

جوڭگو تەبىئىي قامۇسى تارماق تومى

لۇيغۇر تىبابەت قامۇسى

ئالتىنچى جلد

شىنجاڭ پەن تېخنىكا سەھىيە نەشرىياتى (W)

جۇڭگو تىببىي قامۇسى تارماق تومى

ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى

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

6

شىنجاڭ پەن - پەن تېخنىكا نەشرىياتى (W)



ئۈرۈمچى 1995



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

باش مۇھەررىر

(شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى)

مۇئاۋىن باش مۇھەررىرلەر

(شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك
تەتقىقات ئورنى)

(شىنجاڭ پەن - تېخنىكا سەھىيە نەشرىياتى (W))

(خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)

تەھرىر ھەيئەتلەر

(خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)

(قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)

(شىنجاڭ ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئالىي تېخنىكومى)

(كۈچار ناھىيىلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسى)

ئىلمىي كاتىپ

(شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك
تەتقىقات ئورنى)

ئىسھاقجان مەھمۇد

سۈن جىيەندې

ئابدۇلھەق رەخمىتۇللا

باۋۇدۇن جامالىدىن

ئەھمەد ھاجى

زۇنۇن قارى

ئابدۇلھىمىد يۈسۈپ

ھەسەن داموللا

ئابدۇرەھىم قادىر ئاسىپ

6- جىلد يازغۇچىلىرى :

مۇتسۇللا قارى ھاجى ، ئابدۇخالىق قارى ئىسمائىل ،
ئېلى ھاجى قۇرباننىياز

ئابدۇلھەق رەخمىتۇللا

ئەخمەتجان ئىسمائىل

ئىسھاقجان مەھمۇد

پىكىر ئېلىش نۇسخىسى رەتلىگۈچى :

نەشىرگە تەييارلىغۇچى ، تەھرىر :

مەسئۇل مۇھەررىرى :



《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	王登次仁	马飞海	王 露(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	李藻宸
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	吴征璆	吴绍青	吴咸中
吴贻谷	吴恒兴	吴蔚然	余 震	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	黄耀棠	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 翹	蔡宏道	戴自英		



«جۇڭگو تىببىي قامۇسى» تەھرىر ھەيئىتى

مۇدىر ھەيئەت: چيەن شىنجۇڭ

مۇئاۋىن مۇدىر ھەيئەتلىرى: خۇاڭ جىياسى، لى جۇڭپۇ، گوزىخېڭ، ۋۇجىيىڭ، تۇتۇڭجىن، شى مېيشىن، جاۋشىۋۇ

باش كاتىپ: چىن خەيفېڭ

مۇئاۋىن باش كاتىپلار: سى دىيەنباڭ، فېڭ گۇاڭ، بەي زىيىڭ

ھەيئەتلىرى: (قاسمىلە خەت سىزىقىنىڭ ئاز كۆپلۈكى بويىچە ئېلىندى) دىڭ جىڭ، تۇدېڭسرىن، مافىيخەي، ۋاڭ يى (ئايال)، ۋاڭ يۈچۈەن، ۋاڭ شىجىن، ۋاڭ يۇڭمى، ۋاڭ يۇڭگۇي، ۋاڭ گۇاڭچىڭ، ۋاڭ شۇشيەن، ۋاڭ جىۋۇ، ۋاڭ گۇەنلىياڭ، ۋاڭ شۈتەي، ۋاڭ شۇجىن (ئايال)، ۋاڭ پىڭجىڭ، ۋاڭ دىجىەن، ۋاڭ خەنجاڭ، ماۋۋىنشۇ (ئايال)، ماۋشۈبەي، دېڭ جىادۇڭ، شى ماۋنيەن، شى مېيشىن، لۇخۇيلىن، لۇجىڭشۈەن، يى گۇڭشاۋ (ئايال)، يۇڭكۇڭ، شى يۈچۈەن، بەي چىڭيۇن، كۇاڭ خېلىڭ، فېڭ گۇاڭ (ئايال)، لەن شىچۈن، سى تولىياڭ، يى شى، لۇي بىڭكۇي، چۈمبەنيۇ، جۇچاۋ، جۇرېنباۋ، جۇڭيۇن، جۇيۇخۇي، جۇخۇڭيىڭ، جۇجىمىڭ، جۇلىڭچىڭ، رېن يىڭچىۋ، لىۋشىجى، لىۋيۇچىڭ، لىۋشۇگۇ، مى بەيراڭ، سۇن جۇڭلياڭ، سۇن رۇيزۇڭ، سۇ دېلۇڭ، دۇنيەنزۇ، ياكىيا، ياكى گۇلياڭ، ياكى شۇچىڭ، ياكى مىڭدىڭ، ياكى ساۋچىن، لى كۇڭ، لى يۇڭچۈن، لى باۋشى، لى جىڭيى، لى جىنچىز، لى جاۋتى، لى سۇڭپۇ، ۋۇجىلى، ۋۇجىزۇڭ، ۋۇجىيىڭ، ۋۇيىڭكەي، ۋۇجىڭجىەن، ۋۇشاۋچىڭ، ۋۇشيەنجۇڭ، ۋۇيىڭكۇ، ۋۇخېڭسېڭ، ۋۇيىرەن، يۇخى، سۇڭ جىڭدەن، جۇفۇيۈەن، جاكى شىياڭ، جاكى شېشيەن، جاكى لىفەن، جاكى شىياۋچىەن، جاكى چاڭيىڭ، جاكى تېسېڭ، جاكى شۇيۇڭ، جاكى دىسېڭ، جاكى يۇنچاڭ، لۇرۇشەن، چىن شىن، چىن جۇڭيى، چىن مىڭجىن، چىن گۇجىن، چىن خەيفېڭ، چىن خاۋجۇ، لىن چاۋجىز (ئايال)، لىن كېچۈن، لىن ياكۇ، يۇجىفېي، شىياڭنيەنيۇ، لويۈەنكەي، لوجىزچىڭ، جى جۇڭپۇ، ئىسھاقجان مەھمۇد، جۇجىڭخۇاڭ، جۇمىڭجۈن (ئايال)، جېڭ لىفەن، مېڭ جىماۋ، جاۋيىڭنەن، جاۋشىۋۇ، رۇڭ دۇشەن، خۇچۈەنكۇي، خۇشىمىڭ، جۇڭشۇلى، جۇڭخۇيلەن، خۇزۇۋۇڭلىيەن، يۇڭكېجۇڭ، سى دىيەنباڭ، جياڭ چۇنخۇا، خۇڭزىيۇن، شىياڭجىي، گۇشۇجى، گۇسۇيىۋ، چىەن دې، چىەن شىنجۇڭ، شۇفېڭيەن، لىڭ خۇيياڭ، گۇدى، گۇنەيچۈن، گوزىخېڭ، گوبىڭكۇەن، گۇچۈەنچىڭ، گۇجىنچىۋ، گۇجىڭيۈەن، تاڭ يۇجىز، تۇتۇڭجىن، جۇفۇتاڭ، تاۋخۇەنلو، خۇاڭ لياڭ (ئايال)، خۇاڭ ۋىندۇڭ، خۇاڭياۋ، خۇاڭ جىياسى، خۇاڭ جىڭشياڭ، خۇاڭ شېنۋۇ، ساۋجۇڭلياڭ، گەي باۋخۇاڭ، لياڭ جىزچۈەن، دۇڭجۈن، دۇڭچىڭلاڭ، جاكى يۇتۇ، خەن گۇاڭ، چىڭ جىزفەن، فۇفېڭيۇڭ، تۇڭ تېرچاڭ، زېڭ شىيەنجىۋ، سى رۇڭ، شى شاۋۋىن، چىۋافازۇ، سەي رۇڭ، سەي چىاۋ، سەي خۇڭداۋ، دەي زىيىڭ.





《中国医学百科全书》

维吾尔医学分卷编委会

- 主 编:** 易沙克江·马合穆德 (新疆维吾尔自治区卫生厅)
- 副 主 编:** 孙建德 (新疆维吾尔自治区维吾尔医研究所)
- 阿不拉克·热木杜拉 (新疆科技卫生出版社(W))
- 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 (新疆维吾尔自治区维吾尔医研究所)

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

初稿整理: 阿不拉克·热木杜拉

编 辑: 艾合买提江·司马义

责任编辑: 易沙克江·马合穆德





كىرىش سۆز

« جۇڭگو تىببىي قامۇسى » تارماق تومى « ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى » نىڭ نەشرىدىن چىقمىشى ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئىلمى تەرەققىياتىدىكى چوڭ بىر ئىش. شۇنداقلا، مەملىكىتىمىز تىببىي ئىشلىرىغا قوشۇلغان چوڭ بىر تۆھپە.

مەزكۇر جىلد « ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى » نىڭ « دورا ياسالغىلىرى ئىلمى » قىسمى بولۇپ، سەھىيە مىنىستىرلىكىنىڭ بىر تۇتاش ئورۇنلاشتۇرۇشى، ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ بىۋاسىتە رەھبەرلىكى ۋە غەمخورلىقىدا تۇرپان ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسىدىكى پېشقەدەم تېۋىپ مۇتىئۇللا قارى ھاجى، خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك شىپاخانىسىدىكى ئابدۇخالىق ئىسمائىل، ئېلى ھاجى قاتارلىق يولداشلار تۈزىگەن؛ « ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى » نىڭ ئىلمى كاتىپى ئابدۇرەھىم قادىرنىڭ يېتەكچىلىكىدە ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك تەتقىقات ئورنىنىڭ يازما يادىكارلىقلار ۋە نەزىرىيە ئاساسلار تەتقىقات ئىشخانىسىدىكى يولداش ئەخمەتجان ئىسمائىل قايتا - قايتا رەتلەپ ۋە قەدىمكى ئەسەرلەردىن پايدىلىنىپ تولۇقلاپ نەشرگە تەييارلىغان؛ « جۇڭگو تىببىي قامۇسى » نىڭ تەھرىر ھەيئەت ئەزاسى، « ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى » نىڭ باش مۇھەررىرى ئىسھاقجان مەھمۇدى ئەڭ ئاخىرقى قېتىم كۆرۈپ چىقىپ بېكىتكەندىن كېيىن نەشرگە بېرىلگەن كەسپىي خاراكتېرلىك قورال كىتاب. ئۇنىڭدا دورا ياسالغىلىرى ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە بېرىلگەندىن سىرت تىبابىتىمىزدە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالغىلىرىنىڭ تەركىبى، ياسىلىشى، تەبىئىتى، تەسىرى، ئىشلىتىلىشى، ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى، دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلىرى قاتارلىقلار ئۆزىگە خاس مىللىي ئالاھىدىلىك بويىچە خېلى تولۇق، مۇكەممەل بايان قىلىنغان. مۇندەرىجىدىن سىرت يەنە ئاخىرىغا « ئاچقۇچ » بېرىلگەن. شۇڭا ئۇ، ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك ئالىي تېخنىكومىنى پۈتتۈرگەن ياكى شۇ سەۋىيىگە تەڭ بولغان ئۇيغۇر تىبابىتى خادىملىرىغا باب كېلىپلا قالماستىن،





ماي ، بەلكى ئۇيغۇر تىبابىتى ھەۋەسكارلىرى ئۈچۈنمۇ ناھايىتى مۇھىم ئەسەردۇر .
 مەزكۇر جىلدنى تۈزۈشتە « قامۇس » يېزىشتىكى تولۇق ، يېڭى ، مۇكەممەل بولۇش تەلپىنى ئورۇنداش ئۈچۈن ، ئەسلى تۈزگۈچىلەر كىرگۈزگەن 496 خىل دورا ياكى سالامىتىغا يولداش ئەخمەتجان ئىسمائىل نۇرغۇن ماتېرىياللاردىن پايدىلىنىپ يەنە 950 خىل دورا ياسالامىتىنى ئەزا ۋە سىستېمىلار بويىچە تولۇقلاپ قوشۇپ ، ئىلگىرى نەشرىدىن چىققان كىتابلاردىكى يېتەرسىزلىك ۋە بوشلۇقلارنى تولدۇردى ۋە « ئاچقۇچ » تۈزۈپ جىلد ئاخىرىغا قوشۇمچە قىلدى . ئىلمىي كاتىپ ئابدۇرەھىم قادىر ئىلگىرى نەشرىدىن چىققان كىتابلاردىكى دورا ياسالامىتىنى تۈرلەرگە ئايرىش جەھەتتىكى يېتەرسىزلىكلەرنى دورا ياسالامىتى ئىلمىي قائىدىسى بويىچە قايتا ئوڭلاپ تۈرگە ئايرىپ « قىسقىچە چۈشەنچە » قىسمىنى قوشۇمچە قىلدى ۋە مەزكۇر جىلدنىڭ پۈتۈن ئورگىنىنى ئىلمىي جەھەتتە قايتا - قايتا كۆرۈپ چىقتى . ئاققا كۆچۈرۈش ، ئۈچ قېتىملىق كوررېكتورلۇق خىزمىتى ھەمدە نەشرىگە دائىر نۇرغۇن خىزمەتلەرنى يولداش ئەخمەتجان ئىسمائىل تىرىشپ ئەستايىدىل تاماملىدى .

شىنجاڭ پەن - تېخنىكا سەھىيە نەشرىياتى (W) مەزكۇر جىلدنىڭ نەشرىدىن چىقىشىنى نەشر ھوقۇقى بىلەن تەمىنلەپ زور كۈچتە قوللىدى ، بۇنىڭ ئۈچۈن ئۇلارغا كۆپ رەھمەت ئېيتىمىز .

« ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى » نىڭ 6 - جىلدىغا مۇناسىۋەتلىك تەرەپلەر كۆپ ، خىزمەت مىقدارى چوڭ ، ئادەم كۈچىمىز ئاز ، مەزمۇن ۋە سۈپەت جەھەتتىكى تەلەپ يۈ-قىمىرى ، سەۋىيىمىز چەكلىك ، « قامۇس » تۈزۈش تەجرىبىمىز كەم بولغاچقا يېتەرسىزلىك ھەتتا خاتالىقلار بولۇشى مۇمكىن . كەڭ كىتابخانىلارنىڭ قىممەتلىك تەنقىدى پىكىرلەرنى بېرىشىنى ئۈمىد قىلىمىز .

ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تىبابەت تەتقىقات ئورنى

« ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى » ئىشخانىسى

1995 - يىلى 8 - ئاي





مۇندەرىجە

1.....	ئۇيغۇر تىبابىتى دورا ياسالمىلىرى ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە
1.....	بىرىنچى ، قويۇق دورا ياسالمىلىرى
1.....	تەرياقىلار
2.....	جەۋارىشلار
3.....	خېمىرلار
3.....	زىمادىلار
4.....	گۈلچەنتلەر
5.....	لوبۇبلار
5.....	لوئۇقلار
6.....	مەرھەملەر
8.....	مەئجۇنلەر
9.....	مۇفەررىھلار
9.....	ئىتتىرىقىلار
10.....	ئىيارەجلەر
11.....	ئىككىنچى ، قاتتىق دورا ياسالمىلىرى
11.....	بانادۇقلار
11.....	شىياقلار
13.....	فەتىلىلەر
13.....	فەرزىجىلەر
13.....	قۇرسىلار
15.....	ھەبلەر
16.....	ئۈچىنچى ، سۇيۇق دورا ياسالمىلىرى
16.....	ئەرەقلەر
16.....	تىزابىلار
18.....	پاشويىلار
18.....	رەۋغەنلەر





19.....	سەر كەنجىبىنلەر
20.....	شەربەتلەر
21.....	قوتۇرلار
22.....	لۇئابىلار
22.....	مەتبۇخلار
24.....	مۇراپىلار
25.....	نوقۇتلار
25.....	ھوقنەلەر
26.....	ئوكۇللار
27.....	تۆتىنچى، تالقان دورا ياسالمىلىرى
27.....	زورۇرلار
27.....	سوفۇفلار
29.....	سۇنۇنلار
29.....	كوھلىلار
30.....	يەنە باشقا ياسالما خىللىرى
30.....	ئابىزەنلەر
30.....	ئەتۈسلەر
30.....	بوخۇرلار
30.....	بۇرۇدلار
30.....	تەدھنىلار
30.....	تىللار
30.....	جەۋھەرىلەر
30.....	داۋائىلار
30.....	سەكۈبلار
31.....	سۇتۇتلار
31.....	شەمۇملار





- 31..... غەر - غەرلەر
- 31..... فۇلۇنىلار
- 31..... كاپسۇللار
- 31..... كەشكابلار
- 31..... كەمەدلەر
- 31..... لەخلەخلەر
- 31..... مائۇلار
- 31..... مەز - مەزەلەر
- 31..... مۇسەللەسلەر
- 31..... نوپۇخلار
- 31..... نوتۇللار
- 31..... ھومۇللار
- 31..... ۋۇجۇرلار
- 32..... ئىنكىبابلار
- 32..... ئىچىلىدىغان سۇيۇقلۇقلار
- 32..... ياقۇتلار
- باش ، مېڭە ۋە ئەسەب كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسال-
- 33..... مىلىرى
- 33..... سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 33..... بۇخۇرى سودائى بارىد
- 33..... جەۋارىش ئامىلە 1
- 34..... جەۋارىش جالنىۋىس
- 35..... داۋائى سودائى بەلغىمى
- 35..... رەۋغىنى بادام تەلخ
- 35..... رەۋغىنى سوزاب
- 36..... شەرىپىتى ئۈستۈخۇدۇس 1



36.....	شەرىپىتى ئۈستۈ خۇدۇس I
37.....	قۇرسى مۇنەۋۋىم ھار
37.....	مەئجۇنى بەرشىشا كەبرى
38.....	نۇپۇخى سودا
38.....	نۇتۇلى سودا
38.....	نۇتۇلى سوداى سەۋدائى
39.....	نۇقۇتى سەبرى I
40.....	نۇقۇتى سەبرى I
40.....	ھەببى قوقبىا I
41.....	ھەببى ئىيارەج I
41.....	ئىتربىقلى ئەقىمۇن
42.....	ئىتربىقلى سەغىر
42.....	ئىيارەجى پەيقەرا I
43.....	ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
43.....	بۇخۇرى سوداى ھار
43.....	داۋائى سوداى سەپراۋى
43.....	رەۋغىنى بىنەپشە
44.....	رەۋغىنى خەشخاش
44.....	رەۋغىنى ۋەرد I
45.....	رەۋغىنى ۋەرد ئاپتابى
46.....	سۇفۇقى كەشنىز I
46.....	سۇفۇقى مۇنەۋۋىم
46.....	شەرىپىتى نىلۇفەر
47.....	شەرىپىتى ئۇججاس
47.....	قۇرسى مۇنەۋۋىم بارىد
48.....	مەتبۇخى فەۋاكىھ I



- 48..... مەتبۇخى ھېلىيلە I
- 49..... مەتبۇخى سوداڭ
- 49..... مەئجۇنى بىنەپشە I
- 50..... نۇتۇلى سوداڭى سەپراۋى
- 50..... نۇتۇلى سوداڭى ھار
- 50..... نۇقۇڭى سەبرى ■
- 51..... نۇقۇڭى مۇرەتتەب
- 51..... نۇقۇڭى مۇسھىل
- 52..... نۇقۇڭى ھېلىيلە I
- 52..... ھەببى بىنەپشە I
- 53..... ھەببى شىپا I
- 53..... ھەببى شىپا ■
- 53..... ھەببى شىپا ■
- 54..... ھەببى ھېلىيلە I
- 54..... ئىتريپىلى سانا
- 55..... ئىتريپىلى كەشنىز
- 56..... ئىيارەجى بارىد
- 56..... ئىيارەجى پەيقەرا I
- 57..... قۇرۇقلۇقتىن بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 57..... خېمىرى خەشخاش
- 58..... رەۋغىنى كەدۇ
- 58..... رەۋغىنى مۇرەتتەب
- 59..... مەئجۇنى راھەت I
- نەزلە تەسىرىدىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 59.....
- 59..... ھەببى مەۋىز





- 60..... ئىتريپىلى كەشنىز مۇلەيىپىن
ئىس - تۈتەكتىن ياكى خۇماردىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان
- 61..... دورا ياسالمىلىرى
61..... جەۋارشى تاباشىر I
61..... سۇفۇفى ئاممىلە I
62..... سۇفۇفى بۇخار
62..... سۇفۇفى كەشنىز I
63..... شەرىپىتى خۇمار
63..... مەئجۇنى كەشنىز
64..... مۇفەررىھى كەشنىز
64..... نۇتۇلى بۇخارى
65..... باش كېسەللىكلىرىگە تېشىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
65..... پاشويەنى سودا
65..... رەۋغىنى ۋەرد I
66..... رەۋغىنى لوبۇبى سەبئە I
66..... زىمادى سۇبات
66..... قۇرسى مۇنەۋۋىم
67..... باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
67..... سۇفۇفى سەدرى دەۋۋار
67..... سۇفۇفى ئىتريپىلى كەشنىز I
68..... سۇفۇفى ئىتريپىلى كەشنىز I
68..... سۇفۇفى ئىيارەج
69..... شەرىپىتى ئۇستۇخۇدۇس I
69..... شەرىپىتى ھەسەلى مۇرەككەب
70..... مەئجۇنى بايا دەيتۇس
70..... مەئجۇنى دەبىدلىۋەرد I





- 71..... مەئجۇنى مىلھى ھىندى
- 71..... مۇقەررىھى بارىد
- 72..... نۇتۇلى سەدرى
- 72..... نۇقۇتى تۇخمى ئانار
- 73..... ھەببى ئۇستۇخۇدۇس
- 73..... ھەرىرە
- 73..... ئىتريغېلى كەشنىز مۇزەپپەر
- 74..... ئىتريغېلى مۇلەيىن
- 74..... مېڭىنى كۈچەيتكۈچى دورا ياسالمىلىرى
- 74..... ئەتۇسى مۇقەۋۋى
- 75..... ئەرىقى بادىرەنجىبۇيا
- 75..... بۇخۇر نۇسخىسى
- 76..... جەۋارش ئەنبەرى
- 76..... جەۋارشى نىسيان
- 77..... خېمىرى ئەبرىشم ساددە
- 77..... داۋائى سىتتە
- 78..... داۋائى مىشكى مۆتىدىل
- 78..... داۋائى نىسيان
- 79..... رەۋغىنى بادام
- 79..... سۇفۇفى كىبرىت
- 80..... سۇفۇفى مۇنەششىت
- 80..... سۇفۇفى مۇنەققى
- 80..... سۇفۇفى نىسيان
- 81..... سۇفۇفى ھەققۇلنەزىل
- 81..... شەرىپتى زەبىب
- 82..... شەرىپتى زوھرىلقۇتىن





- 82..... شەرىپىتى گاۋزەبان
- 83..... قۇلۇنىيى پارىسى
- 84..... قۇلۇنىيى مەھمۇدە
- 84..... گۈلقەنتى زوھرىلقوتى
- 84..... مائۇل لەھى
- 85..... مەئجۇنى ماددەتۇلھايات
- 86..... مەئجۇنى پىيرووزى نوش
- 87..... مەئجۇنى سەنجىرىنا
- 87..... مەئجۇنى سوقرات
- 88..... مەئجۇنى نىسيان
- 88..... مۇفەررىھى ھار
- 89..... مۇفەررىھى ياقۇتى ئوتتۇراھال
- 89..... نوشدارى ساددە I
- 90..... نۇشدارى لولوۋ
- 91..... ھەببى ئەنبەر
- 91..... ھەببى بالەنگو
- 91..... ھەببى جەدۋار كەبرى
- 92..... ھەببى مۇسكىر
- 93..... ھەببى مۇنشىت
- 93..... ھەببى ئىستەمخۇن
- 94..... ئىتريپىلى زامان
- 94..... ئىتريپىلى كەبرى I
- 95..... ئىتريپىلى ئۈستۈخۇدۇس I
- 95..... ئىتريپىلى ئۈستۈخۇدۇس I
- 96..... ياقۇتى مۇقەۋۋى
- پالەج، لەقۋا، ئىستىرخا، تەشەننۇج، سەرئى كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ





96.....	خان دورا ياسالمىلىرى
96.....	ئەتۇسى پالەج
97.....	ئەنقە رويالى كەبىر
97.....	بۇخورى سەرئى
98.....	پۇختە جۇش
98.....	داۋائى پالەج
99.....	داۋائى مۇسكىر
99.....	رەۋغىنى ئازاراقى
99.....	رەۋغىنى بالادۇر
100.....	رەۋغىنى پەرفىيۇن
100.....	رەۋغىنى جوبۇز
101.....	رەۋغىنى دەھتۇرە
102.....	رەۋغىنى رەيھان
102.....	رەۋغىنى مۇبارەك
102.....	زىمادى قەنتەرىيۇن
103.....	سۇفۇفى ئەفتىمۇن
103.....	سۇفۇفى ئەرستاتالىس
104.....	سۇفۇفى سەۋدا
104.....	سۇفۇفى مەرۋايىت
105.....	سىر كەنجىبىنى ئەفتىمۇن
105.....	شەرىپىتى گاۋزەبان مۇرەتتىب
106.....	شەرىپىتى مۇسەل
106.....	شەرىپىتى ھەسەل I
107.....	شەرىپىتى ھەسەل I
107.....	شەرىپىتى ھەسەل II
108.....	مائۇل ئۇسۇل





- 108..... مەتبۇخى ئەفتمۇن ئەسەبىي
- 109..... مەتبۇخى كىشمىش
- 109..... مەتبۇخى ئۇستۇخۇدۇس
- 110..... مەئجۇنى ئازاراقى
- 110..... مەئجۇنى پولات
- 111..... مەئجۇنى زەبىب
- 111..... مەئجۇنى سەرئىي
- 112..... مەئجۇنى سىسالىيۇس
- 112..... مەئجۇنى مۇبەددىلمىزاج
- 112..... مەئجۇنى مۇخەللىس ئەكبەر
- 113..... مەئجۇنى نۇجاھ
- 113..... نۇپۇخى پالەج
- 114..... نۇتۇلى تەشەننۇج
- 114..... نۇتۇلى جۇنۇن
- 115..... نۇتۇلى سەكتە
- 115..... نۇتۇلى سەھرى
- 115..... نۇتۇلى سۇبات
- 116..... نۇتۇلى ئىستىرخا
- 116..... ھەببى بۇرمەككى
- 116..... ھەببى پالەج
- 117..... ھەببى تەشەننۇج
- 117..... ھەببى تۇربۇد مۇسەھل
- 118..... ھەببى رەئشە
- 118..... ھەببى سەبرى مالىخۇلىيا
- 118..... ھەببى سەرئىي
- 119..... ھەببى شەترەنج





- 119..... ھەبىي كونتىۋالى .
- 120..... ھەبىي لەقۇا
- 120..... ھەبىي ئىختىلاج
- 120..... ھەبىي ئىشرەت
- 121..... ھەبىي ئىيارەج I
- 121..... ھەبىي ئىيارەج پەيقەرا
- 122..... ۋۇجۇرى سەرئىي
- 122..... ۋۇجۇرى ئۇمۇ سىبيان
- 122..... ياقۇتى بۇ ئەلى
- 123..... سەرسام ۋە سەكتىگە ئىشلىتىلدىغان دورا ياسالغىلىرى
- 123..... بۇخورى سەرسام
- 123..... پاشوپەئى سەرسام I
- 124..... پاشوپەئى سەرسام I
- 124..... رەۋغىنى لوبۇب
- 125..... زىمادى سەرسام I
- 125..... زىمادى سەرسام I
- 126..... زىمادى رەۋغىنى ۋەرد
- 126..... شەرىپىتى ئۇستۇخۇدۇس N
- 126..... شەرىپىتى ئۇستۇخۇدۇس V
- 127..... شەمۇمى سەرسام
- 127..... مەتبۇخى شاھتەررە I
- 128..... مەتبۇخى مۇنزىج ۋە مۇسەھل
- 128..... مەتبۇخى مۇنزىجى سەۋدا
- 129..... مەئجۇنى بالادۇر
- 129..... مۇنزىجى بەلغەم
- 130..... نۇپۇخى سەكتە





130.....	نۇپۇخى سۇبات
130.....	نۇتۇلى سەرسام
131.....	نۇتۇلى مۇنەۋۋىم
131.....	نۇقۇتى ھامىز I
132.....	ھەببى قوقيا I
132.....	ھەببى لاجىۋەرد
132.....	ھەببى مۇسەلى سەۋدا
133.....	ھوقنە سەرسامى
133.....	ئىترىفلى مۇسەل
134.....	سوغۇقتىن بولغان شەقىغە ئىشلىتىلدىغان دورا ياسالمىلىرى
134.....	ئەرىقى زەپىران
134.....	شەرىپىتى ئۇستۇخۇدۇس VI
135.....	شەرىپىتى ئۇستۇخۇدۇس VII
136.....	قۇرسى مۇسەللەس I
136.....	مەئجۇنى بىنەپشە II
137.....	مەئجۇنى سانا مۇسەل
137.....	نۇقۇتى پەۋاكىھ
138.....	نۇقۇتى كەشنىز
138.....	نۇقۇتى ھېلىلە I
139.....	ھەببى ئەفتىمۇن
139.....	ھەببى بىنەپشە I
140.....	شەقىغە ئىشلىتىلدىغان چۈشكۈرتكۈچى دورا ياسالمىلىرى
140.....	ئەتۇس I
140.....	ئەتۇس I
140.....	نۇپۇخى ئەتتىس
141.....	زۇكام ۋە نەزلىگە ئىشلىتىلدىغان دورا ياسالمىلىرى





- 141..... بۇخۇرى نەزلە
- 141..... رەۋغىنى بوزۇغا
- 142..... رەۋغىنى قۇستە
- 142..... شەربىتى مائۇلئۇسۇل I
- 143..... شەربىتى مائۇلئۇسۇل I
- 143..... شەربىتى مائۇلئۇسۇل II
- 144..... شەربىتى نەزلە I
- 144..... شەربىتى ئۇستۇخۇدۇس VII
- 145..... قۇرسى خەشخاش I
- 145..... قۇرسى خەشخاش نەزلە
- 145..... قۇرسى مۇسەللەس I
- 146..... قۇرسى نەزلە I
- 146..... قۇرسى نەزلە I
- 147..... مەتبۇخى نەزلە
- 147..... مەئجۇنى زۇفا
- 148..... ھەببى نەزلە
- 149..... تەبىكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 149..... قان ياكى سەپرادىن بولغان تەبىكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 149..... ئەرىقى ئەنگورى شىپا
- 149..... ئەرىقى بارتەك
- 150..... ئەرىقى بېدىمىشكى I
- 150..... ئەرىقى گۇلاب
- 151..... ئەرىقى كافۇر
- 152..... جۇللانى سەپرا
- 152..... سۇفۇفى تەپى دىق
- 153..... سىر كەنجىبىنى بۇزۇرى I





- 153..... سىر كەنجىنى بۇزۇرى I
- 153..... شەرىپىتى ئەفتمۇن
- 154..... شەرىپىتى ئەينۇلا
- 154..... شەرىپىتى بۇزۇرى I
- 155..... شەرىپىتى تەپى سەپراۋى
- 155..... شەرىپىتى تەپى مۇرەككەب
- 156..... شەرىپىتى ئۇنئاب I
- 156..... شەرىپىتى ئىجاز
- 157..... قۇرسى بىنەپشە I
- 157..... قۇرسى بىنەپشە I
- 158..... قۇرسى تاباشىر كافۇرى
- 158..... قۇرسى زىرىشكى
- 159..... قۇرسى سەندەل
- 159..... قۇرسى قىزىلگۈل
- 160..... مائۇتتىخى ھىندى
- 160..... مەئجۇنى غاقەس
- 160..... ھەببى كافۇر
- 161..... ھەببى دىق
- 161..... ھەببى زاراڭزا
- 162..... ھەببى كافۇر
- 162..... ھەببى لۇبۇب
- 162..... ھەببى ھېلىلە I
- بەلغەم ياكى سەۋدادىن بولغان تەبىكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسال
- 163..... مىلىرى
- 163..... جۇللانى سەۋدا
- 163..... مائۇششاھتەرەج





164.....	مائۇل ئۇسۇل ھومائى
164.....	مەتبۇخى ئەفتمۇن I
165.....	مەتبۇخى شاھتەرە I
165.....	مەئجۇنى شەيب
166.....	نۇقۇتى ئەينۇلا
166.....	ھەببى سەمىلغار I
167.....	ھەببى ھەجەرى ئەرمىنى
167.....	ھەببى ھىلتىت
169.....	يۈرەك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
	ئىسسىقلىقتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسال
169.....	مىلىرى
169.....	ئەرىقى ئەبرىشم
169.....	ئەرىقى بېدىمشكى I
170.....	ئەرىقى گاۋزەبان I
170.....	داۋائى خەپەقان بارىد
171.....	داۋائى مىشكى ئەنبەرى بارىد
171.....	داۋائى مىشكى بارىد
172.....	جەۋارش ئۇد تۇرۇش ئەكبەرى
172.....	خېمىرى بىنەپشە
173.....	خېمىرى سەندەل
173.....	خېمىرى گاۋزەبان I
174.....	خېمىرى گاۋزەبان I
174.....	خېمىرى مەرۋايت
175.....	زىمادى مۇبەررىد
175.....	سۇفۇقى بارىد
175.....	شەربىتى ئەبرىشم





- 176..... شەرىپىتى مۇفەررىھى مۆتىدىل
- 176..... مۇفەررىھى بارىد قەلىبى
- 178..... مۇفەررىھى سەندەلەينى
- 179..... مۇفەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل
- 177..... مۇفەررىھى دىلكۇشا بارىد
- 177..... مۇفەررىھى زۇمۇرەدى بارىد
- 178..... مۇفەررىھى سەغىر بارىد
- سوغۇقتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسال
- 180..... مىلىرى
- 180..... ئەرىقى پۆدىنە
- 180..... ئەرىقى گاۋزەبان ۱
- 181..... جەۋارش ئۇد مىشكى
- 181..... داۋائى سەندەل
- 182..... داۋائى مىشكى تەلخ
- 182..... داۋائى مىشكى شىرىن
- 183..... داۋائى مىشكى مور
- 184..... داۋائى مىشكى مۆتىدىل ۱
- 184..... داۋائى مىشكى ھۇلوۋ
- 185..... رەۋغىنى دەجاج
- 185..... شەرىپىتى ئەبرىشم مۇقەۋۋى
- 186..... شەرىپىتى بادىرەنجىبۇيا
- 186..... شەرىپىتى سەندەل
- 187..... شەرىپىتى سۇنبۇل ۱
- 187..... شەرىپىتى گاۋزەبان ئەنبرى
- 188..... گۈلقەنتى پىننە
- 188..... مەتبۇخى ۋە جىل پۇۋاد



189.....	مەئجۇنى داۋائى مىشكى
190.....	مەئجۇنى مەرۋايت
190.....	مەئجۇنى مۇقەۋۋى قەلب
191.....	مۇفەررىھى ئەبرىشم
191.....	مۇفەررىھى ئەزەم
192.....	مۇفەررىھى بۇ ئەلى
193.....	مۇفەررىھى دىلكۇشا ھار
193.....	مۇفەررىھى دىلكۇشاى مۆتىدىل
194.....	مۇفەررىھى سەغىر مۆتىدىل
194.....	مۇفەررىھى سەھلىل ۋۇجۇت
195.....	مۇفەررىھى سۇسەنبىرى
195.....	مۇفەررىھى مۇنشنت
196.....	مۇفەررىھى مۆتىدىل
196.....	مۇفەررىھى ھار ئەسەبى
197.....	مۇفەررىھى ھار سەغىرى
197.....	مۇفەررىھى ياقۇتى ...
198.....	مۇفەررىھى ياقۇتى بارىد
198.....	مۇفەررىھى ياقۇتى بۇ ئەلى
199.....	مۇفەررىھى ياقۇتى ھار
200.....	ياقۇتى مۆتىدىل
201.....	نەپەس ئەزالار كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
201.....	كاناي ۋە ئۆپكە كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
201.....	تەرياقى نەزلە
202.....	داۋائى زىرىق
201.....	داۋائى كىبرىت
202.....	رۇبۇسۇس



- 203..... زىمادى زاتىررىيە
- 204..... زىمادى شەۋسە
- 204..... سۇفۇفى سۇئال
- 205..... سۇفۇفى سۇئال مۇرەككەب
- 205..... سۇفۇفى نەفسۇددەم I
- 206..... سىر كەنجىبىنى ئەنسىلى
- 206..... شارابى سۇئال
- 207..... شەرىپىتى بىخسۇس
- 207..... شەرىپىتى تۇخىمى كەرەپشى
- 208..... شەرىپىتى خەشخاش
- 208..... شەرىپىتى زۇفا I
- 209..... شەرىپىتى زۇفا I
- 210..... شەرىپىتى زۇفا II
- 210..... شەرىپىتى زۇفا مۇھەللىل
- 211..... شەرىپىتى زۇفا نەزلە
- 211..... شەرىپىتى زۇفا ھار
- 212..... شەرىپىتى كەتان
- 212..... شەرىپىتى ھەمشە باھار
- 212..... شەرىپىتى ئۇنناپ I
- 213..... شەرىپىتى ئۇنناپ سىبىيانى
- 213..... قۇرسى خەشخاش I
- 214..... قۇرسى زاتىل
- 214..... قۇرسى زاتىلجەنبى
- 214..... قۇرسى نەزلە بەند
- 215..... گۈلقەنتى بەرگى شەلغەم
- 216..... گۈلقەنتى خەشخاش





- 216..... لوئۇقى بادام
- 217..... لوئۇقى بارىد
- 217..... لوئۇقى بەزەرى كەتان
- 217..... لوئۇقى بەزىرۇلبەنجى
- 218..... لوئۇقى بىنەپشە
- 218..... لوئۇقى تىيىن
- 219..... لوئۇقى خەشخاش
- 219..... لوئۇقى خىيار شەنبەر
- 220..... لوئۇقى روممان
- 220..... لوئۇقى رۇبۇسۇس
- 221..... لوئۇقى زۇفا
- 221..... لوئۇقى سۇئال
- 222..... لوئۇقى كۇرۇنبى
- 222..... لوئۇقى نەزلە
- 223..... لوئۇقى ھەببۇرشات
- 223..... لوئۇقى ھەببۇلقەتەن
- 223..... لوئۇقى ھورمۇل
- 224..... لوئۇقى ھولبە
- 224..... لوئۇقى ۋەرد
- 224..... لوئۇقى ئىسقىل
- 225..... مەتبۇخى خىيار شەنبەر رىئەۋى
- 225..... مەتبۇخى زۇفا
- 226..... مەتبۇخى سەرپىستان
- 226..... مەتبۇخى سۇرفە خۇشك
- 227..... مەتبۇخى زۇفائى سەغىر
- 227..... مەتبۇخى زۇفائى كەبىر





- 228..... مەئجۇنى زىراۋەند
- 228..... مەئجۇنى سۇئال
- 229..... مەئجۇنى سۇئال رۇتۇبى
- 229..... مەئجۇنى سۇس
- 229..... مەئجۇنى قەيى
- 330..... مەئجۇنى قۇبۇلمىلىك
- 231..... مەئجۇنى مۇنەففىس
- 231..... مەئجۇنى ھورمىل سەغرى
- 232..... مەئجۇنى ھورمىل كەبرى
- 232..... مۇرابباى بادام
- 233..... مۇرابباى بىنەپشە
- 233..... ھەببى بىنەپشە I
- 233..... ھەببى بىنەپشە مۇرخى
- 234..... ھەببى زەيىق
- 234..... ھەببى سەبرى رىئەۋى
- 234..... ھەببى سەدرى
- 235..... ھەببى سۇئال I
- 235..... ھەببى سۇئال II
- 236..... ھەببى سۇئال ئەتفالى
- 236..... ھەببى سۇئال ھار
- 237..... ھەببى سۇئال يابىس
- 237..... ھەببى غارىقۇن I
- 238..... ھەببى مەستىكى
- 238..... ھەببى نىشات
- 239..... ھەببى ھىندى
- 239..... ئوكۇلى مەرزەنجۇش





239..... ئۆپكە سىلىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

239..... سۇفۇفى سەرتان

240..... سۇفۇفى نەپسۇددەم I

240..... سۇفۇفى نىشاستە

241..... شەربىتى ئەنجىباھار مۇرەككەب

241..... شەربىتى زۇفا بارىد

242..... شەربىتى زىرىق مۇرەككەب

243..... شەربىتى شۇمشا

243..... قۇرسى سەرتان

244..... قۇرسى سىل

244..... قۇرسى كافۇر

245..... قۇرسى مەرۋايت

245..... قۇرسى مۇبەررىد

245..... قۇرسى نەپسۇددەم

246..... مەئجۇنى سىلى رىئەۋى

246..... ھەببى سۇئال I

ئاشقازان ۋە ھەزىمنى كۈچەيتىشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا يا-

247..... سالمىلىرى

247..... بۇخورى غەشيان

247..... جەۋارش ئامىلە I

248..... جەۋارش ئەنبەر مۇھەللىلى

248..... جەۋارش ئەنجىدانى

249..... جەۋارش بالادۇر

249..... جەۋارش بۇزۇرى

250..... جەۋارش بېھى I

250..... جەۋارش پەنجىنۇش





- 251..... جەۋارش پەۋاكىھى
- 251..... جەۋارش پەۋاكىھ سەييانى
- 252..... جەۋارش تاباشىرى 1
- 252..... جەۋارش تالىسپەرى
- 252..... جەۋارش تۇرۇنجى
- 253..... جەۋارش تۇففاھى
- 253..... جەۋارش دارچىنى
- 254..... جەۋارش زەنجىبىلى
- 254..... جەۋارش زىرىشكى
- 255..... جەۋارش سەندەلى
- 255..... جەۋارش سو ككەرى
- 256..... جەۋارش سىمسى
- 256..... جەۋارش قەندادىقۇنى
- 256..... جەۋارش كەھربائى
- 257..... جەۋارش كۇمۇنى مۇھەللىلى
- 257..... جەۋارش مەستكى 1
- 258..... جەۋارش مەستكى 1
- 258..... جەۋارش مۇتۈۋە ككۈلى
- 258..... جەۋارش مىشكى
- 259..... جەۋارش نارمىشكى مۇقەۋۋى مەئدە
- 259..... جەۋارش نارمىشكى ئىستىسقاى
- 260..... جەۋارشى ئۇد
- 260..... جەۋارشى ئۇد تۇرۇش
- 261..... جەۋارشى ئۇد مۇسەلى
- 261..... جەۋارشى ئۇد مۇشەھى
- 262..... جەۋارشى ئۇد ھازىمى





- 262..... داۋائى مۇشەھى
- 262..... داۋائى ھازىم
- 263..... رەۋغىنى كاسىرى رىياھ
- 263..... رەۋغىنى مەستىكى
- 263..... رەۋغىنى مۇھەللىل
- 264..... رەۋغىنى ۋامۇن
- 264..... زىمادى ئەفيۇن
- 264..... زىمادى مۇقەۋۋى
- 265..... زىمادى مۇھەللىل
- 265..... زىمادى ئىستەمخىقۇن
- 265..... سۇفۇفى سەنگىدانەمۇرغ
- 266..... سۇفۇفى قەلەمفۇر
- 266..... سۇفۇفى مەستىكى مۇسەخخىن
- 267..... سۇفۇفى نەمەكى
- 267..... سۇفۇفى نەئنا
- 267..... سۇفۇفى ھاكىمە
- 268..... سۇفۇفى ئىشتىھا
- 268..... سىر كەنجىبىنى ئەفسەنتىن
- 268..... سىر كەنجىبىنى بېھى
- 269..... سىر كەنجىبىنى تۇققاھ
- 269..... سىر كەنجىبىنى جوۋىنە
- 270..... سىر كەنجىبىنى ۋەرد
- 270..... شەربىتى ئانار ۋە پىننە
- 271..... شەربىتى ئەتىش
- 271..... شەربىتى ئەنبەر
- 272..... شەربىتى پەۋاكىھ





- 272..... شەرىپىتى پەۋاكىھ I
- 273..... شەرىپىتى پەۋاكىھ قابىز
- 273..... شەرىپىتى پەۋاكىھ مۇرەككەپ
- 274..... شەرىپىتى تۇرۇنجى
- 274..... شەرىپىتى خۇبسۇلھەدد
- 275..... شەرىپىتى خىندىقۇن
- 275..... شەرىپىتى راسەن
- 276..... شەرىپىتى رىبابىس
- 276..... شەرىپىتى سەئدى كوفى
- 276..... شەرىپىتى سو ككەر
- 277..... شەرىپىتى سىماق
- 278..... شەرىپىتى لىمون ھازىمى
- 277..... شەرىپىتى سىيىب I
- 278..... شەرىپىتى سىيىب I
- 278..... شەرىپىتى لىمون ھازىمى
- 279..... شەرىپىتى ھەبىي روممان
- 279..... شەرىپىتى ۋەرد I
- 280..... فەتىلەئى پىيرووزى نوش
- 280..... قۇرسى ئاقاقىيا
- 281..... قۇرسى ئەفسەنتىن
- 281..... قۇرسى راسەن
- 281..... قۇرسى زىرىشكى كەبىر
- 282..... قۇرسى كۈندۈر
- 282..... قۇرسى گۈل مۇھەللەل
- 283..... قۇرسى مۇقەل
- 283..... قۇرسى نارمىشكى





- 283..... قۇرسى ئۇد مۇقەۋۋى
- 284..... كەمادى جوۋىنە
- 284..... گۈلقەنتى جىگدە گۈلى
- 285..... گۈلقەنتى رەيھان
- 285..... گۈلقەنتى قىزىلگۈل
- 286..... لوئۇقى ناردىن
- 286..... لۇئابى تۇخى سەپەر جىل
- 287..... مەتبۇخى ئانار ئۇرۇقى
- 287..... مەتبۇخى ئەفسەنتىن
- 288..... مەئجۇنى بەقراۋات
- 288..... مەئجۇنى بۇزۇرى
- 288..... مەئجۇنى تاباشىر
- 289..... مەئجۇنى جوز I
- 289..... مەئجۇنى جوز II
- 290..... مەئجۇنى سەنگدانە
- 290..... مەئجۇنى غىياس
- 291..... مەئجۇنى قۇستە
- 291..... مەئجۇنى مۇلۇكى
- 291..... مەئجۇنى نانخۇا
- 292..... مەئجۇنى ئۇد
- 292..... مەئجۇنى ئىبنىماد
- 293..... مەئجۇنى ئىز خىر
- 293..... مەئجۇنى ئىنھىل
- 294..... مۇرابباۋى ئالما
- 294..... مۇرابباۋى بېھى
- 295..... نۇقۇنى مۇشەھى





- 295..... ھەبىي قەيسەر
- 295..... ھەبىي قۇرسى گۈل
- 296..... ھەبىي مۇشەھى
- 296..... ھەبىي نارمىشكى
- 297..... ھەبىي ھۇماما
- 297..... ئىتريغېلى كەبىر I
- ھېق تۇتۇش ، قۇسۇش ، زەردە قايناش ، ئاچچىق سۇ يېنىشنى توختاتقۇچى
- 298..... دورا ياسالمىلىرى
- 298..... جەۋارش پىلاپلى
- 298..... سۇفۇفى پۇۋاق
- 299..... سۇفۇفى غەسيان
- 299..... سۇفۇفى قەيئۇددەم
- 300..... سۇفۇفى كۈندۈر I
- 300..... سىر كەنجىبىنى ئانار
- 301..... سىر كەنجىبىنى بېھى I
- 301..... سىر كەنجىبىن قۇرۇق ئۈزۈم
- 302..... شەربىتى ئانار تەلخ
- 302..... شەربىتى بېھى
- 303..... شەربىتى پىستە
- 303..... شەربىتى تەمرى ھىندى
- 303..... شەربىتى رۇم بادىيان
- 304..... شەربىتى سىيىب تۇرۇش
- 304..... شەربىتى لىمون
- 305..... شەربىتى مەيبە
- 305..... شەربىتى كۈمۈنى
- 306..... شەربىتى ئۇد تۇرۇش





- 307..... قۇرسى سۇنبۇل
- 307..... قۇرسى سىماق
- 307..... قۇرسى گۈل
- 308..... قۇرسى مەستىكى
- 308..... قۇرسى ئۇد
- 308..... مەتبۇخى تەمىرى ھىندى
- 309..... شىلىمىشقى سەپرا ۋە خام بەلغەمنى قۇستۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى
- 309..... داۋائى مۇقى بەلغىمى ئەفنى
- 310..... داۋائى مۇقى سەۋداۋىي ئەفنى I
- 310..... داۋائى مۇقى سەۋداۋىي ئەفنى I
- 311..... قۇسۇشنى توختاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى
- 311..... داۋائى قەيىتى
- 311..... داۋائى قەيىتى سەپراۋى
- 311..... سۇفۇفى ئامبىلە I
- 312..... سۇفۇفى دافىتى قەي
- 312..... سۇفۇفى سىماق
- 313..... سۇفۇفى قاقىلە
- 313..... سۇفۇفى مۇسەككىنى قەي
- 314..... سىر كەنجىبىنى بېھى ۋەلىمۇنى
- 314..... شەرىپىتى پىننە
- 315..... شەرىپىتى قابىز
- 315..... شەرىپىتى ئۆشە
- 315..... قۇرسى ئاقاقىيا مۇمسىك
- 316..... قۇرسى سۈرمە
- 316..... مەتبۇخى غوراب





- 317..... ۋۇجۇرى غەشيان
- 317..... ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلىغۇچى دورا ياسالغىلىرى
- 317..... بانادۇق
- 317..... جەۋارش ئەشقەپ
- 318..... جەۋارش بېھى I
- 318..... جەۋارش سەپەر جىلى قۇلۇن
- 319..... جەۋارشى سوك
- 319..... جەۋارشى شەھرىياران
- 320..... جەۋارشى قەيسەر
- 320..... داۋائى قابىز
- 320..... رەۋغىنى بېھى
- 321..... رەۋغىنى ۋەرد I
- 321..... سۇفۇقى خۇرجى مەقئەد
- 322..... شەرىپىتى ئانار مۇسەھل
- 322..... شەرىپىتى ئەفسەنتىن I
- 323..... شەرىپىتى ئەفسەنتىن I
- 323..... شەرىپىتى مۇرد
- 324..... شەرىپىتى مۇبارەك
- 324..... شەرىپىتى ھىندى
- 325..... شەرىپىتى ۋەرد I
- 325..... قۇرسى ئەفتمۇن I
- 326..... كەمەدى ئەفسەنتىن
- 326..... كەمەدى ئومۇمىي





- 326..... مەتبۇخى مەغەس
- 327..... مەئجۇنى ئەرەستۇ
- 328..... مەئجۇنى تەمرى
- 328..... مەئجۇنى تۇرۇپ لاشە
- 328..... مەئجۇنى راھەت
- 329..... مەئجۇنى سانا
- 329..... مەئجۇنى سەكبەنەج
- 330..... مەئجۇنى كۈندۈر مۇمىسك
- 330..... مەئجۇنى مۇسەل مۇرەككەپ
- 330..... ھەببە زەرپ
- 331..... ھەببى سىماق
- 331..... ھەببى قۇلۇنجى
- 331..... ھەببى قۇلۇنجى سابۇنى
- 332..... ھەببى مۇسەككىن
- 332..... ھەببى ھەبۇلمۇلۇك
- 332..... ھەببى ھەنزەل
- 333..... ھەببى ئىسرائىل
- 333..... چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ۋە سۈرگۈچى دورا ياسالمىلىرى
- 333..... ئەرقى نانخۇا
- 334..... جەۋارش سەپەر جىلى مۇسەل
- 334..... جەۋارش نارمىشكى قۇلۇن
- 335..... رەۋغىنى بىدەنجىر
- 335..... سۇفۇفى تۇربۇد
- 336..... سىر كەنجىبىنى مۇسەل
- 336..... شەرىپىتى بەسفائىج
- 337..... شەرىپىتى تەرەنجىبىن





- 337..... شەرىپىتى سانا
- 337..... شەرىپىتى سەرىپىستان
- 338..... شەرىپىتى سەقمۇنىيا
- 338..... شەرىپىتى شاھتەررە I
- 339..... شەرىپىتى شاھتەررە II
- 339..... شەرىپىتى مۇلەيىپىن
- 340..... شەرىپىتى ھېلىيلە
- 340..... شورپائى مۇلەيىپىن
- 341..... شىياقى تەلىپىن
- 341..... شىياقى خىيار شەنبەر
- 342..... شىياقى مۇلەيىپىن
- 342..... قۇرسى مۇسھىل
- 343..... قۇرسى ئىلاۋۇس
- 343..... مەتبۇخى ئەينۇلا
- 344..... مەتبۇخى ئۇد
- 344..... مەتبۇخى ئۇناب
- 345..... مەئجۇنى بىنەفشە I
- 345..... مەئجۇنى تۇربۇد
- 346..... مەئجۇنى خىيار شەنبەر
- 346..... مەئجۇنى زاراڭزا
- 347..... مەئجۇنى مۇسھىل
- 347..... مەئجۇنى ئىيارەج
- 348..... ھەببى ئاپاۋىيە
- 348..... ھەببى ئەنجۈر
- 349..... ھەببى تاباشىر مۇلەيىپىن
- 349..... ھەببى دىدان I





- 350..... ھەبىي دىدان 1
- 350..... ھەبىي زەنجىبىل
- 350..... ئىسھالنى توختاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى
- 350..... جەۋارىشى خەرنۇپ
- 351..... جەۋارىشى سىماق
- 351..... جەۋارىشى كافۇر
- 352..... زىمادى تاباشىر
- 352..... زىمادى سۇنبۇل
- 353..... سۇفۇفى بەللۇت
- 353..... سۇفۇفى پوستى ئانار
- 353..... سۇفۇفى تاباشىر
- 354..... سۇفۇفى تاباشىر قابىز
- 354..... سۇفۇفى تۇخىمى ئانار مۇرەككەب
- 355..... سۇفۇفى رەيھان
- 355..... سۇفۇفى روناس
- 356..... سۇفۇفى زەرب
- 356..... سۇفۇفى زەھىرە I
- 357..... سۇفۇفى زەھىرە II
- 357..... سۇفۇفى سەمغى ئەرەبى
- 358..... سۇفۇفى سەئدى كوفى
- 358..... سۇفۇفى قابىز
- 359..... سۇفۇفى لوك
- 359..... سۇفۇفى مەقلىياسا
- 359..... سۇفۇفى ھەبىبۇلئاس
- 360..... سۇفۇفى ھەبىبۇلئىنەب
- 360..... سۇفۇفى ھومماز





- 360..... سۇفۇفى ئىبنى ماسويە
- 361..... سىر كەنجىبىنى قابىز
- 361..... شەرىفىتى ئەنجىباھار
- 362..... شەرىفىتى سەپەر جىل
- 362..... قۇرسى تاباشىر
- 363..... قۇرسى تاباشىر قابىز
- 363..... قۇرسى خى قابىز
- 364..... قۇرسى شادىنەج
- 364..... قۇرسى كەھرىبا
- 365..... قۇرسى گۈلنار I
- 365..... قۇرسى ھەببۇلئاس
- 366..... قۇرسى ئوبھەل
- 366..... مەئجۇنى ئەسۋەد
- 366..... مەئجۇنى بېھى
- 367..... مەئجۇنى پەۋاكىھ
- 367..... مەئجۇنى جۈئدە
- 368..... مەئجۇنى مۇختەسەر
- 368..... مەئجۇنى مئە
- 368..... مەئجۇنى ئىختىلاپ
- 369..... ھەببى تاباشىر قابىز
- 369..... ھەببى زەھىرە
- 370..... ھەببى كەھرىبا
- 370..... ھەببى مۇمسىك N
- 371..... ھەببى مۇمسىك قابىز
- 372..... جىگەرنى قوۋۋەتلەپ ھەزىمىنى ياخشىلىغۇچى دورا ياسالمىلىرى
- 372..... ئاسانا سىيايى كەبىر





- 372..... ئەرقى تۇت
- 373..... ئەرقى شاھتەررە
- 373..... جەۋارش خۇزى
- 374..... داۋائى كۈركۈم كەبرى
- 374..... داۋائى لوك
- 375..... داۋائى مۇنەققى
- 375..... رەۋغنى ئەفسەنتىن
- 376..... رەۋغنى كەلكلانەج
- 376..... سۇفۇفى رەۋەن
- 377..... سۇفۇفى كەبەد
- 377..... سۇفۇفى ئۇد
- 378..... سۇفۇفى ئىسھال كەبەد
- 378..... شەرىپىتى تەرياق
- 378..... شەرىپىتى دىنار I
- 379..... شەرىپىتى دىنار I
- 380..... شەرىپىتى سۇنبۇل I
- 380..... قۇرسى ئەنسۇن
- 381..... قۇرسى ۋەرد
- 381..... مەتبۇخى زىرشكى
- 381..... مەئجۇنى ئاساناسيا
- 382..... مەئجۇنى ئامبىلە نۇشىدارى
- 383..... مەئجۇنى ئەفسەنتىن ئىستىسقاى
- 383..... مەئجۇنى ئەمرۇسيا
- 383..... مەئجۇنى جالنىۇس جىگىرى
- 384..... مەئجۇنى چۆپچىنى ئەلا
- 385..... مەئجۇنى دەبىدىلۋەرد I





- 386..... مەئجۇنى سۇنبۇل
- 386..... مەئجۇنى مۇقەۋۋى
- 387..... مەئجۇنى مىشكى
- 387..... مەئجۇنى ھاپىزۇلئەجساد
- 388..... نۇتۇلى مۇقەۋۋى
- 388..... نۇشدارى ئالىي
- 389..... نۇشدارى ساددە I
- 390..... جىگەر ئىششىقى ۋە يەرقانغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 390..... ئاسانا سىيايى سەغىر
- 390..... داۋائى تىيىن پىھىل
- 390..... داۋائى كۆر كۆم سەغىرى
- 391..... داۋائى مۇميا
- 391..... زىمادى دەققەششەئىر
- 391..... زىمادى شەئىرە
- 392..... سۇفۇفى بۇزۇرى I
- 392..... سۇفۇفى بۇزۇرى I
- 393..... سۇفۇفى بېھى
- 393..... سۇفۇفى سەكبىنەج
- 394..... سۇفۇفى مۇدىر N
- 394..... سۇفۇفى ھېلىلە
- 394..... سۇفۇفى ۋەرد
- 395..... سىر كەنجىبىنى رەۋەن يەرقانى
- 395..... شەرىپىتى ئەبرىشىم يەرقانى
- 396..... شەرىپىتى ئەفسەنتىن II
- 396..... شەرىپىتى دىنار III
- 397..... شەرىپىتى دىنارى بارىد





- 397..... شەرىپىتى رەۋەن ساددە
- 397..... شەرىپىتى رەۋەن مۇرەككەب
- 398..... شەرىپىتى كاسىنى
- 398..... شەرىپىتى نانخۇا
- 399..... قۇرسى پەنجىگۇشت
- 399..... قۇرسى رەۋەن
- 400..... قۇرسى زىرىشكى ئىستىقائى
- 400..... قۇرسى غافەس
- 400..... قۇرسى كافۇر ھار
- 401..... قۇرسى لوك
- 401..... كەلكىلانەج بارىد
- 402..... كەلكىلانەج پىيرووزى
- 402..... كەلكىلانەج ھار
- 403..... مائۇلەندىبا
- 403..... مەتبۇخى ئۇسۇل
- 404..... مەئجۇنى ئەنسۇن
- 404..... مەئجۇنى راسەن
- 405..... مەئجۇنى رەۋەن
- 405..... نۇقۇتى خىيار شەنبەر
- 405..... ھەببى بەھرام
- 406..... ھەببى رەۋەن
- 406..... ھەببى سەبرى I
- 407..... ھەببى سەبرى I
- 407..... ھەببى مازەرىۈن
- 407..... ھەببى غافەس
- 408..... ھەببى ھىلىلە II





- 408..... ھەببى ئىستىسقا
- 409..... ھەببى ئىيارەج
- 409..... ھەزىم ئەزالىرىدىكى يەللەرنى تارقاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى
- 409..... جەۋارش كۈمۈنى I
- 410..... جۇللانى بەلغەم
- 410..... سۇفۇفى بادىيان
- 411..... سۇفۇفى كەرەپشى
- 411..... سۇفۇفى گەزمازەج
- 411..... سۇفۇفى مەستىكى
- 412..... سۇفۇفى نانخۇا
- 412..... سىر كەنجىنى نانخۇا
- 413..... مەتبۇخى مائىل بۇزۇر
- 413..... مەئجۇنى پەيقەرا
- 414..... مەئجۇنى پودىنە
- 414..... مەئجۇنى زورنىباد
- 414..... مەئجۇنى كاسىرى رىياھ
- 415..... مەئجۇنى ھەببۇلغار I
- 415..... مەئجۇنى ئۇبەھل
- 416..... ھەببى بادىشكەن
- 416..... ھەببى تەنكار
- 417..... ھەببى كىرىت
- 417..... مەددە قۇرتلارنى چۈشۈرگۈچى دورا ياسالمىلىرى
- 417..... سۇفۇفى مەددە I
- 418..... سۇفۇفى مەددە I
- 418..... شىافى تۇتۇ
- 418..... شىافى مەددە





- 419..... مەتبۇخى ئانار تەلخ
- 419..... مەتبۇخى بەرگى شاپتالۇ
- 420..... مەتبۇخى بىخى بىد
- 420..... مەتبۇخى پوستى ئانار
- 420..... مەتبۇخى تۇخى كەدۇ
- 421..... مەتبۇخى سەرخەس مۇرە ككەپ
- 421..... مەتبۇخى شاپتالۇ
- 422..... مەتبۇخى مەددە
- 422..... مەئجۇنى سەرخەس
- 422..... مەئجۇنى قەنبىل
- 423..... ھوقنەئى پوستى ئانار
- 423..... ھوقنەئى توتو مەددە
- 424..... ھوقنەئى مەددە I
- 424..... ھوقنەئى مەددە I
- 425..... ئىششىق ياندۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى
- 425..... سۇئۇلقۇنىيە ۋە ئىسسىقلىققا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 425..... زىمادى ئىسبەغۇل
- 245..... سۇفۇفى سورۇنجان ھار I
- 426..... سۇفۇفى مۇدىر V
- 426..... سىر كەنجىبىنى بۇزۇرى بارىد
- 427..... سىر كەنجىبىنى مازەرىيۇن
- 427..... سىر كەنجىبىنى ئوردان
- 428..... سىر كەنجىبىنى ئۇسۇلى ۋە بۇزۇرى
- 428..... قۇرسى مازەرىيۇن
- 428..... قۇرسى ئىستىسقا
- 429..... مەتبۇخى مۇستەسقى





- 429..... مەئجۇنى ئەرتىنسا
- 430..... مەئجۇنى دەيدىلۇەرد I
- 430..... مەئجۇنى زەفەر
- 431..... مەئجۇنى كەلكلانەج
- 432..... مەئجۇنى مازەريۇن
- 432..... مەئجۇنى ھېلىلە
- 433..... مەئجۇنى ئىستەمخۇن
- 433..... ھەبىي ئەفسەنتىن
- 434..... ھەبىي غارىقۇن I
- 434..... ماشراغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 434..... زىمادى ئاق لەيلى گۈلى
- 435..... زىمادى ماشرا
- 435..... شەربىتى كاھۇ
- 436..... شەربىتى مۇنزىج
- 436..... شەربىتى ئۇنناپ I
- 437..... شەربىتى ئۇنناپ IV
- 437..... لۇئابى ئىسبەغۇل
- 437..... مەتبۇخى مارجان شوخلا
- 438..... مەتبۇخى ھېلىلە I
- 439..... ھەرىكەت ئەزالىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 439..... بەل، غول، يانپاش ئاغرىشلارغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 439..... داۋائى ئىرقۇننە سا
- 439..... رەۋغىنى خېنە
- 440..... رەۋغىنى دىپلى
- 440..... زىمادى ئىرقۇننە سا
- 440..... سىر كەنجىبىن تەرياقى





- 441..... شەرىپىتى بىخ كەبىر مۇرەككەب
- 441..... مائۇلتۇسۇل نىقرەس
- 442..... مەتبۇخى بۇخار
- 442..... مەتبۇخى مۇنزىج
- 443..... مۇنزىجى ئېغىز مان
- 443..... مۇنزىجى ئىرقۇننە سا
- 444..... ھەببى سورۇنجان I
- 444..... ھەببى مەنتىن كەبىر
- 445..... ھەببى مۇخرىج I
- 445..... ھەببى ئىرقۇننە ساھار
- 446..... بۇغۇم ۋە سۆڭەك ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 446..... پاشويەئى بوغۇم
- 446..... جەۋارش تەمرى
- 447..... جەۋارش ھىندى
- 447..... داۋائى نىقرەس
- 447..... رەۋغىنى ئەقرەب
- 448..... رەۋغىنى بەيزە
- 448..... رەۋغىنى دۈب
- 449..... رەۋغىنى سورۇنجان
- 449..... رەۋغىنى قەلەمفۇر
- 450..... رەۋغىنى قودا
- 450..... زىمادى مۇپاسىل
- 451..... زىمادى نىقرەس
- 451..... سۇفۇفى سورۇنجان
- 452..... سۇفۇفى سورۇنجان بارىد
- 452..... سۇفۇفى سورۇنجان ھار I





- 453..... سۇقۇقى نىقرەس
- 453..... سۇقۇقى ئىرقۇننەسا
- 453..... شەربىتى بوغۇم مائۇلۇسۇل
- 454..... شەربىتى مۇپاسىل مۇخرىج
- 455..... شەربىتى مۇنزىجى ئىرقۇننەسا
- 455..... مائۇلۇسۇل بارىد
- 456..... مائۇلۇسۇل بۇزۇرى
- 456..... مائۇلۇسۇل مۇپاسىلى
- 457..... مائۇلۇسۇل ھار
- 457..... مەتبۇخى پەۋاكىھ I
- 458..... مەتبۇخى سورۇنجان I
- 459..... مەتبۇخى سورۇنجان I
- 459..... مەتبۇخى ھېلىلە II
- 460..... مەئجۇنى سورۇنجان
- 460..... مەئجۇنى يەھيا
- 461..... ھەببى ئازاراقى
- 461..... ھەببى بەرسا
- 462..... ھەببى بەريۇما
- 462..... ھەببى تۇربۇد مۇسەككىن
- 462..... ھەببى سەبرى مۇسەككىن
- 463..... ھەببى سەككىنەج
- 463..... ھەببى سەممۇلفار I
- 464..... ھەببى سورۇنجان I
- 464..... ھەببى سورۇنجان I
- 465..... ھەببى سورۇنجان II
- 465..... ھەببى سورۇنجان مۇسەككىن





- 466..... ھەبىي مۇپاسىل
- 466..... ھەبىي مۇپاسىل سەۋداۋى
- 466..... ھەبىي مۇپاسىل ھار
- 467..... ھەبىي نىقرەس
- 467..... ھەبىي ئىتريپىلى ئازراقى
- 469..... سۈيدۈك چىقىرىش ئەزالىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 469..... سۈيدۈك ماڭدۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى
- 469..... ئەرىقى بادىيان
- 469..... ئەرىقى كاسىنى
- 470..... ئەرىقى كاكىنەج
- 470..... ئەرىقى نىيلۇفەر
- 471..... بانادۇقى ئىدرار
- 471..... داۋائى مۇدىر
- 472..... داۋائى مۇدىرى بەۋل
- 472..... داۋائى ئۇسرۇلبەۋل
- 472..... سۇفۇفى خىرفە
- 473..... سۇفۇفى كەرەفىشى مۇدىر
- 473..... سۇفۇفى مۇدىر I
- 474..... سۇفۇفى مۇدىر I
- 474..... سۇفۇفى مۇدىر II
- 475..... قۇرسى مۇدىر
- 475..... مەئجۇنى تەمرى ھىندى
- 476..... مەئجۇنى چىلغۇزا
- 476..... مەئجۇنى مۇدىر
- 477..... سۈيدۈك ۋە مەنى تۇتالماسلىققا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 477..... سۇفۇفى سەيلان





- 477..... سۇفۇقى سۈرئىتى ئىنزال
- 478..... سۇفۇقى سىلسىلەبەۋل
- 478..... سۇفۇقى كەشنىز ■
- 478..... سۇفۇقى كەھربا
- 479..... سۇفۇقى ماسكەۋل
- 479..... سۇفۇقى مۇغەللز
- 480..... سۇفۇقى مۇمىسك بارىد
- 480..... سۇفۇقى ئېھتىلام
- 480..... شەرىپىتى پەنجىنۇش
- 481..... مەئجۇنى ئاتايى
- 481..... مەئجۇنى ئاقاقىيا
- 481..... مەئجۇنى بەللۇت
- 482..... مەئجۇنى بەۋل پىلىپىرىش
- 482..... مەئجۇنى خۇبىسۇلەددىد
- 483..... مەئجۇنى خۇبىسۇلەددىد مۇمىسك
- 483..... مەئجۇنى كابىپچىنى
- 484..... مەئجۇنى كۈندۈر I
- 484..... مەئجۇنى گۈلنار
- 485..... مەئجۇنى ماسكە بەۋل
- 485..... مەئجۇنى مۇرمەككى
- 486..... مەئجۇنى ھەببۇلغار I
- 486..... ھەببى مۇمىسك I
- 487..... ھەببى مۇمىسك I
- 487..... ھەببى مۇمىسك ■
- 488..... ھەببى ئىمساك I

بۆرەك ، سۈيدۈك يولى ئاغرىش ۋە قان سىپىشقا ئىشلىتىلدىغان دورا





- 488..... ياسالمىلىرى
- 488..... بانادۇق بۇزۇرى
- 489..... بانادۇقى مۇھەللىل
- 489..... تىلايى ئۆشەنە
- 490..... داۋائى سىلىسلىبەۋل
- 490..... سۇفۇقى خى
- 490..... سۇفۇقى شورا
- 491..... سۇفۇقى قەلەي
- 491..... سۇفۇقى گىل
- 492..... سۇفۇقى مارجان
- 492..... سۇفۇقى ھىرقە تۈلبەۋل I
- 492..... سۇفۇقى ھىرقە تۈلبەۋل I
- 493..... قۇرسى ئەنزىرۇت
- 493..... قۇرسى بەۋلۇددەم
- 494..... قۇرسى تىيىن
- 494..... قۇرسى زەمچە I
- 495..... قۇرسى زەمچە I
- 495..... قۇرسى كاكىنەج I
- 496..... قۇرسى كاكىنەج I
- 496..... قۇرسى گۈلنار I
- 497..... قۇرسى گىلى مەختۇم
- 497..... قۇرسى مىددە
- 498..... مەرھىمى باسلىقۇن
- 499..... مەرھىمى تۇتيا
- 498..... مەرھىمى رال
- 498..... مەرھىمى شىگرىپ





- 499..... مەرھىمى مۇردارسەڭ
- 500..... مەرھىمى نەۋرە
- 500..... مەئجۇنى كاكىنەج
- 501..... ھەببى سۆزنەك I
- 501..... ھەببى سۆزنەك I
- 501..... ھەببى ھورمىل
- بۆرەك ۋە دوۋسۇن كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسال
- 502..... مىلىرى
- 502..... سۇفۇفى ئاق لەيلى ئۇرۇقى
- 502..... سۇفۇفى بەزىرۇلبەنجى
- 503..... سۇفۇفى تەررە
- 503..... سۇفۇفى مەسانە
- 504..... شەرىپتى بادىيان
- 504..... قۇرسى شەب
- 505..... مەئجۇنى جالىنۇس
- 505..... مۇرابباى زەنجىبىل
- 506..... ھەببى سەھلىل ۋۇجۇت
- بۆرەك، دوۋسۇن، سۈيدۈك يولى، ئۇرۇقدان ۋە زەكەر كېسەللىكلىرىگە
- 506..... سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياساللىرى
- 506..... ئابزەنى بىنەفشە
- 507..... ئابزەنى گۈلياسمەن
- 507..... ئابزەنى ئىككىلىمەلىك
- 508..... خاكىستەرى كەدۇ
- 508..... رەۋغىنى خەسەك (ئوغرى تىكەن يېغى)
- 508..... زورۇرى ئەزەم
- 509..... زورۇرى زەكەر





- 509..... زىمادى بىنەفشە
- 510..... زىمادى خۇسسۇيە ۱
- 510..... زىمادى خۇسسۇيە ۱
- 511..... زىمادى گۈردە ۱
- 511..... زىمادى گۈردە ۱
- 511..... زىمادى ھولبە
- 512..... سۇفۇفى سوزاك
- 512..... سۇفۇفى مۇرەككەپ
- 512..... سۇفۇفى ھار
- 513..... سۇفۇفى ھىرقە تۈلبەۋل ۱
- 513..... مەرھىمى ئاتىشەك
- 514..... نۇتۇلى سوزاك
- 514..... ھەببى زەيبەق
- بۆرەك، سۈيدۈك خالىتىسى ۋە يولىدىكى تاشنى چۈشۈرگۈچى دورا ياسال
- 515..... مىلىرى
- 515..... داۋائى مۇپەتتەت
- 515..... داۋائى مۇپەتتەتۇلھاسات
- 516..... داۋائى يەرۇللا
- 516..... سۇفۇفى ھەجەرۇلىيەھۇد
- 516..... سىر كەنجىنى مۇپەتتەت
- 517..... شەرىپتى خەسەك
- 517..... شەرىپتى ھىليۇن
- 518..... قۇرسى بۇزۇرى
- 518..... مەئجۇنى ئەقرەب
- 519..... مەئجۇنى مۇپەتتەتۇلھاسات
- 519..... مەئجۇنى ھەجرۇلىيەھۇد ۱





- 520..... مەئجۇنى ھەجرۈلىيەھۇد I
- 520..... نۇتۇلى مۇپەتتۇلھاسات
- 521..... نۇتۇلى ھاسات I
- 521..... نۇتۇلى ھاسات I
- 521..... نۇتۇلى ھاسات II
- 522..... ھەببى مۇپەتتۇلھاسات
- 522..... شېكەر سېشقا ئىشلىتىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 522..... سۇفۇفى زىياىت I
- 523..... سۇفۇفى زىياىت I
- 523..... قۇرسى زىياىت I
- 524..... قۇرسى زىياىت I
- 524..... قۇرسى زىياىت II
- 525..... جىنسى ئەزانى كۈچەيتكۈچى ۋە مەنى تۇتقۇچى دورا ياسالمىلىرى
- 525..... جەۋارش خۇبسۇلھەدد
- 525..... جەۋارش زەرئۇنى
- 526..... جەۋارش زەرئۇنى مۇقەۋۋى
- 526..... داۋائى دارچىنى
- 527..... داۋائى مۇبەھھى
- 527..... رەۋغىنى ئاقىرقەرھا
- 528..... رەۋغىنى سىر
- 528..... رەۋغىنى مۇرچ
- 529..... سۇفۇفى كۈنجۈت
- 529..... شەرىپتى ئەنجۈر رۇتەب
- 529..... شەرىپتى گۈزەر
- 530..... مەتبۇخى تەرەنجىبىن
- 530..... مەئجۇنى باھ





- 531..... مەئجۇنى بۇ ئەلى
- 531..... مەئجۇنى بېنەزد
- 531..... مەئجۇنى پۇلۇنىيا
- 532..... مەئجۇنى جالالى خوتەنى
- 533..... مەئجۇنى رەشىد
- 533..... مەئجۇنى زەر ئۇنى
- 534..... مەئجۇنى سۆئلەپ
- 535..... مەئجۇنى قۇرسى ئەپئ
- 535..... مەئجۇنى كەھربا
- 536..... مەئجۇنى كۈندۈر I
- 537..... مەئجۇنى لۇبۇب
- 537..... مەئجۇنى لۇبۇبى مۆتىدىل
- 538..... مەئجۇنى لوئلوئى
- 538..... مەئجۇنى مەسها
- 539..... مەئجۇنى مەسها مۇكەيىب
- 539..... مەئجۇنى مۇبەھى
- 539..... مەئجۇنى مۇبەھى ئەلا
- 540..... مەئجۇنى مۇبەھى مۇكەيىب
- 540..... مەئجۇنى مۇمسك
- 541..... مەئجۇنى ئىبنىسنا
- 541..... مۇراببا ئى بەھمەن
- 542..... مۇراببا زەدەك
- 542..... مۇراببا سۆئلەپ
- 543..... مۇراببا شاقاقۇل
- 543..... مۇراببا گىردىگان
- 543..... ھەبى ئەفيۇن





- 544..... ھەببى جالىنۇس
- 344..... ھەببى جەدۋار ئەفيۇنى
- 345..... ھەببى خۇش كەيىپ
- 545..... ھەببى سىماپ
- 546..... ھەببى سىماپ مۇمسىك
- 546..... ھەببى شىپا N
- 547..... ھەببى قۇرسى ئەپئ
- 547..... ھەببى نىشات مۇمسىك
- 548..... ھەببى ئىمساك I
- 548..... ھەببى ئىمساك ئەفيۇنى
- 548..... ئىتريفىلى ئۈزۈم
- 550..... تاشقى كېسەللىكلەرگە ئېشلىتىلدىغان دورا ياسالمىلىرى
ھەرخىل تېرە كېسەللىكلىرى، چېچەك، كۆيۈك ۋە يىرىك - چاقىلارغا ئىش-
- 550..... لىتىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 550..... تىزابى نوشۇدۇر
- 550..... زورۇرى ئەرەبەئە
- 550..... زورۇرى ئەنزۇرۇت مۇنەششىپ
- 551..... زورۇرى دانە پەرەك
- 551..... زورۇرى شەئرە
- 552..... زورۇرى قۇلان
- 552..... زورۇرى مەدەستان
- 552..... زىمادى ھىككە
- 553..... سىركەنجىبىنى جۇدرى
- 553..... قۇرسى سەئىپە
- 553..... ماۋلجەبىن





- 554..... مەرھىمى ئەقرە
- 554..... مەرھىمى ئەمراز
- 555..... مەرھىمى سانا
- 555..... مەرھىمى مۇھەللەل
- 556..... نۇقۇتى رەجەپ
- 556..... ھەبىبى شاھتەررە
- 557..... ئىتريغىلى شاھتەررە
- 557..... ئىيارەجى جالىنۇس
- 558..... چاچ ئۈندۈرۈشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 558..... رەۋغىنى مۇرد
- 558..... رەۋغىنى ئوسما
- 558..... زىمادى دا ئۇلەھىيە
- 559..... ھەبىبى دائۇلسۆلەپ بەلغىمى
- 559..... ھەبىبى دا ئۇلسۆلەپ سەپراۋى
- 559..... ھەبىبى دا ئۇلسۆلەپ مۇرەككەپ
- 560..... پەتەق كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 560..... جەۋارش كۈمۈنى I
- 560..... جەۋارش كۈندۈر
- 561..... جۇلاپ I
- 561..... جۇلاپ I
- 562..... سۇفۇفى كۈندۈر I
- 562..... مەئجۇنى سۇڭپىياز
- 562..... مۇنزىجى بادىيان
- 563..... بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى





- 563..... جەۋارىش بەسباسە
- 563..... جەۋارىش مەقلىياسا
- 564..... رەۋغىنى زەپىدەدۇ
- 564..... رەۋغىنى كۇرراس
- 564..... رەۋغىنى مۇقەل
- 565..... زورۇرى مۇسەئەد
- 565..... زىمادى بوۋاسىر
- 566..... سۇفۇفى بوۋاسىر
- 566..... گۈلقەنتى بەرگى ئانار
- 567..... مەتبۇخى بەسفا ئىج
- 567..... مەئجۇنى مۇقەل
- 568..... نۇتۇلى خۇرۇجى مەقەد
- 568..... ھەببى مۇقەل I
- 569..... ھەببى مۇقەل I
- 569..... ھەببى مۇقەل II
- 570..... ھەببى مۇقەل N
- 570..... ھەببى مۇقەل V
- 571..... ھەببى مۇقەل VI
- 571..... ئىترىفىلى مۇقەل
- 572..... بەز ئىششىقىغا ئىششىلتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 572..... رەۋغىنى سىماپ
- 572..... قىروتى نۇسخىسى
- 573..... مەرھىمى داخلىيون I
- 573..... مەرھىمى داخلىيون I





- 574..... مەئجۇنى غۇددە I
- 574..... مەئجۇنى غۇددە II
- 575..... مەئجۇنى ئىتريپىلى غۇدۇدى
- 576..... ھەبىي خانازىر
- 576..... ھەبىي خىزران
- 576..... ھەبىي ۋاسىلى
- 577..... ئىتريپىلى غۇددە
- 577..... بەرەس ۋە بەھەققە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالغىلىرى
- 577..... شەرىپىتى بەرەس
- 578..... شەرىپىتى رەيھان
- 578..... شەرىپىتى مۇسەلى بەرەس
- 579..... شەرىپىتى مۇنزىجى بەرەس I
- 579..... شەرىپىتى مۇنزىجى بەرەس II
- 580..... شەرىپىتى مۇنزىجى بەرەس III
- 580..... شەرىپىتى مۇنزىجى بەرەس IV
- 581..... مەتبۇخى بەرەس
- 581..... مەئجۇنى ئاترىلال I
- 582..... مەئجۇنى ئاترىلال II
- 583..... مەئجۇنى ئاترىلال III
- 583..... مەئجۇنى بەرەس I
- 584..... مەئجۇنى بەرەس II
- 584..... مەئجۇنى بەرەس III
- 585..... مەئجۇنى مۇسەلى چىلاپا
- 585..... مەئجۇنى ئىبنى ماسويە





- 586..... مۇجەررەبى بەرەس
- 586..... ھەببى بەرەس
- 586..... ھەببى بەھەق
- 587..... ھەببى پەرفىيۇن
- 587..... ھەببى سىياھدان
- 587..... ھەببى مۇخرىج I
- 588..... ھەببى مۇسەلى پەرفىيۇن
- 588..... ئىتريپىلى بەرەس
- 589..... ئىتريپىلى ھامان
- 589..... ئىيارەجى لۇغازىيا
- 590..... بەرەسكە سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالغىلىرى
- 590..... تىزابى فارۇق
- 590..... تىزابى گۇڭگۇرت
- 590..... زىمادى بەرەس I
- 591..... زىمادى بەرەس II
- 591..... زىمادى بەرەس III
- 592..... زىمادى سۈرمە
- 592..... مەرھىمى بەرەس
- 592..... مەرھىمى بەيزە
- 593..... مەرھىمى پەرفىيۇن
- 593..... مەرھىمى پوستى گىردىگان
- 594..... مەرھىمى شورا
- 594..... مەرھىمى ئۇقاب
- 594..... ئوكۇلى كالىزىرە





- 595..... ئاياللار كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 595..... تىلايى ھامىلە
- 595..... تىلايى ھىككە
- 595..... داۋائى ئەقرە
- 596..... رەۋغىنى زەفەر
- 596..... شەرىپىتى بۇزۇرى I
- 597..... شەرىپىتى سوزاپ
- 597..... شەرىپىتى ھەببۇلئاس
- 597..... فەرزىجەئى ئەقرە
- 598..... فەرزىجەئى رەھىمى
- 598..... فەرزىجەئى مەشمە
- 598..... فەرزىجەئى مۇدىر
- 599..... فەرزىجەئى مۇمسىك
- 599..... فەرزىجەئى مۇھەللىل
- 599..... فەرزىجەئى مۇھبىل
- 600..... قۇرسى خىرفە
- 600..... قۇرسى سۇمۇغ
- 600..... قۇرسى مور
- 601..... قۇرسى مۇرمەككى
- 601..... مائۇلئۇسۇل مۇرەككەب
- 602..... مەتبۇخى شۇمشا
- 602..... مەتبۇخى ھەيز
- 603..... مەئجۇنى پەيقەرئى ھامىلە
- 603..... مەئجۇنى پىننە





- 603..... مەئجۇنى خۇن
- 604..... مەئجۇنى مۇھىل
- 604..... نۇتۇلى ھابىس
- 605..... نۇتۇلى ھاپىزى جىنىن
- 605..... نۇقۇتى بۇزۇرى
- 605..... ھەبىي ئەقرە
- 606..... ھەبىي ئىخراجى مەشمە
- 606..... ھوقنەئى ھەيز I
- 607..... ھوقنەئى ھەيز I
- 607..... ھومۇلى ھەيز
- 608..... بالياتقۇ جاراهتى ۋە بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 608..... رەۋغىنى موم
- 608..... سۇفۇفى بۇزۇرى II
- 609..... سۇفۇفى كەتان
- 609..... سۇفۇفى ماسكەم
- 609..... شەربىتى چىلان مۇرەككەب
- 610..... قۇرسى ئەنجىباھار
- 610..... قۇرسى بۇسۇد
- 611..... نۇتۇلى رەھىم
- 611..... ھوقنەئى ئەزىزۇت
- 611..... ھوقنەئى رەھىم
- 612..... ھوقنەئى شىبىت
- 613..... بەش ئەزا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 613..... كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى





- 613..... تىلايى ھەدەق
- 613..... زورۇرى ئەببەز
- 614..... زورۇرى ئەسفەر
- 614..... زورۇرى ئەنزىرۇت
- 614..... زورۇرى چەشخام
- 615..... زورۇرى سەبرى
- 615..... زورۇرى كافۇر
- 616..... زورۇرى قەلەي
- 616..... زورۇرى مامىرانچىنى
- 616..... زورۇرى مەغسۇل
- 617..... زورۇرى مەلكايا
- 617..... زىمادى ئەنزەرۇت
- 617..... زىمادى ئەين
- 618..... شىافى ئەببەز
- 618..... شىافى ئەسۋەد
- 618..... شىافى سىماق
- 619..... شىافى كافۇر
- 619..... شىافى نارىنجى
- 620..... قۇتۇرى ئەين
- 620..... كۈھلى ئەزىزى
- 621..... كۈھلى ئەھۋەل
- 621..... كۈھلى بەياز
- 622..... كۈھلى جەۋاھىر
- 622..... كۈھلى دەمئە





- 622..... كوھلى روشنايى
- 623..... كوھلى غشاۋە
- 623..... كوھلى مۇقەۋۋى
- 624..... كوھلى مۇنبىت
- 624..... كوھلى مەلكايا
- 624..... كوھلى ۋەرد
- 625..... كوھلى ئىسكىرىن
- 625..... مەتبۇخى خىيار شەنبەر
- 625..... مەتبۇخى قەنتەريون
- 626..... مەتبۇخى مۇلەيىن
- 626..... مەئجۇنى كامازەريۇس
- 627..... مەئجۇنى ئىگىر
- 627..... ھەببى زەھەب I
- 628..... ھەببى زەھەب II
- 628..... ھەببى زەھەب III
- 628..... ھەببى زەھەب IV
- 629..... ھەببى شەبىيار I
- 629..... ھەببى شەبىيار II
- 630..... ھەببى شەبىيار III
- 630..... ھەببى شەبىيار IV
- 630..... ئىترىقېلى بادىيان
- 631..... قۇلاق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 631..... رەۋغىنى پەجەل
- 632..... رەۋغىنى كۈندۈر





- 632..... شەرىپىنى ئۇستۇخۇدۇس K
- 632..... شىياڧى پورە ئەرمىنى
- 633..... شىياڧى ۋەقەر
- 633..... فەتىلەئى مەرۋى
- 634..... قۇتۇرى ئەسەم
- 634..... قۇتۇرى ئەشا
- 634..... قۇتۇرى جالىنۇس
- 634..... قۇتۇرى خۇبىسولەددىد
- 635..... قۇتۇرى كەرەم
- 635..... قۇتۇرى ۋە جىلىئۇزنى بارىد
- 635..... قۇتۇرى ۋە جىلىئۇزنى ھار
- 636..... مەتبۇخى ھېلىيلە IV
- 636..... مەرھىمى مىسىرى
- 637..... نۇتۇلى ئەسەم
- 637..... ھەببى تۇربۇد
- 637..... بۇرۇن كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 637..... زىمادى رۇئاب
- 638..... فەتىلەئى رۇئاب
- 638..... كۈشتەئى مىس
- 639..... مەتبۇخى ئەفتىمۇن II
- 639..... مەرھىمى روسوت
- 640..... مەرھىمى زەڭگار
- 640..... نۇپۇخى بۇخىرى
- 640..... نۇپۇخى رۇئاب





- 641..... نۇقۇتى ھامىز I
- 641..... ھەبىي قوقيا II
- 642..... ئېغىز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 642..... ئەرئىقى كېرىت
- 643..... داۋائى دەندان I
- 643..... داۋائى دەندان I
- 643..... داۋائى ۋەجئى دەندان
- 643..... زورۇرى سىقلۇللىسان
- 644..... زىمادى مۇجەررەب
- 644..... سۇفۇفى ئاكىلە
- 645..... سۇفۇفى زىراۋەند
- 645..... سۇفۇفى سۇنۇن
- 646..... سۇفۇفى سىقلۇللىسان I
- 646..... سۇفۇفى سىقلۇللىسان I
- 646..... سۇفۇفى ۋەجئى دەندان
- 647..... سۇنۇنى دەندان
- 647..... سۇنۇنى شەب
- 647..... سۇنۇنى كەتھىندى
- 648..... سۇنۇنى لەسسە
- 648..... سۇنۇنى مۇجلى
- 648..... سۇنۇنى مۇرچ
- 649..... سۇنۇنى مۇرمەككى
- 649..... سۇنۇنى مۇرمەككى مۇتەيىب
- 649..... سۇنۇنى مۇمسىك





- 650..... سۈنۈنى نەمەك
- 650..... شەرىپىتى مائۇلۇسۇل N
- 651..... غەرغەرە
- 651..... گال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 651..... داۋا ئۇلخە تاتىپ
- 651..... داۋائى بوھە تۇسسەۋت
- 652..... داۋائى مىرى
- 652..... سۇفۇفى شەب
- 653..... لوئۇقى زەنجىبىل
- 653..... لوئۇقى سەغىر
- 654..... لوئۇقى سىبىيان
- 654..... مەرھىمى رۇساس
- 654..... ھەببى بەھتە تۇسسەۋت
- 655..... زەھەر قايتۇرۇشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 655..... تەرياقى ئەرەبە
- 655..... تەرياقى ئەرەب
- 656..... تەرياقى تىنى مەختۇم
- 656..... تەرياقى سەمانىيە
- 656..... تەرياقى سەمۇم
- 567..... تال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 657..... زىمادى دوتتىن
- 657..... سۇفۇفى تال
- 657..... قۇرسى خەردەل
- 658..... قۇرسى غارىقۇن





- 658..... قۇرسى كەبىر
- 659..... قۇرسى گەزمازەج
- 659..... قۇرسى ئىرسا
- 659..... كەلكىلانەج ئىزخىرى
- 660..... مەتبۇخى تال
- 660..... مەتبۇخى مۇھەللەل
- 661..... مەئجۇنى جىنتىيانا
- 661..... ھەببى كەبىر
- 661..... قان توختىتىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 661..... زورۇرى زەنگار
- 662..... شىيافى مۇمىسك
- 662..... قۇرسى كەھرىبا قابىز
- 663..... قۇرسى مۇمىسك
- 663..... مۇجەرزەبى قاتتى دەم
- 664..... نۇپۇخى رۇئاب مۇجەرزەب
- 664..... باشقا ھەرخىل كېسەللەكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى
- 664..... رەۋغىنى جوزھىندى
- 664..... رەۋغىنى ئاردىن
- 665..... سۇفۇفى كۆكنار
- 665..... سۇفۇفى نەمەكى سۇلايمانى
- 666..... مائۇلۇسۇل مۇنزىج
- 666..... مەرھىمى جازىبە
- 667..... مەرھىمى سەرتان
- 667..... مەرھىمى شۇھۇم
- 667..... ھەببى ئەتەشە





ئۇيغۇر تىبابىتى دورا ياسالمىلىرى ھەققىدە قىسقىچە چۈشەنچە

ئۇيغۇر تىبابىتىدە كۆپ ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى دورىلارنىڭ تەبىئىيىتى ۋە داۋالاش ئېھتىياجىغا ئاساسەن ، مۇئەييەن تەييارلاش قائىدە - ئۇسۇللىرى ئارقىلىق ھەر خىل شەكىلدە تەييارلانغان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان . ئۇ ، دورا شەكىللىرىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك تۆت چوڭ تۈرگە بۆلۈنىدۇ :

1 . قويۇق دورا ياسالمىلىرى

2 . قاتتىق دورا ياسالمىلىرى

3 . سۇيۇق دورا ياسالمىلىرى

4 . تالقان دورا ياسالمىلىرى

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

بىرىنچى ، قويۇق دورا ياسالمىلىرى

1 . تەرياقلار

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





تەرياقلارغا چۈشىدىغان زەھەر قايتۇرغۇچى (پادى زەھەر) دورىلار مەدەن ۋە ھايۋانلاردىن ئېلىنىدۇ . مەئدەنى پادى زەھەرلەر كانلاردىن تېپىلىدۇ ، ئۇلار 5 خىل رەڭدە بولىدۇ . ھايۋانىي پادى زەھەرلەر ئۆي ھايۋانلىرى (كالا ، قوي ۋە باشقىلار) ۋە قىسمەن ياۋايى ھايۋانلارنىڭ ئۈچەيلىرىدە شەكىللىنىدىغان قاتتىق كىرىستال جىسىم بولۇپ ، زەيتۇن ياكى ماش رەڭگىدە كېلىدۇ . دېڭىزدا قاتارلىقلار شۇ خىلدىكى پادى زەھەرگە كىرىدۇ . تەرياقلارنىڭ ناملىرىمۇ شۇ خىل پادى زەھەرنىڭ نامى ياكى ئىجاد قىلغان كىشىنىڭ ئىسمى بىلەن ئاتىلىدۇ .

تەرياقلار يۈرەك ، مېڭە ، جىگەر قاتارلىق رەئىس ئەزالارغا يۈزلەنگەن زەھەرلەرنى قايتۇرۇپ ، ئۇلارنىڭ نورمال خىزمەت ئىقتىدارىنى قوغدايدۇ .
تەرياقلارنى ياساشتا تەركىبىدىكى دورىلارنى سوققاندىن كېيىن ، ھەسەل بىلەن يوغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . 6 ئاي ساقلىغاندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ . قائىدە بويىچە چىنە - قاچىلاردا ساقلىسا ئۈنۈمى 3 - 5 - يىل كەتمەيدۇ .

2 . جەۋارىشلار

جەۋارىشلار — قويۇق دورا ياسالغىلىرى تۈرىدىكى بىر خىل دورا ياسالغىسى بولۇپ ، ياساش ئۇسۇلى مەئجۇن ياساش بىلەن ئوخشاش . لېكىن پەرقى شۇكى ، جەۋا-رىشلارغا چۈشكەن دورىلارنىڭ ئاشقازاندا تۇرغان ۋاقتىنى ئۇزارتىش ئارقىلىق ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدىغانلىقى ئۈچۈن ياسالما تەركىبىدىكى دورىلار يىرىكرەك سوقۇلىدۇ ، ئادەتتە ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلمەيدۇ ياكى شالاڭراق ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ .

1) دورىلىرى يىرىكرەك سوقۇلىدۇ ياكى شالاڭ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ . شۇندىلا دورىنى ئىستېمال قىلغاندا تەسىرى تېزىرەك بولىدۇ .

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

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





- 4 (قىيامغا قوشۇش ئۈچۈن تالقانلانغان شېكەر ئومۇمىي دورا ۋەزىنىنىڭ ئۈچ ھەسسىسىگە توغرا كېلىش ، ئۇندىن ئاز ياكى كۆپ بولماسلىقى لازىم .
- 5 (شېكەر بىلەن ھەسەل بىرگە كەلسە شېكەرنى قىيام قىلمايلا ھەسەلگە ئارىلاش تۈرسا بولىدۇ .

3 . خېمىرلار

خېمىرلار — دورا ياسالمىسى تەركىبىدىكى بىر قىسىم دورىلارنىڭ قاينىتىلما سۈيى بىلەن ، يەنە بىر قىسىم دورا تالقانلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ شېكەر ياكى ناۋات قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇنغا قارىغاندا يۇمشاقراق ياسىلىدىغان بىر خىل دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان .

1 (نۇسخىدا قاينىتىش لازىم دەپ كۆرسىتىلگەن دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ ، بىر كىچىق قايناقسۇغا چىلاپ ، ئاندىن بوش ئوتتا $\frac{1}{3}$ سۈيى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈلىدۇ .

2 (ناۋات ياكى شېكەرنى قاينىتىپ سۈزۈلگەن دورا سۈيىدە قىيام قىلىنىدۇ ياكى نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن ئەرەقلەر بىلەن قىيام قىلىنىدۇ .

3 . قىيامغا سېلىنغان تالقان دورىلار ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلۇشى ۋە ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈشى لازىم .

4 (ئىپار ، زەپەر ، ئەنبەرگە ئوخشاش ئۆتكۈر ، خۇش پۇراقلىق دورىلارنى قىيام بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن قوشۇش ، ئالتۇن ۋەزەق ، كۈمۈش ۋەزەقلىرىنى ياخشى سالاھىيە قىلىپ ئەڭ ئاخىرىدا ئارىلاشتۇرۇپ ياكى ئالغان ۋاقتىدا قىيامنىڭ ئۈستىگە تەكشى سېلىپ پىش لازىم .

4 . زىمادىلار

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

زىمادىلار بەدەن ھارارىتى تەسىرىدە يۇمشاقلىشىدۇ ، ئەمما ئېرىمەيدۇ . چاپسا تېرىدە





خېلى ئۇزاق تۇرىدۇ ، ئاساسەن تېرىنى ئاسرىغۇچى دورا قىلىپ ئىشلىتىلىدۇ . تەركىبىدە كۆپ مىقداردا دورا تالقاتلىرى بولغىنى ئۈچۈن ھۆللۈكنى ، يىرىگىنى قۇرۇتۇش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە . شۇڭا زىمادىلار تېرە ياللۇغىغا ، ھۆل تەھرىمىگە ، شەلۋەرىگە جاراھەتلىرىگە مۇۋاپىق كېلىدۇ . تەركىبىگە قوشۇلغان دورىلارنىڭ خۇسۇسىيەتلىرىگە قاراپ ، قىچىشىنى بېسىش ، ۋەزەملەرنى قايتۇرۇش تەسىرلىرىنى كۆرسىتىدۇ .

زىمادىلار كۆپىنچە ئارپا ئۇنى ، كېپەك ، بىنەپشە قاتارلىقلارغا ياغ ياكى ھەسەل قوشۇپ ياسىلىدۇ . ئىشلىتىش مەقسىتىنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ چۈشىدىغان دورىلارمۇ ئوخشاش بولمايدۇ . بەزىلىرى دورا تالقىنىنى پىشقان تۇخۇم سېرىقى بىلەن گۈلابتا خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

5 . گۈلقەنتلەر

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

گۈلقەنتلەر تەمى تاتلىق بولۇپ ئىستېمال قىلىش ئوڭاي ، بولۇپمۇ كىچىك بالىلار ۋە ياشانغانلارنىڭ ئىستېمال قىلىشىغا باب كېلىدۇ . كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرىدىغان ۋە قۇستۇرىدىغان ئەكىس تەسىرى بولمايدۇ .

تەييارلاشتا دورا ماتېرىيالنىڭ ھۆل ياكى قۇرۇقلۇقى ، شېكەر ياكى ھەسەل قوشۇپ تەييارلىنىشىغا قاراپ تۆت خىل ئۇسۇلدا تەييارلىنىدۇ :

- (1) ھۆل گۈلىنى ئېزىپ ، شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاپتاپقا قويۇپ ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ .
- (2) ھۆل گۈلىنى ئېزىپ ، ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
- (3) شېكەرنى قىيام قىلىپ ، ئېزىلگەن گۈلنى قىيامغا سېلىپ پىشۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
- (4) قۇرۇق گۈلنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، شېكەرنى قىيام قىلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

ياخشى ئېچىلغان گۈل ۋە چېچەكلەرنىڭ گۈل ياپرىقىنى ئېلىپ ، ئاق قىسمى قىر-قىمىپ تاشلىنىدۇ . بولمىسا گۈلقەنتنىڭ تەمى ئاچچىق بولۇپ قالىدۇ ھەمدە شىپالىق ئۈنۈمىگە تەسىر يېتىدۇ .





گۈلنىڭ سېرىق ئۇرۇقلىرى يىغىپ ئايرىۋېتىلىدۇ . گۈلنى توغراش ماشىنىسىدىن ئۆتكۈزۈپ خام ھالدا شېكەر ياكى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ قۇرۇق ۋە سىرلىق قاچىغا ئېلىپ ئاپتاپقا قويۇپ 60 — 45 كۈنگىچە تۇرغۇزۇلىدۇ ھەمدە ھۆل - يېغىن ئاپەتلىرىدىن ھوشيار بولۇپ ئۈستىنى قېلىن داكا بىلەن يېپىش ، دەسلەپتە ھەپتىدە بىر قېتىم ، كېيىنچە 3 - 2 قېتىم ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇش كېرەك . ئارىلاشتۇرۇشتا چوقۇم قۇرۇق ياغاچ چۈمۈچ بىلەن تېگىدىن ئۈستىگە ئارىلاشتۇرۇش لازىم .

گۈلقەنتلەرنىڭ ھەسەل قوشۇپ ياسالغىنى گۈلقەنت ھەسەلى ، شېكەر قوشۇلغىنى گۈلقەنت شېكەرى دېيىلىدۇ . ھەسەل بىلەن ياسالغانلىرىنىڭ ساقلىنىش مۇددىتى 4 يىل ، شېكەر بىلەن ياسالغانلىرىنىڭ 2 يىل بولىدۇ .

6 . لۇبۇبلار

بۇ ، تەركىبىگە مېغىز دورىلار كۆپرەك چۈشىدىغان دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان . لۇبۇبلار بەدەننى سەمىرىتىپ ، باھنى كۈچەيتىش ، مېگە ۋە بۆرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش ھەمدە ساقلىقنى ساقلاشتەك تەسىرلەرگە ئىگە بولۇپلا قالماي ، بەلكى ساغلام كىشىلەرگىمۇ مۇۋاپىق كېلىدىغان غىزائى داۋادۇر .

تەييارلاشتا مېغىزلار چوقۇم پاكىز ۋە يېڭى بولۇشى كېرەك . ئالدى بىلەن مېغىزلار قازاندا قورۇلىدۇ . ئۇندىن كېيىن باشقا يەككە دورىلار بىلەن بىللە سوقۇپ ، ھەسەل قوشۇپ خېمىر قىلىنىدۇ . ئەمما باشقا قويۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىغاندا يۇمشاقراق قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

لۇبۇبلارنى قاچىلاش ، ساقلاش ئۇسۇللىرى ھەمدە ئۇلارنىڭ تۇرۇش مۇددىتى باشقا قويۇق دورا ياسالمىلىرى بىلەن ئوخشاش .

7 . لوئۇقلار

لوئۇق (يالانچۇق) لار — يالاپ ياكى شۈمۈپ ئىستېمال قىلىدىغان قويۇق دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان . ئەمما ئۇ مەشجۇندىن سۇيۇق ، شەربەتتىن قويۇقراق ياسىلىدۇ . ئۇ





مەخسۇس گال ، كاناي ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 لوئۇقلارنى تەييارلاشتا نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن دورىلارنىڭ تەبىئىيىتى ، لوئۇق
 تەييارلاش تەلەپلىرىگە ئاساسەن ئۆز تەرتىپى بىلەن ياسىلىدۇ . ئادەتتە بىر قىسىم
 دورىلارنى چالا سوقۇپ 5 : 1 نىسبەتتە قايناقسۇغا بىر كېچە چىلاپ $\frac{1}{3}$ قالغىچە قاينات-
 قاندىن كېيىن سۈزۈپ ، شېكەر ياكى ناۋات سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ . سوقۇپ تەييارلاپ
 قويغان بىر قىسىم دورا تالقانلىرىنى قىيامغا سېلىپ ياخشى قوچۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇ-
 لىدۇ . بەزىلىرى دورا لۇئابغا ياكى قاينىتىپ سۈزۈلگەن دورا سۈيىگە قوشۇپ ياسىلىدۇ .
 1) لوئۇقلارنىڭ قىيامى كۈچلۈك (چىڭ) بولۇشى كېرەك .
 2) بېھى ئۇرۇقى ، ئىسبەغۇل لۇئابلىرىنى ئېلىشتا بىر ھەسسىگە بەش ھەسسە
 قايناقسۇ قويۇپ شىرىسى چىقىرىلىدۇ . ئىسبەغۇل سوقۇلمايدۇ . نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن
 لۇئاب مىقدارى كەم بولۇپ قالماستىن لازىم .
 3) ئادەتتە ، لوئۇقلارنى ياسىغان ھامان ئىشلىتىشكە بولىدۇ . ھەرگىزمۇ قىزىق
 پېتى قاچىغا ئالماسلىق ھەمدە قاچىلار ناھايىتى پاكىز ، قۇرۇق بولۇشى ، ئاغزى چىڭ يې-
 پىلىشى لازىم . ئەمما ، باشقا قويۇق دورا ياسالماستىن بىر مەزگىل ساقلاش ھاجەتسىز .

8 . مەرھەملەر

بۇ ، دورا تالقانلىرىنى مۇۋاپىق قوشۇمچە ماتېرىياللار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ
 ياسالغان ، تېرە شىللىق پەردىلەرگە سىرتتىن ئىشلىتىشكە ئەپلىك بولغان ، قويۇقراق ھا-
 لەتتىكى دورا ياسالماغا قارىتىلغان .
 مەرھەم دورىلار تەركىبىگە چۈشكەن دورىلارنىڭ خۇسۇسىيەتلىرىگە قاراپ تېرە
 ۋە شىللىق پەردىلەرنى ئاسراش ، سىلىقلاشتۇرۇش ، ئىششىق (ۋەرم) قايتۇرۇش ،
 جاراھەتلەرگە گۆش ئۈندۈرۈش ، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش ، قىچىشىنى بېسىش قاتارلىق
 شىپالىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە . ئۇلارنى ياساشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم :
 ياسالما تەركىبىدىكى قوشۇلىدىغان دورىلار ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلغان ، تەكشى
 ئارىلاشقان ، قويۇق - سۇيۇقلۇقى مۇۋاپىق بولۇشى لازىم . تېرە ۋە شىللىق پەردىلەرگە





چېپىشقا ئاسان بولۇشى ، يېپىشىپ تۇرىدىغان ، سۈپىتى تۇراقلىق ، ئاسان بۇزۇلمايدىغان بولۇشى لازىم . شۇنىڭ بىلەن بىللە تېرىگە سىڭىشلىق بولۇشى ، تېرە ۋە شىللىق پەردىلەرنى ئېچىشتۇرمايدىغان ۋە نورمال خىزمىتىگە دەخلى قىلمايدىغان ، بەدەنگە زەھەرلىك تەسىرى يوق بولۇشى لازىم . مەرھەمنى سۈرۈپ مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن يۇيغاندا ئاسان چىقىپ كېتىدىغان بولۇشى كېرەك .

مەرھەملەرنىڭ قوشۇمچە ماتېرىياللىرى ئاساسەن ھايۋانات ۋە ئۆسۈملۈك ياغلىرى بولۇپ ، كۈنجۈت مېيى ، سېرىق ماي ، زەيتۇن يېغى ، پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى ، گۈل يېغى ، بىنەپشە يېغى ، تۇخۇ يېغى ، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى ، كالا يىلىكى ، ئابدىمىلىك يېغى قاتارلىقلاردىن ئىبارەت . بۇ ياغلارنى تېپىش ، ئېرىتىش ، تەڭشەش ئاسان بولۇپ ، سىڭىشىش ، سىلىقلاشتۇرۇش جەھەتلەردە ياخشى رولغا ئىگە . ئەگەر مۇشۇنداق مەخسۇس دورىلارنى قوشۇش ئارقىلىق بۇزۇلۇشنىڭ ئالدى ئېلىنمىسا ، ئۆزگىرىپ تېرىنى ئېچىشتۇرىدۇ ، ئۇزۇن مۇددەت ساقلىغىلى بولمايدۇ . ئۇندىن باشقا يەنە ھەسەل ، ئاق موم قاتارلىقلارنى قوشۇمچە ماتېرىيال قىلىشقىمۇ بولىدۇ . بۇلار سۇدا ئاسان ئېرىگەچكە تېرىگە شۇمۇرۇلۇشى ياخشى بولۇپلا قالماي ، ئاسان بۇزۇلمايدۇ .

مەرھەملەرنى تەييارلاشتا :

1) ئېرىتمەيدىغان دورىلار ناھايىتى يۇمشاق سۇقۇلىدۇ ۋە قېلىن ئەلگەكتىن ئۆت كۈزۈلىدۇ .

2) ئېرىيدىغان دورىلار سۇيۇق ياغلار بىلەن بىللە بوش ئوتتا قىزدۇرۇپ ئېرىتىلىدۇ .

3) ئۇرۇق دورىلارنى ئالدى بىلەن بىر كېچە قايناقسۇغا چىلاپ دۈملەپ شىرىسى (لۇئابى) نى ئالغاندىن كېيىن ، سوۋۇتۇپ ئاخىرىدا قوشۇپ ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ھەمدە قاينا قىزىتىلىدۇ .

4) بەزى مەرھەملەرنى ياساشتا دورا تالقىنى بىۋاسىتە مايلارغا سېلىنىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . ئۇچۇچان دورىلار سوۋۇتۇلغاندىن كېيىن قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .

6) دورىلارنى ياغ سوۋۇپ دورا قېتىپ قالغىچە تېزلىك بىلەن توختىماي ئارىلاشتۇرۇۋېلىش لازىم .



بۇ بىر قانچە خىل دورىلارنى ئۆز تەبىئىيىتى ۋە خۇسۇسىيىتىگە ئاساسەن مەخسۇس ئۇسۇللار بىلەن تالقانلاپ ئەلگەپ بىر - بىرىگە قوشۇپ ، ھەسەل ، شېكەر ، ناۋات قىياملىرى بىلەن يۇغۇرۇپ قويۇق خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈلگەن دورا ياسالمايلىرىغا قارىتىلغان .

مەئجۇنلەر تەمى ۋە ئومۇمىي خۇسۇسىيىتى تەڭشەلگەن بولۇپ ئىستېمال قىلىشقا ئوڭاي ، ساقلاپ ئىشلىتىشكە ئەپلىك ، ئاسانلىقچە قۇۋۋىتى كەتمەيدۇ ، كەڭ تەسىرگە ئىگە . ئەمما ، بەدەنگە شۇمۇرۇلۇشى ئاستا بولغاچقا كۆپىنچە سوزۇلما خاراكتېرلىك كېسەللىكلەردە ئىشلىتىلىدۇ . مەئجۇنلار پەقەت ئىچىدىن ئىستېمال قىلىشقا تەييارلىنىدۇ .

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

(1) نۇسخىدا ھېلىيلە ، تۇربۇد قوشۇلغان بولسا ، دورا تالقىنى بادام يېغىدا ياغلىنىدۇ . ئەگەر يىلىم دورىلار بولسا ، مۇسەللەسكە چىلاپ ئېرىتىپ ئاندىن قوشۇلىدۇ .
(2) زەپەر ، ئەنبەر ، مەرۋايىت ، بىخ مارجان ، كەھرىبا ، ئەقىق ، ياقۇت ۋە سەدەبكە ئوخشاش دورىلار بولسا ، ئايرىم - ئايرىم ئېزىپ (سالاپە قىلىپ) ئەڭ ئاخىرىدا قوشۇلىدۇ . كۆز دورىلىرىدا قائىدە بويىچە بەزى دورىلار ، مەسىلەن : مەرۋايىت قاتارلىقلار ئالدى بىلەن كۈشتە قىلىنىدۇ .

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

(4) مەئجۇن دورىلار ئىشلىتىشتىن 1 - 3 ئاي ئىلگىرى ياسالسا ياخشى بولىدۇ . ئادەتتە دورا ياسالمىسى تەركىبىدىكى دورىلارنىڭ بىر - بىرى بىلەن تولۇق رېئاكسىيىلىك شىپ ئۈنۈمى ئېشىشى ئۈچۈن ، دورا ياسالمىسىنى قاچا بىلەن ئارىپغا 40 كۈن كۆمۈپ ئاندىن ئىشلەتكەن ياخشى .



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

10. مۇفەررىھلار

بۇ، تەركىبىگە كۆڭۈلنى خۇشلاندۇرغۇچى دورىلار كۆپرەك چۈشىدىغان ھالۋىسىمان دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان. مۇفەررىھلار مېڭە، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش، كۆڭۈلنى خۇشلاندۇرۇش ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە. مۇفەررىھ دورىلارنى ياساش، قاچىلاش، ساقلاش ئۇسۇللىرى ھەمدە تۇرۇش مۇددىتى باشقا قويۇق دورا ياسالمىلىرى بىلەن ئوخشاش.

11. ئىتريپىللار

بۇ، قويۇق دورا ياسالمىلىرى تۈرىدىكى بىر خىل دورا ياسالمىسى بولۇپ، ياسىلىشى ئاساسىي جەھەتتە مەئجۇنلەر بىلەن ئوخشاش، بىراق ئىتريپىللار تەركىبىگە ھېلىيە، بېلىيە، ئامىيە قاتارلىق دورىلار باش دورا بولۇپ چۈشىدىغان بولغاچقا ياساش ھالقىلىرىدا مەلۇم پەرقلەر بار. مەسىلەن، ھېلىيە، بېلىيە ۋە ئامىيە قاتارلىق مېۋە دورىلار ئايرىم - ئايرىم سوقۇلۇپ، تالقانلاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ بولغاندىن كېيىن سېرىق ياغ ياكى بادام يېغىدا ياغلىنىدۇ. باشقا دورىلار سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ، ياغلانمايدۇ. شېكەرنى قىيام قىلىپ ياكى كۆك ئۈزۈمنى سوقۇپ دورا تالقانلىرى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ يۇغۇرۇپ ياسىلىدۇ.

ئىتريپىللار تەركىبىگە قاراپ ئىتريپىل ساددە ۋە ئىتريپىل مۇرەككەپ دەپ ئىككى خىلغا بۆلۈنىدۇ. ئىتريپىل ساددە پەقەت ھېلىيە، بېلىيە ۋە ئامىيەلەر بىلەن ياسىلىدۇ. ئاشقازان - ئۈچەينى قۇرۇتۇش، ئەسەبىنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش ۋە كۆزنى روشەنلەشتۈرۈش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ. ئىتريپىل مۇرەككەپنىڭ تەركىبىگە يۇقدىكى 3 ياكى 5 خىل دورىدىن سىرت يەنە باشقا دورىلارمۇ قوشۇپ ياسىلىدۇ. ئىتريپىللارنىڭ نامى شۇ نۇسخىدىكى ئاساسلىق دورا ياكى شۇنىڭغا ياردەملەشكۈچى تەسىرگە ئىگە قوشۇمچە دورىنىڭ ئىسمى بىلەن ئاتىلىدۇ. ياساشتا





تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىندۇ :

(1) دورىلار ئۈندەك يۇمشاق سوقۇلۇشى ۋە قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈشى ، خۇسۇسەن ھېلىلە ، بېلىلە ، ئامپىلەلەر سوقۇلغاندىن كېيىنمۇ يەنە ئايرىم سالاھىيە قىلىپ تەييارلىنىشى لازىم .

(2) ھېلىلە ، بېلىلە ، ئامپىلەلەرنى سالاھىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن بادام يېغى (ھېچ بولمىغاندا سېرىق ياغ) بىلەن ياغلاش ، ياغنى بىر ئاز ئىسسىتىپ ياغلاش لازىم . ياغلانمىسا ئۈچەيگە زىيان قىلىدۇ .

(3) قان تازىلاش ، ئاغرىق پەسەيتىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدىغان ئىتريپىلى كەشنىز ، ئىتريپىلى شاھتەررە ، ئىتريپىلى سەغرى قاتارلىقلارنى شېكەر قىيامىدا تەييارلىغانغا قارىغاندا كۆك ئۈزۈم بىلەن تەييارلىغان ياخشى . چۈنكى كۆك ئۈزۈمنىڭ قان ساپلاشتۇرۇش ۋە ماددىلارنى تازىلاش تەسىرى ياخشى .

(4) ئىتريپىللارنى ياساش ۋە قاچىلاشتا تۆمۈر سايمانلارنى ئىشلەتمەسلىك لازىم . بولمىسا دورىلار تۆمۈر بىلەن رېئاكسىيىلىشىپ دورا رەڭگى قارىداپ قالىدۇ . شۇڭا ئەڭ ياخشى شىشە ، چىنە ، سىرلىق قاچىلارنى ئىشلىتىش لازىم .

(5) ئىتريپىللار تەييارلانغاندىن كېيىن بىرەر ئايدىن ئارتۇق تىندۇرۇپ ئاندىن ئىشلىتىش كېرەك . تۇرۇش جەريانىدا قاينىغاندەك بولدۇقلاپ تۇرىدۇ ، ئېچىمايدۇ . قاچىنىڭ ئاغزىنى پات - پات ئېچىپ تۇرۇش لازىم .

(6) سەۋەنلىك تۈپەيلىدىن سۈپىتى ئۆزگىرىپ كەتمىسىلا بىر يىلدىن ئۈچ يىلغىچە ئۈنۈمنى ساقلىغىلى بولىدۇ . ئۈنىڭدىن كېيىن قۇۋۋىتى تۆۋەنلەيدۇ ياكى يوقىلىدۇ . ئىتريپىللار ئادەتتە بەدەندە 5 - 12 سائەت تەسىرىنى كۆرسىتەلەيدۇ ، شۇڭا كۈنىگە 2 قېتىم ئىستېمال قىلىندۇ .

12 . ئىيارەجلەر

ئىيارەج (ئاچچىق تەملىك دورا ياسالما) لەر — قويۇق دورا ياسالمالىرى تۈرىگە كىرىدىغان ياسالما بولۇپ ، پەقەتلا تەمى ئاچچىق بولغانلىقى ئۈچۈن ئىيارەج دەپ ئاتالغان .

ئىيارەجلەر قويۇق ۋە بۇزۇق ماددىلارنى بەدەننىڭ چوڭقۇر جايلىرىدىن تارتىپ چىقىرىپ بەدەن سىرتىغا ھەيدەش ، بەدەندىكى ماددىلارنى ئۆزئارا ماسلاشتۇرۇش ،





ياخشىلاش ۋە زىيانسىزلاندۇرۇشتەك ئالاھىدە خۇسۇسىيەتلىرى بىلەن باشقا ئادەتتىكى سۈرگە دورىلىرىدىن پەرقلەنىدۇ .

ئىپپارەجلەرنى ياساش ئۇسۇلى ئىتتىرىيىپىللارنى تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش . بىراق ، ئىپپارەجلەر تەركىبىدىكى دورىلار تاللىنى ياغ بىلەن ياغلانمايدۇ ھەمدە ئاددى ياكى مۇرەككەپ دەپ ئايرىلمايدۇ .

ئىپپارەجلەرگە نام بېرىشتە تەركىبى ۋە ئىشلىتىش مەقسىتى ئاساس قىلىنماستىن بەلكى شۇ ياسالمنى ئىجاد قىلغۇچى كىشىنىڭ نامى دورا ئىسمى قىلىنىدۇ . ئىپپارەجلەرنىڭ تۇرۇش مۇددىتى ئىتتىرىيىپىللار بىلەن ئوخشاش .

ئىككىنچى ، قاتتىق دورا ياساللىرى

1 . بانادۇقلار

بانادۇق — پىندۇق شەكلىگە ئوخشايدىغان قاتتىق دورا ياساللىرى بولۇپ ، ئۇلارنىڭ بىر تەرىپى ياپىلاق ، بىر تەرىپى توم يۇمىلاق كېلىدۇ . دورا ياسالمنىڭ نامى شۇ دورا ياساللىرى تەركىبىدىكى ئاساسلىق دورىنىڭ نامى ياكى دورا ياساللىرىنىڭ تەسىرى بىلەن ئاتىلىدۇ ، مەسىلەن : بانادۇق بوزورى (ئۇرۇقلاردىن ياسالغان بانادۇق) ياكى بانادۇق ئىدرار (سۈيدۈك ھەيگۈچى بانادۇق) قا . تارلىقلار .

بانادۇقلار ئاساسەن سۈيدۈك يوللىرى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

2 . شىپاقلار

شىپاق (شامچە) دورىلار — يۇمشاق سوقۇلغان دورا تاللىلىرىغا مۇۋاپىق كېلىدىغان قوشۇمچە دورا ماتېرىياللىرىنى قوشۇپ ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدىغان قاتتىق دورا ياساللىرى بولۇپ ، بۇرۇن ، كۆز ، قۇلاق ، مەقئە ۋە سۈيدۈك يولى قاتارلىق



بوشلۇقلارغا كىرگۈزۈپ كېسەل داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

شىياقلار بوشلۇقلارغا كىرگۈزۈلگەندىن كېيىن يۇمشاپ ئېرىش ، تېز شۈمۈرۈلۈش ، بەدەن بوشلۇقلىرىدىكى سۇيۇقلۇقلار بىلەن قوشۇلۇپ ئۆزىنىڭ شىيالىق تەسىرىنى تەدرىجىي كۆرسىتىشتەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە .

بەزى دورا ياسالغىلىرىنى ئېغىز ئارقىلىق ئىستېمال قىلغاندا ئاشقازاننى كۈچلۈك غىدىقلايدۇ ياكى ئاشقازان سۇيۇقلۇقى تۈپەيلىدىن ئۈنۈمى زىيانغا ئۇچرايدۇ ، پەزىلىرى جىگەرگە زىيان قىلىدۇ . شۇڭا ، بەدەننىڭ يۇقىرىدا سۆزلەنگەن بوشلۇقلىرىدىكى بەزى كېسەللىكلەرگە بىۋاسىتە دورا ئىشلىتىپ داۋالاش زۆرۈر بولۇپ قالىدۇ . شۇ سەۋەبلەردىن شىياق ياساپ ئىشلىتىلىدۇ .

شىياقلار ئېغىز ئارقىلىق دورا ئىستېمال قىلالمايدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ . ئۇنىڭ شۈمۈرۈلۈشى تېز ، ئۈنۈمى ياخشى . تەسىرى بەدەندە ئۇزۇن ساقلىنىدۇ . لېكىن ئىشلىتىش قولايىسىزراق ، ياساش تەسەرەك ، تەننەرقى قىممەتەرەك .

شىياقلارنى تەييارلاشتا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ نېپىز ئەگلەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئۇنىڭغا سۇ ، كاكاۋۇ يېغى ، ئاق موم ۋە قوي يېغىنى باراۋەر مىقداردا قوشۇپ ، ئېرىتىلگەن مۇۋاپىق قوشۇمچىلارنى سېلىپ خېمىر قىلىپ ، قول ياكى قىلىپتا شىياق قىلىنىدۇ . قول بىلەن تەييارلىغاندا تەييار بولغان خېمىرنى بىر خىل تەكشىلىكتە پىلتە قىلىش كېرەك . بۇنىڭ ئۈچۈن تۈز تاختاي ئۈستىدە يەنە بىر نېپىز تاختاي بىلەن خېمىرنى تەكشى بېسىپ يۇمىلىتىلىدۇ . پىلتە كۆز مۆلچىرىدە باراۋەر بۆلەكلەرگە كېسىلىدۇ . چاپلىشىپ قالماسلىق ئۈچۈن تاختاي يۈزىگە ئازراق تالكۇم تالقىنى سېپىلىدۇ ۋە ئىشلىتىش ئورنىغا قاراپ تېگىشلىك شەكىلگە كىرگۈزۈلىدۇ . نۆۋەتتە ساقلاش مۇددىتىنى ئۇزارتىش ، تەسىر قىلىش ئۈنۈمىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش ئۈچۈن يار يىلىم ، قويۇقلاشتۇرۇلغان گىلىتسىرىن ۋە باشقىلار ئىشلىتىلمەكتە .

شىياقلارنى ساقلاشتا دورا تەييار بولغاندىن كېيىن ئۇنى موم قەغەز ، ئەينەك قەغەزلەرگە يۆگەپ ئاندىن ئەينەك شىشە ياكى قەغەز قۇتىغا سېلىپ ساقلىنىراق يەردە قويۇپ ساقلاش لازىم .

شىياق تەييارلاشتا تازىلىققا ئالاھىدە دىققەت قىلىش ، قوشۇمچىلارنىڭ قويۇقلۇقى ۋە سۈپىتىنى ياخشى ئىگىلەش لازىم . ئۇنداق بولمىغاندا شىياق دورىلارغا قويۇلىدىغان



تەلەپلەرگە يەنى ، ئۆي تېمپېراتۇرىسىنىڭ دورا قاتتىقلىق ھالىتىنى ساقلاش ، ئىشلىتىش جەريانىدا شەكلى ئۆزگىرىپ كەتمەسلىك ، شىللىق پەردىلەرنى غىدىقلىماسلىق ۋە ئاسان بۇزۇلۇپ قالماسلىقتەك قاتارلىق تەلەپلەرگە يەتكىلى بولمايدۇ .

3 . فېتىلىلەر

فەتىلەر (پىلىكۇچ) — سۈيدۈك يولى ، بۇرۇن ۋە قۇلاق تۆشۈكلىرىگە تىقىپ قويۇلىدىغان پىلتىسىمان قاتتىق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان .
ئۇلارنى ياساش ئۇسۇلى شىياقلار بىلەن ئوخشاش بولۇپ ، ئاساسەن بۇرۇن ، قۇلاق ۋە سۈيدۈك يولى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

4 . فەرزىجىلەر

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

5 . قۇرسىلار

قۇرس (توقۇچاق) لار — بىر خىل ياكى كۆپ خىل دورىلارنى ئۈندەك تال قانلاپ ، ئۇنىڭغا شەكىل ياسىغۇچى ، چاپلاشتۇرغۇچى ، سىلىقلاشتۇرغۇچى ھەمدە مايلىرىنى ئۆزىگە سۈمۈرۈپ ئالالايدىغان ، ئاسان پارچىلىنالايدىغان قىلغۇچى قوشۇمچە ماددىلارنى قوشۇپ ئۇششاق مۇنەكچىلەرگە ئايلاندۇرۇپ ، مەخسۇس قۇرس قېلىپى ياكى قۇرس ماشىنىلىرىدا بېسىپ تۈگمە شەكلىدە چىقىرىلىدىغان ، مەلۇم مىقدار ئۆلچىمى بولغان قاتتىق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان . ئۇلار تۆۋەندىكىدەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە :





(1) دورا مىقدارى ئېنىق ۋە توغرا ، سۈپىتى تۇراقلىق ، ھەجمى كىچىك ، ئىستېمال قىلىش ، ئېلىپ يۈرۈش ، يۆتكەش ۋە ساقلاش ئەپلىك بولۇشتەك ئارتۇقچىلارغا ئىگە بولۇشتىن سىرت ، ماشىنا مەشغۇلاتى قولايلىق ، تەنھەرقى ئەرزان بولۇشتەك ئەۋزەللىكلەرگە ئىگە .

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

(1) كىچىك بالىلار ۋە بىھۇش بىمارلارغا مۇۋاپىق كەلمەيدۇ .

(2) ياساش ۋە ساقلاشتا دىققەت قىلىنمىسا سۈپىتىگە تەسىر يېتىشى مۇمكىن . شۇڭا ، قۇرسىلارنى ياساشتا تۆۋەندىكىدەك تەلەپلەر قويۇلىدۇ :

(1) تەركىبى ۋە مىقدارى توغرا بولۇشى ، شەكلى تۇراقلىق ، تەكشى ، رەڭگى بىر خىل ، كۆرۈنۈشى سىلىق بولۇشى ، ئاشقازان ۋە ئۈچەيدە ئېرىگىدەك قىلىپ ياسىلىشى لازىم .

(2) قۇرسى دورىلارغا قوشۇلىدىغان قوشۇمچە ماتېرىياللار چوقۇم سۈپىتى تۇراقلىق ، زىيانسىز ، ئېران ، مەنبەسى مول بولغاننىڭ سىرتىدا ئۇ چوقۇم ئاساسىي دورا بىلەن رېئاكسىيەلەشمەيدىغان ۋە سۈپىتىگە تەسىر يەتكۈزمەيدىغان بولۇشى شەرت . قۇرسىلارنى ياساشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم :

(1) مىقدارى ئېنىق يېزىلىشى كېرەك . ئادەتتە قۇرسىلار 0.5 گراملىق قىلىپ تەييارلىنىدۇ ، بەزىدە بىر گراملىق قىلىپمۇ ياسىلىدۇ .

(2) قۇرسى دورىلارنى ئېھتىياجغا قاراپ ياساش لازىم . ئادەتتە قۇرسى دورىلار ئالتە ئايدىن بىر يىلغىچە ئۆز قۇۋۋىتىنى ساقلايدۇ ، ئۇندىن كېيىن قۇۋۋىتى ئازىيىشقا باشلايدۇ . ئەگەر كۆپرەك ئىشلەپچىقىرىش توغرا كەلسە رېتسېپتا كۆرسىتىلگەن دورىلارنى ئۆز نىسبىتى بويىچە توغرا كۆپەيتىپ تەييارلاش ، ھەرگىزمۇ كۆز مۆلچىرى بىلەن تەييارلىماسلىق لازىم .

(3) دورا تەييارلاش ئۆيى پاكىز ، سايمانلار تولۇق ۋە ئۆلچەملىك بولۇشى ، تەييار بولغان دورىلارنى قاچىلاش ۋە ساقلاشقا سەل قارىماسلىق ، كۈن نۇرى ، نەملىك ، تۇپا - چاڭلاردىن مۇھاپىزەت قىلىش لازىم . سۈپىتى ، رەڭگى ئۆزگەرگەن دورىلارنى قەتئىي ئىشلەتمەسلىك لازىم .



ھەب (كۇمىلاچ) لار — دورىلارنى ئۇندەك يۇمشاق سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈ-زۈپ مۇۋاپىق كېلىدىغان چاپلاشتۇرغۇچىلار (مەسىلەن ، ھەسەل سۈيى ، دورا سۈيى ياكى قايناقسۇ قاتارلىقلار) بىلەن خېمىر قىلىپ ، ئاندىن بەلگىلىك چوڭلۇقتىكى كۇمىلاچ (شارچە) ھالىتىگە كەلتۈرۈلگەن دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان . ھەبلەر تۆۋەندىكىدەك ئارتۇقچىلىقلار ئىگە :

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

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

چاپلاشتۇرغۇچىلار ھەب ياساشتا كەم بولسا بولمايدىغان قوشۇمچە ماتېرىيال . ئۇنىڭ مۇۋاپىق تاللىنىش — تاللانماسلىقى دورىنىڭ سۈپىتىگە زور تەسىر كۆرسىتىدۇ . شۇڭا چاپلاشتۇرغۇچى ماتېرىياللار ئومۇمەن ئاساسىي دورىنىڭ شىپالىق ئۈنۈمىگە تەسىر يەتكۈزمەسلىكى ، ھەبلەرنىڭ ھەجىمىنى چوڭايتىۋەتمەيدىغان بولۇشى ، چاپلاشقانلىقى كۈچلۈك بولۇشى ۋە ئادەتتىكى تېمپېراتۇرىدا سۈپەت ۋە سان جەھەتتىن ئۆزگىرىش بولمايدىغان بولۇشى ھەمدە ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن دورىنىڭ تەمىنى ۋە سىڭىشىنى ئىلگىرى سۈرەلەيدىغان بولۇشى لازىم . ھەبلەرنى ياساشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم :

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

(2) ھەبىنىڭ سۈپىتى ۋە تېز سىڭىشىغا تەسىر يەتمەسلىكى ئۈچۈن دورىلار ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلۇشى ۋە قېلىن ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈلۈشى كېرەك (80 — 100 — نومۇرلۇق ئەلگەكلەرگە توغرا كېلىدۇ) .

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

(4) ھەبلەرنىڭ چوڭ — كىچىكلىكى بىر خىل ۋە نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن مىقداردا بولۇشى شەرت .

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

ئۈچىنچى ، سۇيۇق دورا ياسالمىلىرى

1 . ئەرەقلەر

بۇ ، دورىلارنى قاينىتىپ مەخسۇس ئەرەق تارتىش ئەسۋابلىرى ئارقىلىق چىقىرىلغان دورىلىق پار سۈيىگە قارىتىلغان . پەقەت بىر خىل دورىدىن ئېلىنغان ئەرەق ئاددىي ئەرەق ، كۆپ خىل دورا ماتېرىياللىرىنى قاينىتىپ ئېلىنغان ئەرەق مۇرەككەپ ئەرەق بولۇپ ھېسابلىنىدۇ .

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

ئەرەقلەرنى تەييارلاشتا ئومۇمەن بىر ھەسسە دورىغا ئالتە ھەسسە قايناقسۇ قويۇپ ئىككى لىتر ئەرەق ئېلىنىدۇ . بىر قىسىم قاتتىق دورىلارنى بىر كېچە قايناقسۇغا چىلاپ ، ئاندىن كېيىن پار قازىنىغا سېلىپ ئۇزۇن قاينىتىلىدۇ . تەمى تېز چىقىدىغان گۈل - چېچەكلەر ئالدىدىن چىلانمىسىمۇ بولىدۇ . ئوت چوقۇم بىر خىل ۋە مۇلايىم بولۇشى لازىم . ئەرەقنىڭ رەڭگى سۈزۈك بولۇشى ، دۇغ ياكى كۆيۈك تەملىك بولماسلىقى ، رەسمىي قالايمىقىغا ئېلىشتىن بۇرۇن چوقۇم تەكشۈرۈلۈشى لازىم . پار قازىنى تەلەپكە لايىق ، ھىم بولۇشى ، ئاغزى چىڭ بېكىتىلىشى كېرەك . تەلەپكە لايىق قاچىلانسا قۇۋۋىتى بىر يىلغىچە تۇرىدۇ .

2 . تىزابلار

تىزاب (كىسلاتالىق سۇيۇقلۇق) لار — قاتتىق جىسىم ھالىتىدىكى دورىلارنى مەخسۇس ئىشلەنگەن ئەسۋابلارغا قاچىلاپ ، ئىسسىقلىق تەسىر قىلدۇرۇش ئارقىلىق گاز



ھالىتىگە كەلتۈرۈپ تامچىلىتىپ ئېلىنىدىغان كىسلاتالىق سۇيۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان ، ئۇلار تۆۋەندىكىدەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە :

(1) كۆزگە كۆرۈنەرلىك ئۈنۈمگە ئىگە بولۇپ ، سىرتقى كېسەللىكلەرگە بولۇپمۇ جاھىل تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

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

(3) ئۇزۇنراق ساقلىسىمۇ بۇزۇلۇپ ، ئۆزگىرىپ قالمايدۇ .

تىزابنى تەييارلاش مۇرەككەپ ئەمەل بولۇپ ، ئادەتتە تۆۋەندىكىدەك ئۇسۇللار قوللىنىلىدۇ :

(1) چەترەك بىر جايغا ھەممە تەرىپى ھىم قىلىپ بىر كىچىك خىش ئۆي سېلىنىدۇ . ئۆينىڭ ئوتتۇرىغا سىرلىق لېگەن ياكى پەتنۇس قويۇپ ، كىچىكرەك چىنە تۆمۈرچىنىڭ چوققىسى بىلەن گىلى ھېكمەت قىلىنىپ لېگەنگە پۇختا توختىتىلىدۇ . چىنە ئىچىگە دورىنى سېلىپ ، ئاغزى چوڭ تۆشۈكلۈك سىم تور بىلەن يېپىلىدۇ . ئاندىن چوڭراق پىيالە ئېلىپ ئاستىدىكى غىدىرلىكىدىن يىپ بىلەن چىگىپ ، دۈم قىلىپ دورا سېلىنغان چىنەنىڭ ئۈستىدىكى سىم تورغا تەگكۈدەك يېقىنلاشتۇرۇپ يىپنىڭ ئۈچىدىن تورۇسقا ئېسىپ قويۇلىدۇ . ئاندىن چىنەدىكى دورىغا ئوت يېقىپ قىزدۇرۇلىدۇ . دورا كۆيۈپ ئۈنىڭدىن چىققان گاز پىيالغا ئۇرۇلۇپ تامچىلاپ لېگەنگە چۈشىدۇ . مانا بۇ تىزاب دورا بولىدۇ .

(2) ئۆشۈدۈردى تىزاب تەييارلاشتا ئەرەق تارتىش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ .

(3) ھازىر مەخسۇس ياسالغان تىزاب چىقىرىش ئەسۋابلىرى بىلەن زامانىۋى ئۇسۇلدا تىزاب چىقىرىلىدۇ . تىزابلارنى تەييارلاش ۋە ئىشلىتىشتە تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم :

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

(2) مۇھىتنى بۇلغاپ قويماسلىق ئۈچۈن تىزاب چىقىرىدىغان ئۆينىڭ ھەممە يېرى ھىم ئېتىلگەن بولۇش كېرەك .

(3) ئىشلىتىش مىقدارىنى تىزگىنلەش لازىم ، چۈنكى كۆپرەك ئىشلەتسە بەدەن گۆشلىرىنى سېسىتىپ قويدۇ .

(4) تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلەتكەندە تېرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلارغا



ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش ئارقىلىق ، تىزىملىك ئادەم بەدىنىگە بولغان زىيانلىق تەسىرىنى ئازايتىش كېرەك .

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

3 . پاشويلار

پاشويە — پۇتنى ياكى زۆرۈر تېپىلغاندا قولى قىزىق يېتى چىلاپ ئولتۇرۇشقا تەييارلانغان مەخسۇس دورا قاينىتىلمىسىغا قارىتىلغان .

پاشويە ئۇسۇلى ئاساسەن مۇفاسىل ، نىقرەس ۋە باش ئاغرىشنى داۋالاشقا قوللىنىلىدىغان بولۇپ ، ئىشلىتىش ئوڭاي ، تەسىرى تېز ، ئۈنۈمى يۇقىرى .

پاشويىنى تەييارلاشتا بىر ياكى بىر قانچە خىل دورىنى بىرلەشتۈرۈپ ، تەمى پۇ-تۈنلەي چىققىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

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

4 . رەۋغەنلەر

بۇ ، ھايۋانات ۋە ئۆسۈملۈك ياغلىرى شۇنداقلا مۇشۇ ياغلار بىلەن تەركىبلىنىپ ، گۈل — چېچەك ، ياغاچ غوللۇق ياكى يىلتىزلىق ئۆسۈملۈك دورا چۈشكەن ھەمدە مەخسۇس ئۇسۇل بىلەن تەييارلىنىپ بەدەن سىرتىنى ياغلايدىغان سۇيۇق دورا ياسالمىسىغا قارىتىلغان .

ياغ دورىلارنىڭ تەركىبى ۋە خۇسۇسىيەتلىرىگە قاراپ ، ئىششىق قايتۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، تېرە ، پەي ، مۇسكۇللارنى يۇمشىتىش ياكى چىڭىتىش ، يەل تارقىتىش مەقسەتلىرىدە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ . ياغ دورىلارنىڭ دورا مەنبەسى كەڭ ، ئاسان تېپىلىدۇ . تەييارلاش ۋە ئىشلىتىش ئاسان ، ئۈنۈمى تېز . ئۇلارنى تەييارلاش ئۇسۇلى ۋە دىققەت قىلىدىغان ئىشلار تۆۋەندىكىچە :

1) ھايۋانات ياغلىرىنى تەييارلاشتا گۆش ۋە بەزلەردىن تازىلانغان ياغ قازاندا ئې-

رىتىپ تەييارلىنىدۇ .

(2) مېغىز ۋە ئۇرۇق ياغلىرى ياغ چىقىرىش كارخانىلىرىدا تەييارلىنىدۇ .

(3) گۈل - چېچەكلەردىن ياغ تەييارلاشتا گۈلنىڭ لازىملىق قىسمىنى قىرقىپ ئېلىپ ، 4 - 3 ھەسسە كەلگۈدەك زەيتۇن يېغى ، بادام يېغى ياكى كۈنجۈت ياغلىرىنىڭ بىرىگە 30 كۈن چىلاپ ، ئاغزىنى ھىم ئېتىپ ئاپتاپقا قويۇلىدۇ . ئاپتاپتا قويۇش جەريانىدا 3 - 2 كۈندە بىر قېتىم ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ . گۈلنىڭ تەمى پۈتۈنلەي مايغا ئۆتۈپ ، مايدىن گۈل پۇرىقى كەلگەندە تىرىپلىرىنى سىقىپ ، سۈزۈپ ، قاچىلاپ ئىشلىتىلىدۇ ياكى مەلۇم مىقداردىكى گۈلنى ئۈچ ھەسسە قايناقسۇغا بىر كېچە چىلاپ ، يۇمشاق ئوت بىلەن سۈيى تۈگىگىچە قاينىتىپ (كۆيدۈرۈۋەتمەي) ، سىقىپ سۈيىنى ئېلىپ ، تۆت ھەسسە كۈنجۈت يېغى قوشۇپ ، سۇ تەركىبى تۈگەپ ياغ قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ قاچىلاپ ساقلىنىدۇ .

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

5 . سىركەنجىبىنلەر

سىركەنجىبىن (سىركىلىك قىيام) لار — قاينىتىلغان دورا سۈيىگە شېكەر ۋە ئۈزۈم سىركىسى قوشۇپ تەييارلانغان دورا ياسالغىلىرىغا قارىتىلغان .
سىركەنجىبىنلەرنى تەييارلاشتا دورىلارنى چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزگەندىن كېيىن ، شېكەرنى سېلىپ ئېرىتىپ ، ئاخىرىدا سىركىنى قۇيۇپ ئۆزلەشكە تەمىشەلگەندە ئوتتىن چۈشۈرۈلىدۇ . سىركىنى قۇيغاندىن كېيىن قاينىتىشقا بولمايدۇ . ئۇنى تەييارلاشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش لازىم :

(1) ئەگەر سىركەنجىبىننىڭ رەۋىن قوشۇشقا توغرا كەلسە رەۋەننى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئوتتىن چۈشۈرۈلگەن قازانغا سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاش ، ھەرگىز قايناتماسلىق لازىم .

(2) سىركە قوشۇلغان دورا تەركىبىدە قىزىلگۈل بولسا ياكى تۆمۈر قازاندا قايناتسا

ياسالما قارىيىپ قالىدۇ . شۇڭا ئۇنى سىرلىق قاچىدا قاينىتىش لازىم ياكى سىركىنى تېمىپ قوشۇش ياكى دورىنى چىلىغاندا سىركىنى قايناقسۇ بىلەن بىرگە قوشۇپ چىلاش ۋە بىرگە قاينىتىش كېرەك . شۇندىلا قارىداپ قېلىشتىن ساقلىغىلى بولىدۇ .

(3) سىركەنجىبىنى كۈچلۈك تەييارلاش ، ئىستېمال قىلىش ۋاقتىدا قايناقسۇ قوشۇپ ئىچىش لازىم .

(4) سىركەنجىبىنى ھەرگىز تۆمۈر ياكى ئاليۇمىن قاچىغا ياكى ھەر قانداق ھۆل قاچىغا ئالماسلىق كېرەك .

(5) شېكەر ۋە سىركە ئۆلچەملىك بولۇشى ، سىركە ئاخىرىدا قوشۇلۇشى ، قاينىتىلماسلىقى لازىم ، بولمىسا كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرىدۇ .

ياخشى ۋە تەلەپكە لايىق تەييارلانغان سىركەنجىبىنلەرنى 3 ئاي ساقلىغىلى بولىدۇ .

6 . شەربەتلەر

بۇ ، دورا ماتېرىياللىرىنىڭ ئۆزىدىن سىقىپ ئېلىنغان سۈيى ياكى قاينىتىپ ئېلىنغان سۈيىگە قەنت ، شېكەر ياكى ھەسەل قوشۇپ قاينىتىپ تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالغىلىرىغا قارىتىلغان . ئۇلارنى تەييارلاش ئادەتتە تۆۋەندىكىدەك :

(1) ھەر خىل مېۋىلەرنىڭ سىقىۋېلىنغان سۈيىگە بەلگىلىك مىقداردا شېكەر سېلىپ ، پەس ئوتتا قاينىتىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .

(2) بىر ياكى بىر قانچە خىل ئۆسۈملۈك دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ ، قاتتىقلىرىنى ئازراق سوقۇپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ ئاندىن مۇلايىم ئوتتا قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ $\frac{2}{3}$ قىسمى قالغاندا دورىلارنى سىقىپ سۈزۈپ ،

بەلگىلەنگەن مىقداردا شېكەر سېلىپ يەنە مۇلايىم ئوتتا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

شەربەتلەردە سۇيۇق دورىلاردىكى ئالاھىدىلىكلەردىن سىرت ، يەنە تاتلىق ۋە ئىچىشكە ئوڭاي بولۇشتەك ئالاھىدىلىكلەر بار . شەربەتلەر ئەگەر يىلتىز دورىلاردىن تەركىبىلەنگەن بولسا مائۇلۇسۇل (يىلتىزلار سۈيى) ، ئۇرۇق دورىلاردىن تەييارلانغان بولسا شەربىتى بوزورى (ئۇرۇقلار شەربىتى) ، ئەگەر سىركە قوشۇپ ياسالغان بولسا سىركەنجىبىن دېيىلىدۇ . شەربەتلەرنى تەييارلاشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش

كېرەك :

1 (شەربەت دورىلار تەركىبىدىكى يىلتىزلار يۇمشاق ، ئۇرۇقلار يىرىك سوقۇلىدۇ . مېۋە ، گۈل ، يوپۇرماقلار سوقۇلمايدۇ . ئۇچۇچان خۇسۇسىيەتلىك دورىلاردىن زەپەر ، ئىد پار قاتارلىقلار ، مەستكى قاتارلىق يىلىم دورىلار ۋە قايناتسا مەلۇم خىمىيىۋى تەركىبلىرى بۇزۇلۇپ كېتىدىغان دورىلار ، مەسىلەن : رەۋەن قاتارلىقلار قاينىتىلمايدۇ ، بەلكى تالقانلاپ قاينىتىلغان دورىلارنىڭ سۈزۈلمىسىگە قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

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

2 (شەربەتنى تەييارلاشتا پاكىزلىققا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش ، ئادەم ، جابدۇق ۋە مۇھىت تازىلىقىنى ياخشى ئىشلەش ، دورىنىڭ پاكىز ، قۇرۇق بولۇشىغا كاپالەت قىلىشى كېرەك .

3 (شېكەرنى قاتتىق تاللاش ، سارغايغان ، چۆرۈك ۋە ئۇۋۇلغان شېكەرنى ئىش لەتمەسلىك ، زۆرۈر تېپىلسا خىمىيىلىك تەكشۈرۈشتىن ئۆتكۈزۈش كېرەك .

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

5 (شەربەتلەر تەييار بولغاندىن كېيىن چوقۇم رەڭلىك شىشلەرگە قاچىلاش ، شىشە ۋە شەربەت ئۈستىدىن ساپلىقنىڭ قۇرۇق بولۇشىغا كاپالەتلىك قىلىش ، دورىلارنى تەخمىنەن $15-10^{\circ}\text{C}$ تا ساقلاش لازىم . شۇندىلا ، شەربەت دورىلارنى بىر يىلغىچە ساقلاپ ئىشلەتكىلى بولىدۇ . مېۋە (ئالما ، ئانار ، بېھى) سۈيىدە تەييارلانغانلىرى خېلى ئۇزۇن مۇددەت تۇرالايدۇ . لېكىن شەربەتلەرنى ئۇزۇن ۋاقىت ساقلىماسلىق كېرەك ، شۇڭا ، ئەڭ ياخشى قاچان ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا ، شۇ ۋاقىتتا تەييارلاش لازىم .

7. قوتۇرلار

قوتۇر (تامچە) لار — قۇلاق ، كۆز ۋە بۇرۇنغا تېمىتىلىدىغان سۈزۈك ، سۇيۇق دورا ياسالغۇلىرىغا قارىتىلغان .

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



ئۇلارنى تەييارلاشتا دورا ياسالمىسى تەركىبىدىكى يەككە دورىلاردىن ئەرەق تار-
تىپ چىقىرىلغان سۈيىگە گۈل يېغى ياكى بىنەپشە يېغىدىن ئاز مىقداردا قوشۇپ تەكشى
ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

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

8 . لۇئابلار

بۇ ، ھەرخىل ئۇرۇقلارنى قايناقسۇغا چىلاپ چىقارغان شىلمىسىمان سۇيۇقلۇقىغا
قارىتىلغان .

لۇئابلاردا باشقا سۇيۇق دورا ياسالمىلاردىكى ئورتاق ئالاھىدىلىكلەردىن باشقا يەنە
ئاشقازان ، ئۈچەيلەرنىڭ چۈشۈپ كېتىۋاتقان تىۋىتىنى قوغداش ۋە ئاشقازان ، ئۈچەي
سۇيۇقلۇقلىرىنى تولۇقلاش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .

لۇئابلارنى تەييارلاشتا مۇناسىۋەتلىك ئۇرۇقلارنى (مەسىلەن ، بېھى ئۇرۇقى ،
ئىسبەغۇل ، شۈمشە ئۇرۇقى قاتارلىقلار) قايناقسۇغا چىلاپ ، ئېغىزنى يېپىپ ، يېرىم
سائەتچە قويغاندىن كېيىن ، چوكا بىلەن ئارىلاشتۇرغاندا خۇددى خام تۇخۇمنىڭ ئېقىغا
ئوخشاش شۆلگەيسىمان يېپىشقاق سۇيۇقلۇق ھاسىل بولىدۇ ، مانا بۇ لۇئاب (شىرە)
بولۇپ ھېسابلىنىدۇ .

9 . مەتبۇخلار

مەتبۇخ (قايناتما) لار — بىر ياكى بىر قانچە خىل دورىلارنى مەلۇم ۋاقىت قاي-
ناقسۇغا چىلاپ قويۇپ ، قاينىتىپ ، سۈزۈپ تەييارلانغان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان .
مەتبۇخلارنىڭ قاراتمىلىق تەسىرى قاتتىق دورىلارغا قارىغاندا تېز بولىدۇ . شۇڭا
تېز خاراكتېرلىك ۋە يەككە كېسەللىكلەرگە ، شۇنداقلا بەدەننى تەڭشەش مەقسەتلىرىدە
بېرىلىدۇ . ئۇلارنىڭ كۆڭۈل ئاينىتىدىغان ، قۇستۇرىدىغان تەسىرى يوق . تېز ۋە
ئەتراپلىق تەسىر قىلىدۇ . ياساش ئاددى ، تەننەرقى تۆۋەن .





مەتبۇخلارنى تەييارلاشتا نۇسخىدا كۆرسىتىلگەن مىقداردىكى دورىلارنى ئېلىپ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ ، سىرلىق قاچا ، ئەينەك قاچا ياكى مەخسۇس ياسالغان داتلاشمايدىغان مېتال قاچىلارغا سېلىپ ، ئۈستىگە قايناقسۇ قويۇپ (دورىغا قويۇلغان سۇ دورا يۈزىدىن ئۈچ سانتىمېتر ئېگىز بولۇشى لازىم) ، ئۈچ سائەتتىن بىر كۈنگە قەدەر چىلاپ ، ئاندىن قاينىتىپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

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

(1) گۈل - چېچەكلىك ۋە پۇراقلىق ئۈچۈچان دورىلارنى ئۇزۇن قاينىتىشقا بولمىغانلىقتىن باشقا دورىلار قايناپ تەييار بولغاندا ئاخىرىدا سېلىپ 5 — 10 مىنۇت ئەتراپىدا قاينىتىپ ياكى بىر ئۆرلىتىپلا ئېلىنىدۇ .

(2) بەزى يېپىشقاق خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى ، مەسىلەن : پاقا يوپۇرمىقى ئۇ-رۇقى ياكى قايناتسا زەھەرلىك ماددىغا ئايلىنىپ قالىدىغان ئەفتمۇنغا ئوخشاش دورىلارنى داكا خالىغا ئېلىپ ، ئاخىرىدا سېلىپ ، ئۆرلىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

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

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

(5) يىلىم دورىلارنى بىللە قاينىتىشقا بولمىغانلىقتىن ئاخىرىدا سالىسلا ئۆزلۈكىدىن ئېرىپ كېتىدۇ .

(6) ئىسبەغۇل ۋە تەرەنجىبىنى قايناتماي لۇئابىنى ئېلىپ قوشۇش لازىم .

(7) مەتبۇخنى قىزىق ۋاقتىدا سۈزۈۋالماستەمنى تىرىپلار تارتىپ كېتىدۇ .

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

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





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

10 . مۇراببالار

بۇ ، مېۋىلەرنى شېكەر قىيامىدا پىشۇرۇپ تەييارلىغان بىر خىل سۇيۇق دورا يا . سالىملىرىغا قارىتىلغان .

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

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

تېز ئارىدا ئىستېمال قىلىشقا توغرا كەلسە قىيامنى بەك كۈچلۈك قىلمىسىمۇ بولىدۇ . ئۇزۇنراق ساقلىماقچى بولغاندا چوقۇم چىڭ قىيام قىلىش لازىم . ئەگەر قىيام بوش بولۇپ قالسا مۇراببا پاختىلىشىپ ھەتتا كۆكرىپ قالىدۇ . ناۋادا بۇنداق ئەھۋال كۆرۈلسە ، ئاۋۋال پاختىلاشقان قىسمىنى ئېلىۋېتىپ ئاندىن شېكەر قوشۇپ قايتا قىيام قىلىۋەتسە بولىدۇ . لېكىن بەك كۆكرىپ تەمى ۋە يۇرىقى بۇزۇلغانلارنى ئەڭ ياخشىسى ئىشلەتمەسلىك لازىم .

مۇراببالار تەلەپكە لايىق تەييارلانسا ۋە قاچىلاپ ساقلانسا بىر يىلدىن ئارتۇق بۇزۇلمايدۇ .



11 . نوقۇتلار

نوقۇت (چىلانما) لار — بىر خىل ياكى بىر نەچچە خىل دورىنى چالا سوقۇپ ياكى سوقماي قايناقسۇ ياكى سوغۇق سۇغا چىلاپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان .

چىلانمىلارنى تەييارلاشتىكى مەقسەت ، بىر قىسىم دورىلارنى قايناتقاندا سوغۇق تەبىئىيىتى ئىسسىققا ئۆزگىرىپ قالىدۇ ياكى ئۇچۇچان تەركىبلىرى ئۇچۇپ كېتىپ قۇۋۋىتى يوقىلىدۇ ، شۇڭا قايناتماي نوقۇت تەييارلىنىدۇ .

چىلانمىلار بىر ھەسسە دورىغا 2 — 3 ھەسسە قايناقسۇ ياكى سۇ قوشۇپ ، ئۈچ سائەتتىن 24 سائەتكىچە چىلىغاندىن كېيىن سىقىپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ . دورىلارنى پاكىز تازىلاش ، زۆرۈر تېپىلغاندا يۇيۇپ ئاندىن ئېغىز بار قاچىلارغا چىلاش لازىم . چىلانمىلار سۇغا چىلانغاچقا ئۇلارنىڭ تۇراقلىق دەرىجىسى تۆۋەنرەك بولىدۇ ، ئۇزۇن ساقلىغىلى بولمايدۇ ، شۇڭا ۋاقتىدا ئۇدۇللۇق تەييارلاپ ئىشلەتكەن ياخشى .

12 . ھوقنىلەر

ھوقنى (كىلىزما) لەر — دورىلىق ياكى ئوزۇقلۇق سۇيۇقلۇقلارنى مەخسۇس سايىمان (يەنى ھەمەلچە) ئارقىلىق مەقئەتتىن ئۈچەي يولىغا كىرگۈزىدىغان سۇيۇق دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان .

ھوقنىلەرنى تەييارلاش ئاسان ، تەسىرى تېز ، ئىشلىتىش ئوڭاي بولۇپ ، ئېغىز ۋە ئاشقازان ئارقىلىق دورا ئىشلىتىش مۇمكىن بولمىغان ئەھۋاللاردا قوللىنىلىدۇ . ھوقنىلەرنى تەييارلاشتا يەككە دورىلارنى سوقۇپ ، قاينىتىپ ، سۈزگەندىن كېيىن گۈل يېغى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

ھوقنىلەرنى تەييارلاشتا دىققەت قىلىدىغان ئىشلار تۆۋەندىكىچە :

1) ھوقنى دورا ياسالمىلىرى ئىشلىتىلىدىغان بىمارنىڭ يۈرەك ، مېڭە ، جىگەر خىزمىتى ياخشى بولۇشى ، بىر قېتىملىق ئىشلىتىش مىقدارى 150 م ل دىن ئېشىپ



كەتمەسلىكى لازىم .

(2) ھوقىقىنى ئىشلىتىشتە بولۇپمۇ بەدىنى ئاجىز بىمارلارغا قوللىنىشتا دورا سۈپىتى ۋە مىقدارىنى قالايمىقان بەلگىلەشكە بولمايدۇ .

13 . ئوكۇللار

ئوكۇللار — مۇۋاپىق ئۇسۇل ۋە ئېرىتكۈچىلەردىن پايدىلىنىپ ، گىيا دورىلارنىڭ جەۋھىرىنى ئېلىپ ، ئۇنى ساپلاشتۇرۇپ ، پىششىقلاپ تەييارلىنىدىغان ، جارا سىم (مىكروب) سىز سۇيۇق دورا ياسالغىلىرىغا قارىتىلغان . ئۇلار سۇيۇق دورا ياسالغىلىرىغا قوشۇلغان يېڭى بىر خىل ياسالما بولۇپ ، تېرە ئاستىغا ، مۇسكۇلغا ، ۋىنا تومۇرىغا ۋە توچكىلارغا ئوكۇل قىلىنىدۇ .

