جۇڭگو تىببى قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى

ئىككىنچى جىلد

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

جۇڭگو تېبىي قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى

«جۇڭگو تېبىي قامۇسى» تارماق تومى ئۇيغۇر
تېبابەت قامۇسى ئىشخانىسى باشچىلىقىدا تۈزۈلدى
شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەت تەتقىقات ئىشخانىسى
تەرىپىدىن نەشرگە تەييارلاندى

2

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئۈرۈمچى 1990

AltunOq

«جۇڭگو تىببىي قامۇسى» تەھرىر ھەيئىتى

مۇدىر ھەيئەت: چيەن شىنجۇڭ

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

باش كاتىپ: چېن خەيفېڭ

مۇئاۋىن باش كاتىپلار: سى دىيەنباڭ، فېڭ گۇاڭ، جۇ كېۋېن، دەي زىيىڭ

ھەيئەتلەر: (فامىلە خەت سىزىقىنىڭ ئاز كۆپلۈكى بويىچە ئېلىندى) دىڭ جىفېڭ، تۇدېڭسېرېن، مافېيخەي، ۋاڭ يى (ئايال)، ۋاڭ يۇچۈەن، ۋاڭ شىجىن، ۋاڭ يۇڭكېي، ۋاڭ يۇڭگۇي، ۋاڭ گۇاڭچىڭ، ۋاڭ شۇشيەن، ۋاڭ جىۋۇ، ۋاڭ گۈەنلياڭ، ۋاڭ شۇتەي، ۋاڭ شۇجېن (ئايال)، ۋاڭ پېيچېڭ، ۋاڭ دېجيەن، ۋاڭ خېنجاڭ، ماۋ ۋېنشۇ (ئايال)، ماۋ شۇبەي، دېڭ جيادۇڭ، شى ماۋنيەن، شى مېيشىن، لۇ خۇيلىن، لۇ جىڭشۈەن، يې گۇڭشاۋ (ئايال)، يې كۇڭ، شى يۇچۈەن، بەي چىڭيۈن، كۇاڭ خېڭ، فېڭ گۇاڭ (ئايال)، لەن شىچۈن، سى تۇلياڭ، بى شې، لوي بىڭكۇي، چۇ مېينيۇ، جۇ چاۋ، جۇ ژېنباۋ، جۇ كېۋېن، جۇ يۈخۇي، جۇ خۇڭكېڭ، جۇ جىمىڭ، جۇ لىڭچىڭ، رېن يىڭچيۇ، ليۇ شىجې، ليۇ يۇجىڭ، ليۇ شۇگو، مى بەيراڭ، سۇن رۇيرۇڭ، سۇن جۇڭلياڭ، سۇ دېلۇڭ، دۇ نيەنزۇ، ياڭ يىيا، ياڭ گولياڭ، ياڭ شۇچېڭ، ياڭ مىڭدىڭ، ياڭ ساۋچېن، لى كۇڭ، لى يۇڭچۈن، لى باۋشى، لى جىڭۋېي، لى جېنجى، لى جاۋتې، لى سۇڭپۇ، ۋۇ جېلى، ۋۇ جىجۇڭ، ۋۇ جيېپىڭ، ۋۇ يىڭكەي، ۋۇ جىڭجيەن، ۋۇ شاۋچىڭ، ۋۇ شيەنجۇڭ، ۋۇ يىگو، ۋۇ خېڭسىڭ، ۋۇ ۋېيرەن، يۇ خې، سۇڭ جىڭدەن، جې فۇيۈەن، جاڭ شياڭ، جاڭ شېيشيەن، جاڭ لىفەن، جاڭ شياۋچيەن، جاڭ چاڭكېڭ، جاڭ زېسىڭ، جاڭ شۇيۈڭ، جاڭ دېسىڭ، جاڭ يۈنچاڭ، لۈرۈشەن، چېن شىن، چېن جۇڭۋېي، چېن مىڭجېن، چېن گوجېن، چېن خەيفېڭ، چېن خاۋجۇ، لىن چاۋجى (ئايال)، لىن كېچۈن، لىن ياگو، يۇ جېفېي، شياڭ تيەنيۇ، لو يۈنكەي، لو جېچېڭ، جى جۇڭپۇ، ئىسھاقجان مەھمۇد، جۇ جىڭخۇاڭ، جۇ مىڭجۈن (ئايال)، جېڭ لىنفەن، مېڭ جىماۋ، جاۋ بىڭنەن، جاۋ شۇۋۇ، رۇڭ دۇشەن، خۇ چۈەنكۇي، خۇ شىمىڭ، جۇڭ شۇلى، جۇڭ خۇيلەن، خۇ زۇڭلىيەن، يۇ كېجۇڭ، سى دىيەنباڭ، جياڭ چۇنخۇا، خۇڭ زىيۈن، شيا جىڭبى، گو شۇجى، گو سۇيۇ، چيەن دې، چيەن شىنجۇڭ، شۇ فېڭيەن، لىڭ خۇيياڭ، گو دى، گو نەيچۈن، گو زىخېڭ، گو بىڭكۈەن، گو چۈەنچىڭ، گو جىڭيۈەن، گو جىنجيۇ، تاڭ يۇجى، تۇ تۇڭجىن، جۇ فۇتاڭ، تاۋ خۈەنلو، خۇاڭ لياڭ (ئايال)، خۇاڭ ۋېندۇڭ، خۇاڭ ياۋ، خۇاڭ جياسى، خۇاڭ جىڭشياڭ، خۇڭ شېنۋۇ، ساۋ جۇڭلياڭ، گەي باۋخۇاڭ، لياڭ جېچۈەن، دۇڭ جۈن، دۇڭ چىڭلاڭ، جاڭ يۇتۇ، خەن گۇاڭ، چېڭ جېفەن، 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　吕炳奎　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　余濆　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)　郑麟蕃　孟继懋
赵炳南　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　董郁　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 تىببي قامۇسى» تارماق تومى ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى تەھرىر ھەيئىتى

	باش مۇھەررىر
ئىسھاقجان مەھمۇد	(ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى)
	مۇئاۋىن باش مۇھەررىرلەر
سۇن جيەندې	(شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسى)
ئابدۇلھەق رەخمىتۇللا	(شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى)
باۋۇدۇن جامالىدىن	(خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسى)
	ھەيئەتلەر
ئەھمەد ھاجى	(خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسى)
زۇنۇن قارى	(قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسى)
ئابدۇلھېمىد يۈسۈپ	(شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئالىي تېخنىكومى)
ھەسەن داموللا	(كۈچارناھىيىلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)
	ئىلمىي كاتىپ
ئابدۇرەھىم قادىر ئاسىپ	(شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسى)

2 ـ جىلد يازغۇچىلىرى: قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى شىپاخانىسىدىن زۇنۇن قارى، ئابدۇقادىر مۇھەممەت، مۇھەممەت ئېلى مەھمۇد، ئابدۇلھېمىد ھاشىم، ئىبراھىم بارات.

نەشرگە تەييارلىغۇچى: ئابدۇرېھىم قادىر ئاسىپ
مەسئۇل مۇھەررىرى: ئىسھاقجان مەھمۇد

《中国医学百科全书》

维吾尔医学分卷编委会

主　　编：	易沙克江·马合穆德	（新疆维吾尔自治区卫生厅）
副 主 编：	孙 建 德	（新疆维吾尔医研究室）
	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）
	祖衣·卡日	（新疆喀什地区维吾尔医医院）
	阿不力米提·玉苏甫	（和田新疆维吾尔医专科学校）
	艾山·大毛拉	（新疆库车县维吾尔医医院）
学术秘书：	阿不都热衣木·哈德尔	（新疆维吾尔医研究室）

第二册编著：新疆喀什地区维吾尔医医院：祖衣·卡日，
阿不都卡的尔·买买提，买买提力·马合木德，
阿不力米提·阿西木，依布拉音·巴拉提

编辑：阿不都热衣木·哈德尔

责任编辑：易沙克江·马合穆德

كىرىش سۆز

«جۇڭگو تىببىي قامۇسى» تارماق تومى «ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» نىڭ 2- جىلدى ئۇيغۇر تىبابىتى خادىملىرى ۋە كەڭ خەلق ئاممىسى «ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» 1- جىلدىدىن كېيىن نەشىردىن چىقىشىنى تەقەززالىق بىلەن كۈتۈپ كېلىۋاتقان يەنە بىر ئەسەر. ئۇنىڭ نەشىردىن چىقىشى ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمى تەرەققىياتىدىكى چوڭ بىر ئىش. شۇنداقلا، مەملىكىتىمىز تىببىي ئىشلىرىغا قوشۇلغان مۇھىم بىر چوڭ تۆھپە.

مەزكۇر جىلد «ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» نىڭ «بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى» قىسمى بولغاچقا، ئەنئەنىۋى ئۇسلۇب بويىچە 2- جىلد قىلىپ نەشىر قىلىندى.

قامۇسنىڭ مەزكۇر جىلدى سەھىيە مىنىستىرلىكىنىڭ بىر تۇتاش ئورۇنلاشتۇرۇشى، ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ بىۋاسىتە رەھبەرلىكى ۋە غەمخورلۇقىدا قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسىدىكى زۇنۇن قارى، ئابدۇقادىر مۇھەممەت، مۇھەممەت ئېلى مەھمۇد، ئابدۇلھەمىد ھاشىم، ئىبراھىم بارات قاتارلىق يولداشلار تۈزگەن، نەچچە يىللاردىن بۇيان «ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» ئىلمىي كاتىپى يولداش ئابدۇرەھىم قادىر قايتا- قايتا تەھرىرلەپ، رەتلەپ بەزى مەزمۇنلارنى تولۇقلاپ ۋە تولۇقلاتقاندىن كېيىن نەشىرگە تەييارلىغان، «جۇڭگو تىببىي قامۇسى» نىڭ تەھرىر ھەيئەت ئەزاسى، «ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» نىڭ باش مۇھەررىرى كۆرۈپ چىققاندىن كېيىن نەشىرگە بېرىلگەن كەسپىي خاراكتېرلىك قورال كىتاب. ئۇنىڭدا كۆز، قۇلاق، بۇرۇن، ئېغىز (چىش، تىل، گال) كېسەللىكلىرىنىڭ سەۋەبى، ئالامىتى، داۋاسى ۋە بەزى مۇرەككەپ دورىلىرى، پەرھىزى، ئالدىنى ئېلىش تەدبىرلىرى ئۆزىگە خاس مىللىي ئالاھىدىلىك بويىچە خېلى تولۇق، مۇكەممەل بايان قىلىنغان. شۇڭا ئۇ، ئۇيغۇر تىبابەت ئالىي تېخنىكومىنى پۈتتۈرگەن ياكى شۇ سەۋىيىگە تەڭ بولغان ئۇيغۇر تىبابىتى خادىملىرىغا باب كېلىپلا قالماي، بەلكى ئۇيغۇر تىبابىتى ھەۋەسكارلىرى ئۈچۈنمۇ مۇھىم ئەسەردۇر. جىلد ئاخىرىغا يولداش ئابدۇرەھىم قادىر تۈپلىگەن ئەرەبچە، پارسچە، ئۇيغۇرچە، خەنزۇچە ئاتالغۇلار سېلىشتۇرمىسى قوشۇمچە قىلىنغان بولۇپ، بەلگىلىك ئۆگىنىش، پايدىلىنىش قىممىتىگە ئىگە.

مەزكۇر جىلدنى تۈزۈشتە «قامۇس» يېزىشتىكى تولۇق، يېڭى، مۇكەممەل بولۇش تەلىپىنى ئورۇنداش ئۈچۈن، مەزكۇر جىلد يازغۇچىلىرىدىن بىرى بولغان مۇدىر ۋراچ ئابدۇقادىر مۇھەممەت ئەينى يىللاردا بەزى مەزمۇنلار ئۈستىدە مەخسۇس تولۇقلاش ئېلىپ بارغان ئىدى. كېيىن يەنە، ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسىدىكى پېشقەدەم تېۋىپلاردىن مەتتوختى ھاجى، ئابدۇمىجىد ھاجى ۋە ھەبىبۇللا ئېلىلار بەزى مەزمۇنلارنى يەنىمۇ ئىلگىرىلىگەن ھالدا تولۇقلىدى. شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسىدىكى يولداش ئەخمەتجان ئىسمائىل بەزى چۈشۈپ قالغان مەزمۇنلارنى قەدىمكى ئەسەرلەردىن تەرجىمە قىلىپ تولۇقلىدى. نەشردىن چىقىرىش جەريانىدا، ئاققا كۆچۈرۈش ۋە كوررېكتورلۇق خىزمەتلىرىنى شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسىدىكى يولداش ئېھسان ئىمىنجان، ئەخمەتجان ئىسمائىل قاتارلىق ياش ئۇيغۇر تىبابىتى خادىملىرى تىرىشىپ ئىشلىدى.

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى «ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» نىڭ نەشردىن چىقىشىنى زور كۈچ بىلەن قوللاپ كەلدى. بۇنىڭ ئۈچۈن كۆپ رەھمەت ئېيتىمىز.

«ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» نىڭ 2 ـ جىلدىغا مۇناسىۋەتلىك تەرەپلەر كۆپ، خىزمەت مىقدارى چوڭ، ئادەم كۈچىمىز ئاز بولغاچقا نەشردىن چىقىشى كېچىكتى؛ مەزمۇن ۋە سۈپەت جەھەتتىكى تەلەپ يۇقىرى، ئۇنىڭ ئۈستىگە سەۋىيىمىز چەكلىك، «قامۇس» تۈزۈش تەجرىبىلىرىمىز كەم بولغاچقا يېتەرسىزلىك ھەتتا بەزى خاتالىقلار بولۇشى مۇمكىن. كەڭ كىتابخانلارنىڭ ئەيىب قىلىشى ۋە قىممەتلىك تەنقىدىي پىكىرلەر بېرىشىنى ئۈمىد قىلىمىز.

«ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» ئىشخانىسى

1990 ـ يىل 9 ـ ئاي

مۇندەرىجە

ئۇيغۇر تىبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى …… 1
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى ئېنىقلاشتىكى مۇھىم نۇقتىلار …… 6
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ سەۋەبلىرى …… 6
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ سىرتقى سەۋەبلىرى …… 7
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئىچكى سەۋەبلىرى …… 7
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ دائىم كۆرۈلىدىغان ئالامەتلىرىنى ئىلغاش …… 10
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى مۇھىم نۇقتىلار …… 11
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئىچكى داۋاسى …… 12
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ سىرتقى داۋاسى …… 13
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ جەرراھىيىسى …… 15
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش …… 18
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى پەرۋىش قىلىش …… 19
كۆز كېسەللىكلىرى …… 22
كۆزنىڭ تۈزۈلۈشى …… 22
كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى (مۇتەئەللىقاتى چەشم) …… 23
كۆز يۇمىلىقى (مۇقلە) …… 26
كۆز يۇمىلىقى سىرتى …… 27
كۆز يۇمىلىقى ئىچى …… 29
كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ تۈرى …… 31
كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ تەشخىسى …… 33
كۆزگە پايدىلىق ئامىللار …… 35
كۆزگە زىيانلىق ئامىللار …… 37
كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى ئومۇمىي قائىدىلەر …… 39

كۆز دورىلىرى 47
كۆز دورىلىرىنى تەييارلاشتا بىلىشكە تېگىشلىك ئىشلار 50
كۆز دورىلىرىنى ئىشلىتىشتە دىققەت قىلىدىغان ئىشلار 52
كۆز ئاغرىش (ۋەجئۇلئەينى) 57
قاپاق ۋە كىرپىك كېسەللىكلىرى 67
كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك بولۇش (كۆمنەتۇلجەفەنى) 68
قاپاقلار يەللىك ئىششىقى (تەھەببۇجۇلئەجفانى، ئىستىفاخۇلئەجفانى) 69
قاپاق قىچىشىش خاراكتېرلىك ئىششىقى (شەرا) 70
قاپاق ساڭگىلاش (ئىسترخائۇلجەفەنى) 71
چىمچىقلىق (ئىختىلاخۇلجەفەنى) 73
قاپاق كېپەكلىشىش (سەئفەتۇلجەفەنى) 74
قاپاق ۋەرىمى (ۋەرەمۇلجەفەنى) 76
قاپاق ئۇششاق جاراھىتى (نەملەتۇلجەفەنى) 78
قاپاققا تۈگۈنچەك پەيدا بولۇش (ئۇقدەتۇلجەفەنى) 79
قاپاق سۆگىلى (سالىيلۇلجەفەنى) 80
قاپاق ياغسىمان ئۆسمىسى (شىرناق) 81
قاپاقلار يۇمشاق ئۆسۈكچىسى (تۇۋسەتۇلئەجفانى) 83
قاپاق ئۆسمىسى (سەلئەتۇلجەفەنى) 84
قاپاق گىرۋەكلىرى ئىششىقى (سۇلاق) 85
يىڭناسقۇ (شەئىرە) 87
قاپاق قىچىشىش (ھىككەتۇلجەفەنى) 89
قاپاق تۈرۈلۈش (شەترە) 90
قاپاق ئىچى دانچىسىمان ئىششىقى (بەردە) 91
قاپاق ئىچى قاتتىق قاپارتچۇقى (كەدۇدۇممۇل) 93
قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىش (سەلابەتۇلجەفەنى) 94
تەتۈر كىرپىك (شەئرمۇنقەلىب) 95
كىرپىك چۈشۈش (ئىنتىشارۇلھەدابى) 97
كىرپىك ئاقىرىش (بەيازۇلھەدابى) 98
كىرپىك چاپلىشىش (ئىلتىساقۇلھەدابى) 99
كۆز بۇرجىكى كېسەللىكلىرى 101

كۆز ياشاڭغۇراش (سەيلانۇلدەمئەئى، جەريانى ئەشك) 101
كۆز ئىچى بۇرجىكى بەز ئۆسمىسى (غۇددەئى گوشەئى چەشم) 103
كۆز ئىچكى بۇرجىكى يىرىڭلىق ئاقمىسى (ناسۇرۇلئەينى) 105
كۆزگە قاناتچە گۆش ئۆسۈش (زۇفرە، گۈل چەشمى) 107
كۆز ئېقى كېسەللىكلىرى 109
كۆز ئەستەر پەردىسى قىچىشىش (ھىككەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىييە) 110
كۆز ئەستەر پەردىسى يەللىك ئىششىقى (ئىنتىفاخى مۇلتەھەمەئى ئەينىييە) 111
كۆز ئەستەر پەردە ياللۇغى (ئىلتىھابى مۇلتەھەمەئى ئەينىييە) 112
كۆز قىزىرىپ ئاغرىش (رەمەد) 115
كۆز قوتۇرى (جەرەبۇلئەينى) 122
كۆز ئېقىغا رەڭدار چېكىت پەيدا بولۇش (تەرفە) 125
كۆز ئەستەر پەردىسىگە نېپىز گۆش پەيدا بولۇش (تۇۋسەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىييە) 126
كۆز ئېقىغا مۇدۇر پەيدا بولۇش (ۋەدقە) 127
كۆز قارىسى كېسەللىكلىرى 129
كۆزگە پەردە چۈشۈش (سەبەل) 130
كۆزگە ئاق چۈشۈش (سەفىدى چەشم، بەيازۇلئەينى) 131
كۆز يىرىڭلىق جاراھىتى (قۇرۇھۇلئەينى) 133
كۆز قارىسىنىڭ قۇرغاقلىشىشى (خۇشۇنەتى قەرنىييە) 134
كۆز قارىسىنىڭ يىرىلىشى (شىقاقى قەرنىييە) 136
كۆز قارىسىنىڭ يېگىلەپ كېتىشى (سەلىخى قەرنىييە) 139
كۆز قارىچۇقى كېسەللىكلىرى 141
كۆز ئاجىزلىق (زەئفۇلبەسەرى) 142
كۆز كۆرمەسلىك (بۇتلانۇلبەسەرى) 145
ئالغايلىق (ھەۋەل) 147
نامازشام قارىغۇسى (شەب كورى، ئەشاش) 150
كۈندۈزى كۆرمەسلىك (رۇزكورى) 152
كۆزنىڭ يورۇقلۇقتىن قېچىشى (خەفەش، بوغزۇلئەينى) 155
كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى (ئىنتىشارۇلبەسەرى) 156
ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ چىقىپ قېلىشى (مۇرسەرەج) 157
كۆز قارىچۇقىنىڭ كېڭىيىشى (ئىتتىساتۇلمۇجەۋۋەفى) 159

كۆز قارىچۇقىنىڭ تارىيىشى (زەيقى سوقبەئى ئىنەبىيە) 161
كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ) 163
قوشۇمچە: قەدەھ (قدح) ئۇسۇلى 166
كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش (خىيالات) 170
قوشۇمچە: كۆزگە رەڭگارەڭ نەرسىلەر كۆرۈنۈش 171
كۆزنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى 173
قاپاق كۆكۈرۈش (زۇرقەت، خۇزرە ئۇلجەفەنى) 174
كۈچلۈك نۇر تەسىرىدىن كۆز تورلىشىش (قۇمۇر) 175
كۆزگە غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كېتىش (قەزا) 176
كۆزگە زەربە تېگىش (زەربەتۇلئەينى، زەربەئى چەشم) 178
كۆز يۇملىقى پولتىيىپ چىقىش (نۇتۇئۇلئەينى) 179
كۆز يۇملىقى يىگىلەپ ئولتۇرۇشۇپ كېتىش (ھۇزالۇلئەينى، لاغەرى چەشم) 181
كۆك كۆزلۈك (زۇرقەتۇلئەينى، گۇربەئى چەشم، زەرقائ) 183
كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار 185
كۆز ئەستەر پەردە ياللۇغىنى داۋالايدىغان دورىلار 185
كۆزگە رەڭدار چېكىت چۈشۈش كېسىلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار 186
كۆز بۇرجىكىدىن ئۆسكەن تىرناقسىمان گۆشنى داۋالايدىغان دورىلار 186
كۆزگە چۈشكەن ئاققا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار 187
كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم مۇرەككەپ دورىلار 189
قۇلاق كېسەللىكلىرى 202
قۇلاقنىڭ تۈزۈلۈشى 202
سىرتقى قۇلاق 203
ئوتتۇرا قۇلاق 205
ئىچكى قۇلاق 208
قۇلاققا پايدىلىق ۋە پايدىسىز ئامىللار 210
قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى ئومۇمىي قائىدىلەر 211
قۇلاق ئاغرىش (ۋەجئۇلئۇزنى، دەردى گۇش) 215
قۇلاق غۇڭۇلداش (تەنىنىن ۋە دەۋۋەي) 222
قۇلاق ئېغىرلىق ۋە گاسلىق (تەرەش، ۋەقەر-بۇتلائۇسسەمئى) 227
قۇلاق قىچىشىش (ھىككەتۇلئۇزنى، خارىشى گۇش) 232

قۇلاق ۋەرەملىرى (ئەۋرامۇلئۇزنى، ئاماسھايى گۆش) 234
قۇلاق يىرىڭلىق چاقىسى (قۇرۇلھۇلئۇزنى، بوسۇرى گۆش) 236
قۇلاق ئاقمىسى (ناسۇرۇلئۇزنى) 238
قۇلاق قاناش (ئىنفىجارۇلئۇزنى) 240
قۇلاقنىڭ ئاۋازىدىن قېچىشى (ھەرىبۇلئۇزنى، نەزاكەتى گۆش) 242
قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىش (دوخۇلى مائ فىلئۇزنى، دەرئامەدەنى ئاب دەر گۆش) 243
قۇلاققا ھاشارات كىرىپ كېتىش (دوخۇلى ھەۋام فىلئۇزنى، دەر ئامەدەنى ھەشر گۆش) 244
قۇلاق زەخىملىنىش (زەربەتۇلئۇزنى، زەربەئى گۆش) 245
قۇلاق كەينى يېرىلىش (تەرقىيدەنى بىيخى گۆش، شىقاقى ئەسلۇلئۇزنى) 247
قۇلاق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار 248
قۇلاق ياللۇغىغا پايدا قىلىدىغان دورىلار 248
بۇرۇن كېسەللىكلىرى 254
بۇرۇننىڭ تۈزۈلۈشى 254
توغما پۇراش سېزىم ئاجىزلىقى (مەۋلۇدۇلخەشەمى) 259
ئىككىلەمچى پۇراش سېزىم ئاجىزلىقى (ئەرەزۇلخەشەمى) 260
پۇراش قۇۋۋىتى بۇزۇلۇش (فەسادۇششەممى) 265
بۇرۇن قۇرۇش (جەفافۇلئەنفى) 268
بۇرۇن قىچىشىش (ھىككەتۇلئەنفى، خارىشى بىينى) 270
بۇرۇن ئېچىشىش (ھىرقەتۇلئەنفى) 272
كۆپ چۈشكۈرۈش (ئۇتاس) 274
بۇرۇن سېسىق پۇراش (بەخرۇلئەنفى) 276
بۇرۇن كۆپۈشۈش (ئىستىفاخۇلئەنفى) 278
بۇرۇن قورۇلۇش (ئىنقىبازۇلئەنفى) 278
بۇرۇن ۋەرەملىرى (ئىلتىھابۇلئەنفى، ئەۋرامۇلئەنفى، ئاماسھايى بىينى) 279
بۇرۇن قاناش (رۇئاف) 282
بۇرۇن ئىچى ئۆششاق مۇدۇرى (بوسۇرۇلئەنفى) 285
بۇرۇن جاراھىتى (قۇرۇھۇلئەنفى) 287
بۇرۇن بەۋاسىرى (بەۋاسىرۇلئەنفى، بەۋاسىرى بىينى) 291
بۇرۇن يولىغا توسالغۇ پەيدا بولۇش (سۇددەتۇلخەيشۇمى) 292
بۇرۇن راكى (سەرەتانۇلئەنفى، سەرەتانى بىينى) 295

بۇرۇندا غەيرىي نەرسىلەر تۇرۇپ قېلىش (ئىھتىباسۇششەئى فىلئەنفى، بەندشۇدەنى چىزى دەربىنى) 296
بۇرۇن ئېزىلىش (رەززۇلئەنفى) 297
بۇرۇن كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم مۇرەككەپ دورىلار 299
پۇراش سېزىمىنى ئاشۇرىدىغان دورىلار 301
بۇرۇن ۋەرەملىرىنى ياندۇرىدىغان دورىلار 301
بۇرۇن ئىچى چاقا-جاراھاتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلار 301
ئېغىز بوشلۇقى كېسەللىكلىرى 303
ئېغىز بوشلۇقىدىكى ئەزالارنىڭ تۈزۈلۈشى 304
كالپۇك قۇرۇش، يېرىلىش ۋە قاسراقلىشىش (جۇفافۇششەفەتى، تەشەققۇششەفەتى، تەقەششۇرۇششەفەتى) 310
كالپۇك ئاقىرىش (سەفىدى لەب، بەيازۇششەفەتى) 312
كالپۇك تارتىشىش (ئىختىلاجۇششەفەتى) 313
كالپۇك ۋەرەملىرى (ئاماسىھايى لەب، ئىلتىھابۇششەفەتى) 316
كالپۇك دوردىيىش (تەقەللۇسۇششەفەتى) 318
كالپۇك تۇششاق مۇدۇرى ۋە يىرىڭلىق چاقىسى (بۇسۇرۇششەفەتى ۋە قۇرۇھۇششەفەتى) 320
كالپۇكقا ئارتۇقچە گۆش ئۆسۈش (بەۋاسىرى لەب، بەۋاسىرۇششەفەتى) 321
ئېغىز پۇراش (بەخرۇلفەمى) 323
شۆلگەي ئېقىش (كەسرەتۇللۇئابى) 325
ئېغىز ۋەرىمى (ۋەرەمۇلفەمى، قۇلاع) 326
ئېغىزغا مۇدۇر چىقىش (بۇسۇرۇلفەمى) 329
ئېغىز ئىچى سويۇلۇش (تەقەششۇرۇلفەمى) 330
ئېغىز گۆشخور چاقىسى (ئاكىلەتۇلفەمى) 331
تىل ئاغرىش (ۋەجئۇللىسانى) 333
تىل قۇرۇش (جەفافۇللىسانى) 335
تىل يېرىلىش (شىقاقۇللىسانى) 336
تىل قىچىشىش (ھىككە تۇللىسانى) 338
تىل كۆيۈشۈپ ئېچىشىش (ھىرقەتۇللىسانى) 339
تىل يۇغىناپ كېتىش (ئەزەمۇللىسانى) 341
تەم تېتىشنىڭ بۇزۇلۇشى ۋە يوقىلىشى (فەسادۇززەۋقى ۋە بۇتلانۇززەۋقى) 344

تىل ئېغىرلىقى (سىقلۇللىسانى) ………… 346
كېكەچلىك (لەكنەتۇللىسانى) ………… 351
تىل ۋەرەمى (ۋەرەمۇللىسانى، ئىلتىھابۇللىسانى، ئاماسى زەبان) ………… 352
تىل ئاستى پاقىسىمان ئۆسمىسى (زىفدەئۇللىسانى) ………… 354
چىشنىڭ ساقلىقىنى ساقلاش تەدبىرلىرى ………… 357
چىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشنىڭ ئومۇمىي پرىنسىپى ۋە بەزى دورىلىرى ………… 358
چىش ئاغرىش (دەردى دەندان، ۋەجئۇلئەسنانى) ………… 359
چىش قاماش (زەرەسئۇلئەسنانى) ………… 364
چىش مىدىرلاپ قېلىش (جۇنبىدەنى دەندان) ………… 365
چىش كاۋاكلىشىش، ئۆۋۈلۈش ۋە كامارلىشىش (تەئەككۇلئۇلئەسنانى، تەفەتتەتۇلئەسنانى، تەسەققۇبۇلئەسنانى) ………… 369
چىش رەڭگى ئۆزگىرىش (تەغەييۇرى رەڭگى دەندان) ………… 371
چىش تۈۋىگە گەجىسىمان قېتىشمىلار پەيدا بولۇش (قۇلاھۇلئەسنانى، قەلەھ، ھەفەر) ………… 372
ئۇخلىغاندا چىشنى غۇچۇرلىتىش (سەرىرۇلئەسنانى فىننەۋم) ………… 373
چىش سۈيى يوقىلىش (زەھابى مائۇلئەسنانى) ………… 375
چىش تۈۋى قاناش (لىسەئى دامىيە) ………… 376
چىش مىلىكلىرى ياللۇغى (ۋەرەمۇللىسەئى) ………… 378
چىش مىلىكى يىرىڭلىق چاقىسى ۋە ئاقمىسى (قۇرۇھۇللىسەئى، ناسۇرۇللىسەئى) ………… 379
تاڭلاي قىچىشىش (ھىككەتۇلھەنەكى) ………… 380
تاڭلاي مۇدۇر چاقىسى (بۇسۇرۇلھەنەكى) ………… 382
تاڭلاي ياللۇغى (ۋەرەمۇلھەنەكى) ………… 383
تاڭلاينىڭ سۇلۇق ئىششىقى ۋە تېشىلىشى (ئابلەئى كام ۋە سۇراخى ئان) ………… 385
كىچىك تىل ئىششىقى (ئىلتىھابۇللىھاتى) ………… 387
كىچىك تىل بوشىشىپ قېلىش (ئىسترخائۇللىھاتى) ………… 389
گال ئۇششاق مۇدۇرى (بۇسۇرۇلھەلقى) ………… 391
گال ئىششىقى (ئىلتىھابۇلھەلقى) ………… 392
گال بادامسىمان بەزلەر ئىششىقى (ئىلتىھابۇللەۋزەتەينى) ………… 394
بوغما (خۇناق) ………… 396
ئاۋاز ئۇنخۇلداپ چىقىش (خەنان) ………… 399
ئاۋاز پۈتۈش (بۇتلانۇسسەۋتى) ………… 400

گالغا يېمەكلىكلەر تۇرۇپ قېلىش ························· 403
غەيرىي نەرسىلەر يۇتۇۋېلىش ························· 405
گال بوغۇلۇپ قېلىشقا چارە قىلىش ························· 407
ئېغىز بوشلۇقى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار ············· 409
كالپۇك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار ··············· 409
ئېغىز شىللىق پەردىسىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار ·············· 410
چىش ۋە چىش مۇلۇكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار ·············· 411
مىدىرلىغان چىشنى چىڭىتقۇچى دورىلار ························· 414
گال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار ················ 415
گال بادامسىمان بەزلىرى ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ·············· 417
ئاۋاز پۈتۈپ قېلىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ························· 418
ئەرەبچە، فارسچە، ئۇيغۇرچە، خەنزۇچە ئاتالغۇلار سېلىشتۇرمىسى ············ 419

ئۇيغۇر تېبابىتى
بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى

ئۇيغۇر تېبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى-ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ئىلمىنىڭ مۇھىم بىر تەركىبىي قىسمى. ئۇ، ئەمگەكچان ئۇيغۇر خەلقىنىڭ ئۇزاق تارىختىن بۇيان بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش، داۋالاش جەريانىدا توپلىغان تەجرىبىلىرىنىڭ ئىلمىي يەكۈنى ۋە ئەقىل پاراستىنىڭ جەۋھىرى. ئۇ، ئۆزىنىڭ راۋاجلىنىش جەريانىدا قېرىنداش مىللەتلەر تېبابىتى ۋە قوشنا ئەللەر تېبابىتىگە خېلى چوڭ تەسىرلەر كۆرسىتىپلا قالماي، بەلكى ئۇلاردىن مۇئەييەن تەسىرلەرنى قوبۇل قىلىپ تاكامۇللاشقان. ھەمدە، خېلى بۇرۇنلا شەكىللەندۈرگەن ئۆزىگە خاس سىستېمىلاشقان نەزەرىيىۋى ئاساسى ۋە مول داۋالاش تەجرىبىلىرى ئارقىلىق، قەدىمدىن تارتىپ تاكى ھازىرغىچە ئۇيغۇر خەلقى ۋە ھەر مىللەت خەلقلىرىنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە قارشى تۇرۇش، كۆپىيىپ گۈللىنىشىدە غايەت زور تۆھپىلەر قوشقان.

ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە بولغان تەتقىقاتى ناھايىتى ئۇزۇن تارىخقا ئىگە. پەقەت دەسلەپكى قەدەمدە ئىگىلىگەن ھۆججەتلىك تارىخىي ماتېرىياللارنى نەزەردە تۇتۇپ يىراق ئۆتمۈشتىن ئېغىز ئاچساق، تۇرپاندىن تېپىلغان، بۈگۈندىن 1400 يىل ئىلگىرىكى دەۋرلەرگە مەنسۇپ بولغان ئارخېئولوگىيىلىك تارىخىي يازما ماتېرىياللارغا ئاساسلانغاندا، ئۇيغۇر تېۋىپلىرى ھەرقايسى كېسەللىكلەر ئىلمىنى 12 چوڭ تۈرگە ئايرىپ كۆز كېسەللىكلىرى، قۇلاق، بۇرۇن، چىش كېسەللىكلىرى ۋە بوغۇز كېسەللىكلىرىنى شۇ تۈرلەر قاتارىغا كىرگۈزگەن. تۇرپاندىكى قەدىمىي قەبرىستانلىقلاردىن ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ مىلادى 600-يىللاردىن بۇرۇنلا كۆزنى قۇم-بورانلاردىن ساقلاش ئۈچۈن ئىشلەتكەن مىستىن ياسالغان تور كۆزەينەك قېزىۋېلىنغان. 9-ئەسىردىكى ئۇلۇغ ئۇيغۇر ئالىمى فارابىنىڭ ناھايىتى ئىلمىي كۆز قاراشلىرى ئوتتۇرىغا قويۇلغان تىببىي ئەسەرلىرى ئىچىدە بەش ئەزاغا ئائىت «ئاڭلاش ۋە كۆرۈش ھەققىدە»

AltunOq

دېگەن ئەسىرىمۇ بار ئىدى. 10-ئەسىردىكى داڭلىق ئۇيغۇر تىببىي ئالىمى ئىمادۇددىن قەشقەرىنىڭ شاگىرتى، ئەللامە دەپ ئاتالغان مۇھەممەد بىننى رەشىد بىننى ئەلى قەشقەرى ئۆزىنىڭ يەنى قەشقەر ئۇيغۇرلىرىنىڭ تىببىي ئىلىمدە قازانغان ماھارىتىنى.....كۆز ئاجىزلىشىش (زەئىفۇلبەسەرى) نى ئارپا بادىيان، رۇمبادىيان، قاراسەي ئۇرۇقلىرى بىلەن داۋالاپ ساقايتىدىغان خاسىيەتلىرىنى ئەسىردىشى ئىرانلىق تىببىي ئالىم مۇھەممەد ئىبنى زىكرىياغا تونۇشتۇرغان. ئۇلۇغ ئۇيغۇر ئالىمى مەھمۇت قەشقەرى 11-ئەسىردە يازغان ئالەمشۇمۇل پارلاق ئەسىرى «تۈركىي تىللار دىۋانى» دا بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە ئائىت ئۇرغۇن ئاتالغۇلار ۋە دورىلارنىڭ نامىنى تىلغا ئالغان، مەسىلەن: 1-تومىدا، ئەنۈچ—كۆزگە ئۆسكەن گۆش پەردە، قامچىغۇ—كالپۇككا، ...چىققان قاپارتقۇ...، ساغنەغۇ—قۇرۇق قاپاق، ئۆز—پالڭ، گاس قاتارلىق كېسەل نامىلىرى؛ ئاۋىلقۇ—قىزىل مېۋە بېرىدىغان بىر خىل دەرەخ، ...پوستى بىلەن كۆز ئاغرىقى داۋالىنىدۇ، ...، چاخشۇ—كۆز ئاغرىقىغا داۋا بولىدىغان بىر خىل ئوت، قاتارلىق دورا نامىلىرى يېزىلغان. دەرۋەقە، خەلقئارادا ئۆزىنىڭ شۆھرىتى بىلەن نۇر چېچىپ تۇرغان «تۈركىي تىللار دىۋانى» يالغۇز تىل ئىلمى ھەققىدىكى لۇغەت بولۇپلا قالماستىن، بەلكى تارىخ، جۇغراپىيە، پەلسەپە، ئاسترونومىيە، يېزا ئىگىلىك، تىبابەتچىلىك ئىلمى ساھەلىرى ھەققىدە قىممەتلىك مەلۇماتلار توپلانغان قامۇس خاراكتېرلىك بۈيۈك ئەسەردۇر. يېقىنقى زامانغا نەزەر سالساق، يەكەنلىك مەشھۇر كۆز كېسەللىكلىرى مۇتەخەسسىسى سوپۇرگە ھاجى بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا داڭ چىقارغان ئىجتىھاتلىق تېۋىپ ئىدى...

يۇقىرىقىلار ئۇيغۇر تىبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمىنىڭ قەدىمكى زامانلاردىن تارتىپلا ئۆزىگە خاس ساقلىنىق-ساقلاش تەدبىرلىرى، ئۆزىگە خاس كېسەللىك نامىلىرى ۋە دورا نامىلىرى بولۇپلا قالماي، بەلكى ئۇنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى تۈرلەرگە ئايرىپ سىستېمىلاشقانلىقى، خېلى يۇقىرى سەۋىيىگە كۆتۈرۈلگەنلىكىنى ھۆججەتلىك ۋە ناھايىتى جانلىق ھالدا نامايەن قىلىپ بېرىدۇ.

ئۇيغۇر تېبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى—كۆز، قۇلاق، بۇرۇن، ئېغىز (كالپۇك، تىل، چىش)، گال قاتارلىق ئەزالارنىڭ نورمال خىزمىتى ۋە نورمالسىز ھالەتلىرى ھەمدە ئۇلاردا كۆرۈلىدىغان كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش، داۋالاشنى تەتقىق قىلىدىغان پەن. ئۇ بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى كۆز كېسەللىكلىرى (قاپاق، كىرپىك كېسەللىكلىرىنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ)، قۇلاق كېسەللىكلىرى، بۇرۇن كېسەللىكلىرى، ئېغىز كېسەللىكلىرى (كالپۇك، تىل، چىش كېسەللىكلىرىنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ)، گال كېسەللىكلىرىگە ئايرىيدۇ. بەش ئەزانىڭ تۈزۈلۈشى ھەققىدە ئۇيغۇر تېۋىپلىرى قەدىمكى زامانلاردىن تارتىپلا خېلى چوڭقۇر تەتقىقاتلار ئېلىپ بارغان بولۇپ، ئۇلارنىڭ ئاناتومىيىسىنى

ئايرىم-ئايرىم تونۇشتۇرىدۇ. بولۇپمۇ كۆزنىڭ قوشۇمچە ئەزالىرى، پەردىلىرى ۋە سۇيۇقلۇقلىرى ھەققىدە ھازىرقى زامان مېدىتسىنىسىدىن قېلىشمايدىغان خېلى تەپسىلىي تەرىپلىرى بار. ھەممە شۇ ئاساستا كۆز كېسەللىكلىرىنى قاپاق، كىرپىك كېسەللىكلىرى، كۆز ئېقى كېسەللىكلىرى، كۆز قارىسى كېسەللىكلىرى، كۆز قارىچۇقى كېسەللىكلىرىگە بۆلۈپ؛ ئېغىز كېسەللىكلىرىنى كالپۇك كېسەللىكلىرى، چىش كېسەللىكلىرى، تىل كېسەللىكلىرى، گال كېسەللىكلىرى ۋە ھەتتا كىچىك تىل كېسەللىكلىرىگىچە ئايرىپ، ئايرىم-ئايرىم ھالدا ئۇلارنى داۋالاشنىڭ ئۇسۇل-چارىلىرىنى سۆزلەيدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى تونۇش (تەشخىس قىلىش) جەھەتتە مىزاج، خىلىت ۋە قۇۋۋەت تەلىماتى قاتارلىقلار ئاساسىدا، ئادەم بەدىنىنىڭ بىر پۈتۈنلۈكى ھەممە ئۇنىڭ تاشقى مۇھىت بىلەن بولغان بىرلىك ۋە زىددىيىتى ئاساسىدىكى تونۇشلىرىنىڭ يېتەكچىلىكىدە بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ تاشقى، ئىچكى ئامىل ۋە سەۋەبلىرىنى ئېنىقلايدۇ، ئالامەتلىرىنى ئىلغايدۇ. يەرلىك ئورۇندىكى ئالامەتلەرگە ئېتىبار بېرىپلا قالماي، بەلكى ئومۇمىي بەدەندىكى ئالامەتلەرنىمۇ بىرلەشتۈرۈپ، ھەر خىل ۋاسىتىلىق ۋە ۋاسىتىسىز تەكشۈرۈشلەر ئارقىلىق ئۇلارنى تەشخىس قىلىشقا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىدۇ. تەكشۈرۈش ئۇسۇللىرى جەھەتتە قاراپ تەكشۈرۈش، تىڭشاپ تەكشۈرۈش، سوراپ تەكشۈرۈش، پۇراپ تەكشۈرۈش، سىلاپ تەكشۈرۈش، تومۇر تۇتۇپ تەكشۈرۈش ھەممە ھەر خىل چىقىرىندىلار (چوڭ-كىچىك تەرەت، قۇسۇق، خەپرۈك، چاپاق، قولاق ۋە بۇرۇندىن ئاققان سۇيۇقلۇق، يىرىڭ قاتارلىقلار) نى تەكشۈرۈش بىلەن بىرىنچى قول ماتېرىياللارغا ئېرىشىپ، ئۇلارنى ئەتراپلىق مۇھاكىمە قىلىش، سېلىشتۇرۇش ئارقىلىق ئاساسىي كېسەل ۋە قوشۇمچە كېسەللەرنى ئېنىقلاپ توغرا تەشخىس قويۇش، توغرا داۋالاش پرىنسىپى ۋە داۋالاش ئۇسۇللىرىنى بېكىتىشكە ئاساس تۇرغۇزۇدۇ.

داۋالاش جەھەتتە بەدەننىڭ بىر پۈتۈنلۈكىنى يەنى مىزاج ۋە خىلىت ئۆزگىرىشلىرىنى نەزەرگە ئېلىپ ئىچكى جەھەتتىن داۋالاش بىلەن يەرلىك ئورۇننى كۆزدە تۇتۇپ تاشقى جەھەتتىن داۋالاش (جەرراھىيە يەنى ئوپېراتسىيە قىلىشنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ) نى بىرلەشتۈرۈپ ئېلىپ بارىدۇ. ئىچكى جەھەتتە داۋالاشتا ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسى (غالىب كەلگەن خىلىت) نى مۇناسىپ مۇنزىج دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ، مۇسھىل دورىلار بىلەن تازىلايدۇ. ئاندىن كېيىن ئاساسىي داۋالىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىدۇ. دورا تۈرلىرى جەھەتتە شەربەت، مەتبۇخ، مەئجۇن، لوئاب، ئەرەق، رۇبىي، مۇرەببا، ھەبىي، قۇرس، سۇفۇف قاتارلىقلارنى ئىشلىتىدۇ. تاشقى جەھەتتە داۋالاشتا يەرلىك ئورۇننى تازىلاش ۋە تېڭىش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش (كىماد قىلىش)، دورا پۈرۈتۈش (شەمۇم

قىلىش) يەنى سۇيۇق دورىلارنى پۈرۈتۈش (لەخلەخە قىلىش)، تالقان دورىلارنى بۇرۇنغا تارتىش (سەئۇت قىلىش)، ھورلاندۇرۇپ تەرلىتىش (ئىنكباب قىلىش)، نەم دورىلارنى بەدەنگە قويۇش (تەمرىخ قىلىش)، ياغلارنى سۈركەش (تەدھىين قىلىش)، پىلتە قىلىش، دورا چېپىش (زىماد قىلىش)، دورا تېتىقنى سۈرۈش (تىلا قىلىش)، ئىسلاش (بەخۇر قىلىش)، ياغلاش، بۇرۇن ۋە تىل ئاستىدىن سۇ ئاققۇزۇش، دورا پۈركۈش (نەفۇخ قىلىش)، دورا تامغۇزۇش (قەتر قىلىش)، غەر-غەرە قىلىش، دورا سېپىش، داغلاش، لوڭقا قويۇش، قان ئېلىش ۋە دەستكارلىق ئۇسۇلى قاتارلىقلارنى زورۇرىيەتكە قاراپ قوللىنىدۇ. دورا تۈرلىرى جەھەتتە ئېمىتما (قەتۇر)، ياغ (رەۋغەن)، مەلھەم (مەرھەم)، چېپىلما (زىماد)، تالقان (سۇفۇف)لار يەنى كوھل (كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان تالقان دورا)، سونۇن (چىشقا ئىشلىتىلىدىغان تالقان دورا)، زەرۇر (جاراھەتلەرگە ئىشلىتىلىدىغان سېپىلما تالقان دورا)، نوفۇخ (پۈركىلىدىغان تالقان دورا)، لۇئاب (شىرە)، شىياف (شامچە)، تىلا (دورا تېتىقى) قاتارلىقلارنى ئىشلىتىدۇ.

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىدە ئۇيغۇر تېۋىپلىرى قەدىمدىن تارتىپلا بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى دورىلار بىلەن داۋالاپلا قالماي، بەلكى بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەدبىرلىرىنى بىلگەن، ھەتتا دەستكارلىق (يەنى ئوپېراتسىيە قىلىش) ئۇسۇللىرى بىلەن داۋالاشتا يۇقىرى سەۋىيىگە يەتكەن. مەسىلەن، كۆزنى ئاسراش جەھەتتە ئۇرپانىڭ قەدىمكى زامانلىرىغا تەئەللۇق بولغان قەبرىلەردىن قېزىۋېلىنغان مىستىن ياسالغان تور كۆزەينەك ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ كۆزنى ئاسراش، كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا قوللانغان ئىلمىي تەدبىرلىرىنىڭ بىرى ئىكەنلىكىنى ناھايىتى جانلىق ھالدا چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ. دەستكارلىق جەھەتتە ئىبنىسىنا تىببىي تەلىماتلىرى شىنجاڭغا تارقىلىپ تېۋىپلىرىمىز تەرىپىدىن بەلگىلىك دەرىجىدە قوبۇل قىلىنىشتىن خېلى ئىلگىرىلا ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ شىنجاڭدىلا ئەمەس، ھەتتا ئىچكى ئۆلكىلەردىمۇ دەستكارلىق ئۇسۇللار بىلەن بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى بولۇپمۇ كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاپ ساقايتقانلىقى توغرىسىدىكى تارىخىي خاتىرىلەر بار. مەسىلەن، ياپونىيىلىك ئالىم يازغان مۇناسىۋەتلىك ماتېرىيالغا ئاساسلانغاندا، بۇنىڭدىن 1300 يىل ئىلگىرى جۇڭگودىن ياپونىيىگە بېرىپ كۆكزى تەلىماتلىرىنى تارقاتماقچى بولغان بىر مەشھۇر راھىب دېڭىزدا بوران، شىددەتلىك دولقۇن تۈپەيلىدىن مەغلۇپ بولۇپ ھەممىدە كۆزىگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ) كېسىلىگە گىرىپتار بولغانلىقىدىن ۋەتەنگە قايتىپ كەلگەندە، يەرلىك مەشھۇر تېۋىپلار داۋالاشتا ئامالسىز قالغان كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلىنى ياڭجۇ شەھرىدە تېۋىپلىق قىلىۋاتقان ئۇيغۇر تېۋىپى داۋالاپ ساقايتقان.

بۇنىڭدىن ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ خېلى قەدىمكى دەۋرلەردىمۇ بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى بولۇپمۇ كۆزدەك ئىنچىكە ئەزالارنىڭ نازۇك دەستكارلىق ئۇسۇللىرىنى ئىگىلىگەنلىكىنى نامايەن قىلىپ بېرىدۇ. بۇنىڭدىن ئەينى زاماندىكى ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى گۈللەنگەن شىنجاڭدا تېخىمۇ ئۇرغۇنلىغان ماھىر ھۆكۈما ۋە جەرراھلارنىڭ بارلىقىنى تەسەۋۋۇر قىلىش تەس ئەمەس. ھالبۇكى، ئۇيغۇر تېۋىپلىرى ئىچىدە تاكى ھازىرغىچە مەزكۇر قەدىمكى ئۇسۇلنى قوللىنىپ كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلىنى داۋالايدىغان تېۋىپلار بار.

ئۇيغۇر تىبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمىگە ئوخشاشلا ھەرقايسى دەۋرلەردىكى ئەكسىيەتچى ھۆكۈمرانلارنىڭ كەمسىتىشى ۋە چەكلىشىگە ئۇچراپ يوقىلىپ كېتىش گىردابىغا بېرىپ قالغان. لېكىن، ئۇ بىر پەن بولغاچقا يوق بولۇپ كەتمىدى، بەلكى تارىختا ۋە يېقىنقى زامانلاردا يېتىشىپ چىققان ھۆكۈمالار ۋە تېۋىپلار تەرىپىدىن داۋاملىق يۇقىرى سەۋىيىگە كۆتىرىلىپ ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمىنى تېخىمۇ بېيىتتى، ھەر مىللەت خەلقىنىڭ ساقلىق-ساقلاش ئىشلىرىغا ئۆچمەس تۆھپىلەرنى قوشتى.

ئازادلىقتىن كېيىن بولۇپمۇ يېقىنقى ئون يىلدىن بۇيان جۇڭگو كوممۇنىستىك پارتىيىسىنىڭ مىللىي سىياسىتى ۋە جۇڭيى، مىللىي تىبابەتچىلىك سىياسىتى پارلاق نۇرى ئاستىدا ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى ئۇيغۇر خەلقىنىڭ پارلاق مىللىي مەدەنىيەت مىراسلىرى قاتارىدا قۇتقۇزۇپ قېلىنىپ قېزىش، رەتلەش، جارى قىلدۇرۇش، يۇقىرى كۆتىرىش ۋە زور دەرىجىدە تەرەققىي قىلىپ يۈكسىلىش ئىمكانىيىتىگە ئېرىشتى. رەسمىي نەشىردىن چىقىرىلغان «قانۇنچە»، «ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمى ساۋاتلىرى»، «ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى قوللانمىسى» قاتارلىق ئۇيغۇر تىبابىتى كىتابلىرىنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ھەققىدىكى قىسىملىرى بولۇپمۇ ئۇيغۇر تىبابىتى ئالىي تېخنىكوم دەرسلىكى «ئۇيغۇر تىبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى» ئۇيغۇر تىبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى مىراسلىرىنى قېزىش، رەتلەش، ئوقۇ-ئوقۇتۇش، كېسەللەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش-داۋالاش، تەتقىقات ۋە يۇقىرى كۆتىرىش ئىشلىرىدا ناھايىتى چوڭ رول ئوينىدى. «ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى» ژۇرنىلى ۋە باشقا مۇناسىۋەتلىك ماتېرىياللاردىمۇ مەخسۇس بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە ئائىت ئىلمىي ماقالىلار ئېلان قىلىنىشقا باشلىدى.

بۇنىڭدىن كېيىن، بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمىنىڭ تەرەققىياتىغا ئەگىشىپ، كەڭ ئۇيغۇر تىبابىتى خادىملىرىنىڭ تىرىشىپ تەتقىق

قىلىشى ئارقىسىدا يەنە يېڭى نەتىجىلەرنى قولغا كەلتۈرگۈسى، ھەمدە تارىخىي ئەنئەنىسىنى جارى قىلدۇرۇپ ھەر مىللەت خەلقىنىڭ ساقلىق-ساقلاش ئىشلىرىدا داۋاملىق تېخىمۇ چوڭ تۆھپىلەرنى قوشقۇسى.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى ئېنىقلاشتىكى مۇھىم نۇقتىلار

بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئومۇملاشتۇرۇپ ئېيتقاندا سىرتقى سەۋەبلەرنىڭ تەسىرىدىن، يەنى، سىرتقى زەربە، چاڭ-توزان، غەيرىي جىسىملار كىرىپ كېتىش، جاراسىملار كىرىپ كېتىپ ئوفۇنەتلىنىش، ھاۋا كىلىماتتىكى ئىسسىق، سوغۇق، ھۆل، قۇرۇقلارنىڭ يامان تەسىرى ۋە ئىچكى سەۋەبلەر يەنى ئومۇمىي بەدەن ياكى مەلۇم بىر ئەزا مىزاجىنىڭ ماددا (خىلىت) سىز ياكى ماددا (خىلىت) لىق غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشلىرى (قۇرۇق ئىسسىق، ھۆل ئىسسىق، قۇرۇق سوغۇق، ھۆل سوغۇقلارنىڭ غالىب كېلىشى ياكى ئاجىزلىشى) دىن، ھەمدە يېمەك-ئىچمەك، يېتىپ-قوپۇشنىڭ نورماللىسىزلىنىشى، قېرىلىق، مىراس قىلىش (ئىرسىيەت) قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ ئىككى سەۋەب ئوتتۇرىسىدا بىر-بىرىنى ئافرىيدە قىلىش (ئولغايتىش) ۋە دەفئى قىلىش (تىزگىنلەش) مۇناسىۋىتى بولىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ سەۋەبلىرى

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى ئۇلارنىڭ پەيدا بولۇشى، ئوخشاش بولمىغان ئالامەتلىرى، تەرەققىي قىلىشى ۋە ئۇلارنىڭ مۇرەككەپلىشىشى قاتارلىقلارغا ئاساسەن ئومۇمىيۈزلۈك تەتقىق ئانالىز قىلىپ، تۈرلەرگە ئايرىپ، ئاغرىق كىشىنىڭ مىزاجىدىكى ئۆزگىرىشلەر ۋە باشقا كېسەللىك ئەھۋالى، ئۇزۇقلىنىش ئەھۋالى، سىرتقى زەربە تېگىش، ئاغرىق كىشىنىڭ كەسپى قاتارلىق ھەر تەرەپلىمە ئەھۋاللىرىنى ئىگىلەپ، ئۇلارنى يىغىنچاقلاپ تەھلىل قىلىپ توغرا قىياس قىلغاندىلا ئاندىن قايسى بىر خىل ياكى بىر قانچە خىل سەۋەبنىڭ

كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەب ئىكەنلىكىنى بېكىتكىلى بولىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ سىرتقى سەۋەبلىرى

ساددا كىلىماتلىق ئامىللار

ئىسسىق، سوغۇق، ھۆل، قۇرغاق، بوران-سالقىن، ئوت ئىسسىق قاتارلىقلار بولۇپ، ئەمەلىي تىبابەتچىلىكتە ئىسسىقلىق، ھۆللۈك، قۇرۇقلۇقلاردىن بولىدىغانلىرى كۆپرەك ئۇچرايدۇ. سوغۇقتىن بولىدىغانلىرى ئاز ئۇچرايدۇ. شۇنداقلا، ئەمەلىيەت جەريانىدا بۇلار كۆپىنچە ئارىلىشىپ كېلىدۇ. مەسىلەن، كۆز قىزىرىپ ئاغرىش، كۆپ چاپاقلىشىش، قۇلاقتىن قويۇق يىرىڭ ئېقىش، بۇرۇن قۇرۇش ياكى قويۇق پوتلا (ماڭقا) كېلىش، گال قىزىرىپ، ئىششىپ ئاغرىش قاتارلىقلار كۆپىنچە ئىسسىقتىن بولۇپمۇ ھۆل ئىسسىقتىن بولىدۇ.

سىرتقى زەخىم ۋە غەيرىي نەرسىلەر

كۆز يۇمۇلىقىغا بىر نەرسە سانجىلىپ تېشىلىپ كېتىش، كۆز كىمىيىلىك زەخىملىنىش، كۆز كۈچلۈك ئۇردىن زەخىملىنىپ ياللۇغلىنىش، سىرتقى زەخىمدىن قۇلاق پەردىسى يىرتىلىش، سىرتقى زەخىمدىن بۇرۇن قاناش قاتارلىقلار.

غەيرىي نەرسىلەر تەسىرىدىن كېلىپ چىققان كۆز ئەستەر پەردە ۋە مۈڭگۈز پەردىلىرىدىكى غەيرىي جىسىملار، قۇلاق يولىدىكى غەيرىي جىسىملار، بۇرۇندىكى غەيرىي جىسىملار، گالدىكى غەيرىي جىسىملار قاتارلىقلار.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئىچكى سەۋەبلىرى

روھىي ئامىللار

خۇشاللىنىش، غەزەپلىنىش، غەم ئەندىشە قىلىش، ھەسرەتلىنىش، قورقۇش،

قايغۇرۇش قاتارلىق روھىي ھالەتلەر نورمال ئەھۋال ئاستىدا تەبىئىي ھالەت بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. لېكىن بۇ روھىي ھالەتلەر ھەددىدىن زىيادە بولۇپ كېتىپ ئۆز ئىبتىدالىدىن چىقىپ كەتسە، ھەر خىل بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە كېسەللىك ئەھۋالىنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ. مەسىلەن: قاتتىق جىددىيلەشكەندە كۆزگە ھەر خىل نەرسىلەر كۆرۈنۈش، قاتتىق غەزەپلەنگەندە گالغا قاتتىق نەرسە تۇرۇپ قالغاندەك بولۇش قاتارلىقلار.

يېمەك-ئىچمەك ۋە ھېرىپ-چارچاش ئامىللىرى

يېمەك-ئىچمەكنىڭ يېتەرسىزلىكى، مەسىلەن: ئانا سۈتى يېتىشمەسلىكى، ئوزۇقلىنىشنىڭ ناچارلىقى قاتارلىقلار ئاشقازان، جىگەر، قان، قۇۋۋەتلەرنىڭ ئاجىزلىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش ئارقىلىق نامازشام قارىغۇسى، مۈگۈز پەردىنىڭ يۇمشاپ كېتىش كېسەللىكى قاتارلىقلارنى پەيدا قىلىدۇ. ھەددىدىن ئارتۇق تويۇنۇپ يەپ ئىچىش، مايلىق كۈچلۈك تاماقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش ھەزىم خىزمىتىنى ئېغىرلاشتۇرۇپلا قالماي، بۇزۇق يەللەر (بۇخارات) نى پەيدا قىلىپ، يىڭناسقۇ، قۇلاق ۋە بۇرۇنغا كىچىك جاراھەتلەر چىقىش، ئېغىز چۆرىسىگە ئۇششاق يارىلار چىقىش، گال قىزىرىپ ئاغرىش قاتارلىقلارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ھەددىدىن زىيادە ھېرىپ-چارچاش، كۆپ جىنسىي ئالاقە، ئۈزمەي يۇقىرى ئاۋازدا توۋلاش قاتارلىقلار قاپاقلارنىڭ ماغدۇرسىزلىنىپ ساڭگىلاپ قېلىشى، قۇلاق غوڭۇلداش، ئاۋاز پۈتۈپ قېلىشلارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تۇغما ۋە قېرىلىق ئامىللار

ئەمەلىي تېبابەتتە تۇغما خاراكتېرلىك رەڭ قارىغۇسى كېسەللىكى، بالىلاردىكى تۇغما خاراكتېرلىك كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكى ۋە ئاڭلاش ئەزالىرىنىڭ تۇغما كەمتۈك ۋە غەيرىيلىكى، بۇرۇن ئوتتۇرا بوشلۇقىنىڭ ئەگرىلىكى قاتارلىقلار بالىلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ. قېرىلىققا مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەر يەنى قېرىلىقتىن بولغان گاسلىق، قېرىلىقتىن بولغان كۆزگە سۇ چۈشۈش، كۆز تورلىشىش قاتارلىقلار ياشانغانلاردا كۆپرەك كۆرۈلىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ خىلتلار بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى ساقلىق ۋە كېسەللىك ھەققىدە كۆپىنچە ئادەم بەدىنىنى بىر پۈتۈن گەۋدە بويىچە قاراش لازىملىقىنى ھەمدە خىلتلارنىڭ بىر پۈتۈن گەۋدە بىلەن بولغان مۇناسىۋىتىنىڭ مۇھىملىقىنى تەكىتلەيدۇ. چۈنكى، ئادەم بەدىنى خىلت، ئىچكى ئەزا، قان، قان تومۇر، گۆش، سىڭىر، سۆڭەك، تېرە، تۈك قاتارلىقلار ھەمدە كۆز، بۇرۇن، قۇلاق، ئېغىز، ئالدى-ئارقا چىقىرىش تۆشۈكلىرىدىن تەشكىل تاپقان. ئۇلار بىر-بىرىگە ماسلىشىدۇ ھەمدە بىر-بىرىنى تىزگىنلەيدۇ. قان ۋە ھەر خىل قۇۋۋەتلەر، ئەسەبلەر نورمال پائالىيىتى ئارقىلىق پۈتۈن بەدەننىڭ بىرلىكىنى شەكىللەندۈرىدۇ.

ئەگەر، ئىچكى ئەزالار بولۇپمۇ خىلتلارنىڭ خىزمىتى نورمال بولمىسا خىلتلارنىڭ بىرى غالىب، بىرى ئاجىز كېلىدىغان ئەھۋاللارنى پەيدا قىلىپ بەش ئەزادا بەلگىلىك ئۆزگىرىشلەرنى ھەتتا ھەر خىل بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇلار تۆۋەندىكىچە قىسقا بايان قىلىنىدۇ.

1. سەپرا خىلتى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى:

سەپرا خىلتىنىڭ كەيپىياتى قۇرۇق ئىسسىق بولغاچقا، ئۇ غالىب كېلىپ بەش ئەزاغا تەسىر كۆرسەتسە، كۆز قىزىرىش، بۇرۇن قىزىرىش، گال قىزىرىپ ئىششىپ ئاغرىش، ئاۋاز پۈتۈشتەك ئەھۋاللارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

2. قان خىلتى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى:

قان خىلتىنىڭ كەيپىياتى ھۆل ئىسسىق بولغاچقا، ئۇ غالىب كېلىپ بەش ئەزاغا تەسىر كۆرسەتسە، كۆز قىزىرىپ قانغا تولىدۇ. كۆزدىن ئىسسىق ياش ئاقىدۇ. كۆز سېرىق چاپاقلىشىدۇ. قۇلاقتىن سېرىق يىرىڭ ئاقىدۇ. بۇرۇندىن سېرىق پوتلا كۆپ كېلىدۇ.

3. سەۋدا خىلتى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى:

سەۋدا خىلتىنىڭ كەيپىياتى قۇرۇق سوغۇق بولغاچقا، ئۇ غالىب كېلىپ بەش ئەزاغا تەسىر كۆرسەتسە، كۆز قۇرۇپ قىچىشىدۇ. كۆز چاناقلىرى كۆكىرىدۇ، چىڭقىلىدۇ. بۇرۇن قۇرغاقلىشىدۇ.

4. بەلغەم خىلتى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى:

بەلغەم خىلتىنىڭ كەيپىياتى ھۆل سوغۇق بولغاچقا، ئۇ غالىب كېلىپ بەش ئەزاغا تەسىر كۆرسەتسە، كۆزدىن كۆپ ياش ئاقىدۇ. بۇرۇندىن كۆپ سۇ كېلىدۇ. قاپاق ساڭگىلاش، ئىششىش، قۇلاق پۈتۈشتەك ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ.

نورمالسىز خىلتلارنىڭ بەش ئەزاغا تەسىر قىلىپ كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلىشى

ئەمەلىي تىبابەتچىلىكتە بەككە بىر خىل خىلىت تۈپەيلىدىن بولۇپلا قالماي، بەلكى باشقا خىلىتلار بىلەن ئارىلاشقان ھالدىمۇ بولىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ دائىم كۆرۈلىدىغان ئالامەتلىرىنى ئىلغاش

ئەمەلىي تىبابەتتە كېسەللىك ئېنىقلاشتا، ئالدى بىلەن كېسەل كىشىدىن تەپسىلىي سوراش، زۆرۈر بولغان تەكشۈرۈشلەرنى ئېلىپ بېرىش، كېسەللىكنىڭ پۈتۈن ئەھۋالى بىلەن تونۇشۇش لازىم. ئۇلارنى يىغىنچاقلاش، ئانالىز قىلىش ئارقىلىق ئۇلارنىڭ ئىسسىقلىق، سوغۇقلۇق، ھۆللۈك، قۇرۇقلۇق ياكى قايسى خىلىتتىن بولغانلىقىنى توغرا ئېنىقلاپ بېكىتكەندىن كېيىن مۇناسىپ داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىش كېرەك.

تۆۋەندە بەش ئەزا كېسەللىكلىرىدىكى دائىم كۆرۈلىدىغان كېسەللىك ئالامەتلىرىنى ئىلغاش نۇقتىلىرى قىسقىچە ئايرىم-ئايرىم بايان قىلىنىدۇ.

1. كۆز: كۆزدىكى كېسەللىك ئالامەتلىرى گەرچە كۆپ بولسىمۇ، كېسەللىك ئورنىغا قاراپ كۆز سىرتىدىكى كېسەللىكلەر ۋە كۆز ئىچىدىكى كېسەللىكلەر دەپ ئىككى چوڭ تۈرگە ئايرىلىدۇ. ئادەتتە، يۇقىرى ۋە تۆۋەنكى قاپاق، ئىچكى-تاشقى كۆز بۇرجەكلىرى، كۆز يۇمىلىقىنىڭ ئەستەر پەردىسى، مۈڭگۈز پەردە ۋە ئۈزۈمسىمان پەردە قاتارلىق ئورۇنلاردا كېسەللىك پەيدا بولسا، كۆز سىرتى كېسەللىكلىرىگە تەئەللۇق بولىدۇ. ئادەتتە، يەرلىك ئورۇندىكى ئالامەتلىرى روشەن بولىدۇ. كۆپىنچە زىيادە ئىسسىق، قۇرۇق ئىللەتلەردىن كېلىپ چىقىدۇ.

كۆز گۆھىرى، كۆز شىشىسىمان سۇيۇقلۇقى، كۆز تومۇر پەردىسى، كۆرۈش تورسىمان پەردىسى، كۆرۈش ئەسەب (نېرۋا) لىرى قاتارلىقلاردا كېسەللىك پەيدا بولسا، كۆز ئىچكى كېسەللىكلىرىگە تەئەللۇق بولىدۇ. كۆپىنچە قۇۋۋەتسىزلىك، ئاجىزلىقلاردىن بولىدۇ. لېكىن ھەر دائىم شۇنداق بولىدۇ دەپ قاراشقىمۇ بولمايدۇ. بەزىدە كۆز سىرتىدىكى كېسەللىكلەرنىڭمۇ قۇۋۋەتسىزلىك، ئاجىزلىقلاردىن كېلىپ چىقىدىغانلىرى بولىدۇ.

كۆز كېسەللىكلىرى كېسەللەنگەن كۆزنىڭ ئاغرىش دەرىجىسى، ياش ئېقىشى، كۆرۈش سېزىمى قاتارلىقلارغا ئاساسەن ئايرىلىدۇ. مەسىلەن، كۆز يۇمىلىقى

قاتتىق ئاغرىسا ياكى كۆزنىڭ قىزىرىشى ئېغىر ھەم تۇشتۇمتۇت بولسا، كۆپىنچە ئۆتكۈر خاراكتېرلىك بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر قىزىرىش سۇس، ئاغرىش يېنىك بولۇپ ۋاقتى ئۇزۇنغا سوزۇلسا، سوزۇلما خاراكتېرلىك بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئادەتتە كۆز ئاغرىپ كۆزنى بېسىپ تۇرسا خۇشياقمىسا، كۆپىنچە كۈچلۈك ئىللەتتىن؛ بېسىپ تۇرسا خۇشياقسا، قۇۋۋەتسىزلىك، ئاجىزلىقتىن بولىدۇ. كۆز قىزىرىش ئېغىر بولۇپ قۇرۇپ، ئېچىشىپ ئاغرىسا، قۇرۇق ئىسسىقتىن بولىدۇ.

2. قۇلاق: قۇلاق سىرتقى يوللىرىغا جاراھەت چىقىپ ئىششىپ، قۇلاق ئىچى چىڭقىلىپ ئاغرىپ يىرىڭ ئاقسا، كۆپىنچە قان، ھۆل ئىسسىقتىن؛ ئەگەر قۇلاق غوڭۇلداپ، باش ئايلانغاندەك بولسا، كۆپىنچە سەپرا، قۇرۇق ئىسسىقتىن؛ ئەگەر ياشانغانلاردا قۇلاق ئوبدان ئاڭلىمىسا ياكى پۈتۈنلەي ئاڭلىمىسا، يەرلىك قىسىملارنى تەكشۈرگەندە باشقا غەيرىي كېسەللىك ئەھۋاللىرى كۆرۈلمىسە، كۆپىنچە باھ قۇۋۋىتىنىڭ زەئىپلىكى، بەدەننىڭ ئاجىزلىقى، قان-قۇۋۋەتلىرىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولىدۇ.

3. گال: ئاغرىقنىڭ گېلى قىزىرىپ، قىزىپ سوغۇقتىن قورقسا ھەم كۆپ يۆتىلىپ بەلغەم (خەپرۈك) كۆپ كەلسە، زۇكام ئىللىتىنىڭ گالغا يامان تەسىر قىلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. گال قاتتىق ئاغرىپ، قىزىرىپ ئىششىسا ھەتتا بىر نەرسە يۇتقىلى قويمىسا ھەممىدە سۈيدۈك، چوڭ تەرەت راۋان بولمىسا، سەپرادىن؛ گالدا دائىم بىر نەرسە باردەك ھېس قىلىنسا يەنى گالدا خەپرۈك باردەك ھېس قىلىپ، خەپرۈك كۆپىيىپ گال يېقىمسىزلانسا، كۆپىنچە بەلغەمدىن؛ گال قىزىرىپ قانغا تولۇپ ئاغرىسا، قاندىن؛ گالدا مۇنەك نەرسە تۇرۇپ قالغاندەك ھېس قىلىپ گال بوغۇلسا، يۇتاي دېسە يۇتالماي ياكى تۈكۈرۈپ چىقىرىۋېتەلمىسە، كۆپىنچە سەۋدادىن بولىدۇ. گال دائىم قىچىشسا، يەلدىن؛ ئاۋاز پۈتۈپ ئۇزۇن مۇددەت ساقايمىسا ھەم بەدەم ئورۇق ۋە ئاجىز بولسا، كۆپىنچە قۇۋۋەتسىزلىكتىن بولىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى مۇھىم نۇقتىلار

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئەمەلىي تېبابەتتىكى ئىپادىلىرى خىلمۇ خىل، ئۆزگىرىشى مۇرەككەپ بولىدۇ. شۇڭا، ئۇنىڭ كېسەللىك ئالامەتلىرىنى توغرا ئىلغاش، ئاساسىي زىددىيەتنى توغرا تېپىپ مۇۋاپىق داۋالاش كېرەك.

بەش ئەزا كېسەللكلرنى داۋالاش ئچكى ۋە سرتقى تەرەپتن داۋالاش دەپ ئككى چوڭ تۈرگە ئايرلدۇ. سرتقى داۋالاش تەركبگە شەخەك (ھجامەت) قويۇش، قان ئېلش، دەستكارلق ئۇسۇلى قاتارلق چارە-ئۇسۇللارمۇ كرىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللكلرنڭ ئچكى داۋاسى

بەش ئەزا كېسەللكلرنڭ مزاج ۋە خلتلار بلەن بولغان مۇناسۋتى نەزەرىيسگە ئاساسلانغاندا، ئچكى تەرەپتن داۋالاش مۇھمراق ئورۇندا تۇردۇ. لېكن بەزى ۋاقتلاردا سرتقى تەرەپتن داۋالاش ياكى دەستكارلق ئۇسۇللرى بلەن يەرلك ئورۇندكى كېسەللك ئۆزگرشلرنى بۋاستە داۋالاشلارمۇ بەلگللك دەرىجدە خېلى مۇھم ئورۇننى ئگلەيدۇ. ئادەتتە، دائم قوللنلدىغان بر قانچە خل ئۇسۇل ئايرم-ئايرم ھالدا تۆۋەندكچە بايان قلندۇ.

بەش ئەزا كېسەللكلرى ئچكى ئەزا كېسەللكلرگە ئوخشاش مزاج، خلت ۋە يەرلك ئورۇنلارنڭ ئۆزگرشلردن ئبارەت 3 چوڭ سەۋەبتن كېلپ چقدۇ. داۋالاشتمۇ قايسى سەۋەبتن ئكەنلكگە قاراپ داۋالاش ئېلپ بېرلدۇ. مزاج سەۋەبدن بولسا، مزاجنى تەڭشەشكە لايق دورا بېرلسلا كۆپنچە ھاللاردا ساقىيپ كېتدۇ. مەسلەن، ئسسقتن بولسا، سوغۇقلۇق دورلار؛ سوغۇقتن بولسا، ئسسسلق دورلار؛ ھۆللۈكتن بولسا، قۇرۇقلۇق دورلار؛ قۇرۇقتن بولسا، ھۆللەشتۈرگۈچى دورلار بېرلدۇ.

بەدەن خلتلرنڭ تەڭپۇڭلۇقدا خلت ئۆزگرشى مۇھم سەۋەب ھېسابلانغاچقا، ئالدى بلەن بەدەندە غالب كەلگەن ماددىنى سۈرۈپ چقرىپ، خلتنى تەڭپۇڭلاشتۇرۇش ئالدىنقى نشان قلندۇ. شۇڭا، ئالدى بلەن مەزكۇر خلتنى پۇشۇرغۇچى (مۇنزىج) دورلارنى بېرىپ ئۇنى پۇشۇرغاندن كېين، شۇ خلتقا خاس سۈرۈپ چقرىدىغان (مۇسھل) دورلار ئارقلق ئۇلارنى سۈرۈپ چقرش كېرەك.

1. زيادە سەپرا خلتنى تازلغۇچى دورلار: سەندەل، يۇمغاقسۈت، ئوسۇڭ ئۇرۇقى، كافۇر، ئسبەغۇل لۇئابى، بېھى ئۇرۇقى، سېمز ئوت ئۇرۇقى، كاسن ئۇرۇقى، ئارپا-باديان، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلقلار.

2. بەلغەم ماددىسىنى پۇشۇرۇش ئۈچۈن كۆپىنچە ئىيارەجى فەيقەرا ئىشلىتىلىدۇ. بەلغەم خىلىتىنى تەڭشەش ئۈچۈن ئارپا بادىيان، رۇمبادىيان، زىرە، دارچىن، ئەفتىمۇن، زەنجىبىل قاتارلىقلار؛ تەييار ياسالمىلاردىن مەئجۇنى ماددە ئۇلھايات قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ.

3. قان كۆپىيىپ قويۇلغاندا شەربىتى سەندەل، ئەيئۇلا سۈيى، مەتبۇخى شاھتەررە قاتارلىقلار بېرىلىدۇ.

4. سەۋدا خىلىتىنى تەڭشەش ئۈچۈن گاۋزەبان، چوچۇكبۇيا يىلتىزى، ئەنجۈر، قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلار؛ تەييار ياسالمىلاردىن شەربىتى گاۋزەبان قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا نورمالسىز سەپرا، بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىرىنى پۇشۇرۇپ، تازىلاشلارنىڭ ھەممىسىگە مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئىشلىتىشكە بولىدۇ. كېسەل ماددىسى (غەيرىي نورمال خىلىت) نى پۇشۇرۇپ، تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ھەر بىر ئەزانىڭ كېسەللىكىگە خاس بولغان مەخسۇس دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئومۇمىي جەھەتتە ئېيتقاندا ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە سوغۇق دورىلار، سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىسسىق دورىلار قوللىنىلىدۇ. كونكرېت جەھەتتە ئېيتقاندا سەپرا خىلتىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە ھۆل سوغۇق دورىلار، قان خىلتىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە قۇرۇق سوغۇق دورىلار، بەلغەم خىلتىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە قۇرۇق ئىسسىق دورىلار، سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە ھۆل ئىسسىق دورىلار قوللىنىلىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ سىرتقى داۋاسى

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى سىرتقى جەھەتتە داۋالاش دورىلارنى يەرلىك ئورۇنغا بىۋاسىتە ئىشلىتىشكە ۋە ھەر خىل ئۇسۇل-چارىلەر بىلەن يەرلىك ئورۇننى داۋالاشقا قارىتىلغان. ئۇنىڭ تەركىبىگە سۈرمە تارتىش، دورا تېمىتىش، مەلھەم سۈرتۈش، دورا پۈركۈش، دورا سۈيى بىلەن چايقاش، شامچە كىرگۈزۈش، ئىسسىق-سوغۇق ئۆتكۈزۈش، ھىجامەت (لوڭقا) قويۇش، قان ئېلىش ھەتتا لازىم بولغاندا ھەر خىل دەستكارلىق (ئوپېراتسىيە) قىلىش ئۇسۇللىرىمۇ كىرىدۇ. تۆۋەندە ھەر بىر ئەزانى داۋالاش ھەققىدە قىسقىچە توختىلىپ ئۆتىمىز.

كۆزنى داۋالاش

1. سۈرمە تارتىش: كۆزگە مەنپەئەتلىك ھەر خىل دورىلارنى ئۇپىدەك يانچىپ، كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىدۇ.

2. دورا تېمىتىش: مەخسۇس دورىلاردىن تەشكىل تاپقان نۇسخىلار قايىنتىلمىسى ياكى ئەرىقى كۆزگە تېمىتىلىدۇ.

3. دورا چېپىش: كۆزگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ۋە سوغۇق ئۆتكۈزۈشتىن سىرت، مەخسۇس دورىلاردىن تەركىب تاپقان نۇسخىلارنى ھەسەل قاتارلىقلار بىلەن مەلھەم قىلىپ كۆزگە چاپىدۇ.

4. چېكىش: مەخسۇس دەستىكارلىق سايمانلىرى ئارقىلىق ئاق چۈشكەن كۆزدىكى بۇلۇتسىمان پەردە پىشقاندا چېكىپ داۋالىنىدۇ.

قۇلاقنى داۋالاش

1. سىرتقى قۇلاق يولىنى تازىلاش: سوۋۇتۇلغان قايناقسۇ بىلەن قۇلاق ئىچىگە سۇ كىرگۈزۈۋەتمەسلىك ئاساسىدا سىرتقى قۇلاق يۇيۇلىدۇ ياكى پاكىزە پاختا بىلەن قۇلاق يولىدىكى يىرىڭ قاتارلىقلار تازىلىنىدۇ.

2. تالقان (سۇفۇف)، دورا سۇيۇقلۇقى، مەلھەملەر بىلەن داۋالاش: قۇلاق ئىچىگە جاراھەت چىققان ياكى قۇلاقتىن يىرىڭ ئاققاندا قۇلاق ئىچىگە تالقان دورىلار پۈركىلىدۇ. دورا سۇيۇقلۇقى تېمىتىلىدۇ. مەلھەملەر بىلەن كېسەللەنگەن جاي مايلىنىدۇ.

بۇرۇننى داۋالاش

1. دورا تېمىتىش: ھەر خىل دورىلاردىن ئىشلەنگەن سۇيۇقلۇق، مايلىق دورىلار بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ.

2. تالقان (سۇفۇف)، مەلھەملەر بىلەن داۋالاش: بۇرۇننىڭ ھەر خىل يىرىڭلىق چاقىلىرىدا تالقان (سۇفۇف) دورىلار ۋە مەلھەم دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بۇرۇن بەۋاسىرىدا كۆپرەك مەلھەم ئىشلىتىلىدۇ.

3. بۇرۇننى چايقاش: دورىلىق سۇيۇقلۇقلار بىلەن بۇرۇن چايقىلىدۇ.

گالنى داۋالاش

1. گالنى چايقاش: ھەر خىل دورىلارنى سۇدا قاينىتىپ، ئۇنىڭغا يېرىم ھەسسە قاينىتىلغان سۇ ئارىلاشتۇرۇپ، گالنى كۈندە نەچچە قېتىم چايقايدۇ.

2. گالغا دورا پۈركۈش: بەزى گال كېسەللىكلىرىدە دورىلارنى ئۇندەك قىلىپ گالغا پۈركۈيدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ جەرراھىيسى

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىدە ئۇيغۇر تېۋىپلىرى قەدىمكى زامانلاردىن تارتىپلا بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى ئىچكى، تاشقى جەھەتتىن دورىلار بىلەن داۋالاپلا قالماي، بەلكى كۆز، قۇلاق، بۇرۇن، گال ۋە ئېغىز ساھەسىنىڭ ھەر خىل كېسەللىكلىرىنى كېسەللىك ئورنى، كېسەللىك دەرىجىسى ۋە كېسەللىك ئاقىۋىتى قاتارلىقلارغا ئاساسەن ھەر خىل دەستكارلىق (جەرراھلىق-ئوپېراتسىيە قىلىش) ئۇسۇللىرىنى قوللىنىپ داۋالىغان. مەسىلەن، تۇغما خاراكتېرلىك قاپاق تېشىغا ئورۇلۇپ قېلىش (شەترە) ۋە قاپاق ساڭگىلاش (ئىستىرخائۇلجەفەنى)، ئېغىز ئالمىغان يىگىناسقۇ (شەئىرە)، كونىراپ كەتكەن قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىش (سەلابەتۇلجەفەنى)، كۆز ياشاڭغۇراش (سەيلانى ئەشك) كېسىلىدە ياش يوللىرى نورماللىسىزلىنىش، كۆز بۇرجىكىدىن بەز ئۆسۈپ چىقىش (غۇددەئى گوشەئى چەشمى) كېسىلى كونىراش ۋە ئېغىرلىشىش، ياش خالتا يىرىڭلىق ئاقمىسى (ناسۇرۇلئەينى) كېسىلىدە ياش يولى تارىيىش، كۆزگە قاناتچە گۆش ئۆسۈش (زۇفرە)، كۆز ئەستەر پەردىسىگە نېپىز قىزىل گۆش ئۈنۈش (تۇۋسەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە)، كۆزگە پەردە چۈشۈش (سەبەل)، كۆزگە ئاق چۈشۈش (بەيازۇلئەينى)، 4-دەرىجىلىك كۆز قوتۇرى (جەرەبۇلئەينى)، كۆزگە سۇ چۈشۈش (نوزۇلۇلماء) قاتارلىق كۆز كېسەللىكلىرىنى دەستكارلىق ئەمەلىيىتىنىڭ شەرت-شارائىتلىرىنى ھازىرلىغان ۋە مەشغۇلىيەتلىرىگە قاتتىق ئەمەل قىلغان ھالدا تۈزەش، يىرىڭ ئاققۇزۇش، ياش يوللىرىنى كېڭەيتىش، قىرىش، يېرىش، كېسىپ ئېلىۋېتىش ۋە مەخسۇس ئەسۋاب بىلەن شومۇرۇش قاتارلىق دەستكار ئۇسۇللىرىنى قوللىنىدۇ. قۇلاققا غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كېتىش، قۇلاق يولىدا قان-يىرىڭلار قېتىشىپ توسۇلۇپ قېلىش قاتارلىق قۇلاق

كېسەللىكلىرىدە مۇچىن بىلەن تۇسالغۇلارنى تازىلايدۇ. قۇلاق قاناش دورا بىلەن ياخشىلانمىسا دەستىكارى ئۇسۇل قوللىنىدۇ. ئىككىلەمچى خاراكتېرلىك بۇرۇن سېزىمى ئاجىزلىشىش ياكى پۈتۈنلەي يوقىلىش (خەيشۇم)، بورۇن بوۋاسىرى (بەۋاسىرۇلئەنفى) قاتارلىق بۇرۇن كېسەللىكلىرى دورا بىلەن ياخشىلانمىسا دەستىكارى ئۇسۇل قوللىنىدۇ. بۇرۇن راكى (سەرەتانى ئەنف) كېسىلىدە ئۇسمىنى داغلايدۇ. كالپۇكقا ئارتۇقچە گۆش ئۆسۈش (بەۋاسىرۇلشەفەتى) كېسىلىدە ئۆسكەن گۆش قارايغان بولسا نەشتەر بىلەن تىلىدۇ ياكى كونارغان ۋە ئېغىرلاشقان بولسا ئۆسكەن گۆشنى كېسىپ ئېلىۋېتىدۇ. چىشلار كاۋاكلىشىپ كېتىش، ئۆۋۈلۈپ كېتىش ۋە كامار بولۇپ قېلىش (تەئەككۈلۈلئەسنانى، تەپەتتۇلئەسنانى ۋە تەسەققۇبۇلئەسنان) كېسەللىكلىرىدە دورا بىلەن ياخشىلىنىش ئىمكانىيىتى بولمىسا، ئەھۋالغا قاراپ قىرىش، داغلاش، زاماسكىلاش ۋە يۇلۇش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىدۇ. تىل ئېغىرلىقى، كېكەشلىك (سىقلۇللىسانى، لۇسغۇللىسانى) كېسىلىدە ئەگەر تىل ئاستىدىكى ئىلىنچىق قىسقا بولسا دەستىكارلىق ئۇسۇل بىلەن كېسىدۇ. تىل تېگىدە قومچاقسىمان ئۆسۈكچە گۆش پەيدا بولۇش (زىفدە ئۇللىسانى) كېسىلىدە ئۆسۈكچە گۆش دورا بىلەن ياخشىلانمىسا دەستىكارلىق ئۇسۇلدا كېسىپ ئېلىۋېتىدۇ. بادامسىمان بەز ياللۇغى (ئىلتىھابۇلەۋزەتەينى) كېسىلى تەكرار قوزغىلىدىغان بولسا، دەستىكارلىق ئۇسۇل بىلەن كېسىپ ئېلىۋېتىدۇ، قاتارلىقلار.

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىدە ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ دەستىكارلىق ئۇسۇللىرى بىلەن كېسەللىكلەرنى داۋالاش تارىخى ناھايىتى ئۇزۇن بولۇپ قەدىمكى تېببىي كىتابلاردا ئۇنى «ئىلمى جەرراھىيە»، بۇ ئۇسۇلنى قوللىنىپ كېسەل داۋالىغۇچى تېۋىپنى «جەرراھ» دەپ ئاتىغان. بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى بولۇپمۇ نازۇك ئەزا بولغان كۆزنىڭ كېسەللىكلىرىنى جەرراھلىق ئۇسۇللىرى بىلەن داۋالاشنىڭ تارىخىمۇ خېلى ئۇزۇن. تولۇقسىز مەلۇماتلارغا ئاساسلانغاندا، پەقەت كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دەستىكارلىق ئەسۋابلىرىلا 47 خىلغا يەتكەن بولۇپ، ئۇلار ناھايىتى قىممەتلىك مىتاللاردىن ئىنتايىن نەپىس قىلىپ ئىشلەنگەن. بۇنىڭدىن باشقا، مەشھۇر ئالىم ۋە تېبابەتشۇناس ئىبنى سىنانىڭ تېببىي تەلىماتلىرى شىنجاڭغا يېتىپ كېلىپ تېۋىپلىرىمىز تەرىپىدىن بەلگىلىك دەرىجىدە قوبۇل قىلىنىشتىن خېلى بالدۇرلا ئۇيغۇر تېۋىپلىرى شىنجاڭدىلا ئەمەس، ھەتتا ئوتتۇرا تۈزلەڭ رايونلىرىدىمۇ كۆز كېسەللىكلىرىنى دەستىكارلىق ئۇسۇللىرى بىلەن داۋالاپ ساقايتالىلىقى ھەققىدىكى ئىشەنچلىك تارىخىي پاكىتلار چەت ئەل ئالىملىرىنىڭ ئەسەرلىرىدىمۇ بايان قىلىنغان. مەسىلەن، يۇقىرىدا سۆزلەپ ئۆتۈلگەندەك ياپونىيىلىك ئالىم چېن شۇنچېڭ ئەپەندى يازغان «يىپەك يولىغا زىيارەت»

Altun0q

دېگەن كىتابىدا: ياپونىيىگە بېرىپ كۆڭزى تەلىماتلىرىنى ياپون خەلقىغە تارقاتماقچى بولغان مەشھۇر راھىب ئۇستاز جيەن چېنىنىڭ يەلكەنلىك كېمە بىلەن دېڭىزغا سەپەرگە چىقىپ، بوران ۋە شىددەتلىك دولقۇن تۈپەيلىدىن بىر قانچە قېتىم مەغلۇپ بولۇپ ۋە كۆزىگە سۇ چۈشۈپ (نۇزۇلۇلماء) ۋەتەنگە قايتىشقا مەجبۇر بولغانلىقى، يەرلىك تېۋىپلار كېسىلىنى داۋالاشقا ئامالسىز قالغاندا ياڭجۇ شەھىرىدە تېۋىپلىق قىلىۋاتقان ئۇيغۇر تېۋىپىنىڭ جەرراھلىق ئۇسۇلى بىلەن داۋالاپ ساقايتقانلىقى، ھەمدە مەزكۇر راھىب ئۇستازنىڭ ئاخىرى ياپونىيىگە بېرىپ ئۆز مەقسىتىنى ئەمەلگە ئاشۇرغانلىقى بايان قىلىنغان. ۋاقىت ئېتىبارىدىن قارىغاندا بۇ ئىشقا تەخمىنەن 1300 يىلدىن كۆپرەك بولغان. شۇ چاغدا ئوتتۇرا تۈزلەڭلىكتىكى رايونلاردا تېۋىپلىق قىلىۋاتقان بىر ئۇيغۇر تېۋىپىنىڭ ئەنە شۇنداق نازۇك دەستكارلىق ئەمەلىيىتى ئارقىلىق مۇھىم بىر ئەربابنىڭ كۆزىنى ئېچىپ شۆھرەت قازانغانلىقى ھەمدە ھازىرقى زامان چەت ئەل ئالىملىرىنىڭ ئەسەرلىرىدە تىللاردا داستان قىلىنىپ قايتا ئالاھىدە تەرىپلەنگەنلىكىدىن ئەينى زامانلاردا ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى گۈللەنگەن ئەسلىي زېمىن شىنجاڭدا يەنىمۇ ماھىر ھۆكۈمالار ۋە جەرراھلارنىڭ ناھايىتى كۆپلىكىنى تەسەۋۋۇر قىلىش تەس ئەمەس. دەرۋەقە، قەدىمكى تىببىي كىتابلاردا مەخسۇس كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلماء) كېسىلىنى دەستكارلىق ئەمەلىيىتى بىلەن داۋالايدىغان ئۇسۇل «ئەمەلىي قەدەھ ياكى قەدەھ ئۇسۇلى»، بۇ ئۇسۇلنى قوللىنىپ كېسەل داۋالىغۇچى تېۋىپ «قەددەھ» دەپ ئاتالغان. ھالبۇكى، ئۇيغۇر تېۋىپلىرى ئارىسىدا تاكى ھازىرغىچە مەزكۇر قەدىمكى ئۇسۇلنى قوللىنىپ كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلىنى داۋالايدىغان قەددەھ تېۋىپلار بار.

گەرچە، ھازىرقى زامان مېدىتسىنا ئىلمىنىڭ تەرەققىياتىغا ئەگىشىپ مۇتلەق كۆپ ساندىكى بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئوپېراتسىيىلىرى غەرب تىبابىتى دوختۇرخانىلىرىدا ئېلىپ بېرىلىۋاتقان بولسىمۇ، ئۇيغۇر تىبابىتىمىزنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرى جەرراھىيىسىنى ھازىرقى زامان ئۇيغۇر تىبابىتى ئەسەرلىرىدە قايتا ئەسكەرتىپ ئۆتۈش تارىخىي مەنبە جەھەتتىكى ساۋادىمىزنى كېڭەيتىشكە زور دەرىجىدە ياردىمى بولۇپلا قالماي، بەلكى بەزى چەت-ياقا رايونلاردا شەرت-شارائىت ھازىرلانغان ھالدا جەرراھىيە ئەمەلىيىتىگە قاتتىق ئەمەل قىلىپ بەزى بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى ئاددىي دەستكارلىق ئۇسۇللىرىدىن پايدىلىنىپ بىر تەرەپ قىلىشتا بەلگىلىك ئەھمىيەتكە ئىگە.

ئىشىنىمىزكى، ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىنىڭ ئۇچقاندەك تەرەققىياتى ۋە ئۇيغۇر تىبابىتى ئالىي تېخنىكومىدەك مۇنتىزىم بىلىم يۇرتلىرىنىڭ مۇكەممەللىشىشىگە ئەگىشىپ،

قەدىمكى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى جەرراھىيسى قايتىدىن يېڭىچە تەرەققىياتلارغا ئېرىشكۈسى ۋە يېڭى ئۇيغۇر تىبابىتى جەرراھلىرى مەيدانغا كەلگۈسى.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش

يېمەك-ئىچمەك، تۇرالغۇ جاي

كوللېكتىپ ۋە شەخسىي يېمەك-ئىچمەك تازىلىقىغا رىئايە قىلىش، يېمەك-ئىچمەك مۇۋاپىق ۋە رېتىملىق بولۇش، بەك ئاچچىق، بەك تۇزلۇق ۋە يەللىك تاماقلارنى ئاز ئىستېمال قىلىش، تاماكا چەكمەسلىك، ھاراق ئىستېمال قىلماسلىق، يېنىك، ئاسان سىڭىدىغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. شۇنداقلا، ئاشقازان يەللىرىنىڭ كۆپىيىپ، يۇقىرىغا ئۆرلەپ، بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى پەيدا قىلىشىدىن ساقلانغىلى بولىدۇ.

تۇرالغۇ-جاي، يېتىپ-قوپۇش مۇۋاپىق ئورۇنلاشتۇرۇلۇشى ۋە رېتىملىق بولۇشى لازىم. كۆزنىڭ تازىلىقىغا رىئايە قىلىش، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى نامۇۋاپىق ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش مەسىلەن، قاراڭغۇ، گۇگۇم ۋاقىتلاردا كىتاب كۆرمەسلىك ۋە خەت يازماسلىق، يېتىپ كىتاب كۆرمەسلىك، نازۇك ئىشلارنى قىلماسلىق، كۆز، بۇرۇن، گالغا قاتتىق غىدىقلاش تەسىرى بار بۇي ھىدلار ۋە ئىس، چاڭ-توزانلاردىن ساقلىنىشقا دىققەت قىلىش لازىم.

روھىي ئامىللار

كىشىلەرنىڭ روھىي ھالىتى كېسەللىكلەر بىلەن ناھايىتى چوڭ مۇناسىۋىتى بار. ئەگەر ئۈمىدسىزلىنىپ داۋالىنىشقا ئاكتىپ پوزىتسىيە تۇتمىسا، كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشى ۋە يامانلىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. روھىي يۈك ھەددىدىن زىيادە بولۇپ كەتسە، يەنى ھەددىدىن زىيادە غەم-قايغۇ قىلىپ روھىي كەيپىياتى ياخشى بولمىسا، ئەسەبلەر خىزمىتىدە ئاجىزلىشىش ياكى تورمۇزلىنىش ھالىتى كېلىپ چىقىدۇ. شۇنىڭغا ئەگىشىپلا پۈتۈن بەدەندىكى ئەزالارنىڭ خىزمىتىدىمۇ ئاجىزلىشىش ياكى قالايمىقانلىشىش كۆرۈلىدۇ.

خىلتلاردا ئۆزگىرىش پەيدا بولۇپ، سىرتقى يامان ئىللەتلەر ئاسانلا كېسەللىك پەيدا قىلىدۇ.

تازىلىققا دىققەت قىلىش

تازىلىق ئىشلىرىنى ياخشى ئىشلەپ بېرىش، ئاكتىپلىق بىلەن سەھىيە تەشۋىقات تەربىيە خىزمىتىنى قانات يايدۇرۇش كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا ناھايىتى مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. شەخسىي تازىلىق جەھەتتە قول بىلەن كۆزنى ئۇۋۇلىماسلىق، تاماقتىن بۇرۇن، تەرەتتىن كېيىن قول يۇيۇشنى ئادەت قىلىش كېرەك. كوللېكتىپ ئورۇنلاردىكى يۈز، قول يۇيىدىغان داس قاتارلىق سايمانلارنى قايناتقاندىن ياكى زەھەرسىزلەندۈرگەندىن كېيىن ئىشلىتىشنى ئەمەلگە ئاشۇرۇش، باشقىلارنىڭ لۆڭگە ياغلىقلىرىدا كۆزنى سۈرتمەسلىك، ھەمدە ئېغىز بوشلۇقى تازىلىقىغا دىققەت قىلىش، دائىم ئېغىز چايقاش، چىش يۇيۇشقا ئادەتلىنىش، قۇلاق ۋە بۇرۇننى قالايمىقان كولىماسلىق كېرەك.

بەدەن چېنىقتۇرۇش

ھەر كۈنى ئەستايىدىللىق بىلەن تەنتەربىيە قىلىش ۋە ھەر تۈرلۈك بەدەن چېنىقتۇرۇش پائالىيەتلىرى ئارقىلىق بەدەننىڭ كېسەللىكلەرگە بولغان قارشىلىق كۈچىنى ئاشۇرۇش كېرەك. ئەگەر كۆز ھارغىنلىق ھېس قىلسا، كۆزنى ئاسراش گىمناستىكىسى ئويناش ئارقىلىق كۆزنى ئارام ئالدۇرۇش كېرەك.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى پەرۋىش قىلىش

پەرۋىش قىلىش داۋالاش خىزمىتىدىكى مۇھىم ھالقىلارنىڭ بىرى. ئۇنىڭ ياخشى-يامان ئىشلىنىشى شىپالىق ئۈنۈمى، داۋالاش مۇددىتى قاتارلىقلار بىلەن چوڭ مۇناسىۋىتى بار.

كۆزنى پەرۋىش قىلىش

يۇقۇملۇق كۆز كېسەللىكلىرىدە ئەگەر بىر كۆز كېسەللىنىپ پەرۋىش قىلىشقا ئېتىبار بېرىلمىسە، يەنە بىر كۆزگە ئاسانلا يۇقىدۇ. شۇڭا، كېسەللەنگەن كۆزدىن

چاپاق، ياش چىققاندا ۋاقتى-ۋاقتىدا پاكىز پاختىنى سوۋۇتۇلغان قايناقسۇ ياكى تۇز سۈيى بىلەن نەمدەپ سۈرتۈپ تازىلاش كېرەك. كېسەل كىشى ئىشلەتكەن قولياغلىقنى دائىم ئالماشتۇرۇپ تۇرۇشى ھەمدە قايناقسۇغا بېسىپ، سوپۇن بىلەن يۇيغاندىن كېيىن ئىشلىتىشى، يۈز سۈرتىدىغان لۆڭگە قاتارلىقلارنى باشقىلاردىن ئايرىپ ئىشلىتىشى كېرەك. ئەگەر، بىر تەرەپتىكى كۆزدىن كۆپلەپ ياش ئاقسا، ئەڭ ياخشىسى شۇ تەرەپكە يېتىپ ساق كۆزگە ئېقىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش لازىم. ئىككىلا كۆز بىرلا ۋاقىتتا كېسەللىنىپ پۈتۈن بەدەن بىئارام بولسا، يېتىپ دەم ئېلىش لازىم. كۆزنى دەستىكارلىق ئۇسۇللىرى بىلەن داۋالاتقاندىن كېيىن يېتىپ ئارام ئېلىشقا تېخىمۇ دىققەت قىلىش، ئالاھىدە كۈتۈنۈش لازىم. ئەگەر، كېسەلنىڭ مىجەز-خاراكتېرى ئىتتىك، ئاسان ئاچچىقلىنىدىغان، تېرىككەك ياكى غەم-غۇسسىدار بولسا، تىببىي خادىملار كۆپرەك نەسىھەت قىلىپ تىنچلاندۇرۇش، كېسەللىك ئەھۋالىنىڭ يامانلىشىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش لازىم.

قۇلاق، بۇرۇننى پەرۋىش قىلىش

قۇلاق، بۇرۇننىڭ يەرلىك ئورۇن تازىلىقىغا دىققەت قىلىش لازىم. مەسىلەن، قۇلاق يولىدىن يىرىڭ ياكى قان كەلسە، بۇرۇندىن پوتلا ياكى قان ئاقسا، قۇلاق يولى ۋە بۇرۇن بوشلۇقىنى يۇيۇپ، تازىلاپ پاكىز تۇتۇش، يۇقۇملىنىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئېغىز بوشلۇقىنى پەرۋىش قىلىش

ئېغىز تازىلىقىغا ناھايىتى دىققەت قىلىش، ھەر كۈنى چىشنى چوتكىلاپ يۇيۇش ياكى ئازراق تۇز قوشۇلغان سۇ بىلەن دائىم ئېغىز چايقاپ تۇرۇش لازىم. ئېغىز بوشلۇقىدا قىزىرىپ ئىششىش، ئاقىرىپ ئاق پەردە ھاسىل بولۇش ھەمدە قان-يىرىڭ تۈكۈرۈش، قۇسۇشتەك ئەھۋاللارنىڭ بار-يوقلۇقىغا دىققەت قىلىش لازىم. ئېغىز كېسەللەرنىڭ نەپەسلىنىشىدە قىيىنچىلىق بار-يوقلۇقىغا دىققەت قىلىش كېرەك. مەسىلەن: جىددىي كېسەللىكلەردە بەلغەم، خەپرۇك كۆپىيىپ نەپەس يوللىرىنى توسۇپ نەپەسلىنىشنى قىيىنلاشتۇرسا، باشنى يېنىچە قىلىپ ياتقۇزۇش، خەپرۇكنىڭ گالغا تىقىلىپ قېلىشى ياكى نەپەس يولىغا كىرىپ كېتىپ خەتەرلىك ئەھۋاللارنىڭ كېلىپ چىقىشىدىن ساقلىنىش لازىم. گال كېسەللىكلىرى كۆپىنچە

يەلدىن بولۇپمۇ ئىسسىق يەلدىن، سەپرادىن كېلىپ چىقىدۇ. شۇڭا سەپرانى كۆچەيتىدىغان نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش كېرەك. مەسىلەن: لازا، هاراق، تاماكا قاتارلىقلارنى كۆپلەپ ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم. گال كېسەللىكلىرى سوغۇقتىن، ئاجىزلىقتىن بولغاندا يېتىپ-قوپۇشقا، يېمەك-ئىچمەككە، دەم ئېلىشقا دىققەت قىلىش كېرەك.

◆

كۆز كېسەللىكلىرى

كۆز پارسچە چەشم، ئەرەبچە ئەين دەپ ئاتىلىدۇ. كۆز ئادەم بەدىنىدىكى مۇرەككەپ ئەزالار ئىچىدە مۇھىم ۋە نازۇك ئەزا بولۇپ، سىرتقى دۇنيانى تونۇشتىكى تاشقى بەش سەزگۈ (ھەۋاسى خەمسە زاھىرى) ئەزانىڭ بىرى. ئۇنىڭ ۋەزىپىسى كۆزگە كۆرۈنىدىغان شەيئىلەرنىڭ تەسۋىرلىرىنى ئۆز ئەينى بويىچە كۆرۈپ مېڭىگە نورمال ئەكس ئەتتۈرۈپ بېرىشتىن ئىبارەت. ئۇ، بۇ ۋەزىپىسىنى ئادا قىلىش ئۈچۈن ئۆزىگە خاس كۆرۈش كۈچى (قۇۋۋەئى باسىرە) گە تايىنىشتىن سىرت ئۆزىدىكى پەردىلەر، سۇيۇقلۇقلار ۋە كۆرۈش ئەسەبلىرى (ئەسەبى مۇجەۋۋەفە) قاتارلىقلارغا تايىنىدۇ. ئۇ سىرتقى كۆرۈنۈش جەھەتتە كۆز ئېقى، كۆز قارىسى، كۆز قارىچۇقى قاتارلىقلار ئارقىلىق شەكىللەندۈرگەن يۇملاق ھالىتىنى قاپاق ۋە كىرپىكلەر ئارقىلىق مۇھاپىزەت قىلىپ تۇرىدۇ. شۇڭا تېبابەتچىلىكىمىز كۆز كېسەللىكلىرىنى ئادەتتە قاپاق ۋە كىرپىك كېسەللىكلىرى، كۆز بۇرجىكى كېسەللىكلىرى، كۆز ئېقى كېسەللىكلىرى، كۆز قارىسى كېسەللىكلىرى، كۆز قارىچۇقى كېسەللىكلىرى، سىرتقى زەخىملىنىشتەك باشقا كۆز كېسەللىكلىرىگە ئايرىيدۇ ھەمدە كېسەللىك سەۋەبى، ئالامىتى، داۋاسى (ئىچكى ۋە تاشقى داۋاسى، دەستكارلىق ئۇسۇللىرى)، پەرھىزى، ئوزۇقلىنىشى قاتارلىقلارنى ئۆزىگە خاس مىللىي ئالاھىدىلىكى بويىچە تەپسىلىي بايان قىلىدۇ.

كۆز كېسەللىكلىرى بىلەن تونۇشۇش ئۈچۈن ئالدى بىلەن كۆزنىڭ تۈزۈلۈشىنى پىششىق بىلىشكە توغرا كېلىدۇ.

كۆزنىڭ تۈزۈلۈشى

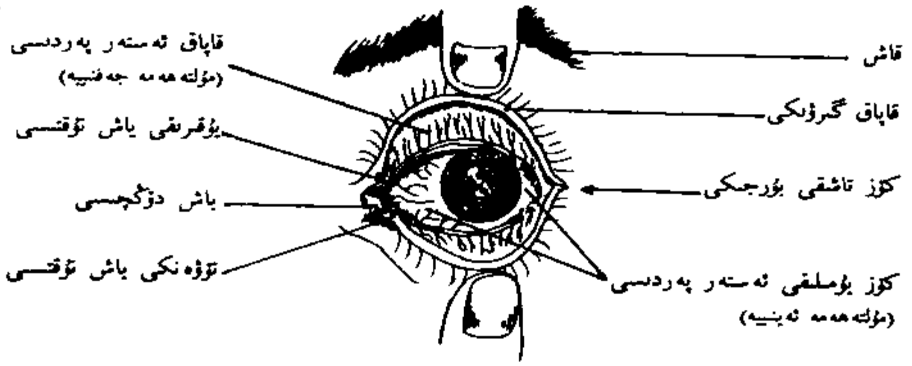
كۆز ئىنچىكە ۋە ئىنتايىن مۇرەككەپ ئەزا بولغاچقا ئۇنىڭدا يۈز بېرىدىغان

كېسەللىكلەرمۇ ناھايىتى مۇرەككەپ ۋە ھەر خىل بولىدۇ. شۇڭا، ئۇلارنى توغرا تونۇپ ئىچكى ياكى تاشقى جەھەتتە مۇۋاپىق دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلارنى قوللىنىپ توغرا داۋالاشتا ئالدى بىلەن ئۇنىڭ تۈزۈلۈشىنى پىششىق ئىگىلەش ناھايىتى زور ئەھمىيەتكە ئىگە.

كۆز—كۆزنىڭ قوشۇمچە ئەزالىرى ۋە كۆز يۇمىلىقىدىن ئىبارەت ئىككى قىسىمدىن تۈزۈلگەن.

كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى*

كۆزنىڭ قوشۇمچە ئەزالىرى (مۇتەئەللىقاتى چەشم) 1. ئىككى قاش، 2. قاپاق، 3. كىرپىك، 4. قاپاق ئەستەر پەردىسى، 5. ياش ئەزالىرىدىن تەركىب تاپىدۇ. (2-1-رەسىم)



1-رەسىم. كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى

1. قاش

قاش (ھاجىب، ھاجىبەين) كۆز ئۆيى (كۆز چانىقى) نىڭ ئۈستۈنكى قىرغىقىدىكى يايسىمان دۆڭچىنىڭ تېرە يۈزىگە ئۈنگەن تۈكلەردىن ھاسىل بولغان بولۇپ، ئۇ ئاساسلىق، پېشانىدىن ئاققان تەرلەرنىڭ كۆزگە كىرىپ كېتىشىنى توسۇش رولىغا

---

* ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىدە ئەزالار ۋە كېسەللىكلەر سىرتىدىن ئىچىگە، يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تونۇشتۇرۇلغاچقا، ئەسلى ئۇسلۇبى ساقلاپ قېلىنىپ يەنىلا ئالدى بىلەن «كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى» تونۇشتۇرۇلدى.

—— مۇھەررىردىن

ئىگە ۋە شۇنىڭدەك كىشىلەرنىڭ ھۆسنىگە زىننەت قوشىدۇ.

2. قاپاق

قاپاق (جەفن، ئەجفان) كۆز يۇمىلىقىنىڭ تۆدۆل ئۈستى ۋە ئاستى تەرىپىگە جايلاشقان بولۇپ، كۆز يۇمىلىقىنىڭ ئالدىنقى قىسمىنى مۇھاپىزەت قىلىدۇ. ئۇ ئۈستۈنكى ۋە ئاستىنقى قاپاق دەپ ئىككىگە بۆلۈنگەن بولۇپ، يېپىلىپ-ئېچىلىپ ھەرىكەتلىنىپ تۇرىدۇ. ئۈستۈنكى قاپاق ئاستىنقى قاپاققا قارىغاندا كەڭرەك ۋە ھەرىكەتچان بولىدۇ. قاپاق ئۇچلىرى ئۆزئارا تۇتۇشۇپ كۆزنىڭ ئىككى بۇرجىكىنى ھاسىل قىلىدۇ. ئىچكى تەرەپتىكىسى چوڭراق بولۇپ، كۆز ئىچكى بۇرجىكى؛ تاشقى تەرەپتىكىسى كىچىكرەك بولۇپ، كۆز تاشقى بۇرجىكى دەپ ئاتىلىدۇ. تاشقى بۇرجەك كۆز يۇمىلىقى بىلەن بەكرەك جىپسىلاشقان بولىدۇ. ئىچكى بۇرجەك كۆز يۇمىلىقىدىن سەل-پەل ئايرىلىپ تۇرغان بولۇپ، ئۇنىڭدىن بۆرتۈپ چىققان گۆش-ياش دۆڭچىسى، دەپ ئاتىلىدۇ. قاپاقلارنىڭ قىرى قاپاق گىرۋىكى دەپ ئاتىلىدۇ. ئۈستۈنكى ۋە ئاستىنقى قاپاق گىرۋەكلىرىنىڭ كۆز ئىچكى بۇرجىكىگە يېقىن جايىدىكى ئىككى تۆشۈك-ياش نۇقتىسى دەپ ئاتىلىدۇ. يۇقىرى ۋە تۆۋەنكى ياش كانالچىلىرى مۇشۇ نۇقتىلاردىن باشلىنىدۇ. قاپاق گىرۋىكىنىڭ ئالدىنقى قىرىدا سىرتقا قاراپ رەتلىك ئۆسكەن كىرپىكلەر، قىرىنىڭ ئىچكى تەرىپىدە قاپاق قىرىغا قاراپ ئېغىزلانغان كۆمۈرچەك بەزلەر بولىدۇ. بەزلەردىن چىققان سۇيۇقلۇقلار قاپاق قىرىنى سىلىقلاپ تۇرىدۇ. قاپاقنىڭ تۈزۈلۈشى سىرتىدىن ئىچىگە قاراپ تېرە، تېرە ئاستى ئەزالىرى، گۆش، كۆمۈرچەك ۋە ئەستەر پەردىلەردىن تەركىب تاپىدۇ. تېرە قىسمى ناھايىتى نېپىز كېلىدۇ. كۆمۈرچىكى ئىنچىكە تالالاردىن تۈزۈلگەن بولىدۇ. قاپاقتىكى گۆش ئاساسەن يۇقىرىقى قاپاقنىڭ يۇمۇلۇپ ئېچىلىشىنى باشقۇرىدۇ.

3. كىرپىك

كىرپىك (ھودب، ئەھداب) قاپاق گىرۋەكلىرىدىن ئۈنۈپ چىققان، ئىككى ياكى ئۈچتىن قاتارلاشقان تۈكلەردىن ھاسىل بولغان بولۇپ، ئۈستۈنكى كىرپىكلەر ئاستىنقى كىرپىكلەرگە قارىغاندا كۆپ ۋە ئۇزۇنراق، سەل-پەل ئۈستى تەرەپكە ئېگىلگەن بولىدۇ. ئاستىنقى كىرپىكلەر ئاستى تەرەپكە ئېگىلگەنرەك كېلىدۇ.

كىرپىكلەر كۆزنى چاڭ-توزان ۋە ھەر خىل غەيرىي نەرسىلەردىن مۇھاپىزەت قىلىدۇ. شۇنىڭدەك ئۆزىنىڭ قارىلىقى بىلەن نۇرلارنى مۆتىدىللەشتۈرۈش رولىمۇ بار.

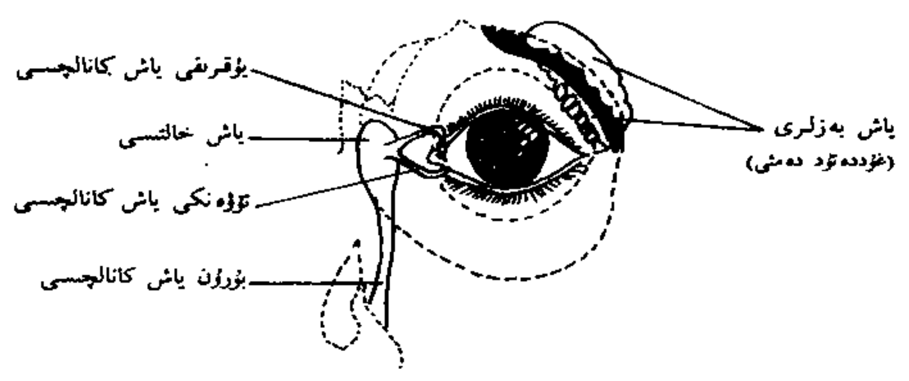
4. قاپاق ئەستەر پەردىسى

ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە) كۆز يۇمىلىقىنىڭ سىرتقى سەتھى (يۈزى) بىلەن قاپاق ئىچكى سەتھىنىڭ ئىككىسىدىلا بولغاچقا قاپاق ئەستەر پەردىسى (مۇلتەھەمەئى جەفنىيە) ۋە كۆز ئەستەر پەردىسى (مۇلتەھەمەئى ئەينىيە) دەپ ئىككىگە بۆلۈنىدۇ. بۇ پەردە مۇناسىپ ھالدا قاپاق ئەستەر پەردىسى سۆزلىنىدۇ.

قاپاق ئەستەر پەردىسى سۈزۈك بەلغەمسىمان پەردە بولۇپ، سەل قېلىنراق ھەم قان تومۇرلارغا باي كېلىدۇ. يۈزىدە ئۇششاق دۆڭچە نۇقتىلار بولىدۇ. ئۇ قاپاقنىڭ ئىچكى سەتھىنى ئەستەرلەپ بولغاندىن كېيىن، كۆز يۇمىلىقى قاتتىق پەردىسى (تەبەقەئى سۇلبىيە) نىڭ ئالدىنقى قىسمى ۋە مۆڭگۈز پەردىسى (تەبەقەئى قەرنىيە) نىڭ مەلۇم قىسمى بىلەن ئۇچرىشىپ تۇرىدۇ.

5. ياش ئەزالىرى

ياش ئەزالىرى ياش بېزى ۋە ياش يوللىرىدىن ئىبارەت ئىككى قىسىمغا بۆلۈنىدۇ.



2-رەسىم. كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى

1) ياش بېزى (غۇددەتۇد دەمئى): ئۇ، كۆز ئۆيىنىڭ تاشقى يۇقىرىقى تەرىپىدە بولىدۇ. ئۇنىڭ سىرتقى سەتھى گۈمبەزسىمان بولۇپ، كۆز ئۆيى سۆڭىكىنىڭ پەردىسىگە چېپىشقان بولىدۇ. ئاستىنقى ئويمان سەتھى كۆز ئۈستى گۆشلىرى بىلەن تۇتىشىدۇ. ياش

بىزىدا تەخمىنەن يەتتىدەك نەيچە بار بولۇپ، ئۇلار ئەستەر پەردىنىڭ ئاستى قىسمىدىن ئۆتۈپ ئۈستى قىسمىدا ئاخىرلىشىدۇ. ياش بېزىدىن ئىشلىنىپ چىققان سۇيۇقلۇقلار سىرغىپ چىقىپ كۆز يۇملىقىنى نەمدەپ، سەگىتىپ تۇرىدۇ. غەيرىي نەرسىلەرنى ئېقىتىپ چىقىرىدۇ، جەراسىملارنى ئۆلتۈرىدۇ.

2) ياش يوللىرى: ياش يوللىرى ياش كانالچىلىرى، ياش خالتىسى ۋە بۇرۇن ياش كانالچىسىدىن تەركىب تاپىدۇ.

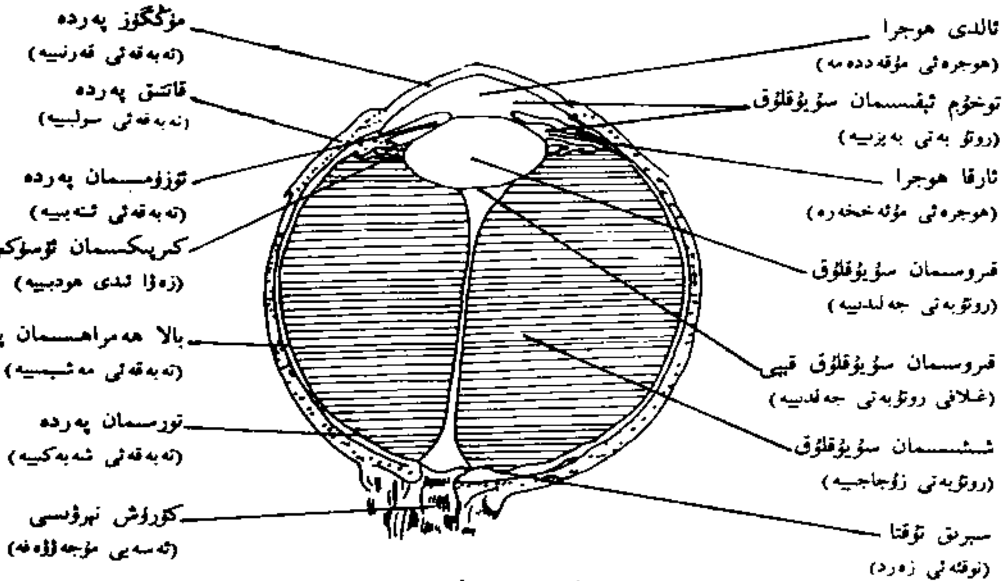
(1) ياش كانالچىسى (مەجرەد دەمئى): ياش كانالچىلىرى يۇقىرى ۋە تۆۋەنكى ياش نۇقتىسىدىن باشلىنىدۇ. يەنى، يۇقىرىقى ياش كانالچىسى ئۈستۈنكى تەرەپتىن، تۆۋەنكى ياش كانالچىسى ئاستى تەرەپتىن مېڭىپ ياش خالتىسىغا ئۆتىشىدۇ.

(2) ياش خالتىسى (كىيسە ئۆددەمئى): ياش خالتىسى بۇرۇن ياش كانالچىسىنىڭ يۇقىرىقى قىسمىدىكى خالتىسىمان بوشلۇق بولۇپ، ياش سۆڭىكى كانالچىسى تەرىپىگە جايلاشقان. ئۇنىڭ شەكلى سوزۇق تۇخۇمسىمان بولۇپ، ئۈستى يۇملاق، ئاستى سوزۇنچاقراق كېلىدۇ.

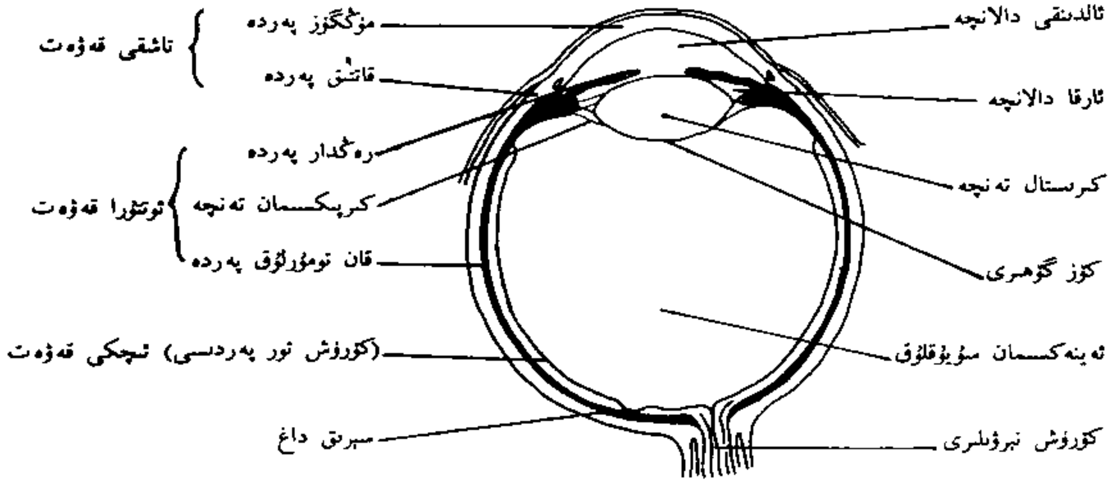
(3) بۇرۇن ياش كانالچىسى (مەجرائۇلئەنفى): بۇرۇن ياش كانالچىسىنىڭ ئۇزۇنلۇقى تەخمىنەن بىر ئىلىك بولۇپ، ياش خالتىسىنىڭ ئاستىنقى كانارىسىدىن باشلىنىپ بۇرۇن ئاستىنقى كاۋاكچىسىدا ئېچىلىدۇ. ئېغىزىدا بىر قاپقاق بار بولۇپ، ياشنىڭ كەينىگە قايتىپ كېتىشىنى توسايدۇ. مەزكۇر كانالچىنىڭ ئىچكى تەرىپى پوتلاسىمان پەردە بىلەن ئەستەرلەنگەن بولىدۇ.

كۆز يۇملىقى

كۆز يۇملىقى (مۇقلە) ئالما شەكىلدە بولۇپ، ئۇزۇنلۇقى تەخمىنەن بىر ئىلىك، توغرىسى بىر ئىلىكتىن كەمرەك (رادىئوسى ھازىرقى ئۆلچەمدە ئىككى يېرىم سانتىمېتىر ئەتراپىدا) كېلىدۇ. ئۇ، كۆز ئۆيىدىكى ياغلارغا جايلاشقان بولۇپ، ئۈستى-ئاستى ۋە ئوڭ-سول تەرەپتىكى مۇناسىۋەتلىك گۆشلەر بىلەن تارتىلىپ تۇرغاچقا ھەر تەرەپكە ئەركىن ھەرىكەتلىنىپ تۇرىدۇ. كۆز يۇملىقى ئۆزىنىڭ سىرتى ۋە ئىچىدىكى تەركىباتلىرى يەنى، سىرتقى قىسمىدىكى 3 پەردە، ئىچكى قىسمىدىكى 3 سۇيۇقلۇقتىن تۈزۈلىدۇ. (3-رەسىم)



(قەدىمكى كىتابلاردىكى كۆزنىڭ تۈزۈلۈش سخېمىسى)



(ھازىرقى كىتابلاردىكى كۆزنىڭ تۈزۈلۈش سخېمىسى)

3-رەسىم. كۆز يۇمىلىقىنىڭ تۈزۈلۈشى

كۆز يۇمىلىقى سىرتى

كۆز يۇمىلىقىنىڭ سىرتقى قىسمى چوڭ جەھەتتە 3 پەردىگە بۆلۈنىدۇ. 1. قاتتىق

پەردە (تەبەقەئى سۇلبىيە)، 2. بالا ھەمراھسىمان پەردە (تەبقەئى مەشىمىيە)، 3. تورسىمان پەردە (تەبەقەئى شەبەكىيە). لېكىن ئالدىنقى 2 خىل پەردىنىڭ ئۇدۇلىدىكى قىسىملىرىنى تەپسىلىي ئايرىپ يەنى، قاتتىق پەردىنىڭ ئالدىدىكى 1/6 قىسمىنى مۈڭگۈز پەردە (تەبەقەئى قەرنىيە)، بالا ھەمراھسىمان پەردىنىڭ ئالدىدىكى 1/6 قىسمىنى ئۈزۈمسىمان پەردە (تەبەقەئى ئىنەبىيە) دەپ ئاتىغاچقا 5 خىل پەردە بار دەپ قارىلىدۇ. بەزى ھۆكۈمالار كۆز يۇمىلىقى ئەستەر پەردىسى (مۇلتەھەمەئى ئەينىيە) ۋە قىرۇسىمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى رۇتۇبەتى جەلىدىيە) نى يەنى ئۆمۈچۈك تورسىمان پەردە (تەبەقەئى ئەنكەبۇتىيە) نىمۇ كۆز يۇمىلىقى پەردىلىرى قاتارىدا ساناپ 7 خىل پەردە بار دەپ قارايدۇ. تۆۋەندە چوڭ جەھەتتىكى 3 پەردە ۋە ئۇنىڭ تەركىبىي قىسمى بولغان 2 پەردە، جەمئىي 5 پەردە سۆزلىنىدۇ.

1. قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سۇلبىيە)

قاتتىق پەردە ئىنچىكە تالالاردىن تۈزۈلگەن رەڭگى ئاق، مەزمۇت پەردە بولۇپ، كۆز يۇمىلىقىنىڭ ئۈستى، ئاستى ۋە كەينىدىن ئىبارەت 5/6 قىسمىنى تەشكىل قىلىدۇ ھەمدە، ئالدىدىكى 1/6 قىسمىنى تەشكىل تاپقان مۈڭگۈز پەردە بىلەن بىرلىكتە كۆز يۇمىلىقىنىڭ قېپىنى ھاسىل قىلىدۇ. ئۇنىڭ ئەڭ ئارقا تەرىپىدىكى تۆشۈكتىن كۆرۈش ئەسەبى (ئەسەبى مۇجەۋۋەفە) ۋە كۆز تومۇرلىرى ئۆتىدۇ.

مۈڭگۈز پەردە پارقىراق، نۇر ئۆتكۈزۈچان بولۇپ، ئالدى سەتھى دۆگىلەك كېلىدۇ. كەينى قاتتىق پەردە بىلەن تۇتىشىدۇ. مەزكۇر پەردىدە قان تومۇرلار بولمايدۇ، ئەمما ئەسەبلەرگە باي بولغاچقا سەزگۈررەك كېلىدۇ.

2. بالا ھەمراھسىمان پەردە (تەبەقەئى مەشىمىيە)

بالا ھەمراھسىمان پەردە قان تومۇرلارغا باي بولغاچقا، قان تومۇرلۇق پەردە دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئۇ، قاتتىق پەردە بىلەن تورسىمان پەردىنىڭ ئارىلىقىدا بولۇپ، رەڭگى قارامتۇل كېلىدۇ (ئىرق تۈپەيلىدىن ھەر خىل رەڭدىمۇ بولىدۇ). مەزكۇر پەردىنىڭ ئالدىنقى 1/6 قىسمى ئۈزۈمسىمان پەردە (تەبەقەئى ئىنەبىيە) دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ، يۇمىلاق، سوزۇنچاق نۇر چاچقان شەكىلدىكى قاتلاقلار يەنى رەڭدار قويرۇقلاردىن تەركىب تاپقان بولۇپ، ئوتتۇرىسىدىكى تۆشۈك كۆز قارىچۇقى دەپ ئاتىلىدۇ. كۆز قارىچۇقى قويرۇقلارنىڭ رولى ئارقىلىق كېڭىيىپ تارىيىدۇ. مەزكۇر پەردىنىڭ ئاخىرى رەڭدار مۈڭگۈزلۈك چاندىرلار بىلەن ئاخىرلىشىپ بالا

ھەمراھسىمان پەردە بىلەن تۇتىشىدۇ. بۇ چاندىرلار كىرپىكسىمان چاندىر ياكى ئۆسۈكچە (زەۋائىدى ھۇدبىيە) دەپ ئاتىلىدۇ. دېمەك، بالا ھەمراھسىمان پەردىدە قان تومۇرلار، بىرىكتۈرگۈچى توقۇلمىلار ۋە رەڭدار مۇڭگۈزلۈك ئۆسۈكچىلەر بولىدۇ. مەزكۇر پەردىنىڭ ئىچكى تەرىپى قارا رەڭلىك بولغاچقا، يورۇقلۇقنى ئۆزگە تارتىپ كۆرۈشنىڭ نورماللىقىنى تەمىن ئېتىدۇ.

3-تورسىمان پەردە (تەبەقەئى شەبەكىيە)

تورسىمان پەردە كۆزنىڭ ئىچكى پەردىسى بولۇپ، ئىچكى سەتھى شىشىسىمان سۇيۇقلۇق (رۇتۇبەتى زۇجاجىييە) بىلەن سىرتقى سەتھى بالا ھەمراھسىمان پەردە (تەبەقەئى مەشىمىييە) بىلەن تۇتىشىدۇ. ئۇ، نېپىز، پارقىراق بولۇپ، تېگى تەكتىدىن ئېيتقاندا كۆرۈش ئەسەبىنىڭ كېڭەيگەن قىسمى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ھەر قانداق نەرسىنىڭ شولىسى مۇشۇ پەردىدە ئەكس ئېتىدۇ. بۇ پەردە 3 ئۈلۈش بولىدۇ، بىرىنچى ئۈلۈشى كۆرۈش ئەسەبىدىن باشلىنىپ، ئۇنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا ئاخىرلىشىدۇ. ئىككىنچى ئۈلۈشى كىرپىكسىمان ئۆسۈكچىنىڭ قۇيرۇقى تەرىپىدىن ئورۇن ئالىدۇ. ئۈچىنچى ئۈلۈشى ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ قۇيرۇق تەرىپىدە بولىدۇ. بۇلارنىڭ ئىچىدە بىرىنچى ئۈلۈش قىسمىلا كۆرۈش خىزمىتىگە قاتنىشىدۇ.

مەزكۇر پەردە ئادەم ھايات ۋاقتىدا نۇرلۇق پارقىراق، سۈزۈك كېلىدۇ. ئادەم ئۆلگەندىن كېيىن دۇغلىشىپ قالىدۇ.

مەزكۇر پەردىنىڭ كۆرۈش ئەسەبى كىرگەن سەتھىدە بىر تۇخۇمسىمان ئويمانلىق بار بولۇپ، ئۇ، كۆز توقچىقى (قۇرسۇلبەسەرى) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ جايغا يورۇقلۇق تەسىرى كەلمەيدۇ. ئەمما ئۇنىڭ دەل ئوتتۇرىسىدا بىر سېرىق داغ بار بولۇپ، ئۇ، سېرىق نۇقتا (نۇقتەئى زەرد) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ نۇقتا يورۇقلۇقنى ئەڭ كۆپ قوبۇل قىلىدىغان ۋە سېزىدىغان بولغاچقا، كۆرۈش كۈچى ناھايىتى ئۆتكۈر كېلىدۇ.

كۆرۈش پەردىسى تورسىمان پەردە ۋە باشقا كۆز قىسىملىرىنىڭ ۋاسىتىسى ئارقىلىق نۇرلۇق شولىلارنى قوبۇل قىلىپ، مېڭىگە قەدەر يەتكۈزۈپ بېرىدۇ. مېڭە كۆرۈش قۇۋۋىتى (قۇۋۋەئى باسىرە) ئارقىلىق قوبۇل قىلىدۇ.

كۆز يۇملىقى ئىچى

كۆز يۇملىقى ئىچىدە 3 خىل سۇيۇقلۇق بار. ئۇلار، تۇخۇم ئېقىسىمان سۇيۇقلۇق

(روتۇبەتى بەيزىيە)، قىروسىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى جەلدىيە)، شىشسىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى زۇجاجىيە) لەردىن ئىبارەت. ئۇلار كۆز يۇمىلىقىنىڭ ئىچىدىكى بوشلۇقلارنى تولدۇرۇپ، ئۇنىڭ شەكلىنى ساقلايدۇ. مەزكۇر سۇيۇقلۇقلار رەڭسىز بولغاچقا، يورۇقلۇقلارنىڭ نورمال ئۆتۈشىگە كاپالەتلىك قىلىدۇ.

1. تۇخۇم ئىقسىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى بەيزىيە)

مەزكۇر سۇيۇقلۇق تۇخۇم ئىقىغا ئوخشايدىغان بولۇپ، ئەسلى ئۇ بىر خىل بەلغەم سۇيۇقلۇقىدىن ئىبارەت. ئۇ مۈڭگۈز پەردىنىڭ ئاستىدا، قىروسىمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى رۇتۇبەتى جەلدىيە) نىڭ يەنى كۆز گۆھىرىنىڭ ئالدىدىكى بوشلۇقتا تۇرىدۇ. بۇ بوشلۇق ئالدى ھوجرا (ھوجرەئى مۇقەددەمە) دەپ ئاتىلىدۇ. ئۈزۈمسىمان پەردە مەزكۇر سۇيۇقلۇقنىڭ بىر قىسمىنى توساپ تۇرغاچقا، ئۇنى مۈڭگۈز پەردە بىلەن ئۈزۈمسىمان پەردە ئارىلىقىدا تۇرىدۇ دېيىشكىمۇ بولىدۇ. ئۈزۈمسىمان پەردە بىلەن قىروسىمان سۇيۇقلۇق قېپى ئارىلىقىدىكى كىچىكرەك بوشلۇق ئارقا ھوجرا (ھوجرەئى مۇئەخخەرە) دەپ ئاتىلىدۇ. ئالدى ۋە ئارقا ھوجرىلار ئۈزۈمسىمان پەردە ئوتتۇرىسىدىكى تۆشۈك يەنى، كۆز قارىچۇقى ئارقىلىق ئۆزئارا ئۆتۈشۈپ تۇرىدۇ. شۇڭا، ئېنىقراق قىلىپ ئېيتقاندا، تۇخۇم ئىقسىمان سۇيۇقلۇق ئالدى ۋە ئارقى ھوجرىلارنى تولدۇرۇپ تۇرىدۇ.

2. قىروسىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى جەلدىيە)

مەزكۇر سۇيۇقلۇق قىروسىمان سۇيۇقلۇق قېپى يەنى كۆز گۆھىرىنىڭ ئىچكى قىسمىدىكى سۈزۈك كرىستال تەنچە بولۇپ، قېپىنىڭ ئىككى يۈزى دۆڭ، ياپىلاق، پارقىراق، نۇر ئۆتكۈزۈچان، ئەۋرىشىمچانلىقى يۇقىرى كېلىدۇ. ئۈزۈمسىمان پەردە بىلەن شىشسىمان سۇيۇقلۇقنىڭ ئارىلىقىدا تۇرىدۇ. ئىككى چېتى كىرپىكسىمان چاندىر بىلەن تارتىلىپ، بالا ھەمراھسىمان پەردە بىلەن تۇتىشىدۇ. كۆز گۆھىرى كىرپىكسىمان چاندىرنىڭ بوشاش ۋە يىغىش رولى ئارقىلىق دۆڭلۈك دەرىجىسىنى تەڭشەپ يىراق ۋە يېقىندىكى نەرسىلەرنى نورمال كۆرۈشكە ماسلىشىدۇ.

3. شىشسىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى زۇجاجىيە)

مەزكۇر سۇيۇقلۇق ئېرىتىلگەن ئەينەك سۇيۇقلۇقىغا ئوخشاش سۈزۈك ماددا بولۇپ، كۆز يۇمىلىقىنىڭ 4/5 قىسمىنى يەنى كۆز گۆھىرىنىڭ كەينى ۋە تورسىمان پەردىنىڭ ئالدىدىكى بوشلۇقنى تولدۇرۇپ تۇرىدۇ.

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ تۈرى

كۆز كېسەللىكلىرى (ئەمرازۇلئەينى) بىلەن تونۇشۇش ئۈچۈن ئالدى بىلەن كۆزنىڭ مىزاجى ۋە ئۇنىڭ كېسەللىك تۈرلىرىنى بىلىش كېرەك.

كۆزنىڭ مىزاجى ھۆل ئىسسىق. كۆز كېسەللىكلىرىدە خىلىت (ماددا)لىق ۋە خىلىت (ماددا) سىز كېسەللىكلەر، مەرەزى تەركىب (ئەزا شەكلى ياكى تەركىبى ئۆزگەرگەن كېسەللىكلەر) ۋە مەرەزى مۇشتەرەك (تۈزۈلۈشى ياكى ئاناتومىيىسىگە ئائىت كېسەللىكلەر ۋە باشقا ئەزالار شىرىكچىلىكىدىن بولغان كېسەللىكلەر) لەرنىڭ ھەممىسى يۈز بېرىدۇ. ئۇلار، بەزىدە بىرلەمچى كېسەللىك (مەرەزى ئەسلىي) ياكى ئىككىلەمچى كېسەللىك ·(مەرەزى شىركىي) يەنى باشقا ئەزالار شىرىكچىلىكى ھالەتتە يۈز بېرىدۇ. كۆز بىلەن مۇناسىۋىتى چوڭ ۋە ئۇنىڭ بىلەن شىرىكچىلىكى بار ئەزالار مېڭە، باش ۋە مېڭىنىڭ ئىچكى، تاشقى پەردىلىرى؛ ئۇنىڭدىن قالسا ئاشقازان ۋە باشقا ئەزالاردۇر. كۆزنىڭ مېڭە سىرتقى پەردىسى شىرىكچىلىكىدىن بولغان كېسەللىكلىرىنىڭ خەتىرى ئانچە چوڭ ئەمەس.

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بەزىسى يۇقۇملۇق بولىدۇ. مەسىلەن: يۇقۇملۇق كۆز ئاغرىقى (رەمەد) قاتارلىقلار. يەنە بەزىلىرى ئىرسىيەت خاراكتېرلىك بولىدۇ. مەسىلەن: كۆزگە پەردە ئۆسۈش (سەبەل) كېسەللىكى قاتارلىقلار.

كۆز كېسەللىكلىرى ئىسسىق جايلاردا كۆپرەك، سوغۇق جايلاردا ئازراق ئۇچرايدۇ. شۇنىڭدەك ماددىلارنىڭ ياز پەسلىدە كۆز تەرەپكە ئۆرلەيدىغانلىقى، ئەتىياز پەسلىدە سىرغىپ ئېقىپ كۆزگە كېلىدىغانلىقى، كۈز پەسلىدە بۇزۇلۇپ كۆزگە تەسىر قىلىدىغانلىقى ئۈچۈن قىش پەسلىدىن باشقا پەسىللەردە كۆز كېسەللىكلىرى كۆپلەپ ئۇچرايدۇ.

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بىر قىسمى ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە)دە يۈز بېرىدۇ. مەسىلەن: كۆزنىڭ يۇقۇملۇق ئاغرىقى (رەمەد يەنى تەبەقەئى مۇلتەھەمەدە ئىسسىقتىن يۈز بېرىدىغان ياللۇغ)، كۆزگە چېكىت پەيدا بولۇش كېسىلى (تەرفە)، كۆزگە قاتتىق مۇدۇر پەيدا بولۇش كېسىلى (ۋەدقە) قاتارلىقلار. بەزىلىرى مۈڭگۈز پەردە (تەبەقەئى قەرنىيە)دە يۈز بېرىدۇ، مەسىلەن: كۆزگە ئاق چۈشۈش كېسىلى ۋە كۆز يىرىڭلىق جاراھىتى كېسىلى قاتارلىقلار. يەنە بەزىلىرى

AltunOq

مەخسۇس كۆز قارىچۇقىدا يۈز بېرىدۇ، مەسىلەن: كۆز قارىچۇقىنىڭ كېڭىيىش كېسىلى، كۆز قارىچۇقىنىڭ تارىيىش كېسىلى، كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ) قاتارلىقلار. بەزىلىرى مەخسۇس كۆزدىكى روھلارغا چۈشىدۇ، مەسىلەن: كۆزگە پاشا، كۆمۈتكە ئوخشاش نەرسىلەر كۆرۈنۈش كېسىلى (خىيالات)، قارىغۇلۇق، كۆز ئاجىزلىشىش كېسىلى قاتارلىقلار. بەزىلىرى مەخسۇس كۆزنىڭ سۈيۈقلۇقلىرىدا يۈز بېرىدۇ، مەسىلەن: كۆز سۈيۈقلۇقلىرىنىڭ ئۇيۇپ قېلىشى ۋە ئۇلارنىڭ ئارتۇقچە قېتىشىپ قېلىشى قاتارلىقلار.

ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە) گە مەنسۇپ ۋە ئۇنىڭغا قوشۇلۇپ كېلىدىغان ھەتتا ئۇنىڭدىن باشقا كۆز ئەزالىرىدا يۈز بېرىدىغان كېسەللىكلەرنىڭ بىر قىسمى ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە) ھەم كۆز جىيەكلىرىدە يۈز بېرىدۇ، مەسىلەن: كۆز ئەستەر پەردىسى (تەبەقەئى مۇلتەھەمە)نىڭ كۆيۈپ قېلىشى ۋە ئۇنىڭغا قوشۇلۇپ كەلگەن كۆز جىيەكلىرى قاتتىقلىشىش كېسەللىكلىرىدە كۆز قىچىشىش كېسىلى ۋە كۆزگە يۇمشاق گۆش ئۆسۈش كېسەللىكلىرى يۈز بېرىدۇ. كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بەزىلىرى ھەم ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە)گە ۋە ھەم مۈڭگۈز پەردە (تەبەقەئى قەرنىيە) گە چۈشىدۇ، مەسىلەن: سەبەل (تەبەقەئى مۇلتەھەمەگە پەردە پەيدا بولۇش كېسىلى) ۋە كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش (زۇفرە) كېسەللىكلىرى قاتارلىقلار. بەزىلىرى ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە)گە ۋە كۆز بۇرجەكلىرىدىكى بەزلەردە يۈز بېرىدۇ، مەسىلەن: كۆز ياشاڭغۇراش (دەمئە، سەيلانى ئەشك) كېسىلى قاتارلىقلار. بەزىلىرى ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە)، كۆز جىيەكلىرى ھەم مۈڭگۈز پەردە (تەبەقەئى قەرنىيە) لەرنىڭ ھەممىسىدىلا يۈز بېرىدۇ، مەسىلەن: ئۆسۈكچە گۆش ۋە يىرىڭلىق چاقا قاتارلىقلار. بەزى كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بىر قىسمى كۆزنىڭ بارلىق قىسىملىرىدا يۈز بېرىدۇ، مەسىلەن: پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشى (تەفەررۇقۇلئىتتىسالى) خاراكتېرلىك كۆز كېسەللىكلىرى قاتارلىقلار.

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بەزىلىرى ئاشكارا بولىدۇ، مەسىلەن: كۆز ياللۇغى قاتارلىقلار. يەنە بەزىلىرى ئىچكى تەرەپتە بولۇپ ئۇنى تونۇشمۇ ئاسانغا چۈشمەيدۇ، مەسىلەن: كۆز سۈيۈقلۇقلىرىغا چۈشكەن دائىرىلىك دۇغ قاتارلىقلار. يەنە بەزىلىرى گەرچە ئىچكى تەرەپتە بولسىمۇ تونۇش ئاسانغا توختايدۇ. مەسىلەن: كۆرۈشكە مەسئۇل روھلار (روھى باسىرە) قويۇقلۇق دەرىجىسىنىڭ ئېشىشى ۋە سۈيۈلۈشى قاتارلىقلار ۋە يەنە بىر قىسىم كۆز كېسەللىكلىرى ئىچكى تەرەپتە بولۇپ، ئاساسى ئاجىز بولغان تەخمىن پەرەز بىلەن تونۇلىدۇ، مەسىلەن: كۆزنىڭ ئىچكى پەردىلىرى ياكى نۇرغا مەنسۇپ ئەسەبلىرىنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇش قاتارلىقلار. باشقا سەۋەبلەردىن پەيدا بولغان دۇغ سىزىقچىلار قاتارلىقلار. بۇلارنى داۋالاپ ئۈنۈم قازىنىش ناھايىتى قىيىنغا توختايدۇ. بۇنداق بولۇشىدىكى سەۋەب شۇكى

كۆزنىڭ ئىنچىكە ئەزالىقى ھەمدە ئۇنىڭدا روھ ۋە قۇۋۋەتلەرنىڭ كۆپ بولغانلىقىدىندۇر.

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ تەشخىسى

كۆز كېسەللىكلىرىنى تەشخىس قىلىش بىرقەدەر مۇرەككەپرەك. شۇڭا، كۆز كېسەللىكلىرىنى تونۇشتا ئۇنىڭ ئەسلىي كېسەللىك (بىرلەمچى كېسەللىك) ياكى باشقا ئەزالار سەۋەبىدىن بولغان كېسەللىك (ئىككىلەمچى كېسەللىك) ئىكەنلىكى، كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ پەردە (تەبەقە) لەردە ياكى كۆزنىڭ سۇيۇقلۇقلىرىدا ياكى ئىچى كاۋاك نېرۋا (ئەسەبىي موجەۋۋەفە) دا ئىكەنلىكىنى ھەقىقىي ئېنىقلاپ تەشخىسنى توغرا مۇقىملاشتۇرغاندىن كېيىن ئاندىن داۋالاشقا كىرىشىش كېرەك.

كۆز كېسەللىكلىرىنى تونۇشتا تۆۋەندىكىلەرگە ئەھمىيەت بېرىش لازىم: 1. كۆز ھەرىكىتىنىڭ ئېغىر-يەڭگىللىكى، 2. كۆزنىڭ قولغا ئۇرۇنۇش ئالاھىدىلىكى، 3. كۆز ھەرىكىتىنىڭ تېز-ئاستىلىقى، 4. كۆز تومۇرلىرىنىڭ ئەھۋالى، 5. كۆزنىڭ رەڭگى، 6. كۆزنىڭ چوڭ-كىچىكلىكى، 7. كۆزنىڭ مەخسۇس خىزمىتى يەنى كۆرۈش پائالىيىتىنىڭ ياخشى-يامانلىقى، 8. كۆزدىن ئاققان سۇيۇقلۇقلارنىڭ سۈپەت جەھەتتىكى پەرقى، 9. كۆزنىڭ تۈرلۈك تەسىرلەرنى قوبۇل قىلىش ئەھۋالى يەنى تەسىرنى قوبۇل قىلىشنىڭ تېز-ئاستىلىقى قاتارلىقلار. ئەگەر، ئاغرىق كۆز كېسەللىكىدىن شىكايەت قىلىپ كەلسە تەشخىس قىلىشتا ئالدى بىلەن بۇ كېسەللىكنىڭ خىلىت (ماددا)لىق ياكى خىلىت (ماددا) سىز ئىكەنلىكىنى ئايرىش كېرەك، مەسىلەن: ئاغرىقتىن كۆزنى يەڭگىل ياكى ئېغىر ھېس قىلىدىغانلىقى، كۆزىدىن چاپاق چىقىدىغان ياكى چىقمايدىغانلىقىنى سوراش كېرەك. ئەگەر، ئاغرىق كۆزىنىڭ يەڭگىل ئىكەنلىكىنى ۋە چاپاق چىقمايدىغانلىقىنى ئېيتسا، كېسەللىكنىڭ ماددىسىز (سازەج) ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز قىزىق (ئىسسىق) بىلىنسە ھەمدە كۆز ھەرىكىتى يېنىك ۋە تېز بولۇپ تومۇرى توم ۋە كەڭ سوقسا، يىراقتىكى نەرسىلەرنى كۆرۈشكە ئاجىزلىق قىلسا، سوغۇقلۇق نەرسىلەردىن مەنپەئەتلىنىپ ئىسسىقلىق نەرسىلەر زىيان قىلسا، مەزكۇر كۆز كېسەللىكىنىڭ ماددىسىز ئىسسىق (ھار سازەج) دىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز سوغۇق بىلىنسە، ھەمدە كۆز ھەرىكىتى ئېغىر بولۇپ، تومۇرى ئىنچىكە سوقسا، ئىسسىقلىقتىن مەنپەئەتلىنىپ سوغۇقلۇق نەرسىلەر زىيان قىلسا، مەزكۇر كېسەللىكنىڭ ماددىسىز سوغۇق (بارىد سازەج) دىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز قاتتىق بىلىنسە ھەمدە ھەرىكىتى يەڭگىل بولۇپ، تومۇرلىرى بوش سوقسا يەنى تومۇرى ئىچىدە قان ئازدەك بىلىنسە، كۆز قۇرغاقلىشىپ، ھۆللۈك

نەرسىلەردىن مەنپەئەتلىنىپ، قۇرۇقلۇق نەرسىلەر زىيان قىلسا، مەزكۇر كۆز كېسەللىكنىڭ ماددىسىز قۇرۇق (يابىس سازەج) دىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز يۇمشاق بولۇپ ھەرىكىتى ئېغىر بولسا، كۆزى چوڭ بولۇپ يېقىندىكى نەرسىلەرگە قارىغاندا يىراقتىكى نەرسىلەرنى سىزىۋېلىشى ياخشىراق بولسا، چاپاق كۆپ چىقسا شۇنداقلا قۇرۇقلۇق نەرسىلەردىن مەنپەئەتلىنىپ، ھۆللۈك نەرسىلەر زىيان قىلسا، مەزكۇر كېسەللىكنىڭ ماددىسىز ھۆللۈك (رەتب سازەج) دىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئاغرىق دەسلەپتىلا كۆزنى ئېغىر ھېس قىلدۇرغانلىقى ۋە چاپاقلىشىپ ئاغرىيدىغانلىقىدىن شىكايەت قىلسا كېسەللىكنىڭ ماددىلىق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. بىماردا بۇ ئىككى ئالامەتتىن سىرت كۆزى ئىسسىق بىلىنىش، قىزىرىش، كۆزىدىن ياش چىقىش، تومۇرلىرى كۆپۈشۈش، ئىككى چېكىسىدە سانجىق پەيدا بولۇش ياكى لوقولداشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلسە ھەمدە كۆز جىيەكلىرى بىر-بىرىگە چاپلىشىپ قالغاندەك بىلىنسە، مەزكۇر كېسەللىكنىڭ قاندىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز ئىسسىق بىلىنگەندىن تاشقىرى رەڭگى سېرىققا مايىل قىزىل بولسا، ياش ئاز ئاقسا ھەمدە ياش ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر بىلىنسە، كۆز قادىلىش بىلەن بىرگە قىزىشىپ بىئاراملىنىشمۇ تەڭ كۆرۈلسە ئەمما كۆز جىيەكلىرىنىڭ بىر-بىرىگە چاپلىشىۋېلىشى ئانچە ئېغىر بولمىسا، مەزكۇر كېسەللىكنىڭ سەپرادىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر كۆز سوغۇق بىلىنسە، رەڭگى ئاققا مايىل سۇس قىزىل بولۇپ ئېغىرلىق سېزىمى كۈچلۈك بولسا ھەمدە جىيەكلىرىنىڭ بىر-بىرىگە چاپلىشىۋېلىشى ئېغىرراق بولۇپ چاپاق كۆپ چىقسا، ياشاڭغۇراش ھەم تاتىراڭغۇلۇقلار تەڭ كۆرۈلسە، مەزكۇر كېسەللىكنىڭ بەلغەمدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. كۆزدىكى ئېغىرلىق، كۆز رەڭگىنىڭ تۇتۇقلۇقى بىلەن بىللە تەڭ كۆرۈلسە ئەمما جىيەكلىرىنىڭ چاپلىشىۋېلىشى بەك ئېغىر بولمىسا ھەمدە باشقا ھۆللۈككە ئائىت بەلگىلەر كۆرۈلمىسە، مەزكۇر كېسەللىكنىڭ سەۋدادىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

يۇقىرىقىلار ئارقىلىق كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ماددىلىق، ماددىسىز ۋە قايسى ماددىدىن ئىكەنلىكىنى ئايرىغاندىن كېيىن، كېسەللىكنىڭ بىرلەمچى ياكى ئىككىلەمچى كېسەللىكنى ئايرىشقا كۆڭۈل بۆلۈش كېرەك. ئەگەر، كۆز كېسەللىكلىرى بىلەن بىرگە مېڭىگە ئائىت بەزى ئالامەتلەر، مەسىلەن: باش ئاغرىش ۋە باش ئېغىرلىشىشقا ئوخشاش باشقا ئالامەتلەرمۇ تەڭ كۆرۈلسە، كېسەللىكنىڭ ئىككىلەمچى كېسەللىك (مەرەزى شىركىي) ئىكەنلىكىنى يەنى مەزكۇر كۆز كېسەللىكنىڭ مېڭە بىلەن ئورتاقچىلىقى بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئورتاقچىلىق باش ياپما سۆڭەك ئىچكى پەردىسىنىڭ ۋاسىتىچىلىقىدىن بولغان بولسا، بىماردا دەسلەپتىلا ئاغرىش، يېقىمسىزلىنىش ۋە كۆز

ئىچىگە تارتىلغاندەك بىلىنىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلۈش بىلەن بىرگە بىمارغا كۆزى ئولتۇرۇشۇپ كېتىۋاتقاندەك بىلىنىدۇ. كۆز جىيەكلىرىنىڭ كۆپۈشۈپ قېلىشى يەڭگىلرەك بولىدۇ. ئەگەر، يۇقىرىقى ئالامەتلەرگە كۆپ چۈشكۈرۈش، بۇرۇن غىدىقلىنىش ۋە قىچىشىش، كۆز تامغاقلىرى قىچىشىش قاتارلىقلار قوشۇلۇپ كەلسە، كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئىسسىقتىن ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆزدىن ئاققان سۇيۇقلۇق قويۇق ھەم سوغۇق بولسا، كېسەللىك ماددىسىنىڭ سوغۇقتىن ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ خىل ئورتاقلىق ماددىسىز سۇئى مىزاجلىق كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرىدە ناھايىتى كەم ئۇچرايدۇ.

ئەگەر، كېسەللىك باش ياپما سۆڭەكنىڭ سىرتقى پەردىسى بىلەن ئالاقىدار بولسا ۋە شۇ پەردىدىن كۆز تەرەپكە ماددا سىرغىغان بولسا، كۆزنىڭ ئىچىگە تارتىلىشى پېشانىدىن باشلانغاندەك بىلىنىدۇ. ھەمدە باشنىڭ سىرتقى تومۇرلىرى لوقۇلدايدۇ. كۆز جىيىكىگە يېقىن جايلاردا كۆپۈشۈش ۋە ئەكس تەسىر پەيدا بولۇشتەك ئەھۋاللار ئېغىرراق بولىدۇ. يۈز كۆزلىرى قىزىرىدۇ، باش ۋە پېشانىسى قىزىق بىلىنىدۇ. باش تومۇرلىرى كۆپچۈپ چىڭقالغانلىقى مەلۇم بولىدۇ.

ئەگەر، كۆزدىكى ئۆزگىرىشلەر قورساقنىڭ ئاچ-توقلۇقى بولۇپمۇ قۇسۇش، ھۆ بولۇش مەيدە بىئارام بولۇش، ئىشتەيسىزلىكتىن ئىبارەت ھەزىم بۇزۇلۇش جەھەتتىكى ئەھۋاللار بىلەن كۆپرەك مۇناسىۋەتلىك بولسا، كېسەللىكنىڭ ئاشقازان شىركىچىلىكىدىن يۈز بەرگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ماددىنىڭ غالىبلىقى پۈتۈن بەدەندە كۆرۈلسە، ئادەتلەنگەن ئىستىفراغ ئۈزۈلۈپ قېلىپ بەدەنلىرى ئېغىرلىشىپ قالغانلىقى مەلۇم بولسا، كېسەللىكنىڭ پۈتۈن بەدەن بىلەن ئالاقىدار ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، بەدەن رەڭگى بۇزۇلۇش ۋە تاتىراڭغۇلىشىش، ھۆللىشىش ئەھۋاللىرى بىرگە كۆرۈلسە، كېسەللىكنىڭ ھەزىم ئەزالىرى بىلەن مۇناسىۋەتلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

كۆزگە پايدىلىق ئامىللار

كۆزنىڭ ساقلىقىنى ساقلايدىغان ھەر خىل ئامىللار يەنى چارە-تەدبىر، يېمەك-ئىچمەك ۋە دورىلاردىن خەۋەردار بولۇش كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. ئۇلار تۆۋەندىكىچە:

كۆزنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلىش، كۆزنى قول بىلەن ئۇۋۇلىماسلىق، پاكىزە بولمىغان قول ياغلىق ۋە لۆڭگىلەر بىلەن سۈرتمەسلىك لازىم. باش، كۆزنى ئېقىتقان سۇدا

يۇيۇش ئەڭ مۇۋاپىق. ئەگەر داستا يۇيۇشقا توغرا كەلسە ئۆزىنىڭ مەخسۇس دېسى بولۇش، ھەر قېتىمدا يېڭى، پاكىز سۇ ئىشلىتىش كېرەك. تازىلىق سايمانلىرى (لۆڭگە، داس، قول ياغلىق قاتارلىقلار)نى ئورتاق ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم.

كىتاب ئوقۇغان، خەت يازغاندا نۇر تولۇق بولۇش، راۋۇرۇس ئولتۇرۇش، خەت بىلەن كۆزنىڭ ئارىلىقى 30 سانتىمېتىر ئەتراپىدا بولۇش، يېتىۋېلىپ، مېڭىۋېتىپ ۋە ماشىنىدا كېتىۋېتىپ كىتاب ئوقۇماسلىق كېرەك. مەلۇم ۋاقىت كىتاب كۆرگەن ياكى خەت يازغاندىن كېيىن يىراقلارغا ۋە مەنزىرىلىك جايلارغا قاراپ كۆزنى بىر پەس ئارام ئالدۇرۇش، كۆزنى يۇمۇۋېلىپ قول بىلەن كۆز ئەتراپى ۋە يۈزنى بىر پەس سىلاش، ئۇۋۇلاش كېرەك.

سۈزۈك، پاكىز تاتلىق سۇغا چۆمۈلۈش ھەممە شۇ سۇ ئىچىدە كۆزنى ئېچىش كۆزگە مەنپەئەتلىك. ياشلار سوغۇق سۇغا، ياشانغانلار ئىسسىق سۇغا چۆمۈلگىنى مۇۋاپىق. ئاسان سىڭدىنغان، ياخشى قان پەيدا قىلىدىغان لەتىپ تاماقلارنى مۇۋاپىق ئۆلچەمدە نورمال ھالدا ئىستېمال قىلىش، مەسىلەن: ئاق چامغۇر قاتارلىق كۆكتاتلارنى كۆپ يېيىش لازىم. نورمال ھالدا قۇرۇقلۇق يەتكۈزىدىغان يەنى ئارتۇقچە ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتىدىغان دورىلارنى ئىستېمال قىلىپ تۇرۇش كېرەك. جۇلا بېرىپ پارقىرىتىش، پارلاندۇرۇپ تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە ھەر قانداق دورىلارنى ئىستېمال قىلىپ بېرىش، كۆزنى روشەنلەشتۈرگۈچى ۋە كۈچلەندۈرگۈچى ھەر خىل دورىلارنى ئىشلىتىش، مەسىلەن: مەرزەنجۇشنىڭ سۈيىگە چىلاپ سايىدا قۇرۇتۇلغان سۈرمە، سەڭگى بەسرى (بىر خىل تاش) قاتارلىقلارنى كۆزگە تارتىش، بادىيان سۈيى ياكى بادىيان سۈيىدە ئېزىلگەن (سۈرۈلگەن) سۈرمىلەرنى كۆزگە سۈرۈش؛ يېڭى بادىيان سۈيى (كۆك بادىياننىڭ سىقىلغان سۈيى)، غورا ئۈزۈمنىڭ سۈيى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىپ بېرىش كۆزگە ناھايىتى پايدىلىق. بۇرۇدى رۇممان (ئانار بىلەن تەييارلانغان دورا) نىڭ ئۈنۈمىمۇ ياخشى. يەنە شۇنىڭدەك كەپتەرنىڭ بېشىنى كۆيدۈرۈپ ئۇنىڭ كۈلىنى سۈرمە قىلىپ تارتىش ۋە ئەنزەرۇت، زەمچە، زەئفەر، ئىپارنى ئىشلىتىشنىڭ كۆزنى كۈچلەندۈرۈشكە پايدىسى بولۇپلا قالماي، بەلكى كۆزنىڭ سالامەتلىكىنى ئاسراش، ھەر تۈرلۈك نەزلە سۇيۇقلۇقلىرىنىڭ قويۇلۇشىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا خېلى ياخشى رولى بار.

تىللا سۈرمىچى بىلەن ئەقىقنى ھەر ئايدا 2 قېتىم سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسا بارلىق كۆز ئاغرىقى ۋە كۆز كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ. يىلمان ئىسسىق سۇنى باشقا قۇيۇش، باشنى بىنەپشە، قاپاق ۋە بادام ياغلىرى بىلەن ياغلاش، كوھلى روشنائى، كوھلۇلجەۋاھىرلارنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتىشمۇ كۆزنى كۈچلەندۈرىدۇ. خۇلاننى ھەپتىدە بىر قېتىم كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتسا كۆزنىڭ زىيادە خىلتلىرى ۋە ھۆللۈكىنى تارقىتىپ كۆزنىڭ

سالامەتلىكنى ئاسرايدۇ. مەرقىشىشا، بىخ مارجان، يۇيۇلغان شادىنەج ۋە كۆيدۈرۈلۈپ، يۇيۇلغان دېڭىز سەرتانى (قىسقۇچ پاقا)، سۇنبۇل ھىندى، سازەج ھىندى قاتارلىقلارنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسا كۆزنى ئاسرايدۇ. بىر ھەپتە بادىيان چىلانغان يامغۇر سۈيىنى ھەر قانداق كۆز كېسەللىكىدە كۆزگە تېمىتسا، كۆزنىڭ قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ. ئەسمىد (بىر خىل سۈرمە تېشى) نى ھەر كەچتە سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسا ياكى مەرۋايىت، مارجان، ئىقلىمىيائى زەھەب (ئالتۇن دېتى)، زەئفەر، ھوزۇز (روسۇت)، شىبكەر، كۆيدۈرۈلگەن پىلە، مامىران چىنى، مۇدەببەر قىلىنغان مىس ۋە سەبرىلەرنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسىمۇ كۆزگە كۆپ مەنپەئەتلىك. قىش كۈنلىرىدە ئىپارنى، ياز كۈنلىرىدە ئەنبەرنى پۇراشنىڭ كۆزنى ئاسراشتا خېلى چوڭ رولى بار. زۇمرەت، سەڭگى سەبەج (بىر خىل تاش) ۋە كۆكتات قاتارلىق يېشىل نەرسىلەرگە قاراش، تىللا سۈرمىچى (پىلتىكوچى) نى دائىم كۆزگە تارتىش كۆزگە كۆپ پايدا قىلىدۇ. دارچىنى، كۈندۈر، سەلىخە (قېلىن دارچىن) ۋە قەلەمفۇرلارنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتىش ۋە ئىستېمال قىلىشمۇ كۆزنى كۈچلەندۈرۈش ۋە ئاسراش رولىغا ئىگە. ھەر خىل ئىترىيفىللار ۋە مۇناسىۋەتلىك مەئجۇنلەرنى ئىستېمال قىلىش، چىرايلىق نەرسە ۋە سۈرەتلەرگە قاراش، نورمالنى ھالدىكى ئىستىفراغ (چىقىرىپ تۇرۇش) لارنى داۋام قىلدۇرۇپ تۇرۇش، مېڭىنى تەنقىيە قىلىش (تازىلاش) ۋە ئۇنى كۈچلەندۈرۈش، بۇخار ۋە گازلارنىڭ ئۆرلىشىنى چەكلەش قاتارلىق دورا ۋە چارە- تەدبىرلەرنىڭ ھەممىسى كۆزگە پايدىلىق. بادام مېغىزىنى ناۋات بىلەن ئىستېمال قىلىشمۇ كۆزگە پايدىلىق. ھەر خىل مېغىزلار ۋە بادىيان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، شىبكەرلەردىن تەييارلانغان تالقان (سۇفۇف) لارنى ئىچىش، ھەلىلە ۋە ئامىلە مۇراببالىرىنى داۋاملىق ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى كۆزنىڭ سالامەتلىكىنى ئاسرايدۇ. ئېترىيفىلى سەغىرنىڭمۇ بۇ جەھەتتىكى ئۈنۈمى خېلى يۇقىرى. يەنە شۇنىڭدەك قەۋزىيەت بولۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىش، چوڭ تەرەتنىڭ دائىم يۇمشاق كېلىشىگە كاپالەتلىك قىلىش قاتارلىقلار كۆزنىڭ ساغلاملىقىنى ساقلاشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

كۆزگە زىيانلىق ئامىللار

كۆزگە زىيانلىق شارائىت، كىلىمات، ھەرىكەت ۋە يېمەك- ئىچمەك، دورىلاردىن خەۋەردار بولۇپ ئۇلاردىن ساقلىنىش ھەر خىل كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا مۇھىم

ئەھمىيەتكە ئىگە. ئۇلار تۆۋەندىكىچە:

كۆزنىڭ تازىلىقىغا ئەھمىيەت بەرمەسلىك، قول بىلەن كۆزنى قالايمىقان ئۇۋۇلاش، پاكىز بولمىغان قول ياغلىق ۋە لۆڭگىلەر بىلەن كۆزنى سۈرتۈش، باش ۋە كۆزنى سۇيىنى يېڭىلىمىغان داستا يۇيۇش بولۇپمۇ لۆڭگە، قول ياغلىق، داس قاتارلىق تازىلىق سايمانلىرىنى ئورتاق ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم. قاراڭغۇ ياكى نۇرى تولۇق بولمىغان شارائىتتا كىتاب ئوقۇماسلىق، خەت يازماسلىق، خەتكە كۆزنى ھەددىدىن ئارتۇق يېقىن قىلىۋالماسلىق، يېتىپ، مېڭىۋېتىپ، ماشىنىدا كېتىۋېتىپ كىتاب ئوقۇش ۋە ئارام ئالماي ئۇدا كىتاب ئوقۇش ۋە خەت يېزىشتىن ساقلىنىش لازىم.

بۇلغانغان پاسكىنا، ئاچچىق سۇلاردا چۆمۈلمەسلىك، چاڭ - توزان، ئىس - تۈتەك جايلاردا تۇرماسلىق، كۆزنى زىيادە ئىسسىق ۋە سوغۇق ھاۋا، بوران - چاپقۇندىن ساقلاش، ئۆتكۈر، كۈچلۈك نۇر ۋە چاقناۋاتقان نەرسىلەرگە قاراش، ھاۋا ئوچۇق كۈنلەردە قارغا كۆپ قاراش، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىگە قاتتىق تەسىر قىلىدىغان بەك كىچىك خەت ۋە ئىنچىكە نەرسىلەرگە ئۇزۇنغىچە قاراش، مۇنچىدا ئۇزۇن ۋاقىت تۇرۇش، قاتتىق غەم - غۇسسە قىلىش قاتارلىقلاردىن ساقلىنىش كېرەك.

تۇزنى كۆپ مىقداردا ئۇزۇن مۇددەت ئىستېمال قىلىش، ھاراق قاتارلىق مەس قىلغۇچى نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، تاماقتا بەك تويۇنغاندا سىڭمەي تۇرۇپ ئۇخلاش، ھەر خىل يەللىك ۋە تەستە ھەزىم بولىدىغان ھەمدە كۆزگە يامان تەسىرى بار يېمەك - ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش ياكى ئاز ئىستېمال قىلىش كېرەك. مەسىلەن، يەللىك سوغۇق نەرسىلەردىن سۈت، دادۇر، لوۋىيا قاتارلىقلار؛ يەللىك ئىسسىق نەرسىلەردىن سامساق، لازا، پىياز قاتارلىقلار؛ كۆزنى غۇۋالاشتۇرغۇچى ۋە كۆزگە زىيان قىلغۇچى نەرسىلەردىن چەلەڭ، ھەببۇلمۇلۇك، چەيزە، جۇسەي، قىچا، جۇۋىنە، سىياھدان قاتارلىقلار؛ بۇلاردىن سىرت ئاچچىقسۇ، چوچۇمەل ئالما، بادۇرۇج، سېرىق چېچەك، خورما، كالا گۆشى، سۆرلەنگەن گۆش، قورۇغان گۆش، زەيتۇن قاتارلىقلارنىڭمۇ كۆزگە بەلگىلىك دەرىجىدە ناچار تەسىرى بار. كۆز ئاغرىغاندا ئۇسۇڭ، سىركە، زەرنىخ، ئەپيۇن قاتارلىق نەرسىلەرنى ئىشلەتسە كۆزگە زىيان قىلىدۇ. كۆزنىڭ ئەسلى مىزاجى ھۆل بولغاچقا زىيادە ھۆللەشتۇرگۈچى، سوۋۇتقۇچى، بوشاتقۇچى دورىلار ياكى نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلسا كۆزنىڭ مىزاجىنى بۇزىدۇ. ھەزىم خىزمىتى بۇزۇلۇش، يېمەك - ئىچمەك رېتىمسىزلىنىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئاشقازاندىن ئۆرلىگەن كۈچلۈك بۇخارلار كۆزگە ئوخشاشلا زىيانلىق.

باش ساھەسىنى كۆپلەپ ھورلاندۇرۇپ داۋالاش، دائىم قان ئېلىش، ھەددىدىن ئارتۇق ھىجامەت قويۇش، كۈچلۈك مۇسھىل دورىلارنى بېرىش، زۆرۈر بولمىغان قەينى كۆپ قىلىش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى كۆزگە زىيانلىق.

كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى ئومۇمىي قائىدىلەر

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ خىللىرى ناھايىتى كۆپ. لېكىن ئالدىنقى قىسىمدا سۆزلەپ ئۆتكەندەك يىغىپ ئېيتقاندا ئۇلارنى 4 چوڭ تۈرگە ئايرىش مۇمكىن. مەسىلەن، 1. كۆز مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى (سۇئى مىزاج) غا تەئەللۇق كېسەللىكلەر، بۇنىڭغا كۆز مىزاجىنىڭ مەيلى ماددىسىز ياكى ماددىلىق سەۋەبلەردىن بۇزۇلغان كېسەللىكلىرى كىرىدۇ. 2. كۆزنىڭ تەركىبىگە مەنسۇپ كېسەللىكلەر (مەرەزى تەركىب)، مەسىلەن: ئالغايلىق، پولتايلىق (كۆز پولتىيىپ چىقىش) قاتارلىقلار. 3. كۆز پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلغانلىقى (تەفەررۇ قۇلئىتتىسالى) غا مەنسۇپ كېسەللىكلەر، مەسىلەن: ھەر تۈرلۈك كۆز زەخىملىرى ۋە جاراھەتلىرى قاتارلىقلار. 4. كۆزنىڭ ئىششىقلىرىغا مەنسۇپ كېسەللىكلەر.

بۇ تۈردىكى كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا قارىمۇ-قارشى داۋالاش ئۇسۇلى ئاساسىي تۇتقا قىلىنىدۇ. يەنى مىزاج خاراكتېرلىكلىرىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن كۆزنىڭ مىزاجىنى تەڭشەش ۋە يۆتكەش، كېسەللىك ماددىلىرىنى چىقىرىش (ئىستىفراغ قىلىش) يەنى كېسەللىككە سەۋەبچى بولغان كىرەكسىز ماددىلارنى مۇناسىپ يوللار بىلەن تازىلاش لازىم. بۇنىڭدا ئىششىقلارغا چارە-تەدبىر قىلىش، كېسەللىك يۈز بەرگەن ئەزانىڭ شەكلىنى تۈزەشمۇ تەڭ ئېلىپ بېرىلىدۇ.

كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئەمەل قىلىشقا تېگىشلىك پرىنسىپ شۇكى: مېڭىنىڭ مىزاجىنى ئىسلاھ قىلىش، تەنقىيە قىلىپ ئۇنىڭدىن كىرەكسىز ماددىلارنى تازىلاش، مېڭە ياكى باشقا ئەزالاردىن كۆزگە قۇيۇلىدىغان ماددىلارنى قان ئېلىش، تىلىپ لوڭقا قويۇش، ئىچىنى سۈردۈرۈش، تاماقنىڭ مىقدارىنى ئازايتىپ سۈپىتىنى ياخشىلاش يەنى تېز سىڭىدىغان (لەتىف) تاماقلار بىلەن ئاز مىقداردا ئوزۇقلاندۇرۇش، ياخشى قان پەيدا قىلىدىغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، بۇخارات پەيدا قىلىدىغان يېمەك-ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش، تەس سىڭىدىغان (غەلىز) تاماقلارنى قەتئىي يولۇقتۇرماسلىق، سىرتىدىن ھەر خىل زىماد، تىلالارنى قوللىنىپ كۆزنىڭ قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش ۋە ئىككىلەمچى پەيدا بولغان مىزاجنى ئۆزگەرتىش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

كۆز كېسەللىكلىرىگە باش ئاغرىقى قوشۇلۇپ كەلسە، ئالدى بىلەن باش ئاغرىقىنى داۋالاش بىلەن بىرگە كۆزنىڭ ئەھۋالىغىمۇ ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش لازىم. ئادەتتە، كۆزدە يۈز بېرىدىغان سوئى مىزاج كېسەللىكلەر نەق يۈز بەرگەن ياكى يۈز بېرىش ئالدىدا تۇرغان بولىدۇ. كېيىنكىسىنى داۋالاش پەيدا بولۇش سەۋەبلىرىنى يوقىتىش ۋە تىزگىنلەش، ئۇنىڭ يۈز بېرىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتىن ئىبارەت. مەسىلەن، ماددا غالىب كەلگەندە ئۇنى ئىستىفراغ قىلىپ چىقىرىش، خىلىتلار قوزغىلىپ قالايمىقانلاشقاندا ئۇنىڭ قىزىقلىقىنى پەسەيتىش قاتارلىقلار. ئالدىنقىسىنى داۋالاشتا ئەگەر، سوئى مىزاجلىق ھالەت پۈتۈنلەي ھاسىل بولۇپ رەسمىي يۈز بەرگەن بولسا، ئۇ ھالدا مۇتلەق ھالدا شۇ مىزاجنىڭ قارشىسىچە داۋالاش كېرەك. ئەگەر، ئۇ دەرىجىدە بولمىغاي، بەلكى دەسلەپكى باسقۇچلىرىدا كېتىۋاتقان بولسا، داۋالاشتا تۆۋەندىكى ئىككى تەرەپنى نەزەردە تۇتۇش بىرى، ئالدىنى ئېلىش چارىلىرىنى قوللىنىش؛ يەنە بىرى، قارىمۇ-قارشى داۋالاش كېرەك. ئالدىنى ئېلىشنى قوللىنىشتىكى مەقسەت يېڭىدىن پەيدا بولۇش ئالدىدا تۇرغان تەرەققىياتنىڭ ئالدىنى ئېلىپ سوئى مىزاجلىق ھالەتنى ئۇلغايتماسلىقتىن ئىبارەت. قارىمۇ-قارشى داۋالاشتىكى مەقسەت باشلانغۇچ باسقۇچتىكى سوئى مىزاجنى داۋالاشتىن ئىبارەت. كۆزنىڭ ھەرقانداق سوئى مىزاجلىق كېسەللىرى ماددىسىز (سازەج) ياكى ماددىي سەۋەبلەردىن بولىدۇ. ماددىسىز بولغانلىرىدا ئادەتتىكى تەڭشىگۈچى (مۇئەددىلات) ۋە مىزاجنى ئۆزگەرتكۈچى دورىلار ھەم سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چاپلىدىغان دورىلارنى قوللىنىشلا كۇپايە قىلىدۇ. مىزاج ئۆزگەرتكۈچى (مۇبەددىلات) دورىلارنى شۇ مىزاجنىڭ قارىمۇ-قارشى ئەھۋالىغا ماسلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش لازىم. يېمەك-ئىچمەك ۋە باشقىلارمۇ سەۋەبنىڭ كۈچلۈك ياكى ئاجىزلىقىغا قاراپ بېكىتىلىدۇ. ئەمما، كۆزنىڭ ماددىلىق سوئى مىزاج كېسەللىرىدە پۈتۈن بەدەندىن ياكى مېڭىدىن ياكى كۆزنىڭ ئۆزىدىن كېسەللىك ماددىسىنى يوقىتىشقا تىرىشىش كېرەك. ماددىنى كۆزنىڭ ئۆزىدىن تازىلاشتا باشقا ئەزالاردىن كۆزگە ماددا قۇيۇلمىغان ياكى قۇيۇلۇش ئېھتىمالى بولمىغان بولۇشى كېرەك. بۇنىڭدا بەزىدە يالغۇز ئىستىفراغ قىلىشلا كۇپايە قىلىدۇ. يەنە بەزىدە تەئدىل قىلىشقا يەنى مىزاج تەڭشەشكە ئېھتىياج چۈشۈشى مۇمكىن. بەدەندىن كېسەللىك ماددىلىرىنى ئىستىفراغ قىلىش قان ئېلىش، تىلىپ لوڭقا قويۇش، ئىچىنى سۈردۈرۈش، قۇستۇرۇش، سىيدۈرۈش ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، تەرلىتىش قاتارلىق ئۇسۇللار بىلەن ئېلىپ بېرىلىدۇ. لېكىن،

تەرلىتىش ۋە ھەيدەش ئازراق قوللىنىلىدۇ.

قان ئېلىشتا تۆۋەندىكىلەرگە رىئايە قىلىش لازىم. قان ئالغاندا كەم قانلىق بولماسلىقى كېرەك. ھەمدە بۇنىڭدا يەنە ئىككى ئىشتىن قاتتىق ئېھتىيات قىلىش لازىم. بىرى، قاندىكى ھۆللۈكنىڭ كەملىكىدىن ئىسسىق ماددىلار غەلىبە قىلىپ قوزغالغاندا؛ يەنە بىرى، ئىسسىقلىقنىڭ كەملىكىدىن سوغۇق ماددىلار خام قالغان يەنى تولۇق پىشىپ يېتىلمىگەندە قان ئېلىشتىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم. تازىلاش (تەنقىيە قىلىش) تا بەزىدە بۇرۇن قاناش، ھەيز ۋە نەفاس قانلىرى راۋانلىشىش، قىل قانتومۇرلار قاناش قاتارلىقلار قان ئېلىشنىڭ ئورنىنى باسىدۇ. بۇرۇن قانىغاندا كۆزگە يېقىن جايلاردىكى ماددىلار چىقىپ كېتىدۇ. بۇرۇن قانىتىش ئۇسۇلىنى قوللانغاندا كۆزگە قارشى تەرەپتىن يەنى داۋالىماقچى بولغان كۆزنىڭ قارشى تەرىپىدىكى بۇرۇننى قاناتسا، مەنپەتى ئانچە بولمايدۇ. ئەمما، ھەيز ۋە نەفاسنىڭ قانلىرى، مەقئەت تومۇرلىرىنىڭ قانىشى مۇنداق ئەمەس. سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاندىكى مەنپەئەت ھەيز قېنىنىڭ راۋانلىشىشىدىن كېلىپ چىققان مەنپەئەت بىلەن يېقىن دەرىجىدە تۇرىدۇ. باسىلىق تومۇردىن قان ئېلىنسا، كۆز تەرەپتىكى ماددىلارنى نورمال ھالدا پەسكە تارتىش، تۆۋەن تەرەپكە يۆزلەندۈرۈش؛ باشتىن قان ئېلىنسا، بەدەننىڭ يۇقىرى ساھەسىدىكى قانلارنى ئىستىفراغ قىلىش رولىنى ئوينايدۇ. كۆزنىڭ بۇرجىكىدىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىنسا، كۆز تورلىشىش كېسىلى ۋە سوزۇلما خاراكتېرلىك كۆز ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنداقلا باش ئاغرىقى، شەقىقە (باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش) قاتارلىقلارغىمۇ پايدا قىلىدۇ. پېشانە تومۇردىن قان ئېلىنسا، باشنىڭ ئېغىرلىقى ۋە كۆز ئىمتىلاسى (كۆز كۆپۈشۈپ ماددىلار قېپىپ قېلىشى) غا شىپا بولىدۇ. كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاش مەقسىتىدە قان ئالغاندا ئالدى بىلەن قىيفال تومۇرىدىن، ئۇنىڭدىن كېيىن باشنىڭ ئەتراپىدىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىش كېرەك. باشنىڭ ئالدى قىسمىدىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىنسا، ماددىلارنى باشقا ئورۇنغا يۆتكەش؛ باشنىڭ ئارقا قىسمىدىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىنسا، ماددىلارنى مۇناسىۋەتلىك ئورۇنلارغا تارتىپ كېلىش رولىنى ئوينايدۇ. ئەگەر، كېسەللىك كۆزنىڭ ئۆزىدە بولۇپ، ئاغرىقنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى يېتىشسە ھەر ئىككىلا تەرەپتىكى قىيفال تومۇرىدىن قان ئېلىنسا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر، قىيفال تومۇرىنى تاپالمىسا، ھەبلۇززىراڭ تومۇرىدىن قان ئېلىنسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر، ئۇنىمۇ تاپالمىسا ئەكھەل تومۇرىدىن قان ئېلىش كېرەك. ئەگەر، ئۇنىمۇ تاپالمىسا باسىلىق تومۇرىدىن قان ئالسىمۇ بولىدۇ. لېكىن، تومۇر ئىچىدە قان كۆپ بولۇشى ۋە بىمارنىڭ تەن قۇۋۋىتىنىڭ بەرداشلىق بېرەلىشىنى ئالدىنقى شەرت قىلىش لازىم. ھۆكۈمالىرىمىز، كېسەللىك سوزۇلما خاراكتېرگە ئايلىنىپ كەتكەندە پېشانە تومۇرى ۋە كۆز ئىچكى بۇرجەكلىرىدىكى

تومۇردىن قان ئېلىشنى تەۋسىيە قىلىدۇ.

لوڭقا قويۇپ تەنقىيە قىلىشتا گەجگە ساھەسىنى تىلىپ لوڭقا قويسىلا مەقسەتكە يەتكىلى بولىدۇ. ئىككى پاقالچاق ساھەسىنى تىلىپ لوڭقا قويسا، ماددىلارنى تۆۋەنگە تارتىش تەسىرى كۈچلۈك بولۇپلا قالماي، بەلكى دەسلەپكى باسقۇچتىكى كۆز كېسەللىكلىرىگە خېلى ئۈنۈمى بار. ئومۇرتقا ساھەسىگە لوڭقا قويۇلسا، ماددىنى باشنىڭ قويرۇقى تەرىپكە تارتىش رولىغا ئىگە. ئۇنىڭ كۆزگە پايدىسى ناھايىتى چوڭ. لېكىن، بۇنىڭدا پۈتۈن بەدەنلىك ئىمتىلائ بولماسلىقى شەرت. چۈنكى، پۈتۈن بەدەندە ئىمتىلائ (توشۇقلۇق) لىق ھالەت بولغاندا، ماددىلارنىڭ باش تەرەپكە ئۆرلەش خەۋپى كۆپرەك بولىدۇ.

ئىچىنى سۈردۈرۈپ تەنقىيە قىلىش بەزىدە دورا ئىچكۈزۈش، بەزىدە كېلىزما قىلىش ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇل ئارقىلىق ماددىلارنى تۆۋەنگە ھەيدەشنىڭ ئۈنۈمى مېڭە تەرەپتىن ماددىلارنى قوزغىتىش ۋە ئۇنى كۆز تەرەپكە سىرغىتىشقا قارىغاندا يۇقىرىراق بولىدۇ. شۇڭا، بەزى ھۆكۈمالىرىمىز كېلىزما قىلىش كۆزنىڭ بارلىق ماددىلىق كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ، دەپ قارايدۇ. كۆز كېسەللىكلىرىگە ناھايىتى مۇۋاپىق كېلىدىغان سۈرگۈچى (مۇسھىل) دورىلارنىڭ بىرى سېرىق ھەلىلەدۇر. چۈنكى، ئۇ يامان خىلىتلارنى ئىستىفراغ قىلىپ چىقىرىپلا قالماي، بەلكى ئۇ يەنە ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈش، ماددىلارنىڭ يۇقىرىغا ئۆرلىشىنى توسۇش رولىغا ئىگە. لېكىن، ئۇنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق بولغاچقا، ئۆزىنىڭ يىرىكلىكى تۈپەيلىدىن ئىسسىق ماددىلارغا زىيان قىلىدۇ. شۇڭا، ئۇنىڭغا بىرئاز يۇمشاقلىق پەيدا قىلغۇچى دورىلاردىن بىنەفشىنى قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم. بىنەفشە ئىچىنى سۈردۈرۈشتە يۇمشىتىش سىلىقلاشتۇرۇشتىن ئىبارەت ئالاھىدىلىككە ئىگە. شۇنداقلا ئۇنىڭ ئىچىنى سۈردۈرۈش رولى سىقىپ چىقىرىش ئارقىلىق بولىدۇ. ئەگەر، ھەلىلىنىڭ تەسىرى ئىلگىرى بولۇپ، بىنەفشىنىڭ سىلىقلاشتۇرۇش خىزمىتىنى بۇزۇپ تەسىرىنى توسۇپ قويسا، بىنەفشىنىڭ ئۆز رولىنى بالدۇرراق ئۆتۈشى ئۈچۈن ئۇنىڭ مىقدارىنى كۆپەيتىش كېرەك. ئەگەر، ئىككىلا دورا ئۆز رولىنى ئۆتەشتە ئاستىلىق قىلسا، ئازراق سەقمۇنىيا (مەھمۇدە) قوشۇپ ئۇلارنىڭ رولىنى كۈچلەندۈرۈش كېرەك. لېكىن سەقمۇنىيا ئۆتكۈر بولغانلىقتىن ئۇنى كەتىرا، رۇببۇسۇس قاتارلىقلار بىلەن ئىسلاھ قىلىش كېرەك. كۆز ۋە مېڭىنىڭ ماددىلىرى گەرچە ئىسسىق بولسىمۇ، لېكىن يەنىلا بەزىدە ئارىلاشما بەلغەمدىن خالىي بولالمايدىغانلىقى ئۈچۈن، توربۇتنى ئىشلىتىشمۇ مۇۋاپىق كېلىدۇ. ئەمما، توربۇتنىڭ كۈچى ئاجىز بولغاچقا ھارارەت ئېشىپ كەتمىگەن ئەھۋال ئاستىدا ئۇنى زەنجىبىل ئارقىلىق كۈچلەندۈرۈش كېرەك. ئەگەر، موخرىج دورىلارنىڭ زىيان قىلىش ئېھتىمالى بولسا، مۇقەل ئەزرەق ناھايىتى مۇۋاپىق كېلىدۇ.

ئەگەر، ماددىلار قويۇق بولسا، ئىيارەجى فەيقەرانى قوشۇپ ئىشلىتىش كېرەك. چۈنكى ئۇ، ماددىلارنى يۇقىرى تەرەپتىن تۆۋەنگە چۈشۈرۈش رولىغا ئىگە. ئەگەر، ماددىلار بەك قويۇق بولسا، ھەببى ئىيارەجى ناھايىتى ياخشى تەسىر قىلىدۇ. بەزىدە ماددىلار بەك قويۇق بولسا، دورا يۆتكەپ ئىشلىتىش مەقسىتىدە ئارىلاپ يەنە ئىيارەجى لوغازىيا ياكى ھەببى قوقىيالارنى نۆۋەتلەشتۈرۈپ ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. ئەگەر، ماددىلار بەك سۇيۇق بولسا، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانارلارنىڭ سۈلىرىنى سىقىپ ھەلىلە ۋە شېكەر بىلەن قوشۇپ بەرسە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە بەزىدە تورىبۇت، مەھمۇدە (سەقمۇنىيا) قوشسىمۇ بولىدۇ. يەنە شۇنىڭدەك ئەينولا، چىلان، گىلاس (ئالۇبالۇ) ۋە ئۆرۈككىلەرنىڭ ھەر قايسىدىن 20 تال، سانا، گۈل بىنەفشە، سېرىق ھەلىلە ۋە ئاقلەيلى ئۆرۈقىنىڭ ھەر قايسىسىنى 10 گرامدىن ئېلىپ چىلاپ تاتلىقنى چىقىرىپ شېكەر بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك. يۇقىرىقى نۇسخىغا 30 گرام خىيارى شەنبەر قوشسا دورىنىڭ كۈچىنى ئاشۇرغىلى بولىدۇ. ئۇنىڭغا يەنە ئاززاراق بادام يېغى قوشۇپ قويسىمۇ بولىدۇ. يەنە بەزىدە مەتبۇخى فەۋاكىھە (مېۋە - چېۋىلەر قاينىتىلمىسى) بېرىشكىمۇ توغرا كېلىدۇ. بەزىدە، ئۆرۈكنىڭ ئورنىغا سەرپىستان ئىشلىتىلىدۇ، يەنە بەزىدە رەۋەندىن 15 گرام، سەقمۇنىيادىن 1 گرام قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ. ماددا سەۋداغا يۈزلەنگەن بولسا، يۇقىرىقى مەتبۇخنىڭ تەركىبىگە ئەفتىمۇندىن 10 گرام، بىسپايەجدىن 10 گرام قوشۇلىدۇ. ھەممىدە ئۇنىڭغا يەنە بىر يېرىم گرام ھەجەرى ئەرمەنىنى قوشۇش ئارقىلىق دورا كۈچى ئاشۇرۇلىدۇ. سوغۇتۇش ۋە تەبئەتنى يۇمشىتىش مەقسىتىدە چىلانما (نوقۇ)لاردىن ئۇقۇئى مۇقەۋۋىنى ئىشلەتكەندىن كېيىن ھەلىلە ئېلىۋېتىلىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ گۈل بىنەفشە، سانا ياكى سانانىڭ يالغۇز ئۆزىلا ئېلىپ تاشلىنىدۇ. ھەممىدە تەبئەتنى يۇمشاتقۇچى سوغۇق تەبئەتلىك شەربەتلەردىن شەربىتى گىلاس، بىنەفشە شەربىتى ياكى نىلۇفەر شەربىتى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. يەنە بەزىدە، ئىچمىنى بوشاشتۇرغۇچى ۋە سۈرگۈچى پىلىكچە (شامچە) ۋە كېلىزمىلارنى ئىشلىتىشكىمۇ توغرا كېلىدۇ. پىلىكچە نۇسخىسى: مۇۋاپىق مىقداردىكى شېكەر ئاززاراق تۇز ۋە توغرىغۇ بىلەن قىيام قىلىپ شامچە قىلىنىدۇ. بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەك يەنە بىر نۇسخە: سانا، گۈل بىنەفشىنىڭ ھەر بىرىدىن 1 گرام ئېلىپ، ئاززاراق سەقمۇنىيا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ. يەڭگىلرەك كېلىزما نۇسخىسى: ئارپا سۈيى (مائۇششەئىر) 100 گرام، قىزىلچا سۈيى (چوغەندەر) 30 گرام، خىيارى شەنبەر 30 گرام. كۈنجۈت يېغى ۋە شېكەرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 45 گرام ئېلىپ قائىدە بويىچە تەييارلاپ كېلىزما تەييارلىنىدۇ.

قوستۇرۇش گەرچە ماددىلارنى تەنقىيە قىلىپ تازىلاشقا پايدىلىق بولسىمۇ، لېكىن ئۇنىڭ زىيانلىق تەرىپى كۆپ، چۈنكى ئۇ ماددىلارنى قوزغىتىپ قويىدۇ. ھەيدەش يەنى

سۈيدۈك ياكى ھەيزنى راۋان قىلىش ۋە تەرلىتىش ئۇسۇللىرى كۆپىنچە ھاللاردا قاننىڭ سۇ قىسمى پۈتۈن بەدەنگە تارقىلىپ كۆزگە غالىب كەلگەندە قوللىنىلىدۇ.

مېگىدىن كېسەللىك ماددىلىرىنى ئىستىفراغ قىلىش: مېگىدىن ماددىلارنى تەنقىيە قىلىش مۇسھىل دورىلار ئارقىلىق ئومۇمىي بەدەننى تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن ھەببى ھەلىلىگە ئوخشاش دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش؛ كېسەللىك ماددىسى ئىسسىق دەپ قارالغاندا ئىككى چېكىسىگە زۇلۇك قۇرۇتى قويۇش، ماددىسى سوغۇق ياكى مۇرەككەپ دەپ قارالغاندا ھەببى ئىيارەج، ھەببى شەبيار ۋە ھەر خىل تىپتىكى ئىترىيفىللارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. يەنە شۇنىڭدەك، سىرتقى جەھەتتە بۇرۇنغا سەئوت ۋە ئەتۇس (چۈشكۈرتكۈچى) دورىلارنى ئىشلىتىش ئارقىلىقمۇ ئېلىپ بېرىلىدۇ.

كۆزنى ئىستىفراغ قىلىش: كۆزنىڭ ئۆزىدىكى كېسەللىك ماددىلىرىنى تازىلاش ماددىنى كۆز تەرەپتىن قايتۇرۇش ياكى تارتىپ كېلىش ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. ماددىنى قايتۇرۇش ياكى توسۇشتا ئەگەر، بەدەن توشۇق (ئىمتىلائ)لىق ھالەتتە يەنى پۈتۈن بەدەنگە ماددىلار توشۇپ قىيىپ قالغان بولسا، دەسلەپتىلا ئومۇمىي بەدەندىن قايتۇرۇلىدۇ، بۇنىڭدا بەدەندە قايسى خىلتنىڭ غالىبلىقى نەزەردە تۇتۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن، مېگىگە خاس تەنقىيە دورىلىرى ئارقىلىق مېگە تەنقىيە قىلىنىدۇ. ئاخىرىدا مەخسۇس داۋالىماقچى بولغان ئەزا كۆز تەنقىيە قىلىنىدۇ. كۆزنى تەنقىيە قىلىش ئۇنىڭدىكى كېسەللىك ماددىسىنى يۆتكەش ۋە ئۇنى باشقا تەرەپكە يۆزلەندۈرۈش، بۇرۇن يولى ياكى قاشلاردىكى تومۇرلار، مەسىلەن: ماقەين تومۇرلىرىغا ئوخشاش تومۇرلاردىن چىقىرىش ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. كۆز تەرەپتىن ماددىلارنى تارتىش ياش ئاققۇزغۇچى ۋە پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى دورىلار ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. ھۆكۈمالىرىمىزنىڭ ئېيتىشىچە كۆزنىڭ ماددىلىق كېسەللىكلىرىدە كېسەللىك مەيلى ئەسلىي (بىرلەمچى) ياكى شىركىي (ئىككىلەمچى) بولسۇن، ئەتۇس (چۈشكۈرتكۈچى) ۋە ياش ئاققۇزغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، شۇنداقلا كۆزنىڭ بۇرجىكى ۋە پېشانىدىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىش، بولۇپمۇ ئومۇمىي بەدەن ۋە مېگىنى تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن قان ئېلىش ماددىنى كۆزدىن باشقا تەرەپكە تارتىش كۆزنى تەنقىيە قىلىش ۋە كۆزنىڭ ماددىلىق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى چوڭ ئۇتۇقتۇر. كۆزنىڭ ماددىلىق كېسەللىكلىرىدە كېسەللىك ماددىسىنى كۆز تەرەپتىن باشقا ئەزالارغا يۆتكەشكە توغرا كەلسە ھەمدە ماددا كۆزگە قويۇلۇش ئالدىدا تۇرغان بولسا، ماددىنى يۆتكەشكە مۇۋاپىق كېلىدىغان ئەڭ ياخشى ئەزا بۇرۇندۇر. شۇڭا، بۇنىڭدا ھەر خىل ئەتۇس ۋە نەشۇق دورىلار بۇرۇنغا تارتىلىدۇ. يېمەك-ئىچمەكلىكلەر كەمرەك ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ، تەستە سىڭىدىغان غەلىز تاماقلار ۋە يەل، بۇخارات پەيدا قىلىدىغان تاماقلاردىن پەرھىز

قىلدۇرۇلىدۇ. مانا بۇ، كۆز ماددىلىرىنى ئىستىفراغ قىلدىغان ئۇسۇللارنىڭ بىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر، ماددا باشقا ئەزادىن كۆز تەرەپكە قويۇلسا، شۇ ئەزانىمۇ تەنقىيە قىلىش ۋە ئۇنىڭغىمۇ چارە- تەدبىر قىلىش لازىم. ئەگەر، كۆزنىڭ ماددىسى قويۇق ۋە سۇيۇق ياكى يەل خاراكتېرلىك بولسا، ئالدى بىلەن مۇناسىۋەتلىك مۇسھىل دورىلىرى ئارقىلىق ئومۇمىي بەدەن تەنقىيە قىلىنغاندىن كېيىن ھەببى ئىيارەج ياكى ھەببى قوقىيالار بىلەن مېڭە مەخسۇس تەنقىيە قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قالدۇق ماددىلار يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتىلىدۇ ھەمدە كۆز شۇمشە سۈيى ۋە يېڭى سۈتلەر بىلەن يۇيۇلىدۇ. ماددىلارنى تەنقىيە قىلىپ كۆزنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن مۇۋاپىق دورىلار كۆزگە تارتىلىدۇ ۋە ئاغرىق مۇنچىغا چۈشۈرۈلىدۇ. ئەگەر، كېسەللىك ماددىسى قانغا ياكى سەپراغا ئارىلاشقان سۇيۇق ماددا بولسا، قان ئېلىپ بولغاندىن كېيىن مۇسھىل دورىلىرى بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن باش تەرەپتىن ماددىلارنى تارتىپ كېلىشكە چارە قىلىنىدۇ. ئاخىرىدا كۆزنى رەسمىي داۋالاشقا تۇتۇش قىلىنىدۇ. دېمەك، كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا تەنقىيە قىلماي تۇرۇپ داۋالاش ئېلىپ بېرىشقا يەنى مەخسۇس كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ دورىسىنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. سىرتتىن ئىشلىتىدىغان دورىلارمۇ ھەم شۇنداق. سىرتتىن ئىشلىتىدىغان دورا تارقاتقۇچى بولسا ئىشلىتىشكە تېخىمۇ بولمايدۇ. بىراق، يەڭگىل ۋە ئاسان چارىلار بولسا زۆرۈر تېپىلغاندا قوللانسا بولىدۇ. يەل خاراكتېرلىك كۆز كېسەللىكلىرىدە مۇنچىغا چۈشۈرۈش، تارقاتقۇچى ۋە پارلاندۇرغۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ناھايىتى پايدىلىقتۇر.

ئەگەر، كېسەللىك ماددىسى قاندىن بولغان بولسا قان ئېلىنسىلا كۇپايە قىلىدۇ، باشقىچە تەنقىيە قىلىش ھاجەتسىز. بەزىدە ھەرقانچە قان ئالسىمۇ قاننىڭ بەك قويۇقلۇقى ۋە كۆز تومۇرلىرىنىڭ بەك توشۇقلۇقى تۈپەيلىدىن تومۇرلاردىكى توشۇق (ئىمتىلائ) لىق ھالەت پەسەيمەيدۇ. مۇنداق چاغدا مۇنچىغا چۈشۈرۈش، مۇنچىدىن چىقىپلا لەتىيف ۋە سىڭىشلىك تاماق ئىستېمال قىلىش ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنداقلا، ئىيارەجى فەيقەرا ۋە ھەببى قوقىيالارنى ئىستېمال قىلدۇرۇشمۇ ناھايىتى پايدىلىق. شىيافى ئەھمەرلەيىننى ئىچىش، تارقاتقۇچى زىمادلارنى ئىشلىتىشتەك چارىلارمۇ قويۇق قاننى سۇيۇلدۇرىدۇ. مۇنچىدىن چىقىپلا ئازىراق شاراب ئىچسىمۇ پايدا قىلىدۇ. تەنقىيە قىلىش (تازىلاش) ۋە باشقا توغرا چارە- تەدبىرلەرمۇ نەتىجە بەرمىسە، كۆزدە يامان سۈپەتلىك مىزاج بۇزۇلۇش (سوئى مىزاج رەددى) نىڭ بارلىقى ياكى كۆزدە يوشۇرۇن يامان سۈپەتلىك ماددىلارنىڭ بارلىقى ھەمدە ئۇلارنىڭ كۆزنىڭ ئوزۇقلۇقىنى بۇزۇۋاتقانلىقىدىن گۇمانلىنىش لازىم ياكى مېڭىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىنى پەرەز قىلىش كېرەك. دېمەك، مېڭە ئاجىزلىغاندا نەزلە سۇيۇقلۇقلىرى

مېڭە تەرەپتىن كۆزگە قاراپ ماڭغان بولىدۇ. بۇ، كۆزنى تەنقىيە قىلىشقا زىيانلىق. بەزىدە، كۆزدە ھېچقانداق ئىششىق ئالامىتى ئاشكارە بولماي تۇرۇپلا كۆز تەرەپكە ماددىلارنىڭ داۋاملىق قويۇلغانلىقى تۈپەيلىدىن داۋالاشنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك بولمايدۇ. ئەگەر، بۇ ماددا مېڭە ياپمىسىنىڭ سىرتقى پەردىسىدىن كەلگەن بولسا، باش ۋە چېكە ھەمدە بەدەندىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىش، چېكە ساھەسىگە داغ قويۇش كېرەك. پېشانىگە كۆمۈش لوڭقا ۋە زۇلۇك قۇرۇتى قويۇشمۇ پايدا قىلىدۇ. پېشانىگە كۆچلەندۈرگۈچى ۋە ماددىلارنى قايتۇرغۇچى زىمادلارنى چېپىشمۇ پايدىلىق. ماددىلارنى كەينىگە قايتۇرۇشتا ئىسسىقتىن بولغانلىرىغا قوغۇن پوستى، سوغۇقتىن بولغانلىرىغا قەلقەدىيس ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر، كېسەللىك ماددىسى باش ياپمىسىنىڭ ئىچكى تەرىپىدىن كەلگەن بولسا، قان ئېلىش ۋە ئىچىنى سۈردۈرۈش ئارقىلىق مېڭە تەنقىيە قىلىنىدۇ ھەمدە ئۇنىڭدىن باشقا يەنە مۇناسىپ دەپ قارالغان چارە-تەدبىرلەرنى قوللىنىش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا «سەبەل» كېسەللىكىدە بايان قىلىنىدىغان چارە-تەدبىرلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

كۆزنىڭ ماددىلىق كېسەللىكلىرى ئادەتتە، 1. كۆزنىڭ مىزاجى ئاجىزلاپ كەتكەنلىكى ھەتتا مېڭىدىن كەلگەن ماددىلارنى دەفئى قىلالماي، بەلكى قوبۇل قىلىش دەرىجىسىگە چۈشۈپ قالغانلىقى، 2. كۆز مىزاجىنىڭ مېڭە، ئاشقازان ۋە باشقا ئىچكى ئەزالار مىزاجىغا قارىغاندا ئاجىزلاپ كەتكەنلىكىدىن ئۇنىڭ ئىچكى ئەزالاردىن ئۆرلىگەن بۇخارلارنى ۋە مېڭە دەفئى قىلغان كېرەكسىز ماددىلارنى قوبۇل قىلغانلىقى، 3. بەدەندە ناچار خىلىتلارنىڭ كۆپەيگەنلىكى، 4. كۆزدىكى قۇۋۋايى غازىييەنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن ئۆزىگە كەلگەن ئوزۇقلۇقلارنى ياخشى ھەزىم قىلالماي ئۆزىدە ئارتۇقچە ماددىلارنىڭ توپلاپ قويغانلىقى، 5. خىلىتلارنىڭ كۆز تەرەپكە كېلىدىغان يوللىرى كېڭىيىپ كەتكەنلىكىدىن ماددىلارنىڭ كۆپلەپ كۆزگە قاراپ ئاققانلىقى، 6. كۆزدىكى كېرەكسىز ماددىلار ئېقىپ چىقىدىغان يوللارنىڭ تارىيىپ كەتكەنلىكىدىن تاشلاندۇقلارنىڭ كۆزدە تۇرۇپ قالغانلىقى، 7. كۆزنىڭ ئورنى مېڭىنىڭ ئاستىغا جايلاشقانلىقى تۈپەيلىدىن ئۆزلەشمىگەن تاشلاندۇقلارنىڭ ئۆزلۈكسىز كۆزگە قۇيۇلغانلىقى قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىققاچقا، كۆز تېۋىپى كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ مۇشۇ سەۋەبلەرنىڭ قايسى بىرىدىن بولغانلىقىغا دىققەت قىلىشى، تەكشۈرۈش ئېلىپ بېرىپ ئالدى بىلەن كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى سەۋەبنى تورمۇزلىشى ۋە ئۇنى چەكلەشكە ماھىر بولۇشى لازىم.

كۆزنىڭ تۈزۈلۈشىگە ئائىت كېسەللىكلەرنى داۋالاش كۆزنىڭ شەكلىنى تۈزەش، كۆزنىڭ زايىچاسلىرىدىكى ھەر خىل ئاپەتلەرگە چارە-تەدبىر قىلىش قاتارلىقلارنى ئۆز

AltunOq

ئىچىگە ئالىدۇ. ئۇ بۇلار يۇقىرىدا ئېيتىپ ئۆتۈلگەندەك قان ئېلىش ۋە ئىستىفراغ قىلىش ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلغاندىن سىرت ھەر خىل ئۇسۇل-چارە ئامىللار ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. كۆزنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان (تەفەررۇقولئىتتىسالى) كېسەللىكلەرگە چارە-تەدبىر قىلىشتا قۇرۇتۇش خۇسۇسىيىتى تۆۋەن ھەمدە غىدىقلاش تەسىرى بولمىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسلەن، سۈرمە، زەئفەر، توتىيا، ئۆپا (سەفىداب)، شادەنەج، سەبرى قاتارلىقلار. چۈنكى كۆزنىڭ مىزاجى بىلەن ئوخشاش بولغان ھەر قانداق دورا كۆزگە زىيان قىلىدۇ. يەنى كۆزنىڭ مىزاجى ھۆل بولسا، قىلىدىغان دورىمىز ھۆل بولسا زىيان قىلىدۇ، ئەلۋەتتە. لېكىن يۇقىرىقى دورىلاردا كۆزنىڭ مىزاجىغا ئازراق بولسىمۇ قارىمۇ-قارشى كېلىدىغان تەبىئەت بولغاچقا كۆزگە يەنىلا پايدا قىلىدۇ. يۇقىرىدا ئېيتىپ ئۆتكەندەك كۆزنىڭ مىزاجى ئومۇمەن ھۆل ئىسسىقتۇر، شۇڭا كۆپىنچە ھاللاردا كۆزگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان دورىلارنىڭ ھەممىسى كۆزگە زىيان قىلىدۇ. شۇڭا، كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار قانداق دورا بولۇشىدىن قەتئىي نەزەر ئۇنىڭدا سۇيۇقلۇق كەمرەك بولۇشى ھەمدە كۆزنى غىدىقلىمايدىغان ۋە چاقمايدىغان بولۇشى لازىم. شۇندىلا ئۇ كۆزنى كۈچلەندۈرۈش رولىنى ئوينىيالايدۇ. ھەر قانداق بىر ئەزا كۈچلۈك بولىدىكەن ئۇ كېسەللىكنىڭ ھۇجۇمىغا تاقابىل تۇرالايدۇ. ھەمدە باشقا تەرەپتىن كەلگەن كېسەللىك ۋە يات ماددىلارنى ئۆز كۈچى ئارقىلىق دەفئى قىلىپ، ئۆز-ئۆزىنى قوغدىيالايدۇ. شۇڭا كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا كۆزنىڭ مىزاجىغا زىيان قىلىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشتىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم. مانا بۇ كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا رىئايە قىلىشقا تېگىشلىك چوڭ نۇقتىدۇر.

كۆز دورىلىرى

كۆز دورىلىرىنىڭ بىر قىسمى كۆزنىڭ مىزاجىنى ئۆزگەرتكۈچى دورىلاردۇر. كۆزنى سوۋۇتقۇچى دورىلار: ئىت ئۈزۈمىنىڭ سۈيى، كاسنى سۈيى، ئۇسۇلۇڭ سۈيى، قىزىلگۈل سۈيى، ئىسبەغۇل لۇئابى ۋە توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى قاتارلىقلاردۇر. كۆزنى قىزىتقۇچى دورىلار: ئىپار، قارامۇچ، ئىگىر، مامىرانچىنى قاتارلىقلاردۇر. كۆزدىكى ئارتۇقچە سۇيۇقلۇقلارنى قۇرۇتقۇچى دورىلار: تۇتىيا، سۈرمە، ئىقلىميا قاتارلىقلاردۇر. كۆزنى قورۇغۇچى قابىز دورىلار: شىيافى مامىيشا، سەبرى، فىلزەھرەج، قىزىلگۈل، زەئفەر قاتارلىقلاردۇر. كۆزنى

يۇمشاتقۇچى، مولەيىن دورىلار: سۈت، سوقۇلغان بادام مېغىزى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى، بېھى ۋە ئاقلەيلى ئۇرۇقىنىڭ لۇئابلىرى چۈجە ۋە باچكىنىڭ قېنى قاتارلىقلاردۇر. كۆزدىكى ماددىلارنى شورىغۇچى (مۇنزىج) دورىلار: ھەر خىل يىلتىز دورىلار، شۇمشا سۈيى، زەئفەر، مەيفۇختەج قاتارلىقلاردۇر (نان چىلانغان مەيفۇختەجنىڭ تەسىرى كۈچلۈكرەك). كۆزدىكى ماددىلارنى پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى دورىلار: ئەنزەرۇت ۋە باديان سۈيى قاتارلىقلاردۇر. كۆزنىڭ سېزىمىنى يوقاتقۇچى دورىلار: بىللادوننا (لۇففاھ)، لوففاھنىڭ سىقىلغان سۈيى، خەشخاش ۋە ئەپيۇن قاتارلىقلاردۇر. دېمەك، كۆزنىڭ دورىلىرىنى 7 تۈرگە يىغىنچاقلاشقا بولىدۇ.

1. قورغۇچى (قابىز) دورىلار: بۇ يەنە 2 خىلغا بۆلۈنىدۇ. بۇنىڭ بىرى، قابىزلىقى مۆتىدىلراق بولۇپ، ئۇلار قىزىلگۈل ۋە ئۇنىڭ ئۇسارىسى (سىقىۋېلىنغان سۈيى) ۋە تېكە ساقلى ئوتىنىڭ سىقىلمىسى، مامىشا، سۇنبۇل، زەئفەر، سازەج ھىندى قاتارلىقلاردۇر. بۇ خىلدىكى قابىز دورىلار كۆزنىڭ بارلىق ئەزالىرى ساق ۋە كۈچلۈك، كۆرۈش قۇۋۋىتىمۇ ئۆتكۈر بولغان ئەھۋال ئاستىدا پەقەت كۆزدىكى ياشنى توختىتىش مەقسىتىدىلا ئىشلىتىلىدۇ.

2. پۈشۈرگۈچى دورىلار: يەنى ماددىلارنى پۈشۈرۈپ تەنقىيە قىلىپ چىقىرىش سالاھىيىتىگە كەلتۈرگۈچى دورىلار ۋە پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى دورىلاردۇر. ئۇلار شۇمشا سۈيى، ھوزۇزھىندى (روسۇت ھىندى)، مىلتىق دورىسى، ئەنزەرۇت، ئىكىلمىلىك، قۇندۇز قەھرى، كۈندۈر، زەئفەر ۋە مورمەككى قاتارلىقلاردۇر. مورمەككىنىڭ قۇرۇتۇش، سۈيۇقلۇقلارنى شۈمۈرۈش تەسىرى ھەممىدىن كۈچلۈكرەك. زەئفەر قابىز ۋە تۇتۇش رولىغا ئىگە بولۇش بىلەن بىرگە پۈشۈرگۈچى (مۇنزىج) ۋە يۇمشاتقۇچى (مولەيىن) تەسىرگە ئىگە. كۈندۈر پۈشۈرگۈچى ھەم قىزىتقۇچىدۇر. يۇقىرىدىكى دورىلار كۆزنىڭ ئىششىقلىرى، مۇدۇر چاقلىرى ۋە يارىلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلسە ئۇلاردىكى قويۇق سۈيۇقلۇقلارنى پارلاندۇرۇپ تارقىتىش، يىرىڭلارنى يوقىتىش، تەبەقەئى قەرنىيەنىڭ كەينىدە يىغىلىپ قالغان يىرىڭ ۋە سۈيۇقلۇقلارنى يوقىتىش ۋە تارقىتىش رولىنى ئوينايدۇ.

3. سېزىمىنى يوقاتقۇچى ۋە مەس قىلغۇچى دورىلار: لوففاھ (شەۋكران)، ئەپيۇن، خەشخاش قاتارلىقلاردۇر. بۇ خىل دورىلارنى كۆزگە ئىشلىتىشتە ناھايىتى ئېھتىيات قىلىش كېرەك. ئاغرىق بەك قاتتىق كۈچەيگەن، ھارارەت ۋە كۆيۈشۈش يۇقىرى دەرىجىگە چىققانغا ئوخشاش كۈچلۈك ئېھتىياج چۈشكەن ئەھۋال ئاستىدىلا ئاندىن ئۇلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

4. ئېچىلىپ قالغان يوللارغا توسالغۇ پەيدا قىلىپ ئېتىدىغان ۋە چاپلاشتۇرۇپ تۇتاشتۇرىدىغان دورىلار: بۇ دورىلارمۇ 2 خىلغا بۆلۈنىدۇ. بىرى، قۇرۇق ۋە چۈرۈك بولۇپ ئىقلىميا، سەفىداب (ئۇپا)، يۇيۇلغان ئۇتىيا، كۆيدۈرۈلگەن قەلەي، گۈلى شاموس ۋە نىشاستە قاتارلىقلاردۇر. بۇ خىلدىكى دورىلار ئارتۇقچە سۈيۇقلۇقلارنى ئازايتىدۇ،

كۆز ياشاڭغۇراش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ. بولۇپمۇ كۆزنىڭ يارا ۋە يىرىڭلىق چاقىلىرىغا ناھايىتى مۇۋاپىق كېلىدۇ. لېكىن، بۇ دورىلارنى ئىشلىتىشتە ئالدى بىلەن تازىلاش ئېلىپ بېرىلغان بولۇشى شەرت. زۆرۈر تېپىلسا تەبەقەئى قەرنىيەنىڭ يارىلىرىدا ئىستىفراغ قىلىشتىن ئىلگىرى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. يەنە بىرى يۇمشاق، چاپلاشقاق ۋە ھۆللۈك تەرەپتىكى دورىلار بولۇپ، بۇ دورىلارنى ئىشلىتىشتە تۆۋەندىكى 4 تەرەپ نەزەردە تۇتۇلىدۇ: 1) مەزكۇر دورىلارنىڭ ئېچىشتۇرۇش ۋە كۆيدۈرۈش تەسىرى بولمىغانلىقى، 2) كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان ئاساسىي دورىلارنى كۆزدە ئۇزۇنراق تۇرغۇزۇشتا رولىنىڭ چوڭلۇقى (مەسىلەن: چاپلاشقاق دورىلاردىن كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە قاتارلىقلار مۇناسىۋەتلىك كۆز دورىلىرىغا قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ)، 3) كۆزگە ئىشلەتمەكچى بولغان تاش ۋە تۇپراق جىنسلىق دورىلار كەلتۈرۈپ چىقارغان. بولۇپمۇ كۆز كېسەل مەزگىللىرىدە پەيدا بولىدىغان يامان تەسىرنى دەفئى قىلالايدىغانلىقى (بۇنىڭدا ئاساسەن يۇمشاق دورىلار قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ)، 4) ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر ماددىلاردىن پەيدا بولىدىغان يىرىڭلىك ۋە غىدىقلىنىشنى يوقىتالايدىغانلىقى بۇنىڭدا يۇمشاق ۋە ئۇچۇچان (لەتىيف) دورىلار قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: ئاياللارنىڭ سۈتى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى قاتارلىقلار).

5. يول ۋە كانالچىلارنى ئاچىدىغان دورىلار: بۇلارمۇ 2 خىلغا بۆلۈنىدۇ. بىرى، ئىگىر، دارچىن. فەرفىيۇن، ھىلىڭ ۋە سەكبىنەج قاتارلىقلار بولۇپ، ئۇلار مۇنزىج (پىشۇرغۇچى) ۋە مۇھەللىل (پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى) دورىلارنىڭ تەسىرى تەبەقەئى قەرنىيەنىڭ ئارقا تەرىپىگە يېتىپ بارمىغان ئەھۋال ئاستىدا ئىشلىتىلىدۇ. چۈنكى، بۇ خىلدىكى دورىلارنى ئاساسىي دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەندە مەنپەز (يول) لەرنى ئېچىپ دورىلارنى تېگىشلىك جايلارغا باشلاپ بارىدۇ. يەنە بىرى، بەك ئىسسىق ۋە يىرىڭلىك پەيدا قىلغۇچى دورىلار بولۇپ، ئۇلار كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ) كېسەللىكىنىڭ ئالدىنى ئېلىش رولىغا ئىگە.

6. يەپ يوقاتقۇچى دورىلار: بۇلارمۇ 2 خىل بولىدۇ. بىرى، يارىنىڭ قاقاچ ۋە كىرلىرىنى يوقاتقۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلاردۇر. مەسىلەن: ئىقلىميائى كۈندۈر ۋە سەبرى قاتارلىقلار. يەنە بىرى كۆزدىكى پەردە (سەبەل)، قۇتۇر ۋە تىرناقچە ئۆسۈكچىلەرنى يوقاتقۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلاردۇر. مەسىلەن: نۇشۇدۇر، قەلقەتار، مىس دېتى ۋە كۆيدۈرۈلگەن مىس قاتارلىقلار.

7. ئۇفۇنەت پەيدا قىلغۇچى، چىرىتكۈچى دورىلار ۋە كۆيدۈرگۈچى، يىرىڭلەشتۈرگۈچى دورىلار. مەسىلەن: زەرنىخ، زەنگار قاتارلىقلار. بۇ خىلدىكى دورىلار كۆزگە چۈشكەن قاتتىق بەز، سوزۇلما خاراكتېرلىك قوتۇر ۋە قاقاچلارنى يوقىتىپ تازىلايدۇ.

كۆز دورىلىرىنى تەييارلاشتا بىلىشكە تېگىشلىك ئىشلار

1. كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ئۇيغۇر تىبابىتىدىكى باشقا دورىلارغا ئوخشاشلا مەدەنىيات، ئۆسۈملۈكلەر، ھايۋاناتلاردىن ئېلىنىدۇ ۋە ئۇلاردىن ئۆزىگە خاس ھەر خىل شەكىلدىكى دورىلار ياسىلىدۇ، مەسىلەن: سۈرمە، سىپىلما ۋە شىيافقا ئوخشاشلار. لېكىن، ئۇلار ھەر خىل زىيانلىق كەيپىياتلاردىن خالىي بولۇشى شەرت. بۇ ياسالمىلار قىيامى (قويۇق-سۇيۇقلۇقى)، كەيپىياتى ۋە باشقا جەھەتلىرىدىكى ئوخشاشماسلىقىغا مۇناسىپ ھالدا ئۇلارنىڭ ئىشلىتىش يوللىرىمۇ ئوخشاشمايدۇ. مەدەنىيات دورىلار كۆز جىسىملىرىنىڭ ئۈزلۈكسىز ھەرىكەتلىنىپ تۇرۇشى سەۋەبلىك ھەمدە ئۆزىنىڭ يىرىكلىكى تۈپەيلىدىن كۆپىنچە ھاللاردا كۆز يۇمىلىقىغا يامان تەسىر كۆرسىتىدۇ. شۇڭا، بۇ دورىلارنى ئىنتايىن يۇمشاق سۈرتۈپ، ئادەتتىن تاشقىرى دەرىجىدە سالايە قىلىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ئۇلارنى ئۇپىدەك سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈش ياكى سۇ بىلەن سۈزۈلدۈرۈش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ، مەسىلەن: تۇتىيا، شادەنەج، مەرقەشىشا ۋە ئەسمىد قاتارلىقلار. يەنە بەزىلىرىنى ھەتتا كۆيدۈرگەندىلا ئاندىن بۇ مەقسەتكە يەتكىلى بولىدۇ. بۇنداقلىقى يەنى كۆيدۈرمىسە بولمايدىغانلىقى دورا كەيپىياتىنىڭ بەك ناچار ۋە زەھەرلىكى ۋە ياكى ئۇنى سوقۇپ يۇمشاق ھالەتكە كەلتۈرگىلى بولمايدىغانلىقىدىندۇر. بۇ خىلدىكى دورىلارنى كۆيدۈرۈشتىكى ئەڭ ياخشى ئۇسۇل شۇكى: دورىنى بىگىز كوزىنىڭ ئىچىگە سېلىپ ئۈستىدىن گىلى ھېكمەت قىلىپ تونۇر ياكى ئوچاق قوقىسىغا ئوبدان كۆمۈپ، ياخشى سوقۇلۇش سالاھىيىتىگە كەلگەنگە قەدەر قويۇشتىن ئىبارەت. مەسىلەن، ئىقلىمىيا، زاڭ، فىلە، سەفىداب ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار. يەنە بەزى دورىلارنى كۆيدۈرۈپ ۋە ياخشى سوقۇلغاندىن كېيىنمۇ يەنە يۇيۇپ كۆپ قېتىم چايقاشقا توغرا كېلىدۇ. مەسىلەن، سەفىداب (دورىلىق ئۇپا) غا ئوخشاشلار. بۇنىڭدىكى مەقسەت: بۇ دورىلاردىكى كۆزگە زىيان قىلىدىغان ئاچچىقلىقنى يوقىتىش، ئوتتا قويۇلغاندىن كېيىن ھاسىل بولغان ھارارىتىنى پەسەيتىشتىن ئىبارەت. كۆيدۈرۈلگەن مىسقا ئوخشاش بەزى كۆزگە زىيانلىق كەيپىياتى بار دورىلارمۇ يۇيۇلىدۇ. بەزى دورىلارنى سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سالايە قىلسا ھۆللۈككە ئۇچراپ ياخشى بولۇپ قالىدۇ، مەسىلەن: تاش جىنسلىق ۋە كۆپ خىلدىكى مەدەن دورىلار. لېكىن، بۇ دورىلارنىڭ بىر قىسمىنى مۇنداق قىلىشقا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ،

مەسىلەن: نىشاستە ۋە سەبزى قاتارلىقلار.

يىلىم دورىلارنى سوقىقاندا قىزىقلىق ھاسىل بولۇپ ئۇنىڭ قۇۋۋىتىنى پارلاندۇرۇپ، ئاجىزلاشتۇرۇپ قويىدۇ. شۇڭا ئۇلارنى قۇرۇق سوقماي، بەلكى نەمدەپ سوقۇش ياكى نەمدەپ سالايە قىلىش لازىم. يەنە بەزى دورىلارنى كۆڭۈلدىكىدەك يۇمشاق سوقۇش ئۈچۈن، سۇ ياكى باشقا مۇناسىۋەتلىك سۇيۇقلۇقلارغا چىلاپ قويۇپلا كۆپايە قىلىدۇ، مەسىلەن: كەتىرا ۋە سەمغى ئەرەبى قاتارلىقلار. ئۇلارنى ئالدى بىلەن سۇغا چىلاپ ئېرىتكەندىن كېيىن قېلىن رەختتىن ئۆتكۈزۈپ سۈزۈپ ئالسىلا بولىدۇ. بەزى دورىلارنى مۇنداق قىلىش بىلەنمۇ مەقسەتكە يەتكىلى بولمايدۇ، بەلكى سۇغا چىلىغاندىن كېيىن قايتىدىن سوقۇشقا ۋە سالايە قىلىشقا توغرا كېلىدۇ، مەسىلەن: ئۈشەق، سەكبىنەج قاتارلىقلار.

كۆز دورىلىرىنى غورا، باديان، ھەلىلە، سومماق، مەرزەنجۇش ۋە يامغۇر سۇلىرىغا بىر قانچە قېتىم چىلاپ، سۈزۈپ، قۇرۇتقاندىن كېيىن سوقسا ياكى سالايە قىلسا دورا كۈچىنى تېخىمۇ ئاشۇرغىلى بولىدۇ. كۆز دورىلىرىغا ئېپار قوشۇلسا دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى ئاشۇرغىلى، دورىلارنىڭ كۆز چوڭقۇر قاتلاملىرى ۋە كۆز پەردىلىرىگە تەسىر قىلىش دەرىجىسىنى كۈچەيتكىلى بولىدۇ. دورىلارنى سالايە قىلغاندا دورىلارنى نۇسخىدىكى ئۆلچەم بويىچە ئايرىم-ئايرىم ئۆلچەپ ئېلىپ، ئاستا سالايە قىلىش ۋە چاڭ-توزان، كۈن نۇرى قاتارلىقلاردىن ساقلاش لازىم.

شىياف دورىلارنى تەييارلاشتا دورىلارنىڭ چېچىلىپ، توزۇپ كەتمەسلىكى ۋە شىيافلىق ھالىتىگە كاپالەتلىك قىلىش ئۈچۈن، ئۇنىڭغا مەلۇم دەرىجىدە شىرىلىك ۋە شىلىملىق دورىلارنى قوشۇش لازىم. لېكىن، بۇ خىل شىلىملىغۇچى دورىلار خۇسۇسىيەت جەھەتتە كېسەللىك بىلەن مۇناسىۋەتسىز بولماستىن، بەلكى شۇ داۋالىماقچى بولغان كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلاردىن بولۇشى كېرەك. مەسىلەن، نىشاستە ۋە سەمغى ئەرەبىلەر يۇقۇملۇق كۆز ئاغرىقى (رەمەد) غا ئىشلىتىلىدىغان شىيافلارغا، ئەنزەرۇت ۋە سەكبىنەجلەر كۆزگە ئاق چۈشۈش كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدىغان شىيافلارغا قوشۇلىدۇ. كۆز دورىلىرى ئىچىدە ھەر خىل شىياف، سىپىلما (زەرۇر) لەرنى تەييارلاشتىكى ئەڭ ياخشى ۋاقىت ئەتىياز ھېسابلىنىدۇ. چۈنكى قىشتا سوغۇق سەۋەبىدىن دورىلار قېتىشىپ، ئىسسىقتا دورىلارنىڭ قۇۋۋەتلىرى پارلىنىپ كۈچى ئاجىزلاپ كېتىدۇ. ئەتىياز پەسلىدە مۇنداق ئەھۋاللاردىن ساقلانغىلى بولىدۇ. شىياف دورىلار بولۇپمۇ باش ئەتىيازدا ياسالسا، ئۇلارنىڭ قۇۋۋەتلىرى ئۇلار قۇرۇپ بولغىچە پارلىنىپ تارقاپ كەتمەيدۇ. شۇڭا، ئادەتتە بۇ دورىلارنى سايىدا قۇرۇتۇش تەۋسىيە قىلىنىدۇ. ئەمما زەرۇر (سىپىلما) ۋە سۈدا مۇدەپپەر

قىلىنىدىغان دورىلارنى ئەتىياز پەسلىنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىرىگىچە كىچىكتۈرۈشكە بولىدۇ. سۈرمە (كوهل) ۋە شىياف دورىلار ئايرىم-ئايرىم قاچىلاردا ساقلىنىشى لازىم. شۇندىلا تولارنىڭ كۈچى ئاجىزلاپ ياكى بۇزۇلۇپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ. مەسىلەن، ئىپارنىڭ ئىسسىقلىقى سوغۇق تەبىئەتلىك كافۇر بىلەن بىر جايدا تۇرسا تۆۋەنلەيدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاشلا كافۇرنىڭ سوغۇقلۇقى ئىپار بىلەن بىر تۇرسا ئازىيىدۇ.

كۆز دورىلىرىنى ئىشلىتىشتە دىققەت قىلىدىغان ئىشلار

1. كۆزگە ئىشلىتىمەكچى بولغان دورىلارنىڭ ئەڭ مۇۋاپىقلىرىنى تاللاشقا دىققەت قىلىش كېرەك. چۈنكى، كۆز نازۇك ھەمدە ئۇنىڭدا روھ، سەزگۈ قۇۋۋەتلەر كۆپ بولغاچقا، ئاق قارىغا ئوخشاش يەنى كۆز تەبىئىتىگە تۈپتىن قارىمۇ-قارشى كېلىدىغان كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئۆتكۈر تەملىك، ئېغىز قورۇيدىغان ۋە بەك چۈچۈمەل كەيپىياتى بەك يۇقىرى دورىلارنى شۇنىڭدەك قۇۋۋىتى بەك كۈچلۈك دورىلارنىمۇ ئىشلەتمەسلىك لازىم. چۈنكى، سۇۋۇتۇش قۇۋۋىتى بەك ئارتۇق دورىلار كۆزنىڭ قۇۋۋىتىنى تۆكۈلتۈپ پاسسىپ ھالەتكە چۈشۈرۈپ قويىدۇ. ئىسسىقلىقى بەك يۇقىرى دورىلار كۆز قۇۋۋەتلىرىنى پارلاندۇرۇپ تارقىتىۋېتىدۇ.

2. كۆزگە ئىشلىتىمەكچى بولغان دورىلارنىڭ كەيپىيات دەرىجىسىنى تاللاشقا ئېتىبار بېرىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئالدى بىلەن كېسەللىكنىڭ تۈرىنى توغرا ئېنىقلاشقا ۋە ئۇنى تونۇشقا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك. ئەگەر، كېسەللىك ئىسسىقتىن بولسا سوغۇقلۇق دورىلار بىلەن، سوغۇقتىن بولسا ئىسسىقلىق دورىلار بىلەن داۋالاش كېرەك. دېمەك، قارىمۇ-قارشى داۋالاش ئۇسۇلىنى قوللىنىش لازىم.

3. دورىلارنىڭ مىقدارىنى بەلگىلەشكە دىققەت قىلىش كېرەك. بۇنىڭدا ئىشلىتىمەكچى بولغان دورا نۇسخىسى ئىچىدە قايسى دورا ئاساسلىق ۋە مەنپەئەتى يۇقىرى دەپ تونۇلسا شۇ دورىنىڭ مىقدارىنى ئاشۇرۇش، باشقىلىرىنىڭ مىقدارىنى مۇناسىپ ھالدا ئەھۋالغا قاراپ كۆپەيتىپ ئىشلەتسىلا بولىدۇ. شۇنىڭدەك، نۇسخا ئىچىدە قايسى بىر دورىنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىزراق بولسا شۇ دورىنىڭ مىقدارىنى كۆپەيتىپ ئىشلىتىش قۇۋۋىتى بەك ئارتۇق دورىنىڭ مىقدارىنى ئاشۇرۇپ ئىشلەتكەنگە قارىغاندا بىخەتەررەكتۇر. كۆز جىمى كېسەللىكلىرىدە سۈرمە خاراكتېرلىك دورىلارنى كۆپەيتىش كۆز

گۆھىرىگە ئائىت دورىلارنى كۆپەيتكەنگە قارىغاندا ياخشىراق. چۈنكى، كۆز گىرۋەكلىرىنىڭ توقۇلمىلىرى قېلىن ۋە ھارارەت جەھەتتە بىر قەدەر تۆۋەنرەك بولغانلىقى ئۈچۈندۇر.

4. كۆزگە ئىشلەتمەكچى بولغان دورىلارنىڭ ئىسسىق سوغۇقلۇق دەرىجىسىنى تاللاشقا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك. ئالدىدا سۆزلىگەنلەرنى ئىجرا قىلىش ئاغرىقنىڭ جىنسى، يېشى، ئولتۇراقلىق جايى، خىزمەت كەسپى، بەدەن تۈرقى، ئادىتى، كۆزنىڭ تەبىئىتى، كېسەللىك پەيدا بولۇش پەسلى، كېسەللىك دەرىجىسى قاتارلىقلار بىلەن ئوبدان تونۇشۇشقا باغلىق. كۆزنىڭ تەبىئىتى 4 تەرەپنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ: 1) مىزاجى، 2) يارىتىلىشى ۋە ئەسلىدىكى تۈزۈلۈشى، 3) ئورۇنلىشىشى، 4) قۇۋۋىتى. 1) كۆزنىڭ مىزاجى: بۇنىڭدا ئالدى بىلەن ئۇنىڭ ساقلىق ۋە كېسەللىك ھالەتتىكى مىزاجى بىلەن تونۇشۇش كېرەك. شۇندىلا ئۇنىڭ ئۆزىگە خاس مەخسۇس مىزاجىدىن قانچىلىك دەرىجىدە چىقىپ كەتكەنلىكىنى مۆلچەرلىگىلى، دورىلارنىڭ مىقدارىنى بەلگىلىگىلى ۋە كۆزنى ئەسلى مىزاجىغا ياندۇرۇشقا كېتىدىغان قۇۋۋەت دەرىجىسىنى ئۆلچىگىلى بولىدۇ. 2) كۆزنىڭ تۈزۈلۈشى: كۆز گۆھىرىدە بىرنەچچە بوشلۇق بار. ئۇلار: (1) كۆزنىڭ ئۆزىدىكى بوشلۇق، (2) كۆزنىڭ كەينىدىكى بوشلۇق، (3) بۇرۇننىڭ ئىچى تەرىپىدىكى بوشلۇقلاردىن ئىبارەت. بۇ بوشلۇقلار كۆزنىڭ تەبىئىي چىقىرىش يول (مەنپەز) لىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. كۆز گۆھىرىدىكى تاشلاندۇق ماددىلار مۇشۇ يوللار ئارقىلىق ناھايىتى ئاسانلا دەفئى بولىدۇ. شۇڭا، كۆزگە قۇۋۋىتى ئانچە بەك كۈچلۈك بولمىغان ئاز مىقداردىكى دورىلارنى ئىشلىتىشلا كۇپايە قىلىدۇ. 3) كۆزنىڭ ئورۇنلىشىشى: بۇ، كۆزنىڭ جايلاشقان ئورنى ۋە ئۇنىڭ بىلەن ئالاقىسى (شېرىكچىلىكى) بولغان ئەزالارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. كۆز ئاشقازان ۋە جىگەردىن كۆپ يىراقتا بولغاچقا، دورىلارنىڭ تەسىرى بۇ ئورۇنلاردىن كۆزگە ئاسانلىقچە يېتىپ كېلەلمەيدۇ ياكى يېتىپ بارغاندىمۇ دورىنىڭ قۇۋۋىتى ناھايىتى ئاجىزلىغاندا يېتىپ بارىدۇ. شۇ ۋەجىدىن قۇۋۋەت دەرىجىسى ناھايىتى يۇقىرى بولمىغان دورىلار كۆز كېسەللىكلىرىگە كۆرۈنەرلىك تەسىر كۆرسىتەلمەيدۇ. شۇڭا كۆزگە سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا دورا ئىشلىتىشنىڭ ئەھمىيىتى خېلى زور. بۇنىڭدا دورىلار كۆزگە ئاسانلا يېتىپ بېرىپ ئۆز تەسىرىنى كۆرسىتەلەيدۇ. ئەمما، شۇنى بىلىش كېرەككى دورا قۇۋۋىتى كېسەللىك دەرىجىسىدىن ئارتۇق بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك.

كۆزنىڭ باشقا ئەزالار بىلەن بولغان ئالاقىسى (شېرىكلىكى) دە كۆزنىڭ مېڭە بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى ناھايىتى قويۇق. چۈنكى كۆز ئادەمنىڭ باش ساھەسىگە جايلاشقان بولۇپلا قالماي، بەلكى مېڭىنىڭ ئىچكى تەرىپىدىن ماددىلارنىڭ ئۆتۈش يولى ئەسەبى نۇر (نۇرغا

مەنسۇپ نېرۋا) دىن ئىبارەت بوشلۇققا ئېچىلىدۇ. شۇڭا، ماددىلارنىڭ مېڭە تەرەپتىن كۆزگە ئۆتۈشىنى توسقۇچى دورىلار توسۇش ۋە تورمۇزلاش جەھەتتىكى كۈچلۈك دورىلار بولۇشى كېرەك. لېكىن، كۈچلۈكلۈك دەرىجىسى كۆزنىڭ پەردىلىرىنى قېلىنلاشتۇرۇپ، سۇيۇقلۇقلىرىنى قويۇقلاشتۇرۇپ قويىدىغان دەرىجىدە بولماسلىقى كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا، كۆز پەردىلىرى ئارىلىقلىرىدا ماددىلارنىڭ تۇرۇپ قېلىشى، تاشلاندۇقلارنىڭ كۆپىيىشى ھەتتا كۆز ئاغرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

4) كۆزنىڭ قۇۋۋىتى: كۆز قۇۋۋەتلىرىنىڭ تۈرى كۆپ بولغىنىدەك ئۇنىڭدىكى روھلارمۇ كۆپ. شۇڭا، ھارارەتنى پەسەيتىش تەسىرى بەك يۇقىرى بولغان دورىلارنى كۆز كېسەللىكلىرىدە ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. بۇ، روھنىڭ مىزاجىنى قاتۇرۇپ ئۇنى پاسسىپ ھالەتكە چۈشۈرۈپ قويماسلىق ۋە روھنى پارلاندۇرۇۋېتىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈندۇر. كېسەللىك دەرىجىسى ئېغىر بولغاندا كۈچلۈك دورىلارنى تاللاپ كۆپرەك مىقداردا ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. كېسەللىك دەرىجىسى يەڭگىلرەك بولغاندا ئاز مىقداردىكى قۇۋۋىتى ئاجىزراق دورىلارنى ئىشلىتىشلا كۇپايە قىلىدۇ.

5. كۆزگە دورا ئىشلىتىشتە مۇۋاپىق ۋاقىتنى تاللاش كېرەك. بۇنىڭدا بەزىدە يىل پەسىللىرى ئېتىبارغا ئېلىنىدۇ. يەنى، پارقىرىتىپ جۇلا بېرىش تەسىرى يۇقىرى، كۈچلۈك پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشتە ياز پەسلى ئەمەس، بەلكى قىش پەسلى تاللىنىدۇ. سوغۇقلۇق دەرىجىسى يۇقىرى، ماددىلارنى تورمۇزلىشى كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلىتىشتە ياز پەسلى ۋە ئىسسىق كۈنلەر تاللىنىدۇ. ئىستىفراغ قىلدۇرىدىغان ۋە ئىچنى سۈرىدىغان تازىلاش دورىلىرىنى ئىشلىتىشتە قىش ۋە ياز پەسىللىرى ئەمەس، بەلكى ئەتىياز ۋە كۈز پەسىللىرى تاللىنىدۇ. ئەتىيازدا قان ئېلىش، لوڭقا قويۇش ۋە باشقا ئۇسۇللار ئارقىلىق، كۈزدە مۇسھىل دورىلار ئارقىلىق ئىستىفراغ قىلىش لازىم. بەزىدە دورا ئىشلىتىش ۋاقتىنى تاللاش پەسىللەر بويىچە ئەمەس، بەلكى كېسەل ئەھۋالى ئېتىبارغا ئېلىنىدۇ. مەسىلەن، كۆز ئىششىقلىرىنىڭ دەسلەپكى باسقۇچلىرىدا تورمۇزلىغۇچى، قايتۇرغۇچى دورىلار (ئەدۋىيەئى رادىئە)؛ ئاخىرقى باسقۇچلىرىدا پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى دورىلار (ئەدۋىيەئى مۇھەللىلە) ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئىككى باسقۇچنىڭ ئارىلىقىدا بۇ ئىككى تۈردىكى دورىلارنى نۆۋەتلەشتۈرۈپ ئىشلىتىش يەنى دەسلەپتە رادىئات دورىلارنى كۈچلۈكرەك تەييارلاپ ئىشلىتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن مۇھەللىلات (پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى) دورىلارنى كۈچلۈكرەك ئىشلىتىش، ئاخىرقى باسقۇچتا تەڭ دەرىجىدە ئىشلىتىش

كېرەك. پارلاندۇرۇپ تارقاتماقچى ياكى ئىستىفراغ قىلىپ سۈرۈپ چىقارماقچى بولغان ماددىلارنى ئالدى بىلەن مۇنزىجلار ئارقىلىق ئوبدان پىشۇرۇپ چىقىرىلىش سالاھىيىتىگە كەلتۈرگەندىن كېيىن ئىستىفراغ قىلغۇچى ۋە سۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

6. دورا شەكلىنى مۇۋاپىق تاللاش: بۇنىڭدا، كۆزنىڭ ئىشىشىقلىرىغا تېمىتىلما (قەتۇرات) نى ئىشلىتىش كېرەك. چۈنكى، قۇرۇق دورىلار كۆز يۇمىلىقى ۋە كۆز جىيەكلىرى ئارىلىقىدا تۇرۇپ قىلىپ ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ. كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش كېسىلى (زەفەرە)، كۆزگە ئاق چۈشۈش كېسىلى (بەيازۇلئەينى) قاتارلىقلارنى داۋالاشتا زەرۇرات (سېپىلمە) دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. كۆزنىڭ ئەتراپى ۋە يانلىرىغا دورا ئىشلىتىشتە قاچانلا ئېھتىياج چۈشسە، تېمىتىلما (قەتۇر) دورىلار ۋە باشقا ھەرخىل سۇيۇق دورىلارنى ئىشلەتكەن ياخشى. كۆزگە سوغۇقلۇق يەتكۈزگۈچى، يۇمشاتقۇچى بولۇپمۇ ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، ئۇلارنى كۈندە ھەتتا كۈندە بىر قانچە قېتىم ئىشلىتىش كېرەك. لېكىن، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى كۈندە بىر قانچە قېتىم ئەمەس، بەلكى ھەر كۈندە ئىشلىتىشكىمۇ بولمايدۇ. ئەگەر، ئىشلىتىش بەك زۆرۈر بولسا، ئارقىمۇ-ئارقا ئۈزلۈكسىز ئىشلەتمەسلىك، بىرىنچى قېتىم دورا ئىشلىتىپ دورىنىڭ غىدىقلاش ۋە ناچار تەسىرى پەسەيگەندىن كېيىن ئىشلىتىش كېرەك. سۈرمە ۋە تېمىتىلما دورا قاتارلىقلارنى ئىشلىتىشتە ئەڭ ياخشىسى كۈندۈزى سالقىنراق ۋاقىتتا ۋە تاماق يېيىشتىن ئىلگىرى ئىشلىتىش لازىم. ئەگەر، بىمار ۋە ئىشلىتىلىدىغان سۈرمىنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، كەچ ياكى ئەتىگەندە ئىشلىتىش لازىم. ئەگەر، بىمار ۋە سۈرمىنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، چۈش ۋاقتىدا ئىشلىتىش كېرەك. ئەگەر، ئاغرىقنىڭ ئەمەس بەلكى سۈرمىنىڭلا مىزاجى ئىسسىق بولسا كەچتە ئىشلىتىش لازىم. مەدەن دورىلاردىن تەييارلانغان سۈرمىلەرنى ئىشلىتىشتە بىرلا ئەسمەد (سۈرمە تېشى) نى ئىشلەتكەندىن كېيىن ئۇخلىغاندىن سىرت باشقىلارنى ئىشلەتكەندە ئۇخلىماسلىق كېرەك. كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ) كېسەللىكى، كۆزگە ئاق چۈشۈش كېسەللىكى، سەبەل (تۇتۇنسىمان پەردە پەيدا بولۇش كېسىلى) قاتارلىقلاردا دورىنى ئۇڭدا يېتىپ تېمىتىش ياكى سۈرمە تارتىش كېرەك. كۆز تۆۋەن قىسمىنىڭ كېسەللىكلىرى ۋە كۆز جىيەكلىرى كېسەللىكلىرىدە دوڭغىيىپ تۇرۇپ دورا ئىشلىتىش، سېپىلما (زەرۇر) دورىلارنى يۆكىنىپ تۇرۇپ ئىشلىتىش كېرەك. يۇقۇملۇق كۆز ئاغرىقى ۋە كۆز جىيەك

كېسەللىكلىرىدە سەپمەكچى بولغان دورىنىڭ كۆز يۇملىقىغا سىيىلىپ كېتىپ ئاغرىش ۋە يېقىمسىزلىقلارنى كەلتۈرۈپ چىقارماسلىقى ئۈچۈن، دورىنى كۆز جىيەكلىرىگىلا تەككۈزۈشكە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. ئەگەر، داغلارنى يوقىتىش ۋە كۆزنىڭ ئېقىنى تازىلاپ پارقىرىتىش (جۇلاھ بېرىش) ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش مەقسەتلەردە دورا ئىشلەتمەكچى بولغاندا، دورىنى كۆز يۇملىقىغا يەتكۈزۈشكە ۋە يەرلىك ئورۇنغا سۈركەشكە بولىدۇ. كۆزگە سۇيۇقلۇق دورىلارنى تېمىتىشتا كۆزنى سول قولنىڭ باش بارمىقى ۋە كۆرسەتكۈچ بارمىقى بىلەن ئېچىپ، پىلتىكۈچ نەيچىسىنى ئوڭ قول بىلەن تۇتۇپ تېمىتىش كېرەك. كۆزدە قىزىللىق ۋە ھۆللۈك بولسا، دورا تېمىتىدىغان پىلتىكۈچ كۈمۈش پىلتىكۈچ؛ ماددىلارنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش مەقسەت قىلىنسا، تىللا پىلتىكۈچ ياكى ئابنۇس دەرىخىدىن ياسالغان پىلتىكۈچ؛ كۆزدىكى ماددىلارنى پارلاندۇرۇپ تارقىتىش مەقسەت قىلىنسا، مىس پىلتىكۈچ ئىشلەتكەن ياخشى. ھەر قېتىم دورا تېمىتىپ بولغاندىن كېيىن پىلتىكۈچنى يۇيۇپ ئېلىپ قويۇش كېرەك. سۈرمە دائىمۇ ئىچىگە سېلىنىدىغان سۈرمىنىڭ جىنسى بىلەن ئوخشاش يەنى بىر ئائىلە ۋە جىنسىدىكى نەرسىلەردىن ياسالغان بولۇشى لازىم. دېمەك، بەزىسى كۈمۈش، بەزىسى ئابنۇس دەرىخى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلاردىن ياسالسا بولىدۇ. ئۇنىڭ شەكلى يۇمىلاق سۈزۈنچاق، ئاغزى ئاسان ئېچىلىدىغان بولۇشى لازىم. ھەر خىل شىيافلار ۋە باشقا كۆز دورىلىرىنى ئەڭ ياخشىسى مىس تېشى بىلەن سالايە قىلىش لازىم. ئابنۇس دەرىخىدىن ياسالغان بولسىمۇ بولىدۇ. نەرسىلەرنى سوققان ياكى سالايە قىلغاندىن كېيىنلا سۈرمەدانىنىمۇ يۇيۇپ ئېلىپ قويۇش لازىم. كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا بەزىدە سىرتىدىن تېڭىش، تېڭىق لاتىسى ئىشلىتىش قاتارلىقلارغا ئېھتىياج چۈشىدۇ. بولۇپمۇ، كۆزگە تىغ تەككۈزۈپ جەرراھلىق قىلغاندا، مەسىلەن: سەبەل كېسەللىكىدە تۇتۇنسىمان پەردىنى كېسىپ ئېلىۋەتكەندىن كېيىن كۆزنى تېڭىشقا توغرا كېلىدۇ. شۇنىڭدەك كىچىك بالىلارنىڭ كۆزلىرىگە دورا سۈركىگەن، زىماد چاپقاندا دورىلارنىڭ چۈشۈپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن ھەمدە بەزى كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئاخىرقى باسقۇچلىرىدا كۆزنى سىرتقى مۇھىتنىڭ يامان تەسىرلىرىدىن مۇھاپىزەت قىلىش ۋە كۆز پولتىيىپ چىقىش كېسەللىكىدە كۆزنى سىقىپ تۇرۇش ئۈچۈن كۆزنى تېڭىپ قويۇشقا توغرا كېلىدۇ. يەنە شۇنىڭدەك، كۆز ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىش ۋە ئۇنىڭ ئالدىنى ئېلىش مەقسەتلىرىدىمۇ كۆز تېڭىپ قويۇلىدۇ. مەسىلەن، كۆز ۋە چېكە ساھەلىرى لوققۇلداپ سانجىپ ئاغرىش، كۆز پولتىيىش كېسەللىكى ۋە كۆز سىرتىغا كۆتىرىلىپ قىلىش كېسەللىكلىرىدە كۆزنى تېڭىشنىڭ ئەھمىيىتى ناھايىتى زور.

كۆز ئاغرىش

كۆز ئاغرىش (ئەۋجائولەينى) ئۆز ئالدىغا مۇستەقىل بىر كېسەللىك بولماي، بەلكى كۆزدىكى نورمالسىزلىق ۋە كۆزنىڭ نۇرغۇن كېسەللىكلىرىدىن كېلىپ چىققان ئورتاق ئالامەتكە قارىتىلغان. كۆز ئاغرىش بەك قاتتىق بولغاندا بىمارغا ئازاب كەلتۈرىدۇ، بەك ئوزارغاندا يەنە باشقا كۆز كېسەللىكلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

سەۋەبى، ئالامىتى ۋە تەشخىسى

كۆز ئاغرىشنىڭ سەۋەبلىرى ئون نەچچە خىل بولىدۇ. يىغىپ ئېيتقاندا ئىچكى، تاشقى ئامىللار ۋە ماددىلىق، ماددىسىز ئۆزگىرىشلەردىن كېلىپ چىقىدۇ. ئۇنىڭ سەۋەبلىرىنى ئېنىقلاشتا ئالدى بىلەن كۆزنىڭ ئەھۋالىنى ئالاھىدە مۇلاھىزە قىلىش، ئۇنىڭدا ھەر خىل تىپتىكى كۆز ياللۇغى، كۆزگە تۇتۇنسىمان پەردە پەيدا بولۇش كېسىلى (سەبەل)، ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە) نىڭ قېتىشى، كۆز چاقىلىرى، كۆز يارىلىرى، كۆز زەخمىسى ياكى كۆزگە يات نەرسە كىرىپ كېتىشتەك غەيرىي ئەھۋاللارنىڭ بار-يوقلۇقىغا دىققەت قىلىش كېرەك. چۈنكى، بۇلار كۆز ئاغرىشنىڭ سەۋەبىنى ئايرىشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. ئەگەر، يۇقىرىقى كېسەللىكلەرنىڭ ئالامەتلىرى بارلىقى ئېنىقلانمىسا، بىماردىن ئاغرىشنىڭ خاراكتېرىنى سوراش يەنى لوقۇلداپ، سانجىپ ۋە تۇتقاقلىق خاراكتېردە ئاغرىيدىغانلىقى قاتارلىقلارنى ئېنىقلاش كېرەك. مەسىلەن، كۆزدىكى ئاغرىش چوڭقۇر قىسمىدا بولۇپ تۇتقاقلىق ھالدا بەزىدە تۇتۇپ، بەزىدە قويۇۋەتسە، كۆز قارىچۇقى قوشۇلغان باش ئاغرىقى ۋە كۆز شەقىقىسىدىن ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، باش ئاغرىش بىلەن بىرگە كۆز لوقۇلداپ ئاغرىسا، كۆزنىڭ ئۈزۈمسىمان پەردە (تەبەقەئى ئىنەبىيە) سىدە ئىششىق بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئاغرىش قاتتىق بولۇپ يىڭنە سانجىغاندەك بىلىنسە، ئاغرىش تاكى ئىككى چېكىگىچە تارقالسا ھەمدە باشنىڭ ئاغرىقى بولۇپمۇ ھەرىكەت قىلغاندا قوزغالسا، شۇنداقلا كۆزنىڭ تومۇرلىرىدىكى ئىششىقنىڭ رەڭگى قىزىل ياكى قارامتۇل قىزىلغا مايىل بولسا ھەم تۇتۇق كۆرۈنسە، بىماردا تاماق يېگۈسى كەلمەسلىك ئالامەتلىرى بولسا، كۆز مۈڭگۈز پەردە (تەبەقەئى

قەرنىيە) سىدە راك (سەرتان) كېسىلى بارلىقىدىن گۇمانلىنىشقا بولىدۇ. ئەگەر، ئاغرىش يىڭنە سانجىغاندەك ئاغرىسا، بىمارنىڭ گۇمانىچە كۆزىگە يات نەرسىلەر كىرىپ قالغاندەك بىلىنسە ھەمدە كۆز يۇمۇلىقىنى ئايلاندۇرۇش ۋە يورۇقلۇققا قاراش تەسكە توختىسا، كۆزنىڭ شىششىسىمان سۇيۇقلۇقى (روتۇبەتى زۇجاجىيە) گە ئوزۇقلۇق يېتىشمەيۋاتقانلىقىنى پەرەز قىلىشقا بولىدۇ. ئەگەر، بۇنىڭ سەۋەبى ئۇنىڭغا ئوزۇقلۇق كېلىدىغان قانالچىلارنىڭ قۇرغاقلاشقانلىقىدىن بولسا، بىمارنىڭ كۆزلىرى ئولتۇرۇشۇپ كېتىدۇ، ياش ئاقمايدۇ. ئەگەر، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك توسالغۇ چۈشۈشتىن بولسا بەزىدە ياش ئاقىدۇ، بەزىدە قۇلاقلاردىن يىرىڭغا ئوخشاش نەرسە چىقىدۇ. ئېغىز تەمى بەتتام بولىدۇ. بۇ ئاغرىق ئېغىرراق بولۇپ كۆز ئاغرىش بىلەن بىرگە ئېغىرلاشسا ھەمدە كۆزدىن ياش ئېقىپ نەرسىلەر راۋۇرۇس كۆرۈنمەي ئەگرى كۆرۈنسە، كۆز جىيەكلىرى بىر-بىرىگە يۇمۇلمىسا شۇنداقلا مۈڭگۈز پەردە (تەبەقەئى قەرنىيە) نىڭ يېرىمى دۇغلاشقاندەك كۆرۈنسە، ئۈزۈمسىمان پەردە (تەبەقەئى ئىنەبىيە) نىڭ قىسقىلاشقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. كۆز ئاغرىش قاتتىق بولۇپ، سىقىلىپ ئاغرىغاندەك بىلىنسە ھەمدە كۆزنى ئىختىيارى ھەرىكەتلەندۈرەلمىسە، چۈشكۈرۈش ۋە چاپاقلىشىش، ياش چىقىش كۆرۈنەرلىك بولسا ئاغرىشنىڭ كۆز قىروسىمان سۇيۇقلۇق (رۇتۇبەتى جەلىدىيە) نىڭ سىقىلىشىدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئاغرىش قاتتىق بولۇپ كۆزنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا بىلىنسە ھەمدە كۆزنىڭ نۇرى چېچىلىپ، نورمال كۆرۈش خىزمىتى بۇزۇلسا، تورسىمان پەردە (تەبەقەئى شەبەكىيە) پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلغان (تەفەررۇقۇل ئىتتىسالى) لىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئاغرىش كۆزنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا بولۇپ، كۆزنىڭ دائىرىسىدە قىزىللىق كۆرۈلسە، بالا ھەمراھسىمان پەردە (تەبەقەئى مەشىمىيە) دە بۇزۇلۇش بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز قورۇلۇپ سىقىلغاندەك ئاغرىش بىلەن بىرگە بۇ ئاغرىق كۆزنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا بولسا ھەمدە كۆزى پولتىيىپ قالسا، كۆز قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سولبىيە) دە ئىششىق بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇ ئىششىق ئەگەر قاندىن بولسا، يۇقىرىقىدەك ئاغرىش بىلەن بىرگە كۆز سوزۇلغاندەك بىلىنىدۇ ۋە قىچىشىدۇ. سەپرادىن بولسا، كۆز كۆيۈشۈش بىلەن بىرگە قاتتىق قىزىشىپ بىمارنى بىئارام قىلىدۇ. بەلغەمدىن بولسا، كۆز ئېغىرلىشىپ ئاغرىش بىلەن بىرگە كۆز جىيەكلىرىنىڭ پالەچ (فالىج) لىنىشى كۆرۈلىدۇ. ھەمدە بىمارنىڭ ئورنىدىن تۇرۇشى ۋە يۇقىرىغا قارىشى تەسكە توختايدۇ. سەۋدادىن بولسا، كۆزنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا ئاغرىش بولۇش بىلەن بىرگە كۆزى ئولتۇرۇشۇپ ئارقىغا تارتىلىپ كەتكەندەك بىلىنىدۇ؛ بۇ ھەم كۆز قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سولبىيە) دە ئىششىق بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز بىر تەرەپكە قىيسايغان ھالدا سوزۇلۇپ ئاغرىسا،

قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سولبىييە) نىڭ ئۇلغۇشۇپ قالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، بۇ خىل ئاغرىش سوزۇلغاندەك ئاغرىش بىلەن بىرگە ئاستى تەرەپكە ساڭگىلىغاندەك بىلىنىپ يۇقىرىغا قاراش تەس كەلسە، قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سولبىييە) نىڭ پالەچلەنگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

داۋاسى

ئاغرىۋاتقان كۆزگە ھەرگىزمۇ سۈرمە ياكى پىلتىكۆچلەرنى ئەكىلىشكە بولمايدۇ، بەلكى دورىلارنى سۈت قاتارلىق باشقا نەرسىلەردە ئېرىتىپ ئاز-ئازدىن تېمىتىش كېرەك. قاتتىق ئاغرىش بىلەن بىرگە كەلگەن ھەر قانداق كۆز كېسەللىكلىرىدە ئالدى بىلەن ئاغرىق توختىتىش چارىلىرىنى قىلىش لازىم. لېكىن، مەس قىلىدىغان ۋە سېزىمنى يوقىتىدىغان دورا (مۇخەددىرات) لارنى ئارقا-ئارقىدىن ئىشلىتەمسلىك كېرەك. بۇ ئەھۋالدا ئەڭ ياخشىسى پەرۋىش قىلىپ داۋالاشنى قوللىنىش، مەسىلەن: ئۇينىڭ يورۇقلۇقىنى پەسەيتىپ، ناخشا-ساز ئاڭلىتىش، ھېكايە ئېيتىپ بېرىش بىلەن بىرگە بىمارنىڭ بەدىنىنى يۇمشاق ئۇتۇپ بېرىش ئارقىلىق ئۇنى ئۇخلىتىش كېرەك. كۆز شەقىقىسىدىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن باش ساھەسىدىن قان ئالغاندىن كېيىن ئىككى چېكىگە زۇلۇك قۇرۇتى قويۇپ قان شورىتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن ماددىنى پىششۇرۇپ قائىدە بويىچە مۇسھىل ۋە ھەببى ئىيارەجى بېرىپ تەنقىيە قىلىش ھەمدە شەقىقىنى داۋالاش بويىچە داۋالاش لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاغرىق ۋە ھارارەتنى پەسەيتىش، ماددىلارنى قايتۇرۇش ئۈچۈن توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى ۋە قىز تۇغقان ئاياللارنىڭ سۈتىنى شىشىگە ئېلىپ، ئۇنىڭغا ئازراق شىيافى مامىيشا ۋە روسۇت مەككىلەرنى ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ، قاينىتىپ سوۋۇغاندا بىر قانچە تامچە ئېلىپ گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ھەر سائەتتە بىرەر قېتىمدىن كۆزگە تېمىتىش كېرەك. ئىككى چېكە ساھەسىگە ئاغرىق پەسەيتىش پىلاستىرى چاپلىسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقىلار ئۈنۈم بەرمىسە، چېكە قىزىل قان تومۇرى (شەريان) دىن قان ئالسا بولىدۇ. بۇ كېسەلنى داۋالاشقا ھەرگىز بىپەرۋالىق قىلماسلىق ۋە مۆھلەت بەرمەسلىك كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا كۆزنى قارىغۇ قىلىپ قويۇشى مۇمكىن.

راكتىن بولغان كۆز ئاغرىش داۋا قوبۇل قىلمايدۇ. لېكىن، ئاغرىق پەسەيتىش ۋە كېسەلنى ۋاقىتلىق بولسىمۇ تورمۇزلاش مەقسىتىدە قىيفال تومۇردىن قان ئېلىش كېرەك. قېتىق سۈزمىسى سۈيى، ئىسكەنجىبىن، ئەفتىمۇن، سۇفۇفى سەۋدا، ھەببى لاجۇۋەرد،

مېۋە-چېۋىلەر سۈيى (مائۇلفەۋاكىھ) ۋە خىيارى شەنبەر قاتارلىقلار بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ تۇرۇش ھەمدە ئارپا سۈيى (مائۇششەئىر)، بىنەپشە شەربىتى، ئىسكەنجىبىن، خەشخاش شەربىتى، جۇللاپ ۋە نىلۇپەر شەربەتلىرىنى بېرىش كېرەك. تامىقىغا ھارارەت پەيدا قىلمايدىغان ۋە ياخشى ئوزۇقلۇق (كەيمۇس) بولالايدىغان بۇغداي ئۇنىدىن قىلىنغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، يەڭگىل ۋە ئاسان سىڭىدىغان گۆشلەر، مەسىلەن: ئۇچار قاناتلار گۆشلىرىدىن كەكلىك، قىرغاۋۇل، سېمىز چۆجە، ئوغلاق، پاقلان گۆشى ۋە كالا-پاقالچەك قاتارلىقلارنى بېرىش كېرەك. چۆچۈكبۇيا يىلتىزى (ئاقلانغان بىخسۇس)، گاۋزەبان، گۈل بىنەپشە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام، چىلان 15 دانە، ئاقلانغان يېڭى نىلۇپەر 7 دانە ئېلىپ ئوبدان پۇشۇرۇپ ياخشى سۈزۈپ تەييارلانغان خەشخاش شەربىتى، تاتلىق ئانار شەربىتى، بىنەپشە شەربىتى، نىلۇپەر شەربەتلىرىنىڭ بىرى قوشۇلغان ئارپا ھەرىرىسى (ئاتىلسى) تەييارلاپ ئۇڭا يەنە ئازراق بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ياكى مائۇلجۇبۇننى يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن مۇناسىۋەتلىك شەربەتلەرنىڭ بىرەرسى بىلەن ياكى كالا سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈشمۇ پايدىلىق.

قەدىمكى ھۆكۈمالىرىمىز: «سەۋدانىڭ مۇنزىجلىرىنى ئىشلەتكەيلەر. يەنى مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ئۇنىڭدىن كېيىن مائۇلجۇبۇننى بەزىدە سۇفۇفى مۇبەددىل ۋە سۇفۇفى مۇسھىل بىلەن ئىچكۈزگەيلەر» دەيدۇ. ھەجەرى ئەرمەنى، ھەلىلە كابۇلى، ھەلىلە ھىندى، بىسفايەج، نەمەكى ھىندى (ھىندى تۇزى) ۋە غارىقۇنلاردىن تەييارلانغان تالقان سۇفۇفى مۇسھىل دېيىلىدۇ. تەرخەمەك، قاپاق، بادىرەڭ ئۇرۇقلىرىنىڭ مېغىزى، گاۋزەبان ھىندى، چۆچۈكبۇيا يىلتىزى، سەندەل، تاباشىر، قىزىلگۈل، قۇرۇق يۇمغاقسۈتلەردىن ياسالغان تالقان سۇفۇفى مۇبەددىل (مىزاج ئۆزگەرتكۈچى تالقان) دېيىلىدۇ. ئۇنى مائۇلجۇبۇن بىلەن ھەر كۈندە 15 گرامدىن كاپ ئەتسە بولىدۇ. مەزكۇر سۇفۇف سىناقتىن ئۆتكەن نۇسخىدۇر. يەنە شىيافى ئەبيەزنى تۇخۇمنىڭ ئېقىدا ياكى شىيافى مامىيشانى ئايال سۈتىدە ئېرىتىپ كۆزگە تېمىتىش كېرەك. تۇخۇمنىڭ ئېقىنى ئىككىلىمىلىك ۋە ئازراق زەئپەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، سىرتىدىن چاپسا ياكى ئارپا ئۇنى، بىنەپشە، نىلۇپەر ۋە دادۇر ئۇنى، بابۇنە، ئىككىلىمىلىك، كاكنەج سۈيى، ئىت ئۈزۈمىنىڭ سۈيى قاتارلىقلاردىن ياسالغان زىمادنى چاپسا بولىدۇ. ئاق لەيلى، ھەمىشە باھار ۋە ئىت ئۈزۈمى ياپراقلىرىنى سوقۇپ، بىنەپشە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، زىماد قىلىپ چاپسىمۇ بولىدۇ. تۇخۇم سېرىقى ۋە گۈل يېغىدىن ياسالغان قىيروتىنى ھەر كېچىسى ئۈستۈنكى قاپاقتا قويۇشقا بولىدۇ. يەنە شۇنىڭدەك تەركىبىدە يۇمشاتقۇچى (مۇلەييىن)؛ شىلىملاپ سىلىقلاشتۇرغۇچى (مۇنجىرىيات)، مەس قىلىپ سېزىمنى يوقاتقۇچى (مۇخەددىرات) دورا تۇتقان ياسالمىلارنى ئىشلىتىشكە

بولىدۇ. ئەمما ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك تاماقلارنى ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك. بابۇنە، گۈل بىنەپشە، ئاقلەيلى، ئىكلىلمىلىك ۋە نىلۇفەر گۈللىرىنى قايناتقان سۇ بىلەن سىرتىدىن ئىبقىتىپ يۇيۇش (نەتۇل قىلىش)، تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى كەتىرا ياكى ئاياللارنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈرۈشمۇ پايدىلىق. شادىنەج، نىشاستىلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ ئەتىگەن ۋە ئاخشامدا سۈرمە قىلىپ تارتىپ بېرىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ. كۆزدىكى ئاغرىقنى پەسەيتىشتە دەسلەپتە مەس قىلغۇچى (مۇخەددىرات) دورىلارنى ئۇنىڭدىن كېيىن شادىنەج، نىشاستە، گۈل مەختۇم، مامىيشا ۋە مەرۋايىت ئىستېمال قىلدۇرسا ياخشىراق. ھەمدە بۇلارنى ئىشلىتىشتە كۆز ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقارغان كېسەللىك ماددىسى بەك ئورۇنلىشىپ قالمىغان بولۇشى كېرەك. ئەگەر ماددىلار بەك ئورۇنلىشىپ قالغان بولسا، ئاغرىقنى پەسەيتىشلا كۇپايە قىلىدۇ. بۇنىڭدا كۆك يۇمغاقسۈت سۈيى، ئىت ئۈزۈمى سۈيى، قىزىلگۈل سۈيى ۋە گۈلاپ سۈيى، كاسنى ئۇرۇقى، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل ۋە گۈل ئەرمىنلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ ئۇلارنى 12 گرام ئەرەقى بېدىمىشكىگە ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلسا ناھايىتى ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. ئاغرىق توختىغاندىن كېيىن يۇيۇلغان تۇتىيا، شادىنەج ۋە نىشاستە ھەر بىرىدىن 3 گرام، شىيافى مامىيشا، گۈل مەختۇم ھەر بىرىدىن 2 گرام، مەرۋايىتتىن 1 گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ ھەمدە ئاغرىق پەسەيتكۈچى، ئىچىنى يۇمشاتقۇچى شىيافلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. بوشاشتۇرغۇچى (مۇرخىيە) لۇئاب ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار كۆزگە سۈرتىلىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈپ ھۆللۈك پەيدا قىلىشمۇ پايدىلىق. سەۋدا پەيدا قىلىدىغان غىزالار، مەسىلەن: لوۋىيا، پەتىنگان، كالا گۆشى قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ.

شىشىسىمان سۇيۇقلۇقى (رۇتۇبەتى زۇجاجىيە) گە ئۇزۇقلۇق يېتىشمەسلىكتىن بولغان كۆز ئاغرىشنى داۋالاشتا ئۇنىڭ سەۋەبى توسالغۇ چۈشۈشتىن بولغاچقا، توسالغۇ پەيدا قىلغۇچى ئەسلىي ماددىنى نەزەردە تۇتۇپ ئىچىنى سۈردۈرۈش ۋە تازىلاش (تەنقىيە قىلىش) ئارقىلىق توسالغۇلارنى ئېچىشقا تىرىشىش لازىم. مەسىلەن، ئەسلىي ماددا سوغۇق بولسا بادىيان، ئىزخىر، ئەمەن، ئەفسەنتىن، سېرىق ئوت (ئەفتىمۇن) ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى قايىنىتىپ دىينار شەربىتى بىلەن بېرىلىدۇ. ماددا ئىسسىق بولسا كاسنى ئۇرۇقى، بىخسۇس، ئىت ئۈزۈمى، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ئۈزۈم ۋە شاھتەررەلەردىن تەييارلانغان مەتبۇخنى ئىسكەنجىبىن بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ ۋە بۇزورى شەربىتى، قۇرسى رەۋەن قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. ئىسسىق ماددىدىن توسالغۇ پەيدا بولىدىغانلىرى ناھايىتى ئاز ئۇچرايدۇ. ئەگەر توسالغۇلار ئېچىلىپ بولسا، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن كۆز راكىنى داۋالاش

AltunOq

قىسمىدىكى ئاق لەيلى ياپرىقى چۈشكەن زىمادقا تۇخۇم ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە دائىم چىپىپ بېرىش كېرەك. شىيافى ئەبيەزنى ئاياللار سۈتىگە ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تارتىش، بىنەپشە يېغى ياكى قاپاق يېغىنى بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. مىزاجىنى ھۆللەشتۈرۈش مەقسىتىدە يەنە بادام يېغى، ئاياللار سۈتى ۋە نىلۇفەر ياغلىرىغا ئوخشاش ياغلارنى سۈركەش، كالا سۈت قايمىقى ۋە كاللىنىڭ ئىلىكىدىن ياسالغان سەئۇتنى بۇرۇنغا تارتىش كېرەك. كۆپ ئۇخلاش، ئاددىي شورپا، يىلىتىلغان تۇخۇم سېرىقى ئىستېمال قىلدۇرۇش ۋە ئۇسما، خام قاپاق، تەرخەمەكلەرنى مايلىق گۆش، سېمىز مېكيان گۆشلىرى بىلەن پۇشۇرۇپ بېرىش لازىم. تۇزلۇق، چۈچمەل، قىرتاق ۋە قۇرۇتقۇچى نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش كېرەك. ئومۇمەن، شىششىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى زوجاجىيە) گە ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىكتىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تاماقلار بىلەن غىزالاندۇرۇش، ئارپا سۈيىنى بىر قانچە كۈنلەرگىچە ئۈزمەي ئىچكۈزۈش كېرەك. ئەگەر، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك بىلەن بىرگە يەنە توسالغۇ بارلىقىمۇ مەلۇم بولسا مۇنزىج بېرىپ بەدەننى تازىلاش (ئىستىفراغ قىلىش) كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى 10 گرام، چىگسەي ئۇرۇقى، رۇمبادىيان ھەر بىرى 12 گرام، سانا مەككى، ئۇستۇخۇددۇس ھەر بىرى 15 گرام، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ئۈزۈم 45 گرام، تەمرى ھىندى، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 60 گرام ۋە ئەنجۈردىن 20 دانە ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ 300 گرام قالغاندا دورىلارنى سۈزۈپ، 21 گرام شېكەر ۋە 15 — 10 گرام ئاچچىق بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ يىلمان پېتى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئادەتتە، بۇ مەتبۇخدىن ئىككى نۇسخا تەييارلاپ بىر ھەپتىدە ئىچىپ بولىدۇ. بۇ مۇنزىج مەتبۇخنى ئىچكەن مەزگىللەردە ئاياللار سۈتىنى بىۋاستە كۆز ئەتراپى ۋە چېكىگە سۈرۈپ ئۇۋۇلاش بىلەن بىرگە ئۈۋەنكى زىمادنى ئارىلاپ چىپىش كېرەك.

ھەمىشە باھار ياپرىقى ياكى ئاق لەيلى ياپرىقىنى سالايە قىلىپ تۇخۇم ئېقى، بىنەپشە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چىپىش، ئەمما كافۇرنى پۇراش ۋە كۆزگە يېقىن ئەكىلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. شۇنى بىلىش كېرەككى، شىششىمان سۇيۇقلۇقتا كېسەللىك بولسىلا بىنەپشە يېغى، قاپاق يېغى، سۆگەت يېغىنىڭ بىرىنى بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈش (سەئۇت قىلىش) كېرەك. بولۇپمۇ، ئەگەر كۆز ئاغرىشقا باش ئاغرىقىمۇ قوشۇلۇپ كەلسە، ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن شىيافى ئەبيەزنى ئاياللار سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تارتىپ بېرىش كېرەك. ئەگەر كۆپلەپ ئىستىفراغ قىلىش، دائىم ئاچ قېلىشقا ئوخشاش ئىشلار تۈپەيلىدىن بەدەنگە قۇرۇقلۇق يېتىپ كۆزگە ئوزۇقلۇق يېتىشمىگەن بولسا، داۋالاش ئۇقتىسىنى ئاساسلىق ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە قارىتىش بىلەن

بېرگە ئىستىفراغ قىلىش، ھۆرۈتقۇچ نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن قەتئىي ساقلىنىش كېرەك. ھەر خىل سۇتلەرنى بىۋاسىتە باش-كۆزلەرگە سېغىش، بىنەپشە يېغىنى سەئۇت قىلىش، ئوغلاق ۋە كىچىك پاقلانلارنىڭ گۆشى، ھارارىتى تۆۋەن شاراب ياكى ئارپا سۈيى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم. قاتتىق تەنھەرىكەت، كۆپ تەرلەش ۋە مۇنچىغا ئۇزۇن چۈشۈپ بەك تەرلەپ كېتىشتىن ساقلىنىش لازىم. بىنەپشە، نىلۇپەر ۋە سۆگەت ياپراقلىرىغا ئوخشاش بەدەن، باش ۋە كۆزگە ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى دورا ۋە چارە تەدبىرلەرنى كېسەللىنىڭ ياخشىلىنىش ئەھۋالىغا قاراپ قوللىنىش، ئەگەر ھۆل بىنەپشە تېپىلىدىغان پەسلى بولسا، يېڭى بىنەپشىنى گۈلاب بىلەن نەمدەپ كەچتە باشقا قويۇپ ئۇخلاشقا دەۋەت قىلىش كېرەك.

قارىچۇق (ئۈزۈمسىمان پەردە ئۆشۈكچىسى) تارىيىپ كېتىشىدىن بولغان كۆز ئاغرىشتا ئەگەر قان ئارتۇق بولسا، ئالدى بىلەن قان ئېلىپ مىزاجىغا مۇناسىپ مۇسھىل بېرىپ بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن ياش ئاققۇزغۇچى دورا (مۇدەممىئات) لارنى كۆزگە تارتىش كېرەك. قوغۇشۇندىن كۆز چانىقىغا مۇۋاپىق كېلىدىغان كۆز ئۆيى ياساپ ئوتتۇرىسىدىن ئۆشۈك قويۇپ داكا ياكى شىلىملىق پىلاستىر (جىياۋبۇ) بىلەن كۆزگە چاپلاش، يەنى قوغۇشۇن ئوتتۇرىدىكى ئۆشۈكنى كۆزنىڭ ئۆدۈل ئوتتۇرىسىغا توغرا كەلتۈرۈپ، ئۆشۈكنى ئوچۇق قويۇپ چاپلاش كېرەك. يورۇق نەرسىلەرگە قاراش، باشنى تۆۋەنگە ساڭگىلىتىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

شىشىمان سۇيۇقلۇق (رۇتۇبەتى جەلىدىيە) نىڭ سىقىلىشىدىن بولغان كۆز ئاغرىشنى داۋالاشتا كۆزنىڭ باشقا ئىششىق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا قوللانغان ئۇسۇللار قوللىنىلىدۇ. مەسىلەن كۆز ئەستەر پەردىسى (تەبەقەئى مۇلتەھىمە) نىڭ ياللۇغىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان ئاغرىق پەسەيتىش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ. ئىششىق يانغاندىن كېيىن ئىستىفراغ قىلىش، شىيافى ئەبيەزنى كۆزگە تېمىتىش، ئاياللار سۈتىنى بىۋاسىتە باش-كۆزلەرگە سېغىش، مۇۋاپىق دورىلار بىلەن چۈشكۈرتۈش (سەئۇت قىلىش) كېرەك.

تورسىمان پەردە (تەبەقەئى شەبەكىيە) پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان (تەفەررۇقۇل ئىتتىسالى) دىن بولغان كۆز ئاغرىشتا، ئەسلىي كېسەللىككە داۋا قىلىنمىسىمۇ ئاغرىق پەسەيتىش ئۈچۈن دەسلەپتە قان ئېلىش، مىزاج تەڭشەش، ئوزۇقلىنىشنى كۈچەيتىش كېرەك. ھەمدە ئەپيۇن چۈشكەن شىيافى ئەبيەزنى توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى ۋە گۈل ياغلىرى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك.

بالا ھەمراھسىمان پەردە (تەبەقەئى مەشىمىيە) نىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان كۆز ئاغرىشنى داۋالاشتا باش ساھەسىدىن قان ئېلىش، دۈمبىسىگە لوڭقا قويۇش، ئىچنى

يۇمشاتقۇچى دورا (مۇلەييىنات) لار بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش كېرەك. ئىسبەغۇل ياپرىقى ۋە ئىت ئۈزۈمى ياپراقلىرىنىڭ سۈيىنى ئېلىپ قايىنىتىپ، ئارقىدىن ھوزۇز (روسۇت ھىندى) ۋە ئازراق شىيافى ئەبيەزنى ئېرىتىپ ئەتىگەن-كەچتە كۆزگە تارتسا بولىدۇ. خورما چېچەكنى ئىسبەغۇل لۇئابى ۋە ئازراق سىركە، گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئۇخلاشتىن بۇرۇن كۆزگە چاپلىسىمۇ بولىدۇ.

قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سۇلبىييە) نىڭ ئىششىقى تۈپەيلىدىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئەگەر ئۇ قاندىن بولسا، باش ۋە يۈز ساھەلىرىدىن قان ئېلىنىدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن كەيپىياتى يەڭگىل دورىلار، مەسىلەن: بىنەپشە، نىلۇفەر، ئاق لەيلى، چىلان، سەرپىستان ۋە چالا پۇشۇرۇلغان ئارچىلارنى قايىنىتىپ سىقىپ سۈزۈپ، ئۇنىڭغا كۈنجۈت يېغى، قارا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئارقىمۇ-ئارقا بىر قانچە قېتىم ھوقنە (كىلىزما) قىلىش كېرەك. ھەمدە مەتبۇخى سەرپىستان يەنى چىلان، سەرپىستان، ئەيتۇلا، نىلۇفەر، ئاق لەيلى، شىرخىشت ۋە تەرەنجىبىنلەر قايىنىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ماددىلارنىڭ كۆزگە قۇيۇلۇشىنى توسىۋالغاندىن كېيىن مېڭىدىن كېرەكسىز ماددىلارنى تازىلاش (تەنقىيە قىلىش) كېرەك. يۇقىرىقى چارە-تەدبىرلەرنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە، ئەپيۇن (ئەفيۇن) چۈشكەن شىيافى ئەبيەزنى قايناتقان ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، ئىت ئۈزۈمى چۆپىنىڭ سۈيى بىلەن بىللە كۆزگە تارتىش ۋە تېمىتىش كېرەك. چىلان شەربىتىنى ئارپا سۈيى بىلەن داۋاملىق ئىچىش، بەزى مۇۋاپىق سەئۇتلارنى بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈش پايدىلىق.

سەپرادىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا زۆرۈر تېپىلسا قان ئېلىش ھەمدە يۇقىرىدىكى مەتبۇخقا سېرىق ھەلىلە، خىجمىرى بىنەپشە قوشۇپ ئىچكۈزۈپ ئىچىنى بوشىتىش كېرەك. ياكى قىزىلگۈل، بىنەپشە، ئەيتۇلا، چىلان، تەمرى ھىندى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسنى ئۇرۇقى، تەرەنجىبىن ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن چوڭ تەرەتنى بوشىتىش كېرەك. ياكى سەپرا سۈرگىسى (مۇسھىلى سەفرا) بەرگەندىن كېيىن ئاقلانغان ئارپا ۋە بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 10 دانە، چەشمىخامدىن 20 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ئازراق ئەنزەرۇتنى قوشۇپ دورىلارنىڭ 2 ھەسسىچىلىك سۇ بىلەن قايىنىتىپ ماتۇششەئىر (ئارپا سۈيى) قىيامىدەك ھالەتكە كەلتۈرۈپ، كېچە ۋە كۈندۈز بىر قانچە قېتىم كۆزگە تېمىتىپ بېرىلىدۇ. كېسەل كىشىنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، قايىنىتىلغان سوغۇق سۇغا چىلانغان داكىنى كۆزگە قويۇش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن كەچتە ياتقاندا ئانار ۋە كاسنى ياپراقلىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئۇنىڭغا دورىلار بىلەن تەڭ مىقداردىكى ئىسبەغۇلنى قوشۇپ، گۈلاب ۋە گۈل يېغى بىلەن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە چېپىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەتىسى تېڭىقنى يېشىپ كۆزنى ئوبدان تازىلاپ، سوۋۇتقۇچى ۋە ھۆللەشتۈرگۈچى تاماقلار يېگۈزۈلىدۇ. ھەمدە بىنەپشە

يىغى ۋە ئاياللار سۈتىنى بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈلىدۇ. بەزىدە شىيافى ئەبيەزنى كۆزگە تېمىتىسمۇ بولىدۇ. ئىسسىقتا يول يۈرۈش، مۇنچىغا چۈشۈشتىن ساقلىنىش كېرەك.

بەلغەمدىن بولغان كۆز ئاغرىشنى داۋالاشتا ماددىلارنى پۇشۇرۇپ، بەلغەم سۈرگىسى (مۇسھىلى بەلغەم) ۋە ھەببى ئىيارەج بىلەن بەدەننى تازىلاپ (تەنقىيە قىلىپ) بولغاندىن كېيىن مەستىكى يىغى بىر ھەسسە، ئىپار ھەسسە، ياۋا قاپاق يوپۇرمىقى (زوفرا) سۈيىدىن ئاز مىقداردا ئېلىپ، قايىنتىپ ھەر كۈنى ئاز-ئازدىن كۆپەيتىپ بۇرۇنغا تامغۇزۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇرمەككى، قورۇلغان سىياھدان ۋە سالايە قىلىنغان زەئفەرلەرنى رەختكە ئوراپ چۈشكۈرتۈش مەقسىتىدە بۇرۇنغا پۈرۈتۈلىدۇ. ئەگەر، چۈشكۈرتۈشنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك بولمىسا كۈندۈش قوشسا بولىدۇ. ئىپارنى ئىششىق ياندۇرىدىغان دورىلار بىلەن قوشۇپ سۈرمە قىلىپ تارتسا بولىدۇ. دەسلەپكى باسقۇچلىرىدا ئاغرىق پەسەيتىش ئۈچۈن قىزىلگۈل، ئاس قاتارلىقلارنى شاراب ياكى تۇخۇمنىڭ سېرىقىدا پۇشۇرۇپ گۈل يىغى ۋە زەئفەرلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ.

كۆز ئاغرىش سەۋدا خاراكتېرلىك ئىششىقتىن بولسا مەتبۇخى ئەفتىمۇن، سۇفۇفى سەۋدا ياكى ھەببى لاجىۋەرد بىلەن بەدەن تەنقىيە قىلىنىدۇ. لېكىن، مەزكۇر سۈرگە دورىلىرىنى بېرىشتىن بۇرۇن قائىدە بويىچە مۇنزىج دورىلىرىنى بېرىپ كېسەل ماددىسى پىشۇرۇلغان ھەمدە بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان چارىلەر قوللىنىلغان بولۇشى شەرت. بۇنىڭدا كەيپىياتى يەڭگىل ئىستىفراغ دورىلىرى، مەسىلەن: خېمىرى بىنەپشىنى ئەرىقى گاۋزەبان بىلەن قوشۇپ بەدەننى تەنقىيە قىلىش، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش ھەمدە مېڭە ۋە كۆزنى ھۆللەشتۈرۈش ئۈچۈن ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى غىزا ۋە شەربەتلەرنى تاللاپ ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم. ئايال سۈتى ياكى ئۆچكە سۈتىنى باش-كۆزلەرگە قۇيۇش ۋە بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. ئايال سۈتى، بىنەپشە يىغى، نىلۇفەر يىغى ۋە ھەمىشە باھار سۈيىنى بۇرۇنغا تېمىتسا، ئۈنۈمى ناھايىتى ياخشى. تامىقىغا ئارپا ۋە دادۇر سۈيىگە ئوخشاش ھۆللۈك بۇخار پەيدا قىلىدىغان تاماقلار بېرىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇللار بىلەنمۇ كۆز ئاغرىشتا ياخشىلىنىش كۆرۈلمىسە ئارپىنى كۆيدۈرۈپ شىيافى ئەبيەز بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تۇخۇمنىڭ ئېقىدا ئېرىتىپ ئەتىگەن ۋە ئاخشامدا كۆزگە تارتىش؛ كۆزنى گۈلابتا نەمدەلگەن داكا بىلەن تېڭىپ قويۇش كېرەك.

كۆز ئاغرىقى يەڭگىللەپ، كۆزنىڭ چىڭقىلىپ پولتىيىشى ۋە چەكچىيىشى ئازايسا، قىزىتىلغان لۆڭگە، گېرىلكا قاتارلىق نەرسىلەر بىلەن كۆزگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈش؛ باش ساھەسىگە ئىسسىق سۇ قۇيۇپ بېرىش كېرەك. يەنە بابۇنە، ئىكلىلمەلىك ۋە شۇنىڭغا

ئوخشاش ئىششىق تارقاتقۇچى دورىلارنىڭ قايىنتىلغان سۈيى بىلەن تەرلىتىش كېرەك.

كۆز ئاغرىش قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سۇلبىيە) قوزغاقلىشىشىدىن بولسا، كۆزنىڭ مىزاجىنى ھۆللەشتۈرۈشكە تىرىشىش لازىم. بىنەپشە يېغى ياكى نىلۇفەر يېغى ۋە موملار بىلەن تەييارلانغان قىيروتنى ئەسەررائى سۈيى، قاپاق لېشى سۈيى قاتارلىقلار بىلەن نەمدەپ باش ۋە پۇتۇن بەدەنگە سۈركەش كېرەك. شىيافى ئەبيەزنى سۈتتە ئېرىتىپ كۆزگە تېمىتىش، قىز تۇغقان ئاياللار سۈتىنى كۆزگە سېغىش كېرەك. ئوڭدىسىغا يېتىپ ئۇخلاشتىن قەتئىي ساقلىنىش لازىم. ئەگەر، ئۆي ئىسسىپ كېتىپ سىرتقا چىقىشقا توغرا كەلسە يۈزنى يېپىۋېلىش كېرەك.

قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سۇلبىيە) نىڭ ياللىغلىنىپ بوشاپ كېتىشىدىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن مۇنزىج بېرىپ كېسەل ماددىسىنى پىشۇرغاندىن كېيىن بەلغەم مۇسھىلى ۋە ھەببىي ئىيارەجلەر ئارقىلىق بەدەننى تەنقىيە قىلىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن غۇنچە ئۈزۈم، ئاقىرقەرھا، دورىلىق ئاچچىقسۇ ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش تەنقىيە قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە غەر-غەر دورىلار بىلەن ئېغىز چايقاش؛ مەستىكى، كۈندۈر، راتىيانەج ۋە ئىگىرلەرنى يالغۇز ياكى قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن قوشۇپ چايناش؛ قارا سەئىدھىندىنى تىلغا سۈركەش، شىيافى ئەھمەرنى مەتبۇخى زۇفا بىلەن ئېرىتىپ دائىم كۆزگە تامغۇزۇش كېرەك. تاماقلاردىن سۇيۇقلۇقلارنى ئۆزىگە شۈمۈرىدىغان ھەر خىل قورما (كاۋاپ) لار ۋە قىرغاۋۇل، كەكلىك گۆشى بىلەن پۇشۇرۇلغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. ئەگەر كېسەل كىشىنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى، قۇرامى، پەسىل ۋە باشقا شارائىتلار مۇۋاپىق كەلسىلا باش ساھەسىدىن قان ئالسىمۇ بولىدۇ. بۇ چارىلەر بىلەنمۇ كېسەللىك ياخشى بولۇپ كېتەلمىسە ئۈچەيلەرنى قويۇق سۇيۇقلۇقلاردىن تازىلايدىغان ھوقنە دورىلىرى بىلەن كلىزما قىلىش كېرەك. نورمال دەرىجىدە تەنھەرىكەت قىلىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ. ناۋادا كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرلىشىپ قالسا، ئۇنىڭغا باش ئاغرىقى قوشۇلۇپ قالىدۇ. مۇنداق ئەھۋالدا كۆزگە قارىتا دورا قىلىشنى توختىتىپ، باش ئاغرىقىنى داۋالاش كېرەك. چۈنكى، باش ئاغرىقى ساقايسا كۆز كېسەللىكىمۇ ساقىيىپ كېتىدۇ.

ئۈزۈمسىمان تۇشۇكنىڭ ئىششىقىدىن بولغان كۆز ئاغرىشىنىڭ داۋالاش ئۇسۇلى كۆز ياللۇغى (رەمەد) نى داۋالاش بىلەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ.

قاپاق ۋە كىرپىك كېسەللىكلىرى

قاپاق ۋە كىرپىكلەر كۆزنى مۇھاپىزەت قىلىدىغان مۇھىم ئەزالاردۇر. گەرچە ئۇلار بىۋاستە كۆرۈش خىزمىتىگە قاتناشمىسىمۇ، لېكىن كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىدە مۇھىم ۋاستىچىلىك رول ئوينايدۇ. قاپاق تەبىئىي ھالدا ئېچىلىپ-يۇمۇلۇپ كۆزنى كۈچلۈك نۇر، سىرتقى زەخىملەردىن ساقلايدۇ ۋە بەلگىلىك كۆرۈش ئورنى بىلەن تەمىنلەيدۇ. مۆڭگۈز پەردە يۈزىنى بىر قەۋەت سۇيۇقلۇق بىلەن نەمدەپ تۇرىدۇ. كىرپىكلەر كۆزنى ھەر خىل چاڭ-توزانلاردىن ساقلايدۇ. قاپاق ۋە كىرپىكلەردىكى ھەر خىل كېسەللىكلەر، مەسىلەن: قاپاق ساڭگىلاش (پالەجلىنىش)، قاپاقتىكى ئىششىق ۋە ھەر خىل جاراھەتلەر ھەممىدە تەتۈر ئۆنگەن كىرپىك قاتارلىقلار كۆزنىڭ كۆرۈش خىزمىتىگە بەلگىلىك دەرىجىدە ئۇقسان يەتكۈزىدۇ يەنى قاپاقتا پالەجلىنىش، ئىششىش بولغاندا كۆز نورمال ئېچىلمايدۇ؛ تەتۈر ئۆنگەن كىرپىك كۆز يۇمىلىقىغا سانجىلىپ بىئارام قىلىدۇ. شۇڭا ئۇلاردا كۆرۈلگەن نورمالسىزلىقلار ۋە كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالاپ ساقايتىش يەنىلا بەلگىلىك مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

قاپاق كېسەللىكلىرىگە دورا ئىشلىتىپ بولغاندىن كېيىن ئەڭ ياخشىسى قاپاقنى تېڭىپ قويۇش، باشنى كېسەل بولغان تەرەپكە قويۇپ ئارام ئېلىش ياكى ئۇخلاش كېرەك. دورا بىلەن ھەل قىلىشقا مۇمكىن بولسىلا دەستكارلىق (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن بىر تەرەپ قىلىشقا ئالدىرىماسلىق، دورا بىلەن داۋالاش مۇمكىن بولماي چوقۇم دەستكارلىق ئۇسۇل بىلەن داۋالاش توغرا كەلسە ئالدى بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلىپ ئاندىن كېيىن ئوپېراتسىيە قىلىش لازىم. ئوپېراتسىيىدىن كېيىن ھەر قانداق گۆشنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن تەڭشەلگەن گۈرۈچ شوۋىلىسى، ئېرىتىلگەن تۇخۇم سېرىقى قاتارلىق چىقىرىندىلىرى ئاز بولغان خىلىت تەڭشەش ۋە توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە نەرسىلەر بىلەن ئوزۇقلىنىش ھەممىدە بىر نەچچە كۈنگىچە قاتتىق ھەرىكەت قىلىشتىن ئېھتىيات قىلىش لازىم.

كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك بولۇش

كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك بولۇش (كۆمنە تۇلجە فەنى) كۆپىنچە ئۇيقۇدىن كېيىن كۆزگە قۇم ياكى توپا كىرىپ كەتكەندەك بىلىندىغان ئەھۋالغا قارىتىلغان بولۇپ، ياشانغانلاردا ۋە قۇرغاق جايلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

ئۇخلىغاندا ناچار يەللىك ماددىلارنىڭ قاپاق ۋە قاپاق گىرۋەكلىرىگە توپلىنىپ قالغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

يەللىك ماددىلار قاپاق ھەرىكىتىگە توسالغۇ پەيدا قىلغاچقا ئۇيقۇدىن كېيىن كۆزنى ئاچقاندا كۆزگە قۇم، توپا كىرىپ قالغاندەك بىلىنىدۇ.

داۋاسى

بىمار مىزاجىنىڭ دەرىجىسىگە قاراپ قان ئېلىش ۋە مۇسھىل دورىلار بىلەن بەدەندىن يەللىك ماددىلارنى تازىلاش لازىم. ھەببى سەبرە ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قاپاق گىرۋەكلىرى ۋە سۇيۇقلۇق قاتلىمىنى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن شىيافى ئەھمەرلەيىن، شىيافى سۇنبۇلغا ئوخشاشلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن زۆرۈرى ئەسفەر كەبىرى، شىيافى ئەھمەر ھار، كوھلى باسلىقۇن قاتارلىقلار بىرىنىڭ كەينىدىن بىرى كۆزگە تارتىلىدۇ.

بادام يېغى، بىنەپشە يېغى، ئايال سۈتى قاتارلىقلارنى بىرلەشتۈرۈپ كۆزگە تېمىتىش، سەبرىنى يۇمشاق سۇقۇپ سۇيۇلدۇرۇپ كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىش مەنپەئەتلىك.

كۆزنى دائىم ئىلمان سۇدا يۇيۇش ياكى ھەر كۈنى ئەتىگەندە مۇنچىغا چۈشۈش كېرەك. ئۇزۇقلىنىشتا ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدىغان تەبىئىي يۇمشايدىغان سىڭىشلىك تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش، كالا گۆشى ۋە ھەر خىل پۇرچاق تۈرىدىكى يېمەكلىكلەر، كونا سۈت، قېتىق، قايماقلاردىن پەرھىز قىلىش؛ چاچنى پاكىز تۇتۇش، كۆزنى سۈت بىلەن يۇيۇش لازىم.

قاپاق يەللىك ئىششىقى

قاپاق يەللىك ئىششىقى (تەھەببۇجۇلئەجفانى، ئىنتىفاخۇلئەجفانى) قاپاقتىكى يەل خاراكتېرلىك ئىششىققا قارىتىلغان بولۇپ، بەزىدە پەيدا بولۇپ، بەزىدە يوقاپ ئۆزگىرىپ تۇرىدۇ.

سەۋەبى

ئاساسەن ئاشقازان، ئۈچەي، جىگەر، يۈرەك قاتارلىق ئەزالارنىڭ بىرەرسى ئاجىزلاپ، ماددا ئالمىشىش (بەدەلى مايەتەھەللەلۇ) خىزمىتىدە نورماللىسىزلىق پەيدا بولسا، قاپاقتا ئىششىش كېلىپ چىقىدۇ.

1. يۇقىرىدا تىلغا ئېلىنغان ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە ئەسلىي ھارارەت ئاجىزلاپ سوغۇقلۇق ياكى ھۆللۈك ئېشىپ كەتسە، ھەزىم قىلىش، ماددا ئالمىشىش ئاجىزلاپ قاپاقنىڭ يەللىك ئىششىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. يۈرەك خىزمىتى ناچارلاشقاندىمۇ پۈتۈن بەدەننىڭ، جۈملىدىن قاپاقنىڭ ئىششىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

2. يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە بەلغەم خىلتى خاراكتېرلىك ئىششىق پەيدا بولسا، قاپاقنىڭ ئىششىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

قاپاق ئىششىقى ئۆز ئالدىغا مۇستەقىل كېسەللىك بولمىسىمۇ، لېكىن ئۇ، ئىچكى ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە كېسەللىك بارلىقىنىڭ مۇھىم بەلگىسى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئادەتتە

كىشىلەر ئۇنى قاپىقىم ئىششىپ قالدى، دەپ شىكايەت قىلىدۇ. ئىششىق بەزىدە يوقىلىپ، بەزىدە پەيدا بولۇپ قالىدۇ. كېسەل كىشىدە سىرتقى جەھەتتىن زەخىملەنگەنلىك تارىخى بولمايدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن ئىششىقنىڭ قايسى ئىچكى ئەزادىكى كېسەللىك تۈپەيلىدىن بولغانلىقىنى ئېنىقلاش كېرەك. ئەگەر قايسى ئەزادىن بولغانلىقى سېزىلسە شۇ ئەزانى داۋالاش، شۇ ئەزانىڭ مىزاجىنى تۈزەش ۋە بەدەننىڭ ھەزىم قىلىش، ماددا ئالماشتۇرۇش خىزمىتىنى كۈچەيتىش لازىم. شۇنداق قىلغاندىلا قاپاق ئىششىقىنى تېگىدىن ساقايتقىلى بولىدۇ. شۇڭا ئىششىغان قاپاققا ئامال قىلىش ھاجەتسىز.

قاپاق قىچىشىش خاراكتېرلىك ئىششىقى

قاپاق قىچىشىش خاراكتېرلىك ئىششىقى (شەرا) قاپاقتا قىچىشىش بىلەن بىرگە كۆرۈلگەن ئىششىققا قارىتىلغان.

سەۋەبى

سەپرا، قان ۋە ئاچچىق بەلغەمنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە بۇ 3 خىل ماددىنىڭ ئىككىسى ياكى ھەممىسىدىن مۇرەككەپ ھالدا كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە قاپاقتا قىچىشىش پەيدا بولۇپ، قىچىشقانسېرى ئۇششاق ئىششىقلار پەيدا بولىدۇ. ئىششىق كۆپىنچە كېچىسى ئېغىرلىشىدۇ.

سەپرا خاراكتېرىدىكىسىدە قىچىشىش، قان خاراكتېرىدىكىسىدە قىزىللىق كۈچلۈكرەك بولىدۇ.

بەلغەم خاراكتېرىدىكىسىدە بىمار ھورۇن بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قىيغال تومۇرىدىن ئازراق قان ئېلىش، ئەيئۇلا، قارا ئۆرۈك قاينىتىلمىلىرىنى ئىچكۈزۈش ياكى ئەمرى ھىندى ۋە سېرىق ھەلىلە قاينىتىلمىلىرى، خېمىرى بىنەپشىلەرنى ئىچكۈزۈش ئارقىلىق ئىچىنى سۈردۈرۈشتەك يەڭگىل داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىش كېرەك.

سەپرانى قايتۇرغۇچى ۋە سوۋۇتقۇچى، قەينى توختاتقۇچى، ئەبشىيتى سوغۇق، ئەمى تاتلىق نەرسىلەر بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇش لازىم. ئەيئۇلا، قارا ئۆرۈك، ئانار، غورا، ئارپا سۈيى ۋە ھەر خىل مېۋىلەر سۈيى قاتارلىقلارنى يۇيۇلغان شادىنەج تالقىنى بىلەن قاپاقتا سۈرۈش كېرەك. سېرىق ھەلىلە پوستى چىلانغان قىزىلگۈل ئەرىقىنى كۆزگە تېمىتىش لازىم. ئىسپىغۇل ئۇرۇقى شىرىسىنى ئەرىقى گۈل بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، قاپاقتا سۈركىسىمۇ بولىدۇ.

قاپاق ساڭگىلاش

قاپاق ساڭگىلاپ قېلىش (ئىسترخائتۇلجەفەنى) قاپاق بوشىشىپ ساڭگىلاپ قېلىپ، كۆزنىڭ نورمال خىزمىتىگە تەسىر يەتكۈزگەنلىكىگە قارىتىلغان. ئۇ، ئۇغما خاراكتېرلىك ھەم ئىككىلەمچى خاراكتېرلىك قاپاق ساڭگىلاش دەپ ئىككى خىل بولىدۇ.

سەۋەبى

قاپاقنىڭ ساڭگىلاپ قېلىشى بىرلا ياكى ئىككىلا قاپاقتا كۆرۈلىدۇ. ئۇغما خاراكتېردىكىلەردە كۆپىنچە ئىككىلا قاپاق ساڭگىلاپ قالىدۇ. بۇ، ھامىلىنىڭ نورمال تەرەققىي قىلمىغانلىقى بولۇپمۇ قاپاق گۆشلىرىنىڭ تولۇق تەرەققىي قىلمىغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزى كېسەللەردە نەسەپ تارتىش (ئىرسىيەت) خاراكتېرىدىمۇ بولىدۇ.

ئىككىلەمچى خاراكتېردىكىسى كۆپىنچە بەلغەم ماددىسى يەنى ھۆللۈك ئېشىپ كېتىپ تۇتىنچى ھەزىمنىڭ بۇزۇلۇشىدىن يەرلىك ئورۇن قۇۋۋەتسىزلىنىپ پەيدا بولىدۇ.

يەنە بەزى كىشىلەردە تۇققۇلمىلارنىڭ قىسمەن ھالدا بۇزۇلۇشى يەنى سىرتقى جەھەتتىن زەخىملىنىشى (مەسىلەن: چېكە ئەسەبلىرىگە بىر نەرسە تېگىپ كېتىش) قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ قاپاقنىڭ ساڭگىلاپ قېلىشى كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تۇغما خاراكتېرلىك ۋە نەسەب سەۋەبىدىن بولغان قاپاق ساڭگىلاپ قېلىشتا، قاپاقنىڭ ساڭگىلاش دەرىجىسى ئوخشىمايدۇ. يېڭى تۇغۇلغان بوۋاق بالا كۆزىنى ئاچالماي كېيىن تەدرىجىي ھالدا قاپاق ساڭگىلىغانلىقى مەلۇم بولىدۇ.

ئىككىلەمچى خاراكتېرلىك قاپاق ساڭگىلاپ قېلىشتا، ساڭگىلاش دەرىجىسى يېنىك بولسا، قاپاق كۆزنى يېرىم توساپ قالىدۇ. ئەگەر ئېغىر بولسا، كۆزنى پۈتۈنلەي توساپ قېلىپ، كۆزنى نورمال ئاچقۇزمايدۇ. ئەگەر ئۇ: ھۆللۈك بەك ئېشىپ كەتكەنلىكتىن بولسا ياش كۆپ چىقىپ، باش ئېغىرلىشىپ، كۆز چىڭقىلىدۇ. ئۇخلاپ قوپقاندىن كېيىن قاپاق بەكرەك ساڭگىلاش، ھەرىكەت قىلغاندىن كېيىن ئوڭلىنىپ قېلىش، سوغۇقتا كۈچىيىش، ئىسسىقتا يەڭگىللەشتەك ئالامەتلەر بولىدۇ. قاپاق گۆشلىرى بوشىشىپ كەتكەنلىكتىن بولسا، ئەتىسى ئورۇندىن تۇرغاندا قاپاق ساڭگىلاش يېنىكلەيدۇ. ھېرىپ چارچىغاندا قاپاق ساڭگىلاش ئېغىرلىشىدۇ.

سىرتقى زەخىملىنىشلەردىن بولغانلىرىدا زەخىملىنىش تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبلەرنى يوقىتىش، كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددىنى تازىلاپ مىزاجنى تەڭشەش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن پالەچكە قىلىنىدىغان چارىلەرنى قىلسا بولىدۇ. ئىيارەجلەر ۋە ئىترىيفىل كەبىر قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. بوز بوغىنى سۇ بىلەن سۈركەپ سۈيىنى قاپاققا سۈرتۈش كېرەك. قۇندۇز قەھرىدىن 2 گرام ئېلىپ يۇمشاق يانجىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئاز-ئازدىن قاپاققا چېپىش كېرەك. ئەگەر، يۇقىرىقى ئۇسۇللاردا داۋالىسىمۇ ئۈزۈنچە ساقايمىغانلارنى بولۇپمۇ تۇغما خاراكتېرلىك قاپاق ساڭگىلاشنى مەخسۇس دەستىكارلىق تۈزەش ئۇسۇللىرى بىلەن داۋالاش كېرەك.

ئەمما، قاپاق قۇۋۋەتسىزلەنگەنلىكتىن پەيدا بولغان قاپاق ساڭگىلاشنى دەستىكارلىق ئۇسۇلى بىلەن داۋالىغىلى بولمايدۇ.

چىمچىقلىق

چىمچىقلىق (ئىختىلاجۇلجەفەنى) قاپاقلارنىڭ ئىختىيارسىز ھالدا ئېچىلىپ يۇمۇلۇپ ھەرىكەت قىلغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئىككىلا كۆزنىڭ ياكى بىر كۆزنىڭ قاپاق تارىمۇش پەيلىرى ئىختىيارسىز لىپىلداپ ھەرىكەت قىلىپ كۆز نورمال كۆرۈش خىزمىتىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى ـ تاشقى، ئىسسىق ـ سوغۇق، ھۆل ـ قۇرۇق سەۋەبلەرنىڭ قاپاققا يامان تەسىر قىلىشى، بەزى بۇزۇق ماددىلارنىڭ مەلۇم ئورۇنلاردا تۇرۇپ قېلىشى، كۆز، قاپاق، مېڭە سىڭىرلىرىنىڭ ئاجىزلىشىپ كېتىشى ياكى توسۇلۇشى نەتىجىسىدە قاپاق ئۆزلۈكىدىن ئىختىيارسىز ھەرىكەت قىلىدىغان بولۇپ قالىدۇ. قاتتىق خاپا بولۇش، كۆپ يىغلاش ۋە خۇش بولۇش، غەم ـ ئەندىشە قىلىش، ئۆتكۈر مىزلىق سۇ بىلەن باشنى يۇيۇش ياكى چېكە ساھەسىگە بىر نەرسە تېگىشتەك باھانە ئامىللار بەزى كىشىلەردە مەزكۇر كېسەللىكنىڭ كېلىپ چىقىشىغا سەۋەب بولىدۇ. مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كۆزنى چىمچىقلىتىشقا ئادەتلىنىپ قېلىشتەك ئەھۋاللارمۇ بولىدۇ.

ئالامىتى

بىر كۆزنىڭ قاپىقى ياكى ئىككىلا كۆزنىڭ قاپىقى ئىختىيارسىز ھالدا يۇمۇلۇپ ئېچىلىپ، لىپىلداپ ئۆزلۈكىدىن ھەرىكەت قىلىدۇ. قايسى ماددا بۇزۇلغانلىقىدىن بولغان بولسا، شۇ ماددىغا خاس بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ. لېكىن بۇ كېسەللىك كۆپىنچە ھۆللۈكتىن بولغاچقا كۆزدىن ياش ئېقىش، سوغۇق ھاۋاغا چىققاندا كۈچىيىش، تومۇرى بوش سىلىپ، سۈيدۈكى ئاق كېلىشتەك بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ. كۆز

قىسىلىپ - ئېچىلىپ تۇرغاچقا خەلق ئارىسىدا چىمچىق، دەپ ئاتىلىدۇ.

داۋاسى

قايسى ماددىدىن بولغان بولسا شۇ ماددىنى تەكشەش ئۈچۈن مۇناسىپ مۇنزىج ۋە مۇسھىللارنى بېرىش ئاندىن كېيىن ئاساسەن پالەچكە قىلىندىغان دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن بىرگە ھەبى ئىيارەج، مەئجۇنى داۋائىلمىشكى ھار قاتارلىق دورىلارنى بېرىش كېرەك.

سىرتقى جەھەتتىن رەۋغىنى قۇستە مۇرەككەب، رەۋغىنى فەرفيۇن قاتارلىقلار بىلەن ياغلاش كېرەك. ھەر خىل سوغۇقلۇق ئىشلار ۋە يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش، ئاغرىقنىڭ مىزاجىغا قاراپ ئىسسىقلىق ئۇسۇل - چارىلەرنى قىلىش ۋە يېمەك - ئىچمەكلەر بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇش كېرەك.

مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كۆزنى چىمچىقلىتىشقا ئادەتلىنىپ قالغان بولسا، ئۇنى ئاڭلىق ھالدا تىزگىنلەشكە يېتەكلەش ياكى مەجبۇرى باشقۇرۇش ئارقىلىق تۈزەش كېرەك.

قاپاق كېپەكلىشىش

قاپاق كېپەكلىشىش (سەئفە تۇلجەفەنى) قاپاق ۋە كىرپىك تۈۋىگە ئۇششاق جاراھەتلەر چىقىپ كېپەكلەشكەنلىككە قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆپىنچە قۇرۇقلۇق ۋە ھۆللۈكتىن پەيدا بولىدۇ. يەنى بۇزۇلغان سەۋدا ياكى بەلغەم ماددىسىدىن ئۆرلىگەن يەلنىڭ قاپاققا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزىدە بۇ ئىككى ماددىنىڭ ئارىلاشمىسىدىن، بەزىدە سەپرا ماددىسىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

قاپاق ۋە كىرپىك ئاستىغا ئۇششاق جاراھەتلەر پەيدا بولۇپ كېپەكلىشىدۇ. كېسەللىك ماددىسى ئېغىر بولسا كىرپىكلەرمۇ تۆكۈلىدۇ. ماددىسى يەڭگىل بۇخاراتتىن بولسا، ئۆزلۈكىدىن ساقىيىپمۇ كېتىدۇ. بەزىدە بۇ ئۇششاق جاراھەتلەر پۈتكۈل قاپاقنى ئىگىلەيدۇ.

ھۆل يەنى بەلغەم خاراكتېرىدىكىسىدە جاراھەتلىنىپ يىرىڭلاش بىلەن بىرگە چۈشكەن كېپەكلىرى ئاقۇش رەڭدە بولىدۇ. قۇرۇق يەنى سەۋدا خاراكتېرىدىكىسىدە جاراھىتى قۇرۇق بولۇش بىلەن بىرگە كېپەكلىرى قارىغا مايىل كۆپرەك بولىدۇ. سەپرا خاراكتېرىدىكىسىدە كېپەكلىرى سېرىققا مايىل بولىدۇ.

داۋاسى

ئازراق قان ئېلىش ۋە مۇناسىپ سۈرگە دورىلىرى بىلەن بەدەننى تازىلاش لازىم. قايسى ماددا كۈچلۈك بولسا ئالدى بىلەن شۇ ماددىغا مۇناسىپ سۈرگە ئىچىش لازىم.

تۇزلۇق تاماقلار، دورا قوشۇلغان يېمەكلىكلەر ۋە ھالۋا قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلىش، ئاسان سىڭىدىغان تاماقلار، مەسىلەن: چۈجىسىنىڭ شورپىسىغا ئوخشاشلار بىلەن ئوزۇقلىنىش لازىم. قۇرۇقتىن بولغانلىرىدا ھۆللۈك پەيدا قىلىش ئۈچۈن مائۇلجىبىن شەربىتى ئىچكۈزۈش ۋە كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۈچۈن مۇنچىغا چۈشۈش لازىم. بۇغداي كېپىكىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن قاپاقنى يۇيغاندىن كېيىن رۇسۇت ۋە مامىشا (تۈگە تاپىنى) قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىزىلگۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەندىن كېيىن شىيافى ئەھمەر، شىيافى ۋەج (ئىگىر) نى سۈرمە قىلىپ سۈركەش كېرەك. گۈل سۇسۇن يوپۇرمىقىنى جاراھەت ئۈستىگە 3ـ2 قېتىم تاڭسا جاراھىتى ساقىيىپ كېتىدۇ.

بەلغەم خاراكتېرىدىكىسىدە بەلغەمنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى تاماقلاردىن ساقلىنىش بىلەن بىرگە شىيافى ئەسفەرنى ئۆنگىدىن كېيىن شىيافى ئەھمەرلەييىننى سۈرمە قىلىپ تارتىش لازىم.

كېسەللىك ماددىسى كۈچلۈك بولسا خىلتىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن موزا، ئانار

گۈللى، خۇنسىياۋشانلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يىپەك رەختكە ئوراپ قاپاققا قويۇش، ئۇنىڭدىن كېيىن شىيافى ئەھمەرلەيىن بىلەن تېز تەسىر قىلغۇچى شىيافى ۋەجنى سۈرمە قىلىش لازىم. بىر ئايغىچە ئىيارەجى فەيقەرانى 3 كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 گىرامدىن ئىستېمال قىلىش، ئۇنىڭدىن كېيىن چۈجە شورپىسى ئىچىش بىلەن بىرگە مۇنچىغا چۈشكەندىن كېيىن گۈل يېغى بىلەن مايلاش، سەۋدا پەيدا قىلىدىغان تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش، قوزىنىڭ كاللا-پاقالچەكلىرى ۋە چالا پۇشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. بۇلار مەزكۇر كېسەللىكنى داۋالاشقا ناھايىتى پايدىلىق.

ئەگەر كېسەللىك كونارغان بولسا ھەبىي ئىيارەج بىلەن بەدەننى دائىم تازىلاپ تۇرۇش بىلەن بىرگە شىيافى ئەھمەر ھارنى سۈرمە قىلىپ تارتىش لازىم.

ئەگەر، يۇقىرىقى دورىلار بىلەنمۇ جاراھەت يوقالمىسا، جاراھەتكە نەشتەر ئۇرۇپ ئازراق قان چىقارغاندىن كېيىن كوھلى روشنائىنى سۈرمە قىلىپ تارتىش لازىم. ئادەتتە جاراھەتكە شىياف دورىلار ئىشلەتكەندە دورىنىڭ ئاسان تەسىر قىلىشى ئۈچۈن يەرلىك ئورۇننى پىلتىكۈچ بىلەن سۈركەپ قىزارتىش لازىم.

قاپاق ۋەرىمى

قاپاق ۋەرىمى (ۋەرەمۇلجەفەنى) ھەر خىل ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قاپاقنىڭ ئىششىپ ياللۇغلانغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆپىنچە 4 خىلتنىڭ غەيرىي نورمال ئۆزگىرىپ قاپاققا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

قان ماددىسىنىڭ غەيرىي نورمال ئۆزگىرىپ قاپاققا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭغا قاننىڭ غالىب كېلىپ قاپاقلارغا قۇيۇلغانلىقى ياكى باش ساھەسىدە قان توشۇپ قاپاقلارغا چۈشكەنلىكى ياكى قاپاققا بىر نەرسە قاتتىق تېگىپ كەتكەنلىكى سەۋەب بولىدۇ. بۇلار، پەلغەمۇنى دەپ ئاتىلىدۇ، سەپرانىڭ بەدەن ۋە باش

Altun0q

ساھەسىگە غالىب كەلگەنلىكىدىن بولغان قاپاق ۋەرىمى ھۆمرا، بەلغەمى غەلىبىسىنىڭ قاپاقتا يامان تەسىر قىلىشى يەنى سۇغۇقتىن بولغىنى ۋەرەمى رەخۇ، سوغۇق سەۋدا يەنى سوغۇق يەلدىن بولغىنى ۋەرەمى سەلىب دەپ ئاتىلىدۇ.

ئالامىتى

قاپاق ۋەرىمى قاندىن بولغان بولسا ئىششىقنىڭ رەڭگى قىزىل بولىدۇ، بارماق بىلەن باسقاندا قىزىللىقتا ئۆزگىرىش بولمايدۇ، قاپاق لوقۇلداپ تارتىشىپ ئاغرىيدۇ. سەپرادىن بولسا ئىششىق قاپاقنى بارماق بىلەن باسقاندا قىزىللىق ئاقىرىدۇ، قاپاق قاتتىق كۆيۈشۈپ، ئېچىشىدۇ. بەلغەمدىن بولسا بارماق بىلەن باسقاندا ئىششىق يۇمشاق، رەڭگى ئاق بولىدۇ، كۆيۈشۈش ۋە ئېچىشىش بولمايدۇ. سەۋدادىن بولسا ئىششىق قولغا قاتتىق بىلىنىدۇ. رەڭگى قارا، ئاغرىش بوشراق بولىدۇ.

داۋاسى

قان ۋە سەپرادىن بولغانلىرىدا قان ئېلىنىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا كۆك يۇمغاقسۈت، كاسنى، شوخلا، ئاق لەيلى گۈلى قاتارلىقلارنىڭ سۈيى چېپىلىدۇ ياكى بۇ دورىلارنى سوغۇق سۇدا ئېزىپ ئاخشىمى قاپاققا چېپىپ، ئەتىسى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇۋېتىلىدۇ. مەتبۇخى ھەلىيلە، ئەرىقى چۆبچىنى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئارپا كېپىكىنى كافۇر سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ئىككى چېكىسىگە تاڭىدۇ. زەرچۆۋنى گۈلاب سۈيىگە سۈرۈپ پىلتىكۆچ بىلەن قاپاققا سۈرسە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. سەپرادىن بولغانلىرىنىڭ دەسلىپىدە ئاق سەندەل، مامىيشانى يەرلىك شوخلا سۈيىدە ئېزىپ كۆزگە چاپىدۇ. بۇغداي كېپىكىنى قايناتقان سۇدا قاپاقنى يۇيىدۇ. ھەببى بىنەپشە، مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئىچكۈزۈلىدۇ.

بەلغەمدىن بولغىنىنى داۋالاشتا مەتبۇخى ھەلىيلە، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ھەببى لاجىۋەرد ئىچكۈزۈلىدۇ. توخۇ، غاز يېغىغا ئازراق مۇقەل، ئاق لەيلى گۈلى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ قاپاققا چاپىدۇ. قوغۇشۇننى سۇغا سۈرۈپ چاپسىمۇ، شىيافى مامىيشا تاڭسىمۇ بولىدۇ.

كۆزنى داۋاملىق سوغۇق سۇدا يۇيۇش، لازا قاتارلىق ئاچچىق نەرسىلەر ۋە گۆش، ياغلاردىن پەرھىز قىلىش لازىم.

قاپاق ئۇششاق جاراھەتى

قاپاق ئۇششاق جاراھەتى (نەملە تۆلجە فەنى) قاپاقتا چۈمۈلە چاققاندەك ئۇششاق جاراھەت چىققانلىققا قارىتىلغان. ئۇ، ئەتراپقا كېڭەيگۈچى ۋە قىزىل قوناق شەكلىدە ھەم ئەتراپىنى يېگۈچىدىن ئىبارەت 3 خىل بولىدۇ. ئىسسىق جايلاردا، ياز پەسلىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

كۆيگەن سەپرانىڭ قاپاقتا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. مەزكۇر كېسەللىكنىڭ ئەتراپقا كېڭىيىدىغىنى سۇيۇق سەپرادىن، قىزىل قوناق شەكلىدىكىسى قويۇق سەپرادىن، ئەتراپىنى يەيدىغىنى ئۆتكۈر ۋە كۆيدۈرگۈچى سەپرادىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

قاپاقتا پاشا، چۈمۈلە چاققاندەك ئۇششاق جاراھەتلەر پەيدا بولىدۇ. رەڭگى سارغۇچ بولۇپ، ئېچىشىدۇ. قاپاق قىزىرىدۇ. ئېغىرلىرىدا بەزىدە كىرپىك تۆكۈلىدۇ. كىرپىك تۈۋى يېرىلىدۇ. مەزكۇر كېسەل كۆپىنچە ئىسسىق مىزاج كىشىلەردە، ئوتتۇرا ياشلىقلاردا كۆرۈلىدۇ. ئەمما، ئانچە خەتەرلىك ئەمەس.

داۋاسى

باش ۋە يۈز ساھەسىدىكى تومۇردىن ئازراق قان ئېلىش، سەپرانى سۈرگۈچى دورىلار بىلەن بەدەننى تازىلاش لازىم. ئەينۇلا، قارا ئۆرۈك شەربىتىنى ئىچىش ۋە تاتلىق ئانار سۈيىگە سېرىق ھەلىيلە پوستىنى چىلاپ ئىچىش ياكى قىزىلگۈل شەربىتىنى تەكرار ئىچىش ياكى سېرىق ھەلىيلە، تەمرى ھىندى، سانا، شاھتەررىلەرنىڭ شەربىتىگە ئازراق سىقمۇنىيا سېلىپ ئىچىش لازىم. سەپرانى قايتۇرغۇچى ۋە سوۋۇتقۇچى تاتلىق نەرسىلەر ۋە ئانار شەربىتى، تەمرى ھىندى، ناخۇش ئانار شەربىتى ۋە چۈجە شورپىسى قاتارلىقلارنى ئىستېمال

قىلىش ھەمدە سەپرا پەيدا قىلغۇچى تاماقلاردىن تۇزلانغان بېلىق، سۈت، سوقۇلغان ماش قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلىش لازىم. گىلى مەختۇمنى يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن ئۇپىنى گۈل يېغى بىلەن قاپاقتىكى جاراھەتكە سۈركەش لازىم. كاسىنى سۈيىنى ياكى ئۇپىنى گۈل يېغى بىلەن ياكى بىر ئاز سىركە بىلەن ياكى گىلى ئەرمىنى، رۇسۇت قاتارلىقلارنى كاسىنى سۈيى بىلەن سۈركەش ياكى تۆگە تاپىنى (مامىشا) سۈيى ياكى سەبرى، رۇسۇت قاتارلىقلارنى كاسىنىڭ سۈيى بىلەن ياكى قىزىلگۈل ئەرىقى بىلەن ئېرىتىپ تېڭىش لازىم. رۇسۇتنى سىركە بىلەن ئېرىتىپ سۈركەش ياكى شىيافى مامىشا ۋە سەندەللەرنى ھەمىشە باھار سۈيى ۋە ئەرىقى گۈل بىلەن سۈركەش، ياقا يوپۇرمىقى سۈيىنى تېڭىش، ئاچچىق ئانار پوستى ۋە مۈزىلارنى يۇمشاق سوقۇپ چېپىش لازىم.

كۆزنىڭ قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش ۋە مىزاجىنى نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن شىيافى ئەھمەرلەيىننى سۈرمە قىلىپ تارتىش لازىم.

قاپاقتا تۈگۈنچەك پەيدا بولۇش

قاپاقتا تۈگۈنچەك پەيدا بولۇش (ئوقدەتۇلجەفەنى) ئۈستۈنكى قاپاق تېرە ئاستىغا قاتتىق تۈگۈنچەك پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

سەۋدا ماددىسىنىڭ ئۈستۈنكى قاپاققا تۆكۈلگەنلىكىدىن پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

دەسلەپتىلا يەللىك تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش. سەۋدا ماددىسىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى ئىچكى، تاشقى جەھەتتىن ئىشلىتىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن قاپاقنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇش، قايناقسۇغا چىلانغان لۆڭگە ياكى گىرىلكا بىلەن ئىسسىق تۇتكۇزۇش كېرەك. مۇمنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاپاققا چېپىش، شۇمشا ۋە زىغىرنىڭ شىرىسى (لۇئابى) نى چىقىرىپ سۈرۈش لازىم. تۈگۈنچەك يۇمشىغاندىن كېيىن ئۇنى

تارقىتىش ئۈچۈن مەلھىمى داخىليۇن قاتارلىق يۇمشىتىپ تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر تۈگۈنچەك ياخشى سۈپەتلىك ئۆسمىگە ئوخشاش ئۆتسا ئاسان مىدىرلاپ چوڭقۇر يىلتىز تارتمىغان بولسا مەلھىمى داخىليۇندىن باشقا يەنە يۇمشىتىش ۋە تارقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە لوئابلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

ئەگەر، تۈگۈنچەك بارغانسېرى چوڭىيىپ رەڭگى كۆكۈش بولۇپ قالسا ھەمدە ئۆڭدىن تومۇردەك نەرسىلەر ئەتراپقا تارقىسا، يامان سۈپەتلىك ئۆسمىگە ئايلانغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇنىڭدا دورىلار بىلەن داۋالايمەن دەپ ھەپىلەشمەي دەستكارلىق ئۇسۇللاردا بىر تەرەپ قىلىش كېرەك.

قاپاق سۆگىلى

قاپاق سۆگىلى (ساليلۇلجەفەنى) قول قاتارلىق بەدەننىڭ باشقا ئەزالىرىغا سۆگەل چىققاندەك قاپاق گىرۋىكىگە سۆگەل پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆپىنچە، ناچار سەۋدايى بەلغەمنىڭ قاپاققا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزىدە سەۋدايى قان ۋە بەلغىمى غەلىيزدىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بەدەننىڭ باشقا جايلىرىدىكى سۆگەللەرگە ئوخشاش كۆپىنچە ئۈستۈنكى قاپاققا سۆگەل پەيدا بولىدۇ. سەۋدادىن بولسا سۆگەلنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولىدۇ. ئۇچى ئۇچلۇق كۆتىرىلىپ ئۆرغىنى قەرنى دەپ، توم، تۈۋى يۇمشاق بولغىنى مىسمارى دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە كۆزنىڭ جىيىكىگە يۇغان سۆگەل پەيدا بولۇپ كۆزنىڭ مىزاجىنى بۇزۇپ قويىدۇ. ھەمدە يەرلىك ئورۇنغا كېلىدىغان قۇرۇقلۇقنى ئەتراپىغا تارقىتىپ، كۆپلىگەن كىچىك سۆگەللەرنى پەيدا قىلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن ئۇمۇمىي بەدەن ۋە مېڭىدىن غالىب كەلگەن خىلتنى تازىلاش بىلەن بىرگە ئوزۇقلۇقنى ئىسلاھ قىلىش كېرەك. مايلارنىڭ ئاستىغا چۆككەن لېيىنى كۈندە بىر نەچچە قېتىم سۆگەلگە كۆچەپ سۈركەپ بېرىش كېرەك. ھۆل كەپنى كۈنگە بىر قانچە قېتىم سۆگەلگە كۆچەپ سۈركەپ بەرسە خېلى ئۈنۈمى بار. سالايە قىلىنغان سىياھدان ۋە تۇزنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ سۈركىسە، يۇلغۇن مېۋىسى ياكى ئادراسماننى سۈركىسىمۇ بولىدۇ. بىنەپشە يېغى بىلەن داۋاملىق ياغلاپ بېرىشمۇ پايدىلىق. يەنە شۇنىڭدىكى قاپاقنى بۇغداي قاينىتىلمىسى بىلەن يۇيۇش، سېمىز ئوت يوپۇرمىقىنى سىركە بىلەن ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىشمۇ پايدىلىق. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئاچچىق تەملىك ۋە تۇتقۇش (قابىز) خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ھەر قانداق دورا پايدا قىلىدۇ. ئەگەر، يۇقىرىقى چارىلەر بىلەن داۋالىغاندىمۇ ئۈنۈم كۆرۈلمىسە، توغرىغۇ، زەرنىخ، بەللۇت ۋە تۇزلارنىڭ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، ئوشەقتىن ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سوۋۇتۇلغان قايناقسۇ بىلەن يۇغۇرۇپ سۆگەلگە چاپسا بولىدۇ. چۈنكى بۇ دورا مەزكۇر كېسەلنى داۋالاشتىكى ئەڭ كۈچلۈك دورا بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر، بۇ چارە بىلەنمۇ سۆگەل يوقالمىسا دەستىكارلىق ئۇسۇل بىلەن داۋالاش كېرەك. بۇنىڭدا ئوتقا تۇتۇپ زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن موچىنەك بىلەن سۆگەلنى قىسىپ تارتىپ تۇرۇپ، ئۆتكۈر تىغ بىلەن كېسىپ ئېلىۋېتىش لازىم. كېسىلگەن جايدىن بىر مەھەل قان ئاققۇزغاندىن كېيىن زاك، خۇنسىياۋشانلارنى سوقۇپ ئۈستىگە سېپىش ياكى داكىنى كالا يېغى سۈرۈپ تېڭىش كېرەك. ئەگەر جاراھەتكە ئايلىنىپ قالسا، گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلارنى چېپىش لازىم.

قاپاق ياغىسمان ئۆسمىسى

قاپاق ياغىسمان ئۆسمىسى (شىرناق) ئۈستۈنكى قاپاققا ياغقا ئوخشاش كىچىك پۇقاقچە پەيدا بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان ئۇ، جەنۇب تەرەپلەردە ۋە ئەتىياز پەسىللىرىدە كۆپرەك پەيدا بولىدۇ.

سەۋەبى

قويۇق ۋە سۇيۇق ماددىلارنىڭ قاپاققا تۆكۈلۈپ مۇنەك بولۇپ، يەرلىك ئورۇندىكى توقۇلمىلارنى كۆتەرگەنلىكتىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ كېسەل كۆپىنچە كىچىك بالىلار، ھۆل مىزاج كىشىلەر، كۆزىدىن كۆكۈشرەك ياش ئاقىدىغان ئاغرىقلاردا پەيدا بولىدۇ. بەزىدە زۇكام سەۋەبىدىن قاپاققا نەزلە چۈشكەنلىكتىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ئۈستۈنكى قاپاق سىرتىغا ياغقا ئوخشاش مۇنەكچە پەيدا بولىدۇ. گەرچە، مەزكۇر كېسەللىك بەك قورقۇنچلۇق بولمىسىمۇ لېكىن قاپاقنىڭ سېزىمىنى تۆۋەنلىتىپ قويىدۇ، كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ. داۋاملىق ياش ئېقىش، تولا چۈشكۈرۈش، كۈن ۋە چىراققا ئوخشاش نۇرلۇق نەرسىلەرگە قارىيالماسلىق، زۇكام ۋە كۆز كېسەللىكلىرى كۆپلەپ پەيدا بولۇش بۇ كېسەلنىڭ قوشۇمچە بەلگىلىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

داۋاسى

باش ساھەسىدىن قان ئېلىش لازىم. ئەگەر مۇمكىن بولمىسا لوڭقا قويۇش ۋە مۇناسىپ كېلىدىغان ئىچىنى سۈرگۈچى دورىلار بىلەن ئىچىنى سۈردۈرۈش كېرەك. ھەببى ئىيارەج ياكى قۇرسى بىنەپشىنى ئىچكۈزۈش، زۆرۈر تېپىلغاندا قۇرسى بىنەپشىنى ئىيارەجى فەيقەراغا قوشۇپ كۈچلەندۈرۈپ ئىستېمال قىلىش كېرەك. بابۇنە، ئابدۇلمەلىككە ئوخشاش زىيانلىق ماددىلارنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى قاينىتىپ سۈيىگە لۆڭگىنى چىلاپ كۆزگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بېرىش ھەمدە سۈيىنى قاپاققا سۈرتۈش لازىم. پايدىلىق سۈرمىلەردىن بىرىنچى قېتىمدا زەرۇرى ئەسفەرنى ئىشلىتىپ ئىككىنچى قېتىمدا زەرۇرى ئەنبەرنى ئۇنىڭدىن كېيىن باسلىقۇن ئەكبەرنى ئەتىگەن ۋە كەچقۇرۇندا يەرلىك ئورۇنغا سۈرمە قىلىپ تارتىش كېرەك. ئىچىنى بوشاتقۇچى يېمەكلىكلەر بىلەن ئىچىنى بوشىتىش، مىزاجىنى تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەر خىل قۇشلارنىڭ گۆشى بىلەن يېمەك-ئىچمەكلەرنى تەڭشەش، ناچار تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش لازىم. دائىم مۇنچىغا چۈشۈپ تۇرۇش كېرەك.

ئەگەر، بۇ چارىلەر بىلەن كېسەل ياخشى بولمىسا دەستىكارلىق ئۇسۇلدا بىر تەرەپ قىلىش، ياغ ئۇسمىنى ئېلىۋەتكەندىن كېيىن پاكىز داكىنى سىركىگە چىلاپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇش، ئىككىنچى كۈنى يەرلىك ئورۇن ئاغرىمىسا، شىيافى مامىشا قاتارلىق ئۇتاشتۇرغۇچىلارنى ئىشلىتىش ياكى زەرۇرى ئەسفەرنى جاراھەت ئورنىغا سېپىش ۋە داكا بىلەن تېڭىش لازىم. ئەگەر ئىششىق بولمىسا ئۇنىڭغا، ئادەتتىكى مەلھەملەرنى تاڭسىمۇ بولىدۇ. ئىششىق ۋە قىزىش بولسا، شىيافى مامىشا، سەندەل، قۇفلىنى يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ سۈرۈش لازىم.

قاپاق يۇمشاق ئۆسۈكچىسى

قاپاق يۇمشاق ئۆسۈكچىسى (تۇۋسە تۈلە جفانى) ئۈستۈنكى قاپاقنىڭ سىرتىغا بولۇپمۇ ئاستىنقى قاپاقنىڭ ئىچكى قىسمىغا پەيدا بولىدىغان يۇمشاق گۆشلۈك ئۆسۈكچىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

مەزكۇر كېسەللىكنىڭ ماددىسى كۆپىنچە ھاللاردا سەپرا، سەۋدا خىلىتلىرىدىن پەيدا بولىدۇ. بەزىدە قان ماددىسىنىڭ سەۋداغا ئايلاشقانلىقىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ. يىڭناسىقۇ (شەئىرە) گە ئوخشاش قۇرۇق مىزاج كىشىلەردە، كۆز پەسلىدە، ياشانغانلاردا، قۇرغاق جايلاردا كۆپ يۈز بېرىدۇ.

ئالامىتى

قاپاققا ئۆسكەن بۇ يۇمشاق ئۆسۈكچە قىزىل، قارا ۋە كۆكۈش رەڭلەردە بولىدۇ. شەكلى ئۈجمىگە ئوخشايدۇ. كۆزدە قىچىشىش، ئاغرىش بولىدۇ. كۆپىنچە ۋاقىتلاردا ئۆسۈكچىدىن قان سىرغىپ چىقىپ تۇرىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قىيفال تومۇردىن، ئۇنىڭدىن كېيىن پېشانە تومۇرىدىن قان ئېلىش لازىم.

ئەلەق يەنى زۇلۇك قۇرۇتى قويۇپ قان شورىتىش ۋە باش، پۇتنىڭ ئارقا تەرىپىگە لوڭقا قويۇش لازىم. سەۋدانى سۈرگۈچى دورىلار ۋە ھەبىي ئەفتىمۇن بېرىش كېرەك. قۇرسى بىنەپشە، مەتبۇنى ھەلىيلە، مەتبۇخى غارىقۇن ۋە ھەبىي سۈئتەر بىلەن ئىچىنى سۈردۈرۈش ھەم پايدىلىق، قىزىق، يەللىك تاماقلاردىن ساقلىنىش لازىم. سۇفۇفى كەشنىزنى ئىستېمال قىلىش مەنئى قىلىنىدۇ. يەرلىك ئورۇننى فەنت، توتىيا ۋە تۆمۈرگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن قاشلىغاندىن كېيىن ئۈستىگە زەرۇرى ئەسفەر، شىيافى ئەھمەرلەرنى قويۇش كېرەك. ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇللار بىلەن ئۆسۈكچە گۆش يوقالمىسا، زىيادە گۆشنى يوقاتقۇچى شىيافلاردىن شىيافى ئەسفەر، شىيافى روشنائى قاتارلىقلارنى سۈرسە بولىدۇ ياكى زەنكار، نۇشۇدۇر قاتارلىقلارنى يوقالماي قالغان گۆشكە قويۇش لازىم. ئەمما بۇ دورىلار ئۆتكۈر بولغاچقا ئىشلەتكەندە كۆزنى زەخىملەندۈرۈپ قويۇشتىن قاتتىق ساقلىنىش، كۆزنى سۈت بىلەن يۇيۇپ تۇرۇش كېرەك. شۇنداقلا، گۆش ئۆندۈرىدىغان زەرۇرات (سېپىلما) لار ۋە شىيافاتلارنى ئەھۋالغا قاراپ ماسلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش كېرەك.

مەزكۇر كېسەلنى داۋالاشتا ئۆتكۈر تەسىرلىك دورىلارنى ئىشلەتكەنگە قارىغاندا كۆز قوتۇرىنى داۋالىغاندەك داۋالاش ۋە تۆمۈر ئەسۋابلار بىلەن ئىلاج قىلىش خەتەرسىزرەك. ئەگەر ئۆسۈكچە گۆشنىڭ يوقىلىشى تەسكە توختىسا، موچىن بىلەن قىسىپ تۇرۇپ پاكىزلانغان قايچا بىلەن كېسىۋەتسە بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن زەرۇرى ئەسفەرنى كەسكەن جايغا سېپىش، شىيافى ئەھمەر، شىيافى ئەسفەر ۋە باسلىقۇنلارنى كېسەللىك ئەھۋالغا قاراپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

قايتىلانماسلىقى ئۈچۈن ئۇخۇمنىڭ سېرىقىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىش ۋە ئۈچ كۈن گۆش ئىستېمال قىلماسلىقى لازىم.

قاپاق ئۆسمىسى

قاپاق ئۆسمىسى (سەلئە تۇلجە فەنى) قاپاق ئۈستىگە باشقا ئەزالارغا پەيدا بولغاندەك بەزىسىمان ئىششىق پەيدا بولغانغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆپىنچە، قاپاقتا توسۇلۇپ قالغان خىلتلاردىن پەيدا بولغان بەلغەمدىن كېلىپ

چىقىدۇ. سەۋدادىنمۇ پەيدا بولىدۇ. سوغۇق مىزاج كىشىلەر، ياشانغانلار ۋە سوغۇق جايلار، قىش كۈنلەردە كۆپ ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

قاپاقنىڭ ئۈستىگە خەرىتىگە ئوخشاش ئۆسمىلەر پەيدا بولىدۇ. شەكلى گۆش، ھەسەل، ياغ، ھالۋىغا ئوخشايدۇ، ئاغرىمايدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەل پەيدا قىلغۇچى خىلتنى ئايرىش كېرەك. مەتبۇخى ئەفتىمۇن ۋە غارىقۇن، تۇربۇت، سەبرى قوشۇپ كۈچلەندۈرۈلگەن ھەبىبى غارىقۇن بىلەن كېسەل ماددىسىنى، بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن لۆڭگىنى قايناقسۇغا چىلاپ ئىسسىق ئۈتكۈزۈش، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈمنى قاپاققا چېپىش لازىم. ئارپا ئۇنى ۋە لوۋىيا ئۇنىنى كونا زەيتۇن مېيى بىلەن يۇغۇرۇپ تېڭىش، ئۇنىڭدىن كېيىن مەلھەمى داخىليۇن سۈركەش لازىم. بەلغەم ۋە سەۋدا پەيدا قىلىدىغان تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش لازىم. ئەگەر، يۇقىرىقى دورىلار بىلەن تارقالمىسا، نەشتەر ئۇرۇپ قان چىقارغاندىن كېيىن بۇزۇلغان گۆشنى يوقاتقۇچى دورىلارنى يەرلىك ئورۇنغا قويۇش لازىم.

قاپاق گىرۋەكلىرى ئىششىقى

بۇ، قاپاق گىرۋەكلىرى قىزىرىپ ئىششىپ قالىدىغان كېسەللىك (سۇلاق) بولۇپ، يېزىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئۇ، قاپاق گىرۋەكلىرىدىكى تۈك خالتىلىرىنىڭ ئىششىقى بولغاچقا، قايتا تەكرارلىنىدۇ، كېسەللىك جەريانى ئۇزۇنراق بولىدۇ.

سەۋەبى

كۆپىنچە ھاللاردا بەدەندىكى خىلتلارنىڭ ئۆزگىرىشى بولۇپمۇ خىلتلارغا شورلۇق

بەلغەم ئارىلىشىپ قاپاق گىرۋەكلىرىگە يامان تەسىر قىلغانلىقتىن پەيدا بولىدۇ. چاڭ-توزان، ئىچىملىك-چېكىملىك قاتارلىقلارنىڭ يامان تەسىرى، ئۇيقۇغا قانماسلىق، بەدەننىڭ زەئىپلىكى، پاسكىنا قول بىلەن كۆزنى سۈرتۈش ھەمدە كۆز تازىلىقىغا دىققەت قىلماسلىقلارمۇ مەزكۇر كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى ئامىللار بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. بەزىدە، ئۇ ھەر خىل كۆز ۋە قاپاق كېسەللىكلىرى تۈپەيلىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

قاپاقنىڭ گىرۋەكلىرى قىزىرىدۇ، قىچىشىدۇ. ئېغىرراقلىرىدا ئاغرىيدۇ. كۆز نۇردىن قاچىدۇ، ياشاڭغۇرايدۇ. ئەتىگەندە ئورۇندىن تۇرغاندا كۆز چاپاقلىشىپ قالىدۇ، چاپاقلارنى ئېلىۋەتسە، قىزىرىپ كەتكەن قاپاق گىرۋەكلىرى ئېنىق كۆرۈلۈپ قالىدۇ. ئېغىرراقلىرىدا قانىغان يارا ياكى كىچىك يىرىڭلىق قاپارتچۇقلارنى كۆرگىلى بولىدۇ. كىرپىك تۈك خالتىلىرى بۇزۇلغاچقا كىرپىكلەر تۆكۈلۈشكە باشلايدۇ. ئىسسىقتىن بولغان بولسا، چاپاقلار سېرىق بولىدۇ. قىزىرىش، ئاغرىش كۈچلۈكرەك بولىدۇ.

