جۇڭگو تېبابەت قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇرچە-تىبابەت قامۇس

ئىككىنچى جىلد

شىنجاڭ خەلق نەشرىياتى

جۇڭگو تېبىي قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى

«جۇڭگو تېبىي قامۇسى» تارماق تومى ئۇيغۇر
تىبابەت قامۇسى ئىشخانىسى باشچىلىقىدا تۈزۈلدى
شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسى
تەرجىمىدىن نەشرگە تەييارلاندى

2

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئۈرۈمچى 1990



«جۇڭگو تىببىي قامۇسى» تەھرىر ھەيئىتى

مۇدىر ھەيئەت: چېەن شىنجۇڭ

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

باش كاتىپ: چىن خەيفېڭ

مۇئاۋىن باش كاتىپلار: سى دىيە نباڭ، فېڭ گۇاڭ، جۇ كېۋىن، دەي زىبىڭ

ھەيئەتلەر: (فامىلە خەت سىزىقىنىڭ تاز كۆپلۈكى بويىچە تېلىندى) دىڭ جىفىڭ، تۇدېڭسىرىن، مافېيخەي، ۋاڭ يى (ئايال)، ۋاڭ يۈچۈەن، ۋاڭ شىجىن، ۋاڭ يۈڭگۇي، ۋاڭ يۈڭگۇاڭچىڭ، ۋاڭ شۇشيەن، ۋاڭ جۇۋۇ، ۋاڭ گۈەنلياڭ، ۋاڭ شۇتەي، ۋاڭ شۇجېن (ئايال)، ۋاڭ پېڭچېڭ، ۋاڭ دېجيەن، ۋاڭ خەنجاڭ، ماۋۋېنشۇ (ئايال)، ماۋشۇبەي، دېڭ جيادۇڭ، شى ماۋنيەن، شى مېيشىن، لۇخۇيلىن، لۇجىڭشۈەن، يې گۇڭشاۋ (ئايال)، يۈكۇڭ، شى يۈچۈەن، بەي چىڭيۈن، كۇاڭ خېلىڭ، فېڭ گۇاڭ (ئايال)، لەن شىچۈن، سۈ تۇلياڭ، بى شې، لۇي بىككۇي، چۈمىيە نيۇ، جۇچاۋ، جۇرېنباۋ، جۇكېۋىن، جۇيۈخۇي، جۇخۇڭىسىڭ، جۇجىمىڭ، جۇلىڭچىڭ، رېن بىڭچيۇ، لىۋشىجې، لىۋيۈجىڭ، لىيۇشۇگۇ، مى بەيراڭ، سۇن جۇڭلياڭ، سۇن رۇيزۇڭ، سۇ دېلۇڭ، دۇنيە نزۇ، ياڭ يىيا، ياڭ گولياڭ، ياڭ شۇچىڭ، ياڭ مىڭدىڭ، ياڭ ساۋچېن، لى كۇڭ، لى يۇڭچۈن، لى باۋشى، لى جىڭۋېي، لى جنجۇ، لى جاۋتې، لى سۇڭپۇ، ۋۇجۇلى، ۋۇجۇجۇڭ، ۋۇجېپىڭ، ۋۇبىككەي، ۋۇجىڭجيەن، ۋۇشاۋچىڭ، ۋۇشىيەنجۇڭ، ۋۇبىگۇ، ۋۇخېڭسىڭ، ۋۇۋۇبيرەن، يۈخې، سۇڭ جىڭدەن، جۇفۇيۈەن، جاڭ شياڭ، جاڭ شېشيەن، جاڭ لىفەن، جاڭ شياۋچيەن، جاڭ چاڭيىڭ، جاڭ زېسىڭ، جاڭ شۇيۈڭ، جاڭ دىسىڭ، جاڭ يۈنچاڭ، لۇرۇشەن، چېن شىن، چېن جۇڭۋېي، چىن مىڭجىن، چېن گوجىن، چېن خەيفېڭ، چېن خاۋجۇ، لىن چاۋجۇ (ئايال)، لىن كېچۈن، لىن ياگۇ، يۈجۇفېي، شياڭ تيەنيۇ، لويۈەنكەي، لوجۇچېڭ، جى جۇڭپۇ، ئىسھاقجان مەھمۇد، جۇجىڭخۇاڭ، جۇمىڭجۈن (ئايال)، جېڭ لىنفەن، مېڭ جىماۋ، جاۋشۇۋۇ، رۇڭ دۇشەن، خۇچۈەنكۇي، خۇشىمىڭ، جۇڭ شۇلى، جۇڭ خۇيلەن، خۇزۇڭلىيەن، يۈكېبجۇڭ، سى دىيە نباڭ، جياڭ چۈنخۇا، خۇڭ زىيۈن، شياجىڭيى، گۇشۇجى، گۇسۇيىۋ، چېەن دې، چېەن شىنجۇڭ، شۇفېڭيەن، لىڭ خۇيياڭ، گودى، گونەيچۈن، گوزىخېڭ، گوبىككۇەن، گوچۈەنچىڭ، گوجىنچيۇ، گوجىڭيۈەن، تاڭ يۈجۇ، تۇتۇڭجىن، جۇفۇتاڭ، تاۋخۇەنلو، خۇاڭ لياڭ (ئايال)، خۇاڭ ۋۇندۇڭ، خۇاڭ ياۋ، خۇاڭ جياسى، خۇاڭ جىڭشياڭ، خۇڭ شېنۇۋۇ، ساۋجۇڭلياڭ، گەي باۋخۇاڭ، لياڭ جۇچۈەن، دۇڭ جۇن، دۇڭ چېڭلاڭ، جاڭ يۈتو، خەن گۇاڭ، چېڭ جۇفەن، فۇفېڭيۇڭ، تۇڭ ئېرچاڭ، زېڭ شيەنجيۇ، شې رۇڭ، شى شاۋۋېن، چيۇفازۇ، سەي رۇڭ، سەي چياۋ، سەي خۇڭداۋ، دەي زىبىڭ.

《中国医学百科全书》编辑委员会

主任委员 钱信忠

副主任委员 黄家驷　季钟朴　郭子恒　吴阶平　涂通今　石美鑫　赵锡武

秘书长 陈海峰

副秘书长 施奠邦　冯　光　朱克文　戴自英

委员 (以姓氏笔划为序)

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

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

ئىسھاقجان مەھمۇد
سۈن جيە ندې
ئابدۇلھەق رەخمىتۇللا
باۋۇدۇن جامالىدىن
ئەھمەد ھاجى
زۇنۇن قارى
ئابدۇلھېمىد يۈسۈپ
ھەسەن دامۇللا
ئابدۇرەھىم قادىر ئاسىپ

باش مۇھەررىر
(ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى)
مۇئاۋىن باش مۇھەررلەر
(شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسى)
(شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى)
(خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسى)
ھەيئەت تەلەر
(خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسى)
(قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسى)
(شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئالىي تېخنىكۇمى)
(كۇچارناھىيىلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)
ئىلمىي كاتىپ
(شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسى)

2 ـ جىلد يازغۇچىلىرى:

قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى شىپاخانىسىدىن زۇنۇن قارى ، ئابدۇقادىر مۇھەممەت ، مۇھەممەت ئىبلى مەھمۇد ، ئابدۇلھېمىد ھاشىم ، ئىبراھىم بارات.

نەشرگە تەييارلىغۇچى: ئابدۇرېھىم قادىر ئاسىپ
مەسئۇل مۇھەررى: 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)
祖农·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：祖农·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 «تۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» نىڭ 2 - جىلدى تۇيغۇر تىبابىتى خادىملىرى ۋە كەڭ خەلق ئاممىسى «تۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» 1 - جىلدىدىن كېيىن نەشىردىن چىقىشىنى تەقەززالىق بىلەن كۈتۈپ كېلىۋاتقان يەنە بىر ئەسەر. ئۇنىڭ نەشىردىن چىقىشى تۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمى تەرەققىياتىدىكى چوڭ بىر ئىش. شۇنداقلا، مەملىكىتىمىز تىببىي ئىشلىرىغا قوشۇلغان مۇھىم بىر چوڭ تۆھپە.

مەزكۇر جىلد «تۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» نىڭ «بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى» قىسمى بولغاچقا، ئەنئەنىۋى تۈسلۇب بويىچە 2 - جىلد قىلىندى.

قامۇسنىڭ مەزكۇر جىلدى سەھىيە مىنىستىرلىكىنىڭ بىر تۈتاش ئورۇنلاشتۇرۇشى، ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ بىۋاستە رەھبەرلىكى ۋە غەمخورلىقىدا قەشقەر ۋىلايەت تۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسىدىكى زۇنۇن قارى، ئابدۇقادىر مۇھەممەت، مۇھەممەت ئىلى مەھمۇد، ئابدۇلھېمىد ھاشىم، ئىبراھىم بارات قاتارلىق يولداشلار تۈزىگەن، نەچچە يىللاردىن بۇيان «تۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» ئىلمىي كاتىبى يولداش ئابدۇرەھىم قادىر قايتا - قايتا تەھرىرلەپ، رەتلەپ بەزى مەزمۇنلارنى تولۇقلاپ ۋە تولۇقلاتقاندىن كېيىن نەشرىگە تەييارلىغان، «جۇڭگو تىببىي قامۇسى» نىڭ تەھرىر ھەيئەت ئەزاسى، «تۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» نىڭ باش مۇھەررىرى كۆرۈپ چىقىقاندىن كېيىن نەشرىگە 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 تۈزىگە خاس مىللىي ئالاھىدىلىك بويىچە خېلى تولۇق، مۇكەممەل بايان قىلىنغان. شۇڭا ئۇ، تۇيغۇر تىبابەت ئالىي تېخنىكۇمنى پۈتتۈرگەن ياكى شۇ سەۋىيىگە تەڭ بولغان تۇيغۇر تىبابىتى خادىملىرىغا باب كېلىپلا قالماي، بەلكى تۇيغۇر تىبابىتى ھەۋەسكارلىرى ئۈچۈنمۇ مۇھىم ئەسەردۇر. جىلد ئاخىرىغا يولداش ئابدۇرەھىم قادىر تۇپلىغان ئەرەبچە، فارسچە، تۇيغۇرچە، خەنزۇچە ئاتالغۇلار سېلىشتۇرمىسى قوشۇمچە قىلىنغان بولۇپ، بەلگىلىك ئۈگىنىش، پايدىلىنىش قىممىتىگە ئىگە.

مەزكۇر جلدنى تۈزۈشتە «قامۇس» يېزىشتىكى تولۇق، يېڭى، مۇكەممەل بولۇش تەلىپىنى ئورۇنداش ئۈچۈن، مەزكۇر جلد يازغۇچىلىرىدىن بىرى بولغان مۇدىر ۋىراج ئابدۇقادىر مۇھەممەت ئەينى يىللاردا بەزى مەزمۇنلار ئۈستىدە مەخسۇس تولۇقلاش ئېلىپ بارغان ئىدى. كېيىن يەنە، ئاپتونوم رايونلۇق تۇيغۇر تىبابەت شىپاخانىسىدىكى پېشقەدەم تېۋىپلاردىن مەتتوختى ھاجى، ئابدۇمىجىد ھاجى ۋە ھەبىبۇللا ئىلىلار بەزى مەزمۇنلارنى يەنمۇ ئىلگىرىلىگەن ھالدا تولۇقلىدى. شىنجاڭ تۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئىشخانىسىدىكى يولداش ئەخمەتجان ئىسمائىل بەزى چۈشۈپ قالغان مەزمۇنلارنى قەدىمكى ئەسەرلەردىن مىقدارى چوڭ، ئادەم كۆچمىز ئاز بولغاچقا نەشىردىن چىقىشى كېچىكتى؛ مەزمۇن ۋە سۈپەت جەھەتتىكى تەلەپ يۇقىرى، ئۇنىڭ ئۈستىگە سەۋىيىمىز چەكلىك، «قامۇس» تۈزۈش تەجرىبىلىرىمىز كەم بولغاچقا يېتىشسىزلىك ھەتتا بەزى خاتالىقلار بولۇشى مۇمكىن. كەڭ كىتابخانىلارنىڭ ئەپۇ قىلىشى ۋە قىممەتلىك تەنقىدىي پىكىرلەر بېرىشىنى ئۈمىد قىلىمىز.

«تۇيغۇر تىبابەت قامۇسى» ئىشخانىسى

1990 - يىل 9 - ئاي

مۇندەرىجە

تۇيغۇر تىبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى 1
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى ئېنىقلاشتىكى مۇھىم تۇقتىلار 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 تۇقتىلار 11
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئىچكى داۋاسى 12
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ سىرتقى داۋاسى 13
بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ جەررahiyسى 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 يۇمۇلىقى (مۇقلە) 26
كۆز يۇمۇلىقى سىرتى 27
كۆز يۇمۇلىقى 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 دورىلرى 47
كۆز دورىلرنىڭ تەييارلاشتا بىلىشكە تېگىشلىك ئىشلار 50
كۆز دورىلرنى ئىشلىتىشتە دىققەت قىلىدىغان ئىشلار 52
كۆز ئاغرىش (ۋەجىلىرى) 57
قاپاق ۋە كىرپىك كېسەللىكلىرى 67
كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك بولۇش (كۆمىنە تۇلجە قەنى) 68
قاپاقلار يەللىك ئىششىقى (تەھەببۇجۇلە جەقانى، ئىنتىقاخۇلە جەقانى) 69
قاپاق قىچىشىش خاراكتېرلىك ئىششىقى (شەرا) 70
قاپاق ساڭگىلاش (ئىسترخاتۇلجە قەنى) 71
چىمچىقلىق (ئىختىلاخۇلجە قەنى) 73
قاپاق كېپەكلىشىش (سەئىفە تۇلجە قەنى) 74
قاپاق ۋەرەمى (ۋەرە مۇلجە قەنى) 76
قاپاق تۇشۇشاق جاراھىتى (نەمىلە تۇلجە قەنى) 78
قاپاقتا تۇگۈنچەك پەيدا بولۇش (ئوقدە تۇلجە قەنى) 79
قاپاق سۇگىلى (سالىيلۇلجە قەنى) 80
قاپاق ياغسىمان تۇسمىسى (شىرناق) 81
قاپاقلار يۇمشاق تۇسۇكچىسى (تۇۋسە تۇلە جەقانى) 83
قاپاق تۇسمىسى (سەلە تۇلجە قەنى) 84
قاپاق گىرۋەكلىرى ئىششىقى (سۇلاق) 85
يىڭناسىقۇ (شەئىرە) 87
قاپاق قىچىشىش (ھەككە تۇلجە قەنى) 89
قاپاق تۇرۇلۇش (شەتىرە) 90
قاپاق ئىچى دانچىسىمان ئىششىقى (بەردە) 91
قاپاق ئىچى قاتتىق قاپارتچۇقى (كەدۇدۇمۇل) 93
قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىش (سەلابە تۇلجە قەنى) 94
تەتۇر كىرپىك (شەئىرمۇنقەلىب) 95
كىرپىك چۇشۇش (ئىنتىشارۇلە ھدابى) 97
كىرپىك ئاقىرىش (بەيازۇلە ھدابى) 98
كىرپىك چاپلىشىش (ئىلتىساقۇلە ھدابى) 99
كۆز بۇرجىكى كېسەللىكلىرى 101

كۆز ياشاڭغۇراش (سەيلانۇلدەمتەئى، جەريانى تەشك) 101
كۆز ئىچى بۇرجىكى بەز ئۇسمىسى (غۇددەئى گوشەئى چەشم) 103
كۆز ئىچكى بۇرجىكى يىرىڭلىق ئاقمىسى (ناسۇرۇلتەيني) 105
كۆزگە قاناتچە گۆش ئۇسۇش (زۇفرە، گىل چەشمى) 107
كۆز ئېقى كېسەللىكلىرى 109
كۆز ئەستەر پەردىسى قىچىشىش (ھىككەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىپە) 110
كۆز ئەستەر پەردىسى يەللىك ئىششىقى (ئىنتىفاخى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە) 111
كۆز ئەستەر پەردە يالليۇغى (ئىلتىھابى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە) 112
كۆز قىزىرىپ ئاغرىش (رەمەد) 115
كۆز قوتۇرى (جەرەبۇلتەيني) 122
كۆز ئېقىغا رەڭدار چېكىت پەيدا بولۇش (تەرفە) 125
كۆز ئەستەر پەردىسىگە نېپىز گۆش پەيدا بولۇش (تۇۋسەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە) 126
كۆز ئېقىغا مودۇر پەيدا بولۇش (ۋەدقە) 127
كۆز قارىسى كېسەللىكلىرى 129
كۆزگە پەردە چۈشۈش (سەبەل) 130
كۆزگە ئاق چۈشۈش (سەفىدى چەشم، بەيازۇلتەيني) 131
كۆز يىرىڭلىق جاراھىتى (قۇرۇھۇلتەيني) 133
كۆز قارىسىنىڭ قۇرغاقلىششى (خۇشۇنەتى قەرنىيە) 134
كۆز قارىسىنىڭ يېرىلىشى (شىقاقى قەرنىيە) 136
كۆز قارىسىنىڭ يىگىلەپ كېتىشى (سەلىخى قەرنىيە) 139
كۆز قارىچۇقى كېسەللىكلىرى 141
كۆز ئاجىزلىق (زەئەۋلىبەسەرى) 142
كۆز كۆرمەسلىك (بۇتلانۇلبەسەرى) 145
ئالغايلىق (ھەۋەل) 147
نامازشام قارىغۇسى (شەب كورى، ئەشائ) 150
كۈندۈزى كۆرمەسلىك (رۇزكورى) 152
كۆزنىڭ يورۇقلۇقتىن قىچىشى (خەفەش، بوغزۇلتەيني) 155
كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى (ئىنتىشارۇلبەسەرى) 156
ئۆزۈمسىمان پەردىنىڭ چىقىپ قېلىشى (مۇرسەرەج) 157
كۆز قارىچۇقىنىڭ كېڭىيىشى (ئىتتىساۋلمۇجەۋۋەفى) 159

كۆز قارىچۇقىنىڭ تاريىشى (زەيقى سوقبەتى ئىنەبييە)..... 161
كۆزگە سۇ چۈشۈش (ئۆزۈلۈلمائ) 163
قوشۇمچە: قەدەھ (قدح) ئۆسۈلى..... 166
كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۆچقاندەك كۆرۈنۈش (خيالات) 170
قوشۇمچە: كۆزگە رەڭگارەڭ نەرسىلەر كۆرۈنۈش..... 171
كۆزنىڭ باشقا كېسەللىكلىرى 173
قاپاق كۆكۈرۈش (زۇرقەت، خۇزرەتولجەفەنى) 174
كۆچلۈك تۇر تەسىرىدىن كۆز تورلىشىش (قۇمۇر) 175
كۆزگە غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كېتىش (قەزا)..... 176
كۆزگە زەربە تېگىش (زەربەتۈلئەينى، زەربەئى چەشم) 178
كۆز يۇمىلقى پولتىيىپ چىقىش (ئۆتۈتۈلئەينى)..... 179
كۆز يومىلقى يېگىلەپ ئولتۇرۇشۇپ كېتىش (ھۇزالۇلئەينى، لاغەرى چەشم)..... 181
كۆك كۆزلۈك (زۇرقەتۈلئەينى، گۇربەئى چەشم، زەرقائ)..... 183
كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىدىغان بىر قىسىم دورىلار 185
كۆز ئەستەر پەردە يالليۇغىنى 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 (ۋەجئۆلئۆزنى، دەردى گۆش) 215
قۇلاق غۇڭۇلداش (تەنىنىن ۋە دەۋۈەي) 222
قۇلاق ئېغرىلىق ۋە گاسلىق (تەرەش، ۋەقەر-بۇتلاتۈسسەمئى) 227
قۇلاق قىچىشىش (ھىككەتۈلئۆزنى، خارىشى گۆش) 232

قۇلاق ۋەرەملىرى (ئەۋرامۇلتۇزنى، ئاماسىھايى گۇش) 234
قۇلاق يىرىكلىق چاقىسى (قۇرۇلھۇلتۇزنى، بوسۇرى گۇش) 236
قۇلاق ئاقمىسى (ناسۇرۇلتۇزنى) 238
قۇلاق قاناش (ئىنفىجارۇلتۇزنى) 240
قۇلاقنىڭ ئاۋازىدىن قېچىشى (ھەربۇلتۇزنى، نەزاكەتى گۇش) 242
قۇلاقتا سۇ كىرىپ كېتىش (دوخولى ماۋ فىلتۇزنى، دەرئامەدەنى ئاب دەر گۇش) 243
قۇلاقتا ھاشارات كىرىپ كېتىش (دوخۇلى ھەۋام فىلتۇزنى، دەر ئامەدەنى ھەشر گۇش) 244
قۇلاق زەخمىلىنىش (زەربەتۇلتۇزنى، زەربەئى گۇش) 245
قۇلاق كەپىنى يىرتىلىش (تەرقىدەنى بىيخى گۇش، شقاقى ئەسلۇلتۇزنى) 247
قۇلاق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار 248
قۇلاق يالۇغىغا پايدا قىلىدىغان دورىلار 248
بۇرۇن كېسەللىكلىرى 254
بۇرۇن ئۇزۇلۇشى 254
بۇرۇنىنىڭ تۇزۇلۇشى 254
تۇغما پۇراش سىزىم ئاجىزلىقى (مەۋلۇدۇلخەشەمى) 259
ئىككىلەمچى پۇراش سىزىم ئاجىزلىقى (ئەرەزۇلخەشەمى) 260
پۇراش قۇۋۇتى بۇزۇلۇش (فەسادۇششەممى) 265
بۇرۇن قۇرۇش (جەفافۇلئەنفى) 268
بۇرۇن قىچىشىش (ھىككەتۇلئەنفى، خارىشى بىنى) 270
بۇرۇن ئېچىشىش (ھىرقەتۇلئەنفى) 272
كۇيۇپ چۈشكۈرۈش (ئوتاس) 274
بۇرۇن سېسىق پۇراش (بەخرۇلئەنفى) 276
بۇرۇن كۇپۇشۇش (ئىنتىفاخۇلئەنفى) 278
بۇرۇن قورۇلۇش (ئىنقىبازۇلئەنفى) 278
بۇرۇن ۋەرەملىرى (ئىلتىھا بۇلئەنفى، ئەۋرامۇلئەنفى، ئاماسىھايى بىنى) 279
بۇرۇن قاناش (رۇئاف) 282
بۇرۇن ئىچى تۇشۇشاق مۇدۇرى (بوسۇرۇلئەنفى) 285
بۇرۇن جاراھىتى (قۇرۇھۇلئەنفى) 287
بۇرۇن بەۋاسىرى (بەۋاسىرۇلئەنفى، بەۋاسىرى بىنى) 291
بۇرۇن يولىغا توسالغۇ پەيدا بولۇش (سۇددەتۇلخەيشۇمى) 292
بۇرۇن راكى (سەرتانۇلئەنفى، سەرتانى بىنى) 295

بۇرۇندا غەيرىي نەرسىلەر تۇرۇپ قېلىش (ئىھتىباسۇششە ئى فىلئە نفى، بەندشۇدە نى چىزى دەربىنى) 296
بۇرۇن ئېزىلىش (رەززۇلئە نفى) 297
بۇرۇن كېسە للىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم مۇرەككەپ دورىلار 299
پۇراش سېزىمىنى ئاشۇرىدىغان دورىلار 301
بۇرۇن ۋەرەملىرىنى يانداۇرىدىغان دورىلار 301
بۇرۇن ئىچى چاقا-جاراھاتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلار 301
ئېغىز بوشلۇقى كېسە للىكلىرى 303
ئېغىز بوشلۇقىدىكى ئەزالارنىڭ توزۇلۇشى 304
كالېۋۇك قۇرۇش، يېرىلىش ۋە قاسراقلىشىش (جۇفاقۇششە فەتى، تەشەققەقۇششە فەتى، تەقەشئورۇششە فەتى) 310
كالېۋۇك ئاقىرىش (سەفىدى لەب، بەيازۇششە فەتى) 312
كالېۋۇك تارتىشىش (ئىختىلاجۇششە فەتى) 313
كالېۋۇك ۋەرەملىرى (ئاماسىھايى لەب، ئىلتىھابۇششە فەتى) 316
كالېۋۇك دوردىيىش (تەقەللۇسۇششە فەتى) 318
كالېۋۇك تۇشۇشاق مۇدۇرى ۋە يىرىڭلىق چاقىسى (بۇسۇرۇششە فەتى ۋە قۇرۇھۇششە فەتى) ... 320
كالېۋۇكقا ئارتۇقچە گۆش تۇسۇش (بەۋاسىيرى لەب، بەۋاسىيرۇششە فەتى) 321
ئېغىز پۇراش (بەخرۇلفەمى) 323
شۆلگەي ئېقىش (كەسرەتۇللۇئابى) 325
ئېغىز ۋەرىمى (ۋەرەمۇلفەمى، قۇلاش) 326
ئېغىزغا مۇدۇر چىقىش (بۇسۇرۇلفەمى) 329
ئېغىز ئىچى سوىۇلۇش (تەقەششۇرۇلفەمى) 330
ئېغىز گۆشخۇر چاقىسى (ئاكسلەتۇلفەمى) 331
تىل ئاغرىش (ۋەجئوللىسانى) 333
تىل قۇرۇش (جەفاقۇللىسانى) 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 بوتلانۇززەۋقى) 344

تىل ئېغىرلىقى (سقلۇللسانى) 346
كېكەچلىك (لەكنە تۇللسانى) 351
تىل ۋەزىمى (ۋەزەمۇللسانى، ئىلتىھابۇللسانى، ئاماسى زەبان) 352
تىل ئاستى پاقىسىمان تۈسمىسى (زىنفدە تۇللسانى) 354
چىشنىڭ ساقلىقىنى ساقلاش تەدبىرلىرى 357
چىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشنىڭ ئومۇمىي پرىنسىپى ۋە بەزى دورىلىرى 358
چىش ئاغرىشى (دەردى دەندان، ۋەجئۇلئە سنانى) 359
چىش قاماش (زەرەسۇلئە سنانى) 364
چىش مىدىرلاپ قېلىش (جۇنبىيدەنى دەندان) 365
چىش كاۋاكلىشىش، تۈۋۈلۈش ۋە كامارلىشىش (تەئەككۇلئە سنانى، تەفەتتە تۇلئە سنانى، تەسەققۇبۇلئە سنانى) 369
چىش رەڭگى تۈزگىرىش (تەغەييۇرى رەڭگى دەندان) 371
چىش تۈۋىگە گەجسمان قېتىشمىلار پەيدا بولۇش (قۇلاھۇلئە سنانى، قەلەھ، ھەفەر) 372
ئوخلىغاندا چىشنى غۇچۇرلىتىش (سەرىرۇلئە سنانى فىننەۋم) 373
چىش سۈيى يوقلىش (زەھابى ماتۇلئە سنانى) 375
چىش تۈۋى قاناش (لىسەئى دامىيە) 376
چىش مۇلۇكلىرى يالۇغى (ۋەرەمۇللسەئى) 378
چىش مۇلۇكى يىرىكلىق چاقىسى ۋە ئاقمىسى (قۇرۇھۇللسەئى، ناسۇرۇللسەئى) 379
تاڭلاي قىچىشىش (ھەككەتۇلھەنەكى) 380
تاڭلاي مۇدۇر چاقىسى (بۇسۇرۇلھەنەكى) 382
تاڭلاي يالۇغى (ۋەرەمۇلھەنەكى) 383
تاڭلاينىڭ سۇلۇق ئىششىقى ۋە تېشىلىشى (ئابلەئى كام ۋە سۇراخى ئان) 385
كىچىك تىل ئىششىقى (ئىلتىھابۇللھاتى) 387
كىچىك تىل بوشۇشپ قېلىش (ئىسترخاتۇللھاتى) 389
گال تۈشۈشاق مۇدۇرى (بوسۇرۇلھەلقى) 391
گال ئىششىقى (ئىلتىھابۇلھەلقى) 392
گال بادامسىمان بەزلەر ئىششىقى (ئىلتىھابۇللەۋزەتەينى) 394
بوغما (خوناق) 396
ئاۋاز تۇخۇلداپ چىقىش (خەنان) 399
ئاۋاز پۇتۇش (بوتلاتۇسسەۋتى) 400

گالغا يېمەكلىكلەر تۈرۈپ قېلىش 403
غەيرىي نەرسىلەر يۇتۇۋېلىش 405
گال بوغۇلۇپ قېلىشقا چارە قېلىش 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 مۆلۈكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار 411
مىدىرلىغان چىشنى چىكىتقۇچى دورىلار 414
گال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار 415
گال بادامسىمان بەزلىرى ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار 417
ئاۋاز پۇتۇپ قېلىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار 418
ئەرەبچە، فارسچە، تۈرغۇرچە، خەنزۇچە ئاتالغۇلار سېلىشتۇرمىسى 419

ئۇيغۇر تىبابىتى
بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى

ئۇيغۇر تىبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى-ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمىنىڭ مۇھىم بىر تەركىبىي قىسمى. ئۇ، ئەمگەكچان ئۇيغۇر خەلقىنىڭ ئۇزاق تاريختىن بۇيان بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش، داۋالاش جەريانىدا توپلىغان تەجرىبىلىرىنىڭ ئىلمىي يەكۈنى ۋە ئەقىل پاراسىتىنىڭ جەۋھىرى. ئۇ، ئۇزۇنىڭ راۋاجلىنىش جەريانىدا قېرىنداش مىللەتلەر تىبابىتى ۋە قوشنا ئەللەر تىبابىتىگە خېلى چوڭ تەسىرلەر كۆرسىتىپلا قالماي، بەلكى ئۆلاردىن مۇئەييەن تەسىرلەرنى قوبۇل قىلىپ تاكامۇللاشقان. ھەمدە، خېلى بۇرۇنلا شەكىللەنگەن ئۇزىگە خاس سىستېمىلاشقان نەزەرىيىۋى ئاساسى ۋە مول داۋالاش تەجرىبىلىرى ئارقىلىق، قەدىمدىن تارتىپ تاكى ھازىرغىچە ئۇيغۇر خەلقى ۋە ھەر مىللەت خەلقلىرىنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە قارشى ئۈرۈش، كۆپىيىپ گۈللىنىشىدە غايەت زور تۆھپىلەر قوشقان.

ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە بولغان تەتقىقاتى ناھايىتى ئۇزۇن تارىخقا ئىگە. پەقەت دەسلەپكى قەدەمدە ئىگىلگەن ھۆججەتلىك تارىخىي ماتېرىياللارنى نەزەردە تۇتۇپ يېراق ئۆتمۈشتىن ئېغىز ئاچساق، ئۇرپاندىن تېپىلغان، بۇنىڭدىن 1400 يىل ئىلگىرىكى دەۋرلەرگە مەنسۇپ بولغان ئارخېئولوگىيىلىك تارىخىي يازما ماتېرىياللارغا ئاساسلانغاندا، ئۇيغۇر تېۋىپلىرى ھەرقايسى كېسەللىكلەر ئىلمىنى 12 چوڭ ئۇرگە ئايرىپ كۆز كېسەللىكلىرى، قۇلاق، بۇرۇن، چىش كېسەللىكلىرى ۋە بوغۇز كېسەللىكلىرىنى ئۆز ئۇرلەر قاتارىغا كىرگۈزگەن. ئۇرپاندىكى 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 ئۇتتۇرىغا قويۇلغان تىببىي ئەسەرلىرى ئىچىدە بەش ئەزاغا ئائىت «ئاڭلاش ۋە كۆرۈش ھەققىدە»

دېگەن ئەسرىمۇ بار ئىدى. 10-ئەسىردىكى داڭلىق تۈيغۇر تېببىي ئالىمى ئىمادۇددىن قەشقەرىنىڭ شاگىرتى، ئەللامە دەپ ئاتالغان مۇھەممەد بىننى رەشىد بىننى ئەلى قەشقەرى تۈزىنىڭ يەنى قەشقەر تۈيغۇرلىرىنىڭ تېببىي ئىلمىدە قازانغان ماھارىتىنى.....كۆز ئاجىزلىشىش (زەئىپلىبەسەرى) نى ئارپا بادىيان، رۇمبادىيان، قاراسەي تۈرۈكلىرى بىلەن داۋالاپ ساقايتقانلىغان خاسىيەتلىرىنى ئەسىرىمىزنىڭ ئىرانلىق تېببىي ئالىم مۇھەممەد ئىبنى زەكەرىياغا تونۇشتۇرغان. تۆلۈغ تۈيغۇر ئالىمى مەھمۇت قەشقەرى 11-ئەسىردە يازغان ئالەمشۇمۇل پارلاق ئەسىرى «تۈركىي تىللار دىۋانى» دا بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە ئائىت تۈرغۇن ئاتالغۇلار ۋە دورىلارنىڭ نامىنى تىلغا ئالغان، مەسىلەن: 1-تومىدا، ئەنۇچ—كۆزگە ئۆسكەن گۆش پەردە، قامچىغۇ—كالپۇكقا،...چىققان قاپارتقۇ...، ساغنەغۇ—قۇرۇق قاپاق، ئۆز—پاك، گاس قاتارلىق كېسەل نامىلرى؛ ئاۋىلقۇ—قىزىل مېۋە بېرىدىغان بىر خىل دەرەخ،...پوستى بىلەن كۆز ئاغرىقى داۋالىنىدۇ،...، چاخشۇ—كۆز ئاغرىقىغا داۋا بولىدىغان بىر خىل ئوت، قاتارلىق دورا نامىلرى يېزىلغان. دەرۋەقە، خەلقئارادا تۈزىنىڭ شۆھرىتى بىلەن نۇر چېچىپ تۇرغان «تۈركىي تىللار دىۋانى» يالغۇز تىل ئىلمى ھەققىدىكى لۇغەت بولۇپلا قالماستىن، بەلكى تارىخ، جۇغراپىيە، پەلسەپە، ئاستىرونومىيە، يېزا ئىگىلىك، تىببابەتچىلىك ئىلمى ساھەلىرى ھەققىدە قىممەتلىك مەلۇماتلار توپلانغان قامۇس خاراكتېرلىك بۇيۇك ئەسەردۇر. يېقىنقى زامانغا نەزەر سالساق، يەكەنلىك مەشھۇر كۆز كېسەللىكلىرى مۇتەخەسسىسى سۇپۇرگە ھاجى بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا داڭ چىقارغان ئىجتىھاتلىق تېۋىپ ئىدى...

يۇقىرىقىلار ئۇيغۇر تىببابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمىنىڭ قەدىمكى زامانلاردىن تارتىپلا ئۆزىگە خاس ساقلىق-ساقلاش تەدبىرلىرى، تۈزىگە خاس كېسەللىك نامىلىرى ۋە دورا نامىلرى بولۇپلا قالماي، بەلكى تۈنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى تۈرلەرگە ئايرىپ سىستېمىلاشقانلىقى، خېلى يۇقىرى سەۋىيىگە كۆتىرىلگەنلىكىنى ھۆججەتلىك ۋە ناھايىتى جانلىق ھالدا نامايەن قىلىپ بېرىدۇ.

ئۇيغۇر تىببابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى—كۆز، قۇلاق، بۇرۇن، ئېغىز (كالپۇك، تىل، چىش)، گال قاتارلىق ئەزالارنىڭ نورمال خىزمىتى ۋە نورمالسىز ھالەتلىرى ھەمدە تۆلاردا كۆرۈلىدىغان كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش، داۋالاشنى تەتقىق قىلىدىغان پەن. تۇ 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 تۈيغۇر تېۋىپلىرى قەدىمكى زامانلاردىن تارتىپلا خېلى چوڭقۇر تەتقىقاتلار ئېلىپ بارغان بولۇپ، تۆلارنىڭ ئاناتومىيىسىنى

ئايرىم-ئايرىم تونۇشتۇرىدۇ. بولۇپمۇ كۆزنىڭ قوشۇمچە ئەزالىرى، پەردىلىرى ۋە سۈيۈقلۇق-
لىرى ھەققىدە ھازىرقى زامان مېدىتسىنىسىدىن قېلىشمايدىغان خېلى تەپسىلىي
تەرىپلىرى بار. ھەمدە 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، گاڭ كېسەللىكلىرى ۋە. ھەتتا كىچىك تىل كېسەللىكلىرىگىچە
ئايرىپ، ئايرىم-ئايرىم ھالدا تۆلارنى داۋالاشنىڭ تۈسۈل-چارىلىرىنى سۆزلەيدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى تونۇش (تەشخىس قىلىش) جەھەتتە مىزاج، خىلىت ۋە
قۇۋۋەت تەلىماتى قاتارلىقلار ئاساسىدا، ئادەم بەدىنىنىڭ بىر پۈتۈنلۈكى ھەمدە تۇنۇش
تاشقى مۇھىت بىلەن بولغان بىرلىك ۋە زىددىيىتى ئاساسىدىكى تونۇشلىرىنىڭ
يېتەكچىلىكىدە بەش ئەزا كېسەللىكىنىڭ تاشقى، ئىچكى ئامىل ۋە سەۋەبلىرىنى
ئېنىقلايدۇ، ئالامەتلىرىنى ئىلغايدۇ. يەرلىك ئورۇندىكى ئالامەتلەرگە ئېتىبار بېرىپلا قالماي،
بەلكى ئومۇمىي بەدەندىكى ئالامەتلەرنىمۇ بىرلەشتۈرۈپ، ھەر خىل ۋاستىلىق ۋە
ۋاستىسىز تەكشۈرۈشلەر ئارقىلىق تۆلارنى تەشخىس قىلىشقا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىدۇ.
تەكشۈرۈش ئۇسۇللىرى جەھەتتە قاراپ تەكشۈرۈش، تېكىشاپ تەكشۈرۈش، سوراپ
تەكشۈرۈش، پۇراپ تەكشۈرۈش، سىلاپ تەكشۈرۈش، تومۇر تۇتۇپ تەكشۈرۈش ھەمدە ھەر
خىل چىقىرىندىلار (چوڭ-كىچىك تەرەت، قۇسۇق، خەپرۇك، چاپاق، قۇلاق ۋە
بۇرۇندىن ئاققان سۇيۇقلۇق، يېرىڭ قاتارلىقلار) نى تەكشۈرۈش بىلەن بىرىنچى قول
ماتېرىياللارغا ئېرىشىپ، تۆلارنى ئەتراپلىق مۇھاكىمە قىلىش، سىستېمىلىق ئارقىلىق
ئاساسىي كېسەل ۋە قوشۇمچە كېسەللەرنى ئېنىقلاپ توغرا تەشخىس قويۇش، توغرا داۋالاش
پرىنسىپى ۋە داۋالاش تۈسۈللىرىنى بېكىتىشكە ئاساس تۈرغۇزۇدۇ.

داۋالاش جەھەتتە بەدەننىڭ بىر پۈتۈنلۈكىنى يەنى مىزاج ۋە خىلىت
تۈزگىرىشلىرىنى نەزەرگە ئېلىپ ئىچكى جەھەتتىن داۋالاش بىلەن يەرلىك ئورۇننى كۆزدە
تۇتۇپ تاشقى جەھەتتىن داۋالاش (جەرراھىيە يەنى ئوپېراتسىيە قىلىشنىمۇ تۈز ئىچىگە
ئالىدۇ) نى بىرلەشتۈرۈپ ئېلىپ بارىدۇ. ئىچكى جەھەتتە داۋالاشتا ئالدى بىلەن كېسەللىك
مادداسى (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، سۇقۇف قاتارلىقلارنى ئىشلىتىدۇ. تاشقى جەھەتتە داۋالاشتا يەرلىك ئورۇننى
تازىلاش ۋە تېڭىش، ئىسسىق تۇتكۇزۇش (كىماد قىلىش)، دورا پۈرۈتۈش (شەمۇم

قىلىش) يەنى سۇيۇق دورىلارنى پۇرۇتۇش (لەخلەخە قىلىش)، تالقان دورىلارنى بۇرۇنغا تارتىش (سەتۆت قىلىش)، هورلاندۇرۇپ تەرلىتىش (ئىنكىباب قىلىش)، نەم دورىلارنى بەدەنگە قۇيۇش (تەمرىخ قىلىش)، ياغلارنى سۈركەش (تەدهىن قىلىش)، پىلتە قىلىش، دورا چېپىش (زىماد قىلىش)، دورا تېتقىنى سۈرۈش (تىلا قىلىش)، ئىسلاش (بەخۇر قىلىش)، ياغلاش، بۇرۇن ۋە تىل ئاستىدىن سۇ ئاققۇزۇش، دورا پۈركۈش (نەفۇخ قىلىش)، دورا تامغۇزۇش (قەتر قىلىش)، غەرغەرە قىلىش، دورا سېپىش، داغلاش، لوكقا قويۇش، قان ئېلىش ۋە دەستكارلىق تۈسۈلى قاتارلىقلارنى زۆرۈرىيەتكە قاراپ قوللىنىدۇ. دورا تۈرلىرى جەھەتتە تېمىتما (قەتۇر)، ياغ (رەۋغەن)، مەلھەم (مەرھەم)، چېپىلما (زىماد)، تالقان (سۈپۈف)لار يەنى كوهل (كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان تالقان دورا)، سونۇن (چىشقا ئىشلىتىلىدىغان تالقان دورا)، زەرۋر (جاراهەتلەرگە ئىشلىتىلىدىغان سېپىلما تالقان دورا)، نوفۇخ (پۈركىلىدىغان تالقان دورا)، لۇئاب (شىرە)، شىياف (شامچە)، تىلا (دورا تېتقى) 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) تۈسۈللىرى بىلەن داۋالاشتا يۇقىرى سەۋىيىگە يەتكەن. مەسىلەن، كۆزنى ئاسراش جەھەتتە تۈرپاننىڭ قەدىمكى زامانلىرىغا تەئەللۇق بولغان قەبرىلەردىن قېزىۋېلىنغان مىستىن ياسالغان تور كۆزەينەك تۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ كۆزنى ئاسراش، كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا قوللانغان ئەسلىمىي تەدبىرلىرىنىڭ بىرى ئىكەنلىكىنى ناھايىتى جانلىق ھالدا چۈشەندۈرۈپ بېرىدۇ. دەستكارلىق جەھەتتە ئېيتىلغاندا تېبىبىي تەلىماتلىرى شىنجاڭغا تارقىلىپ تېۋىپلىرىمىز تەرىپىدىن بەلگىلىك دەرىجىدە قوبۇل قىلىنىشتىن خېلى ئىلگىرىلا ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ شىنجاڭدىلا ئەمەس، ھەتتا ئىچكى تۈلكىلەردىمۇ دەستكارلىق تۈسۈللار 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 ياپونىيەگە بېرىپ كۆكزى تەلىماتلىرىنى تارقاتماقچى بولغان بىر مەشھۇر راھىپ دېڭزدا بوران، شىددەتلىك دولقۇن تۈپەيلىدىن مەغلۇپ بولۇپ ھەمدە كۆزىگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلۇماۋ) كېسىلىگە گىرىپتار بولغانلىقىدىن ۋەتەنگە قايتىپ كەلگەندە، يەرلىك مەشھۇر تېۋىپلار داۋالاشتا ئامالسىز قالغان كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلىنى ياخشىلا شەھەرنىڭ قىلۇاتقان تۇيغۇر تېۋىپى داۋالاپ ساقايتقان.

بۇنىڭدىن تۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ خېلى قەدىمكى دەۋرلەردىمۇ بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى بىرلۇپمۇ كۆزدە تۇتۇپ ئىنچىكە ئەزالارنىڭ نازۇك دەستكارلىق تۈزۈللىرىنى ئىگىلىگەنلىكىنى ئاڭقىرالايمىز. بۇنىڭدىن ئەينى زامانلىكى تۇيغۇر تىبابەتچىلىكى گۈللەنگەنلىكىنى شۇنىڭدا تېخىمۇ تولۇقلىغان ماھىر ھۆكۈما ۋە جەرراھلارنىڭ بارلىقىنى تەسەۋۋۇر قىلىش تەس ئەمەس. ھالبۇكى، تۇيغۇر تېۋىپلىرى ئىچىدە تاكى ھازىرغىچە مەزكۇر قەدىمكى تۈزۈلمە قوللىنىپ كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلىنى داۋالايدىغان تېۋىپلار بار.

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

ئازادلىقتىن كېيىن بولۇپمۇ يېقىنقى ئون يىلدىن بۇيان جۇڭگو كوممۇنىستىك پارتىيەسىنىڭ مىللىي سىياسىتى ۋە جۇڭگو، مىللىي تىبابەتچىلىك سىياسىتى پارلاق نۇرى ئاستىدا ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى تۇيغۇر خەلقنىڭ 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»، «تۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمى ساۋاتلىرى»، «ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى قوللانمىسى» قاتارلىق تۇيغۇر تىبابىتى كىتابلىرىنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ھەققىدىكى قىسىملىرى بولۇپمۇ تۇيغۇر تىبابىتى ئالىي تېخنىكۇم دەرسلىكى «ئۇيغۇر تىبابىتى بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى» تۇيغۇر 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 ماتېرىيالـلاردىمۇ مەخسۇس بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە ئائىت ئىلمىي ماقالىلار ئېلان قىلىنىشقا باشلىدى.

بۇنىڭدىن كېيىن، بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىلمى تۇيغۇر 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 كېسەللىكلەرنى 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، يېيىش-قوپۇشنىڭ نورمالسىزلىنىشى، قېرىلىق، مىراس قىلىش (ئىرسىيەت) قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ ئىككى سەۋەب ئوتتۇرىسىدا بىر-بىرىنى ئافرىيدە قىلىش (ئولغايتىش) ۋە دەپنى قىلىش (تىزگىنلەش) مۇناسىۋىتى بولىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ سەۋەبلىرى

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

كېسه للىك كه لتۇرۇپ چىقارغۇچى سه ۋه ب ئىكه نلىكىنى بېكىتكىلى بولىدۇ.

به ش ئه زا كېسه للىكلىرىنىڭ سىرتقى سه ۋه بلىرى

ساددا كىلىماتلىق ئاممىلار

ئىسسىق، سوغۇق، هۆل، قۇرغاق، بوران-سالقىن، ئوت ئىسسىق قاتارلىقلار بولۇپ، ئه مه لىي تەبىابه تچىلىكته ئىسسىقلىق، هۆللۈك، قۇرۇقلۇقلاردىن بولىدىغانلىرى كۆپره ك تۇچرايدۇ. سوغۇقتىن بولىدىغانلىرى ئاز تۇچرايدۇ. شۇنداقلا، ئه مه ليه ت جه ريانىدا بۇلار كۆپىنچه ئارىلىشىپ كېلىدۇ. مه سىله ن، كۆز قىزىرىپ ئاغرىش، كۆپ چاپاقلىشىش، قۇلاقتىن قويۇق يىرىڭ ئېقىش، بۇرۇن قۇرۇش ياكى قويۇق پوتلا (ماكىقا) كېلىش، گال قىزىرىپ، ئىشىشىپ ئاغرىش قاتارلىقلار كۆپىنچه ئىسسىقتىن بولۇپمۇ هۆل ئىسسىقتىن بولىدۇ.

سىرتقى زه خىم ۋه غه يرىي نه رسىله ر

كۆز يۇمىلىقىغا بىر نه رسه سانجىلىپ تېشىلىپ كېتىش، كۆز كىمىيلىك زه خىملىنىش، كۆز كۆچلۈك تۇردىن زه خىملىنىپ يالىلۇغلىنىش، سىرتقى زه خمدىن قۇلاق په ردىسى يىرتىلىش، سىرتقى زه خمدىن بۇرۇن قاناش قاتارلىقلار.

غه يرىي نه رسىله ر ته سىرىدىن كېلىپ چىققان كۆز ئه سته ر په رده ۋه مۇڭگۈز په ردىلىرىدىكى غه يرىي جىسىملار، قۇلاق يولىدىكى غه يرىي جىسىملار، بۇرۇندىكى غه يرىي جىسىملار، گالدىكى غه يرىي جىسىملار قاتارلىقلار.

به ش ئه زا كېسه للىكلىرىنىڭ ئىچكى سه ۋه بلىرى

روهىي ئاممىلار

خۇشاللىنىش، غه زه پلىنىش، غه م ئه ندىشه قىلىش، هه سره تلىنىش، قورقۇش،

قايغۇرۇش قاتارلىق روھىي ھالەتلەر نورمال ئەھۋال ئاستىدا تەبىئىي ھالەت بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. لېكىن بۇ روھىي ھالەتلەر ھەددىدىن زىيادە بولۇپ كېتىپ تۆز ئېتىدالىدىن چىقىپ كەتسە، ھەر خىل بەش ئەزا كېسەللىكلرىنى 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، قۇۋۇتەلەرنىڭ ئاجىزلىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش ئارقىلىق نامازشام قارىغۇسى، مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ يۇمشاپ كېتىش كېسەللىكى قاتارلىقلارنى پەيدا قىلىدۇ. ھەددىدىن ئارتۇق تويۇنۇپ يەپ ئىچىش، مايلىق كۈچلۈك تاماقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش ھەزىم خىزمىتىنى ئېغىرلاشتۇرۇپلا قالماي، بۇزۇق پەللەر (بۇخارات) نى پەيدا قىلىپ، يېڭىناسىقۇ، قۇلاق ۋە بۇرۇنغا كېچىك جاراھەتلەر چىقىش، ئېغىز چوڭرىسىگە ئۇششاق يارىلار چىقىش، گال قىزىرىپ ئاغرىش قاتارلىقلارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

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

توغما ۋە قېرىلىق ئامىللار

ئەمەلىي تىبابەتتە تۇغما خاراكتېرلىك رەڭ قارىغۇسى كېسەللىكى، باللاردىكى تۇغما خاراكتېرلىك كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكى ۋە ئاڭكلاش ئەزالىرىنىڭ تۇغما كەمتۈك ۋە غەيرىلىكى، بۇرۇن ئوتتۇرا بوشلۇقىنىڭ ئەگرىلىكى قاتارلىقلار باللاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ. قېرىلىقتا مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەر يەنى قېرىلىقتىن بولغان گاسلىق، قېرىلىقتىن بولغان كۆزگە سۇ چۈشۈش، كۆز تورلىشىش قاتارلىقلار ياشانغانلاردا كۆپرەك كۆرۈلىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ خىلىتلار بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى

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

ئەگەر، ئىچكى ئەزالار بولۇپمۇ خىلىتلارنىڭ خىزمىتى نورمال بولمىسا خىلىتلارنىڭ 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 خىلىتى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى:

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

2. قان خىلىتى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى:

قان خىلىتىنىڭ كەيپىياتى ھۆل ئىسسىق بولغاچقا، تۆ 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. سەپرا خىلىتى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى:

سەپرا خىلىتىنىڭ كەيپىياتى قۇرۇق سوغۇق بولغاچقا، تۆ غالىب كېلىپ بەش ئەزاغا تەسىر كۆرسەتسە، كۆز قۇرۇپ قىچىشىدۇ. كۆز چاناقلىرى كۆكىرىدۇ، چىكىلىدۇ. بۇرۇن قۇرغاقلىشىدۇ.

4. بەلغەم خىلىتى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى:

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

نورمالسىز خىلىتلارنىڭ بەش ئەزاغا تەسىر قىلىپ كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلىشى

ئەمەلىي تىبابەتچىلىكتە يەككە بىر خىل خىلىت تۇپەيلىدىن 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. تۆلارنى يىغىنچاقلاش، ئانالىز قىلىش ئارقىلىق تۆلارنىڭ ئىسسىقلىق، سوغۇقلۇق، ھۆللۈك، قۇرۇقلۇق ياكى قايسى خىلىتتىن بولغانلىقىنى توغرا ئېنىقلاپ بېكىتكەندىن كېيىن مۇناسىپ داۋالاش تۈسۈللىرىنى 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 يۇمۇلقىنىڭ ئەستەر پەردىسى، مۆڭگۈز پەردە ۋە ئۆزۈمسىمان پەردە قاتارلىق ئورۇنلاردا كېسەللىك پەيدا بولسا، كۆز سىرتى كېسەللىكىگە تەئەللۇق بولىدۇ. ئادەتتە، يەرلىك ئورۇندىكى ئالامەتلىرى روشەن بولىدۇ. كۆپىنچە زىيادە ئىسسىق، قۇرۇق ئىللەتلەردىن كېلىپ چىقىدۇ.

كۆز گۆھىرى، كۆز شىشىسمان سۇيۇقلۇقى، كۆز تومۇر پەردىسى، كۆرۈش تورسىمان پەردىسى، كۆرۈش ئەسەب (نېرۋا) لىرى قاتارلىقلاردا كېسەللىك پەيدا بولسا، كۆز ئىچكى كېسەللىكىگە تەئەللۇق بولىدۇ. كۆپىنچە قۇۋۇەتسىزلىك، ئاجىزلىقلاردىن بولىدۇ. لېكىن ھەر دائىم شۇنداق بولىدۇ دەپ قاراشقىمۇ بولمايدۇ. بەزىدە كۆز سىرتىدىكى كېسەللىكلەرنىكىمۇ قۇۋۇەتسىزلىك، 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 ئۇتكۇر خاراكتېرلىك بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر قىزىرىش سۈس، ئاغرىش يېنىك بولۇپ ۋاقتى تۇزۇنغا سوزۇلسا، سوزۇلما خاراكتېرلىك بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئادەتتە كۆز ئاغرىپ كۆزنى بېسىپ تۇرسا خۇشياقمىسا، كۆپىنچە كۆچلۈك ئىللەتتىن؛ بېسىپ تۇرسا خۇشياقسا، قوۋۇقەتسىزلىك، ئاجىزلىقتىن بولىدۇ. كۆز قىزىرىش ئېغىر بولۇپ قۇرۇپ، ئېچىشىپ ئاغرىسا، قۇرۇق ئىسسىقتىن بولىدۇ.

2. قۇلاق: قۇلاق سىرتقى يوللىرىغا جاراھەت چىقىپ ئىششىپ، قۇلاق ئىچى چىكىلىپ ئاغرىپ يىرىڭ ئاقسا، كۆپىنچە قان، ھۆل ئىسسىقتىن؛ ئەگەر قۇلاق غۇڭۇلداپ، باش ئايلانغاندەك بولسا، كۆپىنچە سەپرا، قۇرۇق ئىسسىقتىن؛ ئەگەر ياشانغانلاردا قۇلاق ئوبدان ئاڭلىمىسا ياكى پۈتۈنلەي ئاڭلىمىسا، يەرلىك قىسىلارنى تەكشۈرگەندە باشقا غەيرىي كېسەللىك ئەھۋاللىرى كۆرۈلمىسە، كۆپىنچە باھا قۇۋۇتىنىڭ زەئىپلىكى، بەدەننىڭ ئاجىزلىقى، قان ـ قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولىدۇ.

3. گال: ئاغرىقنىڭ گېلى قىزىرىپ، قىزىپ سوغۇقتىن قورقسا ھەم كۆپ يۆتىلىپ بەلغەم (خەپرۇك) كۆپ كەلسە، زۇكام ئىللىتىنىڭ گالغا يامان تەسىر قىلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. گال قاتتىق ئاغرىپ، قىزىرىپ ئىششىسا ھەتتا بىز نەرسە يۇتقىلى قويمىسا ھەمدە سۆيدۈك، چوڭ تەرەت راۋان بولمىسا، سەپرادىن؛ گالدا دائىم بىر نەرسە بارەدەك ھېس قىلسا يەنى گالدا خەپرۇك بارەدەك ھېس قىلىپ، خەپرۇك كۆپىيىپ گال يېقىمسىزلانسا، كۆپىنچە بەلغەمدىن؛ گال قىزىرىپ قانغا تولۇپ ئاغرىسا، قاندىن؛ گالدا مۇنەك نەرسە تۇرۇپ قالغاندەك ھېس قىلىپ گال بوغۇلسا، يۇتاي دېسە يۇتالماي ياكى تۇكۈرۈپ چىقىرىۋېتەلمىسە، كۆپىنچە سەۋادىن بولىدۇ. گال دائىم قىچىشسا، يەلدىن؛ ئاۋاز پۈتۈپ تۇزۇن مۇددەت ساقايمىسا ھەم بەدەم ئورۇق ۋە ئاجىز بولسا، كۆپىنچە قۇۋۇقەتسىزلىكتىن بولىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى مۇھىم نۇقتىلار

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

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئىچكى داۋاسى

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ مىزاج ۋە خىلتلار بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى نەزەرىيىسىگە ئاساسلانغاندا، ئىچكى تەرەپتىن داۋالاش مۇھىمراق ئورۇندا تۇرىدۇ. لېكىن بەزى ۋاقىتلاردا سىرتقى تەرەپتىن داۋالاش ياكى دەستكارلىق تۈسۈللىرى بىلەن يەرلىك ئورۇندىكى كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرىنى بۇاستە داۋالاشلارمۇ بەلگىلىك دەرىجىدە خىلى مۇھىم ئورۇننى ئىگىلەيدۇ. ئادەتتە، دائىم قوللىنىلىدىغان بىر قانچە خىل تۈسۈل ئايرىم-ئايرىم ھالدا تۇتۇەندىكىچە بايان قىلىنىدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ئىچكى ئەزا كېسەللىكلىرىگە ئوخشاش مىزاج، خىلىت ۋە يەرلىك ئورۇنلارنىڭ تۈزگىرىشلىرىدىن ئىبارەت 3 چوڭ سەۋەبتىن كېلىپ چىقىدۇ. داۋالاشتىمۇ قايسى سەۋەبتىن ئىكەنلىكىگە قاراپ داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. مىزاج سەۋەبىدىن بولسا، مىزاجنى تەڭشەشكە لايىق دورا بېرىلىسلا كۆپىنچە ھاللاردا ساقىيىپ كېتىدۇ. مەسىلەن، ئىسسىقتىن بولسا، سوغۇقلۇق دورىلار؛ سوغۇقتىن بولسا، ئىسسىلىق دورىلار؛ ھۆللۈكتىن بولسا، قۇرۇقلۇق دورىلار؛ قۇرۇقتىن بولسا، ھۆللەشتۇرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

بەدەن خىلتلىرىنىڭ تەڭپۇڭلۇقىدا خىلىت تۈزگىرىشى مۇھىم سەۋەب ھېسابلانغاچقا، ئالدى بىلەن بەدەنده غالىب كەلگەن ماددىنى سۈرۈپ چىقىرىپ، خىلىتنى تەڭپۇڭلاشتۇرۇش ئالدىنقى نىشان قىلىنىدۇ. شۇڭا، ئالدى بىلەن مەزكۇر خىلىتنى پۈشۈرغۇچى (مۇنزىج) دورىلارنى بېرىپ تۈنى پۈشۈرغاندىن كېيىن، شۇ خىلىتقا خاس سۈرۈپ چىقىرىدىغان (مۇسھىل) دورىلار ئارقىلىق تۆلارنى سۈرۈپ چىقىرىش كېرەك.

1. زىيادە سەپرا خىلىتنى تازىلىغۇچى دورىلار: سەندەل، يۇمغاقسۈت، تۈسۈك تۈرۈقى، كافۇر، ئىسبەغۇل لۇغابى، بېھى تۈرۈقى، سېمىز ئوت تۈرۈقى، كاسنى تۈرۈقى، ئارپا-بادىيان، تەرخەمەك تۈرۈقى قاتارلىقلار.

2. بەلغەم ماددىسىنى پۈشۈرۈش ئۈچۈن كۆپىنچە ئىارەجى فەيقەرا ئىشلىتىلىدۇ. بەلغەم خىلىتىنى تەكشەش ئۈچۈن ئارپا بادىيان، رۈمبادىيان، زىرە، دارچىن، ئەفتىمۇن، زەنجىبىل قاتارلىقلار؛ تەييار ياسالمىلاردىن مەنجۇنى ماددە تۈلھايات قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ.

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

4. سەۋدا خىلىتىنى تەكشەش ئۈچۈن گاۋزەبان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئەنجۇر، قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلار؛ تەييار ياسالمىلاردىن شەربىتى گاۋزەبان قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا نورمالسىز سەپرا، بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىرىنى پۈشۈرۈپ، تازىلاشلارنىڭ ھەممىسىگە مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئىشلىتىشكە بولىدۇ. كېسەل ماددىسى (غەيرىي نورمال خىلىت) نى پۈشۈرۈپ، 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 خىلىتىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە ھۆل سوغۇق دورىلار، قان خىلىتىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە قۇرۇق سوغۇق دورىلار، بەلغەم خىلىتىدىن 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 بۇاستە ئىشلىتىشكە ۋە ھەر خىل تۈسۈل-چارىلەر بىلەن يەرلىك ئورۇننى داۋالاشقا قارىتىلغان. تۈنۈگۈن تەركىبىگە سۈرمە تارتىش، دورا تېمىتىش، مەلھەم سۈرتۈش، دورا پۈركۈش، دورا سۈيى بىلەن چايقاش، شامچە كىرگۈزۈش، ئىسسىق-سوغۇق تۈتكۈزۈش، ھىجامەت (لوكىقا) قويۇش، قان ئېلىش ھەتتا لازىم بولغاندا ھەر خىل دەستكارلىق (ئوپېراتسىيە) قىلىش ئۇسۇللىرىمۇ كىرىدۇ. تۈۋەندە ھەر بىر ئەزانى داۋالاش ھەققىدە قىسقىچە توختىلىپ تۈتىمىز.

كۆزنى داۋالاش

1. سۈرمە تارتىش: كۆزگە مەنپەئەتلىك ھەر خىل دورىلارنى تۆپىدەك يانجىپ، كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىدۇ.

2. دورا تېمىتىش: مەخسۇس دورىلاردىن تەشكىل تاپقان تۇسخىلار قاينىتىلمىسى ياكى ئەرىقى كۆزگە تېمىتىلىدۇ.

3. دورا چېپىش: كۆزگە ئىسسىق تۆتكۈزۈش ۋە سوغۇق تۆتكۈزۈشتىن سىرت، مەخسۇس دورىلاردىن تەركىب تاپقان تۇسخىلارنى ھەسەل قاتارلىقلار بىلەن مەلھەم قىلىپ كۆزگە چاپىدۇ.

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

قۇلاقنى داۋالاش

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

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

بۇرۇننى داۋالاش

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

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

3. بۇرۇننى چايقاش: دورىلىق سۈيۇقلۇقلار بىلەن بۇرۇن چايقىلىدۇ.

گالنی داۋالاش

1. گالنی چايقاش: هەر خىل دورىلارنى سۇدا قاينىتىپ، تۆنىكىغا يېرىم هەسسە قاينىتىلغان سۇ ئارىلاشتۇرۇپ، گالنى كۆندە نەچچە قېتىم چايقايدۇ.

2. گالغا دورا پۈركەش: بەزى گال كېسەللىكلىرىدە دورىلارنى تۆندەك قىلىپ گالغا پۈركۈيدۇ.

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ جەرراهىيسى

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىدە تۆيغۇر تېۋىپلىرى قەدىمكى زامانلاردىن تارتىپلا بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى ئىچكى، تاشقى جەھەتتىن دورىلار بىلەن داۋالاپلا قالماي، بەلكى كۆز، قۇلاق، بۇرۇن، گال ۋە ئېغىز ساھەسىنىڭ هەر خىل كېسەللىكلىرىنى كېسەللىك ئورنى، كېسەللىك دەرىجىسى ۋە كېسەللىك ئاقىۋىتى قاتارلىقلارغا ئاساسەن هەر خىل دەستىكارلىق (جەرراهلىق-ئوپېراتسىيە قىلىش) تۈسۇللىرىنى قوللىنىپ داۋالىغان. مەسىلەن، تۇغما خاراكتېرلىك قاپاق تېشىغا تۇرۇلۇپ قېلىش (شەتىرە) ۋە قاپاق ساڭگىلاش (ئىستىرخائۇلجەفەنى)، ئېغىز ئالمىغان يىڭناسىقۇ (شەئىرە)، كونىراپ كەتكەن قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىش (سەلابەتۆلجەفەنى)، كۆز ياشاڭغۇراش (سەيلانى ئەشك) كېسىلىدە ياش يوللىرى تورمالسىزلىنىش، كۆز بۇرجىكىدىن بەزىتۆسۇپ چىقىش (غۇددەئى گوشەئى چەشمى) كېسىلى كونىراش ۋە ئېغىرلىشىش، ياش خالتا يىرىڭلىق ئاقمىسى (ناسۇرۇلئەينى) كېسىلىدە ياش يولى تارىيىش، كۆزگە قاناتچە گۆش تۆسۇش (زۇفرە)، كۆز ئەستەر پەردىسىگە نېپىز قىزىل گۆش ئۆنۈش (تۇتىيا ئەينى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە)، كۆزگە پەردە چۈشۈش (سەبەل)، كۆزگە ئاق چۈشۈش (بەياز ئۇلئەينى)، 4-دەرىجىلىك كۆز قوتۇرى (جەرەيۇلئەينى)، كۆزگە سۇ چۈشۈش (نوزۇلۇلمائ) قاتارلىق كۆز كېسەللىكلىرىنى دەستىكارلىق ئەمەلىيىتىنىڭ شەرت-شارائىتلىرىنى هازىرلىغان ۋە مەشغۇلىيەتلىرىگە قاتتىق ئەمەل قىلغان هالدا تۇزەش، يىرىڭ ئاققۇزۇش، ياش يوللىرىنى كېڭەيتىش، قىرىش، يېرىش، كېسىپ ئېلىۋېتىش ۋە مەخسۇس ئەسۋاب بىلەن شۇمۇرۇش قاتارلىق دەستكار تۈسۇللىرىنى قوللىنىدۇ. قۇلاققا غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كېتىش، قۇلاق يولىدا قان-يىرىڭلار قېتىشىپ توسۇلۇپ قېلىش قاتارلىق قۇلاق

كېسەللىكلىرىدە مۇچىن بىلەن توسالغۇلارنى تازىلايدۇ. قۇلاق قاناش دورا بىلەن ياخشىلانمسا دەستكارى تۆسۇل قوللىنىدۇ. ئىككىلەمچى خاراكتېرلىك بۇرۇن سېزىمى ئاجىزلىشىش ياكى پۈتۈنلەي يوقلىش (خەيشۇم)، بورۇن بوۋاسىرى (بەۋاسىرۇلئە نفى) قاتارلىق بۇرۇن كېسەللىكلىرى دورا بىلەن ياخشىلانمسا دەستكارى تۆسۇل قوللىنىدۇ. بۇرۇن راكى (سەرتانى ئەنف) كېسىلىدە تۆسمىنى داغلايدۇ. كالپۇكقا ئارتۇقچە گۆش تۆسۈش (بەۋاسىرۇلشەفەتى) كېسىلىدە تۆسكەن گۆش قارايغان بولسا نەشتەر بىلەن تىلىدۇ ياكى كونارغان ۋە ئېغىرلاشقان بولسا تۆسكەن گۆشنى كېسىپ ئېلىۋېتىدۇ. چىشلار كاۋاكلىشىپ كېتىش، تۆۋۈلىپ كېتىش ۋە كامار بولۇپ قېلىش (تەئەككۈلۈلئەسنانى، تەپەتتۈلئەسنانى ۋە تەسەققۇبۇلئەسنان) كېسەللىكلىرىدە دورا بىلەن ياخشىلىنىش ئىمكانىيىتى بولمسا، ئەھۋالغا قاراپ قىرىش، داغلاش، زاماسكىلاش ۋە يۇلۇش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىدۇ. تىل ئېغىرلىقى، كېكەشلىك (سەقلۇللسانى، لۇسغۇللسانى) كېسىلىدە ئەگەر تىل ئاستىدىكى ئىلىنچىق قىسقا بولسا دەستكارلىق تۆسۇل بىلەن كېسىلىدۇ. تىل تېگىدە قۇمچاقسىمان تۆسۈكچە گۆش پەيدا بولۇش (زىندە ئوللسانى) كېسىلىدە ئۆسۈكچە گۆش دورا بىلەن ياخشىلانمسا دەستكارلىق تۆسۇلدا كېسىپ ئېلىۋېتىدۇ. بادامسىمان بەز يالۇغى (ئىلتىھابۇللەۋزەتەينى) كېسىلى تەكرار قوزغىلىدىغان بولسا، دەستكارلىق تۆسۇل بىلەن كېسىپ ئېلىۋېتىدۇ، قاتارلىقلار.

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىدە ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنىڭ دەستكارلىق تۆسۇللىرى بىلەن كېسەللىكلەرنى داۋالاش تارىخى ناھايىتى تۆزۈن بولۇپ قەدىمكى تىببىي كىتابلاردا تۆنى «ئىلمى جەررا ھىيە»، بۇ تۆسۇلنى قوللىنىپ كېسەل داۋالىغۇچى تېۋىپنى «جەررا ھ» دەپ ئاتىغان. بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى بولۇپمۇ نازۇك ئەزا بولغان كۆزنىڭ كېسەللىكلىرىنى جەررا ھلىق تۆسۇللىرى بىلەن داۋالاشنىڭ تارىخىمۇ خېلى تۆزۈن. تولۇقسىز مەلۇماتلارغا ئاساسلانغاندا، پەقەت كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دەستكارلىق ئەسۋابلىرىلا 47 خىلغا يەتكەن بولۇپ، تۆلار ناھايىتى قىممەتلىك مېتاللاردىن ئىتتايىن نەپىس قىلىپ ئىشلەنگەن. بۇنىڭدىن باشقا، مەشھۇر ئالىم ۋە تىبابەتشۇناس ئىبنىسىنانىڭ تىببىي تەلىماتلىرى شىنجاڭغا يېتىپ كېلىپ تېۋىپلىرىمىز تەرىپىدىن بەلگىلىك دەرىجىدە قوبۇل قىلىنىشتىن خېلى بالدۇرلا تۇيغۇر تېۋىپلىرى شىنجاڭدىلا ئەمەس، ھەتتا ئوتتۇرا تۆزلەكتىكى رايونلىرىدىمۇ كۆز كېسەللىكلىرىنى دەستكارلىق تۆسۇللىرى بىلەن داۋالاپ ساقايتقانلىقى ھەققىدىكى ئىشەنچلىك تارىخىي پاكىتلار چەت ئەل ئالىملىرىنىڭ ئەسەرلىرىدىمۇ بايان قىلىنغان. مەسىلەن، يۇقىرىدا سۆزلەپ ئۆتۈلگەندەك ياپونىيىلىك ئالىم چېن شۇنچېڭ ئەپەندى يازغان «يېپەك يولىغا زىيارەت»

دېگەن كىتابتا: ياپونىيەگە بېرىپ كۆكتۆرى تەلىماتلىرىنى ياپون خەلقىغە تارقاتماقچى بولغان مەشھۇر راھىپ تۇستاز جيەن چىكىنىڭ يەلكەنلىك كىمە بىلەن دېگىزغا سەپەرگە چىقىپ، بوران ۋە شىددەتلىك دولقۇن تۆپەيلىدىن بىر قانچە قېتىم مەغلۇپ بولۇپ ۋە كۆزىگە سۇ چۈشۈپ (نوزۇلۇلىمائ) ۋەتەنگە قايتىشقا مەجبۇر بولغانلىقى، يەرلىك تېۋىپلار كېسىلىنى داۋالاشقا ئامالسىز قالغاندا ياكىجۇ شەھىرىدە تېۋىپلىق قىلىۋاتقان تۇيغۇر تېۋىپنىڭ جەررالىق تۇسۇلى بىلەن داۋالاپ ساقايتقانلىقى، ھەمدە مەزكۇر راھىب تۇستازنىڭ ئاخىرى ياپونىيەگە بېرىپ تۆز مەقسىتىنى ئەملىگە ئاشۇرغانلىقى بايان قىلىنغان. ۋاقىت ئېتىبارىدىن قارىغاندا بۇ ئىشقا تەخمىنەن 1300 يىلدىن كۆپرەك بولغان. شۇ چاغدا ئوتتۇرا تۇزلەكلىكتىكى رايونلاردا تېۋىپلىق قىلىۋاتقان بىر تۇيغۇر تېۋىپنىڭ ئەنە شۇنداق نازۇك دەستكارلىق ئەملىيتى ئارقىلىق مۇھىم بىر ئەربابنىڭ كۆزىنى ئېچىپ شۆھرەت قازانغانلىقى ھەمدە ھازىرقى زامان چەت ئەل ئالىملىرىنىڭ ئەسەرلىرىدە تىللاردا داستان قىلىنىپ قايتا ئالاھىدە تەرىپلەنگەنلىكىدىن ئەينى زامانلاردا تۇيغۇر تىبابەتچىلىكى گۈللەنگەن ئەسلىي زېمىن شىنجاڭدا يەنمۇ ماھىر ھۆكۈمالار ۋە جەررالىقلارنىڭ ناھايىتى كۆپلىكىنى تەسەۋۋۇر قىلىش تەس ئەمەس. دەرۋەقە، قەدىمكى تىببىي كىتابلاردا مەخسۇس كۆزگە سۇ چۈشۈش (نوزۇلۇلىمائ) كېسىلىنى دەستكارلىق ئەملىيتى بىلەن داۋالايدىغان تۇسۇل «ئەملىي قەدەھ ياكى قەدەھ تۇسۇلى»، بۇ تۇسۇلنى قوللىنىپ كېسەل داۋالىغۇچى تېۋىپ «قەددادھ» دەپ ئاتالغان. ھالبۇكى، تۇيغۇر تېۋىپلىرى ئارىسىدا تاكى ھازىرغىچە مەزكۇر قەدىمكى ئۇسۇلنى قوللىنىپ كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلىنى داۋالايدىغان قەددادھ تېۋىپلار بار.

گەرچە، ھازىرقى زامان مېدىتسىنا ئىلمىنىڭ تەرەققىياتىغا ئەگىشىپ مۇتلەق كۆپ سانداكى بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئوپېراتسىيلىرى غەرب تېبابىتى دوختۇرخانىلىرىدا ئېلىپ بېرىلىۋاتقان بولسىمۇ، تۇيغۇر تېبابىتىمىزنىڭ بەش ئەزا كېسەللىكلىرى جەررالىقىنى ھازىرقى زامان تۇيغۇر تېبابىتى ئەسەرلىرىدە قايتا ئەسكەرتىپ ئۆتۈش تارىخىي مەنبە جەھەتتىكى ساۋادىمىزنى كېڭەيتىشكە زور دەرىجىدە ياردىمى بولۇپلا قالماي، بەلكى بەزى چەت-ياقا رايونلاردا شەرت-شارائىت ھازىرلىغان ھالدا جەررالىيە ئەملىيىتىگە قاتنىشىق ئەمەل قىلىپ بەزى بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنى ئاددىي دەستكارلىق ئۇسۇللىرىدىن پايدىلىنىپ بىر تەرەپ قىلىشتا بەلگىلىك ئەھمىيەتكە ئىگە.

ئىشىنىمىزكى، تۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ تۇچقاندەك تەرەققىياتى ۋە تۇيغۇر تېبابتى ئالىي تېخنىكۇمىدەك مۇنتىزىم بىلىم يۇرتلىرىنىڭ مۇكەممەللىشىشىگە ئەگىشىپ،

بەش ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش

يېمەك-ئىچمەك، تۇرالغۇ جاي

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

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

روھى ئامىللار

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

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

تازىلىقنا دىققەت قىلىش

تازىلىق ئىشلىرىنى ياخشى ئىلىپ بېرىش، ئاكتىپلىق بىلەن سەھىيە تەشۋىقات تەربىيە خىزمىتىنى قانات يايدۇرۇش كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا ناھايىتى مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. شەخسىي تازىلىق جەھەتتە قول بىلەن كۆزنى تۆۋۈلماسلىق، تاماقتىن بۇرۇن، تەرەتتىن كېيىن قول يۇيۇشنى ئادەت قىلىش كېرەك. كوللېكتىپ ئورۇنلاردىكى يۇز، قول يۇيىدىغان داس قاتارلىق سايمانلارنى قاينىتقاندىن ياكى زەھەرسىزلەندۈرگەندىن كېيىن ئىشلىتىشنى ئەملگە 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 ئەتىيازلىق 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 سوۋۇتىلغان قاياقسۇ ياكى تۇز سۇيى بىلەن نەمدەپ سۈرتۈپ تازىلاش كېرەك. كېسەل كىشى ئىشلەتكەن قوليا‌غلىقنى دائىم ئالماشتۇرۇپ تۇرۇشى ھەمدە قاياقسۇغا بېسىپ، سوپۇن بىلەن يۇيغاندىن كېيىن ئىشلىتىشى، يۇز سۈرتىدىغان لۆڭگە قاتارلىقلارنى باشقىلاردىن ئايرىپ ئىشلىتىشى كېرەك. ئەگەر، بىر تەرەپتىكى كۆزدىن كۆپلەپ ياش ئاقسا، ئەكسىچە ياخشىسى شۇ تەرەپكە يېتىپ ساق كۆزگە ئېغىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش لازىم. ئىككىلا كۆز بىرلا ۋاقىتتا كېسەللىنىپ پۈتۈن بەدەن بىئارام بولسا، يېتىپ دەم ئېلىش لازىم. كۆزنى دەستىكارلىق ئۈسۈللىرى بىلەن داۋالاتقاندىن كېيىن يېتىپ ئارام ئېلىشقا تېخىمۇ دىققەت قىلىش، ئالاھىدە كۆتۈلۈش لازىم. ئەگەر، كېسەلنىڭ مىجەز-خاراكتېرى ئىنتىك، 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. ئېغىر كېسەللەرنىڭ نەپەسلىنىشىدە قىينىچلىق بار-يوقلۇقىغا دىققەت قىلىش كېرەك. مەسىلەن: جىددىي كېسەللىكلەردە بەلغەم، خەپرۈك كۆپىيىپ نەپەس يوللىرىنى توسۇپ نەپەسلىنىشنى قىينلاشتۇرسا، باشنى يېنىچە قىلىپ ياتقۇزۇش، خەپرۈكنىڭ 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، ھاراق، تاماكا قاتارلىقلارنى كۆپلەپ ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم. گال كېسەللىكلىرى سوغۇقتىن، ئاجىزلىقتىن بولغاندا يېتىپ-قوپۇشقا، يېمەك-ئىچمەككە، دەم ئېلىشقا دىققەت قىلىش كېرەك.

كۆز كېسه للىكلىرى

كۆز پارىسچه چەشم، ئەرەبچه ئەين دەپ ئاتىلىدۇ. كۆز ئادەم بەدىنىدىكى مۇرەككەپ ئەزالار ئىچىده مۇھىم ۋە نازۇك ئەزا بولۇپ، سىرتقى دۇنيانى تونۇشتىكى تاشقى بەش سەزگۈ (هەۋاسى خەمسه زاهىرى) ئەزانىڭ بىرى. ئۇنىڭ ۋەزىپىسى كۆزگه كۆرۈنىدىغان شەيئىلەرنىڭ تەسۋىرلىرىنى ئۆز ئەينى بويىچه كۆرۈپ مېڭىگه نورمال ئەكس ئەتتۈرۈپ بېرىشتىن ئىبارەت. ئۇ، بۇ ۋەزىپىسىنى ئادا قىلىش ئۈچۈن نورمال ئەكس ئەتتۈرۈپ بېرىشتىن ئىبارەت. ئۇ، بۇ ۋەزىپىسىنى ئادا قىلىش ئۈچۈن ئۆزىدىكى خاس كۆرۈش كۈچى (قۇۋۋەتى باسىرە) گه تايىنىشتىن سىرت ئۆزىدىكى پەردىلەر، سۇيۇقلۇقلار ۋە كۆرۈش ئەسەبلىرى (ئەسەبى مۇجەۋۋەفە) قاتارلىقلارغا تايىنىدۇ. ئۇ سىرتقى كۆرۈنۈش جەھەتته كۆز ئېقى، كۆز قارىسى، كۆز قارىچۇقى قاتارلىقلار ئارقىلىق شەكىللەندۈرگەن يۇمىلاق هالىتىنى قاپاق ۋە كىرپىكلەر ئارقىلىق مۇھاپىزەت قىلىپ تۇرىدۇ. شۇڭا تەبىئەتچىلىكىمىز كۆز كېسه للىكلىرىنى ئادەتته قاپاق ۋە كىرپىك كېسه للىكلىرى، كۆز بۇرجىكى كېسه للىكلىرى، كۆز ئېقى كېسه للىكلىرى، كۆز قارىسى كېسه للىكلىرى، كۆز قارىچۇقى كېسه للىكلىرى، سىرتقى زەخمىلىنىشتەك باشقا كۆز كېسه للىكلىرىگه ئايرىيدۇ هەمده كېسه للىك سەۋەبى، ئالامىتى، داۋاسى (ئىچكى ۋە تاشقى داۋاسى، دەستكارلىق تۆسۇللىرى)، پەرهىزى، ئوزۇقلىنىشى قاتارلىقلارنى ئۆزىگه خاس مىللىي ئالاهىدىلىكى بويىچه تەپسىلىي بايان قىلىدۇ.

كۆز كېسه للىكلىرى بىلەن تونۇشۇش ئۈچۈن ئالدى بىلەن كۆزنىڭ ئوزۇلۇشىنى پىششىق بىلىشكه توغرا كېلىدۇ.

كۆزنىڭ ئوزۇلۇشى

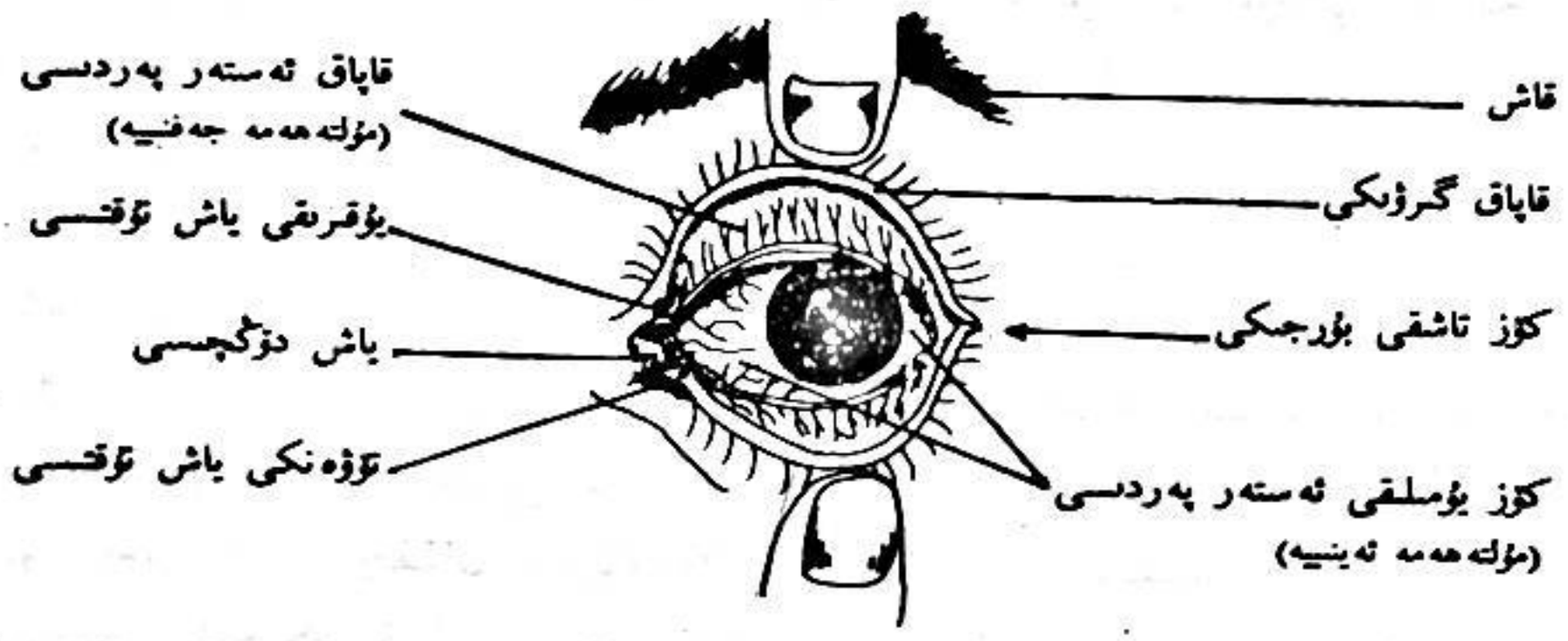
كۆز ئىنچىكه ۋە ئىنتايىن مۇرەككەپ ئەزا بولغاچقا ئۇنىڭدا يۈز بېرىدىغان

كېسەللىكلەرنى مۇرەككەپ ۋە ھەر خىل بولىدۇ. شۇڭا، تۆلارنى توغرا توتۇپ ئىچكى ياكى تاشقى جەھەتتە مۇۋاپىق دورا ۋە تۈسۈل-چارىلارنى قوللىنىپ توغرا داۋالاشتا ئالدى بىلەن تۈنۈك تۈزۈلۈشىنى پىششىق ئىگىلەش ناھايىتى زور ئەھمىيەتكە ئىگە.

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

كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى*

كۆزنىڭ قوشۇمچە ئەزالىرى (مۇتەئەللىقاتى چەشىم) 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 تۆۋى (كۆز چانىقى) نىڭ ئۈستۈنكى قىرغىقىدىكى يايسىمان دۆڭچىنىڭ تېرە يۈزىگە ئۇنگەن تۈكلەردىن ھاسىل بولغان بولۇپ، تۈ ئاساسلىق، پېشانىدىن ئاققان تەرلەرنىڭ كۆزگە كىرىپ كېتىشىنى توسۇش رولىغا

---

*ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكىدە ئەزالار ۋە كېسەللىكلەر سىرتىدىن ئىچگە، يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تۈتۈشتۈرۈلگاچقا، ئەسلىي تۈسلۈبى ساقلاپ قېلىنىپ يەنىلا ئالدى بىلەن «كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى» تۈتۈشتۈرۈلدى.

——مۇھەررىردىن

ئىگە ۋە شۇنىڭدەك كىشلەرنىڭ ھۆسنىگە زىننەت قوشىدۇ.

2. قاپاق

قاپاق (جەفن، ئەجفان) كۆز يۇمىلقىنىڭ ئۈستى ۋە ئاستى تەرىپىگە جايلاشقان بولۇپ، كۆز يۇمىلقىنىڭ ئالدىنقى قىسمىنى مۇھاپىزەت قىلىدۇ. ئۈ ئۈستۈنكى ۋە ئاستىنقى قاپاق دەپ ئىككىگە بۆلۈنگەن بولۇپ، يېپىلىپ-ئېچىلىپ ھەرىكەتلىنىپ تۇرىدۇ. ئۈستۈنكى قاپاق ئاستىنقى قاپاققا قارىغاندا كەڭرەك ۋە ھەرىكەتچان بولىدۇ. قاپاق ئۈچلىرى ئۆزئارا ئۈتۈشۈپ كۆزنىڭ ئىككى بۇرجىكىنى ھاسىل قىلىدۇ. ئىچكى تەرەپتىكىسى چوڭراق بولۇپ، كۆز ئىچكى بۇرجىكى؛ تاشقى تەرەپتىكىسى كىچىكرەك بولۇپ، كۆز تاشقى بۇرجىكى دەپ ئاتىلىدۇ. تاشقى بۇرجەك كۆز يۇمىلقى بىلەن بەكرەك جىپسلاشقان بولىدۇ. ئىچكى بۇرجەك كۆز يۇمىلقىدىن سەل-پەل ئايرىلىپ تۇرغان بولۇپ، ئۇنىڭدىن بۇرتۇپ چىققان گۆش-ياش دۆڭچىسى، دەپ ئاتىلىدۇ. قاپاقلارنىڭ قىرى قاپاق گىرۋىكى دەپ ئاتىلىدۇ. ئۈستۈنكى ۋە ئاستىنقى قاپاق گىرۋەكلىرىنىڭ كۆز ئىچكى بۇرجىكىگە يېقىن جايدىكى ئىككى تۆشۈك-ياش ئۈقتىسى دەپ ئاتىلىدۇ. يۇقىرى ۋە ئۈۋەنكى ياش كانالچىلىرى مۇشۇ ئۇقتىلاردىن باشلىنىدۇ. قاپاق گىرۋىكىنىڭ ئالدىنقى قىرىدا سىرتقا قاراپ رەتلىك ئۈسكەن كىرپىكلەر، قىرىنىڭ ئىچكى تەرىپىدە قاپاق قىرىغا قاراپ ئېغىزلانغان كۆمۈرچەك بەزلەر بولىدۇ. بەزلەردىن چىققان سۇيۇقلۇقلار قاپاق قىرىنى سىلىقلاپ تۇرىدۇ. قاپاقنىڭ ئۆزۈلۈشى سىرتىدىن ئىچىگە قاراپ تېرە، تېرە ئاستى ئەزالىرى، گۆش، كۆمۈرچەك ۋە ئەستەر پەردىلەردىن تەركىب تاپىدۇ. تېرە قىسمى ناھايىتى نېپىز كېلىدۇ. كۆمۈرچىكى ئىنچىكە تالالاردىن ئۆزۈلگەن بولىدۇ. قاپاقتىكى گۆش ئاساسەن يۇقىرىقى قاپاقنىڭ يۇمۇلۇپ ئېچىلىشىنى باشقۇرىدۇ.

3. كىرپىك

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

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

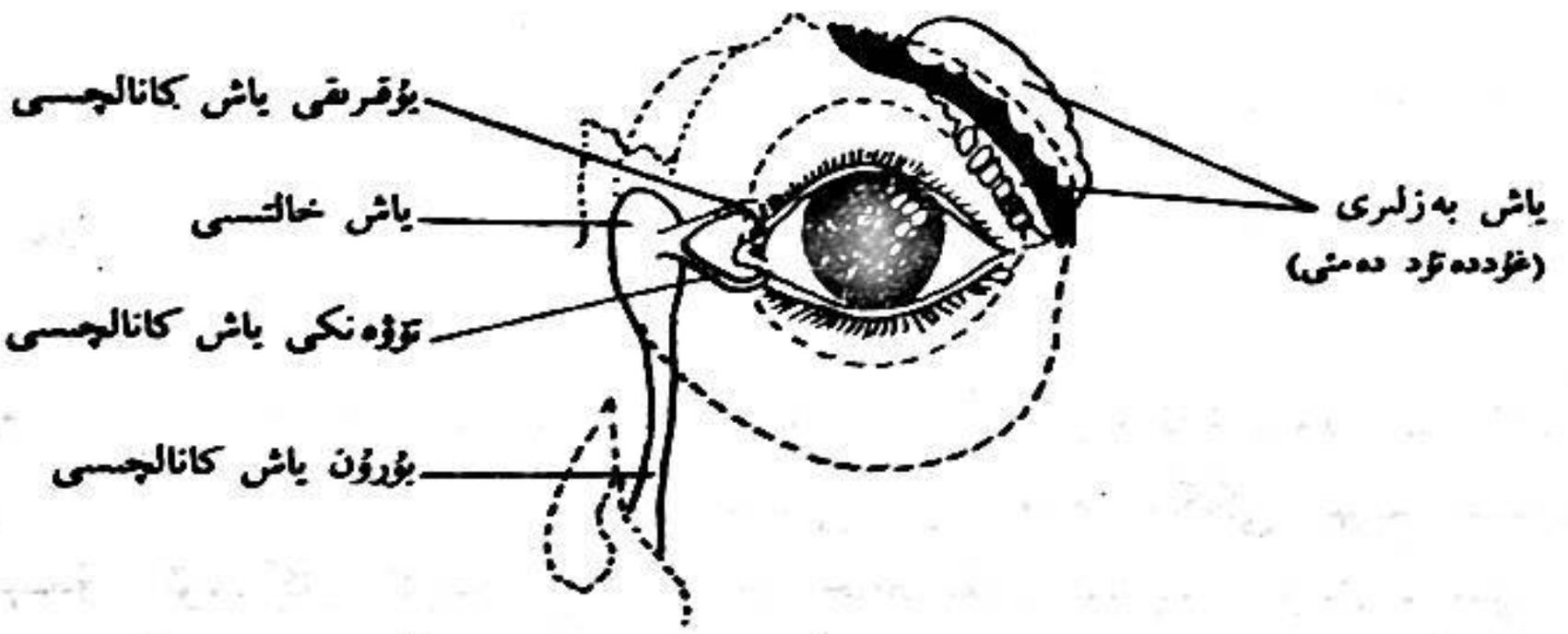
4. قاپاق ئەستەر پەردىسى

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

قاپاق ئەستەر پەردىسى سۈزۈك بەلغەمسىمان پەردە بولۇپ، سەل قىلىنراق ھەم قان تومۇرلارغا باي كېلىدۇ. يۈزىدە تۆشۈشاق دۆڭچە تۆقتىلار بولىدۇ. تۆ قاپاقنىڭ ئىچكى سەتھىنى ئەستەرلەپ بولغاندىن كېيىن، كۆز يۇمىلقى قاتتىق پەردىسى (تەبەقەئى سۇلبىيە) نىڭ ئالدىنقى قىسمى ۋە مۆڭگۈز پەردىسى (تەبەقەئى قەرنىيە) نىڭ مەلۇم قىسمى بىلەن تۇتىشىپ تۇرىدۇ.

5. ياش ئەزالىرى

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



2-رەسىم. كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى

1) ياش بېزى (غۇددەتۈد دەمتى): تۆ، كۆز تۆۋىنۈك تاشقى يۇقىرىقى تەرىپىدە بولىدۇ. تۆنۈك سىرتقى سەتھى گۇمبەزسىمان بولۇپ، كۆز تۆۋى سۆڭىكىنىك پەردىسىگە چېتىشقان بولىدۇ. ئاستىنقى ئويمان سەتھى كۆز تۆستى گۆشلىرى بىلەن تۇتىشىدۇ. ياش

بېزىدا تەخمىنەن يەتتىدەك نەيچە بار بولۇپ، تۆلار ئەستەر پەردىنىڭ ئاستى قىسمىدىن ئۆتۈپ ئۈستى قىسمىدا ئاخىرلىشىدۇ. ياش بېزىدىن ئىشلىنىپ چىققان سۈيۇقلۇقلار سىرغىپ چىقىپ كۆز يۇمىلىقىنى نەمدەپ، سەگىتىپ تۇرىدۇ. غەيرىي نەرسىلەرنى ئېقىتىپ چىقىرىدۇ، جەراسىملارنى تۆلتۇرىدۇ.

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

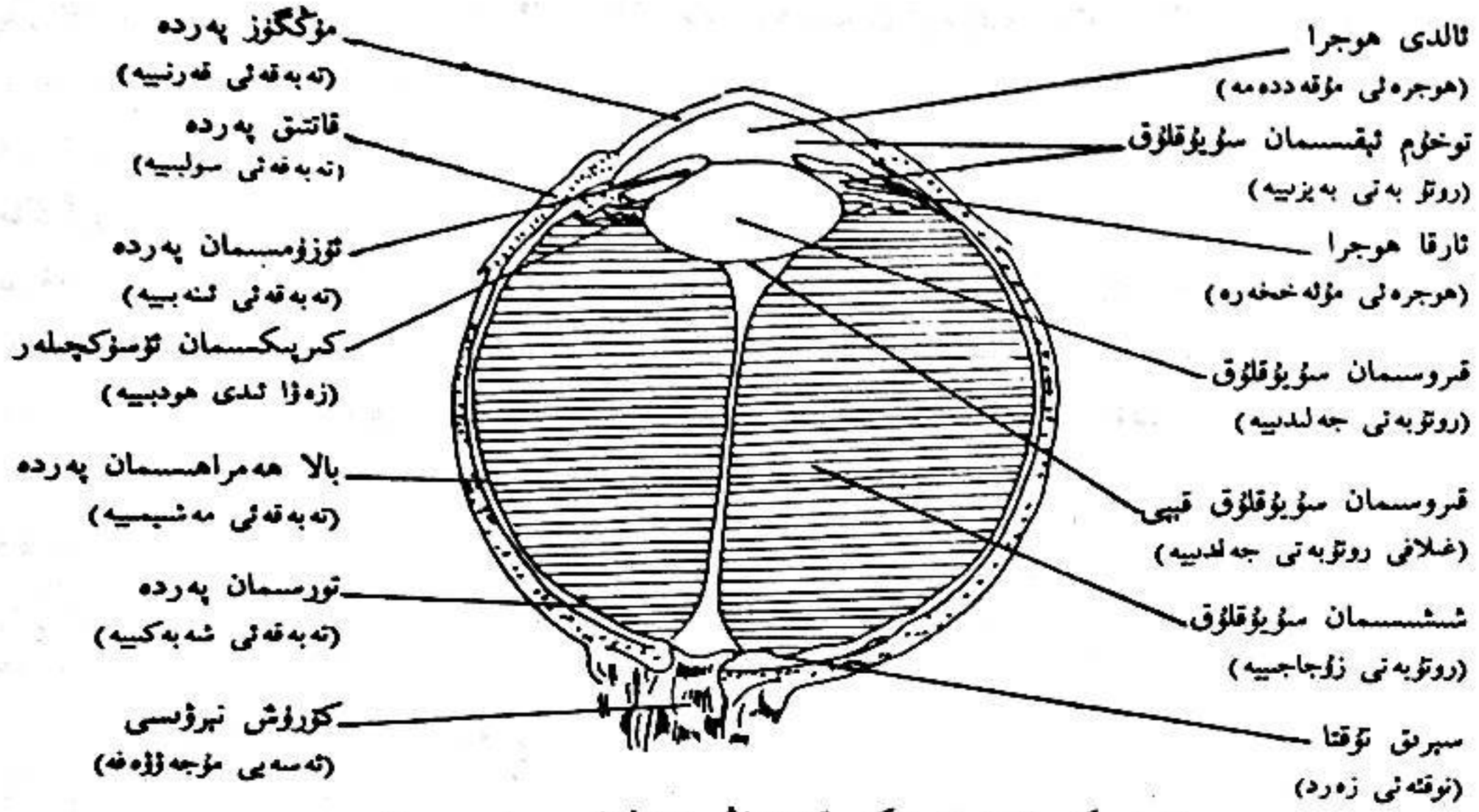
(1) ياش كانالچىسى (مەجرەد دەمئى): ياش كانالچىلىرى يۇقىرى ۋە تۆۋەنكى ياش نۇقتىسىدىن باشلىنىدۇ. يەنى، يۇقىرىقى ياش كانالچىسى ئۈستۈنكى تەرەپتىن، تۆۋەنكى ياش كانالچىسى ئاستى تەرەپتىن مېڭىپ ياش خالتىسىغا تۇتىشىدۇ.

(2) ياش خالتىسى (كىيسە تۈددەمئى): ياش خالتىسى بۇرۇن ياش كانالچىسىنىڭ يۇقىرىقى قىسمىدىكى خالتىسىمان بوشلۇق بولۇپ، ياش سۆڭىكى كانالچىسى تەرىپىگە جايلاشقان. تۈنۈك شەكلى سوزۇق تۈخۇمسىمان بولۇپ، ئۈستى يۇمىلاق، ئاستى سوزۇنچاقراق كېلىدۇ.

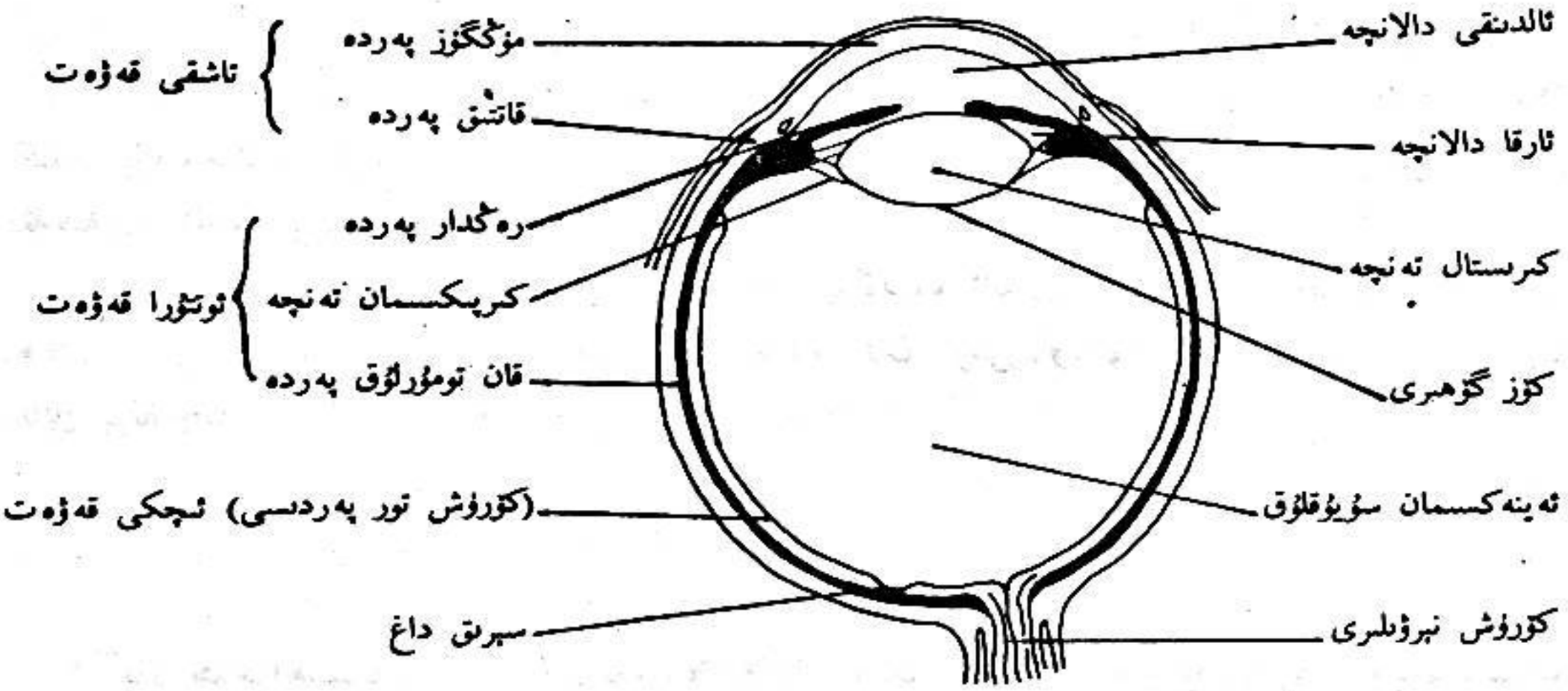
(3) بۇرۇن ياش كانالچىسى (مەجرا تۆلتە نفى): بۇرۇن ياش كانالچىسىنىڭ تۆزۈنلۈقى تەخمىنەن بىر ئىلىك بولۇپ، ياش خالتىسىنىڭ ئاستىنقى كانارىسىدىن باشلىنىپ بۇرۇن ئاستىنقى كاۋاكچىسىدا ئېچىلىدۇ. ئېغىزىدا بىر قاپقاق بار بولۇپ، ياشنىڭ كەينىگە قايتىپ كېتىشىنى توسايدۇ. مەزكۇر كانالچىنىڭ ئىچكى تەرىپى پوتلاسىمان پەردە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

كۆز يۇمىلىقى

كۆز يۇمىلىقى (مۇقلە) ئالما شەكلىدە بولۇپ، تۆزۈنلۈقى تەخمىنەن بىر ئىلىك، توغرىسى بىر ئىلىكتىن كەمرەك (رادىئوسى ھازىرقى تۆلچەمدە ئىككى يېرىم سانتىمېتر ئەتراپىدا) كېلىدۇ. تۇ، كۆز تۆۋىدىكى ياغلارغا جايلاشقان بولۇپ، ئۈستى-ئاستى ۋە ئوڭ-سول تەرەپتىكى مۇناسىۋەتلىك گۆشلەر بىلەن تارتىلىپ تۇرغاچقا ھەر تەرەپكە ئەركىن ھەرىكەتلىنىپ تۇرىدۇ. كۆز يۇمىلىقى تۆزىنىڭ سىرتى ۋە ئىچىدىكى تەركىباتلىرى يەنى، سىرتقى قىسمىدىكى 3 پەردە، ئىچكى قىسمىدىكى 3 سۈيۇقلۇقتىن 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 (تەبەقەئی سۇلبىيە)، 2. بالا ھەمراھسمان پەردە (تەبىقەئی مەشىمىيە)، 3. تورسمان پەردە (تەبەقەئی شەبەكىيە). لېكىن ئالدىنقى 2 خل پەردىنكۇ تۆدۇللىدىكى قىسسملىرىنى تەپسلىي ئايرىپ يەنى، قاتتىق پەردىنكۇ ئالدىدىكى 1/6 قسمنى مۇڭگۈز پەردە (تەبەقەئی قەرنىيە)، بالا ھەمراھسمان پەردىنكۇ ئالدىدىكى 1/6 قسمنى تۆزۈمسمان پەردە (تەبەقەئی ئىنەبىيە) دەپ ئاتىغاچقا 5 خل پەردە بار دەپ قارىلىدۇ. بەزى ھۆكۈمالار كۆز يۇملىقى ئەستەر پەردىسى (مۇلتەھەمەئی ئەينىيە) ۋە قىرۇسمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى روتۇبەتى جەلىدىيە) نى يەنى تۇمۇچۇك تورىس ئمان پەردە (تەبەقەئی ئەنكەبۇتىيە) نمۇ كۆز يۇملىقى پەردىلىرى قاتاردا ساناپ 7 خل پەردە بار دەپ قارايدۇ. تۆۋەندە چوكۇ جەھەتتىكى 3 پەردە ۋە تۇنىكۇ تەركىبي قسمى بولغان 2 پەردە، جەمئي 5 پەردە سۆزلىنىدۇ.

1. قاتتىق پەردە (تەبەقەئی سۇلبىيە)

قاتتىق پەردە ئىنچىكە تالالاردىن تۆزۈلگەن رەڭگى ئاق؛ مەزمۇت پەردە بولۇپ، كۆز يۇملىقىنىكۇ تۇستى، ئاستى ۋە كەينىدىن ئىبارەت 5/6 قسمنى تەشكىل قىلىدۇ ھەمدە، ئالدىدىكى 1/6 قسمنى تەشكىل تاپقان مۇڭگۈز پەردە بىلەن بىرلىكتە كۆز يۇملىقىنىكۇ قېپىنى ھاسىل قىلىدۇ. تۇنىكۇ ئەكۇ ئارقا تەرىپىدىكى تۆشۈكتىن كۆرۈش ئەسەبى (ئەسەبى مۇجەۋۋەفە) ۋە كۆز تومۇرلىرى تۆتىدۇ.

مۇڭگۈز پەردە پارقىراق، تۇر تۆتكۈزۈچان بولۇپ، ئالدى سەتەھى دۇڭكەڭ كېلىدۇ. كەينى قاتتىق پەردە بىلەن تۆتىشىدۇ. مەزكۇر پەردىدە قان تومۇرلار بولمايدۇ، ئەمما ئەسەبلەرگە باي بولغاچقا سەزگۈررەڭ كېلىدۇ.

2. بالا ھەمراھسمان پەردە (تەبەقەئی مەشىمىيە)

بالا ھەمراھسمان پەردە قان تومۇرلارغا باي بولغاچقا، قان تومۇرلۇق پەردە دەپمۇ ئاتىلىدۇ. تۇ، قاتتىق پەردە بىلەن تورسمان پەردىنكۇ ئارىلقىدا بولۇپ، رەڭگى قارامتۇل كېلىدۇ (ئىرق تۇپەيلىدىن ھەر خل رەڭدىمۇ بولىدۇ). مەزكۇر پەردىنكۇ ئالدىنقى 1/6 قسمى ئۆزۈمسمان پەردە (تەبەقەئی ئىنەبىيە) دەپ ئاتىلىدۇ. تۇ، يۇملاق، سوزۇنچاق تۇر چاچقان شەكلىدىكى قاتلاقلار يەنى رەڭدار قويرۇقلاردىن تەركىب تاپقان بولۇپ، ئوتتۇرىسىدىكى تۆشۈك كۆز قارىچۇقى دەپ ئاتىلىدۇ. كۆز قارىچۇقى قويرۇقلارنىكۇ رولى ئارقىلىق كېڭىيىپ تارىيىدۇ. مەزكۇر پەردىنكۇ ئاخىرى رەڭدار مۇڭگۈزلۈك چاندىرلار بىلەن ئاخىرلىشىپ بالا

ھەمراھسمان پەردە بىلەن تۆتىشىدۇ. بۇ چاندىرلار كىرىكسمان چاندىر ياكى تۈسۈكچە (زەۋائىدى ھۈدبىيە) دەپ ئاتىلىدۇ. دېمەك، بالا ھەمراھسمان پەردىدە قان تومۇرلار، بىرىكتۈرگۈچى توقۇلمىلار ۋە رەڭدار مۇڭگۈزلۈك تۈسۈكچىلەر بولىدۇ. مەزكۇر پەردىنىڭ ئىچكى تەرىپى قارا رەڭلىك بولغاچقا، يورۇقلۇقنى تۈزگە تارتىپ كۆرۈشىنىڭ نورماللىقىنى تەمىن ئېتىدۇ.

3-تورسمان پەردە (تەبەقەئى شەبەكسىيە)

تورسمان پەردە كۆزنىڭ ئىچكى پەردىسى بولۇپ، ئىچكى سەتەھى ششسمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى زۇجاجىيە) بىلەن سىرتقى سەتەھى بالا ھەمراھسمان پەردە (تەبەقەئى مەشىمسىيە) بىلەن تۇتىشىدۇ. تۇ، نېپىز، پارقىراق بولۇپ، تېگى تەكتىدىن ئېنىقلاندا كۆرۈش ئەسەبنىڭ كېڭەيگەن قىسمى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ھەر قانداق نەرسىنىڭ شولىسى مۇشۇ پەردىدە ئەكس ئېتىدۇ. بۇ پەردە 3 ئۆلۈش بولىدۇ، بىرىنچى ئۆلۈشى كۆرۈش ئەسەبىدىن باشلىنىپ، ئۇنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا ئاخىرلىشىدۇ. ئىككىنچى ئۆلۈشى كىرپىكسمان تۈسۈكچىنىڭ قۇيرۇقى تەرىپىدىن ئورۇن ئالىدۇ. ئۈچىنچى ئۆلۈشى ئۈزۈمسمان پەردىنىڭ قۇيرۇق تەرىپىدە بولىدۇ. بۇلارنىڭ ئىچىدە بىرىنچى ئۆلۈش قىسمىلا كۆرۈش خىزمىتىگە قاتنىشىدۇ.

مەزكۇر پەردە ئادەم ھايات ۋاقتىدا تۈرلۈق پارقىراق، سۈزۈك كېلىدۇ. ئادەم تۇلگەندىن كېيىن دۇغلىشىپ قالىدۇ.

مەزكۇر پەردىنىڭ كۆرۈش ئەسەبى كىرگەن سەتەھىدە بىر تۈخۈمسمان ئويمانلىق بار بولۇپ، تۇ، كۆز توقىچقى (قۇرسۇلبەسەرى) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ جايغا يورۇقلۇق تەسىرى كەلمەيدۇ. ئەمما تۇنىڭ دەل ئوتتۇرىسىدا بىر سېرىق داغ بار بولۇپ، تۇ، سېرىق تۇقتا (نۇقتەئى زەرد) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ تۇقتا يورۇقلۇقنى ئەڭ كۆپ قوبۇل قىلىدىغان ۋە سېزىدىغان بولغاچقا، كۆرۈش كۈچى ناھايىتى تۇتكۇر كېلىدۇ.

كۆرۈش پەردىسى تورسمان پەردە ۋە باشقا كۆز قىسملىرىنىڭ ۋاستىسى ئارقىلىق نۇرلۇق شولىلارنى قوبۇل قىلىپ، مېڭىگە قەدەر يەتكۈزۈپ بېرىدۇ. مېڭە كۆرۈش قۇۋۋىتى (قۇۋۋەتئى باسرە) ئارقىلىق قوبۇل قىلىدۇ.

كۆز يۇملىقى ئىچى

كۆز يۇملىقى ئىچىدە 3 خىل سۇيۇقلۇق بار. تۇلار، تۇخۇم ئېقسسمان سۇيۇقلۇق

(روتۇبه‌تى به‌يزىيه)، قىروسمان سۇيۇقلۇق (روتۇبه‌تى جه‌لدىيه)، ششسسمان سۇيۇقلۇق (روتۇبه‌تى زۇجاجىيه) له‌ردىن ئىباره‌ت. تۆلار كۆز يۇمۇلقىنىڭ ئىچىدىكى بوشلۇقلارنى تولدۇرۇپ، تۆنۈك شه‌كلىنى ساقلايدۇ. مه‌زكۇر سۇيۇقلۇقلار ره‌ڭسىز بولغاچقا، يورۇقلۇقلارنىڭ نورمال تۆتىشىگه كاپاله‌تلىك قىلىدۇ.

1. تۆخۇم ئېقسسمان سۇيۇقلۇق (روتۇبه‌تى به‌يزىيه)

مه‌زكۇر سۇيۇقلۇق تۆخۇم ئېقىغا ئوخشايدىغان بولۇپ، ئه‌سلى تۆ بىر خىل به‌لغه‌م سۇيۇقلۇقىدىن ئىباره‌ت. تۆ مۆڭگۈز پەردىنىڭ ئاستىدا، قىروسمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى رۇتۇبه‌تى جه‌لدىيه) نىڭ يه‌نى كۆز گۆھىرىنىڭ ئالدىدىكى بوشلۇقتا تۇرىدۇ. بۇ بوشلۇق ئالدى هوجرا (هوجره‌ئى مۇقه‌ددەمه) ده‌پ ئاتىلىدۇ. ئۇزۇمسمان پەرده مه‌زكۇر سۇيۇقلۇقنىڭ بىر قىسمنى توساپ تۇرغاچقا، تۇنى مۆڭگۈز پەرده بىله‌ن ئۇزۇمسمان پەرده ئارىلىقىدا تۇرىدۇ دېيىشكىمۇ بولىدۇ. ئۇزۇمسمان پەرده بىله‌ن قىروسمان سۇيۇقلۇق قېپى ئارىلىقىدىكى كىچىكره‌ك بوشلۇق ئارقا هوجرا (هوجره‌ئى مۇئه‌خخه‌ره) ده‌پ ئاتىلىدۇ. ئالدى ۋه ئارقا هوجرىلار ئۇزۇمسمان پەرده ئوتتۇرىسىدىكى تۆشۈك يه‌نى، كۆز قارىچۇقى ئارقىلىق ئۇزۇئارا تۇتىشىپ تۇرىدۇ. شۇڭا، ئېنىقراق قىلىپ ئېيتقاندا، تۆخۇم ئېقسسمان سۇيۇقلۇق ئالدى ۋه ئارقى هوجرىلارنى تولدۇرۇپ تۇرىدۇ.

2. قىروسمان سۇيۇقلۇق (روتۇبه‌تى جه‌لدىيه)

مه‌زكۇر سۇيۇقلۇق قىروسمان سۇيۇقلۇق قېپى يه‌نى كۆز گۆھىرىنىڭ ئىچكى قىسمىدىكى سۇزۇك كرىستال ته‌نچه بولۇپ، قېپىنىڭ ئىككى يۈزى دۆڭ، ياپىلاق، پارقىراق، تۇر تۇتكۇزۇچان، ئه‌ۋرىشىمچانلىقى يۇقىرى كېلىدۇ. ئۇزۇمسمان پەرده بىله‌ن شىششسمان سۇيۇقلۇقنىڭ ئارىلىقىدا تۇرىدۇ. ئىككى چېتى كىرپىكسمان چاندىر بىله‌ن تارتىلىپ، بالا هه‌مراهسمان پەرده بىله‌ن تۇتىشىدۇ. كۆز گۆھىرى كىرپىكسمان چاندىرنىڭ بوشاش ۋه يېغىش رولى ئارقىلىق دۆڭلۈك ده‌رىجىسىنى ته‌ڭشه‌پ يىراق ۋه يېقىندىكى نه‌رسىله‌رنى نورمال كۆرۈشكه ماسلىشىدۇ.

3. ششسسمان سۇيۇقلۇق (روتۇبه‌تى زۇجاجىيه)

مه‌زكۇر سۇيۇقلۇق ئېرىتىلگه‌ن ته‌ينه‌ك سۇيۇقلۇقنىڭ تۇخشاش سۇزۇك ماددا بولۇپ، كۆز يۇمۇلقىنىڭ 4/5 قىسمنى يه‌نى كۆز گۆھىرىنىڭ كه‌ينى ۋه تورسمان پەردىنىڭ ئالدىدىكى بوشلۇقنى تولدۇرۇپ تۇرىدۇ.

كۆز كېسه للكلرنىڭ تۈرى

كۆز كېسه للكلرى (ئه مرازۇلئه يني) بىله ن تونۇشۇش ئۈچۈن ئالدى بىله ن كۆزنىڭ مزاجى ۋه ئۇنىڭ كېسه للك ئۈرلرننى بلىش كېره ك.

كۆزنىڭ مزاجى هۆل ئىسسىق. كۆز كېسه للكلرنده خلت (ماددا)لىق ۋه خلت (ماددا) سز كېسه للكله ر، مه ره زى ته ركب (ئه زا شه كلى ياكى ته ركىبى ئۆزگه رگه ن كېسه للكله ر) ۋه مه ره زى مۇشته ره ك (ئۆزۈلۈشى ياكى ئاناتومىيىسىگه ئائىت كېسه للكله ر ۋه باشقا ئه زالار شرىكچىلىكىدىن بولغان كېسه للكله ر) له رنىڭ هه ممىسى يۇز بېرىدۇ. ئۇلار، به زىده برله مچى كېسه للك (مه ره زى ئه سلي) ياكى ئىككىله مچى كېسه للك (مه ره زى شركي) يه نى باشقا ئه زالار شركچىلىكى هاله تته يۇز بېرىدۇ. كۆز بىله ن مۇناسىۋىتى چوڭ ۋه ئۇنىڭ بىله ن شركچىلىكى بار ئه زالار مېڭه، باش ۋه مېڭىنىڭ ئىچكى، تاشقى په ردىلرى؛ ئۇنىڭدىن قالسا ئاشقازان ۋه باشقا ئه زالاردۇر. كۆزنىڭ مېڭه سرتقى په ردىسى شركچىلىكىدىن بولغان كېسه للكلرنىڭ خه تىرى ئانچه چوڭ ئه مه س.

كۆز كېسه للكلرنىڭ به زىسى يۇقۇملۇق بولىدۇ. مه سىله ن: يۇقۇملۇق كۆز ئاغرىقى (ره مه د) قاتارلىقلار. يه نه به زىلرى ئىرسىيه ت خاراكتېرلىك بولىدۇ. مه سىله ن: كۆزگه په رده ئۇسۇش (سه به ل) كېسه للكى قاتارلىقلار.

كۆز كېسه للكلرى ئىسسىق جايلاردا كۆپره ك، سوغۇق جايلاردا ئازراق ئۇچرايدۇ. شۇ- نىڭده ك ماددىلارنىڭ ياز په سلىده كۆز ته ره پكه ئۈرله يدىغانلىقى، ئه تياز په سلىده سىرغىپ ئىچىپ كۆزگه كېلىدىغانلىقى، كۆز په سلىده بۇزۇلۇپ كۆزگه ته سىر قىلـ ىدىغانلىقى ئۈچۈن قىش په سلىدىن باشقا په سلله رده كۆز كېسه للكلرى كۆپله پ ئۇچرايدۇ.

كۆز كېسه للكلرنىڭ بىر قىسمى ئه سته ر په رده (ته به قه ئى مۇلته هه مه)ده يۇز بېرىدۇ. مه سىله ن: كۆزنىڭ يۇقۇملۇق ئاغرىقى (ره مه د يه نى ته به قه ئى مۇلته هه مه ده ئىسسىقتىن يۇز بېرىدىغان يالـلۇغ)، كۆزگه چىكىت په يدا بولۇش كېسىلى (ته رفه)، كۆزگه قاتتىق مۇدۇر په يدا بولۇش كېسىلى (ۋه دقه) قاتارلىقلار. به زىلرى مه خسۇس مۇڭگۈز په رده (ته به قه ئى قه رنىيه)ده يۇز بېرىدۇ، مه سىله ن: كۆزگه ئاق چۈشۈش كېسىلى ۋه كۆز يىرىڭلىق جاراهىتى كېسىلى قاتارلىقلار. يه نه به زىلرى

مەخسۇس كۆز قارىچۇقىدا يۇز بېرىدۇ، مەسىلەن: كۆز قارىچۇقنىڭ كېڭىيىش كېسىلى، كۆز قارىچۇقنىڭ تارىيىش كېسىلى، كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ) قاتارلىقلار. بەزىلىرى مەخسۇس كۆزدىكى روھلارغا چۈشىدۇ، مەسىلەن: كۆزگە پاشا، كۆمۈتىگە ئوخشاش نەرسىلەر كۆرۈنۈش كېسىلى (خىيالات)، قارىغۇلۇق، كۆز ئاجىزلىشىش كېسىلى قاتارلىقلار. بەزىلىرى مەخسۇس كۆزنىڭ سۇيۇقلۇقلىرىدا يۇز بېرىدۇ، مەسىلەن: كۆز سۇيۇقلۇقلىرىنىڭ تۈيۇپ قېلىشى ۋە تۇلارنىڭ ئارتۇقچە قېتىشىپ قېلىشى قاتارلىقلار.

ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە) گە مەنسۇپ ۋە تۇنۇكۇغا قوشۇلۇپ كېلىدىغان ھەتتا تۇنۇكۇدىن باشقا كۆز ئەزالىرىدا يۇز بېرىدىغان كېسەللىكلەرنىڭ بىر قىسمى ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە) ھەم كۆز جىسمىكلىرىدە يۇز بېرىدۇ، مەسىلەن: كۆز ئەستەر پەردىسى (تەبەقەئى مۇلتەھەمە)نىڭ كۆپۈپ قېلىشى ۋە تۇنۇكۇغا قوشۇلۇپ كەلگەن كۆز جىسمىكلىرى قاتتىقلىشىش كېسەللىكلىرىدە كۆز قىچىشىش كېسىلى ۋە كۆزگە يۇمشاق گۆش ئۆسۈش كېسەللىكلىرى يۇز بېرىدۇ. كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بەزىلىرى ھەم ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە)گە ۋە ھەم مۇڭگۈز 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 بۇرجىكىدىكى بەزلەردە يۇز بېرىدۇ، مەسىلەن: كۆز ياشاڭغۇراش (دەمئە، سەيلانى ئەشىك) كېسىلى قاتارلىقلار. بەزىلىرى ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە)، كۆز جىسمىكلىرى ھەم مۇڭگۈز پەردە (تەبەقەئى قەرنىيە) لەرنىڭ ھەممىسىدىلا يۇز بېرىدۇ، مەسىلەن: ئۆسۈكچە گۆش ۋە يىرىڭلىق چاقا قاتارلىقلار. بەزى كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بىر قىسمى كۆزنىڭ بارلىق قىسىملىرىدا يۇز بېرىدۇ، مەسىلەن: پۈتۈنلۈكنىڭ بۇزۇلۇشى (تەقەررۇقۇلتتىسالى) خاراكتېرلىك كۆز كېسەللىكلىرى قاتارلىقلار.

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بەزىلىرى ئاشكارا بولىدۇ، مەسىلەن: كۆز يالىلۇغى قاتارلىقلار. يەنە بەزىلىرى ئىچكى تەرەپتە بولۇپ تۇنى تونۇشمۇ ئاسانغا چۈشمەيدۇ، مەسىلەن: كۆز سۇيۇقلۇقلىرىغا چۈشكەن دائىرىلىك دۇغ قاتارلىقلار. يەنە بەزىلىرى گەرچە ئىچكى تەرەپتە بولسىمۇ تونۇش ئاسانغا توختايدۇ. مەسىلەن: كۆرۈشكە مەسئۇل روھلار (روھى باسىرە) قويۇقلۇق دەرىجىسىنىڭ ئېشىشى ۋە سۇيۇلۇشى 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 ئۇنۇم قازىنىش ناھايىتى قىينغا توختايدۇ. بۇنداق بولۇشىدىكى سەۋەب شۇكى

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ تەشخىسى

كۆز كېسەللىكلىرىنى تەشخىس قىلىش بىرقەدەر مۇرەككەپرەك. شۇڭا، كۆز كېسەللىكلىرىنى تونۇشتا تۇنىڭ ئەسلىي كېسەللىك (بىرلەمچى كېسەللىك) ياكى باشقا ئەزالار سەۋەبىدىن بولغان كېسەللىك (ئىككىلەمچى كېسەللىك) ئىكەنلىكى، كۆز كېسەللىكىنىڭ پەردە (تەبەقە) لەردە ياكى كۆزنىڭ سۈيۈقلۇقلىرىدا 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 تۇرۇنۇش 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 سۈيۈقلۇقلارنىڭ سۈپەت جەھەتتىكى پەرقى، 9. كۆزنىڭ تۇرلۇك 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 كۆزنىڭ 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 كېسەللىكىنىڭ ماددىسىز قۇرۇق (يابىس سازەج) دىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز يۇمشاق بولۇپ ھەرىكىتى ئېغىر بولسا، كۆزى چوڭ بولۇپ يېقىندىكى نەرسىلەرگە قارىغاندا يىراقتىكى نەرسىلەرنى سېزىۋېلىشى ياخشىراق بولسا، چاپاق كۆپ چىقسا شۇنداقلا قۇرۇقلۇق نەرسىلەردىن مەنپەئەتلىنىپ، ھۆللۈك نەرسىلەر زىيان قىلسا، مەزكۇر كېسەللىكىنىڭ ماددىسىز ھۆللۈك (رەتىب سازەج) دىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئاغرىق دەسلەپتىلا كۆزنىنى ئېغىر ھېس قىلدىغانلىقى ۋە چاپاقلىشىپ ئاغرىيدىغانلىقىدىن شىكايەت قىلسا كېسەللىكىنىڭ ماددىلىق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. بىماردا بۇ ئىككى ئالامەتتىن سىرت كۆزى ئىسسىق بىلىنىش، قىزىرىش، كۆزىدىن ياش چىقىش، تومۇرلىرى كۆپۈشۈش، ئىككى چېكسىدە سانجىق پەيدا بولۇش ياكى لوقۇلداشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلسە ھەمدە كۆز جىيەكلىرى بىر-بىرىگە چاپلىشىپ قالغاندەك بىلىنسە، مەزكۇر كېسەللىكىنىڭ قاندىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز ئىسسىق بىلىنگەندىن تاشقىرى رەڭگى سېرىقتا مايىل قىزىل بولسا، ياش ئاز ئاقسا ھەمدە ياش ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر بىلىنسە، كۆز قادىلىش بىلەن بىرگە قىزىشىپ بىئارام‌لىنىشىمۇ تەڭ كۆرۈلسە ئەمما كۆز جىيەكلىرىنىڭ بىر-بىرىگە چاپلىشىۋېلىشى ئانچە ئېغىر بولمىسا، مەزكۇر كېسەللىكىنىڭ 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 كېسەللىكىنىڭ بەلغەمدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. كۆزدىكى ئېغىرلىق، كۆز رەڭگىنىڭ تۆتۈقلۇقى بىلەن بىللە تەڭ كۆرۈلسە ئەمما جىيەكلىرىنىڭ چاپلىشىۋېلىشى بەك ئېغىر بولمىسا ھەمدە باشقا ھۆللۈككە ئائىت بەلگىلەر كۆرۈلمىسە، مەزكۇر كېسەللىكىنىڭ سەۋدادىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

يۇقىرىقىلار ئارقىلىق كۆز كېسەللىكىنىڭ ماددىلىق، ماددىسىز ۋە قايسى ماددىدىن ئىكەنلىكىنى ئايرىغاندىن كېيىن، كېسەللىكنىڭ بىرلەمچى ياكى ئىككىلەمچى كېسەللىكىنى 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 بەنى مەزكۇر كۆز كېسەللىكنىڭ مېڭە بىلەن ئورتاقچىلىقى بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئورتاقچىلىق باش ياپما سۆڭەك ئىچكى پەردىسىنىڭ ۋاستىچىلىقىدىن بولغان بولسا، بىماردا دەسلەپتىلا ئاغرىش، يېقىمسىزلىنىش ۋە كۆز

ئىچىگە تارتىلغاندەك بىلىنىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلۈش بىلەن بىرگە بىمارغا كۆزى ئولتۇرۇشۇپ كېتىۋاتقاندەك بىلىنىدۇ. كۆز جىيەكلىرىنىڭ كۆپۈشۈپ قېلىشى يەڭگىلەك 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 سۈئى مىزاجلىق كېسەللىك تۈزگىرىشلىرىدە ناھايىتى كەم تۇچرايدۇ.

ئەگەر، كېسەللىك باش ياپما سۆڭىكىنىڭ 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. يۇز كۆزلىرى قىزىرىدۇ، باش ۋە پېشانىسى قىزىق بىلىنىدۇ. باش تومۇرلىرى كۆپجۈپ چىڭقالغانلىقى مەلۇم بولىدۇ.

ئەگەر، كۆزدىكى تۈزگىرىشلەر قورساقنىڭ ئاچ-توقلۇقى بولۇپمۇ قۇسۇش، ھۆ بولۇش مەيدە بىئارام بولۇش، ئىشتەيسىزلىكتىن ئىبارەت ھەزىم بۇزۇلۇش جەھەتتىكى ئەھۋاللار بىلەن كۆپرەك مۇناسىۋەتلىك بولسا، كېسەللىكنىڭ ئاشقازان شىركچىلىكىدىن يۇز بەرگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ماددىنىڭ غالىبلىقى پۈتۈن بەدەنده كۆرۈلسە، ئادەتتەلەنگەن 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 تۇتۇلماسلىق، پاكىزە بولمىغان قول ياغلىق ۋە لۆڭگىلەر بىلەن سۈرتمەسلىك لازىم. باش، كۆزنى ئېقىتقان سۇدا

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

كىتاب ئوقىغان، خەت يازغاندا نۇر تولۇق بولۇش، راۋۇرۇس ئولتۇرۇش، خەت بىلەن كۆزنىڭ ئارىلىقى 30 سانتىمېتر ئەتراپىدا بولۇش، يېتۈبلىپ، 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، تۆۋۈلاش كېرەك.

سۈزۈك، پاكىز تاتلىق سۇغا چۆمۈلۈش ھەمدە شۇ سۇ ئىچىدە كۆزنى ئېچىش كۆزگە مەنپەئەتلىك. ياشلار سوغۇق سۇغا، ياشانغانلار ئىسسىق سۇغا چۆمۈلگىنى مۇۋاپىق. ئاسان سىڭىدىغان، ياخشى قان پەيدا قىلىدىغان لەتىپ تاماقلارنى مۇۋاپىق تۆلچەمدە نورمال ھالدا ئىستېمال قىلىش، مەسىلەن: ئاق چامغۇر قاتارلىق كۆكتاتلارنى كۆپ يېيىش لازىم. نورمال ھالدا قۇرۇقلۇق يەتكۈزۈدىغان يەنى ئارتۇقچە ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتىدىغان دورىلارنى ئىستېمال قىلىپ تۇرۇش كېرەك. جۇلا ببرىپ پارقىرتىش، پارلاندۇرۇپ تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە ھەر قانداق دورىلارنى ئىستېمال قىلىپ ببرىش، كۆزنى روشەنلەشتۇرگۈچى ۋە كۆچلەندۈرگۈچى 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 ئۆزۈمنىڭ سۈيى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىپ ببرىش كۆزگە ناھايىتى پايدىلىق. بۇرۇدى رۇمىمان (ئاتار بىلەن تەييارلانغان دورا) نىڭ ئۈنۈمىمۇ ياخشى. يەنە شۇنىڭدەك كەپتەرنىڭ ببشىنى كۆيدۈرۈپ ئۈنىڭ كۈلىنى سۈرمە قىلىپ تارتىش ۋە ئەنزەرۇت، زەمچە، زەئفەر، ئىپارنى ئىشلىتىشنىڭ كۆزنى كۆچلەندۈرۈشكە 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 سۈنى باشقا قۇيۇش، باشنى بىنەپشە، قاپاق ۋە بادام ياغلىرى بىلەن ياغلاش، كوھلى روشنائى، كوھلولجە ۋاھىرلارنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتىشمۇ كۆزنى كۆچلەندۈرىدۇ. خۇلاننى ھەپتىدە بىر قېتىم كۆزىگە سۈرمە قىلىپ تارتسا كۆزنىڭ زىيادە خىلتىلرى ۋە ھۆللۈكنى تارقىتىپ كۆزنىڭ

سالامەتلىكىنى ئاسرايدۇ. مەرقىششا، بىخ مارجان، يۈيۈلغان شادىنەج ۋە كۆيدۈرۈپ، يۈيۈلغان دېڭىز سەرتانى (قىسقۇچ پاقا)، سۈنبۈل ھىندى، سازەج ھىندى قاتارلىقلارنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسا كۆزنى ئاسرايدۇ. بىر ھەپتە بادىيان چىلانغان يامغۇر سۈيىنى ھەر قانداق كۆز كېسەللىكىدە كۆزگە تېمتسا، كۆزنىڭ قۇۋۇتىنى ئاشۇرىدۇ. ئەسمىد (بىر خىل سۈرمە تېشى) نى ھەر كەچتە سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسا ياكى مەرۋايىت، مارجان، ئىقلىمىائى زەھەب (ئالتۇن دېتى)، زەئفەر، ھوزۇز (روسۇت)، شېكەر، كۆيدۈرۈلگەن پىلە، مامىران چىنى، مۇدەببەر قىلىنغان مىس ۋە سەبرىلەرنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسىمۇ كۆزگە كۆپ مەنپەئەتلىك. قىش كۈنلىرىدە ئىپارنى، ياز كۈنلىرىدە ئەنبەرنى پۈراشنىڭ كۆزنى ئاسراشتا خېلى چوڭ رولى بار. زۇمرەت، سەڭگى سەبەج (بىر خىل تاش) ۋە كۆكتات قاتارلىق يېشىل نەرسىلەرگە قاراش، تىللا سۈرمىچى (پىلتىكۈچى) نى دائىم كۆزىگە تارتىش كۆزگە كۆپ پايدا قىلىدۇ. دارچىنى، كۈندۇر، سەلىخە (قىلىن دارچىن) ۋە قەلەمفۇرلارنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتىش ۋە ئىستېمال قىلىشمۇ كۆزنى كۈچلەندۈرۈش ۋە ئاسراش رولىغا ئىگە. ھەر خىل ئىتىرىپبىللار ۋە مۇناسۋەتلىك مەئجۇنلەرنى ئىستېمال قىلىش، چىرايلىق نەرسە ۋە سۈرەتلەرگە قاراش، نورمالنى ھالدىكى ئىستىفراغ (چىقىرىپ تۇرۇش) لارنى داۋام قىلدۇرۇپ تۇرۇش، مېڭىنى تەنقىيە قىلىش (تازىلاش) ۋە تۈنى 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، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، شېكەرلەردىن تەييارلانغان تالقان (سۇفۇف) لارنى ئىچىش، ھەلىلە ۋە ئامىلە مۇرابباسىنى داۋاملىق ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى كۆزنىڭ سالامەتلىكىنى ئاسرايدۇ. ئېتىرىپىفبىللار ۋە مۇنىسۋە تلىك 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 تۇلاردىن ساقلىنىش ھەر خىل كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا مۇھىم

ئەھمىيەتكە ئىگە. تۆلار تۆۋەندىكىچە:

كۆزنىكنىڭ تازىلىقىغا ئەھمىيەت بەرمەسلىك، قول بىلەن كۆزنى قالايمىقان تۆۋۈلاش، پاكىز بولمىغان قول ياغلىق ۋە لۆڭگىلەر بىلەن كۆزنى سۈرتۈش، باش ۋە كۆزنى سۈيىنى يېڭىلىمىغان داستا يۇيۇش بولۇپمۇ لۆڭگە، قول ياغلىق، داس قاتارلىق تازىلىق سايمانلىرىنى ئورتاق ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم. قاراڭغۇ ياكى تۇرى تولۇق بولمىغان شارائىتتا كىتاب ئوقۇماسلىق، خەت يازماسلىق، خەتكە كۆزنى ھەددىدىن ئارتۇق يېقىن قىلىۋالماسلىق، يېتىپ، مېڭىۋېتىپ، ماشىندا كېتىۋېتىپ كىتاب ئوقۇش ۋە ئارام ئالماي تۇرۇپ 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، تۆتكۈر، 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 تۇزۇن ۋاقىت تۇرۇش، قاتتىق غەم-غۇسسە قىلىش قاتارلىقلاردىن ساقلىنىش كېرەك.

