويۇق قاننى سۇيۇلدۇرىدىغان دورىلار بىلەن مەجۇنى چۆپچىن، مەتبۇخى بىنەپشە ۋە ھەزمنى ياخشىلىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. سىل ۋە دىئابېت كېسىلى قاتارلىق جۈدەتكۇچى كېسەللىكلەر ياكى بولمىسا خوراتقۇچى كېسەللىكلەر سىستېمىلىق داۋالىنىدۇ. تېرە تازىلىغىغا دىققەت قىلىپ، ھەپتىسىگە ئاز بولغاندا 1 ~ 2 قېتىم يۇيۇنۇپ بېرىلىدۇ. ئاپتاپقا قاقلىنىپ تەنھەرىكەت قىلىش قاتارلىق جىسمانىي ھەرىكەتكە مۇۋاپىق قاتنىشىپ بېرىش پايدىلىق. يەرلىك ئورۇنغا ئىشلىتىدىغان دورىلار چىيقانغا ئىشلەتكەن دورىلار بىلەن ئوخشاش.

غەلۋىرەك

غەلۋىرەك چىيقاندىن چوڭ، بىر قانچە جايدىن ئېغىز ئالىدىغان يىرىڭلىق ئىششىق بولۇپ، گەدەن، دۇمبە ۋە ساغرا قاتارلىق كۆپ سۇركىلىدىغان ئورۇنلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

بۇ چىيقانغا ئوخشاش قويۇقلاشقان، ئۆتكۈر بۇزۇق قانغا بەلغەم ئارىلىشىشتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ، تېرىنى پاكىز تۇتماسلىق بىلەن سىل ۋە دىئابېت كېسىلى قاتارلىق سەرپىياتچان كېسەللىكلەر بۇ كېسەلنىڭ مۇھىم ئامىللىرى بولىدۇ.

ئالامىتى

ئاۋۋال تېرىدە رەڭگى قىزىل، باسسا ئاغرىيدىغان، تۇتسا قىزىقراق بىلىنىدىغان قاتتىق مونەك پەيدا بولۇپ تېزلا چوڭىيىدۇ. قىزىللىق دائىرىسىنىڭ چېگرىسى ساق تېرە بىلەن روشەن ئايرىلمايدۇ. شەكلى چىيقانغا ئوخشىسىمۇ، لېكىن چىيقاندىن خېلىلا چوڭ بولىدۇ. چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. كېسەللىك بار ئورۇننى ھەرىكەتلەندۈرسە ئاغرىق كۈ-

چىيىدۇ. بىر نەچچە كۈندىن كېيىن ماددىنىڭ پىششىغا ئەگىشىپ غەلۋىرەك يۇمشاپ يىرىڭ پەيدا قىلىدۇ ۋە لوقۇلداپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. قىزىش، تومۇرنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپسلىنىش تېزلىشىش، ئىشتىهاسىزلىق قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئېغىرلىشىدۇ ھەمدە كىچىكرەكلىرىدە بىر قانچە، چوڭراقلىرى 8 ~ 10 ھەتتا ئۈنىڭدىن كۆپرەك ئورۇندىن ئېغىز ئېلىپ، يىرىڭ چىقىدۇ (شۇڭا بۇ كېسەللىكنى غەلۋىرنىڭ تۆشۈكىگە ئوخشىتىپ «غەلۋىرەك» دېگەن نام قويۇلغان) غەلۋىرەكتە تېرە توقۇلمىسىنىڭ زەخملىنىش دائىرىسى كەڭ ۋە چوڭقۇر بولغانلىقتىن، ئېغىز ئېلىپ يىرىڭ چىققاندا كەڭ دائىرىلىك خېلى چوڭقۇر يىرىڭلىق جاراھەت پەيدا بولىدۇ. بەزىلىرى ئاسانلىقچە ئېغىز ئالالمايدۇ. ئەگەر غەلۋىرەكتىكى زەھەر بىلەن يىرىڭ قانغا تارقاپ كەتسە، بىمارنىڭ ھارارىتى ناھايىتى يۇقىرى ئۆرلەپ، پۈتۈن تېرىسى قىزىرىپ قىزىق تەر چىقىدۇ. تومۇرنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىش تېزلىشىپ بىمار ئاسانلا ھالسىزلىنىدۇ. ھەتتا خۇددىنى يوقىتىدۇ. ئېغىز ئېلىپ زەردار بىلەن يىرىڭ سىرتىغا چىققاندا قىزىش ۋە قاتتىق ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر خېلىلا يەڭگىللىشىپ قالىدۇ.

داۋاسى

داۋالاشتا ئاۋۋال بەدەن تازىلىنىدۇ. كېيىن ماددىنى پىشۇرغۇچى دورا بېرىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلىتقا مەنسۇپ تازىلىغۇچى (مۇسھىل) بېرىپ، ئاندىن ماددىنى پىشۇرغۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. يۇقىرىقى دورىلار بىلەن بىرگە ئىچىش ئۈچۈن سىركەنجۇبىل، مەجۇنى چۆپچىن كەبىر ۋە مەتبۇخى بىنەپشە، تەرياقى كەبىر، تەرياقى ئەپائى ۋە مەسرىدىتۇس قاتارلىق مۇرەككەپ دورىلار بېرىلىدۇ. ئاغرىقنى يېنىكلىتىش ئۈچۈن مەرۋەر (كۈنوجە) ئۇرۇقى، خۇببازى، كەتىرالاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېيىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادام يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن ۋە كەچتە ئالتە گرامدىن تەرخەش قوف (ياۋا كاسنە) سۈيى بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

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

سىرتىدىن دەسلەپكى باسقۇچتا ماددىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن چىيقانغا ئىشلەتكەن دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئىششىق يانمىسا ماددىنى يېغىپ يۇمشاتقۇچى (پىشۇرىدىغان)

دورىلاردىن چىقىنغا ئىشلەتكەن دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ياكى زەيتۇن مېيى، گۈل مېيى ۋە بۇغا ياكى كالا چاۋىسىنى بىرلەشتۈرۈپ تېڭىلسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا بۇ دورىلارغا زىغىر بىلەن ھۆلبىنەك شىرىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ تېڭىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. ئەگەر ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئالماي كېسەللىك دائىرىسى بارغانسېرى كېڭەيسە ياكى پۇتۇن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئېغىر بولسا، ئۆتكۈر، پاكىز تىغ بىلەن يۇقىرىدىن تۆۋەن ۋە ئوڭدىن سولغا كەڭرەك يېرىپ يىرىك ئاققۇزۇلىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ياكى يېرىپ ئاققۇزۇلغاندىن كېيىن جاراھەتنى تازىلاپ، ئەت ئوندۇرۇشنى تېزلىتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ (چىقانىنىڭ داۋاسىغا قارالسۇن) ياكى ئۇپا، تۇتىيا، ئانار چېچىكى، موزا، پىرسىياۋشان ۋە ئەنزىرۇت قاتارلىق دورىلاردىن تالقان تەييارلاپ، جاراھەت يۈزىگە سېپىپ بېرىلىدۇ.

ھۆكۈنەك توقۇلما يالليۇغى

بۇ، تېرە قەۋتى ئاستىدا پەيدا بولىدىغان، تېرە كەڭ دائىرىدە قىزىرىپ ئىششىپ تېرە ئاستىدا يىرىك يىغىلىدىغان بىر خىل ئۆتكۈر تېرە كېسەللىكى.

سەۋەبى

بۇزۇلغان ياكى ئوفۇنەتلەنگەن (بۇلغانغان) قانىنىڭ تېرە ئاستىغا يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولۇشتىن سىرت، بۇزۇلغان غەيرىي تەبئىي سېپرا، بەلغەم ۋە سەۋدالاردىنمۇ پەيدا بولىدۇ. قان (خۇن) دىن پەيدا بولغانلىرى «پەلخەمۇنى خالىس» دەپمۇ ئاتىلىدۇ. قان بىلەن سېپرانىڭ ئارىلىشىشىدىن پەيدا بولغان بولسا «بەلغەمۇنى ھومرۇت» دېيىلىدۇ. ئەگەر سېپرا قاندىن غالىب بولۇشتىن پەيدا بولغان بولسا «پەلغەمۇت ھومرەت» دەپ ئاتىلىدۇ.

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبچىسى بىلەن ئامىلى توغرىسىدا تۆۋەندىكى قاراشلار مەۋجۇت:

(1) ئىچكى جەھەتتە خىلىتلارنىڭ سۈپىتى ناچارلىشىپ قان قېتىپ (ئۇيۇپ) بۇزۇلۇشى بىلەن ئەزالاردىكى بۇخاراتلار (سېسىق بۇسلار) بىلەن جاراسىم (مىكروب مەنىسىدە) بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەي، تېرە ئاستىغا يىغىلىپ قېلىشتىن بۇ كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. بۇ، كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدىكى يوشۇرۇن ئىچكى ئامىل بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. بەزىدە چىقان، غەلۋىرەك ۋە تىلما كېسىلى ئاساسىدىمۇ پەيدا بولىدۇ.

(2) بىرەر ئەزانىڭ ئۆزۈلۈپ كېتىشى، ھەر خىل ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، يانجىلىش، كۆيۈك، ئۇششۇك قاتارلىق زەخمىلىنىشلەر ئاساسىدىنمۇ پەيدا بولىدىغان بولۇپ، بۇ، كېـ

سەللىكىنىڭ پەيدا بولۇشىدىكى سىرتقى ئامىلى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. بەزىدە ھۆل كەيپىياتلىق غىزا، قىش كۈنلىرىدىكى سوغۇق، تومۇز كۈنلەردىكى ئىسسىق ۋە ئىسسىق ھامامدا كۆپ ئولتۇرۇش ۋە داۋاملىق يۇڭ رەختتە كىيىم كىيىش قاتارلىقلارمۇ كېسەل پەيدا قىلغۇچى ئامىل بولۇپ قالىدۇ.

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

ئالامەتلىرى

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

داۋاسى

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

ئالدى بىلەن قان ۋە مېڭىنى تازىلىغۇچى، غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىپ بەدەننى تازىلىغۇچى، ئىششىقنى ياندۇرغۇچى ۋە قىزىتمىنى قايتۇرغۇچى قاتارلىق ناتمىلارنى بېرىش بىلەن بىرگە كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ئىششىقنى تارقىتىش، ماددىنى يېغىش ۋە يېڭى بۇزۇق ماددىلارنىڭ داۋاملىق كېسەللەنگەن ئورۇنغا كېلىـ

شىنى توسۇيدىغان ۋە ئۇلارنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىدىغان سوغۇق كەيپىياتلىق مەلھەم دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەردىن بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ:

قىزىل ۋە ئاق سەندەل، فۇپەل، گىل ئەرمىنى، قىزىلگۈل ۋە كاسنە ئۇرۇقىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىتئۈزۈمى سۇيى، ئەرقى كاسنە ۋە يۇمغاقسۇت سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، كېسەللىك بار ئورۇن ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى ساق تېرىگە كۈندە 2 ~ 3 قېتىم قېلىنراق چېپىلىدۇ ياكى مەلھەمى رۇسۇت ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى تۆۋەندىكىچە:

رۇسۇت 27 گرام، ئاق موم 5.4 گرام، قىزىلگۈل يېغى بىلەن بىنەپشە يېغى ھەر بىرىدىن 10.8 مىللىلىتىردىن ئېلىپ، ئاۋۋال ئاق مومنى ئېرىتىپ، تالقانلانغان رۇسۇتنى ئاق موم ئېرىتمىسىگە سېلىپ، ئۈستىگە قىزىلگۈل يېغى بىلەن بىنەپشە يېغى قوشۇپ ياسىلىدۇ. بىراق كېسەللىك ماددىسى ئەزالارغا ئۆتۈپ كېتىپ، خەتەرلىك ئەھۋاللارنى پەيدا قىلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن بۇ دورىلار باش، بويۇن، يۇز، قۇلاق سۇپىرىسى، كۆكرەك، قولتۇق ۋە يىرىق قاتارلىق ئورۇنلاردىكى ھەرە كۆنۈكى توقۇلما يالليۇغىدا ئىشلىتىلمەيدۇ. بەلكى تەركىبىدە رۇسۇت بولمىغان باشقا خىلدىكى ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇ مەزگىلدە ئىچىشكە بېھى ئۇرۇقى شىرىسى، ئەرقى شاھتەررە، شەربىتى نېلۇپەر، شەربىتى بىنەپشە قاتارلىق دورىلارغا مەلۇم مىقداردا خاكەش (قىزىلگۈل ئۇرۇقى) نى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى دورىلارنى ئۇچ كۈن ئىشلەتكەندىن كېيىن ئۇنۇمى روشەن بولمىسا ياكى دەسلەپ ئۇنۇمى كۆرۈلسىمۇ، لېكىن كېيىن بىر خىل تۇرۇۋالسا ياكى ئەتراپقا كېڭىيىپ ئېغىرلاشسا ئىششىقىنى يۇمشىتىپ، ماددىنى پىشۇرغۇچى دورىلاردىن زىغىر، بادۇنە، ئىككىلىملىك، ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت، ئاق لەيلى ۋە كۆك ھەمشىباھارلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئېزىپ، سىرتىدىن كۈندە 2 ~ 3 قېتىم قېلىنراق چېپىلىدۇ ياكى بولمىسا بادۇنە، ئىككىلىملىك، زىغىر، ئەنجۈر ۋە شۇمشا قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۇ بىلەن ئېزىپ يۇمشىتىپ، كېسەللىك بار ئورۇنغا كۈندە 2 ~ 3 قېتىم قېلىنراق چېپىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر ماددا تارقىماسلىق (ئىششىق يانماسلىق) بىلەن قىزىتما يۇقىرى بولسا، زىغىر، ھۆلبە (شۇمشا) ۋە ئەنجۈر شىرنىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. ماددىنى پىشۇرۇپ يۇمشىتىش ئۈچۈن رەۋەنچىنى، ئارپا ئۇنى قاتارلىق دورىلارنى قېتىق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، پىشۇرۇپ كېسەللىك بار ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ تېز يۇمشايدۇ ۋە ئېغىز ئالىدۇ. ئەگەر ئىششىق يۇمشاپ (مىلە

قىلاپ) ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئالمىسا، ۋاقتىنى ئۆتكۈزمەي پاكىز ئۆتكۈر پىچاق بىلەن يېرىپ (يېرىلغان ئوروۇن يىرىڭ بىلەن زەردابىنىڭ ئېقىپ چىقىشىغا ئوڭاي بولۇش ئۈچۈن ئۈزۈنراق يېرىلىشى كېرەك) يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ. يىرىڭ بىلەن زەرداب ئېقىپ چىققاندىن كېيىن، قاينىتىپ ئىلمانلاشقان سەل تۇزلۇقراق سۇ بىلەن جاراھەت ئىچىنى قايتا چايقاپ، قاينىتىلغان داكا (مىكروبسىزلاندۇرۇلغان داكا) بىلەن جاراھەت يۈزىنى پاكىز سۈرتۈپ، جاراھەت ئىچىگە تۇز سۈيىگە چىلانغان ياكى زاراڭزا چېچىكىنىڭ سۈيىگە ئازراق تۇز ئارىلاشتۇرۇپ، كۈندە ئىككى قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلۇپ بېرىلىدۇ ياكى يىرىڭ بىلەن زەردابنى قۇرۇتىدىغان (ئازايتىدىغان) ۋە ئەت (گۆش) ئۈندۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ (غەلۋىرەككە قارالسۇن). زۆرۈر تېپىلسا سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

يۇقىرىدىكىلەردىن باشقا غەيرىي تەبىئىي خىلىت ئالاھىدىلىكىگە ئاساسەن شۇ خىلىتنىڭ پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىج) بىلەن تازىلىغۇچىسى (مۇسھىل)نى ئەھۋالغا قاراپ ئىچىشكە بېرىشكە بولىدۇ. ھەرخىل زەخمىلىنىش ئاساسىدا ھۆكۈنەك توقۇلما ياللۇغى پەيدا بولۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن ھەرخىل زەخمىلەرنى ۋاقتىدا توغرا داۋالاش كېرەك. ئەگەر ھەرخىل زەخمىدىن ھۆكۈنەك توقۇلما ياللۇغى پەيدا بولغان بولسا، ئالدى بىلەن قاتناشتىن پەيدا بولغان قان قاقاچلىرىنى يۇمشىتىپ بولغاندىن كېيىن، يۇقىرىدىكى باسقۇچلار بويىچە سىرتىدىن دورا ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ھەرخىل سىرتقى زەخمىدىن تېرە ئاستىغا قان چۇشكەنلىكى بايقالسا، ئالدى بىلەن قانىنى چىقىرىپ بولغاندىن كېيىن يۇقىرىدا بايان قىلىنغان دورىلار سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

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

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، يىرىڭلىق ياللۇغدا يەرلىك ئوروۇننى داۋالاشتا تۆۋەندىكى باسقۇچلار (پرىنسىپلار) بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ:

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

(2) ئىششىق چوڭىيىۋاتقان ۋە كېڭىيىۋاتقان مەزگىلدە بۇزۇق ماددىنىڭ كېڭىيىشىنى توسىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(3) ئىششىق كېڭىيىشتىن توختىغان مەزگىلدە ماددىنى (ئىششىقنى) يۇمشاتقۇچى (ماددىنى پىشۇرغۇچى) دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(4) ماددا پىشقاندىن (يۇمشىغاندىن) كېيىن ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ

ياكى يېرىپ يىرىك چىقىرىلىدۇ.

(5) ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ياكى يېرىپ ئاققۇزغاندىن كېيىن، يىرىك بىلەن زەردابـ ـنى قۇرۇتقۇچى ۋە ئەت ئۇندۇرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

تىلما كېسىلى

بۇ، تېرە قەۋىتى داغسىمان قىزىپ ئاغرىش بىلەن بىرگە بەدەن ھارارىتى يۇقىرىلايدىـ ـغان ئۆتكۈر كېسەللىك بولۇپ، يۇز بىلەن مۇچىلەردە كۆپ ئۇچرايدىغان بىر خىل تېرە كېسەللىكىدىن ئىبارەت.

سەۋەبى

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

ئالامەتلىرى

كېسەللەنگەن تېرىدە قىزىرىش، ئوتتا كۆيگەندەك ئېچىشىپ ئاغرىش، بەدەندە جۇغـ ـجۇغ پەيدا بولۇپ، قىزىتمىسى تېزلا ئۆرلەشتەك ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. كېسەللىك باش، يۇز ۋە بويۇن تېرىسىدە پەيدا بولغانلىرىدا باش بىلەن قۇلاق قوشۇلۇپ ئاغرىيدۇ. ئېغىرلىـ ـرىدا بويۇن قېتىپ قالىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرىنىڭ رەڭگى ئوچۇق ياكى قېنىقـ ـراق تۇسنى ئېلىپ، ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى روشەن ئېنىق بولىدۇ. بۇ خىل ئالامەت كېسەللىكنى تونۇشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. يۇقىرىقىلاردىن باشقا نەپەس تېزـ ـلىشىش، بىئارام بولۇش، تەشنالىق، سۈيدۇكى ئازىيىش، تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. يۇزدىكى كېسەللىك تېزلا كۆكرەك قىسمىغا كېڭەيىشى مۇمكىن. بۇ خىل ئەھۋال كۆرۈلگىنى خەتەرلىك بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر كېسەل مادـ ـدىسى يۇرەككە ئۆتسە ئۆلۈم خەۋپىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئەگەر كېسەللىك گالدا بولسا، كېسەللىك ماددىسى گال گۆشلىرىگىچە يېتىپ بېرىپ، نەپەسلىنىشنى قىيىنلاشـ ـتۇرۇپ بوغۇلۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. بۇ خىل كېسەللىك ياشانغانلار بىلەن تېنى ئاجىز بالىلاردا ئېغىر راق بولىدۇ.

بىمارغا غەيرىي تەبىئىي بۇزۇق قان بىلەن سەپرانى سۇرۇپ چىقارغۇچى، قان بىلەن مېڭىنى تازىلىغۇچى ۋە قىزىتمىنى قايتۇرغۇچى قاياتمىلاردىن مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخى مائۇلئۇسۇل، بىخ كەبىر (بۆرە سويمىسى يىلتىز پوستى «پوستى بىخ كەبىر») 30 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى 15 گرام، ئارپىبەدىيان 15 گرام، رۇمبەدىيان 15 گرام. دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر قايناق سۇغا بىر ئاخشام چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا 400 مىللىلىتىر قالغۇچە قايىنىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈپ، كۇندە 200 مىللىلىتىردىن بىر نەچچىگە بۆلۈپ ئىچىدۇ. مەتبۇخى ئالۇ (ئەينۇلا 20 دانە، تەمرى ھىندى 30 گرام، بىر لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، سۈزۈلگەن سۇيىگە 30 گرام شېكەر سېلىپ، كۇندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ~ 60 مىللىلىتىر ئىچىشكە بېرىلىدۇ) مەتبۇخى ئۇناپ (قىزىل قۇرۇق ئۇزۇم) 45 گرام، ئەينۇلا 30 دانە، چىلان 10 دانە، شاھتەررە 15 گرام، رۇم بەدىيان، مەستىكى ھەر بىرىدىن ئۇچ گرام، تۇربۇت توققۇز گرام، تەمرى ھىندى 60 گرام. ئاخىرقى دورىدىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ، بىر لىتىر قايناق سۇغا چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيىگە تەمرى ھىندىنى سېلىپ ئېرىتىپ تەييارلايدۇ)ۋە مەتبۇخى بىنەپشە قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا، سەپرانى ھەيدەش ئۇچۇن ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۇيى، سېرىق ھېلىلە قاياتمىسى بېرىشكە بولىدۇ. سەپرا ھەيدەلگەندىن كېيىن ئانار شەربىتى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى شىرىسى قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. شۇنداقلا كېچىكتۇرمەي پاكىز ئۆتكۇر تىغ بىلەن كېسەللىك بار ئورۇننىڭ تېرىسىنى بىر قانچە يەردىن يۇزەرەك يېرىپ، بۇزۇق ماددىلار ئېقىتىلىدۇ ۋە بانكا قويۇپ سۇمۇرۇپ چىقىرىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاشقا بىرلەشتۇرۇپ چىلان شەربىتى، تەمرى ھىندى شەربىتى ۋە تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرنىسىگە سىركەنجۈبىل قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى شەربىتى پەۋاكىھ (تەركىبى ئالما سۇيى، ئاچچىق ئانار سۇيى، بېھى سۇيى ھەر بىرىدىن 132 مىللىلىتىر، گىلاس، تەمرى ھىندى سۇيى، زىرىخ سۇيى، لىمون سۇيى ھەر بىرىدىن 26 مىللىلىتىر، ئاق سەندەل، گاۋزىبان، ئالما چېچىكى، بىدمىشكى ھەر بىرىدىن يەتتە گرام، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن بەش گرام، چىلان 55 دانە، تەرەنجىبىن 66 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستىدىن باشقىلىرى ئەرەق تارتىلىدۇ. ئەرەققە مېۋە سۇيى بىلەن ئېرىتىلگەن تەمرى ھىندى ۋە تەرەنجىبىن سۇيىنى قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ. كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 ~ 20 مىل-

لىلىتىردىن) ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئۇسسۇلۇقىغا ماش، چىلان ۋە يۇمغاقسۇتنى قاينىتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى يېشىل ماشنى پىشۇرۇپ، ئارپا سۇيى بىلەن يۇمغاقسۇت قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. چىلان سۇيىگە مۇۋاپىق مىقداردا سىركەنجۇبىل قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. سىرتىدىن ئاق سەندەل، رۇسۇت، گىل ئەرمىنى، كۆك يۇمغاقسۇت، سېمىز ئوت ۋە ئىتئۈزۈمى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ، سوۋۇتۇلغان قاينىق سۇدا نەمدەپ، سۇيۇق خېمىر قىلىپ، كۈندە 2 ~ 3 قېتىم سىرتىدىن چېپىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر تىلما باش ۋە يۇز قىسمىدا بولسا، كافۇرنى گۈلابتا ئېرىتىپ، سىرتىدىن سۇركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا ئوسۇك سىقمىسى، ئىتئۈزۈمى سىقمىسى، ئىسپىغۇل سىقمىسى ۋە قاپاق قىرمىسى قاتارلىقلاردىن قوشۇپ چېپىش كېرەك. بۇلاردىن باشقا مەدەستان، گۈڭگۈرت پوقى تالقىنى (سىرتقى)، ئۇپا، زەپىرانلاردىن مەلھەم تەييارلاپ، سىرتىدىن چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. داۋالاش جەريانىدا چوك تەرەتنى يۇمشىتىش مەقسىتىدە مېۋە سۇيى بېرىلىدۇ. شۇنداقلا بىمارنىك گال بىلەن كۆكرىكىدىكى ئېغىرلىقنى يۇمشىتىش ئۈچۈن يۇمشاقتۇچى دورىلاردىن ئاق ۋە قىزىل سەندەل، ياۋا كۆكنار، رۇسۇت، گىل ئەرمىنى (قىزىل گىل) لەردىن ئېزىپ، ھۆل يۇمغاقسۇت ياكى سېمىز ئوت ياكى بولمىسا ئىتئۈزۈمى سۇيى (ئوسۇك سۇيى بولسىمۇ بولىدۇ) بىلەن نەمدەپ خېمىر قىلىپ چېپىلىدۇ. بىراق كېسەللىك بار ئورۇنغا چېپىشقا بولمايدۇ. يېمەكلىكى ئۈچۈن ماش، يۇمغاقسۇت ۋە چىلان سېلىنغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ ياكى ئارپا ئۇنىدىن تەييارلىنغان تائاملار بېرىلىدۇ.

يىرىڭلىق بەز ياللۇغى

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

سەۋەبى

يىرىڭلىق بەز ياللۇغى كۆپىنچە ئىككى خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدۇ.

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

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

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

ئالامەتلىرى

دەسلەپكى باسقۇچتا يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ. تېرە قىزارمايدۇ. لېكىن سىيلاپ تەكشۈرگەندە يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ. قولغا ھەر خىل چوڭلۇقتىكى يۇمىلاق، قاتتىق ۋە ئاغرىيدىغان، ھەرىكەتلىنىشى بولىدىغان بىر ياكى بىر قانچىلىغان مونەك ئۇرۇنىدۇ. بەز ياللۇغى پەيدا بولغان ئورۇننى (بويۇن ياكى يۇقىرى - تۆۋەن مۇچە قاتارلىق) ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىق كۈچىيىدۇ. يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر پەيدا بولۇپ، بىر ياكى ئىككى كۈندىن

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

داۋاسى

يىرىڭلىق بەز ياللۇغنىڭ داۋالاش پرىنسىپى بىلەن داۋالاش باسقۇچى غەلۋىرەك ۋە ھەرە كۆنۈكى توقۇلما ياللۇغى بىلەن ئوخشاش بولۇپ، بىمارغا غەيرىي تەبئىي بۇزۇق قان بىلەن سەپرانى سۈرگۈچى، مېڭە بىلەن قانىنى تازىلىغۇچى ۋە قىزىتمىنى قايتۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ (يۇقىرىدىكى ئالاقىدار قىسىملارغا قارالسۇن)، سىرتىدىن ئىشلەتىشتە ماددىنى يۇمشاتقۇچى دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەر ئىشلىتىلىدۇ: بىنەپشە رەڭلىك پارىنى ئىلمان سۇدا ئېزىپ، سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلىدۇ ياكى بىنەپشە گۈلى بىلەن ئاق لەيلىگۈلنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈل يېغى ياكى بىنەپشە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى ئىسپىغۇلنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى ئىسپىغۇلنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. بۇغداي ئۇنى خېمىر تۇرۇچى، تۇز، كەپتەر مايىقى، سۇ تەگمىگەن ھاكىنى ئېزىپ، تۇخۇم سېرىقى ياكى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چېپىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ ياكى ئەنجۇر، مەستىكى، مەرزەنجۇش، گىل ئەرمىنى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ دۇغاپ بىلەن نەمدەپ، ئازراق قىزىتىپ جاراھەتكە چېپىپ بەرسىمۇ پىشىپ ئېغىز ئالىدۇ ياكى قوناق ئۇنى بىلەن ھۆلبە تالقىنى بىر ھەسسە، سەبرىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ قېتىققا ئارىلاشتۇرۇپ، قېتىق قويۇلغۇچە

قاينىتىپ، ئىسسىق ھالەتتە سىرتىدىن چېپىپ بېرىلىدۇ. بىراق شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى، كېسەل پەيدا قىلغۇچى ماددا ئەسلىي كەلگەن جايغا قايتىپ يامان ئاقىۋەت كەلتۈرۈپ چىقىرىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن سىرتىدىن ماددىنى قايتۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ. ئىششىق ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ياكى يالۇغلىنىپ ئىششىغان بەز مىلىقلاپ ئېغىز ئالمىسا ۋە پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئېغىر بولسا پاكىز ئۆتكۈر تىغ بىلەن يېرىپ يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ياكى يېرىپ ئاققۇزغاندىن كېيىن جاراھەت يۈزىنى تازىلاپ گۆش ئۈندۈرگۈچى (جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى) دورىلار ئىشلىتىلىدۇ، مەسىلەن: ئانارگۈلى، مۇرمەككى، سەبرە، موزا، زەرچىۋىلەردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، جاراھەتنىڭ ئۈستىگە سېپىلىدۇ، ئەگەر يەرلىك ئورۇندىكى يالۇغ دائىرىسى كەڭرى ۋە پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئېغىرراق بولسا، يۇرەك، بۆرەك، مېڭە ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

يىرىڭلىق ئىششىق

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

سەۋەبى

يىرىڭلىق ئىششىق ياكى بولمىسا يىرىڭ خالتىسى سەۋەبچىسىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ئىسسىق يىرىڭ خالتىسى ۋە سوغۇق يىرىڭ خالتىسى دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئىسسىق يىرىڭ خالتىسى بولسا، ئۆزئارا قوشۇلغان بۇزۇلغان قان بىلەن سەپرانىڭ تېرە، تېرە ئاستى ۋە ئىچكى ئەزالاردا يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ. سوغۇق يىرىڭ خالتىسى بولسا، بۇزۇلغان قويۇق بەلغەمنىڭ بەزلەرگە يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، كۆپىنچە سىل كېسىلى ئاساسىدا پەيدا بولىدۇ. تېرە ئاستىدا پەيدا بولىدىغان يىرىڭلىق ئىششىق كۆپىنچە چىيقان، غەلۋىرەك، بەزنىڭ يىرىڭلىق يالۇغى ۋە توقۇلما يالۇغى قاتارلىقلار ئاساسىدا پەيدا بولىدۇ.

ئالامەتلىرى

دەسلەپ كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرە قىزىرىپ ئىششىيدۇ. چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ ۋە قاتتىق بولۇپ باسقاندا ئاغرىيدۇ. شۇ ئورۇننى ھەركەتلەندۈرگەندە ئاغرىق ئېغىرلىشىدۇ. ھەمدە قىزىتمىسى ئۆرلەپ، ئىشتىھاسى كېمىيىش، ئۇيقۇسىراش، نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. بىر قانچە كۈندىن كېيىن ئىششىش تېخىمۇ روشەنلىشىپ، ئوتتۇرىسى يۇمشاپ مىلىقلاشقا باشلايدۇ ھەمدە لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ. پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەرمۇ ئېغىرلىشىدۇ.

داۋاسى

بىمارغا بۇزۇق قان بىلەن غەيرىي تەبىئىي سەپرانى سۇرگۈچى، قان بىلەن مېڭىنى تازىلىغۇچى، قىزىتمىنى چۈشۈرگۈچى، يۇرەك بىلەن مېڭىنى قۇۋۋەتلىگۈچى قاينىتىملار ئىچىشكە بېرىلىدۇ (يۇقىرىدىكى ئالاقىدار قىسىملارغا قارالسۇن). سىرتىدىن بۇزۇق مادىدىلارنى يىغقۇچى، ماددىنى پىشۇرغۇچى ۋە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلاردىن زەيتۇن يېغى، گۈل يېغى، كالىنىڭ بۆرەك يېغى ۋە زىغىر بىلەن شۇمشىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا چېپىلىدۇ. مەلھىمى داخىلىيۇننىڭ ئۇنۇمى بىر قەدەر ياخشىراق بولۇپ، ئۇنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: زۈپتى رومى، راتىيانەج، ئاق موم ھەر بىرى 27 گرامدىن، قۇننە 15 گرام، زەيتۇن يېغى 100 مىللىلىتىر. مومنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. كۈندە ئىككى ياكى ئۈچ قېتىم سىرتىدىن چېپىپ بېرىلىدۇ. ئىچىدىن ئىچىشكە ماددىنى تارقىتىدىغان، پىشۇرىدىغان ۋە يۇمشىتىدىغان دورىلاردىن تەرياقى كەبىر، تەرياقى ئەپائى، مەسرىدىتۇس قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. مەرۋەرنىڭ ئۇرۇقى، خۇببازى، كەتىرالاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادام يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئەتىگەن ـ كەچتە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرامنى ئىككى قوشۇق ياۋا كاسىنە سۈيى بىلەن ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر قىزىتمىسى يۇقىرى بولسا سەبرىدىن 0.4 گرام ئېلىپ تالقانلاپ، مۇسەللەس ياكى گۈلاب بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ھەمدە ئەھۋالغا قاراپ چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ، سۈيدۈكنى كۆپەيتكۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. سىر-

تىدىن چىيقان، غەلۋىرەك ۋە ھۆكۈنەكسىمان توقۇلما ياللۇغىغا قارىتا ئىشلىتىدىغان باشقا نۇسخىلارنى كېسەللىكنىڭ ھەر قايسى باسقۇچلىرىغا قاراپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ. ماددا پىشقاندىن كېيىن ئۆزى ئېغىز ئالمىسا پاكىز ئۆتكۈر تىغ بىلەن يېرىپ يىرىڭ ئاقىقۇزۇلىدۇ. يىرىڭنى ئېقىتىپ بولغاندىن كېيىن ئىلمان تۇز سۇيى ياكى مۇزلاپ تۇز سېلىنغان زاراڭزا چېچىكى قاينىتىلمىسى بىلەن (سۇۋۇتۇپ ئىلمان ھالەتكە كەلگەندىن كېيىن) يىرىڭ خالتىسى پاكىز چايقىلىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا، يۇقىرىقى سۇيۇقلۇققا چىلانغان نەم داكىنى پاكىز جۇپتەك بىلەن قىسىپ، يىرىڭ خالتىسىنىڭ تېمى پاكىز سۇرتۇپ تازىلىنىدۇ. يىرىڭنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن يىرىڭ خالتىسىنى قۇرۇتۇش ۋە ئەت ئۇندۇرۇپ جاراھەتنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش ئۈچۈن، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان نۇسخىلاردىن باشقا تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىمۇ ئىشلىتىشكە بولىدۇ: مەدەستان 18 گرام، گۈل يېغى بىلەن سىركە ھەر بىردىن تۆت مىللىلىتىر، قەلەي كۇشتىسىدىن 18 گرام، كافۇردىن 3.5 گرام ئېلىپ، مەدەستانىنى يۇمشاق سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۇستىگە گۈل يېغى قوشۇلىدۇ. ئۇنىڭ ئۇستىگە قەلەي كۇشتىسىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ۋە جاراھەت ئېچىگە كىرگۈزۈلىدۇ. تېڭىق ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە بىر قېتىمدىن ئىككى قېتىمغىچە ئۇزمەي تېڭىق ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. يىرىڭ خالتىسىدىكى يىرىڭ بىلەن زەرداب تۆگىگەندىن كېيىن، چايقىدىغان سۇغا ئارىلاشتۇرۇلىدىغان تۇز مىقدارى ئازايتىلىدۇ. ھەر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلغاندا جاراھەت يۇزىگە سېپىلغان ئالدىنقى قېتىملىق دورا يۇقىنى پاكىز تازىلاپ چىقىرىۋېتىش كېرەك ھەمدە جاراھەت ئىچى پۈتۈشتىن ئىلگىرى جاراھەت ئېغىزىنىڭ بالدۇر پۈتۈپ قېلىشىدىن ساقلىنىش كېرەك. چۈنكى جاراھەت ئېغىزى بالدۇر پۈتۈپ قالغاندا بوشلۇققا يىرىڭ بىلەن زەرداب يىغىلىپ قېلىپ، قايتا يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولۇپ قېلىشى مۇمكىن.

كۆكسىنە (سەينەك)

بۇ، بارماق ئۇچى بىلەن تىرناق ئەتراپى ئېرىقچىسىنىڭ تېرە ئاستىدا بولىدىغان يىرىڭلىق ياللۇغ بولۇپ، كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

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

ئالامىتى

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

داۋاسى

بىمارغا بۇزۇق قانىنى تازىلاپ سەپرانى چىقىرىدىغان، ئاغرىق پەسەيتىپ قىزىتمىسىنى يانداۋىدىغان ۋە ماددىنى سۈيۈلدۈرىدىغان قاينىتىلاردىن بېرىلىدۇ ياكى ئارپىنىڭ سۈيى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. كېسەللىك يېڭى باشلانغاندا، مۇز سېلىنغان سىركىگە كېسەللەنگەن بارماق ئۇچى تىقىپ بېرىلىدۇ ياكى تۆمۈر پوقىنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئىسپىغۇلنى سىركىدە نەمدەپ چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى ئۇسۇل قوللىنىلسا ئىششىش بىلەن ئاغرىش يېنىكلىشىدۇ. چۈنكى يۇقىرىقى دورىلار جۈملىدىن مۇز ھارارىتى سوغۇق بولغانلىقى ئۈچۈن، كېسەللەنگەن ئورۇندىكى ماددىنى قويۇقلىتىپ، بارماق ئۇچىنىڭ ھەجمىنى كىچىكلىتىش ئارقىلىق ئاغرىقنى يېنىكلەشتۈرىدۇ ۋە يالىلۇغنىڭ كېڭىيىشىنى توسىدۇ. بىراق چىلىنىدىغان سۈيۇقلۇق ۋە تېڭىلىدىغان دورا ھارارىتى بەك سوغۇق بولۇپ كەتسە، كېسەللىك يۇز بەرگەن ئورۇندىكى ماددا زىيادە قويۇلۇپ كېتىشتىن بۇزۇق ماددىلارنىڭ تارقىلىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ ۋە يالىلۇغ ئاسانلىق

چە ساقايمايلا قالماستىن، بەلكى بارماق ئۇچىنىڭ ھارارىتى زىيادە تۆۋەنلەپ كېتىشتىن بارماق ئۇچى ئۇششۇپ سېسىش پەيدا بولىدۇ. يۇقىرىقى چارىلەرنى بىر ياكى ئىككى كۈن ئىشلەتكەندىن كېيىن، يۇقىرىقى چارىلەرگە ئەكس ھالدا كېسەللەنگەن بارماقنى قىزىق سۇغا چىلاش (سۇ سوۋۇسا ئۇستىگە قاينىق سۇ قۇيۇلۇپ تەڭشەپ تۇرۇلىدۇ ياكى بارا ـ بارا سۇنىڭ ھارارىتى يۇقىرىلىتىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل تاكى ئاغرىق توختىغۇچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ) قوي، كالا ۋە توخۇ ئۆتى ئىچىگە ياكى قوقاس ئوتتا پىشۇرۇلغان قىزىق پىيازنىڭ ئىچىگە تىقىپ تېڭىپ قويۇش قاتارلىق چارىلەر قوللىنىلىدۇ. زىغىر بىلەن مەرۋەر ئۇرۇقىنى سوقۇپ، سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ تاڭسا كۆكىنە ئىششىقى پىشىدۇ. ماددا پىشىپ يىرىڭلىغاندىن كېيىن بارماق ئۇچى يان تەرەپ ئۇستىدىن يېرىم ئايلانما شەكىلدە يېرىپ يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ ۋە جاراھەت يۇزى تۇز سۇيى ياكى تۇز سېلىنغان زاراڭزا سۇيى بىلەن چايقىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يىرىڭنى تازىلىغۇچى ۋە ئەت ئوندۇرگۈچى دورىلار بىلەن تېڭىپ بېرىلىدۇ.

كۆيدۈرگە كېسىلى

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

سەۋەبى

تېبابەتچىلىرى بۇ كېسەللىكنى جاراسىملار پەيدا قىلىدۇ ۋە يۇقىدۇ، دەپ قارايدۇ. يەنە قان ئوفۇنەتلىنىپ (بۇلغىنىپ) سەپرا كۆپىيىشتىن پەيدا بولىدۇ ۋە باشقا خىلىتلارنىڭ كۆپىيىشىمۇ سەۋەب بولىدۇ، دەپ قاراپ كەلگەن. كۆيدۈرگە كېسىلى ئات، كالا، قوي قاتارلىق ئۆي ھايۋانلىرىدا كۆپرەك كۆرۈلىدىغانلىقى ۋە شۇ خىل ئۆي ھايۋانلىرى ۋە ئۇلارنىڭ تېرە ۋە يۇڭى بىلەن كۆپرەك ئۇچرىشىدىغان دېھقان، چارۋىچى، قاسساپ ۋە تېرە

ئاشلىغۇچىلار بىلەن كۆيدۇرگە كېسىلى بىلەن ئاغرىغان ھايۋانلارنىڭ گۆشىنى ئىستېمال قىلغانلاردا كۆيدۇرگە كېسىلى كۆپرەك بولىدىغانلىقى ئۈچۈن ئات، كالا ۋە قوي قاتارلىقلاردىن ئادەمگە يۇقىدۇ. ئەمەلىيەت شۇنى ئىسپاتلىدىكى، ئادەملەر كۆيدۇرگە كېسىلى بىلەن ئاغرىپ ئۆلگەن (ئۆلتۈرۈلگەن) ھايۋانلارنىڭ گۆشىنى يېيىش ياكى كۆيدۇرگە بىلەن ئۆلگەن ھايۋانلارنىڭ تېرىسى ۋە يۇڭى بىلەن ئۇچرىشىشتىن بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولىدۇ. يەرلىك ئورۇندىكى كۆيدۇرگە سەۋەبچىسى قانغا ئۆتسە، قانىنىڭ بۇزۇلۇشىنى (چىرىشىنى) كەلتۈرۈپ چىقىرىشتىن ھاياتقا خەۋپ تۇغۇلىدۇ.

كۆيدۇرگىنىڭ تۈرلىرى

كۆيدۇرگە كېسىلىنىڭ كېسەل سەۋەبچىسى قايسى ئەزاغا يۇقسا، شۇ ئەزادا كېسەللىك پەيدا قىلىدىغانلىقى ئۈچۈن كېسەللىك ناممۇ شۇ ئەزا نامى بىلەن قوشۇپ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن: تېرە كۆيدۇرگىسى، ئۆچەي كۆيدۇرگىسى، ئۆپكە كۆيدۇرگىسى ۋە ياماق سۈپەتلىك كۆيدۇرگە (كۆيدۇرگە كېسىلى) دەپ بۆلۈنىدۇ. بەزى كىشىلەردە يۇقىرىقى تۈرلەر بىرگە كېلىشى مۇمكىن. بۇلارنىڭ ئىچىدە تېرە كۆيدۇرگىسى كۆپ ئۇچرايدۇ. كىتابىمىزدا تېرە كۆيدۇرگىسىلا بايان قىلىنىدۇ. ئىچكى ئەزالار كۆيدۇرگە كېسىلى يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر قىسمىدا بايان قىلىنىدۇ.

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

ئالامەتلىرى

كۆيدۇرگە كېسىلىنىڭ كېسەللىك سەۋەبچىسىنى يۇقتۇرۇۋېلىپ، بىر نەچچە سائەتتىن بىر نەچچە كۈن يوشۇرۇن دەۋرنى ئۆتكۈزگەندىن كېيىن كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆرۈلۈشكە باشلايدۇ. دەسلىپىدە يۇقۇملانغان تېرىدە كىچىك قىزىل مۇدۇر ياكى قىپارتقۇ پەيدا بولىدۇ ۋە قىزىل مۇدۇر چۆرىسىدە قانلىق سۈيۇقلۇق پەيدا بولغانلىقتىن ئىششىپ تېرىدىن كۆتۈرۈلىدۇ. ئىششىقنىڭ رەڭگى قارامتۇل قىزىل تۈسىنى ئېلىپ ئەتراپىدىكى ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئېنىق بولمايدۇ ھەمدە قىزىللىقنىڭ ئەتراپىدىكى سۈلۈق ئىششىق ئېغىر بولىدۇ. ئوتتۇرىسى ئويمانراق بولۇپ، جاراھەت يۈزىدە

قارامتوڵ قاپارتچوڤ (ئابىلە) پەيدا بولۇپ تېزلا قارامتوڵ قاقاچقا ئايلىنىدۇ. قاقاچ ئەتراپىدا ئۇششاق پارقىرايدىغان سۇلۇق پۈۋەكچىلەر پەيدا بولىدۇ. ئاغرىق قاتتىق بولىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇنغا يېقىن بولغان ئورۇندا باسسا ئاغرىيدىغان يۇمشاق (بەز يالڵۇغى) پەيدا بولىدۇ. بىمارنىڭ قىزىتمىسى ئۆرلەپ باش ئاغرىيدۇ. تومۇرنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىش تېزلىشىدۇ. ئىشتىهاسى كېمىيىدۇ. سۇيدۇكى ئازلاپ قېنىق سېرىق تۇسنى ئالىدۇ. ئەگەر كېسەل سەۋەبچىسى ۋە ئۇنىڭ زەھىرى قانغا ئۆتسە، يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر ئېغىرلىشىپ بىمار تېزلا زەئىپلىشىپ خۇددىنى يوقىتىدۇ ۋە جۆيلۇيدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ تېنى كۇچلۇك بولسا، يەرلىك ئالامەتلەر بىلەن پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. ئەكسىچە بەدىنى ئاجىز كىشىلەردە كېسەللەنگەن ئورۇندىكى كۆيدۇرگىگە خاس ئالامەتلەر (مەسىلەن: قىزىل مۇدۇر پەيدا بولۇش ۋە قىزىل مۇدۇر ئۇستىدە قارامتوڵ قاپارتچوڤ (ئابىلە) پەيدا بولۇپ، قارامتوڵ قاقاچ ھاسىل بولۇش ھەمدە ئوتتۇرىسى ئويمانلىشىپ، چۆرىسى پۈلتىيىپ چىقىش، قاقاچ ئەتراپىدا ئۇششاق پارقىراق سۇلۇق پۈۋەكچە ھاسىل بولۇش قاتارلىق) ئاشكارىلانماي تۇرۇپ، ھەددىدىن زىيادە ئىششىش ۋە قىزىرىش ئالامەتلىرى روشەن بولىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال كېسەللىكنىڭ ئېغىرلىقى ۋە ئاقىۋىتىنىڭ خەتەرلىكلىكىدىن دېرەك بېرىدۇ.

داۋاسى

كۆيدۇرگە كېسىلىنى داۋالاشتا تېبابەتچىلەر قەدىمدىن تارتىپ، ئالدى بىلەن بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلارنى (ئوفۇنەتلەنگەن قان بىلەن غەيرىي تەبئىي سەپرا ۋە كۆيگەن خىلتىلارنى) تازىلاش، قىزىتما ياندۇرۇش، ئاغرىقنى پەسەيتىش، ئىششىقنى قايتۇرۇش ۋە كۆيدۇرۇش قاتارلىق داۋالاش ئۇسۇللىرى بىلەن داۋالاپ كەلگەنىدى. تازىلاش ئۇچۇن تەمرى ھىندى، فۇنۇس، خىيار شەنبەر ھەر بىرىدىن 33 گرام، سېرىق ھېلىلە 66 گرام، ئىتئۈزۈمى، كاسنە ئۇرۇقى، شاھتەررە، سانا ۋە قىزىلگۇل ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن، ئەينۇلا 20 دانە، چىلان 30 دانە، تەرەنجىبىن 66 گرام، تەمرى ھىندى، فۇنۇس، خىيار شەنبەر ۋە تەرەنجىبىنلەرنى ئايرىم قاچىغا سېلىپ، ئۇستىگە مۇۋاپىق مىقداردا قاينىاق سۇ قۇيۇپ ئېرىتىپ، دورىنىڭ تەمى ئوبدان چىققاندىن كېيىن داكا ئارقىلىق سۈزۈلىدۇ. قالغان دورىلارنى سوقۇپ، ئىككى چوڭ چىنە قاينىاق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۇيىگە يۇقىرىدا تەييارلانغان (ئېرىتىلگەن) دورا سۇيىنى قوشۇپ، كۇندە ئىككى ياكى ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالىدىن ئى-

چىشكە بېرىلىدۇ ھەمدە شىرخىرست، تەرەنجىبىن ياكى خىيار شەنبەرنى جۇلاب قىلىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بەدىنى ئاجىز كىشىلەرگە خېمىرى سەندەل ياكى خېمىرى گاۋزىبان، ئەرقى بىدىمىشكى ياكى بولمىسا ئانار شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يەرلىك ئورۇننى داۋالاشتا كۆيدۈرگە ئىكەنلىكى ئېنىقلانغاندىن كېيىن كۆيدۈرۈلىدۇ. كۆيدۈرۈشكە كېتىدىغان ئەسۋابلار بولسا ياغاچتىن سېپى بار، مېتال ئىلمەكنىڭ ئۇزۇنلۇقى 1 ~ 3 سانتىمېتىر كېلىدىغان بىگىزسىمان ئۇچلۇق كۆيدۈرگىچى نەشتەر، مىس ياكى تۇچتىن ياسالغان تۆشۈكى بار دارچەن ياكى تېمىن ۋە تېڭىق ماتېرىيال بىلەن سىرتىدىن سۈركىلىدىغان دورىلاردىن ئىبارەت. ئاۋۋال نەشتەر ئۇچى ئوتتا قىپقىزىل چوغدەك ھالىتىگە كەلگۈچە قىزدۇرۇلىدۇ ۋە تۆشۈكلۈك مېتال داچەننىڭ تۆشۈكىنى جاراھەتنىڭ دەل ئوتتۇرىسىغا توغرىلاپ قويۇلىدۇ. قىزدۇرۇلغان نەشتەر ئۇچىنى داچەن تۆشۈكىدىن تاكى ئاغرىق پەيدا بولغۇچە جاراھەت ئىچىگە سانجىپ، جاراھەتتىن كاۋاپ پۇرىقى چىققۇچە كۆيدۈرۈلىدۇ ۋە نەشتەر تارتىپ ئېلىنىدۇ. كۆيدۈرۈشتىكى مەقسەت ئوفۇنەتلەنگەن (يۇقۇملانغان) توقۇلمىلارنى كۆيدۈرۈش ئارقىلىق كۆيدۈرگىنىڭ سەۋەبچىسىنى ھالاك قىلىشتىن ئىبارەت. جاراھەتكە تۆشۈكى بار داچەننى قويۇشتىكى مەقسەت جاراھەت ئەتراپىدىكى توقۇلمىلارنى ئاسراشتىن ئىبارەت. ئۇنىڭدىن كېيىن جاراھەتكە ئوفۇنەتكە قارشى تۇرىدىغان، جاراھەت يۈزىنى تازىلايدىغان ۋە ئەت ئۇندۇرۇپ، جاراھەت يۈزىنى پۈتتۈرۈشنى تېزلەتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن مامىشا، رۇسۇت، ئاقاقىيالارنى كاسىنە سۇيى بىلەن ئېزىپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ. ياكى موزا، كۇندۇر ھەر بىرىدىن 13 گرام، زەراۋەندە 40 گرام، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ رەيھان شارابى بىلەن مەلھەم قىلىپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ. مەلھەمنى ئىسپىداجمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. مەلھەمنى ئىسپىداجنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە: ئۇپا 17 گرام، ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 17 مىللىلىتىر. مومنى تۆمۈر قاچىغا سېلىپ ئوتتا ئېرىتكەندىن كېيىن، ئۇستىگە ئۇپىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر دورىنىڭ كەيپىياتىنى سوغۇققا مايىل قىلىشقا توغرا كەلسە، ئۇستىگە 1.5 گرام كاپۇر قوشۇلىدۇ. سىرتىدىن دورا چېپىپ تېڭىق ئالماشتۇرۇش جاراھەتنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە بىر قېتىم ئېلىپ بېرىلىدۇ.

كۆيدۈرگە كېسىلىدە كۆيدۈرۈشتىن ئىلگىرى قالايمىقان دورا سۈركەپ، جاراھەت يۈزىنى بۇزۇۋېتىشتىن ۋە قوشۇمچە يۇقۇملىنىشتىن ساقلىنىش كېرەك. ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ كۆيدۈرگە كېسىلىنى كۆيدۈرۈپ داۋالاش ئۇسۇلى باشقا ئۇنۇملۇك داۋالاش ئۇسۇلى بولمىغان ئەھۋال ئاستىدا بىر قەدەر ئۇنۇملۇك داۋالاش ئۇسۇلى دەپ قارىلىپ، بۇ خىل ئۇسۇل بىمارلارنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قېلىشتا بەلگىلىك رول ئوينىغانىدى. بىراق كۆيە

دۇرۇش تېخنىكىسىنى ياخشى ئىگىلىمىگەندە كۈتۈلمىگەن ئاقىۋەتلەر پەيدا بولۇپ، بىمارـ
نىڭ ھاياتىغا خەۋپ كېلىشى مۇمكىن. كۆز ئالدىمىزدا ھازىرقى زامان تېببابەتچىلىكىنىڭ
كۆيدۇرگە كېسىلىنى داۋالاش ئۇنۇمى قانائەتلىنەرلىك. شۇڭلاشقا كۆيدۇرگە كېسىلگە
دۇچ كەلگەندە، ھازىرقى زامان تېببابەتچىلىك دوختۇرخانىلىرىنىڭ داۋالىشىغا يولـلاپ
بېرىش ياخشىراق.

ئالدىنى ئېلىش

كۆيدۇرگە كېسىلى ئاقىۋىتى بىر قەدەر خەتەرلىك كېسەللىك، شۇڭلاشقا كۆيدۇرگە
كېسىلىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئىنتايىن مۇھىم. بۇنىڭ ئۈچۈن كۆيدۇرگە كېسىلى بىلەن
ئاغرىغان ھايۋانلارنىڭ گۆشى بىلەن تېرىسىنى ئىشلەتمەي، يەرنى ئادەم بويى چوڭقۇرلۇـ
قىدا كولاپ، كۆيدۇرگە كېسىلى بىلەن ئاغرىغان ھايۋاننى ئۆلتۈرۈپ ئورەككە تاشلاپ ئۈسـ
تىگە ھاك تاشلاپ، ئۈستىدىن توپا بىلەن كۆمۈۋېتىش كېرەك. تېرە، يۇڭ ۋە ئۈچەيگە
ئىش قوشىدىغانلار تېرە پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن ساقلىنىشى، ئېغىز، بۇرۇنىنى
پاكىز لاتا (ماسكا) بىلەن ئېتىۋېلىش (تارتىش) ۋە ئىشتىن كېيىن پۇت ـ قوللىرىنى سوـ
پۇنلاپ پاكىز يۇيۇشلىرى لازىم. ئەگەر بەدىنىدە قىچىشىدىغان ۋە ئاغرىيدىغان مۇدۇر پەيدا
بولغان بولسا، تاتىلاپ ئۈچىنى بۇزۇۋەتمەي دەرھال تېۋىپقا كۆرۈنۈپ داۋالىنىشى كېرەك.

ئەمچەك ياللۇغى

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

سەۋەبى

تۇغۇتتىن كېيىن مىزاجدىكى ئىسسىقلىق كەيپىيات ئېشىپ كېتىشتىن (قان
بىلەن سەپرا غالىب كېلىشتىن) سۈتتىكى نەملىك ئازىيىپ قويۇقلىشىش ئاساسىدا جارا
سىملار بىلەن ئوفۇنەتلىنىش (يۇقۇملىنىش ياكى بۇلغىنىش) سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ. بەـ
زىدە تۇغۇتلۇق ئاياللارنىڭ سوغۇقى ئېشىپ كەتكەندە ئەمچەكتىكى سۈتلەر ئۈيۈپ قېلىشـ
تىنمۇ ئەمچەك ياللۇغى پەيدا بولىدۇ. تۇغۇت ئالدى ـ كەينىدە ئەمچەكنى پاكىز تۇتماسـ

لىق، بوۋاق ئاجىز تۇغۇلۇشتىن ئەمچەكتىكى سۈتنى تولۇق ئېمىپ كېتەلمەسلىك ياكى كۈچ بىلەن ئەمگەندە ئەمچەك تۇگمىسى زېدىلىنىپ زەخمىلىنىش ياكى بولمىسا ئەمچەك تۇگمىسى ئەمچەك ئىچىگە ياتقان ئەھۋالدا بوۋاق ئېمەلمەي سۈت ئەمچەكتە تۇرۇپ قېلىش قاتارلىقلار ئەمچەك يالليۇغىنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇھىم ئامىل بولىدۇ.

ئالامىتى

ئەمچەك قىزىرىپ ئىششىيدۇ ۋە چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. تۇتقاندا قاتتىقراق بولىدۇ. باسقاندا قاتتىق ئاغرىيدۇ ۋە قولغا قىزىق بىلىنىدۇ. پۈتۈن بەدەننىڭ قىزىتمىسى ئۆرلەپ ئىشتىهاسى كېمىيىدۇ ۋە قىزىق تەرلەيدۇ. نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرنىڭ سوقۇشى تېز بولىدۇ. سۈيدۈكى سارغۇچ ياكى قېنىق سېرىق تۇسنى ئالىدۇ.

داۋاسى

بىمارغا قانىنى تازىلىغۇچى، غەيرىي تەبئىي سەپرانى چىقارغۇچى ۋە قىزىتمىنى چۈشۈرگۈچى قاينىتما (مەتبۇخى) دورىلار بېرىلىدۇ (يۇقىرىدىكى ئالاقىدار كېسەللىكلەرگە قارالسىمۇ بولىدۇ). قىزىتمىسى يېنىپ، ئىشتىهاسى ئېچىلغۇچە ئوڭاي ھەزىم بولىدىغان قۇۋۋەتلىك سۈيۇق سەلەڭ يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. كېسەللەنگەن ئەمچەك بىلەن بوۋاق ئېمىتىلمەيدۇ ۋە ئېھتىياتچانلىق بىلەن ئەمچەكتىكى سۈت سېغىپ چىقىرىۋېتىلىدۇ ھەمدە سىرتىدىن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش بىلەن بىرگە تۆۋەندىكى نۇسخىلار سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلىدۇ:

1. ئىتئۈزۈمنى يوپۇرمىقى بىلەن بىرگە ئېزىپ، ئۇنىڭغا گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ كېسەللەنگەن ئەمچەككە چېپىلىدۇ.

2. لۆڭگىنى قىزىق سۇغا چىلاپ بىر قانچە قېتىم كېسەللەنگەن ئەمچەككە قويغاندىن كېيىن بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ.

3. كېسەللەنگەن ئەمچەك قىزىرىپ قاتتىقلاشقاندا سىركە بىلەن قاينىق سۇنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، كالىنىڭ دوۋسىقىغا قاچىلاپ قىزىق ھالەتتە كېسەللەنگەن ئەمچەكنىڭ ئۈستىگە قويۇلىدۇ.

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

5. قىزىتما بىر ئاز پەسەيگەندىن كېيىن زىغىر، بابۇنە، ئابدىمىلىك ۋە كۆنجۇتلەرنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغى ۋە ئېرىتىلگەن ئاق مومىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئەمچەككە چېپىلىدۇ.

6. ئەگەر يۇقىرىدىكى ئۇسۇللار ئۇنۇم بەرمىسە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى بىلەن ھەمشىبا-ھار ئۇرۇقىنى سوقۇپ، تالقانلاپ، زىغىرنىڭ شىرىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ.

ئەگەر ئەمچەك يالىلۇغى سوغۇقتىن بولۇپ، قىزىرىش بىلەن قىزىقلىق بولمىسا، ئې-رىتىلگەن ئاق مومنى گۈل سەۋسەن يېغى بىلەن ياكى قۇستە يېغىغا قوشۇپ (ھەر ئىككى خىل ماي بىرلا ۋاقىتتا ئىشلىتىلسىمۇ بولىدۇ)، كېسەللەنگەن ئەمچەك ياغلاپ بې-رىلىدۇ ياكى شۇمشا ئۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ كېسەللەنگەن ئەمچەككە قويۇلىدۇ.

ئەمچەكنىڭ ئىششىشى ئېغىر بولۇپ، قىزىرىش دائىرىسى كەڭ ۋە پۈتۈن بەدەنلىك قىزىتمىسى يۇقىرى بولسا، زىغىر، كۆنجۇت، سەۋسەن يىلتىزى، قوي (ئۆچكە ياكى كالا بولسىمۇ بولىدۇ) نىڭ مېڭىسى، كەپتەر مايىقى، نەترۇن ۋە راتىيانەجلەرنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قوينىڭ مېڭىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا ئازراق كۆنجۇت يېغى قوشۇپ كېسەللەنگەن ئەمچەك ئۈستىگە قويۇلىدۇ. سىرتىدىن چېپىلىدە-غان دورا بىر كۈندە بىر قانچە قېتىم چېپىلىدۇ. يۇقىرىدىكىلەردىن باشقا غەلۋىرەك، ھۆ-كۈنەكسىمان توقۇلما يالىلۇغدا ئىشلىتىلگەن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى، ماددىنى پىشۇرغۇ-چى ۋە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن جا-راھەتنى تازىلايدىغان ۋە ئەت ئۈندۈرىدىغان دورىلار بىلەن تېڭىق ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى چارىلەر بىلەن ئېغىز ئالمىسا، دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن كېسەللەنگەن ئەمچەكنىڭ يۇمشىغان (مىلىقلىغان) ئورنىدىن ئۇزۇنىغا پاكىز ۋە ئۆتكۈر تىغ بىلەن ئۇ-زۇنراق كېسىپ، يىرىڭ ئۇۋۇلىرىنىڭ تېمىنى تولۇق بۇزۇپ، ئىچىدىكى يىرىڭ بىلەن زەردار تولۇق ئاققۇزۇلىدۇ ۋە جاراھەت ئىچىنى ئىسسىق تۇز سۇيى بىلەن چايقاپ، ئاۋۇال جاراھەتنى تازىلىغۇچى دورا، كېيىن ئەت ئۈندۈرگۈچى دورىلار بىلەن تېڭىپ بېرىلىدۇ.

قاراسان كېسىلى

بۇ تېرە ۋە تېرە ئاستى يۇمشاق توقۇلمىسىنىڭ چىرىش خاراكتېرلىك كېسەللىكى

بولۇپ، بۇ خىل كېسەللىك مۇچىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

قان ئوفۇنەتلىنىش (بۇلغىنىش) تىن بۇزۇلۇپ، قان قويۇقلىشىپ، كېسەللىك يۈز بېرىدىغان ئورۇننى قان بىلەن تەمىنلەيدىغان شىريان قان تومۇرى (قىزىل تومۇر) دا قان ئۈيۈپ قېلىپ، كېسەللەنگەن ئورۇندا ساپ قان يېتىشمەسلىكتىن توقۇلمىلار چىرىپ هالاك بولىدۇ. چىرىگەن توقۇلمىلار ئوفۇنەتلەنگەن جاراسىم ۋە ئۇلاردىن هاسىل بولغان زەھەرلەر قان ئارقىلىق پۈتۈن بەدەنگە تارقىلىپ قۇۋۇتى هايۋانىي، قۇۋۇتى نەپسانىي ۋە قۇۋۇتى تەبئىينىڭ خىزمىتىنى بۇزۇپ، يېنىكلىرىدە كېسەللەنگەن مۇچە چىرىشتىن پەيدا بولىدىغان مېيىپلىقنى كەلتۈرسە، ئېغىرلىرى هاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك زەخىملىنىش چوڭقۇرراق بولغان جاراهەتلىنىش بىلەن پاسكىنا نەرسىلەر بىلەن بۇلغانغان جاراهەتلەردە كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. بەزىدە جاراهەتلەرنى داۋالاش خاتا بولغاندا ياكى كۆيۈك بىلەن ئۇششۇكتىن كېيىنمۇ پەيدا بولىدۇ. ئەگەر مۇچىلەر قانىشىدا، قاناشنى ۋاقىتلىق توختىتىش مەقسىتىدە مۇچىلەرنى چىڭ باغلاش ياكى باغلاقنىڭ ئۇزۇن تۇرۇشىدىنمۇ بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. شۇڭلاشقا مەيلى جاراهەت ئېغىر ياكى يېنىك بولسۇن، پاكىز پاسكىنا جاراهەت بولسۇن بىرىنچى قېتىملىق چارە تۇغرا ۋە مۇۋاپىق بولۇش كېرەك.

ئالامەتلىرى

كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ تېرىسى قارامتۇل قىزىل بولۇپ، ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئېنىق بولمايدۇ. ئىششىقنىڭ دائىرىسىمۇ كەڭ بولىدۇ. يەرلىك ئورۇن چىڭقىلىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. هەمدە قىزىش، ئىشتىهاسى كېمىيىش قاتارلىق ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. ئىككى ياكى ئۈچ كۈندىن كېيىن كېسەللىك تېزلا تەرەققىي قىلىپ، كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تېرە قاردىاپ قارامتۇل كۆك تۈسنى ئېلىپ چىرىشكە باشلايدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ سېزىمى يوقالغانلىقتىن ئاغرىق سېزىمى پەسىيىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇننى بارماق بىلەن باسقاندا، خۇددى قارنى دەسسەپ ماڭغاندا چىقىدىغان غۇچۇرلىغان ئاۋاز ئاڭلىنىدۇ. كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ تېرىسى چىرىپ سېسىيدۇ ۋە بەتبۇي سېسىق زەردار ئېقىپ چىقىدۇ. بىمارنىڭ قىزىتمىسى ئېغىر دەرىجىدە يۇقىرىلايدۇ. ئىشتىهاسى

تۆۋەنلەپ زەئىپلىشىدۇ. تومۇرنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىش تېزلىشىدۇ. شۇنداقلا مۇ-چىدىكى كېسەللىك تېز تەرەققىي قىلىپ، گەۋدىگىچە ئىلگىرىلەپ پۈتۈن ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ.

داۋاسى

بۇ خىل كېسەللىكنىڭ يۈز بېرىشىدىن ساقلىنىش ئىنتايىن مۇھىم. بۇنىڭ ئۈچۈن مەيلى ھەر قانداق يۈزە ياكى چوڭقۇر، كىچىك ياكى چوڭراق تېرە پۈتۈنلۈكى بۈزۈلغان جا-راھەتلا بولىدىكەن، قاينىتىپ سۇۋۇتۇلغان تۈزلۈقراق سۇ بىلەن جاراھەتنى پاكىز چايقاپ يۇيۇپ، جاراھەتتىكى ئەخلەت ـ چاۋا ۋە توپا ـ لاتقىلارنى پاكىز تازىلاپ چىقىرىۋېتىش كېرەك ھەمدە ھاياتلىقى يوقىلىپ قاريدىغان توقۇلمىلارنى پاكىز تىغ بىلەن كېسىپ ئې-لىۋېتىش كېرەك. ئېغىزى كىچىك جاراھەتلەرنىڭ ئېغىزىنى كېڭەيتىپ قان، زەردابلار-نىڭ سىرتىغا ئېقىپ چىقىشىغا ئاسانلىق تۇغدۇرۇش كېرەك. بۇ خىل چارە ئوق تەگكەن چوڭقۇر يارا بىلەن ئېزىلگەن ئوچۇق سۈنۈقلاردا تېخىمۇ مۇھىم. شۇنداق قىلغاندا بۇ خىل كېسەللىكتىن ساقلانغىلى بولىدۇ. يۇقىرىدىكى جاراھەتلەر ئاللىقاچان قارا سانغا ئۆزگەرگەن بولسا، بىمارغا قانىنى سۈيۈلدۇرغۇچى، قانىنى تازىلىغۇچى، ماددىنى پىشۇرغۇ-چى ۋە قىزىتمىنى پەسەيتكۈچى قاينىتىلارنى بېرىش بىلەن بىرگە كېچىكتۇرمەستىن پاكىز تىغ (پىچاق ۋە قايچا قاتارلىقلار) بىلەن قاريداپ چىرىگەن بارلىق تېرە ۋە تېرە ئاس-تىدىكى توقۇلمىلارنى تاكى قان ئېقىپ چىققۇچە كېسىپ ئېلىۋېتىلىدۇ ۋە جاراھەتتىكى قان، يىرىڭ زەردابلار تولۇق ئېقىتىلىدۇ ھەمدە جاراھەت ئىچى تۈزلۈقراق سۇ (قاينىتىپ سۇۋۇتۇلغان ئىلمان سۇ) بىلەن پاكىز چايقاپ يۇيۇلىدۇ. بۇنىڭدىن كېيىن جاراھەتتىكى بەتبۇي سېسىق پۇراقلار بىلەن قان، زەرداب يىرىڭلارنى (ھۆللۈكلەرنى) يوقىتىدىغان دو-رىلاردىن تۆۋەندىكى دورىلارنىڭ بىر خىلى جاراھەتكە سۈركىلىدۇ: پۇرچاق ئۇنىدىن مۇۋاۋا-سىق مىقداردا ئېلىپ، سىركەنجۈبىل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ ياكى گىل ئەرمىنى، موزا ۋە زەمچە كۈشتىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ ياكى بولمىسا كاسىنە تالقىنى بىلەن پۇرچاق ئۇنىنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چېپىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر كې-سەللىك ئەتراپقا تېز كېڭەيسە ۋە يۇقىرى قىزىتما پەيدا بولغان بولسا، بىمارنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن ۋاقتىنى ئۆتكۈزمەي كېسەللەنگەن مۇچە كېسىپ ئېلىۋېتىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك گەۋدە قىسمىدا بولۇپ كېسىپ ئېلىۋېتىشكە بولمىسا، جاراھەتنىڭ قا-

رىدىغان دائىرىسىنىڭ چۆرىسىدىن داغلاپ، قارىداپ چىرىگەن توقۇلمىلار ئۈيۈپ (كېسىپ) ئېلىۋېتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىنكى چارىلەر يۇقىرىدىكى بىلەن ئوخشاش، شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەيمىزكى، بىمارنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن جەرراھلىق داۋالاش ئۇسۇلىنى ھەرگىزمۇ كېچىكتۈرمەسلىك كېرەك. ئېنىقلانغاندىن كېيىن ئەڭ ياخشىسى دوختۇرخانىلارنىڭ بىر تەرەپ قىلىشىغا يوللاپ بېرىش كېرەك.

چاشقان يارىسى

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

سەۋەبى

تېبابەتتىمىز دەسلىپىدە بۇ كېسەللىكنى قويۇقلاشقان بۇزۇق بەلغەم بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەي بەزلەردە تۇرۇپ قېلىشىدىن پەيدا بولىدۇ، دەپ قاراپ كەلگەن. كېيىنچە بەزدە تۇرۇپ قالغان قويۇق بەلغەم سىلىنى پەيدا قىلغۇچى جاراسىم (مىكروب) بىلەن بۇلغىنىپ بۇزۇلۇشتىن پەيدا بولىدۇ، دەپ قارىغان. بەزدە بۇزۇق سەۋدامۇ ئارىلىشىدۇ. بەلغەم بىلەن سەۋدانىڭ ئەسلىي تەبىئىتى سوغۇق بولغانلىقى ئۈچۈن، مۇشۇ خىل كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ ئىششىغان بەز بىلەن يىرىڭلىق ئىششىق سوغۇق بولىدۇ. بۇ كېسەللىك بويۇن ۋە قولتۇقتىن باشقا ئورۇندىكى بەزلەردىمۇ پەيدا بولىدۇ. ھەتتا ئىچكى ئەزالارنىڭ چۆرىسىدىكى بەزلەردىمۇ پەيدا بولىدۇ. بۇ كېسەللىك كۆپىنچە ئۆپكە سىلى ئاسىسىدا پەيدا بولىدىغان بولۇپ، ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلاردا كۆپ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بويۇن قاتارلىق ئورۇنلاردىكى بەزلەر ھەرخىل چوڭلۇقتا ئىششىيدۇ. سانى بەزدە ئاز، بەزدە كۆپ بولۇپ، چوڭلىرى ئۈچار قۇش تۇخۇملىرىدەك كىچىكلىرى گىلاس، ئالۇچا

ھەتتا مېغىز چوڭلۇقىدا بولۇپ، شەكلى يۇمىلاق ياكى سوقمىچاق ۋە قاتتىقراق بولىدۇ. باسقاندا ئاغرىمايدۇ ياكى يېنىكرەك بىلىنەر ـ بىلىنمەس ئاغرىيدۇ. تېرىنىڭ رەڭگى ئۆزگەرمەيدۇ. ئىششىغان بەزنىڭ يۈزى قولغا سىلىق بىلىنىدۇ. مەلۇم مەزگىل ئۆتكەندىن كېيىن ئىششىق ئاستا ـ ئاستا يوغىناپ يۇمشايدۇ ۋە بىر ـ بىرى بىلەن چاپلىشىپ تۇتىشىدۇ. ھەتتا تېرە ئاستى توقۇلمىلار بىلەن چاپلاشقانلىقى ئۈچۈن ئىلگىرىكىدەك مىدىرلىمايدۇ ھەمدە ئۆزئارا چاپلىشىپ تۇتاشقان چوڭ مونەكنىڭ يۈزى ئېگىز ـ پەس بولىدۇ. بۇ مەزگىلدە ئاغرىق پەيدا بولىدۇ ۋە تېرىنىڭ رەڭگى قىزىرىشقا باشلايدۇ. بىراق قول بىلەن تۇتقاندا قىزىق بىلىنمەيدۇ. بىراق بۇ مەزگىلدە ئىششىغان ئورۇن تېرىدىن روشەن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدۇ ـ دە، يەنە بىر مەزگىل ئۆتكەندىن كېيىن، تېرە رەسمىي قىزىرىپ، قارامتۇل قىزغۇچ تۈسنى ئالىدۇ ۋە ئىششىپ زورايغان بەز رەسمىي يۇمشاپ مىلىقلايدۇ ۋە ئېغىز ئېلىپ قويۇق ئېرىمچىككە ئوخشاش يىرىڭ چىقىدۇ. ئېغىز ئالغاندا ئىششىق كىچىكلەيدۇ، بىراق ئېغىز ئالغان تۆشۈك ئېتىلىپ قالغاندا ئىششىق يەنە يوغىناپ ئاخىر ئېغىز ئالىدۇ. ئېغىز ئېلىش بىر ياكى بىر قانچە ئورۇندىن ئېغىز ئېلىش مۇمكىن. دەسلەپ ئېغىز ئالغان تۆشۈك ئېتىلىپ قېلىپ، ئىككىنچى ئورۇندىن ياكى باشقا ئورۇندىن ئېغىز ئالىدۇ. شۇنداق قىلىپ كېسەللەنگەن ئورۇندا ھەرخىل ئۇزۇنلۇقتا ۋە ھەرخىل كەڭلىكتە تاتۇق پەيدا بولۇپ، گۇزەللىككە ۋە بويۇن بىلەن مۇچىنىڭ ھەرىكىتىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ. يۇقىرىدىكى ئالامەتلەردىن باشقا بىمارداً چۈشتىن كېيىن قىزىغاندەك ھېس قىلىپ، كېچىلىرى سوغۇق تەرلەش، ئىشتىھاسى روشەن كېمىيىش ۋە جۈدەشكە ئوخشاش ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان كىشىلەرنىڭ چىرايى خۇنۇكلىشىپ، بەزى بىمارلارنىڭ يۈزىدە داغ پەيدا بولىدۇ ۋە ئۈيقۇسى قاچىدۇ. ئەگەر ئۆپكىدە سىل كېسەل بولسا بىمارداً يۆتەل پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

بۇزۇق بەلغەم بىلەن سەۋدانى پىشۇرۇش ئۈچۈن شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنىڭ پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىج) نى بېرىپ، مادداً پىشقاندىن كېيىن بەدەننى تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىلىدۇ ۋە ئىشتىھانى ئاچقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ.

ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ئۈستەخۇددۇس، بادرەنجى بۇيا، ئارپىبەدىيان، ئارپىبەدىيان يىلتىزى ۋە شاھتەررە ھەر بىرىدىن 20 گرام، شوخلا، رۇم بەدىيان ھەر بىرىدىن 10 گرام، پىشقان ئەنجۇر سەككىز دانە، ئۈرۈقى ئېلىنغان ئۈزۈم 33 گرام، ھەسەل، گۇلقەنت ھەر

بىرى 66 گرام، سۇ بىر چوڭ چىنە. يۇقىرى دورىلارنى چالا سوقۇپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۈچ كۈن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر ماددا پىشمىسا يۇقىرىدىكى ئۇسۇلنى تاكى ماددا پىشقاندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگۈچە داۋاملاشتۇرۇشقا بولىدۇ ياكى خام بەلغەم بىلەن سەۋدانى پىشۇرغۇچى باشقا نۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ.

قويۇق بەلغەمنى سۇرۇپ چىقىرىش ئۈچۈن ئايارەج پەيقىرا 10 گرام، غارىقۇن ئالتە گرام، شەھمەنزەل بەش گرام، ئەنزىرۇت 13 گرام، تۇربۇت 20 گرام، جاۋاشىر ئۈچ گرام، نۆشادۇر ئالتە گرام، سوقمۇنىيا ئۈچ گرام. دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈدە سۈيىدە خېمىر قىلىپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ قىلىپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 5 ~ 7 تالغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ ياكى بەلغەم بىلەن سەۋدانىڭ باشقا تازىلىغۇچىلىرى ئىشلىتىلىدۇ. ئۇزاق مەزگىل (ساقايغۇچە) ئاسان ھەزىم بولىدىغان قۇۋۋەتلىك تائام بۇيرۇلىدۇ. بىراق ئاچچىق ـ چۈچۈك يېمەكلىكلەر (مېۋىنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ) چەكلىنىدۇ. بىراق پىشقان تاتلىق مېۋىلەر بىلەن چامغۇر، سەۋزە قاتارلىق كۆكتاتلارنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. كېسەل ساقايغۇچە ئېغىر جىسمانىي ھەرىكەتلەر بىلەن جىسمانىي ۋە روھىي جەھەتتىكى چارچاشتىن ساقلىنىش كېرەك.

بىمارنىڭ مىزاجى تەكشىلگەندىن كېيىن، قان تازىلىغۇچى، ھۆللۈكنى كېمەيتكۈچى، ئىشتىھانى ياخشىلىغۇچى، قىزىتمىنى ياندۇرغۇچى (يۇقىرى قىزىتمىسى بارلارغا ئىشلىتىلىدۇ)، يۇرەكنى كۈچلەندۈرۈپ بەدەننى قۇۋۋەتلىگۈچى، ئۇيۇپ قالغان ماددىنى ئېرىتىپ توسالغۇنى ئاچقۇچى، ئىششىقنى ئىچىدىن ياندۇرغۇچى، كېسەل پەيدا قىلغۇچى جاراسىملارنى ئۆلتۈرگۈچى ۋە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكى چارىلەرنىڭ بىر ياكى بىر نەچچە خىللىرى ئەھۋالغا قاراپ قوللىنىلىدۇ:

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

يىلان تالقىنى بىلەن قىزىل قولتۇق پاقا تالقىنىنى تەڭ مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 1 ~ 2 گرامغىچە قاياق سۇ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

چايان (سېرىقئېشەك) دىن 66 گرام (قۇيرۇقى ئېلىۋېتىلسىمۇ بولىدۇ) ئېلىپ، تۇزلۇقراق سۇدا سۇس ئوت بىلەن يېرىم سائەت قاينىتىپ، قورۇتۇپ يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ. ئۇنىڭغا 33 گرام سازاڭقۇرت تالقىنى قوشۇپ (سازاڭقۇرتنى زەيلىك يەردىن

كولاپ ئېلىپ پاكىز يۇيۇپ، بىر قانچە قېتىم پاكىز سۇغا چىلاپ قويۇلسا، ئىچىدىكى لاتـ قىلارنى قۇسۇپ چىقىرىش ئارقىلىق تازىلىنىدۇ ۋە قۇرۇتۇپ تالقان قىلىنىدۇ)، ئۈستىگە 33 گرام چۈچۈكبۇيا تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئازراق ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، كۆممىقوـ ناق چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ، بالىلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى دانـ دىن، چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ~ 6 دانىدىن يېيىشكە بېرىلسە ئېغىز ئالماي ساقىيىپ كېتىدۇ.

قوي ياكى ئۆچكە مۇڭگۈزىنىڭ ئىچىدىكى قىسمىنى قىرىپ ئېلىپ، تۇنىكە ئۈستىگە قويۇپ كۆيدۈرۈپ كۈلىنى سوقۇپ، ئۇنىڭغا ئازراق شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئىككى گرامدىن 2.5 گرامغىچە داۋاملىق 2 ~ 3 ھەپتە ئىـ چىشكە بېرىلسىمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىلىدۇ.

مەجۇنى سامساق: بۇ مەجۇنى سۇم ياكى مەجۇنى سىر دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئاقلانغان سامساق 200 گرام، زەنجۇبىل، پىلپىل، قارىمۇچ، قەلەمپۇر، دارچىن، كاۋاۋىچىن، جويۇز، ئاقىرقەرھا، خولىنجان ھەر بىردىن 66 گرام، زەپەر 3.5 گرام، گۈل يېغى 33 مىللىلىتىر. سامساقنى ئېزىپ 500 مىللىلىتىر كالا سۈتىگە چىلاپ، سۇس ئوتتا سۇيى تۇگىگۈچە قاينىتىپ، ئۈستىگە 450 مىللىلىتىر ھەسەل قۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭ ئۈستىگە يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنغان باشقا دورىلارنى قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يۇقىرىقى قىيامغا سېلىپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. چوڭلارغا كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەر قېـ تىمدا 3 ~ 4 گرامدىن يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئىترىفىل غۇددە (بەز ئىترىفىلى): قارا ھېلىلە 50 گرام، بەلىلە، ئامىلە، تۇربۇت ھەر بىردىن 23 گرام، ئەفتىمۇن 33 گرام، ئۈستەقۇددۇس، قوينىڭ قۇرۇتۇلغان بويۇن بېزى 17 گرام، سانا 12 گرام، غارىقۇن، شەترەنجى ھىندى، نۆشۈدۇر ھەر بىردىن 10 گرام، زورەمبات 10 گرام، رۇم بەدىيان، گۈل دارچىن، سۇمبۇل، قەلەمپۇر، جويۇز، لاچىندانە، مەستىكى ھەر بىرى يەتتە گرامدىن، بىستىپايەج 17 گرام، ھەسەل بىر لىتىر. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلـ ىندۇ. چوڭلارغا كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ~ 6 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

قىسقۇچپاقا (سەرتان) نىڭ پۇتلىرىنى كېسىۋېتىپ تازىلاپ، ئارپا سۇيىگە سېلىپ پىـ شۇرۇپ يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ ياكى قىسقۇچپاقا تالقىنى كاپ ئېتىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. يۇقىرىقى دورىلارنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلى ئەھۋالغا قاراپ بېـ رىلسە، چاشقان يارىسى ئېغىز ئالماي ساقىيىدۇ ياكى ئېغىز ئالسىمۇ ئاقما پەيدا بولماي ساقىيىدۇ. شۇڭلاشقا يۇقىرىقى دورىلارنى چاشقان يارىسىنىڭ ھەر قايسى باسقۇچلىرىنىڭ

ھەممىسىدە ئىشلىتىشكە بولىدۇ. بىمارغا ئىچىدىن يېيىشكە گۈلقەنتنى ئۇزۇن ۋاقىت كۆپرەك قوشۇپ بېرىشكىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا تۇخۇم شاكىلىنى سارغايغۇچە قورۇپ يانجىپ، سوقۇپ، قېيىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بالىلارغا 1.5 گرام، چوڭلارغا 3 ~ 5 گرامدىن بېرىلسە، چاشقان يارىسىنىڭ ئېغىز ئېلىشتىن ساقلىنىدۇ ياكى خام تۇخۇمنىڭ ئۈچىدىن تۆشۈك ئېچىپ تۇخۇم ئېقىنى تۆكۈۋېتىپ، ئۇنىڭ ئورنىغا ھەر بىر تۇخۇمنىڭ ئىچىگە ئالتە گرامدىن قايچا بىلەن ئۇششاق كېسىلگەن يىلان قاسىرىقى (پوستى) نى سېلىپ، تۆشۈكنى خېمىر بىلەن ئېتىپ قوقاسقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىردىن يەپ بېرىدۇ. بۇ چارىنى خېلى بىر مەزگىل داۋاملاشتۇرۇشقا بولىدۇ. بىمار داۋالىنىش جەريانىدا ئۇسسۇلۇقىغا شاپتۇلنىڭ يۇمران نوتىسى، چوڭ خوخا تىكىنىدىن باراۋەر مىقدارىدا، سېمىز ئوتتىن بېرىم مىقدارىدا ئېلىپ، ئۇششاق توغراپ قاينىتىپ، مەلۇم مىقدارىدا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ چاي ئورنىدا ئۇسسۇلۇقىغا ئىچىپ بېرىشكە بولىدۇ.

سىرتىدىن ئاۋۋال ماددىنى تارقاتقۇچى (ئىششىقنى ياندۇرغۇچى) دورا ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئىششىق يانمىسا ماددىنى پىشۇرغۇچى ۋە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن جاراھەتنى تازىلىغۇچى ۋە ئەت ئۈندۈرۈپ جاراھەتنى پۈتتۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلاردىن كۆپرەك قوللىنىلىدىغانلىرى تۆۋەندىكىچە:

ياۋا سامساق، مۇقەل، چەلەك يىلتىزى، پۇرچاق ۋە بۆرە سويمىسى يىلتىزىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېيىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سىركە، ھەسەل ياكى زەيتۇن يېغى قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلى بىلەن قوشۇپ مەلھەم قىلىپ، كۈندە 2 ~ 3 قېتىم يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىپ بېرىلىدۇ.

قىچا، ئەنجۇر، كۆپۈكى دەريا، زىراۋەندە، مۇقەل، ئۇشەق، ئاق موم ۋە كونا زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. مەلھەم تەييارلاش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە:

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

مەلھىمى داخىلىيۇننىڭ ئۇنۇمى ياخشى، ئۇنىڭ تەركىبى: زۇپتى رۇمى، زىيانەج، ئاق موم ھەر بىردىن 28 گرام، فۇننە 14 گرام، زەيتۇن يېغى 100 مىللىلىتىردىن ئېلىپ،

مومنى زەيتۇن مېيى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئاق موم ئېرىتىلگەن زەيتۇن مېيىغا سېلىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. ئەگەر بۇ مەلھەمگە گۈل سۆسەر يىلتىزىنىڭ تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلسا، ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

مەلھەمى رۇسۇل: تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ئاق موم، راتىيانەج ھەر بىردىن 35 گرامدىن، جاۋاشىر، زەنكار، پىننە، مۇرمەككى ھەر بىردىن 5.5 گرام، ئوشەق 19 گرام، ئۇزۇن زىراۋەندە، كۈندۇر ھەر بىردىن 8.5 گرام، يېشىل مۇقەل 11 گرام، مەدەستان 13 گرام، زەيتۇن مېيى يازدا 333 مىللىلىتىر، قىشتا 500 مىللىلىتىر. يۇقىرىقى دورىلاردىن ئاق موم، مۇقەلدىن باشقىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇقەلنى سىركىدە، ئاق مومنى زەيتۇن مېيىدا ئېرىتىپ، ئۇستىگە تالقان دورىلار قوشۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

خېنىگۈل مەلھىمى ئىششىقنى ياندۇرۇپ، ئېغىز ئالدۇرماي ساقايتىش ياكى ماددىنى پىشۇرۇپ ئېغىز ئالدۇرۇش ۋە ئېغىز ئالغاندىن كېيىن جاراھەتنى تازىلاپ جاراھەتنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىشتە ئۇنۇمى بىر قەدەر ياخشى.

تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ھۆل چۆپىدىن بىر كىلوگرام ئېلىپ ئۇششاق توغراپ، ئىككى لىتىر سۇغا سېلىپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ. داكا بىلەن سۈزۈۋالغاندىن كېيىن بىر كىلو سۇغا سېلىپ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ. داكا بىلەن سۈزۈپ تېرىپىنى ئېلىۋېتىپ، ئىككى قېتىملىق سۈزۈۋېلىنغان سۈيىنى قوشۇپ، سۇس ئوتتا مەلھەم ھالەتكە كەلگۈچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

ئاقلانغان ئىنەكپىتى (ئابدىملىك ئۇرۇقى) مەستىكى (دېۋىرقاي يېلىمى ـ كۈجە) تالقىنى ھەر بىرىدى 10 گرامدىن، كۆيدۇرۇلگەن كۆكتاش تالقىنى ئۇچ گرام، قوي مېيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېرىتىپ، يۇقىرىقى دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ. بۇ مەلھەم جاراھەتنى تازىلاش رولىنى ئويناىدۇ.

سۆگەت يوپۇرمىقى مەلھىمى: تەركىبى ۋە ياسىلىشى: سۆگەت يوپۇرمىقىدىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ يۇيۇپ تازىلاپ، ساپىقىنى كېسىۋېتىپ چالا سوقۇلىدۇ ۋە ئۇستىگە سۇ قۇيۇپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، تېرىپىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ، سۈيىنى قايتىدىن قويۇلغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. تېرەك يوپۇرمىقى ۋە شاپتۇل يوپۇرمىقىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ پاكىز يۇيۇپ، يېتەرلىك سۇدا ئۇزاق قاينىتىپ، سۈيىنى داكا بىلەن سۈزۈۋېلىپ، سۈيۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلگۈچە قاينىتىپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بۇ نۇسخىنىڭ ماددىنى پىشۇرۇش ۋە ئېغىز ئالدۇرۇشنى تېزلىتىشتە ئۇنۇمى خېلى ياخشى. ئەڭ ياخشىسى، ئىچىدىن دورا بېرىپ، سىرتىدىن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىش بىر ياكى ئىككى

ئاي داۋاملاشتۇرۇلسىمۇ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە دەستىكار ئۇسۇلىنى قوللىنىپ ئېلىۋېتىلسىمۇ بولىدۇ.

چىقىملار

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

سەۋەبى

غەيرىي تەبىئىي قانغا سەۋدا ئارىلىشىشتىن بۇزۇلغان قان تېرىدىكى موي ۋە تەر خالتىلىرىغا يىغىلىۋېلىپ، بەدەن سىرتىغا چىقالماسلىق ھەمدە تېرىنى پاكىز تۇتماسلىقتىن پاسكىنا نەرسە ۋە جاراسىملار بىلەن بۇلغىنىش چىقىملارنىڭ مۇھىم سەۋەبلىرىدىن ئىبارەت. قان بۇزۇلمىسا ۋە تېرە پاكىز بولسا بۇ كېسەللىك پەيدا بولمايدۇ.

ئالامەتلىرى

بۇ كېسەللىك يۈز بىلەن باش تېرىسىدە كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا بويۇن، گەدەن، دۈمبە، مەيدە ۋە ساغرا قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. دەسلەپتە ئاق قوناق چوڭلۇقىدا، قىچىشىپ ئاغرىيدىغان، قىزىل ۋە قاتتىق مۇدۇرلار پەيدا بولۇپ، بىر ~ ئىككى ياكى ئۈچ كۈندىن كېيىن ئۈچى ئاقىرىپ ئېغىز ئالىدۇ. كۆپ ھاللاردا قىزىتمىسى ئۆرلەش قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك يېقىمسىزلىقلار بولمايدۇ. سانى كۆپ بولسا قىسمەن بىمارلاردا جۇغ ـ جۇغ پەيدا بولۇش، قىزىتمىسى ئازراق ئۆرلەش ۋە ئىشتىھاسى كېمىيىش قاتارلىق ئالامەتلەر پەيدا بولۇشى مۇمكىن.

چىقىملار ماددىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. ئەگەر ماددىسى ئۆتكۈر بولسا، مۇدۇرنىڭ ئۈچى تىكەنگە ئوخشاش ئۇچلۇق بولىدۇ. بۇ خىلدا ماددىنىڭ پىشىشى تېز بولۇپ، ئېغىز ئېلىپ تېز ساقىيىدۇ. شۇڭلاشقا چىقىمنىڭ بۇ خىلىغا سىرتىدىن ماددىنى پىشۇرغۇچى ۋە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورا ئىشلىتىش ھاجەتسىز. ئەگەر ماددا سۇس، بەدەندىكى تەبىئىي ھارارەت تۆۋەنرەك بولسا، چىقىمنىڭ شەكلى يۇمىلاق ياكى يالپاقراق بولۇپ، ئۈچى ئۇچلۇق بولمايدۇ. قىزىللىقمۇ سۇسراق بولىدۇ. چىقىمنىڭ بۇ

خىلدا ماددىنىڭ پىشىشى ۋە ئېغىز ئېلىشى ئاستىراق بولىدۇ. شۇڭلاشقا داۋالاشتا، ماددىنى پىشۇرۇپ ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. چىقمىنىڭ ئۇچىنچى خىلى چىيقانغا ئوخشاشراق بولۇپ، شەكلى ئەنجۇرگە ئوخشاش يۇمىلاقراق قىزغۇچ كېلىدۇ. بۇ خىلدا پۇتۇن بەدەنلىك ئالامەتلەر كۆرۈلۈشى مۇمكىن.

داۋاسى

يېمەكلىكلەردىن ئېغىر سىڭىدىغان ناچار يېمەكلىكلەر (مەسىلەن: كونا گۆش، سۇر-لىغان گۆش ۋە تۇرۇپ قالغان يېمەكلىكلەر قاتارلىقلار) نى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. ئىچىدىن غەيرىي تەبىئىي قان بىلەن سەپرانى پىشۇرغۇچى (مۇنزىچ) دورىلار بىلەن تازىلىغۇچى سۇرگە (مۇسھىللار) بېرىپ بۇزۇق قان تازىلىنىدۇ ۋە قىزىق سۇدا هوردىتىپ تېرە تۆشۈكلىرى ئېچىلىدۇ. مىجەز تۇزىلگەندىن كېيىن قانىنى تازىلايدىغان تەبىئىي سوغۇق ياكى مۆتىدىل دورىلاردىن سۇفۇپى ئىترىفىل، ئەرقى شاھتەررە قاتارلىق تەييار دورىلار بېرىلىدۇ. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلاردىن زۇپا، تاغ يالپۇزى (پۇدىنە) ۋە تۇزلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

سىرتىدىن لەيلىمقازاق ئۇرۇقى (تۇخۇمى خىتمى)، قىزىل زىغىر (بىزۇرى كاتان)، خېمىر تۇرۇچ، ئاق موم، ئەنجۇر قېقى، كۇندۇر، زەپەر ۋە زەيتۇن يېغىدىن ئېلىپ مەلھەم تەييارلاپ، سىرتىدىن سۇركىلىدۇ.

تەييارلاش: دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئەنجۇر قېقى قىيام قىلىنىدۇ. ئاق موم زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىلىدۇ. تالقان دورىلار بىلەن ئېرىتىلگەن ئاق موم ۋە ئەنجۇر قىيامىغا مۇۋاپىق مىقدارىدا زەيتۇن يېغى قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ. ئىككىنچى قېتىمدا دورا سۇركەشتىن ئىلگىرى قىزىق سۇدا هوردىتىپ تېرە تازىلىنىدۇ. يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن داۋالاپ ماددا پىشقان بولسىمۇ (يېرىڭلىغان بولسىمۇ)، لېكىن ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئالمىسا، مەلھىمى داخىلىيۇن قاتارلىق ئېغىز ئالدۇرغۇچى مەلھەم دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ياكى پاكىز ئۆتكۈر تىغ بىلەن يېرىپ ئېغىز ئالدۇرۇلسىمۇ بولىدۇ. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن جاراھەت يۇزىدە يېرىڭ ياكى زەرداب كۆپ بولسا، جاراھەت يۇزىدىكى يېرىڭ بىلەن زەردابنى پاكىز نەم پاختا (تۇز سېلىپ قاينىتىلغان سۇغا چىلانغان پاختا) بىلەن جاراھەت يۇزىنى پاكىز تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، ئۇپا، تۇتىيا، ئانار چېچىكى، موزا، خۇنسىياۋشان ۋە ئەنزىرۇتلاردىن تەييارلا-

غان تالقان دورا جاراھەت ئۇستىگە سېپىلسا، جاراھەت يۈزىنىڭ ساقىيىشىنى (ئەت ئۇندۇ-رۇشنى) تېزلىتىدۇ.

بۇ كېسەل تولىراق ياشلاردا پەيدا بولۇپ، ياز كۈنلىرى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بۇ كېسەل-لىكتىن ساقلىنىش ئۈچۈن بۇزۇلغان، ناچار ۋە تەستە سىڭىدىغان يېمەكلىكلەرنى ئىستې-مال قىلىشتىن ساقلىنىش، پات ـ پات مۇنچىغا چۈشۈپ تېرىنى پاكىز تۇتۇش، جىسما-نىي ھەرىكەتلەر بىلەن مۇڭاپىق شۇغۇللىنىش، قەۋزىيەتتىن ساقلىنىش قاتارلىق تەدبىر-لەر مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

ئاقما

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

سەۋەبى

ئاقما مۇستەقىل كېسەللىك بولماستىن، بەلكى تېرە ئاستى، ھەتتا ئىچكى ئەزالار-كى ھۆكۈنەكسىمان توقۇلما يالۇغى، يىرىڭلىق ئىششىق، چاشقان يارىسى، يىلىك يالۇ-غى ھەتتا ئىچكى كاۋاك ئەزا قاتارلىق ئورۇنلاردىكى يىرىڭلىق جاراھەتلەر تېرىدىن ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ياكى يېرىپ ئاققۇزغاندىن كېيىنكى داۋالاش مۇڭاپىق بولماسلىق، ئېغىز ئالغان ياكى يېرىپ ئاققۇزغان تۆشۈك كىچىك بولۇپ قېلىپ جاراھەت ئېغىزى بالدۇر پۈتۈپ قېلىش، يىرىڭ ئۇۋۇلىرىنىڭ قېپى بۇزۇلماي قېلىش ياكى بولمىسا جارا-ھەت ئىچىدە تىكەن ياكى تېڭىق لاتىسى قاتارلىق يات نەرسىلەر قېلىش قاتارلىق سەۋەب-لەردىن پەيدا بولىدۇ. بىراق تېبابەتتە ئېغىز ئېلىپ ياكى يېرىپ يىرىڭ ئاققۇزغاندىن كېيىن 40 كۈنگىچە ساقايمىغانلار ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ بەدەننىڭ ھەممە يېرىدە بولۇپ-مۇ مەقئەت ئەتراپى، قولتۇق، بويۇن، يىرىق قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. ئاقما ئې-غىزى، ئاقما نەيچىسى ۋە يىرىڭ خالتىسىدىن ئىبارەت ئۈچ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. ئاقما ئې-غىزى بىر ياكى بىر قانچە بولۇشى مۇمكىن. ئاقما نەيچىسى بىر ياكى بىر قانچە بولۇشى مۇمكىن ھەمدە ئۇزۇن ـ قىسقىلىقىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. يىرىڭ خالتىسىمۇ بىر ياكى بىر قانچە بولۇپ، چوڭ ـ كىچىكلىكى ھەر خىل بولۇشى مۇمكىن. بەزىدە ئاقمىنىڭ مەن-

بەسى بىر، لېكىن ئېغىزى بىر قانچە بولۇشى مۇمكىن. بۇنداق ئاقمىدىن كېلىدىغان سۇ-يۇقلۇق زەرداب بىلەن يىرىڭلارغا ئوخشاش بولىدۇ. بەزىدە ئاقمىنىڭ مەنبەسى كۆپ، ئې-غىزى بىر بولۇشى مۇمكىن. بۇنداق ئاقمىدىن كېلىدىغان زەردابنىڭ رەڭگى ھەر خىل بو-لىدۇ. ئاقما يولى بەزىدە بىرلا بولىدۇ، بەزىدە كۆپ بولىدۇ. ھەتتا بىر - بىرى بىلەن تۇتە-شىپ تور ھاسىل قىلىشى مۇمكىن.

ئالامىتى

داۋاملىق يىرىڭ بىلەن زەرداب ئېقىپ تۇرىدۇ ياكى ئاقمىنىڭ ئېغىزى بەزىدە ئېتە-لىپ قېلىپ «پۇتىدۇ»، ئاقما ئېغىزى ئېچىلىپ يىرىڭ، زەرداب ئېقىش بىلەن ئاقمىنىڭ ئېغىزى پۇتۇپ قېلىش تەكرارلىنىپ تۇرىدۇ. ئاقما ئېغىزىنىڭ چۆرىسىدە گۆش ئۇنۇپ، تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدىغان قىپقىزىل ياكى قارامتۇل قىزىل گىرۋەك ھاسىل قىلە-دۇ. ئاقمىنىڭ ئېغىزى ئوچۇق مەزگىلدە (يىرىڭ بىلەن زەرداب ئېقىۋاتقان مەزگىلدە) ئاغرىش، ئىششىش بولمايدۇ. بىراق ئاقما ئېغىزىنىڭ ئەتراپىدىكى تېرە شەلۋىرەپ ئېچە-شىشى مۇمكىن ياكى تەمرەتكە پەيدا بولۇشى مۇمكىن. ئېغىزى ئېتىلىپ قالغاندا ئىششىش ۋە ئاغرىش بولۇپ، بىر قانچە كۈنلەردىن كېيىن ئەسلىدىكى ئاقما ئېغىزى قاي-تىدىن ئېچىلىپ يىرىڭ چىقىدۇ ياكى ئەسلىي ئېغىزىغا يېقىن ياكى يىراقراق ئورۇندىن ئېغىز ئېلىپ يىرىڭ چىقىشى مۇمكىن. مۇشۇنداق ھالدا بىر قانچە يىل، ھەتتا بىر قانچە ئون يىللار داۋاملىشىشى مۇمكىن.

ئاقمىنىڭ يۇقىرىقى تۇرلىرىدىن باشقا يەنە تۆۋەندىكى تۇرلىرىمۇ ئۇچراپ تۇرىدۇ:

1) سۈيدۈك ئاقمىسى (ناسۇرى مەسانە): بۇ ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، بېسىلىش، سانجە-لىش ۋە ئوق تېگىش ياكى قىيىن تۇغۇت قاتارلىق سەۋەبلەردىن دوۋساق بىلەن ئىچكى ۋە سىرتقى سۈيدۈك يوللىرى زەخمىلىنىش، زەخمىلەنگەن ئورۇن تىكىلمەسلىك ياكى ئۇلا-ماسلىق ياكى بولمىسا تىكىش بىلەن ئۇلىنىشىنىڭ ياخشى بولماسلىقى قاتارلىق سەۋەب-لەردىن پەيدا بولىدۇ. قىسمەن ھاللاردا تۇغما كەمتۈكلۈكتىن (مەسىلەن: سۈيدۈك يولى يىرىقى) مۇ پەيدا بولىدۇ. سۈيدۈك ئاقمىسىنىڭ ئېغىزى بەزىدە ئەۋرەت قىسمى بىلەن تۇ-ۋەنكى قورساق قىسمىدا ئېچىلسا، بەزىدە ئۇچەينىڭ تۆۋەن قىسمىغا ياكى ئاياللاردا جىنسىي يولغا ئېچىلىدۇ. بۇنىڭ مۇھىم ئالامىتى بولسا، سۈيدۈكنىڭ بىر قىسمى ياكى ھەممە قىسمى ئاقمىدىن ئېقىپ چىقىدۇ. بۇنداق بىمارلار سۈيدۈك پۈراپ تۇرىدۇ ۋە تېرە شەلۋىرەپ، ھۆل تەمرەتكە پەيدا بولۇپ ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ.

2) كۆكرەك ئاقمىسى (ناسۇرى سەرد): بۇ ھەر خىل سەۋەبلەردىن كۆكرەك زەخمىلىنىشتىن كېيىن، زەخمىلەنگەن ئورۇن پۈتمەسلىك ياكى كۆكرەك بوشلۇقىدىكى يىرىڭلىق ئىششىقنىڭ بەدەن سىرتىغا ئېغىز ئېلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ.

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

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

داۋاسى

ئاقما كېسىلى كۆپ ھاللاردا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرمەسمۇ، لېكىن ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقى ئۈچۈن بىمارنى ئوڭايسىزلاندۇرۇپ، روھىي جەھەتتىن ئازابلايدۇ، بولۇپمۇ ئېغىزى ۋاقىتلىق ئېتىلىپ قالغاندا ئىششىش، قىچىشىش، ئاغرىش ۋە قىزىتمىسى ئۆرلەش ۋە ئاقما ئېغىزى ئەتراپىدىكى تېرە شەلۋەرەپ زېدىلىنىش، تەمرەتكە پەيدا بولۇپ، قىچىشىش ئارىلاش ئېچىشىپ ئاغرىش بىمارغا ئازاب كەلتۈرىدۇ. شۇڭلاشقا ئاقمىنىڭ پەيدا بولۇشىدىن قەتئىي ساقلىنىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن چىيقان، غەلۋىرەك، ھۆكۈنەك توقۇلما ياللۇغى ۋە يىرىڭلىق ئىششىقلارنى ئېغىز ئالدۇرۇپ داۋالىغاندا ياكى دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن يىرىڭ ئاققۇزغاندا كۆڭۈل قويۇپ داۋالاپ، جاراھەت ئېغىزىنىڭ جاراھەتتىن بالدۇر پۈتۈپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئىنتايىن مۇھىم، شۇنداقلا ھەر قايسى ئورۇن زەخمىلەنگەندە، بولۇپمۇ ئىچى كاۋاك ئەزالار زەخمىلەنگەندە، زەخمىلەنگەن ئورۇننى ئوبدان تىكىش كېرەك، ئۇزۇلگەن بولسا ئوبدان ئۇلاش كېرەك، ھەمدە تېڭىق ئالماشتۇرغاندا تېڭىق لاتىلىرىنىڭ جاراھەت ئىچىدە قېلىشىدىن ساقلىنىش كېرەك.

ئاقما شەكىللىنىپ بولغان بولسا، ئاقما ئېغىزىنى مۇۋاپىق كېڭەيتىپ، ئىچىدىكى يىرىڭ ـ زەرداب ۋە چىرىگەن توقۇلمىلارنى پاكىز قىرىپ، تۇز سۇيى (قايىنىتىپ سوۋۇتۇلغان ئىلمان سۇ) بىلەن پاكىز يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن، ئۇزۇم تېلىنىڭ غولىنى كۆيە

دۇرۇپ، كۆلىنى گۈلابقا ئارىلاشتۇرۇپ، ئاقما مەنبەسى بىلەن ئاقما يولى كۈندە بىر قانچە قېتىمدىن يۇيۇپ بېرىلسە، زەرداب قۇرۇپ، بوشلۇق ئاستا ـ ئاستا ساقىيىدۇ ياكى بولمىسا سۈس تۈز سۈيىگە ئازراق زەرنىخ ياكى نۆشۈدۇر قوشۇپ يۇيۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ (ياش خالتا ئاقمىسى بىلەن سۈيدۈك ۋە كۆكرەك ئاقمىلىرىدا زەرنىخ ئىشلىتىلمەيدۇ) ياكى بولمىسا زەرۇرى ئەسپەر تالقىنىنى ياخشى شارابتا ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا پاختا ياكى پاكىز داكىنى چىلاپ، كۈمۈش ياكى مىس سىم بىلەن ئاقما مەنبە بوشلۇقىغا ئىتتىرىپ كىرگۈزۈلسىمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ (زەرۇرى ئەسفەرنىڭ تەركىبىگە ئەنزىرۇت، سەبرە، خۇنسىياۋشان، كۈندۇر، زەپەر ۋە ئەپيۇنلەر كىرىدۇ). ئەنزىرۇت ئاقما مەنبەسى بىلەن ئاقما يولىدىكى چىرىگەن گۆشلەرنى تازىلايدۇ. ئەپيۇن ئاغرىق توختىتىدۇ. باشقا دورىلار زەردا-بلارنى ئازايتىپ، جاراھەتنى قۇرۇتۇش (پاكىزلاش) ۋە يېڭىدىن ئەت ئۇندۇرۇپ جاراھەت كا-ۋىكىنى پۈتتۈرۈش رولىنى ئويناىدۇ ياكى زەرۇرى ئەنزىرۇت مۇنەششىپ (تەركىبى: ئەنزى-رۇت، ئانار پوستى، موزا، زەمچە، كۆك قەغەز كۈلى، سەئىدى كۇفى ھەر بىرىدىن 30 گرام، كۆيدۇرۇلگەن مىس پوقى 15 گرام، كۈندۇر، مۇرسا‌ق، خۇنسىياۋشان ھەر بىرىدىن ئالتە گرام ئېلىپ سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ ۋە نەم داكىغا مىلەپ، ئاقما مەنبەسى بىلەن ئاقما يولىغا كىرگۈزۈلىدۇ). زەرۇرى ئەسپەر (تەركىبى: زە-ھەرسىزلەندۇرۇلگەن ئەنزىرۇت 15 گرام، تۆگىتاپان ياپرىقى ئالتە گرام، سەئىدى، زەپەر، روسۇت، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ھەر بىرى ئىككى گرامدىن، ئەپيۇن ئۇچ گرام، دورىلارنى تالقان قىلىپ ۋە نەم داكىغا مىلەپ ئاقما ئېچىگە كىرگۈزۈلىدۇ)، زەرۇرى ئەئزەم (چاچ كۈلى)، ئانارگۈلى، بۇغا مۆڭگۈز كۈلى، چىلان ياپرىقى، گىل ئەرمىنى، كۈندۇر، قەلەي ئۇپىسى، يۇيۇلغان تۇتىيا، بىر قانچە قېتىم قىزدۇرۇلغان ۋە يۇيۇلغان مەدەستان ھەر بىر-دىن ئالتە گرام، سەبرە ئۇچ گرامدىن ئېلىپ تالقان تەييارلىنىدۇ. ئىشلىتىش ئۇسۇلى يۇقىرىدىكى بىلەن ئوخشاش). زەرۇرى ئەربەئە (تەركىبى: ئەنزىرۇت، كۈندۇر، خۇنسىياۋ-شان، مۇرمەككى ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ تالقان قىلىنىدۇ. ئىشلىتىش ئۇسۇ-لى يۇقىرىقىلار بىلەن ئوخشاش) لەرمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. بۇ دورىلارنى ساقىيىش تەس بولغان باشقا جاراھەتلەرگىمۇ ئىشلىتىشكە بولىدۇ. يۇقىرىدىكى داۋالاش بىرىنچىدىن، ئۇ-زۇنراق داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئىككىنچىدىن، ئاقما ئېغىزىنىڭ بالدۇر ئېتىلىپ قېلىشىدىن ساقلىنىپ، ئاقما جاراھىتىنىڭ ئىچىدىن (ئاقما مەنبەسىدىن) سىرتىغا قاراپ ساقىيىشى-نى قولغا كەلتۈرۈش كېرەك. شۇنداق قىلغاندىلا دەستىكار ئۇسۇلىنى قوللانماي ساقايتقى-لى بولىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇل ئۇنۇم بەرمىسە، دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن يېرىپ، ئاقما يولـ-

نىڭ ئېغىزىدىن تارتىپ تاكى ئاقما يولى ۋە ئۇنىڭ مەنبەسىدىكى چىرىگەن ئۆلۈك گۆشلەر بىلەن غەيرىي گۆشلەرنى خۇددى قوغۇنىڭ سېسىقىنى ئويۇپ ئالغاندەك ئويۇپ ئېلىپ، جاراھەتنى تۇز سۇيى بىلەن پاكىز يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن، ئاۋۇال قان توختاتقۇچى ۋە ئاغرىق توختاتقۇچى تالقان دورىلارنى پاكىز نەم داكىغا سېلىپ جاراھەت ئىچىگە تىقىلىدۇ. كېيىن جاراھەتنى تازىلىغۇچى ۋە ئەت ئۇندۇرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. قان توختاتقۇچى ۋە ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلاردىن زەرۇرى ئەئزەم (يۇقىرىغا قارالسۇن)، زەرۇرى ئەرەبەئە (يۇقىرىغا قارالسۇن) ۋە زەرۇرى زەڭگەر (تەركىبى زەڭگەر توققۇز گرام، زەمچە، سۇماق، خۇنسىياۋشان ھەر بىرىدىن ئۈچ گرام، سەبرە، كۇندۇر ھەر بىرىدىن 1.5 گرام، ئەپيۇن ئۈچ گرام ئېلىپ تالقان تەييارلىنىدۇ) قاتارلىق نۇسخىلارنىڭ بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن جاراھەتنى تازىلاپ، ئەت ئۇندۇرۇپ جاراھەتنى پۈتتۈرىدىغان چارىلەر قوللىنىلىدۇ (يۇقىرىغا قارالسۇن).

تېرىنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

دانىخورەك

بۇ كېسەللىك كۆپىنچە ياشلاردا پەيدا بولىدىغان دانە ـ دانە سۇت رەڭلىك مۇدۇر بولۇپ، ئۈيغۇر تىلىدا دانىخورەك دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

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

ئالامىتى

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

داۋاسى

قان بىلەن بەلغەمنى قويۇقلاشتۇرىدىغان ۋە بۇزىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش-

دۇ. بولۇپمۇ داۋالاش مەزگىلىدە شېكەر بىلەن مايلىق يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش چەكلىنىدۇ. ئىچىدىن، خام ماددىلارنى پىشۇرىدىغان ۋە بۇزۇلغان قان بىلەن قويۇق بەلغەمنى تازىلايدىغان دورىلار بېرىلىدۇ. ماددىنى پىشۇرۇش بىلەن بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاشتىن ئىلگىرى يەرلىك ئورۇنغا دورا سۈركەش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ۋە مۇنچىغا كىرىشتىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك. بىمارنىڭ ماددىسى قويۇق بولسا، ھەببى ئايارەج پەيقىرا ياكى تۇرىۇت قاياناتمىسى بېرىشكە بولىدۇ. ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن سانا، قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابىلى ھەر قايسىسىدىن 21 گرام، تازىلانغان (ياغىچى بىلەن پوستى ئېلىۋېتىلگەن) تۇرىۇت ئالتە گرام، كاسنە ئۇرۇقى، بەدىيان، ئاقلانغان بىخسۇس ھەر بىرىدىن توققۇز گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ، بىر لىتىر سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ، سۇس ئوتتا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە پۇنۇس، خىيار شەنبەر ۋە تەرەنجىبىن ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ئېزىپ، قاينىتىما سۈيىگە سېلىپ ئېرىتىپ، قايتا سۈزگەن سۈيى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

بەدەن تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن، لۆڭگىنى قىزىق سۇغا چىلاپ، دانىخورەك بار ئورۇنغا قويۇپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ، يەرلىك ئورۇننىڭ تېرىسى قىزىدۇرۇلىدۇ ۋە دانىخورەك يۇمشىتىلىدۇ ۋە ئۇستىدىن تۆۋەندىكى دورىلارنىڭ بىر خىلى سۈركىلىدۇ:

(1) چۇچۇكبۇيىنىڭ يوپۇرمىقىنى قاينىتىپ، قىزىق پېتى تېرىپى بىلەن يەرلىك ئورۇنغا قويۇلىدۇ.

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

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

(4) زىغىر، توغرىنغۇ، ئەنجۇر، سىيادان (شۇنز) لاردىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنى تالقانلاپ ئەنجۇر قىيامىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇستىگە مۇۋاپىق مىقداردا سىركە ئارىلاشتۇرۇپ، خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

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

(6) تۆمۇرنىڭ دېتىنى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلىدۇ.

(7) سۆگەتگۈل يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

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

(9) ماددىسى ئىسسىقتىن بولغانلىرىغا يۇمغاقسۇت سۈيى، سىركە ۋە قىزىلگۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

داۋالاش جەريانىدا ھەر كۈنى ناشتىدا 50 مىللىلىتىر سىركەنجۈبلگە 50 مىللىلىتىر ھەسەل سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ بېرىلسە، ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ.

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

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

يەلتاشما

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

سەۋەبى

مىزاج تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇشتىن بەدەن جۇملىدىن تېرىدىكى ھېس قىلغۇچى (سەزگۈچى) كۈچلەرنىڭ سېزىمى مەلۇم نەرسىگە قارىتا زىيادىلىكى ئېشىپ كېتىپ، زىيادە تەسىرات (ئىنكاس) قايتۇرۇشتىن بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. سېزىمنىڭ ئېشىپ كېتىشى بىلەن غەيرىي ئىنكاسنىڭ پەيدا بولۇشى ھەققىدە بەزى ھۆكۈمالار سەپرا خىلتىنىڭ غالىبلىقى بىلەن مۇناسىۋەتلىك دەپ قارىسا، يەنە بەزى ھۆكۈمالار سۇيۇق قان خىلتى بىلەن سەپرا بىرىكىشتىن پەيدا بولىدۇ، دەپ قارايدۇ. يەنە بەزى ھۆكۈمالار يەلتاشما سەپرا، قان ۋە بەلغەم خىلتىلىرىدىن پەيدا بولغان يەللەردىن پەيدا بولىدۇ، دەپ قارايدۇ. يۇقىرىدىكى قاراشلار يەلتاشما پەيدا بولۇشتىكى ئىچكى ئامىل (سەۋەب) بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. خىل كەلمەيدىغان يېمەكلىكلەر بىلەن دورا ۋە باشقا نەرسىلەر سىرتقى ئامىل بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئۇچەي مەددە كېسىلىدىمۇ يەلتاشما پەيدا بولىدۇ. شۇنىڭدەك يەنە روھىي كەيپىياتنىڭ جىددىيلىشىشىمۇ تاشمىنى پەيدا قىلىدۇ.

ئالامىتى

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

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

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

داۋاسى

ئالدى بىلەن يەلتاشمىنى پەيدا قىلغان ئامىللارنى ئېنىقلاش كېرەك.

ئاددىي يەلتاشمىدا سەپرانى ھەيدەش مەقسىتىدە ھېلىلە، تەمرى ھىندى، خىيار شەنبەر قاتارلىق دورىلاردىن قايناتما تەييارلاپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سەپرانى تازىلىغاندىن كېيىن سوۋۇتقۇچى ۋە ھۆللەشتۇرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ ھەمدە ئانار شەربىتى، شەربىتى ئەفسەنتىن، قارىئۆرۈك سۈيى، قۇرسى كافۇر قاتارلىق دورىلارنى بېرىشكە بولىدۇ.

مۇرەككەپ يەلتاشمىدا قانىنى تازىلىغۇچى ۋە سەپرانى ھەيدىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى دورىلارنىڭ مەنپەئىتى كۆرۈلمىسە، ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلە-

تىلىدۇ. سىرتىدىن گۈلاب، سىركە، گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، سىرتىدىن سۈركىلىدۇ ياكى پاقىيوپۈرمىقى، پالەك ۋە ئوسۇكىنى يانجىپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈركىلىدۇ. بەلغەمدىن بولغان يەلتاشمىغا مەتبۇخى ھېلىلىگە تۇربۇت قوشۇپ يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ. ھەسەل بىلەن تەييارلانغان سىركىنى جۈئىلنى ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈش پايدىلىق، سىرتىدىن تېرە قېچىشنى پەسەيتىدىغان دورىلارنى بېرىشكە بولىدۇ.

قىچىشما (ئەسۈىلىك قىچىشىش كېسىلى)

بۇ، تېرىدە قىچىشىدىغان لېكىن سۈلاشمايدىغان مۇدۇر (ئەسۈە) پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ، خەلق تىلىدا قىچىشما ياكى قۇرۇق قىچىشىش دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

يەرلىك تېرە ياكى پۈتۈن بەدەندىكى خىلىتلاردىن پەيدا بولغان بۇس (بۇخارات) لارنىڭ بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەي، تېرە ئاستىغا يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك ھەممە ياشتىكىلەردە بولۇپمۇ بالىلار بىلەن ياشانغانلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ياشانغانلاردا ئۇچرايدىغىنى كۆپرەك شور بەلغەمنىڭ تېرىدە ئورۇنلىشىۋېلىشىدىن پەيدا بولىدۇ. يەنى ئادەملەر ياشانغاندا ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۇەت ئاجىزلىغاندا شور بەلغەم كۆپىيىدۇ. بالىلاردىكىسى ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۇەت قاتارلىق قۇۋۇەتلەر بىلەن ئەزالارنىڭ يېتىلىشى تېخى مۇكەممەللىشىپ كەتمىگەنلىكى بىلەنمۇ مۇناسىۋەتلىك بولۇشى مۇمكىن. تۇزلىغان بېلىق بىلەن تۇزلىغان گۆش قاتارلىق تەستە سىڭىدىغان يېمەكلىكلەر شور بەلغەمنىڭ غالىب كېلىشىدە مۇھىم ئامىللارنىڭ بىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ، شۇنداقلا ئەسۈىلىك قىچىشىش كېسىلى قان كۆپەيتىدىغان يېمەكلىكلەر بىلەن دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، تېرىنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلماسلىق (كەم يۇيۇنۇش) قاتارلىق سەۋەبلەر بىلەنمۇ مۇناسىۋەتلىك.