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

ئوكۇللارنى ياساشتا ئومۇمەن جەۋھىرىنى ئايرىش ، پىششىقلاپ ئىشلەش ، ئېرىتىش ، تىنىدۇرۇش ، سۈزۈش قاتارلىق بىر قاتار قاتتىق تەلەپلىك جەريانلارنى ئۆتكۈزۈشكە توغرا كېلىدۇ . شۇڭا ، ئۇلارنى ياساشتا تۆۋەندىكىلەرگە دىققەت قىلىش كېرەك :

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

(2) ئوكۇل دورىلىرىنى تەييارلاش پاكىزلىقى ۋە ئېنىقلىقىنى تەلەپ قىلىدىغان خىزمەت بولۇپ ، ئىشلەش مۇھىتى چوقۇم تەلەپكە لايىق بولۇشى شەرت . مەلۇم دورىنىڭ ئوكۇللۇق ياسالغىلىرىنى تەييارلاشتا نەزەرىيەۋى ، ئىلمىي ۋە ئەمەلىي ئىمكانىيەتلەرنى تولۇق نەزەرگە ئالغان ھالدا يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن ئىش ھالقىلىرىنىڭ چوقۇم خاسلىققا ، ماسلىققا ئىگە بولۇشىغا ھەقىقىي كاپالەت قىلىش زۆرۈر . بولۇپمۇ ئېرىتكۈچىلەرنى ياخشى





تاللاش ، دورىنىڭ خاس خۇسۇسىيىتىگە تەسىر يەتكۈزمەيدىغان ئەڭ بىخەتەر بولغان ئىش ھالقىسىنى قوللىنىش لازىم .

تۆتىنچى ، تالقان دورا ياسالمىلىرى

1 . زورۇرلار

زورۇر (سەپمە) لار — جاراھەت يۈزىگە سېپىلىدىغان تالقان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان .
زورۇرلار يەككە دورىلارنى ئۈپىدەك سوقۇپ ئەلگەپ ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

2 . سۇفۇقلار

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

سۇفۇقلار تەييارلاش ئاددىي ، مەشغۇلاتى ئاسان ، دورا مىقدارىنى ئېھتىياجغا قاراپ ئازايتىش ياكى كۆپەيتىشكە بولۇشتەك ئالاھىدىلىككە ئىگە . شىللىق پەردە ۋە جاراھەت يۈزىنى قاپلاش ، مۇھاپىزەت قىلىش ، تېز تەسىر قىلىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە بولۇپ ، باشقا دورا شەكىللىرىدە داۋالانىشنى كۆتۈرەلمەيدىغان بىمارلار ، جۈملىدىن ئاشقازان سۇيۇقلۇقى كۆپ ، شېكەر ۋە ھەسەل تەركىبلىك دورىلار مۇۋاپىق كەلمەيدىغان بىمارلار- غىمۇ باب كېلىدۇ .

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

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

1) دورىلارنىڭ خاراكتېرىگە قاراپ يۇمشاق سوقۇش بولۇپمۇ مېغىزلار ، يىلىملار ۋە





بەزى ئالاھىدە شەكىللىك دورىلار چوقۇم قانۇنىيەت بويىچە ئايرىم سوقۇلۇشى شەرت .

(2) نۇسخىدا ئىسبەغۇل بولسا ئۇنى سوقماستىن قويۇق لۇئابنى چىقىرىپ ، باشقا سۇفۇق قىلىنغان دورىلارغا سىڭدۈرۈپ شامالدىتىش لازىم .

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

(4) ئېھتىياجغا قاراپ تەييارلاش لازىم . سۇفۇقلار ئادەتتە ياسىلىپ بىر ئايدىن كېيىن قۇۋۋىتى كېمىيىدۇ .

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

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

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

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

(1) قاراپ بۆلۈش ، بۇنىڭدا نۇسخىدىكى ئومۇمىي سۇفۇق دورىنى تەڭ مىقداردا بۆلۈپ ئېلىپ ، ئاندىن ئاز - كۆپلۈكىگە قاراپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . بۇنىڭدا دورا مىقدارى ناھايىتى توغرا بولۇشى ناتايىن . شۇڭا ، زەھەرلىك ۋە كۈچلۈك تەسىرى بولمىغان سۇفۇقلارنى بۆلۈشكە مۇۋاپىق كېلىدۇ .

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





سۇفۇفلارنى قاچىلاشتا دەرھال لازىم قىلىدىغان دورىلارنى ئالدىن سۇفۇق قىلىش ۋە قاچىلاش ، ئاخىرىدا ئىشلىتىلىدىغانلىرىنى ئاۋۋال تالقان قىلماسلىق لازىم . ئەگەر ئالدىن ھازىرلاپ قويۇشقا توغرا كەلسە ئاغزى مەھكەم شىشە قاچىدا ساقلاش كېرەك . ئادەتتە سۈپىتى ياخشى مايلىق قەغەزگە ئوراپ قويۇلىدۇ . يۇرتقى ئۆتكۈر ياكى بەك سېسىق ، تەمى ئاچچىق ۋە ئېچىشتۇرغۇچى سۇفۇفلارنى كاپسۇللۇق قاچۇقلارغا قاچىلاپ ئىشلەتسە بولىدۇ .

سۇفۇفلارنى مىقدارغا بۆلۈشتە مەلۇم دەرىجىدە ئاۋازچىلىقلار بولىدۇ ، دورا ماتېرىياللىرى سوقۇلغاندىن كېيىن يۇرتقى ۋە غىدىقلىشى ئاشىدۇ . تەركىبىدە ئۇچۇچان ۋە مايلىق ماددا تۇتقانلىرى ئاسانلا تەسرىنى يوقىتىدۇ ياكى بۇزۇلىدۇ . ئوچۇق قالسا نەملىشىدۇ ياكى سۈپىتى ئۆزگىرىپ كېتىدۇ ۋە باشقىلار .

3 . سۇنۇنلار

سۇنۇن (چىش تالقىنى) لار — مەخسۇس چىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا قوللىنىلىدىغان تالقان دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان . سۇنۇنلارنىڭ ياسىلىش ئۇسۇلى سۇفۇفلارغا ئوخشايدۇ . ئايرىم ھاللاردا ئىشلىتىشكە ئەپلىك ، دەل بولسۇن ئۈچۈن قەلەمچە قۇرس ۋە ھەب شەكىلدە تەييارلىنىدۇ . چۈنكى تالقان دورا ساق چىشقا ئاسانلا تېگىپ كېتىپ چىشنى بۇزۇپ قويۇش ئېھتىمالى بولىدۇ .

سۇنۇننى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى چىشنى پاكىز تازىلاپ ئىشلىتىش لازىم .

4 . كوھلىلار

كوھلى (سۈرمە) لەر — كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان (تالقان) دورا ياسالمىلىرىغا قارىتىلغان بولۇپ ، ئۇيغۇرچە نامدىكى سۈرمىنىڭ تار ھەم كەڭ ئىككى خىل مەنىسى بار . تار مەنىسى ئانتىمۇنىئۇم دېگەن مەدەنىنى ، كەڭ مەنىسى كېسەل داۋالايدىغان سۈرمىلەرنى كۆرسىتىدۇ . ئانتىمۇنىئۇم ئادەتتە زىننەت بۇيۇمى قاتارلىرىدا ئىشلىتىلىدۇ .

كوھلىنى تەييارلاشتا ئالدى بىلەن سۈرمە مېتالىنى پارچىلاپ ئۆچكە ياكى قوي



يېڭى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر ئىچىگە ئېلىپ ئوتقا كۆمۈلىدۇ . پىشقاندىن كېيىن ئىچىدىكى سۈرمە مېتالنى زەھەرسىزلەندۈرۈش مەقسىتىدە يېڭى تۇغۇتلۇق ئايالنىڭ سۈتىگە ياكى كونا ھاراققا چىلاپ ئاندىن قۇرۇتۇپ سوقۇپ تالقان قىلىپ ، باشقا يەككە دورىلارنىڭ يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

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

دورا ياسالغۇچىلارنىڭ يۇقىرىقىلاردىن باشقا يەنە تۆۋەندىكىدەك خىللىرىمۇ بار :

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

2 . ئەتۈسلەر : دورىلارنى سوقۇپ ياكى سوقماي پۇرىتىپ چۈشكۈرتۈش ئارقىلىق دىماغنى ئاچىدىغان دورا ياسالغۇچىسى .

3 . بوخۇرلار : دورىلارنى قىزىتىپ كۆيدۈرۈپ ياكى قاينىتىپ ھورىغا ئەزالارنى بۇسلاپ كېسەل داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالغۇچىسى .

4 . بورودلار : كۆزگە تېمىتىش ئۈچۈن تەييارلانغان يەنە بىر خىل سۇيۇق دورا ياسالغۇچىسى .

5 . تەدھىنلار : سىرتتىن ياغلاش ئۈچۈن تەييارلانغان يەنە بىر خىل ياغ دورا يا-
سالغۇچىسى .

6 . تىللار : دورىلارنى سۇ تېمىتىلغان مېتال ياكى تاشلارغا سۈرۈپ چىقارغان تاتلىقنى ھۆل ۋە سوغۇق پېتى بەدەنگە سۈرتىدىغان دورا ياسالغۇچىسى .

7 . جەۋھىرىلەر : بۇ دورىلار كىرىستاللاشتۇرۇپ تەييارلانغان يېڭى بىر خىل تالقان دورا ياسالغۇچىسى .

8 . داۋا ئاللار : بۇ ھەر خىل شەكىللەردە تەييارلىنىدىغان ، مەلۇم دورا نامى ياكى مەلۇم كېسەللىك نامى بىلەن ئاتىلىدىغان دورا ياسالغۇچىسى .

9 . سەكۈبىلەر : كۆز ئەتراپىغا ئاستا قويۇپ ، يۇيۇش ئۈچۈن تەييارلانغان سۇيۇق

دورا ياسالمىسى .

- 10 . سۇئۇتلار : بۇرۇنغا تېمىتىش ئۈچۈن تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالمىسى .
- 11 . شەمۇملار : بۇرۇنغا يۇرۇتۇش ئۈچۈن تەييارلانغان دورا ياسالمىسى .
- 12 . غەر - غەرلەر : ئېغىز چايقاش ئۈچۈن تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالمىسى .
- 13 . فۇلۇنىلار : بىر خىل مۇرەككەپ قويۇق دورا ياسالمىسى .
- 14 . كاپسۇللار : بەزى تالقان دورىلارنى ئىشلىتىش ئاسان بولسۇن ئۈچۈن كاپسۇللارغا قاچىلاپ تەييارلانغان يېڭى بىر خىل دورا ياسالمىسى .
- 15 . كەشكابلار : دورىلارنى ئارپا سۈيىگە چىلاپ ، چىلانما مەخسۇس زۇكام ئۈچۈن تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالمىسى .
- 16 . كەمەدلەر : ھۆل ياكى قۇرۇق نەرسىلەرنى قىزىتىپ ئەزالارغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ئۈچۈن تەييارلانغان دورا ياسالمىسى .
- 17 . لەخلەخلەر : دورىلارنى چالا سوقۇپ پۇرىتىش ئارقىلىق سەرسامنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىسى .
- 18 . مائۇلار : گۆش ، ھەسەل ، مېۋە ۋە دورىلارنى سىقىپ ياكى قاينىتىپ تەييارلانغان دورا ياسالمىسى .
- 19 . مەز - مەزەلەر : بۇرۇنغا ئېلىپ چايقاش ئۈچۈن تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالمىسى .
- 20 . مۇسەللەسلەر : ئۈزۈم ، تاۋۇز قاتارلىقلاردىن ئېچىتىپ تەييارلانغان سۇيۇق دورا ياسالمىسى .
- 21 . نوپۇخلار : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ بۇرۇنغا پۇركۇش ئۈچۈن تەييارلانغان تالقان دورا ياسالمىسى .
- 22 . نوتۇللار : دورىلار قايناتمىسىنى باش ۋە بەدەنگە ئاستا - ئاستا قويۇش ئۈچۈن تەييارلانغان دورا ياسالمىسى .
- 23 . ھومۇللار : نەم دورىلارنى داكىغا سۈرتۈپ چوڭ يارىلار ئېغىزغا تىقىپ قويۇلىدىغان دورا ياسالمىسى .
- 24 . ۋۇجۇرلار : دورىلار سۇيۇقلۇقنى تېمىتىپ ، بولۇپمۇ بالىلارنىڭ گېلىغا تېمىتىش ئارقىلىق سەرىمنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىسى .



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

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

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





باش ، مېڭە ۋە ئەسەب كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

بۇخورى سودا ئىبارىد

تەركىبى : رەيھان ، پىننە ، بابۇنە ، ئىككىلىملىك ، قەيۇم ، سېرىق چېچەك ،
لەيھەتە تۇس ھەر بىرى 10 گرام .
ياسىلىشى : قاينىتىلىدۇ .
تەسىرى : سوغۇق ماددىدىن بولغان باش ئاغرىشنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قاينىتىپ بىمارنىڭ بېشىنى ئوراپ ھورداپ تەرلى-
تىلىدۇ . سۈيى بىلەن باشنى يۇسا ياكى دورا قالدۇقلىرىنى باشقا چاپسىمۇ تەسىرى
ياخشى .

جەۋارش ئامىيە I

تەركىبى : قىزىلگۈل 250 گرام ، ئاقلاڭغان ئامىيە 70 گرام ، ھېلىيە كابۇلى
پوستى 60 گرام ، مۇدەببەر قىلىنغان تۆمۈر پوقى (خۇبۇلەھەدد) 20 گرام ، سىماق 15
گرام ، پىستە پوستى ، جۈيزە پوستى ، مەستىكى ، نارمىشكى ، ئوغرى تىكەن ، دارچىن ،
قىزىل سەندەل ، ئاق سەندەل ، قىزىلغان پىلە ، گاۋزەبان گۈلى ھەر بىرى 10 گرام ،
قەنت 1.8 كىلوگرام .
ياسىلىشى : خۇبۇلەھەدد مۇدەببەر قىلىنىپ ، قالغانلىرى سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .





خۇبىسۇلەددىد سۇقۇلۇپ 10 كۈن سىركىگە چىلىنىدۇ ھەمدە كۈندە سىركە ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ . ئۈچ قېتىم تەكرارلىغاندىن كېيىن سوغۇق سۇ ۋە قايناقسۇدا 15 قېتىم يۇيۇپ ، قۇرۇتۇپ ، دورىلار تالقىنىغا ئارىلاشتۇرۇپ ، قەنت قىيامىغا سېلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : يۈرەك ، چىگەر ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ . ئىشتىھانى ئېچىپ ، قاننى كۆپەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ، ئاشقازان كېسەللىكلىرى ۋە كەم قانلىققا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ . بالىلارغا مۇۋاپىق مىقداردا ئازايتىلىدۇ .

جەۋارىش جالىنۇس

تەركىبى : مەستىكى 15 گرام ، سۇنبۇل ، قەلەمفۇر ، قاقىلە ، سەلىخە ، دارچىن ، خۇلىنجان ، سەئىدى كوفى ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ، فىلىفىل ، قۇستە ، ئۇد بىلسان ، ئاسارۇن ، ھەببۇلئاس ، قەسبۇزەرسە ، زەپەر ھەر بىرى 6 گرام ، ئاق شېكەر 120 گرام ، ھەسەل 250 م ل .

ياسىلىشى : مەستىكىنى سالاھىيە قىلىپ ، زەپەرنى ئايرىم سوقۇپ ، باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىپ كۆپۈكى ئېلىۋېتىلگەن ھەسەل ئىلماق ھا . لەتكە كەلگەندە دورىلارنى سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقنى پەسەيتىش ، ھەزىمنى ياخشىلاش ، رەئىس ئەزالارنى ۋە بۆرەكنى قۇۋۋەتلەش ، باھنى كۈچەيتىش ، چاچ - ساقالنىڭ بالدۇر ئاقىرىشىنى توساش تەسىرىگە ئىگە .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئىككى قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ . بالىلارغا مۇۋاپىق مىقداردا ئازايتىلىدۇ .





داۋالى سودالى بەلغىمى

تەركىبى : قەلەمفۇر ، زەنجىبىل ، قارامۇچ تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى يانچىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن چاچما
تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بەلغەم خىلىتىدىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بىمارنىڭ بېشىغا چېچىپ ، بېشى ياخشى يۆگەپ قويۇلىدۇ .

رەۋغىنى بادام تەلخ

تەركىبى : ئاچچىق بادام مېغىزى .
ياسىلىشى : رەۋغەن ياساش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل ئاغرىشلارنى ۋە سوغۇقتىن بولغان باش
ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ . تاش پارچىلايدۇ ، قۇلۇنجى توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ، قۇلاق ئاغرىش ، قۇلاق
ئېغىرلىشىش ، سۈيدۈك يولىدىكى تاشلار ۋە قۇلۇنجى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : باشنى سىرتىدىن مايلايدۇ .

رەۋغىنى سوزاپ

تەركىبى : سوزاپ سۈيى 420 م ل ، قىزىل قىچا ، ئاق قىچا ، ئاقىرقەرھە ھەر بىرى
3 گرام ، كۈنجۈت يېغى ، زەيتۇن يېغى ھەر بىرى 265 م ل .
تەييارلاش : رەۋغەن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : باش ئاغرىش ، تۇتقاقلىق ، يانپاش ئاغرىش ، يۈرەك ئاغرىش ، پاچاق





ئاغرىش ، قۇلاق ئاغرىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ . ھەيز ۋە سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ . يەللەرنى تارقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باش ، قۇلاق ، يۈرەك ۋە يانپاش ئاغرىشلارغا ، تۇتقاق كېسىلى ، ھەيز ۋە سۈيدۈك تۈتۈلۈشلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۈرتۈلىدۇ ياكى ئىچىلىدۇ .

شەرىتى ئۈستۈخۇدۇس 1

تەركىبى : ئۈستۈخۇدۇس 30 گرام ، بەسفا ئىچ ، گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ھەربىرى 15 گرام ، شېكەر 300 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2.5 لىتر سۇدا 1 لىتر قالغۇچە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ شېكەر سېلىپ ، بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ .

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

ئىشلىتىش مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 — 45 م ل ئىستېمال قىلىنىدۇ .

شەرىتى ئۈستۈخۇدۇس 1

تەركىبى : ئۈستۈخۇدۇس ، فىرسىياۋشان ، ئۇد سەلىب ھەربىرى 15 گرام ، گاۋزەبان ، بىخۇس ، بادىيان ، چىڭسەي يىلتىز پوستى ، ئاقلىلى ئۇرۇقى ، بىنەپشە ، قىزىلگۈل ھەربىرى 9 گرام ، قۇرۇق ، ئۈزۈم ، سەرپىستان ھەربىرى 50 دانە ، شېكەر 600 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى 2.5 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ 1 لىتر قالغۇچە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىگەندىن كېيىنلا ئېلىنىدۇ .

تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىشىنى ، توختىتىدۇ . تۇتقاقلىقنى





قالدۇرىدۇ ، خىيالىپەرەسلىكنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ، تۇتقاقلىق ، خىيالىپەرەسلىك قا-
تارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 — 50 م ل
ئىچىلىدۇ .

قۇرسى مۇنەۋۋىم ھار

تەركىبى : سېرىق چېچەك ئۇرۇقى 6 گرام ، زەپەر ، بەزىرۇلبەنجى ، مۇرمەككى ،
ئەپيۇن ھەربىرى 1 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ شۈمشە سۈيىدە يۇغۇرۇپ تابلېت قىلىنىدۇ .
تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىشتىن كېلىپ چىققان ئۇيقۇسىزلىقنى
يوقىتىدۇ .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى بەرششا كەبرى

تەركىبى : قارامۇچ ، ئاقمۇچ ، ئاق بەزىرۇلبەنجى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرى 80 گرام ،
ئەپيۇن 40 گرام ، زەپەر 20 گرام ، سۈنبۇل ئاقىرقەرەھ ، پەرفىيۇن ، لىسانىلئە سافۇر ھەر-
بىرى 4 گرام ، ھەسەل 950 گرام .

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

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق توختىتىش ، تېنچلاندۇرۇش ، ئۇخلايتىش ، يۈرەك ۋە ئاشقازاننى





قۇۋۋەتلەش ، خۇش خۇي قىلىش ، زېھنىنى ئېچىش ، بەدەننى سەمىرىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : زۇكام ، نەزلە ، باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىش ، قۇلاق گۈكىدەش ، لەقۇۋا ، پالەچ ، سەرئى ، تەشەننۇج ، تۇتقاقلىق ، ئۇيقۇ نورمالسىزلىنىش ، ئۈنۈتقاقلىق ، ھەرخىل نېرۋا ئاجىزلىقلار ، چېكىملىك ۋە ئىچىملىك خۇمارى ، پەي ۋە گۆشلەر بوشلۇقى ، ھەرخىل ئاغرىش ، ئورۇقلاش ، تەرلەش ، ئاجىزلىق ۋە نەپەس سىستېمىسى كېسەللىرى ، سۈيدۈك يولىدا تاش ۋە قۇم تۇرۇپ قېلىش ، ئىچكى - تاشقى ئەزالاردىن قان كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى : چوڭلارغا كۈندە 1 قېتىم 0.3 ~ 0.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ . بالىلارغا بېرىلمەيدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى ئۆسمۈر ۋە ياشلارغا ئىشلەتمەسلىك ، ئۇزاققىچە بىر خىل كېسەلگە كۆپ بەرمەسلىك ، دورا ئىستېمال قىلغاندا ، يەل - يېمىش ۋە سوغۇق سۇ ئىچمەسلىك لازىم . شىپالىق ئۈنۈمىنى ئۆستۈرۈش ئۈچۈن ، ئەڭ ياخشىسى مەزكۇر دورىنى 6 ئاي ئارپىغا كۆمۈش كېرەك . ئۈنۈمدارلىق مۇددىتى 10 يىل بولۇپ ، ئۇندىن كېيىن ئا-جىزلاپ كېتىدۇ .

نوپۇخى سوداڭ

تەركىبى : قىيمىسا ئۇلەيىمار ئۇسارىسى ، بۇخۇرى مەريەم ، گىلى ئەرمىنى تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلار سوقۇپ ياكى ئىكەكلەپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : كونارغان باش ئاغرىشىنى قالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كونارغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇرىنغا ئاز - ئازدىن پۇر كۈلىدۇ .

نۆتۈلى سوداڭ

تەركىبى : بابۇنە ، ئىككىلىمەلىك ، نەمام ، رەيھان ، ئەفسەنتىن ، يالپۇز ، غار ياپرىقى





تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىشىنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئىسسىق يېتى باش يۇيۇلىدۇ .

نۇتۇلى سودائى سەۋدائى

تەركىبى : بىنەپشە ، ئىككىمەلىك ، بابۇنە ، قۇرۇتۇلغان سەۋسەن گۈلى ، سازەج
ھىندى ، قەلەمقۇر تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : مەلۇم مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىشىنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىشىنى ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : قاينىتىلغان دورا ھورىغا باشنى تۇتۇپ تەييارلىنىدۇ ۋە
سۈيىدە يۇيۇلىدۇ .

نۇقۇتى سەبرى I

تەركىبى : ئەفسەنتتىن 30 گرام ، سەبرى 18 گرام ، ئاسارۇن 15 گرام ، قەنتەر-
يۇن ، مەستىكى ھەر بىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى 1 لىتر سۇ بىلەن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ
سۈزۈپ ، ئۈستىگە سەبرى سېلىپ ئۈچ كۈن تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىشىنى قالدۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 60 م ل تاتلىق بادام
يېغى بىلەن 50 ~ 100 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



نۇقۇتى سەبرى I

تەركىبى : سەبرى 60 گرام ، سەئدى كوفى ، سۇنبۇل ، ئەفسەنتىن ، ئىزخىر ، ئىزخىر ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، جوۋىنە ، زىرە ھەر بىرى 50 گرام ، سۇ 1 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلارنى سۇ بىلەن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، سەبرىنى سېلىپ ئۈچ كۈن ئاپتاپتا تۇرغاندىن كېيىن يەنە سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىشىنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىنەك پىتى (ئابدۇمىلىك) يېغى بىلەن 60 ~ 90 م ل ئىچىلىدۇ .

ھەبىي قوقيا I

تەركىبى : سەبرى ، ئەفسەنتىن ، غارىقۇن ھەربىرى 30 گرام ، شەھى ھەنزەل ، سەقمۇنىيا ھەربىرى 15 گرام ،
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ (غارىقۇننى سوقماي سىم ئەلگەكتىن سۈرۈپ ئۆتكۈزۈپ) ، 6 گرام چىڭسەي ئۇرۇقىنى قاينىتىپ سۈيىدە يۇقىرىدىكى دورىلار تالقىنىنى يۇغۇرۇپ ، 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ، كۆز ئاغرىشىنى توختىتىدۇ ۋە باشقا باش كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . ئومۇمىي بەدەننى بۇزۇق خىلىتلاردىن تازىلايدۇ .
چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ، شەقىقە ، كۆز ئاجىزلىشىش ، كۆز ئاغرىش ، كۆز ياشاغۇراش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچتە 1 دانە يەيدۇ . چايلىقى ئۈچۈن چىڭسەي ئۇرۇقى قاينىتىلىشى ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەبىي ئىيارەج 1

تەركىبى : ئىيارەجى پەيقەرا 90 گرام ، تۇربۇد 7 گرام ، غارىقۇن ، بەسفا ئىچ ، قىزىلگۈل ، ئۈستۈخۇدۇس ھەربىرى 6 گرام ، زەنجىبىل 5 گرام ، مۇقەل ، ئەفىتىمۇن ، بېلىيلە پوستى ، ھېلىلە كابۇلى پوستى ، قارا ھېلىيلە ، سانا ، ئۇد سەلب ، رۇمبادىيان ھەربىرى 3 گرام ، بادام يېغى 3 م ل .

ياسىلىشى : ھەبىي قوقيا بىلەن ئوخشاش .

تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ۋە باشقا نېرۋا كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ . باش ۋە ئاشقازان ساھەسىنى تازىلايدۇ . چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ، پالەچ ، لەقۋا ، ئىستىرخا ، كېكەچلىك ھەرخىل بوغۇم ئاغرىقلىرى ۋە بەلغەمدىن بولغان ئىستىسقايسى لەھمىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، كەچتە قايناقسۇ بىلەن 15 دانە خىچە ئىچىلىدۇ .

ئىتريپىلى ئەفىتىمۇن

تەركىبى : كابۇل ھېلىيلە پوستى ، تازىلانغان ئامىيلە بېلىيلە پوستى ھەربىرى 30 گرام ، تۇربۇد ، ئەفىتىمۇن (سېرىق يۆگەي) ، سانا ھەربىرى 15 گرام ، شەترەنجى ھىندى ، بەسفا ئىچ ، ئۈستۈخۇدۇس ، قىزىلگۈل ھەربىرى 10 گرام ، رۇمبادىيان ، تاش تۇزى ھەربىرى 6 گرام ، ھەسەل 500 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، ئېرىتىپ يىلما ھالەتكە كەلتۈرۈلگەن ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

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

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەر ، جۈملىدىن ساراڭلىق ، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ، ھۆللۈكتىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرى ھەمدە جوزام كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرخىل قېتىمدا 6 - 10 گرام

ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريپىلى سەغىر

تەركىبى : سېرىق ھېيلىلە پوستى ، بېلىيلە پوستى ، قارا ھېلىيلە ، ئامىيلە ، ھېيلىلە كابۇلى پوستى ، سېرىق ماي ھەربىرى 30 گرام ، ھەسەل 5000 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ سېرىق ماي بىلەن مايلاپ ، ئېرىتىلغان ھەسەلدە يۇغۇرۇلۇپ ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سوغۇق مىزاج كىشىلەردىكى باش ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ . مېڭىنى قۇۋ-
ۋەتلەيدۇ . مېڭە تومۇرلىرىنى تازىلاپ زېھنىنى ئاچىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ، كۆز - قۇلاق ئاغرىقلىرى ۋە
بوۋاسىر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 - 9 گرام تاماقتىن
كېيىن ئىچىلىدۇ .

ئىيارەجى پەيقرى I

تەركىبى : سۇنبۇل ، دارچىن ، قوۋزاق دارچىن ، ھەببى بىلسان ، ئۇد بىلسان ،
مەستىكى ، ئاسارۇن ، زەپەر ھەربىرى 30 گرام ، سەبىرى 500 گرام ، ھەسەل 1.2
گلوگرام .
ياسىلىشى : ئېرىتىپ يىلمان ھالەتكە كەلتۈرىدىغان ھەسەلگە بوشراق سوقۇلغان
زەپەرنى قوشۇپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن
ئۆتكۈزۈپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : باش ئاغرىشىنى توختىتىدۇ ، مېڭە ، ئاشقازانغا مەنپەئەت قىلىدۇ ، بولۇپمۇ
سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىشقا ئوبدان تەسىرى ياخشى .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ۋە سوغۇقتىن بولغان مېڭە ، ئاش-
قازان كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .



ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، چوڭلار 5 گرام ، بالىلار 2 گرام
كەچتە قايناقسۇ بىلەن ئىچىدۇ .

ئىسسىقلىق بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

بۇخۇرى سودائى ھار

تەركىبى : بىنەپشە ، نېلۇفەر ، قۇمۇش يىلتىزى ، ئارپا ، قاپاق بېشى ھەر بىرى تەڭ
مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلار مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىسسىقلىق بولغان باش ئاغرىشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : بىمارنىڭ بېشىنى ئەدىيال بىلەن ئوراپ ، دورا ھور پۇرىتىدۇ .
دورا سۈيىنى پات - پات قوچۇپ ، ئۈچ قېتىم تەكرار پۇراتسا ئۈنۈمى ياخشى ئۈنۈم
بېرىدۇ .

داۋائى سودائى سەپراۋى

تەركىبى : ئامىيە ، بەرەڭگى كابۇلى ، زەنجىبىل ، ئاق سەندەل ، گۈلى سەۋسەن
يىلتىزى ، ئۈزۈم ، ناۋات ھەر بىرى تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سەپرادىن بولغان باش ئاغرىشقا شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : دورا سۈيىدىن مۇۋاپىق ئېلىپ ھەسەل ياكى ئات سۈتى بىلەن
ئىچىلىدۇ .

رەۋغنى بىنەپشە

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : مەلۇم مىقداردىكى بىنەپشەنىڭ ھۆل گۈلىنى ئېلىپ كۈندە





جۈت يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاپتاپتا قويۇپ پىشۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ياكى كۈنجۈتنى سوقۇپ ، بىنەپشنىڭ ھۆل گۈلى بىلەن مۇجۇپ ، سىقىپ يېغى ئېلىنىدۇ .
 تەسىرى : سەپرادىن بولغان باش ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ . ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ . مې-
 گىنى ھۆللەشتۈرۈپ قۇرۇقلۇقنى يوقىتىدۇ . قېتىپ قالغان بوغۇم ۋە پەيلەرنى يۇمشىتىدۇ ،
 ھەرىكەتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : سەپرادىن بولغان باش ئاغرىش ، قۇرۇق ئىسسىقلىقتىن بولغان ئۈي-
 قۇسىزلىق ۋە قۇرۇق تەمرەتكە ، بوغۇم ۋە پەي قېتىشىملارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇننى
 مايلايدۇ .

رەۋغىنى خەشخاش

تەركىبى : خەشخاش گۈلى ، كۈنجۈت يېغى مۇۋاپىق مىقداردا .
 ياسىلىشى : خەشخاش گۈلىنى كۈنجۈت يېغىغا چىلاپ ئاپتاپتا تۇرغۇزۇش ياكى
 خەشخاش گۈلى پايراقلىرىنى سوقۇپ سۈيىنى ئېلىپ كۈنجۈت يېغىدا قاينىتىش ياكى
 ئۇرۇقلىرىنى جۇۋازدا تارتىپ يېغىنى ئېلىش ئۇسۇلى ئارقىلىق تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : پۈتۈن بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ . ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ . باش ئاغرىش ۋە
 باشقا ئىسسىقلىقتىن بولغان ئاغرىشلارنى پەسەيتىدۇ . ئىسسىقلىقتىن بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ .
 قۇلاق ئاغرىشىنى توختىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان بەدەن زەئىپلىكى ، ئۇيقۇسىزلىق ، باش
 ئاغرىش ، يۆتەل ، قۇلاق ئاغرىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتۈ-
 لىدۇ ياكى ئىستېمال قىلىنىدۇ . پەلەكۈچكە چىلاپ قۇلاققا تېمىتسا قۇلاق ئاغرىشقا ياخشى
 ئۈنۈم بېرىدۇ . مۇۋاپىق مىقداردا ئىچسە بەدەننى سەمىرىتىدۇ .

رەۋغىنى ۋەرد (قىزىل گۈل يېغى) I

تەركىبى : ھۆل يېڭى قىزىلگۈل 140 گرام ، زەيتۇن يېغى ياكى بادام يېغى ياكى
 كۈنجۈت يېغى 700 م ل .





ياسىلىشى : يېڭى ئېچىلغان قىزىلگۈلنىڭ ئاستىدىكى ئاق يېرىنى قىرقىپ تاشلاپ گۈل ياپرىقىدىن 20 گرام ئېلىپ ، چوڭ ئېغىزلىق شىشكىگە سېلىپ ئۈستىگە مۇۋاپىق مىقداردىكى ياغنى قويۇپ ، 5 ، 6 - ئايلارنىڭ ئاپتېپىدا 7 كۈن تۇرغۇزۇپ ، گۈل ياپراقلىرى ئاقارغاندا سىقىپ تاشلىۋېتىلىدۇ ھەمدە ئوخشاش ئۇسۇلدا قىزىلگۈل ياپرىقىدىن يەنە 20 گرام سېلىپ يەنە 7 كۈن ئاپتېپتا تۇرغۇزۇلىدۇ . بۇ ئۇسۇلنى 7 قېتىم تەكرارلاپ 49 كۈن ئاپتېپتا تۇرغۇزغاندىن كېيىن ياغ پىشىپ تەييارلىنىدۇ . ياغنى سۈزۈپ شىشنىڭ ئاغزىنى ئوبدان ئېتىپ ساقلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئىسسىقلىقنى چۈشۈرۈش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش ، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ، خاپقان ، ئۇيقۇسىزلىق ، مۇفاسىل ۋە ھەر خىل ئىششىقلار ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : مەزكۇر ياسالمنى ھۆل - يېغىندىن ساقلاشقا دىققەت قىلىش لازىم .

رەۋغىنى ۋەرد ئاپتېپى

تەركىبى : قىزىلگۈل ، كۈنجۈت يېغى مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : يېڭى قىزىلگۈلنىڭ ياپرىقىدىن 5 - ئايدا مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، كۈنجۈت يېغىغا چىلاپ 40 كۈن ئاپتېپتا تۇرغاندىن كېيىن سىقىپ تىرىپلىرىنى ئېلىۋېتىپ تەييارلىنىدۇ . بۇ قاينىتىپ تەييارلانغىنىغا قارىغاندا ، تەسىرى ياخشى .

تەسىرى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، ئۇيقۇ كەلمەسلىك ۋە ھەر خىل ئىششىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، ئۇيقۇسىزلىق ۋە ھەر خىل ئىششىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى : ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ .



سۇفۇفى كەشنىز 1

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، تاتلىق قاپاق مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 31 گرام ، ناۋات 100 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .
تەسىرى : سەپرا ۋە قاننى تازىلاش ، تومۇرلارنى ئېچىش ، ئاغرىق توختىتىش ، ئۇسۇزلۇقنى پەسەيتىش ، ئۇخلايتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، باش چىڭقىلىش ، باش قېپىش ، نېرۋا ئاغرىش ، كۆز ، قۇلاق ئاغرىشلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ . تاماكا خۇمارىدىن بولغان باش ئاغرىقىنى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچىدۇ .

سۇفۇفى مۇنەۋۋىم

تەركىبى : خەشخاش ئۇرۇقى 30 گرام ، قارا سۇنا ئۇرۇقى 15 گرام ، ئۇدخام ، كۈندۈر ھەر بىرى 3 گرام ، زەپەر 1 گرام ، ناۋات 60 گرام .
ياسىلىشى : ئالدى بىلەن زەپەر سالايە قىلىنىدۇ . قالغان دورىلارنى يانچىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ زەپەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئۇيقۇسىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئۇيقۇ كەلمىگەندە ياكى كەچتە 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

شەربىتى نېلۇفەر

تەركىبى : بىنەپشە ، قەنت مۇۋاپىق مىقداردا .



ياسىلىشى : شەربىتى بىنەپشە بىلەن ئوخشاش .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، سەرسام ، سەپرادىن
 بولغان تەب ، يۆتەل ، ھەر خىل زاتىللارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچىلىدۇ .

شەربىتى ئۇججاس

تەركىبى : ئەينۇلا ، قەنت مۇۋاپىق مىقداردا .
 ياسىلىشى : ئەينۇلانى مۇۋاپىق مىقداردىكى قاينىتىپ ياخشى پىشۇرۇپ سۈزۈپ ،
 قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . ئەگەر سۈرگە مەقسىتىدە ئىشلىتىلمەكچى بولسا ،
 ئازغىنا سەقمۇنىيا قوشۇلىدۇ .
 تەسىرى : باش ئاغرىش ، ئىسسىقلىقتىن بولغان تەپنى پەسەيتىش ، سەپرانى
 نورماللاشتۇرۇش ۋە سېرىق چۈشۈش (يەرقان) نى يوقىتىش رولىغا ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ، ئىسسىقلىقتىن بولغان تەپ ، سەپرانىڭ غالىبلىقى ۋە
 سېرىق كېسەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچىلىدۇ .

قۇرسى مۇنەۋۋىم بارىد

تەركىبى : قاراسونا ئۇرۇقى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، شۈمشە ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ،
 كاكىنەج ھەر بىرى 3 گرام ، ئەپيۇن 2 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن تاپلىت قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، ئۇيقۇسىزلىق ، كې-
 زىك ، سەرسەم ۋە ھەر خىل زاتىللارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا
 ئىستېمال قىلىنىدۇ .



مەتبۇخى فەۋاكىم I.

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

ياسىلىشى : قايناتما ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

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

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 – 50 م ل ئىچىدە
لىنىدۇ .

مەتبۇخى ھېلىلە I

تەركىبى : تەرەنجىبىن ، ئەينۇلا ھەر بىرى 100 گرام ، تەمىرى ھىندى ، خىيار
شەنبەر ھەر بىرى 60 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى 31 گرام ، سەرپىستان ، بىنەپشە ،
سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، كاسىنى ئۇرۇقى ، شوخلا ھەر بىرى 16 گرام ، شېكەر 200 گرام ،
ياسىلىشى : قايناتما تەييارلاش ئۇسۇلىدا ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق

تەسىرى : ئارتۇق سەپرانى چىقىرىش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، مېڭىنى تازىلاش ،
قانىنى تازىلاش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، چوڭ – كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ئۇسسۇز-
لۇقنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : قان ۋە سەپرادىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە ، جۈملىدىن



ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

مەتبۇخى سودا

تەركىبى : گۈلبىنەپشە ، ئۈستۈخۇدۇس ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10.5 گرام ، سۇ 400 م ل .

ياسىلىشى : گۈل دورىلارنى پاكىزلاپ بىر كۈن سۇغا چىلاپ ، ئاندىن مۇلايىم ئوتتا 200 م ل قالغىچە قاينىتىپ ، قازاننى چۈشۈرۈپ تىرىپلىرىنى ئېلىۋېتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئارام بېرىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ۋە شەتقىلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ بىر كىشىلىك مىقدارى بولۇپ ھېلىبىلە مۇرابباسى بىلەن 2 - 3 كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى بەلغەم بولسا مەرزەنجۇشتىن 6 گرام قوشۇپ تەييار قىلىنسا تەسىرى كۈچلۈكرەك بولىدۇ .

مەئجۇنى بىنەپشە I

تەركىبى : سانا 150 گرام ، تەرەنجىبىن 100 گرام ، شىرخىشت 75 گرام ، تۇربۇد ، گوۋزەبان ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 16 گرام ، گۈلبىنەپشە ، نېلۇفەر گۈلى ، تازىلانغان ئۇششاق ئۈزۈم ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 150 م ل ، گۈلاب 200 م ل .
ياسىلىشى : تەرەنجىبىننى گۈلابتا قىيام قىلىپ ، ئۈستىگە كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلنى قويۇپ ، ئارقىدىن تالقان قىلىنغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەسىرى : ئىسسىقلىقتا قايتۇرۇپ باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ . نورمالسىز بەلغەم ۋە سەپىرانى تازىلايدۇ . رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ . چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل باش ئاغرىشلار بولۇپمۇ ئىسسىقلىق بولغان باش ، كۆز ، قۇلاق ئاغرىش ، كۆز قىزىرىش ، باش چېقىلىش ۋە باش قىيىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 10 گرام يەيدۇ .

نۆتۈلى سودائى سەپراۋى

تەركىبى : گۈلاب 150 م ل ، ئۈزۈم ھارنى 10 م ل ، گۈل يېغى 5 م ل .
ياسىلىشى : بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئىسسىقلىق ، سەپرادىن بولغان باش ئاغرىشىنى قالدۇرىدۇ ، خۇمارنى يوقىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىق ، سەپراۋى بولغان باش ئاغرىش ، ئىچكىلىك ۋە چېكىملىك خۇمىرى تۈتۈۋالغاندا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : باش ساھەسى يۇيۇلىدۇ .

نۆتۈلى سودائى ھار

تەركىبى : بىسەپشە ، چالا سوقۇلغان ئارپا ، ئىسبەغۇل ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى ، خەشخاش گۈلى ، بىللادۇن يىلتىزى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، سۆگەت غازىگى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئىسسىقلىق بولغان باش ئاغرىشقا شىپا بولىدۇ . ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : باش ساھەسى يۇيۇلىدۇ .

نۆتۈلى سەبرى II

تەركىبى : سەبرى 6 گرام ، ھۆل كاسىنى سۈيى 210 م ل .
ياسىلىشى : سەبرىنى كاسىنى سۈيىگە سېلىپ ئۈچ سوتكا ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ (كېچىسى ئىسسىق جايدا ساقلىنىدۇ) تەييارلىنىدۇ .





تەسىرى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ۋە ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، قىچىشقاق ، تەمرەتكە ۋە باش تەمرەتكىلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 1 كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ .

نۇقۇتى مۇرەتتىپ

تەركىبى : غورا ، چىلان ، ئەينۇلا ھەر بىرى 15 دانە ، بىنەپشە گۈلى 12 دانە ، ماش ، قۇرۇق يۇمىلاقسۇت ھەر بىرى 9 گرام ، تۇخىمى كاسىنى 5 گرام ، نېلۇفەر گۈلى 3 دانە .
ياسىلىشى : مۇۋاپىق مىقداردىكى قايناقسۇغا چىلاپ چىلانما تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : مېڭە ھارارىتىنى پەسەيتىپ ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ . ئومۇمىي بەدەن ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ .

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

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ .
ئەسكەرتىش : سەپرانى پەسەيتىش مۇھىمراق دەپ قارالسا ئەينۇلا سانى 20 گە يەتكۈزۈلىدۇ ، ئىچ سۈرۈش مەقسەت قىلىنسا 45 گرام تەرەنجىبىن قوشۇلىدۇ .

نۇقۇتى مۇسەل

تەركىبى : خىيار شەنبەر 45 گرام ، تەمرى ھىندى 30 گرام ، ئەينۇلا ، چىلان گۈلبىنەپشە ، سانا ، سېرىق ھېيلىلە ھەر بىرى 15 گرام ، چوڭ ئەينۇلا 7 دانە ، كاسىنى ئۇرۇقى 5 گرام ، نېلۇفەر 3 گرام ، دەن ، بادام يېغى ھەر بىرى 15 گرام .
ياسىلىشى : مۇۋاپىق مىقداردىكى قايناقسۇ چىلاپ چىلانما تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئومۇمىي بەدەننى تازىلاپ باش ئاغرىش ۋە باشقا مېڭە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ



نۇقۇتى ھېيلىلە I

تەركىبى : قارا ئۆرۈك 100 گرام ، تەمرى ھىندى 60 گرام ، تەرەنجىپىن 50 گرام ، سېرىق ھېيلىلە پوستى ، خىيار شەنبەر ، چىلان ، ھەر بىرى 31 گرام ، بىنەپشە ، كاسىنى ھەر بىرى 10 گرام .

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

تەسىرى : نورمالسىز سەپرا خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىش ، ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىشىنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

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

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 - 60 گرام ئىچىلىدۇ .

ھەببى بىنەپشە I

تەركىبى : بىنەپشە 6 گرام ، تۇربۇد 3 گرام ، سەقمۇنىيا 1 گرام ، كەتىرا ، رۇبۇسۇس يېرىم گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم ھالدا سوقۇپ ، قايناقسۇ بىلەن قارامۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

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

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، يۆتىلىش ، كۆز ئاغرىش ، كۆز ياشاڭغۇراش ۋە زىققىنەپەس قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەتىگەندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 - 15 دانە بېرىلىدۇ . بالىلارغا كېمەيتىپ بېرىلىدۇ .



ھەببى شىپا I

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ۋاڭ ئۇرۇقى 36 گرام ، رەۋەن 24 گرام ، زەنجىر-
جىل ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 12 گرام .
ياسىلىشى : سەمغى ئەرەبىدىن باشقا دورىلار يانچىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سەمغى
ئەرەبى سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش ، كونا - يېڭى باش ئاغرىش ۋە
قىزىتمىلارنى پەسەيتىش ، چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل باش ۋە نېرۋا ئاغرىشلىرىنى قالدۇرۇش ، قىزىتما پەسەي-
تىش ، مەنى تۇتالماسلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 - 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بىر دانە
بېرىلىدۇ .

ھەببى شىپا II

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ۋاڭ ئۇرۇقى ، زەنجىبىل 6 گرام ، رەۋەن 9
گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قايناقسۇ بىلەن يۇغۇرۇپ
ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى : تىنچلاندۇرىدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ مەنى تىزگىنلەيدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قوزغىلىشچان كېسەللىكلەردە نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، ئاغرىق
پەسەيتىش ، مەنى تىزگىنلەش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 - 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانە بېرىلىدۇ .

ھەببى شىپا III

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ۋاڭ ئۇرۇقى 27 گرام ، رەۋەن 9 گرام ،
زەنجىبىل ، جويۇز ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 30 م ل .



تەييارلىنىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، مۇقەللى قايناقسۇدا ئېزىپ دورىلار تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : ئاغرىق قالدۇرۇش ، ھارارەت پەسەيتىش ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەندۈرۈش ، مەنى تىزگىنلەش ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : باش ، قۇلاق ۋە كۆز ئاغرىشقا ، ئىسسىق ، سوغۇقتىن بولغان قىزىتمىلارغا ، مېڭە ۋە جىگەرنىڭ زەئىپلىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ئەتىگەن ۋە كەچتە 1 دانىدىن ئىستېمال قىلىدۇ .

ھېيلى ھېيلى 1

تەركىبى : سېرىق ھېيلى پوستى ، ھېيلى كاپۇلى پوستى ، قارا ھېيلى ، بېلىيە پوستى ، تازىلانغان ئامىيە ھەر بىرى 1 گرام ، سانا ، يۇيۇلغان لاجىۋەرد ، ئەفتمۇن غا ، رىقۇن ، كەتىرا ھەر بىرى 0.5 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ 10 م ل بادام يېغىدا ئۇششاق ئۈزۈم بىلەن يەنجىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : نورمالسىز سەپرا ، سەۋدا ۋە بەلغەمنى سۈرۈپ چىقىرىش ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، مېڭىنى ، ئاشقازان ، ئۈچەي ھەمدە قاننى تازىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : سەپرا ، سەۋدادىن بولغان كېسەللەكلەر ، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، قەۋزىيەت ، بوۋاسىر ، باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىش ، ئاشقازان ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەپتىدە بىر قېتىم ھەر قېتىمدا 6 - 9 گرام ئېلىپ گاۋزەبان ياكى شېكەر سېلىنغان گۇلاب بىلەن ئىچىلىدۇ .

ئىتريپىلى سانا

تەركىبى : ھېيلى كاپۇلى پوستى ، تازىلانغان ئامىيە ، بېلىيە پوستى ، سانا ھەر بىرى 30 گرام ، بادام يېغى 10 م ل ، ھەسەل 400 م ل .



ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادام يېغى بىلەن لەمدىگەندىن كېيىن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ خېمىر قىلىنىدۇ .
تەسىرى : سەپرانى پەسەيتىدۇ ، توسالغۇلارنى ئېچىپ چوڭ تەرەتنى راۋان قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سەپرادىن بولغان ھەر خىل كېسەللەكلەر ، بولۇپمۇ سەپرادىن بولغان باش ئاغرىش ، باش چىڭقىلىش ، باش قېيىش ، بوۋاسىر پەيدا بولۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريپىلى كەشنىز

تەركىبى : ئاقلانغان يۇمىلاقسۇت ئۇرۇقى 155 گرام ، ھېلىيە كابۇلى پوستى ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، قارا ھېلىيە ، ھېلىيە پوستى ، ئاقلانغان ئامىيە ھەر بىرى 31 گرام ، ئاق شېكەر 500 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ 50 م ل بادام يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى ياكى كالا يېغىدا قۇرۇپ سارغىتىپ ، شېكەر قىيامىدا يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىشىنى پەسەيتىش ، نېرۋىنى تىنىچلاندۇرۇش ، مېڭە تومۇرلىرىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ، يەل ھەيدەش ، سەپرانى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل باش ئاغرىشلارغا جۈملىدىن ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، كۆز ۋە قۇلاق ئاغرىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ . ئۇندىن باشقا ئاشقازان ئاجىزلىقى ، بوۋاسىر ھەمدە ئىس - تۈتەك ۋە خۇمار تەسىرىدىن بولغان باش ئاغرىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 - 9 گرام ئېلىپ تاماقتىن كېيىن ئىچكۈزۈلىدۇ .



ئىيارەجى بارىد

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، ئىچىدىكى ياغىچى ئېلىنغان تۇرۇد (بۇلار بادام يېغىدا ياغلىنىدۇ) ، قۇرۇق بىنەپشە ھەر بىرى 36 گرام ، ئىيارەجى پەيقەرا 20 گرام ، قىزىلگۈل ، كاسنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام . كەتىرا ، مەھمۇدە ھەر بىرى 10 گرام .
ياسىلىشى : سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، شىشە قاچىدا ساقلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : باش ئاغرىشىنى پەسەيتىش ، ئومۇمىي بەدەن ۋە مېڭىدىكى ھۆللۈكنى چىقىرىش ، چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : مېڭىنى ۋە ئاشقازان ، ئۈچەيلەردىكى زىيادە خىلىپىلارنى تازىلاشقا ، پالەج ، لەقۋا ، تىل سۇسلىقى قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 9 گرام ئېلىپ تەرەنجىپىن ياكى شىرخىشت ئېزىلگەن قايناقسۇدا ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ ئىيارەجگە چۈشىدىغان ئىيارەجى پەيقەرا تەركىبىدىكى سەبرى چوقۇم يۇيۇلغان بولۇشى لازىم . بۇ ئىيارەج ھامىلىدارلارغا ، ئاشقازان ، ئۈچەيلەردە يارا بارلارغا ، ھەيز مەزگىلىدە ، ئۈچەي توسۇلۇش ۋە بوۋاسىر كېسەللىكلىرى بارلارغا بېرىش چەكلىنىدۇ .

ئىيارەجى پەيقەرا II

تەركىبى : گاۋزەبان ھىندى 30 گرام ، سەبرى 16 گرام ، ئىگىر ، ئاترىلال ، ئاسارۇن ، ھەببى ، تاغ يالىپۇزى ، ئادەتتىكى يالىپۇز ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، تاغ سەۋزە ئۇرۇقى ، ئادەتتىكى سەۋزە ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، ئەفتىمۇن 7.5 گرام ، رەيھان ئۇرۇقى ، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى ، قۇرۇق پىننە ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، تۈرۈنجى ئۇرۇقى ، غارىقۇن ، زەنجىبىل ھەر بىرى 6 گرام ، ئاچچىق تاۋۇز ، ئاقمۇچ ، ھىندى تۈزى ھەر بىرى 4 گرام ، قىزىلگۈل ، خەربەق ھەر بىرى 3 گرام ، ئەرمەن تېشى 1.5 گرام ، ھەسەل 3 ھەسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ .



تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : مېگە ۋە ئاشقازاننى تازىلاش ، مېگە ۋە جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىشىنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان مېگە كېسەللىكلىرى ۋە باش ئاغرىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 - 3 گرام بېرىپ لىدۇ .

قۇرۇقلۇقتىن بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

خېمىرى خەشخاش

تەركىبى : تىلىنىمىغان ياخشى سۈپەتلىك خەشخاش غوزىسى 31 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، بادام مېغىزى ، قۇرۇق يۇمىلاقسۈت ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ھەر بىرى 20 گرام ، تاباشىر ، كەتىرا ، ئەرەب يىلىمى ھەر بىرى 6 گرام ، زەپەر ، ئىپار ، كۈمۈش ۋەرمەق ھەر بىرى 5 گرام ، ئەرىقى بېدىمىشكى 16 م ل .

ياسىلىشى : خەشخاشنى بىر سوتكا چىلاپ ، قاينىتىپ ، سۈزۈپ ناۋات سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ . قىيام ئۈستىگە دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۈستىدىن ئىپار ، زەپەرلەرنى ئەرەقتە سالايە قىلىپ ، كۈمۈش ۋەرمەق سېلىپ قوچۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : ئىسسىقلىقنى قايتۇرۇش ، تىنچلاندۇرۇش ، قۇرۇقلۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ، قۇرۇق ئىسسىقلىقتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىش ، مېگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مېگە قۇرۇقلۇق يېتىشتىن بولغان باش ئاغرىش ، ئۇيقۇسىزلىق ، قۇرۇق ئىسسىقلىقتىن بولغان يۆتەل ۋە چاڭ - توزان ، تۈتەكتىن بولغان يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ . ئۇندىن باشقا بۇلغانغان ھاۋادىن بولغان باش ئاغرىش ، خۇمارىدىن بولغان





باش ئاغرىش ، قانلىق تەرەت ، سۈيدۈكنىڭ كۆيۈپ كېلىشى قاتارلىقلار غىمۇ ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامنى ئەرىقى گاۋزە بان
 ياكى ناۋات ، لېچىندانە سېلىپ دەملەنگەن چاي بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .
 ئەسكەرتىش : بىراقلا كۆپ ئىستېمال قىلماسلىق ، كىچىك بالىلارغا ئىشلەتمەسلىك
 لازم .

رەۋغىنى كەدۇ (قاپاق يېغى)

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : ھۆل قاپاقنى ئاقلاپ گۆش ۋە ئۇرۇقلىرى بىلەن قوشۇپ
 سىقىپ ئېلىنغان سۇنىڭ تۆت ھەسسىسىگە بىر ھەسسە كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ
 قاينىتىلىدۇ ۋە يېغى قالغاندا سوۋۇتۇپ ئېلىنىدۇ .
 تەسىرى : ئۇيقۇسىزلىق ، مېڭىگە قۇرۇقلۇق يېتىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ . بو-
 لۇپمۇ سەپرا ۋە سەۋدادىن بولغان مېڭە كېسەللىكلەرنى تۈزۈتۈپ مېڭىگە ھۆللۈك
 يەتكۈزىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئۇخلىيالمايدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ . مېڭە پەردە ياللۇغى (
 سەرسام) ۋە خىيالىپەرەستلىك (مالىخۇلىيا) نى داۋالاشتا ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بۇرۇنغا يۇرۇتۇش ، قۇلاققا تېپىتىش ، سىرتتىن ياغلاش
 ئۇسۇللىرى بىلەن ئىشلىتىلىدۇ ، قوللىنىلىدۇ .

رەۋغىنى مۇرەتتېب (ھۆللۈك يەتكۈزۈش يېغى)

تەركىبى : قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، خەشخاش ئۇ-
 رۇقى ، قاراسونا ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : ھەممىنى بىرلەشتۈرۈپ سوقۇپ سىقىپ يېغى ئېلىنىدۇ .
 تەسىرى : مېڭىنى ھۆللەندۈرۈپ قۇرۇقلۇقنى يوقىتىش ، ئىسسىقلىق بولغان باش
 ئاغرىشىنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئۇخلىيالمايدىغان ۋە بېشى ئاغرىيدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ باشنى ياغلايدۇ .



تەركىبى : كاسنى ئۇرۇقى ، ئاقلانغان يۇمىلاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 25 گرام ، ئاق سەندەل سۈرۈلمە تالقىنى ، شاھتەررە ئۇرۇقى ، ئەنجىباھار يىلتىزى ، تەرخەمەك مېغىزى ، تاۋۇز مېغىزى ، قاپاق مېغىزى ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 13 گرام ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، ياقۇت ، تاباشىر ، قاقىلە ، لېچىندانە ، ھەر بىرى 5 گرام ، كافۇر 1 گرام ، كۆك قاپاق سۈيى ، تاۋۇز سۈيى ، چىلان سۈيى ھەر بىرى 200 م ل ، قىزىلگۈل ئەرقى ، بېدىمىشكى ئەرقى ھەر بىرى 110 م ل ، بېھى شەربىتى ، تاتلىق ئانار شەربىتى ھەر بىرى 30 م ل ، ئاق شېكەر 200 گرام .

ياسىلىشى : قۇرۇق دورىلارنى تالقانلاپ ، سۇيۇقلۇقلىرىنى شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ ئۈستىگە دورا تالقانلىرىنى سېلىپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مەئجۇنى خەشخاش بىلەن ئوخشاش .

ئىشلىتىلىشى : مەئجۇنى خەشخاش بىلەن ئوخشاش .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 3 گرام بېرىلىدۇ .

نەزلە تەسىرىدىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

ھەبىي مەۋىز

تەركىبى : ئىت ياڭقىنىڭ ئۇرۇقى 31 گرام ، بەزىرۈلبەنجى (مىڭ دىۋانە) 16 گرام ، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ئۈزۈم 200 گرام .

ياسىلىشى : ئالدىنقى ئىككى خىل دورىنى 300 م ل سۇ بىلەن 100 م ل قالغىچە قاينىتىپ ماتادىن ئۆتكۈزۈپ سۈزۈپ ، ئۇنى يەنە ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قازانغا قۇيۇپ ، ئۈستىدىن ئۈزۈمنى سېلىپ يەنە سۇس ئوتتا سۈيى تۈگىگىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .



دورا كۆيۈپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن كەپچە بىلەن قوچۇپ تۇرۇلىدۇ . سۈيى تامامەن تۈگىگەندە ئېلىپ نۇقۇت چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئاغرىق توختىتىش ، تىنىچلاندۇرۇش ، ئۇخلىتىش ، مېڭىنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتۇش ، نەزلىنى يوقىتىش ، تارتىشىشنى بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە . سىرتتىن ئىشلەتسەمۇ ئاغرىق پەسەيتىش ، سۈيۈقلۈكنى قۇرۇتۇش ، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىنى بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نەزلى تەسىرىدىن بولغان باش ئاغرىش ، زىققىنە پەس ، مۇفاسىل ، نىقرەس ، ئىرقۇننەسا كېسەللىكلىرى ، ئاشقازان تارتىشىۋېلىپ ئاغرىشى ، قاتتىق يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ . مۇشۇ نۇسخىدا ئۈزۈمنىڭ ئورنىغا ھەسەل ئىشلىتىپ تەييارلاپ ئۇرۇق بېزىنىڭ سۇلۇق ئىششىقىغا تېشىدىن چاچسا سۈيۈقلۈك يوقىتىپ ، ئاغرىق پەسەيتىشتە تېز ئۈنۈم بېرىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، 3 ~ 6 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ . ئەسكەرتىش : ئۇزۇن مۇددەتكىچە ئىچىشكە بولمايدۇ . زەھەرلىك دورا بولغاچقا مىقدارى ئېشىپ كەتسە ياكى بالىلارغا بېرىلسە خەتەرلىك !

ئىتريپىلى كەشنىز مۇلەيىن

تەركىبى : سانا ، قۇرۇق يۇمىاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 75 گرام ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، ھېلىيە كابۇلى پوستى ، قارا ھېلىيە ، بېلىيە پوستى ، شاكالسىز ئامىيە ھەر بىرى 12 گرام ، قىزىلغان پىلە 10 گرام ، شاھتەررە ، يۇيۇلغان لاجىۋەرد ھەر بىرى 7.5 گرام ، مەستىكى رۇمى 6 گرام ، بادىرەنجىبۇيا ، بەسفائىج ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 800 م ل .

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

تەسىرى : نەزلى خارا تېرىلىك باش ئاغرىش ، مالىخۇلىيا ۋە يۈرەك ئاجىزلىقىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : زۇكام ، باش ئاغرىش ، سەپىردىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 - 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچكۈ - زۇلىدۇ .

ئىس - تۈتەكتىن ياكى خۇماردىن بولغان باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

جەۋارش تاباشىر I

تەركىبى : قىزىلگۈل ، تازىلانغان ئامىيە ، تاباشىر ، ئاق سەندەل سۈرۈلمىسى ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 31 گرام ، ھەبۇلئاس ، تۇرۇنجى پوستى ، ئۇرۇق - دىن ئاجرىتىلغان سىماق ، مەستىكى ھەر بىرى 16 گرام ، بېھى شەرىپتى ، ھەسەل ھەر بىرى 100 م ل ، گاۋزەبان ئەرىقى ، بادىرەنجىبۇيا ئەرىقى مەلۇم مىقداردا .

تەييارلاش : جەۋارش دورىلارنى تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش ، ئاشقازاننى كۈچەيتىش ، تىنچلاندۇ - رۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، ئىسھالنى توختىتىش ، قىزىتمىنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىس - تۈتەكتىن ۋە تاماكىنىڭ خۇمىرىدىن بولغان باش ئاغرىش ، خاپقان ، ئاشقازان قىزىش ، مەنى تېز كېتىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 - 2 قېتىم ، 6 - 9 گرام ئىچىدۇ .

سۇفۇفى ئامىيە I

تەركىبى : يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى 20 گرام ، ئاقلانغان ئامىيە 10 گرام ، گاۋزەبان ، قىزىلگۈل ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 5 گرام ، ناۋات 80 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ناۋات تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .





تەسىرى : مېڭە ، يۈرەك ، جىگەر ، ئاشقازاننىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش ، تىنچلاندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل باش ئاغرىشلار ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئېلىپ قايماق سۇ بىلەن ئىچىدۇ .

سۇفۇفى بۇخار

تەركىبى : ھېلىيلە كابۇلى ، فىندۇق مېغىزى ھەر بىرى 120 گرام ، يۇمىغاقسۇت (سىركىدە چىلاپ سايدا قۇرۇتۇلغان) ، گاۋزەبان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، تۇرۇنجى (جۈيزە) پوستى ، كاسنى ئۇرۇقى ، ئامىيلە ، قارا ھېلىيلە ھەر بىرى 15 گرام ، ئارپا بادىيان ، بالەنگو 9 گرام ، ئاق سەندەل ، ئۇد ھىندى ، تاباشىر ، لوك ، مارجان ، مەرۋايىت ھەر بىرى 6 گرام ، ئاق شېكەر 2 ھەسسە .
تەسىرى : ئاشقازاندىن مېڭە تەرەپكە بۇخار (گاز) ئۆزلەشنى توسىدۇ . خىلىتلارنىڭ كۆز ۋە باش ساھەسىگە ئۆزلەشنى توختىتىدۇ ، كۆزنى ئاسرايدۇ ، يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاندىن بۇخار ئۆزلەش خاراكتېرلىك باش ئاغرىش ، كۆز چىڭقىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى كەشنىز I

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 31 گرام ، ناۋات 120 گرام .
ياسىلىشى : دورىلار تالقان قىلىنىدۇ .
تەسىرى : ئىسسىقلىقتىن ، ئىس - تۈتەكتىن ، خۇماردىن بولغان باش ئاغرىشنى توختىتىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل باش ئاغرىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 گرام ئېلىپ
قايناقسۇ بىلەن كاپ ئېتىدۇ .

شەرىپتى خۇمار

تەركىبى : قارا ئۆرۈك ، تەمرى ھەر بىرى 300 گرام . 60 گرام ، چۈچمەل ئانار
سۈيى ، تاتلىق ئانار سۈيى ، تاتلىق ئالما سۈيى ، لىمۇن سۈيى ھەر بىرى 150 گرام ،
شېكەر 600 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى 2 لىتر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئاندىن 750 م ل قالغىچە
قاينىتىپ سۈزۈپ ، يۇقىرىقى مېۋىلەر سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، شېكەر بىلەن قىيام
قىلىنىدۇ .

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

ئىشلىتىلىشى : قىزىتما ، ئىسسىقلىق بولغان باش ئاغرىش ، باش قېتىش ، باش
چىڭقىلىش ، ھەر خىل تەبىلەر ، تاماكا خۇمىرىدىن بولغان باش ئاغرىش قاتارلىقلارغا ئىش
لىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى كەشنىز

تەركىبى : تېشىلىمگەن مەرۋايىت ، كابۇلى ھېلىلە پوستى ، ئاقلانغان يۇمغاقسۇت
ئۇرۇقى ، تازىلانغان ئامىيە ھەر بىرى 16 گرام ، تۇرۇنج پوستى ، 14 گرام ، تاباشىر ، پاقا
يوپۇرمىقى ئۇرۇقى ، گاۋزەبان گۈلى ھەر بىرى 10 گرام ، كۆمۈش ۋەزەق 6 گرام ،
قىزىلگۈل ئەرىقى 150 م ل ، بېدىمىشكى ئەرىقى 100 م ل ، ئاق ناۋات 250 گرام .

ياسىلىشى : ئەزەقلەرنى ناۋات بىلەن قىيام قىلىپ ، يۇقىرىقى دورىلار تالقىنىنى ئا-
رىلاشتۇرۇپ ، ئۈستىدىن كۈمۈش ۋەزەق قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : مېڭە ۋە يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈش ، تىنچلاندۇرۇش ، سەپرا ۋە سەۋدانى



تەڭشەپ ، ھارارەتنى پەسەيتىش ھەمدە ھەزىمىنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇقەررەبى كەشنىز

تەركىبى : يۇمىخاقسۇت ئۇرۇقى 100 گرام ، ئاق ۋە قارا خەشخاش ئۇرۇقى ، ئاقلىنغان قارا سونا ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، بەسەي ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاقلىنغان سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، قىزىلگۈل ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ھەر بىرى 6 گرام ، زەپەر 1.5 گرام ، ئىپار 0.5 گرام ، شېكەر 300 گرام ، بېھى شەربىتى ، ئالما شەربىتى ھەر بىرى 300 م ل .

ياسىلىشى : شېكەرنى قىيام قىلىپ ، شەربەتلەرنى قوشۇپ ، ئۈستىدىن يۇقىرىقى دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئىپار زەپەرلەرنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسرى : قاننى تازىلاش ، مېڭە ، يۈرەك ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىش ، كۆڭۈلنى ئېچىش ، سۈيدۈك ھەيدەش تەسرىگە ئىگە .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ .

نۇتۇلى بوخارى

تەركىبى : گۈل يېغى ، بابۇنە يېغى مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاندىن بۇخار ئۆزلەش خاراكتېرلىك باش ئاغرىشقا



مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 10 م ل ئېلىپ باش ساھەسىگە تېمىتىلىدۇ .

باش كېسەللىكلەرگە تېشىدىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

پاشويەنى سوداڭ

تەركىبى : ئاق لەيلى گۈلى ، نېلۇفەر گۈلى ، سۆگەت غازىگى ھەر بىرى 30 گرام ، گۈلبىنەپشە 20 گرام ، بۇغداي كېپىكى 10 گرام ، سۇ 10 لىتر .
ياسىلىشى : قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : باش ئاغرىشىنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سەپرا ۋە قاننىڭ غالىبلىقىدىن بولغان باش ئاغرىشىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : قاينىتىلغان دورا سۈيىنى داسقا تۆكۈپ پۇت چېلىنىدۇ .

رەۋغىنى ۋەرد I

تەركىبى : قىزىلگۈل 300 گرام ، كۈنجۈت يېغى 200 م ل .
ياسىلىشى : ھەر قېتىمدا 100 گرام گۈلنى كۈنجۈت يېغىدا 3 كۈن تۇرغۇزۇپ سىقىپ ئېلىنىدۇ . ئۇدا 3 قېتىم داۋاملاشتۇرۇلۇپ ، ئېلىنغان ياغ 20 ~ 41 كۈن ئاپتاپتا قويۇلىدۇ .
تەسىرى : مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، ھۆللۈك يەتكۈزۈپ ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ .
ئىسسىقلىقنى ياندۇرۇپ ، باش ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ . جاراھەتلەرنى يۇتتۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل باش ئاغرىشلار ، نېرۋا ئاجىزلىقى ، خاپقان ، مۇپاسىل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ . ئېغىزدا شورسا چىش ئاغرىشىنى توختىتىدۇ . كلىزما قىلسا قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە ئۈچەيدىكى يارىلارنى يۇتتۇرىدۇ .



ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئەھۋالىغا قاراپ باشنى ياغلىسا بولىدۇ .

رەۋغىنى لوپۇبى سەبئە I

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، ئوسۇڭ ئۇرۇقى مېغىزى ، بەگنەي قوغۇن مېغىزى ، ئاقلانغان بادام مېغىزى ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، ئاقلانغان ئاق كۈنجۈت ھەر بىرى تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ قىزىتىپ ئاققان يېغى قاچىغا ساقلىنىدۇ .

تەسىرى : مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ . باش ئاغرىشىنى قالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مېڭىنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلىرىگە بولۇپمۇ باش ئاغرىش ، مالىخۇلىيا قاتارلىقلاردا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ باشنى ياغلايدۇ .

زىمادى سۇبات

تەركىبى : پەرفىيۇن ، قىزىل قىچا ، شەترەنجى ، چاققاق ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا ، سىرگە مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، سىرگە بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سەكتە ، سۇبات كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن سۇۋايدۇ .

قۇرسى مۇنەۋۋەم

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



ياسىلىشى : ئادەتتىكى قۇرس تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئاغرىق پەسەيتىش مەقسەت قىلىنسا يەرلىك ئو-
رۇنغا چېپىلىنىدۇ ، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش مەقسەت قىلىنسا سودا ئېزىپ ئىككى قاشنىڭ
ئوتتۇرىسىغا سۈركۈلىدۇ .

باش قېيىش ، كۆزقاراڭغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالماىلىرى

سۇفۇفى سەدىرى دەۋۋار

تەركىبى : خەشخاش ئۇرۇقى ، چىگىت مېغىزى ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ، بادام مې-
غىزى ھەر بىرى 6 گرام ، ناۋات 50 گرام .
ياسىلىشى : تالقان قىلىنىدۇ .

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

ئىشلىتىلىشى : خەپەقان ، باش قېيىش ، مەنى تۇتالماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتى-
لىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئېلىپ
50 م ل گۈل ئەرىقى بىلەن ئىچىدۇ .

سۇفۇفى ئىتريپىلى كەشنىز I

تەركىبى : تاتلىق بادام مېغىزى 100 گرام ، ھېلىيلە كابولى پوستى ، سېرىق ھې-
لىيلە پوستى ، ئامىيلە پوستى ، قارا ھېلىيلە ھەر بىرى 40 گرام ، شېكەر 700 گرام .

ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى پۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان
قىلىنىدۇ . بادامنى چېقىپ مېغىزىنى سۇغا چىلاپ پوستىنى ئېلىۋەتكەندىن كېيىن قۇرۇ-
تۇپ سوقۇپ ئاندىن دورىغا قوشۇلىدۇ .





تەبىئىيىتى : سوغۇق .

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

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاغرىش ، باش قېيىش ، كۆزى قاراڭغۇلىشىش ، ئاشقازان ئاجىزلىشىش ، بۇۋاسىر ، قان بۇزۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ . چىرايىنى تۈزەيدۇ . ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا 2~3 گرام ، چوڭلارغا 4~10 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

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

سۇفۇفى ئىتريپىلى كەشنىز I

تەركىبى : پوستىدىن ئايرىلغان يۇمىلاقسۇت 200 گرام ، ئاقلانغان بادام مېغىزى 100 گرام ، ھېلىيە كابۇلى پۇستى ، سېرىق ھېلىيە پۇستى ، قارا ھېلىيە ، ھېلىيە پۇستى ، ئامىيە پۇستى ھەر بىرى 40 گرام ، شېكەر 1 كىلوگرام . ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ . تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

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

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاغرىش ، باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىش ، ئاشقازان ئاجىزلىشىش ، قۇلاق ئاغرىش قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ . ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كىچىكلەرگە 2~3 گرام ، چوڭلارغا 5~12 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : يۇمىلاقسۇت ئۇرۇقىنى سوقۇپ ، پۇستى ئېلىۋېتىلىدۇ .

سۇفۇفى ئىيارەج

تەركىبى : سېرىق ھېلىيە پۇستى ، تۇربۇد ، بىنەپشە ھەر بىرى 40 گرام ، قىزىل گۈل ، كاسىنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 16 گرام ، كەتىرا ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 11 گرام .





يۇيۇلغان سەبىرى 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : باش ئاغرىقىنى قالدۇرۇش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا ، سەپرائى سۈرۈش ، روھلاندۇرۇش ، خەپەقانى ياخشىلاش ، مېگە ، ئاشقازان ، بالا ياتقۇدىكى ئارتۇقچە ھۆللۈكنى چىقىرىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، چولق تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان كېسەللىكلەر ، باش قىيىش ، باش ئاغرىش ، قەۋزىيەت ، خەپەقان قاتارلىقلاردا يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

شەرىتى ئۈستۈخۇددۇس II

تەركىبى : ئۈستۈخۇددۇس 30 گرام ، بەسفايەج ، گاۋزەبان ، پىرسىياۋشان ، بادىرەنجىبۇيا ، ئۇدسەلىب ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 15 گرام ، قۇرۇق زۇفا ، بادىيان ھەر بىرى 10 گرام ، ئۈزۈم 25 گرام ، ئەنجۈر 50 گرام ، ھەسەل ، قەنت 200 گرام .
ياسىلىشى : شەرىت ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .

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

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش قىيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ئىچىدۇ .

شەرىتى ھەسەلى مۇرەككەپ

تەركىبى : قەلەمفۇر ، خولىنجان ، مەستىكى ، دارچىن ، ئۇدەھىندى ، قاقىلە ، لېچىندانە ، بەسباسە ، جوز بوۋا ، سازەج ھىندى ھەر بىرى 6 گرام ، قارامۇچ 3 گرام ، ساپ ھەسەل 300 م ل ، سۇ 2 لىتر .

ياسىلىشى : چالا سوقۇلغان دورىلارنى داكا خالتىغا ئېلىپ ، ھەسەل بىلەن سۇيىپ





رىمى قالغىچە قاينىتىپ كۆپۈكى ئېلىپ تۇرۇلىدۇ ھەمدە قاينىغان ۋاقىتتا دورا خالىتىسى ھەرىكەتلەندۈرۈپ تۇرۇلىدۇ. بۇ شەرىپەتنى چىنە ياكى شىشە قاچىدا ساقلاش لازىم.

تەسىرى: رەئىس ئەزالارنى ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش، ھەزىم ياخشىلاش، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىشىنى قالدۇرۇش، كۆڭۈلنى ئېچىش، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش، ھەر خىل سوغۇق يەللەرنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ھەمدە مېگە، جىگەر، ئاشقازان ۋە بوغۇم كېسەللىكلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە 1 قېتىم، ھەرقېتىمدا 50 م ل ئىچىلىدۇ.

مەئجۇنى بايادەيتۈس

تەركىبى: غارىقۇن 60 گرام، سەبرى 45 گرام، ئاسارۇن، سەلىخە، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 18 گرام، كامازەريۇس، قۇستە، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 12 گرام، سۇنبۇل 11 گرام، زەپەر، دارچىن، ئىگىر، مەستىكى ھەر بىرى 9 گرام، ئۇدىلىسان، پەرفىيۇن، قارامۇچ، ئاقمۇچ، ھۇپارىقۇن، ھۇماما ھەر بىرى 6 گرام، بىلىسان يېغى 9 م ل، ھەسەل 3 ھەسسە.

ياسىلىشى: دورىلارنى تالقانلاپ بىلىسان يېغىدا ياغلاپ ھەسەل بىلەن مەئجۇن قىلىنىدۇ.

تەسىرى: سەۋدادىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىشلىتىلىشى: ھەر خىل تاشلارنى چۈشۈرىدۇ، رەڭگى - رويىنى چىرايلىقلاشتۇرىدۇ، باش قېيىش، نەپەس قىستاشلارغا ئىشلىتىلىدۇ. ئىشلىتىش مىقدارى: كۈندە 2 قېتىم، ھەرقېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەئجۇنى دەبىدلىۋەرد 1

تەركىبى: سۇنبۇل، مەستىكى، زەپەر، تاباشىر، دارچىن، ئىزخىر، ئاسارۇن، تاتلىق قۇستە، غافەس ئۇسارىسى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، كاسىنى ئۇرۇقى، ئوردان، لوك، چىڭسەي ئۇرۇقى، ئۈزۈنچاق زىراۋەندى، ھەببى بىلىسان، قەلەمفۇر، لېچىندانە ھىندى، ئۇد ھىندى ھەر بىرى 10 گرام، ئاق بېغىشىدىن ئايرىلغان قىزىلگۈل 200 گرام،





ھەسەل 1.2 لىتىر .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش ، توسالغۇلارنى ئېچىش بولۇپمۇ جىگەر ۋە تالنىڭ توسالغۇلارنى ئېچىپ ، ئىششىق قايتۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، سوغۇق يەللەرنى ھەيدەش ، ھۆل سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، بۇزۇلغان ، كۆيگەن خىلىتلارنى سۈرۈش ، تەپنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، تاماقتىن كېيىن 1.5 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى مىلھى ھىندى

تەركىبى : ئىيارەجى پەيقەرا 30 گرام ، سېرىق ئوت ، غارىقون ھەر بىرى 12 گرام ، ئامىيىلە ، قارا ھېلىيلە ، سېرىق ھېلىيلە ، كابۇلى ھېلىيلىسى ، بېلىيلە ، ئۈستخۇدۇس ھەر بىرى 9 گرام ، ھىندى تۈزى 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ سىركەنجىبىن بىلەن يۇغۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ . تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، سەۋدادىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ ، بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان باش قېيىشنى يوقىتىدۇ .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قايناقسۇ بىلەن 9 گرام ئىچىلىدۇ .

مۇفەررىھى بارىد

تەركىبى : قىزىلگۈل 30 گرام ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، گاۋزەبان گۈلى ھەر بىرى 15 گرام ، زىرىق ، بېھى ئۇرۇقى ، فۇپەل ھەر بىرى 9 گرام ، ئاق





سەندەل ، تاباشىر ، گىلى ئەرمىنى ، بادىرەنجىبۇيا ، پىستە پوستى ، تۇرۇنچى پوستى ھەر بىرى 6 گرام ، ئالما شەربىتى 300 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ئالما شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : كۆكرەك كېسەللىكلىرى ۋە باش قېيىشقا شىپا بولىدۇ . بەدەننىڭ ۋە ئېغىزنىڭ سېسىق پۇرىشىنى يوقىتىدۇ .

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

ئىشلىتىش مىقدارى : كۈندە 1 قېتىم ، 6 گرام ئىچىلىدۇ .

نۆتۈلى سەدرى

تەركىبى : بابۇنە ، ئەفسەنتىن ، شىيە ، ئىككىلىمەلىك ، سوزاپ ، نەمام ، ياۋا پىننە ، يالپۇز ، چاڭگاڭ تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئورنىدىن تۇرغاندا كۆز قاراڭغۇلىشىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : مەزكۇر دورا سۈيى بىلەن يۇيۇنىدۇ .

نوقۇلى تۇخى ئانار

تەركىبى : ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 18 گرام ، تەمرى ھىندى 12 گرام ، زىرىق 10 گرام ، ئاق سەندەل ، قىزىلگۈلنىڭ كىندىك سېرىقى ، قۇرۇق يۇمىلاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام .

تەسىرى : قاننىڭ تېزلىكىنى پەسەيتىش ، سەپرانى كېسىش ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : دورىلارنى بىر چىنە سۇدا بىر سوتكا چىلاپ





سېقىپ ، سۈيىنى ئېلۇپەر شەرىپىتى بىلەن كۈندە ئۈچكە بۆلۈپ ئىچىدۇ .

ھەببى ئۈستۈخۇدۇس

تەركىبى : ئۈستۈخۇدۇس ، ئىيارەج پەيقەرا ، تۈز ھەر بىرى 3 گرام ، غارىقۇن 2 گرام ، شەھى ھەنزەل 1 گرام .
ياسىلىشى : قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى : باش قېيىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش قېيىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى : ھەممىنى بىر قېتىمدىلا يەيدۇ .

ھەربىرە (غىزائى داۋا تۈرىدىكى بىر خىل ياسالما)

تەركىبى : بادام مېغىزى 6 گرام ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى 5 گرام ، چىگىت مېغىزى 4 گرام ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت 2.5 گرام ، بۇغداي ئۇنى كېپىكى 100 گرام .
ياسىلىشى : ئالدى بىلەن كېپەكنى 200 م ل سۇغا سېلىپ شىرىسىنى ئالىدۇ ، ئاندىن كېيىن باشقا دورىلارنى 300 م ل سۇدا ئېرىتىپ شىرىسىنى ئېلىپ ، بۇ ئىككى خىل شىرىنى بىرلەشتۈرۈپ 30 گرام ناۋات سېلىپ ئوتتا قويۇپ ، سەل تۇرغۇزۇپ قويۇلدۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر ھەپتىگىچە ھەر كۈنى 100 گرام ئىچىلىدۇ .

ئىتريقبلى كەشنىز مۇزەپپەر

تەركىبى : ئاقلانغان يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى 16 گرام ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، ھېلىيە كابۇلى پوستى ، قارا ھېلىيە ، بېلىيە پوستى ، ئامىيە ، گاۋزەبان گۈلى ھەر بىرى 6 گرام ، زەپەر 2 گرام ، ئىپار 1.5 گرام ، گۈلاب 200 م ل . ھەسەل 150 م ل ، ناۋات 60





گرام ، بادام يېغى 10 م ل .

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

تەسىرى : قىزىتما قايتۇرىدۇ ، مېڭە ۋە يۈرەك خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرام يېيىلىدۇ .

ئىتريقبلى مۇلەيىن

تەركىبى : سانا ، تۇربۇد ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 45 گرام ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ، ھېلىيلە كابۇلى پوستى ، بېلىيلە پوستى ، ئامىيلە پوستى ، قارا ھېلىيلە ھەر بىرى 10 گرام ، زەنجىبىل 1.5 گرام ، بادام يېغى 15 م ل ، ھەسەل ياكى شېكەر 600 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادام يېغىدا نەمدەپ 600 گرام شېكەر ياكى ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

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

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

مېڭىنى كۈچەيتكۈچى دورا ياسالمىلىرى

ئەتۈسى مۇقەۋۋى

تەركىبى : كۈندۈش 24 گرام ، شەھمى ھەنزەل ، قارامۇچ ، ئۈستۈخۇدۇس ،





قۇلدۇز قەھرى ھەر بىرى 9 گرام .
 ياسىلىشى : ئەتۈسى پالەجنى ياساش بىلەن ئوخشاش .
 تەسىرى : مېڭىنى كۈچەيتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : سېزىمنىڭ ناچارلىشىشى ، ئۇيقۇسىراش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرام ئېلىپ
 چۈشكۈرتىلىدۇ .

ئەرقى بادىرەنجىبۇيا

تەركىبى : بادىرەنجىبۇيا 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتر .
 ياسىلىشى : بادىرەنجىبۇيىنى بىر نەچچە قېتىم تاسقاپ پاكىزلەپ پار قازانغا
 سېلىپ ، ئۈستىگە 6 لىتر سۇ قويۇپ سۇس ئوتتا پارغا ئايلاندۇرۇپ 3 لىتر ئەرق ئېلىنسا
 كۇپايە قىلىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
 تەسىرى : مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش ، ئەقلىنى زىيادە قىلىش خۇسۇسىيىتىگە
 ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، يۈرەك ، ئاشقازان ، جىگەر ، بۆرەك ئاجىزلىقلىرى ، كۆڭۈل
 ئاينىش ، خەپەقان قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 1~5
 ياشتىكىلەرگە 15 — 20 م ل ، 5~10 ياشتىكىلەرگە 25 — 30 م ل ، چوڭلارغا 40~
 50 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

بوخۇر (ئىسرىق) ئۇسخىسى

تەركىبى : ئۇد ھىندى ، تاتلىق قۇستە ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 16 گرام ، ئىپار 3
 گرام ، كاپۇر 1 گرام ، قىزىلگۈل ئەرمەقى 200 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ قىزىلگۈل ئەرمەقى بىلەن يۇغۇرۇپ كۇمىلاچ ياسى-
 لىدۇ .





تەسىرى : مېڭىنى كۈچەيتىدۇ ، زېھنىنى ۋە سېزىمىنى ئاشۇرىدۇ . يوقالغان سەزگۈ كۈچىنى ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، يۈرەك كېسەللىكلىرىدە ، جۈملىدىن يۈرەك ئېغىش ، ئايلىنىپ كېتىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 1 كۇمىلاچنى ئوتقا سېلىپ تۇتۇنىنى بۇرۇنغا تارتىدۇ .

جەۋارش ئەنبەرى

تەركىبى : لېچىندانە ، دارچىن ، فىلىقلى ، زەنجىبىل ، جويۇز ھەر بىرى 5 گرام ، ئاسارۇن ، قەلەمفۇر ، زەپەر ھەر بىرى 2 گرام ، ئەنبەر ، ساپ ئىپار ھەر بىرى 1.5 گرام ، ئاق ناۋات ، ياخشى ھەسەل ھەر بىرى 200 گرام .

ياسىلىشى : جەۋارش تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : يۈرەك ۋە مېڭىنى كۈچەيتىش ، زېھنىنى ئېچىش ، ئاشقازاننى قىزىتىش ، بەلغەم ماددىسىنى تەڭشەش ، قويۇق يەللەرنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، يۈرەك ، ئاشقازان زەئىپلىكى ، سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان كېسەللىكلىرى ، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ ، بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

جەۋارشى نىسيان

تەركىبى : سىياھدان ، كابۇلى ھېلىيە پوستى ھەر بىرى 15 گرام ، زەنجىبىل ، جوۋىنە ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى : ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى ئاشۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئۇنۇتقاقلقنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





خېمىرى ئېرىشم ساددە

تەركىبى : قىزىلغان پىلە 300 گرام ، ئاق سەندەل 5 گرام ، سۇنبۇل ، پوستى ئوتتۇرۇچ ، مەستىكى ، قەلەمپۇر ، لېچىندانە ، سازەج ھەر بىرى 4 گرام ، ئۇد ھىندى 3 گرام ، گاۋزەبان ئەرقى ، قىزىلگۈل ئەرقى ، تاتلىق ئالما سۈيى ، بېھى سۈيى ، تاتلىق ئالما سۈيى ھەر بىرى 120 م ل ، پاكىز سۇ 1.5 لىتر ، ھەسەل 180 م ل ، قەنت 500 گرام .
ياسىلىشى : قىزىلغان ئېرىشمىنى ئۈچ كۈن ئەرق ياكى سۇغا چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ماتادىن ئۆتكۈزۈپ سۈزۈپ ، تىرىپلىرىنى سىقىپ سۈيىگە قەنت ۋە ئالما ، ئانار سۇلىرىنى قۇيۇپ قىيام قىلىنىدۇ ۋە بۇنىڭغا قالغان دورىلارنى تال قانلاپ سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ . يۈرەكنى ياشارتىدۇ . نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، يۈرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرى ، يۈرەك ئاجىزلىقى ، خەپەقان ، تۇتقاقلىق كېسەل ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 4 گرام ئېلىپ تالماقتىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردىكى گاۋزەبان ئەرقى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى سىتتە

تەركىبى : قارا ھېلىلە پوستى ، يېلىلە ، ئامىيلە ھەر بىرى 114 گرام ، سىياھدان 72 گرام ، قارامۇچ ، ئوشەق ، فىلىفىل ، فىلىفىلۇيە ، زەنجىبىل ھەر بىرى 66 گرام ، كابا-بەچىنى ، بالادۇر ئەسلى ھەر بىرى 18 گرام ، قاقىلە ، نارمىشكى ھەر بىرى 6 گرام ، قەنت 18 كىلوگرام .

ياسىلىشى : قەنتنى قىيام قىلىپ بالادۇر ئەسلىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئارقىدىن دورىلارنى تاللاپ سېلىپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : سېزىملارنى كۈچەيتىدۇ ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تىپتىكى بوغۇم ئاغرىقلىرى ، بۇۋاسىر ، ناسۇر ، ئاقما ، جوزام ، باھ ئاجىزلىقى ، چاچ - ساقالنىڭ بالدۇر ئاقىرىشىغا ئىشلىتىلىدۇ .

داۋائى مىشكى مۆتىدىل I

تەركىبى : ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلمىغان زىرىق 16 گرام ، ئاق سەندەل ، تاباشىر ، قىزىل سەندەل ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ، گاۋزەبان گۈلى ، تازىلانغان ئامبىلە ، بىخ مارجان ، ئاقلانغان سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، كۈمۈش ۋەزەق ھەر بىرى 10 گرام ، تىشىلمىگەن مەرۋايىت ، ئالىي سورتلىق كەھرىبا ، قىزىلگۈل ، قىزىلغان پىلە ، دارچىن ، قىزىل بەھمەن ، ئاق بەھمەن ، دورىغىچ ئەقرەبى ، زەپەر ھەر بىرى 6 گرام ، ئۇدەھىندى ، بادى رەنجبۇيا ھەر بىرى 5 گرام ، مەستىكى ، ئۆشنە ، لېچىندانە ھىندى ھەر بىرى 3 گرام ، ئەنبەر ، ئىپار 1.5 گرام ، تاتلىق ئانار شەرىپتى 200 م ل ، ئاق شېكەر 500 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنت قىيامىغا ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : مېگە ، يۈرەك قاتارلىق رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەيدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىق ، سوغۇقتىن بولغان تۈرلۈك يۈرەك ، نېرۋا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ، كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى نىسيان

تەركىبى : كۈندۈز ، زىرە ، فىلىق 9 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى : ئۈنۈتقاقلقنى قالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۈنۈتقاقلققا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



رەۋغنى بادام

تەركىبى : بادام مېغىزى .

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

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

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

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچى ياكى سىرتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچىلىدۇ ياكى سۈرتۈلىدۇ .

سۇفۇفى كىرىت

تەركىبى : جوۋىنە 9 گرام ، جوۋۇز 8 گرام ، گۈڭگۈرت سېرىقى 6 گرام ، قارامۇچ 3 گرام ، ناۋات 3 ھەسسە .

تەسىرى : ئۈنۈتقاقلىقنى قالدۇرىدۇ . يۈرەك ، مېڭە ، جىگەر ، ئۆپكەنى قۇۋۋەتلەيدۇ . ھارارىتى غەرىزەنى ئاشۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۈنۈتقاقلىق ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .



ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6~9 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

سۇفۇفى مۇنەششەت

تەركىبى : دارچىن ، ئارپا بادىيان ، رۇم بادىيان ، مەستىكى ، زور نىبادلار تەڭ مىقداردا ، قەنت ياكى ناۋات 2 ھەسسە .
تەسىرى : داۋاملىق يېسە مېڭە ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈپ خوشلۇق كەلتۈرىدۇ .
ئەستە تۇتۇش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ . سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئۇنۇتقاقلىق ، غېرىپسىنىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى مۇنەققى

تەركىبى : تۇربۇد ، ئەفتىمۇن ، تۈز ھەر بىرى 3 گرام .
تەسىرى : مېڭىنى تازىلايدۇ ، بەدەندىكى قويۇق بەلغەمنى چىقىرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : خامۇشلۇق ۋە سېزىمنىڭ ناچارلىشىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا يىلما سۇ بىلەن 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى نىسيان

تەركىبى : كۈندۈر 21 گرام ، مەستىكى 12 گرام ، كاكىنەج 11 دانە ، دارچىن ، فىلىفىل ، گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 3 گرام ، شېكەر 2 ھەسسە .
تەسىرى : ئۇنۇتقاقلىقنى قالدۇرىدۇ . مېڭىنى تازىلايدۇ . ھارارىتى غەرىزىنى ئاشۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئۇنۇتقاقلىق ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .



ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ .

سۇفۇنى ھەققۇلئەزىل

تەركىبى : سۆگەت گۈلى چېچىكى 80 گرام ، ئانار غۇنچىسى 25 گرام ، پەرفىيۇن 5 گرام ، تاماكا 4 گرام .
ياشلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سۇفۇنى قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭىنىڭ نەزگۈر نېرۋىلىرىنى ئۇيغىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل نېرۋا كېسەللىكلىرى ، زۇكام ، باش ئاغرىقلىرى ۋە ھوشىدىن كەتكەن بىمارلارغا چۈشكۈرتۈش ئۈچۈن پۇرىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ پەقەتلا پۇرىتىش ئۈچۈن تەييارلانغان بولۇپ ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ ، ئىچكۈزۈلمەيدۇ !
ئەسكەرتىش : پەرفىيۇن بولمىسا ئۇنىڭ ئورنىغا 35 گرام ناسۋا ياكى 5 گرام كۈندۈش ۋە ياكى 10 گرام قارامۇچ ئىشلەتسە بولىدۇ .

شەرىپىتى زەبىب

تەركىبى : قوي گۆشى 2 كىلوگرام ، كۆك كەپتەر باچكىسى 2 دانە ، كەكلىك 1 دانە ، ئارپا بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، زىرە ھەر بىرى 50 گرام ، دارچىن ، شاقاقۇل ، بەسباسە ، جويۇز ، خولىنجان ، زورنىباد ھەر بىرى 25 گرام ، ئۈزۈم سۈيى 2 لىتر .
ياسىلىشى : ئاۋۋال ئۈزۈمنى پاكىز چايقاپ سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ تىرىپ - ئۇرۇقلىرىدىن ئايرىلىدۇ . ئاندىن ئۈزۈم سۈيىنى قازانغا قۇيۇپ باچكا ھەم كەكلىك ، قوي گۆشلىرىنى كاۋاپ قىلىپ قالغان دورىلارنى چالا سوقۇپ سېلىپ ئوتنى مۇلايىم ، بىر خىل قالاپ قاينىتىپ ئۈزۈم سۈيى 1.5 لىتر قالغاندا دورىلارنى سۈزۈۋېتىپ سىقىپ قاچىغا ئېلىپ ، ئاغزىنى بېكىتىپ ئاپتاپتا قويۇلىدۇ ياكى ئاتنىڭ تېزىكىگە كۆمۈلىدۇ (ئاپتاپتا بىر ئاي ، ئات تېزىكىدە 12 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ) .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .





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

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، ئاشقازان ۋە ئومۇمىي بەدەن زەئىپلىكى ، ئۈچەي ئاغرىقلىرى ، بەرمەس قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كىچىكلەرگە 50 م ل ، چوڭلارغا 100 ~ 150 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ شەرىپەت قانچە ئۇزۇن ساقلانسا شۇنچە كۈچىيىدۇ .

شەرىپىتى زوھرىلقوتىن

تەركىبى : كېۋەز چېچىكى (كېۋەزنىڭ يەرگە چۈشۈپ كەتمىگەن گۈلى) 500 گرام ، زەپەر 5 گرام ، شېكەر 1500 گرام .

ياسىلىشى : كېۋەز گۈلىنى ئىككى لىتىر بۇلاق سۈيى ياكى تازىلانغان پاكىز سۇغا بىر سوتكا چىلاپ 1300 م ل قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ سىقىپ شېكەرنى سېلىپ سۇس ئوتتا 1 لىتىر قالغىچە قاينىتىپ قىيام قىلىپ سوۋۇغاندىن كېيىن زەپەرنى سالايە قىلىپ قىيامغا سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسسىرى : نېرۋا پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش تەسسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل نېرۋا كېسەللىكلىرى ، تۇتقاقلىق ، ئۇيقۇسىزلىق ، بىھۇشلۇق ۋە ئاياللاردىكى خەپەقان (ھېستېرىيە) كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 10 ياشتىن چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى گاۋزەبان

تەركىبى : گاۋزەبان 30 گرام ، بادىرەنجىبۇيا 15 گرام ، قىزىلگۈل ، ئاق سەندەل ،





سۈنبۈل ، ئۆشەنە ھەر بىرى 9 گرام ، زەپەر 3 گرام ، كافۇر 2 گرام ، ئىپار 1.5 گرام ، قەنت 280 گرام .

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

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

ئىشلىتىلىشى : يۈرەكنىڭ رېتىمىز سېلىشى ، بىئاراملىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچىلىدۇ .

فۇلۇنىيى پارىسى

تەركىبى : بەزرۇلبەنجى ، ئاقمۇچ ھەر بىرى 60 گرام ، ئەپيۇن 30 گرام ، زەپەر 15 گرام ، دۇقۇ 9 گرام ، فىلىفىل 6 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، سۈنبۈل ، سازەج ھىندى ، سەلىخە ، ھەببى بىلسان ، ئاقىرقەرھە ، پەرفىيۇن ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ .

تەسىرى : مېڭىنى كۈچەيتىپ ، ئەستە ساقلاش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ ، قان توختىتىدۇ ، بالىياتقۇنى كۈچەيتىپ يەللەرنى يوقىتىدۇ ، بالا چۈشۈپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ . ئىچى سۈرۈش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۈنۈتقاقلىق ، بالىياتقۇ ئاجىزلىقى ، قاناش ۋە ئىچى سۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : دورا ياسىلىپ 6 ئاي تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 - 2 گرام ئېلىپ ئىچىلىدۇ .

قۇلۇنجى ئۈچۈن جۆندە (چاڭگاڭ) سۈيى بىلەن ، مەيدە ئاغرىقى ئۈچۈن رۇمبا-دىيان قاينىتىلمىسى بىلەن ، تال كېسەللىكلىرىدە سىركەنجىبىن بىلەن ، بۆرەك ، دوۋساق كېسەللىكلىرىدە ئارپا بادىيان قاينىتىلمىسى بىلەن ، قان توختىتىشتا سىماق قاينىتىلمىسى



بىلەن ئىچىلىدۇ .

فۇلۇنىيى مەھمۇدە

تەركىبى : ئەپيۇن ، قارامۇچ ھەر بىرى 60 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، زەپەر ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 18 گرام ، سۇنبۇل ، ئاسارۇن ، بەسباسە ، لېچىندانە ، دارچىن ، مەسە تىكى ، رەۋەن ، زەنجىبىل ، ئەفتىمۇن ، ئىپار ھەر بىرى 6 گرام ، كۈمۈش ۋە رەق 100 دەنە ، ئالتۇن ۋە رەق 50 دەنە ، ئەنبەر 3 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسرى : مېڭىنى كۈچەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئەسەبىيلىك ، خىيالپەرەستلىك ۋە مەنى يۈرۈپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 2 گرام ئىچىلىدۇ .

گۈلەنتى زوھرىلقوتىن

تەركىبى : كېۋەز چېچىكى 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .
ياسىلىشى : ئېچىلغان كېۋەز گۈلىنى يىغىپ ئېلىپ ھاۋانچا ياكى ماشىنىدا ئېزىپ ، ئۇنىڭغا شېكەر ياكى ھەسەلنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسرى : نېرۋىنى پەسەيتىش ، مېڭە ، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش تەسرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل نېرۋا ، مېڭە كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مائۇل لەھمى

تەركىبى : 4 ئايلىق بولغان سېمىز پاقلان گۆشى ، سېمىز ئوغلاق گۆشى ، سېمىز چۆجە گۆشى ھەر بىرى 600 گرام ، پاختەك گۆزى ، قۇشقاچ گۆشى ھەر بىرى 40 دانە ،



كەپتەر 7 دانە ، سازەج ھىندى ، بادىيان ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، كۆك پىننە ھەر بىرى 100 گرام ، پىياز ، يۇمغاقسۇت ھەر بىرى 50 گرام ، قەلەمپۇر ، لېچىندانە ، مەستىكى ، جۇۋىنە ، دارچىن ، قېلىن دارچىن ، ئۇد ھىندى ، ئۇد سەلىپ ، ئۈستۈخۇدۇس ، خولىنجان ، زۇرەمبات ، سۇنبۇل ، جوز بوۋا ، بەسباسە ، لېچىندانە ھىندى ، سازەج ھىندى ھەر بىرى 3 گرام ، كالا يېغى 400 گرام ، بېدىمىشكى ئەرىقى ، گاۋزەبان ئەرىقى ، قىزىلگۈل ئەرىقى ھەر بىرى 100 م ل .

ياسىلىشى : گۆشلەرنى ياغ ۋە سۆڭەكلىرىدىن ئايرىپ قازاندا شورپا قىلىپ ئۈستىگە سازەج ھىندى ، بادىيان ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، پىننەلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 100 گرام ئېلىپ خالىتىغا سېلىپ بىرگە قاينىتىلىدۇ . گۆشلەر يۇمشاق پىشقاندىن كېيىن گۆش ۋە دورا خالىتىلىرىنى سىقىپ ئېلىۋېتىپ شورپا ئايرىم قاچىغا قاچىلىنىدۇ . سۈزۈۋېلىنغان گۆشنى توغراپ ، پىياز ۋە يۇمغاقسۇتنىڭ ھەر بىرىدىن 50 گرام ، قەلەمپۇر ۋە لېچىندانەنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ئېلىپ قازانغا سېلىپ كالا يېغىدا قىزارغىچە قورۇلىدۇ . ئۇندىن كېيىن يۇقىرىقى شورپىغا (شورپىنىڭ قېتىپ قالغان ياغلىرى تازىلىۋېتىلىدۇ) قورۇلغان گۆش ۋە قالغان دورىلار (چالا سوقۇپ) نى ئارىلاشتۇرۇپ پار قازىنىغا سېلىپ قاينىتىپ قائىدە بويىچە پار سۈيى ئېلىنىدۇ .

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

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 — 50 م ل ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى ماددە تۇلەيات

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 90 گرام ، زەنجىبىل ، فىلىفىل ، قارامۇچ ، دارچىن ، ئاممىيە ، بېلىيە پوستى ، شەترەنجى ھىندى ، يۇمىلاق زىراۋەندە ، سۆڭىلەپ ، چىلغوزە مېغىزى ، بابۇنە يىلتىزى ، يېڭى ئارچىل ھەر بىرى 30 گرام ، بابۇنە ئۇرۇقى 15 گرام ،





ھەسەل ئىككى ياكى ئۈچ ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ كۆيۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

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

ئىشلىتىلىشى : ئۈنۈتقاقلىق ، خامۇشلۇق ، پالەچ ، لەقۋا ، ئىشتىھاسزلىق ، تىل ئېغىرلىشىش ، سۈيدۈك تۇتالماسلىق ، بەل ۋە بوغۇم ئاغرىش ، چىش مۈلكى بوشىشىپ كېتىش ، قۇلۇنجى ، ئىسسىقسىقا ، ئورۇقلۇق قاتارلىقلارغا ھەمدە سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەردىكى باھ ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : تەييارلىنىپ 40 كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ . بۇ دورا ياسىلىپ تۇرغۇزۇلغاندىن باشلاپ تولۇق تەسىرنى كۆرسىتىپ ئاندىن قۇۋۋىتى تەدرىجىي تۆۋەنلەيدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ دورا ئىسسىق مىزاجلىقلارغا ۋە ياشلارغا ئېغىر كېلىدىغانلىقى ئۈچۈن سۈت ياكى سىركەنجىبىن بىلەن ئىچىشى كېرەك .

مەئجۇنى پىرووزى نوش

تەركىبى : ئەپيۇن ، بەزىرولبەنچى ھەر بىرى 60 گرام ، پەرفىيۇن ، ئاقىرقەرھە ، سۈنبۇل ، زەپەر ھەر بىرى 21 گرام .
ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۈنۈتقاقلىق ، يەلدىن بولغان قۇلۇنجى ، قورساق ئاغرىش ۋە ھامىلىدار ئاياللاردىكى سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



مەلجۇنى سەنجىرىنا

تەركىبى : سۇنبۇل 30 گرام ، بەسباسە ، جويۇز ، لېچىندانە ، زەنجىبىل ، دارچىن ، قەلەمفۇر ، زەپەر ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، مەستىكى ، ئۇد سەلىب ، نارجىل ، سازەج ھىندى ، تاتلىق بادام مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، قۇشقاچ مېڭىسى ھەر بىرى 18 گرام ، شا- قاقۇل ، زاراڭزا ئۇرۇقى ، ماھى زەھەرەج ئۇرۇقى ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، جوۋىنە ، زىرە ، رۇمبادىيان ، قوغۇن مېغىزى ، چىگىت مېغىزى ھەر بىرى 9 گرام ، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈم ، قەنت ھەر بىرى 90 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسرى : بۇ مەلجۇن باھنى ، يۈرەك ، جىگەر ، ئاشقازاننى كۈچەيتىشتە تەسرى ياخشى .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلجۇنى سوقرات

تەركىبى : تۇربۇد 60 گرام ، ئۇدخام 36 گرام ، سەبرى 30 گرام ، قارا ھېلىلە ، بېلىلە پوستى ، ئامىيلە ھەر بىرى 18 گرام ، قىزىلگۈل ، بادىرەنجىبۇيا ، يۇيۇلغان لوك ھەر بىرى 15 گرام ، سەئىدى كوفى ، ھەببۇلمەلەب ھەر بىرى 12 گرام ، جويۇز ، رەۋەن ، قەلەمفۇر ، قاقىلە ، بەسباسە ، ئۆشەنە ، سۇنبۇل ، زەپەر ، تاغ پىيىزى ، زەرنەپ ، شەترەنجى ھىندى ، دارچىن ھەر بىرى 9 گرام ، مۇرمەككى ، ئىگىر ، زورنىباد ، دورنەج ئەقرەبى ، چىڭگىسەي ئۇرۇقى ، زاغۇن ، پىياز ئۇرۇقى ، كۈدە ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، فەرەنجىد مىشكى ، ھەببۇلخار ، ئۈزۈنچاق زىراۋەندە ھەر بىرى 5 گرام ، رۇمبادىيان ، قۇندۇز قەھرى ، ھەببى بىلىسان ، سەلىخە (قېلىن دارچىن) ، ئاسارۇن ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام ، ئاچچىق بادام يېغى مەلۇم مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .

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



تەسىرى : مېگە خىزمىتىنى ياخشىلاشتا تەسىرى ياخشى .

ئىشلىتىلىشى : ئۇنۇتقاقلىق ، مالىخۇلىيا ، تۇتقاق كېسەل ، باش ئاغرىش ، مېگە ئاجىزلىقى ، ھەر خىل نېرۋا كېسەللىكلىرى ، بوغۇم ئاغرىش ، كونا يۆتەل ، سۈيدۈك تۈ-
تالماسلىق ، ئاق كېسەل ، دائىرىلىك چاچ چۈشۈش ، بۇۋاسىر ، تال خىزمىتى
ناچارلىشىش ، قۇلاق ۋە تىل ئېغىرلىقى ۋە باشقا بەلغەم خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرگە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گراممىچە
ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : ئارپىغا كۆمۈپ ئالتە ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلسا ئۇ-
نۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ .

مەئجۇنى نىسيان

تەركىبى : كۈندۈر ، ئىگىر ، سەئدى كوفى ھەربىرى 30 گرام ، قارامۇچ ، زەنجىبىل
ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 2 ~ 3 ھەسسە .

تەسىرى : مەخسۇس ئۇنۇتقاقلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۇنۇتقاقلىق ۋە ياد ئېلىش قۇۋۋىتى ئاجىزلىشىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى ھار

تەركىبى : ئۆشنە ، ئەز پارەتتېب ، نارمىشكى ، فەرەنجىمىشكى ھەر بىرى 12 گرام ،
قەلەمفۇر ، نېپىز دارچىن ، سونبۇل ، دارچىن ھەر بىرى 6 گرام ، زەپەر ، مەستىكى ھەر
بىرى 3 گرام ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 230 م ل .

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





تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : نېرۋا پەسەيتىش ، ئاشقازان ، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان نېرۋا كېسەللىكلىرى ، ئاشقازان ، يۈرەك ، جىگەر
كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بالىلارغا 1 ~ 2
گرام ، چوڭلارغا 3 ~ 4 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مۇفەررىھى ياقۇتى ئوتتۇراھال

تەركىبى : تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، گاۋزەبان ، مارجان يىلتىزى ، يۇمغاقسۇت ئۇ-
رۇقى ، ئاق بەھمەن ، قىزىلگۈل ياپرىقى ، كەھرىبا ، پورتىقال پوستى ، كۆيدۈرۈلگەن ئاق
يىپەك غوزىسى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى (پوستى ئايرىلغان) ھەر بىرى 6 گرام ، كافۇر 3
گرام ، ھېلىيلە مۇرابباسى (ھەسەل بىلەن قىلىنغان) 190 م ل .

ياسىلىشى : مارجان يىلتىزى ، مەرۋايىتتىن باشقىسىنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن
ئۆتكۈزۈپ ، مارجان يىلتىزى ، مەرۋايىتىنى سالاھىيە قىلىپ سېرىق ھېلىيلە مۇرابباسى بىلەن
ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : نېرۋىنى پەسەيتىش ، يۈرەك ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ، يۈرەك ، جىگەر خىزمىتى ئاجىزلاشقان ھەمدە روھىي تۆۋەن
كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ~ 2 گرام ،
چوڭلارغا 2 ~ 4 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

نوشدارى ساددە I

تازىلانغان ئامىيە 300 گرام ، ئاق بېغىشى قىرغىۋېتىلگەن قىزىلگۈل 20 گرام ،
سەئدى كۇفى 16 گرام ، قەلەمفۇر ، مەستىكى ، ئاسارۇن ، سۈنبۇل ھەر بىرى 10 گرام ،
زەرنەب ، بەسباسە ، قاقىلە ، لېچىندانە ، جوزبوۋا ، گۈلدارچىن ، زەپەر ھەر بىرى 6 گرام ،
شېكەر 500 گرام ، ھەسەل 500 م ل .



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

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى ۋە بۆرەك ، تال ، ئاشقازانلارنى قۇۋۋەتلەش ، باھنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، يۈرەك ئاجىزلىقى ، تۇتقاقلىق ، خەپەقان ، جىنسىي ئاجىزلىق ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، كەم قانلىق ، كەم ماغدۇرلۇق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ . بالدۇر قېرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىشتىمۇ بەلگىلىك رولى بار .

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

نوشتارى لولوۋ

تەركىبى : تازىلانغان ئامىيە 300 گرام ، تاباشىر ، قىزىلغان پىلە ، مەستىكى ، زەپەر ، سۇنبۇل ، مەرۋايىت ، كەھرىبا ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرام ، ياقۇت ، رەۋەن ، ئاسارۇن ، سەئدى كوفى ، ئۇد ھىندى ، ئىزخىر ، ئاق سەندەل ، پوستى ، پوستى تۇرۇنجى ، سازەج ھىندى ، بىخ مارجان ، يېشىل قاشتېشى ، يادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، دور-نەج ئەقرەبى ، لېچىندانە ھىندى ، ئۇرۇقى ئايرىلغان زىرىق ، ئالىي سورتلۇق ئەنبەر ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەقلەر ھەر بىرى 6 گرام ، ئاق شېكەر 700 گرام ، كۈ-پۈكى ئېلىنغان ھەسەل 700 م ل .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاپ ، پۈتۈن بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ . پەينى چىگىتىدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6~9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



ھەبىي ئەنبەر

تەركىبى : فەنرمايە 15 گرام ، ئەنبەر ، خۇسسىيەتۇسسۇ ئىلەب ، خۇلىنجان ھەر بىرى 10 گرام ، ئىپار ، مەستىكى ، قەلەمقۇر ھەربىرى 5 گرام .
 ياسىلىشى : ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ ، ھۆل نوخۇت سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 1 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : مېگە ، يۈرەك ، جىگەر قاتارلىق ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش ، باھنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ، يۈرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرىگە ، باھ ئاجىزلىقىغا بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 - 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي بالەنگۇ

تەركىبى : ئۇدخام ، قەلەمقۇر ، كابابەچىنى ، گۈلدارچىن ، قارامۇچ ھەر بىرى 9 گرام ، بالەنگۇ 6 گرام ، فىلىفىل ، بابۇنە ئۇرۇقى ، تېشىلىمگەن مەرۋايىت ھەر بىرى 3 گرام ، زەپەر 2 گرام .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : خوشلۇق كەلتۈرۈش ، مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى تۈرمۈزلاش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش مىقدارى : قەنت قىيامى بىلەن ھەب قىلىپ ، لازىم بولغاندا ئىككى دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي جەدۋار كەبىرى

تەركىبى : قۇندۇز قەھرى ، ئەپيۇن ھەر بىرى 75 گرام ، ئامىيلە ، شاقاقۇل ھەر بىرى 18 گرام ، سۆڭلەپ مىسىرى 16 گرام ، پارپا ، دورنەج ئەقرەبى ، زەنجىبىل ،



رۇمبادىيان ، مۇقەل ، سېرىق ھېلىيلە ھەربىرى 12 گرام ، ئاق ۋە قىزىل بەھمەن ، بەزى رۇلبەنجى ، كاۋاۋىچىن ، ئاقىرقەرھە ، سەمغى ئەرەبى ، سالاجىت ، قەلەمقۇر ، گاۋزەبان ، سەئىدى كۇفى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، قۇرۇق يۇمىلاق سۈت ئۇرۇقى ، بادىيان ھەربىرى 10 گرام ، سۈنبۇل ، قاقىلە ، پەرفىيۇن ، يۇمىلاق زىراۋەندى ، جۇڭگو رەۋىنى ، بادام مېغىزى ، ئاق سەندەل ، سىركىگە چىلانغان زىرە ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ھەربىرى 6 گرام ، مۇرمەككى ، مەرزەنجۇش ھەربىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقاتلاپ ، گۇلاب بىلەن نوقۇت (0.3 گرام) چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .

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

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان خەپەقان ، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقلىرى جۈملىدىن جىنسىي ئاجىزلىق ، ھەزىم ناچارلىشىش ، ئىچ سۈرۈش قاتارلىقلاردا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 - 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 - 3 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەببى مۇسكىر

تەركىبى : نارجىل ، بەزىرۇلبەنجى يىلتىزى ، پەرفىيۇن ، زەپەر ھەربىرى 9 گرام ، مەستىكى ، ئىگىر ، قىزىلگۈل ، ئاق سەندەل ھەربىرى 6 گرام ، پوستى تۇرۇنجى ، فەرەنجىمىشىكى ، سۈنبۇل ، كابابەچىنى ، قەلەمقۇر ، بەسباسە ، سەئىدى كۇفى ، زورنىباد ، قۇرۇق يۇمىلاقسۈت ، جويۇز ، بەزىرۇلبەنجى ، ئىپار ، ئەنبەر ، قۇندۇز قەھرى ھەربىرى 5 گرام ، كۈمۈش ۋەرەق ، ئالتۇن ۋەرەق ھەربىرى 25 دانە .
ياسىلىشى : گۇلاب بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

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

ئىشلىتىلىشى : تېرىككەكلىك ، مەنى تېز يۈرۈپ كېتىشى قاتارلىقلارغا

ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 2 - 3 گرام ئىستېمال قىلىدۇ .

ئىندۇ .

ھەببى مۇنشىت

تەركىبى : ئەپيۇن 15 گرام ، بەزىرۇلبەنجى ، قارامۇچ ھەر بىرى 9 گرام ، سۇنبۇل ، ئاسارۇن ، زەپەر ، مەستىكى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، دارچىن ، رەۋەن ھەر بىرى 6 گرام ، زورنىباد ، ھەببۇلغار ، ئاقىرقەرھە ، قەلەمقۇر ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 5 گرام ، بەسباسە 3 گرام .

ياسىلىشى : گۇلاب بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سەزگۈرلۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشىگە ئىشلىتىلىدۇ .

مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى ئىستەمخۇن

تەركىبى : سەبرى 45 گرام ، بەسفائىج ، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 18 گرام ، سەقمۇندىيا ، غارىقۇن ، شەھىمى ھەنزەل ھەر بىرى 9 گرام ، سۇنبۇل ، سەلىخە ، زەپەر ، ھەببى بىلسان ، تۇز ، ئىگىر ، ئاسارۇن ، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى ، ئۇدەھىندى ، مەستىكى ، ئىزخىر يىلتىزى ، يۇمىلاق زىراۋەند ، دارچىن ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : بادىيان سۈيىدە يۇغۇرۇپ ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باش ۋە پۈتۈن بەدەننىڭ سوغۇقلۇقىنى تارتىدۇ ، ئەستە ساقلاش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ . يامان خىيالىنى يوقىتىپ ، سەۋادىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : خىيالىپەرەستلىك ، ئۇنۇتقاقلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريپىلى زامان

تەركىبى : بۇرۇد ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ھەر بىرى 60 گرام ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، كابۇلى ھېلىيە پوستى ، قارا ھېلىيە ، گۈلبىنەپشە ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 30 گرام ، بېلىيە پوستى ، ئامىيە ، قىزىلگۈل ، تاباشىر ، نېلۇپەر ھەر بىرى 15 گرام ، ئاق سەندەل ، كەترا ھەر بىرى 9 گرام ، بادام يېغى 90 م ل .

ياسىلىشى : سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بادام يېغىدا تالقان قىلىنىدۇ . ئۇندىن كېيىن 100 دانە چىلان ، 30 دانە سەرىستان ، 30 گرام گۈلبىنەپشەلەرنى قاينىتىپ ھېلىيە سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېرىم لىتر ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ ئۈستىدىن يۇقىرىقى دورا تالقىنىنى قوشۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

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

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىشلىتىشى : ئۇنۇتقاقلىق ، خىيالىيەرەستلىك ۋە نېرۋا ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريپىلى كەبىر 1

تەركىبى : شەترەنجى ھىندى ، جوۋىنە ، سەئتەر (ياۋا يالپۇز) ھەر بىرى 50 گرام ، ھېلىيە كابۇلى پوستى ، بېلىيە پوستى ، ئامىيە پوستى ، تاغ چىڭسىيى ئۇرۇقى ھەر بىرى 18 گرام ، ئاقمۇچ ، قارامۇچ ، نارمىشكى ، تاشتۇز ھەر بىرى 12 گرام ، سۈنبۇل ، ئاترىلال ، لېچىندانە ، ئىگىر ھەر بىرى 10 گرام ، دارچىن 6 گرام ، نوشۇدۇر 15 گرام ، ھەسەل 300 م ل ، بادام يېغى 30 م ل .

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

تەسىرى : نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، مېڭە تومۇرلىرىدىكى



توسالغۇنى ئېچىش ، ئاشقازانى قۇۋۋەتلەش ، يەل ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقلىرى ۋە
مېگە ، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريپىلى ئۈستۈخۇدۇس I

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، ئامىيلە پوستى ، سانا ، ئاق
تۇربۇد ، بىسپايەج ، ئۈستۈخۇدۇس ، مەستىكى رۇمى ، ئەفتمۇن ، ئۈزۈم ھەر بىرى 16
گرام ، بادام يېغى 75 گرام ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 600 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، بادام يېغىدا ياغلاپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ
تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش ، نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىش ،
سەپرا ۋە سەۋدانى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاجىزلىق ، سەۋدادىن بولغان سەرسام ، سوغۇقتىن بولغان
باش ئاغرىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : تەييارلاپ 41 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن كۈندە 2
قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 - 9 گرام يېيىلىدۇ .

ئىتريپىلى ئۈستۈخۇدۇس II

تەركىبى : ھېلىلە كابۇلى پوستى ، بېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، ئاقلانغان ئامىيلە
ھەر بىرى 30 گرام ، ياۋا ئەمەن (ئەفسەنتىن) ، شەترەنجى ھىندى ، ئەفتمۇن ،
بەسفا ئىچ ، تۇربۇد ، ئۈستۈخۇدۇس ھەر بىرى 15 گرام ، مەستىكى ، لاجىۋەرد ، بادىرەن
جىبۇيا ھەر بىرى 12 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ھەر بىرى 10 گرام ، كۆپۈكى
ئېلىنغان ھەسەل 3 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادام يېغىدا نەمدەپ ،



ھەسەلنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسسىرى : مېڭىنى تازىلايدۇ . نورمالسىز سەپرا ۋە سەۋدانى ھەيدەپ چىقىرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ساراڭلىق ، مالىخۇلىيا (خىيالپەرەستلىك) قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 8 - 10 گرام قايناقسۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .

ياقۇتى مۇقەۋۋى

تەركىبى : ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، تاباشىر ، زورنىباد ، بادىرەنجىبۇيا ، قەلەمپۇر ، سازەج ھىندى ، ئۇد قىمارى ، قىزىلغان پىلە ، تۇرۇنجى پوستى ھەر بىرى 6 گرام ، گاۋزەبان ، دورنەج ئەقرەبى ، لەيلى ، ياقۇت ، ئەقىق ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق ، ئەنبەر ، زەپەر ، كافۇر ھەر بىرى 5 گرام ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، مارجان ، كەھرىبا ، پەرەنجىمىشكى ھەر بىرى 3 گرام ، ئىپار 2 گرام ، قەنت ، ھەسەل 150 گرام .
ياسىلىشى : قانداق بويىچە مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسسىرى : خىلىتلارنى جانلاندۇرۇپ خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مالىخۇلىيا ۋە باشقا سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

پالەچ ، لەقۋا ، ئىستىرخا ، تەشەننۇج ، سەرئى كېسەللىكلەرگە
ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

ئەتۈسى پالەچ

تەركىبى : كۈندۈش ، سىياھدان ، پەرفىيۇن ، قارامۇچ ، قۇندۇز قەھرى ، ئىپار ،



يۇمىلاق زىراۋەند ، ھەببى بىلسان ، ئاقىرقەرھە ، توغرىغۇ ھەربىرى تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : مېڭىنى تازىلايدۇ . مۇسكۇلنىڭ بوشىشىپ كېتىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ۋە سەكتە كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بۇرۇنغا تارتىلىدۇ . ئە-
 گەر بىمار چۈشكۈرمىسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى .

ئىنقىرويايى كەبىر

تەركىبى : جىنتىيانا ، ھىڭ ، يۇمىلاق زىراۋەند ، ھەببۇلغار ، قۇندۇز قەھرى ،
 قىچا ، شەترەنج ھىندى ھەر بىرى 15 گرام ، بالادۇر ئەسلى 14 گرام ، ئاقىرقەرھە ، سى-
 ياھدان ، قۇستە ، فىلىڭىل ، قارامۇچ ، ئىگىر ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ تالقانلاپ ياڭاڭ يېغى بىلەن
 ياغلاپ ھەسەل بىلەن خېمىر قىلىنغاندىن كېيىن ، ئارپىغا كۆمۈپ قويۇپ ئالتە ئايدىن
 كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : پالەچ ، لەقۋا ، سەرئى ، ئۈنۈتقاقلىق قاتارلىق كېسەللەرگە مەنپەئەت
 قىلىدۇ . تاماق سىڭدۈرىدۇ . باھنى كۈچەيتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، سەرئى ، ئۈنۈتقاقلىققا ۋە ھەزىم ئاجىزلىقى ، باھزە-
 ئىپلىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم 3 گرام يەيدۇ .

بۇخورى سەرئى

تەركىبى : ياۋا پىننە مەلۇم مىقداردا .
 ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆيدۈرۈپ ئىسرىق سېلىنىدۇ .
 تەسىرى : سەرئى تۇتقان ۋاقىتتا يۇرتىلىسا دەرھال قويۇۋېتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : سەرئى كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .



پۇختە جۈش

تەركىبى : ئۇدخام 30 گرام ، جويۇز ، زەپەر ، مەستىكى ، خولىنجان ھەر بىرى 15 گرام ، ئارجىل ، كاۋاۋىچىن ، زورنىباد ، قەلەمقۇر ، سەئدى كوفى ، بەسباسە ھەر بىرى 9 گرام ، زەنجىبىل ، دارچىن سۇنبۇل ، ئاقىرقەرھە ، سەلىخە ھەر بىرى 3 گرام ، سېمىز قويىنىڭ بېقىن گۆشى 5.5 كىلوگرام ، ئۈزۈم سۈيى 27 لىتر ، ھەسەل 1.5 لىتر .

ياسىلىشى : قوي گۆشى ئۈزۈم سۈيىدە ئېزىلىپ ئۇماچ بولغىچە قاينىتىلىدۇ . قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ، خالىتىغا سېلىپ ئېغىزىنى بوغۇپ قازانغا سېلىپ يەنە قايناتقاندىن كېيىن ئېلىپ مېچىپ تەمى پۈتۈنلەي چىقىرىلىدۇ . ئۇندىن كېيىن بىر كۈزىگە 135 م ل گۈلاب قويۇپ ئۈستىگە يۇقىرىقى قايناتمىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئالتە ئاي تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : نېرۋىنى كۈچەيتىش ، ھەزىمنى ياخشىلاش ، رەڭگى - روھىنى ياخشىلاپ ئېغىزنى خۇش بۇي قىلىش ، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرۇش ، ئاشقازاننى كۈچەيتىپ يەل ھەيدەش ، سۈيدۈكنى راۋالاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : لەقۋا ، ئۈنۈتقاقلق ، ئاشقازان ، جىگەر كېسەللىكلىرى ، بوغۇم ئاغرىش ، قۇلۇنجى ، بۆرەك ، دوۋساق كېسەللىكلىرىگە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

داۋائى پالەچ

تەركىبى : قارامۇچ ، فىلىل ، بەرەڭگى كابۇلى ، ئۈستۈخۇدۇس ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، ئارپا بادىيان تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : پالەچ ، لەقۋاغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا كېسەللىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچىلىدۇ .

داۋالى مۇسكىر

تەركىبى : ئەپيۇن ، بەزىرۈلپەنجى ، ۋالڭ ئۇرۇقى (زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن) ، سا-
زەج ھىندى ، قارا سونا ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ ، 100 م ل قايناقسۇ
بىلەن چىلاپ يۇمشىتىلغان بۇغداينى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سېزىمنى يوقىتىدۇ ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 2 گرام ئىچىدۇ . بۇ ئۆلچەمدىن ئاشۇرۇۋەتمەس-
لىك كېرەك .
ئىشلىتىلىشى : سەزگۈرلۈك ئېشىپ كېتىش ، ئۇيقۇسىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ .

رەۋغنى ئازاراقى

تەركىبى : كۇچۇلا 1 كىلوگرام ، كۈنجۈت يېغى 2 لىتر .
ياسىلىشى : كۇچۇلنى 5 لىتر قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ ئاندىن بىر خىل ،
پەس ئوتتا 1 لىتر سۈيى قالغىچە قاينىتىپ قازاننى چۈشۈرۈپ كۇچۇلنى سۈزۈپ سىقىپ
قالغان سۈيىگە كۈجۈت يېغىنى قۇيۇپ يەنە پەس ئوتتا سۈيى تۈگەپ يېغى قالغىچە
قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
تەسىرى : پەينى چىگىتىش ، ئاغرىق قالدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان پالەچ ، لەقۋا ، مۇفاسىللارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ
سىرتتىن مايلاشتا ئىشلىتىلىدۇ .

رەۋغنى بالادۇر

تەركىبى : سۈنبۇل ، لېچىندانە ، قارامۇچ ، ئىگىر ، شەترەنج ھىندى ، فىلىقلى ،
بالادۇر ، جويۇز ، سەۋسەن يىلتىزى ، ئارپا بادىيان ، ئاچچىق قۇستە ، بوزىدان ،



زورەنسىباد ، دور نەج ئەقرەبى ھەر بىرى 45 گرام ، سۈت ، سۇ ھەر بىرى 2.5 لىتر ،
كۈنجۈت يېغى 750 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇقىرىقى سۇيۇقلۇقلارغا ئارىلاشتۇرۇپ ، سۇ قىسمى
پارلىنىپ ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسسىرى : پالەچ ، لەقۇا ، پەي بوشىشىپ كېتىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ ،
بولۇپمۇ پالەچ ، لەقۇا كېسەللىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن مايلاشقا
ئىشلىتىلىدۇ .

رەۋغنى پەرفىيۇن

تەركىبى : كۈندۈش 120 گرام ، تاغ پىننىسى 36 گرام ، قۇستە 30 گرام ، ئاقىر-
قەرھە 21 گرام ، قۇندۇز قەھرى 15 گرام ، ئۈزۈم 9 گرام .

ياسىلىشى : كونا شاراب بىلەن قاينىتىپ $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغاندا ، يېرىم ھەسسە
كۈنجۈت يېغى قوشۇپ يەنە قاينىتىلىدۇ . شاراب قىسمى پارلىنىپ ياغ قىسمى قالغاندا ئوت
توختىتىپ قويۇلىدۇ .

تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۇا ، ئىستىرخالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : يۇقىرىقى ياغدىن 6 گرام ئېلىپ 6 گرام فەرفىيۇن
قوشۇپ سىرتتىن ياغلاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

رەۋغنى جويۇز

تەركىبى : جويۇز مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : بادام يېغىنى تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش .
تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۇالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . سوغۇقجانلارغا
مۇۋاپىق كېلىدۇ . ناسۇر ۋە كۆز ، بۇرۇن بۇرجەكلىرىگە چۈشكەن تۈرلۈك جاراھەتلەرگە





ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچى ياكى سىرتقى جەھەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

رەۋغىنى دەھتۇرە

1. تەركىبى : جەۋزى ھاسىل ئۇرۇقى مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : جەۋزى ھاسىلنىڭ پوستىنى ئېلىپ تاشلاپ ئۆزى چالا سوقۇلىدۇ . ئۇنى ئۇزۇن بويۇنلۇق شىشگە سېلىپ شىشنىڭ ئاغزىنى ئاتنىڭ قىلى بىلەن بېكىتىپ گىلى ھېكمەت قىلىنىدۇ (شىشە ئاغزى چاپلانمايدۇ) . ئاندىن مۇۋاپىق ھەجىمدىكى بىر دانە ساپال قاچىنىڭ تېگىنى تېشىپ بۇنى بىر دانە تۆمۈر جاھازىغا قازان ئاسقاندەك ئېسىپ توختىتىپ ، شىشە دۈم قىلىنىدۇ . شىشە ئاغزىنى بۇ تۆشۈكتىن چىقىرىپ ئورۇنلاشتۇرۇپ ، ساپال قاچىنىڭ ئىچىگە شىشنىڭ ھەممە قىسمى كۆمۈلگىدەك كالا تېزىكىنى تولدۇرۇپ ئوت يېقىلىدۇ . بۇنىڭ بىلەن شىشگە ئىسسىق ئۆتۈپ ياغ تېمىپ چۈشىدۇ . شىشە ئاغزىغا ئۇدۇل قىلىپ ياغ چۈشىدىغان قاچا قويۇلىدۇ . مانا بۇنىڭ بىلەن جەۋزى ھاسىل يېغى تەييار بولىدۇ .

2. تەركىبى : جەۋزى ھاسىل شېخى ۋە مېۋىسى (مېۋىسى قارا بولسا تېخىمۇ ياخشى) مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : يۇقىرىقىلارنى چالا سوقۇپ مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ قوۋۇشنى سۇغا چىققىچە قاينىتىلىدۇ . ئاندىن مىجىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە ئومۇمىي دورا سۈيىنىڭ يېرىمىغا باراۋەر كېلىدىغان كۈنجۈت يېغىنى قوشۇپ ، قائىدە بويىچە سۈيى تۈگەپ يېغى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئاغرىق قالدۇرۇش ، تىنچلاندۇرۇش ، ئۇخلاش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، سوغۇق ماددىلارنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : رېماتىزم ، ئىستىرخا ، پالەچ ، مەنى تېز كېتىش ، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن مايلاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

رەۋغنى رەيھان

تەركىبى : رەيھان سۈيى 2 ھەسسە ، كۈنجۈت 1 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلار بىرلەشتۈرۈلۈپ ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا كېسەللىرىگە ۋە تىز ئاغرىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىچكى ياكى سىرتقى جەھەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

رەۋغنى مۇبارەك

تەركىبى : سىياھدان ، شۇشا ھەر بىرى تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى مۇۋاپىق سۇ بىلەن قازانغا قويۇپ پەس ئوتتا قاينىتىپ ئېزىپ يۇمشىتىلىدۇ ، ئۈستىدىن ئاز - ئازدىن زەيتۇن يېغى تېمىتىپ كۆيدۈرۈۋەتمەي يېغى ئېلىنىدۇ .

تەسىرى : لەقۋا ، پالەچ ، بويۇن قىيىسىپ قېلىش ، ئېرقۇنەسا ۋە نىقرىسلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . يەللەرنى تارقىتىدۇ . باھنى كۈچەيتىدۇ . ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، قولاق ئېغىرلىقىنى قالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : پەلەچ ، لەقۋا ، بويۇن قىيىسىپ قېلىش ، ئېرقۇنەسا ، نىقرىس ، يەل تۇرۇپ قېلىش ، باھ ئاجىزلىشىش ، ئىشتىھاسىزلىق ، گاسلىققا ئىشلىتىلىدۇ . بەزى گاس بىمارلارنىڭ قۇلىقىغا تېمىتسا دەرھال مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ مايلايدۇ ياكى تېمىتىدۇ .

زىمادى قەنتەربۇن

تەركىبى : سەمغى ئەرەبى 9 گرام ، كەپتەر مايىقى ، ئاق موم ھەر بىرى 6 گرام ،





زەيتۇن يېغى 120 م ل .
 ياسىلىشى : زەيتۇن يېغىدا سەمغى ئەرەبىنى ئېرىتىپ ، قالغان دورىلارنى ئېزىپ
 ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : پالەچ ، لەقۋا ، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش ، بەل ئاغرىش ، چىش ئاغرىش ،
 كۆزگە سۇ چۈشۈش (نوزۇلۇما) قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . سۈيدۈك راۋانلاشتۇ-
 رۇش ، زەھەر قايتۇرۇش ، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، شەقىيە ، بەل ۋە چىش ئاغرىش ھەمدە
 نوزۇلۇمالارغا ئىشلىتىلىدۇ . دوۋسۇن ساھەسىگە چېپىلسا سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ .
 زەھەرلىك ھاشارات چاققان ئورۇنغا قويۇلسا زەھەر قايتۇرىدۇ . قورساق ساھاسىگە چېپىلسا
 ئىچكى ئەزالاردىكى ئىششىقنى ياندۇرىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتقى جەھەتتە چېپىلىدۇ .

سۇفۇفى ئېپتىمۇن

تەركىبى : كابۇلى ھېلىلىسى ، قارا ھېلىلى ، سېرىق ئوت ، ئۇستۇخۇدۇس ،
 بەسفائىج ، گاۋزەبان ، ئاشتۇزى تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : سەۋدانى پەسەيتىدۇ ، مالىخۇلىياغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە ۋە مالىخۇلىياغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 15 گرام ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى ئىرىستاتالىس

تەركىبى : گۈلدارچىن ، سازەج ھىندى ، ئۇد بىلسان ، لېچىندانە ، ئاسارۇن ،
 مەستىكى ، ھېلىلىلە كابۇلى ، فەرەنجىمىشكى ، نارمىشكى ، زىرە ، دارچىن ، ئۆشنە ،
 قارامۇچ ، فىلىڧىل ، زەنجىبىل ، قەلەمفۇر ، ئانار ئۇرۇقى ، جويۇز ، كافۇر ، قاقىلە ھەر بىرى
 6 گرام ، ئەنبەر ، ئىپار ھەر بىرى 3 گرام ، ناۋات 6 ھەسسە .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : ۋەسۋەسە ، مالىخۇلىيا ۋە يەرقانغا مەنپەئەت قىلىدۇ . تاماق سىغدۇرۇپ





ئېغىزنى خۇش يۇراق قىلىدۇ . ئەقىلىنى زىيادە قىلىدۇ . يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ۋەسۋەسە قىلىش ، ھەزىم ئاجىزلىشىش ، دۆتلىشىش ، يۈرەك ئا-
جىزلاشلارغا ، بولۇپمۇ مالىخۇلىيا ۋە يەرقان كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 ~ 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى سەۋدا

تەركىبى : بادام يېغىغا ئارىلاشتۇرۇلغان ئەفتمۇن ، بەسفانچ ھەر بىرى 21 گرام ،
شاھتەررە ئۇرۇقى 18 گرام ، سانا ، گۈلبىنەپشە ھەر بىرى 15 گرام ، يۇيۇلغان ئەرمەن
تېشى ، قارا ھېلىيە ، كابۇلى ھېلىيىسى ، سېرىق ھېلىيە ، بېلىيە ھەر بىرى 12 گرام ،
بالەنگۈ ئۇرۇقى (سوقۇلمايدۇ) 9 گرام ، شېكەر 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەسىرى : مالىخۇلىيا ، ۋەسۋەسە ھەم سەۋدادىن بولغان باشقا كېسەللىكلەرگە مەن-
پەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ۋەسۋەسەدە قېلىش ، مالىخۇلىيا ، بەھەق ، جوزام ۋە سەۋدادىن
بولغان ئىششىق ، قوتۇر ، تەمرەتكە ، چالاشلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى مەرۋايىت

تەركىبى : كابۇل ھېلىيىسى ، گاۋزەبان ھەر بىرى 30 گرام ، ئاق بەھمەن ، قىزىل
بەھمەن ، دورنەج ئەقرەبى ، رەيھان ئۇرۇقى ، بادىرەنجىبۇيا ، مەستىكى ھەر بىرى 15 گرام ،
لاجىسۋەرد ، مۇرمەككى ، گىلى ئەرمىنى ، پىلە ھەر بىرى 9 گرام ، ئالتۇن ، كۈمۈش ، يا-
قۇت ، مارجان ، مەرۋايىت ھەر بىرى 3 گرام .
تەسىرى : مېگە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . ۋەسۋەسە ، يۈرەك ئېغىش
(خاپقان) لارنى قالدۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ۋەسۋەسەدە قېلىش ، يۈرەك ئېغىش ۋە ھەر خىل مېگە





كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : گاۋزەبان سۈيى ياكى ھومماز سۈيى بىلەن 3 گرام ئىچىدۇ .

سۈركەنجىبىنى ئەفتمۇن

تەركىبى : ئەفتمۇن 30 گرام ، بەسفاچ ، تۇربۇد ھەر بىرى 18 گرام ، گاۋزەبان ، پىرسىياۋشان ، سەۋسەن يىلتىزى ، كاسىن ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، كاسىنى يىل تىزى ھەر بىرى 15 گرام ، پىننە ، قىزىلگۈل ، كامازەر يۇس ھەر بىرى 12 گرام ، رەيھان ئۇرۇقى ، فەرەنجىمىشكى ، بادىرەنجىبۇيا ، دورنەج ئەقرەبى ، زۇرەنباد ، قىزىل بەھمەن ، ئاق بەھمەن ، سازەج ھىندى ، قاقىلە ، سۇنبۇل ھەر بىرى 9 گرام ، گۈلقەنت تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى بىر سوتكا سۈركە ۋە قايناقسۇغا چىلاپ قاينىتىپ ، 500 گرام گۈلقەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەر خىل سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ . مۇنزىجىدىن كېيىن بېرىلسە ئومۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مالخۇلىيا ، سەرئى كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

شەربىتى گاۋزەبان مۇرەتتەب

تەركىبى : گاۋزەبان ياپرىقى 120 گرام ، بىنەفشە گۈلى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 60 گرام ، قىزىلگۈل ، قامقات پىننە ، رەيھان ھەر بىرى 30 گرام ، ئاچچىق ئىنار سۈيى ، كاسىنى ئۇرۇقى سۈيى ھەر بىرى 270 م ل ، قەنت 1.08 گرام .

ياسىلىشى : ئانار سۈيى ۋە كاسىنى ئۇرۇقى سۈيىدىن باشقا دورىلارنى قايناقسۇغا

بىر سوتكا چىلاپ $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، ئۈستىدىن كاسىنى سۈيى ، ئانار

سۈيى ، قەنتلەرنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەزىم قىلىش ئاجىزلىشىش ، مالخۇلىيا ، ئۇيقۇسىز .



لىق ، يۈرەك تىترەشلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . ئاشقازاننى ئارتۇق سەپرادىن خالاس قىلىدۇ . مىزاجنى ھۆللەشتۈرىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 30 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپى مۇسەل

تەركىبى : تەرەنجىبىن 180 گرام ، بىنەپشە 60 گرام ، سەرىپىستان ، چىلان ھەر بىرى 30 دانە ، قىزىلگۈل ، سانا ھەر بىرى 30 گرام ، تۇربۇد ، ئەفسەنتىن ، غارىقۇن ھەر بىرى 15 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، ئۈستۈخۇدۇس ، مەستىكى ھەر بىرى 9 گرام ، سۈنبۇل 6 گرام ، شېكەر مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى قايناقسۇدا بىر سوتكا چىلاپ ، $\frac{1}{4}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، تەرەنجىبىن ، شېكەرلەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەۋادىن بولغان ھەر خىل كېسەللەكلەر ، مېڭىنىڭ سوغۇقتىن بولغان كېسەللەكلىرى ۋە ئاشقازان كېسەللەكلىرىگە مەنپەئەت قىلىنىدۇ .
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 15 ~ 30 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپى ھەسەل 1

تەركىبى : دارچىن 9 گرام ، زەنجىبىل ، سۈنبۇل ، مەستىكى ھەر بىرى 7 گرام ، قەرنىفىل 6 گرام ، سازەج ھىندى 5 گرام ، ھەسەل ، قەنت ھەر بىرى 500 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر قايناقسۇغا چىلاپ بىر كېچە تۇرغۇزۇپ ، ئەتىسى قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا قازاننى سوۋۇتۇپ دورىلارنى سۈزۈپ سىقى قاندىن كېيىن يەنە قاينىتىپ ، ئۇنىڭغا قەنت ۋە ھەسەل سېلىپ ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : نېرۋىنى تىنچلارندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، مېڭە ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان كېسەللەكلەرگە ، باش ، مېڭە ، ۋە ئاشقازان ئاغ.



رىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ھەر قېتىمدا 5 قوشۇق ئىچىدۇ .

شەرىپى ھەسەل I

تەركىبى : ئاقمۇچ ، زەنجىبىل ، قەرنىقىل ، خولىنجان ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : ھەسەلنى 2 لىتر قايناقسۇدا قاينىتىپ كۆپۈكىنى ئالغاندىن كېيىن ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ شايى خالتىغا ئېلىپ قوشۇپ يەنە قاينىتىپ ، ھەر 10 مىنۇتتا بىر قېتىم سىقىپ تۇرۇلىدۇ . كېيىن خالتىنى ئېلىۋېتىپ يەنە بىر - ئىككى قېتىم ئورلىتىپ تەييارلىنىدۇ . ئەگەر يۈرەك ۋە نېرۋا خىزمىتىنى ياخشىلاش ئاساس قىلىنسا ئىمكانىيەت يار بەرسىلا ئەنبەر ۋە ئىپارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ئېلىپ قوشۇپ ئىشلەتسە تېخىمۇ ياخشى .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان پالەچ ، رەئشە ۋە نېرۋا ئاجىزلىقىغا ، باش ئاغرىشىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق ئىچىلىدۇ . ئەسكەرتىش : پالەچ كېسەللىكلىرىگە دەسلەپتە 1 - نۇسخىنى بېرىپ 11 كۈندىن كېيىن مەزكۇر نۇسخىنى ئىشلىتىش كېرەك .

شەرىپى ھەسەل II

تەركىبى : ھەسەل 500 م ل ، قايناقسۇ 500 م ل .

ياسىلىشى : ھەسەلنى قايناقسۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭە ، يۈرەك ، ئۆپكە ، جىگەر ، تال ، ئاشقازان ، ئۈچەي ۋە پەيلەرنى كۈچەيتىش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، زەھەر قايتۇرۇش ، مېڭە ھۆللۈكىنى تارتىش ، تەرەت





يۇمشىتىش ، باھنى كۈچەيتىش ، ئاشقازاننى قىزىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىشقا ، مېڭە ، جىگەر ، تال ، يۈرەك ، ئۆپكە ، ئاشقازان
كېسەللىكلىرىگە ، پالەچلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق ئىچىلىدۇ .

مائۇل ئۇسۇل

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 60 گرام ، چىڭسەي يىلتىزى پوستى ، بادىيان يىلتىزى
پوستى ھەر بىرى 30 گرام ، كەپە يىلتىزى پوستى 15 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ،
رۇمبادىيان ، ئارپا بادىيان ، ئىزخىر يىلتىزى ھەر بىرى 12 گرام ، بوزىدان ، ئادراسمان
ھەر بىرى 9 گرام ، جىنىتىيانا ، قېلىن دارچىن ھەر بىرى 8 گرام ، ئاسارۇن ، ھەببى
بىلسان ھەر بىرى 6 گرام .

ياسىلىشى : ھەممىنى چالا سوقۇپ قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ يېرىمى قالغىچە
قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : لەقۋانى تۈزىتىدۇ ، بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان
كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ . دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرۈشتە كۆرۈنەرلىك ئۈنۈمگە
ئىگە .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەزكۇر ياسالمايدىن 10 گرام ئېلىپ 15 م ل ئاچ-
چىق بادام يېغى ۋە 6 م ل ئابدىمىلىك يېغى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەتبۇخى ئەفتمۇن ئەسەبىي

تەركىبى : ئەفتمۇن ، كابۇلى ھېلىيە پوستى ، ئۈستۈخۇدۇس ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم
ھەر بىرى 30 گرام ، سانا 21 گرام ، بەسفائىچ 15 گرام ، تۈربۇد 12 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەۋدا ۋە بەلغەمدىن بولغان مالىخۇلىياغا مەنپەئەت قى-
لىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .



مەتبۇخى كىشىمىش

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 21 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 9 گرام ، فەۋانىيا ، ئىگىر ، قەنتەريۇن ، رۇمىدىيان ، ئىزخىر ، سۈنبۇل ، قەلەمفۇر ، ئۈستۈخۇدۇس ھەر بىرى 3 گرام ، ئۇد ، قاقىلە ھەر بىرى 2 گرام ، قەنت 45 گرام .
ياسىلىشى : مەتبۇخ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۈنۈتقاقلق ، پالەچ ، لەقۇا ، بوغۇم ئاغرىش ، پۇت - قول بوشىشىپ كېتىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 30 ~ 45 م ل ئېلىپ ھەسەل گۈلقەنتى ياكى سىركەنجىبىن ئەنسىلى بىلەن ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى ئۈستۈخۇدۇس

تەركىبى : سەرپىستان 30 دانە ، چىلان 10 دانە ، بەسفائىچ پىستىقى ، زاراڭزا ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، ئۈستۈخۇدۇس ، بابۇنە گۈلى ، قەنتەريۇن ، ئەفتمۇن ھەر بىرى 9 گرام ، ئاق سورۇنجان ، كاسىنى يوپۇرمىقى ھەر بىرى 6 گرام ، گۈلقەنت 21 گرام .
ياسىلىشى : گۈل دورىلار ، گۈلقەنت ۋە ئەفتمۇندىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ ، چىلاننى ئۇرۇقىدىن ئايرىپ تىتىپ ، 600 م ل سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن 400 م ل سۈيى قالغىچە قاينىتىپ ، گۈل دورىلارنى سېلىپ ئىككى قېتىم قاينىتىپ ، ئەفتمۇننى خالىتىغا يۆگەپ يەنە بىر قېتىم قاينىتىپ قازاننى چۈشۈرۈپ سوۋۇغاندىن كېيىن ھەممە دورىلارنى پاكىز خامدا سىقىپ سۈزۈپ ، ئاخىرىدا گۈلقەنتنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : سەۋدانى پەسەيتىش ، قان تازىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان ھەر خىل كېسەللەكلەر ، جۈملىدىن ساراڭ ، ما ، لىغۇلىيا ۋە ئىرقۇننەسا ، مۇفاسىللارغا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ ، بىر كىشىلىك ئۆلچىمى بولۇپ ، ئۈچ كۈندە



ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ .

مەئجۇنى ئازراقى

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن كۈچۇلا 18 گرام ، تازىلانغان ئامىيە ، قارا ھېلىيە ، گاۋزەبان گۈلى ، زورەنباد ، ئۈستۈخۇدۇس ، كەتىرا ، ئارجىل ، چىلغۇزە مېغىزى ، شاقاقۇل ، لېچىندانە ھەر بىرى 6 گرام ، ئاق سەندەل ، قەلەمقۇر ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، تاسقاپ مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوغۇم ئاغرىش ، ئىرقۇننەسا ، سۈيدۈك تۇتالما سلىق ، پالەچ قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 ~ 6 گرام ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى پولات

تەركىبى : زەپەر ، قارامۇچ ، كابابەچىنى ، مەستىكى ، رۇمبادىيان ، ئەر كەك بېلىق (سەقەنقۇر) ، سۈنبۇل ، بەسباسە ، قەلەمقۇر ، دارچىن ، سەندەل ، زىرە ، سىياھدان ، قوغۇن مېغىزى ، كاسىنى ئۇرۇقى ، ئاقىرقەھا ، خەشخاش ئۇرۇقى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، قارا ھېلىيە ، كەھرىبا ، مارجان ، تېشىلىمگەن مەرۋايىت ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، چىگسەي ئۇرۇقى ، چىگىت مېغىزى ، بابۇنە ، تۆگە پىشلىقى ، جىنتىيانا ، زەنجىبىل ، قۇشقاچ مېڭىسى ، خوراز مېڭىسى ، كۈنجۈت ، كۈندۈر ، ۋاڭ ئۇرۇقى ، جويۇز ، ئامىيە ، قاقىلە ، بېلىيە ، شەترەنجى ھىندى ، جوۋىنە ، جويۇز ، شوخلا ئۇرۇقى ، ئەنجىدان ھەر بىرى 30 گرام ، تۆگە يانتىقى ، چىلغۇزە مېغىزى ، ياڭاق مېغىزى ، ھەشقىمىچەك ئۇرۇقى ، زۈرەنباد ، سۆڭلەپ ، ئارپا بادىيان ، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن بالادۇر ،





زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن كۈچۈلا ، سېرىق ئوت ، ئۈزۈنچاق زىراۋەند ، قاغ پىيىزى ، يۇمىلاق زىراۋەند ، شاھتەررە ھەر بىرى 15 گرام ، ئەپيۈن 12 گرام ، ئەنبەر ، ئىپار ھەر بىرى 3 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق ھەر بىرى 50 دانە ، قەنت $\frac{1}{4}$ ھەسسە ، ھەسەل 2 ھەسسە ، پولات كۈشتىسى 336 گرام .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، تۇتقاقلىق كېسىلى ، تىترەش كېسىلى ، ئۈنۈتقاقلىق ، ئىرقۇننەسا ۋە باشقا سوغۇقتىن بولغان كېسەللەكلەرگە ، مەنى تېز كېتىش ، سۈيدۈك تۇتالماسلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . باھنى كۆچەيتىدۇ بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى تەييارلاپ ئالتە ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىشلىتىش كېرەك .

مەئجۇنى زەبىب

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 280 گرام ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ، كابۇلى ھېلىيلە پوستى ، تازىلانغان ئامبىلە ، ئۈستۈخۇدۇس ھەر بىرى 30 گرام ، ئۇد سەلىب 15 گرام ، ئاقىرقەرھە 9 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ئۈزۈم بىلەن يۇغۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەرئى (تۇتقاقلىق كېسىلى) گە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى 6 ~ 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى سەرئى

تەركىبى : ئاقىرقەرھە تالقىنى 30 گرام ، كونا سىركە 30 م ل ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : ئاقىرقەرھە تالقىنىنى سىركىگە چىلاپ ناھايىتى كۆپ سالاھىيە قىلغاندىن





كېيىن ھەسەلنى قۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇتقاقلىق كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6 ~ 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى سىيسالىيۇس

تەركىبى : سىيسالىيۇس ، ئاقىرقەرھە ، ئۇستۇخۇدۇس ھەر بىرى 30 گرام ، غارىقۇن ، قەرەدمەنا ، ھىڭ ، يۇمىلاق زىراۋەند ھەر بىرى 6 گرام ، سىركەنجىبىن ئەنسىلى مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ سىركەنجىبىن بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . بەزىلەر 8 گرامدىن ئۇد ، فەۋانىيا قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تۇتقاقلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ . بولۇپمۇ قان مىزاج كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى مۇبەددىلىمىزاج

تەركىبى : زەنجىبىل ، ئاقىرقەرھە ، سىياھدان ، قۇستە ، ئىگىر ، بالادۇر ئەسلى ھەر بىرى 30 گرام ، سوزاپ ، ھىڭ ، زىراۋەند ، جىنتىيانا ، شەترەنج ھىندى ، ھەبۇلغار ، قۇندۇز قەھرى ، قىچا (قىزىل) ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، تىترىمە كېسەل ، سېزىم يوقىلىش ، ئاق كېسەل قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ 3 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى مۇخەللىس ئەكبەر

تەركىبى : چىڭسەي ئۇرۇقى 50 گرام ، قۇندۇز قەھرى ، تاغ چىڭسىيى ئۇرۇقى





ھەر بىرى 45 گرام ، ئاقمۇچ 36 گرام ، قېلىن دارچىن ، ئىزخىر ھەر بىرى 23 گرام ، سۈنبۈل 21 گرام ، قۇستە ، دارچىن ، قۇرسى مەنەسائىلە ، ئاسارۇن ھەر بىرى 18 گرام ، ھۇمما ، زەپەر ، فىلىفىل ھەر بىرى 12 گرام ، ئەپيۇن ، رۇمبادىيان ھەر بىرى 6 گرام ، سىسالىيۇس 4 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇتقاقلىق كېسىلى ، كونا باش ئاغرىش ، باش قېيىش ، تىترەش كېسىلى ، پالەچ ، سوغۇقتىن بولغان پەي تارتىشىش ، ھەر خىل بوغۇم ئاغرىشلار ، چىش ئاغرىش ، سوغۇقتىن بولغان كۆز ئاغرىش ، ئۈچەي يارىلىرى ، بۆرەك ، دوۋساق كېسەللىكلىرى ، قان قۇسۇشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ . پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن يېسە يەل تارقىتىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى نۇجە

تەركىبى : كابۇلى ھېلىلە پوستى ، بېلىلە پوستى ، تازىلانغان ئامىيلە ھەر بىرى 30 گرام ، تۈرىيۇد ، بەسفاتىچ ، ئەفتىمۇن ، ئۈستۈخۇدۇس ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە . بەزىلەر يۇقىرىقىلاردىن سىرت 9 گرام غارىقۇن ، 8 گرام لاپىۋەرد تېشى ، 6 گرام مەھمۇدە قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مالىخۇلىيا ، تۇتقاق كېسەل ۋە ھەر خىل نېرۋا كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . سەۋدا ماددىسىنى تەڭشەيدۇ . داۋاملىق ئىستېمال قىلسا ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك بولىدۇ . ھېستېرىيىنى يوقىتىدۇ ۋە يۇقىرىقى مەقسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6 ~ 9 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

نۇپۇخى پالەچ

تەركىبى : قارامۇچ ، ئاقىرقەرھە ، زەنجىبىل ، توغرىغۇ ، نۇشۇدۇر ، گىلى ئەرمىنى ،



سەبرى ، دارچىن ، ئىپار ، قوندۇز قەھرى ، ئاق خەربەق ، رەيھان تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئالقانىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : پالەچكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بۇرنىغا پۇر كۆپ چۈشكەرتىلىدۇ .

نۇتۇلى تەشەننۇج

تەركىبى : بىنەپشە ، كۈنجۈت ياپرىقى ، نېلۇفەر ، پاقا يوپۇرمىقىنىڭ ياپرىقى ، با .
بۇنە تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇرۇقلۇقتىن بولغان پەي تارتىش ۋە پەي
يىغىلىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورا ھوزىدا بىمارنىڭ بېشى ۋە پۈتۈن بەدىنى تەرلىتىلىدۇ
ھەم چوڭ داسقا قويۇپ قىزىق پېتى پۈتۈن بەدەن يۇيۇلىدۇ .

نۇتۇلى جۈنۈن

تەركىبى : كاكىنەج ياپرىقى ، ھەمىشە باھار ھەر بىرى 100 گرام ، سەرپىستان 60
گرام ، بىنەپشە ، نېلۇفەر ، ئاق لەيلى يىلتىزى ، پاقا يوپۇرمىقى ، سۆگەت ياپرىقى ، ھۆل
قاياق پوستى ، قىزىلگۈل ، خەشخاش ياپرىقى ، ئارپا يارمىسى ھەر بىرى 30 گرام ، بابۇنە
يېغى 12 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى مەلۇم مىقداردىكى سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سى
قىپ تەمىنى چىقىرىپ ، بابۇنە يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ نۇتۇل تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : مالىخۇلىيا ۋە ساراڭلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : خىيالپەرەستلىك ، ساراڭلىق ۋە جۆيلۈش قاتارلىق ئالامەتلەر
كۈچەيگەن بىمارلارغا يۇيۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .



ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا
نۇتۇل قىلىنىدۇ .

نۇتۇلى سەكتە

تەركىبى : يالىپۇز ، رەيھان ، شىيە ياپرىقى ، ئىككىلىمەلىك ، بابۇنە ، پىننە ، سوزاپ
تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلار مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەكتە كېسىلىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : باش ، دۈمبە ساھەلىرىگە قويۇلىدۇ ، بۇرنىغا تېمىتىلىدۇ .

نۇتۇلى سەھرى

تەركىبى : بىنەپشە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، ئىككىلىمەلىك ، بابۇنە ، ئارپا يارمىسى ،
سېرىق چېچەكلەر تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەپرا ۋە بەلغەمنىڭ ئارىلىشىشىدىن بولغان
ئۇيقۇسىزلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بىمارنىڭ بېشى يۇيۇلىدۇ .

نۇتۇلى سۇبات

تەركىبى : بانۇنە ، رەيھان سوزاپ ، ئىككىلىمەلىك ، پىننە ، ئاس ياپرىقى تەڭ
مىقداردا .
ياسىلىشى : مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مۈگدەش ۋە بىخوتلۇققا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە



ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بىمارنىڭ بېشى يۇيۇلىدۇ .

نۇتۇلى ئىستىرخا

تەركىبى : سېرىق چېچەك ، رەيھان ، چاڭگاڭ ياپرىقى ، غارىقۇن ياپرىقى ، ئەف سەنتىن تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : نۇتۇلى سەۋداغا ئوخشاش .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئەزالارنىڭ بوشىشىپ كېتىشى ۋە ھۆللۈكتىن بولغان تارتىشىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇنلار يۇيۇلىدۇ .

ھەبىي بۇرمەككى

تەركىبى : زەپەر ، سۇنبۇل ، دارچىن ، ھەبىي بىلىسان ، ئاسارۇن ، مەستىكى ، ئەفسەنتىن ، سەقمۇنىيا ، تۇربۇد ھەر بىرى 3 گرام ، شەھى ھەنزەل ، سەبرى ، سەلىخە ھەر بىرى 2 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ، بادام يېغىدا قولنى ياغلاپ ھەب قىلىندۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مېڭىنى تازىلايدۇ ، تۈرلۈك مېڭە كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ . ئىششىق ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ .

ھەبىي پالەچ

تەركىبى : تۇربۇد ، ئىبارەج پەيقەرا ھەر بىرى 18 گرام ، سۇرۇنجان ، ھەشقىپچەك



ئۇرۇقى ھەر بىرى 9 گرام ، شەھى ھەنزەل ، شەترەنج ھىندى ، سەكبىنەج ، جاۋۇشىر ، مۇقەل ، پەرفىيۇن ، قۇندۇز قەھرى ھەر بىرى 6 گرام ، بوزىدان ، ئىگىر ، ئاقىرقەرھە ، فىلىفىل ھەر بىرى 5 گرام .

ياسىلىشى : سەكبىنەج ، مۇقەلنى كۈدە (جۈسەي) سۈيىدە ئېرىتىپ ، قالغان دو-رىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئوڭ تەرەپ پالەچلىنىپ ، تىل ئېغىرلىشىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى تەشەننۇج

تەركىبى : تازىلانغان بېھى 9 گرام ، تۇربۇد 5 گرام ، سورۇنجان 3 گرام ، بوزىدان ، ماھى زەھرەج ، قەنتەريۇن ھەر بىرى 1.5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تارتىشىپ قېلىش ۋە تىترەش كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى تۇربۇد مۇسەل

تەركىبى : تۇربۇد ، ئىيارەج پەيقەرە ھەر بىرى 9 گرام ، شەھى ھەنزەل ، كەتىرا ھەر بىرى 2 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئارتىپ كەتكەن بەلغەم خىلتىنى سۈرۈپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە ، بەلغەمدىن بولغان ئالامەتلەر ۋە كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىندۇ .

ھەببى رەئشە

تەركىبى : ئىيارەج پەيقرە 15 گرام ، سەكبىنەج ، شەھىمى ھەنزەل ھەر بىرى 12 گرام ، ئاقىرقەرھا ، قۇندۇز قەھرى ، شەترەنج ھىندى ، بەزىرۋلبەنجى ھەر بىرى 9 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باش ، قول ۋە پۇت تىترەش كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى سەبرى مالىخۇلىيا

تەركىبى : ئەفتىمۇن 12 گرام ، لاجىۋەرد ، غارىقۇن ھەر بىرى 6 گرام ، سەقمۇنىيا 3 گرام ، قەلەمقۇر 20 دانە .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ بېھى سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مالىخۇلىياغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەپتىدە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى سەرتىي

تەركىبى : سەبرى 9 گرام ، ئەفتىمۇن ، بەسفاچ ، ئۈستۈخۇدۇس ، تۇز ، غارىقۇن ھەر بىرى 3 گرام ، تۇربۇد ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ، شەھىمى ھەنزەل ، كەتىرا ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، تاسقاپ قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .





تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇتقاق كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى : ۋە ئۇسۇلى كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى شەترەنج

تەركىبى : تۇربۇد 60 گرام ، سەبرى 30 گرام ، زەنجىبىل ، ئاق قىچا ، شەترەنج ھىندى ، تۇز ، ئىگىر ھەر بىرى 6 گرام ، قارامۇچ ، فىلىل ، ئاقىرقەرھالار ھەر بىرى 3 گرام ، قەنت 12 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، تاسقاپ چەلەڭ سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، بوغۇم ئاغرىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
پەيلىرىنى كۈچەيتىدۇ . ھەيزىنى راۋانلاشتۇرىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ھەر قېتىمدا 3 ~ 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى كۈشتۋالى

تەركىبى : سەبرى سۇقۇتىرى ، سەقمۇنىيا ، شەھىمى ھەنزەل ، ئەفسەنتىن ئۇسا-رىسى ، مەستىكى ھەر بىرى 5 گرام ، مۇقەل 3 گرام ، كەتىرا 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ تاسقاپ ، قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى : باش ساھەسى ، ئاشقازان ۋە ئومۇمىي بەدەندىكى بۇزۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، دائىرىلىك چاچ چۈشۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ . بۇ دورىنى 3 گرام ئىيارج پەيىقەرا بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېسە كۆزدىن ياش ئېقىشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





ھەبىي لەقۇۋا

تەركىبى : تۇربۇد 9 گرام ، سورۇنجان 5 گرام ، ماھى زەھرەج ، زەنجىبىل ھەر بىرى 3 گرام ، ئىيارەج پەيقرە ، ئەفتمۇن ، سەقمۇنىيا ، مۇقەل ھەر بىرى 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ تاسقاپ ، قايناقسۇ بىلەن ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : لەقۇۋاغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي ئىختىلاج

تەركىبى : تۇربۇد 10 گرام ، ئەفتمۇن 5 گرام ، شەھى ھەنزەل ، مۇقەل ، رۇمىئادىيان ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام ، غاپەس ئۇسارىسى ، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى ھەر بىرى 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ تاسقاپ ، قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئەزالار تارتىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي ئىشرەت

تەركىبى : سەبرى 60 گرام ، قارامۇچ ، فىلىفل ، زەنجىبىل ، ئامىيلە شىرىسى ، سەئدى كوفى ، مەستىكى ، دارچىن ، سۇنبۇل ، سەلىخە ، ئاسارۇن ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ تاسقاپ ، چىڭسەي سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىشى : پالەچ ، لەقۇۋا ، رەئشە (تىرەش كېسەللىكى) گە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال



قىلىنىدۇ .

ھەبى ئىيارەج II

تەركىبى : جەدۋار ، ئۈستۈخۇدۇس ، شەھى ھەنزەل ، ئىيارەج يەلقارا ، تۆز ، غا .
رىقۇن ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ بادىيان ئەرىقى بىلەن 0.3 گىراملىق ھەب
تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : بەدەندىكى ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتىدۇ . مېڭىنى تازىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، تىترىمە كېسەل ۋە مېڭىنىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كې -
تىشتىن بولغان كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىمدا 5 ~ 7 دانە تاماقتىن بۇرۇن
ئىچىلىدۇ ، بالىلارغا بېرىلمەيدۇ .

ھەبى ئىيارەج پەيقەرا .

تەركىبى : سۈنبۇل ، دارچىن ، مەستىكى ، زەپەر باراۋەر مىقداردا ، سەبرى
2 ھەسسە .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەنگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بەدىيان ئۇرۇقى بى -
لەن 0.25 گىراملىق ھەب قىلىنىدۇ . ئۈنۈم بېرىش مۇددىتى بىر يىل .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : مېڭىدىن ھەمدە پۈتۈن بەدەندىن ھۆللۈكلەرنى سىرتقا چىقىرىش ، باش
ئاغرىشنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ۋە بەلغەمدىن بولغان كىكەچلىك قاتارلىقلارغا
ئىشلىتىلىدۇ . ئاشقازان ۋە ئۈچەينى تازىلاش ، بېغىش ئاغرىشنى قالدۇرۇش ، قەي قىلدۇ -
رۇش مەقسەتلىرىدەمۇ بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 5 ~ 10 دانە
ئىچىلىدۇ .



ئەسكەرتىش : ھەيزدار ئاياللار ، بوۋاسىر ، ئۈچەي جاراھىتى بار بىمارلارغا بېرىشكە بولمايدۇ .

ۋۇجۇرى سەرئىي

تەركىبى : ھىلڭ ، قۇندۇز قەھرى مەلۇم مىقداردا ، سىر كەنجىبىن ھەسەلى 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلار سىر كەنجىبىن بىلەن ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇتقاق كېسەل (سەرئىي) گە مەنپەئەت قىلىدۇ ، كېسەل قوزغالغاندا ئېغىزغا مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتسا بىمارنى دەرھال ھوشىغا كەلتۈرىدۇ .

ۋۇجۇرى ئۈمۈسبىيان

تەركىبى : سەبرى ، قۇندۇز قەھرى ، زىرە تەڭ مىقداردا ، روسۇت ئىنتايىن ئاز مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ روسۇت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇتقاق كېسەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ ، كۆپىنچە ھاللاردا بالىلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بالىنىڭ گېلىغا تېمىتىلىدۇ .

ياقۇتى بۇئەلى

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 12 گرام ، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى ، تاغ رەيھىنى ئۇرۇقى ، ئۈستۈخۇدۇس ھەر بىرى 10 گرام ، ئەفتىمۇن ، دورنەج ئەقرەبى ، ئەنبەر ھەر بىرى 8 گرام ، تەرەنجىبىن ، سازاج ھىندى ھەر بىرى 6 گرام ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، كەھرىبا ، مارجان ھەر بىرى 5 گرام ، ياقۇت ، گاۋزەبان ، كا-سىنى ئۇرۇقى ، ئىپار ، كافۇر ، قىزىلغان پىلە ، كۆيدۈرۈلگەن قىسقۇچ پاقا ،





ئاق بەھمەن ، ئۇد خام ، ئەر مەن تېشى يۇيۇلغان ، لاجىۋەرد تېشى ، مەستكى ، سەلىخە ، دارچىن ، زەپەر ، لېچىندانە ، قاقىلە ، گۈلدارچىن ، كابابەچىنى ، پەرقىيۇن ھەر بىرى 3 گرام ، ئىكەكلەنگەن ئالتۇن 2 گرام ، قىيمىقۇ شەربىتى ، ئالما شەربىتى ، تاتلىق ئانار شەربىتى ھەر بىرى 100 م ل ، گۈلاب 300 م ل ، ھەسەل مەلۇم مىقداردا .
 ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى كۈچەيتىدۇ ، ئادەمگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان مالخۇلىياغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 40 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سەرسام ۋە سەكتىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بۇخورى سەرسام I

تەركىبى : گۈلبىنەپشە ، ئاق لالە گۈلى ، ئارپا ، نېلۇفەر گۈلى ، قاپاق قىرىندىسى ، بابۇنە ھەر بىرى 10 گرام ، گۈل يېغى ، بىنەپشە يېغى ھەر بىرى 10 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى 300 م ل سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىگە ياغ دورىلارنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : سەپرانى پەسەيتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ئىسسىقما قايتۇرۇپ ئاغرىق پەسەيتىش ۋە مېڭىنى كۈچەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بىمارنىڭ بېشىنى يۆگەپ ، دورا ھورىغا بۇرۇننى تۇتۇپ ، دورا بۇسى دىماققا يەتكۈزۈلىدۇ .

پاشويەنى سەرسام I

تەركىبى : گۈلبىنەپشە ، نېلۇفەر گۈلى ، بابۇنە ، ئىككىلىمەلىك ھەر بىرى 30 گرام .





ياسىلىشى : دورىلار 4 ~ 5 لىتىر سۇدا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : مېڭىنى قۇۋۋەتلەش ، ئىسسىقما قايتۇرۇش ، باش ئاغرىشىنى توختىتىش ،
 ئىششىق قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : سەرسام كېسەللىكىدىكى باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بىمار پۇتىنى دورا سۈيىگە چىلايدۇ ۋە ئېقىتىپ يۇيىدۇ .

پاشويەنى سەرسام II

تەركىبى : قارا سۆگەت يوپۇرمىقى ، بۇغداي كېپىكى ھەر بىرى 30 گرام ، ئاق
 لەيلى گۈلى 20 گرام ، گۈلبىنەپشە ، نېلۇفەر ھەر بىرى 15 گرام ، ئەگەر سوغۇقچانلارغا
 ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە 15 گرامدىن بابۇنە ، قىچا يوپۇرمىقى ، ئوسما قاتارلىقلار قوشۇ-
 لىدۇ .

ياسىلىشى : دورىلار مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەرسام ، سەرسامدىن كېلىپ چىققان باش ئاغرىشقا ۋە
 ھەر خىل مېڭە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بىمارنى چوڭ بىر داسقا ئولتۇرغۇزۇپ باشنى مەھكەم ئوراپ ،
 يىلپان ھالەتتىكى دورا سۈيى بىلەن يۇقۇرىدىن تۆۋەنگە قارىتىپ يۇيۇلىدۇ . ھارارىتى يۇ-
 قىرى بولغان بىمارلارنى دورا سۈيى سوۋۇغاندىن كېيىن يۇيۇش ، دورا بۇسىنى پۇراپ
 قېلىشىدىن ساقلاش ، ئىككى قېتىمدىن ئارتۇق يۇماسلىق كېرەك .

رەۋغىنى لوپۇب

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، بەگىنەي قوغۇن مېغىزى ، قاپاق مېغىز-
 زى ، كاھۇ (قارا سونا) ئۇرۇقى ، قىمىقۇ ئۇرۇقى ، بادام مېغىزى ، تازىلانغان ئاق
 خەشخاش ئۇرۇقى ، كۈنجۈت ھەر بىرى 30 گرام .
 ياسىلىشى : مېغىزلارنى سوقۇپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، بىر ھەسسەگە 3 ھەسسە سۇ
 قوشۇپ قاينىتىپ ، كۆپۈكنى ئېلىپ ، سۈيى كېتىپ يېغى قالغاندا تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : ئىششىقنى يوقىتىدۇ . سەۋدادىن بولغان باش كېسەللىرىگە مەنپەئەت
 قىلىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى . كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا
ئېلىپ باشنى ياغلايدۇ .

I زىمادى سەرسام

تەركىبى : قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، نېلۇفەر ، بىنەپشە ھەر
بىرى 20 گرام ، قىز تۇغقان ئايالىنىڭ سۈتى 30 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : زىيادە سەۋدانى يوقىتىش ، قان تازىلاش ، ھارارەت پەسەيتىش ، ئاغرىق
قالدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە . سەرسامغا ياخشى تەسىر قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ .
مىقدارى : باشقا تېگىپ ئىشلىتىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : خاس گۈلبىنەپشنى ياكى نېلۇفەرنى تېشىدىن زىماد قىلىپ
تاڭسىمۇ ئاغرىشنى پەسەيتىش رولىغا ئىگە ، ياغلاردىن بىنەپشە يېغى ، نېلۇفەر ياغلىرىمۇ
شۇنداق . بىراق بۇ زىماد دورىلىرىنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى مۇنزىج ۋە مۇسھىل دورىلارنى
بېرىش كېرەك .

I زىمادى سەرسام

تەركىبى : سىركە ، گۈل يېغى 30 م ل ، ھۆل قاپاق پوستى ، تەرخەمەك پوستى ،
مارجان شوخلا ، سۆگەت غازىڭى مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ياغ ۋە سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاغرىق قالدۇرۇش ، ھارارەتنى ۋە ئىششىقنى قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە
ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سەرسام كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : باشقا تېگىلىدۇ .



زىمادى رەۋغىنى ۋەرد

تەركىبى : گۈل يېغى ، سىركە ھەر بىرى 30 م ل .
ياسىلىشى : گۈل يېغى بىلەن سىركە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سەرسام كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : باشقا چېپىلىدۇ .

شەربىتى ئۈستۈخۇدۇس IV

تەركىبى : بادام 100 گرام ، ئەفتمۇن 30 گرام ، ھېلىيە پوستى ، كابۇلى ھېلىيلىسى ، قارا ھېلىيە ، بەلىيە ، ئامىيە ھەر بىرى 15 گرام ، قىزىلگۈل ، ئۈستۈخۇدۇس بەسفائىچ ھەر بىرى 12 گرام ، ئۈزۈم 10 گرام ، شېكەر 300 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 1 لىتر سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سۇ-زۇپ شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : قان تازىلاش ، سەۋدانى نورماللاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سەرسام كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇق ئىچىدۇ .

شەربىتى ئۈستۈخۇدۇس V

تەركىبى : ئۈستۈخۇدۇس 30 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 24 گرام ، ئەنجۈر 7 دانە ، بەسفائىچ ، گاۋزەبان ، پىرسىياۋشان ، بادىرەنجىبۇيا ، ئۇد سەلىب ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 15 گرام ، زۇفا ، ئىرسا ، سۇنبۇل ، رۇمبادىيان ، بادىيان ھەر بىرى 9 گرام ، ھەسەل 500 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 2 لىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، ھەسەلنى قويۇپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .



تەسسىرى : رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش ، نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈش ،
سەۋدانى پەسەيتىش ، قان تازىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق
ئىچىلىدۇ .

شەمۇمى سەرسام

تەركىبى : كۆك يۇمىلاقسۇت 30 گرام ، ئاق سەندەل 15 گرام .
ياسىلىشى : كۆك يۇمىلاقسۇتنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ ، سەندەلنى ئۇنىڭغا
سۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاغرىق توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۈندە بىر قانچە قېتىم پۇرتىلىدۇ .

مەتبۇخى شاھتەررە 1

تەركىبى : فونۇس ، خىيار شەنبەر ، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 60 گرام ، تەمىرى
ھىندى 45 گرام ، شاھتەررە ، بىنەپشە ، سانا ھەر بىرى 21 گرام ، قارا ھېلىيلە ، ئامىيلە ،
سېرىق ھېلىيلە ، ھېلىيلە كابۇلى ، بېلىيلە پوستى ھەر بىرى 15 گرام ، ئەينۇلا 12 گرام ،
چىلان 10 گرام ، گاۋزەبان ، ئەفتىمۇن (سېرىق ئوت) ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 9 گرام ،
ئارپا بادىيان ، كاسنى ئۇرۇقى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئۈستۈخۇدۇس ، پىننە ، بىسفايەج ھەر
بىرى 6 گرام ، نېلۇپەر ، مامرانچىنى ھەر بىرى 3 گرام ، بادام يېغى 9 م ل .
ياسىلىشى : فونۇس ، سانا ، تەرەنجىبىن ، تەمىرى ھىندىلەرنى قايناقسۇغا چىلاپ
شىرىسى ئېلىنىدۇ . قالغان دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى يانچىپ ، 2 لىتر قايناقسۇغا بىر كېچە
چىلاپ ، يېرىمى قالغىچە قايناتقاندىن كېيىن گۈل دورىلار سېلىنىدۇ . سېرىق ئوتنى
خالىتىغا ئېلىپ سېلىپ 1 - 2 قېتىم ئۆزلىتىپ سۈزۈپ ، شىرىلەرنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسسىرى : مېڭە ، تال ، جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىپ ، چوڭ - كىچىك تە-





رەتتى راۋانلاشتۇرىدۇ . قاننى تازىلاپ ، بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلارنى ، جۈملىدىن نورمالسىز سەۋدانى تېز سۈرۈپ چىقىرىدۇ . رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سەرسام ۋە باشقا باش كېسەللىكلەردىكى باش ئاغرىش ، كۆز ئاغرىشلا رىغا ئىشلىتىلىدۇ . تېرە كېسەللىكلەرگىمۇ بېرىلىدۇ . ھەر خىل نېرۋا كېسەللىكلىرى ، تۇتقاق كېسەل ۋە خەپەقانلارغىمۇ بېرىشكە بولىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا يېرىم پىيالىدىن ئىچىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ نۇسخىنى تەييارلىغاندا تەرەنجىبىنى ئايرىم چىلاپ ، قۇم ۋە ئەخلەتلەردىن تازىلىغاندىن كېيىن ئاندىن قوشۇشقا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش لازىم .
ئەگەر كۆز كېسەللىكلەرگە ئىشلەتكەندە مامىرانچىدىن 10 گرام سالىا بولىدۇ .

مەتبۇخى مۇنزىج ۋە مۇسەل

تەركىبى : چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، گاۋزەبان ، پىرسىياۋشان ، ئەنجۈر ، گۈلبىنەپ شە ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ، مارجان شوخلا ، ئۈزۈم ھەر بىرى 10 گرام ، ناۋات 100 گرام .
ياسىلىشى : مەتبۇخ ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسۋىرى : رەئىس ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، قان تازىلاش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ . ئەگەر كېسەللىك كوناغان بولسا زۇفا ۋە گۈلسەۋسەننىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام ، ئىچىنى سۈردۈرۈشكە توغرا كەلسە سانا ۋە فۇنۇس مېغىزىنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام قوشۇلىدۇ .
ئەگەر بىمارنىڭ يۈرىكى ئاجىز بولسا ئۈچىنچى قېتىمدا بېرىشكە بۇغداي كېپىكى ، گاۋزەبان گۈلى ، سەۋسەن گۈللەرنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، گاۋزەبان ئەرىقىدىن 100 م ل قوشۇپ قاينىتىپ ئىچكۈزۈلىدۇ . بىرىنچى قېتىمدا مەزكۇر شەربەتنى ، ئىككىنچى قېتىمدا ئۇنىڭغا بىنەپشە شەربىتى قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەتبۇخى مۇنزىجى سەۋدا

تەركىبى : تەرەنجىبىن 70 گرام ، گاۋزەبان ، بەسقاچ ، سەرىستان ، ئۈستۈخۇ .





دۇس ھەر بىرى 25 گرام ، قارا ھېلىلە ، بادىرەنجىبۇيا ، گۈلپەنەپشە ھەر بىرى 16 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 1 لىتر قايناقسۇغا چىلاپ ، يېرىمى قالغىچە
 قاينىتىپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : سەۋدادىن بولغان سەرسامنى داۋالاشتا ياخشى دورا بولۇپ ، سەۋدانى
 پىشۇرۇش ۋە نورمالسىز سەۋدانى ھەيدەشتە ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك .
 ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 - 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇق
 ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى بالادۇر

تەركىبى : مەستىكى ، بالادۇر ئەنسىلى ، غارىقۇن ھەر بىرى 180 گرام ، بادىيان
 يىلتىزى 80 گرام ، سەۋسەن يىلتىزى 45 گرام ، سۈنبۇل ، ئۈزۈم ، زەپەر ، سەلىخە (قېلىن
 دارچىن) ، سازەج ھىندى ، ئىزخىر ، ھەببى بىلسان ، زىراۋەند ، قەلەمفۇر ، ھەببۇلبان ،
 زەنجىبىل ، سەبرى ، مۇقەل ، مۇرمەككى ھەر بىرى 20 گرام ، بىلسان يېغى 20 م ل ،
 سىركە 1 لىتر ، ھەسەل 400 م ل .
 ياسىلىشى : بادىيان يىلتىزىنى سىركىگە بىر سوتكا چىلاپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ
 سىقىپ سۈزۈپ ، ياغ ۋە ھەسەللەرنى سېلىپ قىيام قىلىپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ
 ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كونارغان باش ئاغرىش ، جۆيلۈش ، ھەر خىل
 ئىشقازان كېسەللىكلىرى ۋە جىگەر ، تال ، بۆرەك ، بالىياتقۇلارنىڭ سوغۇقتىن بولغان
 كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . نىقىرىس ، جوزاملارغا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ . مەددە
 چۈشۈرىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ .

مۇنزىجى بەلغەم

تەركىبى : بادىيان يىلتىزى پوستى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ، ئۈزۈم ھەر
 بىرى 15 گرام ، ئىزخىر ، ئۈستۈخۇدۇس ھەر بىرى 10 گرام ، ھەسەل گۈلقەنتى 60 گرام .





ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 1 لىتر قايناقسۇ بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ گۈلقەنتنى سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : نورمالسىز بەلغەمنى پىشۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق ئىچىدۇ .

نۇپۇخى سەكتە

تەركىبى : كۈندۈش ، ئاق خەربەق تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەكتە كېسىلىگە گىرىپتار بولغان بىمارلارنى ھوشغا

كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئاز - ئازدىن بىمارنىڭ بۇرنىغا پۇر كىلىدۇ .

نۇپۇخى سۇبات

تەركىبى : قۇندۇز قەھرى ، ھىڭ ، كەڭ (بىر خىل قوش) ئۆتى ، رەيھان سۈيى

تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مۈگدەش ، خۇدىنى يوقىتىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت

قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بىمارنىڭ بۇرنىغا پۇر كىلىدۇ .

نۇتۇلى سەرسام

تەركىبى : ئارپا يارمىسى 150 گرام ، قىزىلگۈل ، كۆكنار غوزىسى ، نېلۇفەر ، ھۆل

قاپاق پوستى ، بابۇنە ھەر بىرى 30 گرام ، بىنەپشە ، قاراسونا ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ،

سۇ 1.5 لىتر .





ياسىلىشى : دورىلارنى سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ ، سەرسامغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ
 مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورا ھورىغا بىمارنىڭ بېشى تۇتۇپ تەرلىتىلىدۇ ھەمدە دورا
 سۈيى يېرىم سوۋۇغاندا بېشىغا قويۇپ نۇتۇل قىلىنىدۇ .

نۇتۇلى مۇنەۋۋىم

تەركىبى : ئارپا يارمىسى 150 گرام ، قىزىلگۈل ، كۆكنار ، نېلۇفەر ، گۈلبىنەپشە ،
 خام قاپاق پوستى ، بابۇنە ھەر بىرى 30 گرام ، بىنەپشە ، قارا سونا ئۇرۇقى ھەر بىرى 15
 گرام ، سۇ 1.6 لىتر .
 ياسىلىشى : دورىلار قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ ، سەرسام (مېنىنگىت) گە ياخشى
 ئۈنۈم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورا سۈيىدە بىمارنىڭ بېشى يۇيىلىدۇ .

نۇقۇتى ھامىز I

تەركىبى : نېلۇفەر گۈلى 18 گرام ، بىنەپشە گۈلى 15 گرام ، ئەينۇلا 15 دانە ،
 چىلان 11 دانە ، سەرپىستان 7 دانە ، تەمرى ھىندى 6 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلار 500 م ل قايناقسۇدا چىلاپ تەمى چىقىرىلىدۇ .
 تەسىرى : قاننى تازىلاش ، سەپرانى سۈرۈش ، چوڭ - كىچىك تەرەتنى
 راۋانلاشتۇرۇش ، ئىسسىقما قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ۋە سەپرادىن بولغان سەرسام قاتارلىقلارغا ئىشلىتى-
 لىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق
 ئىچكۈزۈلىدۇ .





ھەبىي قوقيا I

تەركىبى : سەبرى سۇقۇترى ، ئەفسەنتىن ، مەستىكى ، غارقۇن ھەر بىرى 3 گرام ، شەھى ھەنزەل ، سەقمۇنيا يېرىم گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، چىڭسەي ئۇرۇقى قايناتقان سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئىچىنى سۈردۈرۈش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : سەرسام ، شەققە ، كۆز ياشاڭغۇراش ، يۇقىرى قان بېسىمى ، قەۋزىيەت قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچ 15 گرام ئىچىلىدۇ . ئىچى سۈرۈپ بولغاندىن كېيىن لۆڭگە بىلەن باش تېگىپ قويۇلىدۇ .

ھەبىي لاجىۋەرد

تەركىبى : سەبرى 18 گرام ، غارقۇن 15 گرام ، ئەفتىمۇن ، بەسفائىچ ھەر بىرى 12 گرام ، لاجىۋەرد تېشى 9 گرام ، قەلەمفۇر ، رۇمبادىيان ، سەقمۇنيا ھەر بىرى 3 گرام .
 ياسىلىشى : چىڭسەي سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مالىخۇلىيا ۋە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 9 گرام ئىستېمال قىلغاندىن كېيىنلا مائۇلجىبىن ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەبىي مۇسەلى سەۋدا

تەركىبى : ئەفتىمۇن 30 گرام ، تازىلانغان لاجىۋەرد ، ھەجەرى ئەرمىنى ھەر بىرى 21 گرام ، ئىيارەجى پەيقەرا 15 گرام ، قارا خەربەق ، شەھى ھەنزەل ھەر بىرى 6 گرام ، رۇمبادىيان ، سۈمبۇل ھەر بىرى 3 گرام .





ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، يېتەرلىك مىقداردىكى چىڭسەي سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ ، گۈل يېغى بىلەن ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : پىششىق يېتىلگەن نورمالسىز سەۋدانى سۈرۈش ، مىزاجنى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سەۋدا غالىپلىقىدىن بولغان كېسەللىكلەردە مۇنزىجى سەۋدادىن كېيىن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچلىك تاماقتىن كېيىن 3 - 6 گرام ئېلىپ قايناقسۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .

ھۆقنە سەرسامى

تەركىبى : ئاقلانغان ئارپا 6 گرام ، فونۇس 30 گرام ، بىنەپشە 15 گرام ، سەرىستان 30 دانە ، چىلان 10 دانە ، بىنەپشە يېغى 10 م ل ، تۇز تالقىنى 5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ئېلىپ ، پونۇس چىلانما سۈيىنى قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپ ، ئارقىدىن ياغ سېلىنىدۇ ، ئاخىرىدا تۇز قوشۇلىدۇ .
تەسىرى : باش ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ ، ئىچىنى تازىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سەرسام كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورا سۈيى مەقۇتتىن ھۆقنە قىلىنىدۇ .

ئىترىفېلى مۇسەل (سۈرگۈچى ئىترىفېل)

تەركىبى : سانا 18 گرام ، بادام مېغىزى ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ھەر بىرى 10 گرام ، ئامىيە ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، ھېلىيە كابۇلى پوستى ، بەلىيە پوستى ، قارا ھېلىيە ، بەسفائىچ ، ئۈستۈخۇدۇس ، گاۋزەبان ، بادىيان ، غارىقۇن (سىم ئەلگەكتە سۈرۈپ ئاندىن قېلىن ئەلگەكتە ئۆتكۈزۈلىدۇ) ھەر بىرى 6 گرام ، كالا سېرىق يېغى 60 گرام ، ھەسەل 300 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، سېرىق ياغدا ياغلاپ ، ھەسەلنى ئېرىتىپ يۇغۇرۇلىدۇ .
تەسىرى : نورمالسىز بەلغەمنى سۈرۈپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە .





ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان سەرسامغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئېلىپ تالماقتىن كېيىن ئىچىلىدۇ .

سوغۇقتىن بولغان شەققىغە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى زەپىران

تەركىبى : زەپەر 50 گرام ، سۇ 5 لىتر .
ياسىلىشى : زەپەرنى سالايە قىلىپ سۇغا سېلىپ ، ناھايىتى ئېھتىيات بىلەن سۇس ئوتتا 4 لىتر ئەرق چۈشكىچە قاينىتىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : نېرۋىنى پەسەيتىش ۋە خۇرسەن قىلىش ، يۈرەك ، ئاشقازاننى قۇۋۋەت لەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان نېرۋا ، بالىياتقۇ خىزمىتىنىڭ ناچارلىشىشى ، ئاشقازان ، يۈرەك ، بوۋاسىر ، جىنسىي ئاجىزلىق ، ھەر خىل نەپەس كېسەللىكلىرى ، بۆرەك ۋە سۈيدۈك يوللىرىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى ، تال ، جىگەرنىڭ قۇۋۋەتسىزلىكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 10 ~ 15 م ل ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 15 ~ 20 م ل ، چوڭلارغا 25 ~ 30 م ل ، كۈندە 3 قېتىم ئىچكۈزۈلىدۇ .
ئەسكەرتىش : كۆرسىتىلگەن مىقداردىن كۆپ ئىچىلسە پەيگە زىيان قىلىدۇ .
ئۇنىڭدىنمۇ كۆپ ئىچىلسە ھاياتقا خەۋپ يېتىدۇ . ئەگەر يۇقىرىقىدەك جىددىي ئەھۋاللار كۆرۈلگەندە رۇمبادىيان سىركەنجىنى ئىچكۈزۈلسە ئوڭشىلىپ كېتىدۇ .

شەرىپى ئۈستۈخۇدۇس VI

تەركىبى : ئۈستۈخۇدۇس ، پىرسىياۋشان ، ئۇد سەلىپ ھەر بىرى 12 گرام ،





گاۋزەبان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، بادىيان يىلتىزى ھەر بىرى 9 گرام ، چىڭسەي يىلتىزى ،
ئاق لالە ئۇرۇقى ، بىنەپشە ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 7 گرام ، ئۈزۈم ، سەرىستاندىن ھەر
بىرى 50 دانە ، شېكەر 600 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 2 لىتر سۇغا 3 سائەت چىلىغاندىن كېيىن
بىر لىتر قالغىچە قاينىتىپ سىقىپ ، سۈيىگە شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپلا ئېلىنىدۇ .
تەسىرى : قان تازىلاش ، سەۋدانى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان شەققە ، سەرئى ، مالىخۇلىيا ، ئېرقۇننەسا ، مۇ-
فاسىل قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇق
ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپى ئۈستۈخۇدۇس VI

تەركىبى : سەۋسەن گۈلى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 30 گرام ، تۇربۇد 20
گرام ، سەرىستان ، بادىرەنجىبۇيا ، كاشىم (دۇقۇ) ، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈم ،
رۇمبادىيان ھەر بىرى 9 گرام ، ئۈستۈخۇدۇس ، زۇفا ، ئۇدىسەلىپ ، پىرسىياۋشان ، ئۇد ،
گاۋزەبان گۈلى ، بادىيان يىلتىزى پوستى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 6
گرام ، شېكەر 500 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر قايناقسۇغا چىلاپ ، 3 سائەتتىن كېيىن
قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سىقىپ ، شېكەر سېلىپ ئوتتا بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ .
تەسىرى : قان تازىلاش ، سەۋدانى تەڭشەش ، مېڭە ۋە يۈرەك كېسەللىكلىرىگە
مەنپەئەت قىلىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ۋە مېڭىنىڭ تۈزلۈك كېسەللىكلىرىگە ،
سەرئى ، شەققە ، مالىخۇلىياغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇق
ئىچكۈزۈلىدۇ .





I قۇرسى مۇسەللەس

تەركىبى : ئەپيۇن ، بەزىرۇلبەنجى ، كافۇر ، زەپەر ، مېھرىگىياھ پوستى ھەر بىرى 15 گرام ، كۈندۈر ، ئەنزىرۇت ، ئامىيلە ، گىل ئەرمىنى ھەر بىرى 5 گرام
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، مۇۋاپىق مىقداردا گۇلاب ۋە ئۇسۇلۇق سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرسى (تابلىت) تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاغزىق پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : شەققە ، ئاشقازان ئاغرىش ، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىش ، چىش ئاغرىش ، زىققىنەپەس ، ئۆت ۋە يۈرەك تېشى ، سانجىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ . يەنە سەپرادىن بولغان تەبىكىگىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچىلىدۇ .
شەققىگە بۇ قۇرسىتىن بىر نەچچە تالنى ئېلىپ قىزىق سۇدا ئېزىپ باشقا چاپسا ئاغرىق بېسىلىدۇ . قاتتىق باش ئاغرىشلاردا يۇمىلاقسۇت سۈيى ، كۆكنار سۈيى ، لىمون سۈيى ، سىركىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 5 م ل ئېلىپ مەزكۇر قۇرسىتىن بىر نەچچە تال ئېلىپ بۇ سۇدا ئېزىپ باشقا چاپسا ئارام بېرىدۇ .
ئەسكەرتىش : يۈرەك كېسىلى ۋە يۈرەك زەئىپلىكى بارلارغا ھەمدە كىچىك بالىلارغا بېرىشكە بولمايدۇ .

II مەئجۇنى بىنەپشە

تەركىبى : تۈربۇد ، تەرەنجىبىن ، فونۇس ھەر بىرى 60 گرام ، بىنەپشە ، بادام مېغىزى ھەر بىرى 30 گرام ، مەستىكى ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 15 گرام ، قەنت 300 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، تەرەنجىبىن ۋە فونۇسنىڭ شىرنىسىنى ئېلىپ ھەممىنى قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەسىرى : بەلغەمنى بوشىتىش ، نەپەس يوللىرىنى تازىلاش ، يۆتەل پەسەيتىش ، ئۈچەي قۇلۇنجىسىنى ئېچىش ، سەپزالىق بەلغەمنى سۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .





تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە ، يۆتەلگە ، ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ، بالىلارغا كۈندە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى سانا مۇسەل

تەركىبى : سانا ياپىرقى 150 گرام ، تەرەنجىبىن 90 گرام ، شىرخىشت يىلتىزى 60 گرام ، ئۈرۈقسىز ئۈزۈم ، قۇرۇق گۈلبىنەپشە ، نېلۇپەر گۈلى ھەر بىرى 30 گرام ، تۇربۇد ، گاۋزەبان ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 15 گرام ، قەنت ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 150 م ل .
ياسىلىشى : تۇربۇدنى تالقانلاپ بادام يېغىدا ياغلاپ ، قالغان دورىلار تالقىنىنى تەرەنجىبىن ، قەنت ۋە ھەسەللەر بىلەن قىلىنغان قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەپرا ۋە بەلغەم خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ . باش ئاغرىش ۋە باشنىڭ يېرىمى ئاغرىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . يۆتەل ۋە دەم سىقىلىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئەتىگەندە 1 قېتىم قايناقسۇ بىلەن 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

نۇقۇتى پەۋاكە

تەركىبى : تەرەنجىبىن 60 گرام ، تەمرى ھىندى 30 گرام ، ئەينۇلا ، چىلان ، سەرپىستان ھەر بىرى 30 دانە ، شېكەر 30 گرام .
ياسىلىشى : 500 م ل قايناقسۇغا چىلاپ سوۋۇغاندا مۇجۇپ شىرنىسى ئېلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە جۈملىدىن سەرسام ، شەقىقە ۋە تەبگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بىر





پىيالا ئىچكۈزۈلىدۇ .

نۇقۇتى كەشنىز

تەركىبى : ئامىيە مۇقەششەر ، قۇرۇق يۇمىلاقسۇت ئۇرۇقى 4 ھەر. بىرى 9 گرام ، گۇلاب 500 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 500 م ل گۇلابقا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ، ئېلۇپەر شەربىتى ۋە بىمدىمىشكى ئەرىقلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 30 م ل قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئىستىما چۈشۈرۈش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، روھىي ھالەتنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : شەقىقە كېسىلى ، ئىسسىقلىق بولغان ئاشقازان ، جىگەر ، نېرۋا كېسەللىكلەرگە ھەمدە قىزىتما ، ئىسسىق ئۆتۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچىدۇ .

نۇقۇتى ھېلىلە II

تەركىبى : تەرەنجىبىن 150 گرام ، تەمرى ھىندى 60 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، خىيار شەنبەر ياكى فۇنۇس ھەر بىرى 30 گرام ، ئەينۇلا ، سەرپىستان ، چىلان ھەر بىرى 30 دانە ، بىنەپشە ، كاسىنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 9 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ بىر لىتر قايناقسۇغا چىلاپ 3 سائەتتىن كېيىن مۇجۇپ شىرىسى چىقىرىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : قان ۋە سەپرانىڭ قىزىقلىقىنى پەسەيتىش ، ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ، شەقىقە ۋە باشقا ئىسسىقلىق كېسەللىكلەرگە بې-





رىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا كىچىك بىر پىيالە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەبىي ئەفتىمۇن

تەركىبى : تۇربۇد 24 گرام ، سەقمۇنىيا ، ئىيارەجى پەيقەرا ، شەھى ھەنزەل ، غا-رىقۇن ، ئەرمەن تېشى ، ئەفتىمۇن (سېرىق ئوت) ، مۇقەل ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناقسۇدا يۇغۇرۇپ 0.5 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ .

تەسىرى : قان تازىلاش ، ئىششىق قايتۇرۇش ، نورمالسىز سەۋدانى چىقىرىش ، ئەسەبىيلىكنى پەسەيتىش ، ئارام بېرىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەر ۋە شەققە كېسىلىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ، 10 دانە ئىچىدۇ .

ھەبىي بىنەپشە I

تەركىبى : گۈلبىنەپشە ، تۇربۇد ھەر بىرى 100 گرام ، رۇبۇسۇس ، كەتىرا ھەر بىرى 50 گرام ، سەقمۇنىيا 25 گرام ، سەبرى 20 گرام ، بادام يېغى 30 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، 5 گرام بىنەپشەنى دەملەپ سۈيىدە ھەب ياساپ بادام يېغىدا ياغلىنىدۇ .
تەسىرى : قىزىتما ۋە ياللۇغ قايتۇرۇش ، يۆتەل پەسەيتىش ، بەلغەم بوشتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : زىققىنەپەس ۋە باشقا قىزىتمىلىق يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچتە 1 قېتىم ، 1 گرام ئىچىلىدۇ .



شەققىگە ئىشلىتىلىدىغان چۈشكۈرتكۈچى دورا ياسالمىلىرى

ئەتۈس I

تەركىبى : كۈندۈش 18 گرام ، شەھىمى ھەنزەل ، فىلىفىل ، ئۈستۈخۇدۇس ، قۇندۇز قەھرى ھەر بىرى 9 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۇرۇن شىلىمىش قەھرىلەرنى غىدىقلاپ چۈشكۈرتىدۇ . سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا ، شەققىگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتىلىدۇ .

ئەتۈس II

تەركىبى : كۈندۈز ، سەبرى ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باشتىكى ئېغىرلىقنى كەتكۈزىدۇ . مېڭىنى تازىلايدۇ .
قۇلاق ئاغرىقلىرىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 - 3 قېتىم بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتىلىدۇ .

نۆپۈخى ئەتتىس

تەركىبى : كۈندۈش ، خەربەق ، قۇندۇز قەھرى ، قىزىل قىچا ، ئۈزۈنچاق زىراۋەند قاتارلىقلار تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مېگىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتىلىدۇ .

زۇكام ۋە نەزلىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بۇخورى نەزلى

تەركىبى : بابۇنە ، ئىكلىمەلىك ، رەيھان تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان زۇكام ، نەزلىلەرنى يوقىتىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۈرۈتىلىدۇ .

رەۋغنى بوزۇغا

تەركىبى : بوزۇغا 100 گرام ، كۈنجۈت يېغى 700 م ل .

ياسىلىشى : بوزۇغنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بىر لىتر قايناقسۇغا چىلاپ 3

كۈن تۇرغۇزۇپ 4 - كۈنى كۈنجۈت يېغىنى قوشۇپ بىرگە قاينىتىپ سۈيى كېتىپ يېغى قالغاندا قاچىغا ئېلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : توسالغۇ ئېچىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، يۈرەك ،

مېگە ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش ، باھنى قۇۋۋەتلەش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلارغا ، باشتىكى بارلىق ئىللەتلەرگە ئىش

لىتىلىدۇ . بەل ۋە ئۇرۇقدان قىسمىغا چاپسا باھنى قوزغايدۇ ، قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا بەدەننىڭ سىرتىدىن ياغلايدۇ .



رەۋغنى قۇستە

تەركىبى : قۇستە 30 گرام ، ئاقىرقەرھە 12 گرام ، فىلفىل ، پەرفىيۇن ھەر بىرى 9 گرام ، قۇندۇز قەھرى 7 گرام ، كونا ھاراق 300 م ل ، زەيتۇن يېغى 150 م ل .
ياسىلىشى : قۇستە ، ئاقىرقەرھە ۋە فىلفىلنى سوقۇپ ھاراققا بىر كېچە چىلاپ ، ئەتىسى قاينىتىپ يېرىم سۈيى قالغاندا سوۋۇتۇپ سۈزۈپ ، دورا تىرىپلىرىنى ئېلىۋېتىپ زەيتۇن يېغىنى قوشۇپ ، سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ ۋە ھارقى پارغا ئايلىنىپ يېغى قالغاندا ، قۇندۇز قەھرى بىلەن پەرفىيۇننى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ قوشۇپ قاينىتىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، پەي چىگىتىش ، ئاشقازان ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، چاچنى قارايتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ، ئاشقازان ، جىگەر كېسەللىكلىرى ۋە پالەچ ، لەقۋا ، مۇقاسىل ، چاچنىڭ بالدۇر ئاقىرىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ، يەرلىك ئورۇن ياغلىنىدۇ .

شەرىتى مائۇلۇنۇل I

تەركىبى : ئەنجۈر 21 گرام ، ئۈزۈم 18 گرام ، يادىيان يىلتىزى ، كاسىنى يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 10 گرام ، بىخۇس ، چىڭسەي يىلتىزى ، سوزاپ ئۇرۇقى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، يادىيان ھەر بىرى 6 گرام ، ئىزخىر ، رۇمىيادىيان ھەر بىرى 3 گرام ، گۈلقەنت ھەسلى 36 گرام .

ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ ، 2 لىتر قايناقسۇدا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ سۈيى بىر لىتر قالغاندا سۈزۈپ گۈلقەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۈرەك ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، يۆتەل پەسەيتىش ، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ۋە ئۈستىخانلاردىكى يۆتكىلىپ تۇرىدىغان ئاغرىققا ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق ئىچىلدۇ .

شەرىپى مائۇلۇسۇل II

تەركىبى : بادىيان يىلتىزى پوستى ، چىڭسەي يىلتىزى پوستى ، بىخ كەبىر ، ئەنجۈر ھەر بىرى 15 گرام ، كامازەر يۇس 12 گرام ، ئىزخىر گۈلى ، بىخ ئىزخىر ، دار-چىن ، ئۇد بىلسان ، ئاسارۇن ، بادىيان ، شەتىرەنج ھىندى ھەر بىرى 6 گرام ، ئۈزۈم 30 گرام ، بىدەنجىر يېغى 10 م ل ، شېكەر 300 گرام .

ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى سوقۇپ ، 2 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ سۈيى بىر لىتر قالغاندا شېكەرنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ، ياغنى ئارىلاشتۇرۇپ ئوتتىن ئېلىپ سوۋۇغاندا قاچىغا ئېلىنىدۇ .

تەسىرى : يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، قەۋزىيەتنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : باش ، نېرۋا كېسەللىكلىرى ۋە پەي ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق ئىچىلىدۇ .

شەرىپى مائۇلۇسۇل III

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 60 گرام ، چىڭسەي يىلتىزى پوستى ، بادىيان يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 30 گرام ، پوستى بىخ كەبىر 15 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ، ئىزخىر ھەر بىرى 12 گرام ، ئۇد بىلسان ، بوزىدان ، ئادراسمان ئۇرۇقى ھەر بىرى 9 گرام ، ئاسارۇن ، بىلسان ، جىنىيانا ، سەلىخە ھەر بىرى 6 گرام ، بىدەنجىر يېغى 15 م ل ، بادام يېغى 10 م ل ، شېكەر 300 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇغا چىلاپ بىر كېچە تۇرغۇزغاندىن كېيىن بىر لىتر قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بەلغەم ياكى سەۋدا ماددىسىدىن بولغان باش كېسەللىكلىرى ، باش ئاغرىش ۋە تۈرلۈك مۇفاسىل ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇق

ئىچىلىدۇ .



شەرىپىتى نەزلە

تەركىبى : تەرەنجىبىن 30 گرام ، چىلان ، سەرىپىستان ھەر بىرى 20 دانە ، ئۈزۈم 15 دانە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى ھەر بىرى 12 گرام ، زۇفا ، پىرسىياۋسان ، نېلۇفەر ، بىنەپشە ، ئارپا بادىيان ، بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرى 9 گرام ، ئەنجۈر 7 دانە ، گاۋزەبان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، بادىرەنجىبۇيا ، رۇمبادىيان ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، بادىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىل تىزى ، سەۋسەن يىلتىزى ، زىرىق ، شوخلا ، سوزاب ، رەۋەن ھەر بىرى 3 گرام ، قەنت 500 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : زۇكام ، نەزلە ، يۆتەل ھەر خىل ئىستىسقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 ~ 30 مىل ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى ئۈستۈخۇدۇس VII

تەركىبى : ئۈستۈخۇدۇس 30 گرام ، بەسفائىج ، بالەنگو ، گاۋزەبان ھەر بىرى 15 گرام ، شېكەر 360 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى 1.5 لىتر قايناقسۇدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ .

تەسىرى : مېڭە ۋە يۈرەككە قۇۋۋەت بېرىش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇپ ئومۇمىي بەدەنگە ئارام بېرىش ، سوغۇق يەللەرنى ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : زۇكام ، نەزلە ۋە دىماغ تۇتۇلۇپ قېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق ئىچكۈزۈ-

لىدۇ .



قۇرسى خەشخاش I

تەركىبى : تاباشىر 15 گرام ، قىزىلگۈل ، سەمىنى ئەرەبى ھەر بىرى 12 گرام ، خەشخاش ئۇرۇقىنىڭ ئېقى ۋە قارىسى ھەر بىرى 9 گرام ، كەتىرا ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 6 گرام ، زەپەر 1 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، خەشخاش سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ 0.5 گراملىق قۇرس تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : تىنچلاندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، يۆتەل پەسەيتىش ، بەلغەم بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : زۇكام سەۋەبىدىن بولغان باش ئاغرىش ، يۆتەل ۋە كۆكرەك ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 دانە ئىچىلىدۇ .

قۇرسى خەشخاش نەزلە

تەركىبى : تاباشىر 15 گرام ، قىزىلگۈل ، سەمىنى ئەرەبى ھەر بىرى 12 گرام ، ئاق خەشخاش ، قارا خەشخاش ھەر بىرى 9 گرام ، كەتىرا ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 6 گرام ، زەپەر 2 گرام .

ياسىلىشى : قۇرس ياساش ئۇسۇلى بويىچە تابلېت قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : زۇكام ، نەزلە ، كۆكرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ، ئۆپكە خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قۇرستىن بىر دانە ئېلىپ خەشخاش شەربىتى ياكى كاشكاپ بىلەن ئىچىلىدۇ .

قۇرسى مۇسەللەس I

تەركىبى : ئەپيۇن ، مۇرساپ (تازىلانغان گۇڭگۇرت سېرىقى) ، بەزىرۇلبەنجى ،



مېھرىگىيا ھەر بىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ مۇۋاپىق مىقداردىكى كاھۇ (قارا سۇنا) ئۇرۇقىنىڭ قاينىتىلغان سۈيىدە يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئارام بېرىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : زۇكامدىن بولغان باش ئاغرىش ، باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش ، يەرلىك ئورۇندىكى مەلۇم ئەزالار ئاغرىش ۋە چىش ئاغرىشقا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى : كۈندە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا بىر دانە ئېلىپ قاينىتىلغان بابۇنە سۈيىدە ئېزىپ ئاغرىق جايغا تېگىپ قويۇلىدۇ . چىش ئاغرىشىنى داۋالىغاندا بىر دانە چىشلەپ شۈمۈپ (سۈيىنى يۇتماي) يەرلىك ئورۇنغا تەسىر كۆرسىتىلىدۇ .

قۇرسى نەزلە 1

تەركىبى : مۇرمەككى ، سەبرى ، روسۇت ، ئىسبەغۇل ، سەمغى ئەرەبى ، نىشاستە ، ئانارگۈلى ، خۇنسىياۋشان ، فۇفەل ، مامسا ، ئەپيۇن ، زەپەر ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئامۇت غازىگىنىڭ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : زۇكامدىن بولغان باش ئاغرىش ۋە شەققە قاتارلىقلاردا ئېچىشىپ ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى : دانە قۇرسىتىن بىر دانە ئېلىپ ئېزىپ كىچىك قەغەزگە سۇۋاپ شىريان تومۇرغا چاپلاپ قويۇلىدۇ .

قۇرسى نەزلە 1

تەركىبى : ئىگىر ، كۈندۈر قوۋۇزىقى ، خۇنسىياۋشان ، تۆگە تاپىنى (مامسا) ، قاينىتىلمىسى بېلىقنىڭ ئىچىدىن چىقىدىغان شىرسىمان سۇيۇقلۇق ، فۇفەل ، نىشانستە ، زەپەر ، ئۇد سېلىپ ، ئۇد ھىندى ، ئەپيۇن ھەر بىرى 3 گرام ، تۇخۇم ئېقى مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ

تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاغرىق پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش ، ئارام بېرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېزىپ ، ئىككى چېكىگە ۋە باشنىڭ چوققىسىغا سىرتتىن چېچىلىدۇ .

مەتبۇخى نەزلە

تەركىبى : سەرپىستان 11 دانە ، چىلان 5 دانە ، ئاق لالە ئۇرۇقى 6 گرام ، گاۋزەبان 4 گرام ، بېھى ئۇرۇقى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن سۇنى ئوتتا 300 م ل قالغىچە قاينىتىپ ، 100 م ل بىنەفشە شەربىتى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق ئىچىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : ئەگەر ئىسسىقما يۇقىرى بولسا قاپاق مېغىزى ، گاۋزەبان قوشۇلسا ياخشى . يۆتەل ۋە نەزلە بولسا سەمغى ئەرەبى ، كەتىرانىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام قوشۇش ھەمدە ھەر كۈنى ئەتىگەندە ، 3 گرام خېمىرى خەشخاش قوشۇپ ئىچىش كېرەك . كەچتە مەتبۇخى نەزلە ئىچكۈزۈلسە بولىدۇ .

مەلجۇنى زۇفا

تەركىبى : ئەپيۇن 30 گرام ، زۇفا ، پىرسىياۋشان ھەر بىرى 21 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى ھەر بىرى 15 گرام ، بادىيان يىلتىزى ، سەۋسەن يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، ئارپا بادىيان ، رۇمبادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، شۇمشا ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئەنسىل ، تۇربۇد ، غارىقۇن ، بۆرە جىگىرى ، تاغ تېكىمىنىڭ مۇڭگۈزى ھەر بىرى 9 گرام ، سۈنبۇل ، چىلغوز مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، ئىزخىر ، زىغىر ھەر بىرى 8 گرام ، دارچىن ، فىلىفل ھەر بىرى 6 گرام ، سەمغى ئەرەبى ، كۈندۈر ، مەستىكى ، كەتىرا ، بوزوغا ، زەنجىبىل ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 3 ھەسە .



تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : زۇكام ، يۆتەل ، نەزلە ، ئىستىسقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

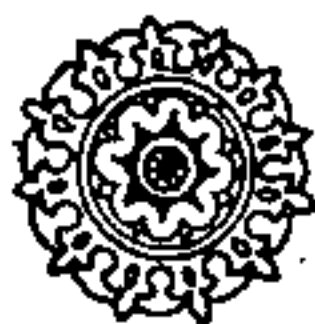
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى نەزلە

تەركىبى : زەپەر ، بەزىرۇلبەنجى ، ئەپيۇن ، سەمغى ئەرەبى ، قاراسونا ئۇرۇقى ، پەتىنگان ئۇرۇقى ، رۇبۇسۇس ، نىشاستە تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، چىڭسەي سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل زۇكام ۋە نەزلىلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .





تەبىكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالماڭلىرى

قان ياكى سەپرادىن بولغان تەبىكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالماڭلىرى

ئەرقى ئىنگورى شىپا

تەركىبى : ئىت ئۈزۈمى 1 كىلوگرام ، سۇ 1 لىتىر .
 ياسىلىشى : دورىلارنى نەچچە نەچچە قېتىم يۇيۇپ ، پار قازانغا سېلىپ ، ئۈستىگە
 يۇقىرىقى مىقدار بويىچە سۇ قۇيۇپ ئوتنى سۇس قالاپ ئەرق چۈشۈرۈلىدۇ .
 تەبىئىيىتى : سوغۇق .
 تەسىرى : قىزىتمىنى پەسەيتىش ، تەشەلىقنى قاندۇرۇش ، ئىسسىقلىق بولغان
 ئىشەقنى ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئىسسىقلىق بولغان قىزىتمىلارغا ، تاشقى ۋە ئىچكى
 ئىشەقلىقلارغا ، ئىسسىقلىق بولغان ئىچ سۈرۈش كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ، ياشتىكىلەر
 10 ~ 15 م ل ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 15 ~ 20 م ل ، چوڭلارغا 30 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ . سىرتقى
 جەھەتتىكى ئىشەقنى داۋالاشتا پەقەت ئىت ئۈزۈمىنىلا ئېلىپ قايناقسۇغا چىلاپ يۇمشىتىپ
 چېپىلىدۇ .

ئەرقى بارتەل

تەركىبى : لىسانىل ھەمەل (پاقا يوپۇرمىقى) بىر كىلوگرام ، سۇ 6 لىتىر
 ياسىلىشى : دورىنى بىر نەچچە قېتىم چايقاپ پاكىزلاپ ، پار قازانغا سېلىپ ،
 ئۈستىگە كۆرسىتىلگەن مىقداردىكى سۇنى قۇيۇپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ ئەرق چۈشۈرۈ .





لىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما قايتۇرۇش ، ئىچ توختىتىش ۋە قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان ھەر خىل قىزىتمىلارغا ، ئىچ سۈرۈش ، تولغاق ،
بوۋاسىر ، بالىياتقۇدىن قان كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ . ئۇندىن باشقا غالىجىر ئىت
چىشلىۋالغان ئورۇنغا پاقا يوپۇرمىقىنى ئېزىپ تۈز بىلەن زىماد قىلىنىدۇ . كۆيۈككە پاقا
يوپۇرمىقىنىڭ ئۆزى زىماد قىلىپ چېچىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1~5 ياشتىكىلەرگە
10~15 م ل ، 5~10 ياشتىكىلەرگە 20~25 م ل ، چوڭلارغا 30~40 م ل ئىچىلىدۇ .

ئەرقى بېدەمىشكى 1

تەركىبى : سۆگەت پوتلىسى 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتر .

ياسىلىشى : دورىنى بىر نەچچە قېتىم تاسقاپ ، توپا - ئەخلەتلىرىدىن پاكىزلاپ ،
پار قازىنىغا سېلىپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ ئەرەق چۈشۈرۈلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما چۈشۈرۈش ، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل قۇرۇق ئىسسىقلىقتىن بولغان قىزىتمىلارغا ، جىگەر ، بۆرەك
كېسەللىكلىرىگە ، بولۇپمۇ كىچىك بالىلارنىڭ قىزىتمىلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1~5 ياشقىچە بول
غانلىرىغا 10~15 م ل ، 5~10 ياشقىچە بولغانلىرىغا 20~30 م ل ، چوڭلارغا 30~50 م ل
ئىچىلىدۇ .

ئەرقى گۈلاب

تەركىبى : قىزىلگۈل 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتر .

ياسىلىشى : قىزىلگۈلنى تاسقاپ پاكىزلاپ ، قازانغا سېلىپ سۇس ئوتتا 3 لىتر ئە
رەق چىققىچە قاينىتىلىدۇ .





تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : قىزىتما قايتۇرۇش ، نېرۋىنى پەسەيتىپ ، روھىنى كۆتۈرۈش ، تەرەتنى يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مېگە ، يۈرەك ، جىگەر ، بۆرەكنىڭ ھەر خىل كېسەللىكلىرىگە ، جۈملىدىن قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1~5 ياشتىكىلەرگە 10~15 م ل ، 5~10 ياشتىكىلەرگە 15~20 م ل ، چوڭلارغا 30~40 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : سۈنى پات - پات يەڭگۈشلەپ ، دورىنىڭ كۆيۈپ كەتمەسلىكىگە كاپالەتلىك قىلىش لازىم .

ئەرنى كافۇر

تەركىبى : ئاقلانغان ئارپا ، خام بادىيان ، خام قاپاق ، تاتلىق ئالما ، تاتلىق بېھى ، تاتلىق ئامۇت ھەر بىرى 300 گرام ، ئاق سەندەل ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قارا سونا ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، بىنەپشە ھەر بىرى 30 گرام ، نېلۇفەر گۈلى ، قىزىلگۈل غۇنچىسى ، شاھتەررە ، گاۋزەبان گۈلى ، بېدىمىشكى گۈلى ، خام لوبىيا ھەر بىرى 20 گرام ، كافۇر 6 گرام ، قىزىلگۈل ئەرنى ، بېدىمىشكى ئەرنى ، كاسىنى ئەرنى ھەر بىرى 1500 م ل .

ياسىلىشى : يۇقىرىقى دورىلارنىڭ قۇرۇق ۋە قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ ، خام ۋە ھۆللىرىنى توغراپ پار قازانغا سېلىپ ، ئۈستىدىن يۇقىرىقى ئۈچ خىل ئەرنىنى قويۇپ 3 لىتر ئەرنى تارتىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : مېگە ، يۈرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش ، سەپرانى پەسەيتىش ، قان تازىلاش ، ئاشقازان ۋە ئۈچەينى پاكىزلەش ، تال ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، سۈي-دۈك ھەيدەش ، ئىششىق ياندۇرۇپ ، ھارارەتنى پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مىزاجنىڭ ماددىسىز ئىسسىقلىقتىن بۇزۇلۇشى ، سىل قىزىتمىسى قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30~100 م ل ئىچىدە لىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ ئەرەقنى تېنى ئاجىز بىمارلارغا ۋە ئاياللارغا بېرىشتە مىقدارىنى ئازايتىش كېرەك .

جۇللابى سەپرا

تەركىبى : تەرەنجىبىن 45 گرام ، تەمرى ھىندى 30 گرام ، سانا 15 گرام ، نېلۇ-فەر ، بىنەفشە ، كاسنى ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ، شوخلا ، يالپۇز ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، زىرىق ، تۇربۇد ھەر بىرى 6 گرام .
ياشلىشى : دورىلارنى قايناقسۇغا چىلاپ (قايناتماي) سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەپرائى پەسەيتىدۇ ، سەپرادىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئۈچكە بۆلۈپ ئىچىلىدۇ .

سۇقۇقى تەبى دىق

تەركىبى : نىشاستە 6 گرام ، كاسنى ئۇرۇقى ، بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرى 4.5 گرام ، خەشخاش ئۇرۇقى ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 4 گرام ، كەتىرا ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، سەرتان كۈلى ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 3 گرام ، ناۋات 40 گرام .
ياسىلىشى : قۇرۇق دورىلار ۋە يىلىم دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئايرىم سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن ناۋات بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە سىل كېسەللىكى ۋە باشقا ھەر خىل يۆتەللەرگە ھەمدە غول ، ئالقان ، تاپان قىزىش كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى 3 گرام ئېلىپ ، 30 م ل خەشخاش شەرىپتى بىلەن ئىچىلىدۇ .



سرکەنجىبىن بۇزۇرى I

تەركىبى : كاسنى ئۇرۇقى 30 گرام ، كاسنى يىلتىزى پوستى ، قوغۇن ئۇرۇقى ،
تەرخەمەك ئۇرۇقى ، بادىيان يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 15 گرام ، سرکە 100 م ل ، قەنت
50 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى 100 م ل سرکەگە بىر كېچە چىلاپ ، قاينىتىپ يېرىمى
قالغاندا سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : قىزىتمىنى پەسەيتىپ ئۇسسۇزلۇقنى بېسىش ، توسالغۇلارنى ئېچىپ
جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، سۈيدۈك ئۇلغايتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇمەقسەتلەردە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

سرکەنجىبىن بۇزۇرى I

تەركىبى : سۈنبۇل 60 گرام ، كاسنى ئۇرۇقى ، بادىيان ، چىگسەي ئۇرۇقى ھەر
بىرى 20 گرام ، شېكەر 600 گرام ، سرکە 60 م ل .

ياسىلىشى : سرکەنجىبىن بۇزۇرى I نىڭ تەييارلىنىشى بىلەن ئوخشاش .

تەسىرى : جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، مېگە ، يۈرەك ۋە جىگەرنى
قۇۋۋەتلەش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، يەل تارقىتىش ، نەپەسنى
راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ماددىسى مۇرەككەپ بولغان قىزىتمىغا ۋە جىگەر ، ئۆت
كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

شەربىتى ئەفتمۇن

تەركىبى : تەرەنجىبىن 100 گرام ، كاسنى يىلتىزى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، كىر
شۇش ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، قوغۇن ئۇرۇقى ، كىشۇش گۈلى ،



بادىيان ، چىلگە ئۇرۇقى ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 20 گرام ، قەنت 250 گرام .
 ياسىلىشى : رۇبۇسۇس ، تەرەنجىبىن ، قەنتتىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ 2.5 لىتر
 سۇغا 10 سائەت چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ سۈزۈپ ئۇنىڭغا قەنت تەرەنجىبىن شىرىسى ،
 رۇبۇسۇس تالقىنىنى قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپ قويۇلىدۇ .
 تەسىرى : يۈرەك ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، ئىسسىقما چۈشۈرۈش ، يۆتەل
 پەسەيتىش ، كۆكرەكنى بوشتىش ، سۈيدۈك ئۇلغايتىش ، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش
 خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : مۇرەككەپ ماددىلىق تەرەپلەرگە ۋە سىل قىزىتمىسىغا ئوخشايدىغان
 تەبلەرگە بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل
 ئىچىلىدۇ .

شەرىتى ئەينۇلا

تەركىبى : ئەينۇلا 200 گرام ، تەمرى 120 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 6 گرام ،
 چۈچۈمەل ئانار سۈيى ، تۇرۇنجى سۈيى ، گۈلاب ھەر بىرى 100 م ل ، قەنت 500 گرام .
 ياسىلىشى : ئەينۇلا بىلەن تەمرى ھىندىنى 1 لىتر سۇدا 10 سائەت چىلاپ سىقىپ
 سۈيىگە ئانار سۈيى ، تۇرۇنجى سۈيى ۋە گۈلابنى قوشۇپ قەنت سېلىپ ، ئازراق ئۆرلىگەن
 دىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ سېمىز ئوت ئۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
 تەسىرى : قان تازىلاش ، قاننى سوۋۇتۇش ، سەپرانى سۈرۈش ، ئىسسىقما
 چۈشۈرۈش ، ئۇسسۇزلۇقنى بېسىش ، تەپنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : تەپلەرگە ۋە سەپرادىن بولغان ھەر خىل ئۆزگىرىشلەرگە بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىتى بۇزۇرى I

تەركىبى : كاسىنى يىلتىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، كاسىنى ئۇ-
 رۇقى ، ئوغرى تىكەن ھەر بىرى 15 گرام ، شېكەر 300 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 1.5 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ





سۈزۈپ ، ئاندىن شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ .
 تەسىرى : جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان مىزاج بۇزۇلۇش ، مۇرەككەپ ماددىلىق تەپ قالدۇرۇشقا ،
 تارلىقلارغا سۈرگە شەرىپىتىدىن كېيىنلا بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى تەبىئىي سەپراۋى

تەركىبى : بادىيان يىلتىزى ، كاسىنى يىلتىزى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرام ،
 تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، بادىيان ، كاسىنى ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى
 ھەر بىرى 5 گرام ، قەنت 150 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 1 لىتر سۇغا 24 سائەت چىلاپ قاينىتىپ
 سىقىپ ، قەنت سېلىپ ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ .
 تەسىرى : جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، يەللەرنى تارقىتىش ،
 سۈيدۈك ھەيدەش ، تومۇرلارنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : مەخسۇس سەپرادىن بولغان قىزىتمىنى چۈشۈرۈشكە بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى تەبىئىي مۇرەككەپ

تەركىبى : چىلان ، ئەينۇلا ھەر بىرى 100 گرام ، ھۆل قىزىلگۈل 40 گرام (قۇرۇق
 گۈل بولسا 10 گرام) ، كاسىنى يىلتىزى 20 گرام ، سەرىپىستان 15 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى ،
 تەرخەمەك ، بىنەفشە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، گاۋزەبان ، بېيى ئۇرۇقى ، شاھتەررە ، نېلۇ-
 فەر گۈلى ، ئاق لالە ئۇرۇقى ، ھەمىشەباھار ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، قەنت 400 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى 2 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئاندىن
 ئۈستىدە قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش ، قان تازىلاش ، روھنى
 ياخشىلاش ، خاپىقانىنى قالدۇرۇش ، نورمالسىز سەپرانى سۈرۈش ، جىگەر ۋە تالدىكى
 توسالغۇلارنى ئېچىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، قاننى سالىقىلىتىپ ھارارەتنى پەسەيتىش ،





ئاغرىق پەسەيتىپ ئارام بېرىش ، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : قان ۋە سەپرانىڭ سۈپەت ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان قىزىتىمغا
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى ئۇنىاب 1

تەركىبى : تەرەنجىبىن 300 م ل ، تەمرى ھىندى 100 گرام ، ئەينۇلا ، بىنەپشە ،
تۇربۇد ھەر بىرى 60 گرام ، چىلان 30 گرام ، سەقمۇنىيا 3 گرام ، زەپەر 15 گرام .
ياسىلىشى : تەرەنجىبىن ، سەقمۇنىيا ۋە زەپەردىن باشقا دورىلارنى 2 لىتر سۇدا
قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سىقىپ سۈزۈپ ، ئۇنىڭغا تەرەنجىبىننىڭ شىرنىسى قوشۇپ شېپ
كەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ، سەقمۇنىيا بىلەن زەپەرنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ، قان تازىلاش ، تەپنى يوقىتىش رولىنى
ئوينايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نورمالسىز سۈيۈك بەلغەمنى سۈرۈش ، سەپراقلىق تەپنى پەسەيتىش
ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، 50 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى ئىجاز

تەركىبى : چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشەباھار ئۇرۇقى ،
نېلۇفەر گۈلى ، بىنەپشە گۈلى ھەر بىرى 20 گرام ، چىلان ، سەرىپىستان ھەر بىرى 15
گرام ، بېھى ئۇرۇقى ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 10 گرام ، قەنت 400 گرام .
ياسىلىشى : كەتىرا بىلەن سەمغى ئەرەبى ئايرىم سوقۇلىدۇ ، باشقا دورىلارنى 2
لىتر سۇغا 10 سائەت چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ سىقىپ ، داكىدىن ئۆتكۈزۈلگەن بېھى
ئۇرۇقى لۇئابىنى قوشۇپ ، يۇقىرىدا سوقۇلغان 2 خىل دورىنىڭ تالقىنى ۋە قەنتنى سېلىپ
بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : قىزىتما پەسەيتىپ زەھەر قايتۇرىدۇ ، بەلغەم بوشىتىپ يۆتەل توختى-
تىدۇ ، ئىششىق ياندۇرىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : قىزىتما ۋە يۆتەل بىلەن ئۆتىدىغان جۈدە تىكۈچى تەپنى قايتۇرۇش
ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچىلىدۇ .

I قۇرسى بىنەپشە

تەركىبى : بىنەپشە ، تاتلىق بادام مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك
ئۇرۇقى مېغىزى ، كەتىرا ھەر بىرى 10 گرام ، رۇبۇسۇس ، گىلى ئەرمىنى ، نىشاستە ،
سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، مەستىكى 4 گرام ، سۇنبۇل 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سېمىز ئوت ئۇرۇقىنىڭ
شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىنىدۇ .
تەسىرى : نورمالسىز سەپرائى تازىلاش ، قىزىتمىنى پەسەيتىش ، سۈيدۈك
ھەيدەش ، يۆتەل توختىتىپ بەلغەم بوشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : يۆتەل قوشۇلۇپ كەلگەن ، ئۇزۇن مۇددەتلىك تەب ۋە سەپرادىن
بولغان قىزىتماغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانە ئىچىلىدۇ .

I قۇرسى بىنەپشە

تەركىبى : بىنەپشە 16 گرام ، ھېلىلە پوستى 10 گرام ، تۇربۇد ، رۇبۇسۇس ھەر
بىرى 6 گرام ، سىقمۇنىيا 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس
ياساپ ، سايىدا قۇرۇتىلىدۇ .
تەسىرى : نورمالسىز سەپرائى سۈرۈش ، قاننى تازىلاش ، قىزىتما چۈشۈرۈش
تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : كۈن ئارىلاپ تۇتىدىغان تەپكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانە ئىچىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : مەزكۇر دورىنى ئىشلىتىشتىن ئىلگىرى مەتبۇخى مۇنزىج بېرىلىشى
كېرەك .





قۇرسى تاباشىر كافۇرى

تەركىبى : ئىسبەغۇل 13 گرام ، تاباشىر ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، كاسىنى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قاراسونا ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 12 گرام ، كافۇر 1.5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇپ تۈگمە شەكلىدە قۇرس تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سەپرانى پەسەيتىپ ، قان تازىلاش ، يۈرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ھارارەت پەسەيتىش ، ئىچ توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ، تەپى دىق ، كېزىك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 گرام ئېلىپ چايلىق دورا بىلەن ئاخشىمى ئىچىلىدۇ .

قۇرسى زىرىشكى

تەركىبى : تازىلانغان زىرىق 50 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 10 گرام ، قىزىلگۈل ، رەۋەن چىنى ، سۈنبۈل ، ئىسبەغۇل ھەر بىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئىسبەغۇل لۇئابى يۇغۇرۇپ قۇرس تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : قان تازىلاش ، سەپرانى پەسەيتىش ، جىگەر ۋە تالدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، قىزىتما پەسەيتىش ، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ماددىسى مۇرەككەپ بولغان تەپ ، جىگەر توسالغۇلىرى ۋە جىگەر قېتىشىش قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانە ئېلىپ ئارپا سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ .





قۇرسى سەندەل

تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى ، كافۇر ، كەتىرا ھەر بىرى 15 گرام ، قىزىلگۈل ، تابا-
شىر ھەر بىرى 12 گرام ، ئىسپەغۇل 6 گرام ، ئانار سۈيى 90 م ل ، گۈلاب 30 م ل ، قەنت
12 گرام .

ياسىنىلىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى قەنت بىلەن سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ،
گۈلاب ۋە ئانار سۈيىدە ئىسپەغۇل شىرىسىنى چىقىرىپ ، شۇنىڭدا تابىلىت ياساپ سايىدا
قۇرۇتۇلىدۇ .

تەسىرى : مېڭە ، يۈرەك ، جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش ، قان تا-
زىلاش ، ئىسسىقلىق چۈشۈرۈش ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش ، يۆتەل توختىتىش ، بەلغەم
بوشىتىپ ، كۆكرەكنى تازىلاش ، نەپەسنى راۋانلاندۇرۇش ، تولغاق ، ئىسھالنى توختى-
تىش ، ئۈچەي يارىسىنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرى ھارارەتلىك قىزىتما ، ئېغىز قۇرۇش ، ئاشقازان بىلەن
جىگەرنىڭ قىزىشى ۋە ئېچىشى قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانە ئېلىپ ئالما
سۈيى ياكى ئانار سۈيىدە ئىچىلىدۇ .

قۇرسى قىزىلگۈل

تەركىبى : قىزىلگۈل 18 گرام ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى
12 گرام ، ئىشاستە ، زىرىق ، تاباشىر ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، كەتىرا ،
سۈنبۇل ، رەۋەن ، زەپەر ھەر بىرى 3 گرام ، كافۇر 0.05 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى
قاينىتىلمىسى بىلەن نەملەپ 0.5 گراملىق قۇرس تەييارلاپ ، سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل مۇرەككەپ قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 دانە ئېلىپ ئەررىقى





گاۋزەبان بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مائۇتتىخى ھىندى

تەركىبى : ياخشى پىشقان چوڭ تاۋۇز مەلۇم مىقداردا .
 ياسىلىشى : تاۋۇزنىڭ بىر تەرىپىنى پىچاق بىلەن تېشىپ ئىچىنى قوچۇپ پاكىز قاپچىغا سۈيى ئاققۇزۇلىدۇ ، ئورۇقلىرى ئېلىۋېتىلىدۇ .
 تەسرى : ئىسسىقلىقتىن بولغان تەب ۋە قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ ، تەرەتنى بوشىتىدۇ . جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : سىركەنجىبىن بىلەن بېرىلسە توسالغۇلارنى ئېچىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، سېرىق كېسەلنى داۋالاش ، كۆيگەن بۇزۇق ماددىلارنى بىر ياقلىق قىلىش ، ھەزىمىنى ياخشىلاش رولىنى ئوينايدۇ . تەمىرى ھىندى بىلەن بېرىلسە سەپرا ماددىلىرىنى پەسەيتىش ، تېرە كېسەللىكلىرىنى ياخشىلاش تەسرىنى بېرىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : تاۋۇزنىڭ تەبىئىتى تۇراقسىز بولغاچقا سەپرا مىزاج كىشىلەرگە بەرگەندە سەپراغا ئۆزگىرىپ سەپراغا ياردەملىشىدۇ . شۇڭا بۇ كىشىلەرگە ئاچچىق - چۈچۈك نەرسىلەر بىلەن قوشۇپ بېرىش كېرەك . قىزىتما باشلانغانغا بىر ھەپتە توشمىغانلارغا بېرىشكە بولمايدۇ . ھۆللۈكى يۇقىرى يەل - يېمىشلەردىن كېيىن بېرىش مۇۋاپىق ئەمەس . ئادەتتە تالغا زىيان قىلىدىغانلىقى ئۈچۈن بۇ تەسرىنى يوقىتىش ، گۈلقەنت ، ھەسەل ۋە باشقىلار بىلەن تۈزىتىلىدۇ .

مەئجۇنى غافەس

تەركىبى : يۇيۇلغان لوك ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، غافەس ئۇسارىسى ، رەۋەن ، زەپەر ھەر بىرى 5 گرام ، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى ، ئىزخىر چېچىكى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ .
 تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قىزىتما پەسەيتىدۇ ، قىزىتمىلىق ئىستىسقالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ
ھەشپىچەك سۈيى ياكى كاسنى سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي دىق

تەركىبى : سەرتان كۈلى ، ئەپيۇن ، سەمەي ئەرەبى ، كەتىرا ، خەشخاش ،
رۇببۇسۇس ، يانتاق شېكىرى ، بېھى ئۇرۇقى مېغىزى ، تاتلىق قاپاق مېغىزى ، بادام مې-
غىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، گاۋزەبان گۈلى ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سۇ بىلەن نوقۇت
چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : يۆتەل توختىتىپ ، بەلغەم بوشىتىش ، ئورۇقلانغۇچى تۆۋەن ھارارەتنى
چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ۋە ئۆپكە سىلىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانىنى شۈمىدۇ .

ھەبىي زاراڭزا

تەركىبى زاراڭزا مېغىزى ، تۇربۇد ھەر بىرى 10 گرام ، غارىقۇن ، چىڭسەي ،
رۇمبادىيان ھەر بىرى 5 گرام ، ئاق كرىستال تۇز 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بادىيان ئەرىقى بى-
لەن يۇغۇرۇپ قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : يەل تارقىتىش ، بەلغەمنى سۈرۈپ كۆكرەكنى تازىلاش ، نەپەسنى
راۋاجلاندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : قىش - ياز ئىسسىق بولۇپ تۇرىدىغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتى-
لىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانە ئىچىلىدۇ .





ھەبىي كافۇر

تەركىبى : كافۇر ، تاباشىر ، بۇغداي كىراخمالى ، ئاق سەندەل ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، كەتىرا ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : سالايە قىلىپ بېھى ئۇرۇقى لۇئابى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .
تەسىرى : قىزىتما قايتۇرۇش ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئورۇقلاتقۇچى تەب ، ئىچ ۋە سىل سۈرۈشكە بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا 1~2 دانە ، چوڭلارغا 5~7 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەبىي لۇبۇب

تەركىبى : تەرخەمەك مېغىزى ، قاپاق مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، قاراسونا ئۇرۇقى 5 گرام ، رۇبۇسۇس 2.5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى ئىسبەغۇل لۇئابى ۋە سېمىز ئوت شىرىسى بىلەن سوقۇپ ، غورا سۈيى ياكى لىمون سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىق بولغان تەب ، يۆتەللەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ، ئۇسۇلۇق پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي ھېلىلە

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، ھېلىلە كابۇلى ، قارا ھېلىلە ، سانا ھەر بىرى 15 گرام ، سەبرى سۇقۇترى 10 گرام ، ئەفسەنتىن 6 گرام ، سىقمۇنىيا ، شاھتەرا ھەر بىرى 3 گرام ، ئاق كرىستال تۇز 1.5 گرام ، بادام يېغى 6 م ل .





ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادام يېغى بىلەن نەمدەپ ھەب تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : جاراھەتلەرنىڭ سۈيىنى قۇرۇتۇش ، قان تازىلاش ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، ئىسسىقما چۈشۈرۈش ، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : چۈشتىن كېيىن تۇتىدىغان ئادەتلىك تەب ۋە ھەر خىل جاراھەتلىك كېسەللەكلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانىنى گاۋزەبىن ئارقى بىلەن ئىچىلىدۇ .

بەلغەم ياكى سەۋدادىن بولغان تەبىكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

جۈللابى سەۋدا

تەركىبى : زەنجىبىل 60 گرام ، سانا ، فۇنۇس ھەر بىرى 30 گرام ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، قارا ھېلىيە ھەر بىرى 9 گرام ، ئارپا بادىيان ، رۇمبادىيان ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، پىرسىياۋشان ، نېلىۋېر ، گاۋزەبىن ، قىزىلگۈل ، ئەفتىمۇن ، بەسفائىج ، ئۈستۈخۇدۇس ، كاسىنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى قايناقسۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۈچكە بۆلۈپ ئىچىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەۋدانى پەسەيتىدۇ . سەۋدادىن بولغان تۈرلۈك كېسەللەكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى : كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

ماۋۇشاھتەرەج

تەركىبى : ھۆل شاھتەرە مەلۇم مىقداردا ، سېرىق ھېلىيە پوستى ئاز مىقداردا .
ياسىلىشى : ھۆل شاھتەرەنى تازىلاپ ، سوقۇپ سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ ، ئۇنىڭغا تالىغا زىيان قىلماستىن ئۈچۈن سېرىق ھېلىيە پوستىدىن ئېلىپ سوقۇپ ئا.





رىلاشتۇرۇپ بىر كېچە تۇرغۇزغاندىن كېيىن سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : چىلان شەرىپى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاشلار بىلەن بىللە ئىچسە قاندىن بولغان تەبلەرنى پەسەيتىدۇ . سىركەنجىبىن ، ئەفتمۇنى بىلەن ئىچسە سەۋدادىن بولغان تەب ۋە تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . سىركەنجىبىن بۇزۇرى ياكى سىركەنجىبىن ساددە بىلەن ئىچسە توسالغۇلارنى ئېچىپ قاننى تازىلايدۇ ، كۆيگەن (بۇ-زۇق) ماددىلارنى يۇمشىتىش مەقسەت قىلىنسا تەرەنجىبىن ، شەرخەستىلەر بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 30~60 م ل ئىچىلىدۇ .

مائۇل ئۇسۇل ھۈماتى

تەركىبى : چىڭسەي يىلتىزى پوستى ، بادىيان يىلتىزى پوستى ، ئىزخىر يىلتىزى ، پىرسىياۋشان ، رۇمبادىيان ھەر بىرى 30 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ، مەس تىكى ھەر بىرى 15 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 2 لىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تەنقىيىدىن كېيىن بېرىلسە بەلغەمدىن بولغان تەپنى قالدۇرىدۇ . سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەر ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىمدا مائۇلئۇسۇلدىن 120 م ل ئېلىپ مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈلقەنت بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى ئەفتمۇن I

تەركىبى : تەرەنجىبىن 100 گرام ، قارا ئۆرۈك ، سېرىق ئۆرۈك ، فۇنۇس ھەر بىرى 60 گرام ، چىلان 36 گرام ، سەرپىستان ، ئۇششاق ئۈزۈم ھەر بىرى 30 گرام ، ئەفتمۇن ، شاھتەررە ، بادىرەنجىبۇيا ، پىرسىياۋشان ، گاۋزەبان ، سانا ، قارا ھېلىيلە ھەر بىرى 16 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى 10 گرام ، رەۋەنچىنى 6 گرام ، بادام يېغى 10 گرام .

ياسىلىشى : ئەفتمۇن ، سانا ، پونۇس ، تەرەنجىبىنلەر بىر چىنە قايناقسۇغا ئايرىم چىلىنىدۇ . باشقا دورىلارنى 2.5 لىتر سۇغا چىلاپ 12 سائەتتىن كېيىن قايتىپ سۈزۈپ ،





يۇقىرىقى چىلانما ۋە 100 گرام گۈلقەنت ، 10 گرام بادام يېغىلارنى قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپلا چۈشۈرۈلىدۇ . ئاخىرىدا 6 گرام رەۋەنچىنى ئۈندەك سوقۇپ دورىغا ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
تەسىرى : سەۋدانىڭ كۆيۈشىدىن بولغان تەبىئە بۇزۇق خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان تەب كېسەللىكلەردە مۇنزىجىدىن كېيىن سۈرگە سۈپىتىدە بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل دىن ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى شاھتەرە I

تەركىبى : ئەنجۈر 15 گرام ، شاھتەرە ، گاۋزەبان ، كاسىنى ، بىخسۇس ، ئەفتىمۇن ، سەرىستان ، كۆك ئۈزۈم ھەر بىرى 10 گرام ، بەسفائىچ 6 گرام ، گۈلقەنت 30 گرام .
ياسىلىشى : قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ يۇمشاقلىرى بىلەن ھەممىنى بىرلىكتە 2 لىتر سۇغا 12 سائەت چىلاپ ، قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ گۈلقەنت سېلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سەۋدادىن بولغان تەبىئە نورمالسىز خىلىتلارنى پىشۇرۇپ بەدەندىن چىقىرىشقا لايىقلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : كۈن ئارىلاپ تۇتىدىغان قىزىتما (بەزگەك) كېسەللىكىدە سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش مەقسىتىدە بېرىلىدۇ . ئۇنىڭ ئارقىسىدىن پىشقان سوۋدا خىلىتىنى سۈرۈش ئۈچۈن قۇرسى بىنەپشە بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىشكە بېرىلىدۇ . بالىلارغا ئەھۋالغا قاراپ 50 م ل بەرسە بولىدۇ .

مەتبۇخى شەيب

تەركىبى : ھېلىيلە كابۇلى 200 گرام ، سېرىق ھېلىيلە ، ئامىيلە ، بېلىيلە ، سىياھدان پوستى ، تۈرۈنجى ھەر بىرى 100 گرام ، قارا ھېلىيلە ، قارامۇچ ، فىلىفىل ھەر





بىرى 60 گرام ، زەنجىبىل ، ئارمىشكى ، لېچىندانە ، قاقىلە ، كابابەچىنى ، بالادۇر ، ئوشەق ، ئۈزۈم ، قوغۇن مېغىزى ، تەرخەمەك مېغىزى ھەر بىرى 30 گرام ، ناۋات 25 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىپ ، ئۈزۈمنى سوقۇپ ، ناۋاتنى قىيام قىلىپ ھەممىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : نورمالسىزبەلغەم ۋە سەۋدا ماددىسىنى سۈرىدۇ . قان تازىلايدۇ . رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەيدۇ . ماددىلىق ياكى ماددىسىز سەۋەبتىن بولغان چاچ ئاقىرىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

ئىشلىتىلىشى : رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش ، ۋاقىتسىز چاچ ئاقىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

نۇقۇتى ئەينۇلا

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، تەمرى ھىندى ھەر بىرى 60 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى 45 گرام ، سەرپىستان 30 دانە ، ئەينۇلا ، چىلان ھەر بىرى 20 دانە ، ئارپا بادىيان ، شاھتەررە ، رۇمبادىيان ھەر بىرى 30 گرام ، قىزىلگۈل ، سانا ، گۈلبىنەپشە ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، كۈشۈش ھەر بىرى 21 گرام ، سۇ 4 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلارنى سۇغا چىلاپ ئۈچ كۈنگىچە كۈندۈزى ئاپتاپتا ، كېچىسى ئىسسىق ئۆيدە تۇرغۇزغاندىن كېيىن سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تەبلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 120 م ل دورىنى 45 م ل سىركەنجىبىن ، 30 م ل بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

ھەبىي سەمىلغار 1

تەركىبى : ئاق كەتھىندى 50 گرام ، قىزىلگۈل بىلەن سەمىلغار 5 گرام .





ياسىلىشى : سەمىلغارنى كۈشتە قىلىپ ئايرىم سوقۇپ ، ئاندىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن ۋاسالغۇ بىلەن 0.1 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : قىزىتما قايتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان بەزگەك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كېسەل تۇتۇشتىن بۇرۇن كۈندە بىر قېتىم بىر دانىدىن ئىچىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : بالىلارغا بېرىلمەيدۇ . ئاچچىق - چۈچۈك ، يەللىك نەرسىلەردىن ، ياغلاردىن پەرھىز قىلىنىدۇ .

ھەببى ھەجەرى ئەرمىنى

تەركىبى : سەبىرى ، بەسغائىچ ھەر بىرى 8 گرام ، غارىقۇن 5 گرام ، ھەجەرى ئەرمىنى ، قەلەمقۇر ، ئەفتمۇن ھەر بىرى 3 گرام ، سەقمۇنىيا 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئارتۇق سەۋردا خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى ھىلىتىت

تەركىبى : سېرىق ھېلىيلە پوستى ، غافەس ئۇسارىسى ھەر بىرى 6 گرام ، ھىڭ 5 گرام ، قىچا 3 گرام .





ياسلىشى : سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان تەبىكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە
ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئىسسىقلىق بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى ئېرىشمە

تەركىبى : قىزىلغان پىلە 500 گرام ، بېدىمىشكى ، گاۋزەبان ، ئاق سەندەل ، نېلۇفەر ھەر بىرى 30 گرام ، قىزىلگۈل ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 15 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تازىلاپ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ ، 7 لىتر قايناقسۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن پار قازىنىغا قويۇپ يۇمشاق ئوت بىلەن پارلاندۇرۇلىدۇ .
 تەسلىرى : مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش ، سۈيدۈكنى راۋان قىلىش ، قىزىتما پەسەيتىش ، نېرۋا خىزمىتىنى ياخشىلاش ، تىنچلاندۇرۇش تەسلىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىق بولغان مېڭە ، يۈرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرى ۋە ھەر خىل نېرۋا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ، كىچىك بالىلارغا 15~30 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەرقى بېدىمىشكى I

تەركىبى : ئىپار سۆگىتىنىڭ پوتلىسى (بېدىمىشكى) 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتر .
 ياسىلىشى : دورىنى تازىلاپ پار قازىنىغا سېلىپ ، ئاجىزراق ئوت بىلەن قاينىتىپ ، 2 لىتر ئەتراپىدا پار سۈيى ئېلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .



تەسىرى : ئىسسىقما قايتۇرۇش ، سۈيدۈكنى راۋانلاندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
 بالىلاردىكى ئىسسىقلىق بولغان قىزىتمىغا ياخشى تەسىر قىلىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : قۇرۇق ئىسسىقلىق بولغان ھەر خىل يۈرەك كېسەللىكلىرى ، يۈرەك
 ئاجىزلىقى ، خەپەقان ۋە ھەر خىل قىزىتمىلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30~50 م ل ، با-
 لىلارغا كېمەيتىپ بېرىلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : تەسىرىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن پىلە ، سەندەل ، قىزىلگۈل ،
 نېلۇفەرلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشىمۇ بولىدۇ . لېكىن بېدېيەشكى مىقدارىنى ئازايتىش
 لازىم .

ئەرىقى گاۋزەبان I

تەركىبى : گاۋزەبان 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتر .
 ياسىلىشى : گاۋزەباننى تازىلاپ پار قازىنىغا سېلىپ ، سۇنى قۇيۇپ پەس ئوتتا
 قاينىتىپ پار سۈيى (ئەرىق) ئېلىنىدۇ .
 تەسىرى : مېگە ، يۈرەك ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش تەسى-
 رىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : يۈرەك تىترەش ، ئېغىش ۋە يۈرەك ئاجىزلىقى ، نېرۋا قوزغىلىشلارغا
 ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20~50 م ل
 ئىچىلىدۇ .

داۋائى خەپەقان بارىد

تەركىبى : گاۋزەبان 21 گرام ، گىلى ئەرمىنى ، قۇرۇق يۇمىلاقسۇت ھەر بىرى 15
 گرام ، كەھرىبا ، مارجان ، مەرۋايىت ، خام پىلە ، زەمچە ياكى تۈز ھەر بىرى 9 گرام ،
 فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى ، سەئىدى كوفى ، تاباشىر ھەر بىرى 6 گرامدىن ، كافۇر 2 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنت قىيامى بىلەن يۇغۇ-



رۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك تىترەشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ .

داۋائى مىشكى ئەنبەرى بارىد

تەركىبى : مەرۋايىت ، گاۋزەبان گۈلى ، پىلە ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 9 گرام ، يۇمىغاقسۇت ، ئاق سەندەل ، زىرىق ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، كاسىنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، ياقۇت ، قاراسونا ئۇرۇقى ، ئەنبەر ھەر بىرى 5 گرام ، مارجان ، كەھرىبا ، ئالتۇن ۋەرىق ، كۈمۈش ۋەرىق ھەر بىرى 3 گرام ، بېدىمىشكى ، قىزىلگۈل ، نېلۇفەر ئەرەقلىرى مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى يانچىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنت قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، ئىسسىقتىن بولغان تۈرلۈك يۈرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى مىشكى بارىد

تەركىبى : قىزىلگۈل ، تاباشىر ، يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ، قىزىلغان پىلە ، گاۋزەبان گۈلى ، مەرۋايىت ، كەھرىبا ، زىرىق ، بېھى ئۇرۇقى ، بىخ مارجان ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 15 گرام ، فوفەل ، گىل ئەرمىنى ، نىشاستە ھەر بىرى 9 گرام ، كۈمۈش ۋەرىق 6 گرام ، ئىپار 3 گرام ، ئەرىقى بېدىمىشكى ، قىزىلگۈل گۈلابى ھەر بىرى 100 م ل ، ئالما شەرىبىتى 40 م ل ، ئاق شېكەر 700 گرام .

ياسىلىشى : داۋائى مىشكى بارىدىنى تەييارلاش بىلەن ئوخشاش .





تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : يۈرەك ، جىگەر ۋە مېڭىنى كۈچەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان خەپەقان ۋە ئايلىنىپ كېتىشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىمدا 6~9 گرام ئىچىلىدۇ .

جەۋارىش ئۇد تۇرۇش ئەكبەرى

تەركىبى : زەنجىبىل ، بادىيان ، فەرەنجىمىشكى ، گاۋزەبان ، زىرىق ، سەمغى ئەربى ، قەلەمفۇر ، مەستىكى ، سۇنبۇل ، گۈلدارچىن ، زەرنەپ ، جويۇز ، بەسباسە ، لېچىندانە ، زىراۋەند ، دارچىن ، زەپەر ، ئىپار ، كافۇر ھەربىرى تەڭ مىقداردا ، ئالما شەربىتى ، ئەينۇلا شەربىتى ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، جىگەر ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

خېمىرى بىنەپشە

تەركىبى : بىنەپشە 8 گرام ، ئاق شېكەر 30 گرام .

ياسىلىشى : شېكەرنى قىيام قىلىپ ئۇنىڭغا سوقۇپ تەييارلانغان بىنەپشەنى سېلىپ خېمىر قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىدۇ ، سەپرانى پەسەيتىدۇ ، قەۋزىيەتنى بوشىتىدۇ .

ئىشلىتىشى : يۈرەك قوزغىلىش ، ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىش ، خەپەقان ، بۆرەك ياللۇغى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئېلىپ گاۋزەبان ئەرقى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .





خېمىرى سەندەل

تەركىبى : ئاق سەندەل (گۇلابتا سۈرۈپ قۇرۇتۇلغان تالقىنى) ، گاۋزەبان گۈلى ، قىرقلغان پىلە ھەر بىرى 10 گرام ، زەپەر 15 گرام ، گۇلاب ، بېدىمىشكى ئەرەقى ھەر بىرى 10 م ل ، قەنت 170 گرام .
ياسىلىشى : ئەرەقلەر بىلەن قەنتنى قىيام قىلىپ ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سۇ-قۇپ ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : يۈرەكنى تىنچلاندۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يۈرەك تىترەش ۋە قالايمىقان سېلىشقا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ، تاماقتىن كېيىن 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

خېمىرى گاۋزەبان I

تەركىبى : گاۋزەبان ، ئاقلانغان يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ، قىرقلغان پىلە غوزىسى ، ئاق بەھمەن ، بالەنگۇ ئۇرۇقى ، ئىكەكلەنگەن ئاق سەندەل ، فەرەنجىمىشكى ھەر بىرى 9 گرام ، ئەنبەر 1.5 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن مەرۋايىت ، ئىپار ھەر بىرى 0.75 گرام ، ناۋات 360 گرام .
ياسىلىشى : ئىپار ، ئەنبەر ، مەرۋايىتلاردىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر لىتر سۇغا بىر كېچە - كۈندۈز چېلىنغاندىن كېيىن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، ناۋات سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ . قىيام يىلما ھالەتكە كەلگەندە ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ تەييارلانغان ئىپار ، ئەنبەر ، مەرۋايىتلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .
تەسىرى : مېگە ۋە يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : مېگە ، يۈرەك كېسەللىكلىرى جۈملىدىن نېرۋا ئاجىزلىق ، خەپەقان ، تۇتقاقلىق ، ئايلىنىپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا تاماقتىن كېيىن 15



گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

I خېمىرى گاۋزەبان

تەركىبى : گاۋزەبان ھىندى 30 گرام ، گاۋزەبان گۈلى 16 گرام ، بادىرەنجىبۇيا 7.5 گرام ، قىزىلگۈل ، ئاق سەندەل ، سۈنبۇل ، ئۆشەنە ھەر بىرى 5 گرام ، زەرىرە 3 گرام ، ئىپار 1.5 گرام ، كافۇر 1 گرام .

ياسىلىشى : كېيىنكى 3 خىل دورىدىن باشقىلىرىنى 300 م ل گۇلاب ، 500 م ل ساپ سۇغا چىلاپ قاينىتىپ ، سۈزۈپ 300 گرام قەنت بىلەن قىيام قىلىپ بۇ 3 خىل دورا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : مېگە ۋە يۈرەكنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە ، يۈرەك قالايمىقانلىشىش ۋە يۈرەك خاراكتېرلىك ئايلىنىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مېگە ، يۈرەك كېسەللىكلىرىدە يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ . ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىمدا 30 گرام ئېلىپ ئېرىقى بېدىمىشكى ۋە گۇلاب بىلەن ئىچىلىدۇ .

خېمىرى مەرۋايىت

تەركىبى : قىزىلغان پىلە غوزىسى ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ھەر بىرى 10 گرام ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ، كاسنى گۈلى ، فەرەنجىمىشكى ، گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، كاسنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، ئىپار ، ئەنبەر ھەر بىرى 1 گرام ، گۈل ئېرىقى ، گاۋزەبان ئېرىقى ھەر بىرى 10 م ل ، ئالما شەربىتى ، ئامبىلە مۇرابباسى ھەر بىرى 100 م ل ، ناۋات 200 گرام .

ياسىلىشى : مەرۋايىت گۇلاب ۋە گاۋزەبان ئېرىقىدە سالايە قىلىنىپ ئۇپىدەك يۇم شاق سوقۇلىدۇ ، قالغان دورىلارنىمۇ يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ . ناۋاتنى گۇلاب بىلەن قىيام قىلىپ ئۈستىدىن سەربەت ، مۇراببالارنى قويۇپ ، دورىلار تالقىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىنىدۇ .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ . يۈرەك ، نېرۋىلار



خىزمىتىنى نورماللاشتۇرىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، مېگە ، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچتە 1 گرام ئىچىلىدۇ .

زىمادى مۇبەررىد

تەركىبى : ئاق سەندەل ، كافۇر ، گۈلاب مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : ئاق سەندەلنى گۈلاب بىلەن سۈرۈپ ئاز مىقداردا كافۇر ئارىلاشتۇرۇپ

زىماد تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەكتىكى ئارتۇق ھارارەت ۋە قىزىقلىقنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن يۈرەك ساھەسىگە چېپىلىدۇ .

سۇفۇفى بارىد

تەركىبى : گىلى ئەرمىنى ، يۇمغاقسۇت ھەر بىرى 12 گرام ، تاباشىر ، كەھرىبا ھەر

بىرى 6 گرام ، كافۇر 2 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەكنىڭ ئىسسىقلىقىنى بولغان قالايمىقان سوقۇشىغا

مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 ~ 9 گرام ئېلىپ قېتىق بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى ئەبىرىشم

تەركىبى : سېرىق خام پىلە توغرىمىسى 100 گرام ، گاۋزەبان 16 گرام ، بادىرەن

جىبۇيا ، قىزىلغان پىلە تالقىنى ھەر بىرى 10 گرام ، فەرەنجىمىشكى ، مەرۋايىت ھەر بىرى

3 گرام ، كەھرىبا ، ئاق سەندەل ، ئۇد ھىندى ، مەستىكى ، ئىپار ، ئەنئەنە ھەر بىرى 1.5

گرام ، داغمال سۈيى 2.5 لىتر ، ھەسەل 200 م ل ، گۈلاب 120 م ل ، ئاق ناۋات 200 گرام .

ياسىلىشى : پىلە توغرىمىسىنى داغمال سۈيىگە بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن



750 م ل قالغىچە قاينىتىلىدۇ . گاۋزەبان بىلەن بادىرەنجىبۇيىنى ئايرىم قاينىتىپ سۈزۈپ قوشۇپ ، ئۈستىدىن ھەسەل ، ناۋات ، گۈلابلارنى قويۇپ قاينىتىپ قىيام قىلىنىدۇ . قالغان دورىلارنىڭ سوقىدىغانلىرىنى سوقۇپ ، سالايە قىلىدىغانلىرىنى سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۈرەك ، مېڭە ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ .
ئىشلىتىلىشى : خەپەقانغا ، يۈرەك ۋە مېڭە ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 — 30 م ئېلىپ مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەرنى گاۋزەبان ، ئەرنى بېدىمىشكىلار بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەرىپى مۇفەررىھى مۆتىدىل

تەركىبى : خام پىلە ، گاۋزەبان ھەر بىرى 23 گرام ، يۇمىلاقسۇت ئۇرۇقى 12 گرام ، ئاق سەندەل ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، دورىچە ئەقرەبى ، رەيھان ئۇرۇقى ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ھەر بىرى 9 گرام ، قىزىلگۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى چېچىكى 6 گرام ، ئۇد ھىندى 3 گرام ، قەنت 600 گرام ، سۇ 1.2 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر سوتكا سۇغا چىلىغاندىن كېيىن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ سوۋۇتۇلىدۇ . بېھى لۇئابى ، قىيمىقۇ لۇئابىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 150 م ل ، گاۋزەبان سۈيىدىن 45 م ل قوشۇپ ، يەنە ئازراق قاينىتىپ ، سوۋۇغاندىن كېيىن ئالتۇن ۋەرمەق ، كۈمۈش ۋەرمەقلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 10 دانە ، لاجىۋەرد تېشى ، ھەجەرى ئەرمىنى ، مەرۋايىتلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ، زەپەردىن 15 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل يۈرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ .

مۇفەررىھى بارىد قەلىبى

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى 45 گرام ، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان زىرىق 18 گرام ،



تەرخەمەك مېغىزى ، قاپاق مېغىزى ھەر بىرى 12 گرام ، قىزىلگۈل ، تاباشىر ، ئاق بەھمەن ، گاۋزەبان ، قۇرۇق يۇمىخاقسۇت ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 3 گرام ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، كەھرىبا ، زەپەر ، كافۇر ھەر بىرى 2 گرام ، قەنت 300 گرام ، بېدىمىشكى ئەرىقى مەلۇم مىقداردا ، ئالما سۈيى 150 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنتنى ئەرىقى بېدىمىشكى ۋە ئالما سۈيى بىلەن قىيام قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرى ۋە يۈرەك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلىدۇ .

مۇفەررىھى دىلكۇشا بارىد

تەركىبى : تەرەنجىبىن 120 گرام ، زىرىق ، بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 24 گرام ، ئاق سەندەل ، قۇرۇق يۇمىخاقسۇت ھەر بىرى 6 گرام ، تاباشىر ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، قىزىلگۈل ، مارجان ، كەھرىبا ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، پىستە پوستى ھەر بىرى 3 گرام ، ئالتۇن ۋەرىق ، كۈمۈش ۋەرىق ھەر بىرى 2 گرام ، قەنت 560 گرام .

ياسىلىشى : قەنت بىلەن تەرەنجىبىننى قىيام قىلىپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى زۇمۇرەدى بارىد

تەركىبى : گۈلابىتا چىلانغان ئامىيە ، ئاق خەشىخاش ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قۇرۇق يۇمىخاقسۇت ھەر بىرى 60 گرام ، بېھى ئۇرۇقى ، قاپاق مېغىزى ، تەرخەمەك مېغىزى ، گىلى مەختۇم ، پىلە ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، نارجىل ، گاۋزەبان گۈلى ، پادى زەھرى ، تاباشىر ھەر بىرى 15 گرام ، زىرىق شىرىسى ، ئاقلانغان قارا سونا ئۇرۇقى ،





ئىشاستە ، قىزىلگۈل ، كۈنجۈت ، نېلۇفەر ، زۇمرەت ، كۈمۈش ۋە رەق ھەر بىرى 6 گرام ،
ئەنسىبەر 3 گرام ، كافۇر ، ئىپار 2 گرام ، تەرەنجىبىن شىرىسى ، شىرخىشت ، ئالما شەربىتى
1.2 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلار تالقىنىنى تەرەنجىبىن ، شىرخىش ، ئالما شەربىتى بىلەن قىيىنغان قىيامدا يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىق بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرگە
مەنپەئەت قىلىنىدۇ . جىگەر مىزاجىنى ياخشىلايدۇ . باشقۇرغۇچى مىزاجىنى تەڭشەيدۇ ،
ئىسسىقلىق بولغان نەزلىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

مۇفەررىھى سەغىر بارىد

تەركىبى : قۇرۇق يۇمىغاقسۇت 6 گرام ، قىزىلگۈل ، تاباشىر ھەر بىرى 3 گرام ،
كافۇر 1 گرام ، ئالما شەربىتى ياكى قۇمچاق يۇتقىنى لۇئابى 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، شەربەت ياكى لۇئابتا يۇغۇرۇلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مېڭىگە سېسىق بۇخارات ۋە سۇلارنىڭ ئۆزلىشىنى تو-
سىدۇ . ئىسسىقلىق بولغان يۈرەك تەۋرەشنى يوقىتىدۇ . يۈرەك ۋە ئاشقازاندىكى ئارتۇق
ھارارەتنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى سەندەلەين

تەركىبى : ئاق سەندەلەينىڭ گۈلاب سۈرۈلمىسى 31 گرام ، قىزىل سەندەلەينىڭ
گۈلاب سۈرۈلمىسى 16 گرام ، تېشىلىمگەن مەرۋايىت ، راست مارجان ، تاباشىر ، ئاقلانغان
سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قورۇلغان يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ، پىستىنىڭ سىرتقى پوستى ،
مەستىكى رۇمى ، زەفەر ھەر بىرى 6 گرام ، ئىپار 1.5 گرام ، تۈرۈنجى (جۈيزە) سۈيى
150 م ل ، گۈلاب 100 م ل ، ئاق شېكەر 600 گرام .





ياسىلىشى : قەنتنى گۈلاب ۋە تۇرۇنچى سۈيى بىلەن قىيام قىلىپ ، دورىلارنى قائىدە بويىچە تالقان قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : كۆڭۈلنى ئېچىش ، يۈرەكنى سالقىنلىتىپ ، خەفەقان ۋە يۈرەك ئاجىزلىقىنى داۋالاش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : خەفەقان ۋە باشقا يۈرەك كېسەللىككە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 10 — 16 گرام ئىچىلىدۇ .

مۇفەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل

تەركىبى : تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، زەپەر ، گاۋزەبان ، مەستىكى ، بىخ مارجان ، دارچىن ، پىملە تالقىنى ، پوستى تۇرۇنچى ، كەھرىبا ، ئاق بەھىر ، زور نىباد ، ئۆشەنە ، قاپاق مېغىزى ئەز پارەتتىپ ، تازىلانغان زىخ ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، فەرەنجىمىشكى ، تاباشىر ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 6 گرام ، ئاق سەندەل گۈلاب سۈرۈل مىسى ، ئۇد غەرقى ، دورنەج ئەقرەبى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرام ، ئەنبەر ، قاقىلە ، لېچىندانە ھىندى ، كۈۈش ۋەزەق ، تىللا ۋەزەق ، گىلى مەختۇم ، يۇيۇلغان لاجىۋەرد ، گىل ئەرمىنى ، گۈلدارچىن ، سۇنبۇل ، نارمىشكى ھەر بىرى 3 گرام ، لەيلى بەدەخشان ، ياقۇتى رۇممانى (ئانارسىمان ياقۇت) ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، ئىپار ، 1.5 گرام ، ھومماز شەرىبىتى ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل يۈتۈن دورىلارنىڭ باراۋەرىدە .

ياسىلىشى : ئادەتتىكى مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ . ئەھۋالغا قاراپ بەزىدە شەرىبىتى ھومماز ئورنىغا شەرىبىتى فەۋاكىھ ، ھەسەل ئورنىغا ئاق ناۋات سېلىپ تەييارلاشقىمۇ بولىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : مېڭە ۋە يۈرەكنى كۈچەيتىپ ۋە خىزمىتىنى ياخشىلاپ ، كۆڭلىنى خۇش قىلىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل نېرۋا ۋە مېڭە كېسەللىكلىرىگە مۇۋاپىق كېلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 — 9 گرام يەيدۇ .





سوغۇقتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

ئەرقى پودىنە

تەركىبى : پودىنە 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتىر .

ياسىلىشى : دورىنى پاكىزلاپ تاسقاپ پار قازاندا 6 لىتىر سۇ بىلەن سۇس ئوتتا قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ ئەرق چۈشۈرۈلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : يۈرەك ، مېگە ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، يۈرەك ، ئۆپكە ، مېگە ، چىش ، ئاجىزلىق ھەمدە خاناىر ، گال ئاغرىش قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ . قۇرت چۈشۈرىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمىدە 20 ~ 30 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ . بالىلارغا مىقدارى ئازايتىلىدۇ .

ئەرقى گاۋزەبان I

تەركىبى : گاۋزەبان 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتىر .

ياسىلىشى : دورىنى بىر قېتىم تاسقاپ پاكىزلاپ ، پار قازانغا سېلىپ ، 6 لىتىر سۇ قۇيۇپ سۇس ئوتتا پارغا ئايلاندۇرۇپ ئەرق چۈشۈرۈلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : تىنىچلاندۇرۇش ، يۈرەك ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل نېرۋا ئاجىزلىق ، خەپەقان ، تۇتقاقلىق ، مېگە كېسەللىكلىرى ، ساراڭ ، يۈرەك ، جىگەر ، ئۆپكە كېسەللىكلىرى ، گال كېسەللىكلىرىگە





ئىشلىتىلىدۇ .

مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 10 ~ 15 م ل ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 15 ~ 20 م ل ، چوڭلارغا 25 ~ 50 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش ئۈدەشكى

تەركىبى : زەپەر ، باسباسە ، زەنجىبىل ھەر بىرى 45.5 گرام ، ئۇد ھىندى ، سۇن بۇل ، سۇنبۇل رۇمى مەستكى ، قەلەمفۇر ، لاچىندانە ، جويۇز ھەر بىرى 9 گرام ، ھېلىيە كابۇلى پوستى ، گۈلدارچىن ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ، تۇرۇنج پوستى ، زورەنباد ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 5 گرام ، ئىپار 1.5 گرام ، قەنت بىر يېرىم ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ قەنت بىلەن قىيام قىلىپ ياسىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەك سېلىش ، نەپەس سىقىلىش ، جىگەر ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ . ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ . بەدەندىكى ئارتۇق سۇيۇقلۇقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى سەندەل

تەركىبى : ئاق سەندەل ، فىلىفىل ، گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ، قىزىلگۈل ، ھېلىيە ، بەلىيە ، ئامىيە ، فەرەنجىمىشكى ، دارچىن ، ئۆشەنە تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تەلگەپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : خەپەقان ، مالىخۇلىيا ، كۆپ تەرلەش ۋە تۈرلۈك يۈرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىنىدۇ ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



داۋائى مىشكى تەلخ

تەركىبى : مەستىكى ، ئۇد خام ، پوستى تۇرۇنچى ، دارچىن ، قەلەمفۇر ، سۇنبۇل ، بوزۇۋا ، كابابەچىنى ، قاقىلە ، لېچىندانە ، سەئىدى كوفى ، ئىزخىر ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى ، نەمام ئۇرۇقى ، مەرۋايىت ، مەرزەنجۇش ئۇرۇقى ، بىخ مارجان ، ئەفسەنتىن رۇمى ، كەھرىبا ، قىرقلغان پىلە ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 30 گرام ، ئىپار 15 گرام ، ئاق شېكەر 1.3 كىلوگرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ شېكەرنى 30 م ل ھېلىيلە كابۇلى قاينىتىلمىسىدا قىيام قىلىپ يۇغۇرۇلىدۇ ياكى ھېلىيلە كابۇلى مۇراپاسىدا يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : مېگە ، يۈرەك ، جىگەر قاتارلىق رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش ، نېرۋىنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئايلىنىپ كېتىش ، يۈرەك ئاجىزلىقىدىن بولغان يۈرەك تىترەش ، قۇرۇق ھۆ بولۇش ، ئاشقازاننىڭ سوغۇقتىن بولغان ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى مىشكى شىرىن

تەركىبى : تېشىلىمگەن مەرۋايىت ، كەھرىبا ، بىخ مارجان ، قىرقلغان پىلە ، زورنىباد ، دورنەج ئەقرەبى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سۇنبۇل ، قاقىلە ، قەلەمفۇر ، سازەج ھىندى ، ئۆشەنە ، شاخ مارجان ھەر بىرى 16 گرام ، سەدەپ ، زەپەر ھەر بىرى 10 گرام ، قۇندۇز قەھرى ، ئىپار ، فىلىفىل ، زەنجىبىل ھەر بىرى 6 گرام ، ئالتۇن ۋەرمەق ، كۈمۈش ۋەرمەق ھەر بىرى 50 دانە ، ئەنەبەر 3 گرام ، ناۋات 160 گرام ، ھەسەل 500 م ل ، ئانار شەربىتى ، ئەبىرىشم شەربىتى ھەر بىرى 200 م ل .

ياسىلىشى : بىخ مارجان ، شاخ مارجان ، سەدەپلەرنى چۈمۈچكە سېلىپ رەڭگى ئۆزگەرگەنگە قەدەر ئوتتا قويۇپ كۆيدۈرۈلىدۇ ھەمدە سوقۇپ رەختتىن ئۆتكۈزۈپ قالغان



دورلارنى تالقانلاپ بىرلەشتۈرۈلىدۇ . ناۋاتنى قىيام قىلىپ ئۈستىدىن ھەسەلنى ئارىلاش-
تۇرۇپ ئانار شەرىپىتى ، ئەپرىشم شەرىپەتلىرىنى قوشۇپ پەس ئوتتا ئېرىتىلىدۇ . ئازراق
سوۋۇغاندىن كېيىن ئاۋۋال ۋەزەقلىرىنى ، ئاندىن زەپەر ، ئۈندىن كېيىن ئىپار قوشۇپ
قوچۇلىدۇ . ئارقىدىن قۇندۇز قەھرى ۋە باشقا دورىلار تالقىنىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
ئەنپەر ۋە ئىپار بىللە سېلىنىسىمۇ بولىدۇ . يۇغۇرۇپ بولغاندىن كېيىن چىنە قاچىغا ئېلىپ
ئۈستىدىن 10 دانە ۋەزەقنى (يۇقىرىقى ۋەزەقتىن ئېلىپ قېلىنسا بولىدۇ) سېلىپ 45 كۈن
تۇرغۇزۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش ، نېرۋىنى پەسەيتىش ،
كۆڭۈلنى ئېچىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ئاجىزلىقى ، يۈرەك سېلىش ۋە تىترەش ، ئاشقازان ئاجىزلىقى
قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ . تىنچلاندۇرۇش ، چىرايىنى ياخشىلاش ، ھامىلدارلار ۋە بالىلار-
دىكى بەدەن ئاجىزلىق ، يۆتەل ، تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرۇشلارغىمۇ ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 1 — 6 ياشقىچە بولغان بالىلارغا 1 گرام ، 10
ياشتىن يۇقىرىلارغا ئەھۋالغا قاراپ 3 گرامغىچە ، تاماقتىن 2 سائەت بۇرۇن ئىستېمال قى-
لىشقا بېرىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : قىزىتمىلىق كېسەللەرگە ۋە زۇكامغا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ .

داۋائى مىشكى مور

تەركىبى : ئەفسەنتىن رۇمى ، سەبرى ھەر بىرى 24 گرام ، جۇڭگورەۋىنى 18
گرام ، جوۋىنە ، زەپەر ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 12 گرام ، سۇنبۇل ، ئىپار ، سازەج
ھىندى ، مۇرمەككى ھەر بىرى 6 گرام ، قۇندۇز قەھرى 5 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : زەپەردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان
ھەسەلگە ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن زەپەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان يۈرەك تەۋرەش ، گال ئىششىقى ،





ئاشقازاندىكى كېرەكسىز ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش ، ئاشقازان ، ئۈچەي يەللىرىنى يوقىتىش ،
بالىلاردىكى تەن ئاجىزلىققا مەنپەئەت قىلىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىل-
لىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

داۋائى مىشكى مۆتىدىل I

تەركىبى : مەرۋايىت ، مارجان ، كەھرىبا ، دۈرنەج ئەقرەبى ، پىلە تالقىنى ، زورنى-
باد ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 16 گرام ، ئەنبەر 3 گرام ، قەلەمفۇر ، ئۆشنە ،
سۈنبۇل ، لىچىندانە ، سازمىچ ھىندى ، دارچىن ، زەپەر ، مەستىكى ، تاباشىر ، ئاق
سەندەل ، قىزىل سەندەل ، ئىپار ھەر بىرى 1.5 گرام ، ناۋات 60 گرام ، ھەسەل 150 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ناۋاتنى قىيام قىلىپ ھەسەلنى ئارىلاشتۇرۇپ بول-
غاندىن كېيىن تالقان دورىلارنى تۆكۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : يۈرەك ، مېگە ، جىگەر ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش ، نېرۋىنى
تىنچلاندۇرۇش ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : مېگە ، يۈرەك ، جىگەر ئاشقازان ئاجىزلىقى ، يۈرەك تىترەش ، ئاي-
لىنىپ كېتىش ۋە بەلغەم ، سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 1 — 5 ياشقىچە بولغان بالىلارغا 1 گرام ، 5 — 10
ياشقىچە بولغانلارغا 2 گرام ، 10 ياشتىن يۇقىرىقىلارغا 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

داۋائى مىشكى ھۈلوۋ

تەركىبى : ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سۈنبۇل ، قاقىلە ، قەلەمفۇر ، سازمىچ
ھىندى ، ئۆشنە ھەر بىرى 5 گرام ، مەرۋايىت ، كەھرىبا ، مارجان ، قىزىلغان پىلە ، زور-
نىباد ، دورنەج ئەقرەبى ھەر بىرى 3 گرام ، ئىپار ، فىلىل ، زەنجىبىل ، قۇندۇز قەھرى ھەر
بىرى 2 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : ئىپاردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان
ھەسەلگە ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ئىپار سېلىپ تەييارلىنىدۇ .





تەسىرى : يۈرەك ئاجىزلىقى ھەمدە سەۋدادىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ . رەڭگى روپىنى تۈزەيدۇ .
ئىشلىتىشى : يۈرەك تىترەش ، خىيالىيەرەستلىك ، قان ئازلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 4 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

رەۋغنى دەجىج

تەركىبى : توخۇ ئېھتىياجغا لايىق مىقداردا .
ياسىلىشى : توخۇنى سويۇپ ، يېغىنى ئېلىپ ، ئوت ياكى ئاپتاپتا ئېرىتىپ چىگىرتىكىدىن ئايرىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
تەسىرى : خەفەقانى پەسەيتىش ، تېرىلەرنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : خەفەقان ، ھەر خىل كونا جاراھەتلەر ، كۆيۈك ھەم بەدەن سارغىيىش قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچ ياكى سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ .

شەرىپى ئېرىشم مۇقەۋۋى

تەركىبى : پىلە 900 گرام ، دارچىن ، كۈمۈش ۋەزەق ھەر بىرى 9 گرام ، لېچىندانە ، قەلەمقۇر ، ئۇد ھىندى ، سەزەج ھىندى ھەر بىرى 4.5 گرام ، مەستىكى ، جويۇز ، سۈنبۇل ، بەسباسە ، زەپەر ، ئالتۇن ۋەزەق ھەر بىرى 3 گرام ، ئىپار بىر يېرىم گرام ، گاۋزەبان ئەرىقى ، بېدىمىشكى ئەرىقى ، شاھتەررە ئەرىقى ھەر بىرى 1.8 لىتر ، ئالما سۈيى ، بېشى سۈيى ، ئامۇت سۈيى ، ئانار سۈيى ھەر بىرى 600 م ل ، ھەسەل 600 م ل ، قەنت 1.8 كىلوگرام .

ياسىلىشى : پىلەنى ئەزەق ۋە مېۋىلەر سۈيىگە بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈۋېتىپ ، سوقۇشقا تېگىشلىك دورىلارنى چالا





سوقۇپ خالتىغا قاچىلاپ مەزكۇر سۈزۈلمىگە سېلىپ يەنە قاينىتىلىدۇ . قايناپ يېرىمى قالغاندا خالتىنى ئېلىپ سىقىپ سۈزۈپ ، قەنت ھەسەللەرنى ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىنىدۇ . قىيام بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن سوقمايدىغان قىممەتلىك دورىلارنى ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سەۋدا ماددىلىرىنى پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : مالىخۇلىيا ، خەفەقان كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى بادىرەنجىبۇيا

تەركىبى : گاۋزەبان 90 گرام ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، كاسنى ئۇرۇقى ، فەرەز جىمىشكى ھەر بىرى 60 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 30 گرام ، بادىيان ، بەسفائىج ھەر بىرى 21 گرام ، شېكەر 720 م ل ، تاتلىق ئالما سۈيى 660 م ل ، گۈلاب 18 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، گۈلاب ۋە ئالما سۈيىدە $\frac{1}{3}$ قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ سۈيىگە شېكەر سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش ، مېڭە ۋە جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، سەۋدانى سۈرۈش ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش خۇسۇسىيەتلىك .

ئىشلىتىلىشى : سەۋدانىڭ ئۆتكۈرلىشىپ كېتىشى ، مېڭە ، يۈرەك ئاجىزلىقى ، سوغۇقتىن بولغان خەفەقان ۋە باشقا يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 4 قوشۇق ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى سەندەل

تەركىبى : ئۆتكۈر پۇراقلىق ئاق سەندەل 300 گرام ، شېكەر ياكى قەنت مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : سەندەلنى سوقۇپ چىلاشقۇدەك گۈلابقا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ سۈرۈلىدۇ ، سەندەلنى يەنە مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن تەمى چىققانغا قەدەر قايناتقان





دىن كېيىن ، ئۇنىڭغا يۇقىرىقى گۈلاب سۈيىنى قوشۇپ شېكەر سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .
 تەسىرى : يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ ، ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ، يۈرەك قوزغىلىشىنى پەسەيتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان خەپەقان (يۈرەك سېلىش) ، جىگەر ، ئاشقازان ۋە ئۈچەي كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 12 م ل ئىچىدە .

شەربىتى سۈنبۇل 1

تەركىبى : سۈنبۇل 200 گرام ، شېكەر 2 كىلوگرام .
 ياسىلىشى : سۈنبۇلنى چالا سوقۇپ 3 لىتر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ 1500 م ل سۈيى قالغىچە قاينىتىپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۈنبۇلنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ شېكەر سېلىپ پۈتۈن دورا سۈيى 1 لىتر قالغىچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ قىيام قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
 تەسىرى : يۈرەك قۇۋۋەتلەش ، نېرۋا پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل نېرۋا ۋە يۈرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بالىلارغا 3 ~ 4 م ل ، چوڭلارغا 8 ~ 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى گاۋزەبان ئەنبرى

تەركىبى : بېدىمىشكى 150 گرام ، گاۋزەبان گۈلى ، گاۋزەبان ياپرىقى ھەر بىرى 30 گرام ، قىزىلگۈل ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 15 گرام ، ئەنبرى 3 گرام ، مەرۋايىت قىزىلگۈل ، قىزىل ياقۇت ، مارجان ، كەھرىبا ، تاباشىر ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق ھەر بىرى 1.5 گرام ، گۈلاب 300 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى گۈلابقا سېلىپ 600 م ل سۇ قوشۇپ بىر سوتكا چىلىغاندىن





كېيىن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۈستىدىن 150 م ل دىن كاسنى ئۇرۇقى ئەرىقى ، ئانار ، سۈيى ۋە 600 گرام قەنت قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ . قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن ئەنبەر ، مەرۋايىت ، قىزىلگۈل ، قىزىل ياقۇت ، مارجان ، كەھرىبا ، تاباشىر ، ئالتۇن ۋەزەق ، كۈمۈش ۋەزەقلارنىڭ سوقىدىغانلىرىنى سوقۇپ ، سالاىە قىلىدىغانلىرىنى سالاىە قىلىپ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۈرەكنى كۈچەيتىپ ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يۈرەك تىترەش ، كەم ماغدۇرلۇق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەگەر بىماردا ھارارەت يۇقىرى بولسا ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ . 3 گرام كافۇر ، 1.5 گرام زەپەر قوشۇپ نېلۇفەر ئەرقى بىلەن ئىچىلىدۇ . ئەگەر يۆتەل بولسا تۇرۇنچ سۈيى ياكى ئانار سۈيى ياكى تەمىرى ھىندى سۈيى بىلەن ، زادى بولمىسا زىرىق سۈيى بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ .

گۈلقەنتى پىننە

تەركىبى : پىننە 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .
ياسىلىشى : ھۆل پىننىنىڭ يوپۇرماقلىرىنى ئېلىپ ئۇنى پاكىز قول ياكى شىنا بىلەن ئېزىپ ئۇنىڭغا شېكەر ياكى ھەسەل سېلىپ ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ، شىشە ياكى سىرلىق قاچىغا قاچىلاپ ئاغزىنى ئېتىپ 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : يۈرەك ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش ، ئاشقازاننى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، يۈرەك ئۆپكە ، نېرۋا ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەتبۇخى ۋەجىئىل پۇۋاد

تەركىبى : بادىيان ، ئىت ئۈزۈمى ، بابۇنە گۈلى ، قەنتەرىيۇن ، گۈلقەنت ھەر بىرى





ياسىلىشى : گۈل دورىلار ۋە گۈلقەنتىن باشقىلىرىنى 750 م ل سۇدا بىر كۈن چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ ، 500 م ل سۈيى قالغاندا گۈل دورىنى سېلىپ ئىككىلا ئۆر-لىتىپ ئوتىنى توختىتىپ سوۋۇغاندىن كېيىن پاكىز داكا بىلەن دورىلارنى سىقىپ ئېلىۋېتىپ ھەمدە بىر قېتىم ۋارۇنكىدىن ئۆتكۈزۈپ ، گۈلقەنتىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، يەل تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يەلدىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ بىر كىشىلىك مەتبۇخ بولۇپ بىر كۈندە

نەچچە قېتىمغا بۆلۈپ ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى داۋائى مىشكى

تەركىبى : زورنىباد ، دورنەج ئەقرەبى ، مەرۋايىت ، كەھرىبا ، بىخ مارجان ھەر بىرى 30 گرام ، پىلە تالقىنى 18 گرام ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سۈنبۇل ، سازەج ھىندى ، قاقىلە ، قەلەمقۇر ھەر بىرى 15 گرام ، ئۆشنە ، فىلىل ، زەنجىبىل ھەر بىرى 12 گرام ، ئىپار 9 گرام ، ھەسەل 500 م ل .

ياسىلىشى : ئىپار ، زەفەردىن باشقىلىرىنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل يىلماڭ ھالەتكە كەلگەندە دورا تالقىنىنى ئۇنىڭدىن كېيىن ئىپار ۋە زەپەرنى سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەپ ، خىزمىتىنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مېگە ، يۈرەك ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



مەئجۇنى مەرۋايىت

تەركىبى : مەرۋايىت ، كەھربا ، مارجان ، گاۋزەبان ، گىلى ئەرەمنى 6 گرام ،
تاباشىر 3 گرام ، ئىپار يېرىم گرام ، قەنت 30 گرام .
ياسىلىشى : ئىپاردىن باشقىلىرىنى سوقۇپ ئەلگەپ ، قەنت قىيامىغا سېلىپ ئا-
رىلاشتۇرغاندىن كېيىن ئىپار قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : خەپەقانغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى مۇقەۋۋى قەلب

تەركىبى : قاقىلە ، لېچىندانە ھەر بىرى 5 گرام ، ئەنبەر ، ھېلىلە كابۇلى ، ئۆشنە ،
ئاق سەندەل ھەر بىرى 3 گرام ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى 2.5 گرام ، مەستىكى رۇمى ،
رۇمبادىيان ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 2 گرام ، ئۇد غەرقى ، قۇرۇق پىننە ، يالىپۇز ، دورنەج
ئەقرەبى ، زورنىباد ، پىلە تالقىنى ، زەرنەپ ، تاباشىر ، كۆك قاش تېشى ، ئاق بەھمەن ،
قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 1.5 گرام ، جوز بوۋا ، بەسباسە ، فىلىل ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ،
سۇنبۇل ، جوۋىنە ، بادىيان ، پوستى تۇرۇنجى ، پىستىنىڭ سىرتقى پوستى ، سەئدى
كوفى ، خولىنجان ، قەلەمقۇر ، زەپەر ، ئىپار ، ھەر بىرى 1 گرام ، لېچىندانە ئەرەقى ، باد-
ىيان ئەرەقى ، پىننە ئەرەقى ، قىزىلگۈل ئەرەقى ھەر بىرى 150 م ل ، ھېلىلە مۇرابباسى ،
ئامىلە مۇرابباسى ھەر بىرى 50 م ل ، ئاق شېكەر 60 گرام ، ناۋات 31 گرام .
ياسىلىشى : 2 خىل مۇراببانى ئەرەقلەردە قاينىتىپ يۇمشاق پىشقاندىن كېيىن غەل-
ۋىرگە سېلىپ مىجىپ شىرىسى چىقىرىلىدۇ . ئاق شېكەر ، ناۋات ، ھەسەللەرنى قىيام
قىلىپ مەزكۇر شىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە ئەنبەر ، ئىپارلارنى ئۈندەك ئېزىپ قو-
شۇپ ، ئارقىدىن باشقا دورا تالغانلىرىنى بىرلەشتۈرۈپ تاييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .



تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلىش ، مېگە ، يۈرەك ، جىگەر ، ئاشقازان قاتارلىق ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش ، كۆڭۈلنى ئېچىش باھنى كۈچەيتىش ، سۆ-گەك بوغۇملىرى ۋە بەدەن گۆشلىرى سىقىراپ ئاغرىشنى يوقىتىش ، گۆش ۋە پەيلەرنى چىگىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مېگە ، نېرۋا ئاجىزلىشىش ، ھەر خىل يۈرەك كېسەللىكلىرى جۈملىسىدىن خەفەقان ، يۈرەك سانجىقى ، جىگەر ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، قان ئازلىق ، چىش ئاجىزلىشىش ، بوغۇم ئاغرىش ، مۇسكۇللار سىقىراپ ئاغرىش ، ئۇيقۇسىزلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىچىلىدۇ .

مۇفەررىھى ئىبرىشىم

تەركىبى : سېرىق يۆگەي (ئەفتىمۇن) ، قېلىن دارچىن ، ئۇستۇخۇدۇس ، ھەببى بىلىسان ، ئاسارۇن ، قەلەمفۇر ھەر بىرى 12 گرام ، زورنىباد ، دورنەج ئەقرەبى ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، كەھرىبا ، مارجان ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سازاج ھىندى ، قاقىلە ، قۇندۇز قەھرى ھەر بىرى 9 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن پىلە 6 گرام ، زەنجىبىل ، فىل فىل ھەر بىرى 3 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەۋدانى نورماللاشتۇرىدۇ ، شىلىمشىق بەلغەمنى ئازايتىدۇ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ . مېگىنى تازىلايدۇ ، كۆڭۈلگە خوشلۇق پەيدا قىلىدۇ . قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 م ل ئىچىلىدۇ .

مۇفەررىھى ئەزەم

تەركىبى : شاھتەررە ، بادىرەنجىبۇيا ، گاۋزەبان گۈلى ، تەنبۇل ياپرىقى ھەر بىرى 30 گرام ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 15 گرام ، يۇيۇلمىغان لاجىۋەرد ، تابا-شىر ، گىلى مەختۇم ، زەپەر ، دورنەج ئەقرەبى ، زەرنەپ ، كابابەچىنى ھەر بىرى 9 گرام ،





ھېلىبىلە كابۇلى ، قىزىلغان پىلە ، ئاق سەندەل ، پىستە پوستى ، لېچىندانە ئۇرۇقى ، ئال
تۇن ۋە رەق ، كۈمۈش ۋە رەق ، قىزىل ياقۇت ھەر بىرى 6 گرام ، مارجان ، مەرۋايىت ،
كەھرىبا ھەر بىرى 3 گرام ، ئۇد 2 گرام ، ئاق شېكەر 500 گرام ، بېھى سۈيى ، گۈلاب ،
ئاچچىق ئانار سۈيى ، ئاچچىق تۇرۇنجى سۈيى ، زىرىق سۈيى ، رەۋەن شەربىتى 70 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، شېكەرنى مەزكۇر مېۋىلەر سۈيىدە قىيام قىلىپ
يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : قاننى تازىلاش ، مالىخۇلىيا تۈزىتىش ، رەئىس ئەزالارنى كۈچەيتىش ،
باھنى كۈچەيتىشتە كۆرۈنەرلىك تەسىرگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3~6 گرام
ئىچىلىدۇ .

مۇفەررىھى بۇئەلى

تەركىبى : غارىقۇن ، ئەفتىمۇن ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ، قەلەمفۇر ، رەيھان ھەر بىرى
5 گرام ، گىلى ئەرمىنى ، لاجىۋەرد ، نېفىت تۈزى ، زۇرنىباد ، پىل سۆڭىكى ، دورنەج
ئەقىرىبى ، ئاق بەھمەن ، گاۋزەبان ھەر بىرى 4 گرام ، سۈنبۇل ھۇماما ، ئىگىر ، سازەج
ھىندى ، دارچىن ، يالپۇز ، پىننە ، زۇفا ، زىرە ، قىزىل ياقۇت ، ئەقىق ھەر بىرى 3 گرام ،
ئالتۇن ۋە رەق ، يۇمىغاقسۇت ، تاغ چىڭگىسى ئۇرۇقى ، ھېلىۇن ئۇرۇقى ، جوھۇت تېشى ،
چىڭگىسەي ئۇرۇقى ، مۇرمەككى ، كۈندۈر ، زەفەر ئاقمۇچ ھەر بىرى 2 گرام ، كۈمۈش ۋە
رەق 1 گرام .

ياسىلىشى : جاۋاھىرات دورىلارنى ئۇپىدەك يۇمشاق سوقۇپ ئالتۇن ۋە رەق ،
كۈمۈش ۋە رەقلەر بىلەن قوشۇپ شاراب بىلەن ياخشى سالاھىيە قىلىنىدۇ . قالغان دورىلارنى
يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن قىلىنغان مۇرابباغا
ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ھەمدە دورا بىلەن يۇغۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەك قالايمىقان سېلىش ، يۈرەك ئاجىزلاش ، يالغۇز-
لۇقنى خالاش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . مېڭە ، ئاشقازان ، جىگەر ، ئال ئاجىزلىقىغا





ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ . قۇلۇنجى ، ھەر خىل بوغۇم كېسەللىكلىرىنى قالدۇرىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى دىلكۇشا ھار

تەركىبى : پوستى تۇرۇنجى ، قىزىلگۈل ، بادىرەنجىبۇيا ، تەرخەمەك مېغىزى ، بەگىنەي قوغۇن مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، قارا ھېلىيلە ، بادام مېغىزى ، ئاق خەشخاش ، ئاقلىغان كۈنجۈت ، دارچىن ھەر بىرى 9 گرام ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 8 گرام ، زەپەر 6 گرام ، ئىپار 5 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى 3 گرام ، قەنت ، تەرمەنجىبىن ھەر بىرى 280 گرام .

ياسىلىشى : تەرمەنجىبىننى گۈلابتا ئېرىتىپ قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان يۈرەك ئاجىزلاش ۋە يۈرەك تىت رەشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى دىلكۇشاىى مۆتىدىل

تەركىبى : گاۋزەبان ، شاھتەررە ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 30 گرام ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 15 گرام ، قۇرۇق يۇمىلاقسۈت ، تاباشىر ھەر بىرى 9 گرام ، كابۇلى ھېلىيلە ، پىستە پوستى ، تۇرۇنجى ، قىزىلغان پىلە ، تېشىلىمگەن مەرۋايىت ھەر بىرى 6 گرام ، ئۇد خام 5 گرام ، مارجان ، كەھرىبا ، زۇرنىباد ، دورنەج ئەقرەبى ھەر بىرى 3 گرام ، ئانار سۈيى ، بېھى سۈيى ، قىيمىقۇ سۈيى ، زىرىق سۈيى ھەر بىرى 30 م ل ، قەنت ، بىنەپشە شەربىتى ھەر بىرى 300 م ل .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل يۈرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .





كۆڭۈلگە خوشلۇق كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى سەغىر مۆتىدىل

تەركىبى : گاۋزەبان ، مارجان ، قۇرۇق يۇمىلاقسۇت ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، ئاق بەھمەن ، پوستى تۈرۈنجى ، كەھرىبا ، كۆپدۈرۈلگەن پىلە ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا ، كافۇر يېرىم ھەسسە ، ھەسەل ، ھېلىيلە مۇراپباسى ھەر بىرى 2 ھەسسە .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مېگە ، يۈرەك ، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش ، ۋەسۋەسىنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى سەھىل ۋۇجۇت

تەركىبى : خام پىلە 90 گرام ، قەلەمقۇر ، بەسباسە ، ئەفتىمۇن ، قاقىلە ، قىزىل سەندەل ھەر بىرى 21 گرام ، رەيھان ئۇرۇقى ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، تۆمۈر ، كۈمۈش ، ئالتۇن ، مىس ، تۇچ ۋە چويۇنلارنىڭ تەكرار داغلانغان داغمال سۈيى 5 لىتر ، ئالما سۈيى 5 لىتر ، قەنت 5 كىلوگرام .
ياسىلىشى : رەيھان ، بادىرەنجىبۇيىدىن باشقا دورىلارنى تالقانلاپ خالىتىغا سېلىپ ئاغزىنى بوغۇپ داغمال سۈيىگە چىلاپ 10 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ . ئۇندىن كېيىن $\frac{1}{4}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ قىيام قىلىپ سوۋۇغاندىن كېيىن رەيھان ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقلىرىنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەك قالايمىقان سېلىش ، ئەزالار تىترەش ، ماغدۇر-سىزلىنىش ، كوناغان باش ئاغرىش ۋە جىگەر ئاغرىقلىرى ، نېرۋا كېسەللىكلىرى ، گالۋاڭلىق قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ، قاننى تازىلايدۇ . شۇ مەقسەتلەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .



تەركىبى : قۇرۇق پىننە ، سۈسەنپەر ، دارچىن ، كۈنجۈت ، جويۇز ، كۈمۈش ۋە رەق ، كەھرىبا ، ياقۇت ھەر بىرى 45 گرام ، فەرەنجىمىشكى 18 گرام ، ئىگىر ، ئۇد قىمارى ھەر بىرى 15 گرام ، زۇرنىباد ، دۈرنەج ئەقرەبى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، بادىرەنە جىسبۇيا ھەر بىرى 6 گرام ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 780 م ل ، سۈت 750 م ل ، بىنەپشە يېغى 72 م ل ، بېدىمىشكى ئەرىقى ، ئالما سۈيى ، رەيھان سۈيى ، گاۋزەبان سۈيى ھەر بىرى 45 م ل .

ياسىلىشى : چىلاشقا تېگىشلىك دورىلار مېۋە ۋە دورا سۇلىرىغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇلىدۇ . ھەسەل بىلەن سۈتنى ئارىلاشتۇرۇپ تاكى ھەسەل قالغىچە قايناتقاندىن كېيىن بىنەپشە يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ يەنە بىرئاز قاينىتىلىدۇ . ئوتتىن ئېلىپ بىر كېچە قويغاندىن كېيىن يەنە بىرئاز قاينىتىپ ئۈستىدىن مېۋە ۋە دورا سۇلىرىغا چىلانغان دورىلارنى ئا- رىلاشتۇرۇپ يەنە بىرئاز قاينىتىلىدۇ . يەنە بىر كېچە تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئەگەر ئۈستىگە ئازراق سۇ يىغىلغان بولسا يەنە بىرئاز قاينىتىپ چۈشۈرۈپ ، سوۋۇغاندىن كېيىن كەھرىبا ، كۈمۈش ۋە رەق ، ياقۇتلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆڭۈلنى خۇش قىلىش ، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەت- لەش ، يۈرەك قالايمىقان سېلىش ، يۈرەك تىترەش ، ئىستىسقا ، تاماق سىگمەسلىك ، باھ- ئاجىزلاش ، بوغۇملار ئاغرىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . زەھەرگە قارشى تۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەتىگەن ناشىدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

تەركىبى : ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، دۈرنەج ئەقرەبى ، بادىرەنجىبۇيا ، گاۋ- زەبان ، قىزىلگۈل ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، تاباشىر ، كابابەچىنى ، قەلەمفۇر ، زەرنەپ ، دارچىن ، رەيھان يوپۇرمىقى ، سىيسەمبەر ، سازەج ھىندى ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، ياۋا رەيھان ، تاجىگۈل ، ئۇد خام ، سەئدى كوفى ، سۈنبۇل ، زەپەر ، مەستىكى ، ھەببۇلئاس ھەر بىرى 15 گرام ، گىلى ئەرمىنى ، ئەنپەر 9 گرام ، ئالتۇن ۋە رەق ، كۈمۈش



ۋەرمەق ، ياقۇتى روممانى ، لەئەلە ، تېشىلىمگەن مەرۋايىت ، مارجان ، كەھرىبا ، سۆڭلەپ ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، مۇدەببەر قىلىنغان زىرە ھەر بىرى 6 گرام ، ئىپار 3 گرام ، نەشە يېرىم ھەسسە ، ھەر خىل مېۋىلەر شەربىتى 1 ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، مېگە ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى مۆتىدىل

تەركىبى : ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، تاباشىر ھەر بىرى 24 گرام ، ئەفتمۇن ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 18 گرام ، كەھرىبا ، كاسىنى ئۇرۇقى ، يۇمىلاقسۇت ھەر بىرى 15 گرام ، سازەج ھىندى ، زورەنىباد ، فەرەنجىمىشكى ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، بىنەپشە ، گىلى ئەرمنى ھەر بىرى 12 گرام ، زەپەر ، كافۇر ھەر بىرى 3 گرام ، ئىپار 2 گرام ، ئالما شەربىتى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : ئىپار ، زەپەر ، كافۇرلارنى ئايرىم سالايە قىلىپ ، باشقا دورىلارنى تالقانلاپ ئالما شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ ، سالايە قىلىنغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ ، خوشلۇق پەيدا قىلىدۇ . يۈرەك تىترەشنى يوقىتىدۇ ، رەڭگى - روينى ياخشىلايدۇ ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6~9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى ھار ئەسەبىي

تەركىبى : بادىرەنجىبۇيا ، پوستى تۇرۇنجى ، گۈلدارچىن ، زەپەر ، مەستىكى ،





جويۇز ، قاقىلە ، نارمىشكى ، سوك (ئامىلە جىمۇھىرى) ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ،
زۈرەنباد ، رەيھان ئۇرۇقى ، دورنەج ئەقرەبى ، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا ، ئىپار ،
ئەنبەر ھەربىرى يېرىم ھەسسە ، ئامىلە 30 دانە ، كابىلى ھېلىلە پوستى 20 دانە .

ياسىلىشى : ھېلىلە ، ئامىلەنى 2 لىتر سۇ بىلەن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ
سۈزۈپ ، ھەسەلنى قوشۇپ قىيام قىلغاندىن كېيىن يەنە ئۈستىدىن 3 ھەسسە ھەسەل قۇيۇپ
قۇيۇپ قىيام قىلىپ دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مالىخۇلىيا ، قورقۇنچ ، بېشىش ، يۈرەك تىترەش
قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ . ئىشتىھانى ئاچىدۇ . رەڭگى - رو-
يىنى چىرايلىق قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرام
ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى ھار سەغرى

تەركىبى : نەشە 30 گرام ، فىلىفىل ، قارامۇچ ، بەسباسە ھەر بىرى 15 گرام ، زەپەر
9 گرام ، قەنت 165 گرام ، گۈلاب مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، نەشەنىڭ يېغىنى ئېلىپ ، قەنتنى گۈلابتا قىيام
قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆڭۈلگە خۇشلۇق كەلتۈرۈش ، ئاغرىق پەسەيتىش
تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى ياقۇتى

تەركىبى : تېشىلىمگەن مەرۋايىت ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ، لاجىۋەرد ، لەئلى ،
كەھرىبا ، نېلۇپەر ، زىرىق ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ، ئۇد ھىندى ، پوستى
تۈرۈنچى ، گاۋزەبان ، قىزىل بەھمەن ، زىراۋەند ، كاسىنى ئۇرۇقى ، كۆيدۈرۈلگەن پىلە ،





كافۇر ، ئەنبەر ھەر بىرى 9 گرام ، قىزىل سەندەل ، گىلى مەختۇم ، بادىرەنجىبۇيا ، ئاق بەھمەن ھەر بىرى 6 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق ، ئەقىق ، قاشتېشى ، سازەج ھىندى ، زۇرەباد ، دورنەج ئەقرەبى ، ئىپار ھەر بىرى 2 گرام ، ئامىيلە شىرىسى ، ھېلىيلە پوستى ، بېھى شەر-بىتى ھەر بىرى 40 م ل ، گۇلاب ، ئالما شەربىتى ، تاتلىق ئانار شەربىتى 180 م ل ، قەنت 150 گرام .

ياسىلىشى : ھېلىيلەنى قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ ، شەربەت دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىپ ، قالغان دورىلارنى تالغانلاپ قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مالىخۇلىياغا مەنپەئەت قىلىدۇ ، مېڭە ، جىگەر ، ئاشقازان ۋە يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ ، ئۇيقۇنى نورماللاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3~6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى ياقۇتى بارىد

تەركىبى : ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 30 گرام ، تەرخەمەك مېغىزى ، قوغۇن مېغىزى ، يۇمىخاقسۇت ، زىرىق ئۇسارىسى ، گىلى ئەرمىنى ، ئامىيلە شىرىسى ، گاۋزەبان ھەر بىرى 15 گرام ، كافۇر ، سەندەل ، مەرۋايىت ، مارجان كەھرىبا ھەر بىرى 9 گرام ، بادىرەنجىبۇيا ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، دۈرنەج ئەقرەبى ، پىلە ، پىستە پوستى ھەر بىرى 6 گرام ، قىزىل ياقۇت 1 گرام ، زەپەر 2 گرام ، ئالما شەربىتى 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ . خوشلۇق كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇفەررىھى ياقۇتى بۇ ئەلى

تەركىبى : تەرەنجىبىن 30 گرام ، گاۋزەبان ، كاسىنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ،





تەرخەمەك مېغىزى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 12 گرام ، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى ، رەيھان ئۇرۇقى ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، بادىرەنجىبۇيا بەرگى ، ئۈستۈخۇدۇس ھەر بىرى 9 گرام ، سۈنبۇل ، سازەج ھىندى ھەر بىرى 8 گرام ، قىزىلغان پىلە ، كۆيدۈرۈلگەن دەريا قىسقۇچ پاقىسى ، ئىپار ، دۈرنەج ئەقرەبى ھەر بىرى 6 گرام ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، كەھرىبا ، مارجان ، ئەفتمۇن ھەر بىرى 5 گرام ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، كافۇر ، ئۇدھىندى ، گىلى ئەرمىنى ، لاجىۋەرد ، مەستىكى ، قېلىن دارچىن ، دارچىن ، زەپەر ، لېچىندانە ، قاقىلە ، بەسباسە ، پارپا ، ئەنبەر ، ياقۇت ھەر بىرى 3 گرام ، سۈرۈپ سالاىە قىلىنغان تىللا 1 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : ھەب ياساش قائىدىسى بويىچە يۇغۇرۇپ 3 گراملىق تابلىت قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرى ، ئاشقازان ئاغرىقى ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . رەئىس ئەزالارنى كۈچەيتىپ ، كۆڭۈلگە خوشلۇق كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : تەييارلاپ ئالتە ئايدىن كېيىن بىر دانىدىن ئىس تېمال قىلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : پارپا تېپىلمىسا ئورنىغا 9 گرام زورەنباد سالىسىمۇ بولىدۇ .

مۇفەررىھى ياقۇتى ھار

تەركىبى : ھاراققا چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئامىيلە 60 گرام ، گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ، فەرەنجىمىشكى ئۇرۇقى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 21 گرام ، قىزىلگۈل 15 گرام ، زۇرنىباد ، دۈرنەج ئەقرەبى ، كابابەچىنى ، قاقىلە ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 9 گرام ، دارچىن ، يۇمىغاقسۇت ، تاباشىر ، كەھرىبا ، مارجان ، ئۇدھىندى ، پىلە ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، قەلەمفۇر ، زەرنەب ھەر بىرى 6 گرام ، زەپەر 5 گرام ، ئالتۇن ۋەرمەق ، كۈمۈش ۋەرمەق ، قىزىل ياقۇت ، ئىپار ھەر بىرى 2 گرام ، ھەسەل بىلەن تەييارلانغان ھېلىيلە مۇرابباسى 150 م ل ، ئالما شەرىپىتى ۋە گۈلابتا تەييارلانغان جۇللەپ مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : جاۋاھىرات دورىلارنى يۇمشاق سالاىە قىلىپ ، قالغان دورىلارنى شو- قۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھېلىيلە مۇرابباسىنى جۇللەپتا قىيام قىلىپ ، دورا تالقانلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى ئىسسىق .





تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەكنى كۈچەيتىپ ، بىئاراملىقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3~6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

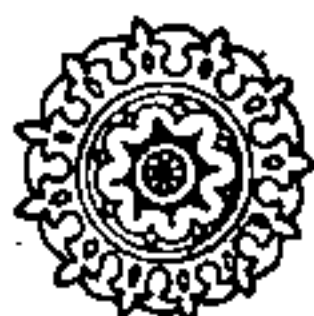
ياقۇتى مۆتىدىل

تەركىبى : گاۋزەبان ، ئامبىلە ھەر بىرى 15 گرام ، تېشىلىمگەن مەرۋايىت ، بادىرەنجىبۇيا ، پىستە پوستى ، تۇرۇنجى پوستى ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرام ، ئاق بەھمەن ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ، گىلى ئەرمىنى ، تاباشىر ھەر بىرى 6 گرام ، مارجان قىزىل بەھمەن ، كابابەچىنى ، لەيلى ، ئۇدخام ھەر بىرى 5 گرامدىن ، كەھرىبا ، قاشتېشى ، قەلەمفۇر ، دارچىن ، سازەج ھىندى ھەر بىرى 3 گرام ، سېرىق ياقۇت ، ئەنبەر ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق ، زۇرنىباد ، كافۇر ، زەپەر ، ھەر بىرى 2 گرام ، بېھى شەرىبىتى 60 م ل ، ئالما شەرىبىتى 120 م ل ، قىيمىقۇ شەرىبىتى 270 م ل .

ياسىلىشى : سوقىدىغانلىرىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، جاۋاھىراتلارنى ئۆز رېتى بويىچە سالايە قىلىپ ، شەربەتلەرنى قىيام قىلىپ سوۋۇغاندىن كېيىن تالقانلارنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ئاجىزلىقى ، يۈرەكنىڭ قالايمىقان سېلىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ . يۈرەكنى كۈچەيتىپ خوشلۇق پەيدا قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





نەپەس ئەزالار كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

كاناي ۋە ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تەرباقى نەزلە

تەركىبى : ئاق خەشخاش ئۇرۇقى 120 گرام ، بەزىرۈلبەنجى ، پوستى خەشخاش (كۆكنار غوزىسى) ھەر بىرى 100 گرام ، قارا سونا ئۇرۇقى 60 گرام ، گاۋزەبان گۈلى ، ھەببۇلئاس ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، ئاقلانغان يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ، مۇرساقى ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ، نىشاستە ، رۇببۇسۇس ، قىزىلگۈل ، ئۇس تۇخۇدۇس ھەر بىرى 15 گرام ، شېكەر 1 كىلوگرام .

ياسىلىشى : قىزىلگۈل ، رۇببۇسۇس ، نىشاستە ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، ئاقلانغان يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ، مۇرساقى قاتارلىقلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ، قالغان دورىلارنى بىر كېچە چىلاپ ئەتىسى قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۇنىڭغا يۇقىرىدىكى دورا تالقىنىنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : نەزلىنى توختىتىش ، كۆكرەكنى بوشتىش ، يۆتەل پەسەيتىش ، ئاغرىق توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : نەزلە خاراكتېرلىك باش ئاغرىش ، زۇكام ، يۆتەل ۋە كۆكرەك چىڭقىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى زىرىق

تەركىبى : ئاقىر قەرھە ، قارامۇچ ، ئانار پوستى ، خەشخاش يوپۇرمىقى ، چۈچۈكبۇيا





يىلتىزى ، مۇغلان دەرىخى پوستى ، ئاق تىكەن ياغىچى ، ھىندى تۇزى ، تاش تۇز
ھەربىرى 6 گرام ، ئەپيۇن 2 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ، ئەلگەپ ، ھۆل زەنجىبىل شىرىسى بىلەن
يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : نەپەس سىقىلىش ، بەلغەمدىن بولغان يۆتەل قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىل
لىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : زىققا ، يۆتەل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

داۋائى كىرىت

تەركىبى : ئاقمۇچ 36 گرام ، سوزاپ ، قوستە تەلخ ھەربىرى 15 گرام ، گۈڭگۈرت
سېرىقى ، مۇرمەككى ، بەزرۇلبەنجى ، قىرەدمەنا ، مئەسائىلە ھەربىرى 12 گرام ،
سەلخۇلەيىيە 8 گرام ، ئەپيۇن ، زەپەر ھەربىرى 3 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇ-
رۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دەم سىقىش ۋە بەلغەمدىن بولغان يۆتەللەرگە مەنپەئەت
قىلىدۇ . يىرىڭسىمان بەلغەملەرنى يوقىتىدۇ . ھەر خىل كونا تەب ، بەزگەك ، ئىستىسقا ،
تال ئاجىزلىقى ، سىيش قىيىنلىشىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . بۆرەك ، دوۋساقتىكى
تاشلارنى پارچىلايدۇ ، زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

رۇبىۋسۇس

تەركىبى : چۈچۈكبۇيا يىلتىزى (بىخسۇس) 10 كىلوگرام .