تۇزنى كۆپ مىقداردا تۇزۇن مۇددەت ئىستېمال قىلىش، ھاراق قاتارلىق مەس قىلغۇچى نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، تاماققا بەك تويۇنغاندا سىكمەي تۇرۇپ تۇخلاش، 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، لوۋيا قاتارلىقلار؛ يەللىك ئىسسىق نەرسىلەردىن سامساق، لازا، پىياز قاتارلىقلار؛ كۆزنى غۇۋالاشتۇرغۇچى ۋە كۆزگە زىيان قىلغۇچى نەرسىلەردىن چەلەك، ھەيۋلمۇلۇك، چەيزە، جۇسەي، قىچا، جۇۋۇننە، سىياھدان قاتارلىقلار؛ بۇلاردىن سىرت ئاچچىقسۇ، چۆچۈمەل ئالما، بادۇرۇج، سىرىق چىچەك، خۇرما، كالا گۆشى، سۈرلەنگەن گۆش، قورۇغان گۆش، زەيتۇن قاتارلىقلارنىڭمۇ كۆزگە بەلگىلىك دەرىجىدە ناچار تەسىرى بار. كۆز ئاغرىغاندا تۇسۇڭ، سىركە، زەرنىخ، ئەپيون 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 تۇرلىگەن كۆچلۈك 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 كېسه للىكلىرىنى داۋالاشتىكى ئومۇمىي قائىدىله ر

كۆز كېسه للىكلىرىنىڭ خىللىرى ناھايىتى كۆپ. لېكىن ئالدىنقى قىسىمدا سۆزله پ ئۆتكه نده ك يىغىپ ئېيتقاندا ئۇلارنى 4 چوڭ تۈرگه ئايرىش مۇمكىن. مه سله ن، 1. كۆز ئۆتكه نده ك يىغىپ ئېيتقاندا ئۇلارنى 4 چوڭ تۈرگه ئايرىش مۇمكىن. مه سله ن، 1. كۆز مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى (سۈئى مىزاج) غا ته ئه للۇق كېسه للىكله ر، بۇنىڭغا

كۆز كېسەللىكلىرىگە باش ئاغرىقى قوشۇلۇپ كەلسە، ئالدى بىلەن باش ئاغرىقىنى داۋالاش بىلەن بىرگە كۆزنىڭ ئەھۋالىغمۇ ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش لازىم. ئادەتتە، كۆزدە يۈز بېرىدىغان سۈنئى مىزاج كېسەللىكلەر نەق يۈز بەرگەن ياكى يۈز بېرىش ئالدىدا تۇرغان بولىدۇ. كېسەللىكنى داۋالاش پەيدا بولۇش سەۋەبلىرىنى يوقىتىش ۋە تىزگىنلەش، ئۇنىڭ يۈز بېرىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتىن ئىبارەت. مەسىلەن، ماددا غالىب كەلگەندە ئۇنى ئىستىراغ قىلىپ چىقىرىش، خىلىتلار قوزغىلىپ قالايمىقانلاشقاندا تۇنۇق قىزىقلىقىنى پەسەيتىش قاتارلىقلار. ئالدىنقىسىنى داۋالاشتا ئەگەر، سۈنئى مىزاجلىق ھالەت پۈتۈنلەي ھاسىل بولۇپ رەسمىي يۈز بەرگەن بولسا، تۇ ھالدا مۇتلەق ھالدا شۇ مىزاجنىڭ قارشىسىچە داۋالاش كېرەك. ئەگەر، تۇ دەرىجىدە بولماي، بەلكى دەسلەپكى باسقۇچلىردا كېتىۋاتقان بولسا، داۋالاشتا تۇڭدىكى 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 سۈنئى مىزاجلىق ھالەتنى تۇلغايتماسلىقتىن ئىبارەت. قارىمۇ-قارشى داۋالاشتىكى مەقسەت باشلانغۇچ باسقۇچتىكى سۈنئى مىزاجنى داۋالاشتىن ئىبارەت. كۆزنىڭ ھەرقانداق سۈنئى مىزاجلىق كېسەللىرى ماددىسىز (سازەج) ياكى ماددىي سەۋەبلەردىن بولىدۇ. ماددىسىز بولغانلىردا ئادەتتىكى تەڭشىگۈچى (مۇئەددىلات) ۋە مىزاجنى تۇزگەرتكۈچى دورىلار ھەم سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا چاپلىدىغان دورىلارنى قوللىنىشلا كۇپايە قىلىدۇ. مىزاج تۇزگەرتكۈچى (مۇبەددىلات) دورىلارنى شۇ مىزاجنىڭ قارىمۇ-قارشى ئەھۋالىغا ماسلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش لازىم. يېمەك-ئىچمەك ۋە باشقىلارمۇ سەۋەبنىڭ كۈچلۈك ياكى ئاجىزلىقىغا قاراپ بېكىتىلىدۇ. ئەمما، كۆزنىڭ ماددىلىق سۈنئى مىزاج كېسەللىرىدە پۈتۈن بەدەندىن ياكى مېڭىدىن ياكى كۆزنىڭ تۇزىدىن كېسەللىك ماددىسىنى يوقىتىشقا تىرىشىش كېرەك. ماددىنى كۆزنىڭ تۇزىدىن تازىلاشتا باشقا ئەزالاردىن كۆزگە ماددا قۇيۇلمىغان ياكى قۇيۇلۇش ئېھتىمالى بولمىغان بولۇشى كېرەك. بۇنىڭدا بەزىدە يالغۇز ئىستىراغ قىلىشلا كۇپايە قىلىدۇ. يەنە بەزىدە تەئدىل قىلىشقا يەنى مىزاج تەڭشەشكە ئېھتىياج چۈشۈشى مۇمكىن. بەدەندىن كېسەللىك ماددىلىرىنى ئىستىراغ قىلىش قان ئېلىش، تىلىپ لوڭقا قويۇش، ئىچنى سۈردۈرۈش، قۇستۇرۇش، سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش، تەرلىتىش قاتارلىق تۇسۇللار بىلەن ئېلىپ بېرىلىدۇ. لېكىن،

تەرلتىش 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 ھۆججۈكنىڭ كەملىكىدىن ئىسسىق ماددىلار غەلىبە قىلىپ قوزغالغاندا؛ يەنە بىرى، ئىسسىقلىقنىڭ كەملىكىدىن سوغۇق ماددىلار خام قالغان يەنى تولۇق پىشىپ يېتىلمىگەنده قان ئېلىشتىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم. تازىلاش (تەنقىيە قىلىش) تا يەزىدە 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 تۆسۈلىنى قوللانغاندا كۆزگە قارشى تەرەپتىن يەنى داۋالىماقچى بولغان كۆزنىڭ قارشى تەرىپىدىكى بۇرۇننى قاناتسا، مەنپەتى ئانچە بولمايدۇ. ئەمما، ھەيز ۋە نەفاسنىڭ قانلىرى، مەقسەت 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 ئىستىغراغ قىلىش رولىنى ئويناپدۇ. كۆزنىڭ بۇرجىكىدىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىنسا، كۆز تورلىشىش كېسىلى ۋە سوزۇلما خاراكتېرلىك كۆز يالۇغما مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنداقلا باش ئاغرىقى، شەقىيقە (باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش) قاتارلىقلار-غىمۇ پايدا قىلىدۇ. پىشانە تومۇردىن قان ئېلىنسا، باشنىڭ ئېغرلىقى ۋە كۆز ئىمتىلاسى (كۆز كۆپۈشۈپ ماددىلار قېيىپ قېلىشى) غا شىپا بولىدۇ. كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاش مەقسىتىدە قان ئالغاندا ئالدى بىلەن قىيفال تومۇرىدىن، تۇنىڭدىن 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 ئويناپدۇ. ئەگەر، كېسەللىك كۆزنىڭ تۆزىدە بولۇپ، ئاغرىقنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى يېتىشسە ھەر ئىككىلا تەرەپتىكى قىيفال تومۇرىدىن قان ئېلىنسا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر، قىيفال تومۇرىنى تاپالمىسا، ھەبلۇززىراك تومۇرىدىن قان ئېلىنسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر، تۇنىمۇ تاپالمىسا تۆكھەل تومۇرىدىن قان ئېلىش كېرەك. ئەگەر، تۇنىمۇ تاپالمىسا باسىلىق تومۇرىدىن قان ئالسىمۇ بولىدۇ. لېكىن، تومۇر ئىچىدە قان كۆپ بولۇشى ۋە بىمارنىڭ تەن قۇۋۋىتىنىڭ بەرداشلىق بېرەلمەسلىكىنى ئالدىنقى شەرت قىلىش لازىم. ھۆكۈمالىرىمىز، كېسەللىك سوزۇلما خاراكتېرگە ئايلىنىپ كەتكەندە پىشانە تومۇرى ۋە كۆز ئىچكى بۇرجەكلىرىدىكى

تومۇردىن قان ئېلىشنى تەۋسىيە قىلىدۇ.

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

ئىچنى سۈردۈرۈپ تەنقىيە قىلىش بەزىدە دورا ئىچكۈزۈش، بەزىدە كېلىزما قىلىش ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. بۇ خىل تۇسۇل ئارقىلىق ماددىلارنى تۆۋەنگە ھەيدەشنىڭ ئۈنۈمى مېڭە تەرەپتىن ماددىلارنى قوزغىتىش ۋە تۇنى 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 سىبرىق ھەلىلە دۇر. چۈنكى، تۇ يامان خىلىتلارنى ئىستىفراغ قىلىپ چىقىرىپلا قالماي، بەلكى تۇ يەنە ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈش، ماددىلارنىڭ يۇقىرىغا تۆرلىشىنى توسۇش رولىغا ئىگە. لېكىن، تۇنىڭ تەبىيىتى قۇرۇق سوغۇق بولغاچقا، تۇزنىڭ يېرىكلىكى تۈپەيلىدىن ئىسسىق ماددىلارغا زىيان قىلىدۇ. شۇڭا، تۇنىڭغا بىرئاز يۇمشاقلىق پەيدا قىلغۇچى دورىلاردىن بەنەفشىنى قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم. بەنەفشە ئىچنى سۈردۈرۈشتە يۇمشىتىش سىلىقلاشتۇرۇشتىن ئىبارەت ئالاھىدىلىككە ئىگە. شۇنداقلا تۇنىڭ ئىچنى سۈردۈرۈش رولى سەپ چىقىرىش ئارقىلىق بولىدۇ. ئەگەر، ھەلىلىنىڭ تەسىرى ئىلگىرى بولۇپ، بەنەفشىنىڭ سىلىقلاشتۇرۇش خىزمىتىنى بۇزۇپ تەسىرىنى توسۇپ قويسا، بەنەفشىنىڭ تۇز رولىنى بالدۇرراق تۇتۇشى ئۈچۈن تۇنىڭ مىقدارىنى كۆپەيتىش كېرەك. ئەگەر، ئىككىلا دورا تۇز رولىنى تۇتەشتە ئاستىلىق قىلسا، ئازراق سەمۇنيا (مەھموده) قوشۇپ تۇلارنىڭ رولىنى كۈچلەندۈرۈش كېرەك. لېكىن سەمۇنيا تۇتكۇر بولغانلىقتىن تۇنى كەتىرا، رۇببۇسۇس قاتارلىقلار بىلەن ئىسلاھ قىلىش كېرەك. كۆز ۋە مېڭىنىڭ ماددىلىرى گەرچە ئىسسىق بولسىمۇ، لېكىن يەنىلا بەزىدە ئارىلاشما بەلغەمدىن خالى بولالمايدىغانلىقى ئۈچۈن، توربۇتنى ئىشلىتىشمۇ مۇۋاپىق كېلىدۇ. ئەمما، توربۇتنىڭ كۆچى ئاجىز بولغاچقا ھارارەت ئېشىپ كەتمىگەن ئەھۋال ئاستىدا تۇنى 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 تۇ، ماددىلارنى يۇقىرى تەرەپتىن تۆۋەنگە چۈشۈرۈش رولىغا ئىگە. ئەگەر، ماددىلار بەك قويۇق بولسا، ھەببى ئىيارەجى ناھايىتى ياخشى تەسىر قىلىدۇ. بەزىدە ماددىلار بەك قويۇق بولسا، دورا يۇتكەپ ئىشلىتىش مەقسىتىدە ئارىلاپ يەنە ئىيارەجى لوغازىيا ياكى ھەببى قوقىيالارنى تۆۋەتتەشتۇرۇپ ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. ئەگەر، ماددىلار بەك سۇيۇق بولسا، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانارلارنىڭ سۈلىرىنى سەقىپ ھەلىيلە ۋە شېكەر بىلەن قوشۇپ بەرسە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. يەنە بەزىدە تۇرۇكلەرنىڭ ھەر قايسىدىن 20 تال، سانا، گۈل بىنەفشە، سېرىق ھەلىيلە ۋە ئاقلەيلى تۇرۇقىنىڭ ھەر قايسىسىنى 10 گرامدىن ئېلىپ چىلاپ تاتلىقىنى چىقىرىپ شېكەر بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك. يۇقىرىقى نۇسخىغا 30 گرام خىيارى شەنبەر قوشسا دورىنىڭ كۈچىنى ئاشۇرغىلى بولىدۇ. تۆكا يەنە ئازراق بادام يېغى قوشۇپ قويسىمۇ بولىدۇ. يەنە بەزىدە مەتبۇخى فەۋاكىھە (مېۋە-چېۋىلەر قاينىتىلمىسى) بېرىشكىمۇ توغرا كېلىدۇ. بەزىدە، تۇرۇكنىڭ ئورنىغا سەرپىستان ئىشلىتىلىدۇ، يەنە بەزىدە رەۋەندىن 1.5 گرام، سەقمۇنيادىن 1 گرام قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ. ماددا سەۋداغا يۇزلەنگەن بولسا، يۇقىرىقى مەتبۇخنىڭ تەركىبىگە ئەفتمۇندىن 10 گرام، بىستىپايەجدىن 10 گرام قوشۇلىدۇ. ھەمدە تۆكا يەنە بىر يېرىم گرام ھەجەرى ئەرمەننى قوشۇش ئارقىلىق دورا كۈچى ئاشۇرۇلىدۇ. سوغۇتۇش ۋە تەبىئەتنى يۇمشىتىش مەقسىتىدە چىلانما (نوقۇ)لاردىن تۇقۇتى مۇقەۋۋىنى ئىشلەتكەندىن كېيىن ھەلىيلە ئېلىۋېتىلىدۇ. ئەھۋالغا قاراپ گۈل بىنەفشە، سانا ياكى سانانىڭ يالغۇز تۇزىلا ئېلىپ تاشلىنىدۇ. ھەمدە تەبىئەتنى يۇمشاتقۇچى سوغۇق تەبىئەتلىك شەربەتلەردىن شەربىتى گىلاس، بىنەفشە شەربىتى ياكى نىلۇفەر شەربىتى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. يەنە بەزىدە، ئىچىنى بوشاشتۇرغۇچى ۋە سۈرگۈچى پىلىكچە (شامچە) ۋە كېلىزمىلارنى ئىشلىتىشكىمۇ توغرا كېلىدۇ. پىلىكچە نۇسخىسى: مۇۋاپىق مىقداردىكى شېكەر ئازراق تۇز ۋە توغرىغۇ بىلەن قىيام قىلىپ شامچە قىلىندۇ. بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەك يەنە بىر نۇسخە: سانا، گۈل بىنەفشىنىڭ ھەر بىرىدىن 1 گرام ئېلىپ، ئازراق سەقمۇنيا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ. يەنە بىر خىل كېلىزما نۇسخىسى: ئارپا سۈيى (ماتۇششەئىس) 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 تۇنىڭ زىيانلىق تەرەپى كۆپ، چۈنكى تۇ ماددىلارنى قوزغىتىپ قويىدۇ. ھەيدەش يەنى

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

مېڭىدىن كېسەللىك ماددىلىرىنى ئىستىراغ قىلىش: مېڭىدىن ماددىلارنى تەنقىيە قىلىش مۇسھىل دورىلار ئارقىلىق ئومۇمىي بەدەننى تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن ھەبىي ھەلىلىگە ئوخشاش دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش؛ كېسەللىك ماددىسى ئىسسىق دەپ قارالغاندا ئىككى چېكىسىگە زۇلۇك قۇرۇتى قويۇش، ماددىسى سوغۇق ياكى مۇرەككەپ دەپ قارالغاندا ھەبىي ئىيارەج، ھەبىي شەبيار ۋە ھەر خىل تېپتىكى ئىتريېفىللارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. يەنە شۇنىڭدەك، سىرتقى جەھەتتە بۇرۇنغا سەنئوت ۋە ئەتۈس (چۇشكۇرتكۇچى) دورىلارنى ئىشلىتىش ئارقىلىقمۇ ئېلىپ بېرىلىدۇ.

كۆزنى ئىستىفراغ قىلىش: كۆزنىڭ تۈزىدىكى كېسەللىك ماددىلىرىنى تازىلاش ماددىنى كۆز تەرەپتىن قايتۇرۇش ياكى تارتىپ كېلىش ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. ماددىنى قايتۇرۇش ياكى توسۇشتا ئەگەر، بەدەن توشۇق (ئىمتىلاس)لىق ھالەتتە يەنى پۈتۈن بەدەنگە ماددىلار توشۇپ قېيىپ قالغان بولسا، دەسلەپتىلا ئومۇمىي بەدەندىن قايتۇرۇلدۇ، بۇنىڭدا بەدەنده قايسى خىلىتىڭ غالىبلىقى نەزەردە تۇتىلىدۇ. تۇنىڭدىن كېيىن، مېڭىگە خاس تەنقىيە دورىلىرى ئارقىلىق مېڭە تەنقىيە قىلىنىدۇ. ئاخىردا مەخسۇس داۋالىماقچى بولغان ئەزا كۆز تەنقىيە قىلىنىدۇ. كۆزنى تەنقىيە قىلىش تۇنىڭدىكى كېسەللىك ماددىسىنى يۇتكەش ۋە تۇنى باشقا تەرەپكە يۈزلەندۇرۇش، 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 ئېيتىشچە كۆزنىڭ ماددىلىق كېسەللىكلىرىدە كېسەللىك مەيلى ئەسلي (بىرلەمچى) ياكى شىركي (ئىككىلەمچى) بولسۇن، ئەتۈس (چۇشكۇرتكۇچى) ۋە ياش ئاققۇزغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، شۇنداقلا كۆزنىڭ بۇرجىكى ۋە پېشانىدىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىش، بولۇپمۇ ئومۇمىي بەدەن ۋە مېڭىنى تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن قان ئېلىش ماددىنى كۆزدىن باشقا تەرەپكە تارتىش كۆزنى تەنقىيە قىلىش ۋە كۆزنىڭ ماددىلىق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتىكى چوڭ تۇتقۇدۇر. كۆزنىڭ ماددىلىق كېسەللىكلىرىدە كېسەللىك ماددىسىنى كۆز تەرەپتىن باشقا ئەزالارغا يۇتكەشكە توغرا كەلسە ھەمدە ماددا كۆزگە قۇيۇلۇش ئالدىدا تۇرغان بولسا، ماددىنى يۇتكەشكە مۇۋاپىق كېلىدىغان ئەڭ ياخشى ئەزا بۇرۇندۇر. شۇڭا، بۇنىڭدا ھەر خىل ئەتۈس ۋە نەشۇق دورىلار بۇرۇنغا تارتىلىدۇ. يېمەك-ئىچمەكلىكلەر كەمرەك ئىستېمال قىلدۇرۇلدۇ، تەستە سىڭىدىغان غەلىز تاماقلار ۋە يەل، بۇخارات پەيدا قىلىدىغان تاماقلاردىن پەرھىز

قىلدۇرۇلىدۇ. مانا بۇ، كۆز ماددىلىرىنى ئىستىقراغ قىلدىغان تۈسۈللارنىڭ بىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر، ماددا باشقا ئەزادىن كۆز تەرەپكە قۇيۇلسا، شۇ ئەزانىمۇ تەنقىيە قىلىش ۋە تۈنۈكۈنمۇ 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 ئىپارەج ياكى ھەببى قوقيالار بىلەن مېڭە مەخسۇس تەنقىيە قىلىنىدۇ. تۈنۈكىدىن 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 دورىلرى بېرىلىدۇ. تۈنۈكىدىن كېيىن باش تەرەپتىن ماددىلارنى تارتىپ كېلىشكە چارە قىلىنىدۇ. ئاخىرىدا كۆزنى رەسمي داۋالاشقا تۇتۇش قىلىنىدۇ. دېمەك، كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا تەنقىيە قىلماي تۇرۇپ داۋالاش ئېلىپ بېرىشقا يەنى مەخسۇس كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ دورىسىنى ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. سىرتىدىن ئىشلىتىدىغان دورىلارمۇ ھەم شۇنداق. سىرتىدىن ئىشلىتىدىغان دورا تارقاتقۇچى دورا بولسا ئىشلىتىشكە تېخىمۇ بولمايدۇ. بىراق، يەڭگىل ۋە ئاسان چارىلار بولسا زۆرۈر تېپىلغاندا قوللانسا بولىدۇ. يەل خاراكتېرلىك كۆز كېسەللىكىدە مۇنچىغا چۈشۈرۈش، تارقاتقۇچى ۋە پارلاندۇرغۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ناھايىتى پايدىلىقتۇر.

ئەگەر، كېسەللىك ماددىسى قاندىن بولغان بولسا قان ئېلىنسىلا كۆپايە قىلىدۇ، باشقىچە تەنقىيە قىلىش ھاجەتسىز. بەزىدە ھەرقانچە قان ئالسىمۇ قانىنىڭ بەلگە قويۇقلۇقى ۋە كۆز تومۇرلىرىنىڭ بەلگە توشۇقلۇقى تۆۋەپلىدىن تومۇرلاردىكى توشۇق (ئىمتىلاش) لىق ھالەت پەسەيمەيدۇ. مۇنداق چاغدا مۇنچىغا چۈشۈرۈش، مۇنچىدىن چىقىپلا لەتىپ ۋە سېكىشلىك تاماق ئىستېمال قىلىش ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنداقلا، ئىپارەجى فەيقەرا ۋە ھەببى قوقيالارنى ئىستېمال قىلدۇرۇشمۇ ناھايىتى پايدىلىق. شىيافى ئەھمەرلەيىنى ئىچىش، تارقاتقۇچى زىمادلارنى ئىشلىتىشتەك چارىلارمۇ قويۇق قانىنى سۇيۇلدۇرىدۇ. مۇنچىدىن چىقىپلا ئازراق شاراپ 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 تۆلارنىڭ 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 تۆپەيلىدىن داۋالاشنىڭ ئۇنۇمى 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 قەلەدىس ئىشلىتىلىدۇ. ئەگەر، كېسەللىك ماددىسى باش ياپمىسىنىڭ ئىچكى تەرىپىدىن كەلگەن بولسا، قان ئېلىش ۋە ئىچنى سۈردۈرۈش ئارقىلىق مېڭە تەنقىيە قىلىندۇ ھەمدە تۆنۈكدىن باشقا يەنە مۇناسىپ دەپ قارالغان چارە-تەدبىرلەرنى قوللىنىش ئارقىلىق تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ. تۆنۈكدىن باشقا «سەبەل» كېسەللىكىدە بايان قىلىنغان چارە-تەدبىرلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

كۆزنىڭ ماددىلىق كېسەللىكلىرى ئادەتتە، 1. كۆزنىڭ مىزاجى ئاجىزلاپ كەتكەنلىكى ھەتتا مېڭىدىن كەلگەن ماددىلارنى دەپنى قىلالماي، بەلكى قوبۇل قىلىش دەرىجىسىگە چۈشۈپ قالغانلىقى، 2. كۆز مىزاجىنىڭ مېڭە، ئاشقازان ۋە باشقا ئىچكى ئەزالار مىزاجىغا قارىغاندا ئاجىزلاپ كەتكەنلىكىدىن تۆنۈكنىڭ ئىچكى ئەزالاردىن تۆرلىگەن بۇخارلارنى ۋە مېڭە دەپنى قىلغان كېرەكسىز ماددىلارنى قوبۇل قىلغانلىقى، 3. بەدەندە ناچار خىلىتلارنىڭ كۆپەيگەنلىكى، 4. كۆزدىكى قۇۋايى غازىيەنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن ئۆزىگە كەلگەن ئوزۇقلۇقلارنى ياخشى ھەزىم قىلالماي تۆزىدە 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 تۆپەيلىدىن 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 ئۆزۈلۈشىگە ئائىت كېسەللىكلەرنى داۋالاش كۆزنىڭ شەكلىنى ئۆزەش، كۆزنىڭ زاپچاسلىرىدىكى ھەر خىل ئاپەتلەرگە چارە-تەدبىر قىلىش قاتارلىقلارنى ئۆز

ئىچىگە ئالىدۇ. ئۇ بۇلار يۇقىرىدا ئېيتىپ ئوتتۇلگەندەك قان ئېلىش ۋە ئىستىفراغ قىلىش ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلغاندىن سىرت ھەر خىل ئوسۇل - چارە ئامىللار ئارقىلىق ئېلىپ بېرىلىدۇ. كۆزنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان (تەفەررۇقىلىشتىسالى) كېسەللىكلەرنىگە چارە - تەدبىر قىلىشتا قۇرۇتۇش خۇسۇسىيتى ئۆزەن ھەمدە غىدىقلاش تەسىرى بولمىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن، سۇرمە، 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 ئوتكەندەك كۆزنىڭ مىزاجى ئومۇمەن ھۆل ئىسسىقدۇر، 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. شۇنداقلا ئۇ كۆزنى كۆچەلەندۈرۈش رولىنى ئوينىيالايدۇ. ھەر قانداق بىر ئەزا كۆچلۈك بولىدىكەن ئۇ كېسەللىكنىڭ ھۇجۇمىغا تاقابىل تۇرالايدۇ. ھەمدە باشقا تەرەپتىن كەلگەن كېسەللىك ۋە يات ماددىلارنى ئۆز كۆچى ئارقىلىق دەفئى قىلىپ، ئۆز - ئۆزىنى قوغدىيالايدۇ. شۇڭا كۆز كېسەللىكىنى داۋالاشتا كۆزنىڭ مىزاجىغا زىيان قىلىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشتىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم. مانا بۇ كۆز كېسەللىكىنى داۋالاشتا رىئايە قىلىشقا تېگىشلىك چوڭ تۇتقىدۇر.

كۆز دورىلىرى

كۆز دورىلىرىنىڭ بىر قىسمى كۆزنىڭ مىزاجىنى ئۆزگەرتكۈچى دورىلاردۇر. كۆزنى سوۋۇتقۇچى دورىلار: ئىت ئۈزۈمىنىڭ سۈيى، كاسنى سۈيى، ئۆسۇڭ سۈيى، قىزىلگۈل سۈيى، ئىسىقغۇل لۇئابى ۋە توخۇ ئوخۇمىنىڭ ئېقى قاتارلىقلاردۇر. كۆزنى قىزىتقۇچى دورىلار: ئۆپار، قارامۇچ، ئىگىر، مامىرانچىنى قاتارلىقلاردۇر. كۆزدىكى ئارتۇقچە سۇيۇقلۇقلارنى قۇرۇتقۇچى دورىلار: ئوتىيا، سۈرمە، ئىقلىميا قاتارلىقلاردۇر. كۆزنى قورۇغۇچى قابىز دورىلار: شىيافى ماميشا، سەبرى، فىلزەھرەج، قىزىلگۈل، زەئفەر قاتارلىقلاردۇر. كۆزنى

يۇمشاتقۇچى، مۇمەييىن دورىلار: سۈت، سوقۇلغان بادام مېغىزى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى، بېھى ۋە ئاقلەيلى تۇرۇقنىڭ لۇئابلىرى چۈجە ۋە باچكىنىڭ قېنى قاتارلىقلاردۇر. كۆزدىكى ماددىلارنى شورىغۇچى (مۇنزىج) دورىلار: ھەر خىل يىلتىز دورىلار، شۇمشا سۈيى، زەئفەر، مەيفۇختەج قاتارلىقلاردۇر (نان چىلانغان مەيفۇختەجنىڭ تەسىرى كۆچلۈكرەك). كۆزدىكى ماددىلارنى پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى دورىلار: ئەنزەرۇت ۋە بادىيان سۈيى قاتارلىقلاردۇر. كۆزنىڭ سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلار: بىللادوننا (لۇففاھ)، لوففاھنىڭ سقىلغان 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، تۈلار قىزىلگۈل ۋە تۈنىڭ ئوساريسى (سقۇبلىنغان سۈيى) ۋە تېكە ساقلى ئوتنىڭ سقىلمىسى، ماميشا، سۇنبۇل، زەئفەر، سازەج ھندى قاتارلىقلاردۇر. بۇ خىلدىكى قابىز دورىلار كۆزنىڭ بارلىق ئەزالىرى ساق ۋە كۆچلۈك، كۆرۈش قۇۋۋىتىمۇ تۈتكۈر بولغان ئەھۋال ئاستىدا پەقەت كۆزدىكى ياشنى توختىتىش مەقسىتىدىلا ئىشلىتىلىدۇ.

2. پۇشۇرغۇچى دورىلار: يەنى ماددىلارنى پۇشۇرۇپ تەنقىيە قىلىپ چىقىرىش سالاھىيىتىگە كەلتۈرگۈچى دورىلار ۋەپارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى دورىلاردۇر. تۈلار شۇمشا سۈيى، ھوزۇزھندى (روسۈت ھندى)، مىلتىق دورىسى، ئەنزەرۇت، ئىكىلمىلىك، قۇندۇز قەھرى، كۆندۇر، زەئفەر ۋە مورمەككى قاتارلىقلاردۇر. مورمەككىنىڭ قۇرۇتۇش، سۈيۇقلۇقلارنى شۇمۇرۇش تەسىرى ھەممىدىن كۈچلۈكرەك. زەئفەر قابىز ۋە تۇتۇش رولىغا ئىگە بولۇش بىلەن بىرگە پۇشۇرغۇچى (مۇنزىج) ۋە يۇمشاتقۇچى (مولەييىن) تەسىرىگە ئىگە. كۆندۇر پۇشۇرغۇچى ھەم قىزىتقۇچىدۇر. يۇقىرىدىكى دورىلار كۆزنىڭ ئىششىقلىرى، مۇدۇر چاقلىرى ۋە يارىلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلسە تۈلاردىكى قويۇق سۈيۇقلۇقلارنى پارلاندۇرۇپ تارقىتىش، يىرىڭلارنى يوقىتىش، تەبەقەئى قەرنىيەنىڭ كەينىدە يىغىلىپ قالغان يىرىڭ ۋە سۈيۇقلۇقلارنى يوقىتىش ۋە تارقىتىش رولىنى ئويناپىدۇ.

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

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

كۆز ياشاڭغۇراش كېسىلىنى داۋالايدۇ. بولۇپمۇ كۆزنىڭ يارا ۋە يىرىڭلىق چاقىلىرىغا ناھايىتى مۇۋاپىق كېلىدۇ. لېكىن، بۇ دورىلارنى ئىشلىتىشتە ئالدى بىلەن تازىلاش ئېلىپ بېرىلغان بولۇشى شەرت. زۆرۈر تېپىلسا تەبەقەئى قەرنىيە نىڭ يارىلىرىدا ئىستىفراغ قىلىشتىن ئىلگىرى ئىشلىتىشكىمۇ بولىدۇ. يەنە بىرى يۇمشاق، چاپلاشقاق ۋە ھۆللۈك تەرەپتىكى دورىلار بولۇپ، بۇ دورىلارنى ئىشلىتىشتە تۆۋەندىكى 4 تەرەپ نەزەردە تۇتىلىدۇ: 1) مەزكۇر دورىلارنىڭ ئېچىشتۇرۇش ۋە كۆيدۈرۈش تەسىرى بولمىغانلىقى، 2) كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان ئاساسىي دورىلارنى كۆزدە تۇتۇنراق 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 مەزگىللەردە پەيدا بولىدىغان يامان تەسىرنى ھەققى قىلالايدىغانلىقى (بۇنىڭدا ئاساسەن يۇمشاق دورىلار قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ)، 4) ئىسسىق ۋە تۇتكۇر ماددىلاردىن پەيدا بولىدىغان يىرىكلىك ۋە غىدىغلىنىشنى يوقىتالايدىغانلىقى بۇنىڭدا يۇمشاق ۋە تۇچۇچان (لەتىيف) دورىلار قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: ئايالارنىڭ سۈتى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى قاتارلىقلار).

5. يول ۋە كانالچىلارنى ئاچىدىغان دورىلار: بۇلارمۇ 2 خىلغا بۆلۈنىدۇ. بىرى، ئىگىر، دارچىن، فەرفىيۇن، ھىلە ۋە سەكبىنەج قاتارلىقلار بولۇپ، تۆلار مۇنزىج (پۇشۇرغۇچى) ۋە مۇھەللىل (پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى) دورىلارنىڭ تەسىرى تەبەقەئى قەرنىيە نىڭ 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 يىرىكلىك پەيدا قىلغۇچى دورىلار بولۇپ، تۆلار كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ) كېسەللىكىنىڭ ئالدىنى ئېلىش رولىغا ئىگە.

6. يەپ يوقاتقۇچى دورىلار: بۇلارمۇ 2 خىل بولىدۇ. بىرى، يارىنىڭ قاقاچ ۋە كىرلىرىنى يۇقاتقۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلاردۇر. مەسىلەن: ئىقلىمىائى كۈندۇر ۋە سەبرى قاتارلىقلار. يەنە بىرى كۆزدىكى پەردە (سەبەل)، قۇتۇر ۋە تىرناقچە تۆسۈكچىلەرنى يۇقاتقۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلاردۇر. مەسىلەن: نۆشادۇر، قەلقەتار، مىس دېتى ۋە كۆيدۈرۈلگەن مىس قاتارلىقلار.

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

كۆز دوريلىرىنى تەييارلاشتا بلىشكە تېگىشلىك ئىشلار

1. كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ئۈيغۇر تىبابىتىدىكى باشقا دورىلارغا ئوخشاشلا مەدەنىيات، ئۆسۈملۈكلەر، ھايۋاناتلاردىن ئېلىنىدۇ ۋە ئۇلاردىن ئۆزىگە خاس ھەر خىل شەكىلدىكى دورىلار ياسىلىدۇ، مەسىلەن: سۇرمە، سېپىلما ۋە شىيافقا ئوخشاشلار. لېكىن، ئۇلار ھەر خىل زىيانلىق كەيپىياتلاردىن خالى بولۇشى شەرت. بۇ ياسالمىلار قىيامى (قويۇق-سۇيۇقلۇقى)، كەيپىياتى ۋە باشقا جەھەتلىرىدىكى ئوخشاشماسلىقىغا مۇناسىپ ھالدا ئۇلارنىڭ ئىشلىتىش يوللىرىمۇ ئوخشاشمايدۇ. مەدەنىيات دورىلار كۆز جىسىمكلىرىنىڭ ئۆزلۈكسىز ھەرىكەتلىنىپ تۇرۇشى سەۋەبلىك ھەمدە ئۆزىنىڭ يىرىكلىكى تۈپەيلىدىن كۆپىنچە ھاللاردا كۆز يۇمۇلقىغا يامان تەسىر كۆرسىتىدۇ. شۇڭا، بۇ دورىلارنى ئىتتايىن يۇمشاق سۇقۇپ، ئادەتتىن تاشقىرى دەرىجىدە سالايە قىلىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ئۇلارنى ئۇپىدەك سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈش ياكى سۇ بىلەن سۇزۇلدۇرۇش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ، مەسىلەن: توتيا، شادەنەج، مەرۋەششا 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 يېڭى كوزىنىڭ ئىچىگە سېلىپ ئوستىدىن گىلى ھىكمەت قىلىپ تونۇر ياكى ئوچاق قوقىسىغا ئويدان كۆمۈپ، ياخشىنى سوقۇلۇش سالاھىيىتىگە كەلگەندە قەدەر قويۇشتىن ئىبارەت. مەسىلەن، ئىقلىيمىيا، زاك، فىلە، سەفىداب ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار. يەنە بەزى دورىلارنى كۆيدۈرۈپ ۋە ياخشى سوققاندىن كېيىنمۇ يەنە يۇيۇپ كۆپ قېتىم چايقاشقا توغرا كېلىدۇ. مەسىلەن، سەفىداب (دورىلىق ئوپا) غا ئوخشاشلار. بۇنىڭدىكى مەقسەت: بۇ دورىلاردىكى كۆزگە زىيان قىلىدىغان ئاچچىقلىقنى يوقىتىش، ئوتقا قويۇلغاندىن كېيىن ھاسىل بولغان ھارارەتنى پەسەيتىشتىن ئىبارەت. كۆيدۈرۈلگەن مىسقا ئوخشاش بەزى كۆزگە زىيانلىق كەيپىياتى بار دورىلارمۇ يۇيۇلىدۇ. بەزى دورىلارنى سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سالايە قىلسا ھۆللۈككە ئۈچراپ ياخشى بولۇپ قالىدۇ، مەسىلەن: تاش جىنسلىق ۋە كۆپ خىلدىكى مەدەن دورىلار. لېكىن، بۇ دورىلارنىڭ بىر قىسمىنى مۇنداق قىلىشقا ئېھتىياج چۈشمەيدۇ،

مەسىلەن: نىشانىستە ۋە سەبرى قاتارلىقلار.

يىلىم دورىلارنى سوققاندا قىزىقلىق ھاسىل بولۇپ تۇنۇك قۇۋۇتىنى پارلاندۇرۇپ، ئاجىزلاشتۇرۇپ قويىدۇ. شۇڭا تۇلارنى قۇرۇق سوقماي، بەلكى نەمدەپ سوقۇش ياكى نەمدەپ سالايە قىلىش لازىم. يەنە بەزى دورىلارنى كۆكۈلدىكىدەك يۇمشاق سوقۇش ئۈچۈن، سۇ ياكى باشقا مۇناسىۋەتلىك سۇيۇقلۇقلارغا چىلاپ قويۇشلا كۇپايە قىلىدۇ، مەسىلەن: كەتىرا ۋە سەمغى ئەرەبى قاتارلىقلار. تۇلارنى ئالدى بىلەن سۇغا چىلاپ ئېرىتكەندىن كېيىن قېلىن رەختتىن تۇتكۇزۇپ سۈزۈپ ئالسىلا بولىدۇ. بەزى دورىلارنى مۇنداق قىلىش بىلەنمۇ مەقسەتكە يەتكىلى بولمايدۇ، بەلكى سۇغا چىلغاندىن كېيىن قايتىدىن سوقۇشقا ۋە سالايە قىلىشقا توغرا كېلىدۇ، مەسىلەن: تۇشەق، سەكبىنەج قاتارلىقلار.

كۆز دورىلرىنى غورا، بادىيان، ھەلىلە، سومماق، مەرزەنجۇش ۋە يامغۇر سۇلىرىغا بىر قانچە قېتىم چىلاپ، سۈزۈپ، قۇرۇتقاندىن كېيىن سوقسا ياكى سالايە قىلسا دورا كۈچىنى تېخىنمۇ ئاشۇرغىلى بولىدۇ. كۆز دورىلرىغا ئىپار قوشۇلسا دورىلارنىڭ قۇۋۇتىنى ئاشۇرغىلى، دورىلارنىڭ كۆز چوڭقۇر قاتلاملىرى ۋە كۆز پەردىلرىگە تەسىر قىلىش دەرىجىسىنى كۈچەيتكىلى بولىدۇ. دورىلارنى سالايە قىلغاندا دورىلارنى تۇسخىدىكى تۇلچەم بويىچە ئايرىم-ئايرىم تۇلچەپ ئېلىپ، ئاستا سالايە قىلىش ۋە چاڭ-توزان، كۆن تۇرى قاتارلىقلاردىن ساقلاش لازىم.

شىياف دورىلارنى تەييارلاشتا دورىلارنىڭ چېچىلىپ، توزۇپ كەتمەسلىكى ۋە شىيافلىق ھالىتىگە كاپالەتلىك قىلىش ئۈچۈن، تۇنۇكۇغا 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، نىشانىستە ۋە سەمغى ئەرەبلەر يۇقۇملۇق كۆز ئاغرىقى (رەمەد) غا ئىشلىتىلىدىغان شىيافلارغا، ئەنزەرۇت ۋە سەكبىنەجلەر كۆزگە ئاق چۈشۈش كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدىغان شىيافلارغا قوشۇلىدۇ. كۆز دورىلىرى ئېچىدە ھەر خىل شىياف، سىپىلما (زەرۋەر) لەرنى تەييارلاشتىكى ئەڭ ياخشى ۋاقىت ئەتىياز ھېسابلىنىدۇ. چۈنكى قىشتا سوغۇق سەۋەبىدىن دورىلار قېتىشىپ، ئىسسىقتا دورىلارنىڭ قۇۋۇتىنى پارلىنىپ كۆچى ئاجىزلاپ كېتىدۇ. ئەتىياز پەسلىدە مۇنداق ئەھۋاللاردىن ساقلانغىلى بولىدۇ. شىياف دورىلار بولۇپمۇ باش ئەتىيازدا ياسالسا، تۇلارنىڭ قۇۋۇتىنى ئۇلار قۇرۇپ بولغىچە پارلىنىپ تارقاپ كەتمەيدۇ. شۇڭا، ئادەتتە بۇ دورىلارنى سايىدا قۇرۇتۇش تەۋسىيە قىلىنىدۇ. ئەمما زەرۋەر (سىپىلما) ۋە سۇدا مۇدەپپەر

قىلىندىغان دورىلارنى ئەتىياز پەسلىنىڭ ئاخىرىقى مەزگىللىرىگىچە كېچىكتۈرۈشكە بولىدۇ. سۈرمە (كوهل) ۋە شىياف دورىلار ئايرىم-ئايرىم قاچىلاردا ساقلىنىشى لازىم. شۇندىلا تۆلارنىڭ كۆچى ئاجىزلاپ ياكى بۇزۇلۇپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ. مەسىلەن، ئىپارنىڭ ئىسسىقلىقى سوغۇق تەبىئەتلىك كافور بىلەن بىر جايدا تۇرسا تۇۋەنلەيدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاشلا كافورنىڭ سوغۇقلۇقى ئىپار بىلەن بىر تۇرسا ئازىيىدۇ.

كۆز دورىلىرىنى ئىشلىتىشتە دىققەت قىلىدىغان ئىشلار

1. كۆزگە ئىشلەتمەكچى بولغان دورىلارنىڭ ئەڭ مۇۋاپىقلىرىنى تاللاشقا دىققەت قىلىش كېرەك. چۈنكى، كۆز نازۇك ھەمدە تۈنۈكدا روھ سەزگۈ قۇۋۋىتىلەر كۆپ بولغاچقا، ئاق فارفىغا ئوخشاش يەنى كۆز تەبىيىتىگە تۇپتىن قارىمۇ-قارشى كېلىدىغان كۆچلۈك دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك كېرەك. تۈتكۈر تەملىك، ئېغىز قورۇيدىغان ۋە بەك چۈچۈمەل كەيپىياتى بەك يۇقىرى دورىلارنى شۇنىڭدەك قۇۋۋىتى بەك كۈچلۈك دورىلارنىمۇ ئىشلەتمەسلىك لازىم. چۈنكى، سوۋۇتۇش قۇۋۋىتى بەك ئارتۇق دورىلار كۆزنىڭ قۇۋۋىتىنى تۈگىتىپ پاسسىپ ھالەتكە چۈشۈرۈپ قويىدۇ. ئىسسىقلىقى بەك يۇقىرى دورىلار كۆز قۇۋۋىتىلىرىنى پارلاندۇرۇپ تارقىتىۋېتىدۇ.

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

3. دورىلارنىڭ مىقدارىنى بەلگىلەشكە دىققەت قىلىش كېرەك. بۇنىڭدا ئىشلەتمەكچى بولغان دورا تۈسخىسى ئىچىدە قايسى دورا ئاساسلىق ۋە مەنپەئەتى يۇقىرى دەپ تونۇلسا شۇ دورىنىڭ مىقدارىنى ئاشۇرۇش، باشقىلارنىڭ مىقدارىنى مۇناسىپ ھالدا ئەھمىيەتلەپ قاراپ كۆپەيتىپ ئىشلەتسىلا بولىدۇ. شۇنىڭدەك، نۇسخا ئىچىدە قايسى بىر دورىنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىزراق بولسا شۇ دورىنىڭ مىقدارىنى كۆپەيتىپ ئىشلىتىش قۇۋۋىتى بەكرەك ئارتۇق دورىنىڭ مىقدارىنى ئاشۇرۇپ ئىشلەتكەنگە قارىغاندا بىخەتەرەكتۇر. كۆز جىيەكلىرى 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 جىنسىي، 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 تۆز ئىچىگە ئالىدۇ: 1) مىزاجى، 2) يارىتىلىشى ۋە ئەسلىدىكى تۈزۈلۈشى، 3) ئورۇنلىشىشى، 4) قۇۋۇتى. 1) كۆزنىڭ مىزاجى: بۇنىڭدا ئالدى بىلەن ئۇنىڭ ساقلىق ۋە كېسەللىك ھالەتتىكى مىزاجى بىلەن تونۇشۇش كېرەك. شۇنداىلا ئۇنىڭ ئۆزىگە خاس مەخسۇس مىزاجىدىن قانچىلىك دەرىجىدە چىقىپ كەتكەنلىكىنى مۆلچەرلىگىلى، دورىلارنىڭ مىقدارىنى بەلگىلىگىلى ۋە كۆزنى ئەسلى مىزاجىغا يانداۋرۇشقا كېتىدىغان قۇۋۋەت دەرىجىسىنى تولۇچىگىلى بولىدۇ. 2) كۆزنىڭ تۈزۈلۈشى: كۆز گۆھىرىدە بىرنەچچە بوشلۇق بار. ئۇلار: (1) كۆزنىڭ ئۈزىدىكى 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 قۇۋۋەتتى ئانچە بەك كۆچلۈك بولمىغان ئاز مىقداردىكى دورىلارنى ئىشلىتىشلا كۇپايە قىلىدۇ. 3) كۆزنىڭ ئورۇنلىشىشى: بۇ، كۆزنىڭ جايلاشقان ئورنى ۋە ئۇنىڭ بىلەن ئالاقىسى (شىرىكچىلىكى) بولغان ئەزالارنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. كۆز ئاشقازان ۋە جىگەردىن كۆپ يىراقتا بولغاچقا، دورىلارنىڭ تەسىرى بۇ ئورۇنلاردىن كۆزگە ئاسانلىقچە يېتىپ كېلەلمەيدۇ ياكى يېتىپ بارغاندىمۇ دورىنىڭ قۇۋۋەتتى ناھايىتى ئاجىزلىغاندا يېتىپ بارىدۇ. شۇ ۋەجدىن 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 تۆز تەسىرىنى كۆرسىتەلەيدۇ. ئەمما، شۇنى بىلىش كېرەككى دورا قۇۋۋەتتى كېسەللىك دەرىجىسىدىن ئارتۇق بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك.

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

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

4) كۆزنىڭ قۇۋۋىتى: كۆز قۇۋۋەتلىرىنىڭ تۇرى كۆپ بولغىنىدەك ئۇنىڭدىكى روھلارمۇ كۆپ. شۇڭا، ھارارەتنى پەسەيتىش تەسىرى بەك يۇقىرى بولغان دورىلارنى كۆز كېسەللىكلىرىدە ئىشلىتىشكە بولمايدۇ. بۇ، روھنىڭ مىزاجىنى قاتتۇرۇپ ئۇنى پاسسىپ ھالەتكە چۈشۈرۈپ قويماسلىق ۋە روھنى پارلاندۇرۇپتىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈندۇر. كېسەللىك دەرىجىسى ئېغىر بولغاندا كۈچلۈك دورىلارنى تاللاپ كۆپرەك مىقداردا ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. كېسەللىك دەرىجىسى يەڭگىلەك 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 قىلدىغان ۋە ئېچىنى 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 پەسلەر بويىچە ئەمەس، بەلكى كېسەل ئەھۋالى ئېتىبارغا ئېلىنىدۇ. مەسىلەن، كۆز ئىششىقلىرىنىڭ دەسلەپكى باسقۇچلىرىدا تورمۇزلىغۇچى، قايتۇرغۇچى دورىلار (ئەدۋىيەئى رادىئە)؛ ئاخىرىقى باسقۇچلىرىدا پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى دورىلار (ئەدۋىيەئى مۇھەللىلە) ئىشلىتىلىدۇ. بۇ ئىككى باسقۇچنىڭ ئارىلىقىدا بۇ ئىككى تۈردىكى دورىلارنى نۆۋەتلەشتۈرۈپ ئىشلىتىش يەنى دەسلەپىدە راۋادىئات دورىلارنى كۈچلۈكرەك تەيىارلاپ ئىشلىتىش، ئۇنىڭدىن كېيىن موھەللىلات (پارلاندۇرۇپ تارقاتقۇچى) دورىلارنى كۈچلۈكرەك ئىشلىتىش، ئاخىرىقى باسقۇچىدا تەڭ دەرىجىدە ئىشلىتىش

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

6. دورا شەكلىنى مۇۋاپىق تاللاش: بۇنىڭدا، كۆزنىڭ ئىششىقلىرىغا تېمىتىلما (قەتۇرات) نى ئىشلىتىش كېرەك. چۈنكى، قۇرۇق دورىلار كۆز يۈمىلىقى ۋە كۆز جىيەكلىرى ئارىلىقىدا تۇرۇپ قىلىپ ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ. كۆزگە تېرناقچە گۈش تۇسۇش كېسىلى (زەفەرە)، كۆزگە ئاق چۈشۈش كېسىلى (بەيازۇلىنى) قاتارلىقلارنى داۋالاشتا زەرۇرات (سىپىلمە) دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. كۆزنىڭ ئەتراپى ۋە يانلىرىغا دورا ئىشلىتىشتە قاچانلا ئېھتىياج چۈششە، تېمىتىلما (قەتۇر) دورىلار ۋە باشقا ھەرخىل سۈيۇق دورىلارنى ئىشلەتكەندىن ياخشى. كۆزگە سوغۇقلۇق يەتكۈزگۈچى، يۇمشاتقۇچى بولۇپمۇ ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، تۆلارنى كۆندە ھەتتا كۆندە بىر قانچە قېتىم ئىشلىتىش كېرەك. لېكىن، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى كۆندە بىر قانچە قېتىم ئەمەس، بەلكى ھەر كۆندە 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 كۆندۈزى 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 ئەسمىد (سۈرمە تېشى) نى ئىشلەتكەندىن كېيىن ئۇخلىغاندىن سىرت باشقىلارنى ئىشلەتكەندە ئۇخلىماسلىق كېرەك. كۆزگە سۇ چۈشۈش (نۇزۇلۇلمائ) كېسىللىكى، كۆزگە ئاق چۈشۈش كېسىللىكى، سەبەل (تۇتىيا) سەۋەبىدىن پەيدا بولۇش كېسىلى) قاتارلىقلاردا دورىنى ئوڭدا يېتىپ تېمىتىش ياكى سۈرمە تارتىش كېرەك. كۆز تۇۋەن قىسمىنىڭ كېسىللىكلىرى ۋە كۆز جىيەكلىرى كېسىللىكلىرىدە دوڭغىيىپ تۇرۇپ دورا ئىشلىتىش، سىپىلما (زەرۇر) دورىلارنى يۇمىنىپ تۇرۇپ ئىشلىتىش كېرەك. يۇقۇملۇق كۆز ئاغرىقى ۋە كۆز جىيەك

كېسەللىكلىرىدە سەپمەكچى بولغان دورىنىڭ كۆز يۇمىلىقىغا سېپىلىپ كېتىپ ئاغرىش ۋە يېقىمسىزلىقلارنى كەلتۈرۈپ چىقارماسلىقى ئۈچۈن، دورىنى كۆز جىيەكلىرىگىلا تەككۈزۈشكە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك. ئەگەر، داغلارنى يوقىتىش ۋە كۆزنىڭ ئېقىنى تازىلاپ پارقىرىتىش (جۈلاھە بېرىش) ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش مەقسەتلەردە دورا ئىشلەتمەكچى بولغاندا، دورىنى كۆز يۇمىلىقىغا يەتكۈزۈشكە ۋە يەرلىك ئورۇنغا سۈركەشكە بولىدۇ. كۆزگە سۈيۇقلۇق دورىلارنى تېمىتىشتا كۆزنى سول قولنىڭ باش بارمىقى ۋە كۆرسەتكۈچ بارمىقى بىلەن ئېچىپ، پلاستىكىچ نەيچىسىنى ئوڭ قول بىلەن تۇتۇپ تېمىتىش كېرەك. كۆزدە قىزىقلىق ۋە ھۆللۈك بولسا، دورا تېمىتىلغان پلاستىكىچ كۆمۈش پىلاستىكىچ؛ ماددىلارنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش مەقسەت قىلىنسا، تىللا پلاستىكىچ ياكى ئابنوس دەرىخىدىن ياسالغان پلاستىكىچ؛ كۆزدىكى ماددىلارنى پارلاندۇرۇپ تارقىتىش مەقسەت قىلىنسا، مىس پلاستىكىچ ئىشلەتكەن ياخشى. ھەر قېتىم دورا تېمىتىپ بولغاندىن كېيىن پىلاستىكىچنى يۇيۇپ ئېلىپ قويۇش كېرەك. سۈرمە دانىمۇ ئېچىگە سېلىنىدىغان سۈرمىنىڭ جىنسىي بىلەن ئوخشاش يەنى بىر ئائىلە ۋە جىنسىدىكى نەرسىلەردىن ياسالغان بولۇشى لازىم. دېمەك، بەزىسى كۆمۈش، بەزىسى ئابنوس دەرىخى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلاردىن ياسالسا بولىدۇ. ئۇنىڭ شەكلى يۇمىلاق سۇزۇنچاق، ئاغزى ئاسان ئېچىلىدىغان بولۇشى لازىم. ھەر خىل شىياقلار ۋە باشقا كۆز دورىلىرىنى ئەڭ ياخشىسى مىس تېشى بىلەن سالايە قىلىش لازىم. ئابنوس 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 جەررالىق قىلغاندا، مەسىلەن: سەبەل كېسەللىكىدە تۇتۇنىسمان پەردىنى كېسىپ ئېلىۋەتكەندىن كېيىن كۆزنى تېڭىشقا توغرا كېلىدۇ. شۇنىڭدەك كىچىك بالىلارنىڭ كۆزلىرىگە دورا سۈركىگەن، زىمادا چاپقاندا دورىلارنىڭ چۈشۈپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن ھەمدە بەزى كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئاخىرقى باسقۇچلىرىدا كۆزنى سىرتقى مۇھىتنىڭ يامان تەسىرلىرىدىن مۇھاپىزەت قىلىش ۋە كۆز پولتىسىپ چىقىش كېسەللىكىدە كۆزنى سېقىپ تۇرۇش ئۈچۈن كۆزنى تېڭىپ قويۇشقا توغرا كېلىدۇ. يەنە شۇنىڭدەك، كۆز ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىش ۋە ئۇنىڭ ئالدىنى ئېلىش مەقسەتلىرىدىمۇ كۆز تېڭىپ قويۇلىدۇ. مەسىلەن، كۆز ۋە چېكە سۆڭەكلىرى لوقۇلداپ سانجىپ ئاغرىش، كۆز پولتىسىش كېسەللىكى ۋە كۆز سىرتىغا كۆتۈرىلىپ قىلىش كېسەللىكلىرىدە كۆزنى تېڭىشنىڭ ئەھمىيتى ناھايىتى زور.

كۆز ئاغرىش

كۆز ئاغرىش (ئەڭجاتولئەينى) تۆز ئالدىغا مۇستەقىل بىر كېسەللىك بولماي، بەلكى كۆزدىكى نورمالسىزلىق ۋە كۆزنىڭ تۇرغۇن 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 مادداسىز، مادداسىز ئۆزگىرىشلەردىن كېلىپ چىقىدۇ. ئۇنىڭ سەۋەبلىرىنى ئېنىقلاشتا ئالدى بىلەن كۆزنىڭ ئەھۋالىنى ئالاھىدە مۇلاھىزە قىلىش، ئۇنىڭدا ھەر خىل تېپىكى كۆز يالլۇغى، كۆزگە تۆتۈنسىمان پەردە پەيدا بولۇش كېسىلى (سەبەل)، ئەستەر پەردە (تەبەقەئى مۇلتەھەمە) نىڭ قېتىشى، كۆز چاقىلرى، كۆز يارـ ىلىرى، كۆز زەخمىسى ياكى كۆزگە يات نەرسە كىرىپ كېتىشتەك غەيرىي ئەھۋاللارنىڭ بارـيوقلۇقىغا 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 قويىۋەتسە، كۆز قارىچۇقى قوشۇلغان باش ئاغرىقى ۋە كۆز شەقىقىسىدىن ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، باش ئاغرىش بىلەن بىرگە كۆز لوقۇلداپ ئاغرىسا، كۆزنىڭ ئۆزۈمسىمان پەردە (تەبەقەئى ئىنەبىيە) سىدە ئىششىق بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئاغرىش قاتتىق بولۇپ يېڭىنە 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 مۇڭگۈز پەردە (تەبەقەئى

قەرنىيە) سىدە راك (سەرتان) كېسىلى بارلىقىدىن گومانلىنىشقا بولىدۇ. ئەگەر، ئاغرىش يېڭىنە سانجىغاندەك ئاغرىسا، بىمارنىڭ گومانىچە كۆزىگە يات نەرسىلەر كىرىپ قالغاندەك بىلىنسە ھەمدە كۆز يۇملىقىنى ئايلاندۇرۇش ۋە يورۇقلۇققا قاراش تەسكە توختىسا، كۆزنىڭ شىشىسىمان سۇيۇقلۇقى (روتۇبەتى زۇجاجىيىە) گە ئوزۇقلۇق يېتىشمەيۋاتقانلىقىنى پەرەز قىلىشقا بولىدۇ. ئەگەر، بۇنىڭ سەۋەبى تۇنۇگۈنكا ئوزۇقلۇق كېلىدىغان قانالچىلارنىڭ قۇرغاقلاشقانلىقىدىن بولسا، بىمارنىڭ كۆزلىرى ئولتۇرۇشۇپ كېتىدۇ، ياش ئاقمايدۇ. ئەگەر، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك توسالغۇ چۈشۈشتىن بولسا بەزىدە ياش ئاقىدۇ، بەزىدە قۇلاقلاردىن يىرىڭگا 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 مۈگگۈز پەردە (تەبەقەئى قەرنىيە) نىڭ يېرىمى دۇغلاشقاندەك كۆرۈنسە، ئوزۇمسىمان پەردە (تەبەقەئى ئىنەبىيە) نىڭ قىيسىقلاشقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. كۆز ئاغرىش قاتتىق بولۇپ، سىقىلىپ ئاغرىغاندەك بىلىنسە ھەمدە كۆزنى ئىختىيارى ھەرىكەتلەندۈرەلمىسە، چۈشكۈرۈش ۋە چاپاقلىشىش، ياش چىقىش كۆرۈنەرلىك بولسا ئاغرىشىنىڭ كۆز قىروسىمان سۇيۇقلۇق (رۇتۇبەتى جەلدىيە) نىڭ سىقىلىشىدىن بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئاغرىش قاتتىق بولۇپ كۆزنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا بىلىنسە ھەمدە كۆزنىڭ نۇرى چېچىلىپ، نورمال كۆرۈش خىزمىتى بۇزۇلسا، تورسىمان پەردە (تەبەقەئى شەبەكسىيە) پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلغان (تەفەررۇقۇل ئىتتىسالى) لىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، ئاغرىش كۆزنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا بولۇپ، كۆزنىڭ دائىرىسىدە قىزىللىق كۆرۈلسە، بالا ھەمراھىسىمان 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 سولىبىيە) 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. سەۋادىن بولسا، كۆزنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا ئاغرىش بولۇش بىلەن بىرگە كۆزى ئولتۇرۇشۇپ ئارقىغا تارتىلىپ كەتكەندەك بىلىنىدۇ؛ بۇ ھەم كۆز قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سولىبىيە) دە ئىششىق بارلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر، كۆز بىر تەرەپكە قىيسايغان ھالدا سوزۇلۇپ ئاغرىسا،

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

داۋاسى

ئاغرىۋاتقان كۆزگە ھەرگىزمۇ سۈرمە ياكى پىلتىكۈچلەرنى ئەكىلىشكە بولمايدۇ، بەلكى دورىلارنى سۈت قاتارلىق باشقا نەرسىلەردە ئىرىتىپ ئاز-ئازدىن تېمىتىش كېرەك. قاتتىق ئاغرىش بىلەن بىرگە كەلگەن ھەر قانداق كۆز كېسەللىكلىرىدە ئالدى بىلەن ئاغرىق توختىتىش چارىلىرىنى قىلىش لازىم. لېكىن، مەس قىلىدىغان ۋە سېزىمىنى يوقىتىدىغان دورا (مۇخەددىرات) لارنى ئارقا-ئارقىدىن ئىشلەتمەسلىك كېرەك. بۇ ئەھۋالدا ئەڭ ياخشىسى پەرۋىش قىلىپ داۋالاشنى قوللىنىش، مەسىلەن: تۆۋىنىڭ يورۇقلۇقىنى پەسەيتىپ، ناخشا-ساز ئاڭلىتىش، ھېكايە ئېيتىپ بېرىش بىلەن بىرگە بىمارنىڭ بەدىنىنى يۇمشاق تۆتۆپ بېرىش ئارقىلىق تۆنى تۆخلىتىش كېرەك. كۆز شەقىسىدىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن باش ساھەسىدىن قان ئالغاندىن كېيىن ئىككى چېكىگە زۇلۇك قۇرۇتى قويۇپ قان شورىتىش، تۆنكىدىن كېيىن ماددىنى پۇشۇرۇپ قائىدە بويىچە مۇسھىل ۋە ھەيبى ئىيارەجى بېرىپ تەنقىيە قىلىش ھەمدە شەقىنى داۋالاش بويىچە داۋالاش لازىم. تۆنكىدىن كېيىن ئاغرىق ۋە ھارارەتنى پەسەيتىش، ماددىلارنى قايتۇرۇش ئۈچۈن توخۇ تۆخۇمىنىڭ ئېقى ۋە قىز تۆغقان ئايالالارنىڭ سۈتىنى شىشىگە ئېلىپ، تۆنكىگا 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 بېپەرۋالىق قىلماسلىق ۋە مۇھلەت بەرمەسلىك كېرەك. تۆنداق بولمىغاندا كۆزنى قارىغۇ قىلىپ قويۇشى مۇمكىن.

راكىتىن 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، سۇقۇفى سەۋدا، ھەيبى لاجۇەرد،

مېۋە-چېۋىلەر سۈيى (مائولفەۋاكسا) ۋە خىيارى شەنبەر قاتارلىقلار بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ تۇرۇش ھەمدە ئارپا سۈيى (مائوششەئىر)، بىنەپشە شەربىتى، ئىسكەنجىبىن، خەشخاش شەربىتى، جۇللاپ ۋە نىلۇپەر شەربەتلىرىنى بېرىش كېرەك. تامىقىغا ھارارەت پەيدا قىلمايدىغان ۋە ياخشى ئوزۇقلۇق (كەيمۇس) بولالايدىغان بۇغداي تۈرىدىن قىلىنغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، يەڭگىل ۋە ئاسان سىڭىدىغان گۈشلەر، مەسىلەن: تۆچار قاناتلار گۈشلىرىدىن كەكلىك، قىرغاۋۇل، سېمىز چوجە، ئوغلاق، پاقلان گۈشى ۋە كاللا-پاچاقالچەك قاتارلىقلارنى بېرىش كېرەك. چۇچۇكبۇيا 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 ھەرىسى (ئاتلىسى) تەييارلاپ تۈگىگا يەنە ئازراق بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش. ياكى ماتۇلجىسىنى يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن مۇناسىۋەتلىك شەربەتلەرنىڭ بىرەرسى بىلەن ياكى كالا سۈتى بىلەن ئىچكۈزۈشمۇ پايدىلىق.

قەدىمكى ھۆكۈمالىرىمىز: «سەۋدانىڭ مۇنزىجلىرىنى ئىشلەتكەيلەر. يەنى مەتبۇخى ئەفتىمۇن، تۇنىكدىن كېيىن ماتۇلجىسىنى بەزىدە سۇفۇفى مۇبەددىل ۋە سۇفۇفى مۇسھىل بىلەن ئىچكۈزگەيلەر» دەيدۇ. ھەجەرى ئەرمەنى، ھەلىلە كابۇلى، ھەلىلە ھىندى، بىستىفايەج، نەمەكى ھىندى (ھىندى تۇزى) ۋە غارىقۇنلاردىن تەييارلانغان تالقان سۇفۇفى مۇسھىل دېيىلدۇ. تەرخەمەك، قاپاق، بادىرەڭ تۇرۇقلىرىنىڭ مېغىزى، گاۋزەبان ھىندى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، سەندەل، تاباشىير، قىزىلگۈل، قۇرۇق يۇمغاقسۈتلەردىن ياسالغان تالقان سۇفۇفى مۇبەددىل (مىزاج تۇزگەرتكۈچى تالقان) دېيىلدۇ. تۇنى ماتۇلجىسىن بىلەن ھەر كۈندە 15 گرامدىن كاپ ئەتسە بولىدۇ. مەزكۇر سۇفۇف سىناقتىن تۈتكەن نۇسخىدۇر. يەنە شىيافى ئەبيەزنى تۇخۇمنىڭ ئېقىدا ياكى شىيافى مامىيشانى ئايال سۈتىدە ئېرىتىپ كۆزگە تېمىتىش كېرەك. تۇخۇمنىڭ ئېقىنى ئىكللىملىك ۋە ئازراق زەئفەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، سرتىدىن چاپسا ياكى ئارپا تۇنى، بىنەپشە، نىلۇپەر ۋە دادۇر تۇنى، بابۇنە، ئىكللىملىك، كاكىنەج سۈيى، ئىت ئۆزۈمىنىڭ سۈيى قاتارلىقلاردىن ياسالغان زىمادنى چاپسا بولىدۇ. ئاق لەيلى، ھەمشە باھار ۋە ئىت ئۆزۈمى ياپراقلىرىنى سوقۇپ، بىنەپشە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، زىماد قىلىپ چاپسىمۇ بولىدۇ. تۇخۇم سېرىقى ۋە گۈل يېغىدىن ياسالغان قىيروتنى ھەر كېچىسى ئۇستۇنكى قاپاققا قويۇشقا بولىدۇ. يەنە شۇنىڭدەك تەركىبىدە يۇمشاتقۇچى (مۇلەييىن)، شىلىملاپ سىلىقلاشتۇرغۇچى (مۇنجىرىيات)، مەس قىلىپ سېزىمنى يوقاتقۇچى (مۇخەددىرات) دورا تۈتقان ياسالمىلارنى ئىشلىتىشكە

بولىدۇ. ئەمما ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك تاماقلارنى ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك. بابۇنە، گۈل بىنەپشە، ئاقلەيلى، ئىكلىلمىلىك ۋە نېلۇپەر گۈللىرىنى قاپىناتقان سۇ بىلەن سىرتىدىن ئېقىتىپ يۇيۇش (نەتۈل 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 ئاغرىشىنى كەلتۇرۇپ چىقارغان كېسەللىك ماددىسى بەك ئورۇنلىشىپ قالمىغان بولۇشى كېرەك. ئەگەر ماددىلار بەك ئورۇنلىشىپ قالغان بولسا، ئاغرىقنى پەسەيتىشلا كۆپايە قىلىدۇ. بۇنىڭدا كۆك يۇمغاقسۇت سۈيى، ئىت ئۈزۈمى سۈيى، قىزىلگۈل سۈيى ۋە گۈلاپ سۈيى، كاسىن ئۇرۇقى، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل ۋە گىل ئەرمىنەرنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گىرام ئېلىپ ئۇلارنى 12 گىرام ئەرىقى بىدىمىشكىگە ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلسا ناھايىتى ياخشى ئونۇم بېرىدۇ. ئاغرىق توختىغاندىن كېيىن يۇيۇلغان تۇتىيا، شادىنەج ۋە نىشاستە ھەر بىرىدىن 3 گىرام، شىيافى مامىيشا، گىل مەختۇم ھەر بىرىدىن 2 گىرام، مەرۋايىتتىن 1 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ ھەمدە ئاغرىق پەسەيتكۈچى، ئىچنى يۇمشاتقۇچى شىيافلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. بوشاشتۇرغۇچى (مۇرخىيە) لوئاب ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار كۆزگە سۈرتىلىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈپ ھۆللۈك پەيدا قىلىشمۇ پايدىلىق. سەۋدا پەيدا قىلىدىغان غىزالار، مەسىلەن: لوۋىيا، پەتىنگان، كالا گۆشى قاتارلىقلاردىن يەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ.

شىشسىمان سۈيۇقلۇقى (روتۇبەتى زۇجاجىيە) گە ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىكتىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئۇنىڭ سەۋەبى توسالغۇ چۈشۈشتىن بولغاچقا، توسالغۇ پەيدا قىلغۇچى ئەسلىي ماددىنى نەزەردە تۇتۇپ ئىچنى سۈردۇرۈش ۋە تازىلاش (تەنقىيە قىلىش) ئارقىلىق توسالغۇلارنى ئېچىشقا تىرىشىش لازىم. مەسىلەن، ئەسلىي ماددا سوغۇق بولسا بادىيان، ئىزخىر، ئەمەن، ئەفسەنتىن، سېرىق ئوت (ئەفتىمۇن) تۇرۇقى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ دىنار شەربىتى بىلەن بېرىلىدۇ. ماددا ئىسسىق بولسا كاسىن تۇرۇقى، بىخسۇس، ئىت ئۈزۈمى، تۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ئۇزۇم 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

قسمدىكى ئاق له يلى ياپرىقى چۈشكه ن زىمادقا تۇخۇم ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگه دائىم چېپىپ بېرىش كېرەك. شىيافى ئەبىيەزنى ئاياللار سۈتىگه ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگه تارتىش، بىنەپشه يېغى ياكى قاپاق يېغىنى بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. مىزاجنى ھۆللەشتۇرۇش مەقسىتىده يەنه بادام يېغى، ئاياللار سۈتى ۋە نىلۇفەر ياغلىرىغا ئوخشاش ياغلارنى سۈركەش، كالا سۈت قايمىقى ۋە كالىنىڭ ئىلىكىدىن ياسالغان سەتۈتنى بۇرۇنغا تارتىش كېرەك. كۆپ ئوخلاش، ئاددىي شورپا، يىلتىلغان تۇخۇم سېرىقى ئىستېمال قىلدۇرۇش ۋە ئوسما، خام قاپاق، تەرخەمەكله رنى مايلىق گۈش، سېمىز مېكيان گۈشلىرى بىلەن پۈشۈرۇپ بېرىش لازىم. تۇزلۇق، چۈچىمەل، قىرتاق ۋە قۇرۇتقۇچى نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش كېرەك. ئومۇمەن، ششىسمان سۈيۈقلۇق (روتۇبەتى زوجاجىيە) گە ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىكتىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تاماقلار بىلەن غىزالاندۇرۇش، ئارپا سۈيىنى بىر قانچه كۈنلەرگىچه ئۈزمەي ئىچكۈزۈش كېرەك. ئەگەر، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك بىلەن بىرگه يەنه توسالغۇ بارلىقمۇ مەلۇم بولسا مۇنىزىج بېرىپ بەدەننى تازىلاش (ئىستىفراغ قىلىش) كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ياۋا سەۋزە تۇرۇقى 10 گرام، چىكىسەي تۇرۇقى، رۇمبادىيان ھەر بىرى 12 گرام، سانا مەككى، تۇستۇخۇددۇس ھەر بىرى 15 گرام، تۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ئۈزۈم 45 گرام، تەمرى ھىندى، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 60 گرام ۋە ئەنجۈردىن 20 دانه ئېلىپ، دورىلارنى قاينىتىپ 300 گرام قالغاندا دورىلارنى سۈزۈپ، 21 گرام شېكەر ۋە 15 — 10 گرام ئاچچىق بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ يىلمان پېتى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئادەتته، بۇ مەتبۇخدىن ئىككى تۇسخا تەييارلاپ بىر ھەپتىده ئىچىپ بولىدۇ. بۇ مۇنىزىج مەتبۇخنى ئىچكەن مەزگىللەردە ئاياللار سۈتىنى بۋاستە كۆز ئەتراپى ۋە چېكىگه سۈرۈپ تۇۋۇلاش بىلەن بىرگه تۇۋەنكى زىمادنى ئارىلاپ چېپىش كېرەك.

ھەمىشه باھار ياپرىقى ياكى ئاق له يلى ياپرىقنى سالايە قىلىپ تۇخۇم ئېقى، بىنەپشه يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش، ئەمما كافۇرنى پۈراش ۋە كۆزگه يېقىن ئەكىلىشتىن ساقلىنىش كېرەك. شۇنى بىلىش كېرەككى، ششىسمان سۈيۈقلۇقتا كېسەللىك بولسىلا بىنەپشه يېغى، قاپاق يېغى، سۈگەت يېغىنىڭ بىرىنى بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈش (سەتۈت قىلىش) كېرەك. بولۇپمۇ، ئەگەر كۆز ئاغرىشقا باش ئاغرىقىمۇ قوشۇلۇپ كەلسە، ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن شىيافى ئەبىيەزنى ئاياللار سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگه تارتىپ بېرىش كېرەك. ئەگەر كۆپلەپ ئىستىفراغ قىلىش، دائىم ئاج قېلىشقا ئوخشاش ئىشلار تۇپەيلىدىن بەدەنگه قۇرۇقلۇق يېتىپ كۆزگه ئوزۇقلۇق يېتىشمىگەن بولسا، داۋالاش تۇقتىسىنى ئاساسلىق ھۆللۈك يەتكۈزۈشكه قارىتىش بىلەن

بىرگە ئىستىفراغ قىلىش، قۇرۇتقۇچ نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن قەتئىي ساقلىنىش كېرەك. ھەر خىل سۈتلەرنى بىۋاستە باش-كۆزلەرگە سېغىش، بىنەپشە يېغىنى سەتۆت قىلىش، ئوغلاق ۋە كىچىك پاقلانلارنىڭ گۆشى، ھارارەتنى تۆۋەن شاراب ياكى ئارپا سۈيى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم. قاتتىق تەنھەرىكەت، كۆپ تەرلەش ۋە مۇنچىغا تۈزۈن چۈشۈپ بەك تەرلەپ كېتىشتىن ساقلىنىش لازىم. بىنەپشە، نېيلۇفەر ۋە سۈگەت ياپراقلىرىغا ئوخشاش بەدەن، باش ۋە كۆزگە ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى دورا ۋە چارە تەدبىرلەرنى كېسەلنىڭ ياخشىلىنىش ئەھۋالىغا قاراپ قوللىنىش، ئەگەر ھۆل بىنەپشە تېپىلدىغان پەسلى بولسا، يېڭى بىنەپشىنى گۈلاب بىلەن نەمدەپ كەچتە باشقا قويۇپ ئۇخلاشقا دەۋەت قىلىش كېرەك.

قارىچۇق (ئۈزۈمسىمان پەردە تۈشۈكچىسى) تارىيىپ كېتىشىدىن بولغان كۆز ئاغرىشتا ئەگەر قان ئارتۇق بولسا، ئالدى بىلەن قان ئېلىپ مىزاجغا مۇناسىپ مۇسھىل بىرىپ بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن ياش ئاققۇزغۇچى دورا (مۇدەمىئات) لارنى كۆزگە تارتىش كېرەك. قوغۇشۇندىن كۆز چانىقىغا مۇۋاپىق كېلىدىغان كۆز تۇبى ياساپ ئوتتۇرىسىدىن تۈشۈك قويۇپ داكا ياكى شىلىملىق پىلاستىر (جياۋبۇ) بىلەن كۆزگە چاپلاش، يەنى قوغۇشۇن ئوتتۇرىدىكى تۈشۈكنى كۆزنىڭ تۈدۇل ئوتتۇرىسىغا توغرا كەلتۈرۈپ، تۈشۈكنى ئوچۇق قويۇپ چاپلاش كېرەك. يورۇق نەرسىلەرگە قاراش، باشنى تۆۋەنگە ساڭگىلىتىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

شىشىسىمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى جەلدىيە) نىڭ سىقىلىشىدىن بولغان كۆز ئاغرىشنى داۋالاشتا كۆزنىڭ باشقا ئىشىشىق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا قوللانغان تۈسۇللار قوللىنىلىدۇ. مەسلەن كۆز ئەستەر پەردىسى (تەبەقەئى مۇلتەھەمە) نىڭ يالليۇغنى داۋالاشتا قوللىنىلغان ئاغرىق پەسەيتىش تۈسۇللىرى قوللىنىلىدۇ. ئىشىشىق يانغاندىن كېيىن ئىستىفراغ قىلىش، شىيافى ئەبەيزنى كۆزگە تېمىتىش، ئايالار سۈتنى بۇاستە باش-كۆزلەرگە سېغىش، مۇۋاپىق دورىلار بىلەن چۈشكۈرتۈش (سەتۆت قىلىش) كېرەك.

تورسىمان پەردە (تەبەقەئى شەبەكسىيە) پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان (تەفەررۇقۇلئىتتىسالى) دىن بولغان كۆز ئاغرىشتا، ئەسلىي كېسەللىكە داۋا قىلمىسىمۇ ئاغرىق پەسەيتىش تۈچۈن دەسلەپتە قان ئېلىش، مىزاج تەكشەش، ئۇزۇقلىنىشنى كۈچەيتىش كېرەك. ھەمدە ئەپيۇن چۈشكەن شىيافى ئەبەيزنى توخۇ تۈخۇمىنىڭ سېرىقى ۋە گۈل ياغلىرى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك.

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

يۇمشاتقۇچى دورا (مۇلەييىنات) لار بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش كېرەك. ئىسىبەغۇل ياپرىقى ۋە ئىت ئۈزۈمى ياپراقلىرىنىڭ سۇيىنى ئېلىپ قاينىتىپ، ئارقىدىن ھوزۇز (روسۇت ھندى) ۋە ئازراق شىيافى تەبىيەزنى ئېرىتىپ تەڭگەن-كەچتە كۈزگە تارتسا بولىدۇ. خورما چېچىكىنى ئىسىبەغۇل لۇئابى ۋە ئازراق سىركە، گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئۇخلاشتىن بۇرۇن كۈزگە چاپسىمۇ بولىدۇ.

قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سۈلبىيە) نىڭ ئىششىقى توپەيلىدىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئەگەر ئۇ قاندىن بولسا، باش ۋە يۈز ساھەلىرىدىن قان ئېلىنىدۇ. چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن كەپىياتى يەڭگىل دورىلار، مەسىلەن: بىنەپشە، نىلۇفەر، ئاق لەيلى، چىلان، سەرپىستان ۋە چالا پۇشۇرۇلغان ئارچىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ، ئۇنىڭا كۈنجۈت يېغى، قارا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئارقىمۇ-ئارقا بىر قانچە قېتىم ھۆقنە (كىلىزما) قىلىش كېرەك. ھەمدە مەتبۇخى سەرپىستان يەنى چىلان، سەرپىستان، ئەينۈلا، نىلۇفەر، ئاق لەيلى، شىرخىشت ۋە تەرەنجىبىنلەر قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ماددىلارنىڭ كۆزگە قۇيۇلۇشىنى توسىغاندىن كېيىن مېڭدىن كېرەكسىز ماددىلارنى تازىلاش (تەنقىيە قىلىش) كېرەك. يۇقىرىقى چارە-تەدبىرلەرنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلمىسە، ئەپيۇن (ئەفيۇن) چۈشكەن شىيافى تەبىيەزنى قاينىتقان ھۆل يۇمغاقسۇت سۈيى، ئىت ئۈزۈمى چۆپىنىڭ سۈيى بىلەن بىللە كۆزگە تارتىش ۋە تېڭىش كېرەك. چىلان شەربىتىنى ئارپا سۈيى بىلەن داۋاملىق ئىچىش، بەزى مۇڭاپىق سەتۈتلارنى بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈش پايدىلىق.

سەپرادىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا زۆرۈر تېپىلسا قان ئېلىش ھەمدە يۇقىرىدىكى مەتبۇخقا سېرىق ھەلىلە، خېمىرى بىنەپشە قوشۇپ ئىچكۈزۈپ ئىچىنى بوشىتىش كېرەك ياكى قىزىلگۈل، بىنەپشە، ئەينۈلا، چىلان، تەمرى ھندى، سېرىق ئوت ئۆرۈقى، كاسىن ئۆرۈقى، تەرەنجىبىن ۋە شۇڭقىغا ئوخشاش دورىلار بىلەن چوڭ تەرەتنى بوشىتىش كېرەك. ياكى سەپرا سۈرگىسى (مۇسھىلى سەفرا) بەرگەندىن كېيىن ئاقلانغان ئارپا ۋە بېھى ئۆرۈقى ھەر بىرىدىن 10 دانە، چەشمخامدىن 20 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ئازراق ئەنزەرۇتنى قوشۇپ دورىلارنىڭ 2 ھەسسىسچىلىك سۇ بىلەن قاينىتىپ ماتۇششەئىر (ئارپا سۈيى) قىيامىدەك ھالەتكە كەلتۈرۈپ، كېچە ۋە كۈندۈز بىر قانچە قېتىم كۆزگە تېمىتىپ بېرىلىدۇ. كېسەل كىشىنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، قاينىتىلغان سوغۇق سۇغا چىلانغان داكىنى كۆزگە قۇيۇش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن كەچتە ياتقاندا ئانار ۋە كاسىن ياپراقلىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئوڭا دورىلار بىلەن تەڭ مىقداردىكى ئىسىبەغۇلنى قوشۇپ، گۈلاب ۋە گۈل يېغى بىلەن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە چېپىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەتىسى تېڭىقنى يېشىپ كۆزنى ئوبدان تازىلاپ، سوۋۇتقۇچى ۋە ھۆللەشتۇرگۈچى تاماقلار يېگۈزۈلىدۇ. ھەمدە بىنەپشە

يېغى ۋە ئايالالار سۆتىنى بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈلىدۇ. بەزىدە شىيافى ئەبىيەزنى كۆزگە تېمتىسمۇ بولىدۇ. ئىسسىقتا يول يۈرۈش، مۇنچىغا چۈشۈشتىن ساقلىنىش كېرەك.

بەلغەمدىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا ماددىلارنى پۈشۈرۈپ، بەلغەم سۇرگىسى (مۇسەھىلى بەلغەم) ۋە ھەببى ئىيارەج بىلەن بەدەننى تازىلاپ (تەنقىيە قىلىپ) بولغاندىن كېيىن مەستىكى يېغى بىر ھەسسە، ئىپار ھەسسە، ياۋا قاپاق يوپۇرمىقى (زوفرا) سۈيىدىن ئاز مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ ھەر كۈنى ئاز-ئازدىن كۆپەيتىپ بۇرۇنغا تامغۇزۇلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇرمەككى، قورۇلغان سىياھدان ۋە سالايە قىلىغان 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 باسقۇچلىردا ئاغرىق پەسەيتىش ئۈچۈن قىزىلگۈل، ئاس قاتارلىقلارنى شاراب ياكى تۇخۇمنىڭ سېرىقىدا پۈشۈرۈپ گۈل يېغى ۋە زەئفەرلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىندۇ.

كۆز ئاغرىش سەۋدا خاراكتېرلىك ئىششىقتىن بولسا مەتبۇخى ئەفتىمۇن، سۇفۇفى سەۋدا ياكى ھەببى لاجۋەرد 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 ھۆللەشتۇرۇش ئۈچۈن ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى غىزا ۋە شەربەتلەرنى تاللاپ ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم. ئايال سۈتى ياكى تۈچكە سۈتىنى باش-كۆزلەرگە قۇيۇش ۋە بۇرۇنغا تېمتىش كېرەك. ئايال سۈتى، بىنەپشە يېغى، نىلۇپەر يېغى ۋە ھەمشە باھار سۈيىنى بۇرۇنغا تېمتسا، ئۈنۈمى ناھايىتى ياخشى. تامىقىغا ئارپا ۋە دادۇر سۈيىگە ئوخشاش ھۆللۈك بۇخار پەيدا قىلدىغان تاماقلار بېرىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تۈسۈللار بىلەنمۇ كۆز ئاغرىشتا ياخشىلىنىش كۆرۈلمىسە ئارپىنى كۆيدۈرۈپ شىيافى ئەبىيەز بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تۈخۇمنىڭ 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، گېرىبلكا قاتارلىق نەرسەلەر بىلەن كۆزگە ئىسسىق تۇتكۈزۈش؛ باش ساھەسىگە ئىسسىق سۇ قۇيۇپ بېرىش كېرەك. يەنە بابۇنە، ئىكلىلمىلىك ۋە شۇنىڭغا

ئوخشاش ئىششىق تارقاتقۇچى دورىلارنىڭ قاينىتىلغان سۇيى بىلەن تەرلىتىش كېرەك.

كۆز ئاغرىش قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سۇلبىيە) قۇرغاقلىشىشىدىن بولسا، كۆزنىڭ مىزاجىنى ھۆللەشتۇرۇشكە تىرىشىش لازىم. بىنەپشە يېغى ياكى نىلۇفەر يېغى ۋە مومىلار بىلەن تەييارلانغان قىيروتىنى ئەسەررائى سۇيى، قاپاق لېشى سۇيى قاتارلىقلار بىلەن نەمدەپ باش ۋە پۇتۇن بەدەنگە سۇركەش كېرەك. شىيافى ئەبىيەزنى سۈتتە ئىرىتىپ كۆزگە تېمىتىش، قىز تۇغقان ئاياللار سۈتىنى كۆزگە سېغىش كېرەك. ئوڭدىسىغا يېتىپ تۇخلاشتىن قەتئىي ساقلىنىش لازىم. ئەگەر، تۆي ئىسسىپ كېتىپ سىرتقا چىقىشقا توغرا كەلسە يۈزىنى يېپىۋېلىش كېرەك.

قاتتىق پەردە (تەبەقەئى سۇلبىيە) نىڭ پالەجلىنىپ بوشاپ كېتىشىدىن بولغان كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن مۇنزىج بېرىپ كېسەل ماددىسىنى پىشۇرغاندىن كېيىن بەلغەم مۇسھىلى ۋە ھەبىي 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، كۇندۇر، راتىيانەج ۋە ئىگىرلەرنى يالغۇز ياكى قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن قوشۇپ چايناش؛ قارا سەئىدھىندىنى تىلغا سۇركەش، شىيافى ئەھمەرنى مەتبۇخى زۇفا بىلەن ئېرىتىپ دائىم كۆزگە تامغۇزۇش كېرەك. تاماقلاردىن سۇيۇقلۇقلارنى ئۆزىگە شۇمۇرىدىغان ھەر خىل قورما (كاۋاپ) لار ۋە قىرغاۋۇل، كەكلىك گۆشى بىلەن پۇشۇرۇلغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. ئەگەر كېسەل كىشىنىڭ بەدەن قۇۋۇتى، قۇرامى، پەسىل ۋە ياشقا شارائىتلار مۇۋاپىق كەلسىلا ياش ساھەسىدىن قان ئالسىمۇ بولىدۇ. بۇ چارىلەر بىلەنمۇ كېسەللىك ياخشى بولۇپ كېتەلمىسە ئۈچەيلەرنى قويۇق سۇيۇقلۇقلاردىن تازىلايدىغان ھۆقنە دورىلىرى بىلەن كىلىزما 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 تۈسۈلى كۆز يالليۇغى (رەمەد) نى داۋالاش بىلەن ئوخشىشىپ كېتىدۇ.

قاپاق ۋە كىرپىك كېسەللىكلىرى

قاپاق ۋە كىرپىكلەر كۆزنى مۇھاپىزەت قىلىدىغان مۇھىم ئەزالاردۇر. گەرچە تۆلار بىۋاستە كۆرۈش خىزمىتىگە قاتناشمىسىمۇ، لېكىن كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىدە مۇھىم ۋاستىچىلىك رول ئويناپىدۇ. قاپاق تەبىئي هالدا ئېچىلىپ-يۇمۇلۇپ كۆزنى كۆچلۈك تۇر، سىرتقى زەخمىلەردىن ساقلايدۇ ۋە بەلگىلىك كۆرۈش ئورنى بىلەن تەمىنلەيدۇ. مۇڭگۈز پەردە يۈزىنى بىر قەۋەت سۈيۈقلۇق بىلەن نەمدەپ تۇرىدۇ. كىرپىكلەر كۆزنى هەر خىل چاڭ-توزانلاردىن ساقلايدۇ. قاپاق ۋە كىرپىكلەردىكى هەر خىل كېسەللىكلەر، مەسىلەن: قاپاق ساڭگىلاش (پالەجلىنىش)، قاپاقتىكى ئىششىق ۋە هەر خىل جاراهەتلەر هەمدە تەتۇر ئۇنگەن كىرپىك قاتارلىقلار كۆزنىڭ كۆرۈش خىزمىتىگە بەلگىلىك دەرىجىدە تۇقسان يەتكۈزىدۇ يەنى قاپاقتا پالەجلىنىش، ئىششىش بولغاندا كۆز نورمال ئېچىلمايدۇ؛ تەتۇر ئۇنگەن كىرپىك كۆز يۇمۇلمىغا سانجىلىپ بىئارام قىلىدۇ. شۇڭا تۆلاردا كۆرۈلگەن نورمالسىزلىقلار ۋە كېسەللىكلەرنى ۋاقتىدا داۋالاپ ساقايتىش يەنىلا بەلگىلىك مۇھىم تەھمىيەتكە ئىگە.

قاپاق كېسەللىكىگە دورا ئىشلىتىپ بولغاندىن كېيىن ئەڭ ياخشىسى قاپاقنى تېڭىپ قويۇش، باشنى كېسەل بولغان تەرەپكە قويۇپ ئارام ئېلىش ياكى ئوخلاش كېرەك. دورا بىلەن هەل قىلىشقا مۇمكىن بولسىلا دەستكارلىق (ئوپېراتسىيە) تۈسۈلى بىلەن بىر تەرەپ قىلىشقا ئالدىرىماسلىق، دورا بىلەن داۋالاش مۇمكىن بولماي چوقۇم دەستكارلىق تۈسۈل بىلەن داۋالاش توغرا كەلسە ئالدى بىلەن بەدەننى تەنتىيە قىلىپ ئاندىن كېيىن ئوپېراتسىيە قىلىش لازىم. ئوپېراتسىيەدىن كېيىن هەر قانداق گۈشنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن تەڭشەلگەن گۈرۈچ شويلىسى، ئېرىتىلگەن تۈخۈم سېرىقى قاتارلىق چىقىرىندىلىرى ئاز بولغان خىلىت تەڭشەش ۋە توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە نەرسىلەر بىلەن ئوزۇقلىنىش هەمدە بىر نەچچە كۈنگىچە قاتتىق هەرىكەت قىلىشتىن ئېهتىيات قىلىش لازىم.

كۆزگه قۇم تىقىلغانده‌ك بولۇش

كۆزگه قوم تىقىلغانده‌ك بولۇش (كۆمنه تۆلجه فه‌نى) كۆپىنچه تۆيقۇدىن كېيىن كۆزگه قۇم ياكى توپا كىرىپ كه‌تكه‌نده‌ك بىلىنىدىغان ئه‌هۋالغا قارىتىلغان بولۇپ، ياشانغانلاردا ۋه قۇرغاق جايلاردا كۆپ ئۆچرايدۇ.

سه‌ۋه‌بى

ئۇخلىغاندا ناچار يه‌للىك ماددىلارنىڭ قاپاق ۋه قاپاق گىرۋه‌كلىرىگه توپلىشىپ قالغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

يه‌للىك ماددىلار قاپاق هه‌ريكىتىگه توسالغۇ په‌يدا قىلغاچقا ئۆيقۇدىن كېيىن كۆزنى ئاچقاندا كۆزگه قۇم، ئۆپا كىرىپ قالغانده‌ك بىلىنىدۇ.

داۋاسى

بىمار مىزاجىنىڭ ده‌ريجىسىگه قاراپ قان ئېلىش ۋه مۇسهىل دورىلار بىله‌ن بىه‌ده‌ندىن يه‌للىك ماددىلارنى تازىلاش لازىم. هه‌ببى سه‌برە ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن قاپاق گىرۋه‌كلىرى ۋه سۇيۇقلۇق قاتلىمىنى ته‌نقىيه قىلىش ئۈچۈن شىيافى ئه‌همه‌رله‌يىن، شىيافى سۇنبۇلغا ئوخشاشلار ئىشلىتىلىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن زۇرۇرى ئه‌سفه‌ر كه‌بىرى، شىيافى ئه‌همه‌رهار، كوهلى باسلىقۇن قاتارلىقلار بىرىنىڭ كه‌يىندىن بىرى كۆزگه تارتىلىدۇ.

بادام يېغى، بىنه‌پشه يېغى، ئايال سۈتى قاتارلىقلارنى بىرله‌شتۇرۇپ كۆزگه تېمىتىش، سه‌برىنى يۇمشاق سۇقۇپ سۈيۇلدۇرۇپ كۆزگه سۈرمه قىلىپ تارتىش مه‌نپه‌ئه‌تلىك.

كۆزنى دائىم يىلمان سۇدا يۇيۇش ياكى ھەر كۈنى ئەتىگەندە مۇنچىغا چۈشۈش كېرەك. ئۇزۇقلىنىشتا ئاشقازاننى كۆچلەندۈرىدىغان تەبىئىي يۇمشايدىغان سىكىشلىك تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش، كالا گۆشى ۋە ھەر خىل پۇرچاق تۇرىدىكى يېمەكلىكلەر، كونا سۈت، قېتىق، قايماقلاردىن پەرھېز قىلىش؛ چاچنى پاكىز تۈتۈش، كۆزنى سۈت بىلەن يۇيۇش لازىم.

قاپاق يەللىك ئىششىقى

قاپاق يەللىك ئىششىقى (تەھەببۈجۈلئە جفانى، ئىنتىفاخۇلئە جفانى) قاپاقتىكى يەل خاراكتېرلىك ئىششىقا قارىتىلغان بولۇپ، بەزىدە پەيدا بولۇپ، بەزىدە يوقاپ تۇزگىرىپ تۇرىدۇ.

سەۋەبى

ئاساسەن ئاشقازان، ئۆچەي، جىگەر، بۆرەك قاتارلىق ئەزالارنىڭ بىرەرسى ئاجىزلاپ، ماددا ئالماشتۇرۇش (بەدەلى مايە تەھەللۇ) خىزمىتىدە نورمالسىزلىق پەيدا بولسا، قاپاقتا ئىششىق كېلىپ چىقىدۇ.

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

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

ئالامتى

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

كىشىلەر ئۇنى قاپىقىم ئىشىپ قالدى، دەپ شكايەت قىلىدۇ. ئىشىق بەزىدە يوقىلىپ، بەزىدە پەيدا بولۇپ قالىدۇ. كىسەل كىشىدە سىرتقى جەھەتتىن زەخمىلەنگەنلىك تارىخىي بولمايدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن ئىشىشقىنىڭ قايسى ئىچكى ئەزادىكى كىسەللىك 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 ئىشىشىنى تېگىدىن ساقايتقىلى بولىدۇ. شۇڭا ئىشىشغان قاپاققا ئامال قىلىش ھاجەتسىز.

قاپاق قىچىشىش خاراكتېرلىك ئىشىشى

قاپاق قىچىشىش خاراكتېرلىك ئىشىشى (شەرا) قاپاقتا قىچىشىش بىلەن بىرگە كۆرۈلگەن ئىشىشقا قارىتىلغان.

سەۋەبى

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

ئالامتى

دەسلەپتە قاپاقتا قىچىشىش پەيدا بولۇپ، قىچىشقانسىرى تۈشۈشاق ئىشىشقلار پەيدا بولىدۇ. ئىشىشق كۆپىنچە كېچىسى ئېغىرلىشىدۇ.

سەپرا خاراكتېرىدىكى قىچىشىش، قان خاراكتېرىدىكىسىدە قىزىللىق كۆچلۈكرەك بولىدۇ.

به لغه م خاراکتېرلىدىكسىده بىمار هورۇن بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قىيفال تومۇرىدىن ئازراق قان ئېلىش، ئەينۇلا، قارا تۇرۇك قاينىتىلمىلرىنى ئىچكۈزۈش ياكى تەمرى ھندى ۋە سېرىق ھەلىلە قاينىتىلمىلرى، خېمىرى بىنەپشىلەرنى ئىچكۈزۈش ئارقىلىق ئىچنى سۈرىدۇرۇشتەك يەڭگىل داۋالاش تۈسۈللىرىنى قوللىنىش كېرەك.

سەپرانى قاينۇرغۇچى ۋە سوۋۇتقۇچى، قەينى توختاتقۇچى، تەبشىيتى سوغۇق، تەمى تاتلىق نەرسىلەر بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇش لازىم. ئەينۇلا، قارا تۇرۇك، ئانار، غورا، ئارپا سۈيى ۋە ھەر خىل مېۋىلەر سۈيى قاتارلىقلارنى يۇيۇلغان شادىنەج تالقىنى بىلەن قاپاققا سۈرۈش كېرەك. سېرىق ھەلىلە پوستى چىلانغان قىزىلگۈل ئەرىقىنى كۆزگە تېمىتىش لازىم. ئىسسىقغۇل ئۇرۇقى شىرىسىنى ئەرىقى گۈل بىلەن بىرلەشتۇرۇپ، قاپاققا سۈركىسىمۇ بولىدۇ.

قاپاق ساڭگىلاش

قاپاق ساڭگىلاپ قېلىش (ئىسترخائىتولجەفەنى) قاپاق بوشىشىپ ساڭگىلاپ قېلىپ، كۆزنىڭ نورمال خىزمىتىگە تەسىر يەتكۈزگەنلىكىگە قارىتىلغان. تۇ، تۇغما خاراكتېرلىك ھەم ئىككىلەمچى خاراكتېرلىك قاپاق ساڭگىلاش دەپ ئىككى خىل بولىدۇ.

سەۋەبى

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

بەزى كىشىلەردە نەسەپ تارتىش (ئېرسىيەت) خاراكتېرلىدىمۇ بولىدۇ.

ئىككىلەمچى خاراكتېرلىك كۆپنچە بەلغەم ماددىسى يەنى ھۆللۈك ئېشىپ كېتىپ تۆتىنچى ھەزىمنىڭ بۇزۇلۇشىدىن يەرلىك ئورۇن قۇۋۇقسىزلىنىپ پەيدا بولىدۇ.

يەنە بەزى كىشىلەردە توقۇلمىلارنىڭ قىسمەن ھالدا بۇزۇلۇشى يەنى سىرتقى جەھەتتىن زەخمىلىنىشى (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 بۇۋاق بالا كۆزىنى ئاچالماي كېيىن تەدرىجىي ھالدا قاپاق ساڭگىلىغانلىقى مەلۇم بولىدۇ.

ئىككىلەمچى خاراكتېرلىك قاپاق ساڭگىلاپ قېلىشتا، ساڭگىلاش دەرىجىسى يېنىك بولسا، قاپاق كۆزنى يېرىم توساپ ئالىدۇ. ئەگەر ئېغىر بولسا، كۆزنى پۈتۈنلەي توساپ ئېلىپ، كۆزنى نورمال ئاچقۇزمايدۇ. ئەگەر تۇ، ھۆللۈك بەك ئېشىپ كەتكەنلىكتىن بولسا ياش كۆپ چىقىپ، باش ئېغرىلىشىپ، كۆز چېكىملىدۇ. تۇخلاپ قوپقاندىن كېيىن قاپاق بەكرەك ساڭگىلاش، ھەرىكەت قىلغاندىن كېيىن ئوڭلىنىپ قېلىش، سوغۇقتا كۆچىيىش، ئىسسىقتا يەڭگىللەشتەك ئالامەتلەر بولىدۇ. قاپاق گۈشلىرى بوشىشىپ كەتكەنلىكتىن بولسا، ئەتسى ئورۇندىن تۇرغاندا قاپاق ساڭگىلاش يېنىكلەيدۇ. ھېرىپ چارچىغاندا قاپاق ساڭگىلاش ئېغرلىشىدۇ.

سىرتقى زەخمىلىنىشلەردىن بولغانلىرىدا زەخمىلىنىش تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبلەرنى يوقىتىش، كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددىنى تازىلاپ مىزاجنى تەڭشەش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن پالەچكە قىلىندىغان چارىلەرنى قىلسا بولىدۇ. ئىيارەجلەر ۋە ئىتريېفىل 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 تۇسۇللاردا داۋالىسىمۇ تۇزۇنغىچە ساقايمىغانلارنى بولۇپمۇ تۇغما خاراكتېرلىك قاپاق ساڭگىلاشنى مەخسۇس دەستكارلىق تۇزەش تۇسۇللىرى بىلەن داۋالاش كېرەك.

ئەمما، قاپاق قۇۋۇقە تسىزلە نگە نلىكتىن پەيدا بولغان قاپاق ساڭگىلاشنى دەستكارلىق تۈسۈلى بىلەن داۋالىغلى بولمايدۇ.

چىمچىقلىق

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

سەۋەبى

ئىچكى-تاشقى، ئىسسىق-سوغۇق، ھۆل-قۇرۇق سەۋەبلەرنىڭ قاپاقلا يامان تەسىر قىلىشى، بەزى بۇزۇق ماددىلارنىڭ مەلۇم ئورۇنلاردا تۈرۈپ قېلىشى، كۆز، قاپاق، مېڭە سىزىش كۆچىنىڭ ئاجىزلىشىپ كېتىشى ياكى توسۇلۇشى نەتىجىسىدە قاپاق ئۇزلۇكسىدىن ئىختىيارسىز ھەرىكەت قىلىدىغان بولۇپ قالىدۇ. قاتتىق خاپا بولۇش، كۆپ يىغلاش ۋە خۇش بولۇش، غەم-ئەندىشە قىلىش، تۈتكۈر مۇزلۇق سۇ بىلەن باشنى يۇيۇش ياكى چېكە ساھەسىگە بىر نەرسە تېگىشتەك باھانە ئاممىلار بەزى كىشىلەردە مەزكۇر كېسەللىكنىڭ كېلىپ چىقىشىغا سەۋەب بولىدۇ. مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كۆزنى چىمچىقلىتىشقا ئادەتلىنىپ قېلىشتەك ئەھۋاللارمۇ بولىدۇ.

ئالامىتى

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

قىسىلىپ ـ ئېچىلىپ تۇرغاچقا خەلق ئارىسىدا چىمچىق، دەپ ئاتىلىدۇ.

داۋاسى

قايسى ماددىدىن بولغان بولسا شۇ ماددىنى تەكشەش ئۈچۈن مۇناسىپ مۇنزىج ۋە مۇسەللارنى بېرىش ئاندىن كېيىن ئاساسەن پالەچكە قىلىندىغان دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن بىرگە ھەببى ئىياردەج، مەئجۇنى داۋاسىلىمشكى ھار قاتارلىق دورىلارنى بېرىش كېرەك.

سىرتقى جەھەتتىن رەۋغنى قۇسىتە مۇرەككەب، رەۋغنى فەرفىيۇن قاتارلىقلار بىلەن ياغلاش كېرەك. ھەر خىل سوغۇقلۇق ئىشلار ۋە يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش، ئاغرىقنىڭ مىزاجىغا قاراپ ئىسسىقلىق ئۇسۇل ـ چارىلەرنى قىلىش ۋە يېمەك ـ ئىچمەكلەر بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇش كېرەك.

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

قاپاق كېپەكلىشىش

قاپاق كېپەكلىشىش (سەئىپەتۈلجەفەنى) قاپاق ۋە كىرپىك تۈۋىگە تۇشۇشاق جاراھەتلەر چىقىپ كېپەكلەشكەنلىككە قارىتىلغان.

سەۋەبى

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

ئالامتى

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

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

داۋاسى

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

تۈزلۈق 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 ماتۇلجىبىن شەربىتى ئىچكۈزۈش ۋە كېسەللىك ماددىسىنىڭ تۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۈچۈن مۇنچىغا چۈشۈش لازىم. بۇغداي كېپەكىنىڭ قاينىتىلمىسى بىلەن قاپاقنى يۇيغاندىن كېيىن رۇسۇت ۋە مامىشا (تۆگە تاپىنى) قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ قىزىلگۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەندىن كېيىن شىيافى ئەھمەر، شىيافى ۋەج (ئىگىز) نى سۈرمە قىلىپ سۈركەش كېرەك. گۈل سۆسۈن يوپۇرمىقىنى جاراھەت ئۈستىگە 3-2 قېتىم تاڭسا جاراھىتى ساقىيىپ كېتىدۇ.

بەلغەم خاراكتېرىدىكسىدە بەلغەمنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ھۆللۈك پەيدا قىلغۇچى تاماقلاردىن ساقلىنىش بىلەن بىرگە شىيافى ئەسفەرنى تۈنۈكدىن كېيىن شىيافى ئەھمەرلەيىننى سۈرمە قىلىپ تارتىش لازىم.

كېسەللىك ماددىسى كۆچلۈك بولسا خىلتنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن موزا، ئانار

گۈلى، خۇنسياۋشانلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ يېپەك رەختكە ئوراپ قاپاقنا قويۇش، ئۈنۈكدىن كېيىن شىيافى ئەھمەرلەيىن بىلەن تېز تەسىر قىلغۇچى شىيافى ۋەجنى سۈرمە قىلىش لازىم. بىر ئايغىچە ئىيارەجى فەيقەرانى 3 كۈندە بىر قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن ئىستېمال قىلىش، ئۈنۈكدىن كېيىن چۈجە شورپىسى ئىچىش بىلەن بىرگە مۇنچىغا چۈشكەندىن كېيىن گۈل يېغى بىلەن مايلاش، سەۋدا پەيدا قىلدىغان تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش، قوزۇنۇك كاللا-پاقالچەكلىرى ۋە چالا پۇشۇرۇلغان تۈخۈم سېرىقى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. بۇلار مەزكۇر كېسەللىكنى داۋالاشقا ناھايىتى پايدىلىق.

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

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

قاپاق ۋەرىمى

قاپاق ۋەرىمى (ۋەرەمۇلجەفەنى) ھەر خىل ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قاپاقنۇك ئىششىپ يالۇغلانغانلىقنا قارىتىلغان.

سەۋەبى

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

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

ساهه سىگه غالىب كه‌لگه‌نلىكىدىن بولغان قاپاق ۋه‌رىمى هۆمرا، به‌لغه‌مى غه‌لىزنىك قاپاققا يامان ته‌سىر قىلىشى يه‌نى سۈغۈقتىن بولغىنى ۋه‌ره‌مى ره‌خۇ، سوغۇق سه‌ۋدا يه‌نى سوغۇق يه‌لدىن بولغىنى ۋه‌ره‌مى سه‌لىب ده‌پ ئاتىلىدۇ.

ئالامىتى

قاپاق ۋه‌رىمى قاندىن بولغان بولسا ئىششىقنىك ره‌ڭگى قىزىل بولىدۇ، بارماق بىله‌ن باسقاندا قىزىللىقتا ئۆزگىرىش بولمايدۇ، قاپاق لوقۇلداپ تارتىشىپ ئاغرىيدۇ. سه‌پرادىن بولسا ئىششىق قاپاقنى بارماق بىله‌ن باسقاندا قىزىللىق ئاقىرىدۇ، قاپاق قاتتىق كۆيۈشۈپ، ئىچىشىدۇ. به‌لغه‌مدىن بولسا بارماق بىله‌ن باسقاندا ئىششىق يۇمشاق، ره‌ڭگى ئاق بولىدۇ، كۆيۈشۈش ۋه ئىچىشىش بولمايدۇ. سه‌ۋادىن بولسا ئىششىق قولغا قاتتىق بىلىنىدۇ. ره‌ڭگى قارا، ئاغرىش بوشراق بولىدۇ.

داۋاسى

قان ۋه سه‌پرادىن بولغانلىرىدا قان ئېلىنىدۇ. يه‌رلىك ئورۇنغا كۆك يۇمغاقسۈت، كاسىن، شوخلا، ئاق له‌يلى گۈلى قاتارلىقلارنىك سۈيى چىپلىدۇ ياكى بۇ دورىلارنى سوغۇق سۇدا ئىزىپ ئاخشىمى قاپاققا چىپ، ئه‌تىسى ئىسسىق سۇ بىله‌ن يۇيۇۋېتىلىدۇ. مه‌تبۇخى هه‌لىله، ئه‌رىقى چۆبچىنى ئىچكۈزۈلىدۇ. ئارپا كېپىكىنى كافۇر سۈيى بىله‌ن يۇغۇرۇپ ئىككى چېكىگه تاڭىدۇ. زه‌رچۈبنى گۈلاب سۈيىگه سۈرۈپ پىلتكۈچ بىله‌ن قاپاققا سۈرسه ياخشى مه‌نپه‌ئه‌ت قىلىدۇ. سه‌پرادىن بولغانلىرىنىڭ ده‌سلىپىده ئاق سه‌نده‌ل، مامىشانى يه‌رلىك شوخلا سۈيىده ئىزىپ كۆزگه چاپىدۇ. بۇغداي كېپىكىنى قاينىتقان سۇدا قاپاقنى يۇيىدۇ. هه‌بى بىنه‌پشه، مه‌تبۇخى ئه‌فتىمۇن ئىچكۈزۈلىدۇ.

به‌لغه‌مدىن بولغىنىنى داۋالاشتا مه‌تبۇخى هه‌لىله، مه‌تبۇخى ئه‌فتىمۇن، هه‌بى لاجۋه‌رد ئىچكۈزۈلىدۇ. توخۇ، غاز يېغىغا ئازراق مۇقه‌ل، ئاق له‌يلى گۈلى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ قاپاققا چاپىدۇ. قوغۇشۇننى سۇغا سۈرۈپ چاپسىمۇ، شىيافى مامىشا تاڭسىمۇ بولىدۇ.

كۆزنى داۋاملىق سوغۇق سۇدا يۇيۇش، لازا قاتارلىق ئاچچىق نه‌رسله‌ر ۋه گۆش، ياغلاردىن په‌رهىز قىلىش لازىم.

قاپاق تۆششاق جاراهىتى

قاپاق تۆششاق جاراهىتى (نەمله تۆلجەفەنى) قاپاققا چۈمۈله چاققاندەك تۆششاق جاراهەت چىققانلىققا قارىتىلغان. تۆ، ئەتراپقا كېڭەيگۈچى ۋە قىزىل قوناق شەكىلده هەم ئەتراپنى يىگۈچىدىن ئىبارەت 3 خىل بولىدۇ. ئىسسىق جايلاردا، ياز پەسلىده كۆپرەك تۆچرايدۇ.

سەۋەبى

كۆيگەن سەپرانىڭ قاپاققا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. مەزكۇر كېسەلنىڭ ئەتراپقا كېڭىيىدىغىنى سۈيۈق سەپرادىن، قىزىل قوناق شەكىلدىكىسى قويۇق سەپرادىن، ئەتراپنى يەيدىغىنى تۆتكۈر ۋە كۆيدۈرگۈچى سەپرادىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

قاپاققا پاشا، چۈمۈله چاققاندەك تۆششاق جاراهەتلەر پەيدا بولىدۇ. رەڭگى سارغۇچ بولۇپ، ئېچىشىدۇ. قاپاق قىزىرىدۇ. ئېغرلىرىدا بەزىده كىرپىك تۆكۈلىدۇ. كىرپىك تۆۋى يىرىلىدۇ. مەزكۇر كېسەل كۆپىنچە ئىسسىق مىزاج كىشىلەردە، ئوتتۇرا ياشلىقلاردا كۆرۈلىدۇ. ئەمما، ئانچە خەتەرلىك ئەمەس.

داۋاسى

باش ۋە يۈز ساهەسىدىكى تومۇردىن ئازراق قان ئېلىش، سەپرانى سۈرگۈچى دورىلار بىلەن بەدەننى تازىلاش لازىم. ئەينۆلا، قارا تۇرۇك شەربىتىنى ئىچىش ۋە تاتلىق ئانار سۈيىگە سىرىق هەلىله پوستىنى چىلاپ ئىچىش ياكى قىزىلگۈل شەربىتىنى تەكرار ئىچىش ياكى سىرىق هەلىله، تەمرى هىندى، سانا، شاهتەررىله رەڭلىك شەربىتگە ئازراق سىقمۇنيا سىلىپ ئىچىش لازىم. سەپرانى قايتۇرغۇچى ۋە سوۋۇتقۇچى تاتلىق نەرسىلەر ۋە ئانار شەربىتى، تەمرى هىندى، ناخۇش ئانار شەربىتى ۋە چۈجە شۇرپىسى قاتارلىقلارنى ئىستېمال

قىلىش ھەمدە سەپرا پەيدا قىلغۇچى تاماقلاردىن تۇزلانغان بېلىق، سۈت، سوقۇلغان ماش قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلىش لازىم. گىلى مەخسۇمنى يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن تۇپىنى گۈل يېغى بىلەن قاپاقتىكى جاراھەتكە سۈركەش لازىم. كاسىن سۈينى ياكى تۇپىنى گۈل يېغى بىلەن ياكى بىر ئاز سىركە بىلەن ياكى گىلى ئەرمىنى، رۇسۇت قاتارلىقلارنى كاسىن سۈيى بىلەن سۈركەش ياكى تۇگە تاپىنى (ماميشا) سۈيى ياكى سەبرى، رۇسۇت قاتارلىقلارنى كاسىنىڭ سۈيى بىلەن ياكى قىزىلگۈل ئەرىقى بىلەن ئىرىتىپ تېڭىش لازىم. رۇسۇتنى سىركە بىلەن ئىرىتىپ سۈركەش ياكى شىيافى ماميشا ۋە سەندەللەرنى ھەمىشە باھار سۈيى ۋە ئەرىقى گۈل بىلەن سۈركەش، پاقا يوپۇرمىقى سۈينى تېڭىش، ئاچچىق ئانار پوستى ۋە مۇزلارنى يۇمشاق سوقۇپ چېپىش لازىم.

كۆزنىڭ قۇۋۇتىنى ئاشۇرۇش ۋە مىزاجنى نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن شىيافى ئەھمەرلەيىننى سۈرمە قىلىپ تارتىش لازىم.

قاپاققا تۇغۇنچەك پەيدا بولۇش

قاپاققا تۇغۇنچەك پەيدا بولۇش (ئوقدە تۇلجەفەنى) ئۈستۈنكى قاپاق تېرە ئاستىغا قاتتىق تۇغۇنچەك پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

سەۋدا ماددىسىنىڭ ئۈستۈنكى قاپاققا تۇكۇلگەنلىكىدىن پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

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

تارقىتىش ئۈچۈن مەلھەمى داخلىيۇن قاتارلىق يۇمشىتىپ تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر تۇگۇنچەك ياخشى سۈپەتلىك تۇسمىگە ئوخشاش تۇتسا ئاسان مىدرلاپ چوڭقۇر يىلتىز تارتمىغان بولسا مەلھەمى داخلىيۇندىن باشقا يەنە يۇمشىتىش ۋە تارقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە لوتابلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

ئەگەر، تۇگۇنچەك بارغانسېرى چوڭىيىپ رەڭگى كۆكۈش بولۇپ قالسا ھەمدە تۇنجىدىن تومۇرىدەك نەرسىلەر ئەتراپقا تارقىسا، يامان سۈپەتلىك تۇسمىگە ئايلانغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. بۇنىڭدا دورىلار بىلەن داۋالايمەن دەپ ھەپىلەشمەي دەستىكارلىق تۇسۇللاردا بىر تەرەپ قىلىش كېرەك.

قاپاق سۆگىلى

قاپاق سۆگىلى (سالىيۇلجەفەنى) 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 بەلغەمنى غەلىزدىنمۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

بەدەننىڭ باشقا جايلىرىدىكى سۆگەلگە ئوخشاش كۆپىنچە ئۈستۈنكى قاپاققا سۆگەل پەيدا بولىدۇ. سەۋدادىن بولسا سۆگەلنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولىدۇ. تۈچى تۈچلۈق كۆتىرىلىپ تۈرغىنى قەرنى دەپ، تۇم، 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 ئومۇمىي بەدەن ۋە مېڭىدىن غالىب كەلگەن خىلىتنى تازىلاش بىلەن بىرگە ئوزۇقلۇقنى ئىسلاھ قىلىش كېرەك. مايلارنىڭ ئاستىغا چۈككەن لېينى كۈندە بىر نەچچە قېتىم سۈگەلگە كۈچەپ سۈركەپ بېرىش كېرەك. ھۆل كەپنى كۈنىگە بىر قانچە قېتىم سۈگەلگە كۈچەپ سۈركەپ بەرسە خېلى ئونۇمى بار. سالايە قىلىنغان سىياھدان ۋە ئوزنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ سۈركىسە، يۇلغۇن مېۋىسى ياكى ئادىراسمانىنى سۈركىسىمۇ بولىدۇ. بىنەپشە يېغى بىلەن داۋاملىق ياغلاپ بېرىشمۇ پايدىلىق. يەنە شۇنىڭدەكى قاپاقنى بۇغداي قاينىتىلمىسى بىلەن يۇيۇش، سېمىز ئوت يوپۇرمىقىنى سىركە بىلەن ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىشمۇ پايدىلىق. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ئاچچىق تەملىك ۋە تۇتۇش (قابىن) خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ھەر قانداق دورا پايدا قىلىدۇ. ئەگەر، يۇقىرىقى چارىلەر بىلەن داۋالىغاندىمۇ ئونۇم كۆرۈلمىسە، توغرىغۇ، زەرىنخ، بەللوت ۋە ئوزلارنىڭ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، ئوشەقتىن ھەسسە ئېلىپ سۇقۇپ ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ سوۋۇتۇلغان قاينىقسۇ بىلەن يۇغۇرۇپ سۈگەلگە چاپسا بولىدۇ. چۈنكى بۇ دورا مەزكۇر كېسەلنى داۋالاشتىكى ئەڭ كۈچلۈك دورا بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر، بۇ چارە بىلەنمۇ سۈگەل يوقالمىسا دەستكارلىق ئوسۇل بىلەن داۋالاش كېرەك. بۇنىڭدا ئوتقا ئوتۇپ زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن موچنەك بىلەن سۈگەلنى قىسىپ تارتىپ ئۈزۈپ، ئوتكۇر تېغ بىلەن كېسىپ ئېلىۋېتىش لازىم. كېسىلگەن جايدىن بىر مەھەل قان ئاققۇزغاندىن كېيىن زاك، خونسياۋشانلارنى سوقۇپ ئوستىگە سېپىش ياكى داكىنى كالا يېغى سۈرۈپ تېڭىش كېرەك. ئەگەر جاراھەتكە ئايلىنىپ قالسا، گۈش ئوندۈرگۈچى دورىلارنى چېپىش لازىم.

قاپاق ياغسىمان ئوسمىسى

قاپاق ياغسىمان ئوسمىسى (شىرناق) ئوستۈنكى 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 تورۇندىكى توقۇلمىلارنى كۆتەرگەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ كېسەل كۆپىنچە كىچىك بالىلار، ھۆل مىزاج كىشىلەر، كۆزىدىن كۆكۈشرەڭ 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 سىزىمىنى تۆۋەنلىتىپ قويىدۇ، كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ. داۋاملىق ياش ئېقىش، تولا چۈشكۈرۈش، كۆن ۋە چىراقتا ئوخشاش تۇرلۇق نەرسىلەرگە قارىيالماسلىق، زۇكام ۋە كۆز كېسەللىكلىرى كۆپلەپ پەيدا بولۇش بۇ كېسەلنىڭ قوشۇمچە بەلگىلىرى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

داۋاسى

باش ساھەسىدىن قان ئېلىش لازىم. ئەگەر مۇمكىن بولمىسا لۆكتا قويۇش ۋە مۇناسىپ كېلىدىغان ئىچىنى سۈرگۈچى دورىلار بىلەن ئىچنى سۈردۈرۈش كېرەك. ھەببى ئىيارەج ياكى قۇرسى بىنەپشىنى ئىچكۈزۈش، زۆرۈر تېپىلغاندا قۇرسى بىنەپشىنى ئىيارەجى فەيقەراغا قوشۇپ كۆچىلەندۈرۈپ ئىستېمال قىلىش كېرەك. بابۇنە، ئابدۇلمىلىككە ئوخشاش زىيانلىق ماددىلارنى قايتۇرغۇچى دورىلارنى قاينىتىپ سۈيىگە لۆكتىنى چىلاپ كۆزگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بېرىش ھەمدە سۈيىنى قاپاققا سۈرتۈش لازىم. پايدىلىق سۈرمىلەردىن بىرىنچى قېتىمدا زەرۈرى ئەسەبىرنى ئىشلىتىپ ئىككىنچى قېتىمدا زەرۈرى ئەنبەرنى تۆنكىدىن كېيىن باسلىقۇن ئەكبەرنى ئەتىگەن ۋە كەچقۇرۇندا يەرلىك تورۇنغا سۈرمە قىلىپ تارتىش كېرەك. ئىچنى بوشاتقۇچى يېمەكلىكلەر بىلەن ئىچنى بوشىتىش، مىزاجنى 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 دەستكارلىق تۈسۈلدا بىر تەرەپ قىلىش، ياغ تۈسمىنى ئېلىۋەتكەندىن كېيىن پاكىز داكىنى سىركىگە چىلاپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇش، ئىككىنچى كۈنى يەرلىك ئورۇن ئاغرىمسا، شىيافى ماميشا قاتارلىق تۈتاشتۇرغۇچىلارنى ئىشلىتىش ياكى زەرۇرى ئەسقەرنى جاراھەت ئورنىغا سېپىش ۋە داكا بىلەن تېڭىش لازىم. ئەگەر ئىششىق بولمىسا تۈنىكىغا، ئادەتتىكى مەلھەملەرنى تاڭىكىسىۋۇ بولىدۇ. ئىششىق ۋە قىزىش بولسا، شىيافى ماميشا، سەندەل، فۇفلىنى يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ سۈزۈش لازىم.

قاپاق يۇمشاق تۈسۈكچىسى

قاپاق يۇمشاق ئۈسۈكچىسى (تۈۋۈسە تۆلئە جفانى) ئۈستۈنكى قاپاقنىڭ سىرتىغا بولۇپمۇ ئاستىنقى قاپاقنىڭ ئىچكى قىسمىغا پەيدا بولىدىغان يۇمشاق گۆشلۈك تۈسۈكچىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

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

ئالامىتى

قاپاققا تۈسكەن بۇ يۇمشاق تۈسۈكچە قىزىل، قارا ۋە كۆكۈش رەڭلەردە بولىدۇ. شەكلى ئۈجمىگە ئوخشايدۇ. كۆزدە قىچىشىش، ئاغرىش بولىدۇ. كۆپىنچە ۋاقىتلاردا تۈسۈكچىدىن قان سىرغىپ چىقىپ تۇرىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قىيىقال تومۇردىن، تۈنىكىدىن كېيىن پېشانە تومۇرىدىن قان ئېلىش لازىم.

ئەلەق يەنى زۇلۇك قۇرۇتى قويۇپ قان شورىتىش ۆە باش، پۇتنىڭ ئارقا تەرىپىگە لوڭقا قويۇش لازىم. سەۋدانى سۇرگۈچى دورىلار ۆە ھەببى ئەفتمۇن بېرىش كېرەك. قۇرسى بىنەپشە، مەتبۇنى ھەلىلە، مەتبۇخى غارىقۇن ۆە ھەببى سۇئىتەر بىلەن ئىچنى سۇردۇرۇش ھەم پايدىلىق، قىزىق، يەللىك تاماقلاردىن ساقلىنىش لازىم. سۇفۇفى كەشىنزنى ئىستېمال قىلىش مەنئىي قىلىنىدۇ. يەرلىك ئورۇننى فەنت، توتىيا ۆە تۇمۇرگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن قاشلىغاندىن كېيىن ئۇستىگە زەرۇرى ئەسفەر، شىيافى ئەھمەرلەرنى قويۇش كېرەك. ئەگەر يۇقىرىقى تۇسۇللار بىلەن تۇسۇكچە گۆش يوقالمىسا، زىيادە گۆشنى يوقاتقۇچى شىيافلاردىن شىيافى ئەسفەر، شىيافى روشنائى قاتارلىقلارنى سۇرسە بولىدۇ ياكى زەنكار، تۇشۇدۇر قاتارلىقلارنى يوقالماي قالغان گۆشكە قويۇش لازىم. ئەمما بۇ دورىلار تۇتكۇر بولغاچقا ئىشلەتكەندە كۆزنى زەخىملەندۇرۇپ قويۇشتىن قاتتىق ساقلىنىش، كۆزنى سۇت بىلەن يۇيۇپ تۇرۇش كېرەك. شۇنداقلا، گۆش ئۇندۇرىدىغان زەرۇرات (سىپىلما) لار ۆە شىيافاتلارنى ئەھۋالغا قاراپ ماسلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش كېرەك.

مەزكۇر كېسەلنى داۋالاشتا تۇتكۇر تەسىرلىك دورىلارنى ئىشلەتكەنگە قارىغاندا كۆز قوتۇرنى داۋالىغاندەك داۋالاش ۆە تۇمۇر ئەسۋابلار بىلەن ئىلاج قىلىش خەتەرسىزرەك. ئەگەر ئۇسۇكچە گۆشنىڭ يوقىلىشى تەسكە توختىسا، موچىن بىلەن قىسىپ تۇرۇپ پاكىزلانغان قايچا بىلەن كېسىۋەتسە بولىدۇ. تۇنۇكدىن كېيىن زەرۇرى ئەسفەرنى كەسكەن جايغا سېپىش، شىيافى ئەھمەر، شىيافى ئەسفەر ۆە باسلىقۇنلارنى كېسەللىك ئەھۋالغا قاراپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

قايتىلانماسلىقى ئۈچۈن تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىمادا قىلىش ۆە ئۇچ كۈن گۆش ئىستېمال قىلماسلىقى لازىم.

قاپاق ئۇسمىسى

قاپاق ئۇسمىسى (سەلئەتۇلجەفەنى) قاپاق ئۇستىگە باشقا ئەزالارغا پەيدا بولغاندەك بەزسمان ئىششىق پەيدا بولغانغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆپىنچە، قاپاقتا توسۇلۇپ قالغان خىلتلاردىن پەيدا بولغان بەلغەمدىن كېلىپ

چقىدۇ. 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 خىلىتنى ئايرىش كېرەك. مەتبۇخى ئەفتمۇن ۋە غاربىقۇن، توربۇت، سەبرى قوشۇپ كۈچلەندۈرۈلگەن ھەبىي غاربىقۇن بىلەن كېسەل ماددىسىنى، بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن لۆڭگىنى قاياقسۇغا چىلاپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈش، ئۆرۈقدىن ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈمنى قاپاققا چېپىش لازىم. ئارپا ئۇنى ۋە لوۋيا ئۇنىنى كونا زەيتۇن مېيى بىلەن يۇغۇرۇپ تېڭىش، ئۇنىڭدىن كېيىن مەلھەمى داخلىيۇن 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 (سۈلاق) بولۇپ، يېزىلاردا كۆپىرەك ئۇچرايدۇ. ئۇ، قاپاق گىرۋەكلىرىدىكى ئۇك خالتىلىرىنىڭ ئىششىقى بولغاچقا، قايتا تەكرارلىنىدۇ، كېسەللىك جەريانى ئۇزۇنراق بولىدۇ.

سەۋەبى

كۆپىنچە ھاللازدا بەدەندىكى خىلىتلارنىڭ ئوزگىرىشى بولۇپمۇ خىلىتلارغا شورلۇق

به‌لغه‌م ئارىلىشىپ قاپاق گىرۋه‌كلىرىگه يامان ته‌سىر قىلغانلىقىدىن پەيدا بولىدۇ. چاك - توزان، ئىچىملىك - چېكىملىك قاتارلىقلارنىڭ يامان ته‌سىرى، تۆيقۇغا قانماسلىق، به‌ده‌ننىڭ زه‌ئىپلىكى، پاسكىنا قول بىله‌ن كۆزنى سۈرتۈش هه‌مده كۆز تازىلىقىغا دىققه‌ت قىلماسلىقلارمۇ مه‌زكۇر كېسه‌للىكنى كه‌لتۈرۈپ چىقارغۇچى ئامىللار بولۇپ هېسابلىنىدۇ. به‌زىده، تۆ هه‌ر خىل كۆز ۋه قاپاق كېسه‌للىكلىرى تۈپەيلىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

قاپاقنىڭ گىرۋه‌كلىرى قىزىرىدۇ، قىچىشىدۇ. ئېغرىقلىرىدا ئاغرىيدۇ. كۆز نۇردىن قاچىدۇ، ياشاڭغۇرايدۇ. ئه‌تىگه‌نده ئورۇندىن تۇرغاندا كۆز چاپاقلىشىپ قالىدۇ چاپاقلارنى ئېلىۋه‌تسه، قىزىرىپ كه‌تكه‌ن قاپاق گىرۋه‌كلىرى ئېنىق كۆرۈلۈپ قالىدۇ. ئېغرىقلىرىدا قانغان يارا ياكى كىچىك يىرىڭلىق قاپارتچۇقلارنى كۆرگىلى بولىدۇ. كىرپىك تۈك خالتىلىرى بۇزۇلغاچقا كىرپىكله‌ر تۆكۈلۈشكه باشلايدۇ. ئىسسىقتىن بولغان بولسا، چاپاقلار سېرىق بولىدۇ. قىزىرىش، ئاغرىش كۈچلۈكره‌ك بولىدۇ.

داۋاسى

1. ئىچكى داۋاسى: قايسى خىلتىنىڭ نورمالسىز تۈزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ خىلتىنى تازىلاپ مىزاجنى ته‌ڭشه‌ش كېره‌ك. بۇنىڭدا كۆپىنچه مه‌تبۇخى هه‌ليله، مه‌تبۇخى شاهته‌ره بېرىلىدۇ.

2. سىرتقى داۋاسى: 1) قه‌له‌ي كۆشتىسى، قوغۇشۇن كۆشتىسىنى پاكىز ياغلارغا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن چېپىش كېره‌ك. 2) بىنه‌پشه يېغى، بادام يېغى، ئاياللار سۈتى قاتارلىقلار بىله‌ن قاپاقنى ياغلاش كېره‌ك. 3) ئىچكى داۋادا كۆرسىتىلگه‌ن مه‌تبۇخى هه‌ليله قاتارلىق سۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش بىله‌ن بىرگه شاده‌نه‌ج، ئه‌ده‌سنى سۈرمه قىلىپ كۆزگه تارتىش كېره‌ك. 4) شىيافى ته‌سىرنى ئىشله‌تسمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

شىيافى ته‌سىر ته‌ركىبى: سېرىق هه‌ليله پوستى، توتىيا هه‌ر بىرى 15 گرام، ئاقمۇش 3 گرام، ئه‌ره‌ب يېلىمى 10 گرام، زه‌ئفه‌ر 3 گرام.

ياسىلىشى ۋه ئىشلىتىلىشى: دورىلارنى يۇمشاق يانجىپ تۆت قه‌ۋه‌ت داكىدىن تۆتكۈزۈپ، ئازراق بادىيان سۈيى بىله‌ن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگه تېمىتىش كېره‌ك.

ئۇزۇقلىنىش جه‌هه‌تته مىزاجنى ۋه قاپاقنى هۆللە‌شتۇرگۈچى تاماق ۋه ياغلارنى ئىستېمال

قىلىش لازىم.

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

ئاقۇبتى: مەزكۇر كېسەللىك تەكرار قوزغالسا ياكى ئېغىرلاشسا، قاپاقنىڭ تەتۈر ئورۇلۇپ قىلىشى، تەتۈر كىرپىك ۋە جىرتاق كېسەللىكىنى پەيدا قىلىشى مۇمكىن.

يېڭناسقۇ

يېڭناسقۇ (شەئىرە) بىر خىل كۆپ ئۇچرايدىغان، كۆز گىرۋەكلىرىنىڭ ئوتكۇر يېرىڭلىق ئىششىقى بولۇپ، پەيدا بولغان ئورنىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ئىچكى ۋە تاشقى يېڭناسقۇ دەپ ئىككىگە ئايرىلىدۇ. كۆز گىرۋەكلىرىنىڭ سىرتىدىكى يېرىڭلىق قاپارتچۇق تاشقى يېڭناسقۇ، كۆز گىرۋەكلىرىنىڭ ئىچىدىكى يېرىڭلىق قاپارتچۇق ئىچكى يېڭناسقۇ، دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

يېڭناسقۇ كۆپىنچە، قان خىلىتى باكى سەۋدا خىلىتىنىڭ ئورمالسىز ئوزگىرىشىدىن پەيدا بولىدۇ. كۆپ ھاللاردا ئاچچىق-چۈچۈك، كۆچلۈك تاماقلارنى ھەزىم قىلماي ئورۇپلا 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 تۆپەيلىدىن كىرپىكلەر ئاستىدىكى تۈك خالتىلىرىغا جەراسىم (مىكروب) نىڭ كىرىشىدىن كۆز گىرۋەكلىرىگە پۇرچاقتەك قاپارتچۇق چىقىپ يېڭناسقۇ پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

1. تاشقى يېڭناسقۇ: كۆپىنچە، كۆزنىڭ ئۆۋە نكى گىرۋەكلىرىدە پەيدا بولىدۇ.

كۆزنىڭ يۇقىرىقى گىرۋەكلىرىدىمۇ كۆرۈلىدۇ. دەسلەپتە، دائىرىلىك كىچىك قانتىق مۇدۇرچاقلار پەيدا بولىدۇ. ئازراق قىچىشىپ ئاغرىيدۇ، كېيىن قىزارغان ئىششىق دائىرىسى كېڭىيىپ باسسا ئاغرىيدۇ. بۇ يىرىڭ تۆتۈشقا باشلىغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر قاپارتىچۇق ئۇچلىرى ئاقىرىپ باسسا مىلقىلسا، يىرىڭنىڭ پىششىپ قالغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. ئەگەر قىزىرىپ ئىششىش ئېغرىلاشسا، پۈتۈن قاپاقنى تەسىر قىلىپ قاپاق يىرىڭلىق ئىششىقىغا ئايلىنىدۇ ھەمدە قۇلاق ئالدى بەزلىرى يوغىناپ كېتىدۇ. يىرىڭ ئېغىز ئالغاندىن كېيىن قىزىللىق، ئىششىق، ئاغرىشلار تۆزلىكىدىن قايتىپ كېتىدۇ.

2. ئىچكى يىڭناسىقۇ: ئالامەتلىرى تاشقى يىڭناسىقۇ بىلەن ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشىشىپ كېتىدۇ. كېسەللىك تۆزگىرىشى كۆز جىسمكلىرىنىڭ ئىچكى قىسمىدىكى شىللىق پەردىدە بولغاچقا، يىرىڭ تۆتقاندىن كېيىن قاپاق ئىچكى پەردىسىدە سېرىق رەڭلىك يىرىڭ تۆقتىلرىنى كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

يىڭناسىقۇ ئادەتتە يىرىڭ تۆتۈپ، تۆزلىكىدىن 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 مۇڭاپىق سۇرگە دورىلىرى ئىشلىتىلىدۇ. يىڭناسىقۇ كۆپ چىقىپ ئادەت بولۇپ قالغانلارغا ئەھۋالغا قاراپ مەتبۇخى ئەقتىمۇن ياكى مەتبۇخى ھەلىلە بېرىلىدۇ.

2. تاشقى داۋاسى: 1) قاينىقسۇدا قىزىتىلغان لۆڭگە بىلەن نەم پېتى ھەر قېتىمدا 15—10 مىنۇت ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ياكى بوتۇلكىغا ئىسسىق سۇ ئېلىپ ئىسسىق ئۆتكۈزسىمۇ بولىدۇ. 2) كاسىن، سەبىر، رۇسۇت، مامىيشا، گىلى ئەرمىنى ئېھتىياجغا لايىق ئېلىپ يىڭناسىقۇ ئۈستىگە چېپىش كېرەك. يىرىڭ تولغاندا تازىلانغان تېغ بىلەن ئۇچىنى يېرىپ يىرىڭنى چىقىرۋېتىپ، مۇڭاپىق كۆز مەلھەملىرى سۈرتۈپ قويۇش كېرەك. 3) يۇقىرىقى چارىلەر ئۈنۈم بەرمىسە، تازىلانغان تېغ بىلەن يىڭناسىقۇ قېپى كېسىلىدۇ. ئازراق قان چىقىپ توختىغاندىن كېيىن سۇفۇفى ئەسفەر سېپىلىدۇ. 4) ئىچكى يىڭناسىقۇ يىرىڭ تۆتۈپ پىشقاندىن كېيىن، يېرىپ يىرىڭ چىقىرۋېتىلىدۇ. يارغاندا يېرىلغان ئېغىز يولى كۆز جىسمكلىرىگە تېگىپ قىلىپ كېسىلىدۇ. باشقا داۋالىرى يۇقىرىقىغا ئوخشاش. 5) كۆپ چىقىپ ئادەت بولۇپ قالغانلارغا، توغرا كەلگەندە

به‌لگىلىك قان تومۇرلاردىن قان ئالسا بولىدۇ.