ئالامىتى

تېرىدە قىزغۇچ چاچما خاراكتېرلىك ئۇششاق قۇرۇق مۇدۇرلار پەيدا بولۇپ قىچىشى

دۇ. دائىرىسى بىرقەدەر كەڭرەك بولىدۇ. قاشلىغاندا زەردار چىقمايدۇ. قاتتىق قاشلىغاندا مۇدۇر بىلەن تېرە زەخىملىنىشتىن قان چىقىشى مۇمكىن، بۇ كۆپىنچە دۇمبە، بەل، قورساق، ساغرا، سان، پاچاق ۋە يۇقىرى مۇچە بىلەكلەردە كۆپ ئۇچراشتىن سىرت ئەۋرەتتىمۇ ئۇچرايدۇ. مىجەز بۇزۇلغاندا پەيدا بولۇپ، مىجەز تۇزەلگەندە ئۆزلۇكىدىن ياخشى بولۇپ كېتىدۇ. بۇ كېسەللىكنى قوتۇردىن پەرقلەندۇرۇش كېرەك. قوتۇر كۆپ ھاللاردا قول بارماقلىرىنىڭ دۇمبە قىسمى، بىلەك ئالدى، ئوك ۋە سول تۆۋەنكى قورساق يىرىق قىسمى قاتارلىق ئورۇندا كۆپ پەيدا بولىدىغان بولۇپ، قىزىل مۇدۇرلار ئەسۋىگە ئوخشاش سىزىقنى بويلاپ دائىرىلىك تارقىلىدۇ. قاشلىغاندا سۇلىشىدۇ. ئەسۋىلىك قىچىشىش كېسىلىدە (قىچىشما) مۇدۇرنىڭ پەيدا بولۇش دائىرىسى كەڭ، رەتسىز، چاچما ھالەتتە پەيدا بولىدۇ، قاشلىغاندا كۆپ ھاللاردا زەردار سۇ چىقمايدۇ.

داۋاسى

بىمارنىڭ غەيرىي تەبئىي خىلىت تېپىنى ئېنىقلاپ، شۇ خىلىتنىڭ ماددىنى پىشۇرغۇچى (مۇنزىج) بىلەن تازىلىغۇچىسىنى (سۇرگە) بېرىپ مىزاج تەڭشىلىدۇ. بىمارغا بېرىلىدىغان غىزالار تەڭشىلىدۇ. لازا، ئاچچىقسۇ ۋە باشقا غىدىقلايدىغان چۇچۇمەل يېمەكلىكلەر چەكلىنىدۇ ۋە پات ـ پات مۇنچىغا چۈشۈشكە بۇيرۇلىدۇ. ماددىنى سۇيۇلدۇرۇش ۋە قويۇقلۇقنى تەڭشەش مەقسىتىدە مائۇلجەبىن، ئەفتىمۇن، ئۇستۇقۇددۇس ھەر بىرىدىن 33 گرام، ھېلىلە پوستى 66 گرام، شاھتەررە، گاۋزىبان، بىستىپايەج، سانا، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 16 گرام، غارىقۇن، تۇربۇت ھەر بىرىدىن ئالتە گرام، سىركە 265 مىللىلىتىر، ئۆچكە سۈتى 400 مىللىلىتىر، شېكەر 33 گرام، تەرەنجىبىن 66 گرام، بادام مېغىزى 33 گرام. ئەفتىمۇن بىلەن تەرەنجىبىن ۋە ئۇستۇقۇددۇستىن باشقىلىرىنى سىركە بىلەن 1.5 لىتىر قايناق سۇغا چىلاپ، ئەتىسى ئەفتىمۇن (خالتىغا قاچىلاپ) بىلەن ئۇستۇقۇددۇسنى ئېرىتىپ، سۇزۇلگەن تەرەنجىبىننى قوشۇپ يېرىمى قالغۇچە سۇس ئوتتا قايناتىپ، سۇزۇۋېلىنغان سۇيىقە شېكەر، تەرەنجىبىن ۋە ئۆچكە سۈتىنى قۇيۇپ بىرلا قايناتىپ ئېلىپ، ئۇنىڭغا ئېزىلگەن بادام مېغىزىنى قوشۇپ تەييارلاپ، كۈندە بىر ياكى ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالىدىن (بالىلارنىڭ يېشىغا قاراپ مىقدارى كېمەيتىلىدۇ) ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا ئىچىدىن تۆۋەندىكى دورىلار بېرىلىدۇ: سىرىق ھېلىلە، بەلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، ئاقلانغان ئامىلە 33 گرامدىن، ئۇرۇقسىز قۇرۇق ئۇزۇم، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 16 گرام، تۇربۇت 13 گرام، خىيار شەنبەر 23 گرام، بادام

يېغى تۆت مىللىتتىر. خىيار شەنبەر، تەمرى ھىندى ۋە تەرەنجىبىنىنى ئايرىم بىر قاچىغا سېلىپ، ئۈستىگە قاينىق سۇ قۇيۇپ دۇملەپ قويۇلىدۇ. قالغان دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئىككى لىتىر قاينىق سۇغا چىلاپ بىر كېچە دۇملەپ، ئەتىسى سۈس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە دۇملەپ قويۇلغان دورىلارنىڭ تەمى چىققان سۈيىنى قوشۇپ بىرلا قاينىتىپ ئېلىپ، ئۈستىگە بادام يېغى قوشۇلىدۇ. پۈتۈن دورىنى ئۈچكە بۆلۈپ، بىر كۈندىلا ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ. بالىلاردا يېشىغا قاراپ مىقدارى كېمەيتىلىدۇ. 12 ياشتىن يۇقىرى بىمارلارغا ھېلىلە، خىيار شەنبەر، بەدىيان سۈيى ۋە تۈخۇمى خىرىپلەرنىڭ شىرىسى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ:

(1) ئەگەر كېسەللىك بەدەن تېرىسىدە بولسا، گۈل يېغى بىلەن سىركىنى ئارىلاشتۇرۇپ كېسەللەنگەن ئورۇن ياغلاپ بېرىلىدۇ ياكى بۆرە ئەرمىنى، تۈخۇمى ھەنزەل ھەر بىرىدىن ئۈچ گرام، قىزىل سەندەل ئالتە گرام، سانادىن بەش گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سىركە بىلەن گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ ياكى بولمىسا كۆك كەرەپشە (كەرەپشە) سۈيىگە گۈل يېغى، سىركە ۋە ئازراق توغرىغا قوشۇپ بەدەنگە سۈركىلىدۇ.

(2) ئەگەر كېسەللىك سىرتقى جىنسىي ئەزادا بولسا ئاقاقىيا، مامىشا ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، سەبرە يېرىم ھەسسە، نۆشادۇر 1/4 ھەسسە، بۇغداي كراخمالى ھەممە دورىلار مىقدارىنىڭ تەڭ باراۋەردىن ئېلىپ، بۇلارنى گۈل يېغى ۋە سىركىگە قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ ياكى بولمىسا شۇمشا بىلەن زىغىردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، ئۇنى يۇمشاق ئېزىپ ئۈچ ھەسسە ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، پاختا ياكى داكىنى دورىغا نەمدەپ چېپىلىدۇ.

(3) ئەگەر كېسەللىك مەقئەت ئەتراپىدا بولسا، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ۋە قەتران ھەر بىرىدىن ئالتە گرام، سېمىز ئوت ئۇرۇقى (تۈخۇمى خىرپە) دىن 4.5 گرام، يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ ياكى سېمىز ئوت ئۇرۇقى بىلەن زىغىر ئۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن قاينىتىپ چاپسىمۇ بولىدۇ.

(4) ئەگەر قولدا بولسا گۈل يېغى، سىركە ۋە كەرەپشە (كەرەپشە) سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ.

(5) ئەگەر كېسەللىك كىچىك بالىلاردا بولۇپ ئالتە ئايلىقتىن يۇقىرى بولسا، قىزىل گۈل، بىنەپشە، نىلۇپەر، ئاقلانغان ئارپا قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ چالا سوقۇپ، سۇغا سېلىپ قاينىتىلغان سۈيىگە مايى ئارىلاشتۇرۇپ بەدىنى يۇيۇپ بېرىلىدۇ ياكى سۇركەپ بېرىلىدۇ. ئىچىشكە مەتبۇخى ھېلىلە، مەتبۇخى شاھتەررىگە سىركەنجۇبىل

قوشۇپ بېرىلىدۇ (بۇنى چوڭلارغىمۇ بېرىشكە بولىدۇ). ئەمچەكتىكى بالىلارغا سۈرگە بېرىشكە توغرا كەلسە، ئېمىتىۋاتقان ئانىغا بەرسە، دورا تەركىبى ئانا سۈتى ئارقىلىق بۆۋاقىقا تەسىر كۆرسىتىدۇ.

چالاش كېسىلى

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

سەۋەبى

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

غەيرىي تەبىئىي سەۋدا بىلەن قانىنىڭ قوشۇلۇشىدىن پەيدا بولىدۇ. ئۆزۈقلىنىش بىلەن ھەزىمنىڭ ناچارلىقى مۇھىم ئامىل بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. بۇ كېسەللىك قىش ۋە ئەتىيازدا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ ۋە قايتىلايدۇ. ياز ۋە كۈز پەسىللەردە ياخشىلىنىدۇ ياكى ساقىيىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

ئاۋۋال قول بېغىشىدىن تۆۆەن بولغان قول دۈمبىسى، بويۇن كۆكرەكنىڭ ئېچىلىپ تۇرىدىغان قىسمى، گەدەن قاتارلىق ئورۇنلارنىڭ تېرىسى ئىلگىرى - كېيىن بولۇپ قوڭۇر قىزىل تۈسنى ئېلىپ، ساق تېرە بىلەن بولغان چېگرىسى ئېنىق بولىدۇ، كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ تېرىسى قېچىشىدۇ - دە، تەدرىجىي قېتىشىپ قاسىراقلىشىپ قېلىنلىشىدۇ. بۇ كېسەلنىڭ يەنە بىر ئالاھىدىلىكى شۇكى، كېسەلنىڭ بۇرۇن ئۈستى قىزارغان كېپەكلىشىدىغان بولىدۇ ھەمدە رەڭگى تەدرىجىي قېنىقلىشىپ قارىغا مايىللىشىدۇ. شۇڭا بەزىلەر «قارا تەمرەتكە» دەپمۇ ئاتايدۇ. ئېغىرلاشقاندا ياكى كۆپ قېتىم تەكرارلانغاندا ئىچ سۈرۈش، قورسىقى ئاغرىش، ئۇيقۇسىزلىق، خىيالپەرەسلىك، ھەر خىل ئويلارنى قىلىش، يامان خىياللاردا بولۇش، جۆيلۈش، روھىي جەھەتتىن جىددىيلىشىش، ئېسىنى

بىلەلمەسلىك قاتارلىق روھىي كېسەللىكلەرگە ئوخشاپ كېتىدىغان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. چالاش كېسىلىنىڭ تەرەققىياتى ئۇچ باسقۇچقا بۆلۈنىدۇ. بىرىنچى باسقۇچتا كېسەللىك زەخمىلىنىشى تېرە بىلەنلا چەكلىنىپ قالماي، بەلكى ئېغىز ئىچى شىللىق پەردىسى بىلەن تىل قىزىرىپ ئىششىيدۇ ۋە ئېچىشىدۇ. كەم ماغدۇرلۇق، چارچاش، ئىشتىھاسىزلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۇ خىلىنى داۋالاش ئاسانراق، ئىككىنچى باسقۇچتا كېسەللىك بىلەن زەخمىلىنىش تېرىدىن ئۆتۈپ گۆشكە ئازراق تەسىر كۆرسىتىدۇ. تېرىنىڭ رەڭگى قېنىق قىزىل ياكى قوڭۇر قىزىل تۈسنى ئالىدۇ ۋە ئىچ سۇرۇش پەيدا بولىدۇ. ئۇچىنچى باسقۇچتا كېسەللىك زەخمىلىنىش گۆش قاتلىمىغىچە يېتىپ بارىدۇ. زەخمىلەنگەن تېرە قارامتۇل تۈسنى ئېلىپ، روھىي جەھەتتىكى ئالامەتلەر روشەن كۆرۈلۈشكە باشلايدۇ.

داۋاسى

بىمارغا گۆشلۈك، مايلىق، ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. يەيدىغان نېنى بىلەن ئاش ـ تامىقى كېپەكلىك بۇغداي ئۇنى، پۇرچاق ئۇنى بولۇشى كېرەك. تۇخۇم چالا پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ. قىش، ئەتىيازدا قۇرۇق مېۋىلەرنى مۇۋاپىق ئىستېمال قىلىشقا بۇيرۇلىدۇ ۋە مائۇللەھمى (گۆش سۈيى) بېرىلىدۇ. تەييارلاش ئۇسۇلى: ياغلىرى ئېلىۋېتىلگەن پاقلان گۆشىنى قىيما قىلىپ، داكىدىن ياسالغان خالتىغا سېلىپ پاكىز داسقا قويۇلىدۇ. ئۇستىگە ئاز ـ ئازدىن ئىلمان سۇ قۇيۇپ، قول بىلەن مىجىلىدۇ ۋە چىققان سۈيىنى ئايرىم قاچىغا قۇيۇپ تاكى گۆش ئاقىرىپ گۆش تەمى قالغۇچە تەكرار مىجىلىدۇ. يىغىلغان گۆش سۈيى كىچىك داڭقان ياكى قازانغا قۇيۇپ سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ. قايناشتىن بۇرۇن كۆپۈكى ئېلىۋېتىلىدۇ. كۆپ قاينىتىش ھاجەتسىز. بىر ~ ئىككىلا قاينىپ ئۆرلىتىش كۈپايە قىلىدۇ. بىمارنىڭ ماددىسى بىلەن مىجەزىگە قاراپ تۇز، قۇرۇتۇلغان يۇمغاقسۇت، زىرە، پىننە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل خېلى بىر مەزگىل داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

تامىقىغا قاپاق، يۇمغاقسۇت، پالەك سېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بادام يېغى بولسا، تامىقىغا بادام يېغى قوشۇلسىمۇ بولىدۇ. بىمارنىڭ ماددىسىنى ئېنىقلاپ، شۇ ماددىنىڭ پىشۇرغۇچىسى بىلەن سۇرگىسى بېرىلىدۇ. سۇرۇش ئۇچۇن كۆپەرەك مېتبۇخى ئەفتىمۇنغا مائۇلجەبىن قوشۇپ بېرىلىدۇ. مېتبۇخى ئەفتىمۇننىڭ تەييارلىنىشى تۆۋەندىكىچە: سېرىق ھېلىلە، بەلىلە، كابىلە ھېلىلە پوستى ھەر بىرى 46 گرام، قارا ھېلىلە 23

گرام، ئامىلە، سۇمبۇل، ئۇستقۇددۇس، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 16 گرام، بېھى قېقى، كا-سىنە ئۇرۇقى، گاۋزىبان، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، خىيار شەنبەر ھەر بىرى 33 گرام، زىرىخ، بادام مېغىزى، تەرەنجىبىن ھەر بىرىدىن 132 گرام، ئاق سەندەل، ئۆشنە، لاچىندانە 10 گرام، قەلەمپۇر، دارچىن ھەر بىرىدىن ئالتە گرام، بىستىپايەج 13 گرام، شاھتەررە 3.3 گرام، سىركە 66 مىللىلىتىر، شېكەر 500 گرام، بىدىمشكى ئەرقى، گاۋزىبان ئەرقى، بادرەنجى بۇيا ئەرقى. دورىلارنى چالا سوقۇپ، سىركە بىلەن ئەرەقلەرگە بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى ئۇچ لىتىر سۇ قوشۇپ يېرىمى قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈ-زۈلگەن سۇيىگە شېكەرنى سېلىپ ئازراق قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 40 ~ 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. مائۇلجەبىنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ئەفتىمۇن، ئۇستقۇددۇس، بادام مېغىزى، شېكەر ھەر بىرىدىن 33 گرام، ھې-لىلە پوستى، تەرەنجىبىن ھەر بىرىدىن 66 گرام، شاھتەررە، گاۋزىبان، بىستىپايەج، سانا، بادرەنجى بۇيا ھەر بىرىدىن 16.5 گرام، غارىقۇن، تۇربۇت ھەر بىرىدىن يەتتە گرام، سىركە 265 مىللىلىتىر، ئۆچكە سۈتى 400 مىللىلىتىر، ئەفتىمۇن بىلەن ئۇستقۇددۇستىن باشقىلىرىنى سىركە بىلەن 1.5 لىتىر سۇغا چىلاپ، بىر كېچە قويغاندىن كېيىن، ئەتە-سى ئۇستىگە خالتىغا سېلىنغان ئەفتىمۇن بىلەن ئۇستقۇددۇسنى سېلىپ يېرىمى قالغۇ-چە سۇس ئوتتا قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيىگە شېكەر ۋە ئېرىتىلگەن تەرەنجە-بىن سۇيى ۋە سۈتنى قوشۇپ ئازراقلا قاينىتىپ، ئۇستىگە يۇمشاق ئېزىلگەن بادام مېغە-زىنى سېلىپ تەييارلىنىدۇ. كۇندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 1 ~ 2 پىيالىدىن ئىچىش-كە بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتە كېسەللىك باسقۇچىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەرخىل بولىدۇ. مەسىلەن: بىرىنچى باسقۇچتا بۇغداي يېغى، توخۇ يېغى، موم يېغى، يۇ-مۇغاقسۇت ۋە سەبرىلەرنى يالغۇز ياكى بىرلەشتۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ ياكى ئاچچىق ئۆرۈك يېلىمى ياكى ھېلىلىنى سىركىگە قوشۇپ چېچىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. ئىككىنچى باسقۇچتا تېرىگە زۇلۇك قويۇش ئارقىلىق ئوشۇق، كۇندۇش، زەرچىۋە ۋە قەردمانەلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سىركە بىلەن سۈيۇلدۇ-رۇپ تېرىگە چېپىلىدۇ. ئۇچىنچى باسقۇچتا ئىككىنچى باسقۇچتا سىرتىدىن سۈركىلىدە-غان دورىلارنى سىرتىدىن سۈركەش بىلەن بىرگە بىمارغا مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مائۇلجە-بىن قوشۇپ بېرىلىدۇ. سىرتىدىن مەلھىمى ئىسپىداج بېرىش بىلەن بىرگە بەدەننى قۇۋ-ۋەتلەندۈرۈش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ. مەلھىمى ئىسپىداجنىڭ تەركىبى بىلەن تەييار-لىنىشى تۆۋەندىكىچە: ئۇپا 16 گرام، ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 16 مىللىلىتىر.

ئاۋۋال مېتال قاچىغا مومنى سېلىپ ئوتتا قويۇپ، ئاق مومنى ئېرىتكەندىن كېيىن، ئۈستىگە گۈل يېغىنى قوشۇپ ئوتنى توختىتىپ، ئۈستىگە ئۈپىنى قويۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر كەپپىياتنى سوغۇق قىلىشقا توغرا كەلسە، ئۈستىگە 1.5 گرام كافۇر قوشۇلىدۇ. بۇغداي يېغىنى چىقىرىش ئۈسۈلى مۇنداق بولىدۇ. ئاق بۇغدايدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، داسقا سېلىنغان تاشتۇز ئۈستىگە يېيىپ، ئۈستىگە بۇغداي يېيىتىلغان تاش بىلەن تەڭ كېلىدىغان تۆمۈر تاختاينى ئوتتا قىزدۇرۇپ، يېيىتىلغان بۇغداي ئۈستىگە قويۇپ تۆپىگە ئېغىر تاش قويۇپ باستۇرۇلىدۇ. تاشنىڭ ئەتراپىدىن چىققان بۇغداي يېغى داسقا چۈشىدۇ. بۇ ياغنى يىغىۋېلىپ پاكىز قاچىغا قاچىلاپ ئۈتتۈرلۈق ئىشلىتىلىدۇ. بۇغداي يېغى باشقا تەمرەتكىلەرگىمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا تۆۋەندىكى نۇسخىمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ: توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى، كالا يىلىكى ھەر بىرى 132 گرامدىن، ئاق موم، زىغىر، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 33 گرامدىن، كۇنجۇت يېغى 132 مىللىلىتىر، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر، ئىسپىغۇل، بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرى 33 گرامدىن، كەتىرا، نىشاستە ھەر بىرى ئالتە گرامدىن ئېلىنىدۇ. ئالدى بىلەن زىغىر، ئىسپىغۇل، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە شۇمشىلارنى سۇغا چىلاپ شىرىسى (لوئابى) چىقىرىلىدۇ. كەتىرانى سوقۇپ نىشاستە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. ياغلارنى تۆمۈر قاچىدا قىزىتىپ ئېرىتكەندىن كېيىن، ئۈستىگە ئاق مومنى سېلىپ ئېرىتىلىدۇ ۋە بۇنىڭ ئۈستىگە لوئابلارنى قۇيۇپ، لوئابنىڭ سۇيى تۇگىگۈچە قىزدۇرۇپ، ئۈستىگە سوقۇلغان دورا تالقانلىرىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

چاچراتقۇ

بۇ، كۆپ ئۇچرايدىغان نوقۇت چوڭلۇقىدىكى چاچراتما خاراكتېرلىك سۇلۇق قاپارتما بولۇپ، خەلق تىلىدا «چاچراتما» ياكى «ئاقئانام» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ غەيرىي تەبىئىي سەپرانىڭ قانغا ئارىلىشىشىدىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، يەككە چاچراتقۇ كۆپرەك بالىلاردا ئۇچرايدۇ. تاسمىسمان چاچراتقۇ كۆپرەك چوڭلاردا ئۇچرايدۇ. بۇ كېسەللىك بولۇپمۇ يەككە چاچراتقۇ بىر بىمارىدىن ئىككىنچى بىمارغا يۇقۇشتىن

سىرت ئۆزىدىن ئۆزىگە يۇقىدۇ. يەنى بەدەننىڭ بىر ئورنىدا پەيدا بولغان بولسا، جاراھەتنى تاتىلىغان قول بىلەن ئىككىنچى ئورۇندىكى تېرىنى تاتىلاشتىن ئىككىنچى ئورۇندا كېسەللىك پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

يەككە چاچرانتقۇدا بەدەن تېرىسىدە ئايرىم - ئايرىم نوقۇت ياكى ئۇنىڭدىن چوڭراق چوڭلۇقتا قاپارتقۇ پەيدا بولۇپ، قاپارتقۇ ئىچىدە سارغۇچ سۇيۇقلۇق بولىدۇ. مەزكۇر سۇيۇقلۇق تەگكەنلا يەردە يېڭىدىن قاپارتقۇ پەيدا بولىدۇ. بىر قانچە كۈندىن كېيىن قاپارتقۇ قېپى قېتىشىپ تۆكۈلگەندىن كېيىن ساقىيىدۇ. بىراق چاچرانتقۇنىڭ سانى قانچە كۆپ بولسا، بىمارنىڭ قىزىتمىسى شۇنچە ئۆرلەپ ئىشتىهاسى كېمىيىپ روھىي هالىتى پەسلەيدۇ. قاپارتمىنىڭ ئېچىشىپ قىچىشىدىن بىمار بىئارام بولىدۇ. تاسمىسمان قاپارتقۇدا قاپارتقۇ ئاق قوناق ياكى ئاق قوناقتىنمۇ ئۇششاقراق بولۇپ ياكى دۈمبىدىن بىقىنىي بويلاپ، قورساق ياكى كۆكرەككىچە تاسمىسمان يامرايدۇ ۋە قاپارتمىلار بىر - بىرىگە يېقىن بولۇپ، قاپارتما ئىچىدە سارغۇچ زەرداب بولىدۇ. قاتتىق ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. قىزىتمىسى يۇقىرىلاپ ئىشتىهاسى كېمىيىدۇ. روھىي هالىتى سۇسلىشىدۇ. نەپەسلىنىشى بىلەن تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىدۇ. دىققەت قىلىنمىسا هەر ئىككى خىلى يۇقۇملىنىپ يىرىڭ هاسىل قىلىدۇ ۋە پۈتۈن بەدەنلىك كېسەللىك ئالامىتى ئېغىر بولىدۇ.

داۋاسى

غىدىقلىغۇچى ئاچچىق سۇ ۋە مۇچ قاتارلىق يېمەك - ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش چەكلىنىدۇ. سەپرانى سۇرگۈچى مەتبۇخلاردىن مەتبۇخى هېلىلە، مەتبۇخى خىيار شەنبەر ياكى مەتبۇخى ئۇنناپ قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلى بېرىلىدۇ. قاننى تازىلاش ئۈچۈن ئانار شەربىتى، چىلان شەربىتى ۋە تەمرى هىندىنىڭ چىلانما سۇيى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىركە بىلەن پىشۇرۇلغان ماش بىلەن چىلان بېرىلسىمۇ بولىدۇ. پاكىز يېڭە بىلەن قاپارتقۇنىڭ قېپىنى بۇزۇپ، قاپارتقۇ سۇيىنى چىقىرىۋېتىپ، ئەتنىڭ ئۈستىگە زەرچۇە، خېنە، قىزىلگۈل هەر بىرىدىن 13 گرامدىن، زەپەر، كافۇر 1.5 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تالقانلاپ، گۈلاب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ ياكى مەلھىمى ئىسپىداج (ئۈپا 16 گرام، ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 16 مىللىلىتىر ئېلىپ، ئېرىتىل-

گەن مومنىڭ ئۇستىگە گۇل يېغى بىلەن ئۇپا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ) سۈركىلىدۇ ياكى بولمىسا تۇتىيا، مەدەستان، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز كۈمۈش ئىقلىمىياسى، مىس سۇيى، مىس ئۇپىسى، مامىرانچىنلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، تالقان پېتى جاراھەتكە سېپىلىدۇ ياكى هاراق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە سۈركىلىدۇ. ئەگەر قىزىتمىسى يۇقىرى بولسا، قىزىتمىنى چۈشۈرگۈچى شەربەتلەر بىلەن مەتبۇخلاردىن بىر خىلى بېرىلىدۇ.

گۆشخور چاقا

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

سەۋەبى

غەيرىي تەبىئىي قان بىلەن سەپرا ئاساسىدا ئوفۇنەتلىنىش (بۇلغىنىش ياكى يۇقۇملىنىش) تىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، ئېغىزنى پاكىز تۇتماسلىق، بولۇپمۇ بالىلاردىكى قىزىل، زاتىل، تولغاق ۋە كېزىك قاتارلىق كېسەللىكلەردە ئېغىزنى پاكىز تۇتماسلىق، بەدەن زەئىپلىشىش، ئوزۇقلىنىشنىڭ ناچارلىقى قاتارلىقلار بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇهىم ئامىل بولىدۇ. بۇ كېسەل بىلەن چوڭلارمۇ ئاغرىيدۇ.

ئالامىتى

كېسەللىكنىڭ باشلىنىشى بىلەن تەرەققىياتى بەك تېز بولۇپ، ئاۋۋال قوۋۇزنىڭ ئېغىز بوشلۇقى ئىچىدە يىرىڭلىق ئىششىق، قارامتۇلراق مۇدۇرلار پەيدا بولۇپ، تېزلا ئۆزارا بىرلىشىش بىلەن ئاستىغا قاراپ ئۇيۇلۇپ، توقۇلمىلارنى چىرىتىدۇ ۋە ئەتراپقا تېزلا كېڭىيىپ، قوۋۇز گۆشلىرى بىلەن چىش مىلىكلىرى چىرىپ هالاك بولىدۇ. چىش يىلتىزى ئېچىلىپ قالىدۇ. ئېغىزى سېسىق پۇرايدۇ. قىزىتمىسى تېزلا ئۆرلەپ ئىشتىهاسى تۇتۇلىدۇ. كۆڭلى ئىلىشىپ قۇسىدۇ. ئۇيقۇسى ناچارلىشىدۇ. چاياپ يۇتۇش قىيىنلىشىدۇ. يېگەن تاماق بىلەن ئىچكەن سۇ سىرتقا ئېقىپ چىقىدۇ. بەزىدە چىشلار بوشاپ

چۇشۇپ كېتىشى مۇمكىن. بۇ كېسەللىك بەزىدە تېرىدىمۇ پەيدا بولىدۇ. ئېغىرلىرىدا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ.

داۋاسى

بىمارغا دەرھال سەپرانى سۈرگۈچى ۋە قانىنى تازىلىغۇچى مەتبۇخلار بېرىلىدۇ ھەمدە ھەببى جەدۋار، ئەرقى شاھتەررە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا ئەھۋالغا قاراپ تۆۋەندىكى داۋالاش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ:

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

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

(2) بۇزۇق ھۆللۈكنىڭ كېسەللىك بار ئورۇنغا داۋاملىق قۇيۇلۇشىنى توسۇش مەقسىتىدە گىل ئەرمىنىنى سىركىدە ئېزىپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ. ھەر قېتىم بۇ دورىنى چېپىشتىن بۇرۇن ئالدىنقى ئۇسۇل بىلەن جاراھەت يۇزى تازىلىنىدۇ.

(3) چىرىگەن گۆشلەرنى بوشىتىپ چۇشۇرۇش ۋە يېڭىدىن گۆش ئوندۇرۇش مەقسىتىدە چەلەڭنى پىشۇرۇپ سوقۇپ، كالا يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ جاراھەتكە سۈركىلىدۇ.

(4) گۆش ئوندۇرۇش مەقسىتىدە جاراھەتكە سۇفۇپى سۇنۇن سۈركىلىدۇ. تەركىبى: كۆيدۇرۇلگەن كۆكتاش، موزا ھەر بىرىدىن 66 گرام، بۇجغۇن 132 گرام، زەمچە 50 گرام، قىزىلگۇل 33 گرام، ئانار پوستى 265 گرام. يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئارىلاشتۇرۇپ، تالقان تەييارلاپ جاراھەتكە سېپىلىدۇ (قەغەز نو بىلەن پۈركەش ئارقىلىق سېپىلىدۇ).

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

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

(7) قىزىل ۋە سېرىق زەرنىخ ھەر بىرىدىن 1.8 گرام، مۇرمەككى 13 گرام، سۇ تەگمىگەن ھاك 26 گرام، كۆيدۇرۇلگەن زەمچە 20 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ

ئۇزۇم سىركىسى بىلەن ھۆللەپ توقاچ قىلىپ، قۇرۇتۇپ سوقۇپ جاراھەتكە سېپىلىدۇ.

ياتاق يارىسى

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

سەۋەبى

كېزىك، پالەچ، سۈنۈق ياكى سۆڭەك كېسەللىكى قاتارلىق ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغان كېسەللىكلەردە بېسىپ ياتقان قىسمى بولۇپمۇ تۇغرا، ساغرا، تاغاق ۋە تاپان قاتارلىق سۆڭەك پۇلتىيىپ تۇرىدىغان ئورۇنلارنىڭ تېرىسى ئۇزۇن ۋاقىت بېسىلىشتىن يېڭى قان بىلەن ئوزۇقلۇق ماددىلار تولۇق يېتىپ كېلەلمەسلىك ۋە تۆتىنچى ھەزىمدىن ھاسىل بولغان زىيانلىق قالدۇق ماددىلار كۆك تومۇر قېنى ئارقىلىق چىقىرىش ئەزالىرىغا يېتىپ بارالماسلىقتىن، بېسىلغان تېرە زېدىلىنىپ ياتاق يارىسىنى پەيدا قىلىدۇ.

ئالامىتى

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

داۋاسى

ياتاق يارىسى ئاسان ساقايمايدىغان، بىمارنىڭ ئازابىنى ئاشۇرۇۋېتىدىغان، ھەتتا ئەسلىي كېسەلنى ئېغىرلاشتۇرۇپ، ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدىغان كېسەللىك بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئىنتايىن مۇھىم. بۇنىڭ ئۈچۈن بىمارنىڭ ئاستىغا قېلىن

راق كۆرپە سېلىش بىلەن بىرگە كىرلىكلەرنى ۋاقتى - ۋاقتىدا يەڭگۈشلەپ، كۈندە بىر قانچە قېتىم تۆشەك بىلەن كىرلىكنىڭ پۈرلىشىپ قالغان جايلىرىنى تۈزەشتۈرۈش كېرەك ھەمدە 2 ~ 3 كۈندە بىر قېتىم كۆرپىلەرنى ئاپتاپقا سېلىپ تۇرۇش كېرەك. كۆپ تەرلەيدىغان ياكى ئورنىدا چوڭ - كىچىك تەرەت قىلىدىغان بىمارلاردا، جۈملىدىن چوڭ - كىچىك تەرتىنى باشقۇرالمايدىغان بىمارلاردا نەملىكنى كۆرپىگە ئۆتكۈزمەيدىغان چارە- لەرنى قىلىش كېرەك. بولۇپمۇ چوڭ - كىچىك تەرتىنى باشقۇرالمايدىغان بىمارلارنى چاپى (كارىۋات) دا ياتقۇزۇپ، چاپىنىنىڭ ئوتتۇرىسىدىن تۆشۈك ئېچىپ، چوڭ - كىچىك تەرەتنىڭ تۆشەكنى نەم قىلمۇېتىشىدىن ساقلىنىش كېرەك، شۇنداقلا ئورۇن تۈتۈپ ياتقان بىمارلارنى كۈندۈز ۋە كېچىدە بولسۇن ئۇياق - بۇياققا ئۆرۈلۈپ يېتىشقا يارەملە- شىشنى ئەستىن چىقارماسلىق كېرەك. شۇنداقلا ھەر قېتىم بىمارنى ئۇياق - بۇيىقىغا ئۆرىگەندە، بېسىپ ياتقان تەرەپ تېرىسىنى قول بىلەن ئۇۋۇلاپ بېرىش كېرەك. شۇنداقلا ھەپتىسىگە ئاز دېگەندە بىر ياكى ئىككى قېتىم لۆڭگىنى ئىسسىق سۇيۇن سۈيىگە چىلاپ بەدەننى سۈرتۈپ يۇيۇپ، ئارقىدىن ئىلمان سۈزۈك سۇ بىلەن سۈرتۈپ بېرىش كېرەك. بەدەننىڭ پاتىدىغان يېرىگە (مەسىلەن: گەجگە، تاغاق، توغرا ۋە تاپان قاتارلىق) ئو- رۇنلارغا پاختا قويۇپ قويۇش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى تېرىقنى داكا خالتىغا ئېلىپ، بىمار- نىڭ ئاستىغا سېلىپ بەرسەمۇ بولىدۇ. مۇشۇ خىل ئۇسۇل بىلەن ياتاق يارىسىنىڭ ئالدە- نى پۈتۈنلەي ئالغىلى بولىدۇ.

ئەگەر يەرلىك ئورۇندا قىزىرىش پەيدا بولغان بولسا، رۇسۇت، ئاقاقىيا، گىل ئەرمە- نى، موزا ۋە ئانارگۈلى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ مايغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش بىلەن بىرگە، ياتاق يارىسىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتە- كى پەرۋىش كۈچەيتىلىدۇ. قىش كۈنلىرى سىركە بىلەن گۈلابنى مۇز ياكى قار بىلەن سۇۋۇتۇپ سۈركىسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر تېرە شەلۋىرەپ زېدىلەنگەن ۋە ئېچىلىپ يىرىڭ پەيدا بولغان بولسا، جاراھەتكە مەلھىمى ئىسپىداج (ئۇپا 16 گرام، ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 20 مىللىلىتىر. تۆمۈر قاچىدا مومنى ئېرىتىپ، ئۇستىگە گۈل يېغى بىلەن ئۇپە- نى سېلىپ تەييارلىنىدۇ) سۈركىلىدۇ ياكى يۇقىرىدىكى ئالاقىدار كېسەللىكتە بايان قە- لىنغان جاراھەتنى تازىلاپ ئەت ئۈندۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

تېرىنىڭ ياغلىشىش كېسىلى

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

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك تېرە ئاستى ياغ قاتلىمىدىكى ماينىڭ ماددا ئالمىشىشى (بەدەلى مايەتە-ھۇللۇل) نىڭ قالايمىقانلىشىشىدىن تېرە ئاستىدىكى زىيادە مايلار تېرىدىكى ماي - بەز تۆ-شۈكلىرىدىن تەپچىرەپ سىرتقا چىقىشتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، خىلىتلار بىلەن بىۋا-سىتە مۇناسىۋىتى ئانچە چوڭ ئەمەس. بىراق قۇۋۇتى نەپسانىي بىلەن قۇۋۇتى تەبىئىي-نىڭ رولى بىلەن بەلگىلىك مۇناسىۋىتى بار، چۈنكى بۇ خىل كېسەللىك روھىي ھالىتى زەئىپراق، يۈرىكى ئاجىز، بەدىنى بوش ۋە خام سېمىز، ھەزىم قىلىش قابىلىيىتى تۆۋەن-رەك كىشىلەردە كۆپرەك پەيدا بولىدىغانلىقى بۇ نۇقتىنى چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ. بۇ خىل كېسەللىك ياشلىق دەۋردە باشلىنىدۇ. بىراق بالىلاردىمۇ پەيدا بولىدۇ.

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

ئالامىتى

بۇ كېسەللىك دەسلەپتە باشتىن باشلىنىپ پېشانە، بۇرۇن چانىقى، بويۇن، گەدەن، كۆكرەك، دۈمبە، سىرتقى جىنسىي ئەزا، مەقئەت قاتارلىق ئورۇنلاردا بىرنىڭ ئارقىدىن بىرى پەيدا بولۇپ، كېيىن پۈتۈن بەدەن تېرىسىگە كېڭىيىدۇ. تېرە داۋاملىق ياغلىشىپ كۆينەك، تامبال ئاسان كىرلىشىدۇ ۋە تېرىدە تۆشۈكلەر ئېتىلىپ قېلىپ، ئاسانلا قىچىشى-دىغان ئۇششاق مۇدۇرلار پەيدا بولىدۇ. باش تېرىسى ئوڭاي كېپەكلىشىدۇ. چاچ چۈشىدۇ.

داۋاسى

خىلىت تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلغاندىكى ئالامەتلەر بولسا، ئالدى بىلەن مادداننى پىشۇرغۇ-چى مۇنزىج، ئاندىن كېيىن بەدەننى تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىپ مىزاج تەڭشىلىدۇ. نېرۋا ئاجىزلىق كېسىلى بارلار بولسا مۇۋاپىق دورا بېرىپ داۋالىنىدۇ. ئاشقازانىنىڭ ھەزىم قىلىشى ناچار بولسا ھەزمىنى كۈچەيتكۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. مايلىق تائاملارنى كۆپ يېمەسلىك بۇيرۇلىدۇ. ئاياردج پەيقىرا بېرىپ سۈرگەندىن كېيىن داۋاملىق ئىچىشكە ھەببى ئاياردج، سۇفۇپى ئىترىفىل ۋە ھەببى شىپاغا ئوخشاش ھۆللۈككە قارشى دورا

بېرىپ، تەر بىلەن ماينىڭ تەپچىرەپ چىقىشى كېمەيتىلىدۇ. شەربەت دورىلاردىن مائۇلئۇ-سۇل ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: بىخ كەبىر، بەدىيان يىلتىزى ھەر بىرىدىن 33 گرام، كەرەپشە (چىڭسەي) ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى، كىچىك سېرىق يۆگەي ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان ھەر بىرى 3.3 گرام، ئىزخىر 13 گرام، ھەببى بىلسان، ئاسارۇن، جىنتىيانا ھەر بىرىدىن ئالتە گرام، ئۇد بىلسان، بوزىدان، سەلىخە، ھەزار ئەسپەند ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ، بىر يېرىم لىتىر قاينىق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن ئىلمان قارا چاي دەملەنمىسى بىلەن كۈندە بىر قېتىم پۈتۈن بەدەن يۇيۇپ بېرىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل ئۇنۇم بەرمىسە، بىر گرام زەمچىنى بىر لىتىر سۇدا ئېرىتىپ، سوغۇق ھالەتتە ياغلىشاڭغۇ ئورۇن يۇيۇپ بېرىلىدۇ. ئەگەر تېرە زەخملەنسە ياكى يىرىڭ-لىق مۇدۇرلار پەيدا بولسا، 20 گرام مامىرانچىننى چالا سوقۇپ، 600 مىللىلىتىر سۇدا سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيى بىلەن داكىنى نەمدەپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ بېرىلىدۇ ياكى داكا نەم بويىچە يەرلىك ئورۇنغا يېپىپ بېرىلىدۇ. داكا قۇرۇپ قالماسلىقى كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن داكا پات ـ پات دورا سۇيى بىلەن نەمدەپ تۇرۇلىدۇ. بەزى ھۆكۈمالار ساقال يارىسىنى تېرە ياغلىشىش كېسىلى ئاسا-سىدا پەيدا بولىدۇ، دەپ قارايدۇ.

ساقال يارىسىغا مامىرانچىن قاينىتىمسى بىلەن داكىنى نەمدەپ تېڭىپ بېرىلىدۇ ۋە ئىچىشكە تەر توختاتقۇچى ئوفۇنەتكە قارشى تۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ساقال ئۆسۈپ داۋالاش ئۇنۇمسىگە تەسىر يەتكۈزسە، موچىن بىلەن ساقال مويى يۇلۇپ ئېلىۋېتى-لىدۇ.

كۆپ تەرلەش (كەسرەتى ئەرەق)

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

بەدەنىڭ ھالىتى نورمال ئەھۋالدا رەئىس ئەزالار بىلەن قۇۋۇەتلەر تېرىدىكى تارتقۇچى كۈچ (قۇۋۇەتى جازىبە)، تۈتۈپ تۇرغۇچى كۈچ (قۇۋۇەتى ماسسكە)، ھەزىم قىلغۇچى كۈچ (قۇۋۇەتى ھازىمە)، ھەيدەپ چىقارغۇچى كۈچ (قۇۋۇەتى داپىئە) ۋە ئۆزلەشتۈرگۈچى (ئۆز-گەرتكۈچى) كۈچ (قۇۋۇەتى مۇغەييىرە) ئارقىلىق بەدەندىكى نەملىك بىلەن تەرنى تەڭشەپ تۇرىدۇ. مەسىلەن: جىسمانىي ھەرىكەتلەنگەندە ۋە ھاۋا قىزىق مەزگىلدە ياكى بولمىسا ئىسسىق مۇھىتتا مەشغۇلات ئېلىپ بارغاندا بەدەندىكى ماددا ئالمىشىش (بەدەلۇمايە تەھەل-لۇل) تەبىئىي ھالدا كۈچەيىپ، سۇ ئىستېمال قىلىش كۆپەيىدۇ ـ دە، سۇنى كۆپ ئىس-تېمال قىلىشتىن بەدەندىكى نەملىك كۆپەيىدۇ. شۇنداقلا قانىنىڭ ھەرىكىتى كۈچەيىپ تېرىگە كېلىدىغان قان مىقدارىمۇ كۆپەيىدۇ. شۇنداق ئەھۋالدا رەئىس ئەزالار بىلەن قۇۋۇ-ۋەتلەر جۈملىدىن تەبىئىي قۇۋۇەتنىڭ تېرىدىكى يۇقىرىدا زىكرى قىلىنغان بەش خىل قۇۋۇەتنىڭ تەڭشىشى بىلەن بەدەندىكى زىيادە نەملىكنىڭ بىر قىسمى تېرىدىكى تەر تۆ-شۈكلىرى ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىپ، بەدەندىكى نەملىكنىڭ نورمال نىسبىتىنى تەڭشەپ تۇرىدۇ. بۇ نورمال ئەھۋال بولۇپ، بۇ خىل ئەھۋال كېسەللىك دېيىلمەيدۇ.

ئەگەر تۇرلۇك غەيرىي نورمال سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن رەئىس ئەزالار بىلەن قۇۋۇەتلەر-نىڭ رولىدىكى تەكشىلىك بۇزۇلغاندا تېرىدىكى تارتقۇچى، ھەزىم قىلغۇچى ۋە ھەيدەپ چى-قارغۇچى قۇۋۇەتلەر خىزمىتى كۈچەيىپ تۈتۈپ تۇرغۇچى ۋە ئۆزلەشتۈرگۈچى قۇۋۇەت ئا-جىزلاپ ئۆزئارا ماسلىشىش بۇزۇلۇشتىن جىم ھالەتتە ياكى يېنىك مەشغۇلىيەت ھالىتى-دە ياكى بولمىسا تەبىئىي ھارارەت شارائىتىدا زىيادە تەرلەش پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل كۆپ تەرلەشتە قىزىتما پەيدا قىلغۇچى كېسەللىك بىلەن روھىي پسىخىك ئامىللار (مەسىلەن: ھاياجانلىنىش، قورقۇش، غەزەپلىنىش، جىددىيلىشىش قاتارلىقلار) ۋە قانىنىڭ ھەرىكىتى-نى جانلاندۇرۇپ، تېرە قان تومۇرلىرىنى كېڭەيتىدىغان دورىلار (مەسىلەن: قىزىلمۇچ، قا-رىمۇچ، شاراب، زەنجىۋىل قاتارلىقلار) قۇۋۇەتلىك تائاملار، بەدەن ئاجىزلاش قاتارلىقلار كۆپ تەرلەشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشتا مۇھىم ئامىل بولىدۇ.

كۆپ تەرلەش كېسىلى پۈتۈن بەدەنلىك كۆپ تەرلەش، يەرلىك ئورۇننىڭ تەرلىشى، يېنىك تەرلەش ۋە ئېغىر تەرلەش دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ. پۈتۈن بەدەننىڭ تەرلىشى كۆپ ھاللاردا ھەرخىل قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە ئۆپكە تۇبېركۇلوز (ئۆپكە سىل) ئاغ-رىقىدا، باللاردا راخىت كېسەللىكىدە پەيدا بولىدۇ. يەرلىك ئورۇننىڭ تەرلىشى، قول،

پۇت، ئالىقان تەرلەش، باش تەرلەش، پېشانە تەرلەش، قولتۇق تەرلەش، ئەۋرەت قىسمى تەرلەش دېگەن تۇرلەرگە بۆلۈنىدۇ. يەرلىك ئورۇننىڭ تەرلىشى رەئىس ئەزالار بىلەن قۇۋۇۋەتلەر سېزىمىدىكى تەكشىسىزلىكنىڭ يەرلىك ئورۇندىكى ئىپادىلىنىشى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

ئالامىتى

قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر تۇپەيلىدىن پەيدا بولغان كۆپ تەرلەشتە بىمارنىڭ تېمپېراتۇرىسى يۇقىرى بولىدۇ. قۇۋۇۋەتلىك تاماقتىن پەيدا بولغان تەرلەشتە تائامدىن كېيىن ئىچى قىزىغاندەك، گېلى قۇرۇغاندەك بولۇپ، كۆپ سۇ (چاي) ئىستېمال قىلىدۇ.

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

تەرلەشنىڭ دەرىجىسى ھەرخىل بولۇشى مۇمكىن. تەرلەش كۆپ بولغاندا ئىچ كىيىم بىلەن يوتقان ـ كۆرپە كىرلىكلىرىمۇ نەملىشىپ كېتىدۇ. ھەتتا بەزىدە سەققانده سۇ تامىدۇ. تەرلەش كۆپ بولغاندا ھەر كۈنى ياكى كۈن ئارىلاپ مۇنچىغا چۈشۈپ يۇيۇنۇپ تۇرماسا، تەر پۇراش ۋە تېرىگە ئۇششاق مۇدۇرلار (تەر تاشمىلار) پەيدا بولۇش، ھەتتا تېرىنىڭ سۈركىلىپ تۇرىدىغان ئورۇنلىرى قىزىرىپ شەلۈەرەش ۋە پۇت بارماقلىرى ئارىلىقىدا پىشلاق پەيدا بولۇشتەك ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

قىزىتمىلىق كېسەللىكتىن پەيدا بولغان كۆپ تەرلەش بولسا، ئالدى بىلەن كۆپ تەرلەشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ئەسلىي (بىرلەمچى) كېسەلنى داۋالىسا، كۆپ تەرلەش ياخشىلىنىپ كېتىدۇ. ھۆل سوغۇقلۇقى ئېشىپ كېتىپ بەدەن ئاجىزلاشتىن پەيدا بولغان كۆپ تەرلەشتە، قۇرۇق ئىسسىق كەيپىياتتىكى تائاملارنى بېرىش، ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش ۋە جىسمانىي ھەرىكەتلەر بىلەن مۇۋاپىق شۇغۇللاندۇرۇش ۋە بىمار بەك سېمىز بولمىسا، بىر مەزگىل تۇزلۇقراق تائاملار-

نى بۇيرۇش يولى ئارقىلىق داۋالىنىدۇ. قىزىتمىلىق كېسەللىكتىن كۆپ تەرلەشتە قۇۋۇ-
ۋەتلىك تائاملارنى ئاز مىقداردىن كۆپ قېتىم يېيىشكە بۇيرۇش كېرەك. شۇنداقلا قىزىتـ
مىدىن كېيىنكى تەرلەشتە تەرنى سۈرتۈپ تۇرۇش كېرەك. بىراق كۈچ بىلەن سۈرتمەسـ
لىك كېرەك. چۈنكى كۈچ بىلەن سۈرتكەندە بىرىنچىدىن، تەر چىقىش كۆپىيىدۇ. ئىككىنـ
چىدىن، تېرە يۇزى ئاسانلا زەخمىلىنىشى مۇمكىن. شۇنداقلا قىزىتمىلىق كېسەللىكتە
بىمار كۆپ تەرلىگەندە ئۇستىگە يېپىنغان تۆشەكنى بىراقلا ئېچىۋەتمەي تەدرىجىي نېپـ
زلاشتۇرۇش كېرەك. تەر توختىغاندىن كېيىن لۆڭگىنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ بەدەننى
يەڭگىل سۈرتۈپ تېرىنى تازىلاش كېرەك. بولۇپمۇ ھاۋا سالقىن مەزگىللەردە بىمار ئېچـ
لىپ قېلىپ، ئۆپكىسىگە سوغۇق ئۆتۈشتىن قەتئىي ساقلىنىش كېرەك. كۆپ تەرلەۋاتقان
بىمارلارغا سۇماق، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، ماش، چىلانلاردىن مۇۋاپىق ئېلىپ سۇغا سېلىپ،
ئازراقلا قاينىتىپ ئۇسسۇزلۇق ئۇچۇن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. شەربىتى خەشخاشنى ئىچىشكە
بېرىش ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. سىركەنجۇبىل بېرىلسىمۇ بولىدۇ. بىمارغا بۇغداي يارمىسىغا
قوي گۆشى، سېرىقماي، تۇز ۋە ئىسسىق تەبئەتلىك خۇش پۇراق دورا ـ دەرمەكلەر سېلىنـ
غان تائام ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. قىزىتمىلىق كېسەللىكتە كۆپ تەرلەشنى داۋالاشتا، يۇـ
قىرىدىكى تەدبىرلەردىن باشقا ئاساسىي كېسەللىكنى داۋالاش مۇھىم ئورۇندا تۇرىدۇ.

يەلىك ئورۇننىڭ تەرلىشىدە مىزاجنى تەڭشەش ۋە سەۋەبچى كېسەللىكنى داۋالاش ئا-
ساسىدا تۆۋەندىكى دورىلار سىرتىدىن چېپىلىدۇ:

(1) تەر توختاتقۇچى ياغ (رەۋغىنى ھابىس ئەرەق) تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ئاس دەرىخـ
نىڭ يوپۇرماق سۈيى (ئامۇت يوپۇرمىقىنىڭ سىقىلغان سۈيى بولسىمۇ بولىدۇ)، بېھى
سۈيى ۋە گۈل يېغى ھەر بىرىدىن 100 مىللىلىتىردىن ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ، سۇ تەركـ
بى تۇگەپ، ماي قىسمى قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ماي قىسمى بىلەن تەرلەۋاتقان
ئورۇن ۋە چوڭ بوغۇملار ياغلىنىدۇ.

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

(3) ئاس دەرىخى يوپۇرمىقى، گۈلنار ۋە كەھرىۋالارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ، تەرلە-
ۋاتقان ئورۇنغا ئۇپا سۈركىگەندەك سۈركىسىمۇ بولىدۇ.

(4) ئالما سۈيى، بېھى سۈيى، گۈلاب، كۈنجۈت يېغى ياكى گۈل يېغىدىن باراۋەر مىقـ

داردا ئېلىپ سۇس ئوتتا سۇيى كېتىپ، مېيى قالغۇچە قاينىتىپ مېيى بىلەن تەرلىگەن ئورۇن مايلاپ بېرىلىدۇ. بۇ نۇسخا پۈتۈن بەدەنگە سۈركەلسە تەرنى توختىتىش، بەدەننى قۇۋۇتلەش، تومۇز كۈنلىرى ئاپتاپ ئۆتۈپ بىھۇشلىنىشتىن ساقلاش قاتارلىق رولىنى ئويناپدۇ.

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

(6) ئانارگۈلى، ھەببۇلئاس، قىزىلگۈل، رۇسۇت، ئاقاقىيا ۋە كۈندۇرلارنىڭ بىر خىلى ياكى بىر قانچە خىلىنى گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ.

(7) كاللەكبەسەي سۇيى، لىمون سۇيى ۋە كافۇرنى ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ.

(8) بېھى ئۇرۇقى لوئابى بىلەن ئىسپىغۇل لوئابىنى ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ.

(9) كەرەپشە (كەرەپشە) سۇيىگە ئازراق گۈلاب بىلەن سىركە قوشۇپ سىرتىدىن سۈركىلىدۇ.

(10) ئالما سۇيى، تۇرۇپ سۇيى، قىزىلگۈل ئەرقى، گۈل يېغى ۋە كۈنجۇت يېغىدىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، شېشىگە قاچىلاپ، ھاجەت بولغاندا تەرلىگەن ئورۇنغا سۈركىلىدۇ. ئىچىدىن سىركەنجۈبىل بېرىلىدۇ (سىناقتىن ئۆتكەن).

سېسىق تەرلەش

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

سەۋەبى

سېسىق تەرلەش بۇزۇلغان خىلىتلاردىن ھاسىل بولغان ئوفۇنەتلەرنىڭ تېرە تەر بەزلىرى ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىشتىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە ھىڭ ۋە ئۇنىڭ يىلتىزى ھەم سامساقا ئوخشاش ئۆتكۈر پۇراقلىق دورىلار بىلەن يېمەكلىكلەرنى ئۇزاق مۇددەت ئىستېمال قىلىشتىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بىمارنىڭ تېنىدىن بەتبۇي سېسىق بۇس كېلىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال جىسمانىي ھەرىكەتلەردە ۋە تومۇزنىڭ ئىسسىق پەيتلىرىدە ئەۋج ئېلىپ، كىشىلەر بۇ خىل كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارلاردىن يىرگىنىدۇ. ھەتتا نىكاھلىق بولغانلارنىڭ تۇرمۇشى كۆڭۈلسىزلىكتىن بۇزۇلۇش دەرىجىسىگە بارىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال بىمارغا روھىي ئازاب كەلتۈرىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن مىزاج تەڭشىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاۋۋال ئۆز خىلىتىغا خاس پىشۇرغۇچى دورىلارنى بېرىپ ماددىلارنى پىشۇرغاندىن كېيىن، شۇ خىلىتقا خاس سۈرگە دورىلارنى بېرىپ بەدەن تازىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قانىنى تازىلىغۇچى ھەم ھەزىمنى ياخشىلىغۇچى ھەمدە مېڭىنى تازىلاپ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا ئىچىش ئۈچۈن سىركەنجۇبىل بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا ماش، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى بىلەن گۈلى، چىغىرتماق يىلتىزى بىلەن يوپۇرمىقى ۋە ئاق سەندەللەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، بەدەن، بولۇپمۇ تەر كۆپ چىقىدىغان ئورۇن يۇيۇپ بېرىلىدۇ. ئۆشنە، قىزىلگۈل، سۇمبۇل ۋە زەمچىلەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلاپ، كۆپ تەرلەيدىغان ئورۇنغا سېپىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا كۆپ تەرلەشكە ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا دورا ئىشلىتىشتىن بۇرۇن دورا سۈركىلىدىغان ئورۇننى ئىسسىق سۇغا چىلانغان لۆڭگىدە سۈرتۈپ، تېرىنى قىزارتقاندىن كېيىن دورا سۈركەلسە ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ. يۇقىرىقى داۋالاش چارىلىرىدىن باشقا پات ـ پات يۇيۇنۇپ، تېرىنى پاكىز تۇتۇش ۋە ئىچ كىيىمنى پات ـ پات يەڭگۈشلەپ تۇرۇش لازىم.

تېرە كېپەكلىشىش

تېرە قۇرغاقلىشىپ ياكى يىرىكلىشىپ كېپەكلەر تۆكۈلۈپ تۇرىدىغان كېسەللىك

تېره كېپەكلىشىش دەپ ئاتىلىپ، كۆپىنچە باش تېرىسىدە، ئۇنىڭدىن قالسا بەدەن تېرىسىنىڭ ھەممە قىسمىدا پەيدا بولىدۇ.

سەۋەبى

بۇ خىل كېسەللىك مىزاجنىڭ بۇزۇلۇش ۋە رەئىس ئەزالار بىلەن قۇۋۋەتلەرنىڭ تەڭشەش خىزمىتى بۇزۇلۇش ۋە تېرىنىڭ ئوزۇقلىنىش بىلەن ئۆزلەشتۈرۈش قابىلىيىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

يېنىكرەك بولسا، تېرىنى ئۇۋۇلىغاندا كېپەكلىشىدۇ. ئېغىرلىرىدا تېرە كېپەكلىرى ئۆزلۈكىدىن تۆكۈلۈپ چۈشۈپ تۇرىدۇ. ھەتتا يوتقان ـ كۆرپە كىرلىكلىرى بىلەن ئەستەرىنى كۆمۈۋېتىدۇ. تېرە قىچىشىدۇ ۋە سېيلىغاندا تېرە قولغا يىرىك بىلىنىدۇ. بۇ خىلدىكى بىمارلارنىڭ ئۇيقۇسى كۆپ ھاللاردا ياخشى بولمايدۇ.

داۋاسى

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

تېرە يېرىلىش

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

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى، خىلتلار سۇيىتىنىڭ ئۆزگىرىشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇپ، كۆپ هاللاردا تېرىنىڭ قۇرغاقلىشىشى ياكى كېپەكلىشىشى ئاساسىدا پەيدا بولىدۇ. ئوزۇقلىنىشنىڭ ياخشى بولماسلىقى ياكى مۇۋاپىق بولماسلىقى، ھەزىمنىڭ بۇزۇلۇشى ھەمدە تېرىنى پاكىز تۇتماسلىق مۇھىم ئامىل بولىدۇ. بەزىدە قۇرۇتقۇچى قۇرۇق سوغۇق دورىلار بىلەن تېرىنى قاتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ئاساسىدىمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

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

داۋاسى

كېسەللىك مىزاجنىڭ ئۆزگىرىشى بىلەن خىلتلار سۇيىتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئالدى بىلەن شۇ خىلتقا ئالاقىدار ماددىنى پىشۇرغۇچى ۋە بەدەننى تازىلىغۇچى دورا بېرىپ مىزاج تەڭشىلىدۇ ۋە خىل كەلمەيدىغان تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇپ، يۇمشىتىدىغان ۋە هۆللۇكنى ئاشۇرىدىغان هۆل ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش كېرەك هەمدە يەرلىك ئورۇننىڭ ئوخشاشلىقىغا قاراپ تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ: مەسىلەن: پۈتۈن تېرىدە يۇز بەرگەن بولسا موم يېغى، بادام يېغى، كۈنجۈت يېغى، توخۇ يېغى ۋە ئۆردەك يېغى قاتارلىق ياغلار بىلەن تېرە ياغلاپ بېرىلىدۇ. ئەگەر يېرىلغان تېرىدە ئاغرىق بولسا، يۇك مېيى مەلھەمى بىلەن ياغلىنىدۇ. تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: قوي يۇڭى مېيى (قوي يىڭنى يۇغان سۇنى قاينىتىپ، سۇيىنى هورغا ئايلاندۇرۇشتىن هاسىل بولغان ماي ئۈيغۇرچىدا قوي يۇڭى مېيى دەپ ئاتىلىدۇ) ئۆردەك يېغى، بېهى ئۇرۇقى شىرنىسى ۋە كەتىرادىن تەك

مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم ياساپ تېرىگە سۈركىلىدۇ. كالپۇكنىڭ يېرىلىشىغا گۈل يېغى، خېنە يېغى، ئۆردەك يېغى، قوي يېغى، مەستىكى رۇمى ۋە بۇغا مۈڭگۈزىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، مەلغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم ياساپ، كالپۇكقا سۈركەپ، ئۇستىدىن تۇخۇم شاكىلىنىڭ ئىچىدىكى نېپىز پەردە چاپلىنىدۇ (بۇ ماينىڭ كالپۇكتا ئۇزۇنراق تۇرۇشى ئۈچۈن). بىر قىسىم بىمارلارغا تۇخۇم ئىچىدىكى نېپىز پەردىنى چاپلاپ قويۇلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. قول يېرىلغان بولسا، كۈنجۈت بىلەن بىنەپشىنى يۇمشاق سوقۇپ، ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياغلاپ بېرىلىدۇ. پۇت يېرىلغان بولسا، مەستىكى رۇمىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنى زەيتۇن يېغىغا سېلىپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، قىزىل پىياز قوشۇپ مايلاپ بېرىلىدۇ. ئەگەر پۇتنىڭ تاپىنى (پاشنىسى) يېرىلغان بولسا، كەتىرانى قوي يېغىدا كۆيدۈرۈپ چېپىلىدۇ. قۇلاق يېرىلغان بولسا مۇردارسەنگىنى زەيتۇن يېغى بىلەن پىشۇرۇپ قۇلاق ياغلىنىدۇ. بۇ ماينى زۆرۈر تېپىلسا قۇلاق ئىچىگە تېمىتىشقىمۇ بولىدۇ. شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى، ماي دورىلارنى سۈركەشتە ئالدى بىلەن ئىسسىق سۇدا پاكىز يۇيۇپ، ئۇستىدىكى كىر بىلەن قاسىرماق ياكى ئالدىنقى قېتىم سۈركەلگەن ماي يۇقىنى چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن دورا سۈركىلىدۇ. داۋالاش جەريانىدا دورا سۈركەلگەن ئورۇننىڭ چاڭ ـ توزان بىلەن بۇلغىنىشتىن ساقلىنىش كېرەك. ئەگەر يېرىلىش تېرە يىرىكلىشىپ، كېپەكلىشىش ئاساسىدا پەيدا بولغان بولسا، تېرە كېپەكلىشىگە قارىتا ئېلىپ بېرىلىدىغان داۋالاش بىرلەشتۈرۈلىدۇ.

پاچاق يارىسى

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

سەۋەبى بىلەن ئالامىتى

قاندىكى كۆيگەن سەۋدا بىلەن قان ماددىسىنىڭ ئاياغ تومۇرىغا كۆپرەك قۇيۇلۇشىدىن پەيدا بولۇپ، ئاۋۇال ئاياغدىكى بولۇپمۇ پاچاقتىكى كۆك تومۇرلار كېڭىيىپ ئەگرى ـ بۈگرىلىشىپ، تېرىدىن كۆتۈرۈلگەن مونەكلەرنى ھاسىل قىلىدۇ. كېسەللىكنىڭ ئېغىرلى-

شىشىغا ئەگىشىپ، تېرىدە كۆك ئوسمىغا ئوخشاش ئۇششاق قاپارتمىلار پەيدا بولىدۇ ۋە قاپارتمىلاردىن قارامتۇل كۆكۈچ زەرداب ئېقىپ، داۋاملىق سۇلىشىپ تۇرىدۇ ھەمدە تېرە شەلۋىرەپ زېدىلىنىپ، ئاسان ساقايمايدىغان يارا پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

پاچاق يارىسى پەيدا بولۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن، ئالدى بىلەن پاچاق كۆك تومۇرىنىڭ ئەگرى ـ بۈگرىلىشىش كېسىلىنى ۋاقتىدا داۋالاش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن بەدەندىكى غەيرىي تەبئىي سەۋدانى تازىلايدىغان دورىلاردىن مەتبۇخى ئەفتىمۇن ۋە ئايارەج پەيقىرا قاتارلىق دورىلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئاغرىق پاچىقى رەخت بىلەن چىڭ بوشلۇقنى مۇۋاپىق قىلىپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. قارامتۇل كۆكۈچ قاپارتمىلار پەيدا بولۇپ، قان ئېلىشقا بولمىسا ھىجامەت قويۇش ۋە زۇلۇك قوندۇرۇش ئارقىلىق قاپارتما ئىچىدىكى بۇزۇق ماددىلار شوراپ ئېلىنىدۇ ۋە سەۋدانىڭ سۇرگىسى بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا كۆيدۇرۇلگەن خېنە، داۋا، ئۇزۇن زىراۋەندە، بىخ كەبىر پوستى، مامىرانچىنلاردىن باراۋەر مىقدارda ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ، يۇقىرىقى دورىلار مىقدارىنىڭ ئىككى ھەسسىسىگە تەڭ سىركە، بىر ھەسسىسىگە تەڭ زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، مايسىمان مەلھەم تەييارلاپ، يارىنىڭ سىرتىدىن سۇركەپ بېرىلىدۇ. ئۇزۇنغىچە ساقايمىغان يارىغا يېڭى سەۋزىنى قىرىپ، سىقىپ چىقىرىلغان سۇيىگە داكىنى چىلاپ تېڭىپ بېرىلسە ياكى شوخلىنىڭ سۇيىگە داكىنى چىلاپ تېڭىپ بېرىلسە ساقىيىشى تېزلىشىدۇ.

ئاغرىقسىز ئىشىق

بەدەننىڭ مەلۇم قىسمىدا يۇرەك ياكى بۆرەك كېسىلى ھەمدە ۋەرەم (يالۇغ) ياكى زەخمىلىنىش بولماي تۇرۇپ ئىشىش ئاغرىقسىز ئىشىش دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

پۈتۈن بەدەنلىك مىزاج بۇزۇلۇش ۋە بەلغەم خىلىتى غالىب كېلىشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇپ، يەرلىك ئورۇندا نەملىكنى ئۆزىگە تارتىش بىلەن تۇتۇپ تۇرۇش قۇۋۋىتى ئېشىپ، چىقىرىش كۈچى ئاجىزلاشتىن تومۇردىكى زىيادە نەملىك تومۇر سىرتىغا

سىزىپ چىقىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

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

داۋاسى

بەدەندىكى نەملىكنى كۆپەيتىدىغان يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىنىدۇ. ئالدى بىلەن خام بەلغەمنىڭ پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىج) بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بەلغەمنىڭ تازىلىغۇچىسىدىن هەببى ئايارەج (تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: ئايارەج پەيقىرا تالقىنى، سۇمبۇل، دارچىن، سەلىخە، هەببى بىلسان، ئۇد بىلسان، مەستىكى رۇمى، ئاسا-رۇن، زەپەر هەر بىرى 10 گرامدىن، سەبرە 20 گرام، تۇربۇت، غارىقۇن هەر بىرى 33 گرامدىن، هىلىلە كابىلى، سېرىق هىلىلە، رۇم بەدىيان هەر بىرى 11 گرامدىن، هىندى تۇزى (نەمەكى هىندى) سوقمۇنىيا هەر بىرىدىن ئالتە گرامدىن، بادام يېغىدىن بەش مىلـ-لىلىتىر ئېلىپ بەدىيان ئەرقى بىلەن خېمىر قىلىپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييا-رلاپ، هەر كۈنى كەچقۇرۇن 11، 7، 3 دانىدىن قاينىق سۇ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ) ۋە هەببى رەۋەن بېرىلىدۇ (تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: رەۋەن، غارىقۇن هەر بىرى ئالتە گرامدىن، تۇربۇت 12 گرامدىن، زىراۋەندى گىرده، مۇقەل هەر بىرىدىن ئۇچ گرامدىن، رۇم بەدىيان 1.6 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تالقانلاپ، قاينىق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ ياساپ، كۈندە كەچتە ئالتە گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ). سىرتىدىن ماددىنى تارتىپ ئېلىش ئۈچۈن تۇز تالقىنى بىلەن زەيتۇن يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىلىدۇ. ماددىنىڭ قايتا يىغىلماسلىقى ئۈچۈن بۆرە ئەرمىنى، تال (ئۇزۇم) غولىنىڭ كۈلىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چېپىشقا بېرىلىدۇ ياكى بولمىسا ئاقاقىيا، سەبرە، سەئىدى، شىيافى مامىشا، زەپەر ۋە گىل ئەرمىنىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سىركە بىلەن ئۇماچ هالىتىگە

كەلگۈچە ئارىلاشتۇرۇپ داكىغا سۈركەپ ئىششىق بار ئورۇننىڭ ئۈستىگە قويۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ.

خەتنىلىكنىڭ ئۆرۈلمەسلىكى

بۇ خەتنىلىك تېرىسى ئۇزۇن ۋە تار بولۇپ، سىرتىغا ئۆرۈلۈشى تەس بولىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى بىلەن ئالامىتى

بۇ كۆپىنچە تۇغما بولۇپ، كىلىنىكىدا خەتنىلىكنىڭ ئىچىدىكى پەردىسى زەكەر ئۇچى تېنىگە چاپلىشىۋېلىپ ئۆرۈلمەسلىك ياكى خەتنىلىك ئۇچىدىكى تۆشۈكنىڭ كىچىك بولۇشى قاتارلىق تېپلاردا ئۇچرايدۇ. بەزى بىمارلاردا بولۇپمۇ خەتنە قىلدۇرمىغان چوڭ ياشتىكى ئەرلەردە ئاجرالمىلار چىقىپ كېتەلمەسلىكتىن ياللۇغلىنىپ قىزىرىپ ئىششىش، زەكەر ئۇچى شەلۋەرەپ زېدىلىنىش، ھەتتا سەرتان (راك) پەيدا بولۇش قاتارلىق كېسەللىكلەر پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

چاپلىشىپ قالغاندا بىر نەچچە كۈن، كۈندە بىر قانچە قېتىم خەتنىلىكنى قول بىلەن ئارقىغا ياندۇرۇپ بەرسە چاپلىشىش ئاجراپ، خەتنىلىك ئارقىسىغا يانىدىغان بولىدۇ. ئارقىسىغا يانغاندا زەكەر ئۇچىغا ئۇپا قاتارلىق دورىلارنى كۈندە بىر قانچە قېتىم سۈركەپ، زەكەر ئۇچى (خەتنىگا) تولۇق كۆرۈنگەندە دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن خەتنە قىلىنىدۇ. ئەگەر خەتنىلىك تۆشۈكى كىچىك بولسا، ئۇچىنى ئاۋۇال تىغ بىلەن كېسىپ، تۆشۈكنى چوڭايتىشقا بىرلەشتۈرۈپ، خەتنە قىلىش ئۇسۇلى بىلەن داۋالىنىدۇ.

بۆرە چاقا كېسىلى

بۇ، تېرە قۇرغاقلىشىش ئاساسىدا تېرىنىڭ مەلۇم قىسمىدا قىزىل داغلىق دانچىلار پەيدا بولۇش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، كۆپىنچە ھاۋا كىلىما-

تى قۇرغاق بولغان جايلاردىكى ياز ۋە كۈز پەسىللىرىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

ئۇيغۇر تېبابىتى بۆرە چاقسى كېسىلىنى ئىچكى، تاشقى ۋە شېرىك ئامىللاردىن ئىبارەت ئۈچ خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدۇ، دەپ قارايدۇ.

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

خىلتلار ئاملى دېگەندە، كۆپىنچە قان خىلتى بىلەن سەپرا خىلتىنىڭ نورمال سىزلىقى كۆزدە تۇتۇلۇپ، بۇ تۆۋەندىكى ئىككى خىل ھالەت بىلەن ئىپادىلىنىدۇ. بىرى، قان خىلتىغا سۇيۇق سەپرا ئارىلاشقاندا، سۇيۇق سەپرادىكى ھارارەت كەم بولغانلىقتىن، قان خىلتى تولۇق پىشىپ يېتىلمەيدۇ ۋە قان سۇيۇلۇپ قان بۇزۇلۇشنى پەيدا قىلىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى سۇيۇلۇپ سۇپىتى ئۆزگەرگەن قان خىلتى تېرىنىڭ مەلۇم ئورنىدا چۆكمە ھاسىل قىلىشتىن ياماق تىپلىق چاقا پەيدا بولىدۇ. يەنە بىرى، قانىنىڭ ھارارىتىنى زىيادە ئاشۇرۇۋېتىدىغان كۆيگەن كۈدە رەڭلىك سەپرا قانغا ئارىلاشقاندا، قان خىلتىنىڭ ھارارىتى ئېشىپ كېتىشتىن قان خىلتى قاينىاپ (جۇشانىيدە) تەركىبىدىكى نەملىك ھورغا ئايلىنىپ كەتكەنلىكتىن، قان خىلتى قويۇلۇپ كېتىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى قويۇلغان قان خىلتى تېرىنىڭ مەلۇم ئورنىدا چۆكمە ھاسىل قىلىشتىنمۇ بۆرە چاقىسى پەيدا بولىدۇ.

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

2) تاشقى ئامىل: تاشقى ئامىل دېگەندە قۇرغاق ئىسسىق ھاۋا، چاڭ ـ توزان، سۈركىلىش بىلەن يېمەك ـ ئىچمەكلىكنىڭ تەرتىپسىزلىكى، زەھەرلىك چېكىملىك، شارابخورلۇق، جىنسىي ھەۋەسنىڭ زىيادە بولۇشى ۋە روھىي ئامىل قاتارلىقلار كۆزدە تۇتۇلىدۇ. مەسىلەن: ھاۋا كىلىماتى قۇرغاق ۋە ئىسسىق بولغاندا بەدەندىكى نەملىك ھورغا ئايلىنىپ زىيادە سەرپ قىلىنغانلىقى ئۈچۈن تېرە قۇرغاقلىشىپ، تېرىدىكى تەبىئىي قۇۋۋەت پائالىيىتى قالايمىقانلىشىشتىن سىرت، قانىنى قىزىتىپ، قانىنىڭ قويۇقلىشىشى بىلەن قان خىلتىنىڭ تېرىدە چۆكمە ھاسىل قىلىشىنى تېزلىتىدۇ ياكى چوڭ ـ توزانلىق شارائىتى

تا پائالىيەت ئېلىپ بارغان ۋاقتى كۆپ بولغاندا، تېرىگە چاڭ ـ توزانلار قونۇپ، تېرىدىكى ئۇششاق تۆشۈكلەر ئېتىلىپ قالغانلىقتىن، سەپرالىق تەر بىلەن مايلار بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەي، قانغا قوشۇلۇپ قانىنى بۇزىدۇ ۋە تېرىدە قان بۇزۇلۇشلۇق كېسەللىكلەر جۈملىدىن بۆرە چاقسى پەيدا بولىدۇ. ئەگەر سۈركىلىش پەيدا قىلمىغان يېرىك رەختتىن كىيىم كىيسە، تېرە ئۇزۇن ۋاقىت سۈركىلىشتىن زەخمىلىنىپ قىزىرىشتىن مۇدۇرلۇق داغ پەيدا بولىدۇ. قىزىلمۇچ، كۆكمۇچ، قارىمۇچ، زىرە، جۇۋىنە، بەدىيان، كاۋاۋ چىن، سىركە (ياكى ئاچچىقسۇ) ۋە ھاراق قاتارلىق غىدىقلىغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىشلىتىش، سۈپىتى ئۆزگىرىپ بۇزۇلغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، بىردە ئاچ، بىردە توق يۈرۈش، بىر خىل تائاملارنى ئۇزاق ۋاقىت ئىستېمال قىلىش، تاماكىنى كۆپ چېكىش ياكى شارابخورلۇق، نەشە چېكىش قاتارلىق ياماق ئادەتلەرگە ئادەتلىنىش قاتارلىق ئامىللاردا ھەزىم بىلەن خىلىتلار سۈپىتى ئۆزگىرىش بىلەن تەبىئەتنىڭ ئاجىزلىشىشىنى تېزلىتىش ئارقىلىق كېسەل پەيدا قىلىدۇ. غەم ـ قايغۇ، غەزەپ ۋە مەيۇسلۇك قاتارلىق روھىي ئامىللاردا بەدەندىكى سەرپىيات كۆپىيىپ كېتىشتىن تاشقى بەدەننىڭ ھارارىتى بىلەن تېرىنىڭ ھەزىم جەريانى تۆۋەنلەيدۇ. بۇ خىل ئامىللارمۇ قان خىلىتى سۈپىتىنىڭ ئۆزگىرىشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ.

3) شېرىك ياكى ئەگەشمە كېسەللىك ئامىلى: مەسىلەن: ئۇزۇنغا سوزۇلغان ئاشقازان ـ ئۇچەي كېسەللىكى بىلەن جىگەر كېسەللىكى، يۇقىرى قىزىتمىلىق كېسەللىك بىلەن قان ئازلىق كېسىلى قاتارلىق كېسەللىكلەر قان خىلىتىنىڭ سۈپەت ئۆزگىرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش ئارقىلىق بۆرە چاقسىنى پەيدا قىلىشقا سەۋەبچى بولىدۇ.

ئالامىتى

تېرىنىڭ مەلۇم ئورنى قۇرغاقلىشىش بىلەن قىزىرىپ داغ پەيدا بولىدۇ ۋە بۇ قىزىل داغ تېرە يۈزىدىن كۆتۈرۈلۈپ چىقىدۇ. قىزارغان داغ ئورنىدا كۆيۈپ ئېچىشىپ ياكى چەملاپ ئاغرىش پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل داغ بەزىدە پەيدا بولۇپ، بەزىدە يوقىلىدۇ ياكى بەزىدە ئېغىرلىشىپ، بەزىدە يېنىكلەيدۇ. بەزىدە قىزىل داغ بار ئورۇندىكى تېرە كېپەكلىشىپ سويۇلۇشى مۇمكىن. بەزىدە قىزىل داغ ئاساسىدا كىچىك دانىچە مۇدۇرچاقلار پەيدا بولىدۇ ۋە كىچىك دانىچە چاقىلار ئۆزئارا بىرلىشىپ، چوڭ ـ كىچىكلىكى ھەر خىل بولغان چاقىنى ھاسىل قىلىدۇ. بۇ خىل ئەھۋالدا يەرلىك ئورۇندىكى تېرىدە تارتىشىش ۋە بىئارام بولۇش پەيدا بولىدۇ. ھەتتا يۇقىرى قىزىتما پەيدا بولۇشى مۇمكىن، بەزىدە باشقا

خلدىكى كېسەللىكلەر بىلەن ئارىلىشىپ كېلىشى مۇمكىن. بۇلاردىكى باشقا قان خىلىتىنىڭ بۇزۇلۇشىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەردىن جۆيلۇش، ئەسنەش، مۇگدەش ۋە گۇمانخورلۇق ياكى باش ئېغىرلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

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

1) تاماقتىن پەرھېز بۇيرۇش:

تاماقتىن پەرھېز بۇيرۇشتا ھەرخىل غىدىقلىغۇچى ۋە سۇيىتى ئۆزگىرىپ بۇزۇلغان يېمەك ـ ئىچمەكلىكنى (بۇ ھاراقنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ئېچىتقۇلۇق ئىچىملىكلەرنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ) بىلەن تاماكا ۋە باشقا زەھەرلىك چېكىملىكلەرنى چېكىش چەكلىنىدۇ. بىمارغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان ۋە ياخشى قان ھاسىل قىلىدىغان قۇۋۋەتلىك يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەر بېرىلىدۇ.

2) مىزاجنى تەڭشەش:

مىزاجنى تەڭشەشتە، بىمارغا سەپرانىڭ پىشۇرغۇچىسى بىلەن تازىلىغۇچىسىنى بېرىپ مىزاج تەڭشىلىدۇ. ئەگەر قان سۇيۇلغان بولسا، قان كۆپەيتكۈچى ۋە قاننى قويۇلىدۇرغۇچى دورىلار بىلەن يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. قان قويۇلغان بولسا، قاننى سۇيۇلدۇرغۇچى، قاننى تازىلىغۇچى ۋە قان خىلىتىنىڭ سۇيىتىنى ياخشىلىغۇچى دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. مىزاجنى تەڭشەش بۆرە چاقىسىنىڭ كېسەللىك سەۋەبچىسىنى داۋالاشتا ناھايىتى مۇھىم.

3) كېسەل سەۋەبچىسىگە قارىتا چارە قىلىش:

(1) خىلىتلار بىلەن تەبىئەت سەۋەبىدىن پەيدا بولغانلارنى داۋالاش، يەنى كېسەل سەۋەبچىسىگە قارىتا چارە قىلىشتا، ئالدى بىلەن قاندىكى بۇزۇق ماددىلارنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىپ قان خىلىتىنىڭ سۇيىتىنى ياخشىلاش بەكمۇ مۇھىم. بۇنىڭ ئۈچۈن شەربىتى مۇسەففا خۇن (قان تازىلىغۇچى شەربەت)، شەربىتى سەرسەبىل، مەتبۇخى چۆپچىن، مەتبۇخى ئەفتىمۇن ۋە مەتبۇخى ھېلىلە قاتارلىق نۇسخىلاردىن بىر خىلنى ئىچىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

ئەگەر سەپرا غالىب كېلىش بىرگە كەلسە، سەپرانى تازىلىغۇچى نۇسخىلاردىن بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئەينۇلا، خىيار شەنبەر، چىلان، تەمرى ھىندى، ئەفتىمۇن ۋە تە-

رەنجىبىنلەرنىڭ يەككە قاينىتىلمىسى ياكى ئارىلاشما قاينىتىلمىسى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر قىزىتما قوشۇلۇپ كەلسە، قومۇش يىلتىزى، شاھتەررە، خېنە، ئىكەكلەنگەن سەندەل كېپىكى ھەر بىرىدىن بەش گرام، چىلاندىن 70 دانە ئېلىپ، دورا ۋەزىندىن 10 ھەسسە قاينىق سۇغا 4 ~ 6 سائەت چىلىغاندىن كېيىن، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈپ، ئۇنىڭغا چىلان شەربىتىدىن 25 مىللىلىتىر قوشۇپ ئۇچكە بۆلۈپ بىر كۈندە ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ نۇسخا قىزىتما يانغۇچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

يۇقىرىقى نۇسخىغا قوشۇلىدىغان چىلان شەربىتىنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە:

چىلان 120 گرام، لىمون ئۇچ گرام، شاخار ئالتە گرام، شېكەر 600 گرام، سۇ 1200 مىللىلىتىر. دورىلارنى قاينىق سۇغا بىر مەزگىل چىلىغاندىن كېيىن، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە شېكەر سېلىپ، قىيامى تەڭشەلگۈچە سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ. بۇ شەربەتنى كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىر شەربەتكە 30 مىللىلىتىر قاينىق سۇ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى تەمرى ھىندى، ئەينۇلا ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ، 120 مىللىلىتىر قاينىق سۇغا 6 ~ 12 سائەت چىلاپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە 15 گرام شېكەر سېلىپ ئېرىتىپ، بىر كۈندە ئىچىپ بولۇشقا بېرىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك بىمارنىڭ بەدىنىدىكى كېسەللىكتىن قوغدىنىش كۈچى بولغان تەبىئەت ئاجىزلاپ، كېسەللىك ماددىسىنى بەدەندىن ھەيدەشكە سۈسلۇق قىلىشتىن پەيدا بولغان بولسا، ئايارەج لوغانزىيا قاتارلىق دورىلار بىلەن تەڭقىيە قىلىنىپ (تازىلىنىپ) بولغاندىن كېيىن، تەبىئەتنى كۈچەيتكۈچى نۇسخىلاردىن شەربىتى پولات، كۈشتە پولات، مەجۇنى خۇبسۇلھەدد، جاۋارىش ئامىلە ۋە ئامىلە نۇشدارى قاتارلىق نۇسخىلاردىن بىر خىل ياكى ئەھۋالغا قاراپ ئىككى خىلدىن ئارتۇقراقى قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا بەدەننى قۇۋۋەتلەيدىغان باشقا نۇسخىلارنى تاللاپ ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. ئەگەر كېسەللىك سەۋەبچىسى ئېنىق بولمىسا، مىزاجنى تەڭشەپ بولغاندىن كېيىن بىنەپشە، نېلۇپەر ھەر بىرىدىن 12 گرام، قومۇش يىلتىزى، شاھتەررە، خېنە، سەندەل كېپىكى ھەر بىرى بەش گرامدىن، چىلان 10 دانە ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ ھەممە دورىلارنىڭ ۋەزنىدىن 10 ھەسسە سۇغا سېلىپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ياكى دەملەپ چىلان شەربىتى ياكى نېلۇپەر شەربىتى بىلەن بىرگە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. نېلۇپەر شەربىتىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: نېلۇپەر 100 گرام، لىمون ئۇچ گرام، شاخار ئالتە گرام، شېكەر 500 گرام. دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر

لىتىر قاياق سۇغا بىر مەزگىل چىلىغاندىن كېيىن، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە شېكەرنى سېلىپ ئازراق قاينىتىپ، قىيامى تەڭشەلگەندىن كېيىن يۇقىرىقى نۇسخىدىن ئىككى ھەسسە، نېلۇپەر شەربىتىدىن بىر ھەسسە نىسبىتىدە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن تۆۋەندىكى نۇسخىلاردىن بىر خىلى سۈركىلىدۇ. ئارپا ئۇنى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، چىغىرتماق يىلتىزى، قوغۇن ئۇرۇقى، بادام مېغىزى، نىشاستە، كەتىرا ۋە بۆرە ئەرمىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنى سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈيۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ ۋە كۈندە بىر قانچە قېتىم سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلىدۇ ياكى ئاش پۇرچاق، يېشىل ماش، دادۇر، تۇخۇم پوستى، قەشقەر ئۇپىسى، پىل چىشى، چىرىگەن سۆڭەك، ئاچچىق بادام ۋە تۇرۇپ ئۇرۇقى تالقىنىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، ئومۇمىي دورا ۋەزنىدىن بەش ھەسسىگە تەڭ سۈتكە ئارىلاشتۇرۇپ ئىسسىتقاندىن كېيىن، داكىنى دورىغا مىلەپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى يۇقىرىقى تەركىبلەر تالقىنىنى تۇرۇپ كۆكى (يوپۇرمىقى) سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھۆل تېڭىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا تۆۋەندىكى نۇسخىلارمۇ سىرتىدىن سۈركەلسە بولىدۇ: مەدەستان، كافۇر ھەر بىرىدىن 12 گرام، گۈل مېيى، ئۆچكىنىڭ بۆرەك مېيى ھەر بىرى 24 گرام، ئاق مومدىن 24 گرام ئېلىپ دورىلار يۇمشاق تالقانلىنىدۇ. ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى بىلەن ئاق مومنى ئايرىم - ئايرىم ئېرىتىپ، ياغلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە تالقان دورىلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. بۇلاردىن باشقا قىچا ۋە زەرچىۋە تالقىنىنى سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن چېپىشقىمۇ ياكى زەپەر، ئوردان، كۈندۇر، مۇرمەككى، مەستىكى، ئەنسىل قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ، سۈيىنى سىرتىدىن ھۆل تېڭىپ، ئىچىدىن ئوردان، زەپەر ۋە ئەنسىل قاتارلىقلارنى دەملەپ ياكى قاينىتىپ ئىچىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى، سىرتىدىن سۈركىلىدىغان مەلھەملەر بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن ۋە قىزىتما يانغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ.

(2) باشقا ئامىللارغا قارىتا چارە قىلىش: ئەگەر بۆرە چاقسىز ئىسسىق ۋە قۇرغاق ھاۋا شارائىتىدا ئاپتاپ ئۆتۈش ئاساسىدا پەيدا بولغان بولسا، بىمارنى ئاپتاپتىن خالىي قىلىش كېرەك ۋە ئىچىش ئۈچۈن قىزىتمىنى ياندۇرغۇچى نۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر كېيىمىنىڭ سۈركىلىش ئامىلى مەۋجۇت بولسا كەڭ كۆشادە ۋە يۇمشاقراق كېيىم - كېچەك كىيىشكە بۇيرۇلىدۇ. پات - پات يۇيۇنۇپ تېرە پاكىز تۇتۇلىدۇ. بولۇپمۇ چاڭ - توزاندا ئىشلىگۈچىلەر ئىشتىن چۈشۈش بىلەن يۇيۇنۇشى كېرەك. تېرە قۇرغاقلىشىپ كېپەكلىشى

دىغان بولسا، مىزاجنى تەڭشەش بىلەن بىرگە بەدەننى مايلاپ بېرىش كېرەك. بۇلاردىن باشقا يېمەك ـ ئىچمەكنى تەرتىپكە سېلىپ، ھەزىم ئەزالىرىدا كېسەللىك بولغۇچىلار بولسا ۋاقتىدا داۋالاپ ھەزمنى نورماللاشتۇرۇش كېرەك. مېۋە ـ چېۋە بىلەن كۆكتاتلارنى مۇۋاپىق ئىستېمال قىلىش پايدىلىق. بىمارلاردىكى ھەر خىل روھىي يۈكلەرنى يېنىكلىتىش مەقسىتىدە تەربىيە بېرىپ، ھەر خىل ئەندىشىلەرنى تۈگىتىپ ساقىيىشقا بولغان ئىشەنچىسىنى تۇرغۇزۇش بىلەن بىرگە مېڭىنى تازىلىغۇچى، مېڭىنى قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى ۋە ئۇخلاتقۇچى دورىلار بىلەن ھېلىلە مۇرابباسى قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. داۋالىنىش جەريانىدا شاراب ئىچىش بىلەن تاماكا چېكىش ۋە جىنسىي ئالاقە قىلىش قاتارلىقلار چەكلىنىدۇ.

سوك (مەقئەت) كېسەللىكلىرى

بوۋاسىر

بۇ كۆتەن (توز ئوچەي) نىك توۋۇنىدىكى شىللىق پەردە بىلەن مەقئەت ئېغىزى ۋە ئونىك گىرۋىكىگە يېقىن تېرىدە پەيدا بولىدىغان توگونسىمان ۋە قانايدىغان بىر خىل كېسەللىك.

سەۋەبى

غەيرىي تەبىئىي سەۋدا كۆتەن ئوچەينىك توۋۇنى ياكى مەقئەت يولىدىكى شىللىق پەردە بىلەن مەقئەت ئېغىزى ئەتراپىدىكى تېرە قان تومۇرلىرى تېمىدا قېتىۋېلىپ، تومۇرنى سۇسلاشتۇرۇپ، ئەۋرىشىملىكى توۋۇنلەشتىن ئەگرى ـ بۇگرى كېڭىيىپ توگون هاسىل قىلىش ۋە قان غالىب كېلىپ قاناشتىن پەيدا بولىدۇ. يەللىك يېمەك ـ ئىچمەكلىكنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئوزاق مۇددەت ئولتۇرۇپ ياكى ئۆرە تۇرۇپ ئىشلەش، داۋاملىق ئېغىرلىق كۆتۇرىدىغان خىزمەت بىلەن شوغوللىنىش، كۆپ قەۋزىيەت بولۇش، ئوزاق ۋاقىت ئىچ سۇرۇش، ئوزۇنغا سوزۇلغان كونا يۆتەل، كۆپ هاممىدارلىق ۋە توغۇتنىك قىينىلىشىش قاتارلىق سوۋغا بېسىم كەلتۇرىدىغان ئامىللار بۇ كېسەللىكنىك پەيدا بولۇشىدا مۇهىم ئامىل بولۇشتىن سىرت، قىسمەن بىمارلاردا ئوۋدۇم (ئىرسىيەت) ئامىلى بىلەنمۇ مۇناسىۋەتلىك.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىك 20 ~ 50 ياشلىق ئەر ۋە ئاياللاردا كۆپ ئوچرايدۇ. بۇ كېسەللىكنىك ئاساسىي ئالامىتى، كۆتەن ئوچەينىك تۆۋەن قىسمى بىلەن مەقئەت يولى شىللىق پەردىسى ۋە مەقئەت ئېغىزىنىك شىللىق پەردە بىلەن توتىشىدىغان چېگرىسىدا هەر خىل چوڭلوقتىكى توگون پەيدا بولۇش بىلەن بىرگە قاناشتىن ئىبارەت. توگون شىللىق پەردە يوزىدىن پولتىيىپ چىقىدۇ. كىچىكلىرى مونچاق چوڭلوقىدا، چوڭلىرى گۈله چوڭلوقىدا

بولۇشى مۇمكىن. سانى بىر ياكى بىر قانچە بولىدۇ. رەڭگى توق قىزىل ياكى قارامتۇل قىزىل تۇسنى ئېلىشى مۇمكىن. بەزىدە تۇگۇندىن قان چىقىدۇ. قاناش قەۋزىيەت بىرگە كەلگەندە كۈچىيىدۇ. بوۋاسىر تۇگۇندىن چىققان قان گەندىنىڭ سىرتىغا يېپىشىپ كېلىشى مۇمكىن. بەزىدە تەرەتتىن كېيىن تامچىپ كېلىدۇ. ئەگەر قاناش ئۇزاق ۋاقىت داۋالاشسا، پۇتۇن بەدەنلىك قان ئازلىق بىلەن ماغدۇرسىزلىق ئالامەتلىرى بىرگە كېلىدۇ. بوۋاسىر تۇگۇنىنىڭ مەقئەت ۋە ئۇنىڭدىن يۇقىرى قىسمىدا بولغانلىرى ئىچكى بوۋاسىر، مەقئەت ئېغىزىنىڭ سىرتىدا بولغانلىرى سىرتقى بوۋاسىر دەپ ئاتىلىدۇ. ئادەتتە ئاغرىمايدۇ. بىراق تۇگۇن ئىچىدە قان بىلەن سەۋدا ئۇيۇۋېلىپ قاتتىق مونەك پەيدا قىلغانلىرىدا ئاغرىق قاتتىق بولىدۇ. قوشۇمچە يۇقۇملانغاندىمۇ ئاغرىق بولىدۇ. چوڭ تەرەت ۋاقتىدا ئىنجىقلىغاندا ئىچكى بوۋاسىر تۇگۇنى مەقئەت ئېغىزى سىرتىغا چىقىۋېلىپ، تەرەت قىلىپ بولغاندىن كېيىن، مەقئەت ئىچىگە كىرىپ كېتىدۇ. بەزىلىرى مەقئەت ئىچىگە كىرىپ كېتەلمەي، مەقئەت ئېغىزىدا كەپلىشىپ قېلىپ چىقىقلىپ، مۇجۇپ ئاغرىپ بىمارنى ئازابلايدۇ. ھەتتا زېدىلىنىپ يۇقۇملىنىدۇ ۋە تېخىمۇ ئىششىپ بىمارنى ئازابلايدۇ.

ئۇيغۇر تېبابىتىدە كۆتەن ئۇچەي تۆۋەن تەرىپى بىلەن مەقئەت يولى شىللىق پەردىسى ۋە شىللىق پەردە بىلەن تېرە تۇتىشىدىغان ئورۇن بىلەن ئېغىز ۋە بۇرۇن شىللىق پەردىلىرىدە ئۆسۈپ چىققان مونچاقلارنىڭ ھەممىسىنى «بوۋاسىر»، «مونچاق گۆش» ياكى «تۇگۇن» دەپ ئاتىلىدۇ. شۇڭلاشقا كۆتەن ئۇچەي بىلەن بۇرۇن بوشلۇق شىللىق پەردىلىرىدە پەيدا بولغان مونچاق گۆش (پالىپ) لارمۇ بوۋاسىر دەپ ئاتىلىدۇ. شۇڭلاشقا بۇرۇن بىلەن ئېغىز بوشلۇقى ئىچىدە پەيدا بولىدىغان مونچاق گۆش قاتارلىق تۇگۇنلەر «بوۋاسىر» دەپ ئاتالسا ھەيران قېلىش ھاجەتسىز.

ئۇيغۇر تېبابىتى مەقئەت بوۋاسىرى شەكلىگە قاراپ تۆۋەندىكى تۆرلەرگە بۆلۈنىدۇ:

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

(2) ئۇزۇنچاق ياكى سوقمىچاق بوۋاسىر: بۇ خىل شەكلى قاتتىقراق خورمىغا ئوخشاپ كېتىدۇ. بۇ خورمىسىمان (تەمرى) تېپى دەپ ئاتىلىدۇ.

(3) يۇمىلاق ۋە يۇمشاق بوۋاسىر: بۇ خىل شەكلىدىكى بوۋاسىر يۇزىدە ئۇجمە دانىلىرىدەك دانچىلەر بولىدۇ. بۇ ئۇجمىسىمان (ئىنەبى) تېپى دەپ ئاتىلىدۇ.

(4) ئەنجۇرگە ئوخشاش تۆۋى چوڭ بوۋاسىر: بۇ خىل شەكلى ئەنجۇرسىمان (تېنى) تېپى دەپ ئاتىلىدۇ.

(5) كىچىك پۇرچاق چوڭلۇقىدا قاتتىق بولىدىغىنى پۇرچاقسىمان (سولولى) تېپى

دەپ ئاتىلىدۇ.

(6) شەكلى ئۇزۇن ۋە يۇمشاق بولۇپ، سىرتقى يۈزى بىلەن ساپىقى ئوجمىگە ئوخشاش بولىدىغىنى ئوجمە ساپلىق (توتى) تىپى دەپ ئاتىلىدۇ. بوۋاسىرنىڭ ئېچىشىپ ئاغرىشى قانغا سەپرانىڭ ئارىلىشىشى (سەپرالىق قان) دىن، سانجىلىپ ئاغرىش بىلەن بىر خىل ئېغىرلىق ھېس قىلىش قانىنىڭ قويۇقلىشىشىدىن بولىدۇ.

داۋاسى

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

1) پەرھىز تۇتۇش بىلەن داۋالاش: بۇ، بىمارنىڭ خىزمەت تۈرى بىلەن خىزمەتنىڭ ئېغىرلىق دەرىجىسىنى مۇۋاپىق تەڭشەش ۋە تاماقتىن پەرھىز تۇتۇپ ھاراق، پىۋا، قىزىل مۇچ، قارىمۇچ، كۈدە، تۇزلىغان كۆكتات، تۇزلاپ قۇرۇتۇلغان گۆش، سۇرلىغان گۆش، قېزا، كونا گۆش، كالا گۆشى، ئات گۆشى، كېيىك گۆشى، بېلىق گۆشى، پەتىنگان (چەيزە)، شوخلا ۋە ماش پۇرچاق قاتارلىق يەل پەيدا قىلىدىغان، قانىنى قويۇلدۇرىدىغان ۋە مىجەز تەڭپۇڭلۇقىنى بۇزىدىغان ھەمدە غىدىقلايدىغان يېمەك ـ ئىچمەكلەردىن پەرھىز تۇتۇلىدۇ. ئەگەر بىمارلار بۇ نۇقتىغا دىققەت قىلمىسا داۋالاشنىڭ ئۈنۈمىگە تەسىر يېتىدۇ.

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

بەدەننى سەۋدايى قاندىن تازىلاش ئۈچۈن ھېلىلە مۇرابباسى ۋە ئىترىفىل مۇقەل ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ.

3) ئىچىدىن دورا ئىچكۈزۈش

(1) غىزايى دورا بىلەن داۋالاش: بوۋاسىر بىلەن ئاغرىغان بىمارلارنى قەۋزىيەت تولىمۇ ئازابلايدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن بىمارغا ئىچنى يۇمشىتىپ، كېسەللىكنىڭ تەرەققىياتىنى

توسۇش ۋە داۋالاش ئۇنۇمىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش مەقسىتىدە ئاچچىق - چۈچۈك مېۋىلەر-دىن باشقا مېۋىلەر بىلەن كۆكتات (پەتىنگان، كۈدە، مۇچ، شوخلا ۋە تۇزلىغان كۆكتاتلار-دىن باشقىلىرىنى) شورپىسى، سېمىز مېكىيان گۆشى، ئوغلاق بىلەن پاقلان گۆشلىرى-نىڭ شورپىسى قاتارلىقلارنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ.

(2) ئىچىدىن ئىچىشكە تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ:

① ئىتىرىفىل مۇقەل تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ھېلىلە كابىلى پوستى، بەلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، ئامىلە پوستى ھەر بىرىدىن 33 گرام، مۇقەل 100 گرام، ھەسەل پۈتۈن دورا مىقدارىنىڭ ئۈچ ھەسسە ۋە كۈدە سۈيىدىن مۇۋاپىق ئېلىپ، مۇقەلدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ. مۇقەلنى ئايرىم يانچىپ، كۈدە سۈيىگە بىر كېچە چىلاپ ئېرىتىلىدۇ. ئېرىگەن مۇقەلنى ئېرىگەن ھەسەلگە قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە تالقان دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىنىدۇ. كۈنده 6 ~ 10 گرامغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ (ئەسكەرتىش: كۈدىنىڭ ئۆزى بوۋاسىرغا زىيانلىق، لېكىن ئۇنىڭ سۈيى بوۋاسىرغا پايدىلىق). بۇ دورا كۈملاچ قىلىپ تەييارلانسىمۇ بولىدۇ. بوۋاسىرنىڭ ھەرخىل تىپلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

② سۇفۇپى مەقلىياسا ئىشلىتىلىدۇ. بۇ كۆپىنچە كونىراپ كېتىپ قان كېلىۋاتقان بوۋاسىرغا ئىچىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىرتىدىن مەلھەمى مۇقەل چېپىپ ئىچىشكە ھەببى ياكى مەجۇنى مۇقەل بېرىش بىلەن بىرگە سۇفۇپى مەقلىياسادىن ئۇچ گرامنى بىر دانە يىلتىلغان تۇخۇمغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سۇفۇپى مەقلىياسانىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئىسپىغۇل، كۆكنار ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 33 گرام، رەيھانگۇل، قىزىلگۇل، بۇغداي كراخمالى ھەر بىرىدىن 10 گرام، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، ھەببۇلئاس، گىل ئەرمىنى ھەر بىرى سەككىز گرامدىن، زىرىقتىن 25 گرام ئېلىپ، ئىسپىغۇلدىن باشقىلىرىنى ئوتتا قىزىتىپ، سوقۇپ تاسقاپ تالقان قىلىنىدۇ. ئىسپىغۇلنى قىزىتىپ سوقمايلا تالقان دورىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

③ مەجۇنى ئازاراقى: مەجۇنى ئازاراقىنى ئۇزاق مۇددەت مۇۋاپىق مىقداردا، بىر ئاي ئىستېمال قىلىپ، يېرىم ئاي دورىنى توختىتىش ئۇسۇلى بويىچە داۋاملاشتۇرۇپ بېرىلسە، بوۋاسىر تۈگۈنى كىچىكلەپ قورۇلۇپ يوقىلىدۇ.

④ ئەنجۇر بىلەن داۋالاش: ھەر خىل بوۋاسىرغا بولۇپمۇ ئىچكى بوۋاسىرغا كۈندە يەتتە دانە ئەنجۇر قېقىنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچىپ بەرسە ۋە ئەنجۇرنى يەپ بەرسە، بوۋاسىر تۈگۈنى تەدرىجىي كىچىكلەپ يوقىلىدۇ.

⑤ كۆكنار شەربىتىنىڭ كىچىك نۇسخىسىنىڭ تەركىبىگە ئانارگۈلى، ئەنجىبار، بېھى ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقىنى ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، ھەمەك نان بىلەن بىرگە چاي ئورنىدا ئۇزاق مۇددەت ئىشلىتىلسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

⑥ ھېلىلە كابىلە 130گرام، مۇقەل 66 گرام، كەتىرا 33 گرام، ئەنجۇر قېقى 60 دانە، كۈدە ئۇرۇقى 20 گرام، ھېلىلە پوستى بىلەن كۈدە ئۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ. 60 دانە ئەنجۇر قېقىنى بىر لىتىر سۈغا چىلاپ، چىلاشقۇدەك سۇيى قالغۇچە سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ. ئۇستىگە تالقان دورىلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇملاچ تەييارلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 8 ~ 10 تالغىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

⑦ بوۋاسىر قاناۋاتقان مەزگىلدە قانىنى توختىتىش مەقسىتىدە، قۇرسى كەھرىۋا ياكى مەجۇنى خۇبسۇلھەددە ۋە ھەببى مۇقەل بېرىلىدۇ. (قەۋزىيەت بولسا ھەببى مۇقەلنىڭ I نۇسخىسى، ئىچى يۇمشاق كەلسە II نۇسخىسى بېرىلىدۇ).

قۇرسى كەھرىۋانىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: كەھرىۋا، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، خۇنسىياۋشان، تاباشىر، نىشاستە، كەتىرا، ئاقاقىيا، ئانارگۈل ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، پاقىيوپۇرماق سۇيى ۋە گاۋزىبان سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ توقۇچاق (تابلېت) تەييارلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ ~ ئالتە گرامغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ.

مەجۇنى خۇبسۇلھەددە (تۆمۇر پوقى مەجۇنى)نىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: ھېلىلە كابىلە پوستى، سېرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، بەسباسە، قاقىلە، ئۇد ھىندى، ئىسپار، كۈنجۇت ھەر بىرىدىن ئالتە گرام، تۆمۇر پوقى (تۆمۇر دېتى) 165 گرام، ھەسەل 660 مىللىلىتىر، تۆمۇر پوقىنى ئالدى بىلەن ئۇچ كېچە ـ كۈندۈز سىركىگە چىلاپ سۇزۇۋالغاندىن كېيىن، سېرىقماي بىلەن قورۇپ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، تۆمۇر پوقى (دېتى) تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ئالتە ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن، ئاندىن كۈندە بىر قېتىم، ئالتە گرامدىن يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ.

⑧ بىمارنىڭ يۇرىكى ئاجىز بولسا، يۇرەكنى كۈچلەندۇرۇپ داۋالاشقا ماسلىشىش ئىقتىدارىنى ئاشۇرۇش مەقسىتىدە داۋائىلمىشكى ياكى مۇپەررىھى ياقۇتلاردىن بىر خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

⑨ بوۋاسىرنىڭ قاتتىق ئاغرىيدىغان «يەل بوۋاسىر» تىپىدا (ئالاھىدىلىكى: سانجىلىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. ئاغرىق بەزىدە بەل، ئۇرۇقدان «ئەرلەردە» خالتىسى ۋە سىرتقى

جىنسىي ئەزالارغىچە تارقىلىپ قورساق ئېسىلىش، تولا يەل كېلىش ۋە چوڭ تەرتىدىن قان كېلىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ) مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىپ ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن، يەلنى تارقاتقۇچى دورىلاردىن جاۋارىش شەھرىياران ياكى مەجۇنى پىلافىلىنىڭ بىر خىلى بېرىلىدۇ.

جاۋارىش شەھرىيارانىنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: قەلەمپۇر، گۈلدارچىن، سەلخە، سۇمبۇل، جۇزبۇۋا بەۋار، لاچىندانە، قاقىلە، ھەببى بىلسان، زەپەر ھەر بىرىدىن 15 گرام، سوقمۇنىيا 10 گرام، تۇربۇت، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى 26 گرام، قەنت (شېكەر) 215 گرام، ھەسەل 430 گرام. دورىلارنى سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قەنتنى ئازراق سۇ بىلەن قېيام قىلىپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە دورا تالقىنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. كۈندە بىر قېتىم 6 ~ 8 گرامغىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ.

مەجۇنى پىلافىلىنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: ئاقمۇچ، پىلپىل ھەر بىرىدىن 50 گرام، ئۇدىبلسان 25 گرام، سۇمبۇل، ھۇماما ھەر بىرىدىن 13 گرام، زەنجىۋىل، كەرەپشە (چىڭسەي) ئۇرۇقى، سالىيۇس، سەلىخە، ئاسارۇن، راسەن ھەر بىرىدىن 3.3گرامدىن، ھەسەل پۇتۇن دورا ئېغىرلىقىدىن ئۈچ باراۋەر. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. كۈندە ئۈچ قېتىم، تاماقتىن كېيىن ئۈچ گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

يۇقىرىدىكى دورىلارغا قوشۇپ تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ بىرى يېيىشكە بېرىلسە ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. بىرىنچى نۇسخا: بۇزۇغا، دۇرنەج ئەقرەبى، قارا ھېلىلە، شەرەنجى ھىندى، ئاقىرقەرھا، قارىمۇچ، پىلپىل، كۈدە ئۇرۇقى، مۇقەل ھەر بىرىدىن 13 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈدە ئۇرۇقى سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئىككىنچى نۇسخا: بىخ كەبىر 10 گرام، سۆئىتەر (ياپچان) بەش گرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈدە سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ كۈملاچ تەييارلىنىدۇ. كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

قۇرۇق جايدا بولىدىغان چار پاقىدىن بىرنى ئېلىپ قارنىنى يېرىپ، ئىچىنى تازىلاپ پاكىز يۇيۇپ، بىر جىڭ ئاق ھاراقتا سېلىپ، سۇس ئوتتا 1/4 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈپ، بىر قېتىمدىلا ئىچىۋەتسە يېنىكلىرى بىر قېتىمدا، ئېغىرراقلىرى 2 ~ 3 قېتىمدا ساقىيىپ كېتىدۇ (سىناقتىن ئۆتكەن).

(4) سىرتىدىن دورا سۈركەش بىلەن داۋالاش.

بوۋاسىرنى سىرتىدىن دورا سۈركەپ داۋالاشتا، ئوخشىمىغان ئەھۋالدا ئوخشاش بولمىغان دورىلاردىن تۆۋەندىكىلىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

(1) بوۋاسىردا بەك ئاغرىش بىلەن بىرگە قاناش يۈز بەرسە، سىرتىدىن تۆۋەندىكى دورا نۇسخىلىرى ئىشلىتىلىدۇ:

① كۆمۈش ئۇپىسى، ئاق موم ۋە گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئاق مومنى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ، ئوستىگە كۆمۈش ئۇپىسىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، بوۋاسىر تۈگۈنلىرىگە چېپىلىدۇ. ئىچىشكە ئىتىرىفىل سەغىر بېرىلىدۇ.

② بوۋاسىر تۈگۈنى ئاغرىش بىلەن ئىششىپ ئېسىلىش بىرگە كەلگەن بولسا، سىرتىدىن مەلھەمى مۇقەل سۈركىلىدۇ. تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: ئۇپا، زەرنىخ ھەر بىرى 3.3 گرامدىن، مۇقەل، سۆرۈنجان، رەۋەن، ئاق لەيلى ھەر بىرى ئالتە گرامدىن، ئاق موم 3.3 گرام، توخۇ يېغى، كالا يېلىكى، تۆگە لوكا يېغى، ئاچچىقئۆرۈك مېغىزى يېغى ۋە كالا يېغى ھەر بىرى 16 گرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يۇقىرىقى بەش خىل ماينى ئاق موم بىلەن ئېرىتىپ، ئۈنىڭغا تالقان دورىلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. يۇقىرىدىكى ئىككى خىل مەلھەمنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى مەقئەتنى پاكىز يۇيۇپ، بوۋاسىر تۈگۈنلىرىنى گۈل يېغى بىلەن مايلىغاندىن كېيىن، يۇقىرىدىكى مەلھەملەرنىڭ بىرىنى پاكىز داكىغا سۈرتۈپ، ئوتقا قاقلاپ ئازراق قىزىتقاندىن كېيىن مەقئەتنىڭ ئىچىگە كىرگۈزۈپ، بوۋاسىر تۈگۈنىگە تەگكۈزۈپ (چاپلاپ) كۈندە 1 ~ 2 قېتىم تېڭىپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر بوۋاسىر كونىراپ كېتىپ قاناش يۈز بەرسە، ئىچىدىن ئىچىشكە ھەببى ياكى مەجۇنى مۇقەل (كۈنىگە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 1.5 ~ 2 گرامدىن) بېرىپ، بوۋاسىر مەلھەمى مۇقەل بىلەن يۇقىرىدىكى ئۇسۇلدا تېڭىپ بېرىلىدۇ ھەمدە سۈفۈپى مەقلىياسا ئىشلەتمەسمۇ بولىدۇ.

③ كۆدىنى توغراپ داڭقان ياكى كىچىك كورىغا سېلىپ، سۇس ئوتتا قىزدۇرۇپ، كۆدىنىڭ ئۆتكۈر تەسىرى بىلەن بۇسى (پۇرىقى) بىر ئاز يوقالغاندىن كېيىن كالا يېغى ياكى ياڭاق يېغىدا قورۇپ، ھاۋانچىدا يۇمشاق سوقۇپ بوۋاسىر تۈگۈنىگە چېپىلىدۇ.

④ پىيازنىڭ كالا يېغىدا پىشۇرۇپ، ھاۋانچىدا سوقۇپ مەقئەتكە سۈركەپ تېڭىپ بېرىلىدۇ.

⑤ قەلەي ئۇپىسى، ئاق موم ۋە گۈل يېغىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئاق مومنى كالا يېغىدا ئېرىتىپ ئوستىگە ئۇپىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

⑥ ئىكلىلمىلىك 10 گرام، ئەپيۇن ئۇچ گرام، زەپەر 1.5 گرام، زىغىر 10 گرام،

تۇخۇم سېرىقى بىر دانە، ئاق لەيلى ئالتە گرام، پىياز 15 گرام، مىئەسائىلە ئۇچ گرام، كالا يىلىكى، تۆگە يىلىكى ھەر بىرىدىن 16 گرام. دورا قىسمىنى يۇمشاق سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يىلىك بىلەن مايلارنى ئېرىتىپ تۇخۇم سېرىقىنى قوشۇپ، ئۇسـتىگە تالقان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەتكە چېپىلىدۇ. بۇ نۇسخا بەك ئاغرىپ كەتكەن بوۋاسىرلارغا ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ.

⑦ قاناش بىلەن ئاغرىش ئېغىر بولغانلارغا شىيافى كوھلى ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: ئانارگۈلى، موزا، سۇرمە، زەمچە، ئاقاقىيا، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكـۈزۈپ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ شامچە تەييارلاپ قۇرۇتۇپ، ھاجەت بولغاندا گۈل يېغى بىلەن مايلاپ مەقئەت ئىچىگە كىرگۈزۈلىدۇ.

(2) قورۇلدۇرۇپ قاتۇرۇپ چۈشۈرۈش ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش. بۇنىڭ ئۇچۇن تۆۋەندەكى نۇسخىلارنىڭ بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ:

① كۆچۈلىنى ئاچچىقسۇغا ئىككى سائەت چىلاپ ئېلىپ تاشقا سۇرتۇپ (سۇركەش جەريانىدا تاشقا ئاچچىقسۇ قۇيۇپ تۇرۇلىدۇ)، چىققان مەھسۇلات بوۋاسىر تۇگۈنىگە سۇركىلىدۇ. دورا سۇركىگەندە دەسلەپ ئاغرىيدۇ. مەقئەت يەلپۇپ بېرىلسە ئاغرىق پەسىيىدۇ.

② تاجىگۇل، موزا ھەر بىرى ئۇچ گرامدىن، ئۇنىڭغا بىر گرام كافۇر قوشۇپ تالقىنلاپ، كالا ياكى قوي ئۆتى ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۇرگەندىن كېيىن، مەقئەتنى پاكىز يۇيۇپ قۇرۇتقاندىن كېيىن، مەقئەت بىلەن بوۋاسىر تۇگۈنىنى گۈل يېغى بىلەن مايلاپ بوۋاسىر تۇگۈنىگە بۇ مەلھەم چېپىلىدۇ.

③ پاقىنىڭ قول ـ پۇتىنى كېسىپ ئىچ باغرىنى ئېلىۋېتىپ، بۆرەك يېغىدا قورۇپ پىشۇرۇپ، داكا بىلەن سىقىپ چىقىرىلغان يېغى بىلەن بوۋاسىر تۇگۈنى مايلاپ بېرىلىدۇ.

④ سىماب، نۆشادۇر ھەر بىرى 10 گرامدىن، زەنكار ۋە سۇ تەگمىگەن ھاك ھەر بىرىدىن 15 گرام، كۇندۇر 360 گرام، سېرىق زەرنىخ 460 گرام. دورىلارنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئۇستىگە سىمابنى سېلىپ تاكى سىماب «ئۆلگۈچە» (سىماب يوقالغۇچە) ئېزىپ سالايە قىلىدۇ. كېيىن دورىنى قۇرۇتۇپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا سىركە قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۇرۇپ قاچىغا قاچىلاپ ساقلاش ئىشلىتىلىدۇ (بوۋاسىر تۇگۈنىگە چېپىلىدۇ).

⑤ ئانار پوستى، كۇندۇر، جۇپتى بەللۇت، جويۇز، سەبرە ھەر بىرى 16 گرام، 33 مىللىلىتىر ئۇزۇم قاياناتمىسى، ئۇزۇم قاياناتمىسى بىلەن دورىلارنى ئېزىپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۇرۇپ، بوۋاسىر تۇگۈنىگە قويۇق چېپىپ بېرىلىدۇ.

(5) ژاننا قىلىش ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش:

① ئانارگۈلى، موزا، ھەببۇلئاس، قىزىلگۈل تۇگۈنچىسى ۋە ئاقاقىيالارنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، قايناتىپ، قويۇق سۇيى بىلەن ئىسسىق ھالىتىدە مەقئەتنىڭ ئىچى يۇيۇپ بېرىلىدۇ ۋە ژاننا قىلىنىدۇ.

② يۇقىرىقى تەركىبىگە ھەرە كۆنىكى، مەدەستان ۋە ئۇپا ئارىلاشتۇرۇلسىمۇ ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ ياكى بۇ ئۇچ خىل دورىنى سوقۇپ تالقانلاپ، سوڭغا قويۇپ تېڭىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىغا توشقان تۇكى ئارىلاشتۇرۇلسا ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

(6) ئىسلاپ داۋالاش ئۇسۇلى. بۇ خىل داۋالاشنىڭ رولى بۇۋاسىر تۇگۈنىنى قورۇپ، كىچىكلىتىپ قۇرۇتۇپ چۈشۈرۈشتىن ئىبارەت.

① تۆگە مايىقى بىلەن قالانغان ئوت چوغى ئۇستىگە يىلان قاسىرىقى بىلەن مۇقەددەن مۇژاپىق مىقداردا سېلىپ، ئوتنىڭ ئۇستىگە تېگىدە كىچىك تۆشۈكى بار خۇمرا ياكى تەشتەكنى دۇم كۆمتۇرۇپ قويۇپ، مەقئەتنى خۇمرا ياكى تەشتەك تۆشۈكىگە توغرىلاپ ئولتۇرۇش ئارقىلىق ئىسلىنىدۇ (بىمارنىڭ ساغرىسى بىلەن تەشتەك ياكى خۇمرا چۈمكىلىنىدۇ)، قانچە ئۇزۇن ئولتۇرسا شۇنچە ياخشى.

② مۇقەل (كۆك رەڭلىكى)، كۇندۇر، ئۇدخام، بىخ كەبىر، ئادراسمان ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن ئىسلىنىدۇ.

(7) قان ئېلىپ داۋالاش ئۇسۇلى: ئەگەر بىمارداقان غالىب كېلىپ قان قويۇقلاشقان بولسا (قان بېسىمى يۇقىرى بولسا. ت) باسلىق تومۇر ياكى سافىن تومۇردىن مۇژاپىق مىقداردا قان ئېلىنىدۇ ياكى بۇۋاسىر تۇگۈنىدىن قان چىقىۋاتقان بولسا، قانىنى زورمۇ زور توختاتماستىن قاننىڭ ئېقىشىغا يول قويۇش كېرەك. قەدىمىي ھۆكۈمالارنىڭ بەزىلىرى بۇۋاسىر قېنى كۈچ بىلەن توختىتىلسا مالىخۇلىيا، خەفەقان ۋە يانپاش بىلەن بالىياتقۇ ئاغرىشقا ئوخشاش كېسەللىككە مۇپتىلا بولۇش مۇمكىن، دەپ قارىغان. بىراق قان كۆپ چىقىپ، قان ئازلىق (قان يوقتىش) دىكى ئالامەتلەر كۆرۈلۈشكە باشلىغاندا، ھەر خىل يوللار بىلەن قانىنى توختىتىش كېرەك.

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

(9) دەستىكار (خىرورگىيە) ئۇسۇلى بىلەن بۇۋاسىر تۇگۈنىنى كېسىپ ئېلىۋېتىپ، جاراھەتكە قان توختاتقۇچى تالقان دورىغا مىلەنگەن پاكىز داكىنى چىڭ بېسىپ قويۇپ قان توختىتىلىدۇ. تېبابەتتە ئوپېراتسىيىنىڭ خەتىرى بولغانلىقى ئۈچۈن، ياخشىسى دورا

بىلەن داۋالاشنى ئاساس قىلىش كېرەكلىكى تەكىتلەنگەن.

مەقئەت يېرىلىش

مەقئەت ئېغىزى ئەتراپىدىكى تېرە چاك كېتىپ يېرىلىشتىن بولىدىغان كېسەللىك مەقئەت يېرىلىش ياكى سوك يېرىلىش دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

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

ئالامىتى

مەقئەت يېرىلىش مەقئەت ئېغىزىدىن ئەتراپىدىكى تېرىگە قاراپ سىزىقسىمان يېرىلىدىغان بولۇپ، بۇ خۇددى كىيىمنىڭ ئۇرۇلۇپ يىرتىلغىنىغا ئوخشاپ كېتىدۇ. يېرىلىغان يېرىقنىڭ قىسقىلىرى 1 ~ 2 سانتىمېتىر، ئۇزۇنلىرى 4 ~ 5 سانتىمېتىرغىچە يېرىلىدىغان بولۇپ، خۇددى تامغا چاك كەتكەنگە ئوخشاپ كېتىدۇ. مەقئەتنىڭ يېرىلىشى بىر تال ياكى بىر قانچە تال بولۇپ، بەزىدە ئايرىم ـ ئايرىم بولىدۇ. بەزىدە بىر ـ بىرى بىلەن تۇتىشىپ كەتكەن بولۇشى مۇمكىن. يېرىلغان ئورۇن شەلۋىرەپ قىزىل تۇسنى ئالىدۇ. بەزىدە جاراھەت يۇزىدە يىرىڭلىق ئاجرالمىلار بولىدۇ. چوك تەرەتتىن كېيىن ياكى تومۇزنىڭ ياز كۈنلىرى ئەۋرەت قىسمى تەرلىگەندە ئېچىشىپ ئاغرىپ بىمارنى ئازابلايدۇ. قىسمەن بىمارلاردا يۇقۇملىنىپ مەقئەت يالىلۇغى بىلەن مەقئەت ئەتراپى يىرىڭلىق ئىششىقى پەيدا بولۇشى مۇمكىن. بەزىدە جاراھەت يۇزىدىكى قان تومۇرلار زەخمىلەنسە قاناش يۇز بېرىدۇ. مەقئەت يېرىقى كۆپ ھاللاردا بوۋاسىر كېسىلى بىلەن بىرگە كېلىشى مۇمكىن.

