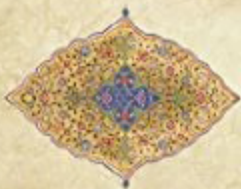


Abu Ali Ibn Sino



Kiyik o'ti – yurakni mustahkam qiladi

Kiyik o'ti – yurtimizda tog' yonbag'iri, toshli joylarda o'sadi. U tomoq og'rig'i, me'da faoliyatining buzilishi, ko'ngil aynishi, yurak sanchishining oldini olishda yordam beradi. Ichburug', kolit (yo'g'on ichak yallig'lanishini) xastaliklarida foyda qiladi.

Kiyik o'ti tarkibida A, E vitaminlari, biologik faol moddalar, mentol, saponinlar kabi moddalar mavjud. Ana shu moddalar tufayli kiyik o'ti yurak faoliyatini yaxshilaydi, qon bosimini pasaytiradi, asab tizimiga ijobiy ta'sir etib, tinchlantiradi. Yaralarning tez bitishiga yordam beradi.

Qorin dam bo'lishi, me'da aynishi, tish og'rig'i va charchoq, quvvatsizlikka shifo. O'simlik tarkibidagi timol moddasi gijjalarga va mikroblarga qiron keltiradi. Shuningdek, kiyik o'ti rak (saraton) hujayralarini ham yo'qotish xususiyatiga ega. Buni olimlar tajribada aniqlashgan.

Kiyik o'ti foydasi haqida

Respublikamiz tabobat olamida shifobaxshligi jihatidan oldingi o'rinlarda turadigan o'simlik – bu kiyik o'tidir. Kiyik o'ti (Zizifora) tukumi labguldoshlar (Labiatae) oilasiga mansub ko'p yillik o'simlik bo'lib, respublikamizda bu turkumning 7 turi uchraydi. Tabobatda va oziq-ovqat sanoatida esa, asosan tabiatda keng tarqalgan uchta turi "kiyik o'ti" nomi bilan ishlatiladi. Mahalliy aholi kiyik o'tini "ko'k o'ti", "bo'yi non" kabi turli nomlar bilan ham atashadi. Kiyik o'ti balandligi 40cm gacha yetadigan o'simlik bo'lib, poyasi ko'p, asosi yog'ochlangan, biroz egilgan, ingichka, sernovdali, mayin tukchalar bilan qoplangan.

Bargi nashtarsimon, ponasimon, o'tkir uchli, tukli yoki momiq tukchalidir. Poya hamda novdachalari uchidagi gullari bandli, mayin tukchali bo'lib, to'pgul shaklida joylashgan. Gultojibargi 7-8 mm, och gunafsha rangli, xushbo'y, iyun va iyul oylarida gullaydi, urug'i iyul-sentyabr oylarida yetiladi. Kiyik o'ti tog'li rayonlarning asosan shimoliy va janubiy yon bag'rlaridagi shag'alli va toshli, soz va qo'ng'irsimon tuproqli joylarda, dengiz sathidan 2400m balandlikkacha bo'lgan joylarda tarqalgan. Ayniqsa u janubiy tog' yonbag'larida ko'p tarqalgan bo'lib, ba'zi joylarda keng maydonlarni egallaydi.

Tarqalish joyi

Kiyik o'ti asosan Ugom, Chotqol, Pskom, Qurama va Qorjontog'da, Zarafshon, Turkiston, Nurota va Hisor tog' tizmalarida keng tarqalgan. Respublikamizning Toshkent, Namangan, Jizzax, Samarqand, Qashqadaryo va Surxondaryo viloyatlarining tog'li tumanlarida o'sadi. Jizzax viloyatining Zomin, Baxmal va Forish tumanlarida keng tarqalgan.

Mazkur o'simlikning "Kiyik o'ti" deb atalishining asosiy sabablaridan biri, bu kiyiklarning, burama shoxli yovvoyi tog' echkilar "marxo'r"ning va yovvoyi tog' qo'ylari "alqor"ning sevimli ozuqasi ekanligidan bo'lsa kerak. Kiyik o'tining tarqalgan joylarda albatta kiyiklarni, burama shoxli yovvoyi tog' echkisi "marxo'r"ni va Seversov nomi bilan ataluvchi yovvoyi tog' qo'ylari "alqor"ni uchratish mumkin.