ئالدىنى ئېلىش

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

قاپاق قىچىشىش

قاپاق قىچىشىش (ھېككەتۇلجەفەنى) كۆز چانىقى، گىرۋەكلىرى ۋە قاپاق جىيەكلىرى قىچىشىدىغان بىر خىل كېسەللىكە قارىتىلغان.

سەۋەبى

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

ئالامىتى

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

داۋاسى

ئىچكى تەرەپتىن مەتبۇخى شاھتەررە، ھەببى كىبىرىت، ھەببى شاھتەررە،

مەتبۇخى ئەفتمۇن، ئترىيفبلى كەشنيز ۋە ئيارەجلەر ئىشلىتىلىدۇ.

سىرتقى تەرەپتىن ھۆل كاسىنى مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېزىپ، گۈل يېغى بىلەن قوشۇپ تېڭىش كېرەك. كوھلى رۇشنائى سەغرنى قاپاققا سۈرمە قىلىپ تارتىسمۇ ياكى چاپسىمۇ ياخشى ئونۇم بېرىدۇ.

كوھلى رۇشنائى سەغر

كۈمۈشنىڭ ئېرىتىلگەن پوقى(ئىقلىمىيائى ئۇقرە) 13.5 گرام، كۈيدۈرۈلگەن مىس 1.4 گرام، ئەندىرا ئۇزى، پىلپىل، قەشقەر ئۇپىسى (سەفىداب كاشغەرى)، ئوشۇدۇر، جۈئىدە ھەر بىرى 1.4 گرام.

دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، قېلىن ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ تەييارلاپ، لازىم بولغاندا كۈزگە سۈرمە قىلىپ تارتىدۇ ياكى بادىيان سۇيى بىلەن كۈمۈلاچ قىلىپ، زۇرۇر تېپىلغاندا قاياقسۇ بىلەن ئېرىتىپ كۈزگە چاپىدۇ.

قاپاق ئۇرۇلۇش

قاپاقنىڭ تېشىغا ئۇرۇلۇپ قېلىشى (شەتىرە) قاپاقنىڭ بىر تەرەپكە ئۇرۇلۇپ قېلىپ، قاپاقنى نورمال يۇمالماسلىققا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قاپاق ئۇرۇلۇپ قېلىش ئۇغما ۋە كېيىن پەيدا بولغان دەپ ئىككى خىل بولىدۇ. بىر قاپاقتا ياكى ئىككىلا قاپاقتا يۈز بېرىدۇ. قاپاق سىرتىغا ياكى ئىچكە ئۇرۇلۇپ قالىدۇ. ئۇغما خاراكتېردىكىسى كۆپىنچە مەلۇم ماددىنىڭ كەملىكىدىن بولىدۇ. كېيىن پەيدا بولغانلىرى كۆپىنچە، قاپاقنا يېرىكلىق چاقا چىقىش، ئارتۇقچە گۆش ئوسۇش، تەتۇر كىرپىك چىقىش، سىرتقى سەۋەبلەردىن قاپاق تارتۇق بولۇپ كەينىگە قايرىلىپ قېلىشلاردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

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

داۋاسى

تۈغما خاراكتېرلىك قاپاق تەتۈر ئۆرۈلۈپ قېلىشنىڭ داۋاسى يوق. ئەمما ئالغا قاراپ دەستكارلىق بىلەن تۈزىسە بولىدۇ.

كېيىن پەيدا بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبلەرنى تۈگىتىش بىلەن بىرگە سەۋەبلەرنىڭ ئېغىرـيەڭگىللىكىگە 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. ھەيبى قوقىيا، ئامىلە تۈشدارى، ماتۈل ئەسەل قاتارلىقلارنى كېسەللىك ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىش لازىم. ھەر خىل قۇرۇقلۇق نەرسە ۋە يېمەكـئىچمەكلىكەردىن ساقلىنىش، ھۆل ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكـئىچمەكلىكلەر بىلەن ئۈزۈقلىنىش لازىم.

قاپاق ئىچى دانچىسمان ئىششىقى

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

سەۋەبى

ناچار بەلغەم ماددىسى ۋە ھۆللۈكلەرنىڭ قاپاققا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ

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

ئالامىتى

كۆپىنچە ئۈستۈنكى قاپاقنىڭ ئىچكى تەرىپىگە، بەزىدە قاپاقنىڭ سىرتىغا قىزىتما بىلەن تەڭلا يۇمىلاق پۇرچاقسىمان دانىچە پەيدا بولىدۇ. رەڭگى ئاققا مايىل بولۇپ، مۆلدۈرگە ئوخشاپ كېتىدۇ، ئۆزى قاتتىق بولىدۇ. كېسەللىك ماددىسى كۆيدۈرگۈچى ۋە ئىچىشتۇرغۇچى ئامىللاردىن خالى بولمىغانلىقتىن بەزىدە ئاغرىش ۋە قىچىشىش بولىدۇ، قىچىشىش كېسەل كىشىگە خۇشياقمىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قان ئېلىش بىلەن بىرگە ئىچنى سۈرگۈچى دورىلار ھەبىي ئىيارەج، ھەبىي سەبرى، ھەبىي قوقىيالار بىلەن بەدەننى تازىلاش كېرەك. ئەگەر بۇزۇق خىلىت ئىچىلىك بولسا خىلىتلارنى پۇشۇرغۇچى، ئىچنى يۇمشاتقۇچى مۇنزىجلارنى بېرىپ ئۈنىكىدىن كېيىن ئاغرىق قايتۇرغۇچى دورىلارنى قوللىنىش لازىم. ماددىنى پۇشۇرۇش ئۈچۈن خېمىرنى ئارقا-ئارقىدىن تېكىش، ئۈنىكىدىن كېيىن پۇشۇرغۇچى ۋە تارقاتقۇچى دورىلاردىن ئۆشەق، پىننە قاتارلىقلارنى سىركە ياكى زەيتۇن يېغى بىلەن قاپاققا چېپىش ياكى ھەرە ئوۋىسىنى سۇغا چىلاپ سۈيى بىلەن قاپاقنى يۇيۇش كېرەك. قىزىق مۇم ياكى ئارپا ئۈننى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاپاققا چاپلىسىمۇ بولىدۇ. زەرۇرى ئەسقەر سەغرى، شىيافى ئەھمەرلەيىن قاتارلىقلارنى سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتسىمۇ بولىدۇ.

ئەگەر، يۇقىرىقى ئۆسۈللار بىلەن كېسەل تارقىمىسا، قان ئالغان ۋە بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن يەرلىك ئورۇننى كېسىپ مەزكۇر كېسەللىنىڭ ماددىسىنى چىقىرىش ۋە ئازراق قان ئاققۇزۇش كېرەك. ئۈنىكىدىن كېيىن جاراھەتنى ساقايتىش ئۈچۈن زەرۇرى ئەسقەرنى سېپىش كېرەك. مەزكۇر كېسەلدە داۋاملىق پەرھىز ئۆتۈش، ھەمدە كېسەل كىشىنىڭ بەدەن قۇۋۋىتىنى بەرداشلىق بېرەلىسە داۋاملىق ئىچنى سۈردۈرۈش (ئىستىفراغ قىلىش) لازىم. ياش ئاققۇزغۇچى ياكى چاپاق پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەرنى كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتماي، بەلكى ماددىنى پۇشۇرغۇچى ۋە سۈيۇقلاشتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم، مەسىلەن: سوقۇلغان غۇنچە ئۈزۈم 10 دانە، سوقۇلغان ئارپا 3 گرام، سوقۇلغان بېھى ئۇرۇقى 10 دانە، مۇدە پەر قىلىنغان ئاق ئەنزەرۇت 1 گرام قاتارلىقلارغا ئوغۇل ئۇغقان ئايال سۈتى

قوشۇپ سۆيۈق ئوماچ هاله تكه كه لگه نگه قه ده ر مۇلايىم قاينىتىپ، كۆنده 4 — 3 قېتىمدىن كۆزگه تامغۇزۇش لازىم. بۇ تېمىتىلما كۆزدىكى قاتتىقلىقنى تارقىتىدۇ.

ئه گه ر بۇنىڭ بىله نمۇ دانىچىلار تارقىمىسا، ئازراق شۇمشا ۋه بۇغدايىنى سوقۇپ ئوبدان پۈشۈرۈپ، ئوڭا سوقۇلغان ئاق له يلى ئارىلاشتۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا بىنه پشه يبغى، گۈلخه ير يبغى تامغۇزۇپ، ئازراق تۇخۇم ئېقى بىله ن مه لهه م هالىتىگه كه لتۈرۈپ قاپاققا چېپىش كېرەك. بۇ زىمادىنى ئۆزمه ي چېپ به رسه قاپاققا چىققان بۇ دانىچىلارنىڭ ماددىسىنى پۈشۈرۈش رولىنى ئويناىدۇ. دانىچه تېشلىگه ندىن كېيىن تېمىتىلمىلارنى ئىشلىتىش بىله ن بىرگه سوقۇلغان ئىسىبه غۇل تۇرۇقنى تۇخۇم ئېقى بىله ن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا كېسه لنىڭ ماددىسىنى شوراپ چىقىرىدۇ. مه زكۇر كېسه للىكنىڭ قالدۇقى قالسا ياكى يه رلىك ئورۇندا كىر هاسىل بولسا شىيافى ئه بىيه ز، شىيافى كۈندۈر قاتارلىقلارنى سۈرمه قىلىپ كۆزگه تارتسا بولىدۇ.

ئه گه ر دانىچىلار بىه ك قاتتىق بولۇپ ئۇنۇم كۆرۈلمىسه، مۇچىن بىله ن قىسىپ تۇرۇپ كېسىپ ئېلىۋه تكه ندىن كېيىن قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

قاپاق ئىچى قاتتىق قاپارتچۇقى

قاپاق ئىچى قاتتىق قاپارتچۇقى (كه دۇ دۇممۇل) كۆپىنچه ئاستىنقى قاپاق ئىچىگه په يدا بولغان قاتتىق قاپارتچۇققا قارىتىلغان.

سه ۋه بى

كۆپىنچه هاللاردا ته سته هه زىم بولمىغان غه لىيز تاماقلار، مه سىله ن: كاللا ـ پاقالچاق، پورچاق، كالا گۆشى قاتارلىقلارنى كه چلىك تاماقتا كۆپله پ ئىستېمال قىلغانلىقتىن قان قويۇلۇپ په يدا بولىدۇ.

ئالامىتى

كۆپىنچه هاللاردا ئاستىنقى قاپاقنىڭ ئىچكى قىسمىغا قاتتىق قاپارتچۇق چىقىدۇ.

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

داۋاسى

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

ئەگەر، كېسەللىك ماددىسىغا سەپرا ئارىلىشىپ قالغان بولسا ئىسىق غۇل شىرىسىنى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش ياكى شىيافى ئەبىيەزنى چېپىش كېرەك. ئابدۇمىلىك ۋە بابۇنىڭ قاينىتىلمىسىغا ئازراق بىنەپشە يېغى، بۇغداي يېغى ئارىلاشتۇرۇپ يۇيۇش لازىم. ئەگەر قاپارتچۇق ئېغىز ئالغان بولسا، يىرىڭلىق جاراھەتنى داۋالاش تۇسۇلى بويىچە داۋالىسا بولىدۇ. ئەگەر قاپارتچۇق كونىراپ قېتىشۇالغان بولسا، مەلھىمى داخلىۇننى چېپىشقا بولىدۇ. ئەگەر ھەر قانداق دورا بىلەن ساقايمىسا دەستكارلىق تۇسۇل ئارقىلىق ئېلىۋېتىش كېرەك.

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

ئەگەر، قاپارتچۇق ئېغىز ئېلىپ يىرىڭلىسا، يىرىڭنى تازىلىغاندىن كېيىن تۇخۇم سېرىقى ۋە بىنەپشە سۈيىنى تېمىتىش لازىم. ئەگەر، قاپارتچۇق قاپاقنىڭ سىرتىدا بولۇپ يىرىڭلىغان بولسا، تازىلىغاندىن كېيىن مەلھىمى ئەسۇەرد (قارا مەلھەم) چېپىش لازىم.

قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىش

قاپاق ئىچكى تەرىپىنىڭ قىزىرىپ، قېلىنلىشىپ قېلىشى (سەلابە تۇلجەفەنى) كېسەللىكىدە كۆپىنچە قاپاقنىڭ ئىچكى تەرىپى قىزىرىپ، ئىششىپ چىكىلىپ ئاغرىيدۇ.

سەۋەبى

قاپاق ئەستەر پەردىسىنىڭ ئىسسىقتىن ئىششىشى ۋە تۈزۈنغا سوزۇلۇپ كېتىشى توپە يلىدىن مەزكۇر كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

بەزى كىشىلەردە جىسمانىي ھەرىكەتنى كۆپ قىلغانلىق ياكى ئىسسىق ئويدە كۆپ تەرلەپ سوغۇق ھاۋا ۋە شامالغا چىققانلىقى توپە يلىدىن قاپاقتىكى چىقىشقا تېگىشلىك بولغان تەر مادىدىلىرى توختاپ قېلىپ مەزكۇر كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

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

داۋاسى

ئىچكى تەرەپتىن مەتبۇخى ئەفتمۇن، مەتبۇخى ھەلىلە، ئىتىريفېلى كەشنىز، ھەببى شەبيار قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

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

تەتۇر كىرپىك

تەتۇر كىرپىك (شەئرمۇنقەلىب) كىرپىكنىڭ كۆز ئالمىسى تەرەپكە قاراپ تەتۇر تۇسكەنلىكىدىن ئىبارەت بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، يىزىلاردا كۆپرەك تۇچرايدۇ.

سەۋەبى

كىرپىك توك خالىتلىرى ئارىسىدا بەزى بۇزۇق ماددىلارنىڭ تۆرۈپ قېلىشى ياكى ئىلگىرى قاپاققا يېرىكلىق جاراھەت، تۆشۈك مۇدۇرلەرنىڭ چىقىشى، قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىدىن قاپاق گىرۋەكلىرى بۇزۇلۇشى ۋە شامالغا چىقسا كۆز ياشاڭغۇراشتەك كۆز كېسەللىكلىرى تۆپەيلىدىن داۋاملىق كۆزنى تۆۋۈلاش ئارقىلىق كىرپىك تۈك خالىتىلىرى بۇزۇلۇپ، كىرپىك تۈكۈلۈپ قايتا چىققاندا يۆنىلىشى تۆزگىرىپ 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، مۇڭگۈز 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 ئىتريېفبللاردىن ئىچىش لازىم. ئەگەر، بۇ ئۆسۈلدا تۈزەلمىسە شىيافى ئەسفەرنى تەتۈر ئۆسكەن كىرپىككە سۈركەش ياكى مۇڭاپىق داغلاش ئۆسۈللىرى بىلەن يەڭگىل دەرىجىدە داغلاش كېرەك.

يۇقىرىقى ئۇسۇللار ئارقىلىق تۈزەلمىسە ئەڭ ياخشىسى دەستكارلىق ئۆسۈللىرى 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 جىسىمكىلىرىنى كېسەللىكلەرنى ئاكتېلىق بىلەن داۋالىتىش، كۆزنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلىش لازىم.

كىرپىك چۈشۈش

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

سەۋەبى

كىرپىك چۈشۈش كۆپىنچە تۇنۇك ئۇستۇرگۈچى ئوزۇقلۇق ماددىلارنىڭ تولۇق يېتىشمەسلىكى، ھۆللۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشى، بەلغەم، سەۋدا خىلىتلىرى ياكى قۇرۇقلۇقنىڭ غالىب بولۇشى، قاپاق گىرۋەكلىرىنىڭ زەرەلىنىشى ۋە تەب كېسەللىكلىرىدىن كېيىنكى بەدەن تۆكۈلۈش (دائىل سەئلەب) كېسەللىكى بىلەن كېسەللىنىشتىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزى كىشىلەردە ماخاۋ كېسىلى (جوزام) تۈپەيلىدىن قاش، كىرپىكلەر چۈشىدۇ.

ئالامىتى

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

داۋاسى

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

مۇۋاپىق سۈرگە بېرىلىدۇ.

تاشقى داۋاسى: ئىچكى جەھەتتە زىيادە بەلغەم ماددىسىنى تازىلاش بىلەن بىرگە بىر تەرەپ جەھەتتىن كۆھلى روشنائىنى كىرپىككە تارتىش كېرەك. قۇرۇقلۇق ئېشىپ كەتكەنلىكتىن بولغانلارنى ھۆللەندۈرۈش ئۈچۈن زەيتۇن يېغى، ئۈزۈمەك يېغى، توخۇ يېغى قاتارلىقلار بىلەن ياغلاش ھەمدە ئىسپىھان سۈرمىسى سۈرتۈش كېرەك. ئەگەر كىرپىك ئۈچى قىچىشسا، ھەجرى ئەرمىنى سۈرۈپ چېپىش لازىم. كىرپىك ئۆكۈلۈش دائىل سەۋەبتىن بولغان بولسا، كىرپىككە سۈرمە رۇشنائىنى سۈرۈش كېرەك ياكى ئۈزەندىكى چارىنى قىلسىمۇ بولىدۇ:

خورما ئۈرۈقىنى كۈيدۈرۈپ سۈنبۈل، لاجۋەرد، كۆندۈر تۈتۈنىنى* ئېھتىياجغا لايىق ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ كىرپىك ئۈستىگە سۈركەش لازىم.

كىرپىك ئاقىرىش

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

سەۋەبى

ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ ئەكسى تەسىرى تۈپەيلىدىن شورلۇق بەلغەم قاپاق چۈرىسىدە تۈرۈپ 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

---

* كۆندۈر تۈتۈنىنى ئىلىش ئۈسۈلى: كۆندۈرنى ئوتقا سېلىپ، چىقىۋاتقان ئىسقا بىر دانە چىنىنى دوم قىلىپ ئوتقاندا چىنە ئىچى ئىسلىشىدۇ، سوۋۇغاندىن كېيىن ئىس قىرىپ ئېلىنىدۇ.

باسقۇچتا ئىكەنلىكىنى كۆرسىتىدۇ. كىرپىك كۆپىنچە تولۇق ئاق كۆرۈنىدۇ، قاپاق بىر ئاز قىسچىشىدۇ، بەزىلەردە كۆز يەڭگىل ئېچىشىدۇ. خىلىتلارنىڭ بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان كىرپىك ئاقىرىشتا دەسلەپتە بىر-ئىككى تال ئاقىرىپ كېيىن تەدرىجىي كۆپىيىپ كېتىدۇ ۋە شو خىلىتقا 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 پۈشۈرۈلغاندىن كېيىن مەخسۇس مۇسھىل دورىلار ئارقىلىق سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئەھۋالغا قاراپ ئىيارەجى فەيقەرا، ئىتىرىيفىلى كەبىر، سۇفۇفى ھەلىلە 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 چىپىش 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 (ئىلتىساقۇلئە ھدابى) — كۆپ ھاللاردا تۇخلاپ قوپقاندىن كېيىن كىرپىكلەرنىڭ چاپلىشىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان. كۆپىنچە ئىككىلا كۆزدىكى كىرپىكلەردە كۆرۈلىدۇ.

سەۋەبى

كۆپىنچە، چاپلاشقۇچى ھۆججەتلەرنى 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 لەتتىگىنى سۇۋۇتۇلغان قاينىقىسۇغا 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 ئەسلىي كېسەللىكنى ئاكتىپ داۋالاش كېرەك.

كۆز بۇرجىكى كېسەللىكلىرى

كۆز بۇرجەكلىرى كۆزنىڭ ئىچكى ۋە تاشقى بۇرجەكلىرىدىن تەركىب تاپىدۇ. ئۇنىڭدا تۆچرايدىغان كېسەللىكلەرنىڭ كۆپىنچىسى كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىدە كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن، كۆز ياشاڭغۇراش، كۆز ئىچكى بۇرجىكىدىن بەزسىمان تۆسمە ئۇنۇش ۋە كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىدە يىرىڭلىق جاراھەت پەيدا بولۇش قاتارلىقلار. مەزكۇر كېسەللىكلەر قاپاقلارنىڭ نورمال ھەرىكتى ۋە كۆزنىڭ كۆرۈش خىزمىتىگە بەلگىلىك دەرىجىدە تەسىر يەتكۈزىدۇ. مەسىلەن، كۆز داۋاملىق ياشاڭغۇرسا 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 كۆرىشىگىمۇ ئوخشىمىغان دەرىجىدە تەسىر يەتكۈزىدۇ. شۇڭا تۆلارنى ۋاقتىدا داۋالاپ ساقايتىش كېرەك.

كۆز بۇرجىكى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىچكى ۋە تاشقى جەھەتتە ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى ئوبدان تاللاش، ئىچكى ۋە تاشقى داۋالاش تۆسۇللىرىنى مۇۋاپىق ھالدا ماسلاشتۇرۇپ قوللىنىش، دورا بىلەن داۋالاپ ساقايتقىلى بولمىسلا دورا بىلەن داۋالاش ھەمدە دەستكارلىق (ئوپېراتسىيە) تۆسۇلى بىلەن داۋالاش زۆرۈر بولسا بالدۇرراق دەستكارلىققا يوللاش كەينىگە سۈرمەسلىك كېرەك. قاپاق كېسەللىكلىرىدىكى دەستكارلىققا ئوخشاشلا دەستكارلىق ئۇسۇلىنى قوللىنىشتىن بۇرۇن بەدەننى تەنتىيە قىلىش، ئوپېراتسىيەدىن 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 (سەيلانۇلدەمتەئى، جەريانى ئەشك) كۆپ تۆچرايدىغان ياش يولى

كېسه للكلرنىڭ بىرى بولۇپ، ئادەتتە تۆ، 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 قۇۋۇتى (قۇۋۇتى ماسكە) ياكى ھەزىم قىلىش قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىشىشى، مىزاجنىڭ ھۆل سوغۇقلىشىشى، كۆزگە باشقا كېسەللىكلەرنىڭ يامان تەسىر قىلىشى (يەنى قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر تۈپەيلىدىن كۆز ئىچكە 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 تۇت پەسلىنىڭ ھەممىسىدە) ياشاڭغۇرايدۇ.

كېيىن پەيدا بولغان ئىككىلەمچى كۆز ياشاڭغۇراشتا، يۇقىرىقى سەۋەبلەرنىڭ بىرەرسى تەسىر قىلغانلىقتىن بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ ۋە شامالغا چىققاندا ياشاڭغۇراش كۆچىيىدۇ. بەدىنى ئاجىزلاشقان كىشىلەر ۋە ياشانغانلاردا كۆپ تۇتۇلىدۇ. بىرەر خىلىتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىقىقان بولسا شۇ خىلتىقا خاس بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ. قان خىلىتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا كۆزى قىزىرىپ قىچىشىدۇ، چىڭقىلىدۇ، تومۇرى كۆچلۈك سالىدۇ. سەپرا خىلتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا ياش سۈيۈق ھەم قىزىق كېلىدۇ كۆز چاناقلىرى ئېچىشىدۇ. بەلغەم خىلتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا ياش تەرەپكە ئازراق شامال تەگسىلا ياش ئېقىش كۆچىيىدۇ ياش سۈزۈك، سوغۇق ھەم كۆپ كېلىدۇ.

داۋاسى

سەۋەبلەرنى تۈگىتىش ئارقىلىق كۆزنىڭ ياش تۆتۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇپ، ياش ئېقىشىنى تىزگىنلەش كېرەك. تۇغما كۆز ياشاڭغۇراش بىلەن ياش خالتا ۋە يوللىرىنىڭ تىزگىنلەش كېرەك. تۇغما كۆز ياشاڭغۇراش بولغان كۆز ياشاڭغۇراش كۆپىنچە ھاللاردا ساقايمايدۇ، شىيافى زەئىرانىنى كۆز يېتەرسىزلىكىدىن بولغان كۆز ياشاڭغۇراش كۆپىنچە ھاللاردا ساقايمايدۇ، شىيافى زەئىرانىنى كۆز چانىقىغا كۈندە 2 قېتىم تەككۈزسە بولىدۇ.

1. ئىچكى داۋاسى: قايسى خىلىتتىن بولغان بولسا، تازىلىغۇچى ۋە تەڭشىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن ئىتريېفىلى كەبىر، ھەبىي شىفا، ھەبىي 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، زەئىفەر 4 ئارپا مىقدارىدا، سەبىرە 1.5 گرام، شەربىتى يەمانى، كۆك تاشلاردىن 3 گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق يانجىپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ، كونا ھاراقنى چىلغاندىن 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 ئۈسۇل ئارقىلىق داۋالاش لازىم.

كۆھلى دەمئە

توتىيائى مەغسۇل 27 گرام، بىخ مارجان، سىرىق ھەلىلە پوستى، سەبىرە سۇقوتىرى 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 تۇخۇم 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 گۈش تۈسۈپ چىققانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بەزى نورمالسىز قويۇق ماددىلار مەلۇم سەۋەبلەر تۆپەيلىدىن تەدرىجىي ھالدا كۆز ئىچكى بۇرجىكىگە يىغىلىپ، بولۇپمۇ غەيرىي سەۋدا خىلتى كۆزگە يامان تەسىر كۆرسىتىپ ئاخىرى كۆز بۇرجىكىدىن تۈسمە پەيدا بولۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزىدە، ياش خالتىسى يىرىڭلاپ كۆز چانىقىدىن يىرىك ئېقىش تۈۈنغا سوزۇلغاندىمۇ ئاخىرى تۈسمە پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولىدۇ.

بەزى كىشىلەردە ھەر خىل كۆز كېسەللىكلىرى تۈزۈنغا سوزۇلغانلىقتىن يەلگە ئايلىنىپ قىزىرىپ ئېچىشىش، قىچىشىش بىلەن كۆزنى تولا تۈۈلغاندىمۇ كۆز بۇرجىكىدىن گۈش تۈسۈشكە سەۋەب بولىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپكى مەزگىللەردە كۆز بولۇپمۇ كۆز چانىقى تولا قىچىشىدۇ. بەزىدە قىزىرىپ قالىدۇ. دىققەت بىلەن كۆزەتسە كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىدىن تەدرىجىي ھالدا گۈش ئۈسۈپ چىقىپ قالغىلى بايقىغىلى بولىدۇ. تۈسمە كۆز قارىچۇقىغا قاراپ تەرەققىي قىلسا، كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىگە تەسىر قىلىدۇ. ئەگەر، قاپاق ئىچىگە قاراپ تەرەققىي قىلسا، قاپاقنى يۇقىرىغا كۆتىرىپ قاپاقنىڭ نورمال ئېچىلىپ يۇمۇلۇشىغا تەسىر يەتكۈزىدۇ. بەزىدە ياش يوللىرىنى قىسىپ توسۇپ قويسا ياش ئاقماس بولۇپ قىلىپ، بۇرۇندىن سۈيۈقلۇق ئاقىدىغان بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قايسى خىلىتتىن بولسا شۇ خىلتىنى 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 تۈسۈلى بىلەن

داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ.

شىيافى زانكار

ئەرەب يىلىمى 10.8 گرام، زانكار 2.7 گرام، كافۇر 1.4 گرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ ئوخۇم بىلەن جىگدە ئورۇقى چوكىلۇقىدا شىياف ياساپ ئەتىگەن، ئاخشامدا ئوسكەن گۈشكە تەككۈزۈلىدۇ.

كۆز ئىچكى بۇرجىكى يىرىكلىق ئاقمىسى

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

سەۋەبى

بەزى نورمالسىز قويۇق ماددىلار مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن تەدرىجي هالدا كۆز بۇرجىكىگە يىغىلىش، ئىششىق ياكى باشقا سەۋەبلەردىن ياش خالتىسى بىلەن بۇرۇن ئارىلىقىدىكى ياش يولى تارىيىش نەتىجىسىدە ياش خالتىسىدا سۇيۇقلۇق يىغىلىپ ئوقۇنەتلىنىپ يىرىكلايدۇ.

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 يىرىكلىق ئاقما كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

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

تەرەپتىكى كۆز بۇرجىكىگە مارجان چوڭلۇقىدا ئىچىگە يىرىك تولغان پولتايما ھاسىل بولىدۇ. قول بىلەن ياسىسا ئاقۇش ياكى سىرىق سۇيۇقلۇق ئېتىلىپ چىقىپ ئىچى بوشاپ قالىدۇ، مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن يەنە يىرىك يىغىلىدۇ.

ئەگەر، ئوفۇنەتلىنىش كۆچلۈك بولسا بۇرۇن تەرەپ كۆز بۇرجىكىنىك تېرىسى قىزىرىپ، ئىششىپ ئاغرىيدۇ. ئىششىق قاپاق ۋە چاناقلىرىغچە كېڭىيىپ تەسىر قىلىدۇ، پۈتۈن بەدەن ئارامسىزلىنىدۇ، نەچچە كۈندىن كېيىن ياش خالتىسى قىسمىدىكى تېرىدە سىرىق يىرىك يىغىلىپ پولتىيىدۇ. ياسىسا مقىلداپ سىرتقا ئېغىز ئالىدۇ. بەزىلىرى ئېغىز ئالغاندىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن ئېغىزى پۈتۈپ يەنە ئېغىز ئېلىپ، سوزۇلما خاراكتېرلىك ياش خالتىسى ئاقمىسىغا ئايلىنىدۇ. ئادەتتە تۆ، كىشىنىك سىرتقى كۆرۈنۈشىگە تۇقسان يەتكۈزگەندىن تاشقىرى، تەرەققىي قىلسا كۆزنى قارىغۇ قىلىپ قويۇشى مۇمكىن.

داۋاسى

1. ئىچكى داۋاسى: ئالدى بىلەن قايسى ماددا سەۋەب بولغانلىقىنى ئېنىقلاپ ماددىنى تازىلاش ۋە مىزاجنى تەڭشەش كېرەك. يېڭىلىرى ۋە يەڭگىلەك ئوفۇنە تەلەنگەنلىرى كۆپىنچە ھۆللۈكتىن پەيدا بولغاچقا بەزى ئىسسىق دورىلار ئارقىلىق يەرلىك ئورۇننى قۇرۇتقۇچى ۋە گۈش ئوندۇرۇپ پۈتتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. مەسىلەن، ھەببى ئىيارەج، ھەببى كىبرت، مەئجۇنى چۆبچىنى قاتارلىقلارنى بېرىش كېرەك. كۆچلۈك ئوفۇنە تەلەنگەنلىرىگە ھەببى بىنەپشە بېرىلسە پايدىلىق.

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

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

ئاسان ھەزىم بولىدىغان، ئوزۇقلۇقى يۇقىرى تاماقلار بىلەن ئوزۇقلىنىش كېرەك.

شیافی غۇرەب (شیافی ناسۇر)

سەبرە سۇقۇتری، كۆندۇر، ئەنزەرۇت، ئانارگۈلی، سۇرمە، ئاق زەمچە، خۇنسیاۋشان هەر بری 2.7 گرام، زانكار 10.8 گرام.

دورىلارنی یۇمشاق سوقۇپ یىپەك ئەلگەكتن ئوتكۈزۈپ ئەرىقی بادیان بىلەن شیاف یاسىلىدۇ.

لازىم بولغاندا قایناقسۇ یاكی ئوخۇم ئېقی بىلەن شیافنی ئاقما بار جایغا كىرگۈزىدۇ.

كۆزگە قاناتچە گۈش ئوسۇش

كۆزگە قاناتچە گۈش ئوسۇش (زۇفرە، گىل چەشمی) كۆز ئىچكی بۇرجىكىدىن ترناق شەكلىدە گۈش ئوسۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

بۇ خىلدىكی قاناتچە گۈش كۆپىنچە كۆزنىڭ ئىچكی بۇرجىكىدىن باشلىنىپ كۆز ئېقىدىن ئوتۇپ تەدرىجىي هالدا كۆز قارىسىغا قەدەر يېتىپ بېرىپ كۆز قارىسىدا ئوچ بۇرجەكلىك شەكىل پەيدا قىلىدۇ. كۆز قارىچۇقىغا يېتىپ بارسا كۆرۈشكە دەخلی يەتكۈزىدۇ.

سەۋەبی

بۇ، كۆز ئېقی ۋە مۇڭگۈز پەردىسىدىكی قان تومۇرلارغا مېكىدىن نورمالسىز خىلتلار بولۇپمۇ بەلغەم یاكی سەۋدا ماددىسی چۈشۈپ پولتىيىپ، ئوتۇنگە ئوخشاش پەردە هاسىل قىلغانلىقىدىن پەیدا بولىدۇ.

بەزی كىشىلەردە هەر خىل كۆز كېسەللىری ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كۆز داۋاملىق قىچىشقانلىقتىن كۆزنی دائىم ئۇۋۇلاپ كېلىپ چىقىدۇ. كۆپىنچە ئوتئۇرا ياشلىقلاردا چاڭ-توزاڭ ۋە شامالىلىق جایلاردا ئۇزۇن مۇددەت ئىشلەيدىغان ئەمگەكچىلەردە كۆز چانىقىغا چاڭ-توزان، قۇم-توپا قاتارلىقلار كىرىپ جەراسىملىنىپ، كۆپ قىچىشىش، كۆپ ئوۋۇلاش تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

دەسلەپتە ئۇزۇنغىچە كۆز بۇرجەكلىرىدە بولۇپمۇ ئىچكى بۇرجىكىدە قىچىشىش پەيدا بولىدۇ. تەدرىجىي ھالدا كۆز بورجىكىدىن كۆز قارىچۇقىغا قاراپ قىزىل ساپال رەڭلىك قاناتسىمان گۆش ئۈنۈپ تەدرىجىي ھالدا كۆز ئېقىنى قاپلاشقا باشلايدۇ ھەتتا كۆز قارىچۇقىنى يېپىپ قويىدۇ، ئۈنۈك بەزىلىرى قاتتىق، بەزىلىرى يۇمشاق بولىدۇ.

داۋاسى

1. ئالدى بىلەن قايسى خىلىتتىن بولغان بولسا شۇ خىلىتنى پۈشۈرۈش، تازىلاش ۋە تەڭشەش كېرەك. يېڭىراق بولسا ئاق زەمچىنى بىر ئاز سۈرۈپ، چىلان ئۇرۇقىدەك چوڭلۇقتا قەلەمچە ياساپ ئەتىگەن ئاخشامدا قاينىقسۇغا تەككۈزۈپ ئىلىپلا كېسەل ئورۇنغا بىردەم يېقىپ ئۇرۇش كېرەك. بىرقانچە قېتىم تەكرارلىسا تەرەققىي قىلىشى توختاپ ئاستا-ئاستا ياخشىلىنىدۇ.

2. يۇزدە ئىككى نىسبەتتە ئىرىتكەن كۈمۈش كۇشتىسى بىلەن قاناتچە گۆشنى كۆيدۈرۈشنىڭ خىلى ئۈنۈمى بار. لېكىن بۇنىڭدا كۆز پەردىلىرى زەخىملەنمەسلىكى قويۇشتىن قاتتىق ساقلىنىش كېرەك.

3. تۆۋەندىكى دورىنىڭ ئۈنۈمىنى ياخشى: تۇشۇدۇر 1.5 گرام، توغرىنۇ، كۆپۈكى دەريا، ئۇشەق ھەر بىرى 3 گرام، زانكار 6 گرام.

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

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

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

كۆز ئېقى كېسەللىكلىرى

كۆز ئېقى كۆز يۈمشاقى ئەستەر پەردىسى ۋە قاتتىق پەردىنىڭ سىرتىغا كۆرۈنۈپ تۇرغان قىسمىغا قارىتىلغان بولۇپ، گەرچە تۆلار بىۋاستە كۆرۈش خىزمىتىگە قاتناشمىسىمۇ لېكىن ئومۇمىي بەدەندىكى مىزاج تۈزگىرىشلىرى دائىم دېگۈدەك ئۇنىڭدا ئاسانلا ئەكس ئېتىدۇ. ئۇنىڭدا يۇز بەرگەن كېسەللىكلەر، مەسىلەن: كۆز قىزىرىپ ئاغرىش، نېپىز گۈش پەيدا بولۇش، ئىششىش، قىچىشىش، رەڭدار چېكىت پەيدا بولۇش، مودۇر پەيدا بولۇش قاتارلىقلار كۆزنىڭ نورمال خىزمىتى ۋە كۆرۈشكە ھەر خىل دەرىجىدە تۇسقۇنلۇق قىلىدۇ. كۆز ئېقىدىكى نېپىز گۈش پەيدا بولۇشتەك كېسەللىكلەر تەرەققىي قىلسا ھەتتا كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىنى پۈتۈنلەي يوقىتىدۇ. شۇڭا كۆز ئېقىدا يۇز بەرگەن كېسەللىكلەرگە ئەستايىدىل مۇئامىلە قىلىش، ئۇلارنى ۋاقتىدا داۋالاپ ساقايتىش يەنىلا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

كۆز ئېقى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىچكى ۋە تاشقى داۋالاش تۈسۇللىرىنى 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 كېسەللىكلەرى، مەسىلەن: كۆز ئېقىغا نېپىز گۈش تۈسۈش 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 دەستىكارلىق تۈسۈلى بىلەن داۋالاشنى ئاساس قىلىش كېرەك. كۆز تازىلىقىغا ئەھمىيەت بېرىش، يېمەك-ئىچمەك، ھەرىكەت ۋە دەم ئېلىشنى مۇۋاپىق ئورۇنلاشتۇرۇش، ئوپېراتسىيەدىن بۇرۇن بەدەننى تەنتىيە قىلىش، ئوپېراتسىيەدىن كېيىن مەلۇم مەزگىل كۆزنى پەرۋىش قىلىشقا دىققەت قىلىش كېرەك.

كۆز ئەستەر پەردىسى قىچىشىش

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

سەۋەبى

ھەر خىل يەللىك نەرسىلەرنىڭ تەسىرى تۇپەيلىدىن بۇزۇق ماددىلار كۆز ئەستەر پەردىسىدە توختاپ قېلىپ قىزىرىش، قىچىشىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ياكى تۇت خىلىتىن بىرەرسىنىڭ غەيرىي تەبىئىلىكىگە تۇزگىرىپ كۆز ئەستەر پەردىسىگە يامان تەسىر كۆرسىتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

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

مەزكۇر كېسەللىك يەلدىن پەيدا بولغاندا، كېسەللىك ئالامەتلىرى بەزىدە پەيدا بولۇپ بەزىدە ئۇزلۇكسىدىن يوقلىپ كېتىدۇ.

خىلىتلارنىڭ نورمالسىز تۇزگىرىشلىرىدىن پەيدا بولغانلىرىدا ھەرقايسى خىلىتقا خاس ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن، سەپرادىن بولسا قىزىرىپ قىچىشقاندىن سىرت يەنە ئېچىشىپ قادىلىپ ئاغرىيدۇ. كۆن تۇرىغا يولۇقسا ئاغرىش تېخىمۇ كۈچىيىدۇ. ئەگەر بەلغەم خىلىتىدىن بولسا قىزىرىش، ئېچىشىش بولمايدۇ، يەڭگىل دەرىجىدە قىچىشىش، ياش كۆپ ئېقىش قاتارلىقلار بولىدۇ.

داۋاسى

داۋالاشتا يۇقىرىقىغا ئوخشاشلا يەلدىن پەيدا بولغانلىرىغا يەنى تارقاتقۇچى دورىلار

ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن، ئىيارەجى فەيقەرا، سۈقۇفى ئىتريفېلى كەشىنز، مەتبۇخى ھەلىيلە قاتارلىق دورىلا ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ قوللىنىلىدۇ. سىرتتىن كۆھلى روشنائى سەغىر ئىشلىتىلىدۇ. خىلىتلارنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشىدىن بولغانلىرىغا زىيادە خىلىتنى پىشۇرۇپ تازىلايدىغان، نورمالسىز خىلىتنى تەكشەيدىغان دورا ۋە چارە ـ تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ.

كۆز ئەستەر پەردىسى يەللىك ئىششىقى

كۆز ئەستەر پەردىسى ئىششىقى (ئىنتىفاخى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە) كۆز ئەستەر پەردىسى يەنى كۆز يۇمىلىقىنى ئوراپ تۇرغۇچى گۈشلۈك پەردىنىڭ يەكگىل دەرىجىدە ئىششىپ ياكى يەللىك خاراكتېردە كۆپىشىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

يەلغەم، 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 يەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىنىڭ كۆزگە ناچار تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

يەلغەم خىلتىنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا، كۆز ئەستەر پەردىسىنىڭ ئىششىقى چىكىقلىش، ئېسلىش ئېغىرراق بولىدۇ. ياش كۆپ ئاقىدۇ، كۆز تەسلىكتە ئېچىلىدۇ.

سەۋدا خىلتىنىڭ 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.

ئىشىق بەزىدە پەيدا بولۇپ، بەزىدە يوقىلىپ كېتىدۇ. ھەمدە ھەزىم قىلىش ناچارلىشىش، مەئدە قۇرساق كۆپۈش، قۇرساق توق ۋاقىتتا كۆز چىكمىلىش، تۇخلىغاندا ئىشىپ ئېغرىلىشىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسىي

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

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

يەلدىن بولغان بولسا، ئاشقازانىنى 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 يالليۇغى

كۆز ئەستەر پەردىسى يالليۇغى (ئىلتىھابى مۇلتەھەمەتى ئەينىيە) كۆز تۇتاشتۇرغۇچى پەردىنىڭ ئېغىرراق دەرىجىدە ئىششىقلانغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، كۆز ۋە ئەتىياز پەسلىدە كۆپرەك تۇچرايدىغان بىر خىل يۇقۇملۇق كۆز كېسەللىكى.

سەۋەبى

تۇت خىلىتىنىڭ بىرەرسىنىڭ غەيرىي تەبئىي تۇزگىرىپ كۆز ئېقى ئەستەر پەردىسىگە تەسىر كۆرسىتىش بىلەن ئوقۇنەت پەيدا قىلىپ كۆز قىزىرىپ ئاغرىشقا سەۋەب بولىدۇ.

به‌زی کشله‌رده ئه‌تیاز، کۆز پەسلده بولۇپمۇ هاۋا کلىماتىنىڭ تۆزگىرىشى بله‌ن هه‌ر خىل بوران، چاڭ-توزانلارغا تۇچراپ کۆز جه‌راسملىنىش نه‌تىجىسىده کۆزنىڭ قىزىرىپ ئاغرىشقا سه‌ۋه‌بچى بولىدۇ. به‌زى کىشىلەر پاسكىنا لۆڭگه ياکى قول بله‌ن کۆزنى تۆۋۈلاش ئارقىلىق کۆز جه‌راسملىنىپ کۆز قىزىرىپ ئاغرىشقا سه‌ۋه‌بچى بولىدۇ. به‌زى کىشله‌رده يۇقۇملۇق زۈکام، قىزىل، چېچه‌ککه ئوخشاش کېسه‌للە‌ردىن کېيىن چىقىدۇ.

ئالامتى

ده‌سله‌پکى مه‌زگىلده کۆز ئازراق قىچىشىپ تۆۋۈلىغاندىن کېيىن قىزىرىش پەيدا بولىدۇ. کۆچه‌يگه‌ن مه‌زگىلده کۆز قادىلىپ ئاغرىش، ياش ئېقىش، سېرىق چاپاقلىشىپ کۆزنى ئاچالماسلىقته‌ك ئالامه‌تله‌ر کۆرۈلىدۇ. شۇنىڭده‌ك کۆز يۇمىلقى چىڭقىلىپ يورۇقلۇققا قارىيالماسلىق، تۇخلاپ قۇيقان مه‌زگىلده تۆزۈنغىچه کۆزنى ئاچالماسلىق هه‌مده بىر کۆز ئاغرىغان بولسا 3-2 کۈندىن کېيىنلا ئىككىنچى کۆزىگه تۇتۇشته‌ك به‌لگىله‌ر کۆرۈلىدۇ.

مه‌زکۇر کېسه‌لنىڭ يۇقۇشى تېز بولۇپ، بىر کۆزدىن ئىككىنچى بىر کۆزگه ياکى ئائىلىدىكى يېقىن مۇناسىۋه‌تلىك کىشىلەرگه 2-3 کۈنده يۇقۇپ تارقىلىپ کېتىدۇ. کۆزده قىزىرىپ ئىششىش پەيدا بولۇپ 15 — 10 کۈن ئىچىده ته‌دريجي ساقىيىدۇ. بۇ کېسه‌للىكنىڭ تۈت خىلىت تۆزگىرىشى بله‌ن بولغان مۇناسىۋىتى تۆۋه‌ندىكىچه:

قاندىن بولسا — کۆزلىرى قىزىل، تومۇرلىرى کۆپكه‌ن بولۇپ باش چىڭقىلىپ لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ، کۆزدىن ياش ئاقىدۇ.

سه‌پرادىن بولسا — کۆزده ئېچىشىش، کۆپۈشۈش ئېغىر بولىدۇ، چاپاق کۆپ بولمايدۇ. تىلى سېرىق بولىدۇ.

به‌لغه‌مدىن بولسا — کۆپ چاپاقلىشىدۇ، ياش کۆپ ئاقىدۇ، ئاغرىش کۆچلۈك بولمايدۇ.

سه‌ۋادىن بولسا — کۆزلىرى قۇرۇپ، باش ئاغرىيدۇ. کۆزنى يۇمۇش ته‌س بولىدۇ، چاپاق ۋه ياش ئازراق بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بله‌ن مىزاجدىكى تۆزگىرىشنى ۋه بۇ تۆزگىرىشكه سه‌ۋه‌ب بولغان ماددىنى تېپىپ شۇ ماددىنى تازىلاپ ئاندىن کۆزنى داۋالاش کېره‌ك. يه‌ڭگىلره‌ك بولسا ئاغرىق

2-3 كۈنده ساقىيىپ كېتىدۇ. ماددىنى تازىلىمسىمۇ بولىدۇ. ئاساسەن هارارەتنى پەسەيتىدىغان، قوقاق ياندۇرىدىغان (ئوقۇنەت زەھەرلەرنى قايتۇرىدىغان) چارىلەرنى قىلىش لازىم.

ئىسسىقتىن بولغانلارغا قىز تۇغقان ئايالىنىڭ سۈتىنى يېگۈزگە تېمىتسا ۋە كۆز ئۈستىگە چاپسا بولىدۇ. ئەگەر ئاغرىق كۈچلۈك بولسا ئەپيۇندىن ئازراق قوشۇش لازىم. شىيافى ئەبيەز ئوبدان پايدا قىلىدۇ. ئىچىشكە هەببى بىنەپشە ببرىلىدۇ.

قاندىن بولغان بولسا، باشقا قوشۇمچە تۈزگىرىشلەر بولمىسا ئەھۋالغا قاراپ قان ئېلىش كېرەك ياكى قانىنى پەسەيتىش ۋە تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى هەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخى تەمرى هىندى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ ئىچكۈزۈش لازىم. سىرتتىن شىيافى ئەبيەزنى تۇخۇم ئېقى ياكى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىدە ئېزىپ كۆزگە تارتىش كېرەك.

شىيافى ئەبيەز

كەتىرا، سەمغى ئەرەبى هەر بىرى 8 گرام، نىشاستە 2.7 گرام، ئەپيۇن 0.25 گرام. دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سالايلا قىلىپ بىپەك ئەلگەكتىن تۈتكۈزۈپ 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 كاسىن تۈرۈقى، ئىسىبەغۇل، بېھى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ، تۇخۇم ئېقى ياكى ئايال سۈتى بىلەن قوشۇپ كۆزگە چېپىش لازىم. ئىت ئۈزۈمىنىڭ مېۋىسى، هۆل يۇمغاقسۈتلەرنى سوقۇپ كۆزگە تېڭىش كېرەك.

بەلغەمدىن بولغان بولسا تازىلاش ئۈچۈن ئىيارەجى پەيقەرا، هەببى قوقيا قاتارلىق دورىلارنى بېرىش، ئاندىن ئىششىق قايتۇرۇش ئۈچۈن سەبرە، هۈزۈز، ئاقاقيا، زەئفەرلەرنىڭ قايسى بىرسى بولسا گۈلاب بىلەن ئېزىپ پېشانىغا، كۆزگە تېڭىش كېرەك.

سەۋادىن بولغان بولسا مېڭىنى هۆللەشتۇرۇش ئۈچۈن سۈت، ئارپا سۈيى، توخۇ شورپىسى، پالەك قاتارلىق نەرسەلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش، قىزىق پارلىق مۇنچىدا يۇيۇنۇش بىلەن بىللە، گۈل يېغى، بېنەپشە يېغى بىلەن چېكە ۋە كۆز ئەتراپىنى ياغلاش، بېھى تۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى تۇخۇم ئېقى بىلەن كۆزگە تېڭىش لازىم هەمدە يۇقىرىقى چارىلەرنى قوللىنىش بىلەن بىللە تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار: كۆزنى ئۇۋۇلاش ۋە چىكىلىپ يۇتۇلۇشتىن ساقلىنىش، كېسەل كىشىنى قارانغۇراق جايدا ياتقۇزۇش، پاكىز كۆك رەختنى قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان مۇزدەك سۇغا چىلاپ سىقىپ كۆزگە، پېشانە ئەتراپىغا پات-پات قويۇپ بېرىش لازىم.

كۆز قىزىرىپ ئاغرىش

كۆز قىزىرىپ ئاغرىش (رەمەد) كۆز ئېقى يەنى كۆز ئەستەر پەردىسىنىڭ يالۇغىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئادەتتە خەلق ئارىسىدا كۆز قىزىرىش (ئاشۇبى چەشم) دەپمۇ ئاتىلىدۇ. تۆتەنياز، ياز ۋە كۆز پەسىللىرىدە كۆپرەك تۇچرايدىغان يۇقۇملۇق كۆز كېسەللىكىدۇر.

رەمەد چوڭ جەھەتتە ئىسسىق رەمەد ۋە سوغۇق رەمەد دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ. قەدىمكى ھەكىم، تۆلىمالىرىمىز تۇنى ئۇچ خىل، تۆت خىل ھەتتا سەككىز خىلغا ئايرىيدۇ. رەمەد ئادەتتە باشقا كۆز يالۇغلىرىغا ئوخشاشلا تۆت خىلىتىن بولىدۇ. رەمەد كېسىلى قەدىمدىن تارتىپ كۆپىنچە كۆزنىڭ ئىسسىقتىن بولغان قىزىرىپ ئاغرىشىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئەمەلىيەتتىمۇ قان خىلىتىدىن بولىدىغىنى كۆپ تۇچرايدۇ. ئىككىدىن ئارتۇق خىلىتىن بولىدىغان مۇرەككەپ رەمەدمۇ تۇچرايدۇ.

سەۋەبى

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

تاشقى ۋە ئىچكى سەۋەبلەردىن تۆت خىلتىنىڭ 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، بالىياتقۇدىن يۇقىرىغا ئۆزلەش ئارقىلىق كېلىدۇ.

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

چىقىدۇ. ئايرىم هاللاردا زۇكام (نەزله)، سۆزنەك قاتارلىق كېسەللەر تۆپەيلىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

يۇقىرىقىلار، كۆزده سوئى مىزاجلىق هالەت يۈز بەرگەنده كۆپ كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە كۆز ئازراق قىچىشىدۇ هەم كۆزگە غەيرىي نەرسە كىرىپ قالغاندەك بىلىنىدۇ. كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرلىشىشقا باشلىغاندا كۆز قىزىرىپ ئىششىيدۇ. كۆز قان قۇيغاندەك بولۇپ قالىدۇ. باش، گەجگە ۋە كۆز يۇمۇلغىچىكىلەپ، لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ. يورۇقلۇققا قارىيالمايدۇ، كۆزنى ئېچىش تەسكە توختايدۇ، تۆيقۇ قاچىدۇ. كۆز چاپاقلىشىش ئەتىگەن ئورنىدىن تۇرغاندا ئېغىرلىشىدۇ. بىر كۆز ساقايغاندىن كېيىن يەنە بىر كۆز ئاغرىيدۇ. بەزىده ئىككىلا كۆز تەڭ ئاغرىيدۇ. مەزكۇر كېسەلنىڭ يۇقۇشى ئادەتتە 2-1 كۈن ئىچىده باشلىنىپ، 4-3 كۈن ئىچىده يۇقىرى پەللىگە چىقىدۇ. ئاندىن كېيىن ئاستا-ئاستا يەڭگىللىشىپ 14—10 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 تۇم، سۇيدۇكى قىزغۇچ، ئېغىزى تاتلىق، ئاغرىقنىڭ بېشى ئېغىر، تۆزى هورۇن كېلىدۇ. بۇ خىل رەمەد ياشلىق دەۋرلەردە ۋە ئەتىياز پەسللەردە كۆپ تۇچرايدۇ.

رەمەد سەپرادىن بولسا كۆز قىزىرىش بىلەن بىرگە ئېچىشىپ، كۆپىشىپ، سانجىلىپ ئاغرىيدۇ. كۆپىنچە هاللاردا تۇتكۇر خاراكتېرلىك سۇيۇق ياش ئاقىدۇ. ئەمما، ئانچە بەك چاپاقلاشمايدۇ. جىيەكلەر چاپلىشىۋالمايدۇ. ئېغىزى ئاچچىق، سۇيدۇكى قىزىل بولىدۇ. بۇ خىل رەمەد ياشلىق دەۋرلىرىنىڭ ئاخىرىقى مەزگىللىرىده، ياز پەسلىده كۆپ تۇچرايدۇ.

رەمەد بەلغەمدىن بولسا كۆزدىكى قىزىللىق يەڭگىلەك بولىدۇ. ئەمما ياش كۆپ ئاقىدۇ؛ كۆز ئىششىپ قالىدۇ. چاپاق كۆپرەك بولۇپ، جىيەكلەر چاپلىشىۋالىدۇ. كۆزدىكى ئاغرىش ئانچە كۈچلۈك بولمايدۇ. ئاغرىقنىڭ ئېغىزى چۈچىمەل، سۇلۇق، سۇيدۇكى ئاق، تۆزى هورۇن بولىدۇ. بۇ خىل رەمەد ياشانغان دەۋرلەردە، قىش پەسلىده كۆپ تۇچرايدۇ.

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

چاپلىشۇالمايدۇ. كۆزنى يۇمۇش تەسكە توختايدۇ. بۇ خىل رەمەد ئوتتۇرا ياشلىق دەۋرلەردە، كۆز پەسلىدە كۆپرەك توچرايدۇ.

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

داۋاسى

رەمەد كۆپىنچە ھاللاردا تەبىئىي ھالدىكى ئىچ سۈرۈشلەر بىلەن ئۆزلۈكىدىن يوقلىپ 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 مۇنزىملار بىلەن پۈشۈرۈپ مۇسھىللار بىلەن تازىلاش، ئاندىن كېيىن كۆزنى داۋالاش كېرەك. يەنىگىلەشكىلرى 3-2 كۈندە ساقىيىپ كېتىدۇ، ماددىنى تازىلىمىسىمۇ بولىدۇ.

چاپاقنىڭ كۆپلۈكى ۋە سۈيۇقلۇقى كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى باسقۇچتا ئىكەنلىكى، چاپاقنىڭ كۆز جىيەكلىرىگە چاپلىشىۋېلىشى كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىششىقا باشلىغانلىقى، چاپاقنىڭ قويۇقلۇشىپ مىقدارى كۆرۈنەرلىك ئازايغانلىقى كېسەللىك ماددىسىنىڭ تولۇق پىشقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. كۆزىدىن ئاققان سۈيۇقلۇق چاپاققا ئايلانماي داۋاملىق ئاقسا ئاقۇنتى ياخشى ئەمەس. سوغۇق ياشنىڭ كۆپ ئېقىشى كېسەللىك ماددىسىنىڭ پىشىپ يېتىلمىگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. چاپاقلىق كۆزدىن ئەنسىرەش ھاجەتسىز.

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

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

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

نىك قايسى خىلدىكسى بولمسۇن ھەممسىگە ھەببى بىنەپشىنى ئىچكۈزۈشكە بولىدۇ.

ئىسسىقتىن (قان، سەپرا) بولغان رەمەدنى داۋالاشتا ئەگەر كېسەللىك دەسلەپكى باسقۇچتا بولسا قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى كۆزگە تېمىتىش، ببهى ئۇرۇقى، چىلان، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى شىرىسى ۋە نىيلۇفەر شەربىتى قاتارلىق سالقىنلاتقۇچى دورىلارنى ئىچكۈزۈپ كۆزنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش كېرەك. سەندەل، گۈل ئەرمىنى، روسۇت، ئىت تۇزۇمى، ئاقاقىيالارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ كۆك يۇمغاقسۈت سۈيىدە ئېزىپ كۆز ئەتراپىغا چاپلىسىمۇ 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 تۇنىنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ پېشانىگە سۈرسە كېسەللىك ماددىلارنىڭ كۆپ ئېقىشىنى چەكلەيدۇ. بەزىدە، كەچتە ئىتريېفىلى كەشنىز ئىچكۈزۈپ، ئەتىگەندە ببهى، چىلان، قۇرۇق يۇمغاقسۈت شىرىسى ۋە بىنەپشە شەربەتلىرىنى قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ. كېسەللىك ئەھۋالىغا ئاساسەن ھەلىلە، شاھتەررە، تەمىرى ھىندى مەتبۇخلىرىنى ئىچكۈزۈش لازىم. ئەگەر ئاغرىق بەكرەك بولسا، كۆزگە تېمىتىدىغان ئاياللار سۈتىگە ئازراق ئەپيۇن قوشسىمۇ بولىدۇ. ئەڭ ياخشىسى ھۆل ئوغرىتىكەننى يالغۇز ياكى ئارپا تۇنى بىلەن قوشۇپ چاپلىسا، ئاغرىق توختىشتا ناھايىتى ياخشى تەسىر كۆرسىتىدۇ.

قاندىن بولغانلارغا يۇقىرىقى چارىلەرمۇ تۇنۇم بەرمىسە، باش ساھەسىدىن قان ئېلىش لازىم. ئاغرىق قايسى كۆزدە كۆچلۈك بولسا، شۇ تەرەپتىن قان ئالسا تۇنۇمى ياخشىراق بولىدۇ. ئەگەر قان ئېلىش مۇۋاپىق كەلمىسە، پاقالچاقنى تىلىپ لوڭقا قويسىمۇ ياكى قۇلاق، بويۇنلارغا زۇلۇك قۇرۇتى قويسىمۇ بولىدۇ. تۇنكۈدىن كېيىن بىنەپشە شەربىتى 50 گرام، ئىت تۇزۇمى ئەرمىقى، سۆگەت چېچىكى ئەرمىقى ۋە نىيلۇفەر ئەرمىقى ھەر بىرى 60 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ.

سەپرادىن بولغانلارغا يۇقىرىقى مەتبۇخلارنى بېرىش بىلەن بىرگە كاسىن ئۇرۇقى، ئىسبەغۇل، ببهى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسىنى تۇخۇم ئېقى ياكى ئاياللار سۈتى بىلەن كۆزگە چېپىش، ئىت تۇزۇمى، ھۆل يۇمغاقسۈتلەرنى سوقۇپ تېڭىش كېرەك.

ئىسسىقتىن بولغان رەمەدنىڭ ئاخىرىقى مەزگىللىرىدە ھەببى سۈرۈخ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ. ماددىلارنىڭ قالدۇقلىرىنى تارقىتىش ئۈچۈن بابۇنىنى سۇ ۋە سىركىدە قاينىتىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن كۆزگە تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

ئىسسىقتىن بولغان رەمەدكە مەنپەئەت قىلىدىغان يەككە دورىلار: يۇمغاقسۇت، ئىست ئۇزۇمى، نىلۇفەر، كاسنى ياپرىقى، قىزىلگۈل، سۈگەت غازىكى، ئوغرىتىكەن، بىنەپشە، قىز تۇغقان ئاياللار سۈتى، ئارپا تۇنى، تۇخۇم ئېقى، زەمچە، رۇسۇت، كافۇر، سەندەل، خىنە غازىكى، ئەنزەرۇت، دادۇر تۇنى قاتارلىقلار بولۇپ، تۇلارنىڭ يەزىلرى ئىچىش، يەزىلىرى سىرتتىن چېپىش، تېمىتىش، پۇراشقا ئىشلىتىلىدۇ. تەييار دورىلار: مامىيشا ئوساريسى، ئىتريفىلى كەشنىز، ئىتريفىلى بادىيان، بۇرۇدى كافۇرى، بۇرۇدى قەرئى، ھەببى ھەلىلە، ھەببى سۈرۈخ، ھەببى رەمەد، زەرۇرى ئەبيەز، زەرۇرى چەشخام، زەرۇرى كافۇرى، شىيافى ئەبيەر، شىيافى شەب قاتارلىقلار بولۇپ، تۇلارنىڭ يەزىلرى ئىچىش، يەزىلىرىنى چېپىش، يۇيۇش، تېمىتىش، سېپىش، سۈرمە قىلىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ. بىمار ئامۇت، بېھى، ئالما قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىشقا بولىدۇ. ئەمما شاپتۇل، ئەنجۇر، ئۇزۇم، قوغۇن، تۇرۇك، خۇرما، ھەسەل قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلماسلىقى لازىم. چۈنكى، تۇلارنىڭ ھەممىسى ئىسسىق رەمەدكە زىيان قىلىدۇ.

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

بەلغەمدىن بولغان رەمەد كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن كېسەللىك مادداسىنى پۇشۇرۇش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن تۇستۇخۇدۇس، بادىرەنجبۇيا، ئىست ئۇزۇمى، بادىيان ھەر بىرى 9 گرام، رۇمبادىيان، قەنتەرىيۇن (دەقىق) ھەر بىرى 4 گرام، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ئۇزۇم 24 گرام، سېرىق ئەنجۇر 4 دانە ئېلىپ مەتبۇخ قىلىپ ھەسەل گۈلقەنىدىن 50 گرام قوشۇپ ئىستېمال قىلىندۇ. تۇنىكىدىن كېيىن تازىلاش ئۈچۈن ھەببى قوقيا، ھەببى ئىيارەج بېرىلىدۇ. ئىشىقنى قايتۇرۇش ئۈچۈن سەبرە، ھوزۇز، ئاقاقيا، زەئفەرلەرنىڭ قايسى بىرى بولسا گۈلاب بىلەن ئېزىپ پىشانە ۋە قاپاققا تېڭىلىدۇ. ئەگەر كېسەللىك مادداسى 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. گىربلكا بىلەن ئىسسىق تۇتكۈزۈش ۋە ئىسسىق مۇنچىغا چۈشۈشتەك تۇسۇللار قوللىنىلىدۇ. كېسەل سوزۇلۇپ كونارسا شىيافى ئەھمەرلەيىن، زەرۇرى ئەسفەر ۋە زەرۇرى ئەنبەرلەر ئىشلىتىلىدۇ. كۆزنىڭ قىزىللىقى يوقمىسا ۋە ياش ئېقىش توختىمىسا يۇيۇلغان توتىيا، نىشاستە ۋە تۇپىلاردىن باشقىسىنى ئىشلەتمەسلىك، سوۋۇتقۇچى ۋە مەس قىلغۇچى دورىلاردىن قاتتىق ئېھتىيات قىلىش

كېره‌ك. تامىقى ئۇچۇن چۇجە گۆشى ياكى قورۇلغان گۆشلەرنى ئىستېمال قىلىش، سوغۇق ۋە بەلغەم ماددىسىنى كۆچەيتكۈچى 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 تۇرۇقى شىرىسىنى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېڭىش ئارقىلىق مېڭگە ھۆللۈك يەتكۈزگەندىن كېيىن بېھى تۇرۇقى، سەرپىستان، گاۋزەبان ۋە نىلۇپەرلەرنى قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، تۆكا بادام مېغىزى شىرىسى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت شىرىسى ۋە بىنەپشە شەربەتلىرىنى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى بىنەپشە شەربىتى، نىلۇپەر شەربىتى ۋە خەشخاش شەربىتى بىرلىدۇ، قان ئېلىنمايدۇ ۋە مەس قىلغۇچى دورىلار ئىشلىتىلمەيدۇ. ئەگەر، كۆزدە بىئاراملىق كۆچلۈك بولسا ئىسسىق تەبىيەتلىك دورا ۋە تاماقلىرىدىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ.

كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاشتا سانا، قۇرۇق ئۆزۈم قاتارلىقلارنى قاينىتىپ تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن ئەفتمۇن سۈرگىسى، ھەبىي لاجۋەرد قاتارلىقلار ئىچكۈزۈلىدۇ. ئونكىدىن كېيىن شىيافى مامىشا بىرلىدۇ. ئاياللار سۈتى، تاتلىق بادام شىرىسى قاتارلىقلار كۆزگە تېمىتىلىدۇ. كېسەللىك دەسلەپكى باسقۇچىدا شىيافى ئەبەيز ئىچكۈزۈلىدۇ. يۇقىرى باسقۇچقا چىققاندا شىيافى دىنارجۇنى سۈركەپ بېرىلىدۇ.

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

سوغۇقتىن يەنى بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان رەمەدكە مۇرمەككى، زەئفەر، كۈندۇر، سۈنبۈل، سەبرە، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۆڭگۈزى، يېشىل توتىيا، زەمچە، پارپا، قەلەمپۇر، قارىمۇچ، زەرچۈبە، بادىيان سۈيى، ئىت ئۆزۈمى قاتارلىقلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ. تەبىيار دورىلاردىن شىيافى ئەھمەرلەيىن، شىيافى شادىنەج ئەكبەر، شىيافى ۋەرد قاتارلىقلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ. شىيافى ۋەردنى ئۆنۈمى ئەلگ ياخشى.

يەلدىن بولغان رەمەدنى داۋالاشتا بادىيان، ئەفتمۇن تۇرۇقلىرىنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ ھەسەل گۈلقەنتى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ. بابۇنە، ئابدۇملىك، مەرزەنجۇش، قەنتەرىۇنىنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ قاينىتىپ كۆزگە تېمىتىلىدۇ. مۇنچىغا چۈشۈش تەۋسىيە قىلىنىدۇ. بۇغداي، قىزىل قوناق، كۈنجۈت، چىگىت، ئۇقۇت كېپەكى ۋە ئۆز قاتارلىقلار بىلەن كۆزگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ. بۇلار تېپىلمىسا لۆڭگە ياكى گىرىلكا بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزسىمۇ بولىدۇ. كۆزدىكى قىزىللىق يوقالمىسا كەندىر

يوپۇرمسقسدىن 5 گرام، مامرانچندىن 10 گرام، ئاچچىق بادام مېغزىدىن 7 دانە ئېلىپ يانجىپ ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېڭىش ياكى باش ئارقىغا ئوت لوڭقىسى قۇيۇش 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 شىرنىسى، بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئىچكۈزۈش كېرەك. خەقەقان، بەۋاسىر كېسەللىكلىرى، چىش ۋە قۇلاق ئاغرىش، كۆز ئاجىزلىشىش قاتارلىقلار بىللە كۆرۈلسە ئالدى بىلەن قىزىتما يانداۋۇرۇش، ئاغرىق توختىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن كاھو شىرنىسى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت شىرنىسى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام، ناۋاتتىن 15 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاندىن كېيىن سەپرا مۇنىزىجىغا ھەمشە باھار 4 گرام، قۇرۇق يۇمغاقسۈت 6 گرام، سوقۇلغان تۇخمى خىياردىن 6 گرام ۋە مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈلسۈرۈخ، شاھتەررە، كاسنى تۇرۇقى ۋە گۈلقەنتەلرنى قوشۇپ قاينىتىپ، ئاق ناۋات سېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ. كېسەل ماددىسىنى پۈشۈرۈپ بولغاندىن كېيىن قۇلۇس مېغزى 54 گرام، گۈلقەنت 36 گرام، بادام يېغى 4 گرام ئېلىپ مۇسھىل دورا قىلىپ ئىچكۈزۈپ ماددا تازىلىنىدۇ. ھەبىي ئىياراج بىلەن مېڭىنى تازىلىمسىمۇ بولىدۇ.

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

مۇرەككەپ رەمەدنى داۋالاشتا قايسى خىلت كۈچلۈكرەك بولسا ئالدى بىلەن شۇ خىلىنى پۈشۈرۈپ، تازىلاپ ئاندىن كېيىن باشقىلارنى بىر تەرەپ قىلىشقا تۇتۇش كېرەك.

كۆز قۇتۇرى

كۆز قۇتۇرى (جەرە بولئەينى) بىر خىل سوزۇلما ۋە يۇقۇملۇق خاراكتېرلىك كېسەل بولۇپ بۇنىڭدا ئەستەر پەردىلەرگە قىچىشدىغان تۈششاق قاپارتقۇلار پەيدا بولىدۇ. كېيىن تۈ ئاستا-ئاستا كۆزنىڭ كۆرۈش قابىلىيىتى ھەمدە كۆز ۋە قاپاقنىڭ سىرتقى شەكلىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ.

سەۋەبى

قانغا ئارىلاشقان بەلغەمى شور ۋە كۆپۈكلۈك خۇسۇسىيەتكە ئىگە ماددىنىڭ ئوقۇنەتلىنىپ كۆزگە تەسىر قىلغانلىقى، ئىسسىقتن بولغان كۆز يالۇغى ۋە چاڭ-توزانلار كۆزگە كىرىپ پەيدا قىلغان يالۇغلارنىڭ تۈزۈن مۇددەت ساقايماسلىقى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە تۈزۈن مۇددەت تۈتۈنلۈك جايلاردا تۇرۇش بىلەن بىرگە پاسكىنا قول بىلەن كۆزنى دائىم تۈۋۈلاش قاتارلىقلارمۇ كۆز قۇتۇرىنىڭ پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولىدۇ. ئادەتتە، كۆپىنچە ھاللاردا قول، لۆڭگە، ياستۇق قاتارلىق نەرسىلەرنى ئورتاق ئىشلىتىش ئارقىلىق يۇقۇدۇ.

ئالامىتى

كۆپىنچە ئىككىلا كۆزدە پەيدا بولىدۇ. دەسلەپكى مەزگىلدە تۈزىگە 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 ئىششىيىدۇ. ئاغرىق كىشى كۆزىنىڭ يېقىمسىزلىنىدىغانلىقى، بەكرەك قىچىشىدىغانلىقى، كۆزى چاپاقلىشىپ ئوڭايلىقچە ئېچىلمايدىغانلىقىدىن زارلىنىدۇ. ئۇيقۇدىن ئۇيغانغاندا كۆز چاپاقلىشىپ، كۆزگە قۇم تېقىلغاندەك بىلىنىدۇ. قاپاق ئىچىدىكى قاپارتىچۇقلار كۆپىيىپ كۆز داۋاملىق ياشاڭغۇرايدىغان، قادىلىپ

ئاغرىيدىغان، يورۇققا قارىيالمايدىغان بولۇپ قالىدۇ. قاپاق ئىچى تاتۇقلىشىپ ئىچىگە تارتىلىش بىلەن كىرپىك ئىچىگە قاراپ تۇرۇپ كۆز يۇمۇلقىنى غدىقلايدۇ. ھەتتا تەدرىجىي ھالدا مۆڭگۈز پەردىنى ئىخرە لەشتۇرۇپ، 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 ئازراق قىچىشىش ۋە ئېچىشىش بىلەن بىرگە قاپاق ئىچكى يۈزىگە تۆشۈشاق 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 تۇرۇپ قارىسا زەخىملەنگەن جاي خۇددى ئەنجۇر 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 تۇرۇپ تۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا شىيافى ئەھمەر سۈركەش ياكى مۇزنى يۇمشاق يانچۇپ تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ زەخىملەنگەن جايغا سۈركەش لازىم.

كۆز قوتۇرىنىڭ بۇ خىلى ئەگەر ماددىلار ياكى تاشقى سەۋەبلەر (ئوقۇنەتلەر) نىڭ تەسىرىگە تۇچرىمىسا 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 تومۇر ئەسۋابلار بىلەن قىرىشنى، بەزىلەر ئەنجۇر ياغىچى ياكى ئەنجۇر يوپۇرمىقى بىلەن قىرىشنى كۆرسىتىدۇ. كۆپۈكى دەريا

بله‌ن قىرىشنىڭ ئۇنۇمى ياخشى .

ئۇچىنچى خىلنىڭ داۋاسى ئىككىنچى خىلنىڭ داۋاسى بله‌ن ئاساسه‌ن ئوخشىشىپ كېتىدۇ. قان ئېلىش، مه‌تبۇخ بېرىش بىله‌ن بىرگه قاپاق ئىچكى ته‌رىپىنى كۆرسىتىلگه‌ن ئۈسۈللار بىله‌ن قىرىش كېره‌ك. كۆپۈكى ده‌ريا ياكى ناۋات بله‌ن قىرسىمۇ بولىدۇ. تۇخۇم سېرىقىنى گۈل يېغى بله‌ن ئارىلاشتۇرۇپ قاپاق ئوستىگه قويۇش لازىم.

تۆتىنچى خىلنى داۋاشتا: قان ئالغان ۋه ھىجامه‌ت قويغاندىن كېيىن ئىياره‌جى فه‌يقه‌را بېرىش ۋه قاپاق ئىچكى ته‌رىپىنى يۇقىرىقى ئۈسۈللار بله‌ن قىرىش لازىم. مۇنچىغا كىرىپ يۇيۇنۇپ ته‌رلىگه‌ندىن كېيىن تۆۋه‌ندىكى دورىلارنى قائىده بويىچه بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈش كېره‌ك. سه‌بره ، جاۋاشىر، ئه‌نزه‌رۇت، ھاشا، زه‌ئفه‌ر، روسۇت، ئاچچىق يېسىمۇق هه‌ر بىرى 3 گرامدىن، كۆندۈش 15 گرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئه‌لگه‌كتىن ئۆتكۈزگه‌ندىن كېيىن، ئه‌ينه‌ك قۇتىغا قاچىلاپ ئېغزى ھىم ئېتىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ. مه‌زكۇر تالقاندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈلىدۇ.

كۆز ئىچىدىكى يامان سۇيۇقلۇقلارنى تازىلاپ چىقىرىش مه‌قسىتىده ياش ئاققۇزغۇچى سۈرمىله‌رنى كۆزگه تارتىش كېره‌ك. كونىراپ كه‌تكه‌نلىرىگه ده‌ستكارلىق (ئوپېراتسىيه) چارىسى قوللىنىلىدۇ.

ئالدىنى ئېلىش ۋه دىققه‌ت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار: كۆز قوتۇرى (تراخۇما) ئۆزاققا سوزۇلىدىغان، ئاغرىقلارنى خېلى قاتتىق ئازابلايدىغان كۆز كېسىلى بولغاچقا ئۇنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا ئالاھىده دىققه‌ت قىلىش لازىم.

مه‌زكۇر كېسه‌للىك كۆز قوتۇرى بله‌ن كېسه‌لله‌نگه‌ن كىشىله‌ر بله‌ن لۆڭگىنى ئورتاق ئىشلىتىش، بىر داستا يۇز يۇيۇش، مۇنچا-سه‌رراپلارنىڭ لۆڭگىلىرىدىن ئورتاق پايدىلىنىش قاتارلىق سه‌ۋه‌بله‌ردىن ئۆزئارا يۇقۇپ په‌يدا بولىدۇ. خۇسۇسه‌ن، بۇ جه‌ھه‌تته ساتراشخانىلارنىڭ ۋاستىچىلىك رولى چوڭ. شۇڭا، مۇھىت تازىلىقى ۋه شه‌خسىي تازىلىققا ئېتىبار بېرىش، ھه‌ركىم ئۆز لۆڭگىسىنى ئىشلىتىش، ئامال بار يۇز ۋه قوللارنى چۆگۈن، ئىۋرى قاتارلىق تازىلىق سايمانلىرىدىن سۇ ئېقىتىپ يۇيۇش (داستا يۇيغاندا ئۆزىگه خاس داس بولۇش) نى ئه‌مه‌لگه ئاشۇرۇش، ئاغرىقلار يۇيۇنۇش سايمانلىرىنى ساغلام كىشىله‌ردىن ئايرىپ ئۆتۈش ھه‌مده قاينىتىپ دېزىنفېكسىيه قىلىش كېره‌ك. ئاممىۋى تازىلىق مۇلازىمه‌ت ئورۇنلىرى يۇيۇنۇش سايمانلىرىنى دېزىنفېكسىيه قىلغاندىن كېيىن ئىشلىتىشكه قاتتىق ئه‌مه‌ل قىلىش كېره‌ك. بۇ خىل تازىلىق ساۋاتلىرىنى ته‌شۋىق قىلىش ۋه ئۆنى ئه‌مه‌لىيله‌شتۇرۇش كۆز قوتۇرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا مۇھىم ئه‌ھمىيه‌تكه ئىگه.

كۆز ئېقىغا رەڭدار چېكىت پەيدا بولۇش

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

سەۋەبى

كۆز سىرتقى جەھەتتىن زەخمىلىنىش، كۆچەپ قەيىي قىلىش، يۆتىلىش، ۋارقىراش ۋە ئايرىم كىشىلەردە بەزى ئىچكى سەۋەبلەر (يەنى قان بېسىمى مەددىن زىيادە يۇقىرى ئۆرلەش قاتارلىقلار) تۈپەيلىدىن كۆز تومۇرلىرى چىڭقىلىپ بەزى تۇشۇشاق تومۇرلارنىڭ يېرىلىپ كۆز ئېقىدا تەدرىجىي هالدا مەلۇم 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 ئالاهىدە ۋەرەملىنىش بەلگىلىرى كۆرۈلمەيدۇ. كۆرۈش خىزمىتىگە تەسىر يېتىش، ياش ۋە چاپاق چىقىشتەك ئەهۋاللىرى بولمايدۇ.

داۋاسى

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

3. كۆندۈرنى كۆيدۈرۈپ توتونىگە كۆزنى تۇتۇش كېرەك.
4. شىيافى ئەھمەرنى كۆز ئىچىگە سۈرتۈش لازىم.
5. بېھى تۇرۇقى، ئىسپەغوللارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ قىز توغقان 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 يېلىمى، كەتىرا، مۇرمەككىي ھەر بىرى 5.4 گرام، بىخ مارجان، كەھرىبا، تېشىلمىگەن مەرۋايىد، سازەج ھىندى ھەر بىرى 9.4 گرام، خۇنسياۋشان، زەئفەر ھەر بىرى 2.7 گرام.

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

ئەھۋالغا قاراپ قاياقسۇ 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 (توۋسەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە) كۆزنىڭ ئىچكى بۇرجىكىگە يېقىن جايلىرىدىكى ئەستەر پەردىگە چوڭلۇقى تېرناقتەك يۇمشاق قىزىل ياكى قارامتۇل تۇسمە 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 تۇسىدۇ.

ئالامتى

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 خىلىتتىن 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 يىلىمى 27 گرام، زەنگار 5.4 گرام، كۆيدۈرۈلگەن قىلقاتار 5.4 گرام.

دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سالايە قىلىپ يېپەك ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ، ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ شىياف ياسىلىدۇ.

ئەھۋالغا قاراپ ئوخۇم ئېقى ياكى قايناقسۇ بىلەن ئېرىتىپ ئوسكەن گۈش ئوستىگە چېپىپ تېڭىپ قويۇلىدۇ. ئەگەر بۇ دورا بىلەن ياخشىلانمىسا كۆزگە قانىتىچە گۈش ئوسۇپ قېلىشنى داۋالىغاندەك دەستىكارلىق ئۇسۇل بىلەن داۋالاش لازىم.

كۆز ئېقىغا مۇدۇر پەيدا بولۇش

كۆز ئېقىغا مۇدۇر پەيدا بولۇش (ۋەدەقە) كۆز ئەستەر پەردىسىگە ئوخشىمىغان چوڭلۇققا ئوششاق، قاتتىق مۇدۇرلەر پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئاساسلىقى خىلتلارنىڭ قايسى بىرى نورمالسىزلىققا قاراپ تۈزگىرىپ 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 تۈششاق مۇدۇرلەرنىڭ بارلىقىنى ئوچۇق كۆرگىلى بولىدۇ. كۆزدە يات بىر نەرسە بارەدەك كۆز قادىلىپ ئاغرىيدۇ ھەتتا كۆزنى ئاچالماي قالىدۇ. تۈنۈكۈدىن باشقا ھەر بىر خىلتنىڭ تۈزىگە 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 قاياقسۇ بىلەن ھۆل قىلىپ كۆزگە يېپىپ قويۇش كېرەك. شىيافى ئەبيەزنى ئاياللارنىڭ سۈتى بىلەن ئېرىتىپ چېپىش كېرەك.

ئەگەر بەلغەمدىن بولغان بولسا ئىيارەجى فەيقەرا بېرىش، سەۋادىن بولغان بولسا مەتبۇخى ئەفتمۇن بېرىش لازىم.

كۆز قارىسى كېسەللىكلىرى

كۆز قارىسى قاتتىق پەردىنىڭ ئالدىنكى 1/6 قىسمى بولغان مۆككۈز پەردە ۋە بالا ھەمراھسمان پەردە (يەنى قانتومۇرلۇق پەردە) نىڭ ئالدىنقى قىسمى بولغان ئۆزۈمسمان پەردە (يەنى رەڭدار پەردە) دىن ئۆزۈلگەن بولۇپ، ئادەتتە ئۇ قارا كۆرۈنگەچكە كۆز قارىسى دەپ ئاتىلىدۇ. مۆككۈز پەردىدە گەرچە قان تومۇرلار بولمىسىمۇ، لېكىن ئەسەب (نېرۋا) لەرگە باي بولغاچقا بىر قەدەر سەزگۈررەك كېلىدۇ. ئۇنىڭدىكى كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرى كۆپىنچە ھاللاردا ئۆزۈمسمان پەردىگە تەسىر كۆرسىتىدۇ. كۆزنىڭ قارىسى كۆرۈش خىزمىتىگە ۋاستىلىق قاتناشقاچقا ئۇنىڭدا كۆرۈلگەن غەيرىي تەبىئي 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 زىيان يەتكۈزىدۇ.

كۆز قارىسىدا يۈز بەرگەن كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا، ئىچكى ۋە تاشقى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق قوللىنىش، ئومۇمىي بەدەننى داۋالاش بىلەن بىرلىكتە ئورۇننى داۋالاشنى ماسلاشتۇرۇپ ئېلىپ بېرىش كېرەك. ئالدى بىلەن كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ئامىللارنى توسۇش 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، ئوپېراتسىيەدىن بۇرۇن چوقۇم بەدەننى تەنتىيە قىلىش، ئوپېراتسىيەدىن كېيىن مەلۇم مەزگىل كۆزنى ئۇبدان 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 مۇڭگۈز پەردىسگە بۇلۇت ۋە تۆتۈنگە ئوخشايدىغان پەردە چۈشۈپ، كۆزنىڭ نورمال كۆرۈشىگە قىسمەن ياكى پۈتۈن تەسىر قىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

تۆتۈن، چاڭ-توزان، تۆتكۈر ئىسسىق ياكى سوغۇق ھاۋا، كۆپ يىغلاش، تۆشۈشاق نەرسە ۋە خەتلەرگە كۆپ قاراش، كۆچلۈك يورۇقلۇق مەنبەلىرىگە تىكىلىپ كۆپ قاراش قاتارلىق كۆزگە زىيان قىلغۇچى ئامىللار تەسىرىدىن ھۆللۈك ياكى قۇرۇقلۇق تۈز ئېتىدالىدىن چىقىپ تەدرىجىي ھالدا كۆزگە بۇلۇت ۋە تۆتۈنگە ئوخشاش پەردە چۈشىدۇ. بۇ كۆپىنچە ياشانغان كىشىلەردە كۆپرەك تۇچرايدۇ.

ئالامىتى

كۆز تومۇرلىرى چىڭقىلىپ بىر ئاز كۆپۈشۈپ قىزىرىپ قالىدۇ. باش لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ. مۇڭگۈز پەردە ئوستىگە بۇلۇت ياكى تۆتۈنگە ئوخشاش دۇغ 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 ئىپارەجى فەيقەرا بېرىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە باش تەرەپنى تەرلىتىش، قورساق ئاچ ۋاقتىدا مۇنچىغا چۈشۈش، بەزى غەلىتىز، تەستە سىڭىدىغان تاماقلاردىن پەرھىز قىلىپ،

يەڭگىل ۋە ئاسان سىڭدۈغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. سىرتقى تەرەپتىن كۆزگە تونۇيا، كۆھلى باسلىقۇن، كۆھلى رۇشنائى سەغىر قاتارلىق دورىلارنى تارتىش كېرەك. ئەگەر مەزكۇر كېسەل كونا ھەم ئېغىرراق بولسا، مەخسۇس دەستكارلىق (ئوپېراتسىيە) ئوسۇلى بىلەن داۋالاش كېرەك.

كۆزگە ئاق چۈشۈش

كۆزگە ئاق چۈشۈش (سەفىدى چەشم، بەيازۇلىشەيىنى) كۆزنىڭ مۇڭگۈز پەردىسىگە بىر خىل ئاق پەردە چۈشكەنلىگە قارىتىلغان بولۇپ، نېپىزراق بولغىنى غەمام دەپ ئاتىلىدۇ. قېلىنراق بولغىنى بەيازۇلىشەيىنى 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 يالۇغلىرى، مۇڭگۈز پەردىسىنىڭ يىرىكلىق جاراھىتى قاتارلىقلارنى ۋاقتىدا داۋالىماسلىق ياكى داۋالاشتىكى خاتالىقلار تۈپەيلىدىن كۆزنى تۈزۈنغىچە ئاچالماي يۇمۇپ يۈرۈش نەتىجىسىدە قويۇق بۇزۇق ماددا مۇڭگۈز پەردىدە توختاپ قېلىپ پەيدا بولىدۇ. يەنە، كونارغان باش ئاغرىقى، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش (شەقىيقە)، ئېغىر دەرىجىدىكى يېقىندىن كۆرۈش كېسىلى ۋە زىيابىت كېسىلى سەۋەبىدىنمۇ مەزكۇر پەردىگە بۇزۇق ماددا تۈكۈلۈپ ئاق پەيدا بولىدۇ. يەنە بەزى ئومۇمىي بەدەن كېسەللىكلىرى، تېرە كېسەللىكلىرى ۋە كەسپىي سەۋەبلەر (ئەينەكچىلىك) تۈپەيلىدىنمۇ مۇڭگۈز پەردىگە بۇزۇق ماددا تەسىر قىلىپ كۆزگە ئاق چۈشۈش كېلىپ چىقىدۇ. تۇغما پەيدا بولغانلىرى ئاساسەن سۈزنەك كېسىلى بار ئانىدىن تۇغۇلغان بالىلارنىڭ كۆزىگە ۋاقتىدا داۋا قىلماسلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزىدە بەك ياشانغانلىقتىنمۇ كۆزگە تەدرىجىي ھالدا ئاق چۈشۈپ قالىدۇ.

ئالامتى

مەزكۇر كېسەلنىڭ ئىككىلەمچى پەيدا بولغانلىرى كۆپ تۇچرايدۇ. كۆپىنچە ئىككىلا كۆزگە ئاق چۈشىدۇ. پەقەت ئاقىنىڭ ئىلگىرى-كېيىن چۈشۈش مەسىلىسىدىنلا ئىبارەت. ئاق پەقەت بىرلا كۆزدە تۇزۇن مۇددەتكىچە بولسا كەلتۇرۇپ چىقارغۇچى سەۋەبنىڭ تېخى مەۋجۇتلۇقىنى پەرەز قىلىش كېرەك. دەسلەپتە كۆز قارىسىدا بولۇپمۇ كۆز قارىچۇقىدا ئاق چېكىت پەيدا بولىدۇ. ئاق روشەن مەلۇم بولىدۇ. ئاقىنىڭ بەزىلىرى نېپىز، سۈزۈك، خۇددى ئاق بۇلۇتتەك بولىدۇ. بەزىلىرى قېلىن، توق ئاق رەڭدە بولۇپ مۆكۈز 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 سۈزۈك، نېپىز بولسا، مۇڭاپىق چارە-ئۇسۇل ۋە دورىلار بىلەن ساقىيىپ كېتىدۇ. بۇنىڭدا تۆۋەندىكى دورىلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ:

1. مەرۋايىت، سەدەپلەرنى قائىدە بويىچە كۆيدۈرۈپ كۆلىنى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن قوشۇپ ئاق چۈشكەن كۆزگە قايتا-قايتا سۈرمە قىلىپ تارتسا بولىدۇ.

2. يېڭى لالە گۈلىنىڭ سقىلىغان سۈيىدىن 10 مىللىلىترگە 0.1 گرام تۇشۇدۇر قوشۇپ كۆزگە تارتىش كېرەك.

3. تۇتىيانى كۆزگە تارتسىمۇ بولىدۇ.

4. توشقانىنىڭ ئوغۇز سۈتىگە 0.1 گرام ئىپار قوشۇپ كۆزگە تارتسىمۇ كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتىدۇ.

ئەگەر، كۆزدىكى ئاق قېلىن ھەم كونارغان بولسا مۇڭاپىق تېپىلغاندا ئالدى بىلەن بەلگىلىك تومۇرلاردىن قان ئېلىش ياكى قايسى خىلىتقا مەنسۇپ بولسا مۇناسىپ ھالدىكى شۇ خىلتىنى يوشۇرغۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلارنى بېرىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەبىي ئىبارەج، ھەبىي قوقىيا، ئىتريفېلى كەشىنز قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ. سىرتتىن شىيافى

زانكار، شيافى ئەخزەر، شيافى ئەجىب قاتارلىق دورىلارنى كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىش لازىم. ئەگەر يۇقىرىدىكى دورىلارنى مەلۇم ۋاقىت ئىشلەتكەندىن كېيىنمۇ ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە، ئاق پىشىقان دەۋرىدە مەخسۇس دەستكارلىق (ئوپېراتسىيە) تۈسۈلى 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.

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

كۆز يىرىڭلىق جاراھىتى

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

سەۋەبى

بۇ ئاساسەن 4 خىلىتنىڭ بىرەرسىدە نورمالسىز تۈزگىرىشلەر پەيدا بولۇپ، تۈتكۈر كۆيدۈرگۈچى ۋە زىددىيەتگۈچى بۇزۇلغان ماددىلارنىڭ كۆز قەۋەتلىرىدە توختاپ كۆز تەبەقەلىرىنى زىدە قىلغانلىقى ۋە پۈتۈنلۈكىنى بۇزغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ھەرقايسى پەردىلەردە بولغان يىرىڭلىق جاراھەتنىڭ تۈزىگە خاس ئايرىم بەلگىلىرى

بولىدۇ. ئەگەر يىرىكلىق جاراھەت كۆزنىكى ئەستەر پەردىسىدە بولسا، كۆز ئېقىدا تۇششاق چېكىستىكى قىزىل داغلار كۆرۈلىدۇ. ئەگەر مۈڭگۈز پەردىدە بولسا، كۆز قارىچۇقىغا تۇششاق ئاق چېكىتلەر پەيدا بولىدۇ. ئەگەر ئۇزۇمسىمان پەردىدە بولسا، كۆز قارىچۇقى تۇدۇلىغا تۇششاق قىزىل چېكىت ۋە يىپچىلار پەيدا بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قايسى خىلتىنكى تۇزگىرىشىدىن بولغانلىقىنى ئېنىقلاپ شۇ خىلتىنكى كېسەل پەيدا قىلغۇچى ماددىسىنى مۇناسىپ مۇنزىجلار بىلەن پىشۇرغاندىن كېيىن تۇنى بەدەندىن تازىلاپ، مىزاجنى تەڭشەش كېرەك. بۇنىكى 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 خىلىتقا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ.

دەسلەپكى باسقۇچلىرىدا ھۆلبە (شۇمشە) تۇرۇقى، زىغىر تۇرۇقىنىكى شىرىسى (لۇئابى) نى چىقىرىپ سىرتتىن كۆزگە تاڭسا بولىدۇ. يىرىكلىق جاراھەت ئېغىز ئالغاندىن كېيىن شىيافى ئەبىيەز، زەرۇرى ئەنزەرۇت قاتارلىق جاراھەت پۈتتۈرگۈچى دورىلارنى تۇخۇم ئېقى ياكى قىز تۇغقان ئايالنىكى سۈتى بىلەن ئېزىپ كۆزگە چېپىش كېرەك.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار

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

كۆز قارىسىنىكى قۇرغاقلىششى

كۆز قارىسىنىكى قۇرغاقلىششى (خۇشۇنەتى قەرنىيە) ئاساسەن كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىكى قۇرغاقلىششى ۋە يىرىكلىششىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئۆتكۈر خاراكتېرلىك خىلىتلارنىڭ مۇڭگۈز پەردىگە تەسىر قىلىشى، بەلغىمى شور ماددىسىنىڭ مۇڭگۈز پەردىگە تۇكۇلۇشى، ھەددىدىن زىيادە ئىستېمال قىلىنغان ئۆتكۈر ئىسسىق دورىلارنىڭ مۇڭگۈز پەردىگە تەسىر قىلىشى توپەيلىدىن كۆزنىڭ قۇرغاقلىششى كېلىپ چىقىدۇ.

گەرچە مۇڭگۈز پەردىنىڭ قۇرغاقلىقىغا قارشى تۇرۇش ئىقتىدارى يۇقىرى بولسىمۇ ھەمدە كۆز قاپاقلىرى ئۆزلۈكسىز يۇمۇلۇپ ئېچىلىپ كۆزنى نەمدەپ تۇرسىمۇ، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن زىيادە سەۋەبلەر تەسىرىدىن مۇڭگۈز پەردىنىڭ قۇرغاقلىقىغا قارشى تۇرۇش ئىقتىدارى تۆۋەنلەپ كۆزنىڭ قۇرغاقلىششى ھەتتا يىرىكلىششىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

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

داۋاسى

داۋانى ئالدى بىلەن يېمەكلىكلەر ئارقىلىق داۋالاشتىن باشلاش كېرەك. يېمەكلىكلەردىن ھۆللۈك خاراكتېرىدىكى غىزالارنى، مەسىلەن: شورپا، قويۇق ۆە تۆچكە پاقالچەكلىرى، توخۇنىڭ سىكىرى، ياش تۆچكىنىڭ سۈتى قاتارلىقلار سېلىنغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم.

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

سۈتى، ئسىبەغۇل شىرىسى (لۇئابى) قاتارلىقلار بىلەن بىرلىكتە كۆزگە تېمتىش كېرەك. يۇمغاقسۈت سۈيىنى ئسىبەغۇل شىرسى بىلەن بىللە كۆزگە تېمتىسمۇ بولىدۇ. ئارپىدىن ئازراق ئېلىپ تۈچكە سۈتى بىلەن ئېزىپ كۆزگە چاپسىمۇ بولىدۇ. قىز تۇغقان ئايالىنىڭ سۈتىنى كۈندە كۆپ قېتىم كۆزگە تېمتىسمۇ 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، نىلۇفەر قاتارلىقلارنىڭ بىرىدىن 10 گرام، سەرپىستان 6 دانە، چىلان 20 دانە، قۇلۇس مېغىزى، تەرەنجىبىنلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 60 گرام ئېلىپ قاينىتىپ تۈكا گۈلقەنتىن 36 گرام، بادام يېغىدىن 7 گرام قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئەڭ ياخشىسى ماتۇلجىبىن ئىچسە كۆپ مەنپەئەت قىلىدۇ. بېھى لۇئابنى كەتىرا قوشۇپ ئازراق مىقدارىدىكى بىنەپشە يېغى بىلەن كۆزگە تارتسىمۇ بولىدۇ. كەپتەر باچكىسىنىڭ قانىتىنى يۇلۇپ قانات تۈچىدىكى قانىنى كۆزگە تېمتىشنىڭ پايدىسى كۆپ.

كۆز قارىسىنىڭ يېرىلىشى

كۆز قارىسىنىڭ يېرىلىشى (شىقاقى قەرنىيە) ئاساسەن كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ يېرىلغانلىقىغا، ئېغىر بولغاندا يىرتىلىپ ئۈزۈمسىمان بەردىنىڭ ئازراق كۆتۈرۈلۈپ سىرتىغا چىقىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

كۆزنىڭ يېرىكلىق جاراھىتى، مۈڭگۈز پەردىگە مۇدۇر چىقىش قاتارلىق كۆز كېسەللىكلىرى ياخشى ساقايماسلىق، تۈزلۈق نەرسىلەرنى ھەددىدىن ئارتۇق ئىستېمال قىلغانلىقتىن مۈڭگۈز پەردە بەك قۇرغاقلىشىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن مۈڭگۈز پەردە يېرىلىدۇ. خىلىتسىز ماددىلارنىڭ كۆزگە كۆرسەتكەن يامان تەسىرىنى دەپ قىلغان مەزگىللەردە كېسەل كىشى قاتتىق چۇشكۈرۈش، كۆچلۈك ۋارقىراش ۋە يۆتىلىش، ھەمدە تۇرۇلۇش، سوقۇلۇش قاتارلىق سىرتقى زەخمىلەر تۈپەيلىدىن مۈڭگۈز

پەردىسىنىڭ يېرىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

مۇڭگۈز پەردىنىڭ يېرتىلىشى تۆۋەندىكىدەك بىر قانچە خىل دەرىجىدە بولىدۇ:
1. مۇڭگۈز پەردىنىڭ كۆرۈنۈپ تۇرغان سىرتقى يۈزى يېرتىلىدۇ. ئەمما، مۇڭگۈز پەردىنىڭ ئىچكى يۈزى ۋە تۈزۈمىسمان پەردە سالامەت بولىدۇ. 2. مۇڭگۈز پەردىنىڭ سىرتقى يۈزى سالامەت بولۇپ، ئىچكى يۈزى ئاكىلە سەۋەبىدىن يېرتىلغان ياكى ئىششىغان بولىدۇ. 3. مۇڭگۈز پەردە سەل ئېغىرراق دەرىجىدە يېرتىلغان بولۇپ، ئۈزۈمسىمان پەردە يىرتىلغان جايدىن ئوخشىمىغان دەرىجىدە كۆتۈرۈلۈپ چىقىدۇ. ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ كۆتۈرۈلۈپ چىقىشى ئادەتتە 4 خىل دەرىجىدە بولىدۇ. ئۇلارنىڭ ئۈز ئالدىغا ئايرىم-ئايرىم ناملىرى بولىدۇ.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، كۆز قارىسىنىڭ يېرتىلغانلىقىنى ئاددىي كۆز بىلەن بايقىغىلى بولىدۇ. كۆرۈش خىلى ئېغىر دەرىجىدە دەخلىگە ئۇچرايدۇ. بىمارنىڭ ئۈزىگىمۇ كۆزدىكى غەيرىي نورماللىق ناھايىتى ئېنىق بىلىنىدۇ.

داۋاسى

داۋالاشقا ناھايىتى ئاكتىپ ئەستايىدىل پوزىتسىيە ئۆتۈش كېرەك. ئۇنىڭ ئادەتتىكى داۋاسى تۆۋەندىكىدەك:
1. كۆزنىڭ يېرىڭلىق جاراھىتى، كۆزگە مۇدۇر پەيدا بولۇشنى داۋالىغان ئوسۇل-چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ.
2. مۇۋاپىق تېپىلسا بەلگىلىك تومۇرلاردىن قان ئالسا ۋە ئىچىنى سۇردۇرسە بولىدۇ.
3. ئىچنى سۇردۇرۇپ بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن، ئەگەر مىزاجدا ھارارەت بولمىسا تاتلىق سۇلۇق مۇنچىدا يۇيۇنۇش ۋە ئۇنىڭدا ئۈزۈنراق ئۇرۇش 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. ئوسسۇلۇقى ئوچۇن گۈلاب، ئانار سۈيى، سېمىز ئوت

تورۇقنىڭ شىرىسى قاتارلىقلارنى بېرىش؛ ئەگەر ھارارەت كۆچلۈك بولسا ئارپا سۇيىنى ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك.

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

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

ئىسمە غۇل تورۇقنىڭ لۇغابىنى 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 كۆچلۈكرەك بولسا شىيافى ئەبيەزنى ئازراق ئەپيۇن بىلەن ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. لېكىن ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلارنى كۆزگە ھەرگىز ئىشلەتمەسلىك لازىم.

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

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

ئۇزۇمسىمان پەردە يىرتىلغان مۆڭگۈز پەردىدىن چىقىپ قالغانلارغا ئىلاج يوق. شۇڭا ئەك ياخشىسى غەربچە داۋالاش دوختۇرخانىلرىغا يوللاپ داۋالتىش كېرەك.

كۆز قارىسىنىڭ يىگلەپ كېتىشى

كۆز قارىسىنىڭ يىگلەپ كېتىشى (سەلخى قەرنىيە) ئاساسەن مۇڭگۈز پەردىنىڭ يىگلەپ 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 بولغاچتا تۆلارنىڭ بەدىنىدە كۆرۈلگەن ئارتۇق ھارارەت ئاسانلا كۆزنىگە يامان تەسىر قىلىپ مەزكۇر كېسەلنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

بەزىدە كۆيدۈرگۈچى، پارقىراتقۇچى تۆتكۈر تەسىرلىك دورىلارنىڭ بۇاستە تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

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

داۋاسى

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

قىلىپ تارتىش كېرەك. زەرۋرى ئەنبەر، كۆيدۇرۇپ يۇيۇلغان سەدەپنى كۆزگە سىيىش كېرەك. كۆزنىڭ يىرىڭلىق جاراھىتى، كۆزگە مودۇر چىقىش، كۆز قارىسى يېرىلىشتا قوللانغان ئۇسۇل - چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

قۇرۇتقۇچى دورىلاردىن پەرھىز قىلىش، ئوزۇقلۇق جەھەتتە تامىقنغا قۇش گۆشلىرىنى سېلىپ بېرىش، ئۇسسۇزلۇقى ئۈچۈن گۈلاب، سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىربىسى، ئارپا سۈيى قاتارلىقلارنى ئىچكۈزۈش كېرەك.

كۆز قارىچۇقى كېسه للىكلىرى

تىبابەتتىمىزده كۆزنىڭ ئىچكى قىسمىدىكى قىرۇسمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى رۇتۇبه‌تى جه‌لدىيىه) يه‌نى كۆز گۆھىرى، كىرپىكسمان چاندىر (زه‌ۋائىدى ھودبىيه) لار، شىشسمان سۇيۇقلۇق (رۇتۇبه‌تى زۇجاجىيه)، بالا ھه‌مراھسمان په‌رده (ته‌به‌قه‌ئى مه‌شىمىيه) يه‌نى قان تومۇرلۇق په‌رده ۋه ئۇنىڭ ئالدى قىسمى بولغان ئۆزۈمسمان په‌رده (ته‌به‌قه‌ئى ئىنه‌بىيه)، تورسمان په‌رده (ته‌به‌قه‌ئى شه‌به‌كىيه) ۋه ئۇنىڭدىكى كۆز توقىچقى (قۇرسۇلبه‌سه‌رى) ھه‌مده ئۇنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى سېرىق نۇقتا (نۇقته‌ئى زه‌رد) ۋه كۆرۈش نېرۋىسى (ئه‌سه‌بى مۇجه‌ۋۋه‌فه) قاتارلىقلاردىكى غه‌يرىي نورمال ئۆزگىرىشله‌ردىن كېلىپ چىققان كۆز كېسه للىكلىرىنى كۆز قارىچۇقى كېسه للىكلىرى قاتارىغا كىرگۈزىدۇ.

كۆزنىڭ بۇ ئه‌زالىرى كۆرۈش خىزمىتىده ئوخشىمىغان ده‌رىجىده مۇھىم رول ئوينىغاچقا ئىچكى - تاشقى سه‌ۋه‌بله‌ر، خىلتىلىق - خىلتىسىز مىزاج ئۆزگىرىشلىرى ۋه روھ - قۇۋۋه‌تله‌رنىڭ نورمالسىزلىنىشىدىن ئۆلاردا سادىر بولغان مىزاج، شه‌كىل ۋه ھاله‌ت جه‌ھه‌تتىكى نورمالسىزلىقلار ۋه كۆز كېسه للىكلىرى كۆزنىڭ كۆرۈشىگه بىۋاسته ھالدا ئىغىر ده‌رىجىده ته‌سىر يه‌تكۈزىدۇ. مه‌سىله‌ن، كۆز ئاجىزلىقى (زه‌ئىفلىقه‌رى)، كۆز كۆرمه‌سلىك (بوتلانى به‌سه‌ر)، ئالغايلىق (هه‌ۋه‌ل)، نامازشام قارىغۇسى (شه‌بكورى)، كۈندۈزى كۆرمه‌سلىك (رۇزكۆرى)، كۆزنىڭ يورۇقلۇقلاردىن قېچىشى (بوغزۇلىه‌ينى)، كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى (ئىنتىشارۇلبه‌سه‌رى)، كۆز قارىسىنىڭ پولتىيىپ چىقىشى (مۇرسه‌ره‌ج)، كۆز قارىچۇقىنىڭ كېڭىيىشى (ئىنتىسائى مۇجه‌ۋۋه‌فه)، كۆز قارىچۇقىنىڭ تارىيىشى (زه‌يقى سوقبه‌ئى ئىنه‌بىيه)، كۆزگه سۇ چۈشۈش (ئۆزۈلۈلمائ)، كۆزگه كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نه‌رسىله‌ر ئۆچقانده‌ك كۆرۈنۈش (خىيالات) قاتارلىقلاردا كۆزنىڭ نه‌رسىله‌رنى نورمال، روشه‌ن ياكى تولۇق كۆرمه‌سلىكى كېلىپ چىقىدۇ. شۇڭا ئۆلاردىكى نورمالسىزلىق ۋه كېسه للىكله‌رنى داۋالاش باشقا كۆز كېسه للىكلىرىگه قارىغاندا ئاساسلىق ئورۇندا ئۇرىدۇ ۋه ئىنتايىن مۇھىم ئه‌ھمىيه‌تكه ئىگه.

كۆز قارىچۇقىغا ته‌ئه‌للۇق كۆز كېسه للىكلىرىنى داۋالاش جىددى ۋه ئىنچىكىلىكنى ته‌له‌پ قىلىدۇ. شۇڭا ئۆلارنى داۋالاشتا مه‌سئۇلىيه‌تچان، ئه‌ستايىدىل ۋه ئىلمىي پوزىتسىيه

تۆتۈش لازىم. بەزىلىرىدە ئىچكى جەھەتتىكى داۋالاشنى چىڭ تۆتۈپلا قالماي، بەلكى سىرتقى جەھەتتىكى داۋالاشنى بولۇپمۇ دەستكارلىق تۈسۈلى بىلەن داۋالاشنى زىچ ماسلاشتۇرۇش كېرەك. ئىچكى جەھەتتە داۋالاشتا كېسەل ماددىسنى پەرق ئېتىش ۋە مىزاجنى تۈزىلاشقا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش، كۆزنى ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلارنى مۇۋاپىق تاللاپ ئىشلىتىشنى ئاساس قىلىش لازىم. مەسىلەن، كۆز ئاجىزلىقى، كۆز كۆرمەسلىك، ئامازشام قارىغۇسى ۋە كۈندۈزى كۆرمەسلىك، ئالغايلىق، خىيالات قاتارلىقلار. سىرتقى جەھەتتە داۋالاشتا يەرلىك ئورۇنغا دورا ئىشلىتىشنى مۇۋاپىق كۆچەيتىپلا قالماي، بەلكى دەستكارلىق تۈسۈلنى شەرت-شارائىتنى كۆزدە تۇتقان ھالدا برلەشتۇرۇپ ئېلىپ بېرىش لازىم. مەسىلەن، كۆزگە سۇ چۈشۈش (نوزۇلۇلمائ)، كۆزگە ئاق چۈشۈش (بەيازۇلىنى)، كۆز قارىسى پولىتسېپ چىقىش قاتارلىقلار. دەستكارلىق ئەمەلىيىتنى ئېلىپ بېرىشتا مەزكۇر كېسەللىكلەردە دەستكارلىق زۇرۇرىيىتى ھازىر بولغان بولۇپلا قالماي، بەلكى ئاغرىقتا بولۇشقا تېگىشلىك بەزى شەرتلەر ھازىر بولغان بولۇشى، شارائىت تولۇق بولۇشى، (شارائىت بولمىسا غەرىبچە داۋالاش ئورۇنلىرىغا يوللىشى) ھەمدە تېۋىپ دەستكارلىق مەشغۇلىيەتلىرىگە پىشقان بولۇشى لازىم. چۈنكى كۆز قارىچۇقىدىكى دەستكارلىقتا تەتۈللۈق كېسەللىكلەر مۇرەككەپ بولۇپلا قالماي، بەلكى دەستكارلىق باسقۇچلىرىمۇ ناھايىتى مۇرەككەپ. دەستكارلىق تۈسۈلنى قوللىنىشتىن بۇرۇن بەدەننى تەنقىيە قىلىش، ئوپېراتسىيەدىن كېيىن مەلۇم مەزگىل كۆز پەرۋىشنى ئالاھىدە چىڭ تۇتۇش، بولۇپمۇ ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈش، قاتتىق ۋارقىراش، يۆتىلىش، چۈشكۈرۈش ۋە باشنى تۆۋەنگە ئېگىشتۇرۇشتىن ساقلىنىش، ياخشى ئارام ئېلىش كېرەك. يېمەك-ئىچمەكنى رەتكە سېلىش، ئوزۇقلىنىشنى كۆچەيتىش، ئوزۇقلۇق قىممىتى يۇقىرى ئەمما ئاسان سىڭىدىغان غىزالارنى ئىستېمال قىلىش لازىم.

كۆز ئاجىزلىقى

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

سەۋەبى

كۆرۈش ئالەتلىرىنىڭ زەرەرلىنىشى (كۆز سۈيۈقلۇقلىرىنىڭ نورمالسىزلىنىشى) يەنى ئازىيىش، كۆپەيىش، قويۇلۇش - سۈيۈلۈشى، كۆز قەۋەتلىرىدىكى بىرەر كېسەللىك ئاسارىتى، بالا ھەمراھسىمان پەردە يەنى رەڭدار پەردە ۋە تۆخۈم ئېقىسمان سۈيۈقلۇقنىڭ نورمالسىزلىنىشى، كىرىستاللسىمان چاندىرلارنىڭ نورمالسىزلىنىشى، سىرتقى تۆقتىنىڭ زەخمىلىنىشى قاتارلىقلار ۋە مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدا ئومۇمىي بەدەنگە ھۆللۈك، قۇرۇقلۇق، ئىسسىقلىق، سوغۇقلۇققا ئوخشاش كەيپىياتلار خىلتىلىق ياكى خىلتسىز ھالدا تۈزگىرىپ، بىرەرسى كېمىيىپ ياكى غالىب كېلىپ كۆز ئاجىزلىقىغا سەۋەب بولىدۇ. تۈنۈكىدىن باشقا ھەرقىسم نورمالسىزلىنىش، سۈپىتى تۆۋەن، يىرىك ۋە غەلىز يېمەكلىكلەرنى تۈزۈن 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، ئۇزۇقلۇق ماددىلار كەمچىل بولۇش، تۈزۈن مۇددەت تۈتكۈر تۈرلۈق ياكى قارغا ئوخشاش تۈر 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 تۈر ئۆتكۈزگۈچى تۈشۈكنىڭ كېڭەيگەن ياكى تارايغانلىقىنىڭ ئىپادىسى. ئەگەر قارىچۇقنىڭ رەڭگى ئاق ياكى دۇغلاشقان بولسا، تۈر تۈتكۈزگۈچى تۈشۈككە يېڭىدىن سۇ چۈشكەنلىك ياكى كۆپ ئىچى سۇرۇپ سۈيۇقلۇق يوقاتقانلىق، قان يوقاتقانلىق، كۆپ جىنسىي ئالاقە قىلغانلىقىنىڭ بەلگىسى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئەگەر كۆزگە پاشا، چۈشەن، چاڭ - توزانغا ئوخشاش نەرسىلەر كۆرۈنسە مۆڭگۈز پەردە، تۆخۈم ئېقىسمان سۈيۈقلۇقلارنىڭ 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 كۆزنىڭ ئۈستىگە تاماق يەپ تولا كېكىرىشلەر تۆپە يىلدىن كۆز ئاجىزلىقى پەيدا بولغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

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

داۋاسى

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

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

قۇۋۇتلەش ئۈچۈن ئىتىرىيفىلى بادىيان، سۇقۇفى ئامىلە بېرىلىدۇ. تۇرۇپ، چامغۇرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ناۋات بىلەن يۇمغاقسۈت، كاسىنىي 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. چىلانغان قاينىتىپ ئىچكۈزسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

سوغۇقتىن بولغانلارغا پاقلان ۋە مىكيان توخۇ گۆشىنى كاۋاپ قىلىپ قوۋزاق دارچىن قاتارلىق ئىسسىق دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ يېيىش، ياسسەمەن يېغىنى بۇرۇنغا تېمىتىش، ئىسسىق دورىلار سۈيى بىلەن يۇيۇنۇش ياكى ھوردا باشنى تەرلىتىش لازىم. بادىيان، بادىيان يىلتىزى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشان، ئۈستۈخۇددۇس قاتارلىقلارنى ناۋات

بىلەن قوشۇپ قاينىتىپ بەرسە تېخىمۇ ياخشى. كۆزگە پاشا، كۆمۈتنىغا 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 قوقيا، ماددە تۇلھايات، ئىتريېفىلى كەبىر، شەربىتى ماتۇلئەسەل قاتارلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، سىرتىدىن كۆھلى جەۋاھىر ئىشلىتىش لازىم.

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

ھەرخىل سەۋەبلەردىن بولغان كۆرۈشنىڭ ئاجىزلىقىغا كۆھلى جەۋاھىرنىڭ تۆۋەندىكى ياخشى.

كۆھلى جەۋاھىر

سۇرمە 16.2 گرام، تۇتىيا 0.8 گرام، بىخ مارجان، مىرقۇشا ھەر بىرى 5.4 گرام، مەرۋايىد 18.6 گرام، سازەج ھىندى 2.6 گرام، ئىپار 0.5 گرام. دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق ئېزىپ يېپەك ئەلگەكتىن تۇتكۇزۇپ تالقان ياسىلىدۇ. كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ ئەتىگەن-كەچتە مەخسۇس پىلتىكۇچ بىلەن كۆزگە تارتىلىدۇ.

پەرھىزى

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

كۆز كۆرمەسلىك

كۆز كۆرمەسلىك (بۇتلاتۇلبەسەرى) ئىچكى-تاشقى ھەرخىل سەۋەبلەر تۆپەيلىدىن

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

سەۋەبى

خىلىتلارنىڭ نورمالسىز ئۆزگىرىشلىرى تۇپەيلىدىن كۆزنىڭ ھەرقايسى پەردىلىرىگە قىسمەن نورمالسىز قويۇق ماددا ۋە ھۆللۈكلەر يىغىلغانلىقى ياكى تۇخۇم ئېقىسمان سۇيۇقلۇقنىڭ نورمال ھۆللىكىنى قويۇلدۇرۇپ، دوغلاشتۇرۇپ كۆز ئۇرنىنى توسقانلىقىدىن كۆز بىراقلا كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ.

بەزى كىشىلەر ئۆزۈن مۇددەت قاراڭغۇ جايدا ئولتۇرغانلىقتىن كۆزنىڭ نۇر ئۆتكۈزگۈچى تۇشۇكى (قارىچۇقى) بەك كىچىكىيىپ، سۇيۇقلۇقلار قويۇلۇپ كۆز خىزمىتى ئېغىر دەرىجىدە تۆۋەنلەيدۇ. بىردىنلا يورۇقلۇققا چىقسا، يورۇقلۇقنىڭ قاتتىق تەسىرىدىن نۇر ئۆتكۈزگۈچى تۇشۇك 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 كۈچەيىپ ئاخىرىقى 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.

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

تۆپه‌يلىدىن په‌يدا بولغان بولسا كۆز ئىششىش، چىكىملىش به‌زىده كۆز پولتىيىش، باش ئاغرىش، قۇلاق غۇڭۇلداشته‌ك ئالامه‌تله‌ر سه‌ۋه‌بىنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكىگه قاراپ ئوخشىمىغان ده‌رىجىده كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

ئه‌گه‌ر كۆزنىڭ كۆرمه‌سلىكى به‌زى قويۇق ماددىلارنىڭ تۇر تۆتكۈزگۈچى تۇشۇكنى تارايتىشى، توسۇشىدىن بولغان بولسا، ماددىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن سىركه‌نجىبىن بۇزۇرى، سىركه‌نجىبىن ئه‌نسلى (تاغ پىيىزى)، شه‌ربىتى تۆستۈخۇدۇسلار بادىيان سۇيى ياكى بادىيان ئه‌رىقى بىله‌ن قوشۇپ بېرىلىدۇ.

تازىلاش، توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن هه‌بى ئىياره‌ج، هه‌بى قوقيا، هه‌بى شه‌بيار قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. گۈلقه‌نتنى بادىيان سۇيى بىله‌ن ئىستېمال قىلدۇرۇش، شه‌ربىتى تۆستۈخۇدۇس ئىچكۈزۈش لازىم.

ئه‌گه‌ر ئۆزۈن مۇددە‌ت قاراڭغۇ جايدا ئولتۇرۇش ياكى تۆتكۈر تۇرغا قاراشتىن كۆرمه‌س بولۇپ قالغان بولسا، داۋالاشتا كېسه‌ل كىشىنى به‌ك يورۇقمۇ ئه‌مه‌س، به‌ك قاراڭغۇمۇ ئه‌مه‌س نورمال جايدا ئولتۇرغۇزۇپ كۆز تۇدۇلىغا كۆك ره‌ڭلىك بىر پارچه ره‌ختنى ئېسىش ۋه‌يه‌نه قوغۇشۇننى تۇشىشاق ئېكه‌كله‌پ قاچىغا ئېلىپ كۈنده بىر قانچه قېتىم قارىتىش لازىم. سىرتتىن كۆهلى روشنائى، شىيافى مىراراتلارنى كۆزگه تارتىش لازىم.

كۆزگه سۇ چۈشۈش، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىقىنىڭ ئاخىرىقى باسقۇچىدا په‌يدا بولغان كۆرمه‌سلىك كېسىلنى داۋالاپ ساقايتىش ته‌س. شۇنداقتىمۇ ئه‌سلىي كېسه‌لنى داۋالاپ ساقايتىشقا تىرىشىش كېره‌ك.

كۆزگه زىيانلىق تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش ۋه جىنسىي ئالاقىنى كۆپ قىلىش، باشقا ئېغىر جىسمانىي ئه‌مگه‌ك ۋه باشقا زىيانلىق هه‌ربىكه‌تله‌ر بىله‌ن شۇغۇللىنىشتىن ساقلىنىش لازىم.

ئالغايلىق

ئالغايلىق (هه‌ۋه‌ل) ئىچكى ۋه تاشقى سه‌ۋه‌بله‌ر تۆپه‌يلىدىن كۆز قارىسىنىڭ بىر ته‌ره‌پكه

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

سەۋەبى

كۆز قارىسى ھەر خىل يامان تەسىرلەر تۆپەيلىدىن ئوڭ-سول، يۇقىرى-تۆۋەن تەرەپلەرنىڭ بىرەرسىگە سىكايان بولۇپ قېلىپ، بىر نەرسىنىڭ ئىككى كۆرۈنۈشىگە سەۋەب بولىدۇ. بۇ كۆپىنچە كۆز يۇمۇلقىنى 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 يۇمۇلقىنى تارتىپ تۇرغۇچى پەي گۆشلىرىنىڭ بىرەرسى تارتىشىپ كۆز بىر تەرەپكە مايىل بولۇپ قالىدۇ.

2. ئانىلار بالىنى نورمال تەربىيلىمەي، داۋاملىق بىر تەرەپ بىلەن سۈت ئېمىتىپ ئادەتتە ئەندۇرۇپ قويغانلىقتىن بالا شۇ تەرەپكە تۆگىنىپ قېلىپ، شۇ تەرەپچە تۆخلاش، سۈت ئېمىش ھەتتا يىغلىسىمۇ شۇ تەرەپكە قاراپ يىغلاشقا ئادەتلىنىپ قېلىپ ئالغاي بولۇپ قالىدۇ.

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

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

ئالامتى

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 دېگۈدەك 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 بۇشۇكتە داۋاملىق بىر تەرەپكە قاراپ كۆنۈپ قالغانلىقتىن بولغان بولسا، قارشى تەرەپكە قىزىل رەڭلىك بىر نەرسىنى ئېسىپ قويۇپ بالىنى شۇ تەرەپكە كۆپرەك قاراشقا ئۇندەش ئارقىلىق ئالغايلىقنى ئاستا-ئاستا تۈزەش كېرەك. چۈنكى بالىلارنىڭ ئەزا-تۇقۇلمىلىرى يۇمشاق بولغانلىقتىن تەسىراتنى ئاسانلا قوبۇل قىلىدۇ. كىچىك بالىلارنى نامۇۋاپىق ئادەتتەر ۋە بەزى ئېغىر تاماقلاردىن پەرھېز قىلدۇرۇپ نورمال تەربىيىلەش لازىم. كۆزنى تۈتۈپ تۇرغۇچى پەيلەرگە ھۆللۈك ياكى سوغۇقلۇق يەتكەندىن كېيىن چىققان ئالغايلىق بولسا، بوشاپ كەتكەن پەينى چىڭىتىشنىڭ ئامالىنى قىلىش كېرەك.

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

1. ئېغىر يۇقۇملۇق كېسەللەر تەسىرىدىن ياكى كۆز يۇملىقىنى نورمال تۈتۈپ تۇرغۇچى گۈش پەي تۇقۇلمىلىرىغا قۇرۇقلۇق يەتكەنلىكتىن كۆز بىر تەرەپكە قىسمەن تارتىلىپ سىڭايان بولۇپ قالىدۇ.

2. كۆز يۇملىقىنى تۈتۈپ تۇرغۇچى گۈش پەيلەرنىڭ بىرەرسى ھۆللۈكتىن بوشاپ كېتىپ قارشى تەرەپتىكى پەينىڭ تارتقانلىقىدىن كۆز بىر تەرەپكە مايىل بولۇپ قالىدۇ.

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

ئالامتى

يۇقۇملۇق كېسەللەر ياكى قۇرۇقلۇق تەسىردىن بولغان ئالغايلىقتا كۆز بىر ئاز قىسىلىپ بەزىدە يۇمۇلۇپ قالغاندەك بولىدۇ، ياش ئاقماي قۇرۇق بولىدۇ. ئالغايلىق ئەگەر ھۆللۈكتىن، كۆز يۇمىلىقىنى تۇتقۇچى گۈش پەيلىرى بوشاپ كەتكەنلىكتىن بولغان بولسا كۆزنىڭ بىر تەرەپكە مايىللىقى ئېغىرراق بولىدۇ، ياش كۆپەك ئېقىپ، سوغۇق ھاۋادا كۆچىيىپ قالىدۇ. ئەگەر كۆز سۈيۈقلۇقى بەر سەۋەبتىن ئۆز جايىدىن قوزغالغانلىقىدىن بولسا كۆز داۋاملىق ھەرىكەت قىلىپ، قاپاق تارتقاندەك سېزىلىدۇ، ياش ئاقىدۇ.

داۋاسى

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

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

ئەگەر بىرەر سۈيۇقلۇق ئۆز جايىدىن قوزغالغان بولسا، سەۋەبنىڭ ئېغىرلىقىگە 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، ئەشاۋ) بىمارنىڭ كۆزى كۈندۈزى نەرسىلەرنى نورمال كۆرسىمۇ كۈن ئولتۇرۇپ قاراڭغۇ چۈشكەنسېرى نورمال، تولۇق كۆرەلمەسلىكىگە ياكى پۈتۈنلەي كۆرەلمەسلىكىگە قارىتىلغان. مەزكۇر كېسەللىك خەلق ئارىسىدىمۇ نامازشام

قارىغۇسى دەپ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

مېڭىدىن چۈشكەن ھۈجەيرىنىڭ ياكى ئاشقازاندىن تۆرلىگەن قوبۇق يەل ياكى ھەر خىل باشقا سەۋەبلەردىن پەيدا بولغان ئارتۇقچە ھۈجەيرىنىڭ كۆز تۆخۈم ئېقىسمان سۈيۈقلۇقى (روتۇبەتى بەيزىيە) غا يامان تەسىر كۆرسىتىپ تۇنى قويۇلدۇرۇپ قويغانلىقىدىن كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىشىپ پەيدا بولىدۇ. شۇڭا مەزكۇر كېسەللىك كۈندۈزى يورۇقلۇق ياكى كۈن نۇرىنىڭ تەسىرىگە ئۇچرىسىلا قويۇلۇپ قالغان كۆز تۆخۈم ئېقىسمان سۈيۈقلۇقى سۈيۈقلىشىپ يەنىلا نەرسىلەرنى ئوخشاشلا ياخشى كۆرىدۇ.

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

ئالامىتى

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

داۋاسى

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

كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغان. ماددىسىنى تازىلاپ، خىلىتنى تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج، مەئجۈنى ۋەج، مەتبۇخى ھەلىلە، ئەرىقى بادىيانلار ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ. قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، مۇۋاپىق تېپىلغاندا قېيفال تومۇردىن قان ئېلىشنى تەۋسىيە قىلىدۇ.

قويۇق يەللەر (بۇخارات) نىڭ كۆز تۇخۇم ئېقىسمان سۈيۈقلۇقىنى قويۇقلاشتۇرغانلىقىدىن كېلىپ چىققان نامازشام قارىغۇسىنى داۋالاشتا:

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

2. جەرەن ياكى قوتازنىڭ جىگىرىدىن 100 گرام ئېلىپ توغراپ، تۆكا 10 گرام ئارپا بادىيان ۋە 5 گرام پىلپىل قوشۇپ، بىر كىلوگرام مىقدارىدىكى سۇدا قاينىتىپ، ھورىغا باش-كۆزنى تۇتۇپ ھورداپ بىر قانچە قېتىم تەرلەتسە مەزكۇر كېسەلگە 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 كۆچەيتىش، بەدەننى كۆچلەندۈرۈش بىلەن بىرگە ھايۋاناتلارنىڭ جىگىرىنى داۋىم ئىستېمال قىلىش كېرەك. تۆچكە جىگىرىگە پىلپىلنى سوقۇپ سېپىپ كاۋاپ قىلىپ جىگەردىن ئېقىپ چىققان سۈنى ئېلىپ كۆزگە تامغۇزۇش بىلەن بىرگە جىگەرنى يېيىش لازىم. بادام يېغى، كۈنجۈت يېغى، نىلۇپەر ياغلىرىنى باشقا سۈركەپ بەرسە ناھايىتى پايدىلىق. كەپتەر قېنىنى كۆزگە تېمتسا تېخمۇ 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 كۆرسىتكەنلىكى تۈپەيلىدىن كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىشىپ كۈندۈزى ياكى كۈن نۇرى ئاستىدا كۆز نۇرنى يوغالمايدىكەن. 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 كېسەللىكلەرى بىلەن ئاغرىپ تولۇق ساقايماسلىق ياكى توغرا داۋالنالماسلىق 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 ئۆكىدىسىغا يېتىپ تۇخلاش قاتارلىقلار.

مەزكۇر كېسەل كۆپىنچە ئىسسىق جايلاردا كۆپرەك تۇچرايدۇ.

ئالامىتى

گەرچە كۆزدە غەيرىي نورمال ئۆزگىرىشلەر بولمىسىمۇ، لېكىن كۈندۈزى بولۇپمۇ ھاۋا ئوچۇق كۈنلىرى كۆز ئۇزلۇكسىز 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 كىشىلەردە كۆزگە زىيانلىق بولغان ۋە كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان ئامىللار كۆچەيگەنسېرى 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.

ئېچكى ۋە تاشقى جەھەتتە ئاساسلىق مېڭىگە ھۇللۇك بەتكۈزگۈچى تۈسۈل - چارىلەر قوللىنىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن:

ئېچكى جەھەتتە شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇپەرلەر ئېچكۈزۈلىدۇ. سېمىز ئوت ئۇرۇقى، ئىسىقغۇل ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ سىركەنجىبىن بىلەن بىرلىكتە ئېچىندۈرۇ بولىدۇ ياكى ئەتىگەندە بېھى ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ لۇغايى (شىرىسى) نى چىقىرىپ، 50 گرام چىلان شەربىتى بىلەن ئېچكۈزۈلىدۇ. چۈشتە چىلان شىرىسى بىلەن تەييارلانغان خېمىرى ئەبرىشىمدىن 5 گرام ياكى جەۋاھىرات سېلىنغان خېمىرى گاۋزەباندىن 5 گرام ياكى جەۋاھىرلىق مارجان قۇرسىدىن 1 تال ئېچكۈزۈلىدۇ.

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

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

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

كۆزنىك يورۇقلۇقتىن قېچىشى

كۆزنىڭ يورۇقلۇقتىن قېچىشى (خەۋەش، بوغزۇلئەينى) ئاغرىقلار كۆن تۈرى ۋە چىراقلارغا قارىيالماسلىقنىغا قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە بالىلاردا كۆپرەك تۇچرايدۇ. تۇ تۇغما (بىرلەمچى) ۋە كېيىن پەيدا بولغان (ئىككىلەمچى) دەپ 2 خىلغا ئايرىلىدۇ.

سەۋەبى

1. تۇغما خاراكتېرلىدىكىسىدە ھامىلىگە ئانا قورسىقىدىكى چېغىدىلا بەزى ئۆزۈقلۇقلار يېتىشمەسلىك ياكى كۆز قۇۋۇتىنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان بەزى ئامىللار ئاساسىدا پەيدا بولۇپ، ھامىلە كۆزىنىڭ مۇئىگىنۇز پەردىسى ۋە ئۆزۈمسىمان پەردىلىرى تولۇق تەرەققىي قىلالمىغاچ نورمالسىز تۇغۇلۇپ قېلىش ياكى كۆز تۇخۇم ئېقىسمان سۇيۇقلۇق نورمالسىز (بەك سۇيۇق ۋە ئاق) پېيتى تۇغۇلۇپ قېلىش سەۋەبىدىن كۆزنىڭ كۆرۈش كۆچى ئاجىزلىشىپ تۇردىن قاچىدىغان بولۇپ قالىدۇ.

2. كېيىن پەيدا بولغان خاراكتېرلىدىكىسىدە خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشلىرى تۇپەيلىدىن كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۇتىگە سۇيۇقلۇقلارنىڭ قويۇلۇش - سۇيۇلۇش ئەھۋاللىرى تەسىر قىلىشى ياكى كۆزگە تۇتكۇر ئىسسىقلىق ۋە سوغۇقلۇقلارنىڭ تەسىر قىلىشى، باشقا كېسەللەرگە سەۋەبچى بولغان ئامىللارنىڭ كۆزگە تەسىر قىلغانلىقى تۇپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

كۆزنى سىرتتىن قاراپ تەكشۈرگەندە گەرچە غەيرىي تۇزگىرىشلەر بولمىسىمۇ، لېكىن ئاغرىق كۆندۈزى كۆن تۈرىغا، ئاخشىمى چىراققا قاراشتىن ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە قاچىدۇ. تۇر كۆچى ۋە يورۇقلۇق قانچە كۆچلۈك بولسا، كۆزنىڭ تۇرىدىن قېچىشى شۇنچە ئېغىر بولىدۇ ھەمدە كۆزى چىملداپ كۆزنى چوڭ ئېچىپ قارىيالمايدۇ، كۆز تورلىشىدۇ. يەڭگىل دەرىجىدە ئېچىشىپ، قادىلىپ ئاغرىش، ياش ئېقىش

قاتارلىق ئالامه تله ر كۆرۈلىدۇ. ئه مما قاراڭغۇراق، نۇرسىز جايلاردا، هاۋا تۇتۇق كۈنله رده كۆزنىڭ كۆرۈش خىزمىتى نورمال بولىدۇ، باشقا تۈزگىرىشله ر بولمايدۇ.

داۋاسى

تۈغما خاراكتېرلىدىكىسىنى داۋالاپ ساقايتىش ته سره ك. شۇڭا تۈز هالىتىنى ساقلاپ قېلىشقا چاره قىلىش، كۈن نۇرىدىن ساقلىنىدىغان ره ڭدار ئه ينه ك تاقاش، كۆزنى كۆچله ندۈرگۈچى تۈسۈل - چارىله رنى قوللىنىپ تۇرۇش لازىم. مه سىله ن، هه ببى شه بيار، هه ببى قوقيا، ئىتريىفېلى بادىيان، مه ئجۈنى ۋه ج قاتارلىقلارنى ئه هۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىسه بولىدۇ. كېيىن په يدا بولغان خاراكتېرلىدىكىسىنى داۋالاشتا قايسى خىلىنىڭ نورمالسىزلىقىدىن بولغانلىقىنى ئېنىقلاپ تازىلاش، ته ڭشه ش ئېلىپ بېرىش، سه ۋه بچى ئامىللارنى تۈگىتىشكه ئامال قىلىش، كه لتۈرۈپ چىقارغۇچى كېسه لله رنى داۋالاش لازىم. كېسه لنىڭ ئه مه لىي ئه هۋالغا قاراپ هه ببى ئىياره ج، ئىتريىفېلى بادىيان، مه تبۇخى هه لىله، تۈتىيا قاتارلىقلارنى تاللاپ ئىشلىتىسه بولىدۇ. مېڭىنى كۆچه يتكۈچى تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش، قاتتىق هه ريكه ت ۋه زىياده جىنسىي ئالاقه قىلىشتىن ساقلىنىش كېره ك.

كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى

كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى (ئىنتىشارۇلبه سه ري) ئىچكى، تاشقى سه ۋه بله رنىڭ ئه كس تەسىرى تۈپه يلىدىن كۆز ئه زالىرىنىڭ بولۇپمۇ په رده ۋه قارىچۇقلارنىڭ خىزمىتى بۇزۇلۇپ، كۆز نۇرى چېچىلىپ كۆزنىڭ نه رسله ر شه كلىنى نورمال كۆره لمه س بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سه ۋه بى

كۆزگه سىرتتىن بىر نه رسه تېگىش، كۆزگه جاراهه ت چىقىش، ئېگىز جايدىن يىقىلىش قاتارلىق سه ۋه بله ر تۈپه يلىدىن تور په رده بۇزۇلۇپ كۆز نۇر يىغالماي نورمال

كۆرمەسلىك، بەزىدە ئۇزۇمىسمان پەردىنىڭ نۇر ئوتتۇش توشۇكى يەنى قارىچۇقى كىچىكىيىش كۆچەيگەندە نۇر مەركەزدىن يىراقلىشىپ كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

كېسەللەنگەن كۆزنىڭ ئالدىغا بىر كىشى يېقىن كېلىپ تۇز 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 يەڭگىلەك 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 سۇرۇش ئۇچۇن ئېشەك سۈتى ئىشلەتسە بولىدۇ. ئىسكەنجىبىن ساددە ئىچكۈزۈلىدۇ. چوجىنىڭ گۆشى ۋە چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم ئىستېمال قىلىش ناھايىتى مەنپەئەتلىك.

ئۇزۇمسمان پەردىنىڭ چىقىپ قېلىشى

ئۇزۇمسمان پەردىنىڭ چىقىپ قېلىشى (مۇرسەرەج) سىرتقى سەۋەبلەر تۇپەيلىدىن كۆز مۇڭگۈز پەردىسىنىڭ يىرتىلىپ بالا ھەمراھسمان پەردىنىڭ ئالدى قىسمى بولغان ئۇزۇمسمان پەردە يەنى رەڭدار پەردىنىڭ سىرتقا پولتىيىپ ئۇزۇمدەك چىقىپ قالغانلىقىغا قارىتىلىدۇ. بۇنىڭدا كۆز ھېچ نەرسىنى كۆرمەس بولۇپ قالىدۇ.