قىزىلمۇچ، قارىمۇچ، ئاچچىقسۇ ۋە ھاراق، كونىراپ قالغان گۆش، ئات گۆشى، سۇر-لىگەن گۆش ۋە قېزا قاتارلىق غىدىقلىغۇچى ۋە بەدەننىڭ قۇرۇقلۇقىنى ئاشۇرۇپ قىزىتىقۇچى يېمەك - ئىچمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىنىدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن، پىشقان مېۋە - چېۋىلەر بىلەن مېۋە سۈيى ياكى مېۋە مۇرابباسىنى ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. بەدەندىكى زىيادە سەپرانى سۇرگۈچى مەتبۇخلاردىن مەتبۇخى خىيارشەنبەر، مەتبۇخى ھېلىلە ياكى شەربىتى بىنەپشىگە ئىسپىغۇل لوئابى قوشۇپ بېرىلىدۇ. بۇلارنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى ۋە ئىچىش مىقدارى تۆۋەندىكىچە: مەتبۇخى خىيار شەنبەر، چىلان 20 دانە، سەرپىستان 30 دانە، ئۇرۇقى ئېلىنغان ئۈزۈم 33 گرام، بىنەپشە 13 گرام، ئەنجۇر قېقى 10 دانە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشان ھەر بىرىدىن 16 گرام، خىيار شەنبەرنىڭ ئىچىدىكى تېنى (گۆش) قىسمى 23 گرام، تەرەنجىبىن 33 گرام، خىيار شەنبەر بىلەن تەرەنجىبىندىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ (چىلان بىلەن ئەنجۇرنى پارچىلاپ)، 750 مىللىلىتىر سۇغا چىلاپ سۈس ئوتتا 250 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، ئۈستىگە تەرەنجىبىن بىلەن خىيار شەنبەرنى سىلىپ قايتا - قايتا ئارىلاشتۇرۇپ داكا بىلەن سۈزۈلىدۇ. كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 40 ~ 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

مەتبۇخى ھېلىلىنىڭ تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى ۋە ئىچىش مىقدارى: سېرىق ھېلىلە پوستى 33 گرام، تەمرى ھىندى 66 گرام، ئەينۈلا 30 دانە، سەرپىستان، بىنەپشە، كىچىك سېرىق يۆگەي ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 17 گرامدىن، فۇنۇس 83 گرام، تەرەنجىبىن 66 گرام، فۇنۇس بىلەن تەرەنجىبىندىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ (ئەينۈلىنى پارچىلاپ)، دورا چۆككۈدەك قاياناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى يېرىمى قالغۇچە سۈس ئوتتا قاينىتىپ، ئوتنى توختىتىپ ئۈستىگە تەرەنجىبىن بىلەن فۇنۇسنى سىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ داكا بىلەن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 80 ~ 120 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش بىلەن بەدەندىكى زىيادە ھارارەتنى پەسەيتىش مەقسىتىدە بىنەپشە شەربىتى تەركىبىگە بېھى ئۇرۇقى قوشۇپ بېرىلىدۇ.

ھۆل بىنەپشە (گۈلى بولغىنى ياخشىراق) 150 گرام، بېھى ئۇرۇقى 33 گرام، پار سۈيى ياكى گۈلاب 650 مىللىلىتىر، قەنت (شېكەر) 165 گرام، بىنەپشە بىلەن بېھى ئۇ-

رۇقىنى (چالا سوقۇپ) پار سۇيى ياكى گۈلابقا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈپ، ئۈستىگە قەنتنى سېلىپ قوچۇپ ئىرىتىلىدۇ. كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 3 ئاش قوشۇقدا ئىچىپ بېرىلىدۇ.

ئەسكەرتىش: ھۆل بىنەپشە بولمىسا قۇرۇق بىنەپشىنى يەتتە ھەسسە گۈلابقا چىلاپ، سۇيىنى پۈتۈنلەي سۈمۈرۈۋالغانغا قەدەر چىلاپ قويۇلسا ھۆل بىنەپشە بىلەن ئوخشاش بولىدۇ.

سىرتىدىن مەلھەمى ئەبىيەز (ئاق موم مەلھەمى)، مەلھەمى داخلىيۇن، موم ياكى قىرىتى بىلەن ياغلاشقا بولىدۇ. ئەت (گۆش) ئۈندۈرگۈچى مەلھەملەردىن ئىشلىتىشكە بولىدۇ (يۇقۇملىنىدىغان كېسەللىكلەرنى داۋالاش قىسىملىرىغا قارالسۇن).

سوك چىقىش

مەقئەت يولى بىلەن كۆتەن ئۇچەي تۇۋى مەقئەت ئېغىزىدىن سىرتىغا پۈلتىيىپ چىقىپ قېلىش سوك چىقىش دەپ ئاتىلىپ، بالىلاردا ۋە ئۇزاق ۋاقىت ئىچ سۈرىدىغان چوڭلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك سوڭنى تىرەپ ياكى كۆتۈرۈپ تۇرىدىغان گۆش - پەيلەر (ئەزلىلەر) دىكى ھۆللۈك كۆپىيىپ بوشاپ كېتىشتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، بەدەن ئاجىزلىق، جىسمانىي ھەرىكەتلەر بىلەن شۇغۇللانماسلىق، ئىچ سۈرۈش، ئۇزۇنغا سوزۇلغان يۆتەل، باللاردىكى يىغلاڭغۇلۇق ۋە كۈچەپ ئىنجىقلايدىغان خىزمەتلەر بىلەن شۇغۇللىنىش قاتارلىقلار سوك چىقىشنىڭ مۇھىم ئامىلى بولىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە چوك تەرەت قىلغاندا رەڭگى ئاچ قىزىل ۋە پارقىراق بولۇپ، مەقئەت يولى شىللىق پەردىسى مەقئەت ئېغىزىنىڭ سىرتىغا چىقىۋالىدۇ. تەرەت قىلىپ ئورنىدىن تۇرغاندا ئۆزلۈكىدىن مەقئەت ئىچىگە كىرىپ كېتىدۇ. ئېغىرلاشقاندا مەقئەت يولى شىللىق پەردىسىدىن باشقا كۆتەن ئۇچەي تۆۋەن قىسمى شىللىق پەردىسى چوك تەرەت قىلغاندا،

چۈشكۈرگەندە، ئىنجىقلىغاندا، ئېغىرلىق كۆتۈرگەندە، ھەتتا يول يۈرگەندە مەقئەت ئېغىزدىن سىرتقا چىقىۋالىدىغان بولۇپ، سىرتقى شەكلى خۇددى ئېشەك مەدىكى (موگۇ) گە ئوخشاپ كېتىدۇ. كۆپ ھاللاردا ئۆزلۈكىدىن ئىچىگە كىرىپ كېتەلمەيدۇ. قول بىلەن ئىچىگە ئىتتىرگەندە ئاسانلا مەقئەت ئىچىگە كىرىپ كېتىدۇ. بەزىدە قول بىلەن كۈچەپ ئىتتىرسىمۇ ئىچىگە كىرىپ كېتەلمەي، مەقئەت ئېغىزى سىرتىدا كەپلىشىپ قالىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال داۋاملىشىۋەرسە، سىرتقا چىقىۋالغان شىللىق پەردە يۈزى سۆسۈن رەڭ تۈسنى ئالىدۇ ۋە سىرتىغا چىقىۋالغان شىللىق پەردە قېلىنلىشىپ بىمارغا ئازاب كەلتۈرىدۇ، ھەتتا مەقئەت ئېغىزى سىرتىغا چىقىپ كەپلىشىپ قالغان مەقئەت يولى بىلەن كۆتەن ئۇچەي تېمى چىرىپ، بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ كەلتۈرۈشى مۇمكىن.

داۋاسى

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

سوڭ سىرتىغا چىقىۋالغان بولۇپ ئىچىگە كىرگۈزۈۋەتكىلى بولمىسا، بىمارنى يېنىچە ياتقۇزۇپ، سىرتىغا چىقىۋالغان سوڭ ۋە ئونىڭ ئەتراپىدىكى تېرىگە بوشاشتۇرغۇچى ۋە سىلىقلاشتۇرغۇچى مايلاردىن گۈل يېغى قاتارلىقلار بىلەن مايلاپ، بىر ئاز ۋاقىت ئىنجىلىماي ياتقاندىن كېيىن، گۈل يېغىغا مىلەنگەن داكىنى چىقىۋالغان سوڭغا قويۇپ، بىر تەرەپتىن بىمارغا ئېغىزىنى يوغان ئېچىپ چوڭقۇر نەپەسلىنىش بۇيرۇلىدۇ. يەنە بىر تەرەپتىن، قول بىلەن داكىنى بوش بېسىپ، ئاستا ـ ئاستا يۇقىرىغا ئىتتىرىش ئارقىلىق ئىچىگە كىرگۈزۈۋېتىلىدۇ. بىمار ئورنىدىن تۇرماي ساقايغۇچە يېتىپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. قەۋزىيەت بولسا ئىچنى يېنىك سۇرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ ۋە مېۋە سۈيى بىلەن مېۋە مۇرابباسىنى ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. ئىچ سۇرۇۋاتقان بولسا ياكى يۆتەل بولسا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ ۋە ئوخشاشمىغان ئەھۋالغا قاراپ تۆۋەندىكى قاتۇرغۇچى دورىلاردىن بىر خىلى ئىشلىتىلىدۇ:

(1) ئۇپا، ئانارگۈلى، موزا، زەمچە، سۇرمە، ئانار پوستى، كۆيدۇرۇلگەن سەدەپ، ئاقاقـ

يا، پاقىيوپۇرمىقى ۋە تۇزدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقانلاپ، چىقىۋالغان سوڭغا سۇركەپ مەغزىنى كۆتۈرۈپ تېڭىپ قويۇلىدۇ ۋە تېڭىقنىڭ ئوتتۇرىسىدىن چوڭ تەرەت بىلەن يەل ماڭدىرغان تۆشۈك ئېچىپ قويۇلىدۇ.

(2) ئەگەر سىرتىغا چىقىپ قالغان سوڭنى قول بىلەن كىرگۈزۈۋەتكىلى بولسا بىنەپ-شە، ئاق لەيلى، بابۇنە، چامغۇر، يېپىسۈلەك (بەسەي) يوپۇرمىقى ۋە زىغىردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ، سوۋۇتۇلغان ئىسسىق سۇيىدە بىمار ئولتۇرغۇزۇلسا مەغزىت ئېغىزى بوشايدۇ. كېيىن گۇل يېغى سۇركەپ گۇل يېغى بىلەن نەم قىلىنغان داكا بىلەن ئىتتىرىپ ئىچىگە كىرگۈزۈلىدۇ ۋە يۇقىرىدىكى چارە قوللىنىلىدۇ ياكى بولمىسا سېرىق-چېچەك يېغى، بابۇنە يېغى ۋە موم يېغىنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوڭغا سۇركەپ، ئۇس-تىدىن قاتۇرغۇچى مەلھەملەردىن بىرى بىلەن ياغلاپ، بىرىنچى ئۇسۇلدا كۆرسىتىلگەن چارە بىلەن مەغزىت تېڭىلىدۇ ھەمدە ئارىلاپ شاھبەللۇت، ياۋا ئانار گۈلى، قىزىلگۈل خە-مىكى، بەرگى ئاس قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلغان ئىلمان سۇيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ياكى سوڭنىڭ ئىچى نەمدەپ بېرىلىدۇ.

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

(4) بىمارنى پىيازنىڭ قاينىتىلغان سۇيى بىلەن ھورلاندۇرۇپ بولغاندىن كېيىن، 10 گرام پۇچۇلانغان موزا تالقىنىغا 0.3 گرام كافۇر قوشۇپ، سىرتىغا چىققان سوڭغا سۇركەپ سوڭ ئىچكىرىگە كىرگۈزۈۋېتىلىدۇ.

(5) ئەگەر كىچىك بالىلارنىڭ سوڭى چىقىپ قالغان بولسا، يەتتە دانە تۇخۇمنىڭ ئۇ-چىدىن كىچىك تۆشۈك ئېچىپ، ھەر بىرىگە گۈرۈچ چوڭلۇقىدىكى زەمچىدىن سېلىپ، تۇخۇمنىڭ ئېغىزىنى خېمىر بىلەن ئېتىپ، تۇخۇمنىڭ 3/4 قىسمى چۆككۈدەك سۇغا تىك قويۇپ (خېمىر بىلەن ئېتىلگەن تۆشۈكنى ئۇستىگە قىلىپ) ئوتتا قويۇپ تۇخۇم پە-شۇرۇلىدۇ. بالىلارغا كۇندە بىردىن تۇخۇم يېگۈزۈلىدۇ.

(6) جىغان يىلتىزىدىن كۇندە 33 ~ 66 گرامنى بىر چىنە سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىم چىنە قالغاندا داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۇيىگە مۇڭاپىق مىقدارىدا شېكەر قوشۇپ ئۇچكە بۆلۈپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل بالىلارغا جەمئىي 10 ~ 15 كۈن ئېلىپ بېرىلىدۇ.

(7) ئەگەر سوڭ چىقىش مەغزىت گۆشلىرىنىڭ بوشاپ كېتىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، قىزىلگۈل، پوستى ئاقلانغان يېسىمۇق، ئانار پوستى، توغاچ ياكى شاپتۇل يوپۇر-مىقىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ دورا قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن ئىلمان سۇيىدە

ئولتۇرغۇزۇپ بېرىلىدۇ. سۈزۈۋېلىنغان تېرىپىنى سوقۇپ، ئۇنىڭغا گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ سوڭغا تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى كۆموش ئۈپىسى، ئانارگۈلى، موزا ۋە زەمچىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 16 گرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ. ئاۋۋال گۈل يېغىدا چىققان سوڭنى ياغلاپ، ئۈستىدىن يۇقىرىقى تالقاننى سېپىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ.

(8) سوغۇق تەسىرىدىن گۆشلەر بوشىشىپ كېتىشتىن پەيدا بولغان سوڭ چىقىشتا توغاچ ياپرىقى، قۇرۇق مەرزەنجۇش، قورۇغان موزا ۋە داتلىغان تۆمۈرنى كونا ھاراق (جاغىر) غا بىر كېچە ـ كۈندۈز چىلاپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا سۇ قوشۇلغان سۇيۇقلۇقتا بىر سائەت ئەتراپىدا ئولتۇرغۇزۇپ بېرىلىدۇ. كېيىن مەقئەتنى سۈرتۈپ قۇرۇتقاندىن كېيىن، ئۆرۈك مېغىزى يېغى ياكى شاپتۇل مېغىزى يېغى بىلەن ياغلاپ، ئۈستىدىن تۆۋەندىكى دورىلار چېپىپ قويۇلىدۇ. قىزىلگۈل مونچىقى، قۇرۇق ئانار پوستى، موزا، شاھبەللۇت، توغاچ دەرىخىنىڭ قاتتىق قوۋزىقىنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزگەن تالقىنىغا ئارىلاشتۇرۇپ تېكە ساقلىنىڭ سۈيى بىلەن ھەببۇلئاس سۈيىدە يۇغۇرۇپ توقچاق ياساپ سايىدا قۇرۇتۇپ ساقلىنىدۇ. زۆرۈر تېپىلغاندا بىر تال توقاچ (تابلېت) دورىنى سوقۇپ، نەمدەپ سوڭغا چېپىلىدۇ ياكى ئانارگۈلى، موزا، قىزىلگۈل مونچىقى، قۇرۇق ئانار پوستى، ئاقاقىيا ۋە زەمچىلەرنى سوقۇپ، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ كۈلى بىلەن ئۈپىغا ئارىلاشتۇرۇپ تېكە ساقلىنىڭ سۈيى بىلەن نەمدەپ مەقئەتكە سۈركىسىمۇ ياكى باشقا قوروغۇچى (تۇتقۇچى) قاپىز دورىلار بىلەن قوشۇپ، شارابتا قاينىتىلغان سۇدا ئولتۇرغۇزسىمۇ بولىدۇ.

سوغۇقتىن بولغان سوڭ چىقىشتا، قىزىلگۈل، ئاقلىغان يېسىسمۇق، ئىتئۈزۈمى ياپرىقى قاتارلىقلارنى ئىتئۈزۈمى سۈيىدە پىشۇرۇپ، گۈل يېغى بىلەن ئېزىپ مەلھەم قىلىپ سوڭغا قويسىمۇ بولىدۇ ياكى بىمارنى ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇپ سېرىق موم يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى بىلەن مايلىسىمۇ ئىشىشى يانىدۇ.

(9) ئىسسىقتىن بولغان سوڭ چىقىشتا، چىققان سوڭ ئىششىقىنى ئېچىگە كىرگۈزۈش قىيىن بولسا بىنەپشە ، ئاق لەيلى، بابۇنە، چەلەڭ بىلەن چامغۇر يوپۇرمىقى ۋە زىغىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، لايىقىدىكى سۇدا قاينىتىپ، سوۋۇتۇلغان ئىلمان سۈيىنى سۈزۈپ بىمارنى ئولتۇرغۇزۇپ بولغاندىن كېيىن، ئاق مومنى بىنەپشە يېغىدا ئېرىتىپ، سوڭنى مايلاپ قول بىلەن ئىتتىرىسە سىرتىغا چىقىۋالغان سوڭ ئېچىگە كىرىپ كېتىدۇ.

سوڭنى چىقىپ قالغان چوڭلارغا يۇقىرىقى چارىلەردىن بىر خىلىنى تاللاپ ئىشلىتىشتىن سىرت، ئېچىدىن ئېچىشكە تۆۋەندىكى نۇسخا ئىشلىتىلىدۇ: پىلپىل 30 گرام،

قارىمۇچ 33 گرام، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، ئاش تۇزى، زەنجىۋىل، ئامىله پوستى هەر بىردىن ئالته گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈنده ئىككى قېتىم، هەر قېتىمدا ئۈچ گرامدىن ئىچىشكه بېرىلىدۇ.

سوئك ياللۇغى

بۇ، مەقئەت ئەتراپى توقۇلمىلىرىنىڭ ياللۇغلىنىشىدىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك.

سەۋەبى بىلەن ئالامىتى

سوئك ياللۇغى ئىسسىقتىن بولغان سوئك ياللۇغى ۋە سوغۇقتىن بولغان سوئك ياللۇغى دەپ ئىككى تۈرگه بۆلۈنىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان سوئك ياللۇغى بەدەنده ئىسسىقلىقنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن پەيدا بولىدۇ. سوغۇقتىن بولغان سوئك ياللۇغى بەدەنده سوغۇقلۇقنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان سوئك ياللۇغى ئىسسىقلىق تائاملار بىلەن دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، سوئنىڭ قېچىشىشى (ئاخىرىغا قارالسۇن)، سوئك بوۋاسىرىنى تېغ بىلەن كېسىش ياكى دورا بىلەن قاتۇرۇشتا، سوئك شىللىق پەردىسى زىيادە قېتىم يېرىلىش قاتارلىقلاردا يۇقۇملىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. ئىسسىقتىن بولغان سوئك ياللۇغىدىكى ئالامەتلەر سوئك ئاۋۋال چىڭقىلىپ، كېيىن لوقۇلداپ قاتتىق ئاغرىش، چوئ ـ كىچىك تەرەت قىلىش قىيىنلىشىش، قىزىتمىسى ئۆرلەش ۋە مەقئەت ئەتراپىدىكى تېرە قىزىرىپ ئىششىش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. سوغۇقتىن بولغان سوئك ياللۇغى پەيدا بولۇشتا، هۆل سوغۇق يېمەكلىكلەر بىلەن هۆل سوغۇق دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن بەدەندىكى نەملىك (بەلغەم ماددىسى) زىيادە ئېشىپ كېتىشتىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، بۇنىڭ ئىسسىقتىن بولغان سوئك ياللۇغىدىن پەرقى ئاغرىق يېنىكرەك بولىدۇ. پۈتۈن بەدەنلىك قىزىتما بولمايدۇ ۋە تېرە ئالدىراپ قىزارمايدۇ.

داۋاسى

(1) ئىسسىقتىن بولغان سوئك ياللۇغىنى داۋالاش: پۈتۈن بەدەنلىك داۋالاشتا قانىنى تازىلىغۇچى، هارارەتنى پەسەيتكۈچى، زىيادە سېپرانى سۈرگۈچى ۋە چوئ تەرەتنى يۇمشاتقۇ-

چى سوغۇق ياكى ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ياكى رەيھان ئۇرۇقى، چىلان ۋە ئەينۈلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاياناق سۇغا چىلاپ مەلۇم مىقداردا ناۋات ئارىلاشتۇرۇپ ئۇسسۇلۇقنىغا ئىچىشكە بېرىلىدۇ (يۇقۇملىنىشقا قارشى ئىچىشكە بېرىلىدىغان دورىلار چىيقان، غەلۋىرەك قاتارلىق كېسەللىك بابىغا قارالسۇن). يەرلىك ئورۇننى داۋالاشتا، توققۇز كۆزگە لوڭقا (ھىجامەت) قويۇلىدۇ ۋە يەرلىك ئورۇنغا تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ: قەلەي تۇزى، ئاق موم ھەر بىرىدىن 33 گرام، گۈلى يېغى 16 گرام. ئاق مومنى ئازراق گۈل يېغى بىلەن ئېرىتكەندىن كېيىن، ئۇستىگە گۈل يېغىنى قۇيۇپ ئۇنىڭ ئۇستىگە قەلەي تۇزىنى قۇيۇپ تازا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ سوڭغا سۈركىلىدۇ ياكى تۇخۇم ئېقى بىلەن گۈل يېغىدىن تەڭ مىقداردا، ئېلىپ چويۇن ياكى قوغۇشۇندىن ياسالغان ھاۋانچىنغا سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئېزىپ، سوڭغا سۈركەپ بېرىلىدۇ. ئاغرىقنى توختىتىش ئۈچۈن يۇقىرىدىكى ھەر ئىككى نۇسخىغا 0.3 گرامدىن ئەپيۇن قوشۇلىدۇ. ئەگەر ئىششىقنى (ماددىنى) ياندۇرغۇچى (تارقاتقۇچى) دورىلار بىلەن ئىششىق (ماددا) يانمىسا، ماددىنى پىشۇرغۇچى دورىلاردىن ئىككىلىملىك، ئاق لەيلى، ئاقالانغان ماش، ئىتئۈزۈمى يوپۇرمىقى، بىنەپشە، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، تۇخۇم يېغى، ھەمىشباھار يېغى ھەر بىرىدىن 16 گرامدىن ئېلىپ، دورا قىسمىنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بىر چوڭ چىنىدىن كۆپرەك سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا بىر پىيالە قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇستىگە ياغلارنى قۇيۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاپ، پاكىز قۇرۇق شىشىگە قاچىلاپ سوڭغا سۈركەپ بېرىلىدۇ. ماددىنى پىشۇرغۇچى باشقا دورىلارنى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ (چىيقان ۋە غەلۋىرەك قاتارلىق كېسەللىكلەر بابىغا قارالسۇن).

(2) سوغۇقتىن بولغان سوڭ يالۇغنى داۋالاشتا، ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق يەمەكلىك بىلەن دورىلاردىن پەرھىز تۇتىدۇ ۋە بەدەندىكى زىيادە نەملىكنى سۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا ماددىنى تارقاتقۇچى ۋە پىشۇرغۇچى دورىلاردىن ئۆرەك يېغى، تۇخۇم سېرىقى ۋە سېرىق گۈل يېغىغا زىپىت يېغى قوشۇپ سوڭغا سۈركەپ بېرىلىدۇ ياكى مەلھەمى داخىلىيۇن (تەركىبى ۋە ياسىلىشى: زۇپتى رۇمى، راتىيانەج، ئاق موم ھەر بىرىدىن 26 گرام، قۇننە 13 گرام، زەيتۇن يېغى 100 مىللىلىتىر ئېلىپ، مومنى زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ماي دورىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ) سوڭغا سۈركەپ بېرىلىدۇ ياكى بولمىسا توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىنى چۆمۈچكە سېلىپ ئوتتا قىزدۇرۇپ، بوتقا ھالىتىگە كەلگەندە ئىسسىق پېتى (كۆيدۈرگۈدەك بولماسلىقى كېرەك) سوڭغا بۇاستە قۇيۇپ، ئۇستىدىن

تېڭىپ ببرىلسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

سوڭ يىرىڭلىق ئاقمىسى

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

سەۋەبى بىلەن تۈرى

سوڭ يىرىڭلىق ئاقمىسى كۆپىنچە كۆتەن ئۇچەي تۆۋەن قىسمى تېمى ياكى سوڭ (مەقئەت) يولى ئەتراپىدىكى توقۇلما يىرىڭلىق ئىششىقىنىڭ سوڭ ئىچى ياكى مەقئەت سىرتىغا ئېغىز ئېلىشىدىن پەيدا بولىدۇ. ئاقما مەنبەسى بىر ياكى بىر نەچچە بولۇشى مۇمكىن. ئاقما مەنبەسى بىر بولغانلىرى يەككە مەنبەلىك ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. ئاقما مەنبەسى كۆپ بولغانلىرى كۆپ مەنبەلىك ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. ئاقما يولى ئاقما مەنبەسى بىلەن ئاقما ئېغىزىغا تۇتىشىدۇ. بەزى بىمارلاردا ئاقما يولى بىلەن ئېغىزى بىرلا بولۇپ، يالغۇز سوڭ ئىچىگە ياكى سوڭ سىرتىغا ئېچىلىدۇ. سوڭ ئاقمىسىنىڭ بۇ خىل تىپى تۈيۇق ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. بەزى بىمارلاردا ئاقما يولى بىلەن ئېغىزى سوڭ ئىچى بىلەن سوڭ سىرتىغا تەڭلا ئېچىلغان بولىدۇ. بۇنداق ئاقمىلار ئۆتۈشمە ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ. كۆپ مەنبەلىك ئاقما بىلەن ئاقما يولى ۋە ئېغىزى بولغانلار مۇرەككەپ ئاقما دەپ ئاتىلىدۇ.

ئالامىتى

كۆپ هاللاردا سوڭ ئەتراپى نەملىشىپ، يىرىڭلىق لاتقىلار ئاجرىلىپ تامبالنى بۇلغايدۇ. بەزىدە ئاقما ئېغىزى ئېتىلىپ قالسا قىزىرىپ ئىششىش ۋە ئاغرىش پەيدا بولىدۇ. ئاقما ئېغىزى ئېچىلىپ ياكى قايتا باشقا ئورۇندىن ئېغىز ئالسا ئىششىش بىلەن ئاغرىش يوقىلىدۇ. مۇشۇ خىل ئەھۋال ئۇزاق ۋاقىت تەكرار داۋام قىلىدۇ. بەزى ئۆتۈشمە ئاقمىلارىدا كۆتەن ئۇچەيدىكى گەندە (كۆپىنچە سۈيۇق كەلگەن گەندە) بىلەن يەل ئاقما يولى ۋە ئاقما مەنبەسى ئارقىلىق ئاقمىنىڭ سوڭ سىرتىدىكى ئېغىزىدىن كېلىشى مۇمكىن. بۇنى ئېنىقلاش ئۈچۈن سوڭ ئېغىزىنى بىر نەرسە بىلەن كەپلەپ بېسىپ بىمارنى ئىنجىقلاتقاندا، ئاقمىنىڭ سوڭ سىرتىدىكى تۆشۈكىدىن يەل بىلەن گەندە چىقىدۇ. بىگىز بار-

ماققا قوي دوۋسقىنى تارتىپ نېپىزلەشتۇرۇپ كىيدۇرۇپ (ھازىر رېزىنكە پەلەي ئىشلەتىلىدۇ) ماي بىلەن ياغلاپ سوڭ ئىچىگە كىرگۈزۈپ، يەنە بىر قول بىلەن ئۇچىدا مونكى بار ئىنچىكە يۇمىلاق كۆموش ياكى مىس تىغنى ئۇستىلىق بىلەن كىرگۈزۈلسە، تىغنىڭ مونكى بار ئۇچى سوڭنىڭ ئىچىدىكى بارماقتا بىلىنىدۇ. بۇ ئىككى خىل ئۇسۇل پۈتەي ئاقما بىلەن ئۆتۈشمە ئاقمىنى پەرقلەندۈرۈشتە مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

داۋاسى

سوڭنىڭ تۈيۈق ئاقمىسىدا تۆۋەندىكى نۇسخا ئاقما ئېغىزىدىن ئاقما يولىغا كىرگۈزۈلىدۇ: مۇرمەككى، كۈندۈر، ئەنزىرۇت، خۇنسىياۋشان، سۇرمە، زەمچە، ئانارگۈلى، زەنكار ھەر بىرىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، گۈلاب بىلەن خېمىر قىلىپ شامچە تەييارلاپ سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ. ئىشلىتىش مەزگىلىدە بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، ساغرىسى ئاستىغا ئېگىز بىر نەرسە قويۇپ، شامچە دورىنى ئېرىتىپ ئاقما ئېغىزى تۆشۈكىدىن سۇمبا ئارقىلىق كىرگۈزۈلىدۇ (شپىرىس بىلەن كىرگۈزۈلسىمۇ بولىدۇ) ۋە خېلى بىر مەزگىل شۇ ھالىتىدە ياتقۇزۇلىدۇ ۋە ئاقما تۆشۈكى بېسىپ تېڭىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل بىر قانچە قېتىم تەكرارلىنىدۇ. يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئادەتتىكى ئاقمىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا نۇسخىلىرى بىلەن داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىشقىمۇ بولىدۇ. بۇ ئۇسۇللار ئۇنۇم بەرمىسە، بولۇپمۇ ئۆتۈشمە ئاقمىدا دەستىكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلىنى قوللىنىپ ئاقما يولنى ئۇيۇپ ئېلىۋېتىپ، ئاقما مەنبەسى مېتال قوشۇق بىلەن قىرىلىدۇ. ھەمدە قائىدە بويىچە تېڭىق ئالماشتۇرۇپ جاراھەت يۇزىنى تازىلايدىغان ۋە گۆش ئوندۇرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

سوڭ قىچىشش

سوڭ قىچىشش نوقۇل كېسەللىك بولماستىن، بەلكى كۆپلىگەن كېسەللىكتىن پەيدا بولىدىغان ئورتاقلىققا ئىگە ئالامەتتىن ئىبارەت.

سەۋەبى

سوڭ قىچىشش تۈتۈ قۇرت (مەددە) كېسىلى، سەۋدا بىلەن قىزىق قان، سەپرا ۋە ياكى شور بەلغەملەرنىڭ سوڭ ئەتراپىدا تۇرۇپ قېلىشىدىن سىرت تاشما ياكى تەمرەتكە

قاتارلىقلاردىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

سوغۇق دائىم قىچىشىدۇ. بولۇپمۇ تەرلىگەندە، يول يۈرگەندە قىچىشىش ئەۋج ئالىدۇ. بەزىدە ئاغرىش بىرگە كېلىدۇ. تەكشۈرگەندە سوغۇق ئەتراپىدىكى تېرە قىزىرىپ شەلۈەرەپ زېدىلىنىپ يارا پەيدا بولىدۇ. بۇ سوغۇق يارىسى (قۇرۇھى مەقئەت) دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە ئۇششاق مۇدۇرلار پەيدا بولۇشى مۇمكىن.

قىچىشىش تۈتۈ قۇرتتىن پەيدا بولغان بولسا، گەندىسىدىن تۈتۈ قۇرت بىرگە كېلىدۇ. كېچىسى قىچىشىش كۈپرەك بولىدۇ. كۆپىنچە كېچىسى ئۇخلىغاندا چىشىنى غۇچۇرلىتىدۇ. بىر قىسىم بالىلارنىڭ يۈزىدە داغ پەيدا بولىدۇ. خىلتىلار غالىبلىقى ياكى غەيرىي تەبىئىيلىكىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلتىقا ئائىت ئالامەتلەر بولىدۇ.

داۋاسى

تۈتۈ قۇرتتىن پەيدا بولغان سوغۇق قىچىشىشتا، تۈتۈ قۇرتقا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلسا قىچىشىش ساقىيىپ كېتىدۇ. خىلتىلارنىڭ بۈزۈلۈشىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ خىلتىنىڭ ئۆزىگە خاس ياكى ئورتاقلىققا ئىگە پىشۇرغۇچىسى (مۇنزىج) بىلەن تازىلىغۇچىسى (مۇسھىل) نى بېرىپ مىزاجنى تۈزەش كېرەك. يېمەك ـ ئىچمەكتىن پەرھىز تۇتۇشقا بۇيرۇلىدۇ. سەۋدا غالىب كېلىشتىن پەيدا بولغان بولسا، ھۆل ئىسسىق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەر بۇيرۇلىدۇ. بەلغەم غالىب كېلىشتىن پەيدا بولغان بولسا، ھۆل سوغۇق كەيپىياتلىق يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەر بىلەن تۇرۇپ قالغان كونا گۆش، تۇزلىغان يېمەكلىك قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش چەكلىنىدۇ. مەقئەت سىرتىغا مۇقەلىنى ئۆرۈك مېغىزى يېغى بىلەن قوشۇپ سۈركەپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر سوغۇق ئەتراپى شەلۈەرەپ زېدىلىنىپ يارا پەيدا بولغان بولسا، يەرلىك ئورۇنغا جاراھەت يۇزىنى قۇرۇتقۇچى ۋە ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلاردىن قوغۇشۇن كۇشتىسى، ئانار پوستى، ئاقلانغان ماش، جۇپتى بەللۇت، جويۇز ۋە سەبرىلەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ، سۈيى ئاز قالغاندا داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىگە قوي يېغىدىن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە سۈركەپ بېرىلىدۇ. ئەگەر ئېچىشىپ ئاغرىش ئېغىرراق بولسا، يۇقىرىدىكى مەلھەمگە ئازراق ئەپيۇن قوشۇلىدۇ.

تىرناق كېسەللىكلىرى

تىرناق كېسەللىكلىرىگە ئالاقىدارلىقى بولغان سەينەك ھەققىدە 3 ـ بابتا توختالغاندىن كېيىن تىرناقنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى ئۈستىدە توختىلىمىز.

تىرناقنىڭ يۇلۇنۇپ چىقىشى

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

سەۋەبى

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

ئالامىتى

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

داۋاسى

بەدەندىكى زىيادە ھۆللۈكنى كېمەيتىش مەقسىتىدە بەلغەمنى تازىلىغۇچى (ھۆللۈكنى

ئازايتقۇچى) دورىلار بىلەن بەدەننى بوشىتىشتىن ساقلاپ، چىڭىتىدىغان يېمەكلىكلەر بىلەن دورىلار بېرىلىدۇ. قانىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان تىرناق يۇلۇنۇپ چىقىشىنىڭ داۋاسى بىلەن ئوخشايدۇ.

پور تىرناق

قول ياكى پۇت تىرناقلىرى قېلىنلىشىپ، ئەسلىدىكى پارقىراقلىقىنى يوقىتىپ كۇل رەڭ تۇسنى ئېلىش بىلەن چۇرۇكلىشىپ، تاتىلىسا ئۇۋۇلۇپ كېتىدىغان كېسەللىكى ئۇيغۇرچىدا «پور تىرناق» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك ئىچكى ۋە سىرتقى سەۋەبىنىڭ بىرلىكتە تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ. بولۇپمۇ ئىچكى سەۋەب بەدەنده كۆيگەن سەۋدا تىرناقلاردا چۆكمە ھاسىل قىلىشتىن ئىبارەت. تاشقى سەۋەب تاز تەمرەتكىسىنى پەيدا قىلغۇچى جاراسىملارنىڭ يۇقۇشىدىن ئىبارەت.

ئالامىتى

قول ياكى پۇت تىرناقلىرى قېلىنلىشىپ، تىرناقنىڭ تەكشى، سىپتىلىقىنى بۇزۇپ، بۇدۇرلەشتۇرۇپ سەتلەشتۇرىدۇ. تىرناقنىڭ رەڭگى كۇل رەڭ تۇسنى ئېلىپ پارقىراقلىقى يوقىلىدۇ. تىرناق تۇۋى كۆتۇرۇلۇپ چۇرۇكلىشىدۇ، تاتىلىسا ئۇۋۇلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن غەيرىي تەبىئىي سەۋدانى تۇزەش ئاساس قىلىنغان مىزاجنى تەڭشەش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن قاتارلىق قاينىتىملارنى بېرىپ، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا تازىلىنىدۇ. ئوڭاي ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى بېرىش ئارقىلىق قان تازىلىنىدۇ. قانىنى تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. يەرلىك ئورۇغا يۇمشاتقۇچى ياغلاردىن كالا يىلىكى، مېكىيان يېغى، موم يېغى، مەلھەمى داخىلىيۇن،

ئۆرۈك مېغىزى يېغى ۋە باش تەمرەتكىسى (تاز)نى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان مەلھەملەرنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. يۇمشىتىش ئۈچۈن ئارپا تېرىپىسىنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. يۇقىرىدىكى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى ئاۋۋال پور تېرناقنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ، يۇمشاق قىسمىنى قەلەمتىراچ بىلەن قىرىۋەتكەندىن كېيىن ياغ ياكى مەلھەملەر سۈركىلىدۇ. بىراق ساق قولنىڭ تېرنىقى بىلەن قىرىشقا بولمايدۇ. چۈنكى ساق بارماق بىلەن پور تېرناقنى تاتىلىسا، پور تېرناق تېرناقلارغا يۇقۇپ يامراپ كېتىش ئېھتىمالى بار. ئەگەر ياخشىسى، يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن داۋالاپ، پور تېرناق يۇمشىغاندىن كېيىن، دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن بۇزۇلغان تېرناقنى يۇلۇپ ئېلىۋېتىپ، ئېلىۋېتىلگەن تېرناقنىڭ ئاستىنى باش تەمرەتكىسىگە ئىشلىتىدىغان مەلھەم دورىلار بىلەن داۋالىسا تېرناق تۇۋى (يىلتىزى) زەخمىلەنمەيدىغان ھالەتكە كەلگەندە ساق تېرناق ئۆسۈپ چىقىدۇ. ئەگەر پور تېرناقتا ئاغرىش يۇز بەرسە، قاپاق يوپۇرمىقى، ئاس يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تېرناققا قويۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى خام ئانارنى مۇسەللەستە قاينىتىپ پىشۇرۇپ ئېزىپ، تېرناق ئۇستىگە قويۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ.

تېرناققا ئاق چۈشۈش

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك قويۇق بەلغەمنىڭ تېرناقتا چۆكمە ھاسىل قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

تېرناق ھەرخىل چوڭلۇقتا ئاقىرىپ قالىدۇ.

داۋاسى

قويۇق بەلغەمنى سۈرۈپ چىقارغۇچى مەتبۇخلار بېرىلسە، دەسلەپكى باسقۇچتىكىلىرى ئۆزلۇكىدىن ساقىيىپ كېتىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن ساقايمىسا، بەلغەمنى تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىش ئاساسىدا، زىغىر بىلەن شۇمشىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېرناققا چېپىلىدۇ.

تىرناق سارغىيىپ قېلىش

تىرناق سارغىيىپ قېلىش تىرناق سارغىيىپ قېلىش دەپ ئاتىلىپ، تاماكا چەككەن-لەردە تاماكا ئىسى بىلەن سارغىيىپ قېلىش بۇنىڭغا كىرمەيدۇ.

سەۋەبى

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

ئالامىتى

تىرناق سارغۇچ تۈسنى ئېلىپ، ئەسلىدىكى پارقىراقلىقىنى يوقىتىدۇ.

داۋاسى

قان ئازلىق كېسىلى بارلاردا ئالدى بىلەن قان ئازلىق كېسىلى داۋالىنىدۇ ياكى باشقا كېسىلى بولسا، باشقا كېسەللىكى داۋالىنىدۇ. سەپرا غالىبلىق ئالامىتى كۆرۈلگەنلەردە زىيادە سەپرانى سۈرۈپ تازىلاش مەقسىتىدە، مەتبۇخى ھېلىلە (تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى: سېرىق ھېلىلە، كابىلى ھېلىلە، بەلىلە ۋە ئامىلە پوستى، قارا ھېلىلە ھەر بىردىن 16 گرام، شاھتەررە، شۇمشا ھەر بىردىن 23 گرام، قارا ھېلىلە، سانا 13 گرام، نېلۇپەر، مامىرانچىن ھەر بىردىن ئۈچ گرام، ئەفتىمۇن، قىزىلگۈل ھەر بىردىن 10 گرام، بەدىيان، كاسنە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، بىستېپايەج، ئۈستەدۇدۇس، يالپۇز ھەر بىردىن ئالتە گرام، پارچىلانغان چىلان، ئەينۈلا ھەر بىردىن 20 داندىن. دورىلارنى چالا سوقۇپ، چىلاشقۇدەك قاينىق سۇ قۇيۇپ، بىر كېچە توختاتقاندىن كېيىن سۈس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۈستىگە پۈنۈس، تەمرى ھىندى ھەر بىردىن 50 گرام، تەرەنجىبىندىن 100 گرام سېلىپ ئېرىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈلگەن سۈيىنى كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئەھۋالغا قاراپ 40 ~ 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ) ھەمدە زاغۇننى يۇمشاق سوقۇپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ تىرناققا چېپىپ بېرىلىدۇ.

تىرناقنىڭ زەخمىلىرى

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

داۋاسى

بارماق ئۇچى بىلەن تىرناق زەخمىلىنىپ پاسكىنىلاشقان بولسا، پاكىز سۇ ياكى ئازراق تۇز سېلىنغان ئىلمان سۇ بىلەن چايقاپ تازىلىنىدۇ. ئاغرىق توختىتىش ئۇچۇن ئانار يوپۇرمىقى ياكى ئاس يوپۇرمىقىنى سوقۇپ تىرناق ئۈستىگە قويۇلىدۇ. ئاغرىق پەسەيگەندىن كېيىن زەيتۇن يېغىغا بۇغداي ئۇنى ئارىلاشتۇرۇپ تىرناققا قويۇلىدۇ ياكى چەلەكنى سوقۇپ ئېرىتىلگەن ئۆچكە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، قاينىتىپ سۇيى يوقالغاندا ئېلىپ تىرناققا چېپىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل تىرناقنى مۇھاپىزەت قىلىدۇ. ئەگەر تىرناق زەخمىلەنگەن بولسا، جاراھەتكە ئەنزىرۇت تالقىنىنى بېسىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر تىرناق سۇنغان بولسا، بىمارغا گۇلقەنت بىلەن سىركەنجۈبىل ۋە مائۇلئۇسۇل (كاسىنە يىلتىزى، ئارپەبەدىيان، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەر بىردىن تەڭ مىقداردا، گۇلقەنت مەلۇم مىقداردا، دورىلارنى چالا سوقۇپ، دورىدىن تۆتلىك يۇقىرى قاينىق سۇ قۇيۇپ بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈپ كۈندە 1 ~ 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالىدىن گۇلقەنت قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ) بېرىپ مادداىنى پىشۇرغاندىن كېيىن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىلىدۇ. سىرتىدىن بادام يېغى بىلەن قوينىڭ چاۋىسىنى بىرلەشتۇرۇپ تىرناققا چېپىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر تىرناق كۆكىرىپ قان ئۇيۇپ قالغان بولسا، سىرتىدىن زۇپتى رۇمى، قىزىل زەرنىخ، پەتەر ئاسالىيۇن ۋە بەنەپشىلەرنى يۇمشاق سوقۇپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلىدۇ.

چاچ كېسەللىكلىرى

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

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

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

چاچ چۈشۈش

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

قىرىق ياشتىن كېيىن چاچ شالاڭلىشىش نورمال ئەھۋال، لېكىن قىرىق ياشتىن ئىلگىرى چاچ شالاڭلاشسا ياكى دائىرىلىك چاچ چۈشسە ۋە قىرىق ياشتىن كېيىن چاچنىڭ شالاڭلىشىشى تېز ۋە كۆپ بولۇش بىلەن بىرگە، دائىرىلىك چاچ چۈشسە چاچ چۈشۈش كېسىلى دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇيغۇر تىلىدا دائىرىلىك چاچ چۈشۈش «يىلپىز يالىۋۇلىش» دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

چاچ چۈشۈش ـ چاچ شالاڭلىشىش ۋە دائىرىلىك چاچ چۈشۈش دەپ ئىككى خىلغا بۆلۈنىدۇ. چاچ چۈشۈش مەيلى قايسى خىلدا بولسۇن، كۆيگەن بەلغەم بىلەن سەۋدا ياكى ئۆتكۈر سەپرا بىلەن قويۇق ۋە بۇزۇق قان قاتارلىق غەيرىي تەبىئىي خىلتلارنىڭ قايسىبىرى بولمىسۇن، تېرە ۋە تېرىدىكى چاچ (تۈك) يىلتىزىغا ئورۇنلىشىۋېلىپ، تېرىدىكى تۈك (چاچ) يىلتىزىدىكى ئوزۇقلاندۇرغۇچى قۇۋۇەت (قۇۋۇەتنى غازىيە)، ئوزۇقلۇقنى تارتقۇچى قۇۋۇەت (قۇۋۇەتنى جازبە) ۋە تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۇەت (قۇۋۇەتنى ماسكە) قاتارلىق كۈچلەرنىڭ خىزمىتى بۇزۇلۇشتىن چاچ چۈشىدۇ. بىراق چاچ چۈشۈش يۇقىرىدىكى سەۋەبلەردىن باشقا يەنە كىشىلەرنىڭ ئوزۇقلىنىشى ياخشى بولماسلىق ياكى ئوزۇقلۇق ماددىلار كىشىلەرنىڭ مىزاجى بىلەن خىل كەلمەسلىك، ھەزىم قىلىشنىڭ بۇزۇلۇشى، روھىي ھالەتنىڭ نورمال بولماسلىقى (مەسىلەن: غەم ـ قايغۇ، خاپىلىق ۋە روھىي جىددىيلىك قاتارلىق)، ئۇزاق ۋاقىت كېسەل تارتىش (مەسىلەن: كېزىك كېسىلى، قان ئازلىق، سىل كېسىلى، دىئابېت كېسىلى، ئىچ سۇرۇش ۋە ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلار)، باش كېپەكلىشىش ياكى باش تېرىسى ياغلىشىش، باشنى پاكىز تۇتماسلىق، باشنى يۇغان سۇ بىلەن سوپۇنىنىڭ ساپ بولماسلىقى، جىسمانىي چېنىقىشنىڭ ياخشى بولماسلىقى ياكى جىسمانىي روھىي جەھەتتىن چارچاش، يالاڭ‌ئاش يۇرۇش ۋە ئۇدۇم (ئىرسىيەت) قاتارلىق نۇرغۇنلىغان ئىچكى ۋە سىرتقى ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. شۇڭلاشقا چاچ چۈشۈش قارىماققا ئاددىي كېسەللىكتەك كۆرۈنسىمۇ، لېكىن ئۇ (چاچ چۈشۈش) پۈتۈن بەدەننىڭ ساقسىزلىقى بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك بولۇپ، ئىچكى ۋە سىرتقى ئامىللارنىڭ ئۆزئارا تەسىر كۆرسىتىشىنىڭ مەھسۇلى، دائىرىلىك چاچ چۈشۈش (يىلپىز يالىۋېلىش) نىڭ سەۋەبى بولسا، كۆيگەن بەلغەم بىلەن سەۋدا ياكى ئۆتكۈر (زىيادە ئىسسىق) سەپرا بىلەن قويۇق بۇزۇق قاننىڭ باش تېرىسىنىڭ مەلۇم بىر ياكى بىر قانچە ئورۇنلىرىغا ئاساسلىق تەسىر قىلىشى ۋە روھىي ئامىل قاتارلىق ئامىللارنىڭ رول ئوينىشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

ئالامىتى

چاچنى تارىغاندا ۋە ياكى يۇغاندا ھەتتا باشنى سىيلىغاندا ياكى تەكى ياستۇقلارغا سۈركىلىشتىمۇ چاچ چۈشىدۇ ياكى تارغاق بىلەن تارىغاندا قولغا ھېچقانداق ئاغرىقسىزلا چاچ

يۇلۇنۇپ چىقىدۇ. باش تېرىسى كېپەكلىشىپ، چاچ قۇرغاقلىشىدۇ ياكى بولمىسا باش تېرىسى بىلەن چاچ مايلىشىپ قىچىشىدۇ. بەزىدە باش تېرىسىگە ئۇششاق مۇدۇرلار پەيدا بولىدۇ. چاچنىڭ پارقىراقلىقى تۆۋەنلىشىپ خۇنۇكلىشىدۇ. دائىرىلىك چاچ چۈشۈشتە، باشنىڭ بىر ياكى بىر قانچە ئورۇنلىرىدا ھەرخىل چوڭلۇقتىكى دائىرىدە چاچ توساتتىنلا چۈشۈپ كېتىپ، شۇ ئورۇن قىزغۇچ تاقىر تۇسنى ئالىدۇ. چاچ چۈشۈشتە يۇقىرىدىكى ئالامەتلەردىن باشقا، يەنە قايسى غەيرىي تەبىئىي خىلىتقا مەنسۇپ بولسا، شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلىتقا مەنسۇپ پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر پەيدا بولۇشتىن سىرت، باشتىمۇ شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارغا خاس يەرلىك ئالامەتلەر بولىدۇ. مەسىلەن: چاچ چۈشۈش غەيرىي تەبىئىي بەلغەمدىن پەيدا بولغان بولسا، ئومۇمىي بەدەنده غەيرىي تەبىئىي بەلغەمگە ئائىت ئالامەتلەردىن سىرت، چاچ چۈشكەن باش تېرىسى خۇددى شور ئۆرلىگەندەك ئاقۇچ ۋە بوشراق بولىدۇ. ئەگەر غەيرىي تەبىئىي سەۋدادىن پەيدا بولغان بولسا، غەيرىي تەبىئىي سەۋداغا ئائىت ئومۇمىي بەدەنلىك ئالامەتلەردىن سىرت، چاچ چۈشكەن باش تېرىسى قارامتۇل تۇسنى ئالىدۇ. چاچ چۈشۈش غەيرىي تەبىئىي سەپراغا ئائىت بولسا، پۈتۈن بەدەنده غەيرىي تەبىئىي سەپراغا خاس ئالامەتلەر بولۇشتىن سىرت، چاچ چۈشكەن ئورۇنلىرىدا تېرىسى سارغۇچقا مايىلراق بولىدۇ. ئەگەر چاچ چۈشۈش غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولسا، پۈتۈن بەدەنده، غەيرىي تەبىئىي قان خىلىتقا ئائىت پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەردىن سىرت، چاچ چۈشكەن باش تېرىسى قىزىل ياكى قىزىلغا مايىل كېلىدۇ.

داۋاسى

چاچ شالاڭلىشىش بىلەن دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى داۋالاش پرىنسىپى بولسا، ئالدى بىلەن تاماقتىن پەرھىز بۇيرۇلىدۇ ۋە مىزاج تەڭشىلىدۇ (يەنى شۇ خىل خىلىتنىڭ نورماللىقىنى بۇزىدىغان يېمەك ـ ئىچمەكلىك چەكلىنىدۇ ھەمدە شۇ خىل غەيرىي تەبىئىي خىلىتنىڭ پىشۇرغۇچىسى بىلەن تازىلىغۇچىسى ئىشلىتىلىدۇ). ئۇنىڭدىن كېيىن چاچ چۈشۈشكە ئالاقىدارلىقى بولغان كېسەللىكى داۋالىنىدۇ. ئوزۇقلۇق كۇچەيتىلىدۇ. چاچنى يۇيىدىغان سۇ بىلەن سوپۇن چاچنىڭ مايلىشاڭغۇلۇقى بىلەن قۇرغاقلىقىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ تەلەپكە لايىق بولۇش كېرەك. يەنى ئەگەر چاچ چۈشۈشكە قوشۇلۇپ چاچ قۇرۇق ۋە باش تېرىسى كېپەكلىشىش بىرگە كەلگەن بولسا، يۇيىدىغان سوپۇنىنىڭ شاخار تەركىبى كەمرەك، ماي تەركىبى كۆپرەك بولۇشى كېرەك ۋە يۇيىدىغان سۇدا تۇز تەركىبى

كەم بولۇشى كېرەك. يامغۇر سۇيى بىلەن قار سۇيى بەكمۇ ياخشى. ئەگەر سۇ تەركىبىدە تۇز كۆپ بولسا، ساپ سېغىزدىن مۇۋاپىق مىقداردا قىرىپ قاينىتىلغان سۇغا سېلىپ تىندۇرۇپ، سۇزۇك قىسمى بىلەن باش يۇيۇلىدۇ. ئەگەر چاچ چۈشۈشكە چاچنىڭ مايلىشاڭغۇلۇقى قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا، باشنى يۇيۇشقا ئىشلىتىلىدىغان سوپون شاخىرى كۆپرەك، يېغى ئازراق يەرلىك سوپۇن بىلەن سوپۇن تالقىنىدا يۇيۇش كېرەك. يامغۇر سۇيى بىلەن قار سۇيىگە پۇدىنە (پىننە) بىلەن تۇزدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ قاينىتىپ تىندۇرغان سۇيىدە يۇسمۇ بولىدۇ ياكى ئاق لەيلى ئۇرۇقى بىلەن سۆگەت چېچىكى (پوتىلىسى) ۋە ئىسپىغۇلنىڭ شىرىسى بىلەن يۇسمۇ بولىدۇ.

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

چاچ چۈشۈشكە چاچ مايلىشاڭغۇلىشىش بىرگە كەلگەنلەرنىڭ داۋاسى

يۇقىرىدا ئېيتىلغان پرىنسىپلاردىن باشقا بىمارغا ئىچىدىن ئىتىرىپل سەغىر ياكى ئىتىرىپل كەبىر بېرىلىدۇ. تۇك (چاچ) تۆشۈكلىرىنى ئېتىپ، چاچنى چىڭىتىش ئۈچۈن جويۇز، قىزىل قارىغاي يوپۇرمىقى ۋە غورىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىلغان سۇيى بىلەن باش يۇيۇلىدۇ ياكى كاۋاۋچىن، ئامىلە ۋە جويۇزنىڭ قاينىتىلغان سۇيى، لوبىيا (پۇرچاق)ئۇنى، قوغۇن ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل ۋە ئاق لەيلى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى ياكى بولمىسا بورەق بىلەن كۆپۈكى دەريا قاينىتىلغان سۇ بىلەن باشنى يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن ئامىلە يېغى بىلەن باش مايلىنىدۇ ياكى قىچا، پۇدىنە (پىننە)، سۇزاپ ۋە پىيازلارنى يانجىپ، باشقا سۇركىلىدۇ.

چاچ چۈشۈشكە چاچ قۇرغاقلىشىپ كېپەكلىشىش قوشۇلۇپ كەلگەنلەرنى داۋالاش

چاچ چۈشۈشنى داۋالاش پرىنسىپىدا كۆرستىلگەن تەدبىرلەردىن باشقا، مىزاجنى ھۆللەشتۇرۇش مەقسىتىدە پىشقان مېۋىلەر بىلەن تائاملارنى ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. چاچ چۈشۈشنى توختىتىش ۋە كېپەكلىشىشنى يوقىتىش مەقسىتىدە، ئاق لەيلى

ياكى قارا گۈل چىلانغا سۇ ياكى كۈنجۈت يوپۇرمىقى، ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، گۈلى سۆسەر گۈلىنىڭ شىرىسى، ئاچچىقتاۋۇزنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن باش يۇيۇپ بېرىلىدۇ. چاچ يۇزى (قايمىقى) ئېلىنمىغان قېتىق ياكى تۇخۇم سېرىقى ياكى بولمىسا بۇغداي كېپەكنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن تازىلىنىدۇ. سىمابتىن ئۇچ گرام ئېلىپ، ئازراق خېمىرتۇرۇشتا سىمابنى ئۆلتۈرۈپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا بادام ياكى شاپتۇل مېغىزى يېغى، سىيادان بىلەن قارا گۈل ۋە زەنجۇبىل (ئاقچاشكا) تالقىنى (ھەر بىرىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىنىدۇ) بىلەن يىلىك ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان مەلھەمنى باش تېرىسىگە سۈركەپ، قول بارمىقى بىلەن ئىشقىلاپ (ئۇۋۇلاپ) 2 ~ 3 كۈندىن كېيىن يۇيۇۋېتىلىدۇ ياكى بولمىسا تۇخۇم يېغى سۈركەلسىمۇ بولىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي بەلغەم غالىبلىقىدىن پەيدا بولغان چاچ چۈشۈشنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن بەلغەم خىلىتىنىڭ پىشۇرغۇچىسى بىلەن تازىلىغۇچىسىنى ئىشلىتىپ مىزاج تۈزىتىلىدۇ، باشقا ياكى چاچ چۈشكەن ئورۇنغا بادام مېغىزىنى ئېزىپ، سۈپۈرگە چۆپىنىڭ سىقىلغان سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ، باش قۇرۇغاندىن كېيىن زەنجۇبىل، دارچىن، جويۇز ۋە كاۋاۋچىنلار قاينىتىلغان سۇنى بىر تەرەپتىن باشقا سۈركەپ، بىر تەرەپتىن باشنى ئالىقان بىلەن بېسىپ سۈركەپ بېرىلىدۇ. قىچىنى سوقۇپ ھۆل زەنجۇبىل سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چاپسىمۇ ياكى پىيازنى سىقىپ، چىققان سۈيىنى كونا سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ باشقا سۈركەپ، باش تېرىسىنى ئىشقىلاپ بەرسە، چاچنىڭ ئۆسۈشىنى تېزلىتىدۇ. قىچا ئۇرۇقىنى ياكى پەرپىيۇننى ئاقىرقەرھا بىلەن كالىنىڭ يىلىكىگە ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار باشنى جارىھەتلەندۈرسە، توخۇ يېغى ياكى گۈل يېغى بىلەن ياسىلىدىغان مەلھەم ياكى بولمىسا موم، شاھبەللۇت سەۋسەنگۈل بەرگىسىنىڭ سۈيىنى تۇخۇم يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ. زەخىملىنىش ياخشىلانغاندىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلارنى ئىشلىتىش داۋاملاشتۇرۇلىدۇ ياكى كالا ئۆتىگە ياۋا پىياز سۈيى، قىچا، ئاقىرقەرھا، پەرپىيۇن تالقىنى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ . سامساقنى سوقۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ ياكى سوقۇلغان سامساق، خام زەنجۇبىل، قىزىل پىياز، قىچا تالقىنى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۆتكۈر كونا سىركە ياكى ھاراققا چىلاپ شىشىنىڭ ئېغىزىنى مەھكەم ئېتىپ، بىر ھەپتە يازنىڭ ئاپتىپىغا سېلىپ باشقا سۈركەپ بېرىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. تامىقىغا زىرە ۋە قارىمۇچ قوشۇپ ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ.

سەپرانىڭ غالىبلىقىدىن پەيدا بولىدىغان چاچ چۈشۈشنى داۋالاش

خام سەپرانى پىشۇرغۇچى مۇنزىج بىلەن زىيادە سەپرانى تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىپ مىزاج تۇزىتىلىدۇ. قۇرۇق ئىسسىق ياكى قۇرۇق سوغۇق يېمەكلىكلەردىن چەكلەپ بەدەنـ نى ھۆللەشتۇرىدىغان ۋە قىزىقلىقنى پەسەيتىدىغان يېمەكلىك بىلەن دورىلار بۇيرۇلىدۇ. باشقا ئاۋۇال قىزىتىلغان سىركە بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. كېيىن سىركىنىڭ زەھـ رىنى ياندۇرۇش ئۈچۈن گۈل يېغى سۈركىلىدۇ. چاچنىڭ داۋاملىق چۈشۈشنى توسۇش ئۈچۈن گۈڭگۈرت پوقى تالقىنىنى زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ. پىندۇق كۈلىنى كونا سىركىگە چىلاپ باشقا چېپىپ بەرسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى چارـ لەرنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە، لاچىندانىنى كۈنجۈت يېغىدا ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا شۇڭق گۈـ لىنىڭ تالقىنىدىن مۇۋاپىق ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ ۋە لالىگۈل بىلەن كېپەكنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن باش يۇيۇپ بېرىلىدۇ.

كۆيگەن سەۋدادىن بولغان چاچ چۈشۈشنى داۋالاش

سەۋدانىڭ پىشۇرغۇچىسى بىلەن تازىلىغۇچىسىنى ئىشلىتىپ مىزاج تازىلىنىدۇ. كېيىن چاچ چۈشكەن ئورۇنغا سامساق، ياۋا پىياز، قىزىل باشپىياز ۋە خام زەنجۈبىلەرنى ئايرىم ـ ئايرىم ياكى ئارىلاشتۇرۇپ باشقا ئەيلەپ سۈرتكەندىن كېيىن، ئۈستىدىن يولۋاس ياكى ئېيىق يېغى، تۇخۇم يېغى قاتارلىق ئېچىشتۇرمايدىغان ماي بىلەن ياغلاپ بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا يەنە گۈڭگۈرت پوقى، ساپسىيا، پەرپىيۇن، قىچا، قوموش يىلتىزى تالقىنى بىلەن ئۆچكە مۇڭگۈزى كۈلى، مېھرىگىياھ ياكى ئادەمگىياھ (يەبرۇج سەنەم) گۈلى تالقـ ىندىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، تۇرۇپ سۈيى ۋە كونا زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ.

غەيرىي تەبىئىي قاندىن بولغان چاچ چۈشۈشنى داۋالاش

مىزاجنى تۇزەش بىلەن بىرگە قاننى تازىلىغۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. قىزىل پىياز، زۇپا ياكى قىچىلار ئايرىم ـ ئايرىم ياكى بىرلەشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا سەپرادىن بولغان چاچ چۈشۈشكە قوللىنىلىدىغان دورىلاردىن ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

يۇقىرىقى دورىلاردىن باشقا يەنە مۇردار سەنگى (ئوكسىدلانغان قوغۇشۇن بىلەن نۆشۈر دۇر سۈتكە چىلىنىدۇ. پاكىز گۈڭگۇرت تالقىنىدىن 16 گرامنى 33 مىللىلىتىر سىركىگە چىلاپ ئېرىتىپ، سۈتكە چىلانغان دورىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە يېرىم پىيالە سۇ قۇيۇپ تەييارلانغان دورا سۈيى) باشقا سۈركەپ بېرىلسە ياكى پەلكۈچ بىلەن چاچ ئاستى نەمدەپ بېرىلسە، چاچنىڭ چۈشۈشى توختايدۇ. بىراق قوغۇشۇندىن زەھەرلىنىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئۇزاق مۇددەت ئىشلىتىشكە بولمايدۇ.

قارىغاي يوپۇرمىقىنىڭ سقىلغان سۈيى بىلەن سوققان قىچىنى چاكاندا قاينىتىلمىسىغا ئارىلاشتۇرۇپ باشقا سۈركىسە ۋە چاچنى يۇيۇپ بەرسىمۇ چۈشۈۋاتقان چاچنى توختىتىدۇ. چاچنىڭ چۈشۈشىنى توختىتىش بىلەن چاچنىڭ ئۆسۈشىنى تېزلىتىش ئۈچۈن، ئارپا يارمىسى 100 گرام، ئامىلە 17 گرامنى ئۈچ چوڭ چىنە سۇدا قاينىتىپ پىشۇرغاندىن كېيىن، ئۇنىڭغا ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، قاپاق يوپۇرمىقى، كۈنجۈت يوپۇرمىقى (قۇرۇق ياكى ھۆل) ھەر بىرىدىن 33 گرام سېلىپ قاينىتىپ پىشۇرۇپ، سۈزۈتۈلغان سۇيىگە يېرىم باراۋەر بىنەپشە يېغى قوشۇپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ شېشىگە ئېلىپ باش ياغلاپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭغا 10 گرام لادەن قوشۇلسا ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

مەيلى قايسى خىلدىكى چاچ چۈشۈش بولسۇن، ئەڭ ياخشىسى چاچنى ھەپتىسىگە ئاز دېگەندە بىر قېتىم ئۈستىرا بىلەن چۈشۈرۈپ، دورا سۈركەشتىن ئىلگىرى نەم داكا ياكى ماتا بىلەن باشنى سۈرتۈپ، باش تېرىسى ياكى چاچ چۈشكەن ئورۇن قىزارغاندىن كېيىن بىر تەرەپتىن باشقا دورا سۈركەپ، يەنە بىر تەرەپتىن قول بىلەن باش تېرىسىنى ئەيلەپ، دورىنى باش تېرىسىگە سىڭدۈرۈپ كىرگۈزۈش كېرەك. بەزىلەرنىڭ قارىشىچە، سېرىق ھېلىلە، قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابىلە تالقىنىدىن تەڭ باراۋەر ئېلىپ، ئۇنىڭغا پۈتۈن دورا ۋەزنىدە ناۋات تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 1 ~ 2 بال قوشۇقتىن 2 ~ 3 ئاي ئىستېمال قىلىپ بەرسە چاچنى قۇۋۇتلەيدۇ. بۇلاردىن باشقا بىنەپشە، نېلۇپەر ۋە ئىپارلار بىلەن بۇيلاندۇرۇش، بىنەپشە، نېلۇپەر، ئاچچىق بادام، بابۇنە ۋە ئامىلە يېغى قاتارلىق مايلار بىلەن مايلاشتۇرۇپ بەلگىلىك رولى بار.

چاچ ئاقىرىش

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

سەۋەبى

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

داۋالاش

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

بەدەندىكى زىيادە بەلغەمنى بەدەندىن چىقىرىش ئۈچۈن قەي قىلدۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ياخشىراق. لېكىن تازىلاش ئۈچۈن ئايارەج پەيقىرا بېرىلىدۇ. ھەپتىدە بىر قېتىم بەلغەم سۇرگىسى، ھەر ئايدا بىر ھەپتە ئىترىفىل سەغىر، ھەر كۈنى ناشتىدا بىر دانە ھېلىلە مۇرابباسى يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ. چاچنىڭ ئاقىرىشىنى توسۇش مەقسىتىدە، مەجۇنى بالادۇر، جاۋارىش جالىنۇس، مەسرىدىتۇس قاتارلىق نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدىغان نۇسخىلاردىن بىر خىلى دائىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سېرىق ھېلىلىنى داۋاملىق

شۇموۋپ بېرىشكە بۇيرۇش ياكى ھەر كۈنى ناشتىدا سېرىق ھېلىلە تالقىنىدىن 1.5 گرامنى بىر پىيالە قاينىتىلغان سۈت بىلەن ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. ھەر كۈنى سىيادانىدىن 7 ~ 10 دانە يېپ بەرسىمۇ ياكى يۇقىرىدىكى چارىلەر بىلەن بىرگە قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ، چاچنىڭ داۋاملىق ئاقىرىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەر پات ـ پات كاۋاپ يەپ تۇرۇشى، تامىقىغا ئاقمۇچ، قىچا، دارچىن ۋە زىرە قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلىنى سېلىپ يېيىشى ۋە سوغۇق سۇ ئىچمەسلىك كېرەك.

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

(1) مەجۇنى شەباب (ئادەمنى ياش تۇتقۇچى مەجۇن) قارا ھېلىلە 33 گرام، بەلىلە پوستى، كۈندۈر، لۇبان، تاباشىر ھەر بىرىدىن 16 گرام، قارمۇچ سەككىز گرام، زەنجىۋىل، قىزىلگۈل، ئېگىر ھەر بىرىدىن بەش گرام، ئاق سەندەل، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 10 گرام، ھەسەل بىلەن ھېلىلە كابىلە مۇرابباسى 250 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ھېلىلە كابىلە مۇرابباسىغا ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ، ھەر كۈنى 10 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

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

(3) قارا ھېلىلە، بەرەنگى كابىلە، پىلپىل، ئامىلە ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، ھەسەل ھەممە دورا مىقدارى بىلەن تەڭ. دورىلارنى سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا تېۋىپنىڭ كۆرسەتمىسىگە ئاساسەن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

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

(5) خام ئەگرىسۇناي 33 گرام، جىنكېۋنزى ئۇرۇقى، كىرەش (داڭگۇي)، چۆپچىن، ئالقات مېۋىسى ھەر بىرى 10 گرام، سېرىق يۆگەي ئۇرۇقى 16 گرام. دورىلارنى سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۈمىلاچ ياساپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 4 گرامدىن ئىچىپ بەرسە، چاچنى قارايتىدۇ.

چاچنى يۇيۇشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

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

(2) سۈمبۈل، سەلىخە، سىيادان، ئاچچىقتاۋۇز ئېتى ياكى ياڭاق پوستى، قەلەمپۇر، قۇستە، قوموش يىلتىزى، قارا چىغ پۆپۈكى ھەر بىرىدىن 33 گرامدىن ئېلىنىدۇ. دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئاچچىقتاۋۇز ئېتى ياكى ياڭاق پوستىدىن مۇڭلۇق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىلغان تۆت چوڭ چىنە سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى سۈس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە چىگىت يېغى بىلەن ئامىلە يېغىنى قوشۇپ تاكى سۈيى تۇغەپ مېيى قالغۇچە سۈس ئوتتا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. بۇ ماي بىلەن كۈندە 1 ~ 2 قېتىم چاچنىڭ تۈۋى (باش تېرىسى) مايلاپ بېرىلىدۇ.

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

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

(5) سۈمبۈل، ئىزخىر مونچىقى، سەلىخە، قەلەمپۇر، ئۇد ھىندى، قەسبۇ زەررە ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، ئومۇمىي دورا مىقدارىدىن تۆت ھەسسە قاينىق سۇغا چىلاپ، بىر كېچە تۇرغۇزۇپ، ئەتىسى سۈس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە دورا مىقدارى بىلەن تەڭ سىيادان مېيى ئارىلاشتۇرۇپ، سۈيى تۇغەپ مېيى قالغۇچە قاينىتىپ چاچ تۈۋى مايلاپ بېرىلىدۇ.

چاچنى بويىق ماددىلار بىلەن بويىش ئەڭ زىيانلىق. ئەڭ ياخشىسى تەبىئىي گىياھلاردىن تەييارلاپ بويىق (جوزاپ) بىلەن بويىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكى نۇسخىلار تونۇشتۇرۇلىدۇ:

(1) بىر ھەسسە خېنىگۈل، ئۈچ ھەسسە ئوسما ياپرىقىنى ئېلىپ سوقۇپ، سۈمۈق ياكى ئانار دانىلىرىنىڭ سۈيى بىلەن نەمدەپ، چاچقا سۈركەپ 2 ~ 3 سائەتتىن كېيىن يۇۋېتىلىدۇ.

(2) يۇمشاق توغرالغان تۇرۇپنى كۆك (خام) ياڭاق پوستى سۈيىگە چىلاپ چاچقا سۈر-

كىلىدۇ.

(3) قاينىتىلغان ھاك بىلەن مۇردارسەنگى سۈيىدە قىيما قىلىپ توغرالغان ئوسما بىلەن خېنىگۈل چاچقا سۈركەپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىغا قەلەمپۇر بىلەن دارچىن تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇلسا، مەزكۇر بوياقنىڭ مېڭىگە بولغان ناچار تەسىرىنى ئازايتىش بىلەن بىرگە بوياقنى قېنىقلاشتۇرىدۇ.

(4) 33 گرام موزنى زەيتۇن يېغى ياكى باشقا ئۆسۈملۈك يېغىدا كۆيگۈچە قورۇپ، يۇمشاق سوقۇپ ئۇنىڭغا 16 گرام زەمچە، 23 گرام ئاق تۇز، 16 گرام كەتىرا تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇستىگە ئىسسىق سۇ قۇيۇپ، قويۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، چاچقا قويۇق چېپىپ، ئۇچ سائەت تۇرغۇزغاندىن كېيىن چاچ يۇيۇلىدۇ. ياكى بۇ نۇسخىغا سوقۇپ قىيما قىلىنغان ئوسما بىلەن خېنىگۈل ۋە قەلەمپۇر تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ چاچقا قېنىق سۈركەپ ئالتە سائەت تۇرغۇزۇلىدۇ ياكى بولمىسا يۇقىرىقى دورىلارنى ئوسما بىلەن خېنە قاينىتىلمىسىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ چاچقا چېپىپ، 3 ~ 4 سائەت تۇرغۇزۇپ چاچ يۇيۇۋېتىلىدۇ.

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

(6) قاراگۇل بىلەن قاراگۇل ئۆسۈملۈك يوپۇرمىقى 500 گرام، زەمچىدىن 33 گرام ئېلىپ، ئېغىزى چوڭراق شىشىنىڭ ئىچىگە بىر قەۋەت يوپۇرماق، بىر قەۋەت زەمچە تالقىنى، بىر قەۋەت قارا گۈلنى تەرتىپى بويىچە چىڭداپ سېلىپ، شىشىنىڭ ئېغىزىنى مەھكەم ئېتىپ، 40 كۈن ئات قىغىغا كۆمۈپ قويۇپ، ئاندىن ئىشلەتسە چاچنى ناھايىتى ياخشى بويايدۇ.

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

سىدام باش

ياش تۇرۇپ باشنىڭ چوققا قىسمىدا چاچ چۈشۈش، ئورنىغا چاچ چىقماسلىق ئۈيغۇر تىلىدا «سىدام باش» ياكى «تاقىر باش» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ كېسەللىك كۆپرەك ئەرلەردە ئۇچ

رايدۇ. ئاياللار بىلەن بالىلارنىڭ بەدىنىدە ھۆللۈك كۆپ بولغاچقا ئاساسەن ئۇچرىمايدۇ.

سەۋەبى

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

ئالامىتى

يېنىكرەكلىرىدە چاچ شالاڭلىشىش بىلەن باش چوققا قىسمىنىڭ ئالدى تەرىپى تاقىرلىشىدۇ. ئېغىرراقلىرىدا باشنىڭ تۆپىسى ھەتتا گەجگىگىچە چاچ چۈشۈپ، باش قىزغۇچ پارقىراق ۋە سىلىق تۇسنى ئالىدۇ.

داۋاسى

ياشانغانلاردىكى سىدام باشنى داۋالىغىلى بولمايدۇ. ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىق مەزگىلىدىكى سىدام باشنىڭ دەسلەپكى دەۋرلىرىدە پىرسىياۋشان، ئاس دەرىخىنىڭ ياپرىقى، قارىغاي قوۋزىقى ۋە كۈندۇر قاتارلىق دورىلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قورۇيدۇ. لادەن بىلەن مۇرمەككىدىن يېرىم مىقدارىدا ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، كونا مۇسەللەس بىلەن تۇرۇپ يېغىغا سېلىپ ئېزىپ، ئاخشىمى تېرىپى بىلەن قوشۇپ باشقا چېپىلىدۇ. ئەتىگىنى سەھەردە ئاس يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى بىلەن باش يۇيۇلىدۇ. چاچ چۈشۈپ سىدام بولۇشقا باشلىغاندا، چاچنىڭ پۈتۈنلەي چۈشۈپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن موزا، قارا ھېلىلە

ۋە ئاس دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، مۇسەللەسكە چىلاپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ، پىشۇرۇپ، سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە مۇۋاپىق مىقدارىدا زەيتۇن يېغى قوشۇپ، مۇسەللەس تۇغەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىلىدۇ، تەييارلانغان ماي كۈندە كەچتە باشقا سۈركىلىدۇ، ئەتىگىنى ئاس دەرىخىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن باش يۇيۇپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاش ئۈسۈلى خېلى ئۇزۇن داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. كېسەللىكنى داۋالاشتا، بىمارنىڭ مىزاجىنى تۇزەشمۇ مۇھىم ئورۇندا تۇرىدۇ. بىراق ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلارنىڭ مىزاجىنى تۇزەشتە ھۆللۈك زىيادە كۆپ بولمىسا، ماددىنى پىشۇرغۇچى مۇنزىجلا بېرىلىدۇ. لېكىن بەدەننى تازىلاش مەقسىتىدە، تازىلىغۇچى مۇسھىل بېرىلمەيدۇ. سىدام باشقا يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن سىرتىدىن سۈركىلىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشتىن باشقا، چاچ چۈشۈشنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىمۇ تاللاپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ. باشقا سىرتىدىن دورا سۈركەشتىن بۇرۇن باشنى ئىسسىق سۇغا چىلانغان ھۆل ماتا ياكى داكا بىلەن سۈرتۈپ، قول بىلەن ئۇۋۇلاپ قىزارتقاندىن كېيىن دورا سۈركىلىدۇ. بۇنداق قىلغاندا بىرىنچىدىن، تۆشۈكلەر ئېچىلىپ، توختاپ قالغان بۇخارلار بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتىدۇ. ئىككىنچىدىن، چاچ ئۆستۈرۈشكە مەنپەئەتلىك دورىلار باش تېرىسىگە سىڭىپ كىرىپ چاچنىڭ ئۆسۈشنى تېزلىتىدۇ. ئەگەر باش تېرىسىگە ئۇششاق مۇدۇرلار چىققان بولسا، باشنى سۈرتۈپ ئۇۋۇلاش ئۈسۈلى قوللىنىلمايدۇ.

چاچنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

چاچ كېسەللىكى يۇقىرىقىلاردىن باشقا يەنە چاچ سۇنۇپ چۈشۈش، چاچ يېرىلىش ۋە چاچ ئۆسمەسلىك قاتارلىقلارنى ئۆزئىچىگە ئالىدۇ.

چاچ ـ ساقال سۇنۇپ چۈشۈش كۆپىنچە جۈدەتكۇچى قىزىتما، ئۇزۇنغا سوزۇلغان كېسەللىكلەر، يەل يارا (سىفلىس) ۋە تاز كېسەللىكلىرىدە ئۇچرايدۇ. چاچ يېرىلىشنىڭ سەۋەبى مۇرەككەپ بولۇپ، چاچنىڭ ئۇچى يېرىلىپ ئۆسۈشتىن توختايدۇ. چاچ ئۆسمەسلىك چاچنىڭ ئوزۇقلىنىشى ياخشى بولماسلىقتىن پەيدا بولىدۇ.

داۋالاش

چاچ سۇنۇپ چۈشۈشتە، بەدەننى ھۆللەشتۇرگۈچى تائاملار بىلەن ھۆل مېۋىلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ. بىمارنىڭ مىزاجى بۇزۇلغان بولسا، ماددىنى پە-

شۇرغۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. لېكىن تازىلىغۇچى دورىلار بېرىلمەيدۇ. ئوزۇقلۇق كۈچەيتىـ
لىدۇ ۋە ئىشتىهانى ئاچقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئەگەشمە كېسەللىك بولسا داۋالىنىدۇ.
ياخشى ئارام ئالدۇرۇلىدۇ ۋە ئۇيقۇنى ياخشىلىغۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئاچچىق بادام يېغى
ياكى ئامىلە يېغى بىلەن باش ياغلاپ بېرىلىدۇ. ئامىلە يېغىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىـ
شى: ئامىلە پوستى، ئاس دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقى، سەنۇبەر دەرىخىنىڭ يىلتىزىدىن باراۋەر
مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، چىلاشقۇدەك قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى سۈس
ئوتتا يېرىم قالغۇچە قايناتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە باراۋەر مىقداردا كۈنجۈت يېغى
قوشۇپ، سۈيى تۈگەپ مېيى قالغۇچە قايناتىپ، سوۋۇغاندا شىشىگە قاچىلاپ ئىشلىتىلـ
دۇ. ئەگەر چاچ سۇنۇش تاز (باش تەمرەتكىسى) دىن پەيدا بولغان بولسا، تازنى داۋالاش
بىلەن بىرگە ئاق لەيلى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى ۋە ھەمشىباھار سۈيىنى باشقا سۈركەش
بىلەن داۋالىنىدۇ. چاچ يېرىلىشنى داۋالاشتا، قان غالىبلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا ھىجا
مەت قويۇلىدۇ ۋە ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىلىدۇ. بىراق مىزاجى
قۇرۇق بولسا، سۈركە (تازىلىغۇچى) بېرىشكە بولمايدۇ. باشقا بادام يېغى بىلەن بىنەپشە
يېغى سۈرتۈلىدۇ. چاچنى ئۆستۈرۈش، چاچنىڭ جۇلالىقى (پارقىراقلىقى) بىلەن نەم ـ
قۇرغاقلىقىنىڭ نورمالىلىقىنى ساقلاش ئۈچۈن، چاچنى پات ـ پات قارا ھېلىلە سۈيى،
تېرمىس سۈيى، ئامىلە سۈيى ۋە چۇقۇندەر (تاتلىقياڭيۇ ياكى خۇشۇ) سۈيى (قايناتىپ
چىقىرىلغان سۈيى) بىلەن يۇيۇپ، لادەن يېغى بىلەن مايلاپ بېرىش كېرەك. لادەن يېغى
تۆۋەندىكى ئۇسۇل بىلەن تەييارلىنىدۇ: لادەن ئالتە گرام، كۈنجۈت يېغى 130 مىللىلـ
ىتىر، قارا ھېلىلە 33 گرام، تاتلىقياڭيۇ سۈيى، قىزىل لوبىيا سۈيى ھەر بىرىدىن 33
مىللىلىتىردىن. لادەن بىلەن قارا ھېلىلىنى سوقۇپ، يۇقىرىدىكى سۇغا بىر كېچە ـ
كۈندۈز چىلاپ، ئەتىسى سۈس ئوتتا ئازراق قايناتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە كۈنجۈت
يېغىنى قوشۇپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغۇچە قايناتىپ تەييارلاپ، شىشىگە قاچىلاپ ئىشـ
لىتىلىدۇ ياكى ئاس يوپۇرمىقى بىلەن قىزىلگۈل تالقىنىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ،
ئامىلە سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ، باش تېرىسىگە سۈركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا
چاچ ئۈندۈرۈش ۋە چاچنى ئۆستۈرۈش مەقسىتىدە كونا زەيتۇن يېغىغا قەيسۇم چۆپىنىڭ
كۈل تالقىنى بىلەن كۆپۈكى دەريانى ئارىلاشتۇرۇپ باشقا سۈركەلسىمۇ بولىدۇ. بۇنىڭدىن
باشقا چاچ چۈشۈشكە قوللىنىلىدىغان چارىلەرنى قوللانسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

تېرە ئۆسمە كېسەللىكلىرى

سۆگەل

بۇ، تېرە يۈزىدىن پۈلتىيىپ چىقىدىغان تېرە رەڭگىدىكى مۇدۇرلاردىن ئىبارەت.

سەۋەبى

قويۇق خىلىتلار بولۇپمۇ قويۇق بەلغەم بىلەن سەۋدا ئۇششاق قان تومۇرلارغا قۇيۇلۇپ، تېرىنىڭ مەلۇم قىسمىدا تۇرۇپ قېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

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

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

(2) يېرىلاڭغۇ سۆگەل. تۈۋى بىلەن ئۇچىنىڭ پەرقى ئانچە چوڭ بولمىسىمۇ، لېكىن ئۇچى تەرەپ يېرىلىپ، ھەر خىل چوڭلۇقتىكى ۋە ئۇزۇنلۇقتىكى بۆلەكلەرگە ئايرىلغاچقا، ئۇچى تۈۋىدىن يوغانراق كۆرۈنىدۇ.

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

(4) ئۇزۇن، سەل ئىنچىكىرەك ئەگرى ـ بۈگرى ئۆسىدىغان سۆگەل بولۇپ، بۇ خىلى قۇرۇنا دەپ ئاتىلىدۇ.

(5) زەرداب ئېقىپ تۇرىدىغان سۆگەل، بۇ تەرسىيۇش دەپ ئاتىلىدۇ.

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

تىلىدۇ.

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

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

داۋاسى

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

ئەگەر سۆگەل سانى كۆپ بولۇپ قان غالىبلىق ئالامەتلىرى روشەن بولسا، قانىنى ئازايتىش ۋە ماددىنى پىشۇرۇش مەقسىتىدە مائۇلئۈسۇل بىلەن بادام يېغىنى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئاندىن كېيىن بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىلىدۇ. ئەگەر بەلغەم بىلەن سەۋدا غالىب بولسا، بەلغەم بىلەن سەۋدا سۇرگىسى بېرىلسىمۇ بولىدۇ. بىمارنىڭ يېمەكلىكىنى كۆپەيتىدىغان ۋە ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەر بۇيرۇلىدۇ.

سىرتىدىن تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ بىر خىلى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ:

(1) بۆرە سويىمىسى (كەبەر) توغرىغىسى (تۇزى) ياكى خەرنۇپ تۇزى ياكى بولمىسا ئاش تۇزى چېپىلىدۇ.

(2) سىيادان تالقىنىنى ئۆتكۈر سىركە ۋە تۇز بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ سۆگەلگە چېپىلسا، سۆگەلنىڭ چۈشۈشىنى تېزلىتىدۇ.

(3) كۈندۈش تالقىنى يېرىم گرام، گۈڭگۇرت ۋە توغرىغا تالقىنىدىن بىر گرام ئېلىپ، ئۆتكۈر سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىغا زەرنىخ، زىراۋەندە ھەر بىرىدىن بىر گرام قوشۇلسا، ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

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

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

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

(7) قىزىل پۇرچاقسىمان سۆگەل ياكى بۇغدايسىمان سۆگەلگە سىفىچ دەرىخىنىڭ يېلىمى (بۇرتەم) ياكى ئەينۈلا يېلىمى، موم ۋە شەترەنجىلەر بىلەن تەييارلانغان موم يېغى (قىروتى) چېپىلىدۇ. بۇ نۇسخىنى تەييارلاش ئۇسۇلى: يېلىم دورىلار بىلەن مومنى ئۆسۈملۈك يېغىدا ئېرىتىپ، ئۇستىگە شەترەنجى تالقىنىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

(8) تۇخۇمەك ئۇزۇمى ۋە شەترەنجى ھىندى تالقىنىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئۆتكۈر سىركىگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ سۆگەلگە چېپىلىدۇ.

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

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

توپۇق

بۇ تېرە ئاستىدا پەيدا بولىدىغان ۋە تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدىغان ئىششىقسىمان توپچىدىن ئىبارەت مونەك بولۇپ ئىككى خىل بولىدۇ. بىر خىلى، گۆشسىز توپۇق بولۇپ، ئۇيغۇرچە «پەي غىلاپ خالتىلىق ئىششىقى» دەپ ئاتىلىدۇ. يەنە بىر خىلى، گۆشلۈك توپۇق بولۇپ، ئۇيغۇرچە «قاتتىق سۆگەل» ياكى «تالالىق ئۆسمە» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

گۆشسىز توپۇق خام ۋە قويۇق ماددىلارنىڭ تېرە ئاستىغا يىغىلىۋېلىشىدىن پەيدا بولە-

دىغان بولۇپ، قول ۋە پۇتنىڭ دۇمبىسىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. گۆشلۈك توپۇق تۈزلۈق شور بەلغەم ياكى كۆيگەن ماددىلارنىڭ تېرىگە يىغىلىشىدىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، ئىچىدە گۆشلۈك ماددا بولىدۇ. ئۇ، پېشانە ۋە قۇلاق ئارقىسى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

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

داۋاسى

گۆشسىز توپۇقنى قول ياكى قاتتىق نەرسە بىلەن بېسىش ئارقىلىق توپۇق قېپىنى زەخمىلەندۈرۈپ، قول بىلەن بېسىپ ئۈۋۈلاپ ئىششىقنى يوقاتقاندىن كېيىن، ئۈستىگە سەبرە، رۇسۇت، ھۈزۈز، ئاقاقىيا ۋە بېلىق يېلىمى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سىركە بىلەن نەمدەپ ياكى گۈل يېغى قاتارلىق ياغلار بىلەن مەلھەم تەي-يارلاپ، تېرىنىڭ ئۈستىگە قېلىنراق چېپىپ، ئۈستىگە قوغۇشۇن تاختىسىنى قويۇپ چىڭراق بېسىپ تېڭىلىدۇ. ئەگەر گۆشسىز توپۇق ئاغرىسا، ئاۋۇال موم يېغى چېپىپ، ئاغرىقنى توختاتقاندىن كېيىن يۇقىرىقى ئۇسۇل قوللىنىلىدۇ. ئىششىقنى تارقىتىش ئۈچۈن سەۋسەن يىلتىزى، خىتمى يىلتىزى، زۈپا، ئىكلىلمىلىك، زىغىر، بابۇنە ۋە زاراڭ-زىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ قاينىتىپ، سۈزۈلگەن سۈيى تېرە كۆيمىگۈدەك قىزىق ھالەتتە توپۇق ئۈستىگە سۈركىلىدۇ. تېرىپلىرىنى توپۇق ئۈستىگە قويۇپ تاڭىدۇ. بۇ چارىلەر ئۈنۈم بەرمىسە، ئىششىقنى يۇمشاتقۇچى دورىلار ياكى مەلھەمى داخىلىۇن بىر قانچە كۈن توپۇققا چېپىلىدۇ. توپۇق يۇمشىغاندىن كېيىن پاكىز ئۆتكۈر تىغ بىلەن كېسىپ، ئىچىدىكى يېلىمسىمان سۈيۇقلۇقنى چىقىرىپ، مېتال قوشۇق بىلەن توپۇق قې-پىنى پاكىز قىرغاندىن كېيىن جاراھەت تىكىلىدۇ. جاراھەتكە گۆش ئۈندۈرۈش ئۈچۈن يە-رىڭلىق ئىششىققا ئىشلىتىلىدىغان مەلھەملەرنى سۈركەپ جاراھەت پۈتتۈرۈلىدۇ.

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

پوقاق

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

سەۋەبى

قويۇق بەلغەم گالدىكى بەزگە يىغىلىۋېلىشتىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

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

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

ئىككىنچى تۈرى ھەسەلسىمان پوقاق (ئەسەلسە): بۇ ياغسىمان پوقاققا ئوخشاپ كېتىدۇ. ئەمما پوقاق ئىچىدىكى ماددا ھەسەلگە ئوخشاش قويۇق ۋە شىرىنلىك سۈيۇقلۇقتىن ئىبارەتتۇر.

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

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

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

داۋاسى

دەسلەپتە بەلغەم ماددىسىنى پىشۈرغۇچى، كېيىن بەلغەمنى سۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مىزاج تۈزىتىلگەندىن كېيىن ماددىنى يۇمشاتقۇچى، ئىششىقنى ياندۇرغۇچى ۋە توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. بۇلارغا قوشۇپ ئاقمۇچ، چىلان دەرىخىنىڭ پورى ۋە ياڭاق شاكىلىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ سۈيىنى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. دېڭىز ئۆسۈملۈكلىرىدىن خەيدەي ياكى مورغا ئاقمۇچ قوشۇپ قاينىتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىرتىدىن ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلاردىن مەلھەمى داخىلىۇن قاتارلىقلار سۈركىلىدۇ. بىراق كونىراپ قالغانلىرىنى دورا بىلەن داۋالاش قىيىن بولغانلىقتىن، دەستىكار ئۆسۈلى بىلەن ئېلىۋېتىلىدۇ.

تېرىدىكى يامان سۈپەتلىك ئۆسمە

بەدەننىڭ مەلۇم يېرىدىكى توقۇلمىلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي زورىيىشىدىن پەيدا بولىدىغان، تەرەققىياتى تېز بولۇپ، توقۇلمىلارنى قاپساشتىن سىرت تومۇر (قان ۋە لىمفا تومۇرى كۆزدە تۇتۇلىدۇ) ئارقىلىق بەدەننىڭ باشقا جايلىرىغا كۆچۈپ، يامراپ ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدىغان ئىششىق بولۇپ، بۇنى ئۇيغۇرچە «يامان سۈپەتلىك ئۆسمە»، ئەرەبچە «سەرتان» (دېڭىز ۋە دەريالاردا ياشايدىغان قىسقۇچپاقا (خەرچەڭ ـ راك) نىڭ سۇدا ئۇزۇۋاتقان ھالىتىگە ئوخشىتىپ قويۇلغان نام) دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

يامان سۈپەتلىك ئۆسمە غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ماددىسى ياكى شور بەلغەم ئارىلاشقان غەيرىي تەبىئىي سەپرانىڭ كۆيۈشىدىن پەيدا بولىدۇ. يەنى، كۆيگەن غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ياكى شور بەلغەم ئارىلىشىپ كۆيگەن سەپرا ماددىسى ھەر قايسى ئەزا توقۇلمىلارنى غىدىقلاپ، قاپارتقۇ پەيدا قىلىش ئاساسىدا يامان سۈپەتلىك ئۆسمە پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل ئىچكى ئاملىغا يېمەك ـ ئىچمەك، ياشاش مۇھىتى ۋە روھىي ئاممىلار سەۋەبچى بولىدۇ.

يامان سۈپەتلىك ئۆسمە بەدەندىكى كاۋاك ئەزالار ۋە ھۆللۈكى يۇقىرىراق ئەزالاردا، مەسىلەن: قىزىلئۆڭگەچ، ئاشقازان، ئۇچەي، ئەمچەك، بالىياتقۇ، ئۆپكە، جىگەر، بۆرەك، تال، مېڭە، بويۇن ۋە تېرە قاتارلىق ئەزالاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

يامان سۈپەتلىك ئۆسمە دەسلىپىدە يوشۇرۇن بولۇپ، ھېچقانداق ئالامەتلەر سېزىلمەيدۇ ياكى بايقالمايدۇ. شۇڭا دەسلەپكى باسقۇچنى تونۇش قىيىن. يامان سۈپەتلىك ئۆسمە چوڭىيىپ، ئەتراپتىكى ئەسەب (نېرۋا) ۋە قان تومۇرلارنى باسقاندىلا، ئاندىن ئۇنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارىلىنىشقا باشلايدۇ. دەسلەپتە كىچىك پۈرچاق چوڭلۇقىدا، كېيىن بادام چوڭلۇقىدا قاتتىقراق ۋە يۇمىلاق مونەكچە پەيدا بولۇپ، تېزلا يوغىناپ تۇخۇم، ئالما ھەتتا تاۋۇز چوڭلۇقىدا چوڭايغاندىلا ئاندىن قولغا بىلىنىدۇ. يامان سۈپەتلىك ئۆسمە پەيدا بولغان ئەزا ۋە توقۇلمىلارنىڭ ھارارىتى يۇقىرى بولىدۇ. ئۆسمىنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ بۇ خىل ھارارەت يۇقىرىلاپ بارىدۇ. بۇ خىل ھارارەت ئۆسمىنىڭ چوڭىيىشىنى تېزلىتىپ، خۇددى قىسقۇچپاقا پۇتلىرىنى ئەتراپقا سوزۇپ سۇ ئۇزگەنگە ئوخشاش ئەتراپتىكى توقۇلمىلارغا بۆسۈپ كىرىپ، قارامتۇل كۆكۈچ تومۇرلارنى ھاسىل قىلىدۇ. شۇڭا بۇ باسقۇچتا ئۆسمە پەيدا بولغان ئەزا ۋە توقۇلمىلار ساھەسىدە كۆيۈپ ئېچىشىپ، خۇددى ئوت يالقۇنىغا ئوخشاش لاۋۇلداپ سوقۇپ تۇرىدۇ. ئەگەر كۆيگەن سەۋداغا سەپرا قانچە كۆپ ئارىلاشقان بولسا، بۇ خىل ئەھۋال تېخىمۇ كۈچلۈك بولىدۇ. بىمارنىڭ ئىشتىھاسى كېمەيگەنلىكتىن ماغدۇرسىزلىنىش، چىراي سارغىيىش، قان ئازلىق، جۇدەش ھەتتا بىر تېرە - بىر سۆڭەك بولۇپ قېلىش، ئۆسمە ئەتراپتىكى ئەسەبلەرنى باسقانلىقتىن قاتتىق ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. ئەگەر يامان سۈپەتلىك ئۆسمە جاراھەتلەنسە، قارامتۇل قىزغۇچ يىرگىنىشلىك يارا پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭدىن سەسكىنىشلىك بەتبۇي سېسىق پاسات (يىرىڭ) بىلەن زەردار ئېقىپ تۇرىدۇ. جاراھەتنىڭ سىرتقى شەكلى سەپتەي گۈلگە ئوخشاش قىزغۇچ كۆك رەڭدە ئەتراپىغا ئۆرۈلۈپ يىرگىنىچلىك تۇسنى ئالىدۇ.

داۋاسى

بۇ، ناھايىتى خەتەرلىك، داۋالاشنى ئاسانلىقچە قوبۇل قىلمايدىغان جاھىل كېسەللىك

بولۇپ، يىلتىزىدىن قۇرۇتۇپ ساقايتىش تەس. لېكىن كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى ۋە ئوتتۇرا دەۋرلىرىنىڭ تەرەققىياتىنى توختىتىپ، كېسەلنىڭ كۈچىيىپ كېتىشىنى تىزگىنلەپ، ئۆمۈرنى ئۇزارتقىلى بولىدۇ.

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

يامان سۈپەتلىك ئۆسمىنى كېچىك ۋاقتىدا دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالاشقا بولىدۇ. بىراق دەستىكار ئۇسۇلىدا ئۆسمىنى يىلتىزىدىن كېسىپ ئېلىۋېتىش تەس بولغانلىقتىن قايتىلاش كۆپ بولىدۇ. تىغ تەگكەندىن كېيىن يامانلىشىش تېز بولىدۇ. ھەتتا ئىككىنچى بىر ئورۇندىن كۆكلەپ چىقىدۇ. مۇندىن مەڭ يىل ئىلگىرى ئىبن سىنا «تىب قانۇنى» ناملىق ئەسىرىدە «بىر تېۋىپ ئەمچەك سەرتانى بىلەن ئاغرىغان ئايالنىڭ بىر ئەمچىكىنى يىلتىزىدىن كېسىپ تاشلىغان بولسىمۇ، لېكىن ئۇزۇن ئۆتمەي يەنە بىر ئەمچىكىدە سەرتان پەيدا بولغان» لىقى توغرۇلىق بايان قىلغان. شۇڭا يامان سۈپەتلىك ئۆسمىنى دورا بىلەن داۋالىغان ياخشى ياكى دورا بىلەن داۋالاشنى دەستىكارلىق ئۇسۇلى بىلەن داۋالاشقا بىرلەشتۇرۇپ داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك.

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

ئالدى بىلەن بەدەندىكى غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ۋە غەيرىي تەبىئىي سەپرا ماددىسىنى تا-

زىلىغۇچى دورىلاردىن مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى غارىقۇن، مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخى شۆۋاق قاتارلىق دورىلارنى تاكى مىجەز تەڭشەلگۈچە بېرىشتىن سىرت، داۋالاشنىڭ پۈتۈن جەريانىدىمۇ ئارىلاپ بېرىپ تۇرىلىدۇ. تۆۋەندىكى نۇسخىمۇ بۇ كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدۇ: غارىقۇن، ئەفتىمۇن، قارا ھېلىلە ھەر بىرىدىن 16 گرام، ئۇستقۇدۇس، بىستىپايەج ھەر بىرىدىن 20 گرام، ھىندى تۇزى ئالتە گرام، قارا خەربەق 10 گرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ ياساپ، كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئىككى داندىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى شەربەت قىلىپ ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن بەدەندىكى ھۆللۈكنى كۆپەيتىپ، سەۋداناڭ ئۆتكۈرلۈكىنى ۋە جىگەردىكى ھارارەتنى پەسەيتىش مەقسىتىدە، ھەر كۈنى ئەتىگەندە گاۋزىبان شەربىتى ئىچىپ بېرىش پايدىلىق. گاۋزىبان شەربىتىنىڭ تەركىبى: كاسنە ئۇرۇقى، بادرەنجى بۇيا ۋە چۇچۇكبۇيا يىلتىزى. تامىقىغا پاقلان گۆشى، چۇجە گۆشى، موزاي گۆشى، ئارپا سۈيى، يېڭى بىلىق ۋە تۇخۇم سېرىقىغا ئوخشاش يېمەكلىكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىشى كېرەك.

سەرتانىنى داۋالايدىغان مەخسۇس دورىلاردىن تۆۋەندىكى نۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ:

(1) قارا خەربەقنى قوي سۈتىگە ئۈچ كۈن چىلاپ قۇرۇتۇلغىنىدىن 10 گرام، ماھى زەھرەج (بىر خىل بىلىق) 10 گرام، ھەببۇلغار 10 گرام، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى يېرىم داڭ ، ئەفسەنتىن، غارىقۇن ئىككى داڭدىن، ئايارەج پەيقىرا ئۈچ گرام، ھىندى تۇزى، سوقمۇنيا بىر داڭدىن، مەزكۇر دورىلارنى سوقۇپ، كاللەكبەسەي ياپرىقىنىڭ سىقىلغان سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ تەييارلاپ، كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر داندىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى قاينىتىمسىدىن كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 4 ~ 5 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ دورا سەرتانىڭ ھەجمىنى كىچىكلىتىپ يۇمشىتىدۇ. شۇڭا ئۇزاق ۋاقىت ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(2) **سىماب كۈشتىسى:** تەركىبى بىلەن تەييارلىنىشى، سىماب، شور (مىلتىق دورىسى ياساشقا ئىشلىتىلىدىغان شور ـ ناترىي نىترات) ۋە زەمچە ھەر بىرىدىن 165 گرام ئېلىندۇ. شور بىلەن زەمچىنى ئايرىم ـ ئايرىم يانچىپ (شورنى ھاۋانچىدا كۈچ بىلەن سوقسا پارتلاپ كېتىش ئېھتىمالى بار) تالقانلاپ كىچىك قازانغا سېلىنىدۇ. ئۈستىگە سىمابنى سېلىپ ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن تەخسە يېپىلىدۇ. تەخسە گىرۇبكىنىڭ قازانغا تېگىپ تۇرىدىغان قىسمىنى سېغىز توپىغا يۇڭ ۋە تۇز ئارىلاشتۇرۇپ پىشۇرۇلغان لاي بىلەن ھەم ئېتىلىدۇ ۋە ئوچاققا ئوت قالىنىدۇ. قالانغان ئوت يالقۇنى ئاۋۇال سۇس، كېيىن كۈچلۈك

بولۇپ، تەخمىنەن بىر سائەت داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. قازان ئوچاقتىن ئېلىۋېتىلىدۇ. سوۋۇغاندىن كېيىن، ئاۋۇال لاينى ئېلىۋېتىپ، ئاندىن كېيىن تەخسىنى ئاۋايلاپ ئېلىپ ئاغدۇرغاندا، ئۇنىڭغا يىڭنىسىمان ئاچ قىزىل كرىستاللارنىڭ ئورناشقانلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ. مانا بۇ سىماب كۇشتىسى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. سىماب كۇشتىسىنى قىرىپ ئېلىپ، چوڭلارغا ھەپتىدە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 0.3 گرامدىن بىر قانچە ھەپتە ئىچىشكە بېرىپ، بىمار دورىغا كۆنگەندىن كېيىن مىقدارىنى تەدرىجىي كۆپەيتىپ (ھەپتىدە تەخمىنەن 0.1 گرامدىن كۆپەيتىلىدۇ) ئاخىرىدا 0.75 گرامغىچە ئاشۇرۇلىدۇ. سىماب كۇشتىسى زەھەرلىك دورا بولۇپ، ئىشلىتىش جەريانىدا دىققەت قىلىنمىسا ئېغىز بوشلۇقى شىللىق پەردىسىنى شىلىپ تاشلايدۇ. دورىنى ئىچكەندە ھورنان ياكى گىردە نانىڭ يۇمشاق قىسمىغا يۆگەپ چاينىماي يۇتۇۋېتىش كېرەك. بۇ دورىنى ئىچكەندىن كېيىن كۆڭۈلنى ئىلىشتۇرۇش ھەتتا قۇسۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. شۇڭا دورىنى ئىچىپ بولۇپ بۆدۈنە قاينىتمىسىنى ئىچىپ بېرىش كېرەك. ئەگەر قۇسۇش يۈز بەرسە، ئېغىزنى دەرھال پاكىز چايقاپ ئېغىز شىللىق پەردىسى بىلەن چىشلارنى ئاسراش كېرەك. ئەگەر ئىچىنى سۇرسە چارە قىلمىسىمۇ، ئۆزلۈكىدىن ياخشىلىنىپ قالىدۇ.

(3) **كۇچۇلا بىلەن داۋالاش:** كۇچۇلىنى سۇتكە چىلاپ يۇمشىتىپ، پوستىنى پىچاق بىلەن قىرىپ، تىلى ئېلىۋېتىلگەن كۇچۇلىدىن 100 گرام، قۇيرۇقى ئېلىنمىغان قۇرۇتۇلغان چايانىدىن 40 دانە، يىلان گۆشى (ئاق يەر يىلىنى ئېتى) 330 گرام، قىزىل سىر 66 گرام. بارلىق دورىلارنى تالقانلاپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ. بۇ نۇسخىنى سەرتانىڭ ھەر قايسى دەۋرلىرىدە ئىشلىتىشكە بولىدۇ. كۇندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 3.3 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. كونا ھاراق (چاغىر) ياكى سوك ھاراقى (سېرىق ھاراق) بىلەن قوشۇپ ئىچسە، ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

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

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

(1) يىلاننى قۇرۇتۇپ سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۇندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرامدىن كاپ ئېتىپ بېرىلىدۇ. بىمار يىلاننىڭ زەھىرىگە كۆنگەندىن

كېيىن، يىلان تالقىنى 330 گرام، چايان تالقىنى، قىرىقئاياغ تالقىنى، موزايۇبشى تالقىنى، ئالا كۆلۈك تالقىنى، كۆچۈلا (ئىش قوشۇلغان كۆچۈلا) ھەر بىرىدىن 100 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، كۆندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(2) **يىلان شوربىسى:** يېڭى تۇتۇلغان يىلان ياكى قۇرۇتۇلغان يىلاننى قۇم چۆگۈن ياكى سىرى چۈشمىگەن چاشكىغا سېلىپ، بىر لىتىر سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا 1/3 قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، شورپىسىنى بىر ياكى ئىككى قېتىمغا بۆلۈپ ئىچىشكە، گۆشىنى يالپاقلاپ شۇمۇشكە بېرىلىدۇ.

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

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

(4) **يىلان تابلېتكىسى بىلەن داۋالاش:** زەھەرلىك يىلان (چوڭ ياكى ئوق يىلان بولسىمۇ بولىدۇ) نىڭ بېشىنى كېسىۋېتىپ تالقانلاپ، ئۇنىڭغا باراۋەر مىقداردا زەنجىۋىل تالقىنىدىن قوشۇپ، قائىدە بويىچە تابلېت ياساپ، كۆندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا ئالتە گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(5) **يىلان ھارىقى بىلەن داۋالاش:** يېڭى تۇتۇلغان زەھەرلىك يىلاننىڭ بېشىنى كېسىۋېتىپ، ئىچ - باغرىنى تازىلاپ، بىر لىتىر قوناق ھارىقىدا (ئاياللار ۋە ھاراق ئىچمەيدىغان بىمارلارغا ئۇزۇم ھارىقىنى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ) 7 ~ 10 كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن، ھەر كۈنى چۈشلۈكى ۋە كەچقۇرۇن بىر ئاش قوشۇقىدا ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ. ئەگەر يىلان چىلانغان ھاراقتا 16 گرام كەسمە زەنجىۋىل (ئاقچاشكا) قوشۇپ چىلانسا، ھاراق بىلەن گۆشنىڭ پۇرىقىنى يوقىتىپ بىمارنىڭ ئىشتىھاسىنى ئاچىدۇ.

زەھەرلىك يىلان بىلەن داۋالاشتا تۆۋەندىكى ئىشلارغا دىققەت قىلىش كېرەك:

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

تائاملارنى ئىستېمال قىلىشى، مېۋە - چېۋىلەردىن پەرھېز تۇتۇشى لازىم.

(6) **ياڭاق نوتىسىنىڭ سۈيىدە پىشۇرۇلغان تۇخۇم بىلەن داۋالاش:** ياڭاق نوتىسىدىن مۇزاپىق ئېلىپ، ئۇششاق توغراپ قازانغا سېلىپ سۇ قۇيۇپ قاينىتىلىدۇ ۋە سۈيىگە 40 دانە تۇخۇم سېلىپ پىشۇرۇلىدۇ. پىشقان تۇخۇمنى ئاقلاپ، يەنە شۇ سۈيغا سېلىپ تۆت سائەت قاينىتىپ سۈزۈۋېلىنىدۇ. ئەتىگىنى ۋە كەچقۇرۇن ئىككى دانىدىن يېيىشكە بېرىلىپ، ئۇدا بىر قانچە ئاي ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ئۇچ كىلو ياڭاق نوتىسىنى ئۇششاق توغراپ، ئۇچ لىتىر سۈيغا سېلىپ سۇس ئوتتا 100 ~ 120 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ ئېلىنغان سۈيىنى شېشىغا قاچىلىۋېلىپ، بىر كۈندە ئۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بىر پىيالە پىشۇرۇلغان سۈتكە 50 ~ 150 تامچە تامچىتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ نۇسخا چوڭ ئۇچەي سەرتانىغا ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ.

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

(8) **ئەينۈلا شۇلتىسى بىلەن داۋالاش:** 50 دانە ئەينۈلاغا بىر يېرىم لىتىر تۇز - شۇلتا ئېرىتمىسى قوشۇپ، سۇس ئوتتا يېرىم سائەت قاينىتىپ، ئەينۈلا ئېزىلگەندىن كېيىن ئۇرۇقىنى ئېلىۋېتىپ يەنە ئازراق قاينىتىپ قويۇلدۇرۇلىدۇ. كۈندە ئالتە قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 3 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

(9) **شاپتۇل مېغىزى قاينىتىلىپ داۋالاش:** شاپتۇل مېغىزى، ئىزخىر، بوزبۇغا، توخۇ تاشلىقىنىڭ ئىچىدىكى سېرىق قەۋىتى ھەر بىرىدىن 10 گرام، كەتىرا 33 گرام، رەۋەن ئىككى مىسقال، زۇلۇك قۇرتى بەش گرام، كۆكۈيۇن 1.5 گرام، سۇ ئىككى پىيالە، دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئۇستىگە ئىككى پىيالە سۇ قۇيۇپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە مۇزاپىق مىقدارىدا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇچكە بۆلۈپ بىر كۈندە ئۇچ قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاش ئۇسۇلىمۇ بىر قانچە ئاي داۋالاشتۇرۇلىدۇ.

سەرتانىنى داۋالاشتا، يۇقىرىدا كۆرسىتىپ ئۆتۈلگەن داۋالاش نۇسخىلىرىدىن باشقا داۋالاش نۇسخىلىرىمۇ بار (مەخسۇس قىسمىغا قارالسۇن). يۇقىرىقى دورا نۇسخىلىرىدىن ئىككى ياكى ئۇچ خىل نۇسخا بىرلەشتۇرۇپ ئۇزاق مۇددەت ئىشلىتىلسە، كۆرۈنەرلىك ئۇنۇم بېرىدۇ. يۇقىرىقى دورىلارنى ئىچكى ئەزالاردىكى سەرتان كېسەللىكىگە ئىشلىتىش-

كىمۇ بولىدۇ.

سىرتىدىن داۋالاش: سىرتىدىن دورا بىلەن داۋالاشتىكى مەقسەت، ئىچىدىن بېرىلگەن دورىلارغا ماسلىشىپ، سەرتان ئىششىقىنىڭ كىچىكلىشىنى تېزلىتىش، يۇمشىتىش، تەرەققىياتىنى تىزگىنلەش، يارىغا ئايلىنىپ يۇقۇملىنىشتىن ساقلىنىش ۋە بۇزۇق قانىنى تازىلاش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. كۆپ قوللىنىلىدىغان دورا نۇسخىلىرى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

(1) **تۇتىيا مەلھىمى:** تۇتىيا (زىنك)، مۇردار سەنگى (ئاتسېتات)، زەپىران ھەر بىردىن بىر ھەسسە، موم 1/4 ھەسسە، گۈل يېغى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىنىدۇ. مەدەن دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تالقانلاپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. مومنى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ، تالقان دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، سەرتانىنىڭ سىرتىدىن سۈركىلىدۇ.

(2) **قوغۇشۇن مەلھىمى:** قوغۇشۇن كۇشتىسى تالقىنى، قەلەي كۇشتىسى تالقىنى، تۇتىيا تالقىنى، ئۇپا ھەر بىردىن ئالتە گرام. پاقىيوپۇرمىقى سۇيى ئالتە مىللىلىتىر، نىشاستە (كراخمال)، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 10 گرامدىن، موم 33 گرام، گۈل يېغى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىنىدۇ. ئاق مومنى تۆمۈر قاچىغا سېلىپ سۇس ئوتتا ئېرىتىپ، ئاندىن گۈل يېغى قۇيۇلىدۇ ۋە ئوتتىن ئېلىۋېتىلىدۇ. ئۇستىگە تالقان دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، سەرتانىنىڭ سىرتىدىن سۈركىلىدۇ.

(3) قوغۇشۇننى كاھۇ (ئوسۇك) سۇيى ياكى ئىسپىغۇل شىرىسىدە ئېزىپ چاپسىمۇ ئۇنۇم بېرىدۇ.

(4) **تۇزمەن تېشى مەلھىمى:** تۇزمەن تېشى تالقىنى مۇۋاپىق مىقداردا، بىلەي تېشىنىڭ سىركە ياكى ئىتئۇزۇمى ئۆسۈملۇكىنىڭ سۇيىگە سۈركەلگەن سۇيى مۇۋاپىق مىقداردا، يۇمغاقسوت سۇيىگە سۈركەلگەن قوغۇشۇن سۇيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇستىگە قىزىلگۈل يېغى قۇيۇپ، يەنە ئارىلاشتۇرۇپ، سەرتانىغا سۈركەپ تېڭىپ بېرىلسە، سەرتانىنىڭ تەرەققىي قىلىشىنى توسۇيدۇ.

(5) **تاشپاقا مەلھىمى:** تاشپاقىنى لايغا ئوراپ، تونۇردىكى قوقاسغا كۆمۈپ پىشۇرۇپ، كۆيگەندىن كېيىن سوقۇپ تالقانلاپ، كالا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ قويۇق مەلھەم تەييارلىنىدۇ. بۇ مەلھەم سەرتانىغا سۈركەپ تېڭىپ بېرىلسە ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ.

(6) مۇشۇك سۆڭىكىنىڭ كۈلىنى ھېلىلە، بەلىلە ۋە ئامىلە سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ سەرتانىغا چېپىپ بېرىلسە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

(7) سەرتان ئۆسمىسىدە ئېچىشىش، كۆيۈش ياكى قادىلىپ ئاغرىش يۈز بەرسە، گىل ئەرمىنىنى ئىتئۇزۇمى سۇيى ياكى كۆك ئۇزۇم سۇيىگە (سىركە بولسىمۇ بولىدۇ) ئا-

رىلاشتۇرۇپ چاپسا ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ.

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

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

دەستكار ئۇسۇلىنى قوللىنىشتىن بۇرۇن، سەرتان ئۆسمىسى بار ئورۇننىڭ ئەتراپىنى موم بىلەن گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇلغان مەي بىلەن بىر قانچە كۈن نەمدەپ، ئۇستىگە قوغۇشۇن مەلھىمىگە ئىسپىغۇل شىرىسى بىلەن بېھى ئۇرۇقى شىرىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلسە، تېرىدىكى سەرتانىنىڭ ئەتراپقا تارتقان يىلتىزلىرى ئاشكارلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن دەستكار ئۇسۇلى بىلەن ئۆسمىنى كېسىپ ئېلىۋېتىپ ئاشكارلانغان يىلتىز داغلىنىدۇ. ئۆسمە كېسىلگەن ئورۇنغا ھۆل زۇپا سۈيى، بېھى شىرىسى، موم، گۈل يېغى ۋە بىنەپشە ياغلىرى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان سۈيۇق مەلھەم بىلەن تېڭىلىدۇ. تېڭىق ماتېرىيالىنىڭ قۇرۇپ چاپلىشىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئۇستىدىن ئىتئۇزۇمى سۈيى (ئايال سۈتىمۇ بولىدۇ) بىلەن نەمدەپ تۇرۇلىدۇ.

كۆيۈك بىلەن ئۇششۇك ۋە زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ چېقىشى

كۆيۈك

كۆيۈك نىسبەتەن كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىكتۇر.

سەۋەبى

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

ئالامىتى

تېرە مەيلى قايسى خىل سەۋەبتىن كۆيسۇن، كۆيۈكنىڭ ئېغىر - يېنىكلىكىگە قاراپ ئۇچ خىل ئالامەت بىلەن ئىپادىلىنىدۇ. يېنىك دەرىجىلىك كۆيۈكتە، تېرىنىڭ يۈزەكى قاتلىمى زەخىملىنىپ، تېرە قىزىرىپ ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ ۋە يېنىك دەرىجىدە ئىشىشىدۇ. ئوتتۇرا دەرىجىلىك كۆيۈكتە تېرە شەلۋەرەپ، ھەرخىل چوڭلۇقتىكى سۇلۇق قاپارتچۇقلار پەيدا بولىدۇ. ئېغىر دەرىجىلىك كۆيۈكتە تېرە ۋە تېرە ئاستى ماي توقۇلمىلىرى زەخىملەنگەنلىكى ئۈچۈن ئاقىرىپ پىشلاقلىشىپ قالىدۇ (مەسىلەن: قاينىق سۇدا كۆيگەندە) ياكى قارىداپ چۈچۈلا بولۇپ قالىدۇ (مەسىلەن: ئوت، قىزىق مېتال ۋە چاقماقتا كۆيگەندە). كۆپ ھاللاردا كۆيۈكنىڭ ئۇچ خىل شەكلى بىرگە ئارىلىشىپ كېلىدۇ. بەزىدە يېڭى كۆيگەندە ئوتتۇرا دەرىجىلىك كۆيۈك بىلەن ئىپادىلەنسىمۇ، لېكىن بىر ياكى ئىككى كۈندىن كېيىن ئېغىر دەرىجىدە كۆيگەنلىكى بايقىلىدۇ ياكى ئوتتۇرا دەرىجىلىك كۆيۈك يۇقۇملىنىپ قېلىشتىنمۇ ئېغىر دەرىجىلىك كۆيۈككە ئايلىنىپ كېتىدۇ. كۆيۈكنىڭ ئېغىر - يېنىكلىكىگە كۆيگەن ئورۇننىڭ تېيىز ياكى چوڭقۇرلۇقى، كۆيۈك دائىرىسىنىڭ چوڭ - كىچىكلىكىگە بىلەن مۇناسىۋەتلىك. يەنى كۆيگەن ئورۇننىڭ دائىرىسى قانچە چوڭ بولسا،

كېسەلمۇ شۇنچە ئېغىر بولىدۇ. چۈنكى كۆيۈك دائىرىسى قانچە چوڭ بولسا ئىنسان بەدىنىگە كېرەكلىك بولغان سۇيۇقلۇقلار بەدەن سىرتىغا ئېقىپ چىقىش، قاتتىق ئاغرىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بەدەندىكى خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بىلەن رەئىس ئەزالار خىزمىتىنىڭ تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇش ۋە مۇھىم ئەزالار خىزمىتى زەئىپلىشىشتىن سەدەمە (شوك) پەيدا بولۇپ، بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يەتكۈزىدۇ. ئوت ئاپىتىدىن پەيدا بولغان كۆيۈكتە ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى بىلەن سۇنۇق قاتارلىق زەخىملىنىشلەر بىرگە كېلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

كۆيۈكنى داۋالاش كۆيدۇرگۈچى سەۋەبنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەرخىل بولىدۇ.

(1) ئوتتا كۆيۈشنى داۋالاش: كۆيۈك يېنىك بولۇپ، سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولمىغان بولسا، كۆيگەن ئورۇننى سوۋۇتۇش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن پاكىز لاتىنى مۇز سۈيى ياكى سوغۇق سۇغا چىلاپ، كۆيگەن ئورۇنغا قويۇپ پات ـ پات ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ ياكى سوغۇق تۇز سۈيى سۈركەلسىمۇ بولىدۇ. سوۋۇتىدىغان دورىلاردىن گىل ئەرمىنىنى سۇ ياكى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ. سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولۇشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن تۇخۇم ئېقى ۋە قېتىقنى ئايرىم ـ ئايرىم تەكرار چاپسىمۇ ياكى تۇخۇم ئېقىغا گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ، داكىغا مىلەپ كۆيگەن ئورۇنغا چاپسىمۇ بولىدۇ. پوستى ئېلىنغان ئاق پۇرچاق (ئەدەس) بىلەن قىزىلگۈلنى پىشقۇچە قاينىتىپ، قويۇلدۇرۇلغان سۈيىگە ئارپا ئۇنى، تۇخۇم ئېقى ۋە گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ، يېڭى كۆيگەن ئورۇنغا چاپسا ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. قارا سىياھ، سەمغى ئەرەبى (ئەرەب يېلىمى) نى يۇمشاق سوقۇپ، تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ. ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن بىر پىيالە قېتىققا ئۇچ گىرام كافۇرنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆيگەن ئورۇنغا چېپىپ بېرىلىدۇ ياكى ئاقلانغان ئارپا، ئاق لەيلى گۈلى ۋە ھەمشىباھار يوپۇرمىقىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا پىشۇرۇپ ئېزىپ، كۆك يۇمغاقسوت سۈيى، قەلەي كۇشتىسى تالقىنى ۋە ئۇپا ئارىلاشتۇرۇپ، قويۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، كۆيگەن ئورۇنغا قېلىنراق چېپىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر كۆيۈك دائىرىسى چوڭ بولۇپ سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولغان بولسا، ماددىنىڭ (قانىنىڭ) قويۇلۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن تۇز، شېكەر ياكى ھەسەل ئارىلاشتۇرۇلغان سۇيۇقلۇق ئىچىشكە بېرىلىدۇ. مەلھىمى نورە (ھاك مەلھىمى) سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولغان ئورۇنغا چېپىلىدۇ (تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: سۇ تەگمىگەن ھاك،

گىل، قىزىلگۈل يېغى، ئاس يېغى ياكى كۈنجۈت يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا، قىلمۇلىيا-
دىن ئازراق ئېلىنىدۇ. (سۇ تەگمىگەن ھاكنى ماتادىن تىكىلگەن كىچىك خالتىغا ئېلىپ،
سۇ بار قاچىغا سېلىپ خالتىنى ئايلاندۇرۇپ، بىر چۆكتۈرۈپ بىر يۇقىرىغا تارتىپ تەكرا-
رلاش ئۇسۇلى بىلەن ھاك يۇيۇلىدۇ. تىندۇرۇلغان ھاكقا سۇ قۇيۇپ پاكىز ياغاچ بىلەن
قوچۇپ، جەمئىي يەتتە قېتىم يۇيۇپ يەتتە قېتىم تىندۇرۇلىدۇ. يەتتىنچى قېتىم تىندۇ-
رۇلغىنى يۇيۇلغان ھاك دەپ ئاتىلىدۇ. يۇيۇلغان ھاكنى قۇرۇتۇپ تالقانلاپ، شىشە ياكى سە-
رلانغان قۇمىرىغا سېلىپ ئېغىزىنى ھىم ئېتىپ، قۇرۇق ئورۇندا ساقلاپ، زۆرۈر بولغاندا
ئىشلىتىلىدۇ). يۇيۇلغان ھاك تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭغا قىزىلگۈل
يېغى، ئاس، كۈنجۈت، گىل ۋە قىلمۇلىيا تالقانلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ)
يەتتىنچى قېتىم چىلانغان ھاك سۈيىگە كۈنجۈت يېغى بىلەن تۇخۇم ئېقىدىن مۇۋاپىق مىق-
دارda ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلسا، سۇلۇق قاپارتمىنى قاتۇرۇپ يۇقۇملىنىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

توخۇ سۆڭەك كۈلى مەلھىمى: تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: توخۇ سۆڭەك كۈلى، تۇز
گۈرۈچ تالقىنى، ئۇپا، تۇخۇم ئېقى ۋە بىنەپشە يېغى ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ.
توخۇ سۆڭىكى بىلەن تۇزنى تۆمۈر قاچىغا سېلىپ ئوتقا قاقلاپ كۆيدۈرگەندىن كېيىن، كۈلە-
نى باشقا تالقان دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا تۇخۇم ئېقى ۋە بىنەپشە يېغىنى قۇيۇپ،
ئۇماچ ھالىتىدىكى مەلھەم تەييارلاپ سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولغان ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

ئەگەر كۆيگەن ئورۇندىكى سۇلۇق قاپارتما قىچىشىپ قارامتۇل قاقاچ پەيدا بولغان
بولسا، مەلھىمى ئىسپىداج سۈركىلىدۇ ياكى يۇقىرىدىكى ئىككى خىل مەلھەمنىڭ بىرى
سۈركەلسىمۇ بولىدۇ. مەلھىمى ئىسپىداجنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئۇپا 16 گرام،
ئاق موم 33 گرام، گۈل يېغى 66 مىللىلىتىر. تۆمۈر قاچىدا مومنى ئېرىتىپ بولغاندىن
كېيىن، گۈل يېغىنى قۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئوتتىن ئېلىپ ئۇستىگە ئۇپىنى سېلىپ ئا-
رىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. ئەگەر ئۇنىڭ كەيپىياتىنى سوغۇق قىلماقچى بولساق 15 گرام
كافۇر قوشۇۋېتىلىدۇ.