Kiyik o'ti – xalq tabobatida

Mahalliy aholi kiyik o'tini ziravor sifatida turli taomlarga qo'shishadi, chunki ularning tarkibida efir moylari, vitaminlar va odam organizmi uchun zarur bo'lgan turli makro va mikro elementlar mavjud. Xalq tabobatida kiyik o'tlaridan buyrak, yurak, jigar va oshqozon ichak hastaliklarini davolashda ishlatib kelinadi. Ilmiy tabobatda ularning damlamasi yurakning ish faoliyatini yaxshilashda, arterial qon bosimlarini pasaytirishda, hamda peshob haydovchi dori vositasi sifatida keng qo'llaniladi. O'simlikning yer ustki qismlari– poyasi, bargi va to'pgullari tarkibida 2.5 foizgacha efir moylari, C, E, A vitaminlari mavjud. Shuningdek, "Safro haydovchi Xojimarov yig'masi"ning asosiy tarkiblariga ham kiyik o'ti kiritilgan.

Hozirgi vaqtda bu yig'ma tibbiyot amaliyotida jigar hastaliklarini davolashda, ayniqsa sariq kasalligi – gepatitni samarali davolashda ishlatilmoqda. Kiyik o't nafaqat tabobatda balki, oziq-ovqat sanoatida ham keng qo'llanilmoqda. Uning asosida, professor Q.Xojimatov tomonidan chanqoqbosti shifobaxsh alkogolsiz "Toshkent" ichimligi yaratilgan. Bundan tashqari kiyik o't turli "fitochoy"lar tarkibiga kiritilgan va muvaffaqiyatli rivishda ishlatilib kelinmoqda. Alohida ta'kidlash joizki, ayni paytda kiyik o'tidan sifati oshirilgan (boyitilgan) choylar tayyorlashda foydalanilmoqda. Bunda asosan olimlarimiz xalqimizning ko'p yillik tajribalariga tayanib, turli "fitochoy"lar va "boyitilgan choylar" tayyorlashga va yaratishga muvaffaqiyatli erishmoqdalar.

титилгунича қайнатиб, бошнинг оғриётган томонига шу сув ва ёғни иссиқ ҳолида қуйилади ва чўкиндисини қуюқ суртма қилиб боғланади. Уша хотин ҳар гал шу дорини ишлатганида *шақиқа* хоҳ иситмали бўлсин, хоҳ иситмасиз бўлсин, тузалар экан. [*Шақиқада* ишлатиладиган] қуюқ суртмаларнинг ҳеч бири хардал қуюқ суртмасидек [фойдали] эмас. Агар касаллик узоққа чўзилса, тоғ ғазағути елими, ковул илдизининг пўсти, денгиз пиёзи ва *фарфиюнларни* янчиб, элакдан ўтказилади ва райҳоний шароб билан қориб қуюқ суртма қилинади. Бу, ҳақиқатда ҳам, жуда фойдали даводир. [*Шақиқага* учраганларга] дастлаб ҳаммомга тушиш ва иссиқ сувда бир неча мартагача энгашиб туриш ҳам фойдали ишлардан ҳисобланади. Кейин уларнинг бурунларига писта ёғи юборилади, бу оғриқни ўша соатдаёқ икки кифтига туширади.

Қарободинда келтирилган нусхаларни ва содда дорилар лавҳаларида кўрсатилган содда дориларни те-риб ол.

ЛИТАРҒУС, ЯЪНИ СОВУҚ САРСОМ, УНИНГ ТАРЖИМАСИ «УНУТИШ» ДЕМАҚДИР

Қалла суягининг ичкарисиди бўладиган балғамли шишга литарғус дейилади; бу балғамдан вужудга келадиган *сарсомдир*. [Шиш] кўпинча мия моддасининг йўлларида бўлиб, унинг пардаларида, қоринчаларида ва мия мағзида бўлмайди, чунки балғам мия пардаларининг қаттиқлиги сабабли улардан камдан-кам ўтади ва йиғилади, мия моддасига ҳам унинг ёпишқоқлиги сабабли [кам ўтади]. Шунингдек зотилжам касаллиги ҳам кўпроқ вақт сафродан бўлиб, балғамдан бўлиши камдан-кам учрайди, чунки балғам асабларга бой бўлган қаттиқ пўст жавҳарига қийинлик билан ўтади. Бироқ бу кам учрайдиган ҳоллар иккала [касалликда] ҳам ҳар ҳолда бўлиши мумкин ва бундай шишнинг мия мағзи ва унинг пардаларида ҳам пайдо бўлиши мумкин.

Бу касаллик ўз белгисининг исми билан аталган, чунки *литарғус* [сўзининг] таржимаси «унутиш» бўлиб, бу касалликда доимо унутиш юз беради. Бунинг [шундай] аталиши кўп табибларни янглиштиради, улар бундан ғараз совуқ шишдан пайдо бўладиган касаллик эканини билмайдилар ва бу касалликни худди унутишнинг ўзи, деб тушунадилар. Баъзи табиблар мияда бўладиган ҳамма совуқ шишни хоҳ у савдодан бўлсин, хоҳ балғамдан бўлсин, *литарғус* деб атасалар ҳам қа-

димга табибларнинг кўпчилиги бу исми балғамдан бўладиган совуқ [шишгагина] берадилар. Сен иккала хил [шишни] ҳам шундай аташинг мумкин.