سەۋەبى

كۆزنىڭ مۇڭگۈز پەردىسىگە بىر نەرسە تېگىش، سانجىلىپ كېتىش، ھەرخىل يىرىڭلىق جاراھەتلەر چىقىشتەك سەۋەبلەر تۇپەيلىدىن مەزكۇر پەردە يىرتىلىپ كۆزنى قارا قىلىپ كۆرسىتىپ تۇرغان پەردىلەر ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە ئۆزگىرىشكە پولتىيىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

مۇڭگۈز پەردە بىر قەدەر ئېغىرراق دەرىجىدە يىرتىلغان بولۇپ، ئۆزگىرىشسىمان پەردە پولتىيىپ چىقىپ قالغانلىقىنى ئادەتتىكى كۆز بىلەن كۆرگىلى بولىدۇ. يېڭى ۋاقىتدا كۆزدە قىزىرىش، ئىششىش، 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 كېسەلنى يېڭى ۋاقىتىدىلا تېزلىك بىلەن غەرىبچە 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 يېرىلىشنى داۋالىغاندىكى چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

كېسەل كونارغان بولسا، يىرتىلغان پەردىلەرنىڭ چۈرىسى قېلىنلىشىپ قېلىپ كۆزدە قىزىرىش، ئاغرىش بولمايدۇ ھەمدە داۋالاشمۇ قىينىغا توختايدۇ. بۇ مەزگىلدە كېسەلنىڭ تەرەققىي قىلىپ كۆچىيىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن كۆھلى ئىكسىرىن ئۈسخىسىنى تەييارلاپ كۆزگە تارتىش لازىم.

كۆھلى ئىكسىرىن

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

هندی هەر بری 2.7 گرام، مەرۋایت، زەئفەر هەر بری 1.4 گرام، ئىپار 0.65 گرام.

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

بىر گرام دورىنى بىر توختۇمنىڭ ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ كۈنىگە 2 قېتىم چېپىش لازىم.

بىمارنىڭ يېمەك-ئىچمەكنى ياخشى ئورۇنلاشتۇرۇش بىلەن بىرگە بىمارنى ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش، ئوخلىتىش كېرەك. بەك تويۇتۇپ غىزالانماسلىق، يەللىك تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇش، باشنى تۆۋەنگە ئېگىشتۇرۇش، يۆتىلىش، چۈشكۈرۈش ۋە قەي قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم. كۆز ئەترايى مۇسكۈللىرى بوشىشىپ كەتكەندىن پەيدا بولغان بولسا ئىيارەجلەر بىلەن تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن سېرىق هەلىلە ياكى پىياز سۈيىگە ئوخشاش ياش ئاققۇزغۇچى دورىلارنى كۆزگە تارتىش كېرەك. شۇنىڭدەك كۈندۈش، جۈندى بىدەستۇر، قىچا، پىلپىل، مەرزەنجۇش قاتارلىق ئوتكۇر پۇراقلىق دورىلار پۈرىتىلىدۇ. قاندىن بولغان بولسا ئالدى بىلەن مۇڭاپىق 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 (ئىنتسائىتۇلمۇجەۋۋەفى) هەر خىل ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ كۆزگە يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان كۆز قارىچۇقىنىڭ غەيرىي نورمال هالدا كېڭىيىپ كەتكەنلىكىگە قارىتىلغان. بۇنىڭدا كۆز نەرسىلەرنى ئوچۇق كۆرەلمەس بولۇپ قالىدۇ. كۆز قارىچۇقى نورمال هالدا كېڭىيىش ۋە تارىيىش ئارقىلىق نۇرلارنىڭ كۆز ئىچكى قىسمىغا نورمال مىقداردا كىرىشىنى تەمىن ئېتىدۇ هەمدە كۆزنىڭ نورمال كۆرۈش خىزمىتىگە ئوڭايلىق تۇغدۇرۇپ بېرىدۇ. كۆز قارىچۇقىنىڭ غەيرىي نورمال هالدا كېڭىيىپ كېتىشى تۆۋەندىكىدەك بىر قاتار سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدۇ:

1. مېڭە پەردە يالليۇغى (سەرسام) نىڭ ئاساراەت قېلىش، 2. باش ساھەسىگە زەربە تېگىش، 3. مېڭە-كۆز تومۇرلىرى چىڭقىلىدىغان، كۆز ئىچكى بېسىمى ئېشىپ

كېتىدىغان كونا باش ئاغرىقى، شەقىقە كېسەللىكلىرى تۇزاق داۋاملىشىش، 4. كۆزنى ھەرىكەتلەندۈرگۈچى ئەسەبلەر پالەجلىنىش، 5. كۆز رەڭدار پەردىسىنى تارايتۇېتىدىغان تەشەننۇج يۇز بېرىش ياكى ئەسەبىي شركىي يۇقىرى دەرىجىدە پائالىيەتچانلىشىش، 6. يۇلۇندىكى قارىچۇقنى ئىدارە قىلغۇچى ئەسەب مەركىزىنىڭ زەخمىگە تۇچرىشى، 7. قارىچۇقنى كېڭەيتۇېتىدىغان جەۋزى ماسلىغا ئوخشاش دورىلارنى تۇزاق مۇددەت ئىستېمال قىلىش، 8. بۇزۇق خىلىت ھەم يەللەرنىڭ تۇزۇمىسمان پەردە ۋە كۆرۈش ئەسەبلىرى ئەتراپىغا يامان تەسىر قىلىشى قاتارلىق سەۋەبلەر تۆپەيلىدىن 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 تېكىلىپ زەڭ سېلىپ قارىغاندىلا تۇنۇقۇ شەكلىنى قارامتۇل بىر نەرسە ھالىتىدە پەرق ئېتەلەيدىغانلىقى، ئەمما ئوچۇق كۆرەلمەيدىغانلىقىدىن شىكايەت قىلىدۇ. قارىچۇقا تۇر تەسىر قىلسا قارىچۇقنىڭ تاربىشى كۆرۈنەرلىك بولمايدۇ ياكى تارايمايدۇ. ئەگەر بەزى سەۋەبلىرى يوقىتىلسا ياكى يوقسا كۆرۈش بىر قەدەر ئەسلىگە كېلىشى مۇمكىن. لېكىن ۋاقىت تۇزارغانسېرى كېسەللىك ئەھۋالى تەدرىجىي ئېغىرلىشىدۇ.

داۋاسى

بۇ كېسەللىك يېڭى بولسا، ئەسلىي سەۋەبىگە قاراپ داۋالاش ئېلىپ بېرىش بىلەن بىرگە كۆز قارىچۇقىنىڭ تاربىش خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشكە تىرىشىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاساسلىق مېڭە ۋە ئەسەبلەردىكى كېسەللىك تۇزگىرىشلىرىنى داۋالاش، قارىچۇقنى تارايتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. شىيافى مىراراتنى كۆزگە تارتىش كېرەك. شىيافى ئەبەيزنىڭ بەلگىلىك داۋالاش ئۈنۈمى بار. ئۈنۈم كۆرۈلمىسە كېسەللىكنى شۇ ھالىتىدە ساقلاشقا چارە قىلىش كېرەك. تۇرۇلۇش-سوقۇلۇشتىن پەيدا بولغان بولسا مېڭىلەر سۇيى بىلەن تەبىئەتنى يۇمشىتىش لازىم. ئەگەر ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن ۋە بەدەنده قانىنىڭ 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 ئۆزۈمسىمان پەردىسىدىن ھاسىل بولغان نۇر ئۆتكۈزۈش ئۆشۈكى — قارىچۇقنىڭ تارىيىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئۇ ئىككى خىل بولىدۇ. بىرى ئۆغما خاراكتېرلىك، يەنە بىرى كېيىن پەيدا بولغان خاراكتېرلىك بولىدۇ. ئۆغما خاراكتېرلىك بولغىنى شۇ ئەھۋالغا كۆنگەن بولىدۇ. گەرچە ئۆنىڭ 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 ئەھۋالغا ئاساسەن كۆزنىڭ كۆرۈش ئىقتىدارىغا ئوخشىمىغان دەرىجىدە تەسىر كۆرسىتىدۇ.

سەۋەبى

كېيىن پەيدا بولغان كۆز قارىچۇقى تارىيىشنىڭ ئومۇمىي سەۋەبلىرى ئاساسلىق ئۆۋە ندىكىچە:

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

كونكرېت سەۋەبلىرى ئاساسلىق ئۆۋە ندىكىچە:

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

ئالامتى

ئەگەر كۆز ئىشىقلىرىنىڭ تەسىردىن بولسا كۆز چىڭقىلىپ ئاغرىش، كۆز قادىلىپ پەسكە قاريالماسلىق، باش ئاغرىشلار بولىدۇ.

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

قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا كۆز بىر ئاز قىسىلىپ، باش ئاغرىيدۇ. كۆزدىن ياش چىقمايدۇ. ئاغرىقنىڭ تۈيقۇسى 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 تۇشۇكنىڭ پۈتۈنلەي توسۇلۇپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ھۆللۈك، قۇرۇقلۇق ياكى قويۇق خىلتتىن بولغانلارغا ئالدى بىلەن تۇزىگە خاس خىلىتنى 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 ھۆللەشتۇرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. بۇنىڭدا ئېچكى تەرەپتىن بىنەپشە شەربىتى، ئارپا سۈيى ئېچكۈزۈش؛ سىرتقى جەھەتتىن بادام يېغى، قاپاق يېغى قاتارلىقلار بىلەن چېكىنى ياغلاش، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى كۆزگە تېمىتىش لازىم.

زانكار، ئوشەقىنىڭ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە، زەئفەرىدىن بىر ھەسسە، سەبرىدىن 5 ھەسسە، ئىسپاردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، يۇمشاق يانجىپ سالايە قىلىپ شىياف تەيیارلاپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

كۆزگه سۇ چۈشۈش

كۆزگه سۇ چۈشۈش (تۆزۈلۈلمائ) كۆز گۆهىرىنىڭ سۈزۈكلۈكتىن دۇغلاشقان هاله تكه ئۆزگىرىپ، كۆرۈشىنىڭ تەدرىجىي هالدا قىسمەن ياكى پۈتۈنلەي توسۇلغانلىقىغا قارىتىلغان.

كۆز گۆهىرى يەنى قىروسمان سۇيۇقلۇق قېپى (غلافى روتۆبەتى جەلدىيە) ئىچىدە قىروسمان كىرىستال سۇيۇقلۇق (روتۆبەتى جەلدىيە) بار بولۇپ، تۆ سۈزۈك، پارقىراق، تۈر تۆتكۈزۈچان كېلىدۇ. تۆنىڭدا ئادەتتە ۋەرەملىنىش بولمايدۇ. تۆنىڭ ئاساسلىق كېسەللىكى سۈزۈكلۈكتىن كۆپىنچە مەرۋايىت رەڭگىگە ئوخشاش دۇغلاشقان هالەتكە ئۆزگىرىپ، كۆرۈشكە دەخلى يەتكۈزگەنلىكتىن ئىبارەت بولىدۇ. بۇ، كۆزگه سۇ چۈشۈش دەپ ئاتىلىدۇ.

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

سەۋەبى

1. ياشانغانلىقتىن كۆزگه سۇ چۈشۈشنىڭ سەۋەبى:

بەزى ياشانغان كىشىلەردە مەلۇم خىلدىكى ماددا ئالمىشىش ئاجىزلاشقانلىقتىن كۆز گۆهىرىنىڭ ئۈزۈقلىنىشى تەسرگه تۆچراپ، كۆز گۆهىرى سۇيۇقلۇقىنىڭ سۈزۈكلۈكى پەيدىنپەي دۇغلۇققا تۆزگىرىدۇ.

2. تۆغما خاراكتېرلىك سۇ چۈشۈشنىڭ سەۋەبى:

بۇنىڭدا، بالا قورساقتىكى چاغدا هاملىنىڭ كۆز گۆهىرى ناچار تەسىرلەرگه ئۇچرىغانلىقى ئاساسلىق سەۋەب بولىدۇ ياكى ئاتا-ئانىدىكى ئىرسىيەت ئامىللىرى بىلەن باغلىنىشلىق بولۇشمۇ مۇمكىن.

3. باشقا كېسەللەر شېرىكچىلىكىدىن بولغان كۆزگه سۇ چۈشۈشنىڭ سەۋەبى:

كۆز ئۈزۈمسىمان پەردىسى (تەبەقەئى ئىنەبىيە) يەنى رەڭدار پەردە ۋە تۆنىڭغا قوشۇمچه

بولغان قىسىملارنىڭ ۋەزىپىلىنىشىگە 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 كۈلرەڭ 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 تۈنۈك 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 يېرىمنى 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 كېسەللىك 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 ئۆچقاندەك كۆرۈنىدۇ. لېكىن بۇلارنىڭ ئۆز ئالدىغا بەلگىلىك پەرقى بار.

سىلىشتۇرما تەشخىسى

كۆزگە سۇ چۈشۈش بىلەن كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۆچقاندەك كۆرۈنۈش (خىيالات) كېسەللىكىنى پەرقى تۇرۇە ندىكىچە:

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

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

3. كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۆچقاندەك كۆرۈنۈش بارغانسېرى زىيادىلىشىدۇ. يەنى دەسلەپتە پاشىدەك كېپىنچە 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 ئۆچقاندەك كۆرۈنۈشتە كۆز رەڭگىدە ئۆزگىرىش بولمايدۇ.

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

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

داۋاسى

چۈشكەن سۇنىڭ قويۇق خىللىرىدىن شۇنداقلىرى بارىكى تەدرىجىي ھالدا ناھايىتى

قاتتىقلىشىپ سۇ چۈشۈش داىىرىسىدىن چىقىپ كېتىدۇ ۋە تۈنى داۋالىغلى بولمايدۇ.

گەج رەڭدىكىسىنى، يېشىل ۋە گۈڭگۇرت رەڭلىكلىرىنى، تۈم قارا ۋە سېرىق رەڭدىكىلىرىنى داۋالاشمۇ ھەتتا كېسىپ ئېلىۋېتىشمۇ مۇمكىن ئەمەس. باشقا رەڭدىكىلىرىنى داۋالىغلى بولىدۇ، بولۇپمۇ سۈيۇق ھەم سۈزۈك خىلدىكىسى داۋالاشنى ئاسان قوبۇل قىلىدۇ.

كۆزگە سۇ چۈشۈش ئىكەنلىكى ئېنىقلانغاندىن كېيىن ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ھەبىي زەھەب، تازىلاشقا تۆۋەندىكى ماتېرىياللار بېرىلىدۇ: چىكسەي يىلتىزى، بادىيان يىلتىزى، بىخ كەبىر ھەر بىرى 30 گرام، رۇم بادىيان، چىكسەي تۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام، قەنتەرىيۇن 9 گرام.

دورىلارنى چالا سوقۇپ، بىر كېچە سۇغا چىلاپ قويۇلىدۇ. ئەتىسى 2 لىتر سۇ بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈۋېلىپ، 120 گرام گۈلقەنت قوشۇلىدۇ. كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇقتىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ھەمدە ھەبىي زەھەب، ھەبىي شەبىيار، ئىيارەجى فەيقەرا، ئىتىريفىلى كەشنىزلەر تۇزاق مۇددەت ئىچىشكە بېرىلىدۇ. ئەمما بۇ خىل دورىلارنى بەرگەندە ئاغرىقنىڭ ئومۇمىي ئەھۋالىنى نەزەرگە ئېلىش لازىم. سۈرگە دورىلىرىنى بەك كۆچلۈك ياكى ئارتۇق بەرگەندە زەرەر كەلتۈرۈشى مۇمكىن. مۇڭاپىق 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 تىبابەتچىلىكىمۇ ئوپېراتسىيە تۈسۈلى بىلەن مەزكۇر كېسەلنى داۋالايدۇ. ئادەتتە، كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلى ئىكەنلىكى بېكىتىلگەن ھامان كېسەللىك باشلىنىشتىلا تەدبىر قىلىش لازىم، شۇنداىلا ياخشى ئۇنۇمگە ئېرىشكىلى بولىدۇ. كۆزگە چۈشكەن سۇنىڭ ۋاقتى ئۇزراپ قېتىشىپ قالسا، قەدەھ تۈسۈلى بىلەن بىر تەرەپ قىلىپ داۋالاشتىن باشقا ئامال يوق.

قوشۇمچە: قەدەھ (قدح) تۈسۈلى

قەدەھ تۈسۈلى تۈيغۇر تىبابەتچىلىكىنىڭ كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلىنى جەرراھىيە يولى بىلەن داۋالايدىغان قەدىمكى تۈسۈلى بولۇپ، تۈنى قەدىمكى تىببىي كىتابلاردا «ئەمەلىي قەدەھ ياكى قەدەھ تۈسۈلى»، بۇ تۈسۈلنى قوللىنىپ مەزكۇر كېسەلنى داۋالىغۇچى تېۋىپنى «قەددا ھ» دەپ ئاتىغان. بۇ تۈسۈل ئارقىلىق كۆز گۆھىرى يەنى

قىروسسمان سۈيۈقلۇق قېپى (غىلافى روتۇبەتى جەلىدىيە) ئىچىگە چۈشكەن دۇغلاشقان قويۇقراق سۈيۈقلۇقنى بىر تەرەپكە ئىتتىرىش ياكى مەخسۇس ئەسۋاب بىلەن شوراپ چىقىرىش ياكى كېسىپ ئېلىش ئارقىلىق كۆرۈشكە بولغان توسالغۇ يوقىتىلىدۇ. بۇ تۈسۈل تا ھازىرغىچە بەزى جايلاردا قوللىنىلىدۇ ۋە بۇ تۈسۈلنى قوللانغۇچى تېۋىپ (قەددەھ) لارمۇ بار.

قەددەھ تۈسۈلنى قوللىنىدىغان ئاغرىقلاردا تۇتۇۋەندىكى 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، تۇرغا قارىتا ئېقتىدارى ياخشى بولۇشى يەنى كۆن تۇرى ۋە چىراغ يورۇقىنى ئازراق بولسىمۇ ھېس قىلالايدىغان بولۇشى لازىم. بۇ، كۆزدە باشقا كېسەللىكلەر نىڭ يوقلۇقىنى بىلدۈرىدۇ.

3. ئاغرىق چۈشكۈرگەندە كۆزنىگە تۇر چاقنىغاندەك سېزىلىشى لازىم.

4. كۆز چىكىقالمايدىغان بولۇشى شەرت. ئەگەر كۆز چىكىقالسا كۆز ئىچكى بېسىمنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. كۆز بېسىمى يۇقىرى بولسا قەددەھ ئەمەلىيىتىنى قوللانغىلى بولمايدۇ.

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

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

قەددەھ مەشغۇلاتىنىڭ باسقۇچلىرى

ئالدى بىلەن كېسەل كىشىنىڭ كۆز ساھەسى، تېۋىپنىڭ قولى قالىدە بويىچە تازىلىنىشى، ئەسۋابلار جەراسسىزلاندۇرۇلۇشى كېرەك. ئاندىن كېيىن پاكىز تۇيدە ئاغرىقنى قەددەھ تېۋىپ تۇز ئالدىدا ئولتۇرغۇزۇدۇ ھەمدە كېسەل كىشىگە كۆز قارىچۇقىنى كۆز بۇلۇڭىغا قارىتىش بۇيرۇلىدۇ. تېۋىپ كۆزنىڭ ئېقىغا سەل يۇقىرىدىن قارايدۇ ۋە شۇ خىل مەشغۇلىيەتتە ئىشلىتىلىدىغان «مىخ قەددەھ» دەپ ئاتىلىدىغان ئەسۋابنى قولىغا ئېلىپ، تېشىشكە تېگىشلىك جايغا 2—1 قېتىم تەككۈزىدۇ. بۇ چاغدا كېسەل كىشىنىڭ ئاغرىقىغا چىدىغان-چىدىمىغانلىقىغا دىققەت قىلىش كېرەك. ئەگەر ئاغرىقىغا قارىتا چىدامچانلىق بولسا، شۇ جاي يانتۇ تېشىلىدۇ. بۇ چاغدا ئەسۋابنى

بىر قەدەر كۆچەپ بېسىش كېرەك، شۇنداق قىلغاندىلا تېشىكە تېگىشلىك كۆز پەردىلىرىنى تېشىپ تۇتكىلى بولىدۇ.

ئەگەر پەردە بەك يۇمشاق، تۇنۇكۇغا مىخ قەدەھنى كىرگۈزگىلى بولمىسا، ئالدى بىلەن يۇمىلاق باشلىق تۇچلۇق بىر نەشتەرنى كىرگۈزۈپ تۇشۇك ئاچقاندىن كېيىن ئاندىن مىخ قەدەھنى كىرگۈزۈش كېرەك. لېكىن نەشتەرنى ناھايىتى ئېھتىيات بىلەن مۇلچەرلەپ سېلىش، بەك چوڭقۇر كىرگۈزۈۋېتىپ ششىسمان سۇيۇقلۇق (روتۇبەتى زۇجاجىيە) گە يەتكۈزۈپ تاشلاپ كۆزنى پۈتۈنلەي كاردىن چىقىرىپ قويۇشتىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم.

مىخ قەدەھنى كىرگۈزگەندە ئەسۋابنىڭ كۆز ئەستەر پەردىسىدىن تېشىپ تۇتۇپ ئۇنىڭ ئاستىدىكى كۆز گۆھىرى يەنى قىروسمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى روتۇبەتى جەلىدىيىسى) گە يېتىپ بارغانلىقىنى ئېھتىيات بىلەن كۆزىتىش شەرت. ئاندىن ئەسۋابنى ئاستا-ئاستا بېسىپ قىروسمان سۇيۇقلۇق قېپىدىكى دوغلانما سۇيۇقلۇقنى بىر تەرەپكە ئىتتىرىش لازىم. بۇ چاغدا دۇغلانغان سۇيۇقلۇق قايتا تۆز ئورنىغا كېلۈالمىدۇ-يوقمۇ ئىتتىرىش لازىم. بۇ چاغدا دۇغلانغان سۇيۇقلۇق قايتا تۆز ئورنىغا كېلۈالسا، يەنە 2-3 قېتىم يۇقىرىقىتەك قاراپ تەكشۈرۈش كېرەك. ئەگەر قايتىپ كېلۈالسا، 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 سۇس شاكىراب (تۇز سۇيى) ۋە زىرە سۇيى تېمىتىش، ئاندىن كېيىن تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ كۆزنى قاپلىغان بويىچە مەزمۇت تېڭىپ كېسەل كىشى قاراڭغۇ تۇيدە ئۇخلىدا ياتقۇزۇپ قويۇلىدۇ. دەستىكارى ئەمەلىيىتىنىڭ نەتىجىسىز بولۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن ئۆچ كۈنگىچە كېسەل كىشى ھېچقانداق ھەرىكەت قىلماي جىمجىت يېتىپ ئارام ئېلىشى، چۈشكۈرۈش، يۆتىلىش، ئىنجىقلاش، ۋارقىراپ سۆزلەشلەردىن ساقلىنىش لازىم.

قەدەھ ئەمەلىيىتىنىڭ ئىككىنچى خىل تۈسۈلى

كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكىنى قەدىمكى قەدەھ تۈسۈلى بويىچە داۋالاش چارىلىرى دەۋرىنىڭ تەرەققىياتىغا ئەگىشىپ داۋاملىق تۆزگەرتىلىپ كەلگەن، تۆۋەندە قەدەھ تۈسۈلىنىڭ بىر قەدەر ئىسلاھ قىلىنغان تۈسۈلى تونۇشتۇرۇلىدۇ. بۇ تۈسۈل زامانىۋى قەدەھ تۈسۈلىغا يېقىنراق كېلىشى مۇمكىن.

بۇ تۈسۈلدىمۇ خۇددى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان تۈسۈلدىكى ئالدىنقى شەرتلەر ئاساس

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

داۋالىغۇچى تېۋىپ (قەدداھ) قائىدە بويىچە قوللىرىنى يۇيۇپ رەزىنكە قولقاپ كىيىپ تەييارلىق كۆرۈدۇ. ئاغرىقنىڭ كۆز ساھەسى تەلەپ بويىچە تازىلانغاندىن كېيىن، كۆز مۇسكۇللىرى مەس قىلىنىدۇ. بارلىق قەدەھلىق سايمانلىرى (پىچاق، قىسقۇچ، يىڭنە، يىپ، قايچا ۋە باشقىلار) يۇقىرى بېسىملىق هوردا هورداپ جەراسسىمسىزلاندۇرۇلىدۇ، ئاغرىقنىڭ بېشى ۋە يۈزىگە پەقەت كۆزى كۆرۈنۈپ تۇرىدىغان تۆشۈكلۈك جاراسسىمسىزلاندۇرۇلغان يوپۇق يېپىلىدۇ.

ئالدى بىلەن مۆڭگۈز پەردە (تەبەقەتى قەرنىيە) نىڭ تۆستۈنكى يېرىمىغا يىڭنە سانجىپ يىپ بىلەن تارتىپ قويۇلىدۇ، ئاندىن يەڭگىل بېسىم بىلەن كۆز قاتلاملىرى نۆۋەت بويىچە كېسىلىپ، قىروسمان سۇيۇقلۇق قېپى ئاشكارلىنىدۇ. كېيىن مەخسۇس ئەسۋاب بىلەن قىروسمان سۇيۇقلۇق قېپى (غىلافى روتۇبەتى جەلىدىيە) كېسىپ ئېچىلىدۇ ۋە قاپ ئىچىدىكى دوغلاشقان ماددا ئېلىپ تاشلىنىپ قېپى قالدۇرۇلىدۇ. بۇ خىل قەدەھ ئۇسۇلى «قاپ سىرتىدىن ئېلۇبتش تۆسۇلى» دەپ ئاتىلىدۇ. بۇ تۆسۇل تولۇق پىشقان كۆزگە سۇ چۈشۈشكە ماس كېلىدۇ.

تولۇق پىشمىغان، سۇيۇق دۇغسمان هۆججۈك بولغان سۇ چۈشۈشلەردە «قاپ ئىچىدىن كېسىپ ئېلىۋېتىش ئۇسۇلى» قوللىنىلىدۇ، بۇ تۆسۇلدا قىروسمان سۇيۇقلۇق قېپىنى يىرتىپ ئاچماي، قىروسمان سۇيۇقلۇقنى قىسىپ تۆرۈپ دۇغسمان هۆججۈك پۈتۈنلەي كېسىپ ئېلىۋېتىلىپ مۆڭگۈز پەردە ئۈستۈنكى يېرىمىغا تۆتكۈزۈلگەن يىپ بىلەن باغلاپ قويۇلىدۇ.

تۇغما كۆزگە سۇ چۈشۈشتە ئۆزۈمسمان پەردە (تەبەقەتى ئىنەبىيە) نى قوشۇپ ئېلىۋېتىش تۆسۇلى قوللىنىلىدۇ.

ئەگەشمە كۆزگە سۇ چۈشۈش كۆپىنچە كۆز باشقا قەۋەتلىرى ياكى هۆججۈكلىرىنىڭ ئىلتىھابى ۋە كۆزگە يېشىل سۇ چۈشۈش (گىلاتۆكوما)، زىيابىت كېسەللىكلىرىدىن كېيىن پەيدا بولىدۇ، بۇنداق هاللاردا قىروسمان سۇيۇقلۇقنىڭ هەممە قىسمى دۇغلىشىپ كۆرۈش دەخلىگە تۆچرىغانلىقتىن پۈتۈن قىروسمان سۇيۇقلۇق ئېلىپ تاشلىنىدۇ.

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

ئومۇمەن قەدەھ ئۇسۇلى بىلەن داۋالانغان كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكى بىلەن

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

كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر تۇچقاندەك كۆرۈنۈش

كۆزگە كۆمۈتا، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر تۇچقاندەك كۆرۈنۈش (خىيالات) ئاساسەن كۆزنىڭ شىشىسىمان سۇيۇقلۇقى دۇغلاشقانلىقتىن كۆز يۇمىلقىنىڭ ھەرىكىتىگە ئەگىشىپ كۆزگە كۆمۈتا، پاشا ۋە تۇمۇچۈك توربىغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ تەڭ تۇچۇپ يۇرگەندەك كۆرۈنگەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

خىيالات كېسىلى ئاساسەن ئاشقازان خىزمىتىنىڭ ناچارلاشقانلىقى توپەيلىدىن ئۇنىڭدىن ئۆرلىگەن بۇخاراتلار كۆز پەردىلىرى ۋە كۆز سۇيۇقلۇقلىرىغا بولۇپمۇ شىشىسىمان سۇيۇقلۇقا زەرەر يەتكۈزگەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا شىشىدەك سۈزۈك بولغان سۇيۇقلۇقتا كۆمۈتا، پاشا، تۇمۇچۈك توربىدەك نەرسىلەر پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ سايىسى كۆرۈش پەردىسىگە چۈشىدۇ-دە، كۆزگە بۇ نەرسىلەرنىڭ شەكلى كۆرۈنىدۇ. ھۆكۈمالىرىمىز تۆۋنى كۆزگە سۇ چۈچۈش (تۆزۈلۈلمائ) كېسىلى باشلانغانلىقىنىڭ ئالامتى دەپمۇ قارايدۇ.

ئالامتى

كۆز يۇمىلقىنىڭ ھەرىكىتىگە ئەگىشىپ ئاغرىقنىڭ كۆزنىگە خال-

توچكسسمان، پاشسسمان، يېپسمان، تۇمۇچۇك تورسمان ۋە چاڭ-توزانغا ئوخشاش نەرسىلەر ئۇچۇپ يۈرگەنىدەك كۆرۈنىدۇ. كۆز يۇمىلقى ئوك-سول، يۇقىرى-تۆۋەن تەرەپلەرگە ھەرىكەت قىلسا، شۇ تەرەپكە ئوچقاندەك بولىدۇ. يەڭگىلەك بولسا، كۆك ئاسمانغا قارىغاندەك بىلىنىدۇ. ئېغىرراق بولسا نەرسىلەرگە قارىغاندىمۇ كۆرۈنىدۇ. بەزىدە قۇرساق ئاچ ۋاقىتلاردا ئالامەتلەر يەڭگىللىشىدۇ. بەزىدە ھاۋا ئوتتۇق كۈنلىرى ئالامەتلەر روشەن بىلىنگەنىدەك سېزىلىدۇ. كۆپىنچە ئىككىلا كۆزدە ئىپادىلىنىدۇ. بەزىدە بىر كۆزدە ياكى ئاۋۋال بىر كۆزدە، ئاندىن ئىككىلا كۆزدە ئىپادىلىنىدۇ. كۆزدە قىزىرىش، ئېچىشىش، ياش ئېقىش ئالامەتلىرى كۆرۈلمەيدۇ.

داۋاسى

مۇسەھىل (تازىلىغۇچى دورا) بېرىشنى ئاساس قىلىش كېرەك، ئاشقازاندىكى بۇخاراتلارنى پەسەيتىش ۋە يوقىتىش ئۈچۈن سەۋەبچى ماددىنى تەڭشەش ۋە تازىلاش كېرەك. تەڭشەش ئۈچۈن مەتبۇخى ھەلىلە، تازىلاش ئۈچۈن ھەبىي ئىيارەج، ھەبىي قوقىيا، ھەبىي زەھەب، ھەبىي شەبيار، ئىتريفېلى سەغىر، ئىتريفېلى كەشنىز قاتارلىق دورىلارنى ئەھۋالغا قاراپ قوللىنىش لازىم. مەئجۇنى ئىگىر مەزكۇر كېسەللىك مەخسۇس دورىسى بولۇپ، داۋاملىق ئىستېمال قىلىپ بەرسە ناھايىتى ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. سىرتقى جەھەتتە كۆھلى مىراھ ئىشلەتسە بولىدۇ. ئەگەر كېسەللىك ماددىسى ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا بولسا تۇرۇپ سۇيى، كۆك چېچەك سۇيى ۋە ئىسكەنجىبىنلەر بىلەن قەي قىلدۇرۇش لازىم. ئەگەر ئاشقازانىنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا بولسا پىشۇرغۇچى ۋە ئارتۇق ماددىلارنى يوقاتقۇچى دورىلاردىن كېيىن قاتتىق قەي قىلدۇرغۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم. ئەگەر ئاشقازاندىن تۇرلىگەن ئىسسىق يەلدىن بولغان بولسا ئالدى بىلەن ئىتريفېلى كەشنىز يەپ ئوستىدىن ئەرىقى شاھتەررەگە چىلان سىلىپ قاينىتىپ، ناۋات سىلىپ 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 ئوتكۇر

ئىسسىق ياكى سوغۇقنىڭ تەسىر قىلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدۇ.

داۋاسى

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

كۆزنىك باشقا كېسه للكلىرى

كۆزنىك باشقا كېسه للكلىرى سىرتقى زەخمدىن بولغان كۆز كېسه للكلىرىگه قارىتىلغاندىن سىرت، نوقۇل هالدا يۇقىرىدىكى كۆز كېسه للكلىرىنىڭ مه لۇم بىر تۈرىگه مه نسۇپ بولمايدىغان كۆز كېسه للكلىرىنمۇ تۆز ئىچىگه ئالىدۇ. مه سىله ن، سىرتقى زەخمىلىنىشتىن بولغان كۆز كېسه للكلىرىدىن قاپاق كۆكىرىش (زۇرقه ت)، كۆزگه غه يرىي جىسىملار كىرىپ كېتىش (قه زا)، كۆزگه زەرىه تېگىش (زەرىه تۆلئه ينى)، كۆچلۈك تۇر ته سىرىدىن كۆز تورلىشىش (قومۇر) قاتارلىقلار، نوقۇل هالدا كۆز كېسه للكلىرىنىڭ مه لۇم بىر تۈرىگه كىرمه يدىغان كۆز كېسه للكلىرىدىن كۆز يۇمىلىقى پولتىيىپ چىقىش (نوتۇتۆلئه ينى)، كۆز يۇمىلىقى ئولتۇرۇشۇپ ـ كېتىش (هۇزالۇلئه ينى) ۋه كۆك كۆزلۈك (زۇرقه تۆلئه ينى) كېسىلى قاتارلىقلار. كۆزنىڭ سىرتقى زەخمدىن بولغان كېسه للكلىرى كۆزنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشىگه تەسىر يەتكۈزۈپلا قالماي، بەلكى نورمال كۆرۈش خىزمىتىگه دەخلى يەتكۈزىدۇ هەتتا بەزىلىرى قارىغۇلۇقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. مه سىله ن، كۆزگه زەرىه تېگىش ئېغىر دەرىجىده بولغاندا ياكى كۆزگه غه يرىي جىسىملاردىن ئەينەك پارچىسى قاتارلىق تۆچلۈق نەرسىلەر ئېغىرراق كىرىپ كەتكەنده مۇڭاپىق تەدبىر قىلمىسا يامان ئاقۇه تلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. كۆز كېسه للكلىرىنىڭ مه لۇم بىر تۈرىگه كىرمه يدىغان كېسه للكلەرمۇ كۆزنىڭ شەكلى ۋه رەڭگى قاتارلىقلارغا تەسىر يەتكۈزۈپلا قالماي، بەلكى بەزىلىرى تەرەققىي قىلسا ئوخشاش بولمىغان دەرىجىده كۆرۈش خىزمىتىنى بۇزىدۇ. مه سىله ن، كۆز پولتىيىپ چىقىش، كۆك كۆزلۈك كېسىلى قاتارلىقلار.

شۇڭا كۆزنىڭ باشقا كېسه للكلىرىگمۇ سەل قارىماي ۋاقتىدا داۋالاش كېرەك. سىرتقى زەخمدىن بولغان كۆز كېسه للكلىرىنىڭ بەزىلىرىنى، مه سىله ن: كۆچلۈك تۇر تەسىردىن بولغان كۆز تورلىشىش، قاپاق كۆكىرىش، كۆزگه غه يرىي 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 يۇمىلقى پولتىسىپ چىقىش، كۆز يۇمىلقى 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 (زۇرقەت، خۇزرە تۆلجەفەنى) كۆپىنچە سىرتقى ھادىسىلەر تەسىرىدىن زەخىملىنىشكە تۇچراپ قاپاق كۆكىرىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان. بەزىدە سىرتقى زەربىدىن بولمىغان قاپاق چۈرىسى سۇس كۆكىرىپ قېلىشلارمۇ كۆرۈلىدۇ. بۇ كۆپىنچە ھاللاردا زىيادە ھېرىپ-چارچىغانلىق ياكى باھ قۇۋۇتى ئاجىزلاشقانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

سەۋەبى

قاپاقنىڭ تاياقچىسى نەرسىلەر تېگىش، بىر جايدىن يەنىلىش، تۈيۇقسىز بىر نەرسىلەرگە سوقۇلۇپ كېتىش ۋە قاتتىق ھۆ بولۇش، كۆپ قېتىم قوسۇش تۈپەيلىدىن تۇشۇشاق قان تومۇرلاردا قان توسۇلۇپ قېلىپ، قاپاق كۆكىرىپ قالىدۇ. مەزكۇر سەۋەبلەرنى ئاغرىقتىن ياكى ئاغرىقنىڭ يېقىن كىشىلىرىدىن سوراش ئارقىلىق ئېنىقلىغىلى بولىدۇ.

بىر قاراپلا قاپاقنىڭ كۆكىرىپ قالغانلىقىنى بىلگىلى بولىدۇ. بەزىلەردە زەخمىلىنىش، ئىششىش ئالامەتلىرىمۇ كۆرۈلىدۇ. قاپاق كۆكىرىش كونىرىغان بولسا كۆپىنچە هاللاردا يېنىپ كەتكەن بولىدۇ. تۆتسا چىكىملىپ ئاغرىيدۇ. قاپاق هەرىكىتى راۋان بولمايدۇ.

داۋاسى

جاراهەت ياكى ئىششىق بولسا ئالدى بىلەن جاراهەتنى پۈتتۈرگۈچى، ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. تۆنىكىدىن كېيىن قاپاقتىكى كۆكنى يوقىتىش ئۈچۈن يېڭى ساپالىنى سىركىدە سۈرۈپ تاتقىنى چىقىرىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىش ياكى تۇرۇپنىڭ ئورۇقىنى سوقۇپ كۆك يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن قوشۇپ تېڭىش ياكى ئىسسىق سۇغا بىر ئاز تۇز قوشۇپ قاپاقنى يۇيۇش لازىم. موزنى سوقۇپ، كۈنجۈت يېغىدا ئاستا قاينىتىپ كۆزگە تارتسا ياكى ئىت ئۈزۈمى سۈيىنى تېمىتسا ناهايىتى پايدىلىق.

باھ قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىقى ۋە زىيادە هېرىپ-چارچىغانلىقتىن بولغان قاپاق كۆكىرىشنى داۋالاشتا ئاساسلىق بەدەن ۋە باھ قۇۋۇتىنى كۈچەيتىدىغان دورىلارنى ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىش هەمدە دەم ئېلىش، يېمەك-ئىچمەكنى تەڭشەش لازىم. كونكىرىت داۋالاش جەهەتتە باھ ئاجىزلىقىنى داۋالاشتىكى تۈسۈل-چارە ۋە دورىلاردىن پايدىلانسا بولىدۇ.

كۆچلۈك نۇر تەسىردىن كۆز تورلىشىش

كۆچلۈك نۇر تەسىردىن كۆز تورلىشىش (قۇمۇر) بەزى كىشىلەرنىڭ كۆچلۈك تۆتكۈر يورۇقلۇققا كۆپ قارىغانلىقتىن كۆزى تورلىشىش، هەتتا رەڭلىك نەرسىلەرمۇ ئاق كۆرۈنۈش ياكى كۆزى پۈتۈنلەي كۆرمەس بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

هاۋا ناهايىتى ئوچۇق كۈنلەردە كۆچلۈك كۈن نۇرىغا كۆپ قاراش، بەك كۆچلۈك چىراغ

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

ئالامىتى

مەزكۇر كېسەل يېڭى ۋە يەڭگىلەك 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، تۈنۈكدىن كېيىن كۆزگە قارا كۆزەينەك تاقاش، تۈتۈق (قارا) رەڭلىك كىيىملەرنى كىيىش كېرەك. كۆزنىڭ بەزى سۈيۇقلۇقلىرىنى يۇمشىتىش، توسالغۇلارنى ئېچىش، چېچىلغان نۇرنى يىغىش ئۈچۈن ئاچچىق بادامنى سوقۇپ كۆزگە چېپىپ قارا رەختىن بىلەن تېڭىش، ئىسسىق سۇ قاتارلىق نەرسەر بىلەن ئىسسىق تۆتكۈزۈش لازىم.

ياخشى ئوزۇق بولىدىغان نەرسەر بىلەن ئوزۇقلىنىش، بولۇپمۇ يېڭى كۆكتات، مېۋە-چېۋە، سۈيۇق-سەلەڭ قۇۋۇەتلىك تاماقلارنى يېيىش لازىم. مەنزىرىلىك جايلاردا ساياھەت قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

كۆزگە غەيرىي نەرسەر كىرىپ كېتىش

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

سەۋەبى

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

ئالامتى

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 مۆڭگۈز پەردىسىنى بۇزۇپ زەخىملەندۈرۈش، ئىششىش قاتارلىق ئەھۋاللارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

داۋاسى

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

ئەگەر بۇ تۈسۈلدا چىقمىسا قاپاقنى قايرىپ ئوبدان ئىنچىكىلەپ قاراپ، غەيرىي جىسىمنى قىسقۇچ ئارقىلىق ئېھتىيات بىلەن قىسىپ ئېلىش ياكى پاكىز داكىغا يېپىشتۇرۇپ ئېلىۋېتىش كېرەك. ئەگەر بۇ تۈسۈلدا 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 ششە سۇنۇقى، تومۇر پارچىسى قاتارلىق تۇچلۇق نەرسىلەر كىرىپ كەتسە جىددىي مۇئامىلە قىلىش، سەل قارىماسلىق، كۆزنى قەتئىي تۇتۇلماسلىق، دەرھال ئاغرىقنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ قول ياكى مەخسۇس قىسقۇچ بىلەن قىسىپ ئېلىۋېتىش لازىم. تومۇر پارچىسىنى ماگنىت تېشى بىلەن تارتقۇزۇپ ئېلىشقا ئامال قىلسا بولىدۇ. جاراھەتلىنىش ۋە ئىششىشقا ئوخشاش ياماق

ئاقئوه تله ردىن ساقلىنىش ئۈچۈن تۇخۇم ئېقى ياكى ئاياللارنىڭ سۈتىنى تېمىتىش كېرەك. نەرسە كۆرۈنگەنلەردىن كېيىن پاكىز پاختىنى كۆز جىسىكىگە تۇتۇپ تۇرۇپ، نىشاستىنى كۆزگە تېمىتسا كىرىپ كەتكەن نەرسە يېنىپ چىقىدۇ. ئەگەر بەك تۇشۇشاق نەرسە بولسا زەيتۇن يېغى ياكى باشقا ياغلارنى تېمىتسا بولىدۇ.

كۆزگە زەربە تېگىش

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

سەۋەبى

ئۇرۇلۇش-سوقۇلۇش، دۇم 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 قانائپ قان تۈيۈپ قىزىرىپ قالغانلىقىنى ئېنىق كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

يۇقىرىقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بولغان كۆزدىكى زەخمىلىنىشتە كۆپىنچە كۆزنىڭ ئەستەر پەردىسى تەسىرگە تۇچراپ كۆز ئېقى قانغا تولغاچقا، داۋالاشتا ئەھۋالنىڭ يەڭگىل-ئېغىرلىق دەرىجىسگە 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، نىلۇپەر قاتارلىقلارنى چىلاپ ئىچۈزۈش، ھەر خىل ھۆل مېۋىلەرنىڭ سۈيىنى ئىچكۈزۈش، كۆك يۇمغاقسۈت، پۈدىنلەرنىڭ سقىلغان 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 سىلاپ كۆزگە قۇيىسا بولىدۇ. ئەگەر قىزىتما بولسا يۇقىرىقىغا كۆك يۇمغاقسۈت قوشۇۋەتسە تېخىمۇ ياخشى، كۆزدىكى قىزىللىق ۋە قىزىش يانمىسا ماش تۇندىن 2 ھەسسە، زەرچۇبە، ھۇزۇز، گىلى ئەرمىنى، مامىرانچىنى، زەئىفەر، مەستەكىلەرنىڭ ھەر بىردىن بىر ھەسسە ئېلىپ بۇلارنى گۈل يېغىدا ئېزىپ كۆزگە تېمىتسىمۇ بولىدۇ. تۇندىن باشقا كۆز ئاغرىش كېسەللىكىدە ئېيتىلغان چارىلەرنى قوللانسىمۇ ياخشى ئۇزۇم بېرىدۇ.

كۆز يۇملىقى پولتىسىپ چىقىش

كۆز يۇملىقىنىڭ پولتىسىپ چىقىشى (تۇتۇتۇلۇش يىنى) ھەر خىل ئىچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ يامان تەسىرى تۇپەيلىدىن كۆز يۇملىقى يەنى كۆز يۇملىقنىڭ ئادەتتىكى نورماللىقتىن چىقىپ پولتىسىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

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

بېرىدۇ.

مېڭە ۋە كۆز بېسىمى ئارتىپ كەتسىمۇ ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدىكى كۆز پولتىيىپ چقىش كېلىپ چقىدۇ.

يىقىلىش، بوغۇلۇش قاتارلىق سىرتقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىمۇ كۆز پولتىيىپ قالىدۇ.

ئالامىتى

كېسەللىك ئەھۋالى يەڭگىلەكلىرىدە كۆزنىڭ پولتىيىپ چقىپ قالغانلىقىنى ئانچە بىلگىلى بولمايدۇ. ئېغىرراقلىرىدا بىر قاراشتىلا كۆز يۇمۇلقىنىڭ روشەن هالدا پولتىيىپ چىقىپ قالغانلىقىنى بايقىغىلى بولىدۇ. قاپاقلار هەرىكىتى توسالغۇغا ئۇچرايدۇ، بولۇپمۇ يۇقىرىقى قاپاق تولۇق يېپىلماي كۆز ئېقى كۆرۈنۈپ قالىدۇ هەتتا مۇڭگۈز پەردە قۇرغاقلىشىپ زەخمىلىنىشى، يارا پەيدا بولۇشى ۋە كۆرمەس بولۇپ قېلىشى مۇمكىن.

كېسەل كىشى ئاسانلا غەزەپلىنىشقا ئۇچراپ، بىر قاتار روهىي ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. كەيپىيات جەهەتتە تەۋرىنىش بولۇپ تۇرىدۇ هەمدە داۋاملىق ئۈيقۇسى قاچىدۇ. بەدىنى ئورۇقلايدۇ. ئاسانلا چارچايدۇ. يۈرەك هەرىكىتى تېزلىشىدۇ. كۆپىنچە ئاغرىقلاردا بويۇن بەزلىرى يوغىناپ قالىدۇ. بەزىلىرىدە 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 تەرلەرگە قارىغاندا ئايالىلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ. بولۇپمۇ بالاغەتكە يەتكەن قىزلار، ئوتتۇرا ياشلىق ۋە هەيز توختىغان ئايالىلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ.

نورمالسىز هۆللۇكنىڭ ئارتىپ، يىغلىپ قالغانلىقىدىن كۆزنى تۇتۇپ تۇرغان پەيلەر بوشىشىپ پەيدا بولغانلىرىدا دەسلىپىدە 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 سەۋەبنى تۈگىتىش

لازىم.

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

سىرتتىن شىپالىق مامىشا، شىپالىق ئاقاقىيالارنى بادىيان سۈيى ياكى ئاياللار سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۈزگە تارتىش ۋە تېڭىش، بىمارنىڭ بېشىنى پەسرەك قىلىپ ئوڭدا 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، ئۆزۈن يول مېڭىش، كۈچەپ ناخشا ئوقۇش، ۋارقىراش، قاتتىق قەي قىلىش، يۆتىلىش، تاماق ئوستىگە تاماق يەپ بەك تويۇنۇپ كېتىشتەك كۆز بېسىمنى ئاشۇرغۇچى سەۋەبلەرنىڭ ھەممىسىدىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم.

كۆز يۇمىلىقى يىگىلەپ ئولتۇرۇشۇپ كېتىش

كۆز يۇمىلىقىنىڭ يىگىلەپ ئولتۇرۇشۇپ كېتىشى (ھۆزالۇلئەينى، 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 تۆخۈم ئېقىسمان سۈيۇقلۇق (روتۇبەتى بەيزىيە) ۋە شىشىسمان سۈيۇقلۇق (روتۇبەتى زۇجاجىيە) تىن

ئىبارەت تەبىئىي ھۆللۈكلەرنىڭ قۇرۇپ ئازىيىشىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ ياشانغانلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ. كۆزگە ئوزۇقلۇق يەتكۈزگۈچى تومۇرلاردا توسالغۇ پەيدا بولۇشىدىن ئوزۇقلۇق ۋە ھۆللۈك يېتىشمەي كۆزگە قۇرۇقلاپ ئولتۇرۇشۇپ كېتىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا كۆز ئاجىزلىقىنىڭ ئاخىرىقى دەۋرلىرىدىمۇ پەيدا بولىدۇ. تۆلۈم ئالدىدىمۇ مۇشۇ خىل ئەھۋال كۆرۈلىدۇ.

بەزى كىشىلەردە كۆپ ئىچى سۇرۇش، ئاچ قېلىش، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك قاتارلىق ئامىللار سەۋەبىدىنمۇ پەيدا بولىدۇ. لېكىن بۇ، ۋاقتىلىق 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 مىزاجنى ھۆللەشتۇرۇش ئۈچۈن ھەر خىل مېۋىلەرنىڭ سۈيى، ئارپا سۈيى، پاقلان گۈشى شورپىسى قاتارلىق ھۆللەشتۇرگۈچى دورا ۋە ئوزۇقلار بىلەن ئوزۇقلىنىش، بەدەننى بولۇپمۇ چېكىنى بادام يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاش، تۈخۈم ۋە سۈتنى ماتۇلئەسەل بىلەن ئىستېمال قىلىش لازىم.

ئەگەر توسالغۇلاردىن بولغان بولسا توسالغۇلارنى ئېچىش بىلەن بىرگە يۇقىرىقى ئوزۇقلۇقلارنى ئىستېمال قىلىش، پات-پات قىزىق مۇنچىدا يۇيۇنۇش، كۆزگە قىز تۈغقان ئايالنىڭ سۈتىنى تېمىتىش كېرەك.

يۇقىرىقىدەك ھۆللەشتۇرگۈچى ۋە سەمرىتكۈچى چارە-تەدبىرلەرنى قىلىش بىلەن بىرگە بەدەننى قۇرۇتقۇچى ۋە ئورۇقلاتقۇچى تاماق ۋە ئىش-ھەرىكەتلەردىن ساقلىنىش كېرەك. بۇنىڭ داۋالاش ئۈنۈمىگە چوڭ ياردىمى بولىدۇ.

بولكىنىڭ تۈۋىقىنى قىز تۈغقان ئايال سۈتىدە ئېزىپ، تۈخلاش ئالدىدا كۆزگە چاپسا بولىدۇ. نىلۇفەر ۋە بىنەپشە ياغلىرىنى تېمىتىسمۇ بولىدۇ. پات-پات ئىسسىق سۇ بىلەن باش-كۆزنى يۇيۇش كېرەك.

كۆك كۆزلۈك كېسىلى

كۆك كۆزلۈك (زۇرقە تۆلەيني، گۈربەتى چەشم، زەرقائ) كېسىلى كۆز قارىسىنىڭ كۆپىكىنىڭ رەڭگە كىرىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، خەلق ئارىسىدا مۇشۇك 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 مۇشۇك 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 تۈنى ساقايتماق تەس ياكى ئاساسەن ساقايمايدۇ. ئەگەر بالىلىق مەزگىلىدە پەيدا بولۇپ ياشلىق مەزگىللىرىدە ئۆزلۈكسىدىن 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 ئۆسۈل-چارىلارنى قىلىش، ئۆزۈن 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 ئۆسۈل-چارىلەرنى قىلىش، ئۆزۈن مۇددەت كۆپلەپ ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. دەستكارلىق ئۆسۈلنى قوللانسا ساقايمايدۇ.

بۇ خىلدىكى كۆك كۆزلۈك كېسىلىنىڭ كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسىلى بىلەن پەرقى شۇكى، كۆزگە سۇ چۈشۈش (ئۆزۈلۈلمائ) كېسەللىكىنىڭ دەسلەپىدە كۆزگە پاشا، كۈمۈتسىغا ئوخشاش كىچىك نەرسىلەر ئۇچىقاندەك كۆرۈندۇ. مەزكۇر كېسەللىكدە بۇنداق ئەھۋال بولمايدۇ. كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكنى دەستكارلىق ئۇسۇلى بىلەن ساقايتقىلى بولىدۇ. مەزكۇر كېسەللىكنى دەستكارلىق ئۆسۈلى بىلەن داۋالاپ ساقايتقىلى بولمايدۇ.

كۆز كېسه للىرىگه ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

كۆز ئەستەر پەردە يالليۇغىنى داۋالايدىغان دورىلار

بېھي ئۆرۈقى، چىلان، قوغۇن ئۆرۈقلىرىدىن قائىده بويىچه شىره (لۇئاب) چىقىرىپ كۆزگه سىرتتىن چېپىلىدۇ.

ئاق سەندەل (سەندەل سەفىد)، گىلى ئەرمىنى، هوزۇز مەككى، ئەنگورى شىفا (ئىت ئۆزۈمى)، ئاقا قىيالارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ كۆك يۇمغاقسۇت سۈيى بىلەن مەلھەم ياساپ زىماد قىلىنىدۇ.

يۇقىرىقى كېسه للىكله رنى داۋالاش ۋە كۆزنى كۆن ئۇرىدىن ساقلاش ئۈچۈن كۆزگه كۆك رەڭلىك كۆزەينەك تاقىۋىلىش كېرەك. شارائىت بولمىغاندا پاكىز كۆك رەختنى كۆز ئالدىغا ئېسىۋالسىمۇ بولىدۇ.

يەنه مەزكۇر كېسه للىكله ردە ئاغرىقنىڭ مىزاجىغا قاراپ هەبىي زەهەب، هەبىي شەبيار، ئىتىرىيفىلى كەشنىز، شەربىتى بىنەپشىلەر مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

كۆك يۇمغاقسۇت سۈيىنى ئايال سۈتى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، كۆز ئىچگه تېمتىسا ئاغرىق پەسەيتىپ، ئىششىقنى قايتۇرىدۇ.

هەبىي زەهەب، سەبرى سۇقۇتۇرى 54 گرام، سىبرىق هەلىله پوستى 27 گرام، كەتىرا 8.1 گرام، .مەستكى رۇمي 8.1 گرام، قىزىلگۈل 13.5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىده بويىچه يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ئەرىقى گۈلاب ياكى ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ 0.1 گراملىق كۆمۈلاچ قىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: هەر خىل كۆز كېسه للىكلىرىگه كۆز بېسىمنى پەسەيتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. كۆنده بىر قېتىم تاماقتىن بۇرۇن 0.1 گرامدىن ئۈچ گرامغىچه ئىستېمال قىلىنىدۇ.

كۆزگە رەڭدار چېكىت چۈشۈش كېسىلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

كۆك كەپتەر باچكىسىنىڭ قۇيرۇقىنى يۇلۇپ، ئىچىدىن چىققان قان ئىسسىق هالدا كۆزگە تېمىتىلىدۇ. باشقا تۆچار قۇشلاردىن پاختەك، تۈردەكلەرنىڭ 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 سەبرىنى 20 مىللىلىتر سىركىدە ئېرىتىپ رەڭدار چېبكىت چۈشكەن كۆزگە تېمىتىش ياكى بىر گرام تاباشىرنى ئون گرام بىنەپشە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ كۆز ئىچىنى ياغلاش كېرەك. تۇنجىدىن باشقا، كۆك تۇرۇپ سۈيىنى سىقىپ چىقىرىپ باراۋەر مىقداردا گۈل يېغى (رەۋغەنى ۋەرد) ئارىلاشتۇرۇپ كۆز ئىچىنى ياغلاش كېرەك.

مەرۋايىتنى تۈشۈشاق تالقانلاپ، بىر قانچە قېتىم داكىدىن تۇتكۇزۇپ تۇنجىغا كەكلىك تۇتىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈرمەدەك كۆزگە تارتىسمۇ بولىدۇ.

كۆز بۇرجىكىدىن تۇسكەن تىرناقسىمان گۆشنى داۋالايدىغان دورىلار

2.8 گرام تۇشۇدۇر، 1.4 گرام سەمغى ئەرەبىنى يۇمشاق سوقۇپ لاھۇر تۇزىنىڭ سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ قائىدە بويىچە شىياف ياساپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا مەزكۇر شىيافنى كۆز بۇرجىكىدىكى تىرناقسىمان گۆشكە كۈندە بىر قانچە قېتىم سۈركەپ بېرىلسە ياخشى تۈنۈم بېرىدۇ.

يەنە ئەركەك ئوغلاقنىڭ تۇت سۇيۇقلۇقىنى 10 گرام ساپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ كۆز بۇرجىكىگە سۈركەپ بەرسە تۇسكەن گۆشنى يوقىتىدۇ.

قەدىمكى ھۆكۈمالارنىڭ تەجرىبىسىگە ئاساسلانغاندا، شەپەرەڭ مايىقىنى

كۆيدۇرۇپ تەڭ مىقداردىكى سۇقمۇنىيا بىلەن بىللە يۇمشاق سوقۇپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ كۆز بۇرجىكىگە داۋاملىق سۈركەپ بەرسە مەزكۇر گۈشنى تۈسۈشتىن چەكلەيدۇ ۋە يوقىتىدۇ.

ئەڭ ئىشەنچلىك چارىسى دەستكار تۈسۈلى بىلەن تىرناقسىمان گۈشنى قىرىپ ئېلىۋېتىش، ئاندىن يۇقىرىدىكى دورىلاردىن بىرنى تاللاپ ئىشلىتىپ قايتا تۈسۈشنى چەكلەشتىن ئىبارەت.

كۆزگە چۈشكەن ئاققا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

بىر گرام گۈڭگۈرت (كىبرىت) نى يېرىم گرام زاك بىلەن بىللە تۈشتاق 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 يىپەك ئەلگەكتىن تۈتكۈزۈپ، ئاق چۈشكەن كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ.

پېشقەدەملەرنىڭ ئېيتىشچە، ئاقنى يوقىتىش ئۈچۈن بەدەننى تەنقىيە قىلىش لازىم. مەسىلەن: ھەبىي زەھەب، ئىيارەجى پەيقەرا، ئىتريفبلى سەغىر، مەتبۇخى ئۇستىخۇددۇس، مەتبۇخى ئەقتمۇنلاردىن بىرى كېسەلنىڭ ئەملي ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ. شۇنىڭدەك بۇرۇدى ئەسۋەد سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ.

بەرۇدى ئەسۋەد

قارا سۈرمە، ئاق تۈتىيا ھەر بىرى 32 گرام، تېشىلمىگەن مەرۋايىت 5.4 گرام، سازەج ھىندى 2.7 گرام، زەئفەر 1.4 گرام، ئالتۇن ئىقلىمياسى 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 پىلتىكىچكە يۇقتۇرۇپ ئاق چۈشكەن كۆزگە كۈندە 2 قېتىم سۈرمىدەك تارتىلىدۇ.

كۆهلى فلفلمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. تۇنۇك تەركىبى ۋە ياسىلىشى تۆۋەندىكىچە:
قارىمۇچتىن 12 گرامنى تۇششاق تالقانلاپ، يېڭى سويۇلغان توپاق تۇتى بىلەن خېمىر قىلىندۇ. تۇنى يەنە سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن قايتىدىن يۇمشاق سوقۇپ ئىزىپ رەڭلىك شىشىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم كەلگەن چاغدا، ئاق چۇشكەن كۆزگە سۈرمىگە ئوخشاش كۇندە 2 قېتىم تارتىلىدۇ.

قوشۇمچە

كۆز قىچىشىش، كۆپ ياشاڭغۇراشلاردا خوراز تۇتى بىلەن ئەرىقى بادىيان تەڭ مىقداردا ئىلىپ تەڭشەپ، كۆزگە پىلتكۇچ بىلەن سۈرتۇلىدۇ.

كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم مۇرەككەپ دورىلار

بەرۇدى ھۇسرۇم

تەركىبى: تۇتىيا 28 گرام، زەنجىبىل، سىرىق ھەلىلە پوستى 13.5 گرامدىن، قىلقىل، مامىرانچىنى 8.1 گرام، نەمەكى ھندى 2.7 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، يېپەك ئەلگەكتە تاسقاپ، پىشمىغان ئاق ئۇجمە سۈيىنى داكا ئارقىلىق سقىپ، سۈزۈپ يۇقىرىقى سۇفۇفقا قۇيۇپ 20 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن كېيىن سايىدا قۇرۇتۇپ ئىككىنچى قېتىم قايتا سوقۇپ تاسقاپ رەڭلىك ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا ئىنچىكە پىلتىكۇچ بىلەن ئەتىگەن-ئاخشامدا كۆزگە تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز ياشاڭغۇراش، كۆز شىللىق پەردىلىرى قىلىنلىشىش، 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 ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا كۆزگە ئەتىگەن-ئاخشامدا سۈرمىدەك تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنىڭ قىزىللىقى ۋە ئېچىشىپ ئاغرىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

كۆھلى رومىمانەين

تەركىبى: تۇتىيا، سازەج ھندى، كۆيدۈرۈلگەن مىس تالقىنى ھەر بىرى 6

گرام، سەبری، قارىمۇچ، فلفل، يۇيۇلغان شادنەج ھەر بری 3 گرام، مامىشا، موزا، ئەنزەرۇت، كۆپۈكى دەريا ھەر بری 1.5 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، يېپەك ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ تالقان تەييارلىندۇ.

ئاچچىق ۋە تاتلىق ئاناردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، داكا ئارقىلىق سقىپ يۇقىرىدىكى دورىلار تالقىنى چىلاشقىدەك مىقداردا قۇيۇلىدۇ. ئۈچ كۈندە بىر قېتىمدىن ئۈدا بەش قېتىم ئانار سۈيى ئالماشتۇرۇلىدۇ، ئاندىن سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ. قۇرۇغاندىن كېيىن قايتا سوقۇپ، تاسقاپ رەڭلىك ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا كۆزگە سۈرمە قىلىپ تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنى قۇۋۋەتلەيدۇ، كۆز ياشاڭغۇراش، كۆزگە ئاق چۈشۈش، كۆز جىيەكلىرىنىڭ قىچىشىشنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

داۋائى تەنكارى

تەركىبى: ئۆشۈدۇر، تەنكار (دانىكار) ھەر بری 3 گرام.

تەييارلاش ئۇسۇلى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، يېپەك ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ تەييارلىندۇ. لازىم بولغاندا ئۈخۈم ئېقى بىلەن مەلھەم قىلىپ كۆز جىيىكى ۋە بۇرجىكىگە سۈركىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز جىيەكلىرىنىڭ قىچىشىشى ۋە كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆنۈشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

داۋائى ناخۇنەئى فل

تەركىبى: پىلىنىڭ قۇرۇتۇلغان تىرنىقى، ئوتتىيا ھەر بری 7 گرام، زەئفەر 1 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلار قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇلۇپ، يېپەك ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ تەييارلىندۇ. لازىم بولغاندا قىز ئۇغقان ئايال سۈتى بىلەن نەملەپ كۆزگە چېپىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتىدۇ.

زەرۇرى مەغسۇل

تەركىبى: قالىغاچ مايىقى، ئاقىرقەرھا، ئەنزەرۇت، كۆمۈش ئىقلىمىياسى ھەر بىرى 3 گرام، ساپ ھەسەل 10 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، يېپەك ئەلگەكتە تاسقاپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ. ھەر كۈنى كۆزگە چۈشكەن ئاق ئوستىگە سۈركەپ، ئەتىگەندە ئەرىقى بادىيان بىلەن كۆز يۇيۇلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزگە چۈشكەن ئاققا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زەرۇرى تۇتىيا (بىرىنچى ئۇسخا)

تەركىبى: تۇتىيا 27 گرام، سىرىق ھەلىلە پوستى، سەبرى، زەردچۇبە، فلفىل، قارىمۇچ ھەر بىرى 7 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ، پىلتىكۈچ بىلەن ئەتىگەن-كەچتە كۆزگە تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز تورلىشىش، ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زەرۇرى تۇتىيا (ئىككىنچى ئۇسخا)

تەركىبى: تۇتىيا، نىشاستە، قەلەي تۇپىسى 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.

شیافی رۇشنائی

تەرکىبى: كۆمۈش ئىقلىمياسى، ئالتۇن ئقلىمياسى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەر بىرى 7 گرام، كافۇر، ئىپار ھەر بىرى 1 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ، قائىدە بويىچە شياف ياساپ ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ لازىم بولغاندا قاياقسۇدا ئېرىتىپ كۆزگە سۈرتىلىدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆزگە سۇ چۈشۈش، ئاق چۈشۈش، گۆش ئۆنۈش ۋە كۆز نۇر يىغالماسلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

شیافی ئەسۋەد

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن مىس، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، بىخ مارجان، ئاقاقيا ھەر بىرى 3 گرام، ئەپيۇن، زەئفەر ھەر بىرى 1 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق ئېزىپ، يېپەك ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ قائىدە بويىچە شياف ياساپ ششىدە ساقلىنىدۇ. لازىم بولغاندا قاياقسۇ بىلەن ئېرىتىپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆزگە ئاق چۈشۈش، پەردە چۈشۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

كۆھلى مۇقەۋۋى بەسەر

تەركىبى: تۇتىيا 54 گرام، زەنجىبىل، فلفل، قارىمۇچ، مامىرانچىن ھەر بىرى 7 گرام، تۇشۇدۇر 3.5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ 2-قېتىم يەنە ئېزىپ ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ. لازىم بولغاندا سۈرمە قىلىپ كۆزگە تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيتى: ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان كۆز ئاجىزلىقى، كۆزگە سۇ چۈشۈش، ئاق چۈشۈش، تۇشۇشاق نەرسىلەر تۇچقاندەك كۆرۈنۈش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زەرۇرى ئەنزەرۇت

تەركىبى: ئەنزەرۇت، مۇرمەككى (ئېشەك سۈتىگە چىلانغان)، سەمغى ئەرەبى، ناۋات ھەممىسى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ تاختا ئەلگەكتىن تۈتكۈزۈپ كۆزگە سېپىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز ياشاڭغۇراشنىڭ دەسلەپكى دەۋرلىرىدىكى كۆز ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

زەرۇرى ئەسفەر

تەركىبى: زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ئەنزەرۇت 15 گرام، شىيافى مامىشا (تۆگە تاپان ياپرىقى) 6 گرام، سەئدى، زەئفەر، رۇسۇت، قىزىلگۈل تۈرۈقى ھەر بىرى 2 گرام، ئەپيۇن 3 گرام.

تەييارلىنىشى: ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن تۈتكۈزۈپ كۆزگە سېپىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزدىن يىرىڭ ۋە زەردائ ئېقىشنى توختىتىپ، ئارتۇق ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ.

زەرۇرى ئەبيەز

تەركىبى: كۆمۈش كۈيۈندىسى، تۈچ كۈيۈندىسى، قەلەي تۈپىسى ھەر بىرى 6 گرام، كەتىرا 60 گرام، سەمغى ئەرەبى 120 گرام، ئادراسمان گۈلى 180 گرام، نشاستە 90 گرام، ئەپيۇن 30 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇمشاق تالقانلاپ ئارپا بادىيان سۈيىگە چىلاپ، ئاندىن قۇرۇتۇپ پارشوك ياساپ كۆزگە سېپىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزدىن ياشاڭغۇراشقا ئىشلىتىلىدۇ.

زەرۇرى سەبرى

تەركىبى: يۇيۇلغان تۈتىيا 30 گرام، سېرىق ھېلىلە پوستى، سەبرى، زەردچۇبە، فلفل ھەر بىرى 15 گرام، قارامۇچ 6 گرام

تەييارلىنىشى: تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆز قىچىشىش ۋە ياشاڭغۇراشلارنى داۋالايدۇ. بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ.

زەرۇرى قەلەي

تەركىبى: يۇيۇلغان تۈتىيا، قەلەي تۈپىسى تەڭ مىقداردا.
تەييارلىنىشى: يۇمشاق تالقانلاپ كۆزگە سېپىلىدۇ.
خۇسۇسىيتى: 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.
خۇسۇسىيتى: كۆز قىزىقلىقىنى پەسەيتىدۇ. رەمەد (كۆز يالۇغى) نى داۋالايدۇ.

زەرۇرى مامىران

تەركىبى: ھەشقىپىچەك تۈرۈقى ياكى زىخ تۈرۈقى، ئەنزەرۇت ھەر بىرى 30 گرام، مامىران چېينى، خۇنسياۋشان ھەر بىرى 6 گرام.
تەييارلىنىشى: تالقانلاپ كۆزگە سېپىلىدۇ.
خۇسۇسىيتى: باللار كۆز ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

زەرۇرى مەغسۇل

تەركىبى: قالىغاچ مايىقى، ئاققەرھا، ئەنزەرۇت، زەنگار، مېتال كۆيۈندىسى.
تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، كۆزگە چېپىلىدۇ.
خۇسۇسىيتى: كۆزگە يەڭگىل دەرىجىدىكى ئاق چۈشۈشنى داۋالايدۇ.

زىمادى ئەنزەرۇت

تەركىبى: ئاق سەندەل 3 گرام، ئەنزەرۇت 2 گرام، تۈخۈم ئېقى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئاق سەندەلنى سۇرۇپ، ئوستىدىن ئەنزەرۇتنى ئارىلاشتۇرۇپ، توخۇم ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز ياشاڭغۇراشنى داۋالايدۇ.

تىلائى ھودبى

تەركىبى: خورمىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن ئۇرۇقى، سۈنبۈل، چاشقان مايىقى (كۆيدۈرۈلگەن)، فىلفىل ھەر بىرى بىر ھەسسىدىن، سۇرمە 3 ھەسسە، قەلەي 6 ھەسسە، زەئفەر يېرىم ھەسسە.

تەييارلىنىشى: ناھايىتى يۇمشاق سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كىرپىك توكۇلۇشنى توختىتىدۇ.

قەتۇرى ئەشا

تەركىبى: سۇزاپ سۇيى، يۇمغاقسۇت سۇيى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى قوشۇپ يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ. كۈنىگە 2-3 قېتىم كۆزگە تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كەچتە كۆرەلمەسلىك كېسىلىنى داۋالايدۇ.

كۆھلى ئەزىرى

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن ئىسپىھان سۇرمىسى 15 گرام، كۆمۈش كۆيۈندىسى، ئالتۇن كۆيۈندىسى، شادانەج، ماش، ھىندى تۇتىياسى، كۆيدۈرۈلگەن مىس ھەر بىرى 6 گرام، سىرىق ھېلىلە پوستى، سازەج ھىندى، قارىمۇچ، فىلفىل، تۇشۇدۇر، 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 تۇسۇل بىلەن تەييارلاپ كۆزگە سۇرتۇلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆزنى روشەنلەشتۇرىدۇ. كۆز قاراڭغۇلۇشىش، كۆز ياشاڭغۇراشلارنى داۋالايدۇ.

كۆهلى دەمئه (برىنچى تۈسخا)

تەركىبى: سېرىق هېلله بىر دانه، زەئفەر ئاز مىقداردا.
تەييارلىنىشى: هەلىلىنى خېمىرغا ئوراپ خىش ئۈستىده قويۇپ قىزىتىلغان توتۇر ئىچىگه سېلىپ قىزارغاندىن كېيىن ئېلىپ، هەلىلىنى ئايرىۋېلىپ زەئفەر بىلەن ناهايىتى يۇمشاق سالايه قىلىپ سۈرمه قىلىندۇ.
خۇسۇسىيىتى: كۆز ياشاڭغۇراشنى توختىتىدۇ.

كۆهلى مۇقەۋۋى

تەركىبى: يۇيۇلغان 60 گرام هۆل رەيهاندىن سىقىۋېلىنغان سۈنئ قۇرۇتۇلمىسى مەلۇم مىقداردا، زەنجىۋىل، قارامۇچ، مامىرانچىنى 6 گرامدىن، تۈشۈدۇر 3 گرام.
تەييارلىنىشى: تۈتىيا ۋە رەيهان سۈيى قۇرۇتۇلمىسىنى سۈرۈپ قالغانلىرىنى سوقۇپ يىپەك رەختىدىن ئۆتكۈزۈپ سۈيىگه چىلاپ قۇرۇتۇپ تۈتىيانى ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن كۆزگه سۈرتۈلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: كۆزنئ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. كۆزدىن ياش ئېقىشنى توختىتىدۇ.

كۆهلى مۇنبىت

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن خورما تۇرۇقى 15 گرام، كۈندۈر كۈلى 12 گرام، سۇنبۇل 9 گرام، لاجۋەرد، هەبىي بىلسان هەر بىرى 3 گرام.
تەييارلىنىشى: ئاده تتىكى تۈسۈلدا تەييارلىنىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: كىرپىك ئۈندۈرىدۇ (تەجرىبىدىن ئۆتكەن).

كۆهلى ملكايا

تەركىبى: ئېشەك سۈتىده مۇدەببەر قىلىنغان ئەنزەرۇت، ئاق شېكەر، نىشاسته هەر بىرى 15 گرام، ئۈزۈم تۇرۇقىنئ مېغىزى 3 گرام.
تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.
خۇسۇسىيىتى: هەر خىل سەۋەبتىن بولغان كۆز ياشاڭغۇراشلارنى داۋالايدۇ.

كۆهلى دەمئه (ئىككىنچى-ئۆسخا)

تەركىبى: ئۆتىيا 7 گرام، بىخ مارجان، سىرىق ھەلىيله پوستى، سەبرى سۇقۇتىرى ھەر بىرى 3 گرام، قارا ھەلىيله، فلفل ھەر بىرى 0.7 گرام.

تەييارلىنىشى: ئۆتىيانى قىزىتىپ يەتته قېتىم ئەرىقى گۈلابتا سۇغۇرۇپ ئاندىن تالقانلىنىدۇ ۋە باشقا دورىلار بىلەن قوشۇپ يۇمشاق سالايە قىلىپ يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيتى: ياشاڭغۇراشنى توختىتىش، كۆزنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە.

كۆهلى ۋەرد

تەركىبى: تازىلانغان قەلەي 24 گرام، ئالتۇن كۈيۈندىسى، سەمغى ئەرەبى، يۇيۇلغان شادىنەج ياكى كۈيدۈرۈپ يۇيۇلغان ماگنىت تېشى ھەر بىرى 12 گرام، بەسباسە، كۈيدۈرۈلگەن مىس، زەئفەر ھەر بىرى 3 گرام، ئەپيۇن 3 گرام، كافۇر بىر گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

خۇسۇسىيتى: يۇقىرىقىغا ئوخشاش.

كۆهلى 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 سۇت قويۇلىدۇ. خالتا تۆۋىغا ئوت يېقىپ، يۇقا مىس پەتنۈسنى ئوت يېقىلغان پىلىك خالتا ئۈستىگە ئېسىپ قويۇلىدۇ. پىلىكچە كۈيۈپ ئۈنۈك ئىسى بىلەن پەتنۈسنىك تېگى ئىسلاشقاندىن كېيىن، ئىسنى توختۇ قانىتى بىلەن سۈپۈرۈپ يىغىۋېلىپ، ئاز مىقداردا ئىپار، ئەنبەرلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈرمە تارتىلىدۇ.

خۇسۇسىيتى: ئالغايلىقنى داۋالايدۇ.

ئتريفىلى بادىيان

تەركىبى: يۇمغاقسۈت تۇرۇقى، سىرتق ھەلىيلە پوستى، ھەلىيلە كابلى پوستى، بەلىيلە پوستى، ئامىلە، قىزىلگۈل ھەر بىرى 7.5 گرام، ئارپا بادىيان 55 گرام، ھەسەل 291 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ كۆپكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىندۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆزنى روشەن قىلىش، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيتىگە ئىگە.

شىيافى نارەنجى

تەركىبى: نارەنجى سۈيى مۇۋاپىق مىقداردا، تۇتىيا 35 گرام، كەتىرا، نىشاستە، ئەنزەرۇت، قىزىلگۈل، سەبرى سۇقۇتىرى، رۇسۇت ھەر بىرى 3.5 گرام، ئاق قەلەي تۇپىسى، سىرتق ھەلىيلە ئۇچكىسى ھەر بىرى 7 گرام. ئەپيۇن 4.5 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ قاتىدە بويىچە شىياف تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆزگە ئاق چۈشۈش، ياشاڭغۇراش، كۆز قىچىشش 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.

خۇسۇسىيتى: كۆز قىزىرىپ ئاغرىغان كېسەللەرگە بېرىلىدۇ.

شىيافى ئەسۈەد

تەركىبى: زەمچە 20 گرام، رۇسۇت 10 گرام، ئەپيۇن 2 گرام، سەپىداپ

كاشغه‌ری، كۆك تۇتىيا، ئاقىرقه‌رها پوستى هه‌ر برى 0.75 گرام.
ته‌يارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ سۇ بله‌ن شياف ته‌يارلىنىدۇ.
خۇسۇسىيتى: كۆزنىك قىزىرىپ ياشاڭغۇراشلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ.

كۆهلى روشنائى

ته‌ركىبى: سۇرمه تېشى 360 گرام، سه‌ڭگى سه‌برى 12 گرام، مه‌رۋايىت 24 گرام، مامىرانچىنى 6 گرام، مارجان 15 گرام، ئالتۇن ۋه‌ره‌ق 4 گرام.
ته‌يارلىنىشى: ئالتۇن ۋه‌ره‌قتىن باشقا دورىلارنى هه‌ليله سۇيىده ناهايىتى يۇمشاق سۇرۇپ ئىبرىتسىپ، 4 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. ئاندىن كېيىن يه‌نه گۈلابقا قوشۇپ 4 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ. 9-كۈنى ئالتۇن ۋه‌ره‌قنى ئارىلاشتۇرۇپ، گۈلابقا يه‌نه سۇرۇپ ته‌يارلاپ، تۇمۇر ياكى چىنه قاچىدا ساقلىنىدۇ.
خۇسۇسىيتى: كۆزنىك كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ. هه‌ر خىل تېپىكى كۆز ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ.

كۆهلى به‌ياز

ته‌ركىبى: كۆپۈكى ده‌ريا، توغرىغۇ، كېپله‌ر مايىقى، ئاق شېكه‌ر ته‌ڭ مىقداردا، مامىرانچىنى، ئىگىر هه‌ر برى 10 گرام، سۇ 280 مىللىتر.
ته‌يارلىنىشى: مامىران ۋه ئىگىرلارنى سۇغا سېلىپ، قالغىچه قاينىتىپ، يۇقىرىقى دورىلارنى ئىبرىتىپ ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتقاندىن كېيىن بىپه‌ك ره‌خىتىن تۇتكۈزۈپ ته‌يارلاپ كۆزنىك ئىچىگه سۇرتۇلىدۇ.
خۇسۇسىيتى: كۆزگه چۈشكه‌ن ئاقنى ئالىدۇ. ئاده‌تته بىر ئاي ئه‌تراپىدا ئىشله‌تسه ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

كۆهلى غىشاۋه (خره‌لىشىش سۇرمىسى)

ته‌ركىبى: فىلفىل، قارىمۇچ، قه‌نبل ته‌ڭ مىقداردا.
ته‌يارلىنىشى: كۆهلى روشنائىنى ياساشقا ئوخشايدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆز خىرەلىشىش كېسىلىنى داۋالايدۇ (سىناقتىن ئۆتكەن).

مەتبۇخى قەنتەربىۇن

تەركىبى: قەنتەربىۇن، تۇربۇت 9 گرامدىن، بىسفايەج 21 گرام، ئۇرۇقى يوق ئۆزۈم 60 گرام.

ياسىلىشى: ھەممىنى چالا سوقۇپ بىر لىتر سۇدا قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سقىپ سۈزۈپ تەييارلىندۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆز ياشاڭغۇراشنى توختىتىدۇ.

ھەببى شەبيار

تەركىبى: سەبرى سۇقۇتىرى 18 گرام، قىزىلگۈل، سىرىق ھەلىلە پوستى، مەستكى رومى، ئاق ئۇربۇت ھەر بىرى 8 گرام، سەقمۇنيا 4 گرام.

تەرىيارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بادىيان ئەرىقى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.25 گراملىق ھەب قىلىندۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ. نامازشام قارىغۇسىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ.

ئەرىقى بادىيان

تەركىبى: بادىيان بىر كىلوگرام، سۇ 5 لىتر.

تەييارلىنىشى: دورىنى تاسقاپ توپا چاڭلاردىن تازىلىغاندىن كېيىن پار قازىنىغا سېلىپ، ئۈستىگە سۇ قۇيۇپ بىر خىل ئوتتا قاينىتىپ پارغا ئايلاندۇرۇپ ئەرىقى تارتىلىدۇ. تارتىلغان ئەرەق بىر لىترغا يەتكەندە ئوت توختىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيتى: كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش، سۈيدۈك يولىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش، ئاغرىق پەسەيتىش، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش خۇسۇسىيتىگە ئىگە.

مەئىجۇنى ۋەج (ئىگىر مەئجۇنى)

تەركىبى: ئىگىر، ئىيارەج فەيقەرا، ئارپا بادىيان، سەئتەر، ھىلتىت (ھىلىك)، زەنجىبىل

هەر بىرى 28 گرام، ھەسەل 504 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەلنى 336 م ل ئەرىقى بادىيانىدا قىيام قىلىپ سوۋۇغاندىن كېيىن ئوستىگە دورىلارنى سېلىپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: كۆز كۆرۈش قۇۋۋىتىنىڭ سۇسلىشىشى، روشەن كۆرمەسلىك، كۆزگە ھەر خىل نەرسىلەر توچقاندەك كۆرۈنۈش، بىر نەرسىنىڭ ئەينى كۆرۈنمەي چېچىلاڭغۇ كۆرۈنۈشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

قۇلاق كېسه للىكلىرى

قۇلاق پارسچه گۈش، ئەرەبچه تۈزن دەپ ئاتىلىدۇ. تۇ ئادەم بەدىنىدىكى تاشقى بەش سەزگۈ (ھەۋاسى خەمسه زاھىرى) ئەزانىڭ بىرى. تۈنىڭ ئاساسلىق ۋەزىپىسى ئەبئەت دۇنياسىدا ھاسىل بولغان ھەر خىل ئاۋازلارنى توغرا قوبۇل قىلىپ، تۈنى تۈز ئەينى بويىچه چوڭ مېڭه ئالدىنقى قىسمىدىكى ئاڭلاش مەركىزىگه يەنى ئورتاق ھېس قىلىش (ھىسسى مۇشتەرەك) ئورنىغا يەتكۈزۈپ نورمال ئاڭلاش سېزىمىنى بارلىققا كەلتۈرۈشتىن ئىبارەت. ئۇ بۇ ۋەزىپىنى ئەمەلگه ئاشۇرۇش ئۈچۈن تۈزىگه خاس ئاڭلاش كۈچى (قۇۋۋەتى سامىئه) گه 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 ئۈگىنىش ئىمكانىيىتىگه ئىگه بولالايدۇ. شۇڭا تەبىئىتىمىز قۇلاقنىڭ سىرتى ۋە ئىچكى قىسمىدا يۈز بەرگەن كېسه للىكلىرى يەنى قۇلاردىكى مىزاجلىق، مىزاجسىز ئۆزگىرىش ۋە سىرتقى زەخمىدىن بولغان كېسه للىكلەرنىڭ سەۋەبى، ئالامىتى، داۋاسى (ئىچكى ۋە تاشقى داۋاسى، دەستكارلىق قۇسۇللىرى)، پەرھىزى، ئۇزۇقلىنىشى قاتارلىقلارنى تۈزىگه خاس مىللىي ئالاھىدىلىكى بويىچه بىر قەدەر تەپسىلىي بايان قىلىدۇ.

قۇلاق كېسه للىكلىرى بىلەن تونۇشۇش ۋە قۇلارنى توغرا داۋالاپ بىر تەرەپ قىلىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن قۇلاقنىڭ تۈزۈلۈشىنى پىششىق ئىگىلەشكه توغرا كېلىدۇ.

قۇلاقنىڭ تۈزۈلۈشى

قۇلاق بەدەنىدىكى تاشقى بەش سەزگۈ (ھەۋاسى خەمسه زاھىرى) ئەزانىڭ بىرى بولۇپ، ئاڭلاش خىزمىتىنى بېجىرىشتىن سىرت ئادەم بەدىنىنىڭ تەڭپۇڭلۇقىنى

ساقلاشتا مۇھىم رول ئويناپدۇ. ئۇنىڭدا يۇز بەرگەن كىسەللىكلەرنى 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.

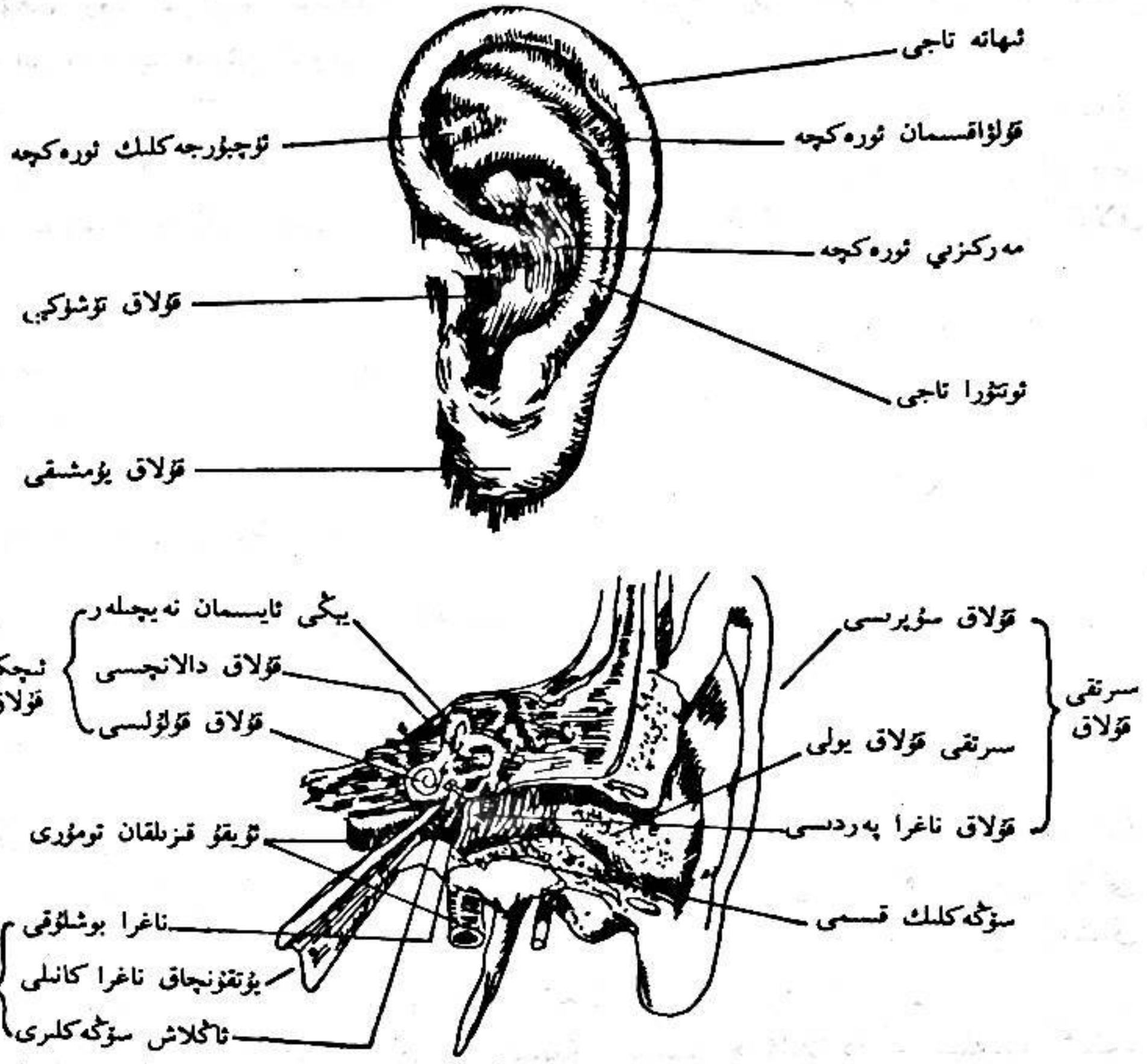
سىرتقى قۇلاق

سىرتقى قۇلاق — قۇلاق سۈپرىسى ۋە سىرتقى قۇلاق يولىدىن تەركىب تاپقان.

قۇلاق سۈپرىسى

قۇلاق سۈپرىسى — باشسىمىك ئىككى يېنىغا چىقىپ تۇرغان، سەتىھى (يۇزى) ئويمان-دۆڭ، ئېگىز-پەس تەكشى بولمىغان، شەكلى سەدەپ قېپى ياكى بۈرەككە ئوخشايدىغان ئەزادۇر. ئۇ ئەۋرىشىمچانلىقتا ئىگە تالالىق يۇمشاق كۆمۈرچەكتىن تۈزۈلگەن ۋە سىرتى تېرە بىلەن قاپلانغان.

قۇلاق سۈپرىسىدا 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-كۆپتۈر مىدىرلىتالايدۇ. قۇلاق سۈپرىسىدىكى ئېگىز-پەس، ئويمان-دۆڭ جايلارنىڭ تەبىئىتىمىزدە ئۆزىگە خاس نامىلرى بار. مەسىلەن: قۇلاق سۈپرىسىنىڭ چۈرىسىدىكى كانارىسى — ئىھاتە تاجى، ئۇنىڭ ئۈدۈلىدىكى دۆڭچە قىر-ئوتتۇرا تاجى، بۇ ئىككى تاجى ئوتتۇرىسىدىكى سوزۇنچاق ئويمانلىق قولۇاقسىمان ئورەكچە، ئوتتۇرا تاجىنىڭ يۇقىرىدا ئىككىگە بۆلۈنۈشىدىن پەيدا بولغان ئويمانلىق ئۈچبۇرجەكلىك ئورەكچە، ئوتتۇرا تاجىنىڭ ئالدىدىكى چوڭقۇرراق ئويمانلىق مەركىزىي ئورەكچە دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇنى ئىھاتە تاجىنىڭ پەسلىگەن ئۈچى ئىككىگە بۆلىنىۋېتىدۇ. مەركىزىي ئورەكچىنىڭ ئوتتۇرىسى قۇلاق تۆشۈكى دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇنىڭ



4 ـ ، 5 ـ رەسىم (قەدىمكى كىتابلاردىكى قۇلاقنىڭ تۈزۈلۈش سخېمىسى)

ئۇدۇلدىكى دۆڭچىنىڭ ئاستى تەرىپى قۇلاق يۇمشىقى دەپ ئاتىلىدۇ. قۇلاق يۇمشىقىدا كۆمۈرچەك بولمايدۇ. قۇلاق سۈپرىسى تېرە ئاستى توقۇلمىلىرى كۆمۈرچەك بىلەن مەھكەم جىپسىلاشقان بولغاچقا، سىرتقى زەخمدىن بولغان قانلىق ئىششىقلار ئاسانلىقچە شۇمۇرۇلمەيدۇ. قۇلاق يۇمشىقى تېرە ئاستى ياغلىرىدىن تۈزۈلگەچكە، قۇلاق سۈپرىسى ۋەرەملەنگەندە ئادەتتە ئۇنىڭغا تەسىر يەتمەيدۇ. قۇلاق سۈپرىسى نېپىز بولۇپ قان تومۇرلار يۇزەكى جايلاشقانلىقتىن، ئۇنىڭدا ئۆششۈك يارىسى ئاسانلا پەيدا بولىدۇ. قۇلاق سۈپرىسى سىرتقى دۇنيادىكى ئاۋاز دولقۇنلىرىنى يىغىپ قۇلاق تۆشۈكى ئارقىلىق قۇلاق ناغرا پەردىسىگە يەتكۈزۈپ بېرىش رولىنى ئويناىدۇ.

سىرتقى قۇلاق يولى

سىرتقى قۇلاق يولى — مەركىزىي ئورەكچە چوڭقۇر يېرى يەنى قۇلاق تۈشۈكىدىن باشلىنىپ قۇلاق ناغرا پەردىسىدە ئاخىرلىشىدۇ. تۈزۈنلۈكى تەخمىنەن 2 ئىلىك (ھازىرقى تۈلچەمدە 3.5 — 2.5 سانتىمېتر) كېلىدۇ. ئۇ تۈز بولماي ئەگرى بولىدۇ يەنى ئالدى قىسمى كەڭرەك، ئوتتۇرا قىسمى تارىراق كېلىدۇ. سىرتقى 1/3 ئۈلۈشى كۆمۈرچەك، ئىچكى 2/3 ئۈلۈشى سۆڭەكتىن تەركىب تاپىدۇ. كۆمۈرچەك قىسمىدا كۆپلىگەن ھەر خىل كىچىك يەزلەر بولىدۇ. بۇلاردىن بىر خىل مۇمسىمان سۇيۇقلۇق سىرغىپ چىقىپ تۇرىدۇ. بۇ ئادەتتە قۇلاق كىرى دەپ ئاتىلىدۇ. جەراسىملاردىن ئاسانلا يۇقۇملىنىدۇ. بۇنىڭدىن باشقا يەنە ماي يەزلىرى ۋە تۈشۈشاق تۈكلەر بار بولۇپ، تۈكلەر ھەر خىل چاڭ-توزانلار ۋە ھاشاراتلارنىڭ قۇلاق ئىچىگە كىرىپ كېتىشىدىن ساقلايدۇ. قۇلاق يولىنىڭ كۆمۈرچەك بىلەن سۆڭەك قىسمى ئاياغلاشقان قىسمى تار بولۇپ، بۇ جاي ياتقان نەرسىلەرنى قىسىپ تۇتۇۋالمىسلىق رولىنى ئىگە بولۇپلا قالماي، يەلكى تۇنىڭدا ئەسكەلەر ناھايىتى كۆپ بولىدۇ.

ئوتتۇرا قۇلاق

ئوتتۇرا قۇلاق — ناغرا پەردە، ناغرا بوشلۇقى، يۇتقۇنچاق ناغرا كانىلى، ناغرا يولى ۋە ئەمچەكسىمان تۈسۈكچىلەرنى تۈز ئىچىگە ئالىدۇ.

قۇلاق ناغرا پەردىسى

قۇلاق ناغرا پەردىسى سۈزۈلۈشچان، يېرىم سۈزۈك نېپىز پەردىدىن تۈزۈلگەن بولۇپ، قۇلاق يۇتقۇنچاق ناغرا كانىلىنىڭ گىرۋەكلىرى بىلەن تۇتاشقان بولىدۇ. بولقا سۆڭەكنىڭ سىيى مۇشۇ پەردىنىڭ ئوتتۇرىسىدا تۇرۇكسىمان ھالەتتە چاپلىشىپ تۇنى ئىچكى تەرەپكە تارتىپ تۇرىدۇ. شۇڭا قۇلاق پەردىسىنىڭ ئىچكى تەرىپى دۆكرەك، سىرتقى تەرىپى ئويمانراق كېلىدۇ. بولقا سۆڭەك بىلەن تۇتاشقان قىسمى 3 قەۋەت بولۇپ، سىرتقى قەۋىتى ئەستەرسىمان تېرە، ئوتتۇرا قەۋىتى يېپىسمان، ئىچكى قەۋىتى شىلىمشىق پەردىدىن تەركىب تاپقان. ئىچكى تەرىپى ناغرا بوشلۇقى بولۇپ، تۇنىڭدا كىچىك 3 دانە ئاڭلاش سۆڭىكى بولقا سۆڭەك، سەندەل سۆڭەك ۋە تۈزەڭگە سۆڭەكلەر بولىدۇ. بولقا

سۆڭەك قۇلاق پەردىسى بىلەن چېتىلىپ تۇرىدۇ. ئوتتۇرىدىكى سەندەل سۆڭەكنىڭ بىر تەرىپى بولقا سۆڭەك بىلەن يەنە بىر، تەرىپى تۈزەڭگە سۆڭەك بىلەن تۇتىشىپ تۇرىدۇ. بۇ سۆڭەكلەر تارامۇش، چاندىرلار يەنى ئالدىنقى چاندىر (رىباتى مۇقەددەم)، تۈۋەنكى چاندىر(رىباتى مۇئەخخەر)، ئېسىپ تۇرغۇچى چاندىر (رىباتى مۇئەللەق)، يۇمىلاق چاندىر (رىباتى مۇستەدىر) قاتارلىق 4 چاندىر ئارقىلىق تۈزئارا تۇتىشىپ ئاڭلاش زەنجىرىنى ھاسىل قىلىدۇ. يەنە كىچىك مۇسكۇللارمۇ بولۇپ، بولقا سۆڭەك ۋە تۈزەڭگە 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 تۈنى پەسەيتىش، بەك ئاجىز بولۇپ كەتسە تۈنى نورمال ھالدا ئاڭلاش نېرۋا (ئەسەبى سامىئە)سىغا يەتكۈزۈپ بېرىشكە ياردەم بېرىش رولىنى ئويناىدۇ.

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 تەمى بار بوشلۇقتىن ئىبارەت بولۇپ، سىرتقى تەمى قۇلاق ناغرا پەردىسى بولۇشتىن سىرت ئالدى تەمى تۆيقۇ قىزىلقان تومۇرى (شەرىيانى سۇبات) بىلەن ئارقا تەمى چېكە سۆڭەك ئەمچەكسىمان تۈسۈكچىسىنىڭ ھەرە ھۈجەيرىسىمان قىسمى بىلەن، ئۈستى تەمى نېپىز سۆڭەك قەۋىتى بىلەن، ئاستى تەمى بويۇن ئىچكى كۆك تومۇرى تۈسۈكچىسى بىلەن، ئىچكى تەمى ئىچكى قۇلاق بىلەن چېگىرلىنىدۇ.

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. تۈزۈنلۈقى تەخمىنەن بىر يېرىم ئىلىك (3.5 سانتىمېتر) بولۇپ، سىرتقى 1/3 قىسمى سۆڭەك، ئىچكى 2/3 قىسمى كۆمۈرچەكتىن تەركىب تاپىدۇ. ئىنچىكە تۈزۈن، 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 تۆپەيلىدىن قۇلاق توسۇلۇپ قالغاندەك يۇقىرى ئاۋازدا سۆزلىسە ئاڭلىماس بولۇپ قالىدىغان ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ.

يۇتقۇنچاق كانىلى ناغرا بوشلۇقىنىڭ سىرتقى مۇھىت بىلەن ئالاقە قىلىدىغان بىردىن-بىر يولى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. كىچىك بالىلارنىڭ يۇتقۇنچاق ناغرا كانىلى چوڭلارنىكىگە قارىغاندا قىسقا، توم ھەم توغرا ھالەتتە بولۇپ، بۇرۇن يۇتقۇنچاق قىسمىدىكى يۇقۇملىنىش ئاسانلا ئوتتۇرا قۇلاققا كىرىپ كېتىدۇ. بۇ كىچىك بالىلارنىڭ ئاسانلا قۇلاق يالليۇغى، قۇلاق ئاقمىسى بىلەن ئاغرىشىدىكى ئاساسىي سەۋەبتۇر. قۇلاق يۇتقۇنچاق نەيچىسى بوشلۇقىدىكى ھاۋانى نورمال مىقداردا تەڭشەپ تۇرىدۇ. تۆ خۇددى نەي ئاۋازىنىڭ زىل ۋە يېقىراق چىقىشىغا شارائىت يارىتىپ بەرگەندەك ناغرا بوشلۇقىدىكى ئارتۇق ھاۋالارنى نەيچىسى ئارقىلىق سىرتقا چىقىرىپ تۇرىدۇ. ناغرا بوشلۇقى ئىچىدىكى بەلغەمسىمان، شىلىمشىق سۈيۈقلۇقلارنى مۇشۇ نەيچە ئارقىلىق گال تەرەپكە چۈشۈرىدۇ. شۇڭا بۇ نەيچىلەر توسۇلۇپ قالسا قۇلاق ئېغرىلىق ۋە ئاڭلاشنىڭ يېتەرسىزلىكى كېلىپ چىقىدۇ.

ناغرا يولى ۋە ئەمچەكسىمان تۆسۈكچە

ناغرا يولى ناغرا بوشلۇقىنىڭ ئارقا يۇقىرى سۆڭەك قىسمىغا سوزۇلغان ھاۋا دالانچىسى بولۇپ، يېڭى تۇغۇلغان بالىلاردا سىرتقى قۇلاق يولىنىڭ يۇقىرىقى تەرىپىگە جايلىشىدۇ. بالىلار تۆسۈش جەريانىدا ناغرا يولى داۋاملىق ئارقا تەرەپكە سوزۇلۇپ، ھەرە ھۆكۈنىكىگە ئوخشاش كىچىك ھۆكۈنەكلەرنى ھاسىل قىلىدۇ. بۇ ئەمچەكسىمان تۆسۈكچە دەپ ئاتىلىدۇ. بالا تۇغۇلغاندىن كېيىنلا ناغرا يولى بولۇپ، بىر ياشتىن كېيىن ئەمچەكسىمان تۆسۈكچە يېتىلىشكە باشلايدۇ. بالاغەتكە يەتكەندە تولۇق يېتىلىپ بولىدۇ. ئەمچەكسىمان تۆسۈكچە كىچىك دالانچىسى ئىچىدە بىر نېپىز قەۋەتلىك شىللىق پەردە بار بولۇپ، ناغرا يولى، ناغرا بوشلۇقى قاتارلىقلار بىلەن ئۇزۇنارا تۇتىشىدۇ. شۇڭا ئوتتۇرا قۇلاق ۋەرەمىلەنگەندە جەراسىملار ناغرا يولى ئارقىلىق ئەمچەكسىمان تۆسۈكچىسىگە كىرىپ، يىرىڭلىق ئەمچەكسىمان تۆسۈكچە ۋەرەمنى پەيدا قىلىدۇ. ناغرا يولى، ئەمچەكسىمان ئۆسۈكچىنىڭ ئۈستى تەرىپى بىر نېپىز سۆڭەك ئارقىلىق مېڭە مەركىزىي ئويمىنى بىلەن ئايرىلىپ تۇرىدۇ. ئەمچەكسىمان تۆسۈكچە ئارقا ئىچكى تەمى كىچىك مېڭە ۋە ئەمچەك ئۆسۈكچە كىچىك دالانچىسىنى ئاجرىتىپ تۇرىدۇ. شۇڭا ئەمچەكسىمان تۆسۈكچىدە

يىرىكلىق ياللۇغ بولغاندا ناغرا يولى، ئەمچەكسىمان تۈسۈكچە ئۈستى نېپىز سۈتكەكنى چىرىتىپ مېڭە ئىچىدە قوشۇمچە كېسىلىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئىچكى قۇلاق

ئىچكى قۇلاقنىڭ تۈزۈلۈشى مۇرەككەپراق بولغاچقا ھۆكۈمالىرىمىز ئۇنى جاڭگال يول، دەپمۇ ئاتىغان. ئۇ چېكىنىڭ قاتتىق قىسمىغا جايلاشقان بولۇپ، ئەتراپى قاتتىق سۈتكەك مادداسىدىن تۈزۈلگەن. شۇڭا ئۇ، سۈتكەكلىك 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.

سۈتكەكلىك جاڭگال يول

سۈتكەكلىك جاڭگال يول 3 قىسمىغا بۆلۈنگەن بولۇپ، ئالدى تەرىپىدىكى نەيچە قۇلاق قۇلۇلسى، تۈنىڭ 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 قۇلۇلسى، ئارقا يېرىم دائىرىلىك ئايسىمان نەيچىلەر بىلەن تۈتىشىدۇ.

1. قۇلاق قۇلۇلسى: قۇلاق قۇلۇلسى بۇرما شەكلىدىكى سۈتكەك نەيچە بولۇپ، شەكلى قۇلۇلگە ئوخشايدۇ، يەنى تاڭ يورۇغاندەك دائىرىسىمان كېلىدۇ. شۇڭا قۇلاق قۇلۇلسى دەپ ئاتالغان. ئوتتۇرىسىدىكى تۈۋرۈككە ئوخشاش ئوقىغا سۈتكەك نەيچىلىرى ئارتىلىپ ئىككى يېرىم دائىرە ئايلانغان بولىدۇ. تۈزۈنلۈقى تەخمىنەن 1.5 ئىلىك (ھازىرقى ئۆلچەمدە 3 سانتىمېتر) كېلىدۇ. تۈۋى تەرىپىدە تۈشۈكلەر بار بولۇپ، ئاڭلاش ئەسەبلىرىنىڭ شاخلىرى ئوتتۇشكەن بولىدۇ. بۇرما نەيچە بىر خىل تولۇق بولمىغان پەردە ئارقىلىق ئىككىگە ئايرىلىپ تۇرسىمۇ، لېكىن ئىچى بىر خىل سۇزۇك، پارقىراق سۇيۇقلۇق بىلەن تولغان بولىدۇ.

2. قۇلاق دالانچىسى: قۇلاق دالانچىسى ئىچكى قۇلاقنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى قىسمى بولۇپ، شەكلى ئۇخۇمغا ئوخشايدۇ. ئۇنىڭ ئۈزۈنلۈق ۋە كەڭلىكى 1.2 ئىلىك كېلىدۇ. ئۇنىڭ 3 دىۋارى ۋە ئىككى بېشى بولىدۇ. سىرتقى دىۋاردا ئۇخۇمسىمان تۈشۈك بولىدۇ.

مەزكۇر تۇشۇك ئۇزەكگىسىمان سۆڭەك بىلەن يېپىلىپ تۇرىدۇ. ئىچكى دىۋارىنىڭ ئالدى تەرىپىدە بىر يۈملاق ئويمانلىق بولۇپ، تۇنىكدا ئاكلاش ئەسەب تالالرى ئۇتىدىغان بىرقانچە تۇشۇكلەر بولىدۇ. قۇلاق دالانچىسى بىلەن تۇتىشىپ تۇرىدىغان يېكى ئايسىمان دىۋاردا يەنە بىر تۇخۇمسىمان ئويمانلىق بولىدۇ. قۇلاق دالانچىسىنىڭ كەينى بېشى يېكى ئايسىمان نەيچىلەرنىڭ 5 تال تۇشۇكى بىلەن، ئالدى بېشى قۇلاق قۇلۇلسىنىڭ تۇشۇكى بىلەن تۇتىشىدۇ.

3. يېكى ئايسىمان نەيچىلەر: مەزكۇر نەيچىلەر 3 تال بولۇپ، بىرى دالانچىنىڭ ئالدى تەرىپىدە، يەنە بىرى كەينى تەرىپىدە، يەنە بىرى سىرتقى تەرىپىدە تۇرىدۇ. تۆلارنىڭ تۇزۇنلۇقى ئوخشاش ئەمەس بولۇپ، تۇملىقى تەخمىنەن 1.5 ئىلىك (ھازىرچە تۆلچەمدە 1.5 — 1 سانتىمېتر) كېلىدۇ. بۇ نەيچىلەر شەكىل جەھەتتە يېكى چىققان ئايغا ئوخشاش يېرىم دائىرىلىك بولىدۇ. بۇ ئۇچ نەيچە 5 دانە تۇشۇك ئارقىلىق قۇلاق دالانچىسىنىڭ ئىچىدىكى تۇخۇمسىمان خالتىچاق پەردىگە ئېچىلىدۇ. ھەرقايسى نەيچىلەرنىڭ باشلانغان يېرى كۆپكەن يەنى ئازادىرەك بولىدۇ. پەردىلىك جاكگالدا بىر خىل سۇيۇقلۇق تولغان بولۇپ ئاكلاش ئەسەب تالالرى شۇ يەردە ئاخىرلىشىدۇ. ئاۋاز دولقۇنلىرى شۇ سۇيۇقلۇقتا دولقۇن پەيدا قىلىدۇ. ئاكلاش ئەسەب يېپىچلىرى تەسىر قوبۇل قىلىپ تۇز خىزمىتىنى ئورۇنلايدۇ ۋە ئورگانىزمنىڭ تەكپۈكلۈق سېزىمى ئۇچۇنمۇ ناھايىتى مۇھىم رول ئويناپدۇ. دېمەك يېكى ئايسىمان نەيچىلەر ئاۋاز دولقۇنىنى تۇزىدىكى سۇيۇقلۇقلارغا توپلايدۇ ۋە ئۇنى ئاكلاش ئەسەبلىرىگە يەتكۈزۈپ بېرىدۇ.

پەردىلىك جاكگال يول

پەردىلىك جاكگال يول — سۆڭەكلىك جاكگال يول ئىچىگە جايلاشقان بولۇپ، ئىچىدە سوزۇق تۇخۇمسىمان بىر خالتا بولىدۇ. تۇنىكدا يېكى ئايسىمان نەيچىلەرنىڭ 5 تال تۇشۇكى ئېچىلغان بولىدۇ. سوزۇق تۇخۇمسىمان خالتىغا يەنە بىر كىچىك يۇمىلاق خالتىچاق قوشۇلۇپ كەلگەن بولىدۇ. دېمەك، سوزۇق تۇخۇمسىمان خالتا، يۇمىلاق خالتىچاق ۋە 3 تال يېكى ئايسىمان نەيچىلەرنىڭ ھەممىسى قوشۇلۇپ پەردىلىك جاكگال يولنى تەشكىل قىلىدۇ. پەردىلىك جاكگال يولنىڭ ئىچكى قىسمى ئىنتايىن نېپىز بىر خىل پەردە بىلەن ئەستەرلەنگەن بولۇپ، تۆ خۇددى مەخمەلنىڭ تۈتىلىرىگە ئوخشاش سۇيۇقلۇققا تولغان بولىدۇ. ئاكلاش ئەسەبلىرىنىڭ تالالرىمۇ مۇشۇ جايدا ئاخىرلىشىدۇ. بۇ سۇيۇقلۇق ئاۋاز دولقۇنلىرىنى ئاكلاش ئەسەبلىرىگە يەتكۈزۈپ بېرىدۇ.

قۇلاققا پايدىلىق ۋە پايدىسىز ئامىللار

قۇلاقنىڭ ئاساسلىق خىزمىتى ئاۋاز سېزىشتىن ئىبارەت. قۇلاقنىڭ ئاۋاز ھېس قىلالىشى ئاڭلاش قۇۋۇتىنى (قۇۋۋەتنى سامىنە)دىن باشقا سىرتقى ۋە ئىچكى قۇلاق يەنە قۇلاق سۇيىرىسى، قۇلاق يولى، قۇلاق پەردىسى، ئاڭلاش سۆڭەكلىرى ۋە ئاڭلاش ئەسەبلىرى قاتارلىقلارنىڭ ھەر خىل دەرىجىدىكى ۋاستىلىق رولى ئارقىلىق مېڭىگە يېتىپ بارغاندىن كېيىن ئورتاق ھېس قىلىش (ھېسسىي مۇشتەرەك) كۈچى تۇپەيلىدىن بارلىققا كېلىدۇ. شۇڭا ئاڭلاش خىزمىتىنىڭ نورمالليقىغا كاپالەتلىك قىلىش ۋە قۇلاق كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا قۇلاقنىڭ ھەر قايسى ئەزالىرىنى ئاسراشقا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش، قۇلاققا پايدىلىق ۋە پايدىسىز ئاملىلار 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. ئۆندىرىش بولمىغاندا قۇلاق يولىغا كىر توپلىشىپ قېلىپ قۇلاق قېچىشىش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئۆنىڭغا قۇلاقنى قالايمىقان كولاش قوشۇلسا، قۇلاق يولى جەراھلىرىدىن ئوقۇنەتلىنىپ قۇلاق ۋەرەمى، قۇلاققا مۇدۇر-چاقا چىقىشلارنى پەيدا قىلىدۇ. مۇدۇر-چاقىلاردىكى يەنىمۇ ئوقۇنەتلەنگەن جەراھلار قۇلاقنىڭ ئېغىر دەرىجىدىكى كېسەللىكلىرىنى پەيدا قىلىپلا قالماي، بەلكى قۇلاققا يېقىن بولغان ئەزا مېڭىدە ئىششىقلارنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ھەتتا ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدۇ. شۇڭا ئامال بار چاغدا-توزانلىق جايلاردا كۆپ تۇرماسلىق، بۇلغانغان سۇ ۋە ھاشارات قاتارلىقلارنىڭ قۇلاق يولىغا كىرىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش، قۇلاقنى قالايمىقان كولىماسلىق كېرەك. يۇز-كۆزنى يۇيغاندا قۇلاقنى پاكىزە يۇيۇش، قۇلاق يولىغا سۇ كىرگۈزۈۋەتمەسلىك شەرتى ئاستىدا سىرتقى قۇلاق تۇشۇكىنىڭ 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 تامىرىنى سۈرتۈش

كبره‌ك. ئۇنىڭدىن كېيىن قىزىق مۇنچىغا چۈشسە ياكى قۇلاقنى هوردىسا كىرله‌ر ئۇزلۇكسىز چىقىپ كېتىدۇ. چاك ـ توزان ۋە شامال ـ بوران چىققان شارائىتتا ئىشلىگه‌ن ياكى قۇلاقنى سۇ كىرىپ كېتىش ئېهتىمالى بولغان ۋە كىچىك قۇرۇت ـ هاشارات كۆپ بولغان مۇهىتتا ياشىغاندا پاكىزله‌نگه‌ن پاختىدىن كىچىك شارچە ياساپ قۇلاق تۆشۈكىگه تىقىپ قويۇش، قۇلاقنى قالايمىقان كولىماسلىققا ئالاهىده دىققه‌ت قىلىش كېره‌ك. تۇنداق بولمىغاندا يۇقىرىقىده‌ك يامان ئاقمۇه‌تله‌رنى كه‌لتۇرۇپ چىقىرىشتىن سىرت، قۇلاق پە‌ردىسىنىڭ ئوخشىمىغان ده‌رىجىده تېشىلىشىنى پە‌يدا قىلىپ ئوخشىمىغان ده‌رىجىده ئاڭلاش سەزىمىنىڭ تۆۋەنلىشىنى كه‌لتۇرۇپ چىقىرىدۇ هەمده هە‌ر خىل قۇلاق جاراهە‌تلىرى ۋە ئاقمىسىغا سە‌ۋە‌ب بولىدۇ.

يېمە‌ك ـ ئىچمە‌ك ۋە يېتىپ قوپۇش جە‌هە‌تته زىيادە ئىسسىق ـ سوغۇق ۋە يە‌للىك نە‌رسىله‌رنى كۆپلە‌پ ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، بولۇپمۇ ئە‌دە‌س، باقىلا، بادە‌نجانغا ئوخشاش نە‌رسىله‌ردىن كۆپ ئىستېمال قىلماسلىق كېره‌ك. ئاڭلاش ئىقتىدارىنى نابۇت قىلغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن قاتتىق ساقلىنىش كېره‌ك. به‌ك سوغۇق، ئىسسىق جايلاردا يېتىش، قاتتىق قە‌ي قىلىش، هە‌ددىدىن زىيادە جىنسىي ئالاقە قىلىش، كۆپ مۇنچىغا چۈشۈش، كۆپ تۆيقۇسىزلىق قاتارلىقلاردىن هە‌زە‌ر ئە‌يله‌ش كېره‌ك. تۆيۇقسىز قاتتىق ۋارقىرىغان ۋە دە‌هشە‌تلىك پارتلاشتىن پە‌يدا بولغان ئاۋازلاردىن ساقلىنىش كېره‌ك: يىلدا بىره‌ر قېتىم مۇناسىۋە‌تلىك هە‌ب ۋە ئىياره‌جله‌ر بىله‌ن بە‌ده‌نىي تازىلاپ تۇرغاندا قۇلاقنى مۇدۇر ـ چاقا، ئىششىق ۋە جاراهە‌ت پە‌يدا بولۇشنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ. قۇلاقتا پە‌يدا بولغان مۇدۇر ـ چاقىلار مېڭىدىكى ئىششىقلاردىن خە‌ۋە‌ر بېرىدۇ. بۇ چاغدا سىرتقى جە‌هە‌تته شىپالىق ئە‌بىە‌زنى ئۈزۈم سىركىسىده ئېرىتىپ قۇلاقنى تېمىتىسمۇ ناهايىتى ياخشى مە‌نپە‌ئە‌ت قىلىدۇ. قويۇقراق هە‌سه‌لدىن شامچە ياساپ قۇلاقنى قويۇش ياكى بادام يېغىنى تېمىتىش قۇلاقنى ئاسراشنىڭ كۆپ پايدىلىق. قۇلاقنى تېمىتىلىدىغان دورىلار به‌ك قىزىق ياكى سوغۇق بولماي به‌لكى يىلمان بولۇش، به‌ك كۆچلۈك دورىلارنى بىراقلا ئىشله‌تمه‌سلىك كېره‌ك. تۇنداق بولمىغاندا مېڭە پە‌رده ۋە‌رىمى (مېننىگىت) نى كه‌لتۇرۇپ چىقىرىدۇ.

قۇلاق كېسه‌للىكلىرىنى داۋالاشتىكى ئومۇمىي قائىدىله‌ر

هە‌ر خىل قۇلاق كېسه‌للىكلىرىنى داۋالاشتا ئالدى بىله‌ن تۇنۇق مىزاج بۇزۇلۇشى يە‌نى

سوئی مىزاج (خىلتلىق ياكى خىلتسىز)دىن بولغانلىقى ياكى شەكىل تۈزگەرتكەنلىكى يەنى مەرەزى تەركىبىدىن ئىكەنلىكى ياكى پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغانلىقى يەنى تەغەررۇقى ئىتتىسالدىن كېلىپ چىققانلىقىنى ئايرىش كېرەك.

ماددىسىز سوئى مزاجدىن بولغان قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئادەتتە كۆپىنچە، قارىمۇ-قارشى داۋالاش تۈسۈلىنى قوللىنىش، ئىچكى ۋە تاشقى جەھەتتە يەكچىگل چارىلەرنى قوللىنىلىدۇ. كېسەللىك-ئىچمەكنى رەتكە سېلىش ئاساس قىلىنىدۇ. مەسىلەن، سانىدە ئىسسىق ياكى سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىش، ئادەتتىكى قۇلاق ئېغرىلىقى ۋە گاسلىق، ئىسسىق-سوغۇق بولغان ئاددىي قۇلاق ۋەرەملىرى قاتارلىقلاردا ئىسسىق بولسا سوغۇق، سوغۇق بولسا ئىسسىق دورا ۋە چارىلەر قوللىنىلىدۇ. ماددىلىق سوئى مزاجدىن بولغان قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددا (خىلىت) نى مۇناسىپ پىشۇرغۇچى (مۇنزىج) دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ، تازىلىغۇچى (مۇسھىل) دورىلار بىلەن تازىلاش كېرەك (بۇنىڭدا قۇلاقنا يېقىن ئەزا مېڭىنى تازىلاشقا ئەھمىيەت بېرىش كېرەك). مزاج تەڭشەلگەندىن كېيىن ئىچكى ۋە سىرتقى جەھەتتە مەخسۇس دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ ھەر خىل قول ئەمەلىيىتى بىلەن داۋالاش تۈسۈللىرى قوللىنىلىدۇ. يېمەك-ئىچمەك جەھەتتە دىققەت قىلىش بىلەن بىرگە قاتتىق پەرھىز بۇيرۇلىدۇ. مەسىلەن خىلتلىق قۇلاق ئاغرىقلىرى، ماددىلىق قۇلاق ئېغرىلىقى ۋە گاسلىق، قۇلاق غوڭۇلداش، مىزاجنىڭ ماددىلىق بۇزۇلۇشىدىن بولغان ئېغىر قۇلاق ۋەرەملىرى، خىلتلىق قۇلاق چاقىسى، قاننىڭ زىيادىلىكىدىن بولغان قۇلاق قاناش قاتارلىقلاردا ئالدى بىلەن كېسەل ماددىسىنى تازىلاپ مزاجنى تەڭشىگەندىن كېيىن ئاساسىي داۋالىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ ۋە كېسەللىك ئەھۋالىغا، يەرلىك ئورۇنغا مۇناسىپ داۋالاش تۈسۈللىرى قوللىنىلىدۇ.

شەكىل ياكى تەركىب تۈزگەرگەن قۇلاق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا سەۋەبچى بولغان ئامىلنى توختىتىش، يوقىتىش ۋە يەرلىك ئورۇنغا چارە قىلىشنى ئاساس قىلىش كېرەك. مەسىلەن، تۇغما ئىچكى ۋە سىرتقى قۇلاق كېسەللىكلىرى، قۇلاققا ھاشارات سۇ ۋە غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كېتىشتىن بولغان قۇلاق ئاغرىش، قۇلاق غوڭۇلداش، قۇلاق قىچىشىش، قۇلاققا گۆش تۈسۈش، سۈگەل پەيدا بولۇش، قۇلاق چاقىسى قاتارلىقلار. تۇغما قۇلاق كېسەللىكلىرى كۆپىنچە ھاللاردا ساقايمايدۇ. لېكىن كونكرېت ئەھۋالغا ئاساسەن بەزى دەستىكارلىق تۈسۈللىرى قوللىنىلىدۇ. قۇلاق يولىدىكى غەيرىي نەرسىلەر ئاساسەن ھەر

خىل مۇناسىپ ئۇسۇللار ئارقىلىق بىر تەرەپ قىلىندۇ. تېپىلغاندا پاكىزلەش، كېسىشتەك دەستكارلىق ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ. قۇلاق چاقسىي قاتارلىقلارنى داۋالاشتا ئىچكى جەھەتتە دورا ئىشلىتىش بىلەن بىرگە سىرتقى جەھەتتە داۋالاش ئاساس قىلىنىدۇ. چۈنكى قۇلاقنىڭ يۇقىرىقى كېسەللىكلىرىدە ئېيتىپ ئوتۇلگەن 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 زەخمىلىرى، كۆيۈش، توڭلاش، يىرىلىش، قاناش، يىرىڭلىق ئاقما قاتارلىقلار. چۈنكى قۇلاقنىڭ بۇ تۈردىكى كېسەللىكلىرىدە قۇلاقنىڭ ئىچكى-تاشقى ئەزالىرى ھەر خىل دەرىجىدە بۇزۇلغان بولىدۇ. شۇڭا ئۇلارنى داۋالاشتا گۈش ئۈندۈرگۈچى، يىرىڭ تازىلىغۇچى، جاراھەت پۈتتۈرگۈچى قاتارلىق دورا ۋە ئوسۇل-چارىلەر قوللىنىلىدۇ.

ئەمەلىي تەبابەتتە يۇقىرىقى قۇلاق كېسەللىكلىرىنىڭ نوقۇل بىر خىل تۈرىدە بولۇشى كۆپ ھاللاردا ئاز كۆرۈلىدۇ. كۆپىنچە بىر قانچە خىل تۈردىكىسى ئارىلاشقان ھالەتتە مۇرەككەپ ھالدا ئۇچرايدۇ. مەسىلەن، شەكىل، تەركىب ئۆزگىرىشچان ۋە پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان قۇلاق كېسەللىكلىرىنىڭ بەزىلىرىدە سوئى مىزاجلىق ئەھۋاللارمۇ تەڭ كۆرۈلىدۇ. بەزى سوئى مىزاجلىق قۇلاق كېسەللىكلىرى تەرەققىي قىلىپ شەكىل، تەركىب ئۆزگىرىشچان 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 ئېلىندۇ، قاتارلىقلار.

ھەر خىل قۇلاق كېسەللىكلىرىدە ھەددىدىن تاشقىرى ئاپتاپقا قاقلىنىش، بەك

ئىسسىق مۇنچىغا چۈشۈش، قىزىق ئوتتىك يېنىدا تۇزۇن تۇرۇش، شامالليق جايلاردا كۆپ مەربكەت قىلىش، جىنسىي ئالاقىنى زىيادە قىلىش، ۋاراڭ-چۈرۈك ۋە يەللىك تاماقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلاردىن ساقلىنىش لازىم. پارلىق سۇدا هورلىنىش بولۇپمۇ ئىسسىق سۇ بىلەن باشنى يۇيۇش كۆپ ساندىكى قۇلاق كېسەللىكلىرىدە مەنئىي قىلىندۇ. قۇلاقتا قاتتىق ئاغرىش پەيدا بولغاندا تۇنى پەسەيتىش ئۈچۈن تىنچلاندۇرۇپ ئاغرىق پەسەيتكۈچى، سېزىمنى تۆۋەنلەتكۈچى (مۇخەددىرات) دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇ خىل دورىلار ئىچىدە شىيافى مامىيشا ئەڭ ياخشى. تۇنى 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 تۇزۇنغىچە ئىشلەتمەسلىك كېرەك. چۈنكى قۇلاق مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. قۇلاق ئاغرىشىنى توختىتىش ۋە قۇلاقنى ئېچىشتا ئەپيۇننىڭ كۈلى ئەپيۇننىڭ تۇزىگە قارىغاندا كۈچلۈكرەك. ئەگەر قۇلاق ئاغرىش بەك قاتتىق بولسا، ئەپيۇننى كۆيدۈرۈپ جۈندى بىدەستۇردىن ئازراق قوشۇپ ئىشلەتسە بولىدۇ. چۈنكى، جوندى بىدەستۇر ئەپيۇننىڭ ئەكسى 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 توسۇلۇشنى داۋالاشتا، كونا كالا يېغىنىڭ مەنپەئەتى كۆپ. بىنەپشە ياكى ئاق لەيلىنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىنچىكە نەيچە بىلەن قۇلاق يولىغا تېمىتسا ئاغرىق پەسەيتىش رولىنى ئويناىدۇ. ئەگەر، بۇ سۇيۇقلۇققا خەشخاش پوستى قاياتمىسىنى 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. شۇنىڭ تالقىنى بىلەن زىغىر تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ قۇلاققا تېمىتسا هەم قۇلاق ئاغرىقىغا پايدا قىلىدۇ. ئەڤيۇن بىلەن زەئفەرنى قوشۇپ هۆل قىلىپ قۇلاققا تېمىتسا قۇلاقنىڭ ئىسسىق ۋە سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقلىرىنى توختىتىدۇ. مىسنى قىزىتىپ سوغۇق سۇغا تەققاندىن كېيىن هورىنى قۇلاققا تۆتسا، قۇلاق ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ. ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى تېمىتسىمۇ ياكى بۇغداي تۈنىنى شارابتا قاينىتىپ قۇلاق ئەتراپىغا هەر سائەتتە بىر قېتىم چاپسىمۇ بولىدۇ. تۇخۇمنىڭ ئېقى ۋە نىلوفەر يېغى قۇلاق ئاغرىقىنى توختىتىپ، ماددىنى بۇرۇن تەرەپكە چۈشكۈرتۈش يولى بىلەن ياكى ئېغىز تەرىپىگە ئېقىتىش يولى بىلەن يانداۇرىدۇ.

قۇلاق ئاغرىش

قۇلاق ئاغرىش (ۋەجتۇلتۇزنى، 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 تۆۋەنكى تۆت چوڭ دائىرىدىن چىقىپ كەتمەيدۇ:

1. مىزاجنىڭ ماددا (خىلىت) سىز ئۆزگىرىشىنىڭ قۇلاققا يامان تەسىر قىلىشى، 2. مىزاجنىڭ ماددا (خىلىت) 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. مىزاجنىڭ ماددا (خىلىت) سىز ئىسسىقتىن ئۆزگىرىشى ياكى ماددا (خىلىت) لىق ئىسسىقتىن ئۆزگىرىپ قان ياكى سەپرا ماددىسىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

2. مىزاجنىڭ ماددا (خىلىت) سىز سوغۇقتىن ئۆزگىرىشى ياكى ماددا (خىلىت) لىق سوغۇقنىڭ ئۆزگىرىپ بەلغەم ياكى سەۋدا ماددىسىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

3. ئاشقازاندىن ئورلىگەن بۇخارلار، پار ئارىلاش ئىسسىق ھاۋا قاتارلىقلار قۇلاققا

كىرىپ يەلگە ئايلىنىپ قۇلاق ئاغرىشنى پەيدا قىلىدۇ. شۇنىڭدەك قىزىق سۇ ياكى ئارشاڭ سۈلىرى قۇلاققا تەسىر قىلىپ قۇلاق ئىچىدە ئىسسىق يەل پەيدا قىلىپ ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئىسسىق دورىلارنى قۇلاققا كۆپرەك تامىغان ياكى تېمىتقانلىقتىن قۇلاقتا ئىسسىق يەل پەيدا بولۇپ قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

4. بەدەندە سوغۇق يەلنىڭ ئېشىپ كېتىشى ياكى سوغۇق شامالنىڭ زىيادە تەسىرى، سوغۇقلۇقى ئارتۇق سۈنىڭ باشقا كۆپ قۇيۇلۇشى ۋە سوغۇق سۇدا كۆپ چۆمۈلۈش، سوغۇق دورىلارنى قۇلاققا كۆپ تېگىش ۋە تېمىتىش قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن باشنىڭ ئۇششاق تېرە تۈشۈكلىرى تارىيىپ يەللەر تارقىلالماي قويۇق يەلگە ئايلىنىپ قۇلاق ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

5. مېڭدىكى ئارتۇقچە ماددىلار ۋاقتىدا تازىلانمىسا قۇلاققا چۈشۈپ يامان تەسىر پەيدا قىلىپ قۇلاق ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

6. قۇلاقتا يۇز بەرگەن قۇرۇق ئىسسىق خاراكتېرلىك ئىششىق سەۋەبىدىن قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

7. قۇلاقتا يۇز بەرگەن ھۆل سوغۇق خاراكتېرلىك ئىششىق سەۋەبىدىن قۇلاق ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

8. قۇلاقتا يۇز 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 ئۈزلۈكسىز چىقىپ كەتمەي ياكى ئېلىۋېتىلمەي ئۈزۈنغىچە قۇلاق يولىدا تۇرۇپ قالسا قۇلاق يولىنى ئېتىۋېلىش بىلەن بىرگە قۇلاق ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

12. قۇلاق ساھەسى سىرتقى جەھەتتە زەخمىلىنىش، قۇلاق كۆيۈپ قېلىش ياكى ئۇششۇپ قېلىش، قۇلاقتا يۇز بەرگەن كېسەللىكلەر بولۇپمۇ ئۈزۈنغا سوزۇلغان قۇلاق ئېقىش قاتارلىقلار كەلتۈرۈپ چىقارغان قوشۇمچە كېسەللىكلەر، مەسىلەن: قۇلاق سىرتقى ئۆسۈكچىسىنىڭ ۋەرىمى. يەنى قۇلاق ئارقا سۆڭەك پەردىسىنىڭ ئاستىغا يىرىڭ يىغىلىش، قۇلاق سىزىم ئەسەبلىرىنىڭ ۋەرىمى، ۋەرىد تومۇرنىڭ توسۇلۇش

خاراكتېرلىك ۋەزىپى، مېڭە پەردىسىنىڭ قۇلاق مەنبەلىك ۋەزىپى قاتارلىقلاردا شۇ كېسەللىكلەرنىڭ تۈزىگە خاس ئالامەتلىرىدىن سىرت ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە قۇلاق ئاغرىش پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

1.مىزاجىنىڭ ماددا (خىلت) سىز ئىسسىقتىن ئۆزگىرىشى ياكى ماددا (خىلت) لىق ئىسسىقىنىڭ ئۆزگىرىپ قان ياكى سەپرا ماددىسىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن بولغان قۇلاق ئاغرىشتا باش، يۈز، كۆزلىرى قىزىق بىلىنىدۇ. قۇلاق ئاغرىش بىلەن بىرگە باش ئاغرىيدۇ. سوغۇق ھاۋا ۋە سوغۇق نەرسىلەر خۇشياقىدۇ. ياكى ئاغرىق پەسەيدۇ. 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 (خىلت) سىز سوغۇقتىن ئۆزگىرىشى ياكى ماددا (خىلت) 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 ئوشۇكلىرى ھۆل بولىدۇ. قۇلاقتا ئېچىشىش ۋە قىزىللىق بولمايدۇ. ئىسسىق ھاۋا ۋە ئىسسىق نەرسىلەر خۇشياقىدۇ ياكى ئاغرىق پەسەيدۇ، ئۈيقۇ 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 قۇلاقتا كۆپ ئىشلىتىشتىن ئىسسىق يەل پەيدا بولۇپ كېلىپ چىققان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق ئاغرىشتىن سىرت باش ئاغرىش، يۈز-كۆزلىرى قىزىرىش، كۆپ ئۆسىساش قاتارلىق ئالامەتلەر بولىدۇ.

4. بەدەنده سوغۇق يەلنىڭ ئېشىپ كېتىشى ياكى سوغۇق شامالنىڭ زىيادە تەسىرى، سوغۇقلۇقى زىيادە سۈنىڭ باشقا كۆپ قۇيۇلۇشى ۋە سوغۇق سۇدا كۆپ چۆمۈلۈش، سوغۇق دورىلارنى قۇلاقتا كۆپ ئىشلىتىش تۆپەيلىدىن بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق ئاغرىش بىلەن بىرگە باشنىڭ يەڭگىلىرىدە ئاغرىيدۇ ھەمدە باش ئېغىر بولىدۇ، قۇلاق غۇڭۇلدايدۇ. باشقا ئىسسىق سۇ قۇيۇلسا ئاغرىق پەسەيدۇ. بەزى ئاغرىقلاردا كۆكۈل ئېلىشىش، شۆلگەي ئېقىشتەك ئالامەتلەر مۇ بولىدۇ.

5. مېڭىدىكى ئارتۇقچە ماددىلار قۇلاققا چوشۇپ پەيدا بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق ئاغرىشتىن سىرت باش ئېغرلىشىپ ئاغرىيدۇ. قۇلاققا ھەر خىل ئاۋازلار ئاڭلىنىدۇ.

6. قۇرۇق ئىسسىق خاراكتېرلىك ئىششىقتىن پەيدا بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق قاتتىق لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ، بېشى ۋە پېشانىسىدا ئېغرلىق 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 يالۇغى) غا ئوخشاش قوشۇمچە كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئاغرىقنىڭ ئەسته تۈتۈش قابلىيىتىمۇ ئاجىزلىشىدۇ. بۇ خىلىدىكى قۇلاق ئاغرىشتا داۋاملىق قىزىتما پەيدا بولىدۇ. ۋاقتىدا بىر تەرەپ قىلمىسا ئاغرىق كۈچەيىپ ئاغرىق ھۇشىدىن كېتىش، ئەقلىدىن ئېزىشتەك ئەھۋاللار كېلىپ چىقىدۇ.

7. ھۆل سوغۇق خاراكتېرلىك ئىششىقتىن پەيدا بولغان قۇلاق ئاغرىشتا، قۇلاق ئانچە قاتتىق ئاغرىمايدۇ، قۇلاق سوغۇق بلىنىدۇ.

8. قۇلاقتا يۇز 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 قۇلقىدا بىرەر نەرسە ماڭغاندەك قىمىرلاش سېزىمى بولىدۇ، قۇلاق قىچىشىدۇ. قۇلاق ئاغرىش ھاشارات مىدىرلىغاندا كۈچەيىدۇ، مىدىرلىمىسا پەسەيىدۇ. بەزىدە قۇلاقتىن شۇ ھاشاراتلار تۆزلۈكىدىن چىقىپ كەتسە ئاغرىش توختايدۇ. ياغاچ پارچىسى، كىچىك ئاشلىق دانلىرى، ئۇنچە-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 چۈمۈلگەن ياكى مۇنچىغا چۈشكەن تارىخى بولىدۇ. قۇلاققا سۇ كىرىپ كەتكەندىن كېيىن قۇلاقتا ئېغرلىشىش، غۇڭۈلداش يۇز بېرىپ بارا-بارا ئاغرىش پەيدا بولىدۇ.

11. قۇلاق كىرى بولۇپمۇ يىرىڭلىق ئاجرالمىلار قېتىشقاندىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن چىقىپ كەتمەي ياكى ئېلىۋېتىلمەي ئۆزۈنگىچە 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 تۈزۈنلەيدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئاستا-ئاستا قۇلاق يېقىمسىزلىنىپ ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

12. قۇلاق ساھەسى سىرتقى جەھەتتە زەخمىلىنىش، قۇلاق كۆيۈپ قېلىش ياكى ئوششۇپ قېلىشتىن كېلىپ چىققان قۇلاق ئاغرىشتا، زەخمىلىنىش، كۆيۈپ قېلىش، ئوششۇپ قېلىش تارىخى بولىدۇ. ھەمدە بۇ كېسەللىكلەرگە مۇناسىپ يەرلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. ئەسلىي كېسەللىكلەرنىڭ ئاساسەن قۇلاق ئاغرىشىنىڭ دەرىجىسى ئوخشاشمايدۇ.

باشقا كېسەللىكلەردىن كېلىپ چىققان قۇلاق ئاغرىشتا، شۇ كېسەللىكلەرنىڭ ئۆزىگە خاس ئالامەتلىرى بولغاندىن سىرت، شۇ كېسەللىكلەرنىڭ ئېغىرلىك دەرىجىسىگە ئاساسەن قۇلاق ئاغرىشنىڭ دەرىجىسىمۇ ئوخشاشمايدۇ.