داۋاسى

1. **ئىچكى داۋاسى**: قايسى خىلتنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ خىلتنى تازىلاپ مىزاجنى تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭدا كۆپىنچە مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە بېرىلىدۇ.

2. **سىرتقى داۋاسى**: 1) قەلەي كۆشتىسى، قوغۇشۇن كۆشتىسىنى پاكىز ياغلارغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن چېپىش كېرەك. 2) بىنەپشە يېغى، بادام يېغى، ئاياللار سۈتى قاتارلىقلار بىلەن قاپاقنى ياغلاش كېرەك. 3) ئىچكى داۋادا كۆرسىتىلگەن مەتبۇخى ھەلىلە قاتارلىق سۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن بىرگە شادەنەج، ئەدەسنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتىش كېرەك. 4) شىيافى ئەسفەرنى ئىشلەتسىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

شىيافى ئەسفەر تەركىبى: سېرىق ھەلىلە پوستى، توتىيا ھەر بىرى 15 گرام، ئاقمۇش 3 گرام، ئەرەب يېلىمى 10 گرام، زەئفەر 3 گرام.

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق يانجىپ ئۈچ قەۋەت داكىدىن ئۆتكۈزۈپ، ئاززاق بادىيان سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېمىتىش كېرەك.

ئۇزۇقلىنىش جەھەتتە مىزاجنى ۋە قاپاقنى ھۆللەشتۈرگۈچى تاماق ۋە ياغلارنى ئىستېمال

قىلىش لازىم.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار: مىزاجنى قۇرۇتقۇچى ئامىللار، ئۆتكۈر سوغۇق ۋە شاماللاردىن، خەتكە كۆپ قاراشتىن ساقلىنىش لازىم. كۆز تازىلىقىغا دىققەت قىلىش خۇسۇسەن پاسكىنا قول بىلەن كۆزنى ئۇۋۇلىماسلىق كېرەك.

ئاقىۋىتى: مەزكۇر كېسەللىك تەكرار قوزغالسا ياكى ئېغىرلاشسا، قاپاقنىڭ تەتۈر ئۆرۈلۈپ قېلىشى، تەتۈر كىرپىك ۋە جىرتاق كېسەللىكىنى پەيدا قىلىشى مۇمكىن.

يىڭناسقۇ

يىڭناسقۇ (شەئىيرە) بىر خىل كۆپ ئۇچرايدىغان، كۆز گىرۋەكلىرىنىڭ ئۆتكۈر يىرىڭلىق ئىششىقى بولۇپ، پەيدا بولغان ئورنىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ئىچكى ۋە تاشقى يىڭناسقۇ دەپ ئىككىگە ئايرىلىدۇ. كۆز گىرۋەكلىرىنىڭ سىرتىدىكى يىرىڭلىق قاپارتچۇق تاشقى يىڭناسقۇ، كۆز گىرۋەكلىرىنىڭ ئىچىدىكى يىرىڭلىق قاپارتچۇق ئىچكى يىڭناسقۇ، دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

يىڭناسقۇ كۆپىنچە، قان خىلتى ياكى سەۋدا خىلتىنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولىدۇ. كۆپ ھاللاردا ئاچچىق-چۈچۈك، كۈچلۈك تاماقلارنى ھەزىم قىلماي تۇرۇپلا ئارقا-ئارقىدىن ئىستېمال قىلىش، كەچتە يېتىشتىن ئىلگىرى دائىم تاماق يەپلا ئازراق ھەرىكەت قىلماي ئۇخلىغانلىقتىن بۇزۇق يەللەر پەيدا بولۇپ كۆز گىرۋەكلىرىگە يامان تەسىر قىلغانلىقى، بەزى كىشىلەردە قاپاق ۋە كۆز گىرۋەكلىرىنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلماي پاسكىنا قول بىلەن كۆزنى ئۇۋۇلاش ۋە ھەر خىل چاڭ-توزانلار تۈپەيلىدىن كىرپىكلەر ئاستىدىكى تۈك خالتىلىرىغا جەراسىم (مىكروب) نىڭ كىرىشىدىن كۆز گىرۋەكلىرىگە يۇرچاقتەك قاپارتچۇق چىقىپ يىڭناسقۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

1. تاشقى يىڭناسقۇ: كۆپىنچە، كۆزنىڭ تۆۋەنكى گىرۋەكلىرىدە پەيدا بولىدۇ.

كۆزنىڭ يۇقىرىقى گىرۋەكلىرىدىمۇ كۆرۈلىدۇ. دەسلەپتە، دائىرىلىك كىچىك قاتتىق مۇدۇرچاقلار پەيدا بولىدۇ. ئازراق قىچىشىپ ئاغرىيدۇ، كېيىن قىزارغان ئىششىق دائىرىسى كېڭىيىپ باسسا ئاغرىيدۇ. بۇ يىرىڭ تۇتۇشقا باشلىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر قاپارتچۇق ئۇچلىرى ئاقىرىپ باسسا مىلىقلىسا، يىرىڭنىڭ پىششىپ قالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر قىزىرىپ ئىششىش ئېغىرلاشسا، پۈتۈن قاپاققا تەسىر قىلىپ قاپاق يىرىڭلىق ئىششىقىغا ئايلىنىدۇ ھەمدە قۇلاق ئالدى بەزلىرى يوغىناپ كېتىدۇ. يىرىڭ ئېغىز ئالغاندىن كېيىن قىزىللىق، ئىششىق، ئاغرىشلار ئۆزلۈكىدىن قايتىپ كېتىدۇ.

2. ئىچكى يىڭناسىقۇ: ئالامەتلىرى تاشقى يىڭناسىقۇ بىلەن ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشىشىپ كېتىدۇ. كېسەللىك ئۆزگىرىشى كۆز جىيەكلىرىنىڭ ئىچكى قىسمىدىكى شىلىمشىق پەردىدە بولغاچقا، يىرىڭ تۇتقاندىن كېيىن قاپاق ئىچكى پەردىسىدە سېرىق رەڭلىك يىرىڭ نۇقتىلىرىنى كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

يىڭناسىقۇ ئادەتتە يىرىڭ تۇتۇپ، ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئېلىپ ساقىيىپ كېتىدۇ. لېكىن سەل قارىماي تۆۋەندىكىدەك داۋالاش چارىلىرىنى قوللانسا بولىدۇ.

1. ئىچكى داۋاسى: كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددىنى بەدەندىن تازىلاش بولۇپمۇ ئالدى بىلەن مېڭىدىن تازىلاش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مۇۋاپىق سۈرگە دورىلىرى ئىشلىتىلىدۇ. يىڭناسىقۇ كۆپ چىقىپ ئادەت بولۇپ قالغانلارغا ئەھۋالغا قاراپ مەتبۇخى ئەقتىمۇن ياكى مەتبۇخى ھەلىلە بېرىلىدۇ.

2. تاشقى داۋاسى: 1) قايناقسۇدا قىزىتىلغان لۆڭگە بىلەن نەم پىتى ھەر قېتىمدا 10 — 15 مىنۇت ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ياكى بوتۇلكىغا ئىسسىق سۇ ئېلىپ ئىسسىق ئۆتكۈزسىمۇ بولىدۇ. 2) كاسنى، سەبرى، رۇسۇت، مامىشا، گۈلى ئەرمىنىنى ئېھتىياجغا لايىق ئېلىپ يىڭناسىقۇ ئۈستىگە چېپىش كېرەك. يىرىڭ تولغاندا تازىلانغان تىغ بىلەن ئۇچىنى يېرىپ يىرىڭنى چىقىرىۋېتىپ، مۇۋاپىق كۆز مەلھەملىرى سۈرتۈپ قويۇش كېرەك. 3) يۇقىرىقى چارىلەر ئۈنۈم بەرمىسە، تازىلانغان تىغ بىلەن يىڭناسىقۇ قېپى كېسىلىدۇ. ئازراق قان چىقىپ توختىغاندىن كېيىن سۇفۇفى ئەسفەر سېپىلىدۇ. 4) ئىچكى يىڭناسىقۇ يىرىڭ تۇتۇپ پىشقاندىن كېيىن، يېرىپ يىرىڭ چىقىرىۋېتىلىدۇ. يارغاندا يېرىلغان ئېغىز يولى كۆز جىيەكلىرىگە تىك قىلىپ كېسىلىدۇ. باشقا داۋالىرى يۇقىرىقىغا ئوخشاش. 5) كۆپ چىقىپ ئادەت بولۇپ قالغانلارغا، توغرا كەلگەندە

بەلگىلىك قان تومۇرلاردىن قان ئالسا بولىدۇ.

ئالدىنى ئېلىش

ئاچچىق - چۈچۈك، كۈچلۈك تاماقلارنى ئاز ئىستېمال قىلىش، كۆز تازىلىقىغا دىققەت قىلىش لازىم. كۆزنى قالايمىقان تۇتماسلىق ۋە يىڭناسقۇنى قالايمىقان سىقماسلىق كېرەك.

قاپاق قىچىشىش

قاپاق قىچىشىش (ھىككەتۇلجەفەنى) كۆز چانىقى، گىرۋەكلىرى ۋە قاپاق جىيەكلىرى قىچىشىدىغان بىر خىل كېسەللىككە قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى ۋە تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن بەزى شورلۇق ئېچىشتۇرغۇچى ماددىلار كۆز چاناقلىرىدا توختاپ قېلىپ پەيدا بولىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ھەر خىل كۆز ئاغرىقلىرى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ، يەلگە ئايلىنىپ قالسىمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

كۆز جىيەكلىرى قىزىرىپ، سولۇشۇپ كۆپ قىچىشىدۇ. بىر ئاز ئۇۋۇلىسا ياكى تاتىلىسا، ياش ئېقىپ قىزىرىپ ئىششىدۇ. ھەتتا مۇدۇر پەيدا بولۇپ، جاراھەتكە ئايلىنىدۇ.

داۋاسى

ئىچكى تەرەپتىن مەتبۇخى شاھتەررە، ھەببى كىبرىت، ھەببى شاھتەررە،

مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ئىترىفىلى كەشنىز ۋە ئىيارەجلەر ئىشلىتىلىدۇ.

سىرتقى تەرەپتىن ھۆل كاسىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېزىپ، گۈل يېغى بىلەن قوشۇپ تېڭىش كېرەك. كوھلى رۇشنائى سەغرىنى قاپاققا سۈرمە قىلىپ تارتىسىمۇ ياكى چاپىسىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

كوھلى رۇشنائى سەغىر

كۆمۈشنىڭ ئېرىتىلگەن پوقى(ئىقلىمىيائى ئۆقرە) 13.5 گرام، كۆيدۈرۈلگەن مىس 1.4 گرام، ئەندىرا تۆزى، پىلپىل، قەشقەر تۆپىسى (سەفىداب كاشغەرى)، نوشۇدۇر، جۆندە ھەر بىرى 1.4 گرام.

دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، قىلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلاپ، لازىم بولغاندا كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىدۇ ياكى باديان سۈيى بىلەن كۆمۈلاچ قىلىپ، زۆرۈر تېپىلغاندا قايناقسۇ بىلەن ئېرىتىپ كۆزگە چاپىدۇ.

قاپاق ئۆرۈلۈش

قاپاقنىڭ تېشىغا ئۆرۈلۈپ قېلىشى (شەترە) قاپاقنىڭ بىر تەرەپكە ئۆرۈلۈپ قېلىپ، قاپاقنى نورمال يۇمالماسلىققا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قاپاق ئۆرۈلۈپ قېلىش تۇغما ۋە كېيىن پەيدا بولغان دەپ ئىككى خىل بولىدۇ. بىر قاپاقتا ياكى ئىككىلا قاپاقتا يۈز بېرىدۇ. قاپاق سىرتىغا ياكى ئىچىگە ئۆرۈلۈپ قالىدۇ. تۇغما خاراكتېردىكىسى كۆپىنچە مەلۇم ماددىنىڭ كەملىكىدىن بولىدۇ. كېيىن پەيدا بولغانلىرى كۆپىنچە، قاپاقتا يىرىڭلىق چاقا چىقىش، ئارتۇقچە گۆش ئۆسۈش، تەتۈر كىرپىك چىقىش، سىرتقى سەۋەبلەردىن قاپاق ئارتۇق بولۇپ كەينىگە قايرىلىپ قېلىشلاردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

قاپاق چۆرىسى قېلىنلىشىپ، بىر تەرەپكە تارتىشىپ كۆزنى نورمال يۇمالمايدۇ. كۆز ئېقى كۆرۈنۈپ قالىدۇ. كۆز قىزىرىپ، سولۇشۇپ، ياش ئاقىدۇ. شامالدا بۇ ئالامەتلەر كۈچىيىشتىن سىرت كۆز ئېچىشىدۇ.

داۋاسى

تۇغما خاراكتېرلىك قاپاق تەتۈر ئۆرۈلۈپ قېلىشنىڭ داۋاسى يوق. ئەھۋالغا قاراپ دەستىكارلىق بىلەن تۈزىسە بولىدۇ.

كېيىن پەيدا بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبلەرنى تۈگىتىش بىلەن بىرگە سەۋەبلەرنىڭ ئېغىر-يەڭگىللىكىگە قاراپ داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك. مەسىلەن، كۆزنى مەجبۇرىي يۇمدۇرۇپ ھۆل كاسىن، ھۆل يۇمغاقسۈت قاتارلىقلارنى سوقۇپ بىنەپشە يېغى، بادام يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاپاق ئۈستىگە قويۇپ بىر نەچچە كۈن تېڭىپ بېرىش كېرەك. ھەببى قوقىيا، ئامىلە ئۇشىدارى، ماتۇل ئەسەل قاتارلىقلارنى كېسەللىك ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىش لازىم. ھەر خىل قۇرۇقلۇق نەرسە ۋە يېمەك-ئىچمەكلىكلەردىن ساقلىنىش، ھۆل ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك-ئىچمەكلىكلەر بىلەن ئوزۇقلىنىش لازىم.

قاپاق ئىچى دانچىسىمان ئىششىقى

قاپاق ئىچى دانچىسىمان ئىششىقى (بەردە) كۆپىنچە، ئۈستۈنكى قاپاقنىڭ ئىچى تەرىپىگە يۇمىلاق دانچە پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ناچار بەلغەم ماددىسى ۋە ھۆللۈكلەرنىڭ قاپاققا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ

Altunoq

چىقىدۇ. ھۆل مىزاج كىشىلەردە ۋە ھۆللۈكى تولاراق جايلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

كۆپىنچە ئۈستۈنكى قاپاقنىڭ ئىچكى تەرىپىگە، بەزىدە قاپاقنىڭ سىرتىغا قىزىتما بىلەن تەڭلا يۇملاق يۇرچاقسىمان دانىچە پەيدا بولىدۇ. رەڭگى ئاققا مايىل بولۇپ، مۆلدۈرگە ئوخشاپ كېتىدۇ، ئۆزى قاتتىق بولىدۇ. كېسەللىك ماددىسى كۆيدۈرگۈچى ۋە ئېچىشتۇرغۇچى ئامىللاردىن خالىي بولمىغانلىقتىن بەزىدە ئاغرىش ۋە قىچىشىش بولىدۇ، قىچىشىش كېسەل كىشىگە خۇشياقىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قان ئېلىش بىلەن بىرگە ئىچىنى سۈرگۈچى دورىلار ھەببى ئىيارەج، ھەببى سەبرى، ھەببى قوقىيالار بىلەن بەدەننى تازىلاش كېرەك. ئەگەر بۇزۇق خىلىت كۈچلۈك بولسا خىلىتلارنى پۈشۈرغۇچى، ئىچىنى يۇمشاتقۇچى مۇنزىجلارنى بېرىپ ئۇنىڭدىن كېيىن ئاغرىق قايتۇرغۇچى دورىلارنى قوللىنىش لازىم. ماددىنى پۈشۈرۈش ئۈچۈن خېمىرنى ئارقا-ئارقىدىن تېڭىش، ئۇنىڭدىن كېيىن پۈشۈرغۇچى ۋە تارقاتقۇچى دورىلاردىن تۇشەق، پىننە قاتارلىقلارنى سىركە ياكى زەيتۇن يېغى بىلەن قاپاققا چېپىش ياكى ھەرە ئۇۋىسىنى سۇغا چىلاپ سۈيى بىلەن قاپاقنى يۇيۇش كېرەك. قىزىق مۇم ياكى ئارپا ئۇننى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاپاققا چاپسىمۇ بولىدۇ. زەرۇرى ئەسفەر سەغىرى، شىيافى ئەھمەرلەيىن قاتارلىقلارنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسىمۇ بولىدۇ.

ئەگەر، يۇقىرىقى ئۇسۇللار بىلەن كېسەل تارقىمىسا، قان ئالغان ۋە بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن يەرلىك ئورۇننى كېسىپ مەزكۇر كېسەلنىڭ ماددىسىنى چىقىرىش ۋە ئازراق قان ئاققۇزۇش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن جاراھەتنى ساقايتىش ئۈچۈن زەرۇرى ئەسفەرنى سېپىش كېرەك. مەزكۇر كېسەلدە داۋاملىق پەرھىز تۇتۇش، ھەمدە كېسەل كىشىنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى بەرداشلىق بېرەلىسە داۋاملىق ئىچىنى سۈردۈرۈش (ئىستىفراغ قىلىش) لازىم. ياش ئاققۇزغۇچى ياكى چاپاق پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەرنى كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتماي، بەلكى ماددىنى پۈشۈرغۇچى ۋە سۇيۇقلاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم، مەسىلەن: سوقۇلغان غۇنچە ئۈزۈم 10 دانە، سوقۇلغان ئارپا 3 گرام، سوقۇلغان بېھى ئۇرۇقى 10 دانە، مۇدەببەر قىلىنغان ئاق ئەنزەرۇت 1 گرام قاتارلىقلارغا ئوغۇل تۇغقان ئايال سۈتى

قوشۇپ سۇيۇق ئوماچ ھالەتكە كەلگەنگە قەدەر مۇلايىم قاينىتىپ، كۈندە 4 — 3 قېتىمدىن كۆزگە تامغۇزۇش لازىم. بۇ ئېمىتلىما كۆزدىكى قاتتىقلىقنى تارقىتىدۇ.

ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ دانىچىلار تارقىمىسا، ئازراق شۇمشا ۋە بۇغدايىنى سوقۇپ ئوبدان پۇشۇرۇپ، تۆگا سوقۇلغان ئاق لەيلى ئارىلاشتۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا بىنەپشە يېغى، گۈلخەير يېغى تامغۇزۇپ، ئازراق تۇخۇم ئېقى بىلەن مەلھەم ھالىتىگە كەلتۈرۈپ قاپاققا چېپىش كېرەك. بۇ زىمادنى ئۈزمەي چېپىپ بەرسە قاپاققا چىققان بۇ دانىچىلارنىڭ ماددىسىنى پۇشۇرۇش رولىنى ئوينايدۇ. دانىچە ئېشىلگەندىن كېيىن ئېمىتلىملارنى ئىشلىتىش بىلەن بىرگە سوقۇلغان ئىسبەغۇل تۇرۇقىنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا كېسەلنىڭ ماددىسىنى شوراپ چىقىرىدۇ. مەزكۇر كېسەللىكنىڭ قالدۇقى قالسا ياكى يەرلىك ئورۇندا كىر ھاسىل بولسا شىيافى ئەبيەز، شىيافى كۇندۇر قاتارلىقلارنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسا بولىدۇ.

ئەگەر دانىچىلار بەك قاتتىق بولۇپ ئۈنۈم كۆرۈلمىسە، مۇچىن بىلەن قىسىپ تۇرۇپ كېسىپ ئېلىۋەتكەندىن كېيىن قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

قاپاق ئىچى قاتتىق قاپارتچۇقى

قاپاق ئىچى قاتتىق قاپارتچۇقى (كەدۇ دۇممۇل) كۆپىنچە ئاستىنقى قاپاق ئىچىگە پەيدا بولغان قاتتىق قاپارتچۇققا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆپىنچە ھاللاردا تەستە ھەزىم بولىدىغان غەلىز تاماقلار، مەسىلەن: كاللا-پاقالچاق، پورچاق، كالا گۆشى قاتارلىقلارنى كەچلىك تاماقتا كۆپلەپ ئىستېمال قىلغانلىقتىن قان قويۇلۇپ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

كۆپىنچە ھاللاردا ئاستىنقى قاپاقنىڭ ئىچكى قىسمىغا قاتتىق قاپارتچۇق چىقىدۇ.

يارا-چاقىلارنىڭ ئاغرىقىدەك ئاغرىشىمۇ پەيدا بولىدۇ. ۋاقتىدا داۋالىمىسا يىرىڭلاپ ئېغىز ئالىدۇ.

داۋاسى

دەسلەپتە ئىسسىق سۇ بىلەن كۆزنى يۇيۇش ۋە كۆزگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈش لازىم. گۈل يېغىغا ئاق مۇمنى ئېزىپ چېپىش، شىيافى ئەھمەرنى كۆزگە تارتىش كېرەك.

ئەگەر، كېسەللىك ماددىسىغا سەپرا ئارىلىشىپ قالغان بولسا ئىسبەغول شىرىسىنى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش ياكى شىيافى ئەبيەزنى چېپىش كېرەك. ئابدۇمىلىك ۋە بابۇنىنىڭ قاينىتىلمىسىغا ئازراق بىنەپشە يېغى، بۇغداي يېغى ئارىلاشتۇرۇپ يۇيۇش لازىم. ئەگەر قاپارتچۇق ئېغىز ئالغان بولسا، يىرىڭلىق جاراھەتنى داۋالاش ئۇسۇلى بويىچە داۋالىسا بولىدۇ. ئەگەر قاپارتچۇق كونىراپ قېتىشىۋالغان بولسا، مەلھەمى داخىليۇننى چېپىشقا بولىدۇ. ئەگەر ھەر قانداق دورا بىلەن ساقايمىسا دەستكارلىق ئۇسۇل ئارقىلىق ئېلىۋېتىش كېرەك.

ئەگەر، ئۇنىڭ تەسىرى كۆزنىگە تاراپ كېتىش ئېھتىمالى بولسا، سىبرىق مەلھەم سۈركىسە بولىدۇ. ئېغىز ئېلىشىنىڭ ئالدىدا ئىمكان قەدەر قاپارتچۇقنى تېزرەك يۇمشىتىش ئۈچۈن مۇمنى گۈل يېغى بىلەن ئېزىپ چېپىش ياكى كەندىر ياپرىقى ۋە سېمىز ئوت ياپرىقىنى ئېزىپ گۈل يېغىدا پۇشۇرۇپ چېپىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن كۆك يۇمغاقسۇت سۈيىدە سەندەل، گىلى مەختۇم، ئۇشەقنى سۈرۈپ چېپىش لازىم.

ئەگەر، قاپارتچۇق ئېغىز ئېلىپ يىرىڭلىسا، يىرىڭنى تازىلىغاندىن كېيىن ئۇخۇم سىبرىقى ۋە بىنەپشە سۈيىنى ئېمىتىش لازىم. ئەگەر، قاپارتچۇق قاپاقنىڭ سىرتىدا بولۇپ يىرىڭلىغان بولسا، تازىلىغاندىن كېيىن مەلھەمى ئەسۋەرد (قارا مەلھەم) چېپىش لازىم.

قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىش

قاپاق ئىچكى تەرىپىنىڭ قىزىرىپ، قېلىنلىشىپ قېلىشى (سەلابەتۇلجەفەنى) كېسەللىكىدە كۆپىنچە قاپاقنىڭ ئىچكى تەرىپى قىزىرىپ، ئىششىپ چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ.

سەۋەبى

قاپاق ئەستەر پەردىسىنىڭ ئىسسىقتىن ئىششىشى ۋە ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كېتىشى تۈپەيلىدىن مەزكۇر كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

بەزى كىشىلەردە جىسمانىي ھەرىكەتنى كۆپ قىلغانلىق ياكى ئىسسىق ئۆيدە كۆپ تەرلەپ سوغۇق ھاۋا ۋە شامالغا چىققانلىقى تۈپەيلىدىن قاپاقتىكى چىقىشقا تېگىشلىك بولغان تەر ماددىلىرى توختاپ قېلىپ مەزكۇر كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

كۆزنىڭ ئىچى قۇم تىقىلغاندەك بولۇپ قىچىشىدۇ. قاپاق ئىچى قىزىرىپ قالىدۇ ھەمدە يۇقىرىغا ۋە نۇرلۇق نەرسىلەرگە تۈزۈك قارىيالمايدۇ. كۆزدىن ياش ئاقىدۇ، ئاغرىيدۇ. قاپاقنى قايرىپ تەكشۈرگەندە قېلىنلىشىپ ۋە قىزىرىپ قالغانلىقنى ئېنىق كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

ئىچكى تەرەپتىن مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى ھەلىلە، ئىترىفىلى كەشنىز، ھەببى شەبيار قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

سىرتقى تەرەپتىن كۆھلى رۇشنائى، توتىيا سەفىد قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ئۈنۈمى تولۇق كۆرۈلمىسە، مەخسۇس قىرىش ئۇسۇلى بويىچە داۋالاش كېرەك.

ئەتۇر كىرپىك

ئەتۇر كىرپىك (شەئرمۇنقەلىب) كىرپىكنىڭ كۆز ئالمىسى تەرەپكە قاراپ ئەتۇر ئۆسكەنلىكىدىن ئىبارەت بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، يېزىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

كىرپىك تۈك خالتىلىرى ئارىسىدا بەزى بۇزۇق ماددىلارنىڭ تۇرۇپ قېلىشى ياكى ئىلگىرى قاپاقتا يىرىڭلىق جاراھەت، ئۇششاق مۇدۇرلەرنىڭ چىقىشى، قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىدىن قاپاق گىرۋەكلىرى بۇزۇلۇشى ۋە شامالغا چىقسا كۆز ياشاڭغۇراشتەك كۆز كېسەللىكلىرى تۈپەيلىدىن داۋاملىق كۆزنى ئۇۋۇلاش ئارقىلىق كىرپىك تۈك خالتىلىرى بۇزۇلۇپ، كىرپىك تۆكۈلۈپ قايتا چىققاندا يۆنىلىشى ئۆزگىرىپ مەزكۇر كېسەللىكنى پەيدا قىلىدۇ. كۆز قوتۇرى (تراخوما) مەزكۇر كېسەللىكنىڭ مۇھىم سەۋەبلىرىدىن بىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

ئالامىتى

تەكشۈرگەندە قىسمەن كىرپىكلەرنىڭ ئىچكى تەرەپكە قاراپ تەتۈر ئۆسكەنلىكىنى بايقىغىلى بولىدۇ. كىرپىك داۋاملىق كۆزگە قادىلىپ، ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ، ياش ئاقىدۇ. كۆزگە يات نەرسىلەر كىرىپ قالغاندەك بىلىنىدۇ. تەتۈر ئۆسكەن كىرپىكلەر ھەتتا بەزىدە كۆزنى قىزارتىپ، مۈڭگۈز پەردىنى يېغىپ قويىدۇ ياكى يارا قىلىپ قويىدۇ.

داۋاسى

بىرەر بۇزۇق ماددىدىن بولغان بولسا، ئالدى بىلەن شۇ ماددىنى تازىلاش بىلەن بىرگە چاپلاشتۇرغۇچى دورىلار ئارقىلىق تەتۈر كىرپىكنى تۈز كىرپىكلەرگە مەلۇم مەزگىل چاپلاش كېرەك. بۇ مەزگىلدە ئىترىيفىللاردىن ئىچىش لازىم. ئەگەر، بۇ ئۇسۇلدا تۈزەلمىسە شىيافى ئەسفەرنى تەتۈر ئۆسكەن كىرپىككە سۈركەش ياكى مۇۋاپىق داغلاش ئۇسۇللىرى بىلەن يەڭگىل دەرىجىدە داغلاش كېرەك.

يۇقىرىقى ئۇسۇللار ئارقىلىق تۈزەلمىسە ئەڭ ياخشىسى دەستكارلىق ئۇسۇللىرى بىلەن تۈزەش كېرەك. مەسىلەن: تەتۈر كىرپىك ئاز ساندا بولسا، قىسقۇچ بىلەن قىسىپ كىرپىكنى يىلتىزىدىن ئېلىۋېتىش كېرەك ۋە باشقىلار.

ئالدىنى ئېلىش

كۆز قوتۇرى ۋە ھەر خىل كۆز جىيەكلىرى كېسەللىكلىرىنى ئاكتىپلىق بىلەن داۋالىتىش، كۆزنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلىش لازىم.

كىرپىك چۈشۈش

كىرپىك چۈشۈش (ئىنتىشارۇلئەھدابى) كىرپىكنىڭ مەلۇم ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئوخشىمىغان دەرىجىدە تۆكۈلۈشىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

كىرپىك چۈشۈش كۆپىنچە تۈك ئۆستۈرگۈچى ئوزۇقلۇق ماددىلارنىڭ تولۇق يېتىشمەسلىكى، ھۆللۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشى، بەلغەم، سەۋدا خىلتلىرى ياكى قۇرۇقلۇقنىڭ غالىب بولۇشى، قاپاق گىرۋەكلىرىنىڭ زەرەرلىنىشى ۋە تەب كېسەللىكلىرىدىن كېيىنكى بەدەن تۈكلىرى تۆكۈلۈش (داۋائىل سەئلەب) كېسەللىكى بىلەن كېسەللىنىشتىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزى كىشىلەردە ماخاۋ كېسىلى (جوزام) تۈپەيلىدىن قاش، كىرپىكلەر چۈشىدۇ.

ئالامىتى

ھۆللۈكتىن بولغان بولسا، ھېچقانداق بىر بەلگە كۆرۈلمەيلا كىرپىك ئۆزلۈكىدىن چۈشۈپ كېتىدۇ. قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا، قاپاق چۆرىسى قىچىشىش، قىزىرىش، كېپەكلىشىشتەك قۇرۇقلۇق ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

ئىچكى داۋاسى: ئەگەر، ھۆللۈكتىن بولغان بولسا، زىيادە بەلغەم ماددىسى تازىلىنىپ

مۇۋاپىق سۈرگە بېرىلىدۇ.

تاشقى داۋاسى: ئىچكى جەھەتتە زىيادە بەلغەم ماددىسىنى تازىلاش بىلەن بىرگە سىرتقى جەھەتتىن كۆھلى روشنائىنى كىرپىككە تارتىش كېرەك. قۇرۇقلۇق ئېشىپ كەتكەنلىكتىن بولغانلارنى ھۆللەندۈرۈش ئۈچۈن زەيتۇن يېغى، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى قاتارلىقلار بىلەن ياغلاش ھەمدە ئىسپىھان سۈرمىسى سۈرتۈش كېرەك. ئەگەر كىرپىك تۈۋى قىچىشسا، ھەجرى ئەرمىنى سۈرۈپ چىپىش لازىم. كىرپىك تۆكۈلۈش دائىم سەئلەبتىن بولغان بولسا، كىرپىككە سۈرمە رۇشنائىنى سۈرۈش كېرەك ياكى تۆۋەندىكى چارىنى قىلسىمۇ بولىدۇ:

خورما ئۇرۇقىنى كۆيدۈرۈپ سۇنبۇل، لاجۇۋەرد، كۈندۈر تۈتۈنىنى* ئېھتىياجغا لايىق ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ كىرپىك ئۈستىگە سۈركەش لازىم.

كىرپىك ئاقىرىش

كىرپىك ئاقىرىش (بەيازۇلشەھدابى) كىرپىكلەرنىڭ قىسمەن ياكى پۈتۈنلەي ئاقىرىپ كېتىدىغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ ئەكس تەسىرى تۈپەيلىدىن شورلۇق بەلغەم قاپاق چۆرىسىدە تۇرۇپ قېلىپ، كىرپىك تەدرىجىي ھالدا ئاقىرىپ قالىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا قاپاق ۋە كۆز ئەتراپلىرىغا بەرەس كېسەللىكى پەيدا بولغاندىمۇ كىرپىك ئاقىرىپ قالىدۇ.

ئالامىتى

بەزىلەردە كىرپىك چالا ئاقىرىپ قالىدۇ. بۇ، كىرپىك ئاقىرىشنىڭ دەسلەپكى

---

* كۈندۈر تۈتۈنىنى ئېلىش ئۇسۇلى: كۈندۈرنى ئوتقا سېلىپ، چىقىۋاتقان ئىسقا بىر دانە چىنىنى داۋام قىلىپ تۇتقاندا چىنە ئىچى ئىسلىشىدۇ، سوۋۇغاندىن كېيىن ئىس قىرىپ ئېلىنىدۇ.

باسقۇچتا ئىكەنلىكىنى كۆرسىتىدۇ. كىرپىك كۆپىنچە تولۇق ئاق كۆرۈنىدۇ، قاپاق بىر ئاز قىچىشىدۇ، بەزىلەردە كۆز يەڭگىل ئېچىشىدۇ. خىلتلارنىڭ بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان كىرپىك ئاقىرىشتا دەسلەپتە بىر-ئىككى تال ئاقىرىپ كېيىن تەدرىجى كۆپىيىپ كېتىدۇ ۋە شۇ خىلتقا مۇناسىپ بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ. بەرەس كېسەللىكى سەۋەبىدىن كىرپىك ئاقارغانلاردا ئاق كېسەللىك تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

1. ئىچكى داۋاسى: ئالدى بىلەن كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى شور بەلغەم ماددىسى مەخسۇس مۇنزىج دورىلار بىلەن پىشۇرۇلغاندىن كېيىن مەخسۇس مۇسھىل دورىلار ئارقىلىق سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئەھۋالغا قاراپ ئىيارەجى فەيقەرا، ئىترىيفىلى كەبىر، سۇفۇفى ھەلىيلە سىياھ، سىياھدان مەئجۇنى بېرىلىدۇ.

2. تاشقى داۋاسى: 1) شاقايىق گۈلىنى زەيتۇن يېغى ياكى خوراز يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاپاققا تېڭىش كېرەك. 2) شۇمشە ۋە ئاق لەيلىنىڭ يوپۇرمىقىنى سوقۇپ چېپىش لازىم. 3) توغرىغۇنى كۆيدۈرۈپ چاۋا ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كىرپىككە سۈركەش لازىم. 4) كۆھلى رۇشنائى تەييارلاپ سۈرمە قىلىپ تارتىش كېرەك.

بەرەستىن پەيدا بولغان كىرپىك ئاقىرىشتا، بەرەسنى داۋالايدىغان دورىلارغا مۇۋاپىق دورىلارنى قوشۇپ ئىشلىتىش كېرەك. كىرپىك قارىيىشقا باشلىسا بەرەس كېسەللىكىنىڭ ساقىيىشقا قاراپ يۈزلىنىۋاتقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كىرپىك قارايمىسا بەرەسنىڭ ساقىيىشىدىن گەپ ئېچىش تەس، بەرەس يەنە قايتا قوزغىلىشى مۇمكىن. شۇڭا، كىرپىك ئاقارغان بەرەس كېسەللىكىدە بەرەسنى داۋالاش بىلەن بىرگە كىرپىكنى قارايتىشقا تىرىشىش كېرەك.

كىرپىك چاپلىشىش

كىرپىك چاپلىشىش (ئىلتىساقۇلھەدابى) — كۆپ ھاللاردا ئۇخلاپ قوپقاندىن كېيىن كىرپىكلەرنىڭ چاپلىشىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان. كۆپىنچە ئىككىلا كۆزدىكى كىرپىكلەردە كۆرۈلىدۇ.

سەۋەبى

كۆپىنچە، چاپلاشقۇچى ھۆللۈكتىن ۋە چاپلاشقۇچى ماددىلار قاپاققا تەسىر قىلغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ. كۆز قىزىرىپ ئاغرىش (رەمەد) كە ئوخشاش ھەر خىل كۆز ۋەرەملىرىدە قوشۇمچە ئالامەت بولۇپ كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

كۆپىنچە ئۇخلاپ قوپقاندىن كېيىن كىرپىكلەر چاپلىشىپ قالغانلىقى بىلىنىدۇ. ئېغىرلاشقاندا ئادەتتىكى ئەھۋاللاردىمۇ كىرپىك چاپلاشقانلىقى مەلۇم بولىدۇ.

داۋاسى

پاكىز داكا ياكى لۆڭگىنى سوۋۇتۇلغان قايناقسۇغا چىلاپ كىرپىكلەرنى سۈرتۈش بىلەن بىرگە سۈت بىلەن مۇدەببەر قىلىنغان ئەنزەرۇتتىن 4 گرام، ئاق ناۋاتتىن 4 گرام، كۆپۈكى دەريادىن بىر گرام ئېلىپ تالقانلاپ يەرلىك ئورۇنغا ئاستا سۈركەش ھەمدە ئەسلى كېسەللىكنى ئاكتىپ داۋالاش كېرەك.

◆

كۆز بۇرجىكى كېسەللىكلىرى

كۆز بۇرجەكلىرى كۆزنىڭ ئىچكى ۋە تاشقى بۇرجەكلىرىدىن تەركىب تاپىدۇ. ئۇنىڭدا ئۇچرايدىغان كېسەللىكلەرنىڭ كۆپىنچىسى كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىدە كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن، كۆز ياشاڭغۇراش، كۆز ئىچكى بۇرجىكىدىن بەزىسمان ئۆسمە ئۈنۈش ۋە كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىدە يىرىڭلىق جاراھەت پەيدا بولۇش قاتارلىقلار. مەزكۇر كېسەللىكلەر قاپاقلارنىڭ نورمال ھەرىكىتى ۋە كۆزنىڭ كۆرۈش خىزمىتىگە بەلگىلىك دەرىجىدە تەسىر يەتكۈزىدۇ. مەسىلەن، كۆز داۋاملىق ياشاڭغۇرىسا كۆزنىڭ نەرسىلەرنى روشەن كۆرۈشىگە خېلى دەرىجىدە توسالغۇلۇق قىلىدۇ. كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىدىكى ئۆسمە گۆش ۋە يىرىڭلىق جاراھەتلەر قاپاقلارنىڭ نورمال خىزمىتىگە دەخلى قىلىپلا قالماي، بەلكى كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىگىمۇ ئوخشىمىغان دەرىجىدە تەسىر يەتكۈزىدۇ. شۇڭا ئۇلارنى ۋاقتىدا داۋالاپ ساقايتىش كېرەك.

كۆز بۇرجىكى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىچكى ۋە تاشقى جەھەتتە ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى ئوبدان تاللاش، ئىچكى ۋە تاشقى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى مۇۋاپىق ھالدا ماسلاشتۇرۇپ قوللىنىش، دورا بىلەن داۋالاپ ساقايتقىلى بولسىلا دورا بىلەن داۋالاش ھەمدە دەستكارلىق (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش زۆرۈر بولسا بالدۇرراق دەستكارلىققا يوللاش كەينىگە سۈرمەسلىك كېرەك. قاپاق كېسەللىكلىرىدىكى دەستكارلىققا ئوخشاشلا دەستكارلىق ئۇسۇلىنى قوللىنىشتىن بۇرۇن بەدەننى تەنقىيە قىلىش، ئوپېراتسىيىدىن كېيىن كېسەللىك ئەھۋالىنى يەڭگىللەتكۈچى چارە - تەدبىرلەرنى قىلىش يەنى يېمەك - ئىچمەك، ھەرىكەت ۋە دەم ئېلىشنى مۇۋاپىق ئورۇنلاشتۇرۇش بولۇپمۇ قاتتىق ھەرىكەت قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

كۆز ياشاڭغۇراش

كۆز ياشاڭغۇراش (سەيلانئۇلدەمئەئى، جەريانى ئەشك) كۆپ ئۇچرايدىغان ياش يولى

كېسەللىكلىرىنىڭ بىرى بولۇپ، ئادەتتە تۇ، شامالغا يولۇقسا كۆز ياشاڭغۇراش ۋە ئادەتتىكى شارائىتتىمۇ كۆز ياشاڭغۇراشتىن ئىبارەت ئىككى خىل ئەھۋالغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك ئادەتتە تۇغما ۋە كېيىن پەيدا بولغان (ئىككىلەمچى) دەپ ئىككى خىل بولىدۇ. تۇغما كۆز ياشاڭغۇراش ياش خالتىسى، ياش يوللىرىنىڭ تۇغما يېتەرسىزلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

كېيىن پەيدا بولغان (ئىككىلەمچى) كۆز ياشاڭغۇراش تۇتۇش قۇۋۋىتى (قۇۋۋەئى ماسكە) ياكى ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىشىشى، مىزاجنىڭ ھۆل سوغۇقلىشىشى، كۆزگە باشقا كېسەللىكلەرنىڭ يامان تەسىر قىلىشى (يەنى قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر تۈپەيلىدىن كۆز ئىچىگە قىزىل چىقىش، چېچەك چىقىش، ھەر خىل جاراھەتلەر چىقىش)، زۇكام تۈپەيلىدىن قان، سەپرا، بەلغەملەرنىڭ ئۆزگىرىپ يامان تەسىر قىلىشى ۋە ياش خالتىسىنىڭ بۇرۇن تەرەپتىكى يولى توسۇلۇپ قېلىشىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

تۇغما كۆز ياشاڭغۇراشتا بىر ياكى ئىككى كۆز داۋاملىق (يەنى تۆت پەسىلنىڭ ھەممىسىدە) ياشاڭغۇرايدۇ.

كېيىن پەيدا بولغان ئىككىلەمچى كۆز ياشاڭغۇراشتا، يۇقىرىقى سەۋەبلەرنىڭ بىرەرسى تەسىر قىلغانلىقتىن بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ ۋە شامالغا چىققاندا ياشاڭغۇراش كۈچىيىدۇ. بەدىنى ئاجىزلاشقان كىشىلەر ۋە ياشانغانلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. بىرەر خىلتنىڭ ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا شۇ خىلتقا خاس بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ. قان خىلتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا كۆزى قىزىرىپ قىچىشىدۇ، چىڭقىلىدۇ، تومۇرى كۈچلۈك سالىدۇ. سەپرا خىلتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا ياش سۇيۇق ھەم قىزىق كېلىدۇ كۆز چاناقلىرى ئېچىشىدۇ. بەلغەم خىلتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا باش تەرەپكە ئازراق شامال تەگسىلا ياش ئېقىش كۈچىيىدۇ ياش سۈزۈك، سوغۇق ھەم كۆپ كېلىدۇ.

داۋاسى

سەۋەبلەرنى تۈزگىتىش ئارقىلىق كۆزنىڭ ياش ئۆتۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇپ، ياش ئېقىشنى تىزگىنلەش كېرەك. تۇغما كۆز ياشاڭغۇراش بىلەن ياش خالتا ۋە يوللىرىنىڭ يېتەرسىزلىكىدىن بولغان كۆز ياشاڭغۇراش كۆپىنچە ھاللاردا ساقايمايدۇ، شىيافى زەئفرانىنى كۆز چانىقىغا كۈندە 2 قېتىم تەككۈزسە بولىدۇ.

1. ئىچكى داۋاسى: قايسى خىلتتىن بولغان بولسا، تازىلىغۇچى ۋە تەڭشىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن ئىترىيفىلى كەبىر، ھەببى شىفا، ھەببى ئىيارەج قاتارلىق تەييار دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

2. سىرتقى داۋاسى: 1) سەۋەبنى يوقاتقاندىن كېيىن ياسالمىلاردىن شىيافى قابىز، كۆھلى رۇشنائى، كۆھلى دەمئە قاتارلىقلارنى؛ يەككە دورىلاردىن سۈرمە، توتىيا، ھوزۇز، مامىرانچىنى قاتارلىقلارنى سىرتتىن قائىدە بويىچە ئىشلىتىش لازىم. 2) شىيافى مامىيشا، زەئفەر 4 ئارپا مىقدارىدا، سەبرە 1.5 گرام، شەربىتى يەمانى، كۆك تاشلاردىن 3 گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق يانجىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كونا ھاراقتا چىلىغاندىن كېيىن سايىدا قۇرۇتۇپ، كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىش لازىم. 3) سۈرمە رۇشنائى كۆزگە كۈندە 2 قېتىم تارتىلىدۇ.

ياش خالتىسىنىڭ بۇرۇن تەرەپتىكى يولى توسۇلۇپ قالغان بولسا، مەخسۇس بۆلۈمدە دەستكارلىق ئۇسۇل ئارقىلىق داۋالاش لازىم.

كۆھلى دەمئە

توتىيائى مەغسۇل 27 گرام، بىخ مارجان، سىرىق ھەلىلە پوستى، سەبرە سۇقوترى ھەر بىرى 10.8 گرام، پىلپىل 2.7 گرام، قارامۇچ 1.4 گرام.

دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ شىشە قۇتىدا ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا مۇۋاپىق مىقداردىكى ئۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە ئەتىگەن ئاخشامدا ئىككى قېتىم چېپىلىدۇ.

كۆز ئىچكى بۇرجىكى بەز ئۆسمىسى

كۆز ئىچكى بۇرجىكى بەز ئۆسمىسى (غۇددەئى گوشەئى چەشم) كۆزنىڭ بۇرۇن

تەرەپتىكى بۇرجىكىدىن بەز خاراكتېرلىك گۆش ئۆسۈپ چىققانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بەزى نورمالسىز قويۇق ماددىلار مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن تەدرىجىي ھالدا كۆز ئىچكى بۇرجىكىگە يىغىلىپ، بولۇپمۇ غەيرىي سەۋدا خىلتى كۆزگە يامان تەسىر كۆرسىتىپ ئاخىرى كۆز بۇرجىكىدىن ئۆسمە پەيدا بولۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزىدە، ياش خالتىسى يېرىڭلاپ كۆز چانقىدىن يېرىڭ ئېقىش ئۇزۇنغا سوزۇلغاندىمۇ ئاخىرى ئۆسمە پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولىدۇ.

بەزى كىشىلەردە ھەر خىل كۆز كېسەللىكلىرى ئۇزۇنغا سوزۇلغانلىقتىن يەلگە ئايلىنىپ قىزىرىپ ئېچىشىش، قىچىشىش بىلەن كۆزنى تولا ئۇۋۇلىغاندىمۇ كۆز بۇرجىكىدىن گۆش ئۆسۈشكە سەۋەب بولىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپكى مەزگىللەردە كۆز بولۇپمۇ كۆز چانقى تولا قىچىشىدۇ. بەزىدە قىزىرىپ قالىدۇ. دىققەت بىلەن كۆزەتسە كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىدىن تەدرىجىي ھالدا گۆش ئۆسۈپ چىققانلىقىنى بايقىغىلى بولىدۇ. ئۆسمە كۆز قارىچۇقىغا قاراپ تەرەققىي قىلسا، كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىگە تەسىر قىلىدۇ. ئەگەر، قاپاق ئىچىگە قاراپ تەرەققىي قىلسا، قاپاقنى يۇقىرىغا كۆتۈرۈپ قاپاقنىڭ نورمال ئېچىلىپ يۇمۇلۇشىغا تەسىر يەتكۈزىدۇ. بەزىدە ياش يوللىرىنى قىسىپ توسۇپ قويسا ياش ئاقماس بولۇپ قېلىپ، بۇرۇندىن سۇيۇقلۇق ئاقىدىغان بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قايسى خىلتتىن بولسا شۇ خىلتنى پىشۇرغۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئاندىن كېيىن كېسەللىك يېڭى بولسا، ئىچكى تەرەپتىن مەتبۇخى ھەلىلە، ھەبىي ئىيارەج قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ھەمدە سىرتقى تەرەپتىن شىيافى زانكار قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

كېسەللىك كونارغان ھەم ئېغىرلاشقان بولسا، مەخسۇس دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن

داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

شىيافى زانكار

ئەرەب يېلىمى 10.8 گرام، زانكار 2.7 گرام، كافۇر 1.4 گرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تۇخۇم بىلەن جىگدە ئۇرۇقى چوڭلۇقىدا شىياف ياساپ ئەتىگەن، ئاخشامدا ئۆسكەن گۆشكە تەككۈزۈلىدۇ.

كۆز ئىچكى بۇرجىكى يىرىڭلىق ئاقمىسى

كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكى يىرىڭلىق ئاقمىسى (ناسۇرۇلئەينى) يەنى ياش خالتىسىنىڭ يىرىڭلىق ئاقمىسى كۆزنىڭ بۇرۇن تەرەپتىكى بۇرجىكىدە پەيدا بولىدىغان خالتىسىمان يىرىڭلىق ئاقمىغا قارىتىلغان بولۇپ، دائىم يىرىڭ قېپىغا ئىگە بولىدۇ.

سەۋەبى

بەزى نورمالسىز قويۇق ماددىلار مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن تەدرىجىي ھالدا كۆز بۇرجىكىگە يىغىلىش، ئىششىق ياكى باشقا سەۋەبلەردىن ياش خالتىسى بىلەن بۇرۇن ئارىلىقىدىكى ياش يولى تارىيىش نەتىجىسىدە ياش خالتىسىدا سۇيۇقلۇق يىغىلىپ ئوفۇنەتلىنىپ يىرىڭلايدۇ.

بەزى كىشىلەردە كۆزنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلماسلىقتىن كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكى جەراسىملىنىپ (يۇقۇملىنىپ) ئىششىق پەيدا بولۇش بىلەن نەتىجىدە يىرىڭ يىغىپ ئاقمىغا ئايلىنىدۇ. بەزىدە كۆز بۇلۇڭىغا بىر نەرسە تېگىش ياكى جاراھەت چىقىش سەۋەبىدىنمۇ يىرىڭلىق ئاقما كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە كۆز (كۆپىنچە بىر كۆز) دائىم ياشاڭغۇرايدۇ. كېيىنچە ئىششىپ بۇرۇن

تەرەپتىكى كۆز بۇرجىكىگە مارجان چوڭلۇقىدا ئىچىگە يىرىڭ تولغان پۇلتايما ھاسىل بولىدۇ. قول بىلەن باسسا ئاقۇش ياكى سېرىق سۇيۇقلۇق ئېتىلىپ چىقىپ ئىچى بوشاپ قالىدۇ، مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن يەنە يىرىڭ يىغىلىدۇ.

ئەگەر، ئوفۇنە تىلىنىش كۈچلۈك بولسا بۇرۇن تەرەپ كۆز بۇرجىكىنىڭ تېرىسى قىزىرىپ، ئىششىپ ئاغرىيدۇ. ئىششىق قاپاق ۋە چاناقلىرىغىچە كېڭىيىپ تەسىر قىلىدۇ، پۈتۈن بەدەن ئارامسىزلىنىدۇ، نەچچە كۈندىن كېيىن ياش خالتىسى قىسمىدىكى تېرىدە سېرىق يىرىڭ يىغىلىپ پۇلتىيىدۇ. باسسا مىقىلداپ سىرتقا ئېغىز ئالىدۇ. بەزىلىرى ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن ئېغىزى پۈتۈپ يەنە ئېغىز ئېچىلىپ، سوزۇلما خاراكتېرلىك ياش خالتىسى ئاقمىسىغا ئايلىنىدۇ. ئادەتتە ئۇ، كىشىنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشىگە نۇقسان يەتكۈزگەندىن تاشقىرى، تەرەققىي قىلسا كۆزنى قارىغۇ قىلىپ قويۇشى مۇمكىن.

داۋاسى

1. ئىچكى داۋاسى: ئالدى بىلەن قايسى ماددا سەۋەب بولغانلىقىنى ئېنىقلاپ ماددىنى تازىلاش ۋە مىزاجىنى تەڭشەش كېرەك. يېڭىلىرى ۋە يەڭگىلرەك ئوفۇنە تەلەنگەنلىرى كۆپىنچە ھۆللۈكتىن پەيدا بولغاچقا بەزى ئىسسىق دورىلار ئارقىلىق يەرلىك ئورۇننى قۇرۇتقۇچى ۋە گۆش ئۈندۈرۈپ پۈتتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. مەسىلەن، ھەببى ئىيارەج، ھەببى كىبرىت، مەئجۇنى چۈبچىنى قاتارلىقلارنى بېرىش كېرەك. كۈچلۈك ئوفۇنە تەلەنگەنلىرىگە ھەببى بىنەپشە بېرىلسە پايدىلىق.

2. تاشقى داۋاسى: دەسلەپكى دەۋردە، دەستكارلىق ئۇسۇلى ئارقىلىق ياش خالتىسى بىلەن بۇرۇن ئارىلىقىدىكى يولغا كۆمۈش يىڭنە كىرگۈزۈپ، مەزكۇر يولنى كۈشادىلەندۈرۈشكە بولىدۇ. قىزىرىپ ئىششىغاندا ئاق لەيلى گۈلى، ھۆل يۇمغاقسۇتلەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ مەلھەم ياساپ تاڭسا ئىششىقنى ياندۇرىدۇ. قوغۇشۇننى سۇدا سۈرۈپ چاپسىمۇ بولىدۇ. مامىرانچىنى، سۈرمىلەرنى يۇمشاق يانجىپ كۆز چانقىغا تارتسىمۇ بولىدۇ. شىيافى غۇرەبمۇ ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

كونىراپ قالغان بولۇپ شارائىت يار بەرسە، دەستكارلىق ئۇسۇلدا داۋالاشقا يوللاپ بېرىش كېرەك.

ئاسان ھەزىم بولىدىغان، ئوزۇقلۇقى يۇقىرى تاماقلار بىلەن ئوزۇقلىنىش كېرەك.

AltunOq

شىيافى غۇرەب (شىيافى ناسۇر)

سەبرە سۇقۇتىرى، كۇندۇر، ئەنزەرۇت، ئانارگۇلى، سۇرمە، ئاق زەمچە، خۇنسىياۋشان هەر بىرى 2.7 گرام، زانكار 10.8 گرام.

دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئەرىقى باديان بىلەن شىياف ياسىلىدۇ.

لازىم بولغاندا قايناقسۇ ياكى تۇخۇم ئېقى بىلەن شىيافنى ئاقما بار جايغا كىرگۈزىدۇ.

كۆزگە قاناتچە گۆش ئۆسۈش

كۆزگە قاناتچە گۆش ئۆسۈش (زۇفرە، گىل چەشمى) كۆز ئىچكى بۇرجىكىدىن تىرناق شەكلىدە گۆش ئۆسۈپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

بۇ خىلدىكى قاناتچە گۆش كۆپىنچە كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىدىن باشلىنىپ كۆز ئېقىدىن ئۆتۈپ تەدرىجىي هالدا كۆز قارىسىغا قەدەر يېتىپ بېرىپ كۆز قارىسىدا ئۈچ بۇرجەكلىك شەكىل پەيدا قىلىدۇ. كۆز قارىچۇقىغا يېتىپ بارسا كۆرۈشكە دەخلى يەتكۈزىدۇ.

سەۋەبى

بۇ، كۆز ئېقى ۋە مۇڭگۈز پەردىسىدىكى قان تومۇرلارغا مېڭىدىن نورمالسىز خىلتلار بولۇپمۇ بەلغەم ياكى سەۋدا ماددىسى چۈشۈپ پولتىيىپ، توتۇنگە ئوخشاش پەردە هاسىل قىلغانلىقىدىن پەيدا بولىدۇ.

بەزى كىشىلەردە هەر خىل كۆز كېسەللىرى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كۆز داۋاملىق قىچىشقانلىقتىن كۆزنى دائىم ئۇۋۇلاپ كېلىپ چىقىدۇ. كۆپىنچە ئوتتۇرا ياشلىقلاردا چاڭ-توزاڭ ۋە شاماللىق جايلاردا ئۇزۇن مۇددەت ئىشلەيدىغان ئەمگەكچىلەردە كۆز چاناقىغا چاڭ-توزان، قۇم-توپا قاتارلىقلار كىرىپ جەراسىملىنىپ، كۆپ قىچىشىش، كۆپ ئۇۋۇلاش تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە ئۇزۇنغىچە كۆز بۇرجەكلىرىدە بولۇپمۇ ئىچكى بۇرجەكتە قىچىشىش پەيدا بولىدۇ. تەدرىجىي ھالدا كۆز بۇرجىكىدىن كۆز قارىچۇقىغا قاراپ قىزىل ساپال رەڭلىك قاناتسىمان گۆش ئۈنۈپ تەدرىجىي ھالدا كۆز ئىچىنى قاپلاشقا باشلايدۇ ھەتتا كۆز قارىچۇقىنى يېپىپ قويىدۇ، ئۇنىڭ بەزىلىرى قاتتىق، بەزىلىرى يۇمشاق بولىدۇ.

داۋاسى

1. ئالدى بىلەن قايسى خىلتتىن بولغان بولسا شۇ خىلتنى پىشۇرۇش، تازىلاش ۋە تەڭشەش كېرەك. يېڭىراق بولسا ئاق زەمچىنى بىر ئاز سۇرۇپ، چىلان ئۇرۇقىدەك چوڭلۇقتا قەلەمچە ياساپ ئەتىگەن ئاخشامدا قايناقسۇغا تەككۈزۈپ ئېلىپلا كېسەل ئورۇنغا بىردەم يېقىپ تۇرۇش كېرەك. بىرقانچە قېتىم تەكرارلىسا تەرەققىي قىلىشى توختاپ ئاستا ـ ئاستا ياخشىلىنىدۇ.

2. يۈزدە ئىككى نىسبەتتە ئېرىتكەن كۈمۈش كۆشتىسى بىلەن قاناتچە گۆشنى كۆيدۈرۈشنىڭ خېلى ئۈنۈمى بار. لېكىن بۇنىڭدا كۆز پەردىلىرى زەخىملەندۈرۈپ قويۇشتىن قاتتىق ساقلىنىش كېرەك.

3. تۆۋەندىكى دورىنىڭ ئۈنۈمىمۇ ياخشى: نۇشادىر 1.5 گرام، توغرىغۇ، كۆپۈكى دەريا، ئۇشەق ھەر بىرى 3 گرام، زانكار 6 گرام.

ئۇشەقنى يېڭى سوزاپنىڭ سىقىلغان سۈيىدە ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ئازراق پاكىز سۇدا ئېرىتىپ ھەممىسىنى قوشۇپ كۆزگە كۈندە 2 ـ 3 قېتىم تېمىتىش كېرەك.

4. يېشىل زاك، نۇشادىردىن سۈرتىدىغان دورا تەييارلاپ سۈرتسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

ئەگەر قاناتچە گۆشنىڭ تەرەققىي قىلىشى تېز بولۇپ كۆز قارىچۇقىنى يېپىپ، كۆرۈشكە دەخلى قىلىش ئېھتىمالى بولسا، شارائىتى بارلار دەستكارلىق يولى بىلەن قىرىپ تاشلىسا بولىدۇ. لېكىن بۇنىڭ يەنە قايتىلىنىش ئېھتىمالى بولغاچقا تەرەققىي قىلمىغان، كۆرۈش قۇۋۋىتىگە تەسىر يەتكۈزمىگەنلىرى بولسا قىرمىسىمۇ بولىدۇ. ئەمما، تەرەققىي قىلىشىنى توسايدىغان چارىلەرنى قىلىپ تۇرۇش، قايتا قوزغىلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېرەك. كۆرۈشكە دەخلى يەتكۈزمەسلىك ئۈچۈن قاناتچە گۆشنى قارىچۇقتىن چەتلىتىش تەدبىرلىرىنى قوللىنىشقا بولىدۇ.

كۆز ئىچى كېسەللىكلىرى

كۆز ئىچى كۆز يۇمىلىقى ئەستەر پەردىسى ۋە قاتتىق پەردىنىڭ سىرتىغا كۆرۈنۈپ تۇرغان قىسمىغا قارىتىلغان بولۇپ، گەرچە ئۇلار بىۋاسىتە كۆرۈش خىزمىتىگە قاتناشمىسىمۇ لېكىن ئومۇمىي بەدەندىكى مىزاج ئۆزگىرىشلىرى دائىم دېگۈدەك ئۇنىڭدا ئاسانلا ئەكس ئېتىدۇ. ئۇنىڭدا يۈز بەرگەن كېسەللىكلەر، مەسىلەن: كۆز قىزىرىپ ئاغرىش، نېپىز گۆش پەيدا بولۇش، ئىششىش، قىچىشىش، رەڭدار چېكىت پەيدا بولۇش، مۇدۇر پەيدا بولۇش قاتارلىقلار كۆزنىڭ نورمال خىزمىتى ۋە كۆرۈشكە ھەر خىل دەرىجىدە نۇقسان يەتكۈزىدۇ. كۆز ئىچىدىكى نېپىز گۆش پەيدا بولۇشتەك كېسەللىكلەر تەرەققىي قىلسا ھەتتا كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىنى پۈتۈنلەي يوققا چىقىرىدۇ. شۇڭا كۆز ئىچىدا يۈز بەرگەن كېسەللىكلەرگە ئەستايىدىل مۇئامىلە قىلىش، ئۇلارنى ۋاقتىدا داۋالاپ ساقايتىش يەنىلا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

كۆز ئىچى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىچكى ۋە تاشقى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى مۇۋاپىق قوللىنىش، ئومۇمىي بەدەننى داۋالاش بىلەن يەرلىك ئورۇننى داۋالاشنى ماسلاشتۇرۇپ ئېلىپ بېرىش كېرەك. مىزاج خاراكتېرلىكلىرىنى داۋالاشتا ئومۇمىي بەدەننى داۋالاشقا كۆپرەك ئېتىبار بېرىش، دورىلار بىلەن داۋالاشنى ئاساس قىلىش؛ كۆزنىڭ يەرلىك ئورۇندىكى كېسەللىكلىرى، مەسىلەن: كۆز ئىچىغا نېپىز گۆش ئۆسۈش ۋە نېپىز پەردە پەيدا بولۇشقا ئوخشاشلارنى داۋالاشتا كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددىنى توختىتىش ۋە يوقىتىشقا تىرىشىش بىلەن بىرگە يەرلىك ئورۇننى داۋالاشقا كۆپرەك ئېتىبار بېرىش، شارائىت يار بەرسىلا دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن داۋالاشنى ئاساس قىلىش كېرەك. كۆز تازىلىقىغا ئەھمىيەت بېرىش، يېمەك-ئىچمەك، ھەرىكەت ۋە دەم ئېلىشنى مۇۋاپىق ئورۇنلاشتۇرۇش، ئوپېراتسىيىدىن بۇرۇن بەدەننى تەنقىيە قىلىش، ئوپېراتسىيىدىن كېيىن مەلۇم مەزگىل كۆزنى پەرۋىش قىلىشقا دىققەت قىلىش كېرەك.

كۆز ئەستەر پەردىسى قىچىشىش

كۆز ئەستەر پەردىسى قىچىشىش (ھىككەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىييە) كۆز ئەستەر پەردىسىگە يەنى كۆزنى ئوراپ تۇرغۇچى پەردىنىڭ قىزىرىپ، قىچىشقانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئادەتتە خېلى كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

ھەر خىل يەللىك نەرسىلەرنىڭ تەسىرى تۈپەيلىدىن بۇزۇق ماددىلار كۆز ئەستەر پەردىسىدە توختاپ قېلىپ قىزىرىش، قىچىشىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ياكى تۆت خىلتتىن بىرەرسىنىڭ غەيرىي تەبىئىيلىككە ئۆزگىرىپ كۆز ئەستەر پەردىسىگە يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

كۆز ئەستەر پەردىسى يەنى كۆزنى ئوراپ تۇرغۇچى گۆشلۈك پەردە قىزىرىپ قىچىشىدۇ. قىسمەنلىرىدە گۆشلۈك پەردە قېلىنلىشىپ، كۆزنىڭ نورمال ھەرىكىتىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ. كۆزدە كۆپۈشۈش بولمايدۇ.

مەزكۇر كېسەللىك يەلدىن پەيدا بولغاندا، كېسەللىك ئالامەتلىرى بەزىدە پەيدا بولۇپ بەزىدە ئۆزلۈكىدىن يوقىلىپ كېتىدۇ.

خىلتلارنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشلىرىدىن پەيدا بولغانلىرىدا ھەرقايسى خىلتقا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن، سەپرادىن بولسا قىزىرىپ قىچىشقاندىن سىرت يەنە ئېچىشىپ قادىلىپ ئاغرىيدۇ. كۈن نۇرىغا يولۇقسا ئاغرىش تېخىمۇ كۈچىيىدۇ. ئەگەر بەلغەم خىلتىدىن بولسا قىزىرىش، ئېچىشىش بولمايدۇ، يەڭگىل دەرىجىدە قىچىشىش، ياش كۆپ ئېقىش قاتارلىقلار بولىدۇ.

داۋاسى

داۋالاشتا يۇقىرىقىغا ئوخشاشلا يەلدىن پەيدا بولغانلىرىغا يەلنى تارقاتقۇچى دورىلار

ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن، ئىيارەجى فەيقەرا، سۇفۇفى ئىترىفىلى كەشنىز، مەتبۇخى ھەلىيلە قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ قوللىنىلىدۇ. سىرتتىن كۆھلى روشنائى سەغىر ئىشلىتىلىدۇ. خىلىتلارنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشىدىن بولغانلىرىغا زىيادە خىلىتنى پىشۇرۇپ تازىلايدىغان، نورمالسىز خىلىتنى تەڭشەيدىغان دورا ۋە چارە ـ تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

كۆز ئەستەر پەردىسى يەللىك ئىششىقى

كۆز ئەستەر پەردىسى ئىششىقى (ئىنتىفاخى مۇلتەھەمەئى ئەينىييە) كۆز ئەستەر پەردىسى يەنى كۆز يۇمىلىقىنى ئوراپ تۇرغۇچى گۆشلۈك پەردىنىڭ يەڭگىل دەرىجىدە ئىششىپ ياكى يەللىك خاراكتېردە كۆپىشىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىرىنىڭ ئۆزگىرىشلىرىدىن بولۇپمۇ سوغۇقتىن ۋە يەلدىن كېلىپ چىقىدۇ. يەنى كۆزگە سوغۇق شامال تېگىش، بەزى كىشىلەردە تاماق ھەزىم قىلىش ئاجىزلاپ يېمەكلىكلەر تولۇق ھەزىم بولماي يەل پەيدا بولۇش ياكى نورمالسىز بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىنىڭ كۆزگە ناچار تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بەلغەم خىلىتىنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا، كۆز ئەستەر پەردىسىنىڭ ئىششىقى چىڭقىلىش، ئېسىلىش ئېغىرراق بولىدۇ. ياش كۆپ ئاقىدۇ، كۆز تەسلىكتە ئېچىلىدۇ.

سەۋدا خىلىتىنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا، قىچىشىش، ئاغرىش بولمايدۇ. لېكىن، ئىششىق ئېغىرراق بولىدۇ. كۆز قۇرۇق بولۇپ، ياش ئاقمايدۇ.

يەلدىن بولغان بولسا، كۆز چانىقى بىر ئاز قىچىشىدۇ. كۆزدە ئېغىرلىق بولمايدۇ.

ئىششىق بەزىدە پەيدا بولۇپ، بەزىدە يوقىلىپ كېتىدۇ. ھەمدە ھەزىم قىلىش ناچارلىشىش، مەئىدە قۇرساق كۆپۈش، قۇرساق توق ۋاقىتتا كۆز چىڭقىلىش، ئۇخلىغاندا ئىششىپ ئېغىرلىشىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

مەزكۇر كېسەللىك ئەگەر بەلغەم خىلىتىدىن بولغان بولسا، تازىلاش ۋە مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن ئىيارەجى فەيقەرا، مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى باديان قاتارلىقلارنى ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك.

ئەگەر سەۋدا خىلىتىدىن بولغان بولسا، ئالدى بىلەن مىزاجنى ھۆللەشتۈرۈش، كۆپرەك مۇنچىغا چۈشۈش، شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇفەرلەرنى ئىشلىتىش ۋە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش لازىم.

يەلدىن بولغان بولسا، ئاشقازاننى قىزىتىپ يەلنى تارقاتقۇچى دورىلاردىن رۇمبادىيان، زىرە، قارىمۇچ قاتارلىقلارنى بىرلەشتۈرۈپ ياكى ئايرىم ئىستېمال قىلىش كېرەك. يەڭگىل تاماقلارنى يېيىش، يەللىك تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش، كۆزنى ئىسسىق سۇدا يۇيۇش لازىم.

كۆز ئەستەر پەردىسى ياللۇغى

كۆز ئەستەر پەردىسى ياللۇغى (ئىلتىھابى مۇلتەھەممەنى ئەينىييە) كۆز ئۇتاشتۇرغۇچى پەردىنىڭ ئېغىر دەرىجىدە ئىششىقلانغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، كۆز ۋە ئەتىياز پەسلىدە كۆپرەك ئۇچرايدىغان بىر خىل يۇقۇملۇق كۆز كېسەللىكى.

سەۋەبى

تۆت خىلىتنىڭ بىرەرسىنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىپ كۆز ئېقى ئەستەر پەردىسىگە تەسىر كۆرسىتىش بىلەن ئۇفۇنەت پەيدا قىلىپ كۆز قىزىرىپ ئاغرىشقا سەۋەب بولىدۇ.

بەزى كىشىلەردە ئەتىياز، كۈز پەسلىدە بولۇپمۇ ھاۋا كىلىماتىنىڭ ئۆزگىرىشى بىلەن ھەر خىل بوران، چاڭ-توزانلارغا ئۇچراپ كۆز جەراسىملىنىش نەتىجىسىدە كۆزنىڭ قىزىرىپ ئاغرىشقا سەۋەبچى بولىدۇ. بەزى كىشىلەر پاسكىنا لۆڭگە ياكى قول بىلەن كۆزنى ئۇۋۇلاش ئارقىلىق كۆز جەراسىملىنىپ كۆز قىزىرىپ ئاغرىشقا سەۋەبچى بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە يۇقۇملۇق زۇكام، قىزىل، چېچەككە ئوخشاش كېسەللەردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپكى مەزگىلدە كۆز ئازراق قىچىشىپ ئۇۋۇلىغاندىن كېيىن قىزىرىش پەيدا بولىدۇ. كۈچەيگەن مەزگىلدە كۆز قادىلىپ ئاغرىش، ياش ئېقىش، سېرىق چاپاقلىشىپ كۆزنى ئاچالماسلىقتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. شۇنىڭدەك كۆز يۇملىقى چىڭقىلىپ يورۇقلۇققا قارىيالماسلىق، ئوخلاپ قوپقان مەزگىلدە ئۆزۈنىچە كۆزنى ئاچالماسلىق ھەمدە بىر كۆز ئاغرىغان بولسا 3 ـ 2 كۈندىن كېيىنلا ئىككىنچى كۆزگە ئۆتۈشتەك بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ.

مەزكۇر كېسەللىنىڭ يۇقۇشى تېز بولۇپ، بىر كۆزدىن ئىككىنچى بىر كۆزگە ياكى ئائىلىدىكى يېقىن مۇناسىۋەتلىك كىشىلەرگە 2 ـ 3 كۈندە يۇقۇپ تارقىلىپ كېتىدۇ. كۆزدە قىزىرىپ ئىششىش پەيدا بولۇپ 15 — 10 كۈن ئىچىدە تەدرىجىي ساقىيىدۇ. بۇ كېسەللىكنىڭ تۆت خىلت ئۆزگىرىشى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى تۆۋەندىكىچە:

قاندىن بولسا — كۆزلىرى قىزىل، تومۇرلىرى كۆپكەن بولۇپ باش چىڭقىلىپ لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ، كۆزدىن ياش ئاقىدۇ.

سەپرادىن بولسا — كۆزدە ئېچىشىش، كۆيۈشۈش ئېغىر بولىدۇ، چاپاق كۆپ بولمايدۇ. تىلى سېرىق بولىدۇ.

بەلغەمدىن بولسا — كۆپ چاپاقلىشىدۇ، ياش كۆپ ئاقىدۇ، ئاغرىش كۈچلۈك بولمايدۇ.

سەۋدادىن بولسا — كۆزلىرى قورۇپ، باش ئاغرىيدۇ. كۆزنى يۇمۇش تەس بولىدۇ، چاپاق ۋە ياش ئازراق بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن مىزاجدىكى ئۆزگىرىشنى ۋە بۇ ئۆزگىرىشكە سەۋەب بولغان ماددىنى تېپىپ شۇ ماددىنى تازىلاپ ئاندىن كۆزنى داۋالاش كېرەك. يەڭگىلرەك بولسا ئاغرىق

2 ـ 3 كۈندە ساقىيىپ كېتىدۇ. ماددىنى تازىلىمىسىمۇ بولىدۇ. ئاساسەن ھارارەتنى پەسەيتىدىغان، قوقاق ياندۇرىدىغان (ئۇفۇنەت زەھەرلەرنى قايتۇرىدىغان) چارىلەرنى قىلىش لازىم.

ئىسسىقتىن بولغانلارغا قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى يېڭى پېتى كۆزگە تېمىتسا ۋە كۆز ئۈستىگە چاپسا بولىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچلۈك بولسا ئەپيۇندىن ئازراق قوشۇش لازىم. شىپالىق ئەبيەز ئوبدان پايدا قىلىدۇ. ئىچىشكە ھەببى بىنەپشە بېرىلىدۇ.

قاندىن بولغان بولسا، باشقا قوشۇمچە ئۆزگىرىشلەر بولمىسا ئەھۋالغا قاراپ قان ئېلىش كېرەك ياكى قاننى پەسەيتىش ۋە تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخى تەمرى ھىندى قاتارلىق دورىلارنى قايىنتىپ ئىچكۈزۈش لازىم. سىرتتىن شىپالىق ئەبيەزنى تۇخۇم ئېقى ياكى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىدە ئېزىپ كۆزگە تارتىش كېرەك.

شىپالىق ئەبيەز

كەترا، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 8 گرام، نىشاستە 2.7 گرام، ئەپيۇن 0.25 گرام. دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سالايە قىلىپ يېپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ. لازىم تېپىلغاندا يۇقىرىقى تالقاندىن 0.5 گرامنى ئازراق تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىككى قېتىم كۆزگە چېپىپ تېڭىلىدۇ.

سەپرادىن بولغان بولسا يۇقىرىقى مەتبۇخلارنى بېرىش بىلەن بىللە كاسنى ئۇرۇقى، ئىسبەغۇل، بېھى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، تۇخۇم ئېقى ياكى ئايال سۈتى بىلەن قوشۇپ كۆزگە چېپىش لازىم. ئىت ئۈزۈمىنىڭ مېۋىسى، ھۆل يۇمغاقسۈتلەرنى سوقۇپ كۆزگە تېڭىش كېرەك.

بەلغەمدىن بولغان بولسا تازىلاش ئۈچۈن ئىيارەجى پەيقەرا، ھەببى قوقىيا قاتارلىق دورىلارنى بېرىش، ئاندىن ئىششىق قايتۇرۇش ئۈچۈن سەبرە، ھۇزۇز، ئاقاقىيا، زەئفەرلەرنىڭ قايسى بىرسى بولسا گۇلاب بىلەن ئېزىپ پېشانىغا، كۆزگە تېڭىش كېرەك.

سەۋدادىن بولغان بولسا مېڭىنى ھۆللەشتۈرۈش ئۈچۈن سۈت، ئارپا سۈيى، توخۇ شورپىسى، پالەك قاتارلىق نەرسىلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش، قىزىق پارلىق مۇنچىدا يۇيۇنۇش بىلەن بىللە، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن چېكە ۋە كۆز ئەتراپىنى ياغلاش، بېھى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى تۇخۇم ئېقى بىلەن كۆزگە تېڭىش لازىم ھەمدە يۇقىرىقى چارىلەرنى قوللىنىش بىلەن بىللە تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار: كۆزنى ئۇۋۇلاش ۋە چىڭقىلىپ يۆتۆلۈشتىن ساقلىنىش، كېسەل كىشىنى قاراڭغۇراق جايدا ياتقۇزۇش، پاكىز كۆك رەختنى قايناتىپ سوۋۇتۇلغان مۇزدەك سۇغا چىلاپ سىقىپ كۆزگە، پېشانە ئەتراپىغا پات ـ پات قويۇپ بېرىش لازىم.

كۆز قىزىرىپ ئاغرىش

كۆز قىزىرىپ ئاغرىش (رەمەد) كۆز ئېقى يەنى كۆز ئەستەر پەردىسىنىڭ ياللۇغىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئادەتتە خەلق ئارىسىدا كۆز قىزىرىش (ئاشۇبى چەشم) دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئۇ ئەتىياز، ياز ۋە كۈز پەسىللىرىدە كۆپرەك ئۇچرايدىغان يۇقۇملۇق كۆز كېسەللىكىدۇر.

رەمەد چوڭ جەھەتتە ئىسسىق رەمەد ۋە سوغۇق رەمەد دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. قەدىمكى ھەكىم، ئۆلىمالىرىمىز ئۇنى ئۈچ خىل، تۆت خىل ھەتتا سەككىز خىلغا ئايرىسىدۇ. رەمەد ئادەتتە باشقا كۆز ياللۇغلىرىغا ئوخشاشلا تۆت خىلتتىن بولىدۇ. رەمەد كېسەلى قەدىمدىن تارتىپ كۆپىنچە كۆزنىڭ ئىسسىقتىن بولغان قىزىرىپ ئاغرىشىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئەمەلىيەتتىمۇ قان خىلتىدىن بولىدىغىنى كۆپ ئۇچرايدۇ. ئىككىدىن ئارتۇق خىلتتىن بولىدىغان مۇرەككەپ رەمەدمۇ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

كۆز ئەستەر پەردىسى ياللۇغى (رەمەد) بىلەن ئاغرىغان بىمارلاردىن يۇقۇپ ئېغىرلاشقانلىقتىن پەيدا بولىدۇ.

تاشقى ۋە ئىچكى سەۋەبلەردىن تۆت خىلتنىڭ بىرەرسى (بولۇپمۇ قان ۋە سەپرا) دە نورمالسىز ئۆزگىرىشلەر پەيدا بولۇپ، كۆزگە تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كېسەللىك ماددىسى بەزىدە كۆزنىڭ ئۆزىدە پەيدا بولىدۇ. بەزىدە مېڭىنىڭ سىرتقى پەردىسىدىن نەزلە يولى ئارقىلىق ياكى ئىچكى پەردىسىدىن سىرغىش ئارقىلىق كۆزگە كېلىدۇ. يەنە بەزىدە پۈتۈن بەدەندىن بولۇپمۇ ئاشقازان، بالياتقۇدىن يۇقىرىغا ئۆرلەش ئارقىلىق كېلىدۇ.

يەل (بۇخار)لار ئۇفۇنەت پەيدا قىلىپ كۆزگە تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ

چىقىدۇ. ئايرىم ھاللاردا زۇكام (نەزلە)، سۆزنەك قاتارلىق كېسەللەر تۈپەيلىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

يۇقىرىقىلار، كۆزدە سوئى مىزاجلىق ھالەت يۈز بەرگەندە كۆپ كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە كۆز ئازراق قىچىشىدۇ ھەم كۆزگە غەيرىي نەرسە كىرىپ قالغاندەك بىلىنىدۇ. كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرلىشىشقا باشلىغاندا كۆز قىزىرىپ ئىششىدۇ. كۆز قان قۇيغاندەك بولۇپ قالىدۇ. باش، گەجگە ۋە كۆز يۇملىقى چىڭقىلىپ، لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ. يورۇقلۇققا قارىيالمايدۇ، كۆزنى ئېچىش تەسكە توختايدۇ، ئۇيقۇ قاچىدۇ. كۆز چاپاقلىشىش ئەتىگەن ئورنىدىن تۇرغاندا ئېغىرلىشىدۇ. بىر كۆز ساقايغاندىن كېيىن يەنە بىر كۆز ئاغرىيدۇ. بەزىدە ئىككىلا كۆز تەڭ ئاغرىيدۇ. مەزكۇر كېسەلنىڭ يۇقۇشى ئادەتتە 1ـ2 كۈن ئىچىدە باشلىنىپ، 3ـ4 كۈن ئىچىدە يۇقىرى پەللىگە چىقىدۇ. ئاندىن كېيىن ئاستا-ئاستا يەڭگىللىشىپ 10 — 14 كۈن ئەتراپىدا ساقىيىدۇ.

رەمەد قان خىلتىدىن بولغان بولسا كۆزدىكى قىزىللىق بەكرەك، كۆزدىن ئاقىدىغان سۇيۇقلۇق كۆپرەك بولىدۇ. كۆز جىيەكلىرى چاپاقلىشىپ، ئىششىپ قالىدۇ. تومۇرلىرى چىڭقىلىپ، باش لوقۇلداپ ئاغرىش قاتتىقراق بولىدۇ. تومۇرى توم، سۈيدۈكى قىزغۇچ، ئېغىزى تاتلىق، ئاغرىقنىڭ بېشى ئېغىر، ئۆزى ھورۇن كېلىدۇ. بۇ خىل رەمەد ياشلىق دەۋرلەردە ۋە ئەتىياز پەسىللەردە كۆپ ئۇچرايدۇ.

رەمەد سەپرادىن بولسا كۆز قىزىرىش بىلەن بىرگە ئېچىشىپ، كۆيۈشۈپ، سانجىلىپ ئاغرىيدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا ئۆتكۈر خاراكتېرلىك سۇيۇق ياش ئاقىدۇ. ئەمما، ئانچە بەك چاپاقلاشمايدۇ. جىيەكلەر چاپلىشىۋالمايدۇ. ئېغىزى ئاچچىق، سۈيدۈكى قىزىل بولىدۇ. بۇ خىل رەمەد ياشلىق دەۋرلىرىنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىرىدە، ياز پەسلىدە كۆپ ئۇچرايدۇ.

رەمەد بەلغەمدىن بولسا كۆزدىكى قىزىللىق يەڭگىلرەك بولىدۇ. ئەمما ياش كۆپ ئاقىدۇ؛ كۆز ئىششىپ قالىدۇ. چاپاق كۆپرەك بولۇپ، جىيەكلەر چاپلىشىۋالىدۇ. كۆزدىكى ئاغرىش ئانچە كۈچلۈك بولمايدۇ. ئاغرىقنىڭ ئېغىزى چۈچۈمەل، سۇلۇق، سۈيدۈكى ئاق، ئۆزى ھورۇن بولىدۇ. بۇ خىل رەمەد ياشانغان دەۋرلەردە، قىش پەسلىدە كۆپ ئۇچرايدۇ.

رەمەد سەۋدادىن بولسا كۆز رەڭگى قىزغۇچ كۆكۈش بولىدۇ. كۆز قۇرۇشۇپ، باش ئاغرىيدۇ. ياش ئاقمايدۇ، چاپاقلاشمايدۇ. چاپاقلاشسىمۇ چاپاق قويۇق بولىدۇ. جىيەكلەر

چاپلىشىۋالمايدۇ. كۆزنى يۇمۇش تەسكە توختايدۇ. بۇ خىل رەمەد ئوتتۇرا ياشلىق دەۋرلەردە، كۆز پەسلىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

رەمەد يەلدىن بولسا كۆزدىكى ئېغىرلىق تۆۋەنرەك، ياش ئازراق بولىدۇ. كۆز جىيەكلىرى ئانچە بەك چاپلىشىۋالمايدۇ. يەللىك نەرسىلەرنى كۆپلەپ ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولىدۇ. رەمەد نەزلىدىن بولسا زۇكامغا ئائىت ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

داۋاسى

رەمەد كۆپىنچە ھاللاردا تەبىئىي ھالدىكى ئىچ سۈرۈشلەر بىلەن ئۆزلۈكىدىن يوقىلىپ كېتىدۇ. ئەمما، رەمەد ئاقىۋىتىنىڭ ياخشى-يامانلىقى كېسەللىك ماددىسىنىڭ كەيپىياتى ۋە مىقدارى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغاچقا پىرىنسىپ جەھەتتە يەنىلا ئەستايىدىل قاراپ، ئاكتىپ داۋالاش كېرەك. شۇڭا، ئالدى بىلەن مىزاجدىكى ئۆزگىرىش ۋە بۇ ئۆزگىرىشكە سەۋەبچى بولغان ماددىنى تېپىپ ئۇنى مۇناسىپ مۇنزىجلار بىلەن پىشۇرۇپ مۇسھىللار بىلەن تازىلاش، ئاندىن كېيىن كۆزنى داۋالاش كېرەك. يەڭگىلرەكلىرى 2 ـ 3 كۈندە ساقىيىپ كېتىدۇ، ماددىنى تازىلىمىسىمۇ بولىدۇ.

چاپاقنىڭ كۆپلۈكى ۋە سۇيۇقلۇقى كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى باسقۇچتا ئىكەنلىكى، چاپاقنىڭ كۆز جىيەكلىرىگە چاپلىشىۋېلىشى كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشىشقا باشلىغانلىقى، چاپاقنىڭ قويۇقلىشىپ مىقدارى كۆرۈنەرلىك ئازايغانلىقى كېسەللىك ماددىسىنىڭ تولۇق پىشقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. كۆزدىن ئاققان سۇيۇقلۇق چاپاققا ئايلانماي داۋاملىق ئاقسا ئاقىۋىتى ياخشى ئەمەس. سوغۇق ياشنىڭ كۆپ ئېقىشى كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشىپ يېتىلمىگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. چاپاقلىق كۆزدىن ئەنسىرەش ھاجەتسىز.

يازدا بولىدىغان رەمەدكە تەپ قوشۇلۇپ كېلىدىغان ئەھۋاللار ناھايىتى ئاز ئۇچرايدۇ. ئەگەر تەپ قوشۇلۇپ كەلسە، كېسەللىك ماددىسىنىڭ تېزلا پىشىپ ياخشىلىنىپ كېتىدىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. قىزىتما قوشۇلۇپ كېسەل ئەھۋالى ئېغىرلىشىشقا باشلىسا ئاقىۋىتى ياخشى ئەمەس. كۆزنى قارىغۇ قىلىپ قويۇشى مۇمكىن.

رەمەد ئىسسىق جايلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ، تېز ساقىيىدۇ. سوغۇق جايلاردا ئازراق ئۇچرايدۇ، ئەستەرەك ساقىيىدۇ.

داۋالاش پىرىنسىپى جەھەتتە قىزىقلىقنى پەسەيتىدىغان، قوقاق ياندۇرىدىغان (ئوفۇنەت زەھەرلىرىنى قايتۇرىدىغان) چارىلەر قىلىنىدۇ. ئەستەر پەردە ياللۇغى (رەمەد).

نىڭ قايسى خىلدىكىسى بولمىسۇن ھەممىسىگە ھەببى بىنەپشىنى ئىچكۈزۈشكە بولىدۇ.

ئىسسىقتىن (قان، سەپرا) بولغان رەمەدنى داۋالاشتا ئەگەر كېسەللىك دەسلەپكى باسقۇچتا بولسا قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى كۆزگە تېمىتىش، بىھى ئۇرۇقى، چىلان، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى ۋە نىلۇفەر شەربىتى قاتارلىق سالقىنلاتقۇچى دورىلارنى ئىچكۈزۈپ كۆزنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش كېرەك. سەندەل، گۈل ئەرمىنى، روسۇت، ئىت ئۈزۈمى، ئاقاقىيالارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ كۆك يۇمغاقسۈت سۈيىدە ئېزىپ كۆز ئەتراپىغا چاپسىمۇ بولىدۇ ھەمدە كۆزنىڭ ئالدىغا كۆك رەڭلىك رەخت تارتىپ قويۇش كېرەك.

كۆك يۇمغاقسۈتنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھاۋانچىغا سېلىپ ئازراق سوۋۇتۇلغان قايناقسۇ قۇيۇپ، سوقۇپ ئېزىپ سۈيىنى چىقىرىپ ئازراق شېكەر قوشۇپ كۈندە 2-3 قېتىم ئىچسە ياكى كۆپ مىقداردىكى يۇمغاقسۈتنى سوقمايلا كۆزگە تاڭسا ناھايىتى زور مەنپەئەت قىلىدۇ. ئارپا ئۇنىنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ پېشانىگە سۈرسە كېسەللىك ماددىلىرىنىڭ كۆپ ئېقىشىنى چەكلەيدۇ. بەزىدە، كەچتە ئىترىيفىلى كەشنىز ئىچكۈزۈپ، ئەتىگەندە بىھى، چىلان، قۇرۇق يۇمغاقسۈت شىرىسى ۋە بىنەپشە شەربەتلىرىنى قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ. كېسەللىك ئەھۋالىغا ئاساسەن ھەلىلە، شاھتەررە، تەمرى ھىندى مەتبۇخلىرىنى ئىچكۈزۈش لازىم. ئەگەر ئاغرىق بەكرەك بولسا، كۆزگە تېمىتىدىغان ئايالار سۈتىگە ئازراق ئەپيۇن قوشسىمۇ بولىدۇ. ئەڭ ياخشىسى ھۆل ئۇغرىتكەننى يالغۇز ياكى ئارپا ئۇنى بىلەن قوشۇپ چاپسا، ئاغرىق توختىتىشتا ناھايىتى ياخشى تەسىر كۆرسىتىدۇ.

قاندىن بولغانلىرىغا يۇقىرىقى چارىلەرمۇ ئۈنۈم بەرمىسە، باش ساھەسىدىن قان ئېلىش لازىم. ئاغرىق قايسى كۆزدە كۈچلۈك بولسا، شۇ تەرەپتىن قان ئالسا ئۈنۈمى ياخشىراق بولىدۇ. ئەگەر قان ئېلىش مۇۋاپىق كەلمىسە، پاقالچاقنى تىلىپ لوڭقا قويسىمۇ ياكى قۇلاق، بويۇنلارغا زۈلۈك قۇرۇتى قويسىمۇ بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن بىنەپشە شەربىتى 50 گرام، ئىت ئۈزۈمى ئەرىقى، سۆگەت چېچىكى ئەرىقى ۋە نىلۇفەر ئەرىقى ھەر بىرى 60 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەپرادىن بولغانلىرىغا يۇقىرىقى مەتبۇخلارنى بېرىش بىلەن بىرگە كاسنى ئۇرۇقى، ئىسبەغول، بىھى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسىنى تۇخۇم ئېقى ياكى ئايالار سۈتى بىلەن كۆزگە چېپىش، ئىت ئۈزۈمى، ھۆل يۇمغاقسۈتلەرنى سوقۇپ تېڭىش كېرەك.

ئىسسىقتىن بولغان رەمەدنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىرىدە ھەببى سۇرۇخ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ. ماددىلارنىڭ قالدۇقلىرىنى تارقىتىش ئۈچۈن بابۇننى سۇ ۋە سىركىدە قاينىتىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن كۆزگە تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان رەمەدكە مەنپەئەت قىلىدىغان يەككە دورىلار: يۇمغاقسۈت، ئىت ئۈزۈمى، نىلۇفەر، كاسنى ياپرىقى، قىزىلگۈل، سۆگەت غازىڭى، ئوغرىتىكەن، بىنەپشە، قىز تۇغقان ئاياللار سۈتى، ئارپا ئۇنى، تۇخۇم ئېقى، زەمچە، رۇسۇت، كافۇر، سەندەل، خىنە غازىڭى، ئەنزەرۇت، دادۇر ئۇنى قاتارلىقلار بولۇپ، ئۇلارنىڭ بەزىلىرى ئىچىش، بەزىلىرى سىرتتىن چېپىش، تېمىتىش، يۇراشقا ئىشلىتىلىدۇ. تەييار دورىلار: مامىيشا ئۇسارىسى، ئىترىيفىلى كەشنىز، ئىترىيفىلى بادىيان، بۇرۇدى كافۇرى، بۇرۇدى قەرئى، ھەببى ھەلىلە، ھەببى سۇرۇخ، ھەببى رەمەد، زەرۇرى ئەبيەز، زەرۇرى چەشخام، زەرۇرى كافۇرى، شىيافى ئەبيەر، شىيافى شەب قاتارلىقلار بولۇپ، ئۇلارنىڭ بەزىلىرى ئىچىش، بەزىلىرىنى چېپىش، يۇيۇش، تېمىتىش، سېپىش، سۈرمە قىلىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ. بىمار ئامۇت، بىھى، ئالما قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىشقا بولىدۇ. ئەمما شاپتۇل، ئەنجۈر، ئۈزۈم، قوغۇن، ئۈرۈك، خورما، ھەسەل قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلماسلىقى لازىم. چۈنكى، ئۇلارنىڭ ھەممىسى ئىسسىق رەمەدكە زىيان قىلىدۇ.

يېمەك-ئىچمەك جەھەتتە يۇمغاقسۈت، ماش، پالەك ۋە بادام مېغىزى سېلىپ تەم كىرگۈزۈلگەن تاماقلارنى بېرىش، تەمى بەك ئاچچىق ياكى تاتلىق بولۇپ كەتمەسلىكى لازىم. سۈت، بېلىق، قورۇتۇلغان گۆش ۋە زەيتۇن يېغى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلماسلىقى كېرەك.

بەلغەمدىن بولغان رەمەد كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئۇستۇخۇدۇس، بادرەنجبۇيا، ئىت ئۈزۈمى. بادىيان ھەر بىرى 9 گرام، رۇمبادىيان، قەنتەرىيۇن (دەقىق) ھەر بىرى 4 گرام، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈم 24 گرام، سېرىق ئەنجۈر 4 دانە ئېلىپ مەتبۇخ قىلىپ ھەسەل گۈلقەنتتىن 50 گرام قوشۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن تازىلاش ئۈچۈن ھەببى قوقىيا، ھەببى ئىيارەج بېرىلىدۇ. ئىششىقنى قايتۇرۇش ئۈچۈن سەبرە، ھوزۇز، ئاقاقىيا، زەئفەرلەرنىڭ قايسى بىرى بولسا گۈلاب بىلەن ئېزىپ پېشانە ۋە قاپاققا تېڭىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك ماددىسى بەك سوغۇق بولسا قۇندۇز قەھرى، زەئفەر، راتىيانەج قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا چاپسىمۇ بولىدۇ. يۇيۇلغان شۇمشە لۇئابى ۋە زىغىر لۇئابى كۆزگە تېمىتىلىدۇ. شادىنەج مەغسۇل سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ. گىرىلكا بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ۋە ئىسسىق مۇنچىغا چۈشۈشتەك ئۇسۇللار قوللىنىلىدۇ. كېسەل سوزۇلۇپ كونارسا شىيافى ئەھمەر لەييىن، زەرۇرى ئەسفەر ۋە زەرۇرى ئەنبەرلەر ئىشلىتىلىدۇ. كۆزنىڭ قىزىللىقى يوقىمسا ۋە ياش ئېقىش توختىمىسا يۇيۇلغان توتىيا، نىشاستە ۋە ئۇپىلاردىن باشقىسىنى ئىشلەتمەسلىك، سوۋۇتقۇچى ۋە مەس قىلغۇچى دورىلاردىن قاتتىق ئېھتىيات قىلىش

كېرەك. تامىقى ئۈچۈن چۈجە گۆشى ياكى قورۇلغان گۆشلەرنى ئىستېمال قىلىش، سوغۇق ۋە بەلغەم ماددىسىنى كۈچەيتكۈچى نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش كېرەك.

رەمەد سەۋدادىن بولغان بولسا ئارپا سۈيى، سۈت، توخۇ شورپىسى، پالەك قاتارلىق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىش؛ ئابزەن قىلىش، پارلىق مۇنچىغا چۈشۈش، لوتۇقلارنى يالىتىش، قەتۇرلارنى تېمىتىش ۋە زىمادلارنى چېپىش بىلەن بىرگە گۈل يېغى، بىنەپشە ياغلىرىنى چېكە ۋە كۆز ئەتراپىغا سۈركەش؛ بېھى ئۇرۇقى شىرىسىنى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېمىتىش ئارقىلىق مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزگەندىن كېيىن بېھى ئۇرۇقى، سەرپىستان، گاۋزەبان ۋە نىلۇفەرلەرنى قايناتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، ئۇڭا بادام مېغىزى شىرىسى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت شىرىسى ۋە بىنەپشە شەربەتلىرىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى بىنەپشە شەربىتى، نىلۇفەر شەربىتى ۋە خەشخاش شەربىتى بېرىلىدۇ، قان ئېلىنمايدۇ ۋە مەس قىلغۇچى دورىلار ئىشلىتىلمەيدۇ. ئەگەر، كۆزدە بىئاراملىق كۈچلۈك بولسا ئىسسىق تەبىيەتلىك دورا ۋە تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ.

كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاشتا سانا، قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلارنى قايناتىپ ئەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن ئەفتىمۇن سۈرگىسى، ھەبىي لاجۋەرد قاتارلىقلار ئىچكۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن شىيافى مامىيشا بېرىلىدۇ. ئاياللار سۈتى، تاتلىق بادام شىرىسى قاتارلىقلار كۆزگە تېمىتىلىدۇ. كېسەللىك دەسلەپكى باسقۇچىدا شىيافى ئەبيەز ئىچكۈزۈلىدۇ. يۇقىرى باسقۇچقا چىققاندا شىيافى دىنارجۇنى سۈركەپ بېرىلىدۇ.

سەۋدا كۆپەيتكۈچى يېمەك-ئىچمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش، تامىقىغا ئۇقۇت سۈيى، ماش سۈيى، ئوغلاق گۆشى، توخۇ چۈجىسى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك.

سوغۇقتىن يەنى بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان رەمەدكە مۇرمەككى، زەئفەر، كۈندۈر، سۈنبۇل، سەبرە، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، يېشىل توتىيا، زەمچە، پارپا، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، زەرچۇبە، بادىيان سۈيى، ئىت ئۈزۈمى قاتارلىقلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ. تەييار دورىلاردىن شىيافى ئەھمەرلەيىن، شىيافى شادىنەج ئەكبەر، شىيافى ۋەرد قاتارلىقلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ. شىيافى ۋەردنى ئۇنۇمى ئەڭ ياخشى.

يەلدىن بولغان رەمەدنى داۋالاشتا بادىيان، ئەفتىمۇن ئۇرۇقلىرىنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ ھەسەل گۈلقەنتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بابۇنە، ئابدۇمىلىك، مەرزەنجۇش، قەنتەريۇننىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ قايناتىپ كۆزگە تېمىتىلىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈش تەۋسىيە قىلىنىدۇ. بۇغداي، قىزىل قوناق، كۈنجۈت، چىگىت، ئۇقۇت كېپىكى ۋە تۇز قاتارلىقلار بىلەن كۆزگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. بۇلار تېپىلمىسا لۆڭگە ياكى گىربىلكا بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزسىمۇ بولىدۇ. كۆزدىكى قىزىللىق يوقالمىسا كەندىر

يوپۇرمىقىدىن 5 گرام، مامىرانچىندىن 10 گرام، ئاچچىق بادام مېغىزىدىن 7 دانە ئېلىپ يانجىپ ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېگىش ياكى باش ئارقىغا ئوت لوڭقىسى قويۇش كېرەك. يېمەك-ئىچمەك جەھەتتە يەللىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش، توخۇ چۈجىسىنىڭ شورپىسىغا نان چىلاپ يېيىش، بەك تويۇنۇپ كەتمەسلىك لازىم. ئەگەر بۇ چارىلەر بىلەنمۇ ياخشىلانمىسا بەلغەم ماددىسىنى تازىلاش كېرەك.

نەزلىدىن بولغان رەمەدنى داۋالاشتا، ئىسسىق نەزلىدىن بولغان رەمەدنى ئىسسىقتىن بولغان رەمەدنى داۋالىغاندەك، سوغۇق نەزلىدىن بولغان رەمەدنى سوغۇقتىن بولغان رەمەدنى داۋالىغاندەك داۋالاش كېرەك.

ئىسسىق نەزلىدىن بولغان رەمەددە يۆتەل بىللە كۆرۈلسە 18 گرام خېمىرى خەشخاشنى چىلان سۈيى، بېھى شىرىسى، بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈش كېرەك. خەپەقان، بەۋاسىر كېسەللىكلىرى، چىش ۋە قۇلاق ئاغرىش، كۆز ئاجىزلىشىش قاتارلىقلار بىللە كۆرۈلسە ئالدى بىلەن قىزىتما ياندۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن كاھو شىرىسى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت شىرىسى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام، ناۋاتتىن 15 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاندىن كېيىن سەپرا مۇنزىجىغا ھەمىشە باھار 4 گرام، قۇرۇق يۇمغاقسۈت 6 گرام، سوقۇلغان تۇخمى خىياردىن 6 گرام ۋە مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈلسۇرۇخ، شاھتەررە، كاسىن تۇرۇقى ۋە گۈلقەنتلەرنى قوشۇپ قاينىتىپ، ئاق ناۋات سېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. كېسەل ماددىسىنى پىشۇرۇپ بولغاندىن كېيىن فۇلۇس مېغىزى 54 گرام، گۈلقەنت 36 گرام، بادام يېغى 4 گرام ئېلىپ مۇسھىل دورا قىلىپ ئىچكۈزۈپ ماددا تازىلىنىدۇ. ھەببى ئىياراج بىلەن مېڭىنى تازىلىسىمۇ بولىدۇ.

سوغۇق نەزلىدىن بولغان رەمەدنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئۇستۇخۇدۇس ۋە ھەببى ئىيارەجلەر بىلەن مېڭىنى تازىلاش كېرەك. مىزاجنى تەڭشەپ نەزلىنى توختىتىش ئۈچۈن ئىترىيفىلى ئۇستۇخۇدۇس قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. ياشانغانلاردا نەزلىنىڭ كۆزگە چۈشۈشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن، باديان، گۈلقەنت قاتارلىقلارنى ئىككى-ئۈچ كۈن ئىچكۈزۈش كېرەك. ياش كۆپ بولسا رۇسۇت، قەلەمفۇرنى يۇمغاقسۈت سۈيىدە ئېزىپ كۆزگە زىماد قىلسا بولىدۇ، نەزلىنىڭ كۆزگە چۈشۈشى كۈچىيىپ قالسا، باشنى ئامال بار كۆپ ھەرىكەتلەندۈرمەسلىك، ئىسسىق مۇنچىغا چۈشمەسلىك، باشنى يۇيماسلىق ۋە مايلىماسلىق كېرەك.

مۇرەككەپ رەمەدنى داۋالاشتا قايسى خىلىت كۈچلۈكرەك بولسا ئالدى بىلەن شۇ خىلىتنى پىشۇرۇپ، تازىلاپ ئاندىن كېيىن باشقىلىرىنى بىر تەرەپ قىلىشقا تۇتۇش كېرەك.

AltunOq

كۆز قۇتۇرى

كۆز قۇتۇرى (جەرەبولىقەينى) بىر خىل سوزۇلما ۋە يۇقۇملۇق خاراكتېرلىك كېسەل بولۇپ بۇنىڭدا ئەستەر پەردىلەرگە قىچىشىدىغان ئۇششاق قاپارتقۇلار پەيدا بولىدۇ. كېيىن ئۇ ئاستا-ئاستا كۆزنىڭ كۆرۈش قابىلىيىتى ھەمدە كۆز ۋە قاپاقنىڭ سىرتقى شەكلىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ.

سەۋەبى

قانغا ئارىلاشقان بەلغەمى شور ۋە كۆپۈكلۈك خۇسۇسىيەتكە ئىگە ماددىنىڭ ئوفۇنەتلىنىپ كۆزگە تەسىر قىلغانلىقى، ئىسسىقىن بولغان كۆز ياللۇغى ۋە چاڭ-توزانلار كۆزگە كىرىپ پەيدا قىلغان ياللۇغلارنىڭ ئۇزۇن مۇددەت ساقايماسلىقى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە ئۇزۇن مۇددەت تۈتۈنلۈك جايلاردا تۇرۇش بىلەن بىرگە پاسكىنا قول بىلەن كۆزنى دائىم ئۇۋۇلاش قاتارلىقلارمۇ كۆز قۇتۇرىنىڭ پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولىدۇ. ئادەتتە، كۆپىنچە ھاللاردا قول، لۆڭگە، ياستۇق قاتارلىق نەرسىلەرنى ئورتاق ئىشلىتىش ئارقىلىق يۇقىدۇ.

ئالامىتى

كۆپىنچە ئىككىلا كۆزدە پەيدا بولىدۇ. دەسلەپكى مەزگىلدە ئۆزىگە بىلىنىدىغان ئالامەتلەر بولماسلىقى مۇمكىن. ئەمما، كېسەلنىڭ تەرەققىي قىلىشىغا ئەگىشىپ كۆز قىچىشىدۇ. كۆزگە بىر نەرسە كىرىۋالغاندەك ياكى قىزىشقاندەك سېزىلىدۇ. كېسەل تەرەققىي قىلغانسېرى ئالامەتلىرىمۇ روشەنلىشىدۇ، يەنى قاپاق ئەستەر پەردىسى قانغا تولىدۇ، كۆز ئەستەر پەردىسى ئىششىدۇ. ئاغرىق كىشى كۆزنىڭ يىقمىسىزلىنىدىغانلىقى، بەكرەك قىچىشىدىغانلىقى، كۆزى چاپاقلىشىپ ئوڭايلىقچە ئېچىلمايدىغانلىقىدىن زارلىنىدۇ. ئۇيقۇدىن ئويغانغاندا كۆز چاپاقلىشىپ، كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك بىلىنىدۇ. قاپاق ئىچىدىكى قاپارتچۇقلار كۆپىيىپ كۆز داۋاملىق ياشاڭغۇرايدىغان، قادىلىپ

ئاغرىيدىغان، يورۇققا قارىيالمايدىغان بولۇپ قالىدۇ. قاپاق ئىچى تاتۇقلىشىپ ئىچىگە تارتىلىش بىلەن كىرپىك ئىچىگە قاراپ ئۆسۈپ كۆز يۇملىقىنى غىدىقلايدۇ. ھەتتا تەدرىجىي ھالدا مۈڭگۈز پەردىنى خىرەلەشتۈرۈپ، كۆز قارىسىنى بۇزۇپ خۇددى تۇخۇمنىڭ كۆكۈرۈپ قالغان ئېقىدەك بىر نەرسىگە ئايلاندۇرۇپ، كۆزنى پۈتۈنلەي كاردىن چىقىرىشى مۇمكىن.

كۆز قوتۇرى ئالامەتلىرىگە ئاساسەن 4 خىلغا بۆلۈنىدۇ:

1. قاپاق ئاستى ئاززاق قىچىشىش ۋە ئېچىشىش بىلەن بىرگە قاپاق ئىچكى يۈزىگە ئۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولىدۇ. كۆز بىرئاز قادىلىدۇ، ياشاڭغۇرايدۇ.

2. قاپاق ئاستىدىكى مۇدۇرلەر بىر-بىرسىگە قوشۇلۇپ جاراھەت ھاسىل قىلىدۇ. ئېچىشىش، قادىلىش ۋە ئاغرىش ئالامەتلىرى يۇقىرىقىغا نىسبەتەن ئېغىرراق بولۇپ كۆز دائىم ياشاڭغۇرايدۇ.

3. قاپاقنى ئۆرۈپ قارىسا زەخىملەنگەن جاي خۇددى ئەنجۈر پوستىدەك تۆشۈك كۆرۈنىدۇ. كۆز قوتۇرىنىڭ بۇ خىلى ھەممىدىن يامانراق بولۇپ، يۇقىرىقى ئالامەتلەر تېخىمۇ ئېغىر بولىدۇ.

4. قاپاق ئاستىدىكى زەخىملىنىش قارامتۇل كۆك ئىششىققا ئايلانغان بولۇپ، بۇ خىلدىكى كۆز قوتۇرىنىڭ ئاقىۋىتى ياخشى ئەمەس.

داۋاسى

بىرىنچى خىلنى داۋالاشتا: 1. بەدەندىن كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش كېرەك. 2. بەدەننى تازىلاش بىلەن بىرگە بەلگىلىك تومۇرلاردىن قان ئېلىش ياكى ئىككى چېكىگە ھىجامەت قويۇش كېرەك. 3. قاپاقنى ئۆرۈپ ئۆرۈپ يەرلىك ئورۇنغا شىيافى ئەھمەر سۈركەش ياكى مۇزنى يۇمشاق يانجىپ تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ زەخىملەنگەن جايغا سۈركەش لازىم.

كۆز قوتۇرىنىڭ بۇ خىلى ئەگەر ماددىلار ياكى تاشقى سەۋەبلەر (ئوفۇنەتلەر) نىڭ تەسىرىگە ئۇچرىمىسا ئاقىۋىتى ياخشى، ئەكسىچە بولسا ئېغىرلىشىپ كېتىدۇ.

ئىككىنچى خىلنى داۋالاشتا: مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش، قان ئېلىش، يەرلىك ئورۇنغا ئاغرىق پەسەيتكۈچى شىيافلارنى قويۇش لازىم. ئاندىن كېيىن مۇدۇرلەرنى قىرىپ تاشلاش لازىم. بەزىلەر شادىنەج بىلەن قىرىشنى، بەزىلەر تۆمۈر ئەسۋابلار بىلەن قىرىشنى، بەزىلەر ئەنجۈر ياغىچى ياكى ئەنجۈر يوپۇرمىقى بىلەن قىرىشنى كۆرسىتىدۇ. كۆپىنچە دەريا

بىلەن قىرىشنىڭ ئۈنۈمى ياخشى .

ئۈچىنچى خىلنىڭ داۋاسى ئىككىنچى خىلنىڭ داۋاسى بىلەن ئاساسەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ. قان ئېلىش، مەتبۇخ بېرىش بىلەن بىرگە قاپاق ئىچكى تەرىپىنى كۆرسىتىلگەن ئۇسۇللار بىلەن قىرىش كېرەك. كۆپۈكى دەريا ياكى ناۋات بىلەن قىرسىمۇ بولىدۇ. تۇخۇم سېرىقىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاپاق ئۈستىگە قويۇش لازىم.

تۆتىنچى خىلنى داۋاشتا: قان ئالغان ۋە ھىجامەت قويغاندىن كېيىن ئىيارەجى فەيقەرا بېرىش ۋە قاپاق ئىچكى تەرىپىنى يۇقىرىقى ئۇسۇللار بىلەن قىرىش لازىم. مۇنچىغا كىرىپ يۇيۇنۇپ تەرلىگەندىن كېيىن تۆۋەندىكى دورىلارنى قائىدە بويىچە بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈش كېرەك. سەبرە، جاۋشىر، ئەنزەرۇت، ھاشا، زەئفەر، روسۇت، ئاچچىق يېسىمۇق ھەر بىرى 3 گرامدىن، كۈندۈش 15 گرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزگەندىن كېيىن، ئەينەك قۇتىغا قاچىلاپ ئېغىزى ھىم ئېتىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ. مەزكۇر تالقاندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈلىدۇ.

كۆز ئىچىدىكى يامان سۈپەتلىك سۇيۇقلۇقلارنى تازىلاپ چىقىرىش مەقسىتىدە باش ئاققۇزغۇچى سۈرمىلەرنى كۆزگە تارتىش كېرەك. كونىراپ كەتكەنلىرىگە دەستكارلىق (ئوپېراتسىيە) چارىسى قوللىنىلىدۇ.

ئالدىنى ئېلىش ۋە دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار: كۆز قوتۇرى (تراخوما) ئۇزاققا سوزۇلىدىغان، ئاغرىقلارنى خېلى قاتتىق ئازابلايدىغان كۆز كېسىلى بولغاچقا ئۇنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا ئالاھىدە دىققەت قىلىش لازىم.

مەزكۇر كېسەللىك كۆز قوتۇرى بىلەن كېسەللەنگەن كىشىلەر بىلەن لۆڭگىنى ئورتاق ئىشلىتىش، بىر داستا يۈز يۇيۇش، مۇنچا-سەرراپلارنىڭ لۆڭگىلىرىدىن ئورتاق پايدىلىنىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئۆزئارا يۇقۇپ پەيدا بولىدۇ. خۇسۇسەن، بۇ جەھەتتە ساتىراشخانىلارنىڭ ۋاستىچىلىك رولى چوڭ. شۇڭا، مۇھىت تازىلىقى ۋە شەخسىي تازىلىققا ئېتىبار بېرىش، ھەركىم ئۆز لۆڭگىسىنى ئىشلىتىش، ئامال بار يۈز ۋە قوللارنى چۆگۈن، ئېۋرى قاتارلىق تازىلىق سايمانلىرىدىن سۇ ئېقىتىپ يۇيۇش (داستا يۇيغاندا ئۆزىگە خاس داس بولۇش) نى ئەمەلگە ئاشۇرۇش، ئاغرىقلار يۇيۇنۇش سايمانلىرىنى ساغلام كىشىلەردىن ئايرىپ تۇتۇش ھەمدە قاينىتىپ دېزىنفېكسىيە قىلىش كېرەك. ئاممىۋى تازىلىق مۇلازىمەت ئورۇنلىرى يۇيۇنۇش سايمانلىرىنى دېزىنفېكسىيە قىلغاندىن كېيىن ئىشلىتىشكە قاتتىق ئەمەل قىلىش كېرەك. بۇ خىل تازىلىق ساۋاتلىرىنى تەشۋىق قىلىش ۋە ئۇنى ئەمەلىيلەشتۈرۈش كۆز قوتۇرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

كۆز ئېقىغا رەڭدار چېكىت پەيدا بولۇش

كۆز ئېقىغا ھەر خىل رەڭدىكى چېكىتلەرنىڭ پەيدا بولۇشى (تەرفە) ھەر خىل ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كۆز ئېقىدا قىزىل ياكى كۆكۈشرەڭ ياكى قارامتۇل رەڭدە توچكا پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆز سىرتقى جەھەتتىن زەخىملىنىش، كۈچەپ قەي قىلىش، يۆتىلىش، ۋارقىراش ۋە ئايرىم كىشىلەردە بەزى ئىچكى سەۋەبلەر (يەنى قان بېسىمى ھەددىن زىيادە يۇقىرى ئۆرلەش قاتارلىقلار) تۈپەيلىدىن كۆز تومۇرلىرى چىڭقىلىپ بەزى ئۇششاق تومۇرلارنىڭ يېرىلىپ كۆز ئېقىدا تەدرىجىي ھالدا ھەر خىل رەڭدىكى چېكىتلەرنى پەيدا قىلىدۇ.

ئالامىتى

كۆز ئېقىدا دائىرىسى ئېنىق، قىزىل رەڭلىك توچكىلار پەيدا بولىدۇ. ئېغىرراق بولغاندا پارچە-پارچە قىزىل داغلارنى شەكىللەندۈرىدۇ. كېيىن رەڭگى تەدرىجىي كۆكۈش رەڭگە ئۆزگىرىدۇ. ئەڭ ئاخىرى تۇتۇق سېرىق رەڭگە ئايلىنىپ يوقاپ كېتىدۇ. ئەمما، كۆزدە ئالاھىدە ۋەرەملىنىش بەلگىلىرى كۆرۈلمەيدۇ. كۆرۈش خىزمىتىگە تەسىر يېتىش، ياش ۋە چاپاق چىقىشتەك ئەھۋاللىرى بولمايدۇ.

داۋاسى

1. قىيفال تومۇردىن قان ئېلىش بىلەن بىرگە كۆزگە ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى تامغۇزۇش كېرەك.
2. كەپتەر ياكى ئۆردەكنىڭ قانىتىنى يۇلۇپ قانات ئۇچىدىكى قاننى كۆزگە تېمىتىش كېرەك.

3. كۆندۈرنى كۆيدۈرۈپ تۈتۈنىگە كۆزنى تۇتۇش كېرەك.

4. شىيافى ئەھمەرنى كۆز ئىچىگە سۈرتۈش لازىم.

5. بىھى تۇرۇقى، ئىسبەغوللارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن قوشۇپ كۆزگە تېمىتىش كېرەك.

6. تۇخۇمنىڭ ئېقى، سېرىقىنى پاكىز پاختىغا يۇقتۇرۇپ كۆزگە تېڭىش بىلەن بىرگە ئاغرىقنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزماي يېنىچە ياتقۇزۇش لازىم.

شىيافى ئەھمەرلەيىن

شادىنەج مەغسۇل 27 گرام، كۆيدۈرۈلگەن مىس 15.4 گرام، ئەرەب يىلمىسى، كەتىرا، مۇرمەككىي ھەر بىرى 5.4 گرام، بىخ مارجان، كەھرىبا، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، سازەج ھىندى ھەر بىرى 9.4 گرام، خۇنسىياۋشان، زەئفەر ھەر بىرى 2.7 گرام.

دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ شىياف ياسىلىدۇ.

ئەھۋالغا قاراپ قايناقسۇ ياكى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئېزىپ كۆزگە چېپىلىدۇ.

كۆز ئەستەر پەردىسىگە نېپىز گۆش پەيدا بولۇش

كۆز ئەستەر پەردىسىگە يەنى كۆزنى ئوراپ تۇرغۇچى پەردىگە قىزىل ياكى قارامتۇل نېپىز گۆش پەيدا بولۇش (تۇۋسەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىييە) كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىگە يېقىن جايلىرىدىكى ئەستەر پەردىگە چوڭلۇقى تىرناقتەك يۇمشاق قىزىل ياكى قارامتۇل ئۆسمە گۆش پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىگە يېقىن جايلاردىكى ئەستەر پەردىدە بۇزۇلغان قان يىغىلىپ قېلىش ياكى جاراھەتلىنىش تۈپەيلىدىن توقۇلمىلار بۇزۇلۇپ، تاتۇق شەكلىدە نېپىز گۆش ئۆسىدۇ.

ئالامىتى

كۆز قىچىشىش، قادىلىپ ئاغرىشتەك بەلگىلەر خېلى ئېنىق بىلىنىدۇ. كۆز قىزىرىش خېلى روشەن ھالدا كۆرۈلىدۇ. بەزىدە كۆز قارىچۇقى ئازراق توسۇلۇشتەك ئەھۋاللارمۇ بولىدۇ.

داۋاسى

بۇ كېسەل يېڭى پەيدا بولغاندا قايسى خىلتتىن بولسا كېسەل ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن، شۇڭا مۇناسىپ ھالدىكى تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن بىرگە سىرتتىن شىيافى قەيسەر ئىشلىتىش لازىم.

شىيافى قەيسەر

يۇيۇلغان شادىنەج 32.4 گرام، ئەرەب يېلىمى 27 گرام، زەنگار 5.4 گرام، كۆيدۈرۈلگەن قىلقاتار 5.4 گرام.

دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سالايە قىلىپ يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئەرىقى باديان بىلەن خېمىر قىلىپ شىياف ياسىلىدۇ.

ئەھۋالغا قاراپ تۇخۇم ئېقى ياكى قايناقسۇ بىلەن ئېرىتىپ تۇسكەن گۆش ئۈستىگە چېپىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر بۇ دورا بىلەن ياخشىلانمىسا كۆزگە قاناتچە گۆش ئۆسۈپ قېلىشىنى داۋالىغاندەك دەستىكارلىق ئۇسۇل بىلەن داۋالاش لازىم.

كۆز ئېقىغا مۆدۈر پەيدا بولۇش

كۆز ئېقىغا مۆدۈر پەيدا بولۇش (ۋەدقە) كۆز ئەستەر پەردىسىگە ئوخشىمىغان چوڭلۇقتا ئۇششاق، قاتتىق مۆدۈرلەر پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئاساسلىقى خىلتلارنىڭ قايسى بىرى نورمالسىزلىققا قاراپ ئۆزگىرىپ كۆزنىڭ ئەستەر پەردىسىگە تەسىر قىلغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزى كىشىلەردە چاڭ-توزاننىڭ تەسىرىدىن كۆز ئېقى جەراسىملىنىپ پەيدا بولىدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا كۆز ئەستەر پەردىسىنىڭ ئىششىقىدىن كېيىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

قاپاقنى قايرىپ تەكشۈرگەندە كۆز ئېقىدا ئۇششاق مۇدۇرلەرنىڭ بارلىقىنى ئوچۇق كۆرگىلى بولىدۇ. كۆزدە يات بىر نەرسە باردەك كۆز قادىلىپ ئاغرىيدۇ ھەتتا كۆزنى ئاچالماي قالىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ھەر بىر خىلتنىڭ ئۆزىگە خاس بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

مەزكۇر كېسەل ئەگەر قان ياكى سەپرادىن بولغان بولسا، ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق تېپىلغاندا بەلگىلىك تومۇرلاردىن بىر ئاز قان ئېلىش ياكى ئارپا سۈيى، تەمرى ھىندى، چىلانلارنى قاينىتىپ ئىچكۈزۈش، بىنەپشە شەربىتى بېرىش لازىم. سىرتتىن بىر پارچە كۆك رەختنى گۈلاب ياكى سوۋۇتۇلغان قايناقسۇ بىلەن ھۆل قىلىپ كۆزگە يېپىپ قويۇش كېرەك. شىيافى ئەبيەزنى ئاياللارنىڭ سۈتى بىلەن ئېرىتىپ چېپىش كېرەك.

ئەگەر بەلغەمدىن بولغان بولسا ئىيارەجى فەيقەرا بېرىش، سەۋدادىن بولغان بولسا مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش لازىم.

◆

كۆز قارىسى كېسەللىكلىرى

كۆز قارىسى قاتتىق پەردىنىڭ ئالدىكى 1/6 قىسمى بولغان مۆڭگۈز پەردە ۋە بالا ھەمراھسىمان پەردە (يەنى قانتومۇرلۇق پەردە) نىڭ ئالدىنقى قىسمى بولغان ئۈزۈمسىمان پەردە (يەنى رەڭدار پەردە) دىن تۈزۈلگەن بولۇپ، ئادەتتە ئۇ قارا كۆرۈنگەچكە كۆز قارىسى دەپ ئاتىلىدۇ. مۆڭگۈز پەردىدە گەرچە قان تومۇرلار بولمىسىمۇ، لېكىن ئەسەب (نېرۋا) لەرگە باي بولغاچقا بىر قەدەر سەزگۈررەك كېلىدۇ. ئۇنىڭدىكى كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرى كۆپىنچە ھاللاردا ئۈزۈمسىمان پەردىگە تەسىر كۆرسىتىدۇ. كۆزنىڭ قارىسى كۆرۈش خىزمىتىگە ۋاسىتىلىق قاتناشقاچقا ئۇنىڭدا كۆرۈلگەن غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشلەرگە ئەستايىدىل مۇئامىلە قىلىش، ئۇنىڭدا كۆرۈلگەن كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالاپ ساقايتىش كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا كۆزنىڭ كۆرۈش خىزمىتىگە خېلى ئېغىر دەرىجىدە تەھدىت سالىدۇ. مەسىلەن، كۆزگە پەردە چۈشۈش، كۆزگە ئاق چۈشۈش، كۆز پەردىلىرىدە يىرىڭلىق جاراھەت پەيدا بولۇش ۋە كۆز قارىسىدىكى ھەر خىل غەيرىي ئۆزگىرىشلەر كۆزنىڭ كۆرۈش خىزمىتىگە خېلى ئېغىر دەرىجىدە نۇقسان يەتكۈزىدۇ.

كۆز قارىسىدا يۈز بەرگەن كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا، ئىچكى ۋە تاشقى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق قوللىنىش، ئومۇمىي بەدەننى داۋالاش بىلەن يەرلىك ئورۇننى داۋالاشنى ماسلاشتۇرۇپ ئېلىپ بېرىش كېرەك. ئالدى بىلەن كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ئامىللارنى توساش ۋە يوقىتىش ھەمدە كېسەل ماددىسىنى تازىلاپ چىقىرىشقا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك. يەرلىك ئورۇننى داۋالاشقىمۇ كۆپلەپ ئېتىبار بېرىش، كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ شارائىت يار بەرسىلا دەستكارلىق ئۇسۇلىنى قوللىنىش كېرەك. كۆز تازىلىقىغا ئەھمىيەت بېرىش، يېمەك-ئىچمەك، ھەرىكەت ۋە دەم ئېلىشنى مۇۋاپىق ئورۇنلاشتۇرۇش، ئوپېراتسىيىدىن بۇرۇن چوقۇم بەدەننى تەنقىيە قىلىش، ئوپېراتسىيىدىن كېيىن مەلۇم مەزگىل كۆزنى ئوبدان پەرۋىش قىلىش بىلەن بىرگە ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈش، قاتتىق ۋارقىراش، يۆتىلىش، چۈشكۈرۈشكە ئوخشاش باشنى چىڭقالدۇرۇپ كۆز بېسىمىنى ئاشۇرىدىغان ھەرىكەتلەردىن ساقلىنىش لازىم.

كۆزگە پەردە چۈشۈش

كۆزگە پەردە چۈشۈش (سەبەل) كۆزنىڭ مۈڭگۈز پەردىسىگە بۇلۇت ۋە تۈتۈنگە ئوخشايدىغان پەردە چۈشۈپ، كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىگە قىسمەن ياكى پۈتۈن تەسىر قىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

تۈتۈن، چاڭ-توزان، ئۆتكۈر ئىسسىق ياكى سوغۇق ھاۋا، كۆپ يىغلاش، ئۇششاق نەرسە ۋە خەتلەرگە كۆپ قاراش، كۈچلۈك يورۇقلۇق مەنبەلىرىگە تىكىلىپ كۆپ قاراش قاتارلىق كۆزگە زىيان قىلغۇچى ئامىللار تەسىرىدىن ھۆللۈك ياكى قۇرۇقلۇق ئۆز ئېتىدالىدىن چىقىپ تەدرىجىي ھالدا كۆزگە بۇلۇت ۋە تۈتۈنگە ئوخشاش پەردە چۈشىدۇ. بۇ كۆپىنچە ياشانغان كىشىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

كۆز تومۇرلىرى چىڭقىلىپ بىر ئاز كۆپۈشۈپ قىزىرىپ قالىدۇ. باش لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ. مۈڭگۈز پەردە ئۈستىگە بۇلۇت ياكى تۈتۈنگە ئوخشاش داغ پەردە پەيدا بولۇپ، كۆرۈشكە بەلگىلىك دەرىجىدە دەخلى يەتكۈزىدۇ.

ئەگەر ھۆللۈكتىن بولسا كۆزلىرى سولۇشۇپ ياش كۆپ چىقىدۇ. قۇرۇقلۇق ياكى قويۇق ماددىدىن بولسا كۆز قۇرۇق بولۇپ، ياش كۆپ ئاقمايدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبچى ماددىنى تازىلاش كېرەك. بۇنىڭدا كۆپىنچە ئىيارەجى فەيقەرا بېرىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە باش تەرەپنى تەرلىتىش، قورساق ئاچ ۋاقىتتا مۇنچىغا چۈشۈش، بەزى غەلىز، تەستە سىڭىدىغان تاماقلاردىن پەرھىز قىلىپ،

يەڭگىل ۋە ئاسان سىڭدىدىغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. سىرتقى تەرەپتىن كۆزگە تۇتىيا، كوھلى باسلىقۇن، كۆھلى رۇشنائى سەغىر قاتارلىق دورىلارنى تارتىش كېرەك. ئەگەر مەزكۇر كېسەل كونا ھەم ئېغىرراق بولسا، مەخسۇس دەستىكارلىق (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش كېرەك.

كۆزگە ئاق چۈشۈش

كۆزگە ئاق چۈشۈش (سەفىيدى چەشم، بەيازۇلئەينى) كۆزنىڭ مۈڭگۈز پەردىسىگە بىر خىل ئاق پەردە چۈشكەنلىكىگە قارىتىلغان بولۇپ، نېپىزراق بولغىنى غەمام دەپ ئاتىلىدۇ. قېلىنراق بولغىنى بەيازۇلئەينى دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ كۆزنىڭ كۆرۈش خىزمىتىگە ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە تەسىر يەتكۈزىدۇ.

سەۋەبى

بۇ ئادەتتە بىرلەمچى (تۇغما) ۋە ئىككىلەمچى (كېيىن پەيدا بولغان) دەپ ئىككى خىلغا ئايرىلىدۇ. ئىككىلەمچى پەيدا بولغانلىرىدا ئاساسەن كۆزنىڭ ھەر خىل زەخىملىنىشلىرى (كۆز ئەتراپىغا قىزىل، چېچەك ۋە باشقا جاراھەتلەر چىقىش)، كۆز ھەرقايسى پەردىلىرىنىڭ ياللۇغلىرى، مۈڭگۈز پەردىنىڭ يىرىڭلىق جاراھىتى قاتارلىقلارنى ۋاقتىدا داۋالىماسلىق ياكى داۋالاشتىكى خاتالىقلار تۈپەيلىدىن كۆزنى تۈزۈنىچە ئاچالماي يۇمۇپ يۈرۈش نەتىجىسىدە قويۇق بۇزۇق ماددا مۈڭگۈز پەردىدە توختاپ قېلىپ پەيدا بولىدۇ. يەنە، كونارغان باش ئاغرىقى، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش (شەقىيقە)، ئېغىر دەرىجىدىكى يېقىندىن كۆرۈش كېسەلى ۋە زىيابىت كېسەلى سەۋەبىدىنمۇ مەزكۇر پەردىگە بۇزۇق ماددا تۆكۈلۈپ ئاق پەيدا بولىدۇ. يەنە بەزى ئومۇمىي بەدەن كېسەللىكلىرى، تېرە كېسەللىكلىرى ۋە كەسپىي سەۋەبلەر (ئەينەكچىلىك) تۈپەيلىدىنمۇ مۈڭگۈز پەردىگە بۇزۇق ماددا تەسىر قىلىپ كۆزگە ئاق چۈشۈش كېلىپ چىقىدۇ. تۇغما پەيدا بولغانلىرى ئاساسەن سوزۇنەك كېسەلى بار ئانىدىن تۇغۇلغان بالىلارنىڭ كۆزىگە ۋاقتىدا داۋا قىلماسلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزىدە بەلك ياشانغانلىقتىنمۇ كۆزگە تەدرىجىي ھالدا ئاق چۈشۈپ قالىدۇ.

ئالامىتى

مەزكۇر كېسەلنىڭ ئىككىلەمچى پەيدا بولغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ. كۆپىنچە ئىككىلا كۆزگە ئاق چۈشىدۇ. پەقەت ئاقنىڭ ئىلگىرى-كېيىن چۈشۈش مەسىلىسىدىنلا ئىبارەت. ئاق پەقەت بىرلا كۆزدە ئۇزۇن مۇددەتكىچە بولسا كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبنىڭ تېخى مەۋجۇتلۇقىنى پەرەز قىلىش كېرەك. دەسلەپتە كۆز قارىسىدا بولۇپمۇ كۆز قارىچۇقىدا ئاق چېكىت پەيدا بولىدۇ. ئاق روشەن مەلۇم بولىدۇ. ئاقنىڭ بەزىلىرى نېپىز، سۇزۇك، خۇددى ئاق بۇلۇتتەك بولىدۇ. بەزىلىرى قېلىن، توق ئاق رەڭدە بولۇپ مۇڭگۈز پەردىدە چوڭقۇر ئورۇنلاشقان بولىدۇ. بەزىلىرى مەزكۇر پەردە بىلەن بىللە سىرتقا بىرئاز پولتىيىپ چىقىدۇ.

كۆزگە ئاق چۈشۈش ئادەتتە 3 دەۋرگە بۆلۈنىدۇ: 1. دەسلەپكى دەۋرى، 2. تەرەققىي قىلىش دەۋرى، 3. پىشىش دەۋرى.

داۋاسى

كۆزگە چۈشكەن ئاق دەسلەپكى دەۋردە بولۇپ سۇزۇك، نېپىز بولسا، مۇۋاپىق چارە-ئۇسۇل ۋە دورىلار بىلەن ساقىيىپ كېتىدۇ. بۇنىڭدا تۆۋەندىكى دورىلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ:

1. مەرۋايىت، سەدەپلەرنى قائىدە بويىچە كۆيدۈرۈپ كۈلىنى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن قوشۇپ ئاق چۈشكەن كۆزگە قايتا-قايتا سۈرمە قىلىپ تارتسا بولىدۇ.
2. يېڭى لالە گۈلىنىڭ سىقىلغان سۈيىدىن 10 مىللىلىترگە 0.1 گرام نۇشۇدۇر قوشۇپ كۆزگە تارتىش كېرەك.
3. تۇتىيانى كۆزگە تارتسىمۇ بولىدۇ.
4. توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىگە 0.1 گرام ئىپار قوشۇپ كۆزگە تارتسىمۇ كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتىدۇ.

ئەگەر، كۆزدىكى ئاق قېلىن ھەم كونارغان بولسا مۇۋاپىق تېپىلغاندا ئالدى بىلەن بەلگىلىك تومۇرلاردىن قان ئېلىش ياكى قايسى خىلتقا مەنسۇپ بولسا مۇناسىپ ھالدىكى شۇ خىلتنى پىشۇرغۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلارنى بېرىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج، ھەببى قوقىيا، ئىترىفىلى كەشنىز قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ. سىرتتىن شىيافى

زانكار، شىيافى ئەخزەر، شىيافى ئەجەب قاتارلىق دورىلارنى كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىش لازىم. ئەگەر يۇقىرىدىكى دورىلارنى مەلۇم ۋاقىت ئىشلەتكەندىن كېيىنمۇ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە، ئاق پىشقان دەۋرىدە مەخسۇس دەستىكارلىق (ئوپېراتسىيە) ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش لازىم.

دىققەت قىلىدىغان ئىشلار

كۆزنى بەك ئىسسىق ۋە سوغۇق ھاۋادىن ساقلاش بىلەن بىرگە ئىسسىق سۇ ياكى ئەرىقى بادىيان بىلەن پات - پات يۇيۇپ تۇرۇش لازىم.

دەستىكارلىق ئۇسۇل بىلەن داۋالانغاندىن كېيىن، شىشىسىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى زۇجاجىيە) نىڭ ئالدى ھوجرا (ھوجرەئى مۇقەددەمە) گە كىرىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن كۆز قارىچۇقى كىچىكلەپ نورمال ھالىتىگە كېلىشتىن بۇرۇن باشنى تۆۋەنگە ئېگىشتۈرمەسلىك كېرەك.

كۆز يىرىڭلىق جاراھىتى

كۆز يىرىڭلىق جاراھىتى (قۇرۇھۇلئەينى) ئاساسلىق كۆزنىڭ ئەستەر پەردە، مۈڭگۈز پەردە ۋە ئۈزۈمسىمان پەردىلىرىگە پەيدا بولغان يىرىڭلىق جاراھەتكە قارىتىلغان.

سەۋەبى

بۇ ئاساسەن 4 خىلتنىڭ بىرەرسىدە نورمالسىز ئۆزگىرىشلەر پەيدا بولۇپ، ئۆتكۈر كۆيدۈرگۈچى ۋە زېدىلىگۈچى بۇزۇلغان ماددىلارنىڭ كۆز قەۋەتلىرىدە توختاپ كۆز تەبىقەلىرىنى زېدە قىلغانلىقى ۋە پۈتۈنلۈكىنى بۇزغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ھەرقايسى پەردىلەردە بولغان يىرىڭلىق جاراھەتنىڭ ئۆزىگە خاس ئايرىم بەلگىلىرى

بولىدۇ. ئەگەر يىرىڭلىق جاراھەت كۆزنىڭ ئەستەر پەردىسىدە بولسا، كۆز ئىچىدە ئۇششاق چېكىتتەك قىزىل داغلار كۆرۈلىدۇ. ئەگەر مۈڭگۈز پەردىدە بولسا، كۆز قارىچۇقىغا ئۇششاق ئاق چېكىتلەر پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ئۈزۈمسىمان پەردىدە بولسا، كۆز قارىچۇقى ئۇدۇلىغا ئۇششاق قىزىل چېكىت ۋە يىپچىلار پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قايسى خىلتنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغانلىقىنى ئېنىقلاپ شۇ خىلتنىڭ كېسەل پەيدا قىلغۇچى ماددىسىنى مۇناسىپ مۇنزىجلار بىلەن پىشۇرغاندىن كېيىن ئۇنى بەدەندىن تازىلاپ، مىزاجىنى تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق تېپىلسا قىيفال تومۇردىن قان ئېلىش بىلەن بىرگە ئىچكى تەرەپتىن مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى تەمرى ھىندى، ئىيارەجى فەيقەرا قاتارلىق دورىلار كېسەل پەيدا قىلغۇچى خىلتقا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

دەسلەپكى باسقۇچلىرىدا ھۆلبە (شۆمشە) ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى (لۇئابى) نى چىقىرىپ سىرتتىن كۆزگە تاڭسا بولىدۇ. يىرىڭلىق جاراھەت ئېغىز ئالغاندىن كېيىن شىيافى ئەبيەز، زەرۇرى ئەنزەرۇت قاتارلىق جاراھەت پۈتتۈرگۈچى دورىلارنى تۇخۇم ئېقى ياكى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن ئېزىپ كۆزگە چېپىش كېرەك.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار

بۇ مەزگىلدە قويۇق ۋە تەستە سىڭىدىغان تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش، ئېغىر جىسمانىي ھەرىكەت، قاتتىق يۆتىلىش، قۇسۇش، چۈشكۈرۈشكە ئوخشاش باشنى چىڭقالدۇرۇپ كۆز بېسىمىنى ئاشۇرىدىغان ھەرىكەتلەردىن ساقلىنىش لازىم.

كۆز قارىسىنىڭ قۇرغاقلىشىشى

كۆز قارىسىنىڭ قۇرغاقلىشىشى (خۇشۇنەتى قەرنىيە) ئاساسەن كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ قۇرغاقلىشىشى ۋە يىرىكلىشىشىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئۆتكۈر خاراكتېرلىك خىلتلارنىڭ مۇڭگۈز پەردىگە تەسىر قىلىشى، بەلغەمى شور ماددىسىنىڭ مۇڭگۈز پەردىگە تۆكۈلۈشى، ھەددىدىن زىيادە ئىستېمال قىلىنغان ئۆتكۈر ئىسسىق دورىلارنىڭ مۇڭگۈز پەردىگە تەسىر قىلىشى تۈپەيلىدىن كۆزنىڭ قۇرغاقلىشىشى كېلىپ چىقىدۇ.

گەرچە مۇڭگۈز پەردىنىڭ قۇرغاقلىققا قارشى تۇرۇش ئىقتىدارى يۇقىرى بولسىمۇ ھەمدە كۆز قاپاقلىرى ئۈزلۈكسىز يۇمۇلۇپ ئېچىلىپ كۆزنى نەمدەپ تۇرسىمۇ، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن زىيادە سەۋەبلەر تەسىرىدىن مۇڭگۈز پەردىنىڭ قۇرغاقلىققا قارشى تۇرۇش ئىقتىدارى تۆۋەنلەپ كۆزنىڭ قۇرغاقلىشىشى ھەتتا يىرىڭلىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

ھەر دائىم كۆزنىڭ ئوچۇق تۇرغان قارا قىسمى قۇرغاقلاشقاندەك بىلىنىدۇ. قۇرغاقلىق قاپاقلارنى يۇمۇپ ئاچسىمۇ ياخشىلانمايدۇ. بولۇپمۇ ئۈستۈنكى قاپاقتا يات بىر نەرسە باردەك بىلىنىدۇ. كۆز ئېچىشىپ ئىختىيارسىز ياش ئاقسىمۇ كۆزنىڭ قارا قىسمى يەنىلا قۇرغاقلىشىپ تۇرىدۇ.

داۋاسى

داۋانى ئالدى بىلەن يېمەكلىكلەر ئارقىلىق داۋالاشتىن باشلاش كېرەك. يېمەكلىكلەردىن ھۆللۈك خاراكتېرىدىكى غىزالارنى، مەسىلەن: شورپا، قوي ۋە ئۆچكە پاقالچەكلىرى، توخۇنىڭ سىڭگىرى، ياش ئۆچكىنىڭ سۈتى قاتارلىقلار سېلىنغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم.

ئەگەر تەب بولمىسا مېڭگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان شەربەتلەردىن شەربىتى نىلۇفەرنى ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. خېمىرى بىنەپشە يېيىشمۇ كۆپ مەنپەئەتلىك. باش ساھەسىنى ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان ياغلار بىلەن ياغلاش ۋە سۈت بىلەن يۇيۇش لازىم. مۇنچىغا چۈشۈش ۋە تېمىتلما دورىلارنى ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ياغلار، قىز تۇغقان ئايالنىڭ

سۈتى، ئىسبەغۇل شىرنىسى (لۇئابى) قاتارلىقلار بىلەن بىرلىكتە كۆزگە تېمىتىش كېرەك. يۇمغاقسۈت سۈيىنى ئىسبەغۇل شىرنىسى بىلەن بىللە كۆزگە تېمىتسىمۇ بولىدۇ. ئارپىدىن ئازراق ئېلىپ تۆچكە سۈتى بىلەن ئېزىپ كۆزگە چاپلىسىمۇ بولىدۇ. قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى كۈندە كۆپ قېتىم كۆزگە تېمىتسىمۇ كۆپ مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر كۆز قۇرغاقلىشىشى خىلىتلارنىڭ شورلۇق ماددىسىدىن ياكى سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولغان بولسا، شورلۇق ماددا ۋە غالىب كەلگەن سەپرا ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن بىنەپشە، قىزىلگۈل، نىلۇپەر قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گرام، سەرپىستان 6 دانە، چىلان 20 دانە، فۇلۇس مېغىزى، تەرەنجىبىنلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 60 گرام ئېلىپ قاينىتىپ تۆكا گۈلقەنتتىن 36 گرام، بادام يېغىدىن 7 گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى ماتۇلجىبن ئىچسە كۆپ مەنپەئەت قىلىدۇ. بىھى لۇئابىغا كەتىرا قوشۇپ ئازراق مىقداردىكى بىنەپشە يېغى بىلەن كۆزگە تارتسىمۇ بولىدۇ. كەپتەر باچكىسىنىڭ قانىتىنى يۇلۇپ قانات تۈۋىدىكى قاننى كۆزگە تېمىتىشنىڭ پايدىسى كۆپ.

كۆز قارىسىنىڭ يېرىلىشى

كۆز قارىسىنىڭ يېرىلىشى (شىقاقى قەرنىييە) ئاساسەن كۆز مۆڭگۈز پەردىسىنىڭ يېرىلغانلىقىغا، ئېغىر بولغاندا يېرىلىپ ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ ئازراق كۆتۈرۈلۈپ سىرتقا چىقىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆزنىڭ يېرىڭلىق جاراھىتى، مۆڭگۈز پەردىگە مۇدۇر چىقىش قاتارلىق كۆز كېسەللىكلىرى ياخشى ساقايماسلىق، تۇزلۇق نەرسىلەرنى ھەددىدىن ئارتۇق ئىستېمال قىلغانلىقتىن مۆڭگۈز پەردە بەك قۇرغاقلىشىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن مۆڭگۈز پەردە يېرىلىدۇ. خىلىتلىق ۋە خىلىتسىز ماددىلارنىڭ كۆزگە كۆرسەتكەن يامان تەسىرىنى دەفئى قىلغان مەزگىللەردە كېسەل كىشى قاتتىق چۈشكۈرۈش، كۈچلۈك ۋارقىراش ۋە يۆتىلىش، ھەمدە تۇرۇلۇش، سوقۇلۇش قاتارلىق سىرتقى زەخمىلەر تۈپەيلىدىن مۆڭگۈز

AltunOq

پەردىسىنىڭ يىرىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

مۆڭگۈز پەردىنىڭ يىرتىلىشى تۆۋەندىكىدەك بىر قانچە خىل دەرىجىدە بولىدۇ:

1. مۆڭگۈز پەردىنىڭ كۆرۈنۈپ تۇرغان سىرتقى يۈزى يىرتىلىدۇ. ئەمما، مۆڭگۈز پەردىنىڭ ئىچكى يۈزى ۋە ئۈزۈمسىمان پەردە سالامەت بولىدۇ. 2. مۆڭگۈز پەردىنىڭ سىرتقى يۈزى سالامەت بولۇپ، ئىچكى يۈزى ئاكىلە سەۋەبىدىن يىرتىلغان ياكى ئىششىغان بولىدۇ. 3. مۆڭگۈز پەردە سەل ئېغىرراق دەرىجىدە يىرتىلغان بولۇپ، ئۈزۈمسىمان پەردە يىرتىلغان جايدىن ئوخشىمىغان دەرىجىدە كۆتۈرۈلۈپ چىقىدۇ. ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ كۆتۈرۈلۈپ چىقىشى ئادەتتە 4 خىل دەرىجىدە بولىدۇ. ئۇلارنىڭ ئۆز ئالدىغا ئايرىم ـ ئايرىم ناملىرى بولىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، كۆز قارىسىنىڭ يىرتىلغانلىقىنى ئاددىي كۆز بىلەن بايقىغىلى بولىدۇ. كۆرۈش خېلى ئېغىر دەرىجىدە دەخلىگە ئۇچرايدۇ. بىمارنىڭ ئۆزىگىمۇ كۆزىدىكى غەيرىي نورماللىق ناھايىتى ئېنىق بىلىنىدۇ.

داۋاسى

داۋالاشقا ناھايىتى ئاكتىپ ئەستايىدىل پوزىتسىيە تۇتۇش كېرەك. ئۇنىڭ ئادەتتىكى داۋاسى تۆۋەندىكىدەك:

1. كۆزنىڭ يىرىڭلىق جاراھىتى، كۆزگە مۇدۇر پەيدا بولۇشنى داۋالىغان ئۇسۇل ـ چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

2. مۇۋاپىق تېپىلسا بەلگىلىك تومۇرلاردىن قان ئالسا ۋە ئىچىنى سۈردۈرسە بولىدۇ.

3. ئىچىنى سۈردۈرۈپ بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن، ئەگەر مىزاجىدا ھارارەت بولمىسا تاتلىق سۇلۇق مۇنچىدا يۇيۇنۇش ۋە ئۇنىڭدا ئۇزۇنراق تۇرۇش كېرەك. لېكىن باش ساھەسىنى ئىسسىق سۇ ياكى ئىسسىق دورىلار بىلەن قاينىتىلغان سۇ ياكى سوغۇق سۇلار بىلەن ھەددىدىن ئارتۇق زىيادە يۇيماسلىق كېرەك. باشنى ھەر خىل ياغلار بىلەن مايلىماسلىق كېرەك.

4. ئوزۇقلىنىش جەھەتتە قۇۋۋىتى يۇقىرى ئەمما سىڭىشلىك بولغان ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك تاماقلار بېرىش كېرەك. ئۇسسۇلۇقى ئۈچۈن گۈلاب، ئانار سۈيى، سېمىز ئوت

تۇرۇقنىڭ شىرىسى قاتارلىقلارنى بېرىش؛ ئەگەر ھارارەت كۈچلۈك بولسا ئارپا سۈيىنى ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك.

5. سىرتقى جەھەتتە توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقىنى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېمىتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن شىيافى ئەبيەزنى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىدە ئېرىتىپ كۆزگە تېمىتىش كېرەك.

6. كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان ئىقلىمىيا، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان قەلەينىڭ ھەر بىرىدىن 2 گرام، ئاقاقىيا، سەمغى ئەرەبنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام، قەلەي تۇپىسىدىن 1 گرام ئېلىپ، سوقۇپ رەخت ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ شىياف تەييارلاپ، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىدە ئېرىتىپ پاكىز پاختىغا تەككۈزۈپ كۆزگە قويسا بولىدۇ.

ئىسبەغۇل تۇرۇقىنىڭ لۇئابىنى گۈلاب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە سۈرتۈش ياكى پاكىز يۇمغاقسۈت سۈيى، گۈل يېغى قاتارلىقلارنى كۆزگە تەكرار سۈرتۈش ھەمدە كۆزنى پاكىز داكا بىلەن بوش تېڭىپ قويۇش كېرەك.

كۆزدە ئاغرىش كۈچلۈكرەك بولسا شىيافى ئەبيەزنى ئازراق ئەپيۇن بىلەن ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. لېكىن ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلارنى كۆزگە ھەرگىز ئىشلەتمەسلىك لازىم.

ئاغرىق پەسىيىپ، ئۆتكۈر خىلتلىق ماددىلارنىڭ ئېقىشى تۈگىشى بىلەنلا كېسەل ماددىسى پىشىشقا باشلايدۇ. بۇ چاغدا ئەنزەرۇت، ئېشەك سۈتى، ئىشاستە، ناۋات قاتارلىقلارنى تاكى قان يىرىڭ چىقىپ كەتكىچە ئىستېمال قىلىش كېرەك.

يېمەك-ئىچمەكنى ياخشى ئورۇنلاشتۇرۇشتىن سىرت ئاغرىقنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش، ئۇخلىتىش كېرەك. بەك تويۇپ غىزالانماسلىق، يەللىك تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇش، يۆتىلىش، چۈشكۈرۈش ۋە قەي قىلىشتىن ساقلىنىش ھەمدە ئىترىيفىلى سەغىرنى ئىستېمال قىلىپ بېرىش كېرەك. ئەگەر مۇسەھھىلاتلار (تازىلىغۇچى دورىلار) غا ئېھتىياج چۈشسە مەتبۇخى ھەلىلە ياكى مەتبۇخى فاۋاكىھە، ئىيارەجى فەيقەرالارنى ئىچسە بولىدۇ.

ئۈزۈمسىمان پەردە يىرتىلغان مۈڭگۈز پەردىدىن چىقىپ قالغانلىرىغا ئىلاج يوق. شۇڭا ئەڭ ياخشىسى غەربچە داۋالاش دوختۇرخانىلىرىغا يوللاپ داۋالىتىش كېرەك.

كۆز قارىسىنىڭ يىگىلەپ كېتىشى

كۆز قارىسىنىڭ يىگىلەپ كېتىشى (سەلخى قەرنىيە) ئاساسەن مۈڭگۈز پەردىنىڭ يىگىلەپ كېتىشىگە قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا كۆرۈلىدۇ.

سەۋەبى

كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا پەيدا بولىدۇ. چۈنكى كىچىك بالىلارنىڭ ھەرقايسى ئەزالىرى يۇمشاق، يۇمران ھالەتتە ھەمدە مىزاجى ئىسسىققا مايىل بولغاچقا ئۇلارنىڭ بەدىنىدە كۆرۈلگەن ئارتۇق ھارارەت ئاسانلا كۆزگە يامان تەسىر قىلىپ مەزكۇر كېسەلنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

بەزىدە كۆيدۈرگۈچى، پارقىراتقۇچى ئۆتكۈر تەسىرلىك دورىلارنىڭ بىۋاستە تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە كۆرۈنەرلىك بەلگىلىرى بولمايدۇ. ئاغرىق كۆزنىڭ قۇرغاقلىشىدىغانلىقى، قىچىشىدىغانلىقى ۋە ئېچىشىدىغانلىقىدىن زارلىنىدۇ. كېيىن تەدرىجىي ھالدا كۆز قارىسىنىڭ كىچىكلەپ كېتىۋاتقانلىقىنى بايقىغىلى بولىدۇ. ئېغىرلاشقانسېرى كۆز قارىچۇقىنىڭ تارايغانلىقى بىلىنىدۇ.

داۋاسى

بەدەندە توشقانلىق بولسا، ئالدى بىلەن مۇۋاپىق تېپىلغاندا بەلگىلىك تومۇرلاردىن قان ئېلىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن بەدەندە قايسى خىلىت غالىب بولسا، شۇ خىلىتنى تازىلاش لازىم. كۆزنى قىچىشتۇرمايدىغان شىيافى ئىپارغا ئوخشاش دورىلارنى سۈرمە

قىلىپ تارتىش كېرەك. زەرۇرى ئەنبەر، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان سەدەپنى كۆزگە سېپىش كېرەك. كۆزنىڭ يىرىڭلىق جاراھىتى، كۆزگە مۇدۇر چىقىش، كۆز قارىسى يىرىڭلىشتا قوللانغان ئۇسۇل ـ چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

قۇرۇتقۇچى دورىلاردىن پەرھىز قىلىش، ئوزۇقلۇق جەھەتتە تامقىغا قوش گۆشلىرىنى سېلىپ بېرىش، ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن گۈلاب، سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى، ئارپا سۈيى قاتارلىقلارنى ئىچكۈزۈش كېرەك.

كۆز قارىچۇقى كېسەللىكلىرى

تېبابىتىمىزدە كۆزنىڭ ئىچكى قىسمىدىكى قىرۇسمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى رۇتۇبەتى جەلىدىييە) يەنى كۆز گۆھىرى، كىرىپكسىمان چاندىر (زەۋائىدى ھۇدبىيە) لار، شىشىسىمان سۇيۇقلۇق (رۇتۇبەتى زۇجاجىيە)، بالا ھەمراھسىمان پەردە (تەبەقەئى مەشىمىييە) يەنى قان تومۇرلۇق پەردە ۋە ئۇنىڭ ئالدى قىسمى بولغان ئۈزۈمسىمان پەردە (تەبەقەئى ئىنەبىييە)، تورسىمان پەردە (تەبەقەئى شەبەكىييە) ۋە ئۇنىڭدىكى كۆز توقچىقى (قۇرسۇلبەسەرى) ھەمدە ئۇنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى سېرىق نۇقتا (نۇقتەئى زەرد) ۋە كۆرۈش نېرۋىسى (ئەسەبى مۇجەۋۋەفە) قاتارلىقلاردىكى غەيرىي نورمال ئۆزگىرىشلەردىن كېلىپ چىققان كۆز كېسەللىكلىرىنى كۆز قارىچۇقى كېسەللىكلىرى قاتارىغا كىرگۈزىدۇ.

كۆزنىڭ بۇ ئەزالىرى كۆرۈش خىزمىتىدە ئوخشىمىغان دەرىجىدە مۇھىم رول ئوينىغاچقا ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر، خىلتلىق-خىلتسىز مىزاج ئۆزگىرىشلىرى ۋە روھ-قۇۋۋەتلەرنىڭ نورمالسىزلىنىشىدىن ئۇلاردا سادىر بولغان مىزاج، شەكىل ۋە ھالەت جەھەتتىكى نورمالسىزلىقلار ۋە كۆز كېسەللىكلىرى كۆزنىڭ كۆرۈشىگە بىۋاسىتە ھالدا ئېغىر دەرىجىدە تەسىر يەتكۈزىدۇ. مەسىلەن، كۆز ئاجىزلىقى (زەئىفۇلبەسەرى)، كۆز كۆرمەسلىك (بوتلانى بەسەر)، ئالغايلىق (ھەۋەل)، نامازشام قارىغۇسى (شەبكورى)، كۈندۈزى كۆرمەسلىك (رۇزكۇرى)، كۆزنىڭ يورۇقلۇقلاردىن قېچىشى (بوغزۇلئەينى)، كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى (ئىنتىشارۇلبەسەرى)، كۆز قارىسىنىڭ پولتىيىپ چىقىشى (مۇرسەرەج)، كۆز قارىچۇقىنىڭ كېڭىيىشى (ئىتتىساتى مۇجەۋۋەفە)، كۆز قارىچۇقىنىڭ تارىيىشى (زەيقى سوقبەئى ئىنەبىييە)، كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ)، كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش (خىيالات) قاتارلىقلاردا كۆزنىڭ نەرسىلەرنى نورمال، روشەن ياكى تولۇق كۆرمەسلىكى كېلىپ چىقىدۇ. شۇڭا ئۇلاردىكى نورمالسىزلىق ۋە كېسەللىكلەرنى داۋالاش باشقا كۆز كېسەللىكلىرىگە قارىغاندا ئاساسلىق ئورۇندا تۇرىدۇ ۋە ئىنتايىن مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

كۆز قارىچۇقىغا تەئەللۇق كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاش جىددى ۋە ئىنچىكىلىكنى تەلەپ قىلىدۇ. شۇڭا ئۇلارنى داۋالاشتا مەسئۇلىيەتچان، ئەستايىدىل ۋە ئىلمىي پوزىتسىيە

تۇتۇش لازىم. بەزىلىرىدە ئىچكى جەھەتتىكى داۋالاشنى چىڭ تۇتۇپلا قالماي، بەلكى سىرتقى جەھەتتىكى داۋالاشنى بولۇپمۇ دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن داۋالاشنى زىچ ماسلاشتۇرۇش كېرەك. ئىچكى جەھەتتە داۋالاشتا كېسەل ماددىسىنى پەرق ئېتىش ۋە مىزاجىنى ئوڭلاشقا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش، كۆزنى ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلارنى مۇۋاپىق تۈردە ئىشلىتىشنى ئاساس قىلىش لازىم. مەسىلەن، كۆز ئاجىزلىقى، كۆز كۆرمەسلىك، نامازشام قارىغۇسى ۋە كۈندۈزى كۆرمەسلىك، ئالغايلىق، خىيالات قاتارلىقلار. سىرتقى جەھەتتە داۋالاشتا يەرلىك ئورۇنغا دورا ئىشلىتىشنى مۇۋاپىق كۈچەيتىپلا قالماي، بەلكى دەستكارلىق ئۇسۇلىنى شەرت ـ شارائىتنى كۆزدە تۇتقان ھالدا بىرلەشتۈرۈپ ئېلىپ بېرىش لازىم. مەسىلەن، كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ)، كۆزگە ئاق چۈشۈش (بەيازۇلئەينى)، كۆز قارىسى پولتىيىپ چىقىش قاتارلىقلار. دەستكارلىق ئەمەلىيىتىنى ئېلىپ بېرىشتا مەزكۇر كېسەللىكلەردە دەستكارلىق زۆرۈرىيىتى ھازىر بولغان بولۇپلا قالماي، بەلكى ئاغرىقتا بولۇشقا تېگىشلىك بەزى شەرتلەر ھازىر بولغان بولۇشى، شارائىت تولۇق بولۇشى، (شارائىت بولمىسا غەربچە داۋالاش ئورۇنلىرىغا يوللىشى) ھەمدە تېۋىپ دەستكارلىق مەشغۇلىيەتلىرىگە پىشقان بولۇشى لازىم. چۈنكى كۆز قارىچۇقىدىكى دەستكارلىققا تەئەللۇق كېسەللىكلەر مۇرەككەپ بولۇپلا قالماي، بەلكى دەستكارلىق باسقۇچلىرىمۇ ناھايىتى مۇرەككەپ. دەستكارلىق ئۇسۇلىنى قوللىنىشتىن بۇرۇن بەدەننى تەنقىيە قىلىش، ئوپېراتسىيىدىن كېيىن مەلۇم مەزگىل كۆز پەرۋىشىنى ئالاھىدە چىڭ تۇتۇش، بولۇپمۇ ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈش، قاتتىق ۋارقىراش، يۆتىلىش، چۈشكۈرۈش ۋە باشنى تۆۋەنگە ئېگىشتۈرۈشتىن ساقلىنىش، ياخشى ئارام ئېلىش كېرەك. يېمەك ـ ئىچمەكنى رەتكە سېلىش، ئوزۇقلىنىشنى كۈچەيتىش، ئوزۇقلۇق قىممىتى يۇقىرى ئەمما ئاسان سىڭىدىغان غىزالارنى ئىستېمال قىلىش لازىم.

كۆز ئاجىزلىقى

كۆز ئاجىزلىقى (زەئفۇلبەسەرى) ھەر خىل ئىچكى ۋە تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچى تەدرىجىي ئاجىزلاپ، نورمال كۆرەلمەيدىغان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆرۈش ئالەتلىرىنىڭ زەرەرلىنىشى (كۆز سۇيۇقلۇقلىرىنىڭ نورمالسىزلىنىشى) يەنى ئازىيىش، كۆپىيىش، قويۇقلۇش-سۇيۇلۇشى، كۆز قەۋەتلىرىدىكى بىرەر كېسەللىك ئاسارىتى، بالا ھەمراھىسىمان پەردە يەنى رەڭدار پەردە ۋە تۇخۇم ئېقىسىمان سۇيۇقلۇقنىڭ نورمالسىزلىنىشى، كىرىپىكسىمان چاندىرلارنىڭ نورمالسىزلىنىشى، سېرىق نۇقتىنىڭ زەخىملىنىشى قاتارلىقلار ۋە مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدا ئومۇمىي بەدەنگە ھۆللۈك، قۇرۇقلۇق، ئىسسىقلىق، سوغۇقلۇققا ئوخشاش كەيپىياتلار خىلتلىق ياكى خىلتسىز ھالدا ئۆزگىرىپ، بىرەرسى كېمىيىپ ياكى غالىب كېلىپ كۆز ئاجىزلىقىغا سەۋەب بولىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ھەزىم نورمالسىزلىنىش، سۈيىتى تۆۋەن، يېرىك ۋە غەلىيىز يېمەكلىكلەرنى ئۇزۇن مۇددەت ئىستېمال قىلىش، جىنسىي ئالاقىنى كۆپ قىلىش، ئېغىر دەرىجىدىكى كەم قۇۋۋەت، كەم قانلىق، ئەقلىي ئەمگەك بىلەن كۆپ شۇغۇللىنىش، يورۇقلۇقى كەم شارائىتتا كىتابنى جىق كۆرۈش، خەتنى كۆپ يېزىش، كۆرۈش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. قېرىلىق، مەس قىلغۇچى نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئوزۇقلۇق ماددىلار كەمچىل بولۇش، ئۇزۇن مۇددەت ئۆتكۈر نۇرلۇق ياكى قارغا ئوخشاش نۇر قايتۇرغۇچى نەرسىلەرگە بىۋاستە قاراش ۋە بەزى نەزلە، زۇكام، مېڭە كېسەللىكلىرى قاتارلىقلار تەدرىجىي ھالدا كۆرۈشنىڭ ئاجىزلىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

كۆزنىڭ كۆرۈشى ناچارلىشىپ نەرسىلەرنى ئېنىق، توغرا كۆرەلمەسلىك ئاساسلىق ئالامەت بولىدۇ. بەزىلەردە كۆز قارىچۇقىنىڭ چوڭ ياكى كىچىكلىكى مەلۇم بولىدۇ. بۇ نۇر ئۆتكۈزگۈچى تۆشۈكنىڭ كېڭەيگەن ياكى تارايغانلىقىنىڭ ئىپادىسى. ئەگەر قارىچۇقنىڭ رەڭگى ئاق ياكى دۇغلاشقان بولسا، نۇر ئۆتكۈزگۈچى تۆشۈككە يېڭىدىن سۇ چۈشكەنلىك ياكى كۆپ ئىچى سۈرۈپ سۇيۇقلۇق يوقاتقانلىق، قان يوقاتقانلىق، كۆپ جىنسىي ئالاقە قىلغانلىقنىڭ بەلگىسى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر كۆزگە پاشا، چىۋىن، چاڭ-توزانغا ئوخشاش نەرسىلەر كۆرۈنسە مۈڭگۈز پەردە، تۇخۇم ئېقىسىمان سۇيۇقلۇقلارنىڭ قويۇق، قېلىنلىشىپ قالغانلىقىنىڭ بەلگىسى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

ئەگەر بەدەن ئورۇق، تومۇرى ئىنچىكە قاتتىق سالسا كۆزلىرى ئولتۇرۇشۇپ كەتسە جىگەر، ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان كۆز ئاجىزلىقى ئىكەنلىكىدىن دېرەك بېرىدۇ.

ئەگەر سىرتقى جەھەتتىن بىر قاراشتىلا كۆزنىڭ چوڭ-كىچىكلىك ھەجمىدە ئۆزگىرىش بولمىسا ياكى قىزىرىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلمىسە ئاز-ئازدىن ياش ئېقىپ، كۆزنىڭ بۇرۇن تەرەپ بۇرجىكىدىن پات-پات بۇغدايدەك قويۇق چاپاق چىقسا، بۇ كۆپىنچە تاماق ھەزىم بولۇشنىڭ ناچارلىقى، جىنسىي ئالاقىنى كۆپ قىلىش، تاماق ئۈستىگە تاماق يەپ تولا كېكىرىشلەر تۈپەيلىدىن كۆز ئاجىزلىقى پەيدا بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا بىمارلاردىن تەپسىلىي سوراش ئارقىلىق ئىلگىرىكى كېسەللىك تارىخىنى سۈرۈشتە قىلىش، ئۇبدان مۇھاكىمە قىلىش ئارقىلىق بەلگىلىرىنى تەپسىلىي ئايرىش لازىم.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبىنى تېپىپ، سەۋەبىنى تۈگىتىشكە ئامال قىلىش كېرەك. ماددىدىن بولغان بولسا، ماددىنى پىشۇرۇش، تازىلاش، تەڭشەش، ئۇنىڭدىن كېيىن شۇ ئەزانى قۇۋۋەتلەپ ئەسلىگە كەلتۈرۈش لازىم.

خىلتنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ھەر بىر خىلتقا مۇناسىپ ھالدا مەتبۇخى ھەلىلە، شەربىتى بىنەپشە بېرىلىدۇ. تازىلاش ئۈچۈن ئىيارەجى پەيقەرا، ھەبىي زەھەب، ھەبىي شەبيار، ھەبىي قوقىيالار بېرىلىدۇ.

قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن ئىترىيفىلى بادىيان، سۇفۇفى ئامىلە بېرىلىدۇ. تۇرۇپ، چامغۇرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ناۋات بىلەن يۇمغاقسۈت، كاسنىنى سوقۇپ بېرىش لازىم. سىرتتىن كۆھلى روشنائى، كۆھلى باسلىقۇن ئىشلىتىلىدۇ.

كۆرۈش ئاجىزلىقى ئىسسىقتىن بولغانلارغا سىرتقى جەھەتتە بىنەپشە ۋە نىلۇفەر يېغى قاتارلىق سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن باشنى ياغلاش، تاتلىق بادام يېغىنى كۆزگە تېمىتىش كېرەك. چىلاننى قاينىتىپ ئىچكۈزسىمۇ ئۇبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

سوغۇقتىن بولغانلارغا پاقلان ۋە مېكىيان توخۇ گۆشىنى كاۋاپ قىلىپ قوۋزاق دارچىن قاتارلىق ئىسسىق دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ يېيىش، ياسمەن يېغىنى بۇرۇنغا تېمىتىش، ئىسسىق دورىلار سۈيى بىلەن يۇيۇنۇش ياكى ھورىدا باشنى تەرلىتىش لازىم. بادىيان، بادىيان يىلتىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، پەرسىياۋشان، ئۇستۇخۇددۇس قاتارلىقلارنى ناۋات

بىلەن قوشۇپ قايىنتىپ بەرسە تېخىمۇ ياخشى. كۆزگە پاشا، كۆمۈتىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك بىلىنىدىغان كۆرۈش زەئىپلىكىدە مەئجۇنى ۋەج قاتارلىقلارنى مەلۇم ۋاقىت ئىستېمال قىلىش كېرەك.

كۆرۈشنىڭ ئاجىزلىشىشى قېرىلىق ياكى بەدەن ئاجىزلىقتىن بولغان بولسا ھەببى شەبيار، ھەببى قوقىيا، ماددە تۇلھايات، ئىترىفىلى كەبىر، شەربىتى ماتۇلئەسەل قاتارلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، سىرتىدىن كۆھلى جەۋاھىر ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر، باشقا كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن بولغان بولسا شۇ كېسەللىنى داۋالاش بىلەن بىرگە كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ھەرخىل سەۋەبلەردىن بولغان كۆرۈشنىڭ ئاجىزلىقىغا كۆھلى جەۋاھىرنىڭ ئۈنۈمى ياخشى.

كۆھلى جەۋاھىر

سۈرمە 16.2 گرام، تۇتىيا 0.8 گرام، بىخ مارجان، مىرقەششا ھەر بىرى 5.4 گرام، مەرۋايىد 18.6 گرام، سازەج ھىندى 2.6 گرام، ئىپار 0.5 گرام. دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق ئېزىپ يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان ياسىلىدۇ. كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ ئەتىگەن-كەچتە مەخسۇس پىلتىكۈچ بىلەن كۆزگە تارتىلىدۇ.

پەرھىزى

ئادەتتىكى ۋاقىتلاردا كۆزنى ياخشى ئاسراش ۋە مۇۋاپىق ئارام ئالدۇرۇش، ھاراق، تاماكا، مەس قىلغۇچى دورا قاتارلىقلاردىن قاتتىق ساقلىنىش، ھەرخىل يەللىك، غەلىز تاماقلاردىن پەرھىز قىلىپ، ئاسان ھەزىم بولىدىغان، ئوزۇقلۇق قىممىتى يۇقىرى يېمەكلىكلەر بىلەن ئوزۇقلىنىش كېرەك. قورساقنى تويغۇزۇپلا ئۇخلاش كۆزگە ناھايىتى زىيانلىق. جىگەر كاۋاپلىرى، بولۇپمۇ موزاي جىگىرى، قوي جىگىرىنى چالا كاۋاپ قىلىپ ئۇزۇن مۇددەت ئىستېمال قىلىش، بېلىق يېغى ئىچىش كۆرۈنەرلىك ئۈنۈمگە ئىگە.

كۆز كۆرمەسلىك

كۆز كۆرمەسلىك (بۇتلانئۇلبەسەرى) ئىچكى-تاشقى ھەرخىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن

كۆرۈش كۈچى ئاجىزلاپ، تەدرىجىي ھالدا بىر كۆز ياكى ئىككىلا كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچى پۈتۈنلەي يوقىلىپ كۆرمەس بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

خىلتلارنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشلىرى تۈپەيلىدىن كۆزنىڭ ھەرقايسى پەردىلىرىگە قىسمەن نورمالسىز قويۇق ماددا ۋە ھۆللۈكلەر يىغىلغانلىقى ياكى تۇخۇم ئېقسىمان سۇيۇقلۇقنىڭ نورمال ھۆللىكىنى قويۇلدۇرۇپ، دوغلاشتۇرۇپ كۆز نۇرىنى توسقانلىقىدىن كۆز بىراقلا كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ.

بەزى كىشىلەر ئۇزۇن مۇددەت قاراڭغۇ جايدا ئولتۇرغانلىقتىن كۆزنىڭ نۇر ئۆتكۈزگۈچى تۆشۈكى (قارىچۇقى) بەك كېڭىيىپ، سۇيۇقلۇقلار قويۇلۇپ كۆز خىزمىتى ئېغىر دەرىجىدە تۆۋەنلەيدۇ. بىردىنلا يورۇقلۇققا چىقسا، يورۇقلۇقنىڭ قاتتىق تەسىرىدىن نۇر ئۆتكۈزگۈچى تۆشۈك توساتتىن ناھايىتى بەك تارىيىپ كېتىپ ياكى كۆز پائالىيەتلىرىنى قاتتىق بۇزۇپ كۆز بىراقلا كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش ئۆتكۈر نۇرغا ھەددىدىن زىيادە تىكىلىپ كۆپ قاراشمۇ مەلۇم مەزگىللىك كۆز كۆرمەسلىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزى كىشىلەردە كۆزگە سۇ چۈشۈش، كۆز كۆرۈش كۈچىنىڭ ئاجىزلىشىشى قاتارلىق كېسەللەرنىڭ قايسى بىرى كۈچىيىپ ئاخىرقى باسقۇچقا يەتكەندە كۆز پۈتۈنلەي كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ. جىگەر خىزمىتى بۇزۇلغان ياكى جىگەرگە قاتتىق زەربە يەتكەن ئەھۋاللاردىمۇ كۆرۈش ۋاقتىنچە توسۇلۇپ ياكى غۇۋالىشىپ قالىدۇ.

ئالامىتى

بىمارنىڭ كۆزى كۈندۈزى ياكى قاراڭغۇدىكى نۇرلاندۇرۇلغان جايلاردىمۇ نەرسىلەرنى ئوچۇق، ئېنىق كۆرمەيدۇ ياكى پۈتۈنلەي كۆرەلمەيدۇ.

خىلتلارنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشلىرى تەسىرىدىن بولغان بولسا، شۇ خىلتقا خاس بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ ياكى كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىگە زىيان يەتكۈزىدىغان ھەرخىل ئىچكى - تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن بولسا، شۇ ئامىلغا مۇناسىپ ھالدىكى ئالامەت ياكى كېسەل تارىخى بولىدۇ. مەسىلەن، ئەگەر باش قىسمىغا بىرەر نەرسە تېگىش، يىقىلىش ياكى مېڭىنىڭ باشقۇرۇش خىزمىتىگە تەسىر قىلىشتەك ھادىسىلەر

تۈپەيلىدىن پەيدا بولغان بولسا كۆز ئىششىش، چىڭقىلىش بەزىدە كۆز پولتىيىش، باش ئاغرىش، قۇلاق غوڭۇلداشتەك ئالامەتلەر سەۋەبىنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكىگە قاراپ ئوخشىمىغان دەرىجىدە كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

ئەگەر كۆزنىڭ كۆرمەسلىكى بەزى قويۇق ماددىلارنىڭ تور ئۆتكۈزگۈچى تۆشۈكىنى تارايتىشى، توسۇشىدىن بولغان بولسا، ماددىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن سىركەنجىبىن بۇزۇرى، سىركەنجىبىن ئەنسىلى (تاغ پىيىزى)، شەربىتى ئۇستۇخۇدۇسلار بادىيان سۈيى ياكى بادىيان ئەرىقى بىلەن قوشۇپ بېرىلىدۇ.

تازىلاش، تۇسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج، ھەببى قوقىيا، ھەببى شەبيار قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. گۈلقەنتنى بادىيان سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇش، شەربىتى ئۇستۇخۇدۇس ئىچكۈزۈش لازىم.

ئەگەر ئۇزۇن مۇددەت قاراڭغۇ جايدا ئولتۇرۇش ياكى ئۆتكۈر نۇرغا قاراشتىن كۆرمەس بولۇپ قالغان بولسا، داۋالاشتا كېسەل كىشىنى بەك يورۇقمۇ ئەمەس، بەك قاراڭغۇمۇ ئەمەس نورمال جايدا ئولتۇرغۇزۇپ كۆز ئۇدۇلىغا كۆك رەڭلىك بىر پارچە رەختنى ئېسىش ۋە يەنە قوغۇشۇننى ئۇششاق ئېكەكلەپ قاچىغا ئېلىپ كۈندە بىر قانچە قېتىم قارىتىش لازىم. سىرتتىن كۆھلى روشنائى، شىيافى مىراراتلارنى كۆزگە تارتىش لازىم.

كۆزگە سۇ چۈشۈش، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىقىنىڭ ئاخىرقى باسقۇچىدا پەيدا بولغان كۆرمەسلىك كېسەللىكىنى داۋالاپ ساقايتىش تەس. شۇنداقتىمۇ ئەسلي كېسەلنى داۋالاپ ساقايتىشقا تىرىشىش كېرەك.

كۆزگە زىيانلىق تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش ۋە جىنسىي ئالاقىنى كۆپ قىلىش، باشقا ئېغىر جىسمانىي ئەمگەك ۋە باشقا زىيانلىق ھەرىكەتلەر بىلەن شۇغۇللىنىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئالغايلىق

ئالغايلىق (ھەۋەل) ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كۆز قارىسىنىڭ بىر تەرەپكە

سىڭايان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان. بۇنىڭدا ئادەتتە بىر نەرسە ئىككى كۆرۈنىدۇ. مەزكۇر كېسەل خەلق ئارىسىدا ئالغاي دەپ ئاتىلىدۇ، كىچىك بالىلاردا كۆپرەك، چوڭلاردا ئاز ئۇچرايدۇ. چوڭلاردىكى ئالغايلىق كۆپىنچە بالىلىق ۋاقتىدىكى ئالغايلىق ساقايماي ئاسارەت قالغانلىقتىن بولىدۇ.

سەۋەبى

كۆز قارىسى ھەر خىل يامان تەسىرلەر تۈپەيلىدىن ئوڭ- سول، يۇقىرى- تۆۋەن تەرەپلەرنىڭ بىرەرسىگە سىڭايان بولۇپ قېلىپ، بىر نەرسىنىڭ ئىككى كۆرۈنۈشىگە سەۋەب بولىدۇ. بۇ كۆپىنچە كۆز يۇملىقىنى نورمال ئىككى تەرەپكە تارتىپ تۇرغان پەي- گۆشلەردىن بىرەرسىنىڭ بوشاپ كەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ ياكى مەزكۇر گۆشنىڭ تۇغما ھالدا تولۇق تەرەققىي قىلمىغانلىقىدىن بولىدۇ.

كىچىك بالىلاردىكى سەۋەب ئاساسەن 3 خىل بولىدۇ:

1. بالىلار بۇرۇن سەرسام (مېڭە پەردە ياللۇغى)، سەرئى، دۆلىنىش قاتارلىق كېسەللەر ياكى يۇقىرى قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىغان مەزگىللەردە كۆزنىڭ قەۋەت پەردىلىرى ياكى كۆز يۇملىقىنى تارتىپ تۇرغۇچى پەي گۆشلىرىنىڭ بىرەرسى تارتىشىپ كۆز بىر تەرەپكە مايىل بولۇپ قالىدۇ.

2. ئانىلار بالىنى نورمال تەربىيىلىمەي، داۋاملىق بىر تەرەپ بىلەن سۈت ئېمىتىپ ئادەتلەندۈرۈپ قويغانلىقتىن بالا شۇ تەرەپكە ئۆگىنىپ قېلىپ، شۇ تەرەپچە ئۇخلاش، سۈت ئېمىش ھەتتا يىغلىسىمۇ شۇ تەرەپكە قاراپ يىغلاشقا ئادەتلىنىپ قېلىپ ئالغاي بولۇپ قالىدۇ.

3. كىچىك بالا ئۇخلاپ ياتقاندا ياكى بىخەۋەر تۇرغاندا ئۇشتۇمتۇت قاتتىق ئاۋازدىن بىراقلا چۆچۈپ بىر تەرەپكە قاراش بىلەن كۆز يۇملىقىنى تارتىپ تۇرغۇچى گۆش پەيلەردىن بىرەرسى بىر تەرەپكە مايىل بولۇپ تارتىشىپ قالغانلىقتىن ئالغاي بولۇپ قالىدۇ.

4. بەدەندىكى ھۆللۈك ۋە سوغۇقلۇق ئېشىپ كېتىپ كۆز يۇملىقىنى نورمال تۇتۇپ تۇرغۇچى گۆش- پەيلەرنى بوشاشتۇرغانلىقتىن كۈچلۈكرەك كەلگەن گۆش- پەي كۆز يۇملىقىنى بىر تەرەپكە تارتىپ كېتىپ ئالغايلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

كېسەل بالىنىڭ كۆز قارىسى بىر تەرەپكە، كۆپ ھاللاردا ئىچكى تەرەپكە مايىلراق بولۇپ قالىدۇ. كۆز ئېقى ئادەتتىكىدىن چوڭراق كۆرۈنىدۇ. كۆپىنچە بىر كۆز، ئايرىم ھاللاردا ئىككىلا كۆز ئالغاي بولۇپ قالىدۇ. باشقىلارغا ئالغاي بولۇپ قاپتۇ دېگەندەك مەلۇم بولىدۇ. نەرسىلەر قوش كۆرۈنىدۇ.

داۋاسى

ئەگەر باشقا كېسەللەرنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا، ئالدى بىلەن شۇ كېسەلنى داۋالاشنى ئاساس قىلىش بىلەن بىرگە ئالغايلىقنى قوشۇمچە داۋالاش كېرەك. سەۋەب بولغان كېسەل ساقايسا ئالغايلىق ئومۇمەن ياخشىلىنىپ كېتىدۇ.

كىچىك بالا بۆشۈكتە داۋاملىق بىر تەرەپكە قاراپ كۆنۈپ قالغانلىقتىن بولغان بولسا، قارشى تەرەپكە قىزىل رەڭلىك بىر نەرسىنى ئېسىپ قويۇپ بالىنى شۇ تەرەپكە كۆپرەك قاراشقا ئۈندەش ئارقىلىق ئالغايلىقنى ئاستا-ئاستا تۈزەش كېرەك. چۈنكى بالىلارنىڭ ئەزا-توقۇلمىلىرى يۇمشاق بولغانلىقتىن تەسىراتنى ئاسانلا قوبۇل قىلىدۇ. كىچىك بالىلارنى نامۇۋاپىق ئادەتلەر ۋە بەزى ئېغىر تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇپ نورمال تەربىيىلەش لازىم. كۆزنى تۇتۇپ تۇرغۇچى پەيلەرگە ھۆللۈك ياكى سوغۇقلۇق يەتكەندىن كېلىپ چىققان ئالغايلىق بولسا، بوشاپ كەتكەن پەينى چىڭىتىشنىڭ ئامالىنى قىلىش كېرەك.

ئالغايلىق چوڭ كىشىلەردە كۆرۈلسە ئۇنىڭ ئۆزىگە خاس 3 خىل سەۋەبى بولىدۇ:

1. ئېغىر يۇقۇملۇق كېسەللەر تەسىرىدىن ياكى كۆز يۇمىلىقىنى نورمال تۇتۇپ تۇرغۇچى گۆش پەي توقۇلمىلىرىغا قۇرۇقلۇق يەتكەنلىكتىن كۆز بىر تەرەپكە قىسمەن تارتىلىپ سىڭايان بولۇپ قالىدۇ.

2. كۆز يۇمىلىقىنى تۇتۇپ تۇرغۇچى گۆش پەيلەرنىڭ بىرەرسى ھۆللۈكتىن بوشاپ كېتىپ قارشى تەرەپتىكى پەينىڭ تارتقانلىقىدىن كۆز بىر تەرەپكە مايىل بولۇپ قالىدۇ.

3. گال قاتتىق بوغۇلۇش، باش قاتتىق سىلكىنىش، سىقىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كۆزنىڭ پەردە ۋە سۇيۇقلۇقلىرىدىن بىرەرسى ئۆز جايىدىن قوزغىلىپ بىر تەرەپكە مايىل بولۇپ قالسا، كۆز ئالغاي بولۇپ بىر نەرسىنى ئىككى كۆرىدىغان بولۇپ قالىدۇ.

ئالامىتى

يۇقۇملۇق كېسەللەر ياكى قۇرۇقلۇق تەسىرىدىن بولغان ئالغايلىقتا كۆز بىر ئاز قىسىلىپ بەزىدە يۇمۇلۇپ قالغاندەك بولىدۇ، ياش ئاقماي قۇرۇق بولىدۇ. ئالغايلىق ئەگەر ھۆللۈكتىن، كۆز يۇملىقىنى تۇتقۇچى گۆش پەيلىرى بوشاپ كەتكەنلىكتىن بولغان بولسا كۆزنىڭ بىر تەرەپكە مايىللىقى ئېغىرراق بولىدۇ، ياش كۆپرەك ئېقىپ، سوغۇق ھاۋادا كۆچىيىپ قالىدۇ. ئەگەر كۆز سۇيۇقلۇقى بىرەر سەۋەبتىن ئۆز جايىدىن قوزغالغانلىقىدىن بولسا كۆز داۋاملىق ھەرىكەت قىلىپ، قاپاق تارتقاندەك سېزىلىدۇ، ياش ئاقىدۇ.

داۋاسى

قۇرۇقلۇقتىن بولغان ئالغايلىقنى داۋالاشتا ھۆللەشتۈرگۈچى دورىلارنى قايناتىپ سۈيىنى پېشانىسىگە سۈرتۈش، تىرىپىنى چېكىگە تېگىش، شۇنىڭدەك بىنەپشە يېغى، قىز تۇغقان ئايال سۈتى قاتارلىقلارنى كۆز ۋە بۇرۇنغا تېمىتىش لازىم.

كۆز يۇمىلىقىنى تۇتقۇچى گۆش پەيلەر بوشاپ كەتكەنلىكتىن بولغان ئالغايلىقنى داۋالاشتا ئارتۇقچە ھۆللۈكنى تازىلاش، ھەبىي ئىيارەج، ھەبىي قوقىيا قاتارلىق دورىلارنى ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىش لازىم. مامىرانچىننى ئەرىقى بادىيانغا چىلاپ سۈيىنى كۆزگە تېمىتىش كېرەك.

ئەگەر بىرەر سۇيۇقلۇق ئۆز جايىدىن قوزغالغان بولسا، سەۋەبىنىڭ ئېغىر-يەڭگىللىكىگە قاراپ تەدبىر قوللىنىش لازىم. ئەگەر بىماردا قىزىتما بولمىسا ئېشەك سۈتىنى ھۆل تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ئىچۈرسە بولىدۇ. كالا سۈتىنى بادام يېغىغا قوشۇپ ئىچكۈزسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

نامازشام قارىغۇسى

نامازشام قارىغۇسى (شەب كورى، ئەشائ) بىمارنىڭ كۆزى كۈندۈزى نەرسىلەرنى نورمال كۆرسىمۇ كۈن ئولتۇرۇپ قاراڭغۇ چۈشكەنسېرى نورمال، تولۇق كۆرەلمەسلىككە ياكى پۈتۈنلەي كۆرەلمەسلىككە قارىتىلغان. مەزكۇر كېسەللىك خەلق ئارىسىدىنمۇ نامازشام

قارىغۇسى دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

مېڭىدىن چۈشكەن ھۆللۈك ياكى ئاشقازاندىن تۆرلىگەن قويۇق يەل ياكى ھەر خىل باشقا سەۋەبلەردىن پەيدا بولغان ئارتۇقچە ھۆللۈكنىڭ كۆز تۇخۇم ئېقسىمان سۇيۇقلۇقى (روتۇبەتى بەيزىييە) غا يامان تەسىر كۆرسىتىپ ئۇنى قويۇلدۇرۇپ قويغانلىقىدىن كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىشىپ پەيدا بولىدۇ. شۇڭا مەزكۇر كېسەللىك كۈندۈزى يورۇقلۇق ياكى كۈن نۇرىنىڭ تەسىرىگە ئۇچرىسىلا قويۇلۇپ قالغان كۆز تۇخۇم ئېقسىمان سۇيۇقلۇقى سۇيۇقلىشىپ يەنىلا نەرسىلەرنى ئوخشاشلا ياخشى كۆرىدۇ.

مەزكۇر كېسەللىك بىرلەمچى ۋە ئىككىلەمچى بولىدۇ. ئىككىلەمچى بولغانلىرى كۆپىنچە ئوزۇقلىنىش خاراكتېرلىك بولىدۇ. يەنى بەدەندە ئوزۇقلۇق ماددىلارنىڭ يېتىشمەسلىكى، ئومۇمىي بەدەننىڭ زەئىپلىكى، ياشانغانلىق ۋە جىگەرنىڭ ئاجىزلىقىدىن كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچى تەدرىجىي ھالدا ئاجىزلىشىپ نامازشام قارىغۇسى كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ئاغرىقنىڭ كۆزى كۈندۈزى نەرسىلەرنى نورمال كۆرىدۇ. كۈن ئولتۇرۇپ گۇگۇم چۈشۈشكە ئەگىشىپ نەرسىلەرنى بارغانسېرى روشەن كۆرەلمەيدۇ. كەچ كىرىشى بىلەنلا بەزى ئاغرىقلار دەسلەپتە ئىنچىكە، ئۇششاق نەرسىلەرنى كۆرەلمىسىمۇ ئادەتتىكى نەرسىلەرنى پەرق ئېتەلەيدۇ. كېيىنچە ئادەتتىكى نەرسىلەرنىمۇ كۆرەلمەس بولۇپ قالىدۇ. بەزىلىرى ھەتتا يۇلتۇزنىمۇ كۆرەلمەيدۇ. ئەتىسى تاڭ ئاتقاندىن كېيىن نەرسىلەرنى يەنىلا نورمال كۆرۈۋېرىدۇ. كۆزنى سىرتقى جەھەتتە تەكشۈرگەندە باشقا نورمالسىز ئۆزگىرىشلەر كۆرۈلمەيدۇ. مەزكۇر كېسەللىك كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا كۆپرەك كۆرۈلىدۇ. ئادەتتە ئاقىۋىتى ئانچە ئېغىر ئەمەس.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبچى بولغان ئامىلنى ئېنىقلاپ شۇ سەۋەبنى چەكلەش ۋە يوقىتىش كېرەك. قايسى خىلتنىڭ نورمالسىزلىنىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، شۇ خىلتنىڭ

Altunoq

كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغان ماددىسىنى تازىلاپ، خىلتنى تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج، مەئجۇنى ۋەج، مەتبۇخى ھەلىيلە، ئەرىقى بادىيانلار ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ. قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، مۇۋاپىق تېپىلغاندا قىيفال تومۇردىن قان ئېلىشنى ئويلاشسا بولىدۇ.

قويۇق يەللەر (بۇخارات) نىڭ كۆز تۇخۇم ئىبقىسىمان سۇيۇقلۇقىنى قويۇقلاشتۇرغانلىقىدىن كېلىپ چىققان نامازشام قارىغۇسىنى داۋالاشتا:

1. قارىمۇچ، كۈندۈش، قۇندۇز قەھرى، سەبرى قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ بۇرۇنغا تارتىش ئارقىلىق چۈشكۈرتۈپ، نورمالسىز ھۆللۈك ۋە بۇخاراتلارنى تازىلاش لازىم.

2. جەرەن ياكى قوتازنىڭ جىگىرىدىن 100 گرام ئېلىپ توغراپ، ئۇنىڭغا 10 گرام ئارپا بادىيان ۋە 5 گرام پىلپىل قوشۇپ، بىر كىلوگرام مىقدارىدىكى سۇدا قاينىتىپ، ھورىغا باش-كۆزنى تۇتۇپ ھورداپ بىر قانچە قېتىم تەرلەتسە مەزكۇر كېسەللىككە پايدا قىلىدۇ.

3. 1 گرام ھەسەلنى 3 گرام ئارپا بادىيان سۈيى بىلەن تەڭشەپ كۆزگە تارتىش كېرەك.

4. تاغ تېكىسىنىڭ جىگىرىگە 5 گرام سوقۇلغان قارىمۇچ سېپىپ ياكى قارىمۇچقا بىر ئاز ئارپا بادىيان قوشۇپ بىرگە سوقۇپ جىگەرگە سېپىپ جىگەرنى ئوتتا قويۇپ، جىگەرنىڭ ھۆللۈكى تارتىلغاندىن كېيىن قۇرۇتۇپ يۇمشاق ئېزىپ كۆزگە تارتسا ناھايىتى تېز تەسىر كۆرسىتىدۇ. ئوزۇقلۇق ماددىلارنىڭ يېتىشمەسلىكى، بەدەننىڭ زەئىپلىكى، ياشانغانلىق ۋە جىگەرنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئوزۇقلۇقنى كۈچەيتىش، بەدەننى كۈچلەندۈرۈش بىلەن بىرگە ھايۋاناتلارنىڭ جىگىرىنى دائىم ئىستېمال قىلىش كېرەك. ئۆچكە جىگىرىگە پىلپىلنى سوقۇپ سېپىپ كاۋاپ قىلىپ جىگەردىن ئېقىپ چىققان سۇنى ئېلىپ كۆزگە تامغۇزۇش بىلەن بىرگە جىگەرنى يېيىش لازىم. بادام يېغى، كۈنجۈت يېغى، نىلۇفەر ياغلىرىنى باشقا سۈركەپ بەرسە ناھايىتى پايدىلىق. كەپتەر قېنىنى كۆزگە تېمىتسا تېخىمۇ ياخشى.

كۈندۈزى كۆرمەسلىك

كۈندۈزى كۆرمەسلىك (رۇزكورى) دەل نامازشام قارىغۇسىنىڭ ئەكسىچە بولۇپ،

ئاغرىقنىڭ نەرسىلەرنى كۈندۈزى ئوچۇق كۆرەلمەي، كېچىسى خېلى روشەن كۆرىدىغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ كۆزگە يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكى تۈپەيلىدىن كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىشىپ كۈندۈزى ياكى كۈن نۇرى ئاستىدا كۆز نۇرىنى يىغالماي كۈندۈزى كۆرمەسلىك كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا ئىچكى سەۋەبلەر، يەنى مېڭە ۋە روھىي جەھەتتىكى زەئىپلىشىش، جىنسىي ئالاقە بىلەن كۆپ شۇغۇللىنىش، كۆپ ئېھتىلام بولۇش، كۆپ ئىچى سۈرۈش قاتارلىقلاردىن بەدەن زەئىپلىشىش؛ باشقا ھەر خىل كۆز كېسەللىكلىرى بىلەن ئاغرىپ تولۇق ساقايماسلىق ياكى توغرا داۋالانماسلىق قاتارلىقلار. تاشقى سەۋەبلەر، يەنى بەك يورۇق ياكى بەك قاراڭغۇ ئورۇنلاردا ئۇزۇن مۇددەت ئوششاق خەتلىك كىتاب-ماتېرىيال، خەت-چەكلەر بىلەن مەشغۇل بولۇش، كۈچلۈك يورۇقلۇق ۋە كۈن نۇرى ئاستىدا كۆپ تۇرۇش، تەستە ھەزىم بولىدىغان ناچار يېمەكلىكلەرنى دائىم كۆپ ئىستېمال قىلىپ ئوڭدىسىغا يېتىپ ئۇخلاش قاتارلىقلار.

مەزكۇر كېسەل كۆپىنچە ئىسسىق جايلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

گەرچە كۆزدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىشلەر بولمىسىمۇ، لېكىن كۈندۈزى بولۇپمۇ ھاۋا ئوچۇق كۈنلىرى كۆز ئۆزلۈكىدىن پەردە تارتقاندەك بولۇپ نەرسىلەرنى تولۇق كۆرەلمەيدۇ. ئەكسىچە، ھاۋا بۇلۇتلۇق، تۇتۇق كۈنلەردە بولۇپمۇ كېچىسى ۋە ھاۋا سالقىن چاغلاردا كۆزنىڭ نۇر يىغىش ئىقتىدارى ياخشىلىنىپ نەرسىلەرنى خېلى نورمال كۆرەلەيدۇ. بەزى كېسەللەردە كۆزگە زىيانلىق بولغان ۋە كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان ئامىللار كۈچەيگەنسېرى كېسەللىك ئەھۋالىنىڭ ئېغىرلاشقانلىقى مەلۇم بولىدۇ. مەسىلەن، كۈچلۈك نۇر، كۆپ جىنسىي ئالاقە، كۆپ ئىچى سۈرۈش، غەلىز تاماقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلار.

داۋاسى

ئالدى بىلەن مەزكۇر كېسەلنى ئېغىرلاشتۇرغۇچى ئامىللارنى چەكلەش ۋە يوقىتىشقا تىرىشىش لازىم.

ئىچكى ۋە تاشقى جەھەتتە ئاساسلىق مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ئۇسۇل - چارىلەر قوللىنىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن:

ئىچكى جەھەتتە شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇفەرلەر ئىچكۈزۈلىدۇ. سېمىز ئوت ئۇرۇقى، ئىسپەغول ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ سىركەنجىبىن بىلەن بىرلىكتە ئىچىلسىمۇ بولىدۇ ياكى ئەتىگەندە بېھى ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ لۇئابى (شىرىسى) نى چىقىرىپ، 50 گرام چىلان شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈشتە چىلان شىرىسى بىلەن تەييارلانغان خېمىرى ئەبرىشىمدىن 5 گرام ياكى جەۋاھىرات سېلىنغان خېمىرى گاۋزەباندىن 5 گرام ياكى جەۋاھىرلىق مارجان قۇرسىدىن 1 تال ئىچكۈزۈلىدۇ.

تاشقى جەھەتتە قاپاق مېغىزى يېغى، بىنەپشە يېغى، قىز تۇغقان ئايال سۈتى قاتارلىقلار بىلەن چېكىنى ياغلاش، بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. ئاق سەندەلنى گۈلابقا چىلاپ پېشانىغا قويسىمۇ بولىدۇ. قايماقنى پات - پات بېشىغا سۈركىسىمۇ بولىدۇ. قاپاق مېغىزى يېغى، گۈل يېغىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا تېمىتسىمۇ بولىدۇ. ئەفيۇن قوشۇلغان شىيافى ئەبيەز ياكى بوزۇرى كافۇرىي ياكى كۆھلى كافۇرىيدىن بىرىنى كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىش كېرەك. تۆۋەنكى سۈرمىنى كۆزگە تارتسىمۇ بولىدۇ: سىماق تالقىنى 3 گرام، قارا سۈرمە 3 گرام، كافۇردىن 3 گرام ئېلىپ ئېھتىياجغا لايىق گۈلابقا چىلاپ تەييارلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ئىسسىق سۇ بىلەن باشنى يۇيۇش ۋە ھورداش لازىم.

ئوزۇقلىنىش جەھەتتە، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدىغان يېمەكلىكلەردىن قورداق، كاللا - پاقالچەك، سېمىز كالا گۆشى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. قۇۋۋىتى تۆۋەن، تەستە سىڭىدىغان غەلىز تاماقلاردىن، تۇزلۇق، ئاچچىق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش كېرەك.

ھاراق ئىچىش، تاماكا چېكىش، كۆپ جىنسىي ئالاقە قىلىش، غەم - قايغۇ ۋە باشقا روھىي ئامىللاردىن؛ كۈن نۇرى ئاستىدا، ئىسسىق ھاۋالىق مۇھىتتا ئۇزاق تۇرۇش ۋە ئىشلەپ چارچاشتىن ساقلىنىش لازىم.

كۆزنىڭ يورۇقلۇقتىن قېچىشى

كۆزنىڭ يورۇقلۇقتىن قېچىشى (خەفەش، بوغزۇلەينى) ئاغرىقلار كۈن نۇرى ۋە چىراقلارغا قارىيالماسلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە بالىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. ئۇ تۇغما (بىرلەمچى) ۋە كېيىن پەيدا بولغان (ئىككىلەمچى) دەپ 2 خىلغا ئايرىلىدۇ.

سەۋەبى

1. تۇغما خاراكتېرىدىكىسىدە ھامىلىگە ئانا قورسىقىدىكى چېغىدىلا بەزى ئوزۇقلۇقلار يېتىشمەسلىك ياكى كۆز قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان بەزى ئامىللار ئاندا پەيدا بولۇپ، ھامىلە كۆزىنىڭ مۈڭگۈز پەردىسى ۋە ئۈزۈمسىمان پەردىلىرى تولۇق تەرەققىي قىلالماي نورمالسىز تۇغۇلۇپ قېلىش ياكى كۆز تۇخۇم ئىقسىمان سۇيۇقلۇق نورمالسىز (بەك سۇيۇق ۋە ئاق) پېتى تۇغۇلۇپ قېلىش سەۋەبىدىن كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچى ئاجىزلىنىشىپ نۇردىن قاچىدىغان بولۇپ قالىدۇ.

2. كېيىن پەيدا بولغان خاراكتېرىدىكىسىدە خىلتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشلىرى تۈپەيلىدىن كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىگە سۇيۇقلۇقلارنىڭ قويۇلۇش - سۇيۇلۇش ئەھۋاللىرى تەسىر قىلىشى ياكى كۆزگە ئۆتكۈر ئىسسىقلىق ۋە سوغۇقلۇقلارنىڭ تەسىر قىلىشى، باشقا كېسەللەرگە سەۋەبچى بولغان ئامىللارنىڭ كۆزگە تەسىر قىلغانلىقى تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

كۆزنى سىرتتىن قاراپ تەكشۈرگەندە گەرچە غەيرىي ئۆزگىرىشلەر بولمىسىمۇ، لېكىن ئاغرىق كۈندۈزى كۈن نۇرىغا، ئاخشىمى چىراققا قاراشتىن ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە قاچىدۇ. نۇر كۈچى ۋە يورۇقلۇق قانچە كۈچلۈك بولسا، كۆزنىڭ نۇردىن قېچىشى شۇنچە ئېغىر بولىدۇ ھەمدە كۆزى چىمىلداپ كۆزنى چوڭ ئېچىپ قارىيالمايدۇ، كۆز تورلىشىدۇ. يەڭگىل دەرىجىدە ئېچىشىپ، قادىلىپ ئاغرىش، ياش ئېقىش

قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەمما قاراڭغۇراق، نۇرسىز جايلاردا، ھاۋا تۇتۇق كۈنلەردە كۆزنىڭ كۆرۈش خىزمىتى نورمال بولىدۇ، باشقا ئۆزگىرىشلەر بولمايدۇ.

داۋاسى

تۇغما خاراكتېردىكىسىنى داۋالاپ ساقايتىش تەسرەك. شۇڭا ئۆز ھالىتىنى ساقلاپ قېلىشقا چارە قىلىش، كۈن نۇرىدىن ساقلىنىدىغان رەڭدار ئەينەك تاقاش، كۆزنى كۈچلەندۈرگۈچى ئۇسۇل-چارىلەرنى قوللىنىپ تۇرۇش لازىم. مەسىلەن، ھەببى شەبيار، ھەببى قوقىيا، ئىترىفىلى بادىيان، مەئجۇنى ۋەج قاتارلىقلارنى ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلەتسە بولىدۇ. كېيىن پەيدا بولغان خاراكتېردىكىسىنى داۋالاشتا قايسى خىلتنىڭ نورمالسىزلىقىدىن بولغانلىقىنى ئېنىقلاپ، تازىلاش، تەڭشەش ئېلىپ بېرىش، سەۋەبچى ئامىللارنى تۈگىتىشكە ئامال قىلىش، كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى كېسەللەرنى داۋالاش لازىم. كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ ھەببى ئىيارەج، ئىترىفىلى بادىيان، مەتبۇخى ھەلىلە، تۇتىيا قاتارلىقلارنى تاللاپ ئىشلەتسە بولىدۇ. مېڭىنى كۈچەيتكۈچى تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش، قاتتىق ھەرىكەت ۋە زىيادە جىنسىي ئالاقە قىلىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى

كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى (ئىنتىشارۇلبەسەرى) ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەرنىڭ ئەكس تەسىرى تۈپەيلىدىن كۆز ئەزالىرىنىڭ بولۇپمۇ پەردە ۋە قارىچۇقلارنىڭ خىزمىتى بۇزۇلۇپ، كۆز نۇرى چېچىلىپ كۆزنىڭ نەرسىلەر شەكلىنى نورمال كۆرەلمەس بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆزگە سىرتتىن بىر نەرسە تېگىش، كۆزگە جاراھەت چىقىش، ئېگىز جايدىن يىقىلىش قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن تور پەردە بۇزۇلۇپ كۆز نۇر يىغالماي نورمال

كۆرمەسلىك، بەزىدە ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ نۇر ئۆتۈش تۆشۈكى يەنى قارىچۇقى كېڭىيىش كۈچەيگەندە نۇر مەركەزدىن يىراقلىشىپ كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

كېسەللەنگەن كۆزنىڭ ئالدىغا بىر كىشى يېقىن كېلىپ تۈز قارىسا، بىمارنىڭ كۆزىدە قارىغۇچى كىشىنىڭ تەسۋىرى كۆرۈنمەيدۇ. كۆزنى قاراپ تەكشۈرگەندە كۆزگە چاڭ-توزان قونغاندەك كۆز قارىسى دۇغلىشىپ قالىدۇ. باشقا ئالاھىدە بەلگىلەر كۆرۈلمەيدۇ.

داۋاسى

كېسەل يېڭى باشلانغان ياكى كېسەللىك ئەھۋالى يەڭگىلرەك بولسا، سەۋەبچى ئامىلغا قاراپ داۋالاش ئېلىپ بارسا بولىدۇ.

ئەگەر كېسەل كونارغان ياكى كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرراق بولسا دورا بىلەن داۋالاپ ساقايتىش قىيىن. شۇڭا ئەڭ ياخشىسى چېچىلغان نۇرنىڭ دەرىجىسىگە ماسلاشتۇرۇپ مۇۋاپىق كۆزەينەك تاقاش لازىم. كۆزگە تېمىتىش ۋە باشقا سۈرۈش ئۈچۈن ئېشەك سۈتى ئىشلەتسە بولىدۇ. ئىسكەنجىبىن ساددە ئىچكۈزۈلىدۇ. چۈجىنىڭ گۆشى ۋە چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم ئىستېمال قىلىش ناھايىتى مەنپەئەتلىك.

ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ چىقىپ قېلىشى

ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ چىقىپ قېلىشى (مۇرسەرەج) سىرتقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ يىرتىلىپ بالا ھەمراھسىمان پەردىنىڭ ئالدى قىسمى بولغان ئۈزۈمسىمان پەردە يەنى رەڭدار پەردىنىڭ سىرتقا پولتىيىپ ئۈزۈمدەك چىقىپ قالغانلىقىغا قارىتىلىدۇ. بۇنىڭدا كۆز ھېچ نەرسىنى كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ.

سەۋەبى

كۆزنىڭ مۆڭگۈز پەردىسىگە بىر نەرسە تېگىش، سانجىلىپ كېتىش، ھەرخىل يىرىڭلىق جاراھەتلەر چىقىشتەك سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن مەزكۇر پەردە يېرىلىپ كۆزنى قارا قىلىپ كۆرسىتىپ تۇرغان پەردىلەر ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە ئۈزۈمدەك پولتىيىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

مۆڭگۈز پەردە بىر قەدەر ئېغىرراق دەرىجىدە يېرىلغان بولۇپ، ئۈزۈمسىمان پەردە پولتىيىپ چىقىپ قالغانلىقىنى ئادەتتىكى كۆز بىلەن كۆرگىلى بولىدۇ. يېڭى ۋاقتىدا كۆزدە قىزىرىش، ئېچىشىش، ئاغرىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. كونارغاندا بۇ ئالامەتلەر ئاساسەن بولمايدۇ. لېكىن كۆز قارىسى كىچىكلەپ بىر تەرەپكە مايىل بولۇپ قېلىپ، كۆز ھېچ نەرسىنى كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

مەزكۇر كېسەللىكنى يېڭى ۋاقتىدىلا تېزلىك بىلەن غەربچە داۋالاش دوختۇرخانىلىرىنىڭ كۆز بۆلۈمىگە ئاپىرىپ كۆرسىتىپ داۋالاش لازىم. شارائىت يار بەرمىگەن جايلاردا ئاغرىقنى ھەرىكەت قىلدۇرماي تىنچ ئارام ئالدۇرۇش بىلەن بىرگە جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى چارىلەرنى قىلىش لازىم. كۆز قارىسىنىڭ يېرىلىشىنى داۋالىغاندىكى چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

كېسەل كونارغان بولسا، يېرىلغان پەردىلەرنىڭ چۆرىسى قېلىنلىشىپ قېلىپ كۆزدە قىزىرىش، ئاغرىش بولمايدۇ ھەمدە داۋالاشمۇ قىيىنغا توختايدۇ. بۇ مەزگىلدە كېسەللىكنىڭ تەرەققىي قىلىپ كۆچىيىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن كۆھلى ئىكسىرىن ئۇسخىسىنى تەييارلاپ كۆزگە تارتىش لازىم.

كۆھلى ئىكسىرىن

سۈرمە ئىسپىھانى، ئىقلىمىيائى ئۈقرە ھەر بىرى 10.8 گرام، بىخ مارجان، سازەج

ھىندى ھەر بىرى 2.7 گىرام، مەرۋايىت، زەئفەر ھەر بىرى 1.4 گىرام، ئىپار 0.65 گىرام.

دورىلارنى يۇمشاق ئېزىپ، سالايە قىلغاندىن كېيىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ پاكىز شىشە قۇتىغا ئېلىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

بىر گىرام دورىنى بىر تۇخۇمنىڭ ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 2 قېتىم چېپىش لازىم.

بىمارنىڭ يېمەك-ئىچمىكىنى ياخشى ئورۇنلاشتۇرۇش بىلەن بىرگە بىمارنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش، ئۇخلىتىش كېرەك. بەك تويۇنۇپ غىزالانماسلىق، يەللىك تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇش، باشنى تۆۋەنگە ئېڭىشتۇرۇش، يۆتىلىش، چۈشكۈرۈش ۋە قەي قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم. كۆز ئەتراپى مۇسكۇللىرى بوشىشىپ كەتكەندىن پەيدا بولغان بولسا ئىيارەجلەر بىلەن تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن سېرىق ھەلىلە ياكى پىياز سۈيىگە ئوخشاش ياش ئاققۇزغۇچى دورىلارنى كۆزگە تارتىش كېرەك. شۇنىڭدەك كۈندۈش، جۇندى بىدەستۇر، قىچا، پىلپىل، مەرزەنجۇش قاتارلىق ئۆتكۈر پۇراقلىق دورىلار پۇرىتىلىدۇ. قاندىن بولغان بولسا ئالدى بىلەن مۇۋاپىق تېپىلسا قان ئېلىپ بولغاندىن كېيىن مەتبۇخى شاھتەررەنى ئىستېمال قىلدۇرسا بولىدۇ.

ئاغرىق ئاپتاپتا كىتاب كۆرۈش ۋە مۇنچىغا چۈشۈشتىن ساقلىنىشى كېرەك.

كۆز قارىچۇقىنىڭ كېڭىيىشى

كۆز قارىچۇقىنىڭ كېڭىيىشى (ئىتتىساتۇلمۇجەۋۋەفى) ھەر خىل ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ كۆزگە يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان كۆز قارىچۇقىنىڭ غەيرىي نورمال ھالدا كېڭىيىپ كەتكەنلىكىگە قارىتىلغان. بۇنىڭدا كۆز نەرسىلەرنى ئوچۇق كۆرەلمەس بولۇپ قالىدۇ. كۆز قارىچۇقى نورمال ھالدا كېڭىيىش ۋە تارىيىش ئارقىلىق نۇرلارنىڭ كۆز ئىچكى قىسمىغا نورمال مىقداردا كىرىشىنى تەمىن ئېتىدۇ ھەمدە كۆزنىڭ نورمال كۆرۈش خىزمىتىگە ئوڭايلىق تۇغدۇرۇپ بېرىدۇ. كۆز قارىچۇقىنىڭ غەيرىي نورمال ھالدا كېڭىيىپ كېتىشى تۆۋەندىكىدەك بىر قاتار سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدۇ:

1. مېڭە پەردە ياللۇغى (سەرسام) نىڭ ئاسارەت قىلىشى، 2. باش ساھەسىگە زەربە تېگىش، 3. مېڭە-كۆز تومۇرلىرى چىڭقىلىدىغان، كۆز ئىچكى بېسىمى ئېشىپ

كېتىدىغان كونا باش ئاغرىقى، شەقىقە كېسەللىكلىرى ئۇزاق داۋاملىشىش، 4. كۆزنى ھەرىكەتلەندۈرگۈچى ئەسەبلەر پالەچلىنىش، 5. كۆز رەڭدار پەردىسىنى تارايتىۋېتىدىغان تەشەننۇج يۈز بېرىش ياكى ئەسەبىي شىركىي يۇقىرى دەرىجىدە پائالىيەتچانلىشىش، 6. يۇلۇندىكى قارىچۇقنى ئىدارە قىلغۇچى ئەسەب مەركىزىنىڭ زەخىمگە ئۇچرىشى، 7. قارىچۇقنى كېڭەيتىۋېتىدىغان جەۋزى ماسلىغا ئوخشاش دورىلارنى ئۇزاق مۇددەت ئىستېمال قىلىش، 8. بۇزۇق خىلىت ھەم يەللەرنىڭ ئۈزۈمسىمان پەردە ۋە كۆرۈش ئەسەبلىرى ئەتراپىغا يامان تەسىر قىلىشى قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كۆز قارىچۇقى بەك ئارتۇقچە ياكى كېسەللىك خۇسۇسىيەتتە كېڭىيىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

ئادەتتە سىرتقى جەھەتتە بىر قاراپلا قارىچۇقنىڭ كېڭەيگەنلىكىنى سەزگىلى بولمايدۇ. سىنچىلاپ قارىغاندىلا قارىچۇقنىڭ كېڭىيىپ كەتكەنلىكىنى بايقىغىلى بولىدۇ. ئاغرىق كۆزى خىرەلەشكەنلىكى، نەرسىلەرنى ئوچۇق كۆرەلمەيۋاتقانلىقى، بىرەر نەرسىگە قاتتىق تىكىلىپ زەڭ سېلىپ قارىغاندىلا ئۇنىڭ شەكلىنى قارامتۇل بىر نەرسە ھالىتىدە پەرق ئېتەلەيدىغانلىقى، ئەمما ئوچۇق كۆرەلمەيدىغانلىقىدىن شىكايەت قىلىدۇ. قارىچۇققا نۇر تەسىر قىلسا قارىچۇقنىڭ تارىيىشى كۆرۈنەرلىك بولمايدۇ ياكى تارايمايدۇ. ئەگەر بەزى سەۋەبلىرى يوقىتىلسا ياكى يوقسا كۆرۈش بىر قەدەر ئەسلىگە كېلىشى مۇمكىن. لېكىن ۋاقىت ئۇزارغانسېرى كېسەللىك ئەھۋالى تەدرىجىي ئېغىرلىشىدۇ.

داۋاسى

بۇ كېسەللىك يېڭى بولسا، ئەسلىي سەۋەبىگە قاراپ داۋالاش ئېلىپ بېرىش بىلەن بىرگە كۆز قارىچۇقىنىڭ تارىيىش خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشكە تىرىشىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاساسلىق مېڭە ۋە ئەسەبلەردىكى كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرىنى داۋالاش، قارىچۇقنى تارايتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. شىيافى مىراراتنى كۆزگە تارتىش كېرەك. شىيافى ئەبيەزنىڭ بەلگىلىك داۋالاش ئۈنۈمى بار. ئۈنۈم كۆرۈلمىسە كېسەللىكنى شۇ ھالىتىدە ساقلاشقا چارە قىلىش كېرەك. ئۇرۇلۇش-سوقۇلۇشتىن پەيدا بولغان بولسا مېۋىلەر سۈيى بىلەن تەبىئەتنى يۇمشىتىش لازىم. ئەگەر ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن ۋە بەدەندە قاننىڭ زىيادىلىكىدىن بولسا ئالدى بىلەن قان ئېلىپ، ئاندىن

بەدەن ئەھۋالىغا ئاساسەن مۇۋاپىق ھالدا بەلغەم مۇنزىجى بېرىپ، ئارقىدىن ھەببى ئىيارەج ئىچكۈزسە بولىدۇ.

كۆز قارىچۇقىنىڭ تارىيىشى

كۆز قارىچۇقىنىڭ تارىيىشى (زەيقى سوقبەتى ئىنەبىيە) كۆزنىڭ ئۈزۈمسىمان پەردىسىدىن ھاسىل بولغان نۇر ئۆتكۈزۈش تۆشۈكى — قارىچۇقىنىڭ تارىيىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئۇ ئىككى خىل بولىدۇ. بىرى تۇغما خاراكتېرلىك، يەنە بىرى كېيىن پەيدا بولغان خاراكتېرلىك بولىدۇ. تۇغما خاراكتېرلىك بولغىنى شۇ ئەھۋالغا كۆنگەن بولىدۇ. گەرچە ئۇنىڭ كۆرۈشكە تەسىرى ئازراق، خەتىرى ئانچە چوڭ بولمىسىمۇ داۋالاش قىيىنراق.

كېيىن پەيدا بولغانلىرى ھەر خىل ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ كۆزگە يامان تەسىر قىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولۇپ، تەرەققىي قىلىش ئەھۋالىغا ئاساسەن كۆزنىڭ كۆرۈش ئىقتىدارىغا ئوخشىمىغان دەرىجىدە تەسىر كۆرسىتىدۇ.

سەۋەبى

كېيىن پەيدا بولغان كۆز قارىچۇقى تارىيىشىنىڭ ئومۇمىي سەۋەبلىرى ئاساسلىق تۆۋەندىكىچە:

كۆز پەردىلىرىنىڭ ھەر خىل ئىششىقلىرى، نورمالسىز ھۆللۈك ياكى قۇرۇقلۇقلارنىڭ كۆز ئۈزۈمسىمان پەردىسىگە يامان تەسىر قىلىپ ئۇنى بىر تەرەپكە مايىل قىلىپ قويۇشى؛ نورمالسىز قويۇق خىلىتلارنىڭ قارىچۇق ئەتراپىغا يىغىلىپ قېلىشى قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ.

كونكرېت سەۋەبلىرى ئاساسلىق تۆۋەندىكىچە:

1. قارىچۇقنى كېڭەيتىش - تارايتقۇچى تارامۇشلارنىڭ تەشەننۇجلىنىشى، غىدىقلىنىشى ۋە پالەجلىنىشى، 2. يولۇندىكى مۇناسىۋەتلىك نېرۋا مەركىزىنىڭ زەخىملىنىشى، 3. قارىچۇق تارامۇشلىرىنى تارايتقۇچى دورىلارنى ئۇزۇن مۇددەت ئىستېمال قىلىش، 4. كۆز قارىچۇقىغا بەك قۇرۇقلۇق يەتكەنلىكتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ئەگەر كۆز ئىششىقلىرىنىڭ تەسىرىدىن بولسا كۆز چىڭقىلىپ ئاغرىش، كۆز قادىلىپ پەسكە قارىيالماسلىق، باش ئاغرىشلار بولىدۇ.

ئەگەر ھۆللۈك ئېشىپ كېتىشتىن بولسا كۆز قارىچۇقى بىر تەرەپكە مايىل بولۇپ قېلىپ، كۆزدىن كۆپلەپ ياش ئاقىدۇ ھەمدە ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەنلىكنىڭ باشقا بەلگىلىرىمۇ كۆرۈلىدۇ.

قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا كۆز بىر ئاز قىسىلىپ، باش ئاغرىيدۇ. كۆزدىن ياش چىقمايدۇ. ئاغرىقنىڭ تۇيغۇسى كەم بولىدۇ.

ئەگەر نورمالسىز قويۇق خىلتتىن بولسا، كۆز دۇغلىشىپ تەدرىجىي ھالدا كۆز قارىچۇقىدا روشەن كۆرگىلى بولمايدىغان پەردە ھاسىل بولىدۇ.

داۋاسى

ۋاقتىدا داۋالاش كېرەك، بولمىسا ئاخىرى مەزكۇر تۆشۈكنىڭ پۈتۈنلەي توسۇلۇپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ھۆللۈك، قۇرۇقلۇق ياكى قويۇق خىلتتىن بولغانلارغا ئالدى بىلەن ئۆزىگە خاس خىلتنى يۇمشاتقۇچى، تازىلاپ تەڭشىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ئالدى بىلەن مەتبۇخى ھەلىلە ئىشلەتكەندىن كېيىن ھەببى قوقىيا قاتارلىق تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

ئەگەر قۇرۇقلۇقتىن بولسا، ئالدى بىلەن كېسەلنىڭ مىزاجىنى ھۆللەشتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. بۇنىڭدا ئىچكى تەرەپتىن بىنەپشە شەربىتى، ئارپا سۈيى ئىچكۈزۈش؛ سىرتقى جەھەتتىن بادام يېغى، قاپاق يېغى قاتارلىقلار بىلەن چېكىنى ياغلاش، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى كۆزگە تېمىتىش لازىم.

زانكار، ئۇشەقنىڭ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، زەئفەردىن بىر ھەسسە، سەبرىدىن 5 ھەسسە، ئىپاردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، يۇمشاق يانجىپ سالايە قىلىپ شىياف تەييارلاپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

كۆزگە سۇ چۈشۈش

كۆزگە سۇ چۈشۈش (ئۈزۈلۈلماك) كۆز گۆھىرىنىڭ سۈزۈكلۈكتىن دۇغلاشقان ھالەتكە ئۆزگىرىپ، كۆرۈشنىڭ تەدرىجىي ھالدا قىسمەن ياكى پۈتۈنلەي توسۇلغانلىقىغا قارىتىلغان.

كۆز گۆھىرى يەنى قىروسىمان سۈيۈقلۇق قېپى (غىلافى روتۇبەتى جەلىدىيە) ئىچىدە قىروسىمان كىرىستال سۈيۈقلۇق (روتۇبەتى جەلىدىيە) بار بولۇپ، ئۇ سۈزۈك، پارقىراق، نۇر ئۆتكۈزۈچان كېلىدۇ. ئۇنىڭدا ئادەتتە ۋەرەملىنىش بولمايدۇ. ئۇنىڭ ئاساسلىق كېسەللىكى سۈزۈكلۈكتىن كۆپىنچە مەرۋايىت رەڭگىگە ئوخشاش دۇغلاشقان ھالەتكە ئۆزگىرىپ، كۆرۈشكە دەخلى يەتكۈزگەنلىكتىن ئىبارەت بولىدۇ. بۇ، كۆزگە سۇ چۈشۈش دەپ ئاتىلىدۇ.

مەزكۇر كېسەل كۆپىنچە، ياشانغانلىقتىن كۆزگە سۇ چۈشۈش، تۇغما خاراكتېرلىك كۆزگە سۇ چۈشۈش، باشقا كېسەللەر شېرىكلىكىدىن بولغان كۆزگە سۇ چۈشۈشتىن ئىبارەت 3 خىل بولىدۇ.

سەۋەبى

1. ياشانغانلىقتىن كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ سەۋەبى:

بەزى ياشانغان كىشىلەردە مەلۇم خىلدىكى ماددا ئالمىشىش ئاجىزلاشقانلىقتىن كۆز گۆھىرىنىڭ ئوزۇقلىنىشى تەسىرگە ئۇچراپ، كۆز گۆھىرى سۈيۈقلۇقىنىڭ سۈزۈكلۈكى پەيدىنپەي دۇغلۇققا ئۆزگىرىدۇ.

2. تۇغما خاراكتېرلىك سۇ چۈشۈشنىڭ سەۋەبى:

بۇنىڭدا، بالا قورساقتىكى چاغدا ھامىلىنىڭ كۆز گۆھىرى ناچار تەسىرلەرگە ئۇچرىغانلىقى ئاساسلىق سەۋەب بولىدۇ ياكى ئاتا-ئانىدىكى ئىرسىيەت ئامىللىرى بىلەن باغلىنىشلىق بولۇشىمۇ مۇمكىن.

3. باشقا كېسەللەر شېرىكچىلىكىدىن بولغان كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ سەۋەبى:

كۆز ئۈزۈمسىمان پەردىسى (تەبەقەئى ئىنەبىييە) يەنى رەڭدار پەردە ۋە ئۇنىڭغا قوشۇمچە

بولغان قىسىملارنىڭ ۋەرەملىنىشىگە ئوخشاش كېسەللەر كۆز ئىچىنىڭ ئوزۇقلىنىش ئەھۋالىنى ئۆزگەرتىپ كۆز گۆھىرىنىڭ نورمال خىزمىتىگە تەسىر يەتكۈزگەنلىكىدىن بولىدۇ.

ئالامىتى

1. ياشانغانلىقتىن كۆزگە سۇ چۈشۈشتە: كۆزنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشىنىڭ تەدرىجىي دۇغلىشىشىغا ئەگىشىپ، كۆرۈش كۈچى پەيدىنپەي ئاجىزلىشىدۇ. كۆزگە چۈشكەن سۇ كۆرۈنەرلىك تەرەققىي قىلغاندىن كېيىن قارىچۇق كۆلرەڭ ئاق رەڭگە كىرىدۇ. بۇ چاغدا كۆرۈش كۈچى زور دەرىجىدە ئاجىزلايدۇ ھەتتا پۈتۈنلەي كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ. بەدەن زەئىپلىشىشتىن سىرت باشقا كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئالامەتلىرى بولمايدۇ.

2. تۇغما خاراكتېرلىك كۆزگە سۇ چۈشۈشتە: كۆزگە چۈشكەن سۇ كۆپىنچە دائىرىلىك، چەكلىك بولىدۇ. داۋاملىق كېڭەيمەيدۇ. كۆرۈش كۈچىگە بولغان تەسىرى ئۇنىڭ چوڭ-كىچىكلىكى، قويۇق-سۇيۇقلۇقى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ.

مىقدار جەھەتتە، سۇ جىقراق چۈشسە قارىچۇقنى پۈتۈنلەي توسۇۋالىدۇ. كۆز ھېچ نەرسىنى كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ. چۈشكەن سۇ ئازراق بولسا قارىچۇقنىڭ بىر تەرىپى توسۇلمايدۇ. توسۇلمىغان تەرەپتىكى نەرسىلەرنى كۆرۈپ، توسۇلغان تەرەپتىكى نەرسىلەرنى كۆرەلمەيدۇ. نەرسىلەرنىڭ يېرىمىنى ياكى بىر قىسمىنى كۆرۈپ، قالغىنىنى كۆرەلمەيدۇ. باشنى ئايلاندۇرسا كۆرەلىشى مۇمكىن. بەزىدە نەرسىلەرنى بىر قېتىم تولۇق كۆرۈپ، يەنە بىر قېتىمدا تولۇق كۆرەلمەيدۇ. بەزىدە كۆزگە چۈشكەن سۇ قارىچۇقنىڭ يۇقىرى تەرىپىدە بولسا كۆز ئاستى تەرەپتىكى نەرسىلەرنى كۆرۈپ، ئۈستى تەرەپتىكى نەرسىلەرنى كۆرمەيدۇ. سۇ قارىچۇقنىڭ دەل ئوتتۇرىسىدا بولۇپ چۆرىسى ئوچۇق قالسا، نەرسىلەرنىڭ ئەتراپى كۆرۈنۈپ ئوتتۇرىسى كۆرۈنمەيدۇ. بىمارغا ئۇ يەردە بىر قاراڭغۇلۇق باردەك بىلىنىدۇ.

قويۇق-سۇيۇقلۇقى جەھەتتە، چۈشكەن سۇ سۇيۇق ۋە سۈزۈك بولسا نۇرنى توسمايدۇ، كۆرۈشكە بولغان تەسىرىمۇ تۆۋەنرەك بولىدۇ. قويۇق بولسا نۇرنى توسايدۇ، كۆرۈشكە تەسىر يەتكۈزىدۇ. بەزىلەرنىڭ قويۇقلۇق دەرىجىسى ناھايىتى قاتتىق بولۇپ، سۇ چۈشكەن دائىرىدىن چىقىپ كەتكەن بولىدۇ.

رەڭ جەھەتتە، چۈشكەن سۇنىڭ رەڭگى كۆپىنچە مەرۋايىت رەڭگىدە بولىدۇ. بەزىلىرى ئاق گەج رەڭگىدە كۆكۈش رەڭدە ۋە باشقا رەڭلەردە بولىدۇ.

3. باشقا كېسەللەر شېرىكچىلىكىدىن بولغان كۆزگە سۇ چۈشۈشتە: ئوخشاشلا

يۇقىرىقى ئالامەتلەر كۆپىنچە ئورتاق كۆرۈلىدۇ. ئەسلىي كېسەلنىڭ دەرىجىسىگە قاراپ ئېغىرلىق دەرىجىسى يەڭگىل ياكى ئېغىر بولىدۇ.

مەيلى قايسى خىلدىكى كۆزگە سۇ چۈشۈش بولمىسۇن دەسلەپكى مەزگىلدە سەۋەبى ئېنىق بولمىغان ھالدا كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنىدۇ. لېكىن بۇلارنىڭ ئۆز ئالدىغا بەلگىلىك پەرقى بار.

سىلىشتۇرما تەشخىسى

كۆزگە سۇ چۈشۈش بىلەن كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش (خىيالات) كېسەللىكىنىڭ پەرقى تۆۋەندىكىچە:

1. كۆزگە سۇ چۈشۈشتە بىر كۆزنى يۇمغاندا يەنە بىر كۆزنىڭ قارىچۇقى كېڭىيىدۇ. كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈشتە قارىچۇق كېڭەيمەيدۇ.

2. كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش بىر كۆزدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ ياكى ئالدى بىلەن بىر كۆزدىن باشلىنىدۇ ياكى بىر كۆزدە ئېغىرراق بولىدۇ. كۆزگە سۇ چۈشۈشتە ئىككىلا كۆزدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

3. كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش بارغانسېرى زىيادىلىشىدۇ. يەنى دەسلەپتە پاشىدەك كېيىنچە چۈنىدەك نەرسىلەر كۆرۈنىدۇ.

4. كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ ئاز ياكى جىق كۆرۈنۈشى مەيدىنىڭ بوش ياكى كۆپكەنلىكى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. كۆزگە سۇ چۈشۈشتە مەيدە بىلەن مۇناسىۋىتى بولمايدۇ.

5. كۆزگە سۇ چۈشۈشتە چۈشكەن سۇنىڭ رەڭگىگە قاراپ كۆز مۇناسىپ ھالدا شۇ رەڭدە بولىدۇ. كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈشتە كۆز رەڭگىدە ئۆزگىرىش بولمايدۇ.

6. كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈشتە كۆز رەڭگىدە ئۆزگىرىش بولمايدۇ.

7. كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر كۆرۈنۈشتە مۇسەھھىلاتلار (تازىلىغۇچى دورىلار) ۋە ئىيارەجلەر ناھايىتى ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. كۆزگە سۇ چۈشۈشتە بۇ دورىلار نەتىجە بەرمەيدۇ.

داۋاسى

چۈشكەن سۇنىڭ قويۇق خىللىرىدىن شۇنداقلىرى باركى تەدرىجىي ھالدا ناھايىتى

قاتتىقلىشىپ سۇ چۈشۈش دائىرىسىدىن چىقىپ كېتىدۇ ۋە ئۇنى داۋالىغىلى بولمايدۇ.

گەج رەڭدىكىسىنى، يېشىل ۋە گۈڭگۈرت رەڭلىكلىرىنى، تۇم قارا ۋە سېرىق رەڭدىكىلىرىنى داۋالاشمۇ ھەتتا كېسىپ ئېلىۋېتىشمۇ مۇمكىن ئەمەس. باشقا رەڭدىكىلىرىنى داۋالىغىلى بولىدۇ، بولۇپمۇ سۇيۇق ھەم سۈزۈك خىلدىكىسى داۋالاشنى ئاسان قوبۇل قىلىدۇ.

كۆزگە سۇ چۈشۈش ئىكەنلىكى ئېنىقلانغاندىن كېيىن ماددىنى پىششۇرۇش ئۈچۈن ھەبىي زەھەب، تازىلاشقا تۆۋەندىكى مائۇلئۇسۇل بېرىلىدۇ: چىگسەي يىلتىزى، باديان يىلتىزى، بىخ كەبىر ھەر بىرى 30 گرام، رۇم باديان، چىگسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام، قەنتەريۇن 9 گرام.

دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر كېچە سۇغا چىلاپ قويۇلىدۇ. ئەتىسى 2 لىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈۋېلىپ، 120 گرام گۈلقەنت قوشۇلىدۇ. كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇقتىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ھەمدە ھەبىي زەھەب، ھەبىي شەبيار، ئىيارەجى فەيقەرا، ئىترىفىلى كەشنىزلەر ئۇزاق مۇددەت ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەمما بۇ خىل دورىلارنى بەرگەندە ئاغرىقنىڭ ئومۇمىي ئەھۋالىنى نەزەرگە ئېلىش لازىم. سۈرگە دورىلىرىنى بەك كۈچلۈك ياكى ئارتۇق بەرگەندە زەرەر كەلتۈرۈشى مۇمكىن. مۇۋاپىق كەلگەندە قان ئېلىش، بولۇپمۇ قۇلاق ئارقا تومۇرىدىن قان ئېلىشنى ئويلىشىپ كۆرۈش كېرەك.

سۇ چۈشۈپ تاماملانغاندا كۆز پۈتۈنلەي كۆرمەيدۇ. بۇنىڭ ئەڭ ياخشى داۋاسى پەقەت دەستكارلىق يولى بىلەن داۋالاشتىن ئىبارەت. ھازىرقى زامان تىبابەتچىلىكمۇ ئوپېراتسىيە ئۇسۇلى بىلەن مەزكۇر كېسەلنى داۋالايدۇ. ئادەتتە، كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلى ئىكەنلىكى بېكىتىلگەن ھامان كېسەللىك باشلىنىشتىلا تەدبىر قىلىش لازىم، شۇندىلا ياخشى ئۈنۈمگە ئېرىشكىلى بولىدۇ. كۆزگە چۈشكەن سۇنىڭ ۋاقتى ئۇزىراپ قېتىشىپ قالسا، قەدەھ ئۇسۇلى بىلەن بىر تەرەپ قىلىپ داۋالاشتىن باشقا ئامال يوق.

قوشۇمچە: قەدەھ (قدح) ئۇسۇلى

قەدەھ ئۇسۇلى ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىنىڭ كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلىنى جەرراھىيە يولى بىلەن داۋالايدىغان قەدىمكى ئۇسۇلى بولۇپ، ئۇنى قەدىمكى تىببىي كىتابلاردا «ئەمەلىي قەدەھ ياكى قەدەھ ئۇسۇلى»، بۇ ئۇسۇلنى قوللىنىپ مەزكۇر كېسەلنى داۋالىغۇچى تېۋىپنى «قەدداھ» دەپ ئاتىغان. بۇ ئۇسۇل ئارقىلىق كۆز گۆھىرى يەنى

AltunOq

قىروسىمان سۇيۇقلۇق قىپى (غىلافى روتۇبەتى جەلىدىيە) ئىچىگە چۈشكەن دۇغلاشقان قويۇقراق سۇيۇقلۇقنى بىر تەرەپكە ئىتتىرىش ياكى مەخسۇس ئەسۋاب بىلەن شوراپ چىقىرىش ياكى كېسىپ ئېلىش ئارقىلىق كۆرۈشكە بولغان توسالغۇ يوقىتىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل تا ھازىرغىچە بەزى جايلاردا قوللىنىلىدۇ ۋە بۇ ئۇسۇلنى قوللانغۇچى تېۋىپ (قەدداھ) لارمۇ بار.

قەدەھ ئۇسۇلنى قوللىنىدىغان ئاغرىقلاردا تۆۋەندىكى شەرتلەر بولۇشى كېرەك:

1. كۆزگە چۈشكەن سۇ قويۇقراق بولۇشى، بارماق بىلەن باسقاندا ھەر ياققا تارقاپ، باسمىغاندا قايتا يىغىلىدىغان بولۇشى كېرەك.

2. كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچى ناچار بولسىمۇ، نۇرغا قارىتا ئىقتىدارى ياخشى بولۇشى يەنى كۈن نۇرى ۋە چىراغ يورۇقىنى ئازراق بولسىمۇ ھېس قىلالايدىغان بولۇشى لازىم. بۇ، كۆزدە باشقا كېسەللىكلەرنىڭ يوقلۇقىنى بىلدۈرىدۇ.

3. ئاغرىق چۈشكۈرگەندە كۆزىگە نۇر چاقنىغاندەك سېزىلىشى لازىم.

4. كۆز چىڭقالمايدىغان بولۇشى شەرت. ئەگەر كۆز چىڭقالسا كۆز ئىچكى بېسىمىنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. كۆز بېسىمى يۇقىرى بولسا قەدەھ ئەمەلىيتىنى قوللانغىلى بولمايدۇ.

5. كۆز سىرتى پاكىز، ۋەرەملەنمىگەن بولۇشى، ياش يوللىرى كۇشادە بولۇشى لازىم.

6. تېنى ساغلام، بەدەن ئومۇمىي ئەھۋالى ياخشى، يۇقىرى قان بېسىمى (جوشانى خۇن)، تومۇر قېتىش، قەنت سىيىش (زىيابىت) كېسىلى ۋە باشقا سوزۇلما كېسەللىكلەردىن خالى بولۇشى لازىم.

قەدەھ مەشغۇلاتىنىڭ باسقۇچلىرى

ئالدى بىلەن كېسەل كىشىنىڭ كۆز ساھەسى، تېۋىپنىڭ قولى قائىدە بويىچە تازىلىنىشى، ئەسۋابلار جەراسىمسىزلاندۇرۇلۇشى كېرەك. ئاندىن كېيىن پاكىز ئۆيدە ئاغرىقنى قەدداھ تېۋىپ ئۆز ئالدىدا ئولتۇرغۇزىدۇ ھەمدە كېسەل كىشىگە كۆز قارىچۇقنى كۆز بۇلۇڭىغا قارىتىش بۇيرۇلىدۇ. تېۋىپ كۆزنىڭ ئىچىغا سەل يۇقىرىدىن قارايدۇ ۋە شۇ خىل مەشغۇلىيەتتە ئىشلىتىلىدىغان «مىخ قەدەھ» دەپ ئاتىلىدىغان ئەسۋابنى قولىغا ئېلىپ، تېشىشكە تېگىشلىك جايىغا 2 — 1 قېتىم تەككۈزىدۇ. بۇ چاغدا كېسەل كىشىنىڭ ئاغرىققا چىدىغان ـ چىدىمىغانلىقىغا دىققەت قىلىش كېرەك. ئەگەر ئاغرىققا قارىتا چىدامچانلىق بولسا، شۇ جاي يانتۇ تېشىلىدۇ. بۇ چاغدا ئەسۋابنى

بىر قەدەر كۆچەپ بېسىش كېرەك، شۇنداق قىلغاندىلا تېشىشكە تېگىشلىك كۆز پەردىلىرىنى تېشىپ ئۆتكىلى بولىدۇ.

ئەگەر پەردە بەك يۇمشاق، ئۇنىڭغا مىخ قەدەھنى كىرگۈزگىلى بولمىسا، ئالدى بىلەن يۇملاق باشلىق ئۇچلۇق بىر نەشتەرنى كىرگۈزۈپ تۆشۈك ئاچقاندىن كېيىن ئاندىن مىخ قەدەھنى كىرگۈزۈش كېرەك. لېكىن نەشتەرنى ناھايىتى ئېھتىيات بىلەن مۆلچەرلەپ سېلىش، بەك چوڭقۇر كىرگۈزۈۋېتىپ شىشىسىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى زۇجاجىيە) گە يەتكۈزۈپ تاشلاپ كۆزنى پۈتۈنلەي كاردىن چىقىرىپ قويۇشتىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم.

مىخ قەدەھنى كىرگۈزگەندە ئەسۋابنىڭ كۆز ئەستەر پەردىسىدىن تېشىپ ئۆتۈپ ئۇنىڭ ئاستىدىكى كۆز گۆھىرى يەنى قىروسىمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى روتۇبەتى جەلىدىيە) گە يېتىپ بارغانلىقىنى ئېھتىيات بىلەن كۆزىتىش شەرت. ئاندىن ئەسۋابنى ئاستا-ئاستا بېسىپ قىروسىمان سۇيۇقلۇق قېپىدىكى دوغلانما سۇيۇقلۇقنى بىر تەرەپكە ئىتتىرىش لازىم. بۇ چاغدا دۇغلانغان سۇيۇقلۇق قايتا ئۆز ئورنىغا كېلىۋالامدۇ-يوقمۇ يۇقىرىراقتىن قاراپ تەكشۈرۈش كېرەك. ئەگەر قايتىپ كېلىۋالسا، يەنە 2-3 قېتىم بېسىپ ئىتتىرىش لازىم. شۇنداق قىلىپ دۇغلانغان سۇيۇقلۇقنىڭ باشقا جايدا تۇرۇپ قالغانلىقىنى ئېنىق بىلگەندىن كېيىن مىخ قەدەھنى ئايلاندۇرۇپ تۇرۇپ ئاستا تارتىپ چىقىرىۋېلىش كېرەك ھەمدە دەرھال سۈس شاكراب (تۇز سۈيى) ۋە زىرە سۈيى تېمىتىش، ئاندىن كېيىن تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ كۆزنى قائىدە بويىچە مەزمۇت تېڭىپ كېسەل كىشى قاراڭغۇ ئۆيدە ئوڭدا ياتقۇزۇپ قويۇلىدۇ. دەستىكارى ئەمەلىيىتىنىڭ نەتىجىسىز بولۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن ئۈچ كۈنگىچە كېسەل كىشى ھېچقانداق ھەرىكەت قىلماي جىمجىت يېتىپ ئارام ئېلىشى، چۈشكۈرۈش، يۆتىلىش، ئىنجىقلاش، ۋارقىراپ سۆزلەشلەردىن ساقلىنىش لازىم.

قەدەھ ئەمەلىيىتىنىڭ ئىككىنچى خىل ئۇسۇلى

كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكىنى قەدىمكى قەدەھ ئۇسۇلى بويىچە داۋالاش چارىلىرى دەۋرنىڭ تەرەققىياتىغا ئەگىشىپ داۋاملىق ئۆزگەرتىلىپ كەلگەن، تۆۋەندە قەدەھ ئۇسۇلىنىڭ بىر قەدەر ئىسلاھ قىلىنغان ئۇسۇلى تونۇشتۇرۇلىدۇ. بۇ ئۇسۇل زامانىۋى قەدەھ ئۇسۇلىغا يېقىنراق كېلىشى مۇمكىن.

بۇ ئۇسۇلدىمۇ خۇددى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئۇسۇلدىكى ئالدىنقى شەرتلەر ئاساس

قىلىنىدۇ ۋە كۆزگە سۇ چۈشۈشىنىڭ سەۋەبلىرىگە، ئۇنىڭ پىشقان-پىشمىغانلىقىغا دىققەت قىلىپ شۇلارغا ئاساسەن تەدبىر قوللىنىلىدۇ.

داۋالىغۇچى تېۋىپ (قەدداھ) قائىدە بويىچە قوللىرىنى يۇيۇپ رېزىنكە قولقاپ كىيىپ تەييارلىق كۆرىدۇ. ئاغرىقنىڭ كۆز ساھەسى تەلەپ بويىچە تازىلانغاندىن كېيىن، كۆز مۇسكۇللىرى مەس قىلىنىدۇ. بارلىق قەدەھلىق سايمانلىرى (پىچاق، قىسقۇچ، يىڭنە، يىپ، قايچا ۋە باشقىلار) يۇقىرى بېسىملىق ھوردا ھورداپ جەراسىمسىزلاندۇرۇلىدۇ، ئاغرىقنىڭ بېشى ۋە يۈزىگە پەقەت كۆزى كۆرۈنۈپ تۇرىدىغان تۆشۈكلۈك جاراسىمسىزلاندۇرۇلغان يوپۇق يېپىلىدۇ.

ئالدى بىلەن مۈڭگۈز پەردە (تەبەقەئى قەرنىييە) نىڭ ئۈستۈنكى يېرىمىغا يىڭنە سانجىپ يىپ بىلەن تارتىپ قويۇلىدۇ، ئاندىن يەڭگىل بېسىم بىلەن كۆز قاتلاملىرى نۆۋەت بويىچە كېسىلىپ، قىروسىمان سۇيۇقلۇق قېپى ئاشكارىلىنىدۇ. كېيىن مەخسۇس ئەسۋاب بىلەن قىروسىمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى رۇتۇبەتى جەلىدىييە) كېسىپ ئېچىلىدۇ ۋە قاپ ئىچىدىكى دوغلاشقان ماددا ئېلىپ تاشلىنىپ قېپى قالدۇرۇلىدۇ. بۇ خىل قەدەھ ئۇسۇلى «قاپ سىرتىدىن ئېلىۋېتىش ئۇسۇلى» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ ئۇسۇل تولۇق پىشقان كۆزگە سۇ چۈشۈشكە ماس كېلىدۇ.

تولۇق پىشمىغان، سۇيۇق دۇغسىمان ھۆللۈك بولغان سۇ چۈشۈشلەردە «قاپ ئىچىدىن كېسىپ ئېلىۋېتىش ئۇسۇلى» قوللىنىلىدۇ، بۇ ئۇسۇلدا قىروسىمان سۇيۇقلۇق قېپىنى يىرتىپ ئاچماي، قىروسىمان سۇيۇقلۇقنى قىسىپ تۇرۇپ دۇغسىمان ھۆللۈك پۈتۈنلەي كېسىپ ئېلىۋېتىلىپ مۈڭگۈز پەردە ئۈستۈنكى يېرىمىغا ئۆتكۈزۈلگەن يىپ بىلەن باغلاپ قويۇلىدۇ.

تۇغما كۆزگە سۇ چۈشۈشتە ئۈزۈمسىمان پەردە (تەبەقەئى ئىنەبىييە) نى قوشۇپ ئېلىۋېتىش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ.

ئەگەشمە كۆزگە سۇ چۈشۈش كۆپىنچە كۆز باشقا قەۋەتلىرى ياكى ھۆللۈكلىرىنىڭ ئىلتىھابى ۋە كۆزگە يېشىل سۇ چۈشۈش (گىلائۇكوما)، زىيابىت كېسەللىكلىرىدىن كېيىن پەيدا بولىدۇ، بۇنداق ھاللاردا قىروسىمان سۇيۇقلۇقنىڭ ھەممە قىسمى دۇغلىشىپ كۆرۈش دەخلىگە ئۇچرىغانلىقتىن پۈتۈن قىروسىمان سۇيۇقلۇق ئېلىپ تاشلىنىدۇ.

زەخىملىنىشتىن كۆزگە سۇ چۈشكەندىمۇ كۆز ئىچكى بېسىمى كۆتۈرۈلۈپ قىروسىمان سۇيۇقلۇق دۇغلىشىدۇ، بۇ خىل كېسەللىكتىمۇ ئۇنى پۈتۈنلەي ئېلىۋېتىشكە توغرا كېلىدۇ.

ئومۇمەن قەدەھ ئۇسۇلى بىلەن داۋالانغان كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكى بىلەن

ئاغرىغۇچىلارنىڭ كۆز قىروسىمان ھۆللۈكى كېسىپ ئېلىۋېتىلگەنلىكى تۈپەيلىدىن يېقىنىدىن كۆرۈش ئىقتىدارى بۇزۇلۇپ، يۇقىرى دەرىجىلىك يىراقتىن كۆرۈش (تەۋىلۇلبەسەر) ھالىتى شەكىللىنىپ قالىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن دەستكارى ئەمەلىيىتىدىن كېيىن بۇ خىل ئاغرىقلار دۈمباق ئەينەكلىك (ئوتتۇرىسى قېلىن، چۆرىسى نېپىز) كۆزەينەك تاقاپ كۆرۈشتىكى ئۆزگىرىشنى تۈزىتىش لازىم. بۇنداقتا نۇر دۈمباق ئەينەكتىن ئۆتكەندىن كېيىن شەيئىلەرنىڭ تەسۋىرى ئىلگىرى سۈرۈلۈپ كۆرۈش تور پەردىسى (تەبەقەئى شەبەكىيە) گە نورمال ھالەتتە چۈشىدۇ. شۇنىڭ بىلەن نەرسىلەرنى كۆرگەندە تولار ئېنىقراق كۆرۈنىدۇ.

كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش

كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش (خىيالات) ئاساسەن كۆزنىڭ شىشىسىمان سۇيۇقلۇقى دۇغلاشقانلىقتىن كۆز يۇمىلىقىنىڭ ھەرىكىتىگە ئەگىشىپ كۆزگە كۆمۈتا، پاشا ۋە ئۆمۈچۈك تورىغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ تەڭ ئۇچۇپ يۈرگەندەك كۆرۈنگەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

خىيالات كېسىلى ئاساسەن ئاشقازان خىزمىتىنىڭ ناچارلاشقانلىقى تۈپەيلىدىن ئۆڭدىن ئۆرلىگەن بۇخاراتلار كۆز پەردىلىرى ۋە كۆز سۇيۇقلۇقلىرىغا بولۇپمۇ شىشىسىمان سۇيۇقلۇققا زەھەر يەتكۈزگەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا شىشىدەك سۈزۈك بولغان سۇيۇقلۇقتا كۆمۈتا، پاشا، ئۆمۈچۈك تورىدەك نەرسىلەر پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ سايىسى كۆرۈش پەردىسىگە چۈشىدۇ-دە، كۆزگە بۇ نەرسىلەرنىڭ شەكلى كۆرۈنىدۇ. ھۆكۈمالىرىمىز ئۇنى كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ) كېسىلى باشلانغانلىقىنىڭ ئالامىتى دەپمۇ قارايدۇ.

ئالامىتى

كۆز يۇمىلىقىنىڭ ھەرىكىتىگە ئەگىشىپ ئاغرىقنىڭ كۆزىگە خال-

تۇچكىسىمان، پاشىسىمان، پىپسىمان، ئۆمۈچۈك تورسىمان ۋە چاڭ-توزانغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچۇپ يۈرگەندەك كۆرۈنىدۇ. كۆز يۇمىلىقى ئوڭ-سول، يۇقىرى-تۆۋەن تەرەپلەرگە ھەرىكەت قىلسا، شۇ تەرەپكە ئۇچقاندەك بولىدۇ. يەڭگىلرەك بولسا، كۆك ئاسمانغا قارىغاندەك بىلىنىدۇ. ئېغىرراق بولسا نەرسىلەرگە قارىغاندىمۇ كۆرۈنىدۇ. بەزىدە قورساق ئاچ ۋاقىتلاردا ئالامەتلەر يەڭگىللىشىدۇ. بەزىدە ھاۋا تۇتۇق كۈنلىرى ئالامەتلەر روشەن بىلىنگەندەك سېزىلىدۇ. كۆپىنچە ئىككىلا كۆزدە ئىپادىلىنىدۇ. بەزىدە بىر كۆزدە ياكى ئاۋۋال بىر كۆزدە، ئاندىن ئىككىلا كۆزدە ئىپادىلىنىدۇ. كۆزدە قىزىرىش، ئېچىشىش، ياش ئېقىش ئالامەتلىرى كۆرۈلمەيدۇ.

داۋاسى

مۇسەھھىل (تازىلىغۇچى دورا) بېرىشنى ئاساس قىلىش كېرەك، ئاشقازاندىكى بۇخاراتلارنى پەسەيتىش ۋە يوقىتىش ئۈچۈن سەۋەبچى ماددىنى تەڭشەش ۋە تازىلاش كېرەك. تەڭشەش ئۈچۈن مەتبۇخى ھەلىيلە، تازىلاش ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج، ھەببى قوقىيا، ھەببى زەھەب، ھەببى شەبيار، ئىترىيفىل سەغىر، ئىترىيفىل كەشنىز قاتارلىق دورىلارنى ئەھۋالغا قاراپ قوللىنىش لازىم. مەئجۇنى ئىگىر مەزكۇر كېسەللىكنىڭ مەخسۇس دورىسى بولۇپ، داۋاملىق ئىستېمال قىلىپ بەرسە ناھايىتى ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. سىرتقى جەھەتتە كۆھلى مىرارە ئىشلەتسە بولىدۇ. ئەگەر كېسەللىك ماددىسى ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا بولسا تۇرۇپ سۈيى، كۆك چېچەك سۈيى ۋە ئىسكەنجىبىنلەر بىلەن قەي قىلدۇرۇش لازىم. ئەگەر ئاشقازاننىڭ چوڭقۇر قىسمىدا بولسا پىشۇرغۇچى ۋە ئارتۇق ماددىلارنى يوقاتقۇچى دورىلاردىن كېيىن قاتتىق قەي قىلدۇرغۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم. ئەگەر ئاشقازاندىن ئۆرلىگەن ئىسسىق يەلدىن بولغان بولسا ئالدى بىلەن ئىترىيفىل كەشنىز يەپ ئۈستىدىن ئەرىقى شاھتەررەگە چىلان سېلىپ قاينىتىپ، ناۋات سېلىپ ئىچسە بولىدۇ.

قوشۇمچە: كۆزگە رەڭگا-رەڭ نەرسە كۆرۈنۈش

بۇ، كۆزگە ھەر خىل رەڭدىكى نەرسىلەرنىڭ كۆرۈنۈشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، كۆز كۆرۈش قۇۋۋىتىنىڭ پەۋقۇلئاددە ئېشىپ كېتىشى ھەمدە بۇنىڭدىن ئىلگىرى كۆزگە ھەر خىل نەرسىلەر چىقىش، كۆزگە سىرتتىن ئۆتكۈر

ئىسسىق ياكى سوغۇقنىڭ تەسىر قىلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋاسى

مەزكۇر كېسەللىكنىڭ داۋاسى كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈشنى داۋالاش بىلەن ئوخشاش.

◆

كۆزنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى

كۆزنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى سىرتقى زەخمىدىن بولغان كۆز كېسەللىكلىرىگە قارىتىلغاندىن سىرت، نوقۇل ھالدا يۇقىرىدىكى كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ مەلۇم بىر تۈرىگە مەنسۇپ بولمايدىغان كۆز كېسەللىكلىرىنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. مەسىلەن، سىرتقى زەخىملىنىشتىن بولغان كۆز كېسەللىكلىرىدىن قاپاق كۆكىرىش (زۇرقەت)، كۆزگە غەيرىي جىسىملار كىرىپ كېتىش (قەزا)، كۆزگە زەربە تېگىش (زەربەتۇلئەينى)، كۈچلۈك ئۇر تەسىرىدىن كۆز تورلىشىش (قومۇر) قاتارلىقلار، نوقۇل ھالدا كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ مەلۇم بىر تۈرىگە كىرمەيدىغان كۆز كېسەللىكلىرىدىن كۆز يۇمىلىقى پولتىيىپ چىقىش (نوتۇئتۇلئەينى)، كۆز يۇمىلىقى ئولتۇرۇشۇپ كېتىش (ھۆزالۇلئەينى) ۋە كۆك كۆزلۈك (زۇرقەتۇلئەينى) كېسىلى قاتارلىقلار. كۆزنىڭ سىرتقى زەخمىدىن بولغان كېسەللىكلىرى كۆزنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشىگە تەسىر يەتكۈزۈپلا قالماي، بەلكى نورمال كۆرۈش خىزمىتىگە دەخلى يەتكۈزىدۇ ھەتتا بەزىلىرى قارىغۇلۇقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. مەسىلەن، كۆزگە زەربە تېگىش ئېغىر دەرىجىدە بولغاندا ياكى كۆزگە غەيرىي جىسىملاردىن ئەينەك پارچىسى قاتارلىق ئۇچلۇق نەرسىلەر ئېغىرراق كىرىپ كەتكەندە مۇۋاپىق تەدبىر قىلمىسا يامان ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ مەلۇم بىر تۈرىگە كىرمەيدىغان كېسەللىكلەرمۇ كۆزنىڭ شەكلى ۋە رەڭگى قاتارلىقلارغا تەسىر يەتكۈزۈپلا قالماي، بەلكى بەزىلىرى تەرەققىي قىلسا ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە كۆرۈش خىزمىتىنى بۇزىدۇ. مەسىلەن، كۆز پولتىيىپ چىقىش، كۆك كۆزلۈك كېسىلى قاتارلىقلار.

شۇڭا كۆزنىڭ باشقا كېسەللىكلىرىگىمۇ سەل قارىماي ۋاقتىدا داۋالاش كېرەك. سىرتقى زەخمىدىن بولغان كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بەزىلىرىنى، مەسىلەن: كۈچلۈك ئۇر تەسىردىن بولغان كۆز تورلىشىش، قاپاق كۆكىرىش، كۆزگە غەيرىي نەرسىلەر

كىرىپ كېتىش قاتارلىقلارنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن كېسەل پەيدا قىلغۇچى ئامىللارنى توسۇش ۋە توختىتىش بىلەن بىرگە بەزى تەدبىرلەرنى قوللىنىش، كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ يەرلىك ئورۇننى داۋالاشنى ئاساس، ئىچكى داۋالاشنى قوشۇمچە قىلىش كېرەك. بەزىلىرىنى، مەسىلەن: كۆزگە زەربە تېگىش قاتارلىقلارنى داۋالاشتا يەرلىك ئورۇننى داۋالاشنى ئاساس قىلىش يەنى كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ يۇيۇش، دورا تېمىتىش، دورا چېپىش، تېڭىش بىلەن بىرگە بەزى مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىچكۈزۈش لازىم. كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ مەلۇم بىر تۈرىگە مەنسۇپ بولمايدىغان كېسەللىكلەر، مەسىلەن: كۆز يۇملىقى پولتىيىپ چىقىش، كۆز يۇملىقى يىگىلەپ ئولتۇرۇشۇپ كېتىش، كۆك كۆزلۈك كېسىلى قاتارلىقلارنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش بىلەن بىرگە ئىچكى جەھەتتىن داۋالاشنى ئاساس، سىرتقى جەھەتتىن داۋالاشنى قوشۇمچە قىلىش ھەمدە يېمەك-ئىچمەكنى مۇۋاپىق ئورۇنلاشتۇرۇش، كېسەللىك ئۇلغايتقۇچى ئامىللاردىن ساقلىنىشقا دىققەت قىلىش لازىم.

قاپاق كۆكىرىش

قاپاق كۆكىرىش (زورقەت، خۇزرە تۆلجە فەنى) كۆپىنچە سىرتقى ھادىسىلەر تەسىرىدىن زەخىملىنىشكە ئۇچراپ قاپاق كۆكىرىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان. بەزىدە سىرتقى زەربىدىن بولمىغان قاپاق چۆرىسى سۈس كۆكىرىپ قىلىشلارمۇ كۆرۈلىدۇ. بۇ كۆپىنچە ھاللاردا زىيادە ھېرىپ-چارچىغانلىق ياكى باھ قۇۋۋىتى ئاجىزلاشقانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

سەۋەبى

قاپاققا تاياقتەك نەرسىلەر تېگىش، بىر جايدىن يىقىلىش، تۇيۇقسىز بىر نەرسىلەرگە سوقۇلۇپ كېتىش ۋە قاتتىق ھۆ بولۇش، كۆپ قوسۇش تۈپەيلىدىن ئۇششاق قان تومۇرلاردا قان توسۇلۇپ قېلىپ، قاپاق كۆكىرىپ قالىدۇ. مەزكۇر سەۋەبلەرنى ئاغرىقتىن ياكى ئاغرىقنىڭ يېقىن كىشىلىرىدىن سوراش ئارقىلىق ئېنىقلىغىلى بولىدۇ.

ئالامىتى

بىر قاراپلا قاپاقنىڭ كۆكىرىپ قالغانلىقىنى بىلگىلى بولىدۇ. بەزىلەردە زەخىملىنىش، ئىششىش ئالامەتلىرىمۇ كۆرۈلىدۇ. قاپاق كۆكىرىش كونىرىغان بولسا كۆپىنچە ھاللاردا يېنىپ كەتكەن بولىدۇ. ئۇتسا چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. قاپاق ھەرىكىتى راۋان بولمايدۇ.

داۋاسى

جاراھەت ياكى ئىششىق بولسا ئالدى بىلەن جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى، ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قاپاقتىكى كۆكنى يوقىتىش ئۈچۈن يېڭى ساپالنى سىركىدە سۈرۈپ تاتىقىنى چىقىرىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش ياكى تۇرۇپنىڭ ئۇرۇقىنى سوقۇپ كۆك يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن قوشۇپ تېگىش ياكى ئىسسىق سۇغا بىر ئاز تۇز قوشۇپ قاپاقنى يۇيۇش لازىم. موزىنى سوقۇپ، كۈنجۈت يېغىدا ئاستا قاينىتىپ كۆزگە تارتسا ياكى ئىت ئۈزۈمى سۈيىنى تېمىتسا ناھايىتى پايدىلىق.

باھ قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىقى ۋە زىيادە ھېرىپ-چارچىغانلىقتىن بولغان قاپاق كۆكىرىشنى داۋالاشتا ئاساسلىق بەدەن ۋە باھ قۇۋۋىتىنى كۈچەيتىدىغان دورىلارنى ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىش ھەمدە دەم ئېلىش، يېمەك-ئىچمەكنى تەڭشەش لازىم. كونكرېت داۋالاش جەھەتتە باھ ئاجىزلىقىنى داۋالاشتىكى ئۇسۇل-چارە ۋە دورىلاردىن پايدىلانسا بولىدۇ.

كۈچلۈك نۇر تەسىرىدىن كۆز تورلىشىش

كۈچلۈك نۇر تەسىرىدىن كۆز تورلىشىش (قۇمۇر) بەزى كىشىلەرنىڭ كۈچلۈك ئۆتكۈر يورۇقلۇققا كۆپ قارىغانلىقتىن كۆزى تورلىشىش، ھەتتا رەڭلىك نەرسىلەرمۇ ئاق كۆرۈنۈش ياكى كۆزى پۈتۈنلەي كۆرمەس بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھاۋا ناھايىتى ئوچۇق كۈنلەردە كۈچلۈك كۈن نۇرىغا كۆپ قاراش، بەك كۈچلۈك چىراغ

نۇرى ۋە توك بىلەن كەپشەرلىگەندە چىققان نۇرغا ئوخشاش ئۆتكۈر نۇرلۇق نەرسىلەرگە كۆپ قاراش ياكى قارلىق جايلاردا كۆپ يۈرۈش بىلەن ئۆتكۈر نۇرلار كۆز نۇرىنى قايتۇرۇش، تارقىتىش، قالايمىقانلاشتۇرۇشى نەتىجىسىدە كۆز تورلىشىش ھەتتا يىراقنى كۆرەلمەسلىك، رەڭلىك نەرسىلەرنى ئاق كۆرۈشتەك ئەھۋاللار كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

مەزكۇر كېسەل يېنىك ۋە يەڭگىلرەك بولسا، كۆزدە بىر ئاز قىزىرىش، ئىششىش، ئېچىشىش، ياش ئېقىش، باش ئاغرىشتەك بەلگىلەر بولىدۇ. كونا ۋە ئېغىرراق بولسا كۆز تورلىشىش، پۈتۈنلەي كۆرەلمەسلىك ياكى رەڭلىك نەرسىلەرنى يىراقتىن ئاق كۆرۈشتەك ئالامەتلەر بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەل پەيدا قىلغۇچى ئامىللارنى توساش، سەۋەبلەرنى تۈگىتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن كۆزگە قارا كۆزەينەك تاقاش، تۇتۇق (قارا) رەڭلىك كىيىملەرنى كىيىش كېرەك. كۆزنىڭ بەزى سۇيۇقلۇقلىرىنى يۇمشىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، چېچىلغان نۇرنى يىغىش ئۈچۈن ئاچچىق بادامنى سوقۇپ كۆزگە چېپىپ قارا رەخت بىلەن تېڭىش، ئىسسىق سۇ قاتارلىق نەرسىلەر بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش لازىم.

ياخشى ئوزۇق بولىدىغان نەرسىلەر بىلەن ئوزۇقلىنىش، بولۇپمۇ يېڭى كۆكتات، مېۋە-چېۋە، سۇيۇق-سەلەڭ قۇۋۋەتلىك تاماقلارنى يېيىش لازىم. مەنزىرىلىك جايلاردا ساياھەت قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

كۆزگە غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كېتىش

كۆزگە غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كېتىش (قەزا) ھەر خىل سىرتقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كۆزگە ھەر خىل ئوخشاش غەيرىي جىسىملار كىرىپ كېتىپ كۆزنى ناھايىتى بىئارام قىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قاتتىق بوراندا ياكى ئىتتىك سۈرئەتتە كېتىۋاتقاندا، دەرەخ ۋە ئىگىز نەرسىلەرگە قارىغاندا تۇيۇقسىز قۇم، توپا، پاشا، كۆمۈتا قاتارلىق كىچىك نەرسىلەرنىڭ كۆزگە كىرىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

كۆزگە كىرگەن غەيرىي جىسىم كۆزگە قادىلىپ كۆزدىن ياش چىقىشقا باشلايدۇ. كۆزنى ئەركىن ئېچىپ بىر نەرسىگە قاراش تەس كېلىدۇ. ئېغىرراق بولسا كۆز قادىلىپ ئاغرىيدۇ. بەزىدە غەيرىي جىسىم كۆزگە سانجىلىپ كۆزنى قىزارتىپ قويىدۇ ھەتتا كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنى بۇزۇپ زەخىملەندۈرۈش، ئىششىش قاتارلىق ئەھۋاللارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

داۋاسى

كۆزنى ئۇۋۇلاشتىن قەتئىي ساقلىنىش، پاكىز يۇمشاق داكىنى قىزىق سۇدا ھۆل قىلىپ كۆزنى سۈرتۈش، باشنى سىڭايان قىلىپ كۆزنى ئېچىپ تۇرۇپ پاكىز سۇنى ئېقىتىپ قايتا-قايتا يۇيغاندىن كېيىن ئاياللارنىڭ سۈتىنى تېمىتىش كېرەك.

ئەگەر بۇ ئۇسۇلدا چىقمىسا قاپاقنى قايرىپ ئوبدان ئىنچىكىلەپ قاراپ، غەيرىي جىسىمنى قىسقۇچ ئارقىلىق ئېھتىيات بىلەن قىسىپ ئېلىش ياكى پاكىز داكىغا يېپىشتۇرۇپ ئېلىۋېتىش كېرەك. ئەگەر بۇ ئۇسۇلدا چىقىپ كەتمىسە، شېكەر ياكى نىشاستىنى يۇمشاق سوقۇپ كۆزنىڭ ئىچىگە قويۇپ 5 مىنۇت توختىتىپ ئاندىن كۆزنى قىزىق سۇ بىلەن يۇيۇپ پاكىز رەخت ياكى داكا بىلەن قاپاقنى سۈرتۈپ تازىلاش ئارقىلىق چىقىرىۋېتىش كېرەك.

ئەگەر بۇغداي، ئارپا قاتارلىق زىرائەتلەرنىڭ قىلتىرىقى ياكى شىشە سۇنۇقى، تۆمۈر پارچىسى قاتارلىق ئۇچلۇق نەرسىلەر كىرىپ كەتسە جىددىي مۇئامىلە قىلىش، سەل قارىماسلىق، كۆزنى قەتئىي ئۇۋۇلىماسلىق، دەرھال ئاغرىقنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ قول ياكى مەخسۇس قىسقۇچ بىلەن قىسىپ ئېلىۋېتىش لازىم. تۆمۈر پارچىسىنى ماگنىت تېشى بىلەن تارتقۇزۇپ ئېلىشقا ئامال قىلسا بولىدۇ. جاراھەتلىنىش ۋە ئىششىشقا ئوخشاش يامان

ئاقىۋەتلەردىن ساقلىنىش ئۈچۈن تۇخۇم ئېقى ياكى ئاياللارنىڭ سۈتىنى تېمىتىش كېرەك. نەرسە كۆرۈنگەندىن كېيىن پاكىز پاختىنى كۆز جىيەكىگە تۇتۇپ تۇرۇپ، نىشاستىنى كۆزگە تېمىتسا كىرىپ كەتكەن نەرسە يېنىپ چىقىدۇ. ئەگەر بەك ئۇششاق نەرسە بولسا زەيتۇن يېغى ياكى باشقا ياغلارنى تېمىتسا بولىدۇ.

كۆزگە زەربە تېگىش

كۆزگە زەربە تېگىش (زەربەتۇلئەينى، زەربەئى چەشم) ھەر خىل سىرتقى زەربىلەر تەسىرىدىن كۆز يەڭگىل ياكى ئېغىر دەرىجىدە قاناپ قىزارغان، قاپاق ئىششىپ كۆكىرىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئۇرۇلۇش-سوقۇلۇش، دۈم يىقىلىش، كۆزگە بىر نەرسە قاتتىق تېگىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

سىرتقى جەھەتتە قارىغاندا قاپاقنىڭ كۆكىرىپ، ئىششىپ قالغانلىقىنى ھەتتا زەخمىلەنگەنلىكىنى بايقىغىلى بولىدۇ. قاپاقنى ئېچىپ تەكشۈرگەندە كۆز ئېقى يەنى كۆز ئەستەر پەردىسىنىڭ قاناپ قان ئۇيۇپ قىزىرىپ قالغانلىقىنى ئېنىق كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

يۇقىرىقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بولغان كۆزدىكى زەخمىلىنىشتە كۆپىنچە كۆزنىڭ ئەستەر پەردىسى تەسىرگە ئۇچراپ كۆز ئېقى قانغا تولغاچقا، داۋالاشتا ئەھۋالنىڭ يەڭگىل-ئېغىرلىق دەرىجىسىگە قاراپ كۆزگە يېقىن بولغان چېكە تومۇردىن بىر ئاز قان ئېلىش ياكى شەخەك قويۇش لازىم. ئاندىن كېيىن تۇخۇمنىڭ ئاق-سېرىقىغا ئازراق

گۈل يېغى قوشۇپ كۆزنى تېڭىش كېرەك. ئىچىشكە ھەببى قوقيا، ئىيارەجى فەيقەرا بېرىلىدۇ.

چىلان، گۈلى بىنەپشە، قىزىلگۈل، نىلۇفەر قاتارلىقلارنى چىلاپ ئىچۈزۈش، ھەر خىل ھۆل مېۋىلەرنىڭ سۈيىنى ئىچكۈزۈش، كۆك يۇمغاقسۈت، پۆدىنىلەرنىڭ سىقىلغان سۈيىگە بىر ئاز كافۇر قوشۇپ كۆزگە چېپىش لازىم.

ئەگەر، كۆزگە زەربە قاتتىقراق تېگىپ جاراھەتلىنىش ئېغىرراق بولسا، 10 گرام يۇيۇلغان شادىنەج مەغسۇلغا 0.3 گرام كافۇر قوشۇپ، يۇمشاق ئېزىپ خام تۇخۇمغا ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېڭىش لازىم.

تۇخۇمنىڭ ئېقى ۋە سېرىقىنى گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ پاختىغا مىلاپ كۆزگە قويسا بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما بولسا يۇقىرىقىغا كۆك يۇمغاقسۈت قوشۇۋەتسە تېخىمۇ ياخشى، كۆزدىكى قىزىللىق ۋە قىزىش يانمىسا ماش ئۇنىدىن 2 ھەسسە، زەرچوبە، ھۆزۈز، گىلى ئەرمىنى، مامىرانچىنى، زەئفەر، مەستىكىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ بۇلارنى گۈل يېغىدا ئېزىپ كۆزگە تېمىتسىمۇ بولىدۇ. ئۇنىدىن باشقا كۆز ئاغرىش كېسەللىكىدە ئېيتىلغان چارىلەرنى قوللانسىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

كۆز يۇمىلىقى پولتىيىپ چىقىش

كۆز يۇمىلىقىنىڭ پولتىيىپ چىقىشى (نۇتۇئۇلەينى) ھەر خىل ئىچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ يامان تەسىرى تۈپەيلىدىن كۆز يۇمىلىقى يەنى كۆز يۇمىلىقىنىڭ ئادەتتىكى نورماللىقتىن چىقىپ پولتىيىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئۇزۇن مۇددەتلىك روھىي زەربە، غەم-ئەندىشە، قايغۇ-ھەسرەت قاتارلىق روھىي ئامىللارنىڭ ئەسەب (نېرۋا) لارنى داۋاملىق غەيرىي تەبىئىي ھالدا قوزغىغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا بەدەندىكى ماددا ئالمىشىش (بەدەلۇمايە تەھەللۇل) تەسىرگە ئۇچراپ غەيرىي نورمال ھۆللۈكلەر بويۇندىكى بەزلەرگە يىغىلىپ، كۆزنى تۇتۇپ تۇرغۇچى پەيلەرنى بوشىتىپ كۆزنىڭ سىرتقا پولتىيىپ چىقىشىغا شارائىت يارىتىپ

بېرىدۇ.

مېڭە ۋە كۆز بېسىمى ئارتىپ كەتسىمۇ ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدىكى كۆز پولتىيىپ چىقىش كېلىپ چىقىدۇ.

يىقىلىش، بوغۇلۇش قاتارلىق سىرتقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىمۇ كۆز پولتىيىپ قالىدۇ.

ئالامىتى

كېسەللىك ئەھۋالى يەڭگىللىرىدە كۆزنىڭ پولتىيىپ چىقىپ قالغانلىقىنى ئانچە بىلگىلى بولمايدۇ. ئېغىرراقلىرىدا بىر قاراشتىلا كۆز يۇمۇلقىنىڭ روشەن ھالدا پولتىيىپ چىقىپ قالغانلىقىنى بايقىغىلى بولىدۇ. قاپاقلار ھەرىكىتى توسالغۇغا ئۇچرايدۇ، بولۇپمۇ يۇقىرىقى قاپاق تولۇق يېپىلماي كۆز ئېقى كۆرۈنۈپ قالىدۇ ھەتتا مۈڭگۈز پەردە قۇرغاقلىشىپ زەخمىلىنىشى، يارا پەيدا بولۇشى ۋە كورمەس بولۇپ قېلىشى مۇمكىن.

كېسەل كىشى ئاسانلا غىدىقلىنىشقا ئۇچراپ، بىر قاتار روھىي ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. كەيپىيات جەھەتتە تەۋرىنىش بولۇپ تۇرىدۇ ھەمدە داۋاملىق ئۇيقۇسى قاچىدۇ. بەدىنى ئورۇقلايدۇ. ئاسانلا چارچايدۇ. يۈرەك ھەرىكىتى تېزلىشىدۇ. كۆپىنچە ئاغرىقلاردا بويۇن بەزلىرى يوغىناپ قالىدۇ. بەزلىرىدە بويۇن بەزلىرى ئىچكى بەز شەكلىدە بولۇپ، تۇتۇپ تەكشۈرمىگىچە بىلىنمەيدۇ. ئاغرىق ئاسانلا ئاچچىقلىنىدىغان ۋە يىغلايدىغان بولۇپ قالىدۇ. قوللىرى يەڭگىل دەرىجىدە تىترەيدۇ. ئاغرىقنىڭ قولىنى ئالدىغا سوزغۇزۇپ تەكشۈرگەندە تىترەش تېخىمۇ ئېنىق بولىدۇ. بەدىنى داۋاملىق ئىسسىغاندەك بولۇپ كۆپ تەرلەيدۇ. مەزكۇر كېسەل ئەرلەرگە قارىغاندا ئاياللاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ. بولۇپمۇ بالاغەتكە يەتكەن قىزلار، ئوتتۇرا ياشلىق ۋە ھەيز توختىغان ئاياللاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

نورمالسىز ھۆللۈكنىڭ ئارتىپ، يىغىلىپ قالغانلىقىدىن كۆزنى تۇتۇپ تۇرغان پەيلەر بوشىشىپ پەيدا بولغانلىرىدا دەسلەپىدە كۆزدىن ياش ئېقىپ كۆز تەدرىجىي پولتىيىپ چىقىپ قالىدۇ. مېڭە ۋە كۆز بېسىمى ئارتىشتىن كېلىپ چىققانلىرىدا باش چىڭقىلىپ ئاغرىش بىلەن بىرگە كۆزمۇ چىڭقىلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قايسى سەۋەبتىن پەيدا بولغانلىقىنى ئېنىقلاپ سەۋەبىنى تۈگىتىش

لازىم.

ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەندىن بولسا تازىلاش ئۈچۈن ئىيارەجەلەرنى ۋە ئىسسىق مەئجۇناتلارنى كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىش لازىم. مەزكۇر كېسەلنىڭ پەيدا بولۇشىدا روھىي ئامىللارنىڭ تەسىرى كۈچلۈك بولغاچقا روھىي جەھەتتە داۋالاش، بىمارنى تىنچلاندۇرۇش ناھايىتى مۇھىم ئورۇندا تۇرىدۇ.

سىرتتىن شىيافى مامىيشا، شىيافى ئاقاقىيالارنى بادىيان سۈيى ياكى ئاياللار سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تارتىش ۋە تېڭىش، بىمارنىڭ بېشىنى پەسرەك قىلىپ ئۆڭدا ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش كېرەك.

ئەگەر باشقا كېسەللەرنىڭ تەسىرى نەتىجىسىدە مېڭە ۋە كۆز بېسىمى ئېشىپ كېتىپ چىڭقىلىشتىن كۆز پولتايغان بولسا سەۋەبىنى يوقىتىش، بېسىمنى تۆۋەنلىتىش، داۋاملىق ئىچىنى سۈرۈپ تازىلاپ تۇرۇش، يەڭگىل ئاسان سىڭىدىغان تاماقلاردا ئوزۇقلىنىش، ئوبدان ئارام ئېلىش كېرەك.

بوغۇلۇشتىن بولغانلىرىدا دەرھال سەۋەبىنى تۈگىتىش كېرەك.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار

ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈش، ئۇزۇن يول مېڭىش، كۈچەپ ناخشا ئوقۇش، ۋارقىراش، قاتتىق قەي قىلىش، يۆتىلىش، تاماق ئۈستىگە تاماق يەپ بەك تويۇنۇپ كېتىشتەك كۆز بېسىمنى ئاشۇرغۇچى سەۋەبلەرنىڭ ھەممىسىدىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم.

كۆز يۇمىلىقى يىگىلەپ ئولتۇرۇشۇپ كېتىش

كۆز يۇمىلىقىنىڭ يىگىلەپ ئولتۇرۇشۇپ كېتىشى (ھۇزالۇلئەينى، لاغەرى چەشم) بىر كۆز ياكى ئىككىلا كۆز يۇمىلىقىنىڭ بەك ئورۇقلاپ ئولتۇرۇشۇپ كەتكەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەرنىڭ تەسىرى بىلەن ئومۇمىي بەدەنگە ياكى مېڭىگە ۋە كۆزگە ئىنتايىن ئېغىر دەرىجىدە قۇرۇقلۇق يېتىپ، كۆزدىكى تۇخۇم ئېقىسمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى بەيزىيە) ۋە شىشىسىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى زۇجاجىيە) تىن

AltunOq

ئىبارەت تەبىئىي ھۆللۈكلەرنىڭ قۇرۇپ ئازىيىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ ياشانغانلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ. كۆزگە ئوزۇقلۇق يەتكۈزگۈچى ئۇششاق تومۇرلاردا توسالغۇ پەيدا بولۇشىدىن ئوزۇقلۇق ۋە ھۆللۈك يېتىشمەي كۆزگە قۇرۇقلۇق يېتىپ ئورۇقلاپ ئولتۇرۇشۇپ كېتىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا كۆز ئاجىزلىقىنىڭ ئاخىرقى دەۋرلىرىدىمۇ پەيدا بولىدۇ. ئۆلۈم ئالدىدىمۇ مۇشۇ خىل ئەھۋال كۆرۈلىدۇ.

بەزى كىشىلەردە كۆپ ئىچى سۈرۈش، ئاچ قېلىش، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك قاتارلىق ئامىللار سەۋەبىدىنمۇ پەيدا بولىدۇ. لېكىن بۇ، ۋاقىتلىق ئەھۋال بولۇپ سەۋەبلىرى تۈگىسە ئۆزلۈكىدىن ياخشىلىنىپ قالىدۇ.

ئالامىتى

ئاغرىقنىڭ كۆزى قۇرۇق ھەم ئورۇق بولۇپ بىر قاراشتىلا ئادەتتىكىگە قارىغاندا ئولتۇرۇشۇپ قالغانلىقىنى بايقىغىلى بولىدۇ، ياش چىقمايدۇ. بىر نەرسىگە دەرھال قارىسا كۆز قىسمەن دەرىجىدە تورلىشىدۇ.

داۋاسى

قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا مىزاجىنى ھۆللەشتۈرۈش ئۈچۈن ھەر خىل مېۋىلەرنىڭ سۈيى، ئارپا سۈيى، پاقلان گۆشى شورپىسى قاتارلىق ھۆللەشتۈرگۈچى دورا ۋە ئوزۇقلار بىلەن ئوزۇقلىنىش، بەدەننى بولۇپمۇ چېكىنى بادام يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاش، تۇخۇم ۋە سۈتنى مائۇلئەسەل بىلەن ئىستېمال قىلىش لازىم.

ئەگەر توسالغۇلاردىن بولغان بولسا توسالغۇلارنى ئېچىش بىلەن بىرگە يۇقىرىقى ئوزۇقلۇقلارنى ئىستېمال قىلىش، پات-پات قىزىق مۇنچىدا يۇيۇنۇش، كۆزگە قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى تېمىتىش كېرەك.

يۇقىرىقىدەك ھۆللەشتۈرگۈچى ۋە سەمرىتكۈچى چارە-ئۇسۇللارنى قىلىش بىلەن بىرگە بەدەننى قۇرۇتقۇچى ۋە ئورۇقلاتقۇچى تاماق ۋە ئىش-ھەرىكەتلەردىن ساقلىنىش كېرەك. بۇنىڭ داۋالاش ئۈنۈمىگە چوڭ ياردىمى بولىدۇ.

بولكىنىڭ ئۈۋىقىنى قىز تۇغقان ئايال سۈتىدە ئېزىپ، ئۇخلاش ئالدىدا كۆزگە چاپىسا بولىدۇ. نىلۇفەر ۋە بىنەپشە ياغلىرىنى تېمىتسىمۇ بولىدۇ. پات-پات ئىسسىق سۇ بىلەن باش-كۆزنى يۇيۇش كېرەك.

كۆك كۆزلۈك كېسىلى

كۆك كۆزلۈك (زۇرقەتۇلئەينى، گۆربەئى چەشم، زەرقائ) كېسىلى كۆز قارىسىنىڭ كۆپكۈك رەڭگە كىرىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، خەلق ئارىسىدا مۆشۈك كۆزلۈك كېسىلى دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

مەزكۇر كېسەللىك تۇغما ۋە كېيىن پەيدا بولغان دەپ ئىككى خىلغا ئايرىلىدۇ. باللاردا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. كېيىن پەيدا بولغانلىرى كۆپىنچە ھەر خىل ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ھۆللۈك ياكى قۇرۇقلۇقنىڭ ئارتىپ كۆزگە يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

مەزكۇر كېسەللىكتە كۆزنىڭ قارىسى كۆپكۈك رەڭگە كىرىپ قالىدۇ. بىر قاراشتىلا كۆزنىڭ مۆشۈك كۆزىگە ئوخشاش كۆكىرىپ قالغانلىقىنى بايقىغىلى بولىدۇ. كەلتۈرۈپ چىقارغان كېسەللىك سەۋەبىنىڭ ھەر خىللىقى تۈپەيلىدىن كۆرۈش كۈچى ئوخشىمىغان دەرىجىدە يوقالغان بولىدۇ. قۇرۇقلۇقتىن بولغان كۆك كۆزلۈكتە كۆز تومپىيىپ قالغان بولۇپ، تەدرىجىي ھالدا پۈتۈنلەي كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

ئەگەر مەزكۇر كېسەللىك تۇغما بولسا ئۇنى ساقايتماق تەس ياكى ئاساسەن ساقايمايدۇ. ئەگەر بالىلىق مەزگىلىدە پەيدا بولۇپ ياشلىق مەزگىللىرىدە ئۆزلۈكىدىن كۆك كۆزلۈك يوقاپ كەتسە داۋالاش ھاجەتسىز. بۇ خىلدىكى كۆز كۆك كۆزلۈك دەپ ئاتىلىدۇ.

ئەگەر ھۆللۈكنىڭ ئارتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مۇناسىپ دورىلار بىلەن بەدەن ۋە كۆزدىن ھۆللۈكنى تازىلاش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ھۆللۈك تازىلىغۇچى دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلارنى قىلىش، ئۇزۇن مۇددەت ھۆللۈك تازىلىغۇچى يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش كېرەك.

ئەگەر قۇرۇقلۇقنىڭ ئارتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مۇناسىپ دورىلار بىلەن بەدەن ۋە كۆزگە ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە تىرىشىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى كۈچلۈك دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلەرنى قىلىش، ئۇزۇن مۇددەت كۆپلەپ ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. دەستكارلىق ئۇسۇلىنى قوللانسا ساقايمايدۇ.

بۇ خىلدىكى كۆك كۆزلۈك كېسىلىنىڭ كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلى بىلەن پەرقى شۇكى، كۆزگە سۇ چۈشۈش (ئۆزۈلۈلماڭ) كېسەللىكىنىڭ دەسلەپىدە كۆزگە پاشا، كۆمۈتىغا ئوخشاش كىچىك نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنىدۇ. مەزكۇر كېسەللىكتە بۇنداق ئەھۋال بولمايدۇ. كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكىنى دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن ساقايتقىلى بولىدۇ. مەزكۇر كېسەللىكنى دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن داۋالاپ ساقايتقىلى بولمايدۇ.

◆

كۆز كېسەللىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

كۆز ئەستەر پەردە ياللۇغىنى داۋالايدىغان دورىلار

بىھى ئۇرۇقى، چىلان، قوغۇن ئۇرۇقلىرىدىن قائىدە بويىچە شىرە (لۇئاب) چىقىرىپ كۆزگە سىرتتىن چېپىلىدۇ.

ئاق سەندەل (سەندەل سەفىد)، گىلى ئەرمىنى، ھوزۇز مەككى، ئەنگورى شىفا (ئىت ئۈزۈمى)، ئاقا قىيالارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ كۆك يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن مەلھەم ياساپ زىماد قىلىنىدۇ.

يۇقىرىقى كېسەللىكلەرنى داۋالاش ۋە كۆزنى كۈن نۇرىدىن ساقلاش ئۈچۈن كۆزگە كۆك رەڭلىك كۆزەينەك تاقىۋېلىش كېرەك. شارائىت بولمىغاندا پاكىز كۆك رەختنى كۆز ئالدىغا ئېسىۋالسىمۇ بولىدۇ.

يەنە مەزكۇر كېسەللىكلەردە ئاغرىقنىڭ مىزاجىغا قاراپ ھەببى زەھەب، ھەببى شەبيار، ئىترىيفىلى كەشنىز، شەربىتى بىنەپشىلەر مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

كۆك يۇمغاقسۈت سۈيىنى ئايال سۈتى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، كۆز ئىچىگە تېمىتسا ئاغرىق پەسەيتىپ، ئىششىقنى قايتۇرىدۇ.

ھەببى زەھەب، سەبرى سۇقۇتۇرى 54 گرام، سېرىق ھەلىلە پوستى 27 گرام، كەتىرا 8.1 گرام، مەستىكى رۇمى 8.1 گرام، قىزىلگۈل 13.5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ئەرىقى گۈلاب ياكى ئەرىقى باديان بىلەن خېمىر قىلىپ 0.1 گراملىق كۆمۈلاچ قىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل كۆز كېسەللىكلىرىگە كۆز بېسىمىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. كۈندە بىر قېتىم تاماقتىن بۇرۇن 0.1 گرامدىن ئۈچ گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ.

كۆزگە رەڭدار چېكىت چۈشۈش كېسىلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

كۆك كەپتەر باچكىسىنىڭ قۇيرۇقىنى يۇلۇپ، ئىچىدىن چىققان قان ئىسسىق هالدا كۆزگە تېمىتىلىدۇ. باشقا ئۇچار قۇشلاردىن پاختەك، ئۆردەكلەرنىڭ قۇيرۇقى ياكى قانىتىنى يۇلغاندا قان چىقمىسا قۇيرۇق قىسمىغا جەراسىمسىزلاندۇرۇلغان يىڭنە سانجىش ئارقىلىق قان چىقىرىلسىمۇ بولىدۇ ياكى شۇ قاننى پاختىغا يۇقتۇرۇپ كۆز ئۈستىگە تاڭسىمۇ بولىدۇ.

بۇلاردىن باشقا، بىر گرام سەبىرنى 20 مىللىلىتىر سىركىدە ئېرىتىپ رەڭدار چېكىت چۈشكەن كۆزگە تېمىتىش ياكى بىر گرام تاباشىرنى ئون گرام بىنەپشە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ كۆز ئىچىنى ياغلاش كېرەك. ئۇنىڭدىن باشقا، كۆك تۇرۇپ سۈيىنى سىقىپ چىقىرىپ باراۋەر مىقداردا گۈل يېغى (رەۋغەنى ۋەرد) ئارىلاشتۇرۇپ كۆز ئىچىنى ياغلاش كېرەك.

مەرۋايىتنى ئۇششاق ئالقاتلاپ، بىر قانچە قېتىم داكىدىن ئۆتكۈزۈپ ئۇنىڭغا كەكلىك ئۆتىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈرمىدەك كۆزگە ئارتىسىمۇ بولىدۇ.

كۆز بۇرجىكىدىن ئۆسكەن تىرناقسىمان گۆشنى داۋالايدىغان دورىلار

2.8 گرام نۇشىدۇر، 1.4 گرام سەمغى ئەرەبىينى يۇمشاق سوقۇپ لاهۇر تۇزىنىڭ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قائىدە بويىچە شىياف ياساپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا مەزكۇر شىيافنى كۆز بۇرجىكىدىكى تىرناقسىمان گۆشكە كۈندە بىر قانچە قېتىم سۈركەپ بېرىلسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

يەنە ئەركەك ئوغلاقنىڭ ئۆت سۇيۇقلۇقىنى 10 گرام ساپ هەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ كۆز بۇرجىكىگە سۈركەپ بەرسە ئۆسكەن گۆشنى يوقىتىدۇ.

قەدىمكى هۆكۈمالارنىڭ تەجرىبىسىگە ئاساسلانغاندا، شەپەرەڭ مايىقىنى

كۆيدۈرۈپ تەڭ مىقداردىكى سۇقمۇنىيا بىلەن بىللە يۇمشاق سوقۇپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ كۆز بۇرجىكىگە داۋاملىق سۈركەپ بەرسە مەزكۇر گۆشنى ئۆسۈشتىن چەكلەيدۇ ۋە يوقىتىدۇ.

ئەڭ ئىشەنچلىك چارىسى دەستكار ئۇسۇلى بىلەن تىرناقسىمان گۆشنى قىرىپ ئېلىۋېتىش، ئاندىن يۇقىرىدىكى دورىلاردىن بىرىنى تاللاپ ئىشلىتىپ قايتا ئۆسۈشنى چەكلەشتىن ئىبارەت.

كۆزگە چۈشكەن ئاققا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

بىر گرام گۈڭگۈرت (كىبرىت) نى يېرىم گرام زاڭ بىلەن بىللە ئۇششاق سوقۇپ سىركىدە خېمىر قىلىپ قائىدە بويىچە شىياف ياساپ، ئاق چۈشكەن كۆزگە ھەر كۈنى ئەتىگەن-ئاخشامدا بىر قېتىمدىن سۈركەپ بېرىلىدۇ.

ئەگەر چۈشكەن ئاق بەك كونا بولسا، ئاق توغرىغۇ، نۇشۇدۇر، دانىكارلارنى باراۋەر مىقدارلاردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يېپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئاق چۈشكەن كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ.

پىشقەدەملەرنىڭ ئېيتىشىچە، ئاقنى يوقىتىش ئۈچۈن بەدەننى تەنقىيە قىلىش لازىم. مەسىلەن: ھەببى زەھەب، ئىيارەجى پەيقەرا، ئىترىيفىلى سەغىر، مەتبۇخى ئۇستىخۇددۇس، مەتبۇخى ئەفتىمۇنلاردىن بىرى كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ. شۇنىڭدەك بۇرۇدى ئەسۋەد سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

بەرۇدى ئەسۋەد

قارا سۈرمە، ئاق تۇتىيا ھەر بىرى 32 گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت 5.4 گرام، سازەج ھىندى 2.7 گرام، زەئفەر 1.4 گرام، ئالتۇن ئىقلىمىياسى 21.6 گرام، ئىپار، كافۇر ھەر بىرى 1.4 گرام.

يۇقىرىدىكى دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقىغاندىن كېيىن رەڭلىك شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا ئىنچىكە پىلتىكۈچكە يۇقتۇرۇپ ئاق چۈشكەن كۆزگە كۈندە 2 قېتىم سۈرمىدەك تارتىلىدۇ.

كۆھلى فىلفىلمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭ تەركىبى ۋە ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە: قارىمۇچتىن 12 گرامنى ئۇششاق تالقانلاپ، يېڭى سويۇلغان توپاق ئۆتى بىلەن خېمىر قىلىنىدۇ. ئۇنى يەنە سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن قايتىدىن يۇمشاق سوقۇپ ئېزىپ رەڭلىك شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم كەلگەن چاغدا، ئاق چۈشكەن كۆزگە سۈرمىگە ئوخشاش كۈندە 2 قېتىم تارتىلىدۇ.

قوشۇمچە

كۆز قىچىشىش، كۆپ ياشاڭغۇراشلاردا خوراز ئۆتى بىلەن ئەرىقى بادىيان تەڭ مىقداردا ئېلىپ تەڭشەپ، كۆزگە پىلتىكۈچ بىلەن سۈرتۈلىدۇ.

كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم مۇرەككەپ دورىلار

بەرۇدى ھۆسرۇم

تەركىبى: تۇتىيا 28 گرام، زەنجىبىل، سېرىق ھەلىلە پوستى 13.5 گرامدىن، فىلفىل، مامىرانچىنى 8.1 گرام، نەمەكى ھىندى 2.7 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، يىپەك ئەلگەكتە تاسقاپ، پىشمىغان ئاق ئۈجمە سۈيىنى داكا ئارقىلىق سىقىپ، سۈزۈپ يۇقىرىقى سۇفۇفقا قۇيۇپ 20 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن كېيىن سايىدا قۇرۇتۇپ ئىككىنچى قېتىم قايتا سوقۇپ تاسقاپ رەڭلىك شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا ئىنچىكە پىلتىكۆچ بىلەن ئەتىگەن-ئاخشامدا كۆزگە تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز ياشاڭغۇراش، كۆز شىللىق پەردىلىرى قېلىنلىشىش، كۆز بۇرجىكىدىن گۆش ئۆنۈش، كۆزگە پەردە چۈشۈش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

بەرۇدى كافۇر

تەركىبى: تۇتىيا 13.5 گرام، كافۇر 1.5 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ رەڭلىك شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا كۆزگە ئەتىگەن-ئاخشامدا سۈرمىدەك تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنىڭ قىزىللىقى ۋە ئېچىشىپ ئاغرىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

كۆھلى رۇممانەين

تەركىبى: تۇتىيا، سازەج ھىندى، كۆيدۈرۈلگەن مىس تالقىنى ھەر بىرى 6

گرام، سەبرى، قارىمۇچ، فىلفىل، يۇيۇلغان شادنەج ھەر بىرى 3 گرام، مامىيشا، موزا، ئەنزەرۇت، كۆپۈكى دەريا ھەر بىرى 1.5 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

ئاچچىق ۋە تاتلىق ئاناردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، داكا ئارقىلىق سىقىپ يۇقىرىدىكى دورىلار تالقىنى چىلاشقىدەك مىقداردا قۇيۇلىدۇ. ئۈچ كۈندە بىر قېتىمدىن ئۇدا بەش قېتىم ئانار سۈيى ئالماشتۇرۇلىدۇ، ئاندىن سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ. قۇرۇغاندىن كېيىن قايتا سوقۇپ، تاسقاپ رەڭلىك شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنى قۇۋۋەتلەيدۇ، كۆز ياشاڭغۇراش، كۆزگە ئاق چۈشۈش، كۆز جىيەكلىرىنىڭ قىچىشىشىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

داۋائى تەنكارى

تەركىبى: نۆشۈدۈر، تەنكار (دانكار) ھەر بىرى 3 گرام.

تەييارلاش ئۇسۇلى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. لازىم بولغاندا تۇخۇم ئېقى بىلەن مەلھەم قىلىپ كۆز جىيىكى ۋە بۇرجىكىگە سۈركىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز جىيەكلىرىنىڭ قىچىشىشى ۋە كۆزگە ئىرناقچە گۆش ئۈنۈشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

داۋائى ناخۇنەئى فىل

تەركىبى: پىلنىڭ قۇرۇتۇلغان ئىرنىقى، تۇتىيا ھەر بىرى 7 گرام، زەئفەر 1 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلار قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇلۇپ، يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ. لازىم بولغاندا قىز تۇغقان ئايال سۈتى بىلەن ئەملەپ كۆزگە چېپىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتىدۇ.

زەرۇرى مەغسۇل

تەركىبى: قالغاچ مايىقى، ئاقىرقەرھا، ئەنزەرۇت، كۈمۈش ئىقلىمىياسى ھەر بىرى 3 گرام، ساپ ھەسەل 10 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، يىپەك ئەلگەكتە تاسقاپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ھەر كۈنى كۆزگە چۈشكەن ئاق ئۈستىگە سۈركەپ، ئەتىگەندە ئەرىقى بادىيان بىلەن كۆز يۇيۇلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزگە چۈشكەن ئاققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زەرۇرى تۇتىيا (بىرىنچى نۇسخا)

تەركىبى: تۇتىيا 27 گرام، سېرىق ھەلىلە پوستى، سەبرى، زەردچۇبە، فىلفىل، قارىمۇچ ھەر بىرى 7 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ، پىلىتكوچ بىلەن ئەتىگەن-كەچتە كۆزگە تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز تورلىشىش، ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زەرۇرى تۇتىيا (ئىككىنچى نۇسخا)

تەركىبى: تۇتىيا، نىشاستە، قەلەي تۈپىسى ھەر بىرى 7 گرام.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش.

زەرۇرى كافۇر

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەر بىرى 7 گرام، نىشاستە 3.5 گرام، كافۇر 0.5 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سالايە قىلىپ، تاسقاپ شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز قىزىرىپ ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

شىيافى رۇشنائى

تەركىبى: كۈمۈش ئىقلىمىياسى، ئالتۇن ئىقلىمىياسى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەر بىرى 7 گرام، كافۇر، ئىپار ھەر بىرى 1 گرام.
تەييارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ ئەرىقى باديان بىلەن خېمىر قىلىپ، قائىدە بويىچە شىياف ياساپ شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا قايناقسۇدا ئېرىتىپ كۆزگە سۈرتىلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: كۆزگە سۇ چۈشۈش، ئاق چۈشۈش، گۆش ئۆنۈش ۋە كۆز نۇر يىغالماسلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

شىيافى ئەسۋەد

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن مىس، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، بىخ مارجان، ئاقاقىيا ھەر بىرى 3 گرام، ئەپيۇن، زەئفەر ھەر بىرى 1 گرام.
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق ئېزىپ، يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئەرىقى باديان بىلەن خېمىر قىلىپ قائىدە بويىچە شىياف ياساپ شىشىدە ساقلىنىدۇ. لازىم بولغاندا قايناقسۇ بىلەن ئېرىتىپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: كۆزگە ئاق چۈشۈش، پەردە چۈشۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

كۆھلى مۇقەۋۋى بەسەر

تەركىبى: تۇتىيا 54 گرام، زەنجىبىل، فىلفىل، قارىمۇچ، مامىرانچىن ھەر بىرى 7 گرام، نۇشۇدۇر 3.5 گرام.
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ ئەرىقى باديان بىلەن خېمىر قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ 2-قېتىم يەنە ئېزىپ شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتىلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان كۆز ئاجىزلىقى، كۆزگە سۇ چۈشۈش، ئاق چۈشۈش، ئۇششاق نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زەرۇرى ئەنزەرۇت

تەركىبى: ئەنزەرۇت، مۇرمەككى (ئېشەك سۈتىگە چىلانغان)، سەمغى ئەرەبى، ناۋات ھەممىسى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ تاختا ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۆزگە سېپىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز ياشاڭغۇراشنىڭ دەسلەپكى دەۋرلىرىدىكى كۆز ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زەرۇرى ئەسفەر

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ئەنزەرۇت 15 گرام، شىيافى مامىيشا (تۆگە تاپان ياپرىقى) 6 گرام، سەئدى، زەئفەر، رۇسۇت، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ھەر بىرى 2 گرام، ئەپيۇن 3 گرام.

تەييارلىنىشى: ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۆزگە سېپىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزدىن يىرىڭ ۋە زەرداپ ئېقىشنى توختىتىپ، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ.

زەرۇرى ئەبيەز

تەركىبى: كۈمۈش كۆيۈندىسى، ئۆچ كۆيۈندىسى، قەلەي ئۆپىسى ھەر بىرى 6 گرام، كەتىرا 60 گرام، سەمغى ئەرەبى 120 گرام، ئادراسمان گۈلى 180 گرام، نىشاستە 90 گرام، ئەپيۇن 30 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇمشاق ئالقانلاپ ئارپا بادىيان سۈيىگە چىلاپ، ئاندىن قۇرۇتۇپ پارشوك ياساپ كۆزگە سېپىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزدىن ياشاڭغۇراشقا ئىشلىتىلىدۇ.

زەرۇرى سەبرى

تەركىبى: يۇيۇلغان ئۇتىيا 30 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، سەبرى، زەردچۇبە، فىلفىل ھەر بىرى 15 گرام، قارامۇچ 6 گرام

تەييارلىنىشى: ئالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز قىچىشىش ۋە ياشاڭغۇراشلارنى داۋالايدۇ. بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

زەرۇرى قەلەي

تەركىبى: يۇيۇلغان تۇتىيا، قەلەي تۇپىسى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: يۇمشاق تالقانلاپ كۆزگە سېپىلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: كونا كۆز ئاغرىقى، كۆز قىزىللىقى، كۆز ياشاڭغۇراشلارنى داۋالايدۇ.

زەرۇرى كافۇر

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەر بىرى 6 گرام، نىشاستە 3 گرام، كافۇر بىر گرام.
تەييارلىنىشى: ناھايىتى يۇمشاق تالقانلاپ كۆزگە سېپىلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: كۆز قىزىقلىقنى پەسەيتىدۇ. رەمەد (كۆز ياللۇغى) نى داۋالايدۇ.

زەرۇرى مامىران

تەركىبى: ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى ياكى زىغ ئۇرۇقى، ئەنزەرۇت ھەر بىرى 30 گرام، مامىران چىينى، خۇنسىياۋشان ھەر بىرى 6 گرام.
تەييارلىنىشى: تالقانلاپ كۆزگە سېپىلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: بالىلار كۆز ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

زەرۇرى مەغسۇل

تەركىبى: قالىغاچ مايىقى، ئاقىرقەرھا، ئەنزەرۇت، زەنگار، مېتال كۆيۈندىسى.
تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، كۆزگە چېپىلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: كۆزگە يەڭگىل دەرىجىدىكى ئاق چۈشۈشنى داۋالايدۇ.

زىمادى ئەنزەرۇت

تەركىبى: ئاق سەندەل 3 گرام. ئەنزەرۇت 2 گرام، تۇخۇم ئېقى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئاق سەندەلنى سۈرۈپ، ئۈستىدىن ئەنزەرۇتنى ئارىلاشتۇرۇپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز ياشاڭغۇراشنى داۋالايدۇ.

تىلائى ھودىبى

تەركىبى: خورمىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن ئۇرۇقى، سۇنبۇل، چاشقان مايىقى (كۆيدۈرۈلگەن)، فىلفىل ھەر بىرى بىر ھەسسىدىن، سۇرمە 3 ھەسسە، قەلەي 6 ھەسسە، زەئفەر يېرىم ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ناھايىتى يۇمشىتىپ سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كىرپىك تۆكۈلۈشنى توختىتىدۇ.

قەتۇرى ئەشا

تەركىبى: سۇزاپ سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قوشۇپ يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 3 ـ2 قېتىم كۆزگە تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كەچتە كۆرەلمەسلىك كېسىلىنى داۋالايدۇ.

كۆھلى ئەزىرى

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن ئىسپىھان سۇرمىسى 15 گرام، كۈمۈش كۈيۈندىسى، ئالتۇن كۈيۈندىسى، شادنەج، ماش، ھىندى تۇتىياسى، كۆيدۈرۈلگەن مىس ھەر بىرى 6 گرام، سىبرىق ھېلىلە پوستى، سازەج ھىندى، قارىمۇچ، فىلفىل، نۇشۇدۇر، سەبرى، رۇسۇت، زەئفەر، دېڭىز قىسقۇچ پاقىسى (سەرەتانى بەھرى) ھەر بىرى 3 گرام، زەنجىبىل 2 گرام، كافۇر بىر گرام، ئىپار 2 گرام، قەلەمپۇر 1.5 گرام.

تەييارلىنىش: ئادەتتىكى ئۇسۇل بىلەن تەييارلاپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ. كۆز قاراڭغۇلىشىش، كۆز ياشاڭغۇراشلارنى داۋالايدۇ.

كۆھلى دەمئە (بىرىنچى نۇسخا)

تەركىبى: سىبرىق ھېلىلە بىر دانە، زەئفەر ئاز مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھەلىلىنى خېمىرغا ئوراپ خىش ئۈستىدە قويۇپ قىزىتىلغان تونۇر ئىچىگە سېلىپ قىزارغاندىن كېيىن ئېلىپ، ھەلىلىنى ئايرىۋېلىپ زەئفەر بىلەن ناھايىتى يۇمشاق سالايە قىلىپ سۈرمە قىلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز ياشاڭغۇراشنى توختىتىدۇ.

كۆھلى مۇقەۋۋى

تەركىبى: يۇيۇلغان 60 گرام ھۆل رەيھاندىن سىقىۋېلىنغان سۈيىنىڭ قۇرۇتۇلمىسى مەلۇم مىقداردا، زەنجىۋىل، قارامۇچ، مامىرانچىنى 6 گرامدىن، نۆشۇدۇر 3 گرام.

تەييارلىنىشى: توتىيا ۋە رەيھان سۈيى قۇرۇتۇلمىسىنى سۈرۈپ قالغانلىرىنى سوقۇپ يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ سۈيىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ توتىيانى ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. كۆزدىن ياش ئېقىشىنى توختىتىدۇ.

كۆھلى مۇنبىت

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن خورما ئۇرۇقى 15 گرام، كۆندۈر كۈلى 12 گرام، سۇنبۇل 9 گرام، لاجۇۋەرد، ھەببى بىلسان ھەر بىرى 3 گرام.

تەييارلىنىشى: ئادەتتىكى ئۇسۇلدا تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كىرپىك ئۈندۈرىدۇ (تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

كۆھلى مىلكايا

تەركىبى: ئېشەك سۈتىدە مۇدەببەر قىلىنغان ئەنزەرۇت، ئاق شېكەر، نىشاستە ھەر بىرى 15 گرام، ئۆزۈم ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى 3 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

خۇسۇسىيىتى: ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان كۆز ياشاڭغۇراشلارنى داۋالايدۇ.

Altun0q

كۆھلى دەمئە (ئىككىنچى-نۇسخا)

تەركىبى: تۇتىيا 7 گرام، بىخ مارجان، سېرىق ھەلىلە پوستى، سەبرى سۇقۇترى ھەر بىرى 3 گرام، قارا ھەلىلە، فىلفىل ھەر بىرى 0.7 گرام.

تەييارلىنىشى: تۇتىيانى قىزىتىپ يەتتە قېتىم ئەرىقى گۈلابتا سۇغۇرۇپ ئاندىن تالقانلىنىدۇ ۋە باشقا دورىلار بىلەن قوشۇپ يۇمشاق سالايە قىلىپ يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ياشاڭغۇراشنى توختىتىش، كۆزنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

كۆھلى ۋەرد

تەركىبى: تازىلانغان قەلەي 24 گرام، ئالتۇن كۆيۈندىسى، سەمغى ئەرەبى، يۇيۇلغان شادىنەج ياكى كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان ماگنىت تېشى ھەر بىرى 12 گرام، بەسباسە، كۆيدۈرۈلگەن مىس، زەئفەر ھەر بىرى 3 گرام، ئەپيۇن 3 گرام، كافۇر بىر گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

خۇسۇسىيىتى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

كۆھلى ھەۋەل (ئالغاي سۈرمىسى)

تەركىبى: سۈزۈك رەڭلىك سىندۇرۇس مەلۇم مىقداردا، ئىپار، ئەنبەر ئاز مىقداردا.

ياسىلىشى: سىندۇرۇسنى سالايە قىلىپ، بىر پىلىكچە خالتىغا قاچىلاپ، بىر قاچىدا قويۇپ، ئۈستىگە مەلۇم مىقداردا گۈل يېغى ۋە سۈت قويۇلىدۇ. خالتا ئۇچىغا ئوت يېقىپ، يۇقا مىس پەتنۇسنى ئوت يېقىلغان پىلىك خالتا ئۈستىگە ئېسىپ قويۇلىدۇ. پىلىكچە كۆيۈپ ئۇنىڭ ئىسى بىلەن پەتنۇسنىڭ تېگى ئىسلاشقاندىن كېيىن، ئىسنى توخۇ قانىتى بىلەن سۈپۈرۈپ يىغىۋېلىپ، ئاز مىقداردا ئىپار، ئەنبەرلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈرمە تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ئالغايلىقنى داۋالايدۇ.

ئىترىيفىلى بادىيان

تەركىبى: يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، سېرىق ھەلىلە پوستى، ھەلىلە كابىلى پوستى، بەلىلە پوستى، ئامىلە، قىزىلگۈل ھەر بىرى 7.5 گرام، ئارپا بادىيان 55 گرام، ھەسەل 291 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ كۆپىكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنى روشەن قىلىش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

شىيافى نارەنجى

تەركىبى: نارەنجى سۈيى مۇۋاپىق مىقداردا، تۇتىيا 35 گرام، كەتىرا، نىشاستە، ئەنزەرۇت، قىزىلگۈل، سەبرى سۇقۇترى، رۇسۇت ھەر بىرى 3.5 گرام، ئاق قەلەي ئۇپىسى، سېرىق ھەلىلە ئۇچكىسى ھەر بىرى 7 گرام. ئەپيۇن 4.5 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قائىدە بويىچە شىياف تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزگە ئاق چۈشۈش، ياشاڭغۇراش، كۆز قىچىشىش كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

شىيافى كافۇر

تەركىبى: قوغۇشۇن 10.5 گرام، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 14 گرام، كافۇر بىر گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ سۇ بىلەن سالايە قىلىپ شىياف تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز قىزىرىپ ئاغرىغان كېسەللەرگە بېرىلىدۇ.

شىيافى ئەسۋەد

تەركىبى: زەمچە 20 گرام، رۇسۇت 10 گرام، ئەپيۇن 2 گرام، سەپىداپ

كاشىغەرى، كۆك تۇتىيا، ئاقىرقەرھا پوستى ھەر بىرى 0.75 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ سۇ بىلەن شىياف تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنىڭ قىزىرىپ ياشاڭغۇراشلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

كۆھلى روشنائى

تەركىبى: سۈرمە تېشى 360 گرام، سەڭگى سەبىرى 12 گرام، مەرۋايىت 24 گرام، مامىرانچىنى 6 گرام، مارجان 15 گرام، ئالتۇن ۋەرەق 4 گرام.

تەييارلىنىشى: ئالتۇن ۋەرەقتىن باشقا دورىلارنى ھەلىلە سۈيىدە ناھايىتى يۇمشاق سۈرۈپ ئېرىتىپ، 4 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن كېيىن يەنە گۈلابقا قوشۇپ 4 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. 9-كۈنى ئالتۇن ۋەرەقنى ئارىلاشتۇرۇپ، گۈلابقا يەنە سۈرۈپ تەييارلاپ، تۇمۇز ياكى چىنە قاچىدا ساقلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. ھەر خىل تېپتىكى كۆز ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

كۆھلى بەياز

تەركىبى: كۆپۈكى دەريا، توغرىغۇ، كىبلەر مايىقى، ئاق شىبكەر تەڭ مىقداردا، مامىرانچىنى، ئىنگىر ھەر بىرى 10 گرام، سۇ 280 مىللىتر.

تەييارلىنىشى: مامىران ۋە ئىنگىرلارنى سۇغا سېلىپ، قالغىچە قاينىتىپ، يۇقىرىقى دورىلارنى ئېرىتىپ ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتقاندىن كېيىن يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلاپ كۆزنىڭ ئىچىگە سۈرتۈلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزگە چۈشكەن ئاقنى ئالىدۇ. ئادەتتە بىر ئاي ئەتراپىدا ئىشلەتسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

كۆھلى غىشاۋە (خىرەلىشىش سۈرمىسى)

تەركىبى: فىلفىل، قارىمۇچ، قەنبىل تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: كۆھلى روشنائىنى ياساشقا ئوخشايدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆز خىرەلىشىش كېسىلىنى داۋالايدۇ (سىناقتىن ئۆتكەن).

مەتبۇخى قەنتەرىيۇن

تەركىبى: قەنتەرىيۇن، تۆربۇت 9 گرامدىن، بىسفايەج 21 گرام، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم 60 گرام.

ياسىلىشى: ھەممىنى چالا سوقۇپ بىر لىتىر سۇدا قىسمى قالغىچە قايناتىپ سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆز ياشاڭغۇراشنى توختىتىدۇ.

ھەببى شەبيار

تەركىبى: سەبرى سۇقۇتىرى 18 گرام، قىزىلگۈل، سېرىق ھەلىلە پوستى، مەستىكى رومى، ئاق تۆربۇت ھەر بىرى 8 گرام، سەقمۇنىيا 4 گرام.

تەرىيارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، باديان ئەرىقى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.25 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ. ئامازشام قارغۇسىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئەرىقى باديان

تەركىبى: باديان بىر كىلوگرام، سۇ 5 لىتىر.

تەييارلىنىشى: دورىنى تاسقاپ توپا چاڭلاردىن تازىلىغاندىن كېيىن پار قازىنىغا سېلىپ، ئۈستىگە سۇ قۇيۇپ بىر خىل ئوتتا قايناتىپ پارغا ئايلاندۇرۇپ ئەرىقى تارتىلىدۇ. تارتىلغان ئەرەق بىر لىترغا يەتكەندە ئوت توختىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش، سۈيدۈك يولىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

مەئجۇنى ۋەج (ئىگىر مەئجۇنى)

تەركىبى: ئىگىر، ئىيارەج فەيقەرا، ئارپا باديان، سەئتەر، ھىلتىت (ھىلڭ)، زەنجىبىل

ھەر بىرى 28 گرام، ھەسەل 504 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەلنى 336 م ل ئەرىقى بادىيانىدا قىيام قىلىپ سوۋۇغاندىن كېيىن ئۈستىگە دورىلارنى سېلىپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز كۆرۈش قۇۋۋىتىنىڭ سۇسلىشىشى، روشەن كۆرمەسلىك، كۆزگە ھەر خىل نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش، بىر نەرسىنىڭ ئەينى كۆرۈنمەي چېچىلاڭغۇ كۆرۈنۈشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

قۇلاق كېسەللىكلىرى

قۇلاق پارسچە گۈش، ئەرەبچە ئۇزن دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ ئادەم بەدىنىدىكى تاشقى بەش سەزگۈ (ھەۋاسى خەمسە زاھىرى) ئەزانىڭ بىرى. ئۇنىڭ ئاساسلىق ۋەزىپىسى تەبىئەت دۇنياسىدا ھاسىل بولغان ھەر خىل ئاۋازلارنى توغرا قوبۇل قىلىپ، ئۇنى ئۆز ئەينى بويىچە چوڭ مېڭە ئالدىنقى قىسمىدىكى ئاڭلاش مەركىزىگە يەنى ئورتاق ھېس قىلىش (ھىسسى مۇشتەرەك) ئورنىغا يەتكۈزۈپ نورمال ئاڭلاش سېزىمىنى بارلىققا كەلتۈرۈشتىن ئىبارەت. ئۇ بۇ ۋەزىپىسىنى ئەمەلگە ئاشۇرۇش ئۈچۈن ئۆزىگە خاس ئاڭلاش كۈچى (قۇۋۋەئى سامىئە) گە تايىنىشتىن تاشقىرى قۇلاق سىرتى ۋە ئىچىدىكى ئەزالىرىنىڭ مۇھىم بولغان ۋاستىچىلىك رولىغا تايىنىدۇ. قۇلاقنىڭ ئاڭلاش خىزمىتى نورمال بولغاندىلا ئىنسانلار تاۋۇشلارنى توغرا تەلەپپۇز قىلىش، سۆزلەرنى تولۇق سۆزلەش ۋە توغرا ئىلىم ئۆگىنىش ئىمكانىيىتىگە ئىگە بولالايدۇ. شۇڭا تىبابىتىمىز قۇلاقنىڭ سىرتى ۋە ئىچكى قىسمىدا يۈز بەرگەن كېسەللىكلىرى يەنى ئۇلاردىكى مىزاجلىق، مىزاجسىز ئۆزگىرىش ۋە سىرتقى زەخىمدىن بولغان كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبى، ئالامىتى، داۋاسى (ئىچكى ۋە تاشقى داۋاسى، دەستكارلىق ئۇسۇللىرى)، پەرھىزى، ئوزۇقلىنىشى قاتارلىقلارنى ئۆزىگە خاس مىللىي ئالاھىدىلىكى بويىچە بىر قەدەر تەپسىلىي بايان قىلىدۇ.

قۇلاق كېسەللىكلىرى بىلەن تونۇشۇش ۋە ئۇلارنى توغرا داۋالاپ بىر تەرەپ قىلىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن قۇلاقنىڭ تۈزۈلۈشىنى پىششىق ئىگىلەشكە توغرا كېلىدۇ.

قۇلاقنىڭ تۈزۈلۈشى

قۇلاق بەدەندىكى تاشقى بەش سەزگۈ (ھەۋاسى خەمسە زاھىرى) ئەزانىڭ بىرى بولۇپ، ئاڭلاش خىزمىتىنى بېجىرىشتىن سىرت ئادەم بەدىنىنىڭ تەڭپۇڭلۇقىنى

ساقلاشتا مۇھىم رول ئوينايدۇ. ئۇنىڭدا يۈز بەرگەن كېسەللىكلەرنى توغرا تونۇش (تەشخىس قىلىش) ۋە بىر تەرەپ قىلىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن ئۇنىڭ تۈزۈلۈشىنى ئىگىلەش كېرەك.

قۇلاق سىرتقى قۇلاق، ئوتتۇرا قۇلاق ۋە ئىچكى قۇلاق دەپ ئۈچ قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. سىرتقى قۇلاق ئادەتتە قۇلاق، دەپلا ئاتىلىدۇ. ئۇ، قۇلاق تۆشۈكى يەنى سىرتقى قۇلاق يولى ئارقىلىق ئوتتۇرا قۇلاق بىلەن تۇتىشىدۇ. ئوتتۇرا قۇلاق قۇلاق ناغرىسى يەنى قۇلاق پەردىسى ئارقىلىق ئىچكى قۇلاق بىلەن تۇتىشىدۇ.

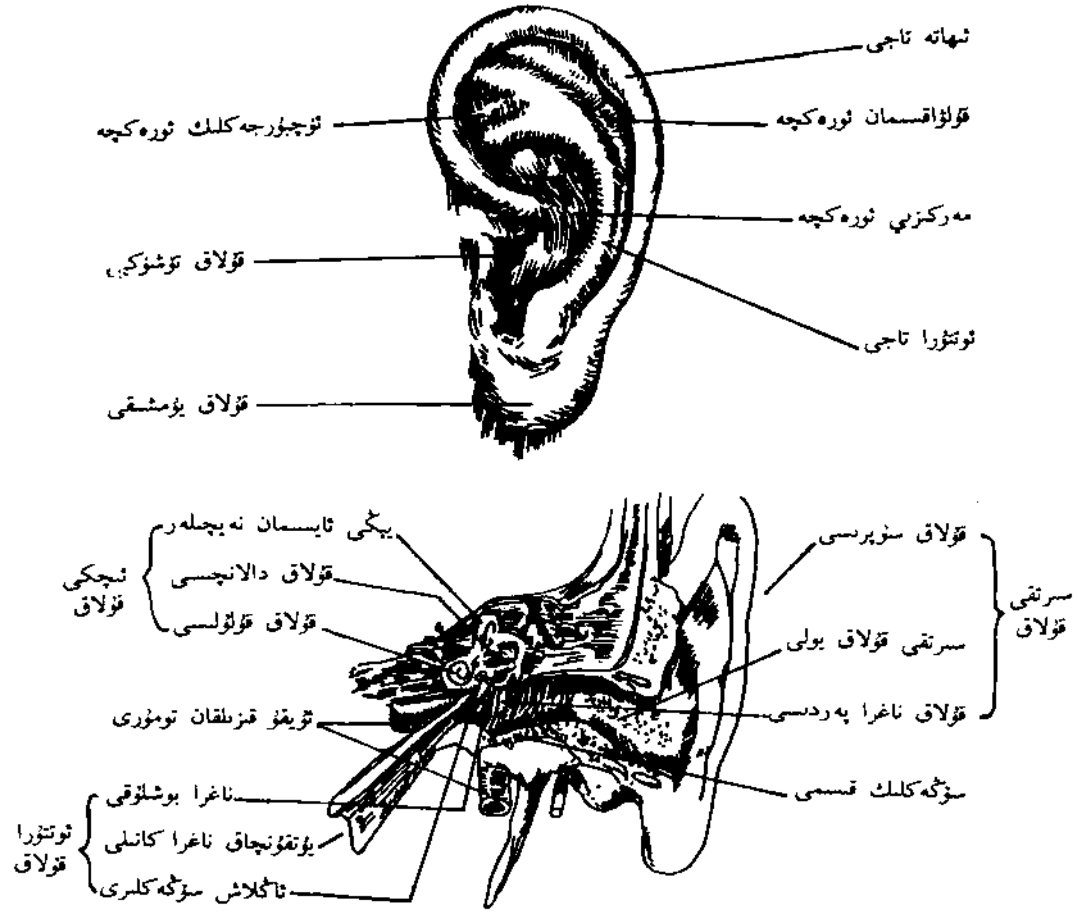
سىرتقى قۇلاق

سىرتقى قۇلاق — قۇلاق سۇپرىسى ۋە سىرتقى قۇلاق يولىدىن تەركىب تاپقان.

قۇلاق سۇپرىسى

قۇلاق سۇپرىسى — باشنىڭ ئىككى يېنىغا چىقىپ تۇرغان، سەتھى (يۈزى) ئويمان-دۆڭ، ئېگىز-پەس تەكشى بولمىغان، شەكلى سەدەپ قېپى ياكى بۆرەككە ئوخشايدىغان ئەزادۇر. ئۇ ئەۋرىشىمچانلىققا ئىگە تالالىق يۇمشاق كۆمۈرچەكتىن تۈزۈلگەن ۋە سىرتى تېرە بىلەن قاپلانغان.

قۇلاق سۇپرىسىدا ئادەتتە مۇسكۇل بولمايدۇ. ئەمما ھايۋانلاردا مەسىلەن، ئىت، ئېشەك، توشقان قاتارلىق ھايۋانلاردا ئوخشىمىغان چوڭلۇقتىكى مۇسكۇللار بولىدۇ. شۇڭا ئۇلار بۇ مۇسكۇللار ئارقىلىق قۇلاقلىرىنى ھەرىكەتلەندۈرەلەيدۇ. بەزى ئادەملەرنىڭ قۇلىقىدىمۇ ئاز ھەم كىچىك مۇسكۇللار بولىدۇ. شۇڭا ئۇلارمۇ قۇلىقىنى ئازدۇر-كۆپتۇر مىدىرلىتالايدۇ. قۇلاق سۇپرىسىدىكى ئېگىز-پەس، ئويمان-دۆڭ جايلارنىڭ تىبابىتىمىزدە ئۆزىگە خاس ناملىرى بار. مەسىلەن: قۇلاق سۇپرىسىنىڭ چۆرىسىدىكى كانارىسى — ئىھاتە تاجى، ئۇنىڭ ئۇدۇلىدىكى دۆڭچە قىر-ئوتتۇرا تاجى، بۇ ئىككى تاجى ئوتتۇرىسىدىكى سوزۇنچاق ئويمانلىق قولۋاقسىمان ئورەكچە، ئوتتۇرا تاجىنىڭ يۇقىرىدا ئىككىگە بۆلۈنۈشىدىن پەيدا بولغان ئويمانلىق ئۈچبۇرجەكلىك ئورەكچە، ئوتتۇرا تاجىنىڭ ئالدىدىكى چوڭقۇرراق ئويمانلىق مەركىزىي ئورەكچە دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇنى ئىھاتە تاجىنىڭ پەسلىگەن ئۇچى ئىككىگە بۆلۈۋېتىدۇ. مەركىزىي ئورەكچىنىڭ ئوتتۇرىسى قۇلاق تۆشۈكى دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇنىڭ



4-، 5-رەسىم (قەدىمكى كىتابلاردىكى قۇلاقنىڭ تۈزۈلۈش سخېمىسى)

ئۈدۈلىدىكى دۆڭچىنىڭ ئاستى تەرىپى قۇلاق يۇمشىقى دەپ ئاتىلىدۇ. قۇلاق يۇمشىقىدا كۆمۈرچەك بولمايدۇ. قۇلاق سۇپرىسى تېرە ئاستى توقۇلمىلىرى كۆمۈرچەك بىلەن مەھكەم چىپىسلاشقان بولغاچقا، سىرتقى زەخمىدىن بولغان قانلىق ئىششىقلار ئاسانلىقچە شۈمۈرۈلمەيدۇ. قۇلاق يۇمشىقى تېرە ئاستى ياغلىرىدىن تۈزۈلگەچكە، قۇلاق سۇپرىسى ۋەرەملەنگەندە ئادەتتە ئۇنىڭغا تەسىر يەتمەيدۇ. قۇلاق سۇپرىسى نېپىز بولۇپ قان تومۇرلار يۈزەكى جايلاشقانلىقتىن، ئۇنىڭدا ئۈششۈك يارىسى ئاسانلا پەيدا بولىدۇ. قۇلاق سۇپرىسى سىرتقى دۇنيادىكى ئاۋاز دولقۇنلىرىنى يىغىپ قۇلاق تۆشۈكى ئارقىلىق قۇلاق ناغرا پەردىسىگە يەتكۈزۈپ بېرىش رولىنى ئوينايدۇ.

سىرتقى قۇلاق يولى

سىرتقى قۇلاق يولى — مەركىزىي ئورەكچە چوڭقۇر يېرى يەنى قۇلاق تۆشۈكىدىن باشلىنىپ قۇلاق ناغرا پەردىسىدە ئاخىرلىشىدۇ. ئۇزۇنلۇقى تەخمىنەن 2 ئىنلىك (هازىرقى ئۆلچەمدە 3.5 — 2.5 سانتىمېتىر) كېلىدۇ. ئۇ تۈز بولماي ئەگرى بولىدۇ يەنى ئالدى قىسمى كەڭرەك، ئوتتۇرا قىسمى تارراق كېلىدۇ. سىرتقى 1/3 ئۆلۈشى كۆمۈرچەك، ئىچكى 2/3 ئۆلۈشى سۆڭەكتىن تەركىب تاپىدۇ. كۆمۈرچەك قىسمىدا كۆپلىگەن هەر خىل كىچىك بەزلەر بولىدۇ. بۇلاردىن بىر خىل مۇمسىمان سۇيۇقلۇق سىرغىپ چىقىپ تۇرىدۇ. بۇ ئادەتتە قۇلاق كىرى دەپ ئاتىلىدۇ. جەراسىملاردىن ئاسانلا يۇقۇملىنىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا يەنە ماي بەزلىرى ۋە تۈكلەر بار بولۇپ، تۈكلەر هەر خىل چاڭ-توزانلار ۋە هاشاراتلارنىڭ قۇلاق ئىچىگە كىرىپ كېتىشىدىن ساقلايدۇ. قۇلاق يولىنىڭ كۆمۈرچەك بىلەن سۆڭەك قىسمى ئاياغلاشقان قىسمى تار بولۇپ، بۇ جاي يات نەرسىلەرنى قىسىپ ئۆتكۈزمەسلىك رولىغا ئىگە بولۇپلا قالماي، بەلكى ئۇنىڭدا ئەسەبلەر ناهايىتى كۆپ بولىدۇ.

ئوتتۇرا قۇلاق

ئوتتۇرا قۇلاق — ناغرا پەردە، ناغرا بوشلۇقى، يۇتقۇنچاق ناغرا كانىلى، ناغرا يولى ۋە ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچىلەرنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

قۇلاق ناغرا پەردىسى

قۇلاق ناغرا پەردىسى سوزۇلۇشچان، يېرىم سۈزۈك نېپىز پەردىدىن تۈزۈلگەن بولۇپ، قۇلاق يۇتقۇنچاق ناغرا كانىلىنىڭ گىرۋەكلىرى بىلەن ئۇلاشقان بولىدۇ. بولقا سۆڭىكىنىڭ سېپى مۇشۇ پەردىنىڭ ئوتتۇرىسىدا تۈۋرۈكسىمان هالەتتە چاپلىشىپ ئۇنى ئىچكى تەرەپكە تارتىپ تۇرىدۇ. شۇڭا قۇلاق پەردىسىنىڭ ئىچكى تەرىپى دۆڭرەك، سىرتقى تەرىپى ئويمانراق كېلىدۇ. بولقا سۆڭەك بىلەن ئۇلاشقان قىسمى 3 قەۋەت بولۇپ، سىرتقى قەۋىتى ئەستەرسىمان تېرە، ئوتتۇرا قەۋىتى يېپسىمان، ئىچكى قەۋىتى شىلىمشىق پەردىدىن تەركىب تاپقان. ئىچكى تەرىپى ناغرا بوشلۇقى بولۇپ، ئۇنىڭدا كىچىك 3 دانە ئاڭلاش سۆڭىكى بولقا سۆڭەك، سەندەل سۆڭەك ۋە ئۈزەڭگە سۆڭەكلەر بولىدۇ. بولقا

سۆڭەك قۇلاق پەردىسى بىلەن چېتىلىپ تۇرىدۇ. ئوتتۇرىدىكى سەندەل سۆڭەكنىڭ بىر تەرىپى بولقا سۆڭەك بىلەن يەنە بىر، تەرىپى ئۈزەڭگە سۆڭەك بىلەن ئۇتىشىپ تۇرىدۇ. بۇ سۆڭەكلەر تارامۇش، چاندىرلار يەنى ئالدىنقى چاندىر (رىباتى مۇقەددەم)، تۆۋەنكى چاندىر(رىباتى مۇئەخخەر)، ئېسىپ تۇرغۇچى چاندىر (رىباتى مۇئەللەق)، يۇملاق چاندىر (رىباتى مۇستەدىر) قاتارلىق 4 چاندىر ئارقىلىق ئۇزئارا ئۇتىشىپ ئاڭلاش زەنجىرىنى ھاسىل قىلىدۇ. يەنە كىچىك مۇسكۇللارمۇ بولۇپ، بولقا سۆڭەك ۋە ئۈزەڭگە سۆڭەك ھەرىكىتىنى تىزگىنلەپ تۇرىدۇ. ئاۋاز دولقۇنى قۇلاققا يېتىپ كەلگەندە ئالدى بىلەن قۇلاق پەردىسىنى تەۋرىتىدۇ. قۇلاق پەردىسى مەزكۇر ئاڭلاش سۆڭەكلىرىنى تەۋرىتىدۇ. ئەگەر ئاۋاز دولقۇنى بەك كۈچلۈك بولۇپ كەتسە ئاڭلاش سۆڭەكلىرى ئۇنى پەسەيتىش، بەك ئاجىز بولۇپ كەتسە ئۇنى نورمال ھالدا ئاڭلاش نىرۋا (ئەسەبى سامىئە)سىغا يەتكۈزۈپ بېرىشكە ياردەم بېرىش رولىنى ئوينايدۇ.

ناغرا بوشلۇقى

ناغرا بوشلۇقى — ئوتتۇرا قۇلاق بوشلۇقى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. سىرتقى قۇلاق بىلەن ناغرا بوشلۇقىنى ناغرا پەردە ئايرىپ تۇرىدۇ. ناغرا بوشلۇقى چېكە سۆڭەكنىڭ ئىچىگە جايلاشقان. بۇ بوشلۇق رەتسىز 6 تېمى بار بوشلۇقتىن ئىبارەت بولۇپ، سىرتقى تېمى قۇلاق ناغرا پەردىسى بولۇشتىن سىرت ئالدى تېمى ئۇيقۇ قىزىلقان تومۇرى (شەريانى سۇبات) بىلەن ئارقا تېمى چېكە سۆڭەك ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچىسىنىڭ ھەرە ھۆكۈنكىسىمان قىسمى بىلەن، ئۈستى تېمى نېپىز سۆڭەك قەۋىتى بىلەن، ئاستى تېمى بويۇن ئىچكى كۆك تومۇرى ئۆسۈكچىسى بىلەن، ئىچكى تېمى ئىچكى قۇلاق بىلەن چېگرىلىنىدۇ.

ناغرا بوشلۇقى ئىچىدە ھاۋا بار بولۇپ، قۇلاق پەردىسىنىڭ تەۋرىنىشى ۋە ئاڭلاش سۆڭەكلىرىنىڭ تىترىشىگە ئاسانلىق يارىتىپ بېرىدۇ.

يۇتقۇنچاق ناغرا كانىلى

يۇتقۇنچاق ناغرا كانىلى — قۇلاق يۇتقۇنچاق نەيچىسى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئۇزۇنلۇقى تەخمىنەن بىر يېرىم ئىنلىك (3.5 سانتىمېتىر) بولۇپ، سىرتقى 1/3 قىسمى سۆڭەك، ئىچكى 2/3 قىسمى كۆمۈرچەكتىن تەركىب تاپىدۇ. ئىنچىكە ئۇزۇن، ياپىلاق كېلىدۇ. ناغرا پەردىسىدىن باشلىنىپ، قىيسىق ھالدا تۆۋەنگە مېڭىپ يۇتقۇنچاق يان تېمىدا

ئېغىز ئېچىلىدۇ. شۇڭا ئىسسىقتىن بولغان نەزلە (نەزلەئى ھار) دە ياكى بادامسىمان بەز ئىششىقىدا ئىششىق تۈپەيلىدىن قۇلاق توسۇلۇپ قالغاندەك يۇقىرى ئاۋازدا سۆزلىمىسە ئاڭلىماس بولۇپ قالىدىغان ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ.

يۇتقۇنچاق كانىلى ناغرا بوشلۇقىنىڭ سىرتقى مۇھىت بىلەن ئالاقە قىلىدىغان بىردىن-بىر يولى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. كىچىك بالىلارنىڭ يۇتقۇنچاق ناغرا كانىلى چوڭلارنىڭكىگە قارىغاندا قىسقا، توم ھەم توغرا ھالەتتە بولۇپ، بۇرۇن يۇتقۇنچاق قىسمىدىكى يۇقۇملىنىش ئاسانلا ئوتتۇرا قۇلاققا كىرىپ كېتىدۇ. بۇ كىچىك بالىلارنىڭ ئاسانلا قۇلاق ياللۇغى، قۇلاق ئاقمىسى بىلەن ئاغرىشىدىكى ئاساسىي سەۋەبتۇر. قۇلاق يۇتقۇنچاق نەيچىسى بوشلۇقىدىكى ھاۋانى نورمال مىقداردا تەڭشەپ تۇرىدۇ. ئۇ خۇددى نەي ئاۋازىنىڭ زىل ۋە ياڭراق چىقىشىغا شارائىت يارىتىپ بەرگەندەك ناغرا بوشلۇقىدىكى ئارتۇق ھاۋالارنى نەيچىسى ئارقىلىق سىرتقا چىقىرىپ تۇرىدۇ. ناغرا بوشلۇقى ئىچىدىكى بەلغەمسىمان، شىلىمشىق سۇيۇقلۇقلارنى مۇشۇ نەيچە ئارقىلىق گال تەرەپكە چۈشۈرىدۇ. شۇڭا بۇ نەيچىلەر توسۇلۇپ قالسا قۇلاق ئېغىرلىق ۋە ئاڭلاشنىڭ يېتەرسىزلىكى كېلىپ چىقىدۇ.

ناغرا يولى ۋە ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچە

ناغرا يولى ناغرا بوشلۇقىنىڭ ئارقا يۇقىرى سۆڭەك قىسمىغا سوزۇلغان ھاۋا دالانچىسى بولۇپ، يېڭى تۇغۇلغان بالىلاردا سىرتقى قۇلاق يولىنىڭ يۇقىرىقى تەرىپىگە جايلىشىدۇ. بالىلار ئۆسۈش جەريانىدا ناغرا يولى داۋاملىق ئارقا تەرەپكە سوزۇلۇپ، ھەرە ھۆكۈنىكىگە ئوخشاش كىچىك ھۆكۈنەكلەرنى ھاسىل قىلىدۇ. بۇ ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچە دەپ ئاتىلىدۇ. بالا تۇغۇلغاندىن كېيىنلا ناغرا يولى بولۇپ، بىر ياشتىن كېيىن ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچە يېتىلىشكە باشلايدۇ. بالاغەتكە يەتكەندە تولۇق يېتىلىپ بولىدۇ. ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچە كىچىك دالانچىسى ئىچىدە بىر نېپىز قەۋەتلىك شىللىق پەردە بار بولۇپ، ناغرا يولى، ناغرا بوشلۇقى قاتارلىقلار بىلەن ئۆزئارا تۇتىشىدۇ. شۇڭا ئوتتۇرا قۇلاق ۋەرەملەنگەندە جەراسىملار ناغرا يولى ئارقىلىق ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچىسىگە كىرىپ، يىرىڭلىق ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچە ۋەرەمىنى پەيدا قىلىدۇ. ناغرا يولى، ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچىنىڭ ئۈستى تەرىپى بىر نېپىز سۆڭەك ئارقىلىق مېڭە مەركىزىي ئويمىنى بىلەن ئايرىلىپ تۇرىدۇ. ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچە ئارقا ئىچكى تېمى كىچىك مېڭە ۋە ئەمچەك ئۆسۈكچە كىچىك دالانچىسىنى ئاجرىتىپ تۇرىدۇ. شۇڭا ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچىدە

يىرىڭلىق ياللۇغ بولغاندا ناغرا يولى، ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچە ئۈستى نېپىز سۆڭەكنى چىرىتىپ مېڭە ئىچىدە قوشۇمچە كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئىچكى قۇلاق

ئىچكى قۇلاقنىڭ تۈزۈلۈشى مۇرەككەپراق بولغاچقا ھۆكۈمالىرىمىز ئۇنى جاڭگال يول، دەپمۇ ئاتىغان. ئۇ چېكىنىڭ قاتتىق قىسمىغا جايلاشقان بولۇپ، ئەتراپى قاتتىق سۆڭەك ماددىسىدىن تۈزۈلگەن. شۇڭا ئۇ، سۆڭەكلىك جاڭگال يول دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇنىڭ ئىچكى تەرىپى پەردە بىلەن ئەستەرلەنگەن بولۇپ پەردىلىك جاڭگال يول دەپ ئاتىلىدۇ. پەردە ئىچى سۇيۇق، پارقىراق بىر خىل سۇيۇقلۇققا تولغان بولۇپ، ئاڭلاش ئەسەبلىرىنىڭ تۈگەنچە شاخلىرى مۇشۇ پەردە قىسمىدا ئاخىرلاشقان بولىدۇ.

سۆڭەكلىك جاڭگال يول

سۆڭەكلىك جاڭگال يول 3 قىسىمغا بۆلۈنگەن بولۇپ، ئالدى تەرىپىدىكى نەيچە قۇلاق قۇلۇلىسى، ئۇنىڭ ئارقا تەرىپىدىكى بوشلۇق قۇلاق دالانچىسى، دالانچە ئارقا تەرىپىدىكى 3 تال يېرىم دائىرە يېڭى ئايسىمان نەيچىلەر دەپ ئاتىلىدۇ. دېمەك قۇلاق دالانچىسى ئوتتۇرىغا جايلاشقان بولۇپ ئالدى قۇلاق قۇلۇلىسى، ئارقا يېرىم دائىرىلىك ئايسىمان نەيچىلەر بىلەن تۇتىشىدۇ.

1. قۇلاق قۇلۇلىسى: قۇلاق قۇلۇلىسى بۇرما شەكىلدىكى سۆڭەك نەيچە بولۇپ، شەكلى قۇلۇلىگە ئوخشايدۇ، يەنى تاڭ يورۇغاندەك دائىرىسىمان كېلىدۇ. شۇڭا قۇلاق قۇلۇلىسى دەپ ئاتالغان. ئوتتۇرىسىدىكى تۆۋرۈككە ئوخشاش ئوقىغا سۆڭەك نەيچىلىرى ئارىتىلىپ ئىككى يېرىم دائىرە ئايلانغان بولىدۇ. ئۇزۇنلۇقى تەخمىنەن 1.5 ئىنلىك (ھازىرقى ئۆلچەمدە 3 سانتىمېتىر) كېلىدۇ. ئۇۋى تەرىپىدە تۆشۈكلەر بار بولۇپ، ئاڭلاش ئەسەبلىرىنىڭ شاخلىرى ئۆتۈشكەن بولىدۇ. بۇرما نەيچە بىر خىل تولۇق بولمىغان پەردە ئارقىلىق ئىككىگە ئايرىلىپ تۇرسىمۇ، لېكىن ئىچى بىر خىل سۈزۈك، پارقىراق سۇيۇقلۇق بىلەن تولغان بولىدۇ.

2. قۇلاق دالانچىسى: قۇلاق دالانچىسى ئىچكى قۇلاقنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى قىسمى بولۇپ، شەكلى تۇخۇمغا ئوخشايدۇ. ئۇنىڭ ئۇزۇنلۇق ۋە كەڭلىكى 1.2 ئىنلىك كېلىدۇ. ئۇنىڭ 3 دىۋارى ۋە ئىككى بېشى بولىدۇ. سىرتقى دىۋارىدا تۇخۇمسىمان تۆشۈك بولىدۇ.

مەزكۇر تۆشۈك ئۈزەڭگىسىمان سۆڭەك بىلەن يېپىلىپ تۇرىدۇ. ئىچكى دېۋارىنىڭ ئالدى تەرىپىدە بىر يۇملاق ئويمانلىق بولۇپ، ئۇنىڭدا ئاڭلاش ئەسەب تاللىرى ئۆتىدىغان بىرقانچە تۆشۈكلەر بولىدۇ. قۇلاق دالانچىسى بىلەن ئۆتىشىپ تۇرىدىغان يېڭى ئايسىمان دېۋارىدا يەنە بىر تۇخۇمسىمان ئويمانلىق بولىدۇ. قۇلاق دالانچىسىنىڭ كەينى بېشى يېڭى ئايسىمان نەيچىلەرنىڭ 5 تال تۆشۈكى بىلەن، ئالدى بېشى قۇلاق قۇلۇلىسىنىڭ تۆشۈكى بىلەن ئۆتىشىدۇ.

3. يېڭى ئايسىمان نەيچىلەر: مەزكۇر نەيچىلەر 3 تال بولۇپ، بىرى دالانچىنىڭ ئالدى تەرىپىدە، يەنە بىرى كەينى تەرىپىدە، يەنە بىرى سىرتقى تەرىپىدە تۇرىدۇ. ئۇلارنىڭ ئۇزۇنلۇقى ئوخشاش ئەمەس بولۇپ، توملىقى تەخمىنەن 1.5 ئىلىك (ھازىرقى ئۆلچەمدە 1.5 — 1 سانتىمېتىر) كېلىدۇ. بۇ نەيچىلەر شەكىل جەھەتتە يېڭى چىققان ئايغا ئوخشاش يېرىم دائىرىلىك بولىدۇ. بۇ ئۈچ نەيچە 5 دانە تۆشۈك ئارقىلىق قۇلاق دالانچىسىنىڭ ئىچىدىكى تۇخۇمسىمان خالتىچاق پەردىگە ئېچىلىدۇ. ھەرقايسى نەيچىلەرنىڭ باشلانغان يېرى كۆپكەن يەنى ئازادىرەك بولىدۇ. پەردىلىك جاڭگالدا بىر خىل سۇيۇقلۇق تولغان بولۇپ ئاڭلاش ئەسەب تاللىرى شۇ يەردە ئاخىرلىشىدۇ. ئاۋاز دولقۇنلىرى شۇ سۇيۇقلۇقتا دولقۇن پەيدا قىلىدۇ. ئاڭلاش ئەسەب يىپچىلىرى تەسىر قوبۇل قىلىپ ئۆز خىزمىتىنى ئورۇنلايدۇ ۋە ئورگانىزمنىڭ تەڭپۇڭلۇق سېزىمى ئۈچۈنمۇ ناھايىتى مۇھىم رول ئوينايدۇ. دېمەك يېڭى ئايسىمان نەيچىلەر ئاۋاز دولقۇنىنى ئۆزىدىكى سۇيۇقلۇقلارغا توپلايدۇ ۋە ئۇنى ئاڭلاش ئەسەبلىرىگە يەتكۈزۈپ بېرىدۇ.