ياسىلىشى : چۈچۈكبۇيا يىلتىزنى پاكىزلەپ ، قوۋزاقلىرىنى ئېلىۋېتىپ ، ئاقلانغان يىلتىزنى چالا سوقۇپ 50 لىتر سۇغا چىلاپ ، يېرىمى قالغىچە قاينىتىلىدۇ . تەمى تولۇق چىقىپ بولغاندىن كېيىن سۈزۈپ ، يەنە تاكى ھالۋىدەك بولغىچە قاينىتىلىدۇ . ساقلاشتا قاچىنىڭ ئاستىنى كۈنجۈت يېغىدا ياغلاپ قاچىلاپ ساقلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : يۆتەل پەسەيتىش ، بەلغەم بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان يۆتەل ۋە ئۆپكە كېسەللىكلىرى ، بەدەندىن كېرەكسىز ھۆللۈكلەرنى چىقىرىپ تاشلاش ، خۇن كەلتۈرۈش ۋە چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ . بالىلارغا بەرگەندە ئەھۋالغا قاراپ كېمەيتىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى تەييارلاشتا كۆيدۈرۈپ قويۇشتىن ياكى ياخشى قىيام قىلماي سېستىپ قويۇشتىن ساقلىنىش لازىم .

زىمادى زاتىرىيە

تەركىبى : بىنەپشە ، ئاق لالە ئۇرۇقى ، بابۇنە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 30 گرام ، لوپىيا ئۇنى ، ئارپا ئۇنىنىڭ ھەر بىرى 20 گرام ، ئىسبەغۇل ، زىغىر ھەر بىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئىسبەغۇل ۋە زىغىر لۇئابلىرى بىلەن خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئۆپكە ئىششىقنى تارقىتىپ ، كۆكرەك ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : زاتىرىيە (ئۆپكە ياللۇغى) ، زاتىلجەنبى (كۆكرەك پەردە ياللۇغى) قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قىزىق پېتى كۆكرەك





سەرتىدىن ئىششىغان سەھەگە تېگىلىدۇ .

زىمادى شەۋسە

تەركىبى : گۈلبىنەپشە ، بابۇنە ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، بۇغداي كېپىكى ، ئارپا ئۇنى ، زىغىر ئۇنى ، شۇمشا باراۋەر مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، زىغىر لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : يەل تارقىتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : زاتىرىيە ، زاتىلجەنبى ، قوۋۇرغا ئارىلىق ئىششىقلىرى ۋە ھەر خىل سانسىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سۇيۇق زىماد تەييارلاپ كۆكرەك سەرتىدىن چېپىلىدۇ .

سۇفۇفى سۇئال

تەركىبى : نىشاستە (بۇغداي كراخمالى) ، ئاقلانغان بادام مېغىزى ھەر بىرى 500 گرام ، شېكەر 250 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : بەلغەم بوشتىش ، يۆتەل پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە ئىششىقى ۋە يۆتەلگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بالىلارغا 2~4

گرام ، چوڭلار 5~8 گرام ئىستېمال قىلىدۇ .





سۇفۇقى سۇئال مۇرەككەب

تەركىبى : بادام مېغىزى ، تۇخىمى كەتان ، تۇخىمى ھولبە (يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى) ،
 نىشاستە ، تۇخىمى خەشخاش ، مېغىزى پەنبىدانە (چىگىت) ، بىخسۇس ھەر بىرى 40
 گرام ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، رۇببۇسۇس ھەر بىرى 10 گرام ، شېكەر 750 گرام .
 ياسىلىشى : بادام مېغىزى ، زىغىر ، ھولبە پەنبىدانەلەرنىڭ پوستىنى ئاقلاپ ، مې-
 خىزىنى ئېلىپ يۇمشاق سوقۇلىدۇ . چۈچۈكبۇيا يىلتىزى (بىخسۇس) نىڭ قۇۋزىقىنى
 ئاقلاپ سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ . قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ، ئەلگەپ ، ھەممە
 دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەم بوشىتىدۇ ، يۆتەل پەسەيتىدۇ ۋە شۇ
 مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5~8 گرام ئىستېمال
 قىلىنىدۇ . ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك .

سۇفۇقى نەفسۇددەم I

تەركىبى : بېھى ئۇرۇقى 60 گرام ، مارجان ، كەھرىبا ، مەرۋايىت ، چۈچۈكبۇيا ،
 يىلتىزى قىيامى (رۇببۇسۇس) ، ئاقاقىيا ، لەھيەتۇتتىس (تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكى)
 ئۇسارىسى ھەر بىرى 9 گرام ، ئەپيۇن 6 گرام ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ، گىلى ئەرەبى ،
 گىلى مەختۇم ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، خەشخاش ھەر بىرى 3 گرام .
 ياسىلىشى : سۇفۇق تەييارلاپ قاندىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
 ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا سېمىز ئوت سۈيى
 بىلەن 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



سرکەنجىبىن ئەنسلى

تەركىبى : ئەنسلى 100 گرام ، زىرە ، زەنجىبىل ، ئاقىرقەرھە ، غۇلجاڭ ، زۇفا ، پىننە ، يالىپۇز ، قارامۇچ ھەربىرى 15 گرام ، ياۋا زەدەك ئۇرۇقى 10 گرام ، قىرەدەنە ، سوزاپ ئۇرۇقى ھەربىرى 6 گرام ، قەنت 600 گرام ، سرکە 200 م ل .

ياسىلىشى : يىرىك دورىلارنى چالا سوقۇپ ، قالغان دورىلار بىلەن بىللە 2.5 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، ئەتىسى قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ سرکە ، قەنتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ، كۆكرەكنى بوشىتىش ، نەپەس ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : دەم سىقىش ۋە سوغۇقتىن بولغان يېڭى ، كونا يۆتەللەرنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ، 3 ياشتىن چوڭ بالىلارغا كۈندە 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شارابى سۇئال

تەركىبى : ئەنجۈر قېقى 200 گرام ، ئۈزۈم 60 گرام ، ئەنسلى (ياۋا پىياز) 30 گرام ، رۇمبادىيان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەربىرى 15 گرام ، قەنت 800 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى 2.5 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، ئەتىسى قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سىقىپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : نەپەس يوللىرىنى ئاچىدۇ ، كۆكرەكنى بوشىتىدۇ ، كونا يۆتەلنى ئوخشىتىپ دەم سىقىشنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە كېسەللىكلىرىدە كۆكرەكنى بوشىتىش ، يۆتەل پەسەيتىپ ، نەپەسنى ياخشىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ،

باللارغا 30 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپىتى بىخسۇس

تەركىبى : ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 100 گرام ، پىرسىياۋشان ، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى ، ئۇششاق ئۈزۈم ، چىلان ھەربىرى 60 گرام ، زۇفا ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، رۇم بادىيان ، بادىيان ھەربىرى 30 گرام ، قەنت 500 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى سوقۇپ ، يۇمشاقلىرى بىلەن بىللە 3 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : كۆكرەك ۋە جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ، قاننى تازىلاش ، ئۆپكەنى پاكىزلاش ، بەلغەم بوشىتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، دەم سىقىشنى توختىتىپ ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش ، يۆتەل پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە ، جىگەر كېسەللىكلىرىگە توسالغۇلارنى ئېچىپ ، ئىششىق ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى تۇخىمى كەرەفىشى

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 130 گرام ، تاغ چىڭگەي ئۇرۇقى 120 گرام ، چىلان ، ئەنجۈر قېنى ھەربىرى 100 گرام ، سەرپىستان ، زۇفا ، پىرسىياۋشان ، يالپۇز ھەربىرى 30 گرام ، بادام مېغىزى ، چىلغوزە مېغىزى ، شۇمشا ، ئارپا بادىيان ، رۇم بادىيان ھەربىرى 15 گرام ، مەستىكى ، دارچىن ، زەنجىبىل ھەربىرى 6 گرام ، قەنت 2 كىلوگرام .

ياسىلىشى : مېغىز دورىلار ئايرىم سوقۇلىدۇ . باشقا قۇرۇق دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى چالا سوقۇپ ، ھەممە دورىنى 4 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلام يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : كۆكرەك ۋە جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ . قويۇق بەلغەمنى يۇمىدۇ .



شىمىتىپ ، نەپەس يوللىرىنى تازىلايدۇ ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ ، يۆتەل پەسەيتىدۇ .
ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان زۇكام ۋە ھەرخىل ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 30 م ل ،
بالىلارغا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى خەشخاش

تەركىبى : كۆكنار شاكىلى 500 گرام ، شېكەر 5 كىلوگرام .
ياسىلىشى : كۆكنار شاكىلىنى چالا سوقۇپ 3 لىتر سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن
كېيىن 2.5 لىتر قالغىچە قاينىتىلىدۇ . ئۈستىگە شېكەرنى سېلىپ دورا سۈيى قىيام بولغىچە
يەنە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : تىنچلاندۇرۇش ، يۆتەلنى پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھۆل ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل ، ئارقا تەرەتتىن قان كېلىش ،
سۈيدۈكنىڭ كۆيۈشۈپ كېلىشى ، ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىش قاتارلىقلارغا
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 4 م ل ئىچىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : كۆپ ئىچكەندە مەست قىلىش رولىنى ئوينايدۇ ھەتتا زەھەرلەپ قو-
يىدۇ . شۇڭا ، سوغۇق مىزاجلىق بىمارلارغا ۋە بالىلارغا بەرمەسلىك لازىم .

شەربىتى زۇفا I

تەركىبى : ئۇششاق ئۈزۈم 100 گرام ، ئەنجۈر قېقى 60 گرام ، زۇفا ، پىرسىياۋشان
ھەربىرى 20 گرام ، ئارپا بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا ھەربىرى 15 گرام ،
شۇمشا ، كاسىنى ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ،





سەۋسەن يىلتىزى ھەر بىرى 10 گرام ، بادام مېغىزى 6 گرام ، ئاق قەنت بىر كىلوگرام .
ياسىلىشى : دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى چالا سوقۇپ 3 لىتر سۇغا بىر كېچە
چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەي-
يارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ . نەپەس يوللىرىدىكى قويۇق ماددىلارنى
تازىلايدۇ . يۆتەل ۋە دەم سىقىشنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان زۇكام ، كاناي ياللۇغى ۋە ھەرخىل ئۆپكە كې-
سەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

شەربىتى زۇفا I

تەركىبى : ئەنجۈر 100 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، چىلان ، سەرپىستان ،
گۈلسەۋسەن يىلتىزى ، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، پىرسىياۋشان
ھەربىرى 30 گرام ، بادىيان يىلتىزى ، زۇفا ھەر بىرى 20 گرام ، بېھى ئۇرۇقى ، رۇم باد-
يان ، ئارپا بادىيان ھەربىرى 15 گرام ، ئاقلانغان ئارپا ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق
مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، چىلغوزە مېغىزى ، ئىزخىر ، ئاق لەيلى
ئۇرۇقى ، سۈنبۇل ، زىغىر ھەر بىرى 10 گرام ، ئاق قەنت بىر كىلوگرام .

ياسىلىشى : دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ ، قالغانلىرى بىلەن بىللەن 3
لىتر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ ، سۈزۈپ ،
قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، قاننى تازىلاش ،
سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ، ماددىلارنى تازىلاش ، ئىششىق قايتۇرۇش ، نەپەسنى ياخ-
شىلاش ، كۆكرەك ئاغرىشنى پەسەيتىش ، يۆتەل توختىتىش ، دەم سىقىشنى ئازايتىش ،
كۆكرەك ، جىگەر ۋە قان تومۇرلاردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان زۇكام ، يۆتەل ، يۈرەك ئاجىزلىقى ، كاناي ۋە





كاناي شاخچىلىرىنىڭ غىدىقلىنىشى ، كۆكرەك چىڭقىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 100 م ل ،
بالىلارغا 30 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپى زۇفا II

تەركىبى : چىلان ، ئەنجۈر ھەر بىرى 100 گرام ، سەرپىستان 30 گرام ،
پىرسىياۋشان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، زۇفا ھەر بىرى 20 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھە-
مىشە باھار ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، گۈلبىنەپشە 12 گرام ، قەنت 500 گرام .
ياسىلىشى : ئۇرۇق دورىلارنى چالا سوقۇپ قالغان دورىلار بىلەن بىللە 3 لىتر
سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ قى-
يام قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : بەلغەمنى تازىلايدۇ . نەپەس يوللىرىنى ئاچىدۇ . سوغۇقتىن بولغان
يۆتەلنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان زۇكام ، كاناي ۋە كاناي شاخچىلىرى ياللۇغى
ھەمدە ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 100 م ل ،
بالىلارغا كۈندە 5 قېتىم ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپى زۇفا مۇھەللىل

تەركىبى : تەرەنجىبىن 250 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 30 گرام ، چىلان 15 دانە ،
ئەنجۈر 10 دانە ، پىرسىياۋشان 18 گرام ، زۇفا 15 گرام ، بادىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىل-
تىزى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، سەۋسەن يىلتىزى ، ئارپا بادىيان ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي
ئۇرۇقى ، كاسىنى ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، شۇمشا ئۇرۇقى ، ئىزخىر ، سۈنبۇل ، تاغ
پىيىزى ، ھەببى بىلسان ، ئۇد بىلسان ھەر بىرى 6 گرام ، قەنت 500 گرام .
ياسىلىشى : شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .





تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دەم سىقىشنى پەسەيتىدۇ . ئىششىق ياندۇرىدۇ ، يۆتەل پەسەيتىدۇ ، نەزلە ۋە ئىستىسقالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپى زۇفا نەزلە

تەركىبى : سانا 30 گرام ، چىلان 20 دانە ، ئەنجۈر 10 دانە ، پىرسياۋشان ، زۇفا ھەر بىرى 12 گرام ، تاغ پىيېزى 9 گرام ، بادىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، ئارپا بادىيان ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، كاسىنى ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، گاۋزە-بان ، بادىرەنجىبۇيا ، قىزىلگۈل ، زىرە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، قەنت 500 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .

تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۆتەل پەسەيتىدۇ ، زۇكام ، نەزلە ۋە ھەر خىل ئىستىسقالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ، يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ . مېڭىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپى زۇفا ھار

تەركىبى : سەرپىستان 50 دانە ، چىلان 30 دانە ، ئەنجۈر 20 دانە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، زۇفا ھەر بىرى 24 گرام ، پىرسياۋشان 21 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، گۈلبىنەپشە 12 گرام ، قەنت 500 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تاييارلىنىدۇ .



تەسسىرى : سوغۇقتىن بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ ، كۆكرەك ۋە ئۆپكەنى تازىلايدۇ . نەپەس سىقىلىشنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ۋە نەپەس سىقىلىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى كەتان

تەركىبى : زىغىر ، بىنەپشە ، شۇمشا ئۇرۇقى ھەر بىرى 36 گرام ، ئىسبەغۇل ، قەنت مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئېزىپ ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تاييارلىنىدۇ .
تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان ئارىلاش يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15~30 مىللىل چىلىدۇ .

شەربىتى ھەمىشە باھار

تەركىبى : بىنەپشە ، نېلۇپەر ، خەشخاش ھەر بىرى 9 گرام ، چىلان ، ھەمىشا باھار ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، زىغىر ، رەيھان ئۇرۇقى ، شۇمشا ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، ئىسبەغۇل ، بېيى ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، كۆكنار غوزىسى 2 دانە ، ھەسەل ، قەنت 1 ھەسسە .

ياسىلىشى : شەربەت تاييارلاش ئۇسۇلىدا ياسىلىدۇ .
تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۆتەلنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ .

شەربىتى ئۇنناپ I

تەركىبى : چىلان 300 گرام ، ئەينۇلا ، ئەنجۈر ، ھەر بىرى 100 گرام ، بىنەپشە 30

گرام ، قەنت 1 كىلوگرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى 1.5 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قال
خېچە قاينىتىپ ، سىقىپ ، سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : يۆتەل توختىتىش ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش ، سەپرانى سۈرۈش ،
قاننى سوۋۇتۇش ، قاننى تازىلاش ، ھارارەتنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : قان بۇزۇلۇشتىن بولغان بارلىق ئىچكى ۋە تاشقى كېسەللىكلەرنى
داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 100 م ل ،
بالىلارغا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپى ئۇنىاب سىيىانى

تەركىبى : چىلان 300 گرام ، يۇمىلاقسۇت ئۇرۇقى ، شۇمشە ، كاسنى يىلتىزى
ھەر بىرى 45 گرام ، قەنت 300 گرام .

ياسىلىشى : شەربەت تەييارلاش قائىدىسى بويىچە قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .
قان تازىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ بالىلارغا مەخسۇس تەييارلانغان ياسالما
بولۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى خەشخاش I

تەركىبى : تاباشىر 15 گرام ، قىزىلگۈل ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 12 گرام ، ئاق
خەشخاش ، قارا خەشخاش ھەر بىرى 9 گرام ، نىشاستە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ،
كەتىرا ھەر بىرى 6 گرام ، زەپەر 1.5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس ياسىلىدۇ .

تەسىرى : كۆكرەك ۋە ئۆپكە جاراھەتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : زاتىرىيە ، ئۆپكە ۋە كاناي شاخچىلىرىنىڭ ئىچكى زەخمىلىرى



ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى زاتىل

تەركىبى : بىنەپشە ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ، ھەمىشە با . ھار ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ، ئىزخىر چېچىكى ، ئىككىلىمەلىك ، كەتىرا تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالغانلاپ زىغىر لۇئابى بىلەن قۇرس ياسىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تىل كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەنجۈر شەرىپتى بىلەن ئەھۋالغا قاراپ يېيىلىدۇ .

قۇرسى زاتىلجەنبى

تەركىبى : بىنەپشە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەر بىرى 30 گرام ، نىشاستە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، كەتىرا ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 9 گرام ، ئىسبەغۇل لۇئابى ، بېھى ئۇرۇقى لۇئابى ، زىغىر لۇئابى مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالغانلاپ لۇئابىلار بىلەن قۇرس قىلىنىدۇ .
تەسىرى : بەلغەم بوشىتىش ، ماددىلارنى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : زاتىلجەنبى (كۆكرەك پەردە ياللۇغى) گە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بىنەپشە سۈيى بىلەن 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى نەزلە بەند

تەركىبى : مۇرمەككى ، سەبرى ، روسۇت ھىندى ، سەمغى ئەرەبى ، نىشاستە ،





سوك ، رامەك ، كەتەرا ، ئانارگۈلى ، ئاقاقىيا ، خۇنسىياۋشان ، ئەنزىرۇت ، فۇفەل ، شىياڧى
 مامسا ھەر بىرى 3 گرام ، ئەپيۇن 1.5 گرام ، زەپەر 1 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ئاس ياپرىقى سۈيىدە يۇغۇرۇپ قۇرس ياسىلىدۇ .
 تەسىرى : نەزلىنى توختىتىدۇ ، ئاغرىشنى پەسەيتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : نەزلە ۋە باش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر دانە قۇرسنى بىر دانە تۇخۇمنىڭ ئېقىدا
 سۇيۇلدۇرۇپ ، ئۇنى 3 پارچە قەغەزگە تۆكۈپ ، ئىككى پارچىسىنى ئىككى چېكىگە ، بىر
 پارچىسىنى باشنىڭ چوققىسىغا چاپىدۇ .
 ئەسكەرتىش : زۇكام يېڭى قوزغالغان ھەمدە ماددا پىششىغان ئەھۋالدا
 ئىشلىتىلمەيدۇ .

گۈلچەتنى بەرگى شەلغەم

تەركىبى : چامغۇرنىڭ ئېچىلغان گۈلى 1 كىلوگرام ، شېكەر ياكى ھەسەل 4 كىلوگرام .
 ياسىلىشى : يېڭى ئېچىلغان چامغۇر چېچىكىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ھاۋانچا
 ياكى قىيما ماشىنىسىدا ئېزىپ ، ئۇنىڭغا كۆرسەتمىدىكى شېكەر ياكى ھەسەلنى سېلىپ
 تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . شېكەر ياكى ھەسەل گۈلگە ئۆزلىشىپ بولغاندىن كېيىن ئاغزى
 ھەم كوزىغا قاچىلاپ ، 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .
 تەسىرى : يۆتەل توختىتىش ، كۆكرەك ۋە قورساقنى بوشتىش ، كۆزنى قۇۋۋەت
 لەش ، ئىشتىھانى ئېچىش ، سۈيىدۈكنى ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : سىمىل كېسەللىكلىرى ، كۆز ئاجىزلىقى ، بۆرەك ئاجىزلىقى
 قاتارلىقلارغا ھەمدە سالامەتلىكنى ئاسراش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال
 قىلىنىدۇ .



گۈللەتنى خەشخاش

تەركىبى : خەشخاشنىڭ يېڭى ئېچىلغان گۈلى 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .
ياسىلىشى : كۆكنار گۈلىنى ماشىنا ياكى ھاۋانچىدا ئېزىپ ، شېكەر سېلىپ قول
ياكى ئارىلاشتۇرۇش ماشىنىسى بىلەن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . ئەينەك شىشە ياكى سىر-
لىق قاچىغا ئېلىپ 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلىدۇ ، بۇ جەرياندا كۈندە بىر نۆۋەت
ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئارام بېرىش ، ئۇيقۇ كەلتۈرۈش ، ئىچ توختىتىش ، قان توختىتىش ،
كۆڭۈلنى خۇش قىلىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ، ئىچ سۈرۈش ، ئۇيقۇسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

لوئۇقى بادام

تەركىبى : سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، نىشاستە ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 16 گرام ،
بادام مېغىزى ، قاپاق مېغىزى ھەر بىرى 10 گرام ، ئاق شېكەر 70 گرام ، گۈلاب 200 م ل ،
بادام يېغى 10 م ل .

ياسىلىشى : شېكەرنى گۈلابتا ئېرىتىپ ، قىزىق ۋاقتىدا دورىلار ئالغىنىنى تۆكۈپ
يۇغارغاندىن كېيىن ئۈستىگە بادام يېغىنى قويۇپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىق بولغان باش ئاغرىشقا ۋە نەپەس يولى
كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

لوئۇقى بارىد

تەركىبى : تەرەنجىبىن 150 گرام ، تاتلىق بادام مېغىزى 30 گرام ، قاپاق مېغىزى ، تەرخەمەك مېغىزى ، بەگىنەي قوغۇن مېغىزى ، قاراسونا ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، سەمى ئەرەبى ، كەتىرا ، نىشاستە ھەر بىرى 12 گرام ، خەشخاش ئۇرۇقى 9 گرام ، تەمرى ھىندى مەلۇم مىقداردا ، بادام يېغى 60 م ل .

ياسىلىشى : تەرەنجىبىننى تەمرى ھىندى سۈيىدە قىيام قىلغاندىن كېيىن دورىلار تالقىنىنى ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۈستىدىن بادام يېغى قوشۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان قۇرۇق يۆتەلگە ۋە نەزلىنىڭ كۆك رەك ۋە ئۆپكەگە چۈشۈشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 13 ~ 15 گرام ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى بەزەرى كەتان

تەركىبى : زىغىر 90 گرام ، قىرەدەمەنا 30 گرام ، ھەسەل مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دەم سىقىشقا ۋە كونا يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ .
كۆكرەكتىكى كېرەكسىز ماددىلارنى تازىلايدۇ . قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى بەزىرۇلبەنجى

تەركىبى : بەزىرۇلبەنجى 36 گرام ، چىلغوز مېغىزى 18 گرام ، مۇرساپ 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، جۇلاب بىلەن يۇغۇرۇپ ، لوئۇق تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : نەزلە ماددىلىرىنىڭ كۆكرەك ساھەسىگە قۇيۇلۇشىنى

توسىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى بىنەپشە

تەركىبى : بىنەپشە 120 گرام ، خىيار شەنبەر 90 گرام ، سەرپىستان 40 دانە ،
ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 20 دانە ، بادام يېغى ، ھەسەل ھەر بىرى 90 م ل ، قەنت 150 گرام .
ياسىلىشى : ئالدى بىلەن مەزكۇر بىنەپشەدىن 30 گرام ئېلىپ قالغان دورىلار بىلەن
بىللە مەلۇم مىقداردىكى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ
سۈزۈپ ، قەنت ، ھەسەل ، بادام يېغىلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلغاندىن كېيىن
ئۈستىگە قالغان 90 گرام بىنەپشەنى تالقانلاپ سېلىپ ، لوئۇق تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : يۆتەل ۋە سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىشى : يۆتەل ، قىزىتما ۋە قۇلۇنجىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 15 ~ 20 گرام ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى تىيىن

تەركىبى : ئەنجۈر 50 دانە ، بېيى 50 گرام ، چىلغوز مېغىزى ، پىستە ، ئاچچىق
بادام مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، چىگىت مېغىزى ، ھەببى قەلقل ھەر بىرى 12 گرام ،
چاققاق ئۇرۇقى مېغىزى ، ئارپا بادىيان ، كۈرسىنە (پۇرچاق) ، شۇمشا ھەر بىرى 9 گرام ،
ئۈزۈم شىرنىسى 280 م ل ، ئاچچىق بادام يېغى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : ئەنجۈرنى يېتەرلىك سۇدا ياخشى قاينىتىپ ، سىقىپ ، سۈزۈپ ،
ئۈستىگە ئۈزۈم شىرنىسىنى قۇيۇپ قىيام قىلىنىدۇ ۋە قىيامغا قالغان دورىلار تالقىنىنى بادام
يېغىدا ياغلاپ ، سېلىپ قوچۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كونا يۆتەلگە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .



لوئۇقى خەشخاش

تەركىبى : ئاق خەشخاش 150 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، تاتلىق بادام مېغىزى ، قاپاق مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، قەنت 280 گرام .
ياسىلىشى : خەشخاشنى 600 م ل سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلغاندىن كېيىن دورىلار قالىقىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۆتەل ۋە سىل خاراكتېرلىك قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سىل ۋە سىل كېسەللىكىدە كۆرۈلىدىغان يۆتەلگەندە قان تۈكۈرۈش كېسەللىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 30 گرامغىچە ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى خىيارشەنبەر

تەركىبى : فونۇس ، خىيارشەنبەر ھەر بىرى 150 گرام ، كەتىرا ، سەمى ئەرەبى ، تاتلىق بادام مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، ماش ئۇنى 21 گرام ، قەنت 45 گرام .
ياسىلىشى : فونۇس ، خىيارشەنبەرلەرنىڭ تەمىنى چىقىرىپ شۇ سۇغا دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ ۋە لوئۇققا 90 م ل بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : زاتىلجەنبىھگە مەنپەئەت قىلىدۇ . ئىچكى ئەزالار ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ ، ماددىلارنىڭ تېزلىكىنى نورماللاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : زاتىلجەنبى (كۆكرەك پەردە ياللۇغى) نى داۋالايدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 36 - 45 گرام ئېلىپ



ئىستېمال قىلىنىدۇ .

لوئۇقى رومان

تەركىبى : سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەر بىرى 15 گرام ، تاتلىق ئانار سۈيى ، شوخلا شىرىسى ، قەنت مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : ئانار سۈيىنى قاينىتىپ قىيام بولۇشقا ئاز قالغاندا شوخلا شىرىسى ۋە قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ ، ئۈستىگە قالغان دورىلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : كونا يۆتەلنى پەسەيتىدۇ ، ئۆپكە ۋە كۆكرەككە چۈشكەن نەزىلەرنى تازىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە يات ماددىلارنىڭ ئۇزۇن تۇرۇۋېلىشىدىن بولغان كونا يۆتەلنى داۋالاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى رۇبۇسۇس

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، بادام مېغىزى ھەر بىرى 60 گرام ، خەشخاش 30 گرام ، ماش ، نىشاستە ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قاپاق مېغىزى ، قوغۇن مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ، بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : ئۈزۈمنى بادام يېغىدا پىشۇرۇپ ، باشقا دورىلارنى تالقانلاپ ، مۇسەللەس شەرتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : قۇرۇق يۆتەلنى پەسەيتىدۇ ، كۆكرەكنى بوشتىدۇ .



ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ۋە كۆكرەكتىكى گىژىلداشنى يوقىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى زۇفا

تەركىبى : زۇفا ، سەۋسەن يىلتىزى ھەر بىرى 60 گرام ، ھەسەل 280 م ل ، سۇ بىر لىتر .

ياسىلىشى : زۇفا ، سەۋسەن يىلتىزلىرىنى سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ھەسەلنى قۇيۇپ قىيام قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دەم سىقىش ۋە كونا يۆتەلنى پەسەيتىدۇ ، ئۆپكە ۋە كۆكرەكنى تازىلايدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى سۇئال

تەركىبى : سەرپىستان 50 دانە ، ئارپا 90 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 45 گرام ، خەشخاش 21 گرام ، ئەنجۈر 10 دانە ، چىلان 20 دانە ، بېھى ئۇرۇقى ، پىرسىياۋشان ، كەتىرا ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، بادىيان يىلتىزى 9 گرام ، قەنت 135 گرام .

ياسىلىشى : كەتىرادىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 - 3 لىتر سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن سۇس ئوتتا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، دورىلارنى سىقىپ ، سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ ، كەتىرا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ۋە دەم سىقىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى كۈرۈنى

تەركىبى : پىستە مېغىزى 45 گرام ، چىلغوز مېغىزى ، چىگىت مېغىزى ، ماش ھەر بىرى 30 گرام ، زىغىر ، شۇمشا ھەر بىرى 15 گرام ، ياخشى پىشقان ئاناناس (بولۇ) سۈيى 300 م ل ، ھەسەل 600 م ل .

ياسىلىشى : ئاناناس سۈيىگە ھەسەلنى قۇيۇپ قىيام قىلىپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۆتەل ۋە ئاۋاز بوغۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ . كۆكرەكتىن كېرەكسىز ماددىلارنى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ۋە يېپىشقاق ماددىلاردىن بولغان كۆكرەك چىگىلىقنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

لوئۇقى نەزلە

تەركىبى : ئاق خەشخاش 120 گرام ، بەزىرۈلبەنجى ، كۆكنار ھەر بىرى 90 گرام ، قارا سونا ئۇرۇقى 60 گرام ، گاۋزەبان ، ھەببۇلئاس ، قۇرۇق يۇمىلاقسۇت ھەر بىرى 30 گرام ، ئۈستۈخۇدۇس ، قىزىلگۈل ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ، نىشاستە ، سەمى ئەرەبى ، كەتىرا ، مۇرساپ ھەر بىرى 15 گرام ، قەنت 90 گرام .

ياسىلىشى : سەمى ئەرەبى ، كەتىرا ، نىشاستە ، مۇرساپ ، رۇبۇسۇسلاردىن باشقا دورىلارنى قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرنى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ ، سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ ، قالغان دورىلارنى سالاپ قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : نەزلىنىڭ قويۇلۇشىنى توسىدۇ . يۆتەل پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 9 گرامغىچە ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇلى ھەببۇرشات

تەركىبى : ئاق قىچا 30 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 12 گرام ، رۇم بادىيان ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 9 گرام ، ھەسەل 250 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : كۆكرەكنى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە ۋە كاناي شاخچىلىرىدىكى ھەر خىل يات ماددىلارنى تازىلاشقا ، قويۇق ، شىلىمىشلىق خىلىتلارنى چىقىرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى ھەببۇلقەتەن

تەركىبى : تاتلىق بادام مېغىزى 30 گرام ، ماش 15 گرام ، كۇرسىنە ، فەراسىيون 9 گرام ، چىگىت مېغىزى 6 گرام ، قەنت 180 گرام .
تەسىرى : كۆكرەكنى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆكرەكتىكى قويۇق ، شىلىمىشلىق ماددىلارنى تازىلاپ چىقىرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى ھورمۇل

تەركىبى : ئادراسمان ئۇرۇقى ، زىغىر تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى 2 لىتر سۇدا $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .





تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قويۇلۇپ قالغان قاننى سۇيۇلدۇرىدۇ . كۆكرەكنى بوشتىدۇ ، قان تۈكۈرۈشنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى ھولبە

تەركىبى : زىغىر 15 گرام ، شۇمشا ، تاتلىق بادام مېغىزى ھەر بىرى 12 گرام ، كەتىرا ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، چىلغوز مېغىزى ، نىشاستە ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل ، جۇللاب ، قەنت مەلۇم مىقداردا .
تەسىرى : قويۇلۇپ قالغان قاننى سۇيۇلدۇرىدۇ . كۆكرەكنى بوشتىدۇ ، قان تۈكۈرۈشنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى ۋەرد

تەركىبى : گىلى مەختۇم ، تاباشىر ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەر بىرى 12 گرام ، قىزىلگۈل ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 9 گرام ، نىشاستە ، كەتىرا ، ئاق خەشخاش ھەر بىرى 6 گرام ، زەپەر 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ئۈزۈم شىرىسى بىلەن لوئۇق قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قاندىن بولغان زاتىلجەنبىگە ۋە يۆتەل ، سىل ، قان قۇسۇشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . ئۆتكۈر قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

لوئۇقى ئىسقىل

تەركىبى : تاغ پىيىزى 9 گرام ، سەۋسەن يىلتىزى 6 گرام ، فەراسىيون ، زۇفا ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .





تەسىرى : دەم سىقىش ۋە ھۆللۈكتىن بولغان كونا يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يالايدۇ .

مەتبۇخى خىيارشەنبەر رىئەۋى

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 30 گرام ، سەرپىستان 30 دانە ، چىلان 20 دانە ، ئەنجۈر 10 دانە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، فىرسىياۋشان ھەر بىرى 15 گرام ، بىنەپشە 12 گرام ، خىيارشەنبەر شىرىسى 21 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇدا $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، خىيارشەنبەر شىرىسى ، تەرەنجىبىنلەرنى قوشۇپ مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۆتەل پەسەيتىش ، كۆكرەكنىڭ يىرىك ۋە قۇرۇقلۇقىنى يوقىتىش ، تەرەتنى بوشىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : قۇرۇقتىن بولغان يۆتەل ، كۆكرەك چىڭقىلىش ، زۇكام ۋە قەۋز يەتكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەتبۇخى زۇفا

تەركىبى : چىلان ، سەرپىستان ھەر بىرى 20 دانە ، ئەنجۈر 10 دانە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 12 گرام ، فىرسىياۋشان 9 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشە-باھار ئۇرۇقى ، زۇفا ، گۈلى سەۋسەن يىلتىزى ، شۇمشا ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۆتەل ۋە دەم سىقىلىشلارنى پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ۋە زىققىنە پەسلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 100 م ل ئېلىپ بىنەپشە مۇراپىسى ياكى لوئۇقى خەشخاش بىلەن ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى سەرىستان

تەركىبى : سەرىستان 20 دانە ، چىلان 10 دانە ، ئەنجۈر 5 دانە ، پىرسىياۋشان ، ئۈزۈم ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، بېھى ئۇرۇقى ، ئىسبەغۇل ، بىنەپشە ھەر بىرى 15 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆكرەك ۋە نەپەس يوللىرىنى تازىلايدۇ ، يۆتەل ۋە زۇكامغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ئەھۋالغا قاراپ 75 م ل غىچە ئىچى كۈزۈلىدۇ .

مەتبۇخى سۈرفە خۇشەك

تەركىبى : سەرىستان 11 دانە ، سوقا چىلان 5 دانە ، ئۇرۇقى ئېلىنغان ۋاسالغۇ 15 دانە ، بىنەپشە گۈلى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 9 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەم مەشەباھار ئۇرۇقى ، بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرى 4 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ چىلاشقۇدەك سۇغا بىر كۈن چىلاپ ، يۇمشاق ئوتتا بىر خىل قاينىتىپ 200 م ل سۈيى قالغاندا گۈل دورىلارنى سېلىپ ئازراق ئورلىتىپلا ئېلىپ سوۋۇغاندىن كېيىن خام بىلەن سىقىپ بىر نۆۋەت ۋارونكىدىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما ياندۇرۇش ، يۆتەل پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىق بولغان قىزىتمىلىق قۇرۇق يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ بىر كىشىلىك مەتبۇخ بولۇپ كۈندە 3 قېتىم ،





ھەر قېتىمدا 20 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەنچۈنى زۇفالى سەغىر

تەركىبى : زۇفا ، پىرسىياۋشان ، ئەيىۋن ھەر بىرى 30 گرام ، خەشخاش ئۇرۇقى ،
خەشخاش پوستى ھەر بىرى 12 گرام ، تاغ پىيىزى ، سۈنبۇل ، ئىزخىر ، تۇربۇد ، غارىقۇن
ھەر بىرى 9 گرام ، بادىيان يىلتىزى ، سەمغى ئەرەبى ، چىڭسەي يىلتىزى ، چۈچۈكبۇيا
يىلتىزى ، سەۋسەن يىلتىزى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، زىرە ، شۇمشا ، كاسنى ئۇرۇقى ، ئارپا
بادىيان ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، نېلۇپەر ، كەتىرا ، كۈندۈر ،
قىزىلگۈل ، گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 5 گرام ، ھەسەل ؟ ھەسسە ،
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : زۇكام ، نەزلە ، كونا يۆتەل ۋە باشقا نەپەس يولى
كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقدار تەلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

مەنچۈنى زۇفالى كەب

تەركىبى : ئەفسيۇن 4 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، چىلغوز مېغىزى ، بادام
مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، زۇفا ، پىرسىياۋشان ھەر بىرى 30 گرام ، جاۋۇشىر ، سۈنبۇل ،
سەلىخە (قېلىن دارچىن) ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، سېرىق ھېلىيە پوستى ،
كابۇلى ھېلىيە پوستى ، بەلىيە ، ئامىيە ، قارا ھېلىيە ھەر بىرى 12 گرام ، غافەس ،
مۇرمەككى ، زەپەر ، زىرە ، قۇندۇز قەھرى ، بەزىرۇلبەنجى ، پەرفىيۇن ، قۇستە ، قىرەدمەنا ،
خەشخاش ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى ، تاغ تېكىسى مۇڭگۈزى (كۆيدۈرۈلگەن) ھەر
بىرى 9 گرام ، ھەببى بىلسان ، سەمغى ئەرەبى ، ئۇد بىلسان ، مەستىكى ، دارچىن ، ئىز-
خىر ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇم بادىيان ، ئەفسەنتىن ئۇرۇقى ، جويۇز ، فىلىفىل ، پارپى ،
كەتىرا ، شاقاقۇل ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، زەنجىبىل ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، ئاق بەھ-
مەن ، قىزىل بەھمەن ، ھەببى قەلقەل ، كۈندۈر ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ،





ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : زۇكام ، نەزلە ، ھەر خىل ئىستىسقالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ . قۇرۇقلۇقنى پەسەيتىپ ، بەدەننى سەمىرتىدۇ . يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ ، دەم سىقىلىش ۋە باشقا نەپەس يول كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : زۇكام ، نەزلە ، يۈرەك ئاجىزلىقى ، زىققىنەپەس قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى زىراۋەند

تەركىبى : يۇمىلاق زىراۋەند ، قىرەمەنا ، فىلىفىل ، گاۋزەبان ، ئادراسمان ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، رەۋەن ، چاققاق ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، پىرسىياۋشان ، زۇفا ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : دەم سىقىش ۋە بەلغەمدىن بولغان يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ . كۆكرەك ساھەسىگە چاپلىشىۋالغان قويۇق خىلىت ۋە يىرىڭلارنى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مەتبۇخى زۇفا بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى سۇئال

تەركىبى : بادام مېغىزى ، زىغىر ھەر بىرى 30 گرام ، پىستە مېغىزى 15 گرام ، چىلغۇز مېغىزى 9 گرام ، قەنت 280 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھۆللۈكتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .



ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال قىلىندۇ .

مەئجۇنى سۇئال رۇتۇبى

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 280 گرام ، تازىلانغان تۇرپۇد 60 گرام ، مەستىكى 39 گرام ، قەنت 72 گرام .
ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ھۆللۈكتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىدۇ ، ئارقا تەرەتنى بوشتىدۇ .
ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ۋە قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ، ئەگەر بىر قېتىم يېيىش توغرا كەلسە 30 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى سۇس

تەركىبى : ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 21 گرام ، سەۋسەن يىلتىزى 9 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئۆپكەنى تازىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قويۇق بەلغەمدىن بولغان جاھىل ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى قەيى

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 60 گرام ، مۇرمەككى 12 گرام ، قەسبۇسزەرىرە ،



ئىزخىر ئۇرۇقى ، ئىزخىر ، قارىغاي يىلىمى ھەر بىرى 8 گرام ، زەپەر ، سۈنبۈل ، سەلىغە ، ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : يىلىم دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى مۇسەللەس بىلەن ئېرىتىپ ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : يەل ھەيدەش ، يەللەرنى تارقىتىش ، ماددىلارنى يۇمشىتىش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، ئەزالاردىكى سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقلارنى قالدۇرۇش ، ئىش شىقلارنى قايتۇرۇش ، بەلغەم بوشىتىش ، يۆتەل پەسەيتىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، ئاۋاز ئېچىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : دەم سىقىش ، يۆتەل ، ئاشقازان ئاغرىشىنى داۋالاش ، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ، ئاۋازنى ئېچىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ بادىيان سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى قۇبۇتۇلمىلىك

تەركىبى : سەلىغە (قېلىن دارچىن) 48 گرام ، گۈلدارچىن 24 گرام ، ئەپيۇن ، ئاق بەزىرۈلبەنجى (مىڭ دىۋانە) ھەر بىرى 18 گرام ، جىنتىيانا ، ئۈستۈخۇدۇس ، قىرەدمەنا ، جاۋۇشىر ، كاماپتوس ، سوزاپ ئۇرۇقى ، تاغ كۈدە ئۇرۇقى ، تاغ سامسقى ، مەسائىلە ھەر بىرى 15 گرام ، مۇرمەككى ، زەپەر ، قۇستە ، ئاق مۈچ ، ئىزخىر ، سۈنبۈل ، پەرفىيۇن ، شەۋكىران يىلتىزى پوستى ، ئوشەق ، پىننە ، ئارپا بادىيان ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ، دۇقۇ ، ناردىن گۈلى ياپرىقى ، ھەببى بىلسان ، غافەس ئۇسارسى ، ھىندىقۇقۇ ئۇرۇقى ، بادام يېلىمى ھەر بىرى 9 گرام ، قەنت 12 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : ئېرىتىلىدىغانلىرىنى مۇسەللەس بىلەن ئېرىتىپ ، سوقۇلىدىغانلىرىنى سوقۇپ تالقانلاپ ، ھەسەل ۋە قەنت بىلەن يۇغۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : كونا يۆتەل ، كۆكرەك ئاغرىش ، دەم سىقىش ، بوغۇم ئاغرىش ، تال ئاغرىش ، كونا تەپ ، ئۈچەي يارىسى ، كۆز قاراڭغۇلىشىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : مەزكۇر دورىنى تەييارلاپ ئالتە ئايدىن ئېشىپ كەتكەنلىرىنى ئىشلەتسە ئادەم ئۆلتۈرىدۇ ، شۇڭا بالدۇر ئىشلىتىش ، مىقدارىغا قاتتىق دىققەت قىلىش لازىم .

مەئجۇنى مۇنەففىس

تەركىبى : پىرسىياۋشان ، قوغۇن مېغىزى ھەر بىرى 30 گرام ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، جىنتىيانا ، زىراۋەند ھەر بىرى 15 گرام ، ئىرسا 12 گرام ، كەپە يىلتىزى پوستى ، كۈرسىنە ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، بادىيان ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قويۇق بەلغەمگە ياكى يىرىڭلىق ، بەلغەملىك يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ . بەلغەم ياكى يىرىڭلارنى بوشىتىپ چىقىرىپ ، كۆكرەكتىكى خىر - خىرلارنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى ھورمىل سەغرى

تەركىبى : ئادراسمان ئۇرۇقى 1 كىلوگرام ، نوشۇدۇر 120 گرام ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 360 . 3 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەلگە ئا. رىلاشتۇرۇپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
ئىشلىتىلىشى : بەلغەم بوشىتىش ، يۆتەل پەسەيتىش ، دەم سىقىشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
تەسىرى : بەلغەم بوشىتىدۇ ، يۆتەل پەسەيتىدۇ .





ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 ~ 1 ياشتىكىلەرگە 0.5 گرام ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 1 گرام ، چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 1.5 ~ 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى ھورمىل كەبىرى

تەركىبى : ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ۋاسالغۇ 160 گرام ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، پوستى ئېلىنىۋېتىلگەن تاتلىق بادام مېغىز ھەر بىرى 120 گرام ، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 80 گرام ، پوستىدىن ئايرىلغان چوڭ دادۇر مېغىزى ، قىزىلگۈل ، كۆكنار شاكىلى ھەر بىرى 40 گرام ، كۆكنار ئۇرۇقى 20 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : ۋاسالغۇدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بولۇپ ، ۋاسالغۇنى ئايرىم سوقۇپ كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن باشقا تالقالارنى قوشۇپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۇتىدىل .

تەسىرى : بەلغەم چىقىرىش ، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : نەپەس ئەزا كېسەللىكلىرىگە ، جۈملىدىن ئىسسىق - سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 1 گرام ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 2 گرام ، چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 3 - 4 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مۇراببا ئى بادام

تەركىبى : پوستى ئاقلانغان بادام مېغىزى 500 گرام ، ھەسەل 1.5 لىتر ،
ياسىلىشى : بادامنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مۇراببا تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ۋە كۆكرەكتىكى يىرىكلىككە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .



مۇراببايى بىنەپشە

تەركىبى : يىلتىزىدىن تازىلانغان ھۆل بىنەفشە 500 گرام ، شېكەر بىر كىلوگرام .
ياسىلىشى : بىنەپشنى يۇمشاق سوقۇپ خېمىر قىلىپ ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ، بىر
نەچچە كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆكرەك ۋە گالدىكى يىرىكلىكنى يوقىتىدۇ .
ئىسسىقلىقتىن بولغان يۆتەلنى پەسەيتىدۇ ، نەپەس ئەزالىرىنى ياخشىلايدۇ ، نەزلە ، زۇكام ۋە
سۈيدۈكتىكى ئېچىششىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

ھەببى بىنەپشە II

تەركىبى : گۈلبىنەپشە 6 گرام ، تۇربۇد 3 گرام ، رۇبۇسۇس 2 گرام ، سەقمۇنىيا 1
گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناقسۇدا يۇغۇرۇپ 3 . 0
گراملىق ھەپ قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .
تەسىرى : كۆكرەكتىكى بەلغەمنى تازىلاپ ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : دەم سىقىش ۋە يۆتەلگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 دانە ،
بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەببى بىنەپشە مۇرخى

تەركىبى : بىنەپشە 6 گرام ، تۇربۇد 5 گرام ، سەقمۇنىيا 3 گرام ، رۇبۇسۇس 2
گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، قايناق سۇ بىلەن ھەپ قىلىنىدۇ .

تەسرى : قويۇق خىلىتلارنى تەڭشەيدۇ ، نەپەس يوللىرىنى كېڭەيتىدۇ . سەپىرالى
پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قويۇق بەلغەمدىن بولغان يۆتەل ۋە زىققىنەپەسكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
مال قىلىنىدۇ .

ھەببى زەمىق

تەركىبى : ئىيارەج ، غارىقۇن ھەر بىرى 10 گرام ، تۇربۇد 9 گرام ، مۇقەل 6 گرام ،
گۈلى سەۋسەن يىلتىزى ، بىنەپشە ھەر بىرى 5 گرام ، سەقمۇنىيا 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان يۆتەل ، دەم سىقىشقا مەنپەئەت
قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

ھەببى سەبرى رىئەۋى

تەركىبى : تۇربۇد ، سەبرى ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسرى : ئۆپكەنى تازىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قويۇق بەلغەمدىن بولغان يۆتەلگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر قېتىمدا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى سادىرى

تەركىبى : غارىقۇن ، ئاق تۇربۇد ھەر بىرى 10 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ،



شەھىمى ھەنزەل ، سەبرى ، ئەنزىرۇت ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق
ھەب قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ئۆپكەننىڭ سوغۇقلۇقىنى ياندۇرۇش ، بەلغەم بوشىتىش ، يۆتەل
پەسەيتىپ ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : كونا يۆتەل ، دەم سىقىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 5 دانە ،
بالىلارغا 2 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

I ھەبى سۇئال

تەركىبى : نىشاستە ، كەتىرا ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 15 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قاراسونا سۈيى بىلەن
يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .
تەسىرى : زۇكام ۋە يۆتەلنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىق بولغان زۇكام ، زىققا ۋە يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 5 دانە ،
بالىلارغا 2 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

II ھەبى سۇئال

تەركىبى : تاتلىق بادام مېغىزى ، ئاچچىق بادام مېغىزى (پوستى ئېلىنغان) ،
زىغىر (قورۇلغان) ، چىلغوزە مېغىزى ، بادىيان ھەر بىرى 6 گرام ، كەتىرا ، رۇم بادى
يان ، سەمغى ئەرەبى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 3 گرام ، قەنت 20



گرام .

ياسىلىشى : مېغىزلار بىلەن قۇرۇق دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم سوققاندىن كېيىن بىرلەشتۈرۈپ ، بادىيان سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : كۆكرەكنى بوشىتىدۇ . دەم سىقىمىشنى يوقىتىپ ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ . يۆتەل پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان نەپەس ئەزا ۋە ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلار كۈندە 5 دانە ئېلىپ بىرىدىن - بىرىدىن شۇمۇپ تۈگىتىدۇ .

ھەبى سۇئال ئەتقالى

تەركىبى : نىشاستە ، سەمغى ئەرەبى ، رۇبۇسۇس ، خەشخاش ئۇرۇقى ، ئەپيۇن تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : بېھى ئۇرۇقى لۇئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوۋاقلارنىڭ قاتتىق يۆتىلىپ قۇسۇشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبى سۇئال ھار

تەركىبى : تەمىرى ھىندى ، رۇبۇسۇس ، نىشاستە ، زەپەر ، كەتىرا ، چىگىت مېغىزى ، ھەبۇلتاس ، خەشخاش ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى ، رۇم بادىيان ، ئارپا بادىيان ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، مۇرمەككى ، ناۋات تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، ناۋات بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .



تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ شۈمۈرىدۇ .

ھەببى سۇئال يابىس

تەركىبى : نىشاستە ، سەمى ئەرەبى ، رۇبۇسۇس ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، كەتىرا تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، بېھى ئۇرۇقى لۇئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇرۇقلۇقتىن بولغان يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى غارىقۇن II

تەركىبى : غارىقۇن ، تۇربۇد ھەر بىرى 15 گرام ، شەھى ھەنزەل ، ئەنزىرۇت ، زىغىر ھەر بىرى 6 گرام ، رۇبۇسۇس 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، زىغىر لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : نەپەس يوللىرىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، بەلغەم بوشىتىدۇ ، دەم سىقىشنى ياخشىلايدۇ ، يۆتەل توختىتىدۇ . كۆكرەك ۋە ئۆپكەندىكى سوغۇقلۇقنى ياندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇق تەسىرىدىن بولغان كاناي شاخچىلىرى كېسەللىكىگە ۋە





كۆكرەك چىڭلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 7 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەبىي مەستىكى

تەركىبى : سەبرى 24 گرام ، قارا ھېلىيلە 12 گرام ، مەستىكى 9 گرام ، زەنجىبىل ، سۈنبۇل ھەر بىرى 6 گرام ، سېرىق ھېلىيلە پوستى 5 گرام ، تۇز 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۈدە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، بەلغەمدىن ۋە يەلدىن بولغان نەپەس سىقىلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان يۆتەلگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي نىشات

تەركىبى : ئەيپۇن 21 گرام ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ، نىشاستە ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 15 گرام ، ھەببۇلمىھلەپ ، مەرۋايىت ، كەھرىبا ، ياقۇتلار ھەر بىرى 3 گرام ، ئىپار 1 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، بېيى ئۇرۇقى لۇئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مىزاجنىڭ سەۋدادىن بۇزۇلۇشىنى تۈزىتىدۇ . ھەر خىل نەزلە ، ئىسسىقلىقتىن بولغان يۆتەل ، ئىستىسقا ، سىل قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ھەزىمنى ياخشىلايدۇ ، خوشلۇق كەلتۈرۈپ باھنى كۈچەيتىدۇ ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





ھەبى ھىندى

تەركىبى : ئانار ئۇرۇقى 36 گرام ، فىلىفل 18 گرام ، گىلى ئەرمىنى 5 گرام ، قارا شېكەر 75 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، قايناقسۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى : قاتتىق يۆتىلىپ ، قۇسۇشنى ۋە دەم سىقىشنى يوقىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قاتتىق يۆتەل ۋە زىققىنە پەسكە ئىشلىتىلىدۇ .
مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىدۇ .

ئوكۇلى مەرزەنجۇش

تەركىبى : مەرزەنجۇش 2.5 كىلوگرام ، نىكوتىنامىد 50 گرام ، بېنزول ئالكوهۇل 10 م ل ، ئاكوۋا مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : ئوكۇل ياساش ئۆلچىمى بويىچە 2 م ل ئامپۇللۇق ئوكۇل تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : يۆتەل پەسەيتىش ، ھاسىراشنى تۈگىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوزۇلما كانايچە ياللۇغىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ئامپۇل مۇسكۇلغا ئوكۇل قىلىنىدۇ .

ئۆپكە سىلىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالماىلىرى

سۇفۇقى سەرتان

تەركىبى : گىلى ئەرمىنى ، سەمغى ئەرمەبى ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، سەرتان كۈلى 6 گرام ، قەنت ، ناۋات 30 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ سۇفۇقى تەييارلىنىدۇ .





يارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئۆپكەندىكى سىل زەخمىسىنى پۈتتۈرىدۇ . يۆتەل پەسەيتىدۇ ، بەلغەم بوشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە سىلىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام كاپ ئېتىپ ، ئۈستىدىن 30 م ل دىن ئانار سۈيى ۋە خەشخاش شەرىپىتى ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى نەپسۇددەم I

تەركىبى : تاباشىر ، قىزىلگۈل ، گىلى ئەرمىنى ، گىلى مەختۇم ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، شادىنەج ھەر بىرى 15 گرام ، بىخ مارجان ، كەھرىبا ، مەرۋايىت ، ئاق خەشخاش ، رۇبۇسۇس ، ئاقاقىيا ، ئەپيۇن ، ئىسبەغۇل ھەر بىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : ئىسبەغۇلدىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىسبەغۇلنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : كۆكرەكنى بوشىتىپ يۆتەل پەسەيتىدۇ . قان تۈكۈرۈش ۋە تەرەتتىن قان كېلىشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قان تۈكۈرۈش ، ئۈچەيدىن قان كېلىش ۋە قان سېپىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى نىشاستە

تەركىبى : سەمغى ئەرەبى ، نىشاستە ، كەتىرا ، بېھى ئۇرۇقى ، قارا خەشخاش ، قارا سونا ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرى 18 گرام ، قىزىلگۈل ، ھەمىشەباھار ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، تەرخەمەك مېغىزى ، قاپاق مېغىزى ، گىلى ئەرمىنى ، قوزا قۇلاق ئوتىنىڭ لۇئابى ، گىلى مەختۇم ، گىلى قىبەرىسى ھەر بىرى 12





گرام ، زەپەر 3 گرام ، كافۇر 2 گرام .
 تەسرى : سىلدىن بولغان ئىستىسقا ، تەپىدىق ، ئۆپكە جاراھىتى ، ئۆپكىدىن قان
 كېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە جاراھىتى ۋە سىلغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ سەر-
 تان (قىسقۇچ پاقا) سۈيى ، خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەربىتى ئەنجىباھار مۇرەككەب

تەركىبى : ئەرۋسە ياپرىقى 300 گرام ، ياخشى سۈپەتلىك سەرپىستان 60 دانە ،
 يۇمىلاق چىلان 20 دانە ، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشەباھار
 ئۇرۇقى ، نېلۇپەر گۈلى ، بىنەپشە گۈلى ھەر بىرى 21 گرام ، بېھى ئۇرۇقى 15 گرام ،
 كەتىرا ، سەمى ئەرەبى ھەر بىرى 9 گرام ، قەنت مەلۇم مىقداردا .
 ياسىلىشى : سەمى ئەرەبىدىن باشقا دورىلارنى بىر سوتكا سۇغا چىلاپ ، $\frac{1}{3}$ قال
 خىمچە قاينىتىپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ ، سوۋۇغاندىن كېيىن كەتىرا ۋە سەمى
 ئەرەبى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل يۆتەللەرنى پەسەيتىدۇ . تەپىدىق (سىل قە-
 زىتىمى) قا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 ~ 30 م ل
 ئىچىلىدۇ .

شەربىتى زۇفا بارىد

تەركىبى : تەرەنجىبىن 250 گرام ، چىلان 100 گرام ، ئەنجۇر 60 گرام ، ئۇششاق
 ئۈزۈم (ئۇرۇقسىز) 16 گرام ، زۇفا ، بېھى ئۇرۇقى ، گۈلبىنەپشە ، پىرسىياۋشان ،
 ھەمىشەباھار ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، قارا سونا (ئۇسۇڭ)
 ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، شېكەر 250 گرام .



ياسىلىشى : بېھى ئۇرۇقى شىرسى ۋە تەرەنجىبىن شىرسى ئايرىم - ئايرىم ئېلىنىدۇ . قاتتىق دورىلارنى سوقۇپ ، يۇمشاق دورىلار بىلەن قوشۇپ ، 1.5 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، قاينىتىپ ، سۈزۈپ بېھى ئۇرۇقى شىرسى ۋە تەرەنجىبىن شىرسىنى قوشۇپ ، شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : قان تازىلايدۇ ، توسالغۇ ئاچىدۇ . سۈيدۈك ھەيدەيدۇ . ئىسسىقما قايتۇرىدۇ . كۆكرەكنى بوشتىپ گال قىچىشىنى پەسەيتىدۇ . يۆتەل توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقنى بولغان قىزىتما ، ئۇسساش ، زۇكام ، كاناي ۋە كاناي شاخچىلىرىنىڭ ياللۇغى ، ئۆپكە كېسەللىكلىرى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ، بالىلارغا 9 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى زىرىق مۇرەككەب

تەركىبى : قىزىلگۈل ، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 200 گرام ، زىرىق ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، غافەس ھەر بىرى 100 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 50 گرام ، رۇببۇسۇس ، تاباشىر ، كاسىنى ئۇرۇقى ، مەستىكى ، سۈنبۈل ھەر بىرى 15 گرام ، زەپەر 3 گرام ، شېكەر 500 گرام .

ياسىلىشى : تەرەنجىبىننى پاكىزلەپ ، سۇغا چىلاپ شىرسى ئېلىنىدۇ . زەپەر ۋە تاباشىر ئايرىم - ئايرىم سالايە قىلىنىدۇ . باشقا دورىلارنى چىلاپ 10 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ سۈزۈپ ، تەرەنجىبىن شىرسى قوشۇپ ، شېكەر سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ ۋە ئاخىرىدا زەپەر بىلەن تاباشىردىن ئاز - ئاز سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : رەئىس ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش ، چىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، قان تازىلاش ، ئۆپكە يارىسىنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش ، قان تۈكۈرۈشنى توختىتىش ، يۆتەل پەسەيتىش ، بەلغەم بوشتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە سىلىدىكى قان تۈكۈرۈشكە ۋە باشقا ئۆپكە كېسەللىكلىرىگە



ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 م ل ، بالىلارغا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ . ئورۇق كىشىلەرگە ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

شەرىپى شۇمشا

تەركىبى : شۇمشا ، ئەنجۈر قېقى ھەر بىرى 100 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، تەمرى ھىندى ھەر بىرى 30 گرام ، شېكەر 1 ھەسسە .

ياسىلىشى : تەمرى ھىندىنى سۇغا ئايرىم چىلاپ ، مۇجۇپ ، سىقىپ ، سۈيى ئايرىم قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ . قالغان دورىلارنى 1500 م ل سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ تەمرى ھىندى سۈيىنى قوشۇپ ، شېكەر سېلىپ ئۆرلەپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : كۆكرەك بوشلۇقى ۋە ئۆپكەندىكى قانداق ھەمدە يىرىڭلىق جاراھەتلەرنى يوقىتىدۇ ، قان تۈكۈرۈش كېسەللىكلىرىدە ئىستېمىنى چۈشۈرىدۇ . ئىششىق ياندۇرىدۇ . ئۆپكەننى تازىلايدۇ ، يۆت نى پەسەيتىدۇ . چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆكرەك بوشلۇقى ۋە ئۆپكەندىكى يىرىڭلىق كېسەللىكلەرگە ھەمدە قان تۈكۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 - 100 م ل ئىچى كۈزۈلىدۇ .

قۇرسى سەرتان

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن قىسقۇچ پاكا 30 گرام ، گىلى مەختۇم ، گىلى ئەرمىنى ، نىشاستە ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 18 گرام ، تاباشىر ، كەتىرا ، يۇيۇلغان شادىنەج ھەر بىرى 15 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، تەرخەمەك سۈيى مەلۇم مىقداردا .





ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ پاقا يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سىل ، دىق (سىل قىزىتمىسى) ، قان تۈكۈرۈشلەرگە
 مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال
 قىلىنىدۇ .

قۇرسى سىل

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى 30 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا ھەر
 بىرى 12 گرام ، تاباشىر ، كۆيدۈرۈلگەن قىسقۇچ پاقا (سەرتان) ھەر بىرى 6 گرام ، نىد
 شاستە ، كەتىرا ھەر بىرى 3 گرام .
 ياسىلىشى : ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە جاراھىتى ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت
 قىلىدۇ ۋە مۇشۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى كافۇر

تەركىبى : قارا سونا ئۇرۇقى 21 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 18 گرام ، تەرخەمەك
 مېغىزى ، تاباشىر ھەر بىرى 15 گرام ، قاپاق مېغىزى 12 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىم
 يامى (رۇبىيۇسۇس) 9 گرام ، قىزىلگۈل ، تەرەنجىبىن ، كاسىنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 6
 گرام ، كافۇر 2 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن ھەب ياسىلىدۇ .
 تەسىرى : كېزىك ۋە سىل قىزىتمىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ . يۈرەكنى سالىقىلىتىدۇ .
 جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە سىلىدىكى يۇقىرى قىزىتمىغا ھەمدە كېزىككە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال
 قىلىنىدۇ .





قۇرسى مەرۋايىت

تەركىبى : تاباشىر ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 18 گرام ، قاپاق مېخىزى ، تەرخەمەك مېخىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، كەھرىبا ھەر بىرى 9 گرام ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت 6 گرام ، ئاق سەندەل 3 گرام ، لەھىيە تو تىس ئۇسارىسى 6 م ل .
ياسىلىشى : ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەمىشە تۇتىدىغان تەب ، تەپدىق (سىل قىزىتمىسى) ، بوۋاسىر ، ئىچ سۈرۈش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : خەشخاش شەرىپتى بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىچىلىدۇ .

قۇرسى مۇبەررىد

تەركىبى : خەشخاش ئۇرۇقى 12 گرام ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، نېلۇفەر ، قۇرۇق يۇمىخاقسۇت ، قىزىلگۈل ، تۇخىمى ھۇمماز (قىيمىقۇ ئۇرۇقى) ، كاسىنى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېخىزى ، قاپاق مېخىزى ھەر بىرى 9 گرام ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىت ، تاباشىر ، نىشاستە ، كەتىرا ، بەزىرۈلبەنجى ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كېزىك ۋە سىل قىزىتمىسىنى چۈشۈرىدۇ ۋە يۈرەكنى ساقىيلىتىدۇ . جىگەرنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى نەفسۇددەم

تەركىبى : شادىنەج ، گىلى مەختۇم ، ماش ھەر بىرى 30 گرام ، كەھرىبا 15 گرام ، كۈندۈر ، ئانار گۈلى ، خۇنسىياۋشان ھەر بىرى 9 گرام ، زەمچە 8 گرام ، ئەپيۇن ، دارچىن





ھەر بىرى 6 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قايناقسۇ بىلەن 10 دانە ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان تۈكۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا سېمىز ئوت سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ .

مەلجۇنى سىلى رەئەۋى

تەركىبى : پوستى خەشخاش ، بادام مېغىزى ، خەشخاش ئۇرۇقى ھەر بىرى 25 گرام ، نارجىل 16 گرام ، ئەنجىباھار 15 گرام ، گۈلبىنەپشە 12 گرام ، گاۋزەبان گۈلى ، ئانار گۈلى ، بادىرەنجىبۇيا ، ئۈستۈخۇدۇس ، ئاق سەندەل ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 10 گرام ، سەمغى ئەرەبى ، تاباشىر ، كەتىرا ، گۈلدارچىن ، قىزىلغان پىلە ، نىشاستە ، پوستى تۇرۇغى ، رۇببۇسۇس ، سورۇنجان ھەر بىرى 6 گرام ، شېكەر ، ناۋات ھەر بىرى 500 گرام .
 تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى ، جۈملىدىن يۈرەكنى قۇۋۋەتلەپ ، ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىدۇ . ئۆپكەندىكى زەخمىنى پۈتتۈرىدۇ . قان توختىتىش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، بەلغەم بوشىتىپ ، يۆتەلنى يوق قىلىش ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش تەسىرى گەۋدىلىك .

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە سىلغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى سۇئال II

تەركىبى : سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، بېھى ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، رۇببۇسۇس ، ئاق خەشخاش ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، بادام مېغىزى ، لوبىيا مېغىزى ، تەر-





خەمەك ئۇرۇقى ، قاپاق مېغىزى ، ئىسبەغۇل ھەر بىرى 10 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى ئايرىم سوقۇپ ، ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .
 تەسىرى : تەپى دىق ۋە سىل كېسەللىكلىرىنى ياخشىلاش ، بەلغەم بوشىتىش ،
 يۆتەل پەسەيتىش ، نەپەسنى ياخشىلاش ، ئىسسىتما ياندۇرۇش ، سۈيدۈك ھەيدەش
 تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : تەپى دىق ۋە ئۆپكە سىل كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانە ئېلىپ شۇمۇيدۇ .
 بالىلار كۈندە 5 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بىر دانە ئېلىپ شۇمۇيدۇ .

ئاشقازان ۋە ھەزىمىنى كۈچەيتىشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالماىلىرى

بۇخورى غەشيان

تەركىبى : ياۋا پىننە ، يەرلىك پىننە ، سىياھدان تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى : سىركە بىلەن قاينىتىپ چىققان ھورى پۇرۇتىلىدۇ .
 تەسىرى : كۆڭۈل ئېلىشىشنى توسىدۇ .

جەۋارش ئامبىلە I

تەركىبى : پىستە پوستى ، مەستىكى ، لېچىندانە ئۇرۇقى ، سۇنبۇل ھەر بىرى 10 گرام ، ئەنبەر 1.5 گرام ، بېھى سۈيى 200 م ل ، پەرۋەردە قىلىپ چىقىرىلغان ئامبىلە شىرىسى 100 م ل ، قەنت 400 گرام .
 ياسىلىشى : ئەنبەر بىر دانە قەنت بىلەن سالايە قىلىنىدۇ . قەنت بېھى سۈيى ، ئامبىلە شىرىسى بىلەن قىيام قىلىنغاندىن كېيىن ، قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ





ئارىلاشتۇرۇپ ، ئارقىدىن سالاھىيە قىلىنغان ئەنبەرنى سېلىپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ھەزىم تۇيغۇسىنى ئويغىتىپ ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، يۈرەك ، ئاشقازان ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا كۈندە 1 قېتىم تاماقتىن كېيىن 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش ئەنبەر مۇھەللىلى

تەركىبى : لېچىندانە ، دارچىن ، فىلىل ، زەنجىبىل ، جويۇز ھەر بىرى 3 گرام ، ئاسارۇن ، قەلەمفۇر ، زەپەر ، ئەنبەر ، ئىپار ھەر بىرى 2 گرام ، ناۋات 3 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى قىزىتىپ ، بەدەندە ۋە ئاشقازاندىكى قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارش ئەنجىدانى

تەركىبى : قارا ئەنجىدان 42 گرام ، زاراڭزا 39 گرام ، قارامۇچ ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، تاغ چىڭسىيى ئۇرۇقى (پەتەر سالىيۇن) ، مامىرانچىنى ، پىننە ، يالپۇز ، زەيتۇن دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقى ھەر بىرى 24 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قورساق ۋە ئاشقازان ساھەسى كۆپۈپ چىڭقىلىشنى يۇقىتىدۇ ، قويۇق يەللەرنى ھەيدەيدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





جەۋارش بالادۇر

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، ئامىلە ھەر بىرى 144 گرام ، سىياھدان 96 گرام ، كابابەچىنى 48 گرام ، بالادۇر ، مەستىكى ھەر بىرى 24 گرام ، فىلىل ، قارامۇچ ، دارچىن ، زەنجىبىل ، ئوشەق ھەر بىرى 8 گرام ، سازەج 4 گرام ، شېكەر 2400 گرام .

ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ ، بالادۇردىن باشقىلىرى چالا سوقۇپ تاسقىلىدۇ . قىسقۇچنى قىزىتىپ ئۇنىڭ بىلەن بالادۇرنى سىقىپ ھەسلى ئېلىنىدۇ . ئارقىدىن شېكەرنى قىيام قىلىپ ، قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن بالادۇر ھەسلىنى ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ ، ئارقىدىن قالغان دورىلارنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق قالدۇرۇش ، ئاشقازان ، ئۈچەيلەرنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى ، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ، تۇتقاقلىق كېسەل ، لەقۋا ، پالەچ ، سەرئى (تۇتقاق) ، ئۇنۇتقاقلىق ، باش قېمىشلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3~4 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش بۇزۇرى

تەركىبى : ئاق قىچا 60 گرام ، قارىغاي مېۋىسى 15 گرام ، مەستىكى ، خولىنجان ، گۈلدارىچىنى ، قەلەمفۇر ھەر بىرى 9 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، جوۋىنە 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ، ھەزىم قىلىشنى ياخشىلايدۇ . ئاشقازان ۋە ئۈچەيلەردىكى يەللەرنى ھەيدەيدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىستېمال



قىلىنىدۇ .

جەۋارش بېھى 1

تەركىبى : زەنجىبىل 15 گرام ، قارامۇچ ، ئاقمۇچ ، دارچىن ، فىلىل ھەر بىرى 10 گرام ، مەستىكى 6 گرام ، بېھىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى ، ھەسەل ھەر بىرى 900 م ل ، سىركە 100 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سىركە ۋە بېھى سۈيى ۋە ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ ، سوقۇلغان دورىلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، يۈرەك ئېغىشىنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 15 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش پەنجىنۇش

تەركىبى : خۇبىسۇلەددىد (تۆمۈر پوقى) 300 گرام ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ، بېلىيلە ، ئاممىيلە شىرىسى ، قارامۇچ ، فىلىل ، زەنجىبىل ، سەئدى كوفى ، شەترەنجى ھىندى ، سونبۇل ھەر بىرى 30 گرام ، قارا سونا ئۇرۇقى ، كۈدە ئۇرۇقى ھەر بىرى 12 گرام ، كالا يېغى مەلۇم مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى : ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىشنى ياخشىلايدۇ ، يەلدىن بولغان بوۋاسىرنى يوقىتىدۇ ، رەڭگى - روھىنى ياخشىلاپ مىزاجىنى تەڭشەيدۇ ، باھنى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قائىدە بويىچە ئالتە ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : تۆمۈر پوقىنىڭ يەنە بىر ئىسمى پەنجىنۇش بولۇپ ، ئۇنى



ئىشلىتىشتىن بۇرۇن چوقۇم ئىككى ھەپتە ئۆپچۆرىسىدە سىركىگە چىلاپ زەھەرسىزلەندۈرگەندىن كېيىن سايدا قۇرۇتۇپ تۆمۈر ھاۋانىچىدا سوقۇش كېرەك .

جەۋارش پەۋاكىسى

تەركىبى : پىننە 10 گرام ، سۈنبۇل ، لېچىندانە ، زەنجىبىل ، يالىپۇز ھەر بىرى 6 گرام ، ئانار سۈيى ، ئالما سۈيى ، بېھى سۈيى ، ئامۇت سۈيى ، غوراپ سۈيى ، زىرىق سۈيى ، سىماق سۈيى ، لىمون سۈيى ھەر بىرى 200 م ل ، قەنت 1 كىلوگرام .
ياسىلىشى : مېۋە سۇلىرىنى ئۆزىگە خاس ئۇسۇللار بىلەن سىقىپ چىقىرىپ ، قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا قەنت سېلىپ سۇيۇق قىيام بولغاندا ، ئۇندەك سوقۇلغان قۇرۇق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، ئاشقازان ۋە ئۈچەيدىكى سەپرانىڭ تېزلىكىنى نورماللاشتۇرىدۇ ، ھۆنى پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : مېڭە ئاجىزلىقى ، يۈرەك تىترەش ، ئاشقازان زەئىپلىكى ، ئىشتىھاسىزلىققا ھەمدە كەيپ خۇمارى بارلار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش پەۋاكىسى سەييانى

تەركىبى : تازىلانغان بېھى 270 گرام ، ئالما 135 گرام ، ئامۇت 90 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن لىموندا قاينىتىپ پىشۇرۇپ ، ئۈستىدىن شېكەر قومۇشى شېكەرىدىن 270 گرام قوشۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ ھەمدە 30 گرام زىرىق ، 15 گرام تاباشىر ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
تەسىرى : بالىلاردىكى ئاشقازان ئاجىزلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .





جەۋارىش تاباشىرى I

تەركىبى : تاباشىر ، قىزىلگۈل ، ئۇرۇقى ئېلىنغان سىماق ھەر بىرى 6 گرام ،
ئانارگۈلى ، قاقىلە ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام ، ئالما سۈيى ، بېھى سۈيى ھەر
بىرى 100 م ل ، ناۋات 200 گرام .

ياسىلىشى : قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ناۋاتنى ئالما ۋە
بېھى سۈيى بىلەن قىيام قىلىپ ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : سەيرانىڭ تېزلىكىنى پەسەيتىدۇ ، ئۇسسۇزلۇقنى بېسىپ ، ئىشتىھانى
ئاجىدۇ . ئاشقازاندىكى بۇزۇق سۇيۇقلۇقلارنى تازىلاپ ، ئېچىشنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ، يۈرەك قوزغىلىشى ، ئىشتىھاسىزلىق ، ئاشقازان
ئېچىش ، ئاچچىق سۇ يېنىش ، ھۆ بولۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 10
گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارىش تالىسىپىرى

تەركىبى : زەنجىبىل 60 گرام ، قارامۇچ 36 گرام ، لېچىندانە ، گۈلدارىچىنى ھەر
بىرى 18 گرام ، تالىسىپەر 15 گرام ، شېكەر 3750 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، شېكەر قىيامىغا ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلى-
نىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازاندىكى سوغۇق يەل ، بەدەندىكى قويۇق يەللەرنى يوقىتىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارىش تۇرۇنجى

تەركىبى : تۇرۇنجىنىڭ قۇرۇق پوستى 30 گرام ، قەلەمقۇر ، جوز بوۋا ، قارامۇچ ،





گۈلدارچىنى ، قاقىلە ، خولىنجان ، زەنجىبىل ھەر بىرى 3 گرام ، ئىپار 1 گرام ، ھەسەل 150 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ تاماق سىڭدۈرىدۇ ، قورساق كۆپۈشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، ئاشقازان ، دوۋساق ئاجىزلىقلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 3 قېتىم ، چوڭلارغا تاماقتىن كېيىن 3 گرام ، بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش تۇففاھى

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : ئۇرۇقى ۋە پوستىدىن تازىلانغان ئالمىدىن 270 گرام ئېلىپ مۇسەللەس ياكى سىركىگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ ، سۈزۈپ سىقىپ ، مەلۇم مىقداردا ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ قويۇلدۇرۇپ ، ئۇنىڭغا ئۇد ھىندى ، دارىچىنى ، زەفەرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرام ، زەنجىبىل ، قاقىلە ، نارمىشكىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچلەندۈرۈپ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستىمال قىلىنىدۇ .

جەۋارش دارچىنى

تەركىبى : يالىپۇز 25 گرام ، دارىچىنى 20 گرام ، قەلەمفۇر ، قارامۇچ ، فىلىفىل ، سۇنجۇل ، ئاسارۇن ھەر بىرى 15 گرام ، زەنجىبىل ، رۇمبادىيان ، قېلىن دارىچىنى ، ئارپا ، بادىيان ، مەستىكى ھەر بىرى 10 گرام ، لېچىندائە ، گۈلدارىچىنى ھەر بىرى 6 گرام ،





ھەسەل 1.5 لىتىر .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەلنى ئېرىتىپ ئا-
رىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان مىزاجىنى ئىسسىققا مايىللاشتۇرۇش ، ھەزىمنى ياخشىلاش
تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، جىگەر ، بۆرەك ئاجىزلىقلىرىغا ، بەدەننى قۇۋۋەتلەپ
يەللەرنى تارتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 3 قېتىم ، چوڭلارغا تاماقتىن كېيىن 6
گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش زەنجىبىلى

تەركىبى : زەنجىبىل 60 گرام ، سەمغى ئەرەبى ، جوز بوۋا ، نىشاستە ھەر بىرى 15
گرام ، زەفەر 3 گرام ، قەنت 30 گرام .

ياسىلىشى : قەنتنى قىيام قىلىپ ، دورىلارنى سوقۇپ ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ھەزىمنى ياخشىلايدۇ ، يەل تارقىتىدۇ ، ئاشقازان
يارىسىنى پۈتتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەينىڭ ھەزىمنى ياخشىلاش ، ئاشقازان ۋە ئۈچەي
يارىسىنى ساقايتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 10 گرام ،
بالىلارغا ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش زىرىشكى

تەركىبى : مارجان ، مەرۋايىد ھەر بىرى 30 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 21





گرام ، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان زىرىق ، سىماق ، ھەبۇلئاس ، گۈرۈچ ئۇنى ، جوۋىنە ، زەنجىبىل ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرى 18 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 12 گرام ، تابا- شىر ، كەھرىبا ، مەستىكى ھەر بىرى 9 گرام ، بېھى لۇئابى ياكى پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى مەلۇم مىقداردا .

تەسىرى : ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ، ئاشقازان ئۈچەيلەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ .
مىقدارى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 9 گرام ئىچىلىدۇ .

جەۋارش سەندەلى

تەركىبى : تاباشىر ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 15 گرام ، زىرىق 12 گرام ، كافۇر 6 گرام ، سوك ، ئىپار ، سۈنبۇل ، ئود ھىندى ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، بېھى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننىڭ ئارتۇقچە قىزىقلىقىنى پەسەيتىپ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارش سوككەرى

تەركىبى : قاقىلە ، قەلەمفۇر ، زەنجىبىل ، كابابەچىنى ، دارىچىنى ، زەفەر ، فىلىقلى ھەر بىرى 9 گرام ، ئۇد 3 گرام ، شېكەر 1 كىلوگرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، شېكەر قىيامىغا قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەم بوشىتىدۇ . ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





جەۋارش سىمىسى

تەركىبى : كۈنجۈت 30 گرام ، كۈندۈر ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ، فىلىڧل ، قاقىلە ،
دارىچىنىلار ھەر بىرى 9 گرام ، زۈرەنبات ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، زىرە ، جوۋىنە ھەر بىرى 9
گرام ، قەنت 270 گرام .

ياسىلىشى : گۈلاب بىلەن قەنتنى قىيام قىلىپ ، دوزىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ
ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ . ھامىلىدار
ئاياللارنىڭ سېزىكىنى يوقىتىدۇ . رەڭگى - روھىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

جەۋارش قەندادىقۇنى

تەركىبى : زەنجىبىل ، قارامۇچ ھەر بىرى 18 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، پىننە ھەر
بىرى 15 گرام ، مەستىكى ، جوۋىنە ھەر بىرى 12 گرام ، زىرە ، سەلىخە ، ھەببى بىلسان ،
ئاقىرقەرھالار ھەر بىرى 6 گرام ، سازەج ھىندى 3 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى : بەل ئاغرىش ، ئاشقازان ئاغرىش ، ئاشقازان ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت
قىلىدۇ . سوغۇقتىن بولغان قويۇق يەللەرنى ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 2 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

جەۋارش كەھرىبائى

تەركىبى : كەھرىبا ، قىزىلگۈل ، زىرىق ھەر بىرى 15 گرام ، ئۇدخام ، مەستىكى ،





زەفەر ھەربىرى 9 گرام ، سونبۇل ، زىرە 6 گرام ، قەنت 3 ھەسسە .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ
 ۋە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 6 گرام ئېلىپ
 ئۈستىدىن ئالما سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارىش كۈمۈنى مۇھەللىلى

تەركىبى : زىرە 150 گرام ، زەنجىبىل ، سوزاپ ھەربىرى 60 گرام ، قارامۇچ 45
 گرام ، بۆرە ئەرمىنى (توغرىغۇ) 15 گرام ، ھەسەل بەلگىلىك مىقداردا .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئا-
 رىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاندىكى سوغۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ . شەھۋەتنىڭ
 زىيادىلىكىنى يوقىتىدۇ . بەلغەم ۋە سەۋدادىن بولغان تەپلەرنى قالدۇرىدۇ . قورساق
 كۆپۈش ، چىڭقىلىش ، قۇلۇنجى ، پەتەق (چىقۇق) كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە
 شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرام
 ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارىش مەستىكى I

تەركىبى : مەستىكى 10 گرام ، قەنت 200 گرام ، ئەرىقى گۈل 100 م ل .
 ياسىلىشى : مەستىكىنى سوقۇپ تاسقاپ ، قەنتنى گۈلاپ بىلەن قىيام قىلىپ ،
 سوۋۇغاندىن كېيىن مەستىكىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاندىكى زىيادە سۇيۇقلۇقنى سۈرۈپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، جىگەر كېسەللىكلىرى ۋە ئېغىزدىن شۆلگەي ئېقىشقا





ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ قايماق سۇ بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش مەستىكى I

تەركىبى : مەستىكى 10 گرام ، قەنت 200 گرام ، قىزىلگۈل ئېرىقى 100 م ل .
ياسىلىشى : مەستىكىنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنتنى گۈلەپ بىلەن قىيام قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ۋە جىگەرنىڭ سوۋۇشىنى توختىتىش ، ئاشقازاندىكى ئارتۇقچە سۇيۇقلۇقنى ھەيدەپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش مۇتەۋەككۈلى

تەركىبى : كۈندۈز 12 گرام ، ئاقمۇچ ، زەنجىبىل ھەر بىرى 6 گرام ، سۇنىيۇل ، قەلەمفۇر ، دارىچىنى ، جويۇز ، قاقىلە ، سوك (ئامىيەلە جەۋھىرى) ، قۇندۇز قەھرى ھەر بىرى 5 گرام ، قەنت 1 ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارش مىشكى

تەركىبى : گۈلدارىچىنى ، دارىچىنى ، جويۇز ، لېچىندانە ، قەلەمفۇر ، خولىنجان ،





فيلفىل ، ئۇد ھىندى ھەر بىرى 15 گرام ، زەپەر 6 گرام ، ئىپار 3 گرام ، قەنت 265 گرام ، ھەسەل ئۈچ ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، جىگەردىكى سوغۇق يەللەرنى يوقىتىدۇ ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى ۋە كۆڭۈل ئېلىشىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 2 - 3 گرام ئىچىلىدۇ .

جەۋارش نارمىشكى مۇقەۋۋى مەئدە

تەركىبى : سەئىدى كوفى ، كۈندۈر ، سۈنبۈل ھەر بىرى 15 گرام ، نارمىشكى ، فىلفىل ، قارامۇچ ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

جەۋارش نارمىشكى ئىستىسقاى

تەركىبى : فىلفىل 15 گرام ، دارىچىنى 12 گرام ، نارمىشكى 9 گرام ، قاقىلە 6 گرام ، لېچىندانە 3 گرام ، قەنت 90 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقىنى ياخشىلايدۇ ، ناغرىسىمان سۇلۇق





ئىشلىتىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ : ئىپا بولىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارشى ئۇد

تەركىبى : ئۇد ھىندى ، سۈنبۇل ، مەستىكى ، قەلەمفۇر ، لېچىندانە ، جوز بوۋا ھەر بىرى 10 گرام ، ھېلىلە كابۇلى پوستى ، گۈلدارىچىنى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ، تۇرۇنجى پوستى ، زورەنباد ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 3 گرام ، زەپەر ، بەسباسە ، زەنجىبىل 1.5 گرام ، ئىپار 1 گرام ، قەنت 250 گرام .

ئىپار ، زەپەرنى بىر دانە قەنت بىلەن ئايرىم سالاھىيە قىلىنىدۇ . قاتتىق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قەنتنى قىيام قىلىپ ھەممىنى بىرلىكتە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىپ تاماق سىڭدۈرىدۇ . ئاشقازاندىكى خام سۇيۇقلۇقنى تارتىدۇ . خەفەقان ۋە جىگەر كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ھەزىم ناچارلىقى ۋە يۈرەك ئېغىش كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1 — 0.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : ئەگەر ئىشتىھانى كۈچلۈك قوزغاشقا ئىشلىتىش مەقسەت قىلىنسا لىمون سۈيى ، زىرىق سۈيى ، چۈچۈمەل ئانار سۈيى بىلەن قەنتنى قىيام قىلىپ تەييارلىسا بولىدۇ .

جەۋارشى ئۇد تۇرۇش

تەركىبى : ئۇد خام ، زەنجىبىل ، فىلىل ، قارامۇچ ، ئاقمۇچ ، قەلەمفۇر ، لېچىندانە ، قاقىلە ، زەپەر ، خولىنجان ، دارىچىنى ، قىزىلگۈل ، مەستىكى ، بەسباسە ، كابابەچىنى ، ئىپار ، ئەنبەر ، سەلىخە ، سازەج ھىندى ، ئۆشەنە ، گۈلدارىچىنى ، سۈنبۇل ، ئىزخىر ، جو-يۇز ، نارمىشكى ، يالىپۇز ، فەرەنجىمىشكى ، تۇرۇنجى پوستى ، كافۇر ھەر بىرى تەڭ





مىقداردا ، لىمون شىرىسى ، لىمون سۈيى ، زىرىق سۈيى ، تەمرى ھىندى سۈيى بەلگىلىك مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : جەۋارىش ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىشتىھانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارىش ئۇد مۇسەلى

تەركىبى : ئۇد خام ، قەلەمغۇر ، زەپەر ، جويۇز ھەر بىرى 5 گرام ، سەقمۇنىيا 3 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : جەۋارىش ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاندىكى ئارتۇق ھۆللۈكنى يوقىتىپ ، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ . ئۈچەينى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارىش ئۇد مۇشەھەنى

تەركىبى : تۇرۇنجى پوستى 30 گرام ، ئۇدخام 5 گرام ، مەستىكى 3 گرام ، ناۋات 500 گرام .

ياسىلىشى : ناۋاتنى قىيام قىلىپ دورا تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىشتىھانى ئاشۇرىدۇ ، ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .





جەۋارش ئۇد ھازىمى

تەركىبى : ئۇد خام 15 گرام ، قەلەمقۇر 6 گرام ، سۈنبۇل 3 گرام ، ناۋات 750 گرام .
 ياسىلىشى : ناۋاتنى گۈلاب بىلەن قىيام قىلىپ ئۈستىدىن دورا تالقىنىنى سىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ، ئىشتىھانى ئاشۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى مۇشەھى

تەركىبى : ھېلىيە ، بېلىيە ، ئامىيە ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 12 گرام ، تاباشىر 5 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان ئىشتىھا تۇتۇلۇشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئېلىپ ئىستېمال قىلىپ ، ئۈستىدىن سوغۇق سۇ ئىچىلىدۇ .

داۋائى ھازىم

تەركىبى : جوۋىنە ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 6 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلار سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تاماق سىڭدۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر قېتىمىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

رەۋغنى كاسىرى رىياھ

تەركىبى : مۇقەل ، سۇنبۇل ، مەستىكى ، كۈندۈر ھەر بىرى 9 گرام ، ئۇشەق ، ئا-
سارۇن ، قەسبۇز زەرىرە ، ئىزخىر 6 گرام ، بابۇنە يېغى ، گۈل يېغى ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئاپتاپقا قويۇپ
تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئاشقازان ۋە جىگەردىكى يە-
لەرنى تارقىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقدار ئېلىپ سىرتتىن يەرلىك ئورۇننى
ياغلايدۇ .

رەۋغنى مەستىكى

تەركىبى : مەستىكى 30 گرام ، زەپتۇن يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى 150 م ل .
ياسىلىشى : مەستىكىنى سوقۇپ ياغقا ئارىلاشتۇرۇپ شىشە قاچىغا قاچىلاپ ، قازانغا
توشقۇزۇپ سۇ قويۇپ شىشنى قازاننىڭ ھورىدا ئىسسىتىپ قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىش ، خام كېكىرىشلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئاشقازان ئىششىقىنى ياندۇرۇش ، ئىشقازاندىكى قاتتىقلىقنى بوشىتىش تەسىرگە ئىگە ۋە
شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن يەرلىك ئورۇن ياغلىنىدۇ .

رەۋغنى مۇھەللىل

تەركىبى : ئىككىلىمەلىك ، بابۇنە 30 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى 1.5 لىتر سۇدا قاينىتىپ 500 م ل قالغاندا سۈزۈپ ، مەلۇم





مقداردا بادام يېغى قۇيۇپ سۈيى پارلىنىپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

رەۋغنى ۋامۇن

تەركىبى : مەستىكى ، ئاقمۇچ ھەر بىرى 750 گرام ، دارچىنى ، مېشەسائىلە ، سازەج
ھىندى ، سۇنبۇل ھەر بىرى 120 گرام ، پەرفىيۇن 90 گرام ، فىلغل 30 گرام ، بان دەرد
خىنىڭ يېغى 360 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، مەزكۇر ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرىگە
مەنپەئەت قىلىدۇ ، ئومۇمىي بەدەنگە قۇۋۋەت بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

زىمادى ئەفيۇن

تەركىبى : مەدەستان 3 گرام ، قەلەي پوقى 1.5 گرام ، گۈل يېغى 15 م ل .
ياسىلىشى : ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان يارىسىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

زىمادى مۇقەۋۋى

تەركىبى : قىزىلگۈل ، مەستىكى رۇمى ، سۇنبۇل ، كۈندۈر ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىپ رەيھان سۈيى ياكى ئالما
سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ .





تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : قورساق قىسمىغا چېپىلىدۇ .

زىمادى مۇھەللىل

تەركىبى : بىنەفشە گۈلى ، بابۇنە گۈلى ، ئىككىلىمەلىك ، ئاق لەيلى گۈلى ، ئارپا ئۇنى ، شۇمشا ئۇنى ھەر بىرى 60 گرام ، قىزىلگۈل 15 گرام ، سۈنبۇل مەستىكى ھەر بىرى 9 گرام ، سەندى كۈنى ، ئىزخىر قەسبۇز زەرىرە ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : ھەممىنى سوقۇپ زىغىر لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئىششىقىنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئاشقازان ساھەسىگە سىرتتىن چېپىلىدۇ .

زىمادى ئىستەمخىقۇن

تەركىبى : ئاقمۇچ 24 گرام ، ئەفسەنتىن ، سۈنبۇل ، سەلىخە (قېلىن دارىچىنى) سەبىرى ھەر بىرى 9 گرام ، ئۇد بىلىسان ، زەفەر ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : مومنى سۈنبۇل يېغى ياكى قۇستە يېغى ۋە ياكى سىماب يېغىدا ئېرىتىپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ، جىگەر ۋە تالنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

سۇفۇفى سەنگىدانە مۇرغ

تەركىبى : قورۇلغان توخۇ تاشلىقى 15 گرام ، ئۇد ھىندى ، مەستىكى ، تاباشىر ، ھەببۇلئاس ، قورۇلغان ئەرەب يىلىمى ، لېچىندانە (بۇلارمۇ قورۇلىدۇ) ، زىرە ، پىستە





پوستى ، ئانارگۈلى ھەر بىرى 6 گرام .
 ياسىلىشى : يۇقىرىقى دورىلارنىڭ قورۇيدىغانلىرىنى قورۇپ ، قالغان دورىلار بىلەن
 سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .
 تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا 1 - 0.5 گرام ، چوڭلارغا 4 - 6 گرام
 ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇقى قەلەمفۇر

تەركىبى : قەلەمفۇر ، بادىيان ھەر بىرى 10 گرام ، رۇمبادىيان مەستىكى ھەر بىرى
 6 گرام ، زەنجىبىل 3 گرام ، ناۋات 30 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سوقۇلغان
 ناۋات بىلەن سۇفۇق تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ھەزىمنى ياخشىلايدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان ئۈنۈنقاچلىق ، مېگە ئاجىزلىقىغا بېرىل
 ىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم تاماقتىن كېيىن 3
 گرام ، بالىلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇقى مەستىكى مۇسەخخىن

تەركىبى : ئۇد ھېندى ، ئۇد خام ھەر بىرى 60 گرام ، مەستىكى ، قەلەمفۇر ، كابا .
 بەچىنى ھەر بىرى 15 گرام ، ئامىيە ئۇسارىسى (ئامىيە جەۋھىرى) ، ئىپار ھەر بىرى 9
 گرام ، شېكەر 2 ھەسسە .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، سۇفۇق تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : ئاشقازاننى قىزىتىپ يەللەرنى تارقىتىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى نەمەكى

تەركىبى : ئوشۇدۇر ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ، تاغ پىننىسى ھەر بىرى 1.2 كىلوگرام ، ئاقسۇچ 360 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى 180 گرام ، رۇمىدىيان ، جوۋىنە ، سۇنبۇل ھەر بىرى 120 گرام ، تۇز 560 گرام .
ياسىلىشى : تالقانلاپ سۇفۇقى تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، ئاشقازان ، جىگەرنىڭ تۈرلۈك كېسەللىكلىرىگە ۋە ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى نەئنا

تەركىبى : پىننە 30 گرام ، سىماق ، تۇز ھەر بىرى 15 گرام ، قارامۇچ 6 گرام .
ياسىلىشى : تالقانلاپ سۇفۇقى تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئاشقازاندىكى يەللەرنى تارقىتىپ قورساق كۆپۈشنى يوقىتىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 — 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى ھاكىمە

تەركىبى : قىزىلگۈل 30 گرام ، رۇمىدىيان 27 گرام ، يۇمىخاقسۇت 24 گرام ، سوك (ئامىيىلە جەۋھىرى) ، ئىپار ھەر بىرى 21 گرام ، تاباشىر ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 18 گرام ، ھېلىيىلە كابۇلى ، ناۋات ھەر بىرى 15 گرام ، مەستىكى ، ئاسارۇن ، سۇنبۇل ،





ئامبىلە ، كەھربا ، دارىچىنى ، تاتلىق قۇستە ، كابابەچىنى ، قەلەمقۇر ھەر بىرى 12 گرام ،
لوك 3 گرام ، شېكەر 2 ھەسسە .

تەسىرى : بۇ بىر خىل مۆتىدىل تەبىئىيەتلىك سۇفۇق بولۇپ ئىچكى ئەزالارنى
كۈچەيتىدۇ . يەل تارقىتىدۇ ، توسالغۇلارنى ۋە ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ .
رەڭگى - روھىنى تۈزەپ ، ئادەمنى ياشارتىدۇ ، باھنى قوزغايدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇقى ئىشتىھا

تەركىبى : ئاقلانغان سەۋزە ئۇرۇقى 30 گرام ، كۈندۈر 9 گرام ، زۇرەنباد ، چىڭ
سەي ئۇرۇقى ، جوۋىنە ، قارا زىرە ھەر بىرى 6 گرام ، ناۋات 286 گرام .
ياسىلىشى : سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاشقازاننى ياخشىلاپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام
ئىچكۈزۈلىدۇ .

سىركەنجىنى ئەفسەنتىن

تەركىبى : ئەفسەنتىن ، سىركە ، قەنت مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : ئەفسەنتىننى سىركىگە بىر سوتكا چىلاپ ، قاينىتىپ قەنت بىلەن قىيام
قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەپرا خاراكتېرلىك ئاشقازان ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىل
لىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق ئىچىلىدۇ .

سىركەنجىنى بېھى I

تەركىبى : مەستىكى ، سۈنبۇل ، قەلەمقۇر ھەر بىرى 6 گرام ، بېھى توغرىالمىسى





قاينىتىلمىسى 500 م ل ، سىركە 100 م ل ، قەنت 300 گرام .

ياسىلىشى : 3 خىل دورىنى چالا سوقۇپ داكا خالتىغا سېلىپ ئاغزىنى تىكىپ ،
بېھى سۈيى بىلەن بىللە 15 مىنۇت قاينىتىپ ، سىقىپ ئېلىۋېتىپ ئارقىدىن شۇ سۇغا
سىركە ۋە قەنتنى سېلىپ ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ھەزىم خىزمىتى بۇزۇلۇش ، جىگەرنىڭ ئا-
جىزلىقى قاتارلىق كېسەللەرگە بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

سىركەنجىبىنى تۇفقاھ

تەركىبى : ھۆل پىننە 15 گرام ، پىشقان ئالما سۈيى 200 م ل ، سىركە 150 م ل ،
ئاچچىق ئانار سۈيى ، لىمون سۈيى ، گۈلاب سۈيى ، بېدىمىشكى سۈيى ھەر بىرى 60 م ل ،
قەنت 375 گرام .

ياسىلىشى : ھەممىنى $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ قەنت بىلەن قىيام قىلىپ
تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تاماق سىڭدۇرىدۇ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، جىگەرنى
ياخشىلايدۇ . ئاشقازان ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ . كۆڭۈل ئاينىشنى قالدۇرۇپ قۇسۇشنى
توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

سىركەنجىبىنى جۇۋىنە

تەركىبى : جۇۋىنە ، قارا زىرە ، زۇفا ، تاغ چاڭگاھ ئۆسۈملۈكى ھەر بىرى 20





گرام ، سىركە 60 م ل ، ھەسەل 100 م ل .
 ياسىلىشى : سىركە ، ھەسەلدىن باشقا دورىلارنى يېرىم لىتر سۇغا بىر كېچە
 چىلاپ ، ئەتىسى قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سىقىپ ، سۈزۈپ ھەسەل ۋە سىركىنى قوشۇپ
 بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : ئاشقازان ھەزىمىنى ياخشىلاپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، يەل تارقىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ۋە
 سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 مىقدارى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 50 م ل ، بالىلارغا 3 سائەتتە بىر
 قېتىم 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

سىركەنجىنى ۋەرد

تەركىبى : گۈلقەنت ، گۈلاب ، سىركە مەلۇم مىقداردا .
 ياسىلىشى : گۈلقەنتنى قىزىق گۈلاپقا ئارىلاشتۇرۇپ ، مۇۋاپىق مىقدارىدا سىركە
 قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلدۇ
 ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

شەربىتى ئانار ۋە پىننە

تەركىبى : ناخۇش ئانار سۈيى ، تاتلىق ئانار سۈيى ، ھۆل پىننە سۈيى ھەر بىرى
 700 م ل ، پىستە پوستى 15 گرام ، ئۇدى خام ، مەستىكى ھەر بىرى 6 گرام ، قەنت 500
 گرام ، ناۋات 1 كىلو .
 ياسىلىشى : ئۇد خام بىلەن پىستە پوستىنى قاينىتىپ سۈزۈپ ، مېۋىلەر سۈيىگە
 قوشۇپ ناۋات ۋە قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ ، ئاخىرىدا سۇقۇلغان مەستىكى
 ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .





تەسىرى : سەپرانى پەسەيتىدۇ . ھۆ بولۇش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ . ئاشقازاننى كۈچەيتىپ قان كۆپەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، يۈرەك ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان يۈرەك تىترەشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 30 م ل ، بالىلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپتى ئەتىش

تەركىبى : ئاچچىق ئانار سۈيى ، ئەينۇلا سۈيى ، تەمرى ھىندى ھەر بىرى 300 م ل ، پاقا يوپۇرمىقى سۈيى ، تۇرۇنجى سۈيى ھەر بىرى 150 م ل ، قەنت مەلۇم مىقداردا .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ . ئاشقازان ، بۆرەكتىكى ئارتۇق ھارارەتنى باسىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 15 - 20 م ل ئېلىپ قار سۈيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەرىپتى ئەنبەر

تەركىبى : ئەنبەر ، زەفەر ھەر بىرى 5 گرام ، ھەسەل ، بۇلاق سۈيى ھەر بىرى 1.2 لىتر .

ياسىلىشى : سۇ بىلەن ھەسەلنى بىللە قىيام قىلىپ ، ئەنبەر ، زەفەرلەرنى سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوزۇلما خاراكتېرلىك ئاشقازان ئاغرىش ، پەي ئاغرىش ، سوغۇقتىن بولغان يۈرەك تىترەشلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ ، شىپا بولىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 15 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپى پەۋاكە I

تەركىبى : تاتلىق ئانار سۈيى 200 م ل ، تاتلىق ئامۇت سۈيى ، تاتلىق بېھى سۈيى 100 م ل ، قەنت 500 گرام .

ياسىلىشى : مېۋە سۇلىرى قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، ھۆنى پەسەيتىدۇ . يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ . كۆڭۈلنى ئاچىدۇ . ياخشى قان پەيدا قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ئېغىش ، جىگەر ئاجىزلىقى ، قان ئازلىق ۋە ئاشقازاننىڭ بارلىق كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەرقېتىمدا 50 م ل ، بالىلارغا ھەرقېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپى پەۋاكە II

تەركىبى : ئاچچىق ئانار سۈيى ، تاتلىق ئانار سۈيى ، چۈچۈمەل بېھى سۈيى ، تاتلىق بېھى سۈيى ، زىرىق سۈيى ھەر بىرى 50 م ل ، قەنت 250 گرام .

ياسىلىشى : بېھى بىلەن ئالمىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېپىز توغراپ ، بىر چوڭ پىسيالە سۇ بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سىقىپ سۈزۈلىدۇ . زىرىقىنىمۇ بىر چىنە سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئانارنىڭ پوستىنى ئېلىۋېتىپ تازىلاپ ، سىقىپ سۈزۈپ ، ھەممە مېۋە سۇلىرى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ قەنت سېلىپ 3 قېتىم ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى كۈچلەندۈرۈپ ، ياخشى قان پەيدا قىلىدۇ . پۈتۈن بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرىدۇ . ھەزىمنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، يۈرەك ، جىگەر ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ئىشتىھاسىزلىق ، ماغدۇرسىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەرقېتىمدا 30 م ل ،
بالىلارغا ھەرقېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى پەۋاكىم قابىز

تەركىبى : ئۇد ھىندى ، مەستىكى ، تاباشىر ، ئامبىلە ئۇسارىسى ھەر بىرى 6
گرام ، ئالما سۈيى ، ئاچچىق ئانار سۈيى ، بېھى سۈيى ، تەمرى ھىندى سۈيى ، رەۋەن
سۈيى ھەر بىرى 300 م ل ، قەنت مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : مېۋە سۇلىرىنى گۈلاب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ ، قالغان دو-
رىلارنى چالا سوقۇپ ، خالىتىغا قاچىلاپ قايناتىمغا قوشۇپ $\frac{1}{3}$ قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ
سۈزگەندىن كېيىن قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ ، ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ،
سەپرا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

شەربىتى پەۋاكىم مۇرەككەپ

تەركىبى : تەرەنجىبىن 60 گرام ، چىلان 55 دانە ، گۈلبىنەفشە ، نېلۇفەر ،
يۇمىلاقسۈت ھەر بىرى 12 گرام ، ئاق سەندەل ، گاۋزەبان ، ئالما چېچىكى ، بېدىمىشكى ھەر
بىرى 8 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئەگرى تەرخەمەك (تەررە) ئۇرۇقى ، سېرىق ھېلىلە
پوستى ھەر بىرى 5 گرام ، بېھى ، ئالما ، ئاچچىق ئانار سۇلىرى ھەر بىرى 120 م ل ،
گىلاس ، تەمرى ھىندى ، زىرىق ، لىمون سۇلىرى ھەر بىرى 4 م ل .
ياسىلىشى : دورىلاردىن ئەرەق تارتىلىپ ، ئۈستىگە مېۋە سۇلىرى ۋە ئېرىتىلگەن
تەمرى ھىندى قوشۇلىدۇ . سېرىق ھېلىلەنى ئۈندەك سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . تەرەنجىب-
بىننى چىلاپ ئېرىتىپ پاكىزلەپ ئۈستىگە قۇيۇپ قىيام قىلىنىدۇ .
تەسىرى : سەپرا ۋە قاننى نورماللاشتۇرۇش ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ، ئېچىشنى
پەسەيتىش ، ئۇسۇزلۇق ۋە قىزىتمىنى يوقىتىش ، رەئىس ئەزالار ۋە پۈتۈن بەدەننى قۇۋ-
ۋەتلەش ، قان كۆپەيتىش ، مېڭە توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش



تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : رەئىس ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش ، مېگە ۋە جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، سەيرانى نورماللاشتۇرۇش ، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش ، ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىش شۇنداقلا قان كۆپەيتىش ، ئوزۇقلاندۇرۇش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .

مقدارى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 15 - 30 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپتى تۇرۇنجى

تەركىبى : تۇرۇنج پوستى 30 گرام ، ئۇد ھىندى 21 گرام ، زەنجىبىل ، سازەج ھىندى ، قاقىلە ، فەرەنجىشىكى ، فىلىل ، مەستىكى ، سۇنبۇل ، جويۇز ھەر بىرى 6 گرام ، ئىپيار ، زەفەر ھەر بىرى 3 گرام ، قەنت 280 گرام ، ھەسەل 810 م ل ، گۇلاب بىر لىتر .

ياسىلىشى : ئىپيار ، زەفەردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ خالتىغا قاچىلاپ ، گۇلابتا سېلىپ قاينىتىپ ، سۈزۈپ ھەسەل ، قەنتلەرنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ . ئىپيار ، زەفەرلەرنى ئايرىم سالايە قىلىپ قىيام بىر ئاز سوۋۇغاندىن كېيىن قوشۇلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ھەزىمنى ياخشىلايدۇ . ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ . ياشانغانلارنىڭ يۈرەك ۋە ئاشقازانغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 9 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپتى خۇبىسۇلەھەدد

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن تۆمۈر پوقى 30 گرام ، رۇمىادىيان ، ئارپا بادىيان ، جوۋىنە ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ھىڭ يىلتىزى (غۇلجاڭ) ، يالپۇز ، قۇرۇق يۇم-خاقسۇت ، ياۋا زىرە ، قارامۇچ ، فىلىل ، سەئدى كوفى ، جويۇز ، سوزاپ ئۇرۇقى ، زاغۇن ، پىياز ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، سۇ 1.3 لىتر ، قەنت مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : ئادەتتىكى شەرىپتە تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى قىزىتىدۇ ، قان كۆپەيتىپ سەمىرىتىدۇ ، مەقشەت كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .



ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 45 - 60 م ل ئىچىلىدۇ .

شەربىتى خىندىقۇن

تەركىبى : دارچىن ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ھەر بىرى 9 گرام ، سۇنبۇل ، قەلەمغۇر ، قاقىلە ، ئۇد غەرقى ھەر بىرى 6 گرام ، زەفەر 3 گرام ، سوك 2 گرام ، ئىنار 1 گرام ، رەيھان شەربىتى 2.7 لىتر ، ھەسەل 1.2 لىتر ، قەنت 560 گرام .
ياسىلىشى : ئىنار ۋە سوكتىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، رەيھان شەربىتىگە ئىككى سوتكا چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، ھەسەل ، قەنتلەر بىلەن قىيام قىلىپ ، ئىپار ، سوكلارنى ئايرىم سالايە قىلىپ قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى قىزىتىدۇ ، تاماق سىڭدۇرىدۇ . جىگەرنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ . بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

شەربىتى راسەن

تەركىبى : قۇرۇتۇلغان راسەن يىلتىزى 165 گرام ، ئۈزۈم سۈيى 1.9 لىتر .
ياسىلىشى : شەربەت ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىپ تاماق سىڭدۇرىدۇ . مەنىنى كۆپەيتىپ ، ھارارىتى غەرىزىنى ياخشىلاپ كۆڭۈلگە خوشلۇق پەيدا قىلىدۇ . بەدەننى سەمىرىتىدۇ . مىزاجنى تەڭشەيدۇ . رەڭگى - روھىنى ياخشىلايدۇ . ئاۋازنى ئاچىدۇ . ئاڭلاش ، كۆرۈش ، پۇراش ، ئويلاش ، ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى ئاشۇرىدۇ . ئىچكى ئەزالار ۋە ئۇلارنىڭ خىزمەتلىرىنى ياخشىلايدۇ ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : راسەن تېپىلمىغان ئەھۋالدا گۈلى سەۋسەن يىلتىزى ئىشلەت-
سىمۇ بولىدۇ .





شەربىتى رەبەس

تەركىبى : ھۆل رەۋەننىڭ سىقىلغان سۈيى ياكى رەۋەن ئۇسارىسى ، قەنت تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : شەربەت ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ ، سەپرادىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

شەربىتى سەئدى كوفى

تەركىبى : سەئدى كوفى 60 گرام ، چالا سوقۇلغان ئامبىلە 30 گرام ، قەنت 500 گرام ، سۇ 560 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ بىر ھەپتە يەر ئاستىغا كۆمۈپ ئۇنىڭدىن كېيىن ئېلىپ سۈزۈپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، بوۋاسىرنى يوقىتىدۇ ، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 15 - 20 گرام ئىچىلىدۇ .

شەربىتى سوككەر

تەركىبى : زەنجىبىل ، دارىچىنى ھەر بىرى 15 گرام ، قاقىلە ، لېچىندانە ھەر بىرى 6 گرام ، قەلەمقۇر 3 گرام ، زەفەر 2 گرام ، قەنت 1.35 كىلوگرام ، سۇ 1.9 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى بىر سوتكا سۇغا چىلاپ ، $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ،





قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
ۋە ئىشلىتىش : ئاشقازاننىڭ سوغۇقتىن بولغان ئارتۇق ھۆللۈكىنى قۇرۇتىدۇ ،
سوغۇق مىزاجنى مۆتىدىللەشتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 م ل
ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى سىماق

تەركىبى : ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان سىماق ، قەنت مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : ئادەتتىكى شەربەت ياساش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆڭۈل ئاينىشنى توختىتىدۇ . ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ،
تۈرلۈك قان كىتىشلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا
ئىچىلىدۇ .

شەربىتى سىيىب 1

تەركىبى : بادىرەنجىبۇيا ، گاۋزەبان گۈلى ھەر بىرى 10 گرام ، ئۇد ھىندى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 6 گرام ، قەلەمفۇر 3 گرام ، تاتلىق ئالما سۈيى 1 لىتر ، تاتلىق بېھى سۈيى ، ئۈزۈم شارابى ھەر بىرى 500 م ل .
ياسىلىشى : قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ داكا خالتىغا سېلىپ ، مېۋە سۇلىرى بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۇنىڭغا 700 گرام قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .
تەسىرى : ئاشقازاننىڭ مېڭىگە مۇناسىۋەتلىك ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، يۈرەك ، ئاشقازان ، جىگەر ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچىلىدۇ .





شەرىتى سىيىب I

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : 5 كىلوگرام ئالمىنى پوستى ، ئۇرۇقى ، ساپاق ۋە قۇرتلىرىدىن تازىلاپ ، سوقۇپ سىقىپ 4 لىتر سۈيىنى ئېلىپ ، قاينىتىپ 2 كىلوگرام شېكەر قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ . ئالما قانچە ياخشى بولسا ئۇنۇمى شۇنچە ياخشى .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : رەئىس ئەزالار ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىپ ھەزىمنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، مېگە ، جىگەر ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ھەزىمنى ياخشىلاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 30 م ل ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىتى لىمون ھازىمى

تەركىبى : بېھى سۈيى 2 ھەسسە ، لىمون سۈيى 1 ھەسسە ، قەنت يېرىم ھەسسە .
ياسىلىشى : شەربەت ياساش قائىدىسى بويىچە ياسىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تاماق سىڭدۈرىدۇ ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ ، ئاشقازان ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىتى مىنشكى

تەركىبى : ئىپار 5 گرام ، زەفەر 3 گرام ، سۇ ، ھەسەل ھەر بىرى 600 م ل ، قەنت 600 گرام .
ياسىلىشى : سۇنى قاينىتىپ ، ھەسەل ، قەنتلەرنى سېلىپ قىيام قىلىپ ، بىر ئاز





سوۋۇغاندىن كېيىن ئىپار ، زەفەرلەرنى ئايرىم سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى ۋە ئومۇمىي بەدەننى قىزىتىدۇ ۋە كۈچەيتىدۇ
 ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ . بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9.5 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپتى ھەببى رۇممان

تەركىبى : ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 145 گرام ، سىماق 70 گرام ، كۈندۈر 51 گرام ،
 پىستە پوستى 9 گرام ، تۇرۇنجى پوستى ، پىننە ، قەلەمقۇر ھەر بىرى 6 گرام ، سوك
 (ئامبىلە جەۋھىرى) 3 گرام ، سۇ 1.2 لىتر .
 ياسىلىشى : ئانار ئۇرۇقى ۋە سىماقلارنى سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ،
 سىقىپ سۈزۈپ ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل كۆڭۈل ئاينىشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ
 مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل
 ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپتى ۋەرد I

تەركىبى : ھۆل قىزىلگۈل (ئاق قىسمى ئېلىۋېتىلىدۇ) 560 گرام ، تۇربۇد ، ئەف
 تىمۇن ھەر بىرى 23 گرام ، مەھمۇدە 6 گرام ، قەلەمقۇر ، سوك ، بەسباسە ھەر بىرى 2
 گرام ، سۇ 1.2 لىتر ، قەنت 420 گرام ،
 ياسىلىشى : شەربەت ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : نورمالسىز بەلغەم ، نەۋدا خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىد
 ىدۇ ، ئاشقازان ، ئۈچەيلەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 23 - 45 م ل
 ئىچىلىدۇ .





فەتىلە پىپروزى نۇش

تەركىبى : خۇبۇلەھەددىد (تۆمۈر پوقى) 360 گرام ، سەئدى كوفى 30 گرام ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، گۈلدارچىن ، سۈنبۇل ، جويۇز ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ھەر بىرى 24 گرام ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ، كابۇل ھېلىيلە پوستى ، شەترەنجى ھىندى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئاچچىق قۇستە ، سەلىخە ، قەلەمقۇر ، بەسباسە ، خولىنجان ، نارمىشكى ھەر بىرى 18 گرام ، بەلىيلە پوستى ، ئامىيلە ، جوۋىنە ، قارامۇچ ، فىلىل ھەر بىرى 12 گرام ، ئىپار 6 گرام ، ئەنبەر 3 گرام ، كالا يېغى 120 م ل ، ھەسەل 2.5 ھەسسە .

ياسىلىشى : قائىدە بويىچە يۇغۇرۇپ تەييارلاپ ئالتە ئايدىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، جىنسەي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ ، مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى تورمۇزلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئۈزۈم ھارېقى ياكى مۇسەللەس بىلەن 6 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى ئاقاقىيا

تەركىبى : قىزىلگۈل ، ئانار گۈلى ھەر بىرى 12 گرام ، ئاقاقىيا 9 گرام ، سەمىي ئەرەبى ، كەتىرا ھەر بىرى 6 گرام ، زەفەر 5 گرام ، كۈندۈر ياغىچى ، ئۇد ھىندى ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ، سۇ بىلەن تاپلەپ قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئاشقازان تۆۋەنلەشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا ئالما سۈيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



قۇرسى ئەفسەنتىن

تەركىبى : سەلىخە (قېلىن دارىچىنى) 60 گرام ، ئەفسەنتىن ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ھەر بىرى 15 گرام ، مۇرمەككى ، قارامۇچ ، قۇندۇز قەھرى ، ئەفيۇن ھەر بىرى 6 گرام .

ياسىلىشى : ئادەتتىكى قۇرس تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن تابىت قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازان ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ياندۇرمىغىچە پەسەيمەيدىغان ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا پىننە شەربىتى بىلەن 3 گرام ئىچىلىدۇ .

قۇرسى راسىن

تەركىبى : كۇندۇر 15 گرام ، سەۋسەن يىلتىزى ياكى گۈلى ، پىننە ياپرىقى ، سوزاپ ، ھۇماما ھەر بىرى 9 گرام ، يالىپۇز ، جوۋىنە ، سۇئىدى كوفى ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : قائىدە بويىچە تەييارلاپ 3 گراملىق تابىت قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان كۆپۈش ، قورساقنىڭ يەلدىن ئاغرىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر دانە ئېلىپ زىرە سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى زىرىشكى كەبىر

تەركىبى : تاباشىر ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ، كاسىنى



ئۇرۇقى ، مەستىكى ، سۈنبۈل ، غاپەس ئۇسارىسى ، ئوردان ، يۇيۇلغان لوك ، رەۋەن ھەر بىرى 30 گرام ، قىزىلگۈل ، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 18 گرام ، زەفەر 15 گرام ، زىرىق ئۇسارىسى (سىقىلمىسى) ، تەرەخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 9 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ تەرەنجىبىن سۈيى بىلەن قۇرس (تىبابەت) قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئىششىقنى ياندۇرىدۇ ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ ، بەلغەمدىن بولغان تەب ، ئىستىسقالارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى كۈندۈز

تەركىبى : كۈندۈز ، خۇراسان مېغىزى ھەر بىرى 6 گرام ، كابابەچىنى ، قاقىلە ھەر بىرى 5 گرام ، كافۇر ، قەلەمفۇر ، سوك (ئامىيلە جەۋھىرى) ھەر بىرى 1 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، 3 گراملىق قۇرس قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئىچى سۈرۈش بىلەن قوشۇلۇپ كەلگەن قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر دانە ئانار شەرىپىتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى گۈل مۇھەللل

تەركىبى : قىزىلگۈل 18 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، كەھرىبا ھەر بىرى 12 گرام ، سۈنبۈل ، ئىككىلىملىك ، بابۇنە ، ئىزخىر ھەر بىرى 9 گرام ، مەستىكى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، 3 گراملىق قۇرس قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەئدە ئاغرىقى ، ئاشقازان ئىششىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6 گرام ئېلىپ ، رۇمبادىيان سۈيى بىلەن





ئىچىلىدۇ .

قۇرسى مۇقەل

تەركىبى : قىزىلگۈل 30 گرام ، مۇقەل 9 گرام ، مەستىكى 8 گرام ، سۈنبۇل 6 گرام ، قۇستە ، ئاچچىق بادام مېغىزى ھەربىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : مۇقەلنى ھاراقتا ئېرىتىپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ، ئارىلاشتۇرۇپ قۇرسى قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننىڭ ئىششىقنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

قۇرسى نارمىشكى

تەركىبى : قىزىلگۈل ، سۈنبۇل ھەربىرى 9 گرام ، نارمىشكى ، سەمى ئەرەبى ھەربىرى 6 گرام ، ئانارگۈلى ، تاباشىر ھەربىرى 5 گرام ، مەستىكى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، قايناقسۇ بىلەن 3 گراملىق قۇرسى قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقى ، دەم سىقىلىش ، سۈيدۈك تۇتال ماسلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى ئۇد مۇقەۋۋى

تەركىبى : قاقىلە ، سۈنبۇل ، بەسباسە ھەربىرى 30 گرام ، ئۇدخام گۈلدارىچىنى ، تۇرۇنجى پوسىتى ھەربىرى 15 گرام ، قەلەمقۇر ، مەستىكى ھەربىرى 9 گرام ، جويۇز ، زەفەر ، زەنجىبىل ، فىلىق ھەربىرى 3 گرام ، قەنىت تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، قۇرسى قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، تاماق



سىڭدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

كەمادى جوۋىنە

تەركىبى : قىزىلگۈل 15 گرام ، جوۋىنە ، زىرە ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناقسۇغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يەلدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : قايناقسۇغا ئارىلاشتۇرۇپ قىزىتىلغان دورا سۈيىنى گىرىلكىغا قاچىلاپ ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

گۈلەنتى جىگدە گۈلى

تەركىبى : جىگدە گۈلى 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .
ياسىلىشى : ئېچىلغان جىگدە گۈلىنى يىغىپ ھاۋانچا ياكى قىيما ماشىنىسى بىلەن يۇمشاق ئېزىپ ، شېكەر سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . بىر - بىرىگە ئۆزلىشىپ بولغاندىن كېيىن شىشگە ياكى سىرلىق قاچىغا قاچىلاپ ئاغزىنى بېكىتىپ ، ئاپتاپتا 40 كۈن تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭىنى قۇۋۋەتلەش ، يۇقۇملۇق كېسەللىكلەردىن مۇداپىئە قىلىشتەك تەسىرلەرگە ئىگە

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل مېڭە ، يۈرەك كېسەللىكلىرى ھەمدە ھاسىراش ، دېمى تۇتۇلۇش ، بەزىگەك ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، مۇپاسىل قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گراممىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

گۈلچىنى رەيھان

تەركىبى : ھۆل رەيھان 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .
ياسىلىشى : ھۆل رەيھاننىڭ يوپۇرمىقىنى ئېلىپ ، ماشىنا ياكى ھاۋانچا بىلەن ئېپ-
زىپ ، شېكەر ياكى ھەسەلنى سېلىپ ، قول ياكى ماشىنا بىلەن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
ئاندىن سىرلىق قاچا ياكى ئەينەك شىشەگە قاچىلاپ ئاغزىنى بېكىتىپ ، 40 كۈن ئاپتاپتا
قۇيۇپ پىشۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ھەزىمنى ياخشىلايدۇ ، قان كۆپەيتىدۇ . نېرۋا ، يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ ،
بەدەننى سەمەرتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاجىزلىقى ، يۈرەك سېلىش ، چاچ ئاقىرىش ، ئاق كېسەل قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرام (يەنى
قاقتەك چوڭلۇقتا) ئىستېمال قىلىنىدۇ .

گۈلچىنى قىزىلگۈل

تەركىبى : 1 نىسبەت قىزىلگۈل ، 4 نىسبەت شېكەر .
ياسىلىشى : قىزىلگۈل ئېچىلغاندا بېشى بىلەن ئۈزۈپ ئەكىلىپ ، گۈل ياپراقچىلىرى
رىنى چىقىرىپ ئۈزۈپ ئېلىنغاندىن كېيىن (ئاق بېغىشى گۈل كاسسى ۋە يوپۇرماقلىرى
ئىشلىتىلمەيدۇ) توغراش ماشىنىسى بىلەن توغرىلىدۇ . ماشىنا بولمىغاندا ئاز - ئازدىن
ھاۋانچىغا سېلىپ سۇقۇلىدۇ . ئاندىن شېكەر سېلىپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . بۇ ، شېكەر
گۈلچىنى دەپ ئاتىلىدۇ . ئارىلاشتۇرۇلغىنى ھەسەل گۈلچىنى دەپ ئاتىلىدۇ . سىرلانغان سا-
پال كوزا ياكى چىنە قاچىلارغا ئېلىپ تومۇز ئاپتاپتا ئاز دېگەندە 2 ئاي تۇرغۇزۇپ
پىشۇرۇلىدۇ . دەسلەپتە ھەپتە بىر قېتىم ، كېيىنچە 2 - 3 كۈندە بىر قېتىم ياغاچ قو-
شۇق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .
تەسىرى : ئاشقازاندىكى خام سۇيۇقلۇقنى قۇرۇتىدۇ . ئاشقازاننى كۈچەيتىپ



ھەزىمىنى ياخشىلايدۇ . بەدەننىڭ كېسەلگە قارشى كۈچىنى ئاشۇرىدۇ . سىل كېسەلنى ۋە خەفەقانىنى ياخشىلايدۇ . رەئىس ئەزالارغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ تەسىرىنى تەكشۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مېگە ، يۈرەك ، ئاشقازان ، جىگەر ئاجىزلىقلىرىغا ، بەلغەمدىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىشقا ، سىل ، خەفەقان كېسەللىكلىرىگە ۋە بالىلارنىڭ ئۆسۈشنى ياخشىلاپ قان كۆپەيتىشكە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۆسۈلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەرقېتىمدا 15 گرام ، بالىلارغا ھەرقېتىمدا 5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

لوئۇقى ئاردىن

تەركىبى : قىزىلگۈل ، جىگدە ئۇنى ، پىستە پوستى ، ئانار ئۇرۇقى ، زىرىق ئۇرۇقى ھەر بىرى 45 گرام ، سىماق 21 گرام ، پىننە ، ھەبۇلئاس ھەربىرى 9 گرام ، لىمون سۈيى ، غورا سۈيى ، بېھى سۈيى ، تەمرى ھىندى سۈيى ھەر بىرى 90 م ل ، ناۋات 200 گرام ، قەنت 600 گرام ، سۇ 900 م ل .

ياسىلىشى : لوئۇق ياساش قائىدىسى بويىچە لوئۇق تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۆسۈلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

لوئابى تۇخى سەپەرچىل

تەركىبى : بېھى ئۇرۇقى مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : كېرەكلىك بېھى ئۇرۇقىنى ئېلىپ ئازراق سوقۇپ يېتەرلىك قايناقسۇغا چىلاپ ئاغزىنى يېپىپ ، يېرىم سائەتتىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇپ لوئابى چىقىرىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : يۈرەك ، مېگە ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى ۋە ئىشتىھاسىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۆسۈلى : كۈندە 1 ، قېتىم ھەرقېتىمدا مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .



مەتبۇخى ئانار ئۇرۇقى

تەركىبى : ئانار ئۇرۇقى 30 گرام ، مەستىكى ، يالپۇز ھەر بىرى 6 گرام ، ئۇد ھىندى 3 گرام ، ئىپار 1 گرام .
ياسىلىشى : ئالدىنقى 3 خىل دورىنى 500 م ل سۇ بىلەن قاينىتىپ 300 م ل قالغاندا سۈزۈپ ، ئۇد ھىندىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىفارىنى قەنت بىلەن سالايە قىلىپ ، مەزكۇر سۈزۈلمىگە تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ، ھەزىمنى كۈچەيتىپ ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ۋە ئۈچەينىڭ ھەزىم كۈچىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 15 م ل ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەتبۇخى ئەفسەنتىن

تەركىبى : تەمرى ھىندى 60 گرام ، تەرەنجىبىن 30 گرام ، قىزىلگۈل 20 گرام ، ئەفسەنتىن 15 گرام .
ياسىلىشى : ئالدى بىلەن تەمرى ھىندى ، تەرەنجىبىننى ئايرىم - ئايرىم چىلاپ سۈزۈپ سۈيى ئېلىنىدۇ . قىزىلگۈل بىلەن ئەفسەنتىننى 500 م ل سۇدا قاينىتىپ 300 م ل قالغاندا ، سىقىپ سۈزۈپ ، سۈزۈلمىلەرنىڭ ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .
تەسىرى : سەپرادىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقىنى يوقىتىپ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يۇقىرى قىزىتمىلىق تەپ ، ئىسسىقلىق بولغان باش ئاغرىش ۋە ئاشقازان ئاغرىشلارغا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 100 م ل ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .



مەئجۇنى بەقرات

تەركىبى : رۇمبادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، قىزىلگۈل ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقى (چېچىكى) 5 گرام ، مەستىكى ، قەلەمفۇر ، ئاقىرقەرە ، ئۇد ھىندى ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، جىگەرنى كۈچەيتىدۇ ، بەلغەمنى يوقىتىپ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، ئاشقازان ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ . ئۈچەي قىۇرتلىرىنى ئۆلتۈرىدۇ ، يەللەرنى تارقىتىدۇ ، باھنى ئوبدان قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى بۇزۇرى

تەركىبى : جوۋنە ، ئارپا بادىيان ، رۇمبادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، سىي-سالىۇس (تېپىلمىسا ئەنجىدان) ، قۇندۇز قەھرى ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، ئۇزۇنچاق زىراۋەند ، ئاسارۇن ، مەستىكى ، ياۋا زىرە ، ئىزخىر تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاغرىش ۋە جىگەر ، تال كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى تاباشىر

تەركىبى : تاباشىر ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 30 گرام ، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان سىماق 6 گرام ، ئانار گۈلى ، قاقىلە ھەر بىرى 3 گرام ، مەستىكى 2 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .





ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : ئاشقازاندىكى ھارارەت ۋە سۇيۇقلۇقنى تەڭشەيدۇ ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 9 گرام ئېلىپ بېرىلىشى سۈيى ياكى ئالما سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

I مەئجۇنى جويۇز

تەركىبى : جوۋنا ، زەفەر ھەر بىرى 15 گرام ، لاچىندانە ، جەۋز بەۋۋا (جويۇز) ، بەسباسە ھەر بىرى 10 گرام ، نەشە يېغى 15 م ل ، ھەسەل 200 م ل .
 ياسىلىشى : قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، زەفەرنى بىر دانە قەنت بىلەن سالايە قىلىپ ، ھەسەلنى ساپلاشتۇرۇپ ئاندىن نەشە يېغىنى سېلىپ يۇغۇرۇپ ، شە قاقچا ئېلىپ 40 كۈن تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، ئاشقازان ئاغرىقىنى تىنىچلاندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىش : ئاشقازان ۋە مېڭە ئاغرىقىنى پەسەيتىش ، مەنىنى قويۇقلىتىش ، باھنى كۈچەيتىش مەقسەت . ئىشلىتىلىدۇ .

مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 3 - 1.5 گرام ، 7 ياشتىن يۇقىرى بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

I مەئجۇنى جويۇز

تەركىبى : نەشە 300 گرام ، لاچىندانە ، جويۇز ، بەسباسە ھەر بىرى 30 گرام ، جوۋنا ، زەفەر ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ ، مەئجۇن ياسىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، تاماق سېڭدۈرىدۇ ، باھنى كۈچەيتىپ لەززەتنى ئاشۇرۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىس-



تېمال قىلىندۇ .

مەنچۈنى سەنگىدەنە

تەركىبى : قىزىلگۈل 9 گرام ، توخۇ تاشلىقى پوستى ، تاباشىر ھەر بىرى 8 گرام ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ئاق سەندەل ، يالىپۇز ، قۇرۇق يۇمىماق سۈت ، ھەبۇلئاس ھەر بىرى 6 گرام ، قۇرۇق پىننە ، پىستە پوستى ، تۇرۇنجى پوستى ، سېزىق ھېلىيلە پوستى ھەر بىرى 3 گرام ، مېۋە شەرىپىتى 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەنچۈن ياساش قائىدىسى بويىچە مەنچۈن قىلىندۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ۋە يۈرەك ئاجىزلىقى ، خام كېكىرىشلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىندۇ .

مەنچۈنى غىيلىس

تەركىبى : زەفەر ، ئاقىرقەرھە ، بەزىرۈلبەنجى ، فەرفىيۇن ، خۇلىنجان ، قاقىلە ، قىلغىل ، قۇندۇز قەھرى ھەر بىرى 10 گرام ، ھەسەل 250 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سۇقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە قوشۇپ ئەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەنچۈن تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى قىزىتىدۇ ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ ، ئېغىزنى خۇشپۇراق قىلىدۇ ، باھنى كۈچەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سەزگۈنلىك سۇسلۇقى ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ئەرلىك جىنسى قابىلىيەتنىڭ ئاجىزلىقى ، مەنى سۈيۈلۈپ كېتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام بېرىلىدۇ .



ئەسكەرتىش : بۇ مەئجۇننىڭ دورا تەركىبىگە 3 - ۋە 4 - دەرىجىلىك قۇرۇق ئىس-
سىق دورىلار قوشۇلغاچقا ، 15 ياشتىن تۆۋەنلەرگە بېرىلمەيدۇ .

مەئجۇنى قۇستە

تەركىبى : دارچىنى ، ئاچچىق قۇستە ھەر بىرى 21 گرام ، رۇمبادىيان ، چىڭشەي
ئۇرۇقى ، ئاسارۇن ھەر بىرى 9 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى . ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ، چىگەرنى ياخشىلايدۇ
ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى مۈلۈكى

تەركىبى : جويۇز ، قەلەمفۇر ، بەسباسە ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، ئىزخىر ، زەنجىبىل ،
دارچىنى ، مەستىك ، زەفەر ، ئۇد ھىندى ھەر بىرى 9 گرام ، ئۆشەنە 8 گرام ، قاقىلە ،
كۈندۈر ھەر بىرى 3 گرام ، قەنت ، گۈلاب ھەر بىرى 30 م ل ، ھەسەل مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : قەنتنى گۈلابتا ئېرىتىپ ، ھەسەلنى قىيام قىلىپ ، دورىلار تالقىنىنى
ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، باھنى قوزغايدۇ ، ئىشتىھانى
ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى نانخۇا

تەركىبى : جوۋىنە ، زەنجىبىل ھەر بىرى 30 گرام ، چىڭشەي يىلتىزى 15 گرام ،





مەستىكى 8 گرام ، ئۇد خام 6 گرام ، ئاقىرقەرھە 5 گرام ، زەفەر ، بەسفا ئىچ ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ۋە جىگەرنى كۈچەيتىدۇ ، خام بەلغەملەرنى بوشىتىدۇ . ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، خام كېكىرىشنى يوقىتىدۇ . ئېغىزنى خۇشپۇراقلاشتۇرىدۇ . شالۋاق ئېقىشنى توختىتىدۇ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، قاپاق ئۇرۇقىسىمان مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ . بۆرەك ، دوۋساقنى كۈچەيتىدۇ ، تاش ، قۇملارنى تازىلايدۇ ، باھنى قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ . يىلدا بىر نۆۋەت ئىستېمال قىلىپ بەرسە ناھايىتى پايدىلىق .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى ئۇد

تەركىبى : بادىرەنجىبۇيا ، گاۋزەبان ، ئارپا بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، سۈنبۇل ، پوستى تۇرۇنجى ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال

قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى ئېنىشما

تەركىبى : قۇندۇز قەھرى ، تاتلىق قۇستە ، سۈنبۇل ، قارامۇچ ، دارچىن ، فىلىل

ھەر بىرى 23 گرام ، مۇرمەككى 9 گرام ، قېلىن دارچىنى 6 گرام ، ئەفيۇن 3 گرام .

ياسىلىشى : مۇرمەككىنى كونا رەيھان شارابىدا ئېرىتىپ ، قالغان دورىلارنى

تالقانلاپ ، ئۈچ ھەسسە مۇسەللەس بىلەن يۇغۇرۇپ مەئجۇن تەييارلاپ ، 6 ئايدىن كېيىن

ئىستېمال قىلىنىدۇ .





تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەزىمىنى ياخشىلايدۇ ، ھەر خىل ئاشقازان ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا مۇۋاپىق مىقدار ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلۇماتى ئىزخىر

تەركىبى : ئىزخىر يىلتىزى ، سەئدى كوفى ، زەنجىبىل ، دارچىنى ، قېلىن دارچىنى ، پىننە ھەر بىرى 3 گرام ، قەلەمقۇر ، سوڭ (ئامىيەلە جەۋھىرى) ، جوۋىنە ، ئۆشەنە ، ھېلىيە ، قارامۇچ ، كۈندۈر ھەر بىرى 2 گرام ، مەستىكى ، ئۇدخام 1 گرام ، ئۇرۇقى بار ئۈزۈم 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : ئۈزۈمنى ئۇرۇقىدىن ئايرىپ ، دورىلار تالقىنىغا قوشۇپ مەلۇمات قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاغرىقى بىلەن بىرگە كېلىدىغان قۇشۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلۇماتى ئىنھىل

تەركىبى : قىزىلگۈل ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ، ئۈزۈنچاق زىراۋەند ، دارچىنى ، ئاسا-رۇن 2 ھەسسە ، مەستىكى ، زورەنباد ، پىننە ، رۇمبادىيان ، قۇندۇز قەھرى ، ھەسەل ، گۈلقەنت شىرىسى ھەر بىرى 1 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، ھەسەل ۋە گۈلقەنت شىرىلىرى بىلەن يۇغۇرۇپ ، مەلۇمات قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، ئاشقازان كۆپۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇراببا ئالما

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : تاتلىق پىشقان ئالمىدىن 3 كىلوگرام ئېلىپ پوستىنى ۋە ئۇرۇقلىرىدىن تازىلاپ ، نېپىز يالپاقلاپ ، 2 لىتر سۇ بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا ئۈستىگە 2 كىلوگرام شېكەر قوشۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : 1 - دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : سەپرادىن بولغان ھەزىم بۇزۇلۇش ، ئىشتىھات تۇتۇلۇش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ھۆ بولۇش ، يۈرەك ئاجىزلىقى ، سەپرادىن بولغان باش ئاغرىش ۋە ئىشتىھاسىزلىققا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ۋە ئىسسىق مىزاجلارغا ھەرقېتىمدا 30 م ل . بالىلار ۋە سوغۇق مىزاجلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : ئالمىدا تەبىئىي سۇ ماددىسى كۆپرەك بولغاچقا ئوبدان قىيام قىلىسىمۇ ، ئەتىياز پەسلىدە ئۆزلۈكىدىنلا سۇيۇقلۇق پەيدا قىلىپ مۇراببانى ئېچىتىپ قويىدۇ . بۇ چاغدا 500 گرام شېكەر سېلىپ بىر - ئىككى قېتىم ئۆزلىتىۋېتىلىدۇ .

مۇراببا بېلى

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : تاتلىق بېلىدىن 3 كىلوگرام ئېلىپ پوستى ۋە ئۇرۇقلىرىنى ئېلىۋېتىپ ، پاكىز يۇيۇپ ، نېپىز توغراپ 2.5 لىتر سۇ بىلەن بىر لىتر قالغىچە قاينىتىپ ، 2 كىلوگرام شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : 2 - دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ھەزىمنى ياخشىلايدۇ . ھۆ بولۇش ۋە قۇسۇشنى





توغتتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ئېغىش ، سەپرادىن بولغان كۆڭۈل ئاينىش ، جىگەر ئاجىزلىقى ، ھەزىم بۇزۇلۇش قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، تاماقتىن كېيىن 30 مىل ئىستېمال قىلىنىدۇ .

نۆقۇنى مۇشەھى

تەركىبى : ھېلىيلە كابۇلى ، ئۇدھىندى ، ئامىيلە ، ئاق سەندەل ، ئالقات ، زىرىق ھاجەتكە لايىق مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى گۈلابقا بىر سوتكا چىلاپ ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىشتىھانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر ئاز ناۋات سېلىپ ، بىر قېتىمدىلا ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ .

ھەببى قەيسەر

تەركىبى : سەبرى 27 گرام ، مەستىكى 9 گرام ، جوۋىنە ، زىرە ، رۇمبادىيان ، قارا ھېلىيلە ، تۇز ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، تورۇنچى سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاندىكى ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش ۋە تازىلاش ، ئاشقازاننى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھاجەتكە لايىق مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى قۇرسى ۋەرد (گۈل)

تەركىبى : تۇربۇد 21 گرام ، ئىيارەج پەيقرى 18 گرام ، قۇرسى گۈل ، تۇز ھەر





بىرى 9 گرام ، قارا ھېلىيلە ، كابۇل ھېلىيلە پوستى ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام ، قۇرۇق پىننە ، جويۇز ، جوۋىنە ، رۇمبادىيان ، قەلەمفۇر ھەر بىرى 3 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، پىننە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننىڭ بەلغەمدىن بولغان ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىپ ، ئارقىسىدىن ئەفسەنتىن سۈيى ئىچىدۇ .

ھەببى مۇشەھبى

تەركىبى : ئۇدى خام ، قەلەمفۇر ، كابابەچىنى ، قارامۇچ ھەر بىرى 9 گرام ، بالەنگو 6 گرام ، بابۇنە ئۇرۇقى ، بابۇنە گۈلى ، مەرۋايىد ، فىلىفىل ھەر بىرى 3 گرام ، زەفەر 2 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قەنتنى جۇلابتا تېرىتىپ ، ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، تاماق سىڭدۇرىدۇ . مەنىنى تورمۇزلايدۇ ، كۆڭۈلنى خوش قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 7 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى نارمىشكى

تەركىبى : مەستىكى ، قەلەمفۇر ، زەنجىبىل ، دارچىنى ، قارامۇچ ، فىلىفىل ، نارمىشكى ھەر بىرى 18 گرام ، سەقمۇنىيا ، قەنت 5 گرام .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قورساق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ، ئارقا تەرەتنى يۇمشىتىپ ، قورساق كۆپۈشنى يوقىتىدۇ . ئىشتىھانى ئېچىپ تاماق سىڭدۇرىدۇ . ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى ھۇمالا

تەركىبى : سەبرى 48 گرام ، مۇرمەككى ، قەلەمفۇر ھەر بىرى 9 گرام ، دارچىنى ، زەفەر ، قۇستە ، سۇنبۇل ، ھۇمالا ، كامادەريۇس ، ھەببۇلبان ، ھەببۇلىمىھەب ، گۈلدارچىنى ، غارىقۇن ھەر بىرى 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، يازلىقى زىرىق سۈيى ، قىشلىقى چەلەڭ سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەم ، سەۋدادىن بولغان قورساق كۆپۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ . ھەزىمنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ . ھەر قانداق پەسىلدە مۇۋاپىق كېلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريپىلى كەبىر I

تەركىبى : ھېلىيە كابۇلى پوستى ، ھېلىيە پوستى ، قارا ھېلىيە ، شاكالىسىز ئامىيە ، قارامۇچ ، فىلىفىل ھەر بىرى 20 گرام ، خەشخاش ئۇرۇقى 15 گرام ، شاقاقۇل ، زەنجىبىل ، سېرىق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، ئەرمىدۇن مېغىزى ، ئاق بەھمەن ، ھەببى قەلەل ، كۈنجۈت ھەر بىرى 10 گرام ، بادام 30 م ل ، ھەسەل 750 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، بادام يېغىدا ياغلاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ، قاچىغا ئېلىپ 40 كۈن يۆگەپ تىندۈرۈپ ئاندىن ئىشلىتىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، مېڭىنى تازىلاش ، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاپ ،



تاما ق سىگدۈرۈش ، بەدەننى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : تال ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرى ، ئاشقازان تەسىرىدىن بولغان مېڭە كېسەللىكلىرى ، ئۇنۇتقاقلىق ، بۇۋاسىر قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ ھەمدە نېرۋىنىڭ جىددىيلىكىنى پەسەيتىش ، ئاشقازان سوۋۇشنى تۈزەشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 5 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : قۇرۇق ئىسسىق مىزاجلىق بىمارلار يازدا ئىستېمال قىلماسلىقى ، ئەگەر زۆرۈر بولسا سىركەنجىبىن بىلەن قوشۇپ ئىچىشى لازىم .

ھېق تۇتۇش ، قۇسۇش ، زەردە قايناش ، ئاچچىق سۇ يېنىشنى توختاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى

جەۋارش پىلاپلى

تەركىبى : فىلىل ، قارامۇچ ، ئاقمۇچ ھەر بىرى 240 گرام ، سۇنبۇل ، ھۇماما ھەر بىرى 12 گرام ، زەنجىبىل ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئەنجىدان (ھىڭ ئۇرۇقى) ، سەلىخە ، ئا. سارۇن ، ئىگىر ھەر بىرى 3 گرام ، بىلىان يېغى 120 م ل ، ھەسەل 3 ھەسسە .
تەسىرى : ئاشقازاننىڭ سوغۇقتىن بولغان ئاجىزلىقىنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قۇسۇشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى پۇۋاق

تەركىبى : تاغ سەۋزە ئۇرۇقى ، تۇرۇنجى پوستى ، رۇم بادىيان ، پىننە ، ئاسارۇن ، تاتلىق قۇستە ، زىرە ھەر بىرى 15 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، تاغ چىڭسەي ئۇرۇقى ،



سەئدى ھەر بىرى 10 گرام ، ئىگىر 3 گرام ، شېكەر 150 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : يەل تارقىتىش ، ئاشقازان ، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش ۋە قۇۇ-
 ۋەتلەش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ھەزىم ناچارلىقتىن بولغان ھېق تۇتۇش ياكى ئاشقازان كىرىش
 ئېغىزىدا يەل تۇرۇۋالغاندىن بولغان ھېق تۇتۇشنى توختىتىش ۋە بەل ئاغرىشىنى پەسەي-
 تىشكە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 3 گرام ،
 بالىلارغا 1 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى غەسىيان

تەركىبى : ئانار ئۇرۇقى 30 گرام ، كۈندۈر ، مەستىكى ، ئۇد ھىندى ھەر بىرى 3
 گرام .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆڭۈل ئاينىش ، قۇسۇشلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ
 مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ پىننە
 شەربىتى بىلەن ئېچىلىدۇ .

سۇفۇفى قەيۋۇددەم

تەركىبى : گىل ئەرمىنى ، سەمغى ئەرەبى ، ئانار گۈلى ، خۇنسىياۋشان ، كۈندۈر
 تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : تالقانلاپ سۇفۇق تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىدۇ .



لىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى كۈندۈر 1

تەركىبى : ئۇدى خام 24 گرام ، قىزىلگۈل 18 گرام ، كۈندۈر ، ئانار ئۇرۇقى ، سۇنبۇل ، ئامىيە ، مەستىكى ھەر بىرى 15 گرام ، قەلەمفۇر ، كابابەچىنى ، قاقىلە ، جويۇز ، بەسباسە ، سۇئىدى كوفى ، پىننە ھەر بىرى 12 گرام ، تۇرۇنچى پوستى ، فەرەنجىمىشكى ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان قوسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سىركەنجىنى ئانار

تەركىبى : ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈيى ھەر بىرى 300 م ل ، زىرىق سۈيى 100 م ل ، سىركە 60 م ل ، قەنت 500 گرام .

ياسىلىشى : يۇقىرىقى 3 خىل مېۋە سۈيى بىلەن سىركىنى قازانغا قۇيۇپ ، قىزىشقا باشلىغاندا قەنتنى سېلىپ 3 قېتىم ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ۋە ئۈچەيدىكى جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈپ ھۆ ۋە ئېچىشنى يوقىتىدۇ . ئۇسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ . ئۈچەيدىكى ئۆتكۈر ماددىلارنى نورماللاشتۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەي ۋە جىگەرنىڭ ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلىرى ، ھارارەتلىك كېسەللىكلەردىن كېزىك قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 15 م ل .



باللارغا 5 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

سرکەنجىبىن بېھى 1

تەركىبى : ئىچى - تېشى تازىلانغان بېھى توغرىلىقى 1 كىلوگرام ، توم زەنجىبىل 20 گرام ، سرکە 200 م ل ، قەنت 500 گرام .
ياسىلىشى : بېھى توغرىلىقىنى 2.5 لىتر سۇدا قاينىتىپ يۇمشاق پىشقاندا ئېلىپ ، خامدا سىقىپ ، سۈيىگە چالا سوقۇلغان زەنجىبىل خالتىچىقىنى سېلىپ يەنە قاينىتىپ ، ئاندىن بۇ سۈيۈقلۈققا 200 م ل سرکە ، 500 گرام قەنت سېلىپ 3 قېتىم ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەندۈرۈپ سېسىق كېكرىشنى يوقىتىدۇ ، ئاچچىق سۇ يېنىش ۋە ھېق تۇتۇشنى توختىتىدۇ . ئېچىششنى پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ھۆ ۋە سېسىق كېكرىشنى يوقىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 م ل ، بالىلارغا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

سرکەنجىبىن قۇرۇق ئۈزۈم

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : 1 كىلوگرام قۇرۇق ئۈزۈمنى 1.5 لىتر سۇ ، 500 م ل سىرگىگە بىر كېچە چىلاپ ، ئاندىن مۇجۇپ سىقىپ ، سۈزۈلمىسىگە 1 كىلوگرام شېكەر سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەر ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ . مەيدە ئېچىششنى توختىتىدۇ . ئىشتىھانى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش ، ھارارەتنى تەڭشەش ، ھەزىمنى كۈچەيتىشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 م ل ، 3 ياشتىن يۇقىرى بالىلارغا كۈندە 5 قېتىم ، ھەر 3 سائەتتە 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .





شەرىتى ئانار تەلخ

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : ئاچچىق ئانارنىڭ پوستىنى ئېلىۋېتىپ ، سىقىپ 1 لىتر سۈيى ئېلىنىدۇ ھەمدە سۈيىگە 50 گرام يالىۋۇز قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپ سىقىپ سۈزۈۋېتىپ ، ئارقىدىن 1 كىلوگرام شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : قوشۇشنى توختىتىدۇ . ئاشقازان ۋە جىگەرگە قۇۋۋەت بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننىڭ سەپرادىن بولغان بۇزۇلۇشى ، قۇسۇش ، ئۈچەي يارىسى ، قان تولغاق قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ، بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىتى بېيى

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : بېيىنى پوستى ۋە ئۇرۇقلىرىدىن تازىلاپ ئۇشاق توغراپ ، 1 كىلوگرام بېيىگە 2 لىتر سۇ قۇيۇپ بىر لىتر قالغىچە قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، بۇنىڭغا بىر كىلوگرام شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : 1 - دەرىجىدە ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : يۈرەك ۋە ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ . كۆڭۈلنى خوش قىلىدۇ . ئىشتىھانى ئاچىدۇ . سەپرادىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ ، ھۆنى ۋە قۇسۇشنى باسىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ئاجىزلىقى ، يۈرەك ئېغىش ، ئاشقازان ، جىگەر ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 30 م ل ، بالىلارغا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : تاشقى ئىششىقلارنى قايتۇرۇش خۇسۇسىيىتى بولغاچقا ، قىيام قىلىنمىغان ساپ بېيى سۈيىنى قايناقسۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈرتىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .



شەرىپىتى پىستە

تەركىبى : زىرىق ، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ شاخ - ياپراقلىرى ھەر بىرى 18 گرام ، زىرىق ، قىزىلگۈل ، ئانار ئۇرۇقى ھەر بىرى 12 گرام ، ئاقلانغان پىستە ، پىننە ھەر بىرى 6 گرام ، ئۇد ھىندى ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام ، بېھى سۈيى 280 م ل ، ئالما سۈيى ، ئاچچىق ئانار سۈيى 135 م ل ، قەنت مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : مەزكۇر دورا ۋە مېۋە سۇلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : كۆڭۈل ئاينىشىنى قالدۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : تاماقتىن كېيىنكى ۋە ئىلگىرىكى بىئاراملىق ۋە كۆڭۈل ئاينىش ، يېگەن تاماقنىڭ ياخشى ھەزىم بولماي يۇقىرىقىغا ئۆرلىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 25 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپىتى تەمرى ھىندى

تەركىبى : ئۇرۇقچىسىدىن ئايرىلغان تەمرى ھىندى 740 گرام ، قەنت 750 گرام .
پىننە ياكى پىننە ئۇسارىسى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : تەمرى ھىندىنى قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، قۇسۇشنى ، ئۇسۇلۇقنى پەسەيتىدۇ . تەرەتنى يۇمشىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپىتى رۇم بادىيان

تەركىبى : رۇم بادىيان ، زىرە ، كۈندۈر ھەر بىرى 10 گرام ، قەنت 100 گرام .



ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 700 م ل سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ قەلنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپلا تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ھېق تۇتۇشنى پەسەيتىپ ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قورساق ئېسىلىش ، ھېق تۇتۇش ، يۈرەك ئاجىزلىقى ۋە ئىششىق قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىتى سىب تۇرۇش

تەركىبى : ئاچچىق ئالما سۈيى 1 لىتر ، تۇرۇنجى سۈيى 50 م ل ، قەنت 1 كىلوگرام .

ياسىلىشى : ئالمنى پوستى ۋە ئۇرۇقىدىن تازىلاپ ، ئۇششاق توغراپ ياكى قىرغۇدا قىرىپ سۈيىنى ئېلىپ تۇرۇنجى سۈيىدە قاينىتىپ 1 لىتر قالغاندا قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : سەپرادىن بولغان ئاشقازان ئاجىزلىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھۆ ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەزىمنى ياخشىلاش ، ھۆ ۋە قۇسۇشنى توختىتىش ، قان سوۋۇ-تۇش ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىتى لىمون

تەركىبى : مەرۋايىد 20 گرام ، زىرىق سۈيى ، تاتلىق ئالما سۈيى ھەر بىرى 300 م ل ، تۇرۇنجى سۈيى 150 م ل ، قەنت 600 گرام .

ياسىلىشى : يۇقىرىقى دورا سۇلىرىنى 600 م ل قالغىچە قاينىتىپ قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ ، تۇرۇنجى سۈيىدە ئۇۋۇتۇلغان مەۋىيىدىنى ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قىيامغا





قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئاشقازاننىڭ ئاغرىشىنى ، قۇرۇق ھۆ بولۇشنى توختىتىپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ . يۈرەك ئېغىشىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاغرىش ، ئىچى سۈرۈش ، يۈرەك ئېغىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا تاماقتىن كېيىن 30 م ل ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى كۈمۈنى

تەركىبى : ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 60 گرام ، كۈدە ، پىننە ھەر بىرى 30 گرام ، ئاق زىرە 12 گرام ، مەستىكى 9 گرام ، قەنت 300 گرام ، سۇ 1 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلارنى مەزكۇر سۇدا $\frac{1}{4}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆڭلى ئاينىش ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ ، بەلغەمنى ئازايتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 ~ 45 م ل ئىچىلىدۇ .

شەربىتى مەيپە

تەركىبى : فىلىفىل ، دارچىنى ھەر بىرى 9 گرام ، ئۇد ھىندى ، قاقىلە ، بەسباسە ، سۈنپۇل ، زەفەر ، لاچىندانە ، جويۇز ھەر بىرى 3 گرام ، ئىغار 1 گرام ، بېھى شەربىتى 1 لىتر .

ياسىلىشى : ئىغار ، زەفەردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ، بېھى شەربىتىنى ياخشى قىيام قىلىپ بولغاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاخىرى ئىغار ، زەفەرلەرنى ئايرىم





سالايە قىلىپ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازان ، جىگەرنى كۈچەيتىدۇ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ، قىزىتما پەسەيتىدۇ ، يۈرەكنى سالقىنىلىتىدۇ ، كۆڭۈل ئاينىش ، ئاشقازان كۆپۈش ، خۇن چىكىلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 15 ~ 30 م ل ئىچىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : تاماقتىن كېيىن كۆڭۈل ئاينىش ، زەردە قايناش ۋە قوساق ئېسىلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

شەربىتى ئۇد تۇرۇش

تەركىبى : ئۇد قىمارى 15 گرام ، ئاق سەندەل 10 گرام ، بادىرەنجىبۇيا ، قىزىلگۈل ، قەلەمفۇر ، مەستىكى ھەر بىرى 6 گرام ، سۈنبۇل ، ئاسارۇن ، سازەج ھىندى ، بەسباسە ھەر بىرى 3 گرام ، كۈمۈش ۋەزەق 30 دانە ، ئالتۇن ۋەزەق 15 دانە ، ئەنبەر ، ئىپار ھەر بىرى 1 گرام ، تاتلىق ئالما سۈيى ، ئاچچىق ئالما سۈيى ، تاتلىق ئانار سۈيى ، ئاچچىق ئانار سۈيى ، بېھى سۈيى ، تۇرۇنجى سۈيى ھەر بىرى 300 م ل ، قەنت 1500 گرام .

ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى مېۋىلەرنىڭ سۈيىنى چىقىرىپ ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ . قۇرۇق قاتتىق دورىلارنى ھاۋانچىدا سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، مېۋىلەر قىيامغا قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، ئەڭ ئاخىرىدا ئىپار ، ئەنبەر ۋە ئالتۇن ، كۈمۈش ۋەزەقلىرىنى ئۈندەك سالايە قىلىپ قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەپ ، ئاشقازاننى كۈچەيتىش ، ياخشى قان پەيدا قىلىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، يۈرەك ۋە جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ئىشتىھاسىزلىق ، ھۆ بولۇش ، مەيدە كۆپۈپ ئاغرىش قاتارلىق كېسەللەكلەرگە بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 م ل ، بالىلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 م ل ئىچىلىدۇ .





قۇرسى سۈنبۇل

تەركىبى : ئىزخىر چېچىكى ، سەلىيخە (قېلىن دارچىنى) ، قىزىلگۈل ، رەۋەن ، قەسبۇز زەررە ، سۈنبۇل ھەر بىرى 9 گرام ، مۇقەل ، مەستىكى ھەر بىرى 6 گرام ، زەفەر ، مۇرمەككى ، رۇم بادىيان ، ئاچچىق قۇستە ، قارامۇچ ھەر بىرى 3 گرام ، ئوشەق 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقاتلاپ ئەلگەپ ، 3 گراملىق تابلىت تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننىڭ سوزۇلما ئىششىقنى ياندۇرىدۇ ، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە بۇلاردىن كېلىپ چىققان ھۆگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئاشقازانغا ئىشلىتىلسە مۇسەللەس بىلەن ، جىگەرگە ئىشلىتىلسە سىركە غىبىن بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانىدىن ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى سىماق

تەركىبى : سىماق 9 گرام ، قىزىلگۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقى ، تاباشىر ، تال-زىلانغان زىرە ، يۇمىاقسۇ ، ھەر بىرى 6 گرام ، پىستە پوستى 3 گرام ، مەستىكى 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇپ تابلىت قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تاماق يەپلا قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : غورا سۈيى ، قىزىلگۈل ، گۈلقەنت بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى گۈل

تەركىبى : قىزىلگۈل ، تاباشىر ، زىرە (سىركىگە چىلانغان) ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : قۇرس تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تاماق يەپلا قۇسۇۋېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ





مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى مەستىكى

تەركىبى : مەستىكى ، ئۇد ھىندى ھەر بىرى 20 گرام ، پىستە پوستى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرام ، تاباشىر 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يۇغۇرۇپ تۈگمە چوڭلۇقىدا قۇرس ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇسۇش ۋە ھېق تۇتۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 دانە ئېلىپ چاي بىلەن ئىچىدۇ .