داۋاسى

ھەر خىل قۇلاق ئاغرىشلارنى داۋالاشتا ئۆنۈمنى ھەۋەسكە قارىتا چارە تەدبىر قىلىش تەلەپ قىلىنىدۇ. شۇڭا ئالدى بىلەن سەۋەبچى ئامىللارنى توگىتىش ھەمدە ئۆنۈمنى خىلىتلىق 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 ئۆنى 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 ئۆگىتىشنى ئاساس قىلىش، ئىككىلەمچى قۇلاق ئاغرىشتا ئەسلىي كېسەللىكلەرنى داۋالاشنى ئاساس قىلىش كېرەك.

1. ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا خىلتلىق بولسا كېسەل ماددىسىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، خىلتسىز بولسا بۇاستە ھالدا قۇلاققا بىنەپشە يېغى، گۈل يېغى، نېيلۇفەر يېغى، سۈگەت يوپۇرمىقىنىڭ يېغى، قاپاق تۇرۇقىنىڭ يېغى قاتارلىق

سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلارنىڭ بىرىنى قۇلاق ۋە بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. ئاغرىش ئېغىرراق بولسا ئازراق ئەپيۇننى قىز توغقان ئايالنىڭ سۈتىدە ئېرىتىپ قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. يۇمغاقسۈت، ھۆل قاپاق، تۈسۈڭ قاتارلىقلارنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش ھەمدە سوغۇقلۇق نەرسىلەر بىلەن ئوزۇقلىنىش لازىم.

2. سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا خىلىتلىق بولسا ئىيارەجى پەيقەرا، ھەببى قوقىيا، ئىيارەجى لۇغازىيا قاتارلىق دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. بابۇنە، سېرىق چېچەك، مەرزەنجۇش، ئاقىرقەرھالارنى قاينىتىپ يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق تۇتكۈزۈپ ماددىلارنى تارقىتىش كېرەك. خىلتسىز بولسا ماددا تازىلاش ھاجەتسىز. سوزاپ يېغى، ئىنەك پىتى يېغى قاتارلىق ياغلارنى قۇلاق ۋە بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. ئەگەر كۆچلۈكرەك ئىسسىقلىق قىلىش ھاجەت بولسا، مەزكۇر ياغلارغا ئازراق قۇندۇز قەھرى، فەرفىيۇن قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تېمىتسا بولىدۇ.

3. ئاشقازاندىن تۆرلىگەن بۇخارلاردىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئاشقازاندىكى ئالامەتلەرنى داۋالاش بىلەن بىرگە قۇلاققا مۇناسىپ ياغلارنى تېمىتسا بولىدۇ. ئىسسىق يەلدىن بولغانلارغا ئىسسىق يەلنى تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

4. سوغۇق يەلدىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا سوغۇق يەلنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىش كېرەك.

5. مېڭىدىكى ئارتۇقچە ماددىلار قۇلاققا چۈشكەندىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا ھەببى قوقىيا قاتارلىق دورىلار ئارقىلىق مېڭىدىكى ئارتۇقچە ماددىلارنىڭ قۇلاققا چۈشۈشىنى توساش ۋە يوقىتىش، ماددىلارنى تارقاتقۇچى دورىلار قاينىتىلمىسى ئارقىلىق قۇلاققا ئىسسىق تۇتكۈزۈپ قۇلاقتىكى ماددىلارنى تارقىتىش كېرەك.

6. قۇرۇق ئىسسىق خاراكتېرلىك ئىششىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

7. ھۆل سوغۇق خاراكتېرلىك ئىششىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا قۇرۇق ئىسسىق تەبىئەتلىك ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش، يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق تۇتكۈزۈش كېرەك.

8. قۇلاقتا يۇز بەرگەن ھەر خىل جاراھەت ۋە يىرىڭلىق چاقىلاردىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا سوزاپ يېغى، ئىنەك پىتى يېغى، زىغىر لۇئابى قاتارلىقلارنى قۇلاققا تېمىتسا چاقىلار يىرىلىپ، پىشىپ يىرىڭ چىقىپ كېتىش بىلەن ئاغرىق پەسىيىدۇ. يىرىڭلارنى تازىلاپ چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن جاراھەتلەرنى پۈتتۈرگۈچى، ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن مەلھەمى ئەبيەزنى ئىشلەتسە ئەكۆ مۇۋاپىق.

مەلھەمى ئەبيەز

قوغۇشۇن تۆپىسى، ئاق مۇم ھەر بىرى بىر ھەسسە، گۈل يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى ئىككى ھەسسە.

تەييارلاش: ئالدى بىلەن مۇم ئېرىتىلىدۇ، ئاندىن قوغۇشۇن تۆپىسىنى ھاۋانچىغا سېلىپ ئوستىگە 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 يەنمۇ توختىمسا 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 ئۇرنىنى قۇلاققا چۈشۈرۈپ بېقىش كېرەك. بۇنىڭدا ھاشارات ئۆزلۈكىدىن قايتىپ چىقىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇسۇلدا ھاشارات قۇلاقتىن قايتىپ چىقمىسا ھاشارات ئۇلتۇرىدىغان دورىلارنى قۇلاق ئىچىگە تېمىتىپ ھاشاراتنى ئۆلتۈرگەندىن كېيىن باشقا سۇيۇقلۇق ياكى سۇيۇق دورىلار بىلەن ھاشاراتنى ئېقىتىپ چىقىرىۋېتىش كېرەك. ھاشارات ئۆلتۈرۈش ئۈچۈن ئۆزۈم سىركىسىگە ئازراق سەبرى سېلىپ قۇلاق ئىچىگە تېمىتسا بولىدۇ. زەيتۇن يېغى، كۈچلۈك 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 سەكرەش كېرەك ياكى ئالقاننى قۇلاققا قويۇپ بېسىپ تارتىپ قۇلاق ئىچىدىكى سۇنى شۇمۇرۇپ چىقىرىش كېرەك. قۇلاققا كىرىپ كەتكەن سۇ ۋاقتىدا چىقىرىۋېتىلمەي بارا-بارا قۇلاق ئاغرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغان بولسا، قۇلاققا ئىسسىق تۇتكۈزۈش ۋە ئىسسىق يېغلارنى قۇلاققا تېمىتىش كېرەك.

11. قۇلاق يولىدىكى ئاجرالمىلار توپەيلىدىن 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 تۈرۈپ قىسقۇچ ئارقىلىق ئېھتىيات بىلەن قىسىپ ئېلىۋېتىش كېرەك. ئاجرالمىنى ئېلىۋەتكەندىن كېيىنلا قۇلاق يېنىكلەپ قالىدۇ. ئەگەر شارائىت بولمىسا قالايمىقان قۇلاقنى كولىماي، مەخسۇس بەش ئەزا كېسەللىرى بۆلۈمگە ئاپىرىپ كۆرسىتىش كېرەك.

12. سىرتقى زەخىم ۋە باشقا كېسەللىكلەردىن بولغان قۇلاق ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئەسلى كېسەللىكنى داۋالاش كېرەك. ئەسلى كېسەللىك ساقايسا، ئادەتتە قۇلاق ئاغرىشمۇ تۈزىلىكىدىن ياخشى بولۇپ كېتىدۇ.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار

قۇلاق ئاغرىش يۈز بەرگەندە قۇلاقنى قالايمىقان كولىماسلىق كېرەك. تۇنداق بولمىغاندا ئېھتىياتسىزلىقتىن قۇلاق پەردىسى تېشىلىپ، قۇلاق ئاغرىش ۋە ئاڭلاش ئىقتىدارى تۈۋەنلەشتەك ئەھۋاللار كېلىپ چىقىدۇ. شۇڭا بۇنىڭغا ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

قۇلاق غۇڭۇلداش

قۇلاق غۇڭۇلداش (تەنىنىن ۋە دەۋۈەي) قۇلاققا ھەر خىل غۇڭۇلدىغان غەيرىي ئاۋازلار ئاڭلانغانلىقىغا قارىتىلغان. تۇ، 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 تەنىنىن دەپ ئاتىلىدۇ. يۇمشاق ۋە ئاستىراق ئەمما چوڭراق بولغىنى دەۋۈەي دەپ ئاتىلىدۇ.

ئاڭلاش خىزمىتىدىكى غەيرىي نورمالليق ئادەتتە ئۈچ خىل دەرىجىدە بولىدۇ:

1. بۇزۇلۇش ياكى پۈتۈنلەي يوقلىش يەنى بوتلان دەرىجىسى: بۇنىڭدا قولاق ھېچقانداق بىر ئاۋازنى ئاڭلىيالمايدۇ. بۇ ئادەتتە گاسلىقتىن ئىبارەت.

2. كەملىك ياكى يېتەرسىزلىك يەنى تۇقسان دەرىجىسى: بۇنىڭدا قۇلاق تۈۋەن ئاۋازلارنى ۋە يىراقتىكى ئاۋازلارنى ئاڭلىيالمايدۇ. بۇ ئادەتتە قۇلاق ئېغىرلىشىپ قېلىش يەنى ئاڭلاش ئىقتىدارىنىڭ تۆۋەنلەپ كېتىشىدىن ئىبارەت.

3. تەشۋىش دەرىجىسى: بۇنىڭدا قولاققا يالغان ۋە ئەملىيەتتە 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 قۇۋۇتىنى بەك كۈچەيتۈتكۈرلىشىپ كەتكەنلىكتىن قۇلاق غوڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

2. قۇلاقنىڭ ئاڭلاش ھېسسىي قۇۋۇتىنى بەك ئاجىزلاشقانلىقتىن قۇلاق غوڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

1) ھەر‌زىم بۇزۇلغانلىقتىن بەدەن ئاجىزلىغان ياكى باشقا ئېغىر كېسەللىكەردىن ئەمدىلا ياخشىلانغان دەۋرلەردە ئاڭلاش قۇۋۇتىنى بەك ئاجىزلاپ قۇلاق غوڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

2) بەدەندە قۇرۇقلۇق بەك ئاشقان ياكى ئاغرىق ئاچ قالغاندا ئىنسان تەبىئىتى ئۆزۈقلىنىش ئۈچۈن ئىلاجسىز ھالدا بەدەندىكى شەبنەمگە ئوخشاش تارقاق ھۆللۈكلەرگە يۈزلىنىپ ئۇلارنى تارقىتىدۇ، ھەرىكەتلەندۈرىدۇ. نەتىجىدە ئۇلاردىن چىققان بۇغلار ھەرىكەتلىنىدۇ. باش ماددىدىن، ئاڭلاش سېزىملىرى يېمەكلىكەرنىڭ تەسىرىدىن خالى بولغاچقا ئاڭلاش قۇۋۇتىنى مەزكۇر بۇغلارنىڭ ھەرىكىتىنى غوڭۇلدىغان ئاۋازدا سېزىدۇ.

3. مېڭىدىكى بۇغلارنىڭ تەسىرىدىن قۇلاق غوڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

1) مېڭە ساھەسىگە ئارتۇق ماددا يىغىلىپ ئۇنىڭدىن قويۇق يەل ياكى بۇغ ئاجرىلىپ چىقىدۇ. ئاڭلاش قۇۋۇتىنى بۇ ھەرىكەتنى غوڭۇلدىغان ئاۋاز ھالىتىدە سېزىدۇ.

2) مېڭىدىكى ئارتۇق ماددىلار قۇلاققا قۇيۇلۇپ قۇلاق ئىچكى تۈشۈكىدىكى ھاۋانى سىقىدۇ. ھاۋا توسۇلۇپ ئاڭلاش قۇۋۇتىگە گۇكىرىگەن سېزىم بېرىدۇ. ماددىنىڭ قويۇلۇشى قانچە داۋاملاشسا، قۇلاقتىكى غوڭۇلداش شۇنچە داۋاملىشىدۇ.

3) مىزاجنىڭ ئىسسىققا ئۆزگىرىشى، ئاغرىقنىڭ ئېچى تىتلداپ روھىي جەھەتتە بىئارام بولۇشى قاتارلىقلار خىلىتلارنى قاينىتىپ بۇغلارنى قوزغايدۇ، ئاڭلاش قۇۋۇتىنى ئۆنى غوڭۇلدىغان ھالەتتە سېزىدۇ.

4) بۇغلارنى قوزغاپ مېڭە تەرەپكە چىقىرىدىغان دورىلارنى، مەسىلەن: قارىمۇچ قاتارلىق دورىلارنى كۆپلەپ ئىچىش ياكى بۇغلارنى قوزغاپ، قۇلاق ئىچىدىكى

جسم تۈرغان هاۋانى هەربكە تەندۈرگۈچى يېمەكلىكلەرنى، مەسىلەن: سامساق، كۈدە (جۈسەي) قاتارلىقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ئاڭلاش قۇۋۇتى بۇخار ۋە هاۋالارنىڭ هەربكىتىنى غوڭۇلدىغان هالەتتە هېس قىلىدۇ.

4. قۇلاقتىكى چاقىلاردىن ئاققان يىرىڭ ۋە سېرىق سۇلار قۇلاق ئىچىگە يىغىلىپ يامان تەسىر قىلغانلىقتىن ياكى قۇلاقنا كىرىۋالغان هاشاراتلارنىڭ هەربكىتىدىن قۇلاق غوڭۇلداش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

قولاقنىڭ كۆرۈنۈشىدە چوڭ ئۆزگىرىش بولمايدۇ، لېكىن قۇلاق غوڭۇلدايدۇ. ئېغىر بولسا ئادەتتىكى ئەهۋال ئاستىدىمۇ قۇلاقنىڭ غۇڭۇلدىغانلىقى ئېنىق بىلىنىدۇ. يەڭگىل بولسا ئادەتتە بىلىنمەيدۇ. تىنچ شارائىتتا ياكى كېچىدە تۈيقۇدىن ئويغىنىپ كەتكەندە قۇلاق غوڭۇلدىغانلىقى بىلىنىدۇ.

1. ئاڭلاش قۇۋۇتىنىڭ بەك كۈچىيىپ كەتكەنلىكىدىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا، قۇلاقنىڭ ئاڭلاش قۇۋۇتى كۈچلۈك هەمدە سېزىمى تۇتكۇر بولىدۇ. بەدەن ساغلام بولۇپ باشقا هېچقانداق كېسەللىك بولمايدۇ. قۇلاق غوڭۇلداش قورساق ئاچ ۋاقتلاردا پەسىيدۇ ياكى ياخشىلىنىپ قالىدۇ. كۈچلۈك تاماقلارنى يەپ بەك تۈيۈنۈپ كەتكەندە كۈچىيىپ كېتىدۇ.

2. ئاڭلاش قۇۋۇتىنىڭ بەك ئاجىزلىشىپ كەتكەنلىكىدىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا، ئەكسىچە ئاڭلاش قۇۋۇتى تۇۋەن بولىدۇ، قورساق توق ۋاقتلاردا قۇلاق غوڭۇلداش پەسىيدۇ ياكى ياخشىلىنىپ قالىدۇ، ئاچ قالغاندا ياكى ئوزۇقلىنىش ياخشى بولمىغاندا كۈچىيىپ كېتىدۇ.

1) ئاغرىقتا هەزىم بۇزۇلغان، بەدەن ئاجىزلاشقان ياكى باشقا كېسەللىكلەرگە گىرىپتار بولغانلىق تارىخى ۋە تۈنۈگۈنا مۇناسىپ هالدىكى ئالامەتلەر بولىدۇ.

2) بەدەنده قۇرۇقلۇق بەك ئاشقان، ئوزۇقلىنىش ناچارلاشقانغا دائىر ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. قۇرۇقلۇق ئاشقان، قورساق ئاچ قالغان ۋاقتلاردا قۇلاق غوڭۇلداش ئېغىرلىشىدۇ.

3. مېڭىدىكى بۇخارلارنىڭ تەسىرىدىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا:

1) مېڭە ساهەسىگە ئارتۇق ماددا يىغىلىپ قالغاچقا باش ئېغىرلىشىدۇ. قويۇق يەل ياكى بۇخارلار تۇپەيلىدىن قۇلاق چىڭقىلىدۇ.

2) مېڭىدىكى ئارتۇق ماددىلار قۇلاقنا قۇيۇلۇپ قۇلاق ئىچكى تۇشۇكىدىكى هاۋانى سىقىۋاچقا قۇلاق بىئارام بولىدۇ. قۇلاق سوزۇلغاندەك بىلىنىدۇ، باش ئېغىرلىشىدۇ. ماددىنىڭ قۇيۇلۇشى قانچە كۆپ بولسا ۋە داۋاملاشسا، قۇلاقتىكى غوڭۇلداش شۇنچە

كۆچلۈك بولىدۇ ۋە داۋاملىشىدۇ.

3) مىزاجنىڭ ئىسسىققا تۆزگىرىشى، بىمارنىڭ ئىچى تىتلداپ روھىي جەھەتتە بىئارام بولۇشى قاتارلىقلارنىڭ خىلىتلارنى قاينىتىپ، 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 سامسىق، كۈدىگە ئوخشاش يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا بۇ نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولىدۇ. بۇ نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشنى توختاتسا قۇلاق غوڭۇلداش توختاپ قالىدۇ ياكى تۆزۈنغا بارماي بوقلىپ كېتىدۇ.

4. قۇلاقتىكى چاقىلاردىن ئاققان يىرىڭ ۋە سېرىق سۇلار قۇلاق ئىچىگە يىغىلىپ يامان تەسىر قىلغانلىقتىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا قۇلاققا چاقا چېقىش، يىرىڭ ۋە سېرىق سۇ ئېقىش بىلەن بىرگە قۇلاقتا ئاغرىش، ئىششىش قىزىرىش، ئالامەتلىرى بولىدۇ. قۇلاقتىكى ھاشاراتلار ھەرىكەتتىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشتا ھاشاراتلار ھەرىكەتتىن قۇلاق غوڭۇلدايدۇ ھەم ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

كېسەللىك ئەھۋالىغا ئاساسەن ئاڭلاش سېزىمىنى تۆۋەنلىتىش ياكى كۆچەيتىش، مىزاجنى تەڭشەش، مېڭىدىن ئارتۇق ماددىلارنى تازىلاش، بۇخارلارنى تارقىتىش ھەمدە سەۋەبلەرگە قارىتا چارە قىلىش لازىم.

1. ئاڭلاش قۇۋۋىتى بەك كۆچىيىپ كەتكەنلىكتىن بولغان قۇلاق غوڭۇلداشنى داۋالاشتا ئاڭلاش سېزىمىنى تۆۋەنلىتىش ئۈچۈن گۈل يېغى بىلەن سىركىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، سۇس ئوتتا سىركە تۇچۇپ كېتىپ ياغ قالغىچە قاينىتىپ ئاندىن تۇنكۇغا قۇندۇز قەھىرى ياكى ئەپيۇندىن 0.1 گرام قوشۇپ قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. مېڭىنى ھۆللەشتۈرۈش، تىنىچلاندۇرۇپ ئوخلىتىشتەك چارە تۆسۇللارنى 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

ئېنىقلاپ تەكشەپ نورماللاشتۇرۇش، مېكىنى قۇۋۇەتلەپ ھېسسىي كۆچنى ئاشۇرۇش كېرەك.

بۇنىڭ ئۈچۈن داۋائىلمىشكى، مەئجۇنى ئۇجاھەت قاتارلىق دورىلارنى ئىچكۈزۈش؛ بادام يېغى، گۈل يېغىنى باراۋەر مىقداردىكى سىركە بىلەن قاينىتىپ، يىلمان پېتى ئەتىگەن ئاخشامدا قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. ئۇخۇم سېرىقى، پاقلان گۈشى، شورپىسى ۋە باشقا ئوزۇقلۇق قىممىتى ياخشى نەرسىلەرگە دارچىن، قەلەمپۇر قاتارلىق خۇشپۇراق دورىلار سېلىپ ئىستېمال قىلىش، قۇۋۋەت، كالا پاقالچاقلىرى بىلەن ئوزۇقلىنىش كېرەك.

1) ھەزىم بۇزۇلغان، بەدەن ئاجىزلاشقان ياكى باشقا كېسەللىكلەردىن بولغان قۇلاق غۇڭۇلداشنى 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 غۇڭۇلداشنى داۋالاشتا بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورا ۋە ئۇسۇللارنى قوللىنىش، ئوزۇقلىنىشنى كۈچەيتىش لازىم. شورپىلىق تاماملارنى ۋە قۇيۇقلۇق ئىستېمال قىلىش كېرەك.

3. مېكىدىكى بۇخارلارنىڭ تەسىرىدىن بولغان قۇلاق غۇڭۇلداشنى داۋالاشتا بۇخارلارنىڭ كېلىپ چىقىشىنى توسۇش، بۇخارلارنى تارقىتىشتەك ئۇسۇل-چارىلەر ۋە دورىلارنى قوللىنىش، ئاساسەن مېكىنى تازىلاش كېرەك.

1) مېكىگە يېغىلىپ قالغان ئارتۇق ماددىلارنى تازىلىغۇچى دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك.

2) مېكىدىكى ئارتۇق ماددىلارنىڭ قۇلاققا قۇيۇلۇشنى توسقۇچى دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك.

3) مىزاجنى سوۋۇتقۇچى، ئاغرىقنى روھىي جەھەتتە تىنچلاندۇرغۇچى دورا ۋە ئۇسۇل-چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك. تەپتىن بولغانلىرىدا قىزىتما قايتۇرۇش كېرەك.

4) بۇخارلارنى قوزغاپ مېكىگە چىقارغۇچى دورىلاردىن قارىمۇچ قاتارلىقلارنى، يېمەكلىكلەردىن سامساق، كۈدە قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلماسلىق بىلەن بىرگە ئۇلارنىڭ تۇزەتكۈچىسىنى ئىشلىتىش كېرەك. قارىمۇچنىڭ تۇزەتكۈچىسى سوغۇق ياغلار، كۈدىنىڭ تۇزەتكۈچىسى يۇمغاقسۈت، ھۆل كاسىن قاتارلىقلاردۇر.

4. قۇلاقتىكى چاقىلاردىن ئاققان يىرىڭ ۋە سېرىق سۇلاردىن بولغان قۇلاق غۇڭۇلداشتا يارا ئىششىقنى ياندۇرغۇچى، قىزىرىش ۋە ئاغرىشنى يوقاتقۇچى، يىرىڭ

تازىلىغۇچى دورا ۋە تۈسۈل-چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك. قۇلاقتىكى ھاشاراتلاردىن كېلىپ چىققان قۇلاق غوڭغۇلداشنى دۇالاشتا ھاشاراتلارنى ئېھتىيات بىلەن قىستۇچتا قىسىپ ئېلىۋېتىش كېرەك. ئالغىلى بولمىسا ھاشارات تۆلتۇرگۈچى دورىلار بىلەن ھاشاراتنى ئۆلتۈرگەندىن كېيىن سۈيۈقلۇقلار ياكى سۈيۈق دورىلار بىلەن ھاشاراتنى ئېقىتىپ چىقىرىۋېتىش كېرەك.

قۇلاق ئېغرىلىق ۋە گاسلىق

قۇلاق ئېغرىلىق ۋە گاسلىق (تەرەش، ۋەقەر- بۇتلاتۈسسەمئى). ھەر خىل سەۋەبلەر تۆپەيلىدىن نورمال ئاۋازلارنى يېرىم ياكى پۈتۈنلەي ئاڭلىيالماسلىقا قارىتىلغان. ئاۋازلارنى يېرىم ياكى ئېنىق ئاڭلىيالماسلىق قۇلاق ئېغرىلىق، پۈتۈنلەي ئاڭلىيالماسلىق گاسلىق دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ تۇغما ۋە تۇغۇلغاندىن كېيىن پەيدا بولغاندىن ئىبارەت 2 تۈرگە بۆلۈنىدۇ. تۆنۈك سەۋەبلىرى تۆۋەندىكىدەك بىر قانچە خىل بولىدۇ:

1. بىرىنچىسى: ھامىلە ئانا قورسىقىدىلا ئاڭلاش قۇۋۇتى يوق بولغان بولىدۇ. شۇڭا تۇغۇلغاندىلا گاس تۇغۇلىدۇ. ئىككىنچىسى: ھامىلە قۇلقىنىڭ تۈسۈپ تەرەققىي قىلىشى تۇغۇلۇشتىن بۇرۇن توختاپ قالغان ياكى قۇلاق تۈشۈكى 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 قۇۋۇەت ئاجىزلىشىپ مىزاج قۇرۇق سوغۇقلۇققا مايىللىشىدۇ. تۆنۈك ئۈستىگە قۇرۇقلۇق ۋە سوغۇقلۇقنىڭ زىيادە تېگىشى بىلەن مىزاج قۇرۇق سوغۇقما ئۆزگىرىپ تەبىئي ھالدا قۇلاققا تەسىر قىلغانلىقتىن گاسلىق كېلىپ چىقىدۇ.

3. قۇلاقنىڭ ئاڭلاش قۇۋۇتى (قۇۋۇۋەئى سامىئە) ۋە سېزىم ئەسەبلىرى يېقىلىش، سىرتتىن بىر نەرسە تېگىش، زەخمىلىنىش سەۋەبىدىن بۇزۇلۇش قۇلاق ئېغرىلىقى ياكى گاسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

4. كېزىككە ئوخشاش قىزىتمىلىق كېسەللىكەردە بۆھران يۈز بېرىپ كېسەللىك

تۇستۇنلۇكنى ئىگىلىسە سەپرا مېڭگە تۇرلەپ گاسلىقنى كەلتۇرۇپ چىقىرىدۇ.

5. ئىچكى ياكى تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرى بىلەن تۇز ئېتىدالىدىكى ئىسسىق-سوغۇق، هۆل-قۇرۇق مىزاجنىڭ. بۇزۇلۇشى قۇلاقنىڭ ئاڭلاش ئەزالىرى (ئالەتلىرى) گە تەسىر قىلىپ گاسلىقنى پەيدا قىلىدۇ. بۇنىڭدا: مىزاجنىڭ ئىسسىق ياكى قۇرۇقتىن ئۆزگىرىشى ئاڭلاش پەردىلىرىنىڭ هۆللۇكنى قۇرۇتۇپ ئاڭلاش قۇۋۇەتلىرىنىڭ تۇلارغا دېگۈدەك تۇتەلمەسلىكنى ياكى ئاڭلاش سېزىمىنىڭ تۇتۇشىگە توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ. شۇ سەۋەبتىن ئاڭلاش ئاجىزلايدۇ ياكى ئاڭلىيالمايدۇ.

مىزاجنىڭ سوغۇق تۆزگىرىشى قۇلاقنىڭ ئاڭلاش پەردىسىنى قېلىنلاشتۇرۇپ هەتتا قاتتىقلاشتۇرۇپ قويىدۇ.

مىزاجنىڭ هۆل ئۆزگىرىشى ئاڭلاش پەردىسىنى بوشاشتۇرۇپ، ئاڭلاش ئەسەبلىرىنى هەر خىل دەرىجىدە سۈسلاشتۇرۇپ قويىدۇ.

6. قويۇق ۋە خام خىلتلار سېزىم ئەسەبلىرىگە قۇيۇلغانلىقتىن روهىي نەپسانى تۇ يەرگە تۇتەلمەي، قۇلاقنىڭ ئېغىرلىق ياكى گاسلىقنى كەلتۇرۇپ چىقىرىدۇ.

7. قۇلاق تۇشۇكىگە توسالغۇ پەيدا بولۇپ، ئاڭلاش ئەسەبلىرىگە ئاۋاز دولقۇنىنى ئۆتكۈزمەيدۇ. شۇ سەۋەبتىن قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقنى كەلتۇرۇپ چىقىرىدۇ. مەزكۇر توسالغۇنىڭ ئۇچ خىل مەنبەسى بار:

بىرىنچى: قۇلاقتا كىرلەر كۆپلەپ يىغىلىپ قېلىپ قۇلاق تۇشۇكنى ئېتىۋالىدۇ. ئىككىنچى، تۇشۇق غەيرىي نەرسىلەر يەنى توپا-قۇم، تۈلۈك هاشاراتلار، تۇشۇق تۇرۇق قاتارلىقلار قۇلاق تۇشۇكنى ئېتىۋالىدۇ. ئۈچىنچى، قۇلاقتىكى يىرىڭلىق چاقا ساقىيىپ پۈتكەندىن كېيىن قېتىشقان يىرىڭلار قۇلاق تۇشۇكنى توسۇۋالىدۇ ياكى قۇلاق تۇشۇكىدە ئارتۇق گۆش ئۈنۈپ قېلىپ، سۈگەل بەز پەيدا بولۇپ قېلىپ قۇلاق تۇشۇكنى ئېتىۋالىدۇ.

8. بەزى دورىلارنىڭ زەهەرلىشىدىنمۇ قۇلاق ئېغىرلىق ۋە گاسلىق كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا ئەپيون، نەشە قاتارلىقلارنىڭ ئاڭلاش سېزىم ئەسەبلىرىنى زەهەرلەشتە ئالاهىدە 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 چىقىرىشىنى 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 كىشىنىڭ گەپ قىلىسا ئاڭلىيالايدۇ. تاۋۇشلارنى تەلەپپۇز قىلىشىمۇ تۇتۇقلىشىدۇ. ياشانغانلاردا قۇرۇق سوغۇق ئالامەتلەر روشەنرەك كۆرۈلىدۇ.

3. ئەسەب خاراكتېرلىك گاسلىقتا سىرتقى جەھەتتە زەخمىلەنگەنلىك 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 چورت 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 ئورلىگەنلىكىدىن كېلىپ چىققان ئىسسىق ئالامەتلەر بولىدۇ.

5. مىزاجنىڭ ئۆزگىرىشى ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا بەدەنىدە 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، تۆزۈن مۇددەت قىلىش، تولا ئاچ قېلىش، تۈيقۇسىزلىق قاتارلىقلار. قۇلاق ئىچى چوڭقۇر بىر يەردە ئاغرىش بولۇشتىن باشقا كۆزدىمۇ ئاغرىش بولىدۇ. بەدەن تۇرۇقلاشقا باشلايدۇ. ھۆللۈكتىن ھوزۇرلىنىدۇ.

مىزاجنىڭ ئۆزگىرىشى سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا بەدەنىدە 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 بەدەنىدە 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 ئېغرلىق ياكى گاسلىق تېخمۇ ئېغرلىشىدۇ. قۇرغاق پەسل ۋە قۇرۇق نەرسىلەر پايدا قىلىدۇ.

6. قويۇق، خام خىلىتلارنىڭ ئاڭلاش ئەسەبلىرىگە قويۇلۇشىدىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىق ياكى گاسلىقتا باش ئېغىر بولىدۇ. باشنى قويسا باش ئېغرلىشىپ كۆچىيىدۇ. قۇلاقتا كۆيگەندەك سېزىم بولماي بەلكى قۇلاق گۈكرىگەن سېزىم بولىدۇ. قىزىق نەرسىلەر مەنپەئەت قىلىدۇ.

7. قۇلاق توسۇلغانلىقتىن بولغان قۇلاق ئېغرلىق ياكى گاسلىقتا قۇلاق پۈتۈپ قالغاندەك بىلىنىدۇ. قۇلاقتا غەيرىي نەرسىلەر كىرىپ كەتكەن ياكى قۇلاقتا يىرىڭلىق چاقا چىقىقانلىق تارىخى بولىدۇ. قۇلاق يولىنى توسقان نەرسىلەرنىڭ كۆپ-ئازلىقى، چوڭ-كىچىكلىكىگە قاراپ قۇلاق ئېغرلىقىنىڭ دەرىجىسىمۇ ئوخشىمايدۇ.

8. دورىلارنىڭ زەھەرلىشىدىن بولغان قۇلاق ئېغرلىق ياكى گاسلىقتا زەھەرلىك دورا ۋە نەرسىلەرنى ئىشلەتكەنلىك، بولۇپمۇ ئەپيۇن، نەشە قاتارلىق نەرسىلەرنى ئىشلەتكەنلىك تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

تۈغما گاسلىق، ياشانغانلىقتىن بولغان ۋە ئاڭلاش ئەسەبلىرىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان گاسلىقنى داۋالاشنىڭ ياخشى چارىلىرى يوق.

مىزاج ئۆزگىرىشىدىن بولغان قۇلاق ئېغرلىق ياكى گاسلىقنى داۋالاشتا مىزاجنىڭ تۆت خىل كەيپىياتىغا قارىتا مۇناسىپ داۋالاش تۈسۇل-چارىلىرىنى قوللىنىش كېرەك. بۇنىڭدا ئالدى بىلەن قايسى سەۋەبتىن بولغانلىقىنى ئېنىقلاپ كېسەللىك ماددىسىنى سۈرۈپ چىقىرىش ۋە مېڭىنى تازىلاش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مەتبۇخى ھەلىلە، ئىيارەجىلەرنى بىرىپ ماددا سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ. مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن مېكىيان گۈشى ئىستېمال قىلىش بىلەن بىرگە ئىچىشكە دىنار شەربىتى بېرىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن سەۋەبلەرگە ئاساسەن كونكرېت تەدبىرلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

باشقا خىلدىكىلەرنىگە تۆۋەندىكى ئۈسۇللارنى تاللاپ قوللىنىش كېرەك.

1. ئانار بىلەن داۋالاش (دەۋائى رۇمىان)

ئاچچىق ئانار بىر دانە، سىركە 16 گرام، كۆندۈر 3 گرام.

ئانارنىڭ كىندىكىدىن تېشىپ دانىلىرى ۋە ئىچىدىكى تېرىلىرى پۈتۈنلەي ئېلىپ تاشلىنىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن ئانار دانىلىرىنى سقىپ، سۈزۈپ سۈيىنى ئانار

ئىچىگە قويۇپ ئوستىدىن سىركە قوشۇپ، ئوستىگە سالايە قىلىنغان كۆندۈر سېلىندۇ. ئانارنى چوغ ئوستىدە بىرده‌م قويۇپ قىزىتىپلا ئېلىپ ئىچىدىكى سۈيىدىن قۇلاق ئىچىگە تامغۇزۇلىدۇ.

2. 10 گرام سامساقنى يه‌نجىپ، ئوڭا بىر دانه قوي ئوتى ئارىلاشتۇرۇپ بادام يېغى، ياڭاق يېغى، خاسىڭ يېغى ياكى زىغىر يېغىغا قوشۇپ قۇلاققا تېمىتىش كېره‌ك.

3. سىرىق چېچه‌ك، سوزاپىنىڭ يېغىنى يىلمان هالدا قۇلاققا تېمىتىش، ياۋا بېده، غار ده‌رىخىنىڭ ياپىرىقى، مه‌رزه‌نجۇش، به‌ره‌نجاسىف، سه‌ئىته‌ر، بابۇنلار قاينىتىلغان سۈلىرى بىله‌ن گه‌ده‌نىڭ ئارقىسىغا، قۇلاقنىڭ تۈۋلىرىگە ئىسسىق ئوتكۇزۇش، سوزاپ، سه‌ئىته‌ر، به‌همه‌نله‌رنى سىركه، زه‌يتۇن يېغى بىله‌ن پىشۇرۇپ، ئاپتاپقا قويۇپ ئاپتوۋا ئاغزىغا ۋه‌ره‌نكىنى دۇم كۆمتۇرۇپ، چىڭ بېكىتىپ ۋه‌ره‌نكىنىڭ نه‌يچىسىنى قۇلاققا ئوتوپ هورىنى قۇلاققا ئېلىش لازىم.

4. بىر ئوخۇمنىڭ ئېقىغا ته‌ڭ مىقداردىكى ئايال سۈتىگە 10 گرام كالىنىڭ ئوتىنى قوشۇپ قۇلاققا تېمىتىش كېره‌ك.

5. قاپاق چېچىكىدىن 10 گرامنى يه‌نجىپ 20 گرام كۆنجۈت يېغى، 6 گرام ره‌ۋه‌ن، 3 گرام تاغ ئوچىسىنىڭ ئوتى بىله‌ن ئارىلاشتۇرۇپ ئاز-ئازدىن تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

6. كونا سېرىق مايغا يىلان يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

7. سامساقنى قاينىتىپ سۈزۈپ، سۈيىنى قۇلاققا تامغۇزسىمۇ پايدا قىلىدۇ. ئامۇت ئورۇقى يېغىنى تامغۇزۇش، ئاچچىق ئورۇپ سۈيىنى هه‌سه‌ل بىله‌ن قاينىتىپ تامغۇزۇشنىڭ ئوبدان ئونۇمى بار. قاپاق چېچىكىنى كۆنجۈت يېغىدا ئېزىپ تېمىتسىمۇ قۇلاق ئېچىلىدۇ.

8. چۈمۈله يېغى ياكى كۆچۈلا يېغىنى تامغۇزسىمۇ بولىدۇ.

چۈمۈله يېغىنى ته‌يارلاش ئوسۇلى: 100 م ل كۆنجۈت يېغى ياكى زه‌يتۇن يېغىغا 15 — 10 گرام قارا چۈمۈلىنى سېلىپ 40 كۆنگىچه تومۇز ئاپتاپتا قويۇپ چۈمۈله يېغى ته‌يارلىنىدۇ.

9. بابۇنه، ئىكىلىلمىلىك، سه‌ئىته‌ر، بىنه‌پشه، چىكسه‌يله‌رنى قاينىتىپ ئونكىدىن چىققان هورغا قۇلاقنى ته‌رلىگىچه ئوتوش لازىم.

10. قۇلاق ئىچىگە گۆش ياكى سۈگه‌ل په‌يدا بولغان بولسا كېسىپ ئېلىۋېتىش كېره‌ك. ئه‌گه‌ر ئولار قۇلاقنىڭ ئىچكى ته‌رىپىده، چوڭقۇردا بولسا ئىنچىكه ئه‌سۋاب بىله‌ن بىر ئىلاج قىلىپ كېسىش لازىم. كېسىپ ئېلىۋه‌تكه‌ندىن كېيىن پىلتىكۈچ ته‌يارلاپ زاكا ۋه شۇنىڭغا ئوخشاش جاراهه‌ت پۈتتۈرمه‌يدىغان نه‌رسىله‌رگه مه‌زكۇر پىلتىكۈچنى ته‌ككۈزۈپ قۇلاققا سېلىپ قويسا قالدۇق پىلتىزلىرىنى يه‌پ گۆش ياكى سۈگه‌لله‌رنى قاينا

تۇنمەيدىغان قىلىدۇ. ئەگەر ھەر قانداق تۈسۈل بىلەنمۇ كېسىش مۇمكىن بولمىسا قۇلاقنى ئاق توغرىغۇ، ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ، ئاندىن سودا بىلەن قىزىل زەرىنخنى يۇمشاق ئېزىپ سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ شۇ يەرگە قويسا ئارتۇق گۈشنى يەپ تۈگىتىدۇ. ئارتۇق گۈشلەرنى تۈگەتكەندىن كېيىن جاراھەتنى داۋالاش، جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

11. قۇلاق ئېچىدىكى كىرلەر توسالغۇ پەيدا قىلىپ ئاڭلاشقا تەرسىر يەتكۈزگەن بولسا، كىرنى تازىلاش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەر كۈنى ئاخشىمى ئوخلاشتىن ئىلگىرى قۇلاق ئىچىگە كۈنجۈت يېغى، گۈل يېغى ياكى بادام يېغىدىن بىرنى تامغۇزۇپ، ئەتىسى قۇلاقنى قىناقسۇ ھورىغا ياكى مۇنچا ھورىغا تۈتسا يۇمشىغان كىرلەرنى ئاسانلا تازىلۇەتكىلى بولىدۇ.

زاغۇن تۇرۇقى، ئاق توغرىغۇلارنى سوقۇپ سىركىدە خېمىر قىلىپ پىلتىكۈچ بىلەن قۇلاقىغا سىيلىپ قويۇپ 3 كۈندىن كېيىن ئېلۇېتىپ قۇلاقنى تازىلىسا كىرلەرنى ئاسان ئېلۇەتكىلى بولىدۇ.

قۇلاق قېچىشش

قۇلاق قېچىشش (ھىككەتۈلتۈزنى، خارىشى گۈش) بەزى ئېچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قۇلاقنىڭ ئۈزلۈكسىز قېچىشىپ بىئارام قىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

تاشقى سەۋەبلەردىن قۇلاق تازىلىقى ياخشى بولماسلىق، يەللىك نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش ۋە قۇلاق ئىچى ئىششىش، تۈشۈشاق مۇدۇر چىقىش قاتارلىقلار تۈزۈنغا سوزۇلۇپ يەل (بۇخار) لارغا ئايلىنىپ قۇلاقىغا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن قۇلاق قېچىشش كېلىپ چىقىدۇ.

ئېچكى سەۋەبلەردىن ئاساسلىقى بەزى كىشىلەردە نورمالسىز بەلغەم قۇلاقىغا 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 كۆچىيىدۇ.

داۋاسى

مەيلى قايسى سەۋەبتىن بولمىسۇن ئوخشاشلا ئىيارەجى پەيقەرا، ئىتىبىغىلى كەشنزلەر 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 تېمىتىمۇ بولىدۇ. شۇمشىنى ئايال كىشىنىڭ سۈتىدە قاينىتىپ تەمى چىققاندا يىلمان پېتى قۇلاققا تېمىتسا ياكى تۇنى 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.

باللارنىڭ قۇلقى يەلدىن قىچىشسا سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالاشتا قوللانغان تۈسۈل ـ چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ. ئەگەر بۇۋاق باللاردىكى قۇلاق قىچىشىش ئانا سۈتىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان قىزىتما سەۋەبىدىن بولغان بولسا، تۇرۇپنى پاكىزلەپ ئېزىپ سىركىدە تۇرغۇزۇپ گۈل يېغى بىلەن تاكى سۈيى قالمىغىچە قاينىتىپ يېغى قالغاندا تېرپىلرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ قۇلاققا تېمىتسا بولىدۇ.

ئادەتتە دائىم قۇلاق تازىلىقىغا دىققەت قىلىش ھەمدە يەللىك نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك.

قۇلاق ۋەرەملىرى

قۇلاق ۋەرەملىرى (تەۋرامۇلتۇزنى، ئاماسسهايى گۈش) قۇلاقنىڭ ئىچكى ياكى تاشقى تەرەپلىرىدىكى بولۇپمۇ قۇلاق تۈۋىدىكى يۇمشاق بەزلەرنىڭ ۋەرەملىنىشىگە قارىتىلغان بولۇپ، بۇ ۋەرەملەر يامان تەسىر ۋە خەۋپ-خەتەرگە ئىگە. قۇلاق ئۈزى سەزگۈر ئەزا بولۇپلا قالماي، بەلكى ئۇنىڭ تۈۋەندىكى يۇمشاق بەزلەرنىڭ مېڭە ۋە سېزىم ئەزالىرى بىلەن مۇناسىۋىتى ناھايىتى زىچ بولغاچقا ئاسانلا مېڭىگە يامراپ سەرسام ۋە ئەقلىنىڭ ئېلىشىشنى پەيدا قىلىدۇ ھەتتا بەزىدە ئۆلۈم خەۋپىمۇ كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى، تاشقى ئامىللار قۇلاققا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.
ئىچكى جەھەتتە كۆپىنچە بەدەندىكى 4 خىلتىنىڭ بىرەرسىدە غەيرىي تەبىئي ئۆزگىرىش پەيدا بولۇپ قۇلاققا يامان تەسىر قىلىپ ئوقۇنەت پەيدا قىلغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.
تاشقى جەھەتتە كۆپىنچە يېرىكلاتقۇچى جەراسسىملارنىڭ ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قۇلاقتا كىرىپ كېتىشى، باللار قۇسقاندا قۇسۇق ماددىلىرىنىڭ قۇلاققا كىرىپ كېتىشى، قۇلاققا بىر نەرسە تېگىپ كېتىش ياكى تۇشۇق مۇدۇر چىقىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن قۇلاق ۋەرەملىرىدە كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ۋەرەم قاندىن بولسا قۇلاق تۈۋى قىزىرىپ، چىكىقالغاندەك قادىلىپ باش بەلەن قوشۇلۇپ ئاغرىيدۇ. قۇلاق ئەتراپىنىى تۇتۇپ كۆرگەندە قىزىق بىلىنىدۇ. بەزىدە قۇلاقنىڭ نورمال ئاكلىشىغا تەسىر يېتىدۇ. تىل تېنى ۋە سۇيدۇكى قىزىل بولىدۇ. تومۇرى كۈچلۈك سوقىدۇ.
ۋەرەم بەلغەمدىن بولسا يۇقىرىدىكى ئالامەتلەرنىڭ تەتۈرىسىچە بەلگىلەر

كۆرۈلىدۇ. گەرچە ۋەرمەنگەن قۇلاقتا ئېغرلىق بولسىمۇ، 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، ئېغرلىق بولمايدۇ. تىل تېنى قىزىل، سۈيدۈكى سارغۇچ كېلىدۇ. تومۇرى تېز سوقىدۇ.

سەۋادىن بولسا ئېشىشىق ئېغىر بولۇپ قاتتىقراق بىلىنىدۇ، ئاغرىق ئازراق بولىدۇ. قۇلاق ئەتراپى كۆكۈش، تۈتۈقراق كېلىدۇ.

داۋاسى

مەزكۇر كېسەللىكنىڭ ھەممە خىلىتلاردىن بولغانلىرىدا زۆرۈرىيەتكە قاراپ سۈرگە ئارقىلىق بەدەننى تازىلاش، ئاندىن كېيىن ئاغرىقنى پەسەيتىپ ئىششىقنى ياندۇرغۇچى ھۆل ئىسسىق نەرسىلەرنى تېڭىش لازىم. ئىششىق ئېغىز ئالماي تارقاپ كېتىش ئېھتىمالى بولسا گىلى ئەرمىنى، ھوزۇز، ئاق سەندەل قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ تۈخۈم 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 ئوقۇنەتلەر رەئىس ئەزا بولغان مېڭە تەرەپكە تۈتۈپ كېتىش خەۋپى بار.

قۇلاق تۈۋىدىكى ئىششىقلارغا تېڭىلىدىغان دورىلار: سېرىق چېچەك تۇرۇقى، بابۇنە، زىغىرلارنى ياغ ۋە ئاق موم بىلەن ئېلىشتۇرۇپ يىلمان ھالدا تېڭىش لازىم. كەرەم (كاللەك بەسەي) ياپىرىقىنى 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 يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن چېپىلىدۇ.

ئىسسىقتىن بولسا، ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ زۇرۇر تېپىلغاندا ئازراق قان ئالسا بولىدۇ ياكى قاننى پەسەيتكۈچى دورىلارنى، مەسىلەن: ھەبە بىنەپشە، مەتبۇخى شاھتەررە، ئىتىرىيفىلى كەشنىز قاتارلىق دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك.

قۇلاقتىكى ئاغرىق بەك كۈچلۈك بولسا كۆكنار يېغى، گۈل يېغى، سوزاپ يېغى، ئايال

سۈتى قاتارلىقلاردىن بىرىنى تامغۇزسا بولىدۇ.

سوغۇقتىن بولسا سوغۇقلۇقنى تەكشىگۈچى دوختۇرلارنى تىلىتىش لازىم. مەسىلەن: ھەببى ئىيارەج، ئىستىرىيفېلى كەبىر قاتارلىقلاردىن بېرىش، سىرتتىن سۈسەن يېغى، ئاچچىق بادام يېغى قاتارلىقلارنى قۇلاققا تېمىتىش، مەرزەنجۈش، رۇمبادىيان، سېرىق چېچەكلەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ھورىغا قۇلاقنى تۇتۇش، تۇز، كىپەك قاتارلىق نەرسىلەرنى قىزىتىپ قۇلاققا ئىسسىق تۇتكۈزۈش لازىم.

قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىپ توختىمىسا تۆۋەندىكى چارىلەرنى قىلىش كېرەك:

1. كالا تۇتىدىن ئىككى ھەسسە، ھەسەلدىن بىر ھەسسە ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاق ئىچىگە پىلتىكۈچ بىلەن سۈركىسە بولىدۇ. سۈركەشتىن بۇرۇن شاكىراب سۇ (تۇز سۈيى) گە چىلانغان پىلتىكۈچ بىلەن يىرىڭنى تازىلىۋېتىش لازىم.
2. بادام يېغى تېمىتىسمۇ بولىدۇ.
3. پىيازنى چاناپ داكىغا ئېلىپ مەجپ چىققان سۈيىگە تۇخۇم ئېقى قوشۇپ قۇلاققا تېمىتسا بولىدۇ.
4. بەش گرام مامىرانچىننى 50 م ل سۇدا قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ سۈزۈپ يىلىمان ھالدا قۇلاققا تېمىتسمۇ بولىدۇ.
5. ساپ ھەسەلنى پىلتىكۈچكە تەككۈزۈپ قۇلاق ئىچىگە سۈركەپ قويسىمۇ ئاغرىق توختايدۇ.
6. كۈدىنى مەجىپ سۈيىنى چىقىرىپ گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تامغۇزسمۇ بولىدۇ. كېسەل ئەھۋالى ۋە مىزاجىغا قاراپ مۇۋاپىق يېمەك-ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىش كېرەك.

قۇلاق يىرىڭلىق چاقىسى

قۇلاق چاقىسى (قۇرۇھۇلئۆزنى، بوسۇرى گۆش) قۇلاق ئىچىگە ۋە قۇلاق تۆشۈكى ئەتراپىغا يىرىڭلىق چاقا چىققانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بەدەندىكى 4 خىلتىنك بىرەرسىدە غەيرىي تەبىئي تۇزگىرىش 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 جەرياسىلىپ ياكى مۇدۇر چىقىپ ئوقۇنەتلىنىپ ئاخىرى چاقىغا ئايلىنىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاق ئىچى ۋە تۆشۈكى ئەتراپىغا ئوخشاش بولمىغان چوڭ-كىچىكلىكتە چاقا چىقىدۇ. چاقا ئەتراپى ئىششىش، چېكىلىپ ئاغرىش-قىزىرىشتىن سىرت قايسى خىلىتىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا شۇڭىغا خاس ئالامەتلەر بولىدۇ. چاقىنىڭ بەزىلىرى بارا-بارا قېتىشىپ قاقاچ باغلاپ چۈشۈپ تۆگەيدۇ، بەزىلىرى تۆزۈن ۋاقىت داۋاملىشىپ ئاقمىغا ئايلىنىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن مىزاجنى تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن كېسەل ماددىسىنى پىشۇرۇپ، تازىلىغاندىن كېيىن ئىششىق ۋە ئاغرىق پەسەيتكۈچى چارىلەرنى قىلىش كېرەك.

ئەگەر سېرىق سۇ كۆپرەك ئاقسا 20 گرام موزىنى كۆچلۈكرەك روھى شاراب (ئىسپرت) قا بىر ھەپتە چىلاپ، ئاندىن موزىنى سۈزۈۋېتىپ، ئىسپرتنى 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 تۈتىدە ياسالغان مەلھەم) ئىشلىتىلسىمۇ پايدا قىلىدۇ.

ئەگەر سىرتقى زەخمىدىن 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 (ناسۇرۇلئۆزنى) قۇلاق ئىچىگە ھەر خىل يىرىڭلىق چاقىلار چىقىپ ساقايماي ئۆزۈنگا سوزۇلۇپ يىرىلىڭ، سېرىق سۇ ئېقىپ تۇرغانلىقىغا قارىتىلغان. ئۇ ئادەتتە ئوتتۇرا قۇلاق ۋەرىمى (ۋەرەمۇلئۆزنى) دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى، تاشقى ئاممىلارنىڭ تەسىرىدە بىرەر خىلتىنىڭ غالىب كېلىشى، بەدەننىڭ ئاجىزلىشىشى تۈپەيلىدىن جەراسىملار قۇلاقتا ئوقۇنەت پەيدا قىلىپ قۇلاق ئىچىدە ھەر خىل ئىششىق ۋە يىرىڭلىق چاقىلارنى پەيدا قىلىدۇ. بۇلار ئۆزۈنغىچە 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 داۋالىمسا قۇلاق ئاقمىسىغا ئايلىنىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

ئۆتكۈر قۇلاق ۋەرىمى بولغاندا پۈتۈن بەدەن قىزىش، ھالسىزلىنىش، قۇلاق قاتتىق ئاغرىش بىلەن بىللە باش ئاغرىش، ئىشتىھا ئۆتۈلۈش، بەزىلەردە گال-تاماق قىسمى يېقىمسىزلىنىش، بادامچە بەزلەر ئىششىپ ئاغرىشلارمۇ يۈز بېرىدۇ. ئاڭلاش سېزىمى تۆۋەنلەپ قۇلاق غوڭۇلداش، قۇلاققا سۇ كىرىۋالغاندەك بىلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر

كۆرۈلىدۇ. ئوتكۇر دەۋرىدە قۇلاقتىن يىرىلىك ئاقمايدۇ، پەقەت سېرىق سۇ ئېقىشى مۇمكىن.

يۇقىرىقى ئەھۋاللارغا قارىتا تولۇق چارە قىلىپ داۋالىمىغاندا ئاردىدىن 1-2 ئاي ئىچىدە ئاڭلاش كېيىن سوزۇلما قۇلاق ئېقىشقا ياكى سوزۇلما ئوتنۇرا قۇلاق ۋەرەمگە ئۆزگىرىدۇ. سوزۇلما قۇلاق ئېقىش ئۆزۈنغا سوزۇلىدىغان كېسەللىك بولۇپ، قۇلاقتىن سېسىق پۇرايدىغان سېرىق سۇ، يىرىلىك 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 ئوقۇنەت، جەراسىملار يۇقىرىغا تۇرلەپ مېڭە پەردىلىرىنى ۋەرەملەندۈرۈپ، ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزىدىغان مېڭە قېپى ۋەرىمى (سەرسام) ياكى مېڭە تۆز ماددىسىنىڭ ۋەرىمى، قۇلاق سىرتقى تۆسۈكچىسىنىڭ ۋەرىمى، قۇلاق سېزىم ئەسەبلىرىنىڭ ۋەرىمى، قۇلاق ئارقا سۆڭەك پەردىسىنىڭ ئاستىغا يىرىلىش، 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 سۆزۈك ئاق كەلسە كونارغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. شۇڭا قۇلاق ئېقىشقا سەل قارىماي يېڭى باشلانغان جىددىي دەۋردىلا ئەستايىدىل، تولۇق داۋالاپ ساقايتىش، تۇنۇق سوزۇلما خاراكتېرگە ئايلىنىپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش لازىم.

داۋاسى

مېڭە ۋە قۇلاقنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش، بەدەن قۇۋۇتىنى ئاشۇرۇپ جەراسىملارنى تۇغدۇرۇش ئۈچۈن ھەيبى ئىيارەج، ھەيبى قوقيا، مەئجۇنى چۇچپچىنى، ھەيبى كىبرىت قاتارلىق دورىلارنى كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچىشكە بېرىش لازىم.

قۇلاق ئىچى قىزىرىپ ئىششىپ قالغاندا ئاق لەيلى گۈلى، بىنەپشە، كاسىن يوپۇرمىقى، كۆك يۇمغاقسۇت، ئەنگۈرى شىفا (ئىت ئۈزۈمى) يوپۇرمىقىنى سوقۇپ، 8 گرام گىلى ئەرمىنى قوشۇپ قۇلاققا چېپىش لازىم. كافۇرنى زەيتۇن ياكى كۈنجۈت يېغىدا ئېرىتىپ تامغۇزسىمۇ بولىدۇ. قۇلاققا دورا تېمىتىشتىن بۇرۇن سۇس شاكىراب سۇ (تۇز سۇيى) غا چىلانغان پىلتىكۈچ بىلەن يىرىڭنى تازىلىۋېتىش لازىم. يىرىلىش تازىلاش ئۈچۈن يەنە ئەنزەرۈت ياكى مەدەستانلارنى باراۋەر مىقداردىكى ھەسەل بىلەن بىرلەشتۈرۈپ

قۇلاققا سېلىش ياكى ساپ ھەسەلنى پىلتىكۇچكە تەككۈزۈپ قۇلاق ئىچىگە سۈركەش كېرەك. مەلھەمى مىرىمۇ ياخشى تەسىر كۆرسىتىدۇ.

قۇلاقتىن يىرىك ئېقىپ تۇختىمىسا كالا. تۇتىدىن ئىككى ھەسسە، ھەسەلدىن بىر ھەسسە ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاق ئىچىگە پىلتىكۇچ بىلەن سۈرتۈش لازىم. قۇلاق يولىنى تۈز سۈيى بىلەن تازىلاپ، موزىنى سوقۇپ ئەگلەكتىن تۇتكۈزۈپ، قومۇش نەيچىگە موزا تالقىنىنى ئېلىپ قۇلاق ئىچىگە كۈندە ئىككى قېتىم پۈركەشمۇ ياخشى تۇنۇم بېرىدۇ.

يۇقىرىقىدەك داۋالاش تۇنۇم بەرمىسە ۋاقتىنى تۇتكۈزۈۋەتمەي 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 تۇنىڭ قوشۇمچە كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىشتا مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە.

قۇلاق قاناش

قۇلاق قاناش (ئىنفىجارۇلئۇزنى) ھەر خىل ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن قۇلاق تۇشۇكىدىن قان كەلگەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

بۇ كېسەل ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك بىر قانچە خىل سەۋەبلەردىن بولىدۇ:

1. ئادەمنىڭ تەبىئىتى 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 تۇنۇك ئاغزى ئېچىلىپ قۇلاق قاناش يۈز بېرىدۇ.

3. زەھەرلىك يىلان چاققان ياكى چايان چاققان سەۋەبتىن قۇلاق قانايدۇ. بولۇپمۇ كۈزەينەكلىك يىلاندەك زەھەرلىك يىلانلار چاققاندا تۇنۇك زەھىرى ئادەمنىڭ قېنىنى سۈيۈلدۈرۈپ (ئېرىتىپ) بەدەندىكى بارلىق تۇشۇشاق تومۇرلارنى قان چىقىپ قۇلاق قاناشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

قۇلاق سىرتقى قاتتىق زەربىلەر تۆپەيلىدىن قانسىما يۇقىرىدا سۆزلەنگەن قۇلاق قاناش تۈرىگە كىرمەيدۇ. بۇ كۆپىنچە هاللاردا تۆلۈم خەۋپىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

1. بۆھرانىدىن بولغان قۇلاق قاناشتا بۆھرانىنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى كېسەللىكلەرگە مۇناسىپ هالدىكى ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

2. قانۇنۇڭ زىيادىلىكىدىن بولغان قۇلاق قاناشتا قانۇنۇڭ تولۇپ-تاشقانلىقىغا ئائىت بىر قاتار ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ. سىرتقى زەربىدىن بولغان قۇلاق قاناشتا روشەن هالدا سىرتقى جەھەتتىن زەخمىلىنىش تارىخى بولىدۇ.

3. زەھەرلىك يىلان ۋە چايان چاققانىدىن بولغان قۇلاق قاناشتا بۇ نەرسىلەر چاققانلىق تارىخى بولۇش بىلەن بىرگە بەدەندە هاشارات چاققان ئىز بولىدۇ. ئاغرىقتا قۇلاق قاناشتىن ئىلگىرى زەھەرلەنگەنلىكتىن كېلىپ چىققان كۆڭلى ئاينىش، بەدەن تۈيۈشۈش، قۇسۇش ۋە هۇشسىزلىنىشتەك بىر قاتار ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

1. بۆھراندىن بولغان قۇلاق قاناشنى داۋالاشتا، ئاغرىقنىڭ تېنى ئاجىز بولمىسىلا قانىنى توختاتماسلىقمۇ بولىدۇ. چۈنكى قاناش بىلەن بۆھران. كەلتۈرۈپ چىقارغان كېسەللىك يەڭگىللىشىدۇ. بۇ خىل قۇلاق قاناشنىڭ هەتتا بەدەننى باشقا چوڭ ئاپەتلەردىن ساقلاش رولىمۇ بولىدۇ.

2. قانۇنۇڭ زىيادىلىكىدىن بولغان قۇلاق قاناشنى داۋالاشتا قانۇنۇڭ زىيادىلىكىنى پەسەيتىش، قاننى سۇيۇقلاشقا دائىر تۈسۈل-چارە ۋە دورىلارنى قوللىنىش كېرەك. سىرتقى زەخمىدىن بولغان قۇلاق قاناشنى داۋالاشتا دەرهال قاننى توختىتىشقا ئامال قىلىش كېرەك.

3. زەھەرلىك يىلان ۋە چايان چاققاندىن بولغان قۇلاق قاناشنى داۋالاشتا دەرھال زەھەر قايتۇرۇش، جىددىي قۇتقۇزۇش چارىلىرىنى قىلىش كېرەك. ئومۇمىي جەھەتتە داۋالاشتا ئالدى بىلەن سەۋەبنى 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 مامىيشا، ئاقاقىيالارنى قوشۇپ تېمىتسىمۇ شۇ تەسىرنى بېرىدۇ. تەلۋە ئانارنى پۈتۈن ھالدا سىركىدە قاينىتىپ، پىشقاندا ئانارنى ئېلىپ سۈيىنى سىقىپ، شۇ سۈيدىن بىر قانچە تامچە قۇلاققا تېمىتىلسا قاننى توختىتىدۇ. كېسەلنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولمىسا كۆدە سۈيىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ تېمىتىلىدۇ. مۆتىدىل قىلىشنى خالىسا كۆدە سۈيىگە بىرئاز كافۇر قوشۇلىدۇ. كافۇردىن، نۇقۇتتىن كىچىكرەك ئېلىپ ئۇنىڭغا بىر گىرام زەمچە قوشۇپ قۇلاققا پىلتىكۈچ ئارقىلىق كىرگۈزۈش ياكى جىغان مونچىقىنى قاينىتىپ سۈيىنى قۇلاققا تېمىتىش ئارقىلىق قان توختىتىشقا بولىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تۈسۈللار ئۈنۈم بەرمىسە دەستكارى تۈسۈلنى قوللىنىش لازىم.

قۇلاقنىڭ ئاۋازدىن قېچىشى

قۇلاقنىڭ ئاۋازدىن قېچىشى (ھەرىۋلىتۈزنى، نازاكەتى گۈش) قۇلاقنىڭ ھەر خىل كۆچلۈك ئاۋازلارنى ئاڭلاشتىن قاچىدىغان بولۇپ قېلىشىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

مېڭە ھەر خىل ئىچكى تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن ئاجىزلىشىپ، قۇلاق ھەر خىل كۆچلۈك ئاۋازلارنى ئاڭلاشتىن قاچىدىغان بولۇپ قالىدۇ.

داۋاسى

مېڭىنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە ھەر خىل ئىتىرىپىل ۋە خېمىر دورىلارنى

ئىستېمال قىلىش كېرەك. بۇرۇنقا پۇرۇتۇلىدىغان، تېمىتىلدىغان ياكى مېگىنى كۈچەيتىدىغان باشقا تۈسۈل چارىلەرنى قوللانسا بولىدۇ. مېگە ئاجىزلىقى ۋە باش ئاغرىقى كېسەللىرىدە كۆرسىتىلگەن تۈسۈل - چارىلەرنى ئىشلىتىشكە بولىدۇ.

قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىش

قۇلاق ئىچىگە سۇ كىرىپ كېتىش (دوختۇلى ماۋ فىلىڭزنى، دەرىامە دەنى ئاب دەرگۈش) سۇ ئۇزۇش، باش يۇيۇش، مۇنچىدا يۇيۇنۇش جەريانىدا ئېھتىياتسىزلىقتىن قۇلاق يولىغا سۇ كىرىپ كەتكەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

سۇ ئۇزۇش، باش يۇيۇش، مۇنچىغا چۈشۈپ يۇيۇنۇش ۋاقىتلىرىدا تۈيۇقسىز قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاقىغا سۇ كىرىپ كەتكەنلىكى تۈزىگە ئېنىق مەلۇم بولىدۇ. قۇلاق ئېغرىلىشىپ 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.

ئالقىنىنى سۇ كىرىپ كەتكەن قۇلاققا قويۇپ باشنى شۇ تەرەپكە قىسايتىپ ھەرىكەتلەندۈرۈش ياكى سەكرەش كېرەك.

قۇرۇق پاختىنى پىلتىكۇچ قىلىپ قۇلاق ئىچىگە سېلىپ، سىلىق

هه ربکه تله ندۇرۇپ سۇنى پاختىغا شۇمۇرتۇش كېره ك.

چۇشكۇرتكۇچى دورىلارنى بۇرۇنغا تارتىپ چۇشكۇرتۇش ئارقىلىق چىقىرىۋه تكىلمۇ بولىدۇ.

قۇلاققا هاشارات كىرىپ كېتىش

قۇلاق ئىچىگه هاشارات كىرىپ كېتىش (دوختۇلى هه ۋام فىلتۇزنى، ده ر ئامه ده نى هه شر ده رگۇش) قۇلاقنىڭ تۇشۇكىگه قۇرت، پاشا، چۈمۈله قاتارلىق نه رسىله رنىڭ كىرىپ كېتىپ قۇلاقتا يېقىمسىزلىق ياكى ئاغرىش كه لتۇرۇپ چىقارغانلىقىغا قارىتىلغان.

سه ۋه بى

قۇلاققا ئاده تتىكى ۋاقىتلاردا بولۇپمۇ يېزا ـ قىشلاقلاردا، هاشاراتلار كۆپ جايلاردا، تۇخلاپ قالغاندا هاشاراتلار قۇلاق ئىچىگه تۇمله پ ياكى تۇچۇپ كىرىپ كېتىدۇ.

ئالامتى

قۇلاق ئىچىده هاشاراتنىڭ مىدىرلىغانلىقى ئېنىق بىلىنىدۇ. ئاغرىقلارغا قۇلاق يېقىمسىزلىنىش هه تتا قۇلاق ئاغرىشته ك سېزىملارنى كه لتۇرۇپ بېرىدۇ. به زىده نورمال ئاۋازلارنى تولۇق ئاڭلاشقا ته سىر كۆرسىتىدۇ.

داۋاسى

قۇلاق ئىچىدىكى هاشارات ئه گه ر كۆزگه كۆرۈنسه ئېهتىيات بىله ن قىسقۇچتا قىسىپ ئېلىۋه تسه بولىدۇ. ئه گه ر هاشارات ئىچىدىره ك بولۇپ كۆرۈنمىسه هه مده ئالغىلىمۇ بولمىسا هاشارات ئۆلتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىپ هاشاراتنى ئۆلتۈرگه ندىن كېيىن سۇيۇقلۇقلار ۋه سۇيۇقلۇق دورىلار بىله ن هاشاراتنى ئېقىتىپ چىقىرىۋېتىش ياكى به زى تۇسۇل ـ چارىله ر قوللىنىش ئارقىلىق چىقىرىۋېتىش كېره ك. هاشارات ئۆلتۈرۈش ئۈچۈن ئاق

توغرىغۇنى قىزىق سۈدا ئېرىتىپ 5% لىك تەييارلاپ قۇلاققا تېمىتىش ياكى ھۆل ئەپسەنتىن، شەھمى ھەنزەل، شاپتۇللارنىڭ يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى ياكى شاپتۇل يوپۇرمىقىنىڭ قاينىتىلغان سۈيىدىن قايسى بىرى بولمىسۇن، شۇنى قۇلاققا تېمىتىش كېرەك. ئۇلگەن ھاشاراتنى چىقىرىش ئۈچۈن سۇيۇقلۇقلار بىلەن ئېقىتىپ چىقىرىشتىن سىرت يۇدۇمدىن پىلتىكۈچ تەييارلاپ ئېرىتىلگەن شاپتۇل يىلمى ياكى ھەسەل بىلەن ھۆل قىلىپ قۇلاق ئىچىگە سېلىپ قويسا ئۇلگەن ھاشارات پىلتىكۈچكە چاپلىشىپ چىقىپ كېتىدۇ. بۇ ئۇسۇل چارىلەردىن باشقا، يەنە ھاشارات قۇلاققا كىرىپ كەتكەندىن بولغان قۇلاق ئاغرىشنى داۋالاشتا قوللانغان ھاشارات ئۇلتۇرۇش ۋە ئۇنى چىقىرىش ئۇسۇل - چارە، دورىلىرىنى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

قۇلاق زەخمىلىنىش

قۇلاق زەخمىلىنىش (زەربە ئۇلتۇزۇنى، زەربەئى گۈش) ھەر خىل تاشقى زەربىلەر تۆپەيلىدىن قۇلاق سۈپرىسىنىڭ قاتلانغان، سۇنغان، زەخمىلەنگەن ياكى يىرتىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قۇلاق سۈپرىسى گەرچە ناھايىتى يۇقىرى دەرىجىدە ئەۋرىشىمچانلىققا ئىگە بولسىمۇ، لېكىن قۇلاقنى قاتتىق تولغاش، تاياق ياكى شاپىلاققا ئوخشاش زەربىلەر قاتتىق تېگىش، قاتتىق سوقۇلۇش - يىقىلىش ياكى تىغ تېگىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن قۇلاق سۈپرىسى ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە زەخمىلىنىدۇ يەنى قۇلاق سۈپرىسى يىرتىلىدۇ ۋە قۇلاق كۆمۈرچىكى سۇنىدۇ ھەتتا ئېزىلىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاق سۈپرىسى كۆمۈرچەكتىن تۇزۇلگەن بولۇپ مۇسكۇللار ناھايىتى ئاز، قان تومۇرلار ناھايىتى كۆپ بولىدۇ. شۇڭا زەخمىلەنسە ئىششىش، قىزىرىش، كۆكىرىش، ئاغرىش،

قاناشته‌ك ئالامه‌تله‌ر كۆرۈلىدۇ.

ئاده‌تتىكىده‌ك قاتتىق زه‌ربىگه تۇچرىغانلىرىدا گه‌رچه تېره بۇزۇلمىسىمۇ، ئه‌مما تېره ئاستىدىن قان چىقىپ قۇلاق سۇپرىسىدا قىزىرىش، ئىششىش، قاناش ئېغىر بولسا كۆكىرىش، قۇلاقتا ئازراقلا بىر نه‌رسه تەگسه ئاغرىشته‌ك ئه‌هۋاللارنى كه‌لتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تىغ تېگىپ زه‌خمله‌نسه جاراهه‌ت ئېغىزى ره‌تلىك، جاراهه‌ت قىرىدىكى تېره قورۇلغان بولىدۇ. باشقا نه‌رسله‌ردىن زه‌خمله‌نسه جاراهه‌ت ئېغىزى ره‌تسىز بولىدۇ هه‌مده كۆمۈرچه‌كله‌ر تۇتۇلغان، سۇنغان بولىدۇ.

قاتتىق كۈچ تۈپه‌يلىدىن قۇلاق سۇپرىسى يۇلۇنغان بولسا، يۇقىرىدىن تۆۋه‌نگه ياكى تۆۋه‌ندىن يۇقىرىغا مه‌لۇم ده‌رىجىده يىرتىلغان بولىدۇ. يۇقىرىدىن تۆۋه‌نگه يىرتىلغانلىرى كۆپره‌ك تۇچرايدۇ.

داۋاسى

قۇلاق زه‌خمىلىنىپ تېرىسى بۇزۇلمىغانلىرىغا يه‌رلىك ئورۇننى پاكىز تازىلاش بىله‌ن بىرگه قاناشنى توختىتىش، ئىششىق ياندۇرۇش چارىلىرىنى قىلىش، يۇقۇملىنىپ جاراهه‌تكه ئايلىنىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش كېره‌ك.

قۇلاق يىرتىلغانلىرىغا قان توختاتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش بىله‌ن بىرگه چاپلاشتۇرغۇچى مه‌لهه‌مله‌ر بىله‌ن چاپلاش، غاز قانتى قويۇپ تۇراقلاشتۇرۇش كېره‌ك.

قۇلاق كۆمۈرچه‌كلىرى سۇنغانلىرىغا سه‌بىرى، مۇرمه‌ككى، مۇغاس، ئاقاقىيا، راتىيانه‌ج، خېنىمله‌رنى سوقۇپ خېمىر قىلىپ قۇلاقنىڭ سۇنغان ته‌رىپىگه تېڭىش كېره‌ك. شۇنداق قىلغاندا كۆمۈرچه‌كنى قاتۇرۇپ ئه‌زانى تۈزىنىڭ ئه‌سلىي هالىتىگه كه‌لتۈره‌لەيدۇ. ئه‌گه‌ر قۇلاق ئېچىدىن تاشقى ته‌ره‌پكه قاتلىنىپ سۇنغان بولسا مه‌زكۇر دورىلارنى تاشقى ته‌ره‌پكه تېڭىش لازىم. ئه‌گه‌ر قۇلاق ئىچكى ته‌ره‌پكه سۇنغان بولسا دورىلارنى ئىچكى ته‌ره‌پكه تېڭىش لازىم.

ئه‌گه‌ر قۇلاق سۇنۇش بىله‌ن بىر ۋاقىتتا جاراهه‌تلىنىپ قىسىملىرى بىر-بىرىدىن ئاجرالغان بولسا ئۇ هاله‌تته دورىلارنى ئىچكى ۋه تاشقى هه‌ر ئىككىلا ته‌ره‌پتىن تېڭىش لازىم.

قۇلاق سۇنۇپ سۇنغان جايدىن قان چىقىش ده‌رىجىسىگه يه‌تكه‌ن بولسا سۇنغان جاينى ۋاقتىدا تېڭىپ، جاراهه‌تنى پۈتتۈرۈش ئۈچۈن سىقىچ، قىننه‌پ، زىپت، ئاق مومىلارنى ئۈرده‌ك يېغى قوشۇپ مه‌لهه‌م قىلىپ چېپىش لازىم. بۇ مه‌لهه‌م قۇلاقتا ئوخشاش كۆمۈرچه‌ك خاراكتېرلىك ئه‌زالار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدىغان شۇ خىلدىكى دورىلار بولۇشى

لازىم. قۇلاق سۈپرىسى سۈنۈپ قان توختىمسا قان توختىتىش چارىسىنى قىلىش كېرەك.

قۇلاق كەپنى يېرىلىش

قۇلاق كەپنى يېرىلىش (تەرقىدەنى بېيخى گۈش، شىقاقى ئەسلۈلتۈزنى) قۇلاقنىڭ كەپنى يېرىلىپ، چاقىغا ئايلانغان كېسەلگە قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە بالىلاردا ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

كىچىك بالىلارنىڭ تېرىسى نېپىز، نازۇك بولغاچقا كۆپ قۇسۇش، تەرلەش قاتارلىق ئامىللار تۈپەيلىدىن قۇلاق كەپنى يۇقۇملىنىپ (ئوفۇنەتلىنىپ) قىزىرىش، قىچىشىش، سولۇشۇش، يېرىلىشلار كېلىپ چىقىدۇ. يېرىلغان جايدىن داۋاملىق سېرىق سۇ چىقىپ ئەتراپقا كېڭىيىپ چاقىغا ئايلىنىدۇ.

ئالامىتى

قۇلاق سۈپرىسىنىڭ كەپنىدە دەسلەپتىلا قىزىرىش، قىچىشىش، ئۆششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولۇپ قاشلاش، سۈركىلىش نەتىجىسىدە سېرىق سۇ چىقىپ كېڭىيىپ سېرىق چاقىغا ئايلىنىدۇ. بەزىدە چاقىلار ھەتتا قۇلاق كەپنىدىن يۈز ۋە باش ساھەلىرىنگىچە تارقىلىپ، قىچىشىش بارغانسېرى كۈچىيىدۇ.

داۋاسى

دەسلەپتە ئىككى تاغاقنىڭ ئوتتۇرىسى ۋە قۇلاقنىڭ ئۆڭنى يەڭگىل تىلىپ قائىدە بويىچە لوڭقا قويۇش ھەمدە ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۈچۈن شۇ جاينى ئايال سۈتى بىلەن يۇيۇش كېرەك.

قۇلاق كەپنىنى تازىلاش ئۈچۈن 10 گرام مامىرانچىنىنى 100 گرام سۇ بىلەن پىرىمى

قالغىچە قاينىتىپ پاختىنى چىلاپ تازىلاش كېرەك.

قۇلاق كەپىندىكى بۇ جاراھەتنى قۇرۇشتۇرۇپ ساقايتىش ئۈچۈن مەدەستانىنى يۇمشاق سوقۇپ سىيىپ ياكى سۈقۇمنى سۈنۈننى يۇمشاق سوقۇپ سىيىش كېرەك. بەزىدە ئۆز ئانىسىنىڭ سۈتىنى سۈرۈپ قويسىمۇ ياخشى بولۇپ قالىدۇ.

قۇلاق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

قۇلاق ئىلتىهابى (يالىلۇغى) 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 ئۈزۈگە زىماد قىلىنىدۇ. ئۈرۈپ يېغىنى ئىسسىتىپ قۇلاق ئىچىگە تېمىتىش كېرەك.

داۋائى چىركى گۈش

تەركىبى: تەنكار 3 گرام، لىمۇن سۈيى ياكى كۆك يۇمغاقسۈت سۈيى 10 گرام.

تەييارلىنىشى: تەنكارنى كۈشتە قىلىپ لىمۇن ياكى يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ قۇلاق ئىچى ياغلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئىچىدىكى يىرىڭلارنى تازىلايدۇ.

داۋائى تەننين

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 سۈقۇپ، 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 رەۋىنى پەجەل، رەۋىنى گۈل بىلەن قۇلاق ياغلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق غۇڭۇلداشنى داۋالايدۇ.

رەۋىنى مۇسەككىن

تەركىبى: گۈل يېغى 27 گرام، بادام يېغى 13.5 گرام، كونا سىركە 8.1 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ ئۈزۈمگە لايىق قاچىغا قۇيۇپ، يۇمشاق ئوت بىلەن 5—10 مىنۇت قاينىتىپ داكىدا سۈزگەندىن كېيىن ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا بىر ئاز ئىسسىتىپ قۇلاق ئىچىگە تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ.

قۇلاق ئىششىقىنى ياندۇرىدىغان تىللا

تەركىبى: ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، مامىيشا، گۈلى ئەرمىنى، ھوزۇز، قوغۇشۇن ئۇپىسى، كاسىن ئۈرۈقى، تاباشىر، كافۇر ھەر بىرى 13.5 گرامدىن.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، يېپەك ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، ئەنگۈرى شىفا سۈيى ياكى ھۆل كاسىن سۈيىدە خېمىر قىلىپ، چىلان ئۈرۈقى چوڭلۇقىدا شىياف ياساپ ساقلىنىدۇ.

ئىشلىتىشى: لازىم بولغاندا قاينىقسۇدا ئېرىتىپ قۇلاق ئۇۋىگە چېپىلىدۇ.

پەتلەئى زەھرىگاۋ (كالا ئوتى پىلتىكۈچىسى)

تەركىبى: كالىنىڭ ئوتى بىر دانە، ھەسەل 15 گرام، ئەنزەرۇت 5 گرام.

تەييارلىنىشى: ئەنزەرۇتنى يۇمشاق سالايە قىلىپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، ئوستىگە كالىنىڭ يېڭى ئوتىنى تۆكۈپ، ئۈزۈن ۋاقىت قوچۇپ تەييارلىنىدۇ.

خۇسۇسىيتى: قۇلاقنىڭ يىرىكلىق ئاقمىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل سەۋەبتىن قۇلقىدىن يىرىڭ ئاقىدىغان كىشىلەرگە پاكىزە پاختا بىلەن ياسالغان پىلتىكۈچنى مەزكۇر دورىغا مىلاپ قۇلاق ئىچىگە سېلىپ قويۇلىدۇ. ھەر تۈت سائەتتە بىر قېتىم ئالماشتۇرۇلىدۇ.

قەتۈرى زەھرى گۈسفەند (قوي ئوتى تامچىسى)

تەركىبى: سامساق 50 گرام، قوي ئوتى بىر دانە.

تەييارلىنىشى: 50 گرام سامساقنى 100 م ل سۇدا پۇشۇرۇپ، سىقىپ سۈزىنى سۈزۈپ، ئوستىگە قوينىڭ يېڭى ئوتىنى قۇيۇپ ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا سەل ئىسسىتىپ قۇلاق ئىچىگە تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيتى: ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

قەتۈرى سەمىئي (قۇلاق تېمىتىلما دورىسى)

تەركىبى: ھۆل سوزاپ سۈيى، ھۆل مەزەنجۇش سۈيى ھەر بىرى 18.9 م ل دىن، بابۇنە يېغى 40.5 م ل، پەرفىيۇن يېغى 13.5 م ل، رەۋغنى پەجەل 13.5 م ل، قۇندۇز قەھرى بىر گرام.

تەييارلىنىشى: قۇندۇز قەھرىنى يۇمشاق سالايە قىلغاندىن كېيىن يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ، يۇمشاق ئوتتا 5 مىنۇت قاينىتىپ سۈزۈپ ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

خۇسۇسىيتى: قۇلاق گاسلىقنى داۋالايدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان قۇلاق ئېغرىلىقى ۋە گاسلىقلارنى داۋالاش ئۈچۈن سەل ئىسسىتىپ قۇلاق ئىچىگە كۈندە ئىككى قېتىم تېمىتىلىدۇ.

قەتۈرى رەۋغنى گۈل

تەركىبى: گۈل يېغى 18.9 گرام، بادام يېغى 13.5 گرام، سىركە 27 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ، يۇمشاق ئوتتا بەش مىنۇت

تەتراپىدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.
ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا بىرئار ئىسسىتىپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

ئەرىقى نانىخا

تەركىبى: نانىخا بىر كىلو، سۇ 5 لىتر.
تەييارلىنىشى: دورىنى سۇغا سېلىپ يۇمشاق ئوتتا قاينىتىپ پار سۇيى تامچىلىتىپ چۇشۇرۇلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئاغرىقى، قۇلاق ئېغرىلىق، كۆز ئاغرىقى، پالەچ، قول تىترەش، پەينەك سۇسلۇقى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

مەلھەمى مىسرى

تەركىبى: سىركە 21 گرام، ھەسەل 24 گرام، زەنگار 6 گرام.
تەييارلىنىشى: ھەسەل، سىركىلەرنى قاينىتىپ قىيام قىلىپ ئوستىدىن سوقۇلغان زەنگارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: قۇلاقتىكى قۇرۇتنى چۇشۇرىدۇ.

قەتۈرى كەرەم

تەركىبى: شاپتۇل غازىكىنەك شىرىسى، پىنىە ياپرىقىنەك شىرىسى مەلۇم مىقداردا.
تەييارلىنىشى: دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: قۇلاقتىكى قۇرۇتنى چۇشۇرىدۇ.

قەتۈرى ۋەجنۈلئۇزنى ھار

تەركىبى: گۈل يېغى 18 گرام، تاتلىق بادام يېغى 15 گرام، سىركە 30 گرام.
تەييارلىنىشى: دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، ياغ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.

قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ئىسسىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

قەتۈرى ۋەجتۈلئوزنى باربد

تەركىبى: سوزاپ سۇيى، رەيھان سۇيى ھەر بىرى 21 گرام، بابۇنە يېغى 45 گرام، پەرپىيۇن يېغى 6 گرام، كونا ھاراق 60 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇيى تۇگەپ يېغى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلاپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

قەتۈرى خۇبسۇلھەددد

تەركىبى: سىركە ۋە تۇمۇر كۆيۈندىسى مەلۇم مىقداردا.

تەييارلىنىشى: تۇمۇر كۆيۈندىسىنى سىركىگە بىر ئاي چىلاپ، تۇمۇر كۆيۈندىسى سۈزۈۋېتىلىپ قالغان قىسمى قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاقنىڭ كونا جاراھەتلىرىنى داۋالايدۇ.

قەتۈرى جالىنۇس

تەركىبى: ئانار، كىچىك بالا سۇيدۇكى مۇۋاپىق مىقداردا.

تەييارلىنىشى: ئانارنى تېشىپ ئىچىدىكى دانىچە ۋە گۈشلىرىنى ئېلىۋېتىپ، ئۇنى بالا سۇيدۇكى بىلەن توشقۇزۇپ، تۇشۇكنى ئېتىپ ئوتتا كۆمۈپ قىزىتىپ تەييارلاپ، قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: قۇلاقنى يىرىڭ ۋە كىرلەردىن تازىلايدۇ. ئاغرىق پەسەيتىدۇ.

قەتۈرى ئەسەم

تەركىبى: كۆندۈر، زەئفەر، قۇندۇز قەھرى، ئاق خەرىبەق ھەر بىرى 9 گرام، گىل ئەرمىنى، توغرىنغۇ ھەر بىرى 6 گرام، ھاراق 6 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلار ھاراقتا ئېرىتىلىپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئاغرىقىنىڭ خىلمۇخىل ناچارلىشىشى، پاكىلىق ۋە قۇلاق غۇڭغۇلداشلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

رەۋغنى كۆندۈر

تەركىبى: كۆندۈر 15 گرام، سەبرى، مورمەككى، مەستىكى، قۇندۇز قەھرى، روسۇت (ھوزۇز)، كالا تۆتى ھەر بىرى 3 گرام، ئاچچىق بادام يېغى 60 گرام، كونا مۇسەللەس 120 گرام.
تەييارلىنىشى: دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۇ قىسمى تۆگەپ ياغ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

رەۋغنى تۆرۈپ (دەۋغنى پەجەل)

تەركىبى: تۆرۈپ سۈيى 1500 م لىتر، كۆنجۈت يېغى 500 م لىتر.
تەييارلىنىشى: سۈيى تۆگەپ ياغ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىنى داۋالايدۇ.

پەتىلە مەرۋى

تەركىبى: مەرۋى (كۆنۈچە) تۆرۈقى، ئەنزەرۇت تەك مىقداردا.
تەييارلىنىشى: ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ پىلتىكۈچنى دورىغا مىلاپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ.
خۇسۇسىيىتى: قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىپ، يىرىڭنى توختىتىدۇ.

بۇرۇن كېسه للىكلىرى

بۇرۇن پارسچه بىينى، ئەرەبچه ئەنف دەپ ئاتىلىدۇ. تۆ ئادەم بەدىنىدىكى تاشقى بەش سەزگۈ (ھەۋاسى خەمسه زاھىرى) ئەزانىڭ بىرى. تۇنۇك ئاساسلىق ۋەزىپىسى تەبىئەت دۇنياسىدىكى ھەر خىل پۇراقلارنى تۇزىدىكى پۇراش كۈچى (قۇۋۋەتى شامه) ئارقىلىق ئەينى بويىچه سېزىپ، چوڭ مېڭه ئالدىنقى قىسمىدىكى ئورتاق ھېس قىلىش (ھېسى مۇشتەرەك) ئورنىغا يەتكۈزۈپ نورمال پۇراش سېزىمىنى بارلىققا كەلتۈرۈشتىن ئىبارەت. تۇنۇكدىن باشقا يەنه تۆ، ئىنسانلارنى نەپەسلىنىش ئۈچۈن ۋاستە يول بىلەن تەمىنلەش، ئاۋازنى جارانكلىق قىلىش ۋە يۈزگه زىننەت بېرىش رولىنى ئويناپدۇ. بۇرۇننىڭ پۇراش خىزمىتى نورمال بولغاندىلا ئىنسانلار ھەر خىل پۇراقلارنى توغرا ھېس قىلالايدۇ. بۇرۇننىڭ تۈزۈلۈشى نورمال ۋە كېسه للىكلەردىن خالى بولغاندىلا ئىنسانلار مەلۇم مەنده ئېيتقاندا نورمال نەپەسلىنىش، ئاۋازى جارانكلىق بولۇشتەك ئىمكانىيەتلەرگه ئىگه بولالايدۇ. شۇڭا تىبابەتتىمىز بۇرۇننىڭ سىرتى ۋە ئىچكى قىسمىدا يۈز بەرگەن كېسه للىكلىرى ھەمده تۆلاردىكى مىزاجلىق، مىزاجسىز ئۆزگىرىشلەر ۋە سىرتقى زەخمىدىن بولغان كېسه للىكلىرىنىڭ سەۋەبى، ئالامىتى، داۋاسى (ئىچكى ۋە تاشقى داۋاسى، دەستكارلىق تۇسۇللىرى)، پەرھىزى، ئۈزۈقلىنىشى قاتارلىقلارنى تۆزىگه خاس مىللىي تۇسلۇبتا بايان قىلىدۇ.

بۇرۇن كېسه للىكلىرىنى توغرا تەشخىس قىلىش ھەمده تۆلارنى 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

(قۇۋۇه لى شامەم)نىڭ خىزمىتىنى ئەمەلگە ئاشۇرغۇچى مەخسۇس ئەزادۇر. ئۇ پۇراش خىزمىتىنى بېجىرىشتىن سىرت نەپەسلىنىش ۋە ئاۋازنىڭ جارانگلىق چىقىشىغا يارىدەم بېرىشتەك روللارغا ئىگە.

بۇرۇن — سىرتقى بۇرۇن ۋە ئىچكى بۇرۇن يەنى بۇرۇن بوشلۇقىدىن تەركىب تاپقان.

سىرتقى بۇرۇن

بۇرۇننىڭ شەكلى ئوچبۇرجەك بولۇپ، يۇزىنىڭ ئوتتۇرىسىغا كالپۇكنىڭ ئوستىگە جايلاشقان. ئۇنىڭ ئوستۇنكى تەرىپى تارراق بولۇپ، پېشانىغا تۇتىشىدۇ. تۆۋەنكى تەرىپى كەڭرەك بولۇپ، ئۇنىڭدا ئىككى تۆشۈك بولىدۇ. بۇرۇننىڭ ئوستۇنكى 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 (غۇزرۇفى فاسىل) دەپ ئاتىلىدۇ. بۇرۇن تۆشۈكلىرىنىڭ ئىچكى تەرىپىدە تۈكلەر بولۇپ، نەپەسلەنگەندە چاڭ-توزان قاتارلىقلارنى توسۇپ قېلىش رولىنى ئويناپدۇ. بۇرۇننىڭ سىرتى ئىككى يان قىسمى ئوستى تەرەپتە بىرلىشىپ بۇرۇن قىرنى ھاسىل قىلىدۇ ھەمدە ئالدى تەرەپتە بىر دۆڭچە ھاسىل قىلىپ ئاخىرلىشىدۇ. بۇ بۇرۇن تۈچى 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 تۇچرىغاندا تۆۋەن تەرىپى ئاسانلا سۇنىدۇ ياكى جايىدىن يۆتكىلىپ كېتىدۇ.

بەش كۆمۈرچەك يەنى، ئىككى يۇقىرىقى يان كۆمۈرچەك (غۇزرۇفى جانبەئى ئەلا)، ئىككى تۆۋەنكى يان كۆمۈرچەك (غۇزرۇفى جانبەئى سوفلا) بولىدۇ. بۇ ئىككى كۆمۈرچەك بۇرۇن ئىككى تۆشۈكىنىڭ ئوستىدە بولۇپ، ئۇلار قاناتسىمان كۆمۈرچەكلەر (غۇزرۇفى جەناھىيە) دەپمۇ ئاتىلىدۇ. يەنە بىرى ئوتتۇرىدىكى ئايرىغۇچى كۆمۈرچەك (غوزروفى فاسىل) بولۇپ، بۇ بەش كۆمۈرچەك مەزمۇت ۋە قېلىن كەلگەن بىر يېپىلىق پەردە (غىشائى غوزرۇفى) ئارقىلىق بۇرۇننىڭ سۆڭەكلىرى بىلەن تۇتۇشۇپ تۇرىدۇ. بۇرۇننىڭ ئىچكى تەرىپىنى ئەستەرلەپ تۇرىدىغان بەلغەمسىمان پەردە (غىشائى مۇخاتى) تاشقى جەھەتتە بۇرۇن تۈشۈكىنىڭ گىرۋەكلىرىگە بۇرۇن تېرىسى ئارقىلىق، ئىچكى جەھەتتە بۇرۇن غارى

(بۇرۇن بوشلۇقى) نىڭ ئەستەرسىمان پەردىسى ئارقىلىق تۆتۈشۈپ تۇرىدۇ.

سىرتقى بۇرۇندىكى ۋەرىد تومۇر (كۆك تومۇر) لار يۈز قىسمىدىكى كۆك تومۇرلار ئارقىلىق مېڭىگە تۇتۇشىدۇ. يۈزدىكى كۆك تومۇرلارنىڭ قاپقاقلىرى بولمىغاچقا قان ئېقىمى يۇقىرى - تۆۋەن ئېقىپ تۇرىدۇ. شۇڭا بۇرۇندىكى جاراھەتلەرنى قول بىلەن قالايمىقان سىقىپ ئوفۇنەتلەندۇرۇپ قويۇلسا، ئوفۇنەتلەر مېڭە ئىچىگە كىرىپ كېتىپ يامان ئاقىۋەتلەرنى پەيدا قىلىشى ھەتتا ئۆلۈم خەۋپىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

ئىچكى بۇرۇن

ئىچكى بۇرۇن — بۇرۇن غارى ياكى بۇرۇن بوشلۇقى (جەۋھۇلئە نفى) دەپ ئاتىلىدۇ. تۆۋ يۈزىنىڭ ئوتتۇرا سىزىقىغا، تاماقنىڭ ئۈستى قىسمىغا جايلاشقان بولۇپ، ئوتتۇرا پاسىل ئارقىلىق ئوك ۋە سولغا بۆلۈنۈپ تۇرغان ئىككى بوشلۇقتىن ئىبارەت. بۇرۇن تۈشۈكىنىڭ ئالدى قىسمى ئىچىدىكى تېرە بىلەن قاپلانغان جايدا بۇرۇن تۈكلىرى، ماي ۋە تەر بەزلىرى بولۇپ ئاسانلا چاقا پەيدا بولىدۇ. بۇرۇن بوشلۇقلىرىنىڭ ئىككىسىدىلا ئىچكى جەھەتتە يۇقىرى ۋە تۆۋەندە ئىككىدىن تۈشۈك بولۇپ، يۇقىرىدىكى ئىككىسى يۈز بىلەن تۆۋەندىكى ئىككىسى يۇتقۇنچاق بىلەن تۇتۇشىدۇ. 1. ياش كانالچىسى (مەجرەددەمثى) ئارقىلىق كۆز تۆۋى بوشلۇقى بىلەن تۇتۇشىدۇ. 2. تاماق يۇقىرى كانالچىسى (مەجرائى ھەنەكى مۇقەددەم) ئارقىلىق ئېغىز بوشلۇقى بىلەن تۇتۇشىدۇ. 3. بۇرۇن تۈشۈكلۈك سۆڭەكىنىڭ تۈشۈكى (سوقوفى مسفات) ئارقىلىق باش سۆڭىكى بوشلۇقى بىلەن تۇتۇشىدۇ. 4. تاماقتىكى قوزۇقسىمان تۈشۈك ئارقىلىق قوزۇقسىمان بوشلۇق بىلەن تۇتۇشىدۇ. بۇرۇن بوشلۇقلىرى 15 سۆڭەكنىڭ بىرىكىشىدىن تۈزۈلىدۇ. تۈنۈك ئۈچى باش سۆڭەك، 12 سى يۈز سۆڭەكتىن ئىبارەت. بۇرۇننىڭ ھەربىر بوشلۇقىدا بىردىن مېھراب ۋە بىرقانچىدىن دىۋارلار بولىدۇ.

بۇرۇن بوشلۇقى مېھرابلىرى تۈزۈنچاق ۋە تار كېلىدۇ. تۈشۈكسىمان قىسمىنىڭ 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 تۈشۈك بولغاچقا بۇ ئىككى بوشلۇق بىر-بىرى بىلەن قوشۇلۇپ تۇرىدۇ. بۇرۇننىڭ سىرتقى دىۋارىنىڭ ئىچكى

سه‌تهده 3 تۆزۈن نه‌يچه بولۇپ، تۆلار 3 تال سۆڭه‌كسمان قاتلاملار ئوتتۇرىسىدا بولىدۇ. بۇلارنىڭ ئىچىده يۇقىرى قاتلامدىكى نه‌يچه هه‌ممىدىن كىچىك بولىدۇ. ئوتتۇرا قاتلامدىكى نه‌يچده ئىككى تۆشۈك بولىدۇ. ئاستىنقى قاتلامدىكى نه‌يچه بۇرۇن سىرتقى دىۋارىنىڭ تۆزۈنلۈقى بىله‌ن ته‌ڭ بولىدۇ. بۇ نه‌يچىنىڭ ئالدى ته‌رىپىده ياش نه‌يچىسى (مه‌جره‌د ده‌مئى) نىڭ ئاستىنقى تۆشۈكى جايلاشقان بولىدۇ. بۇ تۆشۈك ئارقىلىق كۆزنىڭ ياش سۈيۈقلۇقى بۇرۇن ته‌ره‌پكه سىزىپ چۈشىدۇ.

بۇرۇن بوشلۇقىنىڭ ئىچىنى ئه‌سته‌رله‌پ تۇرىدىغان شىلىمشىق پوتلىسمان پەرده (غىشائى مۇخاتى) تۆز ئاستىدىكى سۆڭه‌ك ۋه كۆمۈرچه‌كله‌ر پەردىسى بىله‌ن ناھايىتى ياخشى تۇتۇشۇپ تۇرغان بولىدۇ.

1. ئۈنىڭ يۇقىرىقى ته‌رىپى بۇرۇننىڭ يۇقىرىقى تۆشۈكچىلىرى ئارقىلىق تېره بىلەن، 2. بۇرۇننىڭ تۆۋه‌نكى تۆشۈكلىرى ئارقىلىق يۇتقۇنچاقنىڭ پۇتلىسمان پەردىسى بىله‌ن، 3. ياش نه‌يچىلىرى ئارقىلىق كۆزنىڭ قاپقىدىكى ئه‌سته‌ر پەرده (ته‌به‌قه‌ئى مۇلته‌هه‌مه) بىله‌ن، 4. يۇتقۇنچاق ۋه باشقا تۆشۈكله‌ر ئارقىلىق پىشانه ۋه باشقا سۆڭه‌ك بوشلۇقلىرى تۇتۇشۇپ تۇرىدۇ. شۇڭا بۇرۇندا ئىشىش يۈز بەرگه‌نده مۇشۇ پەرده ئارقىلىق شۇنىڭغا ئالاقىدار بولغان ئورۇنلاردا ئه‌كس ته‌سىر پەيدا قىلىدۇ. مه‌سىله‌ن: زۇكام يۈز بەرگه‌نده باش ئاغرىش، بۇرۇندىن سۇ، كۆزدىن ياش ئېقىشته‌ك ئالامه‌تله‌ر كۆرۈلىدۇ هه‌تتا بۇرۇن ئىشىشقى مېڭه پەرده ئىشىشقىلرىنى كه‌لتۇرۇپ چىقىرىدۇ.

بۇرۇن بوشلۇقىدا تۆۋه‌ندىكىده‌ك ئه‌سه‌ب (نېرۋا) لار بار: 1. پۇراش ئه‌سه‌بى (ئه‌سه‌بى شامىمه) نىڭ يىپچىلىرى بۇرۇن ئوتتۇرا پاسىلىنىڭ يۇقىرىقى قىسمىدىكى سۈزگۈچى سۆڭه‌ك (ئه‌زمى مىسىفات) نىڭ بۇلۇتسىمان قىسمى ۋه يۇقىرى ئوتتۇرا سه‌تهگه تارقالغان. 2. كۆز ئه‌سه‌بى (ئه‌سه‌بى ئه‌ينىيه) نىڭ كۆرۈش شاخچىلىرى بۇرۇن پاسىلىنىڭ يۇقىرىقى ۋه ئالدىنقى بۆلىكى هه‌م بۇرۇن بوشلۇقىنىڭ سىرتقى دىۋارىغا تارقالغان. 3. ئۈستۈن تاماق ئه‌سه‌بى (ئه‌سه‌بى په‌ككى ئه‌لا) نىڭ برقانچه تارماقلىرى تۆۋه‌نكى بوشلۇقتىكى چىگىش سۆڭه‌ك (ئه‌زمى مۇلته‌ۋى ئه‌سفه‌لى) دائىرىسىگه تارقالغان. 4. بۇرۇن پەررەك ئه‌سه‌بى (ئه‌سه‌بۇلخه‌يشۇمى) ۋه باشقا ئه‌سه‌ب شاخچىلىرى بۇرۇن پاسىلىنىڭ يۇقىرى ۋه ئوتتۇرا قىسمىغا تارقالغان. 5. بۇرۇن ۋه تاماق ئه‌سه‌ب شاخچىلىرى (ئه‌سه‌بۇلئه‌نفى ۋه ئه‌سه‌بۇلهه‌نه‌كى) بۇرۇن ئوتتۇرا قىسمىغا تارقالغان ۋه باشقىلار.

ئىنسانلار پۇراش كۈچىنىڭ رولى ئارقىلىقلا نه‌رسىله‌رنىڭ پۇرىقىنى سېزه‌له‌يدۇ. مه‌زكۇر قۇۋۋه‌ت پەقه‌ت بۇرۇننىڭ ئىچىدىكى يۇقىرىقى قىسمىدىلا بولىدۇ. بۇرۇن بوشلۇقىنىڭ ئىچكى سه‌تهنى پوتلىسمان پەرده (غىشائى مۇخاتى) ئه‌سته‌رله‌پ تۇرغان بولۇپ،

بۇنىڭدا پۇراش ئەسەبلىرىنىڭ شاخچىلىرى بۇرۇننىڭ تۆشۈكلۈك سۆڭىكى يەنى سۈزگۈچى سۆڭەكنىڭ تۆشۈكلىرىگە كىرىپ يېيىلغان 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 كۆچنىڭ ئەسەب شاخچىلىرىغا تۆرۈلغاندىن كېيىن ئۆز كەيپىياتىدا تۆلارغا مەخسۇس بىر خىل تەسىر قوزغايدۇ-دە، بۇ تەسىر مېڭىگە يېتىپ بېرىپ سەزگۈ ھاسىل قىلىدۇ يەنى، ئەسلىي ماددىنىڭ پۇراق سىزىمنى پەيدا قىلىدۇ. شۇڭا ئىنسانلار بىرەر نەرسىنىڭ ھىدىنى ئوبدانراق بىلمەكچى بولسا كۆپىنچە ھاللاردا شۇ نەرسىگە بۇرۇننى يېقىنراق ئەكىلىدۇ ياكى كۆچەپرەك نەپەس ئالىدۇ. بۇ، ھاۋاغا تارقالغان ھىدىنىڭ پۇراش ئەسەب شاخچىلىرىغا ئوبدانراق تۆرۈلۈشى ئۈچۈندۇر.

بۇرۇن بوشلۇقىنىڭ ھەممە قىسىملىرىدا يەنە سېزىش كۆچى (قۇۋۇەتى لامسە) دەپ ئاتىلىدىغان بىر خىل قۇۋۇەت بار بولۇپ، ئۇ سوغۇق-ئىسسىق، غىدىقلىنىش-قىچىشىش، ئاغرىش ۋە بۇرۇن تۆشۈكلىرىگە بولغان بېسىملارنى سېزىشتەك رولغا ئىگە بەزى. ھاللاردا پۇراش كۆچى (قۇۋۇەتى شامме) تۆز رولىنى يوقاتسىمۇ سېزىش كۆچى (قۇۋۇەتى لامسە) تۆز رولىنى يوقاتمايدۇ.

پۇراش كۆچى بارلىق ھايۋانلاردا ئوخشاش بولمايدۇ. گۆشخور ھايۋانلارنىڭ ھايۋانى ماددىلاردىن چىققان پۇراقلارنى سېزىش كۆچى يۇقىرى، تۆسۈملۈك ماددىلاردىن چىققان پۇراقلارنى سېزىش كۆچى تۆۋەن بولىدۇ. ئەكسىچە ئوتخور ھايۋانلارنىڭ ھايۋانى ماددىلاردىن چىققان پۇراقلارنى سېزىش كۆچى تۆۋەن، ئۆسۈملۈك ماددىلاردىن چىققان پۇراقلارنى سېزىش كۆچى يۇقىرى بولىدۇ. ئىنسانلاردا گەرچە بۇ خىل پۇراش سېزىمىدىكى خاسلىق تۆۋەن بولسىمۇ، لېكىن ھەرخىل پۇراقلارنى پەرق ئېتىش جەھەتتىكى قابىلىيىتى يەنىلا خېلى دەرىجىدە ئۈستۈن ئورۇندا تۇرىدۇ. پۇراش كۆچى (قۇۋۇەتى شامме) دېگەن بۇ خىل ئوخشاشماسلىق پۇراش نېرۋىسىنىڭ مېڭىدىن ئورتاق ھېس قىلىش ئورنىنىڭ تۈزۈلۈش جەھەتتىكى ئوخشاشماسلىقى بىلەن مۇناسىۋەتلىك. چۈنكى ئىنسانلار ئالىي دەرىجىلىك ھايۋانلاردۇر. ئىنسانلارغا پۇراقلارنىڭ خۇشبۇي ياكى بەدبۇي سېزىلىشى نىسپىي ھالەتتە بولىدۇ. ئوخشىمىغان كىشىلەردە كۆرۈش كۆچى ۋە ئاڭلاش كۆچى ئوخشىمىغاندەك پۇراش كۆچىمۇ ئوخشاش بولمايدۇ. ئادەم بەدىنىدە ئېچكى پۇراش كۆچى (قۇۋۇەتى شامميە) دەپ ئاتىلىدىغان يەنە بىر خىل قۇۋۇەتمۇ بار. بۇنىڭدا گەرچە سىرتقى دۇنيادا ھېچقانداق پۇراق بولمىسىمۇ، ئىنسان بىر خىل پۇراق بارلىقىنى ھېس قىلىدۇ. بۇ پۇراش ئەسەبلىرىگە بېرەر ئېچكى 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 پۈراق سېزىمى بولىدۇ، مەسىلەن: مەلۇم بىر كىشى ھەر دائىم بىر خىل سېسىق پۈراق بارلىقىنى ھېس قىلغان، ئۇلۇگەنىدىن كېيىن بۇرۇن ۋە مېڭىسىنى يېرىپ تەكشۈرگەندە ئالدىنقى مېڭە ئىككى ئولۇش قىسمىنىڭ دەل ئوتتۇرىسىدا خانازىر خاراكتېرلىك ئۆسمە بارلىقى بايقالغان. دېمەك مەزكۇر ئۆسمىدىكى ئوفۇنە تىلىك سېسىق ماددىلار مەزكۇر كىشىگە ئىچكى پۈراش كۈچى ئارقىلىق ھەر دائىم سېسىق سېزىم بەرگەن.

ئۆغما پۈراش سېزىم ئاجىزلىقى

ئۆغما پۈراش سېزىم ئاجىزلىقى (مەۋلۇدۇلخەشەمى) پۈراش سېزىمىنىڭ ئۆغما ئاجىزلىقى ياكى پۈتۈنلەي بولماسلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھامىلدارلىق مەزگىلىدە ئانىدا مەلۇم يۇقۇملۇق كېسەلنىڭ بولۇشى ياكى بەزى كېرەكسىز ماددىلارنىڭ يېتىشمەسلىكى قاتارلىقلار تۆپەيلىدىن بوۋاقنىڭ پۈراش سېزىم ئەسەبلىرى تولۇق تەرەققىي قىلالماي نەرسىلەرنىڭ پۈرىقىنى پۈتۈنلەي ياكى يېرىم ھالەتتە سېزەلمەس بولۇپ ئۆغۇلۇپ قالىدۇ.

ئالامىتى

بالىلارنىڭ ھەر خىل پۈراقلارنى تولۇق ياكى يېرىم سېزەلمەيدىغان ھالەتتە ئۆغۇلغانلىقى كېيىن تەدرىجىي ھالدا بىلىنۈ.

داۋاسى

كېسەللىك ئەھۋالى يېڭى ۋە يەڭگىلەك بولسا پۈراش سېزىمىنى ئەسلىگە

كه لتۇرۇش ياكى ئاشۇرۇش ئۇچۇن ئىياره جى فه يقه را، مه ئجۇنى مه سىها قاتارلىق دورىلارنى بالىنىڭ يېشىغا قاراپ بىر مه زگىل به رسه پۇراش سېزىمى ته دريجي هالدا ئه سلىگه كېلىپ ياخشىلىنىپ قېلىشى مۇمكىن.

ئه گه ر كېسه للىك تارىخى ئۇزۇن، كېسه للىك ئه هۋالى ئېغىرراق بولسا داۋالاش ئۇنۇم به رمه يدۇ.

ئىككىله مچى پۇراش سېزىم ئاجىزلىقى

ئىككىله مچى پۇراش سېزىم ئاجىزلىقى (ئه ره زۇلخه شه مى) تۇغۇلۇشتا ساق تۇغۇلۇپ كېيىن هه ر خىل سه ۋه بله ر تۇپه يلىدىن بۇرۇننىڭ پۇراش سېزىمى ئاجىزلاشقانلىقى ياكى پۈتۈنله ي يوقالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سه ۋه بى

سه ۋه بلىرى تۆۋه ندىكىده ك بىرقانچه خىل بولىدۇ.

1. بۇرۇن ئېچىگه به زسمان ئارتۇقچه گۆش تۇسۇپ، يه نى هه ر خىل چوڭلۇقتىكى بۇرۇن به ۋاسىرى (به ۋاسىرۇلىشه نفى) په يدا بولۇپ، پۇراش سېزىمىنىڭ ئوخشىمىغان ده رىجىده ئاجىزلىشىشى ياكى پۈتۈنله ي يوقلىشىنى كه لتۇرۇپ چىقىرىدۇ.

2. بۇرۇن ئېچىگه ئۆسمه په يدا بولۇپ نه په س يولىنى توسۇۋلىپ پۇراش سېزىمىنىڭ يوقلىشىنى كه لتۇرۇپ چىقىرىدۇ.

3. شىلىمشىق ۋه قوپۇق خىلتىلار بۇرۇن يۇقىرىسىدىكى غه لۋىرسىمان سۇزگۈچ سۆڭه كىنىڭ تۆشۈكلىرىگه چاپلىشىپ قالسا، هاۋانىڭ ئۆتۈشىگه ده خلى قىلىدۇ. بۇ سۆڭه ك قاتقىشارغا جايلاشقان بىر خىل شالاڭ سۆڭه ك بولۇپ، بۇلۇتقا ئوخشاش ئۇرغۇن تۆشۈكلىرى بار. مه زكۇر تۆشۈكله ر ئارقىلىق هاۋا ۋه پۇراقلار يۇقىرىغا يېتىپ بارىدۇ. مېڭىدىن كېلىدىغان هۆللۈكله رمۇ يه نه شۇ هۆكۈنه ك تۆشۈكله ر ئارقىلىق سىزىپ چىقىدۇ. مه زكۇر سۆڭه ك تۆشۈكلىرىنىڭ ئه گرى-بۈگرى بولۇشى سىرتتىن سۇمۇرۇلگه ن هاۋا ۋه پۇراقلارنى سه زگۈ ئه زالىرىغا بىردىنلا ئېلىپ بارماستىن، به لكى ته دىجىي ئاشه لگه ن هاله تته ئېلىپ بارىدۇ. ئه گه ر شىلىمشىق ۋه قوپۇق خىلتىلار مه زكۇر

تۆشۈكلەرنى توسۇالسا بۇرۇن پۇراش سىزىمنىڭ ھەر خىل دەرىجىدە ئاجىزلىششى ياكى يوقىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

4. ئاتىشەك (سىفىلىس) كېسىلىنى تۇپەيلىدىن بۇرۇننىڭ كۆمۈرچەكلىرى، سۈڭەكلىرى ۋە يۇمشاق توقۇلمىلىرى بۇزۇلۇپ، قاتتىق تولتۇرۇشۇپ كەتكەنلىكتىن بۇرۇننىڭ پۇراش سىزىمى قىسمەن ئاجىزلىشىدۇ ياكى پۈتۈنلەي يوقىلىدۇ.

5. مېڭىنىڭ ئالدى تەرىپىدىكى ئوڭ-سول ئىككى قىسمىدا ياكى پۇراق سىزىمنى ھاسىل قىلىش مەركىزى بولغان قىسمىدا مىزاج ئۆزگىرىشى يۈز بەرگەنلىكتىن پۇراش سىزىمىنىڭ ئاجىزلىششى ياكى پۈتۈنلەي يوقىلىشى كېلىپ چىقىدۇ. بۇنداق خەتەرلىك ھەقىقىي خەتەرلىك 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 كۆپۈنچە ھاللاردا ئىلگىرى ھۆللەشتۈرگۈچى چارىلارنى كۆپ ۋە زىيادە قوللانغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

1. بۇرۇن بەۋاسىردىن بولغان خەتەرلىك بەۋاسىر ئوخشىمىغان دەرىجىدە بۇرۇن تۈشۈكىنى توسىغان بولۇپ پۇراش سىزىمنىڭ ئاجىزلىشىشىغا ئۇنىڭا 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 زەردەب ئېقىش ئەھۋاللىرى بولىدۇ. بەزىلىرى ئۈزۈلۈپ بۇرۇندىن تاكى گالغىچە سوزۇلۇپ، بۇرۇن تۈشۈكىنى پۈتۈنلەي قاپلاپ كېتىشىمۇ مۇمكىن.

2. بۇرۇن تۈسمىسىدىن بولغان خەتەرلىك 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 يوقلىدۇ. تۇسمىنىڭ تۇزى يۇمشاق، ھەجمى چوڭراق بولۇپ نۇرغۇن ئىنچىكە تومۇرلىرى بولىدۇ. شۇڭا «بەسپايەچ» دەپمۇ ئاتىلىدۇ. تۇلار بەزىدە يېرىڭلىق يارىغا ئايلىنىپ زەردار ۋە ھۆللۈكلەر ئاقىدۇ. ھەتتا سەرتان (راك) غا ئايلىنىپ بۇرۇننىڭ شەكلىنى بۇزىدۇ.

بۇرۇندىكى تۇسمىنىڭ راكقا ئايلانغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، تۇ قاتتىقلىشىدۇ، تېز يوغىنايدۇ، شۇ جايدىكى تومۇزلار كۆكىرىپ كېتىدۇ، تارتىشىدۇ. كېسەل كىشى قاپاقنىڭ ئىچكى تەرىپىدە سوزۇلغاندەك بىر خىل سېزىم بارلىقىنى ھېس قىلىدۇ.

3. شىلىمشىق ۋە قۇيۇق خىلتلارنىڭ بۇرۇن غەلۋىرسىمان سوزگۈچ سۆڭەك تۆشۈكلىرىنى تۇسغانلىقتىن بولغان خەشەمدە بۇرۇننىڭ تۆشۈكلىرى كۆرۈنۈشتە گەرچە ئوچۇق بولسىمۇ تۇسالغۇ بۇرۇننىڭ يۇقىرىراق قىسمىدا بولغاچقا مېڭىدىن كەلگەن ئارتۇق ھۆللۈكلەر بۇرۇندىن ئاقماس بولۇپ قالىدۇ. ئاغرىق دېمىقىدا سۆزلەيدۇ. ئاغرىق دېمىقىدا سۆزلىسە كېسەلنىڭ بۇرۇن يولىدا؛ دېمىقىدا سۆزلىمىسە بۇرۇننىڭ يۇقىرى قىسمىدا يەنى مېڭىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

4. ئاتىشەك (سفلس) كېسىلى تۇپەيلىدىن بولغان خەشەمدە بۇرۇن شەكلىنىڭ بۇزۇلغانلىقى ۋە قاتقىشارنىڭ 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 تاۋۇش چىقىرىش ئەھۋالىدا غەيرىي تۇزگىرىش بولمايدۇ.

مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى خىلت (ماددا)لىق بولسا، بۇرۇندىن پىششىق ھۆللۈكلەر كېلىدۇ.

مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى خىلت (ماددا) لىق بولسا، مېڭىنىڭ ئۇزۇقلۇقلارنى جەلپ قىلىش ۋە تاشلاندۇقلارنى چىقىرىۋېتىشكە كۈچى يەتمىگەنلىكتىن مېڭىدىن كەلگەن ھۆللۈك ئاز بولىدۇ. بۇرۇندىن خام ھۆللۈكلەر (پوتلا) ئاز كېلىدۇ. ھەمدە بىمار پىشانە ساھەسىدە ئېغرىلىق بارلىقىنى ھېس قىلىدۇ.

مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن بولغان خەشەمدە سەرسام ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قىزىتمىلىق كېسەللەرگە گىرىپتار بولغانلىق تارىخى بولۇشتىن سىرت بەدەنده قۇرۇقلۇق ئاشقان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

مىزاجنىڭ ھۆللۈكتىن بۇزۇلغانلىقىدىن بولغان خەشەمدە ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەن

ئالامه تله ر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

1. بۇرۇن بەۋاسىردىن بولغان خەشەمنى داۋالاشتا ئەگەر بەۋاسرىنىڭ رەڭگى ئاقۇش بولۇپ، ئاغرىمسا داۋالاش ئوڭايراق؛ قىزغۇچ رەڭدە بولۇپ رەڭگى بۇزۇق، ئاغرىيدىغان بولسا داۋالاش تەسرەك بولىدۇ. بولۇپمۇ زەردار ئاقىدىغان دەرىجىگە يەتكىنىنى داۋلاش قىيىن.

مۇناسىپ ئورۇنلارغا لوڭقا قويۇش، ئاندىن ئىچىشكە ھەبىي ئىيارەج بېرىپ ئىچىشنى تازىلاش، زەنكار، شاخارلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سىركە بىلەن مەلھەم ياساپ، پىلتىكلوچ ئارقىلىق ئارتۇق گۆش بار جايغا تىقىپ قويۇش لازىم. لېكىن ئىچكى ئەزالارنى بۇزۇق ماددىلاردىن تازىلاشتىن ئىلگىرى بۇرۇنغا ئۆتكۈر تەسىرلىك دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك كېرەك. يۇقىرىقى دورىلار ئۇنۇم بەرمىسە مىس دېتى، ئاق زاك، قىزىل زەرنخەلەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ بۇرۇن ئىچىگە تىقىپ قويسا، خۇددى تىغ بىلەن كېسىپ داۋالىغاندەك ئۇنۇم بېرىدۇ. ئەگەر بۇ دورىلار بىلەنمۇ ساقايمىسا دەستكارلىق ئۆسۈلى بىلەن داۋالاش لازىم.

2. بۇرۇن ئۆسمىسىدىن بولغان خەشەمنى داۋالاشتا ئاۋۋال مۇۋاپىق كۆمۈلىلار، ئىيارەجلەر ئارقىلىق مېڭىنى تازىلاش، ئاندىن ئۆسمىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن ھۆزۈز، مۇر-مەككى، ھۆل زۇۋا، زەيتۇن يېغىنىڭ دۇغى، مەدەستانلارنى باراۋەر مىقداردا ھاجەتكە لايىق ئېلىپ، ھۆلبە ياكى زىغىر شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چېپىلىدۇ. ئۆسمە يۇمشىغاندىن كېيىن نەشتەر بىلەن تىلىپ قان چىقىرىلىدۇ ياكى زۇلۇك قۇرۇتى قويۇلىدۇ. ئەمما مەزكۇر ئۆسمە سەرتانغا ئايلانغان بولسا تىغ ئىشلەتمەسلىك، شۇنىڭدەك گۆشخۇر، ئۆتكۈر دورىلارنىمۇ ئىشلەتمەسلىك لازىم. چۈنكى سەرتان ئۆسمىسى جاراھەتلەنسە پۈتۈپ ساقىيىشى قىيىن بولۇپلا قالماي ئەكسىچە تېخىمۇ تېز تەرەققي قىلىدۇ. ھەتتا قاتتىق ئاغرىپ مېڭىگە پەردىسىگە تەسىر كۆرسىتىپ ئۆلۈم ھادىسىسىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. پەقەت سەرتان ئۆسمىسىنىڭ قاتتىقلىقىنى پەسەيتىش ئۈچۈن مۇۋاپىق مىقداردىكى زىغىر، كۈنلۈچە (بىر خىل رەيھان) ئورۇقنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ مۇۋاپىق مىقداردا كۈنجۈت يېغى، ئاق موم ئېلىپ مومنى ئالدى بىلەن كۈنجۈت يېغىدا ئېرىتىپ، ئاندىن باشقا دورىلارنى ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ قىرۇتى تەييارلاپ، شۇ قىرۇتىنى داۋاملىق ئىشلىتىش كېرەك. يەنە مەئجۇنى ئۇجاھەت ۋە مەتبۇخى ئەقتىمۇن قاتارلىقلارنى ئەھۋالغا قاراپ بېرىش

لازىم.

3. بۇرۇن غەلۋىرسىمان سۈزگۈچى سۈڭەك تۈشۈكلىرىنىڭ توسۇلغانلىقىدىن بولغان خەشەمنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن خىلتنى يۇمشىتىش، مېڭىنى تازىلاش لازىم. ئاندىن سىياھدان، پۇددىنە، 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، زۇرۇر كەلگەندە تۈۋەندىكى تۈسۇلدىن پايدىلىنىش مۇمكىن: كېسەل كىشى ئاغزىغا لىق سۇ ئېلىپ، بېشىنى ئارقىغا ئېلىپ ئولتۇرىدۇ. دورا تېمىتىلغاندىن كېيىن ئىلاجى بار چوڭقۇرراق نەپەس ئالىدۇ. بۇنىڭ بىلەن دورا دېگەن جايىغا 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 ھەلىلە، ئاق ۋە قىزىل سەندەل، قۇرۇق خېنە، قەسىۋزەرىرە، تۈشۈدۇرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 18 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ بىر كېچە قاينىقسۇغا چىلاپ تېتقىنى چىقىرىپ تەمى تەڭشەلگۈدەك ھەسەل قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ. ئاندىن كېيىن سىمابتىن ياسالغان كۈچلۈك دورىلار ئىشلىتىلىدۇ.

1) ھەبىي سىماب: بۇنى كېسەل كىشىنىڭ ياش قۇرامىغا قاراپ بىر قېتىمدا 10 كۈمۈلاچتىن ئىچىشكە قەدەر يەتكۈزۈلىدۇ. لېكىن شۇنىڭغا دىققەت قىلىش لازىمكى، سىماب ۋە تۇنىڭ كۈشتىلىرىدىن ياسالغان دورىلار زەھەرلىك بولغانلىقى ئۈچۈن تۇلارنى ئىشلىتىش مىقدارىغا قاتتىق دىققەت قىلىش لازىم. تەجرىبىلەرگە قارىغاندا سىمابلىق دورىلار چىشقا زىيان يەتكۈزىدۇ. شۇڭا تۇلارنى ئىشلەتكەندە ئېغىز ئىچىنىڭ تازىلىقىغا ئادەتتىكىدىن تاشقىرى ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش كېرەك.

2) مەئجۇنى چۆپچىنى: ھەر كۈنى ئەتىگەن-ئاخشامدا 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ.

3) ھەبىي كىبرىت: ئون ياشتىن يۇقىرىلارغا 7 تالدىن 10 تالغىچە، باللارغا مۇۋاپىق مىقداردا ئازايتىپ بېرىلىدۇ.

سىرتتىن چېپىش ئۈچۈن مەلھىمى چۆپچىنى، مەلھىمى شىكىرىپ ئىشلەتسە بولىدۇ. جاراھەت يۇمشاپ ئېغىز ئالغاندىن كېيىن سۇقۇقى سىماب سېپىپ بېرىلسە ئونۇمى تېخىمۇ ياخشى.

ئىچىش ئۈچۈن يەنە ئەرىقى چۆپچىنىنى كۈندە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 300

مىللىلىتىردىن؛ ئەڭ يىقى شاھتەررەنى كۆندە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچسە بولىدۇ.

5. مېڭىدىكى پۈراق سېزىمىنى ھاسىل قىلىش مەركىزىنىڭ مىزاجى ئۆزگىرىشىدىن بولغان خەشمنى داۋالاشتا مىزاج خىلىت (ماددا) سىز ئۆزگەرگەن بولسا، مىزاجنى ئوڭلاشقا ئائىت مۇناسىپ ئۆسۈل-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 قۇۋۇتى بۇزۇلۇش

پۇراش قۇۋۇتى بۇزۇلۇش (فەسادۇششەمى) پۇراش سېزىمىنىڭ ئاجىزلىشىشى ياكى پۈتۈنلەي يوقالغانلىقىغا قارىتىلماي، بەلكى پۇراش قۇۋۇتىنىڭ تەبىئي ھالەتتىن ئۆزگىرىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان. ئۇ ئادەتتە ئۇچ خىل ھالەتتە ئۆچرايدۇ.

1. بۇرۇنىنىڭ پۇراش قۇۋۇتى 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 پەرقلەندۇرۇپ ياكى ئايرىپ سېزەلمەيدۇ.

سەۋەبى

1. بۇرۇن پۇراش قۇۋۇتى ھەممە پۇراقنى بىر خىللا ھېس قىلىشتىكى سەۋەب:

بىرىنچى، مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا مىزاج ئۆزگىرىشى يۈز بەرگەنلىكتىن مىزاج ئېسىسىق، قۇرۇق ۋە سوغۇق، ھۆللۈكتىن ئۆزگىرىپ پۇراش قۇۋۇتى بۇزۇلۇپ ھەممە پۇراقلارنى بىر خىللا ھېس قىلىدۇ.

ئىككىنچى، مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا ناچار خىلىت ئورۇنلاشقان بولۇپ، ئۇنىڭ مىقدارى كۆپەيگەن ياكى كۆچلۈك بۇزۇق كەيپىياتقا ئۆزگەرگەنلىكتىن پۇراش قۇۋۇتى 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 (ھىسسىي 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 نەرسىلەرنلا ھېس قىلىشىدىكى سەۋەب شۇكى، مېڭىنىڭ پۇراق سېزىش مەركىزىدە قان يېتىكى بەلغەم خاراكتېرلىك تەبىئي تاتلىق ماددىلار يىغىلىپ قالغانلىقتىن پۇراش قۇۋۋىتى خۇش پۇراققا كۆنۈپ قالىدۇ-دە، پۇراش قۇۋۋىتىنىڭ ئەكسىچە پۇراقنى قوبۇل قىلىش خۇسۇسىيتى تۇپەيلىدىن خۇشبۇي نەرسىلەرنى سەزمەي سېسىق پۇراقلارنلا سېزىدۇ.

بۇرۇننىڭ سېسىق نەرسىلەرنى ھېس قىلماي، بەلكى خۇش پۇراق نەرسىلەرنلا ھېس قىلىشىدىكى سەۋەب شۇكى، مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمى ۋە ئىككى تەرەپتىكى پۇراق سېزىش مەركىزى بولغان ئىككى تۈسۈكچىدە بۇزۇلغان سېسىق خىلىت (ماددا) پەيدا بولۇش ياكى بۇرۇن ئىچىدە يىرىڭلىق، ئوقۇنە تىلىك چاقا پەيدا بولۇشتىن پۇراش قۇۋۋىتى سېسىق پۇراقنا كۆنۈپ قالىدۇ-دە، پۇراش قۇۋۋىتىنىڭ تۈزى كۆنگەن پۇراقنىڭ ئەكسىنى سېزىشتىن ئىبارەت خۇسۇسىيتى تۇپەيلىدىن سېسىق نەرسىلەرنى سەزمەي خۇش پۇراق نەرسىلەرنلا سېزىدۇ.

ئالامتى

1. بۇرۇننىڭ پۇراش قۇۋۋىتى ھەممە پۇراقلارنى بىر خىللا ھېس قىلىشتا مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا مىزاج ئۆزگىرىشى يۈز بەرگەنلىكتىن تۇۋەندىكى ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ: بىرىنچى، مىزاج ئىسسىق ياكى قۇرۇقنا تۇزگەرسە، پۇراش قۇۋۋىتى بۇزۇلۇپ كېسەل كىشى داۋاملىق ئەمەلىيەتتە يوق ياخشى، يامان پۇراقلانى 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 خىلتىنىڭ مىقدارى ئاز، يامان كەيپىياتقا ئۆزگىرىشى ئاجىزراق بولسا، ئادەتتە مەزكۇر خىلتىنىڭ پۇرىقى سېزىلمەيدۇ. مىقدارى كۆپ، يامان كەيپىياتقا ئۆزگىرىشى كۆچلۈكرەك بولسا، سىرتقى جەھەتتىكى پۇراقلار قانداق بولۇشىدىن قەتئىي نەزەر پۇراش قۇۋۇتى پەقەت شۇ خىلت پۇراقىنىلا سېزىدۇ.

خىلت بۇرۇنغا قارىمۇچ، سۇنبۇل پۇرىغاندەك بىلىنسە، خىلتىنىڭ ئىسسىق ئىكەنلىكىنى؛ سېسىق بىلىنسە، خىلتىنىڭ بۇزۇق ھەمدە مادداسىنىڭ سېسىق ئىكەنلىكىنى؛ ھۆللۈككە مايىل زەي پۇراق بىلىنسە، خىلتىنىڭ 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 دائىم چىكىلىپ 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 كەيپىياتىكى ئۆزگىرىشلىرىگە ئاساسەن مۇناسىپ ھالدىكى تۈسۈل-چارە ۋە دورىلارنى ئىشلىتىش ئارقىلىق مىزاجنى ئوڭلاشقا تىرىشىش كېرەك. ئادەتتە مىزاج تەڭشەلسىلا بۇرۇنىنىڭ ھەممە پۇراقنى بىر خىللا ھېس قىلىش ئەھۋالى ئۆزلۈكىدىن ياخشىلىنىپ قالىدۇ.

مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا ناچار خىلتىلار ئورۇنلاشقاندىن بولغان ھەر خىل پۇراقلارنى بىر خىللا سېزىشىنى داۋالاشتا، شۇ خىلتىلارغا مۇناسىپ دورىلار ئارقىلىق مېڭىنى تازىلاش ھەمدە بادام يېغى، بەنەپشە 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 خىلىتنىڭ تۇرىنى ئايرىپ، مۇناسىپ مۇنزىج ۋە مۇسەھىل دورىلار بېرىلىدۇ. ئىيارەج فەيقەرا، ھەببى قوقىيا، مەئجۇنى نۇجاھ، ماتۇلئۇسۇل قاتارلىقلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ. بەزى چوشكۇرتكۇچى دورىلار بىلەن چۈشكۇرتۇش كېرەك. ئىپار، قەلەمفۇر، سىياھدان، سامساققا ئوخشاش ئۆتكۇر 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 پۈرۈتۈش، بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك.

پۇراش قۇۋۇتىنىڭ بۇزۇلۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغان ھەمدە كېيىن 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 (جەفاقۇلئە نفى) بۇرۇن ئىچىدە ھېچقانداق چاقا، مۇدۇر بولماي ۋە باشقا ئالاھىدە كېسەللىك بەلگىسى كۆرۈلمەي تۇرۇپلا بۇرۇن تۈزۈنغىچە كۆپ قۇرۇپ نەم بولماسلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. بەدەندە يۇقىرى ھارارەتلىك قىزىتما يەنى قىزىل، كېزىك، تەب قاتارلىق ئۆتكۇر كېسەللىكلەر بولغاندا بۇرۇندىكى ھۆللۈك قۇرۇپ بۇرۇن قۇرۇش پەيدا بولىدۇ.

2. ئۇزۇن داۋاملىشىدىغان سىل (تەبى دەق)دا بەدەن تەدرىجىي قۇرۇش نەتىجىسىدە بۇرۇن قۇرۇش كېلىپ چىقىدۇ. زۇكام ۋە ئاتىشەكتىنمۇ بۇرۇن قۇرۇيدۇ.

3. بۇرۇنىسىڭ دىماقىسىكى تۈشۈكىگە شىلىمشىق خىلىت چاپلىشىپ، تاشقى تەرەپتىن تارتىلغان ھاۋانىڭ ھارارىتى بىلەن شۇ جايدا قۇرۇپ قېتىپ قالىدۇ ياكى دىماقتا ۋەرەم سادىر بولۇپ، بۇرۇن يولى توسۇلۇپ قالىدۇ. مېكىدىن چۈشىدىغان ھۆللۈكلەر توختاپ قېلىپ بۇرۇندا قورغاقلىشىش يۈز بېرىدۇ.

4. كۆپ سۇيۇقلۇق يوقىتىش، مەسىلەن: كۆپ ئىچى سۇرۇش، ھەر خىل ناسۇرلار ياكى ھەر خىل قويۇق خىلىتلارنىڭ تەسىرىدىن ھاۋا يوللىرى، سۇيۇقلۇق ئالمىشىش يوللىرى توسۇلۇپ قېلىشتىن بۇرۇن قۇرۇيدۇ.

ئالامىتى

ھارارەتلىك ئۆتكۈر كېسەللىكلەردىن بولغان بۇرۇن قاناشتا ئومۇمىي بەدەنده سەپرا خىلىتىنىڭ غالىبلىقىغا مەنسۇپ بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ.

سىلىدىن، قۇرۇقلۇقتىن بولغان بۇرۇن قۇرۇشتا ئومۇمىي بەدەن ئورۇقلاش، ئۆيقۇسىزلىق، 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 ئۇزلۇكىدىن ساقىيىپ كېتىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ھارارەت چۈشۈرگۈچى دورىلارنى ئىچكۈزۈش، سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلارنى بۇرۇنغا تېمىتىش، پىشانىغا مۇناسىپ زىماد ۋە تىلالارنى تېڭىش ياكى چېپىش كېرەك. شەربىتى نىلۇفەرنى داۋاملىق ئىچكۈزۈش، قىز ئۈغقان ئايال سۈتىگە بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا تېمىتىش، پىشانىغا ئاق سەندەل، ئارپا ئۇنى، ئۇسۇلۇك ئۇرۇقى، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ۋە كاۋا قىرمىسىنى ئىسىپغۇل شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تاڭسا بولىدۇ. ھۆللەشتۇرگۈچى سوغۇقلۇق تاماقلارنى يېگۈزۈش كېرەك.

سىل (تەبىي 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 خىلىت چاپلىشىۋالغاندىن بولغان بۇرۇن قۇرۇشنى داۋالاشتا، بۇرۇنغا

مۇناسىپ ياغلارنى تېمىتىش، ھۆللەشتۇرگۈچى دورىلارنى ئىچكۈزۈش ئارقىلىق خىلىت يۇمشىتىلىپ، ئاندىن بۇرۇننى چايقايدىغان نوتۇل دورىلار ياردىمى ئارقىلىق ماددىلارنى چىقىرىپ تاشلاش كېرەك.

سۇيۇقلۇق يوقىتىش بولغان بۇرۇن قۇرۇشنى داۋالاشتا ئىچى سۇرۇشنى داۋالاش، ئاقما (ناسۇر) كېسەللىكلىرىنى داۋالاش كېرەك.

قويۇق خىلىتلارنىڭ تەسىرى تۆپەيلىدىن ھاۋا يوللىرى، سۇيۇقلۇق ئالمىشىش يوللىرى توسۇلۇپ پەيدا بولغان بۇرۇن قۇرۇشنى داۋالاشتا، مىزاجنى ھۆللەشتۇرۇش، 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 (ھەككەتۆلىنەنفى، خارىشى بېسىنى) بۇرۇن ئىچى ئۈزلۈكسىزلىنىپ قىچىشىپ، غىدىقلانغانلىقىغا ھەمدە شۇ تەسىرلىنىپ كۆزدىن ياش، بۇرۇندىن سۇ ئاققانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. ئىچكى-تاشقى ئامىللار تۆپەيلىدىن سەپرا ياكى سەۋدا ماددىسى غالىب كېلىپ ئۆتكۈر ئىسسىقلىق بۇرۇن ئىچى شىللىق پەردىلىرىگە يامان تەسىر كۆرسىتەكىنلىكىدىن بۇرۇن قىچىشىدۇ.

2. يەللەرنىڭ مېڭە ۋە چېكە تومۇرلىرىدا توختاپ قالغانلىقى، بۇرۇننىڭ يەرلىك ئورنىدا يەلپۇنىڭ تەسىرىدىن قىچىشىش، قىزىرىش، قىسمەن چاقىلار چىقىش قاتارلىقلار يۈز بەرگەنلىكى تۆپەيلىدىن بۇرۇن قىچىشىش كېلىپ چىقىدۇ.

3. تازىلىق قائىدىلىرىگە رىئايە قىلماي، بۇرۇن تۆكلىرىنى يۇلۇش ياكى قىزىقىش سەۋەبىدىن تۆكلەر يىرىكلىشىپ بۇرۇن ئىچىنى غىدىقلاپ بۇرۇن

قىچىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

4. بەزىدە زۇكامنىڭ نەزلە سۇيى بۇرۇن ئىچى شىللىق پەردىلىرىدە توختاپ قېلىپ ئوغۇنەت ھاسىل قىلغانلىقى تۈپەيلىدىن تەدرىجىي ھالدا بۇرۇننىڭ قىچىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزى كىشىلەردە بۇرۇن ئىچىگە تۈششاق مۇدۇرلەر چىقىپ ساقايغاندىن كېيىنمۇ ئاسارىتى تۈزۈنغا سوزۇلۇپ يەلگە ئايلانغانلىقتىن بۇرۇن قىچىشىقا سەۋەب بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە ئاتىشەك (سفلىس) كېسىلى تەسىرى تۈپەيلىدىن بۇرۇن ئىچى قىزىرىپ قىچىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

1. سەپرا ياكى سەۋادىن بولغان بۇرۇن قىچىشىتا شۇ خىلتلارغا خاس ئالامەتلەردىن سىرت ئىسسىقلىق تاماقلارنى كۆپ يىسە ياكى قۇرغاق ھاۋاغا چىقسا بۇرۇن ئىچىنىڭ غىدىقلىنىشى ۋە قىچىشى كۈچەيگەنلىكى بىلىنىدۇ. كۆزدىن ياش، بۇرۇندىن سۇ ئاقىدۇ. چىققان ياش ۋە سۇيۇقلۇقلار ئىسسىق ھەم ئېچىشتۇرۇپ كېلىدۇ.