(2) قاينىق سۇ بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاش: قاينىق سۇ بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى
داۋالاشتا، ئوتتا كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاشتىكى ئۇسۇل - چارىلەر قوللىنىلغاندىن باشقا
كۈل سۈيى، چاچ كۈلى مەلھىمى ۋە ياغاچ كۈلى مەلھىمى قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ. كۈل
سۈيىنى تەييارلاش ئۇسۇلى قاينىق سۇغا ئوتۇن كۆمۈردىن مۇۋاپىق سېلىپ ئارىلاشتۇ-
رۇپ، تىندۇرۇلغان سۈزۈك سۈيىنى سۈزۈۋېلىپ، ئۇنىڭ ئۇستىگە يەنە كۆمۈرنى سېلىپ
ئارىلاشتۇرۇپ، تىنغان سۈيىنى سۈزۈۋېلىپ، ئۇستىگە يەنە ئوتۇن كۆمۈرى سېلىپ، تىن-
دۇرۇلغان سۈزۈك سۈيىنى ئېلىپ (دۇغلىنىپ قالماسلىقى كېرەك) كۆيگەن ئورۇن يۇيۇ-

لىدۇ ۋە پاكىز داكىنى كۆل سۈيىگە چىلاپ سقىپ ئېلىپ، كۆيگەن ئورۇنغا بېسىلىدۇ. چاچنى كۆيدۈرۈپ، ئۇنىڭغا تۇخۇم ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، كۆيگەن ئورۇنغا چاپسىمۇ بولىدۇ ياكى ياغاچ كۆلىگە تۇخۇم ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ.

(3) قىزىق ياغ بىلەن كۆيۈپ قېلىشنى داۋالاش: قىزىق ياغ بىلەن كۆيگەن ئورۇنغا يۇقىرىدىكى چارىلەرنى قوللىنىشتىن سىرت تۇخۇم ئېقى، زەيتۇن يېغى ۋە قوغۇشۇن ئۇپىسى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان مەلھەم چېپىلىدۇ.

(4) كۆن نۇرى بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاش: كۆن نۇرى بىلەن كۆيگەن كۆيۈكنى داۋالاشتا، ئاپتاپ ئۆتۈشنى داۋالاش بىلەن بىرگە، كۆيگەن ئورۇنغا مەلھىمى كافۇر ياكى مەلھىمى سىركە سۈركەلسە، ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. سىركە مەلھىمىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: مەدەستان 300 گرام، كونا زەيتۇن يېغى 600 مىللىلىتىر، ئۆتكۈر سىركە 900 مىللىلىتىر ئېلىنىدۇ. بۇلارنى سۇس ئوتتا مەدەستان ئارىلىشىپ قويۇقلاشقۇچە قايىنىتىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن كۆيگەن ئورۇنغا سۈركىلىدۇ. ئەگەر سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولغان بولسا، ئاز مىقداردا زەنجۈىل تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

(5) دورىلار بىلەن كۆيۈشنى داۋالاش: تېبابەت دورىلىرى ئىچىدە بالادۇر سۇيى ۋە ھاك بىلەن كۆيۈش بىر قەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ. بالادۇر بىلەن كۆيگەن كۆيۈكتە يۇز بېرىدىغان ئالامەتلەر قاينىاق سۇ بىلەن كۆيگەن كۆيۈككە ئوخشاش بولۇپ، ئاسانلا قاپارتما پەيدا بولىدۇ، يەرلىك ئورۇن ئېغىز زەخمىلىنىدۇ ۋە سارغۇچ زەرداب ئاقىدۇ. داۋالاشتا سۇلۇق قاپارتمىلارنى پاكىز تېغ بىلەن يېرىپ، زەرداب سىرتىغا ئېقىتىلىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا ھىجامەت قويۇلىدۇ ياكى گۆشنى يېرىپ كۆيگەن ئورۇنغا سىركە مەلھىمى (يۇقىرىغا قارالسۇن) سۈركىلىدۇ. ئەگەر تىزاپ (كىسلاتا) بىلەن كۆيگەن بولسا، جاراھەتلەنگەن ئورۇننى شۇلىتىلىق سۇ بىلەن تەكرار، زېرىكمەستىن يۇيۇپ، يۇقىرىقى مەلھەملەرنىڭ بىر خىلى (سىركە مەلھىمىدىن باشقىسى) كۆيگەن ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

ھاك بىلەن كۆيگەن بولسا، ئىسپىغۇل شىرىسى قاتارلىقلار بىلەن كۆيگەن ئورۇننى قايتا ـ قايتا يۇغاندىن كېيىن، بادام ياكى ئۆرۈك مېغىزى يېغى ۋە نارجىل يېغى قاتارلىقلار سۈركىلىدۇ. ئەگەر بۇ خىل مايلار بولمىسا، بادام مېغىزى، تاتلىق ئۆرۈك مېغىزى ياكى نارجىل مېغىزىنى چاينىاپ يۇمشىتىپ چاپسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر ھاك سۇيى كۆزگە تېمىپ كەتكەن بولسا، كۆزنى سۇ بىلەن تەكرار يۇغاندىن كېيىن زەھەرسىز شىرىلەر تېمىتىلىدۇ. ئەگەر كۆزگە قۇرۇق ھاك كىرىپ كەتكەن بولسا، ھەرگىز سۇ بىلەن يۇيۇشقا بولمايدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا ئالدى بىلەن كۆزدىكى ھاك پارچىلىرىنى پاكىز ئېلىۋەتكەندىن

كېيىن، ئازراق سىركە ئارىلاشتۇرۇلغان سۇ بىلەن يۇيۇش كېرەك.

ئۇششۇك

تۆۋەن هارارەتتە زەخىملىنىش ئۇيغۇر تىلىدا «ئۇششۇك» دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

قىش پەسلىنىڭ سوغۇق شۇرغانلىق كۈنلىرىدە پۇت، قول، قۇلاق ۋە بۇرۇنغا ئوخشاش ئەزالارنىڭ تۆۋەن هارارەتتىكى تەسىرگە يولۇقۇشىدىن ئۇششۇك پەيدا بولىدۇ. ئېغىرلىرىدا پۇتۇن بەدەن ئۇششۇپ قالىدۇ. ئۇششۇگەن ئورۇندىكى خىلىتلار بولۇپمۇ بەلغەم خىلىتى تۆۋەن هارارەتتە ئۆيۈپ قېلىپ، قان ئايلىنىشنى توسقۇنلۇققا ئۇچرىتىشىتىن ئۇششۇگەن ئورۇننىڭ تېرىسى زەخىملىنىدۇ. ئېغىر ئەهۋاللاردا هەتتا ئۇششۇگەن ئورۇننىڭ تېرىسى سېسىپ كېتىشى مۇمكىن.

ئالامىتى

ئۇششۇك يېنىكرەك بولسا، تېرە ئاۋۇال تاتىرىپ، كېيىن قىزىرىپ قارامتۇل قوڭۇر تۇسنى ئالىدۇ. ئاۋۇال ۋاژىلداپ ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. كېيىن ئەسەبلەر زەخىملەنگەنلىكىتىن ئاغرىش هېس قىلمايدۇ. ئېغىرلىرىدا ئۇششۇگەن ئورۇننىڭ تېرىسى قاردىاپ سېسىقا باشلايدۇ. بولۇپمۇ قول بىلەن پۇت بارماق پەنجىلىرى بىلەن قۇلاق، بۇرۇن قاتارلىق ئورۇنلاردىكى قان تومۇرلار ئىنچىكە بولۇش ۋە تەبىئىي هارارەت بىلەن تەمىنلەيدىغان ئورۇندىن يىراق بولغانلىقى ئۈچۈن ئاسانلا ئۇششۇپ قالىدۇ هەمدە ئۇششۇك جاراهەتى ئاسانلا ئوفۇنەتلىنىپ (بۇلغىنىپ) چىرىش خاراكتېرلىك يىرىڭلىق جاراهەتكە ئايلىنىپ كېتىدۇ.

داۋاسى

ئۇششۇگەن ئورۇن كۆكىرىپ تېخى قاردىمىغان ياكى ئوفۇنەتلىنىپ جاراهەتلەنمىگەن بولسا، زەيتۇن يېغى، زەنبىق يېغى، كۈنجۈت يېغى ۋە يەسمەن يېغى قاتارلىق

ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ. ئەگەر ئىشىپ قارىدىغان بولسا، بۇغداي سامىنى، سىرىقچىچەك، گۈلىسەۋسەن، چامغۇر، يېسۈملەك، يالپۇز، چەلەك، ئەمەن، مەرزەنجۇش، شۇمشا، زىغىر، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، شۇاق، ھۆلبە قاتارلىق دورىلارنىڭ بىرىنى قاينىتىپ، تەمى چىقىرىلغان سۇيى بىلەن ئىسسىق پېتى ئۇشۇشۇگەن ئورۇننى چىلاپ ياكى يۇيۇپ قۇرۇغاندىن كېيىن يۇقىرىدىكى مايلارنىڭ بىرى ئەگەر ئۇشۇشۇگەن ئورۇن ئىشىپ قارىداپ كەتكەن بولسا، ئۇشۇشۇگەن ئورۇنغا نەشتەر ئۇرۇپ قاينىتىلغان قىزىقراق سۇغا تاكى قان توختىتىلغۇچە چىلىنىدۇ. قاناش توختىغاندىن كېيىن سۇدىن چىقىرىپ، گىل ئەرمىنى، ھەسەل سۇيى ۋە سىركىلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئۇشۇشۇگەن ئورۇنغا چېپىلىدۇ ۋە بىرەر سائەتتىن كېيىن ھاراق بىلەن سىركىنىڭ تەڭ مىقداردىكى ئارىلاشمىسىنى ئىسسىتىپ ئۇشۇشۇگەن ئورۇن يۇيۇلىدۇ ياكى چايقىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل نەشتەر سالغان ئورۇن ساقايغۇچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر تېرە توقۇلمىسى چىرىگەن بولسا، ئۆلگەن توقۇلمىلارنى تېزرەك چۇشۇرۇش ئۈچۈن تاتلىقياقۇيۇ ياكى ئۇنىڭ يوپۇرمىقى بىلەن كاللەك يېسۈملەك باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئاز مىقدارىدكى سۇغا چىلاپ يۇمشىغاندىن كېيىن، كالا يېغى بىلەن مەشكە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ توقۇلما چىرىگەن ئورۇنغا تەكرار چېپىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن چىرىگەن گۆشلەر ئاجرىلىپ چۇشمىسە، ئۇشۇپ چىرىگەن ئورۇننى يېرىپ، زەرداب بىلەن بۇزۇق ماددىلار ئېقىتىلىدۇ. جاراھەتنى تازىلايدىغان ۋە ئەت ئۇندۇرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر ئۇشۇك ئېغىر بولۇپ، مۇچىلەرنىڭ يۇقىرى قىسمىغا كېڭىيىپ قارىدىغان بولسا ۋە ھەر قانداق چارە ئۇنۇم بەرمىسە مۇچىنىڭ يۇقىرىسىدىن كېسىشتەك دەستىكار ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ.

زەھەرلىك يىلان چېقىۋىلىش

سەۋەبى

زەھەرلىك يىلاننىڭ چىشى ئېغىز بوشلۇقىدىكى زەھەر ئىشلەپچىقارغۇچى بەزگە تۇتاشقان بولۇپ، ئادەم ۋە باشقا ھايۋانلارنى چىشلىگەندە زەھەر بېزىدىكى زەھەر، يىلاننىڭ چىشى ئارقىلىق ئادەم ياكى ھايۋانلارنىڭ بەدىنىگە ئۆتۈپ ئۇلارنى زەھەرلەيدۇ. زەھەرلىك يىلان قۇرۇقلۇق يىلىنى (ئاق يەر يىلىنى) ئوق يىلان، چىپار يىلان ۋە يايلاق (چۆپلۈك) يىلىنى دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ. ئۇلارنىڭ بەزىلىرى قانىنى زەھەرلەش بىلەن قانىنى سۇ-

يۇلدۇرۇپ قاناش ئاساس قىلىنغان ئالامەتلەرنى پەيدا قىلسا، بەزىلىرى ئەسەب (نېرۋا) لەرنى زەھەرلەپ، پالەچلىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

قانىنى زەھەرلىگۈچى زەھەرلىك يىلانلار چاقسا، يىلان چىشلەپ زەخمىلەندۈرگەن ئورۇندىن قان چىقىپ توختىمايدۇ. يىلان چاققان ئورۇن قاتتىق ئاغرىيدۇ ۋە قىزىرىپ ئىشىشىدۇ. بىمارنىڭ رەڭگى تاتىرىپ سوغۇق تەر چىقىدۇ. قول ـ پۇتلىرى مۇزلايدۇ، كۆڭلى ئاينىپ بىئارام بولۇپ، ئەس ـ هوشى بىخۇدلىشىدۇ. بۇرۇن قانايدۇ. ئېغىزدىن قان كېلىدۇ. تېرىدە كۆكۈچ داغ پەيدا بولىدۇ ۋە قان سىيىدۇ. يۇرەك هەرىكىتى بىلەن تومۇر هەرىكىتى سۇس ۋە تېز بولىدۇ. ئەگەر ۋاقتىدا چارە قىلىنمىسا بىمار ئۆلۈپ كېتىدۇ.

ئەسەبنى زەھەرلىگۈچى زەھەرلىك يىلان چاققاندا دەسلەپ يىلان چاققان ئورۇن كۆيگەندەك ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. ئارقىدىن قول ـ پۇتلار قولاشقاندەك بولۇپ، تەدرىجىي گەۋدە تەرەپكە يامرايدۇ. بىمارنىڭ يۇقىرىقى قاپىقى تۆۋەنگە ساڭگىلاپ كۆزنى ئېچىش قىيىنلىشىدۇ. قول ـ پۇت هەرىكىتى ۋە سۆزلەش بارا ـ بارا قىيىنلىشىدۇ. باش ئېغىرلىشىپ تۆۋەنگە ساڭگىلاپ قالىدۇ ۋە باشنى كۆتۈرەلمەيدۇ. ئاخىرقى باسقۇچتا مۇچىلەر پالەچلىنىپ، نەپەسلىنىش قىيىنلىشىپ، بوغۇلۇش (كۆكىرىش) پەيدا بولۇپ، ئانچە ئۇزۇنغا قالماي (يىلان چېقىپ يېرىم سائەتتىن بىر كۈن ئارىلىقىدا) ئۆلۈپ كېتىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن زەھەرلىك ياكى زەھەرسىز يىلان چاققانلىقىنى يىلان چىش ئىزلىرىغا قاراپ پەرقلەندۈرۈش كېرەك. زەھەرسىز يىلان چاققان بولسا، يىلان چاققان ئورۇندا بىر قاتار تەرتىپلىك يىلان چىشىنىڭ ئىزلىرى قالىدۇ. زەھەرلىك يىلان چاققان بولسا، ئادەتتىكى يىلان چىش ئىزلىرىنىڭ تۆپىسىدە چوڭراق ئىككى تال يىلان چىشىنىڭ ئىزى قالىدۇ. زەھەرلىك يىلان كۆپىنچە قول ـ پۇتنى چاقىدۇ. شۇڭا يىلان چاققان مۇچىنىڭ يۇقىرى قىسمىدىن دەرھال بەلباغ، ئىشتانباغ، تانا ياكى سۆگەت چۇبىقى قاتارلىقلار بىلەن بوغۇپ، زەھەرنىڭ گەۋدە تەرەپكە يامرىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېرەك. يىلان چاققان ئورۇندىكى زەھەر بانكا، سۇت ساقۇچى (سۇمۇرگۈچ) بىلەن زەھەر سۇمۇرۇپ چىقىرىلىدۇ. ئەگەر بۇنداق سايمانلار بولمىسا، ئېغىز بىلەن شوراپ زەھەرنى چىقىرىۋېتىشكىمۇ بولـ

دۇ. شورالغان سۇيۇقلۇقنى قەتئىي يۇتۇۋالماسلىق كېرەك. شوراش بىر سائەت ئەتراپىدا داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى زەھەر قايتۇرۇش پرىنسىپى بويىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ:

(1) تەبئىي هارارەتنى قوزغاپ باشقۇرغۇچى ئەزالار (مېڭە، يۇرەك ۋە جىگەر) نى قۇۋۇتلەيدىغان، تەبئىەتنى كۈچەيتىپ، زەھەرنى قايتۇرىدىغان دورىلاردىن تەرياقى كەبىر، زىرائەندە مۇددەھرەج ياكى زىراۋەندە تۈۋىل قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

(2) يىلان زەھىرىنىڭ بەدەنگە تارقاپ رەئىس ئەزالارغا تەسىر كۆرسىتىشىنى توسۇش ئۈچۈن قەي قىلدۇرغۇچى، ئىچىنى سۇرگۈچى، تەرلەتكۈچى ۋە سۇيدۇك ھەيدىگۈچى چارىلەر قوللىنىلىدۇ.

(3) زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلار بىلەن ئەفئا ياكى ئەفئا ناملىق يىلاننىڭ گۆشىنى بىمارغا يېيىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ.

(4)قاننىڭ ھەرىكىتىنى جانلاندۇرغۇچى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ، يەرلىك ئورۇنغا زەھەرنى سۈمۈرۈۋالغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

(5) چاققان يىلاننىڭ مىجەزىگە قارىمۇقارشى كېلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەيمىزكى: بىرىنچىسى، مۇچىدە قان ئايلىنىش توختاپ مۇچىنىڭ چىرىپ هالاك بولۇشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن، مۇچىدىكى باغلانغان بوغۇشنى ھەر يېرىم سائەتتە بىر بوشىتىپ، قىسقا ۋاقىت تۇرغۇزغاندىن كېيىن قايتىدىن بوغۇلىدۇ. ئىككىنچىسى، يىلان چاققان ئورۇننى ئېغىز بىلەن شوراشنىڭ ئۇنۇمى ياخشى. لېكىن ئېھتىيات قىلىش كېرەك. ئېغىز بىلەن شورىغاندا شورالغان سۇيۇقلۇقنى يۇتۇۋەتمەي، سىرتىغا تۈكۈرۈپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك. ئەگەر ياخشىسى هاراق بىلەن چايقاش كېرەك ياكى هاراقتىن ئازراق ئىچىۋالسىمۇ بولىدۇ ۋە شورالغان ئورۇننى گۇل يېغى ياكى بىنەپشە يېغى قاتارلىق مايلار بىلەن ياغلاپ سۈمۈرۈش ياخشىراق، بىراق دەمالللىققا يۇقىرىدىكى شارائىت بولمىسا، ئېغىز ئارقىلىق سۈمۈرۈپ تۈكۈرۈۋەتسە ۋە سۇ بىلەن ئېغىزنى چايقاپ بەرسىمۇ بولىۋېرىدۇ. هەگەر ئۆسۈملۈكنىڭ يىلتىزى، هەببى بىلسان، بادام، ئەنجۇر، پىندۇق، جىنتىيانا، جاۋاشىر، زىراۋەندە، قىچا، بېدە ئۇرۇقى، سامساق، سىيادان، سۆگەت گۇل چېچىكى بىلەن يوپۇرمىقى، قوۋزاقدارچىن، قارىمۇچ، زاغۇن، راسەن، قەيسۇم، قەردمانە، غارىقۇن، ئادراسمان، چىنار مېۋىسى ۋە تاغ يالپۇزى، زىرە، مۇرمەككى قاتارلىق دورىلارنىڭ هەممىسى بارلىق زىيانلىق يىلان قاتارلىقلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرالايدۇ. شۇڭا يۇقىرىدىكى دورىلارنىڭ قانچە خىلى بولسا، ئۇلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيىنى ياكى هاراقنا چىلانغان چىلانمىسىنى بىمارغا ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا ئۆچكە

ساقلىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلىنى ياكى تاغ يالپۇزى بىلەن تېڭىپ بېرىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

يۇقىرىدىكى زەھەر قايتۇرغۇچى دورىلاردىن ياسالغان تەرياق (مۇرەككەپ زەھەر قايتۇرغۇچى دورا) لار تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

(1) سىيادان، ئادراسمان، زىرە ھەر بىرىدىن ئالتە گرامدىن، جىنتىيانا، يۇمىلاق زىرا- ۋەندە ھەر بىرى ئۈچ گرامدىن، ئاقمۇچ، مۇرمەككى بىر يېرىم گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ كۈندە ئۈچ گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

(2) ھەببى بىلسان، قۇرۇق زۇپا، ياۋا چامغۇر ئۇرۇقى، ئاقمۇچ، قارىمۇچ، پىلپىل، ئېگىر، رۇم بەدىيان، پەتەرئاسالىيۇن، ئاسارۇن، زىرە، بەزرۇلبەنجى يېغى ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن، سۇمبۇل، ئىزخىر مونچىقى ھەر بىرى 18 گرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىپ تەييارلاپ، كۈندە ئۈچ گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ.

سىرتىدىن چېپىلىدىغان دورىلار:

كىرسىن ياكى نېفتىنى لاتىغا تەگكۈزۈپ يىلان چاقىنى ئورۇنغا قويۇلىدۇ ياكى خام سامساقنى ئېزىپ كالا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. قۇندۇز قەھرى بىلەن سۇ بويىدا ئۆسكەن يالپۇزنىڭ سىقىلغان سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. گۈڭگۇرتنى سۈيدۈك بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ ياكى گۈڭگۇرتنى سۈيدۈك، سىركە ۋە تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر يىلان چاقىنى ئورۇن جاراھەتلىنىپ قالسا، ئالدىراپ جاراھەتنى پۈتتۈرىدىغان چارىلەرنى قىلماستىن زەردابلارنىڭ تولۇق ئېقىپ چىقىشىغا يول قويۇش كېرەك. ھەتتا جاراھەت پۈتۈپ قالسا بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ جاراھەت تۆ- شۈكى كېڭەيتىلىدۇ. بىراق جاراھەت بۇلغىنىپ يىرىڭلاپ قالماسلىقى كېرەك.

چايان چېقىۋېلىش

سەۋەبى

چايان چاقىنى ئورۇن كۆيۈپ ئېچىشىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ ۋە قىزىرىپ ئىششىيدۇ. ئې- غىرلىرىدا شۆلگەي ئېقىش، تەرلەش، قۇسۇش، تىل بىلەن ئېغىز گۆشلىرى قېتىپ ئې- غىزنى ئاچالماسلىق، سۆزلىيەلمەسلىك ۋە ئاخىرىدا بىھوش بولۇشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلە- دۇ. ئەگەر چايانىنىڭ نەشتىرى شىريان (ئارتېرىيە) تومۇرىغا سانجىلىپ، زەھەر شىريان تو-

مۇرغا قۇيۇلغان بولسا، باش ئاغرىش، تارتىشىش، بەدىنى قىزىرىش، نۇردىن قورقۇش (يورۇققا قارىيالماسلىق)، دېمى سىقىش، يۇرەك ھەرىكىتى ئاجىزلاش، سۈيدۈك ئازىيىش ۋە سەرسام (مېنىنگىت) ئالامەتلىرى قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ھەتتا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ.

داۋاسى

چايان چاققان ئورۇن مۇچە بولسا، يۇقىرىسىدىن گەۋدە تەرەپتىن بوغۇلىدۇ ۋە بانكا قويۇش ياكى ئېغىز بىلەن شوراش ئارقىلىق زەھەر شوراپ ئېلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا بابۇنە، بۇغداي كېپىكى، بەرەنجاسىپ ۋە سۇزاپلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن يۇيۇش كېرەك. پىندۇقنى چاپىناپ ياكى ھاۋانچىدا ئېزىپ نەمدەپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ ياكى پۇدىنە تالقىنى، ئارپا ئۇنى، سۇزاپ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ تېڭىلسىمۇ ياكى گۈڭگۈرت تالقىنى، ئېزىلگەن زىغىر ئۇرۇقى، تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا قۇندۇز قەھرى ياكى سامساقنى زەيتۇن يېغىدا ئېزىپ چېپىلسىمۇ بولىدۇ. يالغۇز پەرپىيۇن يېغى ياكى زەنبەق يېغى بىلەن ياغلىسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقى دورىلار تەييار بولغۇچە يەرلىك ئورۇنغا قىزىق سۇ ياكى قىزىق تۇز سۈيى سۈركەپ تۇرۇلىدۇ. خەلق ئارىسىدا چاققان چايانىنى ئۆلتۈرۈپ، ئۇنىڭ يېغىنى ياكى ئالدىدىن تەييارلاپ قويغان چايان يېغىنى سۈركەيدىغان ئادەتمۇ بار. بىمارنىڭ مىزاجىغا قاراپ سامساق، ياڭاق ۋە ئاقىرقەرھالارنى شاراب بىلەن ئىچكۈزۈلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئاغرىق پەسەيتىش ئۈچۈن مەجۇنى بەرشىشا بېرىلىدۇ.

ھەرە چېقىۋېلىش

سەۋەبى

ھەرىلەرنىڭ تۇرى كۆپ، شۇنداقلا ئۇلارنىڭ زەھەرچانلىقىمۇ ھەرخىل. ھەرىلەرنىڭ قۇيرۇقىدىكى نەشتىرى زەھەر خالتىسىغا تۇتاشقان بولۇپ، ھەرە ئادەم بەدىنىگە نەشتىرىنى ئۇرغاندا زەھەر خالتىسىدىكى ھەرە زەھىرى، ھەرە نەشتىرى ئارقىلىق بەدەنگە كىرىدۇ. ئەگەر ھەرىنىڭ نەشتىرى بەدەندە سۇنۇپ قالسا، بەدەنگە داۋاملىق زەھەر تارقىتىپ، ئېغىرراق زەھەرلەيدۇ. كۆز ھەرىلىرىنىڭ زەھىرى ئۆتكۈررەك بولىدۇ.

ھەرە چاققان ئورۇن قىزىرىپ ئىششىپ ئاغرىيدۇ. قىسمەن كىشىلەردە يەرلىك ئورۇنـدىكى ئالامەتلەر ئېغىرراق بولۇشتىن سىرت باش قېيىش، قىزىش، دەم سىقىش، تېرىگە يەلتاشمىلار چىقىش، ئىششىش قاتارلىق پۇتۇن بەدەنلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ھەرە چېقىش بىلەن ئۆلۈپ كېتىش ناھايىتى كەم ئۇچرايدۇ. بىراق ھەرە زەھىرىگە سېزىمچان كىشىلەر ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن.

داۋاسى

ھەرە چاققان ئورۇننى سىقىپ ھەرە نەشتىرى ئېلىۋېتىلىدۇ. ھەرە زەھىرى تىزاپ (كىسلاتا) خاراكتېرلىك بولغانلىقى ئۈچۈن، يەرلىك ئورۇنغا شۇلتا سۇيى ياكى شۇلتا خۇسۇسىيىتىدىكى دورىلار ئىشلىتىلسە ئاغرىش تېزلا توختايدۇ. بىر تۇتام يۇمغاقسوت يېگۈزۈلسىمۇ ئاغرىش پەسىيىدۇ. مۇز سۇيى بىلەن ھەمەلچە (كلىزما) قىلىنىدۇ. خۇببازى سۇيى، ئاق لەيلى، سېمىز ئوت، ئىتئۈزۈمى ۋە كاكىنەچلەرنى ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپلىسىمۇ بولىدۇ. كافۇر، ئارپا تالقىنى ۋە ئېزىلگەن كۈنجۈتلەرنىڭ بىرىنى يۇمغاقسوت سۇيى بىلەن نەمدەپ، ھەرە چاققان ئورۇنغا چېپىلسىمۇ بولىدۇ. ئىچىدىن ئالما سۇيى، سىركەنجىۋىل، ئاچچىق ئانار سۇيى، پەتەڭگان تەرخەمەك سۇيى، كاسىنە ئەرقى، ئوسۇڭ سۇيى، يۇمغاقسوت سۇيى، سوغۇق قەنت سۇيى قاتارلىقلارنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخمىلىنىشى

يۇمشاق توقۇلما ئەزالارنىڭ زەخمىلىنىشى يېپىق زەخمىلىنىش ۋە ئوچۇق زەخمىلىنىش دېگەن ئىككى چوڭ تۈرگە بۆلۈنىدۇ. يېپىق زەخمىلىنىش دېگەندە تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمىغان زەخمىلىنىشلەر كۆزدە تۇتۇلىدۇ. ئوچۇق زەخمىلىنىش دېگەندە تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان زەخمىلىنىش كۆزدە تۇتۇلىدۇ. يېپىق زەخمىلىنىش يۇزە توقۇلمىلارنىڭ زەخمىلىنىشى ۋە ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخمىلىنىشى دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

بەدەندىكى يۇزە توقۇلمىلارنىڭ يېپىق زەخمىلىنىشى

بەدەندىكى يۇزە توقۇلمىلار تېرە، تېرە ئاستى ماي توقۇلمىسى، گۆش ۋە گۆش چاندىرلىرى ۋە شۇ قاتلاملاردىكى قان تومۇر، نېرۋىلارنىڭ زەخمىلىنىشى كۆزدە تۇتۇلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ خىل زەخمىلىنىش كۆپىنچە توم جىسىملارنىڭ زەربىسىدىن پەيدا بولىدۇ. مەسىلەن: كالتەك ـ توقماق، تاش، مۇش ۋە گۈرزە قاتارلىقلارنىڭ بەدەنگە تېگىشى، يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ۋە بېسىلىش ھەتتا ئات ـ ئۇلاغلارنىڭ تېپىشى ياكى ئۇسسۇش قاتارلىقلار. بۇ خىل زەخمىلىنىشتە تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمىسىمۇ، لېكىن زەربىگە ئۇچرىغان تېرە ئوخشىمىغان دەرىجىدە زەخمىگە ئۇچراشتىن سىرت، تېرە ۋە تېرە ئاستىدىكى ماي توقۇلمىلىرىدىكى ئەسەبلەر بىلەن قان تومۇرلار، ھەتتا گۆش بىلەن گۆش ئارىسىدىكى قان تومۇر، ئەسەبلەر ئوخشىمىغان دەرىجىدە زەخمىلىنىدۇ.

ئالامىتى

ئەسەبلەر زەربىگە ئۇچرىغانلىقتىن زەخمىلەنگەن ئورۇندا ئاغرىش بولىدۇ. قان تومۇرلار زەخمىلەنگەنلىكى ئۈچۈن تېرە ئاستىدا كۆكىرىش يۈز بېرىدۇ. شۇڭا، زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇندا كۆكىرىش ۋە ئىششىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر زەربە كۈچلۈكرەك

بولسا، يەرلىك ئورۇنغا تەسىر كۆرسەتكەن زەربە، سەزگۈچى كۈچ (قۇۋۋەتنى مۇدىرىكە) كە تەسىر قىلىش ئارقىلىق رەئىس ئەزالار (بولۇپمۇ مېڭە) گە تەسىر قىلىپ، رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى قالايمىقانلاشتۇرغانلىقتىن، چىرايى تاتىرىش، سوغۇق تەرلەش، قول، پۇت مۇزلاش، تومۇرنىڭ سوقۇشى بىلەن نەپەسلىنىشى تېزلىشىپ سۈسلىشىش قاتارلىق پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال يېنىكرەك بولسا، دۆلىنىش (كۆڭلى كېتىپ قېلىش) ياكى ئايلىنىپ كېتىش، ئېغىرراق بولسا سەدەمە (شوك) نى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

داۋاسى

يېپىق زەخىملىنىش يېڭى بولسا، قان توختىتىش بىلەن ئىششىشنى ئازايتىش مەقسىتىدە زەخىملەنگەن ئورۇنغا قىش كۈنلىرى قار، مۇز، ياز كۈنلىرى سوغۇق سۇغا چىلانغان لۆڭگە قويۇلىدۇ. بۇ ئۇسۇلدا ئاغرىقمۇ يېنىكلىشىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىششىقنى ياندۇرۇش مەقسىتىدە بىر نەچچە كۈن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. قىزىتما بىلەن قاناش بولمىسا، گىل ئەرمىنى بىلەن تۇخۇم ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. مۇغاس، ئاقاقىيا، سەۋرى يوپۇرمىقى، سەبرە، ئاقلانغان ماش ئۇنى قاتارلىقلارنى ئاس سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسە مەنپەئەت قىلىدۇ. زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا دەرھال ھىجامەت (لوڭقا) قويۇلسىمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. پۈتۈن بەدەنده قىزىتما بولسا ۋە زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇندا ئىششىش بىلەن قىزىق بولسا، قىزىلگۈل، ماش، گىل ئەرمىنى، ئاق سەندەل، فۇپەل (سۇپارى) لارنىڭ تالقىنىنى گۈلابقا ئارىلاشتۇرۇپ، زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا چېپىلىدۇ ياكى بولمىسا مومىيانى گۈلاب ياكى سىركىگە چىلانغان تاشقا سۈركەپ، ئۇنىڭ سۇيى زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا سۈركەلسىمۇ ياكى مومىيا كۆرسەتمە بويىچە يېيىشكە بېرىلسىمۇ تېز مەنپەئەت قىلىدۇ. قاناش يۇز بەرگەن بولسا، جاراھەتلەر بابىدا كۆرسىتىلگەن قان توختاتقۇچى چارىلەر قىلىنىدۇ. ئەگەر باش زەخىملەنگەن بولسا، يۇقىرىدىكى چارىلەردىن باشقا گۈل يېغى بىلەن گۈلاب سۈركىلىدۇ ياكى ئانارگۈلى، ئانار پوستى، ئاس يوپۇرمىقىنى سوقۇپ سىركە بىلەن قاينىتىپ باشقا چېپىلىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىغا ئۇد ۋە قەسبۇزەرىرە قوشۇلسا، ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. زەخىملىنىپ 3 ـ كۈنگىچە يېيىشكە خوراز مېڭىسى بېرىلىدۇ. ماددىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن تەمرى ھىندىنى قاينىتىپ سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر كۆكرەك زەربىگە ئۇچراپ قان

تۇكۇرۇش يۇز بەرسە، كەھرىۋا، ئانارگۈلى، گىل ئەرمىنى، خۇنسىياۋشان ۋە لوكلارنى بارا-
ۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ سېمىز ئوت سۇيى (ياكى سېمىز ئوت ئۇرۇقىنىڭ
قاينىتىلغان سۇيى بولسىمۇ بولىدۇ) بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. ئەگەر ئاغرىش قاتا-
تتىقراق بولسا، يۇقىرىدىكى نۇسخىغا نوقۇت چوڭلۇقىدا ئەپيۇن قوشۇپ چېپىلىدۇ. ئىچە-
دىن ماددىنى يىغىش ئۈچۈن قۇرسى كەھرىۋا بىلەن ئەنجىبار شەربىتى بېرىلىدۇ.

قۇرسى كەھرىۋانىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: كەھرىۋا، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئە-
رەبى، خۇنسىياۋشان، تاباشىر، نىشاستە، كەتىرا، ئاقاقىيا، ئانارگۈلى ھەر بىرىدىن باراۋەر
مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى ۋە گاۋزىبان سۇيى بىلەن خېمىر
قىلىپ، توقۇچاق (قۇرسى) تەييارلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرامغە-
چە يېيىشكە بېرىلىدۇ.

ئەنجىبار شەربىتىنىڭ تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى: ئەنجىبار (ئۇرگۈنەك) 22 گرام،
ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل (ئېكەكلەنگىنى) 16 گرام، ئاقاقىيا ئالتە گرام، قەنت 400
گرام. دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئۇچ چوڭ چىنە قاينىق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى
سۈس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۇيىگە قەنت سېلىپ ئازراقلا قاي-
نىتىپ شەربەت تەييارلايدۇ. كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ قوشۇقتىن ئىچىشكە
بېرىلىدۇ. بۇنى باشقا قان توختاتقۇچى دورىلار بىلەن ئىچىشكە بېرىشكىمۇ بولىدۇ. ئەگەر
مەيدە زەربىگە ئۇچرىسا ئاقاقىيا، مەستىكى، قىزىلگۈل ۋە سۈمبۈلنىڭ ھەر بىرىدىن 16
گرام، زەپەر، سەبرە، قارىغاي مېۋىسى تالقىنىدىن 3.3 گرامدىن ئېلىپ پاقىيوپۇرماق
سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قويۇق ئۈماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ مەيدىگە چېپىلىدۇ. ئەگەر
ئېغىرراق زەخمىلەنگەن بولسا، بۇ نۇسخىنىڭ مەجۇنىنى ياساپ يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر
تال، جىگەر ۋە بۆرەك ساھەسى زەخمىلەنگەن بولسا، ئاق سەندەل، قىزىلگۈل، بىنەپشە ھەر
بىرىدىن 16 گرام، ئارپا ئۇنىدىن 23 گرام، زەپەردىن ئۇچ گرام، كافۇردىن 1.5 گرام
ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، گۈلاب بىلەن گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. ئەگەر زەربە
تەككەن ئورۇن قىزىق بولسا، قىزىلگۈل 16 گرام، سۈمبۈل، مەستىكى، دارچىن ۋە لادەن-
لەرنىڭ ھەر بىرىدىن ئالتە گرام، ھەببۇلئاس 10 گرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قىز-
تىلغان گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا چېپىلسىمۇ مەنپەئەت قە-
لىدۇ. يېيىشكە رەۋەن، ئوردان ھەر بىرىدىن 16 گرام، لوك، تاباشىر ھەر بىرىدىن 10
گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، گۈلاب ياكى كاسنە ئەرقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مۇۋاپىق
مىقداردا يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر مۇچىلەردىكى پەي، تارىمۇشلار زەخمىلەنگەن بولسا،
ئالدى بىلەن ھەربىكەت قىلىشنى توختىتىپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. زەربىگە ئۇچرىغان ئورۇنغا

ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن ماش ئۇنىدىن 33 گرام، گىل ئەرمىنى 12 گرام، سەبرە، زەپەر ۋە سوكلارنىڭ ھەر بىرىدىن بەش گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، يامغۇر سۇيى (ياكى گۈلاب) ۋە گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مادداىنى تارقىتىش، ئىشىشقانى ياندۇرۇش ئۈچۈن ئاق لەيلى، بىنەپشە، ئىكلىلمىلىكلەرنى يۇمشاق سوقۇپ، گۈل سەۋسەن يېغى، سىرىقچېچەك يېغى ياكى بابۇنە يېغىنىڭ بىر خىلىنى قوشۇپ، قويۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ. ئەگەر بوغۇملار زەربىگە يولۇققان بولسا، ئالدى بىلەن گۈل يېغى ياكى ئاق لەيلى يىلتىزىنى (يېڭىسىنىڭ تەسىرى ياخشى) سوقۇپ، ھەر قايسىسىنى ئايرىم - ئايرىم ياكى ئارىلاشتۇرۇپ زەخمىلەنگەن ئورۇنغا قويۇپ ماتا ياكى داكا بىلەن بېسىپراق تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەتىسى ئىتياڭىقىنى (ۋاڭ) قوي مېيىغا مىلەپ، تاشقا سۈركەپ چىققان مەھسۇلات زەربە يېگەن بوغۇمغا چېپىلىدۇ. يېڭى سويۇلغان قوي تېرىسىغا ئېلىنسىمۇ بولىدۇ. زەخمىلەنگەن بىمارلارنىڭ غىزاسىغا كۆپرەك ماش، نوقۇت ۋە گۈرۈچ ئارىلاشتۇرۇلغان تاماق بېرىش كېرەك. ئۇسسۇلۇقىغا بىر ھەسسە رەۋەن، يېرىم ھەسسە ئوردان ۋە گىل ئەرمىنىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، نوقۇت چىلانغان سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە بەرسىمۇ بولىدۇ.

ئىچكى ئەزالارنىڭ يېپىق زەخمىلىنىشى

ئىچكى ئەزالارنىڭ يېپىق زەخمىلىنىشى كۆپىنچە ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، بېسىلىش، يىقىلىش ياكى كالتەك - توقماق ۋە تاش قاتارلىق توم نەرسىلەرنىڭ قاتتىق زەربىسىدىن پەيدا بولىدۇ. ئىچكى كاۋاك ئەزالارنىڭ ئىچى بوش ۋە ئەۋرىشىملىكى يۇقىرى بولغانلىقتىن زەخمىلىنىش ئاز ئۇچرايدۇ. مېڭە، جىگەر، تال ۋە بۆرەك قاتارلىق ئەزالار چۈرۈك بولغانلىقى ئۈچۈن يېپىق زەخمىلىنىش بىر قەدەر كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخمىلىنىشىدە يۇزە يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخمىلىنىشى كۆپ ھاللاردا بىرگە قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

مېڭىنىڭ زەخمىلىنىشى

مېڭىنىڭ زەخمىلىنىشى باش زەخمىلىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. مېڭە زەخمىلىنىش يېنىكرەك بولسا، مېڭە باش سۆڭىكى ئىچىدە چالغۇنۇپ سىلكىنىشى مۇمكىن. ئېغىرراق

بولغاندا مېڭىگە دەز كېتىش، ھەتتا مېڭە يېرىلىپ قاناش پەيدا بولۇشى مۇمكىن. مەيلى قايسى خىلدىكى مېڭە زەخمىلىنىش بولسۇن، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىپ ئېسىنى يوقىتىدۇ. چىرايى تاتىرىپ كۆڭلى ئىلىشقاندەك بولىدۇ ياكى قۇسىدۇ. تومۇرى ئاستىلايدۇ. ئەگەر نوقۇل مېڭە سىلكىنىش بولسا، ئەس ـ ھوشى تېزلا ئەسلىگە كەلسىمۇ، لېكىن زەخمىلىنىش مەزگىلىدىكى ئەھۋاللارنى دەرھال ئەسلىيەلمەيدۇ ۋە بېشى ئېغىرلاشقاندەك بولۇپ ئېسىلىپ ئاغرىيدۇ. ئەگەر مېڭىگە دەز كەتكەن ياكى يېرىلغان بولسا ئاۋۇال ھوشىغا كېلىپ قايتىدىن ھوشسىزلىنىدۇ ۋە پۈتۈن بەدەنلىك باشقا ئالامەتلەر ئېغىرلىشىدۇ. ھەتتا ھوشىغا كېلەلمەي ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن. بۇ مېڭە زەخمىلىنىشىنىڭ ئېغىرلىقى ۋە مېڭىدە قاناش يۈز بەرگەنلىكتىن دېرەك بېرىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن بىمارغا تىنچلىق بېرىپ باش ۋە كۆكرەك قىسمىنى ئېگىزرەك قىلىپ ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ ۋە كېسەللىكنىڭ تەرەققىياتى كۆزىتىلىدۇ. مېڭىدىكى ئىششىقنى ئازايتىش ۋە مېڭىدە قان قېيىپ ئۆيۈپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن قىيىفال ياكى باسلىق تومۇردىن (ئورنى بىلەكتە) قان ئېلىنىدۇ. باشنىڭ ئاغرىقىنى يېنىكلىتىش بىلەن باشنىڭ ھارارىتىنى تۆۋەنلىتىش مەقسىتىدە ئارپا ئۇنى، پۇرچاق ئۇنى، ئامۇت غازىكى، گىل ئەرمىنى، مامىشا، رۇسۇت، ئاقاقىيا، ئاق سەندەل تالقىنىنى قوزۇقۇلاق (بىر خىل چۆپ) سۇيى ياكى پاقىيوپۇرماق سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىغا گۇل يېغى قوشۇلسا ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. گۇل يېغىغا ئازراق سىركە ئارىلاشتۇرۇپ باشنى ياغلىسىمۇ بولىدۇ. قەۋزىيەتنى داۋالاش ياكى ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن بىمارغا چىلان شەربىتىگە خىيار شەنبەر شىرىسىنى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئىچنى بوشاتقۇچى دورا سۇيى بىلەن ھەمەلچە (كلىزما) قىلىنىسىمۇ بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن فۇپەل، گىل ئەرمىنى، زىراۋەندە، ئارپا ئۇنى، لوۋىيا (پۇرچاق) ئۇنى قاتارلىقلارنى پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىپ تېڭىلىدۇ ياكى ئاق سەندەل 12 گرام، رەۋەنچىنى توققۇز گرام، ئارپا ئۇنى بىلەن پۇرچاق ئۇنى ھەر بىرى 24 گرام. بۇ دورا تالقىنىنى پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۇرۇپ باشقا چېپىلسا مېڭە سىلكىنىشكە ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىچىشكە ھەببى ئايارەج بىلەن ھەببى قوقىيا بېرىلىدۇ. ئەگەر بىمارىدا قىزىتما پەيدا بولۇپ، كۆڭلى ئاينىپ قۇسۇش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە، بۇ مېڭە بىلەن مېڭە پەردە يالىلۇغى (سەرسام) نىڭ بېشارىتى بولۇپ، كۇچلۇك

قورۇغۇچى قابىز دورىلاردىن ئانار پوستى، قارىغاي مۇنچىقى، كەندىر ئۇۋىقى ۋە قىزىلگۈل تالقانلىرىنى گۈل يېغى قاتارلىق مايلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باشقا چېپىلىدۇ ياكى ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، ئاس بەرگى (بەدىلى ئامۇت يوپۇرمىقى)، قەسبۇ زەررە ۋە زەمچە تالقانلىرىنى گۈل يېغى ۋە سىركىلەرگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ. خۇش پۇراق جىسىملار بۇرنىغا پۇرتىلىدۇ. گۈل يېغى، بىنەپشە ياغلىرىنى ئايالنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا ئازراق ئېرىتىلگەن رۇسۇت ئارىلاشتۇرۇپ بۇرنىغا تېمىتىپ بەرسە ناھايىتى پايدىلىق ياكى قاپاق يېغى تېمىتىلسىمۇ بولىدۇ. ئۇسسۇلۇقى ئۇچۇن قەنت چاي، ھەسەل سۈيى بېرىلىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا قىزىتمىسىنى چۈشۈرۈش چارىلىرى بىلەن سەرسام كېسىلىگە قارىتا چارىلەر قوللىنىلىدۇ. تامىقى ئۇچۇن ئاسان ھەزىم بولىدىغان سۈيۇق ـ سەلەڭ تاماقلار بېرىلىدۇ. چوڭ تەرەتنىڭ راۋانلىقىغا كاپالەتلىك قىلىش مەقسىتىدە مېۋە سۈيى بېرىلىدۇ. ئەگەر مېڭىنىڭ زەخىملىنىشى ئېغىر بولسا خەتەرلىك بولۇپ، دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش ئويلىشىپ كۆرۈلىدۇ.

ئۆپكىنىڭ زەخىملىنىشى

ئۆپكىنىڭ زەخىملىنىشى كۆپ ھاللاردا ئېغىر دەرىجىلىك قوۋۇرغا سۈنۈشتىن (سۈنغان قوۋۇرغا ئۇچى ئۆپكىنى زەخىملەشتىن) پەيدا بولىدۇ. ئۆپكىنىڭ يىرتىلغان ياكى تېشىلگەن يېرىدىن چىققان قان بىلەن ھاۋا ئۆپكە قانىتىنى بېسىپ دەم سىقىلىشنى پەيدا قىلسا، يەنە بىر تەرەپتىن، يۆتىلىش بىلەن قان تۇكۇرۇش ۋە كۆكرەك پەردە يالليۇغىنى (زاتىلجەنبىنى) كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

داۋالاشتا، ئالدى بىلەن قوۋۇرغا سۈنۈشقا قارىتا چارە قىلىنىدۇ. بىمارغا قان توختاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ ۋە سىرتىدىن كۆكرەك قىسمى زەخىملىنىشتە قوللىنىلىدىغان دورىلار سۈركىلىدۇ ھەمدە كۆكرەك پەردە يالليۇغىغا قارىتا قىلىنىدىغان چارىلەر ئويلىشىپ كۆرۈلىدۇ. ئۆپكىدىكى قاناش توختىغانلىقى ئېنىقلانغاندىن كېيىن دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن كۆكرەك بوشلۇقىغا چۈشكەن قان چىقىرىۋېتىلگىنى ياخشى.

تال بىلەن جىگەر زەخىملىنىش

تال بىلەن جىگەر چۈرۈك ئەزا بولغانلىقى ئۇچۇن كۇچلۇك زەربىگە بەرداشلىق بېرەلمەي ئاسانلا يېرىلىپ كېتىدۇ. تال بىلەن جىگەر زەخىملەنگەندە، تال بىلەن جىگەر ساھە-

سى ئاغرىشتىن سىرت، ئەڭ مۇھىمى چوڭ قاناش يۇز بېرىپ ھاياتقا خەۋپ سالىدۇ. تال بىلەن جىگەر زەخىملىنىپ قاناش يۇز بەرگەندە، بىمارنىڭ چىرايى تاتىرىپ مۇزدەك تەرلەش، قول - پۇتلىرى مۇزلاش، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىپ باش قېيىپ كۆڭلى ئىلىشىش، قول - پۇتلىرى ماغدۇرسىزلىنىش، تومۇرى سۇسلىشىپ تېز سوقۇش قاتارلىق ئىچكى قاناشتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەردىن سىرت، قورساق ئاغرىش، قورساق قىسمىنى باسقاندا ئاغرىش، قورساق تېمى قاتتىقلىشىش، قورساق كۆپۈش، قورساق قىسمىنى بولۇپمۇ قورساقنىڭ ئىككى يان تەرىپىنى چەككەندە ھەرىكەتچان بوغۇق ئاۋاز ئاڭلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر پەيدا بولىدۇ. ئەگەر تېز چارە قىلىنمىسا بىمارنىڭ ھاياتى خەۋپكە يۇزلىنىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى ئالامەتلەرگە قوشۇلۇپ تال ساھەسىدە ئاغرىش بولسا تالنىڭ زەخىملىنىشى، ئەگەر يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر كۆرۈلۈپ، جىگەر ساھەسىدە ئاغرىش بولسا جىگەر زەخىملىنىش، دېگەن دىئاگنوزنى قويۇشقا بولىدۇ.

داۋالاشتا ئەڭ ياخشىسى دەستىكار ئۇسۇلىنى قوللىنىپ، تال بىلەن جىگەرنىڭ يېرىلغان جاراھەت يۇزىنى داغلاش ئۇسۇلى بىلەن قان توختىتىلىدۇ. بىراق تال بىلەن جىگەرنىڭ زەخىملىنىپ يېرىلىش دائىرىسى كەڭ بولسا، داغلاپ قان توختىتىش ئۇسۇلىغا ئۇچەي تارىسى بىلەن تىكىش بىرگە قوللىنىلىدۇ. بىراق قاناش كۆپ، دەستىكارنىڭ تېخنىكىسى يۇقىرى بولمىسا، بۇ خىل چارىنىڭ ئۇنۇمى ئانچە ياخشى بولماي بىمارنىڭ ھاياتىنى ساقلاپ قالغىلى بولمايدۇ.

بۆرەك زەخىملىنىش

بۆرەكمۇ چوڕۇك ئەزا بولغانلىقى ئۈچۈن بۆرەك ساھەسىگە تەگكەن قاتتىق زەربىدىن ئاسانلا زەخىملىنىدۇ. بۆرەك زەخىملەنگەندە بۆرەك ساھەسى ئاغرىشتىن سىرت سۈيدۇكىتىن قان كېلىدۇ. سۈيدۇك قېتىمى كۆپىيىدۇ ۋە سېيگەندە زەكەر ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ.

بۆرەك زەخىملىنىشنى داۋالاشتا بىمارغا قان توختاتقۇچى دورىلار ئېچىشكە بېرىلىدۇ ۋە سىرتتىن يۇزە قىسمىنىڭ يېپىق زەخىملىنىشىدە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئوچۇق زەخىملىنىش

تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇشتىن پەيدا بولغان زەخىملىنىش ئوچۇق زەخىملىنىش دەپ ئاتىلىپ، كۆپ ئۇچرايدىغان تۇرلىرى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

كېسىلگەن جاراھەت

ئۆتكۈر تىغ بىلەن كېسىلگەن جاراھەت كېسىلگەن جاراھەت دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى بىلەن ئالامىتى

پىچاق، خەنجەر، قىلىچ، كەكە، پالتا، جادۇ ۋە قايچا قاتارلىق ئۆتكۈر بىسلىق تىغلارنىڭ تاسادىپىي ياكى قەستەن بەدەنگە تېگىشىدىن ياكى دەستكار ئۇسۇلى بىلەن كېسەل داۋالاش مەقسىتىدە كېسىلگەن ئورۇنمۇ كېسىلگەن جاراھەتكە مەنسۇپ بولىدۇ. كېسىلگەن جاراھەتنىڭ ئۇزۇنلۇقى بىلەن چوڭقۇرلۇقى تىغ تۇرى بىلەن بەدەنگە تېگىش زەربە كۈچىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. يېنىكلىرىدە تېرە قەۋىتىنىڭ بىر قىسمى ياكى پۈتۈن قىسمى كېسىلىشى مۇمكىن. ئېغىرلىرىدا تېرە ئاستى ماي توقۇلمىسى بىلەن پەي، گۆشلەر، قان تومۇر ۋە ئەسەبلەر ھەتتا ئۇستىخانمۇ كېسىلىشى مۇمكىن. كېسىلگەن ئورۇن ئاغرىيدۇ ۋە قاناش پەيدا بولىدۇ. ئۇششاق تومۇر كېسىلگەن بولسا، قان سىزىپ ئېقىپ چىقىدۇ. ئوتتۇراھالدىن يۇقىرى تومۇرلار (ۋەرد تومۇر) كېسىلگەن بولسا، قارامتۇل قان ئېقىمىدىكى سۈرئەت بىلەن تەكشى ئېقىپ چىقىدۇ. ئەگەر قىزىل تومۇر (شىريان تومۇر) كېسىلگەن بولسا، ئوچۇق قىزىل قان يۇرەكنىڭ سوقۇشىغا ئەگىشىپ، بىرده ئېگىز، بىرده پەس ئېتىلىپ (جىغاپ) چىقىدۇ. قاناش كۆپرەك بولسا، چىرايى تاتىرىپ سارغىيىش، سوغۇق تەرلەش، بېشى قېيىپ كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش، قول - پۇتلىرى مۇزلاش، تومۇرنىڭ سوقۇشى سۇس ۋە تېز بولۇش قاتارلىق قاناشتىكى ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر جىددىي چارە قىلىنمىسا بىمار ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن. كېسىلگەن يارىنىڭ بىر ئالاھىدىلىكى جاراھەتنىڭ ئېغىزى ئېچىلغان بولۇپ، ئىككى گىرۇكى تەكشى بولىدۇ.

داۋاسى

كېسىلگەن جاراھەتنى داۋالاش تۆۋەندىكى ئۇچ باسقۇچتىن ئىبارەت:

(1) **قاناشنى توختىتىش:** ئەگەر تېرە قەۋىتىنىڭ بىر قىسمى يېنىك كېسىلگەن بولسا كېسىلگەن قىل تومۇرلاردىن چىقىۋاتقان قان ئۆزلۈكىدىن قېتىشىپ توختاپ قې-

لىشى مۇمكىن ياكى پاكىز لاتا (داكا) بىلەن قىسقا مۇددەت بېسىپ تۇرغۇلسا ئۆزلۈكىدىن توختاپ قالىدۇ ياكى بولمىسا قان توختاتقۇچى تالقان دورىلارنى سېپىپ، ئاندىن تېڭىپ قويۇلسا قاناش توختايدۇ. بىراق قاناش مايىللىقى بار كىشىلەردە قان قېيىنراق توختىشى مۇمكىن. ئەگەر چوڭراق شىريان ياكى ۋەرد تومۇرلىرى كېسىلگەن بولسا (چوڭقۇرراق كېسىلگەن بولسا) ئاۋۋال بېسىش (مۇچىلەردە بولسا، جاراھەتنى بېسىش بىلەن يۇقىرى سىدىن باغلاش ئۇسۇلى بىرلەشتۇرۇلىدۇ) ئۇسۇلى بىلەن ۋاقىتلىق قان توختىتىلىدۇ. ئاندىن كېيىن مەشۇت يېپ بىلەن قاناش يۇز بېرىدىغان قان تومۇرنى باغلاش ئۇسۇلى ئارقىلىق قان توختىتىلىدۇ.

(2) **جاراھەتنىڭ ئەتراپى بىلەن جاراھەت ئىچىنى تازىلاش ۋە قان تومۇرنى باغلاش:** جاراھەتنىڭ يىرىڭلاپ قېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەتنىڭ ئەتراپىدىكى تېرە ئاۋۋال سوپۇن سۇيى، ئاندىن كېيىن قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان سۈزۈك سۇ بىلەن چايقىلىدۇ ھەمدە جاراھەتنى بىر تەرەپ قىلغۇچى جەررا ھ (خىرۇرگىك) بىلەن يارىمچىمۇ قولنى سوپۇنلاپ بىر قانچە قېتىم يۇيىدۇ ۋە قولىغا ھاراق سۈركەپ قولنى ئوفۇنەتسىزلەندۈرۈش بىلەن بىرگە، جاراھەت ئەتراپىدىكى تېرىنى ھاراق ۋە كافۇر ئېرىتمىسى بىلەن يۇيۇپ تازىلايدۇ. ھەمدە تېرىگە رەڭغىنى ئەجەپ سۈركىلىدۇ. بۇ جەريانىدا قان تومۇرنى باغلاشقا ئىشلىتىلىدىغان مەشۇت ياكى ئات قىلى ۋە قوي ئۈچىيىدىن ياسالغان ئىنچىكە تارا، قىسقۇچ ياكى جۇپتەك قايچا ۋە يىڭنە قاتارلىق ئەسۋابلار قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. جاراھەتنىڭ ئۈستىگە قويغان تېڭىق ماتېرىياللارنى سىلىقلىق بىلەن ئېلىپ، قان چىقىۋاتقان ئورۇننى ئېنىقلاپ قىسقۇچ ياكى جۇپتەك بىلەن قاناش يۇز بېرىۋاتقان تومۇر قىسىلىدۇ. قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان تۇز سۇيى بىلەن (بەك تۇزلۇق بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك) جاراھەت ئىچىنى بىر قانچە قېتىم چايقاپ، قان كاللەكلىرى بىلەن قاردىاپ قالغان گۆشلەر ۋە ئەخلەت-چاۋا قاتارلىق يات نەرسىلەرنى ئېلىۋېتىپ، مەشۇت يېپ بىلەن قان تومۇرنىڭ ئۇزۇلگەن ئۇچى باغلىنىدۇ.

كېسىلگەن تېرىنى تىكىش: قان توختاپ بولغاندىن كېيىن جاراھەت ئىچىنى تۇز سۇيى بىلەن بىر قانچە قېتىم چايقىغاندىن كېيىن كۆمۈش يىڭنىگە مەشۇت يىپنى ئۆتكۈزۈپ، جاراھەت گىرۋەكلىرىنى ئۆزئارا تەكشى يېقىنلاشتۇرۇپ كېسىلگەن جاراھەت تىكىلىدۇ. قانچە قەۋەت تىكىش جاراھەتنىڭ چوڭقۇرلۇقىغا قاراپ بەلگىلىنىدۇ. ئەگەر تېرە قەۋىتىلا كېسىلگەن بولسا تېرە قەۋىتىلا تىكىلىدۇ. بۇ تېبابەت تىلىدا يۈزەكى ئۇستىدىن تىكىش (خىياتەتى سەتھىيىە) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ خىل تىكىشتە كېسىپ تىكىش (ئايرىم-ئايرىم تىكىش) ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ. ئەگەر تېرە ئاستى ماي توقۇلمىلىرىمۇ كېسىلگەن

بولسا، ئاۋۋال ماي قەۋىتى، كېيىن تېرە كېسىپ تىكىلىدۇ. بۇ خىل تىكىلىشنى تېبابەت تىلىدا ئاستىدىن تىكىش (خياتەتى مەدفۇنە) دەپ ئاتىلىدۇ. ئەگەر پەي ۋە گۆشلەر ھەتتا كۆكرەك ۋە قورساق پەردىلىرى بىرگە كېسىلگەن بولسا، ئاۋۋال كۆكرەك قورساق پەردىلىرى، ئاندىن كېيىن پەيلەر بىلەن گۆشلەر ئەڭ ئاخىرىدا تېرە ئاستى ماي توقۇلمىسى بىلەن تېرە قەۋەتلىرى ئايرىم - ئايرىم تىكىلىدۇ. بۇ تېبابەت تىلىدا چوڭقۇر تىكىش (خياتەتى غائىرە) دەپ ئاتىلىدۇ. قورساق پەردىسى بىلەن كۆكرەك پەردىسى ياكى ئېغىز شىللىق پەردىسى ئوچەي يېپىدىن ياسالغان تارا بىلەن يۆمەپ تىكىلىدۇ. گۆش ياكى پەي - تارىمۇشلار بىر قەدەر تومراق مەشۇت يېپ بىلەن، تېرە ئاستى ماي توقۇلمىسى ۋە تېرە ئىنچىكە مەشۇت يېپ بىلەن تىكىلىدۇ. تىككەن يېپنىڭ چىڭ بوشلۇقى ۋە ھەر بىر تىكىك ئارىلىقى مۇۋاپىق بولۇشى كېرەك. تىكىك يېپى بەك چىڭ تارتىلىپ كەتسە ياكى تىكىك ئارىلىقى بەك زىچ بولۇپ كەتسە توقۇلمىلار ئورۇلۇپ قان ئايلىنىش توسقۇنلۇققا ئۇچراپ، جاراھەتنىڭ ساقىيىش ۋاقتى ئۇزىراپ كېتىدۇ. ئەگەر بەك بوش بولۇپ كەتسە زەردابلار يىغىلىۋېلىپ يىرىڭلاشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. شۇڭلاشقا تىكىك يېپىنىڭ چىڭ بوشلۇقى بىلەن تىكىك ئارىلىقى مۇۋاپىق بولۇشى كېرەك. چوڭقۇر جاراھەتلەرنى تىكىشتە، بولۇپمۇ توپا، ئەخلەت قاتارلىقلار بىلەن بۇلغانغان جاراھەت ۋە ۋاقتى بىر كۈندىن ئېشىپ جاراھەت ئىچى قارىداپ كەتكەن بولسا، تىكىشتىن ئىلگىرى جاراھەت ئىچىدىكى يات نەرسىلەرنى پاكىز ئېلىپ تازىلاپ، جاراھەت يۈزى قايتا - قايتا قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان تۇز سۇيى بىلەن يۇيۇپ تازىلىنىدۇ. قارىداپ قالغان گۆشلەرنى تاكى ئوچۇق قىزىل رەڭدىكى ساق گۆشلەر كۆرۈنگۈچە كېسىپ ئېلىۋېتىپ، بېسىش ياكى باغلاش ئۇسۇلى بىلەن قاننى توختىتىپ، جاراھەتنى قايتىدىن تۇز سۇيى بىلەن قايتا - قايتا يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن ئاندىن تىكىلىدۇ. جاراھەتنى تىكىپ بولغاندىن كېيىن تېرىنى ئۆزىرا ھىم قىلىپ، ئۇستىگە قېلىنراق پاكىز داكا قويۇپ بېسىپراق تېڭىلىدۇ. چوڭقۇر جاراھەتلەردە بولۇپمۇ جاراھەتلەنگەن ۋاقتى بىر قەدەر ئۇزۇن، گۆشلەر قارايغان ۋە بۆلۈنغان جاراھەتلەرنى تىككەندە، جاراھەت بوشلۇقىغا زەرداب يىغىۋېلىپ يىرىڭداپ قېلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەت ئىچىگە تازىلانغان نەم داكا ياكى پاكىز ئات قىلىدىن بىر قانچە تال قويۇپ، جاراھەت ئىچىدىكى زەردابلارنىڭ سىرتىغا ئېقىپ چىقىشى ئۈچۈن ئىمكانىيەت يارىتىلىدۇ. زەرداب ئېقىپ چىقىش توختىغاندىن كېيىن (تەخمىنەن بىر ~ ئىككى كۈندىن كېيىن) داكا ياكى ئات قىلى سۈغۇرۇپ ئېلىپ تاشلىنىدۇ. جاراھەتنى تىكىپ بولغاندىن كېيىن بىمارنىڭ مىجەزىگە ئالاھىدە دىققەت قىلىنىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا يېنىك سۈرگە بېرىپ ئىچى تازىلىنىدۇ. بىمارغا ئوڭاي ھەزىم قىلىدىغان قۇۋۋەتلىك

تائاملار بېرىلىدۇ ۋە مۇڭاپىق ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. جاراھەتنىڭ يۇقۇملىنىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش كېرەك. تىكىلگەن جاراھەت ئادەتتە 5 ~ 7 كۈن ئەتراپىدا تۇتۇپ بولىدۇ. (باش، يۈز بويۇن قاتارلىق ئورۇنلارنىڭ تۇتۇشى تېزرەك بولۇپ 4 ~ 5 كۈندە، مۇچىلەرنىڭ ئۇزۇنراق بولۇپ ئالتە ~ يەتتە كۈندە تۇتىدۇ) باش، بويۇن يۈزىنىڭكىنى 5 ـ كۈنى، گەۋدىنىڭكىنى 7 ـ كۈنى، مۇچىلەرنىڭ 7 ـ، 8 ـ كۈندىن كېيىن سىرتىدىكى تىكىك يىپى ئېلىۋېتىلىدۇ. ئۇسۇلى: تېڭىق ماتېرىيالىنى ئېلىۋېتىپ، تىكىلگەن ئورۇن ھاراق بىلەن پاكىز سۈرتۈلىدۇ. تىكىكنىڭ تىكىلگەن چىگىكىنى جۇپتەك بىلەن قىسىپ ئازراق يۇقىرى كۆتۈرۈپ، پاكىز قايچا بىلەن چىگىك تېگىدىن كېسىپ، جۇپتەكنى جاراھەتنىڭ قارشى يان تەرىپىگە يانداۋۇرۇپ تارتىش ئارقىلىق تىكىكنىڭ تېرە ئاستىدىكى يىپى سۇغۇرۇپ ئېلىنىدۇ. بىراق جاراھەت يۇقۇملانغان ياكى قان ئايلىنىش ياخشى بولمىغان، جاراھەت گىرۇبكىنىڭ ھىملىشىشى ياخشى بولمىغان ھەمدە جاراھەتلەنگۈچىدە سەرپىياتلىق سوزۇلما كېسەل بارلاردا جاراھەتنىڭ ساقىيىشى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كېتىدۇ. تىكىكتىن كېيىن تىكىلگەن جاراھەت بۇلغىنىشتىن يىرىڭلىسا بىماردا قىزىش، تەشنالىق ئېشىش، ئىشتىھاسىزلىق ـ تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىش، يەرلىك ئورۇن ئاغرىش ۋە تېڭىق نەملىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا قىزىتمىغا قارشى دورا بېرىش بىلەن بىرگە يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، ئىششىقنى يانداۋۇرغۇچى دورىلارنى سۈركەش (چىيقان بىلەن غەلۋىرەك قاتارلىق كېسەللىكلەرگە قارالسۇن) قاتارلىق چارىلەر قوللىنىلىدۇ. ئەگەر يىرىڭلىق زەردار پەيدا بولغانلىقى بايقالسا، ئەھۋالغا قاراپ دەرھال تىكىكنىڭ بىر قىسمى ياكى ھەممە قىسمىنى كېسىپ ئېلىۋېتىپ زەردار بىلەن يىرىڭ ئاققۇزۇلىدۇ ۋە ئاۋۇال جاراھەتنى تازىلىغۇچى، كېيىن گۆش ئۇندۇرۇپ جاراھەتنى ساقايتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ (چىيقان، غەلۋىرەك ۋە يىرىڭلىق ئىششىقلارنىڭ داۋالىسغا قارالسۇن).

تىتىلغان ۋە يانجىلغان جاراھەت

بۇ خىل جاراھەت كۆپىنچە گال ياكى توم نەرسىلەر بىلەن ئېغىر نەرسىلەرنىڭ بەدەنگە تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ.

سەۋەبى ۋە ئالاھىدىلىكى

ئېزىلگەن جاراھەت كۆپ ھاللاردا قول بىلەن پۇتتا سادىر بولۇپ، ئېغىر جىسمانىڭ

ئاستىدا بېسىلىپ قېلىش ياكى تاش، توقماقتا ئوخشاش توم جىسىملارنىڭ زەربىسىگە ئۇچراش ياكى قاتناش قوراللىرىنىڭ بېسىۋېلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. توقۇلمىلار مىجىلىپ تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلىدۇ. ئېغىر ئەھۋاللاردا گۆشلەر بىلەن سۆڭەكمۇ زەخمىلىنىپ، پارچىلانغان (ئۆۋۈلغان) سۇنۇقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. بۇ خىل جاراھەتتە زەخمىلەنگەن قان تومۇرلار مىجىلىپ قالغانلىقى ئۈچۈن قاناش ئاساسىي جەھەتتىن بولمايدۇ ياكى ئاز بولىدۇ. ئاغرىش قاتتىق بولىدۇ. جاراھەت يۈزى تەكشىسىز بولىدۇ. جاراھەت يۈزى كۆپ ھاللاردا پاسكىنا بولىدۇ. بۇنداق جاراھەتلەردە ئوڭايلا قاتما كېسىلى بىلەن توقۇلمىلار چىرىپ سېسىشى (گانگرىنا) پەيدا بولىدۇ. يىرتىلغان جاراھەتلەردە ئاغرىشتىن سىرت قاناش كۆپرەك بولىدۇ ۋە تېرە ئاستى توقۇلمىلىرى ئېچىلىپ قالىدۇ. بۇ كۆپ ھاللاردا چىشلىق ئۆتكۈر ئەسۋاب ياكى مىخ قاتارلىقلارنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ئايالارنىڭ چېچى چىغرىق قاتارلىق ئۈسكۈنىلەرگە قىسىلىپ قالسا، باش تېرىسى يۇلۇنۇپ يىرتىلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

داۋاسى

ئېزىلگەن جاراھەتنى قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان ئىلمان تۇز سۇيى بىلەن پاكىز چايقاپ يۇيۇپ، جاراھەت ئۈستىدىكى بۇلغانغان توپا ۋە ئەخلەت قاتارلىقلاردىن پۈتۈنلەي خالىي قىلىنىدۇ (بۇ مەشغۇلات جاراھەتنىڭ يىرىڭلىماي ساقىيىشىدا بەكمۇ مۇھىم). ئۇنىڭدىن كېيىن جاراھەت يۈزى ھاراق ياكى كونا سىركە بىلەن سۈركەپ يۇيۇلىدۇ. جاراھەتنى تازىلاش جەريانىدا مىجىلغان تومۇرلار ئەسلىگە كېلىپ، پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان قىسىمدىن قان چىقىشى مۇمكىن. بىراق كۆپ ھاللاردا قاناش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. جاراھەت يۈزىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن قان توختاتقۇچى (قاناش بولۇۋاتقان بولسا) ياكى يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئالغۇچى دورىلار تالقىنىنى سېپىپ، پاكىز داكا بىلەن تېڭىپ قويۇلىدۇ. لېكىن جاراھەت تىكىلمەيدۇ. ئەھۋالغا قاراپ كۈندە بىر ياكى ئىككى قېتىم تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر يىرىڭلاپ زەرداب چىققان بولسا، ئاۋۋال جاراھەتنى تازىلىغۇچى، كېيىن جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

يىرتىلغان جاراھەت يېڭى ۋە پاكىز بولسا، جاراھەتنى تازىلاپ كېسىلگەن جاراھەتكە ئوخشاش يىرتىلغان تېرىنى جايـ ـجايىغا كەلتۈرۈپ تىكىلىدۇ. جاراھەتنىڭ يىرىڭلاپ قالماسلىقى ئۈچۈن مۇۋاپىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

تېشىلگەن ياكى سانجىلغان جاراھەت

ئۆتكۈر ۋە ئۇچلۇق ئەسۋابلارنىڭ بەدەنگە كىرىشىدىن پەيدا بولغان جاراھەت تېشىلگەن ياكى سانجىلغان جاراھەت دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

خەنجەر، نەيزە، مىخ، بىگىز، قوزۇق، ئوق ۋە يىڭنە، تىكەن قاتارلىق ئۇچلۇق ئەسۋابلار زەربىسىنىڭ بەدەنگە كىرىشىدىن پەيدا بولىدۇ. يېنىكلىرىدە تېرە ۋە تېرە ئاستى ھەتتا گۆش قاتلاملىرى زەخىملىنىشى مۇمكىن. ئېغىرلىرىدا مېڭە، يۈرەك، ئۆپكە، جىگەر، تال، ئاشقازان ۋە ئۇچەي قاتارلىق ئىچكى ئەزالار زەخىملىنىپ، ئېغىر دەرىجىلىك قاناش بىلەن يىرىڭلىق يالۇغلىنىشلارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ ھاياتقان خەۋپ كەلتۈرۈشى مۇمكىن. بەزىدە سۇنۇقمۇ بىرگە قوشۇلۇپ كېلىدۇ. تېشىلگەن ياكى سانجىلغان جاراھەتنىڭ ئالاھىدىلىكى جاراھەت ئېغىزى كىچىك ۋە چوڭقۇر بولۇپ، دەرھال ئېغىر - يېنىكلىكىنى مۆلچەرلەش قىيىنراق. بەزىدە يىڭنە ياكى تىكەنلەر بەدەندە سۇنۇپ قالىدىغان ئەھۋاللارمۇ سادىر بولىدۇ.

ئالامىتى

تېشىلگەن جاراھەت بىلەن سانجىلغان جاراھەتتىكى ئاساسلىق ئالامەتلەر ئاغرىش، قاناش ئۇنىڭدىن كېيىن يىرىڭلىق يالۇغلىنىشتىن ئىبارەت. زەخىملىنىش يېنىكرەك بولۇپ، چوڭراق قان تومۇر زەخىملەنمىگەن بولسا قاناش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. ئەگەر يېنىكرەك زەخىملىنىشتە چوڭراق قان تومۇرلار زەخىملەنگەن بولسا ياكى ئىچكى ئەزالار بىرگە زەخىملەنگەن بولسا، قاناش ئېغىرراق بولۇپ چىرايى تاتىرىش، سوغۇق تەرلەش، قول - پۇتى مۇزلاش، ماغدۇرسىزلىنىش، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش، كۆڭلى ئاينىش ۋە تومۇرنىڭ ھەرىكىتى تېزلىشىش بىلەن سۈسلىشىش قاتارلىق ئىچكى قاناشتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر سادىر بولىدۇ. ئەگەر ئۆپكە زەخىملەنسە قان تۈكۈرۈش، بۆرەك ياكى دوۋسۇن زەخىملەنسە قان سىيىش كۆرۈلىدۇ. كۆكرەك زەخىملەنسە كۆكرەك ساھەسى ئاغرىش، يۆتەلگەندە ياكى چوڭقۇرراق نەپەسلەنگەندە ئاغرىش كۈچىيىش، بارا - بارا نەپەس-

لىنىش قىينىلىشىش ھەتتا كۆكرىپ قېلىشلار پەيدا بولىدۇ. ئاغرىغان كۆكرەك تەرەپ-
نى ئاڭلىغاندا نەپەسلىنىش ئاۋازى يوقلىش، چەككەندە بوغۇق ئاۋاز چىقىش، كاناي بىر
تەرەپكە سىلجىش، سانجىلغان جاراھەت ئېغىزىدىن قان بىلەن ھاۋا چىقىش قاتارلىق ئالا-
مەتلەر تەدرىجىي پەيدا بولىدۇ. ئەگەر قورساق بوشلۇقىدىكى ئەزالار زەخمىلەنگەن بولسا،
قورساق قىسمى پىچاقتا تىلغاندەك قاتتىق ئاغرىيدۇ. قورساققا قان ياكى زەرداب سۇ يىغ-
لىدۇ. قورساقنى باسقاندا ۋە بېسىپ قويۇپ بەرگەندە، بىمار ئۇياق ـ بۇياققا ئۆرۈلگەندە ۋە
يۆتەلگەندە ئاغرىش كۈچىيىدۇ. قورساق تېمى قاتتىقلىشىدۇ. قورساق قىسمىنى چېكىپ
تەكشۈرگەندە ھەركەتچان بوغۇق ئاۋاز ئاڭلىنىدۇ. تومۇرنىڭ سوقۇشى تېز ۋە سۇس بولـ-
ىدۇ. جاراھەتلىنىش ئاساسىدا جاراسىم بىلەن ئوفۇنەتلىنىپ يىرىڭلىق ياللۇغلىنىش پەيدا
بولغاندا يۇقىرى قىزىتما بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ھەتتا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈ-
رىدۇ. شۇڭلاشقا تېشىلغان ياكى سانجىلغان جاراھەت مەيلى قايسى خىل سەۋەبتىن پەيدا
بولمىسۇن، ھەرگىز سەل قارىماي، ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخمىلەنگەن ياكى زەخمىلەنمىگەنـ
لىكى بىلەن زەخمىلىنىشىنىڭ خۇسۇسىيىتى (تۈرى) نى پەرقلەندۈرۈش كېرەك. چۈنكى
تېشىلغان ياكى سانجىلغان جاراھەت يۈزى زەخمىلىنىش ۋە چوڭقۇر زەخمىلىنىش،
ئاددىي زەخمىلىنىش ۋە مۇرەككەپ زەخمىلىنىش (بۇ چوڭقۇر زەخمىلىنىشكە قوشۇلۇپ،
چوڭراق تومۇر بىلەن ئىچكى ئەزا زەخمىلىنىشى قاتارلىقلارنىڭ بىرگە كېلىشىنى كۆر-
سىتىدۇ)، تۈيۈق زەخمىلىنىش ۋە ئۆتۈشمە زەخمىلىنىش (ئوق قاتارلىق ئۇچلۇق ئەسۋابلار
بەدەننىڭ مەلۇم يېرىدىن كىرىپ، مەلۇم يېرىدىن چىقىدىغان جاراھەتنى كۆرسىتىدۇ)،
پاكىز جاراھەت ۋە بۇلغانغان جاراھەت دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ.

داۋالاش

جاراھەت ئاددىي، تۈيۈق، پاكىز ۋە يېڭى زەخمىلىنىش بولۇپ، ئەسۋابلار يۈزە سانجىلـ-
غان بولسا ۋە قاناش ئېغىر بولمىسا، جاراھەتنىڭ ئەتراپىنى ئاق ھاراق بىلەن تازىلاپ بولـ-
غاندىن كېيىن پاكىز تۇز سۇيى بىلەن نەمدەلگەن پەلكۇچ بىلەن جاراھەتنىڭ چوڭقۇرلۇ-
قى تەكشۈرۈلىدۇ ۋە تەكرار تازىلاپ، پاكىز داكا بىلەن بېسىپراق تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر
خەنجەر ياكى نەيزە قاتارلىق ئەسۋابلار بىلەن زەخمىلەنگەن بولسا، جاراھەت ئىچىنى پاكىز
چايقاپ ئەھۋالغا قاراپ جاراھەت ئېغىزى تىكىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر بولسا جاراھەت
ئەتراپىدىكى تېرىنى ھاراق بىلەن تازىلاپ، جاراھەت ئىچىنى تۇز سۇيى بىلەن قايتا ـ قايتا
تازىلىغاندىن كېيىن، يىرىڭلار قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە ئەت ئوندۈرۈش مەقسىتىدە

جاراھەت ئىچىگە مۇرمەككى، مامىرانچىنى ياكى كۇندۇر تالقىنىنىڭ بىر خىلى ياكى ئا-
رىلاشمىسىنى كىرگۈزۈپ (پەلكۇچكە مىلەپ ياكى پەلكۇچ بىلەن ئىتتىرىپ ياكى بولما-
سا نەيچە بىلەن پۇركۈپ كىرگۈزگەندىن كېيىن) تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر يېڭىنە، تېكەن
سۇنۇپ قالغان ياكى ئەينەك پارچىسى بىلەن چاچما ئوق قاتارلىقلار تۇرۇپ قالغان بولسا،
جۇپتەك بىلەن قىسىپ ئېلىپ (زۆرۈر تېپىلسا جاراھەت ئېغىزى كېڭەيتىلىدۇ) جاراھەت
ئىچى توز سۇيى بىلەن پاكىز چايقاپ يۇيۇلىدۇ ۋە جاراھەتكە يۇقىرىدىكى دورىلار تالقىنى
كىرگۈزۈلىدۇ. ئەگەر سۇنۇپ قالغان تېكەن ياكى يېڭىنە قاتارلىقلارنى تارتىپ چىقارغىلى
بولمىسا، ئۇشەق، پىياز، نەركەس يىلتىزى، ھەسەل، زىفىت دەرەخ يېلىمى ۋە راتىيانەج-
لەرنى ئايرىم - ئايرىم ياكى بىر نەچچىسىدىن تەركىب تاپقان مەلھەم بىلەن تېڭىلسا، قېپ-
قالغان يات نەرسىلەر ئۆزلۈكىدىن چىقىدۇ ياكى تارتىپ چىقىرىش ئاسان بولىدۇ. ئەگەر
تېشىلگەن ياكى سانجىلغان يارا چوڭقۇرراق بولسا، ئەڭ ياخشىسى جاراھەت ئېغىزىنى مۇ-
ۋاپىق كېڭەيتىپ، جاراھەت ئىچى پاكىز تازىلىنىدۇ. قاناش يۇز بەرسە، ئاۋۋال ئىسسىق
توز سۇيىگە چىلانغان داكا بىلەن ئۇزاق بېسىپ قان توختىتىلىدۇ ياكى ئاقاقىيا، ئانار
گۈلى، بالەنگو ۋە بەزرۇلبەنجى تالقىنىنىڭ بىر خىلى ياكى بىرلەشمىسىنى ئىسسىق نەم
داكىغا مىلەپ جاراھەت ئىچىگە تىقىپ، بىر مەزگىل بېسىپ تۇرۇلسا قان توختايدۇ.
ئەگەر چوڭراق قان تومۇر زەخمىلىنىپ يۇقىرىدىكى چارىلەر ئۇنۇم بەرمىسە، قان تومۇر-
نى باغلاش ئۇسۇلى ئارقىلىق قان توختىتىلغاندىن كېيىن، جاراھەت ئىچىنى تازىلاپ يۇ-
قۇملىنىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىپ، ئەت ئۇندۇرۇشكە ياردەم بېرىدىغان دورىلارنى جاراھەت ئى-
چىگە كىرگۈزۈپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. جاراھەت ئېغىزى چوڭراق بولۇپ، ئۇچ كۇنگىچە يى-
رىڭلاش ئەھۋاللىرى كۆرۈلمىسە، چوڭراق تاتۇق پەيدا بولۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن جارا-
ھەت تىكىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر ئىچكى ئەزالار زەخمىلەنگەن بولسا، دەستىكار ئۇسۇلى
بىلەن داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

ھەر خىل جاراھەتلىنىشتە كۆپ ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

1. ئاغرىقسىزلاندۇرۇش مەقسىتىدە قوللىنىلىدىغان دورىلار

كىلەنىڭ تېرىسىنى كۆيدۇرۇپ ھاراقتا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلسا، تېرىنى تۇيغۇسىزلان-
دۇرۇپ، كەسسە ئاغرىمايدۇ. تاتلىق ئانارنى ھاراق بىلەن قاينىتىپ تېرىگە تاڭسا ئاغرىقنى

ئالاهىده پەسەيتىدۇ. بەزرۇلبەنجىنىڭ يوپۇرمىقىنى مۇسەللەس بىلەن قاينىتىپ تېرىگە چاپسا ئاغرىق پەسەيتىدۇ. بەزرۇلبەنجى يوپۇرمىقى ۋە يىلتىزىنى مۇسەللەس بىلەن قاينىتىپ كېسىلدىغان تېرىگە قويۇلسا ئاغرىق پەسەيتىدۇ. بەزرۇلبەنجىنىڭ سۇيىگە گۈل يېغىنى قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ ئاغرىق پەسەيتىدۇ. ئىنەكپىتى بىلەن زەنجىۋىل ياكى قارا سۆگەت يوپۇرمىقىنى سۇدا ئېزىپ، ئۇنىڭغا سەندەل تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، كېسىلدىغان ئورۇنغا چاپسىمۇ بەلگىلىك ئۇنۇم بېرىدۇ. ۋالىڭ يوپۇرمىقى، كۆك يۇمغاقسۇت، مارجان شوخلىلارنى ئېزىپ تېرىگە چاپسىمۇ ئۇنۇمى بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا ئاقىرقەرھا، ھىڭ، ئېچىر، سۆگەتگۈل قاتارلىق دورىلار ئايرىم ياكى باشقا دورىلار بىلەن قوشۇپ كېسىلدىغان ئورۇنغا چېپىلسىمۇ ئاغرىقنى پەسەيتىش رولىنى ئويناىدۇ. ئەڭ ياخشىسى، بەزرۇلبەنجى ئۇرۇقى تالقىنى بىلەن ئەپيۇننى تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، 0.3 گرامىلىق كۇمىلاچ ياساپ ئىچكۈزۈش ياكى بەزرۇلبەنجىنىڭ ھۆل يوپۇرمىقىدىن ياسالغان قۇرسىنى بىمارغا يېگۈزۈش ياكى بولمىسا ھاراق ئىچكۈزۈپ مەست قىلىشقا يۇقىرىدىكى سىرتىدىن دورا سۈركەش بىرلەشتۈرۈلسە ئاغرىقنى پەسەيتىش، سېزىملەندۈرۈش ئۇنۇمى يۇقىرى كۆتۈرۈلىدۇ.

2. قان توختاتقۇچى دورىلار

جاراھەتتىن قان چىقىۋاتقان بولسا، سىركە ياكى گۈلابقا پاكىز داكىنى چىلاپ جاراھەتكە بىر مەزگىل قويۇلسا ياكى ئاۋۇال مۇزنى پاكىز داكىغا ئوراپ، قاناش بولۇۋاتقان جاراھەتكە قويۇپ، ئاندىن كېيىن پاكىز داكىنى قىزىق سۇغا چىلاپ قاناۋاتقان جاراھەتكە قويۇپ، بىر مەزگىل بېسىپ تۇرۇلسا قاناش توختايدۇ. سەمغى بەللۇت (بۇ ئىككى خىل بولۇپ، بىرى، مەرمەر تاش تالقىنى بىلەن كالا تېرىسىدىن ياسالغان يارا يېپىلىم تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ياسىلىدۇ. يەنە بىرى، سەبرە، مۇرمەككى، دەمۇلئەخۇەيىن، دېۋىرقاي يېپىلمى، ئەنزىروت، سەمغى ئەرەبى تالقىنى ھەر بىرىدىن تەڭ مىقدارىدا، بىخ مارجان، يېشىل زاك يېرىم مىقدارىدا، بۇلارنى سەمغى ئەرەبىنىڭ سۇيىگە چىلاپ، بەللۇت شەكلىدە دۇگىلەك قىلىپ تەييارلىنىدۇ. زۆرۈر بولغاندا ئېزىپ جاراھەتكە سېپىلىدۇ)، ساپال تالقىنى، راتىيانەج تالقىنى قاتارلىق باشقا ھەر قانداق قان توختاتقۇچى دورىلارمۇ ئىشلىتىلىدۇ. قاناش دائىرىسى كەڭرەك ۋە ئېغىرراق بولۇپ، يۇقىرىدىكى چارىلەر ئۇنۇم بەرمىسە، ماش ئۇنى، كۈندۈر، سەبرە، پۇچۇلانغان موزا، گەج تېشى، دەمۇلئەخۇەيىن تالقىنىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، پاكىز داكىنى يۇقىرىدىكى مەلھەمگە ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەت ئىچىگە چىڭراق كىرگۈزۈپ، ئۇستىدىن بىر قانچە كۈندىن ھەپتىلەپ

گىچە بېسىپ تېڭىلىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسۇل بىلەنمۇ قان توختىمىسا، خام ھاك ياكى يېشىل زاك (فېروم سۇلفات) تالقىنىنى جاراھەت ئىچىگە سېلىپ تېڭىپ قويۇلسا داغلاپ قان توختىتىش رولىنى ئويناپىدۇ. لېكىن ساق توقۇلمىلارنى كۆيدۈرۈپ زەخمىلەيدۇ. شۇڭا ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىلىدۇ. دورا بىلەن قان توختىتىشتىن سىرت قاناش نۇقتىلىرى كۆپ بولۇپ، يۇقىرىدىكى چارىلەر ئۇنۇم بەرمىسە قاناۋاتقان نۇقتىلارنى قىزدۇرۇلغان ئالتۇن، كۈمۈش ياكى ساپ مىس بىلەن داغلاش ئارقىلىق قان توختاتسىمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. ئەگەر قاناش چوڭراق قان تومۇردا سادىر بولغان بولسا، ئۇزۇلگەن قان تومۇرنىڭ ئىككى ئۇچىنى مەشۇت يىپ بىلەن باغلاش ئۇسۇلى بىلەن قان توختىتىلىدۇ.

3. جاراھەتتىن ئوفۇنەتسىزلەندۈرۈپ يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئېلىش چارىلىرى

1) تېۋىپ ۋە تېۋىپنىڭ يارەمچىسى قولىنى بىر نەچچە قېتىم سوپۇنلاپ يۇيۇپ قۇرۇتقاندىن كېيىن، ئاق ھاراقنى بىر قانچە قېتىم سۈركەپ قولىنى زەھەرسىزلەندۈرىدۇ (ئارقىدىن ھازىرقى زامان تېبابىتىنىڭ ئوفۇنەتسىزلەندۈرۈلگەن پەلىيىنى كىيىسە تېخىمۇ ئىشەنچلىك بولىدۇ).

2) جاراھەتكە ئىشلىتىلىدىغان داكا ۋە ئالاقىدار ئەسۋابلار قاسقاندا بىر ئاش پىشىم (يېرىم سائەت) قاينىتىلىدۇ. قاسقان بولمىسا داڭقاندا قاينىتىلسىمۇ بولىدۇ.

3) جاراھەتنىڭ ئەتراپىدىكى تېرە ئاۋۇال سۇ، كېيىن ئاق ھاراق بىلەن تازىلىنىدۇ. ئەگەر مايلىشاڭغۇ ياكى بەك مەينەك بولسا، ئاۋۇال بېنزىن ياكى كىرسىن بىلەن تازىلاپ، ئارقىدىن سوپۇن سۇيى ۋە ئاق ھاراق بىلەن تازىلىنىدۇ. تېرىنى تازىلاش جەريانىدا تېرىنى تازىلاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار جاراھەتكە تېگىپ كەتمەسلىكى كېرەك.

4) جاراھەتنى يۇيۇپ تازىلاش ئۇچۇن ئىشلىتىلىدىغان دورىلاردىن تۇز سۇيى، رەۋەن قاينىتىلمىسى، مامىرانچىنى قاينىتىلمىسى قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ. يەنى 100 مىللىلىتىر سۇغا 2 ~ 3 گرام نىسبىتىدىكى تۇز ئارىلاشتۇرۇلغان سۇنى قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان سۇيى ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر جاراھەت ئىچى ئوفۇنەتلەنگەن بولسا 800 مىللىلىتىر پار سۇيىگە 36 گرام ئاش تۇزى، 200 مىللىلىتىر ئاق ھاراق ئارىلاشتۇرۇلغان ئېرىتمىنىڭ ئۇنۇمى ياخشى بولمىسا بىر يېرىم لىتىر سۇغا مامىرانچىنى بىلەن زاراڭزا چېچىكى ھەر بىرىدىن 50 گرام، ئاش تۇزىدىن 30 گرام ئارىلاشتۇرۇپ، بىر لىتىر قالغۇچە قايناتىپ، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۇيى جاراھەتنى يۇيۇش ۋە سۇلىشىپ ياكى يىرىڭ زەرداب ئېقىپ تۇرغان جاراھەتنى تېڭىپ بېرىشكە ئىشلىتىلسە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

5) ئوفۇنەتسىزلەندۈرۈپ يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئالىدىغان دورىلار كۆپ بولۇپ، بۇنىڭ

ئىچىدىكى ئۇنۇمى بىر قەدەر ياخشىلىرى ئازاد دەرىخىنىڭ يېشىل يوپۇرمىقى، ئازاد دەرىخى يېغى، تۈتىيا، سۇرمە، لوبان، ھىڭ، سەبرە، مۇرمەككى، شور، بۆرە ئەرمىنى، نەترۇن، ئېگىر، تەنكار، كافۇر، پۇدىنە، ھاشا جەۋھىرى (تىمۇل)، يالپۇز جەۋھىرى (مىنتۇل)، جۇۋىنە، جۇۋىنە جەۋھىرى، كوجا، كوجا يېغى، مامىرانچىنى، ئالتۇن كىرى (سۇنا مەكھى)، كۆمۈش كىرى، كەمىلە، زىفىت، كەتىرا، ئەفسەنتىن، شاھتەررە قاتارلىق دورىلاردىن ئىبارەت بولۇپ، بۇلارنى يەككە ياكى بىر قانچە خىلىنى قوشۇپ تەييارلاپ ئىچىدىن يېيىشكە ياكى سىرتىدىن سۈركەشكە ئىشلىتىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا سىماب مەلھىمى، گۈڭگۇرت مەلھىمى قاتارلىقلارمۇ سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ سۇنۇقچىلىق بىلەن چىقىقچىلىق ئىلمى

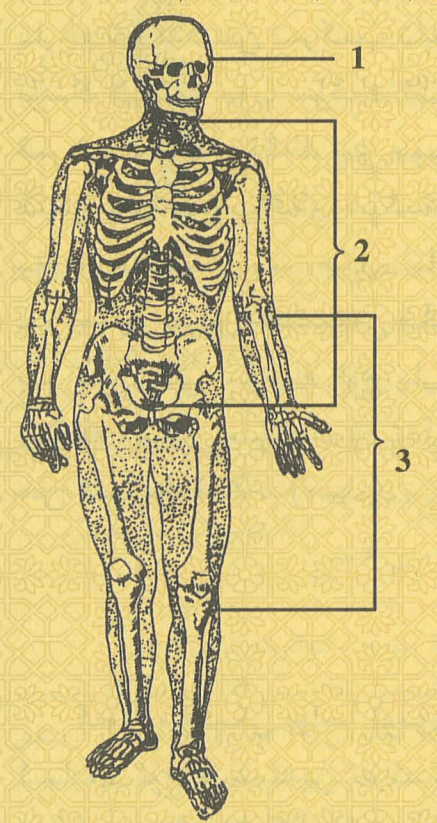
ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ سۇنۇقچىلىق ۋە چىقىقچىلىق بىلەن شۇغۇللانغىنىغا ناھايىتى ئۇزۇن بولۇپ، ئەجدادلىرىمىز بۇ ئۇزۇن جەريانلاردا سۇنۇق بىلەن چىقىقلارنى پەرقلەندۇرۇش، سۇنۇق بىلەن چىقىقلارنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ۋە ئۇنى تېڭىپ مۇقىملاشتۇرۇش ھەمدە سۇنۇق بىلەن چىقىقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش قاتارلىق جەھەتلەردە مول كلىنىكىلىق تەجرىبىلەرگە ئىگە بولۇپلا قالماستىن، بەلكى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ ئاساسىي نەزەرىيىسىنىڭ يېتەكچىلىكىدە سۇنۇق بىلەن چىقىقلارنىڭ ساقىيىش جەريانى، سۇنۇق بىلەن چىقىقلارنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدىغان ياكى كېچىكتۈرىدىغان ئامىللار بىلەن سۇنۇق ۋە چىقىقلارنىڭ پەرۋىشى قاتارلىق جەھەتلەردىكى تەجرىبىلىرىنى يەكۈنلەپ ۋە ئۇنى نەزەرىيە سەۋىيىسىگە كۆتۈرۈپ، بىر قەدەر مۇكەممەل بولغان ئۆزىگە خاس ئالاھىدىلىككە ئىگە بىر يۇرۇش نەزەرىيىنى بارلىققا كەلتۈرگەن. ئۇيغۇر تېبابىتىدە سۇنۇقچىلىق بىلەن چىقىقچىلىق ئومۇملاشتۇرۇپ «تېڭىقچىلىق» دەپ ئاتىلىپ، تېڭىقچىلىق بىلەن شۇغۇللىنىدىغان تېۋىپ «تېڭىقچى» دەپ ئاتىلىدۇ. تېڭىقچىلىقتا قول مەشغۇلىيىتى ئاساس، دورا ئىشلىتىش قاتارلىق باشقا داۋالاش ئۇسۇللىرى قوشۇمچە قىلىنغانلىقىدىن ئىبارەت ئالاھىدىلىككە ئاساسەن «تېڭىقچىلىق» ئىلمى ئىسلامىيەتتىن خېلى بۇرۇنلا تېبابىتىمىزنىڭ مۇھىم تارماقلىرىنىڭ بىرى بولۇش سۈپىتىدە ئايرىلىپ چىققان. ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك تېڭىقچىلىقى كلىنىكىلىق تەجرىبىسىنىڭ موللۇقى، نەزەرىيە سىستېمىسىنىڭ بىر قەدەر مۇكەممەللىكى، تېخنىكىسىنىڭ بىر قەدەر ئۇستۇنلۇكى، سۇنۇقلار بىلەن چىقىقلارنىڭ بېجىرىم ساقىيىش نىسبىتىنىڭ يۇقىرىلىقى، سۇنۇقلارنىڭ ساقىيىش جەريانىدا يۈز بېرىدىغان ھەر خىل ئاسارەتلەرنىڭ ئازلىقى ۋە داۋالاش راسخوتىنىڭ ئەرزانلىقىدىن ئىبارەت ئالاھىدىلىكلىرى بىلەن بىر قانچە مىڭ يىللاردىن بېرى شىنجاڭ رايونىدىكى ھەر مىللەت خەلقى ئۈچۈن خىزمەت قىلىپلا قالماستىن، بەلكى يۇقىرىدىكى ئارتۇقچىلىقلىرى بىلەن زامانىمىزدىمۇ شىنجاڭ رايونىدىكى ھەر مىللەت خەلقىنىڭ ھۆرمىتىگە سازاۋەر بولماقتا.

ئۇستىخان بىلەن بوغۇملارنىڭ تۈزۈلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە

ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكىنىڭ ئۇستىخان بىلەن بوغۇملارنىڭ شەكلى تۈزۈلمىسى (ئاناتومىيىسى) ھەققىدىكى بايانلىرى ھازىرقى زامان ئۇستىخان ۋە بوغۇملارنىڭ شەكلى تۈزۈلمىسىدىكى بايانلىرى بىلەن ئاساسەن ئوخشاپ كېتىدۇ. مۇشۇ نۇقتىدىن قارىغاندىمۇ، ئەجدادلىرىمىزنىڭ ئادەم بەدىنىدىكى ھەر قايسى سىستېما ۋە ئەزا ـ توقۇلمىلارنىڭ تۈزۈلمىسى جۈملىدىن ئۇستىخان بىلەن بوغۇملار تۈزۈلمىسىدە ئادەم جەسىتى ئۇستىدە خېلىلا چوڭقۇر تەتقىقات ئېلىپ بارغانلىقىنى بىلىۋالغىلى بولىدۇ.

ئۇستىخانلارنىڭ تۈزۈلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە

ئادەم بەدىنىدىكى ئۇستىخانلار خادىمي ئەزالارغا مەنسۇپ بولۇپ، ئۇ ئادەم بەدىنىدىكى بۆلەكلەرنى ئۆزئارا تۇتاشتۇرۇش ئارقىلىق ئادەم بەدىنىنىڭ بىر پۈتۈنلۈكىنى ساقلاش، ئىچكى ئەزالارنى مۇھاپىزەت قىلىش ۋە كۈندىلىك تىرىكچىلىكتىكى ھەممە ھەرىكەتلەرگە قاتنىشىشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.



1.1 ـ رەسىم. ئادەم بەدىنىدىكى سۆڭەكلەر (1) باش سۆڭىكى (2) گەۋدە سۆڭىكى (3) تۆت مۇچە سۆڭىكى

ئادەم بەدىنىدىكى چوڭ ـ كىچىك سۆڭەكلەر 206 پارچىدىن ئىبارەت. بۇ 206 پارچە سۆڭەك بوغۇملار ئارقىلىق بىر ـ بىرى بىلەن تۇتىشىپ، ئادەم بەدىنىنىڭ شەكىل تۈزۈلمىسىنى ھاسىل قىلىدۇ. ئادەم بەدىنىدىكى سۆڭەكلەر جايلىشىش ئورنىغا قاراپ باش سۆڭىكى، گەۋدە سۆڭىكى ۋە تۆت مۇچە سۆڭەكلىرىدىن ئىبارەت ئۈچ چوڭ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ (1.1 ـ رەسىم).

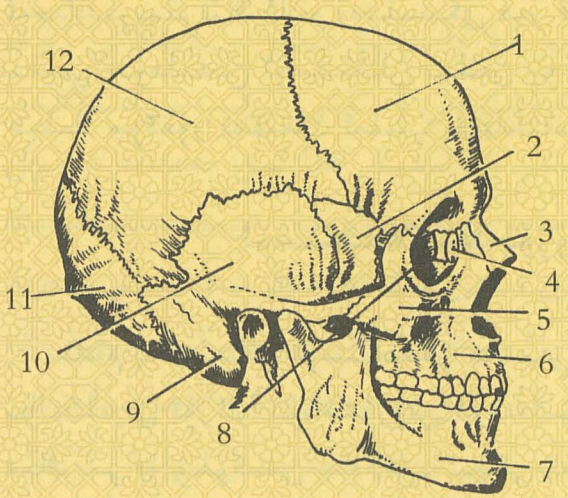
ئادەم بەدىنىدىكى ئۇستىخانلار شەكلىگە قاراپ، ئۇزۇن سۆڭەك (نوسىمان سۆڭەك)، قىسقا سۆڭەك، ياپىلاق سۆڭەك ۋە رەتسىز سۆڭەكتىن ئىبارەت تۆت خىلغا بۆلۈنىدۇ. ھەر بىر تال سۆڭەكتە گۆشلەر يېپىشىپ تۇرىدىغان غادۇر ـ غۇدۇر يىرىك ئورۇنلار بىلەن قان تومۇر ۋە ئەسەبلەر ئۆتىدىغان ئېرىقچىلار ياكى نو ۋە تۆشۈكلەر بو-

لىدۇ.

باش سۆڭەكلىرى

باش سۆڭىكى ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، ئۇ مېڭە سۆڭىكى ۋە يۈز سۆڭىكى دېگەن چوڭ ئىككى قىسىمغا بۆلۈنىدۇ.

مېڭە سۆڭىكى سەككىز پارچە سۆڭەكتىن تەركىب تاپقان بولۇپ، بۇنىڭ ئىچىدە تاق سۆڭەك تۆت پارچە (پېشانە سۆڭىكى، گەجگە سۆڭىكى، كېپىنەك سۆڭىكى ۋە غەلۋىر سۆڭىكى)، جۈپ سۆڭەك ئىككى جۈپ (تۆپە سۆڭەك ئىككى پارچە، چېكە سۆڭەك ئىككى پارچە)، يۈز سۆڭىكى 15 پارچە سۆڭەكتىن تەركىب تاپقان بولۇپ، بۇنىڭ ئىچىدە جۈپ سۆڭەك ئالتە جۈپ (يۇقىرىقى ئېڭەك سۆڭەك بىر جۈپ، مەڭىز سۆڭىكى بىر جۈپ، تاڭلاي سۆڭىكى بىر جۈپ، بۇرۇن سۆڭىكى بىر جۈپ، ياش سۆڭىكى بىر جۈپ، بۇرۇن ئاستىنقى قالقان سۆڭەك بىر جۈپ) تاق سۆڭەك ئۈچ پارچە (تۆۋەنكى ئېڭەك، ساپان سۆڭەك ۋە تىل سۆڭىكى) دىن ئىبارەت (2.1 ـ رەسىم).



2.1 ـ رەسىم. باش سۆڭىكىنىڭ يان تەرىپى (1) پېشانە سۆڭىكى (2) كېپىنەك سۆڭەك (3) بۇرۇن سۆڭىكى (4) باش سۆڭىكى (5) مەڭىز سۆڭىكى (6) يۇقىرىقى ئېڭەك سۆڭىكى (7) تۆۋەنكى ئېڭەك سۆڭىكى (8) غەلۋىر سۆڭەك (9) گەمچەكسىمان سۆڭەك (10) چېكە سۆڭىكى (11) گەجگە سۆڭەك (12) تۆپە سۆڭەك.

گەۋدە سۆڭەكلىرى

گەۋدە سۆڭىكى بولسا ئومۇرتقا سۆڭىكى، تۆش سۆڭىكى ۋە قوۋۇرغا سۆڭەكلىرىدىن ئىبارەت ئۈچ قىسىمدىن تەركىب تاپقان.

ئومۇرتقا سۆڭىكى تەكشىسىز سۆڭەكلەرگە مەنسۇپ بولۇپ، جەمئىي 33 پارچە، يەنى بويۇن ئومۇرتقىسى يەتتە دانە، كۆكرەك ئومۇرتقىسى 12 دانە، بەل ئومۇرتقىسى بەش دانە، توغۇر (توققۇز كۆز) ئومۇرتقىسى بەش دانە ۋە قۇيرۇق ئومۇرتقىسى (بۇ قۇيرۇق سۆڭىكى

دەپمۇ ئاتىلىدۇ) تۆت دانىدىن ئىبارەت (3.1 ـ رەسىم).

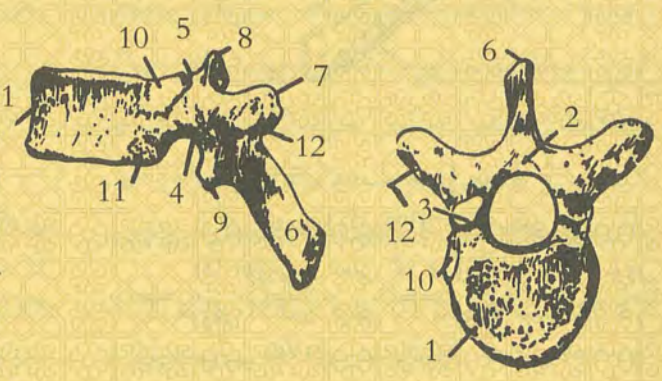
ئومۇرتقا سۆڭىكىنىڭ ئورتاق ئالاھىدىلىكى بولسا، ھەر بىر ئومۇرتقىنىڭ ئالدى تەرىپىدە ئومۇرتقا تېنى، ئارقا تەرىپىدە ئومۇرتقا يايىسى، ئومۇرتقا تۆشۈكى (بۇ تۆشۈكلەر ئۆزئارا تۇتۇشۇپ، يۇلۇن جايلىشىدىغان ئومۇرتقا نۇرىنى ھاسىل قىلىدۇ)، ئومۇرتقا ئويۇقچىسى (يۇقىرى ـ تۆۋەن ئومۇرتقا ئويۇقچىسى بىر-لىشىپ يۇلۇندىن چىقىدىغان ۋە يۇلۇنغان كىرىدىغان ئەسەبلەر ئۆتىدىغان ئومۇرتقا ئارا تۆشۈكنى ھاسىل قىلىدۇ) بولىدۇ.

ھەر بىر ئومۇرتقا يايىسىدا يەتتە دانە ئۆسۈكچە بولۇپ، ئارقا تەرەپتىكى ئۆسۈكچە ئومۇرتقا بىسى دېيىلىدۇ. ئىككى يان تەرەپ-تىكى ئۆسۈكچە كۆندىلەڭ ئۆسۈكچە دېيىلىدۇ. ئومۇرتقا يايىسى تۇۋىنىڭ ئوڭ ـ سول يۇقىرى ـ تۆۋىنىدە بىر جۇپتىن بوغۇم ئۆ-سۈكى بولۇپ، بۇ ئۆسۈكچىلەر يۇقىرى ـ تۆۋەن ئومۇرتقا سۆڭ-كىنى ئۆزئارا تۇتاشتۇرىدۇ (4.1 ـ رەسىم).

بويۇننىڭ بىرىنچى، ئىككىنچى ۋە يەتتىنچى ئومۇرتقىلىرى بىلەن تۇغۇر ئومۇرتقىسى ۋە قۇيرۇق ئومۇرتقىسىنىڭ سىرتقى شەكلىدە ئازراق پەرقلەر بولىدۇ.

تۆش سۆڭىكى بولسا، ئۇزۇنچاق ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، ئۇ تۆش سۆڭەك سېپى، تۆش سۆڭەك تېنى ۋە خەنجەر ئۆ-سۈكتىن ئىبارەت ئۈچ قىسىمدىن تەركىب تاپقان بولىدۇ. تۆش سۆڭەك سېپى ئۇستى قىرى ئوتتۇرىسى ئويمان بولۇپ، ئويمان-ىنىڭ ئىككى چېتىدە ئوقۇرەك سۆڭىكى تۇتىشىدىغان ئوقۇرەك سۆڭىكى ئويۇقى بولىدۇ. تۆش سۆڭەك تېنىنىڭ ئىككى يان قـ-

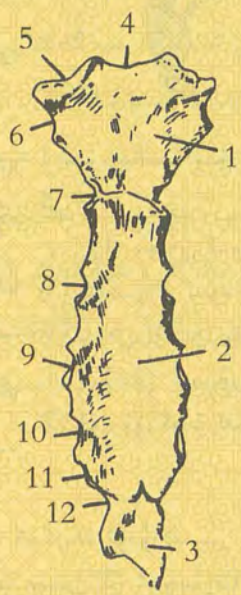
3.1 ـ رەسىم. ئومۇرتقا تۇۋرۇ-كى
(1) بويۇن ئومۇرتقىسى
(2) كۆكرەك ئومۇرتقىسى
(3) بەل ئومۇرتقىسى
(4) تۇغۇر ئومۇرتقىسى
(5) قۇيرۇق ئومۇرتقىسى.



4 ـ 1 سۇرەت. كۆكرەك ئومۇرتقىسى
(1) ئومۇرتقا تېنى (2) ئومۇرتقا يايىسى (3) ئومۇرتقا تۆشۈكى (4) ئومۇرتقا ئاستى ئويۇقى (5) ئومۇرتقا ئۈستى ئويۇقى (6) ئومۇرتقا بىسى (7) كۆندىلەڭ ئۆسۈك (8) ئۈستۈنكى بوغۇم ئۆسـ-ـۈكى (9) ئاستىنقى بوغۇم ئۆسۈكى (10) قوۋۇرغا يۇقىرى ئويمىنى (11) قوۋۇرغا تۆۋەن ئويمىنى (12) كۆندىلەڭ ئۆسۈك قوۋۇرغا ئويمىنى.

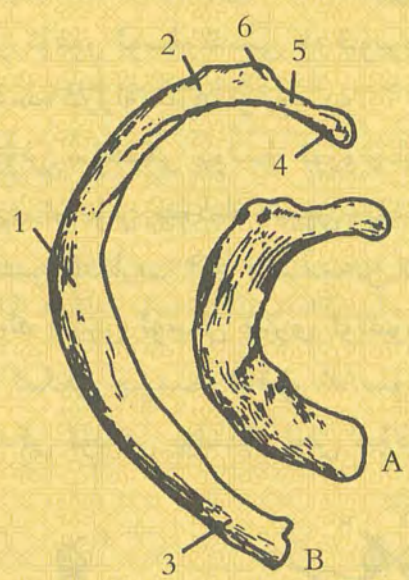
ربدا قوۋۇرغا بىلەن تۇتىشىدىغان قوۋۇرغا ئويۇقى بولىدۇ (5.1 ـ رەسىم).

قوۋۇرغا سۆڭىكى ئۇزۇن ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، جەمئىي 12 جۈپ، ھەر بىر تال قوۋۇرغا سۆڭىكى قوۋۇرغا تېنى ۋە ئالدى ـ ئارقا ئۇچى دېگەن ئۇچ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. ئارقا ئۇچى قوۋۇرغا بېشى دەپ ئاتىلىپ، ئۇنىڭدا تۆش سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدىغان بوغۇم يۈزى بولىدۇ. قوۋۇرغا تېنى بىلەن بېشىنى تۇتاشتۇرىدىغان ئىنچىكرەك قىسمى قوۋۇرغا بوينى دەپ ئاتىلىدۇ. قوۋۇرغا بوينى بىلەن تېنى ئارىلىقىدىكى دۆمبەچىسى قوۋۇرغا تۆگۈنى دەپ ئاتىلىدۇ. قوۋۇرغا تۆگىنىدە كۆكرەك ئومۇرتقا كۆندىلەك ئۆسۈكى بىلەن تۇتىشىدىغان بوغۇم يۈزى بولىدۇ. قوۋۇرغىنىڭ ئىچكى ۋە سىرتقى ئىككى يۈزى بولۇپ، ئىچكى يۈزىنىڭ تۆۋەن قىرىدا قوۋۇرغا ئارا قان تومۇرى بىلەن ئەسەب ئۆتىدىغان قوۋۇرغا ئېرىقچىسى بولىدۇ. قوۋۇرغىنىڭ ئالدى ئۇچى كۆمۈرچەك ئارقىلىق تۆش سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدۇ. يەنى يەتتە جۈپ قوۋۇرغا كۆمۈرچەك ئارقىلىق تۆش سۆڭىكى بىلەن بىۋاستە تۇتىشىدۇ. قالغان بەش جۈپ قوۋۇرغا (8 ـ 12 ـ جۈپى) كۆمۈرچەك ۋاسىتىسى ئارقىلىق تۆش سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدۇ. بۇنىڭ ئىچىدە 11 ـ 12ـ قوۋۇرغىنىڭ ئالدى ئۇچى ئەركىن ھالەتتە بولۇپ، بۇ يېتىم قوۋۇرغا دەپ ئاتىلىدۇ (6.1 ـ رەسىم)



5.1 ـ رەسىم. تۆش سۆڭىكى

(1)تۆش سۆڭەك سېپى (2) تۆش سۆڭەك تېنى (3) تۆش خەنجەر ئۆسۈكى (4) تۆش ئويمىنى (5) ئوقۇرەك سۆڭەك ئويۇقى (6) 6 ـ 12 ـ قوۋۇرغا ئويۇقلىرى



6.1 ـ رەسىم. قوۋۇرغىلار

A: بىرىنچى قوۋۇرغا B: ئىككىنچى قوۋۇرغا (1) قوۋۇرغا تېنى (2) قوۋۇرغا ئارقا ئۇچى (3) قوۋۇرغا ئالدى ئۇچى (4) قوۋۇرغا بېشى (5) قوۋۇرغا بوينى (6) قوۋۇرغا تۆگۈنى.

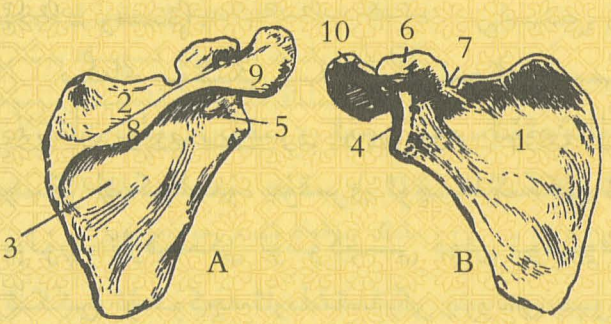
تۆت مۇچە سۆڭەكلىرى

تۆت مۇچە سۆڭەكلىرىگە يۇقىرى ـ تۆۋەن مۇچىلەر سۆڭەكلىرى كىرىدىغان بولۇپ، مۇچە سۆڭەكلىرى گەۋدە بىلەن تۇتىشىدىغان سۆڭەكلەر ۋە ئەركىن ھالەتتىكى سۆڭەكلەر دېگەن ئىككى چوڭ تۈرگە بۆلۈنىدۇ. يۇقىرى مۇچىنىڭ گەۋدە بىلەن تۇتىشىدىغان سۆڭەكلىرى ئىككى بولۇپ، بىرى، ئوقۇرەك سۆڭىكى، يەنە بىرى، تاغاق سۆڭەكلىرىدىن ئىبارەت. ئوقۇرەك سۆڭىكى ئەگرى ئۇزۇن سۆڭەك بولۇپ، ئىچكى ۋە سىرتقى ئۇچى ۋە تېنى دېگەن ئۇچ قىسىمدىن ئىبارەت. ئىچكى ئۇچى تومراق بولۇپ، تۆش سۆڭەك سېپى بىلەن تۇتىشىدۇ. سىرتقى ئۇچى ياپىلاقراق بولۇپ، تاغاق سۆڭىكىنىڭ يەلكە چوققىسى بىلەن تۇتىشىدۇ. (7.1 ـ رەسىم).

7.1 ـ رەسىم. ئوڭ تەرەپ ئوقۇرەك

(1) ئوقۇرەك سۆڭەك تېنى (2) ئوقۇرەك سۆڭەك ئىچكى ئۇچى (3) ئوقۇرەك سۆڭەك سىرتقى ئۇچى

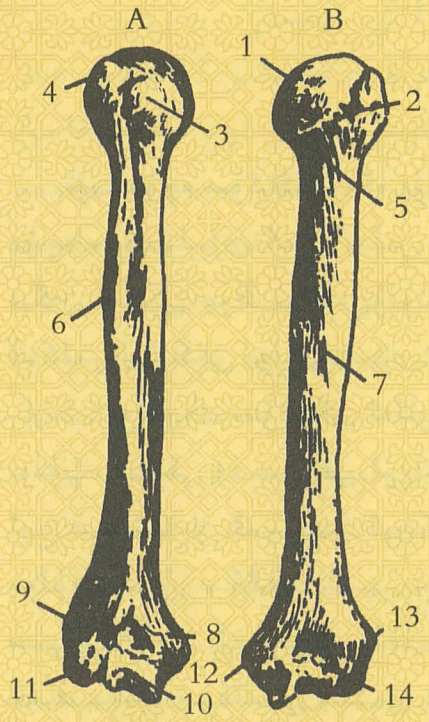
تاغاق سۆڭىكى بولسا، ئۇچبۇلۇڭلۇق ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، ئالدى ـ ئارقا يۈزى، يۇقىرى، ئىچكى ۋە سىرتقى قىرى، ئىچكى بۇلۇڭى، ئاستى بۇلۇڭى دېگەن قىسىملارغا بۆلۈنىدۇ. ئالدى يۈزى كۆكرەك قەپىزىگە يېپىشىپ تۇرىدۇ. بۇ تاغاق ئاستى ئويمىنى دەپ ئاتىلىدۇ. ئارقا يۈزىدە پۈلتىيىپ چىققان ئۇچبۇلۇڭلۇق قىسمى بولۇپ، بۇ تاغاق بىسى دەپ ئاتىلىدۇ. تاغاق بىسىنىڭ ئاخىرقى تومىلاشقان قىسمى يەلكە چوققىسى دەپ ئاتىلىدۇ. تاغاق بىسى تاغاقنىڭ ئارقا يۈزىنى بىس ئۇستى ئويمىنى ۋە بىس ئاستى ئويمىنى دەپ ئىككىگە ئايرىيدۇ. تاغاق سۆڭىكىنىڭ سىرتقى بۆلۈكى تومىلىشىپ، يۇقىرى بىلەك (پوزا سۆڭەك) بېشى بىلەن تۇتىشىدىغان چاچكىسىنى ھاسىل قىلىدۇ. يۇقىرى قىرىنىڭ سىرتقى قىسمىدا ئالدىغا پۈلتىيىپ چىققان قىسمى بولۇپ، بۇ قۇش تۇمشۇقى دەپ ئاتىلىدۇ (8.1 ـ رەسىم).