پەردىلىك جاڭگال يول

پەردىلىك جاڭگال يول — سۆڭەكلىك جاڭگال يول ئىچىگە جايلاشقان بولۇپ، ئىچىدە سوزۇق تۇخۇمسىمان بىر خالتا بولىدۇ. ئۇنىڭدا يېڭى ئايسىمان نەيچىلەرنىڭ 5 تال تۆشۈكى ئېچىلغان بولىدۇ. سوزۇق تۇخۇمسىمان خالتىغا يەنە بىر كىچىك يۇملاق خالتىچاق قوشۇلۇپ كەلگەن بولىدۇ. دېمەك، سوزۇق تۇخۇمسىمان خالتا، يۇملاق خالتىچاق ۋە 3 تال يېڭى ئايسىمان نەيچىلەرنىڭ ھەممىسى قوشۇلۇپ پەردىلىك جاڭگال يولنى تەشكىل قىلىدۇ. پەردىلىك جاڭگال يولنىڭ ئىچكى قىسمى ئىنتايىن نېپىز بىر خىل پەردە بىلەن ئەستەرلەنگەن بولۇپ، ئۇ خۇددى مەخمەلنىڭ تۈۋتلىرىگە ئوخشاش سۇيۇقلۇققا تولغان بولىدۇ. ئاڭلاش ئەسەبلىرىنىڭ تاللىرىمۇ مۇشۇ جايدا ئاخىرلىشىدۇ. بۇ سۇيۇقلۇق ئاۋاز دولقۇنلىرىنى ئاڭلاش ئەسەبلىرىگە يەتكۈزۈپ بېرىدۇ.

قۇلاققا پايدىلىق ۋە پايدىسىز ئامىللار

قۇلاقنىڭ ئاساسلىق خىزمىتى ئاۋاز سېزىشتىن ئىبارەت. قۇلاقنىڭ ئاۋاز ھېس قىلالىشى ئاڭلاش قۇۋۋىتى (قۇۋۋەئى سامىئە)دىن باشقا سىرتقى ۋە ئىچكى قۇلاق يەنە قۇلاق سۇپرىسى، قۇلاق يولى، قۇلاق پەردىسى، ئاڭلاش سۆڭەكلىرى ۋە ئاڭلاش ئەسەبلىرى قاتارلىقلارنىڭ ھەر خىل دەرىجىدىكى ۋاستىلىق رولى ئارقىلىق مېڭىگە يېتىپ بارغاندىن كېيىن ئورتاق ھېس قىلىش (ھىسسى مۇشتەرەك) كۈچى تۈپەيلىدىن بارلىققا كېلىدۇ. شۇڭا ئاڭلاش خىزمىتىنىڭ نورماللىقىغا كاپالەتلىك قىلىش ۋە قۇلاق كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا قۇلاقنىڭ ھەر قايسى ئەزالىرىنى ئاسراشقا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش، قۇلاققا پايدىلىق ۋە پايدىسىز ئامىللار بىلەن تونۇشۇش مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. قۇلاقتىكى ھەر خىل كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرى كۆپىنچە ھاللاردا مېڭىدىكى ئۆزگىرىشلەرنىڭ ئىنكاسى بولۇپ، مەلۇم مەنىدە ئېيتقاندا قۇلاقنى ئاسراش رەئىس ئەزا مېڭىنى ئاسرىغان بىلەن تەڭ.

قۇلاقنىڭ تازىلىقىغا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك. بۇنىڭدا ئاساسلىق سىرتقى قۇلاق يولىنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلىش، قۇلاقنى قالايمىقان كولىماسلىق كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا قۇلاق يولىغا كىر تولىشىپ قېلىپ قۇلاق قىچىشىش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئۇنىڭغا قۇلاقنى قالايمىقان كولاش قوشۇلسا، قۇلاق يولى جەراسىملاردىن ئوفۇنەتلىنىپ قۇلاق ۋەرىمى، قۇلاققا مۇدۇر-چاقا چىقىشلارنى پەيدا قىلىدۇ. مۇدۇر-چاقىلاردىكى يەنىمۇ ئوفۇنەتلەنگەن جەراسىملار قۇلاقنىڭ ئېغىر دەرىجىدىكى كېسەللىكلىرىنى پەيدا قىلىپلا قالماي، بەلكى قۇلاققا يېقىن بولغان ئەزا مېڭىدە ئىششىقلارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ھەتتا ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدۇ. شۇڭا ئامال بار چاڭ-توزانلىق جايلاردا كۆپ تۇرماسلىق، بۇلغانغان سۇ ۋە ھاشارات قاتارلىقلارنىڭ قۇلاق يولىغا كىرىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش، قۇلاقنى قالايمىقان كولىماسلىق كېرەك. يۈز-كۆزنى يۇيۇغاندا قۇلاقنى پاكىزە يۇيۇش، قۇلاق يولىغا سۇ كىرگۈزۈۋەتمەسلىك شەرتى ئاستىدا سىرتقى قۇلاق تۆشۈكىنىڭ ئېغىزىغا بارماق يۇمشىقىنى ئاپىرىپ ئايلاندۇرۇپ تازىلاش، سىرتقى قۇلاق يولىغا ھەپتە-ئون كۈندە بىر قېتىم بادام يېغى تېمىتىش ياكى پاكىزلەنگەن پاختا بىلەن پىلتىكۈچ ياساپ ئۇنى بادام يېغى، گۈل يېغى ۋە كۈنجۈت يېغى قاتارلىقلارغا تەككۈزۈپ سىرتقى قۇلاق يولىغا ئېھتىيات بىلەن كىرگۈزۈپ قۇلاق تاملىرىنى سۈرتۈش

كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن قىزىق مۇنچىغا چۈشسە ياكى قۇلاقنى ھوردىسا كىرلەر ئۆزلۈكىدىن چىقىپ كېتىدۇ. چاڭ-توزان ۋە شامال-بوران چىققان شارائىتتا ئىشلىگەن ياكى قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىش ئېھتىمالى بولغان ۋە كىچىك قۇرۇت-ھاشارات كۆپ بولغان مۇھىتتا ياشىغاندا پاكىزلەنگەن پاختىدىن كىچىك شارچە ياساپ قۇلاق تۆشۈكىگە تىقىپ قويۇش، قۇلاقنى قالايمىقان كولىماسلىققا ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا يۇقىرىقىدەك يامان ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشتىن سىرت، قۇلاق پەردىسىنىڭ ئوخشىمىغان دەرىجىدە تېشىلىشىنى پەيدا قىلىپ ئوخشىمىغان دەرىجىدە ئاڭلاش سېزىمىنىڭ تۆۋەنلىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ھەمدە ھەر خىل قۇلاق جاراھەتلىرى ۋە ئاقمىسىغا سەۋەب بولىدۇ.

يېمەك-ئىچمەك ۋە يېتىپ قوپۇش جەھەتتە زىيادە ئىسسىق-سوغۇق ۋە يەللىك نەرسىلەرنى كۆپلەپ ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، بولۇپمۇ ئەدەس، باقىلا، بادەنجانغا ئوخشاش نەرسىلەردىن كۆپ ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك. ئاڭلاش ئىقتىدارىنى نابۇت قىلغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن قاتتىق ساقلىنىش كېرەك. بەك سوغۇق، ئىسسىق جايلاردا يېتىش، قاتتىق قەي قىلىش، ھەددىدىن زىيادە جىنسىي ئالاقە قىلىش، كۆپ مۇنچىغا چۈشۈش، كۆپ ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلاردىن ھەزەر ئەيلەش كېرەك. ئۇيقۇسىز قاتتىق ۋارقىرىغان ۋە دەھشەتلىك پارتلاشتىن پەيدا بولغان ئاۋازلاردىن ساقلىنىش كېرەك. يىلدا بىرەر قېتىم مۇناسىۋەتلىك ھەب ۋە ئىيارەجلەر بىلەن بەدەننى تازىلاپ تۇرغاندا قۇلاققا مۇدۇر-چاقا، ئىششىق ۋە جاراھەت پەيدا بولۇشىنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ. قۇلاقتا پەيدا بولغان مۇدۇر-چاقىلار مېڭىدىكى ئىششىقلاردىن خەۋەر بېرىدۇ. بۇ چاغدا سىرتقى جەھەتتە شىيافى ئەبيەزنى ئۈزۈم سىركىسىدە ئېرىتىپ قۇلاققا تېمىتسىمۇ ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. قويۇقراق ھەسەلدىن شامچە ياساپ قۇلاققا قويۇش ياكى بادام يېغىنى تېمىتىش قۇلاقنى ئاسراشقا كۆپ پايدىلىق. قۇلاققا تېمىتىلىدىغان دورىلار بەك قىزىق ياكى سوغۇق بولماي بەلكى ئىلمان بولۇش، بەك كۈچلۈك دورىلارنى بىراقلا ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا مېڭە پەردە ۋەرىمى (مېنىنگىت) نى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى ئومۇمىي قائىدىلەر

ھەر خىل قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن ئۇنىڭ مىزاج بۇزۇلۇشى يەنى

Altunoq

سۇئى مىزاج (خىلىتلىق ياكى خىلىتسىز)دىن بولغانلىقى ياكى شەكىل ئۆزگەرتكەنلىكى يەنى مەرەزى تەركىبىدىن ئىكەنلىكى ياكى پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغانلىقى يەنى تەفەررۇقى ئىتتىسالدىن كېلىپ چىققانلىقىنى ئايرىش كېرەك.

ماددىسىز سۇئى مىزاجدىن بولغان قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئادەتتە كۆپىنچە، قارىمۇ-قارشى داۋالاش ئۇسۇلىنى قوللىنىش، ئىچكى ۋە تاشقى جەھەتتە يەڭگىل چارىلەرنى قىلىش، يېمەك-ئىچمەكنى رەتكە سېلىش ئاساس قىلىنىدۇ. مەسىلەن، ساددە ئىسسىق ياكى سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىش، ئادەتتىكى قۇلاق ئېغىرلىقى ۋە گاسلىق، ئىسسىق-سوغۇق بولغان ئاددىي قۇلاق ۋەرەملىرى قاتارلىقلاردا ئىسسىق بولسا سوغۇق، سوغۇق بولسا ئىسسىق دورا ۋە چارىلەر قوللىنىلىدۇ. ماددىلىق سۇئى مىزاجدىن بولغان قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددا (خىلىت) نى مۇناسىپ پىشۇرغۇچى (مۇنزىج) دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ، تازىلىغۇچى (مۇسھىل) دورىلار بىلەن تازىلاش كېرەك (بۇنىڭدا قۇلاققا يېقىن ئەزا مېڭىنى تازىلاشقا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك). مىزاج تەڭشەلگەندىن كېيىن ئىچكى ۋە سىرتقى جەھەتتە مەخسۇس دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ ھەر خىل قول ئەمەلىيىتى بىلەن داۋالاش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ. يېمەك-ئىچمەك جەھەتتە دىققەت قىلىش بىلەن بىرگە قاتتىق پەرھىز بۇيرۇلىدۇ. مەسىلەن خىلىتلىق قۇلاق ئاغرىقلىرى، ماددىلىق قۇلاق ئېغىرلىقى ۋە گاسلىق، قۇلاق غوڭۇلداش، مىزاجنىڭ ماددىلىق بۇزۇلۇشىدىن بولغان ئېغىر قۇلاق ۋەرەملىرى، خىلىتلىق قۇلاق چاقىسى، قاننىڭ زىيادىلىكىدىن بولغان قۇلاق قاناش قاتارلىقلاردا ئالدى بىلەن كېسەل ماددىسىنى تازىلاپ مىزاجنى تەڭشىگەندىن كېيىن ئاساسىي داۋالىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ۋە كېسەللىك ئەھۋالىغا، يەرلىك ئورۇنغا مۇناسىپ داۋالاش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ.

شەكىل ياكى تەركىب ئۆزگەرگەن قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا سەۋەبچى بولغان ئامىلنى توختىتىش، يوقىتىش ۋە يەرلىك ئورۇنغا چارە قىلىشنى ئاساس قىلىش كېرەك. مەسىلەن، ئۇغما ئىچكى ۋە سىرتقى قۇلاق كېسەللىكلىرى، قۇلاققا ھاشارات سۇ ۋە غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كېتىشتىن بولغان قۇلاق ئاغرىش، قۇلاق غوڭۇلداش، قۇلاق قىچىشىش، قۇلاققا گۆش ئۆسۈش، سۆگەل پەيدا بولۇش، قۇلاق چاقىسى قاتارلىقلار. ئۇغما قۇلاق كېسەللىكلىرى كۆپىنچە ھاللاردا ساقايمايدۇ. لېكىن كونكرېت ئەھۋالغا ئاساسەن بەزى دەستىكارلىق ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ. قۇلاق يولىدىكى غەيرىي نەرسىلەر ئاساسەن ھەر

خىل مۇناسىپ ئۇسۇللار ئارقىلىق بىر تەرەپ قىلىنىدۇ. تېپىلغاندا پاكىزلەش، كېسىشتەك دەستىكارلىق ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ. قۇلاق چاقىسى قاتارلىقلارنى داۋالاشتا ئىچكى جەھەتتە دورا ئىشلىتىش بىلەن بىرگە سىرتقى جەھەتتە داۋالاش ئاساس قىلىنىدۇ. چۈنكى قۇلاقنىڭ يۇقىرىقى كېسەللىكلىرىدە ئېيتىپ ئۆتۈلگەن سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن تەركىبىدە مەلۇم دەرىجىدە ئۆزگىرىش بولغان بولسىمۇ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلمىغان بولىدۇ.

پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىچكى جەھەتتە دورا ئىشلىتىشتىن سىرت يەرلىك ئورۇنغا چارە قىلىشنى ئاساس قىلىش كېرەك. مەسىلەن، ھەر خىل سىرتقى زەربىلەردىن بولغان قۇلاق زەخىملىرى، كۆيۈش، توڭلاش، يېرىلىش، قاناش، يىرىڭلىق ئاقما قاتارلىقلار. چۈنكى قۇلاقنىڭ بۇ تۈردىكى كېسەللىكلىرىدە قۇلاقنىڭ ئىچكى-تاشقى ئەزالىرى ھەر خىل دەرىجىدە بۇزۇلغان بولىدۇ. شۇڭا ئۇلارنى داۋالاشتا گۆش ئۈندۈرگۈچى، يىرىڭ تازىلىغۇچى، جاراھەت پۈتتۈرگۈچى قاتارلىق دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەمەلىي تىبابەتتە يۇقىرىقى قۇلاق كېسەللىكلىرىنىڭ نوقۇل بىر خىل تۈردە بولۇشى كۆپ ھاللاردا ئاز كۆرۈلىدۇ. كۆپىنچە بىر قانچە خىل تۈردىكىسى ئارىلاشقان ھالەتتە مۇرەككەپ ھالدا ئۇچرايدۇ. مەسىلەن، شەكىل، تەركىب ئۆزگەرگەن ۋە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان قۇلاق كېسەللىكلىرىنىڭ بەزىلىرىدە سوئى مىزاجلىق ئەھۋاللارمۇ تەڭ كۆرۈلىدۇ. بەزى سوئى مىزاجلىق قۇلاق كېسەللىكلىرى تەرەققىي قىلىپ شەكىل، تەركىب ئۆزگەرگەن ۋە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان قۇلاق كېسەللىكلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. شۇڭا داۋالاشتا ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ داۋالاش ئۇسۇل ۋە چارىلىرى جانلىق قوللىنىلىدۇ. بەزى قۇلاق كېسەللىكلىرى باشقا ئەزالار، مەسىلەن: مېڭە، ئاشقازان قاتارلىقلارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ئۇلارنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى ئەسلىي ئەزانى داۋالاشنى ئاساس قىلىش كېرەك.

بەزى قۇلاق كېسەللىكلىرىنى ئىچكى ۋە سىرتقى جەھەتتە دورا ئىشلىتىشتىن سىرت كېسەللىك ئەھۋالىغا ئاساسەن زۆرۈر تېپىلغاندا بەلگىلىك تومۇرلاردىن قان ئېلىش، لوڭقا قويۇش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ. مەسىلەن: ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ۋەرەمى قاتارلىقلاردا ئەھۋالغا قاراپ قان ئېلىنىدۇ، قاتارلىقلار.

ھەر خىل قۇلاق كېسەللىكلىرىدە ھەددىدىن تاشقىرى ئاپتاپقا قاقلىنىش، بەك

ئىسسىق مۇنچىغا چۈشۈش، قىزىق ئوتنىڭ يېنىدا ئۇزۇن تۇرۇش، شاماللىق جايلاردا كۆپ ھەرىكەت قىلىش، جىنسىي ئالاقىنى زىيادە قىلىش، ۋاراڭ-چۇرۇڭ ۋە يەللىك تاماقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلاردىن ساقلىنىش لازىم. پارلىق سۇدا ھورلىنىش بولۇپمۇ ئىسسىق سۇ بىلەن باشنى يۇيۇش كۆپ ساندىكى قۇلاق كېسەللىكلىرىدە مەنئىي قىلىنىدۇ. قۇلاقتا قاتتىق ئاغرىش پەيدا بولغاندا ئۇنى پەسەيتىش ئۈچۈن تىنچلاندۇرۇپ ئاغرىق پەسەيتكۈچى، سېزىمنى تۆۋەنلەتكۈچى (مۇخەددىرات) دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل دورىلار ئىچىدە شىيافى مامىشا ئەڭ ياخشى. ئۇنى ئىشلىتىشتە ئەڭ ياخشىسى ئازراق ئەپيۇننى سۈتتە ئېرىتىپ قوشۇپ ئىشلەتسە تېخىمۇ ياخشى. لېكىن، ئەپيۇننى ياغدا ئېرىتىپ شىيافقا قوشۇپ ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم. چۈنكى ياغ قويۇق بولغانلىقتىن ئەپيۇن قۇلاق يولىدا چاپلىشىۋېلىپ دورىنىڭ ئۈنۈمىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ. مۇخەددىراتلارنى بەك كۆپ ۋە ئۇزۇنغىچە ئىشلەتمەسلىك كېرەك. چۈنكى قۇلاق مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. قۇلاق ئاغرىشىنى توختىتىش ۋە قۇلاقنى ئېچىشتا ئەپيۇننىڭ كۈلى ئەپيۇننىڭ ئۆزىگە قارىغاندا كۈچلۈكرەك. ئەگەر قۇلاق ئاغرىش بەك قاتتىق بولسا، ئەپيۇننى كۆيدۈرۈپ جۇندى بېدەستۇردىن ئازراق قوشۇپ ئىشلەتسە بولىدۇ. چۈنكى، جوندى بېدەستۇر ئەپيۇننىڭ ئەكس تەسىرىنى يوقىتىدۇ. ئەگەر، قۇلاق بەك لوقۇلداپ ئاغرىپ كەتسە مۇخەددىراتلارنى ئىشلىتىشنى توختىتىش كېرەك. چۈنكى قۇلاقنىڭ داۋاملىق، قاتتىق ئاغرىشى ياخشى ئەھۋال ئەمەس. قۇلاق مېڭىگە يېقىن بولغاچقا باشقا كېسەللەر بولۇشى مۇمكىن. قۇلاق توسۇلۇشىنى داۋالاشتا، كونا كالا يېغىنىڭ مەنپەئەتى كۆپ. بىنەپشە ياكى ئاق لەيلىنى قايناتىپ سۈيىنى ئىنچىكە نەيچە بىلەن قۇلاق يولىغا تېمىتسا ئاغرىق پەسەيتىش رولىنى ئوينايدۇ. ئەگەر، بۇ سۇيۇقلۇققا خەشخاش پوستى قايناتمىسىنى قوشسا تېخىمۇ ياخشى. پىشقان ئانارنىڭ پوستىغا گۈل يېغىنى ئېلىپ قۇلاققا تېمىتسىمۇ بەك پايدىلىق. توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقىنى قانداقلا سەۋەبتىن بولغان قۇلاق ئاغرىش بولسۇن، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتسا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇمشا تالقىنى بىلەن زىغىر تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ قايناتىپ قۇلاققا تېمىتسا ھەم قۇلاق ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ. ئەفيۇن بىلەن زەئفەرنى قوشۇپ ھۆل قىلىپ قۇلاققا تېمىتسا قۇلاقنىڭ ئىسسىق ۋە سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقلىرىنى توختىتىدۇ. مىسنى قىزىتىپ سوغۇق سۇغا تىققاندىن كېيىن ھورىنى قۇلاققا تۇتسا، قۇلاق ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ. ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى تېمىتسىمۇ ياكى بۇغداي ئۇنىنى شارابتا قايناتىپ قۇلاق ئەتراپىغا ھەر سائەتتە بىر قېتىم چاپسىمۇ بولىدۇ. تۇخۇمنىڭ ئېقى ۋە نىلوفەر يېغى قۇلاق ئاغرىقىنى توختىتىپ، ماددىنى بۇرۇن تەرەپكە چۈشكۈرتۈش يولى بىلەن ياكى ئېغىز تەرەپكە ئېقىتىش يولى بىلەن ياندۇرىدۇ.

قۇلاق ئاغرىش

قۇلاق ئاغرىش (ۋەجئۇلئۇزنى، دەردى گۇش) ھەر خىل قۇلاق كېسەللىرىدە قۇلاق ساھەسى ئاغرىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان قوشۇمچە ئالامەتكە قارىتىلغان بولۇپ، ئۇ بىرقەدەر كۆپ ئۇچرايدۇ.

ئومۇمىي سەۋەبى

قۇلاق ئاغرىشنىڭ سەۋەبلىرىنى يىغىنچاقلىغاندا ئادەتتە تۆۋەندىكى تۆت چوڭ دائىرىدىن چىقىپ كەتمەيدۇ:

1. مىزاجىنىڭ ماددا (خىلت) سىز ئۆزگىرىشىنىڭ قۇلاققا يامان تەسىر قىلىشى، 2. مىزاجىنىڭ ماددا (خىلت) لىق ئۆزگىرىشىنىڭ قۇلاققا يامان تەسىر قىلىشى، 3. ھەر خىل ئىچكى تاشقى ئامىللار تەسىرىدىن ئىسسىق ياكى سوغۇق يەل (بۇخار) پەيدا بولۇپ قۇلاققا يامان تەسىر قىلىشى ياكى مېڭىدىكى ئارتۇقچە ماددىلارنىڭ قۇلاققا چۈشۈشى، 4. سىرتقى ئامىللارنىڭ قۇلاققا بولغان يامان تەسىرى، مەسىلەن: ئىسسىق ۋە سوغۇق قۇلاق ئىششىقلىرى، قۇلاققا چىققان ھەر خىل جاراھەت-چاقىلارنىڭ قۇلاققا تەسىر قىلىشى ۋە غەيرىي نەرسىلەرنىڭ قۇلاققا كىرىپ كېتىشى قاتارلىقلار تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

كونكرېت سەۋەبى

1. مىزاجىنىڭ ماددا (خىلت) سىز ئىسسىقتىن ئۆزگىرىشى ياكى ماددا (خىلت) لىق ئىسسىقتىن ئۆزگىرىپ قان ياكى سەپرا ماددىسىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

2. مىزاجىنىڭ ماددا (خىلت)سىز سوغۇقتىن ئۆزگىرىشى ياكى ماددا (خىلت)لىق سوغۇقنىڭ ئۆزگىرىپ بەلغەم ياكى سەۋدا ماددىسىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

3. ئاشقازاندىن ئۆرلىگەن بۇخارلار، پار ئارىلاش ئىسسىق ھاۋا قاتارلىقلار قۇلاققا

كىرىپ يەلگە ئايلىنىپ قۇلاق ئاغرىشنى پەيدا قىلىدۇ. شۇنىڭدەك قىزىق سۇ ياكى ئارشاڭ سۇلىرى قۇلاققا تەسىر قىلىپ قۇلاق ئىچىدە ئىسسىق يەل پەيدا قىلىپ ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئىسسىق دورىلارنى قۇلاققا كۆپرەك تامغان ياكى تېمىتقانلىقتىن قۇلاقتا ئىسسىق يەل پەيدا بولۇپ قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

4. بەدەندە سوغۇق يەلنىڭ ئېشىپ كېتىشى ياكى سوغۇق شامالنىڭ زىيادە تەسىرى، سوغۇقلۇقى ئارتۇق سۇنىڭ باشقا كۆپ قۇيۇلۇشى ۋە سوغۇق سۇدا كۆپ چۆمۈلۈش، سوغۇق دورىلارنى قۇلاققا كۆپ تېگىش ۋە تېمىتىش قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن باشنىڭ ئۇششاق تېرە تۆشۈكلىرى تارىيىپ يەللەر تارقىلالماي قويۇق يەلگە ئايلىنىپ قۇلاق ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

5. مېڭىدىكى ئارتۇقچە ماددىلار ۋاقتىدا تازىلانمىسا قۇلاققا چۈشۈپ يامان تەسىر پەيدا قىلىپ قۇلاق ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

6. قۇلاقتا يۈز بەرگەن قۇرۇق ئىسسىق خاراكتېرلىك ئىششىق سەۋەبىدىن قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

7. قۇلاقتا يۈز بەرگەن ھۆل سوغۇق خاراكتېرلىك ئىششىق سەۋەبىدىن قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

8. قۇلاقتا يۈز بەرگەن ھەر خىل جاراھەت ۋە يىرىڭلىق چاقىلار تۈپەيلىدىن ئوخشىمىغان دەرىجىدە قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

9. قۇلاققا قۇرۇت، چۈمۈلە، كۆمۈتىغا ئوخشاش كىچىك ھاشاراتلار ۋە ياغاچ پارچىسى، كىچىك ئاشلىق دانلىرى، ئۈنچە-مارجان قاتارلىق نەرسىلەرنىڭ كىرىپ كېتىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

10. قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىپ ۋاقتىدا چىقىرىۋېتىلمىسە قۇلاقتا ئىششىق پەيدا قىلىپ قۇلاق ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

11. قۇلاق كىرى بولۇپمۇ يىرىڭلىق ئاجرالمىلار قېتىشقاندىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن چىقىپ كەتمەي ياكى ئېلىۋېتىلمەي ئۇزۇنغىچە قۇلاق يولىدا تۇرۇپ قالسا قۇلاق يولىنى ئېتىۋېلىش بىلەن بىرگە قۇلاق ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

12. قۇلاق ساھەسى سىرتقى جەھەتتە زەخىملىنىش، قۇلاق كۆيۈپ قېلىش ياكى ئۇششۇپ قېلىش، قۇلاقتا يۈز بەرگەن كېسەللىكلەر بولۇپمۇ ئۇزۇنغا سوزۇلغان قۇلاق ئېقىش قاتارلىقلار كەلتۈرۈپ چىقارغان قوشۇمچە كېسەللىكلەر، مەسىلەن: قۇلاق سىرتقى ئۆسۈكچىسىنىڭ ۋەرىمى يەنى قۇلاق ئارقا سۆڭەك پەردىسىنىڭ ئاستىغا يىرىڭ يىغىلىش، قۇلاق سېزىم ئەسەبلىرىنىڭ ۋەرىمى، ۋەرىد تومۇرىنىڭ تۇسۇلۇش

خاراكتېرلىك ۋەرىمى، مىڭە پەردىسىنىڭ قۇلاق مەنبەلىك ۋەرىمى قاتارلىقلاردا شۇ كېسەللىكلەرنىڭ ئۆزىگە خاس ئالامەتلىرىدىن سىرت ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە قۇلاق ئاغرىش پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

1. مىزاجىنىڭ ماددا (خىلىت) سىز ئىسسىقتىن ئۆزگىرىشى ياكى ماددا (خىلىت) لىق ئىسسىقنىڭ ئۆزگىرىپ قان ياكى سەپرا ماددىسىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن بولغان قۇلاق ئاغرىشتا باش، يۈز، كۆزلىرى قىزىرىق بىلىنىدۇ. قۇلاق ئاغرىش بىلەن بىرگە باش ئاغرىيدۇ. سوغۇق ھاۋا ۋە سوغۇق نەرسىلەر خۇشياقىدۇ. ياكى ئاغرىق پەسىيىدۇ. كۆز ۋە قۇلاق ئەتراپى قىزارغان بولىدۇ. قۇلاقتا ئوت كۆيۈۋاتقاندەك ھېس قىلىدۇ. قۇلاق ئىچى ئېچىشىپ بىئارام بولىدۇ. قۇلاقتىن يىرىڭ، كۆزدىن ياش ئاقىدۇ. سەپرادىن بولغانلىرىدا كۆيۈشكەندەك ئاغرىش كۈچلۈك بولىدۇ، ئەمما باش ئېغىر بولمايدۇ. قاندىن بولغانلىرىدا كۆيۈشكەندەك ئاغرىش ئانچە كۈچلۈك بولمايدۇ، ئەمما باش ئېغىرراق بولىدۇ.

2. مىزاجىنىڭ ماددا (خىلىت) سىز سوغۇقتىن ئۆزگىرىشى ياكى ماددا (خىلىت) لىق سوغۇقنىڭ ئۆزگىرىپ بەلغەم ياكى سەۋدا ماددىسىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق ئاغرىش بىلەن بىرگە قۇلاق، باش ئېغىر بولىدۇ. قۇلاقتا ھەر خىل ئاۋازلار ئاڭلىنىدۇ. قۇلاق، بۇرۇن تۆشۈكلىرى ھۆل بولىدۇ. قۇلاقتا ئېچىشىش ۋە قىزىللىق بولمايدۇ. ئىسسىق ھاۋا ۋە ئىسسىق نەرسىلەر خۇشياقىدۇ ياكى ئاغرىق پەسىيىدۇ، ئۇيقۇ كۆپ بولىدۇ.

3. ئاشقازاندىن ئۆرلىگەن بۇخارلار سەۋەبلىك قۇلاق ئاغرىشتا قۇلاق ئاغرىشتىن سىرت ئاشقازان، قورساق قىسمى ئېسىلىپ ئاغرىيدۇ. قىزىق سۇ ياكى ئارشاڭ سۇلىرىنىڭ يامان تەسىرى ۋە ئىسسىق دورىلارنى قۇلاققا كۆپ ئىشلىتىشتىن ئىسسىق يەل پەيدا بولۇپ كېلىپ چىققان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق ئاغرىشتىن سىرت باش ئاغرىش، يۈز-كۆزلىرى قىزىرىش، كۆپ ئۇسساش قاتارلىق ئالامەتلەر بولىدۇ.

4. بەدەندە سوغۇق يەلنىڭ ئېشىپ كېتىشى ياكى سوغۇق شامالنىڭ زىيادە تەسىرى، سوغۇقلۇقى زىيادە سۇنىڭ باشقا كۆپ قۇيۇلۇشى ۋە سوغۇق سۇدا كۆپ چۆمۈلۈش، سوغۇق دورىلارنى قۇلاققا كۆپ ئىشلىتىش تۈپەيلىدىن بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق ئاغرىش بىلەن بىرگە باش يەڭگىلرەك ئاغرىيدۇ ھەمدە باش ئېغىر بولىدۇ، قۇلاق غوڭۇلدايدۇ. باشقا ئىسسىق سۇ قۇيۇلسا ئاغرىق پەسىيىدۇ. بەزى ئاغرىقلاردا كۆڭۈل ئېلىشىش، شۆلگەي ئېقىشتەك ئالامەتلەرمۇ بولىدۇ.

5. مېڭىدىكى ئارتۇقچە ماددىلار قۇلاققا چۈشۈپ پەيدا بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق ئاغرىشتىن سىرت باش ئېغىرلىشىپ ئاغرىيدۇ. قۇلاققا ھەر خىل ئاۋازلار ئاڭلىنىدۇ.

6. قۇرۇق ئىسسىق خاراكتېرلىك ئىششىقتىن پەيدا بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق قاتتىق لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ، بېشى ۋە پېشانىسىدا ئېغىرلىق ھېس قىلىدۇ، يۈزى قىزىرىدۇ. قۇلاق تۆشۈكىدىكى ئىششىقتا قۇلاقتىكى ئاغرىش كۈچلۈك بولمايدۇ. ئىششىق ئېغىز ئالغاندا ئاڭلاش قۇۋۋىتىگە تەسىر يەتكۈزمەيدۇ، ئاغرىشمۇ تەدرىجىي ياخشىلىنىدۇ، باشقا يامان ئاقىۋەتلەرمۇ كېلىپ چىقمايدۇ. لېكىن ئىششىق قۇلاقنىڭ ئىچكى قىسمىدا بولسا، ئېغىرراق كېسەللەرنى، كۆپىنچە سەرسام (مېڭە پەردە ياللۇغى) غا ئوخشاش قوشۇمچە كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئاغرىقنىڭ ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىمۇ ئاجىزلىشىدۇ. بۇ خىلدىكى قۇلاق ئاغرىشتا داۋاملىق قىزىتما پەيدا بولىدۇ. ۋاقتىدا بىر تەرەپ قىلمىسا ئاغرىق كۈچىيىپ ئاغرىق ھۇشىدىن كېتىش، ئەقلىدىن ئېزىشتەك ئەھۋاللار كېلىپ چىقىدۇ.

7. ھۆل سوغۇق خاراكتېرلىك ئىششىقتىن پەيدا بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق ئانچە قاتتىق ئاغرىمايدۇ، قۇلاق سوغۇق بىلىنىدۇ.

8. قۇلاققا يۈز بەرگەن ھەر خىل جاراھەت ۋە يىرىڭلىق چاقىلاردىن بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، ئاغرىقنىڭ قۇلىقىدا قىزىرىش، ئىششىش، ئاخىرىدا يىرىڭ يىغىلىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. قۇلاقتىكى ئاغرىش جاراھەتنىڭ ئېغىر-يەڭگىللىكىگە قاراپ ھەر خىل بولىدۇ.

9. قۇلاققا قۇرۇت، چۈمۈلە، كۆمۈتىغا ئوخشاش كىچىك ھاشاراتلار كىرىپ كېتىشتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، ئاغرىقنىڭ قۇلىقىدا بىرەر نەرسە ماڭغاندەك قىمىرلاش سېزىمى بولىدۇ، قۇلاق قىچىشىدۇ. قۇلاق ئاغرىش ھاشارات مىدىرلىغاندا كۈچىيىدۇ، مىدىرلىمىسا پەسىيىدۇ. بەزىدە قۇلاقتىن شۇ ھاشاراتلار ئۆزلۈكىدىن چىقىپ كەتسە ئاغرىش توختايدۇ. ياغاچ پارچىسى، كىچىك ئاشلىق دانلىرى، ئۈنچە-مارجان قاتارلىق نەرسىلەر كىرىپ كېتىشتىن كېلىپ چىققان قۇلاق ئاغرىشتا قۇلاق يېقىمسىزلىنىپ ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە ئاغرىش پەيدا بولىدۇ.

10. قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىشتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، سۇغا چۆمۈلگەن ياكى مۇنچىغا چۈشكەن تارىخى بولىدۇ. قۇلاققا سۇ كىرىپ كەتكەندىن كېيىن قۇلاقتا ئېغىرلىشىش، غوڭۇلداش يۈز بېرىپ بارا-بارا ئاغرىش پەيدا بولىدۇ.

11. قۇلاق كىرى بولۇپمۇ يىرىڭلىق ئاجرالمىلار قېتىشقاندىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن چىقىپ كەتمەي ياكى ئېلىۋېتىلمەي ئۆزۈنچە قۇلاق يولىدا تۇرۇپ قېلىپ قۇلاق يولىنى ئېتىۋېلىشتىن بىرگە كېلىپ چىققان قۇلاق ئاغرىشتا، دەسلەپكى ۋاقىتلاردا ئاغرىش

بولمايدۇ، بەلكى قۇلاق پۈتۈپ قالغاندەك بولۇپ بارا-بارا قۇلاق ئاڭلاش سېزىمى تۆۋەنلەيدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئاستا-ئاستا قۇلاق يېقىمسىزلىنىپ ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

12. قۇلاق ساھەسى سىرتقى جەھەتتە زەخىملىنىش، قۇلاق كۆيۈپ قېلىش ياكى ئۈششۈپ قېلىشتىن كېلىپ چىققان قۇلاق ئاغرىشتا، زەخىملىنىش، كۆيۈپ قېلىش، ئۈششۈپ قېلىش تارىخى بولىدۇ. ھەممىدە بۇ كېسەللىكلەرگە مۇناسىپ يەرلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەسلى كېسەللىكلەرنىڭ ئېغىر-يەڭگىللىكىگە ئاساسەن قۇلاق ئاغرىشنىڭ دەرىجىسى ئوخشاشمايدۇ.

باشقا كېسەللىكلەردىن كېلىپ چىققان قۇلاق ئاغرىشتا، شۇ كېسەللىكلەرنىڭ ئۆزىگە خاس ئالامەتلىرى بولغاندىن سىرت، شۇ كېسەللىكلەرنىڭ ئېغىر-يەڭگىللىك دەرىجىسىگە ئاساسەن قۇلاق ئاغرىشنىڭ دەرىجىسىمۇ ئوخشاشمايدۇ.

داۋاسى

ھەر خىل قۇلاق ئاغرىشلارنى داۋالاشتا ئۇنىڭ سەۋەبىگە قارىتا چارە تەدبىر قوللىنىش تەلەپ قىلىنىدۇ. شۇڭا ئالدى بىلەن سەۋەبچى ئامىللارنى تۈگىتىش ھەممىدە ئۇنىڭ خىلتلىق ياكى خىلتسىز ئىكەنلىكىنى ئايرىش لازىم. ئەگەر خىلتلىق بولسا كېسەل ماددىسىنى پىشۇرۇش، بۇنىڭ ئۈچۈن شۇ خىلتتىن پەيدا بولغان كېسەل ماددىسىنى پىشۇرىدىغان مۇناسىپ مۇنزىج (پىشۇرغۇچى) دورا بېرىش، كېسەل ماددىسى پىشقاندىن كېيىن ئۇنى مۇسھىل (سۈرۈپ چىقارغۇچى) دورىلار بىلەن بەدەندىن تازىلاپ چىقىرىش، شۇ ئارقىلىق مىزاجنى تەڭشەپ ئومۇمىي بەدەننىڭ ھالىتىنى ياخشىلاش كېرەك. ئەگەر خىلتسىز بولسا كېسەل كەلتۈرۈپ چىقارغان ماددا بولمىغاچقا قۇلاق ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى ماددا كەيپىياتىغا قارىتا دورا ۋە چارە قىلىش لازىم. مەسىلەن، ئىسسىقتىن بولسا سوغۇق دورا، سوغۇقتىن بولسا ئىسسىق دورا ئىشلەتسە بولىدۇ.

باشقا ئامىللار تۈپەيلىدىن كېلىپ چىققان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا ئامىللارنى تۈگىتىشنى ئاساس قىلىش، ئىككىلەمچى قۇلاق ئاغرىشتا ئەسلى كېسەللىكلەرنى داۋالاشنى ئاساس قىلىش كېرەك.

1. ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا خىلتلىق بولسا كېسەل ماددىسىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، خىلتسىز بولسا بىۋاسىتە ھالدا قۇلاققا بىنەپشە يېغى، گۈل يېغى، نىلۇپەر يېغى، سۆگەت يوپۇرمىقىنىڭ يېغى، قاپاق ئۇرۇقىنىڭ يېغى قاتارلىق

سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلارنىڭ بىرنى قۇلاق ۋە بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. ئاغرىش ئېغىرراق بولسا ئازراق ئەپيۇننى قىز توغقان ئايالنىڭ سۈتىدە ئېرىتىپ قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. يۇمغاقسۈت، ھۆل قاپاق، تۇسۇڭ قاتارلىقلارنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش ھەمدە سوغۇقلۇق نەرسىلەر بىلەن ئوزۇقلىنىش لازىم.

2. سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا خىلىتلىق بولسا ئىيارەجى پەيقەرا، ھەببى قوقىيا، ئىيارەجى لوغازىيا قاتارلىق دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. بابۇنە، سېرىق چېچەك، مەرزەنجۇش، ئاقىرقەرھالارنى قايناتىپ يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق تۇتكۇزۇپ ماددىلارنى تارقىتىش كېرەك. خىلىتسىز بولسا ماددا تازىلاش ھاجەتسىز. سوزاپ يېغى، ئىنەك پىتى يېغى قاتارلىق ياغلارنى قۇلاق ۋە بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. ئەگەر كۈچلۈكرەك ئىسسىقلىق قىلىش ھاجەت بولسا، مەزكۇر ياغلارغا ئازراق قۇندۇز قەھرى، فەرفيۇن قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تېمىتسا بولىدۇ.

3. ئاشقازاندىن تۆرلىگەن بۇخارلاردىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا ئاشقازاندىكى ئالامەتلەرنى داۋالاش بىلەن بىرگە قۇلاققا مۇناسىپ ياغلارنى تېمىتسا بولىدۇ. ئىسسىق يەلدىن بولغانلارغا ئىسسىق يەللىنى تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

4. سوغۇق يەلدىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا سوغۇق يەللىنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىش كېرەك.

5. مېڭىدىكى ئارتۇقچە ماددىلار قۇلاققا چۈشكەندىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا ھەببى قوقىيا قاتارلىق دورىلار ئارقىلىق مېڭىدىكى ئارتۇقچە ماددىلارنىڭ قۇلاققا چۈشۈشىنى توساش ۋە يوقىتىش، ماددىلارنى تارقاتقۇچى دورىلار قاينىتىلمىسى ئارقىلىق قۇلاققا ئىسسىق تۇتكۇزۇپ قۇلاقتىكى ماددىلارنى تارقىتىش كېرەك.

6. قۇرۇق ئىسسىق خاراكتېرلىك ئىششىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

7. ھۆل سوغۇق خاراكتېرلىك ئىششىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا قۇرۇق ئىسسىق تەبىئەتلىك ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق تۇتكۇزۇش كېرەك.

8. قۇلاقتا يۈز بەرگەن ھەر خىل جاراھەت ۋە يىرىڭلىق چاقىلاردىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا سوزاپ يېغى، ئىنەك پىتى يېغى، زىغىر لۇئابى قاتارلىقلارنى قۇلاققا تېمىتسا چاقىلار يىرىڭ يىغىپ، پىشىپ يىرىڭ چىقىپ كېتىش بىلەن ئاغرىق پەسىيدۇ. يىرىڭلارنى تازىلاپ چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن جاراھەتلەرنى پۈتتۈرگۈچى، ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن مەلھەمى ئەبيەزنى ئىشلەتسە تەڭ مۇۋاپىق.

مەلھىمى ئەبيەز

قوغۇشۇن تۈپىسى، ئاق مۇم ھەر بىرى بىر ھەسسە، گۈل يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى ئىككى ھەسسە.

تەييارلاش: ئالدى بىلەن مۇم ئېرىتىلىدۇ، ئاندىن قوغۇشۇن تۈپىسىنى ھاۋانچىغا سېلىپ ئۈستىگە ئېرىتىلگەن مۇمدىن ئاز-ئاز قۇيۇپ ھاۋانچىنىڭ دەستى بىلەن سالايە قىلىپ بىر-بىرىگە ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا مەلھەمنى گۈل يېغى بىلەن ئېرىتىپ مۇۋاپىق مىقداردا قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

ئەگەر جاراھەتنىڭ ئاغرىقى يەنىمۇ توختىمىسا ئەپيۇن گۈلىگە بىر ئاز قۇندۇز قەھرى قوشۇپ گۈل يېغىغا چىلاپ شۇ ياغنى قۇلاققا تېمىتىش كېرەك.

9. قۇلاققا ھاشاراتلار كىرىپ كېتىشتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن قول چىرىقىنىڭ نۇرىنى قۇلاققا چۈشۈرۈپ بېقىش كېرەك. بۇنىڭدا ھاشارات ئۆزلۈكىدىن قايتىپ چىقىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسۇلدا ھاشارات قۇلاقتىن قايتىپ چىقمىسا ھاشارات ئۆلتۈرىدىغان دورىلارنى قۇلاق ئىچىگە تېمىتىپ ھاشاراتنى ئۆلتەرگەندىن كېيىن باشقا سۈيۈقلۇق ياكى سۈيۈق دورىلار بىلەن ھاشاراتنى ئېقىتىپ چىقىرىۋېتىش كېرەك. ھاشارات ئۆلتۈرۈش ئۈچۈن ئۈزۈم سىركىسىگە ئازراق سەبرى سېلىپ قۇلاق ئىچىگە تېمىتسا بولىدۇ. زەيتۇن يېغى، كۆچلۈك ھاراق تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

10. قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىشتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئالدىنى ئېلىشنى ئاساس قىلىش كېرەك. يۇيۇنغاندا بولۇپمۇ سۇغا چۆمۈلگەندە قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىشتىن ساقلىنىش لازىم. ئەگەر قۇلاققا سۇ كىرىپ كەتسە دەرھال سۇدىن چىقىپ باشنى سۇ كىرىپ كەتكەن قۇلاق تەرەپكە سىڭايان قىلىپ سەكرەش كېرەك ياكى ئالقاننى قۇلاققا قويۇپ بېسىپ تارتىپ قۇلاق ئىچىدىكى سۇنى شۈمۈرۈپ چىقىرىش كېرەك. قۇلاققا كىرىپ كەتكەن سۇ ۋاقتىدا چىقىرىۋېتىلمەي بارا-بارا قۇلاق ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقارغان بولسا، قۇلاققا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ۋە ئىسسىق ياغلارنى قۇلاققا تېمىتىش كېرەك.

11. قۇلاق يولىدىكى ئاجرالمىلار تۈپەيلىدىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا قۇلاق كىرى بولۇپمۇ قېتىشىپ قالغان ئاجرالمىلارنى ئېھتىيات بىلەن ئېلىۋېتىشكە چارە قىلىش كېرەك. بۇنىڭدا ئالدى بىلەن قۇلاققا مۇۋاپىق دورىلارنى تېمىتىپ ئاجرالمىلارنى بوشىتىش

كېرەك، ئاندىن قۇلاق يولىنى يورۇتۇپ تۇرۇپ قىسقۇچ ئارقىلىق ئېھتىيات بىلەن قىسىپ ئېلىۋېتىش كېرەك. ئاجرالمىنى ئېلىۋەتكەندىن كېيىنلا قۇلاق يېنىكلەپ قالىدۇ. ئەگەر شارائىت بولمىسا قالايمىقان قۇلاقنى كولىماي، مەخسۇس بەش ئەزا كېسەللىرى بۆلۈمىگە ئاپىرىپ كۆرسىتىش كېرەك.

12. سىرتقى زەخىم ۋە باشقا كېسەللىكلەردىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاشتا ئەسلى كېسەللىكنى داۋالاش كېرەك. ئەسلى كېسەللىك ساقايسا، ئادەتتە قۇلاق ئاغرىقىمۇ ئۆزلۈكىدىن ياخشى بولۇپ كېتىدۇ.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار

قۇلاق ئاغرىش يۈز بەرگەندە قۇلاقنى قالايمىقان كولىماسلىق كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا ئېھتىياتسىزلىقتىن قۇلاق پەردىسى تېشىلىپ، قۇلاق ئاغرىش ۋە ئاڭلاش ئىقتىدارى تۆۋەنلەشتەك ئەھۋاللار كېلىپ چىقىدۇ. شۇڭا بۇنىڭغا ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

قۇلاق غوڭۇلداش

قۇلاق غوڭۇلداش (تەننىن ۋە دەۋۋەي) قۇلاققا ھەر خىل غوڭۇلدىغان غەيرىي ئاۋازلار ئاڭلانغانلىقىغا قارىتىلغان. ئۇ، تاشقى ھاۋا بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولماي پەقەت ئىچكى تەرەپتىكى ھاۋا ۋە بۇخارلار ھەرىكىتىدىن قۇلاققا غەيرىي ئاۋاز ئاڭلىنىدۇ. بۇ ئاۋازلار يالغان ئاۋاز يەنى خىيالىي ئاۋاز سېزىمى دەپ ئاتىلىدۇ. مەزكۇر يالغان ئاۋازنىڭ تېز ۋە ئىنچىكىرەك بولغىنى تەننىن دەپ ئاتىلىدۇ. يۇمشاق ۋە ئاستىراق ئەمما چوڭراق بولغىنى دەۋۋەي دەپ ئاتىلىدۇ.

ئاڭلاش خىزمىتىدىكى غەيرىي نورماللىق ئادەتتە ئۈچ خىل دەرىجىدە بولىدۇ:

1. بۇزۇلۇش ياكى پۈتۈنلەي يوقىلىش يەنى بوتلان دەرىجىسى: بۇنىڭدا قولاق ھېچقانداق بىر ئاۋازنى ئاڭلىيالمايدۇ. بۇ ئادەتتە گاسلىقتىن ئىبارەت.

2. كەملىك ياكى يېتەرسىزلىك يەنى نۇقسان دەرىجىسى: بۇنىڭدا قۇلاق تۆۋەن ئاۋازلارنى ۋە يىراقتىكى ئاۋازلارنى ئاڭلىيالمايدۇ. بۇ ئادەتتە قۇلاق ئېغىرلىشىپ قېلىش يەنى ئاڭلاش ئىقتىدارىنىڭ تۆۋەنلەپ كېتىشىدىن ئىبارەت.

3. تەشۋىش دەرىجىسى: بۇنىڭدا قولاقتا يالغان ۋە ئەمەلىيەتتە يوق غەيرىي ئاۋازلار ئاڭلىنىدۇ. بۇ ئادەتتىكى قۇلاق غوڭۇلداشتىن ئىبارەت.

سەۋەبى

قۇلاق غوڭۇلداشنىڭ ئاساسىي سەۋەبى چوڭ جەھەتتە 4 تۈرگە بۆلۈنىدۇ. بەزى تۈرلىرى بىر قانچە كىچىك خىللارغا ئايرىلىدۇ:

1. قۇلاقنىڭ ئاڭلاش ھېسسىي قۇۋۋىتى بەك كۈچىيىپ ئۆتكۈرلىشىپ كەتكەنلىكتىن قۇلاق غوڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

2. قۇلاقنىڭ ئاڭلاش ھېسسىي قۇۋۋىتى بەك ئاجىزلاشقانلىقتىن قۇلاق غوڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

1) ھەزىم بۇزۇلغانلىقتىن بەدەن ئاجىزلىغان ياكى باشقا ئېغىر كېسەللىكلەردىن ئەمدىلا ياخشىلانغان دەۋرلەردە ئاڭلاش قۇۋۋىتى بەك ئاجىزلاپ قۇلاق غوڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

2) بەدەندە قۇرۇقلۇق بەك ئاشقان ياكى ئاغرىق ئاچ قالغاندا ئىنسان تەبىئىتى ئوزۇقلىنىش ئۈچۈن ئىلاجسىز ھالدا بەدەندىكى شەبنەمگە ئوخشاش تارقاق ھۆللۈكلەرگە يۈزلىنىپ ئۇلارنى تارقىتىدۇ، ھەرىكەتلەندۈرىدۇ. نەتىجىدە ئۇلاردىن چىققان بۇخارلار ھەرىكەتلىنىدۇ. باش ماددىدىن، ئاڭلاش سېزىملىرى يېمەكلىكلەرنىڭ تەسىرىدىن خالىي بولغاچقا ئاڭلاش قۇۋۋىتى مەزكۇر بۇخارلارنىڭ ھەرىكىتىنى غوڭۇلدىغان ئاۋازدا سېزىدۇ.

3. مېڭىدىكى بۇخارلارنىڭ تەسىرىدىن قۇلاق غوڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

1) مېڭە ساھەسىگە ئارتۇق ماددا يىغىلىپ ئۇنىڭدىن قويۇق يەل ياكى بۇخار ئاجرىلىپ چىقىدۇ. ئاڭلاش قۇۋۋىتى بۇ ھەرىكەتنى غوڭۇلدىغان ئاۋاز ھالىتىدە سېزىدۇ.

2) مېڭىدىكى ئارتۇق ماددىلار قۇلاقتا قويۇلۇپ قۇلاق ئىچكى تۆشۈكىدىكى ھاۋانى سىقىدۇ. ھاۋا توسۇلۇپ ئاڭلاش قۇۋۋىتىگە گۈكرىگەن سېزىم بېرىدۇ. ماددىنىڭ قويۇلۇشى قانچە داۋاملاشسا، قۇلاقتىكى غوڭۇلداش شۇنچە داۋاملىشىدۇ.

3) مىزاجنىڭ ئىسسىققا ئۆزگىرىشى، ئاغرىقنىڭ ئىچى تىتىلداپ روھىي جەھەتتە بىئارام بولۇشى قاتارلىقلار خىلىتلارنى قايناتىپ بۇخارلارنى قوزغايدۇ، ئاڭلاش قۇۋۋىتى ئۇنى غوڭۇلدىغان ھالەتتە سېزىدۇ.

4) بۇخارلارنى قوزغاپ مېڭە تەرەپكە چىقىرىدىغان دورىلارنى، مەسىلەن: قارىمۇچ قاتارلىق دورىلارنى كۆپلەپ ئىچىش ياكى بۇخارلارنى قوزغاپ، قۇلاق ئىچىدىكى

جىسىم تۇرغان ھاۋانى ھەرىكەتلەندۈرگۈچى يېمەكلىكلەرنى، مەسىلەن: سامساق، كۈدە (جۈسەي) قاتارلىقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئاڭلاش قۇۋۋىتى بۇخار ۋە ھاۋالارنىڭ ھەرىكىتىنى غۇڭۇلدىغان ھالەتتە ھېس قىلىدۇ.

4. قۇلاقتىكى چاقىلاردىن ئاققان يىرىڭ ۋە سېرىق سۇلار قۇلاق ئىچىگە يىغىلىپ يامان تەسىر قىلغانلىقتىن ياكى قۇلاققا كىرىۋالغان ھاشاراتلارنىڭ ھەرىكىتىدىن قۇلاق غۇڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاقنىڭ كۆرۈنۈشىدە چوڭ ئۆزگىرىش بولمايدۇ، لېكىن قۇلاق غۇڭۇلدايدۇ. ئېغىر بولسا ئادەتتىكى ئەھۋال ئاستىدىمۇ قۇلاقنىڭ غۇڭۇلدىغانلىقى ئېنىق بىلىنىدۇ. يەڭگىل بولسا ئادەتتە بىلىنمەيدۇ. تىنچ شارائىتتا ياكى كېچىدە ئۇيقۇدىن ئويغىنىپ كەتكەندە قۇلاق غۇڭۇلدىغانلىقى بىلىنىدۇ.

1. ئاڭلاش قۇۋۋىتىنىڭ بەك كۈچىيىپ كەتكەنلىكىدىن بولغان قۇلاق غۇڭۇلداشتا، قۇلاقنىڭ ئاڭلاش قۇۋۋىتى كۈچلۈك ھەمدە سېزىمى ئۆتكۈر بولىدۇ. بەدەن ساغلام بولۇپ باشقا ھېچقانداق كېسەللىك بولمايدۇ. قۇلاق غۇڭۇلداش قورساق ئاچ ۋاقىتلاردا پەسىيىدۇ ياكى ياخشىلىنىپ قالىدۇ. كۈچلۈك تاماقلارنى يەپ بەك تويۇنۇپ كەتكەندە كۈچىيىپ كېتىدۇ.

2. ئاڭلاش قۇۋۋىتىنىڭ بەك ئاجىزلىشىپ كەتكەنلىكىدىن بولغان قۇلاق غۇڭۇلداشتا، ئەكسىچە ئاڭلاش قۇۋۋىتى تۆۋەن بولىدۇ، قورساق توق ۋاقىتلاردا قۇلاق غۇڭۇلداش پەسىيىدۇ ياكى ياخشىلىنىپ قالىدۇ، ئاچ قالغاندا ياكى ئوزۇقلىنىش ياخشى بولمىغاندا كۈچىيىپ كېتىدۇ.

1) ئاغرىقتا ھەزىم بۇزۇلغان، بەدەن ئاجىزلاشقان ياكى باشقا كېسەللىكلەرگە گىرىپتار بولغانلىق تارىخى ۋە ئۇنىڭغا مۇناسىپ ھالدىكى ئالامەتلەر بولىدۇ.

2) بەدەندە قۇرۇقلۇق بەك ئاشقان، ئوزۇقلىنىش ناچارلاشقانغا دائىر ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. قۇرۇقلۇق ئاشقان، قورساق ئاچ قالغان ۋاقىتلاردا قۇلاق غۇڭۇلداش ئېغىرلىشىدۇ.

3. مېڭىدىكى بۇخارلارنىڭ تەسىرىدىن بولغان قۇلاق غۇڭۇلداشتا:

1) مېڭە ساھەسىگە ئارتۇق ماددا يىغىلىپ قالغاچقا باش ئېغىرلىشىدۇ. قويۇق يەل ياكى بۇخارلار تۈپەيلىدىن قۇلاق چىڭقىلىدۇ.

2) مېڭىدىكى ئارتۇق ماددىلار قۇلاققا قۇيۇلۇپ قۇلاق ئىچكى تۆشۈكىدىكى ھاۋانى سىققاچقا قۇلاق بىئارام بولىدۇ. قۇلاق سوزۇلغاندەك بىلىنىدۇ، باش ئېغىرلىشىدۇ. ماددىنىڭ قۇيۇلۇشى قانچە كۆپ بولسا ۋە داۋاملاشسا، قۇلاقتىكى غۇڭۇلداش شۇنچە

كۆچلۈك بولىدۇ ۋە داۋاملىشىدۇ.

3) مىزاجىنىڭ ئىسسىققا ئۆزگىرىشى، بىمارنىڭ ئىچى تىتىلداپ روھىي جەھەتتە بىئارام بولۇشى قاتارلىقلارنىڭ خىلتلارنى قايىنىتىپ، بۇخارلارنى قوزغىغانلىقىدىن كېلىپ چىققان قۇلاق غوڭۇلداشتا ئىسسىق ئالامەتلەر ۋە روھىي ئالامەتلەر بولىدۇ. بەزىدە تەپنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدىكى ئالامەتلەر زاھىر بولىدۇ.

4) بۇخارلارنى قوزغاپ مېڭىگە چىقىدىغان قارىمۇچقا ئوخشاش دورىلارنى كۆپ ئىچىش ياكى بۇخارلارنى قوزغايدىغان، قۇلاقتىكى جىم تۇرغان ھاۋانى ھەرىكەتلەندۈرىدىغان سامساق، كودىگە ئوخشاش يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا بۇ نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولىدۇ. بۇ نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشنى توختاتسا قۇلاق غوڭۇلداش توختاپ قالىدۇ ياكى ئۇزۇنغا بارماي يوقىلىپ كېتىدۇ.

4. قۇلاقتىكى چاقىلاردىن ئاققان يىرىڭ ۋە سېرىق سۇلار قۇلاق ئىچىگە يىغىلىپ يامان تەسىر قىلغانلىقتىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا قۇلاققا چاقا چىقىش، يىرىڭ ۋە سېرىق سۇ ئېقىش بىلەن بىرگە قۇلاقتا ئاغرىش، ئىششىش قىزىرىش، ئالامەتلىرى بولىدۇ. قۇلاقتىكى ھاشاراتلار ھەرىكىتىدىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا ھاشاراتلار ھەرىكىتىدىن قۇلاق غوڭۇلدايدۇ ھەم ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

كېسەللىك ئەھۋالىغا ئاساسەن ئاڭلاش سېزىمىنى تۆۋەنلىتىش ياكى كۈچەيتىش، مىزاجنى تەڭشەش، مېڭىدىن ئارتۇق ماددىلارنى تازىلاش، بۇخارلارنى تارقىتىش ھەمدە سەۋەبلەرگە قارىتا چارە قىلىش لازىم.

1. ئاڭلاش قۇۋۋىتى بەك كۈچىيىپ كەتكەنلىكتىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشنى داۋالاشتا ئاڭلاش سېزىمىنى تۆۋەنلىتىش ئۈچۈن گۈل يېغى بىلەن سىركىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، سۇس ئوتتا سىركە ئۇچۇپ كېتىپ ياغ قالغىچە قايىنىتىپ ئاندىن ئۇنىڭغا قۇندۇز قەھرى ياكى ئەپيۇندىن 0.1 گرام قوشۇپ قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. مېڭىنى ھۆللەشتۈرۈش، تىنچلاندۇرۇپ ئوخلىتىشتەك چارە ئۇسۇللارنى قوللىنىش، مىزاجنى ھۆللەشتۈرگۈچى خۇشبۇي ياخشى تاماقلار ۋە قوي، كالا پاقالچاقلىرى بىلەن ئوزۇقلىنىش كېرەك.

2. ئاڭلاش قۇۋۋىتىنىڭ بەك ئاجىزلىشىپ كەتكەنلىكىدىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشنى داۋالاشتا ئاڭلاش سېزىمىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن قايسى ماددا غالىب كەلگەنلىكىنى

ئىنقىلاپ تەڭشەپ نورماللاشتۇرۇش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەپ ھېسسىي كۈچىنى ئاشۇرۇش كېرەك.

بۇنىڭ ئۈچۈن داۋالىمىشكى، مەئجۇنى ئۇجاھ قاتارلىق دورىلارنى ئىچكۈزۈش؛ بادام يېغى، گۈل يېغىنى باراۋەر مىقداردىكى سىركە بىلەن قايىنىتىپ، يىلمان پېتى ئەتىگەن ئاخشامدا قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. تۇخۇم سېرىقى، پاقلان گۆشى، شورپىسى ۋە باشقا ئوزۇقلۇق قىممىتى ياخشى نەرسىلەرگە دارچىن، قەلەمفۇر قاتارلىق خۇشپۇراق دورىلار سېلىپ ئىستېمال قىلىش، قوي، كالا پاقالچاقلىرى بىلەن ئوزۇقلىنىش كېرەك.

1) ھەزىم بۇزۇلغان، بەدەن ئاجىزلاشقان ياكى باشقا كېسەللىكلەردىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشنى داۋالاشتا ھەزىمنى كۈچەيتكۈچى، بەدەننى قۇۋۋەتلىگۈچى ياكى شۇ كېسەللىكلەرگە مۇناسىپ داۋالاش ئۇسۇللىرى ۋە دورىلىرىنى قوللىنىشنى ئاساس قىلىش كېرەك.

2) بەدەندە قۇرۇقلۇق بەك ئاشقان ۋە ئوزۇقلىنىشنىڭ ناچارلىشىشىدىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشنى داۋالاشتا بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورا ۋە ئۇسۇللارنى قوللىنىش، ئوزۇقلىنىشنى كۈچەيتىش لازىم. شورپىلىق تائاملارنى ۋە قوي، كالا پاقالچاقلىرىنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش كېرەك.

3. مېڭىدىكى بۇخارلارنىڭ تەسىرىدىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشنى داۋالاشتا بۇخارلارنىڭ كېلىپ چىقىشىنى توسۇش، بۇخارلارنى تارقىتىشتەك ئۇسۇل-چارىلەر ۋە دورىلارنى قوللىنىش، ئاساسەن مېڭىنى تازىلاش كېرەك.

1) مېڭىگە يىغىلىپ قالغان ئارتۇق ماددىلارنى تازىلىغۇچى دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك.

2) مېڭىدىكى ئارتۇق ماددىلارنىڭ قۇلاققا قۇيۇلۇشىنى توسقۇچى دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك.

3) مىزاجنى سۇۋۇتقۇچى، ئاغرىقنى روھىي جەھەتتە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك. تەپتىن بولغانلىرىدا قىزىتما قايتۇرۇش كېرەك.

4) بۇخارلارنى قوزغاپ مېڭىگە چىقارغۇچى دورىلاردىن قارىمۇچ قاتارلىقلارنى، يېمەكلىكلەردىن سامساق، كۈدە قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلماسلىق بىلەن بىرگە ئۇلارنىڭ تۈزەتكۈچىسىنى ئىشلىتىش كېرەك. قارىمۇچنىڭ تۈزەتكۈچىسى سوغۇق ياغلار، كۈدىنىڭ تۈزەتكۈچىسى يۇمغاقسۈت، ھۆل كاسىنى قاتارلىقلاردۇر.

4. قۇلاقتىكى چاقىلاردىن ئاققان يىرىڭ ۋە سېرىق سۇلاردىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا يارا ئىششىقىنى ياندۇرغۇچى، قىزىرىش ۋە ئاغرىشنى يوقاتقۇچى، يىرىڭ

AltunOq

تازىلىغۇچى دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك. قۇلاقتىكى ھاشاراتلاردىن كېلىپ چىققان قۇلاق غوڭۇلداشنى دوۋالاشتا ھاشاراتلارنى ئېھتىيات بىلەن قىسقۇچتا قىسىپ ئېلىۋېتىش كېرەك. ئالغىلى بولمىسا ھاشارات ئۆلتۈرگۈچى دورىلار بىلەن ھاشاراتنى ئۆلتۈرگەندىن كېيىن سۇيۇقلۇقلار ياكى سۇيۇق دورىلار بىلەن ھاشاراتنى ئېقىتىپ چىقىرىۋېتىش كېرەك.

قۇلاق ئېغىرلىق ۋە گاسلىق

قۇلاق ئېغىرلىق ۋە گاسلىق (تەرەش، ۋەقەر-بۇتلانۇسسەمئى) ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن نورمال ئاۋازلارنى يېرىم ياكى پۈتۈنلەي ئاڭلىيالماسلىققا قارىتىلغان. ئاۋازلارنى يېرىم ياكى ئېنىق ئاڭلىيالماسلىق قۇلاق ئېغىرلىق، پۈتۈنلەي ئاڭلىيالماسلىق گاسلىق دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ تۇغما ۋە تۇغۇلغاندىن كېيىن پەيدا بولغاندىن ئىبارەت 2 تۈرگە بۆلۈنىدۇ. ئۇنىڭ سەۋەبلىرى تۆۋەندىكىدەك بىر قانچە خىل بولىدۇ:

1. بىرىنچىسى: ھامىلە ئانا قورسىقىدىلا ئاڭلاش قۇۋۋىتى يوق بولغان بولىدۇ. شۇڭا تۇغۇلغاندىلا گاس تۇغۇلىدۇ. ئىككىنچىسى: ھامىلە قۇلىقىنىڭ ئۆسۈپ تەرەققىي قىلىشى تۇغۇلۇشتىن بۇرۇن توختاپ قالغان ياكى قۇلاق تۆشۈكى تۇغما پۈتەي بولغان بولىدۇ. شۇڭا بۇنىڭدىمۇ تۇغۇلغاندىلا گاس تۇغۇلىدۇ.

يۇقىرىقىلار كۆپىنچە يېقىن تۇغقانلار نىكاھلىنىش، ھامىلدارلىق مەزگىلىدە ئانا بەزى كېسەللەر بىلەن يۇقۇملىنىش ياكى بەزى دورىلارنى ئىشلىتىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدۇ.

2. ياش چوڭىيىپ ياشانغانلىقتىن قۇۋۋەت ئاجىزلىشىپ مىزاج قۇرۇق سوغۇقلۇققا مايىللىشىدۇ. ئۇنىڭ ئۈستىگە قۇرۇقلۇق ۋە سوغۇقلۇقنىڭ زىيادە تېگىشى بىلەن مىزاج قۇرۇق سوغۇققا ئۆزگىرىپ تەبىئىي ھالدا قۇلاققا تەسىر قىلغانلىقتىن گاسلىق كېلىپ چىقىدۇ.

3. قۇلاقنىڭ ئاڭلاش قۇۋۋىتى (قۇۋۋەئى سامئە) ۋە سىبزىم ئەسەبلىرى يېقىلىش، سىرتتىن بىر نەرسە تېگىش، زەخىملىنىش سەۋەبىدىن بۇزۇلۇش قۇلاق ئېغىرلىقى ياكى گاسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

4. كېزىككە ئوخشاش قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە بۆھران يۈز بېرىپ كېسەللىك

ئۈستۈنلۈكنى ئىگىلىسە سەپرا مېڭىگە ئۆرلەپ گاسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

5. ئىچكى ياكى تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرى بىلەن ئۆز ئىپتىدالىدىكى ئىسسىق-سوغۇق، ھۆل-قۇرۇق مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى قۇلاقنىڭ ئاڭلاش ئەزالىرى (ئالەتلىرى) گە تەسىر قىلسا گاسلىقنى پەيدا قىلىدۇ. بۇنىڭدا: مىزاجىنىڭ ئىسسىق ياكى قۇرۇقتىن ئۆزگىرىشى ئاڭلاش پەردىلىرىنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتۇپ ئاڭلاش قۇۋۋەتلىرىنىڭ ئۇلارغا دېگۈدەك ئۆتەلمەسلىكىنى ياكى ئاڭلاش سېزىمىنىڭ ئۆتۈشىگە توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ. شۇ سەۋەبتىن ئاڭلاش ئاجىزلايدۇ ياكى ئاڭلىيالمايدۇ.

مىزاجىنىڭ سوغۇق ئۆزگىرىشى قۇلاقنىڭ ئاڭلاش پەردىسىنى قېلىنلاشتۇرۇپ ھەتتا قاتتىقلاشتۇرۇپ قويىدۇ.

مىزاجىنىڭ ھۆل ئۆزگىرىشى ئاڭلاش پەردىسىنى بوشاشتۇرۇپ، ئاڭلاش ئەسەبلىرىنى ھەر خىل دەرىجىدە سۇسلاشتۇرۇپ قويىدۇ.

6. قويۇق ۋە خام خىلتلار سېزىم ئەسەبلىرىگە قويۇلغانلىقتىن روھىي نەفسانى ئۇ يەرگە ئۆتەلمەي، قۇلاقنىڭ ئېغىرلىق ياكى گاسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

7. قۇلاق تۆشۈكىگە توسالغۇ پەيدا بولۇپ، ئاڭلاش ئەسەبلىرىگە ئاۋاز دولقۇنىنى ئۆتكۈزمەيدۇ. شۇ سەۋەبتىن قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. مەزكۇر توسالغۇنىڭ ئۈچ خىل مەنبەسى بار:

بىرىنچى: قۇلاقتا كىرلەر كۆپلەپ يىغىلىپ قېلىپ قۇلاق تۆشۈكىنى ئېتىۋالىدۇ. ئىككىنچى، ئۇششاق غەيرىي نەرسىلەر يەنى توپا-قۇم، ئۆلۈك ھاشارات، ئۇششاق ئۆرۈك قاتارلىقلار قۇلاق تۆشۈكىنى ئېتىۋالىدۇ. ئۈچىنچى، قۇلاقتىكى يىرىڭلىق چاقا ساقىيىپ پۈتكەندىن كېيىن قېتىشقان يىرىڭلار قۇلاق تۆشۈكىنى توسۇۋالىدۇ ياكى قۇلاق تۆشۈكىدە ئارتۇق گۆش ئۆنۈپ قېلىپ، سۆگەل بەز پەيدا بولۇپ قېلىپ قۇلاق تۆشۈكىنى ئېتىۋالىدۇ.

8. بەزى دورىلارنىڭ زەھەرلىشىدىنمۇ قۇلاق ئېغىرلىق ۋە گاسلىق كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا ئەپيون، نەشە قاتارلىقلارنىڭ ئاڭلاش سېزىم ئەسەبلىرىنى زەھەرلەشتە ئالاھىدە رولى بار.

ئالامىتى

1. تۇغما گاسلىقتا بوۋاق تۇغۇلۇپ 3 ئايدىن كېيىنمۇ ئاۋاز چىققان تەرەپكە بېشىنى بۇراپ قاراشتەك ئىنكاسلار بولمايدۇ. بالا بارغانسېرى چوڭلاپ سۆزلەيدىغان ۋاقتى

كەلگەندە قۇلاق ئاڭلىمىغاچقا تاۋۇشلارنىڭ قانداق چىقىرىشنى بىلمەيدۇ. دېمەك، تۇغما گاس تۇغۇلغانلاردا گاچىلىق بىللە كۆرۈلىدۇ.

2. ياشانغانلىقتىن بولغان گاسلىقتا قۇلاق ئېغىرلىشىش ۋە گاسلىق تەدرىجىي پەيدا بولىدۇ. ياش چوڭايغانسېرى ۋە بەدەن ئاجىزلاشقانسېرى يۇقىرى ئاۋازدا ياكى يېقىن كېلىپ گەپ قىلسا ئاڭلىيالايدۇ. تاۋۇشلارنى تەلەپپۇز قىلىشمۇ تۇتۇقلىشىدۇ. ياشانغانلاردا قۇرۇق سوغۇق ئالامەتلەر روشەنرەك كۆرۈلىدۇ.

3. ئەسەب خاراكتېرلىك گاسلىقتا سىرتقى جەھەتتە زەخىملەنگەنلىك تارىخى بولىدۇ. بەزىلەردە دەسلەپكى مەزگىللەردە قۇلاق ئېغىرلىق كۆرۈلۈپ كېيىن تەدرىجىي گاسلىق پەيدا بولۇشى مۇمكىن. ئاڭلاش ئەزالىرى گەرچە نورمال بولسىمۇ ئاڭلاش ئەسەبلىرىنىڭ خىزمىتى پۈتۈنلەي كاردىن چىققاچقا ۋە ھەر قانداق ئاۋازنى چۈرت ئاڭلىمىغاچقا ئاۋازنى ئاڭلاشقا ئىنتىلىش ھەرىكەتلىرى بولمايدۇ. بەزى ئاغرىقلار قارشى تەرەپنىڭ ئاۋاز ھەرىكىتىگە قاراپ قىياسەن چۈشەنگەندەك قىلىپ جاۋاب قايتۇرىدۇ.

4. قىزىتمىلىق كېسەللەردىن بولغان گاسلىقتا كېزىككە ئوخشاش قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر بىلەن كېسەللەنگەنلىك تارىخى بولىدۇ. سەپرا ماددىسىنىڭ مېڭىگە ئۆرلىگەنلىكىدىن كېلىپ چىققان ئىسسىق ئالامەتلەر بولىدۇ.

5. مىزاجنىڭ ئۆزگىرىشى ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا بەدەندە ئىسسىقلىق ئالامەتلەر بولۇش بىلەن بىرگە قۇلاق ۋە قۇلاقنىڭ ئەتراپى داۋاملىق قىزىشقاندەك، ئېچىشقاندەك بىلىنىدۇ. ئىسسىقلىق زىيان قىلىدۇ. ئاپتاپ قىزىغاندا كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرلىشىدۇ.

مىزاجنىڭ ئۆزگىرىشى قۇرۇقلۇقتىن بولسا قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا كېسەللىكتىن ئىلگىرى ئەزالارنى قۇرۇتقۇچى سەۋەبلەر يۈز بەرگەن بولىدۇ. مەسىلەن، ئېغىر جىسمانىي ئىشلارنى كۆپ، ئۇزۇن مۇددەت قىلىش، تولا ئاچ قېلىش، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلار. قۇلاق ئىچى چوڭقۇر بىر يەردە ئاغرىش بولۇشتىن باشقا كۆزدىمۇ ئاغرىش بولىدۇ. بەدەن ئورۇقلاشقا باشلايدۇ. ھۆللۈكتىن ھوزۇرلىنىدۇ.

مىزاجنىڭ ئۆزگىرىشى سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا بەدەندە سوغۇقلۇق ئاشقان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. سوغۇق ھاۋا ۋە سوغۇق نەرسىلەر زىيان قىلىدۇ. كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرلىشىدۇ. ئاغرىق ئىسسىقتىن ھوزۇرلىنىدۇ.

مىزاجنىڭ ئۆزگىرىشى ھۆللۈكتىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا بەدەندە ھۆللۈك ئاشقان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ھۆلچىلىك ۋە ھۆللۈك كۆپەيتكۈچى نەرسىلەر زىيان قىلىدۇ. يەنى، قار، يامغۇردا قالسا، مۇنچىغا كۆپ چۈشسە، ھۆللۈك مېۋە-چېۋىلەرنى

كۆپلەپ ئىستېمال قىلسا قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىق تېخىمۇ ئېغىرلىشىدۇ. قۇرغاق پەسىل ۋە قۇرۇق نەرسىلەر پايدا قىلىدۇ.

6. قويۇق، خام خىلىتلارنىڭ ئاڭلاش ئەسەبلىرىگە قويۇلۇشىدىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا باش ئېغىر بولىدۇ. باشنى قويسا باش ئېغىرلىشىپ كۈچىيىدۇ. قۇلاقتا كۆيگەندەك سىزىم بولماي بەلكى قۇلاق گۆكىرىگەن سىزىم بولىدۇ. قىزىق نەرسىلەر مەنپەئەت قىلىدۇ.

7. قۇلاق توسۇلغانلىقتىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا قۇلاق پۈتۈپ قالغاندەك بىلىنىدۇ. قۇلاققا غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كەتكەن ياكى قۇلاقتا يىرىڭلىق چاقا چىققانلىق تارىخى بولىدۇ. قۇلاق يولىنى توسىغان نەرسىلەرنىڭ كۆپ-ئازلىقى، چوڭ-كىچىكلىكىگە قاراپ قۇلاق ئېغىرلىقنىڭ دەرىجىسىمۇ ئوخشىمايدۇ.

8. دورىلارنىڭ زەھەرلىشىدىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا زەھەرلىك دورا ۋە نەرسىلەرنى ئىشلەتكەنلىك، بولۇپمۇ ئەپيۇن، نەشە قاتارلىق نەرسىلەرنى ئىشلەتكەنلىك تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

تۇغما گاسلىق، ياشانغانلىقتىن بولغان ۋە ئاڭلاش ئەسەبلىرىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان گاسلىقنى داۋالاشنىڭ ياخشى چارىلىرى يوق.

مىزاج ئۆزگىرىشىدىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقنى داۋالاشتا مىزاجنىڭ تۆت خىل كەيپىياتىغا قارىتا مۇناسىپ داۋالاش ئۇسۇل-چارىلىرىنى قوللىنىش كېرەك. بۇنىڭدا ئالدى بىلەن قايسى سەۋەبتىن بولغانلىقىنى ئېنىقلاپ كېسەللىك ماددىسىنى سۈرۈپ چىقىرىش ۋە مېڭىنى تازىلاش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مەتبۇخى ھەلىلە، ئىيارەجلەرنى بېرىپ ماددا سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ. مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن مېكىيان گۆشى ئىستېمال قىلىش بىلەن بىرگە ئىچىشكە دينار شەربىتى بېرىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن سەۋەبلەرگە ئاساسەن كونكرېت تەدبىرلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

باشقا خىلدىكىلىرىگە تۆۋەندىكى ئۇسۇللارنى تاللاپ قوللىنىش كېرەك.

1. ئانار بىلەن داۋالاش (دەۋائى رۇممان)

ئاچچىق ئانار بىر دانە، سىركە 16 گرام، كۈندۈر 3 گرام.

ئانارنىڭ كىندىكىدىن تېشىپ دانىلىرى ۋە ئىچىدىكى تىرىپلىرى پۈتۈنلەي ئېلىپ تاشلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئانار دانىلىرىنى سىقىپ، سۈزۈپ سۈيىنى ئانار

ئىچىگە قويۇپ ئۈستىدىن سىركە قوشۇپ، ئۈستىگە سالايە قىلىنغان كۆندۈر سېلىنىدۇ. ئانارنى چوغ ئۈستىدە بىردەم قويۇپ قىزىتىپلا ئېلىپ ئىچىدىكى سۈيىدىن قۇلاق ئىچىگە تامغۇزۇلىدۇ.

2. 10 گرام سامساقنى يەنجىپ، ئۇنىڭغا بىر دانە قوي ئۆتى ئارىلاشتۇرۇپ بادام يېغى، ياڭاق يېغى، خاسىڭ يېغى ياكى زىغىر يېغىغا قوشۇپ قۇلاققا تېمىتىش كېرەك.

3. سېرىق چېچەك، سوزاپنىڭ يېغىنى يىلمان ھالدا قۇلاققا تېمىتىش، ياۋا بېدە، غار دەرىخىنىڭ ياپرىقى، مەرزەنجۇش، بەرەنجاسىپ، سەئتەر، بابۇنىلار قاينىتىلغان سۇلىرى بىلەن گەدەننىڭ ئارقىسىغا، قۇلاقنىڭ تۆۋىلىرىگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، سوزاپ، سەئتەر، بەھمەنلەرنى سىركە، زەيتۇن يېغى بىلەن پىشۇرۇپ، ئاپتاپقا قويۇپ ئاپتۇۋا ئاغزىغا ۋەرەنكىنى دوم كۆمتۈرۈپ، چىلىك بېكىتىپ ۋەرەنكىنىڭ نەيچىسىنى قۇلاققا تۇتۇپ ھورىنى قۇلاققا ئېلىش لازىم.

4. بىر تۇخۇمنىڭ ئېقىغا تەڭ مىقداردىكى ئايال سۈتىگە 10 گرام كالىنىڭ ئۆتىنى قوشۇپ قۇلاققا تېمىتىش كېرەك.

5. قاپاق چېچىكىدىن 10 گرامنى يەنجىپ 20 گرام كۈنجۈت يېغى، 6 گرام رەۋەن، 3 گرام تاغ ئۆچكىسىنىڭ ئۆتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئاز-ئازدىن تېمىتىسىمۇ بولىدۇ.

6. كونا سېرىق مايغا يىلان يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تېمىتىسىمۇ بولىدۇ.

7. سامساقنى قاينىتىپ سۈزۈپ، سۈيىنى قۇلاققا تامغۇزسىمۇ پايدا قىلىدۇ. ئامۇت ئۇرۇقى يېغىنى تامغۇزۇش، ئاچچىق تۇرۇپ سۈيىنى ھەسەل بىلەن قاينىتىپ تامغۇزۇشنىڭ ئوبدان ئۈنۈمى بار. قاپاق چېچىكىنى كۈنجۈت يېغىدا ئېزىپ تېمىتىسىمۇ قۇلاق ئېچىلىدۇ.

8. چۈمۈلە يېغى ياكى كۆچۈلا يېغىنى تامغۇزسىمۇ بولىدۇ.

چۈمۈلە يېغىنى تەييارلاش ئۇسۇلى: 100 م ل كۈنجۈت يېغى ياكى زەيتۇن يېغىغا 10 — 15 گرام قارا چۈمۈلىنى سېلىپ 40 كۈنگىچە تومۇز ئاپتاپتا قويۇپ چۈمۈلە يېغى تەييارلىنىدۇ.

9. بابۇنە، ئىكلىلملىك، سەئتەر، بىنەپشە، چىگسەبلەرنى قاينىتىپ ئۈنگىدىن چىققان ھورغا قۇلاقنى تەرلىگىچە تۇتۇش لازىم.

10. قۇلاق ئىچىگە گۆش ياكى سۆگەل پەيدا بولغان بولسا كېسىپ ئېلىۋېتىش كېرەك. ئەگەر ئۇلار قۇلاقنىڭ ئىچكى تەرىپىدە، چوڭقۇردا بولسا ئىنچىكە ئەسۋاب بىلەن بىر ئىلاج قىلىپ كېسىش لازىم. كېسىپ ئېلىۋەتكەندىن كېيىن پىلتىكۆچ تەييارلاپ زاك ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش جاراھەت پۈتتۈرمەيدىغان نەرسىلەرگە مەزكۇر پىلتىكۆچنى تەككۈزۈپ قۇلاققا سېلىپ قويسا قالدۇق يىلتىزلىرىنى يەپ گۆش ياكى سۆگەللەرنى قايتا

ئۈنمەيدىغان قىلىدۇ. ئەگەر ھەر قانداق ئۇسۇل بىلەنمۇ كېسىش مۇمكىن بولمىسا قۇلاقنى ئاق توغرىغۇ، ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ، ئاندىن سودا بىلەن قىزىل زەرنىخنى يۇمشاق ئېزىپ سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ شۇ يەرگە قويسا ئارتۇق گۆشنى يەپ تۈگىتىدۇ. ئارتۇق گۆشلەرنى تۈگەتكەندىن كېيىن جاراھەتنى داۋالاش، جاراھەتنى يۇقتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

11. قۇلاق ئىچىدىكى كىرلەر توسالغۇ پەيدا قىلىپ ئاڭلاشقا تەسىر يەتكۈزگەن بولسا، كىرنى تازىلاش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەر كۈنى ئاخشىمى ئۇخلاشتىن ئىلگىرى قۇلاق ئىچىگە كۈنجۈت يېغى، گۈل يېغى ياكى بادام يېغىدىن بىرنى تامغۇزۇپ، ئەتىسى قۇلاقنى قايناقسۇ ھورىغا ياكى مۇنچا ھورىغا تۇتسا يۇمشىغان كىرلەرنى ئاسانلا تازىلىۋەتكىلى بولىدۇ.

زاغۇن ئۇرۇقى، ئاق توغرىغۇلارنى سوقۇپ سىركىدە خېمىر قىلىپ پىلتىكۈچ بىلەن قۇلاققا سېلىپ قويۇپ 3 كۈندىن كېيىن ئېلىۋېتىپ قۇلاقنى تازىلىسا كىرلەرنى ئاسان ئېلىۋەتكىلى بولىدۇ.

قۇلاق قىچىشىش

قۇلاق قىچىشىش (ھىككەتۆلتۆزنى، خارىشى گۆش) بەزى ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قۇلاقنىڭ ئۈزلۈكسىز قىچىشىپ بىئارام قىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

تاشقى سەۋەبلەردىن قۇلاق تازىلىقى ياخشى بولماسلىق، يەللىك نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش ۋە قۇلاق ئىچى ئىششىش، ئۇششاق مۇدۇر چىقىش قاتارلىقلار ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ يەل (بۇخار) لارغا ئايلىنىپ قۇلاققا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن قۇلاق قىچىشىش كېلىپ چىقىدۇ.

ئىچكى سەۋەبلەردىن ئاساسلىقى بەزى كېسەللەردە نورمالسىز بەلغەم قۇلاققا يامان

تەسىر قىلغانلىقتىن قۇلاق قىچىشىش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاق قىچىشىدۇ، ئەمما ئاڭلاش ئىقتىدارى نورمال بولىدۇ. قۇلاق قىچىشىش، قۇلاق ئىچى ئىششىقى، قۇلاق ئىچىگە مۇدۇر چىقىشتەك كېسەللەرنىڭ تەسىرىدىن بولسا قىچىشىش دائىم بىر خىلدا بولىدۇ. يەل (بۇخار) لاردىن بولسا يەللىك نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغاندا ۋە قۇلاق تازىلىقى ياخشى بولمىغاندا كۈچىيىدۇ.

داۋاسى

مەيلى قايسى سەۋەبتىن بولمىسۇن ئوخشاشلا ئىيارەجى پەيقەرا، ئىترىيفىلى كەشنىزلەر بېرىلىدۇ.

سىرتتىن ئاچچىق بادام يېغى ياكى شاپتۇل مېغىزى يېغى، گۈللۈك ئەمەننى سىركە بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ قۇلاققا تېمىتىش كېرەك ياكى گۈللۈك ئەمەننى سىركە بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاق يولىغا تېمىتسىمۇ بولىدۇ. شۈمشىنى ئايال كىشىنىڭ سۈتىدە قاينىتىپ تەمى چىققاندا يىلمان پېتى قۇلاققا تېمىتسا ياكى ئۇنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا سالسا كۆپ مەنپەئەت قىلىدۇ. سەبرىنى گۈل يېغى ياكى ياسمەن يېغى بىلەن، ھوزۇز (روسۇت) نى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن قاينىتىپ بىرئاز تۇرغۇزغاندىن كېيىن يىلمان پېتى تېمىتىش كېرەك.

بالىلارنىڭ قۇلىقى يەلدىن قىچىشسا سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان ئۇسۇل-چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ. ئەگەر بۇۋاق بالىلاردىكى قۇلاق قىچىشىش ئانا سۈتىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان قىزىتما سەۋەبىدىن بولغان بولسا، تۇرۇپىنى پاكىزلەپ ئېزىپ سىركىدە تۇرغۇزۇپ گۈل يېغى بىلەن تاكى سۈيى قالمىغىچە قاينىتىپ يېغى قالغاندا تېرىپىلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ قۇلاققا تېمىتسا بولىدۇ.

ئادەتتە دائىم قۇلاق تازىلىقىغا دىققەت قىلىش ھەمدە يەللىك نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك.

قۇلاق ۋەرەملىرى

قۇلاق ۋەرەملىرى (ئەۋرامۇلتۆزنى ، ئاماسىھايى گۆش) قۇلاقنىڭ ئىچكى ياكى تاشقى تەرەپلىرىدىكى بولۇپمۇ قۇلاق تۈۋىدىكى يۇمشاق بەزلەرنىڭ ۋەرەملىنىشىگە قارىتىلغان بولۇپ، بۇ ۋەرەملەر يامان تەسىر ۋە خەۋپ-خەتەرگە ئىگە. قۇلاق ئۆزى سەزگۈر ئەزا بولۇپلا قالماي، بەلكى ئۇنىڭ تۆۋەندىكى يۇمشاق بەزلەرنىڭ مېڭە ۋە سېزىم ئەزالىرى بىلەن مۇناسىۋىتى ناھايىتى زىچ بولغاچقا ئاسانلا مېڭىگە يامراپ سەرسام ۋە ئەقىلنىڭ ئېلىشىشىنى پەيدا قىلىدۇ ھەتتا بەزىدە ئۆلۈم خەۋپىمۇ كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى، تاشقى ئامىللار قۇلاقتا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئىچكى جەھەتتە كۆپىنچە بەدەندىكى 4 خىلتنىڭ بىرەرسىدە غەيرىي تەبىئي ئۆزگىرىش پەيدا بولۇپ قۇلاقتا يامان تەسىر قىلىپ ئۇفۇنەت پەيدا قىلغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

تاشقى جەھەتتە كۆپىنچە يىرىڭلاتقۇچى جەراسىملارنىڭ ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قۇلاققا كىرىپ كېتىشى، باللار قۇسقاندا قۇسۇق ماددىلىرىنىڭ قۇلاققا كىرىپ كېتىشى، قۇلاققا بىر نەرسە تېگىپ كېتىش ياكى ئۇششاق مۇدۇر چىقىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن قۇلاق ۋەرەملىرىدە كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ۋەرەم قانىدىن بولسا قۇلاق تۈۋى قىزىرىپ، چىڭقالغاندەك قادىلىپ باش بىلەن قوشۇلۇپ ئاغرىيدۇ. قۇلاق ئەتراپىنى تۇتۇپ كۆرگەندە قىزىق بىلىنىدۇ. بەزىدە قۇلاقنىڭ نورمال ئاڭلىشىغا تەسىر يېتىدۇ. تىل تېنى ۋە سۈيدۈكى قىزىل بولىدۇ. تومۇرى كۈچلۈك سوقىدۇ.

ۋەرەم بەلغەمدىن بولسا يۇقىرىدىكى ئالامەتلەرنىڭ تەتۈرىسىچە بەلگىلەر

كۆرۈلىدۇ. گەرچە ۋەرەملەنگەن قۇلاقتا ئېغىرلىق بولمىسىمۇ، قۇلاق تۈۋى ئاق، يۇمشاق كېلىدۇ. قىزىللىق ئازراق، ئاغرىقمۇ بوشراق بولىدۇ. بەزىدە تەرەققىي قىلسا قۇلاقتىن يىرىڭ ئاقىدۇ. تىل تېنى ۋە سۈيدۈك قىزارمايدۇ، تومۇرى بوش، ئاستا سالىدۇ.

سەپرادىن بولسا قۇلاق ئەتراپى كۆيۈشكەندەك ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ، ئېغىرلىق بولمايدۇ. تىل تېنى قىزىل، سۈيدۈكى سارغۇچ كېلىدۇ. تومۇرى تېز سوقىدۇ.

سەۋدادىن بولسا ئىششىق ئېغىر بولۇپ قاتتىقراق بىلىنىدۇ، ئاغرىق ئازراق بولىدۇ. قۇلاق ئەتراپى كۆكۈش، تۇتۇقراق كېلىدۇ.

داۋاسى

•

مەزكۇر كېسەللىكنىڭ ھەممە خىلتلاردىن بولغانلىرىدا زۇرۇرىيەتكە قاراپ سۈرگە ئارقىلىق بەدەننى تازىلاش، ئاندىن كېيىن ئاغرىقنى پەسەيتىپ ئىششىقنى ياندۇرغۇچى ھۆل ئىسسىق نەرسىلەرنى تېڭىش لازىم. ئىششىق ئېغىز ئالماي تارقاپ كېتىش ئېھتىمالى بولسا گىلى ئەرمەنى، ھوزۇز، ئاق سەندەل قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ تۇخۇم ئېقى بىلەن چېپىش كېرەك. ئەگەر ئېغىز ئېلىش ئېھتىمالى بولسا ئېغىز ئالدۇرغۇچى مەلھەملەرنى تېڭىش لازىم. لېكىن قاتۇرغۇچى نەرسىلەرنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم. چۈنكى ماددىنى قاتۇرغۇچى نەرسىلەر ئىشلىتىلسە ئوفۇنەتلەر رەئىس ئەزا بولغان مېڭە تەرەپكە ئۆتۈپ كېتىش خەۋپى بار.

قۇلاق تۈۋىدىكى ئىششىقلارغا تېڭىلىدىغان دورىلار: سېرىق چېچەك تۈرۈكى، بابۇنە، زىغىرلارنى ياغ ۋە ئاق موم بىلەن ئېلىشتۈرۈپ يىلمان ھالدا تېڭىش لازىم. كەرەم (كاللەك بەسەي) ياپرىقىنى سېرىق ياغدا پىشۇرۇپ تاڭسىمۇ شۇ تەسىرنى بېرىدۇ. ئىششىق قاتتىق بولۇپ ئاغرىسا، تارقاتقۇچى زىمادلارنى ئىشلىتىش، خام ياكى داكىنى قايناقسۇغا چىلاپ بەدەن كۆيمىگۈدەك ھالدا ئىششىققا قويۇش لازىم. ئەگەر ئىششىق سەۋدا مەنبەلىك بولسا، باشلىنىش ۋاقتىدا سوغۇق نەرسىلەرنى، مەسىلەن: كافۇر مەلھىمى، ئىت ئۈزۈمىنىڭ سۈيى قاتارلىقلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ. ئاق سەندەل كۆك يۇمغاقسۇت سۈيى بىلەن چېپىلىدۇ.

ئىسسىقتىن بولسا، ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ زۇرۇر تېپىلغاندا ئازراق قان ئالسا بولىدۇ ياكى قاننى پەسەيتكۈچى دورىلارنى، مەسىلەن: ھەببە بىنەپشە، مەتبۇخى شاھتەررە، ئىترىفىلى كەشنىز قاتارلىق دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

قۇلاقتىكى ئاغرىق بەك كۈچلۈك بولسا كۆكنار يېغى، گۈل يېغى، سوزاپ يېغى، ئايال

سۈتى قاتارلىقلاردىن بىرنى تامغۇزسا بولىدۇ.

سوغۇقتىن بولسا سوغۇقلۇقنى تەڭشىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. مەسىلەن: ھەببى ئىيارەج، ئىترىيفىلى كەبىر قاتارلىقلاردىن بېرىش، سىرتتىن سۈسەن يېغى، ئاچچىق بادام يېغى قاتارلىقلارنى قۇلاققا تېمىتىش، مەرزەنجۇش، رۇمبادىيان، سىبرىق چېچەكلىرىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ھورىغا قۇلاقنى تۇتۇش، تۇز، كېپەك قاتارلىق نەرسىلەرنى قىزىتىپ قۇلاققا ئىسسىق تۇتكۇزۇش لازىم.

قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىپ توختىمىسا تۆۋەندىكى چارىلەرنى قىلىش كېرەك:

1. كالا ئۆتىدىن ئىككى ھەسسە، ھەسەلدىن بىر ھەسسە ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاق ئىچىگە پىلىتىكۆچ بىلەن سۈركىسە بولىدۇ. سۈركەشتىن بۇرۇن شاكىراب سۇ (تۇز سۈيى) گە چىلانغان پىلىتىكۆچ بىلەن يىرىڭنى تازىلىۋېتىش لازىم.

2. بادام يېغى تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

3. پىيازنى چاناپ داكىغا ئېلىپ مىجىپ چىققان سۈيىگە تۇخۇم ئېقى قوشۇپ قۇلاققا تېمىتسا بولىدۇ.

4. بەش گرام مامىرانچىننى 50 م ل سۇدا قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ سۈزۈپ يىلمان ھالدا قۇلاققا تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

5. ساپ ھەسەلنى پىلىتىكۆچكە تەككۈزۈپ قۇلاق ئىچىگە سۈركەپ قويسىمۇ ئاغرىق توختايدۇ.

6. كۆدىنى مىجىپ سۈيىنى چىقىرىپ گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تامغۇزسىمۇ بولىدۇ. كېسەل ئەھۋالى ۋە مىزاجىغا قاراپ مۇۋاپىق يېمەك-ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىش كېرەك.

قۇلاق يىرىڭلىق چاقىسى

قۇلاق چاقىسى (قۇرۇھۇلئۇزنى، بوسۇرى گۇش) قۇلاق ئىچىگە ۋە قۇلاق تۇشۇكى ئەتراپىغا يىرىڭلىق چاقا چىققانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بەدەندىكى 4 خىلتنىڭ بىرەرسىدە غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىش پەيدا بولۇپ،

قۇلاققا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكتىن قۇلاق ئىچى ياكى قۇلاق تۆشۈكى ئەتراپىغا يىرىڭلىق چاقا چىقىدۇ.

بىرەر جايدىن يىقىلىش، بىرەر نەرسە تېگىش، چاقا پەيدا قىلغۇچى بەزى يېمەكلىك ياكى دورىلارنى ئىستېمال قىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن جاراھەت ۋە ئىششىقلار جەراسىملىنىپ ياكى مۇدۇر چىقىپ ئوفۇنەتلىنىپ ئاخىرى چاقىغا ئايلىنىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاق ئىچى ۋە تۆشۈكى ئەتراپىغا ئوخشاش بولمىغان چوڭ-كىچىكلىكتە چاقا چىقىدۇ. چاقا ئەتراپى ئىششىش، چىڭقىلىپ ئاغرىش-قىزىرىشتىن سىرت قايسى خىلتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا شۇنىڭغا خاس ئالامەتلەر بولىدۇ. چاقىنىڭ بەزىلىرى بارا-بارا قېتىشىپ قاقاچ باغلاپ چۈشۈپ تۈگەيدۇ، بەزىلىرى ئۇزۇن ۋاقىت داۋاملىشىپ ئاقمىغا ئايلىنىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن مىزاجىنى تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن كېسەل ماددىسىنى پىشۇرۇپ، تازىلىغاندىن كېيىن ئىششىق ۋە ئاغرىق پەسەيتكۈچى چارىلەرنى قىلىش كېرەك.

ئەگەر سېرىق سۇ كۆپرەك ئاقسا 20 گرام موزىنى كۈچلۈكرەك روھى شاراب (ئىسپىرت) قا بىر ھەپتە چىلاپ، ئاندىن موزىنى سۈزۈۋېتىپ، ئىسپىرتنى بىر ئاز ئىسسىتىپ قۇلاققا كۈنىگە ئىككى قېتىم تېمىتىش كېرەك.

قويۇق يىرىڭ چىقسا كۆكنار گۈلىگە بىر ئاز قۇندۇز قەھرى قوشۇپ، گۈل يېغىغا چىلاپ شۇ ياغنى قۇلاققا تېمىتىش لازىم. مەرھەمى مەرارە (ھايۋانات ئۆتىدە ياسالغان مەلھەم) ئىشلىتىلسىمۇ پايدا قىلىدۇ.

ئەگەر سىرتقى زەخىمدىن بولسا ۋاقتىدا چارە قىلىپ چاقىنىڭ يامانلىشىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېرەك. يېمەكلىك ياكى دورىلار تەسىرىدىن بولغان بولسا بۇ خىل نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشنى دەرھال توختىتىش بىلەن بىرگە چاقىغا ئامال قىلىش كېرەك.

قۇلاق ئاقمىسى

قۇلاق ئاقمىسى (ناسۇرۇلئۇزنى) قۇلاق ئىچىگە ھەر خىل يىرىڭلىق چاقىلار چىقىپ ساقايماي ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ يىرىڭ، سېرىق سۇ ئېقىپ تۇرغانلىقىغا قارىتىلغان. ئۇ ئادەتتە ئوتتۇرا قۇلاق ۋەرىمى (ۋەرەمۇلئۇزنى) دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى، تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدە بىرەر خىلتنىڭ غالىب كېلىشى، بەدەننىڭ ئاجىزلىشىشى تۈپەيلىدىن جەراسىملار قۇلاقتا ئۇفۇنەت پەيدا قىلىپ قۇلاق ئىچىدە ھەر خىل ئىششىق ۋە يىرىڭلىق چاقىلارنى پەيدا قىلىدۇ. بۇلار ئۇزۇنغىچە ساقايمىسا ئاخىرى ئاقمىغا ئايلىنىدۇ.

مەزكۇر كېسەل سۈت ئېمىۋاتقان بوۋاق بالىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بالىلارنى ئېمىتىش جەريانىدا سۈت ۋە بالىنىڭ قۇسۇقلىرى قۇلاققا كىرىپ كەتسە ياكى بالىلارنى يۇيۇندۇرغاندا قۇلاققا سۇ كىرىپ كەتسە مەزكۇر كېسەلنىڭ پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولۇشى مۇمكىن.

بۇرۇن ۋە تاماق ساھەسىدىكى ۋەرەملەرنى ۋاقتىدا بىر تەرەپ قىلمىسا قۇلاققا يامراپ مەزكۇر كېسەلنىڭ كېلىپ چىقىشىغا سەۋەب بولىدۇ.

ئۆتكۈر ياكى تېز پەيدا بولىدىغان قۇلاق ۋەرىمى ياكى يىرىڭلىق جاراھەتلەرنى ئۆز ۋاقتىدا داۋالىمىسا قۇلاق ئاقمىسىغا ئايلىنىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

ئۆتكۈر قۇلاق ۋەرىمى بولغاندا پۈتۈن بەدەن قىزىش، ھالسىزلىنىش، قۇلاق قاتتىق ئاغرىش بىلەن بىللە باش ئاغرىش، ئىشتىھا تۇتۇلۇش، بەزىلەردە گال ـ تاماق قىسمى يېقىمسىزلىنىش، بادامچە بەزلەر ئىششىپ ئاغرىشلارمۇ يۈز بېرىدۇ. ئاڭلاش سېزىمى تۆۋەنلەپ قۇلاق غوڭۇلداش، قۇلاققا سۇ كىرىۋالغاندەك بىلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر

كۆرۈلىدۇ. ئۆتكۈر دەۋرىدە قۇلاقتىن يىرىڭ ئاقمايدۇ، پەقەت سېرىق سۇ ئېقىشى مۇمكىن.

يۇقىرىقى ئەھۋاللارغا قارىتا تولۇق چارە قىلىپ داۋالىمىغاندا ئارىدىن 1 ـ 2 ئاي ئۆتكەندىن كېيىن سوزۇلما قۇلاق ئېقىشقا ياكى سوزۇلما ئوتتۇرا قۇلاق ۋەرەمگە ئۆزگىرىدۇ. سوزۇلما قۇلاق ئېقىش ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغان كېسەللىك بولۇپ، قۇلاقتىن سېسىق پۇرايدىغان سېرىق سۇ، يىرىڭ ئېقىپ تۇرىدۇ. بەزىدە ئوقۇنەتلىنىپ ئىششىدۇ. كېسەل كىشىنىڭ روھىي كەيپىياتىغا دەخلى يەتكۈزۈپلا قالماي، بەلكى ئاڭلاش كۈچىنى تەدرىجىي تۆۋەنلىتىدۇ، بەزىدە قۇلاق چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. قۇلاق ساھەسى مېڭىگە يېقىن بولغاچقا، قۇلاقتىكى ئوفۇنەت، جەراسىملار يۇقىرىغا ئۆرلەپ مېڭە پەردىلىرىنى ۋەرەملەندۈرۈپ، ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدىغان مېڭە قېپى ۋەرىمى (سەرسام) ياكى مېڭە ئۆز ماددىسىنىڭ ۋەرىمى، قۇلاق سىرتقى ئۆسۈكچىسىنىڭ ۋەرىمى، قۇلاق سېزىم ئەسەبلىرىنىڭ ۋەرىمى، قۇلاق ئارقا سۆڭەك پەردىسىنىڭ ئاستىغا يىرىڭ يىغىلىش، ۋەرىد (ۋېنا) تومۇرى توسۇلۇپ ۋەرەملىنىش قاتارلىق ئېغىر كېسەللەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئاققان يىرىڭنىڭ رەڭگى سارغۇچ قان ئارىلاش، يېشىل شىلىمشىمان كەلسە كېسەلنىڭ ئەمدى باشلانغانلىقىنى، سېسىق، قارامتۇل ياكى سۈزۈك ئاق كەلسە كونىرىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. شۇڭا قۇلاق ئېقىشقا سەل قارىماي يېڭى باشلانغان جىددىي دەۋرىدىلا ئەستايىدىل، تولۇق داۋالاپ ساقايتىش، ئۇنىڭ سوزۇلما خاراكتېرگە ئايلىنىپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش لازىم.

داۋاسى

مېڭە ۋە قۇلاقنىڭ تۇسالغۇلىرىنى ئېچىش، بەدەن قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇپ جەراسىملارنى تۈگىتىش ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج، ھەببى قوقىيا، مەئجۇنى چۆپچىنى، ھەببى كىبرىت قاتارلىق دورىلارنى كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ ئىچىشكە بېرىش لازىم.

قۇلاق ئىچى قىزىرىپ ئىششىپ قالغاندا ئاق لەيلى گۈلى، بىنەپشە، كاسنى يوپۇرمىقى، كۆك يۇمغاقسۈت، ئەنگۈرى شىفا (ئىت ئۈزۈمى) يوپۇرمىقىنى سوقۇپ، 8 گىرام گىلى ئەرمەنى قوشۇپ قۇلاققا چېپىش لازىم. كافۇرنى زەيتۇن ياكى كۈنجۈت يېغىدا ئېرىتىپ تامغۇزسىمۇ بولىدۇ. قۇلاققا دورا تېمىتىشتىن بۇرۇن سۇس شاكراب سۇ (تۇز سۈيى) غا چىلانغان پىلتىكۈچ بىلەن يىرىڭنى تازىلىۋېتىش لازىم. يىرىڭ تازىلاش ئۈچۈن يەنە ئەنزەرۇت ياكى مەدەستانلارنى باراۋەر مىقداردىكى ھەسەل بىلەن بىرلەشتۈرۈپ

قۇلاققا سېلىش ياكى ساپ ھەسەلنى پىلتىكۈچكە تەككۈزۈپ قۇلاق ئىچىگە سۈركەش كېرەك. مەلھەمى مىرىمۇ ياخشى تەسىر كۆرسىتىدۇ.

قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىپ توختىمىسا كالا ئۆتىدىن ئىككى ھەسسە، ھەسەلدىن بىر ھەسسە ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاق ئىچىگە پىلتىكۈچ بىلەن سۈرتۈش لازىم. قۇلاق يولىنى تۇز سۈيى بىلەن تازىلاپ، موزىنى سوقۇپ ئەگلەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قومۇش نەيچىگە موزا تالقىنىنى ئېلىپ قۇلاق ئىچىگە كۈندە ئىككى قېتىم پۈركەشمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

يۇقىرىقىدەك داۋالاش ئۈنۈم بەرمىسە ۋاقتىنى ئۆتكۈزۈۋەتمەي جەراسىمغا قارشى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

دىققەت قىلىدىغان ئىشلار

قۇلاقنى قالايمىقان كولىماسلىق، قالايمىقان دورا تېمىتماسلىق، قۇلاققا سۇ، سۈت، قۇسۇق ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ كىرىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش، قۇلاقنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلىش قاتارلىقلار سوزۇلما خاراكتېرلىك قۇلاق ئېقىش كېسەللىكى ۋە ئۇنىڭ قوشۇمچە كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

قۇلاق قاناش

قۇلاق قاناش (ئىنفىجارۇلئۆزنى) ھەر خىل ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قۇلاق تۆشۈكىدىن قان كەلگەنلىككە قارىتىلغان.

سەۋەبى

بۇ كېسەل ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك بىر قانچە خىل سەۋەبلەردىن بولىدۇ:

1. ئادەمنىڭ تەبىئىيتى كېسەللىككە قارشى كۈرەش قىلغاندا يەنى بەدەندە بۆھران يۈز بەرگەندە بۇرۇن قانىغاندەك قۇلاقمۇ قانايدۇ.

2. قان بەك زىيادە بولۇپ تومۇر تولۇپ كەتكەنلىكتىن ياكى بەدەن كۈچلۈك سىرتقى

زەربىگە ئۇچرىغانلىقتىن بولۇپمۇ باش قىسمىغا بىر نەرسە تەككەنلىكتىن قۇلاق ئىچىدىكى بىرەر تومۇر يېرىلىپ ياكى ئۇنىڭ ئاغزى ئېچىلىپ قۇلاق قاناش يۈز بېرىدۇ.

3. زەھەرلىك يىلان چاققان ياكى چايان چاققان سەۋەبتىن قۇلاق قانايدۇ. بولۇپمۇ كۆزەينەكلىك يىلاندەك زەھەرلىك يىلانلار چاققاندا ئۇنىڭ زەھىرى ئادەمنىڭ قېنىنى سۇيۇلدۇرۇپ (ئېرىتىپ) بەدەندىكى بارلىق ئۇششاق ئۇششۇكلەردىن قان چىقىپ قۇلاق قاناشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

قۇلاق سىرتقى قاتتىق زەربىلەر تۈپەيلىدىن قانىسا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن قۇلاق قاناش تۈرىگە كىرمەيدۇ. بۇ كۆپىنچە ھاللاردا ئۆلۈم خەۋپىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

1. بۇھراندىن بولغان قۇلاق قاناشتا بۇھراننى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى كېسەللىكلەرگە مۇناسىپ ھالدىكى ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

2. قاننىڭ زىيادىلىكىدىن بولغان قۇلاق قاناشتا قاننىڭ تولۇپ-تاشقانلىقىغا ئائىت بىر قاتار بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ. سىرتقى زەربىدىن بولغان قۇلاق قاناشتا روشەن ھالدا سىرتقى جەھەتتىن زەخىملىنىش تارىخى بولىدۇ.

3. زەھەرلىك يىلان ۋە چايان چاققاندىن بولغان قۇلاق قاناشتا بۇ نەرسىلەر چاققانلىق تارىخى بولۇش بىلەن بىرگە بەدەندە ھاشارات چاققان ئىز بولىدۇ. ئاغرىقتا قۇلاق قاناشتىن ئىلگىرى زەھەرلەنگەنلىكتىن كېلىپ چىققان كۆڭلى ئاينىش، بەدەن ئۇيۇشۇش، قۇسۇش ۋە ھوشسىزلىنىشتەك بىر قاتار ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

1. بۇھراندىن بولغان قۇلاق قاناشنى داۋالاشتا، ئاغرىقنىڭ تېنى ئاجىز بولمىسىلا قاننى توختاتمىسىمۇ بولىدۇ. چۈنكى قاناش بىلەن بۇھران كەلتۈرۈپ چىقارغان كېسەللىك يەڭگىللىشىدۇ. بۇ خىل قۇلاق قاناشنىڭ ھەتتا بەدەننى باشقا چوڭ ئاپەتلەردىن ساقلاش رولىمۇ بولىدۇ.

2. قاننىڭ زىيادىلىكىدىن بولغان قۇلاق قاناشنى داۋالاشتا قاننىڭ زىيادىلىكىنى پەسەيتىش، قاننى سۇۋۇتۇشقا دائىر ئۇسۇل-چارە ۋە دورىلارنى قوللىنىش كېرەك. سىرتقى زەخىمدىن بولغان قۇلاق قاناشنى داۋالاشتا دەرھال قاننى توختىتىشقا ئامال قىلىش كېرەك.

Altunoq

3. زەھەرلىك يىلان ۋە چايان چاققاندىن بولغان قۇلاق قاناشنى داۋالاشتا دەرھال زەھەر قايتۇرۇش، جىددىي قۇتقۇزۇش چارىلىرىنى قىلىش كېرەك. ئومۇمىي جەھەتتە داۋالاشتا ئالدى بىلەن سەۋەبىنى تېپىپ قاناشنى توسۇش، ئاندىن قاننى توختىتىش ئۈچۈن مىزاجنىڭ ئىسسىق-سوغۇقلۇقىنى كۆزدە تۇتۇپ قان توختاتقۇچى دورىلارنى قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. مەسىلەن: كېسەلدە قىزىتما بولۇپ مىزاجى ئىسسىق بولسا، موزىنى سىركىدە قاينىتىپ سىركىگە بىرئاز كافۇر قوشۇپ قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. پاقا يوپۇرمىقى سۈيى ۋە سېمىز ئوت سۈيىگە مامىشا، ئاقاقىيالارنى قوشۇپ تېمىتسىمۇ شۇ تەسىرنى بېرىدۇ. تەلۋە ئانارنى پۈتۈن ھالدا سىركىدە قاينىتىپ، پىشقاندا ئانارنى ئېلىپ سۈيىنى سىقىپ، شۇ سۇدىن بىر قانچە تامچە قۇلاققا تېمىتىلسا قاننى توختىتىدۇ. كېسەلنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولمىسا كۆدە سۈيىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ تېمىتىلىدۇ. مۇتىدىل قىلىشنى خالىسا كۆدە سۈيىگە بىرئاز كافۇر قوشۇلىدۇ. كافۇردىن، تۇقۇتىن كىچىكرەك ئېلىپ ئۇنىڭغا بىر گىرام زەمچە قوشۇپ قۇلاققا پىلتىكۆچ ئارقىلىق كىرگۈزۈش ياكى جىغان مونچىقىنى قاينىتىپ سۈيىنى قۇلاققا تېمىتىش ئارقىلىق قان توختىتىشقا بولىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇللار ئۈنۈم بەرمىسە دەستىكارى ئۇسۇلنى قوللىنىش لازىم.

قۇلاقنىڭ ئاۋازدىن قېچىشى

قۇلاقنىڭ ئاۋازدىن قېچىشى (ھەربۇلئۇزنى، نازاكەتى گۇش) قۇلاقنىڭ ھەر خىل كۈچلۈك ئاۋازلارنى ئاڭلاشتىن قاچىدىغان بولۇپ قېلىشىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

مېڭە ھەر خىل ئىچكى تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن ئاجىزلىشىپ، قۇلاق ھەر خىل كۈچلۈك ئاۋازلارنى ئاڭلاشتىن قاچىدىغان بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

مېڭىنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە ھەر خىل ئىترىفىل ۋە خېمىر دورىلارنى

ئىستېمال قىلىش كېرەك. بۇرۇنغا پۈرۈتۈلىدىغان، تېمىتىلىدىغان ياكى مېڭىنى كۈچەيتىدىغان باشقا ئۇسۇل چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ. مېڭە ئاجىزلىقى ۋە باش ئاغرىقى كېسەللىرىدە كۆرسىتىلگەن ئۇسۇل ـ چارىلەرنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىش

قۇلاق ئىچىگە سۇ كىرىپ كېتىش (دوخۇلى مائ فىلئۇزنى، دەرئامەدەنى ئاب دەرگۇش) سۇ ئۈزۈش، باش يۇيۇش، مۇنچىدا يۇيۇنۇش جەريانىدا ئېھتىياتسىزلىقتىن قۇلاق يولىغا سۇ كىرىپ كەتكەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

سۇ ئۈزۈش، باش يۇيۇش، مۇنچىغا چۈشۈپ يۇيۇنۇش ۋاقىتلىرىدا تۇيۇقسىز قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاققا سۇ كىرىپ كەتكەنلىكى ئۆزىگە ئېنىق مەلۇم بولىدۇ. قۇلاق ئېغىرلىشىپ ئازراق ئاغرىيدۇ. خۇددى قۇلاققا پاختا تىقىپ ئالغاندەك سېزىلىپ نورمال ئاۋازلارنى ئاڭلىيالمايدۇ ياكى بوش ئاڭلايدۇ. بەزى كىشىلەردە كىرىپ كەتكەن سۇ چىقماي تۇرۇپ قېلىپ قۇلاق ئىششىقلىرىنى پەيدا قىلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

قۇلاققا كىرىپ كەتكەن سۇنى چىقىرىۋېتىش ئۈچۈن ۋاقتىدا چارە قىلىش كېرەك.

ئالقاننى سۇ كىرىپ كەتكەن قۇلاققا قويۇپ باشنى شۇ تەرەپكە قىيسايتىپ ھەرىكەتلەندۈرۈش ياكى سەكرەش كېرەك.

قۇرۇق پاختىنى پىلتىكۈچ قىلىپ قۇلاق ئىچىگە سېلىپ، سىلىق

ھەرىكەتلەندۈرۈپ سۇنى پاختىغا شۈمۈرتۈش كېرەك.

چۈشكۈرتكۈچى دورىلارنى بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈش ئارقىلىق چىقىرىۋەتكىلىمۇ بولىدۇ.

قۇلاققا ھاشارات كىرىپ كېتىش

قۇلاق ئىچىگە ھاشارات كىرىپ كېتىش (دوخۇلى ھەۋام فىلئۇزنى، دەر ئامەدەنى ھەشر دەرگۇش) قۇلاقنىڭ تۆشۈكىگە قۇرت، پاشا، چۈمۈلە قاتارلىق نەرسىلەرنىڭ كىرىپ كېتىپ قۇلاقتا يېقىمسىزلىق ياكى ئاغرىش كەلتۈرۈپ چىقارغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قۇلاققا ئادەتتىكى ۋاقىتلاردا بولۇپمۇ يېزا-قىشلاقلاردا، ھاشاراتلار كۆپ جايلاردا، ئۇخلاپ قالغاندا ھاشاراتلار قۇلاق ئىچىگە ئۆمىلەپ ياكى ئۇچۇپ كىرىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاق ئىچىدە ھاشاراتنىڭ مىدىرلىغانلىقى ئېنىق بىلىنىدۇ. ئاغرىقلارغا قۇلاق يېقىمسىزلىنىش ھەتتا قۇلاق ئاغرىشتەك سېزىملارنى كەلتۈرۈپ بېرىدۇ. بەزىدە نورمال ئاۋازلارنى تولۇق ئاڭلاشقا تەسىر كۆرسىتىدۇ.

داۋاسى

قۇلاق ئىچىدىكى ھاشارات ئەگەر كۆزگە كۆرۈنسە ئېھتىيات بىلەن قىسقۇچتا قىسىپ ئېلىۋەتسە بولىدۇ. ئەگەر ھاشارات ئىچىدىرەك بولۇپ كۆرۈنمىسە ھەمدە ئالغىلىمۇ بولمىسا ھاشارات ئۆلتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىپ ھاشاراتنى ئۆلتۈرگەندىن كېيىن سۇيۇقلۇقلار ۋە سۇيۇقلۇق دورىلار بىلەن ھاشاراتنى ئېقىتىپ چىقىرىۋېتىش ياكى بەزى ئۇسۇل-چارىلەر قوللىنىش ئارقىلىق چىقىرىۋېتىش كېرەك. ھاشارات ئۆلتۈرۈش ئۈچۈن ئاق

توغرىغۇنى قىزىق سۇدا ئېرىتىپ 5% لىك تەييارلاپ قۇلاققا تېمىتىش ياكى ھۆل ئەپسەنتىن، شەھمى ھەنزەل، شاپتۇللارنىڭ يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى ياكى شاپتۇل يوپۇرمىقىنىڭ قايىنتىلغان سۈيىدىن قايسى بىرى بولمىسۇن، شۇنى قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. ئۆلگەن ھاشاراتنى چىقىرىش ئۈچۈن سۇيۇقلۇقلار بىلەن ئېقىتىپ چىقىرىشتىن سىرت يۇڭدىن پىلتىكۈچ تەييارلاپ ئېرىتىلگەن شاپتۇل يىلىمى ياكى ھەسەل بىلەن ھۆل قىلىپ قۇلاق ئىچىگە سېلىپ قويسا ئۆلگەن ھاشارات پىلتىكۈچكە چاپلىشىپ چىقىپ كېتىدۇ. بۇ ئۇسۇل چارىلەردىن باشقا، يەنە ھاشارات قۇلاققا كىرىپ كەتكەندىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا قوللانغان ھاشارات ئۆلتۈرۈش ۋە ئۇنى چىقىرىش ئۇسۇل - چارە، دورىلىرىنى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

قۇلاق زەخىملىنىش

قۇلاق زەخىملىنىش (زەربە ئۆلتۈزنى، زەربەئى گۇش) ھەر خىل تاشقى زەربىلەر تۈپەيلىدىن قۇلاق سۇپىرىسىنىڭ قاتلانغان، سۇنغان، زەخىملەنگەن ياكى يىرتىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قۇلاق سۇپىرىسى گەرچە ناھايىتى يۇقىرى دەرىجىدە تەۋرىنىشچانلىققا ئىگە بولسىمۇ، لېكىن قۇلاقنى قاتتىق تولغاش، تاياق ياكى شاپىلاققا ئوخشاش زەربىلەر قاتتىق تېگىش، قاتتىق سوقۇلۇش - يىقىلىش ياكى تىغ تېگىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن قۇلاق سۇپىرىسى ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە زەخىملىنىدۇ يەنى قۇلاق سۇپىرىسى يىرتىلىدۇ ۋە قۇلاق كۆمۈرچىكى سۇنىدۇ ھەتتا ئېزىلىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاق سۇپىرىسى كۆمۈرچەكتىن تۈزۈلگەن بولۇپ مۇسكۇللار ناھايىتى ئاز، قان تومۇرلار ناھايىتى كۆپ بولىدۇ. شۇڭا زەخىملەنسە ئىششىش، قىزىرىش، كۆكىرىش، ئاغرىش،

قاناشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

ئادەتتىكىدەك قاتتىق زەربىگە ئۇچرىغانلىرىدا گەرچە تېرە بۇزۇلمىسىمۇ، ئەمما تېرە ئاستىدىن قان چىقىپ قۇلاق سۇپرىسىدا قىزىرىش، ئىششىش، قاناش ئېغىر بولسا كۆكىرىش، قۇلاقتا ئازراقلا بىر نەرسە تەگسە ئاغرىشتەك ئەھۋاللارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تىغ تېگىپ زەخىملەنسە جاراھەت ئېغىزى رەتلىك، جاراھەت قىرىدىكى تېرە قورۇلغان بولىدۇ. باشقا نەرسىلەردىن زەخىملەنسە جاراھەت ئېغىزى رەتسىز بولىدۇ ھەمدە كۆمۈرچەكلەر ئۈزۈلغان، سۇنغان بولىدۇ.

قاتتىق كۈچ تۈپەيلىدىن قۇلاق سۇپرىسى يۇلۇنغان بولسا، يۇقىرىدىن تۆۋەنگە ياكى تۆۋەندىن يۇقىرىغا مەلۇم دەرىجىدە يىرتىلغان بولىدۇ. يۇقىرىدىن تۆۋەنگە يىرتىلغانلىرى كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

داۋاسى

قۇلاق زەخىملىنىپ تېرىسى بۇزۇلمىغانلىرىغا يەرلىك ئورۇننى پاكىز تازىلاش بىلەن بىرگە قاناشنى توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش چارىلىرىنى قىلىش، يۇقۇملىنىپ جاراھەتكە ئايلىنىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېرەك.

قۇلاق يىرتىلغانلىرىغا قان توختاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن بىرگە چاپلاشتۇرغۇچى مەلھەملەر بىلەن چاپلاش، غاز قانتى قويۇپ ئۇراقلاشتۇرۇش كېرەك.

قۇلاق كۆمۈرچەكلىرى سۇنغانلىرىغا سەبرى، مۇرمەككى، مۇغاس، ئاقاقىيا، راتىيانەج، خېنىلەرنى سوقۇپ خېمىر قىلىپ قۇلاقنىڭ سۇنغان تەرىپىگە تېڭىش كېرەك. شۇنداق قىلغاندا كۆمۈرچەكنى قاتۇرۇپ ئەزانى ئۆزىنىڭ ئەسلىي ھالىتىگە كەلتۈرەلەيدۇ. ئەگەر قۇلاق ئىچىدىن تاشقى تەرەپكە قاتلىنىپ سۇنغان بولسا مەزكۇر دورىلارنى تاشقى تەرەپكە تېڭىش لازىم. ئەگەر قۇلاق ئىچكى تەرەپكە سۇنغان بولسا دورىلارنى ئىچكى تەرەپكە تېڭىش لازىم.

ئەگەر قۇلاق سۇنۇش بىلەن بىر ۋاقىتتا جاراھەتلىنىپ قىسىملىرى بىر-بىرىدىن ئاجرالغان بولسا ئۇ ھالەتتە دورىلارنى ئىچكى ۋە تاشقى ھەر ئىككىلا تەرەپتىن تېڭىش لازىم.

قۇلاق سۇنۇپ سۇنغان جايىدىن قان چىقىش دەرىجىسىگە يەتكەن بولسا سۇنغان جايىنى ۋاقتىدا تېڭىپ، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن سىقىچ، قىننەپ، زىفت، ئاق موملارنى ئۆردەك يېغى قوشۇپ مەلھەم قىلىپ چېپىش لازىم. بۇ مەلھەم قۇلاقتا ئوخشاش كۆمۈرچەك خاراكتېرلىك ئەزالار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان شۇ خىلدىكى دورىلار بولۇشى

لازىم. قۇلاق سۇپۇرىسى سۇنۇپ قان توختىمىسا قان توختىتىش چارىسىنى قىلىش كېرەك.

قۇلاق كەينى يېرىلىش

قۇلاق كەينى يېرىلىش (تەرقىيدەنى بىيخى گۇش، شىقاقى ئەسلۇلئۇزنى) قۇلاقنىڭ كەينى يېرىلىپ، چاقىغا ئايلانغان كېسەلگە قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە بالىلاردا ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

كىچىك بالىلارنىڭ تېرىسى نېپىز، نازۇك بولغاچقا كۆپ قۇسۇش، تەرلەش قاتارلىق ئامىللار تۈپەيلىدىن قۇلاق كەينى يۇقۇملىنىپ (ئۇفۇنەتلىنىپ) قىزىرىش، قىچىشىش، سولۇشۇش، يېرىلىشلار كېلىپ چىقىدۇ. يېرىلغان جايدىن داۋاملىق سېرىق سۇ چىقىپ ئەتراپقا كېڭىيىپ چاقىغا ئايلىنىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاق سۇپۇرىسىنىڭ كەينىدە دەسلەپتىلا قىزىرىش، قىچىشىش، ئۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولۇپ قاشلاش، سۈركىلىش نەتىجىسىدە سېرىق سۇ چىقىپ كېڭىيىپ سېرىق چاقىغا ئايلىنىدۇ. بەزىدە چاقىلار ھەتتا قۇلاق كەينىدىن يۈز ۋە باش ساھەلىرىگىچە تارقىلىپ، قىچىشىش بارغانسېرى كۈچىيىدۇ.

داۋاسى

دەسلەپتە ئىككى تاغاقنىڭ ئوتتۇرىسى ۋە قۇلاقنىڭ تۈۋىنى يەڭگىل تىلىپ قائىدە بويىچە لوڭقا قويۇش ھەمدە ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۈچۈن شۇ جاينى ئايال سۈتى بىلەن يۇيۇش كېرەك.

قۇلاق كەينىنى تازىلاش ئۈچۈن 10 گرام مامىرانچىننى 100 گرام سۇ بىلەن يېرىمى

قالغىچە قايىنتىپ پاختىنى چىلاپ تازىلاش كېرەك.

قۇلاق كەينىدىكى بۇ جاراھەتنى قۇرۇشتۇرۇپ ساقايتىش ئۈچۈن مەدەستاننى يۇمشاق سوقۇپ سىيىپ ياكى سۇفۇفى سۇئۇننى يۇمشاق سوقۇپ سىپىش كېرەك. بەزىدە ئۆز ئانىسىنىڭ سۈتىنى سۈرۈپ قويسىمۇ ياخشى بولۇپ قالىدۇ.

قۇلاق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

قۇلاق ئىلتىھابى (ياللۇغى) غا پايدا قىلىدىغان دورىلار

ئەنگۈرى شىفا (ئىت ئۈزۈمى) نىڭ پىشقان مېۋە سۈيىگە باراۋەر مىقداردا گۈل يېغى قوشۇپ، بىرئاز ئىسسىتىپ قۇلاق ئىچىگە تېمىتىلىدۇ ۋە سىرتىدىن ياغلىنىدۇ.

زىغىر ئۇرۇقى 15 گرام، ئەنگۈرى شىفانىڭ پىشقان مېۋىسى 10 گرام، كۆك يۇمغاقسۈت 15 گرام، ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ قۇلاق تۈۋىگە زىماد قىلىنىدۇ.

تۇرۇپ يېغىنى ئىسسىتىپ قۇلاق ئىچىگە تېمىتىش كېرەك.

داۋائى چىركى گۆش

تەركىبى: تەنكار 3 گرام، لىمون سۈيى ياكى كۆك يۇمغاقسۈت سۈيى 10 گرام.

تەييارلىنىشى: تەنكارنى كۆشتە قىلىپ لىمون ياكى يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ قۇلاق ئىچى ياغلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئىچىدىكى يىرىڭلارنى تازىلايدۇ.

داۋائى تەننىين

تەركىبى: زەنجىبىل 8.1 گرام، خەشخاش ئۇرۇقى 8.9 گرام، بادام مېغىزى 13.5 گرام، نىشاستە 27 گرام، ئاق شېكەر 18.9 گرام، كالا سۈتى 500 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، سۈت، شېكەر بىلەن بىرلەشتۈرۈپ بوش ئوتتا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بىمارغا مۇسھىل بېرىپ تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 30 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. سىرتتىن رەۋغىنى پەجەل، رەۋغىنى گۈل بىلەن قۇلاق ياغلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق غوڭۇلداشنى داۋالايدۇ.

رەۋغىنى مۇسەككىن

تەركىبى: گۈل يېغى 27 گرام، بادام يېغى 13.5 گرام، كونا سىركە 8.1 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ ئۆزىگە لايىق قاچىغا قۇيۇپ، يۇمشاق ئوت بىلەن 5 — 10 مىنۇت قاينىتىپ داكىدا سۈزگەندىن كېيىن شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا بىر ئاز ئىسسىتىپ قۇلاق ئىچىگە تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئاغرىشنى پەسەيتىدۇ.

قۇلاق ئىششىقىنى ياندۇرىدىغان تىللا

تەركىبى: ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، مامىشا، گىلى ئەرمەنى، ھوزۇز، قوغۇشۇن ئۆپىسى، كاسىن ئۇرۇقى، تاباشىر، كافۇر ھەر بىرى 13.5 گرامدىن.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، ئەنگۈرى شىفا سۈيى ياكى ھۆل كاسىن سۈيىدە خېمىر قىلىپ، چىلان ئۇرۇقى چوڭلۇقىدا شىياف ياساپ ساقلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا قايناقسۇدا ئېرىتىپ قۇلاق تۈۋىگە چېپىلىدۇ.

پەتىلەئى زەھرىگاۋ (كالا ئۆتى پىلتىكوچىسى)

تەركىبى: كالىنىڭ ئۆتى بىر دانە، ھەسەل 15 گرام، ئەنزەرۇت 5 گرام.

تەييارلىنىشى: ئەنزەرۇتنى يۇمشاق سالابە قىلىپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە كالىنىڭ يېڭى ئۆتىنى تۆكۈپ، ئۇزۇن ۋاقىت قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاقنىڭ يىرىڭلىق ئاقمىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل سەۋەبتىن قۇلىقىدىن يىرىڭ ئاقىدىغان كىشىلەرگە پاكىزە پاختا بىلەن ياسالغان پىلتىكوچىنى مەزكۇر دورىغا مىلاپ قۇلاق ئىچىگە سىلىپ قويۇلىدۇ. ھەر تۆت سائەتتە بىر قېتىم ئالماشتۇرۇلىدۇ.

قەتۇرى زەھرى گۆسفەند (قوي ئۆتى تامچىسى)

تەركىبى: سامساق 50 گرام، قوي ئۆتى بىر دانە.

تەييارلىنىشى: 50 گرام سامساقنى 100 م ل سۇدا پۇشۇرۇپ، سىقىپ سۈيىنى سۈزۈپ، ئۇستىگە قوينىڭ يېڭى ئۆتىنى قۇيۇپ شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا سەل ئىسسىتىپ قۇلاق ئىچىگە تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

قەتۇرى سەمشي (قۇلاق تېمىتىلما دورىسى)

تەركىبى: ھۆل سوزاپ سۈيى، ھۆل مەزەنجۇش سۈيى ھەر بىرى 18.9 م ل دىن، بابۇنە يېغى 40.5 م ل، پەرفيۇن يېغى 13.5 م ل، رەۋغىنى پەجەل 13.5 م ل، قۇندۇز قەھرى بىر گرام.

تەييارلىنىشى: قۇندۇز قەھرىنى يۇمشاق سالايە قىلغاندىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، يۇمشاق ئوتتا 5 مىنۇت قاينىتىپ سۈزۈپ شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق گاسلىقىنى داۋالايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىقى ۋە گاسلىقلارنى داۋالاش ئۈچۈن سەل ئىسسىتىپ قۇلاق ئىچىگە كۈندە ئىككى قېتىم تېمىتىلىدۇ.

قەتۇرى رەۋغىنى گۈل

تەركىبى: گۈل يېغى 18.9 گرام، بادام يېغى 13.5 گرام، سىركە 27 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، يۇمشاق ئوتتا بەش مىنۇت

ئەتراپىدا قايىنىتىپ، سۈزۈپ، شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا بىرئار ئىسسىتىپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

ئەرىقى نانخا

تەركىبى: نانخا بىر كىلو، سۇ 5 لىتىر.

تەييارلىنىشى: دورىنى سۇغا سېلىپ يۇمشاق ئوتتا قايىنىتىپ پار سۈيى تامچىلىتىپ چۈشۈرۈلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئاغرىقى، قۇلاق ئېغىرلىق، كۆز ئاغرىقى، پالەچ، قول تىترەش، پەيىنىڭ سۇسلۇقى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

مەلھەمى مىسرى

تەركىبى: سىركە 21 گىرام، ھەسەل 24 گىرام، زەنكار 6 گىرام.

تەييارلىنىشى: ھەسەل، سىركىلەرنى قايىنىتىپ قىيام قىلىپ ئۈستىدىن سوقۇلغان زەنكارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاقنىڭ جاراھىتىنى داۋالايدۇ.

قەتۇرى كەرەم

تەركىبى: شاپتۇل غازىڭىنىڭ شىرىسى، پىننە ياپرىقىنىڭ شىرىسى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاقتىكى قۇرۇتنى چۈشۈرىدۇ.

قەتۇرى ۋەجئۇلئۇزنى ھار

تەركىبى: گۈل يېغى 18 گىرام، تاتلىق بادام يېغى 15 گىرام، سىركە 30 گىرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، ياغ قىسمى قالغىچە قايىنىتىپ تەييارلىنىدۇ.

قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

قەتۇرى ۋەجئۇلئۇزنى بارىد

تەركىبى: سوزاپ سۈيى، رەيھان سۈيى ھەر بىرى 21 گرام، بابۇنە يېغى 45 گرام، پەرپىيۇن يېغى 6 گرام، كونا ھاراق 60 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلاپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

قەتۇرى خۇبسۇلھەدىد

تەركىبى: سىركە ۋە تۆمۈر كۈيۈندىسى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: تۆمۈر كۈيۈندىسىنى سىركىگە بىر ئاي چىلاپ، تۆمۈر كۈيۈندىسى سۈزۈۋېتىلىپ قالغان قىسمى قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاقنىڭ كونا جاراھەتلىرىنى داۋالايدۇ.

قەتۇرى جالىنۇس

تەركىبى: ئانار، كىچىك بالا سۈيدۈكى مۇۋاپىق مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئانارنى تېشىپ ئىچىدىكى دانىچە ۋە گۆشلىرىنى ئېلىۋېتىپ، ئۇنى بالا سۈيدۈكى بىلەن توشقۇزۇپ، تۆشۈكنى ئېتىپ ئوتتا كۆمۈپ قىزىتىپ تەييارلاپ، قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاقنى يىرىڭ ۋە كىرلەردىن تازىلايدۇ. ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

قەتۇرى ئەسەم

تەركىبى: كۈندۈر، زەئفەر، قۇندۇز قەھرى، ئاق خەربەق ھەر بىرى 9 گرام، گۈل ئەرمىنى، توغرىغۇ ھەر بىرى 6 گرام، ھاراق 6 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلار هاراقتا ئېرىتىلىپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئاڭلاش خىزمىتىنىڭ ناچارلىشىشى، پاڭلىق ۋە قۇلاق غۇڭۇلداشلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

رەۋغىنى كۈندۈر

تەركىبى: كۈندۈر 15 گرام، سەبرى، مورمەككى، مەستىكى، قۇندۇز قەھرى، روسۇت (ھوزۇز)، كالا ئۆتى ھەر بىرى.3 گرام، ئاچچىق بادام يېغى 60 گرام، كونا مۇسەللەس 120 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۇ قىسمى تۈگەپ ياغ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

رەۋغىنى تۇرۇپ (دەۋغىنى پەجەل)

تەركىبى: تۇرۇپ سۈيى 1500 م لىتر، كۈنجۈت يېغى 500 م لىتر.

تەييارلىنىشى: سۈيى تۈگەپ ياغ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

پەتلە مەرۋى

تەركىبى: مەرۋى (كۆنۈچە) ئۇرۇقى، ئەنزەرۇت تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ پىلتىكۈچنى دورىغا مىلاپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىپ، يىرىڭنى توختىتىدۇ.

بۇرۇن كېسەللىكلىرى

بۇرۇن پارسچە بىينى، ئەرەبچە ئەنف دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ ئادەم بەدىنىدىكى تاشقى بەش سەزگۈ (ھەۋاسى خەمسە زاھىرى) ئەزانىڭ بىرى. ئۇنىڭ ئاساسلىق ۋەزىپىسى تەبىئەت دۇنياسىدىكى ھەر خىل پۇراقلارنى ئۆزىدىكى پۇراش كۈچى (قۇۋۋەئى سامىمە) ئارقىلىق ئەينى بويىچە سېزىپ، چوڭ مېڭە ئالدىنقى قىسمىدىكى ئورتاق ھېس قىلىش (ھېسسى مۇشتەرەك) ئورنىغا يەتكۈزۈپ نورمال پۇراش سېزىمىنى بارلىققا كەلتۈرۈشتىن ئىبارەت. ئۇنىڭدىن باشقا يەنە ئۇ، ئىنسانلارنى نەپەسلىنىش ئۈچۈن ۋاستە يول بىلەن تەمىنلەش، ئاۋازنى جاراڭلىق قىلىش ۋە يۈزگە زىننەت بېرىش رولىنى ئوينايدۇ. بۇرۇننىڭ پۇراش خىزمىتى نورمال بولغاندىلا ئىنسانلار ھەر خىل پۇراقلارنى توغرا ھېس قىلالايدۇ. بۇرۇننىڭ تۈزۈلۈشى نورمال ۋە كېسەللىكلەردىن خالىي بولغاندىلا ئىنسانلار مەلۇم مەنىدە ئېيتقاندا نورمال نەپەسلىنىش، ئاۋازى جاراڭلىق بولۇشتەك ئىمكانىيەتلەرگە ئىگە بولالايدۇ. شۇڭا تىبابىتىمىز بۇرۇننىڭ سىرتى ۋە ئىچكى قىسمىدا يۈز بەرگەن كېسەللىكلىرى ھەمدە ئۇلاردىكى مىزاجلىق، مىزاجسىز ئۆزگىرىشلەر ۋە سىرتقى زەخمىدىن بولغان كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبى، ئالامىتى، داۋاسى (ئىچكى ۋە تاشقى داۋاسى، دەستىكارلىق ئۇسۇللىرى)، پەرھىزى، ئوزۇقلىنىشى قاتارلىقلارنى ئۆزىگە خاس مىللىي ئۇسلۇبتا بايان قىلىدۇ.

بۇرۇن كېسەللىكلىرىنى توغرا تەشخىس قىلىش ھەمدە ئۇلارنى توغرا داۋالاپ بىر تەرەپ قىلىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن بۇرۇننىڭ تۈزۈلۈشىنى ياخشى ئىگىلەش كېرەك.

بۇرۇننىڭ تۈزۈلۈشى

بۇرۇن ئادەم بەدىنىدىكى تاشقى بەش سەزگۈنىڭ بىرى بولغان پۇراش كۈچى

(قۇۋۋەئى شامە)نىڭ خىزمىتىنى ئەمەلگە ئاشۇرغۇچى مەخسۇس ئەزادۇر. ئۇ پۇراش خىزمىتىنى بېجىرىشتىن سىرت نەپەسلىنىش ۋە ئاۋازنىڭ جاراڭلىق چىقىشىغا ياردەم بېرىشتەك روللارغا ئىگە.

بۇرۇن — سىرتقى بۇرۇن ۋە ئىچكى بۇرۇن يەنى بۇرۇن بوشلۇقىدىن تەركىب تاپقان.

سىرتقى بۇرۇن

بۇرۇننىڭ شەكلى ئۈچبۇرجەك بولۇپ، يۈزنىڭ ئوتتۇرىسىغا كالپۇكنىڭ ئۈستىگە جايلاشقان. ئۇنىڭ ئۈستۈنكى تەرىپى تارراق بولۇپ، پېشانىغا تۇتىشىدۇ. تۆۋەنكى تەرىپى كەڭرەك بولۇپ، ئۇنىڭدا ئىككى تۆشۈك بولىدۇ. بۇرۇننىڭ ئۈستۈنكى يېرىمى سۆڭەك، تۆۋەنكى يېرىمى كۆمۈرچەكتىن تۈزۈلگەن بولىدۇ. بۇرۇننىڭ ئىككى تۆشۈكى ئوتتۇرىسىدا بۇرۇننى ئوڭ ۋە سول ئىككىگە بۆلۈپ تۇرغۇچى بىر دىۋار ياكى تام بار بولۇپ، ئۇ بۆلگۈچى كۆمۈرچەك (غوزرۇفى فاسىل) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇرۇن تۆشۈكلىرىنىڭ ئىچكى تەرىپىدە تۈكلەر بولۇپ، نەپەسلەنگەندە چاڭ-توزان قاتارلىقلارنى توساپ قېلىش رولىنى ئوينايدۇ. بۇرۇننىڭ سىرتى ئىككى يان قىسمى ئۈستى تەرەپتە بىرلىشىپ بۇرۇن قىرىنى ھاسىل قىلىدۇ ھەمدە ئالدى تەرەپتە بىر دۆڭچە ھاسىل قىلىپ ئاخىرلىشىدۇ. بۇ بۇرۇن ئۇچى دەپ ئاتىلىدۇ.

بۇرۇندا 3 سۆڭەك يەنى ئىككى يان سۆڭەك ۋە بىر ئوتتۇرا پاسىل سۆڭەك بولىدۇ. بۇ سۆڭەكلەرنىڭ يۇقىرى تەرىپى تار ئەمما قېلىن، تۆۋەن تەرىپى كەڭ ئەمما نېپىز بولغاچقا سىرتقى زەخمىگە ئۇچرىغاندا تۆۋەن تەرىپى ئاسانلا سۇنىدۇ ياكى جايىدىن يۆتكىلىپ كېتىدۇ.

بەش كۆمۈرچەك يەنى، ئىككى يۇقىرىقى يان كۆمۈرچەك (غۇزرۇفى جانىبەئى ئەلا)، ئىككى تۆۋەنكى يان كۆمۈرچەك (غۇزرۇفى جانىبەئى سوفلا) بولىدۇ. بۇ ئىككى كۆمۈرچەك بۇرۇن ئىككى تۆشۈكىنىڭ ئۈستىدە بولۇپ، ئۇلار قاناتسىمان كۆمۈرچەكلەر (غۇزرۇفى جەناھىيە) دەپمۇ ئاتىلىدۇ. يەنە بىرى ئوتتۇرىدىكى ئايرىغۇچى كۆمۈرچەك (غوزروفى فاسىل) بولۇپ، بۇ بەش كۆمۈرچەك مەزمۇت ۋە قېلىن كەلگەن بىر يېپلىق پەردە (غىشائى غوزرۇفى) ئارقىلىق بۇرۇننىڭ سۆڭەكلىرى بىلەن ئۇتتۇشۇپ تۇرىدۇ. بۇرۇننىڭ ئىچكى تەرىپىنى ئەستەرلەپ تۇرىدىغان بەلغەمسىمان پەردە (غىشائى مۇخاتى) تاشقى جەھەتتە بۇرۇن تۆشۈكىنىڭ گىرۋەكلىرىگە بۇرۇن تېرىسى ئارقىلىق، ئىچكى جەھەتتە بۇرۇن غارى

(بۇرۇن بوشلۇقى) نىڭ ئەستەرىسىمان پەردىسى ئارقىلىق تۇتۇشۇپ تۇرىدۇ.

سىرتقى بۇرۇندىكى ۋەرىد تومۇر (كۆك تومۇر) لار يۈز قىسمىدىكى كۆك تومۇرلار ئارقىلىق مېڭىگە تۇتىشىدۇ. يۈزدىكى كۆك تومۇرلارنىڭ قاپقاقلىرى بولمىغاچقا قان ئېقىمى يۇقىرى-تۆۋەن ئېقىپ تۇرىدۇ. شۇڭا بۇرۇندىكى جاراھەتلەرنى قول بىلەن قالايمىقان سىقىپ ئۇفۇنەتلەندۈرۈپ قويۇلسا، ئۇفۇنەتلەر مېڭە ئىچىگە كىرىپ كېتىپ يامان ئاقىۋەتلەرنى پەيدا قىلىشى ھەتتا ئۆلۈم خەۋپىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

ئىچكى بۇرۇن

ئىچكى بۇرۇن — بۇرۇن غارى ياكى بۇرۇن بوشلۇقى (جەۋفۇلئەنفى) دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ يۈزنىڭ ئوتتۇرا سىزىقىغا، تاماقنىڭ ئۈستى قىسمىغا جايلاشقان بولۇپ، ئوتتۇرا پاسىل ئارقىلىق ئوڭ ۋە سولغا بۆلۈنۈپ تۇرغان ئىككى بوشلۇقتىن ئىبارەت. بۇرۇن تۆشۈكىنىڭ ئالدى قىسمى ئىچىدىكى تېرە بىلەن قاپلانغان جايىدا بۇرۇن تۈكلىرى، ماي ۋە تەر بەزلىرى بولۇپ ئاسانلا چاقا پەيدا بولىدۇ. بۇرۇن بوشلۇقلىرىنىڭ ئىككىسىدىلا ئىچكى جەھەتتە يۇقىرى ۋە تۆۋەندە ئىككىدىن تۆشۈك بولۇپ، يۇقىرىدىكى ئىككىسى يۈز بىلەن تۆۋەندىكى ئىككىسى يۇتقۇنچاق بىلەن تۇتىشىدۇ. 1. ياش كانالچىسى (مەجرەددەمئى) ئارقىلىق كۆز ئۆيى بوشلۇقى بىلەن تۇتىشىدۇ. 2. تاماق يۇقىرى كانالچىسى (مەجرائى ھەنەكى مۇقەددەم) ئارقىلىق ئېغىز بوشلۇقى بىلەن تۇتىشىدۇ. 3. بۇرۇن تۆشۈكلۈك سۆڭىكىنىڭ تۆشۈكى (سوقوفى مسفات) ئارقىلىق باش سۆڭىكى بوشلۇقى بىلەن تۇتىشىدۇ. 4. تاماقتىكى قوزۇقسىمان تۆشۈك ئارقىلىق قوزۇقسىمان بوشلۇق بىلەن تۇتىشىدۇ. بۇرۇن بوشلۇقلىرى 15 سۆڭەكنىڭ بىرىكىشىدىن تۈزۈلىدۇ. ئۇنىڭ ئۈچى باش سۆڭەك، 12 سى يۈز سۆڭەكتىن ئىبارەت. بۇرۇننىڭ ھەربىر بوشلۇقىدا بىردىن مېھراب ۋە بىرقانچىدىن دىۋارلار بولىدۇ.

بۇرۇن بوشلۇقى مېھرابلىرى ئۇزۇنچاق ۋە تار كېلىدۇ. تۆشۈكسىمان قىسىمنىڭ يان تەرىپى چوڭقۇر، ئوتتۇرىسى كەڭ، ئىككى بېشى تار كېلىدۇ. ھەر بىر بوشلۇقنىڭ ئىچكى دىۋارى يەنى ئىنچىكە نېپىز كەلگەن ئوتتۇرا دىۋارى بۇرۇننىڭ ئىككى بوشلۇقىنى بىر-بىرىدىن ئايرىپ تۇرغان بولۇپ، بەزى كىشىلەردە بىر تۆشۈك بولغاچقا بۇ ئىككى بوشلۇق بىر-بىرى بىلەن قوشۇلۇپ تۇرىدۇ. بۇرۇننىڭ سىرتقى دىۋارىنىڭ ئىچكى

AltunOq

سەتھىدە 3 ئۇزۇن نەيچە بولۇپ، ئۇلار 3 تال سۆڭەككىسمان قاتلاملار ئوتتۇرىسىدا بولىدۇ. ئۇلارنىڭ ئىچىدە يۇقىرى قاتلامدىكى نەيچە ھەممىدىن كىچىك بولىدۇ. ئوتتۇرا قاتلامدىكى نەيچىدە ئىككى تۆشۈك بولىدۇ. ئاستىنقى قاتلامدىكى نەيچە بۇرۇن سىرتقى دىۋارىنىڭ ئۇزۇنلۇقى بىلەن تەڭ بولىدۇ. بۇ نەيچىنىڭ ئالدى تەرىپىدە ياش نەيچىسى (مەجرەد دەمئى) نىڭ ئاستىنقى تۆشۈكى جايلاشقان بولىدۇ. بۇ تۆشۈك ئارقىلىق كۆزنىڭ ياش سۇيۇقلۇقى بۇرۇن تەرەپكە سىزىپ چۈشىدۇ.

بۇرۇن بوشلۇقىنىڭ ئىچىنى ئەستەرلەپ تۇرىدىغان شىلىمشىق پۇتلىسىمان پەردە (غىشائى مۇخاتى) ئۆز ئاستىدىكى سۆڭەك ۋە كۆمۈرچەكلەر پەردىسى بىلەن ناھايىتى ياخشى تۇتىشىپ تۇرغان بولىدۇ.

1. ئۇنىڭ يۇقىرىقى تەرىپى بۇرۇننىڭ يۇقىرىقى تۆشۈكچىلىرى ئارقىلىق تېرە بىلەن، 2. بۇرۇننىڭ تۆۋەنكى تۆشۈكلىرى ئارقىلىق يۇتقۇنچاقنىڭ پۇتلىسىمان پەردىسى بىلەن، 3. ياش نەيچىلىرى ئارقىلىق كۆزنىڭ قاپىقىدىكى ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە) بىلەن، 4. يۇتقۇنچاق ۋە باشقا تۆشۈكلەر ئارقىلىق پىشانە ۋە باشقا سۆڭەك بوشلۇقلىرى تۇتىشىپ تۇرىدۇ. شۇڭا بۇرۇندا ئىششىق يۈز بەرگەندە مۇشۇ پەردە ئارقىلىق شۇنىڭغا ئالاقىدار بولغان ئورۇنلاردا ئەكس تەسىر پەيدا قىلىدۇ. مەسىلەن: زۇكام يۈز بەرگەندە باش ئاغرىش، بۇرۇندىن سۇ، كۆزدىن ياش ئېقىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ ھەتتا بۇرۇن ئىششىقى مېڭە پەردە ئىششىقلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

بۇرۇن بوشلۇقىدا تۆۋەندىكىدەك ئەسەب (نېرۋا) لار بار: 1. پۇراش ئەسەبى (ئەسەبى شاممە) نىڭ يىپچىلىرى بۇرۇن ئوتتۇرا پاسىلىنىڭ يۇقىرىقى قىسمىدىكى سۈزگۈچى سۆڭەك (ئەزمى مىسفات) نىڭ بۇلۇتسىمان قىسمى ۋە يۇقىرى ئوتتۇرا سەتھىگە تارقالغان. 2. كۆز ئەسەبى (ئەسەبى ئەينىيە) نىڭ كۆرۈش شاخچىلىرى بۇرۇن پاسىلىنىڭ يۇقىرىقى ۋە ئالدىنقى بۆلىكى ھەم بۇرۇن بوشلۇقىنىڭ سىرتقى دىۋارىغا تارقالغان. 3. ئۈستۈن تاماق ئەسەبى (ئەسەبى پەككى ئەلا) نىڭ بىرقانچە تارماقلىرى تۆۋەنكى بوشلۇقتىكى چىگىش سۆڭەك (ئەزمى مۇتەۋى ئەسفەلى) دائىرىسىگە تارقالغان. 4. بۇرۇن پەررەك ئەسەبى (ئەسەبۇلخەيشۇمى) ۋە باشقا ئەسەب شاخچىلىرى بۇرۇن پاسىلىنىڭ يۇقىرى ۋە ئوتتۇرا قىسمىغا تارقالغان. 5. بۇرۇن ۋە تاماق ئەسەب شاخچىلىرى (ئەسەبۇلئەنفى ۋە ئەسەبۇلھەنەكى) بۇرۇن ئوتتۇرا قىسمىغا تارقالغان ۋە باشقىلار.

ئىنسانلار پۇراش كۈچىنىڭ رولى ئارقىلىقلا نەرسىلەرنىڭ پۇرىقىنى سېزەلەيدۇ. مەزكۇر قۇۋۋەت پەقەت بۇرۇننىڭ ئىچىدىكى يۇقىرىقى قىسمىدىلا بولىدۇ. بۇرۇن بوشلۇقىنىڭ ئىچكى سەتھىنى پۇتلىسىمان پەردە (غىشائى مۇخاتى) ئەستەرلەپ تۇرغان بولۇپ،

بۇنىڭدا پۇراش ئەسەبلىرىنىڭ شاخچىلىرى بۇرۇننىڭ تۆشۈكلۈك سۆڭىكى يەنى سۈزگۈچى سۆڭەكنىڭ تۆشۈكلىرىگە كىلىپ يىيىلغان بولىدۇ. ئىنسانلار ئاۋازنى ھاۋانىڭ ۋاستىسى ئارقىلىق ئاڭلىغانغا ئوخشاش پۇراشنىمۇ ھاۋانىڭ ۋاستىسى بىلەن پۇرايدۇ. چۈنكى، ھاۋاغا خۇشبۇي ياكى بەدبۇي ماددىلارنىڭ زەررىچىلىرى تارقالغان بولىدۇ. زەررىچىلەر نەپەس ئارقىلىق پۇراش كۈچىنىڭ ئەسەب شاخچىلىرىغا تۇرۇلغاندىن كىيىن ئۆز كەيپىياتىدا ئۇلارغا مەخسۇس بىر خىل تەسىر قوزغايدۇ-دە، بۇ تەسىر مىڭگە يىتىپ بىرىپ سەزگۈ ھاسىل قىلىدۇ يەنى، ئەسلىي ماددىنىڭ پۇراق سىزىمىنى پەيدا قىلىدۇ. شۇڭا ئىنسانلار بىرەر نەرسىنىڭ ھىدىنى ئوبدانراق بىلمەكچى بولسا كۆپىنچە ھاللاردا شۇ نەرسىگە بۇرۇننى يىقىنراق ئەكىلىدۇ ياكى كۈچەپرەك نەپەس ئالىدۇ. بۇ، ھاۋاغا تارقالغان ھىدنىڭ پۇراش ئەسەب شاخچىلىرىغا ئوبدانراق تۇرۇلۇشى ئۈچۈندۇر.

بۇرۇن بوشلۇقىنىڭ ھەممە قىسىملىرىدا يەنە سىزىش كۈچى (قۇۋۋەئى لامسە) دەپ ئاتىلىدىغان بىر خىل قۇۋۋەت بار بولۇپ، ئۇ سوغۇق-ئىسسىق، غىدىقلىنىش-قىچىشىش، ئاغرىش ۋە بۇرۇن تۆشۈكلىرىگە بولغان بىسىملارنى سىزىشتەك رولغا ئىگە بەزى. ھاللاردا پۇراش كۈچى (قۇۋۋەئى شاممە) ئۆز رولىنى يوقاتسىمۇ سىزىش كۈچى (قۇۋۋەئى لامسە) ئۆز رولىنى يوقاتمايدۇ.

پۇراش كۈچى بارلىق ھايۋانلاردا ئوخشاش بولمايدۇ. گۆشخور ھايۋانلارنىڭ ھايۋانى ماددىلاردىن چىققان پۇراقلارنى سىزىش كۈچى يۇقىرى، ئۆسۈملۈك ماددىلاردىن چىققان پۇراقلارنى سىزىش كۈچى تۆۋەن بولىدۇ. ئەكسىچە ئوتخور ھايۋانلارنىڭ ھايۋانى ماددىلاردىن چىققان پۇراقلارنى سىزىش كۈچى تۆۋەن، ئۆسۈملۈك ماددىلاردىن چىققان پۇراقلارنى سىزىش كۈچى يۇقىرى بولىدۇ. ئىنسانلاردا گەرچە بۇ خىل پۇراش سىزىمىدىكى خاسلىق تۆۋەن بولسىمۇ، لىكىن ھەرخىل پۇراقلارنى پەرق ئىتىش جەھەتتىكى قابىلىيتى يەنىلا خىيلى دەرىجىدە ئۈستۈن ئورۇندا تۇرىدۇ. پۇراش كۈچى (قۇۋۋەئى شاممە) دىكى بۇ خىل ئوخشاشماسلىق پۇراش نىرۋىسىنىڭ مىڭدىن ئورتاق ھىس قىلىش ئورنىنىڭ تۈزۈلۈش جەھەتتىكى ئوخشاشماسلىقى بىلەن مۇناسىۋەتلىك. چۈنكى ئىنسانلار ئالىي دەرىجىلىك ھايۋانلاردۇر. ئىنسانلارغا پۇراقلارنىڭ خۇشبۇي ياكى بەدبۇي سىزىلىشى نىسبىي ھالەتتە بولىدۇ. ئوخشىمىغان كىشىلەردە كۆرۈش كۈچى ۋە ئاڭلاش كۈچى ئوخشىمىغاندەك پۇراش كۈچىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. ئادەم بەدىنىدە ئىچكى پۇراش كۈچى (قۇۋۋەئى شاممەئى باتىنىيە) دەپ ئاتىلىدىغان يەنە بىر خىل قۇۋۋەتمۇ بار. بۇنىڭدا گەرچە سىرتقى دۇنيادا ھىچقانداق پۇراق بولمىسىمۇ، ئىنسان بىر خىل پۇراق بارلىقىنى ھىس قىلىدۇ. بۇ پۇراش ئەسەبلىرىگە بىرەر ئىچكى سەۋەبنىڭ تەسىر قىلغانلىقىنى

كۆرسىتىپ بېرىدۇ. بۇ ئەھۋال گەرچە ئەسەبىي مىزاج (نېرۋا مىزاج) كىشىلەردە كۆپ ئۇچرىسىمۇ، غەيرىي نورمال ئەھۋال ئاستىدا بەزىدە ئادەتتىكى كىشىلەردىمۇ بۇ خىل ئىچكى پۇراق سېزىمى بولىدۇ، مەسىلەن: مەلۇم بىر كىشى ھەر دائىم بىر خىل سېسىق پۇراق بارلىقىنى ھېس قىلغان، ئۆلگەندىن كېيىن بۇرۇن ۋە مېڭىسىنى يېرىپ تەكشۈرگەندە ئالدىنقى مېڭە ئىككى ئۆلۈش قىسمىنىڭ دەل ئوتتۇرىسىدا خانازىر خاراكتېرلىك ئۆسمە بارلىقى بايقالغان. دېمەك مەزكۇر ئۆسمىدىكى ئوفۇنەتلىك سېسىق ماددىلار مەزكۇر كىشىگە ئىچكى پۇراش كۈچى ئارقىلىق ھەر دائىم سېسىق سېزىم بەرگەن.

تۇغما پۇراش سېزىم ئاجىزلىقى

تۇغما پۇراش سېزىم ئاجىزلىقى (مەۋلۇدۇلخەشەمى) پۇراش سېزىمنىڭ تۇغما ئاجىزلىقى ياكى پۈتۈنلەي بولماسلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھامىلىدارلىق مەزگىلىدە ئانىدا مەلۇم يۇقۇملۇق كېسەلنىڭ بولۇشى ياكى بەزى كېرەكلىك ماددىلارنىڭ يېتىشمەسلىكى قاتارلىقلار تۈپەيلىدىن بوۋاقنىڭ پۇراش سېزىم ئەسەبلىرى تولۇق تەرەققىي قىلالماي نەرسىلەرنىڭ پۇرىقىنى پۈتۈنلەي ياكى يېرىم ھالەتتە سېزەلمەس بولۇپ تۇغۇلۇپ قالىدۇ.

ئالامىتى

بالىلارنىڭ ھەر خىل پۇراقلارنى تولۇق ياكى يېرىم سېزەلمەيدىغان ھالەتتە تۇغۇلغانلىقى كېيىن تەدرىجىي ھالدا بىلىنىدۇ.

داۋاسى

كېسەللىك ئەھۋالى يېنىك ۋە يەڭگىلرەك بولسا پۇراش سېزىمنى ئەسلىگە

كەلتۈرۈش ياكى ئاشۇرۇش ئۈچۈن ئىيارەجى فەيقەرا، مەئجۇنى مەسىھا قاتارلىق دورىلارنى بالىنىڭ يېشىغا قاراپ بىر مەزگىل بەرسە پۇراش سېزىمى تەدرىجىي ھالدا ئەسلىگە كېلىپ ياخشىلىنىپ قېلىشى مۇمكىن.

ئەگەر كېسەللىك تارىخى ئۇزۇن. كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرراق بولسا داۋالاش ئۈنۈمى بەرمەيدۇ.

ئىككىلەمچى پۇراش سېزىم ئاجىزلىقى

ئىككىلەمچى پۇراش سېزىم ئاجىزلىقى (ئەرەزۇلخەشەمى) تۇغۇلۇشتا ساق تۇغۇلۇپ كېيىن ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بۇرۇننىڭ پۇراش سېزىمى ئاجىزلاشقانلىقى ياكى پۈتۈنلەي يوقالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

سەۋەبلىرى تۆۋەندىكىدەك بىرقانچە خىل بولىدۇ.

1. بۇرۇن ئىچىگە بەزىسمان ئارتۇقچە گۆش ئۆسۈپ، يەنى ھەر خىل چوڭلۇقتىكى بۇرۇن بەۋاسىرى (بەۋاسىرۇلئەنفى) پەيدا بولۇپ، پۇراش سېزىمىنىڭ ئوخشىمىغان دەرىجىدە ئاجىزلىشىشى ياكى پۈتۈنلەي يوقلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

2. بۇرۇن ئىچىگە ئۆسمە پەيدا بولۇپ نەپەس يولىنى توسۇۋېلىپ پۇراش سېزىمىنىڭ يوقلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3. شىلىمشىق ۋە قويۇق خىلتلار بۇرۇن يۇقىرىسىدىكى غەلۋىرسىمان سۈزگۈچ سۆڭەكنىڭ تۆشۈكلىرىگە چاپلىشىپ قالسا، ھاۋانىڭ ئۆتۈشىگە دەخلى قىلىدۇ. بۇ سۆڭەك قاڭشارغا جايلاشقان بىر خىل شالاڭ سۆڭەك بولۇپ، بۇلۇتقا ئوخشاش نۇرغۇن تۆشۈكلىرى بار. مەزكۇر تۆشۈكلەر ئارقىلىق ھاۋا ۋە پۇراقلار يۇقىرىغا يېتىپ بارىدۇ. مېڭىدىن كېلىدىغان ھۆللۈكلەرمۇ يەنە شۇ ھۆكۈنەك تۆشۈكلەر ئارقىلىق سىزىپ چىقىدۇ. مەزكۇر سۆڭەك تۆشۈكلىرىنىڭ ئەگرى-بوگرى بولۇشى سىرتتىن سۈمۈرۈلگەن ھاۋا ۋە پۇراقلارنى سەزگۈ ئەزالىرىغا بىردىنلا ئېلىپ بارماستىن، بەلكى تەڭشەلگەن ھالەتتە ئېلىپ بارىدۇ. ئەگەر شىلىمشىق ۋە قويۇق خىلتلار مەزكۇر

تۈشۈكلەرنى توسۇۋالسا بۇرۇن پۇراش سېزىمىنىڭ ھەر خىل دەرىجىدە ئاجىزلىشىشى ياكى يوقىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

4. ئاتىشەك (سىفىلىس) كېسەللىكى تۈپەيلىدىن بۇرۇننىڭ كۆمۈرچەكلىرى، سۆڭەكلىرى ۋە يۇمشاق توقۇلمىلىرى بۇزۇلۇپ، قاڭشار ئولتۇرۇشۇپ كەتكەنلىكتىن بۇرۇننىڭ پۇراش سېزىمى قىسمەن ئاجىزلىشىدۇ ياكى پۈتۈنلەي يوقىلىدۇ.

5. مېڭىنىڭ ئالدى تەرىپىدىكى ئوڭ-سول ئىككى قىسمىدا ياكى پۇراق سېزىمىنى ھاسىل قىلىش مەركىزى بولغان قىسمىدا مىزاج ئۆزگىرىشى يۈز بەرگەنلىكتىن پۇراش سېزىمىنىڭ ئاجىزلىشىشى ياكى پۈتۈنلەي يوقىلىشى كېلىپ چىقىدۇ. بۇنداق خەشەم ھەقىقىي خەشەم بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

بۇنىڭدا مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى كۆپىنچە ھاللاردا ئىلگىرى ئىسسىقلىق چارىلەرنى كۆپ ۋە زىيادە قوللانغانلىقتىن بولىدۇ.

مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى كۆپىنچە ھاللاردا ئىلگىرى سوغۇقلۇق چارىلەرنى كۆپ ۋە زىيادە قوللانغانلىقتىن بولىدۇ.

مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى كۆپىنچە ھاللاردا ئىلگىرى قۇرۇتقۇچى چارىلەرنى كۆپ ۋە زىيادە قوللانغانلىقتىن ياكى سەرسام ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردىن كېلىپ چىقىدۇ.

مىزاجنىڭ ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇشى كۆپىنچە ھاللاردا ئىلگىرى ھۆللەشتۈرگۈچى چارىلارنى كۆپ ۋە زىيادە قوللانغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

1. بۇرۇن بەۋاسىرىدىن بولغان خەشەمدە بەۋاسىر ئوخشىمىغان دەرىجىدە بۇرۇن تۈشۈكىنى توسقان بولۇپ پۇراش سېزىمىنىڭ ئاجىزلىشىشىمۇ شۇڭا مۇناسىپ ھالدا ھەر خىل دەرىجىدە بولىدۇ. بىمار دائىم دىمىقىنى قاقىدۇ، دىمىقىدا سۆزلەيدۇ. ئېغىز ئارقىلىق نەپەس ئالىدۇ. بۇرۇن بەۋاسىرىنىڭ بەزىلىرى ئاقۇش رەڭدە، بەزىلىرى قىزغۇچ رەڭدە بولىدۇ. بەزىلىرىدە ئاغرىش ۋە زەرداب ئېقىش ئەھۋاللىرى بولىدۇ. بەزىلىرى ئۇزىراپ بۇرۇندىن تاكى گالغىچە سوزۇلۇپ، بۇرۇن تۈشۈكىنى پۈتۈنلەي قاپلاپ كېتىشىمۇ مۇمكىن.

2. بۇرۇن ئۆسمىسىدىن بولغان خەشەمدە بۇرۇن بەۋاسىرىغا ئوخشاشلا بىمار بۇرۇن ئىچىدە بىرنەرسە قاپلىشىپ قالغاندەك ھېس قىلىدۇ، دىمىقىدا سۆزلەيدۇ، ئېغىز ئارقىلىق

نەپەس ئالىدۇ ۋە شۇنىڭغا مۇناسىپ ھالدا پۇراش سېزىمى ئاجىزلايدۇ ياكى يوقىلىدۇ. ئۆسمىنىڭ ئۆزى يۇمشاق، ھەجمى چوڭراق بولۇپ تۇرغۇن ئىنچىكە تومۇرلىرى بولىدۇ. شۇڭا «بەسپايەچ» دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئۇلار بەزىدە يىرىڭلىق يارىغا ئايلىنىپ زەرداب ۋە ھۆللۈكلەر ئاقىدۇ. ھەتتا سەرتان (راك) غا ئايلىنىپ بۇرۇننىڭ شەكلىنى بۇزىدۇ.

بۇرۇندىكى ئۆسمىنىڭ راكقا ئايلانغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، ئۇ قاتتىقلىشىدۇ، تېز يوغىنايدۇ، شۇ جايدىكى تومۇرلار كۆكىرىپ كېتىدۇ، تارتىشىدۇ. كېسەل كىشى قاپاقنىڭ ئىچكى تەرىپىدە سوزۇلغاندەك بىر خىل سېزىم بارلىقىنى ھېس قىلىدۇ.

3. شىلىمشىق ۋە قويۇق خىلتلارنىڭ بۇرۇن غەلۋىرسىمان سۈزگۈچ سۆڭەك تۆشۈكلىرىنى توسۇۋالغانلىقتىن بولغان خەشەمدە بۇرۇننىڭ تۆشۈكلىرى كۆرۈنۈشتە گەرچە ئوچۇق بولسىمۇ توسالغۇ بۇرۇننىڭ يۇقىرىراق قىسمىدا بولغاچقا مېڭىدىن كەلگەن ئارتۇق ھۆللۈكلەر بۇرۇندىن ئاقماس بولۇپ قالىدۇ. ئاغرىق دىمىقىدا سۆزلەيدۇ. ئاغرىق دىمىقىدا سۆزلىسە كېسەلنىڭ بۇرۇن يولىدا؛ دىمىقىدا سۆزلىمىسە بۇرۇننىڭ يۇقىرى قىسمىدا يەنى مېڭىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

4. ئاتەشەك (سىفلىس) كېسىلى تۈپەيلىدىن بولغان خەشەمدە بۇرۇن شەكلىنىڭ بۇزۇلغانلىقى ۋە قاڭشارنىڭ ئولتۇرۇشۇپ كەتكەنلىكىنى قاراپلا بىلگىلى بولىدۇ. تەپسىلىي تەكشۈرگەندە بۇرۇن كۆمۈرچەكلىرى، سۆڭەكلىرى ۋە يۇمشاق توقۇلمىلىرىنىڭ بۇزۇلغانلىقىنى بايقىغىلى بولىدۇ.

5. مېڭىدىكى پۇراق سېزىمىنى ھاسىل قىلىش مەركىزىنىڭ مىزاجى ئۆزگىرىشىدىن بولغان خەشەمدە بىمارنىڭ ئاۋاز چىقىرىش ئەھۋالىدا غەيرىي ئۆزگىرىش بولمايدۇ.

مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى خىلىت (ماددا)لىق بولسا، بۇرۇندىن پىششىق ھۆللۈكلەر كېلىدۇ.

مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى خىلىت (ماددا) لىق بولسا، مېڭىنىڭ ئوزۇقلۇقلارنى جەلپ قىلىش ۋە تاشلاندۇقلارنى چىقىرىۋېتىشكە كۈچى يەتمىگەنلىكتىن مېڭىدىن كەلگەن ھۆللۈك ئاز بولىدۇ. بۇرۇندىن خام ھۆللۈكلەر (پوتلا) ئاز كېلىدۇ. ھەمدە بىمار پېشانە ساھەسىدە ئېغىرلىق بارلىقىنى ھېس قىلىدۇ.

مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن بولغان خەشەمدە سەرسام ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىلىق كېسەللەرگە گىرىپتار بولغانلىق تارىخى بولۇشتىن سىرت بەدەندە قۇرۇقلۇق ئاشقان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

مىزاجىنىڭ ھۆللۈكتىن بۇزۇلغانلىقىدىن بولغان خەشەمدە ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەن

ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

1. بۇرۇن بەۋاسىردىن بولغان خەشەمنى داۋالاشتا ئەگەر بەۋاسىرنىڭ رەڭگى ئاقۇش بولۇپ، ئاغرىمىسا داۋالاش ئوڭايراق؛ قىزغۇچ رەڭدە بولۇپ رەڭگى بۇزۇق، ئاغرىيدىغان بولسا داۋالاش تەسرەك بولىدۇ. بولۇپمۇ زەرداب ئاقىدىغان دەرىجىگە يەتكىننى داۋلاش قىيىن.

مۇناسىپ ئورۇنلارغا لوڭقا قويۇش، ئاندىن ئىچىشكە ھەبىي ئىيارەج بېرىپ ئىچىشنى تازىلاش، زەنكار، شاخارلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سىركە بىلەن مەلھەم ياساپ، پىلتىكۈچ ئارقىلىق ئارتۇق گۆش بار جايغا تىقىپ قويۇش لازىم. لېكىن ئىچكى ئەزالارنى بۇزۇق ماددىلاردىن تازىلاشتىن ئىلگىرى بۇرۇنغا ئۆتكۈر تەسىرلىك دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك كېرەك. يۇقىرىقى دورىلار ئۈنۈم بەرمىسە مىس دېتى، ئاق زاك، قىزىل زەرنىخلەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ بۇرۇن ئىچىگە تىقىپ قويسا، خۇددى تىغ بىلەن كېسىپ داۋالىغاندەك ئۈنۈم بېرىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار بىلەنمۇ ساقايمىسا دەستىكارلىق ئۇسۇلى بىلەن داۋالاش لازىم.

2. بۇرۇن ئۆسمىسىدىن بولغان خەشەمنى داۋالاشتا ئاۋۋال مۇۋاپىق كۆمۈللار، ئىيارەجلەر ئارقىلىق مېڭىنى تازىلاش، ئاندىن ئۆسمىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن ھۆزۈز، مۇرمەككى، ھۆل زۇفا، زەيتۇن يېغىنىڭ دۇغى، مەدەستانلارنى باراۋەر مىقداردا ھاجەتكە لايىق ئېلىپ، ھۆلبە ياكى زىغىر شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپلىنىدۇ. ئۆسمە يۇمشىغاندىن كېيىن نەشتەر بىلەن تىلىپ قان چىقىرىلىدۇ ياكى زۈلۈك قۇرۇتى قويۇلىدۇ. ئەمما مەزكۇر ئۆسمە سەرتانغا ئايلانغان بولسا تىغ ئىشلەتمەسلىك، شۇنىڭدەك گۆشخور، ئۆتكۈر دورىلارنىمۇ ئىشلەتمەسلىك لازىم. چۈنكى سەرتان ئۆسمىسى جاراھەتلەنسە پۈتۈپ ساقىيىشى قىيىن بولۇپلا قالماي ئەكسىچە تېخىمۇ تېز تەرەققىي قىلىدۇ. ھەتتا قاتتىق ئاغرىپ مېڭە پەردىسىگە تەسىر كۆرسىتىپ ئۆلۈم ھادىسىسىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. پەقەت سەرتان ئۆسمىسىنىڭ قاتتىقلىقىنى پەسەيتىش ئۈچۈن مۇۋاپىق مىقداردىكى زىغىر، كۈنۈچە (بىر خىل رەيھان) ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ مۇۋاپىق مىقداردا كۈنجۈت يېغى، ئاق موم ئېلىپ مومنى ئالدى بىلەن كۈنجۈت يېغىدا ئېرىتىپ، ئاندىن باشقا دورىلارنى ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ قىروتى تەييارلاپ، شۇ قىروتىنى داۋاملىق ئىشلىتىش كېرەك. يەنە مەنجۇنى نۇجاھ ۋە مەتبۇخى ئەفتىمۇن قاتارلىقلارنى ئەھۋالغا قاراپ بېرىش

لازىم.

3. بۇرۇن غەلۋىرسىمان سۆزگۈچى سۆڭەك تۆشۈكلىرىنىڭ توسۇلغانلىقىدىن بولغان خەشەمنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن خىلتنى يۇمشىتىش، مېڭىنى تازىلاش لازىم. ئاندىن سىياھدان، پۇدىنە، شەھمى ھەنزەل قاتارلىق خىلتلارنى يۇمشاتقۇچى دورىلارنى يەككە ھالدا ياكى بىرلەشتۈرۈپ بۇرۇنغا تېمىتىش، يەنە خىلتنى يۇمشاتقۇچى دورىلارنى قاينىتىپ بۇرۇنغا ئېلىش (نوتۇل قىلىش) لازىم.

ئەگەر، بۇرۇنغا تېمىتىدىغان دورىنى تېخىمۇ ئىچكىرىگە يەتكۈزۈش لازىم بولسا، زۆرۈر كەلگەندە تۆۋەندىكى ئۇسۇلدىن پايدىلىنىش مۇمكىن: كېسەل كىشى ئاغزىغا لىق سۇ ئېلىپ، بېشىنى ئارقىغا ئېلىپ ئولتۇرىدۇ. دورا تېمىتىلغاندىن كېيىن ئىلاجى بار چوڭقۇرراق نەپەس ئالىدۇ. بۇنىڭ بىلەن دورا دېگەن جايغا يېتىپ بارالايدۇ.

4. ئاتىشەك (سىفلىس)تىن بولغان خەشەمنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن بۇزۇق خىلتلارنى تازىلاش ئۈچۈن مۇنزىج دورا بېرىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن سوقا چىلان، يەر باغرى ئوت، قارا ھەلىيلە، ئاق ۋە قىزىل سەندەل، قۇرۇق خېنە، قەسبۇززەرىرە، تۈشۈدۈرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 18 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ بىر كېچە قايناقسۇغا چىلاپ تېتىقىنى چىقىرىپ تەمى تەڭشەلگۈدەك ھەسەل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاندىن كېيىن سىمابتىن ياسالغان كۈچلۈك دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

1) ھەببى سىماب: بۇنى كېسەل كىشىنىڭ ياش قۇرامىغا قاراپ بىر قېتىمدا 10 كۈمۈلاچتىن ئىچىشكە قەدەر يەتكۈزۈلىدۇ. لېكىن شۇنىڭغا دىققەت قىلىش لازىمكى، سىماب ۋە ئۇنىڭ كۈشتىلىرىدىن ياسالغان دورىلار زەھەرلىك بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇلارنى ئىشلىتىش مىقدارىغا قاتتىق دىققەت قىلىش لازىم. تەجرىبىلەرگە قارىغاندا سىمابلىق دورىلار چىشقا زىيان يەتكۈزىدۇ. شۇڭا ئۇلارنى ئىشلەتكەندە ئېغىز ئىچىنىڭ تازىلىقىغا ئادەتتىكىدىن تاشقىرى ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش كېرەك.

2) مەئجۇنى چۆپچىنى: ھەر كۈنى ئەتىگەن-ئاخشامدا 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

3) ھەببى كىبرىت: ئون ياشتىن يۇقىرىلارغا 7 تالدىن 10 تالغىچە، بالىلارغا مۇۋاپىق مىقداردا ئازايتىپ بېرىلىدۇ.

سىرتتىن چېپىش ئۈچۈن مەلھەمى چۆپچىنى، مەلھەمى شىڭگرىپ ئىشلەتسە بولىدۇ. جاراھەت يۇمشاپ ئېغىز ئالغاندىن كېيىن سۇفۇفى سىماب سېپىپ بېرىلسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى.

ئىچىش ئۈچۈن يەنە ئەرىقى چۆپچىنىنى كۈندە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 300

مىللىلىتىردىن؛ ئەرىقى شاھتەررەنى كۈندە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچسە بولىدۇ.

5. مېڭىدىكى پۇراق سېزىمىنى ھاسىل قىلىش مەركىزىنىڭ مىزاجى ئۆزگىرىشىدىن بولغان خەشەمنى داۋالاشتا مىزاج خىلىت (ماددا) سىز ئۆزگەرگەن بولسا، مىزاجنى ئوڭلاشقا ئائىت مۇناسىپ ئۇسۇل-چارە ۋە دورىلارنى قوللانسا بولىدۇ. مىزاج خىلىت (ماددا)لىق ئۆزگەرگەن بولسا، ئالدى بىلەن ماددىنى پىشۇرغۇچى، تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن مىزاجنى تەڭشىگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

پۇراش قۇۋۋىتى بۇزۇلۇش

پۇراش قۇۋۋىتى بۇزۇلۇش (فەسادۇششەممى) پۇراش سېزىمىنىڭ ئاجىزلىشىشى ياكى پۈتۈنلەي يوقالغانلىقىغا قارىتىلماي، بەلكى پۇراش قۇۋۋىتىنىڭ تەبىئىي ھالەتتىن ئۆزگىرىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان. ئۇ ئادەتتە ئۈچ خىل ھالەتتە ئۇچرايدۇ.

1. بۇرۇننىڭ پۇراش قۇۋۋىتى ھەممە پۇراقنى بىر خىللا ھېس قىلىدۇ.
2. بىر خىل پۇراقلىق نەرسىنى كېسەل كىشى ئىككى خىل ھېس قىلىدۇ.
3. بۇرۇن پەقەت سېسىق ياكى خۇشپۇراق نەرسىلەرنىلا سېزىدۇ. ئۇلارنى پەرقلەندۈرۈپ ئايرىپ سېزەلمەيدۇ.

سەۋەبى

1. بۇرۇن پۇراش قۇۋۋىتى ھەممە پۇراقنى بىر خىللا ھېس قىلىشتىكى سەۋەب:

بىرىنچى، مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا مىزاج ئۆزگىرىشى يۈز بەرگەنلىكتىن مىزاج ئىسسىق، قۇرۇق ۋە سوغۇق، ھۆللۈكتىن ئۆزگىرىپ پۇراش قۇۋۋىتى بۇزۇلۇپ ھەممە پۇراقلارنى بىر خىللا ھېس قىلىدۇ.

ئىككىنچى، مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا ناچار خىلىت ئورۇنلاشقان بولۇپ، ئۇنىڭ مىقدارى كۆپەيگەن ياكى كۈچلۈك بۇزۇق كەيپىياتقا ئۆزگەرگەنلىكتىن پۇراش قۇۋۋىتى داۋاملىق شۇ خىلىتقا خاس بىر خىل پۇراقنىلا سېزىدۇ.

بۇنداق بولۇشتىكى سەۋەب شۇكى مەزكۇر خىلىتنىڭ مېڭىدىكى پۇراش مەركىزىگە يېقىن بولغانلىقى ھەمدە بۇ مەركەزنىڭ شۇ پۇراققا كۆنۈپ قالغانلىقىدىن بولىدۇ.

2. بىر خىل پۇراقلىق نەرسىنى كېسەل كىشى ئىككى خىل ھېس قىلىشىنىڭ سەۋەبى شۇكى، مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدىكى ئورتاق سېزىم (ھىسسى مۇشتەرەك) قوبۇل قىلىش ئورنىدا خىلىت (ماددا) لىق مىزاج بۇزۇلۇشى پەيدا بولغانلىقتىن پۇراش قۇۋۋىتى بىر خىل پۇراقنى ئىككى خىل سېزىدۇ

3. بۇرۇننىڭ خۇش پۇراق نەرسىلەرنى ھېس قىلماي، بەلكى پەقەت سېسىق پۇراقلىق نەرسىلەرنىلا ھېس قىلىشىدىكى سەۋەب شۇكى، مېڭىنىڭ پۇراق سېزىش مەركىزىدە قان ياكى بەلغەم خاراكتېرلىك تەبىئىي تاتلىق ماددىلار يىغىلىپ قالغانلىقتىن پۇراش قۇۋۋىتى خۇش پۇراققا كۆنۈپ قالىدۇ-دە، پۇراش قۇۋۋىتىنىڭ ئەكسىچە پۇراقنى قوبۇل قىلىش خۇسۇسىيىتى تۈپەيلىدىن خۇشبۇي نەرسىلەرنى سەزمەي سېسىق پۇراقلارنىلا سېزىدۇ.

بۇرۇننىڭ سېسىق نەرسىلەرنى ھېس قىلماي، بەلكى خۇش پۇراق نەرسىلەرنىلا ھېس قىلىشىدىكى سەۋەب شۇكى، مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمى ۋە ئىككى تەرەپتىكى پۇراق سېزىش مەركىزى بولغان ئىككى ئۇسۇكچىدە بۇزۇلغان سېسىق خىلىت (ماددا) پەيدا بولۇش ياكى بۇرۇن ئىچىدە يىرىڭلىق، ئوفۇنەتلىك چاقا پەيدا بولۇشتىن پۇراش قۇۋۋىتى سېسىق پۇراققا كۆنۈپ قالىدۇ-دە، پۇراش قۇۋۋىتىنىڭ تۈزى كۆنگەن پۇراقنىڭ ئەكسىنى سېزىشتىن ئىبارەت خۇسۇسىيىتى تۈپەيلىدىن سېسىق نەرسىلەرنى سەزمەي خۇش پۇراق نەرسىلەرنىلا سېزىدۇ.

ئالامىتى

1. بۇرۇننىڭ پۇراش قۇۋۋىتى ھەممە پۇراقلارنى بىر خىللا ھېس قىلىشتا مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا مىزاج ئۆزگىرىشى يۈز بەرگەنلىكتىن تۆۋەندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ: بىرىنچى، مىزاج ئىسسىق ياكى قۇرۇققا ئۆزگەرسە، پۇراش قۇۋۋىتى بۇزۇلۇپ كېسەل كىشى داۋاملىق ئەمەلىيەتتە يوق ياخشى، يامان پۇراقلارنى بىر خىللا ھېس قىلىدۇ. كۆپىنچە، سېسىق پۇراقلارنى ياقتۇرۇپ خۇش بۇي نەرسىلەردىن نەپرەتلىنىدۇ.

مىزاج سوغۇق ۋە ھۆللۈككە ئۆزگەرسە، مېڭە ئاجىزلىشىپ پۇراش قۇۋۋىتى ئۆزگىرىدۇ، كېسەل كىشى پەقەت بىر خىل پۇراقنى يەنى خۇش پۇراق ياكى سېسىق

پۇراقلارنىلا ھېس قىلىدۇ. لېكىن ئەمەلىيەتتە بۇنداق پۇراقلار بولمىغان بولىدۇ.

ئىككىنچى، مېڭە ئالدىنقى قىسمىدا ئورۇنلاشقان ناچار خىلتنىڭ مىقدارى ئاز، يامان كەيپىياتقا ئۆزگىرىشى ئاجىزراق بولسا، ئادەتتە مەزكۇر خىلتنىڭ پۇرىقى سېزىلمەيدۇ. مىقدارى كۆپ، يامان كەيپىياتقا ئۆزگىرىشى كۈچلۈكرەك بولسا، سىرتقى جەھەتتىكى پۇراقلار قانداق بولۇشىدىن قەتئىي نەزەر پۇراش قۇۋۋىتى پەقەت شۇ خىلت پۇرىقىنىلا سېزىدۇ.

خىلت بۇرۇنغا قارىمۇچ، سۇنبۇل پۇرىغاندەك بىلىنسە، خىلتنىڭ ئىسسىق ئىكەنلىكىنى؛ سېسىق بىلىنسە، خىلتنىڭ بۇزۇق ھەمدە ماددىنىڭ سېسىق ئىكەنلىكىنى؛ ھۆللۈككە مايىل زەي پۇراق بىلىنسە، خىلتنىڭ سوغۇق ئىكەنلىكىنى؛ ئاچچىق پۇراق بىلىنسە، سەۋدا خىلتىدىن ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

2. بىر خىل پۇراقلىق نەرسىلەرنى ئىككى خىل ھېس قىلىشتا كېسەل كىشى دەسلەپتە بىر خىل نەرسىنى خۇش پۇراقلىق ھېس قىلسا، قايتا پۇرىغاندا سېسىق ھېس قىلىدۇ. كېسەل كىشى دىمىقى دائىم چىڭقىلىپ بۇرنى پۈتۈپ قالغاندەك ھېس قىلىدۇ.

3. خۇش پۇراق نەرسىلەرنى ھېس قىلماي، سېسىق نەرسىنىلا ھېس قىلىشتا كېسەل كىشىنىڭ بۇرنى سېسىق پۇراقلارنىلا سېزىدۇ.

سېسىق پۇراقلىق نەرسىلەرنى ھېس قىلماي، خۇش پۇراق نەرسىلەرنىلا ھېس قىلىشتا كېسەل كىشىنىڭ بۇرنى خۇش پۇراق نەرسىلەرنىڭ ھىدىنىلا سېزىدۇ.

داۋاسى

1. مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمى مىزاجىنىڭ 4 خىل كەيپىياتتىكى ئۆزگىرىشلىرىگە ئاساسەن مۇناسىپ ھالدىكى ئۇسۇل-چارە ۋە دورىلارنى ئىشلىتىش ئارقىلىق مىزاجىنى ئوڭلاشقا تىرىشىش كېرەك. ئادەتتە مىزاج تەڭشەلسىلا بۇرۇننىڭ ھەممە پۇراقنى بىر خىللا ھېس قىلىش ئەھۋالى ئۆزلۈكىدىن ياخشىلىنىپ قالىدۇ.

مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا ناچار خىلتلار ئورۇنلاشقاندىن بولغان ھەر خىل پۇراقلارنى بىر خىللا سېزىشنى داۋالاشتا، شۇ خىلتلارغا مۇناسىپ دورىلار ئارقىلىق مېڭىنى تازىلاش ھەمدە بادام يېغى، بىنەپشە يېغى، قاپاق مېغىزى يېغى قاتارلىقلارنىڭ بىرىنى داۋاملىق ھالدا بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك.

2. بىر خىل پۇراقنى ئىككى خىل ھېس قىلىشنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن مېڭىنىڭ

ئورتاق سېزىم قوبۇل قىلىش ئورنىدا ماددىلىق مىزاج ئۆزگىرىشى پەيدا قىلغان خىلتنىڭ ئورنىنى ئالىرىپ، مۇناسىپ مۇنزىج ۋە مۇسھىل دورىلار بېرىلىدۇ. ئىيارەج فەيقەرا، ھەببى قوقىيا، مەئجۇنى نۇجاھ، ماتۇلئۇسۇل قاتارلىقلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. بەزى چۈشكۈرتكۈچى دورىلار بىلەن چۈشكۈرتۈش كېرەك. ئىپار، قەلەمفۇر، سىياھدان، سامساقتا ئوخشاش ئۆتكۈر پۇراقلىق دورىلار پۇراشقا بېرىلىدۇ.

3. بۇرۇننىڭ پەقەت سېسىق ياكى خۇش پۇراق نەرسىلەرنىلا سېزىدىغان بولۇپ قالغانلىقىنى داۋالاشتىمۇ ئالدى بىلەن مېڭىنى كېسەل ماددىلىرىدىن تازىلاش كېرەك. قۇندۇز قەھرى، سەكبىنەج، مۇرمەككى، جاۋشىر، سامساق، كۈندۈش قاتارلىق ئىسسىق تەبىئەتلىك ياكى سېسىق پۇراقلىق دورىلارنى كېسەل ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ پۇرۇتۇش، بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك.

پۇراش قۇۋۋىتىنىڭ بۇزۇلۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغان ھەممە كېسەل پەيدا بولۇپ قوشۇلۇپ كەلگەن مىزاج ئۆزگىرىشلىرى ئەگەر مۇستەھكەم ئورۇنلاشمىغان مەزگىللەردە يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللانسا ئۈنۈمى خېلى ياخشى. ئەمما قوشۇلۇپ كەلگەن مىزاج مۇستەھكەم ئورۇنلىشىپ قالغان بولسا، بۇ ئۇسۇل-چارىلەر دېگۈدەك ئۈنۈم بەرمەسلىكى مۇمكىن.

بۇرۇن قۇرۇش

بۇرۇن قۇرۇش (جەفافۇلئەنفى) بۇرۇن ئىچىدە ھېچقانداق چاقا، مۇدۇر بولماي ۋە باشقا ئالاھىدە كېسەللىك بەلگىسى كۆرۈلمەي تۇرۇپلا بۇرۇن ئۆزۈنغىچە كۆپ قۇرۇپ نەم بولماسلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. بەدەندە يۇقىرى ھارارەتلىك قىزىتما يەنى قىزىل، كېزىك، تەب قاتارلىق ئۆتكۈر كېسەللىكلەر بولغاندا بۇرۇندىكى ھۆللۈك قۇرۇپ بۇرۇن قۇرۇش پەيدا بولىدۇ.

2. ئۇزۇن داۋاملىشىدىغان سىل (تەبى دىق)دا بەدەن تەدرىجىي قۇرۇش نەتىجىسىدە بۇرۇن قۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ. زۇكام ۋە ئاتىشەكتىنمۇ بۇرۇن قۇرۇيدۇ.

3. بۇرۇننىڭ دىماقتىكى تۆشۈكىگە شىلىمشىق خىلت چاپلىشىپ، تاشقى تەرەپتىن تارتىلغان ھاۋانىڭ ھارارىتى بىلەن شۇ جايدا قۇرۇپ قېتىپ قالىدۇ ياكى دىماقتا ۋەرەم سادىر بولۇپ، بۇرۇن يولى توسۇلۇپ قالىدۇ. مېڭىدىن چۈشىدىغان ھۆللۈكلەر توختاپ قېلىپ بۇرۇندا قۇرغاقلىشىش يۈز بېرىدۇ.

4. كۆپ سۇيۇقلۇق يوقىتىش، مەسىلەن: كۆپ ئىچى سۈرۈش، ھەر خىل ناسۇرلار ياكى ھەر خىل قويۇق خىلتلارنىڭ تەسىرىدىن ھاۋا يوللىرى، سۇيۇقلۇق ئالمىشىش يوللىرى توسۇلۇپ قېلىشتىن بۇرۇن قۇرۇيدۇ.

ئالامىتى

ھارارەتلىك ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىن بولغان بۇرۇن قاناشتا ئومۇمىي بەدەندە سەپرا خىلتىنىڭ غالىبلىقىغا مەنسۇپ بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ.

سىلدىن، قۇرۇقلۇقتىن بولغان بۇرۇن قۇرۇشتا ئومۇمىي بەدەن ئورۇقلاش، ئۇيقۇسىزلىق، قۇرغاقلىشىش، چۈشتىن كېيىن ئىككى مەڭزى قىزىرىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. تومۇرى ئىنچىكە، تېز سالىدۇ.

داۋاسى

ھارارەتلىك ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىن بولغان بۇرۇن قاناشنى داۋالاشتا ئەسلىي كېسەللىكنى داۋالاش كېرەك. ئەسلىي كېسەللىك ساقايسا ھارارەت قايتسا بۇرۇن قۇرۇش ئۆزلۈكىدىن ساقىيىپ كېتىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ھارارەت چۈشۈرگۈچى دورىلارنى ئىچكۈزۈش، سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلارنى بۇرۇنغا تېمىتىش، پېشانىغا مۇناسىپ زىماد ۋە تىلالارنى تېڭىش ياكى چېپىش كېرەك. شەربىتى نىلۇفەرنى داۋاملىق ئىچكۈزۈش، قىز تۇغقان ئايال سۈتىگە بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا تېمىتىش، پېشانىغا ئاق سەندەل، ئارپا ئۇنى، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ۋە كاۋا قىرمىسىنى ئىسپەغۇل شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تاڭسا بولىدۇ. ھۆللەشتۈرگۈچى سوغۇقلۇق تاماقلارنى يېگۈزۈش كېرەك.

سىل (تەبى دىق) دىن بولغان بۇرۇن قۇرۇشنى داۋالاشتا سىلنى داۋالاش، زۇكام ۋە ئاتىشەكتىن بۇرۇن قۇرىسا زۇكامنى داۋالاش، ئاتىشەككە قارشى تەدبىر قوللىنىش بىلەن بىرگە بۇرۇنغا ھۆل تەبىئەتلىك ياغلارنى تېمىتىش كېرەك.

بۇرۇن يولىغا خىلت چاپلىشىۋالغاندىن بولغان بۇرۇن قۇرۇشنى داۋالاشتا، بۇرۇنغا

مۇناسىپ ياغلارنى تېمىتىش، ھۆللەشتۈرگۈچى دورىلارنى ئىچكۈزۈش ئارقىلىق خىلىت يۇمشىتىلىپ، ئاندىن بۇرۇننى چايقايدىغان نوتۇل دورىلار ياردىمى ئارقىلىق ماددىلارنى چىقىرىپ تاشلاش كېرەك.

سۇيۇقلۇق يوقىتىش بولغان بۇرۇن قۇرۇشنى داۋالاشتا ئىچى سۈرۈشنى داۋالاش، ئاقما (ناسۇر) كېسەللىكلىرىنى داۋالاش كېرەك.

قويۇق خىلىتلارنىڭ تەسىرى تۈپەيلىدىن ھاۋا يوللىرى، سۇيۇقلۇق ئالمىشىش يوللىرى توسۇلۇپ پەيدا بولغان بۇرۇن قۇرۇشنى داۋالاشتا، مىزاجنى ھۆللەشتۈرۈش، توسالغۇلارنى ئېچىش كېرەك. ھەر خىل مېۋىلەر سۈيى، ئۈزۈم سۈيى، ئارپا، بۇغداي، گۈرۈچ، گۆش قاتارلىقلار بىلەن يارما ئاش قىلىپ بېرىش؛ پات-پات قىزىق سۇدا يۇيۇنۇش، بادام يېغى، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن بۇرۇن ۋە چېكىنى ياغلاش كېرەك.

بۇرۇن قىچىشىش

بۇرۇن قىچىشىش (ھىككەتۇلئەنفى، خارىشى بىينى) بۇرۇن ئىچى ئۆزلۈكىدىن قىچىشىپ، غىدىقلانغانلىقىغا ھەمدە شۇ تەسىرىدىن كۆزدىن ياش، بۇرۇندىن سۇ ئاققانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. ئىچكى-تاشقى ئامىللار تۈپەيلىدىن سەپرا ياكى سەۋدا ماددىسى غالىب كېلىپ ئۆتكۈر ئىسسىقلىق بۇرۇن ئىچى شىللىق پەردىلىرىگە يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكتىن بۇرۇن قىچىشىدۇ.

2. يەللەرنىڭ مېڭە ۋە چېكە تومۇرلىرىدا توختاپ قالغانلىقى، بۇرۇننىڭ يەرلىك ئورنىدا يەلنىڭ تەسىرىدىن قىچىشىش، قىزىرىش، قىسمەن چاقىلار چىقىش قاتارلىقلار يۈز بەرگەنلىكى تۈپەيلىدىن بۇرۇن قىچىشىش كېلىپ چىقىدۇ.

3. تازىلىق قائىدىلىرىگە رىئايە قىلماي، بۇرۇن تۈكلىرىنى يۇلۇش ياكى قىرقىش سەۋەبىدىن تۈكلەر يىرىكلىشىپ بۇرۇن ئىچىنى غىدىقلاپ بۇرۇن

قىچىشىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

4. بەزىدە زۇكامنىڭ نەزلە سۇيى بۇرۇن ئىچى شىللىق پەردىلىرىدە توختاپ قېلىپ ئوفۇنەت ھاسىل قىلغانلىقى تۈپەيلىدىن تەدرىجىي ھالدا بۇرۇننىڭ قىچىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزى كىشىلەردە بۇرۇن ئىچىگە ئۇششاق مۇدۇرلەر چىقىپ ساقايغاندىن كېيىنمۇ ئاسارىتى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ يەلگە ئايلانغانلىقتىن بۇرۇن قىچىشىشقا سەۋەب بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە ئاتەشەك (سىفىلىس) كېسەلى تەسىرى تۈپەيلىدىن بۇرۇن ئىچى قىزىرىپ قىچىشىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

1. سەپرا ياكى سەۋدادىن بولغان بۇرۇن قىچىشىشتا شۇ خىلىتلارغا خاس ئالامەتلەردىن سىرت ئىسسىقلىق تاماقلارنى كۆپ يېسە ياكى قۇرغاق ھاۋاغا چىقسا بۇرۇن ئىچىنىڭ غىدىقلىنىشى ۋە قىچىشىشى كۈچەيگەنلىكى بىلىنىدۇ. كۆزدىن ياش، بۇرۇندىن سۇ ئاقىدۇ. چىققان ياش ۋە سۇيۇقلۇقلار ئىسسىق ھەم ئېچىشتۇرۇپ كېلىدۇ.

2. بۇرۇنغا جاراھەتلەر چىقىدۇ. قۇرغاق ھاۋا، ئىسسىق تاماقلار تەسىر قىلسىمۇ قىچىشىدۇ. بەزىدە بۇرۇن قىزىرىدۇ. چاقا كۆپ چىقىپ بۇرۇن كۆپ قىچىشسىمۇ ياش ۋە بۇرۇندىن ئانچە كۆپ سۇيۇقلۇق ئاقمايدۇ.

3. بىماردا بۇرۇن تۈكلىرىنى يۇلىدىغان ۋە قىرقىيدىغان ئادەت بولىدۇ. ئومۇمىي بەدەن ۋە بۇرۇندا بۇرۇن قىچىشىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان باشقا ئەھۋاللار بولمايدۇ.

4. بىماردا دائىم زۇكام بولۇپ نەزلە سۇلىرىنىڭ بۇرۇنغا يامان تەسىر قىلغانلىق ۋە ئاتەشەك (سىفىلىس) كە گىرىپتار بولغانلىق تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ئېنىقلاپ ئۇنىڭغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك.

1. سەپرا ۋە سەۋدادىن بولغانلىرىدا مەزكۇر خىلىتلارنى پىشۇرۇپ، تازىلاش ۋە تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئىچكى تەرەپتىن مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ھەببى شاھتەررە، ئىترىفىلى كەشنىز قاتارلىق دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن ھەببى كىبرىت، مەئجۇنى چۆبچىنى قاتارلىق دورىلارنى ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك. ئىسسىق تاماقلار ۋە يەلنى قوزغىغۇچى نەرسىلەردىن ساقلىنىشقا دىققەت قىلىش لازىم.

Altunoq

2. يەللەرنىڭ مېڭە ۋە يەرلىك ئورۇندا توختاپ قالغانلىرىغا ۋە چاقىلاردىن بولغانلىرىغا يەللەرنى تارقاتقۇچى ۋە باسقۇچى، چاقىلارنى ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئىچكى جەھەتتىن ھەببى قوقىيا، ھەببى كىبرىت قاتارلىق دورىلارنى، سىرتتىن مەلھەمى كىبرىت، رەۋغىنى ۋەرد قاتارلىقلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ.

سىرتتىن گۈل يېغى بىلەن سىركىنى قوشۇپ بىر ئاز قايىنىتىپ، بۇرۇننى ياغلاش لازىم.

3. بۇرۇن تازىلىقىغا رىئايە قىلىش، بۇرۇن تۈكلىرىنى يۇلماسلىق، قىرقىماسلىق كېرەك. بۇ، بۇرۇن تۈكلىرىنىڭ ئۆسۈشىگە پايدىلىق. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بۇرۇن تۈكلىرىنى يۇلماسلىق ۋە قىرقىماسلىق ھەققىدە تەشۋىقاتنى ياخشى ئېلىپ بېرىش كېرەك.

4. زۇكامنى ۋاقتىدا ئاكتىپ داۋالاش لازىم.

بۇرۇن ئېچىشىش

بۇرۇن ئېچىشىش (ھىرقەتۇلئەنفى) بۇرۇننىڭ ھەر خىل ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئېچىشقانلىقى ھەتتا كۆيۈشكەندەك بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. مىزاجنىڭ تەبىئىي ھالەتتىن غەيرىي تەبىئىي ھالەتكە ئۆزگىرىپ بۇرۇنغا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى ئاساسىي سەۋەب بولىدۇ.

2. بۇرۇن مىزاجى ئىنتايىن ئۆتكۈر ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن بۇزۇلۇپ بۇرۇن ئېچىشىش، كۆيۈشۈش كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا ھارارەت مېڭىگە قاراپ ئۆرلىگەن بولىدۇ.

3. زۇكام بولغاندىمۇ سۇيۇقلۇقلار بۇرۇندىن ئېقىپ بۇرۇننى ئېچىشتۇرىدۇ، بۇنىڭدا ئۆتكۈر خىلىتلار مېڭىگە يىغىلىپ قالىدۇ-دە، سىرتقى مۇھىتنىڭ تەسىرىدە باش تېرىسىدىكى مەسام (تۆشۈك) لەر تۇسۇلۇپ قېلىپ، بۇزۇق ئارتۇق ماددىلار

تەتۈرىگە ياندۇ. شۇنىڭ بىلەن بۇرۇن يولىدا ئېچىشىش يۈز بېرىدۇ.

بۇلاردىن باشقا يەنە، بۇرۇنغا بۇرۇننى غىدىقلىغۇچى دورىلارنى تېمىتىش، بۇرۇنغا تويۇقسىز سوغۇق ھاۋا تەسىر قىلىش قاتارلىقلار سەۋەبىدىنمۇ بۇرۇن ئېچىشىدۇ. ئۆتكۈر ئىسسىق بۇخاراتنىڭ مېڭىگە يۆتكىلىپ يامان تەسىر قىلغانلىقىنىڭ ئىپادىسى. چۈنكى بۇ خىل بۇخارات بۇزۇق بۇخاراتتۇر.

ئالامىتى

1. مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىغا دائىر ئالامەتلەر كۆرۈلۈشتىن سىرت بۇرۇن دائىم ئېچىشىدۇ ھەتتا كۆيۈشكەندەك بولىدۇ. كۆزدىن ياش ئاقىدۇ.

2. يۇقىرىدىكى ئالامەتلەردىن سىرت بۇرۇندا ئىششىق ۋە ياللۇغلىنىش بولىدۇ. قىزىشقاندەك بىلىنىدۇ.

3. زۇكامنىڭ ئالامەتلىرى بولىدۇ. بۇرۇنغا بۇرۇننى غىدىقلىغۇچى دورا تېمىتقان ۋە دائىم سوغۇق ھاۋاغا ئۇچراشقانلىق تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

1. پاكىز رەختنى سەندەل چىلىغان قىزىل گۈل ئەرىقىدە ھۆل قىلىپ بۇرۇننى سۈرتۈش، بۇرۇنغا گۈل يېغىنى نىلۇپەر يېغى ياكى ئەرىقى گۈل بىلەن بىرلىكتە تېمىتىش ياكى قاپاق يېغىنى قىز تۇغقان ئايال سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتىش كېرەك، سەندەل، گۈل ئەرىقى، نىلۇپەر، كافۇرلارنى بۇرۇنغا پۇرۇتۇش كېرەك.

2. بۇرۇننىڭ مىزاجىنى تەڭشەشكە ئامال قىلىش، يەنى سوۋۇتقۇچى، ھارارەتنى پەسەيتكۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن گۈل يېغىغا نىلۇپەر يېغى ياكى ئەرىقى گۈل قوشۇپ بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ. سەندەلنى گۈل ئەرىقىگە چىلاپ تەمى چىقىرىلغان دورا سۇيۇقلۇقىدا پاكىز رەختنى ھۆل قىلىپ بۇرۇنغا قويۇش كېرەك. ئەگەر ھارارەت مېڭىگە قاراپ ئۆرلىگەن بولسا قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى سېلىنغان نىلۇپەر يېغى ياكى گۈل ئەرىقى قوشۇلغان گۈل يېغىنى بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. يەككە دورىلاردىن سەندەل، كافۇر، نىلۇپەر، قاپاق ئۆسۈملۈكىنىڭ گۈلى، خەشخاش قاتارلىقلارنىڭ قايسىسى تېپىلسا شۇنى پۇرۇتۇش كېرەك.

3. زۇكامنى ئاكتىپ داۋالاپ ساقايتىش كېرەك. زۇكام ساقايسا بۇرۇن ئېچىشىشمۇ

ئۆزلىكىدىن ياخشىلىنىپ قالىدۇ.

بۇرۇنغا بۇرۇننى غىدىقلىغۇچى دورىلارنى تېمىتىشتىن ساقلىنىش كېرەك. سوغۇق ھاۋانىڭ تەسىرىدىن بولغان بۇرۇن ئېچىشىشنى داۋالاشتا يېمەك-ئىچمەك ئارقىلىق مىزاجنى تەڭشەش كېرەك. ئەگەر بەدەن بەرداشلىق بېرەلىسە ئارتۇق ماددىلارنى تازىلاش ئۈچۈن ئىستىفراغ قىلىش كېرەك. ئەگەر بەدەن ئاجىز بولسا ياكى بەدەننى تازىلاشقا شارائىت بولمىسا ئۆرۈك سۈيىنى ئىچكۈزۈش ھەمدە ئۇنى تەدرىجىي ئاشۇرۇش كېرەك. بۇ مېڭە ۋە جىگەرنىڭ مىزاجىغىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

كۆپ چۈشكۈرۈش

كۆپ چۈشكۈرۈش (ئوتاس) ھەر خىل ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئارقا-ئارقىدىن توختىماي چۈشكۈرگەنلىكىگە ياكى ئۇنىڭ ئۇزۇن مۇددەت داۋاملاشقانلىقىغا قارىتىلغان. بەزىلەردە كۆپ چۈشكۈرۈش بىر-ئىككى ئاي، ھەتتا بەش ئالتە ئاي داۋاملىشىشىمۇ مۇمكىن.

چۈشكۈرۈش ئەسلىدە مېڭىنى ھەر خىل يېقىمسىز ماددىلارنىڭ تەسىرىدىن ساقلايدىغان بىر خىل تەبىئىي مۇداپىئە پائالىيىتىدىن ئىبارەت بولسىمۇ، لېكىن ئۇ ھەددىدىن زىيادە كۆپ بولسا ۋە ئۇزاق داۋاملاشسا، ئەكسىچە بەزىبىر زىيانلارنىمۇ كەلتۈرىدۇ. مەسىلەن: ئېغىر دەرىجىدە بۇرۇن قاناش، تەپ ۋە باشقا قىزىتمىلىق كېسەللەردە بىمارنىڭ قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرۇشلارغا سەۋەب بولىدۇ. شۇڭا ئادەتتە، زۇكام ۋە تەپنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدە كۆپ چۈشكۈرۈش ياخشى ئەمەس، دەپ قارىلىدۇ.

سەۋەبى

كۆپ چۈشكۈرۈش ئىچكى ياكى تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. مەسىلەن: ئىچكى ياكى تاشقى ئامىللار تۈپەيلىدىن مېڭىگە بىرەر مۇخالىپلىق يەتسە، مېڭە ئۇنى دەفئى قىلىش (يوقىتىش) ئۈچۈن چۈشكۈرىدۇ ياكى بۇرۇن ئىچى سوزۇلما خاراكتېرلىك ۋەرەمىدە بىمار چاڭ-توزان، غىدىقلىغۇچى

پۇراقلارغا يولۇققاندا توختىماي چۈشكۈرۈشكە مەجبۇر بولىدۇ، بەزى كىشىلەردە بۇرۇن ئىچىدىكى قىل تومۇرلاردا سۇددە (توسالغۇ) پەيدا بولۇپ ئۇفۇنەتلىنىش نەتىجىسىدە كۆپ چۈشكۈرۈش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

بۇرۇن ئىچى قىچىشىپ، داۋاملىق غىدىقلىنىپ ئارقا-ئارقىدىن چۈشكۈرىدۇ. بۇرۇنىدىن سۇ ئاقىدۇ، چۈشكۈرۈش سەل توختىغاندا بۇرۇن ئىچى قۇرۇپ، قىزىرىپ، ئېچىشىدۇ. گەرچە زۇكامغا ئوخشاش ئالامەتلەر بولسىمۇ، قىزىش، باش ئاغرىش قاتارلىقلار بولمايدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ئېنىقلاش، مېڭىگە يامان تەسىر كۆرسىتىۋاتقان ماددىنى تېپىپ سۈرۈپ چىقىرىشقا ئامال قىلىش كېرەك.

ئادەتتە ھەببى ئىيارەج، ھەببى رەۋەن، ھەببى بىنەپشە، مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە، شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى خەشخاش قاتارلىقلارنى زۆرۈرىيەتكە قاراپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

كۆپ چۈشكۈرۈشكە بۇرۇن ۋەرەمى سەۋەب بولغان بولسا، ئاز مىقداردىكى مامىرانچىننى سۇدا قاينىتىپ بۇرۇنغا ئېلىش ۋە باشقا چارىلەر بىلەن بۇرۇن ئىچىدىكى ۋەرەمنى داۋالاش لازىم.

خۇش بۇي ياغلاردىن گۈل يېغى، بىلىسان يېغى، بىنەپشە يېغى، سۆگەت يېغىدىن قايسى بىرى بولسا شۇنى بۇرۇنغا تېمىتىش، ئاز مىقداردىكى ئەپيۇننى كۈندە بىر قېتىم پۇرىتىش كېرەك. باشقا يىلمان سۇ قۇيۇش، يۇقىرىدىكى ياغلاردىن بىرىنى قۇلاققا تېمىتىش، قۇلاق يۇمشىقىنى ئۇۋۇلاش، قىزىق ئاتىلا ئىچىش، گەدەنگە يۇمشاق ياستۇق قويۇپ بويۇن ساھەلىرىنى نۆۋەت بىلەن ئۇۋۇلاپ بېرىش، كۆرپىدە يېتىپ ئۇيان-بۇيان دۇمىلاشقا بۇيرۇش چارىلىرىنىڭمۇ بەلگىلىك دەرىجىدە مەنپەئەتى بار. كېسەل كىشىنى قاتتىق ئويلىنىش، مۇھىم ئىشلارغا جىددىي مەشغۇل بولۇش، ئالما پۇراشتىن ساقلىنىشقا دەۋەت قىلىش كېرەك. چۈنكى بۇ ئامىللار چۈشكۈرۈشنى كۈچەيتىپ قويىدۇ. چاڭ-توزانلار، غىدىقلىغۇچى پۇراقلار ۋە

بەدبۇي ھىدلاردىن ساقلىنىشنىڭ كۆپ چۈشكۈرۈشنى ئازايتىشقا بەلگىلىك دەرىجىدە ياردىمى بار.

كىچىك بالا كۆپ چۈشكۈرسە قوي بۆرىكىنى ئوتتا كاۋاپ قىلىپ، تامغان سۈيىنى بالىنىڭ بۇرنىغا تېمىتىش ياكى سۈركەش كېرەك.

ئەسكەرتىش

كۆپ چۈشكۈرۈش مېڭىدە ھارارەت بار كېسەللەرگە پايدىلىق ئەمەس. كۆكرەكتە ماددا كۆپ، بۇرنى كۆپ قاتمايدىغان كېسەللەرگە زەرەر قىلىدۇ.

تۆۋەندىكى ئۈچ خىل كېسەلگە چۈشكۈرۈش پايدىلىق بولۇپ ھېسابلىنىدۇ:

1. بېشىدا ئازراق بۇخار ياكى يەل بار، يەڭگىل دەرىجىدە خىلىت بار كېسەللەرگە چۈشكۈرۈش پايدىلىق.

2. مېڭىدە ماددا بولۇپ مەزكۇر ماددا پىشقان كېسەللەرگە چۈشكۈرۈش مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن زۇكامنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىرىدىكى چۈشكۈرۈش ياخشى، دەپ قارىلىدۇ.

ئەگەر ماددا كۆپ ۋە قويۇق بولۇپ مەزكۇر ماددا پىشقان بولسىمۇ بىمار چۈشكۈرمىسە مېڭە ئاجىزلاپ كەتكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

3. تۇغۇت ئۈستىدىكى يەنى تۇغۇۋاتقان ئاياللار چۈشكۈرسە بالىنى ۋە ھەمرىيىنى ھەيدەپ چىقىرىشقا ياردىمى بولىدۇ.

بۇرۇن سېسىق پۇراش

بۇرۇن سېسىق پۇراش (بەخرۇلئەنفى) بەزى كېسەللەر تىنىغاندا بۇرۇندىن سېسىق پۇراق چىققانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئوتتۇرا ياشلىق كىشىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

پىشمىغان بەلغەم ماددىسى ياكى غەيرىي تەبىئىي خۇن بۇرۇن ئىچىدىكى قان

تومۇرلىرىدا ۋە شىلىلىق پەردىلىرىدە توختاپ قېلىپ، ئوفۇنەت ھاسىل قىلىش بىلەن تەدرىجىي ھالدا دىماقتىن سېسىق پۇراق كېلىشكە سەۋەبچى بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە بۇرۇن ئىچىگە بوۋاسىر پەيدا بولۇپ ياكى ھەر خىل چاقىلار چىقىپ ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ ئوفۇنەت ھاسىل قىلىش بىلەن دىماق سېسىق پۇرايدۇ. بەزى كىشىلەردە ئاتەشەك كېسىلىنىڭ يېلى بۇرۇن ئىچىگە تەسىر كۆرسىتىش بىلەن بىرگە ئۇزۇنغا سوزۇلسا، تەدرىجىي ھالدا سېسىق پۇراشقا سەۋەبچى بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە چاشقان يارىسى، ئۆپكە سىلى قاتارلىق كېسەللەرنىڭ بۇخارلىرى تىنىق يوللىرى ئارقىلىق سىرتقا چىقىپ سېسىق پۇراشنى كەلتۈرىدۇ.

ئالامىتى

بىمار تىنىغاندا بۇرۇنىدىن سېسىق پۇراق چىقىدۇ. ئەمما كۆپىنچە ھاللاردا ئۆزىگە بىلىنمەي ئەتراپىدىكى كىشىلەرگە ئاسانلا سېزىلىدۇ. بىمارنىڭ بۇرۇن ئىچى قۇرۇپ، دىمىقى چىڭقىلىپ تىنىقى بىر نەرسە توسالغاندەك سىقىلىپ چىقىدۇ. بەزى كىشىلەرنىڭ بۇرۇن ئىچىگە ئازراق چاقا چىقىپ، بۇرۇن سىرتىغا ئۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولۇپ قىزىرىپ قالىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ۋە ئوفۇنەت پەيدا قىلغان خىلتىنى ئېنىقلاش كېرەك. خىلتتىن بولغان بولسا ئۇنى پىشۇرۇش، تازىلاش ئارقىلىق نورماللاشتۇرۇش كېرەك. پىشۇرۇپ تازىلاش، تەڭشەش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ھەببى ئىيارەج، جەۋارىش مىشكى، سىركەنجىبىن بۇزۇرى قاتارلىق دورىلارنى بېرىش ھەمدە ئۇزۇن مۇددەت شارابى رەيھان ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم.

سىرتىدىن سۇنبۇل، قەلەمفۇر، قىزىل گۈللەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، بۇرۇنغا تارتىش ياكى ئازراق پاختىدىن پىلتىكۈچ ياساپ تۇخۇم ئېقىغا چىلاپ ئۇنى مەزكۇر دورىلارغا يۇقتۇرۇپ ئەتىگەن، ئاخشامدا بۇرۇنغا تىقىپ قويۇش كېرەك. شارابى رەيھان بىلەن بۇرۇننى چايقاش ياكى رەيھان، سۇنبۇل، سەئدى كوفى، ئۇدى ھىندى، ئاق سەندەل قاتارلىق دورىلارنى يەككە ھالەتتە ياكى ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ سۈيى بىلەن كۈندە ئۈچ قېتىم بۇرۇننى چايقاش ياكى بۇ دورىلارنىڭ قاينىتىلغان

ھورىغا بۇرۇننى قايتا-قايتا تۇتۇپ تەرلىتىش كېرەك. ئۇنىڭدىن باشقا بىلسان يېغى، زەيتۇن يېغى، گۈل يېغى قاتارلىق ياغلارغا ئاز مىقداردا كافۇر قوشۇپ ئەتىگەن ئاخشامدا بۇرۇننى ياغلاش كېرەك.

بۇرۇن كۆپۈشۈش

بۇرۇننىڭ كۆپۈشۈپ قېلىشى (ئىنتىفاخۇلئەنفى) كىچىك باللار بۇرنىنىڭ بەزىدە كۆپۈشۈپ يوغىناپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، بۇرۇندا چىڭقىلىش ۋە ئازراق ئاغرىش سېزىمى بولغاچقا بىمار بالا بىئارام بولۇپ جىدەللىخورراق بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبلەرنى ئېنىقلاشقا تىرىشىش ۋە شۇنىڭغا قارىتا چارە تەدبىر قىلىش لازىم. ئەگەر، بۇرۇندا بەزگە ئوخشاش نەرسە بولسا ئاكتىپ داۋالاش كېرەك. بولمىسا يامان ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. ئەگەر، بىمار سۈت ئېمىۋاتقان كىچىك بالا بولسا ئانىسىنىڭ يېمەك-ئىچمەككە قاتتىق پەرھىز بەلگىلەپ بېرىش كېرەك. ئەگەر، ئىستىفراغ قىلىشقا ھاجەت چۈشسە بەدەننى ئىستىفراغ قىلىش كېرەك.

قىچىنى سوقۇپ ياختىغا مىلەپ بۇرۇندا قىچىشىش سېزىمى پەيدا بولغىچە بۇرۇن تۆشۈككە تىقىپ بېرىش كېرەك. ئەگەر، بۇرۇن كۆپۈشۈش ئېغىرراق بولۇپ ئىششىق دەرىجىسىگە يەتكەن بولسا ئىششىق ياندۇرغۇچى مەلھەملەرنى سۈرتۈش كېرەك.

بۇرۇن قورۇلۇش

بۇرۇننىڭ قورۇلۇپ قېلىشى (ئىنقىبازۇلئەنفى) نەپەس ئالغاندا بۇرۇن تۆشۈك

قاناتلىرىنىڭ ئىچىگە تارتىشىپ قورۇلۇپ قالىدىغانلىقىغا قارىتىلغان. مەزكۇر كېسەللىك تولاراق كىچىك بالىلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

مەزكۇر كېسەللىك كۆپىنچە پۈتۈن بەدەن بولۇپمۇ مېڭىنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇپ بۇرۇنغا تەسىر قىلغانلىقتىن بۇرۇن قاناتلىرى بوشاپ بىمار نەپەس ئېلىش بىلەنلا بۇرۇن قاناتلىرى قورۇلۇپ قالىدۇ.

ئالامىتى

مەزكۇر كېسەللىك چوڭلارغا قارىغاندا كىچىك بالىلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. گەرچە بۇرۇندا باشقا غەيرىيلىك بولمىسىمۇ نەپەس ئالغاندا بۇرۇن قاناتلىرى نەپەس بىلەن تەڭلا تارتىلىپ قورۇلۇپ قالىدۇ. گەرچە تۇنجۇقۇپ قېلىشنى كەلتۈرۈپ چىقارمىسىمۇ دىمىقتۇرۇپ بىمارنى بىئارام قىلىدۇ. نەپەس چىقارغاندا بۇرۇن يەنە ئەسلىگە كېلىپ قالىدۇ.

داۋاسى

سۈت ئېمىۋاتقان بالا بولسا بېشىغا دائىم ئانىسىنىڭ سۈتىنى سېغىش كېرەك. يېڭى سېغىلغان سۈتنى ئۇيۇتۇپ بېشىغا چاپلاپ، ئۈستىگە ئىسبەغول يوپۇرمىقىنى يېپىپ قويۇش كېرەك. بۇرۇنغا بىنەپشە يېغى تېمىتىش، باش ساھەسىنى خەشخاش سۈيى بىلەن يۇيۇش كېرەك. ئانىسى ئىسسىقلىق پەيدا قىلغۇچى يېمەك-ئىچمەكلەردىن پەرھىز تۇتۇشى، بۇنىڭ ئۈچۈن ئارپا ئۇنىدىن قىلىنغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش لازىم.

بۇرۇن ۋەرەملىرى

بۇرۇن ۋەرەملىرى (ئىلتىھابۇلئەنفى، ئەۋرامۇلئەنفى، ۋەرەمى بىينى) بۇرۇن

ئىچىدىكى نېپىز پەردىنىڭ ۋەرەملىنىشى (ئىششىشى) گە قارىتىلغان بولۇپ، ئۆتكۈر خاراكتېرلىك بۇرۇن ۋەرىمى (ۋەرەمى بىينى ھار) ۋە سوزۇلما خاراكتېرلىك بۇرۇن ۋەرەمى (ۋەرەمى بىينى مۇزمەن) دەپ ئىككىگە ئايرىلىدۇ. كېيىنكىسى دائىم تەكرارلىنىپ، ئۇزۇنغا سوزۇلىدۇ.

سەۋەبى

سەۋەبى بىر قەدەر كۆپ بولۇپ، ئومۇمەن ھەر خىل ئىچكى - تاشقى ئامىللارنىڭ بۇرۇنغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئىچكى جەھەتتە، خىلتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى، ئەجدادلاردىن مىراس قېلىشى، يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر بولۇپمۇ زۇكام، قىزىل قاتارلىق كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىش، ھارارەت ۋە ھۆللۈكلەرنىڭ ئۈشتۈمتۈت ئۆزگىرىشى، دائىم قەۋزىيەت بولىدىغان يۈرەك ۋە بۆرەك كېسەللى بار كىشىلەرنىڭ بۇرۇن ئىچى دائىم قىزىرىپ قانغا تولۇشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن بۇرۇن ياللۇغى كېلىپ چىقىدۇ.

تاشقى جەھەتتە، تۇرمۇش شارائىتى ۋە كەسپىي خىزمەتلەر تۈپەيلىدىن بۇرۇنغا دائىم ئىس - تۈتەك، چاڭ - توزان، ئاشلىق (كۆپىنچە بۇغداي) چاڭلىرى، ئوت - چۆپ، يۇڭ - تېرە، گۈل - چېچەك چاڭلىرى ۋە خامان سورۇش ياكى تۈگمەندە ئۇن قاچىلاش جەريانىدا پەيدا بولغان چاڭلار كىرگەنلىكتىن مىزاج خىلتسىز ئۆزگىرىپ ھەمدە بۇرۇن شىللىق پەردىلىرى يامان تەسىرگە ئۇچراپ ئىلتىھابلىنىپ بۇرۇن ياللۇغى كېلىپ چىقىدۇ. ياكى بۇرۇن ۋەرەملەنگەندىن كېيىن ئۆز ۋاقتىدا توغرا ۋە ئىنچىكە داۋالانماي سوزۇلما ھالەتكە ئۆتۈپ قالغاندا سوغۇق ھاۋا ياكى يۇقىرىقى ئامىللارغا قايتا يولۇقسا بۇرۇن ئىچى قىچىشىپ، بۇرۇندىن سۇ، كۆزدىن ياش ئېقىپ چۈشكۈرۈپ بۇرۇن ۋەرەمى قايتا قوزغىلىدۇ.

ئالامىتى

بۇرۇن ۋەرەملىرىنىڭ قايسى خاراكتېرلىكىدە بولمىسۇن بۇرۇن پۈتۈش ياكى بۇرۇندىن سۇيۇقلۇق كېلىش ئاساسىي ئالامەت بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

ئۆتكۈر خاراكتېرلىك بۇرۇن ۋەرەمىدە بۇرۇندىن توختىماي سۇيۇقلۇق كېلىش ئاساسىي ئالامەت بولۇشتىن سىرت بۇرۇن پۈتۈش، باش ئاغرىش، بەدەن قىزىش، پۇراش سېزىمى تۆۋەنلەش قاتارلىق ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

سوزۇلما خاراكتېرلىك بۇرۇن ۋەرەمدە ئۇزۇن مۇددەت بۇرۇن پۈتۈش ئاساسىي ئالامەت بولۇشتىن سىرت بۇرۇندىن سۇيۇقلۇق كېلىش، پۇراش سېزىمى تۆۋەنلەش قاتارلىق ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

بۇرۇن ۋەرەملىرىنىڭ يۇقىرىقى ئىككى خىلىدىلا خىلىت ئۆزگەرگەنلىك ياكى مىزاجىنىڭ خىلىتسىز (ماددىسىز) ئۆزگەرگەنلىككە ئائىت بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

سوغۇق ئۆتۈش، رەسمىي زۇكام، باشقا يۇقۇملۇق كېسەللىكلەردىن سادىر بولغانلىرىدا بۇرۇن ئىچى قىزىرىدۇ، قىچىشىدۇ، ئاغرىيدۇ. ھەتتا پۈتۈن بەدەن قىزىرىدۇ. دىماغ پۈتۈپ تۇرىدۇ، ئۇخلىغاندا ئېغىرلىشىدۇ. قايسى تەرەپنى بېسىپ ياتسا شۇ تەرەپ بۇرۇن تۆشۈكى پۈتۈپ قالىدۇ. باش چىڭقىلىدۇ، چۈشكۈرىدۇ. بۇرۇن ئىچى تەكشۈرۈلسە بۇرۇن شىللىق پەردىلىرى قىزارغان بولىدۇ. بۇرۇن ۋەرەملىرى ئۇزاق داۋاملاشسا بۇرۇننىڭ پۇراش ئىقتىدارىغا دەخلى يېتىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ئېنىقلاش، ئەگەر خىلىتلارنىڭ غەيرى تەبىئىي ئۆزگىرىشلىرى ياكى مىزاج ئۆزگىرىشى سەۋەبچى بولغان بولسا، ئۇلارنى تۈزىتىش، تەڭشەش تەدبىرلىرىنى قىلىش لازىم. تۇرمۇشقا، كەسىپكە باغلىنىشلىق سەۋەبلەردىن بولسا، بىمارغا مۇمكىن قەدەر كەسىپنى ئالماشتۇرۇشنى تەۋسىيە قىلىش، تۇرمۇشتىكى تەسىر قىلغۇچى ئامىللاردىن ساقلىنىش ياكى يىراقلىشىش لازىملىقىنى تاپىلاش كېرەك.

مۇھىم چارىلەرنىڭ بىرى بەدەننى چېنىقتۇرۇپ تەبىئەتنى (بەدەننىڭ قارشىلىق كۈچىنى) كۈچەيتىشكە ئېتىبار بېرىشتىن ئىبارەت. شۇڭا بىمارلارغا مۇۋاپىق تەنھەرىكەت قىلىش ۋە جىسمانىي ئەمگەك قىلىپ بەدەننى چېنىقتۇرۇش ھەققىدە تەۋسىيە قىلىش لازىم.

مەئجۇنى ئازاراقى، ھەببى ئازاراقى قاتارلىق دورىلار بەدەندىكى سەسكىنىش (ھەسساسلىق) نى تۆۋەنلىتىشكە ياردەم بېرىدۇ. ئىيارەجى فەيقەرا، ھەببى قوقىيا، ھەببى شىفا، مەتبۇخى ھەلىلە، ئەرىقى ئەنگۈرى شىفا (ئىت ئۈزۈمى) لاردىن بىرىنى ياكى ئىككىسىنى تاللاپ بىمارنىڭ ئىچىشىگە بېرىش لازىم. بۇرۇن ئىچىگە گۈل يېغى، بىنەپشە يېغىنى سىركىگە قوشۇپ ياغلىسىمۇ، تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

بۇرۇن قاناش

بۇرۇن قاناش (رۇئاف) كۆپىنچە ئۇشتۇمتۇت قانىغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، بەزىلىرى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ تەكرار داۋاملىشىدۇ.

سەۋەبى

1. ئۆتكۈر قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر، مەسىلەن: قارا كېزىك، سەرسام (مېڭە پەردە ياللۇغى)، زاتىررىيە، قىزىل، بوغما، ئېغىر زۇكام قاتارلىق كېسەللەرنىڭ بۆھران كۈنلىرىدە تەبىئەت (بەدەننىڭ قارشىلىق كۈچى) كۈچلۈك كېلىپ كېسەلنى يەڭگەنلىكتىن بۇرۇن قانايدۇ. ئىسسىق (ئاپتاپ) ئۆتۈشتىنمۇ بۇرۇن قاناش كېلىپ چىقىدۇ.

2. ئومۇمىي بەدەندە ئىچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن سەپرا ماددىسى غالىب كېلىپ قاننى سۇيۇلدۇرۇپ، بۇرۇن ئىچىدىكى ئۇششاق قان تومۇرلارنىڭ يېرىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغانلىقتىن بۇرۇن قانايدۇ.

3. مېڭىنىڭ تېگىدىكى قان تومۇرلىرى چىڭقىلىپ يېرىلىش، ئۈزۈلۈشتىن بۇرۇن قانايدۇ.

بۇنىڭدىن باشقا بەزى كىشىلەردە بۇرۇنغا بىر نەرسە تېگىش، يىقىلىش تۈپەيلىدىن بۇرۇننىڭ ئىچىدىكى تومۇرلار زەخىملىنىپ بۇرۇن قانايدۇ.

زەھەرلىك يىلانلار چاققاندىمۇ قان سۇيۇلۇپ بۇرۇن قاناش كېلىپ چىقىدۇ.

جىگەر قاتارلىق قان ھاسىل قىلغۇچى ئەزالارنىڭ خىزمىتى ناچارلاشقاندا، بۆرەك كېسەللىكلىرىدە، قان تومۇرلىرىنىڭ خىزمىتى ناچار كىشىلەر يۈگۈرگەندە ۋە سەكرىگەندىمۇ بۇرۇن قانايدۇ.

بۇرۇننى بارماق بىلەن كولاپ ئۇششاق تومۇرلارنى زەخىملەندۈرۈپ قويسىمۇ بۇرۇن قانايدۇ.

پېشانە ئاستىدىكى سۆڭەك سۇنغاندىمۇ بۇرۇن قاناشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

ئالامىتى

ئۆتكۈر يۇقىرى قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرنىڭ بۆھران كۈنلىرىدە يۈز بەرگەن بۇرۇن قاناشتا بۇرۇن ئۇشتۇمتۇت قاناپ قويۇق قارامتۇل قان كېلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بىماردا تەرلەش، ئىچى سۈرۈش، قىزىتما چۈشۈشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

بۇرۇن قانىغان مەزگىللەردە كېزىك، قاتتىق زۇكام، ئاپتاپ ئۆتۈش قاتارلىق سەۋەبلەر كۆرۈلسە ئۆزىگە خاس بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن، بەدەن قىزىش، باش ئاغرىش كۆڭۈل ئېلىشىش قاتارلىقلار.

2. سەپرا ماددىسىنىڭ غالىبلىقىدىن بولغان بۇرۇن قاناشتا سەپرا غالىبلىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۇرۇندىن چىققان قان سۇيۇق، سۈس قىزىل رەڭدە بولۇپ، قان تەسلىكتە توختايدۇ. قاناش ئۇزۇنغا سوزۇلۇش ياكى ئادەتتىكە ئايلىنىپ قېلىشتەك ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ. چىرايى سارغۇچ، تىل گېزى سېرىق، تومۇرى تېز، ئىنچىكە بولىدۇ.

3. مېڭە قان تومۇرلىرىنىڭ يېرىلىشىدىن بولغان بۇرۇن قاناشتا ئاۋۋال باش قاتتىق ئاغرىيدۇ. يۈزى، كۆزى قىزىرىدۇ. بۇرۇندىن چىققان قان جىرتىلداپ چىقىدۇ. چىققان قان سۇيۇق، ساپ قىزىل رەڭدە بولىدۇ. پات-پات قانايدۇ، چىققان قان ئىسسىق بولسا شەريان تومۇرىنىڭ يېرىلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

بىرەر ھادىسە سەۋەبىدىن زەخىملەنگەنلىكتىن بولغان بۇرۇن قاناشتا باش ئايلىنىش، سەكتە، سۇبات كېسەللىكلىرىدىكىگە ئوخشاش مېڭە چالغۇتۇش، مېڭە خىزمىتى بۇزۇلۇش ئالامەتلىرىمۇ قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

زەھەرلىك يىلان چاققاندىن بولغان بۇرۇن قاناشتا زەھەرلىك يىلان چاققانلىق تارىخى بولىدۇ ھەمدە زەھەرلىك يىلان چاققاندا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

قان ھاسىل قىلغۇچى ئەزالارنىڭ خىزمىتى ئاجىزلاشقاندىن بولغان بۇرۇن قاناشتا ئىلگىرى شۇ ئەزالار خىزمىتى ئاجىزلاشقانغا دائىر ئالامەتلەر بولىدۇ ۋە باشقىلار.

داۋاسى

1. بۆھراننىڭ تەسىرىدىن بۇرۇن قانىغاندا قانىنى توختىتىشقا چارە قىلمىسىمۇ ئۆزلۈكىدىن توختايدۇ ياكى قايتا تەكرارلانمايدۇ. بۇ خىلدىكى بۇرۇن قاناش بۆھراننى كەلتۈرۈپ كېسەللىكلەرگە كۆپىنچە ھاللاردا پايدىلىق بولۇپلا قالماستىن، بەلكى تومۇردىن قان

ئېلىشىنىڭ رولىنى ئوينىشى مۇمكىن. لېكىن قاناش بەك ئېغىر دەرىجىدە بولسا مۇۋاپىق چارە قىلىش لازىم.

2. سەپرا ماددىسىنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىدىن بولغان بۇرۇن قاناشنى داۋالاشتا قاننىڭ تېزلىكى ۋە سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىپ نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن دەرھال باشنى سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇش، باشمالتاق بىلەن يۇقىرىقى كالپۇكنىڭ دەل ئوتتۇرىسىنى بېسىش، يۇقىرى بىلەكنى بوغۇش، ئىككى قولاقتىن ئۇۋۇلاش، ئىككى پۇتنى ئىسسىق سۇغا چىلاش لازىم ھەمدە چىلان شەربىتى، نىلۇفەر شەربىتى، زىرىشك شەربىتى، مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە، رىباس شەربىتى قاتارلىقلارنى كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ بېرىش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بىرگە قەغەزنى كۆيدۈرۈپ كۈلىنى كۆك يۇمغاقسۈت سۈيى ياكى ئاياللارنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا سىلىش لازىم.

10 گرام زەمچىنى سوقۇپ 100 گرام سىركە بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ بۇرۇنغا تېمىتىش لازىم.

سىرتتىن گىلى ئەرمنى 3 گرام، نىشاستە 3 گرام، كافۇردىن 1 گرام ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ، بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ ياكى پىلتىكۆچ ياساپ ئۇنى تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ ئاندىن يۇقىرىقى تالقانلارنى يۇقتۇرۇپ بۇرۇننىڭ ئىچىگە سېلىنىدۇ. سەندەل، كافۇرلارنى گۈلاپتا سۈرۈپ ياكى ئېزىپ پېشانىغا چېپىش مۇمكىن.

بادرۇج (تاغ رەيھىنى) نىڭ سۈيىنى بۇرۇنغا تېمىتسىمۇ قاننى توختىتىش رولىنى ئوينايدۇ. باش ئارقىسىدىكى چوڭقۇرچاقتا لوڭقا قويۇشنىڭمۇ بۇرۇن قانىشىنى توختىتىش ئۈچۈن پايدىسى بار. بەزىدە ئوڭ بۇرۇن تۆشۈكى قانىسا جىگەر ساھەسىگە، سول بۇرۇن تۆشۈكى قانىسا تال ساھەسىگە لوڭقا قويسىمۇ بولىدۇ.

كېسەلنىڭ بېشىنى ئېگىزرەك قويۇپ ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، باش ۋە قاڭشىرىغا سوغۇق سۇغا چىلانغان لۆڭگە قويۇپ، پات-پات يەڭگۈشلەپ تۇرۇش لازىم.

ئەگەر بۇرۇن قاناش ياخشى بولماي ئۇزۇنغا سوزۇلسا، قۇرسى كەھرىبا، شەربىتى ئەنجىباھار بېرىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن گىلى ئەرمنى، نىشاستىدىن باراۋەر ئېلىپ بىر ئاز كافۇر قوشۇپ سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ، چېكىگە بىر قانچە قېتىم تېڭىش كېرەك.

3. مېڭە تومۇرلىرى يېرىلىشتىن بولغان بۇرۇن قاناشنى داۋالاشتا زاك، زەنگار ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش كۆيدۈرگۈچى، قۇرۇتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلسە، بۇرۇن ئىچىدە چاقا پەيدا قىلىپ قاننى توختىتىدۇ. لېكىن بۇنداق دورىلارنى ئىشلىتىشتە بەك ئېھتىيات قىلىش

لازىم. چۈنكى ئۇلار قۇرۇق چاقا پەيدا قىلىدۇ. مەزكۇر چاقىلار سويۇلۇپ كەتسە تېخىمۇ كۆپرەك قاناشقا سەۋەبچى بولۇشى مۇمكىن.

موزا، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، ئۆگمەن توزۇندىسى، كۈندۈر، سەبرى، خۇنسىياۋشان، زەمچە قاتارلىق دورىلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، تالقان تەييارلاپ لازىم بولغاندا پاختىنى تۇخۇم ئېقىغا چىلاپ تالقاننى يۇقتۇرۇپ بۇرۇن تۆشۈكىگە قاپلاپ قويسىمۇ بولىدۇ. بەزىدە مەزكۇر تالقاننى نەيچە ئارقىلىق بۇرۇن ئىچىگە پۈركىسىمۇ قان توختىتىش رولىنى ئوينايدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىللە كېسەل كىشىنى جىم ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش، پېشانىسىغا مۇز تېڭىش، باشقا سوغۇق سۇ قۇيۇش كېرەك.

ئەگەر بۇرۇن قاناش ئادەتكە ئايلىنىپ پات-پات قانايدىغان بولۇپ قالسا، قاننى قويۇلدۇرىدىغان يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، قۇرسى كەھرىبا، شەربىتى ئەنجىباھار، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى ھەبۇلئاسلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇپ قاننىڭ قويۇقلىشىشىغا ئاساس يارىتىش كېرەك.

ئومۇمەن، بۇرۇن قاناش دورىلار بىلەن توختىمىسا ۋە جىق قان چىقىپ كېتىش ئېھتىمالى بولسا، بىلەكنى قولتۇقتىن، چوڭ يوتىنى يېرىقتىن چىڭ بوغۇپ قويۇش كېرەك. بۇنىڭ بىلەن بەدەندىكى قان بوغۇلغان تەرەپكە تارتىلىپ بۇرۇن قاناشنىڭ توختىشىغا چوڭ ياردىمى بولىدۇ. لېكىن قولنى قولتۇقتىن، يوتىنى يېرىقتىن بوغقاندا قالغان جايلارنى ئوچۇق قالدۇرۇش كېرەك. ئەگەر ئۇنداق قىلماي قول ۋە يوتىنىڭ ھەممە جايلىرىنى ماتا بىلەن يۆگەپ تاشلىسا قول، پۇت ئۇچلىرىدىكى قاننى سىقىپ ئومۇمىي بەدەندە ئايلىنىدىغان قان مىقدارىنى كۆپەيتىپ قويىدۇ. بۇنداق قىلىش خاتا بولۇپلا قالماي، بەلكى بۇرۇن قاناشنى توختىتىشقا ئىنتايىن پايدىسىز. يەنە شۇنىڭغىمۇ دىققەت قىلىش كېرەككى، بوغۇلغان جاينى پات-پات بوشىتىپ تەكرار بوغۇپ تۇرۇشقا دىققەت قىلىش كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا پۇت-قول ئۇچلىرىغا قان يېتىشمەي گۆشلەرگە زىيان يەتكۈزىدۇ.

بۇرۇن ئىچى ئۇششاق مۇدۇرى

بۇرۇن ئىچىگە ئۇششاق مۇدۇر چىقىش (بۇسۇرۇلئەنفى) بۇرۇن ئىچىگە باشقا ئەزالاردا پەيدا بولغانغا ئوخشاش ئۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بىرەر خىلتنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى تۈپەيلىدىن بۇزۇلغان ئارتۇقچە ماددىلار بۇرۇنغا يامان تەسىر قىلىپ، بۇرۇن ئىچىگە مۇدۇر چىقىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. مۇدۇرلەرنىڭ يۇمشاق بولغانلىرى ئىچكى ھارارەت تۈپەيلىدىن قېتىشىدۇ. بەزى كىشىلەردە دائىم بۇزۇق ھاۋادا نەپەس ئالغانلىقتىن بۇرۇن ئىچى جەراسىملىنىپ ئۇفۇنەتلىنىپ ئۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

مۇدۇرلەر ئىسسىقتىن بولسا مۇدۇرنىڭ رەڭگى قىزىل بولىدۇ. كۆيۈشۈپ، قىزىپ لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ. بەزىدە بۇرۇن قىزىرىپ ئىششىدۇ. نەپەسلىنىش سەل دەخلىگە ئۇچراش بىلەن بىرگە بۇرۇندىن كېلىدىغان سۇيۇقلۇقلارمۇ دەخلىگە ئۇچرايدۇ ياكى ئازىيىدۇ. قىزىتما بولىدۇ. تومۇرى تېز كۈچلۈك سالىدۇ. سۈيدۈكى قىزىل كېلىدۇ.

ئەگەر مۇدۇرلەر سوغۇقتىن بولسا، قىزىش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. ئىششىق كۆرۈنەرلىك بولىدۇ. بۇرۇندىن سۇ ئاقىدۇ. تومۇرى چوڭ بوش سالىدۇ، سۈيدۈكىمۇ ئانچە سارغايمايدۇ. ھەمدە سوغۇقتىن بولغان ئىششىققا دائىر ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

قايسى ماددىدىن بولغان بولسا، شۇ ماددىنى مۇناسىپ دورىلار بىلەن پىشۇرۇش، تازىلاش ئارقىلىق مىزاجنى تەڭشەش كېرەك ھەمدە مامىرانچىندىن ئازراق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ بۇرۇننى چايقاش، بۇرۇن ئىچىگە گۈل يېغى تېمىتىش، مەلھەمى ئەبيەز، رەۋغىنى ۋەرد، مەلھەمى نۇر قاتارلىق دورىلارنى كېسەل ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىش لازىم.

لۆڭگىنى قايناقسۇغا بېسىپ قىزىق پېتى بۇرۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، ئىسسىق سۇ بىلەن بۇرۇننى چايقاش لازىم. بۇرۇندىكى مۇدۇرلەرنى قول بىلەن ھەرگىزمۇ قالايمىقان سىقماسلىق كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا جەراسىملار ئۇفۇنەتلىنىپ قان تومۇرلار ئارقىلىق رەئىس ئەزا مېڭىگە تارقاپ ناھايىتى ئېغىر ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ

AltunOq

چىقىرىدۇ.

بۇرۇن جاراھىتى

بۇرۇن جاراھىتى (قۇرۇھۇلەنەي) بۇرۇن ئىچىگە ھەر خىل چاقىلار چىقىپ جاراھەتكە ئايلانغانلىقىغا قارىتىلغان. ئۇ ئادەتتە بۇرۇننىڭ قۇرۇق جاراھىتى ۋە يىرىڭلىق جاراھىتى دەپ ئىككى خىل بولىدۇ.

سەۋەبى

بۇرۇن جاراھەتلىرى بەدەندىكى خىلتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىيلىككە ئۆزگىرىپ، بۇرۇنغا يامان تەسىر قىلىپ ئۇفۇنەت ھاسىل قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا بۇرۇننىڭ قۇرۇق جاراھىتىنى كۆپىنچە ھاللاردا كۆيگەن سەۋدا ماددىسى، بەزى ھاللاردا قاننىڭ غالىبلىقى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇرۇننىڭ يىرىڭلىق جاراھىتىنى كۆپىنچە ھاللاردا بەلغەم ماددىسىنىڭ بۇزۇلغانلىقى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

بۇلاردىن باشقا يەنە بۇرۇننى تولا كولاپ جەراسىملاندۇرۇش ۋە ئاتەشەك كېسەللىكى قاتارلىق كېسەللەرگە گىرىپتار بولۇشتىنمۇ بۇرۇن ئىچىگە جاراھەت پەيدا بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە بۇرۇن ئىچىدىكى ئىششىقلار ۋە ئۇششاق مۇدۇرلەر ئۇزۇنغا سوزۇلۇش نەتىجىسىدە تەدرىجىي ھالدا جاراھەتكە ئايلىنىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپكى مەزگىللەردە بۇرۇندا ئىششىش، ئاغرىش، قىزىشلار بولىدۇ. بۇرۇننىڭ قۇرۇق جاراھىتىدە كۆيگەن سەۋدانىڭ ئالامەتلىرىدىن سىرت بۇرۇن قۇرۇيدۇ، قىزىرىدۇ، بۇرۇن قىچىشىپ ئاغرىپ قاتتىق بىئارام قىلىدۇ. بۇرۇننىڭ ھۆل جاراھىتىدە گەرچە بۇرۇن قۇرۇش، قىزىرىش ئالامەتلىرى كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە بولمىسىمۇ كېسەللىك ئەھۋالى كۈچەيگەن مەزگىلدە چاقىلار ئېغىز ئېلىپ يىرىڭ چىقىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبچى ئامىلنى تۈگىتىش، غەيرىي تەبىئىيلىكتە ئۆزگەرگەن خىلتنى تەڭشەش لازىم. ئاندىن كېيىن ئومۇمىي جەھەتتە مۇرەككەپ دورىلاردىن ھەببى ئىيارەج، ھەببى كىبرىت، مەئجۇنى چۇبچىنى، مەتبۇخى ھەلىلە، ھەببى شىفا قاتارلىقلارنى بۇرۇن جاراھىتىنىڭ تۈرىگە قاراپ مۇناسىپ ھالدا تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك.

1. بۇرۇننىڭ قۇرۇق جاراھىتىنى داۋالاشتا مۇۋاپىق تېپىلسا دەسلەپتە باسىلىق تومۇردىن، 3 ـ 4 كۈندىن كېيىن قىفال تومۇردىن قان ئېلىشنى ئويلاشسا بولىدۇ. قان ئېلىپ بىر ھەپتىدىن كېيىن مائۇلجۇبۇننى شاھتەررە شەربىتىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ياكى ھەببە لاجۇەرد، سۇفۇفى لاجۇەردلەرنىڭ بىرىنى پۈتۈن بەدەن ۋە مېڭە تەنقىيە بولغىچە ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك. ئەگەر، بىمار بالا ئېمىتىۋاتقان ئايال كىشى بولسا تەنقىيەدىن كېيىن سۈتنى ساغسا داۋاغا ناھايىتى ياخشى ياردىمى بولىدۇ. تەرەنجىبىندىن 40 گرام ئېلىپ 40 گرام شەربىتى بىنەپشىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ياكى ماش قايناتمىسىغا نۇقۇت سېلىپ ئىچكۈزۈش كېرەك. بۇرۇننى بىنەپشە يېغى، قاپاق يېغى ياكى مېكىيان توخۇنىڭ يېغى بىلەن مايلاپ يۇمشىتىپ تۇرۇش ۋە دائىم ئىسسىق سۇ بىلەن بۇرۇننى چايقاش، يۇيۇش كېرەك. تازىلانغان مۇم، بىنەپشە يېغى، بادام يېغى، كالا پاقالچىقىنىڭ يىلىكىنىڭ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، مۇم ۋە يىلىكنى ياغلاردا ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا ئازراق مىقداردىكى بېھى لۇئابى ۋە كەتىرانى ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ كۈندە بىر نەچچە قېتىم تېمىتىش كېرەك. بەزىدە مەزكۇر دورىغا ئىسبەغۇل شىرىسى (لۇئابى) ۋە ئاق لەيلى شىرىسى قوشۇۋەتسىمۇ بولىدۇ. بۇرۇنغا بېھى ئۇرۇقىنىڭ مەلھىمىنى سۈرسىمۇ بولىدۇ. كالا پاقالچىقىنىڭ يىلىكىدىن بىر ھەسسە، بىنەپشە يېغى ۋە بادام يېغىدىن ئىككى ھەسسە، كەتىرادىن ئۈچ ھەسسە، ياسمەن يېغىدىن ئازراق ئېلىپ مەلھەم ياساپ بۇرۇنغا سۈرسىمۇ ياكى بۇ ئۇسخىغا كەتىرا بىلەن تەڭ مىقداردا گۈل خېتمى قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ. مۇم، گۈل يېغى، مېكىيان يېغى، بېھى لۇئابلارنى ئىشلەتسىمۇ كۆپ پايدىلىق. ئاق سەندەل، ھۈزۈزلارنى گۈل ئەرىقى، سەبىز ئوت سۈيى، گۈل ياغلىرى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا بۇرۇننىڭ قۇرۇق جاراھىتىگە بەك ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەسەلنى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا كىرگۈزسە بۇرۇن قۇرۇق جاراھىتىنى يوقىتىدۇ. بىنەپشە يېغى، گۈل يېغىنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام، ئاق مۇمدىن 12 گرام، كالا پاقالچىقى

يىلىكى، توخۇ يىغىنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام، مەدەستاندىن 9 گرام ئېلىپ مەلھەم ياساپ بۇرۇنغا سۈرتىسىمۇ بولىدۇ. ئاخشىمى توخۇ يىغى بىلەن بۇرۇننى مايلاپ، ئەتىسى ئىسبەغۇل لۇئابى ياكى شۇنىڭغا ئوخشاش لۇئابلار بىلەن بۇرۇننى چايقىسىمۇ بولىدۇ. يالغۇز گۈل يىغىنى سۈرتۈپ بەرسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. تۆۋەندىكى مەلھەملەرمۇ ئوبدان پايدا قىلىدۇ:

سېرىق مۇم 6 گرام، گۈل يىغى 36 گرام، بادام يىغى 15 گرام، ئىسبەغۇل لۇئابى، رەيھان لۇئابى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى لۇئابى ھەر بىرىدىن 3 گرام، كەتىرا 2 گرام، مەزكۇر دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەلھەم ياساپ ئىشلىتىلىدۇ.

ھەلىلە زەرد 3 گرام، توخۇ يىغى 9 گرام، ئاق مۇم 12 گرام، قاپاق يىغى، گۈل يىغى ھەر بىرى 6 گرام، كەتىرا 3 گرام، مەزكۇر دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەلھەم ياساپ چاپىدۇ.

قەلەي كۆشتىسى 8 گرام، مەدەستان 4 گرام، گۈل يىغى 30 گرام، مۇم 8 گرام، مۇمنى گۈل يىغىدا ئېرىتىپ باشقا دورىلارغا مۇۋاپىق مىقداردا مىكىيان يىغى قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

بۇرۇن قۇرۇق جاراھىتىدا ئەگەر كېسەل ماددىسى بەك كۈچلۈك بولمىسا بىھى ئۇرۇقىنىڭ مەلھىمى ناھايىتى ياخشى داۋادۇر.

قۇرۇق بىنەپشىنى سۇدا قاينىتىپ شىرە ھالەتكە كەلتۈرگەندىن كېيىن بىھى ئۇرۇقى شىرىسىدىن 4 گرام، گۈل يىغى 4 گرام، ئاق مۇمدىن 2 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ يىلىم ھالەتكە كەلگىچە قايناتقاندىن كېيىن جاراھەتكە چاپىدۇ.

مۇم ۋە ئۇنىڭ يېرىم مىقدارىغا تەڭ كېلىدىغان كالا پاقالچىقى يىلىكىنى نىلۇفەر يىغى ياكى كۈنجۈت يىغىدا ئەڭ ياخشىسى گۈل يىغىدا ئېرىتىپ زىماد قىلىنسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. مۇمنى گۈل يىغىدا ئېرىتىپ سېرىق ھەلىلە ياكى موزىنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ. بۇرۇندىن قان ئالغاندىن كېيىن قىيپال تومۇردىن ئېلىش ۋە ئىچىنى سۈرگۈزۈش پايدىلىق.

يۇقىرىقى دورىلارنى ئىشلەتكەندە يېمەك-ئىچمەكنى ئىسلاھ قىلىش، گۆش ئىستېمال قىلماسلىق، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ تۇرۇش، ئۆتكۈر ئىسسىق يەلنىڭ پەيدا بولۇشىنى چەكلەش ۋە ئۇنىڭ يۇقىرى ئۆرلىشىنى توساش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن بىھى، ئالما، قۇرۇق يۇمغاقسۈت قاتارلىقلارنى شېكەر بىلەن ئىستېمال قىلىش، مۇناسىپ يېمەك-ئىچمەكلەر بىلەن بەدەننى تەنقىيە ۋە ئىسلاھ قىلىش لازىم.

ئەگەر، قاننىڭ غالىبلىقىدىن بولغان بۇرۇن قۇرۇق جاراھىتى بولسا، مۇۋاپىق تېپىلغاندا قىيپال تومۇردىن قان ئېلىش، لوڭقا قويۇش ئارقىلىق بەدەننى ئىسلاھ قىلىش كېرەك.

ئەگەر، بەدەن ھەر خىل سۇيۇقلۇق ماددىلار تۈپەيلىدىن توشۇقلۇق ھالەتتە بولسا، مۇناسىپ مەتبۇخ، ئىيارەج ۋە ئىترىفىللار بىلەن بەدەننى ئىستىفراغ قىلىش لازىم.

2. بۇرۇننىڭ يىرىڭلىق جاراھىتىنى داۋالاشتا مۇۋاپىق تېپىلسا ئالدى بىلەن سەرارۇ تومۇرىدىن قان ئېلىش ھەمدە لوڭقا قويۇش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن باش ساھەسى، مېڭە ۋە پۈتۈن بەدەننى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن ھەببى ئىيارەجى ۋە ھەببى قوقىيا ئىچكۈزۈش ھەمدە قىيچا، سىركەنجىبىن بوزورىنى ئارىلاشتۇرۇپ ياكى سۈنبۇل تىپ، سەئىدى كۈفى، قەلەمفۇرلارنى گۈل ئەرىقىدە قاينىتىپ غەر-غەر قىلىش كېرەك. مەلھەمى سەفىدنى ئىشلەتسە ھەم مەدەستاننى گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا سۈرتسە بولىدۇ. قەلەي كۈشتىسى، مەدەستان، كۈمۈش ۋەرەق، كۆيدۈرۈپ ئۆلتۈرۈلگەن قوغۇشۇننى تەڭ مىقداردا ئېلىپ گۈل يېغىدا ئېزىتىپ شامچە ياساپ بۇرۇنغا قويۇشمۇ كۆپ پايدا قىلىدۇ. بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەندۇر. بۇ نۇسخىغا مۇم قوشسىمۇ بولىدۇ. مەدەستان، مۇرمەككىنىڭ ھەر بىرىدىن 4 گرام، قەلەي كۈشتىسى، مۇملارنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام، گۈل يېغىدىن 25 گرام ئېلىپ، مەلھەم ياساپ مېكىيان يېغى بىلەن بۇرۇنغا سۈرتۈش كېرەك. ھۇزۇز، مەدەستانلارنى ئەرىقى گۈلدە ئېزىتىپ بۇرۇننىڭ ئىچىگە چاپسىمۇ بولىدۇ. موزا، سېرىق ھەلىلە پوستىنى گۈل يېغى ياكى توخۇ يېغىغا چىلاپ بۇرۇنغا تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

مامىرانچىنىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن بۇرۇننى يۇيۇش، مەلھەمى شىڭرىپ، ئاچچىق بادام يېغى قاتارلىقلار بىلەن بۇرۇندىكى چاقىلارنى ياغلاش لازىم.

ھۆكۈمالىرىمىزنىڭ تەلىماتلىرىغا ئاساسلانغاندا: دەسلەپتە گۈل يېغى ياكى مېكىيان يېغىنى مۇم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش بىلەنمۇ مەزكۇر كېسەللىكنى ساقايتقىلى بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كۈچلۈكرەك دورا لازىم بولسا مەلھەمى سەفىداب ئىشلەتسە بولىدۇ. ئەگەر، كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرلاشسا قەلەي كۈشتىسىدىن 300 گرام، مەدەستاندىن 40 گرام، قوغۇشۇن پوقىدىن 40 گرام ئېلىپ ئۇڭا 50 گرام ھاراق ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم ياساپ چاپسا بولىدۇ. مەبۇلئاس يېغىغا سىركىنى ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

ئەگەر، بۇرۇن يىرىڭلىق جاراھىتى سوزۇلما خاراكتېرىگە ئايلىنىپ، داۋاملىق ئېغىرلاشسا مەدەستاندىن 15 گرام، ھۆل سوزاپتىن 1.5 گرام، زەمچىدىن 8 گرام ئېلىپ، ئۇلارغا ھەبۇلئاس يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ھەم سىركە قوشۇپ مەلھەم ياساپ ئىشلەتسە بولىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىنىڭمۇ كۈچى يەتمىسە بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەك بولغان تۆۋەندىكى نۇسخىنى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ:

زاج سىياھ، قەلقەند، مۇرمەككىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 7 ھەسسە، قىلقىدىيس 6 ھەسسە، شەب يەمانى، زىراۋەندى مۇدەھرەج، موزا، تەبشىي مىسلارنىڭ ھەر بىرىدىن 4

ھەسسە، كۈندۈر 1.5 ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ 300 گرام سىركە بىلەن مىس قازاندا قايىنتىپ قويۇلغاندا شامچە ياساپ بۇرۇنغا قويسا بولىدۇ. ھەر بىر دورىنىڭ مىقدارىنى ئېھتىياجغا قاراپ ئازايتىش ياكى كۆپەيتىشكە بولىدۇ.

بۇرۇن بەۋاسىرى

بۇرۇن بەۋاسىرى (بەۋاسىرۇلئەنفى، بەۋاسىرى بىنى) بۇرۇن ئىچىگە چوڭ-كىچىكلىكى ئوخشىمىغان ھالدا ئارتۇقچە گۆش ئۆسۈپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى ۋە تاشقى ئامىللارنىڭ يامان تەسىرىدىن بەزى بۇزۇق يەل، قويۇق ماددىلار ۋە بۇزۇق خىلىتلارنىڭ بۇرۇن ئىچكى قان تومۇرلىرىدا ۋە يەرلىك ئورۇندا يىغىلىپ قالغانلىقى تۈپەيلىدىن تەدرىجىي گۆش پەيدا بولۇپ قالىدۇ. بەزى كىشىلەردە سۆگەل شەكلىدە كىچىك بەز پەيدا بولۇپ ئاخىرى ئۆسمە گۆشكە ئايلىنىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بۇرۇن بەۋاسىرى كۆپىنچە ھاللاردا نورمال بولمىغان سەۋدا ماددىسىنىڭ بۇرۇنغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە بۇرۇن ئىچىگە كىچىك پۇرچاقتەك مۇدۇر پەيدا بولىدۇ، نەپەسلىنىشكە دەخلى يەتكۈزمىسىمۇ يەڭگىل دەرىجىدە نەپەس ئېلىش تۇسالغۇغا ئۇچرىغاندەك سېزىم پەيدا بولىدۇ. ئاغرىش، قىزىرىش، قىچىشىشلار بولمايدۇ. كېيىن تەدرىجىي ھالدا چوڭىلاپ بۇرۇن تۆشۈكىنى توسۇپ قويىدۇ. ئۇنىڭ تۈۋى ئىنچىكە، رەڭگى ئاقۇشراق بولىدۇ، ئاغرىمايدۇ. بەزىلىرىنىڭ رەڭگى قىزغۇچ ياكى قوڭۇر رەڭدە بولۇپ، سېسىق پۇرايدۇ ۋە قان، زەرداب كېلىدۇ. بۇ خىلى يامانراق بولۇپ ئۇزۇنغا سوزۇلسا بۇرۇن ئاقمىسى ياكى بۇرۇن سەرەتانىغا ئايلىنىپ قېلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

ئالدى بىلەن مەزكۇر كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى خىلتنى ئىنقىلاپ كېسەل ماددىسىنى پىشۇرغۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن دورىلاردىن مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە، ئىيارەجى قەيقەرا، ھەببى مۇقەل، ئىترىيفىلى كەشنىز، شەربىتى ئۈنناب، شەربىتى بىنەپشە، ئەرىقى ئەنگۈرشىفا، ئەرىقى گاۋزەبان قاتارلىق دورىلارنى كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىش كېرەك.

سىرتىدىن مەلھەمى زەنگار بىلەن بۇرۇن ئىچىنى ياغلاش، شىيافى مامىيشا ۋە زەنگارلارنى بەۋاسىر ئۈستىگە سۈركەش كېرەك. ئانار پوستىنى يانجىپ سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ شامچە ياساپ بۇرۇنغا سىلىپ قويسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۈنىڭدىن باشقا سىبرىق زاكىتىن 2 گىرام، زەنگاردىن يېرىم گىرام، نۈشۈدۈردىن بىر گىرام، مۇرمەككىدىن بىر گىرام، قىزىل زەرنىختىن يېرىم گىرام، ھەسەلدىن 15 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، بۇرۇن بەۋاسىرنى كۈندە ياغلاپ بەرسە خېلى ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. ئۈنىڭدىن باشقا زاكىتىن ئۈچ گىرام، توغرىغۇدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ 200 گىرام قايناقسۇدا ئېرىتىپ، ھەر كۈنى بەۋاسىر بار بۇرۇننى چايقاپ پاكى يۇيۇپ بەرسە ياخشى تەسىر بېرىدۇ. ئەگەر بۇ چارىلەر بىلەن ياخشىلانمىسا دەستكارلىق ئۇسۇلنى قوللىنىپ كېسىپ ئېلىۋېتىش لازىم. كونا گۆش، كالا گۆشى قاتارلىق زىيانلىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش، ھاۋاسى يامان، بۇسلۇق، چاڭ-توزانلىق جايلاردىن ساقلىنىش لازىم. قىش كۈنلىرى ماسكا تاقاش پايدىلىق.

ئاقىۋىتى

بەزىلىرىنى ۋاقتىدا كۆرسىتىپ ئىنقىلاپ داۋالاتمىسا ياكى داۋالاش مۇۋاپىق بولمىسا، ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ ئېغىرلىشىپ، سەرتانغا ئايلىنىشى مۇمكىن. سەرتان خاراكتېرىنى ئالغان بۇرۇن بەۋاسىرى تەرەققىياتى تېز بولۇش، بۇرۇن قۇرغاقلىشىش ۋە بەۋاسىر قاتتىق بولۇش، قاتتىق ئاغرىق پەيدا قىلىشتەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە. شۇڭا مەزكۇر كېسەلگە سەل قارىماي، بالدۇر كۆرۈنۈپ ئاكتىپ داۋالىتىش كېرەك.

بۇرۇن يولىغا توسالغۇ پەيدا بولۇش

بۇرۇن يولىغا توسالغۇ پەيدا بولۇش (سۇددە تۇلخەيشومى) بۇرۇن يولىغا ھەر خىل

ماددىلار پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بۇرۇن يوللىرىغا قويۇق شىلىمشىق خىلت پەيدا بولغانلىقى، بۇرۇن بەۋاسىرىدەك ئارتۇق گۆش ئۆسكەنلىكى ۋە بۇرۇن قۇرۇق جاراھەتىدەك چاقىلار پەيدا بولۇپ قاقاچ تۇتقانلىقى تۈپەيلىدىن بۇرۇندىن گالغا ياكى گالدىن بۇرۇنغا بارىدىغان سۈيۇقلۇقلارنىڭ بەلگىلىك دەرىجىدە توسۇلۇپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزىدە ئۆغما سەۋەبلەردىنمۇ بۇرۇن توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

بۇرۇندا توسالغۇ بارلىقى بىمارنىڭ ئۆزىگە خېلى روشەن ھالدا سېزىلىدۇ. سۆزلىگەندە ئاۋاز ئېنىق چىقمايدۇ. توسالغۇ سەۋەبىدىن بۇرۇن چىقىندىلىرى راۋان چىقماس بولۇپ قالىدۇ. بەزىدە قۇلاق غوڭۇلداشمۇ قوشۇلۇپ كېلىدۇ. تەكشۈرگەندە بۇرۇن بوشلۇقىدا قويۇق شىلىمشىق خىلت، ئۆسكەن گۆش ۋە چاقىلاردىن پەيدا بولغان قاقاچلارنىڭ بارلىقىنى بىلگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

بۇرۇن يولى شىلىمشىق خىلتتىن توسالغاننى داۋالاشتا ئالدى بىلەن بەلغەم مۇنزىجىنى بەرگەندىن كېيىن مۇسھىل بېرىپ بەدەننى تازىلاش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مۇناسىپ ھەب ۋە ئىيارەجلەر ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا يەنە ئەدەستىن 4 گرام، جۇندى بىدەستۇردىن 2 گرام، ئەپيۇن، زەئفەر، ئىپارلارنىڭ ھەر بىرىدىن 0.25 گرام، مۇرمەككىدىن 2 گرام ئېلىپ سوقۇپ مەرزەنجۇش ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تېمىتسا بولىدۇ. ئەگەر توسالغۇ پەيدا قىلغان خىلت قويۇق بولسا ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن بەدەننى ئىككى قېتىم تازىلاش ھەمدە ئىككى قېتىملىق تازىلاش ۋاقتى مۇۋاپىق بېكىتىلىشى كېرەك. مۇۋاپىقراق تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن ھەبىي قوقىيا، ھەبىي ئىيارەج، ھەبىي سەبرىلەرنى بەرگەن ياخشىراق. بۇلارنىڭ ئىچىدە ھەبىي سەبرى ئوبدانراقتۇر. ئۇنىڭدىن باشقا يەنە قۇرۇق يېشىل ئۈزۈم، ئاقىرقەرھا، قىچىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ

سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ مەزكۇر سۇيۇقلۇقتا بۇرۇننى چايقاش كېرەك. مۇنچىغا چۈشۈپ باش ساھەسىگە ئىسسىق سۇ چۈشۈرۈپ بېرىش كېرەك. ئەگەر توسالغۇ پەيدا قىلغان خىلىت يەڭگىل بولسا زەئپەر پۇراپ چۈشكۈرۈش ھەمدە يەللىك ، شىرنىلىك تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش كېرەك. ئەگەر ماددا شىرنىلىك قويۇق ماددا بولسا دېڭىز سۈيى ياكى تۇزلۇق كۆل سۈيىنى قاينىتىپ ھورىنى بۇرۇنغا تۇتسا بولىدۇ. بۇ قويۇق خىلىتنى سۇيۇقلاشتۇرىدۇ. ئەگەر بۇرۇننى دورا سۈيى پارىغا تۇتقاندىن كېيىن ماددا سۇيۇقلىنىپ كۆكرەك تەرەپكە كېتىپ قېلىپ يۆتەل پەيدا قىلسا شەربىتى خەشخاش، شەربىتى چىلان قاتارلىقلارنى يۆتەل يوقالغىچە ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. بۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا بۇرۇننى تازىلاش ۋە چۈشكۈرتۈشنى داۋاملىق ماسلاشتۇرۇپ ئېلىپ بېرىش كېرەك. چۈنكى شەربىتى خەشخاش ماددىنى قويۇقلاشتۇرۇپ قويغان بولسا چۈشكۈرۈش ئارقىلىق ماددىنى چىقىرىۋەتكىلى بولىدۇ. بۇ خىل ئۇسۇلنى قوللانغاندا تېۋىپ چوقۇم داۋالاش تەرتىپىنى ياخشى ئىگىلىشى لازىم. لېكىن بۇ ئۇسۇلنى داۋاملىق قوللانسا ئىككىلەمچى خاراكتېرلىك بۇرۇن قاناش ۋە باش ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. چۈنكى قويۇق ماددىلار بار ۋاقىتتا چۈشكۈرتۈلسە قان تومۇرلارنىڭ يېرىلىپ كېتىش ئېھتىمالى بولىدۇ.

ئۇسمە گۆشتىن بولغان بۇرۇن توسۇلۇشنى داۋالاشتا ئەگەر گۆش يامان سۈپەتلىك (سەرتان — راك) بولسا قىرىپ ئېلىۋەتمەسلىك كېرەك. ياخشى سۈپەتلىك بولسا ئېلىۋەتسە بولىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن پاكىزە چاچ بىلەن ئۇسمە گۆشنىڭ ئۇۋىدىن بوغۇپ قويسا، ئۇسمە گۆش ئۆزلۈكىدىن چۈشۈپ كېتىدۇ ياكى پاكىزلەنگەن تىغ بىلەن ئېلىۋەتسىمۇ بولىدۇ. قان توختىتىش ئۈچۈن سىركىگە تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن سىركە، ئانارگۈلى، كۈندۈر، مۇرداسەنگ (مەدەستان) قاتارلىقلاردىن مەلھەم تەييارلاپ چېپىش كېرەك. سۇ تېگىپ قېلىشتىن ساقلىنىش ھەمدە قويۇق (غەلىز) تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش كېرەك. ئەگەر مۇۋاپىق تېپىلسا ئۇسمە گۆشنى ئېلىۋېتىشتىن ئىلگىرى قىيفال تومۇردىن قان ئالسا بولىدۇ. لېكىن گۆش يېگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش كېرەك. چۈنكى مېڭىنىڭ مىزاجى بەزىدە بەزى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئىسسىققا ئۆزگەرگەندە مەزكۇر دورىلار بۇرۇنغا ئىشلىتىلسە مېڭىگە يامان تەسىر قىلىپ مېڭە پەردە ياللۇغىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

بۇرۇن قۇرۇق جاراھىتى قاقاچلىرىدىن بولغان بۇرۇن توسۇلۇشنى داۋالاشتا بۇرۇن قۇرۇق جاراھىتىدىكى داۋالاش ئۇسۇللىرى قوللىنىلسا بولىدۇ.

بۇرۇن يولىدىكى توسالغۇ تۇغما خاراكتېرلىك بولسا يەنى بۇرۇن يولى تۇغما تار بولسا، بۇرۇندىن چىقىپ تۇرۇشقا تېگىشلىك سۇيۇقلۇقلار نورمال چىقىپ كېتەلمەيدۇ. ئۇنى

داۋالاش ئۈچۈن ئىيارەج بىلەن مېڭىنى تازىلاپ تۇرۇش، ھەر دائىم قويۇق (غەلىز) تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇش، تاماقتىن كېيىنلا جىنسىي ئالاقە قىلىشتىن ھەزەر ئەيلەش كېرەك. ھەمدە روھىي ھالەت كۆتىرەڭگۈ، تەبىئەت ياخشى ۋاقىتلاردا ئىستىفراغ قىلىش لازىم.

ئەگەر مەزكۇر كېسەللىك كىچىك بالىلاردا يۈز بەرسە ئانا سۈتىنىڭ قويۇقلۇقىدىن پەيدا بولغان قويۇق ھۆللۈكتىن كېلىپ چىقىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن داۋالاشتا ئانا سۈتىنى ئىسلاھ قىلىش، ئانىنى قويۇق تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بالىنىڭ بېشىغا ئىسسىق سۇ قۇيماسلىق، بالىنىڭ بۇرنىنى سۇنىڭ ھورىغا تۇتماسلىق لازىم. ھەمدە بۇلاردىن ئىلگىرى بالىنى چۈشكۈرتۈش، بالىنىڭ بېشىنى ياغلاش توغرا ئەمەس.

بۇرۇن راكى

بۇرۇن راكى (سەرتانۇلئەنفى، سەرتانى بىينى) بۇرۇن ئىچى ياكى سىرتىغا ئۇزاق داۋاملاشقۇچى ئۆسمە گۆش ياكى بەز پەيدا بولۇپ، تەدرىجىي ھالدا يامان سۈپەتلىككە ئايلانغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بۇزۇلغان سەۋدا ماددىسىنىڭ بۇرۇن ئىچىگە يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكى تۈپەيلىدىن ئىششىق ياكى ئۆسمە گۆش پەيدا بولۇپ، داۋالانمىسا ياخشىلانماستىن ئۇزۇنغا سوزۇلۇش بىلەن ئاخىرى راكقا ئايلىنىپ قالىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپكى مەزگىللەردە بۇرۇن ئىچىگە بەز ياكى گۆشكە ئوخشاش مونەك پەيدا بولغانلىقى بىلىنىدۇ. بۇرۇن نەپەس يوللىرى قىسمەن ياكى پۈتۈن توسۇلغانلىقتىن ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە نەپەس ئېلىش دەخلىگە ئۇچرىغانلىقى بىلىنىدۇ. بەزى كىشىلەردە بۇ مونەك چوڭىيىپ بۇرۇن سىرتىغا كۆتىرىلىپ چىققانلىقى مەلۇم بولىدۇ. لېكىن قىچىشىش، ئاغرىش، قىزىرىش، يىرىڭ ياكى زەرداب چىقىش قاتارلىق

ئالامەتلەر بولمايدۇ. بۇرۇن بەۋاسىرى ياكى بۇرۇن ئاقمىسى (ناسۇرى) بىلەن بۇرۇن سەرتانىنىڭ ئالامەتلىرى روشەن پەرقلەرگە ئىگە.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ئېنىقلاش كېرەك. بۇزۇق سەۋدانى تازىلاش ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج، ھەببى قوقىيا، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى شاھتەررە قاتارلىق دورىلارنى كېسەللىنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ بېرىش، سىرتتىن مەلھەمى ئاقاقىيانى ئىشلىتىش كېرەك.

مەلھەمى ئاقاقىيا

ئاقاقىيا 3 گرام، زاك، زەرنىخ ھەر بىرى 1 گرام، زەنگار 2 گرام، نۈشۈدۈر 2 گرام، زەمچە 1 گرام، ئاق موم 15 گرام، رەۋغىنى ۋەرد 5 گرام، ھەسەل 15 گرام.

مەزكۇر دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل، موملارنى قائىدە بويىچە ئېرىتىپ، سوقۇلغان دورىلار بىلەن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ سەرتاننىڭ ئەتراپىنى ياغلاش كېرەك.

ھەببى كىبرىت، ھەببى سىماب، مەئجۇنى ئەفئا (ئوق يىلان مەئجۇنى) قاتارلىق كۈچلۈك دورىلارنى ئېھتىياجغا قاراپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

قەدىمكى ھۆكۈمالارنىڭ ئېيتىشىچە: بۇ كېسەللىكنى دەستكارى ئۇسۇلىدا داۋالاش ئۈنۈملۈك چارىدۇر. لېكىن تىغ تەككەندىن كېيىن تېخىمۇ ئەۋج ئېلىپ كېتىش ئېھتىمالى بار. شۇڭا ئۆسمىنى كېسىپ تاشلىغاندىن كېيىن ئىلاجى بار ئۆسمە ئورنىنى داغلاش شەرت.

بۇرۇندا غەيرىي نەرسىلەر تۇرۇپ قېلىش

بۇرۇندا بىرەر نەرسىنىڭ تۇرۇپ قېلىشى (ئېھتىباسۇششەئى فىلئەنفى، بەند شۇدەنى چىزى دەربىنى) يېمەكلىك ئىستېمال قىلغاندا بەدەندە پەيدا بولغان غەيرىي تەبىئىي پائالىيەتلەر تۈپەيلىدىن تاماق پارچىلىرىنىڭ بۇرۇن يولىغا كىرىپ قالغانلىقىغا

قارىتىلغان. بۇ كۆپىنچە ھاللاردا باللاردا تولاراق ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

يېمەكلىك ئىستېمال قىلغاندا تۇيۇقسىز يۆتەلگەن، كۈلگەن ۋە چۈشكۈرگەندە تاماقنىڭ پۈركۈلۈپ كېتىشىدىن ئېھتىيات قىلىپ ئېغىزنى زورمۇ-زورغا يۇمۇۋېلىشتىن تاماق پارچىلىرى بۇرۇن يولىغا كىرىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

بۇرۇن يولىغا ئىچكى تەرەپتىن يات بىر نەرسىنىڭ كىرىپ قالغانلىقى ئېنىق سېزىلىدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا يات نەرسە يا چىقىپ كەتمەي يا كىرىپ كەتمەي بىمارنىڭ بۇرۇن يولىنى يېقىمسىزلاندۇرۇپ بۇرۇننى كولاشقا مەجبۇر قىلىدۇ. ۋاقتىدا ئامال قىلىپ يات نەرسە چىقىرىۋېتىلمىسە يېمەك پارچىلىرى بۇرۇن يولىدا تۇرۇپ قېلىپ بۇزۇلىدۇ ۋە نەزلە زۇكام پەيدا قىلىدۇ.

داۋاسى

ھەر خىل ياغلارغا مۇمنى ئېرىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇن ئىچىنى مايلاش ياكى بۇرۇن ئىچىگە تېمىتىش كېرەك. كۆپ چۈشكۈرۈش كېسەللىكىنى داۋالاشتا قوللانغان دورىلارنى بۇرۇنغا پۈرۈتۈپ چۈشكۈرتۈش، چۈشكەرگەندە ئېغىزنى ئېتىۋېلىش كېرەك. ئادەتتە كۆپىنچە ھاللاردا بۇ ئۇسۇل بىلەنلا يات نەرسىلەر چىقىپ كېتىدۇ. ئەگەر بۇ تەدبىر بىلەن ياخشىلانمىسا بالىنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ ئۇخلىتىپ بالىنىڭ ئېغىزىنى چىڭ تۇتۇۋېلىپ ئالدى بىلەن بىر بۇرۇن تۆشۈكىدىن كېيىن، يەنە بىر بۇرۇن تۆشۈكىدىن قاتتىق پۈدەش كېرەك. ئەگەر بۇ ئۇسۇلدىمۇ يات نەرسە چىقىپ كەتمىسە مەخسۇس سايمان ئارقىلىق يات نەرسىلەرنى ئېلىۋېتىشكە ئامال قىلىش كېرەك.

بۇرۇن ئېزىلىش

بۇرۇننىڭ ئېزىلىپ كېتىشى (رەززۇلئەنفى) ھەر خىل سىرتقى زەخىم ۋە بەزى

كېسەللىكلەردىن كېلىپ چىققان بۇرۇن سۆڭەك ۋە كۆمۈرچەكلىرىنىڭ بۇزۇلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل سىرتقى زەخمىلەر يەنى ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش ۋە يىقىلىش تۈپەيلىدىن بۇرۇن سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى، كۆمۈرچەكلىرىنىڭ يېرىلىشى ھەتتا ئېزىلىپ كېتىشى كېلىپ چىقىدۇ.

جوزام كېسەللىكىنىڭ دەسلەپكى دەۋرىدە كېسەل كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى خىلىتلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بۇرۇن شەكلى بۇزۇلۇپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

يەڭگىللىرىدە بۇرۇن سەزمەس بولۇپ پالەچلىنىدۇ. بۇرۇن كۆمۈرچەكلىرى يېرىلىدۇ. قىزىرىش، ئىششىش، ئاغرىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. ئېغىرلىرىدا بۇرۇن سىرت كۆمۈرچەكلىرى زەخمىلىنىشتىن بۇرۇن سۆڭەكلىرى سۇنىدۇ. بۇرۇن ئېزىلىپ شەكلى بۇزۇلىدۇ. داۋالىنىپ 10 كۈنگىچە ياخشىلىنىش ئالامەتلىرى كۆرۈلمىسە بۇرۇننىڭ ئەسلىي شەكلىگە كېلىپ ساقىيىشى تەسكە توختايدۇ.

داۋاسى

بۇرۇندىكى زەخمىلىنىش يەڭگىلرەك بولسا مۇلايىملىق بىلەن ئامال قىلىپ ئاستا تۈزەپ قويۇش كېرەك. سەبرى، مۇغاس، ئاقاقىيا، مۇرمەككى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ پاقا يوپۇرمىقى سۈيىدە ئېرىتىپ قەغەزگە سۈرتۈپ بۇرۇنغا چاپلاپ قويسا بولىدۇ. ئەگەر زەخمىلىنىش ئېغىرراق بولسا ياللۇغ پەيدا بولۇشى مۇمكىن. شۇڭا دەرھال قىيفال تومۇرىدىن قان ئېلىش ۋە تەبىئەتنى يۇمشىتىش ھەمدە قۇيۇق غەلىز تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇش كېرەك. مىڭە مىزاجىنىڭ نورماللىقى ۋە قۇۋۋىتىنى ساقلاش ھەمدە ئۆتكۈر خاراكتېرلىك سەرسام كېسەللىكى كېلىپ چىقىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، باش ساھەسىگە سوغۇق تەبىئەتلىك زىمادلارنى چاپلاش كېرەك. بۇرۇننى توغرىلاپ تەبىئىي ھالىتىگە كەلتۈرۈشكە ئامال قىلىش، ئاقاقىيا، مۇغاس قاتارلىقلارنى سوقۇپ سۈيىنى

چىقىرىپ نەيچە بىلەن بۇرۇنغا پۈركەش كېرەك. ئاندىن كېيىن سەبرە، ماش، مۈرمەككى زەئفەرلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ گىل ئەرمىنى، گىل رۇمى، خەستىمى، لادەن، ئەدەسلەر بىلەن قوشۇپ يۇلغۇن يوپۇرمىقى سۈيىدە ئېزىتىپ بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك.

بۇرۇن كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

پەتىلە رۇئاب (1- نۇسخا)

تەركىبى: ئانارگۈلى، تۈگمەن توزۇندىسى، موزا ھەر بىرى 4 گرام، ئەپيۇن 1 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سالايە قىلىنىپ شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا پىلىتىكۈچنى تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ، يۇقىرىقى دورىلارنى يۇقتۇرۇپ قاناۋاتقان بۇرۇنغا تىقىپ قويۇلىدۇ.

پەتىلە رۇئاب (2- نۇسخا)

تەركىبى: قەغەز كۈلى، تۇخۇم شاكىلىنىڭ كۈلى، ئاقاقىيا، ئانار پوستى ھەر بىرى 5.4 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سالايە قىلىنىپ شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا پاكىز پاختىدا پىلىتىكۈچ ياساپ تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ يۇقىرىقى دورىلارنى يۇقتۇرۇپ قاناۋاتقان بۇرۇنغا سېلىپ قويۇلىدۇ.

پەتىلە رۇئاب (3- نۇسخا)

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن موزا، قەغەز كۈلى، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ھەر بىرى

16.2 گرام، كافۇر 3 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سالايە قىلىنىپ، شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا پاكىز پاختىدا پىلتىكۈچ ياساپ تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ يۇقىرىقى دورىلارغا تەككۈزۈپ قاناۋاتقان بۇرۇنغا سىلىپ قويۇلىدۇ.

پەتىلە رۇئاب (4-نۇسخا)

تەركىبى: ئاچچىق ئانار پوستى 5.4 گرام. قەسبۇس زەررە، بۇزۇرلبەنجى 4 گرام، قەلەمفۇر، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ھەر بىرى 2.7 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار قائىدە بويىچە يۇمشاق سالايە قىلىنىپ شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پىلتىكۈچنى تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ، مەزكۇر دورىدىن يۇقتۇرغاندىن كېيىن بۇرۇنغا سىلىپ قويۇلىدۇ.

نۇفۇخى رۇئاب (1-نۇسخا)

تەركىبى: ھۇزۇزى مەككى 7 گرام، يىپەك رەخت بىر پارچە، قەغەز كۆلى 7 گرام.

تەييارلىنىشى: ھۇزۇزنى يۆگەلگۈدەك يىپەك رەختكە يۆگەپ، كۆيدۈرۈپ يۇمشاق سالايە قىلىپ، يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قەغەز كۆلىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا قانىغان ئورۇنغا باسسا بولىدۇ.

نۇفۇخى رۇئاب (2-نۇسخا)

تەركىبى: ئۆلتۈرۈلگەن ئاھاك 10 گرام، كۆيدۈرۈلگەن موزا كۆلى 5 گرام، نەغەز گۆلى 5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدىلىك سالايە قىلىپ شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا بۇرۇن ئىچىگە پۈركۈلىدۇ.

پۇراش سېزىمىنى ئاشۇرىدىغان دورىلار

كېسەل كىشىنىڭ مىزاجىغا قاراپ مۇنزىج، مۇسھىل بېرىپ تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، ھەببى ئىيارەجى فەيقەرا، ئىترىيفىلى كەبىر، مەئجۇنى چۆبچىنى، شەربىتى ئۇستىخۇددۇس، ماءۇلئەسەل قاتارلىق دورىلار كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ بېرىلىدۇ. سىرتتىن تۆۋەندىكى ئېمىتىلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: كۈندۈش، قۇندۇز قەھرى، زەئفەر، سىياھدان، زەردچۆبە، ئاقىرقەرھا قاتارلىق دورىلارنىڭ قايسى بىرسى تېپىلسا 15 گرامچە ئېلىپ 60 مىللىلىتىر سىركىدە قاينىتىپ سۈزۈپ شىشىدە ساقلاپ قويۇپ، لازىم بولغاندا ئەتىگەن ئاخشىمى بۇرۇن ئىچىگە ئېمىتىلىدۇ.

بۇرۇن ۋەرەملىرىنى ياندۇرىدىغان دورىلار

مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ئەرىقى ئەنگۈرشىفا، ھەببى بىنەپشە، ئىترىيفىلى كەشنىزى، ئەرىقى شاھتەررە قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. سىرتتىن گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، نىلۇفەر يېغى، بادام يېغى قاتارلىقلارغا تەڭ مىقداردا سىركە ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇن ئىچى ياغلىنىدۇ.

بۇرۇن ئىچى چاقا-جاراھەتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلار

كېبرىت، زەرنىخ، نۇشۇدۇر، موزا، شىڭرىپ، بۇزۇرۇلبەنجى، دانىكار، قوغۇشۇن كۆشتىسى، ئەنزەرۇت، سىماب كۆشتىسى زەمچە قاتارلىق قۇرۇتقۇچى دورىلاردىن بىرىنى قوي يېغى ياكى ئۇسۇملۇك ياغلىرى بىلەن بىللە مۇۋاپىق مىقداردا مەلھەم قىلىپ بۇرۇن ئىچى

AltunOq

ياغلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا كۆز كېسەللىكىدە سۆزلەنگەن شىيافى ئەبيەز، شىيافى ئەسۋەد، شىيافى مامىيشا قاتارلىق شىيافلارنى مەخسۇس دورا قاچىسىدا سۈرۈپ ئېرىتىپ بۇرۇن ئىچىگە چاپسىمۇ بولىدۇ.

نۇتۇلى سۇددەئى بىينى (1-نۇسخا)

تەركىبى: لادەن، يۇلغۇن ياغىچى، سىياھدانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىنىدۇ.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ 500 مىللىلىتر سۇ قۇيۇپ مەخسۇس قاچىدا قاينىتىپ ھورى دىماققا ئېلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: دىماغ پۈتۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

نۇتۇلى سۇددەئى بىينى (2-نۇسخا)

تەركىبى: بۇغداي كېپىكى 50 گرام، يۇمغاقسوت تۇرۇقى 30 گرام، سامساق بىر باش.

تەييارلىنىشى: يۇمغاقسوت تۇرۇقىنى چالا سوقۇپ، سامساقنى ئېزىپ كېپەك بىلەن بىرلەشتۈرۈپ 500 مىللىلىتر سۇدا قاينىتىپ ھورى دىماققا ئېلىنىدۇ.

ئېغىز بوشلۇقى كېسەللىكلىرى

ئېغىز بوشلۇقى — كالپۇك، تىل، چىش، تاڭلاي، گالدىن تەركىب تاپىدۇ. ئۇ تىل قاتارلىق ئەزالىرى ئارقىلىق ئادەم بەدىنىدىكى تاشقى بەش سەزگۈنىڭ بىرى بولغان تېتىش قۇۋۋىتى (قۇۋۋەئى زائىقە)نىڭ خىزمىتىنى ئەمەلگە ئاشۇرىدۇ. بۇنىڭدىن تاشقىرى كالپۇك ئارقىلىق نەرسىلەرنى شوراش، چىشنى ئاسراش، چىش ئارقىلىق نەرسىلەرنى ئۈزۈش، كېسىش، چايناش؛ گال ئارقىلىق يۇتۇشتەك ۋەزىپىلەرنى ئۆتەيدۇ. ئېغىز بوشلۇقىدىكى بۇ ئەزالارنىڭ ھەممىسى ئىنسانلارنىڭ ئاۋاز چىقىرىش، سۆزلەش، تاۋۇشلارنى توغرا، تولۇق تەلەپپۇز قىلىش قاتارلىق پائالىيەتلىرىدە ناھايىتى مۇھىم رول ئوينايدۇ. بۇ ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە غەيرىي نورمال ئەھۋال كۆرۈلسە يۇقىرىقى خىزمەت ۋە پائالىيەتلەرنىڭ نورمال ئېلىپ بېرىلىشىغا ئوخشىمىغان دەرىجىدە نۇقسان يەتكۈزىدۇ. ئېغىز نەپەسلىنىشتىكى ئىشىكتۇر. ئېغىز بوشلۇقىدىكى ئەزالارنىڭ خىزمەت، پائالىيەتلىرى نورمال بولغاندىلا ئىنسانلار يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى شوراش، ئۈزۈش، كېسىش، چايناش، يۇتۇش ھەممىدە ئەڭ مۇھىم بولغان توغرا تەم سېزىش ۋە نورمال سۆزلەش ئىمكانىيىتىگە ئىگە بولالايدۇ ھەممىدە مەلۇم مەنىدە ئېيتقاندا بەلگىلىك دەرىجىدە نەپەسلىنىش ئورنىغا ئىگە بولالايدۇ. شۇڭا تىبابىتىمىز باشقا ئەزالارغا ئوخشاشلا ئېغىز بوشلۇقى ئەزالىرىدىكى كېسەللىكلەرگە، يەنى ئۇلاردىكى مىزاجلىق، مىزاجسىز ئۆزگىرىشلەر ۋە سىرتقى زەخىمدىن بولغان كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبى، ئالامىتى، داۋاسى (ئىچكى ۋە تاشقى داۋاسى، دەستىكارلىق ئۇسۇللىرى)، پەرھىزى، ئوزۇقلىنىش قاتارلىقلارنى ئۆزىگە خاس مىللىي ئالاھىدىلىكلىرى بويىچە بىرقەدەر تەپسىلىي بايان قىلىندۇ.

ئېغىز بوشلۇقى كېسەللىكلىرى بىلەن تونۇشۇش ۋە ئۇلارنى توغرا داۋالاپ بىر تەرەپ قىلىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن ئۇنىڭدىكى ئەزالار يەنى كالپۇك، تىل، چىش، گال قاتارلىقلارنىڭ تۈزۈلۈشى ۋە خىزمىتى بىلەن ئوبدان تونۇشۇشقا توغرا كېلىدۇ.

ئېغىز بوشلۇقىدىكى ئەزالارنىڭ تۈزۈلۈشى

ئېغىز ئەرەبچە «فەم» دەپ ئاتىلىدۇ. ئېغىز بوشلۇقى — كالپۇك (لەب) لەردىن شەكىللەنگەن ئېغىز تۆشۈكىدىن باشلاپ تىل تۈۋىدىكى گالغىچە بولغان بوشلۇققا قارىتىلغان بولۇپ، ئۇ ئاستىنقى، ئۈستۈنكى كالپۇكلار (شەفەتەين)، تىل (لىسان)، چىشلار (ئەسنان)، تاڭلاي (ھەنەك)، گال (ھەلق) قاتارلىق ئەزالاردىن تەشكىل تاپىدۇ. بۇلاردىن تاشقىرى يەنە، ئۇنىڭدا شۆلگەي بەزلىرى (غۇددە ئى ئەرىقىييە)، بادامچە بەز (لەۋزەتەين) ۋە باشقىلار بولىدۇ.

ئېغىز بوشلۇقىنىڭ ئۈستى تەرىپىدە ئۈستۈنكى چىشلار، تاڭلاي ۋە يۇقىرىقى ئېڭەك، ئاستى تەرىپىدە تۆۋەنكى چىشلار، تىل ۋە ئاستىنقى ئېڭەك بولىدۇ. ئېغىز بوشلۇقىنى ئەستەرلەپ تۇرغان بەلغەمسىمان پەردە (غىشائى مۇخاتى) ئالدى تەرەپتە كالپۇك، ئارقا تەرەپتە گال شىللىمىشىق پەردىسى بىلەن تۇتىشىدۇ. بۇ پەردىلەر نورمال ئەھۋال ئاستىدا قىزىلگۈل رەڭگىدە بولىدۇ. گال ئۇزۇقلۇق ۋە ھاۋا كىرىدىغان يولدۇر.

ئېغىز ئۆز بوشلۇقىدىكى ئەزالىرى ئارقىلىق ئېمىش، شوراش، تەم سېزىش، چاينىش، يۇتۇش بولۇپمۇ ئىنسانلارغا خاس بولغان سۆزلەشتەك مۇھىم خىزمەتلەرنى ئۆتەيدۇ.

كالپۇك

كالپۇك پارسچە «لەب» ئەرەبچە «شەفەت» دەپ ئاتىلىدۇ.

كالپۇك — ئاستىنقى ۋە ئۈستۈنكى لەبلەردىن تۈزۈلگەن بولۇپ، سىرتقى تەرىپى تېرە، ئىچكى تەرىپى بەلغەمسىمان پەردىدىن تۈزۈلگەن. ئۇنىڭدا مۇسكۇل، تومۇر، ئەسەب (نېرۋا)، چېپىشتۇرغۇچى پەردە، مايلىق پەردە ۋە كىچىك بەزلەر بولىدۇ. ھەر بىر لەب ئىچكى سەتھى ئوتتۇرىسىدىكى بەلغەمسىمان چاندىر ئارقىلىق چىش مىلىكلىرى بىلەن تۇتىشىدۇ. كالپۇكلار ئېغىزنى شەكىللەندۈرۈپ يۈز شەكلىنى تۈزەشتىن سىرت ئېمىش، شوراش ۋە چىشلارنى مۇھاپىزەت قىلىشتەك خىزمەتلەرنى ئۆتەيدۇ.

تىل

تىل پارسچە «زەبان»، ئەرەبچە «لىسان» دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ سىرتقى بەش سەزگۈ (ھەۋاسى خەمسە زاھىرى) نىڭ بىرى بولغان تېتىش كۈچى (قۇۋۋەئى زائىقە)، نىڭ خىزمىتىنى بىجىرگۈچى مەخسۇس ئەزادۇر. بۇنىڭدىن باشقا يەنە چايناش، يۇتۇش، شوراش بولۇپمۇ سۆزلەشتە ئالاھىدە رول ئوينايدۇ. تىل بولمىسا سۆزلىگىلى بولمايدۇ.

تىل — تىل تېنى، تىل ئۈستى ۋە تىل تۈۋىدىن تەركىب تاپىدۇ. تىل تۈۋى بىر قانچە مۇسكۇللار ئارقىلىق مۇناسىۋەتلىك سۆڭەككە، بەلغەمسىمان پەردىنىڭ 3 چەمبىرى ئارقىلىق مۇناسىۋەتلىك كۆمۈرچەككە تۇتىشىدۇ. تىل يانلىرىدىن باشلانغان بەلغەمسىمان پەردە چىش مىلىكلىرىنى ئەستەرلەيدۇ. تىل ئاستىدا بىر چېتىق بولۇپ، ئۇ تىل يۈگىنى دەپ ئاتىلىدۇ. تىل بۇ يۈگەن ئارقىلىق ئاستى ئېڭەككە يىلتىزلىنىدۇ.

تىل ئۈستىنى بەلغەمسىمان پەردە ئىھاتە قىلغان بولۇپ، ئۇ ئىچكى، تاشقى 2 قەۋەتتىن تۈزۈلگەن. سىرتقى قەۋىتى تېرىگە ئوخشاش بولغاچقا تىل قىچىشىش (ھىككە تۇللىسانى)، تىل يېرىلىش (تەشەققۇقۇللىسانى) تەك كېسەللىكلەر كۆرۈلىدۇ. ئىچكى قەۋىتىدە تومۇر ۋە نېرۋىلار تارقالغان بولىدۇ.

تىل ئۈستىدىكى بەلغەمسىمان پەردىدە 3 خىل ئۆسۈكچە بولىدۇ:

1. چوڭ ئۆسۈكچىلەر يەنى خەندەكسىمان ئۆسۈكچە (ھولەيماتى مۇخەندەقە) لەر تىلنىڭ ئارقا قىسمىغا تارقالغان بولۇپ، سانى ئاز، ئەتراپىدا خەندەك ياكى كانالچىلار بولغان بولىدۇ. شۇڭا خەندەكسىمان ئۆسۈكچىلەر دەپمۇ ئاتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈكچىلەردە تەم سېزىش كۈچى توپلانغان بولىدۇ.

2. موگۈسىمان ئۆسۈكچە (ھولەيماتى فۇترىيە) ئاساسەن تىلنىڭ ئىككى يېنى ۋە ئۇچىغا جايلاشقان بولۇپ، شەكلى موگۈگە ئوخشايدۇ، سانى كۆپ، رەڭگى قىزىل بولىدۇ.

3. يىپسىمان ئۆسۈكچە (ھولەيماتى خەيتىييە) تىلنىڭ ھەممە قىسىملىرىغا تارقالغان بولۇپ، تىۋىتقا ئوخشاش ئىنچىكە، ئۇزۇن كېلىدۇ، سانى ناھايىتى كۆپ بولىدۇ. بۇ ئۆسۈكچىلەر تەم سېزىش ئۈچۈن ئەمەس، بەلكى ئاساسلىق ئېغىز بوشلۇقىنىڭ تازىلىقى ئۈچۈن خىزمەت قىلىدۇ.

تىلدا تۆۋەندىكىدەك 3 خىل ئەسەب بولىدۇ:

1. مېڭىدىن چىققان تەم سېزىش ئەسەب شاخچىلىرى تىل ئۇچى ۋە ئۇنىڭ يان قىسىملىرىدا ئاياغلىشىدۇ. بۇ ئەسەبلەر ئادەتتىكى سەزگۈ ئەسەبلەر بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

2. تىل ۋە گال ئەسەبلىرى تىلنىڭ تۈۋى تەرىپى ۋە ئۇنىڭ ئىككى يان تەرىپىدىكى

بەلغەمسىمان پەردە ۋە چوڭ ئۆسۈكچىلەر يەنى خەندەكسىمان ئۆسۈكچىلەرگە تارقالغان بولۇپ، ئېتىش قۇۋۋىتى ئاساسلىق مۇشۇ ئۆسۈكچىلەردە بولىدۇ.

3. تىل ئاستى ئەسەبلىرى تىلنىڭ مۇسكۇللىرىغا تارقالغان بولۇپ، تىلنىڭ ھەرىكەتلىنىشىنى باشقۇرىدۇ.

يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئالدىنقى ئىككى ئەسەبدە ئۇچراشقان نەرسىنى سېزىش كۈچى (قۇۋۋەئى لامسە) ۋە ئېتىش كۈچى (قۇۋۋەئى زائىقە) نىڭ ئىككىسىلا بولىدۇ، كېيىنكى ئەسەبدە پەقەت ھەرىكەتلەندۈرگۈچى كۈچ (قۇۋۋەئى مۇھەررىكە) لا بولىدۇ.

تىلنىڭ ئارقا تەرەپ ئوتتۇرا قىسمىدا كىچىك تىل بار، ئۇ گالنىڭ يۇقىرى تەرىپىدىكى يۇمشاق تاڭلايدىن ساڭگىلاپ تۇرغان ئۆسۈكچە گۆش بولۇپ، نەپەسلىنىشتىن كىرگەن ھاۋانى ساپلاشتۇرۇپ چاڭ-توزانلارنى سۈزۈپ قېلىش، كىچىك بالىلاردا سۈت ئېمىش، ئاۋاز چىقىرىشقا ياردەم بېرىشتەك خىزمەتلەرنى ئۆتەيدۇ.

تىلدا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ھەر خىل ئۆسۈكچىلەردىن شەكىللەنگەن تەم سېزىش چېچەكلىرى بولىدۇ. ئۇلارغا ئېتىش كۈچى (قۇۋۋەئى زائىقە) يەنى تەم سېزىش ئەسەبلىرىنىڭ شاخچىلىرى تارقالغان بولىدۇ. ھەر خىل تەملەر ئۇلار بىلەن ئۇچراشقاندىن كېيىن سەزگۈ ئەسەب (ئەسابى ھىسسى) ئارقىلىق مېڭىدىكى ئورتاق ھېس قىلىش (ھىسسى مۇشتەرەك) ئورنىغا يېتىپ بېرىپ تەم سېزىمىنى بارلىققا كەلتۈرىدۇ. تەمنىڭ ئوبدان سېزىلىشى ئۈچۈن ماددا ئېرىگەن ياكى ئېغىزدا ئېرىيدىغان بولۇشى لازىم. ئۇنداق بولمىغاندا تەم سېزىمى بولمايدۇ. ئەمما ئۇچراشقان نەرسىنى سېزىش كۈچى (قۇۋۋەئى لامسە) ئۆز رولىنى يەنىلا يوقاتمىغان بولىدۇ. شۇڭا تىل ياكى گال قۇرۇپ قالسا بىر نەرسىنىڭ تەمىنى سەزگىلى بولمايدۇ. ئېتىش كۈچى بىلەن پۇراش كۈچى ئادەتتە ئۆز ئارا ماسلاشقان بولىدۇ. ئادەم بەدىنىدە يەنە ئىچكى تەم سېزىش كۈچى (قۇۋۋەئى زائىقەئى باتىنىيە) دەپ ئاتىلىدىغان بىر خىل قۇۋۋەتمۇ بولىدۇ. بۇ مېڭىدىكى تەم سېزىش ئەسەبى (ئەسابى زائىقە)غا ئىچكى سەۋەبلەرنىڭ تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن بولىدۇ. مەسىلەن، بەزى غەيرىي نورمال ئەھۋاللار ئاستىدا تىل سىرتقى نەرسىلەرنىڭ تەسىرىگە ئۇچرىمايمۇ ئېغىزدا ئاچچىق ياكى تاتلىق تەملەر سېزىمى پەيدا بولۇپ قالىدۇ.

تىل ئېتىنىڭ رەڭگى، تىل ئۈستىدىكى گەزلەرنىڭ نېپىز-قېلىنلىقى ۋە ئۇلارنىڭ رەڭگى ھەمدە تىلنىڭ ھەرىكىتى قاتارلىقلار ئادەم بەدىنىنىڭ ساقلىق-ساقسىزلىق ھالىتىدىن بىۋاسىتە بىشارەت بېرىدۇ. شۇڭا ئۇلار تەشخىس ئىلمىدە مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

چىش

چىش ئەرەبچە «ئەسنان» دەپ ئاتىلىدۇ. ئىنسانلار ھاياتىدا ئىككى قېتىم چىش چىقىدۇ. بىرىنچى قېتىمدا سۈت چىشى يەنى بوۋاق چىشى، ئىككىنچى قېتىمدا دائىملىق چىش يەنى ئۆمۈرلۈك چىش چىقىدۇ.

سۈت چىشى

سۈت چىشى بوۋاق چىشى دەپمۇ ئاتىلىدۇ، چۈنكى ئۇ بالا تۇغۇلۇپ 8-6 ئاي بولغاندا چىقىشقا باشلاپ ئىككى يېرىم ياشقا كىرگىچە ئاستىنقى ۋە ئۈستۈنكى ئېڭەكتە 10 دىن جەمئىي 20 دانە چىقىدۇ. ئاستىنقى ئېڭەك سۈت چىشلىرى ئۈستۈنكى ئېڭەك چىشلىرىغا قارىغاندا بالدۇرراق چىقىدۇ.

سۈت چىشلىرى ئوتتۇرا سۈت چىشى، يان سۈت چىشى ۋە ئېزىق سۈت چىشلىرىغا ئايرىلىدۇ. ئوتتۇرا سۈت چىشى بالا 7-6 ئايلىق بولغاندا ئاستى-ئۈستىدە 4 تىن 8 دانە چىقىدۇ. يان سۈت چىشى 14-12 ئايلىق بولغاندا 2 دىن 4 دانە چىقىدۇ. ئاخىرى 4 تىن 8 دانە ئېزىق سۈت چىشى چىقىدۇ، 6 ياشقا توشقاندىن كېيىن سۈت چىشلىرى چۈشۈشكە باشلاپ 13-12 ياشقا كىرگىچە دائىملىق چىشلار چىقىپ بولىدۇ.

دائىملىق چىش

دائىملىق چىش ئۆمۈرلۈك چىش دەپمۇ ئاتىلىدۇ. چۈنكى ئۇ ئادەم قېرىغانغا قەدەر ئاساسىي جەھەتتىن مەۋجۇت بولۇپ تۇرىدۇ، سانى ئادەتتە 32 تال بولىدۇ. ئايرىم كىشىلەردە دائىملىق ئەقىل چىشىدىن 2 تال ياكى 1 تالىدىن چىقماي قېلىپ چىشلىرىنىڭ سانى 30 ياكى 28 تال بولۇپمۇ قالىدۇ.

دائىملىق چىشلار دائىملىق ئوتتۇرا چىش، دائىملىق يان چىش، دائىملىق ئېزىق چىش ۋە دائىملىق ئەقىل چىشلارغا ئايرىلىدۇ. دائىملىق ئوتتۇرا چىش 4 تىن 8 تال، دائىملىق يان چىش 2 دىن 4 تال، دائىملىق ئېزىق چىش 8 دىن 12 تال، دائىملىق ئەقىل چىش 2 دىن 4 تال جەمئىي 32 تال چىقىدۇ.

چىشنىڭ ئۆزى چىش تۆجى، چىش بويىنى ۋە چىش تۈۋى (يىلتىزى) دىن ئىبارەت

3 قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. چىش ئۇچى ئېغىزدىن كۆرۈنۈپ تۇرىدۇ. چىش يىلتىزى ئىگەك سۆڭەك ئويمانلىرىغا پېتىپ تۇرغاچقا كۆرۈنمەيدۇ. چىش ئۇچى بىلەن چىش تۈۋىگىچە بولغان ئارىلىق چىش بويىنى دەپ ئاتىلىدۇ. ئوتتۇرا چىشلاردا بىردىن يىلتىز، يان چىشلاردا 2 دىن يىلتىز، ئېزىق چىشلاردا 2 دىن 5 كىچە يىلتىز بولىدۇ. چىشلار يېمەكلىكلەرنى ئۈزۈش، چايناش ھەمدە ئېزىپ ئۇلارنى ھەزىم قىلىشقا لايىقلاشتۇرۇش، ئېغىزدىكى شۆلگەيلەرنى توختىتىش ۋە كونترول قىلىشتەك رولغا ئىگە. شۇنىڭ بىلەن بىرگە گەپ قىلغاندا سۆزلەرنىڭ تولۇق ۋە توغرا چىقىشىغا ياردەم بېرىدۇ. ئادەمگە زىننەت كىرگۈزىدۇ. شۇڭا چىشلارنى ئوبدان مۇھاپىزەت قىلىش، تاماقتىن كېيىن، ئۇخلاشتىن بۇرۇن چىشنى پاكىز يۇيۇش، شاكىراپ تۇز سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش، ئەڭ ياخشىسى چىش مەلھىمىنى چىش چوتكىسىغا يۇقتۇرۇپ چوتكىلاشنى ئادەت قىلىش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بىرگە چىشلارنى بەك سوغۇق ۋە قىزىق، بەك ئاچچىق ۋە چۈچۈمەل يېمەك-ئىچمەكلىكلەردىن ھەمدە ئۇنىڭ بىلەن قاتتىق نەرسىلەرنى چىشلەشتىن ساقلاش كېرەك.

ئەجدادلىرىمىز مىسۋاك بىلەن چىشنى تازىلاش ياكى مەخسۇس چىش تالقان (سۇنۇن)لىرى بىلەن چىشنى مۇھاپىزەت قىلىش ۋە ئاسراشتەك ئېسىل تازىلىق ئەنئەنىلىرىگە ئىگە.

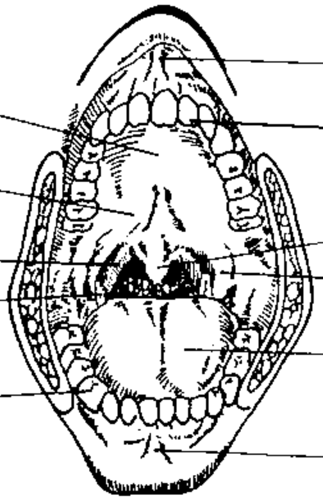
گال

گال پارسچە «ھەلق» دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇنىڭ ئالدى تەرىپىنىڭ ئۈستى يۇمشاق ۋە قاتتىق تاڭلاي بىلەن، ئاستى تەرىپىنىڭ كەينى كاناي ۋە تاماق يولى بىلەن، ئاستى تەرىپىنىڭ ئالدى تىل تۈۋى بىلەن تۇتىشىدۇ. ئۇ مېھراب شەكلىدە بولۇپ، مېھراب ئوتتۇرىدا كىچىك تىل يەنى ئەقىل تىلى بولىدۇ. تاڭلايلار ۋە گالنىڭ سىرتقى يۈزىنى بەلغەمسىمان پەردە ئەستەرلىگەن بولىدۇ. كىچىك تىل يىلتىزىنىڭ ئىككى يېنىدا مۇسكۇللۇق ھەمدە پەردە بىلەن ئەستەرلەنگەن ئىككى مېھرابسىمان چېتىق بولۇپ، گال ئالدى ۋە ئارقا تۈۋرۈكلىرى دەپ ئاتىلىدۇ. ئالدىدىكىسى تىل تاڭلاي مېھرابى، كەينىدىكى گال تاڭلاي مېھرابى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. بۇ ئىككى مېھراب ئارىلىقىدا بىردىن ئىككى بەز بولىدۇ. مەزكۇر بەزلەرنىڭ شەكلى بادامغا ئوخشىغاچقا بادامسىمان بەزلەر (لەۋزەتەين) دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇلاردا 12 ــ 15 دانە چېكىتسىمان تۆشۈكلەر بولۇپ، تۆشۈكلەر كەينىدە شۆلگەيسىمان سۇيۇقلۇقلارغا تولغان خالتىچاقلار بولىدۇ. بۇ يەرلەرنىڭ ئارقا تەرىپى قۇلاق كانالچىسىنىڭ ئېغىزى بىلەن تۇتىشىدۇ. شۇڭا بۇ يەرلەر ۋەرەملەنگەن كۆپىنچە كىشىلەردە قۇلاق ئېغىرلىشىپ

يۇتۇپ قالغاندەك سېزىم پەيدا بولىدۇ. ئېغىز بوشلۇقىدا يەنە شۆلگەي بەزلىرى، تىل ئاستى بېزى، ئېڭەك ئاستى بېزى قاتارلىقلار بولىدۇ.

گالنىڭ ئالدى قىسمى مەلۇم مەنىدە ئېيتقاندا يۇتقۇنچاقتىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇنىڭدا ئاۋاز پەردىسى بولىدۇ. ئۇ پارسچە مىزمار دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ ئاۋاز پەيدا قىلىشتىكى ئەڭ مۇھىم ئەزا بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئۇنىڭ ئالدى تەرىپىدە كاناي يولى، كەينى تەرىپىدە تاماق يولى يەنى قىزىلئۆڭگەچ بولىدۇ. كاناي بىر قانچە ئۇلانغان يېرىم ھالقا شەكلىدىكى كۆمۈرچەكلەردىن تەشكىل تاپقان بولۇپ، ئاستى كاناي شاخچىلىرى ئارقىلىق ئۆپكە بىلەن تۇتىشىدۇ. ئۇنىڭ يۇقىرىقى قىسمىدا بىر ئۆسۈكچە بولۇپ، ئۇ بوغدىيەك دەپ ئاتىلىدۇ، بوغدىيەك كاناي بوشلۇقىنى كاناي ئالدىنقى دالىنى، كاناي قىرىنچىسى، ئاۋاز ئاستىنقى رايوندىن ئىبارەت ئۈچ قىسىمغا بۆلۈۋېتىدۇ. كاناي نەپەس ئېلىشنى تەڭشەش، ئاۋاز چىقىرىش، يۇتقان نەرسىلەرنىڭ نەپەس يولىغا كىرىپ كېتىشىنى توسۇش، كۆچەش قاتارلىق ھەرىكەتلەرگە ياردەم بېرىشتەك خىزمەتلەرنى ئۆتەيدۇ.

تاماق يولى يەنى قىزىلئۆڭگەچ كاناي ئارقىدىن ئاستى تەرەپكە قاراپ مېڭىپ ئومۇرتقا ئالدىدىكى ئۆشۈكتىن ئۆتۈپ 10-ئومۇرتقىنىڭ ئۇدۇلىدىكى ئاشقازاننىڭ يۇقىرى قىسمىدا ئاياغلىشىدۇ. قىزىلئۆڭگەچ 3 قەۋەتتىن تۈزۈلگەن بولۇپ، سىرتقى قەۋىتى مۇسكۇل يىپچىلىرىدىن، ئوتتۇرا قەۋىتى خانىلىق پەردىدىن، ئىچكى قاتلىمى بەلغەمسىمان پەردىدىن تۈزۈلگەن. ئۇنىڭ ئىچكى ۋە ئوتتۇرا قەۋەتلىرىدە ئورغۇنلىغان بەزلەر بولۇپ، ئۇلار شىلىمشىق سۇيۇقلۇق ئىشلەپچىقىرىپ قىزىلئۆڭگەچنى نەمدەپ سىلىقلاشتۇرۇپ تۇرىدۇ. يۇتقۇنچاقتىن يۇتۇلغان يېمەك-ئىچمەكلەر قىزىلئۆڭگەچ ئارقىلىق ئاشقازانغا بارىدۇ.



ئېغىز بوشلۇقىنىڭ تۈزۈلۈشى

كالپۇك قۇرۇش، يېرىلىش ۋە قاسىراقلىشىش

كالپۇك قۇرۇش، يېرىلىش ۋە قاسىراقلىشىش (جۇفافۇششە فەتى، تەشەققەقۇششە فەتى، تەقەششۇرۇششە فەتى) قۇرۇقلۇقنىڭ غالىبلىقىدىن يەڭگىلرەك بولسا كالپۇك قۇرۇغانلىقىغا، ئېغىر بولسا كالپۇك يېرىلىپ قاسىراقلىشىپ سويۇلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

گەرچە كالپۇكتىكى بۇ 3 خىل غەيرىي نورمال ئەھۋالنىڭ سەۋەبى چوڭ جەھەتتە قۇرۇقلۇقنىڭ ئېشىپ كېتىپ كالپۇكقا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسىمۇ كونكرېتنى جەھەتتە ئېيتقاندا تۆۋەندىكىدەك بىر قانچە خىل سەۋەبتىن پەيدا بولىدۇ:

1. مېڭىگە زىيادە قۇرۇقلۇق پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ تەسىرى ئەسەبلەر ئارقىلىق كالپۇكقا كېلىپ ئورۇنلىشىدۇ. بۇ خىلدىكىسىدە كالپۇك يېرىلىشتىن ئىلگىرى ئۇيقۇسىزلىققا ئوخشاش مېڭىدە قۇرۇقلۇق ئېشىپ كەتكەنلىك ئالامەتلەر بولىدۇ.
2. كۆيگەن خىلتلار ئاشقازانغا يىغىلىدۇ، ئۇنىڭ بۇخارلىرى كالپۇكقا ئورۇنلىشىپ كالپۇك يېرىلىدۇ، قاسىراقلىشىدۇ.
3. قىزىتمىلىق كېزىك (تەبى مۇھرىقە) تە بەدەندىكى قۇرۇقلۇق ۋە ھارارەت تۈپەيلىدىن كالپۇك قۇرۇيدۇ، يېرىلىدۇ، ھەتتا قاسىراقلىشىپ سويۇلىدۇ.

بەلغەم خۇسۇسىيەتلىك چاپلىشاڭغۇ خىلت كالپۇكقا چاپلىشىپ يۇقىرىدىكى ھارارەتتە قۇرۇپ كالپۇك قۇرۇشنى پەيدا قىلىدۇ، ئاندىن يېرىلىدۇ. بەزىدە قاسىراقلىشىپ بەلغەمسىمان پەردە چۈشۈشى مۇمكىن.

يەنە كۆپ قان يوقاتقان، ئېغىر ئىچى سۈرگەندىمۇ بۇ خىل ئەھۋاللار ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

ئەتىياز، كۈز پەسىللىرىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە قىزىتمىلىق

كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىغانلار، ئۇزاق مۇددەت ئىچى سۈرۈپ بەدىنىدە ھۆللۈك ئازايغانلار ۋە سىل كېسىلىگە ئوخشاش سوزۇلما خوراتقۇچى كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىغانلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ.

دەسلەپتە ئېغىز قۇرۇشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ، كېسەل كىشى ئىختىيارسىز ھالدا تىلى بىلەن كالپۇكىنى يالاپ نەملەپ تۇرۇشقا مەجبۇر بولىدۇ، كېيىنچە كالپۇك يېرىلىدۇ. قانايدۇ، قاسىراقلىشىپ سويۇلىدۇ، ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن بەدەندىكى قۇرۇقلۇق ئاشقان سەۋەبلەرنى ئېنىقلاش، كېزىك، سىل، قان يوقىتىش، ئىچ سۈرۈشتەك كېسەللىكلەر بولسا ئۇلارنى ۋاقتىدا داۋالاش، قۇرۇقلۇقنى قايتۇرۇپ، بەدەننى ھۆللەشتۈرگۈچى ئۇسۇل-چارىلەر ۋە دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

مائۇلجۇبىننى ئىچسە ۋە ئۇنى كالپۇككا سۈرسە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. سىرتقى جەھەتتە قىز تۇغقان ئايال سۈتى بىلەن پات-پات كالپۇكنى نەمدەش؛ تەرخەمەك كۆپۈكى، بىنەپشە يېغى بىلەن تەييارلانغان قىرۇتى (موملۇق ياغ) بىلەن كالپۇكنى ياغلاش؛ موزا، قەلەي كۇشتىسى، نىشاستىلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، توخۇ يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ كالپۇككا چېپىش؛ ئىسبەغۇل شىرىسى (لۇئابى) نى ئەرىقى گۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈرۈش ياكى بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىغىرلاردىن بىرىنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ كالپۇككا سۈرۈش؛ قاپاق يېغى، ئۈسۈڭ يېغى، خەشخاش ياغلىرىنىڭ بىرى بىلەن كالپۇكنى ياغلاش كېرەك. كېسەللىك ماددىسىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتىش ئۈچۈن بىنەپشە يېغىنى كىندىككە سۈركەش لازىم.

چاپىدىغان ھەر قانداق دورىنى كالپۇككا چاپقاندىن كېيىن توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئىچىدىكى ئاق پەردىسىنى دورا ئۈستىدىن چاپلاپ قويسا ھەم دورىنى ھەم يېرىلغان، سويۇلغان جايىنى سىرتقى تەسىرلەردىن ساقلايدۇ.

ئوزۇقلىنىشتا كاللا-پاقالچاق ئىستېمال قىلىش ۋە شورپىسىنى ئىچىش، ئاچچىق-چۈچۈك، ئۆتكۈر تەسىرلىك تۈرلۈك تاماقلارنى يېمەسلىك، تاماقنى قىزىق پېتى ئىستېمال قىلماسلىق، شامالغا چىقىشتىن ساقلىنىش لازىم.

كالپۇك ئاقىرىش

كالپۇك ئاقىرىپ قېلىش (سەفىدى لەب، بەيازۇششەفەتى) بەدەننىڭ باشقا جايلىرىدا بەرەس (ئاق كېسەل) پەيدا بولماي تۇرۇپ مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن خاس كالپۇكنىڭلا ئاقىرىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئاساسىي سەۋەبى بەلغەمدىن بولىدۇ. قاننىڭ ئۆزگىرىشى، يەرلىك ئورۇننىڭ ھارارىتى كېمىيىپ كېتىشى تۈپەيلىدىن خام بەلغەم خۇسۇسىيەتلىك ھۆللۈك ئېشىپ يەرلىك ئورۇندا تۇرۇپ قېلىپ كالپۇك ئاقىرىشنى پەيدا قىلىدۇ. ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەنلىكتىن ئۆزگەرتكۈچى قۇۋۋەت ئاجىزلىشىپ ئوزۇقلۇقلارنى ئەزالارنىڭ مۇناسىپ ھالىدىكى رەڭگىگە ئۆزگەرتەلمەيۋاتقان مەزگىللەردە ئەگەر مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كالپۇكتا قاپارتما ھاسىل بولۇش، سۇ كۆتۈرۈش، بىر قەۋەت تېرە تاشلاشتەك ئەھۋاللار كۆرۈلسە كالپۇكنىڭ تېگىدىن ئاقىرىپ قېلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

دېمەك، كالپۇكنىڭ ئاقىرىپ قېلىشى قاننىڭ ئۆزگىرىشى، بەلغەم خىلتىنىڭ ئارتىشى ۋە باشقۇرغۇچى ئەزالارنىڭ قۇۋۋىتى ناچارلىشىشى تۈپەيلىدىن يۈز بېرىدۇ.

قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرنىڭ بوھران يۈز بەرگەن مەزگىلىدە قان، سەپرا سەۋەبىدىن كالپۇكقا قوقاقا ئوخشاش نەرسىلەر چىققاندىمۇ كالپۇك ئاقىرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

كالپۇكتىكى ئاقلىق روشەن بولۇپ بىر قاراشتىلا بىلگىلى بولىدۇ، سەل پارقىراق كېلىدۇ. ياكى دەسلەپتە كالپۇكتا سۇ كۆتۈرۈپ ئازراق جاراھەت پەيدا بولۇپ، ئاخىرىدا قاقاچلىنىپ ساقايغاندىن كېيىن يەرلىك ئورۇننىڭ ئاقىرىپ قالغانلىقىنى ئېنىق كۆرگىلى

بولىدۇ. ئاق ساق تېرگە قارىغاندا روشەن ھالدا پەرقلىق بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن تەرتىپ بويىچە بەلغەم ماددىسىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن ئىيارەج فەيقەرا بېرىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىترىيفىلى كەبىر، ئىترىيفىلى ھەمان قاتارلىقلار بېرىلىدۇ.

تەبىئىي ھارارەتنى ئويغىتىش، بەلغەم خۇسۇسىيەتلىك خىلتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن سۈنبۇل، گۈلخەيرى، ياسىمەن، زەئفەر قاتارلىقلارنىڭ يىغىنى بۇرۇنغا تېمىتىش؛ سىياھدان، قەلەمفۇر، زەيتۇن قاتارلىقلارنىڭ يېغى بىلەن كالپۇكنى ياغلاش كېرەك.

بەلغەم ماددىسىنى كۆپەيتكۈچى ھەر خىل يېمەك-ئىچمەكلىكلەر ۋە يەللىك تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش لازىم.

ئەگەر، قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردىكى بۆھراندىن بولسا، داۋالىمىسىمۇ بولىدۇ. ئۆزلۈكىدىن يوقاپ كېتىدۇ.

ئەگەر، قان ۋە سەپرا سەۋەبىدىن قوقاقتەك مۇدۇرلەر چىققان بولسا، قىيفال تومۇردىن مۇۋاپىق مىقداردا قان ئالسىمۇ بولىدۇ.

كالپۇك تارتىشىش

كالپۇك تارتىشىش (ئىختىلاجۇششەفەتى) كالپۇكنىڭ لىپىلداپ تارتىشقانلىقىغا، ھەتتا تارتىشىشنىڭ ئېغىرلىشىپ كالپۇكنىڭ نورمال ھەرىكىتىگە تەسىر يەتكۈزگەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

بەش خىل بولىدۇ:

1. بەدەندىكى نورمال سۇيۇقلۇق ياكى قاننىڭ كۆپلەپ چىقىپ كېتىپ كالپۇكقا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

2. ئاشقازان شىرىكچىلىكىدىن پەيدا بولىدۇ. يەنى غىدىقلىغۇچى بىرەر يات ماددا ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا قويۇلغاندا، ئۇنى توسۇش ئۈچۈن ئاشقازان يىغىلىپ كېڭىيىپ ھەرىكەتلىنىدۇ. بۇ ھەرىكەت كالپۇك پەيلىرىنىڭ تارتىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3. يۈز فالىجى (لەقۋە)، تۇتقاقلىق (سەرئى) كېسەللىكلىرى يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى مېڭىگە غىدىقلىغۇچى بىرەر ماددا تەسىر قىلغانلىقتىن مېڭىدىكى كالپۇككا تۇتاش بولغان سىزىم پەيلىرىنىڭ غىدىقلىنىشىنى پەيدا قىلىپ كالپۇك تارتىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

4. بەدەندە قويۇق يەل پەيدا بولۇپ كالپۇككا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن كالپۇكنىڭ لىپىلداپ تارتىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

5. قاننىڭ كۆپلۈكىدىن كالپۇكتىكى ئۇششاق ئىنچىكە تومۇرلارغا قان تولغاندا، ئۇلار قىسمەن توسۇلۇپ بىر خىل سوۋۇتقۇچى قۇۋۋەت پەيدا قىلىدۇ. ھەمدە ئۇنىڭدىن ئاجرالغان قان مەنبەلىك بۇخارلارنى يەلگە ئايلاندۇرۇپ، كالپۇك تېرىسىدىكى ئۇششاق تۆشۈكلەرنى زىچلاشتۇرۇپ قويىدۇ. نەتىجىدە يەللەر تارقالماي كالپۇك تارتىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

بىر كالپۇكتا ياكى ئۈستۈن - ئاستىنقى ئىككىلا كالپۇكتا تۇرۇپ - تۇرۇپ تارتىشىش كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل ئەھۋال ئېغىرلاشسا ھەتتا ئېغىزنى نورمال ئېچىپ - يۇمۇشقا تەسىر يەتكۈزىدۇ. كۆپىنچە ھاللاردا كالپۇكنىڭ سوغۇقنى سېزىشچانلىقى تۆۋەن بولىدۇ.

1- خىلدا: ئاغرىق كىشىدە كۆپلەپ سۇيۇقلۇق ياكى قان يوقاتقانلىق تارىخى بولىدۇ. بەدەن زەئىپ، روھىي - ھالىتى تۆۋەن بولىدۇ.

2 - خىلدا: كالپۇك تارتىشىش بىلەن بىللە كۆڭۈل ئېلىشىش، ھېق تۇتۇشلار بولىدۇ. بۇ خىلدىكى كالپۇك تارتىشىش ئاغرىقنىڭ قۇسۇدىغانلىقىدىن دېرەك بېرىدۇ.

3 - خىلدا: كېسەل كىشىدە كالپۇك تارتىشىش بىلەن بىرگە ئىچى تىتىلداش، ئېزىلەڭگۈلۈك، پۇت - قوللار قولشىشتەك سەرئى كېسىلى يۈز بېرىشنىڭ ئالدىدىكى بېشارەتلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

4 - خىلدا: كالپۇك تارتىشىش بىلەن بىرگە كالپۇكتا قىچىشىش بولىدۇ.

5 ـ خىلىدا: كالپۇك تارتىشىش بىلەن بىرگە كالپۇك چىڭقىلىش، قىچىشىش ئالامەتلىرى بولىدۇ.

داۋاسى

1 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن سۇيۇقلۇق ياكى قان يوقىتىشنىڭ سەۋەبلىرىنى ئېنىقلاپ ئۇنى يوقىتىشقا چارە قىلىش كېرەك. ئاندىن كېيىن ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلىگۈچى، سۇيۇقلۇقلارنى تولدۇرغۇچى، قان كۆپەيتكۈچى دورىلار ۋە يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەرنى بېرىش لازىم.

2 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن ئاشقازاننى تازىلاش، قەي قىلدۇرۇش، سەپرا ياكى بەلغەم سۈرگىسىنى ئايرىم ـ ئايرىم ياكى بىر قىلىپ ئىچكۈزۈش لازىم. ھەببى تەنكار قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. ئاندىن كېيىن ئاشقازاننى كۈچەيتكۈچى دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، مەسىلەن: جەۋارىش ئامىلە، جەۋارىش كۆمۈنى، ئىترىيفىلى كەبىر قاتارلىقلاردىن بېرىش لازىم.

3 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، ئوخشاشلا ئالدى بىلەن مېڭىنى تازىلاش، بۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى قوقىيا ياكى ھەببى ئىيارەجنى ئىستېمال قىلىش لازىم. ئاندىن كېيىن قۇرۇق ئۈزۈم، ئاقىر ـ قەرھا قاتارلىقلار بىلەن غەر ـ غەر قىلىش ھەمدە لەقۋەگە قىلىنىدىغان چارىلەرنىڭ يەڭگىلرەكلىرىنى قىلىش لازىم. ماددەتۇلھايات، مەئجۇنى ئۇجاھ قاتارلىقلاردىن بەرسە بولىدۇ.

4 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، قويۇق يەللەرنى تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىش، تىترەش (رەئشە) كېسەللىكىگە قىلىنىدىغان چارىلەرنى قىلىش بىلەن بىرگە جويۇزنى بابۇنە يېغىدا يۇمشاق ئېزىپ كالپۇكقا چېپىش كېرەك.

5 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، مۇۋاپىق تېپىلغاندا ئالدى بىلەن قىيفال تومۇردىن قان ئېلىش، 6 ـ 5 كۈن ئۆتكەندىن كېيىن تۆت تومۇر (چاھاررەگ) دىن ياكى تىل ئاستىدىكى تومۇردىن قان ئېلىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىسسىق كېسەللىكلەردە بېرىلىدىغان مەتبۇخلارغا شاھتەررە قوشۇپ ئىچىنى يۇمشىتىش، ئاندىن كېيىن تېرە تۆشۈكلىرىنى ئېچىشقا تىرىشىش كېرەك. ياكى ھەببى شەبيار بەرگەندىن كېيىن رۇمبادىيان، بىنەپشە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، بىسفايەج، بادىرەنجى بۇيا يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا ئاپتابىي گۈلقەنت قوشۇپ ئىچىش لازىم. ئىترىيفىلى كەبىر قاتارلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلىش بىلەن بىرگە سۆسۈن يېغى، قوستە يېغى قاتارلىق

ياغلار بىلەن كالپۇكنى ياغلاش ۋە كالپۇكقا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش لازىم.

چۇچۇمەل شورپىلار بىلەن قاننى پەسەيتىش، تاماق مىقدارىنى ئازايتىش كېرەك.

مەتبۇخى ئۇستۇخۇددۇس مۇلەييىنى 3 ـ 1 قېتىم بەرسىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

مەتبۇخى ئۇستۇخۇددۇس مۇلەييىن

بىسفايەج، زاراڭزا مېغىزى ھەر بىرى 13.5 گرام، چىلان 20 دانە، سەرپىستان 20 دانە، ئۇستۇخۇددۇس، گۈلى بابۇنە، قەنتەرىيون دەقىق، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 8.1 گرام، سۈرۈنجان 5.4 گرام، تەرەنجىبىن 100 گرام.

ئەفتىمۇندىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ 1.5 لىتىر سۇ قويۇپ چىلاپ يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ تەرەنجىبىن قوشۇپ قائىدە بويىچە سۈزۈپ ئېلىنىدۇ.

كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ.

كالپۇك ۋەرەملىرى

كالپۇك ۋەرەملىرى (ئاماسھايى لەب، ئىلتىھابۇششەفەتى) ھەر خىل ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەردىن بولغان كالپۇك ئىششىقلىرىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كالپۇك ئىششىقلىرى خىلىت (ماددا)سىز ياكى خىلىت (ماددا)لىق سەۋەبلەردىن يەنى ماددىسىز (ئىسسىق، سوغۇق، ھۆل، قۇرۇق) ياكى بەدەندىكى تۆت خىلىت (سەپرا، قان، بەلغەم، سەۋدا)نىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشلىرى كالپۇكقا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزىدە كالپۇكقا بىر نەرسە تېگىپ كېتىشتەك سىرتقى زەخمىلەر تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزىدە قاتتىق سوغۇق ۋە ئىسسىقلاردا ئۇزۇن يول يۈرۈش، شورلۇق سۇلارنى ئىچىش

AltunOq

قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ماددىسىز كەيپىياتلاردىن بولغان بولسا، ئىششىق كالپۇكتىلا بولۇپ ئەتراپقا تارقىمايدۇ. قىزىش، ئاغرىش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. تېرىسى بىرئاز قوۋزاقلىشىدۇ.

خىلىت ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا، شۇ خىلتلارنىڭ ئۆزگەرگەنلىككە خاس ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن، كالپۇك ئىششىقىنىڭ بەلغەمدىن بولغانلىرىدا قىزىش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. ئىششىق ئاق، يۇمشاق بولىدۇ. قاندىن بولغانلىرىدا ئىسسىتما بولىدۇ. ئىششىق قارىغا مايىل بولۇپ قىزىرىپ، ئېچىشىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن ماددىلىق ياكى ماددىسىز سەۋەبتىن ئىكەنلىكىنى ئېنىق ئايرىش كېرەك.

كالپۇك ئىششىقى ماددىسىز ئىسسىقنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاش، ئاق سەندەلنى كۆك يۇمغاقسۈت سۈيىدە سۈرۈپ ئېتىقىنى چىقىرىپ كالپۇككا سۈرۈش كېرەك. ماددىسىز سوغۇقتىن بولغان بولسا، سۆسۈن يېغى، ياسمەن يېغىغا بىر ئاز قۇندۇز قەھرى قوشۇپ ياغلىسا ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

كالپۇك ئىششىقى ماددىلىق سەۋەبتىن بولغان بولسا، ئالدى بىلەن سەۋەبچى بولغان خىلىتنى مۇنزىج بېرىپ پىشۇرۇش، مۇسھىل بېرىپ بەدەندىن تازىلاش لازىم. بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن ھوزۇز، بابۇنە، ئارپا ئۇنى، گۈلاب، ئىت ئۈزۈمىنىڭ ئوسارىسىگە ئوخشاش ۋەرەمنى ياندۇرۇپ، ئەزانى قورۇغۇچى دورىلارنى كالپۇككا سۈرۈش، ئاخىرىدا بادام يېغى ۋە ئاق موم بىلەن تەييارلانغان مەلھەمنى چېپىش، قىزىق سۇ بىلەن ئوبدان يۇيۇش لازىم.

بەلغەم خىلىتىدىن بولغانلىرىغا سىرىق چېچەك، بابۇنە، ئىكلىلمىلىكلەرگە ئوخشاش تارقاتقۇچى دورىلارنى چېپىش لازىم. سەۋدا خىلتىدىن بولغانلىرىغا كالپۇك بەۋاسىرىدا ئېيتىلغان دورىلارنى ئىشلىتىش، لېكىن تارقاتقۇچى ئىسسىق دورىلارنى قەتئىي ئىشلەتمەسلىك لازىم. ئىششىقنىڭ ئېغىرلاشماسلىقى ئۈچۈن سوغۇق نەرسىلەرنى مۇۋاپىق تۈردە يەرلىك ئورۇنغا ياقسا بولىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە تاماققا دىققەت قىلىش، تاماقنى كەم يېيىش، يەللىك تاماقلاردىن

پەرھىز قىلىش كېرەك.

كالپۇك دوردىيىش

كالپۇك دوردىيىپ قىلىش (تەقەللۇسۇششەفەتى) ئۈستۈن ۋە ئاستىنقى كالپۇكلارنىڭ بولۇپمۇ ئۈستۈنكى كالپۇكنىڭ تاشقى تەرەپكە تارتىشىپ، تۈرۈلۈپ قالغاندەك دوردىيىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئېغىزنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشىگە تەسىر يەتكۈزۈپلا قالماي، بەلكى تاۋۇشلارنى توغرا تەلەپپۇز قىلىشقىمۇ بەلگىلىك دەرىجىدە دەخلى يەتكۈزىدۇ. بۇ كېسەللىك خەلق ئارىسىدا «كالپۇكى دوردىيىپ قاپتۇ» دەپ تەسۋىرلىنىپ «دورداق، دورداي كالپۇك» دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

مەزكۇر كېسەللىك تۇغما (بىرلەمچى) خاراكتېرلىك ۋە كېيىن پەيدا بولغان (ئىككىلەمچى) خاراكتېرلىك دەپ ئىككى خىل بولىدۇ. كېيىن پەيدا بولغان كالپۇك دوردىيىپ قىلىش كالپۇكقا بىرەر نۇقسان يەتكەنلىكتىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ خىل نۇقسانغا ئاساسەن تۆۋەندىكى 2 خىل تەشەننۇج سەۋەبچى بولىدۇ.

1. ھۆللۈك ئاشقان تەشەننۇجدىن كالپۇك دوردىيىپ قالىدۇ. بۇنىڭدا كالپۇك پەيلىرىنىڭ كاۋاكلىرىغا كۆپىنچە بەلغەم ماددىسى توشۇپ قالىدۇ-دە، بۇ خىل توشۇقلۇق كالپۇك پەيلىرىنىڭ توغرىسىغا سوزۇلۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ كالپۇكنى تارتىشتۇرۇپ كالپۇك دوردىيىشنى پەيدا قىلىدۇ. بۇ، تەشەننۇجى ئىمتىلائىدىن يەنى توشۇپ قىلىش خاراكتېرلىك تارتىشىپ قىلىشتىن بولغان كالپۇك دوردىيىش دەپ ئاتىلىدۇ.

2. قۇرۇقلۇق ئاشقان تەشەننۇجدىن كالپۇك دوردىيىپ قالىدۇ. بۇنىڭدا بەدەننى قۇرۇتقۇچى ئامىللاردىن، مەسىلەن: كۆپ قۇسۇش، ئۇزۇن مۇددەت ئىچى سۈرۈش، دائىم ئادەتتىن تاشقىرى ئاچ قىلىش، ئۇيقۇسىزلىق، ئارتۇقچە جاپا تارتىش ۋە ئۆتكۈر قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر تۈپەيلىدىن كالپۇك پەيلىرى تارتىشىپ كالپۇك دوردىيىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ تەشەننۇجى ئىستىفراغدىن يەنى ئىستىفراغ خاراكتېرلىك تارتىشىپ قىلىشتىن بولغان كالپۇك دوردىيىش دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە ئۆلۈم يېقىنلاپ قالغاندىمۇ

كالپۇك دوردىيىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

1. ھۆللۈك ئاشقان تەشەننۇجدىن بولغان كالپۇك دوردىيىشتا، كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆپىنچە بىردىنلا پەيدا بولىدۇ. كالپۇكتا ئېغىرلىق ۋە سۇسلۇق بولىدۇ. بولۇپمۇ كالپۇك ھەرىكەت قىلسا تېخىمۇ تارتىشىپ دوردىيىپ كېتىدۇ. كالپۇك بوش، يۇمشاق ۋە سوغۇق بىلىنىدۇ. سىرتقى جەھەتتە ياغلار بىلەن ياغلىسا ياغنى تارتمايدۇ.

2. قۇرۇقلۇق ئاشقان تەشەننۇجدىن بولغان كالپۇك دوردىيىشتا، كالپۇك دوردىيىش ئاستا-ئاستا باشلىنىدۇ. كالپۇك ئورۇق، چىڭراق ۋە سوغۇق بىلىنىدۇ. سىرتقى جەھەتتە ياغلار بىلەن ياغلىسا ياغنى تېزلا تارتىپ كېتىدۇ.

داۋاسى

ئەگەر كالپۇك دوردىيىش تۇغما بولغان بولۇپ باللىق مەزگىلدە كالپۇكنى ناھايىتى يۇمشاقلىق بىلەن دائىم بىر تەرەپكە تارتىش ئارقىلىق تۈزەش مۇمكىن. كونارغانلارنىڭ داۋاسى يوق.