2. بۇرۇنغا جاراھەتلەر چىقىدۇ. قۇرغاق ھاۋا، ئىسسىق تاماقلار تەسىر قىلمىسمۇ قىچىشىدۇ. بەزىدە بۇرۇن قىزىرىدۇ. چاقا كۆپ چىقىپ بۇرۇن كۆپ قىچىشسىمۇ ياش ۋە بۇرۇندىن ئانچە كۆپ سۇيۇقلۇق ئاقمايدۇ.

3. بىمارىدا بۇرۇن تۈكلىرىنى يۇلدىغان ۋە قىرقىدىغان ئادەت بولىدۇ. ئومۇمىي بەدەن ۋە بۇرۇندا بۇرۇن قىچىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان باشقا ئەھۋاللار بولمايدۇ.

4. بىمارىدا دائىم زۇكام بولۇپ نەزلە سۇلرىنىڭ بۇرۇنغا يامان تەسىر قىلغانلىق ۋە ئاتىشەك (سفلىس) كەسپىتار بولغانلىق تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبنى ئېنىقلاپ تۈنۈگۈگا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك.

1. سەپرا ۋە سەۋادىن بولغانلىرىدا مەزكۇر خىلتلارنى پىشۇرۇپ، تازىلاش ۋە تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئىچكى تەرەپتىن مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخى ئەفتمۇن، ھەببى شاھتەررە، ئىتريفىلى كەشنىز قاتارلىق دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن ھەببى كىبرىت، مەئجۇنى چۈبچىنى قاتارلىق دورىلارنى ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك. ئىسسىق تاماقلار ۋە يەلنى قوزغىغۇچى نەرسىلەردىن ساقلىنىشقا دىققەت قىلىش لازىم.

2. يەللەرنىڭ مېڭە ۋە يەرلىك ئورۇندا توختاپ قالغانلىرىغا ۋە چاقىلاردىن بولغانلىرىغا يەللەرنى تارقاتقۇچى ۋە باسقۇچى، چاقىلارنى ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن ئىچكى جەھەتتىن ھەيبى قوغىيا، ھەيبى كىبرىت قاتارلىق دورىلارنى، سىرتتىن مەلھىمى كىبرىت، رەۋغنى ۋەرد قاتارلىقلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ.

سىرتتىن گۈل يېغى بىلەن سىركىنى قوشۇپ بىر ئاز قاينىتىپ، بۇرۇننى ياغلاش لازىم.

3. بۇرۇن تازىلىقىغا رىئايە قىلىش، بۇرۇن تۈكلىرىنى يۇلماسلىق، قىرقماسلىق كېرەك. بۇ، بۇرۇن تۈكلىرىنىڭ تۇسۇشىگە پايدىلىق. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بۇرۇن تۈكلىرىنى يۇلماسلىق ۋە قىرقماسلىق ھەققىدە تەشۋىقاتنى ياخشى ئىلىپ بېرىش كېرەك.

4. زۈكامنى ۋاقتىدا ئاكتىپ داۋالاش لازىم.

بۇرۇن ئېچىشىش

بۇرۇن ئېچىشىش (ھىرقە تۇلۇنفى) بۇرۇننىڭ ھەر خىل ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئېچىشقانلىقى ھەتتا كۆيۈشكەندەك بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. مىزاجنىڭ تەبىئي ھالەتتىن غەيرىي تەبىئي ھالەتكە تۆزگىرىپ بۇرۇنغا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى ئاساسىي سەۋەب بولىدۇ.

2. بۇرۇن مىزاجى ئىنتايىن تۆتكۈر ئىسسىقلىقنىڭ تەسىرىدىن بۇزۇلۇپ بۇرۇن ئېچىشىش، كۆيۈشۈش كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا ھارارەت مېڭىگە قاراپ تۇرلىگەن بولىدۇ.

3. زۈكام بولغاندىمۇ سۇيۇقلۇقلار بۇرۇندىن ئېقىپ بۇرۇننى ئېچىشتۇرىدۇ، بۇنىڭدا ئۆتكۈر خىلىتلار مېڭىگە يىغىلىپ قالىدۇ-دە، سىرتقى مۇھىتنىڭ تەسىرىدە باش تېرىسىدىكى مەسام (تۆشۈك) لەر توسۇلۇپ قېلىپ، بۇزۇق ئارتۇق ماددىلار

تەتۇرىگە يانىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بۇرۇن يولىدا ئۈچىشىش يۈز بېرىدۇ.

بۈلاردىن باشقا يەنە، بۇرۇنغا بۇرۇننى غىدىقلىغۇچى دورىلارنى تېمىتىش، بۇرۇنغا تۈيۈقسىز سوغۇق ھاۋا تەسىر قىلىش قاتارلىقلار سەۋەبىدىنمۇ بۇرۇن ئۈچىشىدۇ. تۇتكۇر ئېسىق بۇخاراتىنىڭ مېڭىگە يۇتكىلىپ ياماق تەسىر قىلغانلىقىنىڭ ئىپادىسى. چۈنكى بۇ خىل بۇخارات بۇزۇق بۇخاراتتۇر.

ئالامىتى

1. مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىغا دائىر ئالامەتلەر كۆرۈلۈشتىن سىرت بۇرۇن دائىم ئۈچىشىدۇ ھەتتا كۆيۈشكەندەك بولىدۇ. كۆزدىن ياش ئاقىدۇ.

2. يۇقىرىدىكى ئالامەتلەردىن سىرت بۇرۇندا ئىششىق ۋە يالۇغلىنىش بولىدۇ. قىزىشقاندەك بىلىنىدۇ.

3. زۇكامنىڭ ئالامەتلىرى بولىدۇ. بۇرۇنغا بۇرۇننى غىدىقلىغۇچى دورا تېمىتقان ۋە دائىم سوغۇق ھاۋاغا تۇچراشقانلىق تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

1. پاكىز رەختنى سەندەل چىلغان قىزىل گۈل ئەرىقىدە ھۆل قىلىپ بۇرۇننى سۈرتۈش، بۇرۇنغا گۈل يېغىنى نىيلۇفەر يېغى ياكى ئەرىقى گۈل بىلەن بىرلىكتە تېمىتىش ياكى قاپاق يېغىنى قىز تۇغقان ئايال سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتىش كېرەك، سەندەل، گۈل ئەرىقى، نىيلۇفەر، كافۇرلارنى بۇرۇنغا پۈرۈتۈش كېرەك.

2. بۇرۇننىڭ مىزاجنى تەڭشەشكە ئامال قىلىش، يەنى سوۋۇتقۇچى، ھارارەتنى پەسەيتكۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن گۈل يېغىنا نىيلۇفەر يېغى ياكى ئەرىقى گۈل قوشۇپ بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ. سەندەلنى گۈل ئەرىقىگە چىلاپ تەمى چىقىرىلغان دورا سۈيۇقلۇقىدا پاكىز رەختنى ھۆل قىلىپ بۇرۇنغا قويۇش كېرەك. ئەگەر ھارارەت مېڭىگە قاراپ تۇرلىگەن بولسا قاپاق تۇرۇقى مېغىزى سېلىنغان نىيلۇفەر يېغى ياكى گۈل ئەرىقى قوشۇلغان گۈل يېغىنى بۇرۇنغا تېمىتىش كېرەك. يەككە دورىلاردىن سەندەل، كافۇر، نىيلۇفەر، قاپاق تۇرۇملۇكىنىڭ گۈلى، خەشخاش قاتارلىقلارنىڭ قايسىسى تېپىلسا شۇنى پۈرۈتۈش كېرەك.

3. زۇكامنى ئاكتىپ داۋالاپ ساقايتىش كېرەك. زۇكام ساقايسا بۇرۇن ئۈچىشىمۇ

تۆزلىكىدىن ياخشىلىنىپ قالىدۇ.

بۇرۇنقا بۇرۇننى غىدىقلىغۇچى دورىلارنى تېمىتىشتىن ساقلىنىش كېرەك. سوغۇق ھاۋانىڭ تەسىرىدىن بولغان بۇرۇن ئېچىشىشنى داۋالاشتا يېمەك-ئىچمەك ئارقىلىق مىزاجنى تەڭشەش كېرەك. ئەگەر بەدەن بەرداشلىق بېرەلمىسە ئارتۇق ماددىلارنى تازىلاش ئۈچۈن ئىستېرائغ قىلىش كېرەك. ئەگەر بەدەن ئاجىز بولسا ياكى بەدەننى تازىلاشقا شارائىت بولمىسا تۇرۇك سۈيىنى ئىچكۈزۈش ھەمدە تۈنى تەدرىجىي ئاشۇرۇش كېرەك. بۇ مېڭە ۋە جىگەرنىڭ مىزاجىغمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

كۆپ چۈشكۈرۈش

كۆپ چۈشكۈرۈش (ئوتاس) ھەر خىل ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئارقا-ئارقىدىن توختىماي چۈشكۈرگەنلىكىگە ياكى تۈنىڭ تۆزۈن مۇددەت داۋاملاشقانلىقىغا قارىتىلغان. بەزىلەردە كۆپ چۈشكۈرۈش بىر-ئىككى ئاي، ھەتتا بەش ئالتە ئاي داۋاملىشىشمۇ مۇمكىن.

چۈشكۈرۈش ئەسلىدە مېڭىنى ھەر خىل يېقىمسىز ماددىلارنىڭ تەسىرىدىن ساقلايدىغان بىر خىل تەبىئىي مۇداپىئە پائالىيىتىدىن ئىبارەت بولسىمۇ، لېكىن تۈ ھەددىدىن زىيادە كۆپ بولسا ۋە تۆزاق داۋاملاشسا، ئەكسىچە بەزىبىر زىيانلارنىمۇ كەلتۈرىدۇ. مەسىلەن: ئېغىر دەرىجىدە بۇرۇن قاناش، تەپ ۋە باشقا قىزىتمىلىق كېسەللەردە بىمارنىڭ قۇۋۇتىنى ئاجىزلاشتۇرۇشلارغا سەۋەب بولىدۇ. شۇڭا ئادەتتە، زۇكام ۋە تەپنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىردە كۆپ چۈشكۈرۈش ياخشى ئەمەس، دەپ قارىلىدۇ.

سەۋەبى

كۆپ چۈشكۈرۈش ئىچكى ياكى تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدۇ. مەسىلەن: ئىچكى ياكى تاشقى ئامىللار تۈپەيلىدىن مېڭىگە بېرەر مۇخالىپلىق يەتسە، مېڭە تۈنى 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 تۇغۇنە تىنىش نەتىجىسىدە كۆپ چۈشكۈرۈش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

بۇرۇن ئىچى قىچىشىپ، داۋاملىق غىدىقلىنىپ ئارقا-ئارقىدىن چۈشكۈرىدۇ. بۇرۇندىن سۇ ئاقىدۇ، چۈشكۈرۈش سەل توختىغاندا بۇرۇن ئىچى قۇرۇپ، قىزىرىپ، ئىچىشىدۇ. گەرچە زۇكامغا ئوخشاش ئالامەتلەر بولسىمۇ، قىزىش، باش ئاغرىش قاتارلىقلار بولمايدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ئېنىقلاش، مېڭىگە يامان تەسىر كۆرسىتۈاتقان ماددىنى تېپىپ سۈرۈپ چىقىرىشقا ئامال قىلىش كېرەك.

ئادەتتە ھەببى ئىيارەج، ھەببى رەۋەن، ھەببى بىنەپشە، مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە، شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى خەشخاش قاتارلىقلارنى زۇرۇرىيەتكە قاراپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

كۆپ چۈشكۈرۈشكە بۇرۇن ۋەرەمى سەۋەب بولغان بولسا، ئاز مىقداردىكى مامىرانچىنىنى سۇدا قاينىتىپ بۇرۇنغا ئېلىش ۋە باشقا چارىلەر بىلەن بۇرۇن ئىچىدىكى ۋەرەمنى داۋالاش لازىم.

خۇش بۇي ياغلاردىن گۈل يېغى، بىلىسان يېغى، بىنەپشە يېغى، سۈگەت يېغىدىن قايسى بىرى بولسا شۇنى بۇرۇنغا تېمىتىش، ئاز مىقداردىكى ئەپيۇننى كۈندە بىر قېتىم پۈرىتىش كېرەك. باشقا يىلمان سۇ قۇيۇش، يۇقىرىدىكى ياغلاردىن بىرنى قۇلاققا تېمىتىش، قۇلاق يۇمشىقىنى تۇۋۇلاش، قىزىق ئاتىلا ئىچىش، گەدەنگە يۇمشاق ياستۇق قويۇپ بويۇن ساھەلىرىنى تۇۋەت بىلەن ئوۋۇلاپ 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 ھىدىلاردىن ساقلىنىشنىڭ كۆپ چوشكۇرۇشنى تازايتىشقا بەلگىلىك دەرىجىدە ياردىمى بار.

كىچىك بالا كۆپ چوشكۇرسە قوي بۇرىكنى ئوتتا كاۋاپ قىلىپ، تامغان سۈيىنى بالىنىڭ بۇرنىغا تېمتىش ياكى سۈركەش كېرەك.

ئەسكەرتىش

كۆپ چۇشكۇرۇش مېڭىسىدە ھارارەت بار كىشىلەرگە پايدىلىق ئەمەس. كۆكرىكىدە ماددا كۆپ، بۇرنى كۆپ قاتنايدىغان كىشىلەرگە زەرەر قىلىدۇ.

تۆۋەندىكى ئۆچ خىل كىشىگە چۇشكۇرۇش پايدىلىق بولۇپ ھېسابلىنىدۇ:

1. بېشىدا ئازراق بۇخار ياكى يەل بار، يەڭگىل دەرىجىدە خىلىت بار كىشىلەرگە چۇشكۇرۇش پايدىلىق.

2. مېڭىدە ماددا بولۇپ مەزكۇر ماددا پىشقان كىشىلەرگە چۇشكۇرۇش مەنپەئەت قىلىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن زۇكامنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىرىدىكى چۇشكۇرۇش ياخشى، دەپ قارىلىدۇ.

ئەگەر ماددا كۆپ ۋە قويۇق بولۇپ مەزكۇر ماددا پىشقان بولسىمۇ بىمار چۇشكۇرمىسە مېڭە ئاجىزلاپ كەتكەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ.

3. ئۆغۈت ئۈستىدىكى يەنى ئۆغۈاتقان ئاياللار چوشكۇرسە بالىنى ۋە ھەمرىنى ھەيدەپ چىقىرىشقا ياردىمى بولىدۇ.

بۇرۇن سېسىق پۇراش

بۇرۇن سېسىق پۇراش (بەخرۇلتەنفى) بەزى كىشىلەر تىنغاندا بۇرۇندىن سېسىق پۇراق چىققانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئوتتۇرا ياشلىق كىشىلەردە كۆپرەك ئۇچرايدۇ.

سەۋەبى

پىشىمغان بەلغەم ماددىسى ياكى غەيرىي تەبىئي خۇن بۇرۇن ئىچىدىكى قان

تومۇرلىرىدا ۋە شىللىق پەردىلىرىدە توختاپ قېلىپ، ئوغۇنەت ھاسىل قىلىش بىلەن تەدرىجىي ھالدا دىماقتىن سىيرىق پۇراق كېلىشكە سەۋەبچى بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە بۇرۇن ئىچىگە بوۋاسىر پەيدا بولۇپ ياكى ھەر خىل چاقىلار چىقىپ تۇزۇنغا سوزۇلۇپ ئوغۇنەت ھاسىل قىلىش بىلەن دىماق سىيرىق پۇرايدۇ. بەزى كىشىلەردە ئاتىشەك كېسىلىنىڭ يېنى بۇرۇن ئىچىگە تەسىر كۆرسىتىش بىلەن بىرگە تۇزۇنغا سوزۇلسا، تەدرىجىي ھالدا سىيرىق پۇراشقا سەۋەبچى بولىدۇ. بەزى كىشىلەردە چاشقان يارىسى، ئۆپكە سىلى قاتارلىق كېسەللەرنىڭ بۇخارلىرى تىنىق يوللىرى ئارقىلىق سىرتقا چىقىپ سىيرىق پۇراشنى كەلتۈرىدۇ.

ئالامتى

بىمار تىنغاندا بۇرۇندىن سىيرىق پۇراق چىقىدۇ. ئەمما كۆپىنچە ھاللاردا تۇزىگە بىلىنمەي ئەتراپىدىكى كىشىلەرگە ئاسانلا سېزىلىدۇ. بىمارنىڭ بۇرۇن ئىچى قۇرۇپ، دىمىقى چىكىلىپ تىنىقى بىر نەرسە توسالغاندەك سېقىلىپ چىقىدۇ. بەزى كىشىلەرنىڭ بۇرۇن ئىچىگە ئازراق چاقا چىقىپ، بۇرۇن سىرتىغا تۇشۇشاق مۇدۇرلەر پەيدا بولۇپ قىزىرىپ قالىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ۋە ئوغۇنەت پەيدا قىلغان خىلتىنى ئېنىقلاش كېرەك. خىلتىتىن بولغان بولسا تۇنى پىشۇرۇش، تازىلاش ئارقىلىق نورماللاشتۇرۇش كېرەك. پىشۇرۇپ تازىلاش، تەكشەش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتمۇن، ھەببى ئىيارەج، جەۋارىش مىشكى، سىركە نجىبىن بۇزۇرى قاتارلىق دورىلارنى بىرىش ھەمدە تۇزۇن 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 تۇنى مەزكۇر دورىلارغا يۇقتۇرۇپ ئەتىگەن، ئاخشامدا بۇرۇنغا تىقىپ قويۇش كېرەك. شارابى رەيھان بىلەن بۇرۇننى چايقاش ياكى رەيھان، سۇنبۇل، سەئىدى كوفى، تۇدى ھىندى، ئاق سەندەل قاتارلىق دورىلارنى يەككە ھالەتتە ياكى ھەممىسىنى بىرلەشتۇرۇپ سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ سوۋۇپ بىلەن كۈندە ئۈچ قېتىم بۇرۇننى چايقاش ياكى بۇ دورىلارنىڭ قاينىتىلغان

هورىغا بۇرۇننى قايتا-قايتا تۆتۈپ تەرلىتىش كېرەك. تۇنجىدىن باشقا بىلسان يېغى، زەيتۇن يېغى، گۈل يېغى قاتارلىق ياغلارغا ئاز مىقداردا كافۇر قوشۇپ ئەتىگەن ئاخشامدا بۇرۇننى ياغلاش كېرەك.

بۇرۇن كۆپۈشۈش

بۇرۇننىڭ كۆپۈشۈپ قېلىشى (ئىنتىفاخۇلئە نفى) كىچىك بالىلار بۇرنىنىڭ بەزىدە كۆپۈشۈپ يوغىناپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، بۇرۇندا چىكىلىش ۋە ئازراق ئاغرىش سېزىمى بولغاچقا بىمار بالا بىئارام بولۇپ جىدەلخوررراق 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-ئىچكىگە قاتتىق پەرھىز بەلگىلەپ بېرىش كېرەك. ئەگەر، ئىستىراغ قىلىشقا ھاجەت چۈشسە بەدەننى ئىستىراغ قىلىش كېرەك.

قىچىنى سوقۇپ پاختىغا مىلەپ بۇرۇندا قېچىشىش سېزىمى پەيدا بولغىچە بۇرۇن تۆشۈكىگە تىقىپ بېرىش كېرەك. ئەگەر، بۇرۇن كۆپۈشۈش ئېغىرراق بولۇپ ئىششىق دەرىجىسىگە يەتكەن بولسا ئىششىق ياندۇرغۇچى مەلھەملەرنى سۈرتۈش كېرەك.

بۇرۇن قورۇلۇش

بۇرۇننىڭ قورۇلۇپ قېلىشى (ئىنقىباز ئۇلئە نفى) نەپەس ئالغاندا بۇرۇن تۆشۈك

قاناتلىرىنىڭ ئىچىگە تارتىشىپ قورۇلۇپ قالىدىغانلىقىغا قارىتىلغان. مەزكۇر كېسەللىك توغرىسىدا 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 ئۈيۈتۈپ بېشىغا چاپلاپ، ئوستىگە ئىسسىق غۇل 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 تۇندىن قىلىنغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش لازىم.

بۇرۇن ۋەرەملىرى

بۇرۇن ۋەرەملىرى (ئىلتىھابۇلىشە نفى، ئەۋرامۇلىشە نفى، ۋەرەمى بىينى) بۇرۇن

ئىچىدىكى نېپىز پەردىنىڭ ۋەرەملىنىشى (ئىششىشى) گە قارىتىلغان بولۇپ، تۆتكۈر خاراكتېرلىك بۇرۇن ۋەرىمى (ۋەرەمى بېنى هار) ۋە سوزۇلما خاراكتېرلىك بۇرۇن ۋەرەمى (ۋەرەمى بېنى مۇزمەن) دەپ ئىككىگە ئايرىلىدۇ. كېسىكىسى دائىم تەكرارلىنىپ، تۆزۈنغا سوزۇلىدۇ.

سەۋەبى

سەۋەبى بىر قەدەر كۆپ بولۇپ، ئومۇمەن هەر خىل ئىچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ بۇرۇنغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئىچكى جەهەتتە، خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبئىي تۆزگىرىشى، تەجادىلاردىن مىراس قېلىشى، يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر بولۇپمۇ زۇكام، قىزىل قاتارلىق كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىش، هارارەت ۋە هۆللۇكلەرنىڭ تۆشتۇمتۇت تۆزگىرىشى، دائىم قەۋزىيەت بولىدىغان يۇرەك ۋە بۆرەك كېسىلى بار كىشىلەرنىڭ بۇرۇن ئىچى دائىم قىزىرىپ قانغا تولۇشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن بۇرۇن يالليۇغى كېلىپ چىقىدۇ.

تاشقى جەهەتتە، تۆرمۇش شارائىتى ۋە كەسپىي خىزمەتلەر تۆپەيلىدىن بۇرۇنغا دائىم ئىس-تۈتەك، چاڭ-توزان، ئاشلىق (كۆپىنچە بۇغداي) چاڭلىرى، ئوت-چۆپ، يۇڭ-تېرە، گۈل-چېچەك چاڭلىرى ۋە خامان سورۇش ياكى تۆگمەندە تۈن قاچلاش جەريانىدا پەيدا بولغان چاڭلار كىرگەنلىكتىن مىزاج خىلىتسىز تۆزگىرىپ هەمدە بۇرۇن شىللىق پەردىلىرى يامان تەسىرگە تۇچراپ ئىلتىهابلىنىپ بۇرۇن يالليۇغى كېلىپ چىقىدۇ. ياكى بۇرۇن ۋەرەملەنگەندىن كېيىن تۆز ۋاقتىدا توغرا ۋە ئىزچىل داۋالانماي سوزۇلما هالەتكە تۆتۈپ قالغاندا سوغۇق هاۋا ياكى يۇقىرىقى ئامىللارغا قايتا يولۇقسا بۇرۇن ئىچى قىچىشىپ، بۇرۇندىن سۇ، كۆزدىن ياش ئېقىپ چۈشكۈرۈپ بۇرۇن ۋەرەمى قايتا قوزغىلىدۇ.

ئالامىتى

بۇرۇن ۋەرەمىسىنىڭ قايسى خاراكتېرىدىكىسىدە بولمىسۇن بۇرۇن پۈتۈش ياكى بۇرۇندىن سۇيۇقلۇق كېلىش ئاساسىي ئالامەت بولۇپ هېسابلىنىدۇ.

ئۆتكۈر خاراكتېرلىك بۇرۇن ۋەرەمىدە بۇرۇندىن توختىماي سۇيۇقلۇق كېلىش ئاساسىي ئالامەت بولۇشتىن سىرت بۇرۇن پۈتۈش، باش ئاغرىش، بەدەن قىزىش، پۈراش سېزىمى تۆۋەنلەش قاتارلىق ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

سوزۇلما خاراكتېرلىك بۇرۇن ۋەرەمسىز تۇزۇن مۇددەت بۇرۇن پۈتۈش ئاساسىي ئالامەت بولۇشتىن سىرت بۇرۇندىن سۈيۈقلۇق كېلىش، پۇراش سېزىمى تۇۋەنلەش قاتارلىق ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

بۇرۇن ۋەرەملىرىنىڭ يۇقىرىقى ئىككى خىلدىلا خىلت تۇزگەرگەنلىك ياكى مىزاجنىڭ خىلتسىز (مۇددىسىز) تۇزگەرگەنلىكىگە ئاساسەن بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

سوغۇق ئۆتۈش، رەسمىي زۇكام، باشقا يۇقۇملۇق كېسەللىكلەردىن سادىر بولغانلىرىدا بۇرۇن ئىچى قىزىرىدۇ، قىچىشىدۇ، ئاغرىيدۇ. ھەتتا پۈتۈن بەدەن قىزىرىدۇ. دىماق پۈتۈپ تۇرىدۇ، ئوخلىغاندا ئېغرلىشىدۇ. قايسى تەرەپنى بېسىپ ياتسا شۇ تەرەپ بۇرۇن تۇشۇكى پۈتۈپ قالىدۇ. باش چىڭقىلىدۇ، چۇشكۈرىدۇ. بۇرۇن ئىچى تەكشۈرۈلسە بۇرۇن شىللىق پەردىلىرى قىزارغان بولىدۇ. بۇرۇن ۋەرەملىرى تۇزاق داۋاملاشسا بۇرۇننىڭ پۇراش ئىقتىدارىغا دەخلى يېتىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ئېنىقلاش، ئەگەر خىلتلارنىڭ غەيرى تەبئىي ئۆزگىرىشلىرى ياكى مىزاج تۇزگىرىشى سەۋەبچى بولغان بولسا، تۇلارنى تۇزىتىش، تەڭشەش تەدبىرلىرىنى قىلىش لازىم. تۇرمۇشقا، كەسپىكە باغلىنىشلىق سەۋەبلەردىن بولسا، بىمارغا مۇمكىن قەدەر كەسپىنى 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، ھەببىي 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 ئىچىشگە بېرىش لازىم. بۇرۇن ئىچىگە گۈل يېغى، بىنەپشە يېغىنى سىركىگە قوشۇپ ياغلىسىمۇ، تېمىتسىمۇ بولىدۇ.

بۇرۇن قاناش

بۇرۇن قاناش (رۇئاف) كۆپسىنچە ئۇشتۇمتۇت قانغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، بەزىلىرى ئۆزۈنغا سوزۇلۇپ تەكرار داۋاملىشىدۇ.

سەۋەبى

1. ئۆتكۈر قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر، مەسىلەن: قارا كېزىك، سەرسام (مېڭە پەردە يالليۇغى)، زاتىررىيە، قىزىل، بوغما، ئىغىر زۇكام قاتارلىق كېسەللەرنىڭ بۆھران كۈنلىرىدە تەبىئەت (بەدەننىڭ قارشىلىق كۈچى) كۆچلۈك كېلىپ كېسەلنى يەڭگەنلىكتىن بۇرۇن قانايدۇ. ئىسسىق (ئاپتاپ) ئوتوشتىنمۇ بۇرۇن قاناش كېلىپ چىقىدۇ.

2. ئومۇمىي بەدەنىدە ئىچكى-تاشقى ئاممىلارنىڭ تەسىرىدىن سەپرا ماددىسى غالىب كېلىپ قانىنى سۇيۇلدۇرۇپ، بۇرۇن ئىچىدىكى ئۆششاق قان تومۇرلارنىڭ يىرىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغانلىقتىن بۇرۇن قانايدۇ.

3. مېڭىنىڭ تېگىدىكى قان تومۇرلىرى چېكىلىپ يىرىلىش، ئۆزۈلۈشتىن بۇرۇن قانايدۇ.

بۇنىڭدىن باشقا بەزى كىشىلەردە بۇرۇنغا بىر نەرسە تېگىش، يىقىلىش تۆپەيلىدىن بۇرۇننىڭ ئىچىدىكى تومۇرلار زەخمىلىنىپ بۇرۇن قانايدۇ.

زەھەرلىك يىلانلار چاققاندىمۇ قان سۇيۇلۇپ بۇرۇن قاناش كېلىپ چىقىدۇ.

جىگەر قاتارلىق قان هاسىل قىلغۇچى ئەزالارنىڭ خىزمىتى ناچارلاشقاندا، بۆرەك كېسەللىكلىرىدە، قان تومۇرلىرىنىڭ خىزمىتى ناچار كىشىلەر يۆگۈرگەندە ۋە سەكرىگەندىمۇ بۇرۇن قانايدۇ.

بۇرۇننى بارماق بىلەن كولاپ ئۆششاق تومۇرلارنى زەخمىلەندۈرۈپ قويىسىمۇ بۇرۇن قانايدۇ.

پىشانە ئاستىدىكى سۆڭەك سۇنغاندىمۇ بۇرۇن قاناشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

ئالامتى

ئۆتكۈر يۈقرى قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرنىڭ بۆھران كۈنلىرىدە يۈز بەرگەن بۈرۈن قاناشتا بۈرۈن ئۇشتۇمتۇت قاناپ قويۇق قارامتۇل قان كېلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بىماردا تەرلەش، ئىچى سۈرۈش، قىزىتما چۈشۈشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

بۈرۈن قانىغان مەزگىللەردە كېزىك، قاتتىق زۇكام، ئاپتاپ تۆتۈش قاتارلىق سەۋەبلەر كۆرۈلسە تۆزىگە خاس بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن، بەدەن قىزىش، باش ئاغرىش كۆڭۈل ئېلىشىش قاتارلىقلار.

2. سەپرا ماددىسىنىڭ غالىبلىقىدىن بولغان بۈرۈن قاناشتا سەپرا غالىبلىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. بۈرۈندىن چىققان قان سۇيۇق، سۇس قىزىل رەڭدە بولۇپ، قان تەسلىكتە توختايدۇ. قاناش تۆزۈنغا سوزۇلۇش ياكى ئادەتكە ئايلىنىپ قېلىشتەك ئەھۋاللار كۆرۈلىدۇ. چىرايى سارغۇچ، تىل گېزى سېرىق، تومۇرى تېز، ئىنچىكە بولىدۇ.

3. مېڭە قان تومۇرلىرىنىڭ يېرىلىشىدىن بولغان بۈرۈن قاناشتا ئاۋۇال باش قاتتىق ئاغرىيدۇ. يۈزى، كۆزى قىزىرىدۇ. بۈرۈندىن چىققان قان جىرتىلداپ چىقىدۇ. چىققان قان سۇيۇق، ساپ قىزىل رەڭدە بولىدۇ. پات-پات قانايدۇ، چىققان قان ئىسسىق بولسا شەريان تومۇرنىڭ يېرىلغانلىقىنى بىلدۈرىدۇ.

بىرەر ھادىسە سەۋەبىدىن زەخمىلەنگەنلىكتىن بولغان بۈرۈن قاناشتا باش ئايلىنىش، سەكتە، سۇبات كېسەللىكلىرىدىكىگە ئوخشاش مېڭە چالغۇنۇش، مېڭە خىزمىتى بۇزۇلۇش ئالامەتلىرىمۇ قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

زەھەرلىك يىلان چاققاندىن بولغان بۈرۈن قاناشتا زەھەرلىك يىلان چاققانلىق تارىخى بولىدۇ ھەمدە زەھەرلىك يىلان چاققاندا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

قان ھاسىل قىلغۇچى ئەزالارنىڭ خىزمىتى ئاجىزلاشقاندىن بولغان بۈرۈن قاناشتا ئىلگىرى شۇ ئەزالار خىزمىتى ئاجىزلاشقانغا داىر ئالامەتلەر بولغان بولىدۇ ۋە باشقىلار.

داۋاسى

1. بۆھرانىنىڭ تەسىرىدىن بۈرۈن قانىغاندا قانىنى توختىتىشقا چارە قىلمىسمۇ ئۆزلۈكىدىن توختايدۇ ياكى قايتا تەكرارلانمايدۇ. بۇ خىلدىكى بۈرۈن قاناش بۆھراننى كەلتۈرۈپ كېسەللىكلەرگە كۆپىنچە ھاللاردا پايدىلىق بولۇپلا قالماستىن، بەلكى تومۇردىن قان

ئېلىشنىڭ رولىنى ئويۇنشى مۇمكىن. لېكىن قاناش بەك ئېغىر دەرىجىدە بولسا مۇڭاپىق چارە قىلىش لازىم.

2. سەپرا مادىسىنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىدىن بولغان بۇرۇن قاناشنى داۋالاشتا قانىنىڭ تېزلىكى ۋە سەپرانىڭ تۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىپ نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن دەرمال باشنى سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇش، باشمالتاق بىلەن يۇقىرىقى كالپۇكنىڭ دەل ئوتتۇرىسىنى بېسىش، يۇقىرى بىلەكنى بوغۇش، ئىككى قۇلاقتىن تۆۋۈلاش، ئىككى پۇتنى ئىسسىق سۇغا چىلاش لازىم ھەمدە چىلان شەربىتى، نېلۇپەر شەربىتى، زىرىشىك شەربىتى، مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە، رىباس شەربىتى قاتارلىقلارنى كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بېرىش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بىرگە قەغەزنى كۆيدۈرۈپ كۈلىنى كۆك يۇمغاقسۈت سۈيى ياكى ئايالارنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا سېلىش لازىم.

10 گرام زەمچىنى سوقۇپ 100 گرام سىركە بىلەن قاپنىتىپ 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 پىلتىكىنىڭ ياسىپ ئۇنى تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ ئاندىن يۇقىرىقى تالقانلارنى يۇقتۇرۇپ بۇرۇننىڭ ئىچىگە سېلىنىدۇ. سەندەل، كافۇرلارنى گۈلاپتا سۈرۈپ ياكى ئېزىپ پىشانىغا چېپىش مۇمكىن.

بادرۇج (تاغ رەيھانى) نىڭ سۈيىنى بۇرۇنغا تېمىتسىمۇ قانىنى توختىتىش رولىنى ئويناپىدۇ. باش ئارقىسىدىكى چوڭقۇرچاققا لوڭقا قويۇشنىڭمۇ بۇرۇن قانىشىنى توختىتىش ئۈچۈن پايدىسى بار. بەزىدە ئوڭ بۇرۇن تۆشۈكى قانسا جىگەر ساھەسىگە، سول بۇرۇن تۆشۈكى قانسا تال ساھەسىگە لوڭقا قويسىمۇ بولىدۇ.

كېسەلنىڭ بېشىنى ئېگىزرەك قويۇپ ئوڭدىسىغا ياتقۇزۇپ، باش ۋە قاڭشىرىغا سوغۇق سۇغا چىلانغان لوڭكە قويۇپ، پات-پات يەڭگۈشلەپ تۇرۇش لازىم.

ئەگەر بۇرۇن قاناش ياخشى بولماي تۇزۇنغا سوزۇلسا، قۇرسى كەھربا، شەربىتى ئەنجباھار بېرىلىدۇ. شۇنىڭ بىلەن گىلى ئەرمنى، نىشاستىدىن باراۋەر ئېلىپ بىر تاز كافۇر قوشۇپ سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ، چېكىگە بىر قانچە قېتىم تېڭىش كېرەك.

3. مېڭە تومۇرلىرى يېرىلىشتىن بولغان بۇرۇن قاناشنى داۋالاشتا زالك، زەنگار ۋە شۇڭغا ئوخشاش كۆيدۈرگۈچى، قۇرۇتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلسە، بۇرۇن ئىچىدە چاقا پەيدا قىلىپ قانىنى توختىتىدۇ. لېكىن بۇنداق دورىلارنى ئىشلىتىشتە بەك ئېھتىيات قىلىش

لازىم. چۈنكى تۆلار قۇرۇق چاقا پەيدا قىلىدۇ. مەزكۇر چاقلار سويۇلۇپ كەتسە تېخىمۇ كۆپرەك قاناشقا سەۋەبچى بولۇشى مۇمكىن.

موزا، يۇمغاقسۇت تۇرۇقى، تۇگمەن توزۇندىسى، كۆندۈر، سەبرى، خونسياۋشان، زەمچە قاتارلىق دورىلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، تالقان تەييارلاپ لازىم بولغاندا پاختىنى تۇخۇم ئېقىغا چىلاپ تالقانىنى يۇقتۇرۇپ بۇرۇن تۆشۈكىگە قاپلاپ قويىسىمۇ بولىدۇ. بەزىدە مەزكۇر تالقانىنى نەيچە ئارقىلىق بۇرۇن ئىچىگە پۈركىسىمۇ قان توختىتىش رولىنى ئويناپىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىللە كېسەل كىشىنى جىم ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش، پىشانىسىغا مۇز تېڭىش، باشقا سوغۇق سۇ قۇيۇش كېرەك.

ئەگەر بۇرۇن قاناش ئادەتكە ئايلىنىپ پات-پات قانايدىغان بولۇپ قالسا، قانىنى قويۇلدۇرىدىغان يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، قۇرسى كەھربا، شەربىتى ئەنجىباھار، شەربىتى خەشخاش، شەربىتى ھەبىۋلئاسلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇپ قانىنىڭ قويۇقلىشىشىغا ئاساس يارىتىش كېرەك.

ئومۇمەن، بۇرۇن قاناش دورىلار بىلەن توختىمسا 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 ياردەمى بولىدۇ. لېكىن قولنى قولتۇقتىن، يوتىنى يېرىقتىن بوغقاندا قالغان جايلارنى ئوچۇق قالدۇرۇش كېرەك. ئەگەر تۇنداق قىلماي قول ۋە يوتىنىڭ ھەممە جايلىرىنى ماتا بىلەن يۆگەپ تاشلىسا قول، پۇت ئۇچلىرىدىكى قانىنى 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 تۆشۈشاق مۇدۇرى

بۇرۇن ئىچىگە ئۆشۈشاق مۇدۇر چىقىش (بۇسۇرۇلئەنفى) بۇرۇن ئىچىگە باشقا ئەزالاردا پەيدا بولغانغا ئوخشاش تۆشۈشاق مۇدۇرلەر پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بىرەر خىلىتىنىڭ غەيرىي تەبىئي تۈزگىرىشى تۇپەيلىدىن بۇزۇلغان ئارتۇقچە ماددىلار بۇرۇنغا يامان تەسىر قىلىپ، بۇرۇن ئىچىگە مۇدۇر چىقىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. مۇدۇرلەرنىڭ يۇمشاق بولغانلىرى ئىچكى ھارارەت تۇپەيلىدىن قېتىشىدۇ. بەزى كىشىلەردە دائىم بۇزۇق ھاۋادا نەپەس ئالغانلىقتىن بۇرۇن ئىچى جەراسمىلىنىپ تۇمۇنە تلىنىپ تۇششاق مۇدۇرلەر پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

مۇدۇرلەر ئىسسىقتىن بولسا مۇدۇرنىڭ رەڭگى قىزىل بولىدۇ. كۈيۈشۈپ، قىزىپ لوقۇلداپ ئاغرىيدۇ. بەزىدە بۇرۇن قىزىرىپ ئىششىيدۇ. نەپەسلىنىش سەل دەخلىگە ئۇچراش بىلەن بىرگە بۇرۇندىن كېلىدىغان سۇيۇقلۇقلارمۇ دەخلىگە تۇچرايدۇ ياكى ئازىيىدۇ. قىزىتما بولىدۇ. تومۇرى تېز كۈچلۈك سالىدۇ. سۇيدۇكى قىزىل كېلىدۇ.

ئەگەر مۇدۇرلەر سوغۇقتىن بولسا، قىزىش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. ئىششىق كۆرۈنەرلىك بولىدۇ. بۇرۇندىن سۇ ئاقىدۇ. تومۇرى چوڭ بوش سالىدۇ، سۇيدۇكىمۇ 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 مامىرانچىنىدىن ئازراق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ بۇرۇننى چايقاش، بۇرۇن ئىچىگە گۈل يېغى تېمىتىش، مەلھەمى ئېلىپ قاينىتىپ سوغۇقلاپ ئەزىز، رەۋغىنى ۋەرد، مەلھەمى نۇر قاتارلىق دورىلارنى كېسەل ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىش لازىم.

لۆڭگىنى قاينىقاسۇغا بېسىپ قىزىق پېتى بۇرۇنغا ئىسسىق تۇتكۈزۈش، ئىسسىق سۇ بىلەن بۇرۇننى چايقاش لازىم. بۇرۇندىكى مۇدۇرلەرنى قول بىلەن ھەرگىزمۇ قالايمىقان سىقماسلىق كېرەك. تۇنداق بولمىغاندا جەراسمىلار تۇمۇنە تلىنىپ قان تومۇرلار ئارقىلىق رەئىس ئەزا مېڭىگە تارقاپ ناھايىتى ئېغىر ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ

بۇرۇن جاراھىتى

بۇرۇن جاراھىتى (قۇرۇھۇلئه نفى) بۇرۇن ئىچىگه هه‌ر خىل چاقىلار چىقىپ جاراھه‌تكه ئايلانغانلىقىغا قارىتىلغان. ئۇ ئاده‌تته بۇرۇننىڭ قۇرۇق جاراھىتى ۋه يىرىڭلىق جاراھىتى ده‌پ ئىككى خىل بولىدۇ.

سه‌ۋه‌بى

بۇرۇن جاراھه‌تلىرى به‌ده‌نده‌كى خىلتلارنىڭ غه‌يرىي ته‌بىئىلىككه ئۆزگىرىپ، بۇرۇنغا ياماق ته‌سىر قىلىپ ئۇقۇنه‌ت هاسىل قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا بۇرۇننىڭ قۇرۇق جاراھىتىنى كۆپىنچه هاللاردا كۆيگه‌ن سه‌ۋدا ماددىسى، به‌زى هاللاردا قانىنىڭ غالىبلىقى كه‌لتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇرۇننىڭ يىرىڭلىق جاراھىتىنى كۆپىنچه هاللاردا به‌لغه‌م ماددىسىنىڭ بۇزۇلغانلىقى كه‌لتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

بۇلاردىن باشقا يه‌نه بۇرۇننى تولا كولاپ جه‌راسسملاندۇرۇش ۋه ئاتشه‌ك كېسىلى قاتارلىق كېسه‌للەرگه گىرىپتار بولۇشتىنمۇ بۇرۇن ئىچىگه جاراھه‌ت پەيدا بولىدۇ. به‌زى كىشىلەردە بۇرۇن ئىچىدىكى ئىششىقلار ۋه تۇشۇشاق مۇدۇرلەر تۇزۇنغا سوزۇلۇش نه‌تىجىسىده ته‌دريجىي هالدا جاراھه‌تكه ئايلىنىدۇ.

ئالامىتى

ده‌سلەپكى مه‌زگىللەردە بۇرۇندا ئىششىش، ئاغرىش، قىزىشلار بولىدۇ. بۇرۇننىڭ قۇرۇق جاراھىتىدا كۆيگه‌ن سه‌ۋدانىڭ ئالامه‌تلىرىدىن سىرت بۇرۇن قۇرۇيدۇ، قىزىرىدۇ، بۇرۇن قىچىشىپ ئاغرىپ قاتتىق بىئارام قىلىدۇ. بۇرۇننىڭ ھۆل جاراھىتىدا گه‌رچه بۇرۇن قۇرۇش، قىزىرىش ئالامه‌تلىرى كۆرۈنه‌رلىك ده‌رىجىده بولمىسىمۇ كېسه‌للىك ئه‌ھۋالى كۆچه‌يگه‌ن مه‌زگىلده چاقىلار ئېغىز ئېلىپ يىرىڭ چىقىشته‌ك ئالامه‌تله‌ر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبچى ئامىلنى تۇتۇش، غەيرىي تەبىئىيلىككە تۈزگەرگەن خىلتنى تەكشەش لازىم. ئاندىن كېيىن ئومۇمىي جەھەتتە مۇرەككەپ دورىلاردىن ھەبىي ئىيارەج، ھەبىي كىبرىت، مەئجۇنى چۇبچىنى، مەتبۇخى ھەلىلە، ھەبىي شىفا قاتارلىقلارنى بۇرۇن جاراھەتتىنكۈ تۈرىگە قاراپ مۇناسىپ ھالدا تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك.

1. بۇرۇننىكۈ قۇرۇق جاراھەتنى داۋالاشتا مۇۋاپىق تېپىلسا دەسلەپتە باسىلىق تومۇردىن، 4-3 كۈندىن كېيىن فىيفال تومۇردىن قان ئېلىشنى ئويلاشسا بولىدۇ. قان ئېلىپ بىر ھەپتىدىن كېيىن ماتۇلجىننى شاھتەررە شەربىتىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ياكى ھەبە لاجۇەرد، سۇقۇفى لاجۇەردلەرنىكۈ بىرىنى پۈتۈن بەدەن ۋە مېڭە تەنقىيە بولغىچە ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك. ئەگەر، بىمار بالا ئېمىتۇاتقان ئايال كىشى بولسا تەنقىيدىن كېيىن سۈتىنى ساغىسا داۋاغا ناھايىتى ياخشى ياردىمى بولىدۇ. تەرەنجىبىندىن 40 گرام ئېلىپ 40 گرام شەربىتى بىنەپشىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈش ياكى ماش قاينىتمىسىغا نۇقۇت سېلىپ ئىچكۈزۈش كېرەك. بۇرۇننى بىنەپشە يېغى، قاپاق يېغى ياكى مېكىيان تۇخۇنكۈ يېغى بىلەن مايلاپ يۇمشىتىپ تۇرۇش ۋە دائىم ئىسسىق سۇ بىلەن بۇرۇننى چايقاش، يۇيۇش كېرەك. تازىلانغان مۇم، بىنەپشە يېغى، بادام يېغى، كالا پاقالچىقىنكۈ يېلىكىنكۈ ھەر بىرىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، مۇم ۋە يېلىكنى ياغلاردا ئېرىتىپ، تۆگا ئازراق مىقداردىكى بېھى لۇئابى ۋە كەتىرانى ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ كۈندە بىر نەچچە قېتىم تېمىتىش كېرەك. بەزىدە مەزكۇر دورىغا ئىسپەغۇل شىرىسى (لۇئابى) ۋە ئاق لەيلى شىرىسى قوشۇۋەتسىمۇ بولىدۇ. بۇرۇنغا بېھى تۇرۇقنىكۈ مەلھەمنى سۈرسىمۇ بولىدۇ. كالا پاقالچىقىنكۈ يېلىكىدىن بىر ھەسسە، بىنەپشە يېغى ۋە بادام يېغىدىن ئىككى ھەسسە، كەتىرادىن ئۇچ ھەسسە، ياسىمەن يېغىدىن ئازراق ئېلىپ مەلھەم ياساپ بۇرۇنغا سۈرسىمۇ ياكى بۇ ئۇسۇلغا كەتىرا بىلەن تەكۈ مىقداردا گۈل خېتمى قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ. مۇم، گۈل يېغى، مېكىيان يېغى، بېھى لۇئابىلارنىڭ ئىشلەتسىمۇ كۆپ پايدىلىق. ئاق سەندەل، ھۇزۇزلارنى گۈل ئەرىقى، سىمىز ئوت سۈيى، گۈل ياغلىرى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا بۇرۇننىكۈ قۇرۇق جاراھەتكە بەكۈ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ھەسەلنى سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا كىرگۈزسە بۇرۇن قۇرۇق جاراھەتنى يوقىتىدۇ. بىنەپشە يېغى، گۈل يېغىنكۈ ھەر بىرىدىن 6 گرام، ئاق مۇمدىن 12 گرام، كالا پاقالچىقى

يىلكى، توخۇ يېغىنىڭ ھەر بىردىن 7 گرام، مەدەستاندىن 9 گرام ئېلىپ مەلھەم ياساپ بۇرۇنغا سۈرتسىمۇ بولىدۇ. ئاخشىمى توخۇ يېغى بىلەن بۇرۇننى مايلاپ، ئەتىسى ئىسىبەغۇل لۇئابى ياكى شۇنكىغا ئوخشاش لۇئابلار بىلەن بۇرۇننى چايقىسىمۇ بولىدۇ. يالغۇز گۈل يېغىنى سۈرتۈپ بەرسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. تۆۋەنكى مەلھەملەرمۇ ئوبدان پايدا قىلىدۇ:

سىبرىتى مۇم 6 گرام، گۈل يېغى 36 گرام، بادام يېغى 15 گرام، ئىسىبەغۇل لۇئابى، رەيھان لوئابى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى لۇئابى ھەر بىردىن 3 گرام، كەتىرا 2 گرام، مەزكۇر دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەلھەم ياساپ ئىشلىتىلىدۇ.

ھەلىلە زەرد 3 گرام، توخۇ يېغى 9 گرام، ئاق مۇم 12 گرام، قاپاق يېغى، گۈل يېغى ھەر بىرى 6 گرام، كەتىرا 3 گرام، مەزكۇر دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەلھەم ياساپ چاپىدۇ.

قەلەي كۈشتىسى 8 گرام، مەدەستان 4 گرام، گۈل يېغى 30 گرام، مۇم 8 گرام، مۇمنى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ باشقا دورىلارغا مۇۋاپىق مىقداردا مېكىيان يېغى قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ.

بۇرۇن قۇرۇق جاراھەتىدا ئەگەر كېسەل ماددىسى بەك كۆچلۈك بولمىسا بېھى تۇرۇقنىڭ مەلھىمى ناھايىتى ياخشى داۋادۇر.

قۇرۇق بىنەپشىنى سۇدا قاينىتىپ شىرە ھالەتكە كەلتۈرگەندىن كېيىن بېھى تۇرۇقى شىرىسىدىن 4 گرام، گۈل يېغى 4 گرام، ئاق مۇمدىن 2 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ يىلىم ھالەتكە كەلگۈچە قاينىتقاندىن كېيىن جاراھەتكە چاپىدۇ.

مۇم ۋە ئۇنىڭ يېرىم مىقدارىغا تەڭ كېلىدىغان كالا ياقالچىقى يىلكىنى نىلۇفەر يېغى ياكى كۈنجۈت يېغىدا ئەڭ ياخشىسى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ زىماد قىلىنسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. مۇمنى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ سىرىق ھەلىلە ياكى موزىنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولىدۇ. بۇرۇندىن قان ئالغاندىن كېيىن قېيفال تومۇرىدىن ئېلىش ۋە ئىچنى سۈرگۈزۈش پايدىلىق.

يۇقىرىقى دورىلارنى ئىشلەتكەندە يېمەك-ئىچمەكنى ئىسلاھ قىلىش، گۆش ئىستېمال قىلماسلىق، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ تۇرۇش، تۇتكۇر ئىسسىق يەلنىڭ پەيدا بولۇشىنى چەكلەش ۋە تۇنىڭ يۇقىرى تۇرلىشىنى توساش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن بېھى، ئالما، قۇرۇق يۇمغاقسۇت قاتارلىقلارنى شېكەر بىلەن ئىستېمال قىلىش، مۇناسىپ يېمەك-ئىچمەكلىكلەر بىلەن بەدەننى تەنقىيە ۋە ئىسلاھ قىلىش لازىم.

ئەگەر، قانىنىڭ غالىبلىقىدىن بولغان بۇرۇن قۇرۇق جاراھىتى بولسا، مۇۋاپىق تېپىلغاندا قېيفال تومۇرىدىن قان ئېلىش، لوكىقا قويۇش ئارقىلىق بەدەننى ئىسلاھ قىلىش كېرەك.

ئەگەر، بەدەن ھەر خىل سۈيۈقلۇق ماددىلار توپەيلىدىن توشۇقلۇق ھالەتتە بولسا، مۇناسىپ مەتبۇخ، ئىيارەج ۋە ئتربيفبللار بىلەن بەدەننى ئستىفراغ قىلىش لازىم.

2. بۇرۇننىڭ يىرىكلىق جاراھىتىنى داۋالاشتا مۇۋاپىق تېپىلسا ئالدى بىلەن سەرارۇ تومۇرىدىن قان ئېلىش ھەمدە لوكقا قويۇش كېرەك. تۇنكىدىن كېيىن باش ساھەسى، مېڭە ۋە پۇتۇن بەدەننى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن ھەبىي ئىيارەجى ۋە ھەبىي قوقىيا ئىچكۈزۈش ھەمدە قىچا، سىركەنجىبىن بوزورىنى ئارىلاشتۇرۇپ ياكى سۈنبۈل تېپ، سەئىدى كۆفى، قەلەمفۇرلارنى گۈل ئەرىقىدە قاينىتىپ غەر-غەر قىلىش كېرەك. مەلھەمى سەفىدىنى ئىشلەتسە ھەم مەدەستانىنى گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا سۈرتسە بولىدۇ. قەلەي كۆشتىسى، مەدەستان، كۆمۈش ۋەرەق، كۆيدۈرۈپ ئۈلتۈرۈلگەن قوغۇشۇننى تەڭ مىقداردا ئېلىپ گۈل يېغىدا ئېرىتىپ شامچە ياساپ بۇرۇنغا قويۇشمۇ كۆپ پايدا قىلىدۇ. بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەندۇر. بۇ نۇسخىغا مۇم قوشسىمۇ بولىدۇ. مەدەستان، مۇرمەككىنىڭ ھەر بىرىدىن 4 گرام، قەلەي كۆشتىسى، مۇملارنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام، گۈل يېغىدىن 25 گرام ئېلىپ، مەلھەم ياساپ مېكىيان يېغى بىلەن بۇرۇنغا سۈرتۈش كېرەك. ھۆزۈز، مەدەستانلارنى ئەرىقى گۈلدە ئېرىتىپ بۇرۇننىڭ ئىچىگە چاپسىمۇ بولىدۇ. موزا، سىبرىق ھەلىلە پوستىنى گۈل يېغى ياكى توخۇ يېغىغا چىلاپ بۇرۇنغا تېمتىسمۇ بولىدۇ.

مامىرانچىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن بۇرۇننى يۇيۇش، مەلھەمى شىكرىپ، ئاچچىق بادام يېغى قاتارلىقلار بىلەن بۇرۇندىكى چاقىلارنى ياغلاش لازىم.

ھۆكۈمالرنىمزنىڭ تەلىماتلىرىغا ئاساسلانغاندا: دەسلەپتە گۈل يېغى ياكى مېكىيان يېغىنى مۇم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش بىلەنمۇ مەزكۇر كېسەللىكنى ساقايتقىلى بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كۆچلۈكرەك دورا لازىم بولسا مەلھەمى سەفىداب ئىشلەتسە بولىدۇ. ئەگەر، كېسەللىك ئەھۋالى ئېغىرلاشسا قەلەي كۆشتىسىدىن 300 گرام، مەدەستاندىن 40 گرام، قوغۇشۇن پوقىدىن 40 گرام ئېلىپ ئۇنىڭا 50 گرام ھاراق ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم ياساپ چاپسا بولىدۇ. مەبۇلئاس يېغىغا سىركىنى ئارىلاشتۇرۇپ تېمتىسمۇ بولىدۇ.

ئەگەر، بۇرۇن يىرىكلىق جاراھىتى سوزۇلما خاراكتېرلىگە ئايلىنىپ، داۋاملىق ئېغىرلاشسا مەدەستاندىن 15 گرام، ھۆل سوزاپتىن 1.5 گرام، زەمچىدىن 8 گرام ئېلىپ، ئۇلارغا مەبۇلئاس يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ھەم سىركە قوشۇپ مەلھەم ياساپ ئىشلەتسە بولىدۇ. ئەگەر بۇ نۇسخىنىڭمۇ كۆچى يەتمىسە بۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەك بولغان تۆۋەنكى نۇسخىنى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ:

زاج سىياھ، قەلقەند، مۇرمەككىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 7 ھەسسە، قىلقىدىيس 6 ھەسسە، شەب يەمانى، زىرئاۋەندى مۇدەھرەج، موزا، تەبشىي مىسلارنىڭ ھەر بىرىدىن 4

هەسسە، كۈندۇر 1.5 هەسسە ئېلىپ سوقۇپ 300 گرام سىركە بىلەن مىس قازاندا قاينىتىپ قويۇلغاندا شامچە ياساپ بۇرۇنغا قويسا بولىدۇ. هەر بىر دورىنىڭ مىقدارىنى ئېهتىياجغا قاراپ ئازايتىش ياكى كۆپەيتىشكە بولىدۇ.

بۇرۇن بەۋاسىرى

بۇرۇن بەۋاسىرى (بەۋاسىرۇلىشەنفى، بەۋاسىرى بىينى) بۇرۇن ئىچىگە چوڭ-كىچىكلىكى ئوخشىمىغان هالدا ئارتۇقچە گۆش تۇسۇپ 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 سۈگەل شەكلىدە كىچىك بەز پەيدا بولۇپ ئاخىرى تۇسمە گۆشكە ئايلىنىدۇ. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بۇرۇن بەۋاسىرى كۆپىنچە هاللاردا نورمال بولمىغان سەۋدا ماددىسىنىڭ بۇرۇنغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپتە بۇرۇن ئىچىگە كىچىك پۈرچاقتەك مۇدۇر پەيدا بولىدۇ، نەپەسلىنىشكە دەخلى يەتكۈزمەسلىكى بىلەن بىللە دەرىجىدە نەپەس ئېلىش توسالغۇغا تۇچرىغاندەك سېزىم پەيدا بولىدۇ. ئاغرىش، قىزىرىش، قىچىشىشلار بولمايدۇ. كېيىن تەدرىجىي هالدا چوڭلاپ بۇرۇن تۈشۈكىنى توسۇپ قويىدۇ. تۈنۈك تۈۋى ئىنچىكە، رەڭگى ئاقۇشراق بولىدۇ، ئاغرىمايدۇ. بەزىلىرىنىڭ رەڭگى قىزغۇچ ياكى قوڭۇر رەڭدە بولۇپ، سېسىق پۇرايدۇ ۋە قان، زەردار كېلىدۇ. بۇ خىلى يامانراق بولۇپ تۈزۈنغا سوزۇلسا بۇرۇن ئاقمىسى ياكى بۇرۇن سەرتانىغا ئايلىنىپ قېلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

ئالدى بىلەن مەزكۇر كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى خىلتنى ئېنىقلاپ كېسەل مادداسىنى پىشۇرغۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن دورىلاردىن مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە، ئىيارەجى قەيقەرا، ھەببى مۇقەل، ئىتريفىلى كەشنىز، شەربىتى ئۇنناپ، شەربىتى بىنەپشە، ئەرىقى ئەنگۇرشىفا، ئەرىقى گاۋزەبان قاتارلىق دورىلارنى كېسەلنىڭ 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 قويىسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا سىرىنج زاكىتىن 2 گرام، زەنگاردىن يېرىم گرام، ئۇشنۇدۇردىن بىر گرام، مۇر-مەككىدىن بىر گرام، قىزىل زەرنىختىن يېرىم گرام، ھەسەلدىن 15 گرام ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، بۇرۇن بەۋاسىرنى كۆندە ياغلاپ بەرسە خېلى ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا زاكىتىن ئۈچ گرام، توغرىغۇدىن ئۈچ گرام ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ 200 گرام قاينىقسۇدا ئېرىتىپ، ھەر كۈنى بەۋاسىر بار بۇرۇننى چايقاپ ياكى يۇيۇپ بەرسە ياخشى تەسىر بېرىدۇ. ئەگەر بۇ چارىلەر بىلەن ياخشىلانمىسا دەستكارلىق ئوسۇلىنى قوللىنىپ كېسىپ ئىلىۋېتىش لازىم. كونا گۆش، كالا گۆشى قاتارلىق زىيانلىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش، ھاۋاسى يامان، بۇسلۇق، چاڭ-توزانلىق جايلاردىن ساقلىنىش لازىم. قىش كۈنلىرى ماسكا تاقاش پايدىلىق.

ئاقئوتى

بەزىلىرىنى ۋاقتىدا كۆرسىتىپ ئېنىقلاپ 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 تۈلخەيشومى) بۇرۇن يولىغا ھەر خىل

سەۋەبى

بۇرۇن يوللىرىغا قويۇق شىلىمشىق خىلىت پەيدا بولغانلىقى، بۇرۇن بەۋاسىرىدەك ئارتۇق گۆش تۆسكەنلىكى ۋە بۇرۇن قۇرۇق جاراھەتتەك چاقىلار پەيدا بولۇپ قاقاچ تۆتقانلىقى تۆپەيلىدىن بۇرۇندىن گالغا ياكى گالدىن بۇرۇنغا باردىغان سۈيۈقلۇقلارنىڭ بەلگىلىك دەرىجىدە توسۇلۇپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزىدە تۇغما سەۋەبلەردىنمۇ بۇرۇن توسۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

بۇرۇندا توسالغۇ بارلىقى بىمارنىڭ تۇزىگە خېلى روشەن ھالدا سېزىلىدۇ. سۆزلىگەندە ئاۋاز ئېنىق چىقمايدۇ. توسالغۇ سەۋەبىدىن بۇرۇن چىقىندىلىرى راۋان چىقماس بولۇپ قالىدۇ. بەزىدە قۇلاق غۇڭۇلداشمۇ قوشۇلۇپ كېلىدۇ. تەكشۈرگەندە بۇرۇن بوشلۇقىدا قويۇق شىلىمشىق خىلىت، تۆسكەن گۆش ۋە چاقىلاردىن پەيدا بولغان قاقاچلارنىڭ بارلىقىنى بىلگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

بۇرۇن يولى شىلىمشىق خىلىتىنى توسالغانىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن بەلغەم مۇنزىجىنى بەرگەندىن كېيىن مۇسھىل بېرىپ بەدەننى تازىلاش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مۇناسىپ ھەب ۋە ئىيارەجلەر ئىشلىتىلىدۇ. تۆنىكىدىن 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 خىلىت قويۇق بولسا ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئەفتمۇن 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. تۆنىكىدىن باشقا يەنە قۇرۇق يېشىل ئۈزۈم، ئاقىرقەرھا، قىچىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ

سۇغا چىلاپ تەمنى چىقىرىپ مەزكۇر سۇيۇقلۇقتا بۇرۇننى چايقاش كېرەك. مۇنچىغا چۈشۈپ باش ساھەسىگە ئىسسىق سۇ چۈشۈرۈپ بېرىش كېرەك. ئەگەر توسالغۇ پەيدا قىلغان خىلىت يەڭگىل بولسا زەئىفەر پۇراپ چۈشكۈرۈش ھەمدە يەللىك ، شىرنىلىك تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش كېرەك. ئەگەر ماددا شىرنىلىك قويۇق ماددا بولسا دېڭىز سۇيى ياكى تۇزلۇق كۆل سۇيىنى قاينىتىپ ھورىنى بۇرۇنغا تۆتسا بولىدۇ. بۇ قويۇق خىلىتنى سۇيۇقلاشتۇرىدۇ. ئەگەر بۇرۇننى دورا سۇيى پارىغا تۆتقاندىن 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 مادداننى قويۇقلاشتۇرۇپ قويغان بولسا چۈشكۈرۈش ئارقىلىق ماددىنى چىقىرىۋەتكىلى بولىدۇ. بۇ خىل تۆسۈلنى قوللانغاندا تېۋىپ چوقۇم داۋالاش تەرتىپىنى ياخشى ئىگىلىشى لازىم. لېكىن بۇ تۆسۈلنى داۋاملىق قوللانسا ئىككىلەمچى خاراكتېرلىك بۇرۇن قاناش ۋە باش ئاغرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. چۈنكى قويۇق ماددىلار بار ۋاقىتتا چۈشكۈرتۈلسە قان تومۇرلارنىڭ يېرىلىپ كېتىش ئېھتىمالى بولىدۇ.

ئۆسمە گۆشتىن بولغان بۇرۇن توسۇلۇشنى داۋالاشتا ئەگەر گۆش يامان سۈپەتلىك (سەرتان—راك) بولسا قىرىپ ئېلىۋەتمەسلىك كېرەك. ياخشى سۈپەتلىك ئېلىۋەتسە بولىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن پاكىزە چاچ بىلەن ئۆسمە گۆشنىڭ تۈۋىدىن بوغۇپ قويسا، ئۆسمە گۆش ئۇزلۇكسىدىن چۈشۈپ كېتىدۇ ياكى پاكىزلەنگەن تېغ بىلەن ئېلىۋەتسىمۇ بولىدۇ. قان توختىتىش ئۈچۈن سىركىگە تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن سىركە، ئانارگۈلى، كۈندۇر، مۇردەسەنگ (مەدەستان) قاتارلىقلاردىن مەلھەم تەييارلاپ چېپىش كېرەك. سۇ تېگىپ قېلىشتىن ساقلىنىش ھەمدە قويۇق (غەلىز) تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش كېرەك. ئەگەر مۇۋاپىق تېپىلسا ئۆسمە گۆشنى ئېلىۋېتىشتىن ئىلگىرى قېيفال تومۇرىدىن قان ئالسا بولىدۇ. لېكىن گۆش يېگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش كېرەك. چۈنكى مېڭىنىڭ مىزاجى بەزىدە بەزى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئىسسىققا تۇزگەرگەندە مەزكۇر دورىلار بۇرۇنغا ئىشلىتىلسە مېڭىگە يامان تەسىر قىلىپ مېڭە پەردە يالليۇغنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

بۇرۇن قۇرۇق جاراھىتى قاقاچلىرىدىن بولغان بۇرۇن توسۇلۇشنى داۋالاشتا بۇرۇن قۇرۇق جاراھىتىدىكى داۋالاش تۆسۈللىرى قوللىنىلسا بولىدۇ.

بۇرۇن يولىدىكى توسالغۇ تۇغما خاراكتېرلىك بولسا يەنى بۇرۇن يولى تۇغما تار بولسا، بۇرۇندىن چىقىپ تۇرۇشقا تېگىشلىك سۇيۇقلۇقلار نورمال چىقىپ كېتەلمەيدۇ. تۇنى

داۋالاش ئۇچۇن ئىپادىلەنگەن تازىلاپ تۇرۇش، ھەر دائىم قويۇق (غەلىز) تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇش، تاماقتىن كېيىنلا جىنسىي ئالاقە قىلىشتىن ھەزەر ئەيلەش كېرەك ھەمدەروھىي ھالەت كۆتۈرەڭگۈ، 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، ئاننىنى قويۇق تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بىرگە بالىنىڭ بېشىغا ئىسسىق سۇ قۇيماسلىق، بالىنىڭ بۇرنىنى سۈنىڭ ھورىغا تۇتماسلىق لازىم. ھەمدە بۇلاردىن ئىلگىرى بالىنى چۈشكۈرتۈش، بالىنىڭ بېشىنى ياغلاش توغرا ئەمەس.

بۇرۇن راكى

بۇرۇن راكى (سەرتانۇلئەنفى، سەرتانى بىنى) بۇرۇن ئىچى يېكى سىرتىغا تۇزاق داۋاملاشقۇچى تۇسمە گۈش يېكى بەز پەيدا بولۇپ، تەدرىجىي ھالدا يامان سۈپەتلىككە ئايلانغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بۇزۇلغان سەۋدا ماددىسىنىڭ بۇرۇن ئىچىگە يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكى تۈپەيلىدىن ئىششىق يېكى تۇسمە گۈش پەيدا بولۇپ، داۋالانسىمۇ ياخشىلانماستىن تۇزۇنغا سوزۇلۇش بىلەن ئاخىرى راكقا ئايلىنىپ قالىدۇ.

ئالامىتى

دەسلەپكى مەزگىللەردە بۇرۇن ئىچىگە بەز يېكى گۈشكە ئوخشاش مونەك پەيدا بولغانلىقى بىلىنىدۇ. بۇرۇن نەپەس يوللىرى قىسمەن يېكى پۈتۈن توسۇلغانلىقتىن ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە نەپەس ئېلىش دەخلىگە ئۇچرىغانلىقى بىلىنىدۇ. بەزى كېشىلەردە بۇ مونەك چوڭىيىپ بۇرۇن سىرتىغا كۆتىرىلىپ چىققانلىقى مەلۇم بولىدۇ. لېكىن قىچىشىش، ئاغرىش، قىزىرىش، يىرىڭ يېكى زەرداب چىقىش قاتارلىق

ئالامه‌تله‌ر بولمايدۇ. بۇرۇن به‌ۋاسرى ياكى بۇرۇن ئاقمسى (ناسۇرى) بىله‌ن بۇرۇن سه‌رتانىنىڭ ئالامه‌تلىرى روشه‌ن په‌رقله‌رگه ئىگه.

داۋاسى

ئالدى بىله‌ن سه‌ۋه‌بىنى ئېنىقلاش كېره‌ك. بۇزۇق سه‌ۋدانى تازىلاش ئۈچۈن هه‌بىنى ئىياره‌ج، هه‌بىى قوقيا، مه‌تبۇخى ئه‌فتمۇن، مه‌تبۇخى شاهته‌ره قاتارلىق دورىلارنى كېسه‌لنىڭ ئه‌مه‌لي ئه‌هۋالىغا قاراپ بېرىش، سىرتتىن مه‌لهمى ئاقاقيانى ئىشلىتىش كېره‌ك.

مه‌لهمى ئاقاقيا

ئاقاقيا 3 گرام، زاك، زه‌رنىخ هه‌ر بىرى 1 گرام، زه‌نگار 2 گرام، ئۈشۈدۇر 2 گرام، زه‌مچه 1 گرام، ئاق موم 15 گرام، ره‌ۋغنى ۋه‌رد 5 گرام، هه‌سه‌ل 15 گرام.
مه‌زكۇر دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، هه‌سه‌ل، مومىلارنى قاتىده بويىچه ئېرىتىپ، سوقۇلغان دورىلار بىله‌ن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ مه‌لهه‌م قىلىپ سه‌رتانىنىڭ ئه‌تراپىنى ياغلاش كېره‌ك.
هه‌بىى كىبرىت، هه‌بىى سىماب، مه‌ئجۇنى ئه‌فتا (ئوق يىلان مه‌ئجۇنى) قاتارلىق كۈچلۈك دورىلارنى ئېهتىياجغا قاراپ ئىشله‌تسه بولىدۇ.
قه‌دىمكى ھۆكۈمالارنىڭ ئېيتىشىچه: بۇ كېسه‌للىكنى ده‌ستكارى ئۈسۈلىدا داۋالاش ئۈنۈملۈك چارىدۇر. لېكىن تىغ ته‌ككه‌ندىن كېيىن تېخىمۇ ئه‌ۋج ئېلىپ كېتىش ئېهتىمالى بار. شۇڭا ئۈسمنى كېسىپ تاشلىغاندىن كېيىن ئىلاجى بار ئۈسمه ئورنىنى داغلاش شه‌رت.

بۇرۇندا غه‌يرىي نه‌رسىله‌ر ئۇرۇپ قېلىش

بۇرۇندا بىره‌ر نه‌رسىنىڭ ئۇرۇپ قېلىشى (ئېهتىباسۇششه‌ئى فىلئه‌نفى، به‌ند شۇده‌نى چىيزى ده‌ربىنى) يىمه‌كلىك ئىستېمال قىلغاندا به‌ده‌نده په‌يدا بولغان غه‌يرىي ته‌بىئي پائالىيه‌تله‌ر ئۈپه‌يلىدىن تاماق پارچىلىرىنىڭ بۇرۇن يولىغا كىرىپ قالغانلىقىغا

قارىتىلغان. بۇ كۆپىنچە ھاللاردا باللاردا تولاراق تۆچرايدۇ.

سەۋەبى

يېمەكلىك ئىستېمال قىلغاندا تۈيۈقسىز يۆتەلگەن، كۆلگەن ۋە چۈشكۈرگەندە تاماقنىڭ پۈركۈلۈپ كېتىشىدىن ئېھتىيات قىلىپ ئېغىزنى زورمۇ-زور يۇمۇۋېلىشتىن تاماق پارچىلىرى بۇرۇن يولىغا كىرىپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

بۇرۇن يولىغا ئېچكى 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 نەزىلە 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 تۈسۈل بىلەنلا يات نەرسەر چىقىپ كېتىدۇ. ئەگەر بۇ تەدبىر بىلەن ياخشىلانمىسا بالىنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ تۇخلىتىپ 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 نەرسەرنى ئېلىۋېتىشكە ئامال قىلىش كېرەك.

بۇرۇن ئېزىلىش

بۇرۇننىڭ ئېزىلىپ كېتىشى (رەززۇلئەنفى) ھەر خىل سىرتقى زەخىم ۋە بەزى

كىبسه للسكله ردىن كىلىپ چىققان بۇرۇن سۆڭەك ۋە كۆمۈرچه كللرىنىڭ بۇزۇلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل سىرتقى زەخمىلەر يەنى تۈرۈلۈش، سوقۇلۇش ۋە يىقىلىش تۈپەيلىدىن بۇرۇن سۆڭەكلىرىنىڭ سۇنۇشى، كۆمۈرچەكەلرنىڭ يىرتىلىشى ھەتتا ئېزىلىپ كېتىشى كىلىپ چىقىدۇ.

جوزام كېسەللىكىنىڭ دەسلەپكى دەۋرىدە كېسەل كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى خىلىتلارنىڭ تۈتكۈرلۈكىدىن بۇرۇن شەكلى بۇزۇلۇپ كېتىدۇ.

ئالامىتى

يەڭگىللىرىدە بۇرۇن سەزمەس بولۇپ پالەچىلىنىدۇ. بۇرۇن كۆمۈرچەكلىرى يىرتىلىدۇ. 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 يەڭگىلەك بولسا مۇلايىملىق بىلەن ئامال قىلىپ ئاستا تۇزەپ قويۇش كېرەك. سەبرى، مۇغاس، ئاقاقىيا، مۇرمەككى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ پاقا يوپۇرمىقى سۈيىدە ئېرىتىپ قەغەزگە سۈرتۈپ بۇرۇنغا چاپلاپ قويسا بولىدۇ. ئەگەر زەخمىلىنىش ئېغىرراق بولسا يالۇغ پەيدا بولۇشى مۇمكىن. شۇڭا دەرھال قىيىفال تومۇرىدىن قان ئېلىش ۋە تەبىئەتنى يۇمشىتىش ھەمدە قويۇق غەلىز تاماقلاردىن پەرھىز تۇتۇش كېرەك. مېڭە مىزاجىنىڭ نورماللىقى ۋە قۇۋۋىتىنى ساقلاش ھەمدە تۈتكۈر خاراكتېرلىك سەرسام كېسەللىكى كېلىپ چىقىشىنىڭ 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 پۇركەش كېرەك. ئاندىن كېيىن سەبرە، ماش، مۇرمەككى زەئپەرلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ گىل ئەرمنى، گىل رۇمى، خىتمى، لادەن، ئەدەسلەر بىلەن قوشۇپ يۇلغۇن يوپۇرمىقى سۈيىدە ئېرىتىپ بۇرۇنغا تېمتىش كېرەك.

بۇرۇن كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

پەتىلە رۇئاب (1-نۇسخا)

تەركىبى: ئانارگۈلى، تۇگمەن تۇزۇندىسى، موزا ھەر بىرى 4 گرام، ئەپيۇن 1 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سالايە قىلىنىپ ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا پاختىنى تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ، يۇقىرىقى دورىلارنى يۇقتۇرۇپ قاناۋاتقان بۇرۇنغا تىقىپ قويۇلىدۇ.

پەتىلە رۇئاب (2-نۇسخا)

تەركىبى: قەغەز كۈلى، تۇخۇم شاكىلىنكا كۈلى، ئاقاقىيا، ئانار پوستى ھەر بىرى 5.4 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سالايە قىلىنىپ ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا پاكىز پاختىنى پىلتىكۈچ 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، ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا پاكىز پاختىدا يىلتىكلۇچ ياساپ تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ يۇقىرىقى دورىلارغا تەككۈزۈپ قاناۋاتقان بۇرۇنغا سىلىپ قويۇلىدۇ.

پەتىلە رۇئاب (4-نۇسخا)

تەركىبى: ئاچچىق ئانار پوستى 5.4 گرام. قەسبۇس زەررە، بۇزۇرلىبەنجى 4 گرام، قەلەمفۇر، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ھەر بىرى 2.7 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلار قاتىدە بويىچە يۇمشاق سالايە قىلىنىپ ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: پىلتىكۈچنى تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ، مەزكۇر دورىدىن يۇقتۇرغاندىن كېيىن بۇرۇنغا سىلىپ قويۇلىدۇ.

نۇقۇخى رۇئاب (1-نۇسخا)

تەركىبى: ھۇزۇزى مەككىي 7 گرام، يىپەك رەخت بىر پارچە، قەغەز كۈلى 7 گرام.

تەييارلىنىشى: ھۇزۇزنى يۇگەلگۈدەك يىپەك رەختكە يۇگەپ، كۆيدۈرۈپ يۇمشاق سالايە قىلىپ، يىپەك ئەلگەكتىن تۇتكۈزۈپ قەغەز كۈلىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا قانغان ئورۇنغا باسما بولىدۇ.

نۇقۇخى رۇئاب (2-نۇسخا)

تەركىبى: تۆلتۇرۇلگەن ئاھاك 10 گرام، كۆيدۈرۈلگەن موزا كۈلى 5 گرام، نەغەز گۈلى 5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدىلىك سالايە قىلىپ ششىدە ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا بۇرۇن ئىچىگە پۈركۈلىدۇ.

پۇراش سېزىمىنى ئاشقۇرىدىغان دورىلار

كېسەل كىشىنىڭ مىزاجىغا قاراپ مۇنزىج، مۇسھىل بېرىپ تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، ھەببى ئىيارەجى فەيقەرا، ئىتريىفبلى كەبىر، مەئجۇنى چۇبچىن، شەربىتى ئۇستىخۇددۇس، ماتۇلئەسەل قاتارلىق دورىلار كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بېرىلىدۇ. ئۇستىخۇددۇس، ماتۇلئەسەل قاتارلىق دورىلار كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بېرىلىدۇ. مەسىلەن: كۆندۈش، قۇندۇز سىرتتىن تۇزۇەندىكى تېمىتىلدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. مەسىلەن: كۆندۈش، قۇندۇز قەھرى، زەئفەر، سىياھدان، زەردچۇبە، ئاقىرقەرھا قاتارلىق دورىلارنىڭ قايسى بىرسى تېپىلسا 15 گرامچە ئېلىپ 60 مىللىلىتىر سىركىدە قاينىتىپ سۈزۈپ ششىدە ساقلاپ قويۇپ، لازىم بولغاندا ئەتىگەن ئاخشىمى بۇرۇن ئىچىگە تېمىتىلدۇ.

بۇرۇن ۋەرەملىرىنى يانداۇرىدىغان دورىلار

مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ئەرىقى ئەنگۇرشىفا، ھەببى بىنەپشە، ئىتريىفبلى كەشنىزى، ئەرىقى شاھتەررە قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ. سىرتتىن گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، نىيلۇفەر يېغى، بادام يېغى قاتارلىقلارغا تەڭ مىقداردا سىركە ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇن ئىچى ياغلىنىدۇ.

بۇرۇن ئىچى چاقا-جاراھەتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدىغان دورىلار

كىبرىت، زەرنىخ، تۇشۇدۇر، موزا، شېكىرپ، بۇزۇرۇلبەنجى، دانىكار، قوغۇشۇن كۆشتىسى، ئەنزەرۇت، سىماب كۆشتىسى زەمچە قاتارلىق قۇرۇتقۇچى دورىلاردىن بىرنى قوي يېغى ياكى تۇسۇملۇك ياغلىرى بىلەن بىللە مۇۋاپىق مىقداردا مەلھەم قىلىپ بۇرۇن ئىچى

ياغلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا كۆز كېسەللىكىدە سۆزلەنگەن شىيافى تەبىەز، شىيافى تەسۋىەد، شىيافى مامىشا قاتارلىق شىيافلارنى مەخسۇس دورا قاچىسىدا سۈرۈپ ئېرىتىپ بۇرۇن ئىچىگە چاپسىمۇ بولىدۇ.

تۇتۇلى سۇددەئى بىنى (1-نۇسخا)

تەركىبى: لادەن، يۇلغۇن ياغچى، سىياھدانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىنىدۇ.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى چالا سوقۇپ 500 مىللىلىتر سۇ قۇيۇپ مەخسۇس قاچىدا قاينىتىپ ھورى دىماققا ئېلىنىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: دىماغ پۇتۇشكە مەنپەئەت قىلىدۇ.

تۇتۇلى سۇددەئى بىنى (2-نۇسخا)

تەركىبى: بۇغداي كېپىكى 50 گرام، يۇمغاقسۈت تۇرۇقى 30 گرام، سامساق بىر باش.

تەييارلىنىشى: يۇمغاقسۈت 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. تۆ تىل قاتارلىق ئەزالىرى ئارقىلىق ئادەم بەدىنىدىكى تاشقى بەش سەزگۈنلۈك بىرى بولغان تېتىش قۇۋۋىتى (قۇۋۋەتى زائىقە) نىڭ خىزمىتىنى ئەمەلگە ئاشۇرىدۇ. بۇنىڭدىن تاشقىرى كالپۇك ئارقىلىق نەرسىلەرنى شوراش، چىشنى ئاسراش، چىش ئارقىلىق نەرسىلەرنى ئۈزۈش، كېسىش، چاينىاش؛ گال ئارقىلىق يۇتۇشتەك ۋەزىپىلەرنى ئۆتەيدۇ. ئېغىز بوشلۇقىدىكى بۇ ئەزالارنىڭ ھەممىسى ئىنسانلارنىڭ ئاۋاز چىقىرىش، سۆزلەش، تاۋۇشلارنى توغرا، تولۇق تەلەپپۇز قىلىش قاتارلىق پائالىيەتلىرىدە ناھايىتى مۇھىم رول ئويناىدۇ. بۇ ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە غەيرىي نورمال ئەھۋال كۆرۈلسە يۇقىرىقى خىزمەت ۋە پائالىيەتلەرنىڭ نورمال ئېلىپ بېرىلىشىغا ئوخشىمىغان دەرىجىدە ئۇقسان يەتكۈزىدۇ. ئېغىز نەپەسلىنىشىكى ئىشكىتۇر. ئېغىز بوشلۇقىدىكى ئەزالارنىڭ خىزمەت، پائالىيەتلىرى نورمال بولغاندىلا ئىنسانلار يېمەك-ئىچمەكلىكلەرنى شوراش، ئۈزۈش، كېسىش، چاينىاش، يۇتۇش ھەمدە ئەڭ مۇھىم بولغان توغرا تەم سېزىش ۋە نورمال سۆزلەش ئىمكانىيىتىگە ئىگە بولالايدۇ ھەمدە مەلۇم مەنىدە ئىپتىقاندا بەلگىلىك دەرىجىدە نەپەسلىنىش ئورنىغا ئىگە بولالايدۇ. شۇڭا تىبابەتمىز باشقا ئەزالارغا ئوخشاشلا ئېغىز بوشلۇقى ئەزالىرىدىكى كېسەللىكلەرگە، يەنى ئۆلاردىكى مىزاجلىق، مىزاجسىز ئۆزگىرىشلەر ۋە سىرتقى زەخمدىن بولغان كېسەللىكلىرىنىڭ سەۋەبى، ئالامىتى، داۋاسى (ئىچكى ۋە تاشقى داۋاسى، دەستىكارلىق ئۇسۇللىرى)، پەرھىزى، ئوزۇقلىنىش قاتارلىقلارنى ئۆزىگە خاس مىللىي ئالاھىدىلىكلىرى بويىچە بىرقەدەر تەپسىلىي بايان قىلىدۇ.

ئېغىز بوشلۇقى كېسەللىكلىرى بىلەن تونۇشۇش ۋە ئۆلارنى توغرا داۋالاپ بىر تەرەپ قىلىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن ئۇنىڭدىكى ئەزالار يەنى كالپۇك، تىل، چىش، گال قاتارلىقلارنىڭ ئوزۇلۇشى ۋە خىزمىتى بىلەن ئوبدان تونۇشۇشقا توغرا كېلىدۇ.

ئېغىز بوشلۇقىدىكى ئەزالارنىڭ تۈزۈلۈشى

ئېغىز ئەرەبچە «فەم» دەپ ئاتىلىدۇ. ئېغىز بوشلۇقى—كالپۇك (لەب) لەردىن شەكىللەنگەن ئېغىز تۈشۈكىدىن باشلاپ تىل تۈۋىدىكى گالغىچە بولغان بوشلۇققا قارىتىلغان بولۇپ، تۆ ئاستىنقى، ئۈستۈنكى كالپۇكلار (شەفەتەين)، تىل (لىسان)، چىشلار (ئەسنان)، تاڭلاي (ھەنەك)، گال (ھەلق) قاتارلىق ئەزالاردىن تەشكىل تاپىدۇ. بۇلاردىن تاشقىرى يەنە، تۈنۈكدا شۈلگەي بەزلىرى (غۇددەئى ئەرىقىيە)، بادامچە بەز (لەۋزەتەين) ۋە باشقىلار بولىدۇ.

ئېغىز بوشلۇقىنىڭ ئۈستى تەرىپىدە ئۈستۈنكى چىشلار، تاڭلاي ۋە يۇقىرىقى ئىگەك، ئاستى تەرىپىدە تۆۋەنكى چىشلار، تىل ۋە ئاستىنقى ئىگەك بولىدۇ. ئېغىز بوشلۇقىنى ئەستەرلەپ تۇرغان بەلغەمسىمان پەردە (غىشائى مۇخاتى) ئالدى تەرەپتە كالپۇك، ئارقا تەرەپتە گال شىلىمشىق پەردىسى بىلەن تۇتىشىدۇ. بۇ پەردىلەر نورمال ئەھۋال ئاستىدا قىزىلگۈل رەڭگىدە بولىدۇ. گال ئۈزۈقلۇق ۋە ھاۋا كىرىدىغان يولدۇر.

ئېغىز ئۈز بوشلۇقىدىكى ئەزالىرى ئارقىلىق ئېمىش، شوراش، تەم سېزىش، چاينىاش، 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. ئۈنۈكدا مۇسكۇل، تومۇر، ئەسەب (نېرۋا)، چېتىشتۇرغۇچى پەردە، مايلىق پەردە ۋە كىچىك بەزلەر بولىدۇ. ھەر بىر لەب ئىچكى سەتھى ئوتتۇرىسىدىكى بەلغەمسىمان چاندۇر ئارقىلىق چىش ملكىلىرى بىلەن تۇتىشىدۇ. كالپۇكلار ئېغىزنى شەكىللەندۇرۇپ يۇز شەكلىنى تۈزەشتىن سىرت ئېمىش، شوراش ۋە چىشلارنى مۇھاپىزەت قىلىشتەك خىزمەتلەرنى ئۆتەيدۇ.

تىل

تىل پارسچە «زەبان»، ئەرەبچە «لسان» دەپ ئاتىلىدۇ. ئۇ سىرتقى بەش سەزگۇ (ھەۋاسى خەمسە زاھىرى) نىڭ بىرى بولغان تېتىش كۆچى (قۇۋۇزەتى زائىقە)، نىڭ خىزمىتىنى بېجىرگۈچى مەخسۇس ئەزادۇر. بۇنىڭدىن باشقا يەنە چاينىاش، يۇتۇش، شوراش بولۇپمۇ سۆزلەشتە ئالاھىدە رول ئويناپىدۇ. تىل بولمىسا سۆزلىگىلى بولمايدۇ.

تىل—تىل تېنى، تىل ئۈستى ۋە تىل ئۇۋىدىن تەركىب تاپىدۇ. تىل ئۇۋىسى بىر قانچە مۇسكۇللار ئارقىلىق مۇناسىۋەتلىك سۆڭەككە، بەلغەمسمان پەردىنىڭ 3 چەمبىرى ئارقىلىق مۇناسىۋەتلىك كۆمۈرچەككە ئۇلىنىدۇ. تىل يانلىرىدىن باشلانغان بەلغەمسمان پەردە چىش مۇلۇكلىرىنى ئەستەرلەيدۇ. تىل ئاستىدا بىر چېتىق بولۇپ، ئۇ تىل يۈگىنى دەپ ئاتىلىدۇ. تىل بۇ يۈگەن ئارقىلىق ئاستى ئىڭەككە يىلتىزلىنىدۇ.

تىل ئۈستىنى بەلغەمسمان پەردە ئىھاتە قىلغان بولۇپ، ئۇ ئىچكى، تاشقى 2 قەۋەتتىن ئۇزۇلگەن. سىرتقى قەۋىتى تېرىگە ئوخشاش بولغاچقا تىل قىچىشش (ھىككە تولۇسانى)، تىل يېرىلىش (تەشەققە قۇللسانى) تەك كېسەللىكلەر كۆرۈلىدۇ. ئىچكى قەۋىتىدە تومۇر ۋە نېرۋىلار تارقالغان بولىدۇ.

تىل ئۈستىدىكى بەلغەمسمان پەردىدە 3 خىل ئۆسۈكچە بولىدۇ:

1. چوڭ ئۆسۈكچىلەر يەنى خەندەكسمان ئۆسۈكچە (ھولەيماتى مۇخەندەقە) لەر تىلنىڭ ئارقا قىسمىغا تارقالغان بولۇپ، سانى ئاز، ئەتراپىدا خەندەك ياكى كانالچىلار بولغان بولىدۇ. شۇڭا خەندەكسمان ئۆسۈكچىلەر دەپمۇ ئاتىلىدۇ. بۇ ئۆسۈكچىلەردە تەم سېزىش كۆچى توپلانغان بولىدۇ.

2. موگۈسمان ئۆسۈكچە (ھولەيماتى فوتربىيە) ئاساسەن تىلنىڭ ئىككى يېنى ۋە ئۇچىغا جايلاشقان بولۇپ، شەكلى موگۈغا ئوخشايدۇ، سانى كۆپ، رەڭگى قىزىل بولىدۇ.

3. يىپسمان ئۆسۈكچە (ھولەيماتى خەيتىيە) تىلنىڭ ھەممە قىسمىلىرىغا تارقالغان بولۇپ، تۈۋىتقا ئوخشاش ئىنچىكە، ئۇزۇن كېلىدۇ، سانى ناھايىتى كۆپ بولىدۇ. بۇ ئۆسۈكچىلەر تەم سېزىش ئۇچۇن ئەمەس، بەلكى ئاساسلىق ئېغىز بوشلۇقىنىڭ تازىلىقى ئۇچۇن خىزمەت قىلىدۇ.

تىلدا ئۆۋە ئىدىكىدەك 3 خىل ئەسەب بولىدۇ:

1. مېڭىدىن چىققان تەم سېزىش ئەسەب شاخچىلىرى تىل ئۇچى ۋە ئۇنىڭ يان قىسمىلىرىدا ئاياغلىشىدۇ. بۇ ئەسەبلەر ئادەتتىكى سەزگۈ ئەسەبلەر بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

2. تىل ۋە گال ئەسەبلىرى تىلنىڭ ئۆۋى تەرىپى ۋە ئۇنىڭ ئىككى يان تەرىپىدىكى

به‌لغه‌مسمان په‌رده ۆه چوڭ تۆسۈكچله‌ر يه‌نى خه‌نده‌كسمان تۆسۈكچله‌رگه تارقالغان بولۇپ، تېتىش قۇۇۋۇتى ئاساسلىق مۇشۇ تۆسۈكچله‌رده بولىدۇ.

3. تىل ئاستى ئه‌سه‌بلىرى تىلىنىڭ مۇسكۇللىرىغا تارقالغان بولۇپ، تىلنىڭ هه‌ربىكه‌تلىنىشىنى باشقۇرىدۇ.

يۇقىرىدا سۆزله‌نگه‌ن ئالدىنقى ئىككى ئه‌سه‌بده تۆچراشقان نه‌رسىنى سېزىش كۇچى (قۇۇۋۇه‌ئى زائىقه) نىڭ ئىككىسىلا بولىدۇ، كېيىنكى ئه‌سه‌بده په‌قه‌ت هه‌ربىكه‌تله‌ندۇرگۈچى كۇچ (قۇۇۋۇه‌ئى مۇهه‌رربىكه) لا بولىدۇ.

تىلنىڭ ئارقا ته‌ره‌پ ئوتتۇرا قىسمىدا كىچىك تىل بار، تۆ گالنىڭ يۇقىرى ته‌رىپىدىكى يۇمشاق تاڭلايدىن ساڭگىلاپ تۇرغان ئۆسۈكچه گۈش بولۇپ، نه‌په‌سلىنىشتىن كىرگه‌ن هاۋانى ساپلاشتۇرۇپ چاڭ-توزانلارنى سۈزۈپ قېلىش، كىچىك بالىلاردا سۈت ئېمىش، ئاۋاز چىقىرىشقا ياردەم بېرىشته‌ك خىزمه‌تله‌رنى ئۆته‌يدۇ.

تىلدا يۇقىرىدا سۆزله‌نگه‌ن هه‌ر خىل ئۆسۈكچله‌ردىن شه‌كىللەنگه‌ن ته‌م سېزىش چېچه‌كلىرى بولىدۇ. تۆلارغا تېتىش كۇچى (قۇۇۋۇه‌ئى زائىقه) يه‌نى ته‌م سېزىش ئه‌سه‌بلىرىنىڭ شاخچىلىرى تارقالغان بولىدۇ. هه‌ر خىل ته‌مله‌ر تۆلار بىله‌ن تۆچراشقاندىن كېيىن سه‌زگۈ ئه‌سه‌ب (ئه‌سابى هىسسى) تارقىلىق مېڭىدىكى ئورتاق هېس قىلىش (هىسسى مۇشته‌ره‌ك) ئورنىغا يېتىپ بېرىپ ته‌م سېزىمنى بارلىققا كه‌لتۈرىدۇ. ته‌منىڭ ئوبدان سېزىلىشى ئۆچۈن ماددا ئېرىگه‌ن ياكى ئېغىزدا ئېرىيدىغان بولۇشى لازىم. ئۆنداق بولمىغاندا ته‌م سېزىمى بولمايدۇ. ئه‌مما تۆچراشقان نه‌رسىنى سېزىش كۇچى (قۇۇۋۇه‌ئى لامسه) تۆز رولىنى يه‌نىلا يوقاتمىغان بولىدۇ. شۇڭا تىل ياكى گال قۇرۇپ قالسا بىر نه‌رسىنىڭ ته‌مىنى سه‌زگىلى بولمايدۇ. تېتىش كۇچى بىله‌ن پۈراش كۇچى ئاده‌تته تۆز ئارا ماسلاشقان بولىدۇ. ئاده‌م به‌دىنىده يه‌نه ئىچكى ته‌م سېزىش كۇچى (قۇۇۋۇه‌ئى زائىقه‌ئى باتمانىيه) ده‌پ ئاتىلىدىغان بىر خىل قۇۇۋۇه‌تمۇ بولىدۇ. بۇ مېڭىدىكى ته‌م سېزىش ئه‌سه‌بى (ئه‌سابى زائىقه)غا ئىچكى سه‌ۋه‌بله‌رنىڭ ته‌سىر كۆرسه‌تكه‌نلىكىدىن بولىدۇ. مه‌سىلەن، به‌زى غه‌يرىي نورمال ئه‌هۋاللار ئاستىدا تىل سىرتقى نه‌رسىله‌رنىڭ ته‌سىرىگه تۆچرىمايمۇ ئېغىزدا ئاچچىق ياكى تاتلىق ته‌مله‌ر سېزىمى په‌يدا بولۇپ قالىدۇ.

تىل تېمىنىڭ ره‌ڭگى، تىل ئۈستىدىكى گه‌زله‌رنىڭ نېپىز-قېلىنلىقى ۆه تۆلارنىڭ ره‌ڭگى هه‌مده تىلىنىڭ هه‌ربىكتى قاتارلىقلار ئاده‌م به‌دىنىنىڭ ساقلىق-ساقسىزلىق هالىتىدىن بۇاسته بىشاره‌ت بېرىدۇ. شۇڭا تۆلار ته‌شخىس ئىلمىده مۇهىم ئه‌همىيه‌تكه ئىگه.

چىش

چىش ئەرەبچە «ئەسنان» دەپ ئاتىلىدۇ. ئىنسانلار ھاياتىدا ئىككى قېتىم چىش چىقىدۇ. بىرىنچى قېتىمدا سۈت چىشى يەنى بوۋاق چىشى، ئىككىنچى قېتىمدا دائىملىق چىش يەنى تۆمۈرلۈك چىش چىقىدۇ.

سۈت چىشى

سۈت چىشى بوۋاق چىشى دەپمۇ ئاتىلىدۇ، چۈنكى ئۇ بالا تۇغۇلۇپ 6-8 ئاي بولغاندا چىقىشقا باشلاپ ئىككى يېرىم ياشقا كىرگىچە ئاستىنقى ۋە ئۈستۈنكى ئىكەكتە 10 دىن جەمئىي 20 دانە چىقىدۇ. ئاستىنقى ئىكەك سۈت چىشلىرى ئۈستۈنكى ئىكەك 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 تۇشقاندىن كېيىن سۈت چىشلىرى چۈشۈشكە باشلاپ 13-12 ياشقا كىرگىچە دائىملىق چىشلار چىقىپ بولىدۇ.

دائىملىق چىش

دائىملىق چىش تۆمۈرلۈك 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 تالدىن 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 تۈزى چىش تۈچى، چىش بوينى ۋە چىش تۈۋى (يىلتىزى) دىن ئىبارەت

3 قىسىمغا بۆلۈنىدۇ. چىش تۈچى ئېغىزدىن كۆرۈنۈپ تۇرىدۇ، چىش يىلتىزى ئىككەك سۆڭەك ئويمانلىرىغا پېتىپ تۇرغاچقا كۆرۈنمەيدۇ. چىش تۈچى بىلەن چىش تۇۋىگىچە بولغان ئارىلىق چىش بويىنى دەپ ئاتىلىدۇ. ئوتتۇرا چىشلاردا بىردىن يىلتىز، يان چىشلاردا 2 دىن يىلتىز، ئېزىق چىشلاردا 2 دىن 5 كىچە يىلتىز بولىدۇ.چىشلار يىمەكلىكلەرنى ئۈزۈش، چاينىاش ھەمدە ئېزىپ تۈلارنى 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، تۈخلاشتىن بۇرۇن چىشنى پاكىز يۇيۇش، شاكىراپ تۈز سۇيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش، ئەڭ ياخشىسى چىش مەلھەمنى چىش چوتكىسىغا يۇقتۇرۇپ چوتكىلاشنى ئادەت قىلىش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بىرگە چىشلارنى بەك سوغۇق ۋە قىزىق، بەك ئاچچىق ۋە چۈچىمەل يېمەك-ئىچىمەكلىكلەردىن ھەمدە تۈنۈك 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.

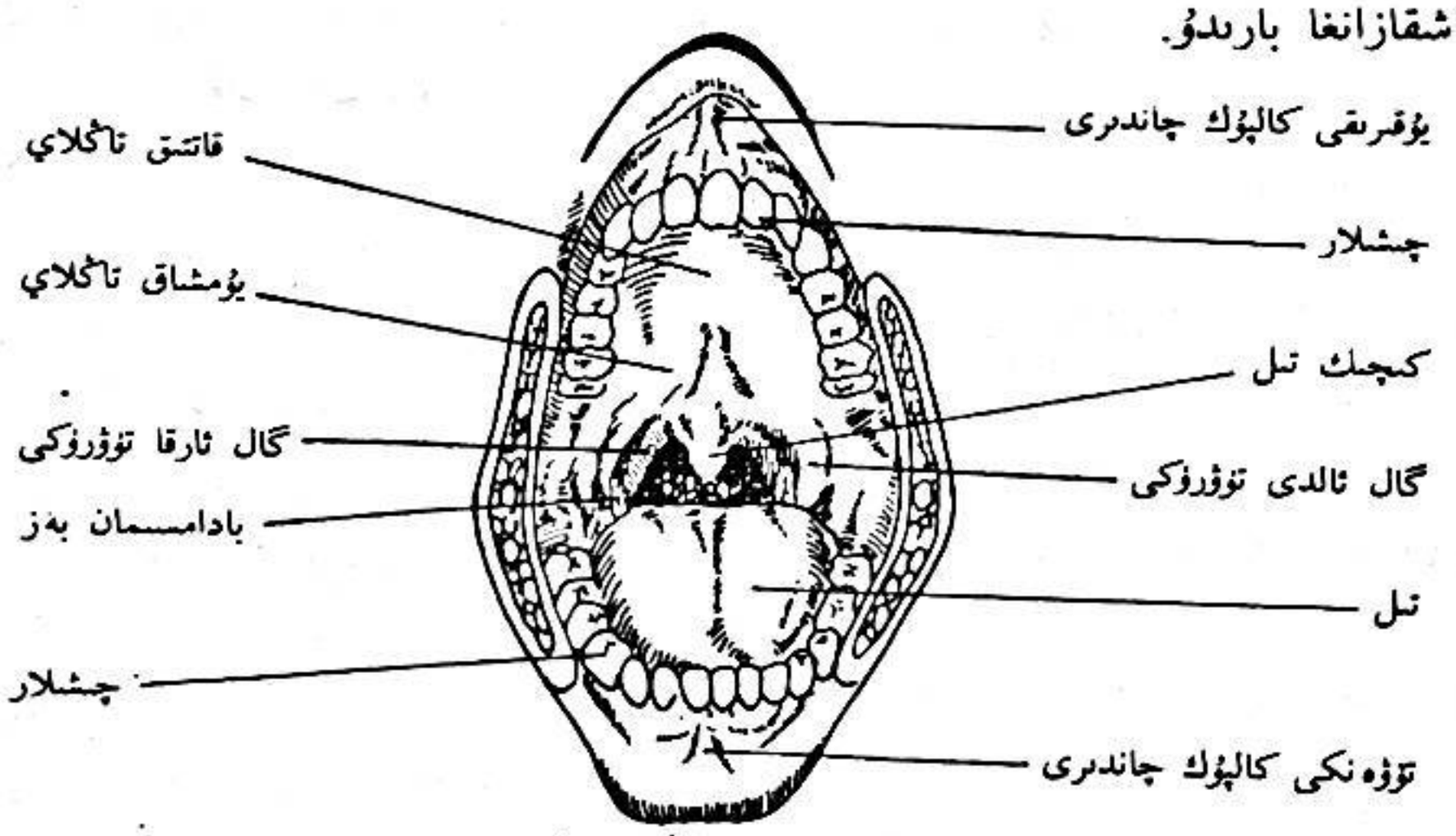
گال

گال پارىسچە «ھەلق» دەپ ئاتىلىدۇ. تۈنۈك ئالدى تەرىپىنىڭ ئوستى يۇمشاق ۋە قاتتىق تاكلاي بىلەن، ئاستى تەرىپىنىڭ كەينى كاناي ۋە تاماق يولى بىلەن، ئاستى تەرىپىنىڭ ئالدى تىل تۈۋى بىلەن تۈتىشىدۇ. تۈ مېھراب شەكىلدە بولۇپ، مېھراب ئوتتۇرىدا كىچىك تىل يەنى ئەقىل تىلى بولىدۇ. تاكلايلار 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 تاكلاي مېھرابى، كەينىدىكى گال تاكلاي مېھرابى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. بۇ ئىككى مېھراب ئارىلىقىدا بىردىن ئىككى بەز بولىدۇ. مەزكۇر بەزلەرنىڭ شەكلى بادامغا ئوخشىغاچقا بادامسىمان بەزلەر (لەۋزەتەين) دەپ ئاتىلىدۇ. تۈلاردا 15—12 دانە چېكىتسىمان تۈشۈكلەر بولۇپ، تۈشۈكلەر كەينىدە شۆلگەيسىمان سۈيۇقلۇقلارغا تولغان خالتىچاقلار بولىدۇ. بۇ يەرلەرنىڭ ئارقا تەرىپى قۇلاق كانالچىسىنىڭ ئېغىزى بىلەن تۇتىشىدۇ. شۇڭا بۇ يەرلەر ۋەرەملەنگەن كۆپىنچە كىشىلەردە قۇلاق ئېغرلىشىپ

پۈتۈپ قالغاندەك سېزىم پەيدا بولىدۇ. ئېغىز بوشلۇقىدا يەنە شۆلگەي بەزلىرى، تىل ئاستى بېزى، ئىككەك ئاستى بېزى قاتارلىقلار بولىدۇ.

گالىنىڭ ئالدى قىسمى مەلۇم مەنىدە ئېيتقاندا يۇتقۇنچاقتىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇنىڭدا ئاۋاز پەردىسى بولىدۇ. تۇ پارىسچە مىزمار دەپ ئاتىلىدۇ. تۇ ئاۋاز پەيدا قىلىشتىكى ئەڭ مۇھىم ئەزا بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. ئۇنىڭ ئالدى تەرىپىدە كاناي يولى، كەينى تەرىپىدە تاماق يولى يەنى قىزىلئۆڭگەچ بولىدۇ. كاناي بىر قانچە ئونلىغان يېرىم ھالقا شەكلىدىكى كۆمۈرچەكلەردىن تەشكىل تاپقان بولۇپ، ئاستى كاناي شاخچىلىرى ئارقىلىق ئۇپكە بىلەن تۇتىشىدۇ. ئۇنىڭ يۇقىرىقى قىسمىدا بىر ئوسۇكچە بولۇپ، ئۇ بۇغدىيەك دەپ ئاتىلىدۇ، بۇغدىيەك كاناي بوشلۇقىنى كاناي ئالدىنقى دالىنى، كاناي قېرىنچىسى، ئاۋاز ئاستىنقى رايونىدىن ئىبارەت ئۈچ قىسمغا بۆلۈنىدۇ. كاناي نەپەس ئېلىشنى تەڭشەش، ئاۋاز چىقىرىش، يۇتقان نەرسىلەرنىڭ نەپەس يولىغا كىرىپ كېتىشىنى توسۇش، كۆچەش قاتارلىق ھەرىكەتلەرگە يارەدەم بېرىشتەك خىزمەتلەرنى ئۆتەيدۇ.

تاماق يولى يەنى قىزىلئۆڭگەچ كاناي ئارقىدىن ئاستى تەرەپكە قاراپ مېڭىپ ئۇمۇرتقا ئالدىدىكى تۆشۈكتىن ئۆتۈپ 10-ئۇمۇرتقىنىڭ ئۈدۈلىدىكى ئاشقازانىنىڭ يۇقىرى قىسمىدا ئاياغلىشىدۇ. قىزىلئۆڭگەچ 3 قەۋەتتىن تۈزۈلگەن بولۇپ، سىرتقى قەۋىتى مۇسكۇل يىپچىلىرىدىن، ئوتتۇرا قەۋىتى خانىلىق پەردىدىن، ئىچكى قاتلىمى بەلغەمسىمان پەردىدىن تۈزۈلگەن. ئۇنىڭ ئېچكى ۋە ئوتتۇرا قەۋەتلىرىدە ئۇرغۇنلىغان بەزلەر بولۇپ، ئۇلار شىلىمشىق سۇيۇقلۇق ئىشلەپچىقىرىپ قىزىلئۆڭگەچنى نەمدەپ سىلىقلاشتۇرۇپ تۇرىدۇ. يۇتقۇنچاقتىن يۇتۇلغان يېمەك-ئىچمەكلىكلەر قىزىلئۆڭگەچ ئارقىلىق ئاشقازانغا بارىدۇ.



ئېغىز بوشلۇقىنىڭ تۈزۈلۈشى

كالپۇك قۇرۇش، يېرىلىش ۋە قاسراقلىشىش

كالپۇك قۇرۇش، يېرىلىش ۋە قاسراقلىشىش (جۇفاقۇششه فه تى، ته شه ققه-قۇشىشه فه تى، ته قه شىشۇرۇشىشه فه تى) قۇرۇقلۇقنىڭ غالىبلىقىدىن يەڭگىلەك بولسا كالپۇك قۇرۇغانلىقىغا، ئېغىر بولسا كالپۇك يېرىلىپ قاسراقلىشىپ 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، تۆۋنىڭ تەسىرى ئەسەبلەر ئارقىلىق كالپۇكقا كېلىپ ئورۇنلىشىدۇ. بۇ خىلدىكىسىدە كالپۇك يېرىلىشتىن ئىلگىرى تۇيقۇسىزلىقتا ئوخشاش مېڭىدە قۇرۇقلۇق ئېشىپ كەتكەنلىك ئالامەتلەر بولىدۇ.

2. كۆزىگەن خىلتلار ئاشقازانغا يىغىلىدۇ، تۆۋنىڭ بۇخارلىرى كالپۇكقا ئورۇنلىشىپ كالپۇك يېرىلىدۇ، قاسراقلىشىدۇ.

3. قىزىتمىلىق كېزىك (تەبىي مۇھىرىقە) تە بەدەندىكى قۇرۇقلۇق ۋە ھارارەت تۆپەيلىدىن كالپۇك قۇرۇيدۇ، يېرىلىدۇ، ھەتتا قاسراقلىشىپ سويۇلىدۇ.

بەلغەم خۇسۇسىيەتلىك چاپلىشاڭغۇ خلىت كالپۇكقا چاپلىشىپ يۇقىرىدىكى ھارارەتتە قۇرۇپ كالپۇك قۇرۇشنى پەيدا قىلىدۇ، ئاندىن يېرىلىدۇ. بەزىدە قاسراقلىشىپ بەلغەمسىمان پەردە چۈشۈشى مۇمكىن.

يەنە كۆپ قان يوقاتقان، ئېغىر ئىچى سۇرگەندىمۇ بۇ خىل ئەھۋاللار تۆۋچرايدۇ.

ئالامتى

ئەتىياز، كۈز پەسىللىرىدە كۆپرەك تۆۋچرايدۇ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە قىزىتمىلىق

كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىغانلار، تۇزاق 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، قاسراقلىشىپ سويۇلىدۇ، ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن بەدەندىكى قۇرۇقلۇق ئاشقان سەۋەبلەرنى ئېنىقلاش، كېزىك، سىل، قان يوقىتىش، ئىچ سۈرۈشتەك كېسەللىكلەر بولسا تۇلارنى ۋاقتىدا داۋالاش، قۇرۇقلۇقنى قايتۇرۇپ، بەدەننى ھۆللەشتۇرگۈچى تۈسۈل-چارىلەر ۋە دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ماتۇلجۇبىنى ئىچسە ۋە تۈنى كالپۇكقا سۈرسە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. سىرتقى جەھەتتە قىز تۇغقان ئايال سۈتى بىلەن پات-پات كالپۇكنى نەمدەش؛ تەرخەمەك كۆپۈكى، بىنەپشە يېغى بىلەن تەييارلانغان قىيرۇتى (مومۇق ياغ) بىلەن كالپۇكنى ياغلاش؛ موزا، قەلەي كۈشتىسى، نىشاستىلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، توخۇ يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ كالپۇكقا چېپىش؛ ئىسبەغۇل شىرىسى (لوئابى) نى ئەرىقى گۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈرۈش ياكى بېھى تۇرۇقى، ئاق لەيلى تۇرۇقى، زىغىرلاردىن بىرىنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ كالپۇكقا سۈرۈش؛ قاپاق يېغى، تۇسۇڭ يېغى، خەشخاش ياغلىرىنىڭ بىرى بىلەن كالپۇكنى ياغلاش كېرەك. كېسەللىك ماددىسىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتىش ئۈچۈن بىنەپشە يېغىنى كىندىككە سۈركەش لازىم.

چاپىدىغان ھەر قانداق دورىنى كالپۇكقا چاپقاندىن كېيىن توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئىچىدىكى ئاق پەردىسىنى دورا ئۈستىدىن چاپلاپ قويسا ھەم دورىنى ھەم يېرىلغان، سويۇلغان جاينى سىرتقى تەسىرلەردىن ساقلايدۇ.

ئوزۇقلىنىشتا كاللا-پاقالچاق ئىستېمال قىلىش ۋە شۇرپىسىنى ئىچىش، ئاچچىق-چۈچۈك، تۈتكۈر تەسىرلىك تۇرلۇك 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 تۈزگىرىشى، يەرلىك ئورۇننىڭ ھارارىتى كېمىيىپ كېتىشى تۈپەيلىدىن خام بەلغەم خۇسۇسىيەتلىك ھۆللۈك ئېشىپ يەرلىك ئورۇندا تۇرۇپ قېلىپ كالپۇك ئاقىرىشنى پەيدا قىلىدۇ. ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەنلىكتىن تۈزگەرتكۈچى قۇۋۋەت ئاجىزلىشىپ ئوزۇقلۇقلارنى ئەزالارنىڭ مۇناسىپ ھالدىكى رەڭگىگە ئۆزگەرتەلمەيۋاتقان مەزگىللەردە ئەگەر مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كالپۇكتا قاپارتما ھاسىل بولۇش، سۇ كۆتىرىش، بىر قەۋەت تېرە تاشلاشتەك ئەھۋاللار كۆرۈلسە كالپۇكنىڭ تېگىدىن ئاقىرىپ قېلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

دېمەك، كالپۇكنىڭ ئاقىرىپ قېلىشى قاننىڭ تۈزگىرىشى، بەلغەم خىلىتىنىڭ ئارتىشى ۋە باشقۇرغۇچى ئەزالارنىڭ قۇۋۋىتى ناچارلىششى تۈپەيلىدىن يۈز بېرىدۇ.

قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرنىڭ بۇھران يۈز بەرگەن مەزگىلدە 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 كۆتىرىپ 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 ئىتىريفبلى كەبىر، ئىتريفبلى ھەمان قاتارلىقلار بېرىلىدۇ.

تەبىئىي ھارارەتنى ئويغىتىش، بەلغەم خۇسۇسىيەتلىك خىلتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن سۇنبۇل، گۈلخەيرى، ياسىمەن، زەئفەر قاتارلىقلارنىڭ يېغنى بۇرۇنغا تېمىتىش؛ سياھدان، 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، داۋالمىسىمۇ بولىدۇ. ئۆزلۈكىدىن يوقاپ كېتىدۇ.

ئەگەر، قان ۋە سەپرا سەۋەبىدىن قوقاقتەك مۇدۇرلەر چىققان بولسا، قىيفال تومۇرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قان ئالىسىمۇ بولىدۇ.

كالپۇك تارتىشىش

كالپۇك تارتىشىش (ئىختىلاجۇششە فەتى) كالپۇكنىڭ لىپىلداپ تارتىشقانلىقىغا، ھەتتا تارتىشىشنىڭ ئېغرلىشىپ كالپۇكنىڭ نورمال ھەرىكىتىگە تەسىر يەتكۈزگەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

بەش خىل بولىدۇ:

1. بەدەندىكى نورمال سۇيۇقلۇق ياكى قانىنىڭ كۆپلەپ چىقىپ كېتىپ كالپۇكقا يامان تەسىر كۆرسىتەكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

2. ئاشقازان شىرىكچىلىكىدىن پەيدا بولىدۇ. يەنى غىدىقلىغۇچى بىرەر يات ماددا ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا قۇيۇلغاندا، ئۇنى توسۇش ئۈچۈن ئاشقازان يىغىلىپ كېڭىيىپ ھەرىكەتلىنىدۇ. بۇ ھەرىكەت كالپۇك پەيلىرىنىڭ تارتىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

3. يۇز فالىجى (لەقۋە)، تۇتقاقلىق (سەرئى) كېسەللىكلىرى يۈز بېرىشتىن ئىلگىرى مېڭىگە غىدىقلىغۇچى بىرەر ماددا تەسىر قىلغانلىقتىن مېڭىدىكى كالپۇكقا تۇتاش بولغان سېزىم پەيلىرىنىڭ غىدىقلىنىشىنى پەيدا قىلىپ كالپۇك تارتىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

4. بەدەنده قويۇق يەل پەيدا بولۇپ كالپۇكقا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن كالپۇكنىڭ لىپىلداپ تارتىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

5. قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن كالپۇكتىكى تۈشۈك ئىنچىكە تومۇرلارغا قان تولغاندا، تۆلار قىسمەن توسۇلۇپ بىر خىل سۇيۇقلۇچى قۇۋۇقلىنىدۇ. ھەمدە تۇنىكىدىن ئاجرالغان قان مەنبەلىك بۇغلارنى يەلگە ئايلاندۇرۇپ، كالپۇك تېرىسىدىكى ئۇششاق تۆشۈكلەرنى زىچلاشتۇرۇپ قويىدۇ. نەتىجىدە يەللەر تارقالماي كالپۇك تارتىشىنى 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-خىلىدا: ئاغرىق كىشىده كۆپلەپ سۇيۇقلۇق ياكى قان يوقاتقانلىق تارىخى بولىدۇ. بەدەن زەئىپ، روھىي-ھالىتى تۆۋەن بولىدۇ.

2-خىلىدا: كالپۇك تارتىشىش بىلەن بىللە كۆڭۈل ئېلىشىش، ھېچ تۇتۇشلار بولىدۇ. بۇ خىلدىكى كالپۇك تارتىشىش ئاغرىقنىڭ قۇسۇدىغانلىقىدىن دېرەك بېرىدۇ.

3-خىلىدا: كېسەل كىشىده كالپۇك تارتىشىش بىلەن بىرگە ئىچى تىتىلداش، ئېزىلەڭگۈلۈك، پۇت-قوللار قولىشىشتەك سەرئى كېسىلى يۈز بېرىشنىڭ ئالدىدىكى بىشارەتلىك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ.

4-خىلىدا: كالپۇك تارتىشىش بىلەن بىرگە كالپۇكتا قىچىشىش بولىدۇ.

5 ـ خىلىدا: كالپۇك تارتىشىش بىلەن بىرگە كالپۇك چىكمىلىش، قىچىشىش ئالامەتلىرى بولىدۇ.

داۋاسى

1 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن سۈيۈقلۇق ياكى قان يوقىتىشنىڭ سەۋەبلىرىنى ئېنىقلاپ ئۇنى يوقىتىشقا چارە قىلىش كېرەك. ئاندىن كېيىن ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۇتلەندۈرۈچى، سۈيۈقلۇقلارنى تولدۇرغۇچى، قان كۆپەيتكۈچى دورىلار ۋە يېمەك ـ ئىچمەكلىكلەرنى بېرىش لازىم.

2 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن ئاشقازاننى تازىلاش، قەي قىلدۇرۇش، سەپرا ياكى بەلغەم سۇرگىسىنى ئايرىم ـ ئايرىم ياكى بىر قىلىپ ئىچكۈزۈش لازىم. ھەببى تەنكار قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. ئاندىن كېيىن ئاشقازاننى كۆچەيتكۈچى دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، مەسىلەن: جەۋارىش ئامىيلە، جەۋارىش كۆمۈنى، ئىتريېفىلى كەبىر قاتارلىقلاردىن بېرىش لازىم.

3 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، ئوخشاشلا ئالدى بىلەن مېڭىنى تازىلاش، بۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى قوقيا ياكى ھەببى ئىيارەجنى ئىستېمال قىلىش لازىم. ئاندىن كېيىن قۇرۇق ئۈزۈم، ئاقتېرە قەرھا قاتارلىقلار بىلەن غەر ـ غەر قىلىش ھەمدە لەقۇمگە قىلىندىغان چارىلەرنىڭ يەڭگىلەكلىرىنى قىلىش لازىم. ماددەتۈلھايات، مەئجۇنى تۇجاھ قاتارلىقلاردىن بەرسە بولىدۇ.

4 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، قويۇق يەللەرنى تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلىش، تىتىرەش (رەئىشە) كېسىللىكىگە قىلىندىغان چارىلەرنى قىلىش بىلەن بىرگە جويۇزنى بابۇنە يېغىدا يۇمشاق ئېزىپ كالپۇكقا چېپىش كېرەك.

5 ـ خىلىدىكىسىنى داۋالاشتا، مۇۋاپىق تېپىلغاندا ئالدى بىلەن قېيفال تومۇردىن قان ئېلىش، 6 ـ 5 كۈن ئۈتكەندىن كېيىن تۆت تومۇر (چاھارەگ) دىن ياكى تىل ئاستىدىكى تومۇردىن قان ئېلىش كېرەك. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىسسىق كېسەللىكلەردە بېرىلىدىغان مەتبۇخلارغا شاھتەررە قوشۇپ ئىچىنى يۇمشىتىش، ئاندىن كېيىن تېرە تۇشۇكلىرىنى ئېچىشقا تىرىشىش كېرەك. ياكى ھەببى شەبيار بەرگەندىن كېيىن رۇمبادىيان، بىنەپشە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، بىسفايەج، بادىرەنجى بۇيا يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۈستىگە مۇۋاپىق مىقداردا ئاپتابىي گۈلقەنت قوشۇپ ئىچىش لازىم. ئىتريېفىلى كەبىر قاتارلىق قاتارلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلىش بىلەن بىرگە سۈسۈن يېغى، قوستە يېغى قاتارلىق

ياغلار بىلەن كالپۇكنى ياغلاش ۋە كالپۇكقا ئىسسىق تۇتكۇزۇش لازىم.

چۈچۈمەل شورپىلار بىلەن قانىنى پەسەيتىش، تاماق مقدارىنى ئازايتىش كېرەك.

مەتبۇخى تۈستۈخۇددۇس مۇلەيىننى 3 ـ 1 قېتىم بەرسمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

مەتبۇخى تۈستۈخۇددۇس مۇلەيىن

بىسفايەج، زاراكزا مېغىزى ھەر بىرى 13.5 گرام، چىلان 20 دانە، سەرپىستان 20 دانە، تۈستۈخۇدۇس، گۈلى بابۇنە، قەنتەرىيون دەقىق، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 8.1 گرام، سۈرۈنجان 5.4 گرام، تەرەنجبىن 100 گرام.

ئەفتىمۇندىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ 1.5 لىتر سۇ قويۇپ چىلاپ بېرىمى قالغىچە قاينىتىپ تەرەنجبىن قوشۇپ قائىدە بويىچە سۈزۈپ ئىلىنىدۇ.

كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ.

كالپۇك ۋەرەملىرى

كالپۇك ۋەرەملىرى (ئاماسىيلى 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 تۈت خىلىت (سەپرا، قان، بەلغەم، سەۋدا)نىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشلىرى كالپۇكقا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزىدە كالپۇكقا بىر نەرسە تېگىپ كېتىشتەك سىرتقى زەخمەر تۇپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزىدە قاتتىق سوغۇق ۋە ئىسسىقلاردا تۇزۇن يول يۈرۈش، شورلۇق سۇلارنى ئىچىش

ئالامتى

ماددىسىز كەيپىياتلاردىن بولغان بولسا، ئىششىق كالپۇكتىلا بولۇپ ئەتراپقا تارقىمايدۇ. قىزىش، ئاغرىش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ. تېرىسى برئاز قوۋزاقلىشىدۇ.

خىلىت ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا، شۇ خىلتلارنىڭ ئۆزگەرگەنلىكىگە 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 يۇمغاقسۇت سۈيىدە سۈرۈپ تېتىقىنى چىقىرىپ كالپۇكقا 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 تۈنى، گۈلاب، ئىت ئۆزۈمىنىڭ ئوسارىسىگە ئوخشاش ۋەرەمنى ياندۇرۇپ، ئەزانى قورۇغۇچى دورىلارنى كالپۇكقا سۈرۈش، ئاخىرىدا بادام يېغى ۋە ئاق موم بىلەن تەييارلانغان مەلھەمنى چېپىش، قىزىق سۇ بىلەن ئوبدان يۇيۇش لازىم.

بەلغەم خىلىتىدىن بولغانلىرىغا سېرىق چېچەك، بابۇنە، ئىكلىلمىلكىلەرگە 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 تۇرده يەرلىك ئورۇنغا ياقسا بولىدۇ.

بۇ كېسەللىكتە تاماققا دىققەت قىلىش، تاماقنى كەم يېيىش، يەللىك تاماقلاردىن

كالپۇك دوردىيىش

كالپۇك دوردىيىپ قېلىش (تەقەللۇسۇششەفەتى) ئۇستۇن ۋە ئاستىنقى كالپۇكلارنىڭ بولۇپمۇ ئۇستۇنكى كالپۇكنىڭ تاشقى تەرەپكە تارتىشىپ، ئۆرۈلۈپ قالغاندەك دوردىيىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئېغىزنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشىگە تەسىر يەتكۈزۈپلا قالماي، يەلكى 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 قېلىش كالپۇكقا بىرەر تۇقسان يەتكەنلىكتىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ خىل تۇقسانغا ئاساسەن تۆۋەندىكى 2 خىل تەشەننۇج سەۋەبچى بولىدۇ.

1. ھۆللۇك ئاشقان تەشەننۇجىدىن 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 قېلىش خاراكتېرلىك تارتىشىپ قېلىشتىن بولغان كالپۇك دوردىيىش دەپ ئاتىلىدۇ.

2. قۇرۇقلۇق ئاشقان تەشەننۇجىدىن كالپۇك دوردىيىپ قالىدۇ. بۇنىڭدا بەدەننى قۇرۇتقۇچى ئامىللاردىن، مەسىلەن: كۆپ قۇسۇش، ئۆزۈن مۇددەت ئىچى سۇرۇش، دائىم ئادەتتىن تاشقىرى ئاچ قېلىش، ئۆيقۇسىزلىق، ئارتۇقچە جاپا تارتىش ۋە ئوتكۇر قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر تۇپەيلىدىن كالپۇك پەيلىرى تارتىشىپ كالپۇك دوردىيىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ تەشەننۇجى ئىستىفراغدىن يەنى ئىستىفراغ خاراكتېرلىك تارتىشىپ قېلىشتىن بولغان كالپۇك دوردىيىش دەپ ئاتىلىدۇ. بەزىدە ئۆلۈم يېقىنلاپ قالغاندىمۇ

كالپۇك دوردىيش ئەھۋاللىرى كۆرسۈلىدۇ.

ئالامىتى

1. ھۆججۈك ئاشقان تەشەننۇجدىن بولغان كالپۇك دوردىيشتا، كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆپىنچە بىردىنلا پەيدا بولىدۇ. كالپۇكتا ئېغرىلىق ۋە سۇسلۇق بولىدۇ. بولۇپمۇ كالپۇك ھەربىكەت قىلسا تېخىمۇ تارتىشىپ دوردىيپ كېتىدۇ. كالپۇك بوش، يۇمشاق ۋە سوغۇق بلىنىدۇ. سىرتقى جەھەتتە ياغلار بىلەن ياغلسا ياغنى تارتمايدۇ.

2. قۇرۇقلۇق ئاشقان تەشەننۇجدىن بولغان كالپۇك دوردىيشتا، كالپۇك دوردىيش ئاستا-ئاستا باشلىنىدۇ. كالپۇك ئورۇق، چىكىراق ۋە سوغۇق بلىنىدۇ. سىرتقى جەھەتتە ياغلار بىلەن ياغلسا ياغنى تېزلا تارتىپ كېتىدۇ.

داۋاسى

ئەگەر كالپۇك دوردىيش تۇغما بولغان بولۇپ باللىق مەزگىلدە كالپۇكنى ناھايىتى يۇمشاقلىق بىلەن دائىم بىر تەرەپكە تارتىش ئارقىلىق تۈزەش مۇمكىن. كونارغانلارنىڭ داۋاسى يوق.

1. ھۆججۈك ئاشقان تەشەننۇجدىن بولغان كالپۇك دوردىيشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن ماددىنى پىشۇرۇش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەر كۈنى ماتۇل تۈسۈل شەربىتىگە گۈلقەنت قوشۇپ ئىستېمال قىلىش كېرەك. ماددا پىشقاندىن كېيىن فالەج كېسەللىكىدە بېرىلگەن ئىيارەجلەردىن، 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، فەرفىيۇن، ئاقىرقەرھالارنى يۇقىرىدىكى ياغلاردا ئېزىپ ياغلسا تەسىرى تېخىمۇ ياخشى.

2. قۇرۇقلۇق ئاشقان تەشەننۇجدىن بولغان كالپۇك دوردىيش ئوتتۇرا ياشلىقلار ۋە ياشانغانلاردا كۆرۈلسە ئاسانلىقچە داۋا قوبۇل قىلمايدۇ ياكى ساقايمايدۇ. ياشلار ۋە باللىرىدىكىسىمۇ تەستەرەك ساقىيدۇ ھەمدە تۈزۈن ۋاقىت كېتىدۇ.

ئالدى بىلەن پۇتۇن بەدەنگە بولۇپمۇ نۇقسان يەتكەن ئەزاغا ھۆججۈك يەتكۈزۈشكە

تىرىشىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن يېڭى سېغىلغان ئېشەك سۈتى، ئۈچكە سۈتى، ئارپا سۈيى، بېھى ئۇرۇقى شىرىسى، بىنەپشە شەربىتى، نىلۇفەر 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 ھۆججەتلەرنى، مەسىلەن: بىنەپشە گۈلى، ئۈسۈڭ غازىكى، ئاق لەيلى غازىكى ۋە گۈلى، ئارپا ئۇنى، سەي كاۋىسى، ئۈچكە سۈتى قاتارلىقلار بىلەن قاينىتىلغان سۇدا پۈتۈن بەدەننى ۋە كالپۇكنى يۇيۇش، بەدەنگە ۋە يەرلىك ئورۇنغا ھۆججەتلەشتۈرگۈچى دورىلارنى سۈركەش، مەسىلەن: كالىنىڭ پاقالچاق يىلىكى، مېكىيان ئۈخۈنىڭ يېغى، ئاق موم، بىنەپشەلەردىن ياسالغان قىروتى قاتارلىقلارنى سۈرۈش لازىم.

كالپۇك ئۈششاق مۇدۇرى ۋە يىرىڭلىق چاقسى

كالپۇكقا ئۇششاق مۇدۇر ۋە يىرىڭلىق چاقا چىقىش (بۇسۇرۇششەفەتى ۋە قۇرۇھۇششەفەتى) بەدەندىكى خىلىتلارنىڭ ئۆزگىرىشى كالپۇكقا يامان تەسىر قىلىپ كالپۇك چۈرىسىگە ئۇششاق مۇدۇرلەر ۋە يىرىڭلىق چاقىلار چىققانلىقىغا قارىتىلغان.

. سەۋەبى

بەدەندىكى خىلتلارنىڭ بولۇپمۇ قان، سەپرا ماددىسىنىڭ غەيرىي تەبىئي ھالدا نورمالسىز ئۆزگىرىشى تۈپەيلىدىن بەزى قويۇق ماددىلار كالپۇك ئەتراپىدا توختاپ قېلىپ، بۇخارات پەيدا قىلىش بىلەن كالپۇكقا ئوخشىمىغان دەرىجىدە مۇدۇر چىقىدۇ. ئەگەر تۈ ئوقۇنەتلەنسە يىرىڭلىق چاقىلارغا ئايلىنىدۇ.

ئالامىتى

مەزكۇر كېسەلنى پەيدا قىلغۇچى سەۋەبچى ماددىلار يەڭگىل بولسا كالپۇك ئەتراپىغا پات-پات ئۇششاق مۇدۇر چىقىپ، ئۆزلۈكىدىن يوقلىپ كېتىدۇ، ئاغرىشتەك باشقا

ئالامه تله‌ر بولمايدۇ. ئه‌گه‌ر بۇخارات كۆچلۈك، ئوقۇنه‌تلىنىش ئېغىر بولۇپ تۇششاق مودۇرله‌ر ئۈزۈلۈنگىچه ساقايمىسا، ته‌دريجي چوڭىيىپ يىرىڭلىق چاقىغا ئايلىنىدۇ، به‌زىلىرى ئه‌تراپىغا يامراپ ئېغىز يارىسىنى كه‌لتۈرۈپ چىقىرىدۇ. قىزىرىش، چىڭقىلىش، لوقۇلداپ ئاغرىشته‌ك ئالامه‌تله‌ر قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

داۋاسى

مه‌تبۇخى هه‌ميله ياكى مه‌تبۇخى ئه‌فتمۇن، ئىتريفېلى ئه‌فتمۇن قاتارلىق دورىلارنى بېرىش لازىم.

سىرتتىن ئه‌هۋالغا قاراپ مه‌لهمى ئىسپىداج چېپىلدۇ ياكى مه‌لهمى گىلى ئه‌رمىنى ته‌يارلاپ چاپسا بولىدۇ.

مه‌لهمى گىلى ئه‌رمنى

گۈل يېغى، بابۇنه گۈلى، ئاق له‌يلى گۈلى هه‌ر بىرى 10 گرام، زىغىر، ئىسىبه‌غۇل هه‌ر بىرى 6 گرام، قاپاق مېغىزى 10 گرام، گىلى ئه‌رمنى 15 گرام.

بابۇنىنى قاينىتىپ تۇنۇك سۇيىده ئاق له‌يلى گۈلى، زىغىر، ئىسىبه‌غۇللارنىڭ لۇئاب (شىرىسى) نى چىقىرىپ، تۇنۇكىغا قاپاق مېغىزى، گىلى ئه‌رمنله‌رنى سوقۇپ قوشۇپ، ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ كالپۇكقا چاپسا بولىدۇ.

كالپۇكقا ئارتۇقچه گۆش تۇسۇش

كالپۇكقا ئارتۇقچه گۆش تۇسۇش (به‌ۋاسىرى له‌ب، به‌ۋاسىرۇششه‌فه‌تى،) كالپۇك ئىچىگه كىچىك ئۈزۈمده‌ك چوڭلۇقتا ئارتۇقچه گۆش تۇسۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سه‌ۋه‌بى

ئىچكى، تاشقى ئامىللارنىڭ ته‌سىرىدىن كۆيۈپ، بۇزۇلغان قاننىڭ كالپۇك تۇششاق

شاخچه تومۇرلرىدا توختاپ قېلىشى تۇپەيلىدىن تەدرىجىي هالدا تۇسمە گۈش پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ئالامىتى 2 خىل بولىدۇ:

1. كۆپىنچە تۇۋەنكى كالپۇكقا كىچىك ئۇزۇمدەك چوڭلۇقتا رەڭگى كۆكۈش كەلگەن قاتتىق مۇنەك ئۆسۈپ چىقىپ، ئوتتۇرىسىدىن يېرىلىدۇ. بەزىلىرى چوڭىيىپ كالپۇك تېشىغا كۆتۈرۈلۈپ بىرئاز تۇرۇلۇپ قالىدۇ.

2. تۇۋەنكى كالپۇكتا شەكلى قارا ئۇجمىگە ئوخشاش گۈش پەيدا بولىدۇ، ئاغرىمايدۇ. بەزىلىرى چوڭىيىپ كالپۇكنىڭ تېگى تەرەپنى قورۇپ، كالپۇك سېزىمسىز يۇقىتىدۇ. بەزىلىرى يامانلىشىپ سەرتان (راك) غا ئايلىنىپ قېلىشى مۇمكىن.

داۋاسى

كېسەللىك يېڭى ۋە يەڭگىلەك بولسا مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ئىيارەج فەيقەرا ببرىپ 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 تۇزىدىنمۇ ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن نەشتەر بىلەن كالپۇكنى تىلغاندىن كېيىن قانىنى توختىتىش ئۈچۈن سىركە سۇركەش كېرەك. چۈنكى سىركە قان توختىتىشقا داغلىغانلىقى ئورنىنى باسىدۇ. ئەگەر كالپۇك بەۋاسىرىنىڭ رەڭگى قىزىل بولسا، تېغ ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش شەرت. چۈنكى بۇ چاغدا تۇشۇشاق هەربىر تالىك تومۇرلار قان تولغان (ئىمتىلانىۋىدەمى) هالەتتە بولغانلىقتىن تېغ تەگسە مەزكۇر تومۇرلار كېسىلىپ كېتىپ، قان توختىماسلىق خەۋپى بولىدۇ. بۇنداق هاللاردا ئالدى بىلەن زىمادى ئەدەس (پۇرچاق قويۇق مەلھەمى) ۋە مەلھەمى موردارسەنگە (گۈش ئۈندۈرگۈچى مەلھەم) ئىشلىتىش لازىم.

كېسەللىك كونا، ئېغىرراق بولسا مەخسۇس دەستكارى تۇسۇلى بىلەن كېسىپ ئېلىۋېتىش، كالپۇكنى تۇزۇنسىغا تىلىپ ئاندىن كالپۇك سىرتىغا تۇرۇلۇپ قالمىغۇدەك هالەتتە تىكىپ، زەخمەر، خۇنسياۋشانلارغا ئوخشاش قان توختاتقۇچى دورىلارنى سېپىپ، ئاندىن جاراھەتنى پۈتتۈرگۈچى مەلھەملەرنى سۇركەش لازىم.