8.1 ـ رەسىم. ئوڭ تارغاق سۆڭىكى

A: ئارقا يۈزى B: ئالدى يۈزى

(1) تاغاق ئاستى ئويمىنى (2) بىس ئۇستى ئويمىنى (3) بىس ئىلستى ئويمىنى (4) بوغۇم چاچكىسى (5) سىرتقى بۆلۈكى (6) قۇش تۇمشۇقى (7) تاغاق ئۇيۇقى (8)تاغاق بىسى (9) مۇرە چوققىسى (10) مۇرە چوققا بوغۇم يۈزى



9.1 ـ رەسىم. پوزا سۆڭىكى (ئوڭ تەرەڭ)
(1) پوزا سۆڭەك بېشى (2) ئاناتومىيە بويىنى (3) كىچىك تۇگۈن (4) چوڭ تۇگۈن (5) تاشقى بۆلۈم بويىنى (6) ئۈچ باشلىق گۆش غادۇر ـ غۇدۇر (7)يان بىلەك ئەسەب ئېرىقچىسى (8) تاجسىمان ئۆسۈك ئۆيۈقى (9) يان بىلەك سۆڭەك ئويمىنى (10) پوزا سۆڭەك غالتىكى (11) پوزا سۆڭەك كىچىك بېشى (12) ئىچكى دۈمبىچە (13) سىرتقى دۈمبىچە (14) قۇش تۇمشۇق ئويمىنى.

يۇقىرى مۇچە ئەركىن سۆڭەك قىسمى ئۈزۈن نوسىمان سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، ئۇ، پوزا (يەلكە) سۆڭىكى، بىلەك سۆڭىكى، يان بىلەك سۆڭىكى، بېغىش سۆڭىكى، پەنجە ۋە بارماق سۆڭىكى قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. بۇلارنىڭ ئىچىدە بېغىش سۆڭەكلىرى قىسقا سۆڭەككە مەنسۇپ.

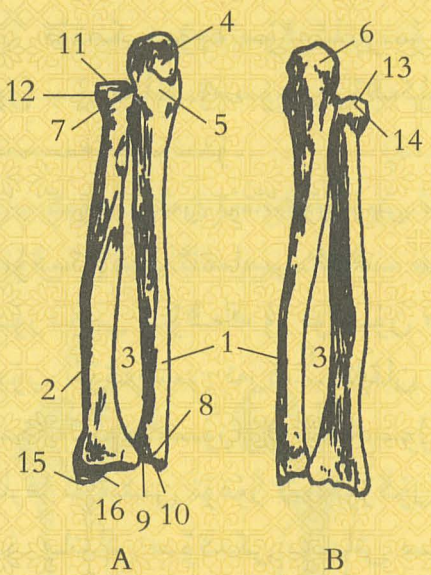
پوزا سۆڭىكى ئىككى ئۈچى ۋە بىر تېنىدىن ئىبارەت ئۈچ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. يۇقىرى ئۈچى پوزا سۆڭەك بېشى، پوزا سۆڭەك ئاناتومىيە بېشى، پوزا سۆڭەك كىچىك تۇگۈنى، چوڭ تۇگۈنى، تاشقى بۆلۈم بويىنى قاتارلىق قىسىملارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. پوزا سۆڭەك تېنىدە يان بىلەك ئەسەب ماڭدىغان ئېرىقچە بىلەن ئۈچ باشلىق گۆش تۇتىشىدىغان غادۇر ـ غۇدۇر بار. يەلكە سۆڭەك تۆۋەن ئۈچى ئىچكى دۈمبەچە (تۆپۈلۈك)، سىرتقى دۈمبەچە، قۇش تۇمشۇقى ئويمىنى، پوزا سۆڭەك غالتىكى، پوزا سۆڭەك كىچىك بېشى، يان بىلەك سۆڭەك ئويمىنى ۋە تاجسىمان ئۆسۈك ئويمىنى دېگەن تۈزۈلمىلەردىن تەركىب تاپقان بولىدۇ (9.1 ـ رەسىم).

بىلەك سۆڭىكى بىلەكنىڭ ئىچكى قىسمىغا جايلاشقان بولۇپ، يۇقىرى ئۈچى توم، تۆۋەن ئۈچى ئىنچىكىرەك كېلىدۇ. يۇقىرى ئۈچىدا ئىككى ئۆسۈكچە بولۇپ، ئارقىدىكى ئۆسۈكچىنى قۇش تۇمشۇقى، ئالدى ئۆسۈكچىنى تاجسىمان ئۆسۈك، ئىككى ئۆسۈكچە ئارلىقىدىكى يۇزنى يېرىم ئايسىمان ئۇيۇقى دەپ ئاتىلىپ، پوزا سۆڭەك غالتىكى بىلەن تۇتىشىپ بوغۇم هاسىل قىلىدۇ. بىلەك سۆڭىكىنىڭ تۆۋەن ئۇچىدا بىلەك سۆڭەك كىچىك بېشى بولۇپ، كىچىك بېشىنىڭ ئاستى بىلەن يان ئايلانمىسىدا بوغۇم يۇزى بولىدۇ.

يان بىلەك سۆڭىكى بىلەكنىڭ سىرتقى تەرىپىگە جايلاشقان بولۇپ، يۇقىرى ئۈچى ئىنچىكىرەك، تۆۋەن ئۈچى تومراق كېلىدۇ. يان بىلەك سۆڭىكىنىڭ يۇقىرى ئۈچى يان بىلەك بېشى دەپ ئاتىلىپ، يۇقىرى بىلەك كىچىك بېشى بىلەن تۇتىشىپ تۇرىدۇ. يان

بىلەك كىچىك بېشىنىڭ يان قىرىدا بوغۇم يۇزى بولۇپ، بۇ ھالقىسمان بوغۇم يۇزى دەپ ئاتىلىدۇ. ھالقىسمان بوغۇم يۇزى بىلەك سۆڭىكىنىڭ يان بىلەك سۆڭەك ئۇيۇقى بىلەن تۇتىشىدۇ. يان بىلەك سۆڭەك يۇقىرى ئۇچىدىكى يان بىلەك كىچىك بېشى ئاستىدا ئىنچىكىلەشكەن قىسمى بولۇپ، بۇ يان بىلەك سۆڭەك بويىنى دەپ ئاتىلىدۇ. يان بىلەك سۆڭەك تۆۋەنكى ئۇچى ئاستى يۇزىدە بوغۇم يۇزى بولۇپ، بېغىش سۆڭەكلىرى بىلەن تۇتىشىدۇ. تۆۋەن ئۇچىنىڭ ئىچكى يۇزى بوغۇم يۇزى بىلەن تۇتىشىدۇ (10.1 ـ رەسىم).

بېغىش سۆڭىكى قىسقا سۆڭەككە مەنسۇپ. بېغىش سۆڭەكلەر جەمئىي سەككىز دانە بولۇپ، ئىككى رەتكە تىزىلىپ، ھەر بىر رەتتە تۆت دانىدىن سۆڭەك بار. بىلەك سۆڭەكلىرىگە تۇتىشىدىغان ئالدىنقى رەتتىكى تۆت دانە سۆڭەكلەر سىرتىدىن ئىچىگە قاراپ سانىغاندا قېيىق سۆڭەك، ئايسىمان سۆڭەك، بۇلۇڭلۇق سۆڭەك ۋە پۇرچاق سۆڭەكلەردىن ئىبارەت. پەنجە سۆڭەكلىرىگە تۇتىشىدىغان رەتتىكى تۆت دانە سۆڭەكلەر سىرتىدىن ئىچىگە قاراپ سانىغاندا، چوڭ كۆپ بۇلۇڭلۇق سۆڭەك، كىچىك كۆپ بۇلۇڭلۇق سۆڭەك، پانسىمان سۆڭەك ۋە ئىلمەك سۆڭەكلەردىن ئىبارەت.



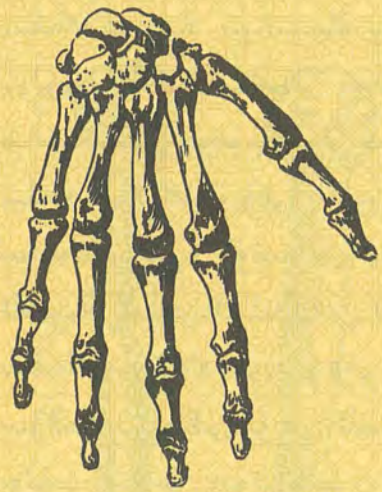
10.1 ـ رەسىم. بىلەك بىلەن يان بىلەك سۆڭىكى

A: ئالدى تەرىپى B: ئارقا تەرىپى

(1) بىلەك سۆڭىكى (2) يان بىلەك سۆڭىكى (3) سۆڭەك ئارا يوچۇقى (4) يېرىم ئايسىمان ئويۇق (5) تاجسىمان ئۆسۈك (6) قوش تۇمشۇقى (7) بىلەك سۆڭەكنىڭ يان بىلەك ئۇيۇقى (8) بىلەك سۆڭەك كىچىك بېشى (9) كىچىك بېشى ئاستى بوغۇم يۇزى (10) بىلەك (11) يان بىلەك سۆڭەك كىچىك بېشى ئويمىنى (12) يان بىلەك سۆڭەك كىچىك بېشى (13) يان بىلەك سۆڭەك ھالقىسمان بوغۇم يۇزى (14) يان بىلەك سۆڭەك بويىنى (15) يان بىلەك سۆڭەك بىخى (16) يان بىلەك سۆڭەك ئاستى بوغۇم يۇزى.

پەنجە سۆڭەكلىرى بەش تال بولۇپ، ئۇزۇن نوسىمان سۆڭەككە مەنسۇپ. ھەر بىر تال پەنجە سۆڭەكنىڭ يېقىن تەرەپ ئۇچى ئازراق پۇلتايغان بولۇپ، پەنجە سۆڭەك تۇۋى دەپ ئاتىلىپ، بېغىش سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدۇ. يىراق تەرەپ ئۇچى پەنجە سۆڭەك كىچىك بېشى دەپ ئاتىلىپ، بارماق سۆڭەك بىلەن تۇتىشىدۇ.

بارماق سۆڭىكىمۇ ئۇزۇن نوسىمان سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، جەمئىي 14 تال، يەنى باشمالتاق ئىككى تال، قالغان تۆت بارماقنىڭ ھەر بىردە ئۇچ تالدىن سۆڭەك بولىدۇ (11.1 ـ رەسىم).

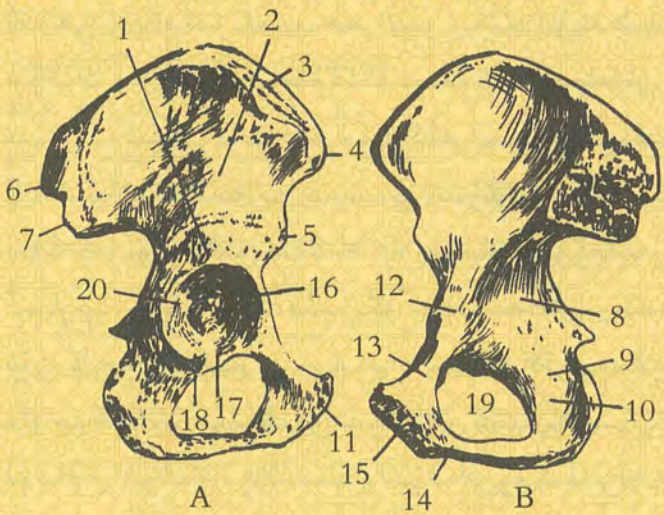


11.1 ـ رەسىم. ئوڭ قول سۆڭەكلىرى (دۇمبە تەرىپى)

تۆۋەنكى مۇچە سۆڭەكلىرىمۇ گەۋدە بىلەن تۇتاشتۇرغۇچى سۆڭەكلەر ۋە مۇچە سۆڭەكلىرى دېگەن ئىككى چوڭ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ.

گەۋدە بىلەن تۇتاشتۇرغۇچى سۆڭەك ئوڭ ۋە سول داس سۆڭىكى دەپ ئاتىلىپ، ئوڭ ـ سول يانپاش سۆڭەك، ئولـ تۇرغۇچى سۆڭەك ۋە دوۋسۇن سۆڭەكتىن ئىبارەت ئۈچ جۈپ سۆڭەكتىن تەركىب تاپقان بولۇپ، ئۇ رەتسىز ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ. ئوڭ ۋە سول يانپاش سۆڭەك قانىتى ئارقا تەرەپتىن تۇغۇر (توققۇزكۆز) سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدۇ. يانپاش سۆڭىكى يانپاش سۆڭەك قانىتى ۋە يانپاش سۆڭەك تېنى دېگەن ئىككى قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. يانپاش سۆڭەك تېنى يانپاش ئويمانلىقى ھاسىل قىلىدۇ.

ئولتۇرغۇچى سۆڭەك تېنى تۆۋەنگە سوزۇلۇپ، ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئۇستۇنكى شېخىنى ھاسىل قىلىدۇ. ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئۇستۇنكى شېخلىقى تومـ قىسمى ئولتۇرغۇچ سۆڭەك تۇگۇنى دەپ ئاتىلىدۇ. ئولتۇرغۇچ سۆڭەك تۇـ گۇنىدىن ئالدى تەرەپكە سوزۇلغان قىسمى ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئاستى شېخى دەپ ئاتىلىدۇ. ئولتۇرغۇچ سۆڭەك تېنى يانپاش ئويمانلىقى تۆۋەن ئارقا قىسمىنى ھاسىل قىلىدۇ.

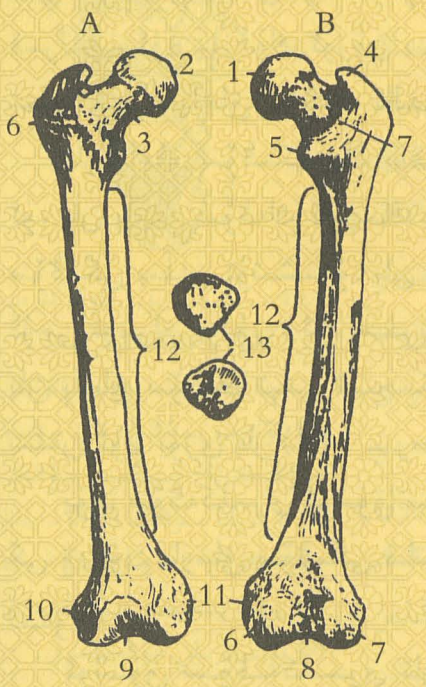


1 ـ 12 سۈت. ئوڭ تەرەپ داس سۆڭەك
A: سىرتقى يۈزى B: ئىچكى يۈزى
(1) يانپاش سۆڭەك تېنى (2) يانپاش سۆڭەك قانىتى (3) يانپاش قىرى (4) يانپاش ئالدى ئۇستى بىسى (5) يانپاش ئالدى تۆۋەن بىسى (6) يانپاش ئارقا ئۇستى بىسى (7) يانپاش ئارقا ئاستى بىسى (8) ئولتۇرغۇچ سۆڭەك تېنى (9) ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئۇستى شېخى (10) ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئاستى شېخى (11) ئولـ تۇرغۇچ سۆڭەك تېنى (12) دوۋسۇن سۆڭەك تېنى (13) دوۋسۇن سۆڭەك ئۇستى شېخى (14) دوۋسۇن سۆڭەك ئاستى شېخى (15) دوۋسۇن سۆڭەكنىڭ تۇتىشىش يۈزى (16)، (17)، (18) ئايـ سىمان يۈزى (19) يېپىق تۆشۈك (20) يانپاش ئويمانلىقى.

دوۋسۇن سۆڭەك داس سۆڭىكىنىڭ ئالدى تەرىپىگە جايلاشقان بولۇپ، دوۋسۇن سۆڭەك تېنى، يۇقىرى شېخى ۋە تۆۋەنكى شېخى دېگەن ئۈچ قىسمىغا بۆلۈنىدۇ. دوۋسۇن سۆڭەك تېنى يانپاش ئويمانلىقىنىڭ ئالدى قىسمىنى ھاسىل قىلىدۇ. يانپاش ئويمانلىقى داس سۆڭىكىنىڭ

سىرتقى تەرىپىگە جايلاشقان بولۇپ، يانپاش، ئولتۇرغۇچ ۋە دوۋسۇن سۆڭەك تېنىنىڭ ئۆزئارا تۇتىشىدىن هاسىل بولغان. بۇ ئويماندىكى ئايسىمان يۈزى سان سۆڭەك بېشى بىلەن تۇتىشىپ، يانپاش بوغۇمنى هاسىل قىلىدۇ (12.1 ـ رەسىم).

تۆۋەن مۇچە ئەركىن هالەتتىكى سۆڭەكلەر سان سۆڭىكى، پاچاق سۆڭىكى، يان پاچاق سۆڭىكى، لېپەك سۆڭىكى، ئوشۇق سۆڭەكلىرى ۋە پۈت سۆڭەكلىرى قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.



13.1 ـ رەسىم. سان سۆڭىكى بىلەن لېپەك سۆڭىكى (ئوڭ تەرەپ)

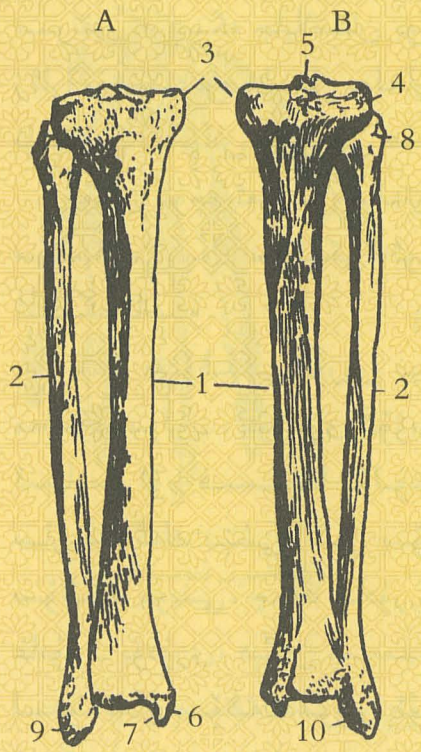
A: ئالدى تەرىپى B: ئارقا تەرىپى

(1) سان سۆڭەك بېشى (2) سان سۆڭەك ئويمىنى (3) سان سۆڭەك بوينى (4) چوڭ غادۇر ـ غۇدۇر (5) كىچىك غادۇر ـ غۇدۇر (6) ئىچكى تەرەپ دۇمبىچىسى (7) سىرتقى تەرەپ دۇمبىچىسى (8) دۇمبەچە ئارىلىق ئويمىنى (9) لېپەك يۈزى (10) سىرتقى ئۇستۇنكى دۇمبەچە (11) ئىچكى ئۇستۇنكى دۇمبەچە (12) سان سۆڭەك تېنى (13) لېپەك سۆڭەك.

سان سۆڭىكى ئۈزۈن نوسىمان سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، يۇقىرى تۆۋەن ئۇچى ۋە تېنىدىن ئىبارەت ئۇچ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. يۇقىرى ئۇچى سان سۆڭەك بېشى، سان سۆڭەك ئويمىنى، سان سۆڭەك بوينى، چوڭ غادۇر ـ بۇدۇرى، كىچىك غادۇر ـ بۇدۇرى، دېگەن قىسىملارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. سان سۆڭەك تۆۋەن ئۇچى تومراق بولۇپ، ئىچكى تەرەپ دۇمبەچىسى، سىرتقى تەرەپ دۇمبەچىسى، دۇمبىچە ئارىلىق ئويمىنى، ئىچكى تەرەپ دۇمبەچىسى، سىرتقى تەرەپ دۇمبەچىسى ۋە لېپەك يۈزى دېگەن قىسىملارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. سان سۆڭەك يۇقىرى ـ تۆۋەن ئۇچىنىڭ ئارىلىقى سان سۆڭەك تېنىدىن ئىبارەت (13.1 ـ رەسىم).

لېپەك سۆڭىكى ياپىلاق سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، ئارقا تەرىپىدە بوغۇم يۈزى بولىدۇ.

پاچاق سۆڭىكى بىلەن يان پاچاق سۆڭىكى ئۈزۈن نوسىمان سۆڭەككە مەنسۇپ بولۇپ، پاچاق سۆڭىكى پاچاقنىڭ ئىچكى تەرىپىدە، يان پاچاق سۆڭىكى پاچاقنىڭ سىرتقى تەرىپىدە بىر ـ بىرى بىلەن ياندىشىپ تۇرىدۇ. هەر ئىككى تال سۆڭەك يۇقىرى ـ تۆۋەن ئۇچى ۋە تېنىدىن ئىبارەت ئۇچ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. پاچاق سۆڭەكنىڭ يۇقىرى ئۇچى تۇم بولۇپ، ئىككى يان تەرىپىدە ئىچكى ۋە سىرتقى تەرەپ دۇمبەچىسى بار. ئىككى دۇمبەچە يۈزى ئازراقلا ئويمانراق بولۇپ، سان سۆڭەك دۇمبەچە بوغۇم يۈزى بىلەن تۇتىشىپ تىز بوغۇمنى هاسىل قىلىـ



14.1 ـ رەسىم. پاچاق ۋە يان پاچاق سۆڭىكى

A: ئالدى تەرىپى B: ئارقا تەرىپى

(1) پاچاق سۆڭىكى (2) يان پاچاق سۆڭىكى (3) ئىچكى دۇمبىچە (4) سىرتقى دۇمبىچە (5) دۇمبىچە ئالىق پۈلتايمىسى (6) ئىچكى ئوشۇق (7) ئىچكى ئوشۇق بوغۇم يۇزى (8) يان پاچاق كىچىك بېشى (9) سىرتقى ئوشۇق (10) سىرتقى ئوشۇق بوغۇم يۇزى.

دۇ. پاچاق سۆڭىكى يۇقىرى ئۇچى ئىچكى ۋە سىرتقى دۇمبىچە بوغۇم يۇزىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى دۇمبىچە ئارقا لىق پۈلتايمىسى بولىدۇ. پاچاق سۆڭەك تۆۋەنكى ئۇچى تومراق بولۇپ، ئىچكى تەرىپىدە ئىچكى ئوشۇق بولىدۇ. پاچاق سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىدا بوغۇم يۇزى بولۇپ، پۇت ئارقا لىق سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدۇ. پاچاق سۆڭەك تېنى ئۈچ قىرلىق، ئۈچ يۇزلۈك ئۇزۇن سۆڭەك بولۇپ ئالدى تەرەپ تىكى قىرى پاچاق سۆڭەك ئالدى قىرى دەپ ئاتىلىدۇ.

يان پاچاق سۆڭىكىنىڭ يۇقىرى ئۇچى تومراق بولۇپ، ئۇ، يان پاچاق سۆڭەك كىچىك بېشى دەپ ئاتىلىپ، پاچاق سۆڭىكى بىلەن تۇتىشىدۇ. يان پاچاق سۆڭىكىنىڭ تۆۋەن ئۇچى تومراق بولۇپ، ئۇ، سىرتقى ئوشۇق دەپ ئاتىلىدۇ. يان پاچاق سۆڭەك تېنى ئىنچىكىرەك بولۇپ، ئۈچ قىرى بىلەن ئۈچ يۇزى بار (14.1 ـ رەسىم).

پۇت سۆڭەكلىرى ئوشۇق سۆڭىكى، پۇت پەنجە سۆڭىكى ۋە پۇت بارماق سۆڭىكى قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

ئوشۇق سۆڭەكلىرى ئارىلىق سۆڭەك، ئۆكچە سۆڭەك، چاسا (كوبىك) سۆڭەك، قىيىق سۆڭەك ۋە 1 ـ، 2 ـ، 3 ـ پانا سۆڭەكلەرنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. ئارىلىق سۆڭەك ئارىلىق سۆڭەك تېنىنىڭ ئوستى بىلەن ئىككى يېنىدا بوغۇم يۇزى بولۇپ، ئۇ، ئارىلىق سۆڭەك غالتىكى دەپ ئاتىلىدۇ. پاچاق سۆڭەك بىلەن يان پاچاق سۆڭەك تۆۋەنكى ئۇچىدىكى ئىچكى ۋە سىرتقى ئوشۇق ئارىلىقىدىكى بوغۇم يۇزى ئارىلىق سۆڭەك غالتىكىنىڭ ئوستىگە مىنگىشىپ تۇرىدۇ.

پۇت پەنجە سۆڭىكى بەش تال بولۇپ، يېقىنقى ئۇچىدىكى بوغۇم يۇزى چاسا سۆڭەك بىلەن پانا سۆڭەكلىرىنىڭ يىراق تەرەپ ئۇچىدىكى بوغۇم يۇزى بىلەن تۇتىشىدۇ. پۇت باشمالتاق سۆڭىكى ئىككى تال، قالغان پۇت بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ ھەر بىرى ئۈچ تال سۆڭەكتىن تەركىب تاپقان بولىدۇ (15.1 ـ رەسىم).

تۆت مۇچىدىكى ئۇزۇن نوسمان سۆڭەكلەر ھەرىكەت مەزگىلىدە پىشاڭلىق رولىنى

ئويناپدۇ. ياپىلاق سۆڭەكلەر ئىچكى ئەزالارنى قوغداش رولىنى ئويناپدۇ. قىسقا سۆڭەكلەر مۇرەككەپ بوغۇملار تۈزۈلمىسىدە مۇھىم رول ئويناپدۇ. رەتسىز سۆڭەكلەر گەۋدە شەكىل ھالىتىنى ھاسىل قىلىش رولىدىن باشقا، ئىچكى ئەزالارنى مۇھاپىزەت قىلىش ۋە گەۋدە ھەرىكىتىگە ماسلىشىش قاتارلىق رولىنى ئۆتەپدۇ.

ئۇزۇن سۆڭەك تېنى نوسىمان بولۇپ، سۆڭەكلەرنىڭ تېمى سۆڭەك زىچ ماددىسىدىن تۈزۈلگەن. ئۇنىڭ ئىچىدە يىلىك بولىدۇ. ئۇزۇن سۆڭەك ئىككى ئۇچىدىكى سۆڭەكنىڭ سىرتىدىكى زىچ ماددا نېپىزرەك بولۇپ، ئۇنىڭ ئىچى شالاڭ سۆڭەك ماددىسىدىن تۈزۈلگەن. قىسقا سۆڭەك بىلەن رەتسىز سۆڭەكنىڭ تۈزۈلمىسى ئۇزۇن سۆڭەك ئىككى ئۇچى تۈزۈلمىسىگە ئوخشاپراق كېتىدۇ. ياپىلاق سۆڭەك ئىچى ۋە سىرتى ئىككى قەۋەت سۆڭەك زىچ ماددىسىدىن تۈزۈلگەن بولۇپ، بۇ ئىككى قەۋەتنىڭ ئارىسى سۆڭەك شالاڭ ماددىسىدىن تۈزۈلگەن. بالىلىق ۋە ياشلىق دەۋردە سۆڭەكلەر يۇمران بولۇپ، ئەۋرىشىملىكى كۆچلۈكرەك بولىدۇ. ياشانغانسېرى سۆڭەكلەر چۈرۈكلىشىشكە قاراپ يۈزلەنگەنلىكتىن، ئوڭايلا سۇنۇش پەيدا بولىدۇ ۋە سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى بىر قەدەر قىيىن بولىدۇ. سۆڭەكلەرنىڭ بوغۇم ھاسىل قىلىدىغان ئىككى ئۇچىدا كۆمۈرچەك بولۇپ، بوغۇم يۈزىنى سىلىقلاشتۇرۇپ سۈركىلىشىنى كېمەيتىش، ھەرىكەتنى ئەپچىللەشتۈرۈشتە مۇھىم رول ئويناپدۇ.

ئۇزۇن، قىسقا، ياپىلاق ۋە ياكى رەتسىز سۆڭەكلەرنىڭ سىرتىدا بىر قەۋەت سۆڭەك پەردىسى بولۇپ، سۆڭەكنى مۇھاپىزەت قىلىش، سۇنۇقنى تۈتتۇرۇش قاتارلىقلاردا مۇھىم رول ئويناپدۇ.

سۆڭەك پەردىسى ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلاردا بىر قەدەر قېلىنراق بولۇپ، قان تومۇرلارغا باي بولىدۇ. شۇڭا ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلاردىكى سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى تېزرەك بولىدۇ. ياشنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ سۆڭەك پەردىسى نېپىزلەپ، قان تومۇرلىرى ئازلىغانلىقى ئۈچۈن، چوڭلاردا سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى ئاستىراق بولىدۇ.

يىلىك ئۇزۇن سۆڭەك نورى بىلەن ئۇزۇن سۆڭەك ئىككى ئۇچى، قىسقا ۋە ياپىلاق سۆڭەك بىلەن رەتسىز سۆڭەكلەردىكى شالاڭ سۆڭەك ماددىسى ئارىلىقتىكى كاۋاكلاردا

15.1 ـ سۈرەت. پۇت (ئوڭ تەرەپ توپى) سۆڭەكلىرى
(1) ئارىلىق سۆڭەك (2) ئۆكچە سۆڭەك (3) چاسا سۆڭەك (4) قىيىق سۆڭەك (5) 1 ـ پانا سۆڭەك (6) 2 ـ پانا سۆڭەك (7) 3 ـ پانا سۆڭەك (8) پۇت پەنجە سۆڭەكلىرى (9) پۇت بارماق سۆڭەكلىرى.

ساقلىنىدىغان قايماققا ئوخشاش يۇمشاق ماددا بولۇپ، ئۆسمۈرلۈك بىلەن ياشلىق دەۋرىدە قىزىل بولىدۇ. كېيىن ياشنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ ياپىلاق، قىسقا سۆڭەكلەر بىلەن ئۇزۇن سۆڭەك ئۇچىدىن باشقا قىسىملىرىدىكى يىلىك سېرىقتا ئۆزگىرىدۇ. قىزىل يىلىك قان ئىشلەش بىلەن مۇناسىۋىتى زور.

شۇنى ئېنىق بىلىش كېرەككى، ئادەم بەدىنىدىكى سۆڭەك، پەي ۋە كۆمۈرچەكلەر بىلەن تاربۇش ـ چاندىرلارنىڭ تۇزۇلمىسىدە سەۋدا ماددىسى ئاساسلىق بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇستىخانلارنىڭ كەيپىياتى (مىجەزى) قۇرۇق سوغۇققا مەنسۇپ بولىدۇ. دېمەك، تەبىئىي قۇرۇق سوغۇق مۇھىت ئۇستىخانلارنىڭ هاياتلىق پائالىيىتى ۋە ئۇلارنىڭ رولىدا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. قىزىل يىلىكنىڭ كەيپىياتى (مىجەزى) ھۆل ئىسسىق، سېرىق يىلىكنىڭ كەيپىياتى ھۆل سوغۇققا مايىل. ئەگەر ئۇستىخان، كۆمۈرچەك، چاندىر ۋە تاـ رىمۇشلار بىلەن يىلىكنىڭ كەيپىياتىدا غەيرىيلىك بولسا، ئۇنىڭ تۇزۇلمىسى بىلەن خىزمىتىدە ئۆزگىرىش بولىدۇ. بۇ نۇقتا ئۇستىخان سۇنۇقلىرى بىلەن كۆمۈرچەك ۋە باشقا غەيرىي خادىمي ئەزالار كېسەللىكىنى داۋالاشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

بوغۇم تۇزۇلمىسى ھەققىدە چۈشەنچە

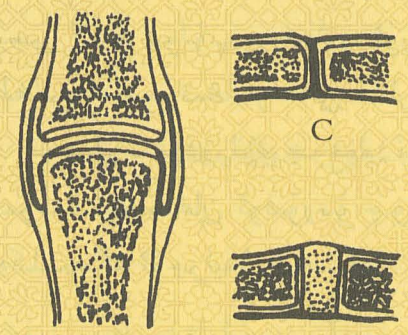
بوغۇم تۇزۇلمىسى دېگەندە بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەكلەرنىڭ باغلىنىش شەكلى كۆزدە تۇتۇلۇپ، پۈتۈن سۆڭەكلەر پەي ـ تاربۇش ياكى كۆمۈرچەك ۋاستىسى بىلەن ئۆزئارا باغلىنىدۇ ياكى تۇتىشىدۇ. سۆڭەكلەرنىڭ باغلىنىش شەكلى تۆۋەندىكى ئۈچ خىل شەكىلدە بولىدۇ:

بىرىنچى، سۆڭەكلەرنىڭ يوچۇقسىز (بۈتۈن) باغلىنىشى: بۇنىڭ ئالاھىدىلىكى سۆڭەك بىلەن سۆڭەك تاربۇش، كۆمۈرچەك ياردەمى ياكى سۆڭەك بىلەن سۆڭەك ئۆزئارا تۇتىشىش ۋاستىسى بىلەن باغلىنىپ، ئىككى سۆڭەك ئارىلىقىدا بوشلۇق بولمايدۇ. بۇ خىل شەكىلدىكى باغلىنىش سۆڭەكلىك باغلىنىش دەپ ئاتىلىپ، بۇ خىلدىكى بوغۇم باغلىنىشتا ھەرىكەت بولمايدۇ. مەسىلەن: باش ۋە يۇز سۆڭەكلىرى بىلەن داس سۆڭەكلىرىنىڭ باغلىنىشى مۇشۇ تىپقا مەنسۇپ بولىدۇ.

ئىككىنچىسى، سۆڭەكلەرنىڭ يوچۇقلۇق باغلىنىشى: بۇ خىل شەكىلدىكى باغلىنىش سۆڭەك بىلەن سۆڭەك ئارىلىقىدا مەلۇم بوشلۇق بولۇپ، ئىككى سۆڭەك بوغۇم قېپى (خالتىسى) ئارقىلىق (ۋاستىلىك) باغلىنىش ھاسىل قىلىدۇ. بوغۇم قېپى ئىچىدە بوشلۇق بولىدۇ. بۇ خىل شەكىلدىكى باغلىنىشنىڭ ھەرىكەت دائىرىسى كەڭ بولۇپ،

بۇ بوغۇم (ئۇگە) دەپ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن: مۇچىلەردەكى بوغۇم قاتارلىقلار.

ئۇچىنچىسى، سۆڭەكلەرنىڭ ئارىلىق باغلىنىش تېپى: بۇ يۇقىرىدىكى ئىككى خىل باغلىنىشنىڭ ئارىلىقىدىكى باغلىنىش شەكلى بولۇپ، ئىككى سۆڭەك ئۇچى كۆمۈرچەكلەر يارىدىمى بىلەن ئۆزئارا تۇتىشىدۇ. بىراق كۆمۈرچەك ئىنچىكە تار يوچۇق بولىدۇ. بۇ خىلدىكى باغلىنىش يېرىم بوغۇم دەپمۇ ئاتىلىدۇ. مەسىلەن: دوڭسۇن سۆڭىكىنىڭ ئۆزئارا باغلىنىشى قاتارلىقلار (16.1 ـ رەسىم).



16.1 ـ رەسىم. سۆڭەكلەرنىڭ باغلىنىش تۈرى

A: بوغۇملۇق باغلىنىش B: تارمۇشلۇق باغلىنىش

C: كۆمۈرچەكلىك باغلىنىش

بوغۇملار تۈزۈلمىسى: ھەر قانداق بوغۇم (بوغۇملۇق باغلىنىش) بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك ئۇچىنىڭ بوغۇم يۈزى ۋە ئۇنى قاپلاپ تۇرغان بوغۇم كۆمۈرچىكى، بوغۇم قېپى (خالتىسى) ۋە بوغۇم بوشلۇقىدىن ئىبارەت ئۇچ خىل تۈزۈلمىدىن تۈزۈلىدۇ. بۇلاردىن باشقا بىر قىسىم بوغۇملاردا تارمۇش ياكى پەي (بۇلار بوغۇم قېپى سىرتىدا بولىدۇ)، بوغۇم كالپۇكى (مەسىلەن: يانپاش بوغۇمى) بوغۇم تەخسىسى (مەسىلەن: ئومۇرتقا تېنى بوغۇمى) ياكى يېرىم ئايسىمان تاختا (مەسىلەن: تىز بوغۇمى) قاتارلىق بوغۇمنى كۆچەيتكۈچى تۈزۈلمىلەر بولىدۇ. بوغۇملارنىڭ ھەرىكەت دائىرىسى بوغۇم تۈزۈلمىسى بىلەن سۆڭەكلەر باغلىنىش شەكلىنىڭ ئوخشاشماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. غالتەكسىمان بوغۇم ئېگىلىش بىلەن تۈزلىنىش ھەرىكىتىنىلا قىلالايدۇ (مەسىلەن: بارماق بوغۇملىرى قاتارلىقلار). ئوقسىمان بوغۇم سۆڭەك ئوقىنى بويلاپ ئايلىنىش ھەرىكىتىنى قىلىدۇ. مەسىلەن: بىلەك (جەينەك) سۆڭەك بىلەن يان بىلەك سۆڭىكىنىڭ يېقىن ۋە يىراق قىسمىدىكى بوغۇملار، سوقۇچاق بوغۇملار، سۆڭەكنىڭ بېشى بىلەن سۆڭەك بېشى كىرىپ تۇرىدىغان ئويمان سوقۇچاق بولۇپ، ئۇ ئېگىلىش، ئۇزارتىش، ئىچىگە يىغىلىش ۋە سىرتقا كېرىلىش قاتارلىق مۇرەككەپ ھەرىكەتلەرنى قىلالايدۇ. مەسىلەن: بېغىش بوغۇمى قاتارلىقلار. ئىگەرسىمان بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى ئىككى سۆڭەك بوغۇم يۈزى ئىگەرگە ئوخشاش بولۇپ، ھەرىكەت شەكلى سوقۇچاق بوغۇمغا ئوخشاپ كېتىدۇ. مەسىلەن: باش بارماق بېغىش پەنجە بوغۇمى قاتارلىقلار.

شارسىمان ئويمان بوغۇم: سۆڭەك بېشى يېرىم شارسىمان بولۇپ، سۆڭەك بېشى كىرىپ تۇرىدىغان ئويمان بەكمۇ تېيىز بولىدۇ. بۇ خىلدىكى بوغۇملارنىڭ ھەرىكەت دائىرىسى

ېرىسى كەڭ بولۇپ يىغىش، ئۇزارتىش، ئىچىگە يىغىش، سىرتىغا كېرىش، ئىچىگە تولغاش ۋە سىرتىغا تولغاش قاتارلىق ھەرىكەتلەرنى قىلالايدۇ. مەسىلەن: يەلكە بوغۇمى.

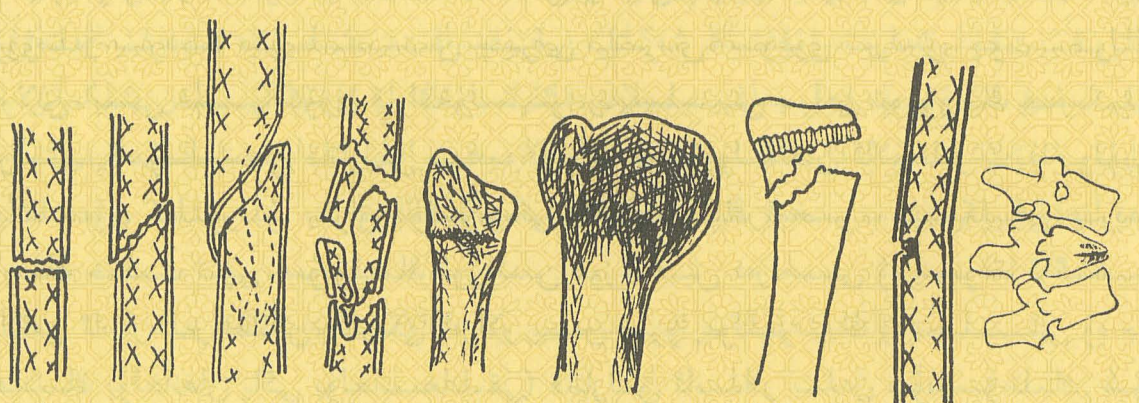
توقماق ـ ئوقۇرلۇق بوغۇم: بۇ خىل بوغۇمنىڭ بوغۇم بېشى چوڭ ۋە بوغۇم بېشى كىرىپ تۇرىدىغان ئوقۇرمۇ چوڭقۇر بولىدۇ. شۇڭلاشقا ھەرىكەت دائىرىسى بەلگىلىك چەكلىمىگە ئۇچرايدۇ. مەسىلەن: يانپاش بوغۇمى قاتارلىقلار.

ئادەم بەدىنىگە قارىتىپ ئېيتقاندا «سۈنۈق» دېگەن ئۇستىخان (سۆڭەك)نىڭ سۈنۈشى كۆزدە تۇتۇلۇپ، سۈنۈق ئەرەبچە «كەسرى» دەپ ئاتىلىدۇ.

سۈنۈقنىڭ سەۋەبى ۋە ئۈنىڭ تۈرى

سۆڭەكنىڭ پۈتۈنلۈكى ياكى ئۇلىنىشلىقىنىڭ بۇزۇلۇشى سۈنۈق دەپ ئاتىلىدۇ. سۈنۈقنىڭ سەۋەبلىرى ناھايىتى كۆپ. لېكىن ئۇلارنى ئىخچاملىغاندا ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش، يىقىلىش، بېسىلىش، سىقىلىش، تولغىنىش، تاش ـ توقماق ياكى ئوق تېگىش قاتارلىق بىۋاستە ياكى ۋاستىلىك زەربىنىڭ سۆڭەككە تەسىر كۆرسىتىشىدىن سۈنۈق پەيدا بولىدۇ. بۇلاردىن سىرت، بەزىدە يىلىكنىڭ يىرىڭلىق يالۇغى ياكى گۆشلەرنىڭ شىددەتلىك قىسقىرىشى (مەسىلەن: قاتما كېسىلى) قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

سۈنۈقنىڭ تۈرى بىلەن دەرىجىسى ۋە سۈنۈق شەكلى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: تېرە پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلغان ـ بۇزۇلمىغانلىقىغا قاراپ ئوچۇق سۈنۈق ۋە يېپىق سۈنۈق دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ (ئالدىنقىسىدا تېرىنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلىدۇ. كېيىنكىسىـ



1.2 ـ رەسىم. سۈنۈقنىڭ شەكىللىرى

(1) كەسمە سۈنۈق (2) قىيسىق سۈنۈق (3) بۇرغىسىمان سۈنۈق (4) پارچىلانغان سۈنۈق (5) كىرىشكەن (پىلانكا) سۈنۈق (6) ئاجرالغان سۈنۈق (7) چاك كەتكەن سۈنۈق (8) بېسىلغان سۈنۈق.

ده تېرىنىڭ پۈتۈنلۈكى بۈزۈلمايدۇ). سۈنۈق دەرىجىسىگە قاراپ تولۇق سۈنۈق ۋە قىسمەن سۈنۈق دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئالدىنقىسىدا، سۆڭەك بىلەن سۆڭەك پەردىسى ۋە يىلىك پۈتۈنلەي ئۈزۈلگەن بولىدۇ. كېيىنكىسىدە بىر پۈتۈن سۆڭەكنىڭ بىر قىسمى سۈنۈپ، يەنە بىر قىسمىدا سۈنۈق بولمايدۇ. سۈنۈقنىڭ شەكلىگە قاراپ كەسمە سۈنۈق، قىيپاش سۈنۈق، بۈرغىسىمان سۈنۈق، پارچىلانغان سۈنۈق، پاتقان (كىرىشكەن) سۈنۈق، بېسىلغان سۈنۈق، ئاجرىغان سۈنۈق، چاك كەتكەن سۈنۈق، ئورنىدىن قوزغالمىغان سۈنۈق، ئورنىدىن قوزغالغان سۈنۈق، ئاددىي سۈنۈق ۋە مۈرەككەپ سۈنۈق (سۈنۈقتىن باشقا چىقىق ياكى باشقا ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى بىرگە كەلگەن سۈنۈق كۆزدە تۇتۇلىدۇ) دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنىدۇ (1.2 ـ رەسىم).

سۈنۈقتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر بىلەن ئەگەشمە ئاسارەتلەر

سۆڭەك سۈنغان ئورۇن قاتتىق ئاغرىيدۇ، ھەركىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ، ئىششىيدۇ ياكى سىرتقى شەكلىدە غەيرىيلىك بولىدۇ. تۇتقاندا ئاغرىق كۈچىيىدۇ. بەزىدە ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ. سۈنغان ئورۇننى قىمىرلاتقاندا غۇچۇرلىغان سۈركىلىش ئاۋازى ئاڭلىنىدۇ. ئوچۇق سۈنۈقتا قاناش بولىدۇ. يېپىق سۈنۈقتا تېرە كۆكىرىشى مۇمكىن. مۇچىلەرنىڭ ئورۇندىن قوزغالغان سۈنۈقىدا سۈنغان مۇچە قىسقىراپ قالىدۇ. بەزى كىرىشكەن سۈنۈقتا مۇچىنىڭ ھەركىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرىماسلىقى مۇمكىن. بىراق ئاغرىق بولىدۇ. بەزىدە ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخىملىنىشى بىرگە كېلىشى مۇمكىن. خېلى بىر قىسىم سۈنۈقلاردا ئاغرىقنىڭ قاتتىقلىقىدىن رەئىس ئەزالار خىزمىتى قالايمىقانلىشىپ، قۇۋۇقتىلەر بىردىنلا سۇسلىشىشتىن چىرايى تاتىرىش، سوغۇق تەرلەش، پۇت ـ قوللار مۇزلاش، بېشى قېيىپ كۆزى قاراڭغۇلىشىش، نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرنىڭ ھەركىتى تېزلىشىپ سۇسلىشىش قاتارلىق سەدەمە (شوك) دە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر پەيدا بولۇپ، ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرىدۇ. بىراق يۇقىرىدىكى ئالامەتلەرنىڭ ئېغىر ـ يېنىكلىكى، يارىدارلارنىڭ خىلىت تىپى، سۈنۈقنىڭ ئورۇندىن قوزغىلىش دەرىجىسى ۋە سۈنۈققا ئەگىشىپ كەلگەن ئاسارەتلەر (قاناش، ئىچكى ئەزالار بىلەن نېرۋا غوللىرىنىڭ زەخىملىنىشى ۋە جاراھەتنىڭ بۇلغانغان ياكى بۇلغانمىغانلىقى) قاتارلىق ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك. شۇڭلاشقا تېڭىقچى بولغان كىشى سۈنۈققا دۇچ كەلگەندە، يالغۇز سۆڭەك سۈنغان يەرلىك ئورۇنغا دىققەت قىلىپلا قالماستىن، بەلكى پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر بىلەن ئەگەشمە ئاسارەتلەر ۋە ئۇلارنىڭ دەرىجىسىگىمۇ دىققەت قىلىش كېرەك. چۈنكى بۇلار سۈنۈقنىڭ

داۋالاش ئۇسۇلىنى بەلگىلەش ۋە سۈنۈقنىڭ ساقىيىشى بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك.

بەدەننىڭ يۈزە قىسمىدىكى سۈنۈققا دىئاگنوز قويۇش ئانچە قىيىن بولمىسىمۇ، لېكىن گۆشلەر تەرەققىي قىلغان ئورۇندىكى سۈنۈق بىلەن چوڭقۇرراق ئورۇندىكى سۈنۈققا دىئاگنوز قويۇش ۋە سۈنۈق شەكلىنى پەرق ئېتىش بىرقەدەر قىيىنراق. لېكىن تېڭىق-چىلار سۈنۈققا دىئاگنوز قويۇشتا تۆۋەندىكى نۇقتىلارغا ئاساسلىنىش كېرەك:

1. ھەر قانداق خىلدىكى سۈنۈقتا زەخىملەنگەن تارىخى بولىدۇ.

2. سۈنغان دائىرە ئاغرىيدۇ. لېكىن سۈنغان ئورۇننىڭ ئاغرىقى ئالاھىدە بولىدۇ.

3. سۈنغان ئورۇن ئىششىيدۇ ۋە ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ ھەتتا ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ ھەمدە سۈنغان ئورۇننىڭ ئەسلىدىكى شەكىل تەكشىلىكى بۇزۇلىدۇ. مەسىلەن: پۇلتىيىپ چىقىش، ئويمان پەيدا بولۇش ۋە قىسقىراش قاتارلىقلار.

4. سۈنغان ئورۇننىڭ ئىككى تەرىپىنى مىدىرلاتقاندا سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ سۈركەلگەن ئاۋازى ئاڭلىنىدۇ. بىراق ئورۇندىن قوزغىلىش ئېغىرراق بولغان سۈنۈق بىلەن پاتقان سۈنۈق ۋە چاك كەتكەن سۈنۈقلاردا بۇ خىل ئاۋاز ئاڭلانمايدۇ ۋە بۇ خىل تەكشۈرۈشتە سەللا قوپاللىق قىلىنسا، گۆش بىلەن تومۇر ۋە ئەسەبلەرنىڭ يېڭى زەخىملىنىشى پەيدا بولىدۇ. شۇڭلاشقا بۇ خىل تەكشۈرۈش ئۇسۇلى ئېھتىياتچانلىق بىلەن قوللىنىلىدۇ.

5. مۇچىلەر سۈنۈقىدا قولاقنى (ياكى تىڭشىغۇچنى) سۈنغان ئورۇننىڭ گەۋدىگە يىراق ياكى يېقىن تەرىپىگە قويۇپ، سۈنغان سۆڭەكنىڭ پۇلتىيىپ چىققان قىسمىنى چەككەندە ئاۋازنى ئۆتكۈزمەيدۇ. بىراق ئورنىدىن قوزغالمىغان سۈنۈق، كىرىشكەن (پاتقان) سۈنۈق ياكى چاك كەتكەن سۈنۈقلار ئاۋازنى ئۆتكۈزىدۇ. بىراق بەزى سۈنۈقلاردا مەسىلەن: گۆشلەر تەرەققىي قىلغان ۋە چوڭقۇرراق ئورۇنغا جايلاشقان سۆڭەكنىڭ سۈنۈقىدا سۈنغان ياكى سۈنمىغانلىقىنى، سۈنۈقنىڭ شەكلى، سۈنۈقنىڭ دەرىجىسى ۋە سۈنۈقنىڭ تۈرىنى كۆز بىلەن كۆرۈش ۋە قول بىلەن سىيلاش قاتارلىق ئاددىي ئۇسۇللار بىلەن بىلگىلى بولمايدۇ. شۇڭلاشقا سۈنۈققا دىئاگنوز قويۇشتا، ھازىرقى زامان تېببابەتچىلىكىنىڭ رېنتگېنلىق تەكشۈرۈش ۋاستىسىدىن تولۇق پايدىلىنىش كېرەك.

سۈنۈقنى داۋالاش پرىنسىپى ۋە داۋالاش ئۇسۇللىرى

سۈنۈقنى داۋالاشنىڭ ئالاھىدىلىكىنى سۈنۈقنىڭ باشقا كېسەللەردىن پەرق قىلىدىغانلىقى بەلگىلىگەن، يەنى سۈنۈقنىڭ باشقا كېسەللىكلەردىن ئالاھىدىلىكى شۇكى: سۈنۈقنىڭ پەيدا بولۇشىنى كۆپ ھاللاردا ئالدىن مۆلچەرلىگىلى بولمايدىغان بولۇپ، ئۇشتۇمۇ-

تۇت پەيدا بولىدۇ. زەخىملىنىشتىن بولغان سۇنۇقتا باشقا كېسەللىكلەرگە ئوخشاش كېسەللىكنىڭ يوشۇرۇن دەۋرى، باشلىنىش دەۋرى ۋە تەرەققىي قىلىش دەۋرىدىن ئىبارەت تەرەققىيات دەۋرى بولمايدۇ، سۇنۇقتا قىلىنغان ئېپتىدائىي چارىنىڭ توغرا بولۇشى سۇنۇقنىڭ بېجىرىم ساقلىنىشىدا ھەل قىلغۇچ رول ئويناپدۇ؛ سۇنۇقنى داۋالاشتا قول ئەمەلىيەتتى بىلەن سىرتىدىن داۋالاش ئاساس، ئىچىدىن دورا بىلەن داۋالاش قوشۇمچە قىلىنىدۇ. شۇڭلاشقا سۇنۇقنى داۋالىغۇچى تېڭىقچى سۇنۇقتا ئالاقىدار نەزەرىيىنى پۇختا ئىگىلەشتىن سىرت، سۇنۇقنى داۋالاشتىكى قەدەم باسقۇچلار بىلەن قول سەنئىتىنى پۇختا ئىگىلىشى كېرەك. شۇنداق بولغاندىلا، ئاندىن يارىدارنىڭ ئازابىنى يېنىكلىتىپ، سۇنۇقنىڭ تۇتۇش ۋاقتىنى قىسقارتقىلى، ئەمگەك ئىقتىدارىغا كاپالەتلىك قىلغىلى ۋە سۇنۇق تۇپەيلىدىن پەيدا بولىدىغان ئاسارەتنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ.

1. سۇنۇقنى داۋالاش پرىنسىپى

سۇنۇقنى داۋالاش پرىنسىپى بولسا، سۇنۇقتا تېز يارەدەم بېرىش، ئاغرىق توختىتىش، قول ئەمەلىيەتتى بىلەن داۋالاش (ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش)، تېڭىق ئالماشتۇرۇش، سىرتىدىن ۋە ئىچىدىن دورا ئىشلىتىش، ئوزۇقلاندۇرۇش (داۋايى غىزا بىلەن داۋالاش) بىلەن ئارام ئالدۇرۇش ۋە كۆزىتىش ئاساس قىلىنغان پەرۋىش قاتارلىقلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

2. سۇنۇقتا تېز يارەدەم بېرىش

سۇنۇقنىڭ دەسلىپىدە كۆپ ھاللاردا ئۇچ خىل خەتەر يۈز بېرىدۇ. بىرىنچىسى، سۇنغان ئورۇننىڭ قاتتىق ئاغرىقىدىن پەيدا بولغان ئازاب (غىدىقلىنىش) ئاۋۇال سەزگۈچى ياكى ھېس قىلغۇچى (قۇۋۇتى مۇدرىكە) نىڭ مەركىزى بولغان مېڭە ۋە ھاياتىي كۈچ (قۇۋۇتى ھايۋانىي) نىڭ مەركىزى بولغان يۇرەككە تەسىر قىلغانلىقتىن، مېڭە بىلەن يۈرەكنىڭ خىزمىتى قالايمىقانلىشىشتىن سەدەمە (شوك) پەيدا بولۇپ بىمارنىڭ ھاياتىغا ئېغىر خەۋپ كەلتۈرىدۇ. سەدەمەدە ئاساسلىق كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر يارىدارلارنىڭ چىرايى تاتىرىش، سوغۇق تەرلەش، پۇت ـ قوللىرى مۇزلاش، نەپەسلىنىش بىلەن تومۇرنىڭ سوقۇشى تېزلىشىپ سۇسلىشىش، لەۋلىرى بىلەن تىرناقلىرى كۆكىرىش ۋە ئەس ـ ھوشى خاموشلىشىش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. ئەگەر ۋاقتىدا چارە قىلىنمىسا يارىدار ئۆلۈپ قېلىشى مۇمكىن. شۇڭلاشقا بىماردىكى ئاغرىقنى توختىتىش ياكى يېنىكلىتىش ئۈچۈن بەرشىشا، ئايارەج جالىنوس، ئاساناسىيا كەبىر، بانادۇق ۋە جاۋارىش ھىندى قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. سەدەمە (شوك) ئالامەتلىرى كۆرۈلگەنلەرگە دەرھال داۋائىمىشكى يالىتىلىدۇ ۋە تېز تەسىر قىلغۇچى، يۈرەكنى كۈچلەندۈرگۈچى

دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئىككىنچىدىن، ئوچۇق سۇنۇقلاردا قان يوقىتىش بىلەن جاراھەت بۇلغىنىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلىدۇ. قاناشنى توختىتىش ۋە جاراھەتنىڭ بۇلغىنىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەت ئۈستىدىكى ئەخلەت ـ چاۋا ۋە قۇم ـ توپىلارنى تازىلاپ، مۇمكىنقەدەر پاكىز تېڭىق ماتېرىيالى بىلەن جاراھەت تېڭىلىدۇ. ئۈچىنچىدىن، يارىدارنى يۆتكەش مۇۋاپىق بولمىسا، سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچى ئورنىدىن قوزغىلىپ ياكى ئورنىدىن قوزغىلىش ئېغىرلىشىپ، گۆشلەر بىلەن قان تومۇر ۋە ئەسەب تاناسىپلىرىنىڭ ئورۇنسىز زەخمىلىنىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. شۇڭلاشقا يۇقىرىقىلاردىن ئىبارەت ئۈستىگە دەرد قوشۇلۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن، يارىدارنى زەخمىلەنگەن ئورۇندىن داۋالاش ئورنىغا يۆتكەشكە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مۇچىلەرنىڭ سۇنۇقىدا سۇنغان ئورۇنغا ھەرخىل كەڭلىكتىكى نېپىزرەك شال ياكى تارشا گۈڭگۈرت قاتارلىق قاتتىقراق نەرسىلەر قويۇپ تېڭىلىدۇ. ئومۇرتقا سۇنغان بولسا، يارىدارنى كەڭرەك شال ياكى ئىشىك قانتى قاتارلىقلارغا يانتۇزۇپ، ئاندىن زەمبىل، جىرغا ياكى ھارۋىغا ئېھتىياتچانلىق بىلەن يۆتكەپ داۋالاش ئورنىغا ئېلىپ بېرىلىدۇ. ياز كۈنلىرى ئاپتاپ ئۆتۈشتىن، باش ئەتىياز، كەچكۈزدە ۋە قىش كۈنلىرى سوغۇق تېگىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

3. تېڭىقچىدا ھازىرلىنىشقا تېگىشلىك شەرتلەردە سۇنۇقنى داۋالاشتىن ئىلگىرى تەييارلىق ناھايىتى مۇھىم.

(1) تېڭىقچىدا ھازىرلىنىشقا تېگىشلىك شەرتلەر

يارىدارلار داۋالىنىش ئورنى ياكى تېڭىقچىنىڭ ئالدىغا كەلگەندە، تېڭىقچى ۋە ئۇنىڭ يارەمچىسى ئالدى بىلەن ھەرگىز ھودۇقماستىن چىرايى خۇشخۇي، مۇئامىلىدە قىزغىن، سۆزدە مۇلايىم بولۇپ، خۇشچاقچاق سۆزلەر بىلەن يارىدارنىڭ دىققىتىنى باشقا ياققا بۇراش بىلەن بىرگە يارىدارغا ھەرخىل ئەندىشىلەر بىلەن روھىي جەھەتتىكى جىددىيلىشىشنى تۇگىتىپ ياكى يېنىكلىتىپ، يارىدارغا جەزمەن بېجىرىم ساقىيىدىغانلىقىغا بولغان ئىشەنچىنى تۇرغۇزۇش، ئىككىنچىدىن، ئۇستىخاننىڭ سۇنغان ـ سۇنمىغانلىقىنى، سۇنغان ئورۇن، سۇنۇقنىڭ تۈرى، سۇنۇق دەرىجىسى، سۇنۇق شەكلى ۋە سۇنۇققا قوشۇلۇپ كەلگەن باشقا زەخمىلىنىشلەرنىڭ بار ـ يوقلۇقى ۋە ئۇنىڭ ئېغىر ـ يېنىكلىكى قاتارلىقلارنى جەزملەشتۇرۇش ئىقتىدارىنى ھازىرلىشى كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئۈيغۇر تېبابەتچىلىك سۇنۇقچىلىقىغا ئائىت بىلىم ۋە تېخنىكىنى ياخشى ئىگىلەشتىن سىرت، ھازىرقى زامان تېبابەتچىلىكىنىڭ رېنتگېنلىق تەكشۈرۈش ۋاستىسىدىن پايدىلىنىشنى ئىگىلىۋېلىش كېرەك. ئۈچىنچىدىن، سۇنۇقنى تېڭىشتا زۆرۈر بولغان تېڭىق ماتېرىيال-

لىرى بىلەن دورىلار ئالدىن تەييارلىنىشى كېرەك.

(2) تېڭىقچىلىقتا كېرەكلىك ماتېرىياللار ۋە ئۇنى ئالدىن تەييارلاش

سۇنۇق ياكى چىقىق تېڭىقچىلىقىدا كۆپ قوللىنىلىدىغان تېڭىق ماتېرىياللار ماتا، داكا، تارشا ياكى نېپىز تاختاي، بوغقۇچ (شوينا)، ئۇچ بۇرجەك ياغلىق، تۇخۇم ۋە نۇتۇل (جىغاتمىلار) بىلەن تىلالار (سۇركەلمىلەر)، قىرۇتى (موم بىلەن مايلاردىن ياسالغان ياسالمىلار) قاتارلىق ماتېرىيال ئەسۋابلاردىن باشقا ئىششىق ياندۇرىدىغان ۋە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلىتىدىغان ھەمدە ئاغرىق توختىتىدىغان دورىلارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

تېڭىققا ئىشلىتىلىدىغان ماتا ياكى داكىنىڭ كەڭلىكى سۇنغان ئورۇننىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئوخشاش بولمايدۇ. مەسىلەن: قوۋۇرغا سۇنۇشىدا ئىشلىتىلىدىغان ماتا بىلەن داكىنىڭ كەڭلىكى تەخمىنەن بىر غېرىچ (15 ~ 20 سانتىمېتىر) ئەتراپىدا بولۇشى، يۇقىرى مۇچە بىلەن پاچاقنى تېڭىشقا ئىشلىتىلىدىغان ماتا بىلەن داكىنىڭ كەڭلىكى تۆتلىكتىن بەشلىككىچە (8 ~ 10 سانتىمېتىر ئەتراپىدا)، سان بىلەن باش سۆڭەك سۇنۇقنى تېڭىشقا ئىشلىتىدىغان ماتا بىلەن داكىنىڭ كەڭلىكى ئالىقان كەڭلىكىدە (10 ~ 15 سانتىمېتىر ئەتراپىدا)، پۇت بىلەن قول پەنجىسى، بېغىش ۋە ئوشۇقلارنى تېڭىشقا ئىشلىتىدىغان ماتا ياكى داكىنىڭ كەڭلىكى ئۇچلۇكتىن تۆتلۈك (5 ~ 8 سانتىمېتىر) ئەتراپىدا، قول ۋە پۇت بارماقلىرىنى تېڭىشتا ئىشلىتىدىغان داكا (ماتا ئىشلىتىلمەيدۇ) كەڭلىكى ئۇچلۇكتىن تۆۋەن (3 ~ 5 سانتىمېتىر) بولىدۇ.

تارشا بىلەن تاختىچىلار ئورنىغا چۇشۇرۇلگەن سۇنۇقنىڭ ئورنىدىن قايتا قوزغىلىپ كەتمەسلىكىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە سۇنۇقنىڭ تېزرەك، راۋرۇس ساقىيىشىنى قولغا كەلتۈرۈش مەقسىتىدە ئىشلىتىدىغان ياغاچ ماتېرىيال بولۇپ، ئۇ كۆپىنچە سۆگەت، سۆگەت گۈلى ياكى ئانار ياغچى قاتارلىق يۇمشاقراق ۋە مەلۇم ئەۋرىشىملىككە ئىگە ياغاچ ماتېرىيالدىن ياسىلىدۇ. يەنى تارشا ياكى ھەر خىل كەڭلىكتىكى، ھەرخىل قېلىنلىقتىكى ۋە ھەرخىل ئۇزۇنلۇقتا يۇزى سىلىق تۈز تاختايلار ئالدىن تەييارلىنىدۇ. بىراق سۇنغان ئورۇنغا قويۇلىدىغان قىسمى ئازراق تۇم بولسىمۇ بولىدۇ. باغلىغۇچ (بوغقۇچ، چەككۈچ ياكى شوينا) ماتا ياكى داكىنى تاسما شەكلىدە كېسىپ تەييارلىنىدۇ ياكى ئىنچىكە شوينا بولسىمۇ بولىدۇ. تۇخۇمۇ زاپاس ساقلىنىشى كېرەك. تۇخۇم ئېقى تېڭىقلارنى چىڭىتىش قاتارلىق مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىشتىن سىرت، يەنە ئۇنىڭ دورىلىق رولىمۇ بار (تۇخۇمنىڭ رولى سۇنۇقتا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار قاتارىدا تەپسىلىي بايان قىلىنىدۇ). نۇتۇللار (جىغاتمىلار) بىلەن تىلالار (سۇركەلمىلەر) ۋە باشقا دورىلار ئاغرىق بىلەن قىچىشىشنى پەسەيتىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش، ئوچۇق سۇنۇقتا جاراھەت

ئوفۇنەتلىنىپ يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، سۇنۇقنىڭ تۈتىشىنى تېزلىتىش، نامۇۋاپىق تۈتۈپ قالغان سۇنۇقنى ياشلاش ياكى بوشىتىش ۋە زىيادە ئۆسكەن سۆڭەك قاسىرىقىنى كېچىكلىتىش قاتارلىق مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ. بۇلاردىن سىرت سۆڭەك ھەرىسى، ئۇسكۇنە، بولقا، قايچا، پىچاق، چۆگۈن، تاۋاق، مۇچىلەرنى ئېسىشقا كېرەكلىك جاھاز، تاناپ ۋە تاش قاتارلىق ئەسۋابلار تەييارلىنىدۇ. چۈنكى ھەر قانداق سۇنۇقتا بولۇپمۇ ئۇرۇندىن قوزغالغان سۇنۇقتا ئاغرىق قاتتىق بولغانلىقتىن يارىلانغۇچى بەكمۇ ئازابلىنىدۇ. ئاغرىق قانچە كۆپ بولسا، يارىلانغۇچىدىكى ئەندىشە شۇنچە كۆپەيىدۇ. شۇنداقلا تېڭىققا كېرەكلىك ماتېرىياللار بىلەن دورىلار تەييار بولماي داۋالاش ۋاقتى كېچىكسە، يارىلانغۇچىدىكى ئەندىشە شۇنچە كۆپ بولىدۇ. شۇڭلاشقا داۋالاش ئورۇنلىرى بىلەن تېڭىقچى يۇقىرىدىكى بىر يۇرۇش تېڭىق ماتېرىياللىرىنى ئالدىن تەييارلاش كېرەك.

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك تېڭىقچىلىقىدا كۆپ قوللىنىلىدىغان تېڭىق تۈرلىرى: تېڭىقنىڭ تۈرى بىلەن تېڭىش ئۇسۇللىرى سۇنۇقنىڭ ئورنى بىلەن سۇنۇقنىڭ تۈرى، شەكلى، دەرىجىسى قاتارلىقلارغا ئاساسەن تاللىنىدۇ. ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ سۇنۇقنى تېڭىش تۈرلىرى بىلەن ئۇسۇللىرىنى ئىخچاملىغاندا تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

قۇرۇق تېڭىش: بۇ خىل ئۇسۇل كۆپىنچە ئورنىدىن قوزغالمىغان ۋە يۇمشاق توقۇلمىلار زەخمىلەنمىگەن ياكى ئاساسىي جەھەتتىن زەخمىلەنمىگەن ھەمدە يەرلىك ئورۇن ئىششىمىغان كىچىكرەك سۆڭەكلەرنىڭ سۇنۇقى بىلەن باللارنىڭ مۇچە سۇنۇقلىرىدا قوللىنىلىدۇ. بۇ خىل تېڭىقتا تېڭىق ماتېرىيالىنىڭ بوشاپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن، ئاۋۋال مۇچىنىڭ تۆۋىنىدىن يۇقىرىسىغا، كېيىن يۇقىرىدىن تۆۋەنگە قارىتىپ ئىككىنچى يۆگەمنى بىرىنچى يۆگەمنىڭ ئوتتۇرىسىدىن باستۇرۇپ تېڭىلىدۇ. ئۈچىنچى يۆگەمنى مەلۇم يېرىدىن تەتۇر قاتلاپ گۈل چىقىرىپ يۆگىلىدۇ. ئەگەر سۇنۇق مۇچىلەردە بولسا، 3 ـ يۆگەمنىڭ سىرتىدىن مۇچىنىڭ ئالدى، ئارقا ۋە ئىككى يېنىغا تارشا ياكى تاختايچىلار قويۇلىدۇ. قويۇلىدىغان تاختايچىلار بىلەك سۇنۇقىدا ئاز بولغاندا تۆت تال، پاچاق، سان ۋە يۇقىرى بىلەك سۇنۇقىدا ئاز بولغاندا ئالتە تال قويۇپ تاختايچىلارنىڭ ئوتتۇرا ۋە ئىككى چېتىدىن بوغۇچ بىلەن ئىلمەك ئورۇپ چىگىلىدۇ. سان، پاچاق ۋە يۇقىرى بىلەكلەردە چىگىك سانى تۆت ~ بەشىچە بولسىمۇ بولىدۇ. شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى، تېڭىق بىلەن تارشا ياكى تاختايچىلار سۇنۇقنىڭ يۇقىرى ـ تۆۋەن بوغۇمىدىن ھالقىماسلىقى كېرەك ۋە سۇرۇلۇپ يارا پەيدا بولۇشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن سۆڭەكنىڭ پۈلتىيىپ چىققان يېرىگە قېلىنراق پاختا قويۇلىدۇ.

ھۆل تېڭىش: بۇ خىل تېڭىق كۆپىنچە تېڭىقنى مەلۇم دەرىجىدە قاتۇرۇش (بۇ سۇنغان

ئورۇننىڭ مۇقىملىقىغا كاپالەتلىك قىلىش مەقسىتىدە قوللىنىلىدۇ)، ئىشىق ياندۇ-رۇش ۋە سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى (تۇتىشىنى) تېزلىتىش، زىيادە قاتتىقلىقنى تارقىتىش، خاتا تۇتقان سۇنۇقنى ياشلاش، ئاغرىق بىلەن قىچىشىشنى توختىتىش ياكى پەسەيتىش قا-تارلىق مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل قۇرۇق تېڭىققا قارىغاندا كۆپرەك قول-لىنىلىدۇ. ھۆل تېڭىش سۇنۇقنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ھەرخىل بولىدۇ. مەسىلەن: بەزى سۇنۇقلاردا ئاغرىقنى يېنىكلىتىپ، قىچىشىشنى پەسەيتىش ۋە ئىشىق ياندۇرۇش مەق-سىتىدە ئاۋۋال سۇنغان ئورۇننىڭ تېرىسىگە بىرەر سائەت جىغاتمىلار (نوتۇل) نى جىغ-تىپ ياكى جىغاتمىلارغا چىلانغان لاتىنى قويۇپ ئاندىن تېڭىلىدۇ. بەزى سۇنۇقلاردا سۇ-نۇقنىڭ تۇتىشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە سۇركەلمىلەر (تىلالار) ياكى قىرۇتى (موم بىلەن ماي قوشۇلغان ياسالما) ياكى بولمىسا، باشقا مۇرەككەپ ياسالمىلارنى سۇركەپ بول-غاندىن كېيىن ئورۇلىدىغان ماتا ياكى داكىنى تۇخۇم ئېقى (ياكى تۇخۇم سېرىقى ياكى بولمىسا تۇخۇم ئېقى بىلەن تۇخۇم سېرىقى ئارىلاشمىسى) ياكى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇ-رۇلغان باشقا دورىلارنى مىلاپ تېڭىلىدۇ. ھۆل تېڭىق ئۇستىدىن قۇرۇق تېڭىپ، ئۇنىڭ ئۇستىدىن تارشا ياكى تاختايچىلارنى قويۇپ (مۇچە سۇنۇقىدا چىگىلىدۇ) سۇنۇق مۇقە-ملاشتۇرۇلىدۇ.

ئوچۇق قويۇپ تېڭىش: بۇ خىل تېڭىق كۆپىنچە ئوچۇق سۇنۇقلار بىلەن ئوفۇنەتلە-نىپ يىرىڭلىغان كونا سۇنۇقلارغا قوللىنىلىدۇ. بۇ خىلدىكى تېڭىشنىڭ مەقسىتى، سۆ-ڭەكنىڭ سۇنغان ئىككى ئۇچىنىڭ مۇقىملىقىغا كاپالەتلىك قىلىش شەرتى ئاستىدا سۇ-نۇقتىكى جاراھەت تېڭىقنى ۋاقتىدا ئالماشتۇرۇشتا ئاسانلىق تۇغدۇرۇشتىن ئىبارەت. بۇ خىل تېڭىق بىر قەدەر مۇرەككەپرەك بولۇپ، تېڭىلىدىغان تېڭىق ماتېرىيالى جاراھەت بار ئورۇننىڭ ئۇستىدىن ئورالماي جاراھەتنىڭ ئەتراپىدىن ئورۇلىدۇ. يەنى تېڭىق ماتېرىيالى-نى ئوربىغاندا جاراھەت يۈزىدىن ئاتلىنىپ قۇرۇق تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن تېڭىلىدۇ. قويۇ-لىدىغان تارشا ياكى تاختايچىلار جاراھەت يۈزىگە قويۇلمايدۇ. ئەگەر سۇنۇق ئورنىدىن قوز-غىلىپ كېتىش خەۋپى بولسا، ئوچۇق تېڭىق بويىچە تېڭىپ، جاراھەت ئۇستىگە قېلىن-راق تېڭىق ماتېرىيالى يېپىپ بولغاندىن كېيىن، جاراھەت بار ئورۇنغا تارشا، تاختايچىلار-نى قويۇپ ئايرىم چىگىك (شوينا) بىلەن چىگىلىدۇ. ئوچۇق تېڭىقنى ئەھۋالغا قاراپ قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىشقا بولىدۇ. بىراق جاراھەتنىڭ بۇلغىنىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن جىغاتما (نوتۇل) جىغىتىلمايدۇ ۋە سۇركەلمە قاتارلىق ماي ياكى باشقا مەلھەم دورىلار جاراھەت يۈزىگە تەگكۈزۈلمەيدۇ.

تارتىپ تېڭىش: بۇ خىل تېڭىق گۆشلەر تەرەققىي قىلغان ۋە سۇنغان سۆڭەكنىڭ

ئىككى ئۇچى ئورنىدىن قوزغىلىپ، قول بىلەن تارتىش ئۈسۈلى ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرۈشكە بولمايدىغان ياكى ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولغان سۇنۇقلارغا قوللىنىلىدۇ. يەنى بۇ خىل تېڭىق ئۈسۈلىدا يارىدار يانقان كارىۋاتقا تارتىش جاھازلىرى ئورنىتىلغان بولۇپ، يۇقىرى بىلەك سۇنغان بولسا، شۇ تەرەپ جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ قول بېغىشلىنى يۇقىرىغا، جەينەكنى يان تەرەپكە تارتىپ، مۇڭاپىق ئېغىرلىقتىكى خىش ياكى تاشلارغا باغلانغان مەزمۇت چىگە بىلەن ئېسىلىدۇ. ئەگەر سان سۆڭىكى سۇنغان بولسا، كارىۋاتنىڭ ئاياغ تەرىپىگە ئورنىتىلغان غالتەكلەر ئارقىلىق پۇتنىڭ ئوشۇقىدىن تارتىپ ئېسىلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى، قولنىڭ يېغىشىغا باب كەلگۈدەك ئىككى ~ ئۈچلۈك كۆن تاسمىسىدىن ياسالغان ھالقىسىمان چەمبىرەك كىيگۈزۈپ، ئېغىرلىق ئېسىلىدىغان شوينا ھالقىسىمان چەمبىرەكنىڭ سىرتىغا ئورنىتىلغان ئىلمەككە چىگىلىدۇ. سان سۆڭىكى سۇنۇقىدا سۇنغان تەرەپ پۇتىغا پۇتنىڭ دۈمبىسى بىلەن تاپاننى يېپىپ تۇرىدىغان چەمى يوق كەش كىيگۈزۈپ ئوشۇقنىڭ قاق ئوتتۇرىسىغا ئۇدۇللاپ ئېسىلىدۇ (بۇ جەھەتتە ھازىرقى زامان سۆڭەك ئىلمىنىڭ پلاستىر بىلەن تېرىدىن تارتىش ۋە سۆڭەكلىك تارتىش قاتارلىق ئۈسۈللىرىدىن پايدىلىنىلسا بولىدۇ. ت). بۇ خىل تېڭىقتا ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇقلار راۋرۇس ئورنىغا كېلىپ، سۇنغان مۇچە ساق مۇچىگە قارىغاندا ئازراقلا ئۇزارغاندا سۇنغان مۇچىنى يارەمچىلەر قارىمۇقارشى تەرەپكە مۇڭاپىق كۈچ بىلەن تارتىپ تۇرۇش ئاستىدا، تېڭىقچى قول سەنئىتىنى ئىشقا سېلىپ سۇنغان سۇنۇقنىڭ ئىككى ئۇچىنى ئۆزئارا ئۇدۇللاپ بولغاندىن كېيىن قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىش ئۈسۈلى بىلەن تېڭىپ، ئەھۋالغا قاراپ ئېسىپ تارتىش ئەمەلدىن قالدۇرۇلىدۇ ياكى تارتىپ تۇرغان ئېغىرلىقنى كېمەيتىپ مەلۇم ۋاقىت ساقلاپ قېلىنىدۇ.

گەجلىك تېڭىق: گەجلىك تېڭىق مۇندىن مىڭ يىللار بۇرۇن شىنجاڭنى ئۆز ئىچىگە ئالغان غەربىي دىيار تېڭىقچىلىرىنىڭ ئىجادىيىتى بولۇپ، ئۆزىنىڭ ئەۋزەللىكى بىلەن دەۋرىمىزدىكى ھازىرقى زامان سۇنۇقچىلىقىدا ئۆز قىممىتىنى ساقلاپ كەلمەكتە. بىراق گەجلىك تېڭىقتا سۇنۇقنىڭ يۇقىرى تۆۋەندىكى بوغۇملار تېڭىلغانلىقتىن، بوغۇم ھەرىكىتىنىڭ ئەسلىگە كېلىشى تەس بولۇش، ئىششىغان سۇنۇقتا ئىششىق يانغاندىن كېيىن تېڭىق ئىچى بوشاپ مۇقىملاشتۇرۇش مەقسىتىگە يەتكىلى بولمىغانلىقتىن سۇنغان سۆڭەك ئۇچى قايتىدىن ئورنىدىن قوزغىلىپ، مايماق ساقىيىش ياكى ساقىيىش تەس بولۇش، تېرە بولۇپمۇ سۆڭەكنىڭ پۇلتىيىپ چىققان قىسمى زىدىلىنىپ يىرىڭلاش، تېرە قېچىشىپ يارىدارنى بىئارام قىلىش، بوشراق تېڭىلسا كۈتكەندەك مۇقىملاشتۇرغىلى بولماسلىق، سەللا چىڭراق تېڭىلسا مۇچە ئىششىپ كۆكىرىپ ئاغرىش قاتارلىق يېتەرسىز-

لىكلەر بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇيغۇر تېڭىقچىلىرى ئەجدادلىرى ئىجاد قىلغان بۇ خىل تېڭىقتىن ۋاز كەچكەن. بىراق بۇ خىل تېڭىق ئۇسۇلىنى ئوچۇق سۆنۈقتا قوللىنىلسا بىر-قەدەر ئەپلىكرەك بولىدۇ.

يېپىق سۆنۈقنى داۋالاش

سۆنۈقنى داۋالاشتا تېڭىقچىنىڭ قول سەنئىتى (قولدىكى مۆجىزە) بىلەن پوزىتسىيە-سىدىكى قىزغىنلىق ۋە سۆزدىكى ماھىرلىق سۆنۈقنى تەشخىس قىلىشتىن (دىئاگنوز قويۇشتىن) تاكى سۆنۈقنى داۋالاپ ساقايتىشقىچە بولغان ئارىلىقتا ئىنتايىن مۇھىم ئەھ-مىيەتكە ئىگە. سۆنۈقنى تەشخىس قىلىشتىن تارتىپ تاكى سۆنۈقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىشنى باشلىغانغا قەدەر، سۆنگان مۇچىدىكى گۆشلەرنىڭ جىددىيلىكىنى بوشاشتۇرۇش مەقسىتىدە تېڭىقچى بىر تەرەپتىن سۆز ماھىرلىقىنى ئىشقا سېلىپ، يارىدارنىڭ دىققەت-تىنى باشقا ياققا بۇراش بىلەن بىرگە، ئىككى قولىنى ئىشقا سېلىپ سۆنگان ئورۇننىڭ يۇقىرى ـ تۆۋىنىدىن سۆنگان ئورۇننىڭ مەركىزىگە قارىتىپ ئاۋۇال تېرە، كېيىن گۆش-لەرنى سىلىقلىق بىلەن يۆمشاق سىيلاپ ئۇلايدۇ. ئارقىدىن ئازراق بېسىپراق سىيلاپ ئۇ-ۋۇلىنىدۇ. بۇ جەريانىدا ئاغرىقنى كۈچەيتمەسلىك ئۈچۈن سۆنگان ئورۇن مۆمكىنقەدەر بې-سىلمايدۇ. بۇ خىل ھەرىكەت بىرقانچە قېتىم تەكرار داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. تېڭىقچىنىڭ بۇ باسقۇچتىكى ھەرىكىتى يارىدارغا خۇشيېقىش كېرەك. بۇ جەريانىدا تېڭىقچى يارىدارنى ئىل-ھاملاندۇرۇپ، سۆگىكىنىڭ سۆنگان ياكى سۆنمىغانلىقىنى ۋە ئورنىدىن قوزغالغان ياكى قوزغالمىغانلىقى، سۆنۈقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە ئازراق ئاغرىيدىغانلىقى، ئاغرىقغا بەرداش-لىق بېرىشنىڭ بېجىرىم ساقىيىشتا ئەھمىيىتىنىڭ چوڭلۇقى قاتارلىق تەرەپلەرنىمۇ سۆزلەش كېرەك. بىر تەرەپتىن سۆزلەپ، بىر تەرەپتىن سۆنۈقنىڭ تۈرى، دەرىجىسى، سۆنۈق شەكلى ۋە سۆنگان سۆگىك ئۈچىنىڭ ئورۇندىن قوزغالغان ياكى قوزغالمىغانلىقى ھەمدە يۆمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخمىلىنىش دەرىجىسىنى ئېنىقلاپ جەزىملەشتۇرۇش كېرەك. ئەگەر ياخشىسى، بۇ جەريان بەكمۇ ئۇزىراپ كەتمەسلىكى ۋە ئېنىقلىنىدىغان مەزمۇن چالا قالماسلىقى كېرەك. ئەگەر يارىلانغۇچىنىڭ ماسلىشىپ بېرەلمەيدىغانلىقىغا كۆزى يەتسە يارىدارغا بەرشىشا، ئاياغ جالىنۇس، ئاساناسىيايى كەبىر، بانادۇق ۋە جاۋارىش ھىندى قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلاردىن بىر خىلىنى ئىچىش-كە بېرىپ، تەخمىنەن بىر سائەتتىن كېيىن تېڭىقچىلىق مەشغۇلاتى ئېلىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى ئەھۋالغا قاراپ سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا بەزرۇلبەنجى (بەڭگىدىۋانە)،

خەشخاش ۋە تاتلىق ئانارنىڭ ھاراق چىلانمىسىنى سۈركەپ بىر مەزگىلدىن كېيىن، قول مەشغۇلىيىتى ئېلىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر سۇنغان سۆڭەك ئورنىدىن قوزغالمىغان ۋە يۇمشاق توقۇلما ئانچە ئېغىر زەخمىلەنمىگەن بولسا، قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن تېڭىلىدۇ. سۇنۇق ئۇچى ئورۇندىن قوزغالمىغان، لېكىن يۇمشاق توقۇلمىلاردىكى ئىششىش ئېغىرراق بولسا، ئاۋۋال ئىششىقنى ياندۇرۇش مەقسىتىدە جىغاتمىلار (نۇتۇللار) نى جىغىتىش، سۈركەلمىلەر (تىلالار)نى سۈركەش، ئىششىش ئېغىر بولۇپ، قاردىاپ كۆكىرىش ئەھۋاللىرى بولسا، يۇمشاق توقۇلمىلارنى تېغ بىلەن يېرىپ، بۇزۇلغان ماددىلارنى ئېقىتىش قاتارلىق ئۇسۇللار قوللىنىلىدۇ. ئىششىق ئاساسەن يانغاندىن كېيىن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلارنى توختىتىپ، سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدىغان دورىلار بىلەن تېڭىلىدۇ. ئەگەر سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا ياكى پارچىلانغان ۋە تولغاشقان سۇنۇق بولسا، سۇنۇق ئۇچى تۆۋەندىكى ئۇسۇل بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ.

ئەگەر كەسمە سۇنۇق بولسا، ئىككى يارەمچى سۆڭەك سۇنغان مۇچىنىڭ گەۋدىگە يىراق ۋە يېقىن قىسمىدىن تۇتۇپ، ئاۋۋال مۆتىدىل كۈچ بىلەن، كېيىن بارا - بارا كۈچەپ قارىمۇ قارشى تەرەپكە بىر خىل تەكشىلىكتە تارتىدۇ (ھەر ئىككى يارەمچى زىچ ماسلىشىش، كۈچ بىرەك بولۇشى، كۈچەپ تارتىپ بىرە بوش، بىرە چىڭ تارتىدىغان تەكشىسىزلىكتىن ساقلىنىش ۋە تېڭىقچىنىڭ قوماندانلىقىغا بويسۇنۇپ تېڭىقچىغا يېقىندىن ماسلىشىش كېرەك). تېڭىقچى سۆز ماھارىتىگە قول سەنئىتىنى بىرلەشتۈرۈپ سىيلاش، ئۇۋۇلاش ۋە بېسىپ تۇتۇش ماھارىتىنى ئۆزئارا بىرلەشتۈرۈپ ئۆتۈشۈپ كەتكەن سۇنۇق ئۇچلىرىنىڭ ئارقىغا (قارىمۇ قارشى تەرەپكە) يېنىش ئەھۋالىنى تەكشۈرۈپ، ئىككى سۆڭەك ئۇچى ئاجرىغانلىقىنى بايقىغاندىن كېيىن، چەبدەسلىك بىلەن سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچىنى قارىمۇ قارشى (ئوك - سول ياكى ئالدى كەينى) تەرەپكە بېسىش، كۆتۈرۈش، ئىتتىرىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ.

ئەگەر سۆڭەك قىيسىق سۇنغان بولسا، ئالدى بىلەن سۇنۇقنىڭ ئىككى تەرەپ قىيسىقلىق دەرىجىسىنى مۆلچەرلىۋېلىپ، يارەمچى قارىمۇ قارشى تەرەپكە تۈز تارتىش بىلەن تېڭىقچىنىڭ كۆرسەتمىسىگە ئاساسەن ئىچى ۋە سىرتىغا تولغاپ تارتىدۇ. تېڭىقچى يارەمچىلەرنىڭ تارتىشىغا بىرلەشتۈرۈپ، سۇنۇقتىكى قىيسىقلىقنى ئۆزئارا ھىملەشتۈرىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل بىلەن تارتىشقا يارەمچىلەرنىڭ تارتىش ۋە تولغاش ھەرىكىتى بىلەن تېڭىقچىنىڭ ھىملەشتۈرۈش ھەرىكىتى ئۆزئارا ماسلىشىشى ۋە سەرپ قىلىنىدۇ.

غان كۈچى تەكشى بولۇش كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا قىيىسىق سۇنۇق ئۇچى كۆپ ھاللاردا قىرلىق بولغانلىقى ئۈچۈن، سۆڭەكنى ئوراپ تۇرغان گۆشلەر بىلەن قان تومۇرلار ۋە ئەسەبلەرنى ئۆڭايلا زەخمىلەپ، سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىغا تەسىر يەتكۈزىدۇ.

بۇرغىسىمان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى قىيىسىق سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى بىلەن ئاساسەن ئوخشاپ كېتىدۇ. بىراق تولغىنىش دەرىجىسىدە پەرقلەر بولىدۇ.

پارچىلانغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە، يارەمچىلەر مۇلايىم كۈچ بىلەن قارىمۇ-قارشى تەرەپكە تارتقاندا تېڭىقچى سۇنغان ئورۇننىڭ ئىككى يېنى ۋە ئالدى - ئارقىسىدىن قامالالاپ مىجىش ئۇسۇلى بىلەن پارچىلانغان سۆڭەكلەرنى بىر - بىرى بىلەن يېقىنلاشتۇ-رىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل بىلەن ئورنىغا كەلتۈرۈشتە، بارماقلارنىڭ رولى خۇددى تەمبۇر پەدىسىنى باسقانغا ئوخشاش يۇمران، چاققان ۋە چەبدەس بولۇشى كېرەك. ئەگەر ئىشلەتكەن كۈچ بوش بولۇپ قالسا، كۆزلىگەن مەقسەتكە يەتكىلى بولمايدۇ. ئەگەر ئىشلەتكەن كۈچ سەللا كۈچلۈك بولۇپ كەتسە، پارچىلانغان سۆڭەك قىرلىرى ئەتراپىدىكى يۇمشاق توقۇل-مىلارنى زەخمىلەندۈرىدۇ. ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇق ئورنىغا چۈشۈرۈلگەندىن كېيىن قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىق ئۇسۇلى بىلەن تېڭىپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ.

شۇنى بىلىش كېرەككى، ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇقنى تارتىش يولى بىلەن ئورنىغا كەلتۈرگىلى بولسىمۇ، لېكىن تېڭىش جەريانىدا گۆش بىلەن پەيلەرنىڭ قىسقىرىشىدىن قايتا ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىدىغان ھاللار كۆپ ئۇچرايدۇ. شۇڭلاشقا گۆشلەر تەرەققىي قىلغان كىشىلەردىكى مۇچە سۇنۇقنى تېڭىشتا، تارتىشنى بوشاشتۇرمىغان ھالەتتە تۇر-غۇزۇپ تېڭىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن (تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈشتىن بۇرۇن) تېڭىققا ئىشلىتىدىغان بارلىق تېڭىق ماتېرىيالى بىلەن دورىلارنى ئالدىن تەييارلىۋېلىش لازىم. بۇ خىل تەييارلىق تۇخۇم ۋە باشقا دورىلارنى ماتا ياكى داكىغا سۈركىۋېلىشنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش مەزگىلىدە ۋە تېڭىپ بولغاندىن كېيىن سۇنۇقنىڭ ئورنىغا چۈشكەن ياكى چۈشمىگەنلىكىنى جەزملەشتۈرۈش ۋە داۋالاش مەزگىلىدە سۇنۇقنىڭ تۈتۈش ئەھۋالىنى كۆزىتىپ، ھازىرقى زامان تېڭىقچى-لىقىنىڭ رېنتگېندىن پايدىلانسا داۋالاش ئۇنۇمى تېخىمۇ يۇقىرى بولىدۇ.

ئەگەر قول بىلەن تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولسا، تارتىش ئۇسۇلى بىلەن (يۇقىرىدا بايان قىلىنىدى) ياكى دەستىكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈ-لىدۇ.

سۇنۇقنى دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش

ئېلىمىز ئىچى ۋە سىرتىدىكى تارىخىي يازما خاتىرىلەر بىلەن ئارخېئولوگىيىلىك قېزىلمىلارغا ئاساسلانغاندا، ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ سۇنۇقنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالغان دەستىكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلىنىڭ يولغا قويۇلغان تارىخى ئىسلامىيەتتىن خېلى بۇرۇنلا باشلانغانلىقى بىزگە مەلۇم. كلاسسىك ئەسەرلەردىكى خاتىرىلەردە پارچىلانغان سۇنۇقتا ئاجىرالغان سۇنۇق پارچىلىرىنى ئېلىۋېتىش، ئورنىدىن قوزغالغان قىيىق سۇنۇق بىلەن بۇرغىلىق سۇنۇقتا قادىلىۋالغان سۆڭەك ئۇچىنى كېسىۋېتىش، تېرە سىرتىدىن ئورنىغا چۈشۈرۈش، مىنگىشىۋالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش، قان تومۇرلار ئېغىر دەرىجىدە زەخمىلىنىشتىن سۇنغان ئورۇن ئىششىپ كەتكەن، قۇۋۇرغىلار سۇنۇقىدا سۇنغان قۇۋۇرغا ئۇچى ئۆپكە ياكى جىگەر قاتارلىق ئىچكى ئەزالارغا قادىلىپ قالغان، سۇنۇق بىلەن چىقىق بىرگە كېلىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولغان، سۇنغان سۇنۇق مايماق تۇتۇپ ياشلاپ تېڭىش ئۇنۇم بەرمىگەن ۋە سۇنۇق بىلەن چىقىق يۇلۇن ياكى چوڭراق ئەسەب تاناپىلىرى بىلەن قان تومۇرنى بېسىۋېلىپ يامان ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقارغان ئەھۋاللاردا دەستىكار ئۇسۇلى قوللىنىلغانلىقى خاتىرىلەنگەن. مەسىلەن: «پارچىلانغان سۇنۇقتا سۇنۇق پارچىلىرى يۆنىلىشىنى ئۆزگەرتىپ قادىلىۋېلىش تۈپەيلىدىن، سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولغان ياكى سۇنغان سۆڭەك پارچىسى سۆڭەك پەردىسى بىلەن قوشۇلۇپ سۆڭەك گەۋدىسىدىن پۈتۈنلەي ئاجراپ كەتكەن ياكى بولمىسا ئەسەب قاتارلىق يۇمشاق توقۇلمىلارغا قادىلىۋېلىپ قاتتىق ئاغرىق پەيدا قىلغان بولسا، تېغ بىلەن يېرىپ سۇنۇق پارچىلىرى ئېلىۋېتىلىدۇ» دەپ خاتىرىلەنگەن. يەنە «سۇنغان سۆڭەك پارچىسى سۆڭەك پەردىسىدىن پۈتۈنلەي ئاجرىلىپ كەتمىگەن بولسا، سۇنغان سۆڭەك پارچىلىرىنى ئۆزئارا يېقىنلاشتۇرۇپ تېڭىلسا سۇنۇقنى تۇتاشتۇرغۇچى دوشبەن (دايمال) شىلىمشىقى سۇنغان ئورۇننى ئورىۋېلىپ، سۆڭەك پارچىلىرىنى ئۆزئارا تۇتاشتۇرۇپ كېتەلمەيدۇ. ئەگەر بەزى قىيىق سۇنۇق بىلەن بۇرغىسىمان سۇنۇقتا سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئۇچلۇق بولۇپ، يۇمشاق توقۇلمىلارغا قادىلىۋېلىپ ياكى سۇنۇقنىڭ ئىككىنچى ئۇچىغا مىنگىشىۋېلىپ، ئورنىغا كەلتۈرۈش قىيىن بولغان ياكى بولمىسا زورمۇ زور ئورنىغا كەلتۈرگىلى بولسىمۇ، لېكىن قان تومۇر بىلەن ئەسەب تاناپىلىرىنى ئۆز ئىچىگە ئالغان يۇمشاق توقۇلمىلارنى ئېغىرراق زەخمىلەش ئېھتىمالى بولغانلاردا دەستىكار ئۇسۇلىنى قوللىنىپ سۆڭەك ئۇچى كېسىۋېتىلىدۇ» دەپ يېزىلغان. سۇنۇقتا دەستىكار ئۇسۇلىنى قوللانغاندا،

يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ ئورۇنسىز زەخمىلىنىشىدىن، قان كۆپ چىقىپ كېتىشتىن، قان تومۇر بىلەن ئەسەب غولى كېسىلىپ كېتىشتىن ۋە جاراھەت ئوفۇنەتلىنىپ يىرىڭلاپ قېلىشتىن قاتتىق ساقلىنىش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى، ھازىرقى زامان دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن قائىدىسى ۋە تەلىپى بويىچە بولۇشى كېرەك. كلاسسىك ئەسەرلەردە يەنە توقۇلمىلارنى كەسكەندە چوڭراق ئۇششاق قان تومۇردىكى قاناشنى داغلاش ئۇسۇلى بىلەن قان توختىتىلىدۇ، دەپ يېزىلغان.

ئوچۇق سۇنۇقنى داۋالاش

سۇنۇققا قوشۇلۇپ تېرە بىرگە زەخمىلىنىپ جاراھەت ھاسىل قىلغان بولسا، جاراھەت بىلەن سۇنغان سۆڭەك ئاسانلا يىرىڭلاپ قالمىغانلىقى ئۈچۈن، ئوچۇق سۇنۇقنىڭ خەتىرى يېپىق سۇنۇققا قارىغاندا يامانراق بولىدۇ. شۇڭا جاراھەتنىڭ يىرىڭلاپ قېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن، تېڭىقچى تىرناقلىرىنى پاكىز ئېلىپ، قولىنى بىر قانچە قېتىم سوپۇنلاپ يۇيۇپ پاكىز لۆڭگە بىلەن قولىنى سۈرتۈپ قۇرۇتقاندىن كېيىن، ئاق ھاراقنى قولغا سۈركەپ يۇيۇلىدۇ. جاراھەتنىڭ ئۈستىگە پاكىز داكا يېپىپ، جاراھەت ئەتراپىدىكى تېرىنى سوپۇن سۇيى بىلەن پاكىز يۇيۇپ، ئارقىدىن ئاق ھاراق سۈركىلىدۇ. بىراق سوپۇن سۇيى بىلەن ھاراق جاراھەت يۈزىگە تەگمەسلىكى لازىم. ئارقىدىن جاراھەت يۈزى قاينىتىپ ئىلمانلاشتۇرۇلغان تۇز سۇيى، قېنىق دەملەنگەن قارا چاي سۇيى ياكى باشقا قورۇغۇچى ۋە يىرىڭلاشقا قارشى قابىز دورا سۇيى بىلەن قايتا ـ قايتا تەكرار چايقاپ يۇيۇلىدۇ. جاراھەتنى چايقاپ يۇغاندا، چايقاپ يۇيىدىغان سۇيۇقلۇق توقۇلمىنىڭ ئاستىغا ئۆتۈپ كەتمەسلىكى كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن جاراھەتلەنگەن ئورۇننى يانتۇ قىلىپ چايقالغان سۇنىڭ سىرتقا ئېقىپ چىقىپ كېتىشىگە قولايلىق تۇغدۇرۇش كېرەك. جاراھەتنى چايقاپ يۇغاندا جاراھەتتىكى ئەخلەت ـ چاۋا بىلەن قوم ـ توپىلارنى پاك ـ پاكىز ئادالاش كېرەك ۋە قاردىاپ قالغان گۆشلەرنى پاكىز قايچا ياكى پىچاق بىلەن كېسىپ ئېلىۋېتىش كېرەك. جاراھەت تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ئورۇندىن قوزغالغان سۇنۇق بولسا، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئۇسۇل بىلەن ئورنىغا كەلتۈرۈلىدۇ ۋە جاراھەت بار ئورۇن ئوچۇق قويۇپ تېڭىلىدۇ. جاراھەت ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە بىر ياكى ئىككى قېتىم ياكى بولمىسا كۈن ئارىلاپ تېڭىق ئالماشتۇرۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. جاراھەت چاڭ ـ توزان ۋە چۈن قاتارلىق ھاشاراتلارنىڭ بۇلغىنىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن جاراھەت يۈزىگە بىر قانچە قەۋەت قېلىن پاكىز داكا يېپىلىدۇ.

مۇرەككەپ سۇنۇقنى داۋالاش

سۇنۇققا قوشۇلۇپ سۇنغان ئورۇن ئىششىغان، يۇمشاق توقۇلمىلار ئېغىر زەخمىلەنگەن، تېرە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان (ئوچۇق سۇنۇق)، قاناش يۇز بەرگەن، سۇنغان ئورۇنغا يېقىن ئۇگە (بوغۇم) چىققان، بىر قانچە ئورۇننىڭ سۆڭىكى سۇنغان ياكى بىر ئورۇندا بىر نەچچە تال سۆڭەكنىڭ سۇنۇشى، بىر تال سۆڭەكنىڭ بىرقانچە ئورۇندىن سۇنۇشى، پەيلەرنىڭ ئېغىر زەخمىلىنىشى ياكى ئۇرۇلۇش قاتارلىق ئەھۋاللارنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلدىن ئارتۇقلىرى بىرگە كېلىشى مۇرەككەپ سۇنۇق دەپ ئاتىلىدۇ. چۇنكى بۇ خىل ئەھۋاللارنى مۇرەككەپ سۇنۇق دېيىشتىكى ئاساسنىڭ بىرى ھەر بىر زەخمىلىنىشكە ئايرىم ـ ئايرىم چارە قىلىنىدۇ. مەسىلەن: سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش بىلەن چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش، يۇمشاق توقۇلمىلار زەخمىلىنىش بىلەن سۇنغان ئورۇننىڭ ئىششىشى بىرگە كەلگەندە قان ئېلىش بىلەن يېرىپ ئاققۇزۇشقا قوشۇپ سۇنۇقنى ئورنىغا كەلتۈرۈپ تېڭىش، قاناش بىرگە كەلگەن بولسا، ئاۋۋال قاناشنى بىر تەرەپ قىلىپ، كېيىن سۇنۇققا قارىتا چارە قىلىش، پەيلەر ئۇزۇلگەن بولسا، ئۇزۇلگەن پەيلەرنى تىكىپ ئۇلاش بىلەن سۇنۇققا قارىتا چارە قىلىش، ئۇگىلەرنىڭ چىقىقى بىرگە كەلگەن بولسا، چىقىق بىلەن سۇنۇققا قارىتا چارە قىلىش، ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخمىلىنىشى بىرگە كەلگەن بولسا، ئالدى بىلەن ئىچكى ئەزا زەخمىدىكى قاناشقا قارىتا چارە قىلىش ياكى بولمىسا بىر نەچچە تال سۆڭەك سۇنغان بولسا ياكى بىر قانچە ئورۇندا سۇنۇق يۇز بەرسە، ھەر بىرىگە ئايرىم ـ ئايرىم ھالدا چارە قىلىشقا توغرا كېلىدۇ ۋە ۋاقتىدا قان توختىتىش بىلەن بىرگە جاراھەت ئوفۇنەتلىنىپ يىرىڭلاشنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەدبىرلىرىنى قوللىنىشقا توغرا كېلىدۇ. قىسقىسى، مۇرەككەپ سۇنۇقتا بېرىلىدىغان تېز ياردەم بىلەن داۋالاش تەدبىرى ۋاقتىدا ۋە توغرا بولۇشنى تەلەپ قىلىدۇ. شۇنداقلا دەستىكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش ھەمدە دورا بىلەن داۋالاش بىرلا ۋاقتىتا ئېلىپ بېرىلىشىنى تەلەپ قىلىدۇ. ئەگەر مۇرەككەپ سۇنۇقتا قىلىنىدىغان چارە قانچە كېچىكسە ۋە توغرا بولمىسا، ياردارنىڭ ئازابىنى شۇنچە ئېغىرلاشتۇرۇپلا قالماستىن، بەلكى ياردار مېيىپ ساقىيىشى، ھەتتا ھاياتىغا خەۋپ يېتىشتەك خەتەرلىكلەر كېلىپ چىقىدۇ. مۇنداق ئاقىۋەتتىن ساقلىنىش ۋە ۋاقتىدا ھەم توغرا تەدبىر قوللىنىش ئۈچۈن داۋالاش ئورۇنلىرى بىلەن تېڭىقچىدا مۇرەككەپ سۇنۇققا قارىتا ئىدىيە تەييارلىقى بىلەن ماددىي تەييارلىقلارنىڭ بولۇشى بىلەن بىرلا ۋاقىتتا مۇرەككەپ سۇنۇققا چارە قـ

لىشقا ئالاقىدار بىلىملەر بىلەن ھۇنەر ـ سەنئەت (تېخنىكا) جەھەتلەردىكى تەلەپكە لايىق ماھارەتلەرنى پۇختا ئىگىلەشلىرى كېرەك. شۇنداق بولغاندىلا، ئاندىن مۇرەككەپ سۇنۇقلا ۋاقتىدا ۋە توغرا چارە قوللىنىپ، يارىدارنى ئازابتىن بالدۇرراق خالىي قىلغىلى، ھەرخىل مېيىپلىقلارنىڭ ئالدىنى ئالغىلى ۋە ھاياتىنى ساقلاپ قېلىشقا كاپالەتلىك قىلغىلى بولىدۇ. ئوچۇق سۇنۇقتىكى جاراھەت پاكىز بولسا، جاراھەتنى بىر تەرەپ قىلىش ئۇسۇلى بويىچە ئاۋۋال يېپىق سۇنۇقلا ئايلاندۇرۇلىدۇ.

سۇنۇقتا قان ئېلىش ۋە يېرىپ ئاققۇزۇش

ئۇيغۇر تېبابىتى سۇنۇقنى داۋالاشتا قول سەنئىتىگىلا تايىنىپ قالماستىن، بەلكى ئىچى ۋە سىرتىدىن دورا ئىشلىتىش، يېمەكلىكلەردىن پەرھىز تۇتۇش، داۋائى غىزا بىلەن داۋالاش ۋە سۇنۇقنى پەرۋىش قىلىش (تۆۋەندە ئايرىم توختىلىدۇ) دىن سىرت، سۇنۇقلا قوشۇلۇپ يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخمىلىنىشىدىن سۇنغان ئورۇندا ئىششىش ۋە كۆكىرىپ قارىداش قاتارلىق ئەھۋاللار كۆرۈلگەندە، يەرلىك ئورۇندىكى توقۇلمىلاردا چىرىش ۋە بۇزۇلۇش بىلەن يىرىڭلاپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىپ، سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە ئىششىغان ئورۇننى يېرىپ، ئۇ يەرگە يىغىلمىغان قان ـ زەردابلارنى ئېقىتىش ياكى يارىدارنىڭ مىجەزى غەيرىيلىشىپ، غەيرىي تەبىئىي ئۆتكۇر خىلتىلار ئۇستۇنلۇكىنى ئىگىلىگەنلىكى ياكى قان غالىب كەلگەنلىكى بايقالسا، قان ئېلىش ياكى بولمىسا سۇرگە بېرىپ بەدەننى زىيانلىق ماددىلاردىن پاكلاشتۇرۇش بىلەن بىرگە، ئۆتكۇر تەملىك ۋە چۈچۈمەل يېمەكلىكلەر بىلەن تۇزلۇق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىپ، تاتلىق يېمەكلىكنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىشنى ھەمدە قان غالىب كەلگەنلەرگە قانىنى مۆتىدىللەشتۇرۇش مەقسىتىدە ماش ۋە گۈرۈچتىن ئىشلەنگەن يېمەكلىكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىشقا بۇيرۇش قاتارلىق ئۇنىۋېرسال داۋالاش قوللىنىلىدۇ. ئەگەر تېنى ئاجىز ۋە باشقا كېسەللىكلەر بولۇپ، قان ئېلىشقا بولمىسا، سۇرگە دورىسى بېرىپ بەدەن تەنقىيە قىلىنىدۇ ۋە قانىنى بۇزىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىشقا بۇيرۇلىدۇ.

سۇنۇقنى دورا بىلەن داۋالاش

سۇنۇقنى دورا بىلەن داۋالاش ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىدە سۇنۇقچىلىقتا كەم بولسا بولمايدىغان ئۇسۇللارنىڭ بىرى بولۇپ، ئىچىدىن يېيىشكە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ۋە سىرتقى

دىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ.

ئىچىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار كۆپرەك مىجەزنى تەڭشەش ياكى بەدەننى تازىلاش ۋە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ. بىز تۆۋەندە ئىچىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ئىچىدە سۇنۇقنىڭ ساقىيىشى ئۈچۈن نورمال ئىچكى مۇھىتنى بارلىققا كەلتۈرىدىغان، قاننى قويۇلدۇرۇپ سۇنۇق ئۇچىنى تۇتاشتۇرىدىغان، شىلىمشىق مادىلار (دوشبەن ياكى دايمال) نى كۆپەيتىدىغان ۋە ئۇنىڭ قېتىشىنى تېزلىتىدىغان دورىلار ئۈستىدە توختىلىمىز.

مىجەزنى تەڭشەيدىغان ياكى ئىچىنى سۈرۈپ بەدەننى تازىلايدىغان دورىلار: ئۇيغۇر تېبابەتتى ھەرقانداق كېسەللىك بىلەن سۇنۇقنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە ئۇنىڭ ساقىيىشىنى مىجەز ۋە خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بىلەن مۇناسىۋەتلىك، دەپ قارايدۇ. مەسىلەن: سۆڭەكنىڭ نورمال تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق. لېكىن سۆڭەك تەركىبىدە سوغۇققا مايىل بىر خىل شىلىمشىقسىمان ھۆللۈكمۇ بولىدۇ. شۇڭا سۆڭەكتە مەلۇم ئەۋرىشىملىك بولۇپ، ئاسانلىقچە سۇنمايدۇ ياكى كەمرەك سۇنىدۇ. ئەگەر ئۈستىخاندىكى قۇرۇقلۇق زىيادىلىشىپ كەتكەندە، ئۈستىخاننىڭ ئەۋرىشىملىكى تۆۋەنلەپ ئازراقلا زەخمىلىنىشتىن سۇنۇق پەيدا بولىدۇ. ئۈستىخاندىكى بۇ خىل ھالەت ئومۇمىي بەدەننىڭ مىجەزى ۋە خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك. شۇڭلاشقا سۇنۇقنى تېڭىپ داۋالاش بىلەن بىرگە ياردارنىڭ مىجەزىنى تەڭشەش مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. بولۇپمۇ سۇنۇق جىددىي كېسەللىك ھېسابلانغانلىقى ئۈچۈن، ئالدى بىلەن غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ياكى سەپرا بىلەن بۇزۇلغان قاننى تازىلايدىغان يېنىك سۈرگە دورىلىرىنى بېرىش ئارقىلىق بەدەندىكى زىيانلىق مادىلار تازىلىنىدۇ. شۇنداقلا داۋالاشنىڭ پۈتۈن جەريانىدا مىجەز بىلەن خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقىغا ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈنىدۇ. ياردارغا مىجەزنى تەڭشىگۈچى بولۇپمۇ يېنىك سۈرگە بېرىپ، مىجەزنى تەڭشەشتىن سىرت، ھەر ئىككى ~ ئۈچ كۈندە بىر قېتىم بەدەننى تازىلاش مەقسىتىدە توخۇ گۆشى بىلەن شورپا بېرىپ تۇرۇلىدۇ. ياردارنىڭ مىجەزى نورمال بولسا، ئۇيقۇسى ياخشىلىنىپ ياخشى ئارام ئالىدۇ. ئىشتىھاسى ئېچىلىپ ئوزۇقلىنىشى ياخشى بولىدۇ. كەيپىياتى ياخشىلىنىپ داۋالاشقا ماسلىشىدۇ ۋە بۇلار ئارقىلىق سۇنۇقنىڭ تۇتۇشى تېزلىشىدۇ.

قان سۇيۇلۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىپ، قاننىڭ نورمال قويۇقلۇقىغا كاپالەتلىك قىلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى سۇنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچىنى ئۆزئارا تۇتاشتۇرۇشتا زۆرۈر بولغان شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە ئۇنىڭ قېتىش سۈرئىتى قاننىڭ قويۇقلۇقى بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك. شۇڭلاشقا ياردارنىڭ قېنى سۇيۇلۇپ كەت-

كەنلىكى بايقىلىش بىلەن قان كۆپەيتىدىغان دورىلارنى مۇڭاپىق ئىشلىتىشتىن سىرت، قانىنىڭ يېپىشقاقلىقىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن پىشۇرۇلغان تۇخۇم، كاللا ـ پاچاق، قېرىن، پاقلان تېرىسى، پوستۇمبا، موزاي گۆشى، ئوغلاق كاۋىپى ۋە گۆش هالۋىسى قاتارلىق يېمەكلىكلەر هەر كۈنى نۆۋەت بىلەن يېيىشكە بېرىلىدۇ. گۆش هالۋىسى دېگەن پاقلان گۆشىنى مۆتىدىل دورا ـ دەرمەكلەر بىلەن سۆڭىكىدىن ئاجرىتىپ، سۈيى ئاز قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدىغان داۋائى غىزا بولۇپ هېسابلىنىدۇ.

سۈنۈقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە ئىچىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار بىلەن نۇسخىلار:

(1) ياردارغا هەر كۈنى ئەتىگەندە مومىيا (نوقۇت چوڭلۇقىدا ياكى تەخمىنەن 1.5 گرامدىن)، قەپرۇلىيەھۇد، گىل ئەرمىنى (ئۇچ گرامدىن)، گىل مەختۇم، دېڭىزىيا ياكى تەنزوئى خىتائىنىڭ بىر خىلى ياكى بىر نەچچە خىلىنى مۇڭاپىق مىقدارىدا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىشكە (يېيىشكە) بېرىلسە بولىدۇ. «تەنزوئى خىتائى» دېگەن ئىچكى ئۆلكىلەردە چىقىدىغان بىر خىل سېغىزدىن ياسالغان قۇرس دورا بولۇپ، بولاقنىڭ ئۈستىدە شىرنىڭ سۈرىتى چۈشۈرۈلگەن تەييار دورا. مومىيا ياكى مومىيانىڭ يۇقىرىدىكى ئورۇنباسار دورىلىرىنى ئۆسمۈرلەرگە ئىشلىتىشتە ئېهتىيات قىلىش كېرەكلىكى تەكىتلىنىدۇ. بۇلارنىڭ ئاساسى، ئۆسمۈرلەر ئۆسۈڭاتقاندا مومىيا ياكى شۇ خىلدىكى دورىلار ئىشلىتىلسە، ساق سۆڭەكلەرنىڭ ئۆسۈشى تېزلىشىپ غەيرىيلىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، دېگەندىن ئىبارەت.

(2) ماش، گىل ئەرمىنى، خۇنسىياۋشان، كەهرىۋا، ئەنجىبار، سىنىبارەجلەرنىڭ هەر بىرىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، تالقانلاپ كاپ ئېتىپ يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ ۋە تىلا (سۈركەلمە) ياساپ سىرتىدىن سۈركەلسىمۇ بولىدۇ.

(3) سەمغى ئەرەبى، راسەن (زەنجىۋىل)، هەببۇلئاس (ئاس دەرىخىنىڭ ئۇرۇقى)، ئاس دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقى (ئامۇت ئۇرۇقى بىلەن يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ) دىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ تالقانلاپ، شېكەر سۈيى ياكى هەسەل سۈيى بىلەن ئىچىشكە ۋە تىلا ياساپ سىرتىدىن سۈركەشكە ئىشلىتىلىدۇ.

(4) تۇخۇم ئېقى بىلەن خۇش پۇراقلىق زەيتۇن يېغىغا مەلۇم مىقدارىدا تۇز، سازاق قۇرت تالقىنى، تۇغمەن تېشى تالقىنى، گاۋزىبان يوپۇرمىقى تالقىنى، گاۋزىبان يىلتىزى پوستى تالقىنى قاتارلىقلارنى مۇڭاپىق مىقدارىدا ئارىلاشتۇرۇپ هەر كۈنى مۇڭاپىق مىقدارىدا يېيىشكە ۋە سىرتىدىن سۈركەشكە بېرىلىدۇ.

(5) سەيدا توپىسى (تراپ توپىسى) دىن ئالتە گرامنى جۇلاب بىلەن كۈندە ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

(6) مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى) ياكى پىندۇق ھىندى تالقىنىنى يالغۇز ياكى بۇ ئىككى خىل دورىنى قوشۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا كاپ ئېتىشقا بېرىلىدۇ.

(7) سەمغى ئەرەبى، زەنجىۋىل، خېنىگۇل يېغى، خېنىگۇل يوپۇرمىقى، ئاقىرقەرھا، ھەببۇلئاس، ئاس ياپرىقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىچىدىن يېيىشكە ۋە تىلا قىلىپ سىرتىدىن سۈركەشكە ئىشلىتىلىدۇ.

(8) تەمرى ھىندىنى شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان جۇلاب ياكى بولمىسا سىركەنجىۋىل شەربىتىدىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى گىل ئەرمىنى ياكى مومىيانى ئىسسىق جۇلابتا ئېرىتىپ ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

يۇقىرىدىكى نۇسخىلار سۈنۈق بىلەن يارىدارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بىر خىلى ياكى ئىككى خىلى ئىشلىتىلىدۇ. كۆپ ھاللاردا ئىچىدىن دورا يېگۈزۈش، سىرتىدىن دورا ئىشلىتىش بىرگە قوللىنىلىدۇ.

سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ دائىرىسى بىر قەدەر كەڭرى بولۇپ، كۆپىنچە سۈنۈقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش، ئاغرىق بىلەن قىچىشىشنى پەسەيتىش ياكى يوقىتىش، خاتا تۇتقان سۈنۈقنى ياشلاش ۋە سۈنغان ئورۇندىكى زىيادە ئۆسكەن دوشبەن (دايمال) ماددىسىنى ياندۇرۇش، قېتىپ قالغان بوغۇملارنى يۇمشىتىش ۋە سوزۇلۇپ كەتكەن پەيلەرنى چىڭىتىپ، بوغۇمنىڭ يېرىم پالەچلىكىنى داۋالاش قاتارلىق مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورا شەكىللىرى جىغاتمىلار (نۇتۇللار)، سۈركەلمە ياكى چېپىلمىلار (تىلالار)، ياغلار ۋە مەلھەملەردىن ئىبارەت بولۇپ، بىر مەقسەت ياكى باشقا - باشقا مەقسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان يۇقىرىقى دورا خىلىرى ئايرىم - ئايرىم ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئىلگىرى - كېيىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىسىمۇ بولىدۇ.

سۈنۈقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورا نۇسخىلىرى:

تۇخۇم بىلەن بۇغداي كراخمالى (نىشاستە): بەزىلەر تۇخۇمنىڭ سېرىقىنىلا ئىشلىتىلىدۇ. بەزىلەر تۇخۇمنىڭ ئېقى ئىشلىتىدۇ. بەزىلەر تۇخۇمنىڭ ئېقىنى بىلەن سېرىقىنى بىرگە ئىشلىتىدۇ. لېكىن ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك سۆڭەكچىلىكىگە ئائىت كلاسسىك ئەسەرلەردىكى ئالاقىدار بايانلارغا ئاساسلانغاندا ئۇستىخانلار بىلەن پەيلەرنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق. شۇڭلاشقا سۈنۈق تېڭىقچىلىقىدا ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدە-

غان دورىلار كەيپىياتىنىڭ ئىسسىق بولۇپ كېتىشىنى تەشەببۇس قىلمايدۇ. بەلكى سوغۇق كەيپىياتلىق دورىلارنى ئىشلىتىشنى تەشەببۇس قىلىدۇ. چۈنكى ئۇيغۇر تېبابىتى تېڭىقچىلىق ئىلمىنىڭ قارىشىچە، ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ كەيپىياتى ياكى خۇسۇسىيىتى ئىسسىق بولۇپ كەتكەندە، يەرلىك ئورۇنغا جۇملىدىن سۇنغان ئورۇنغا كېلىدىغان ئوزۇقلۇق ماددىلىرى بىلەن سۇنۇقنى تۇتتۇرىدىغان شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنى (دوشبەن ياكى دايھال سۇيۇقلۇقى) پارلاندۇرۇپ تارقىتىۋېتىدۇ، شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنىڭ قېتىشىنى كېچىكتۇرىدۇ، نەتىجىدە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشى (ساقىيىشى) كېچىكىدۇ، شۇڭلاشقا سۇنۇقنى داۋالاشتا ئىچى ۋە سىرتىدىن كەيپىياتى ئىسسىق دورىلار بىلەن ئىسسىقلىق تەبىئىتى يۇقىرىراق دورىلار ئىشلىتىلمەيدۇ، دەپ قارايدۇ. شۇڭلاشقا سۇنۇق تېڭىقچىلىقىدا تۇخۇمنىڭ سېرىقى ياكى سېرىقى بىلەن ئېقىنى ئىشلەتكەندىن كۆرە، يالغۇزلا تۇخۇمنىڭ ئېقىنى ئىشلەتكەن ياخشىراق. چۈنكى تۇخۇم سېرىقىنىڭ كەيپىياتى ئىسسىق، تۇخۇم ئېقىنىڭ كەيپىياتى ھۆل سوغۇق بولۇپ، ئۇستىخان ئۇچۇن ياخشى ئىچكى مۇھىت ھازىرلاپ بېرىش، ھارارەتنى پەسەيتىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش، سۇنۇقنى تۇتتۇرىدىغان شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇشى بىلەن قېتىشنى تېزلىتىش ۋە تېڭىقنى قاتۇرۇپ مۇقىملاشتۇرۇش قاتارلىق رولى بار.

بۇغداي كراخمالى قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، سۇنۇقنى داۋالاشتىكى رولى تۇخۇم ئېقىغا ئوخشاپ كېتىدۇ. شۇڭا ئۆزئارا تەسىرىنى كۈچەيتىش مەقسىتىدە تۇخۇم ئېقى بىلەن بۇغداي كراخمالى بىرلەشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: ئادەتتىكى ئىششىمىغان يېپىق سۇنۇقنى ھۆل تېڭىشتا بۇ ئىككى دورىنى بىرلەشتۇرۇپ سۇنغان ئورۇندىكى تېرىگە قېلىنراق سۇركەشتىن سىرت بىرىنچى ئوراققا ئىشلىتىلىدىغان ماتا ياكى داكىنى يۇقىرىدىكى تۇخۇم ئېقى بىلەن كراخمال ئارىلاشمىسىغا مىلاپ، ئۆزىگە ئالغاندىن كېيىن تېڭىق ئۇچۇن ئىشلىتىلىدۇ ياكى ئازراق ئىششىق بولغان ئادەتتىكى يېپىق سۇنۇقتا ئاۋۋال قۇرۇق تېڭىپ، 3 ـ كۈنى تېڭىقنى ئېھتىياتچانلىق بىلەن يېشىمىز (سۇنغان ئورۇن مىدىرلاپ كەتمەسلىكى كېرەك). يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن ھەر ئۇچ كۈندە بىر قېتىم تاكى سۇنۇق رەسمىي تۇتقۇچە تەكرارلىنىدۇ. يۇقىرىدىكى نۇسخىغا گىل ئەرمىنى، خەربەق، غاريقۇن، مومىيا قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر خىلى ياكى بىر نەچچە خىلىنى ئارىلاشتۇرۇشقا بولىدۇ. مومىيانى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

گىل ئەرمىنى، مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى)، ئاقلانغان ماش ئۇنى ھەر بىرىدىن 30 گرام، سەبرە سوقۇتىرى، ئاقاقىيا ھەر بىرىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ، ئاس دەرد-

خى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قويۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ، يەرلىك ئورۇنغا قېلىن سۈركەشتىن سىرت، تېڭىق ماتېرىيالىنىڭ بىرىنچى ئورىقىغا ئىشلىتىلىدىغان تېڭىق ماتېرىيالىنى مىلاپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. مەستىكى تالقىنىنى مەستىكى يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قېنىق سۈركەپ بولغاندىن كېيىن ھۆل تېڭىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. سۇنغان سۇنۇق تېڭىقنىڭ ئۈستىدىن ماگنىت تېشى ئېسىپ قويۇلسىمۇ سۇنۇقنىڭ تۈتۈشىنى تېزلىتىدۇ. سۇنغان ئورۇنغا زۆرۈر بولغان مادداىلارنى كۆپرەك تارتىش ئۈچۈن تەركىبىدە خەربەق ياكى غارىقۇن تۇتقان سىركەنجۈبىل، سوۋۇتۇلغان شۇمشا قاينىتىلمىسى، ئاس دەرىخى يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ)نىڭ سوۋۇتۇلغان قاينىتىمىسى، ياۋا زىرە قاينىتىلمىسى قاتارلىقلارنى ئايرىم - ئايرىم ھالدا يەرلىك ئورۇنغا بىر سائەت جىغىتىپ (نۇتۇل قىلىپ)، ئۇنىڭدىن كېيىن (1) دا كۆرسىتىلگەن ئۇسۇل بىلەن تېڭىپ بېرىلىدۇ (دورا ئىسراپچىلىقىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئەپلىك بولسا، يۇقىرىدىكى سۇيۇقلۇققا سۇنغان ئورۇن چىلانسىمۇ بولىدۇ. ئەپلىك بولمىسا، داسنى ئاستىغا قويۇپ داسقا يىغىلغان جىغاتمىنى قايتا ئىشلەتسىمۇ ياكى لاتىغا نەمدەپ پات - پات ئالماشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ).