قۇرسى ئۇد

تەركىبى : كۈندۈر 9 گرام ، كابابەچىنى 6 گرام ، ئۇدخام ، قىزىلگۈل ، سوك (ئامبىلە جەۋھىرى) ، قەلەمفۇر ، سۈنبۈل ، گىل خۇراسانى ، تاباشىر ھەر بىرى 3 گرام ، ياسىلىشى : قۇرس تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچى سۈرۈش بىرگە كەلگەن كۆڭۈل ئاينىپ قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئانار شىرىسى ياكى ئالما شىرىسى بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەتبۇخى تەمرى ھىندى

تەركىبى : تەمرى ھىندى 30 گرام (ئەگەر تېپىلمىسا چوڭ دانىلىق ئەينۇلا 60





گرام) ، ئالما ياكى بېھى شەرىپتى 60 م ل .
 ياسىلىشى : تەمرى ھىندىنى 500 م ل سۇغا 12 سائەت چىلاپ سىقىماستىن خامدا
 سۈزۈپ ، بۇ سۈزۈلمىگە 60 م ل ئالما شەرىپتى ياكى بېھى شەرىپتى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .
 تەسىرى : قىزىتما قايتۇرىدۇ ، ئاشقازاننىڭ ئىسسىقلىقىنى بۇزۇلۇشىنى تۈزىتىدۇ .
 كۆڭۈل ئاينىشى ۋە قوشۇشنى توختىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : قىزىتما قايتۇرۇش ، باش ئاغرىشى پەسەيتىش ، ھۆنى توختىتىش ،
 يۈرەك ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 م ل ئىچكۈزۈ-
 لىدۇ .
 ئەسكەرتىش : زۆرۈر بولمىسا ھۆل سوغۇق مىزاجىدىكى كىشىلەرگە بېرىلمەيدۇ .

شىلىمىشەق سەپرا ۋە خام بەلغەمنى قۇستۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى

داۋائى مۇقى بەلغىمى ئەفنى

تەركىبى : سېرىق چېچەك شېخى 100 گرام ، تۈز 15 گرام ، ھەسەل 30 م ل ، سۇ
 800 م ل .
 ياسىلىشى : سېرىق چېچەك شېخىنى قاينىتىپ سۈزۈپ ئۇنىڭغا تۈز ۋە ھەسەل
 سېلىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : ھەزىم بۇزۇلۇشتىن بولغان بۇس - بۇخاراتنى يوقىتىدۇ . بۇزۇق
 خىلىتلارنى قۇستۇرۇش ئارقىلىق تازىلايدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : باش چىڭقىلىپ ئاغرىش ، كۆڭۈل ئاينىش ، ئۈچەي غولدىرلاش ،
 قورساق كۆپۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ئىلمان پېتى ئېچىپ تۈگىتىلىدۇ .
 بالىلارغا بېرىلمەيدۇ .





داۋائى مۇقى سەۋداۋىي ئەفنى I

تەركىبى : تۇرۇپ ئۇرۇقى ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، قىچا ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، سىركە ، ھەسەل 50 م ل .
 ياسىلىشى : ئۇرۇقلارنى چالا سوقۇپ قايناقسۇدا شىرىسىنى چىقىرىپ ، ھەسەل بىلەن سىركىنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : ئاشقازاندىكى ھەزىم بولمىغان نەرسىلەرنى قۇستۇرۇپ چىقىرىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : داۋاملىق باش قېيىش ، كۆز تورلىشىش ، كۆڭۈل ئاينىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىملىقى ئىلمان پېتى بىراقلا ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ .

داۋائى مۇقى سەۋداۋىي ئەفنى I

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : پاكىز يۇيۇلغان سۇلۇق تۇرۇپنى بىر نەچچە جايدىن تېشىپ ، 6 گرام قارا خەربە قنى پارچىلاپ تۇرۇپنىڭ تۆشۈكلىرىگە تىقىپ يۆگەپ ، بىر سوتكىدىن كېيىن ئېلىۋېتىپ تۇرۇپنى سوقۇپ سىقىپ سۈيى ئېلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : زەردە قاينىتىدىغان ، قورساقنى تولغاپ ئاغرىتىدىغان ، سېسىق كېكىر-تىدىغان كۆيگەن سەۋدا خىلىتىنى قۇستۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : كۆيگەن سەۋدانى قۇستۇرۇپ چىقىرىۋېتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىملىقى بىراقلا ئىچىلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : يۈرىكى ئاجىز بىمارلارغا ۋە بالىلارغا يېرىلمەيدۇ .





قوسۇشنى توختاتقۇچى دورا ياسالمىلىرى

داۋائى قەيىش

تەركىبى : قەلەمفۇر ، لىچىندانە ، بەرەنگى كاپۇلى ، ئاق سەندەل ، فىلىفل ھەر بىرى 9 گرام ،
ياسىلىشى : تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ھەرقايسى خىلىتتىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئېلىپ سۈ-
غۇق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى قەيىش سەپراۋى

تەركىبى : زىرىق ، بېھى ئۇرۇقى ، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى ، سىماق ، پىستە پوستى ھەر بىرى 3 گرام ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ، قۇرۇتۇلغان غورا ئۈزۈم ھەر بىرى 2 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەپرادىن بولغان قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سوقۇپ تالقانلاپ كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئېلىپ بېھى ياكى ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇقى ئامىيە I

تەركىبى : ئامىيە ، مەستىكى ، ئۇدى خام ، تاغ زىرىسى ، رۇببۇسۇس ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، يالىپۇز ھەر بىرى 10 گرام ، شېكەر 100 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنتنى سوقۇپ ئارىلاش-





تۇرۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاپ ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ . سۈيدۈك ھەيدەپ بۆرەكنى تازىلايدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئاجىزلىقى ۋە جىگەرنىڭ يەللىك ئاغرىشى ، ئاشقازان خىزمىتىنىڭ بۇزۇلۇشى ، بەلنىڭ تېلىپ ئاغرىشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 3 گرام ، بالىلارغا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇنى دافنى قىي

تەركىبى : زىرىق ، بېيى ئۇرۇقى ، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى ، ئېلىنغان سىماق ، پىستە پوستى ھەر بىرى 10 گرام ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 5 گرام ، غورا سۈيى 15 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، غورا سۈيى بىلەن نەمدەپ تالقان تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .
 تەسىرى : كۆڭۈل ئاينىشىنى توختىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : سەپرادىن بولغان ھۆنى توختىتىش ، قۇسۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 10 گرام ، بالىلارغا 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇنى سىماق

تەركىبى : سىماق ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ، قىزىلگۈل خەمبىكى ، تاباشىر تەڭ مىقداردا .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باش قېيىش بىلەن بىرگە كېلىدىغان قۇسۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .



سۇفۇفى قاقىلە

تەركىبى : قاقىلە ، لېچىندانە ، كابابەچىنى ھەر بىرى 15 گرام ، شېكەر 45 گرام .
ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ . تاش - توپا ، سېغىز ۋە كۆمۈر يېيىشتەك غەلىتە ئىشتىھانى يوقىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، ئاشقازان ۋە يۈرەك خىزمىتىنى كۈچەيتىش ، سېزىكىنى يېنىمىكلىتىش ، قورساق غولدىرلاشنى يوقىتىش ، بالىلاردىكى غەلىتە ئىشتىھانى تۈگىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 10 گرام ، بالىلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ، ئاياللارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

سۇفۇفى مۇسەككىنى قەي

تەركىبى : ئاچچىق ئانار ۋە تاتلىق ئانار ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، سىركىگە چىلانغان زىرە 3 گرام .
ياسىلىشى : بۇ 3 خىل دورىنى سوقۇپ ئەلگەپ ، تالقان تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ھەزىم ئاجىزلىقىدىن بولغان قۇسۇشنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ھەزىم ئاجىزلىقى ۋە باشقا ئاشقازان كېسەللىكلىرىدە قوشۇشنى توختىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىدۇ .
ئەسكەرتىش : ئانار سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن ئىچسە تېخىمۇ ياخشى .



سرکەنجىبىن بېھى ۋە لىمۇنى

تەركىبى : بېھىنىڭ قاينىتىپ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى 1 لىتر ، لىمۇن سۈيى 10 م ل ، سرکە 100 م ل ، قەنت 600 گرام .
 ياسىلىشى : 3 خىل دورىلىق سۇغا قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .
 تەسىرى : ھۆنى ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ . مەيدە ئېچىش ، ئاچچىق سۇ يېنىش ، ئىشتىھاسزلىق قاتارلىقلارنى يوقىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىش ، ھۆنى ۋە ھېق تۇتۇشنى بېسىش ، قىزىتما پەسەيتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 15 م ل ، بالىلارغا 5 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىتى پىننە

تەركىبى : پىننە 200 گرام ، زىرىق ، چىلان ھەر بىرى 100 گرام ، يالپۇز 60 گرام ، قەنت 15 كىلوگرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى 3 لىتر سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، ئۇنىڭغا قەنت سېلىپ قاينىتىپ قىيام تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .
 تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ، ھەزىمنى ياخشىلاش ، سوغۇقتىن بولغان ھۆ ۋە قۇسۇشنى توختىتىش ، قان تازىلاش ، بۆرەكنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىشىپ ھەزىم بۇزۇلۇش ، جىگەر يەللىك ئىشش ، بۆرەك ئاغرىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 م ل ، بالىلارغا 30 — 50 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .



شەرىپى قاپىز

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : ھەبۇلئاس 90 گرام ، ئامۇت سۈيى ، ئالما سۈيى 280 م ل .
قەنت مەلۇم مىقداردا ، ئەگەر ياسالمنى تېخىمۇ كۈچلۈك قىلىش مەقسەت قىلىنسا ئۇد
ھىندى ، مەستىكى ، سۈنبۇل ، سوك (ئامىيلە جەۋھىرى) قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6
گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ خالتىغا قاچىلاپ قوشۇپ قاينىتىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ ، ئۈچەينىڭ تولغاپ ئاغرى-
شىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارى ئىچىلىدۇ .

شەرىپى ئۆشە

تەركىبى : ئۆشە ، تەمىرى ھىندى ھەر بىرى 30 گرام ، پىستە شۆپمىكى 6 گرام ،
ئاچچىق ئانار سۈيى ، ئالما سۈيى ، پىننە سۈيى ھەر بىرى 27 گرام ، گۈلاب 1 لىتر ، قەنت
مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : ئۆشە ، تەمىر ھىندىلارنى گۈلاب بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ
ئۈستىدىن قالغان 3 خىل سۈنى قوشۇپ يەنە بىر ئاز قاينىتىپ ، ئاندىن قەنتنى سېلىپ قى-
يام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆڭۈل ئاينىش ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈ-
لىدۇ .

قۇرسى ئاقاقىيا مۇمىسە

تەركىبى : ئاقاقىيا ، قىزىلگۈل خەمىكى ، بەزىرۇلبەنجى ، گىل ئەرمىنى ، ئانار
گۈلى ، سەمغى ئەرەبى ، ئەفىيۇن تەڭ مىقداردا .



ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ، سېمىز ئوت سۈيى بىلەن تابىت قىلىندۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بېھى لۇئابى ياكى ئالما سۈيى بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى سۈرمە

تەركىبى : سۈرمە ، يۇيۇلغان شادىنەج ، خۇنسىياۋشان ھەر بىرى 9 گرام ، ئانار گۈلى ، موزا ھەر بىرى 6 گرام ، پىرسىياۋشان ھەر بىرى 5 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن تاغ تېكەسىنىڭ مۇڭگۈزى ، ئاقاقىيا ھەر بىرى 3 گرام ، ئەنبەر ، زەفەر ھەر بىرى 2 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، پاقا يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن تابىت قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان قۇسۇش ۋە قانلىق ئىچى سۈرۈشكە مەنئەپەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەتبۇخى غوراب

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : يېڭى چېكىلگەن ئۈزۈمدىن 1.5 كىلوگرام ئېلىپ ، سىقىپ 300 گرام قەنت بىلەن قاينىتىپ ، 800 م ل قالغاندا قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : سەپرانىڭ تېزلىكىدىن بولغان ھەزىم بۇزۇلۇشنى تۈزىتىش ، ھۆ بولۇش ، قىزىش ۋە قوسۇشنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سەپرادىن بولغان زۇكاملىق باش ئاغرىقى ، ھۆ بولۇش ، قۇلۇنجى ، ئىچى سۈرۈش ، ھەزىم ناچارلىشىش ، قانلىق ئىچ سۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچىلىدۇ .



ۋۇجۇرى غەشيان

تەركىبى : ئىپار بۇغداي چوڭلۇقىدا ، بېھى سۈيى بىر قوشۇق .
ياسىلىشى : ئىپارنى بېھى سۈيى بىلەن ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچى سۈرگەندىن كېيىنكى كۆڭۈل ئاينىشىنى يوقىتىدۇ
ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا گالغا تېمىتىلىدۇ .

ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلىغۇچى دورا ياسالماىلىرى

بانادۇق

تەركىبى : سېرىق چېچەك ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئەفيۇن تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇپ كۇمۇلاچ قىلىنىدۇ
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قورساق ئاغرىشىنى توختىتىدۇ . ئۈچەيدىكى
توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارىشى ئەشەپ

تەركىبى : سەقمۇنىيا ، تۇربۇد ھەر بىرى 15 گرام ، قارامۇچ ، قاقىلە ھەر بىرى 9 گرام ، زەنجىبىل ، دارچىنى ، ئامىيلە ، قەلەمفۇر ، بەسفائىج ، جويۇز ھەر بىرى 8 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە ، قەنت 270 گرام .
تەسىرى : قۇلۇنجى ، لەقۋا ، يەلدىن بولغان بوۋاسىر قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ .



ئۈچەيدىكى يەللەرنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قورساقنىڭ مۇجۇپ ئاغرىشىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارشى بېيى I

تەركىبى : تەرەنجىبىن 500 گرام ، ئاق تۇربۇد 30 گرام ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 15 گرامدىن ، سەقمۇنىيا 8 گرام ، قىزىلگۈل ، تاباشىر ھەر بىرى 6 گرام ، بېھىنىڭ سىقىلغان سۈيى 500 م ل .
تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ ، ئۈچەيدىكى بۇزۇق سۈيۈقلۈقلارنى سۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىدا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 5 گرام ، بالىلارغا 1.5 گرام ئىچكىۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە بېرىشقا توغرا كەلسە مېغىز دورىلار ئورنىغا زەنجىبىل ، دارچىنى ، مەستىكىلەرنى 6 گرامدىن ئېلىپ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
ھامىلىدارلارغا بېرىلمەيدۇ .

جەۋارشى سەپەرچىلى قۇلۇن

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : بېھنى ئۇرۇقى ۋە پوستلىرىدىن تازىلاپ ، سىركىگە چىلاپ بىر سوتكا تۇرغۇزغاندىن كېيىن قاينىتىپ پىشۇرۇلىدۇ . ياخشى پىشقاندا سۈزۈۋېلىپ سىركە پۇرىقى يوقالغاندىن كېيىن ، يۇمشاق سوقۇپ ئۇنىڭغا 90 گرام تۇربۇد ، 30





گرام سەقمۇنىيا ، 15 گرام مەستىكى ، 9 گرامدىن زەنجىبىل ، دارچىنى ، قارامۇچ ، قاقىلە ، لىچىندائە ، زەفەر قاتارلىقلارنى قوشۇپ تەييارلايدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارىشى سوك

تەركىبى : سوك ، مەستىكى ، قەلەمفۇر ، زەنجىبىل ، فىلىل ، قارامۇچ ، گۈلدارچىنى ، جويۇز ، سەقمۇنىيالار تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .
تەييارلاش : مەلۇم مىقداردىكى بېھى سۈيى بىلەن ھەسەلنى قىيام قىلىپ يۇغۇرۇلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قىزىتمىسىز قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ . كۆڭۈل ئاينىشىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارىشى شەھرىياران

تەركىبى : مەھمۇدە ، تۇربۇد ، ھەببۇلىل ھەر بىرى 25 گرام ، سېمىز ئوت ئورۇق ، قەلەمفۇر ، قوۋزاق دارچىنى ، زەنجىبىل ، قېلىن دارچىنى ، سۇنبۇل ، جويۇز ، لىچىندائە ، مەستىكى ، قاقىلە ، ھەببى بىلسان ، زەفەر ھەر بىرى 13 گرام ، قەنت 200 گرام ، ھەسەل 600 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنتنى ئازراق سۇ بىلەن قىيام قىلىپ ، ھەسەلنى قىزىتىپ پاكىزلەپ قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن دورا تالقانلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ئاشقازاننى قىزىتىپ ھەزىمنى ياخشىلايدۇ . ئىچىنى يۇمشىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ۋە جىگەر ھارارىتىنىڭ سوۋۇپ كېتىشى سەۋەبىدىن





ھەزىم ناچارلىشىش ، ئۈچەي خىزمىتى تۆۋەنلەش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا تاماق-
تىمىن كېيىن 3 گرام ، بالىلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال
قىلدۇرۇلىدۇ .

جەۋارشى قەيسەر

تەركىبى : فىلىفل ، زەنجىبىل ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، سەقمۇنىيا ، تۇربۇد 36
گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، جۇۋىنە ، ئاقىرقەرھە ، ئاش تۇزى 18 گرام ، قەنت 48 گرام ،
ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : جەۋارشى تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجى ۋە بۇغۇم ياللۇغىغا شىپا بولىدۇ ، قويۇق خى-
لىتلارنى پارچىلايدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام يېيىلىدۇ .

داۋائى قابىز

تەركىبى ۋە ئۇسۇلى : ياغدا قورۇپ سارغىتىپ ، سوقۇلغان قارا ھېلىلە تالقىنىدىن
15 گرام ئېلىپ ، بىراقلا يەپ ئۈستىدىن سوغۇق سۇ ئىچىلىدۇ ، ئارقىدىن قايماقتا
پىشۇرۇلغان گۈرۈچ تامىقى يېيىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قانلىق ، قانسىز قورساق ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

رەۋغنى يېھى

تەركىبى : يېھى سۈيى 200 م ل ، ئامۇت غازىنىڭ سۈيى 100 م ل ، گۈل يېھى
ياكى كۈنجۈت يېھى 200 م ل .
ياسىلىشى : ھەممىسىنى بىرلىكتە قاينىتىپ سۈيى پارغا ئايلىنىپ يېھى قالغاندا ئې-





لىنىدۇ . مانا بۇ بېھى يېغى ھېسابلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : ئۈچەي ھەزىمىنى ياخشىلايدۇ . ئاشقازان يارىسىنى پۈتتۈرىدۇ . ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ . ھۆنى باسىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ۋە كۆڭلى ئاينىشى بېسىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، نەر قېتىمدا 3 م ل ئىچىلىدۇ .

II رەۋغنى ۋەرد

تەركىبى : قىزىلگۈلىنىڭ توزۇلىملىرىدىن 100 گرام ئېلىپ 300 م ل كۈنجۈت يېغىغا 10 كۈن چىلاپ ، ئاپتاپتا قۇيغاندىن كېيىن سىقىپ ئېلىۋېتىپ ، يەنە 100 گرام گۈل سېلىپ 10 كۈن ئاپتاپتا قويۇپ يەنە يەڭگۈشلەپ 40 كۈندىن كېيىن ئىشلىتىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : ئۈچەيدىكى ئېچىششنى پەسەيتىدۇ . يارىنى ساقايتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ۋە ئۈچەي يارىلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىچىشكە كۈندە ئەھۋالغا قاراپ بىر قېتىمدا 10 م ل بېرىلىدۇ . سىرتىدىن غلاشقا 3 م ل ئىشلىتىلىدۇ .

سۇفۇنى خۇرجى مەقئەد

تەركىبى : قارامۇچ 42 گرام ، فىلىل يىلتىزى 36 گرام ، ئاش تۇزى 6 گرام ، زەنجىبىل ، ئامىيلە پوستى ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : مەقئەتنى قورۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل ئۈچەي كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان مەقئەت نىڭ چىقىپ قېلىشىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم بالىلارغا 1 ~ 2 گرام .



چوڭلارغا 3 ~ 6 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى ئالما سۈيى بىلەن قوشۇپ ئىچسە تەسىرى تېخىمۇ ئوبدان بولىدۇ .

شەرىپتى ئانار مۇسەل

تەركىبى : تۇربۇد 30 گرام ، سەقمۇنيا 15 گرام ، زەفەر 3 گرام ، تاتلىق ئانار سۈيى ، ئاچچىق ئانار سۈيى ، تاتلىق بېھى سۈيى ، تاتلىق ئالما سۈيى ھەر بىرى 500 م ل ، قەنت 1 كىلوگرام .

ياسىلىشى : مېۋىلەرنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ ، چالا سوقۇلغان تۇربۇدنى خال تىغا ئېلىپ مېۋە سۈيىگە تاشلاپ يېرىم سائەت قاينىتىپ ، خالتىنى سىقىپ ئېلىۋېتىپ ئارقىدىن قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : يۈرەك ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش ، قان كۆپەيتىش تەسىرى بار . ئاش قازان ، ئۈچەيدىكى بۇزۇق سەپرا خىلىتىنى سۈرىدۇ . ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلەرىدە يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل كىچىك بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .
ئەسكەرتىش : ھامىلدار ئاياللارغا بېرىشكە بولمايدۇ .

شەرىپتى ئەفسەنتىن 1

تەركىبى : قارا ئۆرۈك 100 گرام ، تەمر ھىندى 60 گرام ، قىزىلگۈل 20 گرام ، شاھتەررە ، ئەفسەنتىن ، ئۈزۈم (ئۇرۇقسىز) ھەر بىرى 15 گرام ، قەنت 300 گرام .
ياسىلىشى : سوقۇلىدىغان دورىلارنى چالا سوقۇپ ، سوقۇلمايدىغانلىرى بىلەن قوشۇپ 2 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۇنىڭغا بىر چىنە سۇدا چىقىرىلغان تەمرى ھىندىنىڭ شىرىسىنى قوشۇپ قەنت سېلىپ ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : توسالغۇنى ئاچىدۇ . قاننى تازىلايدۇ ، ئاشقازان ۋە ئۈچەيدىكى نورمال



سىز ماددىلارنى چىقىرىدۇ . ھەزىمنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، ئاشقازان ۋە ئۈچەي خىزمىتىنىڭ ئاجىزلاشقانلىقىدىن
بولغان ئومۇمىي ھەزىم ئاجىزلىقىغا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 50 م ل ،
بالىلارغا ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

I شەرىپى ئەفسەنتىن

تەركىبى : قىزىلگۈل 25 گرام ، ئەفسەنتىن ، غارىقۇن ھەر بىرى 12 گرام ،
چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 10 گرام ، يالىپۇز ، چىڭسەي يىلتىزى ، بادىيان يىلتىزى ھەر بىرى 6
گرام ، مەستىكى ، ئىزخىر ، پىننە ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇم بادىيان ، سۇنبۇل ، ئاسارۇن ،
سازەج ھىندى ، زەفەر ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 500 م ل .
ياسىلىشى : سوقۇلىدىغان دورىلارنى چالا سوقۇپ 2.5 لىتر سۇغا ھەممىسىنى بىر
كېچە چىلاپ يېرىمى قالىغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە ھەسەلنى قۇيۇپ ئۆزلىتىپ
تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ، جىگەر ، تالنى كۈچەيتىدۇ . ھەزىمنى ياخشىلايدۇ . سەپرا-
دىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ . ئۈچەيدىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ . قىزىتما
چۈشۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، جىگەر ، تال كېسەللىكلىرى ۋە قىزىتمىلىق كېسەللىك
لەردە يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ، بالىلارغا
ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپى مۇرد

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : چالا پىشقان ئامۇتتىن 2 كىلوگرام ئېلىپ ئۇرۇق ۋە
قۇرتلىرىنى ئېلىۋېتىپ چوڭ - چوڭ توغراپ مۇۋاپىق سۇدا قاينىتىپ ، يۇمشاق پىشقاندا
ئېلىپ سوۋۇغاندا كىچىك تۆشۈكلۈك غەلۋىردىن ئۆتكۈزۈپ ، ئاستىغا ئاققان شىرىسىنى





قازانغا قويۇپ 1 كىلوگرام شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : يۈرەك ، ئاشقازان ، ئۈچەينىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ . ئىسھالنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەي خىزمىتى ناچارلىشىشتىن بولغان ماغدۇر - سىزىق ، كەمقانلىق كېسەللىكلىرىدە بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 50 م ل ، بالىلارغا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىتى مۇبارەك

تەركىبى : بەسفائىج 150 گرام ، قىزىلغان پىلە 21 گرام ، تۇربۇد ، ئۈدەھىندى ، قاقىلە ھەر بىرى 6 گرام ، ئىپار ، زەفەر 1 گرام ، گاۋزەبان سۈيى ، بادىرەنجىبۇيا سۈيى 81 م ل ، قەنت 900 گرام .

ياسىلىشى : ئادەتتىكى شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ھەر خىل قۇلۇجى ۋە ئۈچەي كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ . ئۈچەينى قۇۋۋەتلەيدۇ ، قورساق ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ھەر قېتىمدا 90 م ل شەربەت ، قايناقسۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەرىتى ھىندى

تەركىبى : ئەنجۈر ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 300 گرام ، رەۋەن 45 گرام ، قەنت 900 گرام ، ھۆل قىزىلگۈل شىرىسى 900 م ل .
ياسىلىشى : رەۋەننى گۈلابتا سالايە قىلىپ ، قالغان دورىلارنى قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ئۈستىدىن قىزىلگۈل شىرىسى ۋە قەنتلەرنى بېلىپ قىيام قىلىپ ، رەۋەننى كالا يېغىدا ياغلاپ قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن





قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، دۇۋساق كېسەللىكلىرى ، قورساق ئاغرىش ، تال ئىششىقى ، ئىرقۇننەسا ، نەپەس سىقىلىش ، يۈرەك تىترەش ، ئۈچەي يارىسى ، بەل ئاغرىش ، بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ، زەھەر قايتۇرىدۇ ، جىگەر ۋە بالىياتقۇنى ياخشىلايدۇ ، بەلغەم ۋە قانلارنى توختىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ھەر قېتىمدا 36 ~ 60 م ل ئىچىد
لىدۇ .

شەربىتى ۋەرد 1

تەركىبى : قىزىلگۈل 500 گرام ، تۇربۇد سوقۇلمىسى ، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 20 گرام ، سەقمۇنىيا 6 گرام ، ئۇد ، قەلەمفۇر ، سۇنبۇل ، بەسباسە ھەر بىرى 2 گرام ، قەنت 500 گرام .

ياسىلىشى : قىزىلگۈلنى قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە تۇربۇد ۋە ئەفتىمۇن سېلىنغان خالتىنى تاشلاپ 15 مىنۇت قاينىتىپ ، سىقىپ ئۈستىگە قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ ۋە قازاننى چۈشۈرۈپ قالغان 5 خىل دورىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسسىرى : ئاشقازان ۋە ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ . ئۈچەيدىكى بەلغەم ، سەپرا ۋە كۆيگەن سەۋدانى سۈرۈپ چىقىرىدۇ ۋە تەڭشەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : خەفەقان ، مالىخۇلىيا كېسەللىكلىرىدە ۋە سەپرا ، سەۋدادىن بولغان بارلىق كېسەللىكلەردە بۇزۇق ماددىلارنى ھەيدەپ چىقىرىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچىلىدۇ .

قۇرىى ئەفتىمۇن

تەركىبى : تۇربۇد ، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 30 گرام ، سەكبىنەج 15 گرام .

ياسىلىشى : تالقانلاپ سۇ بىلەن تابلىت قىلىنىدۇ .

تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنچىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە





ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : زۆرۈر ۋاقتىدا 3 گرام ئېلىپ مائۇل ئۇسۇل بىلەن 3 ئىستېمال قىلىنىدۇ .

كەمەدى ئەفسەنتىن

تەركىبى : ئەفسەنتىن ، پىننە ، سېرىق چېچەك ، قارا زېغىر ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، يالپۇز تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورىلارنى قاينىتىپ ، گىرېلكا بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

تەسىرى : ئۈچەيدىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ ، ئاشقازاننى قىزىتىدۇ . . .
ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنچىنى ئېچىش ۋە ھەزىمنى ياخشىلاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

كەمەدى ئومۇمىي

تەركىبى : بابونە ، قىزىلگۈل ، شۇمشا ، سۈنبۈل ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، بۇغداي كېپىكى ، تۇز ، ئىككىلىمەلىك تەڭ مىقداردا .
تەييارلاش ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورىلارنى قاينىتىپ گىرېلكا بىلەن يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزىدۇ .
تەسىرى : ئاشقاران ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى ، بۆرەك ، دوۋساق ، تال كېسەللىكلىرى ۋە قۇلۇنچىلارغا شىپا بولىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنچىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

مەتبۇخى مەغەس

تەركىبى : سانا ، رۇم بادىيان ، ئاق تۇربۇد ، خىيار شەنبەر ھەر بىرى 30 گرام ، قىزىلگۈل ، گۈلبىنەپشە ، سەرپىستان ، پوستىدىن ئايرىلغان ئارپا ھەر بىرى 12 گرام ، ھەببۇلئاس ئۇرۇقى ، شۇمشا ئۇرۇقى ، ئىسبەغۇل ھەر بىرى 15 گرام ، بادام يېغى 20 م ل .



شېكەر 200 گرام ، سۇ 1.2 لىتر .

ياسىلىشى : گۈل دورىلاردىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ سۇغا بىر كۈن چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ 900 م ل سۈيى قالغاندا گۈل دورىنى سېلىپ ، ئىككىلا قاينىتىپ قازاننى چۈشۈرۈپ ، شۇمىشا ئۇرۇقى ، ئىسبەغۇل ، ھەبۇلئاسلارنىمۇ يۇقىرىدىكى دورا بىلەن باشقا قاچىغا بىر كۈن چىلاپ ، دورىلار قايناپ تەييار بولغىچە بۇ دورىنىڭ لۇئابىنى داغا بىلەن سىقىپ چىقىرىپ ، قاينىتىپ تەييار بولغان دورا ئۈستىگە قۇيۇپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ ، ئېرىگەندىن كېيىن دورىلارنى سىقىپ ، تىرىپلىرىدىن ئايرىپ ، ئۈستىگە خىيارشەنبەرنى چالا سوقۇپ سېلىپ قول بىلەن ئۇۋۇلاپ يۇمشىغاندىن كېيىن ئېرىتىپ شېكەر سېلىپ ، بىر سائەت توختىپ ، خىيارشەنبەر ، شېكەرلەر ئېرىپ بولغاندىن كېيىن سىقىپ ئاندىن ۋارونىدا سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ . ئارقىدىن بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئۈچەيدىكى قاتتىقلىقلارنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : قورساق ئاغرىش ، قۇلۇنجى كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ بىر كىشىلىك مەتبۇخ بولۇپ ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە 4 - 5 قېتىمدىن 3 كۈن ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى ئەرەستۇ

تەركىبى : ھۇماما 60 گرام ، ئەفىيۇن ، قېلىن دارچىنى ھەر بىرى 12 گرام ، ئاقاقىيا ، قارامۇچ ، گۈڭگۈرت سېرىقى ، سۈنبۇل 10 گرام ، ئاقىرقەرھە ، فەرفىيۇن ، زەفەر ھەر بىرى 9 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى : ئاشقازان ئاغرىش ، ئۈچەي يارىسى ، ئۈچەي سېلى خاراكىتېرلىك ئىستىسقا ، قۇلۇنجى ۋە بالىياتقۇ كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجى ۋە ئۈچەي يارىسىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



مەئجۇنى تەمرى

تەركىبى : ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان خورما ، بادام مېغىزى ، سوزاپ ياپرىقى ھەر بىرى 18 گرام ، زەنجىبىل ، ئاقمۇچ 60 گرام ، سەقمۇنىيا 30 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، خورمىنى سىركىگە بىر سوتكا چىلاپ سۇقۇپ ، مەركۇر تالقان بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، ئارقىدىن كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىم 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى تۇرۇپ لاشە

تەركىبى : تۇرپۇد ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 30 گرام ، لېچىندانە ، گۈلدارچىنى ، سازەج ھىندى ، فىلىفىل ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ، بەرەڭگى كابۇلى (ئاقلانغان) ، قەلەمفۇر ھەر بىرى 3 گرام ، چىڭگەي ئۇرۇقى ، سۈنبۇل ، زەفەر ، مەستىكى ھەر بىرى 2 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئېغىر دەرىجىدىكى قۇلۇنجىنى دەرھاللا ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى راھەت I

تەركىبى : سەقمۇنىيا 30 گرام ، قارامۇچ ، فىلىفىل ، زەنجىبىل ، زىرە ، سوزاپ ، خولىنجان ، گۈلدارچىنى ھەر بىرى 10 گرام ، ھەسەل 300 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سۇقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل





بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ، ئۈچەي ھەزىمى ناچارلىقىدىن بولغان قەۋزىيەتنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەزىمنى ياخشىلاش ، چوڭ تەرەتنى بوشىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىدۇ .

لىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام

بالىلارغا 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ، بادىيان سۈيى بىلەن بىللە ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ .

رىلىدۇ .

مەئجۇنى سانا

تەركىبى : سانا ، بىنەفشە ھەر بىرى 100 گرام ، قارا ھېلىيە ، ھېلىيە كابۇلى

پوستى ، بادام يېغى ، زاراڭزا ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 60 گرام ، قىزىل

گۈل ، بەسفائىج ، نىشاستە ، مەھمۇدە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەر بىرى 15 گرام ،

ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىغا ناھايىتى ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ . مۇنزىجىدىن

كېيىن بېرىلسە سەۋدا ماددىلىرىنى تولۇق سۈرىدۇ . ئىسسىقلىقتىن بولغان كېسەللەرگە شىپا

بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال

قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى سەكبىنەج

تەركىبى : سەكبىنەج ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قۇندۇز قەھرى 1 ھەسسەدىن ،

سەقمۇنىيا يېرىم ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : سەقمۇنىيانى بادام يېغىدا سۈرۈپ ، سەكبىنەجنى ھەسەل بىلەن ئېرىدۇ .





تېپ ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام

ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى كۈندۈز مۇسكە

تەركىبى : مەستىكى ، كۈندۈز ، جۈپتى بەللۇت ، بەزىرۇلبەنجى ھەر بىرى 30 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئارقا تەرەتنىڭ سوغۇقتىن سۇيۇقلىشىپ كېتىشىنى تۈزىتىدۇ . ئىشتىھانى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، كاۋاپ بىلەن 6 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى مۇسەل مۇرەككەپ

تەركىبى : تۇربۇد 3 گرام ، مەستىكى ، زەنجىبىل ، فىلىل ، قارامۇچ ، دارچىنى ھەر بىرى 2 گرام ، سەقمۇنىيا 1 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : گەندە ۋە يەلدىن بولغان قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ . شۇ سەۋەبىدىن ھوشىدىن كەتكەن ئاغرىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ . ئىشلىتىش مىقدارى ۋە : بىر قېتىمىدىلا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى زەرپ

تەركىبى : موزا ، يىگىلەپ ئۆزى چۈشكەن ئانار ، ئانار گۈلى ، خەرنوپ ، سىماق ، كۈندۈز ، سەمغى ئەرەبى ، مۇرمەككى ، زەفەر تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : قائىدە بويىچە ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : كونارغان قورساق ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئادەتلەنگەن ئىچ سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى سىماق

تەركىبى : موزا 6 گرام ، سىماق 3 گرام ، ئانار پوستى 2 گرام .
تەسىرى : ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئۈچەينىڭ قۇۋۋىتى ماسكە ئاجىزلاشقاندىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 10 دانە ئىستېمال قىلىپ ئارقىدىن يېرىم پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى يەيدۇ .

ھەببى قۇلۇنجى

تەركىبى : ئەنجۈر 100 دانە ، تەرەنجىبىن 30 گرام ، شۇمشا ، زىغىر ، قارا سونا ئۇرۇقى ، بابۇنە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، ئابدىمىلىك يېغى 15 م ل ، كۈندىن جۈت يېغى 30 م ل .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ ئىلماق ھالدا كىلىزما قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ھەببى قۇلۇنجى سابۇنى

تەركىبى ۋە ئۇسۇلى : تەرەنجىبىن ، سانا سۈيىگە سويۇننى ئېزىپ كىلىزما قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .



ھېيى مۇسەككىن

تەركىبى : مەنە سائىلە ، مارجان ، زەفەر ، بەزىرۈلبەنجى ھەر بىرى 3 گرام ، ئەف-
يۇن 2 گرام ، قۇندۇز قەھرى 1.5 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇسۇش بىلەن بىرگە كېلىدىغان قۇلۇنجىغا شىپا
بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

ھېيى ھېيۈلمۈلۈك

تەركىبى : تۇربۇد 30 گرام ، سەبرى 15 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، ھېلىلە
كابۇلى پوستى ھەر بىرى 9 گرام ، تۈز ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 6 گرام ، مەستىكى ، زەفەر ،
سازەج ھىندى ، قۇستە ، سەلىخە ، رەۋەن ، سۇنبۇل ، زەنجىبىل ، زۇم بادىيان ، چىڭسەي
ئۇرۇقى ، قەلەمقۇر ، دارچىنى ، قارامۇچ ، لېچىندانە ، كەتىرا ، قاقىلە ھەر بىرى 2 گرام ،
ئىپار 1 گرام .
ياسىلىشى : گۈلاب بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ . قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھېيى ھەنزەل

تەركىبى : شەھى ھەنزەل 10 گرام ، سەكبەنج ، شېرىم ھەر بىرى 12 گرام ،
ئەندىرائى تۈزى 6 گرام (شېرىمىنىڭ ئورۇنباستارى 2 ھەسسە مازەريون) .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇسۇش بولىدىغان قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ



مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي ئىسرائىل

تەسىرى : شېرىم ، سەككىزەچ ھەر بىرى 9 گرام ، ئەنزەرۇت ، شەھى ھەنزەل ھەر بىرى 5 گرام ، سەقمۇنىيا 3 گرام ، ھەسەل مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، ھەسەل بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنچىنى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ۋە سۈرگۈچى دورا ياسالمىلىرى

ئەرىقى نانخۇا

تەركىبى : جوۋىنە 1 كىلوگرام ، سۇ 5 لىتر .
ياسىلىشى : جوۋىننى تاسقاپ پاكىزلەپ ، پار قازىنىغا سېلىپ ، 5 لىتر سۇ قويۇپ يۇمشاق ئوتتا قاينىتىپ ، پارغا ئايلاندۇرۇپ ئەرىقى تارتىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : بەدەننى قۇرۇتۇش ، يەللەرنى ماڭدۇرۇش ، ئىچىنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە .





ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەت ، پالەچ ، قول تىترەش ، پەينىلىك بوشىشىپ كېتىشى ، كۆز ئاغرىش ، قۇلاق ئاغرىش ، قۇلاق ئېغىرلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 5 م ل ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 5 ~ 7 م ل ، چوڭلارغا 7 ~ 12 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

جەۋارش سەپەر جىلى مۇسەل

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : بېھى سۈيى بىلەن ھەسەلنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ قويۇلدۇرغاندىن كېيىن ، 90 گرامدىن تۇربۇد ، 30 گرامدىن سەقمۇنىيا ، مەستىكى ، قەلەمفۇر ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ، جويۇز ، ئامىلە جەۋھىرى (سوك) ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : قۇلۇنجىغا گىرىپتار بولغان بىمار تاماقتىن كېيىنلا قەي قىلىشقا مەجبۇر بولغاندا يېسە بۇ دورىنى دەرھال ئۈچەي توسالغۇسىنى ئېچىپ ئىچىنى سۈرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىچىلىدۇ .

جاۋارش نارمىشكى قۇلۇن

تەركىبى : سەقمۇنىيا 36 گرام ، لېچىندانە ، نارمىشكى ، گۈلدارچىنى ھەر بىرى 24 گرام ، 2 ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ، ئاقمۇچ ھەر بىرى 18 گرام ، قەنت 120 گرام ، ھەسەل 2 ھەسە .

ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىنى ئېچىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
تەسىرى : ئىچىنى يۇمشىتىپ قورساق كۆپۈشنى يوقىتىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام يېيىشكە بېرىلىدۇ .



رەۋغنى بىلدەنجىر

تەركىبى : ئابدىمىلىك (بىدەنجىر) مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : ئابدىمىلىكنى پوستىدىن ئايرىپ ئازراق قورۇپ ، چالا سوقۇپ ،
چىلاشقۇدەك سۇ بىلەن قاينىتىپ كۆپۈكنى تولۇق ئېلىپ ، بۇ يىغىلغان كۆپۈكنى يەنە
قاينىتىپ يېغى ئېلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : پەينى يۇمشىتىش ، ئىچىنى بوشتىش ، تومۇرلارنى ئېچىش تەسىرىگە
ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : پەينى يۇمشىتىش ، قەۋزىيەتنى بوشتىش ، تومۇرلاردىكى توسال
غۇلارنى ئېچىش ، باش ئاغرىقىنى قالدۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ سۈركەشكە بېرىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : ئابدىمىلىك پوستىنى سويۇپ ئىچىدىكى تىلىنى ئايرىپ
تاشلاپ (5 ~ 10 تالغىچە) مائۇلىسەل بىلەن ئىچسە ، ئىچىنى سۈرۈپ بەدەندىكى
ھۆللىۈكنى چىقىرىدۇ . ئابدىمىلىكنىڭ ئۆزىنى سوقۇپ سۆگەلگە قويۇلسا سۆگەلنى
چۈشۈرىدۇ . بۇ دورىنى ئىچكەندە ئىشتىھانى كېمەيتىدۇ . كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرۇپ قەي پەيدا
قىلىدۇ . يۇقىرىقى ئەھۋاللار يۈز بەرسە پىننە بىلەن مەستكى ، كەتىرالارنى سوقۇپ بەرسە
يۇقىرىقى ئەھۋالنى تۈزىتىدۇ .

سۇفۇفى تۇربۇد

تەركىبى : تۇربۇد 15 گرام ، بادام مېغىزى 10 گرام ، زەنجىبىل ، مەستكى ھەر
بىرى 3 گرام ، قەنت 30 گرام .
ياسىلىشى : ھەممىسىنى سوقۇپ تالقانلاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئوبدان
ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .



تەسرى : ئاشقازان ، ئۈچەيدىكى شىرىسىمان خىلىتلارنى تازىلايدۇ . تەرەت يۇمىتىدۇ . يەللەرنى تارقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەت بولۇپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا كۈندە 1 قېتىم 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سىركەنجىنى مۇسەل

تەركىبى : تۇربۇد 60 گرام ، ئوغرى تىكەن شىرىسى 900 م ل ، ئەنسىل سىركىسى ، سۇ مەلۇم مىقداردا ، قەنت 560 گرام .

ياسىلىشى : شېكەر ، سىركە ، سۇلارنى قاينىتىپ كۆپۈكىنى ئېلىپ ، ئوغرى تىكەننىڭ شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . تۇربۇدنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يا كىچىك خالتىغا ئېلىپ يۇقىرىقى قايناتمىغا سېلىپ يۇمشاق ئوتتا قاينىتىپ (بۇ جەرياندا تۇربۇد سېلىنغان خالتا پات - پات مىجىپ تۇرۇلىدۇ) قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسرى : نورمالسىز بەلغەمنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بەلغىمى شورىدىن بولغان قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 30 ~ 45 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپتى بەسفائىج

تەركىبى : بەسفائىج 25 گرام ، ئۈزۈم شەرىپتى 1 لىتر ، قەنت 600 گرام .

ياسىلىشى : سوقۇلغان بەسفائىجنى داكا خالتىغا ئېلىپ ئۈزۈم شەرىپتىگە سېلىپ

يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسرى : قولۇنجىنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋدا ماددىسىنى سۈرۈپ

چىقىرىدۇ . ئارام بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سەۋدادىن بولغان ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى ، مېڭە ئاغ

رىش ، قەۋزىيەت ، بوۋاسىر كېسەللىكلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىچىلىدۇ .



شەرىتى تەرەنچىبىن

تەركىبى : پاكىز ياخشى تەرەنچىبىن ، سۇ مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : تەرەنچىبىننى سۇدا قاينىتىپ قىيام قىلىپ ئازراق سەقمۇنىيا
ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئارقا تەرەتنى يۇمشىتىدۇ ، ئۆسۈزلۈكنى پەسەيتىدۇ ، سەپرانى سۈرۈپ
چىقىرىدۇ ، ھارارەتنى پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەتنى بوشىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

شەرىتى سانا

تەركىبى : تازىلانغان سانا 60 گرام ، سەرپىستان 60 دانە ، چىلان 30 دانە ،
تەرخەمەك ئۇرۇقى ، بادىرەك ئۇرۇقى ھەر بىرى 18 گرام ، گۈلبىنەفشە ، قىزىلگۈل ، گاۋزە-
بان ، نىلۇفەر ھەر بىرى 15 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر سوتكا سۇغا چىلاپ ، $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە
قاينىتىپ ، تەرەنچىبىن بىلەن قىيام قىلىپ تەييار قىلىنىدۇ .
تەسىرى : بۇ ، مۆتىدىل تەبىئەتلىك سۈرگە بولۇپ ، نورمالسىز سەپرا ، بەلغەم ۋە
سەۋدا خىلىتلىرىنى بەدەنگە زىيان يەتكۈزمەي سۈرۈپ چىقىرىدۇ ، يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ ،
نېرۋا كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەتنى بوشىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 15 ~ 30 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىتى سەرپىستان

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : دانىسى خىل سەرپىستاندىن 100 گرام ئېلىپ چالا سو-



قۇپە 2 لىتىر سۇدا قاينىتىپ سىقىپ ، 700 گرام قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .
 تەسىرى : چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ . ئۈچەيگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ . بەلغەم
 بوشىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ، بەلغەم بوشىتىپ يۆتەل توختىتىش ،
 باش ئاغرىشىنى يەسەيتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ،
 بالىلارغا كۈندە 5 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپى سەقمۇنىيا

تەركىبى : سەلىيخە (قېلىن دارچىن) 23 گرام ، سەقمۇنىيا 14 گرام ، سىركە 2.9
 لىتىر .
 ياسىلىشى : دورىلارنى خالىتىغا ئېلىپ سىركىگە 5 سوتكا چىلاپ سىقىپ سۈزۈپ
 تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : نورمالسىز سەپرائى سۈرۈپ چىقىرىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەتنى بوشىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ تاماقتىن ئىلگىرى قايناقسۇ بىلەن
 تەڭشەپ ئىچىلىدۇ .

شەرىپى شاھتەررە I

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، تەمر ھىندى ھەر بىرى 90 گرام ، چىلان ،
 سەرپىستان ھەر بىرى 60 دانە ، ئەينۇلا 30 دانە ، قارا ھېلىلە ، ھېلىلە كابۇلى ، سانا ،
 گاۋزەبان ، بەسفائىج ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، پىرسياۋشان ھەر بىرى 60 گرام ،
 گۈلبىنەشە 21 گرام ، زىرىق ، نىيلۇفەر ھەر بىرى 15 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 9 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى شاھتەررە سۈيىگە بىر سوتكا چىلاپ $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە
 قاينىتىپ قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .





تەسىرى : تەرەتنى يۇمشىتىدۇ ، نورمالسىز بەلغەم ، سەۋدا خىلىتلىرىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ ، تەمرەتكە ، قىچىشقاق ، جوزام قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ . خىلىتلارنىڭ تەڭ پۇڭلۇقىنى ساقلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەت ۋە ئومۇمىي بەدەن بىئاراملىنىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 21 ~ 60 م ل ئېلىپ ما ئۇلجەپىن بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەرىپى شەھەرە I

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، تەمر ھىندى (ئۇرۇقچىسىدىن ئايرىلغان) ھەر بىرى 90 گرام ، چىلان ، سەرپىستان ھەر بىرى 50 دانە ، ئەينۇلا 30 دانە ، ھېلىلە كابۇلى پوستى ، قارا ھېلىلە ، گاۋزەبان ، سانا ، بەسفائىج ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، پىرسياۋشان ھەر بىرى 60 گرام ، گۈلبىنەفشە 21 گرام ، قىزىلگۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى سېرىق چېچىكى 15 گرام ، نىمىلۇفەر 10 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 9 گرام ، كۆك شەھەرە سۈيى 2.7 لىتر ، تەرەنجىپىن ياكى قەنت مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : شەرىپەت تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : تەرەتنى بوشىتىدۇ ، نورمالسىز ، سەۋدا ۋە كۆيۈك خىلىتلارنى تازىلايدۇ ، قوتۇر ، تەمرەتكە ، جوزام قاتارلىق تېرە كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەتكە ھەمدە ئايرىم تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ھەر قېتىمدا 60 م ل ئىچىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : خىيارشەنبەر ، مەھمۇدە ، مائۇلجىپىن قوشۇپ ئىچسە ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى .

شەرىپى مۇلەيىن

تەركىبى : چىلان ، سەرپىستان ھەر بىرى 30 گرام ، گۈلبىنەفشە ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 20 گرام ، گاۋزەبان 15 گرام ، ئىسبەغۇل 10 گرام ، بېھى ئۇرۇقى 6 گرام ، قەنت 20 گرام .

ياسىلىشى : بېھى ئۇرۇقى بىلەن ئىسبەغۇلنى ئايرىم - ئايرىم قايناقسۇغا چىلاپ



شەرىپىنى چىقىرىپ ، يۇقىرىقى 5 خىل دورىنى 2 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ يېرىمى قالغىنىچە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ ، چىقىرىلغان شەرىپىنى قوشۇپ قەنت سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : ئۈچەينى ھۆللەشتۈرۈپ قەۋزىيەتنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ . سەپرانى كېسىپ خەفەقانى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۈچلۈك سۈرگە ئىشلىتىشكە بولمايدىغان ئەھۋالدا يەڭگىل سۈرگە ئورنىدا قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 50 م ل ، بالىلارغا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپى ھېلىلە

تەركىبى : تەرەنجىبىن 150 گرام ، چوڭ سېرىق ھېلىلە 100 دانە ، سەقمۇنىيا 3 گرام .

ياسىلىشى : ھېلىلەنى مەلۇم مىقداردا سۇغا چىلاپ 3 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ ، سۈيىنى باشقا قاچىغا تۆكۈۋېلىپ يەنە سۇ قويۇپ قايتا ئاپتاپتا قويۇپ ، جەمئىي 3 قېتىم تەكرارلاپ شۇ 3 قېتىملىق سۈيىنى تەرەنجىبىن بىلەن قىيام قىلىپ ، ئۈستىدىن سەقمۇنىيانى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : تەرەتنى يۇمشىتىدۇ ، ئىسسىقلىق بولغان تەب ، ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەتنى ئېچىشقا ۋە بۇزۇق ھۆللۈكلەرنى چىقىرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 45 ~ 60 م ل ئىچىلىدۇ .

شورپاى مۇلەيىن

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : قېرى خورازنى بوغۇزلاپ تازىلاپ پىشۇرۇپ ، شورپىسىغا سوقۇلغان بەسفائىجىدىن 15 گرام سېلىپ تەييارلىنىدۇ .



تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .
 تەسىرى : ئۈچەيدىكى كۆيگەن سەۋدالى ھەيدەپ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ .
 ئۈچەي دىۋارلىرىنى سىلىقلاشتۇرىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەت بولۇپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 كۈنگىچە ھەر كۈنى 3 قېتىم شورپىسىنى ئىچىپ
 گۆشىنى يەيدۇ .

شىياڧى تەلىپىن

تەركىبى : قەنت 2 ھەسسە ، ئاق تۇز 1 ھەسسە .
 ياسىلىشى : قەنت ۋە تۇزنى چۈمۈشكە سېلىپ چوغنىڭ ئۈستىگە قويۇپ ، تۇز
 ئېرىپ قارامتۇل سېرىق رەڭگە ئېرىگەندە چۈمۈشنى ئوتتىن دەرھال ئېلىپ پاكىز تاختايغا
 تۆكۈپ ، قول بىلەن ئۇچى ئۇچلۇق ، تۈۋى يوغان شامچە تەييارلاپ ، ئاستى تەرىپىگە
 پاكىز چىۋىقچە تىقىپ قويۇلىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : ئىچىنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئىچىنى كەلتۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر دانە شىياڧىنى كۈنجۈت يېغىدا ياغلاپ ، شى
 ياقىنى چىۋىق بىلەن 4 س م ئەتراپىدا مەقۇت كىرگۈزۈپ قويۇلىدۇ (مەقۇتەمۇ
 ياغلىنىدۇ) .

شىياڧى خىيارشەنبەر

تەركىبى : خىيارشەنبەر 30 گرام ، سانا 15 گرام ، تۇز 10 گرام ، بىنەفشە ، ئاق
 لەيلى ھەر بىرى 6 گرام ، قىزىل شېكەر 30 گرام .
 ياسىلىشى : 3 خىل ئۆسۈملۈك دورىنى 300 م ل سۇدا قاينىتىپ ، شىرىسىنى
 چىقىرىپ سۈزۈپ ئېلىنىدۇ . خىيارشەنبەر بىلەن قىزىل شېكەرنى قايناقسۇغا چىلاپ شى





رىسىنى چىقىرىپ سۈزۈلمىگە قوشۇپ ئۇنىڭغا تۈز قوشۇپ شامچە ياسىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئۈچەيدىكى توسالغۇنى ئاچىدۇ . قەۋزىيەتنى يوقىتىدۇ . ئۈچەي
قىزىتمىسىنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەت بولۇپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، بالىلارغا 1 قېتىم تە-
رەت راۋانلىشىپ بولغىچە مەقئەتكە كىرگۈزۈپ 3 سائەت قويۇلىدۇ .

شىياڧى مۇلەيىن

تەركىبى : ئەفسەنتىن ، شەھى ھەنزەل ، ھېلىيلە ئۇرۇقى ۋە مېغىزى ھەر بىرى 15
گرام ، شېكەر قىيامى 50 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، شېكەر قىيامى بىلەن
قاتتىقراق يۇغۇرۇپ پىلىكچە ياسىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان قەۋزىيەتنى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك
ئۈنۈمگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : شامچىدىن بىر دانە ئېلىپ مەقئەتكە كىرگۈزۈپ 6
— 3 سائەت تۇرغۇزۇلىدۇ .

قۇرىى مۇسەل

تەركىبى : بىنەفشە ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى ،
نېپىلۇفەر ، تاۋۇز مېغىزى ھەر بىرى 10 گرام ، ئىسبەغۇل 6 گرام ، يۇمىاقسۇت ئۇرۇقى ،
رۇمبادىيان ، قىزىلگۈل ، تاباشىر ، نىشاستە ، كەتىپرا ، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ھەببى
مۈلۈك ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن



يۇغۇرۇپ ئاپىت قىلىنىدۇ .

تەسىرى : چولا تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەت سەۋەبىدىن قورساق كۆپۈپ ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا يېرىم دانە

ئېلىپ سېرىق ياغ بىلەن بىللە چاي قىلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى بەك ئورۇق كىشىلەرگە ، ھامىلدار ئاياللارغا ، گۆدەك

بالىلارغا بەرمەسلىك كېرەك .

قۇرسى ئىلاۋۇس

تەركىبى : ئەفسەنتىن 30 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئەفيۇن ، غارىقۇن ، دارىچىنى

ھەر بىرى 20 گرام ، گۈلدارىچىنى ، مۇرمەككى ، قارامۇچ ، قۇندۇز قەھرى ھەر بىرى 3

گرام ، ھەسەل 300 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئۆز گۈرۈپپىسى بىلەن ئايرىم سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈ-

زۇپ ، 300 م ل ھەسەلنى قىزىتىپ كۆپۈكنى ئېلىپ يۇغۇرۇپ قۇرسى ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : 12 بارماق ئۈچەي توسالغۇسىنى ئېچىپ يەل تارقىتىدۇ . تەرەتنى

راۋانلاشتۇرىدۇ ، قۇسۇشنى توختىتىدۇ ، ئاغرىق يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۈچەي توسۇلۇشنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا ئۈچەي توسۇلۇشنى

يوقىتىش ۋە كېسەلگە ئارام بېرىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ،

بالىلارغا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەتبۇخى ئەينۇلا

تەركىبى : ئەينۇلا 20 دانە ، تەمىرى ھىندى 30 گرام .



ياسىلىشى : بىر لىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ 30 گرام قەنت سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قىزىتما پەسەيتىدۇ ، ئارقا تەرەتنى بوشتىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچتە 15 م ل ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى ئۇد

تەركىبى : ئۇد ، قاقىلە ھەر بىرى 3 گرام ، ئامىيلە جەۋھىرى ، ئىپار ، قەلەمفۇر ، جويۇز ، سۈنبۇل ، لېچىندانە ، زەنجىبىل ، مەستىكى ، رەيھان ئۇرۇقى ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، زەفەر ھەر بىرى 2 گرام ، ئىپار 1 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر خالتىغا ئېلىپ ، ئازراق ھۆللەپ ئاغزىنى بوغۇپ ئۈزۈم سۈيىگە تاشلاپ سۇس ئوتتا قاينىتىلىدۇ ھەمدە خالتا پات - پات مىجىپ تۇرۇلىدۇ . تەمى ئوبدان چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ شىشە قاچىغا ئېلىپ ساقلىنىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، ھەر خىل نورمالسىز ماددىلارنى چىقىرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .

مەتبۇخى ئۇنئاب

تەركىبى : تەمىرى ھىندى 60 گرام ، قىزىل قۇرۇق ئۈزۈم 45 گرام ، ئەينۇلا 30 دانە ، چىلان 10 دانە ، شاھتەررە 15 گرام ، تۇربۇد 9 گرام ، رۇم بادىيان ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : تەمىرى ھىندىدىن باشقا دورىلارنى چىلاپ $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ تەمىرى ھىندىنى كېيىن قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : نورمالسىز سەپرا ۋە بەلغەم خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ . مېگە ۋە



ئومۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى بىنەفشە I

تەركىبى : تۇربۇد ، تەرەنجىبىن ، فۇنۇس ھەر بىرى 60 گرام ، بىنەفشە ، بادام مېخىزى ھەر بىرى 30 گرام ، مەستىكى ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 15 گرام ، قەنت 300 گرام .
ياسىلىشى : يېرىم لىتر سۇ بىلەن تەرەنجىبىن ۋە فۇنۇسنىڭ شىرىسىنى ئېلىپ ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ ئۈستىگە سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن دورىلار تالقىنىنى سېلىپ قوچۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق

تەسىرى : قۇلۇنجىنى ئېچىپ سەپرا ، بەلغەمنى سۈرىدۇ . بەلغەم بوشىتىپ يۆتەل پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ . سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ، بالىلارغا كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى تۇربۇد

تەركىبى : تۇربۇد 100 گرام ، سەقمۇنىيا 30 گرام ، قاقىلە ، لېچىندانە ، زەنجىبىل ، دارچىنى ، گۈلدارچىنى ، نارمىشكى ، قەلەمفۇر ، مەستىكى ، فىلىفىل ، قارامۇچ ھەر بىرى 15 گرام ، قىزىل شېكەر 100 گرام ، ھەسەل 1 لىتر .

ياسىلىشى : ھەسەلنى ئېرىتىپ قىزىل شېكەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىگە يۇقىرىقى دورىلار سوقۇلمىسىنى تۆكۈپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئۈچەيدىكى توسالغۇنى ئاچىدۇ . ئۈچەي ۋە ئاشقازاندىكى ئوفۇنەتلەش



كەن بەلغەم ، كۆيگەن سەپرا قاتارلىقلارنى سۈرۈپ تازىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئۈچەيدىكى توسالغۇنى ئېچىش ، ئۈچەينى تازىلاش ئۈچۈن
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا 1
گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى خىيارشەنبەر

تەركىبى : خىيارشەنبەر 100 گرام ، سەقمۇنىيا 50 گرام ، بىنەفشە ، تۇربۇد ھەر
بىرى 30 گرام ، رۇبۇسۇس 25 گرام ، تۇز 20 گرام ، ئارپا بادىيان ، مەستىكى ھەر بىرى
15 گرام ، بادام يېغى 100 م ل ياكى گۈل يېغى 100 م ل ، قەنت 100 گرام ،
ھەسەل 200 م ل .

ياسىلىشى : قەنتنى قىيام قىلىپ ھەسەلگە قوشۇپ ، ياغنى قۇيۇپ ، ئارقىدىن دورا
تالقىنىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئۈچەيگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ ، نورمالسىز سەپرانى سۈرۈپ چىقىرىدۇ ،
سەپرادىن بولغان قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قۇرۇقلۇقتىن بولغان سەپراللىق قۇلۇنجىنى داۋالاش مەقسىتىدە سو-
غۇق مزاج كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى زاراڭزا

تەركىبى : زاراڭزا مېغىزى 100 گرام ، ياخشى پىشقان ئەنجۈر 50 گرام ،
ياسىلىشى : زاراڭزا مېغىزىنى ئەنجۈر بىلەن ھاۋانچىدا سوقۇپ خېمىر قىلىپ تەي-
يارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئۈچەينى ھۆللەشتۈرۈپ قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ . يەلنى تارقىتىپ تەرەتنى
راۋانلاشتۇرىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەت ، قۇرۇق قورساق ئاغرىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچى
كۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى مۇسەل

تەركىبى : ئەينۇلا ، تەمرى ھىندى 150 گرام ، چىلان ، سەرپىستان ، ئۇرۇقدىن
ئايىرىلغان ئۈزۈم ، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 90 گرام ، سېرىق ھېلىيلە ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ،
ئەفسەنتىن ، بىنەفشە ھەر بىرى 45 گرام ، قىزىلگۈل 30 گرام ، تاباشىر ، كەتىرا ، سەمىي
ئەرەبى ، سەقمۇنىيا ، نىشاستە ھەر بىرى 15 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار
ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ، سەندەل (سېرىق) ھەر بىرى 12 گرام ، شېكەر 1 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ياسىلىدۇ .
تەسىرى : ھەر خىل تىپتىكى ئۆتكۈر خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ . جوزام ۋە
تەپلەرگە شىپا بولىدۇ ، ئۇسۇلۇق پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بەدەندە خىلىتلار تەڭپۇڭسىزلىقى تۈبەيلىدىن كېلىپ چىققان
قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى ئىيارەج

تەركىبى : ئىيارەجى پەيقرى ، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 23 گرام ، غارىقۇن 11 گرام ،
شەھى ھەنزەل 5 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
تەسىرى : ئاشقازان ، ئۈچەي ، بوغۇملار ۋە بارلىق ئەزالارنى كېرەكسىز سۇيۇق
لۇقلار ھەمدە بۇزۇق بەلغەم ماددىسىدىن تازىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قايناقسۇ بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6
گرام يېيىلىدۇ .



ھەبىي ئاپاۋىيە

تەركىبى : مەستىكى ، قەلەمفۇر ، زەنجىبىل ، دارىچىنى ، قارامۇچ ، ئارمىشكى ، نىيا قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرى 6 گرام ، شېكەر 50 گرام .

ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يالپۇز ئەرىقى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.2 گرام مىقداردا كۇمۇلاچ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : قويۇق خىلىتلارنى تازىلاش ، قورساق كۆپۈپ ئاغرىشلارنى پەسەيتىش ، ئىچىنى يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلىرىگە ، يەل ھەم قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 5 ~ 1 ياشتىكىلەرگە 3 دانە ، 10 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 5 دانە ، 10 ياشتىن چوڭلارغا 10 — 7 دانە ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

ھەبىي ئەنجۈر

تەركىبى : ئارپا بادىيان ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، بەلىيە پوستى ، ئامىيە پوستى ، مۇقەل ، مۇزۇر ، ئەنجۈر قېقى ھەر بىرى 20 گرام ، كۈدە ئۇرۇقى 5 گرام ، يېمىش ئۈزۈم 25 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئايرىم سوقۇلغان يېمىش بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : قەۋزىيەتنى بوشىتىدۇ . تۈز ئۈچەي ئۆسمىسىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . يەل ھەيدەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەت ، بوۋاسىر ۋە ئۈچەي كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم بالىلارغا 3 — 2 دانە ، چوڭلارغا 10 — 5 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھېبى تاباشر مۇلەيىن

تەركىبى : بىنەفشە گۈلى ، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 40 گرام ، تاباشىر ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، بۇغداي كراخمالى ھەر بىرى 20 گرام ، قىزىلگۈل ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، قو-غۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاقلانغان يۇمىاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، كەتىرا ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، نىلۇفەر ھەر بىرى 10 گرام ، ئاق سەندەل 3 گرام ، زەفەر 1.5 گرام .

ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئارپا سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.5 گرامدىن كۇمۇلاچ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما قايتۇرىدۇ ، قان تازىلايدۇ ، قەۋزىيەتنى بوشتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، بالىلارغا 10 دانە ، چوڭلارغا 20

— 15 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھېبى دىدان 1

تەركىبى : قارا زىرە ، بەرەڭگى كابۇلى ، دەرەنا تۈركى ، تۇربۇد ، ئەفسەنتىن ، زەنجىبىل ، كەتىرا ، سەبرى سۇقۇتۇرى ھەر بىرى 5 گرام .

ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ شاپتۇل يۇپۇرمىقى سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گرامدىن كۇمۇلاچ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئۈچەيلەردىكى قىلقۇرتلارنى ھەيدەش ، قەۋزىيەتنى بوشتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئۈچەيلەردىكى قىلقۇرتلارنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بالىلارغا 7 — 5 دانە ، چوڭلارغا 7 — 10

دا ئىچكۈزۈلىدۇ .



رۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەپرادىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ .
قىزىتمىنى پەسەيتىدۇ ۋە ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرىدۇ شۇ ۋە مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

زىمادى تاباشر

تەركىبى : قىزىلگۈل 15 گرام ، ھەبۇلئاس ، ئانارگۈلى ، موزا ، زەمچە ، ئاق
سەندەل ، قىزىل سەندەل ، ئامۇت غازىڭى ، قىزىل لوبىيا ھەر بىرى 10 گرام ، تاباشر 6
گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سۇ بىلەن نەمدەپ
تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچ سۈرۈش ۋە قۇسۇشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قورساققا تېشىدىن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

زىمادى سۇنبۇل

تەركىبى : ئانار پوستى ، ئامىيە ھەر بىرى 50 گرام ، سۇنبۇل ، قەسبۇززەررە ،
ئەفسەنتىن ، كۈندۈر ، مەستىكى ، لادەن ، ئامۇت غازىڭى ، قىزىلگۈل ، سەندەل ھەر بىرى
10 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كونا ھاراق بىلەن يۇغۇ .
رۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۈچەي ۋە ئاشقازان ھەزىمى ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچ
سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا سىرتتىن قورساققا چېپىلىدۇ .





سۇفۇفى بەللۇت

تەركىبى : ھەببۇلئاس 21 گرام ، خاشخاش ئۇرۇقى ، سىماق ھەر بىرى 18 گرام ،
موزا ، ئانار پوستى ھەر بىرى 12 گرام ، شاھى بەللۇت 9 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالغانلاپ ئەلگەپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچى سۈرۈشنى شۇ سائەتتەلا توختىتىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 6 گرام ئېلىپ سوغۇق سۇ بىلەن
ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى پوستى ئانار

تەركىبى : ئانار پوستى ، موزا ، قۇرۇتۇلغان ئاق نان ھەر بىرى 6 گرام 2 ، كۈندۈز
3 گرام ، بەزىرۈلبەنجى 2 گرام ، ئەپيۇن 1.0 گرام ، قەنت 30 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 30 گرام قەنت بىلەن
ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .
تەسىرى : ئادەتتىكى ئىچ سۈرۈشنى ۋە دورا تەسىرىدىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى
توختىتىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 6 گرام
ئېلىپ ئانار سۈيى بىلەن ، بالىلارغا 3 گرام ئېلىپ بېھى سۈيى ياكى سېمىز ئوت
ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى تاباشىر

تەركىبى : تاباشىر ، ئانار ئۇرۇقى ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، ئاق مەستىكى ، ئا .





مۇت غازىڭى ، قىزىلگۈل ، گىل ئەرمىنى ھەر بىرى 10 گرام ، قەنت 50 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئارىلاشتۇرۇپ
تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە . شۇ مەق
سەتتە چوڭلار ۋە كىچىك بالىلارغا ئوخشاشلا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ،
بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .
ئەسكەرتىش : بېھى شەرىپتى ياكى ئانار شەرىپتى بىلەن ئىچسە تېخىمۇ مەنپەئەت
لىك .

سۇفۇفى تاباشىر قابىز

تەركىبى : تاباشىر ، ئانار ئۇرۇقى ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، مەستىكى ،
ھەببۇلئاس ، قىزىلگۈل ، گىل ئەرمىنى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بالىلاردىكى ئىچى سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچتە 2 گرام ئېلىپ بېھى شەرىپتى ، ئالما
شەربەتلىرى بىلەن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى تۇخىمى ئانار مۇرەككەپ

تەركىبى : ئانار ئۇرۇقىنىڭ قۇرۇلمىسى 30 گرام ، بەللۇت ، سىماق ، زىرە ، ھەببۇل-
ئاس ، جىگدە ئۇنى ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقى ، خەرنۇپ ھەربىرى 15 گرام ، ئۇدخام ،
ئامبىلە ھەربىرى 3 گرام ، قەنت 100 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلى-





نىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئاشقازان ۋە ئۈچەينىڭ ھەزم خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ . ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سەپرادىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى رەيھان

تەركىبى : ئىسبەغۇل 60 گرام ، گىلى ئەرمىنى ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 45 گرام . رەيھان ئۇرۇقى ، پەتىنگان ئۇرۇقى ، ھەببۇلئاس ، خەشخاش ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام .

ياسىلىشى : ئىسبەغۇلدىن باشقا دورىلارنى تالقانلاپ ، ئىسبەغۇلنىڭ لۇئاسىغا نەمدەپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىچىدىن قان - يىرىڭ كېلىش ، قورساق تولغاپ ئاغرىش ۋە ئىچى سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلد .

ئىشلىتىلىشى : تولغاققا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى روناس

تەركىبى : سەئدى كوفى ، كۈندۈر ، ھەببۇلئاس ، خەشخاش ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، مەلۇم مىقداردا ئانا سۈتى ئارىلاشتۇرۇپ





تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان - يىرىك ، ئارىلاش ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى زەرب

تەركىبى : خەرنۇب ، بېھى ئۇرۇقى ، زىرە ، سىماق ، كۆكنار ئۇرۇقى ، ھەبۇلئاس ، مەستىكى ، بەللۇت ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت تەڭ مىقداردا .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ، ئاشقازان تۆۋەنلەش ، ئۈچەي ئاجىزلىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ ئىچى سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ ، ھەبۇلئاس شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى زەھىرە I

تەركىبى : موزا ، بەللۇت ، قەلەمفۇر ، ئانار گۈلى ھەر بىرى 15 گرام ، قورۇلغان قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، سىماق ، قۇندۇز قەھرى ، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ ، كەھربا ، بىخ مارجان ھەر بىرى 6 گرام ، قەنت 50 گرام .

پىياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سوقۇلغان قەنت ئارىلاش تۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە ، چوڭ - كىچىك تەرەتتىن قان كېلىشنى توختىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام





بېرىلىدۇ . 3 ياشتىن چوڭ بالىلارغا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى زەھىرە I

تەركىبى : قورۇلغان قىچا 30 گرام ، زىغىر قورۇلمىسى ، ئىسبەغۇل قورۇلمىسى ھەر بىرى 10 گرام ، چىڭگىسەي ئۇرۇقى قورۇلمىسى ، ئامۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 8 گرام ، گىل ئەرمىنى 7 گرام ، سەمغى ئەرمىنى 3 گرام ، قەنت 50 گرام .

ياسىلىشى : ئىسبەغۇل ۋە ئامۇت ئۇرۇقىدىن باشقىلىرىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆت كۈزۈپ ، سوقۇلغان قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىردىكى يېقىمسىزلىقنى يوقىتىدۇ ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ . كۆتەن ئۈچەي ئاغرىش ، قۇرۇق ئىنجىقلاشنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1 گرام ئېلىپ سېمىز ئوت شېرىنى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى سەمغى ئەرمىنى

تەركىبى : ئىسبەغۇل ، رەيھان ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قىچا ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ھەر بىرى 21 گرام ، سەمغى ئەرمىنى ، گۈل يېغىدا يۇمشىتىلغان گىل ئەرمىنى ، نىشاستە ھەر بىرى 15 گرام ، خۇنسىياۋشان 9 گرام .

تەسىرى : ئىچىدىن قان - يىرىڭ كېلىش ، ئۈچەي يارىسى ، قورساق غۇلدۇرلاش ۋە ئاغرىش قوشۇلۇپ ، ئىچى سۈرۈش ، سەپرادىن بولغان ئىچى سۈرۈشلەرنى توختىتىدۇ . يۆتەل پەسەيتىدۇ ، سوڭى چىقىپ قېلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئېلىپ ھەب بۇلئاس سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ .





سۇفۇفى سەئىدى كوفى

تەركىبى : سەئىدى كوفى ، كۈندۈر ، ھەببۇلئاس ، خەشخاش ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : تالقانداپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بالىلاردىكى ئىچى سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئانا سۈتىگە مەلۇم مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

سۇفۇفى قابىز

تەركىبى : بۇغداي كراخمالى ، پىستىننىڭ تاشقى پوستى ، ئانار ئۇرۇقى ھەر بىرى 80 گرام ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى 40 گرام ، كۆكنار شاكىلى 20 گرام ، شېكەر 500 گرام .

ياسىلىشى : بۇغداينى يۇيۇپ چىلاشقۇدەك سۇغا چىلاپ 3 سوتكا تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئۇۋۇلاپ سىققاندا ئاق سۈتكە ئوخشاش شىرسى چىقىدۇ . ئۇنىڭ تىرىپلىرىنى ئېلىۋېتىپ ، ئۈستىدىكى سۈزۈك سۈيىنى سۈزۈپ ئايرىپ ، بىر كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن يەنە يىغىلغان سۈلىرىنى سۈزۈپ تۆكۈۋېتىپ قالغان خېمىرسىمان ئويۇتمىنى سايىدا قۇرۇتسا ئىشلىشتە (بۇغداي كراخمالى) ھاسىل بولىدۇ . (ياخشىسى 5 ~ 6 - ئايلاردا چىقىرىلىدۇ) . قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بىللە باشقا دورىلار تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئىچ توختىتىش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئىسسىق ، سوغۇقتىن بولغان ئۈچەي كېسەللىكلىرى ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم چوڭلارغا 5 ~ 10 گرام ، بالىلارغا 4 - 2 گرام ، ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : تەييارلاش جەريانىدا ئانار ئۇرۇقى ، پاقا يوپۇرمىقى ، پىستە پوستى





قاتارلىقلار قورۇلىدۇ .

سۇفۇفى لوك

تەركىبى : قىزىلگۈل ، يۇيۇلغان لوك ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، زىرىق ھەر بىرى 9 گرام ، سەمى ئەرەبى ، تاباشىر ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 6 گرام ، رەۋەن 5 گرام ، زەفەر 3 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەردىن بولغان ئىچ سۈرۈشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى مەقلىياسا

تەركىبى : ئاق قىچا 60 گرام ، سىركىگە چىلانغان زىرە 15 گرام ، زىغىر ، كۈدە ئۇرۇقى ، قارا ھېلىيلە ھەر بىرى 6 گرام ، مەستىكى 3 گرام .
ياسىلىشى : كۈدە ئۇرۇقى بىلەن ھېلىيلەنى كالا يېغى ياكى كۈنجۈت يېغى بىلەن قورۇپ ، ئاندىن ھەممىنى ھاۋانچىدا سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلاش ، بوۋاسىرنى داۋالاش ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 3 گرام ، بالىلارغا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى ھەببۇلئاس

تەركىبى : ئانار ئۇرۇقى ، ھەببۇلئاس ئۇرۇقى ، شامى بەللۇت ، سىركىگە چىلانغان زىرە ، سېمىق ، ئانار گۈلى ، جىگدە ئۇنى ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ، خەرنۇب شامى 1





ھەسسىسىدىن ، تېرىق 1.5 گرام .

تەسىرى : ئىچ سۈرۈشكە شىپا بولىدۇ . ئاشقازان ، ئۈچەينى كۈچەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىچى سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى ۋە مىقدارى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى ھەببۇلئىنەب

تەركىبى : ئۈزۈم ئۇرۇقى ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 12 گرام ، ھەببۇلئاس ، سەمەق ھەر بىرى 6 گرام ، مەستىكى ، ئانارگۈلى ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلار سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى ھومماز

تەركىبى : ئىسبەغۇل ، ھەببۇلئاس ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، بېھى ئۇرۇقى ، سەمغى ئەرەبى ، گىل ئەرەبى ھەر بىرى 9 گرام .
ياسىلىشى : قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، ئىسبەغۇل ، ھەببۇلئاستىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ ، قالغان دورىلارنىڭ لۇئابىنى ئېلىپ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قورساقنىڭ قاتتىق ئاغرىشى ۋە ھارارىتىنى پەسەيتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قايناقسۇ بىلەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى ئىبنى ماسويە

تەركىبى : ئاقلانغان ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئاقلانغان تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرى





15 گرام ، گىل ئەرمىنى ، سەمغى ئەربى 6 گرام ، نىشاستە 3 گرام .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچىدىن قان ئۆتۈش ، قورساق تولغاپ ئاغرىش قاتار-
 لىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ
 تاباشىر ياكى رەيھان ئۇرۇقىنىڭ لۇئابى بىلەن ئىچىلىدۇ .

سىركەنجىنى قابىز

تەركىبى : قىزىلگۈل 150 گرام ، ئانارگۈلى 60 گرام ، خەشخاش گۈلى 30 گرام ،
 سىركە ، گۈلاب ھەر بىرى 500 م ل ، قەنت 560 گرام .
 ياسىلىشى : گۈل دورىلارنى سىركە ، گۈلاب ، سۇلارغا بىر سوتكا چىلاپ يېرىمى
 قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : سەپرادىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ ، سەپرانى پەسەيتىدۇ ،
 بەدەندىكى قاپارتقۇلارنى يوقىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان قورساق ئاغرىشقا ئىشلىتىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل
 ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپىتى ئەنجىباھار

تەركىبى : ئەنجىباھار 20 گرام ، قىزىل سەندەل ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 15 گرام ،
 زىرىق 10 گرام ، ھەبۇلئاس 6 گرام ، قەنت 300 گرام .
 ياسىلىشى : ئەنجىباھار ، ھەبۇلئاسنى سوقۇپ ، ئاق ۋە قىزىل سەندەلنى ئىككەك
 دەپ ھەممىسىنى 2 لىتر سۇغا 12 سائەت چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، قىيام قىلىپ
 تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئىچ سۈرۈش ۋە تەرەتتىن قان كېلىشنى توختىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئۈچەيدىن قان كېلىش ، خۇن توختىماسلىق كېسەللىكلىرىگە ئىش-
 لىتىلىدۇ .



ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 50 م ل ، 3 ياشتىن چوڭ بالىلارغا كۈندە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى سەپەرچىل

تەركىبى : بېھى سۈيى 5 لىتر ، شېكەر 20 كىلوگرام .
ياسىلىشى : ياخشى پىشقان بېھنى تىۋىتلىرىدىن پاكىزلەپ ، قىرىپ ئاندىن ماتا ياكى سىقىش ماشىنىسى بىلەن سىقىپ سۈيى چىقىرىلىدۇ . سۈيىنى سۈزۈپ دۇغلىرىدىن ئايرىپ 5 لىتر بېھى سۈيىگە 20 ~ 10 كىلوگرام شېكەر سېلىپ ، ئوتنى يۇمشاق بىر خىل قالاپ قىيامى ئەسلىگە كەلگۈچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل ، ئەگەر بېھى ئاچچىق بولسا شېكەرمۇ كۆپرەك سېلىنىدۇ ۋە تەبىئىيىتى قۇرۇق ئىسسىققا ئۆزگىرىدۇ .
تەسىرى : يۈرەك ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، ئاشقازان ، ئۈچەي ، نېرۋا ، جىگەر ئاجىزلىقلىرى ھەمدە ئىچ توختىتىش ، سىرتقى ئىششىقلارنى ياندۇرۇش ، قەينى توختىتىش ، ئىشتىھانى ئېچىش قاتارلىق مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئۈچ قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 40 ~ 30 م ل ، كىچىكلەرگە 30 ~ 20 م ل ، ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .
ئەسكەرتىش : تاشقى جەھەتتىكى ئىششىقلارنى ياندۇرۇش ئۈچۈن ، قىيام قىلىنمىغان بېھى سۈيى قايناقسۇغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ .

قۇرىى تاباشر

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى قۇرۇلمىسى 30 گرام ، قىزىلگۈل 20 گرام ، ئاق سەندەل سۈرۈلمىسى ، سەمغى ئەرمىي قۇرۇلمىسى ، نىشاستە قۇرۇلمىسى ، ھەببۇلغار (بەللۇت) مېغىزى ، رۇببۇسۇس ، قىمۇقۇ ئۇرۇقى قۇرۇلمىسى ، ئۇرۇقسىز زىرىق ، سىماق ھەر بىرى 6 گرام ، ئانارگۈلى ، ھەببۇلئاس ، رەۋەنچىنى ، كەھرىبا ، بىخ مارجان ، ئەنجىباھار ھەر بىرى 3 گرام .



ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، زىرىق سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئۈچەيدىكى قۇرۇق ئىنچىق ۋە ئېچىشىنى ، تەرەتتىن قان كېلىشىنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : تەپ ، خۇن كۆپ كېتىش ، قانلىق ئىسھالنى توختىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا ، بىر دانە بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا يېرىم ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى تاباشىر قابىز

تەركىبى : تاباشىر ، قىزىلگۈل ، تۇخىمى كاسىنى ، تۇخىمى كاھۇ ، تۇخىمى خىرپە ، سىماق ھەر بىرى 5 گرام ، گۈلنار ، ئاق سەندەل ، تۇخىمى ھۇمماز ، ئەفيۇن ھەر بىرى 2 گرام .

ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئەرەقى گۈلاب بىلەن خېمىر قىلىپ 0.5 گراملىق قۇرس قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : قىزىتما بىلەن بىللە كەلگەن ئىچ سۈرۈشلەرنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئىچ سۈرۈشلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ~ 5 دانە ئېلىپ ئەرەقى بادىيان ۋە شەربىتى ھەببۇلئاسلار بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى خى قابىز

تەركىبى : خەشخاش پوستى ، گىلى مەختۇم ، گىل ئەرەمنى ، تاباشىر ، شەمىي ئەرەبى ، نىشاستە ھەر بىرى 2 گرام ، خۇنسىياۋشان 1.5 گرام ، زەفەر 0.1 گرام .

تەسىرى : ئىچىدىن قان ئۆتۈش ، سەيرادىن بولغان ئىچى سۈرۈش ، قوسارقنىڭ تولغاپ ئاغرىشى قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر قېتىمىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى شادىنەج

تەركىبى : يۇمىلاقسۇت ، ئاق خەشخاش ھەر بىرى 18 گرام ، كەھرىبا ، مارجان ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، گىلى مەختۇم ، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۇڭگۈزى ، كۆيدۈرۈلگەن تۇخۇم شاكىلى ، كەتىرا ، سەمى ئەرەبى ھەر بىرى 9 گرام ، شادىنەج ، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ ، بەزىرۈلبەنجى ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ئارىلاشتۇرۇپ تابىلىپ قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچىنى قاتۇرىدۇ . قان توختىتىشتا كۈچلۈك تەسىرگە ئىگە . مۇرەككەپ تەبىلەرنى قالدۇرىدۇ . جاراھەتنىڭ سۈيىنى قاتۇرىدۇ ، سېلىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : شادىنەج تېپىلمىسا ئورۇنبا سارى زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ماگنىتتى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ .

قۇرسى كەھرىبا

تەركىبى : كەھرىبا ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، مارجان ، قىمۇقۇ ئۇرۇقى (تۇخۇمى ھۇمماز) ، قۇتاز مۇڭگۈزى كۈلى ، تۇخۇم شاكىلى ، گىل ئەرەبى ، سەمى ئەرەبى ، قورۇلغان كەشنىز ، چەلغۇزە مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، پىلان بېشى ، ئانارگۈلى ھەر بىرى 10 گرام ، بەزىرۈلبەنجى ، تازىلانغان لوك ، تاباشىر ، كەتىرا ، نىشاستە ، مەستىكى زەفەر ، ئەپيۇن ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنىڭ يىلىم قىسمىنى ئايرىم ، قۇرۇق قىسمىنى ئايرىم سوقۇپ بىرلەشتۈرۈپ ، سېمىز ئوت ئۇرۇقىنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرسى ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تەرەتتىن قان كېلىشىنى توختىتىدۇ . قۇسۇش ۋە قان





تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا ھەر
 قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى گۈلنار 1

تەركىبى : ئانار گۈلى ، گىل ئەرمىنى ، قېلىن دارىچىنى ھەر بىرى 15 گرام ،
 سەمى ئەرەبى ، قىزىلگۈل ، ھەببۇلئاس ھەر بىرى 10 گرام ، كەتىپرا 6 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئانار گۈلىنىڭ سۈيى بىلەن
 يۇغۇرۇپ قۇرسى ياسىلىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .
 تەسىرى : تەرەت بىلەن قان كېلىشنى توختىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئاياللاردا خۇن توختىماسلىق ، خەپرۈك بىلەن قان تۈكۈرۈش ،
 قانلىق ئىسھال قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 1 دانە ،
 بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا يېرىمدىن ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى ھەببۇلئاس

تەركىبى : ئانار پوستى ، موزا ھەر بىرى 15 گرام ، ھەببۇلئاس ، سىماق ، يۇلغۇن
 مېۋىسى ، گىل ئەرمىنى ، نىشاستە ، شاھى بەللۇت ھەر بىرى 6 گرام ، مۇقەل 3 گرام .
 ياسىلىشى : ئادەتتىكىچە سۇ بىلەن تاپلىت قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىل-
 ىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بېھى سۈيى ياكى ئالما سۈيى بىلەن كۈندە 1
 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .





قۇرسى ئۈبەل

تەركىبى : ئاق قىچا ، ئۈبەل ، ئىسبەغۇل ھەر بىرى 30 گرام ، زىرە ، كۈدە ، ئۇرۇقى ، سېرىق چېچەك ، خەشخاش ئۇرۇقى ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، بەزىرۇلبەجى ھەر بىرى 8 گرام ، ئەفيۇن 5 گرام .
ياسىلىشى : ئادەتتىكى قائىدە بويىچە تابلېت قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۇ تەجرىبىدىن كۆپ ئۆتكەن دورا بولۇپ ، ئىچىدىن قان - يىرىك كېلىشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا 3 - 2 دانە ، چوڭلارغا 4 - 3 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى ئەسۋەد

تەركىبى : ئەفيۇن ، قۇندۇز قەھرى ، مەئە سائىلە ، بەزىرۇلبەجى ، زەفەر ، ئاسا - رۇن ، مۇرمەككى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قېلىن دارىچىنى ، رۇم بادىيان ، سۈنبۇل ، گىل ئەرمىنى كەڭ مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كونا ئىسھال ۋە ئىچى سۈرۈشلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەببۇلئاس سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن كۈندە 1 قېتىم ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى بېھى

تەركىبى : تازىلاپ توغراغان بېھى 600 گرام ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ، لاچىندانە ، قاقىلە ، سۈنبۇل ، قەلەمپۇر ، دارىچىنى ھەر بىرى 20 گرام ، زەفەر ، 3 گرام ، ھەسەل 600 م ل ، ناۋات 200 گرام .





ياسىلىشى : بېھنى قاينىتىپ پىشقاندا سۈزۈپ ، غەلۋىردىن ئۆتكۈزۈپ ئۇنىڭغا ھەسەل ، ناۋاتنى سېلىپ قىيام قىلىپ ، سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈلگەن دورىلارنى قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھۆنى باسىدۇ . ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى پەۋاكە

تەركىبى : تازىلاپ توغراغان بېھى ، تازىلاپ توغراغان ئاچچىق ئالما ھەر بىرى 40 گرام ، تاباشىر ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى 23 گرام ، زىرىق شىرنىسى 45 م ل ، سىماق سۈيى مەلۇم مىقداردا ، قەنت بىر كىلوگرام .

ياسىلىشى : مېۋىلەرنى سىماق سۈيىگە سېلىپ قۇم قازاندا قاينىتىپ ياخشى پىشۇرۇپ ، ياغاچ ھاۋانچا بىلەن ياخشى سالايە قىلىپ خېمىردەك ئېزىلىدۇ . قەنتنى مېۋە تەمى چىققان سىماق سۈيىگە سېلىپ قاينىتىپ ، كۆپۈكىنى ئېلىپ قىيام قىلىپ ، ئۈستىدىن قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ۋە سوقۇلغان مېۋىلەرنى سېلىپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ، ئاشقازان ، ئۈچەيلەرنى كۈچەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سەپرادىن بولغان ئىچى سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 9 ~ 15 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى جۈڭدە

تەركىبى : ئەفيۇن ، بەزىرۈلبەنجى ، مەئە سائىلە ، دارىچىنى ، ئاقمۇچ ، زەنجىبىل ، مىلتىق دورىسى (بازىروت) ھەر بىرى 30 گرام ، قامغاق ، ئاچچىق قۇستە ھەر بىرى 15 گرام ، زەفەر 9 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
تەسىرى : كونا ئىسھالنى توختىتىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : ئۈچەي ھەزىمىنىڭ ناچارلىقىدىن ئىچى سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : بۇ دورا ياسالغۇسىغا مىلتىق دورىسى چۈشكەچكە ئۇلى تەتقىق
قىلىپ بېقىشقا ئەرزىيدۇ ، ئىستېمال قىلغاندىمۇ مىقدارىغا ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك .

مەئجۇنى مۇختەسەر

تەركىبى : جوۋىنە ، كۈندۈر ، ئانارگۈلى ، پىستە پوستى ھەر بىرى 30 گرام ، ئۆ-
زۈم سوقمىسى 100 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى ھاۋانچىدا سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئۈزۈمنى سېلىپ
قايتا بىللە سوقۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ئىچى سۈرۈپ كېتىشنى توختىتىدۇ . ئۈچەي ھەزىمىنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئۈچەي ئاجىزلىقىدىن بولغان تاماق ياخشى ھەزىم بولمايلا چىقىپ
كېتىشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى مەئە

تەركىبى : مەئەسائىلە ، قۇندۇز قەھرى ، ئەفيۇن ، ئاسارۇن ، قارا بەزىرۈلبەنجى ،
مۈرمەككى ، كۈندۈر تەڭ مىقداردا ، ھەسەل مۇۋاپىق مىقداردا .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قىزىتمىسى بولمىغان كونا ئىسھال ۋە قان ئۆتۈشلەرنى
توختىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 6 ~ 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى ئىختىلاپ

تەركىبى : ئەفيۇن ، قۇندۇز قەھرى ، مەئەسائىلە ، بەزىرۈلبەنجى ، زەفەر ،





مۈرمەككى ، ئاسارۇن ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قېلىن دارىچىنى ، رۇمبادىيان ، بۇنبۇل ، گىل ئەرمىنى ، ئانارگۈلى تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان ئىسھال ۋە قان - يىرىڭلىق ئىچى سۈرۈشنى توختىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئېلىپ سوغۇق سۇ ياكى بېھى سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ .

ھىبى تاباشر قابىز

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى 30 گرام ، قىزىلگۈل 2۹ گرام ، تاباشر 12 گرام ، كىراخمال ، شاھى بەللۇت ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، زىرىق قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرى 1۵ گرام ، ئانارگۈلى ، بۇرغۇت قىيامى ھەر بىرى 5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئالما ، بېھى ياكى زىرىق سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.5 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش ، قاننى قويۇلدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىچ سۈرۈش ، ئىسسىقلىقتىن بولغان قان - تولغاق قان ۋە سەپرانىڭ كۆيۈشىدىن بولغان تەبلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھىبى زەھىرە

تەركىبى : جۇغدى بىدەستۇر (قۇندۇز قەھرى) ، ئاسارۇن ، مەئە سائىلە ، قارا بە - زىرۈلبەنجى ، كۈندۈر مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قايناقسۇ بىلەن





خېمىر قىلىپ ، 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئىچ توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سوزۇلما خاراكتېرلىك ئىچ سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، چوڭلارغا 5 - 7 دانە ، بالىلارغا 3~5 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ھەبى كەھرىبا

تەركىبى : كەھرىبا ، گىل ئەرمىنى ، ئەرەب يىلىمى ، خۇنسىياۋشان ، بۇغداي كراخمالى ، كەتىرا ، ئاقىيا ، ئانارگۈلى ، لەھىيەتۇتتىس قىيامى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرى 5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، پاقا يوپۇرمىقى ئارقى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.5 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : قاننى ۋە ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە ، ئاشقازان ، ئۈچەي قاتارلىقلاردىن قان كېلىشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، چوڭلارغا 3 - 5 دانە ، بالىلارغا 2 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەبى مۇمىسك IV

تەركىبى : ھەببۇلئاس 30 گرام ، ئۈزۈم 9 گرام ، سىماق 6 گرام ، موزا 3 گرام ، ئانار پوستى 2 گرام .

ياسىلىشى : سەمغى ئەرمىنى لۇئابىدا ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچ قاتۇرىدۇ . ھەرقايسى ئەزالاردىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .





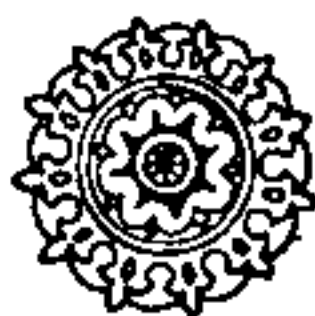
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىپ ئارقىدىن ھەببۇلئاس سۈيى ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەببى مۇمىسە قەبىز

تەركىبى : يۇلغۇن چېچىكى ، سىماق ، ھەببۇلئاس ھەر بىرى 12 گرام ، ئاقاقىيا 6 گرام ، ئەفىيۇن 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقاتلاپ سەمغى ئەرەبى سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ .
تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىش : ئىچ سۈرۈشنى دەرھال توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : زۆرۈر ۋاقتىدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





جىگەرنى قوۋۇۋەتلەپ ھەزىمنى ياخشىلىغۇچى دورا ياسالمىلىرى

ئاسانا سىيائى كەبىر

تەركىبى : مۇرمەككى ، ئەفيۇن ، زەفەر ، قۇندۇز قەھرى ، بەزىرۈلبەنجى ، قۇستە ، قىرەدەنە ، خەشخاش (كۆكنار) ، غافەس ، تاغ تېكىسىنىڭ ئوڭ مۇڭگۈزى ، بۆرە جىگىرى ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلاپ ، 6 ئاي تۇرغۇزۇلىدۇ .
تەسىرى : جىگەر ئاجىزلىقى ، جىگەر قېتىش قاتارلىق ھەر خىل جىگەر كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ . تال ، ئاشقازان كېسەللىكلىرىگىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ . بەلغەمدىن بولغان ئىسھال ، كونا يۆتەل ، قان قوسۇش ، بۆرەك ، دوۋساق ئاجىزلىقى ۋە دەم سىقىشقا تەسىر قىلىدۇ . بوۋاسىرغا شىپا بولىدۇ . ئومۇمىي بەدەندىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر خىزمىتى ناچارلىشىش ۋە ھەزىم ئاجىزلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىپ ئارقىدىن كاسنى سۈيى ئىچىدۇ .

ئەرقى توت

تەركىبى : قۇرۇتۇلغان قارا ئۈجمە ، ئوغرى تىكەن ھەر بىرى 320 گرام ، ئىگىر 160 گرام ، دارىچىنى ، زەنجىبىل ، جوۋىنە ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 60 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى بىر نەچچە قېتىم تاسقاپ توپا - ئەخلەتلىرىدىن ئايرىپ ، ئىگىر ، دارىچىنى ، ئوغرى تىكەنلەرنى چالا سوقۇپ قالغان دورىلار بىلەن بىللە پارقازانغا سېلىپ ، ئۈستىگە 6 لىتىر سۇ قويۇپ ، ئوتنى مۇلايىم قالاپ قاينىتىپ پارغا ئايلاندۇرۇش ئارقىلىق ئەرەق چۈشۈرۈلىدۇ .





تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، قان كۆپەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەي ئاجىزلىقلىرى ، تېرە قاپارتمىلىرى ، قۇۋۋەتسىزلىك ، كەم قانلىق ، قان ئىشلەش توسۇلۇش ، بۆرەك ئورۇقلاپ كېتىش ، قەۋزىيەت ، بەدەن ئورۇقلاش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 - 1 ياشلىقلارغا 5 - 10 م ل ، 10 - 15 ياشلىقلارغا 5 - 10 م ل ، چوڭلارغا 15 - 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەرىقى شاھتەررە

تەركىبى : شاھتەررە 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتر .

ياسىلىشى : دورىنى شاھتەررىنى ئوبدان پاكىزلەپ ، سۇنى ئوتتا قاينىتىپ پارلىق سۈيى ئېلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : قاننى تازىلاش ، ئاشقازان ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، ئىسسىق ۋە قۇرۇق سۇغۇق يەللەرنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، تال ۋە ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ۋە قان تازىلاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 - 1 ياشتىكىلەرگە 10 - 5 م ل ، 5 - 10 ياشتىكىلەرگە 15 - 10 م ل ، چوڭلارغا 30 - 25 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : دورىنى تەييارلاشتا ئىنچىكە ھالقىلارغا دىققەت قىلىش ، ئوت بەك كۈچلۈك بولۇپ كەتمەسلىكى كېرەك .

جەۋارىش خۇزى

تەركىبى : ھەببۇلئاس 100 گرام ، قارا ھېلىيە پوستى ، ھېلىيە كابۇلى (ياغلانغان) ھەر بىرى 60 گرام ، قۇستە ، گۈلدارىچىنى ، سۇنبۇل ، ھەببى بىلسان ، قېلىن دارىچىنى ھەر بىرى 30 گرام ، رەۋەن ، جوز بوۋا ، زىراۋەندى ، ئۆشەن ھەر بىرى 15 گرام ،





قاقىلە ، قەلەمفۇر ، ئەفيۇن ، شەتىرەنجى ھىندى ، ئىككىلىمەلىك ھەر بىرى 12 گرام ، بەس-
 جاسە ، دورنەج ، ئەقرەبى ھەر بىرى 10 گرام ، ناۋات 2 كىلوگرام
 ياسىلىشى : دورىلارنى يىرىك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ناۋاتنى قىيام قىلىپ
 ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ ، يەلنى ۋە ئىششىقنى تارقىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : جىگەرنىڭ ھەزىم خىزمىتى ناچارلىشىش سەۋەبىدىن بولغان
 قورساققا سۇ چۈشۈشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 5 گرام ،
 بالىلارغا 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

داۋائى كۆركۈم كەبىرى

تەركىبى : زەفەر 36 گرام ، سۈنبۇل 18 گرام ، ئاسارۇن ، دۇقۇ ، رۇم بادىيان ،
 فەتراسالىيۇن (تاغ چىڭسەي ئۇرۇقى) ، رەۋەن ، مۇرساپ ھەر بىرى 12 گرام ، رۇبىيۇ-
 سۇس ، چاڭگاڭ (جۆندە) ، مەستىكى ، غافەس ھەر بىرى 9 گرام ، ئوردان 6 گرام ،
 قۇستە ، سەلخۇلەيىيە ، ئىزخىر چېچىكى ، ھەببى بىلسان ھەر بىرى 3 گرام ، بىلسان يېغى
 15 م ل ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : ھەر خىل جىگەر كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ . توسالغۇلارنى ئاچىدۇ .
 يەللەرنى ھەيدەيدۇ ، بۆرەك ۋە دوۋساقنى كۈچەيتىپ ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : جىگەر ياكى تال ئىششىقىدىن بولغان ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام يەپ ئۈستى-
 دىن ھەسەل شەربىتى ئىچىلىدۇ .

داۋائى لوك

تەركىبى : رۇبىيۇسۇس 90 گرام ، سەبىرى ، سۈنبۇل ، ئوردان ھەر بىرى 50 گرام ،
 تازىلانغان لوك ، تاغ سەۋزە ئۇرۇقى ، تاغ چىڭسەي ئۇرۇقى ، زىرە ، زەنجىبىل ھەر بىرى





25 گرام ، ھەبىي بىلسان ، قېلىن دارىچىنى ، مۇقەل ، مەستىكى ، قەسبۇز زەررە ، ئاسارۇن ھەر بىرى 20 گرام ، كاما فەتۋىس ، زۇفا ھەر بىرى 13 گرام ، كۈندۈر 12 گرام ، فىلىفىل ، زىراۋەند ھەر بىرى 11 گرام ، ھىڭ ئۇرۇقى 10 گرام ، رەۋەن ، جۇئە ، ئىزخىر ھەر بىرى 6 گرام ، جىنتىيانا ، يۇمىلاق زىراۋەند ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 2 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ، شىشە قاچىدا 30 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەر ، تال قېتىشنى داۋالاش ، ئاشقازان ۋە جىگەرنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىششىق قايتۇرۇش ، بۆرەكتىكى تاشنى ئېرىتىپ چىقىرىش ، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا 1 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .
ئەسكەرتىش : ئانار سۈيى ياكى بۇزۇرى شەربىتى بىلەن ئىچسە تېخىمۇ ياخشى .

داۋائى مۇئەققى

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى 24 گرام ، ئەفسەنتىن 18 گرام ، غافەس ئۇسارىسى ، ئارپابادىيان ، چامغۇر ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى 12 گرام ، يۇيۇلغان لوك ، رەۋەن ھەر بىرى 9 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : قائىدە بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەرنى تازىلايدۇ ۋە كۈچەيتىدۇ ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

رەۋغىنى ئەفسەنتىن

تەركىبى : ھۆل ئەفسەنتىن رۇمى 75 گرام ، بادام يېغى ياكى زەيتۇن يېغى





280 م ل .

ياسىلىشى : ئەفسەنتىنى سوقۇپ ياغقا ئارىلاشتۇرۇپ ، 40 كۈن ئاپتاپقا قويۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، جىگەر ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىشكە ۋە سىرتىدىن ياغلاشقا بېرىلىدۇ .

رەۋغنى كەلكىلانەج

تەركىبى : ھۆل ئاناناس (بولۇ) ، ئوغرى تىكەن ، ھۆل سۇزاپ ھەر بىرى 30 گرام ، قارا ھېلىيە كابۇلى پوستى ، سېرىق ھېلىيە ، ئامىلە ، بەلىيە ، فىلىل ، قارامۇچ ، زەنجىر ، جىل ھەر بىرى 18 گرام ، جاۋۇشىر ، ئوشەق ، سەكبىنەج ھەر بىرى 15 گرام ، تۇربۇد 12 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 3.25 لىتر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ 1.2 لىتر ئابدەملىك يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ، يەنە سۈيى تۈگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۇ ئالىي دەرىجىلىك ياغ بولۇپ ، ئاشقازان ، جىگەرنى كۈچەيتىدۇ . سۈيدۈك ۋە ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدۇ . ياشانغانلارغا ماغدۇر كىرگۈزىدۇ . سىرتتىن سوۋالسا بوغۇم ئاغرىقلىرى ۋە پالەچكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكى ياكى سىرتقى جەھەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

سوفۇنى رەۋەن

تەركىبى : رەۋەن 500 گرام .

ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .





تەسىرى : جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، ئال ۋە ئۈچەينلەرنىڭ ئاغرىقىنى قالدۇرۇش ، يەللەرنى ماڭدۇرۇش ، بۆرەك ، بالىياتقۇنىڭ ئىشقىلىرىنى ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش ، ئىشقى ياندۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، بالىلارغا 1 - 1.0 م ل ، چوڭلارغا 5 - 3 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى كەبەد

تەركىبى : قىزىلگۈل 9 گرام ، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان زىرىق ، يۇيۇلغان لوك ، رەۋەن ھەر بىرى 5 گرام ، ئوردان ، تاباشىر ، ئاق سەندەل ، نىشاستە ، سەمى ئەرەبى ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، زەفەر 1 گرام ،
ياسىلىشى : دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەخسۇس جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى ئۇد

تەركىبى : يۇيۇلغان لوك ، ھەبىۋلئاس ئۇرۇقى ، بەللۇت ، مەستىكى موزا ، ئۇدى بىلىسان ، ئانار پوستى ھەر بىرى 9 گرام ، زەنجىبىل ، كۈندۈر ھەر بىرى 2 گرام ، قەنت 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ . جىگەر كىچىكلەشكە شىپا بولىدۇ . مەيدىنىڭ ئېچىشىنى توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر كىچىكلەش ۋە جىگەر خىزمىتى ناچارلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا يېيىلىدۇ .





سۇفۇفى ئىسھال كىيىمى

تەركىبى : قىزىلگۈل 20 گرام ، لوڭ (يۇيۇلغىنى) ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، زىرىق ھەر بىرى 10 گرام ، جوۋىنە ، تاباشىر ، سەمى ئەرەبى ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 6 گرام ، رەۋەنچىنى 5 گرام ، زەفەر 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر خىزمىتىنى كۈچەيتىدۇ . گۆش سۈيى رەڭ تە-
رەت كېلىدىغان كېسەللىكنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ،
بالىلارغا 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 گرام ئېلىپ داغمال سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەرىتى تەرىپى

تەركىبى : تۇرۇنجى سۈيىگە چىلانغان مەرۋايىد 18 گرام ، لىمۇن سۈيى ، تۇرۇنجى
سۈيى ، ھەر بىرى 450 م ل ، زىرىق سۈيى ئالما سۈيى ھەر بىرى 440 م ل ، قەنت 620
گرام .

ياسىلىشى : قائىدە بويىچە ئايلىنىپ قىيام قىلىپ ، ئۈستىدىن مەرۋايىدىنى ئايرىم
سالايە قىلىپ ، قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىچىۋالغان زەھەر ياكى ھاشارەتلار چىقىۋالغان زەھەرلەرنى قايتۇرىدۇ .
كۆڭۈل ئاينىش ۋە يۈرەك تىتىرىشىنى توختىتىدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ . جىگەرنىڭ
زەھەرسىزلەندۈرۈش ئىقتىدارىنى ئاشۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق ئىچىلىدۇ .

شەرىتى دىنار I

تەركىبى : سېرىق ئوت ئۇرۇقى 15 گۈم ، ئۇدىلىسان ، گۈلسەۋسەن يىلتىزى 13





گرام ، زېرىق ، بېھى ئۇرۇقى ، كاسىنى ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، قەنتەريۇن ، مەستىكى ، پىننە ھەر بىرى 10 گرام ، رەۋەن ، زەفەر ھەر بىرى 3 گرام ، شېكەر 300 گرام ، (قىيام قىلماقچى بولسا 600 گرام) .

ياسىلىشى : سوقۇلىدىغانلىرىنى چالا سوقۇپ ، ئاندىن ھەممە دورىنى بىرلەشتۈرۈپ 2 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، داكىدىن ئۆتكۈزۈپ شېكەر بىلەن قىيام قىلىنىدۇ . مەستىكى ، زەفەرلەر ئاخىرىدا قوشۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ . جىگەر ، بۆرەك ئىششىقنى ياندۇرۇپ ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر خىزمىتى ئاجىزلىقىدىن بولغان ئىششىققا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ، بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

I شەربىتى دىنار

تەركىبى : كاسىنى يىلتىزى پوستى 120 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 60 گرام ، نىيلۇفەر ، گاۋزەبان ، رەۋەن ھەر بىرى 30 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى (كشۇش ئۇرۇقى) 9 گرام ، قەنت 500 گرام .

ياسىلىشى : قىزىلگۈل ۋە سېرىق ئوتتىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ ، يېتەرلىك مىقداردىكى سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، خالتىغا ئېلىنغان سېرىق ئوتنى قىزىلگۈل بىلەن سېلىپ بىر - ئىككى ئۆرلىتىپ ئوتتىن ئېلىنىدۇ ھەمدە سوۋۇتۇپ قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ ، رەۋەننى يۇمشاق سوقۇپ قىيامغا قوشۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : يۈرەك ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، جىگەر ، بۆرەك كېسەللىكلىرىدىن بولغان ئىششىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئېلىپ تەڭ مىقداردىكى بادىيان سۈيى بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ .





شەرىپى سۇنبۇل I

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : 60 گرام سۇنبۇلنى 1.5 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ئۈستىگە 1 كىلوگرام ناۋات سېلىپ ، قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ . يۈرەك خىزمىتىنى ياخشىلاپ ، كۆڭۈلنى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاجىزلىقى ، ئاشقازان خىزمىتى ناچارلىشىش ، سوغۇقتىن بولغان تەب قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 30 م ل ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى ئەنسۇن

تەركىبى : رۇم بادىيان ، ئەفسەنتىن ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، سۇنبۇل ، سەبرى ھەر بىرى 12 گرام ، غافەس ئۇسارىسى ، سازەج ھىندى ، ئاسارۇن ھەر بىرى 9 گرام ، مەستىكى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : گۈلاب بىلەن تاپلىت قىلىنىدۇ .

تەسىرى : جىگەر ئاجىزلىقى ۋە بەلغەمدىن بولغان تەبلەرگە شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر خىزمىتى ئاجىزلىشىشتىن بولغان ماغدۇرسىزلىق ۋە تۆۋەن قىزىتما قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ مەت .

بۇخى ئەفسەنتىن بىلەن ئىچىلىدۇ .





قۇرسى ۋەرد

تەركىبى : قىزىلگۈل 30 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 18 گرام ، سۈنبۇل 9 گرام ، مەستىكى ، تاباشىر ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ گۈلاب بىلەن تابىت قىلىنىدۇ .
تەسىرى : جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ . كېرەكسىز ھۆللۈكلەرنى تازىلايدۇ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، بەلغەمدىن بولغان تەبىئىي پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەتبۇخى زىرىشىكى

تەركىبى : ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ھۆل زىرىق 280 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، كاسنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، رەۋەن 9 گرام .
ياسىلىشى : زىرىقتىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر قاچىغا سېلىپ چىلاشقۇدەك سۇ قۇيۇپ ، 3 سوتكا تۇرغۇزغاندىن كېيىن سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ ، جىگەر ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئىشتىھاسىزلىق ، ئوڭ بېقىن يېقىمسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى ئاساناسىيا

تەركىبى : مۇرمەككى ، ئەفيۇن ، زەفەر ، قۇندۇز قەھرى ، بەزىرۇلبەنجى ، قۇستە ، قىرەدمەنا ، خەشخاش ، غافەس ، تاغ ئۆچكە مۈڭگۈزى كۈلى ، بۆرە جىگىرى ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 1 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلنى سېلىپ يۇغۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .





تەسىرى : جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، جىگەر قېتىش ۋە ئاغرىشنى پەسەيتىدۇ ، ئىش شىق تارقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، تال ، مەئىدىنى كۈچەيتىش ۋە ئۇلاردىكى ئاغرىشنى پەسەيتىش ، كونا يۆتەل ، قان قۇسۇش ، جىگەر قېتىش كېسىلى ، بۆرەك ئاجىزلىقى ، دوۋساق ئاغرىش ، دەم سىقىش ، بوۋاسىرلار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 گرام ، بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ، ئانار سۈيى بىلەن ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى ئامىيلەنۈشدارى

تەركىبى : ئامىيلە 360 گرام ، قىزىلگۈل 18 گرام ، سەئدى كوفى 15 گرام ، قەلەم غۇر ، مەستىكى ، سۇنبۇل ، ئاسارۇن قاتارلىقلار ھەر بىرى 9 گرام ، زەرنەپ ، بەسباسە ، قاقىلە ، لېچىندانە ، جويۇز ، نېپىزدارىچىنى ، زەفەر قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرى 6 گرام ، قەنت ۋە كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل ھەر بىرى 720 م ل .

ياسىلىشى : ئامىيلەنى 2 سائەت ئەتراپىدا ئۆچكە سۈتىگە چىلاپ ، سۈزۈپ ، پاكىز يۇيۇۋېتىپ ، 6.5 لىتر سۇدا سۈيى تۈگىگەنگە قەدەر قاينىتىپ ، سىم ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ . قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنت بىلەن ھەسەلنى قىيام قىلىپ ، سوۋۇغاندىن كېيىن ئاۋۋال ئامىيلەنى ، ئاندىن باشقا تالقانلارنى سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : مېگە ، يۈرەك ، جىگەر ، بۆرەك ، تال ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىشتىھاسزلىق ، جىگەر خىزمىتى ناچارلىشىش ، ئومۇمىي بەدەنلىك ئاجىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 5 ~ 1 ياشقىچە بالىلارغا 2 ~ 1 گرام ، 10 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 4 ~ 3 گرام ، چوڭلارغا ئەھۋالىغا قاراپ 9 ~ 5 گرام ئېلىپ ئەتىگەن ۋە كەچتە كۈندە 2 قېتىم تاماقتىن بۇرۇن يېگۈزۈلىدۇ .





مەئجۇنى ئەفسەنتىن ئىستىسقالى

تەركىبى : ئەفسەنتىن ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئاچچىق بادام مېغىزى
تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 2 ھەسسە .
تەسىرى : ئاشقازان ئاغرىش ، جىگەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلىرى ،
ئىستىسقىغا شىپا بولىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان جىگەر خىزمىتى ئاجىزلىشىغا
ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى ئەمرۇسىيا

تەركىبى : ئىگىر ، زەفەر ھەر بىرى 6 گرام ، تاتلىق قۇستە ، قارامۇچ ، ھەببۇلغار ،
فىلىفىل ھەر بىرى 5 گرام ، زىرە ، تاغ سەۋزە ئۇرۇقى ، ئۇدى بىلسان ، قىرەدمەنا ، ئىزخىر ،
چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 250 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلدە
يۇغۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ . جىگەر ۋە تالنىڭ توسالغۇسىنى ئا-
چىدۇ ، سۈيدۈك ماڭدۇرىدۇ ، بەدەن ئىششىقىنى قايتۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ،
بالىلارغا ھەر قېتىمدا يېرىم گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى جالىنۇس جىگىرى

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 75 گرام ، تەرەنجىبىن 45 گرام ، مۇرمەككى 12 گرام ،





مۇقەل 8 گرام ، زەرچوبە ، قەسبۇزەرىرە ھەر بىرى 6 گرام ، زەفەر 3 گرام .
ياسىلىشى : مۇقەلنى ئۈزۈم سۈيىدە ئېزىپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ھەسەل
بىلەن مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : جىگەر كېسەللىكلىرىگە ناھايىتى شىپالىق تەسىر بېرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان جىگەر خىزمىتى ناچارلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى چۆپچىنى ئەلا

تەركىبى : چۆپچىنى ئەلا 150 گرام ، تېشىلىمگەن مەرۋايىد ، لاجىۋەرد ، جويۇز ،
بەسباسە ، دارچىنى ، قەلەمفۇر ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ھەر بىرى 6 گرام ، رەۋەن ، ئەفتمون ،
سۈنبۇل ، لېچىندانە ھەر بىرى 9 گرام ، مەستىكى ، تۆگىنىڭ ئوغۇز سۈتى ، ئۇد خام ،
زەفەر ، ئىفار ، ئەنبەر ، بوزىدان ، سۈرۈنجان ، سۇندى كوفى ھەر بىرى 6 گرام ، رىيگى
ماھى (قۇم بېلىقى) ماھى رۇبىيان ، دۈرنەج ئەفرەبى ، زورىبىناد ، سەۋزە ئۇرۇقى ، چامغۇر
ئۇرۇقى ، تۇرۇپ ئۇرۇقى ، بېدە ئۇرۇقى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ھۆل ئوغرى
تىكەن سۈيىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئوغرى تىكەن ئۇرۇقى ، ئاق تۇدرى ، قىزىل
تۇدرى (بۇ 3 خىل دورا ئوغرى تىكەن سۈيىگە 7 قېتىم چىلىنىدۇ) ھەر بىرى 9 گرام ،
سۆڭەك 15 گرام ، سەندى كوفى ، شاقاقۇل ھەر بىرى 30 گرام ، نەشە 6 گرام ، گاۋزەبان ،
تاغ سۈنبۇلى ، قىزىلگۈل ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 30 گرام . قوغۇن ئۇرۇقى ، كاسىنى
ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، بادام مېغىزى ،
پىندۇق مېغىزى ، چەلغۇزە مېغىزى ، ياڭاق مېغىزى ھەر بىرى 30 گرام ، بېھى سۈيى ، ئالما
سۈيى ، تاتلىق ئانار سۈيى ، گۈلاپ ھەر بىرى 30 م ل ، سۇ 1.2 لىتر ، قەنت ، ھەسەل 2
ھەسسە .

ياسىلىشى : نەشىگىچە بولغان دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ قويۇپ ، گاۋزەباندىن
بادىرەنجىبۇيىغىچە بولغان دورىلارنى سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، بۇنىڭ





سۈيىدە قوغۇن ئۇرۇقىدىن سېمىز ئوت ئۇرۇقىغىچە بولغان دورىلارنىڭ شىرنىسى ئېلىنىدۇ. سۇ ۋە مېۋە سۇلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۈستىدىن قەنت، ھەسەللەرنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ. بادام مېغىزىدىن ياڭاق مېغىزىغىچە بولغان دورىلارنى ناھايىتى يۇمشاق تالقانلاپ، مەزكۇر قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ ئاندىن كېيىن يۇقىرىقى تالقانلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ. زەفەرنى گۈلابتا سالاپ قىلىپ، قىيام سۇۋۇغاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ.

تەسىرى: باھنى كۈچەيتىدۇ، ئاشقازان، جىگەر، مېگە، بۆرمەك، دوۋساقلارغا قۇۋۋەت بېرىدۇ. رەڭگى - روينى چىرايلىق قىلىدۇ. ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىدۇ. ئىشلىتىلىشى: جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ.

مەئجۇنى دەيدىلۇەرد I

تەركىبى: قىزىلگۈل 600 گرام، سۈنبۇل، مەستىكى، زەفەر، تاباشىر، دارچىنى، ئىزخىر، ئاسارۇن، تاتلىق قۇستە، غافەس ئۇسارىسى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى (كىشۇش)، ئوردان، يۇيۇلغان لوك، كاسىنى ئۇرۇقى، چىڭسەي ئۇرۇقى، ئۈزۈنچاق زىراۋەند، ھەببى بىلسان، قەلەمفۇر، ئۇد ھىندى، لېچىندانە ھەر بىرى 30 گرام، ھەسەل 3 ھەسسە. ياسىلىشى: مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ.

تەسىرى: مېگە، ئاشقازان، ئۈچەي، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش، ھەزىمنى ياخشىلاش، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش، يەل تارقىتىش، روھنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى: جىگەر خىزمىتى ناچارلىقىدىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى: كۈندە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 - 9 گرام ئىچىلىدۇ.





مەئجۇنى سۈنبۇل

تەركىبى : سۈنبۇل ، ئىزخىر ھەر بىرى 15 گرام ، قارامۇچ ، مۇقەل ھەر بىرى 6 گرام ، زەفەر ، رۇم بادىيان ، مۇرمەككى ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : مۇقەلنى مۇسەللەستە ئېرىتىپ قالغان دورىلارنى تالقانلاپ 2 ھەسسە ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازان ، جىگەر كېسەللىكلىرىگە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال

قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى مۇقەۋۋى

تەركىبى : قۇم بېلىقى ، سۆڭلەپ ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ھەر بىرى 15 گرام ، سەئدى كوفى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 12 گرام ، دارچىنى سۈنبۇل ، پىستە پوستى ، جويۇز ، مۇغاس ، خولسىنجان ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، شاقاقۇل ، ئۆشەنە ياپرىقى ، بەلىيلە پوستى ، بادىرەنجىبۇيا ، گاۋزەبان ھەر بىرى 9 گرام ، مەستىكى ، زەرنەپ ، لېچىندانە ، زەنجىبىل ، قەلەمفۇر ، ئاسارۇن ، سازەج ھىندى ، كابابەچىنى ، جۈيزە پوستى ، دۇرنەج ئەقرەبى ، زورنىباد ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، ھەببى قەلەل ، رۇم بادىيان ، پىننە ، بەسباسە ، قارا ھىلىيلە ، بوزىدان ، زەفەر ، فەرفىيۇن ، كەھرىبا ، تېشىلىمگەن مەرۋايد ھەر بىرى 6 گرام ، ئەنبەر 3 گرام ، ئىپار 2 گرام ، كۈمۈش ۋەرەق 50 دانە ، ئالتۇن ۋەرەق 30 دانە ، قەنت ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى : مېڭە ، يۈرەك ، جىگەر ، ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، باھنى قوزغايدۇ ،

ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، رەڭگى - روھىنى ياخشىلايدۇ . تاماق سىڭدۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش ، قان كۆپەيتىش مەقسەتلىرىدە ئىش

لىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىندۇ .

مەئجۇنى مىشكى

تەركىبى : ئىفار ، قېلىن دارىچىنى ، سۈنبۇل ، سازەج ھىندى ، لوك ، رەۋەن ، جىنتىيانا ھەر بىرى 6 گرام ، زەفەر ، جوۋىنە ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام ، ئۇد ھىندى ، قەلەمپۇر ھەر بىرى 2 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
تەسىرى : جىگەر ئاجىزلىقىغا شىپا بولىدۇ . توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش ، يەل تۇرۇپ قېلىشلارغا شىپا بولىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش ۋە يەللەرنى ھەيدەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قايناقسۇ بىلەن كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىندۇ .

مەئجۇنى ھاپىزۇلئەجساد

تەركىبى : زەفەر 36 گرام ، سۈنبۇل 18 گرام ، دارىچىنى ، كەپە يىلتىزى ھەر بىرى 15 گرام ، پو ، مو (ئىككى خىل دورا) ، رۇم بادىيان ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ، مۇرساپ ھەر بىرى 12 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى (رۇبۇسۇس) ، غافەس ئۇسارىسى ، چاڭگاڭ ھەر بىرى 9 گرام ، بىلسان يېغى 12 م ل ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : ئادەتتىكىدەك مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : جىگەر ئاجىزلىقى ، جىگەر توسۇلۇش ، دەسلەپكى ئىستىسقا قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ . ئاشقازان ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر مىزاجى ، سوغۇققا ئۆزگىرىشتىن بولغان قورساققا سۇ چۈشۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .



ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : بىلسان يېغى تېپىلمىسا زەيتۇن يېغى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ .

نۆتۈلى مۇقەۋۋى

تەركىبى : ئەفسەنتىن ، بانۇنە گۈلى ، ئۈستۈخۇدۇس ، مىشكى تارامشىكى ، زاراڭزا ، پىننە ، جۆندە (چاڭگاڭ) ، قارىغاي مېۋىسى ، فەترىسالىيون ، شەھىمى ھەنزەل ، كامادىر يۇس ، جەۋزۇسەرۋى ، ياۋا پىننە ، سىياھدان ، دارشششئانلار تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : مەلۇم مىقداردىكى سۇدا $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئۇنىڭ ھورىدا يەرلىك ئورۇن تەرلىتىلىدۇ ۋە ئۇندىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا نۆتۈل قىلىپ يۇيۇلىدۇ .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىپ ، ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

نوشتارى ئالى

تەركىبى : ئاقلانغان ئامبىلە 270 گرام ، تاباشىر ، قىزىلغان پىلە ، زەفەر ، مەسكى ، مەرۋايىد ، سۇنبۇل ، كەھرىبا ، قىزىلگۈل ھەربىرى 9 گرام ، ياقۇت ، جۇڭگو رەۋىنى ، ئاسارۇن ، سۇندى كوفى ، ئۇدھىندى ، مارجان ، يېشىل قاشتېشى ، بادىرەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، دورنەج ئەقرەبى ، لېچىندانە ، زىرىق ، بېھى ئۇرۇقى ، ئەنبەر ، ئالتۇن ۋەزەق ، كۈمۈش ۋەزەق ھەربىرى 6 گرام ، ھەسەل ۋە قەنتلەر 1500 گرامدىن .

ياسىلىشى : نوشتارى ساددەنى تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش .
تەسىرى : رەئىس ئەزالارنى كۈچەيتىدۇ . باھنى كۈچەيتىشكە تەسىرى كۈچلۈك .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ھەزىم ناچارلىشىش ، ماغدۇرسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

تەركىبى : ئامىيە 270 گرام ، قىزىلگۈل 18 گرام ، سۇندى كوفى 15 گرام ، قەلەم
فۇر ، مەستىكى ، ئاسارۇن ، سۇنبۇل ھەر بىرى 9 گرام ، زەرنەپ ، بەسباسە ، قاقىلە ،
لېچىندانە ، جويۇز ، گۈلدارىچىنى ، زەفەر ھەر بىرى 6 گرام ، قەنت 2 كىلوگرام ، ھەسەل
21 لىتر .

ياسىلىشى : ئامىيەنى سۈتكە چىلاپ يۇمشىتىپ ، قاينىتىپ ئوبدان پىشقاندىن
كېيىن سۈزۈپ ، ئۈستىگە ھەسەل بىلەن قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ . باشقا دورىلارنىڭ
ھەممىسىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقانلاپ قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن تالقانلارنى
ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مېگە ، يۈرەك ، جىگەرگە ناھايىتى مەنپەئەت قىلىدۇ . باھنى كۈچەي-
تىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان ھەزىم ئاجىزلىقى ۋە كەم قانلىققا
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گرام
ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : ئەگەر ئامىيە تېپىلمىسا بېھى سېلىنىشىمۇ تەسىرى ئوخشىشىپ
كېتىدۇ .





جىگەر ئىششىقى ۋە يەر قانغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمالىرى

ئاساناسىيى سەغىر

تەركىبى : چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 36 گرام ، غاقەس ئۇسارسى 24 گرام ، مەنەسا-
ئىلە ، زەفەر ، قۇستە ، سۇنبۇل ، ئەفيۇن ، سەلىخە ھەر بىرى 12 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
ياسىلىشى : شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : جىگەر قېتىش ۋە كونا ئىسھالغا مەنپەئەت قىلىدۇ . يەل ھەيدەيدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئىششىقى ۋە جىگەر قېتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

داۋائى تىيىن پەھل

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : ھېلىيلە ، بەلىيلە ، ئامىلىيلەرنى بادىيان سۈيى ياكى كا-
سنى سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ سۈزۈپ ئېلىپ ئېزىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەرنىڭ ئىسسىقلىقى بولغان ئىششىقنى تارقىتىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئېزىپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرت-
تىن چېپىلىدۇ .

داۋائى كۈركۈم سەغىرى

تەركىبى : زەفەر ، سەلىخۇلەيىيە ، سۇنبۇل ھەر بىرى 6 گرام ، ئىزخىر چېچىكى ،
قۇستە ، دارىچىنى ھەر بىرى 3 گرام .





ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ بىر سوتكا ئۈزۈم شەرىتىگە چىلاپ ، ئاندىن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، جىگەر ۋە تال ئىششىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋالى مۇميا

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : مۇميا ، قارا شېكەر بىلەن خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ ياكى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، كالا سۈتىگە قىچا تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

زىمادى دەققەششەئىر

تەركىبى : ئارپا يارمىسى ، سۇندى كوفى ، قوينىڭ كونا مايىقى ، توغرا ، گىل ئەرمىنى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : سوقۇپ سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان ھەر خىل ئىستىسقا ، جۈملىدىن ئىستىسقا زىققىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن چېپىلىدۇ .

زىمادى شەئىرە

تەركىبى : سىركىگە چىلانغان ئارپا تالقىنى 18 گرام ، تاباشىر 15 گرام ، ئەفسەن تىن ، قىزىلگۈل ، قەسبۇز زەرىرە ، ئاق سەندەل ، مامىسا ئۇسارىسى ھەر بىرى 3 گرام .





ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ گۇلاب بىلەن زىماد تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان جىگەر ئىششىقلىقىنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ
 مەقسەتلەر ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، سىرتتىن جىگەر
 ساھەسىگە تېگىلىدۇ .

سۇفۇفى بۇزۇرى I

تەركىبى : تاغ زىرىسى ، كۆك زىرە ، قاقىيلە ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، گۈلدارىچىنى
 جوۋىنە ھەر بىرى 10 گرام ، ئەفيۇن 3 گرام ، شېكەر 50 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ
 تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر ۋە تالنىڭ زەخمىلىنىشتىن بولغان ئاغرىقىنى
 پەسەيتىدۇ ، زەخمىنى پۈتتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ، بالىلارغا
 ھەر قېتىمدا 0.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى بۇزۇرى II

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى 15 گرام ، زىرىق 2 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى ، سېرىق
 ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، رۇم بادىيان ، بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇبۇسۇس
 ھەر بىرى 7 گرام ، رەۋەن ، زەفەر ، سۇلبۇل ، مەشتىكى ، ئەفسەنتىن ھەر بىرى 3 گرام ،
 لوك (يۇيۇلغان) 1.5 گرام ، كافور 1 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەردىكى توسالغۇنى ئاچىدۇ ، جىگەر ئىششىقلىقىنى ياندۇرىدۇ . چوڭ -
 كىچىك تەرەتنى بوشىتىدۇ ، بەلغەم بوشىتىپ نەپەسنى ياخشىلايدۇ ، بەل ئاغرىقىنى





يوقتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، بۆرەك كېسەللىكلىرىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ، قان تومۇرلارنى تازىلاش ، ئىششىق ياندۇرۇش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى بېھى

تەركىبى : بېھى ئۇرۇقى ، نىشاستە ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرى 12 گرام ، گىل ئەرمىنى ، قىزىلگۈل ، يۇيۇلغان لوك ، سۈنبۇل ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ھەر بىرى 3 گرام ، تاباشىر 2 گرام ، مەستىكى 1 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ . جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىپ سېرىق كېسەل (يەر قان) گە شىپا بولىدۇ . قان قۇسۇشنى يوقتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا سوغۇق سۇ بىلەن 3 گرام ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى سەكبىنەج

تەركىبى : سەكبىنەج ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ھەر بىرى 9 گرام ، زاغۇن ، چىڭ سەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 5 گرام .
تەسىرى : ئىستىسقا ئىسلى ۋە قۇلۇنجىغا شىپا بولىدۇ . يەللەرنى تارقىتىدۇ ھەمدە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئېلىپ قاپ ئاقسۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .





سۇفۇفى مۇدىر IV

تەركىبى : تەرخەمەك مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، كا.
سىنى ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، چىگىسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، يۇيۇلغان لوك
كافۇر 2 گرام .

ياسىلىشى : دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىش
لىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا
ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى ھېلىلە

تەركىبى : ھېلىلە كابۇلى پوستى ، قارا ھېلىلە ھەر بىرى 120 گرام ، چىگىسەي
ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 15 گرام .
تەسىرى : جىگەر ئىششىقى ، تال كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئېلىپ تۆگە
سۈتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى ۋەرد

تەركىبى : قىزىلگۈل 25 گرام ، زىرىق 15 گرام ، سۇنبۇل ، مەستىكى ، غافەس
ئۇسارىسى ، ئەفسەنتىن ، رەۋەن ، ئاسارۇن ، ئىزخىر ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 6 گرام ، زە.
فەر 3 گرام ، قەنت 100 گرام .





ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سوقۇلغان قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، بۆرەك ئىششىقنى قايتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەت لەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سرکەنجىبىن رەۋەن يەر قانى

تەركىبى : كاسىنى ئۇرۇقى 60 گرام ، قىزىلگۈل ، شاھتەررە ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، جۇڭگو رەۋىنى 15 گرام .

ياسىلىشى : رەۋەننى خالتىغا قاچىلاپ دورىلار بىلەن 1.5 لىتر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، 300 گرام قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يەر قان (سېرىق كېسەل) غا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : خالتا پات - پات مىجىپ تۇرۇلىدۇ .

شەربىتى ئەبىرىشىم يەر قانى

تەركىبى : ئەفسەنتىن مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : ئەفسەنتىننى قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ (كۆك كاسىنى سۈيىگە

چىلىسا تېخىمۇ ياخشى) $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ، قەنت ياكى ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان كېسەللىكلىرى ، تال چوڭىيىپ كېتىش ۋە سېرىق كېسەل (يەر قان) لارغا شىپا بولىدۇ . ئىسسىقلىقتىن بولغان قۇلۇنجى ۋە توسالغۇلارنى



ئاچىدۇ ، كېرەكسىز خىلىتلارنى ھەيدەيدۇ ، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى ئەفسەنتىن II

تەركىبى : رۇم بادىيان ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 30 گرام ، سۇنبۇل 20 گرام ،
ئەفسەنتىن ، چىڭسەي ھەر بىرى 15 گرام ، مەستىكى 10 گرام ، قېلىن دارىچىنى 6 گرام ،
قەنت 500 گرام .

ياسىلىشى : يىرىك دورىلارنى چالا سوقۇپ ، يۇمشاقلىرىنى سوقماي 1.5 لىتر سۇ
بىلەن قاينىتىپ ، سۈزۈپ قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان كۈچەيتىلىدۇ ، قورساق كۆپۈش ، ئاشقازان ئاغرىشىنى پەسەي
تىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، تال توسالغۇسىنى ئېچىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ئۈچۈن
بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 — 30
م ل ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپىتى دىنار II

تەركىبى : كاسىنى ئۇرۇقى 60 گرام ، قىزىلگۈل ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى
50 گرام ، كاسىنى پوستى 30 گرام ، رەۋەن 12 گرام ، شېكەر 700 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 2 لىتر سۇغا چىلاپ ، قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا
سۈزۈپ ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ ، ئاخىرىدا سوقۇلغان رەۋەننى سېلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەركىبى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەر ۋە باشقا ئەزالاردىكى قان تومۇرلارنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ .
چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ ، ئىششىق قايتۇرىدۇ ، خەفەقانىنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يەرقان ۋە ئىششىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل .



باللارغا كۈندە 5 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى دىنارى بارىد

تەركىبى : كاسىنى ئۇرۇقى 60 گرام ، رەۋەن 12 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، رەيھان ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، سىركە 12 م ل ، سۇ 1.6 لىتر ، قەنت 560 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، رەۋەننى خالتىغا ئېلىپ ، $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سىركە قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سېرىق كېسەل (يەر قان) ۋە جىگەر ھارارىتى ئۆرلەپ كېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 ~ 45 م ل ئېلىپ ، گۈلاب بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەربىتى رەۋەن ساددە

تەركىبى : رەۋەن 60 گرام ، قەنت 830 گرام ، سۇ مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : رەۋەننى قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سىقىپ ، سۈزۈپ ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : جىگەرنى كۈچەيتىدۇ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يەر قاننى داۋالاشنىڭ كېيىنكى باسقۇچىدا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەربىتى رەۋەن مۇرەككەب

تەركىبى : رەۋەن 30 گرام ، تۇربۇد ، غارىقۇن ، بەسفائىج ، كاسىنى ئۇرۇقى ، ھەر بىرى 15 گرام ، زەنجىبىل 5 گرام ، قەنت 300 گرام .





ياسىلىشى : شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ ۋە ئارقا تەرەتنى يۇمشىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : يەر قاننى داۋالاشنىڭ كېيىنكى باسقۇچىدا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارىدا ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

شەربىتى كاسنى

تەركىبى : كاسنى يىلتىزى پوستى ، بادىيان يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 90 گرام ،
 يۇلغۇن مېۋىسى 23 گرام ، گاۋزەبان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى (بىخسۇس) ، سېرىق ئوت
 ئۇرۇقى ، ئاقلىيلى ئۇرۇقى ، قامغاق ھەر بىرى 15 گرام ، لوك 12 گرام ، زىرىق ، ئاق
 سەندەل ، غافەس ياپىرىقى ، ئەفسەنتىن رۇمى ھەر بىرى 9 گرام ، ئاسۇرۇن 5 گرام ، رەۋەن
 3 گرام ، گۈلقەنت 45 گرام ، كاسنى سۈيى ، سىركە ھەر بىرى 135 م ل ، لىمون
 سۈيى 45 م ل ، قەنت 410 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە
 قاينىتىپ ، سىقىپ ، سۈزۈۋېلىپ ، قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ ، رەۋەننى يۇمشاق سوقۇپ
 قىيام سوۋۇغاندىن كېيىن قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : ھەر خىل تىپتىكى جىگەر كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ . توسالغۇلارنى
 ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تىپتىكى يەر قانغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچىلىدۇ .

شەربىتى نانخۇا

تەركىبى : جوۋنە 300 گرام ، قارا شېكەر 300 گرام .
 ياسىلىشى : جوۋنەنى ھاۋانچىدا چالا سوقۇپ ، ئاندىن قارا شېكەر سېلىپ 15
 مىنۇت بىللە سوقۇپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ھەمدە بىر قاچىدا 1 سوتكا يۆگەپ ساقلاپ
 خاندىن كېيىن ئۇنىڭغا 500 م ل سۇ قۇيۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .





تەسىرى : ئاشقازاننى قىزىتىدۇ . يەللەرنى ھەيدەيدۇ . ھەزىمنى ياخشىلايدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ھەزىم ئاجىزلىقى ، جىگەردىكى توسالغۇلار ، بۆرەكنىڭ يەللىك
 ئىششىقى ۋە ئاغرىشنى يوقىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 15 م ل ،
 بالىلارغا 5 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى پەنجىگۈشت

تەركىبى : چاڭگىك ئۇرۇقى ، كاسىنى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قاپاق
 مېخىزى تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، سىركەنجىبىن بىلەن يۇغۇرۇپ تابلەت قىلىنىدۇ .

تەسىرى : جىگەر ، تال توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئىششىقى ۋە قېتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
 قىلىنىدۇ .

قۇرسى رەۋەن

تەركىبى : ئارپا بادىيان ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 15 گرام ، قوغۇن ئۇرۇقى مېخىزى 9
 گرام ، رەۋەن ، يۇيۇلغان لوك ھەر بىرى 6 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ،
 چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ھەر بىرى 5 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ قايناق بىلەن قۇرس قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاغرىسىمان سۇلۇق ئىششىق (ئىستىسقا ئىبلى) گە
 شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ كا-





سىنى ئەرنى ياكى سىر كەنجىدىن بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى زىرىشكى ئىستىسقا

تەركىبى : زىرىق ئۇسارىسى ، كاسىنى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، يۇيۇلغان لوك ، قىزىلگۈل ، رەۋەن ئۇسارىسى تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : قۇرسى تەييارلاش ئۇسۇلىدا 6 گراملىق قۇرسى ياسىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىستىسقاغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم . ھەر قېتىمدا 1 دانە يېيىلىدۇ .

قۇرسى غافەس

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى 6 گرام ، غافەس ئۇسارىسى ، قىزىلگۈل چېچىكى ، يۇيۇلغان لوك ، چۈچۈكبۇيا يىلتىز قىيامى ھەر بىرى 3 گرام ، تاباشىر 2 گرام .

ياسىلىشى : كاسىنى سۈيى بىلەن ئۈچ گراملىق تابىت قىلىنىدۇ .
تەسىرى : يەر قان ۋە كونا تەبلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانە يېيىلىدۇ .

قۇرسى كافۇر ھار

تەركىبى : زىرىق ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 9 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قاپاق مېغىزى ، قارا سونا ئۇرۇقى ، تەرخەمەك مېغىزى ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 6 گرام .

ياسىلىشى : سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تابىت قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئۆتكۈر خاراكتېرلىك قىزىتمىلارنى پەسەيتىدۇ ، سېرىق كېسەل (يەر



قان) غا شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قىزىتما ۋە يەر قانغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانە تاپلىقتا ئاق قوناق چوڭلۇقىدا كافور قوشۇپ يەپ ، ئارقىدىن ئانار سۈيى ئىچىلىدۇ .

قۇرسى لوك

تەركىبى : يۇيۇلغان لوك ، رەۋەن ھەر بىرى 9 گرام ، ئاسارۇن ، يۇمىلاق زىرا-ۋەند ، سۇنبۇل ، جىنتىيانا ، مەستىكى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇم بادىيان ، جوۋىنە ، ئىزخىر ، ئەبھەل (قارىغاي مېۋىسى) ، ئاچچىق ، بادام مېغىزى ، قۇستە ، ئوردان ، ئەف-سەنتىن ، غافەس ئۇسارىسى ھەر بىرى 6 گرام ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ھەر بىرى 3 گرام .
تەسىرى : ئىستىسقا ئىلھامىنى يوقىتىدۇ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ مائۇلتۇسۇل بىلەن ئىچىلىدۇ .

كەلكىلانەج بارىد

تەركىبى : تەرەنجىبىن ، فۇنۇس ، خىيار شەنبەر ، قەنت ھەر بىرى 45 گرام ، ما-زەريون (زەھەر سىزلەندۈرۈلگەن) ، سېرىق ، ھېلىيلە ھەر بىرى 15 گرام ، ئەفسەنتىن سىقىلمىسى (ئۇسارىسى) ، قىزىلگۈل ، كاسىنى ئۇرۇقى ، تەرخەمەك مېغىزى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : شېكەر ، تەرەنجىبىنلەرنى قىيام قىلىپ ، دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇ-رۇپ يوغۇرۇلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىستىقتىن يولغان ئىستىقىلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 9 - 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



كەلكىلانەج پىرووزى

تەركىبى : ئاق تۇرپۇد 450 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 270 گرام ، فۇنۇس ، خىيار شەنبەر ھەر 30 گرام ، قارا ھېلىيلە ، بەلىيلە پوستى ، ئامىيلە ھەر بىرى 21 گرام ، قارامۇچ ، زەئەربىل ، قىلغىل يىلتىزى ، قىزىل ھىندى تۇزى ، ئەندىرانى تۇزى ، تىبەت تۇزى ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، شەترەنجى ھىندى ، سۇندى ھىندى ، لېچىندانە (خەيربۇۋا) ، گۈلدارىچىنى ، قەلەمفۇر ، يالىپۇر ، بەرەڭگى كابۇلى ، سىياھدان ، ھەشقىپچەك ئۇرۇقى ، زىرە ، سازەج ھىندى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ھەر بىرى 15 گرام ، ئامىيلە شىرنىسى 560 م ل ، قەنت 1.5 كىلوگرام .

ياسىلىشى : ئامىيلە شىرنىسى بىلەن ئۈزۈمى 3.3 لىتر سۇ بىلەن $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈزۈۋېلىپ ، فۇنۇس ، خىيار شەنبەرلەرنى سېلىپ ئۈستىدىن قەنت قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ . ئۇنىڭ ئۈستىگە 270 م ل كۈنجۈت يېغى قوشۇپ يەنە قىيام قىلىپ ، ئاخىرىدا دورىلار تالقىنى سېلىپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئىستىسقا ، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىش ، كونا تەب ، بەلغەمدىن بولغان يۆتەل ، قۇلۇنجى ، تۇتقاقلىق ، پوقاق ، بەھەق ، ھېستىرىيە كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ . سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەرنىڭ ھەر خىل ئىششىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سۈت ياكى كاكىنەج سۈيى بىلەن كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

كەلكىلانەج ھار

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن مازەريون ، غارىقۇن ، سېرىق ھېلىيلە ، سەكبەنەج ھەر بىرى 15 گرام ، سەۋسەن يىلتىزى 9 گرام ، رەۋەن ، غافەس ئۇسارىسى ، رۇم بادىيان ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .





ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 - 12 گرام
ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مائۇلەندىبا

تەركىبى : كاسىننىڭ ھۆل يۇپۇرمىقى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : كاسىننى تازىلاپ توپىلىرىنى چىقىرىۋېتىپ ، سوقۇپ سىقىپ سۈيى
ئېلىنىدۇ . بىراق سۇدا يۇيۇپ تازىلاشقا بولمايدۇ . مەزكۇر دورا ئادەتتە ئىككى خىل
ئۇسۇلدا تەييارلىنىدۇ . بىرى كاسىننىڭ ھۆل يۇپۇرمىقىدىن سىقىپ ئېلىنغان سۈيىنى بىر
سوتكا تۇرغۇزۇپ ، قويۇق ۋە دۇغ قىسمىنى تېگىگە چۆككۈزۈپ تەييارلىنىدۇ . يەنە بىرى ،
كاسىننى سۈيىنى بوش ئوتتا قاينىتىپ ، كۆپۈكىنى ئېلىۋېتىپ سۈتنىڭ پىشلىقىدەك
سۈزۈك قىسمىنى ماتادىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : قان ، سەپرا خىلىتلىرىنى نورماللاشتۇرۇش ، جىگەر توسالغۇلىرىنى
ئېچىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يەر قانغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : ئەگەر شارائىت يار بەرسە مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن قىلسا
تېخىمۇ مەنپەئەتلىك ، مەسىلەن ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش مەقسەت قىلىنسا ، 150 م
ل كاسىننى سۈيى ، سىركە جىيىن ياكى بۇزۇرى شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ .
قىزىتما پەسەيتىش مەقسەت قىلىنسا ، نىيلۇفەر شەربىتى ياكى چاھار تۇخۇم شىرنىلىرى
بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ . جىگەر ئىششىقى ۋە يەر قاننى داۋالاش مەقسەت قىلىنسا
فۇنۇس ، خىيار شەنبەر سۇلىرى بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەتبۇخى ئۇسۇل

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، بادىيان يىلتىزى پوستى ، چىڭسەي يىلتىزى ، كاس
بىن يىلتىزى ، ئىزخىر رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، سۈنبۇل ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى





ھەر بىرى 9 گرام ، ئوردان ، مەستكى ھەر بىرى 3 گرام .

تەسىرى : جىگەر ، ئالنى ياخشىلايدۇ ، ئىستىسقا ، يەر قانغا شىپا بولىدۇ . قۇرۇق خىلىتلارنى نورمال قىيامغا كەلتۈرىدۇ . ئاشقازان ، جىگەرنى كۈچەيتىدۇ . ئىشلىتىلىشى : يەر قانغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 150 م ل ئېلىپ 30 گرام شېكەر ، 6 م ل بادام يېغى قوشۇپ ئىچىلىدۇ . تاش پارچىلاش مەقسەت قىلىنسا ، 2 گرام جوھۇد تېشى قوشۇپ ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى ئەنسۇن

تەركىبى : سەكبىنەج ، ئىگىز ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، قۇرۇق سوزاپ ، زىرە ، جوۋىنە ، يالىپۇز ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ، خولىنجان ، غار ياپرىقى ، چاڭگاڭ ، زەنجىبىل ، غارىقۇن ، ھۇماما ، موزاي ياكى كالىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن ھوشۇق سۆڭىكى ھەر بىرى 6 گرام ، رۇم بادىيان ، تاغ چىڭسەي ئۇرۇقى ، ھەبۇلغار ، سىياھدان ، سۇندى كوفى ، ھىڭ ، قۇندۇز قەھرى ، قىرەدمانا ، سۇنبۇل ، ھەبىي بىلسان ، جاۋاشىر ، غۇلجاڭ ، ئاسارۇن ، زەفەر ھەر بىرى 3 گرام ، سەھەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ياسىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قىزىشمىسى بولمىغان ئىستىسقانى تىبلىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى راسەن

تەركىبى : سەۋسەن يىلتىزى ياكى ئۇرۇقى ياكى گۈلى ، رەۋەن ، زەنجىبىل ، تۆگە يانتىقى ھەر بىرى 1 ھەسسە ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ، رۇمبادىيان ، جوۋىنە ھەر بىرى يېرىم ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر قېتىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى رەۋەن

تەركىبى : رەۋەن ، ئىگىر ، غۇلجاڭ ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ، رۇم بادىيان ، جوۋىنە ، كەندىر تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، بالىياتقۇ ئىششىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مائۇللەسەل بىلەن كۈندە 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

نۇقۇتى خىيارشەنبەر

تەركىبى : فۇنۇس ، خىيارشەنبەر مۇۋاپىق مىقداردا ، كاسىنى سۈيى ، بادىيان سۈيى ، كاكىنەج ياپرىقىنىڭ سۈيى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى مەزكۇر سۇيۇقلۇقلارغا چىلاپ بىر سوتكا تۇرغۇزۇپ ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يەر قانغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : گۇلاب ئارىلاشتۇرۇپ بىر قېتىمدىلا ئىچىپ تۇ .
گىتىلىدۇ .

ھەبىي بەھرام

تەركىبى : شەبرى 36 گرام ، ئەفتىمۇن 18 گرام ، سىقمۇنىيا 12 گرام ، غارىقۇن 9 گرام ، سۈنبۇل ، سەلىخە ، تۇربۇد ، مەستىكى ھەر بىرى 6 گرام ، زەفەر 5 گرام ، ھۇماما 3 گرام .





تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىستىقائى لەھىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ .

ھەببى رەۋەن

تەركىبى : غارىقۇن ، تۇربۇد ھەر بىرى 10 گرام ، رەۋەنچىنى ، مۇقەل ھەر بىرى 3 گرام ، يۇمىلاق زىراۋەندى ، رۇم بادىيان ھەر بىرى 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلار ھەب تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ھەب قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ، جىگەر ، بۆرەكنى تازىلاش ۋە قول - پۇت ئىششىقنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ۋە بۆرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 دانە ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 3 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەببى سەبرى 1

تەركىبى : سەبرە سۇقۇترى 10 گرام ، غارىقۇن ، كاسىنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، سىقمۇنىيا ، غافەس ئۇسارىسى ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قاينىتىلغان كاسىنى ئۇرۇقى سۇيىدە يۇغۇرۇپ ھەب قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ . ئىششىق ياندۇرىدۇ . چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ . قىزىتمىسىز سېرىقلىقنى يوقىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئىششىقى ، يەرقان قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 دانە ئىچىلىدۇ .
 دىققەت : كىچىك بالىلار بىلەن ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ !

ھەببى سەبرى I

تەركىبى : سەبرى 12 گرام ، سەقمۇنىيا 3 گرام ، غارىقۇن ، غافەس ئۇسارىسى ھەر
 بىرى 2 گرام .
 ياسىلىشى : كاسنى سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قىزىتما پەسەيتىپ تەبىئەتنى يۇمشىتىدۇ ، يەر قانغا
 شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال
 قىلىنىدۇ .

ھەببى غافەس

تەركىبى : ھېلىيلە پوستى 16 گرام ، غافەس ، سەبرى سوقۇتتى ھەر بىرى 15
 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى 10 گرام .
 ياسىلىشى : چىڭسەي ئۇرۇقىنى قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۈستىگە دورىلار تالقىنىنى
 تۆكۈپ قارامۇچ چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ،
 نورمالسىز سەپرانى ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : يەر قان ۋە جىگەر ئىششىقىغا بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەببى مازەريون

تەركىبى : مازەريون ، سەكبەنج ھەر بىرى 6 گرام ، تۈز ، كەپتەر مايىقى ھەر





بىرى 2 گرام .

ياسىلىشى : ھەب ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بەدەندىكى كېرەكسىز سۇيۇقلۇقلارنى ھەيدەپ چىقىرىپ بەدەننى كۈچەيتىدۇ ، سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقلارغا شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبى ھېلىلە II

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى 30 گرام ، سەككىنەج 15 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 0.3 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ، بەدەندىن زىيادە سۇيۇقلۇقلارنى چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان جىگەر ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەبى ئىستىسقا

تەركىبى : تۇربۇد 12 گرام ، رەۋەن 6 گرام ، چاققاق ئۇرۇقى 3 گرام ، غارىقۇن ،

ئۈزۈنچاق زىراۋەند ، يۇمىلاق زىراۋەند ، پەرفىيۇن ھەر بىرى 2 گرام .

ياسىلىشى : خاس سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئىستىسقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە

ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال

قىلىنىدۇ .



ھېيى ئىيارەج III

تەركىبى : غارىقۇن ، كەپە ياپرىقى ھەر بىرى 15 گرام ، رۇم بادىيان ، ئوشەق ، مۇقەل ھەر بىرى 9 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، تۇربۇد ، تۇز ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : ھەب تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : جىگەر ، تال ئىششىقلىرىغا شىپا بولىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر توسۇلۇش ۋە ئىششىققا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3~6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەزىم ئەزالىرىدىكى يەللەرنى تارقاتقۇچى دورا ياسالماىلىرى

I. جەۋارش كۈمۈنى

تەركىبى : سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان زىرە 150 گرام ، زەنجىبىل 60 گرام ، قارامۇچ 50 گرام ، ئاق توغرىقۇ 15 گرام ، سوزاپ 6 گرام ، ھەسەل 1 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىپ كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ئاشقازاننى قىزىتىش ، ھەزىمنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەزىمنى ياخشىلاش ، يەل تارقىتىش ، قۇلۇنجىنى ئېچىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلار ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 - 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

جۇللانى بەلغەم

تەركىبى : تەرەنجىبىن 90 گرام ، سانا 30 گرام ، ئارپا بادىيان ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، زىرە ، تۇرپۇد ، غارىقۇن ، شەھىمى ھەنزەل ھەر بىرى 6 گرام ، سورۇنجان 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى بىر كېچە قايناقسۇغا چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بەلغەمنى تەڭشەپ ، بەلغەمدىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ ، سوغۇق يەلنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يەل تارقىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى بادىيان

تەركىبى : ئارپا بادىيان 80 گرام ، چىڭسەي يىلتىزى پوستى ، گۈلسەۋسەن ھەر بىرى 20 گرام ، بىج كەبىر پوستى ، رۇم بادىيان ھەر بىرى 12 گرام ، قىزىلگۈل ، مەس تىكى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، شېكەر 200 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، شېكەر بىلەن تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەر توسالغۇسىنى ئاچىدۇ ، ماددىلارنى تازىلايدۇ . ھېق تۇتۇش ، مەيدە ئېچىششنى پەسەيتىپ قورساق كۆيۈشنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلىرىدە توسالغۇلارنى ئېچىپ ، يەل ھەيدەش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئېلىپ كاپ ئېتىلىدۇ . بالىلارغا كۈندە 3 ، ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .



سۇفۇلى گەرەپشى

تەركىبى : سانا 15 گرام ، چىگىسەي ، بادىيان ، رۇم بادىيان ، ئاسارۇن ، قۇستە ، رەۋەن ، سىركىگە چىلانغان زىرە ھەر بىرى 10 گرام ، سۇنبۇل ، سۇندى كوفى ھەر بىرى 3 گرام ، شېكەر 100 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى پاكىزلاپ سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، شېكەر بىلەن تالقان قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ۋە ئۈچەيدىكى تەتۈر يەلنى تارقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ۋە جىگەر ئاجىزلىقىدىن بولغان قورساق كۆپۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇلى گەز مازەج

تەركىبى : يۇلغۇن مېۋىسى ، كاسىنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، بەزىرۇلبەنجى 5 گرام .

ياسىلىشى : سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، ھەر خىل يەللەرنى ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىركەنجىبىن بۇزۇرى بىلەن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇلى مەستىكى

تەركىبى : مەستىكى 30 گرام ، شېكەر 60 گرام .

ياسىلىشى : مەستىكىنى ئايرىم سوقۇپ ، شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .





تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازاندىكى يەللەرنى يوقىتىدۇ . ئاشقازاندىكى خام بەلغەمنى ئۆزلەشتۈرىدۇ . ھەزىمنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان قورساق كۆپۈش ئۈچۈن بېرىلىدۇ . ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا تاماقتىن كېيىن 3 گرام ، بالىلارغا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇنى نانخۇا

تەركىبى : جوۋىنە ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، بادىيان ھەر بىرى 30 گرام ، قەنت 90 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : 2 - دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ، جىگەر ، تالدىكى يەلنى تارقىتىش ، تاماق سىڭدۈرۈش ، ئاغرىشنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، تال ، ئاشقازاننىڭ يەلدىن بولغان ئاغرىشنى پەسەيتىش ، ئىستىقنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلار ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سىركەنجىنى نانخۇا

تەركىبى : جوۋىنە ، قارا زىرە ، زۇفا ، تاغ چاڭگاھ ئۆسۈملۈكى ھەر بىرى 20 گرام ، سىركە 60 م ل ، ھەسەل 100 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى چىلاشقۇدەك سۇغا بىر كېچە چىلىغاندىن كېيىن يېرىمى قانچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سەھەل بىلەن سىركىنى قۇيۇپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ .





تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ھەزىمىنى ياخشىلاپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، يەلنى تارقىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش ، جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش ، سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىشىنى يوقىتىش ۋە يەل ھەيدەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ، بالىلارغا ھەر 3 سائەتتە 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەتبۇخى مائىل بوزۇر

تەركىبى : جوۋىنە ، تاغ زىرىسى ، يالپۇز ، سىياھدان ھەر بىرى 30 گرام ، زىرە 4 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 1200 م ل سۇدا قاينىتىپ ، 500 م ل قالغاندا داكا بىلەن سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەپ ، تاماق سىڭدۈرۈش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان كۆپۈش ، قۇلۇنجى ، قويۇق يەللەرنى يوقىتىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئېلىپ ئىنەك پىششى (ئابدىمىلىك) يېغىدىن 3 م ل قوشۇپ ئىچىلىدۇ . بالىلارغا ياغ قوشماي 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى پەيغەرا

تەركىبى : سەبرى سۇقۇترى 40 گرام ، ھېلىيلە كابۇلى ، بەلىيلە 15 گرام ، ئاش تۇزى 10 گرام ، سەھەل 200 م ل .
ياسىلىشى : ھېلىيلە ۋە بەلىيلەنى چىقىپ شاكىلىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ ، سەبرىنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ۋە تۇز قوشۇپ ھەسەل بىلەن تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ھەزىم بۇزۇلۇش ، لاي ۋە باشقا غەيرىي نەرسىلەرنى يېيىش قاتارلىقلارغا





مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ھەزىم بۇزۇلۇشى ، مالىخۇلىيا مىراقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە چوڭلارغا 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ 100 م ل پودىنە شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى پودىنە

تەركىبى : سوزاپ ياپرىقى ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ، جوۋىنە ، ياۋا زىرە ، دارىچىنى ، فىلىغل تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يەل تارقىتىپ تاماق سىڭدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى زورنىباد

تەركىبى : زورنىباد ، دورىجە ئەقرەبى ھەر بىر 6 گرام ، مەرۋايدى ، مارجان ، كەھرىبا ، پىلە ، قەلەمفۇر ، بەسباسە ، زەفەر ، قۇندۇز قەھرى ھەر بىرى 5 گرام ، سۇنبۇل ، ئۆشەنە ھەر بىرى 2 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان يەللىرىنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى كاسىرى رىياھ

تەركىبى : سىر كىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان زىرە 20 گرام ، سوزاپ ، مەستىكى ، قەلەمفۇر ، قىزىلگۈل ، رۇم بادىيان ، ئىگىر ، جوۋىنە ، توغرىغا ، پىستە پوستى ھەر بىرى 10 گرام ، ھەسەل 300 م ل .





ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلۇپ ،
40 كۈن تىندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ، جىگەر ، ئۈچەينىڭ يەللىك ئاغرىشى ، بالىياتقۇنىڭ يەللىك
ئاغرىشى ، ھەيز كەلمەسلىك ، دوۋساقنىڭ يەلدىن بولغان كېسەللىكلىرى قاتارلىقلارغا
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلار كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا تاماقتىن
كېيىن 5 گرام ، بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەشجۇنى ھەببۇلغار I

تەركىبى : سوزاپ ياپرىقى 300 گرام ، جوۋىنە ، قارا زىرە ، يالپۇز ، تاغ زىرىسى
(كەرۋىيا) ، ھەببۇلغار ، غۇلجىلا ، تاغ چىڭگىسى ئۇرۇقى ، ئاچچىق بادام مېغىزى ،
قارامۇچ ، فىلىفىل ، ئىگىر ، پىننە ھەر بىرى 9 گرام ، جاۋۇشىر ، سەكبىنەج ھەر بىرى 6
گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەشجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ . ئىستىسقا ئىبلى ،
قورساق ئاغرىش ۋە يەلدىن بولغان كۆپ خىل كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ ھەمدە شۇ
مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 9 - 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : سوزاپنى بەزىلەر 30 گرام ، بەزىلەر 150 گرام سېلىشنى
تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

مەشجۇنى ئۈبەل

تەركىبى : قارىغاي مېۋىسى ، كۈندۈر ، جوۋىنە ، دارىچىنى ، ئىگىر ، ئارپا بادىيان
تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قورساق غولدىرلاش ، ئاشقازان ئېسىلىش ، يەل تۇرۇپ





قېلىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام يېيىلىدۇ .

ھەببى بادىشكەن

تەركىبى : فەتەرى سالىيۇن ، ئىزخىر ، قۇستى شېرىن ، زورەنباد ، دۇرنەج ئەق-
رەبى ، ئاسارۇن ھەر بىرى 10 گرام ، ھېلىپىلە كابۇلى پوستى ، ئامبىلە پوستى ،
سەكبىنەج ، مۇقەل ھەر بىرى 6 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، رۇمباد
يان ، مەستىكى ، زەفەر ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، تۇرۇپ سۈيى بىلەن خېمىر
قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ، ئۈچەيلەردىكى يەللەرنى ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : قورساق ئاغرىش ، قورساق ئېسىلىش ، يېڭىدىن پەيدا بولغان چو-
قۇق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 - 3 دانە ، بالىلارغا
ھەر قېتىمدا 2 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەببى تەنكار

تەركىبى : سەبرى سۇقۇترى 50 گرام ، قارامۇچ 40 گرام ، بەزىرۇلبەنجى 8 گرام ،
تەنكار 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، يۇغۇرۇپ ، نوقۇت چوڭ
لۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ۋە ئۈچەينى تازىلاپ يەل ماڭدۇرىدۇ . ئىشتىھانى ئاچىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ھەزىمىنى ياخشىلاش ، ئۈچەي توسالغۇسىنى ئېچىش ۋە
بوغۇم ئاغرىشنى توختىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانە



ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : 7 ياشتىن كىچىك بالىلارغا بېرىلمەيدۇ .

ھەبى كىرىت

تەركىبى : تازىلانغان گۇڭگۇرت پوقى 80 ئى . ئۆشپە (تۆمۈر دورىسى) ياكى چۆپچىنى ، ئۇشۇدۇر ، ئاقىرقەرھە ھەر بىرى 40 گرام ، سەمى ئەرەبى (ئەرەب يىلىمى) 20 گرام ، شېكەر 160 گرام .

ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، لىمۇن سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : سوغۇقتىن ، ئىسسىقتىن بولغان يەللەرنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ناسۇر (ئاقما) ، خانازىر (لىمفا تويېر كۈليوزى) ، ھەر خىل ئەزالارغا پەيدا بولغان يەلتاشما قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 5 ~ 1 ياشتىكىلەرگە 2 ~ 1 دانە ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 5 دانە ، 10 ياشتىن چوڭلارغا 10 ~ 7 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەدەدە زىرتلارنى چۈشۈرگۈچى دورا ياسالمايلىرى

سۇفۇنى مەدەدە I

تەركىبى : ئەمەن 30 گرام ، تۇرمىس ، قىزىل لوبىيا ، ئاچچىق قۇستە ھەر بىرى 21 گرام ، بەرەڭگە كابۇلى ، شىرخىشت ، تۇربۇد ، قەنبىل ھەر بىرى 15 گرام ، تاش تۇز 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەپ سۇفۇنى تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يىلانسىمان مەدەدە ، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەدەدەلىرىنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئالدى بىلەن ئۇدا 3 كۈن يېڭى سېغىلغان سۈت ئىچكەندىن كېيىن ، ئاندىن 4 - كۈنىدىن باشلاپ كۈنىگە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : دورا پۇرىقىنىڭ ناچار تەسىر پەيدا قىلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن ، مەزكۇر دورىنى ئىچكەندە بىمار بۇرىنى ئېتىپ تۇرۇپ ئىچىشى لازىم .

I سۇفۇقى مەددە

تەركىبى : بەرەڭگى كابۇلى 6 گرام ، دەرەنە تۈركى 3 گرام ، ئۇرۇقسىز گۈلە 2 دانە .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، ئەلگەپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يىلانسىمان مەددە ، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىلىرىنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر قېتىملىق تەييارلاپ بىراقلا ئىچكۈزۈلىدۇ .
ئەسكەرتىش : سۇفۇقى مەددە 1 گە ئوخشاش .

شىياقى تۇتۇ

تەركىبى : قۇرۇق ئۈزۈم ، ئاچچىق ئۆرۈك ، مېغىزى ، شاپتۇل مېغىزى ، تاتلىق قۇستە ھەر بىرى 15 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، قائىدە بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇتۇ مەددە قۇرتلىرىنى ئۆلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ مەقشەتكە كىرگۈزۈپ قويۇلىدۇ .

شىياقى مەددە

تەركىبى : شەھىمى ھەنزەل 3 گرام ، قەنبىل 1.5 گرام ، كالا ئۆتى ، كۈنجۈت يېغى



مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ كالا ئۆتى بىلەن شامچە ياساپ ، كۈنجۈت يېغىدا مايلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل مەددە قۇرتلارنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ مەد كىرگۈزۈپ قويۇلىدۇ .

مەتبۇخى ئانار تەلخ

تەركىبى : ئاچچىق ئانار يىلتىزى ۋە قوۋزىقى ھەر بىرى 15 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى بىر كېچە قايناقسۇغا چىلىغاندىن كېيىن ئەتىسى تونۇرغا سېلىپ قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەر خىل مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەردىكى ھەر خىل مەددە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ۋە ئۇسۇلى : يۇقىرىقى ئۇسۇلدا تەييارلاپ 3 كۈنگىچە ئىچىدلىنىدۇ .

مەتبۇخى بەرگى شاپتالۇ

تەركىبى : شاپتۇلىنىڭ ھۆل يوپۇرمىقى ، شاتۇت دەرەخ قوۋزىقى ھەر بىرى بىر سېقىم .

ياسىلىشى : 1 لىتر سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل مەددە قۇرتلىرىنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قاينىتىلغان دورا بىراقلا ئىچىشكە بېرىلىدۇ .





ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ .
ئەسكەرتىش : ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ .

مەتبۇخى بىخى بىيد

تەركىبى : سۆگەت يىلتىزى 30 گرام .
ياسىلىشى : 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : زەھەرسىز بولۇپ ، تۆتۈ مەددە قۇرتىنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قايناتىمىغا بىر ئاز شېكەر قوشۇپ ئاچ قورساق بىراقلا ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى پوستى ئانار

تەركىبى : ئانار پوستى 30 گرام ، تازىلانغان شور 6 گرام ، شېكەر 50 گرام .
ياسىلىشى : 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ شېكەر بىلەن قىيام قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يىلانسىمان مەددىنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىككىگە بۆلۈپ ، ئاچ قورساق ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى تۇخىمى كەدۇ

تەركىبى : كاۋا ئۇرۇقى 120 گرام .
ياسىلىشى : كاۋا ئۇرۇقى 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىققا مايىل ، زەھەرسىز .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى مەست قىلىپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قايناتما تىرىپى بىلەن ئاچ قورساققا بىر قېتىمىدىلا ئىچكۈزۈلۈپ ، 2 ~ 1 سائەتتىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردا سۈرگە ئىستېمال قىلىنىدۇ .
ئەسكەرتىش : كاۋا ساپىقى ۋە گۆشىنىڭمۇ مەددە چۈشۈرۈش ، سۈت كەلتۈرۈش تەسىرى بار .

مەتبۇخى سەرخەس مۇرەككەپ

تەركىبى : كاۋا ئۇرۇقى 30 گرام ، سەرخەس 15 گرام ، ئەينۇلا 12 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى 1 لىتر سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يىلانسىمان مەددە ، قاپاق ئۇرۇقىسىمان مەددە ، ئىلمەكلىك مەددىلەرنى ئۆلتۈرۈپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : يۇقىرىقى قايناتىمىنى ئاخشىمى ئىچىپ ، ئەتىگىنى ئاچ قورساققا 15 گرام تازىلانغان شور ئىچىش لازىم .
ئەسكەرتىش : دورا ئىچىشنىڭ ئالدى - كەينى 2 ~ 1 كۈندە مايلىق تاماق يېمەسلىك كېرەك . ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىشكە بولمايدۇ .

مەتبۇخى شاپتالۇ

تەركىبى : شاپتۇل چېچىكى 15 گرام ، شېكەر 50 گرام .
ياسىلىشى : شاپتۇل چېچىكى 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ 300 م ل قالغاندا سۈزۈپ شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەددە چۈشۈرىدۇ . چوڭ - كىچىك تەرەتنى ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئاچ قورساققا بىراقلا ئىچىلىدۇ .



ئەسكەرتىش : ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ .

مەتبۇخى مەددە

تەركىبى : سەرخەس 9 گرام ، ئانار پوستى 3 گرام .
تەسىرى : ھەر خىل مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئاچ قورساققا بىراقلا ئىچىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : ھامىلىدار ئاياللارغا بېرىلمەيدۇ !

مەئجۇنى سەرخەس

تەركىبى : تۇربۇد ، مۇقەل ھەر بىرى 6 گرام ، سەرخەس ، بەرەڭگى كابولى ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 100 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يىلانسىمان مەددە ، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئېلىپ كالا .
پۇتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى قەنبىل

تەركىبى : قەنبىل ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ، ئامىيلە پوستى ، ياغىچى ئېلىنغان ئاق سۇربۇد ، زەنجىبىل ، دەرەنە تۈركى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرى 150 گرام ، كۆپۈكى ئېلىندۇ .
بان ھەسەل 1.8 لىتر .



ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل مەددىلەرنى چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 5 ~ 1 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 2 گرام ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 4 ~ 3 گرام ، 10 ياشتىن چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 8 ~ 5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھوقنەئى پوستى ئانار

تەركىبى : ئانار پوستى 9 گرام .

ياسىلىشى : يېرىمى چىنە سۇدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : تۇتۇ مەددىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئۇخلاش ئالدىدا ھوقنە قىلىنىدۇ .

ھوقنەئى تۇتۇ مەددە

تەركىبى : شەھى ھەنزەل ، قەنتەريۇن ، تاشتۇز ، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ، ئاچ

چىق ئۆرۈك شاكىلى باراۋەر مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 1.5 لىتر سۇدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ

تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەر خىل مەددە كېسەللىكلىرىنى ، بولۇپمۇ تۇتۇ مەددە كېسەللىكىنى

داۋالاشتا ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل مەددە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قائىدە بويىچە ھوقنە قىلىنىدۇ .





I ھوقنەش مەددە

تەركىبى : بەرەڭگى كابۇلى ، دەرەنە تۈركى ، تاشتۇز ھەر بىرى 4.5 گرام ،
تۇربۇد ، شەھە ھەنزەل ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى 2 لىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ بىر ئاز
كۈنجۈت يېغى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : مەددە كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ . بولۇپمۇ قاپاق
ئۇرۇقسىمان مەددىگە تەسىرى ياخشى .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىلمان ھالدا ھوقنە قىلىنىدۇ .

I ھوقنەش مەددە

تەركىبى : ئەفسەنتىن 21 گرام سىياھدان ، قىزىل لوبىيا ، بابۇنە ھەر بىرى 15
گرام ، شاپتۇل غازىڭى بىر سىقىم .
ياسىلىشى : دورىلار 2 لىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ھەر خىل مەددىلەرنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىلمان ھالدا ئازراق كۈنجۈت يېغى بىلەن ھوقنە
قىلىنىدۇ .
ئەسكەرتىش : ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە تەبىئىيىتى بەك ئىسسىق دورىلارنى ئىش-
لىتىشكە بولمايدۇ . ئۇلارغا ئاچچىق ئانار يىلتىزى ۋە قوۋزىقى ، شاپتۇل ھۆل يوپۇرمىقى ،
شاپتۇل قوۋزىقى قاتارلىقلاردىن بىرەرسىنى قوللىنىش لازىم .





ئىششىق ياندۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى

سۇ ئۇلقۇنىيە ۋە ئىستىسقىغا ئىشلىتىدىغان دورا ياسالمىلىرى

زىمادى ئىسبەغۇل

تەركىبى : كۆكنار ، ئىسبەغۇل تەڭ مىقداردا ، گۈل يېغى ئاز مىقداردا .
ياسىلىشى : 2 خىل دورىنى قاينىتىپ ئوبدان پىشۇرۇپ ، گۈل يېغى تېمىتىپ ئىشلىتىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تىپتىكى ئىششىقلارنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

سۇفۇقى سورۇنجان ھار 1

تەركىبى : سورۇنجان 40 گرام ، سانا 28 گرام ، ئاق تۇرپۇد 20 گرام ، سېرىق ھېلىپە پوستى ، پوستىدىن ئايرىلغان بادام مېغىزى ھەر بىرى 12 گرام ، سەقمۇنىيا 4 گرام ، زەفەر 2 گرام ، قەنت ياكى شېكەر 120 گرام .
ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان مۇفاسىل ، بەل ئاغرىقلىرى ، پۇت - قول ئاغرىش ۋە ئىششىققا شىپا بولىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بالىلارغا 2~3 گرام ، چوڭلارغا 3~6 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

سۇقۇقى مۇدىر V

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، ئۇرۇقسىز زىرىق 12 گرام ، كاسنى ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، بادىيان ، رۇم بادىيان ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 6 گرام ، رەۋەن ، سۇنبۇل ، زەفەر ، ئەفسەنتىن ، مەستىكى ، لوك ھەر بىرى 3 گرام ، شېكەر 100 گرام .

ياسىلىشى : سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 100 گرام شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : سۈيدۈك ماڭدۇرۇپ ، جىگەر ۋە بۆرەك ئىششىقنى قايتۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ۋە بۆرەك كېسەللىكلىرىدە سۈيدۈك ھەيدەش ۋە ئىششىقنى قايتۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سىركەنجىنى بۇزۇرى بارىد

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، كاسنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 50 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى 3 گرام ، سىركە 60 م ل ، قەنت 300 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 2 لىتىر سۇغا چىلاپ ، 12 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، سىركە بىلەن قەنتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ . سەپرادىن بولغان ئىستىسقا ۋە يۇقىرى قىزىتمىلىق تەبىئىي قايتۇرىدۇ . سۈيدۈك ماڭدۇرىدۇ . بەل ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلار ھەر قېتىمدا 100 م ل ،



باللارغا ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

سرکەنجىبىنى مازەرىون

تەركىبى : پىياز ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، كاسىنى ئۇرۇقى ھەر بىرى 250 گرام ، چىگىسەي ئۇرۇقى 60 گرام ، تەرخەمەك سۈيى 660 م ل .
ياسىلىشى : ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ سرکەنجىگە بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قال خىچە قاينىتىپ قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ .
تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان ئىستىقىغا شىپا بولىدۇ .
سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

سرکەنجىبىنى ئوردان

تەركىبى : ئارپا بادىيان ، بادىيان يىلتىزى پوستى ، بىخ كەبىر پوستى ، رۇمبادىيان ، كاسىنى ئۇرۇقى ، كاسىنى يىلتىزى پوستى ، زۇفا ، ئوردان ، غافەس ، ئەف سەنتىن ھەر بىرى 30 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، چىگىسەي يىلتىزى ، جىگدە ، سۈنبۇل ، ئاسارۇن ھەر بىرى 20 گرام ، سرکە 100 م ل ، قەنت 500 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ ، سوقۇلمايدىغانلىرىنى بىرلىكتە 2 لىتىر سۇغا چىلاپ ، قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سىقىپ سۈزۈپ ، ئاندىن سۈزۈلمىسىگە سرکە بىلەن قەنتنى سېلىپ قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسرى : جىگەردىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ . ئىششىق ياندۇرىدۇ . مېگە ، يۈرەك ، ئۆپكەنى ياخشىلايدۇ . جىگەر خىزمىتى بۇزۇلغاندىن بولغان ئىستىقانى قايتۇرىدۇ . جىگەر ۋە تالنىڭ قېتىۋېلىشىنى يۇمشىتىدۇ . توسالغۇلارنى ئېچىپ سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، تالدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ۋە ئىششىق قايتۇرۇش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ، باللارغا



ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

سرکەنجىبىن ئۇسۇلى ۋە بۇزۇرى

تەركىبى : كاسنى ئۇرۇقى 30 گرام ، بادىيان ، رۇمبادىيان ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، چىڭسەي يىلتىزى ، بادىيان يىلتىزى ھەر بىرى 15 گرام ، كاسنى ئۇرۇقى 30 گرام ، سرکە 100 م ل ، قەنت 500 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇغا چىلاپ ، 12 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سىقىپ ، سۈزۈپ ، قەنت ۋە سرکەنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، تالدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ، ئىششىق ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 100 م ل ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى مازەرىيۇن

تەركىبى : كاسنى ئۇرۇقى 30 گرام ، قىزىلگۈل ، تەرخەمەك مېغىزى ھەر بىرى 8 گرام ، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن مازەرىيۇن ، غارىقۇن ، غافەس ھەر بىرى 4 گرام .
ياسىلىشى : ھەب تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە 6 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان ئىستىسقا ئىزىقىنى يوقىتىدۇ . سېرىق سۇلارنى تازىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سرکەنجىبىن بىلەن 1 دانىدىن يېيىلىدۇ .

قۇرسى ئىستىسقا

تەركىبى : ئەفسەنتىن ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، ئاسارۇن ، رۇمبادىيان ، غارىقۇن تەڭ مىقداردا .





ياسىلىشى : قۇرس تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئىستىسقىلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەق-
 سەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەتبۇخى مۇستەسقى

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، تەمىرى ھىندى ھەر بىرى 30 گرام ، ھېلىيلە كابۇلى
 پوستى ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ھەر بىرى 21 گرام ، شاھتەررە ، فۇنۇس ، خىيار شەنبەر
 ھەر بىرى 15 گرام ، چىلان 10 دانە ، رۇمبادىيان ، ئاسارۇن ، غافەس ، ئىزخىر ، سۇنبۇل ،
 ئەفسەنتىن ھەر بىرى 9 گرام .
 ياسىلىشى : مەتبۇخ تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : جىگەر ياكى تالدىن بولغان ئىستىسقىلارغا شىپا بولىدۇ ، توسالغۇلارنى
 ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 گرامدىن ئىيارەج پەيقەرا ، غارىقۇنلارنى ئېلىپ
 سىركەنجىمىن بىلەن يەپ ، ئارقىدىن مەزكۇر مەتبۇختىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى ئىرتىنسا

تەركىبى : كامازىرىيۇس ، كاماپتۇس ، ياۋا سامساق ھەر بىرى 250 گرام ، فەراس-
 يون (تاغ كۈدە ئۇرۇقى) ، چاڭگاڭ (جۆندە) ھەر بىرى 90 گرام ، غارىقۇن ، ئاسارۇن ،
 ئىگىر ، قىرەدەمەنا ، سوزاپ ئۇرۇقى ، پەرفىيۇن ، ئوغرى تىكەن ھەر بىرى 21 گرام ، ئۇ-
 زۇنچاق زىراۋەندە ، ئىرتىنسا ، جۈۋىنە ، قەلەمقۇر ھەر بىرى 12 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
 تەسىرى : ئاشقازان ئاغرىقى ، جىگەر ، بوغۇم ، تال كېسەللىكلىرىگە ياخشى ئۈنۈم
 بېرىدۇ .

ھۆللۈكتىن ۋە ئاشقازاندىن بولغان ئىستىسقىغا شىپا بولىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قايناقسۇ بىلەن كۈندە 3 گرام يېيىلىدۇ . 6 ئاي





تۇرغۇزۇپ ئاندىن ئىستېمال قىلىنسا تېخىمۇ ياخشى .

مەشجۇنى دەمىدەلۈمرد ■

تەركىبى : سۈنبۇل ، مەستىكى ، زىغىر ، تاباشىر ، دارىچىنى ، ئىزخىر ، ئاسارۇن ، قۇستە شېرىن ، غافەس ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، ئوردان ، يۇيۇلغان لوك ، كاسىنى ئۇرۇقى ، چىڭگەي ئۇرۇقى ، زىراۋەند ، ھەببى بىلسان ، ئۇد غەرقى ھەر بىرى 4 گرام ، قىزىلگۈل ھەممە دورىلار ۋەزىندە .

ياسىلىشى : ھەممە دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 3 ھەسسە ھەسەلنى قىيام قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىش ، باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىش ۋە مەيدە ئاجىزلىقىنى كەلتۈرۈش ، جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش ، ئىششىقنى تارقىتىش ، مۇدۈرلەرنى يوقىتىش ، مېڭىگە بۇس ئۆرلەشنى توسۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىستىسقا ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 4~7 گرام يېيىلىدۇ .

مەشجۇنى زەفەر

تەركىبى : زەفەر 35 گرام ، سۈنبۇل 20 گرام ، ئاسارۇن ، دۇقۇ ، رۇمبادىيان ، تاغ قارا زىرىسى ، رەۋەن ، مۇرمەككى ھەر بىرى 12 گرام ، رۇبۇسۇس ، جوتدە ، مەستىكى ، غافەس ھەر بىرى 10 گرام ، قېلىن دارىچىنى ، قۇستە ، ئىزخىر ، ھەببى بىلسان ، ئوردان ھەر بىرى 3 گرام ، بىلسان يېغى 15 م ل ، ھەسەل 600 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بىلسان يېغى بىلەن ياغلاپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلدە يۇغۇرۇپ ، 40 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ . يەل تارقىتىدۇ ، چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ، جىگەر ۋە تالنىڭ ئىششىقىدىن بولغان





يۈز ، قول ، پۇت ئىششىقىنى ياندۇرۇش ، بۆرەك ئاغرىشىنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلار ھەر قېتىمدا 2 گرام ، بالىلارغا ھەر قېتىمدا 0.5 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

مەئجۇنى كەلكىلانەج

تەركىبى : يۇيۇلغان لوك ، سۇنبۇل ، قىزىلگۈل ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ، تاغ چىڭ سەي ئۇرۇقى ، ئوردان ، رەۋەن ، ھىندى تۈزى ، سەۋسەن گۈلى ، غارىقۇن 18 گرام ، كامازىريۇس ، قارا زىرە ، سىياسالىيوس ، ئۈزۈنچاق زىراۋەند ، ئاسارۇن ، ئۇد بىلسان ، مەستىكى ، جىنتىيانا ، ئاقلانغان بەرەڭگى كابۇلى ، قېلىن دارىچىنى ھەر بىرى 12 گرام ، زەنجىبىل ، ھەشقىپچەك ئۇرۇقى ، لېچىندانە ، قەلەمقۇر ، گۈلدارىچىن ، قارامۇچ ، فىلىفىل ، نەمەكى ئەندەرانى ، نەمەكى نىقتى ، قۇرۇق يۇمىاقسۇت ، غافەس ئۇسارىسى ، ئەفسەنتىن ، سەئىدى كوفى ، ئىزخىر ھەر بىرى 15 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، سەرمۇق ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 30 گرام ، قۇستە ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئىگىر ، رۇمىادىيان 9 گرام ، تۇربۇد 470 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 280 گرام ، قارا ھېلىيلە ، بېلىلىلە پوستى 45 گرام ، ئامىيلە 810 ، تەمرى ھىندى 150 گرام ، فۇنۇس ، خىيارشەنبەر 280 گرام ، قەنت 1.2 كىلوگرام ، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن مازەريون 60 گرام ، بادام يېغى 40 م ل ، سۇ 280 م ل ، كۈنجۈت يېغى 60 م ل .

ياسىلىشى : لوكتىن تۇربۇدقىچە بولغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ . قارا ھېلىلىدىن تەمرى ھىندىگىچە بولغان دورىلارنى ئۈزۈم بىلەن قوشۇپ 7 لىتر سۇدا $\frac{1}{4}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، فۇنۇس ، خىيارشەنبەرلەرنى سېلىپ ھىجىپ تەمىنى چىقىرىپ يەنە سۈزۈپ مەزكۇر سۇغا قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ . مازەريون ۋە بادام ياغلىرىنى 280 م ل سۇدا سۈيى تۈگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ قالغان قىسمىنى كۈنجۈت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ، دورىلار تالقىنىنى سېلىپ ياغلىنىدۇ . ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ ئاخىرىدا قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەر خىل ئىستىسقا ، جىگەر ، تال كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : ئىستىسقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : تۆگە سۈتى ياكى شوخلا سۈيى ياكى مائۇلجىپىن بىلەن كۈندە ئىككىگە بۆلۈپ 12 ~ 15 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى مازەريون

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن مازەريون ، تۇربۇد ، سېرىق ھېلىيە پوستى ھەر بىرى 30 گرام ، قارامۇچ 15 گرام ، ئامىيە ، زەنجىبىل ھەر بىرى 12 گرام ، ھېلىيە كابۇلى پوستى 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىستىسقا زىققىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : تۆگە سۈتى بىلەن 3 گرام ئىستېمال قىلىدۇرۇلىدۇ . تۆگە سۈتى تېپىلسا 9 گرامدىن بېرىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : ئىستىسقا لەھمى ۋە ھارارەتلىك ئىستىسقىلارغا قەتئىي بېرىشكە بولمايدۇ !

مەئجۇنى ھېلىيە

تەركىبى : سېرىق ھېلىيە پوستى ، تۇربۇد ھەر بىرى 30 گرام ، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن مازەريون 23 گرام ، قارامۇچ 15 گرام ، ئامىيە ، زەنجىبىل ھەر بىرى 12 گرام ، ھېلىيە پوستى 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : تەييارلاش ئۇسۇلىدا ياسىلىدۇ .

تەسىرى : بەدەندىكى زەردابىلارنى ھەيدەپ ئىستىسقا زىققىغا شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىستىسقا زىققىغا شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





مەلۇماتى ئىستەمخۇن

تەركىبى : قۇستە ، ھۇماما ، مۇرمەككى ، سۇنبۇل ، قېلىن دارىچىنى ، مەستىكى ھەر بىرى 36 گرام ، ئۈزۈنچاق زىراۋەند ، قارامۇچ ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ، جوۋىنە ، زىرە ، تاغ سەۋزە ئۇرۇقى ، تاغ چىڭسەي ئۇرۇقى ، ھىڭ ، ئا. سارۇن ، كاشىم ، ئەفسەنتىن ، پىننە ، يالىپۇز ھەر بىرى 12 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : تەييارلاش ئۇسۇلى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : بۇزۇلغان مىزاجنى ، بولۇپمۇ بەلغەمدىن بۇزۇلغان مىزاجنى ئوڭشايدۇ ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ئاشقازان ئاغرىقى ، جىگەر ئاجىزلىقى ، ئىستىسقا قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىستىسقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6~12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى ئەفسەنتىن

تەركىبى : ئەفسەنتىن ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، يۇيۇلغان لوك ، مەستىكى ، زە-
ۋەر ، رەۋەن ، رۇمبادىيان ، شاھتەررە ، سەبىرى ، مارجان شوخلا ھەر بىرى 10 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، مارجان شوخلىنىڭ
يۈزىدە يۇغۇرۇپ ھەب ياسىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئاچىدۇ . قان تازىلايدۇ . تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ جى-
لەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ . سوغۇقتىن بولغان جىگەر ئىششىقىنى تارقىتىدۇ . ئىستىسقانى
ئەيتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، تال كېسەللىكلىرى ۋە ئىستىسقىنى داۋالاش ، ئىششىق قاي-
بۇرۇش ، توسالغۇنى ئېچىش ، چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش مەقسەتلىرىدە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 7 دانە ، يا-
مىلارغا ھەر قېتىمدا 3 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .





ھەبىي غارىقۇن I

تەركىبى : غارىقۇن ، ئەفتىمۇن ، سەبرى سۇقۇتلىرى ھەر بىرى 15 گرام ، تاغ قارا زىرىسى ، تاغ سەۋزە ئۇرۇقى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، سەقمۇنىيا 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش ، ئىششىقنى قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر توسالغۇسىنى ئېچىش ، ئۆپكەننىڭ ھاۋا يوللىرىدىكى خەپ رۇكنى تازىلاش ، يۆتەل توختىتىش ، ئىششىقنى قايتۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 7 دانە ، بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانە يېگۈزۈلىدۇ .

ماشراغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

زىمادى ئاق لەيلى گۈلى

تەركىبى : ئاق لەيلى گۈلى مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : سوقۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ياللۇغ قايتۇرۇش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ماشرا كېسەللىكىدە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا باشقا تاڭمىدۇ .



زىمادى ماشرا

تەركىبى : ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ھەر بىرى 10 گرام .
ياسىلىشى : سەندەللەرنى كاسىنى ۋە ھۆل يۇمىاقسۇت سۈيىگە ياكى سېمىز ئوت
سۈيىگە سۈرۈپ ، ئۇنىڭغا مارجان شوخلا سۈيى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ياللۇغ ۋە ئىششىق قايتۇرۇش ، ئاغرىق توختىتىش ، سەپرا ۋە قاننىڭ
تېزلىكىنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ماشرا (تىلما) كېسەللىكىدە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا
چىپىلىدۇ .

شەرىتى كاھۇ

تەركىبى : بېھى ئۇرۇقى ، قارا سونا ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى
21 گرام ، نىيلۇفەر 18 گرام ، شېكەر 40 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، شېكەر سېلىپ
ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سەپرا ۋە قاننىڭ تېزلىكىنى ياندۇرۇش ، قىزىتما پەسەيتىش تەسىرىگە
ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ماشرا (تىلما) كېسەللىكىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇق ئىچىدە
لىنىدۇ .
ئەسكەرتىش : بۇ دورا شەرىتى مۇنزىجىدىن كېيىن بېرىلىدۇ .



شەرىپى مۇنزىج

تەركىبى : تەرەنجىبىن 60 گرام ، گۈلبىنەفشە ، نىيلۇفەر ، قىزىلگۈل ، كاسىنى يىلتىزى ھەر بىرى 18 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى 9 گرام ، چىلان 7 دانە .
 ياسىلىشى : دورىلارنى 1 لىتر قايناقسۇدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، تەرەنجىبىننى 100 م ل قايناقسۇدا 10 مىنۇت چىلاپ دۈملەپ سۈزۈپ ، 1 لىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈلگەن دورىلار سۈيى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ . ئىچكى - تاشقى ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ . نورمالسىز ماددىلارنى تارقىتىدۇ . قان تازىلايدۇ . چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدۇ ، سەپرانى پەسەيتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ماشرا (تىلما) كېسەللىكىدە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچىلىدۇ .
 دىققەت قىلىدىغان ئىشلار : قىزىتمىسى يۇقىرى بولغان بىمارلارغا بېرىش توغرا كەلسە ياسالما 100 م ل سىرگە قوشۇلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : ماشرا كېسەللىكىنى داۋالاشتىكى دەسلەپكى دورا سۈپىتىدە بېرىلىدۇ .

شەرىپى ئۇنىاب II

تەركىبى : چىلان 300 گرام ، شېكەر 500 گرام .
 ياسىلىشى : 1.5 لىتر سۇ بىلەن 1 لىتر قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ئۈستىگە شېكەر سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : قان تازىلاش ، قان تېزلىكىنى پەسەيتىش ، نورمالسىز خىلىتلارنى پىشۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : قان ۋە سەپرانىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان ماشراغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .



شەرىپى ئۇنىۋېرسىتېتى IV

تەركىبى : چىلان 500 گرام ، پوستى ئايرىلغان ماش 30 گرام ، يۇمىلاقسۇت ئۇ.
رۇقى 100 گرام ، كاسنى يىلتىزى 30 گرام ، سىركە 600 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 2 لىتر سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ
سۈزۈپ ، 500 گرام شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : قان تازىلاش ، قان تېزلىكىنى پەسەيتىش ، قويۇق خىلىتلارنى يېتىلدۈرۈش ، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ماشرا كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل
ئىچىلىدۇ .

لۇئىس ئىسبەغۇل

تەركىبى : ئىسبەغۇل مۇۋاپىق مىقداردا ،
ياسىلىشى : بىر پىيالە قايناقسۇغا چىلاپ شىرىسى ئېلىنىدۇ .
تەسىرى : قاننى جانلاندۇرۇش ، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ماشرا كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : باشقا چېپىلىدۇ .

مەتبۇخى مارجان شوخلا

تەركىبى : مارجان شوخلا مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : ھۆل مارجان شوخلىنى سىقىپ سۈيى ئېلىنىدۇ . دورا قۇرۇق بولسا ،
دەسلەپ چىلاپ ئاندىن قاينىتىپ سۈزۈپ ئېلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .



تەسىرى : ئىسسىق قايتۇرۇپ زەھەر تارقىتىدۇ ، ئىششىق يالىدۇرىدۇ ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ، يۆتەل پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ماشرا ، سەينەك ، غەلۋىرەك ، گال ئاغرىش ، تولغاق ، بۆرەك تېلىپ ئاغرىش ، ئۇرۇلۇش ، سوقۇلۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : پۈتۈن ئۆسۈملۈكى ياكى مېۋىسىنى قاينىتىپ ئىچىلىدۇ ياكى تاشقى جەھەتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

مەتبۇخى ھېلىلە II

تەركىبى : تەرەنجىبىن 100 گرام ، سەرپىستان 20 دانە ، سېرىق ھېلىلە پوستى 18 گرام ، قارا ئۆرۈك ياكى ئەينۇلا 15 دانە ، سانا ، شاھتەرە ھەر بىرى 10 گرام ، چىلان 9 دانە ، كاسىنى ئۇرۇقى 6 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 1 لىتر سۇ بىلەن قاينىتىپ ئۇنىڭغا ئايرىم - ئايرىم چىلانغان تەرەنجىبىن ۋە سانانىڭ شىرىسىنى ئېلىپ قوشۇلىدۇ .
تەسىرى : سەپرانى پەسەيتىپ قان تازىلايدۇ . توسالغۇنى ئېچىپ ئىششىق قايتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ماشرا (تىلما) كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا يېرىم پىيالە ئىچىدۇ .
ئەسكەرتىش : بۇ ياسالما ماشرانى داۋالاشتىكى 3 - باسقۇچلۇق دورا سۈپىتىدە بېرىلىدۇ .





ھەرىكەت ئەزالىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

بەل ، غول ، يانپاش ئاغرىشلارغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

داۋالى ئىرقۇنىسا

تەركىبى : ئەنزۇرۇت ، سورۇنجان ھەر بىرى 6 گرام ، جويۇز يېغى ، قارا سونا سۈيى ھەر بىرى 120 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ مەزكۇر سۇيۇقلۇقلارغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يانپاش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈلىدۇ .

رەۋغىنى خېنە

تەركىبى : خېنە ھۆل ياپرىقى ، خېنە چېچىكى ھەر بىرى 12 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ سىقىپ سۈيىنى ئېلىپ ، يېرىمىغىچە كېلىدىغان كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ، سۇ قىسمى پارلىنىپ ياغ قىسمى قالىغىچە قايىنىتىپ يېغى تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : يانپاش ئاغرىقى ۋە تۈرلۈك بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ . چاچ - ساقالنى قارايتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : تۈرلۈك چوڭ - كىچىك بوغۇم ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن ياغلىنىدۇ .

رەۋغىنى دىيلى

تەركىبى : سۆگەت گۈلى ياپرىقى 120 گرام ، زەيتۇن يېغى 280 گرام .
ياسىلىشى : سۆگەت گۈلى ياپرىقىنى سوقۇپ سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ ، زەيتۇن
يېغى بىلەن قاينىتىپ خاس يېغى قالغاندا تەييار بولىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوزۇلما خاراكتېرلىك بەل ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئۇخلاشتىن ئىلگىرى سىرتتىن يەرلىك ئو-
رۇنغا سۈرۈپ ئەتىسى يۇيۇۋېتىلىدۇ .

زىمەدى ئىرقۇنەسا

تەركىبى : كەپە يىلتىزى پوستى ، تاغ پىننىسى ، ئاقىرقەرەھە بىرى 6 گرام ،
ئەگرى سۇناي شىرىسى ، ھەببۇلغار ھەر بىرى 3 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يانپاش ئاغرىقى (ئىرقۇنەسا) غا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەسەل سۈيى بىلەن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلى-
دۇ .

سىركەنجىبىن تەرياقى

تەركىبى : تۇز 250 گرام ، ئاچچىق سىركە 1.8 لىتر ، ھەسەل 1.2 لىتر ،
سۇ 250 م ل .
ياسىلىشى : ھەممە دورا ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ قىيام قىلىنىدۇ .
تەسىرى : زەھەرلىك ھاساراتلار زەھىرىنى قايتۇرىدۇ . يانپاش ئاغرىش ھەمدە





سەرئىگە مەلەپەئەت قىلىدۇ.

ئىشلىتىلىشى : يانپاش ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچكۈزۈ-لىدۇ .

شەرىپىتى بىخ كەبىر مۇرەككەپ

تەركىبى : چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، بادىيان يىلتىزى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى 15 گرام ، ھەسەل 50 م ل .

ياسىلىشى : چالا سوقۇلغان دورىلارنى 2 لىتر سۇغا چىلاپ ، 6 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، ئۇنى يەنە قازانغا قويۇپ سەھەلنى قويۇپ بىر ئۆرلىتىپلا تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۈك ھەيدەش ، يەللەرنى تارقىتىش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، قان تازىلاش ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : غول ۋە ئىككى بىلەكتىكى يۆتكىلىپ ئاغرىش كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100~500 م ل ئىچىلىدۇ .

مائۇلئۇسۇل نىقرەس

تەركىبى : چىڭسەي يىلتىزى ، بادىيان يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 30 گرام ، بىخ كەبىر پوستى ، پوستى ھەنزەل ، قەنتەريۇن ، شەترەنجى ھىندى ، جوۋىنە ، رۇمبادىيان ، بەھمەن ، سورۇنجان ، ماھى زەھەرەج ، ئىنەك پىتى يېغى 15 م ل ، ھەر بىرى 16 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنىڭ ھەممىسىنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇغا 10 سائەت چىلاپ ، يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : نەقرەس ۋە كاسا ئاغرىشنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .





ئىشلىتىلىشى : قول ، پۇتنىڭ ئۇششاق بوغۇملىرىغا چۈشكەن ئىششىق ۋە كاسا ساھەسىگە چۈشكەن ئىششىقنى تارقىتىش ھەمدە يەلنى ، بۇزۇق خىلىتلارنى قوزغاپ تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ئېلىپ ئىنەك پىتى يېغىدىن بىر تامچە ئېمىتىپ ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى بۇخار

تەركىبى : فۇنۇس ، تەرەنجىبىن ھەر بىرى 50 گرام ، سانا 20 گرام ، ھارجان شوخلا 15 گرام ، بىنەفشە ، نىلۇفەر ، كاسىنى ئۇرۇقى ، ئاقلانغان بىخۇس ھەر بىرى 10 گرام ، تۇربۇد 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇغا يېرىم كۈن چىلاپ ، يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، ئۇنىڭغا فۇنۇس ، تەرەنجىبىن چىلانمىسىنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ قويۇق يەللەرنى تارقىتىپ ، ئىششىق قايتۇرۇش ، ئارام بېرىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئېغىزما ، بەل - پۇتلارنىڭ يەللىك ئاغرىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا يېرىم پىيالىدىن ئىچىلىدۇ ھەمدە 3 كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .

مەتبۇخى مۇنزىج

تەركىبى : ئەنجۈر 30 گرام ، بادىيان يىلتىزى ، كاسىنى يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، كۆك ئۈزۈم ، سەرپىستان ھەر بىرى 10 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، بادىيان ، پىرسياۋشان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، سورۇنجان ھەر بىرى 6 گرام ، گۈلقەنت 30 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 15 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ





يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ سۈزۈلمىگە گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : تىز بوغۇمغا چۈشكەن يەلنى تارقىتىدۇ . پۇتقا يۇقىرىدىن چۈشكەن
 بۇزۇق خىلىتلارنى يۇمشىتىپ يېتىلدۈرىدۇ . ئاغرىق پەسەيتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : تىز بوغۇم ئاغرىقلىرىدا بۇزۇق خىلىتنى پىشۇرۇش مەقسىتىدە
 ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ئىچىلىدۇ .

مۇنزىجى ئېغىزمان

تەركىبى : ئەنجۈر ، ئۈزۈم ھەر بىرى 20 گرام ، بادىيان يىلتىزى پوستى ،
 كاسىنى يىلتىزى پوستى ، سورۇنجان ، مارجان شوخلا ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 6
 گرام ، بەسفائىج ، ئىزخىر 3 گرام ، گۈلقەنت 30 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 1.5 لىتر سۇدا 3 سائەت چىلاپ ، قاينىتىپ ،
 يېرىمى قالغاندا سىقىپ سۈزۈلمىگە گۈلقەنت سېلىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مۈرە ، غولنىڭ ئاغرىشىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
 ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 پىيالە
 ئىچكۈزۈلىدۇ .

مۇنزىجى ئىرقۇنەسا

تەركىبى : چىلان 15 گرام ، مارجان شوخلا 10 گرام ، سوزاپ ئۇرۇقى 6 گرام ،
 تەرەنجىبىن شىرىسى 30 م ل .
 ياسىلىشى : 3 خىل دورىنى مۇۋاپىق سۇ بىلەن چەينەكتە دەملەپ ئوتتا
 ئۆزلىگەندىن كېيىن تەرەنجىبىن دەملىمىسى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .





تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىككى بىلەننىڭ بوغۇملىرى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىغا چۈشۈۋالغان ئاغرىتقۇچى قويۇق يەلنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىمغا بۆلۈپ ئىچىلىدۇ ھەمدە بۇ 3 كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .

I ھېبى سورۇنجان

تەركىبى : سېرىق ھېلىيە پوستى ، سەبرى سۇقوترى ، سورۇنجان قاتارلىقلار .
نىڭ ھەر بىرى 20 گرام ، سانا ، مەستىكى رۇمى ، زەفەر قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرى 4 گرام ، ئاقلىغان تاتلىق بادام 32 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئەرنى باديان بىلەن خېمىر قىلىپ 0.2 گراملىق كۈھەب تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، بوغۇملارنىڭ ئىششىقنى ياندۇرۇش ، قول - پۇت ئېغىرلىقىنى قالدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : مۇفاسىل ، يانپاش ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 5 ياشتىن كىچىكلەرگە 2 ~ 1 دانە ، 10 ~ 5 ياشتىكىلەر 4 ~ 2 دانە ، 10 ياشتىن چوڭلارغا 10 ~ 7 دانە يېتىشتىن بۇرۇن ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھېبى مەنتىن كەبىر

تەركىبى : سەكبىنەج ، ئوشەق ، جاۋاشىر ، مۇقەل ، سەبرى ، شەھى ھەنزەل ، تۇربۇد ، ئەنزۇرۇت ، سېرىق ھېلىيە پوستى تەڭ مىقداردا .





ياسىلىشى : كۈدە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : فالەج ، لەقۇا ، قۇلۇنجى ، مۇفاسىل ، نىقرىسقا شىپا بولىدۇ . قويۇق
 يەللەرنى تارقىتىدۇ . سوغۇقتىن بولغان بەل ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ . ھەيزنى
 راۋانلاشتۇرىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر ئاخشىمى 10 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي مۇخرىج I

تەركىبى : سورۇنجان ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ، شەھىمى ھەنزەل ، مۇقەل ،
 تۇربۇد ھەر بىرى 10 گرام .
 ياسىلىشى : سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : سۈرۈش كۈچى ئارقىلىق تىز بوغۇمىدىكى بۇزۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : بۇزۇق خىلىتتىن بولغان تىز بوغۇم ئاغرىقلىرىدا خىلىت
 پىشۇرغۇچى قايناتىدىن كېيىن سۈرۈپ تازىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئاخشىمى قايناقسۇ بىلەن 3 گرام ئىچىلىدۇ .

ھەبىي ئىرقۇننىسا ھار

تەركىبى : تۇربۇد 5 گرام ، شەھىمى ھەنزەل ، مۇقەل ھەر بىرى 2 گرام .
 ياسىلىشى : ھەب ياساش ئۇسۇلىدا ھەب ياسىلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان يانپاش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ،
 ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 1 قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىنىدۇ .





بوغۇم ۋە سۆڭەك ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

پاشۇيەنى بوغۇم

تەركىبى : سوزاپ ، چىڭسەي يىلتىزى ، بوزىدان ، خوڭا ، قامقاق ، بابۇنە ، ئىككىلىمەلىك ، تاغ رەيھانى ، زاراڭزا سوقۇلمىسى ھەر بىرى 30 گرام ، سورۇنجان 10 گرام ، بادام يېغى ، گۈل يېغى ھەر بىرى 10 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى 6 لىتر سۇ بىلەن 5 لىتر قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، يەل تارقىتىش ، ئىششىق قايتۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : تىز ئىششىق ۋە ئۇنىڭ يەلدىن بولغان ئاغرىقنى ياندۇرۇش ، قول ۋە بىلەك بوغۇمىنىڭ ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : تەييارلانغان دورا قايناتمىسىنى داسقا تۆكۈپ قىزىق پېتى تىز ، قول ۋە بىلەك ساھەلىرى يۇيۇلىدۇ .

جەۋارش تەمرى

تەركىبى : سوزاپ ياپرىقى 32 گرام ، بادام مېغىزى ، ئۇرۇقى ئېلىنغان خورما ھەر بىرى 30 گرام ، سەقمۇنىيا 15 گرام ، زىرە ، توغرىغۇ ، فەترىسالىيۇن ، زەنجىبىل ، ئاقمۇچ ھەر بىرى 8 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : جەۋارش ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ، قۇلۇنچىنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گرام ئىستېمال





قىلىنىدۇ .

جەۋارش ھىندى

تەركىبى : تۇربۇد 300 گرام ، سەقمۇنىيا 30 گرام ، لېچىندانە ، دارىچىنى ، زەنجىبىل ، گۈلدارىچىنى ، نارىشكى ، قەلەمفۇر ، قارامۇچ ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : جەۋارش تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ياسىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلۇنجى ، مۇپاسىل ، بەل ئاغرىش ، نىقرەس (كىچىك بوغۇملار ياللۇغى) لەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى نىقرىس

تەركىبى : كاما زىريۇس ، زىراۋەند ، جىنتىيانا ، ئوردان ، دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى) ، سەۋزە ئۇرۇقى ، فەتىر سالىيۇن (تاغ چىڭسەي ئۇرۇقى) ، سوزاپ ياپرىقى ، پىمىنە ، شەترەنجى ھىندى ، ئاسارۇن ، جوۋىنە ، قارىغاي مېۋىسى تەڭ مىقداردا ، ھەسەل مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش قائىدىسى بويىچە ياسىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوغۇم ياللۇقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

رەۋغىنى ئىفرەب

تەركىبى : چاپان 100 دانە ، بادام ياكى كۈنجۈت ياكى زەيتۇن يېغى 3 لىتر .





ياسىلىشى : چاياننى شىشىگە سېلىپ ، ئۈستىگە ياغنى قويۇپ ، 40 كۈن تومۇزنىڭ ئاپتېپىدا تۇرغۇزغاندىن كېيىن چاياننى سۈزۈپ سىقىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، يەيلەرنى چىگىتىش ، سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى پارچىلاش ، گاسلىقنى ئېچىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان لەقۋا ، پالەچ ، مۇپاسىل ، بەرەس ، گاسلار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ سىرتتىن سۈرۈلىدۇ ياكى تېمىتىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : چايان يېڭى ئۇۋىسىدىن چىققان تىرىك چايان بولۇشى كېرەك .
ئەگەر ئىككى - ئۈچ دانىلا تېپىلسا ، 30 م ل ياغ بىلەن تەييارلىنىمۇ بولىدۇ .

رەۋغىنى بەيزە

تەركىبى : تۇخۇم سېرىقى 30 دانە ، تۆمۈر كېپىكى (ئىكەكلەنمىسى) ،
ھەببۇلئاس ياپرىقى ھەر بىرى 30 گرام ، زەيتۇن يېغى 750 م ل ، پۈتۈن قوغۇن بىر دانە .
ياسىلىشى : تۇخۇم سېرىقى ۋە باشقا دورىلار تالقىنىنى ياخشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
قوغۇننىڭ بىر تەرىپىدىن كىچىك تۆشۈك ئېچىپ ئىچىدىكى ئۇرۇقنى ئېلىۋېتىپ
يۇقىرىقى دورىلار بىرلەشمىسى قاچىلىغاندىن كېيىن ئاغزىنى مەھكەم ئېتىپ ، ئۈستىدىن
گىلى ھېكمەت قىلىپ بىر سوتكا ئەتراپىدا تونۇر قوقسىغا كۆمۈلىدۇ . ئۇندىن كېيىن
ئۇنى ئېلىپ تۆشۈكنى ئېچىپ ئۇزۇنغىچە قوچۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەق
سەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا
سۈرۈلىدۇ .

رەۋغىنى دۈب

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : مەلۇم مىقداردىكى ئېيىقنىڭ يېغىنى ئېلىپ ئاپتاپتا ياكى





قازاندا ئېرىتىپ چىگىرتىكىنى ئايرىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : بېغىش ئاغرىقلىرى ۋە پەي تارتىشىشلارنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كونا مۇپاسىل ئاغرىقلىرى ۋە پەي تارتىشىپ قالغان كېسەللەرگە

ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا

سۈرۈلىدۇ .

رەۋغنى سورۇنجان

تەركىبى : سورۇنجان 30 گرام ، قەسبۇزەرىرە 15 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلىنغاندىن كېيىن $\frac{1}{3}$ قىسمى

قالغىچە قاينىتىلىدۇ . سىقىپ سۈزۈپ مەلۇم مىقداردا ھۆل چىگىسەي سۈيى ۋە 90 م ل زەپ-
تۇن يېغى قوشۇپ سۈيى كېتىپ يېغى قالغىچە يەنە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە سۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا

سۈرۈلىدۇ .

رەۋغنى قەلەمفۇر

تەركىبى : قەلەمفۇر 280 گرام ، تۇز 24 گرام ، سۇ 1.6 لىتر .

ياسىلىشى : قەلەمفۇرنى سۇغا چىلاپ ئۈستىگە تۇز قوشۇپ ئوتقا قويۇش ياكى ئات

قىغىغا بىر مەزگىل كۆمۈش ئارقىلىق خېمىردەك ھالەتكە كەلتۈرۈلىدۇ . ئاندىن پار
قازىنىدا پارلاندۇرۇپ تامچىلىتىپ ئېلىنغان سۇيۇقلۇق ئۈستىدىكى يېغى يىغىۋېلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : روھنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، جاراھەتلەردىكى گۆشلەرنى

ئۈندۈرىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان جىگەر كېسىلى ، ئاشقازان ، ئۈچەي ، يۈرەك ، مېگە ، چىش كېسەللىكلىرى ، كۆز ئاجىزلىقى ، پەتەق ، رېماتىزم ھەمدە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچىشكە ياكى سىرتىدىن ياغلاشقا بۇيرۇلىدۇ . كۆزى ئاجىزلارغا ئاز مىقداردا ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ . قالغان كېسەللىكلەردە ئاغرىغان يەرنى ياغلاشقا بۇيرۇلىدۇ .

ئەسكەرتىش : قەلەمفۇر يېغىنىنىڭ كۈچى بىلسان يېغىدىن ئاجىزراق . لېكىن بىلەن سان يېغى تېپىلمىسا قەلەمفۇر يېغى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ .

رەۋغنى قودا

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : قودا دېگەن قۇشنىڭ يېغىنى ئاپتاپتا ياكى ئوتتا ئېرىتىپ چىگرىتىكىدىن ئايرىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، پەينى بوشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بېغىش ئاغرىش ، قورساق ئاغرىش ، قۇلۇنجى ، قەۋزىيەت ، يەل ماڭدۇرۇش ۋە سوغۇقتىن بولغان كېسەللەر ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن ياغلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : ياغ چىقىرىشقا ئاق رەڭلىك قودانى ئىشلىتىش لازىم . بۇ ياغنى سەيرا مىزاج ۋە ياش بالىلارغا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ .
قودا ئاساسەن ئۈچ خىل بولۇپ ، ئاق ، قارا ۋە كۈل رەڭ كېلىدۇ . ئاق رەڭدىكى سىنىڭ يېغى خۇش پۇراق بولىدۇ . گۆشى سوغۇق مىزاجلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

زىمادى مۇپاسىل

تەركىبى : ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، ئىككىلىمەلىك ھەر بىرى 30 گرام ، مامسا ئۇسارسى 15 گرام ، ئاقاقىيا ، ئىزخىر چېچىكى ، ئەفيۇن ھەر بىرى 6 گرام ، زەفەر 3 گرام .





ياسىلىشى : قائىدە بويىچە سوقۇپ تاسقاپ ، تۇخۇم سېرىقى بىلەن خېمىر تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان بوغۇم كېسەللىكلىرى ، نىقرەس (كىچىك بوغۇملار ياللۇغى) قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا .

زىمادى نىقرەسى

تەركىبى : رەيھان ، ئاق لەيلى گۈلى ، ئىسبەغۇل ، ئارپا ئۇنى ، سورۇنجان ھەر بىرى 5 گرام ، تۇخۇم سېرىقى ۋە گۈل يېغى ئاز مىقداردا .
ياسىلىشى : قائىدە بويىچە يۇمشاق ئېزىپ ئازراق گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرغاندىن كېيىن تۇخۇم سېرىقى قوشۇپ خېمىر تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئىششىق ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، يەل تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : نىقرەس ، مۇپاسىل ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئاغرىغان جايغا سىرتتىن چېپىلىدۇ .

سۇفۇقى سورۇنجان

تەركىبى : سانا 110 گرام ، سورۇنجان 34 گرام ، شەترەنجى ھىندى 27 گرام ، زەئەفران 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .
تەسىرى : بوغۇملاردىكى يەلنى يوقىتىپ ، بوغۇم ئاغرىقلىرىنى قالدۇرىدۇ . چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بەلغەم ۋە سەۋدانىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىغا





ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا تاماقتىن كېيىن 10 گرام ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى سورۇنجان بارىد

تەركىبى : سورۇنجان مىسىرى 40 گرام ، سانا 28 گرام ، قىزىلگۈل 24 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، پوستى ئېلىنغان تاتلىق بادام مېغىزى ھەر بىرى 12 گرام ، شېكەر 160 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان مۇپاسىل ، بەل - پۇت ، قوللارنىڭ ئاغرىقلىرى

ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بىمارنىڭ ئەھۋالىغا

قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ .

سۇفۇفى سورۇنجان ھار I

تەركىبى : سورۇنجان 40 گرام ، سانا 28 گرام ، ئاق تۇربۇد 20 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، پوستىدىن ئايرىلغان بادام مېغىزى ھەر بىرى 12 گرام ، سەقمۇنىيا 4 گرام ، زەفەر 2 گرام ، قەنت ياكى شېكەر 20 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل مۇپاسىل (بوغۇم ئاغرىقلىرى) ، بەل

ئاغرىقلىرى ، پۇت - قوللارنىڭ ئاغرىقلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ ، بالىلارغا ئەھۋالغا قاراپ كېمەيتىلىدۇ .

سۇفۇفى نىقرەس

تەركىبى : جوۋىنە ، ئەبھەل (قارىغاي مېۋىسى) ، سوزاپ ياپرىقى ، ئارپا بادىيان ، دۇقۇ ھەر بىرى 6 گرام ، ئوردان ، ئاچچىق بادام ، سۈنبۈل ، تاتلىق قۇستە ، يۇمىلاق زىراۋەندى ھەر بىرى 2 گرام .

تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرى ، سوغۇقتىن بولغان كىچىك بوغۇملار ياللۇغى (نىقرەس) لارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىمدا 3 گرام يەپ تۆت سائەتكىچە تاماق يېيىلمەيدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى قىش پەسلىدە يېيىشكە باشلاپ ئوتتۇرا يازغا قەدەر داۋام قىلدۇرۇش لازىم .

سۇفۇفى ئېرقۇنەسا

تەركىبى : سانا 18 گرام ، سورۇنجان 15 گرام ، شەترەنجى ھىندى 6 گرام ، زەفەر 2 گرام ، شېكەر بىر ھەسسە .

تەسىرى : (ئولتۇرغۇچى سۆڭەك نېرۋا ئاغرىقى) نى قالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مەزكۇر دورا سىناقىتىن ئۆتكەن نۇسخا بولۇپ ، مەخسۇس ئېرقۇنەسا كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپىتى بوغۇم مائۇلۇسۇل

تەركىبى : ئۈزۈم 30 گرام ، ئەنجۈر 20 گرام ، بادىيان يىلتىزى پوستى ، كاسنى



يىلتىزى پوستى ، چىگىسى يىلتىزى ، بەرگى سوزاپ ھەر بىرى 10 گرام ، چۈچۈكبۇيا
يىلتىزى ، چىگىسى ئۇرۇقى ، بادىيان ھەر بىرى 6 گرام ، ئىزخىر ، رۇمبادىيان ھەر بىرى
3 گرام ، ھەسەل ، گۈلقەنتى 40 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى چالا سوقۇپ ، 2 لىتر سۇغا چىلاپ
قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سىقىپ ، سۈزۈپ ، قازانغا يەنە قۇيۇپ ، گۈلقەنت سېلىپ بىر
ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ،
سۆڭەك ۋە بوغۇملارنى بۇزىدىغان ۋە ئۆسمە پەيدا قىلىدىغان بۇزۇق خىلىتنى تازىلاپ
چىقىرىش ، ماددىلارنى تارقىتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ۋە مۇشۇ
مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 — 50 م ل ئىد
چىلىدۇ .

شەرىتى مۇپاسىل مۇخرىج

تەركىبى : فونۇس 60 گرام ، ئەينۇلا 30 گرام ، كۆك ئۈزۈم 16 گرام ، بادام مېغىزى
15 گرام ، سانا 10 گرام ، بادىيان ، بادىيان يىلتىزى ، مارجان شوخلا ، فىرسىياۋشان ،
گاۋزەبان ، سورۇنجان ، بابۇنە ، قامغاق ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشەباھار ئۇرۇقى ، شاھ
تەررە ، قىزىلگۈل ، كاسنى ئۇرۇقى ، كاسنى يىلتىزى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، تۈربۇد
ھەر بىرى 6 گرام ، قەنتەريۇن ، رۇمبادىيان ، چىگىسى ئۇرۇقى ، چىگىسى يىلتىزى ، بىخ
كەبىر ، زەنجىبىل ھەر بىرى 3 گرام ، گۈلقەنت 60 گرام .

ياسىلىشى : سانا ، فونۇس قاتارلىقلارنى 300 م ل سۇغا چىلاپ ، باشقا دورىلارنى
چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇغا 10 سائەت چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا ئوتتىن
ئېلىپ ، يەنە بىر قاچىدىكى چىلانمىنى قوشۇپ بىللە سۈزۈپ گۈلقەنت ، بادام مېغىزىنى
سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ .

تەسىرى : توسالغۇنى ئېچىش ، چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ نورمالسىز



خىلىتلارنى ھەيدەش ، يەل تارقىتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىتى مۇنزىجى ئىرقۇننەسا

تەركىبى : ئۈزۈم 20 گرام ، چىلان 10 گرام ، شاھتەررە ، گۈلبىنەفشە ، كاسنى ئۇرۇقى ، كاسنى يىلتىزى ، پىرساۋشان ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، بادىيان ، بادىيان يىلتىزى پوستى ، گاۋزەبان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، گۈلقەنت 20 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى چالا سوقۇپ ، يۇمشاقلىرىنى سوقماي 1.5 لىتىر سۇغا يېرىم كۈن چىلاپ قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : نورمالسىز قاندىن بولغان ئىرقۇننەساغا ۋە كاسا ئاغرىقىنىڭ سەۋەبى خىلىتىنى پىشۇرۇش (يېتىلدۈرۈش) ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

ماۋلۇسۇل بارىد

تەركىبى : سەرپىستان ، چىلان ھەر بىرى 30 دانە ، كاسنى ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 15 گرام ، سورۇنجان 9 گرام ، كاسنى يىلتىزى پوستى ، بادىيان يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتىر سۇ بىلەن يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا





بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 30 گرام گۈل قەنت بىلەن 100 م ل ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مائۇلتۇسۇل بۇزۇرى

تەركىبى : بادىيان يىلتىزى ، كاسنى يىلتىزى ، كەپە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 15 گرام ، ئارپا بادىيان ، رۇمبادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، جوۋىنە ، زىرە ، شۇمشاھەر بىرى 6 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، سورۇنجان ، ماھىزەھرەج ، قەنتەريۇن ، ئادراسمان ، بوزىدان ، تۇربۇد ، غارىقۇن ، شەھى ھەنزەل ھەر بىرى 5 گرام ، ئىزخىر ، سۇنبۇل ، ھەبىي بىلسان ، ئۇد بىلسان ، قېلىن دارىچىنى ھەر بىرى 3 گرام ، قەنت 500 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 3 لىتر قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ قەنت سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئىستىسقىلارنى ياندۇرىدۇ ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ، بۆرەك ، بوغۇم ئاغرىقى ، بەل ئاغرىقى ، بوۋاسىر ، باش ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىچكۈزۈلىدۇ .

مائۇلتۇسۇل مۇپاسلى

تەركىبى : كەپە يىلتىزى پوستى ، چىڭسەي يىلتىزى پوستى ، بادىيان يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 30 گرام ، رۇمبادىيان ، ئارپا بادىيان ، جوۋىنە ، سورۇنجان ، بوزىدان ، ماھىزەھرەج ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، شەھى ھەنزەل ، شەترەنجى ھىندى ، قەنتەريۇن ھەر بىرى 15 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەق





سەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : دورىدىن 30 م ل ئېلىپ 3 م ل ئابدەمىلىك يېغى بىلەن ئىچىلىدۇ .

ماۋلۇتۇسۇل ھار

تەركىبى : ئەنجۈر ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ھەر بىرى 60 گرام ، بادىيان يىلتىزى پوس-تى ، چىڭگەي يىلتىزى پوستى ، كاسنى يىلتىزى پوستى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، كاسنى ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ، چىڭگەي ئۇرۇقى ، سورۇنجان ، جوۋىنە ، زىرە ھەر بىرى 15 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ ، سۇ-زۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل بوغۇم ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 100 م ل شەربەتكە 30 گرام قەنت سېلىپ ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى پەۋاكە I

تەركىبى : ئەينۇلا 100 گرام ، كۆك ئۈزۈم 60 گرام ، فونۇس ، تەمرى ھىندى ھەر بىرى 50 گرام ، سانا ، بىنەفشە ھەر بىرى 30 گرام ، سېرىق ھېلىلە ، ھېلىلە كابۇلى ، شاھتەررە ھەر بىرى 20 گرام ، كامازىريۇس 15 گرام ، بەلىلە پوستى ، ئامىيلە ھەر بىرى 12 گرام ، تۇربۇد ، سورۇنجان ھەر بىرى 10 گرام ، غارىقۇن ، چىڭگەي ئۇرۇقى ، بادىيان ، رۇمبادىيان ھەر بىرى 5 گرام ، قەنت 100 گرام .

ياسىلىشى : سانا ، تەمرى ھىندى ، فونۇسنى ئايرىم بىر قاچىغا چىلاپ 300 م ل قايناقسۇ بىلەن دەملەپ قويۇلىدۇ . باشقا دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى سوقۇپ ، يۇمشاقلىرى بىلەن بىللە 2 لىتر سۇغا چىلاپ 12 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، ئاۋۋالقى 3 خىل دورىنىڭ دەملىمىسىنى بىرلەشتۈرۈپ قازانغا قايتا قويۇپ ، قەنتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .





تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، يەللەرنى تارقىتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، نور-
مالسىز قويۇق خىلىتلارنى سۈزۈپ چىقىرىش ، خىلىتلارنى تەڭشەش ، چوڭ - كىچىك
تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ، ئاشقازان - ئۈچەينى تازىلاش ، قاننى تازىلاش ، ئاغرىق پە-
سەيتىش خۇسۇسىيەتلىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : كاسا ئاغرىقى ، ئىرقۇنەسا خاراكتېرىدىكى پۇت ئاغرىقىنىڭ
سەۋەبىچى خىلىتىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .
مىقدارى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 — 50 م ل دىن ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى سورۇنجان I

تەركىبى : تەرەنجىبىن 60 گرام ، سورۇنجان 15 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، تەرخە-
مەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، چىلان ، فونۇس ، بادام مېغىزى ھەر بىرى 10 گرام ،
گۈلبىنەفشە ، كاسىنى يىلتىزى ، بادىيان يىلتىزى ، سەرپىستان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھە-
مىشەباھار گۈلى ، قىزىلگۈل ، سانا ھەر بىرى 6 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، گاۋزەبان ،
پىرسياۋشان ، مارجان شوخلا ھەر بىرى 5 گرام ، گاۋزەبان گۈلى 3 گرام ، قارا شېكەر ،
گۈلقەنت ، خېمىرى بىنەفشە ھەر بىرى 20 گرام .

ياسىلىشى : سانا ، تەرەنجىبىن ، فونۇسنى ئايرىم بىر قاچىدا 500 م ل قايناقسۇغا
چىلاپ قويۇلىدۇ . باشقا يىرىك دورىلارنى سوقۇپ ، يۇمشاقلىرى بىلەن بىللە 2 لىتر سۇدا
6 سائەت چىلاپ ، ئاندىن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ يۇقىرىقى 3 خىل دورا
چىلانمىسى بىلەن بىرلەشتۈرۈلىدۇ ھەمدە ئۇنىڭغا گۈلقەنت ، قارا شېكەر ، بادام مېغىزى ،
خېمىرى بىنەفشىنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپلا ئېلىنىدۇ .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ،
سەپرانى سۈرۈش ، ماددىلارنى تارقىتىش ، قىزىتما پەسەيتىش ، ئاغرىق پەسەيتىپ ، ئىش-
شىقنى ياندۇرۇش ، يەل تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىككى يانپاش ۋە پۇت - قول بوغۇملىرىدىكى ئاغرىقنى يوقىتىش
ھەمدە سەۋەبىچى ماددىلارنى چىقىرىش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئىچكۈزۈ-

لىدۇ .

مەتبۇخى سورۇنجان I

تەركىبى : تەرەنجىبىن 60 گرام ، سانا 20 گرام ، قىزىلگۈل ، سېرىق ھېلىلە ھەر بىرى 12 گرام ، گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 10 گرام ، سورۇنجان ، بادىيان ، بادىيان يىلتىزى پوستى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمىادىيان ، قەنتەريۇن ھەر بىرى 6 گرام ، گۈلقەنت 30 گرام .

ياسىلىشى : تەرەنجىبىندىن باشقا دورىلارنىڭ يىرىكلىرىنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇدا 6 سائەت چىلاپ ، قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سىقىپ سۈزۈپ ، تەرەنجىبىن چىلانمىسىنى قوشۇپ يەنە قازانغا قويۇپ ، 30 گرام گۈلقەنتنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ، نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈش ، يەل تارقىتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : قان ياكى سەپرانىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 — 50 م ل ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى ھېلىلە II

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە 50 گرام ، تۇربۇد ، بىسفايەج ھەر بىرى 30 گرام ، شاھتەررە 12 گرام ، سورۇنجان ، كاسىنى ئۇرۇقى ، بادىيان ئۇرۇقى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، شېكەر 30 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 1.5 لىتر سۇغا چىلاپ بىر سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ ، سۈزۈپ شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ .





تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش ، كىچىك بوغۇملارغا چۈشكەن بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان ئۇششاق بوغۇملار ئاغرىقىغا بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 م ل ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى سورۇنجان

تەركىبى : تۇربۇت 30 گرام ، ئاق بەھمەن ، ماھى زەھرەج ، بىخ كەبىر ، زىرە ، شەترەنجى ھىندى ، سېرىق ھېلىلە پوستى ھەر بىرى 22 گرام ، سورۇنجان 20 گرام ، قىزىلگۈل ، كۈنجۈت ، توم زەنجىبىل ، سەمۇنىيا ھەر بىرى 10 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ، ئاقمۇچ ، ياپچان ، تاشتۇز ، پىننە ، كۆپۈكى دەريا ھەر بىرى 5 گرام ، بادام 40 گرام ، ھەسەل 1 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ، يۇغۇرۇپ ئۈستىگە بادام يېغى سۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : 2 - دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، بوغۇملاردىكى نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىش ، بېغىش ئىششىقلىرىنى ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل مۇفاسىل كېسەللىكلەرگە ۋە پۇت - قول ، بەل ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى يەھيا

تەركىبى : سورۇنجان 30 گرام ، سانا 15 گرام ، ئاسارۇن ، زەنجىبىل ، كۆك زىرە ، قىلغىل ھەر بىرى 10 گرام ، ھەسەل 250 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەلنى قىزدۇرۇپ كۆپۈكنى ئېلىۋېتىپ دورىلارنى سېلىپ يۇغۇرۇلىدۇ .
تەسىرى : نورمالسىز بەلغەمنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ ، ئاشقازان خىزمىتىنى





ياخشلايدۇ ، چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇپ بوغۇم ئاغرىقلىرىنى قالدۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان بارلىق بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

ھىبى ئازراقى

تەركىبى : قارامۇچ ، تازىلانغان كۇچۇلا ھەر بىرى 30 گرام ، سەمى ئەرەبى 6
گرام ، فارفا 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادىيان ئارقى
بىلەن يۇغۇرۇپ قارامۇچ چوڭلۇقىدا ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : پەي ۋە گۆشلەرنى چىڭىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىشى ، پەي ۋە بوغۇملار بوشاپ
كېتىش ، پۇت - قول ماغدۇرسىزلىنىش ، مەنى تۇتالماسلىق ، سۈيدۈك تېمىپ كېلىش قاتارلىق
كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ، 7 — 5 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .
ئەسكەرتىش : كۆرسىتىلگەن مىقداردىن كۆپ ئىچىلسە پەيلەرنى يىغىۋالىدۇ . 12
ياشتىن تۆۋەن بالىلارغا بېرىلمەيدۇ !

ھىبى بەرسا

تەركىبى : سورۇنجان ، مەستىكى ، ھېلىيە پوستى ، سەبرى ، سانا ھەر بىرى 30
گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادىيان سۈيىدە خېمىر
قىلىپ ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : پۇت - قول ، سۆڭەك ، بوغۇم ئاغرىقلىرىنى يوقىتىدۇ ، نورمالسىز
سەپرانى ھەيدەيدۇ ، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سۆڭەك ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم 11 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەبىي بىريۇما

تەركىبى : سەبرى ، تۇربۇد ھەر بىرى 24 گرام ، مۇقەل 9 گرام ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، بوزىدان ، سورۇنجان ھەر بىرى 6 گرام ، رۇمبادىيان ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۈدە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي تۇربۇد مۇسەككىن

تەركىبى : سېرىق ھېلىيە پوستى ، كەتىرا ھەر بىرى 3 گرام ، بىنەفشە ، قىزىلگۈل ، تۇربۇد ھەر بىرى 1.5 گرام ، ساقمۇنىيا ، شەھىمى ھەنزەل ھەر بىرى 1 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەم ۋە سەپرانىڭ بىرىكىشىدىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي سېرى مۇسەككىن

تەركىبى : تۇربۇد 5 گرام ، سەبرى 3 گرام ، ھەشقىپچەك ئۇرۇقى ، غارىقۇن ، شەھىمى ھەنزەل ھەر بىرى 2 گرام ، تۇز ، مۇقەل ، كەتىرا ، رۇمبادىيان ھەر بىرى 1 گرام .





ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، چىگسەي سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوغۇم ئاغرىقلىرى ، بوغۇم ياللۇغى ، لەقۋا قاتارلىقلارغا
 مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
 قىلىنىدۇ .

ھەببى سەكبىنەج

تەركىبى : كۈندۈر ، سەكبىنەج ، سەبرى ، غارىقۇن ، مۇقەل ھەر بىرى 10 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سوزاپ سۈيى بىلەن
 يۇغۇرۇپ قارامۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرىدۇ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ .
 بوغۇم ۋە سۆڭەكتىكى بۇزۇق يەلنى يۇمشىتىپ تارقىتىدۇ . ئىششىق ياندۇرىدۇ ۋە ئاغرىق
 پەسەيتىدۇ . بۇ دورا شەرىپىتى بوغۇم مائۇلۇسۇلدىن كېيىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەببى سەممۇلفار I

تەركىبى : سورۇنجان 15 گرام ، ئاق سەممۇلفار 10 گرام ، لىمۇ قەغىزى 20 گرام .
 ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ زىغىر ، قىچىنىڭ شىرىسى
 بىلەن خېمىر قىلىپ 0.2 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، يەللەرنى تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئىسسىق ، سوغۇقتىن بولغان مۇفاسىل (چوڭ بوغۇم) ئاغرىقى ،
 بەل ئاغرىقلىرىغا ، يەللەرنى تارقىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 - 3 دانە ،
 چوڭلارغا 10 ~ 20 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .



ھەبىي سورۇنجان 1

تەركىبى : سورۇنجان ، تۇربۇد ھەر بىرى 4 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، سەبرى ، ماھى زەھرەج ھەر بىرى 3 گرام ، كەتىرا ، ھەبىننىل ، شەھى ھەنزەل ھەر بىرى 1.5 گرام ، ئاشتۇزى 1 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قاينىتىلغان چىڭسەي ئۇرۇقى سۈيى بىلەن قارامۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاغرىق توختىتىش ، بېغىشلارنىڭ ئىششىقلىرىنى ياندۇرۇش ، پۇت - قول ئېغىرلىقىنى قالدۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بارماق بوغۇملار ئاغرىش ، نقرەس ، ئىر قۇننەسا ھەمدە كاسا ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

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

ھەبىي سورۇنجان 1

تەركىبى : سورۇنجان ، تۇربۇد ، سەبرى 6 گرام ، ھەبۇلنىل ، غارىقۇن ، رۇمبادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، مۇقەل ، مەستىكى ھەر بىرى 1.5 گرام .

ياسىلىشى : ھەممە دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قاينىتىلغان چىڭسەي ئۇرۇقى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، نورمالسىز خىلىتلارنى سۈرۈپ چىقىرىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، قويۇق يەلنى پارچىلاپ يوقىتىش ، بوغۇمنىڭ يەللىك ئاغرىشىنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بىلەك ، بويۇن ئومۇرتقىسى ياكى بەل ئومۇرتقىلىرىغا چۈشكەن ئۆسمە ياكى يەلنى يوقىتىش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 دانە ئىستېمال قىلىدۇ .



لىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ نۇسخا بىر قېتىمىدىلا ئىچىلىدۇ . بۇنى ئىستېمال قىلغاندا ئاچچىقسۇ ، ھاراق ، كونا گۆشتىن پەرھىز قىلىش كېرەك .

■ ھەببى سورۇنجان

تەركىبى : سورۇنجان ، سېرىق ھېلىيە پوستى ھەر بىرى 20 گرام ، ئاق تۇربۇد بىلەن كۈشتە قىلىنغان شىگرىپ 8 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ 0.2 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : بوغۇملاردىكى ئىششىقلارنى ياندۇرۇش ، ئاغرىق توختىتىش ، جاراھەتلەردىكى يىرىق ۋە سېرىق سۇلارنى كېمەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : پۇت - قول ، بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ، ھەر خىل جاراھەتلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1~5 ياشتىكىلەرگە 1~3 دانە ، 5~10 ياشتىكىلەرگە 3~7 دانە ، 10 ياشتىن چوڭلارغا 7~10 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەببى سورۇنجان مۇسەككىن

تەركىبى : سورۇنجان 15 گرام ، تۇربۇد 12 گرام ، سەبرى 9 گرام ، سەكبىنەج ، قەنتەريۇن ھەر بىرى 8 گرام ، ئاقىرقەرھە ، شەھى ھەنزەل ، ئوردان ، غارىقۇن ھەر بىرى 3 گرام .
 ياسىلىشى : قارامۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : بوغۇم ئاغرىقى ، يانپاش ئاغرىقى ، بوغۇم ياللۇغىنى قالدۇرىدۇ ۋە سۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





ھەبىي مۇپاسىل

تەركىبى : تۇربۇد ، ئىيارەچ پەيقەرا ھەر بىرى 3 گرام ، سورۇنجان ، مۇقەل ھەر بىرى 2 گرام ، شەھى ھەنزەل ، ھەشقىپچەك ئۇرۇقى ، تۇز ، زەنجىبىل ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 1.5 گرام ، قىزىلگۈل ، رۇمبادىيان ، مەستىكى ھەر بىرى 1 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كەتىرا سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي مۇپاسىل سەۋداۋى

تەركىبى : سەبىرى 12 گرام ، غارىقۇن ، بىسفايەج ھەر بىرى 10 گرام ، تۇربۇد 4 گرام ، سورۇنجان ، بوزىدان ، تۇز ، سەكبىنەج ھەر بىرى 2 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، سۇدا بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەۋدا خاراكتېرلىك بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي مۇپاسىل ھار

تەركىبى : سانا ، تۇربۇد ھەر بىرى 30 گرام ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، كابۇلى ھېلىيە پوستى ھەر بىرى 12 گرام ، سورۇنجان 6 گرام ، قەسبۇز زەرىرە ، كەتىرا ، غارب قۇن ، تۇز ، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 3 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 2 گرام .





ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ
 ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئېلىپ
 قايناقسۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي نقرەس

تەسىرى : سورۇنجان 60 گرام ، مەستىكى 18 گرام ، زەنجىبىل ، پەرفىيۇن ھەر
 بىرى 12 گرام ، رۇمبادىيان ، زىرە ، ئاقمۇچ ، فىلىفل ، زاراڭزا مېغىزى ھەر بىرى 6 گرام ،
 قېلىن دارىچىنى 3 گرام .
 ياسىلىشى : ئارپا بادىيان سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوغۇم ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىش
 لىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال
 قىلىنىدۇ .

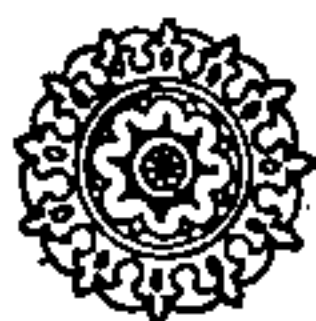
ھەبىي ئىتريپىلى ئازاراقى

تەركىبى : قارا ھېلىلە ، سېرىق ھېلىلە ، ئامىيلە پوستى ، بەلىيلە پوستى ھەر
 بىرى 400 گرام ، بۇيا يوپۇرمىقى ، سېرىق ئوت (ئەفتمۇن) ، شاھتەررە ھەر بىرى 200
 گرام ، كۈچۇلا تالقىنى 2 كىلو 300 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل ياكى
 مۇقەل سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .
 تەسىرى : پەيلەرنى چىڭىتىدۇ . بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .



ئىشلىتىلىشى : ھۆللۈكتىن بولغان چولە - كىچىك بوغۇم ئاغرىقلىرى ئۈچۈن
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا 1 - 3 دانە ، چوڭلارغا 5 دانە ئىچكۈزۈلۈپ
لىنىدۇ ، كۈندە بىر دانىدىن قوشۇپ 12 دانىغا چىققاندا يەنە كۈندە 1 دانىدىن كېمەيتىپ
ئىچكۈزۈپ ئەسلى مىقدارىغا چۈشكەندە توختىتىلىدۇ .





سۈيدۈك چىقىرىش ئەزالىرىغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سۈيدۈك ماگدۇرغۇچى دورا ياسالمىلىرى

ئەرقى بادىيان

تەركىبى : بادىيان 1 كىلوگرام ، سۇ 5 لىتر .
 ياسىلىشى : دورىنى بىر نەچچە قېتىم تاسقاپ ، پاكىزلەپ پار قازاندا 5 لىتر سۇ بىلەن قاينىتىپ ، 3 لىتر پار سۈيى ئېلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
 تەسىرى : سۈيدۈك يولىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ، سۈيدۈك ماگدۇرۇش ، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل سۇلۇق ئىششىق ، كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلىشىش ، ئال-ياللاردىكى سۈت كەملىك قاتارلىقلاردا سۈيدۈك ھەيدەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشلىقلىرىگە 5 ~ 10 م ل ، 5 ~ 10 ياشلىقلىرىگە 10 ~ 15 م ل ، چوڭلارغا 20 ~ 25 م ل ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : بۇ ئەرەقنى ئىنچىكىلىك بىلەن تەييارلاش لازىم . ئاياللار كۆپ ئىچسە مۇددەتتىن بۇرۇن خۇن كەلتۈرۈپ قويىدۇ .

ئەرقى كاسنى

تەركىبى : كاسنى 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتر .
 ياسىلىشى : كاسنىنى تاسقاپ ، پاكىزلەپ ، پار قازانغا سېلىپ ، مۇلايىم ئوتتا 3





لېتىر ئەرەق تارتىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما پەسەيتىش ، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان ھەر خىل قىزىتىلارغا بېرىلىدۇ . بۆرەك ،

جىگەر ئىششىقلىرىدا سۈيدۈك ھەيدەش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكى

لەرگە 10 ~ 15 م ل ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 15 ~ 20 م ل ، چوڭلارغا 30 ~ 40 م ل

ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەسكەرتىش : قاينىتىشتا ئالاھىدە دىققەت قىلىپ كۆيدۈرۈۋېتىشتىن ساقلىد

نىش لازىم .

ئەرقى كاكنەج

تەركىبى : كاكنەج 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتىر .

ياسىلىشى : دورىنى تاسقاپ ، پاكىزلەپ ، پار قازانغا سېلىپ ، مۇلايىم ئوتتا 3 لىتىر

ئەرەق تارتىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : قاننى تازىلاش ، نەپەسنى نورماللاشتۇرۇش ، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە

ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل كونا يارىلار ، زىققىنەپەس ، ئۈچەيدىكى قىلقۇرتلار ،

سۈيدۈك كەلمەسلىككە بېرىلىدۇ ۋە بۆرەك كېسەللىكلىرىگە ، سۈيدۈك ھەيدەش مەقسىتىدە

ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكى

لەرگە 15 ~ 20 م ل ، 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 20 ~ 25 م ل ، چوڭلارغا 30 ~ 40 م ل

ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئەرقى نىلۇفەر

تەركىبى : نىلۇفەر 1 كىلوگرام ، سۇ 6 لىتىر .





تەييارلاش : دورىنى تاسقاپ ، پاكىزلەپ ، پار قازانغا سېلىپ ، مۇلايىم ئوتتا 3 لىتىر ئەرەق تارتىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما قايتۇرۇش ، سۈيدۈك ھەيدەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان قىزىتما ، بەزىگەك ، ئاپتاپ ئۆتۈش ، سۈيدۈك ئازىيىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 15 — 20 م ل . 5 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 20 ~ 30 م ل ، چوڭلارغا 40 ~ 50 م ل ئىچكۈزۈلىدۇ .

بانادۇقى ئىدرار

تەركىبى : چىڭسەي ئۇرۇقى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، ئوردان ، تاغ چىڭسىيى ئۇرۇقى ، قارىغاي مېۋىسى ، ئاسارۇن ، جوۋىنە ، سۈنبۈل ، ئارپا بادىيان ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، قۇستە ھەر بىرى 60 گرام ، قوغۇن ئۇرۇقى 30 گرام ، ئوشەق 9 گرام ، داۋا (يۇلغۇن چېچىكى) 3 گرام .

ياسىلىشى : ئوشەقنى بادىيان سۈيىدە ئېرىتىپ قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ كۈمۈلچ قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ . بۆرەك ، دوۋساق تاشلىرىنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سۈيدۈك مۇتلەق توختاپ قالغاندا 9 گرام ئېلىپ قايىناقسۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .

داۋائى مۇدىر

تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 30 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، دۇقۇ ھەر بىرى 8 گرام ، شېكەر 23 گرام .

ياسىلىشى : دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلايدۇ ، بۆرەك ، دوۋساق



تاشلىرىنى پارچىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 2 قېتىمغا بۆلۈپ ئىستېمال قىلىنىدۇ

داۋائى مۇدىرى بەۋل

تەركىبى : رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 9 گرام ، قەنت 12 گرام .
ياسىلىشى : دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : توختاپ قالغان سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : يۇقىرىقى تالقاننى بىراقلا كاپ ئېتىپ ئۈستىدىن كاسىنى ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قىمقۇ ئۇرۇقلىرى شىرىسى ئىچىلىدۇ .

داۋائى ئۇسرۇلبەۋل

تەركىبى : ئارپا بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 8 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى 300 م ل سۇدا يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سىيش قىيىنلاشقان بىمارلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 م ل ئېلىپ 15 گرام قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، مەلۇم مىقداردا قەنت سېلىپ تاتلىق قىلىپ ئىچىدۇ .

سۇفۇفى خىرفە

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قاپاق مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، نىشاستە ، كەتىرا ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى 9 گرام ، بەزىرۇلبەنجى 6 گرام ،



قەلت 1 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورلار تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇىدۇ ، ئېچىشىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : زۆرۈر ۋاقتىدا 9 گرام ئېلىپ خەشخاش شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى كەرەفى مۇدىر

تەركىبى : چىڭسەي ئۇرۇقى ، قوغۇن مېغىزى ھەر بىرى 12 گرام ، دۇقۇ 3 گرام ، ئاق شېكەر 8 گرام .

ياسىلىشى : دورىلار تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك ھەيدەپ ، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلايدۇ . تاش ھاسىل بولۇشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : تاماقتىن بۇرۇن 3 گرام ، تاماقتىن كېيىن 3 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى مۇدىر I

تەركىبى : ئۇرۇقى ئېلىنغان زىرىق 25 گرام ، مەستىكى ، ئەفسەنتىن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، بادىيان ، رۇم بادىيان ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 15 گرام ، سېرىق ئوت ، رەۋەن ھەر بىرى 10 گرام ، سۈنبۇل ، زە-فەر ھەر بىرى 3 گرام ، قەنت 30 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىققا مايىل .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، سۈيدۈك ماغدۇرىدۇ ، بۆرەك ۋە جىگەرنىڭ ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرىدە ئىششىق ياندۇرۇش ، سۈيدۈك ھەيدەش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىچىلىدۇ .
كىچىك بالىلارغا 2 گرامغىچە ئىچكۈزۈلىدۇ .^۱

I سۇفۇفى مۇدىر

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ، قاپاق
ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى 20 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 10 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشە
باھار ئۇرۇقى ، پىرسياۋشان ھەر بىرى 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇققا مايىل .

تەسىرى : سۈيدۈك ماڭدۇرىدۇ ، سۈيدۈك يولىنى تازىلايدۇ . ئىششىق ياندۇرىدۇ .
قېتىپ قالغان ماددىلارنى چىقىرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش ، سۈيدۈك ماڭدۇرۇش ، ئىششىق قاي-
تۇرۇش مەقسىتىدە مەخسۇس بۆرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ
كاشكاپ بىلەن ئىچىدۇ .

II سۇفۇفى مۇدىر

تەركىبى : چىڭسەي ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، شېكەر 30
گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۈك كۆپەيتىدۇ ، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك كۆپەيتىش ، سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش ، ئىششىق

ياندۇرۇش مەقسىتىدە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ





كاشكاپ بىلەن ئىچىلىدۇ .

قۇرىمى مۇددىر

تەركىبى : كاسىنى ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 9 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، بادىيان ، رۇم بادىيان ، رۇبۇسۇس ھەر بىرى 6 گرام ، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېخىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېخىزى ، ئۇرۇقى ئېلىنغان زىرىق ھەر بىرى 5 گرام ، رەۋەن ، سۈنبۇل ، زەفەر ، ئەفسەنتىن ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام ، كافۇر 1 گرام ، شېكەر 180 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ قائىدە بويىچە قۇرس قىلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۈك كۆپەيتىدۇ ، بۆرەك ئاغرىشقا پايدا قىلىدۇ ، جىگەر ئىششىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرىدە سۈيدۈك ھەيدەش ، ئىششىق ياندۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى تەمرى ھىندى

تەركىبى : ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان تەمرى ھىندى 150 گرام ، ئاقلانغان تاتلىق بادام مېخىزى 30 دانە ، قۇرۇق سوزاپ ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 21 گرام ، زەنجىبىل 10 گرام ، قارامۇچ 9 گرام ، توغرىغۇ 3 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : تەمرى ھىندىنى سىركىگە بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ پىشۇرۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئۈستىدىن قالغان دورىلار تالقىنىنى سېلىپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۈك تەسلىكتە كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ، قۇلۇنجىنى ئاچىدۇ



يەڭگىل دەرىجىدە ئىچىنى سۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش مەقتىسىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى چەلغۇزە

تەركىبى : چىلغۇز مېغىزى 90 گرام ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ، رەۋەن ، ئىزخىر ،
ھەببى بىلسان ، رۇم بادىيان ، قېلىن دارىچىنى ، زەفەر ، دارىچىنى ، تاغ چىڭگەي ئۇرۇقى ،
ئاسارۇن ، كامادەريۇس ھەر بىرى 9 گرام ، قۇرۇق پىننە 2 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تەسلىكتە سىيشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىش
لىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال
قىلدۇرۇلىدۇ .

مەئجۇنى مۇدىر

تەركىبى : بادىيان ، رۇم بادىيان ھەر بىرى 15 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ،
پەتەنگان ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، شېكەر 20 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قىيام قىلىنغان شېكەرگە
ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەسىرى : سۈيدۈك كۆپەيتىدۇ . سىيگەندە ئېچىشنى يوقىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك چىقىرىش يوللىرىنى تازىلاش ، سۈيدۈك ھەيدەش
مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ .



سۈيدۈك ۋە مەنى تۇتالماسلىققا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سۇفۇفى سەيلان

تەركىبى : ئانارگۈلى ، قىزىلگۈلى ھەر بىرى 15 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 12 گرام ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، سوزاپ ئۇرۇقى ، شاھى بەللۈت ، كۈندۈر ، سۇئىدى كوفى ھەر بىرى 9 گرام ، رۇمىيادىيان ، بەزىرۈلبەنجى ، مۇزا ، زىرە ھەر بىرى 6 گرام ، خورما ئۇرۇقى 3 گرام ، قەنت بىر ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنى ۋە مەزى (شىلىشلىق ھۆللۈك) سۇيۇق لۇقى چىقىپ تۇرۇش ، سۈيدۈك تېمىتىپ تۇرۇشلارنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

سۇفۇفى سۈرئىتى ئىزال

تەركىبى : سوزاپ ئۇرۇقى 9 گرام ، چاڭگال ئۇرۇقى ، سەۋسەن يىلتىزى ھەر بىرى 6 گرام ، ئانارگۈلى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى تىزگىنلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مەنى تېز كېتىش ۋە ئۆزلۈكىدىن يۈرۈپ كېتىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم 6 گرام ئېلىپ غورا سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ .





سۇفۇفى سىلىسلىبەۋىل

تەركىبى : ھەبۇلئاس ، سۇئىدى كوفى ، كۈندۈر ، نارمىشكى ، ئانارگۈلى ، سەمغى
ئەرەبى ، سۇنبۇل تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : تالغان قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك تۇتالماسلىق ۋە دوۋساق ئاغرىقىغا شىپا بو-
لىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئوسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى كەشنىز II

تەركىبى : قورۇلغان جۈپتى بەللۈت 45 گرام ، گىل ئەرمنى ، قورۇلغان
يۇمغاقسۇت مېغىزى ، سەمغى ئەرەبى ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى (قورۇلغان) ، كۈندۈر ھەر بىرى 6
گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالغان تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك قېتىمىنى تەرتىپكە سېلىش ، سۈيدۈك بىلەن
كەلگەن مەزى بېزى سۇيۇقلۇقى ۋە ئاق خۇن كېلىشىنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ
مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئوسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچ-
كۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى كەھرىبا

تەركىبى : كەھرىبا ، گىلى ئەرمنى ، ئانارگۈلى ، ئاقاقىيا ، كۈندۈر ھەر بىرى 20
گرام ، ئەفىۇن 5 گرام .





ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇققا مايىل .

تەسىرى : پات - پات سۈيدۈك قىستاشنى تەرتىپكە سېلىش ، ھەيزنى نورماللاشتۇرۇش ، ئاق خۇنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك تۇتالماسلىق ، ئاق خۇن كېلىش ، ھەيز قالايمىقانلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئوسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .
كىچىك بالىلارغا بېرىلمەيدۇ .

سۇفۇفى ماسكېۋىل

تەركىبى : شاھى بەلىلۈت 150 گرام ، كۈندۈر ، قۇرۇق يۇمىاقسۇت ، سەمى ئەرەبى ، گىل ئەرەبىنى ھەر بىرى 30 گرام ، ئانارگۈلى ، يۇلغۇن مېۋىسى ھەر بىرى 15 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك كۆپ كېلىش ، سۈيدۈك تېمىتىپ تۇرۇش ، كېچىسى سىيىپ قويۇش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئوسۇلى : زۆرۈر ۋاقتىدا 9 گرام ئېلىپ قايىناقسۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى مۇغەللىز

تەركىبى : قىزىلگۈل ، سوزاپ ئۇرۇقى ، چاڭگال ھەر بىرى 15 گرام ، ئانارگۈلى 12 گرام ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى 9 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنىنى قويۇقلاشتۇرىدۇ ، تۇرمۇزلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئوسۇلى : 15 گرام يىيىلىدۇ .

سۇفۇفى مۇمىسەك بارىد

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى 9 گرام ، ئىسبەغۇل كېپىكى 6 گرام ، قۇرۇق يۇم-
خاقسۇت 5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان مەنى تېز كېتىشنى يوقىتىدۇ ۋە
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئوسۇلى : ئاشتىدا سوغۇق سۇ بىلەن 3 گرام ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى ئېھتىلام

تەركىبى : يۇمىخاقسۇت ئۇرۇقى ، قەنت تەڭ مىقدارى .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقتىن بولغان ئېھتىلامغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

مىقدارى : كۈندە 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

شەربىتى پەنجىنۇش

تەركىبى : تۆمۈر پوقى 90 گرام ، سىماق ، موزا ، ئانارگۈلى ، قىزىلگۈل ، قۇرۇق
يۇمىخاقسۇت ، كۈندۈر ، يالپۇز ھەر بىرى 30 گرام ، زەفەر ، مۇرمەككى ، زەمچە ھەر بىرى 3
گرام ، ئۈزۈم سۈيى 1.65 لىتر ، سۇ 3 ھەسسە ، قەنت 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : تالقان ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنىنىڭ تېز كېتىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئوسۇلى : 20 - 15 گرام ئىچىلىدۇ .





مەلجۇنى ئالتايى

تەركىبى : مەستىكى ، كۈندۈر ، جۈپتى بەللۈت ، بەزىرۇلبەنجى ھەر بىرى 30 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك تۇتالماسلىق ، مەنى تۇتالماسلىق قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كاۋاپ بىلەن 6 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

مەلجۇنى ئاقاقىيا

تەركىبى : ئاقاقىيا ، ئانارگۈلى ھەر بىرى 10 گرام ، كۈندۈر 9 گرام ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل پۇرچاق ، قەسبۇزەرىرە ، قىيىمقۇ ئۇرۇقى ، سەمى ئەرەبى ، تاباشىر ، ئال-مۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، شېكەر 250 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەلجۇن قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇققا مايىل .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈكنىڭ ئىختىيارسىز مېڭىپ كېتىشى ۋە ئۇخلى-خانداسىيىپ قويۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 3 گرام ، بالىلارغا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەلجۇنى بەللۈت

تەركىبى : ئاقلانغان بەللۈت 45 گرام ، قۇرۇق ئەنجۈر 15 گرام ، سۇندى كوفى ، سىياھدان ، لېچىندانە ھەر بىرى 9 گرام ، كۈندۈر ، ھەببۇلئاس ، جويۇز ، بەسباسە ،





قەلەمفۇر ، قارا ھېلىيلە ھەر بىر 6 گرام ، قىچا ، مۇرمەككى ، سوزاپ ئۇرۇقى ھەر بىر 3 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك تۇتالماسلىققا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 9 - 15 گرام يېگۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى بەۋل پىلىرىش

تەركىبى : ئاق زەنجىبىل ، زىغىر ، ھېلىيلە كابولى پوستى ھەر بىر 30 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 21 گرام ، زەمچە 9 گرام ، مۇرمەككى ، كۈندۈر ، ئاقاقىيا ، شىياقى مامسا ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۇخلىغاندا سىيىپ قويۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچتە 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى خۇبۇسۇلەددى

تەركىبى : تازىلانغان ۋە يۇيۇلغان تۆمۈر پوقى 60 گرام ، شەۋكران (تېپىلىم خاندا بەزىرۇلبەنجى) 20 گرام ، كۈندۈر 15 گرام ، تاباشىر 12 گرام ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 9 گرام ، بېھى شەرىپىتى 400 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىپ ئىلمان قىلىنغان بېھى شەرىپىتىگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇنى قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇققا مايىل .

تەسىرى : سۈيدۈك ۋە مەنى تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : تولا سىيىش ۋە مەنى تۇتالماسلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 3 گرام ،





باللارغا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى خۇبۇلەددىمۇسلىك

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن خۇبۇلەددىد 60 گرام ، شەۋكران ، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئانار پوستى 15 گرام ، تاباشىر 12 گرام ، قۇرۇق يۇمىلاقسۇت 9 گرام ، بېھى شەربىتى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ بېھى شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك قېتىم سانىنى ئازايتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 9 گرام ئېلىپ بېھى شەربىتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى كابابىچىنى

تەركىبى : كابابىچىنى ، فۇفەل ، سوۋلەپ ، قەلەمفۇر ، سۇنبۇل ، مەستىكى ، جۇۋىنە ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 350 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : سۈيدۈكنى تەرتىپكە سېلىش ، مەنىنى تىزگىنلەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : تامچىلاپ سىيىش ۋە مەنى تۇتالماسلىق ، ئاق خۇن كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 3 گرام ،





باللارغا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەشجۇنى كۈندۈر I

تەركىبى : كۈندۈر ، ئانارگۈلى ، بەللۇت ، سىياھدان ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، بەلىيلە پوستى ، قارا ھېلىيە ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، ئامىيلە ھەر بىرى 10 گرام ، ئاق زىرە ، تاغ زىرىسى ، جوۋىنە ھەر بىرى 5 گرام ، ھەسەل 350 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ئىلمان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : بەدەندىكى ئارتۇقچە ھۆللۈكنى يوقىتىش ، سۈيدۈك ۋە مەنى تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : پات - پات سۈيدۈك قىستاش ، سۈيدۈكنى تېمىتىپ ، سېپىرما تۇ - تالماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى كاۋاپ بىلەن ئىستېمال قىلىش لازىم .

مەشجۇنى گۈلنار

تەركىبى : كۈندۈر ، بەللۇت ھەر بىرى 60 گرام ، ئانارگۈلى 30 گرام ، سۇندى كوفى ، زىرە ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 400 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىپ ئىلمان ھالغا كەلتۈرلگەن ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : سۈيدۈك تۇتالماسلىق ، سۈيدۈك تېمىتىپ تۇرۇش ، ئاق خۇن كېلىش قاتارلىقلارغا پايدا قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆپ سىيىش ۋە مەنى تۇتالماسلىقلاغا ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلار 3 - 5 گرام بالىلار 2 - 3 گرام ئىستېمال قىلىدۇ .

مەلجۇنى ماسكەبۇل

تەركىبى : ئاقاقىيا ، ئانارگۈلى 9 گرام ، ھەبۇلئاس 8 گرام ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، قىزىل ماش ، قەسبۇز زەرىزە ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، سەمى ئەرەبى ، تاباشىر ھەر بىرى 6 گرام ، كۈندۈر 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقاتلاپ جۇللاب قىيامى بىلەن يۇغۇرلۇپ مەلجۇن قىلىندۇ .

تەسىرى : سۈيدۈكنىڭ قېتىم سانىنى ئازايتىدۇ ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ ، بولۇپمۇ ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 6 گرام ئېلىپ ، پاققان كاۋىپى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلجۇنى مۇرمەككى

تەركىبى : زىغىر ، ھېلىلە كابۇلى پوستى ھەر بىرى 30 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 21 گرام ، زەمچە 9 گرام ، مۇرمەككى ، كۈندۈر ، ئاقاقىيا ، شىيافى مامسا ھەر بىرى 7 گرام ، شېكەر 300 گرام ،
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەلتىن ئۆتكۈزۈپ ، قىيام قىلىنغان شېكەرنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلجۇن قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : سۈيدۈك ۋە مەنىنى تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئورنىغا سىيىپ قويىدىغان ۋە مەنى تۇتۇلمايدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىشۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلار 3 گرام ،



باللار 1 گرامدىن ئىچىدۇ .

مەنچۈنى ھەببۇلغار I

تەركىبى : كۈندۈر ، سۇندى كوفى ، خولىنجان ، زىرە ، ھەببۇلغار ، ھەببۇلئاس
ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 250 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە
ئارىلاشتۇرۇپ مەنچۈن قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
تەسىرى : دوۋساق خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك ئىختىياسىز مېڭىپ كېتىشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلار 6 گرام ، بال-
لار 2 گرام ئىچىلىدۇ .

ھەببى مۇمىسەك I

تەركىبى : ئوغرى تىكەن 15 گرام ، ئەفيۇن 12 گرام ، جوزبوۋا ، قەلەمفۇر ، زەفەر ،
مەستىكى ، قۇرۇتۇلغان بۇقا چۈپىسى ، دارىچىنى ، خۇسىيەتۇسسۇئەب ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : ئەفيۇن بىلەن بۇقا چۈپىسىدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ
ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بۇقا چۈپىسىنى ئىكەڭدەپ ، ھەسەلدە ئېرىتىلگەن ئەفيۇن بىلەن
0.5 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : مەنى تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھۆل مىزاج كىشىلەردىكى مەنى يۈرۈپ كېتىش ، سۈيدۈك
تۇتالماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 1 ~ 2 دانە ئىچكۈزۈ-
لىدۇ . باللارغا بېرىلمەيدۇ .



ھەببى مومسەك I

تەركىبى : ئەفىيۇن 12 گرام ، جويۇز ، قەلەمفۇر ، زەفەر ، مەستىكى ، قۇرۇتۇلغان بۇقا چۆپىسى ، خۇسسىيە تۇسۇتۇلەب ، دارىچىنى ، ئوغرى تىكەن ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : بۇقا چۆپىسىنى ئىكە كەپ ، باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادىيان سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.1 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : مەنى تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مەنى تىز يۈرۈپ كېتىش ، سۈيدۈك تۇتالماسلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانە ئىچىكىزۈلىدۇ .

ھەببى مومسەك II

تەركىبى : مالىكەنگىنى مىسىرى ، جويۇز ، قەلەمفۇر ، ئەفىيۇن ، بەزىرۇلبەنجى ، زەفەر ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، كۆيدۈرۈلگەن نەشە ھەر بىرى 1 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەرىقى بادىيان بىلەن خېمىر قىلىپ 0.1 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : مەنى تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مەنى تىز يۈرۈپ كېتىش ۋە سۈيدۈك تۇتالماسلىققا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ئۇخلاشتىن 2 سائەت بۇرۇن 4 دانە ئېلىپ سۈت بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .





ھەبىي ئىمساك 1.

تەركىبى : زەنجىبىل ، جويۇز ، كاباچىنى ، ئاقىر قەرھە ، فىلىفىل ھەر بىرى 50 گرام ، زەفەر ، ئەفپۇن ھەر بىرى 10 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادىيان ئېرىتىش بىلەن خېمىر قىلىپ 0.1 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : مەنىنى ۋە سۈيدۈكنى تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : مەنى يۈرۈپ كېتىدىغان ، سۈيدۈك تۇتالمايدىغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 - 3 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

بۆرەك ، سۈيدۈك يولى ئاغرىش ۋە قان سېپىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسانمىلىرى

بانادۇق بۇزۇرى

تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 30 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، بەزۇرۇلبەنجى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، بادام مېغىزى ، كەتىرا ، نىشاستە ، رۇببۇسۇس ، خەشخاش ، گىل ئەرمىنى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ ، ئىسبەغۇل لۇئابى ياكى بېھى ئۇرۇقى لۇئابى بىلەن بانادۇق تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : سوغۇققا مايىل .
 تەسىرى : جىگەر ۋە قان تومۇرلاردىكى توسالغۇنى ئېچىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ،



جاراھەت پۈتتۈرۈش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش ، ئىسسىقما قايتۇرۇش تەسرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، دوۋساق ۋە سۈيدۈك يوللىرىدىكى ئاغرىقلار ، سىيگەندە ئېچىشش ، ئاغرىش ، پاپ - پات سۈيدۈك قىستاش ، سۈيدۈك يولى ، دوۋساقنى يېقىم سىزلىقلارنى يوقىتىش ، بەلغەم بوشىتىش ، يۆتەل پەسەيتىش ، بۆرەك ، دوۋساق ۋە سۈيدۈك يوللىرىدىكى ئىششىقنى قايتۇرۇش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانە يېرىم پىيالە خەشخاش شەربىتى ياكى بىنەفشە شەربىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

بانادۇقى مۇھەللىل

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، كاسنى ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ ، ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسرى : سۈيدۈك ھەيدەش ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، تومۇرلارنى تازىلاش ، سەپرا ۋە قاننى تىزگىنلەش ، ئىسسىقلىق بولغان تەپلەرنى پەسەيتىپ ، قىزىتما قايتۇرۇش ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش ، ئېچىششنى تۈگىتىپ ئىششىق قايتۇرۇش تەسرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك ئېچىشپ كۆيۈشۈپ كېلىش ۋە سۈيدۈك يوللىرىدىكى ئىسسىقنى ياندۇرۇش ، قىزىتما قايتۇرۇش ، ئۇسسۇزلۇقنى ، ئېچىششنى پەسەيتىش ، مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرام ئېلىپ تەرخەمەك سۈيى ياكى قاپاق سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ .

تىلانى ئۆشە

تەركىبى : شىياڧى مامسا ، ئاقاقىيا ھەر بىرى 12 گرام ، ئۆشە 6 گرام ، نوشۇدۇر ،



زەفەر ھەر بىرى 1 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، گۈل يېغى ۋە سىركە بىلەن ئا-
رىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئەرلىك جىنسىي ئەزانىڭ قىچىشىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا چېپى-
لىدۇ .

داۋائى سىلىسلىبەۋل

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : مۇۋاپىق مىقداردىكى تۇخۇم شاكىلى تالقىنىنى كالا يېغىغا
ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك تېمىپ كېلىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇقى خى

تەركىبى : خەشخاش ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، سەمىي ئەرەبى ھەر بىرى 15
گرام ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، كەتىرا 6 گرام ، قەنت 1 ھەسسە .

ياسىلىشى : ھەممىنى سوقۇپ ئەلگەپ ، تالقان تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان سىيىش ، سۈيدۈك يولىدىكى ئېچىش ،
ئىسسىقلىق بولغان يۆتەللەرگە شىپا بولىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 15 گرامدىن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇقى شورا

تەركىبى : شورا قەلىمى ، قاقىلە ئۇرۇقى ھەر بىرى 21 گرام ، شېكەر 15 گرام .





ياسىلىشى : دورىلار سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : سۈيدۈك يولىنى تازىلاش ، يىرىگىنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : كونا - يېڭى سىزلامنى ، بولۇپمۇ يىرىك ئېقىشنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى قەلەي

تەركىبى : كابابەچىنى ، قەلەي كۈشتىسى ھەر بىرى 20 گرام ، شېكەر 30 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلار سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : سۈيدۈك يولىنى تازىلاش ، يېقىمىسىزلىقلارنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : كونا سىزلامغا ، سۈيدۈكنىڭ ئېچىشىپ كېلىشىگە ئىشلىتىلىدۇ . بۇ دورىنى يېگەندە ئاچچىق ۋە يەللىك نەرسىلەرنى يېمەسلىك لازىم .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ ، 30 گرام قېتىق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى گىل

تەركىبى : گىلى مەختۇم ، خۇنسىياۋشان ، نىشاستە ، كۈندۈر ، قوغۇن مېغىزى ،
 تەرخەمەك مېغىزى ، قاپاق مېغىزى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، يۇ-
 يۇلغان لوك ، رەۋەن ، چەلغوزە مېغىزى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، بەزىرۈلبەنجى تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، تالقان تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرمەك ، دوۋساق جاراھەتلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6 گرام ئېلىپ بىنەفشە شەرىپىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .





سۇفۇفى مارجان

تەركىبى : يۇيۇلغان شادىنەج ، خۇنسياۋشان ، مارجان ، كەھربا ، ئانارگۈل ، زەمچە ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، گىل ئەرمىنى ، گىل قەبرىسى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلار تالغان قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان سېپىشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6 گرام سىماق سۈيى بىلەن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى ھىر قەتۇلبۇل I (سۆزىنەك تالقىنى)

تەركىبى : زىرە ، يۇمىخاقسۇت ئۇرۇقى (پوستىدىن ئايرىلغان) ھەر بىرى 160 گرام ، سېرىق ياغ 80 گرام .
ياسىلىشى : زىرىنى پاكىزلەپ سوقۇپ سېرىق ياغ بىلەن قازاندا قورۇپ ئېلىپ ، ئاندىن پوستىدىن ئايرىلغان يۇمىخاقسۇت ئۇرۇقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ تالغان قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .
تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرى ۋە سۈيدۈك خالتىسىنى پاكىزلەش ، يىرىڭنى ئازايتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : يىرىڭلىق سۆزىنەككە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كىچىكلەرگە 3 ~ 4 گرام ، چوڭلارغا 5 ~ 10 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

سۇفۇفى ھىرقە تۇلبۇل II

تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، ئۇزۇن ۋە قىسقا تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى (پوستىدىن ئايرىلغان) ، كۆكنار ئۇرۇقى





ئېقى ، ئەرەب يىلىمى ، كەتىرا ، بۇغداي كراخمالى (نىشاستە) ، گىل ئەرمنى ھەر بىرى 12 گرام ، جۇڭگو رەۋىنى 6 گرام .

ياسىلىشى : مېغىزلارنى پوستىدىن ئايرىپ يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : سۈيدۈك خالتىسى ۋە سۈيدۈك يوللىرىنى پاكىزلەش ، سۈيدۈكنى كۆپەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سۆزنەك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا 1 ~ 2 گرام ، چوڭلارغا 5 ~ 10 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى ئەنزىرۇت

تەركىبى : ئەنزىرۇت مەلۇم مىقداردا . بەزىلەر 24 گرام بۇغداي ئۇنى ، 9 گرام كۈشتە قىلىنغان سىماپ ، 2 گرامدىن ئەفىۇن ، ئەنەبەر ، ئىپار قوشۇشنى تەۋسىيە قىلىدۇ .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، گۇلاب بىلەن قۇرس تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سىبىلىس ، كۆيۈك ۋە ھەر خىل جاراھەتلەرگە مەنبەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ ، زۆرۈر تېپىلغاندا ئاز مىقداردا يېسىمۇ بولىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ دورىنىڭ قۇۋۋىتى ئىككى يىل . بەدەننى تازىلاش مەقسىتىدە يېگەندە ، تۈزلۈك ۋە ئاچچىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش لازىم .

قۇرسى بەۋلۇددەم

تەركىبى : پەتەنگان ئۇرۇقى مېغىزى 12 گرام ، نىشاستە ، كەتىرا ، ئانارگۈلى ، ئامبىلە شىرىسى ، خۇنسىياۋشان ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 3 گرام .





ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سېمىز ئوت ياكى پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : قان سىيىش كېسەللىكلىرىدە قان توختىتىش رولىنى ئوينايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بۆرەك كېسەللىكلىرىدە سۈيدۈكتىن قان كېلىشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 3 - 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ سېمىز ئوت سۈيى ياكى يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى تىيىن

تەركىبى : گىلى مەختۇم ، كەتىرا ، تاباشىر ، سەمىي ئەرەبى ، سەمىي پارىسى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېخىزى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالغانلاپ مۇسەللەس بىلەن ، ئەگەر ھارارەت ئارتۇق بولغان بىمارلارغا ئىشلەتمەكچى بولسا ، ئىسبەغۇل لۇئابى بىلەن قۇرس قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان سىيىش ۋە دوۋساق جاراھەتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مەزكۇر قۇرستىن بىر دانە ئېلىپ مۇناسىۋەتلىك قاينىتىلمىلار بىلەن ئىچىلىدۇ .

قۇرسى زەمچە I

تەركىبى : زەمچە ، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۇڭگۈزى ، گىل ئەرمىنى ، كەتىرا ، ئانار گۈلى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناقسۇ بىلەن خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : بۆرەك ۋە دوۋساق جاراھەتلىرىنى پۈتتۈرۈش ، قان توختىتىش تەسىرى .





رىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك جاراھىتى ، قان سىيىش ۋە بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ، بالىلارغا
يېرىم گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى زەمچە I

تەركىبى : زەمچە ، خۇنسىياۋشان ، ئانارگۈلى ھەر بىرى 9 گرام ، كەتىرا ، سەمىي
ئەرمىي ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ، ئۆتكۈزۈپ سېمىز ئوت سۈيى بىلەن
خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈكتىن قان كېلىشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەق-
سەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ، بالىلارغا
يېرىم گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى كاكنەج I

تەركىبى : تەرخىمەك ئۇرۇقى مېغىزى 30 گرام ، كاكنەج مېۋىسى ، چىڭسەي
ئۇرۇقى ، كۈندۈر ، گىل ئەرمىنى ، سەمىي ئەرمىي ، خۇنسىياۋشان ، بەزىرۈلبەنجى ھەر
بىرى 6 گرام ، ئەفيۇن 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناقسۇ ياكى مارجان
شوخلا سۈيى بىلەن قۇرس تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، قان توختىتىش ،
سۈيدۈك يولى ۋە دوۋساقتىكى جاراھەتنى پۈتتۈرۈش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئى-
گە .
ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش ، ئاغرىق





يوقىتىش ، سۈيدۈكتىكى قاننى يوقىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، كىچىك
بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

I قۇرسى كاكىنەج

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 36 گرام ، كاكىنەج 25 دانە ، چىڭسەي
ئۇرۇقى ، بەزىرۇلبەنجى ، ياۋا كەندىر ئۇرۇقى ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، چەلغۇزە مېغىزى ، بادام
مېغىزى ھەر بىرى 9 گرام ، ئارپابادىيان 6 گرام ، ئەفيۇن ، زەفەر ھەر بىرى 3 گرام ،
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، مارجان شوخلا سۈيى
بىلەن قۇرس تەييارلىنىدۇ
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، جاراھەتنى پۈتتۈ-
رۈش ، ئاغرىق يوقىتىش ، سۈيدۈكتىكى قاننى تۈگىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىدە سۈيدۈك تامىچىلاپ كېلىشى ،
قان سېيشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 4 گرام ، بالىلارغا
ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

I قۇرسى گۈلنار

تەركىبى : نىشاستە ، كەتىرا ، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ، ئۆتكۈزۈپ خېمىر قىلىپ 0.5 گراملىق
قۇرس قىلىنىدۇ .
تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش ، سۈيدۈكتىكى قاننى يوقىتىش تەسىرىگە
ئىگە .





ئىشلىتىلىشى : قان سىيىش كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام
ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى گىلى مەختۇم

تەركىبى : گىلى مەختۇم ، تاباشىر ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ، سېمىز ئوت ئۇ-
رۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ،
ئىسبەغۇل 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىسبەغۇل لۇئابىدا خېمىر
قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە دوۋساق يوللىرىدىكى جاراھەتلەرنى
پۈتتۈرۈش ، قان سىيىشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە يۇقىرىدىكى مەقسەتلەردە ئىش-
لىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

قۇرسى مىددە

تەركىبى : قوغۇن مېغىزى . تەرخەمەك مېغىزى ، قاپاق مېغىزى ھەر بىرى 60
گرام ، گىل ئەرەبى ، سەمغى ئەرەبى ، كۈندۈر ، خۇنسىياۋشان ھەر بىرى 30 گرام ، ئەف-
يۇن 9 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقاڭلاپ سۇ بىلەن يوغۇرۇپ قۇرس تەييارلىنىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈكتىن يىرىك كېلىشىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەق-
سەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 23 م ل خەشخاش شەرىپىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .



مەرھىمى باسلىقۇن

تەركىبى : ئاق موم 2 ھەسسە ، زىفىت ، چەلغۇزە ھەر بىرى 1 ھەسسەدىن ، كونا زەيتۇن يېغى 3 ھەسسە ، قوي يېغى 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ياغلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەرھەم قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش ، يىرىك - زەردابىلارنى توختىتىش ، ئىشقى ياندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

مەرھىمى تۇتىيا

تەركىبى : تۇتىيا ، ئاق موم ھەر بىرى 60 گرام ، گۈل يېغى 150 م ل .
ياسىلىشى : تۇتىيانى تالقانلاپ ، باشقا دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئەرلەر جىنسى ئەزاسىدىكى جاراھەتلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن سۇرتۇلىدۇ .

مەرھىمى رال

تەركىبى : ئاق موم ، سېرىق ياغ ھەر بىرى 64 گرام ، كات ھىندى ، رال ، كافۇر ھەر بىرى 16 گرام .
ياسىلىشى : سېرىق ياغ بىلەن ئاق مومنى قازاندا ئېرىتىپ ، ياغ سوۋوغاندىن كېيىن رالنى سېلىپ ، كات ھىندىنى ئايرىم يۇمشاق سوقۇپ قوشۇپ ، مۇلايىم ئوتتا بىر - ئىككى قېتىم قاينىتىپ ، ئۈستىگە كافۇر سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ مەرھەم تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆدىتىل .



تەسرى : پىرىلگ يوقىتىش تەسرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل كونا يىرىگىلىق جاراھەتلەرنىڭ يىرىگىلىرىنى يوقىتىش ،
 سۈيىنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : جاراھەتنىڭ چوڭ - كىچىكلىكىگە قاراپ مۇۋا-
 پىق مىقداردا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

مەرھىمى شىگرىپ

تەركىبى : كوجا ، ئاق موم ، سوپۇن ھەر بىرى 400 گرام ، شىگرىپ 320 گرام ،
 سۇ يېغى 10 لىتر .
 ياسىلىشى : ياغنى قازانغا قويۇپ ، ئاق موم ، كوجا زىنى سېلىپ ئېرىتىپ ، سۇ-
 فۇنىنى قىرىپ قازانغا ئاز - ئازدىن چۈشۈرۈش ، قازاننى ئېلىپ ياغ سوۋۇغىچە شىگرىپنى
 ناھايىتى يۇمشاق سالاھىيە قىلىپ سوۋۇغان ياغقا سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .
 تەسرى : جاراھەتلەرنى يۇمشىتىش ۋە ئېغىز ئالدۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : چىقان ، غەلۋىرەك ۋە ھەر خىل يىرىگىلىق جاراھەت ، ئىششىق قا-
 تارلىقلار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش : ۋە ئۇسۇلى : جاراھەتنىڭ ئورنىغا قاراپ كۈندە بىر - ئىككى
 قېتىم چېپىپ تېگىلىدۇ .

مەرھىمى مۇردارسىلا

تەركىبى : مەدەستان 23 گرام ، كۈندۈر ، بازىروت (مىلتىق دورىسى) ، ئەنزى-
 روت ، خۇنسىياۋ شان ، زىفىت ھەر بىرى 6 گرام ، زەيتۇن يېغى 6 م ل .
 ياسىلىشى : مەدەستاننى يۇمشاق سوقۇپ ، زەيتۇن يېغىنى قاينىتىپ پىشۇرۇپ ،
 قالغان دورىلارنى تالقاڭلاپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : گۆش ئۈندۈرۈپ جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرۈشتە ئىش-
 تايىن ياخشى تەسرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن جاراھە-



ئورۇنغا چېپىپ تېگىلىدۇ .

مەرھىمى نەۋرە

تەركىبى : ئۆلتۈرۈلگەن ئاھاك 100 گرام ، كافۇر 15 گرام ، سۇ يېغى 900 گرام .
ياسىلىشى : ئاھاكنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قازانغا سۇ يېغى
قۇيۇپ ئۈستىگە كافۇر سېلىپ ئېرىتىپ ، ياغ سۇۋۇغاندا ئاھاكنى سېلىپ ئوبدان
ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ھارارەتنى چۈشۈرۈش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : چوڭ - كىچىك كۆيۈكلەر ۋە جاراھەتلەرگە سىرتتىن چېپىش
ئۈچۈن بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : جاراھەتنىڭ چوڭ - كىچىكلىكىگە قاراپ
سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا ئىشلىتىلىدۇ .

مەئجۇنى كاكنەج

تەركىبى : كاكنەج (جۇڭگو شوخلىسى) مېۋىسى 25 دانە ، بەزىرۇلبەنجى ئۇ.
رۇقى ، چىڭگەي ئۇرۇقى ، بادىيان ھەر بىرى 21 گرام ، تاۋۇز ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ،
قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، قورۇلغان چەلغۇزە مېغىزى ، پىندۇق مېغىزى ، كەتىرا ، قورۇلغان ئاچ
چىق بادام مېغىزى ھەر بىرى 10 گرام ، زەفەر 3 گرام شېكەر ، 300 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قىيام قىلىنغان شېكەرگە
سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، سۈيدۈك يولىنى تازىلاش ،
جاراھەتنى يۇتتۇرۇپ قان توختىتىش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ئاغرىش ، ئېچىشش ، سۈيدۈك يولى ئېچىشپ ئاغرىش ،
سۈيدۈك بىلەن قان كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا



ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەببى سۆزنەك I

تەركىبى : لىلىۋەز ئۇرۇقى ، زەمچە ھەر بىرى 30 گرام ، ئۇزۇنچاق شورا ، لېچىندانە 15 گرام ، كەتھىندى 10 گرام .
ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، قارا شېكەر قىيامى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرى ياللۇغغا مەنپەئەت قىلىدۇ . ئاغرىق پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سۆزنەك ۋە سۈيدۈك يوللىرى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم 5 — 7 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەببى سۆزنەك II

تەركىبى : جىنتىيانا ، نىلۇفەر ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، لېچىندانە ، ھەلىيلە ، بەلىيلە پوستى ، ئامىيلە ، سالاچىت ھەر بىرى 10 گرام .
ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، باناننىڭ مېۋەسۇيى ياكى يۇپۇرماق سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرى ياللۇقىغا مەنپەئەت قىلىش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سۆزنەك ، سۈيدۈك يوللىرى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 7 — 10 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەببى ھورمىل

تەركىبى : ھېلىمىيلە پوستى ، ئامىيلە ، سەكبىنەج ، مۇقەل ھەر بىرى 6 گرام ،





چىگىسەي ئۇرۇقى ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، رۇمبادىيان ، مەستىكى ، زەفەر ھەر بىرى 3 گرام ،
فەتراسالىيون ، پىننە ، ئىزخىر ، قۇستە ، زورنىباد ، دورنەج ئەقرەبى ، ئاسارۇن ھەر بىرى
2 گرام .

ياسىلىشى : سوزاپ سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەزى بېزىنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقىغا شىپا
بولىدۇ . يەل تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

بۆرەك ۋە دوۋسۇن كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

سۇفۇقى ئاق لەيلى ئۇرۇقى

تەركىبى : ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى
ھەر بىرى 15 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 12 گرام ، ھەمىشەباھار ئۇرۇقى ، پىرسياۋشان
ھەر بىرى 10 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، تالقان قىلىپ تەييارلى-
نىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : زەھەر تارقىتىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، قىزىتما
قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : دوۋسۇن ۋە بۆرەك ئىششىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ، كىچىك
بالىلارغا ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ئىچىلىدۇ .

سۇفۇقى بەزىرۈلبەنجى

تەركىبى : بەزىرۈلبەنجى ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى





مېغىزى ، قارا سونا ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 2 گرام ، ئەفپۇن 1 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، قىزىتما پەسەيتىش ، زەھەر تارقىتىش ، ئىششىق تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە سۈيدۈكلۈك كېسەللىكلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىچىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : كىچىك بالىلارغا بېرىلمەيدۇ .

سۇفۇفى تەررە

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، ئۇرۇقىدىن ، ئاجرىتىلغان زىرىق 12 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 9 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ، رۇمبادىيان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 6 گرام ، رەۋەن ، كافۇر ، سۈنبۇل ، زەفەر ، ئەفسەنتىن ، مەستىكى ھەر بىرى 3 گرام ، يۇيۇلغان لوك 2 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، تالقان تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە جىگەر ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

سۇفۇفى مەسانە

تەركىبى : تەرخەمەك مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 12 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشەباھار ئۇرۇقى ، پىرسياۋشان ھەر بىرى 9 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، ئەلگەپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دوۋساقنىڭ ئىسسىقلىقىنى ياندۇرىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 9 گرام ئېلىپ جۇللاپ ياكى بىنەفشە شەرىپىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى بادىيان

تەركىبى : ئەنجۈر قېقى ، بادىيان ، رەۋەن ھەر بىرى 300 گرام ، قىزىلگۈل 60 گرام ، سېرىق ياغ 30 گرام ، ئاق شېكەر 500 گرام ، گۈلاب 200 م ل .
ياسىلىشى : بادىيان بىلەن ئەنجۈرنى 3 لىتىر قايناقسۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ بىر ئۆرلىگەندىن كېيىن قىزىلگۈلنى سېلىپ 10 مىنۇت قاينىتىپ ، 1.5 لىتىر سۈيى قالغاندا سوۋۇتۇپ سۈزۈلىدۇ . سوقۇلغان رەۋەننى گۈلاب بىلەن نەمدەپ ، سېرىق ياغ بىلەن ياغلىنىدۇ . سۈزۈلگەن دورا سۇيۇقلۇقىنى قازانغا قۇيۇپ يەنە قاينىتىپ قەنت بىلەن قىيام قىلىپ ، ياغلانغان رەۋەننى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل ، زەھەرسىز .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، ئىششىق قايتۇرۇپ ئاغرىق توختىتىدۇ . چولە - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ . ئىسسىقچىلىق چۈشۈرىدۇ . بىمارنىڭ روھىي ھالىتىنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك كېسىلى ، بۆرەك ۋە تال ئىششىقلىرى ، بوغۇملار ئاغرىش ، قان تۈكۈرۈش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 4 - 3 قوشۇق ئىچىلىدۇ .

قۇرسى شەب

تەركىبى : زەمچە ، كۆيدۈرۈلگەن تاغ تېكىسىنىڭ مۇڭگۈزى ، گىل ئەرەسى ، كەتىرا ، ئانارگۈلى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، قايناقسۇ بىلەن قورس قىلىنىدۇ .



تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دوۋساق جاراھەتلىرى ، بوۋاسىز ۋە قان سىيىش قاتار-
لىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى جالىنۇس

تەركىبى : قۇستە ، قۇستە بەھرى ، سۇنبۇل ، ئۇدىلىسان ، قەسبۇز زەرىرە ، ھەب-
بۇلتاس ، زەنجىبىل ، سۇندى كوفى ، خولىنجان ، قەلەمفۇر ، دارىچىنى ، سەلىخە (قېلىن
دارىچىنى) ، ئاسارۇن ، زەفەر ، مەستكى ھەر بىرى 30 گرام ، ئاقمۇچ ، لېچىندانە ھەر
بىرى 12 گرام ، ھەسەل ئىككى ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ . سوغۇقتىن بولغان
بۆرەك ، دوۋساق كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ ، ئومۇمىي بەدەننى ياخشىلايدۇ ، بەلغەمدىن
بولغان كۆپ خىلدىكى كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام يېيىلىدۇ .

مۇراببا ئى زەنجىبىل

تەركىبى : زەنجىبىل مەلۇم مىقداردا ، سۇ 1 ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : زەنجىبىل ھۆل بولسا شۇ پېتى قاينىتىپ پىشۇرۇپ سۈزۈۋېلىپ ،
مەزكۇر سۇغا ھەسەلنى قويۇپ قىيام قىلىپ ، ئۈستىدىن پىشۇرۇلغان زەنجىبىللەرنى
سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . ئەگەر زەنجىبىل قۇرۇق بولسا نەم يەرگە كۈمۈپ
ئۈستىدىن قۇم تۆكۈپ 20 كۈنگە قەدەر كۈندە بىر قانچە قېتىم سۇ قويۇپ زەنجىبىلنى
ئەسلى ھۆل ھالىتىگە قايتۇرۇپ ، ئاندىن مۇراببا تەييارلىنىدۇ .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاندا ھاسىل بولغان سوغۇق يەللەرنى قوغلايدۇ .



دوۋساقنىڭ سوۋۇپ كېتىشىنى تۈزىتىپ سۈيدۈكنى ھەيدەيدۇ. ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

ھەبى سەھلىل ۋۇجۇت

تەركىبى : بىر يېرىم سوتكا سۇغا چىلاپ پوستى ئاجرىتىلغان تەمىرى ھىندى مېخىزى 30 گرام ، قەنت 60 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ھەب ياسىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنى تېز يۈرۈپ كېتىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . سەپرا مىزاجلىقلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 2 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

بۆرەك ، دوۋسۇن ، سۈيدۈك يولى ، ئۇرۇقدان ۋە زەكەر كېسەللىكلىرىگە سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

ئابزەنى بىنەفشە

تەركىبى : بىنەفشە ، قىزىلگۈل ، نىلۇفەر گۈلى ، ئاق لالە گۈلى ھەر بىرى 15 گرام ، بابۇنە ، تاۋۇز شاپىقى ، ئىككىلىمەلىك ، قۇرۇتۇلغان كاپۇستا ھەر بىرى 9 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر چېلەك سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يەل تارقىتىش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، ئىششىق

ياندۇرۇش ، ياللۇغ قايتۇرۇش ، تاش پارچىلاش ، ئىسسىقما قايتۇرۇش ، سۈيدۈك ھەيدەش ، سۈيدۈك يولىنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە .





ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، دوۋسۇن ، سۈيدۈك يولى كېسەللىكلىرى ۋە تاش چۆكمىسىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭ داسقا ئېلىپ بەلدىن تۆۋەن تەرەپ قىزىق پېتى چىلىنىدۇ .

ئابزەنى گۈل ياسىمەن

تەركىبى : گۈل ياسىمەن 30 گرام ، گۈل ياسىمەن يوپۇرمىقى 20 گرام .
تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش ، جاراھەتنى ساقلىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سىزلام ۋە سۆزنەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئاياللارغا ئىشلىتىشتە دورىلارنى 5 — 4 لىتر سۇ بىلەن قاينىتىپ داسقا قويۇپ ، ئىسسىق پېتى جىنسىي ئەزا چىلىنىدۇ . ئەرلەرگە ئىشلىتىشتە ئاغزى چوڭ شىشكىگە ئېلىپ جىنسىي ئەزا چىلىنىدۇ . كۈندە 3 — 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا يېڭىدىن تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ .

ئابزەنى ئىككىلىمەلىك

تەركىبى : ئىككىلىمەلىك ، بابۇنە ، قىزىلگۈل ، ئاق لالە گۈلى ھەر بىرى 30 گرام ، قۇرۇتۇلغان تاۋۇز شاپىقى ، پىرسياۋشان ، ئۆشەن ، گۈلسەۋسەن يىلتىزى ، بادىيان يىلتىز پوستى ھەر بىرى 15 گرام ، كاكىنەچ ، شۇمشا ھەر بىرى 12 گرام ، دۇقۇ ، نىيلۇفەر گۈلى ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، بىر چېلەك سۇ بىلەن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : يەل تارقىتىش ، توسالغۇنى ئېچىش ، سۈيدۈك ئۇلغايتىش ، ماددىلارنى تازىلاش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، ياللۇغ قايتۇرۇش ، تاشلارنى پارچىلاش ، ئاغرىق پەسەيتىش قاتارلىق تەسىرلەرگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىدە ، جۈملىدىن بۆرەك ۋە دوۋساق تىكى تاشنى چۈشۈرۈشتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش ئۇسۇلى : چولدا داسقا قۇيۇپ چىلىنىپ ئولتۇرىدۇ ، جىنسىي يولنى يۇيىدۇ . كۈندە 7 قېتىم ئىشلەتسە ياخشى . دورا تىرىپىنى كۈندە كەچتە جىنسىي يولغا ۋە دوۋسۇن ئۈستىگە قۇيۇپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ .

خاكىستىرى كەدۇ

تەركىبى : كونا قاپاق مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : كۆيدۈرۈپ كۈلى ئېلىنىدۇ .
تەسىرى : يارىنى قۇرۇتۇش ، پۇتتۇرۇش رولى بار .
ئىشلىتىلىشى : شەلۈمىگەن سىرتقى يارىلارغا ، زەكەر ، ئۇرۇقدان يارىلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن يارىغا سېپىلىدۇ .

رەۋغىنى خەسەك (ئوغرى تىكەن يېغى)

تەركىبى : ئوغرى تىكەن 30 گرام ، زەنجىبىل 12 گرام .
ياسىلىشى : مەلۇم مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، 250 م ل كۈنجۈت يېغىدا ئارىلاشتۇرۇپ ، سۈيى كېتىپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈكنىڭ تەستە كېلىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مەلۇم مىقداردا ئېلىپ دوۋسۇن ساھەسىنى ياغلايدۇ .

زورۇرى ئىزەم

تەركىبى : چاچ كۆمۈرى (تۈك كۆيدۈرۈلمىسى) ، ئانارگۈلى ، بۇغا مۇڭگۈزى كۈلى ، چىلان ياپرىقى ، گىل ئەرمىنى ، كۈندۈز ، قەلەي ئۇپىسى ، يۇيۇلغان تۇتىيا ، بىر قانچە قېتىم قىزىتىلغان ۋە يۇيۇلغان مەدەستان ھەر بىرى 6 گرام ؛ ئېغىز ، گال





جاراھەتلىرىدىن ئۆزىگە جاراھەتلەرگە ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە 6 گرام مەدەستان ، 3 گرام سەبرى قوشۇلىدۇ .

ياسىلىشى : ناھايىتى يۇمشاق تالقانلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاكىلە (يەپ ماڭىدىغان يەل يارا) گە شىپا بولىدۇ . جاراھەتلىرىنى پۈتتۈرۈش ، قېنىنى توختىتىش ، گۆش ئۈندۈرۈش قاتارلىقلارغا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئىنتايىن ياخشى تالقانلاپ جاراھەتلەرگە سېپىلىدۇ . سۆزنەككە ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە پەلەكۈچ بىلەن سېپىلىدۇ .

زورۇرى زەكەر

تەركىبى : سۈرمە مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : سۈرمىنى سوقۇپ ئەلگەپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يارىنى قۇرۇتۇش ۋە پۈتتۈرۈشتە ياخشى تەسىرگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : زەكەر ۋە ئۇرۇقدان يارىلىرىغا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن يارىغا سېپىلىدۇ .

زىمادى بىنەفشە

تەركىبى : قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى 30 گرام ، بىنەفشە يېغى 15 گرام .

ياسىلىشى : بۇ ئىككى خىل دورا بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش ، سىلىقلارشتۇرۇش ، سۈيدۈك يولىدىكى يېقىمسىزلىقنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك تېمىپ تۇرۇش ، سىيگەندە ئېچىش ۋە سۆزنەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورا مەخسۇس ئەسۋاب ئارقىلىق سۈيدۈك يولىغا كىرگۈزۈلىدۇ .





زىمادى خۇسۇسىيە I

تەركىبى : بابۇنە گۈلى ، ئىككىلىمەلىك ، ئاق لەيلى گۈلى ، شىپايى مامىسا ، بوش دىمىرەندى ھەر بىرى 20 گرام ، گۈلبىنەفشە 15 گرام ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ھەر بىرى 10 گرام ، كۆك كاسىن سۈيى 60 م ل ، گۈل ئەرىقى 30 م ل .

ياسىلىشى : قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزگەندىن كېيىن 2 خىل سۇيۇقلۇق دورا بىلەن ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ئىششىق قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقنىڭ زىيادىلىكىدىن بولغان ، قىزىپ ئىششىق قالغان ئۇ-
رۇقدان كېسەللىكلەرگە سىرتتىن چېپىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ كېسەلنى داۋالىغاندا سېمىز گۆش ، قورۇلغان تاماق ، يەل پەيدا قىلغۇچى ، قان قىزىتقۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلىنىش كېرەك .

زىمادى خۇسۇسىيە II

تەركىبى : ئاق لەيلى گۈلى ، ئاق لەيلى يىلتىزى ، قارا كۈنجۈت ، زىغىر دانىسى ، شۇمشا ، ئىككىلىمەلىك ، لوبىيا ئۇنى ، مۇرمەككى ، بابۇنە گۈلى ، مۇقەل ، سۈنبۇل ھەر بىرى 3 گرام ، ئۇشەق ، مەنسائىلە ھەر بىرى 1.5 گرام ، ئاق موم ، ئۆچكە بۆرەك يېغى ھەر بىرى 20 گرام ، گۈل يېغى 50 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى ھاۋانىچىدا سوقۇپ ، ياغلارنى قوشۇپ ماسكە ياغدەك قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۇرۇقداننىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلىرىنى قايتۇرىدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ ، بىمار





ئىسسىق يۆگىنىپ يېتىپ دەم ئالىدۇ .

زىمادى گۈردە I

تەركىبى : بابۇنە ، زىغىر ئۇرۇقى ، بۇغداي كېپىكى ھەر بىرى 30 گرام ، كۈنجۈت يېغى 60 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ 800 م ل سۇدا قاينىتىپ ، كۈنجۈت يېغىنى قوشۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : بۆرەك ۋە دوۋسۇن ئىششىقلىرى ۋە ھەرقانداق جايدىكى قاتتىق - يۇم شاق ئىششىقنى تارقىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە دوۋسۇندىكى ئىششىق ھەمدە باشقا ئىششىقلىرىنى قايتۇرۇشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن چېپىلىدۇ .

زىمادى گۈردە II

تەركىبى : سېمىز ئوت كۆكى 100 گرام ، كېپەك 30 گرام ، كۈنجۈت يېغى 50 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ كۈنجۈت يېغىدا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : ئىششىق قايتۇرۇش تەسىرگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : دوۋسۇن ئىششىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن دوۋسۇنغا چېپىلىدۇ .

زىمادى ھولبە

تەركىبى : شۇمشا ئۇنى ، لوبىيا ئۇنى تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : بىنەفشە سۈيىدە يۇغۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۇرۇق بېزى ئىششىقنى ياندۇرىدۇ .





ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

سۇفۇفى سوزاك

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن زەمچە 13 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش 7 گرام ،
ياسىلىشى : زەمچە بىلەن كۆكتاشنى قائىدە بويىچە كۆيدۈرۈپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ،
تالقان قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرىنى پاكىزلەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سۆزەككە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ بىر كىشىلىك نۇسخا بولۇپ ، كۈندە 5 ~ 6 قېتىم ، ھەر
قېتىمدا بىر گرام ئېلىپ قايناقسۇدا ئېرىتىپ ، ياخشى ئېرىگەندىن كېيىن ئالەت يۇيۇش ناسۇسى بىلەن
سۈيدۈك يولىغا ماڭدۇرۇپ يۇيۇلىدۇ . بۇ تالقان ئاچچىق ۋە غىدىقلاش تەسىرى بار . شۇڭا كۆپرەك
سۇ بىلەن ئېرىتىپ يۇيۇش لازىم .

سۇفۇفى مۈرەككەپ

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : موزا ، شىياغى مامسا ، ئەنزۇرۇت ، ئانارگۈلى ، قىزىلگۈل ،
ئانار خەمكى ، مەدەستان تېشى ، سەبرى ، كۈندۈر ھەر بىرى 10 گرامدىن ئېلىپ ئۈندەك
سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يارىنى قۇرۇتۇش ، ئىششىق ياندۇرۇپ يارىنى پۈتتۈرۈش تەسىرىگە
ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : جاراھەتلەرگە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

سۇفۇفى ھار

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، بەلىلە پوستى ، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ، موزا ،
كۆپىكى دەريا ، ئايلىشى ، بىخ مارجان ، كۆيدۈرۈلگەن كۆك تاش ، بادام تاش پوستى ھەر
بىرى 25 گرام .





ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : جاراھەتنىڭ ئوشۇق گۆشلىرىنى يوقىتىش ، سۇلىرىنى قۇرۇتۇش ،
 پۇتتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئومۇمەن سىرتقا ئىشلىتىلىدۇ . سوغۇق يەلدىن بولغان تېرە جارا-
 ھەتلىرىگە ۋە گال ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئېھتىياجغا قاراپ مەلۇم مىقداردا ئېلىپ يەرلىك
 ئورۇنغا سىرتتىن سېپىپ ئىشلىتىلىدۇ .

سۇفۇفى ھىرقەتۈلبۇل (سۆزنەك تالقىنى) ■

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن زەمچە 13 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش 7 گرام .
 ياسىلىشى : ئاۋۋال زەمچىنى سوقۇپ قازانغا سېلىپ نورمال ئوتتا زەمچىنى ئېرىتىپ
 يەنە بىر ئازدىن كېيىن زەمچە قېتىپ قارغا ئوخشاش بولغاندىن كېيىن قازاندىن ئېلىپ
 سوۋۇتۇلىدۇ . ئاندىن كۆكتاشنى سوقۇپ قازانغا سېلىپ ئوتنى نورمال قالاپ قازاندىكى
 كۆكتاشنى ھاۋانچا تېشىدا ئاستا سالاھىيە قىلىپ تۇرۇپ داۋاملىق قىزدۇرۇلسا كۈل رەڭ
 ھالەتكە كېلىدۇ . ئاندىن ئۇنى ئېلىپ سوۋۇتۇپ ھەر ئىككىسىنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەك
 تىن ئۆتكۈزۈپ تالقانلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق - ئىسسىق .

تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرىنى پاكىزلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سۆزنەك كېسەللىكىدە يۇيۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ بىر كىشىلىك نۇسخا بولۇپ ، دورىنى
 قايناقسۇدا ئېرىتىپ زەكەرنى (يەنى ئىچىنى) يۇيۇش ئەسۋابى بىلەن كۈندە 5 — 6 قېتىم
 يۇيۇپ بېرىلىدۇ .

مەرھىمى ئاتىشەك

تەركىبى : تۇتيا 60 گرام ، سىر (شىگرىپ) 30 گرام ، چۆپچىنى 2 گرام ، ئوتتا
 كۆمۈپ پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى مەلۇم مىقداردا .





ياسىلىشى : دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ قاتىدە بويىچە يۇمشاق ئېزىپ تۇخۇم سېرىقى بىلەن دورىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەرەم قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سىبىلىس كېسەللىكلىرى ئۈچۈن مەخسۇس قوللىنىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

فۇتۇلى سوزاك

تەركىبى : ياسمەن گۈلى ياكى ياپرىقى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : مەلۇم مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ داسقا تۆ-
كۈپ ، كۆيە - كۆيمەس ھالەتكە كەلتۈرۈپ دوۋسۇن ۋە جىنسىي ئەزالارغىچە چىلاپ
ئولتۇرغۇزۇلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوزۇلما خاراكتېرلىك سىزلامغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ھەببى زەيبىق

تەركىبى : مۇقەل ، ئەرەب يىلىمى ، ئەنزۇرۇت ، رەۋەن ، تۇربۇد ھەر بىرى 15
گرام ، سىماب (زەينەق) ، پىستە مېغىزى ، بادام مېغىزى ، ھۆل خىنە غولى ھەر بىرى 9
گرام ، غارىقۇن ، نىشاستە ، زەفەر ، مەستىكى ھەر بىرى 6 گرام ، كافۇر ، پارپى ، سەقىۈ-
نىيا ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : سىمابنى لىمون سۈيىدە داۋاملىق ئەزگەندە ئۇششاق زەرىچىلەرگە
ئايلىنىپ « ئۆلۈدۇ » . قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ سىماب زەرىچىلىرىگە
ئارىلاشتۇرۇپ 0.2 گرام ھەب ياسىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : قاننى تازىلاش ، جاراھەتلەرنىڭ ھۆللۈكىنى تارتىش تەسىرىگە ئىگە
ئىشلىتىلىشى : سىفلىس (ئاتشەك) ، جوزام (ماخاۋ) ، كونا جاراھەت ، ناسۇر
(ئاقما) ۋە ئىسسىق - سوغۇقتىن بولغان تۈرلۈك يارىلارنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : سىماب زەھەرلىك بولغاچقا بۇ ھەبىنى ئىستېمال قىلغاندا ئۇنىڭ



ئەكس تەسىرىنى ياخشى كۆزىتىش لازىم . بەزىدە چىش تۈۋىنى كۆكەرتىۋېتىدۇ ھەتتا چىشنى بوشىتىپ تاشلايدۇ . شۇڭا ئېغىزنى داۋاملىق يۇيۇپ تۇرۇش ، بەدەندە يەنە باشقا ئۆزگىرىشلەر بولسا ئىچىشنى توختىتىش لازىم .

بۆرەك ، سۈيدۈك خالتىسى ۋە يولىدىكى تاشنى چۈشۈرگۈچى دورا ياسالمايلىرى

داۋائى مۇپەتتىت

تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام ، جو-ھۇت تېشى ، چەلغوزە مېغىزى ، كەپە يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، تالقان تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دوۋسۇندىكى تاشلارنى پارچىلايدۇ ، قويۇلۇپ قالغان سۈيدۈكنى سۈيۈلدۈرۈپ راۋانلاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى : ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى مۇپەتتىتولھاسات

تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، ئەينۇلا يىلىمى ، كاسنى ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دوۋسۇندىكى تاشلارنى پارچىلايدۇ ، قۇم ، يىرىڭلارنى تازىلايدۇ ، قىزىتما پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 ، ھەر قېتىم 6 گرام يەپ 45 م ل سىر-كەنجىبىن ئىچىدۇ .



داۋائى يەرۇللا

تەركىبى : تاغ ياۋا ئۆچكىسىنىڭ قېنى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : 4 ياشلىق ياۋا ئۆچكىدىن بىرنى بېقىپ كۈز پەسلى ئۈزۈم قىزىرىشقا باشلىغاندا بوغۇزلاپ ، دەسلەپكى ۋە ئاخىرقى قېنىنى ئالماي ئوتتۇرىسىدىكى قېنىنى پاكىز قاچىغا ئېلىپ ، ئۇيۇغاندىن كېيىن ئۇششاق پارچىلاپ ، غەلۋىرگە يېپىپ قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدەك چىقىرىش ئەزالىرىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈنىگە 2 - 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 - 6 گرام ئېلىپ ، تۇرۇپ سۈيى ياكى چىڭسەي سۈيى بىلەن ئىچىدۇ .

سۇفۇفى ھەجەرۈلىھۇد

تەركىبى : قوغۇن مېغىزى ، تەرخەمەك مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 9 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 6 گرام ، يەھۇدى تېشى 4 گرام ، نىشاستە ، كەتىرا ، ھەبۇلقولت (بىر خىل تاش) ھەر بىرى 3 گرام ، شېكەر پۈتۈن دورىلار ۋەزىنىدە .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، دوۋسۇندىكى تاشلارنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 9 گرام ئېلىپ نوقۇت سۈيى بىلەن ئىچىپ ، پالەك بىلەن ئوزۇقلىنىدۇ ، 10 كۈنگىچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .

سىركەنجىنى مۇپەتتىت

تەركىبى : تۇرۇپ پوستى 250 گرام ، كەپە يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ھەر بىرى 120 گرام ، گۈلى سەۋسەن ، ئىگىر ، ئەنسەل ، فەتىرسالىيون ، دۇقۇ ھەر بىرى 60 گرام ، سىركە 810 م ل ، شېكەر 300 گرام .



ياسىلىشى : دورىلارنى سىركىگە 3 سوتكا چىلاپ ، ئاندىن ئازراق سۇ قۇيۇپ
يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە دوۋسۇندىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ
ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچكۈزۈ-
لىدۇ .

شەرىپىتى خەسەك

تەركىبى : ئوغرى تىكەننىڭ تولۇق پىشىغان ئۇرۇقى 100 گرام ، قەنت 150 گرام ،
ھەسەل 150 م ل .
ياسىلىشى : ئوغرى تىكەن ئۇرۇقىنى چالا سوقۇپ ، 500 م ل قايناقسۇغا بىر سوتكا
چىلاپ ، يەڭگىل قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، سۈيىگە شېكەر بىلەن ھەسەلنى سېلىپ بىر ئۆرلە-
تىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
تەسىرى : بۆرەك ۋە دوۋسۇندىكى تاشنى ئېرىتىپ چىقىرىدۇ ، يەلنى تارقىتىپ ،
يەل تاشقاندىن بولغان قىچىشىنى باسىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە دوۋسۇندا تاش پەيدا بولۇشقا ۋە ئېشەك يېمىگە ئىش-
لىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلار ھەر قېتىمدا 3 قوشۇق ،
كىچىك بالىلار 1 قوشۇق ئىچىدۇ .
ئەسكەرتىش : ھۆل ئوغرى تىكەن قوشۇلسا تەسىرى تېخىمۇ ياخشى .

شەرىپىتى ھىليۇن

تەركىبى : ھۆل شوخلا (مارجان شوخلا) نىڭ سىقىپ ئېلىنغان سۈيى 1 ھەس-
سە ، قەنت 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : شەربەت تەييارلاش ئۇسۇلى بىلەن تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، دوۋسۇندىكى تاش پارچىلىرىنى پارچىلاپ





چىقىرىدۇ ، سۈيدەك تۇتۇلۇش كېسەللىكىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 30 ~ 45 م ل ئىچىلىدۇ .

قۇرسى بۇزۇرى

تەركىبى : تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى 30 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرام
قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاق لالە ئۇرۇقى ، تاتلىق بادام مېغىزى (مېغىزى پوستىدىن
ئايرىلغىنى) ، كەتىرا ، نىشاستە ، رۇبۇسۇس ، خەشخاش ئۇرۇقى ، گىل ئەرمىنى ،
چىڭگەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، بەزىرۇلبەنجى (مىڭ دىۋانە) ئۇرۇقى ، بىنەفشە
ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بىنەفشە سۈيى بىلەن خېم
مىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىتى : 1 - دەرىجىدە سوغۇق .

تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش ، سۈيدۈك ئۇلغايىتىش ، ياللۇغ قايتۇرۇش ،
ئىشقى ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، قىزىتما قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ئاغرىش ، سۈيدۈك يولى ئېچىشىش ، سۈيدۈك كەلمەسلىك
قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلار ھەر قېتىمدا 3 گرام ،
بالىلارغا 1 گرام ئىچىكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى ئەقرەپ

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن چايان (سېرىق ئېشەك) ، كاكىنەج مېۋىسى ھەر بىرى
15 گرام ، قۇندۇز قەھرى 12 گرام ، قارىمۇچ ، فىلىل ھەر بىرى 6 گرام ، جىنتىيانا 5
گرام ، زەنجىبىل 3 گرام ، ھەسەل 200 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان
ھەسەلگە تۆكۈپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ .





تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : بۆرەك ۋە سۈيدۈك خالتىسىدىكى تاشنى ئېرىتىش ، سۈيدۈكنى ئۆل-
غايتىش ، ياللۇغنى قايتۇرۇش ، چايان زەھەرىنى قايتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە دوۋسۇندىكى تاشنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلار 5 گرام ،
بالىلارغا 2 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەلۇماتى مۇپەتتىتۇلەسات

تەركىبى : ھەببى بىلسان ، ھەببۇلقولت ، ھەجورۇل ئىسپەنجى (بۆلۈت تېشى) ،
چايان كۈلى ، كاكىنەج يىلتىزى مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ،
ھۆل ئوغرى تىكەننىڭ سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ سايدا قۇرۇتۇپ بۇنى 7 قېتىم
تەكرارلاپ يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 3 باراۋەر ھەسەل بىلەن خېمىر
قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل ، قۇرۇققا مايىل .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دوۋسۇندىكى تاشلارنى ئېزىش ۋە چىقىرىش تەسىرىگە
ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

مەلۇماتى ھەجرۈلىيەھۇد I

تەركىبى : ھەجرۈلىيەھۇد 50 گرام ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ
مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ، كاكىنەج ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 300 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھە-
سەلگە سېلىپ قوچۇپ تەييارلىنىدۇ .





تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : بۆرەك ۋە سۈيدۈك خالتىسىدىكى تاشنى ئېرىتىپ چىقىرىش ، ئىششىقنى ياندۇرۇپ زەھەرنى قايتۇرۇش ، ياللۇغ قايتۇرۇش ، سۈيدۈكنى ئۇلغايتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە سۈيدۈكتىكى تاشنى ئېرىتىپ چىقىرىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، چوڭلارغا ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

مەئجۇنى ھەجرۈلىيەھۇد I

تەركىبى : ھەجرۈلىيەھۇد 150 گرام ، قاپاق ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل دورا ۋەزىندە 2 پاراۋەر .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۆت ، بۆرەك ، دوۋسۇندىكى تاشلارنى ئېرىتىپ بەدەندىن چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

نۆتۈلى مۇپەتتەھات

تەركىبى : ئىكلمەلىك ، بابۇنە ، قىزىلگۈل ، ئاق لەيلى گۈلى ھەر بىرى 30 گرام ، قوغۇننىڭ قۇرۇق ساپىقى ، پىرسياۋشان ، ھەببۇلقەلت ھەر بىرى 21 گرام ، ئۆشە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، بادىيان يىلتىزى ھەر بىرى 18 گرام ، كاكنەج ، شۇمشا ھەر بىرى 12 گرام ، ئەفسەنتىن 9 گرام ، ياۋا سەۋزە ياپرىقى ، نىيلۇفەر ھەر بىرى 6 گرام ، سۇ 6 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلارنى مەزكۇر سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .





يارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، دوۋسۇندىكى تاشلارنى پارچىلاپ چىقىرىدۇ ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىلمان ھالدا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ . سۇدىن چىققاندا چايان يېغى جىنسىي ئەزاغا 2 - 3 قېتىم تېمىتىلىدۇ .

نۆتۈلى ھاسات I

تەركىبى : بابۇنە ، دەرەنە تۈركى ، نەمام ، رەيھان ، بولۇ (ئاناناس) ياپرىقى ، كەپتەر مايىقى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى مەلۇم مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
بىمار قىزىق ھالەتتە دورىغا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ، دورا تىرىپىلىرى دوۋسۇنغا تېگىلىدۇ .

نۆتۈلى ھاسات I

تەركىبى : دەرەنە تۈركى ، تۇرۇپ ياپرىقى ، بېدە ياپرىقى ، سوزاپ ، بابۇنە ، ئەفسەنتىن ، سۈنبۈل ، رەيھان ، ئاق لەيلى گۈلى ، نەمام ، چامغۇر ياپرىقى ، سېرىق چېچەك ، بولۇ (ئاناناس) ياپرىقى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى : زۇتۇلى ھاسات I بىلەن ئوخشاش .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

نۆتۈلى ھاسات II

تەركىبى : بىنەفشە ، قىزىلگۈل ، نىيلۇفەر ، ئاق لەيلى گۈلى ھەر بىرى 15 گرام ، ئوغرى تىمكەن ياپرىقى ، بابۇنە ، قوغۇن ساپىقى ، ئىككىلىمەلىك ، بولۇ ھەر بىرى 10 گرام .





ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى : نۇتۇلى ھاسات 1 بىلەن ئوخشاش .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ھەبىي مۇپەتتىۋلەسات

تەركىبى : ھەبىي بىلسان ، تۇرۇپ ئۇرۇقى ، دۇقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى) ، فەترا-
سالىيون ، كەپە يىلتىزى پوستى ، بادىيان يىلتىزى ، جاۋاشىر ، بادام مېغىزى ، ھەبۇلقار ،
ئىزخىمىر ، سۇنبۇل ، سەلىغە ، ئۇسقور دىيۇن (ياۋا سامساق) ، ئادراسمان ، يۇمىلاق زىرا-
ۋەند ، جىنتىيانا ، ئاسارون ، قىرەدەنە ، سەكبەج ، بەزىرۇلبەنجى ، مۇقەل ، قارىسۇچ ،
ئىگىر تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلار تالقىنى بىلسان يىغىدا ياغلاپ مۇقەل ۋە سەكبەج ئېرىتمىسىدە
ھەب قىلىنىدۇ ، ئەگەر مەزكۇر نۇسخىغا 1 گرام چايان كۈلى قوشۇۋېتىلسە تېخىمۇ ياخشى
بولىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، دوۋسۇندىكى تاشلارنى ئېرىتىپ چۈشۈرىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇزۇرى شەرىپتى بىلەن 3 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

شېكەر سېيشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

سۇفۇقى زىياپەت 1

تەركىبى : سەمى ئەرەبى ، ئانارگۈلى ، سىماق ، بەللۇت ھەر بىرى 15 گرام ، نى-
شاستە ، كەتىرا ، ئۇسۇك ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .





تەسىرى : ماددىلارنى قويۇقلىتىش ، بەدەننى قۇرۇتۇش ، تەشەنلىقنى بېسىش ، سۈيدۈكنى ئازايتىش ، ئىچ توختىتىش ، قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : زىياپەت كېسەللىكىگە ۋە ئىچ سۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا بولسا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

I سۇفۇفى زىياپەت

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، ئوغرى تىكەن ھەر بىرى 6 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، سەمغى ئەرەبى ، تاباشىر ، رۇبۇسۇس ، نىشاستە ھەر بىرى 3 گرام ، شېكەر 35 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىشى : سۇفۇفى زىياپەت I بىلەن ئوخشاش .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

I قۇرسى زىياپەت

تەركىبى : روبۇسۇس ، تاباشىر ھەر بىرى 30 گرام ، قارا سونا ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، گىل ئەرمىنى ھەر بىرى 12 گرام ، ئانارگۈلى 6 گرام ، كافۇر 1 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناقسۇ بىلەن خېمىر قىلىپ 0.5 گراملىق قۇرسى تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان تازىلاش ، سەپرا ۋە قاننى تىزگىنلەش ، سۈيدۈك مىقدارىنى ئازايتىش ، تەشەنلىقنى بېسىش ، بۆرەك مىزاجىنى تەڭشەش تەسىرىگە ئىگە ۋە





زىياىت كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۆسۈلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام
ئىچكۈزۈلىدۇ .

قۇرسى زىياىت I

تەركىبى : قىزىلگۈل ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، تاباشىر ، رۇبىۋ-
سۇس ، قارا سونا ئۇرۇقى ، يۇمىخاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، گىل ئەرمىنى ،
ئاقاقىيا ، سەمى ئەرەبى ، ئاق سەندەل ، ئانارگۈلى ھەر بىرى 6 گرام ، كافۇر 1.5 گرام .
ياسىلىشى : قۇرسى ياساش قائىدىسى بويىچە 0.5 گراملىق قۇرس قىلىپ تەي-
يارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : سوغۇق .

تەسىرى ، ئىشلىتىلىشى ۋە مىقدارى : قۇرسى زىياىت I بىلەن ئوخشاش .

قۇرسى زىياىت II

تەركىبى : ئىسبەغول 9 گرام ، ھەبۇلتاس ، تۇخىمى ھومماز ھەر بىرى 6 گرام ،
سەمى ئەرەبى ، نىشاستە ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : ئىسبەغولدىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىسە-
غول لۇئابىدا خېمىر قىلىپ 0.5 گراملىق قۇرس تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : سوغۇققا مايىل ، مۆتىدىل .
تەسىرى : بۆرەك ۋە دوۋسۇننىڭ مىزاجىنى تەڭشەپ ، خىزمىتىنى
نورماللاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك تېمىپ كېلىش ، زىياىت كېسەللىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۆسۈلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ، بالىلارغا
بولسا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .





جىنسىي ئەزانى كۈچەيتكۈچى ۋە مەنى تۇتقۇچى دورا ياسالمىلىرى

جەۋارش خۇبىسۇلەددى

تەركىبى : تۆمۈر قىرىندىسى 715 گرام ، قارا ھېلىلە ، ھېلىلە كابۇلى ، شەترەنجى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، گۈلدارىچىنى ، سۈنبۈل تىب ، جوزبۇۋا ، زەنجىبىل ، فىل فىلىمايە ، لېچىندانە ، تاتلىق قۇستە ، سەلىخە ، قەلەمفۇر ، بەسباسە ، خولىنجان ، نارمىشكى ھەر بىرى 20 گرام ، بەلىلە پوستى ، خالىس ئامىيە ، جوۋىنە ، قىزىل تۇرى ، سېرىق تۇدىرى ، فىلىفىل ، ئاقلاڭغان كۈنجۈت ، سەئىدى كۇفى ھەر بىرى 12 گرام ، ئىغار 6 گرام ، ئەنبەر 3 گرام ، ھەسەل يۇقىرىقى دورىلار ئېغىرلىقىنىڭ 2 ھەسسىسىگە تەڭ ، كالا يېغى 150 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . ئالدى بىلەن كالا يېغىدا تۆمۈر قىرىندىسىنى ، ئاندىن دورىلارنى سېلىپ قورۇپ ئاخىرىدا ئىپار ، ئەنبەرنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : قان تولۇقلاش ، باھنى قۇۋۋەتلەش ، مەنى تىزگىنلەش قاتارلىق تەسىرلەرگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئالەتنىڭ سۇسلۇقى ، مەنى ئېقىپ توختىماسلىق ، قانلىق بوۋاسىر قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئېلىپ كالا سۈتى ياكى ئۈزۈم شەربىتى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارش زەرئونى

تەركىبى : چىڭسەي ئۇرۇقى ، چامغۇر ئۇرۇقى ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، جوۋىنە ،





ئارپا بادىيان ، قوغۇن ئۇرۇقى ، بادىرەك ئۇرۇقى ، چىڭسەي يىلتىزى ، ھەببە قەلقل مې-
غىزى ، ھەببى زەلەم مېغىزى ، نارجىل ، چەلغۇزە مېغىزى ، ھىليۇن ئۇرۇقى ، بوزىدان ،
ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، شاقاقۇل ، لىسانى ئەسافۇر
(ئەرمىدۇن ئۇرۇقى) ھەر بىرى 19 گرام ، زەفەر ، كۈندۈز مەستىكى ، ئۇد ھىندى ھەر
بىرى 12 گرام ، بەسباسە ، قەلەمقۇر ، فىلىلموئە ، كاۋاۋىچىنى ، ئاقىر قەرھە ، زەنجىبىل ،
بېدە ئۇرۇقى ، زاغۇن ، پىياز ئۇرۇقى ، ھەببى رىشات ، چاققاق ، ئۇرۇقى ، كۈدە ئۇرۇقى ،
خولىنجان ، جويۇز ، گۈلدارىچىنى ، فىلىل ھەر بىرى 9 گرام ، تاغ پىيىزى ، سۆلەپ ، بۇقا
چۈيىسى ، قۇشقاچ مېڭىسى ، خورما مېغىزى ھەر بىرى 6 گرام ، ئىغار 2 گرام ، قەنت 1
ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنىنى كۆپەيتىپ ، باھنى كۈچەيتىدۇ . يولۇنى ، بۆ-
رەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سوغۇق مىزاجلىقلار كۈندە 1 قېتىم 15 گرام
يېگەندىن كېيىن ئۈستىدىن مائۇلئەسەل ئىچىدۇ . ئىسسىق مىزاجلىقلار 6 گرام يەپ ئۈس-
تىدىن شېكەر قوشۇلغان سۈت ئىچىدۇ .

جەۋارش زەرئۇنى مۇقەۋۋى

تەركىبى : زەنجىبىل ، چامغۇر ئۇرۇقى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ،
زاغۇن ، پىياز ئۇرۇقى ، كۈدە ئۇرۇقى ، خولىنجان ، جويۇز ، دارىچىنى ، فىلىل ، بوزىدان
ھەر بىرى 9 گرام ، چاققاق ئۇرۇقى 6 گرام ، ھىليۇن ئۇرۇقى ، شاقاقۇل ، قىزىل تۇدرى ،
ئاق تۇدرى ، ئىپار ، سەقەنقۇر ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى (لىسانى ئەسافۇر) ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، قەنتنى قىيام قىلىپ مەئجۇن ياسىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، مېڭە ، جىگەر ، بۆرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، باھنى
كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

داۋائى دارچىنى

تەركىبى : دارىچىنى 30 گرام (سوقۇپ تاختا ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ) ، كالا





سۈتى 280 م ل .

ياسىلىشى : ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە ياخشى قۇۋۋەت بېرىدۇ .
باھنى قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئۈچكە بۆلۈپ بىر كۈندىلا ئىچىپ
تۈگىتىلىدۇ .

داۋائى مۇبەھھى

تەركىبى : تۇخۇم سېرىقى 20 دانە ، ئاقىرقەرھە ، قەلەمفۇر ، دارىچىنى ، زەنجبىل ،
خولىنجان ھەر بىرى 20 گرام ، ھەسەل 360 م ل .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۆرۈنەرلىك قوزغايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مەئجۇن قىلىپ ھەر ئاخشى 1 قېتىم ، 3 گرام
ئىستېمال قىلىنىدۇ .

رەۋغىنى ئاقىرقەرھە

تەركىبى : ئاقىرقەرھە 6 گرام ، دارىچىنى 3 گرام ، ئىغار 2 گرام ، ئەفىۋن 1.5
گرام .
ياسىلىشى : ھەممىسىنى سوقۇپ سىماپ يېغى ياكى گۈلباسمەن يېغىغا ئارىلاش
تۇرۇپ شىشە قاچىغا ئېلىپ 21 كۈن تومۇز ئاپتاپتا قويۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىنسىي ئەزا ، ئۇرۇق بېزى خالىتىسى ، بەل ساھەسى ،
ئالقان ۋە پۇت - قوللارنى ياغلىسا جىنسىي لەززەتنى ئاشۇرىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇقىرىقى ئەزالارنى
ياغلايدۇ .



رەۋغنى سىر (سامساق يېغى)

تەركىبى : تازىلانغان سامساق 450 گرام ، پەرفىيۇن ، ئاقىرقەرھە ھەر بىرى 135 گرام ، فىلىفىل ، سوزاپ ھەر بىرى 30 گرام ، زەيتۇن يېغى 620 م ل .

ياسىلىشى : ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىدۇ ، سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل كېسەللەكلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ . پەي سۇسلۇقى ، بويۇن ئاغرىقى ، بوۋاسىر ، سۈيدۈك تېمىپ كېلىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ . چىرايىنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدار ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن باغلايدۇ .

رەۋغنى مۇرچ (چۈمۈلە يېغى)

تەركىبى : سېرىق چۈمۈلە 1000 دانە ، كۈچۈلا يېغى 90 م ل .
ياسىلىشى : چۈمۈلنى يىغىپ شىشكە سېلىپ ، ئۈستىگە كۈچۈلا يېغىدىن قۇيۇپ 21 كۈن تومۇزنىڭ ئاپتېپىدا تورغۇزغاندىن كېيىن چۈمۈلنى سۈزۈپ سىقىپ تاشلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ھەر خىل زەھەرلىك ھايۋانلاردىن چايان ، كۆك پىت ، يىلان ، ھەرد لەرنىڭ چېقىپ ، زەھەرلىنىشىدىن ساقلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە . جىنسىي مۇئامىلىدە قۇۋۋەتسىز كىشىلەرگە ھەم گاسقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : چايان ، يىلان ، ھەرە ، كۆك پىت چاققانغا ، جىنسىي ئاجىزلىقتا ئالەتنى ياغلاشقا ، قۇلاق ئاغرىقى ۋە گاسلارغا ، چاچ ئاقىرىشقا ، بەرمەس كېسەللەكلەرنى ئۈچۈن ياغلاش ياكى تېمىتىشقا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ياغلىنىدۇ ياكى تېمىتىلىدۇ .



ئەسكەرتىش : چۈمۈللىلەر چوڭ ۋە قۇرۇق ئاق يەرنىڭ بولۇشى شەرت .

سۇفۇفى كۈنجۈت

تەركىبى : كۈنجۈت ، قارا زىرە ، زەنجىبىل ھەر بىرى 30 گرام ، فىلىفىل ، قارامۇچ ھەر بىرى 15 گرام ، لېچىندانە ، قاقىلە ھەر بىرى 9 گرام ، دارىچىنى 6 گرام ، قەنت 270 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىدۇ ، مەنىنىڭ سۇيۇلۇپ ۋە يۈرۈپ كېتىشىگە ئۈنۈم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

شەرىپتى ئەنجۈر رۇتەب

تەركىبى : ياخشى پىشقان ئەنجۈر 1.2 كىلوگرام ، نوقۇت 560 گرام ، دارىچىنى ، خولىنجان ، سۈنبۇل ، قەلەمفۇر ھەر بىرى 3 گرام ، زەفەر ، ھەسەل 810 م ل ، سۇ 5.4 لىتر .
ياسىلىشى : ئەنجۈر ۋە نوقۇتنى ئايرىم - ئايرىم سۇغا سېلىپ $\frac{1}{4}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ ، پىشۇرۇپ مۇجۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ، ئۈستىدىن قالغان دورىلارنى خالتىغا قاچىلاپ سېلىپ ، قاينىتىپ سىقىپ ھەسەل سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەك دوۋسۇننى ياخشىلايدۇ ، مەنىنى كۈچەيتىدۇ ، باھنى كۈچەيتىدۇ ، بەل ئاغرىقىنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپتى گۈزەر

تەركىبى : تازىلاپ توغرىلانغان سەۋزە 3.2 كىلوگرام ، سۈنبۇل ، قەلەمفۇر ، خولىنجان ، دارىچىنى ھەر بىرى 3 گرام ، زەفەر 2 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .
ياسىلىشى : سەۋزىنى مەلۇم مىقداردىكى سۇ بىلەن قازاندا مەھكەم دۈملەپ (خېمىر





بىلەن تۇۋاقنىڭ چۆرىسىنى چاپلاپ ، سۇس ئوتتا ئۇزۇن قاينىتىپ يۇمشاق پىشۇرۇلىدۇ ۋە ئېلىپ مېچىپ سۈيىنى ئېلىپ چىقىرىۋېتىلىدۇ . زەفەردىن باشقا دورىلارنى خالتىغا قاچىلاپ مەزكۇر سۇ بىلەن قاينىتىلىدۇ . دورىلارنىڭ تەمى چىقىپ بولغاندىن كېيىن سىقىپ سۈزۈۋېلىپ ھەسەلنى قوشۇپ قىيام قىلىنىدۇ . زەفەرنى ئايرىم سالايە قىلىپ قىيامغا قوشۇلىدۇ .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىدۇ ، بەل ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

مقدارى : ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى تەرەنجىبىن

تەركىبى : چوڭ ئاق تەرەنجىبىن 90 گرام ، يېڭى سېغىلغان قوي سۈتى 1440 م ل .

ياسىلىشى : تەرەنجىبىنگە چىلاشقۇدەك سۇ قۇيۇپ 5 ~ 10 مىنۇت تۇرغۇزۇپ ، تەرەنجىبىن ئېرىگەندىن كېيىن سۈزۈپ قۇملىرىنى تازىلاپ ، سۈتنى مۇلايىم ئوتتا قاينىتىپ ئۈستىگە ئاز - ئازدىن تەرەنجىبىن ئېرىتمىسى قۇيۇپ تاكى مائۇلئەسەل قىيامغا ئوخشاش ھالغا كەلگىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسرى : باھنى قۇۋۋەتلەش تەسرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : جىنسىي ئىقتىدارى تۆۋەنلىشىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە 2 قېتىم ،

ھەر قېتىمدا 12 ~ 24 م ل ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى ئىچكەندىن كېيىن يېڭى بېلىق گۆشلىرىنى پىياز بىلەن كاۋاپ قىلىپ قىزىق پېتى يەيدۇ . ئۈستىدىن مۇسەللەس ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى باھ

تەركىبى : گاۋزەبان ، قوغۇن ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، رەيھان ئۇرۇقى ، ئاق

بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 12 گرام ، قىزىلگۈل ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، سەۋزە





ئۇرۇقى ، چامغۇر ئۇرۇقى ھەر بىرى 9 گرام ، تەرەنجىبىن ياكى قەنت قىيامى مۇۋاپىق مىقداردا .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىدۇ ، يۈرەكنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەق سەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 12 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلجۇنى بۇئەلى

تەركىبى : بوزىدان ، قارىمۇچ 3 ھەسسە ، ھىلگ ، سەۋەز ئۇرۇقى ، قاقىلە ، زاغۇن ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، كەرەمدانە 1 ھەسسە ، ئىغار $\frac{1}{6}$ ھەسسە ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : چىلغوزا يېغى بىلەن دورىلار تالقىنىنى نەمدەپ ھەسسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىشتە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ يېيىلىدۇ .

مەلجۇنى بىيىزىد

تەركىبى : ئاقىرقەرھە ، قەلەمغۇر ، زەنجىبىل ھەر بىرى 23 گرام ، تۇخۇم سېرىقى (پۇشۇرۇلغان) 20 دانە ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 360 مل .

تەسىرى : باھنى كۈچەيتىشتە زور ئۈنۈمگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : تاماقتىن بۇرۇن 1 قېتىم 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلجۇنى پۇلۇنىيا

تەركىبى : زەفەر 100 گرام ، بادام مېغىزى 60 گرام ، ئەفىۇن 40 گرام ، سۆڭلەپ 36





گرام ، قىزىل بەھمەن ، جوز بۇۋا ، بەسباسە ، بادىيان ھەر بىرى 30 گرام ، خولىنجان ، دارىچىنى ، ئۇد بىلىسان ، ئاق بەھمەن ھەر بىرى 20 گرام ، ئىفار 15 گرام قارامۇچ ، بەزىرۈلبەنجى ، پەرفىيۇن ، سۈنبۇل ، ئاقىرقەرھە ، زەنجىبىل ، قەلەمفۇر ، ئەنبەر ، كۈمۈش ۋەزەق ھەر بىرى 10 گرام ، ئاق شېكەر 1 كىلوگرام ، ئاق ناۋات 1.25 كىلوگرام ، ھەسەل 2 لىتر .

ياسىلىشى : قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ناۋات شىرىسىدە ئېرىتىلگەن ئەفىۇننى سېلىپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلدە قىيام قىلىپ مەئجۇن ياسىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : باھنى كۈچەيتىش ، مەنى تۇتۇش ، مېڭە ۋە نېرۋا خىزمىتىنى تەڭشەش تەسىرگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاجىزلىقى ، جىنسىي ئاجىزلىق ، مەنى تۇتالماسلىق ، روھ سىزلىق قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 ~ 1 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى جالالى خوتەنى

تەركىبى : كەندىر غازىڭى 60 گرام ، ئاقلانغان بادام مېغىزى 30 گرام ، جويۇز ، پوستى خەشخاش ھەر بىرى 12 گرام ، گۈلدارىچىنى 10 گرام ، سۈنبۇل ، لېچىندانە ئۇد ھىندى ، مەستىكى رۇمى ھەر بىرى 6 گرام ، ھەببۇلىنىل 3 گرام ، ئىپار 1 گرام ، ھەسەل 300 م ل .

ياسىلىشى : بادام ، ئىپاردىن باشقىلىرىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادامنى ئايرىم سوقۇپ ، ئىفارنى قەنت بىلەن سالايە قىلىپ ، ھەسەلنى ئېرىتىپ ئالدى بىلەن مەئجۇننى ، ئاندىن تالقانى ، ئاخىرىدا ئىفارنى سېلىپ تولۇق ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭە ۋە بۆرەكنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش ، مەنىنى قويۇقلىتىش ، ئىختىيارسىز مەنى ئېقىشنى تىزگىنلەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاجىزلىقى ، مەنى تۇتالماسلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .



ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

مەلجۇنى رەشىد

تەركىبى : كاباچىنى ، كۈندۈر ، فۇفەل ، سۆڭلەپ ، قەلەمفۇر ، سۈنبۇل ، مەس-
تىكى ، جوۋىنە ھەر بىرى 30 گرام ، ھەسەل 500 م ل .
ياسىلىشى : يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىرلىكتە سوقۇپ ئەلگەكتىن
ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەلجۇن تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : چىقىرىش ئەزالىرى خىزمىتىنى ياخشىلاش ، تامچىلاپ سىيىش كېسەل-
لىكىنى داۋالاش ، مەنىنى قويۇقلىتىش ۋە تۇتۇش ، باھنى كۈچەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش ، مەنى تۇتالماسلىق ، جىنسىي
ئاجىزلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئېلىپ كالا
سۈتى بىلەن ئىچىلىدۇ ، شۇنىڭ بىلەن بىللە كۈندە 150 م ل نوخۇد شىرىسىگە 30 گرام
ناۋات سېلىپ ئۆرلىتىپ ئىچسە تېخىمۇ مەنپەئەتلىك .

مەلجۇنى زەرئۇنى

تەركىبى : قىزىل ۋە ئاق تۇدرى ، قىزىل ۋە ئاق بەھمەن ، بوزىدان ، ئەرمىدۇن
ئۇرۇقى ، تاتلىق قۇستى ، سۇئىدى ھىندى ، سۈنبۇل ھەر بىرى 120 گرام ، قارامۇچ ،
فىلىفىل ، زەنجىبىل ، نېپىز دارىچىنى ، دارىچىنى ، قەلەمفۇر ، خولىنجان ھەر بىرى 40
گرام ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 4. 100 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن
ئارىلاشتۇرۇپ مەلجۇن تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : بەدەننى ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەش ، ئىشتىھانى ئېچىش ، پەيىنى چىگد-
تىش ، فالەچ ، لەقۋالارغا شىپا بولۇش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 ~ 1
ياشتىكىلەرگە 2 ~ 1 گرام ، 10 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 4 ~ 3 گرام ، 10 ياشتىن



چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 6 ~ 5 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

مەئجۇنى سۆزلەپ

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 60 گرام ، پىستە مېغىزى ، بادام مېغىزى ، ئاق سەندەل ، نارجىل مېغىزى ، پىندۇق مېغىزى ، چەلغۇزە مېغىزى ، ھەببۇتۇلخوزرا مېغىزى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ھەلىيە ، كابۇلى پوستى (قۇرۇق) ، قارا ھەلىيە (قۇرۇق) ، قىزىلگۈل غۇنچىسى ھەر بىرى 6 گرام ، مەرۋايىد ، كۆيدۈرۈلگەن كەھرىبا ، تاغ ياۋا ئۈزۈمى ، پىستە گۈلى ، سىپارى گۈلى ، نەششە كەندىر ئۇرۇقى ، بەسباسە ، ئۇدى سەلپ ، خولىنجان ، تاباشىر ، كات ھىندى ، بەللۇت مېغىزى ، سەمغى ئەرەبى ، مۇغلان مېغىزى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، شاقاقۇل مىسىرى ، ئانار گۈلى ، سىفارى يىلىمى ، قۇرۇق يۇمىغاقسۇت ، سىيەتبەھلى ، سۆزلەپ مىسىرى ، گۈلدارىنچىنى ، شاكالىسىز ئامبىلە ھەر بىرى 3 گرام ، مەستىكى ، پەتەم يىلىمى ھەر بىرى 1.5 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق ، ئەنبەر ھەر بىرى گرام ، ئاق ناۋات 100 گرام ، ئالما شەربىتى ، بېھى شەربىتى ، ئانار شەربىتى ، ئامۇت سۈيى قىيامى ھەر بىرى 120 م ل ، مېۋىلەر شەربىتى (شەربىتى پەۋاكىھە) قىزىلگۈل گۈلابى ھەر بىرى 60 م ل .

ياسىلىشى : مېغىز دورىلار ئايرىم سوقۇلىدۇ ، قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ ، يىلىم دورىلار ئايرىم گۈلاب بىلەن ئېرىتىلىدۇ ، شەربەتلەرنى بىرلەشتۈرۈپ دورىلارنى سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنىڭ ۋە بۆرەكنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش ، مەنىنى قويۇقلىتىش ۋە تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئىختىيارسىز مەنى يۈرۈپ كېتىش ، مېگە خىزمىتى ئاجىزلاش قا .
تازىلىقلارنى داۋالاشقا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر بىرى قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى ئىستېمال قىلغاندا ھۆل سوغۇق ھەمدە چۈچۈمەل نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش لازىم .

مەئجۇنى قۇرسى ئەپشا

تەركىبى : سۆللەپ ، زەنجىبىل ، دارىچىنى ھەر بىرى 18 گرام ، پىستە مېغىزى ، تاتلىق بادام مېغىزى ، نارجىل مېغىزى ، پىندۇق مېغىزى . ئەنبەر ، كۈمۈش ۋەزەق ، ئىنغار ھەر بىرى 6 گرام ، كابابىچىنى ، قەلەمفۇر ، فىلىفىل ، توغراخان پىلە ، ئۆشەنە ، ئەنجىدان ، تۆگە پىشلىقى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، ھىليۇن ئۇرۇقى ، كۈدە ئۇرۇقى ، چامغۇر ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، بولۇ ئۇرۇقى ، زاغۇن ، بوزىدان ، پارپا ، چەلغۇزە مېغىزى ، قاقىلە ، لېچىندانە ، تۇرۇپ ئۇرۇقى ، خولىنجان ، گۈلدارىچىنى ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سەۋزە ئۇرۇقى ، ھەببى قەلقلە ، ئەرمىبدۇن ئۇرۇقى ، ئالتۇن ۋەزەق ، تاغ پىيىزى ، تەكرار چىلاپ ، قۇرۇتۇلغان ئۇغرى تىكەن ، قىچا ، ئاقىر قەرھە ھەر بىرى 3 گرام ، قۇرسى ئەپشا ئومۇمىي دورىلارنىڭ $\frac{1}{10}$ مىقدارىدا كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا ، تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنىنى كۆپەيتىدۇ ، ماغدۇزسىزلىقنى يوقىتىدۇ ، جىنسىي ھەۋەسنى ئاشۇرىدۇ . بولۇپمۇ سوغۇق مىزاجلىقلار ۋە قېرىلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ . مەنى تېز كېتىش ، پەي سۇسلۇق قاتارلىقلارنى ياخشىلايدۇ ، ساقلىقنى ساقلاشقا ياردەم قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 12 ~ 15 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى كەھربا

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 70 گرام ، نەرجىل 40 گرام ، گاۋزەبان گۈلى ، ئاق سەندەل ئەسلى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئەتر ھەبەشى ھەر بىرى 18 گرام ، جەۋزبەۋۋا 15 گرام ، قىر قىلغان پىلە تالقىنى 10 گرام ، ياقۇت ، مەرۋايدى ، كەھربا ، كۈمۈش ۋەزەق ، ئەنبەر جەدۋارچىنى ، ئادەمگىيا ھەر بىرى 6 گرام ، زەفەر 5 گرام ، ئىپار





3 گرام ، خالسى ئەفيۇن 2 گرام ، ئالتۇن ۋە رەق 1.5 گرام ، ئاق ناۋات 250 گرام ، بېدىمىشكى گۇلابى ، گاۋزەبان گۇلابى ھەر بىرى 250 م ل ، ھەسەل 200 م ل .

ياسىلىشى : ئالدى بىلەن جويۇزنى چوققىسىدىن تۆشۈك ئېچىپ ، ئەفيۇننى پار-چىلاپ سېلىپ ئاندىن تۆشۈكنى ئېتىپ تېشىدىن خېمىر يۆگەپ كالا يېغىدا يۇغۇرۇلىدۇ . خېمىر سارغىيىپ پىشقاندا خېمىرنى سويۇۋېتىپ ، جۈزبەۋىلارنى باشقا قۇرۇق دورىلار بىلەن بىللە سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، باشقا دورىلارنىمۇ ئۆز شەرتى بىلەن سالايە قىلىپ گۇلابلار بىلەن ناۋاتنى قىيام قىلىپ ھەسەلنى ئېرىتىپ قوشۇپ يۇغۇرۇلىدۇ ، شىشە قاچىغا ئېلىپ 40 كۈن تىندۈرۈلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭە ۋە يۈرەك خىزمىتىنى كۈچەيتىش ، كۆڭۈلنى ئېچىش ، باھنى قوزغاش ، مەنىنى قويۇقلىتىش ۋە تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاجىزلىقى ، خەفەقان ، جىنسىي ئاجىزلىق ، مەنى يۈرۈپ كېتىش قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىسسىق مىزاجلىق كىشى كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 گرام ، سوغۇق مىزاجلىق كىشى 3 گرام ئېلىپ ماددە تۇلەيات بىلەن كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلجۇنى كۈندۈر I

تەركىبى : كۈندۈر ، ئانارگۈلى ، بەللۇت ، يۇمىناقسۇت ئۇرۇقى ، سىياھدان ھەر بىرى 120 گرام ، زىرە ، تاغ زىرىسى ، جۇۋىنە ھەر بىرى 60 گرام ، بەلىيلە ، ئامىيلە ، سېرىق ھېلىيلە ، قارا ھېلىيلە ھەر بىرى 40 گرام ، ھەسەل 2.820 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەلجۇن تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش ، سۈيدۈك ، مەنى تۇتۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھۆل مىزاج كىشىلەرگە ، سىيگەك ، مەنى تۇتالماسلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 ~ 1





ياشتىكىلەرگە 1 ~ 2 گرام ، 10 ~ 5 ياشتىكىلەرگە 3 ~ 2 گرام ، 15 ~ 10 ياشتىكىلەرگە 4 ~ 3 گرام ، 15 ياشتىن چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 4 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .
ئەسكەرتىش : كاۋاپ بىلەن بىرگە بىللە يېيىش لازىم .

مەئجۇنى لۈبۇب

تەركىبى : نارجىل ، بادام مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، چەلغۇزە مېغىزى ، ھەببەتۇل-خوزرا مېغىزى ، چىگىت مېغىزى ، كۈنجۈت ھەر بىرى 21 گرام ، شاقاقۇل ، خولىنجان ، سۆللەپ ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، ئەركەك بېلىق (سەقەنقۇر) ھەر بىرى 9 گرام ، ھەببى بىلسان ، ھەببۇلبان ، ئاقمۇچ ، قوغۇن مېغىزى ، تەرخەمەك مېغىزى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، پىياز ئۇرۇقى ، چامغۇر ئۇرۇقى ، بېدە ئۇرۇقى ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، ياۋا ساۋزە ئۇرۇقى ، زاغۇن ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ، كۈدە ئۇرۇقى ، ھىليون ئۇرۇقى ، ھۆل ئوغرى تىكەن سۈيىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ (بۇ 7 قېتىم تەكرارلىنىدۇ) ئوغرى تىكەن ، زەنجىبىل ، بوزىدان ، تاتلىق قۇستە ، ھەببى زەلەم مېغىزى ، دورنەج ئەقربى ھەر بىرى 6 گرام ، دارىچىنى ، قەلەمفۇر ، سۈنبۇل ، ئاسارۇن ، بەسباسە ، كابابىچىن ، سۇندى كۇفى ، گۈلدارىچىنى ، فىلىفل ، ئۇد ھىندى ، جويۇز ، نارمىشكى ئەنبەر ، زەفەر ھەر بىرى 5 گرام ، ئىپار 2 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى ، يۈرەك ، مېڭىنى كۈچەيتىشتە كۈچلۈك تەسىر قىلىدۇ . رەڭگى - روينى چىرايلىق قىلىدۇ ، ئىرقۇننەسا ، نىقرەس ، مەنى يېتىشمەسلىك ، پەي سۇسلۇقى قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6 ~ 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى لۈبۇبى مۆتىدىل

تەركىبى : فىندۇق مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، چەلغۇزە مېغىزى ، بادام مېغىزى ، كۈنجۈت مېغىزى ، قوغۇن مېغىزى ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ھەر بىرى 18 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، بەگىناي قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ھەر بىرى 9 گرام ، بوزىدان ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، خولىنجان ، دارىچىنى ھەر بىرى 6





گرام ، قەنت 180 گرام ، ھەسەل 280 م ل .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۆرەكنى قىزىتىپ جىنسنى ھەۋەسنى قوزغايىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 15 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلجۇنى لوئوئى

تەركىبى : رۇم بادىيان ، ئاق بەھەن ھەر بىرى 9 گرام ، مېھرىگىيا ، ئىزخىر ، سەئدى كۇفى ، يۇلغۇن مېۋىسى ، قېلىن دارىچىنى ، دارىچىنى ، ئاسارۇن ، مەستىكى ھەر بىرى 6 گرام ، كاكىنەج ، مەشقىپچەك يىلتىزى ، سەمى ئەرەبى ، كەتىرا ھەر بىرى 5 گرام ، تېشىلىمگەن مەرۋايىت ، مارجان ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىنسنى ئەزانى قاتۇرىدۇ ، مەنىنى كۈچەيتىدۇ ۋە تورمۇزلايدۇ ، پەيلەرنى كۈچلەندۈرىدۇ ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ئۇخلاشتىن بۇرۇن قاپناقىسۇ بىلەن 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلجۇنى مەسھا

تەركىبى : قەلەمفۇر 30 گرام ، ئاقمۇچ ، مەستىكى ، دارىچىنى ھەر بىرى 21 گرام ، ئاقىرقەرھا 18 گرام ، قاقىلە 12 گرام ، زەفەر ، نەشە ھەر بىرى 9 گرام ، ئىغار 2 گرام ، بادام يېنى 30 م ل ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلار تالقىنىنى بادام يېنىدا ياغلاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ ، باھنى قوزغايىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 ~ 6 گرام يېيىلىدۇ .





مەلۇماتى مەسھۇم مۇكەببى

تەركىبى : سۆڭەك 30 گرام ، گۈلدارىچىنى ، گاۋزەبان ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 15 گرام ، ئۆشەنە 12 گرام ، خولىنجان ، كابابىچىنى ، قەلەمقۇر ، سۈنبۇل ، قاقىلە ، نارجىل ، جويۇز ، فەرەنجىمىشكى ، جۈيزە پوستى ، مەستىكى ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، بەسباسە ھەر بىرى 9 گرام ، تېشىلىمىگەن مەرۋايىد ، سازەج ھىندى ، سەئىدى كۇفى ، ئەنەبەر ھەر بىرى 6 گرام ، لەئلى ، كەھرىبا ، مارجان ، فىلىفىل ، زەنجىبىل ھەر بىرى 3 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق ، ئىپار ھەر بىرى 2 گرام ، نەشە يېغى 90 مل .
تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىش ، مەنى تورمۇزلاش تەسرى ياخشى ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر بىر قېتىمدا 2 ~ 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەلۇماتى مۇبەھبى

تەركىبى : زەنجىبىل ، شاقاقۇل ، دارىچىنى ، زاغۇن ، ئاق قىچا 1 ھەسسە ، چاققاق ئۇرۇقى ، ئاقىرقەرە ، قارامۇچ يېرىم ھەسسە ، ھىل 1/4 ھەسسە ، زەنجىبىل مۇراببا ھەسلى (ھەسەلدە تەييارلانغان مۇراببا) 3 ھەسسە .
تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرنىڭ باھنى كۈچەيتىشتە ياخشى تەسەر قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام يېيىلىدۇ .

مەلۇماتى مۇبەھبى ئەلا

تەركىبى : ھىل ، پارىي ، كۈچۈلا ھەر بىرى 30 گرام ، فىلىفىل ، كابابىچىنى ، زەنجىبىل ، دارىچىنى ، ئاقىرقەرە ، قەلەمقۇر ، جويۇز ، خولىنجان ، قارامۇچ ، شاقاقۇل ھەر





بىرى 15 گرام ، زەفەر 9 گرام ، ياڭاق مېغىزى 1.5 كىلوگرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 750 گرام ،
ئېرىك قوي جىگىرى 750 گرام ، تۇخۇم سېرىقى 30 دانە ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىشتە كۈچلۈك تەسىر قىلىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىم 5 گرام ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى مۇبەھبى مۇكەييىپ

تەركىبى : بادام مېغىزى ، چىلغوزا مېغىزى ، تەرخەمەك مېغىزى ، قوغۇن مېغىزى
ھەر بىرى 48 گرام ، تاباشىر 18 گرام ، جويۇز ، بەسباسە ، دارىچىنى ، قىزىلگۈل ،
شەۋكىران يىلتىزى ، قاقىلە ، لېچىندانە ، قاراسونا ئۇرۇقى ، كاكىنەج ، ئاق بەھمەن ، قىزىل
مەھمەن ، سۆڭەك شاقاقۇل ، زەپەر ھەر بىرى 9 گرام ، ھەسەل ، ناۋات ھەر بىرى 560
گرام ، نەشە يېغى 120 م ل .

ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مېڭە ۋە جىنسىي بەزلەر خىزمىتىنى كۈچەيتىدۇ ، مەنى تورمۇزلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مەنى ئازىيىش ۋە سۈيۈلۈپ كېتىشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەئجۇنى مۇمىسەك

تەركىبى : ئەفىۇن ، ناۋات ، جويۇز ، قەلەمقۇر ، ئىغار ، زەفەر ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ،
گۈلدارىچىنى تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنىنى ناھايىتى ياخشى تۇتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .



مەلجۇنى ئېنىسنا

تەركىبى : قۇرۇق پىننە ، ھەببۇلئاس ، سىندۇرۇس ، مۇرمەككى ، كۈندۈر ، بەس-
باسە ھەر بىرى 10 گرام ، توم زەنجىبىل ، چەلغۇزە مېخىزى ھەر بىرى 6 گرام ، ھىلىيلە
كابۇلى پوستىنىڭ قۇرۇلمىسى 3 گرام ، ئاق بەھمەن ، قەرىغىل ھەر بىرى 1.5 گرام ،
سۈتكە چىلاپ قاينىتىپ چىقىرىلغان ئامىيلە شىرىسى قىيامى 100 مل ، ناۋات 200 گرام .
ياسىلىشى : قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ . چىلغوزا مېخىزىنى
ئايرىم سوقۇپ ئاندىن ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . ناۋات 200 مل ، ئامىيلە شىرىسىدە قىيام قىلىنىدۇ
ۋە بۇنىڭغا يۇقىرىقى دورا تالقىنى سېلىنىپ قىيام قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : بەدەننى قۇۋۋەتلەش ، مەنىنى تىزگىنلەش ، ھۆللۈك قۇرۇتۇش ،
ھەيزنى نورماللاشتۇرۇش تەسىرى بار .
ئىشلىتىلىشى : ئىسپىرما مېڭىپ كېتىش ، خۇن تەۋرەش قاتارلىقلاردا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1.5 ~ 3 گرام
ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇرابباى بەھمەن

تەركىبى : پوستى ئايرىلغان ئاق بەھمەن 560 گرام ، ھەسەل 1.2 لىتر .
ياسىلىشى : بەھمەننى 3 سۈتكە سۇغا چىلاپ ھەر بىر سۈتكىدا بىر قېتىم يەڭگۈش
لىنىپ تۇرۇلىدۇ . 4 - كۈنى سۈزۈپ ئېلىپ ھەممىنى بىر ئازدىن تېشىپ يەنە بىر سۈتكە
چىلىغاندىن كېيىن ئېلىپ ناھايىتى يۇمشاق مېچىپ يېڭى سۇدا قاينىتىپ ئۈستىدىن ھە-
سەلنى سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . 40 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنىنى كۆپەيتىدۇ ، ئىنچىكە بەل ۋە بۆرەكنى قۇۋۋەت-
لەيدۇ . باھنى كۈچەيتىدۇ ، ئاشقازان ۋە مېڭىسىنى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 مل يېگۈزۈلىدۇ .



مۇرابباى زەدەك

تەركىبى : سۇلۇق قىزىل زەدەك (سەۋزە) 2 كىلوگرام ، زەنجىبىل ، قاقىلە ، جۈزبەۋا ، قەرىفىل ، دارىچىنى ، خولىنجان ھەر بىرى 10 گرام ، زەفەر 3 گرام ، ئەنبەر 1.5 گرام ، ھەسەل 1 كىلوگرام ، سۇ 1.5 لىتر .

ياسىلىشى : زەدەكنىڭ پوستىنى ئاقلاپ ئوتتۇرىدىكى غولنى ئېلىۋېتىپ چاچتەك توغرىلىدۇ ھەمدە ئۇ 1.5 لىتر سودا قىيام بولغىچە قاينىتىپ ئۈستىگە ھەسەلنى قويۇپ تولۇق قىيام قىلىپ شىشە قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ ھەمدە ئۇندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆت كۈزۈلگەن دورىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : بۆرەك خىزمىتىنى كۈچەيتىش ، باھنى قۇۋۋەتلەش ، مەنىنى قويۇقلىتىش ۋە نورماللاشتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ئورۇقلاپ كېتىش ، جىنسىي ئەزالار سوۋۇپ كېتىش ، مەنىنىڭ سۇيۇلۇپ ۋە ئىختىيارسىز مېڭىپ تۇرۇشى قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مل ئىچكۈزۈلىدۇ .

مۇرابباى سۆللەپ

تەركىبى : ھۆل سۆللەپ 600 گرام ، ھەسەل 1.2 لىتر .
ياسىلىشى : سۆللەپ ھۆل بولسا 3 سوتكا ، قۇرۇق بولسا 12 سوتكا سوغا چىلاپ سۈزۈپ ئېلىپ بىر نەچچە يېرىگە يىڭنە سانجىپ شىرىسىنى ئېقىتىۋېتىپ ، قازانغا سېلىپ ئۈستىدىن ھەسەلنى تۆكۈپ 3 سوتكا تۇرغۇزغاندىن كېيىن سۇس ئوتتا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە قايناپ قالماسلىق شەرتى بىلەن 2 سائەت قىزىتىلىدۇ . ئۇندىن كېيىن 3 سوتكا توختاپ يەنە يۇقىرىقى ئۇسۇلدا ئىككى سائەت ئەتراپىدا ئوتتا تۇرغۇزۇلىدۇ ۋە ھەسەل قىيام بولغاندىن كېيىن قاچىلاپ ئېلىپ 40 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنىنى كۆپەيتىپ باھنى قوزغايدۇ . كۆڭۈلنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇراببائى شاقاقۇل

تەركىبى : ھۆل شاقاقۇل مەلۇم مىقداردا ، سۇ 1 ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە .
ياسىلىشى : شاقاقۇلنى سۇغا چىلاپ بىر سوتكا تۇرغۇزۇپ سۈيىنى تۆكۈۋېتىپ ،
يەنە يېڭىدىن سۇ قۇيۇپ يەنە تۆكۈۋېتىپ جەمئىي 3 سوتكا ئىچىدە 3 قېتىم سۈيىنى
يەڭگۈشلەپ تازا يۇمشىغاندىن كېيىن سىرتقى پوستىنى ئاقلۇۋېتىپ يېڭى سۇ بىلەن قاينىتىپ
يېرىم پىشقاندا سۈزۈپ ھەسەلنى تۆكۈپ قىيام قىلىپ مەزكۇر شاقاقۇلنى
ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى قوزغاپ خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ . دوۋساقنى ياخشىلايدۇ ۋە سۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مۇراببائى گىردىگان

تەركىبى : چالا پىشقان ھۆل كۆك ياڭاق مەلۇم مىقداردا ، سۇ 1 ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : ياڭاقنىڭ سىرتقى كۆك پوستىنى قىرىپ تاشلاپ سۇدا ئۇزۇنغىچە
قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە ھەسەلنى تۆكۈپ قىيام قىلىپ ، ئۈستىدىن مەزكۇر ياڭاقنى
سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، باھنى قوزغايدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى ئەفيۇن

تەركىبى : ئەفيۇن 15 گرام ، زورەنباد ، ھەببۇلغار ، ئاقىرقەرھە ، فەرىنغىل ، قارامۇچ





ھەر بىرى 10 گرام ، زەفەر ، ئاسارۇن ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، دارىچىنى ، رەۋەن ، سۈنبۈل ، مەستىكى ھەر بىرى 6 گرام ، پەرفىيۇن 3 گرام ، گۈلاپ 60 م ل .

ياسىلىشى : يىلىم خاراكىتىرىدىكى دورىلارنى گۈلابتا ئېزىپ ئېرىتىپ ئۇنىڭغا قۇرۇق دورىلار يۇمشاق تالقىنىنى سېلىپ يۇغۇرۇپ ، قارامۇچ چوڭلىقىدا كاپ قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : مەنى تۇتۇش ، بۆرەكنى قىزىتىش ، باھنى كۈچەيتىش ، كۆڭۈلنى خۇش قىلىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : باھ ئاجىزلاشقان ، مەنى تۇتالمايدىغان كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئادەتتىكى چاغلاردا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 دانە ، زۆرۈر كۈنلىرى 3 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەبىي جالىنۇس

تەركىبى : ئەر كەك قۇشقاچ مېڭىسى ، شاقاقۇل ، پىياز ئۇرۇقى ، خورما ئۇرۇقى ، سۆتلەپ ، زاغۇن ، سەقەنقۇر تەڭ مىقداردا ، ئىپار مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : ھەسەل ۋە زاغۇن سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل جىنسىي ئاجىزلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 3 گرامدىن يەپ ئۈستىدىن 100 م ل ئۈزۈم سۈيى ئىچىلىدۇ .

ھەبىي جەدۋار ئەفيۇنى

تەركىبى : ئەفيۇن 10 گرام ، شاقاقۇل ، دارىچىنى ھەر بىرى 7 گرام ، زەھەرسىز- لەندۈرۈلگەن كۆك پارپى ، مايەئى سۈتۈرى ئەرابى ، مەستىكى رۇمى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، تاباشىر ، بەسباسە ، مېھرىگىيا ھەر بىرى 3 گرام ، زەفەر 15 گرام ، ئاق ناۋات 15 گرام ، ئالتۇن ۋەرمەق 25 دانە ، كۈمۈش ۋەرمەق 50 گرام .

ياسىلىشى : قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناقسۇدا ئېزىپ چىقىرىلغان ئەفيۇن شىرىسىدا ناۋات بىلەن سەمىنى ئەرەبىنى ئېرىتىپ ئۈستىگە قۇرۇق





ئالغاننى بىللە سېلىپ قارامۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ ۋە ۋەرەقلەر ئۈستىدە يۇمشىتىلىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : روھنى كۆتۈرىدۇ . باھنى كۈچەيتىدۇ ، مەنىنى تۇتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باھ ئاجىزلاشقان ، مەنى تېز كېتىدىغان بىمارلارغا ھەمدە ئادەتلىنىپ قالغان نەزلىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 دانە ئىچىلىدۇ .

ھەببى خۇش كەيىپ

تەركىبى : نەشە 10 گرام ، بادام مېغىزى ، جويۇز ، خولىنجان ، سۆڭلەپ مىسىرى ھەر بىرى 2 گرام ، بىنەفشەرەڭ پارى ، خالىس ئەفىيۇن ، زەفەر ، دارىچىنى ، بەسباسە ھەر بىرى 1 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم سالاھىيە قىلىپ يۇمشاق سوقۇپ ھەممىنى بىرلەشتۈرۈپ ، قايناقسۇدا يۇغۇرۇپ قارامۇچ چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل

تەسىرى : باھنى كۈچەيتىش ، مەنىنى تۇتۇش ، كەيىپ قىلىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : باھ ئاجىزلاشقان ، مەنى تۇتالمايدىغان كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانە ئېلىپ چايلىق دورىلارنى سېلىپ قايناقسۇ بىلەن ئىچىدۇ .

ھەببى سىماب

تەركىبى : سىماب ، ئەفىيۇن ھەر بىرى 10 گرام ، ئاقىرقەرە 6 گرام ، بەزىرلەندى ، خولىنجان ، جويۇز ، فەرىنقىل ھەر بىرى 3 گرام ، گۈلاب 50 مل .

ياسىلىشى : سىماب نېپىز رەختتىن بىر قېتىم سۈزۈپ ئۆتكۈزۈلىدۇ . ياخشى ئەفىيۇندىن 10 گرامنى سىماب بىلەن بىرلىكتە ھاۋانىچىغا سېلىپ 30 مل گۈلاب ، 30 مل ئا. قىرقەرە سۇلىرى بىلەن ئۇۋاپ سايىدا قۇرۇتۇلىدۇ . مۇشۇ ئۇسۇلنى 7 قېتىم تەكرارلاپ ئاندىن بىر قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ . ئاقىرقەرە قاتارلىق 5 خىل دورىنى سوقۇپ ئەلگەك





ئىن ئۆتكۈزۈپ سىماب ۋە ئەفيۇن كۈشتىسىنى يۇقىرىقى تالقان دورىلار بىلەن ھەممىنى قوشۇپ يۇغۇرۇپ ئۇن مىقدارىدا ھەب قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : مەنى تېز كېتىشىنى تىزگىنلەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مەنى تۇتالماسلىقىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : زۆرۈرىيەت كۈنى كەچلىك تاماقنى ياخشى يەپ ،

يېتىشتىن 30 مىنۇت ئىلگىرى بىر دانە ھەب ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى سىماب مۇمىسە

تەركىبى : ئەفيۇن 10 گرام ، سىماب 9 گرام ، ئاقىرقەرھە ، بەزىرۇلبەنجى ، خولىجە ، جان ، جەۋزىھىندى ، قەلەمفۇر ، بەسباسە ھەر بىرى 3 گرام ، تەنبۇل دەرەخ يوپۇرمىقىنىڭ شىرىسى مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : سىمابنى قېلىن خامدىن يەتتە قېتىم ئۆتكۈزۈپ ئەفيۇن بىلەن ئا. رىلاشتۇرۇپ تەنبەل شىرىسىدا مۇجۇپ ئوبدان ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن سايدا قۇرۇتۇپ سوقۇپ يەنە مەزكۇر شىرىدا يۇغۇرۇپ قايتا سايدا قۇرۇتۇلىدۇ . شۇنداق قىلىپ يەتتە قېتىم قايتىلانغاندىن كېيىن قالغان دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىپ مەنى تۇتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئاخشى يېرىم ئاچ ھالەتتە بىر دانە ھەببى نان ئارىسىغا ئېلىپ يۇتىدۇ .

تەسىرى : باھنى كۈچەيتىدۇ ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ .

ھەببى شىپا IV

تەركىبى : جەۋزىماسىل 27 گرام ، رەۋەن 9 گرام ، زەنجىبىل ، جويۇز ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .





ياسىلىشى : ۋالە ئۇرۇقى (جەۋزاسىل) نى سوقماي سىركىگە 3 كۈن چىلىنىدۇ.
4- كۈنىدىن باشلاپ كاسنى ئۇرۇقى سۈيى ، خەشخاش سۈيىدىن 3 مل دىن ئېلىپ 6
كۈنگىچە چىلىنىدۇ . ئاندىن كېيىن قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ
ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : نېرۋىنى تەنچلاندۇرىدۇ ، مەنىنى تۇتىدۇ . تاماكا خۇمىرىنى باسىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يەڭگىل مىجەزلىك كىشىلەرنىڭ نېرۋىسىنى پەسەيتىش ، مەنىنىڭ
سۈيۈك ، تېز كېتىشىنى داۋالاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 — 1 قېتىم بىر دانىدىن يەيدۇ .

ھەبى قۇرسى ئەپئە

تەركىبى : سۆڭەك ، خولىنجان ھەر بىرى 9 گرام ، قىچا 6 گرام ، زەنجبىل ،
قۇرسى ئەفئە ، خورما ئۇرۇقى ھەر بىرى 3 گرام ، تۆگىنىڭ ئوغۇز سۈتى 3 مل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، گۈلابتا ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانە ئىستېمال
قىلىنىدۇ .

ھەبى نشات مۇمىسەك

تەركىبى : شەۋكىران 9 گرام ، ئالتۇن ۋەرمەق 100 دانە .
ياسىلىشى : شەۋكىران يىلتىزىنى سوقۇپ ، ئالتۇن ۋەرمەقنى ئارىلاشتۇرۇپ ، 500
گرام سۇدا قاينىتىپ سۈيى تۈگىگەندىن كېيىن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆڭۈلنى خۇشالاندۇرىدۇ ، ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ ،
ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى تىزگىنلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە كەچتە قوناق چوڭلۇقىدا 1 دانە يەيدۇ .





ئەسكەرتىش : شەۋكىران يىلتىزىنىڭ ئورۇنباستارى 3 ھەسسە بەزىرۈلۈپى .

I ھەبىي ئىمساك

تەركىبى : رەيھان ئۇرۇقى 24 گرام ، ئاقىرقەرھە 3 گرام ، قەنت 27 گرام .
 ياسىلىشى : ھەب ياسىلىش قائىدىسى بويىچە ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : باھنى كۈچەيتىپ مەنى تۇتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام يېيىلىدۇ .

ھەبىي ئىمساك ئىفيۇنى

تەركىبى : ئىفيۇن 12 گرام ، قەلەمقۇر ، جويۇز ، زەفەر ، مەستىكى ، بوقا چۈپىسى ، دارىچىنى ، سۆڭەك ھەر بىرى 3 گرام ، ئوغرى تىكەن 2 گرام .
 ياسىلىشى : ھەسەل بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مەنىنىڭ تېز كېتىشىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 3 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريفىلى ئۈزۈم

تەركىبى : ئۇششاق قىزىل ئۈزۈم 60 گرام ، يۇمىلاقسۇت ئۇرۇقى 40 گرام ، سېرىق ھەلىپە پوستى ، قارا ھەلىپە ، بەلىپە پوستى ، شاكالىسىز لاندۇرۇلغان ئامىيە ھەر بىرى 30 گرام ، بادام يېغى 15 مل ، ناۋات 60 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادام يېغىدا ياغلاپ راسا





ئۇۋۇلاپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . ئۈزۈمنى ھاۋانىچىدا يانچىپ ئارقىدىن ناۋات بىلەن قىيام قىلىدۇ ۋە ئۇنىڭغا تالقان دورىلار سېلىنىپ يۇغۇرۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

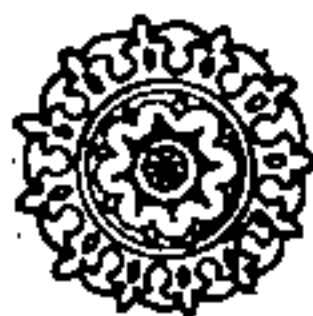
تەسىرى : تاشاقنى قورۇش ، مەنىنى قويۇقلىتىش ، مەنىنى تىزگىنلەش قاتارلىق خۇسۇسىيەتلەرگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مەنى ئېقىپ تۇرۇش ۋە سۈيدۈك تۇتالماسلىقنى داۋالاشقا ئىشلىتىدۇ .

لىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال

قىلدۇرۇلىدۇ .





تاشقى كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

ھەرخىل تېرە كېسەللىرى ، چېچەك ، كۆيۈك ۋە يىرىك . چاقىلارغا
ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تىزىمى نوپۇدۇر

تەركىبى : نوپۇدۇر ، ئاھاك مۇۋاپىق مىقدار .
ياسىلىشى : نوپۇدۇر تىزىمى ئېلىش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تېرە كېسەللىكلەرگە ئۈنۈم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ .

زورۇرى ئەرپە

تەركىبى : ئەنزۇرۇت ، كۈندۈر ، خۇنسىياۋشان ، مۇرمەككى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلار تاللانلاپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جاراھەتكە گۆش ئۈندۈرىدۇ ، قان توختىتىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : جاراھەتكە سېپىلىدۇ .

زورۇرى ئەنزۇرۇت مۇنەششپ

تەركىبى : ئەنزۇرۇت ، ئانار پوستى ، موزا ، زەمچە ، كۆك قەغەز كۆلى ، سۇندى





كوفى ھەر بىرى 30 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن مىس 15 گرام ، كۈندۈر ، مۇرساپ ،
خۇنسياۋشان ھەر بىرى 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جاراھەتلەرنى قاتۇرۇش ، ئارتۇق گۆشلەرنى يوقىتىش
جەھەتتە ئۈلۈمى ياخشى ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : جاراھەت يۈزىگە سېپىلىدۇ .

زورۇرى دانە پەرەز

تەركىبى : سېرىق ھېلىمىلە پوستى ، بەلىمىلە پوستى ، ئامىيلە پوستى ،
كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ، موزا ، كۆپۈكى دەريا ، ئايلىشى ، بىخ مارجان ، كۆيدۈرۈلگەن كۆك
تاش ، بادامنىڭ تاشقى پوستى ھەر بىرى 25 گرام .
ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سالاپ قىلىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ
تالقان قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : جاراھەتنىڭ ئوشۇق گۆشلىرىنى كۆيدۈرۈش ۋە سۇلىرىنى قۇرۇتۇش
تەسىرىگە ئىگە

ئىشلىتىلىشى : گال ئاغرىقى ، ھەر خىل يەل جاراھەتلەرگە سېپىش ئۈچۈن ئىش
لىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ جاراھەتكە سېپىلىدۇ .

زورۇرى شەئەرە

تەركىبى : چاچ كۆيۈندىسى 6 گرام ، پىياز پوستى كۈلى 3 گرام ، كافۇر 2 گرام ،
رەيھان ئۇرۇقى 1.5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يەل يارا (ئاكىلە) جاراھەتلىرىنىڭ سۈيىنى قۇرۇتىدۇ
ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يارىغا سېپىلىدۇ .





زورۇرى قۇلان

تەركىبى : ئانارگۈلى 9 گرام ، كۈندۈز 6 گرام ، مۇرساپ 5 گرام ، جۈپتى بەللۈت 3 گرام ، گىل ئەرمىنى ، قىزىلگۈل ھەربىرى 2 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلار ناھايىتى يۇمشاق تالقالىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كونا جاراھەت ، پوقاق ، ئاددىي ئۆسمە ، باش تەمرەت كىسى قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : جاراھەت يۈزىگە سېپىلىدۇ .

زورۇرى مەدەستان

تەركىبى : مەدەستان ، ھاك ، خېنە تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : تالقالىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل كۆيۈكلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئاۋۋال كۆيۈكنى گۈل يېغىدا ياغلاپ ئۈستىدىن يۇقىرىقى دورىلار تالقىنى سېپىلىدۇ .

زىملى ھىككە

تەركىبى : تونۇر داشقىلى 10 ھەسسە ، تۈز 1 ھەسسە ، سىركە مەلۇم مىقداردا .
 ياسىلىشى : سىركە يۇغۇرۇلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل قوتۇر ، قىچىشقا ، باش تەمرە تىكىلىرىگە ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن سۈركىلىدۇ .





سرگەنجىنى جۇدرى

تەركىبى : قىزىلگۈل يېرىم ھەسسە ، سىرگە 15 ھەسسە ، گۈلاب مەلۇم مىقداردا .
 ياسىلىشى : قىزىلگۈل ، سىرگەلەرنى گۈلابتا بىر سوتكا چېلاپ يېرىمى قالغىچە قاي-
 مىتىپ 3 ھەسسە قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چېچەكنىڭ باشلانغۇچ دەۋرىدە ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ
 ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 م ل ئىچىلىدۇ .

قۇرسى سەلىپە

تەركىبى : زەرچوبە ، ئاچچىق بادام مېغىزى 1 ھەسسە ، مۇقەل 2 ھەسسە .
 ياسىلىشى : مۇقەلنى كونا سىرگەگە چېلاپ ناھايىتى يۇمشىتىپ ، دورىلار تالقىنىنى
 ئارىلاشتۇرۇپ تاپلىت قىلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەپكۈن ، باش تەمىراتكىسى ، چالاش ، سوغۇقتىن
 بولغان ئىششىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ كاسنى سۈيىدە ئېرىتىپ سىرتتىن
 سۈركىلىدۇ .

مائۇلجەبىن

تەركىبى : زەنجىبىل ، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 60 گرام ، تەمرى ھىندى 30 گرام ،
 گاۋزەبان ، قىزىلگۈل ، ئۈستۈخۇدۇس ، سانا ھەر بىرى 15 گرام ، قارا ھېلىيلە ، سېرىق
 ھېلىيلە ، شاھتەررە ھەر بىرى 9 گرام ، بەسفائىج ، فەرەنجىمىشكى ، تۈز ھەر بىرى 6 گرام ،
 سۈت 1.5 لىتر ، سىرگە 250 گرام .
 ياسىلىشى : سۈتنى قاينىتىپ بىر ئۆرلىگەندىن كېيىنلا سىرگەنى قويۇپ يەنە بىر
 قاينىتىپ ، تاختا ئەلگەك ئۈستىگە قويۇپ سۈتنىڭ پىشلاق قىسمىنى ئايرىپ تاشلاپ ،





ئاستىغا ئۆتكەن سېرىق سۈيىگە ئەفتمۇن ، ئۈستۈنۈدۈس ، گاۋزەبانلارنى (بىر كىچىك خالىتىغا قاچىلاپ تاشلىنىدۇ) سېلىپ ، سۇس ئوتتا قىزدۇرۇپ دورىلار راسا يۇمشىغاندىن كېيىن ناھايىتى كۆپ مۇجۇپ ، دورا تەمىنى چىقىرىپ بولغاندىن كېيىن سىقىپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جۇزام ، قوتۇر ، تەمرەتكە ، تاز ، قىچىشقاق ، كۆز تور-لىشىشقا شىپا بولىدۇ . بەدەندىكى خىلىتلارنى نورمال ھالغا كەلتۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 مل ئىچ-كۈزۈلىدۇ .

مەرىمى ئەقرە

تەركىبى : مىلتىق دورىسى ، ئاق موم ، سېرىق ياغ ، لويلا ماش تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلاردىن مىلتىق دورىسى ۋە لويلا ماشنى يۇمشاق سالاپ قىلىپ سېرىق ياغنى قازانغا سېلىپ ئۈستىگە ئاق مومنى ئېزىپ سېلىپ سۇس ئوتتا ئېرىتىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسرى : تاز چاقىسى سەۋەبىدىن يوق بولغان چاچنى ئۈندۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : تاز چاقىسىنىڭ ئورنى ساقىيىپ چاچ ئۈنىمىگەن بىمارلار ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كېسەللىك ئەھۋالىغا ، جاراھەتنىڭ چوڭ - كىچىكلىكىگە قاراپ ئىشلىتىلىدۇ .

مەرىمى ئەمراز

تەركىبى : گۈڭگۈرت پوقى 600 گرام ، تاش كۆمۈر 320 گرام ، سۇ تەگمىگەن ئاھاك 160 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش 120 گرام ، سىماب 40 گرام ، ۋازىلىق ياكى سۇ يېغى 3600 مل .





پاسىلىشى : ئاھاك ، تاش كۆمۈرىنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ ، كۆكتاشنى كۆيدۈرۈپ تالقانلاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، گۈڭگۈرت پوقنىمۇ سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئازراق گۈڭگۈرت پوقى بىلەن سىمابنى ھاۋانىچىدا سالاپ قىلىش ئارقىلىق سىمابنى ئۆلتۈرۈپ ، ھەممە دورىلارنى بىر - بىرىگە قوشۇپ قول بىلەن ئۇۋۇلاپ سىمابنى يېدۈرسەك كۆكۈش تالقان ھاسىل بولىدۇ . سۇ يېغىنى چۈچۈتۈپ ياغ سوۋۇغاندىن كېيىن تالقان دورىلارنى ئاز - ئازدىن سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : جاراھەت سۈيىنى يوقىتىش ، كۆيدۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تەمرەتكە ، قىچىشقا ، تاز ، يەل جاراھەتلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالى ، جاراھەتنىڭ چوڭ - كىچىكلىكىگە قاراپ سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

مەرھىمى سانا

تەركىبى : سانا سېرىق ھېلىلە پوستى ، ياغدا سالاپ قىلىنغان مەدەستان ، كۈمۈش كۆيۈندىسى تەڭ مىقداردا ، بىنەفشە يېغى ياكى گۈل يېغى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : مەرھەم ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تېرە كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن چېپىلىدۇ .

مەرھىمى مۇھەللل

تەركىبى : فونۇس ، خىيار شەنبەر ھەر بىرى 15 گرام ، شۇمشا ، زىغىر ، ئارپا ئۇنى ، ئاق لەيلى گۈلى ھەر بىرى 9 گرام ، گۈل يېغى ياكى زەيتۇن يېغى ۋە ياكى ئابدۇمىلىك يېغى مەلۇم مىقداردا .





ياسىلىشى : شۇمشە ، زىغىر ، ئارپا ئۇنىنى سوقۇپ ، ئاق لەيلى گۈلىنى قوشۇپ ، چامغۇر سۈيىدە ياكى ئاناس (بولۇ) سۈيىدە قاينىتىپ ، ئۈستىدىن فونۇس ، خىيار شەنبەرلەرنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن سۈزۈپ يەنە قاينىتىپ ياخشى قويۇلغاندىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ ، يۇقىرىقى ياغلاردىن قايسى بىرى بولسا شۇنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىششىق ۋە جاراھەتلەرنى يۇمشىتىپ ئېغىز ئالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

نۇقۇنى رەجەپ

تەركىبى : تەمىرى ھىندى ، شېكەر ھەر بىرى 30 گرام ، ئەينۇلا 15 دانە .
ياسىلىشى : دورىلارنى قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ سىقىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل تېرە كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر قېتىمدىلا ئىچىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : مەزكۇر دورىنى تېخىمۇ ئۆتكۈررەك بولسۇن دېيىلسە سانا ، شاھتەررەلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قوشا بولىدۇ . بىندىن بۇ چىلانمىنى ئىچىشتىن بۇرۇن مۇناسىۋەتلىك سۈرگە دورىلىرى بىلەن تەنقىيە قىلىپ ، تەييارلىق خىزمىتى ئىشلەنگەن بولۇشى كېرەك .

ھەبىي شاھتەررە

تەركىبى : سەبرى 21 گرام ، قارا ھېلىيلە ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ھەر بىرى 15 گرام ، سەقمۇنىيا 8 گرام .
ياسىلىشى : شاھتەررە سۈيىدە ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قوتۇر ، تەمرەتكە ، چالاش ، قىچىشقاق ، باش



تەمرە تىكىسى قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريپىلى شاھتەررە

تەركىبى : شاھتەررە 150 گرام ، سېرىق ھېلىلە ، ھېلىلە پوستى 120 گرام ، ھېلىلە پوستى 90 گرام ، بېلىلە ، تازىلانغان ئامىيلە 60 گرام ، سانا 30 گرام ، قىزىلگۈل 18 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : ئىتريپىل ياساش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قىچىشقا ، تەمرەتكە ، سەپرادىن بولغان قورساق ئاغرىش ، گال ئاغرىش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىيارەجى جالىنۇس

تەركىبى : شەھىمى ھەنزەل ، غارىقۇن ، ئەنسىل ، سەقمۇنىيا ، قارا خەربەق ، پەرفىيۇن ، غۇپارىقۇن ھەر بىرى 48 گرام ، بەسفائىج ، كامازەريۇس ، ئەفتىمۇن ، سەلىخە ھەر بىرى 21 گرام ، مۇرمەككى ، سەكبىنەج ، يۇمىلاق زىراۋەند ، ئۈزۈنچاق زىراۋەند ، قارامۇچ ، ئاقمۇچ ، فىلىفل ، دارىچىنى ، جاۋشەر ، قۇندۇز قەھرى ، تاغ چىگىسى ھەر بىرى 12 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : ئىيارەج تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل نېرۋا ۋە روھىي كېسەللىكلەر ، يامان تېرە كېسەللىكلىرى ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ . جاراھەتنى تازىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .





چاچ ئۈندۈرۈشكە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

رەۋغنى مۇرد

تەركىبى : ھەببۇلئاس سۈيى 90 م ل ، زەيتۇن يېغى 30 م ل .
ياسىلىشى : سۈيى پارلىنىپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ ئېلىنىدۇ ۋە سەل سوۋۇ-
غاندا ئۈستىگە 1.5 گرام ئەنەبەر قوشۇلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چاچ چۈشۈشنى توختىتىدۇ ، چاچ چۈشۈپ كەتكەن
يەرگە چاچ ئۈندۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا باشقا سۈرتۈلىدۇ .

رەۋغنى ئوسما

تەركىبى : ھەببۇلئاس ياپرىقى 45 گرام ، ئوسما 9 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى 1.25 لىتر سۇدا يېرىمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ سىقىپ
سۈزۈپ ئۈستىدىن 360 م ل كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ سۈيى پارلىنىپ يېغى قالغانغا
قەدەر قاينىتىپ ، 18 گرام ئەنەبەر قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چاچ - ساقال چۈشۈپ كېتىش ، دائىرىلىك چاچ چۈ-
شۈش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ، كېسەللىك سەۋەبىدىن چۈشۈپ كېتىپ قايتا ئۈنگەن
چاچلارنى قارايتىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن ياغلىنىدۇ .

زىمادى دائۋلەيىيە

تەركىبى : زەرنىخ 2 ھەسسە ، شەترەنجى ، كۈندۈش 1 ھەسسە ، زەيتۇن يېغى ھە-
لۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ زەيتۇن يېغىدا خېمىر قىلىنىدۇ .





تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دائىرىلىك چاچ چۈشۈپ كېتىشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن چېپىلىدۇ .

ھەبىي دائۋىلىق ئۆلەپ بەلغىنى

تەركىبى : تۇربۇد ، سەبرى ھەر بىرى 30 گرامدىن ، شەھى ھەنزەل 10 گرام .
تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ھەب قىلىنىدۇ . بەلغەمدىن بولغان دائۋىلىق ئۆلەپ (دائىرىلىك چاچ چۈشۈش) كە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش : مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 6 گرام يېيىلىدۇ .

ھەبىي دائۋىلىق ئۆلەپ سەپراۋى

تەركىبى : سېرىق ھېلىيلە ، قىزىلگۈل ھەربىرى 5 گرام ، سەقمۇنىيا 4 گرام ، سەبرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ھەب قىلىنىدۇ .
تەسسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەپرادىن بولغان دائىرىلىك چاچ چۈشۈشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي دائۋىلىق ئۆلەپ مۇرەككەپ

تەركىبى : تۇربۇد 36 گرام ، سەبرى 30 گرام ، ئەفسىمۇن 12 گرام ، ئەنزىرۇت ، ئەسفائىج ھەر بىرى 9 گرام ، شەھى ھەنزەل ، سەقمۇنىيا ، تۇز ، ئەفسەنتىن ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، خاس سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .





تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەم ۋە سەپرانىڭ بىرىكىشىدىن بولغان دائىرىلىك چاچ چۈشۈشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 6 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

پەتەق كېسىلگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

جەۋارش كۆمۈنى (زىرە مەئجۇنى) II

تەركىبى : 24 سائەت سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قازاندا قورۇلغان زىرە ، سوزاپ بېيىخىشى ، قارىمۇچ ، زەنجىبىل ھەر بىرى 100 گرام ، پاكىزلەنگەن توغرىغۇ 30 گرام ، قايىنىتىپ سۈزۈلگەن ھەسەل 1.2 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىشنى قالدۇرۇش ، ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش ، بۆرەكنى قىزىتىش ، يېڭىدىن يېرتىلغان سېرىق ئەتنى پۇتتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەزىم ناچارلىقى ، بۆرەك سوۋۇپ كېتىش ، يېڭى يۈز بەرگەن پەتەق (گرىژ) كېسىلگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارش كۈندۈر

تەركىبى : كۈندۈر 180 گرام ، زەنجىبىل ، خولىنجان ھەر بىرى 36 گرام ، فىلىفىل ، قارىمۇچ ھەر بىرى 30 گرام ، قەلەمفور ، لېچىندانە ھەر بىرى 16 گرام ، ئىنار 1.5 گرام .





ئاق ناۋات 120 گرام ، ساپ ھەسەل 1.2 لىتر .
 ياسىلىشى : ناۋاتنى قىيام قىلىپ ، ھەسەلنىڭ كۆپۈكىنى ئېلىپ ، ئىپاردىن باشقا
 دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ يۇقغۇرۇلىدۇ ۋە ئاخىرىدا ئىپار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
 تەسىرى : بەدەندىكى ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش ، مەنى تۇتۇش ، پەتەق بوشلۇقلىرىنى
 قورۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : مەنى ۋە سۈيدۈك ئىختىيارى . كېتىشكە ۋە پەتەق كېسەللىكىگە
 ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ
 دەملەپ چاي بىلەن ئىچىلىدۇ .

جۈللەپ I

تەركىبى : شەھەر كۆك زىرىسى ، تاغ ياۋا زىرىسى ھەر بىرى 10 گرام .
 ياسىلىشى : 500 مل سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، 30 گرام گۈلچەنت سېلىپ تەييارلى-
 نىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : پەتەق ، مەنى تۇتالما سلىق ، سۈيدۈك تۇتالما سلىق
 كېسەللىكلىرىدە جەۋارد ، كۈندۈر ئىستېمال قىلغاندا ئۈستىدىن ئىچىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى : ۋە ئۇسۇلى : 11 كۈنگىچە داۋاملىق چاي ئورنىدا ئىچىلىدۇ .

جۈللەپ II

تەركىبى : چىڭسەي ئۇرۇقى ، جوۋىنە ھەربىرى 10 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 3
 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلار دەملەپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، يەل تارقىتىدۇ ، ئاشقازان خىزمىتىنى
 ياخشىلايدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : پەتەق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مل ئىچىلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى ئىستېمال قىلىۋاتقان ۋاقىتتا كەپتەر ، پاختەك ، قۇشقاچ





گۆشلىرىنى زاراڭزا بىلەن يۇمشاق پېشۇرۇپ يېيىش لازىم .

سۇفۇفى كۈندۈر I

تەركىبى : كۈندۈر 3 گرام ، شېكەر 6 گرام .

ياسىلىشى : كۈندۈزنى سوقۇپ ئەلگەپ شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : مەنىنى تىزگىنلەش ، يېڭى يىرتىلغان سېرىق ئەتنى پۇتتۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يېڭىدىن باشلانغان پەتەق (گرىژ) كېسەللىكى ۋە مەنى تۇتالماسلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ بىر كۈنلۈك ئۆلچىمى بولۇپ ، ئۆرلەتلىگەن 300 مل كالا سۈتى بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى سۇڭىپياز

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : 100 گرام سۇڭىپيازنى 500 مل سۇ بىلەن قۇم داڭقانغا سېلىپ ، ئاغزىنى ھىم بېكىتىپ ، قىزىق تونۇردا قاينىتىپ 300 مل قالغاندا ئېلىنىدۇ .

تەسىرى : باھنى كۈچەيتىش ، پەتەق (گرىژ) كېسەللىكىدە ئۈچەينىڭ چۈشۈپلىشىنى توسۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : پەتەق ، جىنسىي ئاجىزلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 10 گرام ئېلىپ 6 گرام گۈلقەنت بىلەن قوشۇپ يەيدۇ .

مۇنزىجى بادىيان

تەركىبى : چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، روم بادىيان ، ئارپا بادىيا ھەربىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 500 مل سۇ بىلەن قاينىتىپ ، سىقىپ سۆزۈپ



تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۈكنى ئۇلغايتىپ ھۆللۈكنى كېمەيتىدۇ . نورمالسىز بەلغەملەرنى يېتىلدۈرىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تاشاققا سۇ چۈشۈش كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مل ئىچىلىدۇ ھەمدە بۇنىڭ بىلەن بىللە كاۋاپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

جەۋارش بەسبەسە

تەركىبى : ئاق قىچا 60 گرام ، قارىغاي مېۋىسى 15 گرام ، مەستىكى ، خولىنجان ، گۈلدارىچىنى ، قەلەمفۇر ھەر بىرى 9 گرام ، چىڭسەي ، جوۋىنە ھەر بىرى 6 گرام ، ھەل 2 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يەلدىن بولغان بوۋاسىر ، ئاشقازاننىڭ سوۋۇپ كېتىشى ، تاماق سىڭىش مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

جەۋارش مەقلىياسا

تەركىبى : مەستىكى 18 گرام ، كالا يېغىدا يۇمشىتىلغان ھېلىيە كابۇلى 5 گرام ، قىچا ، زىرە ھەر بىرى 3 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تولغاق ۋە بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : جۇللاب بىلەن يۇغۇرۇپ كۈندە 6 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

رەۋغىنى زەپىدە (قۇمچاق يېغى)

تەركىبى : قۇمچاق ۋە ئۆچكە يېغى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : قۇرۇتۇلغان قۇمچاقنى سوقۇپ ئۆچكە يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ سۇدا قاينىتىلىدۇ . ياخشى پىشقاندىن كېيىن سوۋۇتۇپ ، ئۈستىگە يىغىلغان ياغنى ئېلىپ قاچىلاپ ساقلىنىدۇ ۋە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىرغا كۆرۈنەرلىك تەسىرى بار ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا يەرلىك ئۇرۇنغا سۈركىلىدۇ .

رەۋغىنى كۇرراس (كۈدە يېغى)

تەركىبى : مۇقەل 30 گرام ، كۈدە سۈيى 280 م ل ، كۈنجۈت يېغى 135 گرام .
ياسىلىشى : ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈيى پارلىنىپ ياغ قىسمى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىرغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يەرلىك ئۇرۇن ياغلىنىدۇ .

رەۋغىنى مۇقەل

تەركىبى : مۇقەل ، ئاس ياپرىقى ، سەئدى كوفى ، رەيھان ، شۇمشە ، قىچا ، ھەببە تۇلخوزرا ، ئابدۇمىلىك ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرام مۇئەسائىلە ، ئوشەق ، ئەپيۇن ، بەسفائىج ، ھەببە بىلسان ، بادام مېغىزى ، ئاق خەربەق ، زەرنەپ ، سەلىخە ، شەترەنجى ھىندى ھەر بىرى 18 گرام ، بەزۇلبەنجى ، كۈندۈر ، غولجاك ، كۈدە ئۇرۇقى ، سىياھدان ، جۇۋىنە ، ئاچچىق قۇستە ھەر بىرى 15 گرام ، ئۆسنە ، سېرىق چېچەك ، تاغ پىيىزى ، قە



زىل سەندەل ھەر بىرى 12 گرام ، قەلەمفۇر ، جويۇز ، زەنجىبىل ، خولىنجان ، دارىچىنى ،
بالادۇر ھەر بىرى 9 گرام ، ھەسەل ، كالا يېغى ، گۈل ياسمەن يېغى ، قەتىران ، ئابدەم
لىك يېغى ، ئەنسەل يېغى ھەر بىرى 39 م ل ، زەيتۇن يېغى 2 لىتر .
ياسىلىشى : ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ 4.5 لىتر سۇدا يېغى قالغىچە قاينىتىپ
تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىر ۋە سوغۇقتىن بولغان تۈرلۈك كېسەللەكلەرگە
شپا بولىدۇ . قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا
سۈرتىلىدۇ .

زورۇرى مۇسەئەد

تەركىبى : قىزىل زەرنىخ ، سېرىق زەرنىخ 2 ھەسسە ، ھاك ، زەمچە 1 ھەسسە ،
سېرىق ، قىزىل ، ئاق زاكلار $\frac{1}{4}$ ھەسسە .
ياسىلىشى : سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ ، 24 كۈن ئارىپىغا كۆمگەندىن كېيىن
سوقۇپ ، تالقان تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىر ۋە كونا - يېڭى جاراھەتلەرگە شپا بولىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يەرلىك ئورۇنغا سېپىد
لىدۇ .

زىمادى بوۋاسىر

تەركىبى : ئۆرۈك مېغىزى 27 گرام ، شاپتۇل غازىڭى ، ئاق موم ھەر بىرى 9 گرام ،
مەدەستان 6 گرام ، مۇقەل 3 گرام ، تۆگە لوگىسىنىڭ يېغى 27 م ل .
ياسىلىشى : قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ ، ياغ بىلەن خېمىر تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : جاراھەتلەرنى ياخشىلايدۇ ، قىچىشىنى باسىدۇ ، ئاغرىق توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل بوۋاسىر كېسەللەكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇنغا تېگىلىدۇ .

سۇفۇفى بوۋاسىر

تەركىبى : بەلىسىلە 45 گرام ، قارا ھېلىيلە ، ئامىيلە ھەربىرى 30 گرام ، كۈدە ئۇرۇقى ، قىچا ، جۇۋىنە ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، شۇمشە ، ئەبھەل ، ئۆرۈك مېغىزى ھەربىرى 15 گرامدىن ، مەستىكى ، ھەربىرى 3 گرام ، قەنت 100 گرام ، كۈنجۈت يېغى ، بادام يېغى ھەربىرى 10 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : بوۋاسىرنىڭ يەللىرىنى تارقىتىپ دانىچىلىرىنى يوقىتىدۇ . ئۈچەيدىكى كۆيگەن ماددىنى سۈرۈپ تازىلايدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلار كۈندە 3 قېتىم ، ھەربىرى 3 گرامدىن ، بالىلار كۈندە 2 قېتىم ، ھەربىرى 1 گرام ئىستېمال قىلىدۇ .

گۈلەنتى بەرگى ئانار

تەركىبى : ئانار گۈلى 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .

ياسىلىشى : قىزىل ، ياخشى ۋە پاكىز ئانار گۈللىرىنى يىغىپ ئېلىپ ئۇنى ھاۋانچا ياكى ماشىنىدا ئېزىپ ، شېكەرنى سېلىپ قول ياكى ماشىنىدا تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . شېكەر ئانار گۈلىگە ئۆزلىشىپ بولغاندا ئۇنى سىرلىق كۆپ ياكى شىشگە قاچىلاپ ئاغزىنى مەھكەم بېكىتىپ كۈچلۈك ئاپتاپتا 40 كۈن تۇرغۇزۇپ پىشۇرۇلىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : ئىچ توختىتىش ، قان توختىتىش ، بەدەننى قۇۋۋەتلەش تەسىرىگە

ئىگە .





ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل قان كېتىشلەرگە ، بوۋاسىرغا ، بالىياتقۇ قاناشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 10 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەتبۇخى بەسفائىج

تەركىبى : فونۇس 28 گرام ، بەسفائىج 20 گرام ، تاتلىق بادام يېغى 4 م ل ، سۇ 500 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ سۇدا بىر كۈن چىلاپ يۇمشاق ئوتتا 300 م ل قالغىچە قاينىتىپ دورا سوۋۇغاندىن كېيىن پاكىز خام بىلەن سىقىپ تىرىلىپىرىدىن ئايرىپ ۋارونكا بىلەن بىرنەچچە قېتىم سۈزۈپ ئۈستىگە بادام يېغىنى قۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، مېگە ئاغرىقلىرى ، بوۋاسىر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ مەتبۇخ بىر كىشىلىك بولۇپ ، 3 كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ .

مەئجۇنى مۇقەل

تەركىبى : مۇقەل 150 گرام ، كابۇل ھېلىيە پوستى ، بەلىيە پوستى ، ئاقلانغان ئامىيە ، ئاق قىچا ، كۈدە ئۇرۇقى ، جۇۋىنە ، رەيھان ھەر بىرى 15 گرام .
ياسىلىشى : مۇقەلنى كۈدە سۈيىدە ئېرىتىپ قالغان دورىلارنى تالقاتلاپ ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : يەلدىن بولغان بوۋاسىر ، مەقئەت ئىششىقى ، مەقئەتتىن





قان كېلىشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 6 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

نۆتۈلى خۇرۇجى مەقۇت

تەركىبى : ئانار گۈلى ، ئانار پوستى ، جۈپتى بەللۇت ، ھەببۇلئاس ، قىزىلگۈل ،
موزا تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئىلمان پېتى
يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ ياكى بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سولڭ چىقىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتى-
لىدۇ .

ھىبى مۇقەل I

تەركىبى : كابۇل ھەلىلە پوستى 60 گرام ، مۇقەل 30 گرام ، كەتىرا 15 گرام ،
ئەنجۇر قېقى 30 دانە .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 30 دانە ئەنجۇرنى
بىر چىمىنە سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىگە مۇقەل بىلەن كەتىرانى سېلىپ ، ئېزىپ ، ئاندىن
تالقانلارنى سېلىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .
تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئاشقازان ، ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلاش تەسى-
رىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىرغا ، ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە ، قېرى كىشىلەرگە
ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم بالىلارغا 5 دانە ، چوڭلارغا
15 ~ 10 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .





ھىبى مۇقەل I

تەركىبى : مۇقەل 60 گرام ، ھېلىيە پوستى ، بەلىيە پوستى ، ئامىيە ھەر بىرى 30 گرام ، مارجان ، كەھرىبا ، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ ، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۇڭگۈزى ھەر بىرى 15 گرام ، جۇۋىنە 10 گرام ، ئاق زاك 3 گرام ، كۆك كۈدىنىڭ سوقۇپ سېقىلغان سۈيى 100 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، مۇقەلنى كۈدە سۈيىدە ئېرىتىپ ، ئۇنىڭغا تالقانلارنى سېلىپ خېمىر قىلىپ ، قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب ياسىلىدۇ . كۈدە سۈيى تېپىلمىغاندا داغمال سۈيىدە مۇقەلنى ئېرىتىپ يۇغۇرسىمۇ بولىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىپ قان توختىتىدۇ . بوۋاسىرنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھىبى مۇقەل II

تەركىبى : شاكىلىدىن ئايرىلغان ئامىيە ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، قارا ھېلىيە ، كابۇل ھېلىيە پوستى ، بەلىيە پوستى ، كۈدە ئۇرۇقى 5 ھەسسە ، كۆك مۇقەل 4 ھەسسە .
ياسىلىشى : مۇقەلدىن باشقىلىرى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ ، مۇقەلنى چالا سوقۇپ كۈدە سۈيىگە چىلاپ تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ ، قالغان دورىلار تالقىنىنى سېلىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئۈچەيلەرنى پاكىزلەش ، ئاشقازان ، ئۈچەيلەرنى سىلىقلاشتۇرۇش خىزمىتىنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىر ۋە ئىسسىقلىقتىن بولغان قەۋزىيەتكە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا 3 ~ 4 دانە ، چوڭلارغا 5 ~ 10 دانە
ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ئەسكەرتىش : بۇ دورىنى ئىستېمال قىلغاندا سەۋدانى كۆپەيتىدىغان
يېمەكلىكلەردىن مەسلىن ، پەتىنگان ، جاڭدۇ ، ماشلاردىن پەرھىز قىلىنىدۇ .

ھەبىي مۇقەل IV

تەركىبى : قارا ھېلىيە ، بەلىيە ، ئامىيە پوستى ھەر بىرى 1 ھەسسە ، مۇقەل
ھەممە دورىلار ۋەزىندە .

ياسىلىشى : مۇقەلنى كۈدە سۈيىگە چىلاپ ، سىقىپ تەمىنى چىقىرىپ ، قالغان
دورىلار تالقىنىنى سېلىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئاشقازان ، ئۈچەيلەرنى سىلىقلاشتۇرۇپ كۈچەي-
تىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىر ، ئاشقازان ، ئۈچەي ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم بالىلارغا 3 ~ 5 دانە ،
چوڭلارغا 5 ~ 10 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ھەبىي مۇقەل V

تەركىبى : مۇقەل 60 گرام ، بىخ مارجان ، كەھرىبا ، كۆيدۈرۈلگەن ئىنەك مۇڭ-
گۈزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرى 15 گرام ، ئاق زەمچە 6 گرام ، جۇۋىنە 10 گرام ، ھېلىيە
پوستى ، ھېلىيە پوستى ، شاكىلىدىن ئايرىلغان ئامىيە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سۇقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سىقىپ چىقىرىپ
خان جۈسەي سۈيىدە مۇقەلنىڭ تەمىنى چىقىرىپ ئاندىن تالقانلارنى سىلىپ خېمىر قىلىپ
0.25 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىش ، ھەرخىل سەۋەبتىن كەلگەن قاتلارنى
توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .





ئىشلىتىلىشى : داۋاملىق قان ئېقىپ تۇرىدىغان بوۋاسىر كېسەللىكىگە ، باشقا ئەزالاردىن كەلگەن قاننى توختىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم بالىلارغا 5 دانە ، چوڭلارغا 10 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ھەببى مۇقەل VI

تەركىبى : مۇقەل 60 گرام ، ھېلىيە كابۇلى پوستى ، كەھرىبا ھەر بىرى 30 گرام ، كۈدە ئۇرۇقى 15 گرام ، كالا يېغى 10 م ل .
ياسىلىشى : ھېلىيە پوستىنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كالا يېغى بىلەن قوشۇپ قازاندا قورۇلىدۇ . كۈدە ئۇرۇقىنى قاينىتىپ ئۇنىڭدا مۇقەلنى ئېرىتىپ ئاندىن ھەلىيە تالقىنى ، كەھرىبا تالقىنىنى سېلىپ يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : بوۋاسىرنى ياخشىلايدۇ ، قاننى توختىتىدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلار كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 دانە ئېلىپ چاي بىلەن ئىچىلىدۇ .

ئىتريقبلى مۇقەل

تەركىبى : مۇقەل 100 گرام ، تۇربۇد 60 گرام ، ھېلىيە كابۇلى پوستى ، بەلىيە پوستى ، شاكالسىز ئامىيە ھەر بىرى 30 گرام ، سەكبىنەج 15 گرام ، كۈدە ئۇرۇقى ، بادىيان ھەر بىرى 10 گرام ، مەستىكى 6 گرام ، ھەسەل 1 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، مۇقەلنى 15 گرام كۈدە ئۇرۇقى قايناتما سۈيىدە ئېرىتىپ ، ھەسەلنى بۇ ئېرىتمە بىلەن قىيام قىلىپ ، سوقۇلغان دورىلارنى سېلىپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، ئۈچەي بوۋاسىرنى تازىلايدۇ ، يەلنى يوقىتىدۇ ، تەرەتنى يۇمشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى ، بوۋاسىر قاتارلىقلارغا





ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام
ئىچكۈزۈلىدۇ .

بەز ئىشلىتىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

رەۋغنى سىماب

تەركىبى : گۈڭگۈرت ، سېرىق ، زەيتۇن ، ئاق موم ، سىماب ، زىغىر ھەر بىرى 30
گرام مۇقەل 20 گرام بىخ مارجان 15 گرام ، گىل ئەرمىنى ، تاباشىر ، زەرچوبە ھەر بىرى
13 گرام ، كالا يىلىكى ، توخۇ يېغى 30 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى ھاۋانىچىدا 12 سائەت زاماسكىدەك بولغىچە سوقۇپ
تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تارقىلۇچان يارا ۋە قوتۇر تەمرەتكىنى ساقايتىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ
جاراھەت ئورنىنى ياغلايدۇ .

قىروتى نۇسخىسى

تەركىبى : ئاقمۇچ 30 گرام ، بابۇنە ، خەشخاش پوستى ھەر بىرى 15 گرام ، كۆك
كاسىنى سۈيى ، كۆك مارجان ، شوخلا سۈيى ، ئىسبەغۇل شىرىسى ، زىغىر شىرىسى ھەر
بىرى 100 م ل ، كالا يىلىكى ، توخۇ يېغى ، ئۆردەك يېغى ، بادام يېغى ، گۈل يېغى ، قايماق
ھەر بىرى 30 م ل .

ياسىلىشى : ئىسبەغۇل ۋە زىغىرنىڭ شىرىسى چىقىرىلىدۇ . ياغلارنى قازانغا قۇيۇپ
ئېرىتىپ بولغاندا كۆك كاسىنى ۋە مارجان سۈيىنى قۇيۇپ ، بۇنىڭغا ئىسبەغۇل بىلەن زى-



غىر شىرىسىنى ۋە سوقۇلغان قۇرۇق دورىلارنى قوشۇپ ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : ماددىلارنى تارقىتىپ ئىششىق ياندۇرىدۇ . ئاغرىق پەسەيتىپ ، ھارا-رەتنى چۈشۈرىدۇ . قېتىشاڭغۇ ئىششىقلارنى يۇمشىتىپ ، يارىلارنى ساقايتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل سەۋەبلەر بىلەن بولغان ئىچكى ۋە تاشقى ئىششىقلارنى داۋالاپ ساقايتىشقا ، سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، كۈندە 2 قېتىم ئاغرىغان جاي ياغلىنىدۇ .

مەرھىمى داخلىيون I

تەركىبى : زۇپتى رۇمى ، راتىيانەج ، ئاق موم ھەر بىرى 35 گرام ، قۇننە 12 گرام ، زەيتۇن يېغى 100 م ل .

ياسىلىشى : مومنى زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىپ ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ماي دورا تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەز خاراكىتەرلىك پوقاق ، چاشقان يارىسى ، جاراھەت ، تەمرەتكە كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىرتتىن يەرلىك ئورۇن ياغلىنىدۇ .

مەرھىمى داخلىيون II

تەركىبى : مەدەستان 80 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئىسبەغۇل ، كىنوچە ئۇرۇقى ، ھەمىشەباھار ، شۇمشە ئۇرۇقى ، قىزىل زىغىر ھەر بىرى 28 گرام ، كۈنجۈت يېغى 160 گرام .

ياسىلىشى : مەدەستان يۇمشاق سوقۇلىدۇ . ئۇرۇق دورىلارنى پاكىزلەپ قاچىغا سېلىپ ئىسسىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ شىرىسى ئېلىنىدۇ . كۈنجۈت يېغىنى قازانغا قويۇپ



ئۈستىگە مەدەستان تالقىنىنى سېلىپ ، مۇلايىم ئوتتا بىر تەرەپتىن قوچىغاچ قىزىتىلىدۇ (مەدەستان قازان تېگىدە ئولتۇرۇپ قالماسلىقى كېرەك) . ياغ قارايدىغاندا قازاندىن چۈشۈرۈپ ، سوۋىغاندا ئۇرۇق دورىلار شىرىسىنى قوشۇپ قازاننى ئېسىپ يەنە بىر قاينىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئىششىق ياندۇرۇش ، جاراھەت تازىلاش ، جاراھەتتىن پۈتتۈرۈش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئىششىقلار ، چىقان ، غەلۋىرەك ، خانازىر جاراھەتلىرى ۋە ئىششىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا ۋە جاراھەتنىڭ چوڭ - كىچىكلىكىگە قاراپ سىرتتىن چېپىلىدۇ .

مەئجۇنى غۇددە I

تەركىبى : دېڭىز يوسۇنى (خەيدەي) ، ئۈزۈم ھەر بىرى 30 گرام ، سەبرى سۇقۇترى 6 گرام ، كۆپۈكى دەريا ، بىخ مارجان ، ئاقمۇچ ، ئەنزۇرۇت ، قارا پارپى ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 100 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئۈزۈمنى ئايرىم سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئارقىدىن ھەسەلنى قوشۇپ دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : بەدەندىكى ئۆسمە بەزلىرىنىڭ تەرەققىي قىلىپ چوڭىيىشىنى چەكلەش ۋە ئۇنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : پوقاق ، بويۇن ۋە چات بەزلىرىنىڭ يوغىنىشىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى غۇددە I

تەركىبى : دېڭىز يوسۇنى (خەيدەي) ، كىشىش ئۈزۈم ھەر بىرى 60 گرام ،





بەسغائىچ ، لېچىندانە ، تۇربۇد ، قوينىڭ بويۇن بېزى ، قارىمۇچ ، ئاقمۇچ ، نۇشۇدۇر ،
فىلىفىلمويە ، دارىچىنى ، گۈلدارىچىنى ، تەرخەمەك ، يالپۇز ھەر بىرى 15 گرام ، بادام يېغى
15 مل ، شېكەر 200 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئۈزۈمنى سوقۇپ ،
شېكەرنى قىيام قىلىپ ، قوينىڭ بويۇن بېزىنى قۇرۇتۇپ ئايرىم قاچىغا قىرىپ ، ھەممىنى
شېكەر قىيامى بىلەن ئۈزۈم سوقۇلمىسىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : بەزلەرنىڭ يوغىنىشىنى چەكلەيدۇ ۋە يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىچكى - تاشقى ئەزالاردىكى بەزلەرنىڭ يوغىنىشىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا چوڭلارغا 6 گرام ،

بالىلارغا 3 گرام يېگۈزۈلىدۇ .

مەشجۇنى ئىتريپىلى غۇدۇدى

تەركىبى : قارا ھېلىلە 45 گرام ، ئەفتىمۇن 30 گرام ، بەلىلە ، ئامىيلە ، تۇربۇد
ھەر بىرى 21 گرام ، ئۈستۈخۇدۇس ، قوينىڭ بويۇن بېزى (قۇرۇتۇلغان) ، بەسغائىچ
ھەر بىرى 15 گرام ، سانا 12 گرام ، غارىقۇن ، شەترەنجى ھىندى ، نۇشۇدۇر ، زورەنباد
ھەر بىرى 9 گرام ، رۇم بادىيان ، گۈلدارچىنى ، سۈنبۇل ، قەلەمفۇر ، جۇيۇز ، لېچىندانە ،
مەستىكى ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 1.5 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەلگە ئارىلاش
تۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . ئەگەر 15 مل بادام يېغى قوشسا تېخىمۇ ياخشى .

تەسىرى : سەۋدا ۋە بەلغەم ماددىلىرىنى سۈرۈش ، ئاشقازان خىزمىتىنى
ياخشىلاش ، يەل تارقىتىش ، ئىستا ياندۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : چاشقان يارىسى ، بويۇن ، چات يېرىقلىرىدىكى بەز يوغىناپ قال
غانلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 15 گرام يىيىلىدۇ .



ھەببى خانزىر

تەركىبى : تۇربۇد 21 گرام ، ئەنزۇرۇت 12 گرام ، سەبرى 9 گرام ، غارىقۇن 8 گرام ، نۇشۇدۇر 6 گرام ، سەھمى ھەنزەل ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 5 گرام ، جاۋاشىر 3 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، كۈدە سۈيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : لىنغا سىلىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 3 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى خىززان

تەركىبى : تازىلانغان تۇربۇد 25 گرام ، ئەنزۇرۇت 15 گرام ، ئىيارەج پەيقەرا ، غارىقۇن ، شەھمى ھەنزەل ، جاۋاشىر ، نۇشۇدۇر ، سەقمۇنىيا ھەر بىرىدىن 10 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۈدە سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، يىرىڭلارنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تىرە كېسەللىكلەرگە ، خانازىرغا (لىنغا توبېر كولىيۇزى) ، ئاقماۋە يەل خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم بالىلارغا 3 — 5 دانە ، چوڭلارغا 5 — 7 دانە ئىچكۈزۈلىدۇ .

ھەببى ۋاسلى

تەركىبى : سەبرى 48 گرام ، تۇربۇد 21 گرام ، شەھمى ھەنزەل 15 گرام ، سەقمۇنىيا 12 گرام ، تۈز 6 گرام ، سۈنبۇل ، قېلىن دارىچىنى ، ھەببى بىلسان ، ئاسارۇن ، ئۇد بىلسان ، مەستىكى ، دارىچىنى ، زەفەر 3 گرام .



تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : لىمفا سىلىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 9 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريپىلى غۈددە

تەركىبى : قارا ھەلىيلە 45 گرام ، ئەفتىمۇن 30 گرام ، بەلىيلە ، ئامىيلە ، تۇربۇد
ھەر بىرى 21 گرام ، بەسفائىچ ، ئۈستۈخۇدۇس ، قوينىڭ گەردەن بېزى ھەر بىرى 15
گرام ، مەككە ساناسى 12 گرام ، غارىقۇن ، زورەنباد ، شەترەنجى ھىندى ھەر بىرى 9
گرام ، رۇم بادىيان ، گۈلدارىچىنى ، سۈنبۇل ، قەلەمغۇر ، جۇيۇز ، مەستىكى ھەر بىرى 6
گرام ، ھەسەل ئومۇمىي دورا ئېغىرلىق مىقدارىنىڭ 3 ھەسسىگە تەڭ مىقداردا .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : لىمفا سىلى (خانازىر) غا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 6 ~ 15 گرام ئىستېمال قىلىدۇ .

بەرەس ۋە بەھەققە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

شەرىپتى بەرەس

تەركىبى : كىچىك قۇرۇق ئۈزۈم 150 گرام ، رۇم بادىيان ، گۈلقەنت ھەر بىرى 30
گرام ، سىياھدان 20 گرام ، قىچا ، زەنجىبىل ، قىرەمەنا ، يالپۇز ھەر بىرى 15 گرام ، قۇ-
رۇق سامساق ، ئاقىرقەرھە ، شەترەنجى ، ئوردان ، ئەفتىمۇن ، ئەفسەنتىن ، شەھى ھەنزەل
ھەر بىرى 10 گرام ، بابۇنە ، بىخ كەبىر ھەر بىرى 7 گرام ، ھەسەل 250 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر قايناقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، 1 لىتر
قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، گۈلقەنت ۋە ھەسەلنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەرەسنىڭ ماددىسىنى پىشۇرۇش ، سۈيدۈكنى
ئۇلغايتىش ، تەرلىتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە مۇشۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇق ئىچىدۇ .

شەربىتى رەيھان

تەركىبى : قۇرۇق ئۈزۈم 75 گرام ، بادىرەنجىبۇيا 15 گرام ، رۇم بادىيان ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، تۇرۇنجى پوستى ھەر بىرى 12 گرام ، دارچىنى ، قەلەمفۇر ، سىياھدان ، رەيھان ھەر بىرى 3 گرام ، قارا شېكەر 90 گرام .
ياسىلىشى : قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ 3 لىتر قايناقسۇغا چىلاپ ، 3 كۈن ئاپتاپتا قويۇپ ئېچىتىپ ، يەنە 1 لىتر قايناقسۇ قوشۇپ قاينىتىپ ، 10 لىتر سۈيى قالغاندا سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ھەزىمنى ياخشىلاپ ، قان كۆپەيتىدۇ ، نېرۋا ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ ، بەلغەم ماددىسىنىڭ قانغا ئايلىنىشىنى ئىلگىرى سۈرۈپ بەدەننى سەمىرەتتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاق كېسەلنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 ~ 4 قوشۇق ئىچىلىدۇ .

شەربىتى مۇسەلى بەرمەس

تەركىبى : تەرەنجىبىن 150 گرام ، شەھتەررە ، سېرىق ئوت (ئەفتمۇن) ، شەت رەنجى ، چىلان ، سانا ھەر بىرى 30 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھەلىلە ، بەلىلە پوستى ، ئامىيلە ھەر بىرى 20 گرام گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ، ئۈستۈخۇدۇس ، بەسفائىج ، ئۇد سەلىپ ، پىرسياۋشان ، بادىيان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، مارجان شوخلا ھەر بىرى 15 گرام ، تۇربۇد 10 گرام .

ياسىلىشى : سانا ، تەرەنجىبىننى 350 م ل قايناقسۇغا چىلاپ ، 3 سائەتتىن كېيىن سىقىپ سۈزۈلىدۇ . قالغان دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ ، ئىككى يېرىم لىتر قايناقسۇغا چىلاپ ئىككى سائەتتىن كېيىن بىر يېرىم لىتر قالغىچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، ھەممىسى بىرلەشتۈرۈلىدۇ .





تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، نورمالسىز سەپرا ، سەۋدا ۋە بەلغەمنى سۈرۈش ، رەئىس ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش ، قان تازىلاش ، ئاشقازان ۋە ئۈچەيلەرنى پاكىزلەش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بەرەسكە سەۋەبچى بولغان نورمالسىز سۇيۇقلۇقلارنى ھەيدەپ چىقىرىش ۋە تېرىگە رەڭ پەيدا قىلىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىم 150 م ل قىزىتىپ ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى مۇنزىجى بەرمىس I

تەركىبى : ئەنجۈر قېقى 60 گرام ، پىرسىياۋشان 15 گرام ، زەنجىبىل ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرام ، رۇم بادىيان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، دارىچىنى ، سەلىخە ھەر بىرى 9 گرام ، گۈلقەنت 90 گرام .

ياسىلىشى : قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ 1 لىتر قايناقسۇغا چىلاپ 2 سائەتتىن كېيىن 100 م ل قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، گۈلقەنتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ . تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان ئاق كېسەل ۋە باشقا كېسەللىكلەردە ماددىنى پىشۇرۇش تەسىرىگە ئىگە . ئۇندىن باشقا باش ئاغرىقى ۋە ئۈستىخان ئېغىرلىقىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىم 5 ~ 3 قوشۇق ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى مۇنزىجى بەرمىس I

تەركىبى : ئۈزۈم 150 گرام ، بادىيان يىلتىزىنىڭ پوستى ، چىڭسەي يىلتىزى پوستى ، كاسىنى يىلتىزى پوستى ، ئەنجۈر قېقى (مونىكى) ، رۇم بادىيان ، سىياھدان ، بابۇنە ، پىرسىياۋشان ھەر بىرى 30 گرام ، ئەفتمۇن 15 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ، ئۈستۈخۇدۇس ، سۈنبۇل ، شەترەنجى ، ئوردان ھەر بىرى 10 گرام ، گۈلقەنت 150 گرام .





ياسىلىشى : قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر قايناقسۇدا 2 سائەت چىلاپ ، 1 لىتر قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، گۈلقەنت قوشۇپ ئۆزلىتىپ يەنە سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : يۇقىرىقى دورىلارنىڭ كۆپىنچىسى ماددا پىشۇرغۇچى ، ماددا ئالمىشىشنى ياشىلىغۇچى ۋە بەدەننى قىزىتقۇچى بولغاچقا ، بەلغەم ، سەۋدا ماددىسىنى پىشۇرۇپ بە-
دەنگە رەڭ پەيدا قىلالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : خام خىلىتلارنى پىشۇرۇپ ، ياخشى قان پەيدا قىلىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇقتىن
ئىچكۈزۈلىدۇ .

شەرىپىتى مۇنزىجى بەرمەس II

تەركىبى : ئۇششاق قۇرۇق ئۈزۈم 150 گرام ، تەرەنجىبىن 100 گرام ، بادىيان يىل-
تىزى ، زەنجىبىل ، ئۈستۈخۇدۇس ، سەئىتەر ھەر بىرى 30 گرام ، ئەنجۈر ، چىگىيە
يىلتىزى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى (تازىلانغان) ھەر بىرى 25 گرام ، رۇم بادىيان ، چىگ-
سەي ئۇرۇقى ، سىياھدان ، سانا ھەر بىرى 15 گرام ، سۇنبۇل 10 گرام .

ياسىلىشى : قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر قايناقسۇغا 3 سائەت چىلاپ ،
ئاندىن 1 لىتر قالغىچە قاينىتىلىدۇ . سانا ۋە زەنجىبىلنى بىر پىيالە سۇغا ئايرىم - ئايرىم
چىلاپ سىقىپ قايناتمىغا قوشۇپ سوۋىغاندا سوزۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەۋدا ۋە بەلغەمدىن بولغان بەرمەس كېسەللىكىدە
ماددىنى پىشۇرۇشقا بېرىلىدۇ ، بەدەندىن بۇزۇق ماددىلارنى تازىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 ، قېتىم ھەر قېتىمدا 1 پىيالە ئىچىدۇ .

شەرىپىتى مۇنزىجى بەرمەس IV

تەركىبى : قۇرۇق ئۈزۈم (قىزىل) 150 گرام ، رۇم بادىيان 90 گرام ، سىياھدان 60
گرام ، بابۇنە ، چىگىيە ئۇرۇقى ، سانا ، سوۋىتەر ھەر بىرى 30 گرام ، قىزىلگۈل ،





شەتەرەلجى ، سوزاپ ھەر بىرى 24 گرام ، گۈلقەنت ھەسلى 150 م ل ياكى خاس ھەسەل 20 م ل .

ياسىلىشى : قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ 2 لىتر قايناقسۇغا 1 سوتكا چىلاپ ، 1 لىتر قالغىچە قاينىتىپ سوۋىغاندا سۈرۈپ ، ھەسەلنى قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : بەلغەم ۋە سەۋدانى پىشۇرىدۇ (يېتىلدۈرىدۇ) ، زىيادە سۇيۇقلۇقنى چىقىرىدۇ ، بەدەننى قىزىتىش ، قۇۋۋەتلەش تەسىرىنى بېرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇقتىن ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى بەرمەس

تەركىبى : كابۇل ھېلىلە پوستى ، سېرىق ھەلىلە ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، ئەفتمۇن ھەر بىرى 30 گرام ، ئەنجۈر 10 دانە ، بەسفائىچ 15 گرام ، تۇربۇد ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، ئىزخىر ھەر بىرى 9 گرام ، مەستىكى ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : سوقۇلىدىغانلىرىنى چالا سوقۇپ ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ ، سىقىپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : نورمالسىز سەۋدا ۋە كۆيگەن باشقا خىلىتلارنى سۈزۈپ چىقىرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بەھەق ، بەرمەس ۋە ھەر خىل داغ كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئالدى بىلەن ئىيارەج پەيقەرا ، غارىقۇنلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن 5 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلاپ ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن مەزكۇر مەتبۇختىن 60 م ل ئىچىلىدۇ .

مەئجۇنى ئاترىلال 1

تەركىبى : ئاترىلال 225 گرام ، ئاقىرقەرھا ، ئاق تۇربۇد ، توم زەنجىبىل ھەر بىرى





45 گرام ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 1.012 لىتر .
 ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەلگە ئارىلاش
 تۇرۇپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .
 تەسىرى : تېرىگە رەڭ بېرىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئاق كېسەلگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىم 10 ~ 5 ياشقىچە
 15 — 10 گرام ، 10 ياشتىن چوڭلارغا 40 ~ 20 گرام ، 2 قېتىمدىن ئىچكۈزۈلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : ئاترىلال ئورنىغا ھازىر كالىي زىرە ئىشلىتىلىدۇ . دەسلەپتە 15
 گرامدىن بېرىپ تەدرىجىي 60 گرامغا يەتكۈزۈلىدۇ . دورا يېگەن جەرياندا يەل - يېمىش ،
 سۇيۇق تاماق ، سوغۇق سۇ قاتارلىق سوغۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەرنى بەرمەسلىك ،
 قۇۋۋەتلىك ، ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرنى بېرىش ، ئەڭ ياخشىسى بۇ دورىنى تومۇز
 كۈنلىرى ئىستېمال قىلىپ كۈن نۇرىغا قاقلىنىپ بەرسە تېخىمۇ ياخشى داۋالاش ئۈنۈمىگە
 ئېرىشكىلى بولىدۇ .

I مەئجۇنى ئاترىلال

تەركىبى : تازىلانغان (مۇدەببەر قىلىنغان) ئاترىلال 100 گرام ، ئاقىرقەرھە 30
 گرام ، تۇرپۇد ، زەنجىبىل ھەر بىرى 20 گرام ، ھەسەل 500 م ل .
 ياسىلىشى : تازىلانغان ئاترىلال ۋە باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈ-
 زۇپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلدە يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : بەدەننى قىزىتىش ، تېرىگە سۇ كۆتەرگۈزۈش ۋە رەڭ بېرىش ، بۇزۇق
 ماددىلارنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : مەخسۇس بەرەسنى داۋالاشتا بېرىلىدۇ . ئۇستىخان - بوغۇم ئاغ-
 رىقلىرىغىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ، تەدرىجىي
 ھالدا 15 گرام بېرىلسە بولىدۇ .





ئەسكەرتىش : ئاتىرلار ئورنىغا ھازىر كالىي زىرە ئىشلىتىلىدۇ .

مەلۇماتى ئاتىرلار II

تەركىبى : تازىلانغان ئاتىرلار ، بىخ كەبىر ، ئاقىرقەرھە ، شەترەنجى ھىندى ھەر بىرى 30 گرام ، ھەسەل 70 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە سېلىپ قىزىق پېتى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ، قاچىغا ئېلىپ بىر ئايدىن كۆپرەك تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلىش كېرەك ، بولمىسا ئۈنۈمى يۇقىرى بولمايدۇ .

تەسىرى : قان ئايلىنىشىنى ياخشىلاپ ، بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلارنى چىقىرىدۇ ، بوغۇم ئاغرىقلىرىغىمۇ ئوبدان تەسىر قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۇ ئالاھىدە ئۈنۈملۈك دورا بولۇپ ، دورىنى يەپ 7 كۈندىن كېيىن تېرىدە سۇ كۆتۈرۈلۈپ چىقىدۇ . مەخسۇس بەرەسكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلار كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ، 10 كۈندىن كېيىن 15 گرام يېسە بولىدۇ .

ئەسكەرتىش : ئاتىرلار سىركىگە 3 قېتىم چىلاپ قۇرۇتۇلسا زەھەرسىزلىنىدۇ . ھازىر ئادەتتە ئۇنىڭ ئورنىغا كالىي زىرە ئىشلىتىلىدۇ . مەزكۇر دورىنى يېگەندە سوغۇق سۇ ئىچمەسلىك ، سوغۇق يېمەكلىكلەر ۋە ھۆل سوغۇق تاماقلاردىن ساقلىنىش ، قۇۋۋەتلىك تاماقلارنى يەپ ئاپتاپتا قاقلىنىش كېرەك .

مەلۇماتى بەرەس I

تەركىبى : كابۇل ھەلىيلە پوستى ، بەلىيلە پوستى ، ئامىيلە مۇقەششەر ، ئەفتىمۇن ، قىرەدەنە ، گۈلدارىچىنى ، فىلىل ، ئاقىرقەرھە ، شەترەنجى ، قىچا ، قۇرۇق سامساق ، ئوردان ، زەنجىبىل ، جويۇز ، گۈلى قەقە ، ئەنسىل ، گۈڭگۈرت ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 600 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .





تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەدەننى قىزىتىدۇ ، نورمالسىز بەلغەمنى نورماللاشتۇرىلىدۇ ، نورمالسىز خىلىتلارنى ھەيدەپ چىقىرىپ تېرىگە رەڭ بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىچىلىدۇ .

مەلۇماتى بەرەس I

تەركىبى : قىزىلگۈل 250 گرام ، تاغ زېرىسى (مۇدەببەر) 90 گرام ، ئاقىرقەرھە ، تۇربۇد ھەر بىرى 60 گرام ، زەنجىبىل 45 گرام ، ئوغرى تىكەن 18 گرام ، ھەسەل 2 لىتر .
تەييارلاش : تاغ زېرىسى سىركىگە چىلاپ مۇدەببەر قىلىنىدۇ . دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاق كېسەللىكتە بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن بېرىلسە نورمالسىز خىلىتلارنى چىقىرىپ تېرىگە رەڭ پەيدا قىلىدۇ ، تاماق سىڭدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچىپ تەدرىجىي ھالدا 30 گرامغا يەتكۈزۈلىدۇ .

مەلۇماتى بەرەس II

تەركىبى : ئاتىرىلال ، ئاقىرقەرھە ، تۇربۇد ، سىياھدان ھەر بىرى 30 گرام ، ھەسەل 240 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەدەننى قىزىتىپ زىيادە ھۆللۈكنى چىقىرىدۇ ، تېرىگە رەڭ پەيدا قىلىدۇ ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، تاماقتىن كېيىن 6 گرامدىن يەيدۇ .

ئەسكەرتىش : ھازىر ئاتىرىلال ئورنىغا كالىي زىرە ئىشلىتىلىدۇ .





مەئجۇنى مۇسەلى چىلاپا

تەركىبى : چىلاپا 100 گرام ، گۈلقەنت 300 گرام .
 ياسىلىشى : چىلاپىنى سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، گۈلقەنت بىلەن ئارىلاش
 تۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : يەڭگىل سۈرۈش ، بەرمەس كېسەللىكنىڭ زىيادە سۇيۇقلۇقىنى ئۈچەي
 ئارقىلىق چىقىرىش ، قورساق كۆپۈش ، سۇلۇق ئىششىشىنى يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئاق كېسەللىكنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : زۆرۈر بولغاندا ھەر قېتىمدا 30 — 15 گرام ئىد
 چىدۇ .

مەئجۇنى ئىبنى ماسۇيە

تەركىبى : ھېلىيلە كابۇلى پوستى ، بەلىيلە پوستى ، ئامىيلە پوستى ، سېرىق ئوت
 (ئەفتىمۇن) ، تاغ سەۋزە ئورۇقى (دۇقو) ھەر بىرى 20 گرام ، نېپىز دارىچىنى ، فىلىل
 ھەر بىرى 16 گرام ، جويۇز ، ئاقىرقەرھە ، شەترەنجى ھىندى ھەر بىرى 8 گرام ، كۆپۈكى
 ئېلىنغان ھەسەل 468 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەلگە
 ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
 تەسىرى : تېرىگە رەڭ بېرىش ، بەدەننى قىزىتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئاق كېسەلگە ، مېڭىنىڭ ھۆلۈكى ئارتىپ كېتىشىگە ، شالۋاق ئېپ
 قىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 1~5 ياشتىكىلەرگە 2~1 گرام ، 5~10
 ياشتىكىلەرگە 3~4 گرام ، چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 8 — 5 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : دورىنى 3 كۈن يەپ 5 كۈن دەم ئېلىپ يەنە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .





مۇجەررەبى بەرەس

تەركىبى : سۈيۈرگە ئۇرۇقى 45 گرام ، يىلان تېرىسى ، سوزاپ ياپرىقى ھەر بىرى 30 گرام .

ياسىلىشى : مەزكۇر دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاق كېسەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم مەزكۇر تالقاندىن 10 گرام ئېلىپ مەلۇم مىقداردىكى ئۈزۈم شەرىتىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىدۇ ۋە ئاپتاپتا چىلىق - چىلىق تەرلىگەنگە قەدەر ئولتۇرىدۇ ھەمدە 5 كۈنگىچە داۋاملاشتۇرىدۇ .

ھەبىى بەرەس

تەركىبى : گۈلى قەقە ، سەرسىپىل ، ۋاللا ئۇرۇقى ، زەنجىبىل ھەر بىرى 100 گرام ، شېكەر 100 گرام .

ياسىلىشى : ھەبىى سىياھدان بىلەن ئوخشاش .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تېرىنى قىزىتىپ بۇزۇق ماددىلارنى ھەيدەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىى بەھەق

تەركىبى : تۇربۇت 10 گرام ، غارىقۇن ، ئەفتىمۇن ھەر بىرى 12 گرام ، سەقمۇنىيا 9 گرام ، قارا ھېلىيلە ، شەترەنجى ھىندى ، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى ھەر بىرى 6 گرام ، مۇقەل ، رۇم بادىيان ھەر بىرى 3 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەھەققە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سۇ بىلەن ھەب قىلىپ كۈندە 2 قېتىم ، ھەر





قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى پەرفىيۇن

تەركىبى : سەبرى 24 گرام ، پەرفىيۇن ، غارىقۇن ، مۇقەل ، سەكبەنج ، شەھى
 ھەنزەل ھەر بىرى 12 گرام .
 ياسىلىشى : مۇقەل ، سەكبەنجلەرنى كۈدە سۈيىدە ئېرىتىپ ، ئۈستىگە باشقا
 دورىلار تالقىنىنى سېلىپ ھەب تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : رەئىشە ، پالەچ ، ئاق كېسەللىكلەرنى داۋالاش تەسىرىگە
 ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 3 ~ 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەببى سىياھدان

تەركىبى : ئاتىرىلا 260 گرام ، سىياھدان ، ئاقىرقەرھا ، تۇربۇد ھەر بىرى 240
 گرام ، شېكەر 1 كىلو .
 ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىپ (شې
 كەرمۇ بىرگە سوقۇلىدۇ) ، ئازراق ھەسەل ياكى شېكەر سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ قوناقتەك
 ھەب قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : بەدەندىكى زىيادە سۇيۇقلۇقنى چىقىرىش ، بەدەننى قىزىتىش ، بەلغەمنى
 پىشۇرۇش ، تېرىگە رەڭ بېرىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : بەرمەس كېسەللىكىدە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : ئاتىرىلال ئورنىغا ھازىر كالىي زىرە ئىشلىتىلىدۇ .

ھەببى مۇخرىج I

تەركىبى : ھەببۇلمۈلۈك مېغىزى 60 گرام ، سېرىق ھېلىيلە پوستى 30 گرام ، ئاق





تۇربۇد 18 گرام ، تاتلىق بادام مېغىزى 12 گرام ، سەبرى ، سەمى ئەرەبى ھەر بىرى 10 گرام ، لىمون جەۋھىرى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ . جەببۇلىۈ .
لۈك مېغىزىنى پاكىزلەپ خېمىرنىڭ ئىچىگە ئېلىپ پىشۇرۇپ سۈتكە چىلاپ قۇرۇتۇپ زەھەرسىزلەندۈرۈپ سوقۇلىدۇ ، بادىيان ئەرەبى بىلەن خېمىر قىلىپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : نورمالسىز بەلغەم ماددىسىنى بەدەندىن چىقىرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : بەرەس كېسەللىكىنىڭ زىيادە سۈيۈقلۈكىنى چىقىرىش ، بەدەننى بۇزۇق ماددىلاردىن تازىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 گرام ، بالىلارغا يولسا يېرىم گرام يېگۈزۈلىدۇ .

ھەبى مۇسەلى پەرفىيۇن

تەركىبى : سەبرى 20 گرام ، پەرفىيۇن ، غارىقۇن ، مۇقەل ، سەكبىنەج ، شەھى ھەنزەل ھەر بىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : سەكبىنەج ۋە مۇقەلنى كۈدە سۈيىدە ئېزىپ ، قالغان دورىلارنى قوشۇپ كۈدە سۈيىدە يۇغۇرۇپ ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بەدەندىكى ھۆللۈكنى چىقىرىش ، بەدەننى تازىلاش ، بەلغەمدىن بولغان كېسەللەرگە مەنپەئەت قىلىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بەرەسنىڭ ماددىسىنى چىقىرىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا يېرىم گرام ئىچىدۇ .

ئىتريپىلى بەرەس

تەركىبى : دوقۇ (ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى) 60 گرام ، ھېلىلە كابۇلى ، سانا ھەر بىرى 30 گرام ، ئەفسەنتىن 15 گرام ، مەستىكى 9 گرام ، ئىگىر 6 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 90 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەھەق ، بەرەس كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ





مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر كۈندە 6 ~ 15 گرامغىچە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ئىتريپىلى ھامان

تەركىبى : تۇرپۇد 45 گرام ، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان ئامىيە ، سېرىق ئوت (ئەفتىمۇن) ، بەرەنگى كاپۇلى ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، كابۇلى ھېلىيە پوستى ھەر بىرى 30 گرام ، ئۇستۇخۇدۇس ، بەسفائىج ھەر بىرى 20 گرام ، غارىقۇن 15 گرام ، قارامۇچ ، فىلىفىل ، نارمىشكى ، ھاشا ھەر بىرى 12 گرام ، كۈندۈر ، سۇندى كوفى ، قۇستە ، زەنجىبىل ، زۇفا ھەر بىرى 10 گرام ، شەتەرەنجى ، سازەج ھىندى ، مەستىكى ، رۇم بادىيان ، قەلەمقۇر ھەر بىرى 6 گرام ، ھەسەل 1 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە قويۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بەلغەمدىن بولغان كېسەللەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ . بولۇپمۇ بەرەسنى داۋالاشتا تەسىرى ياخشى . چاچنىڭ قارىلىقىنى ساقلايدۇ . ئىشلىتىلىشى : مەخسۇس بەرەسنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچكۈزۈلىدۇ .

ئىيارەجى لۇغازىيا

تەركىبى : شەھى ھەنزەل 15 گرام ، ئەنسىل (تاغ پىيىزى) ، غارىقۇن ، سەقمۇنىيا ، قارا خەربەق ، ئوشەق ، ئۇسقۇردىيۇن ھەر بىرى 11 گرام ، ئەفتمۇن (سېرىق يۆگەي) ، كاما زىريۇس ، مۇقەل ، سەبرى ھەر بىرى 9 گرام ، ھاشا ، غۇپارىقۇن ، سازەج ھىندى ، تاغ كۈدىسى (فەراسيون) ، جۆئدە (چاڭگاڭ) ، سەلىخە ، فىلىفىل ، ئاقمۇچ ، قارامۇچ ، جاۋشىر ، زەفەر ، دارىچىنى ، بەسفائىج ، قۇندۇز قەھرى ، مۇرمەككى ، تاغ چىڭسىيى ئۇرۇقى ، ئۇزۇن چاق زىراۋەند ، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى ، پەرفىيۇن ، سۇنبۇل ، ھۇماما ، زەنجىبىل ھەر بىرى 6 گرام ، جىنتىيانا ، ئۇستۇخۇدۇس ھەر بىرى 5 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەدەننى تازىلايدۇ ، بەھەق ، بەرمەس ، جوزام ، تەمرەتكە ،





تاز كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گرام
 ئىچكۈزۈلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : يۈرەك قالايمىقان سوقىدىغان بىمارلارغا ئاز ئىستېمال قىلىشى ياكى
 ئىستېمال قىلماسلىقى لازىم .

بەرەسكە سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تىزابى فارۇق

تەركىبى : شور ، زاك ھەر بىرى 300 گرام .
 ياسىلىشى ۋە ئۇسۇلى : تىزاب تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تىزاب قىلىنىدۇ ۋە
 سىرتقا ئىشلىتىلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەرمەس ، بەھەق ۋە كەلەبەك شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
 ئىشلىتىلىدۇ .

تىزابى گۈڭگۈرت

تەركىبى : تازىلانغان گۈڭگۈرت سېرىقى 5 كىلوگرام .
 ياسىلىشى : تىزاب چىقىرىش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : بەرمەس ، بەھەق ، تەمرەتكە ، تاز ، جوزام قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ
 مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۈرتۈلىدۇ . ئالدى بىلەن
 بەدەن تەنقىيە قىلىنسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى .

زىمادى بەرمەس I

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن مىس ، سېرىق زەرنىخ ، زىراۋەند ھەر بىرى 5 گرام ،





شەترەنجى ، تازىلانغان ھاك ، گۈلقەنت ھەر بىرى 3 گرام ، ئوردان 2 گرام ، قىچا يېغى 50 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ قىزىتىلغان قىچا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ، سۇيۇق زىماد قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تېرىگە سۇ كۆتەرتىپ بۇزۇق ماددىلارنى چىقىرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بەرمەسكە بىرىنچى باسقۇچلۇق دورىلارنى ئىچكۈ-زۈپ بولغاندىن كېيىن ، ئىككىنچى باسقۇچقا يۇقىرىقى مەقسەتلەر ئۈچۈن بۇ دورىنى كۈندە بىر قېتىم ئاپتاپتا چېپىشقا بۇيرۇلىدۇ .

زىمادى بەرمەس I

تەركىبى : سامساق 15 گرام ، گۈلى قەقە ، جىن كېۋىزى ھەر بىرى 10 گرام ، نوشۇدۇر 5 گرام ، ئەنجۈر يوپۇرمىقى سۈيى 10 م ل ، ئاچچىق سىركە 50 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئەنجۈر يوپۇرماق سۈيى ۋە ئاچچىق سىركەگە تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تېرىنى قىزارتىپ سۇ كۆتەرگۈزىدۇ ۋە تېرىگە رەڭ بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئاپتاپتا يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

زىمادى بەرمەس II

تەركىبى : قىچا ، خېنە ھەر بىرى 15 گرام ، شەترەنجى ھىندى ، قارا خەربەق ، سىياھدان ، روسۇت ، زەمچە ، جويۇز ، فىلىلىنىڭ ئىچىدىن چىقىدىغان تاش ، قىزىل زەرنىخ ، ئاقاقىيا ھەر بىرى 10 گرام ، ئاچچىق كونا سىركە 100 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، سىركەگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .





تەسسىرى : تېرىنى قىزارتىپ سۇ كۆتەرگۈزۈش ، تېرىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش
تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : داۋالاشنىڭ ئاخىرقى باسقۇچىدا كۈندە 1 قېتىم تېرىگە تەڭگى
چوڭلۇقىدا چېپىلىدۇ .

زىملى سۈرمە

تەركىبى : شەترەنجى ھىندى ، سۈرمە ، مۇزا ، كۆيدۈرۈلگەن بېلىق سۆڭەك كۈلى ،
قىزىل زاك ھەر بىرى 15 گرام ، سىر كە 50 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، سىر كىگە ئارىلاشتۇرۇپ
سۇيۇق خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تېرىدىن سۇ كۆتۈرگۈزۈپ تېرىنى ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ
ۋە ئاق كېسەلنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ئاق جايغا ، ئاپتاپقا ياكى ئوتتا قاقلاپ تۇرۇپ
سۈرۈلىدۇ .

مەرھىمى بەرمىس

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن مىس ، سېرىق زەرنىخ ، شەترەنجى ھىندى ، ئاھاك ،
زىراۋەندىلەر تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق تالقانلاپ بوۋاق سۈيدۈكى ياكى كونا سىر كىگە
چىلاپ 20 كۈن ئەتراپىدا تومۇز ئاپتېپىدا تۇرغۇزۇپ ، كۈندە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەرمەسكە خال چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇننى بوۋاقلار سۈيدۈكى ياكى كونا سىر كىدە يۇ-
يۇپ ئاندىن سىرتىدىن مەزكۇر دورا سۈرتۈلىدۇ .

مەرھىمى بەيزە

تەركىبى : تۇخۇم سېرىقى 7 دانە ، كۈنجۈت ، سىياھدان ، قىزىل قىچا ، قەلەمفۇر





ھەر بىرى 30 گرام ، قوي يېغى 500 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، تۇخۇم يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : خال چۈشۈرىدۇ ۋە ئاق كېسەلنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ئاق جايغا ئاپتاپتا چېپىلىدۇ .

مەرھىمى پەرفىيۇن

تەركىبى : نوشۇدۇر ، ھەببى دەن (ھىندى ئابدۇمىلىكى) مېغىزى 35 گرام ، پەرفىيۇن ، ئاقىرقەرھە ھەر بىرى 10 گرام ، كۈچۈلا يېغى 500 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۈچۈلا يېغىدىن ئازراق ئېلىپ ھاۋانىغا قويۇپ ، ئاندىن سوقۇلغان دەن مېغىزىنى سېلىپ ئوبدان ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۈستىگە تالقاننى سېلىپ ئاخىرىدا قالغان كۈچۈلا يېغىنى قويۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : تېرىلەرنى قۇرۇتۇش ۋە قىزىتىش ، ئاغرىق قالدۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاق كېسەل ۋە پالەج ، لەقۋا كېسەللىكلەردە سىرتقا چېپىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ سىرتقا چېپىلىدۇ .

مەرھىمى پوستى گىردىگان

تەركىبى : ياڭاق قاسرىقىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلى ، خېنە ، ھۆل ئوسما ھەر بىرى 30 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ خېمىر ھالىتىگە كەلتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تېرىگە سۇ كۆتەرتىپ خال پەيدا قىلىدۇ ۋە ئاق كېسەلنى داۋالاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ئاپتاپتا ئاق بار جايغا چاپىدۇ .





مەرىمى شورا

تەركىبى : سىركە لېيى 70 گرام ، شورا ، گىل ئەرمىنى ، ئوردان ، زەمچە ھەر بىرى 15 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ مەيزاپ لېيى ياكى سىركە لېيىغا ئارىلاشتۇرۇپ ۋە ياكى ئىسپىرت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : تېرىدىن سۇ ئاققۇزۇپ خال چۈشۈشنى تېزلەشتۈرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئاق كېسەلگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ئاپتاپتا ئاق جايغا چېپىلىدۇ .

مەرىمى ئۇلاق

تەركىبى : نۇشۇدۇر 100 گرام ، ھەسەل 300 م ل .
ياسىلىشى : نۇشۇدۇرنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەلنى قازانغا سېلىپ ئېرىتىپ سوقۇلغان دورىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
تەسىرى : تېرىنى قىزىتىش ، سۇلارنى يىغىپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بەرەستە سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ . باشقا تېرە كېسەللىكلىرىگىمۇ مۇۋاپىق كېلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى : تېرە كېسەللىكلىرىنىڭ چوڭ - كىچىكلىكىگە قاراپ بەلگىلىنىدۇ .

ئوكۇلى كالىزىرە

تەركىبى : كالىزىرە 1 كىلوگرام ، ناترىي خلورات 8 گرام ، تۇۋېن 80 — 10 م ل ، ئاكوۋا 3 لىتر .
ياسىلىشى : ئوكۇل ياساشتىكى قائىدە ، تەلەپ ۋە ئۆلچەملەرگە ئاساسەن تەييارلىنىدۇ .





ئىشلىتىلىشى : ئاق كېسەلگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئۆلچەم بويىچە مۇسكۇلغا ئوكۇل قىلىنىدۇ . كۈندە
 بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 ~ 4 م ل غىچە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : ئوكۇل قىممىتى : 8 ~ 9 p_H ئەتراپىدا بولىدۇ . پىششىقلىنىش
 مىقدارى بىر لىتر بولىدۇ .

ئاياللار كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

تىلپى ھامىيە

تەركىبى : ھەببى بىلسان ، جاۋشەر ، مۇقەل ، قامغاق تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلى-
 نىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇغماس ئاياللارنىڭ تۇغۇشىغا ياردەم بېرىدۇ ۋە شۇ
 مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : جىنسىي ئەزاغا سۈرتۈپ جىنسىي ئالاقە قىلىنىدۇ .

تىلپى ھىككە

تەركىبى : سوزاپ ، نىيلۇفەر ، قاراسونا ، كاسىن سۈيى مۇۋاپىق مىقداردا .
 ياسىلىشى : دورىلارنى تالقانلاپ كاسىن سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاياللارنىڭ جىنسىي يول قىچىشىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ
 مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .

داۋايى ئەقرە

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇغۇت چەكلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





تەركىبى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : جىنسىي ئالاقىدىن بۇرۇن ئايال كىشى جىنسىي يولىغا پىننىنى فەرزىجە قىلىدۇ . (خالتىچاق ئارقىلىق ئىقىپ قويۇلىدۇ) . جىنسىي ئالاقىدىن كېيىن قارامۇچ تالقىنى فەرزىجە قىلىنىدۇ . تۇنجى بالىنىڭ نىفاس قېنىنى ئومۇمىي بەدەنگە سۈرتىش بولىدۇ .

زەفەر

تەركىبى : زەفەر 45 گرام ، مۇرساپ 30 گرام ، قىرەدەنە 18 گرام ، قەسبۇسزەررە 15 گرام ، كۈنجۈت يېغى 1 لىتر .

ياسىلىشى : دورىلار تالقىنىنى كۈنجۈت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ 7 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ (كۈنىدە بىر قېتىم قوچۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ) . ئۇندىن كېيىن 500 م ل سۇ ئارىلاشتۇرۇپ يېغى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : قېتىمپ قالغان ئەزالارنى بوشتىدۇ . ھەر خىل تىپتىكى بالىياتقۇ كېسەللىكلىرىنى ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدۇ . تارتىشىپ قالغان پەيلەرنى بوشتىدۇ . ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ . جاراھەتلەرنى تازىلايدۇ ، بالىياتقۇ چىقىپ قېلىشنى داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بالىياتقۇ جاراھەتلىرى ۋە خۇن چىگىلىشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئىچ ۋە سىرتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ .

شەرىتى بۇزۇرى I

تەركىبى : چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئۆشەنە ھەر بىرى 15 گرام ، رۇم بادىيان ، پىرسىياۋ . شان ، قوغۇن ئۇرۇقى ، پىننە ، يالپۇز ، بادىيان ھەر بىرى 10 گرام ، گۈلقەنت 60 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ 500 م ل سۈيىنى ئېلىپ گۈلقەنتنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەيز ۋە سۈيىدۈكىنى ماڭدۇرىدۇ . توسالغۇلارنى ئېچىپ ئۆپكىنى تا . زىلايدۇ ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرىدۇ ، جىگەر ۋە ئاشقازاننى ياخشىلايدۇ . كۆزگە قۇۋۋەت بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

شەرىپىتى سوزاپ

تەركىبى : ھۆل سوزاپنىڭ سىققان سۈيى 150 م ل ، بادام يېغى 12 م ل ، ئىنەك پوستى يېغى 10 م ل .

ياسىلىشى : ياغلارنى سوزاپ سۈيى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئادەت ماڭدۇرىدۇ . توسالغۇلارنى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : خۇن چىگىلىپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىككىگە بۆلۈپلا بىر كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ .

شەرىپىتى ھەببۇلئاس

تەركىبى : ھەببۇلئاس 200 گرام ، شېكەر 2 كىلوگرام .

ياسىلىشى : ھەببۇلئاسنى چالا سوقۇپ 2 لىتر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، تەمى

چىققاندىن كېيىن قاينىتىپ ھەببۇلئاسنى سۈزۈۋېتىپ ، سۈيىگە شېكەرنى سېلىپ پۈتۈن

دورا مىقدارى 3 لىتر قالغىچە قاينىتىپ ياخشى قىيام قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئەزالاردىن قان كەتكەن ۋاقىتلاردا قاننى توختىتىش

ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا 3~4 م ل ، چوڭلارغا 10~20 م ل

ئىچكۈزۈلىدۇ .

فەرزىجەللى ئەقرە

تەركىبى : مۇزا ، ھەببۇلئاس تەڭ مىقداردا .





ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : تالقانلاپ ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇغۇت چەكلەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

فەرزىجەئى رەھمى

تەركىبى : ئارپا بادىيان ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، يالىپۇز ، كۆپۈكى دەرى-
يا ، سوزاپ ھەر بىرى 9 گرام ، ھەسەل مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ جىنسىي يولغا
كىرگۈزۈلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بادى رەھمىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

فەرزىجەئى مەشمە

تەركىبى : قارىغاي مېۋىسى ، زىراۋەند مۇدەھەرەج ، لوبىيا ، قىچا 0.1 ھەسسە .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : تالقانلاپ فەرزىجە ياساپ ، جىنسىي يولغا
سېلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بالا ھەمىيىنى چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

فەرزىجەئى مۇدىر

تەركىبى : ئۆشنە ، ئاقىرقەرھە ، جاۋشىر ، سوزاپ ھەر بىرى 3 گرام ، پەرفىيۇن 2
گرام ، مەشمە مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : مەشمە سۈيىدە يۇغۇرۇپ جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەيز ماڭدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





فەرزىجەئى مۇمىسەك

تەركىبى : ئانارگۈلى 9 گرام ، سەمى ئەرەبى ، كافۇر ھەر بىرى 3 گرام ، ھۆل
يۇمىاقسۇت سۈيى 21 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ يۇمىاقسۇت سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەيز توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : پاكىز لاتىنى دورىغا مىلاپ جىنسىي يولغا تىقىپ
قويۇلىدۇ .

فەرزىجەئى مۇھەللەل

تەركىبى : ئاق لەيلىگۈل ، زىخىر ھەر بىرى 39 گرام ، موم ، مۇقەل ھەر بىرى 9
گرام ، ئۆردەك يېغى ، توخۇ يېغى 9 م ل ، ھەسەل ياكى خىيار شەنبەر سۈيى مەلۇم
مىقداردا .
ياسىلىشى : فەرزىجە تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلاپ جىنسىي يولغا كىر-
گۈزۈلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بالىياتقۇ ئىششەقلىرىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .

فەرزىجەئى مۇھىل

تەركىبى : قۇندۇز قەھرى ، مەئەسائىلە ، جاۋشەر ، مۇرمەككى ، قۇستە بىر
ھەسسە ، ئىغار ، ئەنبەر يېرىم ھەسسە .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، ھاراق بىلەن يۇغۇرۇپ فەرزىجە
تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھامىلىدار بولۇشقا ياردەم قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىش-
لىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش ئۇسۇلى : جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .

قۇرسى خىرفە

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئەنجىباھار يىلتىزى ، سەمىي ئەرەبى ھەر بىرى 12 گرام ، مۇزا 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، خاس سۇدا تاپلىت قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇغۇتتىن كېيىنكى قان كېتىشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قۇرسى سۈمۈغ

تەركىبى : مۇرمەككى ، جاۋشىر ، سەكبىنەج ، بىرزەر ھەر بىرى 3 گرام ، ھىلغا 2 گرام .
ياسىلىشى : تالقانلاپ خاس سۇدا تاپلىت قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تۇغۇت چەكلەيدۇ ، ھامىلىدار ۋاقتىدا يېيىلسە تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سوزاپ سۈيى ياكى شۇمشە سۈيى بىلەن بىر قېتىمىدىلا يەپ تۈگىتىلىدۇ ، ئىچىشى ئۈچۈن نوقۇت سۈيى بېرىلىدۇ .

قۇرسى مور

تەركىبى : تىرمىس (بىر خىل پۇرچاق) 15 گرام ، مۇرمەككى 9 گرام ، ھىلغا ، سەكبىنەج ، جاۋشىر ، سوزاپ ياپرىقى (قۇرۇتۇلغىنى) ، پىننە ، يۇمغاقسۇت ، قىرەد مەنا ، ئوردان ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : 3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .





تەسىرى : ھەيز راۋانلاشتۇرىدۇ . تۇغماسلىققا ياردەم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قارىغاي مېۋىسى قاينىتىلمىسى بىلەن 1 دانىدىن يېيىلىدۇ .

قۇرسى مۇرمەككى

تەركىبى : قىزىل لوبىيا 15 گرام ، مۇرمەككى ، ئەبھەل ھەر بىرى 10 گرام ، سوزاپ ، پىننە ، قىرەدمەنا ، مىشكى تارامىشكى ، ئوردان ، ھىك ، جاۋشەر ، سەكبىنەج ھەر بىرى 6 گرام .

تەييارلاش : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قاينىتىپ سوۋۇتۇلغان ئەبھەل سۈيىدە خېمىر قىلىپ قۇرس تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش ، ئادەت ماڭدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە . بالىياتقۇ ئاغرىقلىرىغىمۇ ياخشى تەسىر قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بالىياتقۇ ئاغرىش ، ھەيز توختاپ قېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ . ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرام ئىچىلىدۇ .

مائۇلئۇسۇل مۇرەككەب

تەركىبى : تەرەنجىبىن 250 گرام ، سانا 30 گرام ، قارا ھەلىيلە ، سېرىق ھەلىيلە ، بادىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، كەپە يىلتىزى ، كاسىن يىلتىزى ، سەۋسەن يىل تىزى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، رەۋەن ، جىنتىيانا ، زەنجىبىل ، فىلىفل ، بوزۇغا ، كابابىچىنى ھەر بىرى 15 گرام ، ئارپا بادىيان ، رۇم بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، كاسىن ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، جوۋىنە ، زىرە ، قارامۇچ ، دارىچىنى ، قېلىن دارىچىنى ، قەلەمفۇر ، گۈلدارىچىنى ، تاشاڭ ھەر بىرى 9 گرام ، سورۇنجان ، بوزىدان ، ماھىزەھرىج ، قەنتەريۇن ، ئىزقىر ، سۇنبۇل ، ئادراسمان ، ئاق قىچا ، تۇربۇد ، غارىقۇن ، شەھى ھەنزەل ، قىزىلگۈل ، گاۋزەبان ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 8 گرام ، قەنت 500 گرام .





ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەئجۇن قىلىنىدۇ .
 تەسىرى : ئاياللار كېسەللىكلىرى ۋە ھەر خىل سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە
 شىپا بولىدۇ . بوغۇم ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : ئاغرىتىپ كېلىدىغان ھەيزگە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ دورا 25 ~ 40 كۈنلۈك بولۇپ ، ھەر قېتىم
 بىر ئاز قايناقسۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى شۇمشا

تەركىبى : شۇمشا 21 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، بەگىنەي قوغۇن ئۇرۇقى ھەر
 بىرى 12 گرام ، بادىيان ، رۇم بادىيان ، جوۋىنە ، سېرىق چېچەك ئۇرۇقى ھەر بىرى 6
 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى 3 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 1.5 لىتر سۇغا ئىككى سائەت چىلاپ قاينىتىپ
 يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ قەنت سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىپ ئادەت ماڭدۇرۇش ، يەل تارقىتىش ، سۈيدۈك
 ماڭدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، ھەيز ماڭدۇرۇش ، سۈيدۈك ھەيدەش ،
 ئىششىق ياندۇرۇش ، يەل تارقىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى ھەيز

تەركىبى : تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇم بادىيان ، ئارپا
 بادىيان ھەر بىرى 6 گرام ، بادام يېغى ياكى ئېنەك پىتى يېغى 20 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 1 لىتر سۇغا چىلاپ 2 سائەتتىن كېيىن قاينىتىپ
 700 م ل سۈيى قالغاندا ياغنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : ھەيز ماڭدۇرىدۇ ، بالىياتقۇ ئاغرىشىنى يوقىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 150 م ل ئىچىدۇ .

مەلجۇنى پەيقدىرائى ھامىلە

تەركىبى : ئىيارەج پەيقدەرا 36 گرام ، ھېلىلە كابۇلى ، بەلىلە ، ئامىيلە ، نېفىت تۇزى تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 2 ھەسسە .
تەسىر ۋە ئىشلىتىلىشى : سېغىز توپا ۋە باشقا ناچار نەرسىلەرگە سېزىك بولۇشنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6~9 گرام يېگۈزۈلىدۇ .

مەلجۇنى پىننە

تەركىبى : پىننە ، سوزاپ يوپۇرمىقى ، قارامۇچ ، جوۋىنە ، قىرەدەنە ، ھىلق ، زەف جىبىل ، دارىچىنى ، فىلىفىل ھەر بىرى 15 گرام ، ھەسەل 500 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ .
تەسىرى : ئادەت ماڭدۇرىدۇ ، توسالغۇلارنى ئېچىپ جىگەر ۋە ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ .
ئىشلىتىشلىش : جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتى ناچارلاشقان ھەمدە ئادەت توختاپ قالغان بىمارلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىم 6 گرام ئىچىلىدۇ .

مەلجۇنى خۇن

تەركىبى : قۇندۇز قەھرى ، ئەبھەل ، سەلىيخە ، سىياھدان ، بەرەڭگى كابۇلى ھەر



بىرى 6 گرام ، ھەسەل 100 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئادەت ماغدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ۋاقىتسىز ئادەت توختاشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .
بادىيان ئەرىقى بىلەن ئىچىپ تېخىمۇ ياخشى .

مەئجۇنى موھىل

تەركىبى : ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، قاقىيلە ، چەلغۇزە مېغىزى ، دارىچىنى ھەر بىرى 6 گرام ، جەۋزىتەب ، زەفەر ھەر بىرى 5 گرام ، تېشىلىمگەن مەرۋايىد ، مارجان ، قارامۇچ ، زەنجىبىل ، قەلەمفۇر ، جويۇز ، سەكبىنەج ، سازەج ھىندى ، قەلەمفۇر ياپرىقى ھەر بىرى 3 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : مەئجۇن تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەئجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاياللارنىڭ ھامىلىدار بولۇشىغا ياردەم بېرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئاخشى 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

نۆتۈلى ھابىس

تەركىبى : قىزىلگۈل ، ئاس ياپرىقى ھەر بىرى 30 گرام ، زەمچە ، چالا سوقۇلغان مۇزا ، ئانارگۈلى ھەر بىرى 15 گرام ، جەۋزۇسسەرۋى ، يۇلغۇن مېۋىسى ھەر بىرى 9 گرام ، ئاقاقىيا 6 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چىلاپ ياكى قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ تاييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : نورمالسىز ھەيز قالايمىقانلىقى ۋە داۋاملىق ھەيز كې-



لىشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

نۆتۈلى ھاپىزى جېنىن

تەركىبى : قىزىلگۈل 21 گرام ، ئانارگۈلى ، يولغۇن مېۋىسى ھەر بىرى 15 گرام ، ئاس ياپرىقى 12 گرام ، زەمچە ، ئانار پوستى ھەر بىرى 9 گرام .
ياسىلىشى : مەزكۇر دورىلارنى چىلاپ ياكى قاينىتىپ ئېلىنغان سۈيىدە ئولتۇرغۇ-زۇلىدۇ . ياكى جىنسىي ئەزاغا قويۇپ يۇيۇلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بالا چۈشۈپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

نۇقۇتى بۇزۇرى

تەركىبى : قوغۇن مېغىزى (چالا سوقۇلغان) 21 گرام ، سۈنبۇل ، ئەفسەنتىن ھەر بىرى 12 گرام ، رۇم بادىيان ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 9 گرام ، روڭۇ مىشكى ، تىرامىشى ھەر بىرى 6 گرام ، ئادراسمان ، قارىغاي مېۋىسى ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر قاچىغا ئېلىپ ئۈستىدىن بىر لىتر سۇ قويۇپ ئاپتاپتا 3 سوتكا تۇرغۇزۇلىدۇ . (كېچىسى ئىسسىق ئۆيدە قويۇلىدۇ) ئۇندىن كېيىن سىقىپ سۈزۈلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەيز ماڭدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەتىگەندە 3 م ل بادام يېغى بىلەن 90 م ل ئىچىد-لىدۇ .

ھەببى ئەقرە

تەركىبى : رۇم بادىيان ، ئارپا بادىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، تاغ پىنىسى ، يالىپۇز ھەر بىرى 3 گرام ، سۈنبۇل ، دارىچىنى ، سەلىخە ، ھەببى بىلسان ، ئۇد بىلسان ، جويۇز ،





قارىغاي مېۋىسى ، قۇستە ھەر بىرى 2 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاياللارنىڭ ھامىلە بولۇشىنى توسىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەر قېتىم جىنسىي ئالاقىدىن بۇرۇن ئايال كىشى 3 گرام ئىستېمال قىلىدۇ .

ھەببى ئىخراجى .

تەركىبى : فۇرمەككى ، جاۋشەر ، سەكبىنەچ ھەر بىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، قايناقسۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : بالىياتقۇنى تازىلاش ، سۈرۈش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : تولغاق تۇتۇپ ، ھامىلە چۈشمىگەندە ياكى بالا تۇغۇلۇپ ھەمىيى چۈشمىگەنگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە بىر قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 — 30 دانە يېگۈزۈلىدۇ .

ھوقنەئى ھەيز I

تەركىبى : جوۋىنە ، بادىيان ، سىيالىيۇس ، بابۇنە ، شۇمشە ھەر بىرى 9 گرام ، ئوشەق ، مۇقەل ، سەكبىنەچ ، چىڭسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گرام ، قۇندۇز قەھرى ، جاۋشەر ، سۇنبۇل ھەر بىرى 3 گرام ، سېرىق ياغ ، كۈنجۈت يېغى ، ھەسەل ھەر بىرى 30 م ل ، يېڭى سۈت 150 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ بىر يېرىم لىتر سۇدا 1 لىتر قالغىچە قاينىتىپ سۈزۈپ پاكىزلەپ ، ئاندىن ياغ ، ھەسەل ، قۇندۇز قەھرى (سوقۇپ) قوشۇپ تەييارلىد .





خىندۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەيز ماڭدۇرىدۇ ، بالىياتقۇنىڭ سوغۇقى ئېشىپ كېتىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىياتقۇغا مەخسۇس ئەسۋاب بىلەن كۈندە 1 قېتىم 500 م ل كىرگۈزۈلىدۇ .

ھوقنەلى ھەيز I

تەركىبى : تۇربۇد ، زىغىر ھەر بىرى 30 گرام ، كۈنجۈت يېغى 15 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 800 م ل سۇدا قاينىتىپ 500 م ل سۈيىنى ئېلىپ ياغ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ھەيز ماڭدۇرىدۇ ، بالىياتقۇنىڭ ئاغرىشىنى يوقىتىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : بالىياتقۇغا كىزما قىلىنىدۇ .

ھومۇلى ھەيز

تەركىبى : ئۈزۈم ، بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرى 60 گرام ، سوزاپ 30 گرام ، ئەبھەل 24 گرام ، مۇرمەككى ، تاغ يالپۇزى ھەر بىرى 12 گرام ، كالا سۈتى 120 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سۈت بىلەن خېمىر قىلىنىدۇ .
تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، ئادەت ماڭدۇرۇش ، بەلغەم بوشىتىپ ئۆپكەنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىپ ، جىگەر ۋە ئاشقازان خىزمىتىنى ياخشىلاش ، نەپەسنى راۋانلاشتۇرۇش ، ھەيز ماڭدۇرۇش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : قىزىق ھالەتتە داكىغا ئوراپ بالىياتقۇ سىرتىدىن تېگىلىدۇ .





بالياتقۇ جاراھىتى ۋە بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

رەۋغىنى موم

تەركىبى : ئاق موم 20 گرام ، بابۇنە ، ئەفيۇن ھەر بىرى 2 گرام ، ئۆردەك يېغى 20 م ل .
 ياسىلىشى : ئاق موم ۋە ئۆردەك يېغىنى ئېرىتىپ ، بابۇنە ۋە ئەفيۇننى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : جىنسىي يول ۋە بالياتقۇ ئىششىقلىرىغا ، جاراھىتىگە پايدا قىلىدۇ . ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : داكىغا مىلاپ جىنسىي يول ۋە بالياتقۇغا تىقىپ قويۇلىدۇ ، كۈنىگە 2 - 1 قېتىم يەڭگۈشلىنىدۇ .

سۇقۇنى بۇزۇرى ■

تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، سەمى ئەرەبى ، نىشاستە ، كەتىرا ، رۇبۇسۇس ، گىل ئەرەبى ، تاباشىر ، خۇنسىياۋشان ھەر بىرى 3 گرام ، خەشخاش شەرىپىتى 100 م ل .
 ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : سوغۇق .
 تەسىرى : بالياتقۇ بويىنىنىڭ جاراھىتىگە مەنپەئەت قىلىدۇ . بەلغەم بوشتىپ ئۆپكىنى تازىلايدۇ . يۆتەل باسىدۇ ، قاناشنى توختىتىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئېلىپ ، 10 م





ل خەشخاش شەرىپى بىلەن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى كەتان

تەركىبى : زاغۇن 270 گرام ، زىغىر ، ئىسبەغۇل ھەر بىرى 9 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، گىل ئەرمىنى ، ھەببۇلئاس ھەر بىرى 8 گرام ، مىنى ئەرمىنى 3 گرام .
ياسىلىشى : ئىسبەغۇل ۋە زاغۇندىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ سۇغا چىلاپ لۇئابىنى ئېلىپ قۇرۇتقاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىر ، ئىچىدىن قان - پوتلا ئۆتۈش ، قورساق تولغاپ ئاغرىشلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى ماسكەم

تەركىبى : ئازراق قۇرۇتۇلغان كۈنجۈت ، جويۇز ، تۇخۇم سېرىقى ھەر بىرى 6 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەن رېتسېپ بولۇپ بوۋاسىر قېنىنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 6 گرام ئېلىپ ئالما شەرىپى ياكى رەۋەن شەرىپى بىلەن ئىچىلىدۇ .

شەرىپى چىلان مۇرەككەب

تەركىبى : تەرەنجىبىن 60 گرام ، خىيارشەنبەر 30 گرام ، چىلان 20 دانە ، ئەينۇلا 15 دانە ، شاھتەررە ، ئاترىلال ، سانا ، ئۈزۈم ، قوغۇن ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، نىيلۇ - فەر ، ئاق لەيلى ، مارجان شوخلا ، ئوسما يوپۇرمىقى ھەر بىرى 10 گرام ، سەندەل ،





قەسبۇسزەرىرە ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 6 گرام ، بادام يېغى 15 م ل .