زىمادى ئەدەس

ئاق پۇرچاق، بابۇنە، ئىكللىملىك، ئاق لەيلى تۇرۇقى ھەر بىرىدىن باراۋەر مىقداردا ئىلىپ، شۇنىڭغا لايىق مىقداردىكى تۇخۇم سېرىقى ۋە مېكىيان توخۇ يېغى ئېلىنىدۇ. ئالدى بىلەن يۇقىرىقى تۆت خىل دورىنى سۇدا ئوبدان پىشۇرغاندىن كېيىن سۈزۈپ ئېلىپ، تۇخۇم سېرىقى، تۇخۇ يېغى بىلەن ئېزىپ خېمىرەك قىلىنىدۇ.

كالپۇك بەۋاسرى ۋە چاقسىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. لازىم بولغاندا تەييارلاپ كالپۇكقا تاڭسا بولىدۇ.

مەلھىمى موردارسەنگ

مەدەستاندىن 23 گرام ئىلىپ يۇمشاق سوقۇلىدۇ، زەيتۇن يېغىدىن 6 گرام ئىلىپ قىزىتىلىدۇ. كۇندۇر، مىلتىق دورىسى، ئەنزەرۇت، خۇنسياۋشان، زىپتى يابىسلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام ئىلىپ تالقانلىغاندىن كېيىن مەدەستان ۋە زەيتۇن يېغىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ. چاراھەتلەرگە گۆش ئۇندۇرۇپ، جاراھەتنى پۈتتۇرۇشتە 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 تۇزىگە بىلىنمەي باشقىلارغا بىلىنىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەرنىڭ يامان تەسىرىدىن ئېغىز پۇراش كېلىپ چىقىدۇ. ئىچكى جەھەتتە بىرەر خىلتىنىڭ تۇزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بەزى قويۇق

بۇخاراتلىق كېسەللىكلەرنىڭ، مەسىلەن: ئۆپكە سىلى، گال، ئېغىز-چىش كېسەللىكلىرى، ئاشقازان كېسەللىكلىرى، پۈتۈن بەدەنلىك يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر ۋە ئۆسمە كېسەللىكلىرىنىڭ ئوخشىمىغان بۇخارلىرى ئېغىز ئارقىلىق سىرتقا چىقىپ ئېغىز پۇراشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

تاشقى جەھەتتە يېمەك-ئىچمەكلىرى ئېغىز بوشلۇقى ۋە چىش مولۇكلىرىگە يېغىلىپ ۋاقتى-ۋاقتىدا پاكىزلەنمىگەچكە تەدرىجىي ھالدا ئوخشىمىغان پەيدا قىلىپ، ئېغىز پۇراشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامتى

گەپ قىلغاندا، ئېغىز ئارقىلىق نەپەسلىنىپ نەپەس چىقارغاندا ئېغىز پۇرايدۇ. كۆپىنچە ئاغرىقنىڭ تۈزىگە 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 كۆچلۈك 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 بىرىلىدۇ. سۇنبۇل، پوستى تۇرۇنجى (جۇيزە پوستى)، سەئىدى كوفىلارنى 5 گرامدىن ئىلىپ، 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 ئىلىشنى ئاساس قىلىش، ئېغىزنى دائىم تاماقتىن كېيىن، كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن ۋە ئۇخلاپ قوپقاندىن كېيىن يىلمان سۇ بىلەن چوتكىلاپ يۇيۇش، تۈز سۇيى ياكى مۇناسىۋەتلىك دورا سۇلىرى بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم.

شۆلگەي ئېقىش

شۆلگەي ئېقىش (كەسرەتۈللۇئابى) كېسىلى ئادەتتىكى چاغلاردا ۋە بەزىدە تۇخلىغان ۋاقىتتا ئېغىزدىن كۆپ مىقداردا شۆلگەي ئاققانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. ئاشقازاندا ھۆل ئىسسىقلىقنىڭ غەلىبە قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.
2. ھەزىمنىڭ ناچارلىشىپ ئاشقازاندا بەلغەم خۇسۇسىيەتلىك سوغۇق سۈيۈقلۇقلارنىڭ 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 ۋاقتىدا كۆپىيىدۇ.
2. سوغۇقتىن بولسا، قورساق توق ۋاقتىدا شۆلگەي كۆپىيىدۇ. ھەزىم قىلىش خىزمىتى ئاجىزلىشىپ ئېغىز تەمى ئاچچىق-چۈچۈك بولۇپ قالىدۇ.
3. ياشانغانلىق، ھامىلدارلىق، بالىلىق، زەھەرلەنگەنلىك، زەھەرلىك ھاشاراتلار چاققانلىق تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

1. ئاشقازاندا ھۆل ئىسسىق يېغىلغانلىقتىن بولغان شۆلگەي ئېقىشنى داۋالاشتا، ئانار، ئالما، بېھى ۋە غورا قىياملىرىنى بېرىش؛ ئالما، بېھىگە ئوخشاش تۈتقۇچى مېۋىلەرنى ئىستېمال قىلىش ۋە ئانار شەربىتى، ئالما شەربىتى قاتارلىقلارنى ئىچىش كېرەك. سماق، ماش، قىزىلگۈللەرنى ئېھتىياجغا لايىق ئېلىپ، قاينىتىپ سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش

لازىم. ھۆل كاسىنىنى ئازراق تۆز بىلەن چالا سوقۇپ يېيىش كېرەك. بۇ چارىلەر ئىسسىقنى قايتۇرۇش، ھۆللۈك قۇرۇتۇش، شۆلگەي تىزگىنلەش رولىغا ئىگە.

2. ئاشقازاندا بەلغىمى سوغۇقلۇق يىغىلغانلىقتىن بولغان ئېغىزدىن شۆلگەي ئېقىشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن سېرىق چېچەك، تۇرۇپ تۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنى قايىنىتىپ ئىچكۈزۈپ قۇستۇرۇش لازىم. تۇنۇكۈدىن كېيىن ئاشقازانىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن ئىتىرىيىفىلى كەبىر، جەۋارىش كۈمۈنى، جەۋارىش ئىتىرىيىفىلى قاتارلىق ئىسسىق مەنجۇناتلارنى ئىستېمال قىلىش، بۇغداي تالقىنىنى بىر ئاز قېچا بىلەن قوشۇپ يېيىش، كۈندۈر ۋە مەستەكنى چايناش كېرەك.

ئېغىز ۋەرىمى

ئېغىز ۋەرىمى (ۋەرەمۇلفەمى، قۇلاق) 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 يېشىدىكى بالىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدۇ. بەزىدە بالىلارنىڭ تىل ئۈستى، قوۋۇز ئىچىنى قاپلىغاندىن سىرت، يەنە گالىغا 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 خىلتىلارنىڭ قايسى بىرى سان ياكى سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىپ ئوقۇنەت 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

ياسالملارنى ئستېمال قىلىش قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

ئېغىز شىللىق پەردىلىرىگە ئاقئوش رەڭلىك پىشلاققا ئوخشاش ئۆششاق 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 هارارەت 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 تۈزلۈقلۇقى تۆپەيلىدىن ئېغىز ئەتراپىدا ئۆششاق ئاق رەڭلىك چېچەكتەك جاراھەتلەر بولىدۇ. شۆلگەي كۆپ ئاقىدۇ.

كۆيگەن سەۋدا ماددىسىدىن بولسا ئېغىز قۇرۇيدۇ، قورۇلۇپ ئاغرىيدۇ. شۆلگەي ئاقمايدۇ. ئادەتتىن تاشقىرى ئېچىشىدۇ. تىل ئۆستىنى 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 شېرىكچىلىكىدىن بولسا، ئۆكھەل تومۇرى (رەگى هەفتى ئەندام) دىن قان ئالسا بولىدۇ. ئەگەر باشقا شېرىكچىلىكىدىن 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 كۆچلۈك دورىلار بىلەن ئاجىز دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ مۆتىدىل قىلىپ ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر كېسەللىك ئېغرلىشىپ تاكلاي تېرىسى ۋە تىل ئاستىدىن ئۆتۈپ ھەتتا شۇ جايلارنىڭ سۆڭەكلىرىگىچە يەتكەن بولسا، ئوقۇنە تلەنگەن جاراھەتنىڭ ئەتراپىغا يېيىلماسلىقى ئۈچۈن كۈچلۈك دورىلارنى، مەسىلەن: فىلافيوننى ئاقاقيا بىلەن ئىشلىتىش لازىم. بۇنىڭدا ھەرقانداق رەۋغناتلارنى بولۇپمۇ زەيتۇن يېغىنى ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم. ئەگەر ياغلارنى ئىشلىتىشتىكى مەقسەت باشقا دورىلارنىڭ قۇرۇقلۇقىنى يوقىتىش ئۈچۈن بولسا تۆتقۇچى (قابىز) ياغلارنى، مەسىلەن: ھەببۇلئاس يېغىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

قان ياكى سەپرادىن بولغان ئېغىز ۋەرىمنى داۋالاشتا كېسەل ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە بېرىلىدۇ. ھاراراتنى پەسەيتىش ئۈچۈن نىلۇفەر شەربىتى ئىچكۈزۈلىدۇ ياكى ئۆنىڭغا سوغۇق تەبىئەتلىك تۇرۇقلار شىرىسى، مەسىلەن: سېمىز ئوت تۇرۇقى، تەرخەمەك تۇرۇقى، تاۋۇز تۇرۇقى، قاپاق تۇرۇقى، تۇسۇك تۇرۇقى ۋە كاسنى ئۇرۇقلىرىنىڭ شىرىسىنى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ. سىرتقى جەھەتتە قىزىلگۈل، يۇمغاقسۇت تۇرۇقى، مارجان شوخلىسىنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ، 100 گرام سىركە بىلەن قاينىتىپ، ئېغىزنى كۈندە 3 قېتىم چايقاش ياكى تاباشىر، قىزىلگۈل، سۇماق، يۇمغاقسۇت تۇرۇقى، گۈلنارلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ ئۆنىڭغا 1 گرام كافۇر قوشۇپ يۇمشاق سوقۇپ ئېغىزغا سېپىش كېرەك. ئىسپەغۇل لوئابى بىلەن كۈك يۇمغاقسۇت سۈيىنى بىرلەشتۇرۇپ ئېغىزنى چايقاش ياكى خېنە يوپۇرمقىنى سۇغا چىلاپ ياكى يېڭى خېنە بولسا سقىپ سۈيىنى چقىرىپ ئېغىز چايقاش كېرەك. بۇ سۇغا مۇۋاپىق مىقداردا تاباشىر، كافۇر قوشۇلسا ئونۇمى تېخىمۇ ياخشى. كافۇر ۋە تاباشىرلارنى ئېزىپ چېپىشمۇ كۆپ مەنپەئەت قىلىدۇ. كۆيدۈرۈرلگەن گاۋزەبان، كۆيدۈرۈلگەن بۇغدايلارنى بىرلەشتۇرۇپ چېپىش ياكى ئۆڭا كات ھىندى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش، مارجان شوخلىسىنى تاجىگۈل سۈيىدە ئېزىپ سۈرۈش، قىزىلگۈل، تەرەنجىبىن، يۇمغاقسۇتلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ چېپىش، ئوجمە يوپۇرمقىنى چايناش، مامىرانچىننى قىزىلگۈل بىلەن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ سېپىش، پاقا يوپۇرمقى سۈيىدە ئېغىزنى چايقاش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى ناھايىتى ياخشى پايدا قىلىدۇ.

ئەگەر ئېغىزدىكى يارا سېسىپ بەدبۇي پۇراق چىقسا قورۇغۇچى دورىلار بىلەن ئېغىزنى چايقىسا سېسىغان ئورۇنلارنى يوقىتىپ، ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن سىركە، نۇشادۇر، تۇز ياكى تۇز ۋە زەمچە ئېرىتمىسى بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك. ئەگەر سىركىنىڭ ئېچىشتۇرۇشىدىن ئېھتىيات قىلىشقا توغرا كەلسە، تۇنىڭ ئورنىغا زەئفەر قوشسا بولىدۇ.

شور بەلغەم ماددىسىدىن بولغان ئېغىز ۋەرەمنى داۋالاشتا كېسەل ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن ھەبىي ئىيارەج، ھەبىي 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. سۈتۈفى سۈنۈن سەپسۈ 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 يوپۇرمىقنى چايناش، خېنە يوپۇرمىقى، ئاق لەيلى تۇرۇقى، مارجان شوخلىسى، ئىسىبەغۇل، 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 پەرھېز قىلىش كېرەك.

ئېغىزغا مۇدۇر چىقىش

ئېغىزغا مۇدۇر چىقىش (بۇسۇرۇلفەمى) ئېغىز شىللىق پەردىسىگە ئوخشىمىغان چوڭ-كىچىك مۇدۇرلەر چىققانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە ئاشقازان يارىسى، ئۆچەي مەددە كېسەللىكلىرى بار كىشىلەردە، ھەيز كۆرگەن ئاياللاردا ۋە قەنت سېيىش (زىيابىت) كە ئوخشاش ماددا ئالمىشىش بۇزۇلغان كىشىلەردە جىقراق تۇچرايدۇ.

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 زەخمىلىنىش نەتىجىسىدە ئېغىزغا جەراسمىلار ئورۇنلىشىش قاتارلىقلاردىنمۇ مەزكۇر كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

مەزكۇر كېسەللىكتە ئېغىز شىللىق پەردىلىرىگە ئوخشاش بولمىغان چوڭلۇقتا مۇدۇرلەر چىقىپ، ئېغىزنىڭ قاتتىق ئاغرىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ ھەتتا بىرەر نەرسە چاينىشىمۇ مۇمكىن بولماي قالىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسىنى بەدەندىن تازىلاپ چىقىرىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن مەتبۇخى ئەتسىمۇن، مەتبۇخى ھەلىلە ئىچكۈزۈش، ئاندىن كېيىن قىزىلگۈل، مارجان شوخلىسى، مارجان شوخلا يوپۇرمىقى، كاسنى يوپۇرمىقى ۋە يىلتىزى، يۇمغاقسۇت، كۆك ماشلارنى سىركە بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، مەزكۇر سۇيۇقلۇق بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

ئېغىز ئىچى سويۇلۇش

ئېغىز ئىچى سويۇلۇش (تەقەششۇرۇلفەمى) قوۋۇز ۋە تاڭلاي بەلغەمسمان پەردىلىرىنىڭ سويۇلۇپ تېگى ئېچىلىپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۆپەيلىدىن تۆتكۈر خاراكتېرلىك قىزىق بۇخارلار ئېغىز ئىچىنى ئەستەرلەپ تۇرغان نېپىز بەلغەمسمان پەردىلەرنى كۆيدۈرۈپ ۋە قۇرۇتۇپ، يەرلىك ئورۇندىكى ئەزالارنىڭ بىر-بىرىگە تۆتۈشۈپ تۇرۇشىنى تەمىنلەۋاتقان ھۆللۈكنى يوقىتىپ، مەزكۇر ئەزالاردىكى نېپىز بەلغەمسمان پەردىلەرنىڭ سويۇلۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇلاردىن باشقا، كۆيدۈرگۈچى دورا، قىزىق تاماق ۋە قاتناقسۇغا ئوخشاش نەرسىلەرنى بىلىپ-بىلمەي بىراقلا ئېغىزغا ئېلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ ئېغىز كۆيۈپ

قبلىپ ئېغىز ئېچى بەلغەمسمان پەردىلىرىنىڭ سويۇلۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

ئېغىز، تىل ۋە تاماقلارغا قارىسا بەلغەمسمان پەردە سويۇلۇپ تۇنۇك تېگىدىكى توقۇلمىلارنىڭ ئېچىلىپ قالغانلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ. ئېغىز ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ، يېمەكلىكلەرنى چاينىش قىينلىشىدۇ. بەلغامسمان پەردىنى سويسا ئاسانلا سويۇلۇپ چىقىدۇ، ئەمما ئاغرىمايدۇ.

داۋاسى

ئېچىكى جەھەتتە مەتبۇخى ھەلىيلە ئېچكۈزۈش، سىرتقى جەھەتتە ئاس، گۈلنار، قىزىلگۈللەرنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، سۈزگەندىن كېيىن مەزكۇر سۇيۇقلۇق بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم.

ئېغىز گۈشخور چاقىسى

ئېغىز گۈشخور چاقىسى (ئاكىلەتۈلفەمى) ئېغىز ئېچىگە چىققان بىر خىل ھۆل جاراھەتلىك چاقىنىڭ قوۋۇز گۈشىنى قىسقا مۇددەت ئېچىدە چىرىتىپ، ئېغىز بوشلۇقىنى كامار قىلىپ قويغانلىقىغا قارىتىلغان. مەزكۇر كېسەللىك قىسقا ۋاقىت ئېچىدە ئەتراپىغا تارقايدۇ. تۇنۇك كېسەل مادداسى قانچە تۇتكۇر بولسا شۇنچە تېز يامرايدۇ. تۇخەلق ئارىسىدا ئېغىز يەل يارىسى دەپمۇ ئاتىلىدۇ.

سەۋەبى

ھەر خىل ئېچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ ئېغىزغا يامان تەسىر قالغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئېچكى جەھەتتە كىشى زەئىپلەشكەن ھەمدە ئېغىز بوشلۇقىنىڭ تازىلىقى ياخشى

بولمىغان چاغدا بەدەندىكى بىرەر خىلتىنىڭ بولۇپمۇ قان، تاتلىق ياكى شور بەلغەم ياكى سەۋدا خىلتىنىڭ نورماللىقتىن ئۆزگىرىپ ئارتىپ كېتىپ، ئوغۇنەت 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 ئوغۇنەتلىنىش ۋە بەزى سىفىلىس، سىزلام (سۆزنەك) كېسەللىكلىرىدە سىمابلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلىش، مايلىق، ئىسسىق تاماقلارنى يەپ ئارقىدىن دائىم مۇزلۇق سوغۇق يېمەك-ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ. ئۆپكە ۋەرەمى، تولغاق، قارا بەزگەك قاتارلىق كېسەللىكلەر بىلەن بەدىنى ئاجىزلىغان، ئوزۇقلىنىشى ناچارلاشقان باللاردىمۇ ئاسانلا پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

ئېغىز ئىچىدە بولۇپمۇ قۇۋۇز گۆشىدە دەسلەپتە چىگىت چوكۇلۇقىدا قارامتۇل مونەكچە پەيدا بولىدۇ، كېسەللىك ناھايىتى تېز تەرەققىي قىلىپ يامراپ، ئەتراپتىكى گۆشلەرنى چىرىتىپ چوڭ كامار ھاسىل قىلىدۇ ھەمدە ئېغىز بوشلۇقى، چىش مۆلۈكلىرىنى ئېچىپ 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 ئەفتمۇن بېرىش كېرەك. ئوغۇنەتلىنىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ھەبىي كېبرىت، ھەبىي سىماب قاتارلىق دورىلانى ئىستېمال قىلىش، سوغۇقنى ئاكىلىنى يەرلىك ئورۇنغا سېپىش كېرەك.

سىرتىدىن ئارچا مونچىقى، قارىغاي مېۋىسى، يالپۇزلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ چىلاشقۇدەك سىركە بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، ئېغىزنى چايقاش ياكى سىركە، سۇماق سۈيى، غورا سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم. سۇغۇقنى سۈنۈن سەپسەمۇ بولىدۇ.

سۇقۇنى سۈتۈن

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.

تۇنىكدىن باشقا تۆۋەنكى زىمادنى چاپسىمۇ بولىدۇ. شېكىرىپ 60 گرام، دېۋىرقاي يىلمى 30 گرام، ئاق موم 60 گرام، زىغىر مېيى 90 گرام، شېكىرپىنى تالقانلاپ، زىغىر مېيىنى قىزىتىپ موم ۋە دېۋىرقاي يىلمىنى ئىرىتىپ سوۋۇغاندا شېكىرپىنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە چېپىلىدۇ.

سېسىغان گۈشلەرنى تازىلاشتا قۇرسى فەلدىفىيۇننىڭ رولى ناھايىتى ياخشى بولۇپ تۇنى ئېزىپ چاقماقا سېپىپ بەرسە سېسىغان ۋە بۇزۇلغان گۈشلەرنى يوقىتىپ، جاراھەتنى ياخشىلايدۇ.

دەستىكارلىق ئۇسۇلى بىلەن گۈشنى كېسىپ تاشلاپ، كېسەل ياخشىلانغاندا يامىسىمۇ بولىدۇ.

قۇرسى فەلدىفىيۇن

سىبىرتى زەرنىخ، ئاقاقىيا، زارارىھە (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 قۇرسىدىن ئىككى قېتىم شۇمۇپ تۆكۈرۈۋېتىپ، ئارقىدىن گۈل يېغى بىلەن چىش تۇۋىنى ياغلاش لازىم.

تىل ئاغرىش

تىل ئاغرىش (ۋەجئۇللسانى) مۇستەقىل كېسەللىك بولماي، بەلكى بەزى تىل كېسەللىكلىرىنىڭ ئالامىتى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. تۆ كۆپىنچە ھاللاردا ئېغىرراق دەرىجىدىكى تىل كۆيۈشۈپ ئېچىشىش (ھىرقەتۇللسانى) ۋە تىل قىچىشىش (ھىككەتۇللسانى)،

تىل قۇرۇشلاردىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

سەۋەبى

تىل ئاغزىشىنىڭ سەۋەبلىرى مۇرەككەپ. بەزىلىرى يەرلىك سەۋەبلەردىن، بەزىلىرى پۈتۈن بەدەن كېسەللىكلىرى تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بەزىلىرى ھەتتا پەقەت روھىي سەۋەبلەردىنلا تىل ئاغزىش سېزىمى كېلىپ چىقىدۇ.

ئۈتكۈر چىشلارنىڭ تىلنى دائىم غىدىقلىشى تۈپەيلىدىن تىل زەخمىلىنىپ يارىلىنىش ياكى جاراھەتلىنىش، تاماكىنى بەك كۆپ چېكىش، ئېغىزنى غىدىقلىغۇچى سۇيۇقلۇقلار بىلەن دائىم چايقاش، ئېغىر دەرىجىدىكى قان ئازلىق، تۇمۇر ماددىسى ۋە يېمەكلىكلەردىكى جەۋھەرى ماددىلارنىڭ يېتىشمەسلىكىدەك سەۋەبلەردىن تىل ئاغزىش 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-سۈپىتى جەھەتتە نورمالىلىقتىن تۆزگىرىپ تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ ياكى تۆ، ئاشقازان ۋە مېڭە قاتارلىق ئەزالار بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇپ، ھەر خىل ئاچچىق-چۈچۈك، ئۈتكۈر، تۇزلۇق، ئاتلىق نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلغانلىقتىن سەپرا ماددىسى ئېشىپ تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

تىل ئاغرىيدۇ، تىل رەڭگى قىزىل كۆرۈنىدۇ، كۆيۈشۈش، ئېچىشىش سېزىمى روشەنرەك بولىدۇ. ئىسسىق ۋە ئىسسىقلىق نەرسىلەرنى ئېغزىغا ئالسا ئاغرىش كۈچىيىدۇ. سوغۇق ۋە سوغۇقلۇق نەرسىلەرنى ئېغزىغا ئالسا ئاغرىش پەسىيىدۇ.

داۋاسى

سەۋەبلەرگە قاراپ چارە قىلىش كېرەك. ئۈتكۈر چىشنى ئوڭلاش، تاماكا چېكىشنى تاشلاش، ئۇزۇقلۇقنى ياخشىلاش، يېڭى كۆكتاتلارنى ئىستېمال قىلىش، قان ئازلىقىنى داۋالاش لازىم.

تىل كۆيۈشكەندەك بولۇپ ئاغرىشنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن سەپرا ماددىسىنى تازىلاپ تەڭشەش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن نەمرى ھندى، خىيارشەنبەر قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چىلاپ ئېچىش كېرەك.

ھۆل مېۋە-چېۋىلەرنىڭ سۈيىنى ئىستېمال قىلىش، ئۈسۈڭ، سېمىز ئوت، كۆك يۇمىغاقسۈت، مارجان شوخلىسى، ئىسبەغۇل، بېھى ئۇرۇقلىرىنىڭ سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم.

تىل قۇرۇش

تىل قۇرۇش (جەفافۇللىسانى) تىلنىڭ ئادەتتە ئۆزلۈكىدىن قۇرۇپ سۈيۇقلۇق ئىستېمال قىلسىمۇ ياخشىلانمىغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. كۆپىنچە ھارارەت ۋە قۇرۇقلۇقتىن يەنى قۇرۇق ئىسسىقتىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇ كۆپىنچە سەپرالىق قىزىتما، كېزىك ۋە بوغما قاتارلىق ئۆتكۈر ئىستىملىق كېسەللىكلەردە يۈز بېرىدۇ.

2. قويۇق شىرنىلىك ماددىلار يەنى شلىمشىق، چاپلاشقاق قويۇق خىلتلارنىڭ تىل ئۈستىگە چۈشۈپ، ئۇنىڭ ئۈز تەبىئىيىتى 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. قويۇق چاپلاشقاق ماددىلاردىن بولغان تىل قۇرۇش ھەققىي 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 قۇرۇشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن هاراره تنى پەسەيتىش، هۆللۈك پەيدا قىلىش ئۈچۈن نىلۇفەر شەربىتى، مەتبۇخى هەلىلە، مەتبۇخى شاهتەررە قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش؛ تەمرى هىندى، قۇلۇس (خىيارشەنبەر) قاتارلىقلارنى چىلاپ ئېچىش لازىم. هۆل مېۋە-چۆلىرىنىڭ سۈيىنى قوشۇمچە ئىچىپ بېرىشمۇ كۆپ مەنپەئەت قىلىدۇ. ئامۇت غازىكى، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش؛ تۆسۈلۈك، سېمىز ئوت، كۆك يۇمغاقسۇت، مارجان شوخلىسى، ئىسىقغۇل، بېھى قاتارلىقلار تۇرۇقىنىڭ لۇئابى بىلەن ئېغىزنى چايقاش؛ بېھى تۇرۇقى لۇئابى ۋە نىلۇفەر سۈيىنى شىكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تىلغا سۈركەش ۋە ئېغىزغا ئېلىش لازىم. ئەگەر بۇنىڭغا قاپاق تۇرۇقى مېغىزى شىرىسى ياكى سېمىز ئوت تۇرۇقى شىرىسى ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى. ئەگەر ئاشقازانغا سەپرا ماددىسى يىغىلغان بولسا، تەنقىيەدىن كېيىن ئىسپەغۇل لۇئابىغا ئىسكەنجىبىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە ناهايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ.

2. قويۇق چاپلاشقاق ماددىلاردىن بولغان تىل قۇرۇشنى داۋالاشتا سىماقنى هەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ياكى يالپۇزنىڭ ئۇزۇنىنى تىلغا سۈركەش، ئەڭ ياخشىسى سۈگەت ياغىچىدىن كىچىك پالاقچە ياساپ ئىسكەنجىبىننى ياكى قوغۇن ۋە شېكەر سۈيىنى پالاقچىغا يۇقتۇرۇپ تىلغا سۈركەش لازىم.

تىل يىرىلىش

تىل يىرىلىش (شىقاقۇللسانى) تىل قۇرۇشنىڭ هەددىدىن زىيادە كۆچىيىپ تىل يىرىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقارغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، ئەتىياز پەسلىدە كۆپرەك تۇتۇلىدۇ.

سەۋەبى

ئاساسلىق، هەر خىل ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەردىن بەدەندە قۇرۇقلۇقنىڭ ئېغىر دەرىجىدە ئېشىپ تىلغا تەبىئي هالدا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بۇنىڭدا بىرى، ئىچكى سەۋەبلەردىن مېڭىدە قاتتىق قۇرۇقلۇق پەيدا بولۇپ، تۇنۇش 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 تۇيقۇسىزلىق، 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 گالىنى 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، بوغداي، ئارپا، گۈرۈچلەر بىلەن يارما ئاش قىلىپ ئېچىش؛ ئاچچىق-چۈچۈك، تۇزلۇق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش؛ قۇرۇقلۇق يەتكۈزگۈچى ھەرىكەتلەردىن ساقلىنىش كېرەك.

ئاق لەيلى تۇرۇقسىنىڭ لۇئابى، بېھى تۇرۇقسىنىڭ لۇئابى ھەم موم يېغى قاتارلىقلارنى ئەھۋالغا قاراپ ئېچىش كېرەك. بىنەپشە يېغى بىلەن تەييارلانغان قىرۇتى، ئىسىبەغۇل شىربىسى قاتارلىقلارنى تىلغا سۈركەش؛ بىر ئاز ئىسىبەغۇل ياكى سەرپىستانىنى ئاغزىدا تۇتۇش لازىم. تەرخەمەك بولۇپمۇ تەرخەمەك كۆپۈكى (زۇبدەتۇلخىيار) نى تىلغا سۈركىسە ئۇنۇمى ياخشى. چۈنكى تەرخەمەك كۆپۈكى ھۆل ۋە شىلىمشىق بولغاچقا قۇرۇقلۇق ئاشقان ۋە يېرىلغان جايلار

ئۇچۇن ھەممىدىن ياخشىراق مەنپەئەت قىلىدۇ.

تەرخەمەك كۆپۈكنى ئېلىشنىڭ ئۇسۇلى مۇنداق: تەرخەمەكنى ئىككى پارچە قىلىپ بىر-بىرىگە سۈركەپ بەرسە كۆپۈك پەيدا بولىدۇ.

تىل قىچىشش

تىل قىچىشش (ھىككەتۇللسانى) 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 قىلىسمۇ تىل قىچىششنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

تىل قىزىرىدۇ ۋە ئۆزلۈكىدىن قىچىشىدۇ. ئېغىزدا پات-پات شۆلگەي ھاسىل بولىدۇ. تىل قىچىشش يەڭگىلەك بولسا تىل غىدىقلانغانەك سېزىلىدۇ، ئېغىزراق بولسا ئىختىيارسىز ھالدا تىلنى ئۇستۈنكى 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، نىلۇپەر شەربىتى، خەشخاش شەربىتى، بىنەپشە شەربىتى قاتارلىقلارنى ئىچكۈزۈش كېرەك. ئاندىن

كېيىن كۆنده 3 قېتىم تۆۋەندىكى تۈسۈلدا 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 تۈنى تىلغا سۈرۈش تىلدىكى ئىسسىق ماددىنى تازىلاشتا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

تىلنىڭ بەك قىچىشقانلىقىدىن ئېغىزدا پات-پات شۆلگەي ھاسىل بولسا، ئاس تۈسۈملۈكى يوپۇرمىقى، ھەببۇلئاسنىڭ تۈزى، ئاقىرقەرھا، قۇرۇق يېشىل ئۈزۈم قاتارلىقلاردىن ئازراق ئېلىپ سىركە بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش ياكى ئېغىزغا ئېلىپ بېرىش تۇرغۇزۇش كېرەك. ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ ياخشىلانمىسا بەدەن بەك ئاجىزلاپ كەتمىگەن بولسىلا قېيفال تومۇردىن قان ئېلىشنى ئويلاشسا بولىدۇ ياكى ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئەقتىمۇن بىلەن ئىچىنى تازىلىغاندىن كېيىن تەمرى ھىندى، ئەينۇلا، چىلان، قىزىلگۈل، بىنەپشىلەرنى مەتبۇخى ئەقتىمۇنغا قوشۇپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈش، سېرىق ھەلىلىنى تىلغا سۈركەش لازىم. سېرىق ھەلىلىنى ئېغىزدا تۇتسا تاماقتىن كېيىن ئېغىزغا شۆلگەي يېغىلىدۇ، مەزكۇر شۆلگەينى يۇتسا تىلنىڭ قىچىشىنى پەسەيتىشتە چوڭ رول ئوينايدۇ. تۇتكۇر، چۈچۈمەل نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش لازىم.

تىل كۆيۈشۈپ ئېچىشىش

تىل كۆيۈشۈپ ئېچىشىش (ھىرقەتۇللىسانى) ھەر خىل ئىچكى، تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن يەكىگىل بولغاندا تىلنىڭ كۆيۈشكەندەك بولغانلىقى، ئېغىز بولغاندا ئېچىشقانلىقى ھەتتا ئاغرىش سېزىمى پەيدا قىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى جەھەتتە ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ياكى مېڭىنىڭ ھارارىتى ئاشقانلىقى، ئۈتكۇر، شىرنىلىك، قويۇق ماددىلارنىڭ تىلغا قۇيۇلغانلىقى، ئىسسىق خىلىتلارنىڭ يۇقىرىغا ئۆرلەپ تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقى ھەمدە ئېغىز دەرىجىدىكى قىزىتما

ۋە ئىچكى ئەزالاردىكى ئىششىقلارنىڭ يامان تەسىر قىلغانلىقى تۇپەيلىدىن مەزكۇر كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

تاشقى جەھەتتە ئاساسەن تۇتكۇرلۇكى، شۇرلۇقى، ئاچچىقلىقى ۋە تاتلىقلىقى زىيادە بولغان نەرسىلەر ھەمدە بەك تۇسساتقۇچى 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 تەككۈزگۈشتىنمۇ قورقىدىغان بولۇپ قالىدۇ. ھەتتا تىل ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

داۋاسى

قايسى سەۋەبتىن بولغان تىل كۆيۈشۈپ ئېچىشىش بولمىسۇن ئوڭدا يېتىپ تۇخلاش ۋە داۋاملىق ئېغىزنى ئېچىپ تۇرۇشتىن ساقلىنىش كېرەك.

قوغۇن تۇرۇقى، ئېغىزى، تەرخەمەك تۇرۇقى، قاپاق تۇرۇقى، تاتلىق بادام، نىشاستە، كەتىرا، تەرەنجىبىنلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ھەب ياساپ داۋىم ئېغىزغا سېلىپ تۇرغۇزۇش كېرەك. ئەينۇلا تۇرۇقچىسى، تەمرى ھىندى تۇرۇقچىسى، شېكەر قاتارلىقلارنى ئېغىزدا تۇرغۇزۇش ياكى سوۋۇتقۇچى، ھوللەشتۇرگۈچى سىقىلمىلارنى، مەسىلەن: تۇسۇلۇ سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى، سېمىز ئوت سۈيى، پاقا يوپۇرمىقى سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيى، ئىسىبەغۇل لۇئابى، بېھى تۇرۇقى لۇئابى قاتارلىقلارنىڭ قايسى بىرى بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

كېسەل كىشىنىڭ مىزاجى ۋە ئەھۋالى كۆتۈرەلگۈدەك بولسا مەتبۇخى ئەقتىمۇن بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلىش، ئىسكەنجىبىننى ئىستېمال قىلىش كېرەك. ھەمدە كۈندە 3 قېتىم ئېغىزنى چايقاش، يەنى 1-قېتىمدا ئىسىسىق سۇ بىلەن، 2-قېتىمدا سۈت ۋە شېكەر بىلەن، 3-قېتىمدا سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن چايقاش كېرەك. ئەگەر كېسەل كىشىنىڭ مىزاجى تۇزگىرىپ قالمىسا ۋە بەدەن قۇۋۇتى تۇز ھالىتىدە بولسا، قېيفال تومۇرىدىن قان ئېلىش. ۋە مۇناسىپ مەتبۇخلارنى ئىچكۈزۈش كېرەك. لېكىن مەتبۇخقا ھەلىلە، تەمرى ھىندى، چىلان، ئەينۇلا، قىزىلگۈل، بىنەپشىلەرنى قوشماسلىق لازىم.

ئاندىن كېيىن بەرگى مور بىلەن تۆزنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپىناش، ئەگەر كېسەللىك بۇنىڭ بىلەن ياخشىلانمىسا سېرىق ھەلىلنى تىلغا سۈركەش ياكى ئېغىزدا تۇرغۇزۇش كېرەك، تاماقتىن كېيىن ھەلىلنى ئېغىزغا ئېلىپ شالۋاق ئاققۇزۇش كېرەك، ئەمما بەدەننى تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن ھەلىلنى 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 ئوستىگە قويۇش كېرەك.

شىرنىلىك قويۇق ماددىلارنىڭ تىلغا قويۇلغانلىقىدىن بولغانلارغا ياغلار بىلەن تىلنى ياغلاش ھەمدە باش ساھەسىنى مايلاش كېرەك. نىلۇپەر يېغى، بەنەپشە يېغى، گۈل يېغىغا ئوخشاش ياغلار بىلەن بىر مەزگىل ئېغىزنى چايقاشنى ئادەت قىلىش كېرەك. يالپۇزنى ئېزىپ تىل ئوستىدە تۇرغۇزسىمۇ، ئانارگۈلى ۋە ئامۇتلارنى قاينىتىپ ئېغىزنى يۇيسىمۇ بولىدۇ.

ئىسسىق خىلتلار يۇقىرىغا تۇرلەپ بولغانلارغا ئىسسىقتىن بولغان نەزلىنى داۋالاشتا قوللىنىدىغان مۇسھىللارنى بېرىش ۋە غەرغەرلەرنى ئىشلىتىش كېرەك.

قىزىتما ۋە قورساقتىكى ئىششىقلاردىن بولغانلارغا بالدۇرراق داۋا قىلىش، مۇۋاپىق تېپىلسا باسىلىق تومۇردىن قان ئېلىش، يەرلىك شوخلىنى شېكەر بىلەن، كاسىن سۈيىنى خىيار شەنبەر بىلەن، كەشكاپنى ئازراق بادام يېغى بىلەن ئىچكۈزۈش كېرەك. ئەگەر قان ئېلىش ۋە ئىچنى تازىلاشقا ئېھتىياج چۈشسە قان ئېلىش ياكى ئىچنى سۈردۈرۈش كېرەك. مۇۋاپىق تېپىلغاندا مۇمكىن بولسا ئىككى تۈسۈلنى تەڭلا قوللانسا بولىدۇ.

تىل قىچىشىش كېسەللىكى كۆچەيگەنلىكتىن 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 يوغناپ ئېغىزغا پاتماي سىرتقا چىقىپ ساقىگىلاپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئي ھالدا ئۆزگىرىپ تىلغا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە قاتنىڭ غالىبلىقى، بەزىدە بەلگەمنىڭ ئاشقانلىقى سەۋەب بولىدۇ.

مېڭىدىكى ئارتۇق ھۆججۈك ماددىلارنىڭ تىلغا قۇيۇلغانلىقى ياكى كېرەكسىز ماددىلار تۈپەيلىدىن كېلىپ چىققان تىل يالۇغى ياكى خوناققا ئوخشاش گال يالۇغنىڭ تەرەققىي قىلىشىدىن تىل يوغناش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تىلنىڭ يوغناپ قالغانلىقى كېسەل كىشىنىڭ ئۆزىگە خېلى ئېنىق مەلۇم بولىدۇ. يەڭگىلرەك بولسا تىلىنى ئېغىزدىن چىقارغاندا ئادەتتىكىدىن يوغانراق ئىكەنلىكىنى بايقىغىلى، تىل يانلىرىدا چىشنىڭ ئىزلىرىنى كۆرگىلى بولىدۇ. ئېغىرراق بولسا تىل ئېغىزغا پاتماي ئېغىزنىڭ سىرتىغا چىقىپ ساقىگىلاپ قالىدۇ.

بۇلاردىن باشقا قايسى خىلتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا شۇ خىلتقا خاس بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ، مەسىلەن: قاندىن بولسا تىل رەڭگى قىزىل كېلىدۇ قاتارلىقلار.

داۋاسى

قاندىن بولغان تىل يوغناش كۆپىنچە ئىسسىقتىن بولىدۇ، شۇڭا ئالدى بىلەن تىل ئاستى تومۇرىدىن قان ئالغاندىن كېيىن سەپرانىڭ مۇسھىلىنى ببرىپ بەدەننى تەنقىيە قىلىش، قاننى سوۋۇتقۇچى شەربەتلەردىن ئانار شەربىتى، چىلان شەربىتى، رىباس شەربىتى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. چۆچۈمەل جۈيزە، ئانار، رىباس قاتارلىقلارنى داۋاملىق تىل ئۈستىگە قويۇپ ببرىش كېرەك، ئۈزۈم غورىسىغا ئازراق سىماق قوشۇپ ئىستېمال قىلسىمۇ بولىدۇ.

ئەگەر تىل يوغناش ئوتكۇر قاتنىڭ كۆپلىكىدىن بولسا مۇڭاپىق تېپىلغاندا ئىككىلا

بله‌كتكى قيفال 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 تۇزۇەنكى دورىلار بىلەن ھوقنە قىلىش كېرەك:

سوقۇلغان ئارپا 400 گرام، چىلان 50 دانە، سەرپىستان 25 گرام، ئىسبەغۇل يوپۇرمىقى، خوبىازى يوپۇرماقلىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا، بۇغداي كېپىكى 25 گرام، سوقۇلغان بادام مېغىزى 80 گرام، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى قاينىتىپ سۈزۈپ تۇڭگا 80 گرام بىسەپشە يېغى ۋە 120 مىللىلىتر ئادەم سۈتى قۇيۇپ ئەتىگەن ئاخشامدا ئىككى قېتىم ھۆقنە قىلىندۇ.

تامىقىغا ئېشەك سۈتىنى كېپەك تۇمچى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش كېرەك، قىزىلگۈل، ئەدەس، يۇمغاقسۈتلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 25 گرام ئېلىپ قاينىتىپ تۇڭگا تەڭ مىقداردا سىركە قوشۇپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك. ئەگەر يۇقىرىقى چارىلەر كۆرۈنەرلىك تۇنۇم بەرمىسە تىل ئاستىدىكى ئوڭ ۋە سول تومۇرلاردىن قان ئېلىشنى ئويلاشسا بولىدۇ. لېكىن يۇقىرىقى تۈسۈل ـ چارە ۋە دورىلارنى قوللانغاندا مىزاجنىڭ تۇزگىرىپ 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 تۇنۇڭ كېسەللىك ماددىسىنى يوقىتىش كېرەك. تۇنداق بولمىغاندا ياماق ئاقۇۋەتەلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئەگەر تىل يوغىناش سەپرادىن بولسا سەپرا مۇسەللىرىغا ئازراق سوقمۇنيا قوشۇپ ئىشلىتىش، سېرىق ئوتنى سىركە بىلەن ئىستېمال قىلىش، تامىقىغا ئۇزۇم غورىسى سېلىپ بېرىش كېرەك.

بەلغەمدىن بولغان تىل يوغىناشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن بەلغەم مۇنزىجى بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن تۇشۇدۇرنى 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 كېچىكلتىشتە تەسىرى تېز. قۇشقاچ گۈشى چۈشكەن ماددە تۇلھايات ئوبدان پايدا قىلىدۇ.

بۇزۇلغان سۇيۇق ھۆللۈكتىن بولغان تىل يوغىنىشنى داۋالاشتا لەقۇە ۋە فالەج كېسەللىرىدە قوللانغان ھۆقنىنى ئىشلەتسە بولىدۇ. ئىيارەجلەرنىڭ بىرەرسى بىلەن ئېغىزنى غەر ـ غەرە قىلىش، تىلغا ئىيارەج، تەرياق، لوغازىيا قاتارلىقلارنى سۈركەش كېرەك

ئەگەر مىزاجدا جددىي تۈزگىرىش بولسا يۇقىرىقىلارنى ئىشلەتمەسلىك ياكى مىزاجى ئەسلىگە كەلگۈچە ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئاندىن كېيىن ئالدىدا ئېيتىلغان يەتتىگىلەك داۋالاش تۈسۈللىرىنى قوللىنىش كېرەك. ئايرىم ۋاقىتلاردا تىلغا ھەسەلنى تەنھا ياكى سۈتتەر بىلەن بىرلەشتۈرۈپ سۈركەش كېرەك.

سەۋدادىن بولغان تىل يوغىناشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئەقتىمۇن بىلەن تەنقىيە قىلىش كېرەك. لېكىن داۋالاشتا ئالدىراڭغۇلۇق قىلماسلىق كېرەك.قان ئېلىشقا بولمايدۇ. ئەگەر مىزاجدا جددىي تۈزگىرىش كۆرۈلسە ئاندىن باسىلىق تومۇردىن قان ئالسا بولىدۇ. لېكىن باشقا دورىلارنى ئىستېمال قىلىشقا بولمايدۇ. ئىستىفراغ قىلىشقا ھاجەت چۈشسە بىرەر تۇسقۇنلۇق بولمىسا، يەتتىگۈل دەرىجىدىكى مەتبۇخ بېرىش، لەتىيف تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش، بەدەن قۇۋۋىتىنى ساقلاشقا دىققەت قىلىش كېرەك. ئەقىل جايىدا بولماسلىقلار قوشۇلۇپ كەلسە تىلدىكى كېسەلنى داۋالاش بىلەن بىرگە مالىخولىيا كېسەللىكىنى داۋالاشتىكى تۈسۈللارنى بىللە قوللىنىش لازىم. ئەگەر تىلدا ئىششىق بولسا ئالاھىدە ھۇشيار بولۇش، قاتتىق ئىششىق ۋە راكقا ئايلىنىپ قېلىشتىن ساقلىنىش كېرەك.

تىل يوغىناش ئەگەر بوغما (خوناق) دىن بولغان بولسا ئالدى بىلەن بوغمىنى داۋالاش كېرەك.

ئەگەر تىل ساتگىلىتىش كېچىك بالىلاردا كۆرۈلسە لىسانئىسافۇر بىلەن غىزالاندۇرۇشلا كۇپايە قىلىدۇ.

تەم تېتىشنىڭ بۇزۇلۇشى ۋە يوقىلىشى

تەم تېتىشنىڭ بۇزۇلۇشى ۋە يوقىلىشى (فەسادۇززەۋقى ۋە بۇتلانۇززەۋقى) بۇ ئاساسەن تىلنىڭ تەم سېزىش كۈچى ئاجزلاپ 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

چقىپ ئاجىزلىغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزى ئوتكۇر غىدىقلىغۇچى نەرسىلەر، مەسىلەن: ئاقىرقەرھا، دارچىنى، قەلەمپۇر قاتارلىق دورىلارنىڭ تىلنى غىدىقلىشى، تاماكا، ئەپيۇندەك مەس قىلغۇچى نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، نەزلە سۈيۈقلۇقنىڭ قويۇلۇشى، ھەزىمنىڭ بۇزۇلۇشى قاتارلىقلاردىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

بەزى ئارتۇقچە ھۆللۈك ياكى قۇيۇق ماددىلارنىڭ مېڭىدىن كېلىپ تىلدا شاخلانغان تەم سەزگۈچى ئەسەب يوللىرىنى نەمدەپ ۋە توساپ قويغانلىقى ياكى زىيادە سوغۇق ۋە ئىسسىقلارنىڭ تەسىرىدىن تىلنىڭ تەم سېزىش كۈچى يوقلىپ، نەرسىلەرنىڭ تەمنى 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 تەمنى تۈز ئەينى سەزمەستىن باشقىچە تەملەردە سېزىدۇ. قان غالىب كەلگەندە ئېغىز دائىم تاتلىق، سەپرا غالىب كەلگەندە ئاچچىق، بەلغەم غالىب كەلگەندە تۈزلۈق، سەۋدا غالىب كەلگەندە چۈچىمەل بولىدۇ.

باشقا ئامىللاردىن بولغانلاردا، تۆتكۈر، غىدىقلىغۇچى، مەس قىلغۇچى نەرسىلەرنى ئىشلەتكەن، نەزلە بولغان، ھەزىم بۇزۇلغانلىق تارىخى بولىدۇ. ھەمدە شۇنىڭغا مۇناسىپ ھالدىكى ئالامەتلەر بولىدۇ.

تەم سېزىش پۈتۈنلەي يوقالغاندا كۆپىنچە ھېچنەرسىنى سەزمەيدۇ. تەم سېزىم كۈچى توسۇلۇپ يوقلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن قايسى خىلتىتىن بولغان بولسا، شۇ خىلتىنى تازىلاپ تەڭشەش كېرەك. شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئىگىر، قىزىل قىچا، ئاقىرقەرھا، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ سۈيىگە 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 سېزىمنى

ئاجزلاشتۇرغۇچى ئامىللارنى توساش ۋە يوقىتىش، تاماكا چېكىشنى تاشلاش، زەھەرلىك چېكىملىكلەرنى قەتئىي مەنئى قىلىش كېرەك.

نەزلىدىن بولغانلارغا ئالدى بىلەن زۇكامنى داۋالاپ نەزلىنى توختىتىش كېرەك. بۇنىڭ ئۈچۈن نوقۇتى نەزلە بېرىش، يەنى گۈل بىنەپشىدىن 7 گرام، چىلاندىن 5 دانە، سەرپىستاندىن 9 دانە، گاۋزەباندىن 5 گرام، بىخىۋس مۇقەششەردىن 5 گرام، خوببازىدىن 7 گرام ئېلىپ قاينىقىسۇغا بىر كېچە چىلاپ تەمنى چىقارغاندىن كېيىن سۈزۈپ ئىچكۈزۈش كېرەك.

تىل تەم سېزىش كۈچى پۈتۈنلەي يوقىلىشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن ماتۇلتۇسۇلنى بېرىپ، ئاندىن كېيىن ئىنارەجى قەيقەرا، ھەببى قوقىيا قاتارلىق دورىلارنى بېرىش ئارقىلىق توسالغۇلارنى ئېچىپ ماددىنى تازىلاپ، تىلنىڭ نورمال سېزىمنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش لازىم.

ئەگەر سوغۇقتىن بولغان بولسا قىچا، ئاقىرقەرھالارنى قاينىتىپ سۈيىدە ئېغىزنى چايقاش ياكى تالقان قىلىپ تىل ئۈستىگە سېپىش لازىم.

ئەگەر ئىسسىقتىن بولغان بولسا ئىسكەنجىبىنى بېرىش، قىزىلگۈل، سىماقنى قايتىنىپ ئېغىزنى چايقاش لازىم.

تىل ئېغىرلىقى

تىل ئېغىرلىقى (سەقلۇللىسانى) 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 تېلىغا يامان تەسىر قىلغانلىقتىن تىل بۇششىپ ھەتتا فالەجلىنىپ ياكى ئىستراخالىنىپ تىل ئېغىرلىقى

كېلىپ چىقىدۇ.

3. باشقا ئەزالاردىكى بولۇپمۇ مېڭىدىكى كېسەللىكلەر يەنى مېڭە پەردە ئىششىقى، مېڭىگە قان چۈشۈشتەك كېسەللىكلەر ئاسارىتىدىن تىل ئېغرلىقى كېلىپ چىقىدۇ.

4. تىلنىڭ ئۈزۈلۈكى كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن تىل ئېغرلىقى كېلىپ چىقىدۇ يەنى تىل ئاستىدىكى چاندۇرنىڭ تۇغما قىسقا بولۇشى ياكى تىل ئاستىغا ھەر خىل جاراھەت چىقىپ تاتۇق قالدۇرۇپ تىل ئاستىدىكى چاندۇرلارنى قىسقارتىپ قويۇشى ۋە ئەسەبلەرنى بۈزۈپ قويۇشىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

5. سىرتقى زەخىملىنىشلەر تۆپەيلىدىن، مەسىلەن: باشنىڭ ئارقا تەرىپىگە بىر نەرسە تېگىش، قاتتىق يىقىلىش سەۋەبىدىن تىلنى ھەركەتلەندۇرگۈچى پەيلەر ئۈزۈلۈپ تىل ئېغرلىشىش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

ئورتاق ئالامىتى شۇكى، كىشى سۆز قىلغاندا تاۋۇشلارنى توغرا تەلەپپۇز قىلالمايدۇ. سۆزلەشتە قىينىلىدۇ ياكى كېكەچلەپ سۆزلەيدۇ. كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا يۈز بېرىدۇ.

1. ئىسسىقلىق ۋە قۇرۇقلۇقتىن بولغانلىرىدا تىل سۈيۈقلۇقى يوقلىدۇ. تىل گۆشلىرى تارتىشىپ قالىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە تىلنى ئەركىن ھەركەتلەندۈرەلمەيدىغان بولغاچقا سۆزلەرنى دادىل ۋە ئاھاڭلىق چىقىرىشقا تەسىر يېتىدۇ.

2. ھۆللۈكتىن بولغان تىل ئېغرلىقىدا باشقا ئەزالاردا فالەجلىنىش بولماسلىقى مۇمكىن. لېكىن تىل فالەجلىنىپ ھەركەتسىز 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 ئېغرلىق 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 بىرەر خىلىتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا شۇ خىلىتقا ماس

بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ. قايسى ماددىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ ماددا تەسىر قىلغاندا تىل ئىچىرلىقى كۆچىيىپ قالىدۇ. ئىسسىقتىن، قۇرۇقتىن بولغانلارغا ھۆللۈك نەرسىلەرنى تىلغا سۈركەش كېرەك. بىنەپسە يېغى، قاپاق مېغىزى، تاتلىق بادام يېغى، بېھى تۇرۇقىنىك لۇئابى، ئاق لەيلى تۇرۇقى لۇئابى، توخۇ يېغى، تۇردەك يېغى قاتارلىقلارنى بىرلەشتۈرۈپ، مېغىز دورىلارنى ئېزىپ بىرلىكتە تىل ئۈستىگە كۆندە بىر قانچە قېتىم سۈركەش لازىم.

2. ھۆللۈكتىن تىل بوشىشىپ فالەجلىنىپ تىل ئىچىرلاشقانلارغا ئالدى بىلەن ھەبىي ئىستەمخەقۇن، ئىيارەجى سەغىر ياكى ئىيارەجى فەيقەرا بىلەن ئومۇمىي بەدەننى تەنقىيە قىلىش، ئاندىن كېيىن مەخسۇس ھەبىي قوقيا بىلەن مېڭىنى تەنقىيە قىلىش كېرەك. ھەمدە ئىيارەجى فەيقەرا ياكى تۇشۇدۇر، فىلفىل بىلەن ئىچىزنى چايقاش، سىرتق چېچەك يېغى ۋە بابۇنە يېغىنى تىلغا سۈركەش لازىم. بۇ جەھەتتە ئىگىرنىك مەنپەئەتى خېلى چوڭ. تىلنى تەرتىپلىك ھەرىكەتلەندۈرۈپ بېرىش ھەمدە سامساق مەئجۇنى، مەئجۇنى ماددە تۈلھايات، مەئجۇنى تۈستۈخۇددۇس قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىش كېرەك. ئەگەر قان غالىب بولسا تىل تومۇرلىرىدىن قان ئېلىش ۋە ئاستىنقى ئىگەككە ھىجامەت قويۇش كېرەك.

بۇلاردىن باشقا يەنە تۆۋەندىكى چارە ۋە دورىلارنى ئىشلەتسەمۇ بولىدۇ.

(1) تىلدىكى ئىستىرخا ئىچىرلىشىپ سۆزلەش تەسكە چۈشسە ئازراق فەرفيۇن ۋە كۆندۈشنى بىر قېلىپ سوقۇپ تىلغا ۋە تىل تۆۋىگە سۈۋاش ھەمدە مۇشۇ خىلدىكى دورىلارنى گەجگىنىك ئارقا مېڭىگە يېقىن كېلىدىغان جايغا قويۇش ھەمدە مۇشۇ خىلدىكى دورىلاردىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ ھەب ياساپ ئىستېمال قىلىش كېرەك.

(2) مەستىكىدىن 6 گرام، ھىكدىن 4 گرام ئېلىپ سوقۇپ نوقۇت چوكىلۇقىدا ھەب قىلىپ تىل ئاستىغا قويۇش كېرەك.

(3) ئازراق ئىگىر سېلىپ قاينىتىلغان ئىسكەنجىبىن ئەنسلى بىلەن ئىچىزنى غەر-غەرە قىلىش ناھايىتى پايدىلىق.

(4) تۇشۇدۇر، فىلفىل، قىچا، ئاقىرقەرھا، زەنجىبىل، قۇرۇق ئۈزۈم، بۆرە ئەرمىنى، سۆئىتەر، نەمەك ھىندى، سىياھدان، مەرزەنجۇش قاتارلىقلارنى سوقۇپ قاينىتىپ ئىچىزنى چايقاش ياكى ئۇنى ئىچىزغا ئېلىپ تۇرغۇزۇش، لېكىن دورا سۇيۇقلۇقى گالدىن تۆتۈپ كەتمەسلىكى كېرەك.

(5) سۆئىتەردىن بىر ھەسسە، ئاقىرقەرھا، قىچىلار ھەر بىرىدىن يېرىم ھەسسە، زەنجىبلدىن ئۈچ ھەسسە، تۇشۇدۇردىن 1/4 ھەسسە ئېلىپ ئىچىزنى چايقاش كېرەك.

(6) قىچا، تۇشۇدۇر، زەنجىبل، ئاقىرقەرھا، سۆئىتەر، فىلفىل، سىياھدان، ھىندى تۈزلىرىنىك ھەربىرىدىن 3 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىزنى چايقىسا بەلغەمدىن بولغان

تىل ئېغىرلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

(7) بىخ كەبىر، قىچا، سۈتئىتەر، ئاقىرقەرھالارنىڭ قاينىتمىسى بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

(8) قىچىنى چالا، ئاقىرقەرھانى يۇمشاق سوقۇپ ئازراق سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىزنى چايقاش، ھەمدە ئېغىز چايقاپ بولغاندىن كېيىن فىلفىل، تۇشۇدۇر، قىچا، ئاقىرقەرھا، تەنكار، زەنجىبىل، سۈتئىتەر، بۇرە ئەرمىنلەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق يانچۇپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تىلغا قويۇش لازىم.

(9) تۇشۇدۇر، فىلفىل، زەنجىبىلنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام، تۇزدىن 2 گرام. ياكى زەنجىبىل، زەرنەب، سىياھدانىنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام، بەسباسەدىن 5 گرام، قەلەمفۇردىن 4 گرام، ئاش تۇزىدىن 7 گرام ئېلىپ سوقۇپ تىلغا قويۇش لازىم.

(10) ئىگىر تۇركى ۋە جوزبوۋا ياكى تۇشۇدۇر، ئاقىرقەرھالاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ تىلغا قويۇش كېرەك.

(11) سۈنبۈل، قىزىلگۈلنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام، ئىزخىر، قەلەمفۇر، فەرفىيۇنلارنىڭ ھەر بىرىدىن 1.5 گرام ئېلىپ مۇمىيا ياكى ئەنبەرى ئەشھەب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ تىل ئاستىغا قويۇپ ئېغىزدىن شالۋاق ئاققۇزۇش تەجرىبىدىن تۇتكەن چارىدۇر.

(12) دارچىن، ھۇماما، سۈنبۈل تېپلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 9 گرام، سازەج ھىندى، جۇۋىنا، مۇدەھرەج (يۇملاق) زىراۋەندى، تەۋىل (تۇزۇن) زىراۋەندى، چىكسەپ تۇرۇقى، سېرىق چېچەك، مەستىكى، رۇمبادىيان، تاغ سەۋزە تۇرۇقلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام ئېلىپ سوقۇپ تاسقاپ تالقان تەييارلاپ ھەر قېتىمدا 4 گرامدىن قاينىقسۇ بىلەن ئېچىشكە بېرىلسە تىلنىڭ بوشىشىپ كېتىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

(13) پىستىنىڭ سىرتقى پوستىنى تىلغا قويۇش، زەنجىبىلنى لىمۇن سۈيىدە ئېزىپ تىلغا سۈۋاش مەزكۇر خىلدىكى تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتا تەجرىبىدىن تۇتكەن چارىلەردۇر.

يېمەك-ئىچمەك جەھەتتە چەلەڭ ۋە كۈندۇرنى قۇرۇق ئۇزۇم، فىلفىللار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىش، قىچىنى قىچا يېغىغا قوشۇپ يېيىش، تۇغۇنىڭ تىلىنى پۈشۈرۈپ شورپىسى بىلەن ئىستېمال قىلىش، تەنكارنى نانغا قوشۇپ يېيىش، تاماقلارغا سىياھدان سېلىپ ئىستېمال قىلىش، پىندۇق يېيىش قاتارلىقلارنىڭ كۆپ مەنپەئەتى بار.

كېسەللىك ئەھۋالى ياخشىلانماي ئېغىزدىن داۋاملىق شالۋاق ئېقىش كۈچەيسە،

كېسەللىك ماددىسىنىڭ كۆچلۈك ئىكەنلىكىدىن دېرەك بېرىدۇ. بۇنىڭدا مۇھەللىلات دورىلارنى تۇتقۇچى دورىلار بىلەن قوشۇپ ئىشلىتىش ھەمدە سۈنبۈلنى قىزىلگۈل بىلەن، غۇنچە ئۆزۈمنى ئىزخىر، تاباشىرلار بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

تىلدىكى ئىستىرخا مېڭە شىرىكچىلىكىدىن بولسا باشقا ئەزالاردىمۇ ئېغىرلىق بولىدۇ. بۇنىڭدا فالەج كېسەللىكىدە قوللانغان تۇسۇللارنى قوللىنىش كېرەك. تۇنىڭدىن باشقا بېدەئەنجىر يېغى، ماتۇلتۇسۇل ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن داۋالاش، لەقۋە كېسەللىكىدە كۆرسىتىلگەن تېمىتما ۋە غەرغەرلەرنى ئىشلىتىش كېرەك.

يۇمشاق تاكىلايغا ئاپەت يەتكەندىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتا تىلنىڭ قۇرۇقلۇق ۋە ئىسسىقلىقتىن بولغان ئېغىرلىقىنى داۋالاشقا قوللانغان چارىلەرنى قوللىنىش، مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئېغىزدا تۇتۇش ۋە غەرغەرە قىلىش كېرەك ھەمدە سۆز قىلغاندا چوكقۇر نەپەس ئالسا تاكىلاي مۇسكۇللىرىغا كۈچ كىرىپ سۆزلەشكە ئاسانلىق تۇغۇلدۇ.

3. مېڭە پەردە ئىششىقى قاتارلىق كېسەللىكلەردىن پەيدا بولغان تىل ئېغىرلىقلىرىدا كېسەللىك تۇزۇنغا سوزۇلدۇ. ساقىيىشى تەسرەك. يەكىگىلەكلىرىگە ئىسترخادىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتىكى يەكىگىلەك دورىلارنى ئىشلەتسە بولىدۇ. تىل ئاستىدىن، ئېغىزدىن سۇ ئاققۇزۇشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن نۇشۇدۇر بىلەن ئاق تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ تىلغا سۈركەش كېرەك.

4. تىل ئاستىدىكى چاندىرلارنىڭ قىسقىلقى سەۋەبىدىن بولغان تىل ئېغىرلىقنى داۋالاشتا، دەستىكارلىق 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 يېپەكنىڭ ئىنچىكە تالالىرىدىن يىڭنە تومۇقىدا يىپ تەييارلاپ چاندىرنى باغلاپ تىلنى ئاستا ھەرىكەتلەندۈرۈپ بەرسە چاندىرلار ئۆزلۈكىدىن ئۆزۈلىدۇ.

ئومۇمەن تىلنىڭ ھەرىكەتچانلىقىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن جويۇزنى شۇمۇش كېرەك ياكى 10 گرام نۇشۇدۇرنى 100 گرام سىركە بىلەن قاينىتىپ ياكى توم زەنجىبىلنى تۇز بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش ۋە تىلغا سۈركەش لازىم.

5. سىرتقى زەخمىدىن بولغان تىل ئېغىرلىقىنى داۋالاشتا ئەگەر تىل ئەسەب پەيلىرى ئۆزۈلگەن بولسا داۋالاپ ساقايتقىلى بولمايدۇ.

كېكه چلىك

كېكه چلىك (له‌كنه تۇللىسانى) سۆزلىگه‌نده كىشله‌رنىڭ كېكه‌چله‌پ بره‌ر تاۋۇشنى قايتا-قايتا ته‌كرارلايدىغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، تۇنىڭ تىل ئېغرلىقى بىله‌ن به‌لگىلىك ده‌رىجده په‌رقى بولىدۇ. كۆپىنچه كىچىك باللاردا كۆرۈلىدۇ.

سه‌ۋه‌بى

بۇ كېسه‌للكنىڭ سه‌ۋه‌بى كۆپ هاللاردا روهىي ئامىللارغا مۇناسىۋه‌تلىك بولىدۇ. كۆپىنچه بالىنىڭ تىلى چىقىۋاتقاندا قاتتىق قورقۇپ كېتىش ۋه جىددىيلىشىشتىن باشلىنىدۇ. به‌زى بالىلار باشقىلارنىڭ كېكه‌چلىكىنى تۇزۇن مۇددە‌ت دوراپ ئاده‌تله‌نگه‌نلىكى تۈپه‌يلىدىن كېيىنىچه مه‌لۇم هه‌رپله‌رنى ته‌له‌پپۇز قىلغان ياكى سۆزلىگه‌نده كېكه‌چله‌يدىغان بولۇپ قالىدۇ.

به‌زىده تىل ئاستىدىكى چاندىرلار قىسقىلىقىدىنمۇ تىل هه‌ركىتى چه‌كلىمگه تۇچراپ كېكه‌چلىك كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

سۆزله‌ش جه‌ريانىدا بولۇپمۇ هه‌ربىر جۈمله سۆزنىڭ باش هه‌رپىنى ته‌له‌پپۇز قىلىشتا تۇنى ته‌كرار-ته‌كرار ئېيتىشقا مه‌جبۇر بولۇپ، دۇدۇقلاپ قالىدۇ. قورقماندا، غه‌زه‌پله‌نگه‌نده، روهىي جه‌هه‌تتىن جىددىيله‌شكه‌نده، كېكه‌چله‌پ سۆزله‌ش تېخىمۇ كۈچىيىدۇ.

داۋاسى

ئاتا-ئانىلار بالىنىڭ تىلى چىقىۋاتقان مه‌زگىلده سۆزله‌ش ئه‌هۋالىغا دىققه‌ت قىلىشى، بالىنى مه‌سخىره قىلماسلىقى ۋه قورقۇتماسلىقى لازىم. ئه‌گه‌ر دۇدۇقلاش ئه‌هۋالى بارلىقىنى بايقىسا، سه‌ۋرلىك بىله‌ن تۇزىتىپ مه‌شىق قىلدۇرۇش كېره‌ك.

ئىگىر مۇرابباسى بۇ جەھەتتە ياخشى ئونۇم بېرىدۇ. مەزكۇر مۇراببا ھۆل ئىگىرنى پوستىدىن ئاجرىتىپ، ئۆششاق 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 نەپلەپ تۇرسا بىر قانچە كۈندىن كېيىن ئىگىر سۈنى ئۆزىگە تارتىپ ھۆللىنىدۇ. ئاندىن كېيىن يۇقىرىقى ئۇسۇلدا تەييارلاپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

ئەگەر تىل ئاستى چاندۇرلىرىنىڭ قىسقىلىقى بىلىنسە كەستۈرنۇە تسە بولىدۇ. ناۋادا تىل ئەسەبلىرىدە پالەجلىنىش كۆرۈلسە، تىل ئېغرىلقىنى داۋالاشتىكى چارىلەردىن بىرىنى قوللىنىش مۇمكىن.

تىل ۋەرىمى

تىل ۋەرىمى (ۋەرەمۇللىسانى، ئىلتىھابۇللىسانى، ئاماسى زەبان) باشقا ئەزالاردا يۈز بەرگەنگە ئوخشاش بىرەر خىلىتىنىڭ ئۆزگىرىشى تۈپەيلىدىن تىلدا ئىششىق پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى-تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن بەدەندىكى ئوت خىلتىنىڭ يەنى قان، سەپرا، بەلغەم، سەۋدا ماددىلىرىنىڭ ئۆزگىرىپ ئوفۇنەت پەيدا قىلىپ تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

1. قاندىن بولغان تىل ۋەرىمىدە تىل قىزىرىدۇ، چىكىلىپ ئاغرىيدۇ. ئېغىزدىن ئازراق شۆلگەي ئاقىدۇ ۋە باش، يۈزنىڭ چىكىلىپ 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

مودلور-مودلور نەرسلەر پەيدا بولۇپ، شەكلى مەلۇم دەرىجىدە تۈزگىرىپ كېتىدۇ.

3. بەلگەمدىن بولغان تىل ۋەرىسىدە تىل ئاق رەڭلىك بولۇپ، ئېغىزدىن كۆپلەپ سۈيۈقلۇق ئاقىدۇ، ئاغرىش ئانچە ئېغىر بولمايدۇ.

4. سەۋدادىن بولغان تىل ۋەرىسىدە كېسەللىك ئەھۋالى يەڭگىل بولسا تىلنىڭ رەڭگى قارامتۇل، ئېغىرراق بولسا قارا رەڭدە بولىدۇ. سۈيۈقلۇق كۆپ ئاقمايدۇ. تىل قۇرۇقراق، ئېغىز ئىچى قۇۋۇلىشىپ ئاغرىيدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەلگە سەۋەبچى بولغان زىيادە خىلتنى مۇناسىپ مۇنزىجلار بىلەن پىشۇرۇپ، مۇسھىللار ئارقىلىق بەدەندىن تازىلاش كېرەك.

1. قاندىن بولغان تىل ۋەرىمنى داۋالاشتا، مۇۋاپىق تېپىلسا قېيفال تومۇردىن قان ئالسا بولىدۇ. سۈرگە دورىلىرىدىن قارا ئۇرۇك، تەمرى ھىندى، قۇلۇس قاتارلىق دورىلارنى، مەتبۇخلاردىن مەتبۇخى شاھتەررەنى ئىچكۈزۈش كېرەك. ئەگەر ئىششىق ئېغىرلىشىپ قىزىل كېكىرتەك تارىيىپ ھېچ نەرسە ئوتمەي دورا ئىستېمال قىلالمىسا، مۇناسىپ دورىلار بىلەن ھۆقنە قىلىش ياكى ئىششىقنى يۇمشىتىپ، ماددىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن ئوسۇل، كاسىن، مارجان شوخلا ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلارنى قاينىتىپ، ئېغىز ۋە تىلنى چايقاش ياكى بابۇنە، ئىكلىل مىلك، 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 مىلك، بىنەپشىلەرنى قاياتقان سۇغا خىيارشەنبەر سۈيىنى قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش، ئېغىزنى چايقاش لازىم.

2. سەپرادىن بولغان تىل ۋەمنى داۋالاشتا قان ئېلىش پايدا قىلمايدۇ. قاندىن بولغان تىل ۋەرىمنى داۋالاشتىكى چارىلەرنى قوللىنىش بىلەن بىرگە مەتبۇخى ھەلىلىنى بېرىش كېرەك.

3. بەلگەمدىن بولغان تىل ۋەرىمنى داۋالاشتا ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن مۇناسىپ دورىلار بىلەن تەييارلانغان، ئانچە ئوتكۇر بولمىغان دورا سۈيۇقلۇقنى ھۆقنە قىلىش ئارقىلىق ئىچنى يۇمشىتىپ تازىلاش، ئوڭدىن باشقا يەنە ئىيارەجى فەيقەرانى بېرىش كېرەك. ئارپا بادىيان، چۆچۈكبۇيا يىلتىزى، بىنەپشە، چىلانلارنى قاينىتىپ سۈيىگە گۈلقەنت

سىلىپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك. مەئجۇنى مەسرەدىتۇس، مەئجۇنى سەنجىبىنا بەرسمۇ بولىدۇ.

4. سەۋدادىن بولغان تىل ۋەسىنى داۋالاشتا، ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىبرىش، ئەنجۇر، شۇمشە، زىغىزنى قاينىتىپ، سۇيىگە بىنەپشە يېغى، ھەسەل، خىيار شەنبەر قوشۇپ ئېغىزنى چايقاش لازىم. ئۈسۈلۈك، كاسنى، ھۆل يۇمغاقسۇتلەرنىڭ سقىلغان سۇيىگە داكىنى چىلاپ تىلغا سۈركەش ياكى شۇ دورا سۇيى بىلەن ئېغىزنى ئۈزۈنراق ۋاقىت چايقاش لازىم. بۇ چارە ئىسسىق دورىلار ئىشلەتكەن، لېكىن ئىششىق تېزلىشىپ سەرتانغا ئايلىنىپ قېلىش خەۋپى بولغانلار ئوچۇنمۇ ئونۇمى بولىدۇ.

تىلنىڭ ھەر خىل سەۋەبىدىن بولغان ۋەرەملىرىگە پاقا يوپۇرمىقى ئورۇقىدىن 20 گرامنى 100 مىللىلىتىر سىركە بىلەن قاينىتىپ تىلنىڭ ئوستىگە سۈركىسىمۇ ياخشى ئونۇم بېرىدۇ.

تىل ئاستى پاقىسمان ئوسمىسى

تىل ئاستى پاقىسمان ئوسمىسى (زەفدەئۇللسانى) تىل ئاستىغا كۆكۈش پاقىغا ئوخشاش ئوسمە گۆش پەيدا بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان. قەدىمكى ھۆكۈمالار ئۇنى پاقا بېشى كېسەللىكى دەپمۇ ئاتىغان. بۇ ئوسمە چوڭايسا سۆزلەش قىينلىشىدۇ، كېسەل كىشىگە قاتتىق بىئاراملىق ئېلىپ كېلىدۇ.

سەۋەبى

خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشلىرى تىلغا يامان تەسىر قىلىپ پەيدا بولىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە قويۇق قان ياكى بەلغەم ئوفۇنەت ۋە بۇخاراتلىق ماددىلىرى تىل ئاستىغا يىغىلىنىپ قېتىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تىل ئاستىنىڭ بىر ياكى ئىككىلا تەرىپىگە كۆكۈش قارامتۇل، بەزىدە قىزىل رەڭلىك، چوڭ-كىچىكلىكى پەرقلىق ئوسمە بەز پەيدا بولىدۇ. تەرەققىي قىلسا نورمال

سۆزلەشكە دەخلى يېتىدۇ. تىلنى ئەركىن ھەربىكە تالە ئىدىرە لمە يدۇ. ئېغىزدىن داۋاملىق كۆپلەپ شۆلگەي ئاقىدۇ. بۇنىڭ بەزىلىرى يامان سۆپەتلىك تۆسمىگە ئايلىنىدۇ.

قويۇق قان سەۋەبىدىن بولغانلىرىدا تۆسمىنىڭ رەڭگى قىزىل بولۇش بىلەن بىرگە كۆيۈشۈش بولىدۇ. قويۇق بەلغەمدىن بولغانلىرىدا تۆسمىنىڭ رەڭگى ئاقراق ھەم قاتتىقراق بولىدۇ.

داۋاسى

قاندىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا قاندىن بولغان ئېغىز ئاغرىش كېسەللىكىدە ئېيتىلغان سوۋۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش ھەمدە مۇۋاپىق تېپىلسا قېيفال تومۇرىدىن قان ئېلىش كېرەك. زۇلۇك قۇرۇتى قويسىمۇ بولىدۇ. سەپرا مۇسەھىلى بىلەن مېڭىنى تەنقىيە قىلىش كېرەك. كاسىن سۈيى، تۆسۈك سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيىنى ئېغىزدا تۇرغۇزسا ئوبدان كېرەك. مەنپەئەت قىلىدۇ.

بەلغەمدىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇپ بولغاندىن كېيىن ھەبىي ئىيارەج بىلەن تازىلاش كېرەك. تەنقىيەدىن كېيىن تۇشۇدۇر، موزىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تىلغا سۈركەش ۋە سىركە، تۇزلارنى ئېغىزغا ئېلىش كېرەك. ئەگەر بۇ چارىلەر ئۇنۇم بەرمىسە گۈشنى يىگۈچى ۋە يوقاتقۇچى دورىلارنى، مەسىلەن: تۇشۇدۇر 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 تۆسۈل-چارە ۋە دورىلارنى قوللىنىش ھەمدە تىل ئاستى تومۇرىدىن قان ئېلىش كېرەك. تەنكار، زەنگار ياكى ئانارگۈلنى، زاك ياكى قەلقەتار، موزا قاتارلىقلارنى زىمماد قىلسىمۇ بولىدۇ. پوستى بىخ كە بىرنى قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاشمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەن ئۇنۇم كۆرۈلمىسە تۆسمە قېپىنى يىرىپ ماددىلارنى چىقىرۋېتىش كېرەك. تازىلاش ئۇچۇن سىركىگە ئازراق سۇ قۇيۇپ ئېغىزنى چايقاش، ئاندىن كېيىن كۆيدۈرۈلگەن زاكنى چاپلاش، گۈشنى يەپ تازىلىغۇچى مەلھەملەرنى داۋاملىق ئىشلىتىش ھەمدە مىزاجنى ئىسلاھ قىلىش كېرەك.

تۆۋەنكىدەك ياخشى تۆسۈللارنى قوللانسىمۇ بولىدۇ: سۆئىتەر، ئانار پوستى ۋە تۆزلارنى بىر قىلىپ تىلغا سۈركەش كېرەك. كۆيدۈرۈلگەن زاك، سۆرۈنجانلارنى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تىل ئاستىغا قويۇش، شەب يەمانى، بىخ سۆسۈن، زەئفەر، مۇرمەككى،

موزىلارنى تەڭ مىقداردا ئىلىپ سوقۇپ پاقىسىمان تۇسمىگە قويۇش كېرەك مەنپەئەتلىكتۇر. كۆكنار، يەرلىك شوخلا، فىلفىل، زىنجىر، بىخ سۇس، ئاق لەيلىمەرنى قاينىتىپ غەرغەرە قىلىشمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر پاقىسىمان تۇسمە قېتىۋالسا سۆزلەشتۈرۈپ 2 گرام، زۇۋاندىن 4 گرام، سەدەب تالقىنىدىن 8 گرام ئىلىپ سوقۇپ شىكەر ئارىلاشتۇرۇپ تاكى تۇسمىدە قىچىشىش سېزىمى پەيدا بولغىچە چىپىش كېرەك. تۇنۇكىدىن كېيىن ھەببۇلئاس غولى، ئانارگۈلى، كۈندۈر پوستلىرىنى سىركىدە قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش، ئاغرىق بېسىلغىچە گۈل يېغى بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك.

ئەگەر تۇسمىدىن قان كەلسە ئانارگۈلى، كۈندۈر پوستىنىڭ ھەر بىرىدىن 4 گرام، مۇرمەككىدىن 8 گرام ئىلىپ يۇمشاق سوقۇپ ساپلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چىپىش كېرەك.

ئەگەر مەزكۇر تۇسمە تۇزراپ كەتسە، دەستكارلىق تۇسۇلى بىلەن تىل ئاستىدىكى تومۇرنى بىر تەرەپكە داجىتىپ قان تومۇرلارغا دەخلى يەتكۈزمەسلىك شەرتى ئاستىدا تۇسمىنى كېسىپ ئىلىۋېتىش كېرەك. چۈنكى تومۇرلار زەخمىلەنسە قان توختىماي تۆلۈم ھادىسى كېلىپ چىقىشى مۇمكىن. ئاندىن كېيىن كونا چىگىتنى ئېزىپ سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چىپىش، ئىككىنچى كۈنى چىگىتنى ئېزىپ سەفىداپ، مۇردارسەڭگۈل يېغى، مۇملاردىن ياسالغان مەلھەم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چىپىش كېرەك. بەزىدە ئىنچىكە نەيچە بىلەن تۇسمىدىكى نەرسىلەرنى شۇمۇرۇپ ئالغاندىن كېيىن مەلھەم چىپىپ قويسىمۇ بولىدۇ. يەرلىك ئورۇنغا سۇ تەككۈزۈشتىن ساقلىنىش، تۇسسىغاندا ئېغىزنى يوغان ئېچىپ سۇنى جاراھەت ئورنىغا تەككۈزمەي تۇدۇل گالغا قۇيۇش كېرەك.

ئەگەر تۇسمە يوغىناپ تىلنىڭ ھەربىكتى توسقۇنلۇققا تۇچرىسا تاكى ئاغرىمايدىغان بولغانغا قەدەر تىل ئاستىنى ئاستا چېكىپ بېرىش، ئاندىن كېيىن مۇمنى سىركىدە ئېرىتىپ سۈرتۈش كېرەك.

ئەگەر تۇسمە يەللىك سەۋەبلەردىن بولسا ئىسىبەغۇل يوپۇرمىقى سۈيى، پاقا يوپۇرمىقى سۈيى، ئانار سۇلىرىنى ياكى ئانار سۈيىنى سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىزغا تاكى يەل يوقالغىچە ئېلىش كېرەك. تۇسمە ئېغىز ئالغان ۋە دەستكارلىقتىن كېيىن كېچىسى يۇتەل قوشۇلسا چۇچۇكبۇيا، تۇستۇخۇدۇس، چىلان، گۈل نىلۇفەر، ئاق لەيلىمەرنى يەرلىك شوخلا ئەرىقى بىلەن قاينىتىپ سىلىپ ئىچكۈزسە بولىدۇ.

چىشنىڭ ساقلىقىنى ساقلاش ته دبىرلىرى

چىش يېمەكلىكلەرنى چىشلەپ ئۈزۈش، كېسىش، چاينىاش ئارقىلىق ئۇلارنى ئېزىپ ھەزىم قىلىشقا لايىقلاشتۇرۇش رولىنى ئويناىدۇ. ئەگەر چىشلار بولمىسا تاماقلار ئېزىلمەي ئاشقازانغا چۈشۈپ ئۇنىڭ خىزمىتىنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا، چىشلار ھەرپ تاۋۇشلىرىنىڭ توغرا ۋە تولۇق چىقىشىدىمۇ بەلگىلىك دەرىجىدە رول ئويناىدۇ. شۇڭا چىشلارنىڭ ساقلىقىنى ساقلاشقا ئالاھىدە ئېتىبار بېرىش كېرەك.

1. چىشنى داىم يۇيۇپ پاكىزلەپ تۇرۇش، شاكىراپ ئۆز سۈيى بىلەن ئېغىزنى چايقاش، بولۇپمۇ ئاخشىمى ئۇخلاشتىن بۇرۇن، ئەتىسى ئويقۇدىن كېيىن چىش چوتكىسىغا چىش پاستىسى يۇقتۇرۇپ چىشنى چوتكىلاشقا ئادەتلىنىش كېرەك. شارائىت بولمىغان جايلاردا ئەگ ياخشىسى 3 ۋاخ تاماقتىن كېيىن ئېغىزغا سۇ ئېلىپ چايقاش، كۆرسەتكۈچ ۋە باش بارماقلارنى چىشقا تەككۈزۈپ پاكىزلەش كېرەك.

2. تاتلىق يېمەكلىكلەر بولۇپمۇ كەمپۇت 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، تۇرۇك تۆكچىسى، بادام تۆكچىسى 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. قەيىنى كۆپ قىلماسلىق بولۇپمۇ چۈچۈمەل نەرسىلەر يانىدىغان قەيىنى كۆپ قىلماسلىق كېرەك. قەيىدىن كېيىن چوقۇم ئېغىزنى چايقاپ چىشلارنى پاكىزلەش كېرەك.

7. چىشلاردا ئاغرىش كۆرۈلسە ۋاقتىدا چارە قىلىش، كاۋاكلىشىش، سۈنۈش، چۈشۈشتەك چىش پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە ۋاقتىدا چىش تېۋىپىغا

كۆرسىتىپ يامىتىش، چىش سالدۇرۇش كېرەك.

تىبابەتچىلىك چىشنىڭ ساقلىقىنى ساقلاشتا رېئايە قىلىشقا تېگىشلىك يۇقىرىقىدەك تازىلىق ساۋاتلىرىنى تەشەببۇس قىلىشتىن سىرت بەزى تۆۋەنكى تۈسۈل-چارە ۋە دورىلارنىمۇ قوللىنىدۇ، مەسىلەن: چىشلارنى كۈچەيتىش ئۈچۈن ھەر ئايدا 1-2 قېتىم مۇناسىپ سۈتۈنلارنىڭ چىشلارغا سىپىدۇ، ئېغىز چايقاش ئۇسخلىرى بىلەن ئېغىزنى چايقايدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئۆزىنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ چىش ۋە چىش مۈلۈكلىرىگە سۈركەيدۇ ياكى سۈتلۈك ئوتنىڭ يىلتىزىنى ئۆزۈم شارابى بىلەن قاينىتىپ ئېغىز چايقايدۇ. لازىم تېپىلغاندا 2-3 يىلدا بىر قېتىم ئېغىزدىكى تۈت تومۇر (چاھارەگ) دىن قان ئېلىپ تۆرۈشنى 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 قورىغۇچى نەرسىلەرنى ئېغىزدا ئۆزۈنراق 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 چىكىتقۇچى دورىلاردۇر. سوغۇققا مايىل قۇرۇتقۇچى دورىلار بىرئاز چۈچۈمەلرەك كېلىدۇ، مەسىلەن: سەندەل، كاقۇر، قىزىلگۈل تۇرۇقى، ئانارگۈلى، خۇنسياۋشان، موزا، كەھرىبا، مەرۋايىت، قۇفەل، ئارپا تۇنى، تۇجمە دەرىخى پوستى، ھۇممماز يىلتىزى، ھەلىلە مېغىزى، ئامۇت تۇرۇقى، ئاقاقىيا، سىماق،

جۇپتى بەللۇت قاتارلىقلار.

ئىسسىققا مايىل قۇرۇتقۇچى دورىلارنىڭ ئىسسىق كەيپىياتى بەزىلرىنىڭ جەۋھىرىدە بولسا، بەزىلرىنىڭ دورا ئەتراپىدا بولىدۇ.

ئىسسىق كەيپىياتى دورىنىڭ جەۋھىرىدە بولىدىغانلار: كۆيدۈرۈلگەن تۇز، كۆيدۈرۈلگەن سەئىدى كۈفى، كۆيدۈرۈلگەن سازەج ھندى، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، دارچىن، زۇفا، ئىزخىر، بىخ كەبىر ۋە تۈنۈك مېۋىسى (مېۋىسى بىخ كەبىردىن كۆچلۈك بولىدۇ)، كۆيدۈرۈلگەن ياكى كۆيدۈرۈلمىگەن تۇد، ئىپار، ئارچا دەرىخى كەبىردىن كۆچلۈك بولىدۇ)، كۆيدۈرۈلگەن ياكى كۆيدۈرۈلمىگەن تۇد، ئىپار، ئارچا دەرىخى يوپۇرمىقى، سازەج ھندى يوپۇرمىقى، پۇدىنە ۋە تۈنۈك كۈلى، مەستەكى، تەنكار، زىراۋەندى مۇدەھرەجەلەرنىڭ كۈلى، ئۇزۇم تېلىنىڭ كۈلى، توشقان بېشىنىڭ كۈلى، ئارچا ياغىچىنىڭ كۈلى، ئاقىرقەرھا كۈلى، كۆندۇر ۋە شەھەمەھەنزەل كۈلى قاتارلىقلار.

ئىسسىقلىق كەيپىياتى دورىنىڭ تۇزى ياكى ئەتراپىدا بولىدىغانلار: موزىنىڭ كۈلى (ئەگەر ئۇنى كۆيدۈرگەندىن كېيىن سىركىدە سوۋۇتسا كەيپىياتى مۇتىدىللىشىدۇ)، ئۇزۇم تۇششاق شاخلىرىنىڭ كۈلى، قومۇش كۈلى قاتارلىقلار.

چىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى مۇتىدىل قىلىشقا ئېھتىياج چۈشسە يۇقىرىقى سوغۇق ۋە ئىسسىق دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تەڭشەپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ. چىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ بەزىلىرى تارقاتقۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى، بەزىلىرى سوۋۇتقۇچى، بەزىلىرى سېزىمنى ئاشۇرغۇچى دورىلار بولۇپ، سېزىمنى ئاشۇرغۇچى دورىلار كېيىنچە يامان تەسىرلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، شۇڭا تۆلارنى ئامال بار ئىشلەتمەسلىك كېرەك. ئاندىن باشقا، چىش كېسەللىكلىرى ئۆچۈن قاتتىق دەرىجىدە تارقاتقۇچى ۋە قىزىتقۇچى دورىلارنى ئىستېمال قىلماسلىق كېرەك. مەسىلەن: ھەنزەل، خەرىبەق، قىشائۇلھىمار قاتارلىقلار. ئەگەر ئىشلىتىشكە زۆرۈرىيەت بولۇپ قالسا ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش كېرەك. سۈتۈن دورىلارنى ئىشقازان توشۇق ۋاقتىدا ئىشلەتمەي، مىسۋاك قىلىشتىن بۇرۇن ئىشلىتىش لازىم. چىشلارنىڭ بۇزۇلۇشىنى قابىز دورىلار ئارقىلىق داۋالاش سەل تەسكە توختايدۇ. چىشنىڭ ھەر خىل كېسەللىكلىرىگە قۇفەل، موزا، بەللۇت، دارچىنى، زورنىباد، سۆئىتەر قاتارلىق دورىلار ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

چىش ئاغرىش

چىش ئاغرىش (دەردى دەندان، ۋەجئولئەسنانى) بەزى چىش كېسەللىكلىرىدە

بولىدىغان ئومۇمىي ئالامەتكە قارىتىلغان. ئۇ ئادەتتە مىزاجنىڭ خىلىتسىز ياكى خىلىتلىق بۇزۇلۇشىدىن بولغان چىش ئاغرىشى، باشقا ئەزا كېسەللىكلىرى شېرىكچىلىكىدىن بولغان چىش ئاغرىشى ۋە چىشنىڭ ئۆزىدىكى ئۆزگىرىشلەردىن بولغان چىش ئاغرىشلارغا ئايرىلىدۇ.

سەۋەبى

1. مىزاجنىڭ خىلىتسىز بۇزۇلۇشى چىشقا يامان تەسىر قىلسا چىش ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە ماددىسىز ئىسسىق ۋە سوغۇقنىڭ تەسىرىدىن بولغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ.

2. مىزاجنىڭ خىلىتلىق 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 قويۇق، ئۆتكۈر ياكى ناچار ماددىلارغا تولۇپ، ئۆلارنىڭ زىيانلىق تەسىرى چىشقا ئۆرلىگەنلىكتىن چىش ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ.

باش تەرەپتىن قويۇق يەللەر چىش يىلتىزى ۋە چىش سېزىم ئەسەبلىرىگە چۈشكەنلىكتىن چىش ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ھەر خىل كېسەللىكلەر، مەسىلەن، يۇقىرى قان بېسىم كېسىلى، زىيابىت (قەنت سېيىش) كېسىلى، بۇرۇن يان بوشلۇقى ۋەرىمى، ئېغىر دەرىجىدىكى كەمقانلىق كېسىلى، زۇكامۇلۇە بائى (تارقىلۇچان زۇكام)، ئېغىر دەرىجىدىكى ئەسەب ئاجىزلىقى قاتارلىقلارنىڭ تەسىرىدىن چىش ئوخشىمىغان دەرىجىدە ئاغرىيدۇ.

4. چىشنىڭ ئۆزىدىكى ئۆزگىرىشلەر تۇپەيلىدىن چىش ئاغرىش كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە چىش كاۋاكلىشىش، چىش مۇلۇكلىرى ئىششىپ ۋەرەملىنىش قاتارلىقلاردىن بولىدىغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

1. مىزاجنىڭ خىلىتسىز بۇزۇلۇشىدىن بولغان چىش ئاغرىشتا ئەگەر چىش ئاغرىش

مادداسسز ئسسسقتن بولسا ئاغرىش قاتتىق باشلىنىدۇ. ئىككى ئېكەك 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. مىزاجنىڭ خىلىتلىق بۇزۇلۇشىدىن بولغان چىش ئاغرىشتا، ئەگەر چىش ئاغرىش قانىنىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، چىشنىڭ تۈۋى قىزىرىدۇ، ئىششىيىدۇ، چىش ئېغرىلىشىپ، لوقۇلداپ، چىكقىلىپ ئاغرىيدۇ. قاننىڭ غالىب كەلگەنلىك ئالامەتلىرى بولىدۇ.

ئەگەر سەپرانىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، چىش كۆيۈشۈپ ئاغرىيدۇ. بەزىدە باش، چېكە ساھەلىرىنىڭ چىكقىلىپ 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 ئىششىيىدۇ. 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 تۇ ئاشقازاندىكى بەل-بۇخاراتلارنىڭ تۈرلىگەنلىكىدىن بولسا، قورساق تويۇپ كەتكەن ياكى ھەزىم قىلىش ناچارلاشقان چاغلاردا ۋە ياكى كېچىدە تاماق يېسە چىش ئاغرىش كۈچىيىدۇ ياكى ئەسلىدىكى ئاغرىق كۈچەيىپ كېتىدۇ.

ئەگەر باشقا كېسەللىكلەردىن بولسا، شۇ خىلدىكى كېسەللىكلەرنىڭ تۈزىگە خاس ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ. چىش تارتىشىپ ئاغرىيدۇ. ئاغرىش بىر جايدىن يەنە بىر جايغا يۆتكىلىپ تۇرىدۇ.

4. چىشنىڭ ئۈزىدىكى تۈزگىرىشلەردىن بولغانلىرىدا چىش ئاغرىش چىشتىكى كاۋاكلارنىڭ ئېغىر-يەڭگىللىكى، چىش مۇلۇكلىرىدىكى ئىششىق، ۋەرەملىنىش دەرىجىسىگە قاراپ ھەر خىل بولىدۇ.

داۋاسى

چىش ئاغرىشنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن سەۋەبنى ئېنىقلاپ سەۋەبكە قارىتا چارە

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 ئەفتمۇن بېرىش كېرەك. گاۋزەبان، ئىت ئۈزۈمى، يۇمغاقسۇتلەرنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچىزدا تۇرغۇزۇش، ئەگەر چىش ئاغرىش قاتتىق بولسا تەرياقى ئەسىلىنى چىشقا قويۇش كېرەك.

سەپرانىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، مەتبۇخى ھەلىلە ياكى تەمرى ھىندى بېرىلىدۇ.

بەلغەمدىن بولسا، بەلغەمنى تازىلاش ئۈچۈن ئالدى بىلەن ھەبىي ئىيارەج ياكى ھەبىي سەبرە بەرگەندىن كېيىن تەرياقى ئەسىلىنى بېرىش كېرەك.

تۆۋەندىكى ئۇسۇل-چارە ۋە دورىلارنى چىش ئاغرىشىنىڭ كېلىپ چىقىش سەۋەبىگە قاراپ تاللاپ قوللانسا بولىدۇ:

(1) سىركە ۋە گۈلاپنى ئىچىزغا ئىلىپ تۈتۈش، ئاغرىق بەك قاتتىق بولسا يۇقىرىقىلارغا ئازراق كافۇر قوشۇپ ئاغزىغا ئىلىش لازىم.

(2) قىچا، ئاقىرقەرھا، پىلپىل ۋە ئاق تۇزنى باراۋەر مىقداردا ئىلىپ سوقۇپ، چىش تۈۋىگە بېسىش كېرەك.

(3) ئىت ئۈزۈمى (مارجان شوخلا) نىڭ سۈيى، ھۆل يۇمغاقسۇت سۈيى، پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى قاتارلىقلارنى ئىچىزدا تۇتۇش لازىم.

(4) ئەنسۇن (رۇمبادىيان) بىلەن زىرنى تەڭ مىقداردا ئىلىپ قاينىتىپ ئىچىزنى چايقىسا بولىدۇ. چىش «قۇرۇت يېگەن» لىكتىن ئاغرىسا كۈدە تۇرۇقى، پىياز تۇرۇقى، مىڭدۇانە تۇرۇقى قاتارلىقلارنى موم بىلەن بىللە چوغ ئۈستىگە قويۇپ، قومۇش نەيچە ياكى ۋارۇنكىدەك بىر نەرسە ئارقىلىق چىشنى ئىسلسا چىش ئاغرىقى توختايدۇ.

(5) يىلان پوستىنى سىركىدە قاينىتىپ ئاغزىنى چايقىسا ياكى تال (تەك) نىڭ پوستى بىلەن يوپۇرمىقىنى قاينىتىپ ئىچىزنى يۇيسا ئاغرىق توختايدۇ.

(6) چىش بوشاپ كېتىپ لىكشىپ ئاغرىسا قىزىلگۈل، يەسمۇق، پۇرچاق، تۇشۇدۇر، 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) كابابه‌چننى سۇدا (ئەڭ ياخشىسى ئاچچىق سۇدا) قاينىتىپ سۈزىگە ئازراق زەمچە سىلىپ ئىغىزنى چايقاش لازىم.

(9) تېرەكنىڭ قاتتىق قوۋزىقى، ئىسلانغان قومۇشتىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ، كابابەچىندىن مۇشۇ مىقداردا ئېلىپ بىر پىيالە سۇدا قاينىتىپ ئىغىزنى چايقىسا چىش ئاغرىقى پەسەيپ قالىدۇ.

(10) ئاپتاپپەرەس يىلتىزىدىن 250 گرام، قارا ھەلىلىدىن 17.5 گرام، ئاق تۇزدىن 17.5 گرام، سىرىق ئەمەندىن 250 گرام، كابابەچىندىن 17.5 گرام ئېلىپ 3 پىيالە سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ، يىلمان ھالدا ئىغىزنى چايقاش كېرەك.

(11) سۈگەت گۈلىنىڭ گۈلىدىن ئازراق ئېلىپ، سۇدا قاينىتىپ ئىغىزنى چايقىسا بولىدۇ. يۇمشاق توغرىغۇ تالقىنىنى بۇرۇن ئىچكە نەيچە بىلەن پۈركىسە چىشنىڭ ئاغرىقى توختايدۇ، بىر قېتىمدا توختىمىسا يەنە بىر قېتىم پۈركەش مۇمكىن.

(12) ھەرە كۆنىكىنى كابابەچىنى بىلەن بىللە قاينىتىپ سۈزۈپ سۈزىگە ئازراق تۇز قوشۇپ ئىغىزغا ئېلىپ تۇرسا كاۋاك چىشنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ.

(13) چىش ئاغرىقى كۆمىلىچىنىڭ ئۇنۇمىمۇ ياخشى.

چىش ئاغرىقى كۆمىلىچى:

ئاق تۇربۇت 7 گرام، سۈرۈنجان، سىرىق ھەلىلىنىڭ ھەر بىرىدىن 3.5 گرام، قىزىلگۈل، بىنەپشە، ئەفتىمۇن، تاش تۇز، بوزىدان، رومبادىيان، پۇشۇرۇلغان سوقمۇنيا، مۇقىل، غارىقۇن، سەكبەنەجەلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 2.1 گرام.

تەييارلىنىشى: مەزكۇر دورىلارنى قاتىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا كۆمۈلا قىلىندۇ.

تەبىئىتى: قۇرۇق ئىسسىق

خۇسۇسىيىتى: بەلغەمدىن بولغان چىش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئەتىگەن-ئاخشامدا 3.5 گرامدىن ئىستېمال قىلىدۇ.

(14) چىش ئاغرىقىدا ئىشلىتىلىدىغان تۇزەنكى مەخسۇس تۇسخىنىڭ ئۇنۇمىمۇ ياخشى.

ئاقسىرقەرھا، بۇزورۇلبەنجىنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام، كۆك ماش 10.5 گرام، خەشخاش 7.7 گرام.

چىش قاماش

چىش قاماش (زەرە سۈلئە سنانى) ھەر خىل ئىچكى-تاشقى ئاممىلارنىڭ تەسىرىدىن چىشنىڭ قاماپ نەرسىلەرنى چاياشتىن ئۆزىنى تارتىدىغان ياكى چاياشتا قىينىلىدىغان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. قابىز (قورۇغۇچى)، قېرىق، ئاچچىق-چۈچۈك نەرسىلەرنى چاينىغان ياكى يېگەن چاغدا ئۇ نەرسىلەر چىشتا ئۆزۈن ئۆرۈپ قېلىپ، شۇ نەرسىنىڭ سۈيۇق ۋە لەتىپ قىسىملىرى چىشنىڭ جىسمىغا ئۆتۈپ چىشنى يېرىكلەشتۈرگۈچى 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 يېغىلىپ ئاندىن قەيەرنى بىلەن چىقىپ ئۆنىڭ بۇخارى ئۆرلەپ چىش قاماشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

چىش قاماشنىڭ 1-خىلدىكىسىدە قابىز، قېرىق نەرسىلەر ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولىدۇ.
2-خىلدىكىسىدە سوغۇق ياكى يىلمان نەرسىگە ئۆچراشسا چىش ئاغرىيدۇ، قاتتىق نەرسىلەرنى چاينىيالمايدۇ.
3-خىلدىكىسىدە ئاچچىق كېكىرىك كېلىدۇ، ئاغزى ئاچچىق بولىدۇ. ئاچچىق قەيەرنى ئاغزىدىن سۇ كۆپ كېلىدۇ.

داۋاسى

1 ـ خىلىدىكسىنى 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 چاينىاش 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 پۇشۇرۇپ چىشلارغا چېپىش كېرەك.

2 ـ خىلىدىكسىنى داۋالاشتا ھەببۇلغار، زەمچە، تۇزۇن زىراۋەندىلەرنى يۇمشاق ئېزىپ چىشنىڭ تۇۋىگە سۈركەش، تەرياقى كەبىر، بىلسان يېغىنى سۈركەش لازىم. چىشتا ھاراڑەت پەيدا بولغان سەۋەبتىن قامىسا، گۈل يېغىغا كافۇر ۋە سەندەلله رنى قوشۇپ چىشقا سۈركەش ۋە ئاغزىدا تۇتۇش لازىم.

3 ـ خىلىدىكسىنى داۋالاشتا ئاشقازانىدىكى ئاچچىق خىلتىلىق ماددىنى تازىلاشقا تىرىشىش كېرەك. بۇنىڭ ماددىسى ئاشقازانىنىڭ ئاغزىدا بولغانلىقى ئۈچۈن قەي ئارقىلىق تازىلىغانىنىڭ 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 (جۇنبىيدە نى دەندان) قا ھەمتا چىش چۈشۈپ كېتىش (تۆكتادە نى دەندان) كە قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئارتۇق ھۆللۈك بولۇپمۇ سۈيۇق بەلغەم ھۆللۈكنىڭ چىش تۇۋىگە يىغىلىپ

قبلىشىدىن چىشلار بوشاپ مىدىرلاپ قالىدۇ. تۇنۇكىدىن باشقا چىش تۇۋىدىكى گۆشلەرنىڭ ئازلاپ قېچىشىشى (يىگىدىشى)، چىش تۇۋى يەللىك يارىسى، چىش تۇۋىگە ئوزۇقلۇق-قۇۋۇتە تەرنىڭ يېتىشمەسلىكى، چىشنىڭ تۇۋىگە 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 يېتىشمەيي چىش مۇلۇكلىرى بوشاپ چىش مىدىرلاپ قالىدۇ ھەتتا چۈشۈپ كېتىدۇ. سىرتقى زەخىم ئاسانلا چىشلارنىڭ مىدىرلاپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئۇنىكىدىن باشقا بەزىدە سىمابلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلغانلىقتىنمۇ چىش مىدىرلاش، چۈشۈپ كېتىش ئەھۋاللىرى يۈز بېرىدۇ.

ئالامتى

چىشنىڭ مىدىرلاپ قالغانلىقى ئېنىق بىلىنىدۇ. چىش مۇلۇكلىرى ئورۇقلاپ، ئاقىرىپ چىش تۇۋى كۆرۈنۈپ قالىدۇ. چىشلار بوشاپ قاتتىق-قۇرۇق نەرسىلەرنى نورمال چاينىيالمايدۇ. چىش ئاسانلا چۈشۈپ كېتىدۇ. ئادەتتىكى چاغلاردا ئاغرىمايدۇ. چىش تۈزىراپ قالغاندەك بىلىنىدۇ.

داۋاسى

چىش مىدىرلاپ قېلىش قېرى كىشىلەردە كۆرۈلسە ئاساسىي جەھەتتىن ئوبدان چارە يوق، ئەمما ئالدىنى ئېلىش ۋە مۇھاپىزەت قىلىش ئۈچۈن كۆپىنچە ھۆللۈكنى تازىلاپ، قۇۋۇتەلەندۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. مەسىلەن: سوئىدى، سۈنبۈل، كۆيدۈرۈلگەن تۇد، مەستىكى، قۇرۇق قىزىلگۈلگە ئوخشاش دورىلارنى چىشنىڭ تۇۋىگە سىپىش لازىم. ياشلاردا كۆرۈلسە سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىش، قۇۋۇتەلەندۈرۈش لازىم. سىرتتىن ئاقىرقەرھا، موزا، پىننە، سۈنبۈل، زەمچە قاتارلىق دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ياكى ئايرىم تالقان قىلىپ چىش تۇۋىگە بېسىش لازىم.

چىش تۇۋى گۆشلىرى ئازلىقى ۋە يەل يارىدىن بولغان چىش مىدىرلاپ قېلىشنى داۋالاشتا، مۇۋاپىق تېپىلسا قىيىقال تومۇر ۋە كالپۇكلاردىكى تۇت تومۇر (چھارەگ) دىن قان

ئالسا بولىدۇ. مۇنزىجدىن كېيىن سەپرانىڭ مۇسھىلىنى بېرىش كېرەك. گۈش، سۈت قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلىش، سماق، زىرشك، بادام مېغىزى قاتارلىقلارنى تامىقىغا قوشۇپ بېرىش كېرەك. كۈندۈر، زىراۋەندى مۇدەھرەج، خۇنسياۋشان، ئىرسالاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۈنۈن ياساپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

ئەگەر چىش تۇۋى گۈشلىرىنىڭ ئازلىقى مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقى ياكى سوغۇقلۇقىدىن ياكى چىشقا زەربە يەتكەن ياكى ئىششىغانلىقتىن بولسا ئالدى بىلەن سەۋەبنى يوقىتىش لازىم. چىش تۇۋى گۈشلىرىنىڭ ئازلىقىنى داۋالاش ئۈچۈن قاش تېشى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، جوز ھىندى، ئاچچىق بادام مېغىزلىرىنى كالا يېغىدا قىزارغىچە قورۇغاندىن كېيىن كۈيدۈرۈلگەن قۇرۇم، خېنە يوپۇرمىقى، زەيتۇن يوپۇرمىقلىرىنىڭ ھەر بىردىن 8 گرام ئېلىپ قوشۇپ سۈنۈن ياساپ كەچتە چىش گۈشلىرىگە سۈركەش كېرەك. ئامۇت تۇرۇقى، ھەببى كاكنەج، كەمرەك دەرىخىنىڭ پوستى، ئامىلە يوپۇرمىقىنىڭ ھەر بىردىن 15 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ئېغىز چايقىسا ئويدان مەنپەئەت قىلىدۇ.

ئەگەر چىش تۇۋى گۈشلىرى بۇزۇلغان بولسا فىلدىشىيۇن ۋە باشقا تۈتكۈر دورىلارنى ئىشلىتىش، قابىز چايقالمىلار بىلەن ئېغىز چايقاش كېرەك. ئانارگۈلى، ئامىلە، شەب يەمانى، ئاقاقىيالارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۈنۈن ياساپ ئىشلەتسمۇ بولىدۇ.

چىش تۇۋىدىن گۈش ئۇندۇرۇش ۋە ئېغىز پۇراشنى يوقىتىش ئۈچۈن خۇنسياۋشان، گەزمازەج، ئەنزەرۇت، كۈندۈر، جويۇز، كۈيدۈرۈلگەن قۇمۇش، تاباشىر، ئاقاقىيا، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، جۇپتى بەللۇت، ئاچچىق ئانار پوستلىرىنىڭ ھەر بىردىن بىر ھەسسە، قەسبوزەرىرەدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ كۈندە تۈخلاشتىن بۇرۇن چىش تۇۋىگە سۈرسە بولىدۇ. سەئدى كوفى، ئانارگۈلى، سماق، شەب يەمانى (زەمچە) لەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سۈنۈن ياساپ سەپسمۇ بولىدۇ.

چىشنى چىكىتىش، گۈش ئۇندۇرۇش ۋە چىش تۇۋى سوزۇلما جاراھەتلىرى ئۈچۈن مەستىكى رومى، كەھربا، قۇمۇشلىنىڭ گۈلى، خۇنسياۋشان، موزا، ئانارگۈلى، قارا ھەلىلە، سېرىق ھەلىلە پوستى، ئامىلە، خېنە يوپۇرمىقى، كات سەفىد، قۇرۇق يۇمغاقسۈتلەرنىڭ ھەر بىردىن بىر ھەسسە، ئاشتۇزىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ تاسقاپ تۈخلاشتىن بۇرۇن چىشقا سۈۋاش كېرەك.

زىراۋەندى مۇدەھرەج، كۈندۈر، خۇنسياۋشان، كۈرۇسسنە تۇنى، بىخ سۈسۈنلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ئىسكەنجىبىل ئەنسلى بىلەن قوشۇپ سۈرسە چىش تۇۋىنى مەھكەم قىلىدۇ.

مەستىكى رۇمى، سەنگى جاراھەت، ئەنزەرۇتلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ

سۆزىسىمۇ چىش ئاغرىش ۋە چىش گۆشلىرىنىڭ ئازلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

يۇقىرىدىكى تەدبىرلەر كۆپايە قىلمىسا ئىيارەجىلەر بىلەن تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن ئانار پوستىدىن 100 گرام، ئانارگۈلى، موزا، زەمچە (شەبىيەمانى)، ئاقىرقەرھالارنىڭ ھەر بىرىدىن 40 گرام، سىماقتىن 60 گرام ئېلىپ سوقۇپ قۇرسىنى يانجىپ چىشقا سۈركەش ياكى قورس ياساپ قۇرۇتۇپ، لازىم بولغاندا يانجىپ چىشقا سۈركەش لازىم.

يەنە ئانار پوستىدىن 12 گرام، قالغان دورىلاردىن 8 گرام، سىماق، تۈزلارنىڭ ھەر بىرىدىن 4 گرام ئېلىپ ياكى زەمچىنى كۆيدۈرۈپ سىركىدە سوۋۇتۇپ تۈنىكىدىن بىر ھەسسە، سوقۇلغان تۈزدىن 2 ھەسسە، سىماقتىن 3 ھەسسە قوشۇپ سوقۇپ سۈزۈن ياساپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ. ئەگەر بۇلاردىمۇ مەنپەئەت كۆرۈلمىسە يېكىنىي قىزىتىپ بۇزۇلغان گۆشنى داغلاش كېرەك.

چىش تۈۋىنىڭ ئىششىقى تۇپەيلىدىن چىش بوشىغان بولسا، ئالدى بىلەن بەدەننى تازىلاش، تۈنىكىدىن كېيىن تاباشىر، سېرىق ھەلىلە پوستى، ياۋا ئانارگۈلى، سۇماققا ئوخشاش قابىز ۋە سوغۇق دورىلارنى سۇغۇق قىلىپ چىش تۈۋىگە سۈركەش ۋە پاقا يوپۇرمىقى، سېمىز ئوت سۇلىرى بىلەن ئاغزىنى چايقاش لازىم.

سىرتقى زەخىملىنىشتىن كېيىپ چىققان مىدىرلاپ قالغان چىشنى ئېلىۋېتىشكە توغرا كەلسە، ئالدى بىلەن چىشنىڭ يىلتىزىنى بوشاشتۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىپ، ئاندىن چىشنى تارتسا ئاسان چىقىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئۈجمە 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 سويىمسىنىڭ يىلتىز پوستى، سېرىق زەرىنخ، ئاقىرقەرھا، زەرچۇبە، شەبرۇم، قىشاتۇلھىمار يىلتىزى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئۈچ كۈن تۇرغۇزۇپ ئاندىن تارتىلىدىغان چىشنىڭ تۈۋىگە چېپىش كېرەك. قىزىل زەرىنخنى سىركىگە بىر قانچە كۈن چىلاپ تارتىلىدىغان چىشنىڭ تۈۋىگە قويسىمۇ بولىدۇ، سىركىنىڭ دۇغنى 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 تال بىلەن تولا مىدىرلاتماسلىق، قاتتىق نەرسىلەرنى چىشلىمەسلىك ۋە چاينىماسلىق كېرەك.

چىش كاۋاكلىشىش، تۆۋۈلۈش ۋە كامارلىشىش

چىش كاۋاكلىشىش، تۆۋۈلۈش ۋە كامارلىشىش (تەتەككۈل، تەفەتتۇت ۋە تەسەققۇبۇلئە سنانى) كېسەللىكلىرى چىش نورمال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن چىشنىڭ كاۋاكلىشىپ كېتىشى (تەتەككۈلئە سنانى)، تۆۋۈلۈپ كېتىشى (تەفەتتەتۆلئە سنانى) ۋە كامار بولۇپ قېلىشى (تەسەققۇبۇلئە سنانى) غا قارىتىلغان.

سەۋەبى

1. غەيرىي تەبىئىي بەلغەم يەنى بۇزۇق ھۆللۈكنىڭ مەلۇم بىر چىش، چىش مۇلۇكى ۋە ئۇنىڭ ئەسەبلىرىگە تەسىر قىلغانلىقىدىن شۇ چىشنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇپ تۇنىڭ كاۋاكلىشىش، تۆۋۈلۈش ۋە كامار بولۇپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.
2. قۇرۇقلۇق غالىب كېلىپ چىشلارغا تەسىر قىلغانلىقتىن تۆلارغا ئوزۇقلۇق ماددىلار يېتىشمەي چىشلارنىڭ تەركىبىي قىسىملىرىنى بىر-بىرى بىلەن تۇتاشتۇرۇپ تۇرغۇچى ھۆللۈكلەر قۇرۇيدۇ. نەتىجىدە چىشلارنىڭ كاۋاكلىشىش، تۆۋۈلۈش 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 سېرىقلىقىقا مايىللىشىپ تەدرىجىي ھالدا تېشىلىپ كاۋاكلىشىدۇ، يېمەكلىكلەرنى چاينىغانسېرى ۋاقتىنىڭ تۇتۇشىگە ئەگىشىپ شۇ چىش يېرىلىدۇ ۋە ئاخىرى كامارلىشىدۇ.
2. قۇرۇقلۇقتىن بولغانلىرىدا يەنە چىش تۆۋى قۇرۇغاندەك بىلىنىدۇ ھەمدە بۇ خىلى ياشانغان كىشىلەر، كېسەللىدىن 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 كېچىك باللاردا 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 قۇۋۇتلەيدىغان، چىشنىڭ تۇۋۈلۈپ زىدىلىنىشىنى توسقۇچى قابىز دورىلاردىن ھوزۇز، مۇزا، ئاقىرقەرھا، سۇنبۇل رۇمى، سەئدى كۆفى قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ چىشقا بېسىش كېرەك. گۈلنار، زەمچە، ھەببۇلئاسلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گىرام ئېلىپ 100 مىللىلىتر سىركە بىلەن قاينىتىپ چىشنى چايقاش، قارىمۇچ، ئاقىرقەرھالارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ چىشنىڭ كامىرىغا كىرگۈزۈپ قويۇش كېرەك.

2. قۇرۇقلۇق غالىب كەلگەنلىكتىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئوزۇقلىنىش ۋە داۋالاش جەھەتلەرنىڭ ھەممىسىدە مىزاجنى 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، گۈرۈچ 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 ئوسارىسىنىڭ يىلىمى ياكى شىرىسىگە مەستىكى ۋە بىر ئاز كافۇرلارنى يۇمشاق ئېزىپ كاۋاكلاشقان چىشقا سىلىپ قويۇش كېرەك.

3. چىشنى قۇرت يېيىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن چىشنىڭ تازىلىقىغا دىققەت قىلىش لازىم. چىشنىڭ كاۋاكلىشىشىغا قارشى تۇرۇش كۈچىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن روسۇت، نارجىل، سوئىدى ھىندى، مۇزا، ئاقىرقەرھالارنى قاياتقان سۇ بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم. ئانارگۈلى، زەمچىلەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىر ئاز سۇ بىلەن پۇشۇرۇپ كاۋاك جايغا قۇيۇش 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 زاماسكىلسا ياكى زەيتۇن يېغى ۋە مەرزەنجۇش سۇيى سۈركەپ قويسا چىشنىڭ ساق قىسملىرى شۇ پېتى ساقلىنىپ قېلىپ قايتا كاۋاكلاشمايدۇ.

چىش رەڭگى ئۆزگىرىش

چىش رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى (تەغەيۈرى 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 ئويناىدۇ. ئىچكى جەھەتتە بىرەر خىلتىنىڭ بۇزۇلۇپ چىشقا ئەكس تەسىر كۆرسىتىكەنلىكىدىن چىش رەڭگى ئۆزگىرىپ قالىدۇ.

ئالامتى

چىشنىڭ رەڭگىنى ئۆزگەرتكۈچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغانلىق تارىخى بولىدۇ.

خىلىتلار تەسىرىدىن بولغانلىرىدا ئەگەر سەپرا ماددىسىدىن بولسا، چىشنىڭ رەڭگى سېرىقتا ئۆزگىرىدۇ. بەلغەمدىن بولسا، ئاق گەز رەڭگىدە بولىدۇ. سەۋەبىدىن بولسا، قارامتۇل كۆكۈش رەڭگە ئۆزگىرىدۇ. گەرچە چىشتا يۇقىرىقىدەك رەڭ ئۆزگىرىشلىرى كۆرۈلسىمۇ، لېكىن چىش تېشىلىش، ئۆۋۈلۈشلار كۆرۈلمەيدۇ.

تەسىر قىلغان بۇزۇق ماددا قويۇق بولسا چىش رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى ئاستا،

سۇيۇق بولسا تېز بولىدۇ.

داۋاسى

چىش رەڭگىنى تۈزگەرتكۈچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشنى توختىتىش ۋە ئالدى بىلەن قايسى خىلىتتىن بولغان بولسا، شۇ خىلىتنى .بەدەن ۋە مېڭىدىن تازىلاش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى ئىيارەج ياكى ھەببى قوقيا ببرىلىدۇ. ماددا تازىلانغاندىن كېيىن چىشنى پارقىراتقۇچى سۈتۈن دورىلار بىلەن چىشنى سۈرتۈپ تازىلاپ پارقىرىتىش كېرەك.

چىشنىڭ رەڭگى .سېرىق بولسا، مارجان شوخلىسى، ئارپا، كۈك ماشلارنى سىركە بىلەن قاينىتىپ چىشنى يۇيۇش كېرەك. ئەگەر چىشنىڭ رەڭگى قارامتۇل بولسا، گۈللۈك ئەمەن، سېرىق ئون، مەستىكىلەردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چىش ئۈستىگە سۈركەش لازىم.

ئەگەر چىشنىڭ رەڭگى كۈكۈش قارامتۇل بولسا، .شەھمەھ نىزەلنى پوستى ۋە ئۈزۈمدىن ئايرىپ سىركە بىلەن قاينىتىپ چىشنى چايقاش ۋە چىشقا سۈركەش كېرەك (شەھمەھ نىزەلنىڭ تۈرۈقى زەھەرلىك بولغاچقا، تۈرۈقنى ئاجرىتىپ ئېلىنۇبتىشكە ئالاھىدە دىققەت قىلىش لازىم). تۈنۈكدىن كېيىن مەستىكى يېغى بىلەن تۈزگەرگەن چىشنى ياغلاپ تۇرۇش كېرەك.

چىشنىڭ رەڭگى گەج رەڭگىدە بولسا مەستىكى يېغىنى سۈركەش، يەنە مېكىيان توخۇ يېغى، ئاقمۇچ، گۈل خەيرى (شەببۇي) يېغىدا ئېرىتىپ بىر ئاز زۇۋا، بىر ئاز ھېلىۋە قوشۇپ چىشقا قۇيۇش لازىم.

چىشنى داۋاملىق پاكىزلەپ تۇرۇشنى ئادەت قىلىش لازىم.

چىش تۈۋىگە گەجسىمان قېتىشمىلار پەيدا بولۇش

چىش تۈۋىگە گەجسىمان قېتىشمىلار پەيدا بولۇش (قۇلاھۇلئە سنانى، 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 تۆپەيلدىن كېلىپ چىقىدۇ. ئىچكى جەھەتتە ئاساسلىق ئاشقازاندا يىغىلغان خىلىتلاردىن تۇرلىگەن بۇخاراتىنىڭ چىش تۇۋىگە تەسىر قىلىپ يىغىلغانلىقىدىن پەيدا بولىدۇ.

تاشقى جەھەتتە ۋاقتى-ۋاقتىدا چىشلارنى يۇيۇپ تازىلاپ تۇرماسلىق، تاماق ھەزىم بولماي تۇرۇپلا تۇخلاش قاتارلىقلاردىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

تەكشۈرگەندە چىشلار تۇۋى ۋە ئىككى چىش ئارىلىقىدا گەجسمان، ئاششىمان ۋە ساپال قاچا جىسمىدەك قاتقان نەرسىلەرنىڭ بارلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ. بۇ قېتىشمىلار كۆپىنچە كەسكۈچى چىشلار تۇۋىدە پەيدا بولىدۇ ھەمدە چىشلارنىڭ ئىچكى تەرىپىدە كۆپرەك كۆرۈلىدۇ. كەلتۈرۈپ چىقارغان خىلىت ۋە ئىستېمال قىلغان يېمەك-ئىچمەكلىكلە رنىڭ تەبىئى تۆپە يلدىن قېتىشمىلارنىڭ رەڭگى قارا، كۈك، 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، كېسىك مۇككۈزى كۆيدۈرۈلمىسى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چىش تۇۋىگە باسقاندىن كېيىن چىشنى يۇيۇش كېرەك. ئەگەر، قېتىشمىلار قاتتىق بولۇپ مۇستەھكەم ئورۇنلاشقان بولسا، تۇمۇر ئەسۋابلار ئارقىلىق قېتىشمىلارنى قىرىپ ئېلىۋېتىش ھەمدە ھەر ئاخشىمى چىشنى مۇۋاپىق مايلار بىلەن ياغلاپ تۇرۇش كېرەك.

تۇخلىغاندا چىشنى غۇچۇرلىتىش

ئۇخلىغاندا چىشنى غۇچۇرلىتىش (سەبىرۈلئەسنانى ھىننەۋم) تۇخلىغاندا بىمارنىڭ

چىشىنى تۇرۇپ ـ تۇرۇپ غۇچۇرلاتقانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، كۆپىنچە كىچىك بالىلاردا كۆرۈلىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى ـ تاشقى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن بەلغەم ماددىسى ئارتىپ گۈش ۋە پەيلەرنىڭ بوشىشىپ كېتىشى نەتىجىسىدە تۇخلىغاندا چىش غۇچۇرلىتىش ئەھۋالى كېلىپ چىقىدۇ. شۇڭا كۆپىنچە فالەج، سەرئى، سەكتە قاتارلىق كېسەللىكەرنىڭ باشلىنىشىدا كۆپرەك پەيدا بولىدۇ. بالىلاردا ئۆچەي مەددە قۇرتى قاتارلىق پارازىت قۇرت كېسەللىكلىرى پەيدا بولغاندا تۇخلىغاندا چىش غۇچۇرلىتىش ئەھۋالى كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

كۆپىنچە ھاللاردا كېچىسى ئۇخلىغاندا بىمار چىشىنى غۇچۇرلىتىدۇ. بىمارنىڭ ئۇزۇنگە كۆپىنچە ھاللاردا بىلىنمەيدۇ، باشقىلار تەرىپىدىن سېزىلىدۇ.

ئەگەر بەلغەم ماددىسىدىن بولسا، ئىسسىقلىق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغاندا ياكى يېشى چوڭايغانسېرى چىشنى غۇچۇرلىتىش ئازىيىدۇ ياكى يوقىلىدۇ. ئۆچەيدە مەددە قۇرت بولسا، قورساق ئاغرىش قوشۇلۇپ كېلىدۇ. باشقا بەر كېسەللىكەرنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا، سەۋەبلەرنى تەپسىلىي تەكشۈرگەندە شۇنىڭغا خاس بەلگىلەرنى بايقىغىلى بولىدۇ.

داۋاسى

ئەگەر بەلغەم ماددىسىدىن بولسا، ئىيارەج فەيقەرا بىلەن زىيادە بەلغەم ماددىسىنى تازىلىغاندىن كېيىن ئىتىرىيفىلى كەبىر، داۋا ئىلمىشكى، مادده تۇلھايات قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

ئەگەر ئۆچەيدە مەددە قۇرت بولغانلىقتىن بولسا قۇرت چۈشۈرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ. تاشقى تەرەپتىن قۇستە يېغى ۋە سۆسۈن يېغى بىلەن گەدەن، ئىگىلىك ۋە قۇلاق ئەتراپىنى ياغلاش كېرەك.

چىش سۈيى يوقىلىش

چىش سۈيى يوقىلىش (زەھابى ماتۆلئەسسانى) چىش سۈينىڭ يوقىلىپ چىشنىڭ ئىسسىق ياكى سوغۇق نەرسىلەرگە بەرداشلىق بېرەلمەيدىغان، ھەتتا قاتتىق نەرسىلەرنى چاينىغاندا قورقىدىغان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ھەر خىل ئىچكى-تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن سوغۇق ياكى ئىسسىق ئىللەتلەر چىشقا يامان تەسىر كۆرسىتىپ، چىش سۈينىڭ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بەزىدە قورۇتقۇچى ھارارەتتىن كېلىپ چىقىدۇ، لېكىن بۇ خىلى ئاز ئۇچرايدۇ.

ئالامىتى

چىش ئىسسىق ياكى سوغۇق نەرسىگە بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ. بولۇپمۇ چىش قاتتىق نەرسىلەرنى چاينىغاندا 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 سۈيى يوقىلىش سوغۇقتىن بولسا، بادىياندىن 8 گرام ئېلىپ قاينىتىپ 40 گرام گۈلقەنت بىلەن بېرىش لازىم. ئەگەر ئۆنكىگا ئۈستۈخۇددۇس، بادىرەنجى بۇيا، يەرلىك شوخلا، ئەسلىي سۈس قوشۇپ بەرسە تېخىمۇ ياخشى. تامىقىغا نوقۇت يارمىسى ۋە زاراڭزا ھېغىزىنى سېلىپ بېرىش كېرەك. ھەبىۋلغار، زەمچە، موزا، زىراۋەندىلەرنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۈنۈن ياساپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

ئىسسىق نان، قورۇلغان تۆخۇم سېرىقى، قورۇلغان تال، قورۇلغان ئەنسلله‌رنى سىركىده نه‌مله‌پ سىرتتىن داۋاملىق ئىسسىق تۆتكۈزۈپ به‌رسمۇ بولىدۇ. ئەگه‌ر، بۇنىڭدىمۇ ياخشىلانمىسا ئىياره‌جى فه‌يقارانى سۈرۈش لازىم. ئەگه‌ر بۇمۇ مه‌نپه‌ئه‌ت قىلمىسا ته‌ريا‌قى فارۇق ۋه بىلسان يېغنى سۈرۈش لازىم. قىچا يېغنى ئىسسىتىپ ئېغزغا ئالسا ياكى قىزىق پېتى چىشنىڭ تۆزىگه تېمىتسا ناھايىتى پايدا قىلىدۇ. تۆچكىنىڭ قېنىنى سىركىده قاينىتىپ چىشقا تېمىتسىمۇ بولىدۇ. ئەگه‌ر، زادىلا پايدا قىلمىسا به‌لغه‌منىڭ مۇسهىلى هه‌بىي ئاياره‌ج بىله‌ن به‌ده‌ننى ته‌نقىيه قىلىش كېره‌ك.

تۆۋه‌ندىكى ئۇسۇل چىش سۈيىنىڭ كېتىپ قېلىشىغا، جۇملىدىن هه‌مه چىش كېسه‌للىكلىرىده چىشنى كۆچه‌يتىش ئۈچۈن ناھايىتى ياخشى مه‌نپه‌ئه‌ت قىلىدۇ.

ئاس ئۆسۈملۈكنىڭ غولى، بىخ كه‌بر، بىخ كاكنه‌ج، جويۇز، قىزىلگۈل، پىل چىشى تالقىنى، زه‌مچىله‌رنىڭ هه‌ر بىردىن مۇناسىپ مىقداردا دورىلارنىڭ كۈچلۈك-ئاجىزلىقىغا قاراپ ته‌ڭشه‌پ ئېلىپ، سىركىده قاينىتقاندىن كېيىن ئېغزنى چايقاش كېره‌ك. كۆپىنچه كىشىله‌ر بۇ كېسه‌للىككه گىرىپتار بولغاندا تۆگىنىڭ تېلىنى ئىستېمال قىلىدۇ. بۇنىڭدا تۆگه تېلىنى زىخقا تۆتكۈزۈپ كاۋاپ قىلىپ يېسىمۇ ياكى تۇنى پۇشۇرۇپ چىشقا چاپسىمۇ بولىدۇ، بۇ خېلى پايدىلىقتۇر.

چىش سۈيى يوقىلىش ئىسسىقتىن بولسا، كافۇردىن 1/4 هه‌سسه، سه‌نده‌لدىن بىر هه‌سسه ياكى يومغاقسۈت، سېمىز ئوت تۇرۇقىنىڭ هه‌ر بىردىن بىر هه‌سسه ئېلىپ، تۆلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ چىشقا سۈركه‌ش كېره‌ك. ئاندىن كېيىن ئىسبه‌غۇل لۇئابىنى ته‌ريقى گۈل بىله‌ن قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم.

سېمىز ئوتنىڭ غولى ۋه يوپۇرمىقىنى چاينىسىمۇ ياخشى ياكى بادام مېغزىنى يېسىمۇ بولىدۇ.

غاز يېغى ياكى توخۇ يېغنى ئىستېمال قىلىش كېره‌ك. ئەگه‌ر يۇقىرىقى چارىله‌ر مه‌نپه‌ئه‌ت قىلمىسا قان ئېلىش ئارقىلىق ئىستىفراغ قىلىش كېره‌ك.

چىش تۆۋى قاناش

چىش تۆۋى قاناش (لىسه‌ئى دامىيه) چىش مۇلۇكلىرىنىڭ ئاسانلا قانايدىغان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى، تاشقى ئاسىللارنىڭ تەسىرىدىن چىش مۇلۇكلىرىنىڭ يەرلىك ئورۇنلىشىدىكى ئۆزگىرىشى ھەرزىم قۇۋۇتى (قۇۋۇتى غازىيە) ئاجىزلىشىپ، ئوششاق قىلقان تومۇرلار سۈسلىشىپ، شۇ ئورۇنلىشىدىكى ئۆتۈش قۇۋۇتىنىڭ ئۆزلۈكسىدىن ئاجىزلىششىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بۇ خىل ئاجىزلىشىش تۈپەيلىدىن چىش مۇلۇكلىرى ئاسانلا قانايدىغان بولۇپ قالىدۇ.

قاننىڭ غالىبلىقى تۈپەيلىدىن ئوششاق تومۇرلار قانغا تولۇپ، چىكىلىشىدىنمۇ چىش تۈۋىنىڭ ئاسانلا قانىشى كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

چىش مۇلۇكلىرىدىكى قۇۋۇتى غازىيە ئاجىزلاشقانلىقتىن بولسا، چىش مۇلۇكلىرىنىڭ رەڭگى ئاقۇش، ئېغىز شىللىق پەردىلىرىمۇ ئاق ھەمدە چىققان قانمۇ سۈس قىزىل ۋە سۇيۇق بولىدۇ.

ئەگەر قاننىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، چىش مۇلۇكلىرى چىكىلىدۇ ۋە رەڭگى توق قىزىل بولىدۇ. چىققان قانمۇ قويۇق، توق قىزىل رەڭدە بولىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بىرگە قان ماددىسىنىڭ غالىبلىقىغا دائىر بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

قۇۋۇتى غازىيەنىڭ سۈسلاشقانلىقىدىن بولسا، قىزىل ئۈزۈم شەربىتى، ئانار شەربىتى، ماددە تولىمايات قاتارلىق دورىلارنى بېرىش لازىم. ئۈزۈقلۇقنى كۆچلەندۈرۈش، قاننى كۆپەيتىش ئۈچۈن سۈت، تۇخۇم، گۆش ۋە كۆكتاتلاردىن سەۋزە قاتارلىق يېڭى كۆكتاتلارنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىش كېرەك.

ئەگەر قاننىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، مەتبۇخى شاھتەررە، تەمرى ھىندى، پۇنۇس، چىلان قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ. كۆك ماش، گۈرۈچلەر بىلەن شويلا گۈرۈچ قىلىپ ئىچىش، يەڭگىل تاماقلار بىلەن ئۈزۈقلىنىش كېرەك.

سىرتتىن ئانار پوستى، ئارچا مونچىقى، ئاتىرقەرھا، يولغۇن مېۋىسى قاتارلىق دورىلارنىڭ

قايسى برى تېپلسا تۇنىكدىن 10 گرام ئېلىپ بىر ئاز زەمچە قوشۇپ 100 مىللىلىتر سۇ بىلەن يېرىم قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ چىش مۇلۇكلىرىنى چايقاش لازىم.

چىش تۇۋىگە سۇغۇنى سۈتۈن سەپسىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. زەرۇرى شەب (زەمچە تالقىنىڭ) نىكى تۇنۇمسۇ ياخشى.

زەرۇرى شەب

كۆيدۈرۈپ سىركىگە چىلاپ سۈزۈتۇلغان زەمچە بىر ھەسسە، تاش تۇز ئىككى ھەسسە، قىزىل زاك بىر يېرىم ھەسسە.

تەيىارلىنىشى: دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوغۇپ تالقان تەيىارلىنىدۇ.

تەبىئىتى: مۇتىدىل ۋە قۇرۇق.

خۇسۇسىيىتى: چىش قاناشنى توختىتىدۇ. چىش ۋە چىشنىڭ تۇۋىنى كۈچەيتىدۇ. مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چىش تۇۋىگە بېسىلىدۇ.

چىش مۇلۇكلىرى ياللۇغى

چىش مۇلۇكلىرى ياللۇغى (ۋەرەمۇللىسەئى) چىش مۇلۇكلىرىنىڭ ئىششىپ تۇغۇنەتلىنىپ ئاغرىغانلىقىغا قارىتىلىدۇ.

سەۋەبى

ئىچكى، تاشقى تەسىرلەرنىڭ چىش مۇلۇكلىرىگە يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. ئىچكى جەھەتتە بىرەر خىلىتنىڭ بۇزۇلۇپ، چىش مۇلۇكلىرىگە يىغىلغانلىقىدىن چىش مۇلۇكلىرىنىڭ ئىششىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. سىرتقى جەھەتتە ئۇرۇلۇش-سوقۇلۇش، يىقىلىش قاتارلىق ھادىسىلەر تۇپەيلىدىن چىش مۇلۇكلىرى زەخمىلىنىپ چىش مۇلۇكلىرى ئىششىقى كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

قايسى خسلت سەۋەبىدىن بولغان بولسا شۇ خىلتتىكى تۈزىگە خاس بەلگىلىرى كۆرۈلسىدۇ. مەسىلەن، قان ياكى سەپرادىن بولسا، ئىششىق رەڭگىنىك قىزىللىقى ۋە لوقۇلداپ ئاغرىشى كۆرۈنەرلىك بولىدۇ. سىرتقى زەخمىدىن بولسا زەخمىلىنىش تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى خىلتنى تازىلاپ نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن مەتبۇخى ھەلىسىلە ياكى مەتبۇخى فۇۋاكىھەلەرنى بېرىش لازىم. سىرتتىن يومغاقسىمان تۈرۈقى، قىزىل سەندەل، فۇفەل، سىماقلارنى قاينىتىپ ئىچىزنى چايقاش، گۈل يېغى بىلەن ياغلاش لازىم.

ئەگەر يۇقىرىقى تۈسۈل بىلەن ئىششىق يانماي يىرىڭ تۈتسا، بەزى مەلھەملەر ئارقىلىق يىرىڭنى ئېغىز ئالدۇرۇش ياكى نەشتەر بىلەن يېرىپ يىرىڭنى ئاققۇزۇش لازىم.

سىرتقى زەخمىدىن بولغان چىش مۇلۇكلىرى ئىششىقنى داۋالاشتا كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق تۈردىكى ئىششىق ياندۇرغۇچى دورىلارنى ئىچكى-تاشقى جەھەتتە قوللىنىش لازىم.

چىش مۇلۇكى يىرىڭلىق چاقسى ۋە ئاقمىسى

چىش مۇلۇكى يىرىڭلىق چاقسى ئاقمىسى. (قۇرۇھوللىسەئى ۋە، ناسۇرۇللىسەئى) بەزى چىش مۇلۇكى ئىششىقلىرىنىڭ يىرىڭلاپ چاقىغا ئايلىنىشى ياكى بەزى چاقىلارنىڭ كونراپ ساقايماي ئاقمىغا ئايلانغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قان، سەپرا، بۇزۇق ھۆللۈكلەر تۈپەيلىدىن چىش مۇلۇكلىرىدە پەيدا بولغان

ئىشىشقلار جەراسىملىنىپ چاقىلارغا ئايلىنىدۇ ھەمدە چاقىلار تۆۋۈنەتلىنىپ يىرىكلايدۇ ھەتتا يىرىك ۋە زەردار چىقىپ ئاقمىغا ئايلىنىدۇ. بەزىدە بۇنىڭغا چىرىگەن ماددا ياكى كۆيگەن سەۋدامادىسىنىڭ غالىبلىقىمۇ سەۋەب بولىدۇ.