ئەگەر سۇنۇققا يەرلىك ئورۇننىڭ ئېشىشى بىرگە قوشۇلۇپ كەلسە، ئىششىقنى ياندۇرۇپ سۇنۇقنىڭ تۈتۈشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلار شىرىسى بىلەن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى سىركە، گۈلاب ۋە گۈل يېغى ئارىلاشمىسى بىلەن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى بولمىسا ئاۋۇال جىغىتىپ نۇتۇل قىلىپ، كېيىن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئۇسۇلى (2) بىلەن ئوخشاش. بۇ جەھەتتە تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ بىرىنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ:

سەندەل تالقىنىنى يۇمغاقسۇت سۇيى ياكى كاسنە ئۆسۈملۈكىنىڭ سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ تېڭىلىدۇ.

ئەگەر سۇنۇققا قوشۇلۇپ كەلگەن ئىششىق ئىسسىقتىن بولغان بولسا (سۇنغان ئورۇن قىزىق بولسا)، مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى)، ئاقلانغان ماش ئۇنى ھەر بىرىدىن 30 گرام، مۇرمەككى، سەبرە سوقۇتىرى، ئاق لالىگۈلى ۋە ئاقاقىيالارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام، گىل ئەرمىنى تالقىنىدىن 60 گرام ئېلىپ، تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىششىق بار ئورۇنغا چېپىلىدۇ ياكى موغۇل دەرەخ مېۋىسى، قارىغاي مېۋىسى، ھەببۇلئاس (ئاس دەرىخىنىڭ ئۇرۇقى)، سۆگەتگۈل ياپىرىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ۋە ئېزىپ چىقىرىلغان سۇيىگە سوك (ئامىلە جەۋھىرى)، قىزىلگۈل، قەغەزگۈل يىلتىزى، مۇرمەككى، داخىلىيۇن، قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل، گىل ئەرمىنى، لادەن، فۇپەل (سىپارى)، موغۇل

دەرەخ ياغىچىنىڭ قىرىندىسى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ماش، ئاقاقىيا، ئىكلىلمىلىك، مەرزەنجۇش، راسەن قاتارلىقلارنىڭ تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە تۇخۇم ئېقىدىن قوشۇپ، قويۇق ئۇماچ هالىتىگە كەلتۈرۈپ، ئىششىغان ئورۇنغا ئىششىق يانغۇچە قويۇق سۈركەپ تېڭىپ بېرىلىدۇ (يۇقىرىدىكى ئىككى نۇسخا بىرلەشتۈرۈلسىمۇ بولىدۇ).

سۈنۈققا قوشۇلۇپ يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخمىلىنىشى بىلەن ئىششىش ئېغىرراق بولسا، ئاقلانغان ماش ئۇنى 60 گرام، مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى)، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، هەببۇلئاس يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ)، سوك (ئامىلە جەۋهىرى)، لاـ دەنلەرنىڭ هەر بىرىدىن 15 گرام ۋە زەپەردىن مۇۋاپىق ئېلىپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇق چېپىپ تاكى ئىششىق يانغۇچە تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئىششىق پەيدا بولغان ياكى ئىششىش ئېھتىمالى بولغانلارغا تازىلانغان ساپ مومنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا قېلىنراق سۈركەپ، ئىششىق يانغۇچە ياكى ئىششىش ئېھتىمالى تۇغگۇچە تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى ئاۋۋال سالقىن هاۋادا بىرەر سائەت سالقىنلىتىپ سوغۇق سۇ (مۇز سۇيى بولسا تېخىمۇ ياخشى) ياكى بولمىسا سۇ بىلەن سىركىنى باراۋەر مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ جىغتىپ (نۇتۇل قىلىپ) بولغاندىن كېيىن، يۇقىرىدىكى نۇسخا بىلەن تېڭىلىدۇ. ئىچىدىن بابۇنە يېغى ۋە قابىز خۇسۇسىيەتلىك شەربەتلەر ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئاق سەندەل بىلەن قىزىل سەندەل تالقىنى، هەمىشباهار سۇيى بىلەن سىمىز ئوت سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركەش بىلەن تېڭىق ماتېرىياللىرىنى نەملەپ ئىششىق يانغۇچە هۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى هەببۇلئاس بىلەن قارىغاي مېۋىسى قاينىتىلمىسى ۋە ياكى سىركىنى باراۋەر مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ (بۇلارغا گۈلاب ۋە گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇلسىمۇ بولىدۇ)، هۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ياكى مەستىكى ۋە ئۇشەق قاتارلىق دورىلار تالقىنىنى زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركەشتىن سىرت، تېڭىق ماتېرىياللىرىنى نەمدەپ ئىششىق يانغۇچە ياكى ئىششىق ئېھتىمال تۇغگۇچە هۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. يۇقىرىدىكى نۇسخىلار سۇنغان ئورۇنغا نەزلە بىلەن سېرىق سۇنىڭ كېلىشىنى توسۇپ، ئىششىقنىڭ ئېغىرلىشىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە ئىششىق ياندۇرىدۇ هەمدە يەرلىك ئورۇننى قۇۋۋەتلەيدۇ.

ئەگەر تاڭغاندىن كېيىن ئاغرىش ياكى قىچىشىش ئەهۋاللىرى يۈز بەرسە، تۆۋەندىكى چارىلەر قىلىنىدۇ. ئاغرىش يۈز بەرسە، ئالدى بىلەن سۇنۇقنىڭ ئورنىغا چۇشكەن ياكى چۈشمىگەنلىكى ئېنىقلىنىدۇ. ئەگەر سۇنۇق ئورنىغا چۇشكەن بولسا ئاغرىق توختايدۇ ياكى كۆرۈنەرلىك يېنىكلەيدۇ. سۇنۇق ئورنىغا چۈشمىگەن بولسا ئورنىغا چۇشۇرۇشنىڭ

ئامالى قىلىندۇ. سۈنۈق ئاساسىي جەھەتتىن ئورنىغا چۈشكەن بولسىمۇ، لېكىن داۋاملىق ئاغرىشى سۆڭەكنى ئوراپ تۇرغۇچى گۆشلەرنىڭ جىددىيلىكىدىن بولىدۇ. گۆشلەر جىددىيلىكىدىن پەيدا بولغان ئاغرىش بىلەن قىچىشىشتا تۆۋەندىكى چارىلەر ئىشلىتىلىدۇ: تېڭىقنى يېشىپ، يەرلىك ئورۇنغا بىر سائەت ئەتراپىدا ئىسسىق سۇ جىغىتىپ (نۇتۇل قىلىپ) ياكى ئىسسىق سۇغا چىلانغان لاتىنى پات ـ پات يەڭگۈشلەپ قويۇپ، ئارقىدىن تېڭىققا ئىشلىتىلىدىغان ماتا ياكى داكىنى گۈلاب، سىركە ۋە گۈل يېغىغا مىلاپ تېڭىلىدۇ (ياكى ئۈچ خىل سۇيۇقلۇقنى تەڭ مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلسىمۇ بولىدۇ) ياكى بولمىسا ياپىلاق ماش (ئەدەس) ئۇنى، مۇغاس (ياۋا ئانار يىلتىزى)، گىل ئەرمىنى، تەمرى ھىندى ئۇرۇقى، ئاقاقىيالارنى ھەببۇلئاس سۇيىدە خېمىر قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا قېلىنراق قويۇپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. بابۇنە يېغى قابىز شاراب بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ سۈركەپ بېرىلسىمۇ قىچىشىش پەسىيىدۇ.

بەزى تېڭىقچىلار ئاغرىش بىلەن قىچىشىشنى پەسەيتىش مەقسىتىدە، سۈنغان ئورۇنغا ئىسسىق سۇ جىغىتىشنى تەشەببۇس قىلىدۇ. بىراق سۈنىڭ ھارارىتى يەرلىك ئورۇنغا خۇشياقمىغۇدەكلا بولسا بولىدۇ. بەك قىزىق بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك. ئىسسىق سۇنى جىغىتىش ۋاقتى يەرلىك ئورۇندىكى تېرە نەملىشىپ بىلىنەر ـ بىلىنمەس كۆپكەندەك ۋە تېرىسى ئازراقلا قىزارغۇدەك بولسا كۇپايە قىلىدۇ. شۇنداقلا بۇ خىل ئۇسۇلنى كۆپ تەكرارلاشقا بولمايدۇ.

ئەگەر سۈنۈققا قوشۇلۇپ قاناش يۇز بېرىپ تېرە كۆكىرىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە، خۇنسىياۋشان بىلەن كۇندۇر تالقىنىنى سالايە قىلىپ چېپىلىدۇ ۋە زەخمىلىنىش بايقىدا كۆرسىتىلگەن چارىلەر قوللىنىلىدۇ. شۇنى ئالايىتەن تەكىتلەيمىزكى: ئوچۇق سۈنۈققا ئېرىتمىلەرنى جىغىتىشقا ۋە ھەرخىل مەلھەم ياكى باشقا ھەرقانداق دورىلارنى سۈركەشكە قەتئىي بولمايدۇ. ئەگەر جاراھەت يۇقۇملانغان بولسا جاراھەت بايقىدا كۆرسىتىلگەندەك، يىرىڭ بىلەن زەردابنى تازىلاپ جاراھەتنى قۇرۇتۇش ۋە ئەت ئۇندۇرۇپ جاراھەت يۈزىنى پۈتتۈرىدىغان چارىلەر قىلىنىدۇ.

سۈنۈقنىڭ ساقىيىش جەريانى ۋە سۈنۈقنىڭ تۈتۈش مۇددىتى

سۈنۈقنىڭ تۈرى، دەرىجىسى ۋە شەكلى قانداق بولۇشتىن قەتئىينەزەر، سۈنۈقتا سۆڭەكنىڭ بىر تۇتاشلىقى بۇزۇلۇشتىن سىرت، سۈنغان ئورۇندا ئوخشىمىغان دەرىجىدە قاناش يۈز بېرىدۇ. زەخمىلەنگەن يۇمشاق توقۇلمىلاردىن چىققان سېرىقسۇ بىلەن قاناشتا

چىققان قان بىرلىشىپ، سۈنغان سۆڭەك ئۇچى ئارىلىقى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىنى ئورىۋېلىپ ئىششىقنى پەيدا قىلىدۇ. لېكىن بەزى سۈنۈقلاردا ئىششىقنىڭ روشەن ئەمەسلىكى سۆڭەكنىڭ سۈنغان ئورنىدا زادى قاناشنىڭ بولمىغانلىقىدىن دېرەك بەرمەيدۇ. سۈنغان سۆڭەكنىڭ تۇتۇپ ساقىيىشىدا بەدەندىكى ئۇچ چوڭ قۇۋۇەت (كۈچ) بىلەن كېسەللىكتىن قوغدىنىش قۇۋۇتى (تەبىئەت) ۋە ئەرۋاھ (خىلىتلار بىلەن ئوزۇقلۇق ماددىسىنى بەدەننىڭ ئەڭ ئۇششاق بىرلىكلىرىگىچە يەتكۈزۈپ بېرىدىغان قۇۋۇەت) ئۆز رولىنى جارى قىلدۇرۇپ، سۈنۈقنىڭ تۇتۇشىغا قاتنىشىدۇ. سۆڭەكنىڭ سۈنغان ئورنىنى ئورىۋالغان قاننىڭ تەركىبىدىكى كېرەكسىز ماددىلار تارقاپ (سۇمۇرۇلۇپ) كېتىپ، سۈنۈقنى تۇتتۇرۇشقا پايدىلىق ماددىلار قېپقالىدۇ. مانا شۇ قېپقالغان ماددىلار بىلەن غىزالىنىش جەريانىدا قوبۇل قىلىنغان ئوزۇقلۇق ماددىلار قوشۇلۇپ بىر تەرەپتىن سۈنغان ئىككى سۆڭەك ئۇچىنى قايتا ئۆستۇرۇپ، سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ ئۆزئارا كىرىشىپ (گىرەلىشىپ) تۇتۇشىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. بۇ خىل تۇتۇش سۆڭەكلىك تۇتۇش دەپ ئاتىلىپ، بۇ خىل تۇتۇش، بالىلار بىلەن ئۆسمۈر ۋە ياشلارنىڭ سۈنۈقلىرىدا روشەن ئىپادىلىنىدۇ. يەنە بىر تەرەپتىن قانلىق ئىششىقتا تارقالماي (سۇمۇرۇلمەي) قېپقالغان پايدىلىق ماددىلار بىلەن قان ئارقىلىق يېڭىدىن كەلگەن ئوزۇقلۇق ماددىلار ئۆزئارا بىرلىشىپ، بىر خىل قويۇق ۋە يېپىشقاق سۈيۇقلۇق ھاسىل بولىدۇ. بۇ خىل سۈيۇقلۇق تەدرىجىي ئۆيۈپ قېتىشىپ، كۆمۈرچەكسىمان يۆلەنچۈك پەيدا قىلىپ، سۈنغان سۆڭەك ئۇچىنى بىر - بىرى بىلەن تۇتاشتۇرىدۇ. بۇ خىل يۆلەنچۈك ماددىنى تېبابەت تىلىدا دوشبەن (دايمال) دەپ ئاتىلىدۇ. سۈنۈقنىڭ بۇ خىل شەكىل بىلەن تۇتۇشى سۈنۈق ئۇچلىرى ئارىلىقى يىراق ياكى ئۇدۇللاشمىغانلار بىلەن ياشانغانلاردا كۆرۈلىدۇ. سۈنۈقنىڭ بىر نەچچە خىل تۇتۇشىدا (سۆڭەكلىك تۇتۇشتا) سۈنۈقنىڭ ئىككىنچى خىل تۇتۇشىدىكى تىرەنچەكلىك تۇتۇشمۇ بەلگىلىك رول ئوينايدۇ. سۈنۈقنىڭ پۈتكۈل تۇتۇش (ساقىيىش) جەريانى ئۈچ باسقۇچقا بۆلۈنىدۇ.

بىرىنچى باسقۇچ، سۈنغان سۆڭەك ئۇچىنى تۇتتۇرىدىغان قويۇق ۋە يېپىشقاق تىرىگۈچى سۈيۈقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇش باسقۇچى

ئىككىنچى باسقۇچ، تىرىگۈچى سۈيۈقلۇقنىڭ قېتىققا ئوخشاش ئۆيۈش باسقۇچى

ئۈچىنچى باسقۇچ، ئۆيۈغان تىرىگۈچى ماددا قېتىشىپ كۆمۈرچەكسىمان ماددا ھاسىل بولۇش باسقۇچى. سۈنغان سۈنۈق ئۇچى بىرىنچى باسقۇچتا تىرىگۈچى سۈيۇق ماددىلار بىلەن ئۆزئارا باغلىنىش ھاسىل قىلىدۇ. ئىككىنچى باسقۇچتا سۈنغان سۆڭەك ئۇچى قېتىققا ئوخشاش ئۆيۈغان تىرىگۈچى ماددا ئارقىلىق ئۆزئارا تۇتۇشىدۇ. ئۈچىنچى باسقۇچتا قېتىشقان كۆمۈرچەكسىمان تىرىگۈچى ماددا ئارقىلىق تۇتۇشىدۇ. شۇڭلاشقا ئىككىنچى

باسقۇچ بىلەن ئۇچىنچى باسقۇچنىڭ دەسلىپىدىكى تېڭىق ئالماشتۇرۇشتا ئېھتىيات قىلىپ، سۇنۇق ئۇچلىرىنىڭ مىدىرلاپ كېتىشىدىن ساقلىنىش كېرەك. ئەگەر مىدىرلاپ كەتسە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشى كېچىكىپ كېتىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىلغان بىرىنچى تېڭىقتىن ھېسابلىغاندا تەخمىنەن 5 ـ، 8 ـ كۈنلىرىدىن باشلاپ تىرىگۈچى سۈيۈقلۇق ئۈيۇشقا باشلاپ، تەخمىنەن 2 ~ 4 ھەپتە ئارىلىقىدا ئاساسەن ئۈيۈپ بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۈيۇغان تىرىگۈچى ماددا قېتىشىشقا باشلاپ كۆمۈرچەكسىمان قاتتىق ماددىغا ئايلىنىدۇ. شۇڭلاشقا ئىككىنچى باسقۇچتا سۇنغان سۆڭەك ئۇچى مىدىرلاپ كېتىشىدىن قەتئىي ساقلىنىش كېرەك. ئۇچىنچى باسقۇچنىڭ باشلىرىدا سۇنغان سۆڭەك ئېغىرلىققا تېخى تولۇق بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. ئۇچىنچى باسقۇچنىڭ ئوتتۇرىلىرىدا سۇنغان مۇچىنى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈشكە (ئاياغ سۇنۇقلىرىدا جۈپ قولتۇق ھاسىسى بىلەن مېڭىشقا) بولىدۇ. ئۇچىنچى باسقۇچنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىرىدە ئەركىن ھەرىكەتلىنىشكە بولۇپلا قالماستىن، بەلكى يېنىك ئېغىرلىققا بەرداشلىق بېرەلەيدۇ. شۇڭلاشقا ھەر بىر تېڭىقچى سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىش جەريانلىرىدىكى بۇ باسقۇچلارنى پۇختا ئىگىلەشلىرى لازىم. بىراق سۇنۇقنىڭ تۇتۇش جەريانىنى مۆلچەرلىگەندە، يارىدارنىڭ يېشى، ئوزۇقلىنىشى، سۇنغان سۆڭەك ئورنى، سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلىتىدىغان چارىلەرنىڭ مۇۋاپىقلىقى ۋە سۇنغان ئورۇننىڭ مۇقىملىقى ھەمدە سۇنغان سۆڭەكنىڭ زىچلىق دەرىجىسى قاتارلىق ئامىللارنىمۇ ھېسابقا ئېلىش كېرەك. ياشانغانلار بىلەن ئوزۇقلىنىشى ناچار بولسا، سۇنغان سۆڭەك ماددىسى زىچ بولسا، قان ئايلىنىشى ياخشى بولمىسا، سۇنغان ئورۇن مۇقىم بولماي سۇنۇق ئۇچى مىدىرلاپ تۇرسا ۋە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلەتكۈچى چارىلەر مۇۋاپىق بولمىسا ياكى ئۇ خىل چارىلەر قىلىنمىغان بولسا، سۇنۇقنىڭ تۇتۇشى كېيىنگە سوزۇلىدۇ. سۇنغان سۆڭەكنىڭ زىچلىقى قانچە يۇقىرى بولسا (مەسىلەن: تۆت مۇچە سۆڭەك تېنى قاتارلىق) سۇنۇقنىڭ تۇتۇش مۇددىتى شۇنچە ئۇزۇنراق بولىدۇ. ياشنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ، ئۇستىخانلاردىكى نەملىك ئازىيىپ زىچلىق ئاشىدىغانلىقى ئۈچۈن چوڭلارنىڭ سۇنۇپ كەتكەن سۆڭىكى قايتىدىن ئۆسمەستىن، بەلكى سۇنغان سۆڭەك قىسمىدا پەيدا بولىدىغان تىرىگۈچى ماددىنىڭ يارىدىمى بىلەنلا ئۆزئارا تۇتۇشىدۇ. لېكىن بالىلار بىلەن ياش ـ ئۆسمۈرلەر ئۇستىخىنىدا بەلگىلىك نەملىك بىلەن يۇمشاقلىق (ئەۋرىشىملىك) بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇلارنىڭ سۇنغان سۆڭەك ئۇچى قايتىدىن ئۆسۈش ئاساسىدا تۇتۇشىدۇ. ئادەم بەدىنىدىكى ئۇستىخانلارنىڭ تۇزۇلمىسىدە بەزى پەرقلەر بولغانلىقى ئۈچۈن تۇتۇش ۋاقتىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. مەسىلەن: بىلەك، پاچاق ۋە سان سۆڭىكىنىڭ تۇتۇشى ئەڭ قىيىن بولىدۇ. يەلكە (پوزا) سۆڭىكى بىرقەدەر ئاسانراق

تۇتىدۇ. ئوقۇرەك سۆڭىكى بىلەن ئېڭەك سۆڭىكى ۋە قوۋۇرغا سۆڭەكلىرىنىڭ تۇتۇشى بىر قەدەر ئاسانراق بولىدۇ. داس سۆڭىكى، ئومۇرتقا سۆڭىكى، قوۋۇرغا ۋە باش سۆڭەكلىرىنىڭ تۇتۇشى مۇچە سۆڭەكلىرىگە قارىغاندا ئاسانراق بولىدۇ. تەجرىبىلەرگە ئاساسلانغاندا، ھەرقايسى ئورۇنلاردىكى سۆڭەكلەرنىڭ تۇتۇش مۇددىتى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ: بۇرۇن سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى كۆپ ھاللاردا ئون كۈن ئەتراپىدا، قوۋۇرغىلار بىلەن يۇقىرى - تۆۋەن ئېڭەك سۆڭىكىنىڭ تۇتۇشى 20 كۈن ئەتراپىدا، ئوقۇرەك سۆڭىكىنىڭ تۇتۇشى بىر ئاي ئەتراپىدا، پوزا سۆڭىكىنىڭ تۇتۇشى 30 ~ 40 كۈن ئەتراپىدا، بىلەك سۆڭىكىنىڭ تۇتۇشى 40 كۈن ئەتراپىدا، سان سۆڭىكى بىلەن پاچاق سۆڭىكىنىڭ تۇتۇشى 50 ~ 60 كۈن ئەتراپىدا بولىدۇ. لېكىن بۇ يەردە كۆرسىتىلگەن كۈن سانى ياشلار بىلەن ئوتتۇرا ياشلىقلاردىكى تېنى ساغلام ۋە قان تەركىبى ياخشىلارغا قارىتىلغان. بالىلار بىلەن ئۆسمۈرلەردىكى سۇنۇقنىڭ ساقىيىش كۈن سانى يۇقىرىدىكى ساندىن 10% تۆۋەنلىتىلىدۇ. ياشانغانلاردىكى سۇنۇقنىڭ ساقىيىش كۈن سانى يۇقىرىدىكى ساندىن 20% كۆپەيتىلىدۇ. ياشانغانلاردىكى سۇنۇقنىڭ تۇتۇش ۋاقتىنىڭ ئۇزۇن بولۇشى سىرتتىن قوبۇل قىلغان ئوزۇقلۇق ماددىلارنىڭ بەدەنگە ئۆزلىشىشىنىڭ تۆۋەنلىشى، بەدەندىكى نەملىكنىڭ نىسبەتەن ئازىيىش ۋە ساغلاملىق دەرىجىسىنىڭ ياشلارغا نىسبەتەن تۆۋەنرەك بولۇشى قاتارلىق ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

سۇنۇقنىڭ ساقايغانلىق ئۆلچىمى ۋە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىغا توسالغۇ بولىدىغان ئامىللار

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى سۇنۇقچىلىقى سۇنغان سۇنۇقنىڭ تۇتقان ياكى تۇتمىغانلىقىنى تۆۋەندىكى ئالامەتلەرگە قاراپ ھۆكۈم قىلىشقا ئادەتلەنگەن:

بىرىنچى، سۇنۇقنىڭ ئۇدۇلىدىكى تېرە رەڭگى تېرىنىڭ ئەۋرىشىملىكى ۋە پارقىراقلىقى قاتارلىقلار باشقا ساق ئورۇندىكى تېرە بىلەن ئوخشاش بولۇش. سۇنۇق تۇتۇۋاتقان مەزگىلدە ئۇچ چوڭ قۇۋۇەت يېتەكچىلىكىدىكى يەرلىك ئورۇندىكى تەبىئەت بىلەن ئەرۋاھ قۇۋۇتىنى سۇنۇقنىڭ تۇتتۇرۇش ۋە زەخمىلەنگەن توقۇلمىلارنى تۇزىتىش بىلەن زىچ بولغانلىقى ئۇچۇن، سۇنغان ئورۇننىڭ ئۇدۇلى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى تېرىنىڭ ئوزۇقلىنىشى تۆۋەنلىگەنلىكى ئۇچۇن، تېرىنىڭ رەڭگى بىلەن ئەۋرىشىملىكى ۋە پارقىراقلىقى قاتارلىق خۇسۇسىيىتى ئوخشىمىغان دەرىجىدە تۆۋەنلەيدۇ. سۇنۇق تۇتۇپ بولغاندىن كېيىن سۇنغان ئورۇننىڭ ئۇدۇلىدىكى تېرىنىڭ ئوزۇقلىنىشى ئەسلىگە كەلگەنلىكتىن، تېرە-

نىڭ سىرتقى ھالىتى نورماللىشىدۇ.

ئىككىنچى، سۈنغان ئورۇننى باسقاندا ۋە ئۆز لايىقىدىكى ھەرىكەت بىلەن ئېغىرلىق كۆتۈرگەندە (ئاياغ سۈنۈقىدا سۈنغان ئاياغ بىلەن دەسسىگەندە) ئاغرىق ھېس قىلمايدۇ.

ئۈچىنچى، سۈنغان ئورۇننىڭ ئىككى تەرىپىدىن قامالالاپ تۇتۇپ، ئىككى قولنى ئوڭ ـ سول ۋە ئالدى ـ ئارقىغا ھەرىكەتلەندۈرگەندە ياكى ئىچى ۋە سىرتىغا يېنىك ھەرىكەتلەندۈرگەندە، سۈنغان ئورۇندىكى سۆڭەكتە مىدىرلاش بولماسلىقى ۋە سۈركىلىش ئاۋازى ئاڭلانماسلىقى ھەمدە ئالاھىدە ئاغرىق ھېس قىلماسلىقى كېرەك (ئەگەر بۇ ئۇسۇلغا ھازىرقى زامان سۈنۈقچىلىقىنىڭ رېنتگېن ۋاستىسىدىن پايدىلانسا تېخىمۇ ئىشەنچلىك بولىدۇ). يۇقىرىدىكى تەلەپلەر ئىپادىلەنسە سۈنۈق ساقايغان بولىدۇ. ئەكسى بولسا تېخى ساقايمىغان بولىدۇ.

سۈنۈقنىڭ ساقىيىشىغا تەسىر يەتكۈزىدىغان ئامىللار ناھايىتى كۆپ. لېكىن ئۇلارنى ئىخچاملىغاندا تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

بىرىنچى، يارىدارنىڭ يېشىنىڭ چوڭ بولۇشى، سەپرا ياكى سەۋدا غالىب كېلىپ، بەدەندىكى نەملىكنىڭ زىيادە كېمىيىپ كېتىشى ياكى بولمىسا بەدەندىكى نەملىكنىڭ زىيادە ئېشىپ كېتىشى، ئومۇمىي بەدەنلىك سۇئى مىزاج، كەيپىياتتىكى چۈسلۇق، تېز ئاچچىقلىنىش، ۋارقىراش، كايىش ۋە ئورۇنسىز ئەندىشىلەر بىلەن غەم ـ قايغۇ قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى سۈنۈقنىڭ ساقىيىشىنى كېچىكتۈرىدۇ. شۇڭلاشقا يارىدارنىڭ مىزاجىنى داۋاملىق تەڭشەپ تۇرۇش ۋە ئۇلارغا خىزمەت ئىشلەپ، ئەندىشە ۋە غەمدىن خالىي قىلىپ بېجىرىم ساقىيىشقا بولغان ئىشەنچىسىنى تۇرغۇزۇش ئىنتايىن مۇھىم.

ئىككىنچى، ئورنىدىن قوزغالغان سۈنۈقلارنىڭ ئورنىغا چۈشۈشى ياخشى بولماسلىق، سۈنغان سۆڭەك ئۇچى ئارىلىقىغا سۆڭەك تېنىدىن ئاجرىغان سۆڭەك پارچىسى بىلەن گۆش ياكى ماي پارچىسى كىرىۋېلىش ياكى بولمىسا ھەر قېتىملىق تېڭىق ئالماشتۇرۇش ۋاقتىدا مۇئاملىنىڭ قوپاللىقىدىن سۈنغان سۆڭەك ئۇچى مىدىرلاپ كېتىش ۋە تېڭىق ماتېرىيالى بەك قېلىن بولۇپ كېتىشتىن يەرلىك ئورۇندىكى ھارارەت يۇقىرىلاپ، تىرىگۈچى ماددىلارنىڭ ھاسىل بولالماسلىقى قاتارلىق ئامىللارنىڭ ھەممىسى سۈنۈق تۇتۇشنى كېچىكتۈرىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن تېڭىقچى داۋاملىق تەجرىبىلەرنى يەكۈنلەپ، قول ماھارىتىنى ئۈزلۈكسىز ئۆستۈرۈشى ۋە ھەر قېتىملىق تېڭىق ئالماشتۇرۇش ۋاقتىدا قول ھەرىكىتى چاققان ۋە سىلىق بولۇشى، بولۇپمۇ سۈنۈق تۇتۇشنىڭ ئىككىنچى باسقۇچى بىلەن ئۈچىنچى باسقۇچىنىڭ دەسلىپىدە مۇمكىنقەدەر تېڭىق ئالماشتۇرۇش قېتىمىنى كۆپەيتىۋەتمەسلىكى، مۇقىملاشتۇرۇشنىڭ ياخشى بولۇشى، تېڭىق ماتېرىيالى بەك

قىلىن بولۇپ كەتمەسلىكى (بولۇپمۇ ياز كۈنلىرى) كېرەك. ئەگەر سۇغۇك پارچىلىرى پارچىلانغان سۇنۇق بىلەن يۇمشاق توقۇلمىلار سۇنغان سۇنۇق ئۇچى ئارىلىقىغا كىرىۋېلىپ كەپلىشىۋالغان بولسا، دەستىكار ئۇسۇلىنى قوللىنىپ سۇنۇق ئۇچى ئارىلىقىغا قىستۇرۇلغان سۇغۇك پارچىسى بىلەن گۇش ۋە مايلارنى ئېلىۋېتىپ، سۇنغان سۇغۇك ئۇچىنى يېڭىۋاشتىن ئۇدۇللاشتۇرۇپ ئورنىغا چۇشۇرۇش كېرەك.

ئۇچىنچى، سۇنغان ئورۇنغا ئىسسىق سۇ ۋە ياكى باشقا قايىنىتىلغان قىزىق جىغات مىلارنى كۇپ قېتىم ياكى ئۇزاق مۇددەت قوللىنىش، ئىسسىق ئۇتكۇزۇش، ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ تەبىئىتى زىيادە ئىسسىق بولۇش، قېرىق - چۇچۇمەل يېمەكلىك بىلەن ئىچمەكلىكلەرنى (ھاراق تۇرىنىمۇ ئۇز ئىچىگە ئالىدۇ) ئىستېمال قىلىش، سۇنۇقنىڭ ساقىيىش مەزگىلىدە جىنسىي ئالاقە قىلىش قاتارلىق ئامىللار مۇ سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى كېچىكتۇرىدۇ. شۇڭلاشقا ئىسسىق جىغاتمىلارنى مۇمكىنقەدەر قوللانماسلىق، ئىسسىق ئۇتكۇزمەسلىك، تەبىئىتى زىيادە ئىسسىق دورىلارنى ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئىشلەتمەسلىك، يېمەك - ئىچمەكتىمۇ تەبىئىتى زىيادە ئىسسىق چۇچۇمەل ۋە ئاچچىق يېمەك - ئىچمەكلىكنى (ھاراق قاتارلىقلارنىمۇ ئۇز ئىچىگە ئالىدۇ) ئىستېمال قىلماسلىق ۋە سۇنۇق تېخى ساقايمىغاندا جىنسىي ئالاقە قىلماسلىق قاتارلىق تەرەپلىرىگە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

تۇتىنچى، يارىداردىكى قان سۇيۇلۇپ كەتكەن (قان ئازلىق) ۋە ھەزىم قىلىشنىڭ بۇزۇلۇشى قاتارلىق كېسەللىكلەرمۇ سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى كېچىكتۇرىدۇ. شۇڭلاشقا بىمارداركى قان سۇيۇلۇپ كېتىش كېسىلىنى ۋاقتىدا داۋالاپ، قاننىڭ نورمال قويۇقلۇقىغا كاپالەتلىك قىلىش كېرەك ۋە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىغا زۇرۇر بولغان ئوزۇقلۇق ماددىلىرىنىڭ سۇنغان ئورۇننى يېتەرلىك تەمىنلىشىگە كاپالەتلىك قىلىش ئۇچۇن ھەزىم قىلىشنىڭ بۇزۇلۇشىنى داۋالاشقا ئەھمىيەت بېرىش بىلەن بىرگە قەۋزىيەتنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېرەك.

بەشىنچى، ھەربىكەتنىڭ بالدۇر بولۇپ كېتىشى بولۇپمۇ سۇنۇق تۇتۇشنىڭ ئىككىنچى باسقۇچىنىڭ پۇتۇن جەريانى بىلەن ئۇچىنچى باسقۇچىنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدە ھەرىكەت بالدۇر بولۇپ كەتسە، سۇنغان سۇغۇكنىڭ ئىككى ئۇچى يۇلەنچۇك مادىسى دوشبەندىن ئاجراپ كەتسە، ئۇنىڭ قايتىدىن تۇتۇشى تەسكە توختايدۇ. شۇڭلاشقا ھەربىكەتنىڭ بالدۇر بولۇپ كېتىشىدىن ساقلىنىش كېرەك.

ئالتىنچى، ئارام ئېلىش مۇھىتىنىڭ ناچارلىقى ۋە ھاۋا ياكى ئۇيغىنىڭ تېمپېراتۇرىسى بەك ئىسسىپ كېتىشىمۇ سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىغا تەسىر كۇرسىتىدۇ. شۇڭلاشقا تېڭىقچىلار

سۇنۇقنى تېڭىپ قويۇش بىلەنلا بولدى قىلماي، بەلكى ياردارنىڭ ئارام ئېلىشىغىمۇ كۆڭۈل بۆلۈش كېرەك.

سۇنۇقنىڭ پەرۋىشى ۋە تېڭىق ئالماشتۇرۇشتا دىققەت قىلىدىغان نۇقتىلار

1. سۆڭىكى سۇنغان ياردارنى ئوزۇقلاندۇرۇش پرىنسىپى:

سۆڭىكى سۇنغان ياردارلارنى ئوزۇقلاندۇرۇش پرىنسىپى بولسا، قانىنى قويۇقلىتىش، ئۇنىڭ (قانىنىڭ) يېپىشقاقلىقىنى ئاشۇرۇش ئارقىلىق سۇنغان سۇنۇقنى تۇتتۇرىدىغان قويۇق ۋە يېپىشقاق تىرىگۈچى (دوشبەن ياكى دايمال) سۈيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇشى، ئويۇش ۋە قېتىشنى ئىلگىرى سۈرىدىغان يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى بۇيرۇش، قانىنى سۇيۇلدۇرىدىغان، قانىنى قىزىتىدىغان ۋە قان ئايلىنىشنى جانلاندۇرىدىغان ئۇچۇچان (لەتىف) ۋە چۈچۈمەل ئاچچىق يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى بۇيرۇشتىن چەكلەشتىن ئىبارەت. بۇنىڭ ئۈچۈن ياردارغا پىشىق پىشۇرۇلغان كاللا ـ پاچاق، قېيرىن، پاقلان تېرىسى، پوستۇمبا، ئوغلاق كاۋىپى، موزاي گۆشى، يېڭى بېلىق، چۈجە گۆشى، كۆك كەپتەرنىڭ باچكىسى، سۇزمە، ئاق ئاش (سۈت بىلەن پىشۇرۇلغان شوۋقىگۇرۇچ)، گۆش ھالۋىسى، تاتلىق مېغىز، بۇغداي ياكى ئارپا قاتلىمىسى، مايلىق قورداق، يېڭى كۆكتات ۋە پىشقان تاتلىق مېۋە قاتارلىق يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ. سوغۇق سۇ، سوغۇق چاي، ئىسسىق تەبىئەتلىك چاي دورىسى سېلىنغان چاي، ئۇچۇچان ئىچىملىك (گاز سۈيى، پىۋا قاتارلىق)، ھاراق، ئاچچىق ـ چۈچۈك مېۋە ياكى توك مېۋە، تەمى ئاچچىق قىزىل-مۇچ، قارىمۇچ قاتارلىق يېمەك ـ ئىچمەكلەردىن پەرھىز بۇيرۇلىدۇ. ئەگەر سۇنغاندا ئىششىق بولسا ياكى زەخىملىنىش ئېغىرراق بولۇپ يەرلىك ئورۇندا ئىششىش ئېھتىمالى بولسا، ئىششىقنى ياندۇرۇش ياكى ئىششىنىڭ ئالدىنى ئېلىش مەقسىتىدە بىرقانچە كۈن ئىسسىق جىغاتمىلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ ۋە قانىنى قويۇلدۇرغۇچى غەلىز يېمەك ـ ئىچمەكلەر بېرىشنى ۋاقىتلىق توختىتىپ، ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلار بىلەن لەتىف تاماقلارنى بېرىشكە بولىدۇ. شۇنداقلا قان ئېلىشقا ياكى سۈرگە بېرىشكە توغرا كەلگەن ياردارغا ئاۋۇال قان ئېلىش ياكى ئىچنى سۈرۈپ بىرقانچە كۈندىن كېيىن لەتىف تاماقلار بېرىلىدۇ ياكى سۇنغان ئۈستىخان سۇنغان ئورۇندا سۇنۇقنى تۇتۇتۇرىدىغان تىرەكچى سۈيۇقلۇق كۆپىيىپ كەتكەنلىرىگە غەلىز تائاملار بېرىلىدۇ. بىراق ھاراق قاتارلىق قانىنى قىزدۇرۇۋېتىدىغان يېمەك ـ ئىچمەكلەر قەتئىي چەكلىنىدۇ. يەنە

جاراهەت پەيدا بولغان ئوچۇق سۈنۈقلاردا جاراھەتنى ساقايتقۇچى ۋە قانىنى قويۇلدۇرىدىغان تاماقلار ۋاقىتلىق بېرىلمەيدۇ.

2. ياردارنىڭ ئارام ئېلىش مۇھىتى جەھەتتە ھاۋاسى سالقىن، مۇھىتى پاكىز، مەنزىرىسى گۈزەل ۋە جىمجىت بولۇشى، بىمار يۇقىرى ئاۋازدا ۋارقىرىماسلىق، غەم - قايغۇ ياكى ئەندىشىدىن خالاس بولۇشى، قاتتىق چۈشكۈرمەسلىكى ۋە يۆتەلمەسلىكى، ئىسسىق مۇنچىغا چۈشمەسلىكى، كۆچلۈك ھەرىكەت قىلماسلىقى، ئاپتاپقا قاقلانماسلىقى، سوغۇق تەگمەسلىك ۋە جىنسىي ئالاقە قىلماسلىقى كېرەك. بەدىنىنى ھۆل لاتا بىلەن سۈرتۈپ يۇيۇپ تۇرۇشى (يۇيۇلمىغان سۇ قىزىق بولۇپ كەتمەسلىكى)، پات - پات كۆڭلەك، تامبىلىنى ئالماشتۇرۇپ تۇرۇشى، ئاستىغا سالغان كۆرپە قاتلىشىپ قالماسلىقى ۋە ھەر كۈنى بىر قانچە قېتىم سىرتىپ - سۈپۈرۈپ تۇزىتىپ تۇرۇشى كېرەك.

3. سۈنۈقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىشتا، تۆۋەندىكى نۇقتىلارغا دىققەت قىلىش كېرەك:

بىرىنچى، ئورۇندىن قوزغالغان سۈنۈقنى قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈشتە قارىمۇقارشى تەرەپكە تارتىش كۈچى تەكشى ۋە بىردەك بولۇشى، ئاۋۋال بوشراق، كېيىن كۈچەيرەك تارتىلىشى، تارتىشتا بىر خىل ئاستىلىق بىلەن تارتىشى، بىردە چىڭ، بىردە بوش بولماسلىقى، شىددەت بىلەن تارتىلماسلىقى، قارىمۇقارشى تەرەپكە تارتقۇچىلار تېڭىقچىنىڭ ھەرىكىتىگە زىچ ماسلىشىشى ۋە يېتەكچىلىكىنى قوبۇل قىلىشى ۋە تارتىش تەكشى تۈز سىزىقنى بويلاپ تارتىلىشى كېرەك. تارتىش كۈچى بوش بولۇپ قالسا، ئورنىغا چۈشۈرۈش مەقسىتىگە يەتكىلى بولمايدۇ. ئەگەر زىيادە كۈچەپ تارتىلسا گۆش تالالىرى بىلەن تومۇرلار ئۈزۈلۈپ كېتىش ۋە پەيلەر سوزۇلۇپ كېتىش قاتارلىق ئەھۋاللار پەيدا بولۇپ قالىدۇ. ئەگەر سۈنۈقنى ئېسىش ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرۈشكە توغرا كەلسە، ئېسىلمىغان تاش ھە دېگەندە بەك ئېغىر بولۇپ كەتمەسلىكى، ئېسىلمىغان ئېغىرلىقى ئاستا - ئاستا كۆپەيتىلىشى، ھەر كۈنى ئىككى مۇچىنىڭ ئۈزۈنلۇقى ئۆلچەپ تۇرۇلۇشى كېرەك.

ئىككىنچى، ئورۇندىن قوزغالغان سۈنۈق ئورنىغا چۈشۈرۈلگەندىن كېيىنكى بىرىنچى ۋە ئىككىنچى كۈندىكى تېڭىق بەك چىڭ تېڭىلماسلىقى، ئۈچىنچى كۈنىدىن باشلاپ چىڭراق تېڭىش كېرەك. ئەگەر سۈنۈققا قوشۇلۇپ ئىششىش بولمىغان، ئورۇندىن قوزغالمىغان ياكى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئاسانراق بولغان سۈنۈقنى بىرىنچى قېتىم تاڭغاندىن كېيىن ئىككىنچى تېڭىقنى ھەپتىدىن كېيىن، ئۈنىڭدىن كېيىنكى تېڭىقنى ھەر 4 ~ 5 كۈندە بىر قېتىم يېڭىلاپ تېڭىش كېرەك. ئۈزۈنسىغا سۈنغان سۈنۈق چىڭراق تېڭىلىدۇ.

كەسمە سۇنۇق بىلەن قىيىسىق سۇنۇق ياكى بۇرغىسىمان سۇنۇقتا سۇنۇق ئۇچى رەسمى ئۇدۇللاشمىغۇچە تاڭماسلىق كېرەك. پارچىلانغان سۇنۇق پارچىلىرى ھېچبولمىغاندا يېقىنلاشقاندىن كېيىن چىڭراق تېڭىلىدۇ.

ئۇچىنچى، ھەر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرغاندا تېرىنىڭ رەڭگى، ئەۋرىشىملىكى، نەملىكى ۋە كېپەكلىشىش ئەھۋالىنىڭ بار - يوقلۇقىغا دىققەت قىلىنىدۇ. ئەگەر تېرە قۇرغاقلىشىپ كېپەك تۆكۈلۈپ تۇرسا ۋە ئەۋرىشىملىكى تۆۋەنلەپ گۆشلەردە يىرىكلەش بولسا، يۇقىرىدىكى ئەھۋاللار تۇزەلگۈچە تاختاي قويۇلمايدۇ ياكى تاختاي قويۇپ بوشراق تېڭىلىدۇ. تېڭىق ماتېرىيالى بەك قېلىن بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك.

تۆتىنچى، ئەگەر تېڭىقنىڭ تۆۋەن تەرىپىدە كۆكىرىش، ئىششىش ياكى تاڭغان ئورۇنىدا ئاغرىش، قىچىشىش قاتارلىق ئەھۋاللارنىڭ قايسىبىرى سادىر بولسا، تېڭىقنى ۋاقتىدا بوشىتىپ سەۋەب ئېنىقلىنىدۇ ۋە ئۆز لايىقىدا چارە قىلىنىدۇ. بولۇپمۇ ئىششىش بىلەن كۆكىرىش ۋە ئاغرىش بولسا تېخىمۇ شۇنداق. بىپەرۋالىق قىلىنسا يارىدارنىڭ ئازابى ئېشىپلا قالماستىن، بەلكى شۇ مۇچە كېسىلىش تۇپەيلىدىن مېيىپلىق پەيدا بولۇش ئېھتىمالى كېلىپ چىقىدۇ.

بەشىنچى، جاراھەت ھاسىل بولغان ئوچۇق سۇنۇقنى تېڭىشتا، جاراھەت بار ئورۇننى تاڭماي ئوچۇق قويۇپ تېڭىلىدۇ. بىراق، جاراھەت چاڭ - توزان بىلەن بۇلغىنىش ياكى چۈرۈن قونۇپ قۇرتلاپ كېتىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن، جاراھەت ئۈستىگە بىر قانچە قەۋەت پاكىز داكا قويۇپ بوشراق تېڭىپ قويۇلىدۇ. جاراھەتكە قىرۇتى (تەركىبىدە موم بار سۇركەلمىلەر) بىلەن مايلىق دورىلارنىڭ ھەر قانداقىنى جاراھەت يۈزى ۋە ئۇنىڭغا يېقىن ئورۇنلارغا يولاتماسلىق كېرەك. بولۇپمۇ ياز كۈنلىرى تېخىمۇ شۇنداق. جاراھەتتە يۇقۇملىنىش بايقالسا دەرھال چارە قىلىنىدۇ.

ئالتىنچى، سىرتىدىن ئىشلىتىلگەن جىغاتمىلار بىلەن سۇركەلمىلەر ياكى ماي دورىلار تېرىدە قېتىۋېلىپ، قاقاچ پەيدا قىلىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە، قاقاچنى يۇمشىتىپ تازىلاش مەقسىتىدە، ئاز مىقدارداماي دورىلار بىلەن ئىسسىق سۇ قاتارلىقلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. بىراق سىرتىدىن ئىشلىتىدىغان ماي دورىلار بىلەن ئىسسىق سۇنى تىرىگۈچى ماددىلار رەسمىي قېتىۋالغاندىن كېيىن ئىشلىتىلسە قېتىۋالغان بوغۇملارنى يۇمشىتىش، ئىششىقنى ياندۇرۇش، قېتىۋالغان تومۇرلار بىلەن ئەسەبلەرنى بوشىتىپ ھەرىكەتنى ئەپچىللەشتۇرۇشكە پايدىلىق. لېكىن قىزىق سۇ بىلەن مايلارنى تىرىگۈچى ماددا قېتىشتىن ئىلگىرى ئىشلىتىلسە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى كېچىكتۇرىدۇ.

يەتتىنچى، سۈنۈق تاڭغاندا ئۇگە (بوغۇم) سۈنغان ئورۇنغا يېقىنلا بولمىسا، سۈنغان ئورۇننىڭ يۇقىرى ـ تۆۋەن تەرىپىدىكى ئۇگىلەر قوشۇپ تېڭىلمايدۇ. سۈنۈق تۈتۈشنىڭ قېتىش مەزگىلىدىن باشلاپ ئۇگىلەر قېتىپ قېلىش بىلەن يەرلىك ئورۇننىڭ تەبىئىتى سۈسلىشىپ (قان ئايلىنىش بىلەن ئوزۇقلىنىش تۆۋەنلەپ) گۆشلەر يىرىكلەپ قېلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن، سۈنۈقنىڭ يۇقىرى ـ تۆۋىنىدىكى ئۇگىلەرنى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىش كېرەك.

سەككىزىنچى، سۈنغان سۈنۈقنىڭ تۈتۈش ۋاقتى ئۇزىراپ كېتىش كۆپىنچە تىرىگۈچى سۈيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇشى بىلەن ئۇيۇشى ۋە قېتىشى توسقۇنلۇققا ئۇچراشتىن ياكى بولمىسا مەلۇم ماددىنىڭ كەملىكىدىن ياكى مۇقىملاشتۇرۇشنىڭ ياخشى بولماسلىقىدىن پەيدا بولىدۇ. مۇنداق ئەھۋالدا سەۋەبىگە قارىتا ئۇنۇملۇك چارە قىلىشتىن سىرت، سۈنغان ئورۇننىڭ تېرىسىنى ھەر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرغاندا يارىدارغا خۇشياقمايدىغان قاشلاپ ياكى سىلىق ئۆۋۈلاپ بېرىلسە، قان ئايلىنىش ياخشىلىنىپ (جانلىنىپ) كېرەكسىز بۇزۇق ماددىلار قان ئارقىلىق تارقىلىپ، ئۇنىڭ ئورنىغا كۆچلۈك قان كېلىپ تىرىگۈچى سۈيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇشى بىلەن ئويۇشى ۋە قېتىشنى تېزلىتىدۇ.

توققۇزىنچى، سۈنۈقنى مۇقىملاشتۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدىغان تاختايلارنى ئېلىۋېتىش يارىدارنىڭ يېشى، سۈنۈق ئورنى ۋە سۈنۈقنىڭ دەرىجىسى بىلەن شەكىلگە قاراپ بەلگىلىنىدۇ. ئالدىراپ ئېلىۋەتمەسلىك كېرەك. ياشلاردىكى مۇچىلەر سۈنۈقىدا تاختاي بىلەن مۇقىملاشتۇرۇش 20 ~ 30 كۈندىن كەم بولماسلىقى، ئوتتۇرا ياشلىقلاردا سەل ئۇزۇنراق تۇرغۇزۇلۇشى، ياشانغانلاردا تېخىمۇ ئۇزۇنراق تۇرغۇزۇش كېرەك.

سۈنۈققا قوشۇلۇپ كېلىدىغان ئەگەشمە كېسەللىكنى داۋالاش

سۈنۈققا قوشۇلۇپ كېلىدىغان كېسەللىكلەر ناھايىتى كۆپ بولۇشى مۇمكىن. لېكىن سۈنۈقنىڭ ساقىيىشىغا ئالاقىدارلىقى كۆپرەك بولغان ئەگەشمە كېسەللىكلەرنى ئىخچاملىغاندا، سۈنۈققا يېقىن ئۇگە (بوغۇم)لارنىڭ قېتىپ قېلىشى، بوغۇملارنىڭ يېرىم پالەچ لىنىشى، سۈنۈقنىڭ غەيرىي تۈتۈپ قېلىشى، ئوچۇق سۈنۈقتىكى جاراھەتنىڭ يۇقۇملىنىپ قېلىشى ۋە ياتاق يارىسى قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. بۇنىڭدىن باشقا سۈنۈقنىڭ تۈتۇشىغا تەسىر كۆرسىتىدىغان كېسەللىكلەردىن ئاشقازان ـ ئۇچەي كېسەللىكى بىلەن جىگەر كېسەللىكىنىڭ ئالاقىدارلىقى بىر قەدەر چوڭراق.

بوغۇم قېتىپ قېلىشنى داۋالاش

مۇچىلەر سۈنۈقىدا بوغۇملارنىڭ بولۇپمۇ سۈنۈققا يېقىن بوغۇملارنىڭ قېتىۋېلىشى كۆپ ئۇچرايدۇ. بوغۇم قېتىۋېلىشنىڭ ئاساسىي سەۋەبى سۈنۈق ساقايغۇچە بولغان ئارىلىقتا بوغۇم خېلى بىر مەزگىل ھەرىكەتلەنمەسلىك، بوغۇمنىڭ ھەرىكىتىگە ئالاقىدار گۆش ۋە پەيلەر بىلەن ئەسەب (نېرۋا) لار قېتىۋېلىش ، سۈنۈق بىلەن بىرگە بوغۇملارمۇ زەخمىلىنىپ، بوغۇم بوشلۇقىغا يىغىلىۋالغان سېرىق سۇ بىلەن قانىنىڭ تارقىلىشى ياخشى بولماي بوغۇم بوشلۇقىدا ئۆيۈۋېلىش، سۈنۈق ساقىيىشنىڭ ئۇچىنچى باسقۇچى (تىرىگۈچى ماددىنىڭ قېتىشىش باسقۇچى) دىن باشلاپ، بوغۇمنى ھەرىكەتلەندۈرۈپ بەرمەسلىك ۋە سۈنۈققا قوشۇلۇپ كەلگەن چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش كېچىكىش، بوغۇمنى ھاسىل قىلىشقا قاتنىشىدىغان سۆڭەكنىڭ سۈنۈشى ياكى سۈنۈق بوغۇمغا يېقىن سۆڭەكتە پەيدا بولۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. بولۇپمۇ سۈنۈق قانچىكى كىچىك (ئۇششاق) سۆڭەكلەر بىلەن بوغۇمغا يېقىن سۆڭەكلەردە يۈز بەرسە ياكى بىلەك، قول ـ پۇت، پەنجە، بېغىش ۋە ئوشۇق سۆڭەكلىرىگە ئوخشاش جۇپ ياكى سۆڭەكلەر توپلىمىدىكى سۆڭەكلەرنىڭ ئارىلىقى قانچە تار بولسا، شۇ دائىرىدىكى بوغۇملارنىڭ قېتىۋېلىشى شۇنچە ئېغىر بولىدۇ.

بوغۇم قېتىۋېلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن، ئەگەر سۈنۈق بوغۇمغا يېقىن بولمىسىلا سۈنۈقنى تېڭىشتا، سۈنۈقنىڭ يۇقىرى ۋە تۆۋىنىدىكى بوغۇم قوشۇپ تېڭىلمايدۇ.

ئىككىنچى سۆڭەك سۈنغان ئورۇندىكى تىرىگۈچى سۈيۈقلۇق ئۈيۈپ قېتىشىشقا باشلاپ، مەلۇم مەزگىلدىن كېيىن (بۇنى تېڭىتقچى يارىدارنىڭ يېشى، سۈنۈقنىڭ ئورنى ۋە شەكلى، ئوزۇقلىنىش ۋە سۈنۈقنىڭ ساقىيىشىغا توسالغۇ بولىدىغان باشقا كېسەللىكنىڭ بار ـ يوقلۇقى قاتارلىقلارغا قاراپ مۆلچەرلەيدۇ) سۈنغان ئورۇننىڭ يۇقىرى ـ تۆۋىنىدىكى بوغۇملارنى ئاۋۇال يېنىك، كېيىن بارا ـ بارا ھەرىكەت دائىرىسى بىلەن قېتىم سانىنى كۆپەيتىپ، ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىشى كېرەك. شۇنداق قىلغاندىلا بوغۇمنىڭ قېتىۋېلىشىنى ئازايتقىلى ۋە قېتىۋېلىش دەرىجىسىنى يېنىكلەتكىلى بولىدۇ.

ئەگەر بوغۇم قېتىۋالغان بولسا، بوغۇملارنىڭ قېتىۋېلىش دەرىجىسىنىڭ قانچىلىك بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، قېتىۋالغان بوغۇم ۋە ئۇنىڭ يۇقىرى ـ تۆۋەن دائىرىسىنى ھەر كۈنى كۆپ قېتىم ئۇۋۇلاپ بېرىش بىلەن ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىشكە بىرلەشتۈرۈپ تۆۋەندىكى چارىلەر قوللىنىلىدۇ:

ئۇشەق بىر ھەسسە، مۇقەل يېرىم ھەسسە، لادەن يېرىم ھەسسە، خېنە يېغى، ئۆردەك يېغى ھەر بىرىدىن تۆتتىن بىر ھەسسە ئېلىپ، يېلىم دورىلارنى ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا ماي دورىلار بىلەن تالقان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، قېتىۋالغان بوغۇملارغا كۇندە 2 ~ 3 قېتىم سۇركەپ بېرىلىدۇ.

ئۇشەق بىلەن سېرىق موملارنىڭ ھەر قايسىسىدىن 108 گرام، سەمغى بەتەم (بەتەم دەرىخىنىڭ يېلىمى)، مۇقەل، مىلتىق دورىسى ھەر بىرىدىن 200 گرام ئېلىپ، يېلىم دورىلارنى سىركىدە ئېرىتىپ، سەۋسەن يېغى بىلەن مايلاشقان ھاۋانچىغا سېلىپ، ئۇستىگە باشقا دورىلارنى قوشۇپ ئىلەشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، يۇقىرىدىكى ئۇسۇلغا ئوخشاش ئىشلىتىلىدۇ.

قۇندۇز قەھرى، قۇستە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد تەييارلاپ، يۇقىرىدىكى ئۇسۇلغا ئوخشاش يەرلىك ئورۇنغا سۇركەپ بېرىلىدۇ.

سەۋسەن يېغى لېيى (دۇغى)، زىغىر يېغى لېيى ۋە مۇقەل ھەر بىرىدىن 25 گرام، مىئەسائىلە، مىلتىق دورىسى، جاۋاشىر ۋە ئۇشەق ھەر بىرىدىن 13 گرام، مۇقەل، خوراز يېغى (ياكى ئۆردەك ۋە مېكىيان مېيى بولسىمۇ بولىدۇ) ھەر بىرىدىن 50 گرامدىن ئېلىپ، يېلىم دورىلارنى ھاۋانچىغا سېلىپ ئازراق ھاراق بىلەن ئېرىتىپ، ئۇستىگە تالقان دورىلار بىلەن خوراز يېغى ۋە باشقا ياغلار لېيىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئىسسىق پېتى قېتىۋالغان بوغۇملارغا سۇركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا چاۋا ماي ۋە ئۇنىڭ چىگىردىكى بىلەن يىلىكنى ئارىلاشتۇرۇپ، قېتىپ قالغان بوغۇملارغا سۇركەپ بەرسە مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئۇستىخان رەسمىي تۇتۇپ بولغاندىن كېيىنكى بوغۇم قېتىپ قېلىشنى داۋالاشتا، ئاۋۋال قېتىۋالغان بوغۇمنى دەسلەپكى كۆيمىگۈدەك سۇغا چىلاپ (ۋاننا قىلىپ) ياكى لاتىنى قىزىق سۇغا چىلاپ قېتىۋالغان ئورۇنغا قويۇپ، بىرەر سائەت قايتا ـ قايتا تەكرارلاپ، يەرلىك ئورۇننى سۇرتۇپ قۇرۇتقاندىن كېيىن، يۇقىرىدىكى نۇسخىلارنىڭ بىرىنى يەرلىك ئورۇنغا سۇركەپ، ياز كۈنلىرى ئاپتاپقا، قىش كۈنلىرى ئوتقا قاقلاپ بېرىلسە ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

بوغۇملاردىكى يېرىم پالەچلىكنى داۋالاش

بوغۇملاردىكى يېرىم پالەچلىك، سۇنۇقنى قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈشتە قاتتىق

كۇچەپ زىيادە تارتىش ياكى تارتىپ (ئېسىپ) ئورنىغا چۈشۈرۈشتە ئېسىلىدىغان ئېغىرلىق زىيادە كۆپ بولۇپ كېتىشىدىن گۆش بىلەن پەي ۋە ئەسەب زىيادە سوزۇلۇپ زەخمىلىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. يەنى سېزىمى نورمال بولۇپ، بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى نورمال بولمايدۇ. شۇڭا يېرىم پالەچلىك دەپ ئاتىلىدۇ. بولۇپمۇ ئاياغنى ئېسىپ تارتقاندا پۇت پەنجىسى سوزۇلۇش ھالىتىدە ئۇزۇنراق تۇرۇپ قالغاندا ئاسانلا ئوشۇق بوغۇمنىڭ يېرىم پالەچى پەيدا بولۇشتىن سىرت، ئوشۇق بوغۇمى غەيرىي ھالەتتە (تۇزلىنىش ھالىتىدە) قېتىۋېلىش پەيدا بولىدۇ. شۇڭلاشقا ئورنىدىن قوزغالغان سۈنۈقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە تارتىلىدىغان كۈچ بىلەن ئېسىلىدىغان ئېغىرلىق ۋە بوغۇمنىڭ تۇرۇش ھالىتىگە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

بوغۇمنىڭ يېرىم پالەچلىك ھالىتىنى داۋالاشتا ئۇبھەل (ئارچا مېۋىسى)، قارىغاي مېۋىسى، ھېلىلە، بەلىلە ۋە موزا قاتارلىق قابىز (قورۇغۇچى) ۋە ئۇچۇچان (لەتىف ياكى پۇراقلىق) دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: ئۇبھەل (ئارچا مېۋىسى)، قارىغاي مېۋىسى، زەپەر، مۇرمەككى، راسەن (زەنجىۋىل شامى)، دارچىن ۋە ئاقاقىيالاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ تالقانلاپ، ئېگىر قاينىتىلمىسىدا يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسە ناھايىتى ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

ئۇزۇم تېلى كۈلىنى دۇمبە ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەلئى پوستى بىلەن زىمادا تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا سۈنۈقنى تۇتۇرۇشقا ۋە بوغۇملارنى چىڭىتىشقا ھەم پالەچلىككە سىرتىدىن ئىشلىتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

غەيرىي تۇتۇپ قالغان سۈنۈقنى ياشلاپ تېڭىش

ئورنىدىن قوزغالغان سۈنۈقنى ۋاقتىدا ۋە توغرا بىر تەرەپ قىلماسلىق ياكى ۋاقتىدا بىر تەرەپ قىلغان بولسىمۇ، لېكىن سۈنغان سۈنۈقنىڭ ئىككى ئۇچى ئۆزئارا ئۆتۈشۈپ كېتىش بىلەن بىرگە، ئارىلىقى يىراقلىشىپ كېتىش قاتارلىق مەسىلىلەر توغرا بىر تەرەپ قىلىنماسلىقتىن خاتا تۇتۇپ مۇچىنىڭ ئۇزۇنلۇقى بىلەن مۇچىنىڭ ھەرىكىتىگە ۋە گۈزەللىكىگە تەسىر يېتىشى سۈنۈقنىڭ غەيرىي تۇتۇشى، دەپ ئاتىلىدۇ. سۈنۈقنىڭ مۇشۇ خىل غەيرىي تۇتۇپ قېلىشىنى سىرتىدىن دورا ئىشلىتىش ئارقىلىق قېتىشقان تىرىگۈچى ماددىنى يۇمشىتىپ ياكى قايتىدىن سۈندۈرۈپ، يېڭىۋاشتىن ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىش ياشلاپ تېڭىش، دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ يەردە شۇنى ئەسكەرتىمىزكى، ئورنىدىن

قوزغالغان ئىككى سۆڭەك ئۇچىنى بەزىدە ئۇدۇلمۇئۇدۇل ئورنىغا كەلتۈرگىلى بولىدۇ. بەزىدە ئۇدۇللاشتۇرۇش تەس بولىدۇ. مۇنداق ئەھۋالدا سۇنغان سۆڭەك ئىككى ئۇچىنىڭ يېرىمى ئۇدۇل كېلىپ يېرىمى ئۇدۇل كەلمىسە ياكى تولۇق ئۇدۇللاشتۇرۇشقا كۆچىگەندە يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ تېخىمۇ كۆپرەك زەخمىلىنىش ئېھتىمالى بارلار بىلەن يارىدارنىڭ ئاغرىق ئازابىنى كۆچەيتىۋېتىش ئېھتىمالى بولغانلاردا سۇنغان سۆڭەكنىڭ يېرىمى ئۇدۇللىشىپ مۇچىلەرنىڭ ئۇزۇنلۇقى ئەسلىگە كېلىپ ھەرىكىتىگە چوڭ تەسىر قىلمىسا بولدى قىلىشقا بولىدۇ. چۈنكى سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ ئۇدۇللاشمىغان قىسمى سۇنۇقنى تۇتاشتۇرغۇچى تىرىگۈچى ماددا ئارقىلىق ئۇدۇللاشتۇرۇپ تۇتۇپ كېتىدۇ.

غەيرىي تۇتۇپ قالغان سۇنۇقنى ياشلاپ تېڭىش ئۇسۇلى

(1) جاراھەتلىنىش ياكى يەرلىك ئورۇننىڭ يۇقۇملىنىشىدىن پەيدا بولغان يۇقۇملىنىش (مەسىلەن: چىيقان ۋە غەلۋىرەك قاتارلىق) لاردا ئىششىقنى ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىدىغان نۇسخىلار ئىشلىتىلسە، سۇنۇقنى ياشلاپ تېڭىشقا بەلگىلىك ئۇنۇم بېرىدۇ.

(2) خورما، دۇمبە ياغ ۋە كۈنجۈت يېغى لېيى (دۇغى) دىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، خورمىنى ئېزىپ، دۇمبە ياغ بىلەن كۈنجۈت لېيىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(3) دۇمبە ياغ چىگىردىكى، پىستە مېغىزى، بادام مېغىزى ۋە چىگىت مېغىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، چىگىردەك بىلەن مېغىزلارنى يۇمشاق ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئىسسىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا قېلىن چېپىپ بېرىلىدۇ.

(4) ئابدىمىلىك مېغىزى بىر ھەسسە، كالا يېغى يېرىم ھەسسە ۋە ھەسەل ھەسسە. ئابدىمىلىكنى يۇمشاق ئېزىپ ئېرىتىلگەن كالا يېغى بىلەن ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق پېتى قېلىن چېپىلىدۇ.

(5) سوغۇق مىجەزلىك كىشىلەردە يۇقىرىقى نۇسخىلارغا سەكبىنەج، جاۋاشىر ياكى پارپا (جەدۋار) ياكى بولمىسا قۇندۇز قەھرىلەرنىڭ بىر خىلى مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇلسا ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

(6) سۇتتە پىشۇرۇلغان شۇمشا، زىغىر لېيى، كۈنجۈت يېغى لېيى ۋە دۇمبە ياغلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئىسسىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلىدۇ ياكى يۇقىرىقى تەركىبلەرگە سىركە بىلەن ئوشاق قوشۇلسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا يۇقىرىقى دورىلارنىڭ بىر نەچچە خىلىنى قاينىتىپ، ئىسسىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا بىرەر سائەت قويسىمۇ ۋە ياكى يەرلىك ئورۇننى بىرەر سائەت ۋاننا قىلىپ (قايناتما ئىسسىق ھالىتىنى ساقلىشى كېرەك)، ئۇنىڭدىن كېيىن ياشلاپ تېڭىشقا ئىشلىتىدىغان دورا مەلھەملىرى سۈركەلسىمۇ بولىدۇ (مۇشۇنداق قىلغاندا ئۇنۇمى تېخىمۇ

ياخشى بولىدۇ).

(7) شۇمشا لوئابى، زىغىر لوئابى، ئەگرىسۇناي ئۇرۇقى لوئابى، لادەن، ئوشۇق، ھۆل زۇپا، ئۆردەك يېغى، مۇقەل، بىھروزە، كالا يىلىكى ۋە سەۋسەن يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇلىدىغان دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، سەۋسەن يېغى، ئۆردەك يېغى ۋە كالا يىلىكى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق پېتى قېلىنراق چېپىلىدۇ.

(8) كونا زەيتۇن يېغى 600 مىللىلىتىر، سەۋسەن يېغى 150 مىللىلىتىر، مىئە سائىلە 75 گرام، سېرىق موم 150 گرام، ئىلكولىبەتەم 50 گرام، بۇغا يىلىكى 100 گرام. مومنى ياغلاردا ئېرىتىپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ. بۇ نۇسخىنىڭ تەسىرى كۈچلۈك.

(9) قېتىق ۋە يۇمشاق ئېزىلگەن پىيازدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا قېلىن چېپىلىدۇ.

(10) چاۋا ياغ، يىلىك، پىننە، جاۋاشىر، ئوشۇق، مۇقەللەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ تالقانلىنىدىغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ياغ بىلەن يىلىككە ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

يۇقىرىقى نۇسخىلارنىڭ بىرىنى سىرتىدىن چېپىپ ئىچىدىن سېرىقماغ يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ. يۇقىرىدىكى مەلھەملەرنى قېلىن سۇركەپ ئاپتاپقا ياكى ئوتقا بىر مەزگىل قاقلاپ بولغاندىن كېيىن قېلىنراق قىلىپ تېڭىۋېتىلىدۇ. سۇنۇقنى تىرىگۈچى ماددا دوشبەن يۇمشاپ، غەيرىي تۇتۇۋالغان سۆڭەك ئۇچى بوشىغاندا يارىدار يەرلىك ئورۇندا ئاغرىق پەيدا بولغانلىقىنى ھېس قىلىدۇ. بەزى يارىدارلاردا ئاغرىق كۈچەيمىشى مۇمكىن. قول بىلەن مىدىرلاتقاندا ياشلانغان سۇنۇقنىڭ قىمىرلىغانلىقى قولغا بىلىنىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل بىر نەچچە كۈندىن بىرەر ھەپتىلەرگىچە قوللىنىلىدۇ. سۇنۇقنىڭ غەيرىي تۇتقان ئورنى يۇمشىغاندىن كېيىن، ئورنىدىن قوزغالغان يېپىق سۇنۇقنى قارىمۇقارشى تەرەپكە تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈپ تاڭغانغا ئوخشاش ئۇسۇل بىلەن تېڭىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىدىكى ئۇسۇللارنى ھەپتە - ئون كۈن ئىشلەتكەندىن كېيىنمۇ يۇمشاش ئەھۋالى كۆرۈلمىسە، دەستىكار (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلىنى قوللىنىپ، قېتىۋالغان دوشبەننى ئاجرىتىش ئارقىلىق غەيرىي تۇتقان سۇنۇقنى سۇندۇرۇپ رۇسلاپ جايىغا كەلتۈرۈلىدۇ ۋە گۆشلەر بىلەن تېرىنى قاتلام بويىچە تېڭىپ يېپىق سۇنۇققا ئايلاندۇرغاندىن كېيىن، ئوچۇق سۇنۇقنى تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن تېڭىپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ.

ئوچۇق سۇنۇقنىڭ يۇقۇملىنىپ قىزىتما پەيدا بولۇشىغا قارىتا چارە قىلىش

ئوچۇق سۇنۇقنىڭ كۆپچىلىكىدە جاراھەت چاڭ ـ توزان ۋە ئەخلەت ـ چاۋالار بىلەن بۇلغانغانلىقى ئۈچۈن ئاسانلا يىرىڭلاپ قالىدۇ. ھەتتا يىرىڭلاش گۆش قاتلىمى بىلەن سۆڭەك يىلىكىگىچە يېتىپ بېرىپ گۆشلەر بىلەن سۆڭەكنى چىرىتىدۇ ۋە قىزىتما پەيدا بولۇپ، بىر تەرەپتىن يارىدارنىڭ ئازابىنى ئېغىرلاشتۇرسا، يەنە بىر تەرەپتىن سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىغا كاشىلا يەتكۈزىدۇ. ئەگەر چارە قىلىش مۇۋاپىق بولمىسا، شۇ مۇچە كېسىپ تاشلىنىپ مېيىپ بولۇپ قېلىشى مۇمكىن. ھەتتا ھاياتقا خەۋپ كەلتۈرۈشى مۇمكىن. شۇڭلاشقا ھەر قانداق ئوچۇق سۇنۇق ۋاقتىدا ۋە توغرا بىر تەرەپ قىلىنىشى كېرەك. ئەگەر يارىدار كېچىكىپ داۋالانغان ياكى داۋالاشقا سەل قاراشتىنمۇ جاراھەت يىرىڭلاپ يارىدارداقىزىتما پەيدا بولسا، كېچىكتۈرمەستىن ئۇنۇملۇك چارە قىلىش كېرەك. مۇنداق ئەھۋال كۆرۈلگەندە، يارىدارغا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن غىزالار بېرىلىدۇ. بىراق يارىدارغا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن غىزالار بېرىلسە سۇنغان ئورۇندىكى ئاغرىقنى كۈچەيتىپلا قالماستىن، بەلكى سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىغا كاشىلا قىلىدۇ ياكى تۇتاشقان سۇنۇق قايتىدىن بۇزۇلۇشى مۇمكىن. شۇنداقتىمۇ يىرىڭلاش بىلەن قىزىتمىغا قارىتا ئۇنۇملۇك چارە قىلىشنى كېچىكتۈرمەسلىك كېرەك. يىرىڭلاش تىزگىنلىنىپ قىزىتما پەسەيگەندىن كېيىن، بىر تەرەپتىن، جاراھەتتە گۆش ئۇندۇرۇپ جاراھەتنى پۈتتۈرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلسە، يەنە بىر تەرەپتىن سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلىتىدىغان دورىلار بىلەن غىزالار بېرىلىدۇ. يارىداردىكى قىزىتمىغا چارە قىلىشتا ئالدىنقى قەسمىدىكى يۇقۇملىنىش بابىدا كۆرسىتىلگەن نۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ياتاق يارىسى

ياتاق يارىسى كۆپىنچە ياشانغانلار بىلەن تېنى ئاجىز ۋە ئورۇق ياشلاردىكى ساقىيىشى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كەتكەن سۇنۇقلار، ئومۇرتقا سۇنۇقىغا قوشۇلۇپ كەلگەن پالەچلەرنىڭ كۇتۇشى ياخشى بولمىغانلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. ياتاق يارىسى پەيدا بولغۇچىلارغا قىلىنىدىغان چارە بىرىنچى قەسمىدا بايان قىلىنغان ياتاق يارىسىغا قىلىنىدىغان چارىلەر بىلەن ئوخشاش.

سۈنۈققا قوشۇلۇپ كەلگەن جىگەر ۋە ئاشقازان ـ ئۇچەي كېسەللىكىنى داۋالاش

ئاشقازان بىلەن ئۇچەي ۋە جىگەردىكى ھەزىمنىڭ ياخشى بولۇشى سۈنۈققىنىڭ تۈتۈشىدا ئىنتايىن مۇھىم. چۈنكى سۈنۈققىنىڭ تۈتۈشىدا ئىنتايىن مۇھىم ھېسابلىنىدىغان ئىچكى مۇھىت ـ خىلىتلار بىلەن سۈنۈققىنىڭ تۈتۈشىدا مۇھىم بولغان تىرىگۈچى (دوشبەن) سۈيۇقلۇقنىڭ ھاسىل بولۇشى، ئۈيۇشى ۋە ئۇنىڭ قېتىشىدا كەم بولسا بولمايدىغان ماددىلارنىڭ ھەممىسى ئاشقازان بىلەن ئۇچەي ۋە جىگەردىكى ھەزىمگە باغلىق. ئەگەر ئاشقازان ـ ئۇچەي بىلەن جىگەردىكى ھەزىم ياخشى بولسا، سۈنۈققىنى تۈتتۈرىدىغان ئىچكى مۇھىت نورمال بولۇپ، تىرىگۈچى سۈيۇقلۇق يېتەرلىك مىقدارىدا ھاسىل بولىدۇ ۋە ئۇ تىرىگۈچى سۈيۇقلۇقنىڭ ئۈيۇشى بىلەن قېتىش سۈرئىتى تېزرەك بولىدۇ. ئەگەر ئاشقازان ـ ئۇچەي بىلەن جىگەردىكى ھەزىم ياخشى بولمىسا يۇقىرىقىنىڭ ئەكسى بولىدۇ. شۇڭلاشقا، سۈنۈققىنى داۋالاش جەريانىدا ئاشقازان ـ ئۇچەي بىلەن جىگەرنىڭ ھەزىم قىلىش ئىقتىدارىغا ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈپ، ئىشتىھا ياخشى بولماسلىقنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ھەزىم ياخشى بولماسلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلگەندە دەرھال مۇۋاپىق چارە قىلىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاشقازان ـ ئۇچەي بىلەن جىگەر كېسەللىكىگە قارىتا ئالاقىدار قىسىملاردا كۆرسىتىلگەن چارىلەردىن باشقا تۆۋەندىكى چارىلەر قىلىنىدۇ:

ئاشقازان ـ ئۇچەي كېسەللىكىگە قارىتا تازىلاپ پىشۇرۇلغان ئالما 150 گرام، قىزىلگۈل 30 گرام، مەستىكى رۇمى، ئاس يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ)، سۇمبۇل ۋە قارىغاي مېۋىسى ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ۋە قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئاشقازان ساھەسىگە سۈركەپ بېرىلىدۇ ۋە ئىچىدىن ئىچىشكە سىركەنجۇبىل ئاددىي بېرىلىدۇ ياكى تەركىبىگە كەھرىۋا بىلەن بىخ مارجان (شاخ مارجان) لار قوشۇلغان مۇرەككەپ سىركەنجۇبىل ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەگەر جىگەر خىزمىتى ياخشى بولمىسا، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قىزىلگۈل ۋە بىنەپشە تالقىنىنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام، ئارپا ئۇنى توققۇز گرام، زەپەر ئۇچ گرام، كاۋۇردىن 1.5 گرام ئېلىپ، گۈلاب ۋە گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ سىرتىدىن جىگەر ساھەسىگە چېپىپ، ئىچىدىن سۇفۇپى رەۋەننى سىركە سىركەنجۇبىل شەربىتىگە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سۇفۇپى رەۋەننىڭ تەركىبى: رەۋەن چىنى، رۇناس ھەر بىرىدىن 30

گرام، يۇيۇلغان لوك، تاباشىر ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ سوقۇپ، قېيلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈندە ئۈچ گرامدىن سىركە سىركەنجۈبىل شەربىتى ۋە گۈل ئۈسارىلار بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەگەر بىمارىدا پۈتۈن بەدەنده ياكى يەرلىك ئورۇندا ھارارەت بولمىسا مۇنۇ نۇسخا ئىشلىتىلىدۇ: قىزىلگۈل 15 گرام، سۈمبۈل، مەستىكى، دارچىن، ئاس (ياكى ئامۇت) يوپۇرمىقى ۋە لادەنلەرنىڭ ھەر بىرىدىن ئالته گرام ئېلىپ سوقۇپ، قېيلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، لادەننى ئاق لەيلىگۈلى يېغىدا ئېرىتىپ، ئۈستىگە تالقانلانغان دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە چېپىلىدۇ. ئىچىدىن مەجۇنى مەسىرىدىتۇسنى رەۋەن ياكى تەرەنجىبىن بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ (يۇقىرىقى نۇسخىلار سىناقتىن ئۆتكەن).

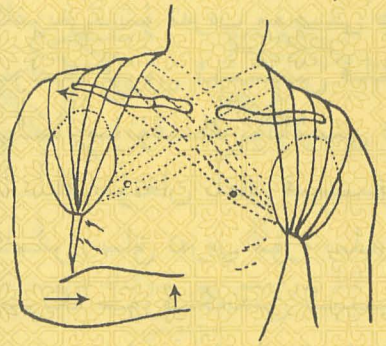
هەرقايسى قىسىمدىكى كۆپ ئۇچرايدىغان سۈنۈقلار ۋە ئۇنىڭ داۋاسى

يۇقىرىقى مۇچە سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى

ئوقۇرەك سۆڭىكىنىڭ سۈنۈقى

ئوقۇرەك سۆڭىكى كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا ئالقان ياكى جەينەك، ئۇنىڭدىن قالسا مۇرە بالدۇر يەرگە تېگىش ياكى مۇرىگە بىۋاستە زەربە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. كۆپىنچە ئوقۇرەك سۆڭىكىنىڭ سىرتقى تەرىپى، ئۇنىڭدىن قالسا ئوتتۇرىسىنىڭ كەسمە سۈنۈقى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. سۈنغان ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ ۋە سۆڭەكنىڭ سۈنغان ئورنى بىلەن سۈنۈقنىڭ ئورنىدىن قوزغالغانلىق ئەھۋالىنى قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى ھەمدە غەيرىي ھەرىكەتنى (يالغان بوغۇمنى) بايقىغىلى بولىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا ئوقۇرەك سۆڭىكى سۈنغان يارىدارنىڭ بېشى ئوقۇرەك سۆڭەك سۈنغان تەرەپكە، تۆۋەن ئېڭىكى ساق (سۈنمىغان) تەرەپكە قىيسىيىدۇ. ساق تەرەپ قولى بىلەن سۈنغان تەرەپ جەينىكىنى كۆتۈرۈۋالىدۇ. لېكىن سۈنغان تەرەپ مۇرە پەس، ساق تەرەپ مۇرە ئېگىزرەك تۇسىنى ئالىدۇ.

ئوقۇرەك سۆڭەك سۈنۈقىنى داۋالاشتا، يارىدارنى يۆلەنچۈكى يوق ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزۇپ، تېڭىتچى بىر پۇتىنى ئورۇندۇققا قويۇپ، تىزىنى يارىدارنىڭ ئىككى تاغاق ئوتتۇرىسىغا تىرەپ ئالدى تەرەپكە ئىتتىرىدۇ. ئىككى قولىنى يارىدارنىڭ ئوك ۋە سول مۇرىسىگە قويۇپ ئالدى تەرىپىگە تارتىدۇ ۋە بۇ ھەرىكەتكە بىرلەشتۈرۈپ، يارىدار كۆكرىكىنى ئالدىغا چىقىرىشقا ئىلھاملاندۇرۇلىدۇ. مۇشۇ ھەرىكەتلەر توغرا ئېلىپ بېرىلسا ئورۇندىن قوزغىلىپ ئۆتۈشكەن سۆڭەك ئۇچى ئارقىسىغا يانىدۇ ۋە باش بارماق يارىدىمى بىلەن سۈنغان سۆڭەكنىڭ ئىككى ئۇچىنى ئۇدۇللاشتۇرۇپ ھىملاشتۇرىدۇ ۋە تىزى بىلەن ئىتتىرىپ مۇرىسىنى ئارقىغا تارتىش مەشغۇلىيىتى توختىتىلىدۇ. بەزىدە ئاساسەن ئۇدۇللاشسىلا بولدى قىلسىمۇ بولىدۇ. سۈنۈقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلىتىدىغان سۇركەلمىلەرنى سۇركەيدۇ.



2.2 ـ رەسىم. ئوك تەرەپ ئۇقرەك سۆڭىكى سۈنۈشىنى گىرەلەشتۈرۈپ تېڭىش

گەندىن كېيىن، ئىككى قولتۇققا قېلىن پاختا قويۇپ كۆكرەكنى ئالدىغا چىقارغان قىياپىتى بىلەن ئىككى مۇرىنىڭ سىرتقى تەرىپىدىن گىرەلەشتۈرۈپ قوش چەمبىرەك شەكلىدە تېڭىلىدۇ (2.2 ـ رەسىم).

سۇنۇق ئۇچىنىڭ قايتا ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن سۇنغان تەرەپ يەلكە گەۋدىگە (كۆكرەككە) يېقىنلاشتۇرۇپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئوقۇرەك سۆڭەكنى تېڭىشتا تارشا ياكى تاختاي قويۇلمايدۇ. سۇنۇقنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدىغان سۈركەلمىلەرنى يەرلىك ئورۇندىكى تېرە بىلەن تېڭىق ماتېرىيالىنىڭ سۇنۇق ئۈستىدە تۇرىدىغان قىسمىغىلا قېلىنراق سۈركەلسە بولىدۇ. ئىششىق ئېغىر بولمىسا، ئىككىنچى قېتىملىق تېڭىق 3 ـ ياكى 4 ـ كۈنى تېڭىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېڭىقلار ھەر ئۈچ ~ تۆت كۈندە بىر ئالماشتۇرۇلسا بولىدۇ. ئەگەر تېڭىق بوشاپ كەتسە ۋاقتىدا چىڭىتىپ تېڭىلىدۇ. بالىلار بىلەن ياشلاردا 20 ~ 25 كۈندە، ئوتتۇرا ياشلىقلاردا 25 ~ 30 كۈندە، ياشانغانلاردا 30 ~ 40 كۈندە سۇنۇق ئاساسەن تۈتۈپ بولىدۇ. تۈتۈپ بولغۇچە بولۇپمۇ تىرىگۈچى مادىدا قاتقۇچە سۇنغان تەرەپنى بېسىپ يېتىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

تاغاق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى

تاغاق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى بىر قەدەر كەمرەك ئۇچرايدۇ. بىراق تاغاق سۆڭىكى بوغۇم چاچكىسى (پوزا سۆڭىكى بېشى بىلەن بوغۇم ھاسىل قىلىدىغان قىسمى) بىلەن مۇرە چوقىسى قىسمەن ئەھۋاللاردا قوش تۇمشۇقى قىسمىدا سۇنۇق ئۇچرايدۇ. بەزىدە تاغاق سۆڭىكى تېنى سۇنۇشى مۇمكىن. كۆپ ھاللاردا كىشىلەر يىقىلغاندا ئالقان ياكى جەينەك بالدۇر يەرگە تەگكەندە ياكى بىۋاستە زەربە تاغاق سۆڭىكىگە تەسىر قىلىشتىن سۇنىدۇ. ئورنىدىن قوزغالمايدۇ ياكى ئورنىدىن قوزغىلىش كەم ئۇچرايدۇ. ئاساسىي ئالامىتى ئاغرىش، شۇ تەرەپ مۇچىنى ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىق كۈچىيىش، باسقاندا ئاغرىش ۋە يەرلىك ئورۇن ئىششىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا، سۇنۇقنىڭ تۈتۈشىنى تېزلىتىدىغان سۈركەلمىلەرنى تېرە بىلەن تېڭىق ماتېرىيالىنىڭ سۇنغان تاغاق قىسمىغا قېلىنراق سۈركەپ، سۇنغان تەرەپ قولتۇق بىلەن مۇرىنى ئاساس، ساق تەرەپ مۇرە بىلەن قولتۇق قوشۇمچە قىلىپ تېڭىلىدۇ ياكى سۈركەلمىلەرنى تېرىگە سۈركىگەندىن كېيىن بىر قانچە قەۋەت تېڭىق ماتېرىيالىنى سۈركەلمىلەرگە قېنىق مىلەپ سۇنغان ئورۇنغا قويۇپ، ئۈستىگە بىر قانچە قەۋەت قۇرۇق تېڭىق ماتېرىيالى قويۇپ مۇقىملاشتۇرغاندىن كېيىن، شۇ تەرەپ جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ، ئۇچ

بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر تاغاق بويىنى بىلەن يەلكە چوقىسى سۇنۇپ ئورنىدىن قوزغالغان بولسا، سۇنغان تەرەپ جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ ۋە ئازراقلا سىرتقا كېرىپ تۇرغان ھالەتتە جەينەك بوغۇمى يۇقىرىغا ئىتتىرىلسە ئورنىغا چۈشىدۇ. ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىنكى تېڭىش بىلەن تېڭىق ئالماشتۇرۇش ۋە سۇنۇقنىڭ تۇتۇش ۋاقتى ئوقۇرەك سۆڭەك سۇنۇقى بىلەن ئاساسەن ئوخشاپ كېتىدۇ. تاغاق سۇنۇقىدا، ئەگەر ياخشىسى ساق تەرەپ يېنىنى بېسىپ يېتىشى، سۇنۇق تەرەپ يېنى بىلەن ئوڭدا يېتىشىتىن ساقلىنىشى كېرەك.

پوزا سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى

پوزا سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى بىر قەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ. پوزا سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى پوزا سۆڭەك بوينىنىڭ سۇنۇشى، تېنىنىڭ سۇنۇشى ۋە تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشى دېگەن تۈرلەرگە بۆلۈنۈپ، كەسمە سۇنۇق شەكلى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. قىيسىق سۇنۇق بىلەن بۇرغىسىمان سۇنۇق سۇنۇق بىر قەدەر كەمرەك ئۇچرايدۇ. كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا ئالقىنى بىلەن جەينىكى بالدۇر يەرگە تېگىش ياكى زەربىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن سۇنۇق پەيدا بولىدۇ.

پوزا سۆڭەك بوينى سۇنۇش

بۇ خىلدىكى سۇنۇقتا پوزىنىڭ ئۈستى بىلەن قولتۇق قىسمى قاتتىق ئاغرىيدۇ. قولتۇق بىلەن پوزا ئىششىيدۇ ۋە كۆكىرىدۇ. شۇ تەرەپ پوزا ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ ۋە ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىق كۈچىيىدۇ. ئەگەر سۇنغان سۇنۇق ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا، سۇنغان تەرەپ ساق تەرەپكە قارىغاندا قىسقىرايدۇ. قولتۇقتىن سۇنغان سۆڭەكنىڭ تۆۋەن ئۇچىنى تۈتۈپ بىلگىلى بولىدۇ. بىر قول بىلەن پوزا سۆڭەك بېشىنى تۈتۈپ تۇرۇپ، ئىككىنچى قول بىلەن قولتۇق ئاستىدىن پوزا سۆڭەكنىڭ تېنىدىن تۈتۈپ ئىچىگە ۋە سىرتىغا يېنىك تولغىغاندا، پوزا سۆڭىكى سۆڭەك تېنىغا ئەگىشىپ ھەرىكەت قىلمىغانلىقى بىلىنىدۇ، بەزىدە پوزا سىرتقا كېرىلگەن تۇسنى ئالسا بەزىدە ئىچىگە يىغىلغان تۇسنى ئالىدۇ. (3.2 ـ رەسىم).

A B

3.2 ـ رەسىم. پوزا سۆڭەك بوينىنىڭ سۇنۇشى.

A: سىرتقى كېرىلگەن تىپى

B: ئىچىگە يىغىلغان تىپى

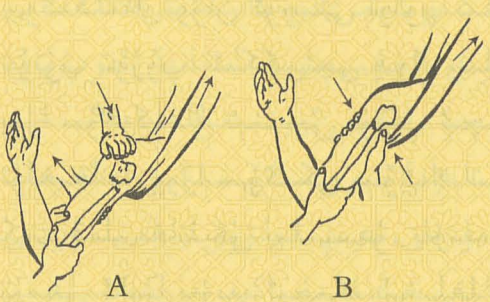
بەزىدە يەلكە بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىرگە كېلىدۇ، بەزىدە قولتۇق نېرۋىسى بىلەن قان تومۇرلار زەخىملىنىشى

مۇمكىن. بەزىدە زەخمىلەنگەن گۆش پارچىسى سۆنۈق ئۇچى ئارىلىقىغا قىستۇرۇلۇۋېلىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش بىلەن سۆنۈقنىڭ تۈتۈشىغا كاشىلا قىلىشى مۇمكىن.

داۋالاشتا، ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا ياكى ئورنىدىن قوزغالغان بولسىمۇ، لېكىن قوزغىلىش بىلەن ئىششىش يېنىكرەك بولسا (بۇ خىلنى ئورنىغا چۈشۈرمىسىمۇ بولىدۇ)، سۆنگان سۆنۈق دائىرىسىگە سۆنۈقنىڭ تۈتۈشىنى تېزلەتكۈچى سۈركەلمىلەرنى سۈركەشتىن سىرت، تېڭىق ماتېرىيالنى سۈركەلمىلەرگە مىلەپ قولتۇققا قېيىن پاختا قويۇپ، شۇ تەرەپ قولتۇق بىلەن مۇرە ۋە پوزىنى قوشۇپ، كۆكرەك ۋە دۈمبە بىلەن قارشى تەرەپ قولتۇق ئاستىدىن ئايلاندۇرۇپ (قارشى تەرەپ قولتۇققا پاختا قويۇلىدۇ) تېڭىپ بولغاندىن كېيىن، پوزا سۆڭىكىنىڭ ئالدى، سىرتى ۋە ئارقا تەرىپىگە ئۇزۇنراق، قولتۇق تەرىپىگە قىسقىراق نېپىز تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ ۋە جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ، ئۇچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ.

ئەگەر ئورنىدىن قوزغالغان، لېكىن ئىششىق ئېغىر بولمىسا ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ: يارىدارنى تارتىراق چاپىغا (كارىۋاتقا) ئوڭدىسىغا يانقۇزۇپ، بىرىنچى يارەمچى يارىدارنىڭ سۆنگان تەرەپ قولتۇقىدىن ئۆتكۈزۈلگەن بەلباغدىن تۇتۇپ ئىچكى يۇقىرىغا قارىتىپ بىر خىل تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. ئىككىنچى يارەمچى سۆنگان جەينەكتىن تۇتۇپ جەينەكنى ئەگگەن ۋە سىرتقا كەرگەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ، سىرتقى تۆۋەن تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ.

سۆنۈق ئۇچى ئاجرالغاندىن كېيىن تېڭىقچى بىر قولى بىلەن سۆنگان تەرەپ پوزا سۆڭىكىنىڭ قولتۇق قىسمىدىن قامالالاپ تۇتۇپ سىرتقى تەرەپكە (ئۆزى تۇرغان تەرەپكە) تارتىپ، يەنە بىر قولى بىلەن پوزا سۆڭىكىنىڭ تۆۋەن قىسمىدىن قامالالاپ تۇتۇپ ئىچكى تۆۋەن قىسمىغا بېسىپ، قولتۇق قىسمىدىكى قولىنىڭ باش بارمىقى بىلەن قالغان تۆت بارماقنى ئىشقا سېلىپ باسسا سۆنۈق ئورنىغا چۈشىدۇ. (2 ـ 4 سۈرەت).



4.2 ـ رەسىم. پوزا سۆڭەك بوينىنىڭ ئورنىدىن قوزغالغان سۆنۈقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى

A: تارتىش بىلەن بېسىش ئۇسۇلى.

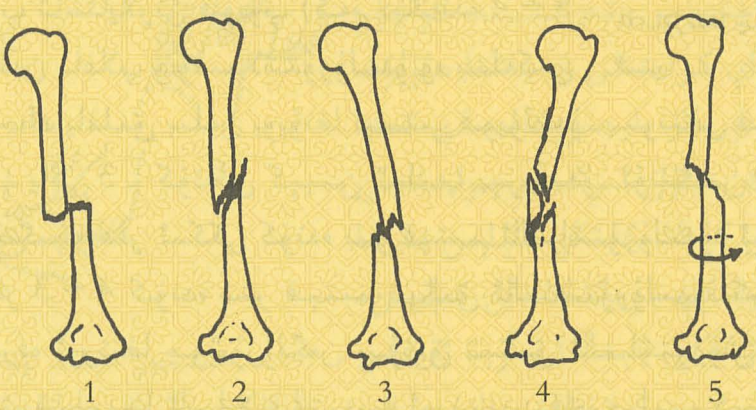
B: ھىملاشتۇرۇش ئۇسۇلى

ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىنكى تېڭىش ئۇسۇلى ئورنىدىن قوزغالمىغان سۆنۈقنىڭ تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش. پوزا بوغۇمىنىڭ قېتىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن بىرىنچى قېتىملىق تېڭىقنى تېڭىپ ھەپتە ـ ئون كۈنلەردىن كېيىن، يەلكە بوغۇمىنى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىشقا بولىدۇ. چۈنكى ئورنىغا چۈ-

شۇرۇلگەندىن كېيىن قايتا ئورنىدىن قوزغىلىش كەم ئۇچرايدۇ. ئەگەر ئىششىق ئېغىر-راق بولسا، بىر نەچچە كۈن ئىششىقنى ياندۇرىدىغان جىغاتمىلار بىلەن سۈركەلمىلەرنى ئىشلىتىپ، ئىششىق ئاساسەن يانغاندىن كېيىن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. بۇ خىل سۇنۇقتا ئورنىغا چۈشۈرگۈچە ئاغرىق قاتتىقراق بولىدۇ. شۇڭلاشقا تېڭىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش-تىن بىر سائەت ئىلگىرى مەجۇنى بەرشىشا قاتارلىق ئاغرىقنى توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇر-غۇچى دورىلاردىن يېتەرلىك مىقداردا ئىچىشكە بېرىپ، بىرەر سائەتتىن كېيىن ئورنىغا چۈشۈرۈش مەشغۇلىيىتى ئېلىپ بېرىلىدۇ.

پوزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى

پوزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى كۆپ ئۇچرايدۇ. ئادەملەر يىقىلغاندا ئالدىنى بالدۇر يەرگە تېگىشتىن ياكى زەردابىنىڭ بۇزۇلۇشى تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ. سۇنۇقنىڭ شەكلى ھەر خىل بولىدۇ (5.2 ـ رەسىم).



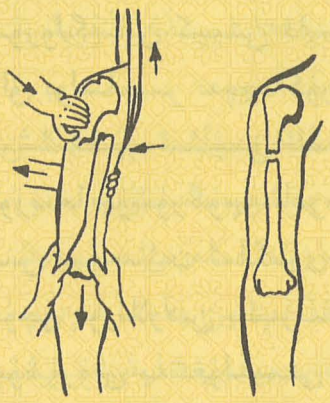
5.2 ـ رەسىم. پوزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇق شەكىللىرى

(1) كەسمە سۇنۇق (2) قىيسىق سۇنۇق (3) چىشلىق قىيسىق سۇنۇق (4) پارچىلانغان سۇنۇق (5) بۇرغىسىمان سۇنۇق

پوزا سۆڭەك تېنى سۇنغاندا سۇنغان ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ، غەيرىي تۈس پەيدا بولىدۇ. ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ. مۇچىنىڭ ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. ئەگەر سۇنۇق ئۇچى ئورنىدىن قوزغالسا پوزا قىسقىرايدۇ. سۇنۇق تۇپەيلىدىن بىلەك نېرۋىسى زەخمىلەنگەن بولسا، باش بارماقنى سىرتقا كېرىش بىلەن تۇزلەش كاشىلىغا ئۇچرايدۇ.

پوزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشىدا ئاسانلا ئورنىدىن قوزغىلىدۇ. ئورنىدىن قوزغالمى-غان ياكى ئاساسەن قوزغالمىغان سۇنۇقمۇ ئۇچرايدۇ. سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا، ياردارنى كارىۋاتقا ئوڭدا ياتقۇزۇپ، بىرىنچى ياردەمچى بەلباغنى سۇنغان تەرەپ قولتۇقتىن ئۆتكۈزۈپ، ياردارنىڭ باش تەرىپىگە قارىتىپ تۈز سىزىق بويىچە

تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. ئىككىنچى ياردەمچى پوزىنىڭ تۆۋىنىدىن قاماللاپ تۇتۇپ، ئۆزى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولىنى ئىشقا سېلىپ قولى بىلەن سۇنۇقنىڭ يۇقىرى - تۆۋەن ئۇچى تەرەپتىن تۇتۇپ ئىككى ياندىن ئىتتىرىش، تارتىش، ئالدى - ئارقىدىن بېسىش ۋە كۆتۈرۈش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىش ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرىدۇ (6.2 - رەسىم).



A B

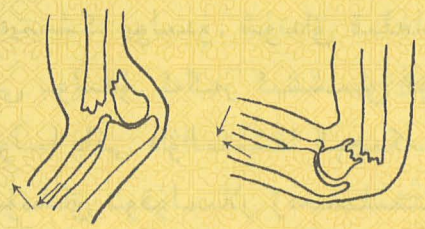
6.2 - رەسىم. پوزا سۆڭەك تېنىنىڭ ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش
A: ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى
B: ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولۇنغان ھالىتى

سۇنغان سۇنۇقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن، يەرلىك ئورۇنغا سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلىتىدىغان جىغاتما بىلەن سۇركەلمىلەرنى سۇركەپ، قائىدە بويىچە ھۆل تېڭىلىدۇ ۋە پوزىنىڭ ئالدى، ئارقا ۋە يان تەرەپلىرىگە ئايلاندۇرۇپ تاختايلارنى قويۇپ (كەم دېگەندە 4 ~ 5 تال) بوغقۇچ بىلەن باغلاپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ ۋە بىلەكنى ئېگىپ ئۇچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. بىرىنچى قېتىملىق تېڭىق ئالماشتۇرۇش 2 - ياكى 3 - كۈندىن كېيىن ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېڭىق ھەپتە ~ ئون كۈنگىچە ھەر ئىككى كۈندە بىر قېتىم ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئىككى ھەپتىلەردىن كېيىن ھەر 3 ~ 4 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. گۆشلەر تەرەققىي قىلغان كىشىلەردە ئورنىغا چۈشۈرۈلگەن سۇنۇق تېڭىق ئالماشتۇرۇش جەريانىدا سەللا ئېھتىياتسىزلىق قىلىنسا ئاسانلا قايتىدىن ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىدۇ. شۇڭلاشقا تېڭىق ئالماشتۇرۇش مەزگىلىدە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. يەلكە بوغۇمى بىلەن جەينەك بوغۇمىنىڭ قېتىۋېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن بالدۇرراق يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىلىدۇ. سۇنۇقنى تېڭىپ، بىرەر ئايدىن كېيىن سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئاساسەن تۇتۇپ بولىدۇ.

پوزا سۆڭىكىنىڭ تۆۋەن ئۇچى سۇنۇش

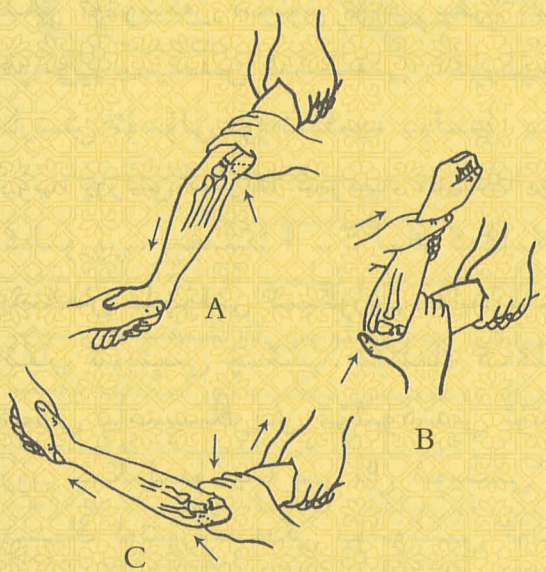
بۇ خىلدىكى سۇنۇق جەينەك بوغۇمىغا يېقىن بولۇپ، كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا ئالقان بالدۇر يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. بالىلار بىلەن ئۆسمۈرلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. جەينەك قىسمى ئاغرىيدۇ ۋە ئىششىيدۇ. جەينەك بوغۇمى يېرىم ئېگىلگەن تۇسنى ئېلىپ ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. جەينەك بوغۇم ئۇستىدە ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ ۋە سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنى تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ (7.2 - رەسىم).

داۋالاشتا، ياردارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ بىلەكنى تۇزلەپ، بىر ياردەمچى پوزىدىن، ئىككىنچى



7.2 ـ رەسىم. پوزا سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىنىڭ سۇنۇشى

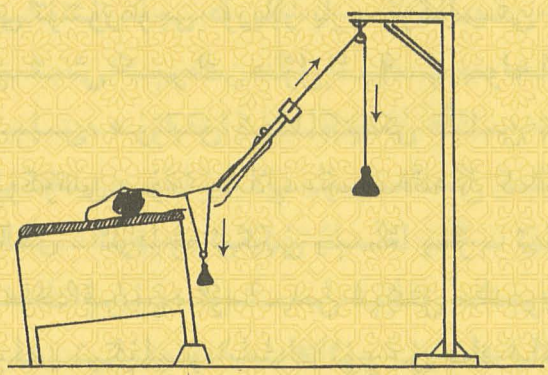
چى يارەمچى يارىدارنىڭ قولىدىن تۇتۇپ قارىمۇقارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىپ سۇنۇق ئۇچى ئۆزئارا يىراقلاشتۇرۇلىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولى بىلەن سۇنغان ئورۇننى مەجبۇرىي ھېسسىياتى ئارقىلىق سۇنۇق ئۇچى ئودۇللاشتۇرۇلىدۇ. يارەمچى بىلەكنى ئالدىنقا ئەگمە سۇنۇق ئۇچى ئورنىغا چۈشىدۇ. (8.2 ـ رەسىم).



8.2 ـ رەسىم. پوزا سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىنىڭ سۇنۇقى
A: تارتىش B: باش بارماق بىلەن سۇنۇقنىڭ يىراق ئۇچىنى ئالدىنقا ئىتتىرىش.
C: جەينەك بوغۇمىنى ئېگىش.

بىلەك تومۇرىنىڭ سوقۇشى نورمال بولسا، جەينەك بوغۇمىنى ئەگكەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ تېرىگە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلەتتىدىغان سۇركەلمىلەرنى سۇركەپ، ئارقىدىن ھۆل تېڭىلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى، تەركىبىدە تۇخۇم ئېقى بىلەن بۇغداي كراخمالى ۋە باشقا سۇنۇقنى تۇتتۇرغۇچى دورىلار بار سۇركەلمىنى ئىشلەتمەك كېرەك. ھۆل تېڭىپ بولغاندىن كېيىن، مۇڭاپىق كەڭلىكتىكى قېلىن تارشا گۈگۈتنى سۇغا چىلاپ يۇمشىغاندىن كېيىن، ئالدى ـ ئارقا ۋە ئىككى يېنىغا بىر ـ ئىككى قەۋەت قويۇپ، ئۈستىدىن تېڭىق ماتېرىيالى بىلەن تېڭىلىدۇ. بىلەك ئۇچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئورنىغا چۈشكەن سۇنۇقنىڭ قايتا ئورنىدىن قوزغىلىشىدىن ساقلىنىشى ئۈچۈن بىرىنچى قېتىملىق تېڭىقتىن ھەپتە ـ ئون كۈندىن كېيىن، ئىككىنچى قېتىملىق تېڭىق ئېلىپ بېرىلغىنى ياخشى. ئۇنىڭدىن كېيىن ئەھۋالغا قاراپ ھەر تۆت ~ بەش كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. بىراق تېڭىق ئالماشتۇرۇش مەشغۇلىيىتى بەك سىلىق بولۇشى كېرەك. ئادەتتە ئىككى ـ ئۈچ ھەپتىلەردىن كېيىن جەينەك بوغۇمىنى يېنىك ھەرىكەتلەندۇرۇپ بېرىلىدۇ. بۇ مەزگىلدىكى تېڭىقمۇ جەينەك بوغۇمىنىڭ يېنىك ھەرىكەتنگە ماسلىشىش لازىم. سۇنۇقنى تېڭىپ بىر ئايدىن كېيىن، تاڭماستىن ئىككى ھەپتىگچە بىلەك ئۈچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. لېكىن جەينەك بوغۇمىنى تۇزلەش ۋە ئېگىش ھەرىكەت دائىرىسى بىلەن قېتىم سانىنى تەدرىجىي كۆ-

پەيتىشكە بولىدۇ. شۇنداق قىلغاندا جەينەك بوغۇمىنىڭ قېتىپ قېلىشىدىن ساقلانغىلى بولىدۇ. ئەگەر ئىشىش ئېغىرراق بولۇپ سۈنۈقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولسا ياكى داۋالىنىشقا كېچىكىپ كەلگەن بولسا، قان تومۇر بىلەن ئەسەب ۋە باشقا يۇمشاق توقۇلمىلار زەخمىلىنىپ، جەينەك بوغۇم ھەرىكىتى كاشىلىغا ئۇچراشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن ئورنىدىن قوزغالغان سۈنۈقنى زورمۇزور قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈشكە كۈچىمەستىن، ئاۋۇال بىرقانچە كۈن ئىشىشق يانغۇچە ئېسىپ تارتىش ئارقىلىق ئۆتۈشكەن سۈنۈق ئۈچى بىر-بىرىدىن يىراقلاشتۇرۇپ ئۇدۇللىنىدۇ. بۇنىڭغا قوشۇپ سىرتىدىن ئىشىشقنى ياندۇرغۇچى سۈركەلمىلەر سۈركەپ بېرىلىدۇ. ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە بولىدۇ: يارىدارنى ئېسىش كارىۋىتىغا ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، پوزىنى سىرتقا كېرىپ، جەينەك بوغۇمىنى تۆتتىن بىر ئۇلۇش ئەگكەن ھالەتكە كەلتۈرۈپ، بېغىشقا 4 ـ 5 لىك كەڭلىكتىكى قېلىنراق لاتا ياكى كۆن ـ خۇرۇمدىن ياسالغان قاپچۇقنى كىيگۈزۈپ، قاپچۇقنىڭ ئىككى يان تەرىپىدىكى بوغۇققا مەزمۇتراق كاناپ شوينىنى چىگىپ، تۆتلىك كەڭلىكىكى تاختىنىڭ يان تۆشۈكىدىن ئۆتكۈزۈپ چىگىلىدۇ. يەنە بىر تال شوينىنى تاختىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى تۆشۈكتىن ئۆتكۈزۈپ ئاسما غالتىكىدىن ئايلاندۇرۇپ ساڭگىلىتىلىدۇ ۋە پوزا سۆڭەك تۆۋەن قىسمىغا يارىدارنىڭ يېشى ۋە گۆشىنىڭ تەرەققىي قىلىشىغا قاراپ ئۇچ يېرىم جىڭدىن يەتتە جىڭغىچە، بېغىشتىن تارتىلغان شوينىغا ئىككى جىڭدىن تۆت جىڭ ئېغىرلىقتىكى تاش ئېسىلىدۇ (9.2 ـ رەسىم).



9.2 ـ رەسىم. پوزا سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىنىڭ سۈنۈشىنى تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش

ئىشىشق ئاساسەن يېنىش بىلەن بىرگە ئۆتۈشكەن سۆڭەكلەر ئاجراپ ئۇدۇللاشقاندىن كېيىن، ئاسقان ئېغىرلىقنى ئېلىۋېتىپ، بىلەكنى تارتقان ھالەتتە تۇرغۇزۇپ تېڭىقچى قولى بىلەن سۈنۈق ئۇچىنى بىر ـ بىرى بىلەن ھىملاشتۇرىدۇ. يارەمچى جەينەك بوغۇمىنى يېرىم ئېگىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېڭىش، تېڭىق ئالماشتۇرۇش ۋە تېڭىقنى ئېلىۋېتىپ، جەينەك بوغۇم ھەرىكىتىنى مەشىق قىلىپ بېرىش پوزا سۆڭەك تېنىنىڭ سۈنۈشى بىلەن ئوخشاش بولىدۇ.

بىلەك سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى

(1) بىلەك سۆڭەك قۇش تۇمشۇقى ئۆسۈكىنىڭ سۈنۈشى

بۇ خىل سۈنۈق كۆپ ئۇچرايدۇ. كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا جەينەكنىڭ بالدۇر يەرگە تېگىشىدىن پەيدا بولىدۇ. كەسمە سۈنۈق شەكلى بىلەن پارچىلانغان سۈنۈق شەكلى بىرقەدەر كۆپرەك ئۇچرايدۇ (10.2 ـ رەسىم).

A B

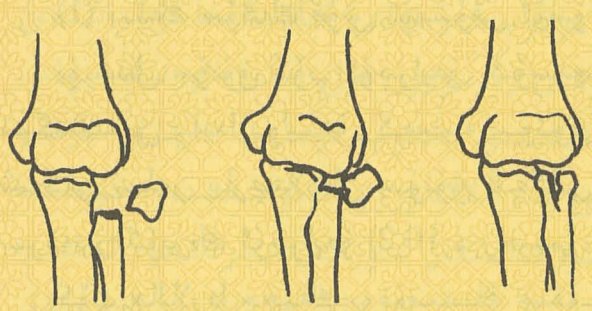
10.2 ـ رەسىم. جەينەك سۆڭەك قۇش تۇمشۇقى ئۆسكىنىڭ سۈنۈشى

كۆپ هاللاردا جەينەك بوغۇمىنىڭ چىقۇقى بىرگە كېلىدۇ. مۇھىم ئالامىتى: جەينەك بوغۇم دائىرىسى ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ، تېرە كۆكىرىدۇ. جەينەك بوغۇمى يېرىم ئېگىلگەن تۇسىنى ئېلىپ ئۆزلۇكسىز تۇزلىيەلمەيدۇ. ئاجرالغان سۆڭەك پارچىسى بىلەن ئىككى سۈنۈق ئۇچى ئارىلىقىدىكى بوشلۇقنى قول بىلەن سىيلاپ بىلگىلى بولىدۇ. جەينەك بوغۇمىنى ئېگىپ تۇزلىگەندە ۋە ھەرىكەتلەندۈرگەندە، قۇش تۇمشۇقى ئۆسۈكى بىلەن سۆڭەكنىڭ ھەرىكىتىگە ئەگىشىپ ھەرىكەتلەنمەيدۇ. سۈنغان سۈنۈق ئۇچلىرى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا، جەينەك بوغۇمىنى تۇزلەپ بارماق بىلەن سۈنغان سۆڭەك پارچىسىنى تۆۋەنگە قارىتىپ ئىتتىرىپ بىلەك سۆڭىكى تېنىغا يېقىنلاشتۇرۇلىدۇ ۋە بىلەك بوغۇمىنى تۇزلىگەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ قائىدە بويىچە ھۆل تېڭىلىدۇ (ئورنىدىن قوزغالمىغانلاردىمۇ جەينەك بوغۇمى تۇز قىلىپ تېڭىلىدۇ). ئەگەر ئىششىق ئېغىر بولسا، بوغۇم خالتىسىغا نەشتەر سانجىپ بوشلۇقىدىكى زەردابنى قان چىقىرىلغاندىن كېيىن ئاندىن تېڭىلىدۇ (ھازىرقى زامان شىپىرىس يېڭىسى بىلەن تارتىپ چىقارغان ياخشى). ئىششىق بولسا، ئاۋۇال ئىششىقنى يانداۋرغۇچى سۇركەلمىلەر ئىشلىتىلىدۇ. بۇ مەزگىلدە ئەھۋالغا قاراپ كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئىششىق يانغاندىن كېيىن ياكى ئىششىق يوقلاردا تېڭىپ 2 ـ ياكى 3 ـ كۈنى تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ھەر ئىككى ~ ئۈچ كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ھەر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرغاندا جەينەك بوغۇمىنىڭ تۇز ھالىتىگە كاپالەتلىك قىلىش كېرەك. ئۆسمۈلەر بىلەن ياشلاردا تېڭىپ ئۈچ ھەپتىدىن كېيىن، چوڭلاردا تۆت ھەپتىدىن كېيىن جەينەك بوغۇمىنىڭ يېنىك ھەرىكىتى (ئېگىش بىلەن تۇزلەش) ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئەگەر بوغۇم قېتىۋالغان بولسا 4 ~ 5 ھەپتىلەردىن كېيىن، بوغۇمنى يۇمشاتقۇچى سۇركەلمىلەرنى ئىشلىتىش بىلەن جەينەك بوغۇ-

مىنى ھەركەتلەندۇرۇش ئۆز ئارا بىرلەشتۇرۇلىدۇ.

(2) يان بىلەك سۆڭەك بېشىنىڭ سۇنۇشى

بۇ خىل سۇنۇق چوڭلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ، كۆپ ھاللاردا يېقىلغاندا ئالىقان يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. جەينەك بوغۇمىنىڭ سىرتقى تەرىپى ئاغرىيدۇ ۋە جەينەك بوغۇم ئىششىيدۇ. بىلەك ئوخشىمىغان دەرىجىدە تولغىشىپ قالىدۇ ۋە جەينەك بوغۇمىنىڭ ھەرىكىتى كاشىلىغا ئۇچرايدۇ. بىلەكنى تولغىغاندا يان بىلەك سۆڭەك بېشى يان بىلەك سۆڭىكىنىڭ ھەرىكىتىگە ئەگىشىپ بىرگە ھەرىكەتلىنەلمەيدۇ (11.2 ـ رەسىم).



11.2 ـ رەسىم. يان بىلەك بېشىنىڭ سۇنۇشى
A: ئورنىدىن قوزغالغان كەسمە سۇنۇق B: ئورنىدىن قوزغىلىپ تولغاشقان قىيسىق سۇنۇق
C: چاك كەتكەن سۇنۇق

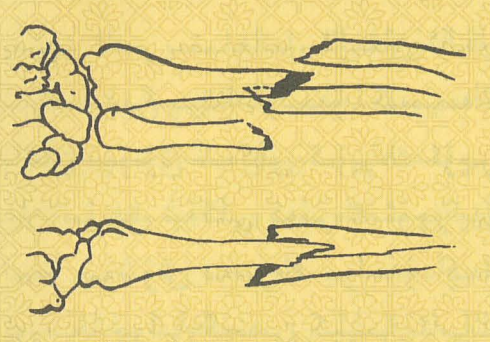
داۋالاشتا ئىككى يارىدەمچى بىلەك بىلەن پوزىدىن تۈتۈپ قارىمۇقارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. تېڭىقچى بارماقلىرى بىلەن جەينەك بوغۇمىنىڭ تۆۋىنىدىن تۈتۈپ باش بارمىقىنى جەينەك بوغۇمىنىڭ سىرتىغا قويۇپ، سۇنغان يان بىلەك بېشىنى ئاۋۇال ئىچىگە، ئاندىن كېيىن ئارقا تەرەپكە ئىتتىرىپ ئورنىغا كەلتۈرگەندىن كېيىن، باش بارماق بىلەن يان بىلەك سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇق ئۇچىنى ئارقىغا باسسا، ئىككى سۇنۇق ئۇچى ئۈدۈللىشىپ ئورنىغا چۈشىدۇ (12.2 ـ رەسىم).

12.2 ـ رەسىم. يان بىلەك سۆڭەك بېشى سۇنۇشىنى ئورنىغا چۈشۈرۈش

سۇنۇقنى ئورنىغا كەلتۈرۈپ بولغاندىن كېيىن، جەينەك بوغۇمىنى ئەگكەن ھالىتىدە تۇرغۇزۇپ ھۆل تېڭىلىدۇ ۋە بىلەك ئۇچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. بىرىنچى قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇش ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىپ 2 ـ، 3 ـ كۈنى،ئۇنىڭدىن كېيىنكى تېڭىق ئالماشتۇرۇش ھەر 3 ~ 4 كۈندە بىر قېتىم، جەمئىي ئۇچ ھەپتە تېڭىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تېڭىشقا بىرلەشتۇرۇپ جەينەك بوغۇمى ھەرىكەتلەندۇرۇپ بېرىلىدۇ.

(3) بىلەك سۆڭەكلىرى تېنىنىڭ سۇنۇشى

بۇ، بىلەك سۆڭىكى بىلەن يان بىلەك سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى كۆزدە تۇتۇلۇپ، بەزىدە بىرسىلا سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە ھەر ئىككى سۆڭەك سۇنۇشى مۇمكىن، بەزىدە بىر تال



13.2 ـ رەسىم. بىلەك سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى

سۆڭەكنىڭ بىرلا قىسمى سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە بىر قانچە يېرىدىن سۇنۇشى مۇمكىن. سۇنغان سۇنۇق بەزىدە كەسمە سۇنۇق، بەزىدە قىيسىق سۇنۇق، بەزىدە بۇرغىسىمان سۇنۇق، بەزىدە پارچىلانغان سۇنۇق ۋە بەزىدە ئارىلاشما سۇنۇق شەكلىدە ئۇچرايدۇ. كۆپ ھاللاردا ئورنىدىن قوزغىلىدۇ. قىسمەن ئەھۋاللاردا ئورنىدىن قوزغالمايدۇ. بىلەك سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى كۆپ ھاللاردا بۇۋاستە زەربە تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ(13.2 ـ رەسىم).

سۇنغان ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ. تېرە كۆكىرىشى مۇمكىن. غەيرىيلىك پەيدا بولىدۇ. بولۇپمۇ ھەر ئىككى سۆڭەك سۇنغاندا غەيرىيلىك تېخىمۇ روشەن بولۇشى بىلەن بىرگە ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ.

ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا ھۆل تېڭىلىدۇ. بىرلا سۆڭەك سۇنغان بولسا، ھۆل تېڭىق ئۇستىدىن سۇنغان سۆڭەك تەرەپنىڭ يېنى بىلەن ئالدى ۋە ئارقا تەرىپىگە ئۆز لايىقىدا تارشا ياكى تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ. ھەر ئىككى تال سۆڭەك سۇنۇپ ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا، ھۆل تېڭىقتىن كېيىن بىلەكنىڭ ئالدى، ئارقا ۋە ئىككى يانلىرىغا ئۆز لايىقىدا تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ ۋە بىلەك ئۇچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىلىدۇ. ئەگەر ئورنىدىن قوزغالغان بولسا بىر يارەمچى جەينەكتىن، يەنە بىر يارەمچى بېغىشتىن تۇتۇپ قارىمۇقارشى تەرەپكە تارتىلىدۇ. تېڭىقچى سۇنۇقنىڭ شەكلى بىلەن تۇرى ۋە ئورنىدىن قوزغىلىش ئەھۋالىغا ئاساسەن ئىككى قول بارماقلىرىنى ئىشقا سېلىپ ئۇستىدىن بېسىش، ئاستىدىن كۆتۈرۈش ۋە ياندىن ئىتتىرىش قاتارلىق مەشغۇلىيەت ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرۈپ، يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن ھۆل تاڭىدۇ. ئىششىق ئېغىر بولسا، ئىششىق يانغۇچە 2 ~ 3 كۈن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن كۈندە بىر قېتىم تېڭىلىدۇ. ئىششىق يانغاندىن كېيىن سۇنۇقنى تۈتتۇرغۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن 3 ~ 4 كۈندە بىر قېتىم تېڭىپ بېرىلىدۇ. بىلەك سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى بالىلار بىلەن ياشلاردا 3 ~ 4 ھەپتە، چوڭلاردا 4 ~ 5 ھەپتە تېڭىلسا بولىدۇ. تېڭىقلىق مەزگىلدە جەينەك بوغۇمى بىلەن بېغىش بوغۇمى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىلىدۇ.