Бу касалликнинг моддаси бош айланиш касаллигининг моддасига яқиндир, лекин у [мияда] қаттиқроқ ўрнашади. Бу касаллик балғам хилтини ва буғни пайдо қилувчи ҳар бир нарсадан туғилаверади, шунинг учун у, кўпинча, пиёз ейишдан пайдо бўлади.

Даволаш. Агар бирор монелик бўлмаса, олдин қон оласан, кейин ўткир ҳуқна дориларини ишлатасан, моддаларни кўйига тортасан, хардал ва асалга буланган патни [касалнинг] томоғига тегизиб қустирасан; [касални] ёруғ уйга ётқизиб, қаттиқ ухлашга қўймасдан доимо уйғотиб турасан. Дастлабки [даволашда] гул ёғи ва сиркани [бошга суртиш билан] моддани қайтарасан, сўнгра касаллик бошланишидан икки кун ўтгач, бу [дориларга] қундуз қири аралаштириб сирка ўрнига денгиз пиёзининг сиркасини ишлатасан. Совуқ сув ичирмайсан, агар ичирсанг оз ичир, айниқса, касалликнинг бошланишида ва охирига яқинлашганда шундай қил, [касалликнинг] охирида эса совуқ сувни бутунлай берилмайди. Кейин баданига зайтун ёғи, табиий сода, қичитқийт уруғи, мозарийон уруғи, мурч, назла ўти ва шунга ўхшашлар суртилади. Бундан ташқари тарқатувчи қуввати кучли бўлган қуйиладиган дорилар, ҳидланадиган ва аксиртирадиган дорилар, ичига тоғжамбил, зуфо, ялпиз, каклик ўти солинган [моддани] суюлтирувчи томоқ чайиладиган дорилар, шунингдек асал, денгиз пиёзи ва [даволаш] қодалари бобида билган бошқа нарсаларингдан тайёрланадиган томоқ чайиладиган дорилар ишлатилади. Агар [касалнинг] бошига денгиз пиёзини, айниқса унинг ҳўлини ишлатсанг жуда фойда қилади. Яна бошқа қизартирувчи дорилар ва хардалдан тайёрланиб чапиладиган дорилар ҳам ишлатилади. Оёқ-қўлларини қизариб оғригунича ишқалаб уқаланади, бу жуда фойдалидир. Агар [касал] оғир уйқуга чўмиб кетса, сочларини тортилади ва бўйин чуқури олдига тилмасдан кучсиз олов ёрдами билан кўп қортиқ қўйилади, баъзан қон бўшатилиши керак бўлса, тилишга ҳам тўғри келади. Уларни овқатлантирганинда Миср боқиласининг қайнатмаси, арпа қайнатмаси ва нўхат қайнатмасини берасан. Овқатлантиргандан кейин буғлар юқорига тортилмаслиги, учун [касалнинг] қўл-оёқларини бир неча соат уқалатиш керак.

Агар касалликнинг узоққа чўзилиши сабабли сурги

дори ичиришни лозим топсанг, айниқса [унинг баданида] титраш пайдо бўлса, учдан икки *мисқол* қундуз қирини озгина, яъни бир *донақдан* камроқ *сақмуниё* билан қўшиб ичирасан. Агар иситманинг жуда кўтарилиб кетишидан қўрқсанг, *сақмуниё* қўшмай, қундуз қирининг ўзинигина ичир ва сурги қилмасдан мизожни ўзгартириш билан чеклан. Бундай [ҳолларда] энг яхши бўшатиш ҳуқна билан бўладиган бўшатишдир. Агар [ҳуқна дорилардан] бошқа дорилар ишлатишга мажбур бўлсанг, бир *дирҳам* иёраж фикрони тўртдан бир *дирҳам* Абу Жаҳл тарвузининг гўшти, учдан бир *дирҳам* ҳалила ва бир *донақ* мастаки билан бирга ичирасан; шунда ҳам агар иситма қаттиқ бўлмаса ва ичирилган дорининг суришига инонсанг шундай қиласан. Агар бунга ишонч бўлмаса, у кишига тагидан кўтариладиган дорини ёки *шиёф* дорини кўтартир, шунда иккаласи бир-бирига ёрдам беради. Кейин [касални] уйғотиб, кучаниб ёзилишга буюр. Агар [касал] сийиш ва ёзилишни унутса, сийдик йўллари [жойлашган] томонга ва қорнига бобуна, қашқар беда, бинафша ва гулсапсар илдизи солиб қайнатилган сувларни қуюсан ва сийдириш учун қовуғини силатасан. Кейин касаллик пасая бошласа, беланчак ва замбил кажавага солдир, сўнгра енгил бадантарбия ва касалдан турганларни даволаш тадбирини ишлат.