ئالامىتى

چىش تۆۋى ئاغرىپ قىزىشقانىدەك بىلىنىدۇ ئېغىز پۇرايدۇ. تەكشۈرگەندە يىرىكلىق چاقا بولسا چىش تۆۋىدىن قويۇق يىرىك چىقىدۇ. ئاقما بولسا زەردار چىقىدۇ. ئەگەر يىرىك ۋە زەردار داۋاملىق چىقماي چىش تۆۋى كۆپۈپ چىكىلىپ توشقاندا، باسسا يىرىك ۋە زەردار چىقىدۇ. بىرنەچچە كۈندىن كېيىن يەنە يىرىك ۋە زەردار يىغىلىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىلەن ئېچكى جەھەتتىن مەتبۇخى شاھتەررە، مەتبۇخى ھەلىلە بىرىپ كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش كېرەك. ئاندىن كېيىن سىرتىدىن خوبسىلھەددە، موزا، ئاقرقەرھا، گۈلنار، زەمچىلەرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سۇقۇپ زەردار چىققان چىشلارنىڭ تۆۋىگە بېسىش كېرەك. 100 مىللىلىتر سىركىنى 10 گرام زەمچە بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا ئېلىپ چىش تۆۋىگە 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 ئۈندۈ.

تاڭلاي قىچىشش

تاڭلاي قىچىشش (ھىككەتۈلھەنەكى) ئاساسلىق ئېچكى سەۋەبلەر تۆپەيلىدىن تاڭلاينىڭ قىچىشىدىغان بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئاساسلىق، ئاشقازان ياكى مېڭە ھارارىتىنىڭ تاكلايغا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. يەنى، ئاشقازاندىكى غەيرىي تەبىئي ھارارەتنىڭ يۇقىرىغا ئۆرلەپ تاكلايغا تەسىر قىلىشىدىن تاكلاي قېچىشىش كېلىپ چىقىدۇ. مېڭىدىن بەلغىمى شور ياكى دەسلەپكى نەزلە سۇيۇقلۇقى توكۇلسىمۇ تاكلاي قېچىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

ئالامىتى

تاكلاي ئۆزلۈكسىدىن قېچىشىدىغان بولۇپ قالىدۇ. بىمار ئىختىيارسىز ھالدا تىلنى تاكلايغا سۈركەپ تاكلاينى نەمدىگۈسى ۋە قېچىشىنى باسقۇسى كېلىدۇ. ھارارەت بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ.

مېڭىدىن بولغانلىرىدا تاكلاي قۇرۇش، ئېچىشىش، تۈيقۇ كەملىك ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

ئاشقازان ھارارىتىدىن بولغانلىرىدا تۈسىساش بىلەن بىرگە ئېغىز ئاچچىق بولۇش، كۆكۈل ئاينىش، قەي قىلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

ھەر ئىككى خىلدىكى تاكلاي قېچىشىنى داۋالاشتا مۇۋاپىق تېپىلسا قېيفال تومۇردىن قان ئالسا بولىدۇ. مېڭە ۋە پۈتۈن بەدەننى ھەر خىل چىلانمىلار بىلەن تەنقىيە قىلىش، ئېغىزنى ئەرىقى گۈل ياكى سىركە بىلەن يۇيۇش كېرەك. ھارارىتىنى پەسەيتىش ئۈچۈن سېمىز ئوت شىرىسى ۋە تەرخەمەك تۇرۇقى شىرىسىنىڭ ھەر بىرىدىن 9 گرام، بېھى تۇرۇقى شىرىسىدىن 3 گرام، چۇچۇك ئالما شەربىتىدىن 40 گرام، ئىسبەغۇل، بۇغداي كېپەكىنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام، تۇخمى رەيھاندىن 4 گرام ئېلىپ بىرىلىدۇ.

تۇۋەنكى ھەبنى ئېغىزدا تۇتۇش كېرەك:

نىشاستە، تاباشىر، كەتىرا، تەرخەمەك تۇرۇقى، قاپاق تۇرۇقى، تاۋۇز تۇرۇقى، بېھى تۇرۇقىنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام، شىرخىستىن 12 گرام ئېلىپ، بۇلارنى ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن نوقۇت چوكىلۇقىدا ھەب ياساپ ئەھۋالغا قاراپ 2-1 تالدىن ئېغىزدا تۇرغۇزۇلىدۇ.

به‌لغـمی شوردن بولغان تاڭلاي قىچىشىشتا كۆپىنچه چۇچۇمه‌ل ته‌مدىكى چىلانمىلار بىله‌ن مېڭه ۋه پۈتۈن به‌ده‌نني ته‌نقىيه قىلىشنى ئويلىشىش كېره‌ك.

ئېغىزنى چايقاش ئۈچۈن .يۇمغاقسۇت، كاسىن، ئۈسۈڭ ئۈرۈقلىرىنىڭ هه‌ربىرىدىن 40 گرام ئېلىپ 40 گرام قارا ئۈجمه قاينىتىلمىسىغا قوشۇپ ئېغىزنى چايقاش، ئارپىدىن تاماق قىلىپ بېرىش كېره‌ك. ئه‌ينۈلىنى ئېغىزغا ئېلىپ ئۈرغۈزۇشمۇ پايدىلىق.

ناڭلاي مۇدۇر چاقىسى

ناڭلاي مۇدۇر چاقىسى (بوسۇرۇلمه‌نه‌كى) باشقا ئه‌زالارغا په‌يدا بولغانغا ئوخشاش ناڭلايغا مۇدۇر - چاقا په‌يدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سه‌ۋه‌بى

كۆپىنچه، مېڭىدىن ئۈتكۈر قىزىق ماددىلار بولۇپمۇ نه‌زله ماددىلار ناڭلايغا ئۈكۈلۈپ مۇدۇر - چاقىلارنى په‌يدا قىلىدۇ. به‌زىده مۇدۇر - چاقا په‌يدا قىلغۇچى نه‌رسىله‌رنى، مه‌سىله‌ن: ياڭاق، قويۇق ۋه مايلىق تاماقلار ياكى به‌ك تاتلىق نه‌رسىله‌رنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

بىمار ناڭلاي قىسمىنىڭ ئېچىشىشىدىغانلىقى به‌زىده هه‌تتا كۆيۈشۈپ ئاغرىدىغانلىقى، تىلنى ناڭلىيغا ته‌ككۈزسه مۇدۇرله‌ر بارلىقىدىن شىكايه‌ت قىلىدۇ. ته‌كشۈرگه‌نده ناڭلايدا مۇدۇر - چاقا په‌يدا بولغانلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

ئالدى بىله‌ن ئۈتكۈر قىزىق ماددىلارنى مېڭىدىن ۋه پۈتۈن به‌ده‌ندىن تازىلاش كېره‌ك. بۇنىڭ ئۈچۈن مۇۋاپىق تېپىلغاندا قان ئالسا بولىدۇ.

مەتبۇخى ھەلىلە ياكى مەتبۇخى شاھتەررە ئىچكۈزۈپ ياكى 100 گرام تەرەنجبىن ياكى خىيارشەنبەرگە 5 گرام بادام يېغى قوشۇلغان شەربىتى دەردنى ئىچكۈزۈپ بەدەننى تەنقىيە قىلىش كېرەك. مېۋە سۈيلىرىگە مۇۋاپىق مقداردا شرخست سېلىپ بەرسمۇ بولىدۇ.

تەنقىيدىن كېيىن ئامۇت غازىكى، قىزىلگۈل، ئانارگۈل، يەرلىك شوخلا يىلتىزى قاتارلىقلارنى سىركە بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى چايقاش كېرەك. يۇمغاقسۈت سۈيى، ھەمشە باھار سۈيى، يەرلىك شوخلا سۈيلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 30 مىللىلىتر ئېلىپ ئۈنىكىغا سوقۇلغان ئاق سەندەلدىن 9 گرام، قارا ئۈجمە قاينىتىلمىسىدىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ قوشۇپ ئېغىزنى چايقىسا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

چاقا پەيدا قىلغۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغاندىن بولغان تاتىلاي مۇدۇر-چاقسىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن قان ئېلىش كېرەك. ئاندىن كېيىن ئۈچكە ياكى قوتاز قايمىقىنىڭ ئۈزۈمنى ياكى ئۈلارنى ئەرىقى گۈلگە ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرۈش لازىم، ھەمدە زىق سۈيى، كاسىن سۈيى، تەرخەمەك سۈيلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 7 مىللىلىتر، بېھى ئۇرۇقى، لۇئابىدىن 3 مىللىلىتر، ئەرىقى گۈل، ئەرىقى نىلۇفەرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 70 مىللىلىتر ئېلىپ ئىچكۈزۈش، شەربىتى نىلۇفەرنى قوشۇمچە ئىستېمال قىلىش كېرەك. تامىقى ئۈچۈن ئارپا ئېشى ئىچكۈزۈلىدۇ. سىركە بىلەن ئەرىقى گۈلابنى قوشۇپ ئېغىزنى چايقاش، ھەر ۋاقىت كەتىرانى ئېغىزدا ئۇتۇش كېرەك.

گۈل يېغى، قاپاق يېغى ۋە ئۇسۇلۇك يېغى قاتارلىقلارنىڭ قايسى بىرى بولسا شۇنى ئېغىزغا ئېلىش بەك مەنپەئەتلىك.

تاتىلاي يالۇغى

تاتىلاي يالۇغى (ۋەرەمۇلھەنەكى) تاتىلاينىڭ ئىششىپ .تاماق ئىستېمال قىلىش ۋە سۈزلەشكە بەلگىلىك دەرىجىدە تەسىر قىلغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئاساسلىق، خىلىتلارنىڭ ئۈزگىرىپ تاتىلايغا يامان تەسىر كۆرسەتكەنلىكىدىن

كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە قان ۋە بەلغەم خىلىتىنىڭ نورمالسىزلىقىدىن پەيدا بولىدىغانلىرى كۆپ تۇچرايدۇ.

ئالامىتى

قاندىن بولغانلىرىدا ھارارەت قوشۇلۇپ كېلىش بىلەن بىرگە ئىشىش كۆرۈلسە ئاغرىش ئېغىر بولىدۇ. ئىششىقنىڭ رەڭگى قىزىل كېلىدۇ. ئېچىشىش، كۆيۈشۈش، تۇرساشلار بولىدۇ.

بەلغەمدىن بولغانلىرىدا ئىششىقنىڭ رەڭگى ئاقۇش كېلىدۇ ھەمدە ئاغرىش ئېغىر بولمايدۇ ياكى ئاغرىمايدۇ.

داۋاسى

قاندىن بولغانلىرىدا مۇڭاپىق تېپىلسا ئالدى بىلەن قېيفال تومۇردىن قان ئېلىش، ھەمدە 3 كۈندىن كېيىن كالپۇكلاردىكى تۇت تومۇر (چاھارەگ) دىن قان ئېلىش كېرەك. چۈچۈمەل چىلانمىلار بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلىش، مەتبۇخى ھەلىلە ياكى مەتبۇخى شاھتەررەنى ئىچكۈزۈش ياكى سەپرانىڭ مۇسھىلىنى ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك. ئاندىن كېيىن سوغۇققا مايىل لۇئابلاردىن بېھى تۇرۇقى لۇئابى، كەتىرا لۇئابى ۋە ئىسبەغۇل لۇئابلىرىنى ئېغىزغا ئېلىش ياكى تۇلار بىلەن ئېغىزنى چايقاش كېرەك. تاباشىر، قىزىلگۈل، سېمىز ئوت تۇرۇقى، نىشاستە، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، ئەدەس تۇنىدىن مۇڭاپىق مىقداردا، كافۇردىن ئازراق ئېلىپ سوقۇپ ئىششىققا چېپىش كېرەك. بۇ تۇسخىغا تۇسۇڭ تۇرۇقى، كاسىن تۇرۇقى، سەمغى فارسى، ماش تۇنىدىن قوشسا مەنپەئەتى تېخىمۇ ياخشى. كېسەلنىڭ دەسلىپىدە بابۇنە، بىنەپشە، ئامۇت تۇرۇقلىرىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ تۇڭا خىيارشەنبەر قوشۇپ ئېغىزنى چايقىسىمۇ بولىدۇ.

بۇلاردىن باشقا يەنە، ئىسسىقتىن بولغان 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 تەلىخ بىلەن

ئىشىش يوقالغىچە ئېغىزنى چايقاش، تاماقتىن كېيىن نوقۇت سۈيى ئىچىش لازىم.

ئەگەر بەلغەمدىن بولغان تاكلاي ياللۇغىدا قۇۋۇەت ئاجىزلىقى بولسا، بالا ھەمراھسىنى قورۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك. مىزاجىدا باشقا ئۆزگىرىش بولمىسا 3 كۈنگىچە توختىماي ھەبىي شەبيار بەرسە بولىدۇ. ئەك ياخشىسى تەنەپسىدىن كېيىن ئاقىرقەرھانى كونا سىركىدە قاينىتىپ ئېغىزنى غەر-غەرە قىلىش كېرەك.

بۇلاردىن باشقا يەنە، بەلغەمدىن بولغان ئېغىز ئاغرىش ۋە تىل ئىششىقىدا كۆرسىتىلگەن چارە - تەدبىرلەرنى قوللانسا بولىدۇ.

تاكلاينىك سۈلۈق ئىششىقى ۋە تېشىلىشى

تاكلاينىك سۈلۈق ئىششىقى ۋە تېشىلىشى (ئابىلەئى كام ۋە سۈراخى ئان) تاكلاينىك ئىششىپ سۇ كۆتەرگەنلىكى، ھەمدە ئۇنىك تېشىلگەنلىكىگە قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئۇتكۈر ئىسسىق ماددىلارنىك تاكلايغا تۆكۈلگەنلىكى ياكى ئاتىشەك كېسەللىكى ماددىسىنىك تاكلايغا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

تاكلاي ئاقىرىپ سۈلۈق ئىششىق پەيدا بولىدۇ، ھەتتا يامانلىشىپ تېشىلىدۇ. بۇرۇن - 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 گۈشخۇر يارىسىدا ئېيتىلغان 2-3-نۆسخا مەزكۇر كېسەللىك ئۈچۈنمۇ پايدا قىلىدۇ. مۇسھىل بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن

كېيىن ئىتريىفىلى شاھتەررە، شەربىتى شاھتەررەلەرنى ئىستېمال قىلىش لازىم.

ئانار پوستى، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، ھەببۇلئاس، گەزمازەج، جويۇزلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئېغىزنى غەرغەرە قىلسا ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ.

قىزىلگۈل تۇرۇقىدىن 3 گرام، پىرسياۋشان، زۇفا، يۇمغاقسۈتلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام، ئەدەستىن 7 گرام، ئانارگۈلىدىن 4 گرام، خەشخاش پوستىدىن بىر دانە ئېلىپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، ئېغىزنى غەرغەرە قىلسىمۇ ناھايىتى مەنپەئەتلىك.

پوستى خەشخاش، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، ئانارگۈلى، قارا ھەلىلە، ھەببۇلئاس، ئامۇت غازىكى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ يارىغا سېپىش ھەمدە تاجگۈل، خېنە يوپۇرماقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام، گەزمازەج، موزىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام، ئەدەستىن 12 گرام، پاقا يوپۇرمىقىدىن 70 گرام ئېلىپ قاينىتىپ، ھوزۇز مەككى، گۈل ئەرمىنى، قىزىل سەندەل، ئاقاقىيالارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ سوقۇپ قاينىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئېغىزنى بىر نەچچە قېتىم چايقىسىمۇ ئوبدان تەسىر قىلىدۇ.

خېنە يوپۇرمىقى، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، ئامۇت غازىكى، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، گەزمازەج، پۇستى بىخ گوندىنى، پۇستى بىخ چەنبىلى، گۈل سىيوتلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ قاينىتىپ سۈزۈپ غەرغەرە قىلسىمۇ ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

سىمابتىن 3 گرام، قارا شېكەردىن 20 گرام ئېلىپ بۇلارنى ئوبدان سوقۇپ جوۋىنە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ 10 دانە ھەب ياساپ ئەتسى-ئاخشىمى بىر داندىن ئىستېمال قىلىش كېرەك.

ئەگەر بۇ كېسەل 10 ياش ئەتراپىدىكى باللاردا يۈز بەرسە، مەزكۇر ھەب دورىدىن ئەتىگەن-ئاخشامدا ئىككى ھەپتە بېرىش كېرەك. فىلفىل قوشۇلغان ھەببى توتىيامۇ ئوبدان پايدا قىلىدۇ.

تامىقى ئوچۇن تۇچكە شورپىسى بېرىلىدۇ. تاتلىق، چۇچۇمەل نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىنىدۇ.

كىچىك تىل ئىششىقى

كىچىك تىل ئىششىقى (ئىلتىهابوللە هاتى) باشقا ئەزالاردا ئىششىق پەيدا بولغانغا ئوخشاش كىچىك تىلدا ئىششىق پەيدا بولغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

قان، سەپرا، بەلغەم ۋە سەۋدادىن ئىبارەت 4 خىلتىنىڭ غەيرىي تەبئىي ئۆزگىرىشلىرى كىچىك تىلغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. قان ۋە سەپرادىن بولغانلىرى كۆپ ئۇچرايدۇ. بەزىدە زۇكام سەۋەبىدىمۇ كىچىك تىل ئىششىيدۇ.

ئالامىتى

قانىدىن بولسا كىچىك تىل قىزىرىپ پارقىرايدۇ، ئىششىيدۇ، چىكىتلىپ ئاغرىيدۇ. تاماق يۇتۇش قىينلىشىدۇ.

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، ئۆزىراپ قالغاندەك كۆرۈنىدۇ.

سەۋدادىن بولسا ئىششىق قاتتىقراق بولىدۇ. كىچىك تىل ۋە گالنىڭ تەتراپى قارامتۇل رەڭدە كۆرۈنىدۇ. ئېغىز تەمى چۈچۈمەل بولىدۇ.

زۇكامدىن بولسا زۇكامنىڭ ئالامەتلىرى قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

داۋاسى

قان ياكى سەپرادىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن ماددىنى يۇمشىتىش،

یاندۇرۇش ئۇچۇن تىرىشىش لازىم. مەسىلەن: قاندىن بولغانلىرىدا زۆرۈر كەلگەندە ئاز مىقدارىدا قان ئېلىپ قانىنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش، سەپرادىن بولغانلىرىدا تۆزىنگە مۇناسىپ سۇيۇقلۇق دورىلار بېلەن سەپرانى سۇيۇش لازىم. مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەررە ۋە قۇرسى تاباشىر مۇلەييىن قاتارلىقلار بېرىلىدۇ. ئاندىن كېيىن سىركىگە گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ غەرغەرە قىلىش، قۇرۇق قىزىلگۈل، كافۇر، گۈلنارلارنى يۇمشاق ئېزىپ شۇ جايغا سۇركەش لازىم.

تەمرى ھىندىنى چىلاپ سۈزۈپ شىرىسىدە شىرخىستىنى ئېرىتىپ ئىچىش ياكى خىيارشەنبەرىنىڭ مەتبۇخىغا تەرەنجىبىن قوشۇپ ئىچىش، ماددىنى یاندۇرۇش ئۇچۇن مارجان شوخلا ۋە كاسنىلارنىڭ سىقىلغان سۇيى ۋە قابىز دورىلار بىلەن مەسىلەن: ياڭاقنىڭ تاشقى پوستى، قىزىلگۈل قاينىتىلغان سۇلارغا رەۋەن سېلىپ غەرغەرە قىلىش لازىم. ئەگەر ماددىنى قايتۇرغۇچى دورىلارنىڭ مەنپەئەتى كۆرۈلمىسە، ماددىنى تارقاتقۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى دورىلارنى، مەسىلەن: خىيارشەنبەر مېغىزى، خىتمى (ئاق لەيلى)، ئامۇت، بېھى ئۇرۇقلىرىنىڭ شىرىسى، ھۆل يۇمغاقسۈتنىڭ سۇيى، پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى قاتارلىقلارنى قوشۇپ ئېغىزنى چايقىسا ئاغرىق پەسىيدۇ، ماددىنى يۇمشىتىپ تارقىتىدۇ.

بەلغەم، سەۋدادىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا ئىششىقلارنى یاندۇرۇش ئۇچۇن، ئالدى بىلەن ھەيبى قوقىيا، ھەيبى سەبرى قاتارلىقلارنى بېرىش، بەلغەمنى تازىلاش ئۇچۇن گۈلقەنت، ئاچچىقسۇ، سىركەنجىبىن، قىچىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ غەرغەرە قىلىش، بەلغەمنى ئېرىتىش ۋە يۇمشىتىش ئۇچۇن ئۆشۈدۈرنى يۇمشاق ئېزىپ نەيچە ئارقىلىق كىچىك تىلغا پۇركەش، موزا، ئۆشۈدۈر، تاش تۇز، زەمچىلەرنى يۇمشاق ئېزىپ، دورىنى كۆرسەتكۈچ بارماق ئۇچىغا قويۇپ كىچىك تىل ئۇستىگە قويۇش لازىم.

سەۋدانى تازىلاش ئۇچۇن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش ياكى مەتبۇخى ماتۇلجۇبىن، ئەفتىمۇن چۇشكەن سىركەنجىبىن بېرىش لازىم. ماددىنى يۇمشىتىش ۋە تارقىتىش ئۇچۇن چۇچۇكبۇيا يىلتىزىنىڭ شىرىسى، خىيارشەنبەرىنىڭ مېغىزى، يېڭى سېغىلغان سۈت، بادام يېغى، ھۆلبەنىڭ شىرىسى قاتارلىقلارغا بىر ئاز تۇز قوشۇپ ئېغىزنى چايقاش لازىم.

ئەگەر ئىششىق يانماي قېتىۋېلىش خەۋپى بولسا ھۆل يۇمغاقسۈت سۇيى، ئۇسۇلۇكسۇيىگە ئوخشاش سوغۇق دورىلارنى ئېغىزدا ئۇتۇش ۋە شۇنىڭ بىلەن غەرغەرە قىلىش، ئىسسىق دورىلاردىن ساقلىنىش لازىم.

زۇكامدىن بولغانلىرىنى داۋالاشتا مەتبۇخى بادىرەنجى بۇيا، شەربىتى خەشخاشلارنى بېھى ئۇرۇقى، زىنجىر، سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈش كېرەك.

سماق ياكى شاتۇت، ئانار پوستى، قىزىلگۈل، گۈلنار قاتارلىقلارنى قاينىتىپ گالىنى چايقاش كېرەك.

كىچىك تىل بوششىپ قىلىش

كىچىك تىل بوششىپ قىلىش (ئىستىرخائىتوللە ھاتى) كىچىك تىلنىڭ ئىچكى سەۋەبلەر تۆپەيلىدىن بوششىپ تۇۋەن تەرەپكە ساڭگىلاپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئارتۇقچە ھۆللۈكلەرنىڭ ئەسەبلەر ئارقىلىق كىچىك تىلغا تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا ئاساسلىق قان ۋە بەلغەم خىلىتىدىكى ھۆللۈكنىڭ ئاشقانلىقى ئاساسىي ئورۇندا تۇرىدۇ. بەزىدە مېڭە تەرەپتىكى سېزىم پەيلىرىنىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كىچىك تىلغا تەسىر قىلغانلىقىدىنمۇ كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

بىمار گېپىغا بىر نەرسە ئېيتىپ، چاپلىشىپ قالغاندەك سېزىدۇ ھەتتا ئېغىزلاشسا بىر نەرسە يۇتالمايدۇ. ئېغىزنى ئاچقۇزۇپ تەكشۈرگەندە كىچىك تىلنىڭ نورمال ھالەتتە تۇرماي تېگىگە چاپلىشىپ تۇرغانلىقى ياكى تۇزراپ ساڭگىلاپ قالغانلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ.

قان مەنبەلىك ھۆللۈكتىن بولغانلىرىدا چوڭ ۋە كىچىك تىللارنىڭ ھەممىسى قىزىق ۋە قىزىل رەڭدە بولىدۇ ھەمدە قان مىزاجنىڭ باشقا بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ.

بەلغەم مەنبەلىك ھۆللۈكتىن بولغانلىرىدا كىچىك تىلدا قىزىللىق بولمايدۇ. ئېغىزدىن شۆلگەي كۆپ كېلىدۇ. بەلغەم مىزاجنىڭ باشقا بەلگىلىرى كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

قاندىن بولغانلىرىغا قان مەنبەلىك كىچىك تىل ئىششىقىنى داۋالاش تۈسۈلى بويىچە چارە قىلىش ۋە قەۋزىيەت بولۇشتىن ساقلىنىش، ئەگەر قەۋزىيەت بولسا مۇناسىپ

دورىلار ئارقىلىق ئىچىنى ماسكىدۈرۈش لازىم. مەسىلەن، چىلان، بىنەپشە، ئاق لەيلى، گاۋزەبان، قىزىلگۈل ئەينۈللىلارنى مۇۋاپىق مىقتاردا ئېلىپ بىر كىچىە سۇغا چىلاپ ئەتىسى سىقىپ سۈزۈپ ئىچىش لازىم. بۇندىن باشقا گۈلاپقا سىركىنى قېتىپ غەر-غەرە قىلىش لازىم.

بەلغەمدىن بولغانلارغا ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن ئىيارەجى قەيقەرا، ئىتربيفېلى كەبىر، ماتۈل ھەسەل قاتارلىقلارنى بېرىش، ئاندىن كېيىن ئاقىرقەرھا، تاباشىر، قاقلىلەرىنك ھەر بىرىدىن 4 گرام، زەئىفەردىن 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 ھەببۇلئاسنى 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 بۇاستە كىچىك تىلغا سۈركەش لازىم.

ئەگەر كىچىك تىل بوشاشقان بولۇپ تۇۋۈى ئىنچىكە، ئۇچى تەرىپى سېمىز ۋە توم بولۇپ قالغان بولسا، زىپتى رۇمنى قاياق سۇدا ئېرىتىپ قىزىق ھالدا غەر-غەرە قىلسا ئىشلىتىق يۇمشايدۇ ۋە تارقايدۇ. بۇنىڭدىن كېيىن قابىز دورىلار، مەسىلەن: لىھىيە تۇتىيسىنىڭ شىربىسىگە سۈك (ئامىيلەنىڭ ئوسارىسى)، موزىلارنى قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش لازىم.

ئەگەر كىچىك تىلدا ھارارەت بولغانلىقتىن قىزىللىق ۋە قىزىقلىق پەيدا بولسا، مارجان شوخلا (ئىت شوخلىسى) ۋە ھۆل يۇمغاقسۇتىنىڭ سۇلىرى بىلەن غەر-غەرە قىلىش لازىم.

ئەگەر كىچىك تىل بوششىپ ساڭگىلاپ دورا بىلەن تىلنى كۆتۈرۈش مۇمكىن بولمىسا، كىچىك تىلنىڭ ئارتۇقنى كېسىپ ئېلىۋېتىش لازىم. كېسىپ ئېلىۋېتىشتىن بۇرۇن ئەزالارنى تازىلاپ ئاندىن كېسىش كېرەك. كېسىپ بولغاندىن كېيىن كېسەلنگە سماق چىلانغان گۈلاپنى ئىچۈرۈش ۋە غەرە-غەرە قىلىش لازىم. شۇنداق قىلغاندا قان توختايدۇ. يەنە ئەپيۇن چۇشكەن قۇرسى كەھرىبا، شارابى جەۋز، شارابى خەرئۇبلارنىمۇ تەييارلاپ قويۇش كېرەك، چۇنكى بۇ دولار بىلەن ئېغىزنى چايقىسا قان توختىتىش رولىنى ئويناپدۇ.

گال تۇششاق مۇدۇرى

گالغا تۇششاق مۇدۇر چىقىش (بۇسۇرۇلمە لقى) گالنىڭ ئىچى ۋە ئەتراپىغا تۇششاق مۇدۇر چىقىپ، كۆيۈشۈپ ئاغرىغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ گالغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئىچكى جەھەتتە بىرەر خىلىتنىڭ بولۇپمۇ قان ياكى سەپرا ماددىسىنىڭ تۇزگىرىشىدىن زىيادە ھارارەت پەيدا بولۇپ كېلىپ چىقىدۇ.

تاشقى جەھەتتە لازا، تۇزلۇق، تۇتكۇر نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، شورلۇق سۇ ئىچىش، تۇزمەي سۆزلەش، ناخشا ئېيتىش قاتارلىق سەۋەبلەرنىڭ گالغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئالامىتى

گەپ قىلغاندا، تاماق يەپ بىر نەرسە يۇتقاندا، يۆتەلگەندە گال ئاغرىيدۇ. بەزىدە ئىسسىتمىسى تۇرلەيدۇ، گال قۇرۇيدۇ. ئېغىزنى ئاچقۇزۇپ تەكشۈرگەندە گال ئەتراپىدا تۇششاق مۇدۇرلەر بارلىقىنى ئېنىق كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

زىغىر، بېھى تۇرۇقى، ئىسبەغۇللارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ تۆكۈپ بىر ئاز سىركە ياكى گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى قوشۇپ ئاز-ئازدىن بىر قانچە قېتىم ئىچكۈزۈش لازىم. ھەببى سۇئالىنى ئېغىزغا سېلىپ شۇمۇپ سۈيىنى يۇتۇش كېرەك. گالغا سۇقۇفى سۈتۈن پۈركۈش، سىركىنى قاينىتىلغان سۇغا بەلەن تەڭشەپ گالنى چايقاش كېرەك. ئەگەر سىركىنىڭ تەسىرىدىن گال ئاغرىسا، گۈلى بىنەپشە يېغى ۋە زىغىر يېغى شىرىسى بىلەن

غەر-غەرە قىلسىمۇ بولىدۇ.

چىققان مۇدۇر يىرىكلىق بولسا، ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن موم يېغى ياكى مەرھىمى ئەبەيزىنك قايسىسى بولسا شۇنى يالغۇز ياكى تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يىلمان قىلىپ ئاغزىغا ئېلىپ تۇرۇش كېرەك.

قايتا-قايتا تەكرارلانغان ۋە جىددىي خاراكتېرىدە يېڭى باشلانغانلىرىغا موزنى تالقانلاپ تاسقاپ، قۇمۇش نەيچە ئارقىلىق گالغا كۈندە ئىككى قېتىم پۈركۈپ بەرسە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ.

پەرھىز: ئاچچىق-چۈچۈك، تۇزلۇق، قاتتىق-قۇرۇق تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش لازىم.

گال ئىششىقى

گال ئىششىقى (ئىلتىهابۇلھەلقى) گال ساھەسىنىڭ ئومۇمىيۈزلۈك ھالدا ۋەرەملىنىپ ئىششىغانلىقىغا قارىتىلغان بولۇپ، يەڭگىل بولغاندا يۇتۇش قىينلىشىدۇ، ئېغىر بولغاندا يۇتۇش پۈتۈنلەي توسۇلىدۇ، ھەتتا نەپەسلىنىشكە دەخلى يېتىدۇ.

سەۋەبى

بەدەندىكى قان، سەپرا، بەلغەم ۋە سەۋدادىن ئىبارەت تۆت خىلتىنىڭ غەيرىي تەبىئىي ھالدا ئۆزگىرىپ گالغا يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ. بۇنىڭدا كۆپىنچە، قان ياكى سەپرا ماددىسىنىڭ غالىب كېلىپ گالنىڭ ئېغىز ۋە تىلغا تۆتاش بولغان شىللىق ئەستەر پەردىلىرى ۋە سېرىق 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 بويۇننىڭ ئەتراپىدىكى تومۇرلار قانغا تولۇپ لوقۇلداپ ھەرىكەتلىنىدۇ، گال شىللىق

پەردىلىرى كۆپىدۇ، ئېغىزنىڭ تەمى تاتلىقراق بولىدۇ.

سەپرادىن بولسا ئېغىز قۇرۇپ، كۆپ تۈسسايدۇ. ئېغىز تەمى ئاچچىق بولىدۇ. گال كۆيۈشۈپ ۋە ئېچىشىپ ئاغرىيدۇ. تۈيقۇ كەم بولىدۇ.

بەلغەمدىن بولسا بىمارنىڭ يۈز-كۆزى ئېسىلەڭگۇ بولۇپ، ئىششىقنىڭ رەڭگى ئاق، ئېغىزدىن شالۋاق كۆپ ئاقىدۇ، ئاغرىق يەڭگىل بولۇپ، تاماق يۇتۇش قىيىن كېلىدۇ.

سەۋادىن بولسا گالدىكى ئىششىق قاتتىق بولىدۇ ھەم تۈزۈنغا سوزۇلىدۇ. ئېغىزنىڭ تەمى قېرىق ياكى ئاچچىق-چۈچۈك بولىدۇ، گال قۇرغاقلىشىدۇ.

داۋاسى

قانىنىڭ غالىبلىقىدىن بولغان گال ئىششىقىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن قانىنى 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 پۇشۇرۇش ۋە تارقىتىش ئۈچۈن ئەنجۈر، ۋاسالغۇ، ھۆلبە، ئامۇت تۇرۇقى، زىغىرلەر قاينىتىلغان سۇغا يېڭى سېغىلغان سۈت ۋە خىيارشەنبەر سۈيى قاتارلىقلارنى قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش لازىم. ئەگەر يۇقىرىقى غەر-غەرىلەر ئارقىلىق ئىششىق يانمىسا توغرىغۇ، ھېك، 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 قاينىتىپ غەر-غەرە قىلسا، ئەزالارنى قاتتىق قورۇش ئارقىلىق ئىششىقنى ئېغىز ئالدۇرىدۇ.

سەپرادىن بولسا ئالدى بىلەن مۇناسىپ مۇنزىچ، مۇسھىللار ئارقىلىق سەپرانى تازىلاش لازىم. ئاندىن كېيىن كۆك ماش قاينىتىلغان سۇ، شاتۇت شىرىسى، تۇسۇڭ تۇرۇقىنىڭ شىرىسى، كاسىن تۇرۇقىنىڭ شىرىسى قاتارلىقلار بىلەن غەر-غەرە قىلىش لازىم.

كېسەللىكنىڭ ئاخىرىقى مەزگىلىدە بۇغداي كېپەكنى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ تۇنۇقما خىيار شەنبەر قوشۇپ غەر-غەرە قىلىش كېرەك.

ئەگەر ماددىنى ئېچىكى تەرەپتىن تاشقى تەرەپكە تارتىش توغرا كەلسە زىنىتى رۇمى، ئاق توغرىغۇ، قىچا، ياۋا سۇزاپلارنى گالنىڭ تۈدۈل تاشقى تەرىپىدىكى بويۇن ساھەسىگە چېپىش ياكى ئېڭەك ئاستىغا لوڭقا قويۇش كېرەك.

بەلغەمدىن بولسا ئالدى بىلەن تېز ھۆقنە قىلىش ياكى ئىيارەجى فەيقەرا، ھەببى قوقىيا

ئارقىلىق بەلغەمنى تەنقىيە قىلىش، ئاچچىقسۇ، ھەسەل ياكى شاتۇتنىڭ شىرىسى، ياۋا پىياز سىركەنجىبىنى، تۇرۇپ سۈيى، قىچا، ئاقىرقەرھالار ياكى ياڭاق تاشقى پوستىنىڭ رۇبىبى، بادىيان سۈيى قاتارلىقلارنىڭ تېپىلغىنى بىلەن غەر-غەرە قىلىش لازىم. سىركە ۋە ھەسەل بىلەن غەر-غەرە قىلسا ماددىنى يوقىتىشتا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ. كېسەللىك ئاخىرلاشقاندا ئاق مومنى سۈسۈن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتقى تەرەپتىن چېپىش كېرەك. تېز ھۆقنە قىلىش ئۇسۇلى: بۇغداي كېپىكى، سېرىق چېچەك، ئىكلىل مېلىك، ئەنجۈرلەرنى مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ، ئاق توغرىغۇ، قىزىل شېكەر، ئاچچىقسۇلارنى قوشۇپ ھۆقنە (ھەمەل) قىلىندۇ.

سەۋادىن بولسا ئوتتۇراھال ھۆقنە قىلىش ياكى ئىيارەجى فەيقەرا، مەتبۇخى ئەفسۇنلار ئارقىلىق سەۋدانى تازىلاش، ئەنجۈر قاينىتىلمىسى ياكى ياڭاق پوستىنىڭ رۇببىغا ياكى ئاچچىقسۇغا ھۆلبە شىرىسى، 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 ئۈرۈقى، مەرزەنجۈشلەرنى سوقۇپ پىشۇرۇپ، توخۇ يېغى، ئودەك يېغى قاتارلىقلارنى ئېرىتىپ، ھەممىنى بىرلەشتۇرۇپ گالىنىڭ ئۈدۈل تاشقى تەرىپىدىن بويۇنغا چېپىش كېرەك.

گال بادامسىمان بەزلەر ئىششىقى

گال بادامسىمان بەزلەر ئىششىقى (ئىلتىھابۇللەلەۋزەتەينى) گالىنىڭ ئىككى يېنىدىكى بادامسىما بەزلەرنىڭ ئىششىغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ گال بادامسىمان بەزلىرىگە يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن پەيدا بولىدۇ.

ئىچكى جەھەتتە ئوت خىلىتىنىڭ بىرەرسى نورمالىلىقتىن ئۆزگىرىپ ئۆپكىنەت 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 ئوكايلا يوز بېرىدۇ. زۇكام بولغان چاغدا دائىم قوشۇمچە ئالامەت بولۇپ كۆرۈلىدۇ.

ئالامىتى

قاندىن بولسا گال قىچىشىپ ئاغرىيدۇ. ئېغرلاشسا تۈيۇقسىز گال ئاغرىپ، تاماق قىزىرىپ ئىششىپ بىر نەرسە يۇتۇش قىينلىشىدۇ. بەدەن ھارارىتى ئۆرلەپ جۇغ-جۇغ بولۇش، تىترەش يوز بېرىدۇ. پۈتۈن بەدەن ماغدۇرسىزلىنىپ، بوغۇملار سقىراپ ئاغرىيدۇ. ئېكىملىك ئاستى بېزى ئىششىيدۇ. ئېغىزدا شۆلگەي زىيادىلىشىدۇ. تىلنى بېسىپ تەكشۈرگەندە گالدا قىزىرىش يوز بەرگەنلىكى، بادامچە بەزلەرنىڭ يوغىناپ ئىششىغانلىقى، يېرىكلىق نۇقتىلار بارلىقىنى كۆرگىلى بولىدۇ.

سەپرادىن بولسا، يۇقىرىقى ئالامەتلەردىن تاشقىرى يەنە باش ئاغرىش، تۇسسىش، گال قۇرۇپ ئاغرىشلار قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولسا بەدەن قىزىمايدۇ. گالدا قىزىللىق بولمايدۇ، ئاغرىش ئېغىر بولمايدۇ. قىچىشىش يەكلىگىلەك بولىدۇ. ئېغىزدىن شالۋاق ئاقىدۇ. بەلغەمدىن بولسا ئىششىق بوش بولۇپ، رەڭگى ئاقۇش، سەۋدادىن بولسا ئىششىق قاتتىق بولۇپ، رەڭگى كۆكۈش بولىدۇ.

داۋاسى

قايسى خىلىتتىن بولغان بولسا، شۇ خىلىتنى تازىلاپ، تەكشەش كېرەك.

قان ياكى سەپرادىن بولسا، مۇۋاپىق تېپىلسا قان ئالسا بولىدۇ. كاسىن تۇرۇقى، تۇسۇلۇك تۇرۇقى يۇمغاقسۇت تۇرۇقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ 300 مىللىلىتر سۇدا پىرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ قەنت سېلىپ ياكى چىلان شەربىتىگە قوشۇپ كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 20 مىللىلىتردىن ئىچىش كېرەك.

ئەگەر سوغۇقتىن يەنى بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولسا، ئىيارەج قەيقەرا بېرىش لازىم ئاقسۇقەرھادىن 15 گرام، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 10 گرام، زۇفادىن 5 گرام، سۈسۈن يىلتىزىدىن 5 گرام ئىلىپ برلەشتۇرۇپ 300 مىللىلىتر 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.

ئاقسۇنتى: بەزى كىشىلەردە بۇ كېسەل پات-پات تەكرارلىنىپ تۇرىدۇ ۋە ئاستا-ئاستا بوغۇملارغا تەسىر قىلىپ مەفاسىل (بوغۇم يالۇغى) نى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ھەتتا يۈرەككە تەسىر كۆرسىتىدۇ. شۇڭا سەل قارىماي ئاكتىپ داۋالىتىش لازىم. تەكرارلىنىپ ئادەت بولۇپ قالغانلار دەستكارلىق ئۆسۈلى بىلەن بادامچە بەزلەرنى ئالدۇرۇۋېتىش كېرەك.

بوغما

بوغما (خۇناق) كېسىلى گالدا ئاق پەردە پەيدا بولغان كېسەلگە قارىتىلغان بولۇپ، ئۆتكۈر يۇقۇملۇق كېسەللىكلەرنىڭ بىرى ھېسابلىنىدۇ. شۇڭا ئۆ خۇناقۇلۇەبائىسى 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 زەخمگە ئۇچراش قاتارلىق) نىڭ تەسىرىدىن بىرەر خىلىت (ئاساسلىق قان، سەپرا) سان ياكى سۈپەت جەھەتتە ئۆزگىرىپ ئۆفۇنەت ۋە بۇخارات پەيدا قىلىپ، گال ئەتراپىدىكى موشەك گۆشلەرگە يامان تەسىر قىلغانلىقىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بوغما بىلەن كېسەللەنگەنلەردىن ساقلارغا يۇقۇش ئارقىلىقمۇ مەزكۇر كېسەللىك كېلىپ چىقىدۇ.

كۆپىنچە باللاردا كۆپ تۆچرايدۇ. گال ئىششىپ، تۇنۇكدا يالغان ئاق پەردە ھاسىل بولىدۇ. مەزكۇر ئاق پەردىنى قىسىپ تارتسا، تۇكايلىقچە ئاجرىمايدۇ. شۇ بەلگىگە قاراپلا بوغما كېسىلدىن 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 قۇسۇدۇ. بادامچە بەزلىرى بىلەن يۇمشاق تاكلاي قىزىرىپ ئىششىيدۇ. ئاق چېكىتلەر پەيدا بولۇپ بارغانسېرى كېڭىيىپ، ئاقۇش كۆلرەك 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 تۈيۇقسىز ھۇشسىزلىنىدۇ. بۇ خەۋپلىك ھادىسە بولۇپ، يۈرەك زەئىپلىشىش تۈپەيلىدىن كىچىك باللاردا تۇلۇمنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن. ئېغىز ساھەسىدە ئاق پەردە ھاسىل قىلغاچقا ئادەتتە تۇ ئاق تاماق كېسىلى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. ئەگەر بۇ پەردە چوڭىيىپ ئىششىپ ياكى كېڭەيسە ئاۋاز بوغۇلۇپ، نەپەس قىسىلىدۇ. ئېغىز ۋە بۇرۇندىن قان ئاريلاش 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 تۇلۇپ قېلىشى مۇمكىن. بۇ كېسەللىك خىلىتلارنىڭ ئوخشىمىغان تۈزگىرىشلىرىدىن بولغاچقا يۇقىرىقى ئالامەتلەردىن باشقا يەنە خىلىتلارغا خاس بەلگىلىك پەرقلىرى بولىدۇ.

سەپرادىن بولسا ھارارەت يۇقىرى بولۇپ، ئېچىشىش ئاغرىشقا قارىغاندا كۆچلۈكرەك بولىدۇ. گال ئىچىگە قارىسا گال ئەتراپى ئىششىغاندىن سىرت ئاق ساختا پەردە سېرىقتا 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

بوغما كېسەللىكى ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزۈدىغان ۋە كەڭ تارقىلىدىغان كېسەللىك بولغانلىقى ئۈچۈن، ئەڭ ياخشىسى ۋاقتىنى ئوتكۈزمەي غەربچە داۋالاش ئورۇنلىرىغا يوللاش ياكى دوختۇرلار بىلەن ھەمكارلىشىپ داۋالاش كېرەك.

چەت-ياقا شارائىت بولمىغان جايلاردا تىبابەتمىزلىك داۋالاش تەدبىرلىرىنى ئەستايىدىل قوللىنىش مەزكۇر كېسەلنى داۋالاش ياكى ئۈنى يەڭگىللىتىشتە بەلگىلىك دەرىجىدە. مۇھىم رول ئوينايدۇ. شۇڭا ئالدى بىلەن كېسەللىك سەۋەبچىسىنى ۋە قايسى خىلىتقا تەئەللۇقلۇقىنى ئوبدان ئېنىقلاش، شۇ خىلتىنى نورماللاشتۇرۇش ۋە ئىششىق قايتۇرۇش ئۈسۇللىرىنى جىددىي قوللىنىش كېرەك.

قان ياكى سەپرادىن بولسا، ئالدى بىلەن مۇۋاپىق تېپىلسا قان ئېلىش، توغرا تېپىلغاندا قانىنى ئۆكھەل 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 قويىسمۇ بولىدۇ. ئەگەر ياللۇغلىنىش ئېغىر بولماي ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، گەندەنىڭ بىر تەرىپىگە ياكى ئىككى تەرىپىگە ھىجامەت قويۇش كېرەك. ھىجامەت قويغان جايدىن بىر ئاز قان چىقارسا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر قان ئالمىسمۇ بولسا قان ئالماستىن مۇۋاپىق سۇرگە 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 نېيلۇفەر، ئەرىقى شپالارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش، ئىششىقنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە سىرتقى تەرەپتىن گالغا ھۆل يۇمغاقسۇت ياكى مارجان شوخلىسىنى تېڭىش ياكى ئاق سەندەلنى سۈرۈپ چېپىش لازىم.

ئەگەر سەپرادىن بولسا مەتبۇخى ھەلىلە، ئەرىقى ئەنگۈرى شىفا، ئەرىقى كاسنى بېرىلىدۇ. بابۇنە ئاق لەيلى ئۇرۇقى، پىرسياۋشان، ئۇرۇپ ئۇرۇقى، ئەنجۇر، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقلىرىنى ئايرىم ياكى بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، سۈيى بىلەن گالنى چايقاش لازىم. قوينىڭ ياكى توخۇنىڭ ئوتنى 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 چىچەك تۇرۇقى 15 گرام، ئىكلىلمىلىك 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 تۈسۈلى بىلەن ئارقا يولدىن بىر قېتىمدىلا ھۆقنە قىلىش كېرەك.

كېسەلنىڭ 3-كۈنى پۈتۈسنى كالا سۈتىدە ئېزىپ گالنى چايقاش لازىم. بوغمىنى ئېغىز ئالدۇرۇش ئۈچۈن تاشقى تەرەپتىن سوغۇق دورىلارنى ئىشلەتمەسلىك كېرەك. تۇنداق بولمىغاندا يالۇغلانغاندىن پەيدا بولغان تۇفۇنە تەلەرنى بەدەنگە تارقىتىپ قويىدۇ.

ئەگەر سەۋدانىڭ كۆپلۈكى كۆرۈلسە، يۇقىرىقى چارىلەر بىلەن بىللە ئىيارەج فەيقەرا، مەتبۇخى ئەفتىمۇن قوشۇمچە بېرىلىدۇ.

چېبقىشتۇرما تەشخىس: بوغما كېسەللىكى بىلەن بادامچە بەز يالۇغنى ئويدان پەرقلەندۇرۇش لازىم. چۈنكى تۇلارنىڭ ئالامەتلىرى ئوخشىشىپ كېتىدۇ. مۇھىم بەلگىسى ئىششىقتا بولۇپ، بوغمىدا ياپىلاق كېچىكەيگەن ئىششىق ھەم ئاق پەردە بولىدۇ. بادامچە بەز يالۇغدا ئىششىق ئايرىم چاپلاپ قويغاندەك كۆرۈنىدۇ.

ئاقسۇيىتى: بوغما يۇرەككە تەسىر قىلسا ئاقسۇيتى يامان بولۇپ، تۇپكىگە تەسىر قىلسا ئۇپكە يالۇغنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بوغما ئېغىر تۇتكەنده 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) سۈزلىگەنده 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 يالۇغى ۋە كىچىك تىل يالۇغىدىن كېلىپ چىقىدۇ دەپمۇ قارايدۇ.

ئالامىتى

بىمار سۆز قىلغاندا ئاۋازى نورمۇلداپ 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 قېيفال تومۇردىن قان ئېلىش كېرەك. يۇمغاقسۇت سۇيى، يەرلىك شوخلا سۇيى ۋە كاسىن، تۆسۇلۇق سۇيۇلرىنى قوشۇپ ياكى مەزكۇر سۇلاردا مۇۋاپىق مىقداردىكى ھوزوزنى ئېرىتىپ ئېغىزغا ئېلىپ غەر-غەرە قىلىش كېرەك. ئەگەر ئونۇمى كۆرۈلمىسە مەزكۇر دورىلارنىڭ سۇيىدىن مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچىش لازىم. ئانار پوستى، موزا، تۆزلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ باش بارماقتا مىلاپ، كۈندە ئون ياكى ئون ئىككى قېتىم بادامسىمان بەز يالۇغى بار جايلارغا سۈركەش كېرەك. ياكى ئانار پوستى، نوشادۇرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ سوقۇپ يۇقىرىقى تۆسۇل بويىچە ئىشلەتسە ۋە موزنى خېنە ياكى خام ئانار سۇيىدە قاينىتىپ، سۇيىنى 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 قوللانغان تەدبىرلەرنى يەڭگىلەك دەرىجىدە قوللانسىمۇ بولىدۇ. موزنى يېرىپ تاتلىق ئانار سۇيىدە بىر پەس قاينىتقاندىن كېيىن تۇنجىغا ئەنزەرۈت، كۈندۈرنى ئارىلاشتۇرۇپ، بۇرۇنغا مەزكۇر سۇنى تېمىتىش ياكى موزنى ئانار سۇيىدە قاينىتىپ سۇيىنى ئېغىزغا ئېلىپ غەر-غەرە قىلىش لازىم.

ئاۋاز پۇتۇش

ئاۋاز پۇتۇش (بۇتلانۇسسىەۋتى) 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 ئەسلىي مىزاجى ھۆل-قۇرۇقلۇقتا مۆتىدىل بولۇپ، بۇ مۆتىدىللىك ئاۋازنىڭ نورمال چىقىشىغا يارىدەم بېرىدۇ. ئەگەر ماددىسىز ھۆللۈك ياكى قۇرۇقلۇق غالىب كەلسە، گالنىڭ ئەسلىي مىزاجى بۇزۇلۇپ ئاۋاز تۈزگىرىدۇ ھەمدە سەۋەبىنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكىگە قاراپ، ئاۋاز ھەر خىل دەرىجىدە پۈتۈپ قالىدۇ. 2. نەزلە سۈيۇقلۇقى مېڭە تەرەپتىن گالغا قۇيۇلۇشىدىن ئاۋاز پۈتۈپ قالىدۇ. بۇ نەزلە ئاۋازى دەپمۇ ئاتىلىدۇ. 3. ھەر خىل قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە، گالدىكى سۈيۇقلۇق يوقالغانلىقتىن قۇرۇقلۇق ئېشىپ ئاۋاز پۈتۈپ قالىدۇ.

تاشقى جەھەتتە: كۆچلۈك ھەرىكەتلەردىن كېيىن بەدەن راسا قىزىپ تۇرغاندا مۇزدەك سۇ ئىچىش ۋە باشقا سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن گالغا سوغۇق تۆتۈپ كېتىش، ئاۋاز پەردىلىرىنى ھەددىدىن زىيادە كۆچەپ ئىشلىتىش يەنى يۇقىرى ئاۋازدا ئۇزمەي ناخشا ئېيتىش، ۋارقىراپ تۇزۇنغىچە قاتتىق يىغلاش، كۆچەپ تۇزۇن مۇددەت سۆزلەش، بۇس، چاڭ-توزان، ئىس، غىدىقلىغۇچى گازلارنىڭ تەسىرىگە ئۇچراش، ھەددىدىن زىيادە تاماكا چېكىش قاتارلىقلاردىن ئاۋاز پۈتۈپ قالىدۇ.

ئالامتى

سۆزلىگەندە خىقىراپ ئاۋاز ئېنىق چىقمايدۇ ياكى كىسىلداپ قالىدۇ.

ئەگەر قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا يېڭى باشلانغاندا گال ئىچى قىزىرىپ قىچىشىدۇ ۋە قۇرۇيدۇ. ئاۋازنىڭ پۈتۈشى قۇرۇقلۇقنىڭ ئېشىشىغا ئەگىشىپ ئېغىرلىشىدۇ. گال ئاغرىش قوشۇلۇپ كېلىدۇ. تۆكۈرۈك 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 تۈتكەنلىك تارىخى بولىدۇ.

داۋاسى

داۋالاشتا ئالدى بىلەن سەۋەبنى ئوبدان ئېنىقلاپ شۇ سەۋەبنى تۈگىتىش، مىزاجنى تەڭشەش ۋە گالنى راۋانلاشتۇرۇپ ئاۋازنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم.

ئەگەر قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا، ھۆللۈك يەتكۈزۈپ، گالنى نەمدەپ ئاۋازنى ئاچقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش لازىم. ھەببى سوئال باردىدىن كۈنىگە 3 قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 تالنى شۇمۇپ تەمىنى يۇتۇش كېرەك. قاپاق تۈرۈقى مېغىزى، تەرخەمەك تۈرۈقى مېغىزى، سېمىز ئوت تۈرۈقى، ئاق لەيلى تۈرۈقى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ شەربىتى بىنەپشە، شەربىتى نىلۇفەر بىلەن قوشۇپ ئىچىش لازىم. تۈچكە سۈتىگە ئازراق زەنجىبىل قوشۇپ ئىچسىمۇ ياخشى تەسىر قىلىدۇ.

ئوزۇقلۇقلاردىن چالا پۇشۇرۇلغان تۇخۇمنى ئىچىش، توخۇ گۆشىنى سەۋزە، چامغۇرلار بىلەن پۇشۇرۇپ يېيىش لازىم. لوتۇقى ئەنجۈر، لوتۇقى كەرنەپلەرنى بېرىش لازىم.

ئەگەر ھۆللۈك ۋە سوغۇقتىن بولغان بولسا، ئاچچىق بادام مېغىزى، زىغىر تۈرۈقى، رۇمبادىيان، رۇببەسۇس، ئەرەب يىلىمىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ببەھى ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ، تۇقۇت چوكۇلۇقىدا كۆمىلاچ قىلىپ كۈنىگە تۇچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 تال شۇمۇپ تەمىنى يۇتۇش لازىم. تازىلاشقا ھەببى غارىقۇن بېرىش لازىم. سوغۇقتىن بولغانلارغا بىر ئاز ھېكنى قاياناقسۇدا ئېرىتىپ گالنى چايقاش لازىم. ئانارنىڭ بېغىنى ئېلىۋېتىپ كىچىك تۇشۇك ئېچىپ، چوغ تۇستىگە بىر ئاز قويغاندىن كېيىن ھور چىقىشقا باشلىغاندا تۇشۇكىدىن 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 تۇنناپلارغا كۆكنار تۇرۇقى، بادام مېغىزى شىرىسى قوشۇپ بېرىش لازىم. ئاۋاز بۇزۇلسا كۆكنار شاكىلىدىن 5 گرام، مارجان شوخلىسىدىن 10 گرام، زىغىر تۇرۇقىدىن 20 گرام ئېلىپ، 300 مىللىلىتر سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، كەتىرا ياكى سەمغى ئەرەبى قوشۇپ گالنى چايقاش ۋە ئىچىش كېرەك.

گالنىڭ مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن، تۆۋەندىكى چارە ۋە دورىلارنىڭ ئۈنۈمى

ياخشى:

تارپا قاياناتقان سۇنى ئېچىش، ئاقلانغان تارپا، چىلان، ئاق لەيلى تۇرۇقى، سەرپىستانلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قايىنىتىپ سۇيىگە ناۋات سېلىپ ئىچىش كېرەك.

قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردىن بولغان ئاۋاز پۈتۈشنى داۋالاش ئۈسۈللىرى قۇرۇقلۇقتىن بولغانلىرىنى داۋالاشقا ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشىشىپ كېتىدۇ. تارچىنى قايىنىتىپ سۇيى ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

ئۆزۈنغا سوزۇلغان ئاۋاز پۈتۈشكە داۋالىنى تىنىن ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ. چەلەك، كاكىنەج، قىچىلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قايىنىتىپ، گالىنى چايقاش لازىم.

دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار: ئومۇمەن ئاۋاز بۇزۇلۇپ، پۈتۈپ قالغان كىشىلەر ھەر خىل زىيانلىق نەرسىلەر يەنى چاك-توزان، ئاچچىق-چۈچۈك تاماقلار، ئۆتكۈر قىزىق ۋە سوغۇق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش، تاماكا چەكمەسلىك، قاتتىق ئاۋاز بىلەن توۋلاش، ئۆزۈن مۇددەت ۋارقىراپ يىغلاشلاردىن ساقلىنىش لازىم.

گالغا يېمەكلىكلەر تۈرۈپ قېلىش

گالغا يېمەكلىكلەر تۈرۈپ قېلىش يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاندا بەزى نەرسىلەرنىڭ بولۇپمۇ قاتتىق گۆش، قاتتىق نان، سۆڭەك پارچىلىرىنىڭ ئۆزەنگە چۈشمەيي ياكى سىرتقا چىقمايي گالدا تۈرۈپ قالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاندا ناتوغرا ئىستېمال قىلىش بولۇپمۇ قاتتىق نەرسىلەرنى، مەسىلەن: قاتتىق گۆش، قاتتىق نان، سۆڭەك پارچىسى قاتارلىقلارنى ئوبدان چاينىماي گالدىن راۋان ئۆتۈش سالاھىتىگە كەلتۈرمەيي تۈرۈپلا ئالدىراپ يۇتۇش، ياكى دىققەتسىزلىكتىن بىلىق قىلتىرىقى، بېلىق قاسرىقى ۋە بېھىنىڭ ئۈرۈقى قاتارلىق سىلىق نەرسىلەر گالغا كىرىپ قېلىشتىن كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامىتى

يېمەكلىكلەرنىڭ بەزىلىرى ئۆزەنگە چۈشۈپ كەتمەيي ياكى چىقىپ كەتمەيي

گالغا قاپلىشىپ قالىدۇ ياكى ببلىق قىلتىرىقى ۋە قاسرىقىدەك نەرسىلەر گالغا قاپلىشىپ تۇرۇپ قالىدۇ. گەرچە چوڭ خەۋپ بولمىسىمۇ كىشىنى بىئارام قىلىدۇ. ئېغىزنى چوڭ ئاچقۇزۇپ تەكشۈرگەندە بۇ نەرسىلەرنى كۆپىنچە هاللاردا كۆرگىلى بولىدۇ.

داۋاسى

گالغا تۇرۇپ قالغان نەرسە گۆش، نان، سىلىق سۆڭەك، بېھىنىڭ تۇرۇقى ۋە تۇنجىغا ئوخشاش يۇمشاق سىلىق نەرسىلەر بولسا، تۇ هالدا كېسەلنىڭ گەدىنى ۋە ئىككى تاغىقىنىڭ ئوتتۇرىسىغا ئۇرسا تاشقىرىغا چىقىپ كېتىدۇ ياكى تۆۋەن تەرەپكە چۈشىدۇ. ئەگەر تۆۋەن تەرەپكە چۈشۈپ كەتكەنلىكى بىلىنسە، تۇ هالدا لۇغابلارنى ۋە يۇمشاق ئاتىلغا ئوخشاش تاماقلارنى بەرسە، تۇزىنىڭ يۇمشاقلىقى بىلەن گالغا تۇرۇپ قالغان نەرسىنى سىلىقداپ ئاشقازانغا چۈشۈرىدۇ. ئاندىن كېيىن قەي قىلسا قەي ئارقىلىق چىقىپ كېتىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ياخشىراق تۇسۇل شۇكى، ئاۋۋال ئوتلاپ ئىچىدىغان يۇمشاق تاماقلار بىلەن ئاشقازانىنى تولدۇرۇپ ئاندىن قەي قىلىش لازىم.

ئەگەر تۇرۇپ قالغان نەرسە قىلتىرىق تېكەنگە ئوخشاش نەرسىلەر بولسا، بىر پارچە پاختىنى ياكى بىر پارچە يۇڭنى ئېلىپ پىششىق ۋە تۇزۇن يىپتا ئوبدان چىگىپ ئاندىن هەسەلگە ئوراپ، يۇتقۇزۇپ مۇۋاپىق ۋاقىت تاقەت قىلىپ تۇرسا هەسەل ئېرىپ قىلتىرىق ۋە تېكەن پاختىغا ياكى يۇڭغا يېپىشىدۇ، ئاندىن يېپىنى ئاستا تارتسا بولىدۇ.

يەنە بىر خىل تۇسۇلى: بىر دانە قۇرۇق ئەنجۈرنى يېپقا چىگىپ چالا چاينىاپ يۇتۇپ ئاندىن يېپىنى تارتسا، تۇرۇپ قالغان نەرسىنى هەرىكەتلەندۈرۈپ تاشقىرىغا چىقىرىدۇ.

ئەگەر گالغا تۇرۇپ قالغان نەرسە تۆۋەنگە ماڭمايا ياكى تاشقىرى چىقمايا شۇ جايدا بىر مەزگىل تۇرۇپ قالسا، زاغۇن تۇرۇقنى سوقۇپ تىزىق سۇ بىلەن ئىچكۈزسە بۇ نەرسىنى چىقىرىدۇ (تەجرىبىدىن تۇتكەن).

تاشقازاندا تۇرۇپ قالغان نەرسىنى تاشقازاندا تۇرغۇزۇش توغرا ئەمەس، چۈنكى غەيرىي نەرسە تاشقازانغا چۈشۈپ تۇرۇپ قالغاندا تاشقازانىنى ياكى ئۆچەينى جاراهەتلەندۈرۈپ قويۇش خەۋپى بولىدۇ.

ئەگەر يۇقىرىقىدەك تۇسۇللارنى قوللىنىپ گالغا تۇرۇپ قالغان. نەرسىلەر چىقارغاندا گالنى جاراهەتلەندۈرۈپ قويسا سوغۇق لۇغابلار، مەسىلەن: بېھى تۇرۇقى، ئىسىبەغۇل، ئاق لەيلى تۇرۇقى، رەيهان تۇرۇقلىرىنىڭ ئوخشاش تۇرۇقلارنىڭ لۇغابى بىلەن غەر-غەرە قىلىش، ئوتلاپ ئىچىدىغان مۇناسىپ يۇمشاق تاماقلارنى ۋە لۇغابلارنى ئىچىش، ئەگەر ئاغرىق قاتتىق

بولۇپ مزاجى خۇن مزاج بولسا، ئىششىق پەيدا بولماسلىقى ئۈچۈن غەر-غەرەنى كۆپرەك قىلىش، شىربلىك، ئۆتكۈر تەمەس نەرسىلەرنى يېيىش لازىم. شۇنداقلا كېسەللىككە سەۋەب بولىدىغان ماددىلارنىڭ كۆچىيىشىنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ.

غەيرىي نەرسىلەر يۇتۇۋېلىش

غەيرىي نەرسىلەر يۇتۇۋېلىش ئېھتىياتسىزلىقتىن ھەر خىل غەيرىي نەرسىلەر بولۇپمۇ مىخ، يىگنە، تۆمۈر پارچىسى ۋە سۆڭەك پارچىلىرىنىڭ گالغا سانجىلىپ قالغانلىقى ياكى تەنگە، مارجانغا ئوخشاش نەرسىلەرنى يۇتۇۋالغانلىقىغا قارىتىلغان.

سەۋەبى

بۇ ئەھۋال كۆپىنچە گۈدەك باللاردا كۆرۈلىدۇ. كۆپىنچە مىخ، يىگنە، تۆمۈر پارچىسى، تەنگە، مارجان قاتارلىق نەرسىلەرنى ئېغىزغا سېلىپ ئوينىغاندا ئېھتىياتسىزلىقتىن مىخ، يىگنە، تۆمۈر پارچىسى قاتارلىقلار گالغا كېتىپ قېلىپ سانجىلىپ قالىدۇ. تەنگە، مارجان قاتارلىق نەرسىلەرنى يۇتۇۋالىدۇ.

ئالامتى

مەزكۇر ئەھۋال چوڭ ئادەم ياكى چوڭراق باللاردا كۆرۈلسە، غەيرىي نەرسىلەرنىڭ گېلىغا سانجىلىپ قالغانلىقى ياكى ئۆلارنى ئۆيۈقسىز يۇتۇۋالغانلىقىنى شىكايەت قىلىدۇ. كىچىك باللاردا كۆرۈلسە گېلىغا سانجىلىپ قالغان نەرسە توپەيلىدىن بىئارام بولۇپ يىغلايدۇ ياكى ئاتا-ئانىسى ۋە باققۇچىلار بالا ئوينىۋاتقان تەنگە، مارجان قاتارلىق نەرسىلەرنىڭ يوقاپ كەتكەنلىكىنى بايقايدۇ.

داۋاسى

بالا ئوينىۋاتقان تەنگە، 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 يۇغان ئاچقۇزۇپ غەيرىي نەرسىلەرنى ئەسۋاب بىلەن قىسىپ ئوڭ يۆنىلىش بويىچە ئېلىۋېتىش كېرەك ياكى ماگنىتتىن پايدىلانسىمۇ بولىدۇ. تۆۋەنكى تۆسۈللارنى ئەھۋالغا قاراپ قوللانسا بولىدۇ:

سەككىز فۇنۇك ماگنىت (مىقناتىس) تېشىنى يۇمشاق ئىزىپ ئوبدان سالايە قىلىپ، بىر قوشۇق ئۇزۇم شارابىغا ئارىلاشتۇرۇپ ناشتىدا ئىچىپ يېرىم سائەت ئۆتكەندىن كېيىن سانادىن 17.5 گرام، قىزىلگۈل، بىنەپشىلەرەڭ ھەر بىرىدىن 7 گرام، سەرپىستاندىن 30 دانە ئېلىپ بىر پىيالە سۇدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ 52.5 گرام يېڭى شىرخىستىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىرىتىپ، يىلمان ھالدا ئىچىپ، يەنە شامچە ئارقىلىق يارەەم بېرىش لازىم. دورىنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈلگەندىن كېيىن قەنت شەربىتىنى گۈلاب ۆە رەيھان تۆرۈقى قاتارلىقلار بىلەن ئىچىش، ئىچمىكى ئۆچۈن نوقۇت سۈيى ئىستېمال قىلىش لازىم.

كۈدە، پالەك قاتارلىقلارنى توغرىماستىن قورۇپ پۇشۇرۇپ يېسە گالدىكى غەيرىي نەرسىلەرنى ئورۇۋېلىپ چۈشۈرۈۋېتىدۇ.

ئەگەر يىڭنە، مىخ قاتارلىق نەرسىلەر تۆۋەنگە چۈشۈپ ئاشقازان-ئۆچەي يوللىرىغا سانجىلىپ قالسا، ئەگەر ياخشىسى غەربىچە داۋالاش ئورۇنلىرىغا ئاپىرىپ كۆرسىتىپ دەرھال چارە قىلىش ياكى ئوپېراتسىيە تۆسۈلى بىلەن ۋاقتىدا ئېلىۋېتىش لازىم.

دىققەت قىلىدىغان ئىشلار:

مىخ، يىڭنە، تۆمۈر پارچىسى، تەنگە، مارجان قاتارلىق نەرسىلەرنى ئېغىزغا سېلىپ ئوينىماسلىق ھەققىدە بالىلارغا تەربىيە بېرىپ ئاگاھلاندۇرۇپ تۇرۇش كېرەك. بۇنداق نەرسىلەرنى ئويناش ئۆچۈن كىچىك بالىلارنىڭ قولىغا بەرمەسلىك ياكى قولى يەتكۈدەك جايلارغا قويماسلىق كېرەك. بولۇپمۇ يىڭنە، مىخ قاتارلىق نەرسىلەر گېلىغا سانجىلىپ قالسا ياكى تۆلارنى يۇتۇۋالسا، ئەگەر ياخشىسى غەربىچە داۋالاش ئورۇنلىرىغا دەرھال ئاپىرىپ ھەر خىل تۆسۈللار ئارقىلىق تەكشۈرتۈپ، ئاكتىپ داۋالىتىش لازىم.

گال بوغۇلۇپ قېلىشقا چارە قىلىش

بۇ ھەر خىل سەۋەبلەر تۆپەيلىدىن گال بوغۇلۇپ، تېخى تۆلۈپ قالمىغان كىشىلەرگە چارە قىلىپ قۇتۇلدۇرۇشقا قارىتىلغان.

سەۋەبى

گال بوغۇلۇش قاتتىل، ئوغرى، بۇلاڭچى قاتارلىق يامان غەرەزدىكى جىنايەتچىلەرنىڭ مەلۇم مەقسەت ئۈچۈن، زىيانكەشلىككە ئۆچرىغۇچىنىڭ گېلىنى ئاغامچا قاتارلىق نەرسىلەر بىلەن بوغۇشى ياكى بەزى ئىرادىسىز ۋە نادان كىشىلەرنىڭ بەزى بىر روھىي ۋە جىسمانىي ئازابلارغا چىدىمايي ئېسىلىپ ئۆلۈۋېلىشقا ھەرىكەت قېلىشى تۆپەيلىدىن كېلىپ چىقىدۇ.

بەزىدە خەرىبەقە ئوخشاش گالنى بوققۇچى دورىلارنى مەقسەتلىك ياكى مەقسەتسىز ھالدا ئىستېمال قىلىش تۆپەيلىدىنمۇ گال بوغۇلۇش كېلىپ چىقىدۇ.

ئالامتى

يۈز-كۆزلىرى كۆكىرىپ، ئېغىزدىن كۆپۈك چىقىدۇ. ئېغىرلىرىدا چىرايى قارىداىدۇ. بەزىلەرنىڭ ئېغزدىن ئازراق قان چىقىدۇ. ئېغزدىن كۆپۈك ياكى قان چىقىسا ھايات قېلىشىدىن ئاساسەن ئومىد كۈتكىلى بولمايدۇ.

ئەگەر بوغۇلغان ۋاقتى قىسقا ۋە يەڭگىل بولسا، كۆپۈك ۋە قان چىقماي خىقىراپ قالىدۇ، ئازراق تىنىق بولىدۇ.

ئەگەر خەرىبەقە ئوخشاش دورىلارنى ئىستېمال قىلغانلىقتىن گال بوغۇلغان بولسا، ئېغىز ۋە بۇرۇنى قۇرۇپ ھۆللۈك يوقلىشقا ئوخشاش بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ.

داۋاسى

بوغۇلۇپ قالغان ئەھۋالنى كۆرگەن ھامان دەرھال بويۇننى بوققان نەرسىنى دەرھال

بوشىتىش كېرەك. ئەگەر تىنىق ئازراق بار بولسىلا بوغۇلۇشتىن كېيىپ چىققان يۇرەك سىاھەسىدە قان قېيىشتىن پەيدا بولغان نەپەس قىينىلىشىش، چىرايى قاپىيىشلارنى ياخشىلاش ئۈچۈن ئەھۋالغا قاراپ باسىيلىق تومۇردىن بىرئاز قان ئېلىش ۋە گۈل يېغى، بىنەپشە ياغلىرىنى قىزىق سۇغا تېمىتىپ ئىچكۈزۈش لازىم.

ئەگەر تىنىقى بار بولۇپ ھۇشىغا كەلمىسە، بوغۇلغان كىشىنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ پۇتىنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ، سۇدىن چىقىرىپ قاتتىق تۈۋۈلاش كېرەك. يەنە قىزىل قىچىنى سوقۇپ تۈخۈم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تاپىنىغا چېپىش ھەمدە پاقالچاققا لوڭقا قۇيۇش كېرەك. كېپەكنى ياكى ئارپىنى بىرئاز قاينىتىپ بادام يېغى ياكى بىنەپشە يېغى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش، شۇنىڭ بىلەن بىرگە تۈخۈم سېرىقىنى چالا پىشۇرۇپ ئىچكۈزۈش لازىم. گالىنىڭ بوغۇلغان قىسمى زەخمىلەنگەن بولسا، سىرتتىن مۇزاپىق تۇرده 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 نەسىيمنى (كىسلارۇد) كىرگۈزۈش ياكى مەخسۇس چوشكۈرتكۈچى دورىلار، مەسىلەن: كۆندۇش، فەرپىيۇن، ھەققۇننەزلى قاتارلىقلارنى بۇرۇن ئىچىگە ئاز مىقداردا پۈركەش كېرەك.

ئەگەر يۇقىرىقى تۈسۈللار ئارقىلىق تۈلۈم خەۋپىدىن قۇتۇلۇپ قالغان تەقدىردىمۇ مەلۇم ۋاقىت پەرۋىش قىلىشنى كۈچەيتىش لازىم. مەسىلەن، قاتتىق-يىرىك، قالايمىقان تاماقلارنى يېيىش، قاتتىق ئاۋازدا سۆزلەش، توپا-چاڭ توزان، تۈتكۈر ئىسسىق-سوغۇق ئامىللاردىن ساقلىنىش ۋە روھىي جەھەتتە پەرۋىش قىلىپ كۈتۈشكە ئالاھىدە دىققەت قىلىش لازىم.

ئېغىز بوشلۇقى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

كالپۇك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

مەلھەمى ئىسپىداج

تەركىبى: قەلەي ئوپىسى، موزا، نىشاستە، كەتىرا ھەر بىرى 7 گرام، توخۇ يېغى 30 گرام، كالا يىلكى 30 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ، ياغنى ئېرىتىپ مەلھەم قىلىپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل كالپۇك يېرىلىشلارغا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ. دورا چاپمىغان مەزگىلدە كالپۇكقا توخۇمنىڭ ئېقى سۈركەپ قويۇلىدۇ.

مەلھەمى مۇرداسەڭ

تەركىبى: مۇردارسەڭ، قەلەي ئوپىسى، 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 ھۈزۈر

تەركىبى: ھۈزۈز، بابۇنە، ئارپا ئۇنى ھەر بىرى 3 گرام، ئەنگۈرى شىفا مېۋىسىنىڭ

سۈي 10 مللىلىتر، بادام يېغى 10 مللىلىتر.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ ئەنگۈرى شىپا سۈيى ۋە بادام يېغى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: كالپۇك ئىششىقى ئۈچۈن سىرتتىن چېپىلىدۇ.

تىلاي شىبىت

تەركىبى: سىرىق چېچەك تۇرۇقى، گۈل بابۇنە، ئىكىلىملىك ھەربىرى 3 گرام، گۈل يېغى 10 مللىلىتر سىركە 10 مللىلىتر.

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 قۇلائ (1 - ئۇسخا)

تەركىبى: قىزىلگۈل گۈلى ئوتتۇرىسىدىكى سىرىق ئۈرۈق، تاباشىر، نىشاستە، كۆك ماش، سېمىز ئوت تۇرۇقى، يۇمغاقسۈت تۇرۇقى، خېنە يۇپۇرمىقى، 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 قۇلائ ئەبيەز

تەركىبى: ئاقىرقەرھا، تۇخۇمەك تۇرۇقى، مامىرانچىنى، سىرىق 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 سىيىپ قويۇلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ئېغىز شىللىق پەردىلىرى ئاق چېچەكلەپ ئاغرىغانغا پايدا قىلىدۇ.

يۇقىرىقىلاردىن باشقا 10 گرام ھەسەلگە بىر قوشۇق تۇز ئارىلاشتۇرۇپ قاينىقىدا ئېرىتىپ، ئەتىگەن-ئاخشام ئېغىزنى چايقىسىمۇ بولىدۇ.

چىش ۋە چىش مۇلۇكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

تەرىقى ئەسنان (1-نۇسخا)

تەركىبى: قۇندۇز قەھرى، ھىلك، مۇرمەككى، قارىمۇچ، يۇمىلاق زىراۋەندى، تۇم زەنجىبىل، ئەپيۇن، بۇزۇرۇلبەنجى ھەر بىرى 3 گرام، ھەسەل 24 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ يىپەك ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا مەزكۇر دورىدىن بىر گرام ئېلىپ ئاغرىق چىش ئوستىگە قويۇپ چىشلەپ 2—3 مىنۇت ئورغۇزغاندىن كېيىن يۇتىۋۈەتسە بولىدۇ ياكى مەزكۇر دورىنى پاختىغا مىلاپ، چىشنىڭ كاۋىكىغا سىلىپ قويسىمۇ بولىدۇ.

تەرىقى ئەسنان (2-نۇسخا)

تەركىبى: قارىمۇچ، ئاقىرقەرھا، ئوخۇمەك ئورۇقى، زەنجىبىل، كاببابەچىنى، بۇزۇرۇلبەنجى ھەر بىرى 3 گرام، ھەسەل 18 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، يىپەك ئەلگەكتىن ئوتكۈزۈپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا ئاغرىق چىشلەپ بىرئاز ئورغۇزغاندىن كېيىن يۇتىۋۈەتسە بولىدۇ.

قوشۇمچە: ئەگەر چىشنى قۇرت يەپ كاۋاك بولۇپ ئاغرىقى ئوزۇنغا سوزۇلسا، بىر تال

سىمنىڭ ئۈچىنى ئېگىپ قىزىتىپ يەڭگىل-يەڭگىل بىرقانچە قېتىم يەرلىك ئورۇننى داغلىسا ئاغرىق يوقلىدۇ. لېكىن كالپۇك، ئېغىز ئىچىنى كۆيدۈرۈپ قويۇشتىن ساقلىنىش كېرەك.

تەرياقى ئەسنان (3-نۇسخا)

تەركىبى: ئاقىرقەرھا 10 گرام، كاقۇر 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 كۆفى، يۇلغۇن مېۋىسى، سىرىق ھەلىلە، ئاق سەندەل، قىزىلگۈلنىڭ تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: يۇمشاق سوقۇپ تاختا ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىندۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش ئاجىزلىقلىرىنى داۋالايدۇ.

سۇنۇنى مۇرمەككى مۇتەييپ

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 گۈل ئەرمىنى 5 گرام، ئاقىرقەرھا، ئۆخۈمەك 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 تۆتكۈزۈپ چىشقا سېپىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش داغلىرىنى يوقىتىپ پارقىرىتىدۇ. ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ.

سۇنۇنى كاتېھىندى

تەركىبى: كاتېھىندى، تاتلىق قۇيۇستى، تۆتىيا، زەنجىبىل تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۈۋىدىكى تۈسۈپ قالغان ئارتۇق گۈشلەرنى يوقىتىدۇ. چىش تۈۋى ئاقمىسىنى داۋالايدۇ.

سۇنۇنى مۇرمەككى

تەركىبى: مۇرمەككى، نۇسۇدۇر، سۇسۇن يىلتىزى، زەرنىخ، ئاقىرقەرھا تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۈۋىگە چۈشكەن يەل ياراسى (ئاكىلە)، ئاقما (ناسۇر) لارنى داۋالايدۇ. قانىنى توختىتىدۇ.

سۇنۇنى نەمەك

تەركىبى: ئاچچىق ئانار پوستى، تاتلىق ئانار پوستى ھەر بىرى 30 گرام، ھىندى تۇزى، نۇشادۇر 15 گرام، موزا، ئانارگۈلى، زەمچە، نەغەز گۈلى، ئاقىرقەرھالارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام، سىماق 45 گرام.

تەييارلىنىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، سىركە بىلەن يوغۇرۇپ كۆمىلاچلاپ سايىدا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ. زۇرۇر تېپىلغاندا بىر دانىنى سوقۇپ ئىستېمال قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش تۈۋىدىكى يەل ياراسى، ئارتۇق گۈشلەرنى يوقىتىدۇ.

سۇنۇنى لەسسە

تەركىبى: تاغ تېكسىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن مۆڭگۈزى، ئەندىرانى تۇزى، سىرىق ھەلىلە پوستى، قىزىلگۈل ھەر بىرى 6 گرام، ئانارگۈلى 3 گرام.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ چىشقا سىپىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: چىش مۇلكى بوشىشىش ۋە قاناشلارنى دۇالايدۇ.

مىدىرلىغان چىشنى چىڭىتقۇچى دورىلار

سۇنۇنى مۇتەھەررىك (1 - تۈسخا)

تەركىبى: زىراۋەندى مۇدەھەرەج، كۆندۈر، دەمۇلتەخۆەين (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.

سۇنۇنى مۇتەھەررىك (2 - تۈسخا)

تەركىبى: ئانارگۈلى، ئامىلە مۇقەششەر، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، ئاقاقىيا، بۇغا مۆڭگۈزىنىڭ 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.

سۇنۇنى ئاكىلە

تەركىبى: ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار پوستى ھەر بىرى 8 گرام، نەمەكى ھىندى، نۇشادۇر

هەر بىرى 13.5 گرام، موزا، ئانارگۈلى، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، نەغەز گۈلى، ئاقىرقەرھا هەر بىرى 27 گرام، سۈمساق 40 گرام، كافۇر 10 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا چىشنىڭ تۈۋىگە بېسىپ قويۇلىدۇ.

سۈنۈنى شەپ

تەركىبى: مورمەككى، تۈتىيا، زەمچە، نىشاستە، قىزىلگۈل، ئاچچىق ئانار ياغىچىنىڭ پوستى، هەلىلە تۆكچىسى، سوك (ئامىلە جەۋھرى)، ئانارگۈلى، موزا، يۇلغۇن مېۋىسىنى تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: قائىدە بويىچە سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: مىدرلاپ قالغان چىشنى چىكىتىدۇ.

سۈنۈنى مۇمسىك

تەركىبى: ئانارگۈلى، ئامىلە، زەمچە، ئاقاقىيا تەڭ مىقداردا.

تەييارلىنىشى: سوقۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: بوشىشپ كەتكەن چىشلارنى چىكىتىدۇ.

گال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلار

قۇللائى هەلق

تەركىبى: كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، نەغەز گۈلى، موزا، كۈندۈر، زەئفەر هەر بىرى 3 گرام، نۈشادۇر 5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى چالاراق سوقۇپ بىر جىڭ سىركىگە چىلاپ قويۇپ، هەر خىل گال ئاغرىقلىرىدا شۇ سىركە بىلەن گال چايقىلىدۇ. كىچىك بالىلارغا ئىشلەتكەندە، تۇنۇكۇغا ئازراق گۈل يېغى قوشۇپ چايقىسا بولىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئاغرىقنىغا مەنپەئەت قىلىدۇ.

ھەببى مىشكى

تەركىبى: فۇفەل، قەلەمپۇر، خۇلنىجان ھەر بىرى 3 گرام، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، سىرىق ھەلىلە پوستى، لاچىندانە ھىندى ھەر بىرى 1.5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ ببهى تۇرۇقىنىڭ شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: ئەتىگەن-ئاخشامدا ئىغىزغا سىلىپ شۇمۇپ تەمى يۇتۇلىدۇ. ھەر قېتىمدا 2-3 ھەب ئىشلىتىلىدۇ.

خۇسۇسىيىتى: ھەر خىل سەۋەبتىن بولغان ئىغىز سىرىق پۇراشقا مەنپەئەت قىلىدۇ.

داۋائى شىقاقۇللسان

تەركىبى: ئىسبەغۇل، ببهى تۇرۇقى ھەر بىرى 7 گرام، توخۇ يېغى، كالا يىلكى 15 گرام.

تەييارلىنىشى: ئىسبەغۇل بىلەن ببهى تۇرۇقىنى چالا سوقۇپ داكا خالتىغا ئېلىپ 20 مىللىلىتىر قاينىقسۇغا بىر كېچە-كۈندۈز چىلاپ، ئەتىسى قائىدە بويىچە شىرىسىنى چىقىرىپ، كالا يىلكىنى توخۇ يېغىدا ئىرىتىپ دورىلارنىڭ شىرىسى بىلەن بىرلەشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: لازىم بولغاندا تىل يىرىلغان كىشىلەر ئەتىگەن-ئاخشامدا تىلىغا سۈركەيدۇ. تۇنۇكۈدىن باشقا ھەر كۈنى بادام يېغى ياكى قاپاق يېغى بىلەن ياغلاپ تۇرسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

داۋائى ۋەرەمى كام (گال ئىششىقى دورىسى)

تەركىبى: تاباشىر، قىزىلگۈل، سىمىز ئوت تۇرۇقى، نىشاستە، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، نوقۇت تۇنى ھەر بىرى 3 گرام، كافۇر 1 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىپ ساقلاپ قويۇلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: تىل ۋە كېچىك تىلى ئىششىغان بىمارلار قاپاقسۇدا ئېرىتىپ ئاغزىنى غەر-غەرە قىلىدۇ.

ھەببى خانازىر

تەركىبى: سەبرى 9 گرام، غارىقۇن 8 گرام، ئەنزەرۇت 12 گرام، شەھمى ھەنزەل 5 گرام، تۇربۇت 21 گرام، جاۋشىر 3 گرام، توشۇدۇر 6 گرام، سەقمۇنيا 5 گرام.

تەييارلىنىشى: كۇندە سۇيىدە ھەب قىلىپ 3 گرامدىن يەيدۇ.

ئىشلىتىلىشى: گالغا (بويۇن بەزلىرىگە) چۇشكەن جاراھەتنى (لىمفا سىلىنى) داۋالايدۇ.

گال بادامسىمان بەزلىز ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

ئەگەر سەپرا ماددىسىدىن ئىششىغان بولسا ھەببى شىفاھىيە، ھەببى كافۇر، مەتبۇخى ھەلىلە، مەتبۇخى شاھتەرە، شەربىتى سىركەنجىبىن، سۇفۇقى ئىتىرىيفىلى كەشىنىز قاتارلىق دورىلارنى كېسەللىك ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلەتسە بولىدۇ.

گالنى چايقاش ئۈچۈن قارا ئۈجمە، شاتۇت، چۇچۇمەل ئالما، كاكىنەج، كۆك پۇرچاق، ئارپا قاتارلىق دورىلارنى يەككە ھالەتتە قاينىتىپ سۈزىنى ئىسسىق ھالەتتە گالنى چايقىسا ئىششىقنى تېز ياندۇرىدۇ.

سىرتتىن گۈل يېغى، بادام يېغى، بىنەپشە ياغلىرىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ياغلايدۇ.

ئەگەر بەلغەم ھاددىسىدىن ئىششىغان بولسا ھەببى ئىيارەجى پەيقەرا، ھەببى قوقىيا، مەئجۇنى ئۇجاھ، بەرشىشا، مەتبۇخى ھەلىلە قاتارلىق دورىلار كېسەللىك ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ. گالنى چايقاش ئۈچۈن بابۇنە، ئانار پوستى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، قۇرۇق ئۈزۈملەرىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ 500 مىللىلىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ، گالنى كۇندە 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 ئۇجاھ قاتارلىقلار،

شۇنىڭدەك قىزىلگۈل، گۈل بىنەپشە، رۇمبادىيان، چۇچۇكبۇيا يىلتىزلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام ئېلىپ 300 مىللىلىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ سۈيى بىلەن كېسەل كىشىنىڭ گېلى چايقىلىدۇ.

ئاۋاز پۈتۈپ قېلىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار

مەتبۇخى خەشخاش

پوستى خەشخاش، چىلان، تۇسۇلۇڭ تۇرۇقى، كتوك ماش، ئەنگۈر شىفا، بېھى تۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 5 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى 500 مىللىلىتر سۇغا چىلاپ يېرىم قالغىچە قاينىتىپ گال چايقىلىدۇ.

تۇنىكدىن باشقا نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، زىغىر تۇرۇقى، بادام مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام، رۇببۇسۇس 7 گرام، ئاق شېكەر 82 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ تالقان قىلىنىدۇ.

ئىشلىتىلىشى: 10 گرامدىن تۇنج قېتىم شۇمۇپ ئىچىدۇ.

يەنە ئەنگۈر شىفا 10 گرام، ئىسبەغۇل 10 گرام، بېھى تۇرۇقى 10 گرام.

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىر چەينەككە سېلىپ دەملەپ قىزىق پېتى كۈندە تۇنج قېتىم ئىچىدۇ.

ھەر خىل قۇرۇق ئىسسىق ۋە قۇرۇق سوغۇق تاماقلاردىن پەرھېز قىلدۇرۇلىدۇ.

ئاتالغۇنىڭ ئوقۇلۇشى	ئەرەب،فارسچىسى	ئۇيغۇرچىسى	خەنزۇچىسى
	ئا		
ئابىلەئى كام	آبِلَەءِكَامْ (ف)	تاڭلاي سۇ، يىرىڭلىق ئىششىقى	肩水脓肿
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 چاقسى	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 يارەملەشكەندىن باشلاپ توپلىغان ئىدى، ھازىر قايتىدىن تولۇقلاپ مەزكۇر جىلدنىڭ ئاخىرىغا قوشۇمچە قىلدى.

– باش مۇھەررىر ئىسھاقجان مەھمۇدى

ئاماسھايى بىينى	آمَاسْھَايِ بِيْنِى (ف)	بۇرۇن ۋەرەملىرى	鼻炎（复）
ئاماسھايى گۇش	آمَاسْھَايِ گُوشْ (ف)	قۇلاق ۋەرەملىرى	耳炎（复），耳道炎，中耳炎
ئاماسھايى لەب	آمَاسْھَايِ لَبْ (ف)	كالپۇك ۋەرەملىرى	嘴唇炎肿（复）
		كالپۇك ئىششقلىرى	嘴唇炎肿（复）

ئە

ئەتۇس	عَطُوْس (ع)	چۇشكۇرتكۇچى (دورىلار)	打喷嚏剂
ئەتس	عَطْس (ع)	چۇشكۇرۇش	打喷嚏
ئەجفان	اَجْفَانْ (ع)	قاپاقلار	上下眼睑
ئەدۋىيەئى رادئە	اَدْوِيَەءِ رَادِعَه (ع)	تورمۇزلىغۇچى دورىلار	抑制剂
ئەدۋىيەئى مۇھەللىلە	اَدْوِيَەءِ مُحَلِّلَه (ع)	ئىششق قايتۇرغۇچى دورىلار	消炎剂（复）
ئەرەزۇلخە شەمى	عَرَضُ الْخَشَمِ (ع)	ئىككىلەمچى پۇراش ئاجىزلىقى	并发性嗅觉虚弱

ئەرەق	عَرَقْ (ع)	دورا پاولىق سۇيى	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)	سۇزگۈچى سۆڭەك	筛骨
ئەسابى ئەينييە	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 شاممە	اَعْصَابِ شَامَّه (ع)	پۇراش نېرۋىلىرى	嗅觉神经（复）
ئەسابى ھىسسى	اَعْصَابِ حِسِّ (ع)	سەزگۈ نېرۋىلىرى	感觉神经（复）

ئەسەب	عَصَبْ (ع)	نېرۋا	神经
ئەسەبۇلھەنەكى	عَصَبُ الْحَنَكِ (ع)	تاماق نېرۋىسى	咽喉神经
ئەسەبى فەككى ئەلا	عَصَبِ فَكِّ 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)

ئەۋرامۇلـئۇزنى	اَوْرَامُ الْاُذْنِ (ع)	قۇلاق ۋەرەملىرى	耳炎（复），耳道炎，中耳炎
ئەين	عَيْن (ع)	كۆز	眼，眼睛

ب

باردىد سازەج	بَارِدْسَاذَجْ (ع)	ماددىسىز سوغۇق خىلتسىز سوغۇق	非体液性寒
بەدەلى مايەتەھەللەلۇ	بَدَلِ مَايَتَحَلَّلْ (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 (ئۈسۈلى)	熏（方法）
بەردە	بَرْدَه (ع)	قاپاق ئىچى دانچىسىمان ئىششىقى	睑内小粒肿（专）
بەندشۇدەنى چىيزى دەر بىينى	بَنْد شُدَنِ چِيْزِى دَرْبِيْنِى(ف)	بۇرۇندا غەيرى نەرسە تۇرۇپ قېلىش	鼻中异物

بەۋاسىير	بَوَاسِيْر (ع)	بوۋاسىر، گېمۇروي	痔，痔疮
بەۋاسىرۇششەفەتى	بَوَاسِيْرُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك بوۋاسىرى	嘴唇痔疮
بەۋاسىرۇلئەنفى	بَوَاسِيْرُالْاَنْفِ	بۇرۇن بوۋاسىرى	鼻痔
بەۋاسىرى بىنى	بَوَاسِيْرِبِيْنِى	بۇرۇن بوۋاسىرى	鼻痔
بەياۋششەفەتى	بَيَاضُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك ئاقىرىش	嘴唇发白，白唇
بەياۋلئەھدابى	بَيَاضُ الْاَهْدَابِ (ع)	كىرپىكلەر ئاغرىش	睫毛发白（复）
بەياۋلئەينى	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

بۇتلانۇلبه سه‌رى	بُطْلاَنُ الْبَصَرِ (ع)	قارىغۇلۇق، كۆز كۆرمه سلىك	失去视力，视盲
بۇخار	بُخَارْ (ع)	يه‌ل، گاز	气，汽
بۇخارات	بُخَارَاتْ (ع)	يه‌للە‌ر، گازلار	气，汽（复）
بۇسۇرۇششه فه‌تى	بُثُورُالشَّفَتِ (ع)	كالپۇك ئۇششاق مۇدۇرى	嘴唇粒肿
بۇسۇرۇلئه‌نفى	بُثُورُالْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن ئۇششاق مۇدۇر-چاقسى	鼻粒肿
بۇسۇرۇلفه‌مى	بُثُورُالْفَمِ (ع)	ئېغىز ئۇششاق مۇدۇر-چاقسى	口腔粒肿
بۇسۇرۇلهه‌لقى	بُثُورُالْحَلْقِ (ع)	گال ئۇششاق مۇدۇر-چاقسى	咽喉粒肿
بۇسۇرۇلهه‌نه‌كى	بُثُورُالْحَنَكِ (ع)	تاكلاي ئۇششاق مۇدۇر-چاقسى	腭粒肿
بۇسۇرۇلئۇزنى	بُثُورُالْاُذْنِ (ع)	قۇلاق ئۇششاق مۇدۇر-چاقسى	耳粒肿
بۇغزۇلئه‌ينى	بُغْضُ الْعَيْنِ (ع)	كۆزنىڭ يورۇقلۇقتىن قېچىشى	视力避光
بۇهران	بُحْرَانْ (ع)	بوهران، كىرىزىس	病危，危机

بىينى	بِيْنِى (ف)	بۇرۇن	鼻子

ت

تەئە ككۈلۈلىئە سنانى	تَآكُلُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش كاۋاكلىشىش	牙齿凹陷
تەب	تَبْ (ف)	كېزىك، تەب	伤寒
تەبەقەئى ئەنكەبوتىيە	طَبَقَهِ عَنْكَبُوتِيَّه (ع)	ئۆمۈچۈك تورسىمان پەردە	蛛网膜
			毛状突起层
تەبەقەئى سۇلبىيە	طَبَقَهِ صُلْبِيَّه (ع)	قاتتىق پەردە	巩膜
تەبەقەئى شەبەكىيە	طَبَقَهِ شَبَكِيَّه (ع)	كۆرۈش تورسىمان پەردىسى	视网膜
تەبەقەئى قەرنىيە	طَبَقَهِ قَرْنِيَّه (ع)	مۈڭگۈز پەردە	角膜
تەبەقەئى مەشىمىيە	طَبَقَهِ مَشِيمِيَّه (ع)	بالا ھەمراھسمان پەردە	胎盘状膜
		قان تومۇرلۇق پەردە	脉络膜
تەبەقەئى مۇلتەھەمە	طَبَقَهِ مُلْتَحِمَه (ع)	ئەستەر پەردە	结膜

تەبەقەئی ئىنەبىيە	طَبَقَهِ عِنَبِيَّه (ع)	ئۈزۈمسىمان پەردە	虹膜
تەبى دىقق	تَبِ دِقّ (ف)	سل قىزىتمىسى، ئورۇقلاتقۇچى قىزىتما	结核热
			消耗热
تەبى مۇھرىقە	تَبِ مُحْرِقَه (ف ع)	كېزىك قىزىتمىسى	伤寒热
تەدھن	تَدْهِيْن (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 بىيخى گۇش	تَرْقِيْدَنِ بِيْخِ گُوْشْ(ف)	قۇلاق تۈۋى يىرىلىش	耳根裂疮
تەسەققۇبۇلئەسنانى	تَثَقُّبُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش كامارلىشش	牙齿空洞
تەشەققەقۇششەفەتى	تَشَقُّقُ الشَّفَتِ (ع)	كالىۋك يىرىلىش	嘴唇干裂
تەشەققەقۇللسانى	تَشَقُّقُ اللِّسَانِ (ع)	تىل يىرىلىش	舌头干裂

تەشەننۇج	تَشَنُّجْ (ع)	تارتىشىپ قېلىش	痉挛，抽筋
تەشخىس	تَشْخِيصْ (ع)	كېسەللىك تونۇش، دېئاگنۇز	诊断疾病
			诊断
تەغەييۇرى رەڭگى دەندان	تَغَيُّرِ رَنْگِ دَنْدَانْ (ف)	چىش رەڭگى ئۆزگىرىش	牙齿变色
تەفەتتەئۇلئەسنانى	تَفَتُّتُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش ئۇۋۇلۇش	牙齿危碎
تەفەررۇقۇلئىتتىسالى	تَفَرُّقُ الْاِتِّصَالِ (ع)	ئەزا پۈتۈنلۈكى بۇزۇلغان (كېسەللىكلەر)	完整形受损（疾病）
تەقەششۇرۇششەفەتى	تَقَشُّرُالشَّفَتِ (ع)	كالپۇك قاسراقلىشىش	嘴唇脱皮
تەقەششۇرۇللسانى	تَقَشُّرُاللِّسَانِ (ع)	تىل سويۇلۇش	舌皮剥脱
تەقەششۇرۇلفەمى	تَقَشُّرُالْفَمِ (ع)	ئېغىز سويۇلۇش	嘴皮剥脱
تەقەللۇسۇششەفەتى	تَقَلُّصُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك دوردىيىش	嘴唇肿大
تەمرىيخ	تَمْرِيْخ (ع)	نەم دورىلارنى بەدەنگە قويۇش (ئۇسۇلى)	药粉湿敷（法）

تەنقىيە	تَنْقِيَه (ع)	تازىلاش (ئۇسۇلى)	清理，清除（法）
تەننىين	طَنِّين (ع)	قۇلاق غۇڭۇلداش	耳鸣
تەھەببۇجۇلئەجفانى	تَهَبُّجُ الْاَجْفَانِ (ع)	قاپاقلار يەللىك ئىششىقى	眼睑风肿
تەۋىلۇلبەسەرى	طَوِيْلُ الْبَصَرِ (ع)	يىراقتىن كۆرۈش	远视眼
تەئدىيل	تَعْدِيْل (ع)	تەڭشەش (ئۇسۇلى)	调节，调整（法）
تۇۋسەتۇلئەجفانى	تُوْتَةُالْاَجْفَانِ (ع)	قاپاقلار يۇمشاق ئۆسمىسى	眼睑软瘤
			眼睑桑状瘤
تۇۋسەئى مۇلتەھەمەئى ئەينىيە	تُوْتَةِ مُلْتَحِمَةِ عَيْنِيَّه (ع)	كۆز ئەستەر پەردىسىگە نېپىز گۆش پەيدا بولۇش	眼结膜云肉
تىلا	طِلاَ (ع)	دورا تېتقىنى سۈرۈش (ئۇسۇلى)	药汁抹擦（法）

ج

جەراسىيم	جَرَاثِيْم (ع)	مىكروب، باكتېرىيە	细菌
جەرەبولئەينى	جَرَبُ الْعَيْنِ (ع)	كۆز قوتۇرى، تراخوما	沙眼，结膜结石

جەررا ھ	جَرَّاحْ (ع)	تاشقى كېسەللىكلەر تېۋىپى ئوپېراتسىيچى	外科医生 手术者
جەررا ھىيە	جَرَّاحِيَّه (ع)	تاشقى كېسەللەر ئىلمى ئوپېراتسىيە ئىلمى	外科学 手术学
جەفا فۇششە فەتى	جَفَافُ الشَّفَتِ (ع)	كالىۋك قۇرۇش	嘴唇发干
جەفا فۇلئەنفى	جَفَافُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن قۇرۇش	鼻干，鼻子发干
جەفا فۇللىسانى	جَفَافُ اللِّسَانِ (ع)	تىل قۇرۇش	舌干，舌头发干
جەفن	جَفْن (ع)	قاپاق	眼睑
جەۋاھىر	جَوَاهِرْ (ف)	ياقۇت، ئالماس، ئۇنچە-مارجان	宝石，钻石，珠宝
جەۋاھىرات	جَوَاهِرَاتْ (ف)	ياقۇت، ئالماس، ئۇنچە-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
چەھارەگ	چَهَارْرَگْ (ف)	كالپۇكلاردىكى تۆت تومۇر	上下嘴唇四脉

خ

خارىشى بېينى	خَارِشِ بِيْنِى (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 يۇقۇلۇشى	嗅觉虚弱或嗅觉损亡
خەفەش	خَفَشْ (ع)	كۆزنىڭ يورۇقلۇقلاردىن قېچىشى	视力避光

خەفەقان	خفقانَ (ف)	يۈرەك تېپىش	心悸，心慌
خەنان	خَنَانْ (ع)	ئاۋاز نوخۇلداپ قېلىش	鼻音
خۇزرەتۈلجەفەنى	خُضْرَتُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق كۆكىرىش	眼睑发青
خۇشۇنەنى قەرنىيە	خُشُونَتِ قَرْنِيَّه (ع)	كۆز قارىسى قۇرغاقلىشىش	眼黑发干
خۇناق	خُنَاقْ (ع)	بوغما	角膜干燥 白喉
خۇناقۇلۇەبائى	خُنَاقُ الْوَبَائِي (ع)	يۇقۇملۇق بوغما	传染性白喉
خىلىت	خِلِطْ (ع)	بەدەندىكى سۇيۇقلۇقلار	体液，人体四种液质
خىيالات	خِيَالَاتْ (ع)	كۆزگە پاشا-كۈمۈتا كۆرۈنۈش كېسلى	眼前飞蚊症
		شىشسىمان سۇيۇقلۇق بۇلغۇنۇش	玻璃体混浊

د

دەرئامەدەنى ئاب دەر گۇش	دَرْآمَدَنِ آبْ دَرْگُوشْ(ف)	قۇلاققا سۇ كىرىپ كېتىش	耳内入水

دەرئامەدەنى. ھەشردەر گۇش	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 گۇش	دَرْدِ گُوشْ (ف)	قۇلاق ئاغرىش	耳痛
دەستكار	دَسْتِكَارْ (ف)	قول ئەمەلىيتى، ئوپېراتسىيە	手工，手术
دەۋۇەي	دَوِّيْ (ع)	قۇلاق گۇكرەش	耳响
دەمئە	دَمْعَه (ع)	كۆز ياشاقغۇراش	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

رادىئات	رَادِعَاتْ (ع)	تورمۇزلىغۇچى، قايتۇرغۇچى، تەپچۇرتۇپ، ماگدۇرغۇچى دورىلار	抑制剂，控制剂 诱导剂，诱导药

ره‌تسب سازه‌ج	رَطْب سَاذَجْ (ع)	ماددىسز هۆللۇك	非体液性湿
ره‌ززۇلئه‌نفى	رَضُّ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن ئېزىلىش	鼻子压伤
ره‌ززۇلئۇزنى	رَضُّ الْاُذْنِ (ع)	قۇلاق ئېزىلىش	耳朵压伤
ره‌مه‌د	رَمَدْ (ع)	كۆز ئه‌سته‌ر پەردە ياللۇغى كۆز قىزىرىش	火眼，红眼病 急性结膜炎
ره‌گى هه‌فتى ئه‌ندام	رَگِ هَفْتِ اَنْدَامْ (ف)	يەتته تومۇر، ئۇكهه‌ل تومۇر	贵要正中静脉
ره‌ۋادىئات	رَوَادِعَاتْ (ع)	تورمۇزلىغۇچى، قايتۇرغۇچى دورىلار	抑制，消炎剂（复）
ره‌ۋغه‌ن	رَوْغَنْ (ف)	ياغ، ياغ مه‌لهه‌م	油剂，油膏
ره‌ئشه	رَعْشَه (ع)	تىتره‌ش	颤动病
رۇئاف	رُعَافْ (ع)	بۇرۇن قاناش	鼻血，鼻出血（专）
رۇبب	رُبّ (ع)	دورا سۇيى، مېۋه سۇيى	药汁，汁，果汁

روتوبه‌تی به‌یزییه	رُطُوبَتِ بَيْضِيَّه (ع)	توخوم ئقسمان سويوقلوق	蛋白状液体
روتوبه‌تی جه‌لیددییه	رُطُوبَتِ جَلِيْدِيَّه (ع)	قروسمان سويوقلوق قروسمان ته‌نچه	晶状体
روتوبه‌تی زوجاجییه	رُطُوبَتِ زُجَاجِيَّه (ع)	شششسمان سويوقلوق	玻璃体
روزکوري	رُوزْكُورِىْ (ع)	كوندوزی كۆرمه‌سلىك	白盲，白日不视症
روهی باسره	رُوحِ بَاصِرَه (ع)	كۆروشكه ئائىت كوچله‌ر كۆزگه كېلىدىغان روهلار	视力
روهی شه‌راب	رُوحِ شَرَابْ (ع)	ئسپىرت، هاراق جه‌وهری	酒精
ربباتی مؤئه‌خخه‌ر	رِبَاطِ مُؤَخَّرْ (ع)	تۆۆه‌نكی چاندىر	下纫带
ربباتی مؤئه‌للەق	رِبَاطِ مُعَلَّقْ (ع)	ئېسلىپ تۇرغوچی چاندىر	悬挂纫带
ربباتی مؤسته‌دىير	رِبَاطِ مُسْتَدِيْر (ع)	يۇمۇلاق چاندىر	圆状纫带
ربباتی مؤقه‌ددەم	رِبَاطِ مُقَدَّمْ (ع)	ئالدىنقی چاندىر	前纫带

ز

زاتۇرىيە	ذَاتِ الرِّيَه (ع)	ئۆپكە ئىششىقى	肺炎
زەبان	زَبَانْ (ف)	تىل	舌，舌头，语言
زەربەتۇلئەينى	صَرْبَةُ الْعَيْنِ (ع)	كۆز زەخملىنىش	眼外伤
زەربەتۇلئۇزنى	صَرْ بَةُ ٱلْذنِ (ع)	قۇلاق زەخملىنىش	耳外伤
زەربەئى چەشم	صَرْبَەءِ چَشْم (ع)	كۆز زەخملىنىش	眼外伤
زەربەئى گۇش	صَرْ بَەءِ گُوشْ (ع ف)	قۇلاق زەخملىنىش	耳外伤
زەرەسۇلئەسنانى	ضَرَسُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش قاماش	砖牙，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

牙液干涸	زەھابى مائۇلئەسنانى	ذَهَابِ مَاءُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش سۇيى يۇقلىش
睫状体	زەۋائىدى ھۆدبييە	زَوَائِدِ هُدْبِيَّه (ع)	كىرپىكسىمان تۆسۇكچىلەر
视力虚弱	زەئىۋلبەسەرى	ضَعْفُ الْبَصَرِ (ع)	كۆز ئاجىزلىقى
瞳孔缩小	زەيقى سوقبەئى ئىنەبييە	ضَيْقِ ثُقْبَءِ عِنَبِيَّه (ع)	كۆز قارىچۇقىنىڭ تارىيىشى
眼皮发青	زۇرقەت	زُرْقَتْ (ع)	قاپاق كۆكىرىش
眼睑青肿			
蓝色眼睛	زۇرقەلتۇلئەينى	زُرْقَةُ الْعَيْنِ (ع)	كۆك كۆزلۈك كېسىلى
碧眼（专）			
眼翼状胬肉	زۇفرە	ظُفْرَه (ع)	كۆز بۇرجىكىگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش كېسىلى
流行性感昌	زۇكامۇلۇەبائئى	زُكَامُ الْوَبَائِي (ع)	تارقىلىشچان زۇكام
舌下蛤状瘤	زىفدەئوللسانى	ضِفْدَعُ اللِّسَانِ (ع)	تىل ئاستىغا قۇمچاقسىمان ئۆسۈكچە پەيدا بولۇش
敷剂或方法	زىماد	ضِمَادْ (ع)	چاپىدىغان دورا ۋە ئۇسۇل

زىيابت	ذِيَابِتْ (ع)	قەنت سىيش كېسلى	糖尿病

س

سازەج	سَاذَجْ (ع)	ماددىسىز، خىلتسىز	非体液
سالىيلۇلجە فەنى	ثَالِيْلُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق سۆگىلى	睑疣
سەبەل	سَبَلْ (ع)	كۆزگە پەردە چۈشۈش	眼黑云膜
سەتھى	سَطْحِ (ع)	يۈزى	表面，平面
سەرتان	سَرْطَانْ (ع)	راك كېسلى، قىسقۇچ پاقا	癌症，毒瘤，螃蟹
سەرتانۇلئەنفى	سَرْطَانُ 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	صَرْعِ (ع)	تۇتقاق كېسەل	癫 ，癫痫，羊痫疯

磨牙	چىش غۇچۇرلىتىش	صَرِيْرُالْاَسْنَانِ فِى النَّوْم(ع)	سەرىيرۇلئەسنانى قىلىنەۋم
白内障	كۆزگە ئاق چۈشۈش	سَفِيْدِ چَشْم (ف)	سەفىيدى چەشم
白唇，嘴唇发白	كالپۇك ئاقىرىش	سَفِيْدِ لَبْ (ع)	سەفىيدى لەب
脑溢血	مېڭگە قان چۈشۈش	سَكْتَه (ع)	سەكتە
睑内红肿增厚	قاپاق ئىچى قىزىرىپ قېلىنلىشىش	صَلَابَةُ الْجَفَنِ (ع)	سەلابەتۈلجەفەنى
研磨	يانجىش	صَلَايَه (ع)	سەلايە
睑瘤	قاپاق ئۆسمىسى	سَلْعَةُ الْجَفَنِ (ع)	سەلئەتۈلجەفەنى
眼黑萎缩，角膜萎缩	كۆز قارىسىنىڭ يىگىلىشى	سَلَخِ قَرنِيَّه (ع)	سەلىخى قەرنىيە
鼻吸（药粉或方法），打喷法 鼻烟，催嚏剂	بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈش (ئۇسۇلى) دورىلىرى	سَعُوطْ (ع)	سەئۇت
眼睑掉屑 睑癣	قاپاق كېپەكلىشىش قاپاق تەمرەتكىسى	سَعْفَةُ الْجَفَنِ (ع)	سەئفەتۈلجەفەنى
流泪	كۆز ياشاڭغۇراش	سَيْلَانِ اَشْك (ف)	سەيلانى ئەشك

سۆزنەك	سُوزْنَكْ (ف)	سىزلام، سۆزنەك	淋病
سۇددەئۇلخەيشۇمى	سُدّهُ 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 مسىفات	ثُقُوبِ مِصْفَاتْ (ع)	تۆشۈكلۈك سۆڭەك	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)	مىزاجنىڭ 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 رَدِّى (ع)	ياماندا خاراكتېرلىك مىزاج بۇزۇلۇش	恶性气质失调

شەب كورى	شَبْ كُورِىْ (ف)	ناماز شام قارىغۇسى	夜盲（症）
شەرا	شَرىٰ (ع)	قاپاق قىچىشىش خاراكتېرلىك ئىششقى	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 ئارتېرىيسى	颈内动脉
شەترە	شَتْرَه (ع)	قاپاقنىڭ تېشىغا ئۆرۈلۈپ قېلىشى	翻眼皮
شەفەت	شَفَتْ (ع)	كالپۇك	嘴唇
شەفەتەين	شَفَتَيْن (ع)	كالپۇكلار	上下嘴唇

شەقىيقە	شَقِيْقَه (ع)	باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش، شەقىقە	偏头痛
شەمۇم	شَمُوْمْ (ع)	پۇراقلىق دورا، دورا پۇرۇتۇش (تۇسۇلى)	芳香药 闻吸（法）
شەئر مۇنقەلىب	شَعْر مُنْقَلِبْ (ع)	تەتۇر كىرپىك	倒睫
شەئىيرە	شَعِيْرَه (ع)	يېڭناسقۇ	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)	يىرىك، قويۇق	粗，稠，浓
غەمام	غَمَامْ (ع)	كۆزگە چۈشكەن نېپىز ئاق	眼白云翳
غۇددەئى ئەرىقىيە	غُدَّةٍ عَرِقِيَّه (ع)	شۆلگەي بېزى	唾液腺
غۇددەتۈد دەمئى	غُدَّةُ الدَّمْعِ (ع)	ياش بېزى	泪腺
غۇددەئى گوشەئى چەشمى	غُدَّةِ گُوشَەِ چَشْم (ع،ف)	كۆز ئىچكى بۇرجىكى بەز ئۆسمىسى	眼内眦腺瘤
غۇزرۇفى جانبەئى ئەلا	غُضْرُوفِ جَانِبَهِ اَعْلىٰ (ع)	يۇقىرىقى يان كۆمۇرچەك	小翼软骨
غۇزرۇفى جانبەئى سوفلا	غُضْرُوفِ جَانِبَهِ سُفْلىٰ (ع)	تۆۋەنكى يان كۆمۇرچەك	大翼软骨
غۇزرۇفى جەناھىيە	غُضْرُوفِ جَنَاحِيَّه (ع)	قاناتسىمان كۆمۇرچەك	鼻侧软骨，翼状软骨
غۇزرۇ فى فاسل	غُضْرُوفِ فَاصِلْ (ع)	بۆلگۈچى كۆمۇرچەك پاسىل	分隔软骨 鼻中隔软骨

غشائی غۇزرۇفي	غِشَاءِ غُضْرُوفِي (ع)	كۆمۇرچەك پەردە	软骨膜
غشائی مۇخاتي	غِشَاءِ مُخَاطِي (ع)	شىللىق پەردە	粘膜
غلافى رۇتۇبەتى جەلىيدىيە	غِلَافِ رُطُوبَتِ جَلِيْدِيَّه (ع)	قروسسمان سۇيۇقلۇق قېپى	晶状体壳

ف

فالىج	فَالِجْ (ع	پالەچ	瘫痪，半身不遂
فەسادۇششەممى	فَسَادُالشَّمِّ (غ)	پۇراش قۇۋۇتىنىك بۇزۇلۇشى	嗅觉力失调
فەسادۇززەۋقى	فَسَادُالذَّوْقِ (ع)	تەتىش قۇۋۇتىنىك 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	قَطْرْ (ع)	تېمىتما، تېتىلما	滴剂
قەدەھ	قَدَحْ (ع)	ئەينەك رومكا	玻璃杯
		كۆز ئوپېراتسىيسى	眼科手术 (专)
قەددام	قَدَّامْ (ع)	كۆز ئوپېراتسىيسى تېۋىبى	眼外科医生
قەزا	قَذَىٰ (ع)	كۆزگە يات جىسملار كىرىپ كېتىشى	眼内异物
قەلەھ	قَلَحْ (ع)	چىش تۇۋىگە گەجىسمان قېتىشملار پەيدا بولۇش	牙垢，齿锈 (专)
قەلەھۇلئە سنانى	قَلَحُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش تۇۋىگە گەجىسمان قېتىشملار پەيدا بولۇش	牙垢，齿锈 (专)
قۇرس	قُرْص (ع)	توقىچاق، تۇقىچاق دورا	饼状药片
		تابلىت دورا	药片
قۇرسۇلبەسەرى	قُرْصُ الْبَصَرِ (ع)	كۆز توقىچىقى	眼底黄斑圈

قوُرۇھوُششه فه تی	قُرُوحُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك يىرىڭلىق چاقسى	嘴唇浓疮
قوُرۇھولئه نفی	قُرُوحُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن جاراهتی	鼻脓疮
قوُرۇھوللسه ئی	قُرُوحُ اللِّثَهِ (ع)	چىش مۇلۇكى يىرىڭلىق جاراهتی	牙根脓疮
قوُرۇھوُلئوُزنی	قُرُوحُ الْاُذْنِ (ع)	قۇلاق يىرىڭلىق چاقسى	耳浓疮
قوُلاھ	قُلَاعْ (ع)	ئېغىز پىشلاقسمان يارىسى ئېغىز ۋەرىمى	鹅口疮 口腔炎
قوُمۇر	قُمُورْ (ع)	نۇردىن كۆز تورلىشش	眼花
قوُۋايی غازىيه	قُوَايِ غَاذِيَّه (ع)	ئۇزۇقلاندۇرغۇچى كۈچلەر	营养力（复）
قوُۋايی مۇھەررىكه	قُوَايِ مُحَرِّكَه (ع)	ھەرىكەتلەندۇرگۈچى كۈچلەر	使动力（复）
قوُۋۇەئی باسىره	قُوَّهِ بَاصِرَه (ع)	كۆرۈش كۈچى، كۆرۈش قۇۋۇتى	视力，视觉力
قوُۋۇەئی زائىقه	قُوَّهِ ذَائِقَه (ع)	تېتىش قۇۋۇتى	味觉力
قوُۋۇەئی زائىقەئی باتىنىيه	قُوَّهِ ذَائِقَهِ بَاطِنِيَّه (ع)	ئىچكى تەم سېزىش كۈچى	体内味觉力

قۇۋۇەئى سامىئە	قُوَّةِ سَامِعَه (ع)	ئاڭلاش كۈچى	听力
قۇۋۇەئى شاممە	قُوَّةِ شَامَّه (ع)	پۇراش كۈچى	嗅觉力
قۇۋۇەئى شاممەئى باتىنىيە	قُوَّةِ شامَّةِ بَاطِنِيَّه (ع)	ئىچكى پۇراش كۈچى	体内嗅觉力
قۇۋۇەئى لامسە	قُوَّةِ لَامِسَه (ع)	سېزىش كۈچى	触觉力
قۇۋۇەئى ماسكە	قُوَّةِ مَاسِكَه (ع)	تۇتۇپ تۇرغۇچى كۈچ	捏住力，住留力
قىيفال	قِيْفَالْ (ع)	قىيفال تومۇر	肘窝头静脉

ك

كەدودۇمۇل	كَدْدُمُلْ (ع)	قاپاق ئىچى قاتتىق قاپارتچۇقى	睑内硬粒
كەسرەتوللۇئابى	كَثْرَةُ اللُّعَابِ (ع)	شۆلگەي ئېقىش	流口水
كەيلۇس	كَيْلُوسْ (ع)	شۇمۇرۇلۇشكە لايىقلا شقان ئۇرۇقلۇقلار	乳糜

كەيمۇس	كَيْمُوسْ (ع)	پىششىقلىنىشقا لايىقلاشقان ئۇزۇقلۇقلار	食糜
كۆمنەتۆلجەفەنى	كُمْنَةُ الْجَفَنِ (ع)	كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك بولۇش	风性睑内炎
كۆمنەئى پەلەك	كُمْنَةِ پَلَكْ (ع ف)	كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك بولۇش	风性睑内炎
كوهل	كُحْل (ع)	كۆزگە ئىشلىتىلىدىغان تالقان دورا	眼药粉
كىماد	كِمَادْ (ع)	ئىسسىق ئۆتكۈزۈش (ئۇسۇلى)	热敷（法）
كىيسەتۈد دەمئى	كِيْسَةُ الدَّمْعِ (ع)	ياش خالتسى	泪腺

گ

گۈربەئى چەشم	گُرْبَةِ چَشْم (ف)	كۆك كۆزلۈك	碧眼（专），蔚蓝色眼睛
گۈش	گُوشْ (ف)	قۇلاق	耳，耳朵
گىل چەشمى	گِلْ چَشْمِ (ف)	كۆزگە قاناتچە گۆش ئۆسۈش	眼翼状胬肉

ل

لاغەری چەشم	لاَغَرِچَشْم (ف)	كۆز ئولتۇرۇشۇش	眼球凹陷
لەب	لَبْ (ف)	كالپۇك	嘴唇
لەتىيق	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 چاينىپ سۆزلەش	口吃结巴 咬舌发音

لسان	لِسَانْ (ع)	تىل	舌，舌头
لسەئى دامىيە	لِثَەءِ دَامِيَه (ع)	چىش تۆۋى قاناش	齿龈出血

م

ماقەين	مَاقَيْن (ع)	كۆز ئىككى يېنى	眼部两侧
		كۆز ئىككى يېنىدىكى تومۇر	眼部两侧静脉
مائۇلفەۋاكىھ	مَاءُ الْفَوَاكِهْ (ع)	مېۋە سۈيى	果汁
مەتبۇخ	مَطْبَخْ (ع)	قاينىتما	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 ئەسلي	مَرَضِ اَصْلِيّ (ع)	ئەسلي كېسەللىك بىرلەمچى كېسەللىك	原发性疾病
مەرەزى تەركيب	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

مەۋلۇدۋلخە شەمى	مَوْلُودُ الْخَشَمِ	(ع)	تۇغما پۇراش سېزىمسىنىك ئاجىزلىقى	先天性嗅觉虚弱
مەئجۇن	مَعْجُونْ	(ع)	ھەسەللىك خېمىر دورا	蜜膏剂
			شېكەرلىك خېمىر دورا	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 چَشْم	(ع ف)	كۆز قوشۇمچە ئەزالىرى	眼睛附属器
مۇخەددىرات	مُخَدِّرَاتْ	(ع)	مەس قىلغۇچى دورىلار	麻醉剂（复）
			سېزىمنى يوقاتقۇچى دورىلار	失觉剂（复）
مۇخرىج	مُخْرِجْ	(ع)	سۈرۈپ چىقارغۇچى دورىلار	排泄剂（复）
مۇدەممىئات	مُدَمِّعَاتْ	(ع)	ياش ئاققۇزغۇچى دورىلار	催泪剂
مۇرەببا	مُرَبَّىٰ	(ع)	مۇرابا	果酱，蜜饯
مۇرخىيات	مُرْخِيَاتْ	(ع)	بوشاشتۇرغۇچى دورىلار	松懈剂（复）

مۇرخيه	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	مُلْتَحَمَهِ عَيْنِيَّه (ع)	كۆز ئەستەر پەردىسى	眼结膜
مۇلتەھەمەئى جەفنىيە	مُلْتَحَمَهِ جَفْنِيَّه (ع)	قاپاق ئەستەر پەردىسى	睑结膜（复）
مۇنجىرىيات	مُنْجِرِيَاتْ (ع)	سىلىقلا بشتۇرغۇچى 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)	يۇتقۇنچاق	声门，咽喉

ن

ناسۇرۇلئەينى	نَاصُورُ الْعَيْنِ (ع)	كۆز ئاقمىسى كۆز ئىچكى بۇرجىكى ئاقمىسى ياش خالتا يىرىڭلىق ئاقمىسى	眼瘘 睛瘘 化脓性泪囊瘘
ناسۇرۇللىسەئى	نَاصُورُاللِّثَهِ (ع)	چىش مۇلۇكى ئاقمىسى	牙龈瘘
ناسۇرۇلئۇزنى	نَاصُورُ الْأُذْنِ (ع)	قۇلاق ئاقمىسى	耳瘘

نەزاكەتى گۈش	نَزَاكَتِ گُوشْ (ف)	قۇلاقنىڭ ئاۋازدىن قېچىشى	耳避燥音
نەزلە	نَزْلَه (ع)	زۇكام، تومۇ	感冒，伤风
نەزلەئى ھار	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)	پۈركۈش	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
نۇزۇلۇلماۋ	نُزُولُ الْمَاء (ع)	كۆزگە سۇ چۈشۈش	青光眼
نۇفۇخ	نُفُوخْ (ع)	پۈركۈلىدىغان دورا	吹扑药（粉剂）

نوُقتەئی زەر	نُقْطَةِ زَرْدْ (ع ف)	سېرىق نوُقتا سېرىق داغ	黄斑
نوُقوُدُ	نُقُوعْ (ع)	چىلانما	药浸

ھ

ھاجىب	حَاجِبْ (ع)	قاش	眉毛
ھاجىبەين	حَاجِبَيْن (ع)	قاشلار	眉毛 (复)
ھاررسازەج	حَارّسَاذَجْ (ع)	ماددىسز ئىسسق خىلتسز ئىسسق	非体液性热
ھەبە	حَبّ (ع)	ھەب دورا، كىچىك پىلۇل دورا	小丸药，颗粒药
ھەبلوُززىرائى	حَبْلُ الذِّرَاعِ (ع)	بىلەك كۆك قانتومۇرى	肘静脉
ھەربوُلئوُزنى	هَرْبُ الْأُذْنِ (ع)	قوُلاقنىڭ ئاۋازدىن قېچىشى	耳避燥音

هەفەر	حَفَرْ (ع)	چىش تۆۋنىگە گەچسىمان قېتىشىپلار پەيدا بولۇش	牙垢，齿锈（专）
هەلق	حَلْق (ع)	گال	咽喉
هەنەك	حَنَكْ (ف)	تاڭلاي	腭
هەۋاسى خەمسەزاهىرىي	حَوَاسِ خَمْسَه ظَاهِرِيّ (ع)	تاشقى بەش سەزگۇ	体外五种感觉
هەۋايى نەسىيمي	هَوَايَ نَسِيْمِيّ (ع)	ساپ هاۋا، تازا هاۋا ئوكسىگىن، كىسلارۇد	新鲜空气，清洁空气 氧气
هەۋەل	حَوَلْ (ع)	ئالغايلىق	斜眼
هۇجرەئى مۇئەخخەرە	حُجْرَهِ مُؤَخَّرَه (ع)	ئارقا هوجرا	后房
هۇجرەئى مۇقەددەمە	حُجْرَهِ مُقَدَّمَه (ع)	ئالدىى هوجرا	前房
هۇدۇب	هُدْب (ع)	كىرپىك	睫毛
هۇزالۇلئەيني	هُزَالُ الْعَيْنِ (ع)	كۆزنىڭ ئولتۇرۇشۇپ كېتىشى	眼球凹陷
هۇقنە	حُقْنَه (ع)	كلىزما قىلىش (ئۇسۇلى)	灌肠（法）

线状乳头	يىپسمان ئۆسۈكچە	حُلَيْمَاتِ خَيْطِيَّه (ع)	هۇلەيماتى خەيتسيە
蘑菇状乳头	موگوسمان ئۆسۈكچە	حُلَيْمَاتِ فُطْرِيَّه (ع)	هۇلەيماتى فوتربيە
壕状乳头	خەندەكسمان ئۆسۈكچە	حُلَيْمَاتِ مُخَنْدَقَه (ع)	هۇلەيماتى مۇخەندەقە
鼻子烧酸	بۇرۇن ئېچىشش	حِرْقَةُ الْاَنْفِ (ع)	هىرقەتۈلئەنفى
舌子烧酸	تىل ئېچىشش	حِرْقَةُ اللِّسَانِ (ع)	هىرقەتۈللسانى
鼻子发痒	بۇرۇن قىچىشش	حِكَّةُ الْاَنْفِ (ع)	هىككەتۈلئەنفى
眼睑瘙痒	قاپاق قىچىشش	حِكَّةُ الْجَفَنِ (ع)	هىككە تۈلجەفەنى
舌头发痒	تىل قىچىشش	حِكَّةُ اللِّسَانِ (ع)	هىككە تۈللسانى
咽喉发痒	گال قىچىشش	حِكَّةُ الْحَنَكِ (ع)	هىككە تۈلھەنەكى
耳朵发痒	قۇلاق قىچىشش	حِكَّةُالْاُذْنِ (ع)	هىككە تۈلئۇزنى
眼结膜发痒	كۆز ئەستەر پەردىسى قىچىشش	حِكَّةِ مُلْتَحَمَةِ عَيْنِيَّه (ع)	هىككەئى مۇلتەھەمەئى ئەيننيە

هجامەت	حِجَامَتْ (ع)	لوڭقا قويۇپ قان چىقىرىش (ئۇسۇلى)	拔罐放血（法）
ھىسسى مۇشتەرەك	حِسِّ مُشْتَرَكْ (ع)	ئورتاق ھېس قىلىش	共同感觉，综合感觉

ئۇ

ئۇتاس	عُطَاسْ (ع)	كۆپ چۈشكۈرۈش	频频打喷嚏
ئۇزن	الأُذْن (ع)	قۇلاق	耳，耳朵
ئۇفتادەنى دەندان	أُفْتَادَنِ دَنْدَانْ (ف)	چىش چۈشۈش	掉牙
ئۇفۇنەت	عُفُونَتْ (ع)	چىرىش، سېسىش يۇقۇملىنىش	腐败，腐烂 感染
ئۇقدەتولجەفەنى	عُقْدَةُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاقتا تۇگۈنچەك پەيدا بولۇش	眼睑长粒
ئۇكھەل	أُكْحَلْ (ع)	ئۇكھەل تومۇر، يەتتە تومۇر، قىيفال ۋە باسىلىق تومۇردىن ھاسىل بولغان تومۇر	贵要正中静脉

ۋەجئۇلئە سنانى	وَجْعُ الْاَسْنَانِ (ع)	چىش ئاغرىش	牙痛
ۋەجئۇللسانى	وَجْعُ اللِّسَانِ (ع)	تىل ئاغرىش	舌痛
ۋەجئۇلئۇزنى	وَجْعُ الْاُذْنِ (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
ۋەرەمۇلئە نفى	وَرَمُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن ياللۇغى	鼻炎
ۋەرەمۇلجە فەنى	وَرَمُ الْجَفَنِ (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 الْاُذْنِ (ع)	قۇلاق ياللۇغى	耳炎

ۋەرەمى بىينى	وَرَمِ بِيْنِى (ف)	بۇرۇن ياللۇغى	鼻炎
ۋەرەمى بىينى مۇزمەن	وَرَمِ بِيْنِى مُزْمِنْ (ف)	سوزۇلما بۇرۇن ياللۇغى	慢性鼻炎
ۋەرەمۇللىسەئى	وَرَمُ اللِّثَةِ (ع)	چىش مۇلۇكى ياللۇغى	牙龈炎
ۋەرىيد	وَرِيْد (ع)	كۆك قان تومۇرى	静脉
ۋەقەر	وَقَرْ (ع)	گاس، پاك	耳聋

ئى

ئىتتىسا ئۇلمۇجەۋۋەفە	اِتْسَاعُ الْمُجَوَّفَه (ع)	كۆز قارىچۇقىنىڭ كېڭىيىشى	瞳孔散大
ئىختىلاجۇششەفەتى	اِخْتِلَاجُ الشُّفَتِ (ع)	كالپۇك تارتىشىش	嘴唇抽紧
ئىختىلاجۇلجەفەنى	اِخْتِلَاجُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق لىكىلداش قاپاق تارتىش	眼皮跳
ئىسترخائۇلجەفەنى	اِسْتِرْخَاءُ الْجَفَنِ (ع)	قاپاق ساڭگىلاش	眼睑下垂

ئستفراغ	اِسْتِفْرَاغْ (ع)	چقىرىش، سۇرۇپ چقىرىش	排泄，排出
ئسفيدباج	اِسْفِيْدبَاجْ (ع)	گۆشتىنلا قىلىنغان شورپا	纯肉汤
ئلتساقولئه هدابى	اِلْتِصَاقُ الْاَهْدَابِ (ع)	كىرپىك چاپلىشىش	睫毛粘连
ئلتهاب	اِلْتِهَابْ (ع)	ۋەرەم، ياللۇغ، ئىششىق	炎症，炎肿
ئلتهابۇششه فه تى	اِلْتِهَابُ الشَّفَتِ (ع)	كالپۇك ۋەرىمى	嘴唇炎
ئلتهابۇلئه نفى	اِلْتِهَابُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن ۋەرىمى	鼻炎
ئلتهابۇللۇزه تەينى	اِلْتِهَابُ اللَّوْزَتَيْنِ (ع)	بادامسىمان بەزلەر ياللۇغى	扁桃腺炎
ئلتهابۇللەهات	اِلْتِهَابُ اللَّهَاتِ (ع)	كىچىك تىل ۋەرىمى	悬雍垂炎
ئلتهابۇللسانى	اِلْتِهَابُ اللِّسَانِ (ع)	تىل ۋەرىمى	小舌炎
ئلتهابولهه لقى	اِلْتِهَابُ الْحَلْقِ (ع)	گال ئىششىقى	舌炎 咽喉炎
ئلتهابۇلئۇزنى	اِلْتِهَابُ الْاُذْنِ (ع)	قۇلاق ۋەرىمى	耳炎，中耳炎

ئىلتىهابى مولتەھەمەئى ئەينىيە	اِلْتِهَابِ مُلْتَحَمَهِ عَيْنِيَّه (ع)	كۆز ئەستەر پەردىسى يالۇغى	眼结膜炎
ئىلمى جەررا ھىيە	عِلْم جَرَّاحِيَّه (ع)	تاشقى كېسەللەر ئىلمى	外科学
		ئوپېراتسىيە ئىلمى	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 ئىششق	风肿
ئىنتىفاخۇلئەجفانى	اِنْتِفَاخُ الْاَجْفَانِ (ع)	قاپاقلار يەللىك ئىششقى	眼睑风肿（复） 风性睑肿（复）
ئىنتىفاخۇلئەنفى	اِنْتِفَاخُ الْاَنْفِ (ع)	بۇرۇن كۆپۈشۈپ قېلىش	鼻子风肿
		بۇرۇن يەللىك ئىششقى	风性鼻肿
ئىنتىفاخى مولتەھەمەئى ئەينىيە	اِنْتِفَاخِ مُلْتَحَمَهِ عَيْنِيَّه (ع)	كۆز ئەستەر پەردە يەللىك ئىششقى	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）
ئىمتلائ	اِمْتِلَاءْ (ع)	توشۇق، توشۇپ قېلىش، كۆپۈش	充，充胀
ئىمتلائۇددەمى	اِمْتِلَاءُ الدَّمِ (ع)	قانغا توشقان، قانغا تولغان	充血
ئېھتىباسۇششەئى فىلئەنفى	اِحْتِبَاسُ الشَّیءِ فِي الْاَنْفِ(ع)	بۇرۇندا غەيرىي نەرسىلەر تۇرۇپ قېلىش	鼻中异物
ئىئتىدال	اِعْتِدَالْ (ع)	مۇۋاپىق دەرىجە، تەڭپۇك ھالەت، تەكشى	适度，平衡 均衡

ئىزاھات: ① مەزكۇر لۇغەتنى تۈزۈشتە «يەھرۇلجەۋاھىرى»، «مۇنجىدۇلئەكبەرى»، «مەخزەنۇلئىلاجى»، «مىزانۇتتىبىي»، «فىيروزۇل لۇغەت»، «جەددىد ئوردۇلۇغات»، «ئەرەبچە-خەنزۇچە لۇغەت»، «فارسچە-خەنزۇچە لۇغەت»، «خەنزۇچە-ئەرەبچە تۈرلەرگە ئايرىلغان سۆزلۈكلەر توللانمىسى» قاتارلىقلاردىن پايدىلىنىلدى.

② ئابدۇلھەمىد يۈسۈفى، ئىسائىل قادىر، ھەبىبۇللا ئىلى ئەرەب-فارسچە ئاتالغۇلارنى ئۈستىدىن كۆرۈپ بەردى، ئەخمەتجان ئىسائىل ئەرەبچە-فارسچە ئاتالغۇلارنى تۈزۈش ۋە رەتلىشىگە كۆپ ياردەملەشتى. بۇ بولداشلارغا 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 قوبۇلدى.

④ كېيىن توپلام قىلىشتا مۇكەممەللەك بولۇشى ئۈچۈن، خاتا جايلىرىغا ئۈستاز ۋە كەسىپداشلارنىڭ تۈزىتىش بېرىشىنى ئۈمىد قىلىمەن.

— ئابدۇرەھىم قادىر

كوررېكتورلار: ئېهسان ئىمىنجان
ئەخمەتجان ئىسمائىل
تىتۈل بەت ۋە نەقىشلرىنى تورسۇن غازى ئىشلىگەن
ھۆسن خېتىنى نىياز كېرەم شەرقى يازغان
قىستۇرما رەسىملەرنى لى چىشىن، ئەنۋەر توختى تەقلىت قىلىپ سىزغان

ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى

ئىككىنچى جلد

شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى «ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى»
ئىشخانىسى باشچىلىقىدا تۈزۈلدى، شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەت
تەتقىقات ئىشخانىسى تەرىپىدىن نەشرگە تەييارلاندى
شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى نەشر قىلدى
شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى تارقىتىدۇ
شىنجاڭ شىنخۇا باسما زاۋۇتىدا بېسىلدى
1092 × 787 مىللىمېتر 16 فورمات 30.25 باسما تاۋاق
1990-يىلى 9-ئاي 1-نەشر 1-قېتىم بېسىلىشى
تىراژى: 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