1. ھۆللۈك ئاشقان تەشەننۇجدىن بولغان كالپۇك دوردىيىشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن ماددىنى پىشۇرۇش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەر كۈنى مائۇل ئۇسۇل شەربىتىگە گۈلقەنت قوشۇپ ئىستېمال قىلىش كېرەك. ماددا پىشقاندىن كېيىن فالەج كېسەللىكىدە بېرىلگەن ئىيارەجىلەردىن، مەسىلەن: ئىيارەجى فەيقەرانى بېرىش كېرەك. لېكىن ماددىنى تازىلاشتا ئەسەبلەردىكى ماددىلارنى تولۇق تارتىپ چىقىرىش ئۈچۈن يەڭگىل تەسىرلىك دورىلارنى تەدرىجىي قوللىنىش كېرەك. ماددا تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار، مەسىلەن: قوستى يېغى، سۇزاپ يېغى، ياسمەن يېغى قاتارلىقلار بىلەن كالپۇكنى ياغلاش كېرەك. قۇندۇز قەھرى، فەرفيۇن، ئاقىرقەرھالارنى يۇقىرىدىكى ياغلاردا ئېزىپ ياغلىسا تەسىرى تېخىمۇ ياخشى.

2. قۇرۇقلۇق ئاشقان تەشەننۇجدىن بولغان كالپۇك دوردىيىش ئوتتۇرا ياشلىقلار ۋە ياشانغانلاردا كۆرۈلسە ئاسانلىقچە داۋا قوبۇل قىلمايدۇ ياكى ساقايمايدۇ. ياشلار ۋە بالىلاردىكىسىمۇ تەستەرەك ساقىيىدۇ ھەمدە ئۇزۇن ۋاقىت كېتىدۇ.

ئالدى بىلەن پۈتۈن بەدەنگە بولۇپمۇ نۇقسان يەتكەن ئەزاغا ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە

تىرىشىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن يېڭى سىغىلغان ئىشەك سۈتى، ئۆچكە سۈتى، ئارپا سۈيى، بېھى ئۇرۇقى شىرنىسى، بىنەپشە شەربىتى، نىلۇپەر شەربىتى، قاپاق يېغى، تاتلىق بادام يېغى قاتارلىقلاردىن قايسى بىرى تېپىلسا شۇنى يەككە ھالدا ياكى بىر قانچىسىنى بىرلەشتۈرۈپ ئىچسە، كالپۇكقا سۈرسە بولىدۇ. بادام يېغىدا ئەتكەن ھالۋا ئوبدان پايدا قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا مۇناسىۋەتلىك ھۆللۈك دورىلارنى، مەسىلەن: بىنەپشە گۈلى، ئۇسۇڭ غازىڭى، ئاق لەيلى غازىڭى ۋە گۈلى، ئارپا ئۇنى، سەي كاۋىسى، ئۆچكە سۈتى قاتارلىقلار بىلەن قايناتقان سۇدا پۈتۈن بەدەننى ۋە كالپۇكنى يۇيۇش، بەدەنگە ۋە يەرلىك ئورۇنغا ھۆللەشتۈرگۈچى دورىلارنى سۈركەش، مەسىلەن: كالىنىڭ پاقالچاق يىلىكى، مېكىيان توخۇنىڭ يېغى، ئاق موم، بىنەپشىلەردىن ياسالغان قىروتى قاتارلىقلارنى سۈرۈش لازىم.

كالپۇك ئۇششاق مۇدۇرى ۋە يېرىڭلىق چاقىسى

كالپۇكقا ئۇششاق مۇدۇر ۋە يېرىڭلىق چاقا چىقىش (بۇسۇرۇششەفەتى ۋە قۇرۇھۇششەفەتى) بەدەندىكى خىلىتلارنىڭ ئۆزگىرىشى كالپۇكقا يامان تەسىر قىلىپ كالپۇك چۆرىسىگە ئۇششاق مۇدۇرلەر ۋە يېرىڭلىق چاقىلار چىققانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بەدەندىكى خىلىتلارنىڭ بولۇپمۇ قان، سەپرا ماددىسىنىڭ غەيرىي تەبئىي ھالدا نورمالسىز ئۆزگىرىشى تۈپەيلىدىن بەزى قويۇق ماددىلار كالپۇك ئەتراپىدا توختاپ قېلىپ، بۇخارات پەيدا قىلىش بىلەن كالپۇكقا ئوخشىمىغان دەرىجىدە مۇدۇر چىقىدۇ. ئەگەر ئۇ ئوقۇنەتلەنسە يېرىڭلىق چاقىلارغا ئايلىنىدۇ.

ئالامىتى

مەزكۇر كېسەللىنى پەيدا قىلغۇچى سەۋەبچى ماددىلار يەڭگىل بولسا كالپۇك ئەتراپىغا پات-پات ئۇششاق مۇدۇر چىقىپ، ئۆزلۈكىدىن يوقىلىپ كېتىدۇ. ئاغرىشتەك باشقا

ئالامەتلەر بولمايدۇ. ئەگەر بۇخارات كۈچلۈك، ئۇفۇنەتلىنىش ئېغىر بولۇپ ئۇششاق مۇدۇرلەر ئۇزۇنغىچە ساقايمىسا، تەدرىجىي چوڭىيىپ يىرىڭلىق چاقىغا ئايلىنىدۇ، بەزىلىرى ئەتراپىغا يامراپ ئېغىز يارىسىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. قىزىرىش، چىڭقىلىش، لوقۇلداپ ئاغرىشتەك ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

داۋاسى

مەتبۇخى ھەلىلە ياكى مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ئىترىفىللى ئەفتىمۇن قاتارلىق دورىلارنى بېرىش لازىم.

سىرتتىن ئەھۋالغا قاراپ مەلھەمى ئىسپىداج چېپىلىدۇ ياكى مەلھەمى گىلى ئەرمەنىنى تەييارلاپ چاپسا بولىدۇ.

مەلھەمى گىلى ئەرمەنى

گۈل يېغى، بابۇنە گۈلى، ئاق لەيلى گۈلى ھەر بىرى 10 گرام، زىغىر، ئىسپەغۇل ھەر بىرى 6 گرام، قاپاق مېغىزى 10 گرام، گىلى ئەرمەنى 15 گرام.

بابۇنىنى قاينىتىپ ئۇنىڭ سۈيىدە ئاق لەيلى گۈلى، زىغىر، ئىسپەغۇللارنىڭ لۇئاب (شىرىسى) نى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا قاپاق مېغىزى، گىلى ئەرمەنلەرنى سوقۇپ قوشۇپ، ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ كالپۇكقا چاپسا بولىدۇ.

كالپۇكقا ئارتۇقچە گۆش ئۆسۈش

كالپۇكقا ئارتۇقچە گۆش ئۆسۈش (بەۋاسىرى لەب، بەۋاسىرۇششەفەتى،) كالپۇك ئىچىگە كىچىك ئۆزۈمدەك چوڭلۇقتا ئارتۇقچە گۆش ئۆسۈپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى، تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن كۆيۈپ، بۇزۇلغان قاننىڭ كالپۇك ئۇششاق

شاخچە تومۇرلىرىدا توختاپ قېلىشى تۈپەيلىدىن تەدرىجىي ھالدا ئۆسمە گۆش پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ئالامىتى 2 خىل بولىدۇ:

1. كۆپىنچە تۆۋەنكى كالپۇكقا كىچىك ئۈزۈمدەك چوڭلۇقتا رەڭگى كۆكۈش كەلگەن قاتتىق مۈنەك ئۆسۈپ چىقىپ، ئوتتۇرىسىدىن يېرىلىدۇ. بەزىلىرى چوڭىيىپ كالپۇك تېشىغا كۆتۈرۈلۈپ بىرئاز تۈرۈلۈپ قالىدۇ.

2. تۆۋەنكى كالپۇكتا شەكلى قارا ئۈجمىگە ئوخشاش گۆش پەيدا بولىدۇ. ئاغرىمايدۇ. بەزىلىرى چوڭىيىپ كالپۇكنىڭ تېگى تەرىپىنى قورۇپ، كالپۇك سىزىمىنى يوقىتىدۇ. بەزىلىرى ياماللىشىپ سەرتان (راك) غا ئايلىنىپ قېلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

كېسەللىك يېڭى ۋە يەڭگىلرەك بولسا مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ئىيارەج فەيقەرا بېرىپ بەدەننى تازىلاش بىلەن بىرگە، سىرتقى تەرەپتىن يەرلىك ئورۇننى مەلھەمى دارچىنى بىلەن ياغلاش لازىم. كالپۇك بەۋاسىرى رەڭگىنىڭ قارا ياكى قىزىللىقىغا دىققەت قىلىش كېرەك. ئەگەر رەڭگى قارا بولسا، كالپۇكنىڭ ئۆزىدىنمۇ ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن نەشتەر بىلەن كالپۇكنى تىلغاندىن كېيىن قاننى توختىتىش ئۈچۈن سىركە سۈركەش كېرەك. چۈنكى سىركە قان توختىتىشقا داغلىغاننىڭ ئورنىنى باسىدۇ. ئەگەر كالپۇك بەۋاسىرىنىڭ رەڭگى قىزىل بولسا، تىغ ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش شەرت. چۈنكى بۇ چاغدا ئۇششاق ھەرىكەتلىك تومۇرلار قان تولغان (ئىمتىلائىئۇددەمى) ھالەتتە بولغانلىقتىن تىغ تەگسە مەزكۇر تومۇرلار كېسىلىپ كېتىپ، قان توختىماسلىق خەۋپى بولىدۇ. بۇنداق ھاللاردا ئالدى بىلەن زىمادى ئەدەس (يۇرچاق قويۇق مەلھەمى) ۋە مەلھەمى موردارسەنگە (گۆش ئۈندۈرگۈچى مەلھەم) ئىشلىتىش لازىم.

كېسەللىك كونا، ئېغىرراق بولسا مەخسۇس دەستكارى ئۇسۇلى بىلەن كېسىپ ئېلىۋېتىش، كالپۇكنى ئۇزۇنسىغا تىلىپ ئاندىن كالپۇك سىرتىغا تۈرۈلۈپ قالمىغۇدەك ھالەتتە تىكىپ، زەئفەر، خۇنسىياۋشانلارغا ئوخشاش قان توختاتقۇچى دورىلارنى سېپىپ، ئاندىن جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى مەلھەملەرنى سۈركەش لازىم.

زىمادى ئەدەس

ئاق پۇرچاق، بابۇنە، ئىككىلىمىلىك، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، شۇنىڭغا لايىق مىقداردىكى تۇخۇم سېرىقى ۋە مېكىيان توخۇ يېغى ئېلىنىدۇ. ئالدى بىلەن يۇقىرىقى تۆت خىل دورىنى سۇدا ئوبدان پىشۇرغاندىن كېيىن سۈزۈپ ئېلىپ، تۇخۇم سېرىقى، توخۇ يېغى بىلەن ئېزىپ خېمىردەك قىلىنىدۇ.

كالپۇك بەۋاسىرى ۋە چاقىسىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. لازىم بولغاندا تەييارلاپ كالپۇككا تاڭسا بولىدۇ.

مەلھەمى موردارسەنگ

مەدەستاندىن 23 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇلىدۇ، زەيتۇن يېغىدىن 6 گرام ئېلىپ قىزىتىلىدۇ. كۈندۈر، مىلتىق دورىسى، ئەنزەرۇت، خۇنسىياۋشان، زىپتى يابىسىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام ئېلىپ تالقانلىغاندىن كېيىن مەدەستان ۋە زەيتۇن يېغىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. جاراھەتلەرگە گۆش ئۆندۈرۈپ، جاراھەتنى پۈتتۈرۈشتە ئىنتايىن ياخشى تەسىرگە ئىگە.

ئېغىز پۇراش

ئېغىز پۇراش (بەخرۇلفەمى) ئېغىز سېسىق پۇرىغانلىقىغا بولۇپمۇ گەپ قىلغاندا ئېغىزدىن سېسىق پۇراق چىققانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە ھاللاردا كېسەل كىشىنىڭ ئۆزىگە بىلىنمەي باشقىلارغا بىلىنىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەرنىڭ يامان تەسىرىدىن ئېغىز پۇراش كېلىپ چىقىدۇ. ئىچكى جەھەتتە بىرەر خىلتنىڭ ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بەزى قويۇق

بۇخاراتلىق كېسەللىكلەرنىڭ، مەسىلەن: ئۆپكە سىلى، گال، ئېغىز-چىش كېسەللىكلىرى، ئاشقازان كېسەللىكلىرى، پۈتۈن بەدەنلىك يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر ۋە ئۆسمە كېسەللىكلىرىنىڭ ئۇفۇنەت بۇخارلىرى ئېغىز ئارقىلىق سىرتقا چىقىپ ئېغىز پۇراشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تاشقى جەھەتتە يېمەك-ئىچمەك ماددىلىرى ئېغىز بوشلۇقى ۋە چىش مۇلۇكلىرىگە يىغىلىپ ۋاقتى-ۋاقتىدا پاكىزلانمىغاچقا تەدرىجىي ھالدا ئۇفۇنەت پەيدا قىلىپ، ئېغىز پۇراشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

گەپ قىلغاندا، ئېغىز ئارقىلىق نەپەسلىنىپ نەپەس چىقارغاندا ئېغىز پۇرايدۇ. كۆپىنچە ئاغرىقنىڭ ئۆزىگە بىلىنمەي يېقىن تۇرغان ياكى قارشىسىدىكى كىشىلەرگە بىلىنىدۇ. كېسەللىك يېڭى ۋە يېنىك بولسا ئېغىز بەزىدە سېسىق پۇرايدۇ، بەزىدە پۇرىمايدۇ. ئەگەر كېسەللىك كونارغان ۋە ئېغىرراق بولسا ئېغىزدىن دائىم كۈچلۈك سېسىق پۇراق چىقىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قايسى خىلىت بۇزۇلغان بولسا شۇ خىلىتنى تازىلاپ تەڭشەش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى ھەلىلە، ئىيارەج فەيقەرا قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ. سۇنبۇل، پوستى تۇرۇنجى (جۇيزە پوستى)، سەئىندى كوفىلارنى 5 گرامدىن ئېلىپ، 100 گرام سىركە بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش لازىم.

ئېغىز پۇراشقا سەۋەبچى بولغان ئەسلى كېسەللىكنى داۋالاشقا ئاكتىپ تەدبىر قىلىش لازىم. ئەسلى كېسەللىك ساقايسا ئېغىز پۇراش شۇنىڭغا ئەگىشىپ ياخشىلىنىپ قالىدۇ.

ئېغىز بوشلۇقىنىڭ تازىلىقى ياخشى بولمىغانلىقتىن كېلىپ چىققان ئېغىز پۇراشنى داۋالاشتا ئالدىنى ئېلىشنى ئاساس قىلىش، ئېغىزنى دائىم تاماقتىن كېيىن، كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن ۋە ئۇخلاپ قوپقاندىن كېيىن يىلمان سۇ بىلەن چوتكىلاپ يۇيۇش، تۇز سۈيى ياكى مۇناسىۋەتلىك دورا سۇلىرى بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم.

شۆلگەي ئېقىش

شۆلگەي ئېقىش (كەسرە تۇللۇئابى) كېسەلى ئادەتتىكى چاغلاردا ۋە بەزىدە ئۇخلىغان ۋاقىتتا ئېغىزدىن كۆپ مىقداردا شۆلگەي ئاققانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. ئاشقازاندا ھۆل ئىسسىقلىقنىڭ غەلىبە قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

2. ھەزىمنىڭ ناچارلىشىپ ئاشقازاندا بەلغەم خۇسۇسىيەتلىك سوغۇق سۇيۇقلۇقلارنىڭ توپلىشىپ قالغانلىقىدىن پەيدا بولىدۇ.

بەك ياشانغاندا، ھامىلدارلىقتا، كىچىك بالىلاردا، زەھەرلەنگەندە ۋە يىلان، چايان قاتارلىقلار چاققاندىمۇ ئېغىزدىن شۆلگەي ئېقىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

1. ئىسسىقلىقتىن بولسا، شۆلگەي قورساق ئاچ ۋاقىتتا كۆپىيىدۇ.

2. سوغۇقتىن بولسا، قورساق توق ۋاقىتتا شۆلگەي كۆپىيىدۇ. ھەزىم قىلىش خىزمىتى ئاجىزلىشىپ ئېغىز تەمى ئاچچىق - چۈچۈك بولۇپ قالىدۇ.

3. ياشانغانلىق، ھامىلدارلىق، بالىلىق، زەھەرلەنگەنلىك، زەھەرلىك ھاشارەتلار چاققانلىق تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

1. ئاشقازاندا ھۆل ئىسسىق يىغىلغانلىقتىن بولغان شۆلگەي ئېقىشنى داۋالاشتا، ئانار، ئالما، بېھى ۋە غورا قىياملىرىنى بېرىش؛ ئالما، بېھىگە ئوخشاش ئۇتقۇچى مېۋىلەرنى ئىستېمال قىلىش ۋە ئانار شەربىتى، ئالما شەربىتى قاتارلىقلارنى ئىچىش كېرەك. سىماق، ماش، قىزىلگۈللەرنى ئېھتىياجغا لايىق ئېلىپ، قاينىتىپ سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش

لازىم. ھۆل كاسىنىنى ئازراق تۇز بىلەن چالا سوقۇپ يېيىش كېرەك. بۇ چارىلەر ئىسسىقنى قايتۇرۇش، ھۆللۈك قۇرۇتۇش، شۆلگەي تىزگىنلەش رولىغا ئىگە.

2. ئاشقازاندا بەلغەمى سوغۇقلۇق يىغىلغانلىقتىن بولغان ئېغىزدىن شۆلگەي ئېقىشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن سېرىق چېچەك، تورۇپ ئورۇقى، چوچۇكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ ئىچكۈزۈپ قۇستۇرۇش لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاشقازاننى كۈچەيتىش ئۈچۈن ئىترىيفىلى كەبىر، جەۋارىش كۇمۇنى، جەۋارىش ئىترىيفىلى قاتارلىق ئىسسىق مەئجۇناتلارنى ئىستېمال قىلىش، بۇغداي تالقىنىنى بىر ئاز قىچا بىلەن قوشۇپ يېيىش، كۈندۈر ۋە مەستىكىنى چايناش كېرەك.

ئېغىز ۋەرىمى

ئېغىز ۋەرىمى (ۋەرەمۇلفەمى، قۇلاڭ) ئېغىزدا يۈز بەرگەن پىشلاقسىمان ھۆل چاقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئېغىز ۋە تىلنىڭ ئۈستىدە پەيدا بولىدۇ. تەدرىجىي كېڭىيىپ ئېغىزنىڭ ھەممە يېرىنى قاپلايدۇ. ئېغىز شىللىق پەردىلىرى ئاقىرىپ ياپىلاق مۇدۇر پەيدا بولىدۇ. مەزكۇر كېسەللىك كۆپىنچە ئەمچەك ئېمىشىدىكى بالىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بەزىدە بالىلارنىڭ تىل ئۈستى، قوۋۇز ئىچىنى قاپلىغاندىن سىرت، يەنە گالغا ھەتتا ئۆپكىگە قەدەر يامراپ كېتىشى مۇمكىن. خەلق ئارىسىدا ئۇنى «ئېغىز ئاغرىش» دەپ ئاتايدۇ.

سەۋەبى

ئومۇمىي جەھەتتىن ئېيتقاندا ئىچكى ياكى تاشقى ئامىللارنىڭ ئېغىزغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن ئېغىز ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

ئىچكى جەھەتتە خىلتلارنىڭ قايسى بىرى سان ياكى سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىپ ئۇفۇنەت پەيدا قىلىپ، ئېغىزغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن ئېغىز ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە قان ياكى سەپرا، شور بەلغەم، كۆيگەن سەۋدا قاتارلىقلاردىن پەيدا بولىدۇ.

تاشقى جەھەتتە ئېغىز تازىلىقىغا ئېتىبار بەرمەسلىك، بەزى ئومۇمىي بەدەن كېسەللىكلىرىنىڭ تەسىرى ۋە يىمىرگۈچى ماددىلارنى ئېغىزغا ئېلىش، سىمابلىق

ياسالمىلارنى ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ئېغىز شىللىق پەردىلىرىگە ئاقۇش رەڭلىك پىشلاققا ئوخشاش ئۇششاق مۇدۇرلەر چىقىپ ئېغىز ئوخشىمىغان دەرىجىدە ئاغرىيدۇ. ئېغىز شىللىق پەردىلىرى كۆپۈشكەنلىكتىن يەڭگىل دەرىجىدە ئىششىش كۆرۈلىدۇ. كىچىك بالىلار تولا يىغلاپ ئەمچەك ئەممەي بىئارام بولىدۇ.

قان ياكى سەپرا ماددىسىدىن بولسا، بەدەندە ھارارەت ۋە قىزىللىق بولىدۇ. ئېغىز شىللىق پەردىلىرى كۆتۈرۈلۈپ قالغاندەك كۆرۈنىدۇ ھەمدە كۆيۈشۈپ، ئېچىشىپ قاتتىق ئاغرىيدۇ. ئېغىز رەڭگى توق قىزىل بولىدۇ، شۆلگەي ئاقمايدۇ.

شور بەلغەم ماددىسىدىن بولسا كۆيۈشۈپ، ئېچىشىپ ئاغرىش ئېغىر بولمايدۇ. شور بەلغەمنىڭ تۇزلۇقلۇقى تۈپەيلىدىن ئېغىز ئەتراپىدا ئۇششاق ئاق رەڭلىك چېچەكتەك جاراھەتلەر بولىدۇ. شۆلگەي كۆپ ئاقىدۇ.

كۆيگەن سەۋدا ماددىسىدىن بولسا ئېغىز قۇرۇيدۇ، قورۇلۇپ ئاغرىيدۇ. شۆلگەي ئاقمايدۇ. ئادەتتىن تاشقىرى ئېچىشىدۇ. تىل ئۈستىنى قارامتۇل گەز باغلايدۇ ھەمدە سەۋدانىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن غالىب كەلگەن خىلتنى بەدەندىن تازىلاپ چىقىرىش كېرەك. مۇۋاپىق تېپىلسا قان ئېلىشمۇ پايدىلىق. ئەگەر مەزكۇر كېسەللىك ئومۇمىي بەدەن شىرىنكچىلىكىدىن بولسا، ئۆكھەل تومۇرى (رەگى ھەفتى ئەندام) دىن قان ئالسا بولىدۇ. ئەگەر باشنىڭ شىرىنكچىلىكىدىن بولسا ئالدى بىلەن قىيفال تومۇردىن، ئاندىن كېيىن تىل ئاستى تومۇرى ۋە چاھار رەگ تومۇرى (ئۈستۈن ۋە ئاستىنقى كالپۇك ئىچىدىكى تومۇرلار) دىن قان ئالسا بولىدۇ. چاھار رەگ تومۇرىدىن قان ئېلىش قان ۋە سەپرا ماددىسىدىن بولغان بارلىق ئېغىز كېسەللىكلىرى ئۈچۈن پايدىلىق.

ئەگەر مەزكۇر كېسەللىك ئېغىرراق بولۇپ، ئېغىزدىن سۇيۇقلۇق كۆپ ئاقسا كۈچلۈك دورىلار بىلەن ئاجىز دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ مۆتىدىل قىلىپ ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر كېسەللىك ئېغىرلىشىپ تاڭلاي تېرىسى ۋە تىل ئاستىدىن ئۆتۈپ ھەتتا شۇ جايلارنىڭ سۆڭەكلىرىگىچە يەتكەن بولسا، ئۇفۇنەتلەنگەن جاراھەتنىڭ ئەتراپىغا يېيىلماسلىقى ئۈچۈن كۈچلۈك دورىلارنى، مەسىلەن: فىلافىيونىنى ئاقاقىيا بىلەن ئىشلىتىش لازىم. بۇنىڭدا ھەرقانداق رەۋغىناتلارنى بولۇپمۇ زەيتۇن يېغىنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم. ئەگەر ياغلارنى ئىشلىتىشتىكى مەقسەت باشقا دورىلارنىڭ قۇرۇقلۇقىنى يوقىتىش ئۈچۈن بولسا تۇتقۇچى (قابىز) ياغلارنى، مەسىلەن: ھەبۇلئاس يېغىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

قان ياكى سەپرادىن بولغان ئېغىز ۋەرەمنى داۋالاشتا كېسەل ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە بېرىلىدۇ. ھارارەتنى پەسەيتىش ئۈچۈن نىلۇفەر شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئۇنىڭغا سوغۇق تەبىئەتلىك ئۇرۇقلار شىرىسى، مەسىلەن: سېمىز ئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى ۋە كاسنى ئۇرۇقلىرىنىڭ شىرىسىنى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. سىرتقى جەھەتتە قىزىلگۈل، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، مارجان شوخلىسىنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ، 100 گرام سىركە بىلەن قاينىتىپ، ئېغىزنى كۈندە 3 قېتىم چايقاش ياكى تاباشىر، قىزىلگۈل، سۇماق، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، گۈلنارلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ ئۇنىڭغا 1 گرام كافۇر قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ ئېغىزغا سېپىش كېرەك. ئىسپەغۇل لۇئابى بىلەن كۆك يۇمغاقسۈت سۈيىنى بىرلەشتۈرۈپ ئېغىزنى چايقاش ياكى خېنە يوپۇرمىقىنى سۇغا چىلاپ ياكى يېڭى خېنە بولسا سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ ئېغىز چايقاش كېرەك. بۇ سۇغا مۇۋاپىق مىقداردا تاباشىر، كافۇر قوشۇلسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى. كافۇر ۋە تاباشىرلارنى ئېزىپ چېپىشمۇ كۆپ مەنپەئەت قىلىدۇ. كۆيدۈرۈرلگەن گاۋزەبان، كۆيدۈرۈلگەن بۇغدايلارنى بىرلەشتۈرۈپ چېپىش ياكى ئۇنىڭغا كات ھىندى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش، مارجان شوخلىسىنى تاجىگۈل سۈيىدە ئېزىپ سۈرۈش، قىزىلگۈل، تەرەنجىبىن، يۇمغاقسۈتلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ چېپىش، ئۈجمە يوپۇرمىقىنى چايناش، مامىرانچىنى قىزىلگۈل بىلەن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ سېپىش، پاقا يوپۇرمىقى سۈيىدە ئېغىزنى چايقاش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى ناھايىتى ياخشى پايدا قىلىدۇ.

ئەگەر ئېغىزدىكى يارا سېسىپ بەدبۇي پۇراق چىقسا قۇرۇغۇچى دورىلار بىلەن ئېغىزنى چايقىسا سېسىغان ئورۇنلارنى يوقىتىپ، ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن سىركە، نوشادىر، تۇز ياكى تۇز ۋە زەمچە ئېرىتمىسى بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك. ئەگەر سىركىنىڭ ئېچىشتۇرۇشىدىن ئېھتىيات قىلىشقا توغرا كەلسە، ئۇنىڭ ئورنىغا زەئفەر قوشسا بولىدۇ.

شور بەلغەم ماددىسىدىن بولغان ئېغىز ۋەرەمنى داۋالاشتا كېسەل ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج، ھەببى سەبرە ئىچكۈزۈش، مامىرانچىنى، قارا ھەلىلە، ئاقىرقەرھالارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام ئېلىپ 100 گرام سىركە بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش؛ ئاقىرقەرھا، تۇخمەك مېۋىسى سۈيى بىلەن غەر-غەرە قىلىش كېرەك. سۇفۇفى سۇنۇن سەپسىمۇ ناھايىتى ئوبدان پايدا قىلىدۇ.

كۆيگەن سەۋدا ماددىسىدىن بولغان ئېغىز ۋەرەمنى داۋالاشتا كېسەل ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئىچكۈزۈش، ماددا تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن كالا يىلىكى بىلەن جاراھەتنى مايلاش كېرەك. جاراھەتنى قۇرۇتۇش ۋە پۈتتۈرۈش ئۈچۈن خېنە يوپۇرمىقىنى چايناش، خېنە يوپۇرمىقى، ئاق لەيلى تۇرۇقى، مارجان شوخلىسى، ئىسسىبەغۇل، قىزىلگۈللەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ سۈزۈپ، سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم.

يېمەك-ئىچمەك جەھەتتە بەك ئاچچىق-چۈچۈك، قىزىق، تۇزلۇق ۋە بەك تاتلىق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن پەرھىز قىلىش كېرەك.

ئېغىزغا مۇدۇر چىقىش

ئېغىزغا مۇدۇر چىقىش (بۇسۇرۇلفەمى) ئېغىز شىللىق پەردىسىگە ئوخشىمىغان چوڭلۇقتا مۇدۇرلەر چىققانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە ئاشقازان يارىسى، ئۈچەي مەددە كېسەللىكلىرى بار كىشىلەردە، ھەيز كۆرگەن ئاياللاردا ۋە قەنت سىيىش (زىيابىت) كە ئوخشاش ماددا ئالمىشىش بۇزۇلغان كىشىلەردە جىقراق ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

مەزكۇر كېسەللىك ئاساسەن قانىنىڭ ئېغىر دەرىجىدە بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ ھەمدە ئۇنىڭغا كۆپىنچە سەپرا ئارىلاشقان بولىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا ئېغىز تازىلىقىغا دىققەت قىلماسلىق، ئېغىز ئىچى ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن زەخىملىنىش نەتىجىسىدە ئېغىزغا جەراسىملار ئورۇنلىشىش قاتارلىقلاردىنمۇ مەزكۇر كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

مەزكۇر كېسەللىكتە ئېغىز شىللىق پەردىلىرىگە ئوخشاش بولمىغان چوڭلۇقتا مۇدۇرلەر چىقىپ، ئېغىزنىڭ قاتتىق ئاغرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ھەتتا بىرەر نەرسە چايناشقىمۇ مۇمكىن بولماي قالىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسىنى بەدەندىن تازىلاپ چىقىرىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى ھەلىلە ئىچكۈزۈش، ئاندىن كېيىن قىزىلگۈل، مارجان شوخلىسى، مارجان شوخلا يوپۇرمىقى، كاسنى يوپۇرمىقى ۋە يىلتىزى، يۇمغاقسۈت، كۆك ماشلارنى سىركە بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، مەزكۇر سۇيۇقلۇق بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

ئېغىز ئىچى سويۇلۇش

ئېغىز ئىچى سويۇلۇش (تەقەششۇرۇلفەمى) قوۋۇز ۋە تاڭلاي بەلغەمسىمان پەردىلىرىنىڭ سويۇلۇپ تېگى ئېچىلىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئۆتكۈر خاراكتېرلىك قىزىق بۇخارلار ئېغىز ئىچىنى ئەستەرلەپ تۇرغان نېپىز بەلغەمسىمان پەردىلەرنى كۆيدۈرۈپ ۋە قۇرۇتۇپ، يەرلىك ئورۇندىكى ئەزالارنىڭ بىر-بىرىگە تۇتىشىپ تۇرۇشىنى تەمىنلەۋاتقان ھۆللۈكنى يوقىتىپ، مەزكۇر ئەزالاردىكى نېپىز بەلغەمسىمان پەردىلەرنىڭ سويۇلۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇلاردىن باشقا، كۆيدۈرگۈچى دورا، قىزىق تاماق ۋە قايناقسۇغا ئوخشاش نەرسىلەرنى بىلىپ-بىلمەي بىراقلا ئېغىزغا ئېلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ ئېغىز كۆيۈپ

قىلىپ ئېغىز ئىچى بەلغەمسىمان پەردىلەرنىڭ سويۇلۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

ئېغىز، تىل ۋە تاماقلارغا قارىسا بەلغەمسىمان پەردە سويۇلۇپ ئۇنىڭ تېگىدىكى توقۇلمىلارنىڭ ئېچىلىپ قالغانلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ. ئېغىز ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ، يېمەكلىكلەرنى چايناش قىيىنلىشىدۇ. بەلغەمسىمان پەردىنى سۈيسا ئاسانلا سويۇلۇپ چىقىدۇ، ئەمما ئاغرىمايدۇ.

داۋاسى

ئىچكى جەھەتتە مەتبۇخى ھەلىيلە ئىچكۈزۈش، سىرتقى جەھەتتە ئاس، گۈلنار، قىزىلگۈللەرنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، سۈزگەندىن كېيىن مەزكۇر سۇيۇقلۇق بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم.

ئېغىز گۆشخور چاقىسى

ئېغىز گۆشخور چاقىسى (ئاكلە ئۇلفەمى) ئېغىز ئىچىگە چىققان بىر خىل ھۆل جاراھەتلىك چاقىنىڭ قوۋۇز گۆشىنى قىسقا مۇددەت ئىچىدە چىرىتىپ، ئېغىز بوشلۇقىنى كامار قىلىپ قويغانلىقىغا قارىتىلغان. مەزكۇر كېسەللىك قىسقا ۋاقىت ئىچىدە ئەتراپىغا تارقايدۇ. ئۇنىڭ كېسەل ماددىسى قانچە ئۆتكۈر بولسا شۇنچە تېز يامرايدۇ. ئۇ خەلق ئارىسىدا ئېغىز يەل يارىسى دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ ئېغىزغا يامان تەسىر قالغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئىچكى جەھەتتە كىشى زەئىپلەشكەندە ئېغىز بوشلۇقىنىڭ تازىلىقى ياخشى

AltunOq

بولمىغان چاغدا بەدەندىكى بىرەر خىلتنىڭ بولۇپمۇ قان، تاتلىق ياكى شور بەلغەم ياكى سەۋدا خىلتىنىڭ نورماللىقتىن ئۆزگىرىپ ئارتىپ كېتىپ، ئوفۇنەت پەيدا قىلىپ، ئېغىزغا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

تاشقى جەھەتتە تاماكىنى كۆپ چېكىش، ئىسسىقلىق دورىلار كۆپ سېلىنغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش، قەۋزىيەت بولۇش، ھەزىم بۇزۇلۇش، قىزىل چىقىش، چىش چىقىپ ياكى بىرەر چىش بۇزۇلۇپ ئېغىز ئىچى ئوفۇنەتلىنىش ۋە بەزى سىفلىس، سىزلام (سۆزنەك) كېسەللىكلىرىدە سىمابلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلىش، مايلىق، ئىسسىق تاماقلارنى يەپ ئارقىدىن دائىم مۇزلۇق سوغۇق يېمەك-ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ. ئۆپكە ۋەرىمى، تولغاق، قارا بەزگەك قاتارلىق كېسەللىكلەر بىلەن بەدىنى ئاجىزلىغان، ئوزۇقلىنىشى ناچارلاشقان بالىلاردىمۇ ئاسانلا پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ئېغىز ئىچىدە بولۇپمۇ قۇۋۇز گۆشىدە دەسلەپتە چېكىت چوڭلۇقىدا قارامتۇل مونەكچە پەيدا بولىدۇ، كېسەللىك ناھايىتى تېز تەرەققىي قىلىپ يامراپ، ئەتراپتىكى گۆشلەرنى چىرىتىپ چوڭ كامار ھاسىل قىلىدۇ ھەمدە ئېغىز بوشلۇقى، چىش مۇلۇكلىرىنى ئىچىپ قويىدۇ. ئېغىزدىن قاتتىق سېسىق پۇراق كېلىدۇ. قىچىشىش، ئېچىشىش ۋە كۆيۈشۈش ئەھۋاللىرى ئېغىر بولىدۇ، پۈتۈن بەدەن قىزىيدۇ. ئېغىزدىن داۋاملىق شۆلگەي ئاقىدۇ، تاماق يېيىش تەسكە توختايدۇ.

داۋاسى

ئەگەر نا مۇۋاپىق ئەھۋاللار بولمىسا، ئالدى بىلەن قان ئېلىش، ئاندىن كېيىن بەدەننى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش كېرەك. ئوفۇنەتلىنىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ھەببى كىبرىت، ھەببى سىماب قاتارلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلىش، سوفۇفى ئاكىلىنى يەرلىك ئورۇنغا سېپىش كېرەك.

سىرتىدىن ئارچا مونچىقى، قارىغاي مېۋىسى، يالپۇزلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ چىلاشقۇدەك سىركە بىلەن قايىنتىپ سۈزۈپ، ئېغىزنى چايقاش ياكى سىركە، سۇماق سۈيى، غورا سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم. سۇفۇفى سۇنۇن سەپسىمۇ بولىدۇ.

سۇفۇفى سۇنئۇن

كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش، موزا ھەر بىرى 60 گرام، بۇجغۇن 120 گرام، زەمچە 45 گرام، قىزىلگۈل 30 گرام، ئانار پوستى 250 گرام. دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ جاراھەتكە سەپسە بولىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا تۆۋەنكى زىمادنى چاپسىمۇ بولىدۇ. شىڭرىپ 60 گرام، دېۋىرقاي يىلىمى 30 گرام، ئاق موم 60 گرام، زىغىر مېيى 90 گرام، شىڭرىپنى تالقانلاپ، زىغىر مېيىنى قىزىتىپ موم ۋە دېۋىرقاي يىلىمنى ئېرىتىپ سوۋۇغاندا شىڭرىپنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چاپلىدۇ.

سېسىغان گۆشلەرنى تازىلاشتا قۇرسى فەلدىفيۇننىڭ رولى ناھايىتى ياخشى بولۇپ ئۇنى ئېزىپ چاقىغا سېپىپ بەرسە سېسىغان ۋە بۇزۇلغان گۆشلەرنى يوقىتىپ، جاراھەتنى ياخشىلايدۇ.

دەستىكارلىق ئۇسۇلى بىلەن گۆشنى كېسىپ تاشلاپ، كېسەل ياخشىلانغاندا يامىسىمۇ بولىدۇ.

قۇرسى فەلدىفيۇن

سىبرىق زەرنىخ، ئاقاقىيا، زارارىھ (ئالا كۆلۈك) ھەر بىرى 3 گرامدىن، سۇ تەگمىگەن ئاھاك 12 گرام، سىركە ئېھتىياجغا لايىق ئېلىنىدۇ. دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سالايە قىلىپ، سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، ئىككىنچى قېتىم سوقۇپ سىركە بىلەن يەنە خېمىر قىلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇش ئۇسۇلىنى ئۈچ قېتىم تەكرارلاپ 4-قېتىمدا يەنە سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ قائىدە بويىچە قۇرس قىلىنىدۇ. لازىم تېپىلغاندا يېرىم قۇرسدىن ئىككى قېتىم شۈمۈپ تۈكۈرۈۋېتىپ، ئارقىدىن گۈل يېغى بىلەن چىش تۈۋىنى ياغلاش لازىم.

تىل ئاغرىش

تىل ئاغرىش (ۋەجئۇللىسانى) مۇستەقىل كېسەللىك بولماي، بەلكى بەزى تىل كېسەللىكلىرىنىڭ ئالامىتى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئۇ كۆپىنچە ھاللاردا ئېغىرراق دەرىجىدىكى تىل كۆيۈشۈپ ئېچىشىش (ھىرقەتۇللىسانى) ۋە تىل قىچىشىش (ھىككەتۇللىسانى)،

تىل قۇرۇشلاردىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

سەۋەبى

تىل ئاغرىشىنىڭ سەۋەبلىرى مۇرەككەپ. بەزىلىرى يەرلىك سەۋەبلەردىن، بەزىلىرى پۈتۈن بەدەن كېسەللىكلىرى تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزىلىرى ھەتتا پەقەت روھىي سەۋەبلەردىنلا تىل ئاغرىش سىزىمى كېلىپ چىقىدۇ.

ئۆتكۈر چىشلارنىڭ تىلنى دائىم غىدىقلىشى تۈپەيلىدىن تىل زەخىملىنىپ يارىلىنىش ياكى جاراھەتلىنىش، تاماكىنى بەك كۆپ چېكىش، ئېغىزنى غىدىقلىغۇچى سۇيۇقلۇقلار بىلەن دائىم چايقاش، ئېغىر دەرىجىدىكى قان ئازلىق، تۆمۈر ماددىسى ۋە يېمەكلىكلەردىكى جەۋھىرى ماددىلارنىڭ يېتىشمەسلىكىدەك سەۋەبلەردىن تىل ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

بەزى ئاياللار ھەيز كۆرگەندە تىلى ئاغرىغاندەك ھېس قىلىدۇ. سەۋەبىنى ئېنىق بىلمىگەچكە روھىي جەھەتتە بىر خىل ئەندىشە ھېس قىلىدۇ.

تىلنىڭ قىزىرىپ كۆيۈشۈپ ئاغرىغاندەك بولۇشى ئاساسەن سەپرا ماددىسىنىڭ سان ـ سۈپەت جەھەتتە نورماللىقتىن ئۆزگىرىپ تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ ياكى ئۇ، ئاشقازان ۋە مېڭە قاتارلىق ئەزالار بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇپ، ھەر خىل ئاچچىق ـ چۈچۈك، ئۆتكۈر، تۇزلۇق، تاتلىق نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلغانلىقتىن سەپرا ماددىسى ئېشىپ تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تىل ئاغرىيدۇ، تىل رەڭگى قىزىل كۆرۈنىدۇ، كۆيۈشۈش، ئېچىشىش سىزىمى روشەنرەك بولىدۇ. ئىسسىق ۋە ئىسسىقلىق نەرسىلەرنى ئېغىزغا ئالسا ئاغرىش كۈچىيىدۇ. سوغۇق ۋە سوغۇقلۇق نەرسىلەرنى ئېغىزغا ئالسا ئاغرىش پەسىيىدۇ.

داۋاسى

سەۋەبلەرگە قاراپ چارە قىلىش كېرەك. ئۆتكۈر چىشنى ئوڭلاش، تاماكا چېكىشنى تاشلاش، ئوزۇقلۇقنى ياخشىلاش، يېڭى كۆكتاتلارنى ئىستېمال قىلىش، قان ئازلىقنى داۋالاش لازىم.

تىل كۆيۈشكەندەك بولۇپ ئاغرىشنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن سەپرا ماددىسىنى تازىلاپ تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن نەمرى ھىندى، خىيارشەنبەر قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چىلاپ ئىچىش كېرەك.

ھۆل مېۋە-چېۋىلەرنىڭ سۈيىنى ئىستېمال قىلىش، ئۈسۈڭ، سېمىز ئوت، كۆك يۇمغاقسۈت، مارجان شوخلىسى، ئىسبەغۇل، بېھى ئۇرۇقلىرىنىڭ سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم.

تىل قۇرۇش

تىل قۇرۇش (جەفافۇللىسانى) تىلنىڭ ئادەتتە ئۆزلۈكىدىن قۇرۇپ سۇيۇقلۇق ئىستېمال قىلىشمۇ ياخشىلانمىغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. كۆپىنچە ھارارەت ۋە قۇرۇقلۇقتىن يەنى قۇرۇق ئىسسىقتىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ كۆپىنچە سەپرالىق قىزىتما، كېزىك ۋە بوغما قاتارلىق ئۆتكۈر ئىسسىتمىلىق كېسەللىكلەردە يۈز بېرىدۇ.

2. قويۇق شىرنىلىك ماددىلار يەنى شىلىمشىق، چاپلاشقاق قويۇق خىلىتلارنىڭ تىل ئۈستىگە چۈشۈپ، ئۇنىڭ ئۆز تەبىئىيتى ئارقىلىق تىلنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتقانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

1. قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان تىل قۇرۇشتا تىل ئۈستى سارغۇچ ۋە يېرىك بولىدۇ، سەپرانىڭ غالىبلىقىغا دائىر ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

2. قويۇف چاپلاشقاق ماددىلاردىن بولغان تىل قۇرۇش ھەقىقىي تىل قۇرۇش بولماستىن، بەلكى تىل ئۈستىدە پەيدا بولغان ھۆللۈكنىڭ قويۇقلىشىپ قالغانلىقىدىن بولغاچقا ئادەتتە خاتا ھالدا تىل قۇرۇش دەپ قارىلىدۇ. ئۇنىڭدا تىل چاپلىشاڭغۇ بولىدۇ، ئېغىز

سۈيۈقلۇقىمۇ چاپلىشاڭغۇ كېلىدۇ، تىل ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

1. قۇرۇق ئىسسىقتىن بولغان تىل قۇرۇشىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن ھارارەتنى پەسەيتىش، ھۆللۈك پەيدا قىلىش ئۈچۈن نىلۇفەر شەربىتى، مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش؛ تەمرى ھىندى، فۇلۇس (خىيارشەنبەر) قاتارلىقلارنى جۇلاب ئىچىش لازىم. ھۆل مېۋە-چېۋىلەرنىڭ سۈيىنى قوشۇمچە ئىچىپ بېرىشمۇ كۆپ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئامۇت غازىڭگى، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش؛ تۇسۇلۇك، سېمىز ئوت، كۆك يۇمغاقسۇت، مارجان شوخلىسى، ئىسبەغۇل، بېھى قاتارلىقلار ئۇرۇقىنىڭ لۇئابى بىلەن ئېغىزنى چايقاش؛ بېھى ئۇرۇقى لۇئابى ۋە نىلۇفەر سۈيىنى شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تىلغا سۈركەش ۋە ئېغىزغا ئېلىش لازىم. ئەگەر بۇنىڭغا قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى ياكى سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى. ئەگەر ئاشقازانغا سەپرا ماددىسى يىغىلغان بولسا، تەنقىيەدىن كېيىن ئىسبەغۇل لۇئابىغا ئىسكەنجەبىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قويۇق چاپلاشقاق ماددىلاردىن بولغان تىل قۇرۇشىنى داۋالاشتا سىماقنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ياكى يالپۇزنىڭ ئۆزىنى تىلغا سۈركەش، ئەڭ ياخشىسى سۆگەت ياغىچىدىن كىچىك پالاقچە ياساپ ئىسكەنجەبىننى ياكى قوغۇن ۋە شېكەر سۈيىنى پالاقچىغا يۇقتۇرۇپ تىلغا سۈركەش لازىم.

تىل يېرىلىش

تىل يېرىلىش (شىقاقۇللىسانى) تىل قۇرۇشنىڭ ھەددىدىن زىيادە كۈچىيىپ تىل يېرىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئەتىياز پەسلىدە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

ئاساسلىق، ھەر خىل ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەردىن بەدەندە قۇرۇقلۇقنىڭ ئېغىر دەرىجىدە ئېشىپ تىلغا تەبىئىي ھالدا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بۇنىڭدا بىرى، ئىچكى سەۋەبلەردىن مېڭىدە قاتتىق قۇرۇقلۇق پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ تەسىرى سېزىم ئەسەبلىرى ئارقىلىق تىلغا ئۆتۈپ تىل يېرىلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. يەنە بىرى، ھەر خىل قۇرۇقلۇق يەتكۈزگۈچى كۆكتات، يېمەك-ئىچمەكلەر، ئۆتكۈر تەسىرلىك دورىلار، چاي دورىلىرى قاتارلىقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش؛ قۇرۇقلۇق پەيدا قىلغۇچى ھەرىكەت بىلەن ھەددىدىن زىيادە مەشغۇل بولۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئاشقازاندا ئېغىر دەرىجىدە قۇرۇقلۇق پەيدا بولۇپ، تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن تىل يېرىلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

مېڭىگە قۇرۇقلۇق يەتكەندىن بولغان تىل يېرىلىشتا تىل رەڭگى قىزىرىدۇ، تىل قۇرۇيدۇ، تىل چوڭقۇرراق يېرىلغان بولۇپ ئېچىشىدۇ. بىر نەرسە، بولۇپمۇ ئاچچىق-چۈچۈك، تۇزلۇق نەرسىلەر تەگسە ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. تىل يېرىلىشتىن ئىلگىرى ئۇيقۇسىزلىق، مېڭىدە قۇرۇقلۇق ئاشقان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

ئاشقازانغا قۇرۇقلۇق يەتكەندىن بولغان تىل يېرىلىشتا تىلنىڭ رەڭگى قىزىرىدۇ، قۇرۇيدۇ. تىل ئۈستى يول-يول بولۇپ يېرىلىپ كېتىدۇ. كېسەل كىشىدىن بەدبۇي ئىسنىڭ پۇرىقىدەك كېكىرىك چىقىدۇ. ئېغىز تەمى غالىب كەلگەن خىلىت تەمىدە بولىدۇ. بەزىدە تىل زىيادە قۇرغاقلىشىپ يېرىلغانلىقتىن گاللىنى غىدىقلاپ قۇرۇق قەي قىلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

داۋاسى

ئومۇمىي بەدەنگە بولۇپمۇ مېڭە ۋە ئاشقازانغا ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى كۈچلۈك دورا ۋە يېمەكلىكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش لازىم. بۇنىڭ بىلەن بىرگە كۆك ماش، بۇغداي، ئارپا، گۈرۈچلەر بىلەن يارما ئاش قىلىپ ئىچىش؛ ئاچچىق-چۈچۈك، تۇزلۇق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش؛ قۇرۇقلۇق يەتكۈزگۈچى ھەرىكەتلەردىن ساقلىنىش كېرەك.

ئاق لەيلى ئۇرۇقىنىڭ لۇئابى، بېھى ئۇرۇقىنىڭ لۇئابى ھەم موم يېغى قاتارلىقلارنى ئەھۋالغا قاراپ ئىچىش كېرەك. بىنەپشە يېغى بىلەن تەييارلانغان قىرۇتى، ئىسبەغۇل شىرىسى قاتارلىقلارنى تىلغا سۈركەش؛ بىر ئاز ئىسبەغۇل ياكى سەرپىستاننى ئاغزىدا تۇتۇش لازىم. تەرخەمەك بولۇپمۇ تەرخەمەك كۆپۈكى (زۇبدە تۇلخىيار) نى تىلغا سۈركىسە ئۈنۈمى ياخشى. چۈنكى تەرخەمەك كۆپۈكى ھۆل ۋە شىلىمشىق بولغاچقا قۇرۇقلۇق ئاشقان ۋە يېرىلغان جايلار

ئۈچۈن ھەممىدىن ياخشىراق مەنپەئەت قىلىدۇ.

تەرخەمەك كۆپۈكىنى ئېلىشىنىڭ ئۇسۇلى مۇنداق: تەرخەمەكنى ئىككى پارچە قىلىپ بىر-بىرىگە سۈركەپ بەرسە كۆپۈك پەيدا بولىدۇ.

تىل قىچىشىش

تىل قىچىشىش (ھىككەتۇللىسانى) بەزى ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن تىلنىڭ ئۆزلۈكىدىن ئوخشىمىغان دەرىجىدە قىچىشقانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆيگەن ئۆتكۈر ماددىلارنىڭ بولۇپمۇ كۆيگەن سەۋدا ماددىسىنىڭ مېڭىدىن تىلغا چۈشكەنلىكى ياكى ئۇنىڭ ئاشقازان ۋە باشقا ئەزالاردىن ئېغىزغا يۈزلىنىپ تىلغا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ئايرىم ھاللاردا بەزى غىدىقلىغۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشمۇ تىل قىچىشىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

تىل قىزىرىدۇ ۋە ئۆزلۈكىدىن قىچىشىدۇ. ئېغىزدا پات-پات شۆلگەي ھاسىل بولىدۇ. تىل قىچىشىش يەڭگىلرەك بولسا تىل غىدىقلانغاندەك سېزىلىدۇ، ئېغىرراق بولسا ئىختىيارسىز ھالدا تىلنى ئۈستۈنكى چىشلارغا سۈركەشكە مەجبۇر قىلىپ كېسەل كىشىنى بىئارام قىلىدۇ. ئېغىزنى ھوردىسا ياكى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيسا ياكى ئىسسىق شورپا قاتارلىق نەرسىلەرنى ئېغىزغا ئالسا راھەتلەنگەندەك ھېس قىلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەل ماددىسىنى بەدەندىن تازىلاش، يەنى سەۋدا مۇسھىلى ياكى مەتبۇخى ئەفتىمۇننى ئىچكۈزۈپ بەدەننى تەنقىيە قىلىش كېرەك. بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان چارىلەرنى قىلىش، بۇنىڭ ئۈچۈن ماتۇلجەبىن، ئىسكەنجىبىن، نىلۇفەر شەربىتى، خەشخاش شەربىتى، بىنەپشە شەربىتى قاتارلىقلارنى ئىچكۈزۈش كېرەك. ئاندىن

كېيىن كۈندە 3 قېتىم تۆۋەندىكى ئۇسۇلدا ئېغىزنى چايقاش كېرەك. بىرىنچى قېتىمدا، ئىسسىق سۇ بىلەن چايقاش؛ ئىككىنچى قېتىمدا، سۈتنى ئازراق شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چايقاش؛ ئۈچىنچى قېتىمدا، سىركىگە گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ چايقاش كېرەك. مەتبۇخى ھەلىلە بىلەن ئېغىزنى چايقىسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەلىلىنى قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش ياكى ئۇنى تىلغا سۇۋاش تىلدىكى ئىسسىق ماددىنى تازىلاشتا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

تىلنىڭ بەك قىچىشقانلىقىدىن ئېغىزدا پات-پات شۆلگەي ھاسىل بولسا، ئاس ئۇسسۇملۇكى يوپۇرمىقى، ھەببۇلئاسنىڭ ئۇزى، ئاقىرقەرھا، قۇرۇق يېشىل ئۈزۈم قاتارلىقلاردىن ئازراق ئېلىپ سىركە بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش ياكى ئېغىزغا ئېلىپ بىرئاز تۇرغۇزۇش كېرەك. ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ ياخشىلانمىسا بەدەن بەك ئاجىزلاپ كەتمىگەن بولسىلا قىيفال تومۇردىن قان ئېلىشنى ئويلاشسا بولىدۇ ياكى ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن ئىچىنى تازىلىغاندىن كېيىن تەمرى ھىندى، ئەينۇلا، چىلان، قىزىلگۈل، بىنەپشىلەرنى مەتبۇخى ئەفتىمۇنغا قوشۇپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈش، سېرىق ھەلىلىنى تىلغا سۈركەش لازىم. سېرىق ھەلىلىنى ئېغىزدا تۇتسا تاماقتىن كېيىن ئېغىزغا شۆلگەي يىغىلىدۇ، مەزكۇر شۆلگەينى يۇتسا تىلنىڭ قىچىشىشنى پەسەيتىشتە چوڭ رول ئوينايدۇ.

ئۆتكۈر، چۈچۈمەل نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

تىل كۆيۈشۈپ ئېچىشىش

تىل كۆيۈشۈپ ئېچىشىش (ھىرقەتۇللىسانى) ھەر خىل ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن يەڭگىل بولغاندا تىلنىڭ كۆيۈشكەندەك بولغانلىقى، ئېغىر بولغاندا ئېچىشقانلىقى ھەتتا ئاغرىش سېزىمى پەيدا قىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى جەھەتتە ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ياكى مېڭىنىڭ ھارارىتى ئاشقانلىقى، ئۆتكۈر، شېرىنلىك، قويۇق ماددىلارنىڭ تىلغا قۇيۇلغانلىقى، ئىسسىق خىلتلارنىڭ يۇقىرىغا ئۆرلەپ تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقى ھەمدە ئېغىر دەرىجىدىكى قىزىتما

ۋە ئىچكى ئەزالاردىكى ئىششىقلارنىڭ يامان تەسىر قىلغانلىقى تۈپەيلىدىن مەزكۇر كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

تاشقى جەھەتتە ئاساسەن ئۆتكۈرلۈكى، شۇرلۇقى، ئاچچىقلىقى ۋە تاتلىقلىقى زىيادە بولغان نەرسىلەر ھەمدە بەك ئۇسساتقۇچى يېمەك- ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تىل كۆيۈشكەندەك بىلىنىدۇ، تىل رەڭگى قىزىل بولىدۇ. ئېغىر بولسا تىلى كۆيۈپ قالغاندەك ئېچىشىپ كېسەل كىشى تىلىنى بىرەر نەرسىگە تەككۈزۈشتىنمۇ قورقىدىغان بولۇپ قالىدۇ. ھەتتا تىل ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

داۋاسى

قايسى سەۋەبتىن بولغان تىل كۆيۈشۈپ ئېچىشىش بولمىسۇن ئوڭدا يېتىپ ئۇخلاش ۋە داۋاملىق ئېغىزنى ئېچىپ تۇرۇشتىن ساقلىنىش كېرەك.

قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، تاتلىق بادام، نىشاستە، كەتىرا، تەرەنجىبىنلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ھەب ياساپ دائىم ئېغىزغا سېلىپ تۇرغۇزۇش كېرەك. ئەيتۇلا ئۇرۇقچىسى، تەمرى ھىندى ئۇرۇقچىسى، شېكەر قاتارلىقلارنى ئېغىزدا تۇرغۇزۇش ياكى سوۋۇتقۇچى، ھۆللەشتۈرگۈچى سىقىلمىلارنى، مەسىلەن: ئۇسۇڭ سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى، سېمىز ئوت سۈيى، پاقا يوپۇرمىقى سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى، ئىسبەغۇل لۇئابى، بېھى ئۇرۇقى لۇئابى قاتارلىقلارنىڭ قايسى بىرى بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

كېسەل كىشىنىڭ مىزاجى ۋە ئەھۋالى كۆتۈرەلىگۈدەك بولسا مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلىش، ئىسكەنجىبىننى ئىستېمال قىلىش كېرەك. ھەمدە كۈندە 3 قېتىم ئېغىزنى چايقاش، يەنى 1- قېتىمدا ئىسسىق سۇ بىلەن، 2- قېتىمدا سۈت ۋە شېكەر بىلەن، 3- قېتىمدا سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن چايقاش كېرەك. ئەگەر كېسەل كىشىنىڭ مىزاجى ئۆزگىرىپ قالمىسا ۋە بەدەن قۇۋۋىتى ئۆز ھالىتىدە بولسا، قىفال تومۇرىدىن قان ئېلىش ۋە مۇناسىپ مەتبۇخلارنى ئىچكۈزۈش كېرەك. لېكىن مەتبۇختا ھەلىلە، تەمرى ھىندى، چىلان، ئەيتۇلا، قىزىلگۈل، بىنەپشەلەرنى قوشماسلىق لازىم.

ئاندىن كېيىن بەرگى مور بىلەن تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپىناش، ئەگەر كېسەللىك بۇنىڭ بىلەن ياخشىلانمىسا سىرىق ھەلىيلىنى تىلغا سۈركەش ياكى ئېغىزدا تۇرغۇزۇش كېرەك، تاماقتىن كېيىن ھەلىيلىنى ئېغىزغا ئېلىپ شالۋاق ئاققۇزۇش كېرەك، ئەمما بەدەننى تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن ھەلىيلىنى ئىشلەتسە كۆپ مەنپەئەت قىلمايدۇ. تەنقىيەدىن كېيىن تىلنىڭ يېرىلىشىنى داۋالاشتا قوللانغان داۋالاش چارىلىرى ئوبدان پايدا قىلىدۇ.

ئاشقازان ۋە مېڭە ھارارىتى ئاشقاندىن بولغانلارغا سىركە، گۈلاپ ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى ئىچكۈزۈش، ئاشقازان ۋە مېڭىگە لايىق كېلىدىغان يۇمشاتقۇچى ۋە سوۋۇتقۇچى چىلانمىلارنى ئىستېمال قىلىش، ئەھۋالغا قاراپ ئازراق كافۇرنى تىل ئۈستىگە قويۇش كېرەك.

شىرىنلىك قويۇق ماددىلارنىڭ تىلغا قويۇلغانلىقىدىن بولغانلارغا ياغلار بىلەن تىلنى ياغلاش ھەمدە باش ساھەسىنى مايلاش كېرەك. نىلۇپەر يېغى، بىنەپشە يېغى، گۈل يېغىغا ئوخشاش ياغلار بىلەن بىر مەزگىل ئېغىزنى چايقاشنى ئادەت قىلىش كېرەك. يالپۇزنى ئېزىپ تىل ئۈستىدە تۇرغۇزسىمۇ، ئانارگۈلى ۋە ئامۇتلارنى قاينىتىپ ئېغىزنى يۇيسىمۇ بولىدۇ.

ئىسسىق خىلتلار يۇقىرىغا ئۆرلەپ بولغانلارغا ئىسسىقتىن بولغان نەزلىنى داۋالاشتا قوللىنىدىغان مۇسھىللارنى بېرىش ۋە غەر-غەرلەرنى ئىشلىتىش كېرەك.

قىزىتما ۋە قورساقتىكى ئىششىقلاردىن بولغانلارغا بالدۇرراق داۋا قىلىش، مۇۋاپىق تېپىلسا باسىلىق تومۇردىن قان ئېلىش، يەرلىك شوخلىنى شېكەر بىلەن، كاسنى سۈيىنى خىيار شەنبەر بىلەن، كەشكاپنى ئازراق بادام يېغى بىلەن ئىچكۈزۈش كېرەك. ئەگەر قان ئېلىش ۋە ئىچىنى تازىلاشقا ئېھتىياج چۈشسە قان ئېلىش ياكى ئىچىنى سۈردۈرۈش كېرەك. مۇۋاپىق تېپىلغاندا مۇمكىن بولسا ئىككى ئۇسۇلنى تەڭلا قوللانسا بولىدۇ.

تىل قىچىشىش كېسەللىكى كۈچەيگەنلىكتىن بولغانلاردا ئەگەر ئېغىزدا شۆلگەي كۆپەيگەن بولسا خاس سىركە بىلەن ئېغىزنى چايقاش ھەتتا سائەتلەپ ئېغىزدا تۇرغۇزۇش كېرەك.

تىل يوغىناپ كېتىش

تىلنىڭ يوغىناپ كېتىشى (ئەزەمۇللىسانى) تىلنىڭ نورمال ھالەتتىن چوڭلاپ

كەتكەنلىكىگە بەزىدە ھەتتا تىل يوغىناپ ئېغىزغا پاتماي سىرتقا چىقىپ ساڭگىلاپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

خىلتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ھالدا ئۆزگىرىپ تىلغا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە قاننىڭ غالىبلىقى، بەزىدە بەلغەمنىڭ ئاشقانلىقى سەۋەب بولىدۇ.

مېڭىدىكى ئارتۇق ھۆللۈك ماددىلارنىڭ تىلغا قۇيۇلغانلىقى ياكى كېرەكسىز ماددىلار تۆپە يىلىدىن كېلىپ چىققان تىل ياللۇغى ياكى خوناققا ئوخشاش گال ياللۇغىنىڭ تەرەققىي قىلىشىدىن تىل يوغىناش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تىلنىڭ يوغىناپ قالغانلىقى كېسەل كىشىنىڭ ئۆزىگە خېلى ئېنىق مەلۇم بولىدۇ. يەڭگىلرەك بولسا تىلنى ئېغىزدىن چىقارغاندا ئادەتتىكىدىن يوغانراق ئىكەنلىكىنى بايقىغىلى، تىل يانلىرىدا چىشنىڭ ئىزلىرىنى كۆرگىلى بولىدۇ. ئېغىرراق بولسا تىل ئېغىزغا پاتماي ئېغىزنىڭ سىرتىغا چىقىپ ساڭگىلاپ قالىدۇ.

بۇلاردىن باشقا قايسى خىلتنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا شۇ خىلتقا خاس بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ، مەسىلەن: قاندىن بولسا تىل رەڭگى قىزىل كېلىدۇ قاتارلىقلار.

داۋاسى

قاندىن بولغان تىل يوغىناش كۆپىنچە ئىسسىقتىن بولىدۇ، شۇڭا ئالدى بىلەن تىل ئاستى تومۇرىدىن قان ئالغاندىن كېيىن سەپرانىڭ مۇسھىلىنى بېرىپ بەدەننى تەنقىيە قىلىش، قاننى سوۋۇتقۇچى شەربەتلەردىن ئانار شەربىتى، چىلان شەربىتى، رىباس شەربىتى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. چوچۇمەل جۇيزە، ئانار، رىباس قاتارلىقلارنى داۋاملىق تىل ئۈستىگە قويۇپ بېرىش كېرەك، ئۆزۈم غورىسىغا ئازراق سىماق قوشۇپ ئىستېمال قىلسىمۇ بولىدۇ.

ئەگەر تىل يوغىناش ئۆتكۈر قاننىڭ كۆپلىكىدىن بولسا مۇۋاپىق تېپىلغاندا ئىككىلا

بىلەكتىكى قىيپال تومۇرىدىن قان ئالسا بولىدۇ. لېكىن ھەر قېتىملىق قان ئېلىش ئارىلىقى 3 كۈندىن ئاز بولماسلىقى لازىم. ئۇنىڭدىن كېيىن مەتبۇخى ھەلىلە، تەمرى ھىندى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن تەنقىيە قىلىش، تەنقىيەدىن كېيىن تۆۋەندىكى دورىلار بىلەن ھوقنە قىلىش كېرەك:

سوقۇلغان ئارپا 400 گرام، چىلان 50 دانە، سەرپىستان 25 گرام، ئىسبەغۇل يوپۇرمىقى، خوبىبازى يوپۇرماقلىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا، بۇغداي كېپىكى 25 گرام، سوقۇلغان بادام مېغىزى 80 گرام، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى قاينىتىپ سۈزۈپ ئۇڭا 80 گرام بىنەپشە يېغى ۋە 120 مىللىلىتىر ئادەم سۈتى قۇيۇپ ئەتىگەن ئاخشامدا ئىككى قېتىم ھوقنە قىلىنىدۇ.

تامىقىغا ئېشەك سۈتىنى كېپەك ئۇمىچى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش كېرەك، قىزىلگۈل، ئەدەس، يۇمغاقسۈتلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 25 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ئۇڭا تەڭ مىقداردا سىركە قوشۇپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك. ئەگەر يۇقىرىقى چارىلەر كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بەرمىسە تىل ئاستىدىكى ئوڭ ۋە سول تومۇرلاردىن قان ئېلىشنى ئويلاشسا بولىدۇ. لېكىن يۇقىرىقى ئۇسۇل-چارە ۋە دورىلارنى قوللانغاندا مىزاجنىڭ ئۆزگىرىپ قېلىشى، قۇۋۋەت ۋە بەدەن قارشىلىق كۈچىنىڭ ئاجىزلاپ كېتىشىگە ئالاھىدە دىققەت قىلىش، مەزكۇر كېسەللىك جەريانىدا بۇرۇن قاناشتىن ھەزەر ئەيلەش كېرەك. ئەگەر بۇ ئەھۋاللارنىڭ بىرەرسى كۆرۈلسە ئالدى بىلەن شۇ كېسەللىكنى داۋالاپ ئۇنىڭ كېسەللىك ماددىسىنى يوقىتىش كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا يامان ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئەگەر تىل يوغىناش سەپرادىن بولسا سەپرا مۇسھىللىرىغا ئازراق سوقمۇنىيا قوشۇپ ئىشلىتىش، سېرىق ئۆتنى سىركە بىلەن ئىستېمال قىلىش، تامىقىغا ئۈزۈم غورىسى سېلىپ بېرىش كېرەك.

بەلغەمدىن بولغان تىل يوغىناشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن بەلغەم مۇنزىجى بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن نۆشۈدۈرنى سىركە ياكى زەنجىبىل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تىلغا سۈركەش، زەنجىبىل، فىلفىل، تۇزلارنى يۇمشاق سوقۇپ تىلغا سۈركەش كېرەك. سوزاپ مەتبۇخى، ئەنجۇر مەتبۇخى قاتارلىقلار بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك، مەئجۇنى ئەنقەردىيانىڭ تىلنى كىچىكلىتىشتە تەسىرى تېز. قۇشقاچ گۆشى چۈشكەن ماددە تولۇھايات ئوبدان پايدا قىلىدۇ.

بۇزۇلغان سۇيۇق ھۆللۈكتىن بولغان تىل يوغىنىشنى داۋالاشتا لەقۋە ۋە فالەج كېسەللىرىدە قوللانغان ھوقنىنى ئىشلەتسە بولىدۇ. ئىيارەجلەرنىڭ بىرەرسى بىلەن ئېغىزنى غەرغەرە قىلىش، تىلغا ئىيارەج، تەرياق، لوغازىيا قاتارلىقلارنى سۈركەش كېرەك

ئەگەر مىزاجىدا جىددىي ئۆزگىرىش بولسا يۇقىرىقىلارنى ئىشلەتمەسلىك ياكى مىزاجى ئەسلىگە كەلگىچە ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئاندىن كېيىن ئالدىدا ئېيتىلغان يەڭگىلرەك داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىش كېرەك. ئايرىم ۋاقىتلاردا تىلغا ھەسەلنى تەنھا ياكى سۆئىتەر بىلەن بىرلەشتۈرۈپ سۈركەش كېرەك.

سەۋدادىن بولغان تىل يوغىناشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن تەنقىيە قىلىش كېرەك. لېكىن داۋالاشتا ئالدىراڭغۇلۇق قىلماسلىق كېرەك. قان ئېلىشقا بولمايدۇ. ئەگەر مىزاجىدا جىددىي ئۆزگىرىش كۆرۈلسە ئاندىن باسىلىق تومۇردىن قان ئالسا بولىدۇ. لېكىن باشقا دورىلارنى ئىستېمال قىلىشقا بولمايدۇ. ئىستىفراغ قىلىشقا ھاجەت چۈشسە بىرەر تۇسقۇنلۇق بولمىسا، يەڭگىل دەرىجىدىكى مەتبۇخ بېرىش، لەتىف تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش، بەدەن قۇۋۋىتىنى ساقلاشقا دىققەت قىلىش كېرەك. ئەقىل جايىدا بولماسلىقلار قوشۇلۇپ كەلسە تىلدىكى كېسەلنى داۋالاش بىلەن بىرگە مالىخولىيا كېسەللىكىنى داۋالاشتىكى ئۇسۇللارنى بىللە قوللىنىش لازىم. ئەگەر تىلدا ئىششىق بولسا ئالاھىدە ھوشيار بولۇش، قاتتىق ئىششىق ۋە راكقا ئايلىنىپ قېلىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

تىل يوغىناش ئەگەر بوغما (خوناق) دىن بولغان بولسا ئالدى بىلەن بوغمىنى داۋالاش كېرەك.

ئەگەر تىل ساڭگىلىتىش كىچىك باللاردا كۆرۈلسە لىسانئەسافۇر بىلەن غىزالاندۇرۇشلا كۇپايە قىلىدۇ.

تەم تېتىشنىڭ بۇزۇلۇشى ۋە يوقىلىشى

تەم تېتىشنىڭ بۇزۇلۇشى ۋە يوقىلىشى (فەسادۇززەۋقى ۋە بۇتلانۇززەۋقى) بۇ ئاساسەن تىلنىڭ تەم سېزىش كۈچى ئاجىزلاپ بۇزۇلغانلىقىغا ياكى تەم سېزىش كۈچىنىڭ پۈتۈنلەي يوقالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

خىلىتلارنىڭ غەيرىي نورمال ئۆزگىرىپ تىلنىڭ تەم سېزىش كۈچىنى بۇزغانلىقىدىن ياكى تەم سېزىش كۈچىنىڭ بىر خىل تەم سەۋەبىدىن نورماللىقتىن

چىقىپ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزى ئۆتكۈر غىدىقلىغۇچى نەرسىلەر، مەسىلەن: ئاقىرقەرھا، دارچىنى، قەلەمپۇر قاتارلىق دورىلارنىڭ تىلنى غىدىقلىشى، تاماكا، ئەپيۇندەك مەس قىلغۇچى نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، نەزلە سۇيۇقلۇقىنىڭ قويۇلۇشى، ھەزىمنىڭ بۇزۇلۇشى قاتارلىقلاردىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

بەزى ئارتۇقچە ھۆللۈك ياكى قويۇق ماددىلارنىڭ مېڭىدىن كېلىپ تىلدا شاخلانغان تەم سەزگۈچى ئەسەب يوللىرىنى نەمدەپ ۋە توساپ قويغانلىقى ياكى زىيادە سوغۇق ۋە ئىسسىقلارنىڭ تەسىرىدىن تىلنىڭ تەم سېزىش كۈچى يوقىلىپ، نەرسىلەرنىڭ تەمىنى پۈتۈنلەي سەزمەس بولۇپ قالىدۇ.

ئالامىتى

تەملەرنى سېزىش كۈچى تۆۋەن بولىدۇ ياكى توغرا تېتالمايدۇ. تاتلىق نەرسىنى ئاچچىق، ئاچچىق نەرسىنى تاتلىق سېزىپ قالىدۇ. بەزىدە ھەر خىل مېۋە-چېۋە قاتارلىق نەرسىلەرنىڭ تەمىنى ئۆز ئەينى سەزمەستىن باشقىچە تەملەردە سېزىدۇ. قان غالىب كەلگەندە ئېغىز دائىم تاتلىق، سەپرا غالىب كەلگەندە ئاچچىق، بەلغەم غالىب كەلگەندە تۇزلۇق، سەۋدا غالىب كەلگەندە چۈچمەل بولىدۇ.

باشقا ئامىللاردىن بولغانلاردا، ئۆتكۈر، غىدىقلىغۇچى، مەس قىلغۇچى نەرسىلەرنى ئىشلەتكەن، نەزلە بولغان، ھەزىم بۇزۇلغانلىق تارىخى بولىدۇ. ھەممىدە شۇنىڭغا مۇناسىپ ھالدىكى ئالامەتلەر بولىدۇ.

تەم سېزىش پۈتۈنلەي يوقالغاندا كۆپىنچە ھېچنەرسىنى سەزمەيدۇ. تەم سېزىم كۈچى توسۇلۇپ يوقىلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قايسى خىلتتىن بولغان بولسا، شۇ خىلتنى تازىلاپ تەڭشەش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئەگىر، قىزىل قىچا، ئاقىرقەرھا، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنى قايناتىپ سۇيىگە بىر ئاز ھەسەل قوشۇپ ئىسسىق ھالدا پات-پات ئېغىزنى چايقاش ياكى يۇمشاق سوقۇپ تىل ئۈستىگە سېپىش كېرەك.

تەم سېزىش كۈچىنى ئاشۇرغۇچى تەدبىرلەرنى قوللىنىش بىلەن بىرگە تەم سېزىمىنى

ئاجىزلاشتۇرغۇچى ئامىللارنى توساش ۋە يوقىتىش، تاماكا چېكىشنى تاشلاش، زەھەرلىك چېكىملىكلەرنى قەتئىي مەنئى قىلىش كېرەك.

نەزلىدىن بولغانلارغا ئالدى بىلەن زۇكامنى داۋالاپ نەزلىنى توختىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن نوقۇئى نەزلە بېرىش، يەنى گۈل بىنەپشىدىن 7 گرام، چىلاندىن 5 دانە، سەرپىستاندىن 9 دانە، گاۋزەباندىن 5 گرام، بىخسۇس مۇقەششەردىن 5 گرام، خوببازىدىن 7 گرام ئېلىپ قايناقسۇغا بىر كېچە چىلاپ تەمىنى چىقارغاندىن كېيىن سۈزۈپ ئىچكۈزۈش كېرەك.

تىل تەم سېزىش كۈچى پۈتۈنلەي يوقىلىشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن مائۇلئۇسۇلنى بېرىپ، ئاندىن كېيىن ئىيارەجى قەيقەرا، ھەببى قوقىيا قاتارلىق دورىلارنى بېرىش ئارقىلىق توسالغۇلارنى ئېچىپ ماددىنى تازىلاپ، تىلنىڭ نورمال سېزىمىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش لازىم.

ئەگەر سوغۇقتىن بولغان بولسا قىچا، ئاقىرقەرھالارنى قايىنىتىپ سۈيىدە ئېغىزنى چايقاش ياكى تالقان قىلىپ تىل ئۈستىگە سېپىش لازىم.

ئەگەر ئىسسىقتىن بولغان بولسا ئىسكەنجەبىننى بېرىش، قىزىلگۈل، سىماقنى قايىنىتىپ ئېغىزنى چايقاش لازىم.

تىل ئېغىرلىقى

تىل ئېغىرلىقى (سىقلۇللىسانى) كېسەل كىشىنىڭ سۆزلەشتە قىينىلىشى، بەزى ھەرپلەر تاۋۇشىنى توغرا تەلەپپۇز قىلالماسلىقىغا قارىتىلغان. مەزكۇر كېسەللىك تۇغما ۋە كېيىن پەيدا بولغان دەپ ئىككى خىل بولىدۇ.

سەۋەبى

1. مىزاج ۋە خىلىتلارنىڭ بۇزۇلۇشىدىن تىل ئېغىرلىقى كېلىپ چىقىدۇ، بۇنىڭدا كۆپىنچە قۇرۇقلۇق ۋە ئىسسىقلىقتىن بولىدۇ.

2. مېڭە تەرەپتىن بەلغەم ياكى قان خۇسۇسىيەتلىك ھۆللۈك تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن تىل بوشىشىپ ھەتتا فالەجلىنىپ ياكى ئىستىرخالىنىپ تىل ئېغىرلىقى

AltunOq

كېلىپ چىقىدۇ.

3. باشقا ئەزالاردىكى بولۇپمۇ مېڭىدىكى كېسەللىكلەر يەنى مېڭە پەردە ئىششىقى، مېڭىگە قان چۈشۈشتەك كېسەللىكلەر ئاسارىتىدىن تىل ئېغىرلىقى كېلىپ چىقىدۇ.

4. تىلنىڭ ئۆزىدىكى كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن تىل ئېغىرلىقى كېلىپ چىقىدۇ يەنى تىل ئاستىدىكى چاندىرنىڭ تۇغما قىسقا بولۇشى ياكى تىل ئاستىغا ھەر خىل جاراھەت چىقىپ تاتۇق قالدۇرۇپ تىل ئاستىدىكى چاندىرلارنى قىسقارتىپ قويۇشى ۋە ئەسەبلەرنى بۇزۇپ قويۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

5. سىرتقى زەخىملىنىشلەر تۈپەيلىدىن، مەسىلەن: باشنىڭ ئارقا تەرىپىگە بىر نەرسە تېگىش، قاتتىق يىقىلىش سەۋەبىدىن تىلنى ھەرىكەتلەندۈرگۈچى پەيلەر ئۈزۈلۈپ تىل ئېغىرلىشىش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ئورتاق ئالامىتى شۇكى، كېسەل سۆز قىلغاندا تاۋۇشلارنى توغرا تەلەپپۇز قىلالمايدۇ. سۆزلەشتە قىينىلىدۇ ياكى كېكەچلەپ سۆزلەيدۇ. كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا يۈز بېرىدۇ.

1. ئىسسىقلىق ۋە قۇرۇقلۇقتىن بولغانلىرىدا تىل سۇيۇقلۇقى يوقىلىدۇ. تىل گۆشلىرى تارتىشىپ قالىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە تىلنى ئەركىن ھەرىكەتلەندۈرەلمەيدىغان بولغاچقا سۆزلەرنى دادىل ۋە ئاھاڭلىق چىقىرىشقا تەسىر يېتىدۇ.

2. ھۆللۈكتىن بولغان تىل ئېغىرلىقىدا باشقا ئەزالاردا فالەجلىنىش بولماسلىقى مۇمكىن. لېكىن تىل فالەجلىنىپ ھەرىكەتسىز بولۇپ قالىدۇ. ئېغىزدىن دائىم سۇ ئېقىپ تۇرىدۇ. تىلدىكى فالەجلىنىش ئېغىر بولسا پەقەتلا سۆز قىلالماس بولۇپ قېلىشى مۇمكىن. يەڭگىلرەك بولسا كېكەچلەپ سۆزلەيدىغان بولۇپ قالىدۇ.

3. مېڭە پەردە ئىششىقى ۋە مېڭىگە قان چۈشكەنلىك تارىخى بولىدۇ. كۆپىنچە چوڭلاردا ئۇچرايدۇ. تىلنىڭ ئېغىرلىق دەرىجىسى سەۋەبىنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكىگە قاراپ بولىدۇ.

4. تىلنىڭ ئاستىنى تەكشۈرگەندە جاراھەت چىقىپ قالدۇرغان ئىزلار بولىدۇ. كېسەل كىشى تىل ئاستىنىڭ تارتىشىدىغانلىقىدىن شىكايەت قىلىدۇ.

5. سىرتقى جەھەتتە زەخىملىنىش تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

1. ئەگەر بىمەر خىلتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا شۇ خىلتقا ماس

بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ. قايسى ماددىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ ماددا تەسىر قىلغاندا تىل ئېغىرلىقى كۈچىيىپ قالىدۇ. ئىسسىقتىن، قۇرۇقتىن بولغانلارغا ھۆللۈك نەرسىلەرنى تىلغا سۈركەش كېرەك. بىنەپسە يېغى، قاپاق مېغىزى، تاتلىق بادام يېغى، بىھى ئۇرۇقىنىڭ لۇئابى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى لۇئابى، توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى قاتارلىقلارنى بىرلەشتۈرۈپ، مېغىز دورىلارنى ئېزىپ بىرلىكتە تىل ئۈستىگە كۈندە بىر قانچە قېتىم سۈركەش لازىم.

2. ھۆللۈكتىن تىل بوشىشىپ فالەجلىنىپ تىل ئېغىرلاشقانلارغا ئالدى بىلەن ھەببى نىستەمخىقۇن، ئىيارەجى سەغىر ياكى ئىيارەجى فەيقەرا بىلەن ئۇمۇمىي بەدەننى تەنقىيە قىلىش، ئاندىن كېيىن مەخسۇس ھەببى قوقىيا بىلەن مېڭىنى تەنقىيە قىلىش كېرەك. ھەمدە ئىيارەجى فەيقەرا ياكى ئۆشۈدۈر، فىلفىل بىلەن ئېغىزنى چايقاش، سىبرىق چېچەك يېغى ۋە بابۇنە يېغىنى تىلغا سۈركەش لازىم. بۇ جەھەتتە ئىگىرنىڭ مەنپەئەتى خېلى چوڭ. تىلنى تەرتىپلىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىش ھەمدە سامساق مەئجۇنى، مەئجۇنى ماددەتۇلھايات، مەئجۇنى ئۇستۇخۇددۇس قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. ئەگەر قان غالىب بولسا تىل تومۇرلىرىدىن قان ئېلىش ۋە ئاستىنقى ئىڭەككە ھىجامەت قويۇش كېرەك.

بۇلاردىن باشقا يەنە تۆۋەندىكى چارە ۋە دورىلارنى ئىشلىتىشمۇ بولىدۇ.

(1) تىلدىكى ئىسترخا ئېغىرلىشىپ سۆزلەش تەسكە چۈشسە ئازراق فەرفيۇن ۋە كۈندۈشنى بىر قىلىپ سوقۇپ تىلغا ۋە تىل تۆۋىگە سۈۋاش ھەمدە مۇشۇ خىلدىكى دورىلارنى گەجگىنىڭ ئارقا مېڭىگە يېقىن كېلىدىغان جايىغا قويۇش ھەمدە مۇشۇ خىلدىكى دورىلاردىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ ھەب ياساپ ئىستېمال قىلىش كېرەك.

(2) مەستىكىدىن 6 گرام، ھىڭدىن 4 گرام ئېلىپ سوقۇپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىپ تىل ئاستىغا قويۇش كېرەك.

(3) ئازراق ئىگىر سېلىپ قاينىتىلغان ئىسكەنجىبىن ئەنسىلى بىلەن ئېغىزنى غەرغەرە قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

(4) ئۆشۈدۈر، فىلفىل، قىچا، ئاقىرقەرھا، زەنجىبىل، قۇرۇق ئۈزۈم، بۆرە ئەرمىنى، سۆئتەر، نەمەك ھىندى، سىياھدان، مەرزەنجۇش قاتارلىقلارنى سوقۇپ قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش ياكى ئۇنى ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزۇش، لېكىن دورا سۇيۇقلۇقى گالدىن ئۆتۈپ كەتمەسلىكى كېرەك.

(5) سۆئتەردىن بىر ھەسسە، ئاقىرقەرھا، قىچىلار ھەر بىرىدىن يېرىم ھەسسە، زەنجىبىلدىن ئۈچ ھەسسە، ئۆشۈدۈردىن 1/4 ھەسسە ئېلىپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

(6) قىچا، ئۆشۈدۈر، زەنجىبىل، ئاقىرقەرھا، سۆئتەر، فىلفىل، سىياھدان، ھىندى تۇزلىرىنىڭ ھەربىرىدىن 3 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ئېغىزنى چايقىسا بەلغەمدىن بولغان

تىل ئىغىرلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

(7) بىخ كەبىر، قىچا، سۆئتەر، ئاقىرقەرھالارنىڭ قايناتمىسى بىلەن ئىغىزنى چايقاش كېرەك.

(8) قىچىنى چالا، ئاقىرقەرھانى يۇمشاق سوقۇپ ئازراق سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ئىغىزنى چايقاش، ھەمدە ئىغىز چايقاپ بولغاندىن كېيىن فىلفىل، نۆشۇدۇر، قىچا، ئاقىرقەرھا، تەنكار، زەنجىۋىل، سۆئتەر، بۆرە ئەرمىنلەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق يانچىپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تىلغا قويۇش لازىم.

(9) نۆشۇدۇر، فىلفىل، زەنجىۋىلنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گىرام، تۇزدىن 2 گىرام ياكى زەنجىۋىل، زەرنەب، سىياھدانىنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گىرام، بەسباسەدىن 5 گىرام، قەلەمفۇردىن 4 گىرام، ئاش تۇزىدىن 7 گىرام ئېلىپ سوقۇپ تىلغا قويۇش لازىم.

(10) ئەگەر تۇركى ۋە جوزبۇۋا ياكى نۆشۇدۇر، ئاقىرقەرھالاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ تىلغا قويۇش كېرەك.

(11) سۈنبۇل، قىزىلگۈلنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گىرام، ئىزخىر، قەلەمفۇر، فەرفيۇنلارنىڭ ھەر بىرىدىن 1.5 گىرام ئېلىپ مۇمىيا ياكى ئەنبەرى ئەشھەب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ تىل ئاستىغا قويۇپ ئىغىزدىن شالۋاق ئاققۇزۇش تەجرىبىدىن ئۆتكەن چارىدۇر.

(12) دارچىن، ھۇماما، سۈنبۇل تىپلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 9 گىرام، سازەج ھىندى، جۇۋنا، مۇدەھرەج (يۇمىلاق) زىراۋەندى، تەۋىل (ئۇزۇن) زىراۋەندى، چىگسەي ئۇرۇقى، سېرىق چېچەك، مەستىكى، رۇمبادىيان، تاغ سەۋزە ئۇرۇقلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گىرام ئېلىپ سوقۇپ تاسقاپ تالقان تەييارلاپ ھەر قېتىمدا 4 گىرامدىن قايناقسۇ بىلەن ئىچىشكە بېرىلسە تىلنىڭ بوشىشىپ كېتىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

(13) پىستىنىڭ سىرتقى پوستىنى تىلغا قويۇش، زەنجىۋىلنى لىمون سۈيىدە ئېزىپ تىلغا سۈۋاش مەزكۇر خىلدىكى تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتا تەجرىبىدىن ئۆتكەن چارىلەردۇر.

يېمەك-ئىچمەك جەھەتتە چەلەك ۋە كۈندۈرنى قۇرۇق ئۈزۈم، فىلفىللار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىش، قىچىنى قىچا يېغىغا قوشۇپ يېيىش، تۆگىنىڭ تىلىنى پۇشۇرۇپ شورپىسى بىلەن ئىستېمال قىلىش، تەنكارنى نانغا قوشۇپ يېيىش، تاماقلارغا سىياھدان سېلىپ ئىستېمال قىلىش، پىندۇق يېيىش قاتارلىقلارنىڭ كۆپ مەنپەئەتى بار.

كېسەللىك ئەھۋالى ياخشىلانماي ئىغىزدىن داۋاملىق شالۋاق ئېقىش كۆچەيسە،

كېسەللىك ماددىسىنىڭ كۈچلۈك ئىكەنلىكىدىن دېرەك بېرىدۇ. بۇنىڭدا مۇھەللىلات دورىلارنى تۇتقۇچى دورىلار بىلەن قوشۇپ ئىشلىتىش ھەمدە سۇنبۇلنى قىزىلگۈل بىلەن، غۇنچە ئۈزۈمنى ئىزخىر، تاباشىرلار بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

تىلدىكى ئىسسىرخا مېڭە شىرىكچىلىكىدىن بولسا باشقا ئەزالاردىمۇ ئېغىرلىق بولىدۇ. بۇنىڭدا فالەج كېسەللىكىدە قوللانغان ئۇسۇللارنى قوللىنىش كېرەك. ئۇنىڭدىن باشقا بىدەئەنجىر يىغى، مائۇلئۇسۇل ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن داۋالاش، لەقۋە كېسەللىكىدە كۆرسىتىلگەن تېمىتما ۋە غەر-غەرەلەرنى ئىشلىتىش كېرەك.

يۇمشاق تاڭلايغا ئاپەت يەتكەندىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتا تىلنىڭ قۇرۇقلۇق ۋە ئىسسىقلىقتىن بولغان ئېغىرلىقىنى داۋالاشقا قوللانغان چارىلەرنى قوللىنىش، مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئېغىزدا تۇتۇش ۋە غەر-غەرە قىلىش كېرەك ھەمدە سۆز قىلغاندا چوڭقۇر نەپەس ئالسا تاڭلاي مۇسكۇللىرىغا كۈچ كىرىپ سۆزلەشكە ئاسانلىق تۇغۇلىدۇ.

3. مېڭە پەردە ئىششىقى قاتارلىق كېسەللىكلەردىن پەيدا بولغان تىل ئېغىرلىقلىرىدا كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلىدۇ. ساقىيىشى تەسرەك. يەڭگىلرەكلىرىگە ئىسسىرخادىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتىكى يەڭگىلرەك دورىلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ. تىل ئاستىدىن، ئېغىزدىن سۇ ئاققۇزۇشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن نۇشۇدۇر بىلەن ئاق تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ تىلغا سۈركەش كېرەك.

4. تىل ئاستىدىكى چاندىرلارنىڭ قىسقىلىقى سەۋەبىدىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتا، دەستكارلىق ئۇسۇلىنى قوللىنىپ، قىسقىراپ قالغان چاندىرنى كېسىش كېرەك. كەسكەندە تىل ئاستىدىكى شىريانلارنىڭ كېسىلىپ كەتمەسلىكىگە دىققەت قىلىش، كېسىپ بولغاندىن كېيىن قان توختىتىش ئۈچۈن كەسكەن جايغا زاك سېپىش كېرەك. ئەگەر چاندىرلارنى كېسىشتىن قورقسا يىپەكنىڭ ئىنچىكە تاللىرىدىن يىڭنە توملۇقىدا يىپ تەييارلاپ چاندىرنى باغلاپ تىلنى ئاستا ھەرىكەتلەندۈرۈپ بەرسە چاندىرلار ئۆزلۈكىدىن ئۈزۈلىدۇ.

ئومۇمەن تىلنىڭ ھەرىكەتچانلىقىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن جوۋۇزنى شۈمۈش كېرەك ياكى 10 گرام نۇشۇدۇرنى 100 گرام سىركە بىلەن قاينىتىپ ياكى توم زەنجىبىلنى تۇز بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش ۋە تىلغا سۈركەش لازىم.

5. سىرتقى زەخىمدىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتا ئەگەر تىل ئەسەب پەيلىرى ئۈزۈلگەن بولسا داۋالاپ ساقايتقىلى بولمايدۇ.

كېكەچلىك

كېكەچلىك (لەكنە تۇللىسانى) سۆزلىگەندە كىشىلەرنىڭ كېكەچلەپ بىرەر تاۋۇشنى قايتا-قايتا تەكرارلايدىغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئۇنىڭ تىل ئېغىرلىقى بىلەن بەلگىلىك دەرىجىدە پەرقى بولىدۇ. كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا كۆرۈلىدۇ.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى كۆپ ھاللاردا روھىي ئامىللارغا مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. كۆپىنچە بالىنىڭ تىلى چىقىۋاتقاندا قاتتىق قورقۇپ كېتىش ۋە جىددىيلىشىشتىن باشلىنىدۇ. بەزى بالىلار باشقىلارنىڭ كېكەچلىكىنى ئۇزۇن مۇددەت دوراپ ئادەتلەنگەنلىكى تۈپەيلىدىن كېيىنچە مەلۇم ھەرپلەرنى تەلەپپۇز قىلغان ياكى سۆزلىگەندە كېكەچلەيدىغان بولۇپ قالىدۇ.

بەزىدە تىل ئاستىدىكى چاندىرلار قىسقىلىقىدىنمۇ تىل ھەرىكىتى چەكلىمىگە ئۇچراپ كېكەچلىك كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

سۆزلەش جەريانىدا بولۇپمۇ ھەربىر جۈملە سۆزنىڭ باش ھەرپىنى تەلەپپۇز قىلىشتا ئۇنى تەكرار-تەكرار ئېيتىشقا مەجبۇر بولۇپ، دۇدۇقلاپ قالىدۇ. قورققاندا، غەزەپلەنگەندە، روھىي جەھەتتىن جىددىيلەشكەندە، كېكەچلەپ سۆزلەش تېخىمۇ كۈچىيىدۇ.

داۋاسى

ئاتا-ئانىلار بالىنىڭ تىلى چىقىۋاتقان مەزگىلدە سۆزلەش ئەھۋالىغا دىققەت قىلىشى، بالىنى مەسخىرە قىلماسلىقى ۋە قورقۇتماسلىقى لازىم. ئەگەر دۇدۇقلاش ئەھۋالى بارلىقىنى بايقىسا، سەۋرلىك بىلەن تۈزىتىپ مەشىق قىلدۇرۇش كېرەك.

ئىگىر مۇرابباسى بۇ جەھەتتە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. مەزكۇر مۇراببا ھۆل ئىگىرنى پوستىدىن ئاجرىتىپ، ئۇششاق توغراپ ھەسەل بىلەن قاينىتىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ. كۈندە 2-3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 9—12 گرامدىن يېگۈزۈلىدۇ. ھۆل ئىگىر تېپىلمىسا قۇرۇق ئىگىرنى لاتىغا ئوراپ سۇ بىلەن نەملەنگەن قۇمغا كۆمۈپ قۇمنى پات-پات نەملەپ تۇرسا بىر قانچە كۈندىن كېيىن ئىگىر سۇنى ئۆزىگە تارتىپ ھۆللىنىدۇ. ئاندىن كېيىن يۇقىرىقى ئۇسۇلدا تەييارلاپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

ئەگەر تىل ئاستى چاندىرلىرىنىڭ قىسقىلىقى بىلىنسە كەستۈرىۋەتسە بولىدۇ. ناۋادا تىل ئەسەبلىرىدە پالەجلىنىش كۆرۈلسە، تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتىكى چارىلەردىن بىرىنى قوللىنىش مۇمكىن.

تىل ۋەرىمى

تىل ۋەرىمى (ۋەرەمۇللىسانى، ئىلتىھابۇللىسانى، ئاماسى زەبان) باشقا ئەزالاردا يۈز بەرگەنگە ئوخشاش بىرەر خىلتىنىڭ ئۆزگىرىشى تۈپەيلىدىن تىلدا ئىششىق پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن بەدەندىكى تۆت خىلتنىڭ يەنى قان، سەپرا، بەلغەم، سەۋدا ماددىلىرىنىڭ ئۆزگىرىپ ئوفۇنەت پەيدا قىلىپ تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

1. قاندىن بولغان تىل ۋەرىمىدە تىل قىزىرىدۇ، چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. ئېغىزدىن ئازراق شۆلگەي ئاقىدۇ ۋە باش، يۈزنىڭ چىڭقىلىپ ئاغرىشى قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

2. سەپرادىن بولغان تىل ۋەرىمىدە تىلنىڭ رەڭگى سېرىق بولىدۇ. ئاغرىش بولۇپمۇ ئېچىشىش كۈچلۈكرەك بولىدۇ. ئېغىزدىن سۇ ئاقمايدۇ، قۇرغاق بولىدۇ. تىلنىڭ ھەممە جايىغا

مۇدۇر-مۇدۇر نەرسىلەر پەيدا بولۇپ، شەكلى مەلۇم دەرىجىدە ئۆزگىرىپ كېتىدۇ.

3. بەلغەمدىن بولغان تىل ۋەرىمىدە تىل ئاق رەڭلىك بولۇپ، ئېغىزدىن كۆپلەپ سۈيۈقلۇق ئاقىدۇ، ئاغرىش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ.

4. سەۋدادىن بولغان تىل ۋەرىمىدە كېسەللىك ئەھۋالى يەڭگىل بولسا تىلنىڭ رەڭگى قارامتۇل، ئېغىرراق بولسا قارا رەڭدە بولىدۇ. سۈيۈقلۇق كۆپ ئاقمايدۇ. تىل قۇرۇقراق، ئېغىز ئىچى قۇۋۇلىشىپ ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەللىككە سەۋەبچى بولغان زىيادە خىلىتنى مۇناسىپ مۇنزىجلار بىلەن پىشۇرۇپ، مۇسھىللار ئارقىلىق بەدەندىن تازىلاش كېرەك.

1. قاندىن بولغان تىل ۋەرىمىنى داۋالاشتا، مۇۋاپىق تېپىلسا قىيفال تومۇردىن قان ئالسا بولىدۇ. سۈرگە دورىلىرىدىن قارا ئۆرۈك، تەمرى ھىندى، فۇلۇس قاتارلىق دورىلارنى مەتبۇخلاردىن مەتبۇخى شاھتەررەنى ئىچكۈزۈش كېرەك. ئەگەر ئىششىق ئېغىرلىشىپ قىزىل كېكىرتەك تارىيىپ ھېچ نەرسە ئۆتمەي دورا ئىستېمال قىلالمىسا، مۇناسىپ دورىلار بىلەن ھوقنە قىلىش ياكى ئىششىقنى يۇمشىتىپ، ماددىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن ئۇسۇلۇك، كاسنى، مارجان شوخلا ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلارنى قاينىتىپ، ئېغىز ۋە تىلنى چايقاش ياكى بابۇنە، ئىكلىل مەلىك، بىنەپشە، خىيارى شەنبەر، ئانار گۈلى، سەندەل، سېمىز ئوت ئۇرۇقىنى قوشۇپ قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش لازىم. ئىششىقنىڭ باشلىنىش جەريانى ئۆتكەندىن كېيىن، كاكنەج، كاللەك بەسەي سۈيىنى چىقىرىپ زىغىر لۇئابى قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش، ئىششىق پەسلەشكە يېقىنلاشقاندا بابۇنە، ئىكلىل مەلىك، بىنەپشىلەرنى قايناتقان سۇغا خىيارشەنبەر سۈيىنى قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش، ئېغىزنى چايقاش لازىم.

2. سەپرادىن بولغان تىل ۋەرىمىنى داۋالاشتا قان ئېلىش پايدا قىلمايدۇ. قاندىن بولغان تىل ۋەرىمىنى داۋالاشتىكى چارىلەرنى قوللىنىش بىلەن بىرگە مەتبۇخى ھەلىلىنى بېرىش كېرەك.

3. بەلغەمدىن بولغان تىل ۋەرىمىنى داۋالاشتا ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن مۇناسىپ دورىلار بىلەن تەييارلانغان، ئانچە ئۆتكۈر بولمىغان دورا سۈيۈقلۇقىنى ھوقنە قىلىش ئارقىلىق ئىچنى يۇمشىتىپ تازىلاش، ئۇنىڭدىن باشقا يەنە ئىيارەجى فەيقەرانى بېرىش كېرەك. ئارپا بادىيان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، بىنەپشە، چىلانلارنى قاينىتىپ سۈيىگە گۈلقەنت

سېلىپ ئىغىزنى چايقاش كېرەك. مەئجۇنى مەسرەدىتۇس، مەئجۇنى سەنجىرىينا بەرسىمۇ بولىدۇ.

4. سەۋدادىن بولغان تىل ۋەرىمىنى داۋالاشتا، ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش، ئەنجۈر، شۈمشە، زىغىزنى قاينىتىپ، سۈيىگە بىنەپشە يېغى، ھەسەل، خىيار شەنبەر قوشۇپ ئىغىزنى چايقاش لازىم. ئۆمۈك، كاسنى؛ ھۆل يۇمغاقسۇتلەرنىڭ سىقىلغان سۈيىگە داكىنى چىلاپ تىلغا سۈركەش ياكى شۇ دورا سۈيى بىلەن ئىغىزنى ئۇزۇنراق ۋاقىت چايقاش لازىم. بۇ چارە ئىسسىق دورىلار ئىشلەتكەن، لېكىن ئىششىق تېزلىشىپ سەرتانغا ئايلىنىپ قېلىش خەۋپى بولغانلار ئۈچۈنمۇ ئۈنۈمى بولىدۇ.

تىلنىڭ ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان ۋەرەملىرىگە پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقىدىن 20 گرامنى 100 مىللىلىتىر سىركە بىلەن قاينىتىپ تىلنىڭ ئۈستىگە سۈركىسىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

تىل ئاستى پاقىسىمان ئۆسمىسى

تىل ئاستى پاقىسىمان ئۆسمىسى (زەفدەئۇللىسانى) تىل ئاستىغا كۆكۈش پاقىغا ئوخشاش ئۆسمە گۆش پەيدا بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان. قەدىمكى ھۆكۈمالار ئۇنى پاقا بېشى كېسەللىكى دەپمۇ ئاتىغان. بۇ ئۆسمە چوڭايسا سۆزلەش قىيىنلىشىدۇ، كېسەل كىشىگە قاتتىق بىئاراملىق ئېلىپ كېلىدۇ.

سەۋەبى

خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشلىرى تىلغا يامان تەسىر قىلىپ پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە قويۇق قان ياكى بەلغەم ئۇفۇنەت ۋە بۇخاراتلىق ماددىلىرى تىل ئاستىغا يىغىلغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تىل ئاستىنىڭ بىر ياكى ئىككىلا تەرىپىگە كۆكۈش قارامتۇل، بەزىدە قىزىل رەڭلىك، چوڭ-كىچىكلىكى پەرقلىق ئۆسمە بەز پەيدا بولىدۇ. تەرەققىي قىلسا نورمال

سۆزلەشكە دەخلى يېتىدۇ. تىلنى ئەركىن ھەرىكەتلەندۈرەلمەيدۇ. ئېغىزدىن داۋاملىق كۆپلەپ شۆلگەي ئاقىدۇ. بۇنىڭ بەزىلىرى يامان سۈپەتلىك ئۆسمىگە ئايلىنىدۇ.

قويۇق قان سەۋەبىدىن بولغانلىرىدا ئۆسمىنىڭ رەڭگى قىزىل بولۇش بىلەن بىرگە كۆيۈشۈش بولىدۇ. قويۇق بەلغەمدىن بولغانلىرىدا ئۆسمىنىڭ رەڭگى ئاقراق ھەم قاتتىقراق بولىدۇ.

داۋاسى

قاندىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا قاندىن بولغان ئېغىز ئاغرىش كېسەللىكىدە ئېيتىلغان سوۋۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ھەمدە مۇۋاپىق تېپىلسا قىيفال تومۇرىدىن قان ئېلىش كېرەك. زۈلۈك قۇرۇتى قويسىمۇ بولىدۇ. سەپرا مۇسھىلى بىلەن مىگىنى تەنقىيە قىلىش كېرەك. كاسنى سۈيى، ئۈسۈڭ سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيىنى ئېغىزدا ئۇرغۇزسا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

بەلغەمدىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇپ بولغاندىن كېيىن ھەببى ئىيارەج بىلەن تازىلاش كېرەك. تەنقىيەدىن كېيىن ئۆشۈدۈر، مويزىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تىلغا سۈركەش ۋە سىركە، تۇزلارنى ئېغىزغا ئېلىش كېرەك. ئەگەر بۇ چارىلەر ئۈنۈم بەرمىسە گۆشنى يېگۈچى ۋە يوقاتقۇچى دورىلارنى، مەسىلەن: ئۆشۈدۈر، كۆيدۈرۈلگەن زاك، زەنگار، بىخ سۆسۈن، مۇرمەككى، ئاچچىق سۆرۈنجانلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سىركىگە چىلاپ ئوبدان ئېرىتىپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇش كېرەك. ئەگەر بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەك ئىلاج قىلىشقا ئېھتىياج چۈشسە، بۇرۇن بەۋاسىرى ۋە ئېغىز ئاغرىشتا قوللانغان ئۇسۇل-چارە ۋە دورىلارنى قوللىنىش ھەمدە تىل ئاستى تومۇرىدىن قان ئېلىش كېرەك. تەنكار، زەنگار ياكى ئانارگۈلنى، زاك ياكى قەلقەتار، موزا قاتارلىقلارنى زىماد قىلسىمۇ بولىدۇ. پوستى بىخ كەبىرنى قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەن ئۈنۈم كۆرۈلمىسە ئۆسمە قېپىنى يېرىپ ماددىلارنى چىقىرىۋېتىش كېرەك. تازىلاش ئۈچۈن سىركىگە ئازراق سۇ قۇيۇپ ئېغىزنى چايقاش، ئاندىن كېيىن كۆيدۈرۈلگەن زاكنى چاپلاش، گۆشنى يەپ تازىلىغۇچى مەلھەملەرنى داۋاملىق ئىشلىتىش ھەمدە مىزاجنى ئىسلاھ قىلىش كېرەك.

تۆۋەندىكىدەك ياخشى ئۇسۇللارنى قوللانسىمۇ بولىدۇ: سۆئتەر، ئانار پوستى ۋە تۇزلارنى بىر قىلىپ تىلغا سۈركەش كېرەك. كۆيدۈرۈلگەن زاك، سۆرۈنجانلارنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تىل ئاستىغا قويۇش، شەب يەمانى، بىخ سۆسۈن، زەئفەر، مۇرمەككى،

موزىلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ پاقىسمان ئۆسمىگە قويۇش كۆپ مەنپەئەتلىكتۇر. كۆكنار، يەرلىك شوخلا، فىلفىل، زىغىر، بىخ سۆس، ئاق لەيلىلەرنى قايىنتىپ غەر-غەرە قىلىشمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر پاقىسمان ئۆسمە قېتىۋالسا سۆئتەردىن 2 گرام، زۇفادىن 4 گرام، سەدەب تالقىنىدىن 8 گرام ئېلىپ سوقۇپ شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ تاكى ئۆسمىدە قىچىشىش سېزىمى پەيدا بولغىچە چېپىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن ھەبۇلئاس غولى، ئانارگۈلى، كۈندۈر پوستلىرىنى سىركىدە قايىنتىپ ئېغىزنى چايقاش، ئاغرىق بېسىلغىچە گۈل يېغى بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

ئەگەر ئۆسمىدىن قان كەلسە ئانارگۈلى، كۈندۈر پوستىنىڭ ھەر بىرىدىن 4 گرام، مۇرمەككىدىن 8 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ساپلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش كېرەك.

ئەگەر مەزكۇر ئۆسمە ئۆزىراپ كەتسە، دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن تىل ئاستىدىكى تومۇرنى بىر تەرەپكە داجىتىپ قان تومۇرلارغا دەخلى يەتكۈزمەسلىك شەرتى ئاستىدا ئۆسمىنى كېسىپ ئېلىۋېتىش كېرەك. چۈنكى تومۇرلار زەخىملەنسە قان توختىماي ئۆلۈم ھادىسى كېلىپ چىقىشى مۇمكىن. ئاندىن كېيىن كونا چىگىتنى ئېزىپ سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش، ئىككىنچى كۈنى چىگىتنى ئېزىپ سەفىداپ، مۇردارسەنگ، گۈل يېغى، مۇملاردىن ياسالغان مەلھەم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش كېرەك. بەزىدە ئىنچىكە نەيچە بىلەن ئۆسمىدىكى نەرسىلەرنى شۈمۈرۈپ ئالغاندىن كېيىن مەلھەم چېپىپ قويسىمۇ بولىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا سۇ تەككۈزۈشتىن ساقلىنىش، ئۇسسىغاندا ئېغىزنى يوغان ئېچىپ سۇنى جاراھەت ئورنىغا تەككۈزمەي ئۇدۇل گالغا قۇيۇش كېرەك.

ئەگەر ئۆسمە يوغىناپ تىلنىڭ ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرىسا تاكى ئاغرىمايدىغان بولغانغا قەدەر تىل ئاستىنى ئاستا چېكىپ بېرىش، ئاندىن كېيىن مۇمنى سىركىدە ئېرىتىپ سۈرتۈش كېرەك.

ئەگەر ئۆسمە يەللىك سەۋەبلەردىن بولسا ئىسبەغۇل يوپۇرمىقى سۈيى، پاقا يوپۇرمىقى سۈيى، ئانار سۆلىرىنى ياكى ئانار سۈيىنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىزغا تاكى يەل يوقالغىچە ئېلىش كېرەك. ئۆسمە ئېغىز ئالغان ۋە دەستكارلىقتىن كېيىن كېچىسى يۆتەل قوشۇلسا چۈچۈكبۇيا، ئۇستۇخۇدۇس، چىلان، گۈل نىلۇفەر، ئاق لەيلىلەرنى يەرلىك شوخلا ئەرىقى بىلەن قايىنتىپ سېلىپ ئىچكۈزسە بولىدۇ.

چىشنىڭ ساقلىقىنى ساقلاش تەدبىرلىرى

چىش يېمەكلىكلەرنى چىشلەپ ئۈزۈش، كېسىش، چايناش ئارقىلىق ئۇلارنى ئېزىپ ھەزىم قىلىشقا لايىقلاشتۇرۇش رولىنى ئوينايدۇ. ئەگەر چىشلار بولمىسا تاماقلار ئېزىلمەي ئاشقازانغا چۈشۈپ ئۇنىڭ خىزمىتىنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا، چىشلار ھەرپ تاۋۇشلىرىنىڭ توغرا ۋە تولۇق چىقىشىدىمۇ بەلگىلىك دەرىجىدە رول ئوينايدۇ. شۇڭا چىشلارنىڭ ساقلىقىنى ساقلاشقا ئالاھىدە ئېتىبار بېرىش كېرەك.

1. چىشنى دائىم يۇيۇپ پاكىزلەپ تۇرۇش، شاكىراپ تۇز سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش، بولۇپمۇ ئاخشىمى ئۇخلاشتىن بۇرۇن، ئەتىسى ئۇيقۇدىن كېيىن چىش چوتكىسىغا چىش پاستىسى يۇقتۇرۇپ چىشنى چوتكىلاشقا ئادەتلىنىش كېرەك. شارائىت بولمىغان جايلاردا ئەڭ ياخشىسى 3 ۋاخ تاماقتىن كېيىن ئېغىزغا سۇ ئېلىپ چايقاش، كۆرسەتكۈچ ۋە باش بارماقلارنى چىشقا تەككۈزۈپ پاكىزلەش كېرەك.

2. تاتلىق يېمەكلىكلەر بولۇپمۇ كەمپۈت قاتارلىق نەرسىلەرنى يېگەندىن كېيىن ئۇخلاشتىن بۇرۇن چوقۇم چىشنى چوتكىلاپ تاتلىق نەرسىلەرنىڭ قالدۇقلىرىنى تازىلاپ چىقىرىۋېتىش لازىم. چۈنكى چىش كاۋاكلىشىپ بۇزۇلۇش قاتارلىق چىش كېسەللىكلىرى كۆپىنچە مۇشۇ سەۋەبتىن كېلىپ چىقىدۇ.

3. چىش بىلەن قاتتىق نەرسىلەرنى چىشلىمەسلىك بولۇپمۇ چاقماسلىق، مەسىلەن، ئۆرۈك ئۆكچىسى، بادام ئۆكچىسى قاتارلىق نەرسىلەرنى چىش بىلەن چاقماسلىق كېرەك.

4. بەك سوغۇق ياكى ئىسسىق نەرسىلەرنى ئېغىزغا ئالماسلىق ياكى بەك سوغۇق نەرسىلەرنىڭ ئارقىدىنلا بەك ئىسسىق نەرسىلەر، بەك ئىسسىق نەرسىلەرنىڭ ئارقىدىنلا بەك سوغۇق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلماسلىق لازىم.

5. چىشنى قاماتقۇچى چۈچۈمەل نەرسىلەرنى كۆپلەپ ئېغىزغا ئېلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

6. قەينى كۆپ قىلماسلىق بولۇپمۇ چۈچۈمەل نەرسىلەر ياندۇرغان قەينى كۆپ قىلماسلىق كېرەك. قەيدىن كېيىن چوقۇم ئېغىزنى چايقاپ چىشلارنى پاكىزلەش كېرەك.

7. چىشلاردا ئاغرىش كۆرۈلسە ۋاقتىدا چارە قىلىش، كاۋاكلىشىش، سۇنۇش، چۈشۈشتەك چىش پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە ۋاقتىدا چىش تېۋىپىغا

كۆرسىتىپ يامىنىش، چىش سالدۇرۇش كېرەك.

تېبابىتىمىز چىشنىڭ ساقلىقىنى ساقلاشتا رىئايە قىلىشقا تېگىشلىك يۇقىرىقىدەك تازىلىق ساۋاتلىرىنى تەشەببۇس قىلىشتىن سىرت بەزى تۆۋەنكى ئۇسۇل-چارە ۋە دورىلارنىمۇ قوللىنىدۇ، مەسىلەن: چىشلارنى كۈچەيتىش ئۈچۈن ھەر ئايدا 1-2 قېتىم مۇناسىپ سۇنۇنلارنى چىشلارغا سېپىدۇ، ئېغىز چايقاش نۇسخىلىرى بىلەن ئېغىزنى چايقايدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن تۇزنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ چىش ۋە چىش مۆلۈكلىرىگە سۈركەيدۇ ياكى سۈتلۈك ئوتنىڭ يىلتىزىنى ئۈزۈم شارابى بىلەن قاينىتىپ ئېغىز چايقايدۇ. لازىم تېپىلغاندا 2-3 يىلدا بىر قېتىم ئېغىزدىكى تۆت تومۇر (چاھاررەگ) دىن قان ئېلىپ تۇرۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ. چىشنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا رەۋغىنى گۈل قاتارلىقلارنى، سوغۇق بولسا رەۋغىنى ئانار، رەۋغىنى ئىزخىر، رەۋغىنى بابۇنە ۋە رەۋغىنى مەستىكىگە ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارنى سۈركەيدۇ. بۇنىڭدا چىشنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا ئالدى بىلەن شېكەر، سوغۇق بولسا ھەسەل سۈركىگەندىن كېيىن مۇناسىۋەتلىك ياغلار بىلەن چىشنى ياغلايدۇ. ئەگەر شۇ كىشىنىڭ مىزاجى قۇرۇق ۋە سوغۇقلۇققا مايىل بولسا، چىشلارنى ياغلاش بىلەن بىرگە مېڭە ۋە ئاشقازاننى تازىلاشنى بىرگە ئېلىپ بارىدۇ. ئەگەر چىش قاماپ قېلىش ئەھۋالى كۆرۈلسە قورۇتقۇچى نەرسىلەرنى ئېغىزدا ئۇزۇنراق تۇرغۇزىدۇ، قاتارلىقلار.

چىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشنىڭ ئومۇمىي پرىنسىپى ۋە بەزى دورىلىرى

چىشنىڭ مىزاجى قۇرۇق بولىدۇ. چىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا دورىلارنىڭ ئىسسىق، سوغۇق ۋە مۆتىدىللىكىنى نەزەردە تۇتۇش كېرەك. بەدەننىڭ ئومۇمىي مىزاجىدا ئۆزگىرىش بولغاندا بولۇپمۇ سوغۇقلۇققا مايىل بولغاندا چىشنىڭ مىزاجىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشكە تىرىشىشى كېرەك.

چىشنىڭ ئەڭ ياخشى دورىلىرى چىشنى قۇرۇتقۇچى ۋە چىڭىتقۇچى دورىلاردۇر. سوغۇققا مايىل قۇرۇتقۇچى دورىلار بىرئاز چۈچۈمەلرەك كېلىدۇ، مەسىلەن: سەندەل، كافۇر، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، ئانارگۈلى، خۇنسىياۋشان، موزا، كەھرىبا، مەرۋايىت، فۇفەل، ئارپا تۈنى، ئۈجمە دەرىخى پوستى، ھۇمماز يىلتىزى، ھەلىلە مېغىزى، ئامۇت ئۇرۇقى، ئاقاقىيا، سىماق،

جۆپتى بەللۇت قاتارلىقلار.

ئىسسىقتا مايىل قۇرۇتقۇچى دورىلارنىڭ ئىسسىق كەيپىياتى بەزىلىرىنىڭ جەۋھىرىدە بولسا، بەزىلىرىنىڭ دورا ئەتراپىدا بولىدۇ.

ئىسسىق كەيپىياتى دورىنىڭ جەۋھىرىدە بولىدىغانلار: كۆيدۈرۈلگەن تۇز، كۆيدۈرۈلگەن سەئىدى كۇفى، كۆيدۈرۈلگەن سازەج ھىندى، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، دارچىن، زۇفا، ئىزخىر، بىخ كەبىر ۋە ئۇنىڭ مېۋىسى (مېۋىسى بىخ كەبىردىن كۈچلۈك بولىدۇ)، كۆيدۈرۈلگەن ياكى كۆيدۈرۈلمىگەن ئۇد، ئىپار، ئارچا دەرىخى يوپۇرمىقى، سازەج ھىندى يوپۇرمىقى، يۇدىنە ۋە ئۇنىڭ كۈلى، مەستىكى، تەنكار، زىراۋەندى مۇدەھرەجلەرنىڭ كۈلى، ئۈزۈم تېلىنىڭ كۈلى، توشقان بېشىنىڭ كۈلى، ئارچا ياغىچىنىڭ كۈلى، ئاقىرقەرھا كۈلى، كۈندۈر ۋە شەھمە ھەنزەل كۈلى قاتارلىقلار.

ئىسسىقلىق كەيپىياتى دورىنىڭ ئۆزى ياكى ئەتراپىدا بولىدىغانلار: موزىنىڭ كۈلى (ئەگەر ئۇنى كۆيدۈرگەندىن كېيىن سىركىدە سۇۋۇتسا كەيپىياتى مۆتىدىللىشىدۇ)، ئۈزۈم تۇششاق شاخلىرىنىڭ كۈلى، قومۇش كۈلى قاتارلىقلار.

چىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى مۆتىدىل قىلىشقا ئېھتىياج چۈشسە يۇقىرىقى سوغۇق ۋە ئىسسىق دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تەڭشەپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ. چىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ بەزىلىرى تارقاتقۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى، بەزىلىرى سۇۋۇتقۇچى، بەزىلىرى سېزىمنى ئاشۇرغۇچى دورىلار بولۇپ، سېزىمنى ئاشۇرغۇچى دورىلار كېپىنچە يامان تەسىرلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، شۇڭا ئۇلارنى ئامال بار ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئاندىن باشقا، چىش كېسەللىكلىرى ئۈچۈن قاتتىق دەرىجىدە تارقاتقۇچى ۋە قىزىتقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك. مەسىلەن: ھەنزەل، خەربەق، قىشائۇلھىمار قاتارلىقلار. ئەگەر ئىشلىتىشكە زۆرۈرىيەت بولۇپ قالسا ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش كېرەك. سۈنۈن دورىلارنى ئىشقازان توشۇق ۋاقىتتا ئىشلەتمەي، مىسۋاك قىلىشتىن بۇرۇن ئىشلىتىش لازىم. چىشلارنىڭ بۇزۇلۇشىنى قابىز دورىلار ئارقىلىق داۋالاش سەل تەسكە توختايدۇ. چىشنىڭ ھەر خىل كېسەللىكلىرىگە فۇفەل، موزا، بەللۇت، دارچىنى، زورنىباد، سۆئتەر قاتارلىق دورىلار ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

چىش ئاغرىش

چىش ئاغرىش (دەردى دەندان، ۋەجئۇلئەسنانى) بەزى چىش كېسەللىكلىرىدە

بولىدىغان ئومۇمىي ئالامەتكە قارىتىلغان. ئۇ ئادەتتە مىزاجىنىڭ خىلتسىز ياكى خىلتلىق بۇزۇلۇشىدىن بولغان چىش ئاغرىش، باشقا ئەزا كېسەللىكلىرى شىرىكچىلىكىدىن بولغان چىش ئاغرىش ۋە چىشنىڭ ئۆزىدىكى ئۆزگىرىشلەردىن بولغان چىش ئاغرىشلارغا ئايرىلىدۇ.

سەۋەبى

1. مىزاجىنىڭ خىلتسىز بۇزۇلۇشى چىشقا يامان تەسىر قىلسا چىش ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە ماددىسىز ئىسسىق ۋە سوغۇقنىڭ تەسىرىدىن بولغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ.

2. مىزاجىنىڭ خىلتلىق بۇزۇلۇشى چىشقا يامان تەسىر قىلسا چىش ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە قان، سەپرا، بەلغەم ماددىلىرىنىڭ ئاشقانلىقىدىن بولغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ.

3. باشقا ئەزالاردىكى ئۆزگىرىشلەر چىشقا يامان تەسىر كۆرسىتىپ چىش ئاغرىشنى پەيدا قىلىدۇ. بۇنىڭدا ئاشقازان ۋە باشقا ساھەسىدىكى ئۆزگىرىشلەردىن كېلىپ چىققان كېسەللىكلەرنىڭ چىشقا تەسىر قىلغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ.

ئاشقازان قۇيۇق، ئۆتكۈر ياكى ناچار ماددىلارغا تولۇپ، ئۇلارنىڭ زىيانلىق تەسىرى چىشقا ئۆرلىگەنلىكتىن چىش ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

باش تەرەپتىن قۇيۇق يەللەر چىش يىلتىزى ۋە چىش سىزىم ئەسەبلىرىگە چۈشكەنلىكتىن چىش ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ھەر خىل كېسەللىكلەر، مەسىلەن، يۇقىرى قان بېسىم كېسىلى، زىيابىت (قەنت سىيىش) كېسىلى، بۇرۇن يان بوشلۇقى ۋەرىمى، ئېغىر دەرىجىدىكى كەمقانلىق كېسىلى، زۇكامۇلۋەبائى (تارقىلۇچان زۇكام)، ئېغىر دەرىجىدىكى ئەسەب ئاجىزلىقى قاتارلىقلارنىڭ تەسىرىدىن چىش ئوخشىمىغان دەرىجىدە ئاغرىيدۇ.

4. چىشنىڭ ئۆزىدىكى ئۆزگىرىشلەر تۈپەيلىدىن چىش ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە چىش كاۋاكلىشىش، چىش مىلىكلىرى ئىششىپ ۋەرەملىنىش قاتارلىقلاردىن بولىدىغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

1. مىزاجىنىڭ خىلتسىز بۇزۇلۇشىدىن بولغان چىش ئاغرىشتا ئەگەر چىش ئاغرىش

ماددىسىز ئىسسىقتىن بولسا ئاغرىش قاتتىق باشلىنىدۇ. ئىككى ئېڭەك قىزىق بولىدۇ. ئېغىزغا سوغۇق سۇ ئالسا خوش يېقىپ چىش ئاغرىقى پەسەيگەندەك بولىدۇ، چىشنىڭ تۈۋى ئىششىقسىز قىزىرىدۇ.

ئەگەر ماددىسىز سوغۇقتىن بولسا، سوغۇق شامال ياكى سوغۇق نەرسىلەر تەگسە ئاغرىش كۈچىيىدۇ. ئىسسىقلىقنىڭ ئالامىتى كۆرۈلمەيدۇ. لوقۇلداپ ئاغرىش بولمايدۇ. ئىسسىق نەرسىلەر تەسىر قىلسا خوش ياقىدۇ ياكى ئاغرىق پەسىيىپ قالىدۇ.

2. مىزاجىنىڭ خىلتلىق بۇزۇلۇشىدىن بولغان چىش ئاغرىشتا، ئەگەر چىش ئاغرىش قاننىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، چىشنىڭ تۈۋى قىزىرىدۇ، ئىششىيدۇ، چىش ئېغىرلىشىپ، لوقۇلداپ، چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. قاننىڭ غالىب كەلگەنلىك ئالامەتلىرى بولىدۇ.

ئەگەر سەپرانىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، چىش كۆيۈشۈپ ئاغرىيدۇ. بەزىدە باش، چېكە ساھەلىرىنىڭ چىڭقىلىپ ئاغرىشىمۇ قوشۇلۇپ كېلىدۇ. چىشنىڭ تۈۋى سېرىق بولىدۇ. سەپرا غالىبلىقىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئەگەر بەلغەمنىڭ ئاشقانلىقىدىن بولسا، چىش ئاغرىش بوش بولىدۇ. لوقۇلداپ ئاغرىش بولمايدۇ. چىش تۈۋى قىزارماي ئىششىيدۇ. سوغۇق نەرسىلەر تەسىر قىلسا ئاغرىش كۈچىيىدۇ. قىزىق نەرسىلەر تەگسە خوش ياقىدۇ. ئىسسىقلىقنىڭ ئالامەتلىرىدىن ھېچ بىرى كۆرۈلمەيدۇ.

3. باشقا ئەزا ۋە كېسەللىكلەردىن بولغان چىش ئاغرىشتا، ئەگەر ئۇ ئاشقازاندىكى يەل-بۇخاراتلارنىڭ ئۆرلىگەنلىكىدىن بولسا، قورساق توپۇپ كەتكەن ياكى ھەزىم قىلىش ناچارلاشقان چاغلاردا ۋە ياكى كېچىدە تاماق يېسە چىش ئاغرىش كۈچىيىدۇ ياكى ئەسلىدىكى ئاغرىق كۈچىيىپ كېتىدۇ.

ئەگەر باشقا كېسەللىكلەردىن بولسا، شۇ خىلدىكى كېسەللىكلەرنىڭ ئۆزىگە خاس ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. چىش تارتىشىپ ئاغرىيدۇ. ئاغرىش بىر جايدىن يەنە بىر جايغا يۆتكىلىپ تۇرىدۇ.

4. چىشنىڭ ئۆزىدىكى ئۆزگىرىشلەردىن بولغانلىرىدا چىش ئاغرىش چىشتىكى كاۋاكلارنىڭ ئېغىر-يەڭگىللىكى، چىش مۇلۇكلىرىدىكى ئىششىق، ۋەرەملىنىش دەرىجىسىگە قاراپ ھەر خىل بولىدۇ.

داۋاسى

چىش ئاغرىشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ئېنىقلاپ سەۋەبكە قارىتا چارە

Altunoq

قىلىش، كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى ماددىنى ئايرىپ مۇناسىپ دورىلار بىلەن تازىلاش ۋە مىزاجنى تەڭشەش ھەمدە ئاغرىق توختىتىش تەدبىرلىرىنى قىلىش لازىم.

ئىسسىقتىن بولسا، سوغۇق دورا ۋە چارە تەدبىرلەرنى، سوغۇقتىن بولسا ئىسسىق دورا ۋە چارە تەدبىرلەرنى قىلىش كېرەك.

قان غالىبلىقتىن بولسا، ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق تېپىلسا قان ئالغان ياكى ھىجامەت قويغاندىن كېيىن مەتبۇخى ھەلىلە ياكى مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش كېرەك. گاۋزەبان، ئىت ئۈزۈمى، يۇمغاقسۈتلەرنى قايىنىتىپ سۈيىنى ئېغىزدا تۇرغۇزۇش، ئەگەر چىش ئاغرىش قاتتىق بولسا تەرياقى ئەسناننى چىشقا قويۇش كېرەك.

سەپرانىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، مەتبۇخى ھەلىلە ياكى تەمرى ھىندى بېرىلىدۇ.

بەلغەمدىن بولسا، بەلغەمنى تازىلاش ئۈچۈن ئالدى بىلەن ھەببى ئىيارەج ياكى ھەببى سەبرە بەرگەندىن كېيىن تەرياقى ئەسناننى بېرىش كېرەك.

تۆۋەندىكى ئۇسۇل-چارە ۋە دورىلارنى چىش ئاغرىشنىڭ كېلىپ چىقىش سەۋەبىگە قاراپ تاللاپ قوللانسا بولىدۇ:

(1) سىركە ۋە گۈلاپنى ئېغىزغا ئېلىپ تۇتۇش، ئاغرىق بەك قاتتىق بولسا يۇقىرىقىلارغا ئازراق كافۇر قوشۇپ ئاغزىغا ئېلىش لازىم.

(2) قىچا، ئاقىرقەرھا، پىلپىل ۋە ئاق تۇزنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، چىش تۈۋىگە بېسىش كېرەك.

(3) ئىت ئۈزۈمى (مارجان شوخلا) نىڭ سۈيى، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى قاتارلىقلارنى ئېغىزدا تۇتۇش لازىم.

(4) ئەنسۇن (رۇمىيادىيان) بىلەن زىرىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ قايىنىتىپ ئېغىزنى چايقىسا بولىدۇ. چىش «قۇرۇت يېگەن» لىكتىن ئاغرىسا كۈدە ئۇرۇقى، پىياز ئۇرۇقى، مىڭدىۋانە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى موم بىلەن بىللە چوغ ئۈستىگە قويۇپ، قومۇش نەيچە ياكى ۋارۇنكىدەك بىر نەرسە ئارقىلىق چىشنى ئىسلىسا چىش ئاغرىقى توختايدۇ.

(5) يىلان پوستىنى سىركىدە قايىنىتىپ ئاغزىنى چايقىسا ياكى تال (تەك) نىڭ پوستى بىلەن يوپۇرمىقىنى قايىنىتىپ ئېغىزنى يۇيسا ئاغرىق توختايدۇ.

(6) چىش بوشاپ كېتىپ لىڭشىپ ئاغرىسا قىزىلگۈل، يەسمۇق، پۇرچاق، نۇشۇدۇر، كۆچىلا، زەئفەر، ئانار پوستىنى سوقۇپ چىش تۈۋىگە بېسىش لازىم.

(7) 3.5 گرام ئاقىرقەرھا، 165 مىللىگرام كافۇرنى سوقۇپ گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۈركەش مۇمكىن. چىش كاۋاك بولسا، كۆكنار يېغىنى چىش كاۋىكىغا تېمىتىش كېرەك.

(8) كابابەچىننى سۇدا (ئەڭ ياخشىسى ئاچچىق سۇدا) قاينىتىپ سۈيىگە ئازراق زەمچە سېلىپ ئېغىزنى چايقاش لازىم.

(9) تىبرەكنىڭ قاتتىق قوۋزىقى، ئىسلانغان قومۇشتىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، كابابەچىندىن مۇشۇ مىقداردا ئېلىپ بىر پىيالە سۇدا قاينىتىپ ئېغىزنى چايقىسا چىش ئاغرىقى پەسىيىپ قالىدۇ.

(10) ئاپتاپپەرەس يىلتىزىدىن 250 گرام، قارا ھەلىلىدىن 17.5 گرام، ئاق تۈزدىن 17.5 گرام، سېرىق ئەمەنىدىن 250 گرام، كابابەچىندىن 17.5 گرام ئېلىپ 3 پىيالە سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ، يىلمان ھالدا ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

(11) سۆگەت گۈلىنىڭ گۈلىدىن ئازراق ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئېغىزنى چايقىسا بولىدۇ. يۇمشاق توغرىغۇ تالقىنىنى بۇرۇن ئىچىگە نەيچە بىلەن پۈركىسە چىشنىڭ ئاغرىقى توختايدۇ، بىر قېتىمدا توختىمىسا يەنە بىر قېتىم پۈركەش مۇمكىن.

(12) ھەرە كۆنىكىنى كابابەچىنى بىلەن بىللە قاينىتىپ سۈزۈپ سۈيىگە ئازراق تۇز قوشۇپ ئېغىزغا ئېلىپ تۇرسا كاۋاك چىشنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

(13) چىش ئاغرىقى كۆمىلچىنىڭ ئۈنۈمىمۇ ياخشى.

چىش ئاغرىقى كۆمىلچى:

ئاق تۇربۇت 7 گرام، سۆرۈنجان، سېرىق ھەلىلىنىڭ ھەر بىرىدىن 3.5 گرام، قىزىلگۈل، بىنەپشە، ئەفتىمۇن، تاش تۇز، بوزىدان، رومبادىيان، پۇشۇرۇلغان سوقمۇنيا، مۇقىل، غارىقۇن، سەكبەنەجلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 2.1 گرام.

تەييارلىنىشى: مەزكۇر دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا كۆمۈلا قىلىنىدۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق

خۇسۇسىيىتى: بەلغەمدىن بولغان چىش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئەتىگەن-ئاخشامدا 3.5 گرامدىن ئىستېمال قىلىدۇ.

(14) چىش ئاغرىقىدا ئىشلىتىلىدىغان تۆۋەنكى مەخسۇس نۇسخىنىڭ ئۈنۈمىمۇ ياخشى.

ئاقىرقەرھا، بۇزۇرۇلبەنجىنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام، كۆك ماش 10.5 گرام، خەشخاش 7.7 گرام.

دورىلارنى چالا سوقۇپ سۇدا قايناتقاندىن كېيىن سۈيىدە ئېغىز چايقىلىدۇ.

چىش قاماش

چىش قاماش (زەرەسۇلتە سىنانى) ھەر خىل ئىچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن چىشنىڭ قاماپ نەرسىلەرنى چايناشتىن ئۆزىنى تارتىدىغان ياكى چايناشتا قىينىلىدىغان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. قابىز (قورۇغۇچى)، قېرىق، ئاچچىق-چۈچۈك نەرسىلەرنى چاينىغان ياكى يېگەن چاغدا ئۇ نەرسىلەر چىشتا ئۇزۇن تۇرۇپ قېلىپ، شۇ نەرسىنىڭ سۇيۇق ۋە لەتىپ قىسىملىرى چىشنىڭ جىسمىغا ئۆتۈپ چىشنى يىرىكلەشتۈرگۈچى سوغۇقلۇق پەيدا قىلىدۇ-دە، چىش ئەسەبلىرىنىڭ سەزگۈرلۈكى ئېشىپ چىش قاماشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

2. بەك سوغۇق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغاندا چىش قاماپ قالىدۇ.

3. ئاچچىق خىلىت ئاشقازان ئاغزىغا يىغىلىپ ئاندىن قەي بىلەن چىقىپ ئۇنىڭ بۇخارى ئۆرلەپ چىش قاماشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

چىش قاماشنىڭ 1-خىلىدىكىسىدە قابىز، قېرىق نەرسىلەر ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولىدۇ.

2-خىلىدىكىسىدە سوغۇق ياكى يېلىمان نەرسىگە ئۇچراشسا چىش ئاغرىيدۇ، قاتتىق نەرسىلەرنى چاينىيالمايدۇ.

3-خىلىدىكىسىدە ئاچچىق كېكىرىك كېلىدۇ، ئاغزى ئاچچىق بولىدۇ. ئاچچىق قەي ۋە ئاغزىدىن سۇ كۆپ كېلىدۇ.

داۋاسى

1 ـ خىلدىكىسىنى داۋالاشتا بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، مەتبۇخى ھەلىلە ياكى مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش، گۈل يېغى، كافۇرلارنى چىشقا قويۇش لازىم. سېمىز ئوتنىڭ يوپۇرمىقى ۋە غولى ياكى تاغ رەيھىنى (بادرۇج) قاتارلىقلارنى چايناش لازىم. يىلمان زەيتۇن يېغى بىلەن ئېغىزنى چايقىسىمۇ بولىدۇ. ئاغرىقنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، جويۇز، ئاچچىق بادام مېغىزى، ياڭاق، پىندۇق، نارجىل مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ قايسى بىرى تېپىلسا قىزىتىپ چىشلارغا سۈركەش ياكى تۇخۇم سېرىقىنى چالا پىشۇرۇپ چىشلارغا چىپىش كېرەك.

2 ـ خىلدىكىسىنى داۋالاشتا ھەببۇلغار، زەمچە، تۇزۇن زىراۋەندىلەرنى يۇمشاق ئېزىپ چىشنىڭ تۈۋىگە سۈركەش، تەرياقى كەبىر، بىلسان يېغىنى سۈركەش لازىم. چىشتا ھارارەت پەيدا بولغان سەۋەبتىن قانىسا، گۈل يېغىغا كافۇر ۋە سەندەللەرنى قوشۇپ چىشقا سۈركەش ۋە ئاغزىدا تۇتۇش لازىم.

3 ـ خىلدىكىسىنى داۋالاشتا ئاشقازاندىكى ئاچچىق خىلتلىق ماددىنى تازىلاشقا تىرىشىش كېرەك. بۇنىڭ ماددىسى ئاشقازاننىڭ ئاغزىدا بولغانلىقى ئۈچۈن قەي ئارقىلىق تازىلىغاننىڭ مەنپەئەتى ياخشىراق بولىدۇ. ماددىنى تازىلىغاندىن كېيىن يۇقىرىدا ئېيتىلغان چارىنى قىلىش بىلەن بىرگە سەئتەر، تاغ رەيھىنى، ھەسەل، تۇزلانى چىشقا سۈركەش ياكى زەيتۇن يېغىنىڭ دۇغىنى مىس پىيالىغا ئېلىپ ئوتتا ياكى ئاپتاپتا قويۇپ قىزىتىپ چىشقا سۈركەش لازىم.

چىش مىدىرلاپ قېلىش

بۇ، ئاساسلىق ھەر خىل ئىچكى سەۋەبلەردىن بولغان چىش مىدىرلاپ قېلىش (جۇنبىيدەنى دەندان) قا ھەتتا چىش چۈشۈپ كېتىش (ئۇفتادەنى دەندان) كە قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئارتۇق ھۆللۈك بولۇپمۇ سۇيۇق بەلغەم ھۆللۈكىنىڭ چىش تۈۋىگە يىغىلىپ

قىلىشىدىن چىشلار بوشاپ مىدىرلاپ قالىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا چىش تۈۋىدىكى گۆشلەرنىڭ ئازلاپ قىچىشىشى (يىگىدىشى)، چىش تۈۋى يەللىك يارىسى، چىش تۈۋىگە ئوزۇقلۇق - قۇۋۋەتلەرنىڭ يېتىشمەسلىكى، چىشنىڭ تۈۋىگە ئىسسىق خاراكتېرلىك ئىششىق پەيدا بولۇش قاتارلىقلاردا چىش مىدىرلاپ قېلىش، ھەتتا چۈشۈپ كېتىش ئەھۋاللىرى يۈز بېرىدۇ. بۇ، ياشانغان كىشىلەردە تەبىئىي ئەھۋال، ياشلاردا بولسا كېسەللىك بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. يەنى بەزىدە ياشلاردا كۆپىنچە ئاچ قېلىش ياكى ئوزۇقلىنىش ياخشى بولماسلىق، كۆپ قان يوقىتىش، ئىچى سۈرۈش قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئوزۇقلۇق يېتىشمەي چىش مۆلۆكلىرى بوشاپ چىش مىدىرلاپ قالىدۇ ھەتتا چۈشۈپ كېتىدۇ. سىرتقى زەخىم ئاسانلا چىشلارنىڭ مىدىرلاپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا بەزىدە سىمابلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلغانلىقتىنمۇ چىش مىدىرلاش، چۈشۈپ كېتىش ئەھۋاللىرى يۈز بېرىدۇ.

ئالامىتى

چىشنىڭ مىدىرلاپ قالغانلىقى ئېنىق بىلىنىدۇ. چىش مۆلۆكلىرى ئورۇقلاپ، ئاقىرىپ چىش تۈۋى كۆرۈنۈپ قالىدۇ. چىشلار بوشاپ قاتتىق - قۇرۇق نەرسىلەرنى نورمال چايناالمايدۇ. چىش ئاسانلا چۈشۈپ كېتىدۇ. ئادەتتىكى چاغلاردا ئاغرىمايدۇ. چىش ئۆزىراپ قالغاندەك بىلىنىدۇ.

داۋاسى

چىش مىدىرلاپ قېلىش قېرى كىشىلەردە كۆرۈلسە ئاساسىي جەھەتتىن ئوبدان چارە يوق، ئەمما ئالدىنى ئېلىش ۋە مۇھاپىزەت قىلىش ئۈچۈن كۆپىنچە ھۆللۆكنى تازىلاپ، قۇۋۋەتلەندۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. مەسىلەن: سوئىدى، سۈنبۇل، كۆيدۈرۈلگەن ئۆد، مەستىكى، قۇرۇق قىزىلگۈلگە ئوخشاش دورىلارنى چىشنىڭ تۈۋىگە سېپىش لازىم. ياشلاردا كۆرۈلسە سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىش، قۇۋۋەتلەندۈرۈش لازىم. سىرتتىن ئاقىرقەرھا، موزا، پىنە، سۈنبۇل، زەمچە قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ياكى ئايرىم تالقان قىلىپ چىش تۈۋىگە بېسىش لازىم.

چىش تۈۋى گۆشلىرى ئازلىقى ۋە يەل يارىدىن بولغان چىش مىدىرلاپ قېلىشنى داۋالاشتا، مۇۋاپىق تېپىلسا قىفال تومۇر ۋە كالپۇكلاردىكى تۆت تومۇر (چەھاررەگ) دىن قان

ئالسا بولىدۇ. مۇنزىجىدىن كېيىن سەپرانىڭ مۇسھىلىنى بېرىش كېرەك. گۆش، سۈت قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلىش، سىماق، زىرىشك، بادام مېغىزى قاتارلىقلارنى تامىقىغا قوشۇپ بېرىش كېرەك. كۈندۈر، زىراۋەندى مۇدەھرەج، خۇنسىياۋشان، ئىرسالاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۈيۈن ياساپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

ئەگەر چىش گۆشلىرىنىڭ ئازلىقى مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقى ياكى سوغۇقلۇقىدىن ياكى چىشقا زەربە يەتكەن ياكى ئىششىغانلىقتىن بولسا ئالدى بىلەن سەۋەبىنى يوقىتىش لازىم. چىش تۈۋى گۆشلىرىنىڭ ئازلىقىنى داۋالاش ئۈچۈن قاش تېشى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، جوز ھىندى، ئاچچىق بادام مېغىزلىرىنى كالا يېغىدا قىزارغىچە قورۇغاندىن كېيىن كۆيدۈرۈلگەن فۇفەل، خېنە يوپۇرمىقى، زەيتۇن يوپۇرماقلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام ئېلىپ قوشۇپ سۈيۈن ياساپ كەچتە چىش گۆشلىرىگە سۈركەش كېرەك. ئامۇت تۇرۇقى، ھەببى كاكنەج، كەمرەك دەرىخىنىڭ پوستى، ئامىلە يوپۇرمىقىنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ئېغىز چايقىسا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر چىش تۈۋى گۆشلىرى بۇزۇلغان بولسا فىلدىفيۇن ۋە باشقا ئۆتكۈر دورىلارنى ئىشلىتىش، قابىز چايقالمىلار بىلەن ئېغىز چايقاش كېرەك. ئانارگۈلى، ئامىلە، شەب يەمانى، ئاقاقىيالارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۈيۈن ياساپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

چىش تۈۋىدىن گۆش ئۈندۈرۈش ۋە ئېغىز پۇراشنى يوقىتىش ئۈچۈن خۇنسىياۋشان، گەزمازەج، ئەنزەرۇت، كۈندۈر، جويۇز، كۆيدۈرۈلگەن قۇمۇش، تاباشىر، ئاقاقىيا، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، جۇپتى بەللۇت، ئاچچىق ئانار پوستلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، قەسبۇززەرىرەدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ كۈندە ئۇخلاشتىن بۇرۇن چىش تۈۋىگە سۈرسە بولىدۇ. سەئدى كوفى، ئانارگۈلى، سىماق، شەب يەمانى (زەمچە) لەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۈيۈن ياساپ سەپسىمۇ بولىدۇ.

چىشنى چىڭىتىش، گۆش ئۈندۈرۈش ۋە چىش تۈۋى سوزۇلما جاراھەتلىرى ئۈچۈن مەستىكى رومى، كەھرىبا، فۇفەلنىڭ گۈلى، خۇنسىياۋشان، موزا، ئانارگۈلى، قارا ھەلىلە، سېرىق ھەلىلە پوستى، ئامىلە، خېنە يوپۇرمىقى، كات سەفىد، قۇرۇق يۇمغاقسۇتلەرنىڭ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، ئاشتۇزىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ تاسقاپ ئۇخلاشتىن بۇرۇن چىشقا سۈۋاش كېرەك.

زىراۋەندى مۇدەھرەج، كۈندۈر، خۇنسىياۋشان، كۇرۇسنە تۇنى، بىخ سۆسۈنلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ئىسكەنجەبىل ئەنسىلى بىلەن قوشۇپ سۈرسە چىش تۈۋىنى مەھكەم قىلىدۇ.

مەستىكى رۇمى، سەنگى جاراھەت، ئەنزەرۇتلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ

سوۋسىمۇ چىش ئاغرىش ۋە چىش گۆشلىرىنىڭ ئازلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

يۇقىرىدىكى تەدبىرلەر كۆپايە قىلمىسا ئىيارەجلەر بىلەن تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن ئانار پوستىدىن 100 گرام، ئانارگۈلى، موزا، زەمچە (شەبىيەمانى)، ئاقىرقەرھالارنىڭ ھەر بىرىدىن 40 گرام، سىماقتىن 60 گرام ئېلىپ سوقۇپ قۇرسنى يانجىپ چىشقا سۈركەش ياكى قورس ياساپ قۇرۇتۇپ، لازىم بولغاندا يانجىپ چىشقا سۈركەش لازىم. يەنە ئانار پوستىدىن 12 گرام، قالغان دورىلاردىن 8 گرام، سىماق، تۇزلارنىڭ ھەر بىرىدىن 4 گرام ئېلىپ ياكى زەمچىنى كۆيدۈرۈپ سىركىدە سۇۋۇتۇپ ئۇنىڭدىن بىر ھەسسە، سوقۇلغان تۇزدىن 2 ھەسسە، سىماقتىن 3 ھەسسە قوشۇپ سوقۇپ سۇنۇن ياساپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر بۇلاردىمۇ مەنپەئەت كۆرۈلمىسە يىڭنىنى قىزىتىپ بۇزۇلغان گۆشنى داغلاش كېرەك.

چىش تۈۋىنىڭ ئىششىقى تۆپىلىدىن چىش بوشىغان بولسا، ئالدى بىلەن بەدەننى تازىلاش، ئۇنىڭدىن كېيىن تاباشىر، سېرىق ھەلىيلە پوستى، ياۋا ئانارگۈلى، سۇماققا ئوخشاش قابىز ۋە سوغۇق دورىلارنى سۇفۇف قىلىپ چىش تۈۋىگە سۈركەش ۋە پاقا يوپۇرمىقى، سېمىز ئوت سۈلىرى بىلەن ئاغزىنى چايقاش لازىم.

سىرتقى زەخىملىنىشتىن كېلىپ چىققان مىدىرلاپ قالغان چىشنى ئېلىۋېتىشكە توغرا كەلسە، ئالدى بىلەن چىشنىڭ يىلتىزىنى بوشاشتۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىپ، ئاندىن چىشنى تارتسا ئاسان چىقىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئوجمە دەرىخىنىڭ پوستى، ئاقىرقەرھالارنى يۇمشاق سوقۇپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئاپتاپقا قويۇپ ھەسەلگە ئوخشاش ھالەتكە كەلتۈرۈپ، تارتىلىدىغان چىشنىڭ تۈۋىگە ھەر كۈنى ئۈچ قېتىم چېپىش لازىم ياكى شاتۇت دەرىخىنىڭ پوستى، بۆرە سۈيىمىسىنىڭ يىلتىز پوستى، سېرىق زەرنىخ، ئاقىرقەرھا، زەرچۇبە، شەبرۇم، قىشائۇلھىمار يىلتىزى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئۈچ كۈن تۇرغۇزۇپ ئاندىن تارتىلىدىغان چىشنىڭ تۈۋىگە چېپىش كېرەك. قىزىل زەرنىخنى سىركىگە بىر قانچە كۈن چىلاپ تارتىلىدىغان چىشنىڭ تۈۋىگە قويسىمۇ بولىدۇ، سىركىنىڭ دۇغىنى قويسىمۇ، خام ئەنجۈرنىڭ سۈتىنى تېمىتسىمۇ، ئەنجۈرنىڭ ھۆل يوپۇرمىقىنى ئېزىپ قويسىمۇ چىشنى بوشاشتۇرىدۇ. تارتىلىدىغان چىش تۈۋىگە يۇقىرىقى دورىلارنى تەككۈزگەندە يېنىدىكى ساق چىشلارنى خېمىر ياكى باشقا دورىلار بىلەن ئوراپ مۇھاپىزەت قىلىش كېرەك.

مىدىرلاپ قالغان چىشنى قول ياكى تىل بىلەن تولا مىدىرلاتماسلىق، قاتتىق نەرسىلەرنى چىشلىمەسلىك ۋە چاينىماسلىق كېرەك.

چىش كاۋاكلىشىش، ئۇۋۇلۇش ۋە كامارلىشىش

چىش كاۋاكلىشىش، ئۇۋۇلۇش ۋە كامارلىشىش (تەئەككۈل، تەفەتتۇت ۋە تەسەققۇبۇلئەسنانى) كېسەللىكلىرى چىش نورمال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن چىشنىڭ كاۋاكلىشىپ كېتىشى (تەئەككۈلۇلئەسنانى)، ئۇۋۇلۇپ كېتىشى (تەفەتتەتۇلئەسنانى) ۋە كامار بولۇپ قېلىشى (تەسەققۇبۇلئەسنانى) غا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم يەنى بۇزۇق ھۆللۈكنىڭ مەلۇم بىر چىش، چىش مىلىكى ۋە ئۇنىڭ ئەسەبلىرىگە تەسىر قىلغانلىقىدىن شۇ چىشنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇپ ئۇنىڭ كاۋاكلىشىش، ئۇۋۇلۇش ۋە كامار بولۇپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

2. قۇرۇقلۇق غالىب كېلىپ چىشلارغا تەسىر قىلغانلىقتىن ئۇلارغا ئوزۇقلۇق ماددىلار يېتىشمەي چىشلارنىڭ تەركىبىي قىسىملىرىنى بىر-بىرى بىلەن ئۇلاشتۇرۇپ تۇرغۇچى ھۆللۈكلەر قۇرۇيدۇ. نەتىجىدە چىشلارنىڭ كاۋاكلىشىش، ئۇۋۇلۇش ۋە كامار بولۇپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3. چىشنىڭ تازىلىقىغا ئەھمىيەت بەرمىگەنلىكتىن يېمەكلىكلەر بۇزۇلۇپ چىشنى چىرىتىپ كامار قىلىپ قويىدۇ. ئادەتتە بۇ، «قۇرت يېگەن چىش» دەپ ئاتىلىدۇ.

ئالامىتى

1. سوغۇق بولۇپمۇ ھۆل سوغۇق تەسىر قىلسا چىش ئاغرىيدۇ. چىشنىڭ رەڭگى كۆكۈش سېرىقلىققا مايىللىشىپ تەدرىجىي ھالدا تېشىلىپ كاۋاكلىشىدۇ، يېمەكلىكلەرنى چاينىغانسېرى ۋاقىتنىڭ ئۆتۈشىگە ئەگىشىپ شۇ چىش يېرىلىدۇ ۋە ئاخىرى كامارلىشىدۇ.

2. قۇرۇقلۇقتىن بولغانلىرىدا يەنە چىش تۈۋى قۇرۇغاندەك بىلىنىدۇ ھەمدە بۇ خىلى ياشانغان كىشىلەر، كېسەلدىن يېڭى قوپقان، تېنى ئاجىز كىشىلەردە كۆپرەك كۆرۈلىدۇ.

3. قۇرت يېگەن چىش كېسەل كىشىگە ئېنىق بىلىنىدۇ. تاماق يېگەندە يېمەكلىكلەر چىش كامىرىغا كىرىۋالىدۇ، بەزىدە ئاغرىيدۇ. كېسەل يەڭگىل بولسا ئاغرىش بولمايدۇ. كاۋاك چوڭقۇرلىشىپ چىش ئەسەبلىرىگە يەتكەندە ئاغرىش كۈچلۈك بولىدۇ. بۇ كېسەل بالىلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

1. بۇزۇق ھۆللۈك غالىب كەلگەنلىكتىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن ھۆللۈكنى تازىلاش ئۈچۈن ئىيارەجى فەيقەرانى بېرىش شۇنىڭ بىلەن بىرگە بۇزۇق ماددىلارنى دەفئى قىلىدىغان، چىشنى قۇۋۋەتلەيدىغان، چىشنىڭ تۆۋۈلۈپ زىيدىلىنىشىنى توسقۇچى قابىز دورىلاردىن ھوزۇز، مۇزا، ئاقىرقەرھا، سۇنبۇل رۇمى، سەئدى كۇفى قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ چىشقا بېسىش كېرەك. گۈلنار، زەمچە، ھەببۇلئاسلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام ئېلىپ 100 مىللىلىتىر سىركە بىلەن قاينىتىپ چىشنى چايقاش، قارىمۇچ، ئاقىرقەرھالارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ چىشنىڭ كامىرىغا كىرگۈزۈپ قويۇش كېرەك.

2. قۇرۇقلۇق غالىب كەلگەنلىكتىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئۇزۇقلىنىش ۋە داۋالاش جەھەتلەرنىڭ ھەممىسىدە مىزاجىنى ھۆللەشتۈرۈپ چىشلارنىڭ نورمال سۈيىنى ئەسلىگە كەلتۈرگۈچى يېمەك-ئىچمەك ۋە چارە تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ. يېمەك-ئىچمەك جەھەتتە ھەر خىل مېۋىلەر سۈيى، سۈت ۋە تۇخۇم قاتارلىقلارنى ئىچىش، ئارپا، بۇغداي، گۆرۈچ قاتارلىقلارنى پاقلان گۆشى بىلەن قاينىتىپ ئىستېمال قىلىش كېرەك. چارە-تەدبىرلەر جەھەتتە تۇخۇم ئېقى، ئىسبەغۇل شىرىسى، بادام يېغى، بىنەپسە يېغى قاتارلىقلارنىڭ قايسى بىرى بولسا چىشقا سۈركەش ياكى ئېغىزنى چايقاش كېرەك. گەرچە بۇ ئۇسۇللارنىڭ شىپالىق ئۈنۈمى قانائەتلىنەرلىك بولمىسىمۇ، يەنىلا بەلگىلىك دەرىجىدە مەنپەئەتى بار. ئامىلە ئۇسارىسىنىڭ يىلمى ياكى شىرىسىگە مەستىكى ۋە بىر ئاز كافۇرلارنى يۇمشاق ئېزىپ كاۋاكلاشقان چىشقا سېلىپ قويۇش كېرەك.

3. چىشنى قۇرت يېيىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن چىشنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلىش لازىم. چىشنىڭ كاۋاكلىشىشىغا قارشى تۇرۇش كۈچىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن روسۇت، نارجىل، سوئدى ھىندى، مۇزا، ئاقىرقەرھالارنى قايناتقان سۇ بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم. ئانارگۈلى، زەمچىلەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىر ئاز سۇ بىلەن پۇشۇرۇپ كاۋاك جايغا قويۇش كېرەك.

چىشنىڭ مەزكۇر كېسەللىكلىرى مەيلى قايسى سەۋەبتىن بولسۇن، چىشنىڭ كاۋاكلاشقان، تېشىلگەن يېرى ئاز بولسا ئۇنى ئىكەك بىلەن قىرىۋېتىپ قالغان جاينى بىر قانچە قېتىم داغلىغاندىن كېيىن زاماسكىلىسا ياكى زەيتۇن يېغى ۋە مەرزەنجۇش سۈيى سۈركەپ قويسا چىشنىڭ ساق قىسىملىرى شۇ پېتى ساقلىنىپ قېلىپ قايتا كاۋاكلاشمايدۇ.

چىش رەڭگى ئۆزگىرىش

چىش رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى (تەغەييۇرى رەڭگى دەندان) سىرتقا كۆرۈنۈپ تۇرغان پارقىراق سىرلىق قىسمىنىڭ رەڭگى ئۆزگەرگەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل تاشقى ۋە ئىچكى سەۋەبلەرنىڭ چىشقا يامان تەسىر كۆرسىتىشى تۈپەيلىدىن چىشنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىپ قالىدۇ.

تاشقى جەھەتتە كۆپىنچە بەزى يېمەكلىكلەرنىڭ تەسىرى ئاساسىي رول ئوينايدۇ. ئىچكى جەھەتتە بىرەر خىلتنىڭ بۇزۇلۇپ چىشقا ئەكس تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن چىش رەڭگى ئۆزگىرىپ قالىدۇ.

ئالامىتى

چىشنىڭ رەڭگىنى ئۆزگەرتكۈچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولىدۇ.

خىلتلار تەسىرىدىن بولغانلىرىدا ئەگەر سەپرا ماددىسىدىن بولسا، چىشنىڭ رەڭگى سېرىققا ئۆزگىرىدۇ. بەلغەمدىن بولسا، ئاق گەز رەڭگىدە بولىدۇ. سەۋدادىن بولسا، قارامتۇل كۆكۈش رەڭگە ئۆزگىرىدۇ. گەرچە چىشتا يۇقىرىقىدەك رەڭ ئۆزگىرىشلىرى كۆرۈلسىمۇ، لېكىن چىش تېشىلىش، ئۇۋۇلۇشلار كۆرۈلمەيدۇ.

تەسىر قىلغان بۇزۇق ماددا قويۇق بولسا چىش رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى ئاستا،

سۇيۇق بولسا تېز بولىدۇ.

داۋاسى

چىش رەڭگىنى ئۆزگەرتكۈچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشنى توختىتىش ۋە ئالدى بىلەن قايسى خىلىتتىن بولغان بولسا، شۇ خىلىتنى بەدەن ۋە مېڭىدىن تازىلاش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج ياكى ھەببى قوقىيا بېرىلىدۇ. ماددا تازىلانغاندىن كېيىن چىشنى پارقىراتقۇچى سۇنۇن دورىلار بىلەن چىشنى سۈرتۈپ تازىلاپ پارقىرىتىش كېرەك.

چىشنىڭ رەڭگى سېرىق بولسا، مارجان شوخلىسى، ئارپا، كۆك ماشلارنى سىركە بىلەن قايىنىتىپ چىشنى يۇيۇش كېرەك. ئەگەر چىشنىڭ رەڭگى قارامتۇل بولسا، گۈللۈك ئەمەن، سېرىق ئون، مەستىكلەردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چىش ئۈستىگە سۈركەش لازىم.

ئەگەر چىشنىڭ رەڭگى كۆكۈش قارامتۇل بولسا، شەھمەھەنزەلنى پوستى ۋە ئۇرۇقىدىن ئايرىپ سىركە بىلەن قايىنىتىپ چىشنى چايقاش ۋە چىشقا سۈركەش كېرەك (شەھمەھەنزەلنىڭ ئۇرۇقى زەھەرلىك بولغاچقا، ئۇرۇقنى ئاجرىتىپ ئېلىنىۋېتىشكە ئالاھىدە دىققەت قىلىش لازىم). ئۇنىڭدىن كېيىن مەستىكى يېغى بىلەن ئۆزگەرگەن چىشنى ياغلاپ تۇرۇش كېرەك.

چىشنىڭ رەڭگى گەج رەڭگىدە بولسا مەستىكى يېغىنى سۈركەش، يەنە مېكىيان توخۇ يېغى، ئاقمۇچ، گۈل خەيرى (شەببۇي) يېغىدا ئېرىتىپ بىر ئاز زۇفا، بىر ئاز ھىلىڭ قوشۇپ چىشقا قويۇش لازىم.

چىشنى داۋاملىق پاكىزلەپ تۇرۇشنى ئادەت قىلىش لازىم.

چىش تۈۋىگە گەجسىمان قېتىشمىلار پەيدا بولۇش

چىش تۈۋىگە گەجسىمان قېتىشمىلار پەيدا بولۇش (قۇلاھۇلئەسنانى، قەلەھ، ھەفەر) چىشنىڭ ئەتراپىغا بولۇپمۇ ئىككى چىشنىڭ ئارىلىقىغا ۋە تۈۋىگە گەجسىمان، تاشسىمان ۋە ساپال قاچا جىسمىدەك قېتىشمىلارنىڭ پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى، تاشقى تەسىرلەر تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ئىچكى جەھەتتە ئاساسلىق ئاشقازاندا يىغىلغان خىلىتلاردىن ئۆرلىگەن بۇخاراتنىڭ چىش تۈۋىگە تەسىر قىلىپ، يىغىلغانلىقىدىن پەيدا بولىدۇ.

تاشقى جەھەتتە ۋاقتى-ۋاقتىدا چىشلارنى يۇيۇپ تازىلاپ تۇرماسلىق، تاماق ھەزىم بولماي تۇرۇپلا ئۇخلاش قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تەكشۈرگەندە چىشلار تۈۋى ۋە ئىككى چىش ئارىلىقىدا گەجسىمان، تاشسىمان ۋە ساپال قاچا جىسىمدەك قاتقان نەرسىلەرنىڭ بارلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ. بۇ قېتىشمىلار كۆپىنچە كەسكۈچى چىشلار تۈۋىدە پەيدا بولىدۇ ھەمدە چىشلارنىڭ ئىچكى تەرىپىدە كۆپرەك كۆرۈلىدۇ. كەلتۈرۈپ چىقارغان خىلىت ۋە ئىستېمال قىلغان يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنىڭ تەبىئىتى تۈپەيلىدىن قېتىشمىلارنىڭ رەڭگى قارا، كۆك، ساغۇچ، ئاق كېلىدۇ.

داۋاسى

سەۋەبچى خىلىتنى ئايرىغاندىن كېيىن مۇناسىپ ھالدىكى مۇسھىللارنى بېرىش ياكى مۇۋاپىق تېپىلغاندا قان ئېلىش ئارقىلىق ئومۇمىي بەدەن ۋە ئاشقازاننى تازىلاش كېرەك. ئاندىن كېيىن سەدەپ كۆيدۈرۈلمىسى، تۇز، كېيىك مۈڭگۈزى كۆيدۈرۈلمىسى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چىش تۈۋىگە باسقاندىن كېيىن چىشنى يۇيۇش كېرەك. ئەگەر، قېتىشمىلار قاتتىق بولۇپ مۇستەھكەم ئورۇنلاشقان بولسا، تۆمۈر ئەسۋابلار ئارقىلىق قېتىشمىلارنى قىرىپ ئېلىۋېتىش ھەمدە ھەر ئاخشىمى چىشنى مۇۋاپىق مايلار بىلەن ياغلاپ تۇرۇش كېرەك.

ئۇخلىغاندا چىشنى غۇچۇرلىتىش

ئۇخلىغاندا چىشنى غۇچۇرلىتىش (سەرىرۇلئەسنانى فىننەۋم) ئۇخلىغاندا بىمارنىڭ

چىشىنى تۇرۇپ-تۇرۇپ غۇچۇرلاتقانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا كۆرۈلىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن بەلغەم ماددىسى ئارتىپ گۆش ۋە پەيلەرنىڭ بوشىشىپ كېتىشى نەتىجىسىدە ئۇخلىغاندا چىش غۇچۇرلىتىش ئەھۋالى كېلىپ چىقىدۇ. شۇڭا كۆپىنچە فالەج، سەرئى، سەكتە قاتارلىق كېسەللىكلەرنىڭ باشلىنىشىدا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. بالىلاردا ئۈچەي مەددە قۇرتى قاتارلىق پارازىت قۇرت كېسەللىكلىرى پەيدا بولغاندا ئۇخلىغاندا چىش غۇچۇرلىتىش ئەھۋالى كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

كۆپىنچە ھاللاردا كېچىسى ئۇخلىغاندا بىمار چىشىنى غۇچۇرلىتىدۇ. بىمارنىڭ ئۆزىگە كۆپىنچە ھاللاردا بىلىنمەيدۇ، باشقىلار تەرىپىدىن سېزىلىدۇ.

ئەگەر بەلغەم ماددىسىدىن بولسا، ئىسسىقلىق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغاندا ياكى يېشى چوڭايغانسېرى چىشنى غۇچۇرلىتىش ئازىيىدۇ ياكى يوقىلىدۇ. ئۈچەيدە مەددە قۇرت بولسا، قورساق ئاغرىش قوشۇلۇپ كېلىدۇ. باشقا بىرەر كېسەللىكلەرنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا، سەۋەبلەرنى تەپسىلىي تەكشۈرگەندە شۇنىڭغا خاس بەلگىلەرنى بايقىغىلى بولىدۇ.

داۋاسى

ئەگەر بەلغەم ماددىسىدىن بولسا، ئىيارەج فەيقەرا بىلەن زىيادە بەلغەم ماددىسىنى تازىلىغاندىن كېيىن ئىترىيفىلى كەبىر، داۋا ئىلمىشكى، ماددە تۆلھايات قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئۈچەيدە مەددە قۇرت بولغانلىقتىن بولسا قۇرت چۈشۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. تاشقى تەرەپتىن قۇسنە يېغى ۋە سۈسۈن يېغى بىلەن گەدەن، ئىڭەك ۋە قۇلاق ئەتراپىنى ياغلاش كېرەك.

چىش سۇيى يوقىلىش

چىش سۇيى يوقىلىش (زەھابىي ماتۇلەسسانىي) چىش سۇيىنىڭ يوقىلىپ چىشنىڭ ئىسسىق ياكى سوغۇق نەرسىلەرگە بەرداشلىق بېرەلمەيدىغان، ھەتتا قاتتىق نەرسىلەرنى چايناشتىن قورقىدىغان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى - تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن سوغۇق ياكى ئىسسىق ئىللەتلەر چىشقا يامان تەسىر كۆرسىتىپ، چىش سۇيىنىڭ كېتىپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزىدە قورۇتقۇچى ھارارەتتىن كېلىپ چىقىدۇ، لېكىن بۇ خېلى ئاز ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

چىش ئىسسىق ياكى سوغۇق نەرسىگە بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. بولۇپمۇ چىش قاتتىق نەرسىلەرنى چايناش ۋە سوغۇق نەرسىلەرنى ئېغىزغا ئېلىشتىن قاچىدىغان بولۇپ قالىدۇ. چىش ئاغرىقىنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدە كۆپرەك كۆرۈلىدۇ. مەزكۇر كېسەلنىڭ ئىسسىق ياكى سوغۇقلۇقى چىش مۇلۇكلىرىنىڭ قېنىق قىزىل ۋە قىزىقلىقى ياكى شۇنداق ئەمەسلىكىدىن ئايرىلىدۇ.

داۋاسى

چىش سۇيى يوقىلىش سوغۇقتىن بولسا، بادىياندىن 8 گرام ئېلىپ قايناتىپ 40 گرام گۈلقەنت بىلەن بېرىش لازىم. ئەگەر تۇنگىغا ئۇستۇخۇددۇس، بادرەنجى بۇيا، يەرلىك شوخلا، ئەسلى سۇس قوشۇپ بەرسە تېخىمۇ ياخشى. تامىقىغا نوقۇت يارمىسى ۋە زاراڭزا مېغىزىنى سېلىپ بېرىش كېرەك. ھەبۇلغار، زەمچە، موزا، زىراۋەندلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سونۇن ياساپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

ئىسسىق نان، قورۇلغان تۇخۇم سېرىقى، قورۇلغان تال، قورۇلغان ئەنسىللەرنى سىركىدە نەملەپ سىرتتىن داۋاملىق ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بەرسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر، بۇنىڭدىمۇ ياخشىلانمىسا ئىيارەجى فەيقارانى سۈرۈش لازىم. ئەگەر بۇمۇ مەنپەئەت قىلمىسا تەرياقى فارۇق ۋە بىلسان يېغىنى سۈرۈش لازىم. قىچا يېغىنى ئىسسىتىپ ئېغىزغا ئالسا ياكى قىزىق پېتى چىشنىڭ تۈزىگە تېمىتسا ناھايىتى پايدا قىلىدۇ. ئۆچكىنىڭ قىينىنى سىركىدە قاينىتىپ چىشقا تېمىتسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر، زادىلا پايدا قىلمىسا بەلغەمنىڭ مۇسھىلى ھەببى ئايارەج بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلىش كېرەك.

تۆۋەندىكى ئۇسۇل چىش سۇيىنىڭ كېتىپ قېلىشىغا، جۈملىدىن ھەممە چىش كېسەللىكلىرىدە چىشنى كۈچەيتىش ئۈچۈن ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئاس ئۆسۈملۈكىنىڭ غولى، بىخ كەبىر، بىخ كاكنەج، جويۇز، قىزىلگۈل، پىل چىشى تالقىنى، زەمچىلەرنىڭ ھەر بىردىن مۇناسىپ مىقداردا دورىلارنىڭ كۈچلۈك-ئاجىزلىقىغا قاراپ تەكشەپ ئېلىپ، سىركىدە قايناتقاندىن كېيىن ئېغىزنى چايقاش كېرەك. كۆپىنچە كىشىلەر بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولغاندا تۆگىنىڭ تېلىنى ئىستېمال قىلىدۇ. بۇنىڭدا تۆگە تېلىنى زىخقا ئۆتكۈزۈپ كاۋاپ قىلىپ يېسىمۇ ياكى ئۇنى پۇشۇرۇپ چىشقا چاپىسىمۇ بولىدۇ، بۇ خېلى پايدىلىقتۇر.

چىش سۇيى يوقىلىش ئىسسىقتىن بولسا، كافۇردىن 1/4 ھەسسە، سەندەلدىن بىر ھەسسە ياكى يومغاقسۈت، سېمىز ئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەر بىردىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ئۇلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ چىشقا سۈركەش كېرەك. ئاندىن كېيىن ئىسبەغۇل لۇئابىنى ئەرىقى گۈل بىلەن قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم.

سېمىز ئوتنىڭ غولى ۋە يوپۇرمىقىنى چاينىسىمۇ ياخشى ياكى بادام مېغىزىنى يېسىمۇ بولىدۇ.

غاز يېغى ياكى توخۇ يېغىنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. ئەگەر يۇقىرىقى چارىلەر مەنپەئەت قىلمىسا قان ئېلىش ئارقىلىق ئىستفراغ قىلىش كېرەك.

چىش تۈۋى قاناش

چىش تۈۋى قاناش (لىسەئى دامىيە) چىش مۇلۇكلىرىنىڭ ئاسانلا قانايدىغان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

Altun Oq

سەۋەبى

ئىچكى، تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن چىش مۆلۆكلىرىنىڭ يەرلىك ئورنىدىكى تۇتىنچى ھەزىم قۇۋۋىتى (قۇۋۋىتى غازىيە) ئاجىزلىشىپ، ئوششاق قىلقان تومۇرلار سۇسلىشىپ، شۇ ئورۇندىكى تۇتۇش قۇۋۋىتىنىڭ ئۆزلۈكىدىن ئاجىزلىشىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ خىل ئاجىزلىشىش تۈپەيلىدىن چىش مۆلۆكلىرى ئاسانلا قانايدىغان بولۇپ قالىدۇ.

قاننىڭ غالىبلىقى تۈپەيلىدىن ئوششاق تومۇرلار قانغا تولۇپ، چىڭقىلىشىدىنمۇ چىش تۈۋىنىڭ ئاسانلا قانىشى كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

چىش مۆلۆكلىرىدىكى قۇۋۋىتى غازىيە ئاجىزلاشقانلىقتىن بولسا، چىش مۆلۆكلىرىنىڭ رەڭگى ئاقۇش، ئېغىز شىللىق پەردىلىرىمۇ ئاق ھەمدە چىققان قانمۇ سۇس قىزىل ۋە سۇيۇق بولىدۇ.

ئەگەر قاننىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، چىش مۆلۆكلىرى چىڭقىلىدۇ ۋە رەڭگى توق قىزىل بولىدۇ. چىققان قانمۇ قويۇق، توق قىزىل رەڭدە بولىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە قان ماددىسىنىڭ غالىبلىقىغا دائىر بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

قۇۋۋىتى غازىيەنىڭ سۇسلاشقانلىقىدىن بولسا، قىزىل ئۈزۈم شەربىتى، ئانار شەربىتى، ماددە تولىھايات قاتارلىق دورىلارنى بېرىش لازىم. ئوزۇقلۇقنى كۈچلەندۈرۈش، قاننى كۆپەيتىش ئۈچۈن سۈت، تۇخۇم، گۆش ۋە كۆكتاتلاردىن سەۋزە قاتارلىق يېڭى كۆكتاتلارنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش كېرەك.