ياسىلىشى : تەرەنجىبىن ، سانا ، خىيار شەنبەرلەرنى 500 م ل قايناقسۇغا يېرىم سوتكا چىلاپ سىقىپ سۈيى ئېلىنىدۇ . دورىلارنىڭ قاتتىقلىرىنى چالا سوقۇپ ، قالغانلىرىنى شۇ پېتى بىر يېرىم لىتر سۇغا ئىككى سائەت چىلاپ قاينىتىپ 700 م ل سۈيى ئېلىنىدۇ . ئاندىن ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ داكىدا قايتا بىر سۈزۈۋېتىپ بادام يېغى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بالىياتقۇ ئىششىش ، قىچىشىش ، ئاغرىش ۋە جاراھەت چىقىپ قېلىش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 60 م ل ئىچىدۇ .

قۇرسى ئەنجىباھار

تەركىبى : قىزىلگۈل ، سەمغى ئەرەبى ، كەھرىبا ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 گرام ، ئەنجىباھار ، ئانارگۈلى ، نىشاستە ، گىل ئەرەمىنى ، بىخ مارجان ، تاباشىر ، رۇب بۇسۇس ھەر بىرى 6 گرام ، ھەببۇلئاس 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئامۇت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئاق خۇننى تىزگىنلەش ، قاناشنى توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھەيز توختىماسلىق ، قان ، تولغاق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىچىلىدۇ .

قۇرسى بۇسۇد

تەركىبى : كۈندۈر ، ئاقاقىيا ، ئانارگۈلى ھەر بىرى 12 گرام ، بىخ مارجان ، سەمغى ئەرەبى ھەر بىرى 3 گرام ، دارىچىنى 2 گرام .
ياسىلىشى : تۇخۇم ئېقى بىلەن 3 گرامدىن تاپلىت قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچىدىن قان ئۆتۈش ، ھەيز توختىماسلىقلارغا شىپا





بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانىدىن يېيىلىدۇ .

نۆتۈلى رەھىم

تەركىبى : رەيھان ، شىيە ، نەمام ، ئاناناس (بولۇ) ئۇرۇقى ، قەيسۇم ، شۇمشە ، زى-
خىر ، بابۇنە ، ئىككىلىمەلىك ، ئاناناس (بولۇ) تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : ھەممىسىنى قاينىتىپ سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى ، شۇنداقلا بالىياتقۇ قېتىشلارغا
شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىلمان ھالدا ئولتۇرغۇر لىدۇ .

ھوقنەئى ئەنزۇرۇت

تەركىبى : ئەنزۇرۇت ، كۈندۈر ، پىرسىياۋشان ، مۇرمەككى ، زەمچە ، ئانار پوستى ،
جويۇز ھەر بىرى 16 گرام ، پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى ، ئانار سۈيى ، گۈل يېغى ھەر بىرى
30 م ل .
ياسىلىشى : (رنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، يۇقىرىقى سۇ ۋە ياغقا
ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : جىنسىي يول ۋە بالىياتقۇنىڭ ئىششىقىنى قايتۇرۇش ، جاراھىتىنى سالا-
قايتىش ، يېرىڭنى تازىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئەسۋاب بىلەن جىنسىي يول بالىياتقۇ بويىنغا ھوقنە قىلىپ
يۇيۇلىدۇ .

ھوقنەئى رەھىم

تەركىبى : ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى 50 گرام ، گۈل يېغى 30 م ل .
ياسىلىشى : مېغىزنى سوقۇپ قايناقسۇدا شىرىسىنى چىقىرىپ گۈل يېغى قوشۇپ





تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : جىنسىي يول ۋە بالىياتقۇ بوينىنىڭ جاراھىتىگە ، بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : مەخسۇس ئۇسۇل بىلەن جىنسىي ئەزاغا كىلىزما قىلىنىدۇ .

ھوقنەنى شېت

تەركىبى : سېرىق چېچەك ئۇرۇقى 15 گرام ، كۈنجۈت يېغى ، ھەسەل ھەر بىرى 15 م ل ، كۈدە سۈيى ، سۈت ھەر بىرى 30 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ سۈيىنى ئېلىپ ھەسەل ، كۈنجۈت يېغى ۋە سۈتنى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بالىياتقۇ ۋە جىنسىي يولدىكى جاراھەتلەرگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى مەقسەتتە سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىر قېتىمدىلا ئىلمان ھالدا جىنسىي يولغا كىلىزما قىلىنىدۇ .





بەش ئەزا كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

كۆز كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

تىلانى ھەدىقى

تەركىبى : قەلەي 6 ھەسسە ، سۈرمە 3 ھەسسە ، خورمىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن ئۇ-
رۇقى ، سۈنبۇل ، چاشقان مايىقى (كۆيدۈرۈلگەن) ، فىلىفل 1 ھەسسە ، زەفەر يېرىم
ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كىرىپك تۆكۈلۈشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىش-
لىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .

زورۇرى ئەيىز

تەركىبى : ئادراسمان گۈلى 180 گرام ، سەمغى ئەرمى 120 گرام ، نىشاستە 90
گرام ، كەتىرا 60 گرام ، كۈمۈش كۆيۈندىسى ، تۇچ كۆيۈندىسى ، قەلەي ئۇپىسى ھەر
بىرى 6 گرام ، ئەفيۇن 30 گرام .

ياسىلىشى : تالقانلاپ ئارپا بادىيان سۈيىگە چىلاپ ، ئاندىن قۇرۇتۇپ تالقان
ياسىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆز ياشاڭغۇراشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلى-
تىلىدۇ .





تىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سېپىلىدۇ .

زورۇرى ئەسقىر

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ئەنزۇرۇت 15 گرام ، شىياڧى مامىسا (تۆگە تاپان ياپىرقى) 6 گرام ، ئەڧيۇن 3 گرام ، سۇندى كوفى ، زەپەر ، روسۇت ، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ھەر بىرى 2 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆزدىن يېرىك ، زەرداب ئېقىشنى توختىتىدۇ ، ھۆل لۈكنى قۇرۇتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : مۇۋاپىق ھالدا تىلغا سېپىلىدۇ .

زورۇرى ئەنزىرۇت

تەركىبى : زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن ئەنزۇرۇت 1 ھەسسە ، ئىشاستە $\frac{1}{4}$ ھەسسە .
ياسىلىشى : ئەنزىرۇتنى سۈرۈپ ئېشەك سۈتى ياكى قىز ئېمىتىدىغان ئايالنىڭ سۈتىگە ئارىلاشتۇرۇپ ، يولغۇن ياغىچىغا چاپلاپ ئىلمان تونۇردا بىر كۈن قويۇلىدۇ (كۆيۈپ كەتمەسلىكى لازىم) .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆز ياشاڭغۇراشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئەنزۇرۇتنى ياغاچتىن ئاجرىتىپ ئۈپىدەك سالاىە قىلىپ كۆزگە ئىشلىتىلىدۇ .

زورۇرى چەشخام

تەركىبى : چەشخام (چاكسۇ) ، ئەنزۇرۇت (زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن) ، مامىران چىنى ھەر بىرى 1 ھەسسە ، ناۋات 2 ھەسسە .





ياسىلىشى : چەشخامنى پوستىدىن ئاجرىتىپ ، ئېشەك تېزىكى ياكى باشقا تېزەكلەر بىلەن گىلى ھېكمەت ئۇسۇلىدا پىشۇرۇلىدۇ ۋە ئۇندىن كېيىن ئۇپىدەك سۇقۇلغان ناۋات ، مامرانچىنى سېلىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : رەمەد ۋە كىرىپك ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆز ئاغرىۋاتقان مەزگىلدە كۆزگە چېپىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : ئەگەر ئەنزىرۇت مۇدەببەر بولمىسا ، مامرانچىنى ئىشلەتسە بولىدۇ .

زورۇرى سەبرى

تەركىبى : يۇيۇلغان تۇتىيا 30 گرام ، سېرىق ھەلىيلە پوستى ، سەبرى ، زەرچۇبە ، فىلىفىل ھەر بىرى 15 گرامدىن ، قارامۇچ 6 گرام .
ياسىلىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سالاھىيە قىلىپ تالقان تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
تەسىرى : كۆز قىچىشى ، ياشاڭغۇراش قاتارلىقلارنى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ياشانغان كىشىلەردىكى كۆز قىچىشى ۋە ياشاڭغۇراش كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سېپىلىدۇ .

زورۇرى كافۇر

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ ، تېشىلىمگەن مەرۋايد ھەر بىرى 6 گرام ، نىشاستە 3 گرام ، كافۇر 1 گرام .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆزنىڭ قىزىقلىقىنى پەسەيتىدۇ . كۆز ياللۇغى (رە-مەد) گە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سېپىلىدۇ .





زورۇرى قەلەي

تەركىبى : يۇيۇلغان تۇتىيا ، قەلەي ئۇپسى ھەر بىرى 10 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : كۆزنىڭ ياشاڭغۇرۇشى ۋە قىزىشىنى يوقىتىش ، ئاغرىق توختىتىش
تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : كونا كۆز ئاغرىقى ، كۆز قىزىرىپ ئاغرىش ، كۆز ياشاڭغۇراش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سېپىلىدۇ .

زورۇرى مامىرانچىنى

تەركىبى : ھەشقىپچەك ئۇرۇقى ، ئەنزۇت ھەر بىرى 30 گرام ، مامىرانچىنى ،
خۇنباۋشان ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سالايە قىلىپ ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان
قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .
تەسىرى : ئاغرىق قالدۇرۇش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بالىلاردىكى كۆز ئاغرىشىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆز جاراھەتلىرىگە سېپىلىدۇ .

زورۇرى مەغسۇل

تەركىبى : قالغاچ مايىقى ، ئاقىرقەرھە ، ئەنزۇرۇت ، زەنگار ، مېتال كۆيۈندىسى .
ياسىلىشى : ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ كۆزگە چېپىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆزگە چۈشكەن يەڭگىل دەرىجىدىكى ئاقنى يوقىتىدۇ .





ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سېپىلىدۇ .

زورۇرى مەلۇمات

تەركىبى : زەھەرسىز لەندۈرۈلگەن ئەنزۇرۇت ، نىشاستە ، سەمغى ئەرەبى ، ناۋات باراۋەر مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈپىدەك سوقۇپ ، شايدىن ئۆتۈزۈلىدۇ .
تەسىرى : رەمەدكە مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : قاپاق قىرلىرى ياللۇغى (رەمەد) نىڭ دەسلەپىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزنىڭ ئەتراپىغا سۈركىلىدۇ .

زىمادى ئەنزۇرۇت

تەركىبى : ئاق سەندەل 3 گرام ، ئەنزۇرۇت 2 گرام ، تۇخۇم ئېقى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : ئاق سەندەلنى سۈرۈپ ئۈستىدىن ئەنزۇرۇتنى ئارىلاشتۇرۇپ تۇخۇم ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆز ياشاڭغۇراشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئىككى قاش ئارىسىغا چېپىلىدۇ .

زىمادى ئەين

تەركىبى : سەندەل ، گىل ئەرەبى ، روسۇت ، مارجان شوخلا باراۋەر مىقداردا .
ياسىلىشى : سەندەلنى سالايە قىلىپ ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : كۆز قىزىرىشنى ياندۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : كۆز قىزىرىپ ئاغرىغاندا ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆك يۇمىاقسۇت سۈيى كۆزنىڭ چۆرىسىگە سۈرۈپ تېگىدۇ .

شىياڧى ئەيىز

تەركىبى : ئاق قەلەي ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ھەر بىرى 11 گرام ، نىشاستە 4 گرام .

ياسىلىشى : دورىلار ئىسبەغۇلنىڭ شىرىسى ياكى تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن يۇغۇرۇدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆز ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئايالنىڭ سۈتى ياكى ئۆچكىنىڭ سۈتى بىلەن ئېرىتىپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .

شىياڧى ئەسۋەد

تەركىبى : زەمچە 20 گرام ، روسۇت 10 گرام ، ئەفيۇن 2 گرام ، قەشقەر ئۇپىسى ، كۆك تۇتىيا ، ئاقىرقەرھە پوستى ھەر بىرى 0.75 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈپمىدەك يۇمشىتىپ سۇدا سالايە قىلىپ شىياڧى قىلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاغرىش ، ئېچىشش ، قىچىشش ، قىزىرىش ، ياشاڭغۇراش قاتارلىقلارنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سۈتتە ئېزىپ كۆزگە چېپىلىدۇ .

شىياڧى سىماق

تەركىبى : ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان سىماق 10 ھەسسە ، قەشقەر ئۇپىسى 1 ھەسسە ،



كەتىرا يېرىم ھەسسە ، كافۇر $\frac{1}{4}$ ھەسسە .

ياسىلىشى : سىماقنى سۇدا پىشۇرۇپ سۈزۈپ قىيامغا كەلتۈرۈپ ئارقىدىن باشقا دورىلارنى قوشۇپ شىياق قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ياللۇغ قايتۇرۇش ، كۆز ئاغرىقلىرىنى ياخشىلاش تەسىرىنى بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆزنىڭ ياللۇغلىنىشى ، قىچىشى ، ياش ئېقىشى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئايالنىڭ سۈتى ياكى ئۆچكە سۈتىدە ئېرىتىپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .

شىياق كافۇر

تەركىبى : كەتىرا ، سەمى ئەرەبى ھەر بىرى 14 گرام ، قوغۇشۇن 10.5 گرام ، كافۇر 1 گرام .

ياسىلىشى : ئۈپىدەك سوقۇپ سۇ بىلەن شىياق قىلىنىدۇ .

تەسىرى : كۆز ئاغرىش ، قىزىرىش قاتارلىقلارغا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : شىياق نارىنجىغا ئوخشاش .

شىياق نارىنجى

تەركىبى : نارىنجى سۈيى بىلەن پەرۋىش قىلىنغان تۇتىيا 35 گرام ، ئەفىۇن 10

گرام ، ئاق قەلەي ، سېرىق ھېلىلە ئۆكچىسى ھەر بىرى 7 گرام ، كەتىرا ، نىشاستە ، ئەند

زىرۇت ، قىزىلگۈل ، سېرىق سەبرى ، روسۇت ھەر بىرى 3.5 گرام .

ياسىلىشى : شىياق تەييارلاش قائىدىسى بىلەن تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : كۆزگە سۇ چۈشۈش ، قىزىرىش ، قىچىشى ، ياش ئېقىش قاتارلىق



ياللۇغ ئالامەتلىرىنى يوقىتىدۇ ، كۆزنى ئاسرايدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئايال سۈتى ياكى ئۆچكە سۈتىدە ئېرىتىپ كۆزگە
 چېپىلىدۇ .

قوتۇرى ئەينى

تەركىبى : چاكسۇ ، بېھى ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ھەر بىرى 10 دانە (بۇلار
 يېرىم سوقۇلىدۇ) ، نىشاستە 2 گرام ، روسۇت 0.2 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە تۇخۇم ئېقى قوشۇپ تەييارلى-
 نىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆز ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
 ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە تېمىتىلىدۇ .

كوھلى ئەزىزى

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن سۈرمە 15 گرام ، كۈمۈش كۆيۈندىسى ، ئالتۇن كۆيۈن-
 دىسى ، شادىنەج ، ماش ، تۇتىيا ، كۆيدۈرۈلگەن مىس ھەر بىرى 6 گرام ، سېرىق ھېلىيلە
 پوستى ، سازەج ھىندى ، قارامۇچ ، فىلىفىل ، نوشۇدۇر ، سەبرى ، روسۇت ، زەفەر ، دېڭىز
 قىسقۇچ پاقىسى ھەر بىرى 3 گرام ، زەنجىبىل ، ئىغار 2 گرام ، قەلەمقۇر 1.5 گرام ، كافۇر 1
 گرام .
 ياسىلىشى : كوھلى تەييارلاش ئۇسۇلىدا سۈرتۈلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ . كۆز قاراڭغۇ-
 لىشىش ، كۆز ياشاڭغۇراش قاتارلىقلارغا شىپا بولىدۇ . ئاقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ
 مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سۈرۈلىدۇ .

كوھلى ئەھۋەل

تەركىبى : سۈزۈك رەڭلىك سىندۇرۇس مەلۇم مىقداردا ، ئىنفار ، ئەنبەر ئاز مىقداردا .

ياسىلىشى : سىندۇرۇسنى سالاھىيە قىلىپ پىلىكچە خالتىغا قاچىلاپ بىر قاچىغا قويۇپ ئۈستىگە مەلۇم مىقداردا گۈل يېغى ۋە سۈت قويۇلىدۇ . خالتا ئۇچىغا ئوت يېقىپ ، نېپىز مىس لېگەننى ئوت يېقىلغان پىلىك خالتا ئۈستىگە ئېسىپ قويۇلىدۇ . پىلىكچە كۆيۈپ ئۇنىڭ ئىسمى بىلەن لېگەننىڭ تېگى ئىسلاشقاندىن كېيىن ئىسنى توخۇ قاننى بىلەن سۈپۈرۈپ يېغىۋېلىپ ئاز مىقداردا ئىنفار ، ئەنبەرلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈرمە تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆزدىكى ئالغايلىقنى تۈزىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .

كوھلى بەياز

تەركىبى : مامىرانچىنى ، ئىگىر ھەر بىرى 10 گرام ، كۆپۈكى دەريا ، توغرىغا ، كېلەر مايىقى ، ئاق شېكەر تەك مىقداردا ، سۇ 280 م ل .

ياسىلىشى : مامىران ۋە ئىگىرلەرنى سۇدا $\frac{1}{4}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ يۇقىرىقى دورىلارنى ئېرىتىپ ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتۇپ يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆزگە چۈشكەن ئاقنى ئالىدۇ . بىر ئاي ئىشلىتىلسە ياخشى ئۈنۈم كۆرسىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .

كوھلى جەۋاھىر

تەركىبى : تېشىلىمىگەن مەرۋايىد 21 گرام ، سۈرمە تېشى 18 گرام ، تۇتيا 12 گرام ، مارجان ، مەرقىششا (ئالتۇن ، كۈمۈشنىڭ كۆيۈندىسى) ھەر بىرى 6 گرام ، سازەج ھىندى 3 گرام ، ئىغار 15 گرام .

ياسىلىشى : مەزكۇر دورىلارنى ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ ۋە بەزىسىنى سالاپە قىلىپ يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : پەلكۈچنى دورىغا مىلاپ كۆزگە تېمىتىلىدۇ .

كوھلى دەمە

تەركىبى : سېرىق ھېلىيلە 1 دانە ، زەفەر ئاز مىقداردا .

ياسىلىشى : ھېلىيلەنى خېمىرغا ئوراپ خىش ئۈستىدە قويۇپ ، قىزىتىلغان تونۇر ئىچىگە سېلىنىدۇ . پىشىپ قىزارغاندىن كېيىن ئېلىپ ھېلىيلەنى ئايرىۋېلىپ زەفەر بىلەن ناھايىتى يۇمشاق سالاپە قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆز ياشاڭغۇراشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە تارتىلىدۇ .

كوھلى روشنايى

تەركىبى : سۈرمە تېشى 360 گرام ، مەرۋايىد 24 گرام ، مارجان 15 گرام ، سەڭگى





سەبرى 12 گرام ، مامىرانچىنى 6 گرام ، ئالتۇن ۋە رەق 4 گرام .
 ياسىلىشى : ئالتۇن ۋە رەقنى باشقا دورىلارنى ھېلىلە سۈيىدە ناھايىتى يۇمشاق
 سۈرۈپ ئېرىتىپ 4 كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن يەنە گۈلابقا قوشۇپ 4 كۈن تۇرغۇزۇلىدۇ .
 9 - كۈنى ئالتۇن ۋە رەقنى ئارىلاشتۇرۇپ ، گۈلابقا يەنە سۈرۈپ تەييارلاپ تۆمۈر ياكى
 چىنە قاچىدا ساقلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ . ھەر خىل كۆز
 ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : پەلگۈچنى دورىغا مىلاپ كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .

كوھلى غشاۋە

تەركىبى : فىلىل ، قارامۇچ ، قەنبىل تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆز خىرەلىشىشكە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىش
 لىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .

كوھلى مۇقەۋۋى

تەركىبى : يۇيۇپ تازىلانغان 60 م ل ھۆل رەيھان سۈيىنىڭ قۇرۇتۇلمىسى مەلۇم
 مىقداردا ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ، مامىرەنچىنى ھەر بىرى 6 گرام ، نوشۇدۇر 3 گرام .
 ياسىلىشى : تۇتىيا ۋە رەيھان سۈيى قۇرۇتۇلمىسىنى سۈرۈپ ، قالغانلىرىنى سوقۇپ
 يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادىيان سۈيىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ تۇتىيانى ئارىلاشتۇرغاندىن
 كېيىن كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ . كۆزدىن ياش
 ئېقىشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .

كوھلى مۇنبىت

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن خورما ئۇرۇقى 15 گرام ، كۈندۈر كۈلى 12 گرام ، سۈنبۇل 9 گرام ، لاجىۋەرد ، ھەببى بىلسان ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : كوھلى تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كىرىپك ئۈندۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سۈرمە پەلكۈچى بىلەن كىرىپك ساھەسىگە تارتىلىدۇ .

كوھلى مەلكايا

تەركىبى : ئېشەك سۈتىدە مۇدەببەر قىلىنغان ئەنزۇرۇت ، نىشاستە ، ئاق شېكەر ھەر بىرى 15 گرام ، ئۈزۈم ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى 3 گرام .
ياسىلىشى : كوھلى تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل كۆز ياشاڭغۇراشلارغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورىنى پەلكۈچكە مىلاپ ئىشلىتىلىدۇ .

كوھلى ۋەرد

تەركىبى : تازىلانغان قەلەي 24 گرام ، ئالتۇن كۆيۈندىسى ، سەمغى ئەرەبى ، يۇ-يۇلغان شادىنەج ياكى كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان ماگنىت تېشى ھەر بىرى 12 گرام ، بەسباسە ، كۆيدۈرۈلگەن مىس ، زەفەر ھەر بىرى 3 گرام ، ئەفيۇن 3 گرام ، كافۇر 1 گرام .
ياسىلىشى : كوھلى تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : كۆز جاراھەتلىرىگە شىپا بولىدۇ ، كۆز قاراڭغۇلىشىش ، قىچىشىلارنى يوقىتىدۇ ، ئالغايلىققا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۆزگە سۈرتۈلىدۇ .



كوھلى ئىكسىرىن

تەركىبى : سۈرمە ، سىياھدان باراۋەر مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈپىدەك يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىر ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆز مۈڭگۈز پەردىسى جاراھەتلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورىنى لاتىغا قويۇپ كۆزگە تۇتۇپ داكا بىلەن
مۇقىملاشتۇرۇلىدۇ .

مەتبۇخى خىيارشەنبەر

تەركىبى : تەرەنجىبىل 45 گرام ، سەرپىستان ، چىلان ھەر بىرى 25 دانە ، ئاق لالە
ئۇرۇقى ، بىنەفشە ھەر بىرى 10 گرام ، بابۇنە 6 گرام .
ياسىلىشى : قاتتىق دورىلارنى چالا سوقۇپ ، ھەممە دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ 1 لىتر
قايناقسۇغا چىلاپ قاينىتىپ سۈزۈلىدۇ . خىيارشەنبەر ۋە تەرەنجىبىننى يېرىم چىنە قايناق
سۇغا چىلاپ سوۋۇغاندا مۇجۇپ سىقىپ ، يۇقىرىقى قايناتمىغا بىرلەشتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : قان ۋە سەپرانى تەڭشەش ، قوقاق ياندۇرۇش ، تەرەت يۇمشىتىش
تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : كۆز ، قاپاق قىزىلىرىنىڭ ياللۇغلىنىشى ، كۆزنىڭ قىزىرىپ ئاغرىشى
ۋە ئىسسىقلىق بولغان بارلىق كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 پىيالىدىن قىزىق
يېتى ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى قەنتەريۇن

تەركىبى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 60 گرام ، بەسفايەج 21 گرام ، قەنتەريۇن ، تۇربۇد ھەر
بىرى 9 گرام .



ياسىلىشى : ھەممىسىنى چالا سوقۇپ 1 لىتر سۇدا $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سىز قىپ سۈزۈپ تاييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : كۆز ياشاڭغۇراشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : 3 گرام ئىيارەج پەيقەرا قوشۇپ كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

مەتبۇخى مۇلەيىپى

تەركىبى : فونۇس 60 گرام ، گۈلقەنت 52.5 گرام ، گۈلبىنەفشە ، چىلان ، ئۇستۇخۇدۇس ھەر بىرى 16.5 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى بىر يېرىم لىتر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، فونۇسنى ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . ئەگەر سەپرادىن بولغان بولسا ئۇنىڭ ئورنىغا 36 گرام تەمرى ھىندى ياكى ئەينۇلا ، سېرىق ھېلىپە پوستى ، شاھتەررە ، تەرەنجىبىل قاتارلىقلار مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇلىدۇ .

تەسىرى : قان تازىلايدۇ ، قان ۋە سەپرانىڭ نىسبىتىنى تەڭشەيدۇ ، بۇزۇلغان سەۋدانى سۈرىدۇ . ئاشقازاننى كۈچەيتىدۇ ، تەرەت يۇمشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆزنىڭ بارلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئىچىلىدۇ .

مەشجۇنى كامازەريۇس

تەركىبى : سېرىق ھېلىپە پوستى ، بەلىپە پوستى ، ھېلىپە كابۇلى پوستى ، قارا ھېلىپە ، ئامىيە ، يۇمىخاقسۇت ئۇرۇقى ، شاھتەررە ئۇرۇقى ، بىخسۇس ھەر بىرى 12 گرام ، كامازەريۇس (كەكرى ئۇرۇقى) ھەممە دورىلار ۋەزىندە ، قەنت 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : ھېلىپىلەرنى ئۈندەك سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىچ ياغ بىلەن ياغلىنىدۇ . قالغان دورىلارنى ئۈندەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە قەنتنى قىيام



قىلىپ تالقانلانغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەئجۇن تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : قان تازىلاش ، چىگەر خىزمىتىنى ياخشىلاش ، كۆز قىزىرىشى
يوقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 24 گرام يېيىلىدۇ .

مەئجۇنى ئىگىز

تەركىبى : ئىگىز 35 گرام ، يۇمۇلاق مۇرچ (ئاقمۇچ ، قارىمۇچ) ، زەنجىبىل ، سى-
ياھدان ، زىرە ، شەتىرەنجى ھەر بىرى 10 گرام ، ھەسەل 224 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى ئۈپىدەك يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ .
تەسىرى : كۆزگە چۈشكەن ئاققا مەنپەئەت قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : كۆزگە سۇ چۈشۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 4 گرامدىن يەپ ئارقىدىن بادىيان
سۈيى ئىچىلىدۇ .

ھېبى زەھەب I

تەركىبى : سەبرى 30 گرام ، تۇربۇد 21 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى 15 گرام ،
سەقمۇنىيا 9.5 گرام ، مەستىكى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 7 گرام ، زەفەر 1.5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناقسۇدا
يۇغۇرۇپ 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى توختىتىدۇ ، بۇزۇق ماددىلارنى تازى-
زىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى ، كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا
ھەمدە بەدەننى تازىلاش مەقسەتلىرىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 1.5 گرام (بەش دانە) دىن ئىچى-
لىدۇ .





ھەبىي زەھەب I

تەركىبى : سەبرى 60 گرام ، سېرىق ھېلىيلە پوستى 30 گرام ، قىزىلگۈل 15 گرام ، مەستىكى ، كەتىرا ، زەفەر ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 9 گرام .
تەييارلاش : ھەبىي زەھەب I بىلەن ئوخشاش .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان باش ، كۆز ئاغرىقلىرىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ھەبىي زەھەب I بىلەن ئوخشاش .

ھەبىي زەھەب II

تەركىبى : سەبرى 60 گرام ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 30 گرام ، سەقمۇنىيا ، زەفەر ، مەستىكى ، كەتىرا ، ئەنبەر ، ئالتۇن ۋەرىق ھەر بىرى 9 گرام ، ياقۇت ، مەرۋايىد ھەر بىرى 1.5 گرام .
ياسىلىشى : ھەبىي زەھەب I بىلەن ئوخشاش .
تەسىرى : ھەر خىل باش ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ ، باشتىكى ئېغىرلىقنى يوقىتىدۇ ، كۆزنى روشەنلەشتۈرىدۇ ، ئومۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ .
ئىشلىتىلىشى : كۆز ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 2 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ھەبىي زەھەب IV

تەركىبى : سەبرى سوقۇتلىرى 30 گرام ، سېرىق ھېلىيلە پوستى 15 گرام ، مەستىكى ، كەتىرا ، سەقمۇنىيا ، قىزىلگۈل ، زەفەر ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناقسۇدا خېمىر قىلىپ





قارىمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىپ سايىدا قۇرتۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : كۆزنىڭ بېسىمىنى تۆۋەنلىتىدۇ ، باش قىسمىدىكى قان تومۇرلارنى ئا-
 چىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆزگە سۇ چۈشۈش ، كۆز ئىچكى بېسىمى ئېشىپ كېتىش ، باش
 ئاغرىش ، كۆز ئاجىزلىقى قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

ھەبى شەييار I

تەركىبى : قىزىلگۈل 13 گرام ، سەبىر سوقۇتتى 10 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى
 5 گرام ، مەستىكى ، ئاق تۇربۇد ، سەقمۇنىيا ھەر بىرى 3 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، بادىيان ئېرىقى بىلەن خېمىر قىلىپ ، قارىمۇچ
 چوڭلۇقىدا ھەب تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ، ئاشقازان يېقىمىسىزلىقى ، كۆرۈش ئاجىزلىشىش ، نا-
 مازشام كورلۇقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال
 قىلىنىدۇ .

ھەبى شەييار I

تەركىبى : تۇربۇد ، غارىقۇت ، ئەفتىمۇن (سېرىق يۆگەي) ئۈستۈخۇدۇس ، ھې-
 لىلە كابۇلى پوستى ھەر بىرى 3 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب ياسىلىدۇ .
 تەسىرى : باش ساھەسىنى تازىلايدۇ . كۆرۈشنى ياخشىلايدۇ .
 ئىشلىتىلىشى : باش چىڭقىلىش ، كۆرۈش قىيىنلىشىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئاخشىمى 12 دانە ئىستېمال قىلىدۇ .

III ھەبىي شەييار

تەركىبى : سەبرى سوقۇترى 18 گرام ، قىزىلگۈل ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، مەستىكى رۇمى ، ئاق تۇربۇد ھەر بىرى 8 گرام ، سەقمۇنىيا 4 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بادىيان ئەرىقى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.25 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : نامازشام كورلىۋى ، باش ، مېڭە ئاغرىقلىرى ۋە ئاشقازان يېقىمىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئاخشىمى ئاچ قورساق 10~7 دانە يەيدۇ .

IV ھەبىي شەييار

تەركىبى : ھەبىنىل ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 36 گرام ، ھېلىيە كابۇلى پوستى ، بەلىيە پوستى ، سەبرى ، كۈندۈر ھەر بىرى 21 گرام ، كەتىرا 9 گرام ، مۇقەل ، مەستىكى ، رەۋەن ئۇسارىسى ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، مۇقەلنى قايناقسۇ بىلەن ئېزىپ ، دورىلار بىلەن يۇغۇرۇپ خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : باش ، قۇلاق ، كۆز ئاغرىقلىرىغا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : كۆز ئېچىشىپ ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە ئاخشىمى ئاچ قورساق 7 دانە يېيىلىدۇ .

ئىتر يېڭىلى بادىيان

تەركىبى : ئارپا بادىيان 70 گرام ، سېرىق ھېلىيە پوستى ، ھېلىيە كابۇلى





پوستى ، بەلىلە پوستى ، ئامىيە ، يۇمىاقسۇت ئۇرۇقى ، تاغ يالپۇزى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ ، بادام يېغىدا ياغلاپ 500 م ل كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ .

تەسىرى : كۆكرەك ۋە جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش ، ياشاغۇراشنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : كۆز ئاجىزلاشنى تىزگىنلەش ، كۆز ئاجىزلىقىدىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 گرام ئىستېمال قىلىدۇ .

قۇلاق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

رەۋغىنى پەجەل (تۇرۇپ يېغى)

تەركىبى : تۇرۇپ سۈيى 6 لىتر ، كۈنجۈت يېغى ياكى زەيتۇن يېغى 2 لىتر .
ياسىلىشى : كۆك تۇرۇپنى تازىلاپ قىرىپ ، سىقىما ماشىنا ياكى داكا بىلەن سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ ، ئۈستىگە ياغنى قويۇپ تاكى سۈيى كېتىپ يېغى قالغىچە سۇس ئوتتا قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە 2~3 قېتىم

قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .





رەۋغنى كۈندۈر

تەركىبى : كۈندۈر 15 گرام ، سەبرى ، مۇرمەككى ، مەستىكى ، قۇندۇز قەھرى ، رۇسۇت (ھوزۇر) ، كالا ئۆتى ھەر بىرى 3 گرام ، ئاچچىق بادام يېغى 60 م ل ، كونا مۇسەللەس 120 م ل .

ياسىلىشى : دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېغى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : تېمىتىلىدۇ .

شەرىپتى ئۈستۈخۇدۇس IX

تەركىبى : ئۈستۈخۇدۇس 30 گرام ، بەسفايەج ، بالەنگۇ ، گاۋزەبان ھەر بىرى 15 گرام ، ئاق شېكەر 500 گرام ، سۇ 1 لىتر .
ياسىلىشى : دورىلارنى قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، ئاخىرىدا شېكەرنى قوشۇپ ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : مېڭىنى تازىلاش ، نېرۋىنى كۈچەيتىش ، يەل تارقىتىش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، ئاڭلاش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 قوشۇقتىن ئىچىلىدۇ .

شىياڧى بورە ئەرمىنى

تەركىبى : بورە ئەرمىنى 9 گرام ، ئاچچىق تاۋۇز گۆشى 4 گرام ، قۇندۇز قەھرى ، يۇمىلاق زىراۋەند ھەر بىرى 2 گرام ، قۇستە 0.5 گرام ، پەرفيۇن 0.1 گرام ،





ئەفسەنتىنىڭ سوقۇپ چىقىرىلغان سۈيى 2 م ل .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ كالا ئۆتىدە يۇغۇرۇپ شىيان قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلاق ئېغىرلىقىنى يوق قىلىش ، بەلغەمدىن بولغان
قۇلاق ئاغرىشىنى پەسەيتىش ، قۇلاققا غەيرىي ئاۋاز ئاڭلىنىشىنى كەتكۈزۈش تەسىرىگە ئىگە
ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئالدى بىلەن بابۇنە ، سېرىق چېچەك ، ئىككىلىمەلىك ، يالپۇز ،
مەرزەنجۇش ، دەرەمىنە ، ئەمەنلەرنى قاينىتىپ قۇلاقنى تەرلىتىپ ، ئاندىن شىياننى ئاچچىق
بادام يېغىدا ئېزىپ قۇلاققا تامدۇرۇلىدۇ .

شىيانى ۋەقەر

تەركىبى : مەرزەنجۇش ، قىزىل قىچا ، سوزاپ ، ئاچچىق تاۋۇز گۆشى ، تۇرۇپ
ئۇرۇقى ، يۇمىلاق زىراۋەند باراۋەر مىقداردا ، ئاچچىق بادام يېغى مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ شىيان
قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلاق ئېغىرلىقىغا شىيا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلى-
تىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئاچچىق بادام يېغىدا ياغلاپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .

فەتىلەش مەرۋى

تەركىبى : مەرۋى (كىنۇچە) ئۇرۇقى ، ئەنەزەرۇت تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ پىلىكچىنى دورىغا
مىلاپ قۇلاققا تېمىتىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلاق ئاغرىشىنى پەسەيتىدۇ . يىرىڭنى توختىتىدۇ ۋە
شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .





قۇتۇرى ئەسەم

تەركىبى : كۈندۈر ، زەفەر ، قۇندۇز قەھرى ، ئاق خەربەق ھەر بىرى 9 گرام ، گىلى ئەرمىنى ، توغرىغا ھەر بىرى 6 گرام ، ھاراق 6 م ل .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورىلارنى ھاراققا ئېرىتىپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلاق ئېغىرلىقى ، غوڭۇلدىشى ھەمدە گازلىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

قۇتۇرى ئەشا

تەركىبى : سوزاپ سۈيى ، يۇمىاقسۇت سۈيى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : $\frac{1}{2}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : ناماز شام قارىغۇسىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : كۈندە 2 ~ 3 قېتىم كۆزگە تېمىتىلىدۇ .

قۇتۇرى جالنىۋىس

تەركىبى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئانارنى تېشىپ ئىچىدىكى ئۇرۇقى ۋە گۆشلىرىنى ئېلىپ تاشلاپ ، كىچىك بالىنىڭ سۈيدۈكى بىلەن توشقۇزۇپ ، تۆشۈكنى ئېتىپ ئوتقا كۆمۈپ قىزىتىپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلاقتىكى يېرىك ۋە كىرلەرنى تازىلايدۇ .
ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

قۇتۇرى خۇبىسۇلەددى

تەركىبى : سىركە ۋە تۆمۈر كۆيۈندىسى مەلۇم مىقداردا .





ياسىلىشى : تۆمۈر كۆيۈندىسىنى سىركىگە چىلاپ بىر ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن سۈرۈپ تاييارلىنىدۇ . (سىركىسى ئايرىۋېلىنىدۇ) .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلاقنىڭ كونا جاراھەتلىرىگە شىپا بولىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .

قوتۇرى كەرم

تەركىبى : شاپتۇل غازىڭى شىرىسى ، پىننە ياپرىقى شىرىسى مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : تەنھا ياكى بىرىكتۈرۈلگەن ھالدا تېمىتىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلاقنىڭ قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈپ چۈشۈرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

قوتۇرى ۋە جىلۋۇزنى بارىد

تەركىبى : سوزاپ سۈيى ، رەيھان سۈيى ھەر بىرى 21 گرام ، بابۇنە يېغى 45 م ل . پەرفيۇن يېغى 6 م ل ، كونا ھاراق 60 م ل .
ياسىلىشى : ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈيى تۈگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .

قوتۇرى ۋە جىلۋۇزنى ھار

تەركىبى : گۈل يېغى 18 گرام ، تاتلىق بادام يېغى 15 م ل ، سىركە 30 م ل .





ياسىلىشى : گۈل يېغى ۋە بادام يېغىنى سىركە بىلەن قوشۇپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

مەتبۇخى ھېلىلە IV

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە ، ھېلىلە كابۇلى ھەر بىرى 45 گرام ، ئەينۇلا سەرىپىس تان ھەر بىرى 30 دانە ، سانا ، شاھتەررە ھەر بىرى 15 گرام ، ئەفىيۇن 12 گرام ، قىزىلگۈل ، كاسىنى ئۇرۇقى ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 9 گرام .

ياسىلىشى : قاتتىق دورىلار چالا سوقۇلىدۇ . يۇمشاقلىرى سوقۇلمايدۇ . 1 لىتر قايماق سۇغا 12 سائەت چىلاپ ئەتىسى قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈلىدۇ .

تەسىرى : قان ۋە سەپرائى تەڭشەيدۇ ، ئاشقازان ، ئۈچەيلەرنى تازىلاپ ، چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قان ۋە سەپرادىن بولغان كۆز ، قۇلاق ۋە تېرە كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 م ل ئېلىپ تەڭ مىقداردىكى قايناقسۇ قوشۇپ ئىچىلىدۇ .

مەرھىمى مىسىرى

تەركىبى : زەڭگەر 6 گرام ، سىركە 21 م ل ، ھەسەل 24 م ل .

ياسىلىشى : ھەسەل ، سىركىلەرنى قاينىتىپ قىيام قىلىپ ئۈستىدىن زەڭگەرنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلاقنىڭ جاراھىتىگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : پەلكۈچ ئارقىلىق قۇلاققا كىرگۈزۈلىدۇ .





نۆتۈلى ئەسەم

تەركىبى : ھۆل سېرىق چېچەك ، بابۇنە ، ئىككىلىمەلىك ، غار ياپرىقى ، رەيھان ،
نەمام ، قەيسۇم تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئېغىرلىقىنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش ئۇسۇلى : باش ۋە قۇلاق ساھەسىگە تېمىتىلىدۇ ۋە بۇسقا تۇتۇپ تەرلە
تىلىدۇ .

ھەببى تۇربۇد

تەركىبى : تۇربۇد 6 گرام ، كەتىرا 4 گرام ، ئاچچىق تاۋۇز گۆشى ، ھېلىلە
كابۇلى پوستى ھەر بىرى 3 گرام ، ئەنزەرۇت 1 گرام .
ياسىلىشى : بۇ دورىلارنى ئۈپىدەك سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سۇدا ھەب قىل
لىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇلاق ئېغىرلىقى ، قۇلاق غوڭغۇلداش قاتارلىقلارنى
داۋالاشتا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈمگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 3 گرام يېيىلىدۇ .

بۇرۇن كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالماىلىرى

زىمادى رۇئاب

تەركىبى : روسۇت 3 ھەسسە ، ماش 2 ھەسسە ، يېشىل مۇزا ، ئانار پوستى ، قىزىل





زىلگۈل ھەر بىرى 1 ھەسسە ، ھەببۇلئاس سۈيى مەلۇم مىقداردا .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ھەببۇلئاس سۈيىدە يۇغۇرۇپ قار سۈيى بىلەن
 سوۋۇتۇپ باشنىڭ چوققا ساھەسىگە تېگىلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىل-
 لىدۇ .

ئەسكەرتىش : ئالدى بىلەن باشنى سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇپ ئاندىن يۇقىرىقى
 زىمان چېپىلىدۇ .

فەتىلىنى رۇئاب

تەركىبى : قەغەز گۈلى ، تۇخۇم شاكىلى كۈلى ، ئاقاقىيا ، ئانار پوستى ھەر بىرى
 6 گرام .

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورىلارنى تالقانلاپ تاختا ئەلگەكتىن
 ئۆتكۈزۈپ رەيھان سۈيى بىلەن پىلىكچە ياساپ ، ئۇنى دورىغا مىلاپ بۇرۇن تۆشۈكىگە
 تىقىپ قويۇلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
 ئىشلىتىلىدۇ .

كۈشتەلى مىس

تەركىبى : زاك ، قىزىل زەرىنخ ، سىركە باراۋەر مىقداردا .
 ياساش ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : دورىلارنى مەلھەم قىلىپ بۇرۇن ئىچىدىكى ئۆ-
 سۈكچىگە تەگكۈزۈپ قويسا بوۋاسىر ئۆسۈكچىسى چۈشۈپ كېتىدۇ .
 تەسىرى : توقۇلمىلارنى كۆيدۈرۈش تەسىرىگە ئىگە .
 ئەسكەرتىش : ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش لازىم . ساق توقۇلمىلارنى
 كۆيدۈرۈۋېتىشتىن ساقلىنىش لازىم .





مەتبۇخى ئەفتىمۇن II

تەركىبى : تەرەنجىبىل ، بادام مېغىزى ، ئەينۇلا ھەر بىرى 120 گرام ، ئەفتىمۇن 60 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، ھېلىلە كابۇلى پوستى ، بەلىلە پوستى ، بادىرەنجىبۇيا ھەر بىرى 45 گرام ، بېھى قېقى ، گاۋزەبان ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، خىيار شەنبەر ھەر بىرى 30 گرام ، قارا ھېلىلە 24 گرام ، ئامىيلە ، ئۇستۇخۇدۇس ، سۇنبۇل ھەر بىرى 15 گرام ، نىيلۇفەر ، بەسفايەج ھەر بىرى 12 گرام ، ئۆشنە ، لېچىندانە ھەر بىرى 9 گرام ، دارچىن ، قەلەمقۇر ، ھەر بىرى 6 گرام ، شاھتەررە 3 گرام ، سىركە 23 م ل ، بادىرەنجىبۇيا ئەرىقى ، بېدىمىشكى ئەرىقى ، گاۋزەبان ئەرىقى ھەر بىرى 200 م ل ، شېكەر 500 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ سىركە ۋە ئەرەقلەرگە بىر كېچە چىلاپ ئەتمىسى 3 لىتر سۇ قوشۇپ يېرىمى قالغىچە قاينىتىپ (ئەفتىمۇننى خالتىغا سېلىپ) ، ئېلىپ سۈزۈپ شېكەر تاشلاپ ئېرىپ بولغىچە قاينىتىلىدۇ .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، مېگە ۋە قان تومۇرلارنى تازىلاش ، ئاشقازان ، ئۈچەيلەرنى تازىلاش ، سەپرا ۋە سەۋدانى نورماللاشتۇرۇش ، رەئىسى ئەزالار خىزمىتىنى ياخشىلاش ، بىمارنى تىنچلاندۇرۇش ، چوڭ - كىچىك تەرەقنى راۋانلاشتۇرۇش ، قىزىتما قايتۇرۇش ، قاننى سالىقىنلاشتۇرۇش قاتارلىق تەسىرلەرگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئومۇمىي مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ئىلمان ھالەتتە 125 م ل ئىچىلىدۇ .

مەرھىمى روسۇت

تەركىبى : روسۇت ، مۇرمەككى ، ھۆل زۇفا ، زەيتۇن يېغى لېيى ، مۇردار سەنگ .
ياسىلىشى : دورىلارنى شۇمىشە ياكى زىغىرنىڭ شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم





تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇرۇق بۇرۇن ياللۇغىغا مەلپەتەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق ھالدا بۇرۇنغا كىرگۈزۈلىدۇ .

مەرھىمى زەڭگار

تەركىبى : زەڭگار ، ئوشنان ، سىركە مۇۋاپىق مىقداردا .

ياسىلىشى : مەرھەم تەييارلاش ئۇسۇلىدا مەرھەم ياسىلىدۇ .

تەسىرى : تېرە ، مۇسكۇل ۋە شىللىق پەردىلەرنى كۆيدۈرۈش ، قورۇش تەسىرىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : پىلتە قىلىپ بۇرۇنغا تىقىپ قويۇلسا بوۋاسىر ئۆسۈكچىسى ئاجراپ چۈشىدۇ .

ئەسكەرتىش : ئېھتىيات قىلىپ ئىشلىتىش ، ساق توقۇلمىلارنى كۆيدۈرۈۋېتىشتىن ساقلىنىش لازىم .

نۆپۇخى بۇخىرى

تەركىبى : سوك ، زەمچە ، قەلەمفۇر تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يۇمشاق تالقانلاپ بۇرۇنغا پۇركىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۇرۇندىن كېلىدىغان سېسىق پۇراقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

نۆپۇخى رۇئاب

تەركىبى : قەغەز گۈلى ، سەدەپ كۆيدۈرۈلمىسى بىر ھەسسە ، زاك يېرىم ھەسسە .





ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يۇمشاق تالقانلاپ بۇرنىغا پۇر كىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .

I نۆۋەتلى ھامىز

تەركىبى : ئەينۇلا ، مۇرمەككى ، بېھى ئۇرۇقى ، قاپاق لېشى ، ئۇسۇلك ئۇرۇقى ،
نىيلۇفەر گۈلى باراۋەر مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى مۇۋاپىق ئەرمەقلەرگە چىلاپ سۈزۈپ نىيلۇفەر شەربىتى
قوشۇپ تاييارلىنىدۇ .
تەسىرى : قاننى سوۋۇتۇپ قىزىتمىنى ياندۇرۇش ، ھۆللۈك پەيدا قىلىش تەسىرىگە
ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بۇرۇن ئىچى قۇرۇشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە سەھەردە مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

II ھەبى قوقيا

تەركىبى : سەبرى ، ئەفسەنتىن ، مەستىكى ، غارىقۇن تەڭ مىقداردا ، شەھى ھەن
زەل ، سەقمۇنىيا يېرىم ھەسسە .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ چىگىسەي ئۇرۇقىنىڭ
سۈيىدە خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب قىلىنىدۇ . (غارىقۇننى سوقماي ئەلگەكتىن
سۈرۈپ ئۆتكۈزۈش لازىم) .
تەسىرى : قان ساپلاش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ، ئاشقازان ، ئۈچەينى تازىلاش ،
ئاغرىق پەسەيتىپ ئارام بېرىش تەسىرى بار .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
ئىشلىتىلىشى : بۇرۇن تۆشۈكى ئىششىقىدا بۇرۇننى تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئۇندىن باشقا ھۆل سوغۇقتىن بولغان ئاغرىقلار ، باش ئاغرىقى ، شەقىقە ، كۆزگە سۇ



چۈشۈش ، كۆز ياشاڭغۇراش ، يۇقىرى قان بېسىمى ، باش قېيىش ، كۆرۈش ئاجىزلاش ،
تۇتقاقلىق باش ئاغرىقى قاتارلىقلار غىمۇ ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام كەچتە
ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ئېغىز كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

ئەرقى كىرىت

تەركىبى : گۈڭگۈرت پوقى 1 كىلوگرام .
ياسىلىشى : گۈڭگۈرت پوقىنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، پىيالىگە
سېلىپ پىيالىنى بىر تەخسىگە قويۇپ ، ئۈستىگە چىنىنى يېپىپ ، دورا بار پىيالىگە ئۆرۈك
ئوتۇنىنىڭ چوغى قويۇلسا كۆيىدۇ . كۆيگەن گۈڭگۈرتنىڭ يېشىل ئىسى چىقىپ ئۈستىگە
يېپىلغان چىنىنىڭ ئاستىغا بېرىشى بىلەن سۇ تامچىسى ھاسىل بولۇپ ، پىيالى ئاستىغا
قويۇلغان تەخسىگە تامچىلاپ چۈشىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
تەسىرى : نەپەسنى نورماللاشتۇرۇش ، بەدەننى قىزىتىش ، يۆتەلنى پەسەيتىش ،
ئىششىق ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : ھۆل مىزاجلارغا ، سوغۇقتىن بولغان يۆتەلگە ، زىققا نەپەسكە ،
تالنىڭ ئىششىقلىرىغا ، چىش ئاغرىش ، چىش تۈۋىدە پەيدا بولغان ئۆسمە ، ھەر خىل سۇ
ئاقىدىغان تېرە كېسەللىكلىرىگە ، زەھەرلىك ھايۋان چاققانغا ، ئەرەقى مەدەنى (بەدەنگە
چىققان يىپەك رىشتە) ، كەم ئىشتىھالارغا ، بەلغەم ، سەۋدا مىزاجلارغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چىش ئاغرىقى ، زەھەرلىك ھايۋانلار چاققان
يەرگە ئۆزىنى پاختىغا چىلاپ تەگكۈزۈلىدۇ . ئىچىدىن ئىستېمال قىلغاندا 100 م ل
قايناقسۇغا 0.5 گرام قوشۇپ ، كۈندە بىر قوشۇقتىن 3 قېتىم ئىچىلىدۇ .



داۋائى دەندان I

تەركىبى : فىلىفىل ، ئاقىرقەرھە ، تۇخۇمەك ، زەنجىبىل تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سىرتتىن چاپىدۇ .

داۋائى دەندان II

تەركىبى : فىلىفىل ئاقىرقەرھە ، پىننە تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى ۋە ئۇسۇلى : پىننە سۈيىدە يۇغۇرۇپ چىش كاۋىكىغا تىقىپ قويۇلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئىچى كاۋاكلىق چىش ئاغرىقىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

داۋائى ۋەجى دەندان

تەركىبى : زەمچە ، ئاقمۇچ تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : تالقانلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ئاغرىق چىشقا بېسىلىدۇ .

زورۇرى سىقلۇللىسان

تەركىبى : نوشۇدۇر ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ، فىلىفىل ، قىچا ، بۆرە ئەرمىنى (ئاق





توغرىغا) ، سەئەتەر ، ئاش تۇزى ، سىياھدان ھەر بىرى 40 گرام .
 ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : ئىل ئېغىرلىقىنى تۈزەيدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سىرتقا ئىشلىتىلگەنلىكى ئۈچۈن بىمارنىڭ
 ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە 2 ~ 3 قېتىم ئاز - ئازدىن تىلغا سېپىپ ، تىلىنى ماتا ياكى لۆڭگە
 بىلەن سېرىپ بېرىلىدۇ .

زىمادى مۇجەررەب (چىش ئاغرىقى خېمىر دورىسى)

تەركىبى : كافۇر 0.3 گرام ، ئەفىۇن 0.05 گرام .
 ياسىلىشى : دورىلارنى سالىيە قىلىپ ئازراق سۇدا خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : سوغۇق .
 تەسىرى : ئاغرىق توختىتىش ، ئارام بېرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان چىش ئاغرىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئاغرىغان چىشقا زى-
 مادنى چاپلاپ قويۇلىدۇ .
 ئەسكەرتىش : بۇ زىمادنى كىچىك بالىلارغا ئىشلىتىشكە بولمايدۇ !

سۇفۇنى ئاكيلە

تەركىبى : ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ھەر بىرى 20 گرام ، ئانارگۈلى ،
 قىزىلگۈل ، قۇرۇق يۇمىاقسۇت يوپۇرمىقى ھەر بىرى 9 گرام ، كافۇر 2 گرام .
 ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .
 تەبىئىيىتى : سوغۇق .
 تەسىرى : گۆشنىڭ تېز چىرىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە توختىتىش خۇ-
 سۇسىيىتىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : ئاكيلە (قارا يەل) گە ۋە چىش تۈۋىدە پەيدا بولىدىغان باشقا
 كېسەللەكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بۇ مەخسۇس ئاكىلە دورىسى بولۇپ كۈندە 5 ~ 6 قېتىم چىش تۈۋىگە سېپىلىدۇ .

سۇفۇفى زىراۋەند

تەركىبى : يۇمىلاق زىراۋەند ، ئاس ياپرىقى ، كۈندۈر ، سۇندى كۇفى ، ئانارگۈلى ، سەۋسەن يىلتىزى ، خۇنسياۋشان ، مۇزا تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : تالقان قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چىش مۈلۈكلىرىدە ئىپادىلەنگەن سېلىنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق ھالدا سېپىلىدۇ .

سۇفۇفى سۈنۈن

تەركىبى : قىزىلگۈل 200 گرام ، ئانار پوستى ياكى غۇنچىسى 100 گرام ، ئاقىر-قەرھە ، مارجان يىلتىزى ، زورەنباد ھەر بىرى 25 گرام .
ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ (بىخ مارجاننى بەكمۇ يۇمشاق سالاھىيە قىلىپ) ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .
تەسىرى : يىرىك يوقىتىش ، سۇيۇقلۇقنى قۇرۇتۇش ، قان توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : بارلىق چىش تۈۋى كېسەللىكلىرى ۋە جاراھەت قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن سېپىلىدۇ .
ئەسكەرتىش : بۇرۇندىن قان كەستە ئالدى بىلەن پاختىنى تۇخۇمنىڭ ئېقىغا چىلاپ ، ئاندىن بۇ دورىغا يۇمۇلىتىپ بۇرۇن ئىچىگە تىقىپ قويۇلسا قاننى





توختىنىدۇ .

I سۇفۇفى سىقلۇللىسان

تەركىبى : فىلىفىل ، نوشۇدۇر ، قىچا ، ئاقىرقەرھا ، ياۋا پىننە ، تەنكار باراۋەر مىقداردا .

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى : دورىلارنى تالقان قىلىپ تىل ئېغىرلىقىدا تىلغا سۈركەشكە ئىشلىتىلىدۇ .

II (تىل ئېغىرلىقى سۇفۇفى)

تەركىبى : نوشۇدۇر ، زەنجىبىل ، قارامۇچ ، فىلىفىل ، قىچا ، بورە ئەرمىنى (ئاق توغرىغا) سەئىتەر ، ئاشتۇزى ، سىياھدان ھەر بىرى 40 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ .
تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : تىلدىكى ئېغىرلىق ۋە كېكەچلىكنى تۈزەش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : پالەچ كېسەللىكىدە تىلنى ھەرىكەتلەندۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 ~ 3 قېتىمدىن مۇۋاپىق مىقداردا تىلغا سېپىلىدۇ .

سۇفۇفى ۋەجىتى دەندان

تەركىبى : گەزمازەج 100 گرام ، كابابىچىنى 50 گرام ، يالپۇزنىڭ جەۋھىرى 30 گرام ، ئاقىرقەرھا 25 گرام ، قەلەمقۇر 15 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، سۇيۇقلۇق چىقىرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان چىش ئاغرىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چىش تۈۋىگە 0.3 ~ 0.5 گرام بېسىلسا 15 مىنۇتتىن كېيىن داۋاملىق سۇ ئاققۇزۇپ ئاغرىق پەسەيتىدۇ .

سۈنۈنى دىندان

تەركىبى : گەزمەزەج 100 گرام ، كاباچىچى 50 گرام ، يالپۇز جەۋھىرى 30 گرام ، ئاقىرقەرھە 25 گرام ، قەلەمفۇر 15 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تالقان قىلدۇ .

تەبىئىيىتى : ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، قان توختىتىش تەسىرىگە ئىگە .
ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان چىش ئاغرىش ، چىش قاناش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : چىش تۈۋىگە 0.3 ~ 0.5 گرام بېسىلسا داۋاملىق سۇ ئاققۇزۇپ ئاغرىق پەسەيتىدۇ .

سۈنۈنى شەب

تەركىبى : مۇرمەككى ، تۇتىيا ، زەمچە ، نىشاستە ، قىزىلگۈل ، ئاچچىق ئانار ياغىچى پوستى ، ھېلىيە ئۆكچىسى ، سوك (ئامىيە جەۋھىرى) ، ئانارگۈلى ، مۇزا ، يۈلخۇن مېۋىسى تەڭ مىقداردا .

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سوقۇپ چىش تۈۋىگە سېلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مىدىرلاپ قالغان چىشنى چىگىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

سۈنۈنى كەتھىندى

تەركىبى : كەتھىندى ، تاتلىق قۇستە ، تۇتىيا ، زەنجىبىل تەڭ مىقداردا .





ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ چىشقا باسىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چىش تۈۋىگە ئۆسۈپ قالغان ئارتۇق گۆشلەرنى يوقىتىدۇ ، چىش تۈۋىگە چۈشكەن ئاقىمغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

سۈنۈنى لەسسە

تەركىبى : تاغ تېكىسىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن مۇڭگۈزى ، ئەندىرانى تۈزى ، سېرىق ھېلىيلە پوستى ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 6 گرام ، ئانارگۈلى 3 گرام .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ چىشقا باسىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چىش مۈلكى بوشىشىپ كېتىش ھەمدە قاناشقا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

سۈنۈنى مۈجلى

تەركىبى : تۈز 30 گرام ، قورۇلغان ئارپا 21 گرام ، يۇلغۇن مېۋىسى ، كۆپۈكى دەريا ، فىلىل ، قاقىيلە ، زەنجىبىل ھەر بىرى 6 گرام .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ چىشقا سېپىلدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چىش داغلىرىنى ئالىدۇ ، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

سۈنۈنى مۇرچ

تەركىبى : قارامۇچ 8 گرام ، توغرىغا ياكى گىل ئەرمىنى 5 گرام ، ئاقىرقەرھە ، تۇخۇمەك ھەر بىرى 3 گرام .





ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوقۇپ تاسقاپ چىش تۈۋىگە بېسىلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن بولغان چىش ئاغرىقلىرىغا
شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

سۈنۈنى مۇرمەككى

تەركىبى : مۇرمەككى ، نوشۇدۇر ، سەۋسەن يىلتىزى ، زەرنىخ ، ئاقىرقەرھە تەڭ
مىقداردا .

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سوقۇپ چىش تۈۋىگە سېلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چىش تۈۋىگە چۈشكەن يەل يارا (ئاكىلە) ، ئاقما
(ناسۇر) غا شىپا بولىدۇ . قان توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

سۈنۈنى مۇرمەككى مۇتەيىب

تەركىبى : مۇرمەككى ، نوشۇدۇر ، سەۋسەن يىلتىزى ، زەرنىخ ، ئاقىرقەرھە تەڭ
مىقداردا .

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سوقۇپ ئەلگە كىتىن ئۆتكۈزۈپ ، چىش تۈۋىگە
باسىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ
ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

سۈنۈنى مۇمسىك

تەركىبى : ئانارگۈلى ، ئامبىلە ، زەمچە ، ئاقاقىيا تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : سوقۇپ چىش تۈۋىگە سالىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوشىشىپ كەتكەن چىشلارنى چىگىتىدۇ ۋە شۇ مەق





سەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

سۈنۈنى نەمەك

تەركىبى : ئاچچىق ئانار ، ئائىلىق ئانار پوستى ھەر بىرى 90 گرام ، سىماق 45 گرام ، مۇزا ، ئانار گۈلى ، زەمچە ، قەغەز كۈلى ، ئاقىرقەرھە ھەر بىرى 30 گرام ، تۇز ، نوشۇدۇر ھەر بىرى 15 گرام .

ياسىلىشى : ھەممىنى سوقۇپ تالقانلاپ سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ ، كۇمىلا جلاپ سايىدا قۇرۇتۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چىش تۈۋىگە چۈشكەن يەل يارا (ئاكىلە) ۋە باشقا ئۆسكەن گۆشلەرنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : زۆرۈر تېپىلغاندا بىر دانىنى سوقۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

شەربىتى مائۇل ئۇسۇل IV

تەركىبى : پاكىز ئۈزۈم 310 گرام ، ئارپا بادىيان ، رۇم بادىيان ، ئىزخىر ھەر بىرى 10 گرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، پىرسياۋشان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 7 گرام ، چىڭسەي يىلتىزى پوستى ، زاراڭزا يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 3 گرام ، گۈلقەنت 36 گرام .

ياسىلىشى : يىلتىز دورىلارنى چالا سوقۇپ ئۇرۇق دورىلارنى ياخشى سوقۇپ 1 لىتر سۇدا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ گۈلقەنت سېلىپ تەييارلىنىدۇ . تەسىرى : سېزىمنى كۈچلەندۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئېغىزنىڭ تەم تېتىش قۇۋۋىتى ناچارلىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 - 4 قوشۇق ئىچىدۇ .

كۈزۈلىدۇ .



غەرغەرە

تەركىبى : ئىيارەجى پەيقەرا ، ئىگىر ، قىچا ، ئاقىرقەرھە ، بىخسۇس ، پوستى بىخ
كەبىر باراۋەر مىقداردا .

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىلمان
قايناقسۇغا ئېلەشتۈرۈپ ئېغىز تەم سەزمەس بولۇپ قالغاندا ئېغىز چاقاشقا ئىشلىتىلىدۇ .
تەسىرى : سېزىمنى كۈچەيتىدۇ .

گال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

داۋا ئۆلخەتاتىپ

تەركىبى : قالىغاچ مايىقى ، قۇستە ھەر بىرى 90 گرام ، قىزىلگۈل 60 گرام ،
چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇم بادىيان ، جوۋىنە ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، دارىچىنى ، مۇرمەككى ،
ئۈزۈنچاق زىراۋەند ، زەفەر ھەر بىرى 30 گرام ، نىشاستە ، سۈنبۇل ھەر بىرى 15 گرام ،
مۇزا 10 دانە ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ھەممىنى ئارىلاشتۇرۇپ غەر - غەر قىلىدۇ ۋە
سېرتتىن سۈركەيدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەلغەم ، سەۋدادىن بولغان بوغمىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

داۋائى بوھە تۈسسەۋت

تەركىبى ۋە ياسىلىشى : تاتلىق ئانارنى لاتىغا يۆگەپ ئۈستىدىن خېمىر بىلەن



ئوراپ قوقاسقا كۆمۈپ پىششۇرۇلىدۇ . ئوبدان پىشقاندىن كېيىن ئېلىپ تۆشۈك ئېچىپ
 ئىچى راسا قوچۇلىدۇ . ئۇندىن كېيىن ئەنە شۇ تۆشۈك ئارقىلىق مەلۇم مىقداردا بىنەفشە
 يېغى ياكى بادام يېغى تېتىمىتىپ يەنە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قۇرۇقلۇق ياكى باشقا سەۋەبلەردىن بولغان ئاۋاز
 بوغۇلۇشقا مەنپەئەت قىلىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش ئۇسۇلى : گالغا تېمىتىلىدۇ .

داۋائى مىرى

تەركىبى : رۇم بادىيان ، سۈنبۇل ، كۈندۈر ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، مەس-
 تىكى تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : ھەممىنى بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىپ ئىلچان ھالدا
 ئاز - ئازدىن ئىچىلىدۇ . سىرتتىن قۇندۇز قەھرى ، سەككىنە جەلەر سۈرتۈلىدۇ .
 تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قىزىلئۆڭگەچ ، ئېغىزنىڭ قۇرۇۋېلىشى ، كېكرەكنىڭ
 قېتىشىنى تۈزىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

سۇفۇنى شەب

تەركىبى : زەمچە 250 گرام .
 ياسىلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ .
 تەبىئىيىتى : قۇرۇق ئىسسىق .
 تەسىرى : تەرنى قۇرۇتۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە .
 ئىشلىتىلىشى : بەدەندىكى ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش مەقسىتىدە ھەمدە قۇلتۇق ،
 پۇت - قوللارنىڭ تەرىلىشىگە بېرىلىدۇ . گال - ئېغىزنىڭ شىللىق پەردىلىرى زەخمىلىنىپ
 قانغاندا قايناقسۇدا ئېرىتىپ گال ۋە ئېغىزلارنى چايقاش ئۈچۈن ھەم ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سىرتتىن ئىشلىتىلگەنلىكتىن ئەھۋالغا قاراپ بەل-





گىلىنىدۇ .

لوئۇقى زەنجىبىل

تەركىبى : زەنجىبىل ، فىلىفىل ھەر بىرى 300 گرام ، نىشاستە ، زەفەر ھەر بىرى 60 گرام ، كالا سۈتى يېتەرلىك مىقداردا ، قەنت ، ھەسەل مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : زەنجىبىلنى كالا سۈتىگە چىلاپ ھەر كۈنى بىر قېتىم يېڭى سۈت ئالماشتۇرۇپ زەنجىبىل پۈتۈنلەي يۇمشىغاندىن كېيىن سوقۇپ ، قەنت ، ھەسەللەرنى قىيام قىلىپ ئۈستىدىن مەركۇر زەنجىبىلنى ۋە باشقا دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھۆللۈكتىن بولغان ئاۋاز بوغۇلۇشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ يالايدۇ .

لوئۇقى سەغىر

تەركىبى : بادام مېغىزى ، ياڭاق مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، ھەببى زەلەم مېغىزى ، ھەببە تۇلخوزرا مېغىزى ، چەلخوزە مېغىزى ، پىندۇق مېغىزى ، نارجىل ، ھەببى قەلقل مېغىزى ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، كۈنجۈت ، راغۇن ، پىياز ئۇرۇقى ، چامغۇر ئۇرۇقى ، بىندە ئۇرۇقى ، زەنجىبىل ، فىلىفىل ، گۈلدارىچىنى ، كاۋاۋىچىنى ، خولىجان ، شاقاقۇل ، ھىليۇن ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .

ياسىلىشى : لوئۇقى زەنجىبىل بىلەن ئوخشاش .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئاۋاز بوغۇلۇشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ يالايدۇ .





لوئۇقى سېيان

تەركىبى : سەمى ئەرەبى ، نىشاستە ، ئاق خەشخاش ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ھەر بىرى 60 گرام ، قاپاق مېغىزى ، تەرخەمەك مېغىزى ھەر بىرى 30 گرام ، تاباشىر 12 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشەباھار ھەر بىرى 9 گرام .
ياسىلىشى : دورىلارنى تالقاتلاپ بادام يېغىدا قىيام قىلىنغان جۇللانغا ئارىلاشتۇرۇپ لوئۇق قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بوۋاقلار ۋە بالىلاردىكى يۆتەل ، قىزىتما ، گالدىكى يىرىكلىكلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئانا سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئەھۋالغا قاراپ يالىتىلىدۇ .

مەرھىمى رۇسەس

تەركىبى : مىس كۆيۈندىسى مەلۇم مىقداردا ، سىركە ۋە زەيتۇن يېغى مۇۋاپىق مىقداردا .
ياسىلىشى : مىس كۆيۈندىسىنى زەيتۇن يېغى ۋە سىركە ئۈستىگە لەيلىگەنگە قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : پوقاقنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى مەقسەتتە سىرتتىن چېپىلىدۇ .

ھەبىي بەھتەتۈسسەۋت

تەركىبى : كەتىرا ، بۇغداي كراخمالى ، ئەرەب يىلىمى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، پەتىنگان ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى ھەر بىرى 10 گرام .
ياسىلىشى : پەتىنگان ئۇرۇقىنى ئايرىم سوقۇپ خالتىغا ئېلىپ ، سو قوشۇپ شىرىسىنى سۈتىنى چىقىرىپ ، ئاندىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ 0.3 گراملىق ھەب





تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : مۆتىدىل .

تەسىرى : ئاۋازنى ئاچىدۇ . بەلغەم چىقىرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاۋاز پۈتۈپ قېلىش ۋە دەم سىقىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا 3 — 5 دانە ، چوڭلارغا 5 — 7 دانە

ئىچكۈزۈلىدۇ .

باشقا ھەر خىل كېسەللەكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى .

زەھەر قايتۇرۇشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى

تەرباقى ئەرەبە

تەركىبى : جىنتىيانا ، ئۈزۈنچاق زىراۋەند ، ھەبۇلغار ، مۇرساپ تەڭ مىقداردا ،

ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى : زەھەرلىك ھاشارات زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ، توسالغۇلارنى ئېچىپ خىد

لىتىلارنىڭ نورمال تەڭپۇڭلۇقىنى ساقلايدۇ ، سوغۇقتىن بولغان تۈرلۈك كېسەللەكلەرگە

مۇۋاپىق كېلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن ئىستېمال

قىلىنىدۇ .

ئەسكەرتىش : دورىنى يېگەندىن كېيىن باش ئاغرىتىدۇ ، شۇڭا سېمىز ئوت شىد

رىسى بىلەن ئېچىشى كېرەك .

تەرباقى ئەرەب

تەركىبى : ياڭاق مېغىزى ، سامساق ھەر بىرى 6 گرام ، سوزاپ ، ھىڭ ، مۇرمەككى

ھەر بىرى 3 گرام .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چايان زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە

ئىشلىتىلىدۇ .





ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەنجۈر شىرىسىدە يۇغۇرۇپ خېمىر قىلىپ زۆرۈر تېپىلغاندا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

تەرياقى تىنى مەختۇم

تەركىبى : گىلى مەختۇم ، ھەبۇلغار ، گۈلى سەۋسەن يىلتىزى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ گۈل يېغىدا مايلاپ ، تالقان قىلىپ ھەسەل قوشۇپ خېمىر قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : زەھەرلىك دورىنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ۋە شۇ مەق سەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

تەرياقى سەمانىيە

تەركىبى : ئۈزۈنچاق زىراۋەند ، جۇڭگو رەۋىنى ، قۇستە ، كەپە يىلتىزى ، ھەبۇلغار ، مۇرساپ ، ئاچچىق قۇستە ، جىنتىيانا ، زەرچوبە تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تەرياقى ئەرەبەگە ئوخشاش .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

تەرياقى سەمۇم

تەركىبى : مۇرمەككى ، ئەفسەنتىن ، چىڭسەي ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن مەئجۇن قىلىنىدۇ .
تەسىرى : سىماب ، سەڭگىيا ، مەدەستەن ، كەپرەسلەرنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : زۆرۈرىيەت ۋاقتىدا 6 گرام ئىستېمال قىلىپ ،





ئارقىدىن 120 م ل مۇسەللەس ئىچىلىدۇ .

تال كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

زىمادى دوتتىن

تەركىبى : ئەنجۈر 24 دانە ، پۇرچاق ، نوقۇت ، ئىككىلىمەلىك ، شۇمشە ، لوپىيا ، سۈنبۈل ھەر بىرى 15 گرام ، مۇقەل 6 گرام ، ئوشەق 3 گرام ، سىركە ، سوزاپ يېغى مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : ئوشەقنى سىركىدە ئېرىتىپ ئۈستىدىن دورا تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ سوزاپ يېغى ياكى بادام يېغى ۋە ياكى بابۇنە يېغى بىلەن يۇغۇرۇلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تال قېتىشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : تال ساھەسىگە چېپىلىدۇ .

سۇفۇفى تال

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن مارجان 3 گرام ، كەتىرا 2 گرام ، شېكەر مەلۇم مىقداردا .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تال كېسەللىكلىرىگە ناھايىتى تېز شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرام ئىچىلىدۇ ۋە بىر ھەپتىگىچە ئىچىلىدۇ .

قۇرسى خەردەل (قىچا تابلېتى)

تەركىبى : قىچا 150 گرام ، سوزاپ ياپرىقى 30 گرام ، سىركە ، سۇ





مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : قىچىنى بىر سوتكا سۇ ۋە سىركىگە چىلاپ ئۈستىدىن سوزاپ ياپىر .
قىمىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەنە بىر كۈن تۇرغۇزۇپ ئۇندىن كېيىن سوقۇپ تابلېت قىلىپ .
تونۇرغا قويۇپ قاتتۇرۇلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تالنىڭ يەلدىن بولغان قاتتىق ئاغرىشىغا شىپا بولىدۇ .
ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم 6 گرام ئېلىپ ئىسكەنجىبىن بىلەن
ئىچىلىدۇ .

قۇرسى غارىقۇن

تەركىبى : غارىقۇن ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 15 گرام ، تاباشىر ، زىرىق ھەر بىرى 6
گرام ، سۇنبۇل ، غافەس ئۇسارىسى ، يۇيۇلغان لوك ، رەۋەن ، كەپە يىلتىزى پوستى (
سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان) ھەر بىرى 5 گرام .
ياسىلىشى : ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تال چوڭىيشقا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە
ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىسكەنجىبىن بىلەن كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا
8 گرام يېيىلىدۇ .

قۇرسى كەبىر

تەركىبى : كەپە يىلتىزى پوستى (پوستى بىخى كەبىر) ، چاڭگاڭ ئۇرۇقى ھەر
بىرى 30 گرام ، ئۈزۈنچاق ، زىراۋەند ، سوزاپ ياپرىقى ، قىچا ، ئىگىر ، سىياھدان ، ئۈشەق
ھەر بىرى 9 گرام .

ياسىلىشى : ئۈشەقنى سىركىدە ئېزىپ قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ 6
گرامدىن تابلېت قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تال قېتىشىشنى يوقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئىسكەنجىبىن ئەنسىلى ياكى مائۇلتوسۇل بىلەن





كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانە يېيىلىدۇ .

قۇرسى گەزمەزەج

تەركىبى : يۇلغۇن مېۋىسى 12 گرام ، ئاقمۇچ ، سۈنبۇل ، ئاسارۇن ، ئوشەق ھەر بىرى 6 گرام ،

ياسىلىشى : ئوشەقنى تاغ پىيىزى سىركىسىدە يۇمشىتىپ ، قالغان دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ 3 گرامدىن تابلىت قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تالنىڭ قاتتىقلىقىنى يۇمشىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سىركەنجىبىن بىلەن كۈندە 2 دانە يېيىلىدۇ .

قۇرسى ئىرسا

تەركىبى : سەۋسەن يىلتىزى 12 گرام ، ئاقمۇچ ، ئوشەق ھەر بىرى 6 گرام ،
ياسىلىشى : ئوشەقنى سىركىسىدە يۇمشىتىپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ يۇغۇرۇپ
تابلىت قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تال قېتىشىغا شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام قۇرسىنى
ئىسكەنجىبىن بىلەن 3 كۈنگىچە يېيىلىدۇ .

كەلكىلانەج ئىزخىرى

تەركىبى : كاسىنى ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرى 12 گرام ، ئىزخىر
ئۇرۇقى ، ئىزخىر چېچىكى ، سۈنبۇل ، ئاسارۇن ، تاغ چېگىسەي ئۇرۇقى ھەر بىرى 9
گرام ، غافەس ، لوك ، رەۋەن ھەر بىرى 5 گرام ، شېكەر ، تەرەنجىبىن مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى : شېكەر ، تەرەنجىبىنلارنى قىيام قىلىپ دورىلار تالقىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ





يۇغۇرۇلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ، ئىستىسقا ، ئال كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەتبۇخى تال

تەركىبى : كەپە (كەبىر) ياپرىقى 15 گرام ، قارا ھېلىيلە ، شاھتەررە ، ئىزخىر يىلتىزى ، يۇلغۇن مېۋىسى ، رۇم بادىيان ، ئۆشەنە ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئارپا بادىيان ھەر بىرى 9 گرام .

ياسىلىشى : مەتبۇخ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تالنىڭ قاتتىق ئىششىقىنى تارقىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، 30 م ل مەتبۇخنى 3 گرامدىن ئىيارەج پەيقرا ۋە قارىقۇن بىلەن ئىچىدۇ .

مەتبۇخى مۇھەللەل

تەركىبى : قارا ھېلىيلە ، سېرىق ھېلىيلە ھەر بىرى 23 گرام ، شاھتەررە 21 گرام ، يۇلغۇن مېۋىسى ، كەپە يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 9 گرام ، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى 5 گرام ، كاسىنى ئۇرۇقى 3 گرام ، تەمرى ھىندى مېغىزى مەلۇم مىقداردار .

ياسىلىشى : مەتبۇخ تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تالنىڭ بەلغەمدىن بولغان ئىششىقىنى ياندۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم ، ئالدى بىلەن 5 گرام ئىيارەج پەيقرا بىلەن 3 گرام غارىقۇننى ھەب قىلىپ يېگەندىن كېيىن مەزكۇر مەتبۇختىن 60 م ل ئېلىپ قايناقسۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچىلىدۇ .



مەلجۇنى جىنتىيانا

تەركىبى : جىنتىيانا ، قارامۇچ ھەر بىرى 30 گرام ، قۇستە ، سازەج ھىندى ، سۇنبۇل ، رەۋەن 21 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .
ياسىلىشى : مەلجۇن قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، تال قېتىشىش ، ئاشقازان ئاغرىش ، بۆرەك ، دوۋساق كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ ، توسالغۇنى ئاچىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سوزاپ سۈيى بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

ھەبىي كەبىر

تەركىبى : بىخ كەبىر پوستى ، رەۋەن ھەر بىرى 6 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن مارجان ، سەبرى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، غارىقۇن ، تۈز ھەر بىرى 3 گرام .
ياسىلىشى : بېدىمىشكى ئەرقى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تال كېسەللىكلەرگە شىپا بولىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

قان توختىتىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالماڭلىرى

زورۇرى زەنگار

تەركىبى : زەنگار 9 گرام ، زەمچە ، سىماق ، خۇنسىياۋشان ھەر بىرى 3 گرام ،



سەبرى ، كۈندۈر ھەر بىرى 1.5 گرام .

ياسىلىشى : يۇمشاق تالقانلاپ سېپىلىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : قان توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ (كۆپ قېتىم سىناقىتىن ئۆتكەن) .

ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇنغا سېپىلىدۇ .

شىياق مومسەك

تەركىبى : سۈرمە ، ئانارگۈلى ، زەمچە ، تانكار ، كۈندۈر ، مۇزا ، ئاقاقىيا ھەر بىرى 10 گرام .

ياسىلىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ 2 گرام مىقداردا شىياق قىلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى ، مۆتىدىل .

تەسىرى : قان توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاياللاردىكى ھەر خىل كېسەللەك سەۋەبىدىن پەيدا بولغان خۇن كېتىشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 ~ 3 دانە ئېلىپ جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .

قۇرسى كەھرىبا قابىز

تەركىبى : كەھرىبا ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، مارجان ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۇڭگۈزى ، كۆيدۈرۈلگەن تۇخۇم شاكىلى كۈلى ، گىل ئەرمىنى ، سەمىي ئەرەبى ، يۇمىخاقسۇت ئۇرۇقى ، چەلغۈزە ھەر بىرى 15 گرام ، سەدەب ، ئانارگۈلى ، سوك (ئامىيەلە جەۋھىرى) ھەر بىرى 9 گرام ، بەزىرۈلبەنجى ، لوك ، تاباشىر ، كەتىرا ، نىشاستە ،





مەستىكى ، زەفەر ، ئەفيۇن ھەر بىرى 3 گرام .

ياسىلىشى : تابلىت قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەرقانداق ئەزادىكى قان كېتىشىنى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ . (تەجرىبىدىن ئۆتكەن) .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بېھى سۈيى ياكى خەشخاش شەربىتى بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىلىدۇ .

قۇرسى مومسەك

تەركىبى : بادام يېغىدا ئېرىتىلگەن سەمغى ئەرەبى ، گىل ئەرەبى ھەر بىرى 12 گرام ، تاباشىر ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى (تۇخۇمى ھۇماز) ، قىزىلگۈل ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقى ، ھەببۇلئاس ، ئانارگۈلى ، قۇرۇق يۇمىلاقسۇت ھەر بىرى 9 گرام ، ئاقاقىيا ، تەرەسسىس ، مارجان كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۇڭگۈزى ھەر بىرى 6 گرام ، كەتىرا ، كەھرىبا ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشەباھار ئۇرۇقى ھەر بىرى 5 گرام ، سىماق 3 گرام .

ياسىلىشى : پاقا يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن تابلىت قىلىنىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ھەرقايسى ئورۇنلاردىن كەلگەن قاننى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : سەندەل شەربىتى بىلەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ .

مۇجەررەبى قاتنى دەم

تەركىبى : ئەنجىباھار 15 گرام ، فىلىل 12 گرام ، ھەببۇلئاس ، ئىسبەغۇل ، بېھى ئۇرۇقى ، ئۈزۈم ئۇرۇقى ، ئانار ئۇرۇقى ، كەھرىبا ، مارجان ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، نىشاستە ، تاباشىر ، مۇرمەككى ، كۈندۈر ھەر بىرى 8 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

ياسىلىشى : دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەپ ، تابلىت قىلىنىدۇ .

تەسىر ۋە ئىشلىتىلىشى : قاننى توختىتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : زۆرۈرىيەت ۋاقتىدا 3 گرام يەپ ، ئۈستىدىن





ئەنجىباھار شەرىپىنى ئىچىدۇ .

نۇپۇخى رۇئاب مۇجەررەب

تەركىبى : ئاھاك ياكى گەج مەلۇم مىقداردا .
ياسىلىشى ۋە ئىشلىتىش ئۇسۇلى : يۇمشاق تالقانلاپ بۇرۇنغا پۈركىلىدۇ ۋە
ھۆللەنگەن پىلىكچىنى مەزكۇر تالقانغا مىلاپ بۇرۇن ئىچىگە تىقىپ قويۇلىدۇ .
تەسىرى : قان توختىتىشقا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .

باشقا ھەر خىل كېسەللەكلەرگە ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمايلىرى

رەۋغنى جوز ھىندى (نارجىل يېغى)

تەركىبى : پوستى قىرىۋېتىلگەن پۈتۈن نارجىل 39 گرام ، ئامبىلە 27 گرام ، تۆمۈر
ئىكەكلەنمىسى (تۆمۈر كېپىكى) 6 گرام ، توغرىغا 2 گرام .
ياسىلىشى : باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ نارجىل ئىچىگە قاچىلاپ ئۈستىنى
خېمىر بىلەن چاپلاپ ئۇنىڭ ئۈستىدىن پەنە سامان ، توزغاقلاردىن ياسالغان لاي بىلەن
ئوراپ ئوتقا كۆمۈپ بىر سائەت ئەتراپىدا تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : چاچنى قارايتىدۇ ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، يېڭىلا چېچى ئېلىنغان
باشقا تەكشى سۈركىلىدۇ .

رەۋغنى ناردىن

تەركىبى : قەسبۇسزەرىرە ، ھەببۇلغار ياپرىقى ، سەئدى كوفى ، ئۇدى بىلسان ،
يۇيۇلغان لوك ، سازەج ھىندى ، ئاس ياپرىقى ، سۇنبۇل ، ئىزخىر چېچىكى ، قارىغاي مې-





ۋىسى (ئەبھەل) ، قىرەدمەنا ، رەيھانلار تەڭ مىقداردا .
 ياسىلىشى : دورىلارنى مۇسەللەسكە بىر سوتكا چىلاپ قاينىتىپ سۈزۈپ ، مەلۇم
 مىقداردا كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ سۇ قىسمى پارلىنىپ يېغى قالغىچە قاينىتىپ تەييار-
 لىنىدۇ .
 تەسىرى : قويۇق يەلدىن بولغان شەقىقە ، قۇلاق ئاغرىش ، قۇلۇنجى ، قورساق
 ئاغرىشنى قالدۇرىدۇ ۋە شۇ مەقسەتلەردە يەل ھەيدەش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .
 ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 1 قېتىم مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىلىدۇ ياكى
 قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .

سۇفۇفى كۆكنار

تەركىبى : قىزىلگۈل ، تاباشىر ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، سىماق ، زىرىق ھەر بىرى 6
 گرام ، سەمغى ئەرمەسى ، گىلى مەختۇم ، كۆكنار گۈلى ھەر بىرى 3 گرام .
 ياسىلىشى : تالقان قىلىپ تەييارلىنىدۇ .
 تەسىرى : ھەر خىل قىزىتمىلار ، سەپرادىن بولغان ئاغرىقلار ۋە ئىچى سۈرۈش-
 لەرگە شىپا بولىدۇ .
 مىقدارى : 9 گرامنى بېھى شەرىپىتى بىلەن ئىچىلىدۇ .

سۇفۇفى نەمەكى سۇلايمانى

تەركىبى : تاش تۈز 1.8 كىلوگرام ، چىڭسەي ئۇرۇقى 60 گرام ، ھىندى تۈزى ،
 نوشۇدۇر ، ئەندىرانى تۈزى ھەر بىرى 45 گرام ، ئاقمۇچ 36 گرام ، ئىزخىر 33 گرام ، ئەف-
 تىمۇن ، ھىڭ ، سۈنبۇل ، زىرە ھەر بىرى 18 گرام ، دارچىن ، ياۋا زىرە ، ئوغرى تىكەن ،
 زاراڭزا ، ئەنجىدان ، زەنجىبىل ، رۇم بادىيان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرى 12 گرام .
 ياسىلىشى : تاش تۈزنى كوزىغا چىلاپ تونۇرغا كۆمۈپ بىر كېچە قىزدۇرۇلىدۇ .
 قالغان دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ تالقانلاپ تۈز بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېشىل
 كوزىغا قاچىلاپ ئارپىغا كۆمۈلىدۇ ، قانچە ئۇزۇن تۇرغۇزۇلسا شۇنچە كۈچلۈك بولىدۇ .
 تەسىرى : خام كېكىرىش ، ئاشقازان ئاغرىقلىرى ، ھەر خىل تىپتىكى بوغۇم ئاغ-





رىقلىرى ، كۆز كېسەللىكلىرى ، كۆز ئاجىزلىقى ، ئۇلۇتقاقلىق ، ئاق داغ ، قارا داغ ، ئۇرۇق بېزى سۇيۇقلۇقى ، نەپەس سىقىلىشلارغا شىپا بولىدۇ . باھنى كۈچەيتىپ ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ ۋە تۇتىدۇ . زەھەر قايتۇرۇشتا تەرياقى پارۇقىنىڭ ئورنىنى باسىدۇ . تۆت پەسلىنىڭ ھەممىسىدە ئوخشاشلا مۇۋاپىق كېلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۆز كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئاشتىدا ئىككى گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ . باھنى كۈچەيتىش ئۈچۈن تۇخۇم سېرىقى بىلەن قوشۇپ ئىچىلىدۇ . ئىششىق ياندۇرۇش ئۈچۈن ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ سىرتتىن سۇرتىدۇ .

مائۇلئۇسۇل مۇنزىج

تەركىبى : كاسىنى يىلتىزى 60 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 18 گرام ، چىلان 20 دانە ، سەرپىستان 16 دانە ، كاسىنى ئۇرۇقى 15 گرام .

ياسىلىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ 2.5 لىتر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ $\frac{1}{3}$ قىسمى قالغىچە قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈلىدۇ .

تەسىرى : ئۆتكۈر خىلىتلارنى تەڭشەپ چىقىپ كېتىش سالاھىيىتىگە ئىگە قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۇزۇلغان سەپرا ۋە سەۋدا ماددىلىرىنى تەڭشەپ ئومۇمىي بەدەن خىزمىتىنى نورماللاشتۇرۇش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 60 م ل ئېلىپ سىر كەنجىبىنىگە ئارىلاشتۇرۇپ 3 كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ .

مەرھىمى جازىبە

تەركىبى : قۇمۇشنىڭ قۇرۇق يىلتىزى ، ئۈزۈنچاق زىراۋەند تەڭ مىقداردا ، ھەسەل مەلۇم مىقداردا .

ياسىلىشى : دورىلارنى يۇمشاق تالقابلاپ ھەسەل بىلەن مەلھەم تەييارلىنىدۇ . تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : بەدەندە توختاپ قالغان ئوق ، مېتال ۋە تىكەنلەرنى





تارتىپ چىقىرىدۇ . ئۈنۈمى ياخشى ۋە شۇ مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن ئىشلىتىلىدۇ .

مەرھىمى سەرتان

تەركىبى : چاققاق ئۇرۇقى ، گۈلگۈرت ، كۆپۈكى دەريا ، ئۈزۈنچاق زىراۋەند ،
ئوشەق ، مۇقەل ھەر بىرى 12 گرام ، قىزىل ھەم 20 گرام ، زەيتۇن يېغى 90 م ل .
ياسىلىشى : دورىلارنى قائىدە بويىچە ئېزىپ ئاندىن زەيتۇن يېغىنى چۈچۈتۈپ ئۇ .
نىڭغا قىزىل مومنى سېلىپ ئېرىتىپ ، بۇنىڭغا دورا تالقانلىرىنى ئاز - ئازدىن سېلىپ
تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : سەرتان يارىلىرىنى يوقىتىش ، داغ چۈشۈرۈش تەسىر
رىگە ئىگە ۋە شۇ مەقسەتلەردە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇنغا سىرتتىن چېپىلىدۇ .

مەرھىمى شۈھۇم

تەركىبى : توخۇ يېغى ، تۆگە يېغى ، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى ، كالا يىلىكى ، ئاق
موم ، كۈنجۈت يېغى تەڭ مىقداردا .
ياسىلىشى : مەرھەم تەييارلاش ئۇسۇلىدا تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : تارتىشىپ قالغان ئەزا ۋە پەيلەرنى بوشتىدۇ ۋە شۇ
مەقسەتتە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ سىرتتىن چېپىلىدۇ .

ھەببى ئەتەشە

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى 30 گرام ، كەتىرا 25 گرام ، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى ،
تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرى 15 گرام .





ياسلىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، ئىسبەغۇل شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىيىتى : ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : ئۇسۇزلۇقنى پەسەيتىش تەسىرىگە ئىگە ۋە شۇ مەقدەرتتە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىش مىقدارى ۋە ئۇسۇلى : بالىلارغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 — 5 دانە ، چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 7 — 10 دانە ئىچىشكە بېرىلىدۇ .



ئاچقۇچ

(ئاچقۇچ بېرىلگەن ھەرپ تەرتىپى)

24.....	ن	14.....	ف	3.....	خ	1.....	ئا
25.....	ھ	15.....	ق	3.....	د	1.....	ئە
29.....	ئو	17.....	ك	4.....	ر	1.....	ب
29.....	ۋ	17.....	گ	5.....	ز	1.....	پ
29.....	ئى	17.....	ل	7.....	س	1.....	ت
29.....	ي	18.....	م	11.....	ش	2.....	ج





150.....	ئەرقى گۇلاب	506.....	ئابزەنى بىنەفشە
333.....	ئەرقى نانخۇا	507.....	ئابزەنى گۈلياسمەن
470.....	ئەرقى نىيلۇفە	507.....	ئابزەنى ئىكللمەلىك
97.....	ئەنقەرويايى كەبىر	390.....	ئاساناسىيى سەغىر
317.....	بانادۇق	372.....	ئاساناسىيى كەبىر
488.....	بانادۇقى بۇزۇرى	140.....	ئەتۇس I
489.....	بانادۇقى مۇھەللىل	140.....	ئەتۇس I
471.....	بانادۇقى ئىدرار	96.....	ئەتۇسى پالەج
123.....	بۇخورى سەرسام	74.....	ئەتۇسى مۇقەۋۋى
97.....	بۇخورى سەرئى	169.....	ئەرقى ئەبرىشم
33.....	بۇخورى سودائى بارىد	149.....	ئەرقى ئەنگورى شىپا
43.....	بۇخورى سودائى ھاز	75.....	ئەرقى بادىرەنجىبۇيا
248.....	بۇخورى غەشيان	149.....	ئەرقى بارتەك
141.....	بۇخورى نەزلە	469.....	ئەرقى بادىيان
75.....	بۇخور نوسخىسى	150.....	ئەرقى بېدىمشكى I
446.....	پاشويەئى بوغۇم	169.....	ئەرقى بېدىمشكى I
123.....	پاشويەئى سەرسام I	180.....	ئەرقى پۇدبە
124.....	پاشويەئى سەرسام I	372.....	ئەرقى تۇت
65.....	پاشويەئى سودائى	134.....	ئەرقى زەپىران
98.....	پۇختە جۇش	373.....	ئەرقى شاھتەررە
655.....	تەرياقى ئەربەئە	469.....	ئەرقى كاسىنى
655.....	تەرياقى ئەقرەب	151.....	ئەرقى كافۇر
656.....	تەرياقى تىنى مەختۇم	470.....	ئەرقى كاكىنەچ
656.....	تەرياقى سەمانىيە	642.....	ئەرقى كىزىت
656.....	تەرياقى سەمۇم	170.....	ئەرقى گاۋزەبان I
201.....	تەرياقى نەزلە	180.....	ئەرقى گاۋزەبان I





جەۋارىش تۇرۇنجى	253.....	تىزىبى فارۇق	590.....
جەۋارىش تۇققاھى	254.....	تىزىبى گۇڭگۇرت	590.....
جەۋارىش جالىنۇس	34.....	تىزىبى نوشۇدۇر	550.....
جەۋارىش خەرنۇب	350.....	تىلايى ھامىلە	595.....
جەۋارىش خۇبۇلھەدىد	525.....	تىلايى ھەدەق	613.....
جەۋارىش خوزى	373.....	تىلايى ھىككە	595.....
جەۋارىش دارچىنى	254.....	تىلايى ئۆشنە	489.....
جەۋارىش زەر ئۇنى	525.....	جەۋارىش ئامىلە I	33.....
جەۋارىش زەر ئۇنى مۇقەۋۋى		جەۋارىش ئامىلە I	247.....
	526.....	جەۋارىش ئەنبەر	76.....
جەۋارىش زەنجىبىلى	255.....	جەۋارىش ئەنبەر مۇھەللىلى	248.....
جەۋارىش زىرشىكى	255.....	جەۋارىش ئەنجىدانى	248.....
جەۋارىش سەپەر جىلى قۇلۇن		جەۋارىش ئەشقەب	317.....
	318.....	جەۋارىش بالادۇر	249.....
جەۋارىش سەپەر جىلى مۇسھىل		جەۋارىش بەسباسە	563.....
	334.....	جەۋارىش بۇزۇرى	249.....
جەۋارىش سەندەلى	256.....	جەۋارىش بېھى I	250.....
جەۋارىش سوك	319.....	جەۋارىش بېھى I	318.....
جەۋارىش سوككەرى	256.....	جەۋارىش پەنجىنۇش	250.....
جەۋارىش سىماق	351.....	جەۋارىش پەۋاكىھى	251.....
جەۋارىش سىمىسى	256.....	جەۋارىش پەۋاكىھ سىبىيانى	252.....
جەۋارىش شەھرىياران	319.....	جەۋارىش پىلاپلى	298.....
جەۋارىش قەندادىقۇنى	257.....	جەۋارىش تاباشىر I	61.....
جەۋارىش قەيسەر	320.....	جەۋارىش تاباشىر I	252.....
جەۋارىش كافۇر	351.....	جەۋارىش تالىسىپەرى	253.....
جەۋارىش كەھرىبائى	257.....	جەۋارىش تەمرى	446.....





561.....	جۇلاب I	409.....	جەۋارش كۇمۇنى I
410.....	جۇللابى بەلغەم	560.....	جەۋارش كۇمۇنى I
152.....	جۇللابى سەپرا		جەۋارش كۇمۇنى مۇھەللىلى
163.....	جۇللابى سەۋدا	258.....	
508.....	خاكىستەرى كەدۇ	560.....	جەۋارش كۈندۈر
77.....	خېمىرى ئېرىشىم ساددە	258.....	جەۋارش مەستكى I
171.....	خېمىرى بىنەپشە	259.....	جەۋارش مەستكى I
57.....	خېمىرى خەشخاش	563.....	جەۋارش مەقلىياسا
173.....	خېمىرى سەندەل	259.....	جەۋارش مۇتئەككۈلى
173.....	خېمىرى گاۋزەبان I	259.....	جەۋارش مشكى
174.....	خېمىرى گاۋزەبان I	334.....	جەۋارش نارمىشكى قۇلۇن
174.....	خېمىرى مەرۋايت		جەۋارش نارمىشكى مۇقەۋۋى
595.....	داۋائى ئەقرە	260.....	مەئدە
651.....	داۋائى بوھەتۇسسەۋت		جەۋارش نارمىشكى ئىستىسقاى
98.....	داۋائى پالەچ	260.....	
390.....	داۋائى تىن پىھىل	76.....	جەۋارش نىسيان
170.....	داۋائى خەپەقان بارىد	447.....	جەۋارش ھىندى
651.....	داۋائى خەتاتىپ	261.....	جەۋارش ئۇد
526.....	داۋائى دارچىنى	261.....	جەۋارش ئۇد تۇرۇش
643.....	داۋائى دەندەن I		جەۋارش ئۇد تۇرۇش ئەكبەرى
643.....	داۋائى دەندەن I	171.....	
201.....	داۋائى زىرىق	261.....	جەۋارش ئۇد مۇسەھلى
181.....	داۋائى سەندەل	261.....	جەۋارش ئۇد مۇشەھى
35.....	داۋائى سودائى بەلغىمى	181.....	جەۋارش ئۇد مشكى
43.....	داۋائى سودائى سەپراۋى	262.....	جەۋارش ئۇد ھازىمى
77.....	داۋائى سىتتە	561.....	جۇلاب I





171.....	داۋائى مىشكى بارىد	490.....	داۋائى سىلسىلەۋىل
182.....	داۋائى مىشكى تەلخ	320.....	داۋائى قابىز
182.....	داۋائى مىشكى شىرىن	311.....	داۋائى قەيىتى
183.....	داۋائى مىشكى مور	311.....	داۋائى قەيىتى سەپراۋى
78.....	داۋائى مىشكى مۆتىدىل I	390.....	داۋائى كۆر كۆم سەغرى
184.....	داۋائى مىشكى مۆتىدىل I	374.....	داۋائى كۆر كۆم كەبرى
184.....	داۋائى مىشكى هولۇۋ	202.....	داۋائى كىرىت
78.....	داۋائى نىسيان	374.....	داۋائى لوك
447.....	داۋائى نىقرەس	527.....	داۋائى مۇبەھى
262.....	داۋائى ھازىم	515.....	داۋائى مۇپەتتەت
472.....	داۋائى ئۇسرۇلبەۋىل	515.....	داۋائى مۇپەتتەتۇلھاسات
643.....	داۋائى ۋەجىتى دەندان	471.....	داۋائى مۇدىر
439.....	داۋائى ئىرقۇننەسا	472.....	داۋائى مۇدىرى بەۋىل
516.....	داۋائى يەرۇللا	99.....	داۋائى مۇسكىر
99.....	رەۋغىنى ئازاراقى	262.....	داۋائى مۇشەھى
527.....	رەۋغىنى ئاقىرقەرھا		داۋائى مۇقى بەلغىمى ئەفنى
375.....	رەۋغىنى ئەفسەنتىن	309.....	
447.....	رەۋغىنى ئەقرەب		داۋائى مۇقى سەۋداۋىي ئەفنى I
79.....	رەۋغىنى بادام	310.....	
35.....	رەۋغىنى بادام تەلخ		داۋائى مۇقى سەۋداۋىي ئەفنى I
99.....	رەۋغىنى بالادۇر	310.....	
448.....	رەۋغىنى بەيزە	391.....	داۋائى مۇميا
141.....	رەۋغىنى بوزۇغا	375.....	داۋائى مۇنەققى
320.....	رەۋغىنى بېھى	652.....	داۋائى مىرى
335.....	رەۋغىنى بىدەنجىر		داۋائى مىشكى ئەنبەرى بارىد
43.....	رەۋغىنى بىنەفشە	171.....	





564.....	رەۋغنى كۇرراس	631.....	رەۋغنى پەجەل
632.....	رەۋغنى كۇندۇر	100.....	رەۋغنى پەرفىيۇن
124.....	رەۋغنى لۇبۇب	664.....	رەۋغنى جوزھىندى
66.....	رەۋغنى لۇبۇبى سەبئە	100.....	رەۋغنى جويۇز
263.....	رەۋغنى مەستىك	508.....	رەۋغنى خار خەسەك
558.....	رەۋغنى مورد	44.....	رەۋغنى خەشخاش
608.....	رەۋغنى موم	439.....	رەۋغنى خىنە
102.....	رەۋغنى مۇبارەك	185.....	رەۋغنى دەجىج
582.....	رەۋغنى مۇرەتتىب	101.....	رەۋغنى دەھتۇرە
528.....	رەۋغنى مۇرچ	448.....	رەۋغنى دوپ
565.....	رەۋغنى مۇقەل	440.....	رەۋغنى دىپلى
263.....	رەۋغنى مۇھەللىل	102.....	رەۋغنى رەيھان
664.....	رەۋغنى ناردىن	564.....	رەۋغنى زەپدەئ
558.....	رەۋغنى ئوسما	596.....	رەۋغنى زەفەر
264.....	رەۋغنى ۋامۇن	449.....	رەۋغنى سورۇنجان
44.....	رەۋغنى ۋەرد I	35.....	رەۋغنى سوزاب
65.....	رەۋغنى ۋەرد II	528.....	رەۋغنى سىر
321.....	رەۋغنى ۋەرد III	572.....	رەۋغنى سىماب
45.....	رەۋغنى ۋەرد ئابتابى	449.....	رەۋغنى قەلەمفۇر
202.....	رۇبۇسۇس	142.....	رەۋغنى قۇستە
613.....	زورۇرى ئەببەز	450.....	رەۋغنى قودا
550.....	زورۇرى ئەربەئە	263.....	رەۋغنى كاسىرى رىياھ
614.....	زورۇرى ئەسفەر	58.....	رەۋغنى كەدۇ
614.....	زورۇرى ئەنزىرۇت	376.....	رەۋغنى كەلكىلانەج





591.....	زىمادى بەرەس I	زورۇرى ئەنزىرۇت مۇنە شىشپ	
565.....	زىمادى بوۋاسىر	550.....	
509.....	زىمادى بىنەفشە	508.....	زورۇرى ئەنزەم
352.....	زىمادى تاباشىر	614.....	زورۇرى چە شىخام
510.....	زىمادى خۇسبۇيە I	551.....	زورۇرى دانەپەرەك
510.....	زىمادى خۇسبۇيە I	509.....	زورۇرى زەكەر
657.....	زىمادى دوتتىن	661.....	زورۇرى زەنگار
558.....	زىمادى دائۇلەييە I	615.....	زورۇرى سەبرى
558.....	زىمادى دائۇلەييە I	643.....	زورۇرى سىقلۇللىسان
391.....	زىمادى دەقىقە شەئىر	551.....	زورۇرى شەئىرە
126.....	زىمادى رەۋغىنى ۋەرد	616.....	زورۇرى قەلەي
637.....	زىمادى رۇئاب	552.....	زورۇرى قۇلان
203.....	زىمادى زاتىررىيە	615.....	زورۇرى كافۇر
125.....	زىمادى سەرسام I	616.....	زورۇرى مامىرانچىنى
125.....	زىمادى سەرسام I	552.....	زورۇرى مەدەستان
66.....	زىمادى سۇبات	616.....	زورۇرى مەغسۇل
352.....	زىمادى سۇنبا	617.....	زورۇرى مەلكايا
592.....	زىمادى سۈرمە	565.....	زورۇرى مۇسەئىد
204.....	زىمادى شەۋسە	434.....	زىمادى ئاق لەيلى گۈلى
391.....	زىمادى شەئىرە	264.....	زىمادى ئەفيۇن
102.....	زىمادى قەنتەريۇن	617.....	زىمادى ئەنزىرۇت
511.....	زىمادى گۈردە I	617.....	زىمادى ئەين
511.....	زىمادى گۈردە I	590.....	زىمادى بەرەس I
435.....	زىمادى ماشرا	591.....	زىمادى بەرەس I





392.....	سۇفۇفى بۇزۇرى I	175.....	زىمادى مۇبەررىد
608.....	سۇفۇفى بۇزۇرى II	450.....	زىمادى مۇپاسىل
393.....	سۇفۇفى بېھى	644.....	زىمادى مۇجەررەپ
353.....	سۇفۇفى پوستى ئانار	264.....	زىمادى مۇقەۋۋى
298.....	سۇفۇفى پۇۋاق	266.....	زىمادى مۇھەللەل
353.....	سۇفۇفى تاباشىر	451.....	زىمادى نىقرەس
354.....	سۇفۇفى تاباشىر تەبىز	511.....	زىمادى ھولبە
657.....	سۇفۇفى تال	552.....	زىمادى ھىككە
152.....	سۇفۇفى تەپى دىق	440.....	زىمادى ئىرقۇننەسا
503.....	سۇفۇفى تەررە	425.....	زىمادى ئىسبەغۇل
	سۇفۇفى تۇخىمى ئانار مۇرەككەپ	266.....	زىمادى ئىستەمخىقۇن
354.....		502.....	سۇفۇفى ئاق لەيلى ئۇرۇقى
335.....	سۇفۇفى تۇربود	644.....	سۇفۇفى ئاكىلە
321.....	سۇفۇفى خۇرجى مەقئەت	61.....	سۇفۇفى ئامىلە I
472.....	سۇفۇفى خىرفە	311.....	سۇفۇفى ئامىلە II
490.....	سۇفۇفى خى	103.....	سۇفۇفى ئەپتىمۇن
312.....	سۇفۇفى دافىئى قەي	103.....	سۇفۇفى ئەرستاتالىس
376.....	سۇفۇفى رەۋەن	410.....	سۇفۇفى بادىيان
355.....	سۇفۇفى رەيھان	175.....	سۇفۇفى بارىد
355.....	سۇفۇفى روناس	502.....	سۇفۇفى بەزىرۇلبەنجى
356.....	سۇفۇفى زەرپ	353.....	سۇفۇفى بەللۇت
356.....	سۇفۇفى زەھىرە I	566.....	سۇفۇفى بوۋاسىر
356.....	سۇفۇفى زەھىرە II	62.....	سۇفۇفى بۇخار
645.....	سۇفۇفى زىراۋەند	392.....	سۇفۇفى بۇزۇرى I





490.....	سۇفۇفى شورا	522.....	سۇفۇفى زىيابت I
299.....	سۇفۇفى غەشيان	523.....	سۇفۇفى زىيابت I
358.....	سۇفۇفى قابىز	67.....	سۇفۇفى سەردى دەۋۋار
313.....	سۇفۇفى قاقىلە	239.....	سۇفۇفى سەرتان
267.....	سۇفۇفى قەلەمفۇر	393.....	سۇفۇفى سەكبەنەج
491.....	سۇفۇفى قەلەي	357.....	سۇفۇفى سەمغى ئەرەبى
299.....	سۇفۇفى قەيئۇددەم	266.....	سۇفۇفى سەنگدانە مۇرغ
377.....	سۇفۇفى كەبەد	104.....	سۇفۇفى سەۋدا
609.....	سۇفۇفى كەتان	358.....	سۇفۇفى سەئىدى كوفى
411.....	سۇفۇفى كەرەپشى	477.....	سۇفۇفى سەيلان
473.....	سۇفۇفى كەرەپشى مۇدىر	451.....	سۇفۇفى سورۇنجان
46.....	سۇفۇفى كەشنىز I	452.....	سۇفۇفى سورۇنجان بارىد
62.....	سۇفۇفى كەشنىز I	425.....	سۇفۇفى سورۇنجان ھار I
478.....	سۇفۇفى كەشنىز I	452.....	سۇفۇفى سورۇنجان ھار I
478.....	سۇفۇفى كەھرىبا	512.....	سۇفۇفى سوزاك
300.....	سۇفۇفى كۈندۈر I	204.....	سۇفۇفى سۇئال
562.....	سۇفۇفى كۈندۈر I	205.....	سۇفۇفى سۇئال مۇرەككەپ
665.....	سۇفۇفى كۆكنار	645.....	سۇفۇفى سۇنۇن
529.....	سۇفۇفى كۈنجۈت	477.....	سۇفۇفى سۇرئىتى ئىنزال
79.....	سۇفۇفى كىبرىت	646.....	سۇفۇفى سىقلۇللىسان I
411.....	سۇفۇفى گەزمازەج	646.....	سۇفۇفى سىقلۇللىسان I
491.....	سۇفۇفى گىل	478.....	سۇفۇفى سىلسىلەۋل
359.....	سۇفۇفى لوك	312.....	سۇفۇفى سىماق
492.....	سۇفۇفى مارجان	652.....	سۇفۇفى شەب





سۇفۇفى نەفسۇددەم I	240.....	سۇفۇفى ماسكەۋىل	479.....
سۇفۇفى نەمەكى	268.....	سۇفۇفى ماسكەم	609.....
سۇفۇفى نەمەكى سۇلايمانى		سۇفۇفى مەددە I	417.....
	665.....	سۇفۇفى مەددە I	418.....
سۇفۇفى نەئنا	268.....	سۇفۇفى مەرۋايت	104.....
سۇفۇفى نىسيان	80.....	سۇفۇفى مەسانە	503.....
سۇفۇفى نىشاستە	240.....	سۇفۇفى مەستىكى	411.....
سۇفۇفى نىقرەس	453.....	سۇفۇفى مەستىكى مۇسەخخىن	
سۇفۇفى ھار	512.....		267.....
سۇفۇفى ھاكىمە	268.....	سۇفۇفى مەقلىياسا	359.....
سۇفۇفى ھەببۇلئاس	359.....	سۇفۇفى مۇدىر I	473.....
سۇفۇفى ھەببۇلئىنەپ	360.....	سۇفۇفى مۇدىر I	474.....
سۇفۇفى ھەجرۇلىيەھۇد	516.....	سۇفۇفى مۇدىر II	474.....
سۇفۇفى ھەققۇلنەزىل	81.....	سۇفۇفى مۇدىر IV	394.....
سۇفۇفى ھوممار	360.....	سۇفۇفى مۇدىر	426.....
سۇفۇفى ھېلىيلە	394.....	سۇفۇفى مۇرەككەپ	512.....
سۇفۇفى ھىرقەتۇلبەۋىل I	492.....	سۇفۇفى مۇسەككىنى قەي	313.....
سۇفۇفى ھىرقەتۇلبەۋىل I	492.....	سۇفۇفى مۇغەللىز	479.....
سۇفۇفى ھىرقەتۇلبەۋىل II	513.....	سۇفۇفى مۇمىسك بارىد	480.....
سۇفۇفى ئۇد	377.....	سۇفۇفى مۇنەششەت	80.....
سۇفۇفى ۋەجئى دەندان	646.....	سۇفۇفى مۇنەققى	80.....
سۇفۇفى ۋەرد	394.....	سۇفۇفى مۇنەۋۋىم	46.....
سۇفۇفى ئېھتىلام	480.....	سۇفۇفى نانخۇا	412.....
سۇفۇفى ئىبنى ماسويە	360.....	سۇفۇفى نەفسۇددەم I	205.....





سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	153.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	67.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	426.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	268.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	301.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	314.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	440.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	269.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	269.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	553.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	395.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	361.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	301.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	427.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	516.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	336.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	412.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	427.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	428.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	271.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	68.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	453.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	378.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	268.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	68.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	647.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	647.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	647.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	648.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	648.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	648.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	649.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	649.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	649.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	650.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	300.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	105.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	268.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	206.....
سۇفۇفى ئىتىرىپىلى كەشنىز I	153.....





شەرىپىتى بوعوم مائۇلئۇسۇل	206.....	شارابى سوئال
453.....	302.....	شەرىپىتى ئانار تەلخ
154.....	322.....	شەرىپىتى ئانار مۇسھىل
596.....	271.....	شەرىپىتى ئانار ۋە پىننە
302.....	175.....	شەرىپىتى ئەبرىشىم
207.....		شەرىپىتى ئەبرىشىم مۇقەۋۋى
شەرىپىتى بىخ كەبىر مۇرەككەپ	185.....	
441.....		شەرىپىتى ئەبرىشىم يەر قانى
480.....	395.....	
شەرىپىتى پەنجىنۇش	272.....	شەرىپىتى ئەتتە
273.....	153.....	شەرىپىتى ئەفتمۇن
شەرىپىتى پەۋاكىھ I	322.....	شەرىپىتى ئەفسەنتىن I
273.....	323.....	شەرىپىتى ئەفسەنتىن I
شەرىپىتى پەۋاكىھ قابىز	396.....	شەرىپىتى ئەفسەنتىن II
274.....	361.....	شەرىپىتى ئەنجىباھار
شەرىپىتى پەۋاكىھ مۇرەككەپ		شەرىپىتى ئەنجىباھار مۇرەككەپ
274.....	241.....	
شەرىپىتى پىستە	272.....	شەرىپىتى ئەنبەر
303.....	529.....	شەرىپىتى ئەنجۇر رۇتەپ
شەرىپىتى پىننە	154.....	شەرىپىتى ئەينۇلا
314.....	186.....	شەرىپىتى بادىرەنجىبۇيا
شەرىپىتى تەپى سەپراۋى	504.....	شەرىپىتى بادىيان
155.....	577.....	شەرىپىتى بەرەس
شەرىپىتى تەپى مۇرەككەپ	336.....	شەرىپىتى بەسفائىج
337.....		
شەرىپىتى تەرەنجىبىن		
378.....		
شەرىپىتى تەرياق		
303.....		
شەرىپىتى تەمرى ھىندى		
شەرىپىتى تۇخمى كەرەپشى		
207.....		
شەرىپىتى تۇرۇنجى		
275.....		





شەرىپىتى زوفامۇھەللىل 210.....

شەرىپىتى زۇفانەزلە 211.....

شەرىپىتى زوفاهار 211.....

شەرىپىتى زىرىق مۇرەككەپ

242.....

شەرىپىتى سانا 337.....

شەرىپىتى سەپەر جىل 362.....

شەرىپىتى سەرىستان 337.....

شەرىپىتى سەقمۇنىيا 338.....

شەرىپىتى سەندەل 186.....

شەرىپىتى سەئىدى كوفى 277.....

شەرىپىتى سوزاپ 597.....

شەرىپىتى سو ككەر 277.....

شەرىپىتى سۇنبۇل 1 187.....

شەرىپىتى سۇنبۇل 1 380.....

شەرىپىتى سىماق 277.....

شەرىپىتى سىب 1 277.....

شەرىپىتى سىب 1 279.....

شەرىپىتى سىب تۇرۇش 304.....

شەرىپىتى شاھتەرە 1 338.....

شەرىپىتى شاھتەرە 1 339.....

شەرىپىتى شۇمشا 243.....

شەرىپىتى قابىز 315.....

شەرىپىتى كاسىنى 398.....

شەرىپىتى چىلان مۇرەككەپ

609.....

شەرىپىتى خەشخاش 208.....

شەرىپىتى خەسەك 517.....

شەرىپىتى خۇبىسۇلەددىد 275.....

شەرىپىتى خۇمار 63.....

شەرىپىتى خىندىقۇن 276.....

شەرىپىتى دىنار 1 378.....

شەرىپىتى دىنار 1 379.....

شەرىپىتى دىنار 1 396.....

شەرىپىتى دىنارى بارىد 397.....

شەرىپىتى راسەن 276.....

شەرىپىتى رەۋەن ساددە 397.....

شەرىپىتى رەۋەن مۇرەككەپ

397.....

شەرىپىتى رەيھان 578.....

شەرىپىتى رۇم بادىيان 303.....

شەرىپىتى رىباس 277.....

شەرىپىتى زەبىب 81.....

شەرىپىتى زوھرىلقۇتىن 82.....

شەرىپىتى زۇفا 1 208.....

شەرىپىتى زۇفا 1 209.....

شەرىپىتى زۇفا 1 210.....

شەرىپىتى زوفابارىد 241.....





- | | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| 436..... شەربىتى مۇنزىج | 435..... شەربىتى كاھۇ |
| شەربىتى مۇنزىجى بەرەس I | 212..... شەربىتى كەتان |
| 579..... | 305..... شەربىتى كۇمۇنى |
| شەربىتى مۇنزىجى بەرەس I | 82..... شەربىتى گاۋزەبان |
| 579..... | شەربىتى گاۋزەبان ئەنبرى |
| شەربىتى مۇنزىجى بەرەس I | 187..... |
| 580..... | شەربىتى گاۋزەبان مۇرەتتەب |
| شەربىتى مۇنزىجى بەرەس N | 105..... |
| 580..... | 529..... شەربىتى گۈزەر |
| شەربىتى مۇنزىجى ئىرقۇننەسا | 304..... شەربىتى لىمۇن |
| 455..... | 278..... شەربىتى لىمۇن ھازىمى |
| 278..... شەربىتى مىشكى | 142..... شەربىتى مائۇلئۇسۇل I |
| 398..... شەربىتى نانخۇا | 143..... شەربىتى مائۇلئۇسۇل I |
| 144..... شەربىتى نەزلە | 143..... شەربىتى مائۇلئۇسۇل I |
| 46..... شەربىتى نىيلۇفەر | 650..... شەربىتى مائۇلئۇسۇل N |
| 597..... شەربىتى ھەببۇلئاس | 305..... شەربىتى مەيبە |
| 280..... شەربىتى ھەببى رومان | 323..... شەربىتى مورد |
| 106..... شەربىتى ھەسەل I | 324..... شەربىتى مۇبارەك |
| 107..... شەربىتى ھەسەل I | 454..... شەربىتى مۇپاسىل مۇخرىج |
| 107..... شەربىتى ھەسەل I | 106..... شەربىتى مۇسەھل |
| شەربىتى ھەسەل مۇرەككەپ | 578..... شەربىتى مۇسەھلى بەرەس |
| 69..... | شەربىتى مۇفەررىھى مۆتىدىل |
| 212..... شەربىتى ھەمىشە باھار | 176..... |
| 340..... شەربىتى ھېلىلە | 339..... شەربىتى مۇلەيىن |





شورپائى مۇلەيىپىن 340	شەرىپىتى ھىليۇن 517
شىياڧى ئەبىيەز 618	شەرىپىتى ھىندى 324
شىياڧى ئەسۋەد 618	شەرىپىتى ئۇججاس 46
شىياڧى بورە ئەرمىنى 632	شەرىپىتى ئۇد تۇرۇش 306
شىياڧى تەلىپىن 341	شەرىپىتى ئۇستۇ خۇدۇس I 36
شىياڧى تۇتۇ 418	شەرىپىتى ئۇستۇ خۇدۇس I 36
شىياڧى خىيار شەنبەر 341	شەرىپىتى ئۇستۇ خۇدۇس II 69
شىياڧى سىماق 618	شەرىپىتى ئۇستۇ خۇدۇس IV 126
شىياڧى كافۇر 619	شەرىپىتى ئۇستۇ خۇدۇس V 126
شىياڧى مەددە 418	شەرىپىتى ئۇستۇ خۇدۇس VI 134
شىياڧى مۇلەيىپىن 342	شەرىپىتى ئۇستۇ خۇدۇس VII 135
شىياڧى مۇمىسك 662	شەرىپىتى ئۇستۇ خۇدۇس VII 144
شىياڧى نارىنجى 619	شەرىپىتى ئۇستۇ خۇدۇس X 632
شىياڧى ۋەقەر 633	شەرىپىتى ئۇنئاب I 156
غەر - غەرە 651	شەرىپىتى ئۇنئاب I 212
فەتىلەئى پىروزى نوش 247	شەرىپىتى ئۇنئاب I 436
فەتىلەئى روئاب 638	شەرىپىتى ئۇنئاب N 437
فەتىلەئى مەرۋى 633	شەرىپىتى ئۇنئاب سىپپانى
فەرزىجەئى ئەقرە 597 213
فەرزىجەئى رەھمى 598	شەرىپىتى ئۆشە 315
فەرزىجەئى مەشمە 598	شەرىپىتى ۋەرد I 280
فەرزىجەئى مۇدىر 598	شەرىپىتى ۋەرد I 325
فەرزىجەئى مۇمىسك 599	شەرىپىتى ئىجاز 156
فەرزىجەئى مۇھەللل 599	شەمۇمى سەرسام 127





- 362..... قۇرسى تاباشىر
363..... قۇرسى تاباشىر قابىز
158..... قۇرسى تاباشىر كافۇرى
494..... قۇرسى تىيىن
657..... قۇرسى خەردەل
145..... قۇرسى خەشخاش I
213..... قۇرسى خەشخاش I
145..... قۇرسى خەشخاش نەزلە
600..... قۇرسى خىرفە
363..... قۇرسى خى قابىز
281..... قۇرسى راسەن
390..... قۇرسى رەۋەن
214..... قۇرسى زاتىل
214..... قۇرسى زاتىلجەنبى
494..... قۇرسى زەمچە I
495..... قۇرسى زەمچە I
158..... قۇرسى زىرىشكى
282..... قۇرسى زىرىشكى كەبىر
..... قۇرسى زىرىشكى ئىستىسقاى
400.....
523..... قۇرسى زىيابت I
524..... قۇرسى زىيابت I
524..... قۇرسى زىيابت II
243..... قۇرسى سەرتان
159..... قۇرسى سەندەل
553..... قۇرسى سەئپە
599..... فەرزىجەئى مۇھبىل
83..... فۇلۇنىيى فارىسى
84..... فۇلۇنىيى مەھمۇدى
634..... قۇتۇرى ئەسەم
634..... قۇتۇرى ئەشا
620..... قۇتۇرى ئەيىن
634..... قۇتۇرى جالىنۇس
634..... قۇتۇرى خۇبۇلەددىد
636..... قۇتۇرى كەرەم
..... قۇتۇرى ۋە جىلئۇزنى بارىد
635.....
635..... قۇتۇرى ۋە جىلئۇزنى ھار
281..... قۇرسى ئاقاقىيا
315..... قۇرسى ئاقاقىيا مۇمسىك
325..... قۇرسى ئەفتمۇن
281..... قۇرسى ئەفسەنتىن
610..... قۇرسى ئەنجىباھار
493..... قۇرسى ئەنزىرۇت
380..... قۇرسى ئەنسىۋن
493..... قۇرسى بەۋلۇددەم
518..... قۇرسى بۇزۇرى
610..... قۇرسى بۇسۇد
157..... قۇرسى بىنەپشە I
157..... قۇرسى بىنەپشە II
399..... قۇرسى پەنجىگۇشت





قۇرسى مەرۋايىت 245.....	قۇرسى سۇمۇغ 600.....
قۇرسى مەستىكى 308.....	قۇرسى سۇنبۇل 307.....
قۇرسى مور 600.....	قۇرسى سۈرمە 316.....
قۇرسى مۇبەررىد 245.....	قۇرسى سىل 244.....
قۇرسى مۇدىر 475.....	قۇرسى سىماق 309.....
قۇرسى مۇرمەككى 601.....	قۇرسى شادىنەج 364.....
قۇرسى مۇسەللەس 1 136.....	قۇرسى شەب 504.....
قۇرسى مۇسەننەس 1 145.....	قۇرسى غارىقۇن 658.....
قۇرسى مۇسەھل 342.....	قۇرسى غافەس 400.....
قۇرسى مۇقەل 283.....	قۇرسى قىزىلگۈل 159.....
قۇرسى مۇمىسك 663.....	قۇرسى كافۇر 244.....
قۇرسى مۇنەۋۋىم 66.....	قۇرسى كافۇر ھار 400.....
قۇرسى مۇنەۋۋىم بارىد 46.....	قۇرسى كاكىنەج 1 495.....
قۇرسى مۇنەۋۋىم ھار 37.....	قۇرسى كاكىنەج 1 496.....
قۇرسى مىددە 497.....	قۇرسى كەبىر 658.....
قۇرسى نارمىشكى 283.....	قۇرسى كەھربا 364.....
قۇرسى نەپسۇددەم 245.....	قۇرسى كەھرباقابىز 662.....
قۇرسى نەزلە 1 146.....	قۇرسى كۈندۈر 282.....
قۇرسى نەزلە 1 146.....	قۇرسى گەزمارەج 659.....
قۇرسى نەزلە بەند 214.....	قۇرسى گۈل 307.....
قۇرسى ھەببوتئاس 365.....	قۇرسى گۈل مۇھەللەل 283.....
قۇرسى ئۇبھەل 366.....	قۇرسى گۈلنار 1 365.....
قۇرسى ئۇد 308.....	قۇرسى گۈلنار 1 496.....
قۇرسى ئۇد مۇقەۋۋى 284.....	قۇرسى گىلى مەختۇم 497.....
قۇرسى ۋەرد 381.....	قۇرسى لوك 401.....
قۇرسى ئىرسا 659.....	قۇرسى مازەريۇن 428.....





284..... گۈلقەنتى جىگدە گۈلى	428..... قۇرسى ئىستىسقا
216..... گۈلقەنتى خەشخاش	343..... قۇرسى ئىلاۋىس
285..... گۈلقەنتى رەيھان	572..... قىروتى نۇسخىسى
84..... گۈلقەنتى زوھرىلقۇتىن	401..... كەلكىلانەج بارىد
285..... گۈلقەنتى قىزىلگۈل	402..... كەلكىلانەج پىپىرووزى
216..... لوئۇقى بادام	402..... كەلكىلانەج ھار
217..... لوئۇقى بارىد	659..... كەلكىلانەج ئىزخىرى
217..... لوئۇقى بەزەرى كەتان	326..... كەمەدى ئەفسەنتىن
217..... لوئۇقى بەزرۇلبەنجى	284..... كەمەدى جوۋىنە
218..... لوئۇقى بىنەفشە	326..... كەمەدى ئومۇمىي
218..... لوئۇقى تىيىن	620..... كۈھلى ئەزىزى
219..... لوئۇقى خەشخاش	621..... كۈھلى ئەھۋەل
219..... لوئۇقى خىيار شەنبەر	621..... كۈھلى بەياز
220..... لوئۇقى روممان	622..... كۈھلى جەۋاھىر
220..... لوئۇقى رۇبۇسۇس	622..... كۈھلى دەمئە
653..... لوئۇقى زەنجىبىل	622..... كۈھلى روشنايى
221..... لوئۇقى زۇفا	623..... كۈھلى غىشاۋە
653..... لوئۇقى سەغىر	623..... كۈھلى مۇقەۋۋى
221..... لوئۇقى سۇئال	624..... كۈھلى مۇنبىت
654..... لوئۇقى سىبىيان	624..... كۈھلى مەلكايا
222..... لوئۇقى كۈرۈنبى	624..... كۈھلى ۋەرد
286..... لوئۇقى ناردىن	625..... كۈھلى ئىسكىرىن
222..... لوئۇقى نەزلە	638..... كۈشتەئى مىس
223..... لوئۇقى ھەببۇرشات	566..... گۈلقەنتى بەرگى ئانار
223..... لوئۇقى ھەببۇلقەتەن	215..... گۈلقەنتى بەرگى شەلغەم
223..... لوئۇقى ھورمۇل	188..... گۈلقەنتى پىننە





287.....	مەتبۇخى ئەفسەنتىن	224.....	لوئۇقى ھولبە
343.....	مەتبۇخى ئەينۇلا	224.....	لوئۇقى ۋەرد
581.....	مەتبۇخى بەرەس	2224.....	لوئۇقى ئىسقىل
419.....	مەتبۇخى بەرگى شاپتالۇ		لوئابى تۇخىمى سەپەر جىل
567.....	مەتبۇخى بەسفائىج	248.....	
442.....	مەتبۇخى بۇخار	437.....	لوئابى ئىسبەغۇل
420.....	مەتبۇخى بىخى بىد	160.....	مائۇتتىخى ھىندى
48.....	مەتبۇخى پەۋاكىھ I	553.....	مائۇلجەبىن
457.....	مەتبۇخى پەۋاكىھ I	163.....	مائۇششاھتەرەج
420.....	مەتبۇخى پوستى ئانار	84.....	مائۇللەھمى
660.....	مەتبۇخى تال	403.....	مائۇلھىندىبا
530.....	مەتبۇخى تەرەنجىبىن	108.....	مائۇلئۇسۇل
308.....	مەتبۇخى تەمرى ھىندى	455.....	مائۇلئۇسۇل بارىد
420.....	مەتبۇخى تۇخىمى كەدۇ	456.....	مائۇلئۇسۇل بوزۇرى
625.....	مەتبۇخى خىيار شەنبەر	456.....	مائۇلئۇسۇل مۇپاسىلى
	مەتبۇخى خىيار شەنبەر	601.....	مائۇلئۇسۇل مۇرەككەپ
225.....	رىئەۋى	666.....	مائۇلئۇسۇل مۇنزىج
225.....	مەتبۇخى زۇفا	441.....	مائۇلئۇسۇل نىقرەس
381.....	مەتبۇخى زىرىشكى	457.....	مائۇلئۇسۇل ھار
226.....	مەتبۇخى سەرپىستان	164.....	مائۇلئۇسۇل ھۇمائى
421...	مەتبۇخى سەرخەس مۇرەككەپ	419.....	مەتبۇخى ئانار تەلخ
48.....	مەتبۇخى سوداڭ	286.....	مەتبۇخى ئانار دانە
458.....	مەتبۇخى سورۇنجان I	164.....	مەتبۇخى ئەفتىمۇن I
459.....	مەتبۇخى سورۇنجان I	639.....	مەتبۇخى ئەفتىمۇن I
226.....	مەتبۇخى سۇرفە خۇشك		مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئەسەبىي
421.....	مەتبۇخى شاپتالۇ	108.....	





344.....	مەتبۇخى ئۇنئاب	127.....	مەتبۇخى شاھتەررە I
188.....	مەتبۇخى ۋەجئىل پۇۋاھ	165.....	مەتبۇخى شاھتەررە I
513.....	مەرھىمى ئاتىشەك	602.....	مەتبۇخى شۇمشا
554.....	مەرھىمى ئەقرە	316.....	مەتبۇخى غوراب
554.....	مەرھىمى ئەمرارز	625.....	مەتبۇخى قەنتەريۇن
498.....	مەرھىمى باسلىقۇن	109.....	مەتبۇخى كىشىمش
592.....	مەرھىمى بەرەس	437.....	مەتبۇخى مارجان شوخلا
592.....	مەرھىمى بەيزە	413.....	مەتبۇخى مائىل بۇزۇرى
593.....	مەرھىمى پەرفىيۇن	422.....	مەتبۇخى مەددە
	مەرھىمى پوستى گىردىگان	326.....	مەتبۇخى مەغەس
593.....		429.....	مەتبۇخى مۇستەسقى
498.....	مەرھىمى تۇتيا	626.....	مەتبۇخى مۇلەيىپىن
666.....	مەرھىمى جازبە	442.....	مەتبۇخى مۇنزىج
573.....	مەرھىمى داخلىيون I		مەتبۇخى مۇنزىج ۋە مۇسەھىل
573.....	مەرھىمى داخلىيون I	128.....	
498.....	مەرھىمى رال	128.....	مەتبۇخى مۇنزىجى سەۋدا
654.....	مەرھىمى رۇساس	660.....	مەتبۇخى مۇھەللەل
639.....	مەرھىمى روسۇت	147.....	مەتبۇخى نەزلە
640.....	مەرھىمى زەنگار	602.....	مەتبۇخى ھەيز
555.....	مەرھىمى سانا	48.....	مەتبۇخى ھېلىلە I
667.....	مەرھىمى سەرتان	438.....	مەتبۇخى ھېلىلە I
594.....	مەرھىمى شورا	459.....	مەتبۇخى ھېلىلە II
667.....	مەرھىمى شوھۇم	636.....	مەتبۇخى ھېلىلە N
499.....	مەرھىمى شىگرىپ	344.....	مەتبۇخى ئۇد
499.....	مەرھىمى مۇردارسەك	109.....	مەتبۇخى ئۇستۇخۇدۇس
636.....	مەرھىمى مىسىرى	403.....	مەتبۇخى ئۇسۇل





287.....	مەئجۇنى بەقرات	555.....	مەرھىمى مۇھەللەل
481.....	مەئجۇنى بەللۇت	500.....	مەرھىمى نەۋرە
482.....	مەئجۇنى بەۋل پىلىپرىش	594.....	مەرھىمى ئوقاب
531.....	مەئجۇنى بۆتەنى	481.....	مەئجۇنى ئاتايى
288.....	مەئجۇنى بۇزۇرى	581.....	مەئجۇنى ئاترىلال ۱
366.....	مەئجۇنى بېھى	582.....	مەئجۇنى ئاترىلال ۱
49.....	مەئجۇنى بىنەپشە ۱	583.....	مەئجۇنى ئاترىلال ۱
345.....	مەئجۇنى بىنەپشە ۱	110.....	مەئجۇنى ئازراقى
136.....	مەئجۇنى بىنەپشە ۱	381.....	مەئجۇنى ئاساناسىيا
531.....	مەئجۇنى بىيىنەزد	481.....	مەئجۇنى ئاقاقىيا
367.....	مەئجۇنى پەۋاكىھ	382.....	مەئجۇنى ئامىلە نوشىدارۇ
413.....	مەئجۇنى پەيقەرا	327.....	مەئجۇنى ئەرەستو
603.....	مەئجۇنى پەيقارائى ھامىلە	429.....	مەئجۇنى ئەرتىنسا
110.....	مەئجۇنى پولات	366.....	مەئجۇنى ئەسۋەد
531.....	مەئجۇنى پۇلۇنىيا		مەئجۇنى ئەفسەنتىن ئىستىسقاى
414.....	مەئجۇنى پۇدىنە	383.....	
603.....	مەئجۇنى پىسە	518.....	مەئجۇنى ئەقرەپ
86.....	مەئجۇنى پىرووزى نوش	383.....	مەئجۇنى ئەمروسىيا
288.....	مەئجۇنى تاباشىر	404.....	مەئجۇنى ئەنسۇن
328.....	مەئجۇنى تەمرى	129.....	مەئجۇنى بالادۇر
475.....	مەئجۇنى تەمرى ھىندى	530.....	مەئجۇنى باھ
328.....	مەئجۇنى تۇرۇپ لاشە	70.....	مەئجۇنى بايادەيتۇس
345.....	مەئجۇنى تۇربۇد	583.....	مەئجۇنى بەرەس ۱
532.....	مەئجۇنى جالالى خوتەنى	584.....	مەئجۇنى بەرەس ۱
505.....	مەئجۇنى جالینۇس	584.....	مەئجۇنى بەرەس ۱
383.....	مەئجۇنى جالینوس جىگرى	37.....	مەئجۇنى بەرىششا كەبرى





227.....	مەئجۇنى زۇفائى سەغىر	289.....	مەئجۇنى جويۇز I
227.....	مەئجۇنى زۇفائى كەبىر	289.....	مەئجۇنى جويۇز I
228.....	مەئجۇنى زىراۋەند	367.....	مەئجۇنى جۆئدى
329.....	مەئجۇنى سانا	661.....	مەئجۇنى جىنتىيانا
137.....	مەئجۇنى سانا مۇسھىل	384.....	مەئجۇنى چۆپچىنى ئەلا
422.....	مەئجۇنى سەرخەس	476.....	مەئجۇنى چىلغۇزە
111.....	مەئجۇنى سەرئىي	482.....	مەئجۇنى خۇبىسۇلەددىد
329.....	مەئجۇنى سەكبىنەج		مەئجۇنى خۇبىسۇلەددىد مۇمىسك
87.....	مەئجۇنى سەنجىرىنا	483.....	
290.....	مەئجۇنى سەنگىدانە	603.....	مەئجۇنى خۇن
460.....	مەئجۇنى سورۇنجان	346.....	مەئجۇنى خىيار شەنبەر
87.....	مەئجۇنى سوقرات	189.....	مەئجۇنى پۇلۇنىيا
228.....	مەئجۇنى سۇئال	70.....	مەئجۇنى دەبىدىلۋەرد I
229.....	مەئجۇنى سۇئال رۇتۇبى	385.....	مەئجۇنى دەبىدىلۋەرد I
229.....	مەئجۇنى سۇس	430.....	مەئجۇنى دەبىدىلۋەرد II
562.....	مەئجۇنى سۇگىپىياز	404.....	مەئجۇنى راسەن
386.....	مەئجۇنى سۇنبۇل	59.....	مەئجۇنى راھەت I
534.....	مەئجۇنى سۇئەلەپ	328.....	مەئجۇنى راھەت I
246.....	مەئجۇنى سىلى رىئەۋى	533.....	مەئجۇنى رەشىد
112.....	مەئجۇنى سىيسالىيۇس	405.....	مەئجۇنى رەۋەن
165.....	مەئجۇنى شەيب	346.....	مەئجۇنى زاراڭزا
160.....	مەئجۇنى غافەس	111.....	مەئجۇنى زەبىب
574.....	مەئجۇنى غۇددە I	533.....	مەئجۇنى زەر ئۇنى
574.....	مەئجۇنى غۇددە II	340.....	مەئجۇنى زەفەر
290.....	مەئجۇنى غىياس	414.....	مەئجۇنى زور نىباد
229.....	مەئجۇنى قەپى	147.....	مەئجۇنى زۇفا





539.....	مەئجۇنى مۇبەھھى ئەلا	422.....	مەئجۇنى قەنىل
	مەئجۇنى مۇبەھھى مۇكەيىپ	230.....	مەئجۇنى قۇبۇلمىلىك
540.....		535.....	مەئجۇنى قۇرسى ئەپشا
519.....	مەئجۇنى مۇپەتتۇلھاسات	291.....	مەئجۇنى قۇستە
112.....	مەئجۇنى مۇخەللىسى ئەكبەر	483.....	مەئجۇنى كابابىچىنى
368.....	مەئجۇنى مۇختەسەر	414.....	مەئجۇنى كاسىرى رىياھ
476.....	مەئجۇنى مۇدىر	500.....	مەئجۇنى كاكىنەج
485.....	مەئجۇنى مۇرمەككى	626.....	مەئجۇنى كامازەريۇس
347.....	مەئجۇنى مۇسھل	63.....	مەئجۇنى كەشنىز
585.....	مەئجۇنى مۇسھل چىلاپا	431.....	مەئجۇنى كەلكىلانەج
	مەئجۇنى مۇسھل مۇرەككەب	535.....	مەئجۇنى كەھربا
330.....		484.....	مەئجۇنى كۈندۈر ۱
567.....	مەئجۇنى مۇقەل	536.....	مەئجۇنى كۈندۈر ۱
386.....	مەئجۇنى مۇقەۋۋى	330.....	مەئجۇنى كۈندۈر مۇمسىك
190.....	مەئجۇنى مۇقەۋۋى قەلب	484.....	مەئجۇنى گۈلنار
291.....	مەئجۇنى مۇلۇكى	537.....	مەئجۇنى لۇبۇب
540.....	مەئجۇنى مۇمسىك	537.....	مەئجۇنى لۇبۇبى مۆتىدىل
231.....	مەئجۇنى مۇنەففىس	538.....	مەئجۇنى لوئلوئى
604.....	مەئجۇنى مۇھىپل	85.....	مەئجۇنى ماددە تۇلھايات
368.....	مەئجۇنى مىئە	432.....	مەئجۇنى مازەريۇن
387.....	مەئجۇنى مىشكى	485.....	مەئجۇنى ماسكەۋل
71.....	مەئجۇنى مىلھى ھىندى	190.....	مەئجۇنى مەرۋايت
291.....	مەئجۇنى نانخۇا	538.....	مەئجۇنى مەسھا
113.....	مەئجۇنى نۇجاھ	539.....	مەئجۇنى مەسھا مۇكەيىپ
88.....	مەئجۇنى نىسيان	112.....	مەئجۇنى مۇبەددىلىمىزاج
387.....	مەئجۇنى ھاپىزۇلئەجساد	539.....	مەئجۇنى مۇبەھھى





294.....	مۇراببا ئى بېھى	415.....	مەئجۇنى ھەببۇلغار ۱
233.....	مۇراببا ئى بىنەپشە	486.....	مەئجۇنى ھەببۇلغار ۱
542.....	مۇراببا ئى زەردەك	519.....	مەئجۇنى ھەجەرۇلىيەھۇد ۱
505.....	مۇراببا ئى زەنجىبىل	520.....	مەئجۇنى ھەجەرۇلىيەھۇد ۱
542.....	مۇراببا ئى سۆئلەپ	231.....	مەئجۇنى ھورمۇل سەغرى
543.....	مۇراببا ئى شاقاقۇل	232.....	مەئجۇنى ھورمۇل كەبىرى
543.....	مۇراببا ئى گىردىگان	432.....	مەئجۇنى ھېلىلە
191.....	مۇفەررىھى ئەبىرىشم	415.....	مەئجۇنى ئوبھەل
191.....	مۇفەررىھى ئەزەم	292.....	مەئجۇنى ئۇد
71.....	مۇفەررىھى بارىد	541.....	مەئجۇنى ئىبنىسنا
176.....	مۇفەررىھى بارىد قەلىبى	585.....	مەئجۇنى ئىبنى ماسويە
192.....	مۇفەررىھى بۇئەلى	292.....	مەئجۇنى ئىبنىئىماد
177.....	مۇفەررىھى دىلكۇشا بارىد		مەئجۇنى ئىتتىرىپىلى غودۇدى
193.....	مۇفەررىھى دىلكۇشا ھار	575.....	
	مۇفەررىھى دىلكۇشايى مۆتىدىل	368.....	مەئجۇنى ئىختىلاپ
193.....		293.....	مەئجۇنى ئىزخىر
	مۇفەررىھى زۇمۇرەدى بارىد	433.....	مەئجۇنى ئىستەمخىقۇن
177.....		627.....	مەئجۇنى ئىگر
	مۇفەررىھى سەغىر بارىد	293.....	مەئجۇنى ئىنھىل
178.....		460.....	مەئجۇنى يەھيا
	مۇفەررىھى سەغىر مۆتىدىل	347.....	مەئجۇنى ئىيارەج
194.....		586.....	مۇجەررىھى بەرەس
178.....	مۇفەررىھى سەندەلەين	663.....	مۇجەررىھى قاتئەم
	مۇفەررىھى سەھلىل ۋۇجۇت	294.....	مۇراببا ئى ئالما
194.....		232.....	مۇراببا ئى بادام
195.....	مۇفەررىھى سۇسەنبرى	541.....	مۇراببا ئى بەھمەن





664.....	نۇپۇخى رۇئاب مۇجەررەب	64.....	مۇفەررىھى كەشنىز
130.....	نۇپۇخى سەكتە	195.....	مۇفەررىھى مۇنشست
38.....	نۇپۇخى سوداڭ	196.....	مۇفەررىھى مۆتىدىل
130.....	نۇپۇخى سۇبات	88.....	مۇفەررىھى ھار
637.....	نۇتۇلى ئەسەم	196.....	مۇفەررىھى ھار ئەسەبى
64.....	نۇتۇلى بۇخارى	197.....	مۇفەررىھى ھار سەغرى
114.....	نۇتۇلى تەشەننۇج	197.....	مۇفەررىھى ياقۇتى
114.....	نۇتۇلى جۇنۇن	198.....	مۇفەررىھى ياقۇتى بارىد
568.....	نۇتۇلى خۇرۇجى مەقئەت	198.....	مۇفەررىھى ياقۇتى بۇئەلى
611.....	نۇتۇلى رەھىم		مۇفەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل
72.....	نۇتۇلى سەدرى	179.....	
130.....	نۇتۇلى سەرسام	199.....	مۇفەررىھى ياقۇتى ھار
115.....	نۇتۇلى سەكتە		مۇفەررىھى ياقۇتى ئۇتتۇرھال
115.....	نۇتۇلى سەھرى	89.....	
38.....	نۇتۇلى سوداڭ	562.....	مۇنزىجى بادىيان
50.....	نۇتۇلى سودائى سەپراۋى	129.....	مۇنزىجى بەلغەم
39.....	نۇتۇلى سودائى سەۋدائى	443.....	مۇنزىجى ئېغىزماڭ
50.....	نۇتۇلى سودائى ھار	443.....	مۇنزىجى ئىرقۇننەسا
514.....	نۇتۇلى سوزاك	388.....	نوشدارۇ ئالىي
115.....	نۇتۇلى سۇبات	89.....	نوشدارۇ ساددە I
520.....	نۇتۇلى مۇپەتتۇلھاسات	389.....	نوشدارۇ ساددە I
388.....	نۇتۇلى مۇقەۋۋى	90.....	نوشدارۇ لولوۋ
131.....	نۇتۇلى مۇنەۋۋىم	140.....	نۇپۇخى ئەتتىس
604.....	نۇتۇلى ھابىس	640.....	نۇپۇخى بۇخارى
605.....	نۇتۇلى ھاپىزى جىنىن	113.....	نۇپۇخى پالەچ
521.....	نۇتۇلى ھاسات I	640.....	نۇپۇخى رۇئاب





605.....	ھەبىي ئەقرە	521.....	نۇتۇلى ھاسات I
91.....	ھەبىي ئەنبەر	521.....	نۇتۇلى ھاسات II
348.....	ھەبىي ئەنجۇر	116.....	نۇتۇلى ئىستىرخا
416.....	ھەبىي بادىشكەن	166.....	نۇقۇتى ئەينۇلا
91.....	ھەبىي بالەنگۇ	605.....	نۇقۇتى بۇزۇرى
586.....	ھەبىي بەرەس	132.....	نۇقۇتى پەۋاكىھ
461.....	ھەبىي بەرسا	72.....	نۇقۇتى تۇخى ئانار
462.....	ھەبىي بەريۇما	405.....	نۇقۇتى خىيار شەنبەر
586.....	ھەبىي بەھەق	556.....	نۇقۇتى رەجەپ
405.....	ھەبىي بەھرام	39.....	نۇقۇتى سەبرى I
654.....	ھەبىي بەھتۇسسەۋت	40.....	نۇقۇتى سەبرى II
116.....	ھەبىي بۇرمەككى	50.....	نۇقۇتى سەبرى III
52.....	ھەبىي بىنەپشە I	138.....	نۇقۇتى كەشنىز
139.....	ھەبىي بىنەپشە II	51.....	نۇقۇتى مۇرەتتىب
233.....	ھەبىي بىنەپشە	51.....	نۇقۇتى مۇسھىل
233.....	ھەبىي بىنەپشەمۇرخى	295.....	نۇقۇتى مۇشەھى
117.....	ھەبىي پالەچ	131.....	نۇقۇتى ھامىز I
587.....	ھەبىي پەرفىيۇن	641.....	نۇقۇتى ھامىز II
369.....	ھەبىي تاباشىر قابىز	52.....	نۇقۇتى ھېلىيە I
349.....	ھەبىي تاباشىر مۇلەيىن	138.....	نۇقۇتى ھېلىيە II
117.....	ھەبىي تەشەننۇج	348.....	ھەبىي ئاپاۋىيە
416.....	ھەبىي تەنكار	641.....	ھەبىي ئازاراقى
637.....	ھەبىي تۇزبۇد	667.....	ھەبىي ئەتسە
462.....	ھەبىي تۇزبۇد مۇسەككىن	139.....	ھەبىي ئەفتىمۇن
117.....	ھەبىي تۇزبۇد مۇسھىل	433.....	ھەبىي ئەفسەنتىن
		543.....	ھەبىي ئەفىيۇن





628.....	هەبىي زەھەب N	544.....	هەبىي جالنىۋىس
514.....	هەبىي زەيبەق	544.....	هەبىي جەدۋار ئەفيۇنى
234.....	هەبىي زەيق	91.....	هەبىي جەدۋار كەبرى
406.....	هەبىي سەبرى I	576.....	هەبىي خانازىر
407.....	هەبىي سەبرى I	545.....	هەبىي خۇش كەيپ
234.....	هەبىي سەبرى رىئەۋى	576.....	هەبىي خىزىران
118.....	هەبىي سەبرى مالىخۇليا		هەبىي دائۇلسۆلەپ بەلغىمى
462.....	هەبىي سەبرى مۇسەككىن	559.....	
234.....	هەبىي سەدرى		هەبىي دائۇلسۆلەپ سەپراۋى
118.....	هەبىي سەرتىي	559.....	
462.....	هەبىي سەكبىنەج		هەبىي دائۇلسۆلەپ مۇرەككەب
166.....	هەبىي سەممۇلفار I	559.....	
463.....	هەبىي سەممۇلفار I	349.....	هەبىي دىدان I
506.....	هەبىي سەھلىل ۋۇجۇت	350.....	هەبىي دىدان I
444.....	هەبىي سورۇنجان I	161.....	هەبىي دىق
464.....	هەبىي سورۇنجان I	406.....	هەبىي رەۋان
464.....	هەبىي سورۇنجان II	118.....	هەبىي رەئىشە
465.....	هەبىي سورۇنجان N	161.....	هەبىي زاراڭزا
	هەبىي سورۇنجان مۇسەككىن	330.....	هەبىي زەرب
465.....		350.....	هەبىي زەنجىبىل
235.....	هەبىي سۇئال I	369.....	هەبىي زەھىرە
235.....	هەبىي سۇئال I	627.....	هەبىي زەھەب I
246.....	هەبىي سۇئال II	628.....	هەبىي زەھەب I
236.....	هەبىي سۇئال ئەتفالى	628.....	هەبىي زەھەب II





641.....	هەبىي قوقيا I	236.....	هەبىي سۇئال ھار
295.....	هەبىي قۇرسى گۈل	237.....	هەبىي سۇئال يابىس
547.....	هەبىي قۇرسى ئەپئ	501.....	هەبىي سۆزنەك I
331.....	هەبىي قۇلۇنجى	501.....	هەبىي سۆزنەك I
331.....	هەبىي قۇلۇنجى سابۇنى	545.....	هەبىي سىماپ
162.....	هەبىي كافۇر	546.....	هەبىي سىماپ مۇمسىك
661.....	هەبىي كەبىر	331.....	هەبىي سىماق
370.....	هەبىي كەھربا	587.....	هەبىي سىياھدان
119.....	هەبىي كونتىۋالى	556.....	هەبىي شاھتەررە
417.....	هەبىي كىبرىت	119.....	هەبىي شەترەنج
132.....	هەبىي لاجىۋەرد	629.....	هەبىي شەبىيار I
120.....	هەبىي لەقۇا	629.....	هەبىي شەبىيار I
162.....	هەبىي لوبۇب	630.....	هەبىي شەبىيار II
407.....	هەبىي مازەرىۋن	630.....	هەبىي شەبىيار IV
238.....	هەبىي مەستىكى	53.....	هەبىي شىپا I
444.....	هەبىي مەنتىن كەبىر	53.....	هەبىي شىپا I
59.....	هەبىي مەۋز	53.....	هەبىي شىپا II
466.....	هەبىي مۇپاسىل	546.....	هەبىي شىپا IV
466.....	هەبىي مۇپاسىل سەۋداۋى	434.....	هەبىي غارىقۇن I
466.....	هەبىي مۇپاسىل ھار	هەبىي غارىقۇن I
522.....	هەبىي مۇپەتتىۋلھاسات	407.....	هەبىي غافەس
446.....	هەبىي مۇخرىج I	295.....	هەبىي قەيسەر
587.....	هەبىي مۇخرىج I	40.....	هەبىي قوقيا I
588.....	هەبىي مۇسەككىن	132.....	هەبىي قوقيا I





501.....	ھەببى ھورمۇل	92.....	ھەببى مۇسكىر
297.....	ھەببى ھۇماما	588.....	ھەببى مۇسھىلى پەرفىيۇن
54.....	ھەببى ھېلىيلە I	132.....	ھەببى مۇسھىلى سەۋدا
162.....	ھەببى ھېلىيلە I	296.....	ھەببى مۇشەھھى
408.....	ھەببى ھېلىيلە II	568.....	ھەببى مۇقەل I
167.....	ھەببى ھىلتىت	569.....	ھەببى مۇقەل I
239.....	ھەببى ھىندى	569.....	ھەببى مۇقەل II
73.....	ھەببى ئۈستۈخۇدۇس	570.....	ھەببى مۇقەل IV
576.....	ھەببى ۋاسىلى	570.....	ھەببى مۇقەل V
	ھەببى ئىتتىرىپىلى ئازراقى	571.....	ھەببى مۇقەل VI
467.....		486.....	ھەببى مۇمىسك I
120.....	ھەببى ئىختىلاج	487.....	ھەببى مۇمىسك I
606.....	ھەببى ئىخراجى مەشمە	487.....	ھەببى مۇمىسك II
445.....	ھەببى ئىرقۇننە ساھار	370.....	ھەببى مۇمىسك IV
93.....	ھەببى ئىستەمخىقۇن	371.....	ھەببى مۇمىسك قابىز
408.....	ھەببى ئىستىسقا	93.....	ھەببى مۇنشىت
333.....	ھەببى ئىسرائىل	296.....	ھەببى نارمشكى
120.....	ھەببى ئىشرەت	148.....	ھەببى نەزلە
488.....	ھەببى ئىمساك I	238.....	ھەببى نىشات
548.....	ھەببى ئىمساك I	547.....	ھەببى نىشات مۇمىسك
548.....	ھەببى ئىمساك ئەفىۋنى	467.....	ھەببى نىقرەس
41.....	ھەببى ئىيارەج I	332.....	ھەببى ھەببۇلمۇلۇك
121.....	ھەببى ئىيارەج I	167.....	ھەببى ھەجەرى ئەرمىنى
409.....	ھەببى ئىيارەج II	332.....	ھەببى ھەنزەل



557.....	ئىتريپىلى شاھتەررە	121.....	ھەبى ئىيارەج پەيقەرا
577.....	ئىتريپىلى غۇددە	73.....	ھەررە
94.....	ئىتريپىلى كەبىر I	611.....	ھوقنەئى ئەنزىرۇت
297.....	ئىتريپىلى كەبىر I	423.....	ھوقنەئى پوستى ئانار
55.....	ئىتريپىلى كەشنىز	423.....	ھوقنەئى توتو مەددە
	ئىتريپىلى كەشنىز مۇزەپپەر	611.....	ھوقنەئى رەھىم
73.....		133.....	ھوقنەئى سەرسام
	ئىتريپىلى كەشنىز مۇلەيىن...60	612.....	ھوقنەئى شىبىت
133.....	ئىتريپىلى مۇسھلى	424.....	ھوقنەئى مەددە I
571.....	ئىتريپىلى مۇقەل	424.....	ھوقنەئى مەددە I
74.....	ئىتريپىلى مۇلەيىن	606.....	ھوقنەئى ھەيز I
589.....	ئىتريپىلى ھامان	607.....	ھوقنەئى ھەيز I
95.....	ئىتريپىلى ئۇستۇخۇدۇس I	607.....	ھومۇلى ھەيز
95.....	ئىتريپىلى ئۇستۇخۇدۇس I	594.....	ئوكۇلى كالىزىرى
548.....	ئىتريپىلى ئۈزۈم	239.....	ئوكۇلى مەرزەنجۇش
56.....	ئىيارەجى بارىد	122.....	ۋۇجۇرى سەرئى
42.....	ئىيارەجى پەيقەرا I	317.....	ۋۇجۇرى غەشيان
56.....	ئىيارەجى پەيقەرا I	122.....	ۋۇجۇرى ئومۇسبىيان
557.....	ئىيارەجى جالنىۇس	41.....	ئىتريپىلى ئەفتمۇن
589.....	ئىيارەجى لۇغازىيا	630.....	ئىتريپىلى بادىيان
122.....	ياقۇتى بۇئەلى	588.....	ئىتريپىلى بەرەس
96.....	ياقۇتى مۇقەۋۋى	94.....	ئىتريپىلى زامان
200.....	ياقۇتى مۆتىدىل	54.....	ئىتريپىلى سانا
		42.....	ئىتريپىلى سەغىر





كوررېكتور : ئەخمەتجان ئىسمائىل
تەتۈل بەت ۋە نەقىشلەرنى تۇرسۇن غازى ئىشلىگەن
ھۆسن خېتىنى ئىپپاز كېرەم شەرقى يازغان

ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى

ئالتىنچى جلد

شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تىبابەتچىلىك تەتقىقات ئورنى
« ئۇيغۇر تىبابەت قامۇسى » ئىشخانىسى تەرىپىدىن نەشرگە تەييارلاندى

شىنجاڭ پەن - تېخنىكا سەھىيە نەشرىياتى (W) نەشر قىلدى

شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى تارقىتىدۇ

شىنجاڭ شىنخۇا باسما زاۋۇتىدا بېسىلدى

1092 × 787 مىللىمېتر 16 فورمات 48.25 باسما تاۋاق

1993 - يىلى 3 - ئاي 1 - نەشر 1 - قېتىم بېسىلدى

تىراژى : 2500 — 1

ISBN 7-5372-0846-5/R · 134

باھاسى : 20.00 يۈەن