(4) يان بىلەك سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشى

يان بىلەك سۆڭەك بېغىشتىن 2 ~ 3 لىك يۇقىرىسىدىكى سۇنۇق كۆپرەك ئۇچرايدۇ(ھازىرقى زامان سۇنۇقچىلىقىدا كوللىپس سۇنۇقى دەپ ئاتىلىدۇ). بۇ خىل سۇنۇق كۆ-

پىنچە ئادەم يىقىلغاندا، ئالىقان ئالدى بىلەن يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. كەسمە سۈنۈق بىلەن پاتقان سۈنۈق شەكلى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. پارچىلانغان سۈنۈق شەكلى كەمرەك ئۇچرايدۇ. لېكىن ئورنىغا چۈشۈش تەسرەك بولىدۇ. كەسمە سۈنۈقنى ئورنىغا چۈشۈرگەندىن كېيىن ئاسانلىقچە ئورنىدىن قايتا قوزغالمايدۇ (14.2 - رەسىم).

14.2 - رەسىم. يان بىلەك سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىنىڭ سۈنۈقى

يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ، بەزىدە ئىششىشى مۇمكىن، بېغىش بىلەن بارماقلارنىڭ ھەرىكىتى ئەپسىزلىنىدۇ ياكى كاشىلىغا ئۇچرايدۇ. بېغىشنىڭ دۈمبە تەرىپى بىلەن ئالىقان تەرىپى تومپىيىپ چىقىش، كېڭىيىش، قول يان بىلەن سۆڭكى تەرەپكە قىيسىيىشتەك غەيرىيلىك پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل غەيرىيلىكنىڭ ئېغىر - يېنىكلىك دەرىجىسى سۈنۈقنىڭ تۈرى، شەكلى ۋە دەرىجىسىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ غەيرىيلىك دەرىجىسىدە پەرقلەر بولىدۇ.

ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا، سۈنۈقنىڭ تۈتۈشىنى تېزلىتىدىغان سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تېڭىپ، بىلەكنىڭ دۈمبە ۋە ئالىقان تەرىپىگە قىسقا ۋە نېپىزرەك تاختا ياكى تارشا قويۇپ، ئۈستىدىن تار داكا بىلەن 1 ~ 2 ھەپتە مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ. ھەر ئىككى ~ ئۈچ كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر سۈنغان سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ ئۆزئارا كىرىشىشى (پاتقان سۈنۈق) ئېغىرراق بولسا، قول قىسمى بىلەن بىلەكنى قارىمۇقارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىپ، كىرىشكەن قىسمىنى مۇۋاپىق ئاجراتقاندىن كېيىن، تېڭىقچى قول بارماقلىرىنى ئىشقا سېلىپ سۈنغان سۆڭەك ئۇچلىرىنى ئۇدۇللاشتۇرىدۇ. ئەگەر سۈنغان سۆڭەك ئۇچلىرى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا، يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن قارىمۇقارشى تەرەپكە تارتىپ ئۆتۈشكەن سۆڭەك ئۇچلىرىنى ئاجراتقاندىن كېيىن، تېڭىقچى ئىتتىرىش، بېسىش ۋە كۆتۈرۈش قاتارلىق مەشغۇلىيەت بىلەن سۈنۈق ئۇچىنى ئۇدۇللاشتۇرۇپ ئورنىغا چۈشۈرىدۇ. سۈنغان ئورۇندىكى غەيرىيلىكنىڭ تۈزۈلۈشى ئورنىغا چۈشكەنلىكىنىڭ ئۆلچىمى قىلىنىدۇ ۋە بېغىش بوغۇمىنى ئازراق ئەگكەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ، بىلەكنىڭ تۆۋەن قىسمى بىلەن ئالىقانىنى قوشۇپ ھۆل تېڭىلىدۇ. ھۆل تېڭىقنىڭ ئۈستىدىن بىلەكنىڭ تۆۋىنىدىن بېغىش بوغۇمىغچە ئالدى، ئارقا ۋە يان بىلەك سۆڭەك تەرەپكە قىسقا ۋە نېپىزرەك ھەم تاررات تاختا قويۇپ ئۈستىدىن داكا بىلەن تېڭىلىدۇ. تېڭىپ ئىككى ياكى ئۈچ كۈندىن كېيىن تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئەھۋالغا قاراپ ھەر 3 ~ 4 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. 4 ~ 5 ھەپتىدىن كېيىن بېغىش بوغۇمىنى يېنىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىلىدۇ.

(5) قول بېغىشى، پەنجە ۋە بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈشى

قول بېغىشدىكى ئۇششاق سۆڭەكلەر كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا ئالقان بالدۇر يەرگە تېگىشتىن سۈنىدۇ. بىراق بۇ خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدىغان سۈنۈق باشقا سۈنۈقلارغا قارىغاندا كەم ئۇچرايدۇ. پەنجە سۆڭەكلىرى بىلەن بارماق سۆڭەكلىرى كۆپىنچە قاتتىق ئۇرۇلۇش ياكى بېسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ.

قول بېغىش سۆڭەكلىرى بىلەن پەنجە ۋە بارماق سۆڭەكلىرى سۈنغاندا باشقا سۈنۈقلارغا ئوخشاش ئاغرىش، ئىششىش، ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراش ۋە ئوخشىمىغان دەرىجىدە غەيرىيلىك پەيدا بولۇشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. پەنجە ۋە بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ دۈمبە تەرىپىنى ئوراپ تۇرغان گۆشلەر قېلىن بولمىغانلىقى ئۈچۈن سۈنۈقنى قول بىلەن سىيلاپ پەرقلەندۈرۈش بىرقەدەر ئاسانراق.

داۋالاشتا ئورنىدىن قوزغالغان بولسا تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. ئىششىق ئېغىر بولمىغان يېپىق سۈنۈقلارنى (ئورنىغا چۈشۈرۈلگەن سۈنۈقنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ) ئالقان بىلەن بارماقلارغا قېلىنراق تېڭىق ماتېرىيالى قويۇلۇپ، ئوتتۇرا-ھال قاماللىغان قىياپەتتە ئېگىپ، سۈنۈق بار دائىرىگە سۈنۈقنىڭ تۈتۈشىنى تېزلەتكۈچى سۈركەلمىلەرنى سۈركەپ، ئالقان تەرەپكە قېلىنراق تېڭىق ماتېرىيالىنى قاماللىتىپ، ئۇستىدىن ھۆل تېڭىق ئۇسۇلى بىلەن تېڭىپ، بىلەك ئۇچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىلىدۇ ۋە كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. 2 ~ 3 ھەپتە تاڭغاندىن كېيىن تېڭىقنى ئېلىۋېتىپ بوغۇملارنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. ئەگەر ئىششىق ئېغىراق بولسا، بىر نەچچە كۈن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى سۈركەلمىلەردىن سۈركەپ ئىششىق يانغاندىن كېيىن، سۈنۈقنى تۈنقۇزۇشنى تېزلىتىدىغان سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تېڭىلىدۇ. ئەگەر توقۇلمىلار زەخمىلەنگەن ياكى ئۆتكۈر تىغ بىلەن كېسىلگەن بولسا، جاراھەتنى قائىدە بويىچە تازىلاپ، كېسىلگەن تېرىنى تىكىپ، ئوچۇق سۈنۈقنى بىر تەرەپ قىلىش پرىنسىپى بويىچە داۋالىنىدۇ.

تۆۋەنكى مۇچە سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى

داس سۆڭىكىنىڭ سۈنۈقى

داس سۆڭىكىنىڭ سۈنۈشى كۆپىنچە يىقىلىش، ئۇرۇلۇش، بېسىلىش ياكى قىسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. زەربىنىڭ ئېغىر ـ يېنىكلىكىنىڭ ئوخشىماس-

لىقىغا قاراپ، بەزىدە داس سۆڭىكىنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەكلەرنىڭ بىرەرسىلا سۇنۇپ، داسنىڭ شەكلى بىلەن داس بوشلۇقى ئىچىگە جايلاشقان ئەزالارغا زەخىم يەتمەسلىكى مۇمكىن. بەزىدە داسنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەكلەردىن ئىككىدىن ئارتۇق سۆڭەك سۇنۇپ، داسنىڭ نورمال شەكلىنى ئۆزگەرتىۋېتىشى مۇمكىن. ھەتتا بەزىدە داس بوشلۇقىغا جايلاشقان ئەزا ـ توقۇلمىلار زەخىملىنىشى مۇمكىن. يەنە بەزىدە سۇنۇق بىلەن چىقىق ياكى ئاجراش بىرگە كېلىدىغان ئەھۋاللارمۇ بولىدۇ. (15.2 ـ رەسىم).

15.2 ـ رەسىم. داس سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى

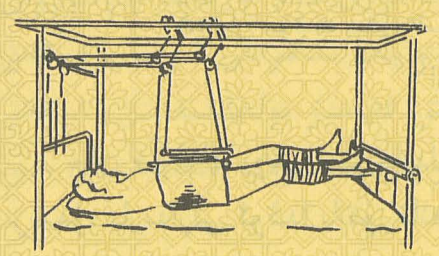
A: يانپاش سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشى B: دوۋسۇن سۆڭىكى بىلەن ئولتۇرغۇچ سۆڭەك شېخىنىڭ سۇنۇشى C: دوۋسۇن سۆڭىكى بىلەن ئولتۇرغۇچ سۆڭەك شېخىنىڭ سۇنۇشىغا توغرا ـ يانپاش بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىرگە كېلىشى

داس سۆڭىكى سۇنغاندا ئىپادىلىنىدىغان ئالامەتلەر سۇنۇقنىڭ ئورنى، شەكلى، دەرىجىسى ۋە ئۇنىڭ داس شەكلىگە تەسىر يەتكۈزگەن ـ يەتكۈزمىگەنلىكى ۋە سۇنۇق بىلەن چىقىقنىڭ بىرگە كەلگەن ـ كەلمىگەنلىكى، شۇنداقلا قان تومۇرلارنى ئۆز ئىچىگە ئالغان يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ بىرگە زەخىملەنگەن ياكى زەخىملەنمىگەنلىكى قاتارلىق ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك. ئەگەر سۇنۇق ئېغىرراق بولۇش بىلەن بىرگە بوغۇملارنىڭ چىقىقى ياكى ئاجراپ كېتىشى بىرگە كەلسە ياكى بولمىسا يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخىملىنىشى بىرگە كەلسە، يەرلىك ئالامەتلەردىن باشقا پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەردىن سەدەمە (شوك) خېلى كۆپ ئۇچرايدۇ.

يەرلىك ئالامەتلەردىن سۇنغان ياكى بوغۇم ئاجرىغان بولسا شۇ ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئاغرىق دائىرىسى كەڭرەك بولسىمۇ، لېكىن سۇنغان (چىققان، ئاجرالغان) ئورۇندىكى ئاغرىق روشەنرەك بولىدۇ. ئوڭدىسىغا جىم ياتسا ئاغرىق يېنىكلىشىدۇ. ئولتۇرسا ياكى سۇنغان تەرەپ تۆۋەن مۇچىنى ھەرىكەتلەندۈرسە ئاغرىق كۈچىيىدۇ. شۇڭا، يارىدارلار سۇنغان (چىققان ياكى ئاجرىغان) تەرەپ تۆۋەن مۇچىنى ئىختىيارىچە مىدىرلىتالمايدۇ.

ئاغرىق ئورنىنى ئېنىقلاش ئۈچۈن تېڭىقچى ئىككى قولىنى يانپاش سۆڭىكىنىڭ ئوڭ ۋە سول قانات قىرىغا قويۇپ، داسنى ئىچىگە قىسىش ۋە سىرتىغا كېرىش ئۇسۇلى بىلەن تەكشۈرۈلسە ياردىمى بولىدۇ. سۈنغان ياكى چىققان (ئاجرىغان) ئورۇننى باسسا ئاغرىق كۆچىيىدۇ. يانپاش سۆڭىكى بىلەن دوۋسۇن سۆڭىكى سۈنۈقىدا توغۇر بىلەن دوۋسۇن قىسمىدا ئىششىش ئېنىقراق بولىدۇ. ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئەراپىدىكى گۆشلەر بىر قەدەر كۆپرەك بولغانلىقى ئۈچۈن ئىششىش ئانچە روشەن بولماسلىقى مۇمكىن. دوۋسۇن سۆڭىكىنىڭ سۈنۈشى بىلەن ئاجرىلىشىنى قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ. باشقا ئورۇنلارنىڭ سۈنۈقىدىكى غەيرىيلىك ئانچە روشەن بولمايدۇ.

داۋالاشتا، ئەگەر سۈنغان سۆڭەك ئۈچلىرى ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا، يارىدارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، كەڭ ماتا بىلەن ھۆل تېڭىلىدۇ. تېڭىق ئەھۋالىغا قاراپ 3 ~ 4 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. 4 ~ 5 ھەپتىلەردىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ يېنىك ھەرىكەتلىنىپ بېرىشكە بولىدۇ. ئەگەر سۈنغان سۈنۈق ئورنىدىن قوزغالغان ۋە بوغۇملار چىققان ياكى ئاجرالغان بولسا، داسنىڭ ئالاقىدار قىسمىدىن بېسىش، ئىتتىرىش، قىسىش ۋە كېرىش قاتارلىق ئۇسۇللار بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ياكى ساغرىنى كەڭ ۋە بىر نەچچە قەۋەت ماتا (ياكى مەزمۇتراق رەخت) بىلەن يۇقىرىغا ئېسىشقا بىرلەشتۈرۈپ ئىككى ئايىغىنى تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ (16.2 ـ رەسىم).



16.2 ـ رەسىم. داس سۆڭىكىنىڭ ئورنىدىن قوزغالغان سۈنۈقنى بۆلەنچوك ئۇسۇلى بويىچە ئېسىش بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش

بىراق ساغرىنى ئاسقان لاتىنىڭ ئىككى ئۇچىدىكى كالتەك ئارىلىقىغا كەرگۈچى كالتەك قويۇشنى ئەستىن چىقارماسلىق كېرەك. ئادەتتە 4 ~ 5 ھەپتە ئېسىلسا كۈپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئېسىشنى ئېلىپ تاشلاپ، ئورنىدىن قوزغالمىغان سۈنۈقنى داۋالاش ئۇسۇلىغا ئوخشاش يارىدارنى كارىۋاتتا ياتقۇزۇپ 2 ~ 3 ھەپتىگىچە ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرگە چۈشۈپ ھەرىكەتلەنسە بولىدۇ. بۇ يەردە شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەيمىزكى، ئەگەر دوۋساق، سۆيدۈك يولى، تۈز ئۇچەي، قان تومۇر ياكى ئەسەب ۋە مېڭە، كۆكرەك قاتارلىق ئورۇنلارنىڭ زەخمىلىنىشى بىرگە كەلسە، ئالدى بىلەن يۇقىرىقى زەخمىلىنىشلەرگە قارىتا چارە قىلغاندىن كېيىن، ئاندىن داس سۆڭىنىڭ سۈنۈشىغا قارىتا چارە قىلىنىدۇ.

سان سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى

(1) سان سۆڭەك بويىنى سۇنۇقى بوغۇم خالتىسى ئىچىدىكى سۇنۇق دەپمۇ ئاتىلىپ، ياشانغانلار بىلەن ئوتتۇرا ياشلىقلارنىڭ يىقىلىشىدا كۆپرەك ئۇچرايدۇ ۋە سۇنۇقنىڭ شەكلىمۇ ھەر خىل بولىدۇ (17.2 ـ رەسىم).

17.2 ـ رەسىم. سان سۆڭەك بويىنى سۇنۇقىنىڭ شەكلى
A: سان سۆڭەك بېشى ئاستىدىن سۇنۇش B: سان سۆڭەك بويىنى ئوتتۇرىدىن سۇنۇش
C: سان سۆڭەك بويىنى تۈۋىدىن سۇنۇش

سان سۆڭەك بويىنى سۇنغاندا، شۇ تەرەپ يانپاش سۆڭەكنىڭ يۇقىرىسىنى باسسا ئاغرىيدۇ. يارىدارنى ئوڭدا ياتقۇزغاندا، شۇ تەرەپ تۆۋەن مۇچە سىرتىغا تولغاشقان، تىز بوغۇمى يەڭگىل ئېگىلگەن، پۇتى سىرتىغا يىغىلغان تۇسىنى ئالىدۇ. سۇنۇق بوغۇم خالتىسى ئىچىدە بولغانلىق ئۈچۈن ئىششىش بىلەن تېرىنىڭ كۆكىرىشى روشەن بولمايدۇ. سان سۆڭەك بويىنىنىڭ يېنىك سۇنۇقىدا (كىرىشكەن سۇنۇقىدا)، يارىدار زورمۇزور ئورنىدىن تۇرۇپ سۇنغان تەرەپ ئايىغىنى سۆرەپ ماڭغاندىن باشقا، كۆپچىلىكى ئورنىدىن تۇرالمايدۇ ۋە ماڭالمايدۇ. سۆڭەك سۇنغان تەرەپ ئاياغنىڭ قىسقىراپ قېلىشى ئانچە روشەن بولمايدۇ. شۇنداقتىمۇ يارىدارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ ھەر ئىككى تەرەپ داس سۆڭەك ئالدى ئۇستۇنكى بىسىدىن لىپەك سۆڭەك ئۇستى قىرىغچە بولغان ئۇزۇنلۇقىنى ئۆلچەپ سېلىشتۇرۇش كېرەك. ئەگەر سۇنغان تەرەپ قىسقا بولسا سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئورنىدىن قوزغىلىپ ئۆتۈشۈپ كەتكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

سان سۆڭەك بويىنى سۇنۇقىدا قان تومۇر بىلەن بوغۇم قېپى زەخمىلىنىشىنىڭ ئېغىرلىشىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن، يارىدارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ ئىككى ئايىغىنىڭ ئارىلىقىغا قېلىنراق بىر نەرسە قويۇپ، ئىككى ئاياغنى جۈپلەپ سانىنىڭ يۇقىرىسى بىلەن ئوتتۇرىسى ۋە تىز بىلەن پاچاق ۋە ئوشۇقتىن باغلاپ، كەڭ تاختاي ياكى ئىشىك قاتارلىقلار ئۇستىدە ياتقۇزۇپ داۋالاش ئورنىغا يۆتكىلىدۇ.

داۋالاشتا، ئەڭ ياخشىسى سۇنغان تەرەپ ئاياغنى ئوشۇقتىن 5 ~ 6 ھەپتە ئېسىپ (بۇ غەرب تېبابىتىنىڭ تېرىدىن ئېسىشى بىلەن ئوخشاش)، ئۇنىڭدىن كېيىن ئېسىشنى توختىتىپ، ئىككى ھەپتە ئەتراپىدا كارىۋاتتىن چۈشمەي يېتىپ ئارام ئالىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن 2 ~ 3 ھەپتە سۇنغان تەرەپ ئاياغقا ئېغىرلىق چۈشۈرمەي قوش قولتۇق ھاسىنىڭ يارىدىمى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ ھەرىكەتلەنسە بولىدۇ. كېيىن ئىككى ~ ئۈچ ھەپتە قوش ھاسا بىلەن سۇنغان تەرەپكە ئازراق ئېغىرلىقنى سېلىپ مېڭىشقا بولىدۇ سۇنۇپ تەخمىنەن 13 ~ 14 ھەپتىلەردىن كېيىن يەككە قولتۇق ھاسىسى بىلەن مېڭىشقا بولىدۇ. سۇنۇپ 20 ھەپتىلەردىن كېيىن سۇنۇق ئاساسەن تۇتۇپ بولىدۇ. تارتىش مەزگىلى بىلەن تارتىشنى ئېلىۋېتىپ كارىۋات ئۈستىدە ئارام ئېلىۋاتقان 8 ~ 10 ھەپتە مەزگىللىرىگىچە سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلىتىدىغان دورىلارنى ئىچىدىن يېيىشكە ۋە سىرتىدىن سۈركەشكە بولىدۇ. سىرتىدىن سۈركىلىدىغان سۈركەلمىلەرنى سانىنىڭ يۇقىرى سىرتى تەرەپتىن سۈركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. لېكىن تارتىشنىڭ ئۆزى ھەم ئورنىغا چۈشۈرۈش ھەم مۇقىملاشتۇرۇش رولىنى ئۆتىگەنلىكى ئۈچۈن پات ـ پات ساغرىنى قوشۇپ تېڭىق ئالماشتۇرۇش ھاجەتسىز، چۈنكى ساغرىنى قوشۇپ تېڭىش ئەپسىز بولغانلىقتىن، تېڭىق ئالماشتۇرۇش قېتىمى كۆپەيگەنسېرى سۇنغان سۇنۇق ئۈچى مىدىرلاپ كېتىشتىن سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىغا تەسىر يەتكۈزىدۇ.

سان سۆڭەك بوينى سۇنۇشنى قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە: يارىدارلارنى كارىۋاتتا ئوڭدا ياتقۇزۇپ ساق ئايىغىنى تۈزلەپ سەللا سىرتىغا كېرىپ قويۇلىدۇ. سۇنغان تەرەپ ئاياغنىمۇ تۈزلەپ بىر كىشى سۇنغان تەرەپ ئوشۇقتىن، يەنە بىر كىشى ئىككى قولىنى يارىدارنىڭ ئىككى قولتۇقىدىن قولىنى ئۆتكۈزۈپ قارىمۇقارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىلىدۇ. ئاياغنىڭ ئۈزۈنلۇقى تەڭلەشكەندىن كېيىن سۇنغان تەرەپ يېرىم ياكى بىر سانتىمېتىر ئۈزۈنراق بولسىمۇ بولىدۇ) تېڭىقچى سان سۆڭىكىنى ئىچىگە تولغاش بىلەن بىرگە سان سۆڭەك چوڭ غادۇر ـ غۇدۇرىنى ئالدى تەرەپكە سىلجىتىدۇ (ئوشۇقتىن تارتقان يارىدەمچى تېڭىقچىغا ماسلىشىشى كېرەك). شۇنداق قىلغاندىلا ئاندىن سۇنۇق ئۇچى يۇزى بىر ـ بىرى بىلەن ئۇدۇللىشىپ جىپسلىشىدۇ. يەنە بىر خىل ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى بولسا، يارىدارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، بىر يارىدەمچى ئىككى قولى بىلەن يارىدارنىڭ داس سۆڭىكىدىن بېسىپ تۇرىدۇ. تېڭىقچى يارىدارنىڭ سۇنغان تەرەپ ئايىغىنى تىزىنى ئېگىپ كۆتۈرۈپ بىر بىلىكىنى سۇنغان تەرەپ تىز ئاستىغا قويۇپ يۇقىرىغا كۆتۈرىدۇ. يەنە بىر قولى بىلەن سۇنغان تەرەپ ئوشۇقتىن تۇتۇپ پەسكە بېسىپ سانىنى ئازراق سىرتىغا كېرىپ (20 ~ 30 گرادۇس ئەتراپىدا) سان سۆڭەك ئازراق

(20 ~ 30 گرادۇس) ئىچىگە تولغىنىلىدۇ. ئاندىن ئاياغ تۇزلىنىدۇ. تېڭىقچى ياردارنىڭ سۇنغان ئاياغ تەرەپ پۈتىنىڭ تاپىنىنى ئالقىنىغا ئېلىپ تۇرغاندا پۈت سىرتقى تەرەپكە تولغاشمىسا سۇنۇقنىڭ ئورنىغا چۈشكەنلىكىنى بىلدۇرىدۇ. قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرگەن سۇنۇقنى تېڭىشتا سۇنغان تەرەپ ئايىغىنى ئازراق سىرتىغا كەرگەن ۋە تىز بوغۇمىنى ئازراق ئەگكەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ كەڭ ماتا ياكى داكا بىلەن ساغرىنى قوشۇپ ھۆل تېڭىلىدۇ. تېڭىق ئالماشتۇرۇش ئارىلىقى ئەھۋالغا قاراپ بەلگىلىنىدۇ. تېڭىش ۋاقتى بىلەن كارىۋات ئۈستىدە ھەركەتلىنىش، كارىۋاتتىن چۈشۈپ قوش ياكى يەككە قولتۇق ھاسىسى بىلەن مېڭىش ۋاقتى قاتارلىقلاردىن تارتىپ داۋالاش بىلەن ئوخشاش بولىدۇ.

سان سۆڭەك غادۇر ـ غۇدۇرىنىڭ سۇنۇشى:

بۇ ئورۇننىڭ سۇنۇقى بوغۇم خالتىسى سىرتىدىن سۇنۇشقا مەنسۇپ بولۇپ، بۇ خىل سۇنۇق ھەرقانداق ياشتىكىلەر يىقىلغاندا سان سۆڭەك غادۇر ـ غۇدۇر قىسمى بالدۇر يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ.

سان سۆڭەك غادۇر ـ غۇدۇرىنىڭ سۇنۇشىدا ئىپادىلىنىدىغان ئالامەتلەر سان سۆڭەك بوينى سۇنۇقى بىلەن ئاساسەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ. بىراق ئاغرىش بىلەن ئىششىش روشەن بولىدۇ. ياردار ئورنىدىن قوزغىلالمايدۇ.

داۋالاش ئۇسۇلى سان سۆڭەك بوينىنىڭ سۇنۇقى بىلەن ئوخشاپ كېتىدۇ.

سان سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى:

سان سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى كۆپىنچە يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ۋە بېسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. سۇنۇق سان سۆڭەك تېنىنىڭ ئوتتۇرىسى بىلەن تۆۋەنرەك قىسمىدا ئەڭ كۆپ ئۇچرايدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا يۇقىرىراق قىسمىدا ئۇچرايدۇ. سۇنۇق شەكلى ئىچىدە قىيسىق سۇنۇق بىلەن بۇرغىسىمان سۇنۇق كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئۇنىڭدىن قالسا كەسمە سۇنۇق ئۇچرايدۇ. بىر قانچە يېرىدىن سۇنۇش بىلەن پارچىلانغان سۇنۇقمۇ ئۇچراپ قالىدۇ. سان سۆڭىكىگە كۈچلۈك گۆشلەر يېپىشقانلىقى ئۈچۈن سۇنغان سۇنۇق ئۇچى ئاسانلا ئورنىدىن قوزغىلىپ غەيرىيلىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە سان سۆڭەك ئەتراپىدىكى يۇمشاق توقۇلمىلارنىڭ زەخمىلىنىشى بىر قەدەر ئېغىرراق بولىدۇ (18.2 ـ رەسىم).

18.2 ـ رەسىم. سان سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇق ئورنى بىلەن سۇنۇق شەكىللىرى

سان سۆڭىكى تېنىنىڭ سۇنۇشىدا يەرلىك ئورۇن ئىششىپ

دۇ ۋە قانلىق ئىششىق پەيدا قىلىدۇ، ئاغرىيدۇ. بەزىدە سەدەمە (شوك) پەيدا بولۇشى مۇمكىن. سۇنغان مۇچە قىسقىراپ ئايىغى سىرتىغا تولغانغان تۇسنى ئالىدۇ. ساختا بوغۇم ھاسىل بولغان ئورۇندا ھەر خىل دەرىجىدە بۇلۇك ھاسىل بولۇشى مۇمكىن. سۇنغان مۇچىنىڭ خىزمىتى توسقۇنلۇقنى ئۇچرايدۇ. ئەگەر سۇنغان مۇچىنىڭ قىسقىرىشى بىلەن بۇلۇك ھاسىل قىلىشى روشەن بولمىسا، خىزمىتىنىڭ توسقۇنلۇقنى ئۇچرىشى بىلەن يەرلىك ئورۇننىڭ ئاغرىشى، بولۇپمۇ سۇنغان ئورۇننىڭ ئاغرىشىغا ئاساسەن سۇنغانلىقىغا ھۆكۈم قىلىشقا بولىدۇ.

يارىدارنىڭ سۇنغان ئورۇننىڭ ئاغرىقى قاتتىقراق بولىدىغانلىقى ئۇچۇن بەرىشىا قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ. يارىدارنى داۋالاش ئورنىغا يۆتكەشتە سۇنغان ئاياغنىڭ ئاستىغا شال قويۇپ ياكى شال بولمىسا ئىككى ئايىغىنى جۇپلەپ بىر قانچە يەردىن باغلاپ مۇقىملاشتۇرغاندىن كېيىن، ئاندىن باشقا يۆتكەش قورالى ياكى قاتناش قوراللىرى ئارقىلىق داۋالاش ئورنىغا يۆتكىلىدۇ. داۋالاش ئورنىغا كەلگەندىن كېيىن، ئەگەر سۇنۇق ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا تېڭىپ ئۇستىدىن لايىقىدا تاختاي قويۇپ تېڭىپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر ئورنىدىن قوزغالغان بولسا، سۇنغان سۆڭەك تېنىنى ئورنىغا چۇشۇرۇش ۋە تېڭىپ داۋالاشتىن ئىبارەت ئىككى باسقۇچقا بۆلۇنىدۇ. ئورنىغا چۇشۇرۇش قول بىلەن تارتىش ئۇسۇلى ئارقىلىق ئورنىغا چۇشۇرۇش ۋە تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۇشۇرۇشتىن ئىبارەت ئىككى خىلغا بۆلۇنىدۇ. قول بىلەن تارتىپ ئورنىغا چۇشۇرۇش كۆپىنچە گۆشلىرى تەرەققىي قىلمىغانلار بىلەن ياشانغانلار ۋە بالىلارغا قوللىنىلىدۇ. ئۆسمۇرلەر بىلەن ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلاردىكى گۆشلەر بىر قەدەم تەرەققىي قىلغانلار بىلەن ئىششىق ئېغىرراق بولغانلاردا تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۇشۇرۇش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ. مەيلى قايسى خىلدىكى ئورنىغا چۇشۇرۇش بولسۇن، ئورنىغا چۇشۇرۇشتىن بىرەر سائەت ئىلگىرى بەرىشىا قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ. قول بىلەن ئورنىغا چۇشۇرۇشتە بىرىنچى يارەمچى سۇنغان ئاياغنىڭ ئوشۇقىدىن تۇتۇپ تارتىلىدۇ، ئىككىنچى يارەمچى سانىنىڭ يۇقىرىسىدىن تۇتۇپ قارىمۇقارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن لەرزان تارتىپ، ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇق ئۇچىنى بىر ـ بىرىدىن يىراقلاشتۇرىدۇ. ئىككىنچى يارەمچى سانىنىڭ يۇقىرىسىدىن تارتىش ئەپسىز بولسا، يارىدارغا مىنگىشىپ داسىنىڭ ئىككى تەرىپىنى پەسكە قارىتىپ بېسىپ تۇرسىمۇ بولىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولىنىڭ يارەمچى بىلەن سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنى قارىمۇقارشى تەرەپكە ئىككى يان ۋە ئالدى ـ ئارقىسىغا بېسىش، ئىتتىرىش ئارقىلىق سۇنۇق ئۇچلىرىنى ئۇدۇللاشتۇرىدۇ. كېيىن ھۆل

تېڭىق بىلەن تېڭىپ، ئۇستىدىن مۇڭاپىق تاختايلارنى سانىنىڭ ئالدى، ئارقا ۋە ئىككى يان تەرەپلىرىگە ئايلاندۇرۇپ قويۇپ بىر قانچە ئورۇندىن بوغقۇچ بىلەن چىگىپ مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر سان سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى گۆشلىرى تەرەققىي قىلغان بالىلار بىلەن ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلاردا پەيدا بولۇپ، سۇنغان سۇنۇق ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا تارتىش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ. تارتىش مەزگىلىنىڭ دەسلىپىدە سىرتىدىن ئىششىقنى ياندۇرغۇچى سۇركەلمىلەر سۇركىلىدۇ. ئىششىق ئاساسەن يانغاندىن كېيىن سۇنۇقنىڭ تۇتۇشىنى تېزلەتكۈچى سۇركەلمىلەر ئىشلىتىلىدۇ. ئادەتتە 4 ~ 6 ھەپتە تارتىلسا كۇپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن سۇنۇقنى تېڭىش قائىدىسى بىلەن 1 ~ 2 ھەپتە تېڭىپ بېرىلىدۇ. تەخمىنەن سۇنۇپ 7 ~ 8 ھەپتىلەردىن كېيىن تېڭىق ئالماشتۇرۇشنى توختىتىپ، كارىۋات ئۇستىدە 1 ~ 2 ھەپتە يېتىپ ئارام ئېلىش بىلەن بىرگە يانپاش ۋە تىز بوغۇملىرىنى يېنىك مەشىق قىلىپ بەرسە بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قوش قولتۇق ھاسىسى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ، ھەركەت دائىرىسى بىلەن سۇنغان ئاياغنىڭ ئېغىرلىق كۆتۈرۈش مەشقىنى قىلىپ بېرىشكە بولىدۇ. سان سۆڭەك تېنى سۇنۇشىنى ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى يارىدارنىڭ يېشى، گۆشلەرنىڭ تەرەققىي قىلىشى ۋە سۇنۇقنىڭ شەكلى بىلەن تۇرىگە قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. كۆپ ھاللاردا سىرتىدىن (تېرىدىن) تارتىش قوللىنىلىدۇ. ئەگەر گۆشلەر تەرەققىي قىلغان ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلاردا يۇقۇرىدىكى تارتىش ئۇسۇلى ئۇنۇم بېرىشكە كۆزى يەتمىسە سان سۆڭىكىنىڭ تۆۋىنىدىن سۆڭەكلىك تارتىش ئۇسۇلى قوللىنىلسىمۇ بولىدۇ (19.2 ـ رەسىم).

A B

19.2 ـ رەسىم. سان سۆڭىكى تېنىنىڭ سۇنۇقنى تارتىش ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش
A: بالىلاردىكى سان سۆڭەك تېنى سۇنۇقنى تارتىپ داۋالاش ئۇسۇلى
B: چوڭلاردىكى سان سۆڭەك تېنىنى تارتىپ داۋالاش ئۇسۇلى

سان سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇقى.

سان سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇقىدا سان سۆڭەك تۆۋەن دۈمبە ئارىلىقىنىڭ سۇنۇقى بىرقەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ (20.2 ـ رەسىم).

بۇ خىلدىكى سۇنۇق كۆپرەك ئېگىزدىن سەكرىگەندە پۇت (تاپان) بالدۇر يەرگە تېگىشىتىن پەيدا بولىدۇ. سۇنۇقنىڭ بىر قىسمى تىز بوغۇمى ئىچىگىچە يېتىپ بارغانلىقتىن بوغۇم بوشلۇقىغا قان يىغىلىۋالىدۇ. ئاساسلىق ئالامىتى: ئاغرىش، تىز بوغۇمى قېتىپ ئىششىش، ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. ئەگەر بىر تەرەپ دۇمبىچە سۇنغان بولسا ئىششىش يېنىكرەك بولۇپ، ئىششىش سۇنغان تەرەپتە روشەن بولىدۇ. سان سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇقىدا تىز بوغۇمىنىڭ باشقا قىسىملىرىدىمۇ زەخمىلىنىش يۈز بېرىدۇ، ھەتتا تىز ئارقىسىدىكى قان تومۇرلار بىلەن ئەسەبلەر زەخمىلىنىشى مۇمكىن. يارىدارغا بىرەر سائەت ئىلگىرى ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تىز بوغۇم بوشلۇقىغا نەشتەر سانجىپ (ئوكۇل يېڭىسى بىلەن) بوغۇم بوشلۇقىغا يىغىلىۋالغان قاننى تارتىپ چىقارغاندىن كېيىن، بىر يارەمچى سۇنغان ئاياغنىڭ ئوشۇقىدىن، ئىككىنچى يارەمچى سانىنىڭ يۇقىرىسىدىن تۇتۇپ قارىمۇقارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىلىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولى بىلەن ئىچكى - تاشقى دۇمبەچىنى مەركەزگە قارىتىپ بېسىش (ياكى قىسىش) ئارقىلىق ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇق پارچىسى ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە ھۆل تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن تېڭىپ، تىزنىڭ ئىككى يېنىغا مۇۋاپىق ئۇزۇنلۇقتىكى قېلىن تارشا ياكى تاختاي قويۇپ بوغۇچ بىلەن 3 ~ 4 ئورۇندىن چىگىلىدۇ ياكى داۋاملىق تارتىش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ. مەيلى تېڭىش ياكى تارتىش ئۇسۇلىنىڭ قايسىسى قوللىنىلسۇن، تىز بوغۇمىنىڭ قېتىۋېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن تېڭىش بىلەن تارتىش 3 ~ 4 ھەپتىدىن ئېشىپ كەتمەسلىك كېرەك.ئۇنىڭدىن كېيىن كارىۋات ئۈستىدە ئىككى ھەپتە ئەتراپىدا تىز بوغۇمىنىڭ ئېگىش ۋە تۈزلەش ھەرىكىتى مەشىق قىلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن 1 ~ 2 ھەپتە سۇنغان پۇتقا ئېغىرلىقىنى سالماي مېڭىپ بېرىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەككە قولتۇق ھاسىسى بىلەن سۇنغان ئاياغقا ئېغىرلىقىنى سېلىپ مېڭىش مەشىقى قىلىپ بېرىلىدۇ.

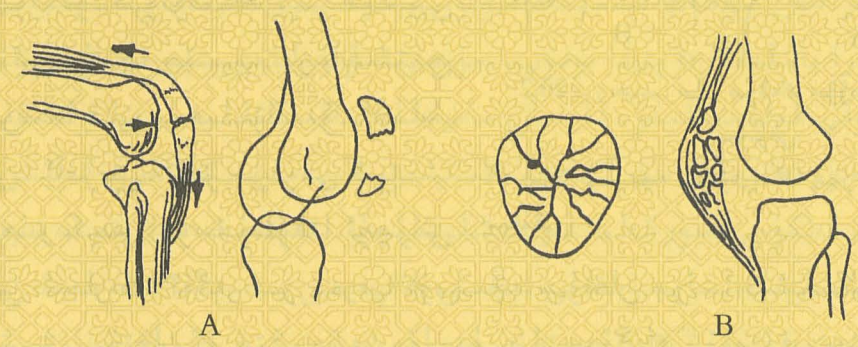
20.2 - رەسىم. سان سۆڭەك سۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇقى

A: بىرلا دۇمبىچە سۇنۇقى. B: ھەر ئىككى دۇمبىچە سۇنۇقى

لىپەك سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى

لىپەك سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى كۆپىنچە يىقىلىشتىن پەيدا بولىدۇ. لىپەك سۆڭىكى بە-

زىدە توغرىسىغا ئىككىگە ئاجراپ كېتىشى مۇمكىن. بەزىدە پارچىلىنىپ كېتىشى مۇمكىن (21.2 ـ رەسىم).



21.2 ـ رەسىم. لېپەك سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى
A: لېپەك سۆڭىكىنىڭ توغرىسىغا سۇنۇشى B: لېپەك سۆڭىكىنىڭ پارچىلانغان سۇنۇقى

لېپەك سۆڭىكى سۇنغاندا تىز ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ. تىز بوغۇمىنى تۇزلىيەلمەيدۇ ۋە ئۆرە تۇرالمايدۇ. سۇنغان سۆڭەك ئارىلىقىنى تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ.

داۋالاشتا، تىز بوغۇمىدىكى ئىششىش ئېغىر بولسا نەشتەر سانجىپ (ئوكۇل يىڭنەسى ياخشىراق) تىز بوغۇمى بوشلۇقىغا يىغىلىۋالغان قان ـ زەردابلار چىقىرىلىدۇ. يارىدارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ سۇنغان ئاياغنى تۇز قىلىپ، تېڭىقچى ئىككى قولى بىلەن سۇنغان سۆڭەكنى مەركەزگە قارىتىپ قىسىش ئارقىلىق سۇنۇق ئۇچى يېقىنلاشتۇرۇلىدۇ ۋە تىز بوغۇمىنى تۇز تۇرغۇزغان ھالەتتە ھۆل تېڭىش ئارقىلىق مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ ياكى لېپەكنىڭ سىرتقى دائىرىسىگە خوپ كەلگۈدەك داكىدىن ياسالغان چەمبىرەك بىلەن لېپەك سۆڭەكنى قاماپ ئۇستىدىن تېڭىلسىمۇ بولىدۇ. بىرىنچى قېتىملىق تېڭىق مۇڭپىقەيەتلىك بولسا ئارىلاپ تېڭىق ئالماشتۇرۇش ھاجەتسىز. تەخمىنەن ئۈچ ھەپتىلەردىن كېيىن قوش قولتۇق ھاسىسى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىپ بەرسە، 4 ~ 5 ھەپتىلەردىن كېيىن تىز بوغۇمىنىڭ ھەرىكىتىنى قىلىپ بەرسە بولىدۇ.

پاچاق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى

پاچاق سۆڭەك يۇقىرى قىسمىنىڭ سۇنۇقى

پاچاق سۆڭەك يۇقىرى قىسمى سۇنۇقىدا تاشقى تەرەپ دۇمبىچىنىڭ سۇنۇقى بىر قەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ (22.2 ـ رەسىم).

پاچاق سۆڭەك سىرتقى دۇمبەچىسىنىڭ سۇنۇقىدا تىز بوغۇم سىرتقى تەرىپى ئاغرىپ

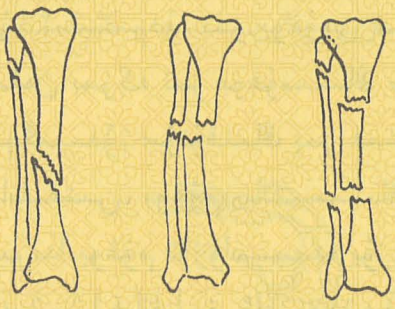
22.2 ـ رەسىم. پاچاق سۆڭەك سىرتقى دۇمبىچىسىنىڭ قىيسىق سۇنۇقى

دۇ، ئىششىيدۇ. تىز بوغۇمى سىرتقا كېرىلگەن تۈسىنى ئېلىش بىلەن بىرگە تىز بوغۇمىنىڭ سىرتقى تەرەپ ھەربكەت دائىرىسى كېڭىيىدۇ. سۇنۇقنىڭ بىر قىسمى بوغۇم خالتىسى ئىچىدە بولغانلىقتىن، بوغۇم خالتىسىنىڭ ئىچىگە قان چۈشىدۇ، ئېغىرراق لىرىدا بوغۇم تۈزۈلمىسىدە بۇزۇلۇش مۇمكىن. داۋالاشتا يارىدارغا بەرشىشا قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىپ، بىرەر سائەتتىن كېيىن بىرىنچى يارەمچى سۇنغان تەرەپ پاچاقنىڭ ئوشۇق قىسمىدىن، ئىككىنچى يارەمچى ساننىڭ تۆۋەنىدىن تۈتۈپ قارىمۇقارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. تېڭىقچى ئىككى قولىنى سۇنغان سۆڭەك پارچىسىنىڭ ئۈستىگە قويۇپ مەركەزگە قارىتىپ قىسىش ئارقىلىق ئورنىغا چۈشۈرىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسۇل ئۇنۇم بەرمىسە سۇنغان تەرەپ ئوشۇقتىن ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلىنى قوللىنىپ 1 ~ 2 كۈندىن كېيىن, بىر قولنى سۇنغان ئورۇنغا، ئىككىنچى قولنى قارشى تەرەپكە قويۇپ مەركەزگە قارىتىپ قىسىش ئارقىلىق سۇنۇق ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە تىز بوغۇمى ئاۋۋال ئىششىق ياندۇرغۇچى سۈركەلمە بىلەن بېسىپراق ھۆل تېڭىلىدۇ. ئەگەر بوغۇم بوشلۇقىغا قان چۈشكەن بولسا نەشتەر (شپىرىس يېڭىنىسى) سانجىپ قان چىقىرىلىدۇ. ئىششىق ئاساسەن يانغاندىن كېيىن سۇنۇقنىڭ تۈتۈشىنى تېزلەتكۈچى سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. تەخمىنەن تۆت ھەپتە ئېسىپ تارتقاندىن كېيىن ھەر قېتىملىق تېڭىق ئالماشتۇرۇش مەزگىلىدە تىز بوغۇمىنى تۈزلەش ۋە ئېگىش ھەربكىتى مەشىقى ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل داۋالاش ئىككى ~ ئۈچ ھەپتە داۋاملاشتۇرۇلغاندىن كېيىن تارتىشنى ئېلىپ تاشلاپ، قوش قولتۇق ھاسسىنىڭ يارىدىمى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ ماڭدۇرۇلىدۇ. كېيىن قولتۇق ھاسسىنىڭ بىرىنى ئېلىۋېتىپ سۇنغان تەرەپ ئاياغ بىلەن دەسسەپ مېڭىشنى مەشىق قىلىدۇ.

پاچاق سۆڭەكلىرى تېنىنىڭ سۇنۇقى

پاچاق سۆڭەكلىرى ــ پاچاق سۆڭىكى بىلەن يان پاچاق سۆڭىكىدىن ئىبارەت ئىككى تال سۆڭەكنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. پاچاق سۆڭەك تېنىنىڭ سۇنۇشى يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ۋە بېسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، بەزىدە بىر تاللا سۆڭەك تېنى بىرلا ئورۇندىن سۇنۇشى مۇمكىن . بەزىدە ھەر ئىككى تال سۆڭەك تېنى بىرلا ۋاقىتتا سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە بىر ياكى ئىككى تال سۆڭەكنىڭ بىر قانچە يېرىدىن سۇنۇشى مۇمكىن. سۇنۇق بەزىدە كەسمە سۇنۇق شەكلىدە، بەزىدە قىيسىق سۇنۇق شەكلىدە كېلىشى

مۇمكىن. بەزىدە پارچىلانغان سۆڭۈق ياكى بۇرغىسىمان سۆڭۈق شەكلىدە كېلىشى مۇمكىن، بەزىدە سۆڭۈق ئۇچى ئورنىدىن قوزغالمايدۇ. بەزىدە ئورنىدىن قوزغىلىدۇ (23.2 ـ رەسىم).



23.2 ـ رەسىم. پاچاق سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى

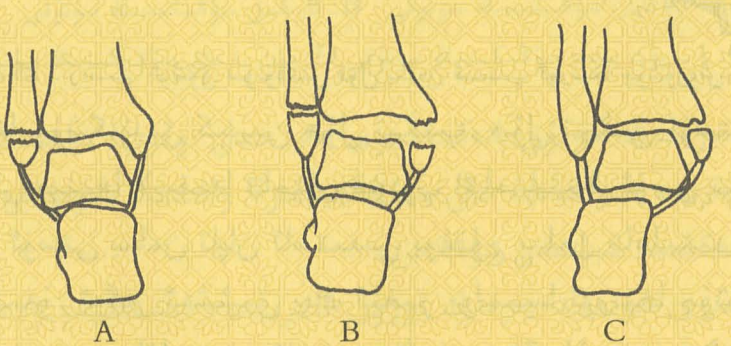
A: قىيسىق سۇنۇق B: كەسمە سۇنۇق C: كۆپ ئورۇندىن سۇنۇش

پاچاق سۆڭەكلىرى تېنىنىڭ سۇنۇشىدا سۇنغان ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ. سۇنغان سۆڭەك ئۇچى ئورنىدىن قوزغالغان بولسا قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ. ھە ئىككى تال سۆڭەك تېنى بىرلا ۋاقىتتا سۇنغان بولسا ساختا بوغۇم ھاسىل بولىدۇ. پاچاق سۆڭەك تېنى سۇنۇشىدا (بولۇپمۇ ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇقتا) سۇنۇقنى ئېنىقلاپلا قالماستىن، بەلكى پۇت ئۇستى شىريان تومۇرىنىڭ سۇقۇش ئەھۋالى بىلەن پۇتنىڭ سېزىمى ۋە ھەرىكىتى تەكشۈرۈلىدۇ. چۈنكى پاچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تېنى سۇنۇقىدا قان تومۇر بىلەن ئەسەبلەر ئوڭايلا زەخمىلىنىدۇ. سۇنۇققا قارىتا چارە قىلىشتىن بۇرۇن ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ. ئورنىدىن قوزغالمىغان سۇنۇق بولسا، ئاۋۋال ھۆل تېڭىق ئۇستىدىن تاختا قويۇپ تېڭىلىدۇ. ئەگەر ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇق بولسا، ئىككى يارەمچىنىڭ قارىمۇقارشى تەرەپكە تارتىشى ئاستىدا تېڭىقچى ئىككى قولىنى ئىشقا سېلىپ سۇنغان سۆڭەك ئۇچىنى ئۇستىدىن بېسىش، يۇقىرىغا كۆتۈرۈش ۋە ياندىن ئىتتىرىش قاتارلىق ئۇسۇللار بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن تېڭىلىدۇ. قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىق بولسا، بولۇپمۇ ئىككى تال سۆڭەك سۇنۇقىدا ئەھۋالغا قاراپ 1 ~ 2 كۈن ئوشۇقتىن ئېسىپ تارتىپ، سۇنغان سۆڭەك ئۇچلىرى بىر ـ بىرىدىن ئاجرىغاندىن كېيىن تارتىش ئاساسىدا بېسىش، كۆتۈرۈش، ئىتتىرىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە ھۆل تېڭىق ئۇستىدىن تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ. يەككە سۆڭەك تېنى سۇنۇقى بىلەن ئورنىدىن قوزغالمىغان سۇنۇقتا 3 ~ 4 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلسا بولىدۇ. لېكىن ئىككى تال سۆڭەكنىڭ بىرلا ۋاقىتتا سۇنۇشى بىلەن بىر قانچە ئورۇندىن سۇنغان سۇنۇقتا ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن، قايتا ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىدىغان ئەھۋاللار دائىم ئۇچراپ تۇرىدۇ. شۇڭلاشقا بۇخىل سۇنۇقتا تېڭىق ئالماشتۇرۇش قېتىم سانى كۆپ بولۇپ كەتمەسلىكى لازىم. شۇنداقلا سۇنۇقنىڭ قايتا ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن تېڭىق ئالماشتۇرۇش مەشغۇلىيىتى ناھايىتى سىلىق بولۇشى كېرەك. پاچاق سۆڭەكلىرىنىڭ بىر تېلى سۇنغان بولسا 4 ~ 5 ھەپتىگىچە تېڭىلىدۇ. تېڭىقنى ئېلىپ

تاشلىغاندىن كېيىن 2 ~ 3 ھەپتە كارىۋاتتا يېتىپ ئارام ئالىدۇ. بۇ جەريانداتىز بوغۇم بىلەن ئوشۇق بوغۇمنىڭ يېنىك ھەرىكىتىنى مەشق قىلىشقا بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ قوش قولتۇق ھاسىسىنىڭ ياردىمى بىلەن مېڭىشنى مەشق قىلىشقا بولىدۇ. سۇنغان كۇندىن ھېسابلىغاندا 8 ~ 10 ھەپتىلەردىن كېيىن يەككە قولتۇق ھاسا بىلەن سۇنغا پۇتقا ئېغىرلىقنى سېلىپ مېڭىشنى مەشق قىلىشقا بولىدۇ. ھەر ئىككى تال سۆڭەك سۇنغانلار بىلەن بىر قانچە يېرىدىن سۇنغان سۇنۇقلاردا 6 ~ 8 ھەپتىگىچە تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تېڭىقنى ئېلىپ تاشلاپ 2 ~ 3 ھەپتە كارىۋاتتىن چۈشمەي ئارام ئالىدۇ. كېيىن قوش قولتۇق ھاسا ياردىمى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشق قىلىنىدۇ. 10 ~ 12 ھەپتىلەردىن كېيىن يەككە قولتۇق ھاسىسىنىڭ ياردىمى بىلەن سۇنغان ئاياغقا ئېغىرلىقنى سېلىپ مېڭىش مەشق قىلىنىدۇ.

ياچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تۆۋىنىدىن سۇنۇشى

ياچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تۆۋىنىدىن سۇنۇشى دېگەندە كۆپىنچە ياچاق سۆڭەك بىلەن يان ياچاق سۆڭىكىنىڭ ئوشۇق قىسمىنىڭ سۇنۇشى كۆزدە تۇتۇلىدۇ. بەزىدە ياچاق سۆڭىكىنىڭ بىرلا ئوشۇقىلا سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە ھەر ئىككى ئوشۇق قىسمى سۇنۇشى مۇمكىن (24.2 ـ رەسىم).



24.2 ـ رەسىم. ياچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تۆۋەن قىسمى سۇنۇشى

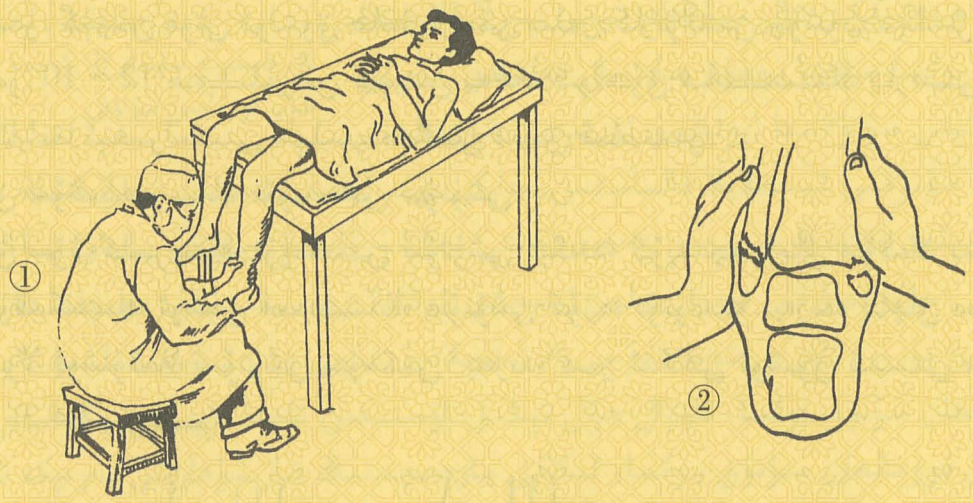
A: يان ياچاق سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشى B: ياچاق سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ سۇنۇشى

C: ياچاق ۋە يان ياچاق سۆڭەك تۆۋەن قىسمىنىڭ بىرگە سۇنۇشى

بۇ خىل سۇنۇق كۆپىنچە ئادەم يىقىلغاندا پۇت ئىچى ياكى سىرتىغا زىيادە تولغىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بۇاستە زەربىدىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

ياچاق سۆڭەكلىرىنىڭ تۆۋەن قىسمى سۇنغاندا ئوشۇق قىسمى (ئىچى ياكى سىرتى ياكى بولمىسا ھەرئىككى تەرەپ) ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ. تېرە كۆكىرىشى مۇمكىن. يان ياچاق سۆڭەك تۆۋەن قىسمى سۇنۇقىدا پۇت سىرتقا كېرىلگەن تۇسنى ئالىدۇ. سۇنغان ئورۇننى قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ.

داۋالاشتا، ياردارغا بەرشىشا قاتارلىق ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلار-
نى ئىشلىتىپ بىرەر سائەتتىن كېيىن ياردارنى سۈپىدا ياكى كارىۋاتتا ياتقۇزۇپ پاچىقى
پەسكە ساڭگىلىتىپ ياتقۇزۇلىدۇ. ياردەمچى تاپان بىلەن پۇتنى تۇتۇپ پەس تەرەپكە تارتـ
ىدۇ. تېڭىقچى بىر قولنىڭ ئالقىنىنى سىرتقى ئوشۇق تەرەپكە، يەنە بىر قولنىڭ ئالقـ
ىنىنى ئىچكى ئوشۇق تەرەپكە قويۇپ، ئىككى قول ئالقىنى بىلەن ئوشۇق قىسمىنى قامـا-
للاپ مەركەزگە قارىتىپ قىسسا، ئاجرىغان سۈنۈق پارچىسى ئورنىغا چۈشىدۇ (25.2 ـ
رەسىم).



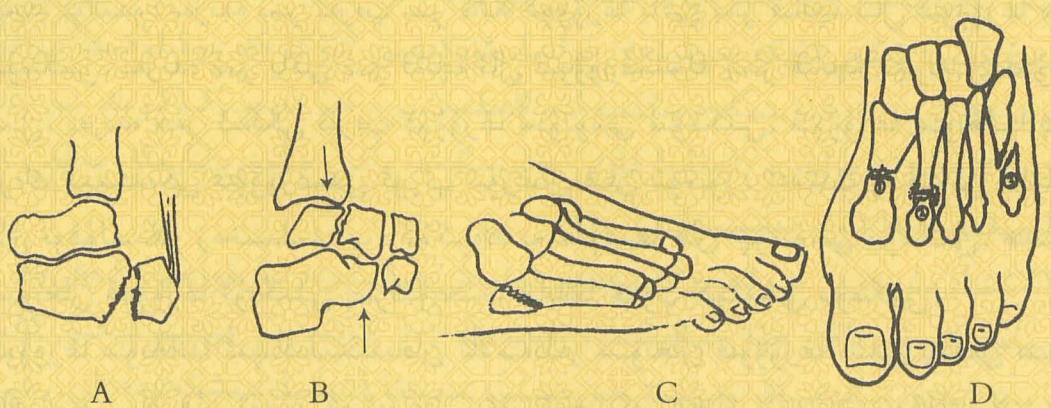
25.2 ـ رەسىم. ئوشۇق سۈنۈقنى قول بىلەن قىسىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش

سۈنۈق ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن ھۆل تېڭىپ، ھۆل تېڭىق ئۈستىدىن پاچاقنىڭ
تۆۋەن تەرەپ ئىككى يېنىغا لايىقىدا تاختاي قويۇپ (تاختاينىڭ ئۇچى تاپاندىن ئاشۇرۇپ
قويۇلىدۇ) ئوشۇق ئۈستى بىلەن تاپان ئاستىدىن بوغقۇچ بىلەن باغلىنىدۇ. ئادەتتە 6 ~ 8
ھەپتە تېڭىلسا بولىدۇ. ئەگەر ئىششىق بەك ئېغىر بولمىسا ئورنىغا چۈشكەن سۈنۈقنىڭ
قايتا ئاجراپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن تېڭىش مەزگىللىرىدە تېڭىق ئالماشتۇرۇش
قېتىم سانى بەك كۆپ بولۇپ كەتمەسلىك كېرەك. تېڭىش مەزگىلىدە ئىششىقنىڭ يېنـ
ىشنى تېزلىتىش مەقسىتىدە پۇتى ئېگىزرەك قويۇلىدۇ. تېڭىلىۋاتقان مەزگىللىرىدە تىز
بوغۇم ھەرىكىتىنى يەڭگىل مەشىق قىلىپ بېرىشكە بولىدۇ. تېڭىقنى ئېلىپ تاشلىغاـ
ندىن كېيىن ئوشۇق بوغۇم ھەرىكىتىنى مەشىق قىلىپ ئەسلىگە كەلتۈرۈش كېرەك.

پۇت سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى

پۇت سۆڭەكلىرىنىڭ سۈنۈقى دېگەندە تاپان سۆڭىكى، ئارىلىق سۆڭەك ئوشۇقتىكى

ئۇششاق سۆڭەكلەر بىلەن پۇت پەنجە ۋە بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى كۆزدە تۇتۇلىدۇ. بۇلارنىڭ ئىچىدە تاپان سۆڭىكى بىلەن ئارىلىق سۆڭەك ۋە پۇت پەنجە سۆڭىكى بىلەن پۇت بارماق سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. تاپان سۆڭىكى بىلەن ئارىلىق سۆڭەكىنىڭ سۇنۇشى كۆپىنچە ئېگىزدىن يىقىلغاندا تاپان بالدۇر يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. قالغان سۆڭەكلەرنىڭ سۇنۇشى كۆپىنچە بىۋاستە زەربە تەسىرىدىن پەيدا بولىدۇ (26.2 ـ رەسىم).



26.2 ـ رەسىم. پۇت سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇقى

ئا: تاپان سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى B: ئارىلىق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى

C: 1 ـ پۇت پەنجە سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى D: پۇت بارماق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى

پۇت سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇق شەكىللىرى ھەر خىل بولۇپ، بەزىدە بىرلا سۆڭەك سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە بىر قانچە تال سۆڭەك بىرلا ۋاقىتتا سۇنۇشى مۇمكىن. بەزىدە ئوچۇق سۇنۇق شەكىلدە كېلىشى مۇمكىن.

پۇت سۆڭەكلىرى سۇنغاندا يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ، ئىششىيدۇ ۋە ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. پۇت پەنجە ۋە بارماق سۇنۇقلىرىدا تېرىنىڭ ھەر خىل زەخمىلىنىشى بىرگە كېلىشى مۇمكىن. بۇ خىلدىكى سۇنۇقتا سۆڭەكلەر كۆپ ھاللاردا ئېزىلىپ كېتىشى مۇمكىن.

ئورنىدىن قوزغالمىغان بولسا ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. ئورنىدىن قوزغالغان بولسا، سۇنغان سۆڭەك تۈرى بىلەن ئورنى ۋە سۇنۇق شەكلىگە ئاساسەن ئوخشىمىغان قول مەشغۇلىيىتى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرگەندىن كېيىن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. تاپان سۆڭىكى بىلەن ئارىلىق سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقىدا 8 ~ 10 ھەپتە، باشقا سۆڭەكلەرنىڭ سۇنۇقىدا 3 ~ 4 ھەپتە تېڭىلسا كۇپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تېڭىقنى ئېلىۋېتىپ كارىۋاتتىن چۈشۈپ قولتۇق ھاسىسىنىڭ ياردىمى بىلەن مېڭىپ بەرسە ۋە تەدرىجىي بەدەن ئېغىرلى-

قىنى پۇتقا سېلىپ مېڭىپ بەرسە بولىدۇ.

گەۋدە سۆڭەكلىرىنىڭ سۆنۈقى

قوۋۇرغىنىڭ سۆنۈقى

قوۋۇرغىنىڭ سۆنۈقى كۆپىنچە يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ۋە قىسىلىش قاتارلىق سەۋەبلەر-دىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بىر تەرەپ بىر تاللا قوۋۇرغا ياكى بىر قانچە تال قوۋۇرغا سۆنۈ-شى مۇمكىن. بەزىدە بىر ياكى بىر قانچە تال قوۋۇرغىنىڭ بىر قانچە يېرىدىن سۆنۈشى مۇمكىن. بەزىدە ھەر ئىككى تەرەپ قوۋۇرغا سۆنۈشى مۇمكىن. قوۋۇرغا سۆنگاندا بەزىدە كۆكرەك تېمىدىكى قوۋۇرغىنى ئوراپ تۇرغان قان تومۇر، ئەسەب ۋە گۆش قاتارلىق يۇمشاق توقۇلمىلار زەخمىلىنىپ، كۆكرەك بوشلۇقىغا قان چۇشۇشى مۇمكىن. ھەتتا بە-زىدە سۆنگان قوۋۇرغا ئۆپكىنى يىرتىۋېتىپ ھاياتقا خەۋپ كېلىشى مۇمكىن.

قوۋۇرغا سۆنگاندا ئىپادىلىنىدىغان ئالامەتلەر سۆنگان قوۋۇرغا سانى بىلەن سۆنگان سۆڭەك ئۇچىنىڭ قان تومۇر ۋە ئەسەبنى ئۆز ئىچىگە ئالغان يۇمشاق توقۇلمىلار بىلەن ئۆپكىنى زەخمىلىگەن ياكى زەخمىلمىگەنلىكى ۋە زەخمىلىنىش دەرىجىسى شۇنداقلا كۆكرەك بوشلۇقىنىڭ سىرتقى مۇھىت بىلەن تۇتاشقان ياكى تۇتاشمىغانلىقى، قاناشنىڭ ئاز ـ كۆپلۈكى ياكى بولمىسا ئۆپكە قانىتىنىڭ بېسىلغان ـ بېسىلمىغانلىقى قاتارلىق ئا-مىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك. قوۋۇرغا سۆنۈپ يۇمشاق توقۇلمىلار بىلەن ئۆپكە زەخمىلە-نگەن ياكى ئېغىرراق زەخمىلەنگەن بولسا سۆنگان ئورۇن ئاغرىيدۇ. يېنىكرەك ئىششىيدۇ، تېرە كۆكىرىدۇ. يۆتەلگەندە ۋە چوڭقۇرراق نەپەسلەنگەندە قوۋۇرغىنىڭ سۆنگان ئورنى تې-خىمۇ قاتتىق ئاغرىيدۇ. يارىدار يېنىچە يېتىشقا ياكى بەدىنىنى تولغاپ ھەرىكەتلىنىشكە جۇرئەت قىلالمايدۇ. يارىدارنىڭ گەۋدىسى قوۋۇرغا سۆنگان تەرەپكە ئازراق قىيسىيىپ، قارشى تەرەپ قولى بىلەن سۆنگان ئورۇننى بېسىپ تۇرغان ھالەت تۇسىنى ئالىدۇ. تېڭىق-چى بىر قولىنىڭ بارماقلىرىنى يارىدارنىڭ دۇمبە تەرىپىگە، يەنە بىر قول بارماقلىرىنى يارىدارنىڭ تۆش قىسمىغا قويۇپ، ئىككى باش بارماق بىلەن قوۋۇرغىلارنى بويلاپ يېنىك بېسىپ سىلجىتقاندا، قوۋۇرغىنىڭ سۆنگان ئورنى قاتتىق ئاغرىيدۇ. بەزىدە ئىككى سۆنۈق ئۇچى سۈركىلىشتىن پەيدا بولغان غۇچۇرلىغان سېزىم بىلىنىدۇ. ئەگەر بىر قانچە تال قوۋۇرغا سۆنگان ياكى بىر قانچە تال قوۋۇرغىنىڭ بىر قانچە يېرىدىن سۆنۈپ ئىچىگە پېتىشىدىن كۆكرەك تېمىدىكى قان تومۇر زەخمىلىنىپ ياكى ئۆپكە يىرتىلغان بولسا، كۆكرەك بوشلۇقىغا قان چۇشىدۇ ياكى بولمىسا قوۋۇرغىنىڭ ئوچۇق سۆنۈقى

بىلەن ئۆپكە يىرتىلىپ سىرتقى مۇھىت بىلەن ئۆپكىدىكى ھاۋا كۆكرەك بوشلۇقىغا كىرىپ، شۇ تەرەپ ئۆپكە قانىتىنى باسقان بولسا، بەدەنگە ئېھتىياجلىق ساپ ھاۋا كېمىيىپ، بۇزۇق ھاۋا بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەسلىكتىن دېمى سىقىلىپ ئاۋۇال كالپۇك بىلەن تىرناق كۆكىرىدۇ. كېيىنرەك يۇز - كۆز ۋە پۇتۇن بەدەن كۆكىرىدۇ. گالىدىكى كانايىنىڭ ئورنى ساق تەرەپكە سىلجيىدۇ. قوۋۇرغىنىڭ ئوچۇق سۇنۇقىدىن ھاسىل بولغان زەخىم تۆشۈكى كۆكرەك بوشلۇقىغا تۇتاشقان بولسا، يارىدارنىڭ نەپەسلىنىشىگە ئەگىشىپ تۆشۈكتىن ھاۋا كىرىپ - چىققان پۇشۇلدىغان ئاۋاز ئاڭلىنىدۇ. قوۋۇرغىنىڭ يېپىق سۇنۇقىدا ئەگەر ئۆپكە يىرتىلغان بولسا، ئۆپكىدىن كۆكرەك بوشلۇقىغا چۈشكەن ھاۋا كۆكرەك تېمى ۋە قەۋىتىگە سىڭىپ كىرگەنلىكتىن، شۇ تەرەپ كۆكرەك تەرەپتىكى ئىششىش ئېغىرراق بولۇپ، باسقاندا قارنى دەسسىگەندە ياكى چاچنى بارماق بىلەن ئۇۋۇلىغاندا چىقىدىغاندا ئاۋاز بىلىنىدۇ.

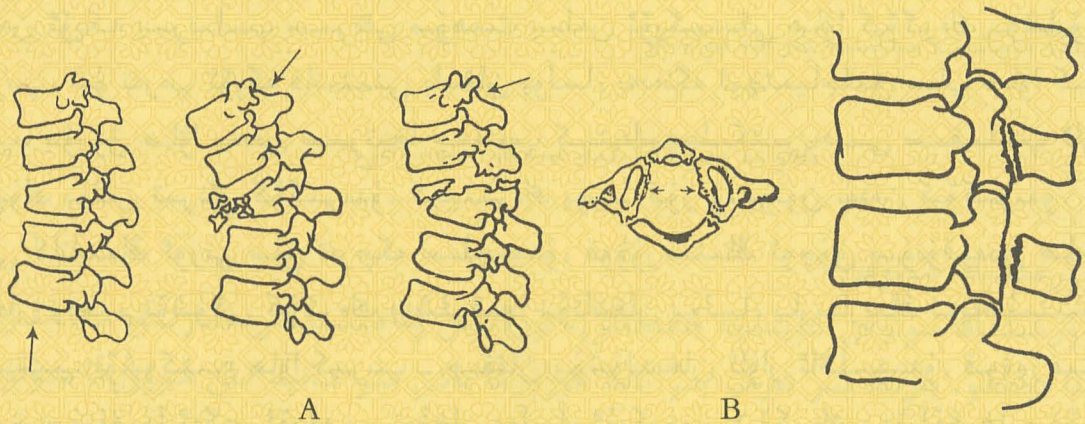
داۋالاشتا، يارىدارنى چوڭقۇرراق نەپەس ئېلىش ھالىتىدە تۇرغۇزۇپ، كەڭرەك ماتا (داكا) بىلەن قۇرۇق ياكى ھۆل تېڭىلىدۇ. ئادەتتە 2 ~ 3 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. تېڭىقنىڭ چىڭلىق دەرىجىسى تىنىققا (نەپەسلىنىشكە) دەخلى يەتمىگۈدەك بولسا كۈپايە قىلىدۇ. ئوچۇق سۇنۇق بولسا، بولۇپمۇ جاراھەتتىكى تۆشۈكتىن ھاۋا كىرىپ - چىقىپ تۇرۇۋاتقان بولسا دالاۋاش ئورنىغا ئېلىپ كەلگۈچە بولغان ئارىلىقتا پاكىز رەخت بىلەن جاراھەت بېسىپ تېڭىلىدۇ. داۋالاش ئورنىغا كەلگەندىن كېيىن جاراھەتنى قائىدە بويىچە تازىلاپ، تېڭىپ يېپىق سۇنۇقتا ئايلاندۇرغان كېيىن يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن تېڭىلىدۇ. ئەگەر كۆكرەك تېمىدىكى قان تومۇر ياكى ئۆپكە زەخىملىنىپ كۆكرەك بوشلۇقىغا قان چۈشكەن بولسا قان توختاتقۇچى ۋە ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىلىدۇ ۋە كۆكرەك بوشلۇقىغا يىغىلىپ قالغان قان تارتىپ چىقىرىلىدۇ.

ئومۇرتقىنىڭ سۇنۇقى

ئومۇرتقىنىڭ سۇنۇقى كۆپىنچە ئېغىزدىن يىقىلغاندا تاياق بالدۇر يەرگە تېگىش ياكى زەربىنىڭ بىۋاستە ئومۇرتقىغا تېگىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. سۇنۇق كۆپىنچە ئومۇرتقا تېنىدە، ئۇنىڭدىن قالسا ئومۇرتقا ياياسى ۋە ئۇنىڭ ئۆسۈكلىرىدە پەيدا بولىدۇ. (27.2 - رەسىم).

كۆپ ھاللاردا ئومۇرتقا سۇنۇقىغا ئومۇرتقا كىچىك بوغۇملىرىنىڭ چىقىقى بىرگە كېلىپ، يۇلۇن بىلەن ئەسەبلەرنى بېسىشى بىللە كېلىدۇ. بەزىدە باغلاملار زەخىملىنىشى مۇمكىن.

ئومۇرتقا سۇنغاندا ئىپادىلىنىدىغان ئالامەتلەر يۇلۇن بىلەن يۇلۇندىن چىقىدىغان ئە-



27.2 ـ رەسىم. ئومۇرتقىنىڭ سۈنۈقى

A: ئومۇرتقا تېنىنىڭ سۈنۈقى (1) پاتقان (بېسىلغان) سۈنۈق (2) پارچىلانغان سۈنۈق (3) قىيسىق سۈنۈق

B: ئومۇرتقا يايىسى بىلەن ئومۇرتقا ئۆسۈكىنىڭ سۈنۈقى (1) بىرىنچى ئومۇرتقا يايىنىڭ سۈنۈقى (2) ئومۇرتقا بىسى سۈنۈقى

سەبلەرنى بېسىش ياكى زەخمىلەشنىڭ دەرىجىسىگە قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. مەسىلەن: ئومۇرتقا تېنىنىڭ يېنىك پاتقان سۈنۈقىدا يەرلىك ئۇرۇن ئاغرىش، ئىششىش ۋە ھەرىكەتنى چەكلىمىگە ئۇچراشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئومۇرتقا تېنىنىڭ ئېغىرراق پاتقان سۈنۈقىدا يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر ئېغىر ئىپادىلىنىش بىلەن بىرگە يەرلىك ئورۇن ئارقىغا پۇلتىيىپ چىقىدۇ ياكى بۇلۇڭ ھاسىل بولىدۇ. ئومۇرتقا ئارقا بىسىنىڭ ئارىلىقى كېڭەيىدۇ.

ئومۇرتقا كۆندىلەڭ ئۆسۈك بىلەن ئومۇرتقا بىسى سۈنۈقىدا يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ ۋە ئىششىيدۇ. ئورۇقراق كىشىلەردە سۇنغان كۆندىلەڭ ئۆسۈك ياكى ئومۇرتقا بىسىنى مىدىرلاتقىلى بولىدۇ. ئومۇرتقا زەخمىلىنىشتە يۇلۇن بېسىلغان ياكى زەخمىلەنگەن بولسا كەسمە پالەچلىك پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ئومۇرتقا ئارىلىقىدىن چىقىدىغان ئەسەب بېسىلغان ياكى زەخمىلەنگەن بولسا، شۇ ئەسەبكە دائىر ئورۇننىڭ سېزىمى بىلەن ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. ئومۇرتقا سۈنۈقىغا قوشۇلۇپ باشقا ئۇستىخانلارنىڭ سۈنۈشى ئىچكى ئەزالارنىڭ زەخمىلىنىشى بىرگە كېلىشى مۇمكىن. شۇڭلاشقا ھەر قانداق سۈنۈقنى جۇملىدىن ئومۇرتقا سۈنۈشنى تەكشۈرگەندە ئەتراپلىق تەكشۈرۈش كېرەك.

ئومۇرتقا سۈنۈقىنى داۋالاش سۇنغان ئورۇن بىلەن يۇلۇننىڭ زەخمىلىنىش دەرىجىسىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. ئەگەر ئومۇرتقا بىسى ياكى ئومۇرتقا كۆندىلەڭ ئۆسۈكلا سۇنغان بولۇپ، بويۇن بىلەن ئەسەبلەر زەخمىلەنمىگەن بولسا، سۈنغان سۈنۈق ئۇچىنى مۇمكىنقەدەر ئۇدۇللاپ كەڭ ماتا ياكى داكا بىلەن 3 ~ 5 ھەپتە ھۆل

تېڭىپ بېرىش كۆپايە قىلىدۇ. ئەگەر ئومۇرتقا يايىسى بىلەن ئومۇرتقا تېنى سۇنۇپ يۇلۇن بىلەن ئەسەبنى باسقان بولسا تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالىنىدۇ. ئەگەر بويۇن ئومۇرتقىسى سۇنغان بولسا، كارىۋاتنىڭ باش تەرىپىنى ئېگىز قىلىپ، كۆندىن يا-سالغان ئېڭەك ـ گەجگە نۇقتىسىغا چىگىلگەن تاننى غالتەكتىن ئارتىلدۇرۇپ، تاننىڭ ئاخىرىقى ئۇچىغا 9 ~ 7 جىڭ ئېغىرلىقتىكى تاش ئېسىپ بىر قانچە كۈندىن كېيىن ئاغرىقى توختىسا، سۇنۇقنىڭ ئورنىغا چۈشكەنلىكىدىن دېرەك بېرىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى ئېسىش 4 ~ 3 ھەپتە داۋاملاشتۇرۇلغاندىن كېيىن ئېسىشنى ئېلىپ تاشلاپ 6 ~ 3 ئايغىچە ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ ۋە تېڭىق ئۇستىدىن بويۇنىڭ ئالدى ـ ئارقىسى ۋە ئىككى يېنىغا مۇڭاپىق ئۇزۇنلۇق، مۇڭاپىق كەڭلىكتىكى تاختاي قويۇپ تېڭىلىدۇ (ھازىرقى زامان سۆڭەكچىلىكىدىكى بويۇن جازىسى ياكى قېلىن كۆندىن ياسالغان ئېگىز ياقىلىق بىلەن مۇقىملاشتۇرۇلسىمۇ بولىدۇ). تېڭىق بەك چىڭ بولۇپ كەتسە كانايىنى بېسىۋېلىپ نەپەس-لىنىشنى قىينىلاشتۇرىدۇ. ئەگەر بوش بولۇپ قالسا مۇقىملاشتۇرۇش مەقسىتىگە يەتكىلى بولمايدۇ. شۇڭلاشقا تېڭىش مۇڭاپىق بولۇشى كېرەك. تېڭىش مەزگىلىدە بويۇننى ئۇياق ـ بۇياققا تولغاشقا بولمايدۇ. تېڭىق ئېلىپ تاشلانغاندىن كېيىن بويۇنىڭ ھەركىتى ئاستا ـ ئاستا مەشىق قىلىپ بېرىلىدۇ.

كۆكرەك ئومۇرتقىسىنىڭ سۇنۇشى كەمرەك ئۇچرايدۇ. ئەگەر سۇنغان تەقدىردىمۇ ئومۇرتقا تېنىنىڭ پاتقان سۇنۇقى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. كۆكرەك ئومۇرتقا تېنىنىڭ پاتقان سۇنۇقىنى ئېسىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش ھاجەتسىز. كۆپىنچە ھۆل تېڭىپ يانقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش كۆپايە قىلىدۇ. ئاغرىش توختىغاندىن كېيىن ياكى يېنىكلەشكەندىن كېيىن كارىۋات ئۇستىدە يېنىك ھەركەتلىنىشكە بولىدۇ. تۆت ھەپتىلەردىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىشقا، ئىككى ئايلاردىن كېيىن يېنىك ئىشلار بىلەن شۇغۇللىنىشقا بولىدۇ.

بىراق 12 ـ 11 ـ كۆكرەك ئومۇرتقىسى بىلەن 2 ـ 1 بەل ئومۇرتقا سۇنۇقى بويۇن ۋە كۆكرەكنىڭ باشقا ئومۇرتقىلارنىڭ سۇنۇقىغا قارىغاندا كۆپرەك ئۇچرايدۇ ۋە سۇنۇق شەكلىمۇ ھەرخىل بولىدۇ. شۇنداقلا كۆپ ھاللاردا ئومۇرتقا بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىرگە كېلىدۇ. مۇنداق ئەھۋالدا يارىدارنىڭ ئىككى ئايىغىنى جۈپلەپ دوم يانقۇزۇپ يارىدەمچى ئىككى ئوشۇقتىن تۇتۇپ تەدرىجىي ئېگىز كۆتۈرۈپ بەلنى تۈزلەپ بىز مەزگىل كۆتۈرۈپ تۇرىدۇ. ئادەتتىكى سۇنۇقلاردا ئورنىدىن قوزغالغان سۇنۇق بىلەن چىقىقلار مۇشۇ خىل ئۇسۇلدا ئورنىغا چۈشىدۇ. ئەگەر بۇ خىل ئۇسۇل بىلەن بەلدىكى پولتىيىپ چىقىش تۈەلمىسە تېڭىقچى ئوتتۇراھال كۈچ بىلەن پولتىيىپ چىققان ئورۇننى باسسا ئورنىغا چۈشىدۇ. ئەگەر بۇ خىل ئۇسۇل ھە دېگەندە ئۇنۇم بەرمىسە ئىككى ئايىقنى بىر نەچچە كۈن ئېسىپ

بەرسە ئورنىغا چۈشىدۇ. ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن (پولتىيىپ چىقىش بىلەن ئاغرىش يوقالغاندىن كېيىن) ھۆل تېڭىلىدۇ ۋە بەل ئەگمىسىگە ياستۇق قاتارلىق قېلىنراق بىر نەرسە قويۇپ بىر مەزگىل كارىۋاتتا ئوڭدا ياتقۇزۇلىدۇ. چوڭ ـ كىچىك تەرەت قاتارلىقلار كارىۋات ئۈستىدە بولىدۇ. كارىۋاتتىن تېشىلگەن تۆشۈك ئارقىلىق چوڭ ـ كىچىك تەرەت قىلىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ تېڭىق ئالماشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. ئاغرىش يېنىكلەشكەندىن كېيىن ئېھتىياتلىق بىلەن ئۇياق ـ بۇياققا ئۆرۈلۈپ بېرىشكە بولىدۇ. بىراق ئولتۇرۇشقا بولمايدۇ. ئاغرىق پۈتۈنلەي توختىغاندىن كېيىن بەلنىڭ ھەرىكىتىنى تۆۋەندىكى ئۇسۇل بىلەن مەشىق قىلىپ بېرىدۇ. يەنى كارىۋاتتا دۇم يېتىپ ئىككى قولى بىلەن بېلىنى تۇتۇپ، باش بىلەن كۆكرىكىنى ئېگىز كۆتۈرۈپ بەلنى تۇزلەپ بېرىدۇ. بۇ ھەرىكەتنى كۈندۈزى ھەر ئىككى سائەتتە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ~ 10 نۆۋەت داۋاملاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ. تەخمىنەن بىرەر ھەپتىلەردىن كېيىن ئىككى ئايىغنى تۇز قىلىپ قورساقنى كارىۋاتقا تىرەپ، ئىككى ئايىغى بىلەن باش ۋە كۆكرەكنى نۆۋەت بىلەن كۆتۈرۈپ، بەلنى تۇزلەش ھەرىكىتى قىلىپ بېرىلىدۇ. مۇشۇ خىل ھەرىكەتنى ئۆز ئارا بىرلەشتۈرۈپ تەخمىنەن 2 ~ 3 ھەپتىلەردىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىپ ھەرىكەتلىنىپ، ئاستا ـ ئاستا يېنىك ئىشلار بىلەن شۇغۇللىنىپ بېرىلسە بولىدۇ. بىرەر يىللاردىن كېيىن ئېغىر جىسمانىي ھەرىكەت بىلەن شۇغۇللانسا بولىدۇ.

چىقىقلار ھەققىدە ئومۇمىي چۈشەنچە

بوغۇم يۇزىنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك ئۇچلىرىنىڭ ئەسلىي ئورنىدىن قوزغىلىشى چىقىق دەپ ئاتىلىدۇ. تۇرمۇشتا كۆپ ئۇچرايدۇ.

چىقىقنىڭ تۈرلىرى ۋە ئۇلارنىڭ سەۋەبلىرى

بوغۇملارنىڭ چىقىقى، بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك يۇزىنىڭ ئەسلىي ئورنىدىن سىلجىش دەرىجىسىگە قاراپ تولۇق چىقىق (خەلئى) ۋە يېرىم چىقىق (ۋەسىي) دېگەن ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئالدىنقى چىقىق خىلىدا بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك يۇزى قارىمۇ قارشى تەرەپكە سىلجىپ، ئازراقمۇ ئۇدۇللاشمايدۇ. كېيىنكىسىدە بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك يۇزىنىڭ بىر قىسمى قارىمۇ قارشى تەرەپكە سىلجىسىمۇ، لېكىن يەنە بىر قىسمى بىر - بىرى بىلەن تېگىشىپ تۇرىدۇ. بوغۇم چىقىقىنىڭ يەنە بىر خىلى ئادەتتىكىدەك چىقىق دەپ ئاتىلىدۇ. ئەرزىمەس سەۋەبلەردىن بوغۇملار چىقىپ كېتىدۇ. بۇ خىلدىكى بوغۇملارنى چىقىققا مايىل بوغۇملار دەپمۇ ئاتايمىز. مەسىلەن: ئېڭەك بوغۇمى، يەلكە بوغۇمى، تىز بوغۇمى، لېپەك چىقىقى قاتارلىقلار.

بوغۇملار چىقىقىنى تۆۋەندىكى سەۋەبلەر كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ:

(1) يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ۋە سوقۇلۇش قاتارلىق زەربىنىڭ تەسىرىدىن بوغۇم يۇزىنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك ئۇچلىرى قارىمۇ قارشى تەرەپكە سىلجىشتىن پەيدا بولىدۇ. بۇ خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدىغان چىقىق تولۇق ياكى قىسمەن چىقىق بولۇشى مۇمكىن. بۇ خىل چىقىق شەكلى بەزىدە سۈنۈق بىلەن بىرگە كېلىدۇ.

(2) بوغۇملارنى مۇقىملاشتۇرغۇچى چاندىر (رىباتات) لار بوشىشىپ يېرىم پالەچ (ئىسىتىرخا) بولغاندا، ئازراقلا زەربە ياكى ئاددىي سەۋەبلەردىنمۇ چىقىق پەيدا بولىدۇ. مەسىلەن: ئادەتتىكىدەك چىقىق كۆپ ھاللاردا مۇشۇ خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدۇ. بوغۇمنى مۇقىملاشتۇرغۇچى چاندىرلارنىڭ بوشىشىپ كېتىشىگە كۆپىنچە سۈنۈقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە تارتىش كۈچىنىڭ زىيادە بولۇشى، چاندىرلاردا ھۆللۈكنىڭ كۆپىيىپ كېتىشى ياكى تۇغۇلۇشتىنلا چاندىرلار ئاجىز بولۇپ، گۆش، چاندىرلارنىڭ تەرەققىي قىلالماسلىقى قاتارلىقلار سەۋەب بولىدۇ.

(3) بوغۇملار تۇزۇلمىسىمۇ بوغۇم چىقىدا مۇھىم ئامىل ھېسابلىنىدۇ. مەسىلەن: يانپاش بوغۇم ئويمىنى چوڭقۇر بولغانلىقى، جەينەك بوغۇم قۇش تۇمشۇقى ئوستۇنكى يېرىم دائىرىدە يۇقىرىقى بىلەك غالتىكىنى ئوراپ تۇرۇشى، قول ـ پۇت بارماق بوغۇملىرىنىڭ جىپسىلىششى بىر قەدەر مۇستەھكەم بولغانلىقى ئۈچۈن، بۇ خىل بوغۇملار تەستە چىقىدۇ، لېكىن بۇ خىلدىكى بوغۇم چىقىقىنى ئورنىغا چۈشۈرۈشمۇ تەسرەك بولىدۇ. ئەكسىچە يەلكە بوغۇم چاچكىسى بىلەن ئېڭەك بوغۇم يۇزى نىسبەتەن تېپىز بولغانلىقتىن بوغۇملار ئاسان چىقىدۇ، لېكىن ئورنىغا چۈشۈرۈشمۇ ئاسانراق بولىدۇ.

(4) بوغۇم ئويمىنىنى ھاسىل قىلغۇچى سۆڭەك گىرۋىكىنىڭ سۇنۇشى ياكى كېسىلىكتىن چىرىشى، جۈپ ئوستىخانلارنى بىر ـ بىرى بىلەن چېنىقتۇرىدىغان چاندىرلارنىڭ ئۇزۇلۇپ كېتىشى ياكى بولمىسا تۇرلۇك سەۋەبلەردىن بوغۇم بوشلۇقىدىكى سىلىقلاشتۇرغۇچى سۇيۇقلۇقنىڭ كۆپىيىشى بىلەن بىرگە قويۇقلىشىپ قېلىشى، قويۇق يەل يىغىلىش قاتارلىق سەۋەبلەرمۇ بوغۇمنىڭ چىقىقىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ.

چىقىقتا كۆرۈلىدىغان ئورتاقلىققا ئىگە ئالامەتلەر

مەيلى قايسى بوغۇمنىڭ چىقىقى بولسۇن يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ. ھەرىكىتى توسۇلۇققا ئۇچرايدۇ ۋە سىرتقى شەكىلدە ھەر خىل غەيرىيلىكلەر پەيدا بولىدۇ، چىققان بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. بوغۇم يېرىم چىققان بولسا، بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى قىسمەن توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ. قىسقىسى بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى قانچە كۆپ توسۇلۇققا ئۇچرىسا، بوغۇمنىڭ چىقىقى شۇنچە ئېغىر ھېسابلىنىدۇ. چىققان بوغۇمنىڭ دائىرىسىدە پېتىنقى (ئويما) ۋە كۆپۈنگۈ (پۈلتايما) شەكىل ئۆزگىرىشى بولىدۇ. مەسىلەن: ئېڭەك بوغۇمى چىققاندا ئېڭەكنىڭ سۆڭەك بوغۇم ئۆسۈكى ئەسلىي ئورنىدىن ئارقا، ئالدى ياكى يۇقىرىغا سىلجىپ، بىر تەرەپتىن پۈلتايما پەيدا قىلسا، يەنە بىر تەرەپتىن ئويمان پەيدا قىلىدۇ ھەم بىمارنىڭ ئېغىزى ئېچىلىپ قالىدۇ. يەلكە بوغۇمى چىقىقتا قولتۇققا قاتتىق دۈمبىچە پەيدا بولسا، بوغۇم ئورنىدا ئويمان پەيدا بولىدۇ ۋە يارىدارنىڭ قىياپىتىدىمۇ ئۆزگىرىش بولىدۇ. ھەتتا مۇچە بوغۇم چىقىقلىرىدا مۇچە ئۇزىرايدۇ ياكى قىسقىرايدۇ. مۇچە بىلەن گەۋدە ھالىتىدىمۇ ئۆزگىرىش پەيدا بولىدۇ. ئەگەر بوغۇمنىڭ چىقىقىغا سۇنۇق قوشۇلۇپ كەلسە، سۇنۇقتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر بىلەن چىقىقتا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر ئارىلىشىپ ئەھۋالنى مۇرەككەپلەشتۈرىۋېتىدۇ. ھەر قانداق چىقىقتا بوغۇم يۇزى بىلەن بوغۇم ئەتراپىدىكى چاندىر قاتارلىق يۇمشاق توقۇلمىلار بىرگە زەخمە

لەنگەنلىكتىن چىققان بوغۇم دائىرىسىدە ئىشىش پەيدا بولىدۇ. ھەتتا بەزى چىقىقلاردا قان تومۇر بىلەن ئەسەب بېسىلىپ، قان ئايلىنىش بىلەن سېزىم توسقۇنلۇققا ئۇچرىشى مۇمكىن. بوغۇم چىقىقىدا بوغۇمنى ئوراپ تۇرغۇچى چاندىرلار زىيادە سوزۇلۇش ياكى ئەسەبلەر بېسىلىشتىن بوغۇم يېرىم پالەچ (ئىستىرخائى مەپسەل) پەيدا بولغاندا، بوغۇمى چىققان شۇ ئەزا ئېغىرلاشقاندەك تۇيۇلىدۇ. چىققان ئەزا جانسىزلىنىپ، ئۆزلۈكىدىن ھەرىكەتلىنىش ئىقتىدارى ئوخشىمىغان دەرىجىدە تۆۋەنلەيدۇ.

چىقىقنى داۋالاش پرىنسىپى ۋە داۋالاش تەدبىرى

چىقىقنى داۋالاش پرىنسىپى: چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش، ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلارنى بېرىش، بوغۇمدىكى پەي ـ تارىمۇشلارنى چىڭىتقۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن تېڭىش، تېڭىقتىن كېيىن چىققان بوغۇمنى بىر مەزگىل ئارام ئالدۇرۇش (بولۇپمۇ ئاياغ بوغۇمىنىڭ چىقىقىدا بىر مەزگىل ماڭماستىن يېتىپ ئارام ئېلىش)، ئىچىدىكى بۇزۇق ماددىلارنى تارقىتىپ، ئىششىقنى ياندۇرغۇچى ۋە ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلارنى بېرىش، ئىششىق يانغاندىن كېيىن، بوغۇم خىزمىتى ئەسلىگە كەلگۈچە بوغۇم مەشىقى قىلدۇرۇش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلى ھەر قايسى بوغۇملارنىڭ تۈزۈلمىسى بىلەن چىقىق دەرىجىسى، چىقىققا قوشۇلۇپ سۇنۇقنىڭ بىرگە كەلگەن ـ كەلمىگەنلىكى ھەمدە ئىششىقنىڭ ئېغىر ـ يېنىكلىكى قاتارلىقلارنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ (ھەر قايسى بوغۇملارنىڭ چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈش مەخسۇس قىسمىدا بايان قىلىنىدۇ). چىقىققا ئەگىشىپ كەلگەن ئىششىق ئېغىر بولۇپ، ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىن بولسا، ئىششىق يانغاندىن كېيىن چۈشۈرۈلىدۇ. ئەگەر ياخشىسى ۋاقتىدا ئورنىغا چۈشۈرۈلسە ئۇنۇمى كۆڭۈلدىكىدەك بولىدۇ. ئەگەر كېچىكىپ قالسا بوغۇم بوشلۇقىدا يىغىلىۋالغان سۇيۇقلۇق قېتىشىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىنلىشىدۇ. ئىششىق ئېغىر بولۇش بىلەن بىرگە سۇنۇق بىرگە كەلگەن بولسا، ئاۋۋال ئىششىقنى ياندۇرۇپ، چىقىق بىلەن سۇنۇق بىرلا ۋاقىتتا ئورنىغا چۈشۈرۈلسىمۇ بولىدۇ. بىراق ئېغىك بوغۇم چىقىقىدا ئىششىقنى ياندۇرۇش باھانىسى بىلەن چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشنى كېچىكتۈرۈشكە بولمايدۇ. بوغۇمنىڭ چىققانلىقى ئېنىقلانغاندىن كېيىن ئاغرىقنى توختاتىپ، تىنچلاندۇرۇش مەقسىتىدە ئىچىدىن بەرشىشا، ئايارەج جالىنۇس، ئاساناسىيائى كەبىر، بانادۇق، جاۋارىش ھىندى قاتارلىق دورىلاردىن بىر خىلىنى ئىچىشكە بېرىپ، سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇ-

چى دورىلارنى سۈركەپ، بىرەر سائەتتىن كېيىن ئورنىغا چۈشۈرۈپ تېڭىلىدۇ. تېڭىپ بولغاندىن كېيىن يېنىك سۈرگە دورىسى بېرىپ بەدەن تازىلىنىدۇ (بۇ ھۆللۈك زىيادە بولغان بىمارلار ئۈچۈن تېخىمۇ مۇھىم). قەۋزىيەتتىن ساقلىنىش ئۈچۈن پات - پات توخۇ گۆشى بىلەن شورپىسى، مېۋە سۈيى ۋە بادام يېغى (باشقا مېغىز يېغى بولسىمۇ بولىدۇ) بىلەن تەييارلانغان خۇش پۇراقلىق تائاملار بېرىلىدۇ. ئىچىدىن ئىچىشكە تۆۋەندىكى نۇسخىلار بېرىلىدۇ: مۇغاس تالقىنىدىن ئالتە گرامنى مائۇلھەسەل بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. غارىقۇن تالقىنىدىن ئۈچ گرامنى بىر پىيالە جۇلاب بىلەن ئىچىشكە بەرسەمۇ بولىدۇ. جىنتىيانادىن تۆت گرام، ئۇدسەلبىتىن مۇۋاپىق مىقدارداۋ ئېلىپ جۇلاب بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى گىل ئەرمىنىدىن ئۈچ گرامنى گۇلاب بىلەن ياسالغان جۇلاب بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئوردانىدىن ئۈچ گرام، رەۋەندىن ئالتە گرامنى بىر پىيالە جۇلاب بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يۇقىرىدىكىلەرنىڭ بىر خىلى ئىشلىتىلسە كۇپايە قىلىدۇ ياكى يۇقىرىدىكى دورىلار چۈشكەن مۇرەككەپ نۇسخا تەييارلاپ ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ھەر كۈنى نوقۇت چوڭلۇقىدىكى مومىيانى ئىچىشكە بەرسىمۇ بولىدۇ.

بۇغۇم چىقىقىغا سىرتتىن ئىشلىتىدىغان نۇسخىلار تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: چىيقان، غەلۋىرەك ۋە ھەر خىل تېرە زەخىملىنىشتە ئاغرىق توختىتىپ، ئىششىقنى يانداۋرىدىغان سۈركەلمىلەرنىڭ ھەممىسى چىقىققا سىرتىدىن ئىشلىتىشكە مۇۋاپىق كېلىدۇ. بۇلارنىڭ سىرتىدا تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ بىرىنى ئاغرىق توختىتىش ۋە يەرلىك ئورۇندىكى زىيانلىق ماددىلارنى تارقىتىپ ئىششىق ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ.

(1) ھەببۇلئاس، مۇغاس، ئاق لەيلىگۇلى تالقانلىرىدىن مۇۋاپىق مىقدارداۋ ئېلىپ، تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈركىلىدۇ.

(2) راسەن (زەنجىۋىل شامى)، ئاس، زىرە تالقىنى بىلەن بۇغداي ئۇنى ۋە ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقدارداۋ ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈركىلىدۇ.

(3) ماش ئۇنىنى ھاراق بىلەن يۇغۇرۇپ سىرتتىن قېلىن سۈركەپ تېڭىپ قويۇلىدۇ.

(4)مومىيانى سۇدا ئېرىتىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ قويۇلىدۇ.

(5) ئەنزىرۇتنى يالغۇز ياكى جۇز بۇۋا يېغى بىلەن قوشۇپ سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلىدۇ.

(6) كۈندۇر، ئارپا ئۇنى، بەزرۇلبەنجى يوپۇرماق سۈيى ياكى قىزىلچا قاياناتمىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈركىلىدۇ.

(7) ئاس ۋە ئۇنىڭ مېۋىسى، ئەنجۇر ياغىچىنىڭ كۈلى، ھۆل زۇپا، رەيھان غازىڭىنى ئېزىپ (تالقانلاپ) تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(8) شەمشاد ياغنچىنىڭ ئېكەكلىمىسى (ئېكەكلەنگەن تالقىنى) تۇگمەن تۇزى ۋە زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورا تالقىنىنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ تاڭسىمۇ بولىدۇ.

(9) تاتلىق بادام بىلەن ئاچچىق بادام يېغىنى ئايرىم - ئايرىم ياكى بىرلەشتۈرۈپ ياكى بولمىسا باشقا نۇسخىلار بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(10) تال جۇپ كۈلى بىلەن ھۆل زۇپانى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈركەلىدۇ. شەۋكىران يىلتىزىنىڭ سۇيى بىلەن ئارپا ئۇنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئىلمان ھالىتىدە سۈركەپ بەرسىمۇ بولىدۇ.

(11) سەبرە سوقۇتىرىنى ھەببۇلئاس سۇيىدە يۇغۇرۇپ، سۇيۇقراق خېمىر قىلىپ ياكى چاچ كۈلىنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(12) دادۇرنى سىركە بىلەن ھەسەلدە پىشۇرۇپ، ئېزىپ چاپسا ياكى گۈرۈچ نېنىنى سالايە قىلىپ، ئاس سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(13) ماش ئۇنىدىن ياسالغان نانىڭ بىر يۈزىنى پىشۇرۇپ، خام يۈزىگە گۈل يېغى سۈركەپ، ئىسسىق ھالىتىدە يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ تېڭىپ بېرىلسە ياكى نەغەز گۈلى يىلتىزىنىڭ تالقىنىدىن زىماد ياساپ، سىرتىدىن چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(14) ئاس يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ) بىلەن قومۇش يىلتىزىنى يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

(15) ماش ئۇنى، گىل ئەرمىنى، مۇرمەككى، ئاق لەيلىگۈلى، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن توققۇز گرام، ئاس يوپۇرمىقى (ئامۇت يوپۇرمىقى بولسىمۇ بولىدۇ) دىن 15 گرام ئېلىپ، تالقانلاپ تۇخۇم ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

(16) موزا، ئاقاقىيا، ئاس، مۇغاس، بېلىق يېغى (ياكى يېلىمى)، ماش ئۇنى، ئەدەس، سىيادان، قىزىلگۈل ۋە گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق ئېلىپ، سوقىدىغانلىرىنى سوقۇپ ياغلارغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن سۈركەپ تېڭىلسىمۇ بولىدۇ.

(17) ئابدىملىك ئۇرۇقى، مالكەنگىنى مىسرى، ئانبە ھىندى، قارا كۈنجۇت، ئۆچكە بۆرىكىنىڭ يېغى ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، سوقىدىغانلىرىنى سوقۇپ، بۆرەك يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ تېڭىق ماتېرىيالىغا قېلىن سۈركەپ، ئوتقا قاقلاپ قىزىتىپ، ئىككى سائەت ئەتراپىدا ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يەنە شۇ ياسالمىنى ئىسسىق ھالىتىدە سۈركەپ تېڭىپ بېرىلىدۇ. 3 - كۈنى تېڭىقنى يېشىپ بۇ ئۇسۇل قايتا تەكرارلاپ تېڭىلىدۇ. ياز كۈنلىرى كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلسىمۇ بولىدۇ. بۇ دورىنى سۈنۈق بىلەن بوغۇم قايرىلىپ كېتىشكىمۇ ئىشلەتسە بولىدۇ. يۇقىرىقى

سۈركەلمىلەرنى يەرلىك ئورۇننىڭ تېرىسىگە سۈركەشتىن سىرت تېڭىق ماتېريالىنىمۇ سۈركەلسە، ئۇنۇمى ياخشىراق بولىدۇ.

بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتىن بىر سائەت ئىلگىرى ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىچكۈزۈشتىن سىرت، سىرتىدىن تېز تەسىر قىلغۇچى نۇسخىلاردىن تۆۋەندىكىسى ئىشلىتىلسە، يارىدارنىڭ ئاغرىق ئازابى يېنىكلىشىدۇ. زەرچۈۋە ئۇچ گرام، ئۇن 6 گرام، كۈندۈر 12 گرام، كۈنجۈت يېغى مۇۋاپىق مىقداردا، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مەلۇم مىقداردىكى سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ سۇس ئوتتا قايناتقىلىدۇ. قايناتقىش جەريانىدا كۈنجۈت يېغىدىن 3 ~ 5 مىللىلىتىر ئەتراپىدا تېمىتىلىدۇ. قايناتما قېيامى تەڭشىلىپ ھالۋا ھالىتىگە كەلگەندە، ئۇستىگە كۈنجۈت يېغىدىن مەلۇم مىقداردا قويۇپ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، خالتىغا قاچىلاپ ئىسسىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا بىرەر سائەت يۆگەپ تۇرغۇزغاندىن كېيىن، دورىنى خالتىدىن چىقىرىپ يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق پېتى قېلىن سۈركەپ تېڭىلىدۇ.

بوغۇم چىقىقلىرى بىلەن بوغۇمنىڭ قايرىلىپ كېتىشى ياكى سۈنۈقلىرىنى تاڭغاندا ئىمكانقەدەر قۇرۇق تاڭمايى، ھەر خىل سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تاڭغان ياخشى. چۈنكى قۇرۇق تېڭىلسا، يەرلىك ئورۇننى قىزىتىپ ئىششىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ياكى ئىششىنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ. ھۆل تاڭغاندا تېڭىق تېڭىلىدىغان ماتا ئۇچ ياكى تۆت قەۋەتتىن ئېشىپ كەتمەسلىكى كېرەك. بەك قېلىن تېڭىلىپ كەتسە، يەرلىك ئورۇننىڭ ھارارىتىنى يۇقىرىلاپ، ئىششىشقىنىڭ يېنىشىنى كېچىكتۈرۈۋېتىدۇ. سۈركەلمىلەرنى تېرىگىلا سۈركىمەستىن تېڭىق ماتېريالىنىمۇ قېلىن سۈركەش كېرەك. تېڭىق بەك چىڭ بولۇپ كەتمەسلىك لازىم. ئەگەر بەك چىڭ تېڭىۋېتىلسە تېڭىلغان ئورۇنغا ساپ قان بىلەن ئوزۇقلۇق يېتەرلىك مىقداردا كېلەلمەيدۇ ۋە زىيانلىق ماددىلار قان ئارقىلىق چېقىرىش ئەزالىرىغا كېتەلمەي، يەرلىك ئورۇندا يىغىلىپ قېلىپ ئاغرىقنى كەلتۈرۈشتىن سىرت، توقۇلمىلارنى بۇزۇپ ساقىيىش ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كېتىدۇ. يەنە شۇنىڭغىمۇ دىققەت قىلىش كېرەككى، سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان سۈركەلمە بوغۇمنى ھاسىل قىلغۇچى ۋە بوغۇمنى مۇقىملاشتۇرۇش رولىنى ئۆتەيدىغان پەي ـ تارىمۇشلارنى كۈچلەندۈرىدىغان خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولۇشى كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن سۈركەلمىلەر تەركىبىدە موزا، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، قۇستە، قۇندۇز قەھرى، قارىغاي مېۋىسى، ئۇبھەل ۋە ئازراق مىقداردا ئۆشنە قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر خىلى ياكى ئەھۋالغا قاراپ بىر نەچچە خىلى بولۇشى كېرەك. چۈقۇق (پەتەق) كېسىلگە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدىغان زىمادلارنىمۇ ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

ئەگەر چىقىققا ئەگىشىپ پەيلەر ئۆزىراپ كەتكەن بولسا تەنقىيە قىلىپ، بەدەندىكى زىيادە نەملىكنى ئازايتىش بىلەن بىرلىكتە، سىرتىدىن مۇغاس، ئاقاقىيا، گىل ئەرمىنى، سەبرە، مۇرمەككى ۋە ئاقلانغان ماش تالقىنىغا ئوخشاش پەينى كۆچلەندۈرگۈچى دورىلارنى ئاس سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

كۆپ ئۇچرايدىغان ھەرقايسى بوغۇم چىقىقلىرى

ئېچكەك بوغۇم چىقىقى

ئېچكەك بوغۇم چىقىقى ئېغىز ئېچىلىپ تۇرغان ھالەتتە تۆۋەن ئېچكەككە مۇشت ياكى كاچات تېگىش قاتارلىق بىۋاستە زەربىدىن پەيدا بولىدۇ ياكى ئېچكەك بوغۇمنى مۇقىملاشتۇرغۇچى پەي ـ تارىمۇشلەر زەئىپلەشكەندە كۈلگەندە، ئەسنىگەندە ياكى چوڭراق بىر نەرسىنى ئېغىزىغا سېلىپ چاينىۋاتقاندا ھەتتا گەپ قىلىۋاتقاندىمۇ پەيدا بولىدۇ. بۇ خىلدىكى چىقىق ئادەتتىلەنگەن چىقىق دەپ ئاتىلىدۇ. ئېچكەك بوغۇم چىققاندا ئېغىز ئېچىلىپ، شۆلگەي ئاقىدۇ. ئىككى تەرەپ بوغۇم چىققاندا ئېچكىكى ئالدى تۆۋەنگە ساڭگىلاپ قالىدۇ. ئەگەر بىر تەرەپ بوغۇم چىققاندا ئېغىزى ئېچىلىپ، تۆۋەن ئېچكەك بىر تەرەپكە قىيسىيىپ قالىدۇ. تۆۋەنكى ئېچكەك بوغۇم ئۆسۈكىنى بوغۇم سىرتىدىكى ئورۇندىن سىيلاپ بىلىگىلى بولىدۇ. داۋالاشتا يارىدار ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. تېخىقچى ئىككى قولىنىڭ باش مالتىقىغا داكا ئوراپ، يارىدارنىڭ ئېغىزىنى يوغان ئېچىپ، جىددىيلەشمەي بوش ئولتۇرۇپ بارماقنى چىشلىۋالماسلىق ھەققىدە چۈشەندۈرۈلىدۇ.

3.1 ـ رەسىم. ئېچكەك بوغۇم چىقىقىنى ئورنىغا كەلتۈرۈش

ئىككى باش بارماقنى يارىدارنىڭ ئېغىزىغا سېلىپ ئوڭ ۋە سول تۆۋەنكى ئېزىق چىش ئۈستىگە قويۇلىدۇ. قالغان بارماقنى ئېچكەك بۇلۇڭى ۋە ئۇنىڭ ئارقىسىغا قويۇپ، باش بارماق بىلەن تۆۋەنكى ئېچكەكنى پەسكە بېسىپ، قالغان بارماق بىلەن ئېچكەك سۆڭىكىنى ئالدى تەرەپكە تارتىش بىلەن يۇقىرىغا كۆتۈرۈشىگە ئۇلاپلا، تۆۋەنكى ئېچكەك ئارقا تەرەپكە ئىتتىرىلسە چىققان بوغۇم ئۆز ئورنىغا چۈشىدۇ. (3.1 ـ رەسىم).

بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن، تەركىبىدە موم ۋە گۈل يېغى بار سۈركەلمىلەرنى يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ ۋە تېڭىق داكىسىغا مىلەپ تېڭىپ بېرىلىدۇ ھەم

يېتىپ دەم ئېلىشقا بۇيرۇلىدۇ. ئەگەر ۋاقتىدا كېلىپ داۋالانماي بوغۇم قېتىۋالغان بولسا، ئاۋۋال ياردارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈپ هورلاندۇرۇپ، بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاپ، ئۇستىدىن ئىسسىق سۇ تېمىتىپ بوغۇم يۇمشىتىلىدۇ ياكى بوغۇم قېلىشقا ئىشلىتىلىدىغان سۈركەلمىلەر ئىشلىتىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل تاكى بوغۇم يۇمشىغۇچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. بوغۇم يۇمشىغاندىن كېيىن يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. ئەگەر ئېچىك بوغۇمنىڭ ئادەتتىلەنگەن چىقىقى بولسا، بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن چاندىرلارنى چىڭىتقۇچى (بوغۇم پارالىچىنى داۋالىغۇچى) سۈركەلمىلەر بىلەن بىر مەزگىل تېڭىپ بېرىلىدۇ. دورا سۈركەش مەزگىلىدە كۆپ گەپ قىلماسلىق، سۈيۇق ـ سەلەك تائاملار بىلەن ئوزۇقلىنىش كېرەك.

يەلكە بوغۇم چىقىقى

يەلكە (ئۆشنە ياكى مۇرە) بوغۇم چىقىقى پوزا سۆڭەك بېشىنىڭ نىسبەتەن چوڭ بولۇشى، تاغاق سۆڭەك بوغۇم خالتىسى بوشراق بولۇش، بوغۇم يۈزى چاچكىسى تېيىز بولۇش، بوغۇم خالتىسىنى ئوراپ تۇرغان گۆش بىلەن پەي ـ تارىمۇشلارنىڭ نېپىزراق بولۇشى (بولۇپمۇ يەلكە بوغۇم ئالدى تەرىپى بىلەن ئاستى تەرىپى نېپىز بولۇش) ۋە يەلكە بوغۇم هەرىكەت دائىرىسىنىڭ كەڭ بولۇشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن، يەلكە بوغۇمنىڭ چىقىقى باشقا بوغۇملارنىڭ چىقىقىغا قارىغاندا بىر قەدەر كۆپرەك ئۇچرايدۇ. يەلكە بوغۇم چىقىقى كۆپىنچە، ئادەم يىقىلغاندا ئالقان ياكى جەينەكنىڭ بالدۇر يەرگە تېگىشىدىن هاسىل بولىدۇ. بەزىدە ئېلىشىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن يەلكە بوغۇمنىڭ زىيادە تولغىنىشىدىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە چىقىققا قوشۇلۇپ ئوقۇرەك سۆڭىكى بىلەن پوزا سۆڭەك بويۇنىنىڭ سۇنۇشى بىرگە كېلىشى مۇمكىن.

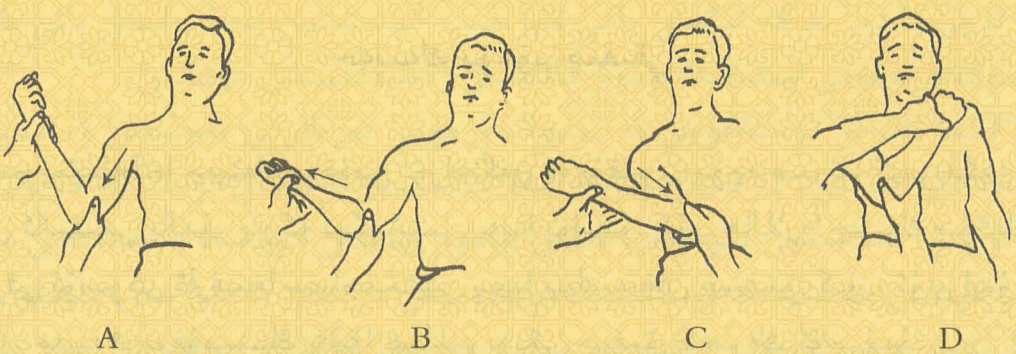
يەلكە بوغۇم چىقىقى بەزىدە قولتۇق ئاستىغا (تاغاق سۆڭەك چاچكىسى ئاستىغا چىقسا)، بەزىدە ئالدىغا (تاغاق سۆڭەك قوش تۇمشۇقى ئاستىغا) چىقىدۇ (2.3 ـ رەسىم).

يەلكە بوغۇم چىققاندا شۇ تەرەپ يەلكە بوغۇمنىڭ هەرىكىتى كاشىلىغا ئۇچرايدۇ. بوغۇم چىققان تەرەپ مۇچە سىرتىغا ئازراق كېرىلىپ ئېگىلگەن ساق قولى بىلەن ئاغرىق تەرەپ بىـ

2.3 ـ رەسىم. يەلكە بوغۇمنىڭ چىقىقى
A: تاغاق سۆڭەك چاچكا ئاستىغا چىقىش
B: تاغاق سۆڭەك تۇمشۇق ئۆسۈك ئاستىغا چىقىش

لەكنى كۆتۈرۈۋالغان، بېشى بوغۇم چىققان تەرەپكە قىيسايغان ۋە مۇرە كېڭەيگەن تۇسنى ئالىدۇ.

يەلكە بوغۇمى ئالدىغا چىققانىنى داۋالاشتا، ياردارغا ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىچكۈزۈپ، سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلارنىڭ بىر خىلىنى سۈركەپ، بىرەر سائەتتىن كېيىن ياردار ئورۇندۇققا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ. بىرىنچى باسقۇچتا، تېڭىقچى بىر قولى بىلەن ياردارنىڭ بوغۇم چىققان تەرەپتىكى بىلىكىدىن، يەنە بىر قولى بىلەن جەينەكتىن تۇتۇپ، جەينەكنى ئېگىپ، يەلكىنى پەسكە تارتىپ سىرتقا كېرىدۇ. ئىككىنچى باسقۇچتا، بىرىنچى باسقۇچتىكى مەشغۇلات ئاساسىدا يەلكە سىرتقا تولغىنىدۇ. ئۈچىنچى باسقۇچتا، يەلكىنى سىرتىغا تولغاپ، پەسكە تارتىش ئاساسىدا يەلكىنى ئىچىگە يىغىپ ئۇستىگە كۆتۈرۈلىدۇ. تۆتىنچى باسقۇچتا، جەينەك بوغۇمى كۆكرەككە يېقىنلاشتۇرۇلىدۇ بەزىدە چىققان يەلكە بوغۇمى ئالدىنقى باسقۇچلۇق مەشغۇلىيەت جەريانىدا ئورنىغا چۈشۈپ قېلىشى مۇمكىن. يەلكە بوغۇمىنىڭ چىقىقى مەيلى قايسى ئۇسۇل بولسۇن، ياردارنىڭ جەينىكىنى كۆكرەككە تەگكۈزۈپ، ئالىقىنىنى ساق تەرەپ مۇرىگە تەگكۈزگىلى بولسا، بوغۇمنىڭ ئورنىغا چۈشكەنلىكىنى كۆرسىتىدۇ. (3.3 ـ رەسىم).



3.3 ـ رەسىم. يەلكە بوغۇم چىقىقىنى ئورنىغا چۈشۈرۈش

A: سىرتىغا كېرىپ پەسكە تارتىش. B: سىرتىغا تولغاش C: ئىچىگە يىغىپ يۇقىرىغا كۆتۈرۈش. D: ئىچىگە تولغاپ مۇرىگە يەتكۈزۈش

يەلكە بوغۇم چىقىقىنى ئورنىغا چۈشۈرۈشنىڭ يەنە بىر خىل ئۇسۇلى تۆۋەندىكىچە:

ياردارنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، بوغۇم چىققان قولىتۇقىغا يۇمشاق ۋە قېلىنراق نەرسىلەرنى قويۇپ، تېڭىقچى ئىككى قولى بىلەن ياردارنىڭ بىلىكىدىن تۇتۇپ ئالدىغا تارتىدۇ. پۇتىنى ياردارنىڭ بوغۇم چىققان تەرەپ قولتۇقىغا قويۇپ قارشى تەرەپكە ئىتتىرىپ، يەلكىنى ئىچىگە يىغسا چىققان بوغۇم ئورنىغا كېلىدۇ (4.3 ـ رەسىم).

ئەگەر يەلكە بوغۇمى ئارقىغا چىققان بولسا، مۇرەنىڭ ئارقا تەرىپى ئىششىپ، ئالدى تەرىپى تۇزۇلىدۇ ۋە يەلكە چوقىسى سىرتىغا پۈلتايغان تۇسىنى ئالىدۇ. يەلكە بوغۇم بېشى تاغاق بىسى ياكى يەلكە بىسى ئاستىدا قولغا بىلىنىدۇ. داۋالاشتا بوغۇم چىققان تەرەپ پوزىنى پەسكە تارتىپ سىرتىغا تولغانسا چىقىق ئورنىغا چۈشىدۇ.

4.3 ـ رەسىم. پۈت بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش

يەلكە بوغۇم چىقىقى ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن ئىككى تەرەپ قولتۇققا يۇمشاق ۋە قېلىنراق نەرسە قويۇپ بوغۇم چىققان يەلكىنى كۆكرەككە يېقىنلاشتۇرۇپ، بوغۇم دائىرىسىدىكى تېرىگە زۆرۈر تېپىلغان سۈركەلمىلەرنى سۈركىگەندىن كېيىن، تېڭىق ماتېرىيالىنى ئىككى مۇرىنى ئۆز ئىچىگە ئالغان چەلىپا (x) ياكى يانتۇ سەككىز (∞) شەكلىدە دۇمبە تەرەپتىن تېڭىلىدۇ. سۈركىلىدىغان سۈركەلمە چىقىق تەرەپتىكى يەلكە بوغۇمغا توغرا كېلىدىغان تېڭىق ماتېرىيالىغا سۈركىلىدۇ. 2 ~ 3 كۈندە بىر قېتىم تېڭىق ئالماشتۇرۇلىدۇ. جەمئىي 1 ~ 2 ھەپتە تېڭىلسا كۈپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ.

جەينەك بوغۇم چىقىقى

ئادەم يىقىلغاندا جەينەك بوغۇمى تۇزلەنگەن ۋە يۇقىرى مۇچە سىرتقا كېرىلگەن ھالەتتە قول ئالىقىنى بالدۇر يەرگە تېگىشتىن پەيدا بولىدۇ. كۆپ ھاللاردا جەينەك سۆڭەك قۇش تۇمشۇقى ئۆسۈكى ئارقىغا سىلجىشتىن پەيدا بولىدىغان چىقىق كۆپ ئۇچرايدۇ (5.3 ـ رەسىم). جەينەك بوغۇمنىڭ باشقا خىللىرىدىكى چىقىق كەمرەك ئۇچرايدۇ.

5.3 ـ رەسىم. جەينەك بوغۇمنىڭ ئارقىغا چىقىشى

يەرلىك ئورۇن ئاغرىيدۇ ۋە ئىششىيدۇ. جەينەك بوغۇمى يېنىك ئېگىلگەن تۇسنى ئېلىپ تۇزلىگىلى بولمايدۇ. جەينەك سۆڭەك قۇش تۇمشۇقى ئۇستى جەينەك بوغۇمى ئار-

قىسىدا پۈلتىنىپ چىقىپ قالىدۇ. جەينەك بوغۇمىنى ھەربىكەتلەندۈرگىلى بولمايدۇ.

داۋالاشتا، يارىدارغا ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىچكۈزۈش بىلەن بىرگە جەينەك ئەتراپىغا ئاغرىق توختاتقۇچى سۈركەلمىلەرنى سۈركەپ، بىرەر سائەتتىن كېيىن يارىدەمچى يەلكىدىن تۇتۇپ ئۆزى تەرەپكە تارتىدۇ. تېڭىقچى بىر قولى بىلەن يارىدارنىڭ بېغىشىدىن تۇتۇپ ئۆزى تەرەپكە تارتىدۇ ۋە يەنە بىر قولىنى جەينەكنىڭ ئالدى تەرىپىگە قويۇپ، يەلكە سۆڭىكى تۆۋەنكى ئۇچىنى ئارقىسىغا ئىتتىرىشكە (مۇرە تەرەپكە تارتىشقا) بىرلەشتۈرۈپ بىلەكنى ئەگسە، چىقىق ئورنىغا چۈشىدۇ. چىققان بوغۇم ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن جەينەك بوغۇمىنى يېرىم ئەگكەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ تاڭىدۇ ۋە بىلەك ئورنى ئۇچ بۇرجەك ياغلىق بىلەن بويۇنغا ئېسىپ قويۇلىدۇ. جەمئىي 1 ~ 2 ھەپتە تېڭىلىسا كۇپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بوغۇم ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ.