ئەگەر قاننىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، مەتبۇخى شاھتەررە، تەمرى ھىندى، پۇتۇس، چىلان قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ. كۆك ماش، گۈرۈچلەر بىلەن شويلا گۈرۈچ قىلىپ ئىچىش، يەڭگىل تاماقلار بىلەن ئوزۇقلىنىش كېرەك.

سىرتتىن ئانار پوستى، ئارچا مونچىقى، ئاتىرقەرھا، يولغۇن مېۋىسى قاتارلىق دورىلارنىڭ

قايسى بىرى تېپىلسا ئۇنىڭدىن 10 گرام ئېلىپ بىر ئاز زەمچە قوشۇپ 100 مىللىلىتر سۇ بىلەن يېرىم قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ چىش مۆلۈكلىرىنى چايقاش لازىم.

چىش تۈۋىگە سۇقۇقى سۇتۇن سەپسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. زەرۇرى شەب (زەمچە تالقىنى) نىڭ ئۈنۈمىمۇ ياخشى.

زەرۇرى شەب

كۆيدۈرۈپ سىركىگە چىلاپ سۇۋۇتۇلغان زەمچە بىر ھەسسە، تاش تۇز ئىككى ھەسسە، قىزىل زاك بىر يېرىم ھەسسە.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۆتىدىل ۋە قۇرۇق.

خۇسۇسىيىتى: چىش قاناشنى توختىتىدۇ. چىش ۋە چىشنىڭ تۈۋىنى كۈچەيتىدۇ. مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چىش تۈۋىگە بېسىلىدۇ.

چىش مۆلۈكلىرى ياللۇغى

چىش مۆلۈكلىرى ياللۇغى (ۋەرەم مۆلەسسەئى) چىش مۆلۈكلىرىنىڭ ئىششىپ ئۇفۇنەتلىنىپ ئاغرىغانلىقىغا قارىتىلىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى. تاشقى تەسىرلەرنىڭ چىش مۆلۈكلىرىگە يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ئىچكى جەھەتتە بىرەر خىلتنىڭ بۇزۇلۇپ، چىش مۆلۈكلىرىگە يىغىلغانلىقىدىن چىش مۆلۈكلىرىنىڭ ئىششىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. سىرتقى جەھەتتە ئۇرۇلۇش-سوقۇلۇش، يىقىلىش قاتارلىق ھادىسىلەر تۈپەيلىدىن چىش مۆلۈكلىرى زەخىملىنىپ چىش مۆلۈكلىرى ئىششىقى كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

قايسى خىلىت سەۋەبىدىن بولغان بولسا شۇ خىلىتنىڭ ئۆزىگە خاس بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن، قان ياكى سەپرادىن بولسا، ئىششىق رەڭگىنىڭ قىزىللىقى ۋە لوقۇلداپ ئاغرىشى كۆرۈنەرلىك بولىدۇ. سىرتقى زەخمەدىن بولسا زەخىملىنىش تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى خىلىتنى تازىلاپ نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن مەتبۇخى ھەلىلە ياكى مەتبۇخى فۇۋاكىھەلەرنى بېرىش لازىم. سىرتتىن يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، قىزىل سەندەل، فۇفەل، سىماقلارنى قايناتىپ ئېغىزنى چايقاش، گۈل يېغى بىلەن ياغلاش لازىم.

ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن ئىششىق يانماي يىرىڭ ئۇتسا، بەزى مەلھەملەر ئارقىلىق يىرىڭنى ئېغىز ئالدۇرۇش ياكى نەشتەر بىلەن يېرىپ يىرىڭنى ئاققۇزۇش لازىم.

سىرتقى زەخمەدىن بولغان چىش مۆلۈكلىرى ئىششىقىنى داۋالاشتا كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق تۈردىكى ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىچكى-تاشقى جەھەتتە قوللىنىش لازىم.

چىش مۆلۈكى يىرىڭلىق چاقىسى ۋە ئاقمىسى

چىش مۆلۈكى يىرىڭلىق چاقىسى ئاقمىسى (قۇرۇھوللىسەئى ۋە، ناسۇرۇللىسەئى) بەزى چىش مۆلۈكى ئىششىقلىرىنىڭ يىرىڭلاپ چاقىغا ئايلىنىشى ياكى بەزى چاقىلارنىڭ كونىراپ ساقايماي ئاقمىغا ئايلانغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قان، سەپرا، بۇزۇق ھۆللۈكلەر تۈپەيلىدىن چىش مۆلۈكلىرىدە پەيدا بولغان

ئىششىقلار جەراھەتلىنىپ چاقىلارغا ئايلىنىدۇ ھەمدە چاقىلار تۆۋەنە تىلىنىپ يېرىڭلايدۇ ھەتتا يېرىڭ ۋە زەرداب چىقىپ ئاقمىغا ئايلىنىدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا چىرىگەن ماددا ياكى كۆيگەن سەۋداماددىسىنىڭ غالىبلىقىمۇ سەۋەب بولىدۇ.

ئالامىتى

چىش تۈۋى ئاغرىپ قىزىشقاندەك بىلىنىدۇ ئېغىز پۇرايدۇ. تەكشۈرگەندە يېرىڭلىق چاقا بولسا چىش تۈۋىدىن قويۇق يېرىڭ چىقىدۇ. ئاقما بولسا زەرداب چىقىدۇ. ئەگەر يېرىڭ ۋە زەرداب داۋاملىق چىقماي چىش تۈۋى كۆپۈپ چىڭقىلىپ تۇشقاندا، باسسا يېرىڭ ۋە زەرداب چىقىدۇ. بىرنەچچە كۈندىن كېيىن يەنە يېرىڭ ۋە زەرداب يىغىلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن ئىچكى جەھەتتىن مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخى ھەلىلە بېرىپ كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش كېرەك. ئاندىن كېيىن سىرتىدىن خوبسىلھەدىد، موزا، ئاقىرقەرھا، گۈلنار، زەمچىلەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ زەرداب چىققان چىشلارنىڭ تۈۋىگە بېسىش كېرەك. 100 مىللىلىتر سىركىنى 10 گرام زەمچە بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا ئېلىپ چىش تۈۋىگە سۈركەش لازىم.

ئەگەر بۇ چاقا ئاقما (ناسۇر) غا ئايلانغان بولسا بۇنىڭغا كونا سىركە، فەلدەفيۇنلارنى ئىشلەتسە (چاقىغا سەپسە) بۇزۇق گۆشلەر يوقىلىدۇ. ئاندىن موزا، مورمەككىي ۋە شۇلارغا ئوخشاش قابىز دورىلارنى ئىشلەتسە يېڭى گۆش ئۈنىدۇ.

تاڭلاي قىچىشىش

تاڭلاي قىچىشىش (ھىككەتۇلھەنەكى) ئاساسلىق ئىچكى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن تاڭلاينىڭ قىچىشىدىغان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئاساسلىق، ئاشقازان ياكى مېڭە ھارارىتىنىڭ تاڭلايغا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. يەنى، ئاشقازاندىكى غەيرىي تەبىئىي ھارارەتنىڭ يۇقىرىغا ئۆرلەپ تاڭلايغا تەسىر قىلىشىدىن تاڭلاي قىچىشىش كېلىپ چىقىدۇ. مېڭىدىن بەلغەمىي شور ياكى دەسلەپكى نەزلە سۇيۇقلۇقى تۆكۈلسىمۇ تاڭلاي قىچىشىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

تاڭلاي ئۆزلۈكىدىن قىچىشىدىغان بولۇپ قالىدۇ. بىمار ئىختىيارسىز ھالدا تىلىنى تاڭلايغا سۈركەپ تاڭلاينى نەمدىگۈسى ۋە قىچىشىشنى باسقۇسى كېلىدۇ. ھارارەت بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ.

مېڭە ھارارىتىدىن بولغانلىرىدا تاڭلاي قۇرۇش، ئېچىشىش، ئۇيقۇ كەملىك ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئاشقازان ھارارىتىدىن بولغانلىرىدا ئۇسساش بىلەن بىرگە ئېغىز ئاچچىق بولۇش، كۆڭۈل ئاينىش، قەي قىلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

ھەر ئىككى خىلدىكى تاڭلاي قىچىشىشنى داۋالاشتا مۇۋاپىق تېپىلسا قىيفال تومۇردىن قان ئالسا بولىدۇ. مېڭە ۋە پۈتۈن بەدەننى ھەر خىل چىلانىملار بىلەن تەنقىيە قىلىش، ئېغىزنى ئەرىقى گۈل ياكى سىركە بىلەن يۇيۇش كېرەك. ھارارەتنى پەسەيتىش ئۈچۈن سېمىز ئوت شىرىسى ۋە تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسىنىڭ ھەر بىرىدىن 9 گرام، بېھى ئۇرۇقى شىرىسىدىن 3 گرام، چۈچۈك ئالما شەربىتىدىن 40 گرام، ئىسبەغول، بۇغداي كېپىكىنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام، تۇخمى رەيھاندىن 4 گرام ئېلىپ بېرىلىدۇ.

تۆۋەنكى ھەبنى ئېغىزدا ئۇتۇش كېرەك:

نىشاستە، تاباشىر، كەتىرا، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، تاۋۇز ئۇرۇقى، بېھى ئۇرۇقىنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام، شىرخىشتىن 12 گرام ئېلىپ، بۇلارنى ئىسبەغول لۇئابى بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب ياساپ ئەھۋالغا قاراپ 1 ـ 2 تالدىن ئېغىزدا تۇرغۇزۇلىدۇ.

بەلغەمى شوردىن بولغان تاڭلاي قىچىشىشتا كۆپىنچە چوڭچومەل تەمدىكى چىلانىملار بىلەن مېڭە ۋە پۈتۈن بەدەننى تەنقىيە قىلىشنى ئويلىشىش كېرەك.

ئېغىزنى چايقاش ئۈچۈن يۇمغاقسۈت، كاسنى، ئۇسۇڭ ئۇرۇقلىرىنىڭ ھەربىرىدىن 40 گرام ئېلىپ 40 گرام قارا ئۈجمە قايىنتىلمىسىغا قوشۇپ ئېغىزنى چايقاش، ئارپىدىن تاماق قىلىپ بېرىش كېرەك. ئەينۇلنى ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزۇشمۇ پايدىلىق.

تاڭلاي مۇدۇر چاقىسى

تاڭلاي مۇدۇر چاقىسى (بوسۇرۇلىھەنەكى) باشقا ئەزالارغا پەيدا بولغانغا ئوخشاش تاڭلايغا مۇدۇر-چاقا پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆپىنچە، مېڭىدىن ئۆتكۈر قىزىق ماددىلار بولۇپمۇ نەزلە ماددىلار تاڭلايغا تۆكۈلۈپ مۇدۇر-چاقىلارنى پەيدا قىلىدۇ. بەزىدە مۇدۇر-چاقا پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەرنى، مەسىلەن: ياڭاق، قويۇق ۋە مايلىق تاماقلار ياكى بەك تاتلىق نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

بىمار تاڭلاي قىسمىنىڭ ئېچىشىشىدىغانلىقى بەزىدە ھەتتا كۆيۈشۈپ ئاغرىيدىغانلىقى، تىلىنى تاڭلىيىغا تەككۈزسە مۇدۇرلەر بارلىقىدىن شىكايەت قىلىدۇ. تەكشۈرگەندە تاڭلايدا مۇدۇر-چاقا پەيدا بولغانلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن ئۆتكۈر قىزىق ماددىلارنى مېڭىدىن ۋە پۈتۈن بەدەندىن تازىلاش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مۇۋاپىق تېپىلغاندا قان ئالسا بولىدۇ.

مەتبۇخى ھەلىلە ياكى مەتبۇخى شاھتەررە ئىچكۈزۈپ ياكى 100 گرام تەرەنجبىن ياكى خىيارشەنبەرگە 5 گرام بادام يېغى قوشۇلغان شەربەتنى دەردنى بەدەننى تەنقىيە قىلىش كېرەك. مېۋە سۈيلىرىگە مۇۋاپىق مىقداردا شىرخىست سېلىپ بەرسىمۇ بولىدۇ.

تەنقىيەدىن كېيىن ئامۇت غازىڭى، قىزىلگۈل، ئانارگۈل، يەرلىك شوخلا يىلتىزى قاتارلىقلارنى سىركە بىلەن قايىنتىپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك. يۇمغاقسۈت سۈيى، ھەمىشە باھار سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 30 مىللىلىتر ئېلىپ ئۇنىڭغا سوقۇلغان ئاق سەندەلدىن 9 گرام، قارا ئۈجمە قايىنتىلمىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قوشۇپ ئېغىزنى چايقىسا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

چاقا پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغاندىن بولغان تاڭلاي مۇدۇر-چاقىسىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن قان ئېلىش كېرەك. ئاندىن كېيىن ئۆچكە ياكى قوتاز قايمىقىنىڭ ئۆزىنى ياكى ئۇلارنى ئەرىقى گۈلگە ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرۈش لازىم، ھەمدە زىق سۈيى، كاسنى سۈيى، ئەرخەمەك سۈيلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 7 مىللىلىتر، بىھى ئۇرۇقى، لۇئابىدىن 3 مىللىلىتر، ئەرىقى گۈل، ئەرىقى نىلۇفەرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 70 مىللىلىتر ئېلىپ ئىچكۈزۈش، شەربەتى نىلۇفەرنى قوشۇمچە ئىستېمال قىلىش كېرەك. تامىقى ئۈچۈن ئارپا ئېشى ئىچكۈزۈلىدۇ. سىركە بىلەن ئەرىقى گۇلابنى قوشۇپ ئېغىزنى چايقاش، ھەر ۋاقىت كەترانى ئېغىزدا تۇتۇش كېرەك.

گۈل يېغى، قاپاق يېغى ۋە تۇسۇڭ يېغى قاتارلىقلارنىڭ قايسى بىرى بولسا شۇنى ئېغىزغا ئېلىش بەك مەنپەئەتلىك.

تاڭلاي ياللۇغى

تاڭلاي ياللۇغى (ۋەرەمۇلھەنەكى) تاڭلاينىڭ ئىششىپ تاماق ئىستېمال قىلىش ۋە سۆزلەشكە بەلگىلىك دەرىجىدە تەسىر قىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئاساسلىق، خىلىتلارنىڭ ئۆزگىرىپ تاڭلايغا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن

كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە قان ۋە بەلغەم خىلتىنىڭ نورمالسىزلىقىدىن پەيدا بولىدىغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

قاندىن بولغانلىرىدا ھارارەت قوشۇلۇپ كېلىش بىلەن بىرگە ئىششىق كۆرۈلسە ئاغرىش ئېغىر بولىدۇ. ئىششىقنىڭ رەڭگى قىزىل كېلىدۇ. ئېچىشىش، كۆيۈشۈش، ئۇسساشلار بولىدۇ.

بەلغەمدىن بولغانلىرىدا ئىششىقنىڭ رەڭگى ئاقۇش كېلىدۇ ھەمدە ئاغرىش ئېغىر بولمايدۇ ياكى ئاغرىمايدۇ.

داۋاسى

قاندىن بولغانلىرىدا مۇۋاپىق تېپىلسا ئالدى بىلەن قىيفال تومۇردىن قان ئېلىش، ھەمدە 3 كۈندىن كېيىن كالپۇكلاردىكى تۆت تومۇر (چاھاررەگ) دىن قان ئېلىش كېرەك. چۈچۈمەل چىلانىملار بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلىش، مەتبۇخى ھەلىلە ياكى مەتبۇخى شاھتەررەنى ئىچكۈزۈش ياكى سەپرانىڭ مۇسھىلىنى ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك. ئاندىن كېيىن سوغۇققا مايىل لۇئابلاردىن بېھى ئۇرۇقى لۇئابى، كەتىرا لۇئابى ۋە ئىسبەغۇل لۇئابلىرىنى ئېغىزغا ئېلىش ياكى ئۇلار بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك. تاباشىر، قىزىلگۈل، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، نىشاستە، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، ئەدەس ئۈندىن مۇۋاپىق مىقداردا، كافۇردىن ئازراق ئېلىپ سوقۇپ ئىششىققا چېپىش كېرەك. بۇ نۇسخىغا ئۇسۇلۇڭ ئۇرۇقى، كاسنى ئۇرۇقى، سەمغى فارسى، ماش ئۈندىن قوشسا مەنپەئەتى تېخىمۇ ياخشى. كېسەلنىڭ دەسلەپتە بابۇنە، بىنەپشە، ئامۇت ئۇرۇقلىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئۇنىڭغا خىيارشەنبەر قوشۇپ ئېغىزنى چايقىسىمۇ بولىدۇ.

بۇلاردىن باشقا يەنە، ئىسسىقتىن بولغان ئېغىز ئاغرىش ۋە تىل ئىششىقىدا كۆرسىتىلگەن چارە-تەدبىرلەرنى قىلسا بولىدۇ. تامىقىغا گۈرۈچ، كاللەك بەسەي، سېمىز ئوت سېلىپ بېرىش كېرەك.

بەلغەمدىن بولغانلىرىدا ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئەفتىمۇن ياكى ھەببى ئىيارەجلەرنى ئىچكۈزۈپ بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن گەزمازەج، ئاقىرقەرھالارنى سىركىدە قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك. ئەگەر بۇ مەنپەئەت قىلمىسا ئىيارەجى تەلخ بىلەن

ئىششىق يوقالغىچە ئېغىزنى چايقاش، تاماقتىن كېيىن نوقۇت سۈيى ئىچىش لازىم.

ئەگەر بەلغەمدىن بولغان تاڭلاي ياللۇغىدا قۇۋۋەت ئاجىزلىقى بولسا، بالا ھەمراھسىنى قورۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك. مىزاجىدا باشقا ئۆزگىرىش بولمىسا 3 كۈنگىچە توختىماي ھەببى شەبيار بەرسە بولىدۇ. ئەڭ ياخشىسى تەنقىيەدىن كېيىن ئاقىرقەرھانى كونا سىركىدە قاينىتىپ ئېغىزنى غەر ـ غەرە قىلىش كېرەك.

بۇلاردىن باشقا يەنە، بەلغەمدىن بولغان ئېغىز ئاغرىش ۋە تىل ئىششىقىدا كۆرسىتىلگەن چارە ـ تەدبىرلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

تاڭلاينىڭ سۇلۇق ئىششىقى ۋە تېشىلىشى

تاڭلاينىڭ سۇلۇق ئىششىقى ۋە تېشىلىشى (ئابلەئى كام ۋە سۇراخى ئان) تاڭلاينىڭ ئىششىپ سۇ كۆتەرگەنلىكى، ھەمدە ئۇنىڭ تېشىلگەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئۆتكۈر ئىسسىق ماددىلارنىڭ تاڭلايغا تۆكۈلگەنلىكى ياكى ئاتەشەك كېسەللىكى ماددىسىنىڭ تاڭلايغا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تاڭلاي ئاغرىپ سۇلۇق ئىششىق پەيدا بولىدۇ، ھەتتا يامانلىشىپ تېشىلىدۇ. بۇرۇن ـ يۇتقۇنچاق يولى كېڭەيگەندە نېمە يېسە شۇ نەرسە بۇرنىدىن چىقىدۇ.

داۋاسى

مۇۋاپىق تېپىلسا ئالدى بىلەن قان ئالسا بولىدۇ. چىلان، شاھتەررە ۋە باشقا قان تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىچكۈزۈش كېرەك. ئېغىز گۆشخور يارىسىدا ئېيتىلغان 2 ـ 3 ـ نۇسخا مەزكۇر كېسەللىك ئۈچۈنمۇ پايدا قىلىدۇ. مۇسھىل بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن

كېيىن ئىترىيفىلى شاھتەررە، شەربىتى شاھتەررەلەرنى ئىستېمال قىلىش لازىم.

ئانار پوستى، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، ھەبۇلئاس، گەزمازەج، جويۇزلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئېغىزنى غەر ـ غەرە قىلسا ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ.

قىزىلگۈل ئۇرۇقىدىن 3 گرام، پەرسىياۋشان، زۇفا، يۇمغاقسۈتلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام، ئەدەستىن 7 گرام، ئانارگۈلىدىن 4 گرام، خەشخاش پوستىدىن بىر دانە ئېلىپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، ئېغىزنى غەر ـ غەرە قىلسىمۇ ناھايىتى مەنپەئەتلىك.

پوستى خەشخاش، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، ئانارگۈلى، قارا ھەلىلە، ھەبۇلئاس، ئامۇت غازىڭى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ يارىغا سېپىش ھەمدە تاجىگۈل، خېنە يوپۇرماقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام، گەزمازەج، موزىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام، ئەدەستىن 12 گرام، پاقا يوپۇرمىقىدىن 70 گرام ئېلىپ قاينىتىپ، ھوزوز مەككى، گىل ئەرمنى، قىزىل سەندەل، ئاقاقىيالارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ سوقۇپ قايناتمىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئېغىزنى بىر نەچچە قېتىم چايقىسىمۇ ئوبدان تەسىر قىلىدۇ.

خېنە يوپۇرمىقى، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، ئامۇت غازىڭى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، گەزمازەج، پۇستى بىخ گوندى، پۇستى بىخ چەنبىلى، گۈل سىيوتىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ قاينىتىپ سۈزۈپ غەر ـ غەرە قىلسىمۇ ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

سىمابتىن 3 گرام، قارا شېكەردىن 20 گرام ئېلىپ بۇلارنى ئوبدان سوقۇپ جۇۋىنە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ 10 دانە ھەب ياساپ ئەتىسى ـ ئاخشىمى بىر دانىدىن ئىستېمال قىلىش كېرەك.

ئەگەر بۇ كېسەل 10 ياش ئەتراپىدىكى باللارردا يۈز بەرسە، مەزكۇر ھەب دورىدىن ئەتىگەن ـ ئاخشامدا ئىككى ھەپتە بېرىش كېرەك. فىلفىل قوشۇلغان ھەببى توتىيامۇ ئوبدان پايدا قىلىدۇ.

تامىقى ئۇچۇن ئۇچكە شورپىسى بېرىلىدۇ. ئاتلىق، چۈچۈمەل نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىنىدۇ.

كىچىك تىل ئىششىقى

كىچىك تىل ئىششىقى (ئىلتىھابۇللە ھاتى) باشقا ئەزالاردا ئىششىق پەيدا بولغانغا ئوخشاش كىچىك تىلدا ئىششىق پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قان، سەپرا، بەلغەم ۋە سەۋدادىن ئىبارەت 4 خىلتنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشلىرى كىچىك تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. قان ۋە سەپرادىن بولغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ. بەزىدە زۇكام سەۋەبىدىنمۇ كىچىك تىل ئىششىيدۇ.

ئالامىتى

قاندىن بولسا كىچىك تىل قىزىرىپ پارقىرايدۇ، ئىششىيدۇ، چىڭقىلىپ ئاغرىيدۇ. تاماق يۇتۇش قىيىنلىشىدۇ.

سەپرادىن بولسا كىچىك تىل قىزىرىپ ئىششىيدۇ. كۆيۈشۈپ، ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. ئېغىز قۇرۇپ، ئۇسسۇزلۇق كۆپىيىدۇ. ھەتتا خەپرۇكنىمۇ يۇتالمايدۇ. ئېغىز تەمى ئاچچىق بولىدۇ. بەزىدە باشمۇ قىزىپ ئاغرىيدۇ.

بەلغەمدىن بولسا ئىششىق بوشراق، كىچىك تىل يۇمشاقراق، ئاغرىش يەڭگىلرەك بولىدۇ. كىچىك تىلنىڭ رەڭگى ئاق بولۇپ، ئۇزىراپ قالغاندەك كۆرۈنىدۇ.

سەۋدادىن بولسا ئىششىق قاتتىقراق بولىدۇ. كىچىك تىل ۋە گالنىڭ ئەتراپى قارامتۇل رەڭدە كۆرۈنىدۇ. ئېغىز تەمى چۈچۈمەل بولىدۇ.

زۇكامدىن بولسا زۇكامنىڭ ئالامەتلىرى قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

داۋاسى

قان ياكى سەپرادىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن ماددىنى يۇمشىتىش،

ياندۇرۇش ئۈچۈن تىرىشىش لازىم. مەسىلەن: قاندىن بولغانلىرىدا زۆرۈر كەلگەندە ئاز مىقداردا قان ئېلىپ قاننىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، سەپرادىن بولغانلىرىدا ئۆزىگە مۇناسىپ سۈرگە دورىلار بىلەن سەپرانى سۈرۈش لازىم. مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە ۋە قۇرسى تاباشىر مۇلەييىن قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. ئاندىن كېيىن سىركىگە گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ غەر-غەرە قىلىش، قۇرۇق قىزىلگۈل، كافۇر، گۈلنارلارنى يۇمشاق ئېزىپ شۇ جايغا سۈركەش لازىم.

تەمرى ھىندىنى چىلاپ سۈزۈپ شىرىسىدە شىرخىشتنى ئېرىتىپ ئىچىش ياكى خىيارشەنبەرىنىڭ مەتبۇخىغا تەرەنجىبىن قوشۇپ ئىچىش، ماددىنى ياندۇرۇش ئۈچۈن مارجان شوخلا ۋە كاسنىلارنىڭ سىقىلغان سۈيى ۋە قابىز دورىلار بىلەن مەسىلەن: ياڭاقنىڭ تاشقى پوستى، قىزىلگۈل قاينىتىلغان سۇلارغا رەۋەن سېلىپ غەر-غەرە قىلىش لازىم. ئەگەر ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنىڭ مەنپەئەتى كۆرۈلمىسە، ماددىنى تارقاتقۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى دورىلارنى، مەسىلەن: خىيارشەنبەر مېغىزى، خىتمى (ئاق لەيلى)، ئامۇت، بېھى ئۇرۇقلىرىنىڭ شىرىسى، ھۆل يۇمغاقسۇتنىڭ سۈيى، پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى قاتارلىقلارنى قوشۇپ ئېغىزنى چايقىسا ئاغرىق پەسىيىدۇ، ماددىنى يۇمشىتىپ تارقىتىدۇ.

بەلغەم، سەۋدادىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئىششىقلارنى ياندۇرۇش ئۈچۈن، ئالدى بىلەن ھەببى قوقيا، ھەببى سەبرى قاتارلىقلارنى بېرىش، بەلغەمنى تازىلاش ئۈچۈن گۈلقەنت، ئاچچىقسۇ، سىركەنجىبىن، قىچىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ غەر-غەرە قىلىش، بەلغەمنى ئېرىتىش ۋە يۇمشىتىش ئۈچۈن نوشۇدۇرنى يۇمشاق ئېزىپ نەيچە ئارقىلىق كىچىك تىلغا پۈركەش، موزا، نوشۇدۇر، تاش تۇز، زەمچىلەرنى يۇمشاق ئېزىپ، دورىنى كۆرسەتكۈچ بارماق ئۇچىغا قويۇپ كىچىك تىل ئۈستىگە قويۇش لازىم.

سەۋدانى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش ياكى مەتبۇخى ماتۇلجۇبىن، ئەفتىمۇن چۆشكەن سىركەنجىبىن بېرىش لازىم. ماددىنى يۇمشىتىش ۋە تارقىتىش ئۈچۈن چۆچۈكبۇيا يىلتىزىنىڭ شىرىسى، خىيارشەنبەرىنىڭ مېغىزى، يېڭى سېغىلغان سۈت، بادام يېغى، ھۆلبەنىڭ شىرىسى قاتارلىقلارغا بىر ئاز تۇز قوشۇپ ئېغىزنى چايقاش لازىم.

ئەگەر ئىششىق يانماي قىتۇبلىش خەۋپى بولسا ھۆل يۇمغاقسۇت سۈيى، تۇسۇڭ سۈيىگە ئوخشاش سوغۇق دورىلارنى ئېغىزدا تۇتۇش ۋە شۇنىڭ بىلەن غەر-غەرە قىلىش، ئىسسىق دورىلاردىن ساقلىنىش لازىم.

زۇكامدىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا مەتبۇخى بادرەنجى بۇيا، شەربىتى خەشخاشلارنى بېھى ئۇرۇقى، زىغىر، سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈش كېرەك.

سىماق ياكى شاتۇت، ئانار پوستى، قىزىلگۈل، گۈلنار قاتارلىقلارنى قاينىتىپ گاللى چايقاش كېرەك.

كىچىك تىل بوششىپ قېلىش

كىچىك تىل بوششىپ قېلىش (ئىستىرخائىئۇللە ھاتى) كىچىك تىلنىڭ ئىچكى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بوششىپ تۆۋەن تەرەپكە ساڭگىلاپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئارتۇقچە ھۆللۈكلەرنىڭ ئەسەبلەر ئارقىلىق كىچىك تىلغا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا ئاساسلىق قان ۋە بەلغەم خىلتىدىكى ھۆللۈكنىڭ ئاشقانلىقى ئاساسىي ئورۇندا تۇرىدۇ. بەزىدە مېڭە تەرەپتىكى سىزىم پەيلىرىنىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كىچىك تىلغا تەسىر قىلغانلىقىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

بىمار گېلىغا بىر نەرسە ئېسىلىپ، چاپلىشىپ قالغاندەك سېزىدۇ ھەتتا ئېغىرلاشسا بىر نەرسە يۇتالمايدۇ. ئېغىزنى ئاچقۇزۇپ تەكشۈرگەندە كىچىك تىلنىڭ نورمال ھالەتتە تۇرماي تېگىگە چاپلىشىپ تۇرغانلىقى ياكى تۆزراپ ساڭگىلاپ قالغانلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ.

قان مەنبەلىك ھۆللۈكتىن بولغانلىرىدا چوڭ ۋە كىچىك تىللارنىڭ ھەممىسى قىزىق ۋە قىزىل رەڭدە بولىدۇ ھەمدە قان مىزاجىنىڭ باشقا بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ.

بەلغەم مەنبەلىك ھۆللۈكتىن بولغانلىرىدا كىچىك تىلدا قىزىللىق بولمايدۇ. ئېغىزدىن شۆلگەي كۆپ كېلىدۇ. بەلغەم مىزاجىنىڭ باشقا بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

قاندىن بولغانلىرىغا قان مەنبەلىك كىچىك تىل ئىششىقىنى داۋالاش ئۇسۇلى بويىچە چارە قىلىش ۋە قەۋزىيەت بولۇشتىن ساقلىنىش، ئەگەر قەۋزىيەت بولسا مۇناسىپ

دورىلار ئارقىلىق ئىچىنى ماڭدۇرۇش لازىم. مەسىلەن، چىلان، بىنەپشە، ئاق لەيلى، گاۋزەبان، قىزىلگۈل ئەينۇللارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىر كېچە سۇغا چىلاپ ئەتىسى سىقىپ سۈزۈپ ئىچىش لازىم. بۇندىن باشقا گۈلاپقا سىركىنى قېتىپ غەر-غەرە قىلىش لازىم.

بەلغەمدىن بولغانلىرىغا ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن ئىيارەجى قەيقەرا، ئىترىيفىلى كەبىر، مائۇل ھەسەل قاتارلىقلارنى بېرىش، ئاندىن كېيىن ئاقىرقەرھا، تاباشىر، قاقىللەرنىڭ ھەر بىرىدىن 4 گرام، زەئفەردىن 1 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ كىچىك تىلغا سۈركەش كېرەك. ئانار پوستى موزا، زەمچە، سىماقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ 100 گرام سىركە بىلەن قاينىتىپ گالنى چايقاش لازىم.

بەلغەم ماددىسىنى تارقىتىش ئۈچۈن ھەسەل سۈيى، زۇفا قاينىتىلمىسى بىلەن غەر-غەرە قىلىش، ھۆللۈكنى تارقىتىپ قۇرۇتۇش ئۈچۈن زەمچە ۋە ھەبۇلئاسنى يۇمشاق ئېزىپ ئاچچىق ياكى تاتلىق ئانار پوستىنىڭ ئىچكى قەۋەت پەردىلىرى سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىزنى چايقاش لازىم. يەنە كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، بۇغا مۈڭگۈزى، نۇشۇدۇرلەرنى قوشۇپ يۇمشاق ئېزىپ، نەيچە ئارقىلىق كىچىك تىلغا پۈركەش ياكى بىۋاستە كىچىك تىلغا سۈركەش لازىم.

ئەگەر كىچىك تىل بوشاشقان بولۇپ تۈۋى ئىنچىكە، ئۇچى تەرىپى سېمىز ۋە توم بولۇپ قالغان بولسا، زىفتى رۇمىنى قايناق سۇدا ئېرىتىپ قىزىق ھالدا غەر-غەرە قىلسا ئىششىق يۇمشايدۇ ۋە تارقايدۇ. بۇنىڭدىن كېيىن قابىز دورىلار، مەسىلەن: لىھيە تۇتتىسىنىڭ شىرىسىگە سۆك (ئامىلەنىڭ تۇسارىسى)، موزىلارنى قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش لازىم.

ئەگەر كىچىك تىلدا ھارارەت بولغانلىقتىن قىزىللىق ۋە قىزىقلىق پەيدا بولسا، مارجان شوخلا (ئىت شوخلىسى) ۋە ھۆل يۇمغاقسوتنىڭ سۇلىرى بىلەن غەر-غەرە قىلىش لازىم.

ئەگەر كىچىك تىل بوشىشىپ ساڭگىلاپ دورا بىلەن تىلنى كۆتۈرۈش مۇمكىن بولمىسا، كىچىك تىلنىڭ ئارتۇقىنى كېسىپ ئېلىۋېتىش لازىم. كېسىپ ئېلىۋېتىشتىن بۇرۇن ئەزالارنى تازىلاپ ئاندىن كېسىش كېرەك. كېسىپ بولغاندىن كېيىن كېسەلگە سىماق چىلانغان گۈلاپنى ئىچۈرۈش ۋە غەرە-غەرە قىلىش لازىم. شۇنداق قىلغاندا قان توختايدۇ. يەنە ئەپيۇن چوشكەن قۇرسى كەھرىبا، شارابى جەۋز، شارابى خەرنۇبلارنىمۇ تەييارلاپ قويۇش كېرەك، چۈنكى بۇ دورىلار بىلەن ئېغىزنى چايقىسا قان توختىتىش رولىنى ئوينايدۇ.

گال ئۇششاق مۇدۇرى

گالغا ئۇششاق مۇدۇر چىقىش (بۇسۇرۇلھەلقى) گالنىڭ ئىچى ۋە ئەتراپىغا ئۇششاق مۇدۇر چىقىپ، كۆيۈشۈپ ئاغرىغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ گالغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئىچكى جەھەتتە بىسەر خىلىتنىڭ بولۇپمۇ قان ياكى سەپرا ماددىسىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن زىيادە ھارارەت پەيدا بولۇپ كېلىپ چىقىدۇ.

تاشقى جەھەتتە لازا، تۇزلۇق، ئۆتكۈر نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، شورلۇق سۇ ئىچىش، ئۈزمەي سۆزلەش، ناخشا ئېيتىش قاتارلىق سەۋەبلەرنىڭ گالغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

گەپ قىلغاندا، تاماق يەپ بىر نەرسە يۇتقاندا، يۆتەلگەندە گال ئاغرىيدۇ. بەزىدە ئىسسىتمىسى ئۆرلەيدۇ، گال قۇرۇيدۇ. ئېغىزنى ئاچقۇزۇپ تەكشۈرگەندە گال ئەتراپىدا ئۇششاق مۇدۇرلەر بارلىقىنى ئېنىق كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

زىغىر، بېھى ئۇرۇقى، ئىسبەغۇللارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ ئۇڭا بىر ئاز سىركە ياكى گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى قوشۇپ ئاز-ئازدىن بىر قانچە قېتىم ئىچكۈزۈش لازىم. ھەببى سۇئالنى ئېغىزغا سېلىپ شۈمۈپ سۈيىنى يۇتۇش كېرەك. گالغا سۇفۇفى سۇنۇن پۈركۈش، سىركىنى قايناقسۇ بىلەن تەڭشەپ گالنى چايقاش كېرەك. ئەگەر سىركىنىڭ تەسىرىدىن گال ئاغرىسا، گۈلى بىنەپشە يېغى ۋە زىغىر يېغى شىرىسى بىلەن

AltunOq

غەر-غەرە قىلسىمۇ بولىدۇ.

چىققان مۇدۇر يىرىڭلىق بولسا، ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن موم يېغى ياكى مەرھەمى ئەبيەزنىڭ قايسىسى بولسا شۇنى يالغۇز ياكى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يىلمان قىلىپ ئاغزىغا ئېلىپ تۇرۇش كېرەك.

قايتا-قايتا تەكرارلانغان ۋە جىددىي خاراكتېرىدە يېڭى باشلانغانلىرىغا مۇزنى تالقانلاپ تاسقاپ، قۇمۇش نەيچە ئارقىلىق گالغا كۈندە ئىككى قېتىم پۈركۈپ بەرسە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ.

پەرھىز: ئاچچىق-چۈچۈك، تۇزلۇق، قاتتىق-قۇرۇق تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش لازىم.

گال ئىششىقى

گال ئىششىقى (ئىلتىھابۇلھەلقى) گال ساھەسىنىڭ ئومۇمىيۈزلۈك ھالدا ۋەرەملىنىپ ئىششىغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، يەڭگىل بولغاندا يۇتۇش قىيىنلىشىدۇ، ئېغىر بولغاندا يۇتۇش پۈتۈنلەي توسۇلىدۇ، ھەتتا نەپەسلىنىشكە دەخلى يېتىدۇ.

سەۋەبى

بەدەندىكى قان، سەپرا، بەلغەم ۋە سەۋدادىن ئىبارەت تۆت خىلتنىڭ غەيرىي تەبىئىي ھالدا ئۆزگىرىپ گالغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە، قان ياكى سەپرا ماددىسىنىڭ غالىب كېلىپ گالنىڭ ئېغىز ۋە تىلغا تۇتاش بولغان شىللىق ئەستەر پەردىلىرى ۋە سىرتىق ئەتلىرىگە يامان تەسىر كۆرسىتىپ ئىششىق پەيدا قىلغانلىقى، بولۇپمۇ گالنىڭ ئىككى تەرىپىدىكى بادامسىمان بەزلەر (لەۋزەتەين) نىڭ جەراسىملانغانلىقى ئاساسىي ئامىللار بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

ئالامىتى

گال ئىششىقىنىڭ ماددىسى قاندىن بولسا يۈز-كۆزى قىزىل بولىدۇ، باش ۋە بويۇنىنىڭ ئەتراپىدىكى تومۇرلار قانغا تولۇپ لوقۇلداپ ھەرىكەتلىنىدۇ، گال شىللىق

پەردىلىرى كۆپىدۇ، ئېغىزنىڭ تەمى ئاتلىقراق بولىدۇ.

سەپرادىن بولسا ئېغىز قۇرۇپ، كۆپ ئۇسسايدۇ. ئېغىز تەمى ئاچچىق بولىدۇ. گال كۆيۈشۈپ ۋە ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. ئۇيقۇ كەم بولىدۇ.

بەلغەمدىن بولسا بىمارنىڭ يۈز-كۆزى ئېسىلەڭگۈ بولۇپ، ئىششىقنىڭ رەڭگى ئاق، ئېغىزدىن شالۋاق كۆپ ئاقىدۇ، ئاغرىق يەڭگىل بولۇپ، تاماق يۇتۇش قىيىن كېلىدۇ.

سەۋدادىن بولسا گالدىكى ئىششىق قاتتىق بولىدۇ ھەم ئۇزۇنغا سوزۇلىدۇ. ئېغىزنىڭ تەمى قېرىق ياكى ئاچچىق-چۈچۈك بولىدۇ، گال قۇرغاقلىشىدۇ.

داۋاسى

قاننىڭ غالىبلىقىدىن بولغان گال ئىششىقىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن قاننى سوۋۇتۇش چارىلىرىنى قوللىنىش، يەڭگىل ھۆقنە قىلىش ياكى مېۋىلەر سۈيى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار ئارقىلىق بەدەننى تازىلاش ئاندىن ئېغىزنى غەر-غەرە قىلىش كېرەك. ئەمما بەدەننى تازىلىماي تۇرۇپ غەر-غەرە قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ماددىنى پىشۇرۇش ۋە تارقىتىش ئۈچۈن ئەنجۈر، ۋاسالىقۇ، ھۆلبە، ئامۇت ئۇرۇقى، زىغىرلەر قايناتىلغان سۇغا يېڭى سېغىلغان سۈت ۋە خىيارشەنبەر سۈيى قاتارلىقلارنى قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش لازىم. ئەگەر يۇقىرىقى غەر-غەرەلەر ئارقىلىق ئىششىق يانمىسا توغرىقۇ، ھىلىڭ، شەپەرەڭ مايىقى قاتارلىقلارنى يۇمشاق ئېزىپ يېڭى سېغىلغان سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ غەر-غەرە قىلسا ئېغىز ئالدۇرىدۇ ياكى موزا، گۈلنار، زەمچە، ئانار پوستى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قابىز نەرسىلەرنى سۇدا قايناتىپ غەر-غەرە قىلسا، ئەزالارنى قاتتىق قورۇش ئارقىلىق ئىششىقنى ئېغىز ئالدۇرىدۇ.

سەپرادىن بولسا ئالدى بىلەن مۇناسىپ مۇنزىج، مۇسھىللار ئارقىلىق سەپرانى تازىلاش لازىم. ئاندىن كېيىن كۆك ماش قايناتىلغان سۇ، شاتۇت شىرىسى، ئۇسۇڭ ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى، كاسىن ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى قاتارلىقلار بىلەن غەر-غەرە قىلىش لازىم.

كېسەللىكنىڭ ئاخىرىقى مەزگىلىدە بۇغداي كېپىكىنى سۇ بىلەن قايناتىپ، سىقىپ سۈزۈپ ئۇنىڭغا خىيار شەنبەر قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش كېرەك.

ئەگەر ماددىنى ئىچكى تەرەپتىن تاشقى تەرەپكە تارتىش توغرا كەلسە زىفتى رۇمى، ئاق توغرىقۇ، قىچا، ياۋا سۈزاپلارنى گالنىڭ ئۇدۇل تاشقى تەرىپىدىكى بويۇن ساھەسىگە چىپىش ياكى ئېگەك ئاستىغا لوڭقا قويۇش كېرەك.

بەلغەمدىن بولسا ئالدى بىلەن تېز ھۆقنە قىلىش ياكى ئىيارەجى فەيقەرا، ھەببى قوقىيا

ئارقىلىق بەلغەمنى تەنقىيە قىلىش، ئاچچىقسۇ، ھەسەل ياكى شاتۇتنىڭ شىرنىسى، ياۋا پىياز سىركەنجىبىنى، تۇرۇپ سۈيى، قىچا، ئاقىرقەرھالار ياكى ياڭاق تاشقى پوستىنىڭ رۇببىي، باديان سۈيى قاتارلىقلارنىڭ تىپىلغىنى بىلەن غەر-غەرە قىلىش لازىم. سىركە ۋە ھەسەل بىلەن غەر-غەرە قىلسا ماددىنى يوقىتىشتا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. كېسەللىك ئاخىرلاشقاندا ئاق مومنى سۇسىن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتقى تەرەپتىن چېپىش كېرەك. تېز ھۆقنە قىلىش ئۇسۇلى: بۇغداي كېپىكى، سېرىق چېچەك، ئىكلىل مېلىك، ئەنجۈرلەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ، ئاق توغرىغۇ، قىزىل شېكەر، ئاچچىقسۇلارنى قوشۇپ ھۆقنە (ھەمەل) قىلىنىدۇ.

سەۋدادىن بولسا ئوتتۇراھال ھۆقنە قىلىش ياكى ئىيارەجى فەيقەرا، مەتبۇخى ئەفتىمۇنلار ئارقىلىق سەۋدانى تازىلاش، ئەنجۈر قاينىتىلمىسى ياكى ياڭاق پوستىنىڭ رۇببىغا ياكى ئاچچىقسۇغا ھۆلبە شىرنىسى، خىيار شەنبەر مېغىزى قاتارلىقلارنى قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش لازىم. ياكى قىزىق جۇلاپ، ھەسەل سۈيى، ئۈزۈم شارابى (مەيپۇختەم) قاتارلىقلار بىلەن ياكى ئىكلىل مېلىك، زىغىر، بابۇنە، ھۆلبەلەرنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن غەر-غەرە قىلىش لازىم. ھۆلبە، زىغىر، سېرىق چېچەك، بابۇنە، كەرەم يوپۇرمىقى ۋە تۇرۇقى، مەرزەنجۇشلەرنى سوقۇپ پىشۇرۇپ، توخۇ يېغى، ئۆدەك يېغى قاتارلىقلارنى ئېرىتىپ، ھەممىنى بىرلەشتۈرۈپ گالنىڭ ئۇدۇل تاشقى تەرىپىدىن بويۇنغا چېپىش كېرەك.

گال بادامسىمان بەزلەر ئىششىقى

گال بادامسىمان بەزلەر ئىششىقى (ئىلتىھابۇللەۋزەتەينى) گالنىڭ ئىككى يېنىدىكى بادامسىما بەزلەرنىڭ ئىششىغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ گال بادامسىمان بەزلىرىگە يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئىچكى جەھەتتە تۆت خىلتنىڭ بىرەرسى نورماللىقتىن ئۆزگىرىپ ئۇفۇنەت پەيدا قىلىپ، گال بادامسىمان بەزلىرىنىڭ بىرىگە ياكى ئىككىسىگىلا يامان تەسىر

قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ئىسسىقتىن بولغانلىرى كۆپىنچە قان ۋە سەپرادىن بولىدۇ. سوغۇقتىن بولغانلىرى سەۋدا ۋە بەلغەمدىن كېلىپ چىقىدۇ.

سىرتقى جەھەتتە ئادەم زىيادە چارچىغان، ھاراق-شارابنى تولا ئىستېمال قىلغان، ئوزۇقلىنىش ناچارلاشقان، سوغۇقتا قالغاندا بەدەن قارشىلىق كۈچى ئاجىزلىشىپ ئاسانلا گال بادامسىمان بەزلىرىنىڭ ئىششىقىغا گىرىپتار بولىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا، ئىچ قېتىپ قەۋزىيەت بولغۇچىلاردا ئوڭايلا يۈز بېرىدۇ. زۇكام بولغان چاغدا دائىم قوشۇمچە ئالامەت بولۇپ كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

قاندىن بولسا گال قىچىشىپ ئاغرىيدۇ. ئېغىرلاشسا تۇيۇقسىز گال ئاغرىپ، تاماق قىزىرىپ ئىششىپ بىر نەرسە يۇتۇش قىيىنلىشىدۇ. بەدەن ھارارىتى ئۆرلەپ جۇغ-جۇغ بولۇش، تىترەش يۈز بېرىدۇ. پۈتۈن بەدەن ماغدۇرسىزلىنىپ، بوغۇملار سىقىراپ ئاغرىيدۇ. ئېگەك ئاستى بېزى ئىششىيدۇ. ئېغىزدا شۆلگەي زىيادىلىشىدۇ. تىلنى بېسىپ تەكشۈرگەندە گالدا قىزىرىش يۈز بەرگەنلىكى، بادامچە بەزلەرنىڭ يوغىناپ ئىششىغانلىقى، يىرىڭلىق نۇقتىلار بارلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ.

سەپرادىن بولسا، يۇقىرىقى ئالامەتلەردىن تاشقىرى يەنە باش ئاغرىش، ئۇسساش، گال قۇرۇپ ئاغرىشلار قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولسا بەدەن قىزىمايدۇ. گالدا قىزىللىق بولمايدۇ، ئاغرىش ئېغىر بولمايدۇ. قىچىشىش يەڭگىلرەك بولىدۇ. ئېغىزدىن شالۋاق ئاقىدۇ. بەلغەمدىن بولسا ئىششىق بوش بولۇپ، رەڭگى ئاقۇش، سەۋدادىن بولسا ئىششىق قاتتىق بولۇپ، رەڭگى كۆكۈش بولىدۇ.

داۋاسى

قايسى خىلتتىن بولغان بولسا، شۇ خىلتنى تازىلاپ، تەڭشەش كېرەك.

قان ياكى سەپرادىن بولسا، مۇۋاپىق تېپىلسا قان ئالسا بولىدۇ. كاسىن ئۇرۇقى، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ 300 مىللىلىتىر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ قەنت سېلىپ ياكى چىلان شەربىتىگە قوشۇپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 مىللىلىتىردىن ئىچىش كېرەك.

ئەگەر سوغۇقتىن يەنى بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولسا، ئىيارەج قەيقەرا بېرىش لازىم ئاقىرقەرھادىن 15 گرام، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 10 گرام، زۇفادىن 5 گرام، سۆسۈن يىلتىزىدىن 5 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ 300 مىللىلىتىر سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ گالنى چايقاش لازىم.

سىرتقى تەرەپتىن ئىششىقنى تارقىتىش ئۈچۈن بىنەپسە يېغى، گۈل يېغى بىلەن مايلاش، ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، سوغۇق تېگىش شامالداپ قېلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئاقىۋىتى: بەزى كىشىلەردە بۇ كېسەل پات-پات تەكرارلىنىپ تۇرىدۇ ۋە ئاستا-ئاستا بوغۇملارغا تەسىر قىلىپ مەفاسىل (بوغۇم ياللۇغى) نى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ھەتتا يۈرەككە تەسىر كۆرسىتىدۇ. شۇڭا سەل قارىماي ئاكتىپ داۋالىتىش لازىم. تەكرارلىنىپ ئادەت بولۇپ قالغانلار دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن بادامچە بەزلەرنى ئالدۇرۇۋېتىش كېرەك.

بوغما

بوغما (خۇناق) كېسىلى گالدا ئاق پەردە پەيدا بولغان كېسەلگە قارىتىلغان بولۇپ، ئۆتكۈر يۇقۇملۇق كېسەللىكلەرنىڭ بىرى ھېسابلىنىدۇ. شۇڭا ئۇ خۇناقۇلۇۋباتىئى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. خەلق ئارىسىدا ئادەتتە ئاق تاماق كېسىلى دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى تاشقى ئامىللار (ھەر خىل گۆش، تاتلىق نەرسىلەر ۋە ھاراقنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، بويۇن سىرتقى جەھەتتە زەخىمگە ئۇچراش قاتارلىق) نىڭ تەسىرىدىن بىرەر خىلىت (ئاساسلىق قان، سەپرا) سان ياكى سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىپ ئۇفۇنەت ۋە بۇخارات پەيدا قىلىپ، گال ئەترابىدىكى موشەك گۆشلەرگە يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بوغما بىلەن كېسەللەنگەنلەردىن ساقلارغا يۇقۇش ئارقىلىقمۇ مەزكۇر كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

كۆپىنچە باللاردا كۆپ ئۇچرايدۇ. گال ئىششىپ، ئۇنىڭدا يالغان ئاق پەردە ھاسىل بولىدۇ. مەزكۇر ئاق پەردىنى قىسىپ تارتسا، ئوڭايلىقچە ئاجرىمايدۇ. شۇ بەلگىگە قاراپلا بوغما كېسىلىدىن گۇمانلىنىشقا بولىدۇ.

يۇقۇملىنىپ (كۆپىنچە باللاردا) كېسەللىك ئالامەتلىرى كېلىپ چىققىچە تەخمىنەن 1 — 7 كۈن ۋاقىت ئۆتىدۇ. قىزىيدۇ، گېلى ئاغرىيدۇ، بېشى ئاغرىپ ماغدۇرسىزلىنىدۇ. تاماق يېگۈسى كەلمەيدۇ، كۆڭلى ئېلىشىدۇ، بەزىدە قۇسىدۇ. بادامچە بەزلىرى بىلەن يۇمشاق تاڭلاي قىزىرىپ ئىششىدۇ. ئاق چېكىتلەر پەيدا بولۇپ بارغانسېرى كېڭىيىپ، ئاقۇش كۈلرەڭ ساختا پەردە ھاسىل قىلىدۇ. كېسەللىك ئېغىر بولسا بەدەن ھارارىتى تۆۋەنلەپ كېتىدۇ. بىمار ھالسىزلىنىپ يېتىپ قالىدۇ، چىرايى تاتىرىدۇ، قول - پۇتلىرى مۇزلايدۇ. تومۇرى تېز ئەمما ئىنچىكە بولۇپ، بىمار تۇيۇقسىز ھوشسىزلىنىدۇ. بۇ خەۋپلىك ھادىسە بولۇپ، يۈرەك زەئىپلىشىش تۈپەيلىدىن كىچىك باللاردا ئۆلۈمنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. ئېغىز ساھەسىدە ئاق پەردە ھاسىل قىلغاچقا ئادەتتە ئۇ ئاق تاماق كېسىلى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئەگەر بۇ پەردە چوڭىيىپ ئىششسا ياكى كېڭەيسە ئاۋاز بوغۇلۇپ، نەپەس قىسىلىدۇ. ئېغىز ۋە بۇرۇندىن قان ئارىلاش شىلىمشىق سۇ كېلىدۇ. ئاق پەردىنى قىسىپ تارتسا ئاجرىمايدۇ. قىسقان جاي قانايدۇ. مۇشۇ بەلگىلەر ئارقىلىق گال بادامسىمان بەزلەر ئىششىقىدىن پەرقلەندۈرۈشكە بولىدۇ.

مەزكۇر كېسەللىك كىچىك باللاردا ئېغىر دەرىجىدە كۆرۈلۈپ ۋاقتىدا چارە قىلىنمىسا، بوغۇلۇپ قېلىش تۈپەيلىدىن ئۆلۈپ قېلىشى مۇمكىن. بۇ كېسەللىك خىلتلارنىڭ ئوخشىمىغان ئۆزگىرىشلىرىدىن بولغاچقا يۇقىرىقى ئالامەتلەردىن باشقا يەنە خىلتلارغا خاس بەلگىلىك پەرقلىرى بولىدۇ.

سەپرادىن بولسا ھارارەت يۇقىرى بولۇپ، ئېچىشىش ئاغرىشقا قارىغاندا كۈچلۈكرەك بولىدۇ. گال ئىچىگە قارىسا گال ئەتراپى ئىششىغاندىن سىرت ئاق ساختا پەردە سېرىققا مايىل بولىدۇ.

قاندىن بولسا ئاغرىش ناھايىتى ئېغىر بولۇپ ئېچىشىدۇ. ھارارەت ئۈستۈن بولۇپ. گال ئەتراپى قىزارغان بولىدۇ. ئىششىق ئېنىق كۆرۈلىدۇ.

بەلغەمدىن بولسا يۇقىرىقى ئالامەتلىرى ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. لېكىن ئىششىق ئاق رەڭلىك بولىدۇ.

داۋاسى

بۇغما كېسەللىكى ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزۈدىغان ۋە كەڭ تارقىلىدىغان كېسەللىك بولغانلىقى ئۈچۈن، ئەڭ ياخشىسى ۋاقتىدا ئۆتكۈزمەي غەربچە داۋالاش ئورۇنلىرىغا يوللاش ياكى دوختۇرلار بىلەن ھەمكارلىشىپ داۋالاش كېرەك.

چەت-ياقا شارائىت بولمىغان جايلاردا تېبابىتىمىزنىڭ داۋالاش تەدبىرلىرىنى ئەستايىدىل قوللىنىش مەزكۇر كېسەلنى داۋالاش ياكى ئۇنى يەڭگىللىتىشتە بەلگىلىك دەرىجىدە مۇھىم رول ئوينايدۇ. شۇڭا ئالدى بىلەن كېسەللىك سەۋەبچىسىنى ۋە قايسى خىلىتقا تەئەللۇقلۇقىنى ئوبدان ئېنىقلاش، شۇ خىلىتنى نورماللاشتۇرۇش ۋە ئىششىق قايتۇرۇش ئۇسۇللىرىنى جىددىي قوللىنىش كېرەك.

قان ياكى سەپرادىن بولسا، ئالدى بىلەن مۇۋاپىق تېپىلسا قان ئېلىش، توغرا تېپىلغاندا قانىنى ئۆكەھل ياكى باسىلىق تومۇردىن ئېلىش كېرەك. بوغمىدا قان ئېلىشنىڭ بەزىدە نەتىجىسى خېلى چوڭ بولىدۇ. ئەمما، كېسەلنىڭ ئومۇمىي ئەھۋالى ناچار بولسا، بىراقلا كۆپ قان ئېلىش توغرا ئەمەس. بىر قانچە كۈن ئۆتكىچە كۈندە بىر قېتىم، ئاز-ئازدىن قان ئېلىش لازىم ياكى پاقالچەك ساھەسىگە ھىجامەت قويسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر ياللۇغلىنىش ئېغىر بولماي ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، گەدەننىڭ بىر تەرىپىگە ياكى ئىككى تەرىپىگە ھىجامەت قويۇش كېرەك. ھىجامەت قويغان جايدىن بىر ئاز قان چىقارسا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر قان ئالمىسىمۇ بولسا قان ئالماستىن مۇۋاپىق سۈرگە دورىسى بېرىشلا كۇپايە قىلىدۇ. ئەمما ئاغرىقنىڭ تىلى سىرتقا چىقىپ ئەھۋالى ناچارلاشقاندا، دەرھال تىل ئاستى تومۇرلىرىدىن بولسىمۇ قان چىقىرىش لازىم.

خاس قان ماددىسىدىن بولغان بولسا ئىچكى تەرەپتىن ئەرىقى شاھتەررە، ئەرىقى نىسىلۇفەر، ئەرىقى شىپالارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، ئىششىقنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە سىرتقى تەرەپتىن گالغا ھۆل يۇمغاقسۈت ياكى مارجان شوخلىسىنى تېگىش ياكى ئاق سەندەلنى سۈرۈپ چېپىش لازىم.

ئەگەر سەپرادىن بولسا مەتبۇخى ھەلىلە، ئەرىقى ئەنگۈرى شىفا، ئەرىقى كاسىنى بېرىلىدۇ. بابۇنە ئاق لەيلى ئۇرۇقى، پەرسىياۋشان، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ئەنجۈر، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقلىرىنى ئايرىم ياكى بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، سۈيى بىلەن گالنى چايقاش لازىم. قوينىڭ ياكى توخۇنىڭ ئۆتىنى سىرتتىن سۈركەش لازىم. بىر قوشۇق سىركىنى بىر قوشۇق قايناقسۇ بىلەن تەڭشەپ ئېغىز چايقاش لازىم.

ئەگەر ئارقا تەرەت قاتتىق كەلسە ياكى تەستە كەلسە تۆۋەنكى يۇمشاتقۇچى ھۆقنىنى ئىشلىتىش كېرەك:

بۇغداي كېپىكى 30 گرام، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى 15 گرام، ئىكلىلىلمەلىك 12 گرام، ئەنجۈر قېقى 21 گرام، تۇز 24 گرام، قارا شېكەر 36 گرام، ئاچچىق سۇ (ئەپكامە) 30 مىللىلىتر.

قارا شېكەر، ئەپكامە، تۇزدىن باشقىلارنى قاينىتىپ، سۈزگەندىن كېيىن قالغان دورىلارنى قوشۇپ كىلىزما ئۇسۇلى بىلەن ئارقا يولدىن بىر قېتىمدىلا ھۆقنە قىلىش كېرەك.

كېسەلنىڭ 3-كۈنى يۇنۇسنى كالا سۈتىدە ئېزىپ گالنى چايقاش لازىم. بوغمىنى ئېغىز ئالدۇرۇش ئۈچۈن تاشقى تەرەپتىن سوغۇق دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئۇنداق بولمىغاندا ياللۇغلانغاندىن پەيدا بولغان ئۇفۇنەتلەرنى بەدەنگە تارقىتىپ قويىدۇ.

ئەگەر سەۋدانىڭ كۆپلۈكى كۆرۈلسە، يۇقىرىقى چارىلەر بىلەن بىللە ئىيارەج فەيقەرا، مەتبۇخى ئەفتىمۇن قوشۇمچە بېرىلىدۇ.

چېقىشتۇرما تەشخىس: بوغما كېسەللىكى بىلەن بادامچە بەز ياللۇغىنى ئوبدان پەرقلەندۈرۈش لازىم. چۈنكى ئۇلارنىڭ ئالامەتلىرى ئوخشىشىپ كېتىدۇ. مۇھىم بەلگىسى ئىششىقتا بولۇپ، بوغمىدا ياپىلاق كېڭەيگەن ئىششىق ھەم ئاق پەردە بولىدۇ. بادامچە بەز ياللۇغىدا ئىششىق ئايرىم چاپلاپ قويغاندەك كۆرۈنىدۇ.

ئاقىۋىتى: بوغما يۈرەككە تەسىر قىلسا ئاقىۋىتى يامان بولۇپ، ئۆپكىگە تەسىر قىلسا ئۆپكە ياللۇغىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بوغما ئېغىر ئۆتكەندە قىزىتما بولۇش، تارتىشىپ قېلىشلارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە يۇقىرىدا ئېيتىلغاندەك ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدىغان ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ. شۇڭا بوغمىنى ۋاقتىدا جىددىي داۋالاش كېرەك.

ئاۋاز نوخۇلداپ چىقىش

ئاۋاز نوخۇلداپ چىقىش (خەنان) سۆزلىگەندە ئاۋاز ياخشى چىقماي نوخۇلداپ، ئېنىق ئاڭلىغىلى بولمىغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

مەزكۇر كېسەللىك كۆپىنچە قان ۋە سەپرانىڭ غالىب كېلىپ گالغا يامان تەسىر

قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزىلەر گال بادامسىمان بەزلەرنىڭ ياللۇغى ۋە كىچىك تىل ياللۇغىدىن كېلىپ چىقىدۇ دەپمۇ قارايدۇ.

ئالامىتى

بىمار سۆز قىلغاندا ئاۋازى نوخۇلداپ ئېنىق چىقمايدۇ. باشقىلار بىمارنىڭ نېمە دەۋاتقانلىقىنى ئاساسىي جەھەتتە ئېنىق ئايرىيالمايدۇ. بىمار سۇ ئىچسە سۇ بۇرنىدىن چىقىپ كېتىدۇ. بىمارنىڭ كۆزى قىزغۇچ كۆرۈنىدۇ ۋە ياشقا تولغان بولىدۇ. بېشى بەزىدە يەڭگىل بەزىدە قاتتىق ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

مۇۋاپىق تېپىلسا ئالدى بىلەن قىيفال تومۇردىن قان ئېلىش كېرەك. يۇمغاقسۈت سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى ۋە كاسنى، ئۇسۇنىڭ سۈيلىرىنى قوشۇپ ياكى مەزكۇر سۇلاردا مۇۋاپىق مىقداردىكى ھوزوزىنى ئېرىتىپ ئېغىزغا ئېلىپ غەر-غەرە قىلىش كېرەك. ئەگەر ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە مەزكۇر دورىلارنىڭ سۈيىدىن مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچىش لازىم. ئانار پوستى، موزا، ئۈزلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ باش بارماقتا مىلاپ، كۈندە ئون ياكى ئون ئىككى قېتىم بادامسىمان بەز ياللۇغى بار جايلارغا سۈركەش كېرەك. ياكى ئانار پوستى، ئۇشۇدۇرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ سوقۇپ يۇقىرىقى ئۇسۇل بويىچە ئىشلەتسە ۋە موزىنى خېنە ياكى خام ئانار سۈيىدە قاينىتىپ، سۈيىنى ئېغىزغا ئېلىپ غەر-غەرە قىلسا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر بۇنىڭدىنمۇ ئوڭلانمىسا سەپرانىڭ مۇسھىلىنى بېرىش كېرەك. چۈشكۈرتكۈچى دورىلارنى ئىشلەتسىمۇ كۆپ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇرۇن بەۋاسىرىنى داۋالاشتا قوللىنىلغان تەدبىرلەرنى يەڭگىلرەك دەرىجىدە قوللانسىمۇ بولىدۇ. موزىنى يېرىپ تاتلىق ئانار سۈيىدە بىر پەس قايناتقاندىن كېيىن ئۇنىڭغا ئەنزەرۇت، كۈندۇرنى ئارىلاشتۇرۇپ، بۇرۇنغا مەزكۇر سۇنى تېمىتىش ياكى موزىنى ئانار سۈيىدە قاينىتىپ سۈيىنى ئېغىزغا ئېلىپ غەر-غەرە قىلىش لازىم.

ئاۋاز پۈتۈش

ئاۋاز پۈتۈش (بۇتلانئۇسسەۋتى) ھەر خىل سەۋەبلەردىن ئاۋازنىڭ نورماللىقتىن

بۇزۇلۇشى ياكى ئاۋازنىڭ پۈتۈپ نورمال ئاۋاز چىقىرالماسلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى ۋە تاشقى ئامىللارنىڭ گالغا تەسىر قىلىشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدۇ.

ئىچكى جەھەتتە: 1. مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. گالنىڭ ئەسلى مىزاجى ھۆل-قۇرۇقلۇقتا مۆتىدىل بولۇپ، بۇ مۆتىدىللىك ئاۋازنىڭ نورمال چىقىشىغا ياردەم بېرىدۇ. ئەگەر ماددىسىز ھۆللۈك ياكى قۇرۇقلۇق غالىب كەلسە، گالنىڭ ئەسلى مىزاجى بۇزۇلۇپ ئاۋاز ئۆزگىرىدۇ ھەمدە سەۋەبىنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكىگە قاراپ، ئاۋاز ھەر خىل دەرىجىدە پۈتۈپ قالىدۇ. 2. نەزلە سۇيۇقلۇقى مېڭە تەرەپتىن گالغا قۇيۇلۇشىدىن ئاۋاز پۈتۈپ قالىدۇ. بۇ نەزلە ئاۋازى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. 3. ھەر خىل قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە، گالدىكى سۇيۇقلۇق يوقالغانلىقتىن قۇرۇقلۇق ئېشىپ ئاۋاز پۈتۈپ قالىدۇ.

تاشقى جەھەتتە: كۈچلۈك ھەرىكەتلەردىن كېيىن بەدەن راسا قىزىپ تۇرغاندا مۇزدەك سۇ ئىچىش ۋە باشقا سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن گالغا سوغۇق ئۆتۈپ كېتىش، ئاۋاز پەردىلىرىنى ھەددىدىن زىيادە كۈچەپ ئىشلىتىش يەنى يۇقىرى ئاۋازدا ئۈزمەي ناخشا ئېيتىش، ۋارقىراپ ئۇزۇنغىچە قاتتىق يىغلاش، كۈچەپ ئۇزۇن مۇددەت سۆزلەش، بوس، چاڭ-توزان، ئىس، غىدىقلىغۇچى گازلارنىڭ تەسىرىگە ئۇچراش، ھەددىدىن زىيادە تاماكا چېكىش قاتارلىقلاردىن ئاۋاز پۈتۈپ قالىدۇ.

ئالامىتى

سۆزلىگەندە خىرقىراپ ئاۋاز ئېنىق چىقمايدۇ ياكى كېسىلداپ قالىدۇ.

ئەگەر قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا يېڭى باشلانغاندا گال ئىچى قىزىرىپ قىچىشىدۇ ۋە قۇرۇيدۇ. ئاۋازنىڭ پۈتۈشى قۇرۇقلۇقنىڭ ئېشىشىغا ئەگىشىپ ئېغىرلىشىدۇ. گال ئاغرىش قوشۇلۇپ كېلىدۇ. تۈكۈرۈك ئاز كېلىدۇ. ھۆللۈك نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلسا، بىر ئاز ئارام تاپىدۇ ۋە ئاۋازدا ياخشىلىنىپ قالغاندەك بولىدۇ.

ئەگەر ھۆللۈكتىن بولغان بولسا گال ئانچە بەك قۇرۇمايدۇ، قىزىتمايدۇ، ئاغرىمايدۇ. ئېغىزدىن شالۋاق ئاقىدۇ. ھۆللۈك، سوغۇقلۇق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلسا ئاۋاز پۈتۈش ئېغىرلىشىدۇ.

ئەگەر باشقا سەۋەبلەردىن بولغان بولسا، شۇ سەۋەبلەر ئالدىدىن ئۆتكەنلىك تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

داۋالاشتا ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ئېنىقلاپ شۇ سەۋەبنى تۈگىتىش، مىزاجىنى تەڭشەش ۋە گالنى راۋانلاشتۇرۇپ ئاۋازنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا، ھۆللۈك يەتكۈزۈپ، گالنى نەمدەپ ئاۋازنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. ھەببى سۇئال بارىدىن كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 تالنى شۈمۈپ تەمىنى يۇتۇش كېرەك. قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇفەر بىلەن قوشۇپ ئىچىش لازىم. ئۆچكە سۈتىگە ئازراق زەنجىبىل قوشۇپ ئىچىسمۇ ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

ئوزۇقلۇقلاردىن چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمنى ئىچىش، توخۇ گۆشىنى سەۋزە، چامغۇرلار بىلەن پىشۇرۇپ يېيىش لازىم. لوتۇقى ئەنجۈر، لوتۇقى كەرنەپلەرنى بېرىش لازىم.

ئەگەر ھۆللۈك ۋە سوغۇقتىن بولغان بولسا، ئاچچىق بادام مېغىزى، زىغىر ئۇرۇقى، رۇمبادىيان، رۇببەسۇس، ئەرەب يىلمىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بېھى ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا كۆمىلاچ قىلىپ كۈنىگە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 تال شۈمۈپ تەمىنى يۇتۇش لازىم. تازىلاشقا ھەببى غارىقۇن بېرىش لازىم. سوغۇقتىن بولغانلارغا بىر ئاز ھەڭنى قايناقسۇدا ئېرىتىپ گالنى چايقاش لازىم. ئانارنىڭ بىغىنى ئېلىۋېتىپ كىچىك تۆشۈك ئېچىپ، چوغ ئۈستىگە بىر ئاز قويغاندىن كېيىن ھور چىقىشقا باشلىغاندا تۆشۈكىدىن بىر ئاز بىنەپشە يېغى، بادام يېغى قوشۇپ ئازراق تۇرغۇزۇپ چوغدىن ئېلىپ سىقىپ، سۈيىنى ئىچىشكە بېرىش ياكى لوتۇقى زەنجىبىل، لوتۇقى ئەنجۈر، لوتۇقى ھۆلبەلەرنى بېرىش لازىم.

ئەگەر زۇكام نەزلە تەسىرىدىن بولغان بولسا لوتۇقى سەرپىستان، شەربىتى ئۇننابلارغا كۆكنار ئۇرۇقى، بادام مېغىزى شىرىسى قوشۇپ بېرىش لازىم. ئاۋاز بوزۇلسا كۆكنار شاكىلىدىن 5 گرام، مارجان شوخلىسىدىن 10 گرام، زىغىر ئۇرۇقىدىن 20 گرام ئېلىپ، 300 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، كەتىرا ياكى سەمغى ئەرەبى قوشۇپ گالنى چايقاش ۋە ئىچىش كېرەك.

گالنىڭ مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن، تۆۋەندىكى چارە ۋە دورىلارنىڭ ئۈنۈمى

ياخشى:

ئارپا قايناتقان سۇنى ئىچىش، ئاقلانغان ئارپا، چىلان، ئاق لەيلى ئۈرۈكى، سەرپىستانلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ سۈيىگە ناۋات سېلىپ ئىچىش كېرەك.

قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردىن بولغان ئاۋاز پۈتۈشنى داۋالاش ئۇسۇللىرى قۇرۇقلۇقتىن بولغانلىرىنى داۋالاشقا ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشىشىپ كېتىدۇ. ئارچىنى قاينىتىپ سۈيى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئۇزۇنغا سوزۇلغان ئاۋاز پۈتۈشكە داۋائى تىنىن ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ. چەلەك، كاكىنەج، قىچىلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، گالنى چايقاش لازىم.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار: ئومۇمەن ئاۋاز بۇزۇلۇپ، پۈتۈپ قالغان كىشىلەر ھەر خىل زىيانلىق نەرسىلەر يەنى چاڭ-توزان، ئاچچىق-چۈچۈك تاماقلار، ئۆتكۈر قىزىق ۋە سوغۇق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، تاماكا چەكمەسلىك، قاتتىق ئاۋاز بىلەن توۋلاش، ئۇزۇن مۇددەت ۋارقىراپ يىغلاشلاردىن ساقلىنىش لازىم.

گالغا يېمەكلىكلەر تۇرۇپ قېلىش

گالغا يېمەكلىكلەر تۇرۇپ قېلىش يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاندا بەزى نەرسىلەرنىڭ بولۇپمۇ قاتتىق گۆش، قاتتىق نان، سۆڭەك پارچىلىرىنىڭ تۆۋەنگە چۈشمەي ياكى سىرتقا چىقماي گالدا تۇرۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاندا ناتوغرا ئىستېمال قىلىش بولۇپمۇ قاتتىق نەرسىلەرنى، مەسىلەن: قاتتىق گۆش، قاتتىق نان، سۆڭەك پارچىسى قاتارلىقلارنى ئوبدان چايناپ گالدىن راۋان ئۆتۈش سالاھىتىگە كەلتۈرمەي تۇرۇپلا ئالدىراپ يۇتۇش، ياكى دىققەتسىزلىكتىن بېلىق قىلتىرىقى، بېلىق قاسرىقى ۋە بېھىنىڭ ئۇرۇقى قاتارلىق سىلىق نەرسىلەر گالغا كىرىپ قېلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

يېمەكلىكلەرنىڭ بەزىلىرى تۆۋەنگە چۈشۈپ كەتمەي ياكى چىقىپ كەتمەي

گالغا قاپلىشىپ قالىدۇ ياكى بىلىق قىلتىرىقى ۋە قاسىرقىدەك نەرسىلەر گالغا قاپلىشىپ تۇرۇپ قالىدۇ. گەرچە چوڭ خەۋپ بولمىسىمۇ كىشىنى بىئارام قىلىدۇ. ئېغىزنى چوڭ ئاچقۇزۇپ تەكشۈرگەندە بۇ نەرسىلەرنى كۆپىنچە ھاللاردا كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

گالغا تۇرۇپ قالغان نەرسە گۆش، نان، سىلىق سۆڭەك، بېھىنىڭ تۇرۇقى ۋە تۈنىگىغا ئوخشاش يۇمشاق سىلىق نەرسىلەر بولسا، بۇ ھالدا كېسەلنىڭ گەدىنى ۋە ئىككى تاغىقىنىڭ ئوتتۇرىسىغا ئۇرسا تاشقىرىغا چىقىپ كېتىدۇ ياكى تۆۋەن تەرەپكە چۈشىدۇ. ئەگەر تۆۋەن تەرەپكە چۈشۈپ كەتكەنلىكى بىلىنسە، بۇ ھالدا لۇئابلارنى ۋە يۇمشاق ئاتلىغا ئوخشاش تاماقلارنى بەرسە، ئۆزىنىڭ يۇمشاقلىقى بىلەن گالغا تۇرۇپ قالغان نەرسىنى سىلىقداپ ئاشقازانغا چۈشۈرىدۇ. ئاندىن كېيىن قەي قىلسا قەي ئارقىلىق چىقىپ كېتىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ياخشىراق ئۇسۇل شۇكى، ئاۋۋال ئوتلاپ ئىچىدىغان يۇمشاق تاماقلار بىلەن ئاشقازاننى تولدۇرۇپ ئاندىن قەي قىلىش لازىم.

ئەگەر تۇرۇپ قالغان نەرسە قىلتىرىق تىكەنگە ئوخشاش نەرسىلەر بولسا، بىر پارچە پاختىنى ياكى بىر پارچە يۇڭنى ئېلىپ پىششىق ۋە ئۇزۇن يىپتا ئوبدان چىگىپ ئاندىن ھەسەلگە ئوراپ، يۇتقۇزۇپ مۇۋاپىق ۋاقىت تاقەت قىلىپ تۇرسا ھەسەل ئېرىپ قىلتىرىق ۋە تىكەن پاختىغا ياكى يۇڭغا يېپىشىدۇ، ئاندىن يىپنى ئاستا تارتسا بولىدۇ.

يەنە بىر خىل ئۇسۇلى: بىر دانە قۇرۇق ئەنجۈرنى يىپقا چىگىپ چالا چايناپ يۇتۇپ ئاندىن يىپنى تارتسا، تۇرۇپ قالغان نەرسىنى ھەرىكەتلەندۈرۈپ تاشقىرىغا چىقىرىدۇ.

ئەگەر گالغا تۇرۇپ قالغان نەرسە تۆۋەنگە ماڭماي ياكى تاشقىرى چىقماي شۇ جايدا بىر مەزگىل تۇرۇپ قالسا، زاغۇن تۇرۇقىنى سوقۇپ قىزىق سۇ بىلەن ئىچكۈزسە بۇ نەرسىنى چىقىرىدۇ (تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

ئاشقازاندا تۇرۇپ قالغان نەرسىنى ئاشقازاندا تۇرغۇزۇش توغرا ئەمەس، چۈنكى غەيرىي نەرسە ئاشقازانغا چۈشۈپ تۇرۇپ قالغاندا ئاشقازاننى ياكى ئۈچەينى جاراھەتلەندۈرۈپ قويۇش خەۋپى بولىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقىدەك ئۇسۇللارنى قوللىنىپ گالغا تۇرۇپ قالغان نەرسىلەر چىقارغاندا گالنى جاراھەتلەندۈرۈپ قويسا سوغۇق لۇئابلار، مەسىلەن: بېھى تۇرۇقى، ئىسبەغۇل، ئاق لەيلى تۇرۇقى، رەيھان تۇرۇقلىرىغا ئوخشاش تۇرۇقلارنىڭ لۇئابى بىلەن غەر-غەرە قىلىش، ئوتلاپ ئىچىدىغان مۇناسىپ يۇمشاق تاماقلارنى ۋە لۇئابلارنى ئىچىش، ئەگەر ئاغرىق قاتتىق

بولۇپ مىزاجى خۇن مىزاج بولسا، ئىششىق پەيدا بولماسلىقى ئۈچۈن غەر-غەرەنى كۆپرەك قىلىش، شىرىلىك، ئۆتكۈر ئەمەس نەرسىلەرنى يېيىش لازىم. شۇندىلا كېسەللىككە سەۋەب بولىدىغان ماددىلارنىڭ كۆچىيىشىنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ.

غەيرىي نەرسىلەر يۇتۇۋېلىش

غەيرىي نەرسىلەر يۇتۇۋېلىش ئېھتىياتسىزلىقتىن ھەر خىل غەيرىي نەرسىلەر بولۇپمۇ مىخ، يىڭنە، تۆمۈر پارچىسى ۋە سۆڭەك پارچىلىرىنىڭ گالغا سانجىلىپ قالغانلىقى ياكى تەڭگە، مارجانغا ئوخشاش نەرسىلەرنى يۇتۇۋالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بۇ ئەھۋال كۆپىنچە گۆدەك بالىلاردا كۆرۈلىدۇ. كۆپىنچە مىخ، يىڭنە، تۆمۈر پارچىسى، تەڭگە، مارجان قاتارلىق نەرسىلەرنى ئېغىزغا سېلىپ ئوينىغاندا ئېھتىياتسىزلىقتىن مىخ، يىڭنە، تۆمۈر پارچىسى قاتارلىقلار گالغا كىرىپ قېلىپ سانجىلىپ قالىدۇ. تەڭگە، مارجان قاتارلىق نەرسىلەرنى يۇتۇۋالىدۇ.

ئالامىتى

مەزكۇر ئەھۋال چوڭ ئادەم ياكى چوڭراق بالىلاردا كۆرۈلسە، غەيرىي نەرسىلەرنىڭ گېلىغا سانجىلىپ قالغانلىقى ياكى ئۇلارنى ئۇيۇقسىز يۇتۇۋالغانلىقىنى شىكايەت قىلىدۇ. كىچىك بالىلاردا كۆرۈلسە گېلىغا سانجىلىپ قالغان نەرسە ئۇپەيلىدىن بىئارام بولۇپ يىغلايدۇ ياكى ئاتا-ئانىسى ۋە باققۇچىلار بالا ئويناۋاتقان تەڭگە، مارجان قاتارلىق نەرسىلەرنىڭ يوقاپ كەتكەنلىكىنى بايقايدۇ.

داۋاسى

بالا ئويناۋاتقان تەڭگە، مارجانغا ئوخشاش نەرسىلەر يوقاپ كېتىپ ئوبدان ئىزدىسىمۇ

تېپىلمىسا، كىچىك بالىنىڭ مەزكۇر نەرسىلەرنى يۇتۇۋالغانلىقىنى مۇقىملاشتۇرۇشقا بولىدۇ. بۇنداق ئەھۋال ئاستىدا بەك ھودۇقۇپ كېتىش ھاجەتسىز. دوختۇرغا كۆرسىتىپ دوختۇرنىڭ مەسلىھىتى بويىچە چارە قىلىش كېرەك. ئادەتتە بۇ خىلدىكى نەرسىلەر بىرنەچچە كۈندىن كېيىن چوڭ تەرەت بىلەن چىقىپ كېتىدۇ.

ئەگەر گالغا مىخ، يىڭنە، تۆمۈر پارچىسى، سۆڭەك پارچىسى سانجىلىپ قالسا ئېغىزنى يوغان ئاچقۇزۇپ غەيرىي نەرسىلەرنى ئەسۋاب بىلەن قىسىپ ئوڭ يۆنىلىش بويىچە ئېلىۋېتىش كېرەك ياكى ماگنىتتىن پايدىلانسىمۇ بولىدۇ. تۆۋەندىكى ئۇسۇللارنى ئەھۋالغا قاراپ قوللانسا بولىدۇ:

سەككىز قۇڭ ماگنىت (مىقناتىس) تېشىنى يۇمشاق ئېزىپ ئوبدان سالايە قىلىپ، بىر قوشۇق ئۈزۈم شارابىغا ئارىلاشتۇرۇپ ناشتىدا ئىچىپ يېرىم سائەت ئۆتكەندىن كېيىن سانادىن 17.5 گرام، قىزىلگۈل، بىنەپشىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام، سەرپىستاندىن 30 دانە ئېلىپ بىر پىيالە سۇدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ 52.5 گرام يېڭى شىرخىشتنى ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ، يىلمان ھالدا ئىچىپ، يەنە شامىچە ئارقىلىق ياردەم بېرىش لازىم. دورىنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلگەندىن كېيىن قەنت شەربىتىنى گۈلاب ۋە رەيھان ئۇرۇقى قاتارلىقلار بىلەن ئىچىش، ئىچمىكى ئۈچۈن نوقۇت سۈيى ئىستېمال قىلىش لازىم.

كۆدە، پالەك قاتارلىقلارنى توغرىماستىن قورۇپ پىشۇرۇپ يېسە گالدىكى غەيرىي نەرسىلەرنى ئورۇۋېلىپ چۈشۈرۈۋېتىدۇ.

ئەگەر يىڭنە، مىخ قاتارلىق نەرسىلەر تۆۋەنگە چۈشۈپ ئاشقازان ـ ئۈچەي يوللىرىغا سانجىلىپ قالسا، ئەڭ ياخشىسى غەربچە داۋالاش ئورۇنلىرىغا ئاپىرىپ كۆرسىتىپ دەرھال چارە قىلىش ياكى ئوپېراتسىيە ئۇسۇلى بىلەن ۋاقتىدا ئېلىۋېتىش لازىم.

دىققەت قىلىدىغان ئىشلار:

مىخ، يىڭنە، تۆمۈر پارچىسى، تەڭگە، مارجان قاتارلىق نەرسىلەرنى ئېغىزغا سېلىپ ئويناسلىق ھەققىدە بالىلارغا تەربىيە بېرىپ ئاگاھلاندۇرۇپ تۇرۇش كېرەك. بۇنداق نەرسىلەرنى ئويناش ئۈچۈن كىچىك بالىلارنىڭ قولىغا بەرمەسلىك ياكى قولى يەتكۈدەك جايلارغا قويماسلىق كېرەك. بولۇپمۇ يىڭنە، مىخ قاتارلىق نەرسىلەر گېلىغا سانجىلىپ قالسا ياكى ئۇلارنى يۇتۇۋالسا، ئەڭ ياخشىسى غەربچە داۋالاش ئورۇنلىرىغا دەرھال ئاپىرىپ ھەر خىل ئۇسۇللار ئارقىلىق تەكشۈرتۈپ، ئاكتىپ داۋالىتىش لازىم.

AltunOq

گال بوغۇلۇپ قېلشقا چارە قلش

بۇ ھەر خل سرتقى سەۋەبلەر تۈپەيلدن گال بوغۇلۇپ، تېخى ئۆلۈپ قالمغان كشلەرگە چارە قلپ قۇتۇلدۇرۇشقا قارتلغان.

سەۋەبى

گال بوغۇلۇش قاتل، ئوغرى، بۇلاڭچى قاتارلق يامان غەرەزدكى جنايەتچلەرنڭ مەلۇم مەقسەت ئۈچۈن، زيانكەشلككە ئۇچرىغۇچنڭ گېلنى ئاغامچا قاتارلق نەرسلەر بلەن بوغۇشى ياكى بەزى ئرادسز ۋە نادان كشلەرنڭ بەزى بر روھىي ۋە جسمانىي ئازابلارغا چدماي ئېسلپ ئۆلۈۋېلشقا ھەركەت قلشى تۈپەيلدن كېلپ چقدۇ.

بەزىدە خەربەققە ئوخشاش گالنى بوغقۇچى دورىلارنى مەقسەتلك ياكى مەقسەتسز ھالدا ئستېمال قلش تۈپەيلدنمۇ گال بوغۇلۇش كېلپ چقدۇ.

ئالامتى

يۈز-كۆزلرى كۆكرىپ، ئېغزدن كۆپۈك چقدۇ. ئېغرلرىدا چرايى قارىدايدۇ. بەزلەرنڭ ئېغزدن ئازراق قان چقدۇ. ئېغزدن كۆپۈك ياكى قان چقسا ھايات قېلشدن ئاساسەن ئۈمد كۈتكلى بولمايدۇ.

ئەگەر بوغۇلغان ۋاقتى قسقا ۋە يەڭگل بولسا، كۆپۈك ۋە قان چقماي خقراپ قالدۇ، ئازراق تنق بولدۇ.

ئەگەر خەربەققە ئوخشاش دورىلارنى ئستېمال قلغانلقتن گال بوغۇلغان بولسا، ئېغز ۋە بۇرۇنى قۇرۇپ ھۆللۈك يوقلشقا ئوخشاش بەلگلەر كۆرۈلدۇ.

داۋاسى

بوغۇلۇپ قالغان ئەھۋالنى كۆرگەن ھامان دەرھال بويۇننى بوغقان نەرسنى دەرھال

بوشىتىش كېرەك. ئەگەر تىنىق ئازراق بار بولسىلا بوغۇلۇشتىن كېلىپ چىققان يۈرەك ساھەسىدە قان قېيىشتىن پەيدا بولغان نەپەس قىيىنلىشىش، چىرايى قارىيىشلارنى ياخشىلاش ئۈچۈن ئەھۋالغا قاراپ باسىلىق تومۇردىن بىرئاز قان ئېلىش ۋە گۈل يېغى، بىنەپشە ياغلىرىنى قىزىق سۇغا تېمىتىپ ئىچكۈزۈش لازىم.

ئەگەر تىنىقى بار بولۇپ ھوشىغا كەلمىسە، بوغۇلغان كىشىنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ پۇتىنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ، سۇدىن چىقىرىپ قاتتىق ئۇۋۇلاش كېرەك. يەنە قىزىل قىچىنى سوقۇپ ئۇخۇم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تاپىنىغا چېپىش ھەمدە پاقالچاقا لوڭقا قويۇش كېرەك. كېپەكنى ياكى ئارپىنى بىرئاز قايىنىتىپ بادام يېغى ياكى بىنەپشە يېغى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش، شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئۇخۇم سېرىقىنى چالا پىشۇرۇپ ئىچكۈزۈش لازىم. گالنىڭ بوغۇلغان قىسمى زەخىملەنگەن بولسا، سىرتتىن مۇۋاپىق تۈردە داۋالاش لازىم.

ئەگەر بىمارنىڭ تىنىقى راۋان بولمىسا كۆكرەك قىسمىنى قائىدىلىك ھالدا بېسىپ سۈنئىي نەپەس ئالدۇرۇش، كافۇر، قۇندۇز قەھرى، ئىپار قاتارلىق دورىلارنى پۇرىتىش بىلەن بىرگە ھەۋايى نەسىمىنى (كىسلارۇد) كىرگۈزۈش ياكى مەخسۇس جۇشكۇرتكۈچى دورىلار، مەسىلەن: كۈندۈش، فەرپىيۇن، ھەققۇنەزلى قاتارلىقلارنى بۇرۇن ئىچىگە ئاز مىقداردا پۈركەش كېرەك.

ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇللار ئارقىلىق ئۆلۈم خەۋپىدىن قۇتۇلۇپ قالغان تەقدىردىمۇ مەلۇم ۋاقىت پەرۋىش قىلىشنى كۈچەيتىش لازىم. مەسىلەن، قاتتىق-يىرىك، قالايمىقان تاماقلارنى يېيىش، قاتتىق ئاۋازدا سۆزلەش، توپا-چاڭ توزان، ئۆتكۈر ئىسسىق-سوغۇق ئامىللاردىن ساقلىنىش ۋە روھىي جەھەتتە پەرۋىش قىلىپ كۆتۈشكە ئالاھىدە دىققەت قىلىش لازىم.

ئېغىز بوشلۇقى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

كالپۇك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

مەلھەمى ئىسپىداج

تەركىبى: قەلەي تۈپىسى، موزا، نىشاستە، كەتىرا ھەر بىرى 7 گرام، توخۇ يېغى 30 گرام، كالا يىلىكى 30 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ، ياغنى ئېرىتىپ مەلھەم قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل كالپۇك يېرىلىشلارغا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ. دورا چاپلىمىغان مەزگىلدە كالپۇككا توخۇمنىڭ ئېقى سۈركەپ قويۇلىدۇ.

مەلھەمى مۇرداسەڭ

تەركىبى: مۇردارسەڭ، قەلەي تۈپىسى، زەئفەر، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، ھەر بىرى 3 گرام، بادام يېغى، ئاق موم ھەر بىرى 15 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ياغنى ئېرىتىپ مەلھەم قىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كالپۇك يېرىلغاندا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

تىلاي ھۇزۇر

تەركىبى: ھۇزۇز، بابۇنە، ئارپا ئۈنى ھەر بىرى 3 گرام، ئەنگۈرى شىفا مېۋىسىنىڭ

سۈيى 10 مىللىلىتىر، بادام يېغى 10 مىللىلىتىر.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ ئەنگۈرى شىفا سۈيى ۋە بادام يېغى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كالپۇك ئىششىقى ئۈچۈن سىرتتىن چېپىلىدۇ.

تىلاي شىبىت

تەركىبى: سېرىق چېچەك ئۇرۇقى، گۈل بابۇنە، ئىكلىلمىلىك ھەربىرى 3 گرام، گۈل يېغى 10 مىللىلىتىر سىركە 10 مىللىلىتىر.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق شالايە قىلىپ قائىدە بويىچە تىلا ياساپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا كالپۇك ئىششىقىغا سىرتتىن چېپىلىدۇ.

ئېغىز شىللىق پەردىسىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

داۋائى قۇلاڭ (1 ـ نۇسخا)

تەركىبى: قىزىلگۈل گۈلى ئوتتۇرىسىدىكى سېرىق ئۇرۇق، تاباشىر، نىشاستە، كۆك ماش، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى، خېنە يوپۇرمىقى، سىماق، ئاقىرقەرھا ھەربىرى 5 گرام، كافۇر 3 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا ئېغىز شىللىق پەردىلىرىگە سېپىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ئېغىز شىللىق پەردىلىرى قىزارغانغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

داۋائى قۇلائى ئەبيەز

تەركىبى: ئاقىرقەرھا، تۇخمەك ئۇرۇقى، مامىرانچىنى، سېرىق ھەلىلە پوستى، ئانار پوستى، قىزىلگۈل ھەر بىرى 3 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا ئېغىز شىللىق پەردىلىرىگە سېپىپ قويۇلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ئېغىز شىللىق پەردىلىرى ئاق چېچەكلەپ ئاغرىغانغا پايدا قىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا 10 گرام ھەسەلگە بىر قوشۇق تۇز ئارىلاشتۇرۇپ قايناقسۇدا ئېرىتىپ، ئەتىگەن ـ ئاخشام ئېغىزنى چايقىسىمۇ بولىدۇ.

چىش ۋە چىش مۇلۇكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

تەرياقى ئەسنان (1 ـ نۇسخا)

تەركىبى: قۇندۇز قەھرى، ھىلىڭ، مۇرمەككى، قارىمۇچ، يۇمىلاق زىراۋەندى، تۇم زەنجىبىل، ئەپيۇن، بۇزۇرۇلبەنجى ھەر بىرى 3 گرام، ھەسەل 24 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا مەزكۇر دورىدىن بىر گرام ئېلىپ ئاغرىق چىش ئۈستىگە قويۇپ چىشلەپ 2 — 3 مىنۇت تۇرغۇزغاندىن كېيىن يۇتتۇۋەتسە بولىدۇ ياكى مەزكۇر دورىنى پاختىغا مىلاپ، چىشنىڭ كاۋىكىغا سېلىپ قويسىمۇ بولىدۇ.

تەرياقى ئەسنان (2 ـ نۇسخا)

تەركىبى: قارىمۇچ، ئاقىرقەرھا، ئۇخۇمەك ئۇرۇقى، زەنجىبىل، كابابەچىنى، بۇزۇرۇلبەنجى ھەر بىرى 3 گرام، ھەسەل 18 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، يىپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا ئاغرىق چىشقا چىشلەپ بىرئاز تۇرغۇزغاندىن كېيىن يۇتتۇۋەتسە بولىدۇ.

قوشۇمچە: ئەگەر چىشنى قۇرت يەپ كاۋاك بولۇپ ئاغرىقى ئۇزۇنغا سوزۇلسا، بىر تال

سىمىنىڭ ئۇچىنى ئېگىپ قىزىتىپ يەڭگىل-يەڭگىل بىرقانچە قېتىم يەرلىك ئورۇننى داغلىسا ئاغرىق يوقىلىدۇ. لېكىن كالپۇك، ئېغىز ئىچىنى كۆيدۈرۈپ قويۇشتىن ساقلىنىش كېرەك.

تەرياقى ئەسنان (3 - نۇسخا)

تەركىبى: ئاقىرقەرھا 10 گرام، كافۇر 5 گرام، گۈل يېغى 15 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ گۈل يېغى بىلەن بىرلەشتۈرگەندىن كېيىن ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم تېپىلغاندا پاكىز پاختىنى دورىغا چىلاپ ئاغرىق چىشقا بېسىپ قويۇلىدۇ.

سۇنۇنى سورۇنجان (سورۇنجانلىق چىش تالقىنى)

تەركىبى: سورۇنجان، قەلەمپۇر، سەئدى كۇفى، يۇلغۇن مېۋىسى، سېرىق ھەلىلە، ئاق سەندەل، قىزىلگۈللەر تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: يۇمشاق سوقۇپ تاختا ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش ئاجىزلىقلىرىنى داۋالايدۇ.

سۇنۇنى مۇرمەككى مۇتەييىب

تەركىبى: مۇرمەككى، جويۇز، ئەبھەل، ئاقىرقەرھالار تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ چىشقا باسىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىپ ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ.

سۇنۇنى مۇرچ

تەركىبى: قارامۇچ 8 گرام، توغرىغۇ ياكى گىل ئەرمىنى 5 گرام، ئاقىرقەرھا، تۇخۇمەك ھەربىرى 3 گرام.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ چىش تۈۋىگە باسىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھۆللۈكتىن بولغان چىش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

سۇنۇنى مۇجلى

تەركىبى: يۇلغۇن مېۋىسى، كۆپۈكى دەريا، فىلفىل، قاقىلە، زەنجىبىل ھەر بىرى 6 گرام، ھىندى تۇزى 30 گرام، قورۇلغان ئارپا 21 گرام.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ چىشقا سىپىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش داغلىرىنى يوقىتىپ پارقىرىتىدۇ. ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ.

سۇنۇنى كاتھىندى

تەركىبى: كاتھىندى، تاتلىق قۇستى، تۇتىيا، زەنجىبىل تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىدىكى ئۆسۈپ قالغان ئارتۇق گۆشلەرنى يوقىتىدۇ. چىش تۇۋى ئاقمىسىنى داۋالايدۇ.

سۇنۇنى مۇرمەككى

تەركىبى: مۇرمەككى، نۇسۇدۇر، سۆسۈن يىلتىزى، زەرنىخ، ئاقىرقەرھا تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىگە چۈشكەن يەل يارا (ئاكىلە)، ئاقما (ناسۇر) لارنى داۋالايدۇ. قاننى توختىتىدۇ.

سۇنۇنى نەمەك

تەركىبى: ئاچچىق ئانار پوستى، تاتلىق ئانار پوستى ھەر بىرى 30 گرام، ھىندى تۇزى، نۇشۇدۇر 15 گرام، موزا، ئانارگۈلى، زەمچە، نەغەز گۈلى، ئاقىرقەرھالارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام، سىماق 45 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ كۆمىلاچلاپ سايىدا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ. زۆرۈر تېپىلغاندا بىر دانىنى سوقۇپ ئىستېمال قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۇۋىدىكى يەل يارا، ئارتۇق گۆشلەرنى يوقىتىدۇ.

سۈنۈنى لەسسە

تەركىبى: تاغ تېكىسىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن مۈڭگۈزى، ئەندىرانى تۈزى، سېرىق ھەلىلە پوستى، قىزىلگۈل ھەر بىرى 6 گرام، ئانارگۈلى 3 گرام.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ چىشقا سېپىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش مىلىكى بوشىشىش ۋە قاناشلارنى داۋالايدۇ.

مىدىرلىغان چىشنى چىڭىتقۇچى دورىلار

سۈنۈنى مۇتەھەررىك (1 ـ نۇسخا)

تەركىبى: زىراۋەندى مۇدەھرەج، كۈندۈر، دەمۇلئەخەۋەين (خۇنسياۋشان)، بىخ سۆسەن، ئاقىرقەرھا، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ھەر بىرى 7 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، يىپەك ئەلگەكتە تاسقىغاندىن كېيىن تالقان قىلىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا مىدىرلاپ قالغان چىشنىڭ تۈۋىگە بېسىپ قويۇلىدۇ.

سۈنۈنى مۇتەھەررىك (2 ـ نۇسخا)

تەركىبى: ئانارگۈلى، ئامىلە مۇقەششەر، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، ئاقاقىيا، بۇغا مۈڭگۈزىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلى، تاباشىر، ھەر بىرى 3 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا ئاغرىق چىشقا بېسىپ قويۇلىدۇ.

سۈنۈنى ئاكىلە

تەركىبى: ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار پوستى ھەر بىرى 8 گرام، نەمەكى ھىندى، نۇشۇدۇر

ھەر بىرى 13.5 گرام، موزا، ئانارگۈلى، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، نەغەز گۈلى، ئاقىرقەرھا ھەر بىرى 27 گرام، سۇمماق 40 گرام، كافۇر 10 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا چىشنىڭ تۈۋىگە بېسىپ قويۇلىدۇ.

سۇنۇنى شەپ

تەركىبى: مورمەككى، تۇتىيا، زەمچە، نىشاستە، قىزىلگۈل، ئاچچىق ئانار باغچىنىڭ پوستى، ھەلىلە ئۆكچىسى، سىرك (ئامىلە جەۋھىرى)، ئانارگۈلى، موزا، يۇلغۇن مېۋىسى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مىدىرلاپ قالغان چىشنى چىڭىتىدۇ.

سۇنۇنى مۇمسىك

تەركىبى: ئانارگۈلى، ئامىلە، زەمچە، ئاقاقىيا تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بوشىشىپ كەتكەن چىشلارنى چىڭىتىدۇ.

گال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

قۇللائى ھەلق

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، نەغەز گۈلى، موزا، كۇندۇر، زەئفەر ھەر بىرى 3 گرام، ئۆشۈدۈر 5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى چالاراق سوقۇپ بىر جىڭ سىركىگە چىلاپ قويۇپ، ھەر خىل گال ئاغرىقلىرىدا شۇ سىركە بىلەن گال چايقىلىدۇ. كىچىك بالىلارغا ئىشلەتكەندە، ئۇنىڭغا ئازراق گۈل يېغى قوشۇپ چايقىسا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ھەببى مىشكى

تەركىبى: فۇفەل، قەلەمپۇر، خۇلىنجان ھەر بىرى 3 گرام، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، سېرىق ھەلىلە پوستى، لاچىندانە ھىندى ھەر بىرى 1.5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ بېھى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئەتىگەن ـ ئاخشامدا ئېغىزغا سېلىپ شۈمۈپ تەمى يۇتۇلىدۇ. ھەر قېتىمدا 2 ـ 3 ھەب ئىشلىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان ئېغىز سېسىق پۇراشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

داۋائى شىقاقۇللىسان

تەركىبى: ئىسپەغۇل، بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرى 7 گرام، توخۇ يېغى، كالا يىلىكى 15 گرام.

تەييارلىنىشى: ئىسپەغۇل بىلەن بېھى ئۇرۇقىنى چالا سوقۇپ داكا خالتىغا ئېلىپ 20 مىللىلىتىر قايناقسۇغا بىر كېچە ـ كۈندۈز چىلاپ، ئەتىسى قائىدە بويىچە شىرىسىنى چىقىرىپ، كالا يىلىكىنى توخۇ يېغىدا ئېرىتىپ دورىلارنىڭ شىرىسى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا تىل يېرىلغان كىشىلەر ئەتىگەن ـ ئاخشامدا تىلىغا سۈركەيدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا ھەر كۈنى بادام يېغى ياكى قاپاق يېغى بىلەن ياغلاپ تۇرسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

داۋائى ۋەرەمى كام (گال ئىششىقى دورىسى)

تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، نىشاستە، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، نوقۇت ئۇنى ھەر بىرى 3 گرام، كافۇر 1 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تىل ۋە كىچىك تىلى ئىششىغان بىمارلار قايناقسۇدا ئېرىتىپ ئاغزىنى غەر ـ غەرە قىلىدۇ.

ھەببى خانازىر

تەركىبى: سەبرى 9 گرام، غارىقۇن 8 گرام، ئەنزەرۇت 12 گرام، شەھمى ھەنزەل 5 گرام، تۇربۇت 21 گرام، جاۋشىر 3 گرام، نۆشۇدۇر 6 گرام، سەقمۇنىيا 5 گرام.

تەييارلىنىشى: كۆدە سۈيىدە ھەب قىلىپ 3 گرامدىن يەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: گالغا (بويۇن بەزلىرىگە) چۈشكەن جاراھەتنى (لىمفا سىلىنى) داۋالايدۇ.

گال بادامسىمان بەزلىر ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

ئەگەر سەپرا ماددىسىدىن ئىششىغان بولسا ھەببى شىفاھىيە، ھەببى كافۇر، مەتبۇخى ھەلىيلە، مەتبۇخى شاھتەرە، شەربىتى سىركەنجىبىن، سۇفۇقى ئىترىيفىلى كەشنىز قاتارلىق دورىلارنى كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

گالنى چايقاش ئۈچۈن قارا ئۈجمە، شاتۇت، چۇچۇمەل ئالما، كاكىنەج، كۆك پۇرچاق، ئارپا قاتارلىق دورىلارنى يەككە ھالەتتە قايناتىپ سۈيىنى ئىسسىق ھالەتتە گالنى چايقىسا ئىششىقنى تېز ياندۇرىدۇ.

سىرتتىن گۈل يېغى، بادام يېغى، بىنەپشە ياغلىرىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ياغلايدۇ.

ئەگەر بەلغەم ماددىسىدىن ئىششىغان بولسا ھەببى ئىيارەجى پەيقەرا، ھەببى قوقىيا، مەئجۇنى نۇجاھ، بەرشىشا، مەتبۇخى ھەلىيلە قاتارلىق دورىلار كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ. گالنى چايقاش ئۈچۈن بابۇنە، ئانار پوستى، چۈچۈككۈيا يىلتىزى، قۇرۇق ئۈزۈملەرنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ 500 مىللىلىتىر سۇدا يېرىمى قالغىچە قايناتىپ، گالنى كۈندە ئۈچ قېتىم چايقايدۇ. بىر قوشۇقتىن ئۈچ قېتىم ئىچسىمۇ بولىدۇ. سىرتتىن گۈل يېغى ياكى كۆچۈلا يېغى بىلەن ياغلىسىمۇ بولىدۇ.

ئەگەر سەۋدا ماددىسىدىن ئىششىغان بولسا، سەۋدانى تازىلىغۇچى ۋە پۇشۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

مەسىلەن: مەتبۇخى ئەفتىمۇن، مەتبۇخى بىنەپشە، مەئجۇنى نۇجاھ قاتارلىقلار،

شۇنىڭدەك قىزىلگۈل، گۈل بىنەپشە، رۇمبادىيان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام ئېلىپ 300 مىللىلىتىر سۇدا يېرىمى قالغىچە قايناتىپ سۈزۈپ سۈيى بىلەن كېسەل كىشىنىڭ گېلى چايقىلىدۇ.

ئاۋاز پۈتۈپ قېلىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

مەتبۇخى خەشخاش

پوستى خەشخاش، چىلان، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى، كۆك ماش، ئەنگۈر شىفا، بېهى ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى 500 مىللىلىتىر سۇغا چىلاپ يېرىم قالغىچە قايناتىپ گال چايقىلىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، زىغى ئۇرۇقى، بادام مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام، رۇبىبۇسۇس 7 گرام، ئاق شېكەر 82 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: 10 گرامدىن ئۈچ قېتىم شۈمۈپ ئىچىدۇ.

يەنە ئەنگۈر شىفا 10 گرام، ئىسبەغۇل 10 گرام، بېهى ئۇرۇقى 10 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىر چەينەككە سېلىپ دەملەپ قىزىق پېتى كۈندە ئۈچ قېتىم ئىچىدۇ.

ھەر خىل قۇرۇق ئىسسىق ۋە قۇرۇق سوغۇق تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ.

◆

« ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى » 2-جىلدىدا ئۇچرايدىغان ئاتالغۇلار سېلىشتۇرمىسى ☆

ئاتالغۇنىڭ ئوقۇلۇشى	ئەرەب،فارسچىسى	ئۇيغۇرچىسى	خەنزۇچىسى
ئا			
ئابلەئى كام	آبِلَهءِكَامْ (ف)	تاڭلاي سۇ، يىرىڭلىق ئىششىقى	腭水脓肿
ئاتەشەك	آتَشَكْ (ف)	سىفىلىس	梅毒，坏疽
ئاشۇبى چەشم	آشُوبِ چَشْم (ف)	كۆز قىزىرىش كۆز ئەستەر پەردىسى ياللۇغى	火眼，红眼病 急性结膜炎
ئاكىلەتۇلفەمى	آكِلَةُالْفَمِ (ع)	ئېغىز گۆشخور چاقىسى	口腔坏疽
ئاماسى زەبان	آمَاسِ زَبَانْ (ف)	تىل ۋەرىمى، تىل ئىششىقى	舌炎，舌头炎肿

☆ مەزكۇر ئاتالغۇلارنى يولداش ئابدۇرەھىم قادىر 1980-يىلى « ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى »نى تۈزۈشكە ياردەملەشكەندىن باشلاپ توپلىغان ئىدى، ھازىر قايتىدىن تولۇقلاپ مەزكۇر جىلدنىڭ ئاخىرىغا قوشۇمچە قىلدى.

— باش مۇھەررىر ئىسھاقجان مەھمۇدى

ئاماسهايى بىينى	آمَاسْهَايِ بِيْنِى	(ف)	بۇرۇن ۋەرەملىرى	鼻炎（复）
ئاماسهايى گۇش	آمَاسْهَايِ گُوشْ	(ف)	قۇلاق ۋەرەملىرى	耳炎（复），耳道炎，中耳炎
ئاماسهايى لەب	آمَاسْهَايِ لَبْ	(ف)	كالپۇك ۋەرەملىرى كالپۇك ئىششىقلىرى	嘴唇炎肿（复） 嘴唇炎肿（复）

ئه

ئەتۇس	عَطُوسْ	(ع)	چۈشكۈرتكۈچى (دورىلار)	打喷嚏剂
ئەتس	عَطْس	(ع)	چۈشكۈرۈش	打喷嚏
ئەجفان	أَجْفَانْ	(ع)	قاپاقلار	上下眼睑
ئەدۋىيەئى رادىئە	أَدْوِيَهءِ رَادِعَه	(ع)	تورمۇزلىغۇچى دورىلار	抑制剂
ئەدۋىيەئى مۇھەللىلە	أَدْوِيَهءِ مُحَلِّلَه	(ع)	ئىششىق قايتۇرغۇچى دورىلار	消炎剂（复）
ئەرەزۇلخەشەمى	عَرَضُ الْخَشَمِ	(ع)	ئىككىلەمچى پۇراش ئاجىزلىقى	并发性嗅觉虚弱

ئەرەق	عَرَقْ (ع)	دورا پارلىق سۈيى	药物蒸流水，药露
ئەزەمۇللسانى	عَظَمُ اللِّسَانِ (ع)	تىل يوغىناش	舌胖
ئەزمى مۇلتەۋىي ئەسفەلى	عَظْمِ مُلْتَوِى اَسْفَلِ (ع)	تۆۋەنكى ئەگرى سۆڭەك	下弯曲骨
ئەزمى مسفات	عَظْمِ مِصْفَاتْ (ع)	سۈزگۈچى سۆڭەك	筛骨
ئەسابى ئەينىييە	اَعْصَابِ عَيْنِيَّه (ع)	كۆز نېرۋىلىرى	眼神经（复）
ئەسابۇلئەنفى	اَعْصَابُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن نېرۋىلىرى	鼻神经（复）
ئەسابۇلخەيشۇمى	اَعْصَابُ الْخَيْشُومِ (ع)	بۇرۇن پەررەك نېرۋىلىرى	鼻神经（复）
ئەسابى زائىقە	اَعْصَابِ ذَائِقَه (ع)	تەم سېزىش نېرۋىلىرى	味觉神经（复）
ئەسابى سامىئە	اَعْصَابِ سَامِعَه (ع)	ئاڭلاش نېرۋىلىرى	听神经（复）
ئەسابى شامە	اَعْصَابِ شَامَّه (ع)	پۇراش نېرۋىلىرى	嗅觉神经（复）
ئەسابى ھەسسى	اَعْصَابِ حِسِّ (ع)	سەزگۈ نېرۋىلىرى	感觉神经（复）

AltunOq

ئەسەب	عَصَبْ (ع)	نېرۋا	神经
ئەسەبۇلھەنەكى	عَصَبُ الْحَنَكِ (ع)	تاماق نېرۋىسى	咽喉神经
ئەسەبى فەككى ئەلا	عَصَبِ فَلَكِّ اَعْلٰى (ع)	ئۈستۈن تاماق نېرۋىسى	喉上神经
ئەسەبى مۇجەۋۋەفە	عَصَبِ مُجَوَّفَه (ع)	كۆز كاۋاكچە نېرۋىسى	视神经鞘
ئەسنان	الاَسْنَانْ (ع)	چىشلار	牙齿（复）
ئەشائ	عَشَاء (ع)	ناماز شام قارىغۇسى	夜盲症
ئەمرازۇلئەينى	اَمْرَاضُ الْعَيْنِ (ع)	كۆز كېسەللىكلىرى	眼科疾病（复）
ئەنف	اَنْف (ع)	بۇرۇن	鼻，鼻子
ئەھداب	اَهْدَابْ (ع)	كىرپىكلەر	睫毛（复）
ئەۋجائۇلئەينى	اَوْجَاعُ الْعَيْنِ (ع)	كۆز ئاغرىش	眼痛疼（复）
ئەۋرامۇلئەنفى	اَوْرَامُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن ۋەرەملىرى	鼻炎（复）

ئەۋراملۇلئۇزنى	اَوْرَامُ الْأُذْنِ (ع)	قۇلاق ۋەرەملىرى	耳炎（复），耳道炎， 中耳炎
ئەين	عَيّن (ع)	كۆز	眼，眼睛

ب

بارىد سازەج	بَارِدْ سَاذَجْ (ع)	ماددىسىز سوغۇق خىلتسىز سوغۇق	非体液性寒
بەدەلى مايەتەھەللەلۇ	بَدَلِ مَايَتَحَلَّلُ (ع)	ماددا ئالمىشىش	物质代谢 新陈代谢
بەخرۇلئەنفى	بَخْرُالْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن سېسىق پۇراش	鼻臭
بەخرۇلفەمى	بَخْرُالْفَمِ (ع)	ئېغىز سېسىق پۇراش	口臭
بەخۇر	بَخُورْ (ع)	ئىسلاش (ئۇسۇلى)	熏（方法）
بەردە	بَرْدَه (ع)	قاپاق ئىچى دانچىسمان ئىششىق	睑内小粒肿（专）
بەندشۇدەنى چىيزى دەر بىينى	بَنْد شُدَنِ چِيْزِى دَرْبِيْنِى (ف)	بۇرۇندا غەيرى نەرسە تۇرۇپ قېلىش	鼻中异物

بەۋاسىر	بَوَاسِيْر (ع)	بوۋاسىر، گېمورروي	痔，痔疮
بەۋاسىرۇششەفەتى	بَوَاسِيْرُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك بوۋاسىرى	嘴唇痔疮
بەۋاسىرۇلئەنفى	بَوَاسِيْرُ الْاَنْفِ	بۇرۇن بوۋاسىرى	鼻痔
بەۋاسىرى بىنى	بَوَاسِيْرِبِيْنِي	بۇرۇن بوۋاسىرى	鼻痔
بەيازۇششەفەتى	بَيَاضُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك ئاقىرىش	嘴唇发白，白唇
بەيازۇلئەھدابى	بَيَاضُ الْاَهْدَابِ (ع)	كىرپىكلەر ئاغرىش	睫毛发白（复）
بەيازۇلئەينى	بَيَاضُ الْعَيْنِ (ع)	كۆزگە ئاق چۈشۈش	白内障
بۇتلانۇززەۋقى	بُطْلَانُ الذَّوْقِ (ع)	تەم تېتىشنىڭ يوقلىشى	味觉损亡 失去味觉
بۇتلانۇسسەمئى	بُطْلَانُ السَّمْعِ (ع)	گاسلىق، ئاڭلاش كۈچىنىڭ پۈتۈنلەي يوقلىشى	耳聋，失去听力
بۇتلانۇسسەۋتى	بُطْلَانُ الصَّوْتِ (ع)	ئاۋاز يوقلىش ،ئاۋاز پۈتۈش	失音，喉哑

بۇتلانۇلبەسەرى	بُطْلَانُ الْبَصَرِ (ع)	قارىغۇلۇق، كۆز كۆرمەسلىك	失去视力，视盲
بۇخار	بُخَارْ (ع)	يەل، گاز	气，汽
بۇخارات	بُخَارَاتْ (ع)	يەللەر، گازلار	气，汽（复）
بۇسۇرۇششەفەتى	بُثُورُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك ئۇششاق مودۇرى	嘴唇粒肿
بۇسۇرۇلئەنفى	بُثُورُ الْأَنْفِ (ع)	بۇرۇن ئۇششاق مودۇر-چاقىسى	鼻粒肿
بۇسۇرۇلفەمى	بُثُورُ الْفَمِ (ع)	ئېغىز ئۇششاق مودۇر-چاقىسى	口腔粒肿
بۇسۇرۇلهەلقى	بُثُورُ الْحَلْقِ (ع)	گال ئۇششاق مودۇر-چاقىسى	咽喉粒肿
بۇسۇرۇلهەنەكى	بُثُورُ الْحَنَكِ (ع)	تاڭلاي ئۇششاق مودۇر-چاقىسى	腭粒肿
بۇسۇرۇلئۇزنى	بُثُورُ الْأُذْنِ (ع)	قۇلاق ئۇششاق مودۇر-چاقىسى	耳粒肿
بۇغزۇلئەينى	بُغْضُ الْعَيْنِ (ع)	كۆزنىڭ يورۇقلۇقتىن قېچىشى	视力避光
بۇهران	بُحْرَانْ (ع)	بوهران، كرىزىس	病危，危机

بىينى	بِيْنِى	(ف)	بۇرۇن	鼻子

ت

تەئەككۇلۇلئەسنانى	تَأَكُّلُ الْاَسْنَانِ	(ع)	چىش كاۋاكلىشىش	牙齿凹陷
تەب	تَبْ	(ف)	كېزىك، تەب	伤寒
تەبەقەئى ئەنكەبوتىيە	طَبَقَهءِ عَنْكَبُوتِيَّه	(ع)	ئۆمۈچۈك تورسىمان پەردە	蛛网膜
				毛状突起层
تەبەقەئى سۇلبىيە	طَبَقَهءِ صُلْبِيَّه	(ع)	قاتتىق پەردە	巩膜
تەبەقەئى شەبەكىيە	طَبَقَهءِ شَبَكِيَّه	(ع)	كۆرۈش تورسىمان پەردىسى	视网膜
تەبەقەئى قەرنىيە	طَبَقَهءِ قَرْنِيَّه	(ع)	مۈڭگۈز پەردە	角膜
تەبەقەئى مەشيمىيە	طَبَقَهءِ مَشِيْمِيَّه	(ع)	بالا ھەمراھسىمان پەردە	胎盘状膜
			قان تومۇرلۇق پەردە	脉络膜
تەبەقەئى مۇلتەھەمە	طَبَقَهءِ مُلْتَحِمَه	(ع)	ئەستەر پەردە	结膜

تەبەقەئى ئىنەبىيە	طَبَقَهءِ عِنَبِيَّه (ع)	ئۈزۈمسىمان پەردە	虹膜
تەبى دىقق	تَبِ دِقّ (ف)	سىل قىزىتمىسى، ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما	结核热 消耗热
تەبى مۇھرىقە	تَبِ مُحْرِقَه (ف ع)	كېزىك قىزىتمىسى	伤寒热
تەدھىن	تَدْهِين (ع)	ماي بىلەن ياغلاش (ئۇسۇلى)	搽油(法)
تەرەش	طَرَشْ (ع)	قۇلاق ئېغىرلىقى	听力下降
تەرفە	طَرْفَه (ع)	كۆز ئېقىغا رەڭدار چېكىت پەيدا بولۇش	眼白色点
تەرقىدەنى بىخى گۇش	تَرْقِيدَنِ بِيخِ گُوشْ (ف)	قۇلاق تۈۋى يېرىلىش	耳根裂疮
تەسەققۇبۇلئە سنانى	تَثَقُّبُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش كامارلىشىش	牙齿空洞
تەشەققۇششەفەتى	تَشَقُّقُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك يېرىلىش	嘴唇干裂
تەشەققۇللسانى	تَشَقُّقُ اللِّسَانِ (ع)	تىل يېرىلىش	舌头干裂

تەشەننۇج	تَشَنُّجْ (ع)	تارتىشىپ قېلىش	痉挛，抽筋
تەشخىس	تَشْخِيصْ (ع)	كېسەللىك تونۇش، دىئاگنوز	诊断疾病 诊断
تەغەييۇرى رەڭگى دەندان	تَغَيُّرِ رَنْگِ دَنْدَانْ (ف)	چىش رەڭگى ئۆزگىرىش	牙齿变色
تەفەتتەتۇلئەسنانى	تَفَتُّتُ الْأَسْنَانِ (ع)	چىش ئۇۋۇلۇش	牙齿危碎
تەفەررۇقۇلئىتتىسالى	تَفَرُّقُ الْاِتِّصَالِ (ع)	ئەزا پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان (كېسەللىكلەر)	完整形受损（疾病）
تەقەششۇرۇششەفەتى	تَقَشُّرُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك قاسىراقلىشىش	嘴唇脱皮
تەقەششۇرۇللىسانى	تَقَشُّرُ اللِّسَانِ (ع)	تىل سويۇلۇش	舌皮剥脱
تەقەششۇرۇلفەمى	تَقَشُّرُ الْفَمِ (ع)	ئېغىز سويۇلۇش	嘴皮剥脱
تەقەللۇسۇششەفەتى	تَقَلُّصُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك دوردىيىش	嘴唇肿大
تەمرىيخ	تَمْرِيْخْ (ع)	نەم دورىلارنى بەدەنگە قويۇش (ئۇسۇلى)	药粉湿敷（法）

تەنقىيە	تَنْقِيَه (ع)	تازىلاش (ئۇسۇلى)	清理，清除（法）
تەننىين	طَنِيْن (ع)	قۇلاق غۇڭۇلداش	耳鸣
تەھەببۇجۇلئەجفانى	تَهَيُّجُ الْأَجْفَانِ (ع)	قاپاقلار يەللىك ئىششىقى	眼睑风肿
تەۋىلۇلبەسەرى	طَوِيْلُ الْبَصَرِ (ع)	يىراقتىن كۆرۈش	远视眼
تەئدىل	تَعْدِيْل (ع)	تەڭشەش (ئۇسۇلى)	调节，调整（法）
تۇۋسەتۇلئەجفانى	تُوْثَةُالْأَجْفَانِ (ع)	قاپاقلار يۇمشاق ئۆسمىسى	眼睑软瘤 眼睑桑状瘤
تۇۋسەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە	تُوْثَه مُلْتَحَمَه عَيْنِيَّه (ع)	كۆز ئەستەر پەردىسىگە نېپىز گۆش پەيدا بولۇش	眼结膜云肉
تىلا	طِلاَ (ع)	دورا تېتىقىنى سۈرۈش (ئۇسۇلى)	药汁抹擦（法）

ج

جەراسىم	جَرَاثِيْم (ع)	مىكروب، باكتېرىيە	细菌
جەرەبولئەينى	جَرَبُ الْعَيْنِ (ع)	كۆز قوتۇرى، تراخوما	沙眼，结膜结石

جەرراھ	جَرّاحْ (ع)	تاشقى كېسەللىكلەر تېۋىپى ئوپېراتسىيىچى	外科医生 手术者
جەرراھىيە	جَرّاحِيّه (ع)	تاشقى كېسەللەر ئىلمى ئوپېراتسىيە ئىلمى	外科学 手术学
جەفافۇششەفەتى	جَفَافُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك قۇرۇش	嘴唇发干
جەفافۇلئەنفى	جَفَافُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن قۇرۇش	鼻干，鼻子发干
جەفافۇللسانى	جَفَافُ اللِّسَانِ (ع)	تىل قۇرۇش	舌干，舌头发干
جەفن	جَفْن (ع)	قاپاق	眼睑
جەۋاھىر	جَوَاهِرْ (ف)	ياقۇت، ئالماس، ئۈنچە-مارجان	宝石，钻石，珠宝
جەۋاھىرات	جَوَاهِرَاتْ (ف)	ياقۇت، ئالماس، ئۈنچە-مارجان قاتارلىق ئېسىل تاشلار	宝石，钻石，珠宝 (复)
جەۋفۇلئەنفى	جَوْفُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن بوشلۇقى، بۇرۇن غارى	鼻腔

جۇزام	جُذَامْ (ع)	ماخاۋ، جوزام	麻疯
جۇشانى خۇن	جُوشَانِ خُونْ (ف)	يۇقىرى قان بېسىمى	高血压
جۇنبىدەنى دەندان	جُنْبِيْدَنِ دَنْدَانْ (ف)	چىش مىدىرلاپ قېلىش	牙齿松动

چ

چەشم	چَشْم (ف)	كۆز	眼，眼睛
چەھاررەگ	چَهَارْرَگْ (ف)	كالپۇكلاردىكى تۆت تومۇر	上下嘴唇四脉

خ

خارىشى بىنى	خَارِشِ بِيْنِي (ف)	بۇرۇن قىچىشىش	鼻痒，鼻子瘙痒
خارىشى گۇش	خَارِشِ گُوشْ (ف)	قۇلاق قىچىشىش	耳痒，耳朵瘙痒
خەشەم	خَشَمْ (ع)	پۇراشنىڭ ئاجىزلىقى ياكى يوقۇلۇشى	嗅觉虚弱 或嗅觉损亡
خەفەش	خَفَشْ (ع)	كۆزنىڭ يورۇقلۇقلاردىن قېچىشى	视力避光

خەفەقان	خفقانْ (ف)	يۈرەك ئېغىش	心悸，心慌
خەنان	خَنَانْ (ع)	ئاۋاز نوخۇلداپ قېلىش	鼻音
خۇزرەتۇلجەفەنى	خُضْرَتُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق كۆكىرىش	眼睑发青
خۇشۇنەنى قەرنىيە	خُشُونَتِ قَرْنِيّه (ع)	كۆز قارىسى قۇرغاقلىشىش	眼黑发干 角膜干燥
خۇناق	خُنَاقْ (ع)	بوغما	白喉
خۇناقۇلۋەبائى	خُنَاقُ الْوَبَائِي (ع)	يۇقۇملۇق بوغما	传染性白喉
خىلت	خِلِطْ (ع)	بەدەندىكى سۇيۇقلۇقلار	体液，人体四种液质
خىيالات	خِيَالَاتْ (ع)	كۆزگە پاشا-كۇمۇتا كۆرۈنۈش كېسىلى شىشىمان سۇيۇقلۇق بۇلغىنىش	眼前飞蚊症 玻璃体混浊

د

دەرئامەدەنى ئاب دەر گۇش	دَرْآمَدَنِ آبْ دَرْگُوشْ (ف)	قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىش	耳内入水

دەرئامەدەنى ھەشردەر گۆش	دَرْآمَدَنِ حَشْرَدَرْگُوشْ (ف)	قۇلاققا ھاشارات كىرىپ كېتىش	耳内入虫
دەردى دەندان	دَرْدِ دَنْدَانْ (ف)	چىش ئاغرىش	牙痛，牙齿痛疼
دەردى گۆش	دَرْدِ گُوشْ (ف)	قۇلاق ئاغرىش	耳痛
دەستكار	دَسْتِكَارْ (ف)	قول ئەمەلىيتى، ئوپېراتسىيە	手工，手术
دەۋۋەي	دَوِّيْ (ع)	قۇلاق گۈكرەش	耳响
دەمئە	دَمْعَه (ع)	كۆز ياشاقۇراش	流泪
دۇخۇلى مائ فىلئۇزنى	دُخُولِ مَاءْ فِي الْأُذْنِ (ع)	قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىش	耳内入水
دۇخۇلى ھەۋام فىلئۇزنى	دُخُولِ هَوَامْ فِي الْأُذْنِ (ع)	قۇلاققا ھاشارات كىرىپ كېتىش	耳内入虫

ر

رادئات	رَادِعَاتْ (ع)	تورمۇزلىغۇچى، قايتۇرغۇچى، تەپچۇرتۇپ، ماگدۇرغۇچى دورىلار	抑制剂，控制剂 诱导剂，诱导药

رەتب سازەج	رَطْب سَاذَجْ (ع)	ماددىسىز هۆللۈك	非体液性湿
رەززۇلئەنفى	رَضُّ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن ئېزىلىش	鼻子压伤
رەززۇلئۇزنى	رَضُّ الْاُذْنِ (ع)	قۇلاق ئېزىلىش	耳朵压伤
رەمەد	رَمَدْ (ع)	كۆز ئەستەر پەردە ياللۇغى كۆز قىزىرىش	火眼，红眼病 急性结膜炎
رەگى هەفتى ئەندام	رَگِ هَفْتِ اَنْدَامْ (ف)	يەتتە تومۇر، ئۆكھەل تومۇر	贵要正中静脉
رەۋادىئات	رَوَادِعَاتْ (ع)	تورمۇزلىغۇچى، قايتۇرغۇچى دورىلار	抑制，消炎剂（复）
رەۋغەن	رَوْغَنْ (ف)	ياغ، ياغ مەلھەم	油剂，油膏
رەئشە	رَعْشَه (ع)	تىترەش	颤动病
رۇئاف	رُعَافْ (ع)	بۇرۇن قاناش	鼻血，鼻出血（专）
رۇبە	رُبَّ (ع)	دورا سۈيى، مېۋە سۈيى	药汁，汁，果汁

رۇتۇبەتى بەيزىيە	رُطُوبَتِ بَيْضِيَّه (ع)	تۇخۇم ئۇقسمان سۇيۇقلۇق	蛋白状液体
رۇتۇبەتى جەلىدىيە	رُطُوبَتِ جَلِيْدِيَّه (ع)	قروسمان سۇيۇقلۇق قروسمان تەنچە	晶状体
رۇتۇبەتى زۇجاجىيە	رُطُوبَتِ زُجَاجِيَّه (ع)	ششسمان سۇيۇقلۇق	玻璃体
رۇزكوري	رُوزْكُورِىْ (ع)	كۈندۈزى كۆرمەسلىك	白盲，白日不视症
رۇھى باسىرە	رُوحِ بَاصِرَه (ع)	كۆرۈشكە ئائىت كۈچلەر كۆزگە كىلىدىغان روھلار	视力
رۇھى شەراب	رُوحِ شَرَابْ (ع)	ئىسپىرت، هاراق جەۋھىرى	酒精
رىباتى مۇئەخخەر	رِبَاطِ مُؤَخَّرْ (ع)	تۆۋەنكى چاندىر	下纫带
رىباتى مۇئەللەق	رِبَاطِ مُعَلَّقْ (ع)	ئېسلىپ تۇرغۇچى چاندىر	悬挂纫带
رىباتى مۇستەدىر	رِبَاطِ مُسْتَدِيْر (ع)	يۇمۇلاق چاندىر	圆状纫带
رىباتى مۇقەددەم	رِبَاطِ مُقَدَّمْ (ع)	ئالدىنقى چاندىر	前纫带

ز

زاتىررىيە	ذَاتِ الرِّيَه (ع)	ئۆپكە ئۇششۇقى	肺炎
زەبان	زَبَانْ (ف)	تىل	舌，舌头，语言
زەربەتۇلئەينى	صَرْبَةُ الْعَيْنِ (ع)	كۆز زەخىملىنىش	眼外伤
زەربەتۇلئۇزنى	صَرْ بَةُ الْاُذُنِ (ع)	قۇلاق زەخىملىنىش	耳外伤
زەربەئى چەشم	صَرْبَهءِ چَشْم (ع)	كۆز زەخىملىنىش	眼外伤
زەربەئى گۇش	صَرْ بَهءِ گُوشْ (ع ف)	قۇلاق زەخىملىنىش	耳外伤
زەرەسۇلئەسنانى	ضَرَسُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش قاماش	磣牙，牙齿酸倒
زەرقائ	زَرْقَاء (ع)	كۆك كۆزلۈك	蔚蓝色眼睛 碧眼（专）
زەرور	ذَرُور (ع)	جاراھەتلەرگە پۈركىلىدىغان تالقان دورا	吹扑疮伤的药粉

زەھابى مائۇلئەسنانى	ذَهَابِ مَاءُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش سۇيى يوقلش	牙液干涸
زەۋائىدى ھۆدبىيە	زَوَائِدِ هُدْبِيَّه (ع)	كىرپىكسىمان ئۆسۈكچىلەر	睫状体
زەئفۇلبەسەرى	ضَعْفُ الْبَصَرِ (ع)	كۆز ئاجىزلىقى	视力虚弱
زەيقى سوقبەئى ئىنەبىيە	ضَيْقِ ثُقْبَهٔ عِنَبِيَّه (ع)	كۆز قارىچۇقىنىڭ تارىيىشى	瞳孔缩小
زۇرقەت	زُرْقَتْ (ع)	قاپاق كۆكىرىش	眼皮发青 眼睑青肿
زۇرقەلئۇلئەينى	زُرْقَةُ الْعَيْنِ (ع)	كۆك كۆزلۈك كىشلى	蓝色眼睛 碧眼（专）
زۇفرە	ظُفْرَه (ع)	كۆز بۇرجىكىگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش كېسلى	眼翼状胬肉
زۇكامۇلۋەبائىى	زُكَامُ الْوَبَائِي (ع)	تارقىلىشچان زۇكام	流行性感冒
زىفدەئۇللسانى	ضِفْدَعُ اللِّسَانِ (ع)	تىل ئاستىغا قۇمچاقسىمان ئۆسۈكچە پەيدا بولۇش	舌下蛤状瘤
زىماد	ضِمَادْ (ع)	چاپىدىغان دورا ۋە ئۇسۇل	敷剂或方法

زىيابىت	ذِيَابِتْ (ع)	قەنت سىيىش كېسىلى	糖尿病

س

سازەج	سَاذَجْ (ع)	ماددىسىز، خىلتسىز	非体液
ساليلۇلجەفەنى	ثَالِيْلُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق سۆگىلى	睑疣
سەبەل	سَبَلْ (ع)	كۆزگە پەردە چۈشۈش	眼黑云膜
سەتھى	سَطْحٍ (ع)	يۈزى	表面，平面
سەرتان	سَرْطَانْ (ع)	راك كېسىلى، قىسقۇچ پاقا	癌症，毒瘤，螃蟹
سەرتانۇلئەنفى	سَرْطَانْ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن راكى	鼻癌
سەرتانى بىينى	سَرْطَانِ بِيْنِى (ع ف)	بۇرۇن راكى	鼻癌
سەرسام	سَرْسَامْ (ع)	مېڭە قېپى ياللۇغى	脑膜炎
سەرئى	صَرْعٍ (ع)	تۇتقاق كېسەل	癫 ，癫痫，羊痫疯

سەرىيرۇلئەسنانى فىننەۋم	صَرِيْرُالْاَسْنَانِ فِي النَّوْم(ع)	چىش غۇچۇرلىتىش	磨牙
سەفىدى چەشم	سَفِيْدِ چَشْم (ف)	كۆزگە ئاق چۈشۈش	白内障
سەفىدى لەب	سَفِيْدِ لَبْ (ع)	كالپۇك ئاقىرىش	白唇，嘴唇发白
سەكتە	سَكْتَه (ع)	مېڭىگە قان چۈشۈش	脑溢血
سەلابەتۇلجەفەنى	صَلَابَةُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىش	睑内红肿增厚
سەلايە	صَلَايَه (ع)	يانجىش	研磨
سەلئەتۇلجەفەنى	سَلْعَةُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق ئۆسمىسى	睑瘤
سەلخى قەرنىيە	سَلِخِ قَرنِيَّه (ع)	كۆز قارىسىنىڭ يىگىلىشى	眼黑萎缩，角膜萎缩
سەئۇت	سَعُوطْ (ع)	بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈش	鼻吸（药粉或方法）,打喷法
		(ئۇسۇلى) دورىلىرى	鼻烟，催嚏剂
سەئفەتۇلجەفەنى	سَعْفَةُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق كېپەكلىشىش	眼睑掉屑
		قاپاق تەمرەتكىسى	睑癣
سەيلانى ئەشك	سَيْلَانِ اَشْك (ف)	كۆز ياشاڭغۇراش	流泪

سۆزنەك	سُوزْنَكْ (ف)	سىزلام، سۆزنەك	淋病
سۇددەئۇلخەيشۇمى	سُدَّةُ الْخَيْشُومِ (ع)	بۇرۇن يولىغا توسالغۇ پەيدا بولۇش	鼻阻，鼻腔障物
سۇفۇف	سُفُوفْ (ع)	تالقان دورىلار	粉剂，散剂， 药粉，冲剂
سۇقۇبى مىسفات	ثُقُوبِ مِصْفَاتْ (ع)	تۆشۈكلۈك سۈزگەك	筛板
سۇلاق	سُلَاقْ (ع)	قاپاق گىرۋەكلىرى ئىششىقى	睑缘炎
سۇنۇن	سُنُونْ (ع)	چىشقا ئىشلىتىلىدىغان تالقان دورا	吹敷牙根药粉
سۇئۇلمىزاجى	سُوءُ الْمِزَاجِ (ع)	مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى	气质失调
سۇئى مىزاج	سُوءِ مِزَاجْ (ع)	بۇزۇلغان مىزاج، نورمالسىز مىزاج	失调气质，异常气质
سۇئى مىزاج رەددىي	سُوءِ مِزَاجْ رَدِى (ع)	يامان خاراكتېرلىك مىزاج بۇزۇلۇش	恶性气质失调

ش

شەب كورى	شَبْ كُورِىْ (ف)	ناماز شام قارىغۇسى	夜盲（症）
شەرا	شَرىٰ (ع)	قاپاق قىچىشىش خاراكتېرلىك ئىششىقى	瘙痒性眼睑炎
شەربەت	شَرْبَتْ (ع)	شەربەت	糖浆，合剂
شەريان	شَرْيَانْ (ع)	قىزىل قان تومۇرى ھەرىكەتلىك تومۇر	动脉
شەريانى سۇبات	شَرْيَانِ سُبَاتْ (ع)	ئۇيقۇ ئارتېرىيىسى	颈内动脉
شەتره	شَتْرَه (ع)	قاپاقنىڭ تېشىغا ئۆرۈلۈپ قېلىشى	翻眼皮
شەفەت	شَفَتْ (ع)	كالپۇك	嘴唇
شەفەتەين	شَفَتَيْن (ع)	كالپۇكلار	上下嘴唇

شەقىقە	شَقِيْقَه (ع)	باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش، شەقىقە	偏头痛
شەمۇم	شَمُوْمْ (ع)	پۇراقلىق دورا، دورا پۇراتۇش (ئۇسۇلى)	芳香药 闻吸（法）
شەئر مۇنقەلىب	شَعْرْ مُنْقَلِبْ (ع)	تەتۈر كىرپىك	倒睫
شەئىرە	شَعِيْرَه (ع)	يىڭناسقۇ	麦粒肿
شىرناق	شِرْنَاقْ (ع)	قاپاق ياغسىمان ئۆسمىسى	眼睑脂肪瘤
شىقاقۇللىسانى	شِقَاقُ اللِّسَانِ (ع)	تىل يېرىلىش	舌头干裂
شىقاقى ئەسلۇلئۇزنى	شِقَاقِ اَصْلُ الْاُذْنِ (ع)	قۇلاق كەينى يېرىلىش	耳后裂疮
شىقاقى قەرنىيە	شِقَاقِ قَرْنِيَّه (ع)	كۆز قارىسى يېرىلىش	眼黑干裂，角膜干裂
شىياف	شِيَافْ (ع)	شامچە دورا	栓剂，条状药剂
سىقلۇللىسانى	ثِقْلُ اللِّسَانِ (ع)	تىل ئېغىرلىقى	舌重，发音笨重 发音困难

غ

غەلىيز	غَلِيْظ (ع)	يېرىك، قويۇق	粗，稠，浓
غەمام	غَمَامْ (ع)	كۆزگە چۈشكەن نېپىز ئاق	眼白云翳
غۇددەئى ئەرىقىييە	غُدَّهٔ عَرِقِيَّه (ع)	شۆلگەي بېزى	唾液腺
غۇددەتۇد دەمئى	غُدَّةُ الدَّمْعِ (ع)	ياش بېزى	泪腺
غۇددەئى گوشەئى چەشمى	غُدُّهٔ گُوشَهٔ چَشْمِ (ع ف)	كۆز ئىچكى بۇرجىكى بەز ئۆسمىسى	眼内眥腺瘤
غۇزرۇفى جانىبەئى ئەلا	غُضْرُوفِ جَانِبَهٔ اَعْلٰى (ع)	يۇقىرىقى يان كۆمۈرچەك	小翼软骨
غۇزرۇفى جانىبەئى سوفلا	غُضْرُوفِ جَانِبَهٔ سُفْلٰى (ع)	تۆۋەنكى يان كۆمۈرچەك	大翼软骨
غۇزرۇفى جەناھىييە	غُضْرُوفِ جَنَاحِيَّه (ع)	قاناتسىمان كۆمۈرچەك	鼻侧软骨，翼状软骨
غۇزرۇ فى فاسىل	غُضْرُوفِ فَاصِلْ (ع)	بۆلگۈچى كۆمۈرچەك پاسىل	分隔软骨 鼻中隔软骨

غشائى غۇزرۇفي	غِشَاءِ غُضْرُوفِي (ع)	كۆمۈرچەك پەردە	软骨膜
غشائى مۇخاتي	غِشَاءِ مُخَاطِي (ع)	شىلىق پەردە	粘膜
غلافى رۇتۇبەتى جەلىدىيە	غِلَافِ رُطُوبَتِ جَلِيْدِيَّه (ع)	قروسىمان سۇيۇقلۇق قېپى	晶状体壳

ف

فالىج	فَالِجْ (ع	پالەچ	瘫痪，半身不遂
فەسادۇششەممى	فَسَادُالشَّمِّ (ع)	پۇراش قۇۋۋىتىنىڭ بۇزۇلۇشى	嗅觉力失调
فەسادۇززەۋقى	فَسَادُالزَّوْقِ (ع)	تېتىش قۇۋۋىتىنىڭ بۇزۇلۇشى	觉力失调
فەم	فَمْ (ع)	ئېغىز	口，口腔

ق

قابىز	قَابِضْ (ع)	قورغۇچى، تۇتقۇچى ئىچنى توختاتقۇچى	涩（味）的，抓住的，能止泻的
قەتر	قَطْر (ع)	تامچە، دورا تامغۇزۇش	滴，药水滴法

قەتۇر	قَطْرٌ (ع)	تېمىتما ، تېتىلما	滴剂
قەدەھ	قَدَحْ (ع)	ئەينەك رومكا كۆز ئوپېراتسىيىسى	玻璃杯 眼科手术（专）
قەدداھ	قَدَّاحْ (ع)	كۆز ئوپېراتسىيىسى تېۋىپى	眼外科医生
قەزا	قَذَىٰ (ع)	كۆزگە يات جىسىملار كىرىپ كېتىشى	眼内异物
قەلەھ	قَلَحْ (ع)	چىش تۈۋىگە گەجىسىمان قېتىشمىلار پەيدا بولۇش	牙垢，齿锈（专）
قەلەھۇلئەسنانى	قَلَحُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش تۈۋىگە گەجىسىمان قېتىشمىلار پەيدا بولۇش	牙垢，齿锈（专）
قۇرس	قُرْص (ع)	توقىچاق ، توقىچاق دورا تابلېت دورا	饼状药片 药片
قۇرسۇلبەسەرى	قُرْصُ الْبَصَرِ (ع)	كۆز توقىچىقى	眼底黄斑圈

قۇرۇھۇششەفەتى	قُرُوحُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك يىرىڭلىق چاقىسى	嘴唇浓疮
قۇرۇھولئەنفى	قُرُوحُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن جاراھىتى	鼻脓疮
قۇرۇھوللىسەئى	قُرُوحُ اللِّثَهِ (ع)	چىش مۇلۇكى يىرىڭلىق جاراھىتى	牙根脓疮
قۇرۇھۇلئۇزنى	قُرُوحُ الْاُذْنِ (ع)	قۇلاق يىرىڭلىق چاقىسى	耳浓疮
قۇلاھ	قُلَاعْ (ع)	ئېغىز پىشلاقسىمان يارىسى	鹅口疮
		ئېغىز ۋەرىمى	口腔炎
قۇمۇر	قُمُورْ (ع)	نۇردىن كۆز تورلىشىش	眼花
قۇۋايى غازىيىە	قُوَايِ غَاذِيَّه (ع)	ئوزۇقلاندۇرغۇچى كۈچلەر	营养力（复）
قۇۋايى مۇھەررىكە	قُوَايِ مُحَرِّكَه (ع)	ھەرىكەتلەندۈرگۈچى كۈچلەر	使动力（复）
قۇۋۋەئى باسىرە	قُوَّهِ بَاصِرَه (ع)	كۆرۈش كۈچى، كۆرۈش قۇۋۋىتى	视力，视觉力
قۇۋۋەئى زائىقە	قُوَّهِ ذَائِقَه (ع)	تېتىش قۇۋۋىتى	味觉力
قۇۋۋەئى زائىقەئى باتىنىيە	قُوَّهِ ذَائِقَهِ بَاطِنِيَّه (ع)	ئىچكى تەم سېزىش كۈچى	体内味觉力

قۇۋۋەئى سامئە	قُوَّهِ سَامِعَه (ع)	ئاڭلاش كۈچى	听力
قۇۋۋەئى شاممە	قُوَّهِ شَامَّه (ع)	پۇراش كۈچى	嗅觉力
قۇۋۋەئى شاممەئى باتىنىيە	قُوَّهِ شَامَّهِ بَاطِنِيَّه (ع)	ئىچكى پۇراش كۈچى	体内嗅觉力
قۇۋۋەئى لامسە	قُوَّهِ لاَمِسَه (ع)	سېزىش كۈچى	触觉力
قۇۋۋەئى ماسىكە	قُوَّهِ مَاسِكَه (ع)	تۇتۇپ تۇرغۇچى كۈچ	捏住力，住留力
قىفال	قِيْفَالْ (ع)	قىفال تومۇر	肘窝头静脉

ك

كەدۇدۇمۇل	كَدُدُمُلْ (ع)	قاپاق ئىچى قاتتىق قاپارتچۇقى	睑内硬粒
كەسرەتوللۇئابى	كَثْرَةُ اللُّعَابِ (ع)	شۆلگەي ئېقىش	流口水
كەيلۇس	كَيْلُوسْ (ع)	شۈمۈرۈلۈشكە لايىقلاشقان ئوزۇقلۇقلار	乳糜

كەيمۇس	كَيْمُوسْ (ع)	پىششىقلىنىشقا لايىقلاشقان ئوزۇقلۇقلار	食糜
كۇمنە تۇلجەفەنى	كُمْنَةُ الْجَفْنِ (ع)	كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك بولۇش	风性睑内炎
كۇمنەئى پەلەك	كُمْنَهءِ پَلَكْ (ع ف)	كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك بولۇش	风性睑内炎
كوھل	كُحْل (ع)	كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان تالقان دورا	眼药粉
كىماد	كِمَادْ (ع)	ئىسسىق ئۆتكۈزۈش (ئۇسۇلى)	热敷（法）
كىيسەتۇد دەمئى	كِيْسَةُ الدَّمْعِ (ع)	ياش خالتىسى	泪腺

گ

گۇربەئى چەشم	گُرْبَهءِ چَشْم (ف)	كۆك كۆزلۈك	碧眼（专），蔚蓝色眼睛
گۇش	گُوشْ (ف)	قۇلاق	耳，耳朵
گىل چەشمى	گِلْ چَشْمِ (ف)	كۆزگە قاناتچە گۆش ئۆسۈش	眼翼状胬肉

ل

لاغەرى چەشم	لَاغَرِچَشْم (ف)	كۆز ئولتۇرۇشۇش	眼球凹陷
لەب	لَبْ (ف)	كالپۇك	嘴唇
لەتىيف	لَطِيْف (ع)	يۇمشاق، ئاسان سىڭىدىغان	娇嫩，易消化
لەخلەخە	لَخْلَخَه (ع)	پۇرۇتۇش (ئۇسۇلى)	鼻闻法（专）
لەكنەتۇللسانى	لَكْنَةُ اللِّسَانِ (ع)	كېكەچلىك	口吃
لەقۋە	لَقْوَه (ع)	يۈز پالىچى	面瘫，面神经瘫痪
لەۋزەتەين	اللَّوْزَتَيْن (ع)	بادامسىمان بەزلەر	巴旦木状腺 扁桃体
لۇئاب	لُعَابْ (ع)	شىرە دورىلار	药汁，药
لۇسغەتۇللسانى	لُثْغَةُ اللِّسَانِ (ع)	كېكەچلىك تىلنى چايناپ سۆزلەش	口吃结巴 咬舌发音

لسان	لِسَانْ (ع)	تىل	舌，舌头
لسەئى دامىيە	لِثَهِ دَامِيَه (ع)	چىش تۈۋى قاناش	齿龈出血

م

ماقەين	مَاقَّين (ع)	كۆز ئىككى يېنى كۆز ئىككى يېنىدىكى تومۇر	眼部两侧 眼部两侧静脉
مائۇلفەۋاكىھ	مَاءْ الْفَوَاكِهْ (ع)	مېۋە سۈيى	果汁
مەتبۇخ	مَطْبُخْ (ع)	قايناتما	汤剂
مەجرائۇلئەنفى	مَجْرَاءُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن ياش كانالچىسى	鼻泪管
مەجرائى ھەنەكى مۇقەددەم	مَجْرَاءِ حَنَكِ مُقَدَّمْ (ع)	تاماق يۇقىرى كانىلى	上呼吸道
مەجرەددەمئى	مَجْرَى الدَّمْعِ (ع)	ياش كانالچىسى	泪管
مەرەز	مَرَضْ (ع)	كېسەللىك	病，疾病，症

مەرەزى ئەسلىي	مَرَضِ اَصْلِيِّ (ع)	ئەسلىي كېسەللىك بىرلەمچى كېسەللىك	原发性疾病
مەرەزى تەركىب	مَرَضِ تَرْكِيْب (ع)	ئەزا شەكلى ئۆزگەرگەن كېسەللىكلەر تەركىب كېسەللىكلىرى	形变性疾病 变态性疾病
مەرەزى شىرك	مَرَضِ شِرْك (ع)	ئىككىلەمچى كېسەللىك	并发性疾病
مەرەزى مۇشتەرەك	مَرَضِ مُشْتَرَكْ (ع)	ئورتاق كېسەللىك بىرلەشمە كېسەللىك ئارىلاشما كېسەللىك	同发性疾病 合并性疾病 混合性疾病
مەرھەم	مَرْهَمْ (ع)	مەلھەم	软膏，油膏
مەسام	مَسَامْ (ع)	تەرتۆشۈكلىرى	汗孔
مەفاسىل	مَفَاصِلْ (ع)	مۇپاسىل، رېماتىزىم	关节炎
مەنفەز	مَنْفَذْ (ع)	يول، كانالچە	通道，管道

مەۋلۇدۇلخەشەمى	مَوْلُودُ الْخَشَمِ	(ع)	تۇغما پۇراش سېزىمىنىڭ ئاجىزلىقى	先天性嗅觉虚弱
مەئجۇن	مَعْجُونْ	(ع)	ھەسەللىك خېمىر دورا شېكەرلىك خېمىر دورا	蜜膏剂 糖膏剂
مۇئەددىلات	مُعَدِّلَاتْ	(ع)	تەڭشىگۈچى دورىلار	调节剂（复）
مۇبەددىلات	مُبَدِّلَاتْ	(ع)	مىزاج ئۆزگەرتكۈچى دورىلار	改变气质剂（复）
مۇتەئەللىقاتى چەشم	مُتَعَلِّقَاتِ چِشْمْ	(ع ف)	كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى	眼睛附属器
مۇخەددىرات	مُخَدِّرَاتْ	(ع)	مەس قىلغۇچى دورىلار سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلار	麻醉剂（复） 失觉剂（复）
مۇخرىج	مُخْرِجْ	(ع)	سۈرۈپ چىقارغۇچى دورىلار	排泄剂（复）
مۇدەممىئات	مُدَمِّعَاتْ	(ع)	ياش ئاققۇزغۇچى دورىلار	催泪剂
مۇرەببا	مُرَبَّى	(ع)	مۇراببا	果酱，蜜饯
مۇرخىيات	مُرْخِيَاتْ	(ع)	بوشاشتۇرغۇچى دورىلار	松懈剂（复）

مۇرخىيە	مُرْخِيَّه (ع)	بوشاشتۇرغۇچى دورا	松懈剂
مۇرسەرەج	مُورْسَرَجْ (ع)	كۆز قارىسىنىڭ پولتىيىپ چىقىشى	眼黑突出
مۇسھىلات	مُسْهِلَاتْ (ع)	تازىلىغۇچى دورىلار	泻泄剂，泻药（复）
مۇسھىل	مُسْهِلْ (ع)	تازىلىغۇچى دورا	泻泄剂，泻药
مۇسھىلى بەلغەم	مُسْهِلِ بَلْغَمْ (ع)	بەلغەم سۈرگىسى	粘液质泻泄剂
مۇسھىلى سەفرا	مُسْهِلِ صَفْرَا (ع)	سەپرا سۈرگىسى	胆汁质泻泄剂
مۇلەييىن	مُلَيِّنْ (ع)	يۇمشاق، بوش، مۇلايىم	软，缓和，温和
مۇلەييىنات	مُلَيِّنَاتْ (ع)	يۇمشاتقۇچى دورىلار	缓和剂（复）
مۇلتەھەمەئى ئەينىيە	مُلْتَحَمَهءِ عَيْنِيَّه (ع)	كۆز ئەستەر پەردىسى	眼结膜
مۇلتەھەمەئى جەفەنىيە	مُلْتَحَمَهءِ جَفْنِيَّه (ع)	قاپاق ئەستەر پەردىسى	睑结膜（复）
مۇنجەرىيات	مُنْجَرِيَاتْ (ع)	سىلىقلاشتۇرغۇچى دورىلار	润滑剂（复）

مۇنزىج	مُنْضِجْ (ع)	پىشۇرغۇچى دورا	致病体液成熟剂 成熟剂
مۇقلە	مُقْلَه (ع)	كۆز يۇمىلىقى، كۆز ئالمىسى	眼球，眼珠
مۇھەللىل	مُحَلِّلْ (ع)	يۇمشاتقۇچى، ئېرىتكۈچى دورا	软化剂，溶化剂
مۇھەللىلات	مُحَلِّلَاتْ (ع)	يۇمشاتقۇچى، ئېرىتكۈچى دورىلار	软化剂，溶化剂（复）
مىزاج	مِزَاجْ (ع)	مىزاج	气质，资质，天资
مىزمار	مِزْمَارْ (ف)	بۇتقۇنچاق	声门，咽喉

ن

ناسۇرۇلئەينى	نَاصُورُ الْعَيْنِ (ع)	كۆز ئاقمىسى	眼瘘
		كۆز ئىچكى بۇرجىكى ئاقمىسى	眥瘘
		ياش خالتا يىرىڭلىق ئاقمىسى	化脓性泪囊瘘
ناسۇرۇللىسەئى	نَاصُورُاللِّثَةِ (ع)	چىش مىلىكى ئاقمىسى	牙龈瘘
ناسۇرۇلئۇزنى	نَاصُورُ الْأُذْنِ (ع)	قۇلاق ئاقمىسى	耳瘘

نەزاكەتى گۇش	نَزَاكَتِ گُوشْ (ف)	قۇلاقنىڭ ئاۋازدىن قېچىشى	耳避爆音
نەزلە	نَزْلَه (ع)	زۇكام، تومۇ	感冒，伤风
نەزلەئى هار	نَزْلَهءِ حَارْ (ع)	ئىسسىق زۇكام	热感冒
نەشۇق	نَشُوقْ (ع)	بۇرۇنغا تارتىدىغان دورا	吸鼻药，鼻烟
نەفاس	نَفَاسْ (ع)	چىللە خۇنى	产后血，分娩血 恶露
نەفۇخ	نَفُوخْ (ع)	پۈر كۈش	吹，吹入
نەملەتۇلجەفەنى	نَمْلَةُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق ئۇششاق جاراھىتى	眼睑粒状疮
نۇتۇل	نُطُولْ (ع)	قۇيۇلىدىغان سۇيۇق دورا	草药浸剂（外用）
نۇتۇئۇلئەينى	نُتُوءُ الْعَيْنِ (ع)	كۆز پولتىيىش	眼球突出
نۇزۇلۇلمائ	نُزُولُ الْمَاء (ع)	كۆزگە سۇ چۈشۈش	青光眼
نۇفۇخ	نُفُوخْ (ع)	پۈر كۈلىدىغان دورا	吹扑药（粉剂）

نۇقتەئى زەر	نُقْطَهءِ زَرْد (ع ف)	سېرىق نۇقتا سېرىق داغ	黄斑
نۇقۇئ	نُقُوعْ (ع)	چىلانما	药浸

ھ

ھاجىب	حَاجِبْ (ع)	قاش	眉毛
ھاجىبەين	حَاجِبَيْن (ع)	قاشلار	眉毛（复）
ھاررسازەج	حَارّسَاذَجْ (ع)	ماددىسىز ئىسسىق خىلتسىز ئىسسىق	非体液性热
ھەبب	حَبّ (ع)	ھەب دورا، كىچىك پىلۇل دورا	小丸药，颗粒药
ھەبلۇززىرائى	حَبْلُ الذِّرَاعِ (ع)	بىلەك كۆك قانتومۇرى	肘静脉
ھەربۇلئۇزنى	هَرْبُ الْأُذْنِ (ع)	قۇلاقنىڭ ئاۋازدىن قېچىشى	耳避爆音

ھەفەر	حَفَرْ (ع)	چىش تۇۋىگە گەجسمان قېتشملار پەيدا بولۇش	牙垢，齿锈（专）
ھەلق	حَلْق (ع)	گال	咽喉
ھەنەك	حَنَكْ (ف)	تاڭلاي	腭
ھەۋاسى خەمسەزاھىرىي	حَوَاسِخَمْسَه ظَاهِرِيّ (ع)	تاشقى بەش سەزگۇ	体外五种感觉
ھەۋايى نەسىمىي	هَوَاىَ نَسِيْمِىّ (ع)	ساپ ھاۋا، تازا ھاۋا ئوكسگن، كسلارۇد	新鲜空气，清洁空气 氧气
ھەۋەل	حَوَلْ (ع)	ئالغايلىق	斜眼
ھۇجرەئى مۇئەخخەرە	حُجْرَهِ مُؤَخَّرَه (ع)	ئارقا ھوجرا	后房
ھۇجرەئى مۇقەددەمە	حُجْرَهِ مُقَدَّمَه (ع)	ئالدى ھوجرا	前房
ھۇدب	هُدْب (ع)	كىرپىك	睫毛
ھۇزالۇلئەينى	هُزَالُ الْعَيْنِ (ع)	كۆزنىڭ ئولتۇرۇشۇپ كېتىشى	眼球凹陷
ھۇقنە	حُقْنَه (ع)	كلىزما قىلىش (ئۇسۇلى)	灌肠（法）

ھۆلەيماتى خەيتىيە	حُلَيْمَاتِ خَيْطِيَّه (ع)	يىپسىمان ئۈسۈكچە	线状乳头
ھۆلەيماتى فوترىيە	حُلَيْمَاتِ فُطْرِيَّه (ع)	موگۇسىمان ئۈسۈكچە	蘑菇状乳头
ھۆلەيماتى مۇخەندەقە	حُلَيْمَاتِ مُخَنْدَقَه (ع)	خەندەكسىمان ئۈسۈكچە	壕状乳头
ھىرقەتۇلئەنفى	حِرْقَةُ الْأَنْفِ (ع)	بۇرۇن ئېچىشىش	鼻子烧酸
ھىرقەتۇللىسانى	حِرْقَةُ اللِّسَانِ (ع)	تىل ئېچىشىش	舌子烧酸
ھىككەتۇلئەنفى	حِكَّةُ الْأَنْفِ (ع)	بۇرۇن قىچىشىش	鼻子发痒
ھىككە تۇلجەفەنى	حِكَّةُ الْجَفْنِ (ع)	قاپاق قىچىشىش	眼睑瘙痒
ھىككە تۇللىسانى	حِكَّةُ اللِّسَانِ (ع)	تىل قىچىشىش	舌头发痒
ھىككە تۇلھەنەكى	حِكَّةُ الْحَنَكِ (ع)	گال قىچىشىش	咽喉发痒
ھىككە تۇلئۇزنى	حِكَّةُ الْأُذْنِ (ع)	قۇلاق قىچىشىش	耳朵发痒
ھىككەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە	حِكَّهءِ مُلْتَحَمَهءِ عَيْنِيَّه (ع)	كۆز ئەستەر پەردىسى قىچىشىش	眼结膜发痒

ھجامەت	حِجَامَتْ (ع)	لوڭقا قويۇپ قان چىقىرىش (ئۇسۇلى)	拔罐放血（法）
ھسسى مۇشتەرەك	حِسِّ مُشْتَرَكْ (ع)	ئورتاق ھېس قىلىش	共同感觉，综合感觉

ئۈ

ئۈتاس	عُطَاسْ (ع)	كۆپ چۈشكۈرۈش	频频打喷嚏
ئۈزن	الأُذْن (ع)	قۇلاق	耳，耳朵
ئۈفتادەنى دەندان	اُفْتَادَنِ دَنْدَانْ (ف)	چىش چۈشۈش	掉牙
ئۈفۇنەت	عُفُونَتْ (ع)	چىرىش ، سېسىش يۇقۇملىنىش	腐败，腐烂 感染
ئۈقدەتولجەفەنى	عُقْدَةُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاقتا تۈگۈنچەك پەيدا بولۇش	眼睑长粒
ئۈكھەل	اُكْحَلْ (ع)	ئۈكھەل تومۇر ، يەتتە تومۇر ، قىفال ۋە باسىلىق تومۇردىن ھاسىل بولغان تومۇر	贵要正中静脉

ۋ

ۋەجئۇلئە سنانى	وَجْعُ الْأَسْنَانِ (ع)	چىش ئاغرىش	牙痛
ۋەجئۇللسانى	وَجْعُ اللِّسَانِ (ع)	تىل ئاغرىش	舌痛
ۋەجئۇلئۇزنى	وَجْعُ الْأُذْنِ (ع)	قۇلاق ئاغرىش	耳痛
ۋەدقە	وَدْقَه (ع)	كۆز ئېقىغا قاتتىق مۇدۇر پەيدا بولۇش	硬泡性眼结膜炎 眼白硬粒
ۋەرەمۇلئەنفى	وَرَمُ الْأَنْفِ (ع)	بۇرۇن ياللۇغى	鼻炎
ۋەرەمۇلجەفنى	وَرَمُ الْجَفْنِ (ع)	قاپاق ياللۇغى	眼睑炎
ۋەرەمۇلفەمى	وَرَمُ الْفَمِ (ع)	ئېغىز ياللۇغى	口腔炎
ۋەرەمۇللسانى	وَرَمُ اللِّسَانِ (ع)	تىل ياللۇغى	舌炎
ۋەرەمۇلھەنەكى	وَرَمُ الْحَنَكِ (ع)	تاڭلاي ياللۇغى	腭炎
ۋەرەمۇلئۇزنى	وَرَمُ الْأُذْنِ (ع)	قۇلاق ياللۇغى	耳炎

ۋەرەمى بىينى	وَرَمِ بِيْنِي (ف)	بۇرۇن ياللۇغى	鼻炎
ۋەرەمى بىينى مۇزمەن	وَرَمِ بِيْنِي مُزْمَنْ (ف)	سوزۇلما بۇرۇن ياللۇغى	慢性鼻炎
ۋەرەمۇللسەئى	وَرَمُ اللِّثَةِ (ع)	چىش مۇلۇكى ياللۇغى	牙龈炎
ۋەرىيد	وَرِيْد (ع)	كۆك قان تومۇرى	静脉
ۋەقەر	وَقَرْ (ع)	گاس، پاڭ	耳聋

ئى

ئىتتسا ئۇلمۇجەۋۋەفە	اِتْسَاعُ الْمُجَوَّفَه (ع)	كۆز قارىچۇقىنىڭ كېڭىيىشى	瞳孔散大
ئىختىلاجۇششەفەتى	اِخْتِلاَجُ الشُّفَتِ (ع)	كالپۇك تارتىشىش	嘴唇抽紧
ئىختىلاجۇلجەفەنى	اِخْتِلاَجُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق لىكىلداش قاپاق تارتىش	眼皮跳
ئىسترخائۇلجەفەنى	اِسْتِرْخَاءُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق ساڭگىلاش	眼睑下垂

ئىستىفراغ	اِسْتِفْرَاغْ (ع)	چىقىرىش، سۇرۇپ چىقىرىش	排泄，排出
ئىسفىدباج	اِسْفِيْدبَاجْ (ع)	گۆشتىنلا قىلىنغان شورپا	纯肉汤
ئىلتىساقۇلئەھدابى	اِلْتِصَاقُ الْأَهْدَابِ (ع)	كىرپىك چاپلىشىش	睫毛粘连
ئىلتىهاب	اِلْتِهَابْ (ع)	ۋەرەم، ياللۇغ، ئىششىق	炎症，炎肿
ئىلتىهابۇششەفەتى	اِلْتِهَابُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك ۋەرىمى	嘴唇炎
ئىلتىهابۇلئەنفى	اِلْتِهَابُ الْأَنْفِ (ع)	بۇرۇن ۋەرىمى	鼻炎
ئىلتىهابۇللۆزەتەينى	اِلْتِهَابُ اللَّوْزَتَيْنِ (ع)	بادامسىمان بەزلەر ياللۇغى	扁桃腺炎
ئىلتىهابۇللەھات	اِلْتِهَابُ اللَّهَاتِ (ع)	كىچىك تىل ۋەرىمى	悬雍垂炎
ئىلتىهابۇللىسانى	اِلْتِهَابُ اللِّسَانِ (ع)	تىل ۋەرىمى	小舌炎
ئىلتىهابۇلھەلقى	اِلْتِهَابُ الْحَلْقِ (ع)	گال ئىششىقى	舌炎 咽喉炎
ئىلتىهابۇلئۇزنى	اِلْتِهَابُ الْأُذْنِ (ع)	قۇلاق ۋەرىمى	耳炎，中耳炎

ئىلتىھابى مۇلتەھەمەئى ئەينىييە	اِلْتِهَابِ مُلْتَحَمَهٔ عَيْنِيَّه (ع)	كۆز ئەستەر پەردىسى ياللۇغى	眼结膜炎
ئىلمى جەرراھىييە	عِلْمِ جَرّاحِيَّه (ع)	تاشقى كېسەللەر ئىلمى ئوپېراتسىيە ئىلمى	外科学 手术学
ئىنتىشارۇلبەسەرى	اِنْتِشَارُالْبَصَرِ (ع)	كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى	散光眼
ئىنتىشارۇلئەھدابى	اِنْتِشَارُالْاَهْدَابِ (ع)	كىرپىك چۈشۈش	睫毛脱落
ئىنتىفاخ	اِنْتِفَاخْ (ع)	يەللىك ئىششىق	风肿
ئىنتىفاخۇلئەجفانى	اِنْتِفَاخُ الْاَجْفَانِ (ع)	قاپاقلار يەللىك ئىششىقى	眼睑风肿（复） 风性睑肿（复）
ئىنتىفاخۇلئەنفى	اِنْتِفَاخُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن كۆپۈشۈپ قېلىش بۇرۇن يەللىك ئىششىقى	鼻子风肿 风性鼻肿
ئىنتىفاخى مۇلتەھەمەئى ئەينىييە	اِنْتِفَاخِ مُلْتَحَمَهٔ عَيْنِيَّه (ع)	كۆز ئەستەر پەردە يەللىك ئىششىقى	眼结膜风肿 风性眼结膜肿
ئىنفىجارۇلئۇزنى	اِنْفِجَارُالْاُذْنِ (ع)	قۇلاق جاراھەتلىنىپ قاناش	耳疮出血

ئىنقىبازۇلئەنفى	اِنْقِبَاضُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن قورۇلۇش	鼻子萎缩
ئىنكىباب	اِنْكِبَابْ (ع)	هورلاندۇرۇپ تەرلىتىش (ئۇسۇلى)	药蒸发汗（法）
ئىمتىلائ	اِمْتِلَاءْ (ع)	توشۇق، توشۇپ قېلىش، كۆپۈش	充，充胀
ئىمتىلائۇددەمى	اِمْتِلَاءُ الدَّمِ (ع)	قانغا توشقان، قانغا تولغان	充血
ئىھتىباسۇششەئى فىلئەنفى	اِحْتِبَاسُ الشَّىءِ فِي الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇندا غەيرىي نەرسىلەر تۇرۇپ قېلىش	鼻中异物
ئىئتىدال	اِعْتِدَالْ (ع)	مۇۋاپىق دەرىجە، تەڭپۇڭ هالەت، تەكشى	适度，平衡 均衡

ئىزاھات: ① مەزكۇر لۇغەتنى تۈزۈشتە «بەھرۇلجەۋاھىرى»، «مۇنجىدۇلئەكبەرى»، «مەخزەنۇلئىلاجى»، «مىزانۇتتىببى»، «فىروزۇل لۇغەت»، «جەدىد ئوردۇلۇغات»، «ئەرەبچە-خەنزۇچە لۇغەت»، «فارسچە-خەنزۇچە لۇغەت»، «خەنزۇچە-ئەرەبچە تۈرلەرگە ئايرىلغان سۆزلۈكلەر قوللانمىسى» قاتارلىقلاردىن پايدىلىنىلدى.

② ئابدۇلھەمىد يۇسۇفى، ئىسمائىل قادىر، ھەبىبۇللا ئېلى ئەرەب-فارسچە ئاتالغۇلارنى ئۇستىدىن كۆرۈپ بەردى، ئەخمەتجان ئىسمائىل ئەرەبچە-فارسچە ئاتالغۇلارنى تۈزۈش ۋە رەتلىشىمگە كۆپ ياردەملەشتى. بۇ يولداشلارغا كۆپ رەھمەت ئېيتىدىغانلىقىمنى بىلدۈرىمەن.

③ ئاتالغۇلار ئامال بار ساپلاشتۇرۇشقا تىرىشىلدى. ئەرەبچە ئاتالغۇلارغا (ع)، فارسچە ئاتالغۇلارغا (ف)، فارسلارغا ئەرەبچىدىن قوبۇل قىلىنىپ ئۆزلىشىپ كەتكەن ئەرەب-فارسچە بىرىكمە ئاتالغۇلارغا (ع ف) ياكى (ف ع) دېگەن بەلگىلەر قويۇلدى.

④ كېيىن تولۇق قىلىشتا مۇكەممەلرەك بولۇشى ئۈچۈن، خاتا جايلىرىغا ئۇستاز ۋە كەسىپداشلارنىڭ تۈزىتىش بېرىشىنى ئۈمىد قىلىمەن.

— ئابدۇرەھىم قادىر

كوررېكتورلار: ئېھسان ئىمىنجان
ئەخمەتجان ئىسمائىل
تىتۇل بەت ۋە نەقىشلىرىنى تۇرسۇن غازى ئىشلىگەن
ھۆسن خېتىنى نىياز كېرىم شەرقى يازغان
قىستۇرما رەسىملەرنى لى چىشىن، ئەنۋەر توختى تەقلىت قىلىپ سىزغان

●

ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى

ئىككىنچى جىلد

شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى «ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى»
ئىشخانىسى باشچىلىقىدا تۈزۈلدى، شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەت
تەتقىقات ئىشخانىسى تەرىپىدىن نەشرگە تەييارلاندى
شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى نەشر قىلدى
شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى تارقىتىدۇ
شىنجاڭ شىنخۇا باسما زاۋۇتىدا بېسىلدى
787 × 1092 مىللىمېتىر 16 فورمات 30.25 باسما تاۋاق
1990-يىلى 9-ئاي 1-نەشرى 1-قېتىم بېسىلىشى
تىرىژى: 1 — 5000

ISBN 7—5372—0069—6 / R · 70

باھاسى: 5 · 00 يۈەن

校对：伊河山·依明江
艾合买提江·司马义
扉页、花边设计：吐尔存·哈孜
美术字：尼亚孜·克力木
插图重作：李齐新，艾尼瓦尔·吐呼提

中国医学百科全书
维吾尔医学分卷
第二册

《中国医学百科全书》维吾尔医学分卷办公室
新疆维吾尔医研究室组织编写
新疆人民卫生出版社出版
新疆新华书店发行
新疆新华印刷厂印刷
787×1092 毫米　16 开　30.25 印张
1990 年 9 月第 1 版第 1 次印刷
印数：1——5000
ISBN 7—5372—0069—6
R·70（民文）定价：5·00 元

Altunoq