بارماق بوغۇم چىقىقى

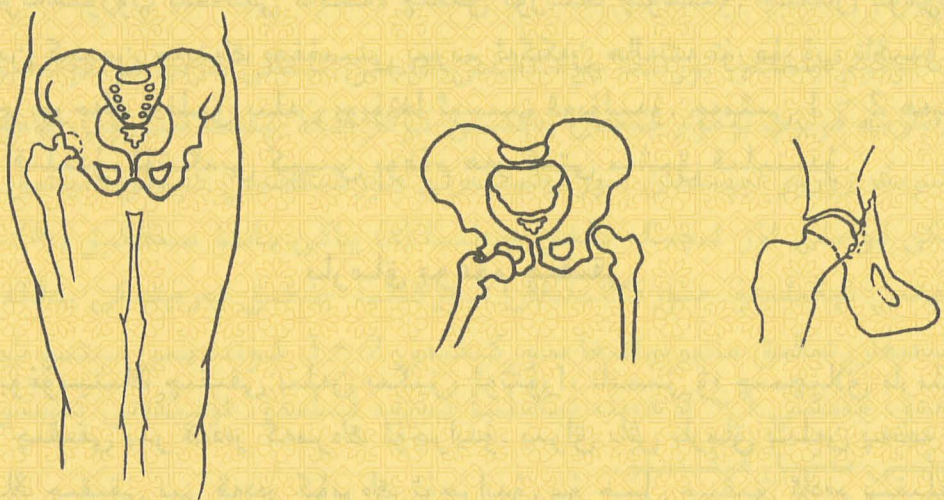
بېغىش بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىلەن بىگىز، ئوتتۇرا، نامسىز ۋە چىمچىلاق بارماق بوغۇملىرىنىڭ چىقىقى بىر قەدەر كەمرەك ئۇچرايدۇ. بىراق باش بارماق بىلەن پەنجە سۆڭىكى بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىر قەدەر كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بۇ خىل چىقىق ئادەم يىقىلغاندا باش بارماق ئۇچى بالدۇر يەرگە تېگىش ياكى قايرىلىپ كېتىشتىن پەيدا بولىدۇ. باش بارماق ـ پەنجە سۆڭىكى بۇغۇمى چىقىقىدا بوغۇم خالتىسى زەخمىلىنىشى مۇمكىن.

داۋالاشتا ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئىشلەتكەندىن كېيىن، يارىدەمچى يارىدارنىڭ بىلىكىنى ئۇستەل ئۇستىگە قويۇپ چىڭ تۇتۇپ تۇرىدۇ. ئىككىنچى بىر قولى بىلەن بوغۇم چىققان قولنىڭ بېغىشىدىن تۇتىدۇ، يەنە بىر قولىنى بېغىشنىڭ دۇمبىسىگە قويۇپ، باش بارمىقى بىلەن باش بارماق سۆڭىكىنىڭ پەنجە تەرەپ ئۇچىنى ئىتتەرسە چىقىق ئورنىغا چۈشىدۇ. بوغۇم ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن يارىدارنىڭ بوغۇمى چىققان قولىغا بىر كاللەك تېڭىق ماتېرىيالىنى قامالالاپ تۇتقان قىيىپەتتە تۇرغۇزۇپ ھۆل تېڭىق ئۇسۇلى بىلەن ئىككى ~ ئۈچ ھەپتە تېڭىلىدۇ (ئارىلىقتا تېڭىق ئالماشتۇرۇلۇپ تۇرۇلىدۇ). ئۇنىڭدىن كېيىن باش بارماق بوغۇم ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ.

يانپاش بوغۇم چىقىقى

يانپاش بوغۇمى بىر قەدەر مۇستەھكەم بولغانلىقى ئۈچۈن، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان

بوغۇم چىقىقلىرىغا قارىغاندا كەمرەك ئۇچرايدۇ. كۆپىنچە يىقىلىش، ئۇرۇلۇش ياكى قاتتىق تولغىنىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. يانپاش بوغۇم چىقىقىدا سان سۆڭەك بېشى بەزىدە يانپاش بوغۇمىنىڭ ئارقا تەرىپىگە چىقسا، بەزىدە ئالدىغا چىقىدۇ. قىسمەن ئەھۋاللاردا يانپاش بوغۇم ئويىقىنىڭ مەركىزى سۆڭەك تېمىنى بۇزۇپ داس بوشلۇقىنىڭ ئىچىگە چىقىشى مۇمكىن. بۇ يانپاش بوغۇمنىڭ مەركەزگە چىقىشى دەپ ئاتىلىدۇ (6.3 ـ رەسىم).



3.6 ـ رەسىم. يانپاش بوغۇم چىقىق شەكلى

يانپاش بوغۇمى ئارقىغا چىققاندا، يانپاش بوغۇم ساھەسى ئاغرىش بىلەن ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراشتىن سىرت، يانپاش بوغۇمى ئېگىلگەن، سان بىلەن تىز ئىچىگە يىغىلغان، چىققان تەرەپ تىزىنى ساق تەرەپ تىزىغا يۆلىۋالغان، چىققان تەرەپ پۇت بارمىقى ساق تەرەپ پۇتنىڭ ئىچكى تەرىپىگە تېگىپ تۇرغان، چىققان تەرەپ ئاياغ قىسقىرىغان ۋە چىققان تەرەپ ساغرا بىلەن سان سۆڭەك چوڭ ئادۇر ـ غۇدۇر قىسمى ساق تەرەپكە قارىغاندا پۈلتىيىپ چىققان ھەم ساغرى سىزىقى ساق تەرەپكە قارىغاندا ئېگىزلىگەن تۇسنى ئالىدۇ. لېكىن بەزى يىرىدارلاردا بوغۇم يېڭى چىققاندا چىققان تەرەپ پاچاق بىلەن پۇتى سىرتىغا كېرىلگەن تۇسنى ئېلىش مۇمكىن (7.3 ـ رەسىم).

7.3 ـ رەسىم. يانپاش بوغۇمى ئارقىغا چىقىقاندىكى ھالەت

يانپاش بوغۇم ئالدىغا چىققاندا، بوغۇم چىققان تەرەپتىكى ئاياغ سىرتقا كېرىلىپ، سىرتقا تولغاشقان، يانپاش بوغۇمى بىلەن تىز بوغۇمى ئېگىلگەن، پۇتى سىرتقا تولغاشقان، پۇت ۋە دۇمبىنىڭ سىرتقى تەرىپى بىلەن سىرتقى ئوشۇق يەرگە تېگىپ تۇرغان، چىققان تەرەپ ئاياغ ئۇزارغان تۇسنى ئېلىپ، چات قىسمىدا سان سۆڭەك بېشىنى تۇتۇپ بىلىنىپ

گىلى بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا يانپاش بوغۇم ساھەسى ئاغرىيدۇ ۋە يانپاش بوغۇمىنى ھەرىكەتلەندۈرەلمەيدۇ (8.3 ـ رەسىم).

8.3 ـ رەسىم. يانپاش بوغۇم ئالدىغا چىققاندىكى ھالەت

يانپاش بوغۇم مەركەزگە چىققاندا ئاسانلا سەزەمە (شوك) پەيدا بولۇپ، تۆۋەنكى قورساق ئېسىلىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. يانپاش بوغۇمىنى ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىق تېخىمۇ قاتتىق بولىدۇ. چىققان تەرەپ ئاياغنىڭ قىسقىرىشى روشەن بولمايدۇ. يانپاش بوغۇم چىقىقىنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاش تۆۋەندىكىچە بولىدۇ: يارىدارغا ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇچى ۋە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ئىشلىتىپ بىرەر سائەتتىن كېيىن يارەمچى يارىدارنىڭ قورساق قىسمىغا مىنگىشىپ، ئىككى قولى بىلەن يانپاش سۆڭىكىنى پەسكە باسىدۇ. تېڭىقچى بىر قولى بىلەن چىققان تەرەپ ئاياغنىڭ ئوشۇقىدىن تۇتۇپ، يەنە بىر قولىنى تىزنىڭ ئاستىدىن ئۆتكۈزۈپ، تىزنى ئەگكەن ھالەتتە ئوشۇقنى تۆۋەنگە بېسىپ، تىزنىڭ ئاستىدىن يۇقىرىغا كۆتۈرۈشكە بىرلەشتۈرۈپ سانىنى ئىچىگە يىغىپ ئىچىگە تولغايدۇ ۋە ئۇنىڭغا ئۇلاپ يانپاش بوغۇمىنى سىرتقا كېرىپ، سىرتقا تولغاپ، پۈتۈن ئاياغنى تۈزلىگىلى بولسا چىققان بوغۇم ئورنىغا چۈشكەن بولىدۇ.

يانپاش بوغۇم ئالدىغا چىققاندا بىر نەپەر يارەمچى يارىدارنىڭ قورساق قىسمىغا مىنگىشىپ، يانپاشنىڭ ئىككى تەرىپىدىن بېسىپ تۇرىدۇ. تېڭىقچى چىققان تەرەپ ئاياغنى سىرتقا كەرگەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ ئۆزى تەرەپكە تارتىدۇ. ئىككىنچى يارەمچى ئەۋرەت ياكى يىرىق (چات) قىسمىدىن سان سۆڭەك بېشىنى سىرتقى ئارقا تەرەپكە ئىتتىرىدۇ. تېڭىقچى يۇقىرىدىكى مەشغۇلىيەتكە بىرلەشتۈرۈپ، سانىنى ئىچىگە يىغىپ ئاياغنى تۈزلىسە چىقىق ئورنىغا چۈشىدۇ. يانپاش بوغۇمنىڭ مەركىزىگە چىققان چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە ئېغىرلىق ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ.

ئارقا ۋە ئالدىغا چىققان چىقىقنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن، ھۆل تېڭىق ئۇسۇلى بىلەن ئىككى ھەپتە تېڭىق مۇقىملاشتۇرۇلۇش كۇپايە قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىككى ھەپتە ئەتراپىدا كارىۋات ئۈستىدە يانپاش بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلدۇرۇلىدۇ. بەشىنچى ھەپتىدىن كېيىن قوش قولتۇق ھاسىسى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ ۋە چىققان تەرەپ ئاياغقا ئېغىرلىق چۈشۈرۈش مەشىقى قىلىپ بېرىلىدۇ. ئاخىرىدا تاق ھاسا بىلەن مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. ئاغرىق توختىغاندىن كېيىن ھاسا تاياقسىز ماڭسا بولىدۇ. يانپاش بوغۇمنىڭ مەركەزگە چىقىشىنى داۋالاشتا

ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. ئاۋۋال ئېسىلغان ئېغىرلىق چوڭراق بولىدۇ. چىقىق ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن ئېسىلغان ئېغىرلىقنى ئازايتىپ، يانپاش ئويۇقسىدىكى سۇنغان سۆڭەك ساقايغۇچە داۋاملىق 6 ~ 8 ھەپتە ئەتراپىدا ئېسىلىدۇ. لېكىن ئېسىپ تارتىپ 3 ~ 4 ھەپتىدىن كېيىن ئېسىپ تارتىش ھالىتىدە تۇرغۇزۇپ، يانپاش بوغۇمى بىلەن تىز بوغۇمىنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. تارتىشنى ئېلىپ تاشلىغاندىن كېيىن ئىككى ھەپتە ئەتراپىدا كارىۋاتتا يېتىپ يانپاش بوغۇم ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قوش قولتۇق ھاسسىنىڭ ياردىمى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ ۋە چىققان تەرەپ ئاياغقا تەدرىجىي بەدەن ئېغىرلىقىنى سېلىپ مېڭىشنى مەشىق قىلىشقا، ئۇنىڭدىن كېيىن تاق ھاسا بىلەن مېڭىشنى مەشىق قىلىشقا، ئاغرىش بىلەن يېقىمسىزلىق توختىغاندىن كېيىن ھاسىسىز مېڭىپ ھەرىكەتلىنىشكە بولىدۇ.

تىز بوغۇم چىقىقى

تىز بوغۇم تۈزۈلمىسىدىكى باغلانمىلار بىرقەدەر كۈچلۈك بولغانلىقتىن، تىز بوغۇمى چىقىقى باشقا چوڭ بوغۇملارغا قارىغاندا كەمرەك ئۇچرايدۇ. لېكىن لېپەك بوغۇمىنىڭ چىقىقى بىرقەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ. تىز بوغۇمىنىڭ چىقىقى يىقىلىش ياكى ئۇرۇلۇش قاتارلىق بىۋاستە زەربىدىن پەيدا بولىدۇ. تىز بوغۇم چىقىقىدا سان ۋە پاچاق سۆڭەك بىلەن تىز بوغۇم كۆمۈرچەك يۈزى ھەمدە بوغۇم خالتىسى ۋە بوغۇم خالتىسى ئەتراپىدىكى باغلانمىلار ئوخشىمىغان دەرىجىدە زەخمىلىنىدۇ. لېپەك سۆڭەكنىڭ چىقىشى كۆپىنچە لېپەك سۆڭەكنى مۇقىملاشتۇرغۇچى پەيلەر ھەر خىل زەخمىلىنىش سەۋەبىدىن سوزۇلۇپ يېرىم پالەچلىنىشتىن پەيدا بولىدۇ. تىز بوغۇمى چىققاندا ئاغرىق قاتتىق بولىدۇ. ئىششىق ئېغىرراق بولىدۇ. ھەرىكىتى كاشىلىغا ئۇچرايدۇ. پاچاق سۆڭەك يۇقىرى ئۇچى ئالدى ياكى ئارقىغا ياكى بولمىسا يان تەرەپكە پۈلتىيىپ چىقىشى مۇمكىن.

داۋالاشتا، ئاۋۋال ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇچى دورا ئىشلىتىپ بىرەر سائەتلەردىن كېيىن، ئىككى ياردەمچى سان بىلەن پاچاقنى قارىمۇقارشى تەرەپكە تەكشى كۈچ بىلەن تارتىدۇ. تېڭىتقۇچى ئىككى قولىنىڭ ياردىمى بىلەن، سان سۆڭەك تۆۋەن ئۇچى ھەم پاچاق سۆڭەك يۇقىرىقى ئۇچىنى بېسىش، كۆتۈرۈش ۋە ئىتتىرىش قاتارلىق ئۇسۇللار بىلەن چىققان بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرىدۇ. چىققان بوغۇم ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن، تىز بوغۇمنى ئازراق ئەگكەن ھالەتتە تۇرغۇزۇپ، تەخمىنەن 8 ~ 10 ھەپتىگىچە تېڭىپ

بېرىلىدۇ. يەنى ئاۋۋال ئىشتىق ياندۇرۇپ، ئاغرىق توختاتقۇچى سۈركەلمىلەر ئىشلىتىلىدۇ. كېيىن پەيلەرنى چىڭىتقۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن ھۆل تېڭىپ بېرىلىدۇ. تېڭىق مەزگىلىدە ئوشۇق بىلەن يانپاش بوغۇم ھەرىكىتى مەشىق قىلىپ بېرىلىدۇ. تېڭىش توختىتىلغاندىن كېيىن ئىككى ھەپتە كارىۋات ئۈستىدە تىز بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاۋۋال قوش قولتۇق ھاسىسى، كېيىن تاق قولتۇق ھاسىسى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. چىققان ئاياغقا تەدرىجىي بەدەن ئېغىرلىقىنى سېلىپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. ئاغرىق قاتارلىق يېقىمسىزلىق تۇگىگەندىن كېيىن ھاسا تاياقسىز مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. لېپەك سۆڭىكى كۆپ ھاللاردا تىزنىڭ ئىككى يان تەرىپىگە چىقىدۇ. لېپەك بوغۇمى چىققاندا تىز بوغۇمى ئاغرىيدۇ ۋە تىز بوغۇمنىڭ ئىككى يېنىدىن لېپەك سۆڭىكىنى تۇتۇپ بىلگىلى بولىدۇ. لېپەك سۆڭىكىنىڭ چىقىقى قاتتىق زەخمىدىن پەيدا بولسا، تىز بوغۇمنىڭ ئىشىشقى ئېغىر بولىدۇ. لېپەكنىڭ ئادەتتىلەنگەن چىقىقىدا ئىشىشق ئانچە روشەن بولمايدۇ ياكى يېنىك دەرىجىدە ئىشىش مۇمكىن. داۋالاشتا يارىدارنى ياتقۇزۇپ، تىز بوغۇمىنى تۇزلەپ، بىر قول بىلەن لېپەك سۆڭىكىنى تىز بوغۇمنىڭ مەركىزىگە قارىتىپ ئىتتەرسە لېپەك سۆڭىكى ئورنىغا چۈشىدۇ. ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن پەيلەرنى چىڭىتىغان سۈركەلمىلەر بىلەن بىر قانچە ھەپتە تېڭىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن كارىۋات ئۈستىدە تىز بوغۇمنىڭ ھەرىكىتى مەشىق قىلىنىدۇ. كېيىنچە ئاۋۋال قوش قولتۇق ھاسىسى، ئارقىدىن تاق قولتۇق ھاسىسى بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىش مەشىق قىلىنىدۇ. لېپەك سۆڭىكىنىڭ ئادەتتىلەنگەن چىقىقىدا ھاسا بىلەن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىشنى مەشىق قىلىش جەريانىدا پەيلەرنى چىڭىتقۇچى سۈركەلمىلەرنى تىز بوغۇم ئەتراپىغا سۈركەشكە بولىدۇ.

ئوشۇق بوغۇم چىقىقى

ئوشۇق بوغۇمى مۇقىم بوغۇم بولغانلىقى ئۈچۈن، ئوشۇق بوغۇمنىڭ نوقۇل چىقىقى كەم ئۇچرايدۇ. پاچاق ياكى يان پاچاق سۆڭىكىنىڭ ئوشۇق ئۈستى سۇنغاندىلا، ئاندىن ئوشۇق بوغۇمنىڭ چىقىشى پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭ داۋاسى پاچاق سۆڭەك تۆۋەن ئۇچىنىڭ سۇنۇقىنى بىر تەرەپ قىلىش ئۈسۈلى بىلەن ئوخشاش.

ئومۇرتقا چىقىقى

ئومۇرتقا چىقىقى ئىچىدە بەل ئومۇرتقىسىنىڭ چىقىقى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بۇنىڭدىن قالسا بويۇن ئومۇرتقىسى بىلەن قۇيرۇق ئومۇرتقا چىقىقى ئۇچرايدۇ. كۆكرەك ئومۇرتقا چىقىقى كەمرەك ئۇچرايدۇ. ئومۇرتقا چىقىقى كۆپ هاللاردا سۇنۇق بىلە ن بىرگە كېلىدۇ. ئومۇرتقا چىقىقى ئۇرۇلۇش ۋە يىقىلىش قاتارلىق زەخمىلىنىشلەردىن سىرت قاتتىق تولغىنىشتىنمۇ پەيدا بولىدۇ. ئومۇرتقا بوغۇمىنىڭ چىقىقى بوغۇم ئەتراپىدىكى گۆش ۋە پەيلەر ياللۇغى بىلەن ئاغرىغۇچى هەم بوغۇم بوشلۇقىغا قويۇق يەل يىغىلىۋالغۇچىلار ياكى بوغۇمنى مۇقىملاشتۇرغۇچى پەي ـ تارمۇش چاندىرلاردىكى نەملىك كۆپىيىپ، پەي ـ تارمۇش چاندىرلار بوشاپ كەتكۇچىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئومۇرتقا تېنىنىڭ چىقىقىدا يۇلۇن بېسىلىپ زەخمىلەنگەن بولسا كەسمە پالەچلىك پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ئومۇرتقا ئۇششاق بوغۇملىرى چىققان بولسا، يۇلۇندىن چىققان ئەسەب تاناپلىرى زەخمىلىنىش (بېسىلىش ياكى قىسىلىش) تىن شۇ ئەسەب تارقالغان ئورۇننىڭ هەرىكىتى بىلەن سېزىمى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ.

ئومۇرتقا چىقىقى ئالدىغا (ئىچىگە) چىقىش ۋە ئارقىغا (سىرتقا) چىقىش دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئالدىغا چىقىشنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاش قىينىراق بولۇپ، ساقىيىشىدىن ئانچە چوڭ ئۆمىد كۈتكىلى بولمايدۇ (غەربچە داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش كېرەك). ئارقىغا (سىرتىغا) چىققان چىقىق بىلەن يانغا چىققان چىقىقلارنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاش، ئومۇرتقىنىڭ سۇنۇقىنى ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاش ئۇسۇلىغا ئاساسەن ئوخشاش بولۇپ (ئومۇرتقا سۇنۇقىنى داۋالاشقا قارالسۇن)، ئېسىپ تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈلىدۇ. سىرتتىن تېڭىشتا، ئەگەر سۇنۇق قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا سۇنۇقىغا ئىشلىتىلىدىغان سۇركەلمىلەر بىلەن تېڭىلىدۇ. ئومۇرتقا سۆڭەكلىرى سۇنمىغان نوقۇل چىقىقتا پەي ـ تارمۇشلارنى چىڭىتىشقا يارىمى بولىدىغان سۇركەلمىلەر بىلەن تېڭىلىدۇ. ئەگەر يارىدارلا دەسلەپكى كۈنلەردە (چىقىق ئورنىغا چۈشۈشتىن ئىلگىرى) ئاغرىق قاتتىقراق بولسا، ئىچىدىن ۋە سىرتىدىن ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر كەسمە پالەچلىك پەيدا بولسا، چىقىقنى داۋالاشقا بىرلەشتۇرۇپ پالەچكە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. يۇلۇن بىلەن ئەسەب تاناپلىرىنىڭ زەخمىلىنىشى ئېغىرراق بولسا، تارتىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈپ داۋالاشنى تەكتىلەپ، ۋاقتىنى ئۆتكۈزمەي، دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن داۋالاپ، يۇلۇن بىلەن ئەسەب تاناپلىرىنىڭ بېسىلىشىنى

بالدۇراق هەل قىلىش كېرەك. كېچىكىپ قالسا دەستىكار ئۇسۇلىمۇ ئۇنۇم بەرمەي، ئۆ-مۈرلۈك مېيىپ بولۇپ قېلىشى مۇمكىن. قۇيرۇق ئومۇرتقىسى چىققان بولسا، تېڭىقچى ئوك قول بىگىز بارمىقىنى يارىدارنىڭ مەقئىتىگە كىرگۈزۈپ، تۆز ئۇچەي ئارقا تېمىنى بىگىز بارماق ئارقىلىق چىققان ئورۇننى سىيلاپ تېپىپ، سىرتىدىن سول قولىنى ئىشقا سېلىپ قارىمۇ قارشى تەرەپكە بېسىش، كۆتۈرۈش ياكى ئىتتىرىش ئۇسۇلى بىلەن ئورنى-غا چۈشۈرۈلىدۇ. پەي ـ چاندىرلارنى چىڭىتقۇچى سۈركەلمىلەر بىلەن سىرتتىن ھۆل تې-ڭىلىدۇ. يارىدار بىرەر ئايغىچە ئولتۇرماي يېتىپ ئارام ئالىدۇ ياكى تېڭىپ ھەپتىدىن كېيىن كارىۋاتتىن چۈشۈپ مېڭىپ بەرسىمۇ بولىدۇ، لېكىن ئولتۇرماسلىق كېرەك. يا-رىدارنىڭ چوڭ تەرەت قېتىم سانىنى ئازايتىش مەقسىتىدە قالدۇقى كۆپ مېۋە ـ چېۋە ۋە كۆكتاتلارنى كەمرەك ئىستېمال قىلىپ گۆش، تۇخۇم، سۈت، قايماق، ماي قاتارلىق يې-مەكلىكلەر كۆپرەك بېرىلىدۇ. لېكىن قەۋزىيەت بولۇپ قېلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. تەخمىنەن بىرەر ئايدىن كېيىن قېلىنراق يۇمشاق كۆرپە ئۇستىدە ئولتۇرۇپ بېرىش مەشىق قىلىنىدۇ.

سۆڭەك ۋە بۇغۇملارنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

بوغۇم قايرىلىپ كېتىش

بوغۇم قايرىلىپ كېتىش كۆپرەك ئوشۇق بوغۇمدا، ئۇنىڭدىن قالسا باش بارماق پەنجە بوغۇمى بىلەن بېغىش بوغۇملىرىدا ئۇچرايدۇ. قىسمەن ئەھۋاللاردا يەلكە، يانپاش، تىز بوغۇملىرى بىلەن بويۇن ياكى بەل ئورمۇتقىلىرىدىمۇ ئۇچرايدۇ. بوغۇم قايرىلىپ كېتىشتە سۆڭەكلەر سۈنمايدۇ ۋە بوغۇملار ئورنىدىن قوزغالمايدۇ. پەقەتلا بوغۇمنى مۇقەملاشتۇرغۇچى پەي ـ چاندىرلار بىلەن بوغۇمنىڭ ئەتراپىدىكى يۇمشاق توقۇلمىلار زەخمىلىنىدۇ. بوغۇم قايرىلىش ئېغىز ـ پەس يوللار بىلەن تېيىلغان يوللاردا، شوتا ياكى پەلەمپەيدىن چىقىش ـ چۈشۈشتە ئاياغ ئۆكچىسى قايرىلىپ كېتىش ياكى ماڭغاندا تېيىلىپ كېتىش، ئۆز ئارا ئېلىشىش ۋە ئېغىرلىق كۆتۈرۈش، ھەتتا بويۇن بىلەن بەلنى تېز بۇراش قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ، گۆشلەر قىسقىراش ھالىتىدە تۇرۇۋېلىشتىنمۇ قايرىلىش پەيدا بولىدۇ. بوغۇم قايرىلغاندا قايرىلغان بوغۇم ئاغرىيدۇ ۋە ئىششىيدۇ. بىراق يۇمشاق توقۇلمىلار قېلىنراق ئوراپ تۇرغان بوغۇملاردا ئىششىش روشەن بولماسلىقى مۇمكىن.

بوغۇملار زەخىملىنىپ، سۆڭەك سۇنمىغان ياكى بوغۇم چىقمىغانلىقى ئىسپاتلانغان بوغۇم قايرىلىشنى تۆۋەندىكى ئۇسۇل بىلەن داۋالاش كېرەك.

(1) يەرلىك ئورۇنغا يېرىم سائەت ئەتراپىدا ئىسسىق سۇ جىغىتىپ (نۇتۇل قىلىپ) بولغاندىن كېيىن گىل ئەرمىنى (ياكى گىرو) بىلەن تۇخۇم ئېقى (ياكى سېرىقى) نى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ، ياز كۈنلىرى ئاپتاپقا، قىش كۈنلىرى ئوتقا قاقلاپ بېرىلىدۇ.

(2) بۇغداي ئۇنى ئالتە گرام، زەرچىۋە 1.5 گرام، قارا شېكەر توققۇز گرام، سېرىقماي ئالتە گرام، زاغۇن ئالتە گرام، دورا قىسمىنى سوقۇپ تالقانلاپ ، ئۇستىگە سوقۇلمىغان زاغۇننى قوشۇپ، سېرىقماي بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈركىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل ئۇچ كۈن داۋاملاشتۇرۇلىدۇ.

(3) ئابدىمىلىك ئۇرۇقى، مالكەنگىنى مىسرى، ئانبە ھىندى، قارا كۈنجۇت، ئۆچكە-

نىسك بۆرەك يېغى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقمىدىغانلىرىنى سوقۇپ، بۆرەك يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، لاتىغا قېلىنراق سۈركەپ، پات - پات ئوتقا قاقلاپ، يەرلىك ئورۇنغا بېسىپ، ئىككى سائەت ئەتراپىدا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدىكى مەلھەم تېڭىق ماتېرىيالىغا قېلىنراق سۈركەپ ئىسسىق پېتى تېڭىلىدۇ. 3 - كۈنى تېڭىقنى يېشىپ ئىششىق، ئاغرىق توختىغۇچە كۈندە بىر قېتىم تېڭىلىدۇ.

(4) تۇخۇم ئېقى، تاشتۇز، زەرچىۋە ۋە شاخاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورىلارنى تالقانلاپ تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئىلمان ھالەتتە تېرە ۋە تېڭىق ماتېرىيالىغا سۈركەپ كۈندە بىر قېتىم تېڭىلىدۇ.

(5) قارا كۈنجۈتنىن ئالتە گرام، بۇغدايدىن ئىككى گرام ئېلىپ، پىشۇرۇلغان كالا سۈتى بىلەن ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(6) ئەگەر يەرلىك ئورۇندا ئىششىش، قىزىرىش ۋە قىزىقلىق بولغانلاردا ئاق سەندەل، قىزىلگۈل ۋە بىنەپشە ھەر بىرىدىن 15 گرام، ئارپا ئۇنى توققۇز گرام، زەپەر ئۇچ گرام، كافۇر 1.5 گرام ئېلىپ سوقۇپ، تالقانلاپ، گۈلاب ۋە گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلىدۇ ياكى بولمىسا ماش ئۇنى، مۇغاس، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا ۋە فۇپەل قاتارلىقلارنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

(7) ئەگەر يەرلىك ئورۇندا ئىششىق بولۇپ ھارارەت بولمىسا، ماش ئۇنى 40 گرام، لادەن بىلەن گىل ئەرمىنى ھەر بىرىدىن 30 گرام، سەبرە 12 گرام، زەپەر توققۇز گرام، ئامىلە جەۋھىرى (سوك) توققۇز گرام، دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، ئاس سۈيى ۋە قارىغاي يوپۇرمىقى سۈيىدە خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(8) مۇغاس، گىل ئەرمىنى ھەر بىرىدىن ئىككى ھەسسە، ئاس بىر ھەسسە ئېلىپ يۇمشاق تالقانلاپ گۈلاب بىلەن نەمدەپ سۈركىلىدۇ.

(9) مۇقەل ياپرىقى، قارىغاي ياپرىقى، سۆگەت ياپرىقى، سوك (ئامىلە جەھىرى)، قىزىلگۈل، گىل ئەرمىنى، ئاقاقىيا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ماش ئۇنى، ئىكلىلمىلىك ۋە قىزىل سەندەللەردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى فۇپەل (سىپارى)، ئاقاقىيا، تەمرى ھىندى ئۇرۇقى، موزا، ئاس، كۈندۇر، ئارپا بىلەن يېلىمنىڭ ھەر خىلىنى يۇمشاق سوقۇپ، مەلھەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ ياكى بولمىسا سۇمبۇل، قۇستە، ئانارگۈلى، ئۆشنە، مەستىكى، ئارپا ئۇنى، تال ياغاچ كۈلى قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق

سوقۇپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن خېمىر قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىلىدۇ. بەزى ھۆكۈمالار بوغۇم قايرىلىپ كېتىشكە قوشۇلۇپ ئىششىق بىرگە كەلسە، گۆش بىلەن تاتلىق يېمەكلىكلەردىن پەرھېز تۇتۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگىنى سىركەنجۈبىل ياكى تەمرى ھىندىدىن 30 گرام ئىچىشنى، تامىقىغا ئاقىلانغان ماش قاينىتىمىسى بىلەن پالەك ۋە بادام مېغىزى (ئۆرۈك مېغىزى بولسىمۇ بولىدۇ) قوشۇپ بېرىشنى تەۋسىيە قىلىدۇ.

سۆڭەك ئۆسۈش كېسىلى

بۇ كېسەللىك ئوتتۇرا ياشلىقتىن يۇقىرى كىشىلەردە كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ، خەلق تىلىدا سۆڭەك ـــ بوغۇم ئۆسۈشى دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك قان تەركىبىدىكى يەل ماددىسى كۆپۈپ كېتىش ياكى مۇپاسىلىنىڭ ئۇزاق مۇددەت داۋاملىشىشىغا ئەگىشىپ، سۆڭەك ماددىسى غەيرىي تەبىئىي ئۆسۈپ مۇخەكلىشىش (مونەكلىشىش) تىن پەيدا بولىدۇ. يەنى مۇپاسىل ئۇزۇنغا داۋاملاشقاندا يەرلىك ئورۇنغا سوغۇق تەبىئەتلىك قويۇق، شىلىمشىق ۋە ناچار سۇيەتلىك ماددىلار سىرغىپ كېلىپ توپلىشىپ، قويۇقلىشىپ ئۈيۈپ قېلىشتىن پەيدا بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا مۇپاسىلنى داۋالاشنىڭ دەسلىپىدىلا بىمارغا سوغۇق تەبىئەتلىك مەست قىلىپ سېزىمىنى (ئاغرىقنى) يوقاتقۇچى دورىلار بىلەن ئۇچۇچان (مۇخەكلەشتۇرگۈچى) دورىلارنى ئىشلەتكەندە، يەرلىك ئورۇندىكى سۈيۇق ماددا ھورغا ئايلىنىپ، قالدۇق ماددا قويۇقلىشىپ ئۈيۈشتىنمۇ بۇ كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. مۇپاسىل قاتارلىق كېسەللىكلەرنىڭ مىجەزىنى تەڭشەشتە ماددا پىشىپ يېتىلىشتىن ئىلگىرى كۇچلۇك سۇرگە ئىشلەتكەندە، سۈيۇق ماددا ئىچ سۇرۇش بىلەن چىقىپ كېتىپ، خام خىلتىلار (بولۇپمۇ بەلغەم خىلتى) چۆكمە بولۇپ قېتىپ ئۈيۈشتىنمۇ بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولىدۇ. سۆڭەك ئۆسۈش، بوغۇملىرى تاشلىشىش كۆپىنچە مىجەزى ئىسسىقچان كىشىلەردە خىلتىلار قويۇقلىشىشتىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ئۇششاق ئۇگىلەرنى ھاسىل قىلغۇچى ئۇششاق سۆڭەكلەرنىڭ بوغۇم يۇزىنى ھاسىل قىلغۇچى قىسمى تەدرىجىي سەمرىپ، يوغىناپ بارماقلارنىڭ ھەرىكىتىنى قىيىنلاشتۇرىدۇ ۋە قاتتىق سىرقىراپ ئاغرىپ بىمارنى ئازابلايدۇ. بەل، ئاياغ ۋە ئېغىزمانلار- مۇ ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن بەدەندىكى خام ماددىلارنى پىشۇرۇش ئۈچۈن مۇنزىج بېرىپ بولغاندىن كېيىن مۇسھىل دورىلارنى بېرىپ بەدەن تازىلىنىدۇ. مىزاج تەڭشەلگەنلىك ئالامىتى كۆ- رۈلگەندىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا ماددىنى يۇمشاتقۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك ھايۋان مايـ لىرى بىلەن ئىسسىق تەبىئەتلىك لوئابلار سۈركىلىدۇ. ئەنجۈر قاينىتىلمىسى، شۇمشا تالقىنى، ئىكلىلمىلىك ۋە بابۇنە قاتارلىقلارنىڭ ئارىلاشمىسىدىن ياسالغان لوئاب سۈر- كەلسىمۇ بولىدۇ ياكى مىجەزنى تەڭشەپ بولغاندىن كېيىن بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش خۇسۇسىيىتى بولغان مۇنچىسى (پار مۇنچىسى، ئارىشاڭ ياكى دورىلىق ۋاننا بولسىمۇ بو- لىدۇ) ھەركۈنى بىر قېتىم چۈشۈپ تازا ھورلىنىپ بولغاندىن كېيىن، پارلىق مۇنچىدا ياكى ئاپتاپتا ئولتۇرۇپ بەدەنگە ھۆللۈك پەيدا قىلىدىغان ۋە ئۇيۇغان ماددىلارنى يۇمشـ تىپ، ئۇلارنى پارچىلاپ تارقىتىدىغان مايلاردىن زەيتۇن يېغى، گۈل سەۋسەن يېغى ياكى سۆرۈنجان مېيىغا ئوخشاش مايلارنى سۈركەپ بەرسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىدىكى داۋالاشقا قوشۇپ ماددىلارنىڭ پىشىپ يېتىلىشىگە ياردىمى بولىدىغان تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىچىش- كە بەرسىمۇ بولىدۇ. تەركىبى: تاتلىق سۆرۈنجان (شېرىن)، بىنەپشە گۈلى، گاۋزىبان گۈلى، بىستىپايەج، ئەفتىمۇن (سېرىق يۆگەي)، بادرەنجى بۇيا، ئىتئۈزۈمى، شاھتەررە يو- پۈرمىقى ۋە قىزىلگۈللەرنىڭ ھەر قايسىسىدىن يەتتە گرام، بوزىدان، رۇم بەدىيان ۋە دۇرنەج ئەقرەبىلەرنىڭ ھەربىرىدىن تۆت گرام، گۈلقەنت 50 گرام، يۇقىرىدىكى دورىلارنى چالا سوقۇپ، مۇڭاپىق مىقدارىدا قاينىق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇ- چە قاينىتىپ، تىرىپىنى داكا بىلەن سۈزۈپ مەتبۇخ تەييارلىنىپ، مەتبۇخ سۈيىگە گۈل

قەنتنى ئارىلاشتۇرۇپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 ~60 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. تامىقىغا نوقۇت سۈيى بىلەن توخۇ گۆشى قوشۇپ بېرىلىدۇ. مۇشۇ خىلدىكى داۋالاش 15 كۈن داۋاملاشقاندىن كېيىن 16 ـ كۈنىدىن باشلاپ، بىر قېتىم سۈرگە دورىلىرىدىن سانا ياپرىقى بىلەن قارا ھېلىلىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 18 گرام، ئۈرۈقىدىن ئايرىلغان ۋاسالغۇ ئۈزۈمدىن 24 گرام، ئاق تۇربۇت، رەۋەنچىنىلارنىڭ ھەر بىرىدىن توققۇز گرام، زەنجىۋىل ئۈچ گرام، خىيار شەنبەر 84 گرام، تەرەنجىبىن 72 گرام، بادام يېغى يەتتە گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. كەچتە ھەببى سۆرۈنجان ياكى ئايارەجلەرنىڭ چوڭ نۇسخىسىدىن بىر خىلى توققۇز گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ. ئۇسسۇلۇقى ئۇچۇن داۋاملىق ئەرقى گاۋزبان ئىچىشكە بېرىلىدۇ. چۈشلۈك تامىقىغا چۈجە گۆشى بىلەن نوقۇت ئارىلاشتۇرۇپ پىشۇرۇلغان تائام بېرىلىدۇ. كەچتە نان بىلەن قوي گۆشى شورپىسى بېرىلىدۇ. سۆڭەك ئۆسۈشنى رەسمىي داۋالاپ 17 ـ كۈنىدىن باشلاپ، قىزىقلىقنى سوۋۇنقۇچى نۇسخىلاردىن تۆۋەندىكىسى ئىشلىتىلىدۇ:

تەركىبى: تاتلىق سۆرۈنجان ئىككى گرام، مەستىكى بىر گرام، بۇ دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، ئالتە گرام جاۋارىش ئۈدشىرىن ۋە خېمىرى ئەۋرىشىم ساددەلەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياسىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تاتلىق سۆرۈنجان بىلەن بادرەنجى بۇيىلارنىڭ ھەربىرىدىن يەتتە گرام، گازىبان بىلەن رۇم بەدىيان ھەربىرىدىن بەش گرام، ئەفتىمۇن ئۈرۈقى بىلەن دۇرنەج ئەقرەبى ھەر بىرىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ، 100 مىللىلىتىر ئەرقى جۇۋىنەگە ئارىلاشتۇرۇپ، سۇس ئوتتا يېرىم قالغۇچە قاينىتىپ، داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە 36 مىللىلىتىر شەربىتى بۇزۇرى، ئۈچ گرام پەرەنجىمشكى ئۈرۈقى، ئاق تۇربۇت بىلەن قىزىل تۇربۇت ئۈرۈقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ كۆپۈكىنى ئېلىۋېتىپ، داكا بىلەن سۈزۈپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇ باسقۇچتىكى تامىقى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئۇسۇل بىلەن باشقۇرۇلىدۇ. ھەر كۈنى بىر قېتىم چۆچپىن يېيىش بۇيرۇلىدۇ. ئىككى كۈندە بىر قېتىم يەرلىك ئورۇن چۆچپىن بىلەن دۇتلىنىدۇ (چۆچپىن چۆچپىنى كۆيدۇرۇپ چىققان ئىس بىلەن ئىسلىنىدۇ، ئەتراپى ئوبدان چۈمكىلىشى كېرەك). دۇتلاپ بولغاندىن كېيىن چۆچپىن يېغى بىلەن يەرلىك ئورۇن مايلىنىدۇ. بۇ ئۇسۇللار تاكى ساقايغۇچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ. ئەگەر سۆڭەك ئۆسۈش ئېغىرراق بولسا 40 كۈنگىچە تۆۋەندىكى سۇفۇپ بىلەن زىمادلار ئىشلىتىلىدۇ. تەركىبى: تاتلىق سۆرۈنجان، قارا ھېلىلە، سانا ھەر بىرىدىن 15 گرام، ئاق تۇربۇت 30 گرام، زەنجىۋىل، ئاسارۇن، شەترەنجى ھىندى، پىلپىل، بە

دىيانىلارنىڭ ھەر بىرىدىن يەتتە گرام، مۇددەبىر قىلىنغان ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىدىن توققۇز گرام ، رەۋەنچىنى 13.5 گرام، لاھور تۇزىدىن مەلۇم مىقدارىدا ئېلىپ قائىدە بويىچە تالقانلاپ، كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا سەككىز گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. سىرتتىن سۈركىلىدىغان زىمادلارنىڭ تەركىبى: ئۆردەك يېغى، غاز يېغى، كالا يىلىكى ھەر بىرىدىن 18 گرام، موم 36 گرام، زىغىر بىلەن شۇمشىلارنىڭ ھەر بىرىدىن سەككىز گرام، مىئەسائىلە، مۇرمەككى، مەستىكى، مۇقەل ۋە سۆرۈنجانلارنىڭ ھەر بىرىدىن بەش گرامدىن قائىدە بويىچە ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ، ئېرىتىلگەن مومىيا بىلەن مايلارغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاپ سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا يەرلىك ئورۇن راسەن (زەنجىۋىل شامى) ياپرىقى بىلەن دۇتلىنىدۇ ياكى ھورلىنىدۇ. ئەگەر راسەن ياپرىقى قىزىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ تېڭىلسا، ئاغرىقنى دەرھال توختىتىش بىلەن بىرگە ئۆسكەن سۆڭەكنى ئېرىتىدۇ. شۇنداقلا ئۆشنە، مەرزەنجۇش ياپرىقى، جىگدە ياپرىقى، بۇكائىن دەرىخىنىڭ ياپرىقى، كوكۇس دەرىخى ياپرىقى (بۇرگى كەرىلەر) ۋە ماندار ياپراقلىرىمۇ يۇقىرىقىدەك ئۇنۇم بېرىدۇ. ئەگەر يۇلغۇن يوپۇرمىقى بىلەن قومۇش يوپۇرمىقىدا يەرلىك ئورۇن دۇتلانسا ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ.

سۆڭەك ئۆسۈش كېسىلى بىلەن سۇنۇقتىن كېيىن بوغۇمنىڭ قېتىۋېلىشىغا قارىتا تۆۋەندىكى نۇسخىلارمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. ئۇشەق تالقىنىنى زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ياكى ئۇشەق بىلەن مۇغاس ئورۇقى تالقىنىنى زەيتۇن يېغى، ھەسەل ياكى ئۆتكۈر سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ بېرىلسە ياكى بولمىسا قايىنىتىلغان ئەنجۈرنى قىزىق پېتى يەرلىك ئورۇنغا تاڭسىمۇ بولىدۇ ياكى ھىك كۆتىكى (ئەنجۈدان) تالقىنىنى سەۋسەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياكى بولمىسا قارىغاي مېۋىسىنى ئەنجۈر قېقى بىلەن بىرگە سوقۇپ قىيما قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ ئۇنۇم بېرىدۇ. يەنە كامالىپتوس، نېفىت، موم، زىفىت رومى ۋە ئوشقىلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ، يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق پېتى چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. چىنار ياپرىقى، داشنەجى موم قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بەرسىمۇ ۋە ياكى ئاق لەيلىگۈلى، ئاق لەيلى يىلتىزى ۋە ئۇنىڭ يېغىنى سېرىق موم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسىمۇ بولىدۇ. تال (ئۇزۇم ـ تەك) دەرىخىنىڭ كۈلىنى سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. چۆل كىرپىسىنىڭ گۆشىنى ئۇزۇن ۋاقىت يەپ بەرسىمۇ سۆڭەك ئۆسۈش كېسىلى بىلەن بوغۇملارنىڭ قېتىۋېلى-

شىنى داۋالاشتا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. سېرىقچېچەك ئىسى بىلەن دۇتلانمىسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا، سۆڭەك ئۆسكەن كېسەللىك بىلەن بوغۇم قېتىپ قېلىشقا مەنپەئەت قىلىدىغان تۆۋەندىكى نۇسخىلاردىن بىرنى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ:

(1) ئاقلانغان كۈنجۈت، مۇقەل ۋە بابۇنە ياغلىرىنى مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن سالايە قىلىپ، مەلھەمسىمان ھالەتكە كەلتۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ.

(2) شۇمشا ئۇرۇقى، سالايە قىلىنغان ئاچچىق بادام مېغىزى، ئوشەق ۋە مۇقەللەرنىڭ تالقىنىنى كۈنجۈت يېغى ياكى سەۋسەن ياغلىرىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلانغان مەلھەم يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ.

(3) ئابدىمىلىك ئۇرۇقىدىن 250 گرامنى سېرىقماي بىلەن يۇمشاق سالايە قىلىپ، ئۇستىگە 250 گرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا بۇ نۇسخىغا 250 مىللىلىتىر قوشۇلسىمۇ بولىدۇ.

مىزاجى ئىسسىق ۋە خىلىتلار قويۇقلاشقان كىشىلەردىكى سۆڭەك ئۆسۈشنى داۋالاشتا، ئاۋۇال يۇمشاقۇچى دورىلار بىلەن تارقاتقۇچى دورىلارنى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا سۆڭەكنىڭ ئىششىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ماددىلارنىڭ توپلىشىپ قېتىپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، پۇرچاق ئۇنى بىلەن لوبىيا ئۇنىنى سىركەنى جۇڭىل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كونا ھاراقنا چىلانغان ھەك كۆتىكى، پاشرا، قۇرت (پەيزا)، رۇسۇت (ھۇزۇر) ۋە ئۇشەق ئېرىتمىسىگە ئارىلاشتۇرۇپ (كۈچۈلا يېغىغا ئارىلاشتۇرسىمۇ بولىدۇ) يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ. بۇ نۇسخىغا دادۇر ئۇنى قوشۇلسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقى چارىلەردىن باشقا قويۇق بەلغەمدىن بولغان مۇپاسىلنى داۋالاشتا قوللىنىلىدىغان زىمادار بىلەن نۇتۇللار(جىغاتمىلار) ئىشلىتىلسىمۇ بولىدۇ. شۇنداقلا يېڭى باشلانغان سۆڭەك ئۆسۈشكە غولپىيازنى توغراپ، سۇدا ئېزىپ چېپىپ بېرىلسە، كېسەللىكنىڭ تەرەققىياتىنى توسىدۇ. ئۆلكە يالپۇزى بىلەن تاغ يالپۇزىنى قاينىتىپ، سوۋۇتۇلغان (ئىلمان) سۈيىنى ياكى يالپۇزنىڭ سىركە بىلەن قاينىتىلغان سۈيى جىغتىلسىمۇ بولىدۇ ياكى كونا قۇرت (پەيزى كوھنا)، خىيارشەنبەر، توغرىغا، پەرپىيۇنلار تالقىنىنى كۆيدۈرۈلگەن پالەك كۈلىنىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىلسىمۇ بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا بىنەپشە يېغى، ئۆردەك، توخۇ يېغى، شۇمشا لوئابى (سۇغا چىلاپ چىقىرىلغان شىرىسى) زىغىر ۋە ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ بېرىلسىمۇ مەنپەئىتى بولىدۇ. ئەگەر مۇقەلنى شۇمشا لوئابىدا ئېرىتىپ، ھاۋاندا

چىغا سېلىپ سالايە قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا سۇركەپ بېرىلسە ياكى كۈنجۈتنى مەرزەنجۇش سۇيى بىلەن يۇمشاق سالايە قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسە، ياكى بولمىسا موم، كۈنجۈت ۋە زىغىر ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا، شۇمشىدىن بىر يېرىم ھەسسە ئېلىپ، يۇمشاق يانجىپ سالايە قىلىپ، قۇيرۇق مېيىدا ئېرىتىپ (ئارىلاشتۇرۇپ) يۇغۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. ئوقيىلان ياكى بولمىسا ئاق يەر يىلان سۇيىدا ۋاننا قىلىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. بەزى ھۆكۈمالار سۆڭەك ئۆسكەن ۋە بوغۇملار قېتىپ قالغان بىمارغا ھەر كۈنى ئەتىگىنى تۆۋەندىكى نۇسخىنى ئىچىشنى تەۋسىيە قىلىدۇ: بەدىيان بىلەن چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەربىرىدىن توققۇز گرام، ھەسەل گۈلقەنتىدىن 30 گرام ئېلىپ جۇلاب تەييارلاپ ناشتىدا ئىچىشكە بېرىش بىلەن، تامىقىغا نوقۇت، زاراڭزا مېغىزى سېلىنغان تائاملارنى بېرىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ. بۇلاردىن باشقا ئىچىشكە سوغۇقتىن بولغان مۇپاسىلغا ئىشلىتىدىغان ھەب دورىلارنى بېرىشتىن سىرت، بەدەننى تەنقىيە قىلىشنى ھەرگىز ئۇنتۇماسلىقنى كۆرسىتىدۇ.

سۆڭەك ئۆسكەن ۋە بوغۇملار قېتىپ قالغان بىمارلار سۇت، قېتىق، ئاچچىق چۇچۇك يېمەكلىكلەر بىلەن ھۆل مېۋە - چېۋىلەردىن پەرھىز قىلىشى كېرەك ھەمدە جىنسىي مۇناسىۋەت قىلىش، سوغۇق سۇغا چۈشۈشنى چەكلەش كېرەك. سوغۇق ئۆتۈش بىلەن زەي مۇھىتتا تۇرمۇش ئۆتكۈزۈشتىن ساقلىنىش كېرەك. كۈندە يېنىك ئەمگەك قىلىش كېرەك. كەچكۈز، قىش ۋە ئەتىيازدا قېلىنراق كىيىنىش كېرەك. ئىچىگە تۆگە يۇڭىدىن توقۇلغان ئىشتان بىلەن يەڭلىك جىلىتكە، ئۇستىدىن قوي تېرىسىدىن تىكىلگەن شىم بىلەن چاپان كىيىش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى، قىش كۈنى ئۆلتۇرۇلگەن ئىت ياكى بۆرە تېرىسىدىن شىم ۋە يەڭلىك جىلىتكە كىيىۋالسا، ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق يالۇغى

سۆڭەك ۋە يىلىك يالۇغى غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار بىلەن چىرىگەن ماددىلار ۋە مۇتەخخىلەر (كېسەل ياكى يىرىڭ پەيدا قىلغۇچى جاراسىملار) سۆڭەك بىلەن يىلىككە تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدىغان ۋە ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ داۋالاش بىر قەدەر قىيىن بولغان كېسەللىكتۇر. كېسەللىك سۆڭەكنىڭ سىرتىدىكى پەردە بىلەن يىلىككىچە تەرەققىي قىلىدۇ. بالىلار بىلەن ياشلارنىڭ سان سۆڭىكى، پاچاق سۆڭىكى بىلەن بارماق

سۆڭەكلىرى قاتارلىق نوسمان سۆڭەكلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بەزىدە بوغۇملاردىمۇ كېسەل پەيدا قىلىدۇ.

سەۋەبى

سۆڭەك ۋە يىلىك يالىلۇغىنى پەيدا قىلىدىغان سەۋەبلەر بىر قەدەر مۇرەككەپ بولۇپ، ئۇلارنى ئىخچاملىغاندا تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

(1) غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار تۈپەيلىدىن پەيدا بولىدۇ

سۆڭەك يىلىك يالىلۇغىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشتا, غەيرىي تەبىئىي خىلىتلار كۆپىنچە ئىككى ھالەتتە رول ئويناىدۇ. بۇ خىل ھالەتتىكى غەيرىي تەبىئىي ھارارەت پەيدا قىلىدىغان كۆيگەن سەپرا خىلىتى قانغا قوشۇلۇپ، قاننى قىزىتىش ئارقىلىق پۈتۈن بەدەنلىك قىزىتمىنى پەيدا قىلىشتىن سىرت، كۆيگەن سەپرا خىلىتىدىكى چىرىگەن مادىدىلار قان خىلىتىنى بۇلغايدۇ ۋە بۇ چىرىگەن مادىدىلار قان ئارقىلىق يىلىك، سۆڭەك ۋە سۆڭەك پەردىسىگە بېرىپ، يىلىك بىلەن سۆڭەك ۋە سۆڭەك پەردىسىدە ئۆتكۈر يىرىڭلىق يالىلۇغىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. يەنە بىر خىل ھالىتىدە بەلغەمى شور سەپرا خىلىتىغا ئارىلىشىشتىن بىر خىل تۇزلۇق ۋە مۇرەككەپ ئوفۇنەتلەنگەن بۇزۇق خىلىتىنى ھاسىل قىلىدۇ. بۇ خىل ئوفۇنەتلەنگەن بۇزۇق خىلىت قان ئارقىلىق سۆڭەك بىلەن يىلىككە بېرىپ سۆڭەك يىلىك يالىلۇغىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. سۆڭەك يىلىك يالىلۇغىنىڭ باشلىنىشى ئۆتكۈر بولسىمۇ، لېكىن ئاسانلا سوزۇلما سۆڭەك يىلىك يالىلۇغىغا ئۆزگىرىدۇ.

2) ئومۇمىي بەدەنلىك يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر تۈپەيلىدىن پەيدا بولىدۇ. يەنى قىزىل، چېچەك ۋە باشقا يۇقىرى قىزىتمىلىق يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىغاندا بەدەندىكى قۇۋۇقتىلەر بىلەن تەبىئەتنىڭ ئاجىزلىشىشى ۋە قاندىكى ئوفۇنەتلىك بۇزۇق مادىدىلار قان ئارقىلىق سۆڭەك بىلەن يىلىككە بېرىپ، سۆڭەك يالىلۇغىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3) ئوچۇق سونۇق بىلەن سۆڭەك بۇغۇملىرىنىڭ ھەر خىل زەخىملىنىشلىرىدە تەبىئەتتىكى جاراسىم قاتارلىق ئوفۇنەتلەندۈرگۈچى مادىدىلار بىلەن بىۋاستە بۇلغىنىش ياكى زەخىملەنگەن ئورۇندىكى سۆڭەك ۋە بوغۇملاردىكى قارشىلىق (تەبىئەت) تۆۋەنلەشتىن سۆڭەك يىلىك يالىلۇغى پەيدا بولىدۇ.

كېسەللىك ماھىيىتى

قان ئارقىلىق سۆزۈك بىلەن يىلىككە بارغان چىرىتكۈچى ئوفۇنەتلەر بىلەن جاراسەتلار سۆزۈك پەردىسى، سۆزۈك ۋە يىلىكنى چىرىتىپ، سۆزۈك بىلەن يىلىكنىڭ تەبىئىي ھالىتىنى بۇزىدۇ. چىرىگەن سۆزۈك بىلەن يىلىك ۋە قان ئارقىلىق كەلگەن چىرىتكۈچى ماددىلار بىرلىشىپ يىرىڭ پەيدا قىلىدۇ ۋە يىرىڭنىڭ كۆپىيىشىدىن يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولىدۇ. يىرىڭلىق ئىششىق سۆزۈكنى ئوراپ تۇرغان سۆزۈك پەردىسى بىلەن گۆش ۋە تېرىگە قاراپ كېڭەيىپ، ئاخىرىدا تېرىنى تېشىپ ئېغىز ئېلىپ، يىرىڭ بەدەن سىرتىغا ئېقىپ چىققاندىن كېيىن پۈتۈن بەدەنلىك قىزىتما بىلەن يەرلىك ئورۇندىكى ئالامەتلەر يېنىكلىشىدۇ. كۆپ ھاللاردا داۋالاش مۇۋاپىق بولمىسا، ئېغىز ئالغاندىن كېيىن سوزۇلما سۆزۈك يىلىك يالۇغىغا ئۆزگىرىپ كېتىدۇ.

سۆزۈك يىلىك يىرىڭلىق يالۇغى كلىنىكىدا ئۆتكۈر سۆزۈك يىلىك يىرىڭلىق يالۇغى ۋە سوزۇلما سۆزۈك يىلىك يىرىڭلىق يالۇغىدىن ئىبارەت ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئۆتكۈر سۆزۈك يىلىك يىرىڭلىق يالۇغىدا سۆزۈك بىلەن يىلىكنىڭ چىرىشى ۋە كېڭىيىشى ئاساس بولىدۇ. سوزۇلما سۆزۈك يىلىك يىرىڭلىق يالۇغىدا كېسەللىك دائىرىسى چەكلىنىپ، سۆزۈك ۋە يىلىكتىكى ئۆسۈش ئاساس، چىرىش قوشۇمچە بولىدۇ. ئەگەر ئېغىز ئېلىنغان تۆشۈك ئېتىلىپ قالسا، ئىششىش، ئاغرىش ۋە قىزىش قاتارلىق ئالامەتلەر قايتا ئېغىرلىشىدۇ. سوزۇلما سۆزۈك يىلىك يىرىڭلىق يالۇغى جەريانىدا پۈتۈن بەدەنلىك ۋە يەرلىك كېسەللىك ئالامەتلەرنىڭ ئېغىرلىشىشى بىلەن يېنىكلىشى تەكرارلىنىپ تۇرىدۇ.

ئالامىتى

كېسەللىكنىڭ ئۆتكۈر باشلىنىشىدا پۈتۈن بەدەنلىك مىجەزسىزلىنىش بىلەن بىرگە جۇغ - جۇغ بىلەن تەڭ يۇقىرى قىزىتما پەيدا بولىدۇ ۋە ئىشتىھاسى كېمىيىپ پۇت - قوللىرى ماغدۇرسىزلىنىدۇ. يەرلىك ئورۇن چىڭقىلىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. كېسەل پەيدا بولغان مۇچىنى مىدىرلىتالمايدۇ ياكى مىدىرلاتسا ئاغرىق كۈچىيىدۇ. يەرلىك ئورۇن ئىششىيدۇ ۋە باسقاندا ئاغرىق كۈچىيىدۇ. ئەگەر يالۇغلىنىش بوغۇمغا يېقىن بولسا، بو-

غۇمدىمۇ ئىششىش، قىزىرىش، قىزىش، ھەركەت قىلغاندا ئاغرىش ۋە باسسا ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. يۇقىرىقىلاردىن باشقا، شۇ خىلىتىنىڭ غەيرىي تەبىئىي ھالەتتىگە مەنسۇپ گەۋدىلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەگەر داۋالاش كېچىكىپ قالسا ياكى داۋالاش ئۇنۇملۇك بولمىسا، ئېغىز ئېلىپ يىرىڭ ئېقىپ چىقىش بىلەن يۇقىرى قىزىتما، ئىشتىھاسىزلىق ۋە يەرلىك ئورۇن قىزىرىپ ئىششىش ھەمدە ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈنەرلىك يېنىكلىشىدۇ. بىراق، بۇ كېسەللىكنىڭ ياخشى بولۇپ قالغانلىقىدىن دېرەك بەرمەيدۇ. ئەگەر ئېغىز ئالغان تۆشۈك ئېتىلىپ قالسا، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان پۈتۈن بەدەنلىك ۋە يەرلىك ئالامەتلەر قايتىدىن پەيدا بولىدۇ. بىراق ئۆتكۈر قوزغالغان مەزگىلىدىكىدىن يېنىكرەك بولىدۇ. بەزىدە سۆڭەكنىڭ چىرىشىدىن كېسەللەنگەن سۆڭەك كېسەللىك يۈز بەرگەن ئورۇندىن سۇنۇشى مۇمكىن. بۇ كېسەللىك خۇرانتۇچى بولغانلىقى ئۈچۈن بىماردا جۇدەش پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

1. ئۆتكۈر يىرىڭلىق سۆڭەك يىلىك ياللۇغىنى داۋالاش

كېسەللىكنىڭ ئۆتكۈر باشلىنىش باسقۇچىدا غەيرىي تەبىئىي سەپرا بىلەن قانىنى تازىلاپ، زەھەرنى قايتۇرۇش ۋە قانىنى تەڭشەپ ھارارەتنى پەسەيتىش ئاساس قىلىنغان داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئىشلىتىشتە ئىچىدىن دورا ئىچكۈزۈش بىلەن يەرلىك ئورۇنغا دورا ئىشلىتىش بىرلەشتۈرۈلىدۇ. بۇ چارىلەرگە قوشۇپ كېسەللەنگەن مۇچە تاختاي بىلەن مۇقىملاشتۇرۇلسا ئاغرىقنى يېنىكلىتىپ، كېسەللىكتىن پەيدا بولىدىغان سۇنۇقىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ. يۇقىرىقى داۋالاش پرىنسىپلىرىدىن باشقا، سۈيدۈك ھەيدەپ جىگەر-دىكى ھارارەتنى تۆۋەنلىتىدىغان دورىلار بىلەن ئاسان ھەزىم بولىدىغان قۇۋۋەتلىك تائاملار بېرىلىدۇ.

بىمارغا قانىنى تازىلاش، جىگەرنى ئىسلاھ قىلىش ۋە ھارارەتنى تۆۋەنلىتىپ، زەھەر قايتۇرۇش مەقسىتىدە ئەڭ ياخشىسى شەربەت، قاينىتما، دەملىمە ۋە چىلانمىلار بىلەن ئەرەق دورىلار بېرىلسە دورىلىق تەسىرى تېزرەك بولىدۇ.

شىددەت بىلەن ئۆرلىگەن قىزىتما بىمار ئۈچۈن چوڭ خەۋپ. شۇڭلاشقا ئالدى بىلەن بىمارغا كۆچلۈك تەسىر قىلغۇچى، سوۋۇتقۇچى دورىلاردىن ئىسپىغۇل لوئابى، بېھى

لوئابى، سىمىز ئوت سۇيى، ئانار سۇيى، قاپاق سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، كاسنە سۇيى، سىركەنجۈبىل، سىركە، لىمون سۇيى، ئاپېلسىن سۇيى، ئەينۈلا سۇيى، تەمرى ھىندى سۇيى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى شىربىسى، ئوسۇك ئۇرۇقى شىربىسى ياكى شەربىتى چۆپچىن قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر ياكى بىر نەچچە خىلىنى بىرلەشتۇرۇپ ھەر كۈنى ئۈسسۇزلۇقى ئۇچۇن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. زۆرۈر تېپىلسا مۇڭاپىق مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇلسىمۇ بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا سوغۇق سۇغا چىلانغان لۆڭگە بىلەن بەدەن قەرەللىك سۈرتۈپ بېرىلىدۇ ۋە پېشانە، چېكە، بويۇننىڭ ئىككى يېنى، قولتۇق ۋە يىرىق قاتارلىق ئورۇنلارغا مۇز ياكى مۇز سۇيى (سوغۇق سۇ بولسىمۇ بولىدۇ) سىلىنغان خالتا قويۇلىدۇ ياكى بولمىسا سوغۇق سۇغا چىلانغان لۆڭگە پات ـ پات يەڭگۈشلەپ قويۇپ بېرىلىدۇ. شۇنداقلا سوغۇق سۇ ياكى تاۋۇز سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، قاپاق سۇيى، سىمىز ئوت سۇيىنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلىغا مۇڭاپىق مىقداردا كافۇر قوشۇپ ھەمەلچە قىلسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىدىكى تەدبىرلەر ئۇنۇم بەرمىسە، سۆگەت يىلتىزى پوستى بىلەن چىنار يىلتىزى پوستى، چىنار ياپىرىقى قاتارلىق دورىلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىلغان سۇيىدىن ئەھۋالغا قاراپ كۈنده بىر قانچە قېتىم، ھەر قېتىمدا ئۇچ مىللىلىتىردىن ئىچىشكە يەنە ئەرقى شوخلا بىلەن ئەرقى گاۋزىبان ھەر بىرىدىن 90 مىللىلىتىر، بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ۋە ئوسۇك ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن بەش گرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ لوئابىنى چىقىرىپ، كۈنده بىر قانچە قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ. شەربىتى پەريادىدۇستىن 24 مىللىلىتىر ئېلىپ، بۇنىڭغا كافۇردىن 2. 0 گرام قوشۇپ قاياناق سۇ بىلەن تەڭشەپ، بىر كۈنده بىر قانچە قېتىم ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

شەربىتى پەريادىدۇسنىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە: چالا سوقۇلغان بىخسۇس، چالا سوقۇلغان بەدىيان، تۇخۇمى خەشخاش، تۇخۇمى خىتمى، چالا سوقۇلغان ئۇد سەلىب، قىزىلگۈل، نېلۇپەر ھەر بىرىدىن 50 گرام، ئىكەكلەنگەن سەندەل، گاۋزىبان، پىرسىياۋشان ھەر بىرىدىن 100 گرام، كۆكنار پوستى 200 گرام، ئۇزۇم 375 گرام، لىمون 27 گرام، شاخار 13 گرام، شېكەر مۇڭاپىق مىقداردا، سۇ ھەممە دورا ۋەزنىدىن 12 ھەسسە ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ. بۇلاردىن باشقا سەندەل شەربىتى ياكى ئەرقى سەندەللەر بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا ئىسپىغۇل لوئابى، بېھى لوئابى، سىمىز ئوت سۇيى ۋە بىخسۇس شىربىسى قاتارلىقلارنى شەربىتى دىياقۇزا 24 مىللىلىتىر، ئەرقى نېلۇپەر 24 مىللىلىتىرگە ئارىلاشتۇرۇپ، ئەھۋالغا قاراپ كۈنده بىر قانچە

قېتىم ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ.

شەربىتى دېياقۇزىنىڭ تەركىبى بىلەن ياسىلىشى: كۆكنار ئۇرۇقى 30 دانە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 10 دانە، ئەسلىي سۇس مۇقەششەر، سەرتانى مەغسۇل ھەر بىرىدىن 18 گرام ئېلىپ، دورىلارنى 2.5 لىتىر يامغۇر سۇيى ياكى پار سۇيىگە بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈۋېلىنغان سۇيىگە ئىسپىغۇل لوئابىدىن 48 گرام، شېكەردىن 500 گرام قوشۇپ قىيام تەييارلىنىدۇ ۋە قىيامغا ئاقاقىيا، گىل، تاباشىر، نېلۇپەر ھەر بىرىدىن تۆت گرام، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا ھەر بىرىدىن 18 گرام، نېلۇپەر، بەزرۇلبەنجى ھەر بىرىدىن بىر گرام، كەھرىۋائى شەمئىي، مەرۋايىت ھەر بىرىدىن 2.5 گراملارنىڭ يۇمشاق سوقۇلغان تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، قىزىتما قايتۇرۇش تەسىرى كۈچلۈك بولغان ئەرەق ياكى چىلانما بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا قۇرسى گۈلىدىن ئىككى گرامنى، شەربىتى نېلۇپەردىن 24 مىللىلىتىر، ئەرقى گۈلدىن 60 مىللىلىتىرگە قوشۇپ، بىرلا قېتىمدا ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ.

يۇقىرىقى نۇسخىلارنىڭ بىرخىلىغا بەدەندىكى زەھەرنى سۈيدۈك ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرىش، ئۆتكۈر قىزىتمىنىڭ بۆرەكنى زەھەرلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە جىگەرنى ئىسلاھ قىلىش (جىگەرنى سوۋۇتۇش) مەقسىتىدە دىنار شەربىتىدىن 30 مىللىلىتىرنى ئەرقى بىدىمىشكىدىن 30 مىللىلىتىر ۋە ئەرقى شوخلىدىن 30 مىللىلىتىرگە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

دىنار شەربىتىنىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى: گاۋزىبان 50 گرام، چالا سوقۇلغان كاسىنە يىلتىزى 200 گرام، كاسىنە ئۇرۇقى 100 گرام، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 150 گرام، قىزىلگۈل 100 گرام، نېلۇپەر گۈلى 50 گرام، رەۋەنچىنى 150 گرام، لىمون 12 گرام، شاخار ئالتە گرام، شېكەر مۇۋاپىق مىقدارىدا، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.

قاننى تازىلاش ۋە ھارارەتنى پەسەيتىش ئۈچۈن، چىلان شەربىتى بىلەن بىنەپشە شەربىتى ھەر بىرىدىن 24 مىللىلىتىر ئېلىپ، 60 مىللىلىتىر ئەرقى نېلۇپەر بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

چىلان شەربىتىنىڭ تەركىبى ۋە ئۇنى تەييارلاش ئۇسۇلى: چىلان 600 گرام، شاخار ئالتە گرام، لىمون 12 گرام. سۇ بىلەن شېكەرنى مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.

بەدەن ھارارىتىنى تۆۋەنلىتىش مەقسىتىدە بەدەن سىرتىدىن ئەرقى گۈل، ئەرقى

سەندەل، ئەرقى بىدەمىشكى قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلىنى تېرىگە سۈركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى ئوسۇڭ سۈيى، سېمىز ئوت سۈيى، سىركە ۋە ئىسپىغۇل لوئابى قاتارلىقلارغا مۇۋاپىق مىقدار كافۇر ئارىلاشتۇرۇپ تېرىگە سۈركەش، جىگەر ساھەسىگە داكىنى ھۆللەپ قويۇپ بېرىش قاتارلىق چارىلەرنى قىلىشقىمۇ بولىدۇ.

بىراق شۇنى ئالاھىدە تەكىتلەش كېرەككى، يۇقىرى قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە ھارارەت تەدرىجىي تۆۋەنلىتىلىشى كېرەك. ھەممە چارىنى بىرلا ۋاقىتتا ئىلىپ بېرىپ، قىزىتمىنىڭ قىسقا ۋاقىت ئىچىدە بىراقلا تۆۋەنلەپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئىلىش كېرەك. چۈنكى بەدەن ھارارىتى بىراقلا تۆۋەنلەپ كەتسە، بىمار دەرھاللا زەئىپلىشىپ غەشىيە ياكى سەدەمە پەيدا بولۇشى مۇمكىن.

ئەگەر ئۆتكۈر قىزىتمىغا زۇكام قوشۇلۇپ باش ئېغىرلىشىش ۋە ئېسىلىپ ئاغرىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە، باش قىسمىغا سوغۇق سۇ قاتارلىق سۇۋۇتقۇچى دورا ئىشلىتىش تىن ساقلىنىش كېرەك. شۇنداقلا بىمار تەرلەۋاتقاندىمۇ سىرتىدىن سۇۋۇتقۇچى دورىلار بىلەن باشقا تەدبىرلەرنى قوللىنىشقا بولمايدۇ.

ئەگەر ئۆتكۈر قىزىتمىغا خامۇشلۇق ياكى ھوشسىزلىق قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا، قىزىتمىغا قارىتا ئۇنۇملۇك چارە قىلىشتىن سىرت، تۆۋەندىكى نۇسخا ھۆقنە قىلىنىدۇ. تەركىبى: سوپۇن سۈيى، تۇز سۈيى ھەر بىرىدىن 50 مىللىلىتىر، رەۋەن ئىككى گرام، پىستە يېغى 10 گرام. قائىدە بويىچە تەييارلاپ ھۆقنە قىلىنىدۇ. مۇمكىنچىلىك بولسا ئىچىدىن شەربىتى سەندەل، شەربىتى بىنەپشە، ئانار شەربىتى، ئەرقى بىدەمىشكى ۋە مېۋە ئەرقى قاتارلىقلارنىڭ 1 ~ 2 خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بىمارنىڭ يۈزى، كۆكرىكى، قورسىقى ۋە يېرىق قىسىملىرىغا ئەرقى سەندەل، ئەرقى گۈل ۋە ئەرقى گاۋزىبانلارنىڭ بىر خىلى سوغۇق پېتى پۈركەلسە بىمارنىڭ ھوشى ئەسلىگە كېلىدۇ. بىر گرام داۋائىلمىشكىنى مەلۇم مىقداردىكى ئەرقى گۈل ياكى باشقا سۇۋۇتقۇچى سۈيۇقلۇقتا ئېزىپ بۇرنىغا تېمىتسىمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. يۇقىرىدىكى چارە ئۇنۇم بەرمەي خۇددىنى يوقىتىپ جۆيلۇش يۈز بەرسە، گۈل يېغى بىلەن موزا تالقىنىنى سىركىگە قوشۇپ داكىنى چىلاپ، پات ـ پات پېشانىسىگە قويۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. دورا تەييارلاشقا ئۇلگۈرمىسە ياكى دورا تەييارلاش شارائىتى بولمىسا بېشىغا مۇز، قار تېڭىلسىمۇ ياكى سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر يۇقىرى قىزىتمىغا يۇرەك خىزمىتى ياخشى بولماسلىق قوشۇلۇپ كەلسە، ئاق سەندەلنى گۈلابتا ئېزىپ، بۇنىڭغا داكىنى چىلاپ، يۇرەك بىلەن جىگەر

ئۇدۇلىغا سوغۇق پېتى قايتا ـ قايتا ئالماشتۇرۇپ قويۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. شۇنداقلا بۇرنىغا تۆۋەندىكى نۇسخىلار پۇركەلسىمۇ هوشىغا كېلىشىگە ياردىمى بولىدۇ. نېلۇپەر گۈلى، گىل ئەرمىنى، ئاق سەندەل هەر بىرىدىن 12 گرام، نوگاي قاپاق سۇيى، تەرخەمەك كۆكى سۇيى، يۇمغاقسوت كۆكى سۇيى هەر بىرىدىن 36 مىللىلىتىر ئېلىپ، دورىنى ئېغىزى كەڭ شېشىگە سېلىپ بېمارنىڭ بۇرنىغا يېقىنلاشتۇرۇپ پۇركىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭ ئىچىگە مۇز ياكى قار سېلىنسا قىزىتمىنى ياندۇرۇش رولىنى ئۆتەيدۇ ياكى گۈلاب، ئەرقى نېلۇپەر هەربىرىدىن 48 مىللىلىتىر، ئاق سەندەل، يۇمغاقسوت كۆكى هەر بىرىدىن 12 گرام، ئەتىر بىر مىللىلىتىر. بۇلارنى ئارىلاشتۇرۇپ شېشىگە سېلىپ بېمارغا پۇرىتىلىدۇ ياكى بولمىسا ئەفسەنتىن، بابۇنە، سېرىقچېچەك قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق ئېلىپ، قاينىتىلغان ئىسسىق سۇيى بىلەن خۇددىنى يوقاتقان بېمارنىڭ پۇتى يۇيۇپ بېرىلسىمۇ هوشىغا كېلىشىگە ياردىمى بولىدۇ. ئەڭ مۇهىمى بېمارنىڭ قىزىتمىسى يانسا بېمار تېز هوشىغا كېلىدۇ. شۇڭلاشقا قىزىتمىنى چۇشۇرۇشكە ئالاهىدە كۆڭۈل بۆلۈش كېرەك.

بېمارغا يەنە خېمىرى گاۋزىبان ۋە خېمىرى مەرۋايىت ئەنبىرىدىن ئۇچ گرامنى مەتبۇخى ئەفتىمۇن، شەربىتى ئەفتىمۇن، ئەرقى كاسنە ياكى ئەرقى گاۋزىبانىنىڭ بىرسى بىلەن قوشۇپ، كۈندە ئىككى قېتىم يېيىش ئۇچۇن بېرىلىدۇ. قەۋزىيەتكە قارىتا چارە قىلىنىدۇ.

ئەگەر سۆڭەك يىلىك يىرىڭلىق يالۇغى بار ئورۇندىكى ئاغرىق ئېغىرراق بولسا ئاغرىقنى پەسەيتىش مەقسىتىدە كافۇر، رۇم بەدىيان جەۋهىرى، پىننە جەۋهىرى قاتارلىقلارنىڭ بىر خىلى ياكى ئارىلاشمىسى يەرلىك ئورۇنغا سۇركىلىدۇ.

بېمارنىڭ قىزىتمىسى تۆۋەنلىگەندىن كېيىن قانىنى تازىلاش مەقسىتىدە، مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن شەربىتى ئۆشبە خاس قاتارلىقلارنى بىرلەشتۇرۇپ، كۈنىگە ئۇچ قېتىم، هەر قېتىمدا 40 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

مەتبۇخى ئەفتىمۇننىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى: ئەفتىمۇن، نېلۇپەر، شاهتەررە، كاسنە ئۇرۇقى هەر بىرىدىن 12 گرام، ئەسلي سۇس ئالتە گرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، كاسنە، غاپەس، ئەفسەنتىن، خوخا، قامغاق، قوغۇن ئۇرۇقى هەر بىرىدىن توققۇز گرام، لىمون ئۇچ گرام، شاخار بىر گرام، يۇقىرىقى دورىلارنى بىر يېرىم لىتىر قاينىق سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ داكا بىلەن سۈزۈپ تەيـ

يارلىنىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا ئەگەر بىماردىكى قىزىتما تېز تۆۋەنلەپ بىمار ھالسىزلانسا ۋە يۇرەكنىڭ ھەرىكىتى ياخشى بولمىسا، بىمارنى قېلىنراق چۆمكەپ، قىزىق چاي ئىچۈرۈش بىلەن بىرگە، بىمارغا خۇشلۇق كەلتۈرگۈچى، يۇرەكنى كۈچەيتىپ، روھنى قوزغاتقۇچى دورىلاردىن داۋالائىمىشكى، مۇپەررىھى ياقۇت، جەۋھىرى مۇھرەگە ئوخشاش دورىلاردىن بىرخىلى ئىشلىتىلىدۇ. بىمارنىڭ تامىقى ئۇچۇن ئارپا ئېشى، شۇۋىگۈرۇچ، پاقلان شورپىسى بىلەن توخۇ، چۈجە شورپىسىغا سېلىنغان ئۇگرە ئاش ۋە پىشىق پىشۇرۇلغان ھەمەكنان قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. تەستە سىڭىدىغان تائاملار بىلەن سامساق ۋە پىيازلاردىن پەرھىز قىلىش كېرەك. بىمار تاكى ساقايغۇچە كارىۋاتتىن چۈشمەي ئارام ئالىدۇ. چوڭ-كىچىك تەرىتى كارىۋات ئۇستىدە بولىدۇ.

2. يىرىڭلىق سوزۇلما سۆگەك يىلىك ياللۇغىنى داۋالاش

سوزۇلما يىرىڭلىق سۆگەك يىلىك ياللۇغىنى داۋالاش پرىنسىپى بولسا، بىمارغا سوغۇق ئىچىملىك بىلەن سوغۇق يېمەكلىكلەرنى بەرمەسلىك، تەسىرى كۈچلۈكرەك زەھەر قايتۇرغۇچى، قان تازىلىغۇچى، يۇرەك بىلەن بۆرەكنى كۈچەيتىپ، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرغۇچى، قاننى تولۇقلىغۇچى، نەملىكنى قۇرۇتۇپ يىرىڭنى يوقاتقۇچى، يېڭى سۆگەكنى ئۆستۈرۈپ جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى ۋە ھەزمنى ياخشىلاپ ئىشتىھانى ئاچقۇچى ھەمدە بىمارغا خۇشلۇق كەلتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئىبارەت. بىراق دورا ئىشلەتكەندە دورىلارنىڭ تەبىئەت دەرىجىسىگە دىققەت قىلىپ، دەسلەپتىلا تەسىرى زىيادە كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلەتمەي، مۇمكىنقەدەر مۆتىدىل تەبىئەتلىك ياكى بولمىسا تەبىئىتى تۆۋەنرەك دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. چۈنكى تەسىرى كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلەتكەندە بىمارنىڭ بەدىنىدىكى سۇيۇقلۇق تېز خوراپ، كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇشتەك ئەكس تەسىر كۆرسىتىشى مۇمكىن. قاننى تازىلاش بىلەن رەئىس ئەزالارنى كۈچەيتىپ روھنى قوزغىتىش مەقسىتىدە مەجۇنى داۋالائىمىشكى مۆتىدىل، شەربىتى مۇسافىفاخۇن ۋە شەربىتى ئەفتىمۇن قاتارلىق دورىلار قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

شەربىتى مۇسافىفاخۇننىڭ تەركىبى: چىلان 60 دانە، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قوموش پۆپۈكى، خېنە ياپرىقى، شاھتەررە، نېلۇپەر گۈلى، ئىتئۈزۈمى، كاسنە ئۇرۇقى، چۆپچىن، كاكىنەج، ئەنزىروت ھەر بىرىدىن 24 گرام، لىمون بەش گرام، شاخار ئۈچ گرام، شېكەر 1250 گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ. يەنە شەربىتى پەرياندۇستىن 24 مىللىلىتىرنى ئەرقى چۆپچىن، ئەرقى شوخلا (ئىتئۈزۈمى) ياكى ئەرقى

كاكىنەجلەرنىڭ بىرخىلى (60 مىللىلىتىر) بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يىرىڭلاشقا قارشى سوفۇپى چۆپچىندىن بەش گرامنى ئەرقى چۆپچىندىن 30 مىللىلىتىر بىلەن قوشۇپ، كۈندە 2 ~ 3 قېتىم ئۇزۇن ۋاقىت ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سۇفۇپى چۆپچىننىڭ تەركىبى: چۆپچىن 14 گرام، ئۆشبە، بىستىپايەج ھەر بىرىدىن يەتتە گرام، سۆرۈنجان، ئەفتىمۇن، قىزىلگۈل، سەندەل ۋە ناۋات ھەر بىرىدىن ئۈچ گرام، سانا توققۇز گرام، شېكەر 30 گرام، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

سۇپۇفى ئەنزىرۇتتىن بەش گرامنى 20 مىللىلىتىر شەربىتى مۇسافاخۇن بىلەن بىرگە قوشۇپ، كۈندە ئىككى ~ ئۈچ قېتىمدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يىرىڭلىق جاراھەتنى پۈتتۈرۈش مەقسىتىدە 10 گرام سۇفۇپى سەرتان، 20 مىللىلىتىر شەربىتى سەرتان ياكى شەربىتى ئاس بىلەن قوشۇپ، كۈندە ئىككى قېتىمدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

سۇفۇپى سەرتاننىڭ تەركىبى: تۇخۇمى خىتمى، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا ھەر بىرىدىن يەتتە گرام، تاتلىق بادام مېغىزى 10 گرام، كەتىرا، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى، بېھى ئۇرۇقى مېغىزى، رۇببىسۇس، تاباشىر، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، گىل ئەرمىنى، يۇغۇچ تالاسى ھەر بىرى 14 گرام، ئاقلانغان پۇرچاق 25 گرام، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، كۆيدۈرۈلگەن سەرتان ھەر بىرىدىن 36 گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

شەربىتى سەرتاننىڭ تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن سەرتان كۈلى، قومۇش ياپرىقى، گىل ئەرمىنى ھەر بىرىدىن 25 گرام، كۆكنار ئۇرۇقى، قومۇش پۈپۈكى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، لاگۈلى ئۇرۇقى، گاۋزىبان، گۈلى بىنەپشە ھەر بىرىدىن 12 گرام، بىخسۇس، مۇقەششەر، گۈلى گاۋزىبان ھەربىرىدىن توققۇز گرام، بېھى ئۇرۇقى، چىلان ھەر بىرىدىن توققۇز گرام، سەرپىستان 25 دانە، لىمون بەش گرام، شاخار ئۈچ گرام، شېكەر بىر كىلو، سۇ بىر يېرىم لىتىر. قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ. شەربىتى ئۇستقۇددۇسنىڭ تەركىبى: ئۇستقۇددۇس 170 گرام، بىستىپايەج، بادرەنجى بۇيا، گاۋزىبان ھەر بىرىدىن 36 گرام، لىمون تۆت گرام، شاخار ئىككى گرام، شېكەر بىر كىلو، سۇ ئىككى يېرىم لىتىر، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا جاراھەتنى پۈتتۈرۈش ۋە بۆرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش مەقسىتىدە بانادۇق بۇزۇرىدىن تۆت گرامنى ئەرقى كاسنە ياكى ياكى ئەرقى بەدىياندا ئېزىپ

ئىستېمال قىلىشقا بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى قۇرسى تاناشىر، قۇرسى كافۇر ۋە ھەببى كىبىرىتلەرنىڭ بىر خىلىنى بىر گرامدىن، كۈندە 2 ~ 3 قېتىمدىن ئەرقى چۆپچىن بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

بانادۇق بۇزۇرىنىڭ تەركىبى: بەزرۇلبەنجى (مىڭدىۋانە)، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، خەشخاش ئۇرۇقى، رۇببىسۇس، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كەتىرا، گىل ئەرمىنى، تاتلىق بادام مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، نىشاستە ۋە بېدە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 30 گرام ئېلىپ، مېغىزلار بىلەن باشقا دورىلارنى ئايرىم ـ ئايرىم سوقۇپ تالقانلاپ، بېھى ئۇرۇقى لوئابدا يۇغۇرۇپ توقۇچاق تەييارلىنىدۇ. بۆرەكنى كۈچەيتىپ ھەزمنى ياخشىلاش ئۈچۈن ئامىلە نۇشدارى، جاۋارىش كۈمۈنى قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. بۆرەك خىزمىتىنى ياخشىلاپ سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش مەقسىتىدە دىنار شەربىتى ياكى شەربىتى بوزۇرى، شەربىتى كاسىنىڭ بىر خىلىدىن كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 ~ 40 مىللىلىتىر ئىچىشكە بېرىلىدۇ. قانىنى كۈچەيتىش مەقسىتىدە شەربىتى تۆمۇر ياكى كۈشتە تۆمۇرلەر ئىشلىتىلىدۇ. بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرۈش ئۈچۈن لوبوبى مۆتىدىللەرنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. سۆئلەپ مىسرىنى تالقانلاپ سۈت بىلەن بىرگە داۋاملىق ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ. تېنى ئاجىزلارغا مەجۇنى ھالۋايى بەيزە، داۋائى تەرەنجىبىن قاتارلىقلارنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ. تۆۋەن قىزىتما بولۇپ كۆپ تەرلەيدىغانلارغا ئالاقات، خام ئەگرىسۈناي قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن شەربەتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇپەر بىلەن قوشۇپ بېرىشكە بولىدۇ. ئەگەر ئاغرىق ۋە ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىق ئەھۋاللاردا بولسا، شەربىتى مۇپاسىل بىلەن شەربىتى خەشخاش قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئەگەر سۆڭەكتە چىرىش ئېغىرراق بولۇپ، يىرىڭ توختىمىسا ۋە ئىششىق يانمىسا ئاۋۋال كەت ھىندى، مەستىكى ۋە كەتىرا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يەرلىك ئورۇننى بىر قانچە ۋاقىت تېڭىپ، ئىششىق يانغاندىن كېيىن دەستىكار ئۇسۇلى بىلەن جاراھەت ئېغىزىنى كېڭەيتىپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتىكى مېتال قوشۇق بىلەن قىرىپ، چىرىگەن سۆڭەكلەر بىلەن توقۇلمىلارنى تازىلاپ (ھازىرقى تېببابەت ئوپېراتسىيە ئۇسۇلى بىلەن داۋالىغان ياخشى). جاراھەت تۆۋەندىكى مەلھەم بىلەن تېڭىپ بېرىلىدۇ: قارا ياغاچ شېخى، سۆگەت شېخى، تۇخۇمەك شېخى، شاپتۇل شېخى ۋە ئۇجمە شېخى، مەستىكى رۇمى ھەر بىرىدىن 30 گرام، مۇرمەككى 30 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق تالقانلاپ، 500

مىللىلىتىركۈنجۇت مېيىغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ. تېڭىشتىن ئىلگىرى تۇز سېلىنغان زاراڭزا چېچىكى سۇيى (قاينىتىلغان) بىلەن جاراھەت ئىچى پاكىز تازىلىنىدۇ.

بىمارنىڭ يېمەكىگە ئىلىتىلغان تۇخۇم ، پاقلان گۆشى بىلەن شورپىسى، گۆش ھالۋىسى، شورپا بىلەن تەييارلانغان شوۋقۇرۇچ، ئۈگرە، سۈتئاش، شويلا، نارىن چۆپ، سۈت، يېڭى قايماق، سېرىقماي، كاللا ـ پاچاق ۋە قېرىن قاتارلىق ئاسان ھەزىم بولىدىغان، سۆڭەكسىز ئۆسۈشىنى تېزلىتىدىغان تائاملار بېرىلىدۇ. بېلىق، توخۇ گۆشى، كالا گۆشى ۋە ئۆچكە گۆشى، سامساق، پىياز، ياڭيۇ، مۇچ ۋە ئوسۇڭ قاتارلىق يېمەكلىكتىن پەرھىز تۇتۇلىدۇ. مېۋىلەردىن پىشقان قوغۇن، ئۈزۈم، ئەنجۇر، ئالما، ئۆرۈك، شاپتۇل ۋە ئامۇت قاتارلىقلارنى بېرىشكە بولىدۇ.

سۆڭەك بوغۇم سىلى

سۆڭەك ۋە بوغۇم سىلىنىڭ كېسەل سەۋەبچىسى ئۆپكە لېمفا سىلى كېسىلى بىلەن ئوخشاش بولۇپ، ئۇ كۆپىنچە ئۆپكە سىلى ياكى لېمفا بېزى سىلىنىڭ ئاساراتى سۈپىتىدە پەيدا بولىدىغان بىر خىل خوراتقۇچى سوزۇلما كېسەللىكتىن ئىبارەت. بەدەندىكى تەبىئەتنىڭ ئاجىزلىشىشى بىلەن سۆڭەك بوغۇملارنىڭ زەخمىلىنىشى بۇ كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇھىم ئامىل بولىدۇ. سۆڭەك بوغۇم سىلى كۆپىنچە ئۆسمۈرلەر بىلەن ياشلارنىڭ ئومۇرتقا تېنى، تىز بوغۇم بىلەن يانپاش بوغۇم سۆڭەكلىرى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

سۆڭەك بوغۇم سىلى ئادەمنىڭ مىجەزى بۇزۇلۇپ، رەئىس ئەزالار بىلەن قۇۋۇەتلەرنىڭ خىزمىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراش ۋە كېسەللىككە قارشى تەبىئەت ئاجىزلاش ئاساسىدا سىل كېسەل جاراسىمى بىلەن بۇلغانغان غەيرىي تەبىئىي قويۇق بەلغەم سۆڭەك بىلەن بوغۇمغا ئورۇنلىشىۋېلىپ، سۆڭەك بوغۇمنى چىرىتىشتىن پەيدا بولىدۇ. سۆڭەك بوغۇم سىلى بىمارنىڭ بەدىنىدىكى ئۆپكە سىلى، بەز سىلى، ئۇچەي سىلى ۋە بۆرەك سىلى قاتار-

لىق كېسەللىك مەنبەسى ئاساسىدا پەيدا بولىدۇ. بۇ كېسەللىك مەنبەسى ئاشكارا ياكى يوشۇرۇن بولۇشى مۇمكىن. بەدەن ئاجىزلاش ۋە سۆڭەك بوغۇملارنىڭ زەخمىلىنىشى سۆڭەك بوغۇم سىلىنىڭ پەيدا بولۇشىدا مۇھىم ئامىل ھېسابلىنىدۇ.

كېسەللىك ماھىيىتى

سىل جاراسىمى بىلەن بۆلغانغان قويۇق بەلغەم قان ئارقىلىق زەخمگە ئۇچراپ، قارشىلىقى تۆۋەنلىگەن سۆڭەك بىلەن بوغۇمغا يېتىپ بارغاندىن كېيىن، سۆڭەك بىلەن بوغۇم قېپى قاتارلىق توقۇلمىلارنى چىرىتىپ، ئوخشىمىغان دەرىجىدىكى تۈزەلمە بۇزۇلۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە چىرىشنىڭ كېڭىيىشىگە ئەگىشىپ، سۆڭەك بىلەن بوغۇم قېپىنىڭ تۈزۈلمە جەھەتتىكى بۇزۇلۇش دائىرىسى كېڭىيىش بىلەن بىرگە يىرىڭلىق ئىششىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە شەكىل ئۆزگەرتىشنى (مەسىلەن: ئومۇرتقا سىلىدا) كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. كېيىن سۆڭەك ۋە بوغۇمنىڭ ئەتراپىدىكى يۇمشاق توقۇلمىلارغىچە كېڭىيىپ، يۇمشاق توقۇلمىلاردىمۇ سىللىق كېسەللىك ئۆزگىرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. نەتىجىدە يەرلىك ئورۇندا ئىششىش ۋە ئاغرىش پەيدا قىلىدۇ. ئەك ئاخىرىدا سۆڭەك بوغۇملاردىكى شەكىل ئۆزگىرىشى كۆچىيىش بىلەن بىرگە ئومۇرتقا سىلى كۆكرەك ياكى قورساق بوشلۇقىغا ياكى بولمىسا تېرىدىن ئېغىز ئالىدۇ. مۇچىلەردىكى سۆڭەك بوغۇم سىلى تېرىدىن ئېغىز ئالىدۇ. سىل كېسىلى خوراتقۇچى كېسەللىكىنىڭ بىر خىلى بولغانلىقى ئۈچۈن بىمار جۈدەپ، مۇچىلەر بولۇپمۇ كېسەل يۈز بەرگەن مۇچە گۆشلىرى خوراپ ئىنچىكىلەپ كېتىدۇ ھەتتا مېيىپ بولۇپ قالىدۇ.

ئالامىتى

سۆڭەك بوغۇم سىلىدا باشقا ئەزالار سىلىگە ئوخشاش ئىشتىھاسىزلىق، كەم ماغدۇرلۇق، جۈدەش، چۈشتىن كېيىن قىزىش ۋە كېچىلىرى سوغۇق تەرلەش، قان ئازلىق قاتارلىق سىل كېسىلىگە خاس پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر بولىدۇ. سۆڭەك بوغۇم سىلىنىڭ يەرلىك ئالامەتلىرى كېسەللەنگەن سۆڭەك ۋە بوغۇم ئورنىغا قاراپ ھەر خىل بولىدۇ. شۇنداقلا ئۆپكە ۋە بەز سىلىگە ئوخشاش كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان تارىخى بولىدۇ.

1. ئومۇرتقا سلىنىڭ يەرلىك ئالامىتى: يەرلىك ئورۇن كېچىلىرى ئۇيقۇلۇقتا ئۇيان ـ بۇيان ئۆرۈلگەندە قاتتىق ئاغرىپ ئۇيقۇسى ئېچىلىپ كېتىدۇ. بىمارنى تۇز ئولتۇرغۇزۇپ يەلكىسىدىن باسقاندا ياكى باشنىڭ تۆپىسىگە تېۋىپ سول قول ئالقىنىنى قويۇپ، ئوڭ مۇشت بىلەن ئوتتۇراھال مۇشتلىغاندا كېسەللىك پەيدا بولغان ئورۇندا ئاغرىش ھېس قىلىدۇ. ھازىرقى زامان تېبابەتچىلىكىنىڭ رېنتگېنلىك ۋە لابوراتورىيىلىك تەكشۈرۈش دىئاگنوزىنى بالدۇرراق ئېنىقلاشقا ياردىمى چوڭ.

2. يانپاش بوغۇم سلىنىڭ يەرلىك ئالامىتى: ئالدى بىلەن سلگە خاس پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەر پەيدا بولۇشقا باشلاپ، ئانچە ئۇزۇن ئۆتمەگەن ۋاقىتتىن كېيىن، يول يۈرگەندە يانپاش بوغۇمى قېتىۋالغاندەك بولۇپ، شۇ تەرەپ ئايىغى سۆرۈلۈۋالغاندەك ھېس قىلىدۇ ۋە يېنىك ئاغرىق ھېس قىلىدۇ. ئارام ئالغاندىن كېيىن يېنىكلىشىدۇ ياكى يوقلىدۇ. مەلۇم مەزگىل ئۆتكەندىن كېيىن ئاغرىق كۈچىيىش بىلەن بىرگە شۇ تەرەپ ئايىغىنىڭ سۆرۈلۈۋېلىشى ئېغىرلىشىدۇ. بارا ـ بارا ئاغرىق ئېغىرلىشىدۇ. بەزىدە ئاغرىق سان بىلەن تىزغىچە تارقىلىدۇ. كېچىلىرى ئۇياق ـ بۇياقتا ئۆرۈلگەندە يانپاش قاتتىق ئاغرىشتىن ئۆسمۇرلەر ئويغىنىپ كېتىپ يىغلايدۇ. يانپاش بوغۇمنىڭ ھەربىر ھەرىكەت دائىرىسى چەكلىمىگە ئۇچرايدۇ. يانپاش بوغۇمنىڭ ئالدى قىسمىنى باسقاندا ئاغرىيدۇ. بىمارنى يانتۇزۇپ ئايىغىنى تۇزلەپ، ئاغرىق تەرەپ ئاياغ تاپىنىغا مۇشتلىغاندا يانپاش قىسمىدا ئاغرىق پەيدا بولىدۇ ياكى كۈچىيىدۇ. بىراق يانپاش بوغۇمى چوڭقۇر بولغانلىقى ئۈچۈن ئىششىش ئېنىق بولمايدۇ. كېيىنرەك ئاغرىق تەرەپ ئاياغ ئوخشىمىغان دەرىجىدە ئۆزگىراپ قالىدۇ. ھازىرقى زامان تېبابىتىنىڭ رېنتگېن ئۇسۇلى بىلەن سۈرەتكە ئالغاندا دىئاگنوزى تېخىمۇ ئېنىق بولىدۇ.

3. تىز بوغۇم سلىنىڭ يەرلىك ئالامىتى: سىل كېسىلىگە خاس پۈتۈن بەدەنلىك ئالامەتلەردىن سىرت يول يۈرگەندە كېسەللەنگەن تىز ئاغرىيدۇ ۋە تەدرىجىي ئاقساپ ماڭىدۇ. تىز بوغۇمى تەدرىجىي ئىششىيدۇ. باسقاندا ۋە تىز بوغۇمنى ھەرىكەتلەندۈرگەندە ئاغرىيدۇ. كېسەللىك ئىششىقنىڭ دەسلىپىدە تېرە رەڭگى نورمال بولىدۇ ۋە قولغا قىزىق بىلىنمەيدۇ. كېيىن بارا ـ بارا مېڭىش قىيىنلىشىدۇ ۋە تىز بوغۇمى ئىگىلىپ قېلىپ تۇزلەش تەس بولىدۇ. تىز بوغۇمنىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى گۆشلەر يىگىلەپ ئىنچىكىلىشىدۇ. بىراق تىز بوغۇمنىڭ ئىششىقى ۋە تىز بوغۇم ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراش تېخىمۇ روشەنلىشىدۇ. تىز بوغۇمنى ئەگكەندە ۋە تۇزلىگەندە قارشىلىق پەيدا بولۇش

بىلەن بىرگە ئاغرىق كۆچىيىدۇ. تىز بوغۇمىنى ئىككى قول بارمىقى بىلەن نۆۋەتلەشتۈرۈپ باسقاندا مىلىقلىغان سېزىم پەيدا بولىدۇ. لىپەكنى باسقاندا لەيلەش سېزىمى بايقىلىدۇ. ئاخىرقى دەۋرىدە تېرە قىزىرىپ، ئەڭ ئاخىرىدا ئېغىز ئېلىپ تەستە ساقىيىدىغان ئاقما پەيدا بولىدۇ. رېنتگېنلىق تەكشۈرۈش دىئاگنوزنى بالدۇرراق ئېنىقلاشتا ياردىمى چوڭ.

داۋاسى

سۆگەك بوغۇم سىلىنى داۋالاش پرىنسىپى: باشقا خىلدىكى سىل كېسىلىگە ئوخشاش يانتۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ. ئىشتىهانى ئاچقۇچى دورىلارنى بېرىش بىلەن بىرگە گۆش، تۇخۇم، سۈت، قايماق ۋە سېرىقماي قاتارلىق قۇۋۋەتلىك تائاملار بىلەن مېۋە ـ چېۋە، كۆكتاتلار مۇۋاپىق بېرىلىدۇ. بىراق تاماكا ۋە هاراق قاتارلىق ئىچىملىكلەر بىلەن چېكىملىكلەر چەكلىنىدۇ. بىمارنىڭ مىجەزى بۇزۇلغان بولسا مىزاج تەڭشىلىدۇ ھەمدە بىمارنىڭ ئەندىشىسىنى چىقىرىپ تاشلاپ، داۋالاشقا يېقىندىن ماسلىشىشى قولغا كەلتۈرۈلىدۇ. ئايرىم ئۆيدە يانتۇزۇپ قاچا ـ قۇچا ۋە لۆگەگە قاتارلىقلار ئايرىلىدۇ.

سۆگەك بوغۇم سىلىنى دورا بىلەن داۋالاش پرىنسىپى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: بىماردا كۆپ ھاللاردا جۈدەتكۈچى قىزىتما بىرگە كېلىدىغانلىقى ئۈچۈن سوۋۇتقۇچى، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى، ئىشتىهانى ئېچىپ ماددا ئالمىشىشنى ياخشىلىغۇچى، رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاپ، تەبىئەتكە مەدەت بەرگۈچى ۋە روھنى ئۇرغۇتقۇچى، يىرىڭنى ئازايتىپ جاراھەت يۇزىنى قۇرۇتقۇچى، كېسەللەنگەن ئورۇندىكى سۆگەكلەرنىڭ ئۆسۈشىنى تېزلىتىپ، چىرىگەن سۆگەك كاۋىكىنى پۈتتۈرگۈچى، يۇمشاق توقۇلمىلاردىكى جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى ھەمدە قويۇق بەلغەمنى سۇيۇلدۇرۇپ ئىشىشقىنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. سۆگەك بوغۇم سىلىنى دورا بىلەن داۋالاشتا يەنە بېرىلىدىغان دورىلار كەيپىياتىدىكى ئىسسىق ۋە سوغۇق نىسبىتىگە ئەھمىيەت بېرىشمۇ ئىنتايىن مۇھىم. ئەگەر سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار نىسبىتى كۆپ بولۇپ كەتسە، بىمارنىڭ روھىي ھالىتىنى ئاجىزلىتىپ، تەبىئىي ھارارەتنى سوۋۇتىدۇ ۋە دورىنىڭ تەسىرى كېسەللەنگەن ئورۇنغىچە تولۇق يېتىپ بارالمىغانلىقتىن داۋالاش ئۈنۈمىگە تەسىر يېتىدۇ. ئەگەر بىمارغا ئىشلەتكەن دورا نوقۇل ئىسسىق دورىلار بولسا، ھارارەتنى ئۇرغۇتۇپ قىـ

زىتمىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ ۋە بەدەندىكى نەملىكنى ئازايتىپ، مىجەزنىڭ يەنىمۇ قالايمىقانلىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ، كېسەللىكنىڭ ساقىيىشىنى كېچىكتۈرۈۋېتىدۇ. ئەڭ ياخشىسى، مۆتىدىل تەبىئەتلىك دورا بولغىنى تۇزۇك. دورا تاللاشتا قويۇق بەلغەمنى سۈيدۈرغۇچى، قاتتىقنى يۇمشاتقۇچى ۋە يىرىڭنى تازىلىغۇچى، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى، تەبىئىي ھارارەتنى كۆتۈرگۈچى ۋە روھنى ئۇرغۇتقۇچى دورىلارنى بىرگە ئىشلىتىش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى لوئاب ۋە شىرىلىك دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك كېرەك. چۈنكى بۇ خىلدىكى دورىلار ئاسانلا ھەزىمنى بۇزىدۇ.

دورىلاردىن 120 مىللىلىتىر ئارپا سۈيىگە سەرتانى نەھرىدىن 10 گرام قوشۇپ سۇس ئوتتا بىرلا ئۆرلىتىپ، ئۈزاق مۇددەت ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى، تىرىك سەرتاننى (راكنى) ئارپا سۈيى بىلەن پىشۇرۇپ داۋاملىق ئىستېمال قىلىپ بەرسە ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ.

بامبۇك يوپۇرمىقىدىن ئۇچ گرامنى قاينىق سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ، شەربىتى ئەئجاز ياكى ناۋات قوشۇپ داۋاملىق ئىچىشكە بېرىلسىمۇ بولىدۇ. يەتتە گرام خاكسىنى تالقانلاپ، ئۇنى يېرىم پىيالە ئۆچكە سۈتىگە قوشۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ. كۈنجۈتنى داۋاملىق ئىستېمال قىلىش پايدىلىق. بېلىق يېلىمى ياكى بېلىق مېيىنى ئېرىتىپ ئىلمان سۈتكە قوشۇپ، ئۈزاق مۇددەت ئىچىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى سەمغى ئەرەبى تالقىنىنى ئۈزاق مۇددەت كاپ ئېتىپ، ئۈستىدىن سۈت ئىچىپ بەرسىمۇ بولىدۇ ياكى بولمىسا تۇلكە ئۆپكىسىنى قۇرۇتۇپ تالقانلاپ، ئۈزاق مۇددەت كاپ ئېتىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. يۇقىرىدىكى چارىلەرنىڭ 1 ~ 2 خىلىغا گۈلقەنت قوشۇپ بېرىلسە ياكى گۈلقەنتكە مەستىكى رۇمى قوشۇپ بېرىلسە، كاۋاكلار بىلەن ئاقما يوللىرىنى پۈتتۈرۈشكە ياردىمى بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما بولۇپ يەرلىك ئورۇندىكى كېسەللىك ئەۋج ئېلىش تەرەپلىرى بولسا، بىنەپشە شەربىتى بىلەن نېلۇپەر شەربىتى ۋە چۆببچىن شەربىتى قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر ياكى ئىككى خىلىدىن كۈندە 3 ~ 4 قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 ~ 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ. بۇلاردىن باشقا ئەرقى كاسىنە، ئەرقى چۆپچىن، ئەرقى كاكىنەچ، ئىتئۈزۈمى ئەرقى، ئەرقى نېلۇپەر قاتارلىق دورىلارمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. كېسەللىك ئەۋج ئېلىۋاتقان مەزگىللەردە قىزىتقۇچى دورىلار ۋاقتىنچە بېرىلمەيدۇ. قىزىتما يېنىپ كېسەللىك ئەھۋالى تۇراقلاشقاندىن كېيىن، ئاندىن قىزىتقۇچى، روھنى ئويغاتقۇچى دورىلارنى بېرىش كېرەك. بىراق قىزىتقۇچى دورا چوڭ سالماقنى ئىگىلىمەسلىكى

كېرەك. كېسەللىك ئەۋج ئېلىۋاتقان مەزگىلدە ئاق لەيلى ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، بەنەپشە ، بابۇبە ۋە سېرىقچېچەك قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ، مەلھەم ياكى زىماد تەييارلاپ سىرتىدىن سۈركەپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. يالىلۇغنىڭ يېنىشىنى تېزلىتىپ ئاغرىقنى يېنىكلىتىش ئۈچۈن، ئىچىدىن سۇفۇپى چۆپچىن، سۇفۇپى ئەنزىرۇت، شەربىتى ئەنسىل، شەربىتى زۇپا، شەربىتى پەريادىدۇس ۋە شەربىتى خەشخاش قاتارلىق دورىلارنىڭ بىر ياكى بىر نەچچە خىلى ئىچىشكە بېرىلىدۇ. مەسىلەن، ئاغرىق كۈچلۈك بولسا سۇفۇپى چۆپچىن بىلەن شەربىتى خەشخاش بېرىلسە مۇۋاپىق كېلىدۇ ياكى ھەببى غەريۇس سەمەك (بېلىق مېيى كۈمۈلسى) دىن 1 ~ 2 تال، سەرتانى خاس 12 مىللىلىتىر، شەربىتى خەشخاش 12 مىللىلىتىر، ئەرقى سەرتانى خاس 100 مىللىلىتىر، شەربىتى پەريادىدۇس 100 مىللىلىتىرنى قوشۇپ بېرىلسە، يېڭىدىن سۆڭەك ئۆسۈشنى تېزلىتىپ، چىرىگەن سۆڭەكنىڭ ئورنىنى تولدۇرىدۇ، جاراھەتنى پۈتكۈزىدۇ، نەزلىدىن بولغان زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ. قىزىتمىسىنى تۆۋەنلىتىدۇ. رۇبىسۇس تالقىنى، بىخسۇس تالقىنى ۋە ئەرقى چۆپچىنلەرنى بىرگە ئىستېمال قىلسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەببى جاۋاھىر كافۇردىن بەش گرامنى 24 مىللىلىتىر شەربىتى پەريادىدۇس، 24 مىللىلىتىر شەربىتى خەشخاش، 100 مىللىلىتىر ئەرقى گاۋزىبانلار بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئىستېمال قىلىپ بېرىلسە جاراھەتنى پۈتتۈرۈپ، ھارغىنلىق ۋە ئاجىزلىقلارنى يوقىتىپ، قىزىتمىنى پەسەيتىشتە ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. خېمىرى ئەۋرىشىمدىن يەتتە گرام، خېمىرى خەشخاشتىن 12 گرام، ئەرقى گاۋزىباندىن 100 مىللىلىتىر، شەربىتى ئەنجازدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، بۇلارنى بىرگە قوشۇپ ئىستېمال قىلىپ بېرىلسە قىزىتمىنى چۈشۈرۈش، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش ۋە قۇرۇق يۆتەلگە ئوبدان مەنپەئەت قىلىش جەھەتتە ياخشى ئۈنۈمگە ئىگە ياكى شەربىتى دىياقۇزىدىن 12 مىللىلىتىر، سۇفۇپى سەرتاندىن يەتتە گرام، سۇفۇپى خەشخاشتىن توققۇز گرامىلارنى ئۆز ئارا بىرلەشتۈرۈپ، 90 مىللىلىتىر كۆك (بوز) ئىنەك سۈتى بىلەن ئىستېمال قىلىپ بېرىلسە، سىل قىزىتمىسىگە ئوبدان ئۈنۈم بېرىدۇ. ئەگەر قىزىتما ئېغىرراق بولغانلارغا سۇفۇپى سەرتان، سۇفۇپى خەشخاشلارنى 90 مىللىلىتىر ئەرقى سەرتانى خاس ۋە 15 مىللىلىتىر شەربىتى سەرتان بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلسە مەنپەئىتى ناھايىتى ياخشى بولىدۇ. ئەگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن يۆتەلدىن قان كېلىش سۆڭەك بوغۇم سىلىگە قوشۇلۇپ كەلسە، سۇفۇپى سىتتى گىلودىن توققۇز گرام، ئەنجىبار، ھەببۇلئاس، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، بېھى

ئۇرۇقى هەر بىرىدىن ئۈچ گرامنى ئېلىپ تالقانلاپ، پاقىيوپۇرماق شىرىسى بىلەن قوشۇپ، ئۇنىڭغا هەببۇلئاس شەربىتى قوشۇپ، ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىستېمال قىلىپ بېرىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. بېلىق يېلىمى تالقىنىدىن تۆت گرامنى 90 مىللىلىتىر كۆك ئىنەك سۈتى، 12 مىللىلىتىر شەربىتى سەرتانى خاس ياكى بېهى ئۇرۇقى تالقىنى بىلەن ئەنجىبار تالقىنى هەر بىرىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ، 120 مىللىلىتىر پاقىيوپۇرمىقى ئەرقىگە قوشۇپ شىرنىسىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە 24 مىللىلىتىر هەببۇلئاس شەربىتى قوشۇپ، ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ. يۆتەل بىرگە كەلگەن قىزىتمىلىق سۆكەك بوغۇم سىلىغا قۇرسى سەرتان تۆت گرام، قۇرسى سەرتانى خاس ئىككى گرام، قۇرسى سەرتانى كافۇردىن تۆت گرام، قۇرسى سەرتانى لۇلۇدىن تۆت گرام، قۇرسى خەشخاشتىن تۆت گرام، يۇقىرىقى دورىلاردىن بىر خىلىنى 24 مىللىلىتىر شەربىتى خەشخاش، 60 مىللىلىتىر ئەرقى سەرتانى خاس، 48 مىللىلىتىر ئەرقى گاۋزىبان ۋە 24 مىللىتىر شەربىتى سەرتانى خاس قاتارلىقلارنى قوشۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. قۇرسى تاباشىر ساددا ياكى قۇرسى تاباشىر كافۇر هەر بىرىدىن تۆت گرام، قۇرسى كافۇر لۇلۇدىن ئۈچ گرام ياكى قۇرسى تاباشىر قابىزدىن تۆت گرام، بۇ دورىلارنىڭ بىرىگە بېهى ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، ئەنجىبار هەر بىرىدىن ئۈچ گرام ئېلىپ، 60 مىللىلىتىر پاقىيوپۇرماق ئەرقىگە مىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، شىرىسىگە شەربىتى خەشخاش قوشۇپ ئىستېمال قىلىنسا، قىزىتما بىلەن كۆيگەن سەپرا خىلىتىدىن بولغان چىرىشكە ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر قەۋزىيەت بولسا، مۆتىدىل يۇمشاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ. كۆچلۈك سۇرگۈچى دورىلار زىيانلىق بولغانلىقى ئۈچۈن ئىشلىتىلمەيدۇ.

سۆكەك بوغۇم سىلى ئېغىررىاق بولسا، يالۇغلىنىشنى يوقىتىپ جاراهەتنى پۈتتۈرۈش مەقسىتىدە مۇرمەككى، مەستىكى رۇمى، كەتىرا، قىزىلگۈل، ۋە ئاق لەيلى قاتارلىق دورىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ئۈچ هەسسە مومنى ئېرىتىپ مەلهەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ بېرىلىدۇ ياكى ئاق لەيلى، بىنەپشە، خېنە، سۆگەت يىلتىزى ۋە قىزىلگۈللەردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ، مايغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن تېڭىپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ. جاراهەت (ئاقما) ئىچىنى سۆگەت يىلتىزى، مامىرانچىنى، كاۋاۋنچىن ۋە چۆپچىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن چايقاپ بېرىلسە جاراهەتنى پۈتتۈرۈشتە ئوبدان ئۇنۇم بېرىلىدۇ. ئەگەر بىمارنىڭ مىجەزى بۇزۇلغان بولسا، دەرهال مادداىنى پىشۇرۇپ بەدەننى تازىلاش ئارقىلىق مىجەز تۈزىتىلىدۇ. شۇنداقلا داۋالاشنىڭ پۈتۈن جەريانىدا مىجەز

تەڭپۇڭلۇقىغا ئەھمىيەت بېرىلىدۇ.

ئەگەر كېسەللىك تۇراقلىشىپ قىزىتما ۋە ئاغرىش قاتارلىقلار بولمىسا تۆۋەندىكى نۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ. بامبۇك شەننەم تۇزى ياكى بامبۇك ياپرىقى ئۇچ گرام، كۆيدۈرۈلگەن سەرتان، ئەرەب يېلىمى، رۇببىسۇس، گىل ئەرمىنى ھەر بىردىن ئالتە گرام. دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ كۈندە 2 ~ 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 2 ~ 3 گرامغىچە خەشخاش شەربىتى بىلەن بىرگە قوشۇپ ئىچىپ بېرىلىدۇ ياكى قۇرسى سەرتانى كافۇردىن تۆت گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، 12 گرام خېمىرى خەشخاش بىلەن بىرگە ئىچىشكە بېرىپ، ئارقىدىن بېھى ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىردىن بەش گرام، چىلان بەش دانە ئېلىپ، دورىلارنى 90 مىللىلىتىر ئەرقى خاس، 50 مىللىلىتىر ئەرقى گاۋزىبانلارغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، سۈزۈۋېلىنغان شىرىسىغا 24 مىللىلىتىر شەربىتى سەرتانى خاسقا ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىغا سەرتانى مەغسۇل، سەرپىستان ۋە ئوسۇك ئۇرۇقى قاتارلىقلارغا قوشۇلسا ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. بەدەننى قۇۋۇەتلەش ئۈچۈن خېمىرى ئەۋرىشىمدىن يەتتە گرامنى يېگۈزۈپ، ئارقىدىن بېھى ئۇرۇقى ئۇچ گرام، چىلان بەش دانە، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىردىن بەش گرام ئېلىپ ئېزىپ، ئەرقى سەرتانى خاس بىلەن سەۋزە ئەرقى ھەر بىردىن 85 مىللىلىتىر ئېلىپ، دورىلارنى چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ، سۈزۈۋېلىنغان شىرىسىگە نېلۇپەر شەربىتى، سەرتان شەربىتى ھەر بىردىن 24 مىللىلىتىرگە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا داۋائىمىشكى مۆتىدىل ۋە مۇپەررىھى ياقۇت قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ. دورىلاردىن باشقا بىمارلارنىڭ دەم ئېلىش شارائىتى ۋە ئوزۇقلىنىشىنى ياخشىلاش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى قۇۋۇەتلىك تائاملارنى ئاز مىقداردىن كۆپكە بۆلۈپ ئىستېمال قىلىش ۋە يېمەكلىك تۇرى ھەر خىل بولۇشقا ئالاھىدە كۆڭۈل بۆلۈش كېرەك. ئەڭ ياخشىسى، چوڭلارنىڭ بىر كۈنلۈك يېمىكى سوت بىر لىتىر، گۆش 250 ~ 500 گرامغىچە، تۇخۇم ئىككىدىن ئۈچكىچە، ماي 50 ~ 100 مىللىلىتىرغىچە، ئۇن ياكى گۈرۈچ 500 گرامغىچە بولۇشى كېرەك. بۇنىڭ سىرتىدا مۇۋاپىق مىقداردا كۆكتات بىلەن مېۋە ئىستېمال قىلىپ بېرىلىدۇ. كۆكتاتلار ئىچىدە چامغۇرنىڭ مەنپەئىتى ياخشى. ئەگەر ئىمكانىيەت يار بەرسە، كۈندە بىردىن سۇ يىلىنىنىڭ بېشىنى كېسىۋېتىپ ئىچىنى تازىلاپ، تەڭ مىقداردىكى قوي گۆشى بىلەن پىشۇرۇپ يەپ بەرسە ۋە شورپىسى ئىچىپ

بېرىلسە، سۆڭەكنىڭ چىرىگەن جاراھىتى بىلەن ئاقمىنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدۇ. شۇنداقلا تاتلىق ئانار قىيامىغا قارا شېكەر قوشۇپ ئىچىلسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. كەكلىك گۆشى ياكى كەپتەر باچكىسىنى ئۇزۇم شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە، بەدەننى قۇۋۋەتلەپ كېسەللىكنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىدۇ. تۇخۇم سېرىقىنىڭ ساپ مېيىنى يېرىم پىيالە پىشۇرۇلغان سۈتكە 5 ~ 10 تامچە ئارىلاشتۇرۇپ، كۈندە 2 ~ 3 ۋاخ ئىچىپ بېرىلسە سىلىنىڭ يىلتىزىنى قۇرۇتىدۇ. بۇلاردىن باشقا سۈت ئاش (ئاق ئاش)، ئارپا ئېشى ئىستېمال قىلىشمۇ پايدىلىق ياكى ئارپىدىن 150 گرام ئېلىپ پاكىز يۇيۇپ، بىر يېرىم لىتىر قايناق سۇغا يېرىم سائەت چىلاپ، سۇس ئوتتا 45 مىنۇت قاينىتىپ (بۇ جەريانىدا كۆپۈكىنى ئېلىۋېتىپ) تۇرۇلىدۇ. داكا بىلەن سۈزۈۋېلىنغان سۈيىگە ئازاراق ناۋات ئارىلاشتۇرۇپ ئۈسسۈلۇقىغا بېرىلىدۇ. بۇنىڭغا سەرتان سۈيى قوشۇلسا ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ. بۇلاردىن باشقا نېپىز پوستى ئېلىۋېتىلگەن ياڭاق ۋە بادام مېغىزى (تاتلىق ئۆرۈك مېغىزى بولسىمۇ بولىدۇ)، قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلارنى تاماقنىڭ سىرتىدا كۈندە يەپ بەرسە ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ. بۇلاردىن باشقا قايماق، سېرىقماي ۋە ئەنجۈر، بېھى قاتارلىقلارنىڭ مۇرابباسىرىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. لېكىن سۈت ئىچىۋاتقان مەزگىلدە بېلىق گۆشى، قېزا ياكى سۇرلىگەن گۆش ۋە ئاچچىق - چۈچۈك مېۋە - چېۋىلەر بىلەن يېمەك - ئىچمەكلەردىن پەرھىز تۇتۇش كېرەك. شۇنداقلا تەستە ھەزىم بولىدىغان ۋە يەل پەيدا قىلىدىغان ياڭيۇ، قىزىل ياكى كۆك مۈچ، پىياز، كاۋا، ئالما، شاپتۇل قاتارلىق مېۋىلەر بىلەن كۆكتاتلاردىن پەرھىز قىلىش كېرەك. بىمار يېتىپ ئارام ئېلىشى ۋە تېنى ئاجىز بىمارلارنى كۈندە كۆپ قېتىم ئۇياق - بۇياققا ئۆرۈپ، تېرىنى كۈندە بىر قېتىم قۇرۇق يۇيۇپ تۇرۇلۇشى، يوتقان - كۆرپە كىرلىكى بىلەن كۆينەك تامبىلىنى ۋاقتىدا يەڭگۈشلەپ، شەخسىي تازىلىقىنى ياخشى ئىشلىشى ۋە ياتاق يارىسى پەيدا بولۇشنىڭ ئالدى ئېلىنىشى كېرەك.

جۇڭگو تېببىي قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى

ئۇچىنچى جىلد

(ئۇيغۇر تېبابتى تاشقى كېسەللىكلەر ئىلمى)

تۈزگۈچىلەر: زۇنۇن قارى، ئابدۇقادىر مۇھەممەت قاتارلىقلار

مەسئۇل مۇھەررىرى: ئىسھاقجان مەھمۇد
مەسئۇل كوررېكتورى: ئېھسان ئىمىنجان، ئەخمەتجان ئىسمايىل
مۇقاۋا ۋە بېزەك لايىھىلىگۈچى: ئەنۋەر قاسىم
بەت ياسىغۇچى: شىنجاڭ دىلسىن ئېلېكترون پەن ـ تېخنىكا تەرەققىيات چەكلىك شىركىتى
نەشر قىلغۇچى: شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى
ئادرېسى: ئۈرۈمچى شەھىرى بۇلاقبېشى كوچىسى 196 ـ قورۇ
تور ئادرېسى: http://www.xjpsp.com
باسقۇچى: بېيجىڭ چەت ئەل يېزىقى باسما زاۋۇتى
تارقاتقۇچى: شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى
نەشرى: 2009 ـ يىلى 8 ـ ئاي 2 ـ نەشرى
بېسىلىشى: 2009 ـ يىلى 9 ـ ئاي 1 ـ قېتىم بېسىلىشى
فورماتى: 1194×889 م م 1/16 كەسلەم باسما تاۋاق 22.5 قىستۇرما بەت 4
خەت سانى: 360 مىڭ خەت
كىتاب نومۇرى: ISBN 978-7-5372-4593-7
تىراژى: 3000 — 1
باھاسى: 145.00 يۈەن

تارقىتىش بۆلۈمى تېلېفون نومۇرى: 2823055 (0991) پوچتا نومۇرى: 830001