ЭСЛАШ [ҚОБИЛИЯТИНИНГ] БУЗИЛИШИ

Бу — бифаросатликка ўхшайди, лекин бунда [зарарланиш] миянинг орқа бўлагида бўлади, чунки у мия орқа бўлаги ишларидан бирининг озайиши, ёки унинг ҳамма ишларининг бутунлай йўқ бўлишидан иборатдир. Жолинуслининг фикрича, унинг биринчи сабаби содда совуқлик, ёки қуруқлик билан бирга бўлган совуқлик, — бунда кўрилган нарсанинг шакли [мияда] ўрнашмайди, — ёки ҳўллик билан бирга бўлган совуқликдан иборат бўлади, бу кейинги ҳолда [мияда] ўрнашган шакллар сақланиб қолмайди. [Совуқликнинг] қуруқлик билан бирга бўлганига уйқусизлик белги бўлади, ҳамда бундай [касал] олдин ўтган нарсаларни эсида сақлаган ҳолда, ҳозирги ва шу пайтдаги нарсаларни эслай олмайди. Агар [совуқлик] ҳўллик билан бўлса, унга оғир уйқу белги бўлади ва ундай киши ўтган нарсаларни ҳеч эслай олмайди, аммо ҳозирги нарсаларни ўтган нарсалардан кўра кўпроқ муддат эсда сақлаши мумкин. Агар [сабаб] фақат содда совуқликнинг ўзи бўлса, увушиш

ва бош айланиб кўз олдининг қоронғиланиши пайдо бўлади.

[Эслаш қобилиятининг бузилиши] баъзан иссиқлик билан қуруқликдан бўлиб, бунда ақл чалкашиши ҳам вужудга келади. Бу [касаллик] мия [орқа] бўлагининг ўзида, ёки унинг қоринчасида ёки унинг томирларида пайдо бўлади. Гоҳо [эса бузилиши] чаккадаги хилтлар ёки мизож бузилишининг мияга бориб етишидан ҳам келиб чиқади. Буни баъзи қадимги табиблар айтган бўлиб, у тажриба қилинган ва кўрилган нарсалардандир. Эслаш қобилиятининг йўқолиши ёки бузилиши, кўпинча, совуқлик ва ҳўлликдан, гоҳо, миядаги шишлардан айниқса, совуқ шишлардан пайдо бўлади.

Билгинки, соғлиқ пайтида унутиш касаллигига учраш тутқаноқ, *сакта* ва *литарғус* каби оғир мия касалликларидан дарак беради.

Эслаш қобилиятининг бузилиш сабаблари ва турларининг белгилари. Буларни юқорида эслатилган қоидалардан билиш керак ва биз уни ҳар бир касалликни баён қилганимизда қайтариб ўтирмаймиз.

Даволаш. Иссиқлик ва қуруқлик натижасида [эслаш қобилиятининг бузилишини] даволаш осонроқ бўлиб, у ҳақда неча марталаб айтиб ўтилди. Елғиз қуруқликдан бўлганини даволашда касалга ҳўлловчи мўътадил овқатлар бериш, унинг бошини дағал қаттиқ латта билан ишқалаш ва уқалаш йўли билан бадантарбия қилдириш ҳамда қўл ва оёқларини ҳаракат қилдириш керак. Умуман кучли бўлмаган, балки қоринни очирадиган кўп овқат ейишни, дам олиб ётишни, ухлашни ва ҳаммомга тушишни талаб қилдирадиган даражада бадантарбия қилдириш керак. Шунингдек машҳур қиздирувчи қуюқ суртма дорилар билан [бошни] иситиш лозим, биз у дориларни қайтадан айтмаймиз; яна бошга тинмай қортиқлар қўйиш ва қизартирадиган дорилар ишлатиб [иситиш лозим]. Баъзан бош орқасини икки жойдан доғлаш ва бобуна, қашқарбеда ва така почалари солиб қайнатилган сувларни [бошга қуйиб], ёғлардан эса гулсапсар, нарғиз ва шаббўй ёғини [бошга суртиб] ишлатишга эҳтиёж сезилади.

Совуқ ва рутубатли моддадан бўлган [эс бузилишини] даволашда моддани етилтиргандан кейин ўзингга маълум бўлган дорилар билан бўшаттир. [Касал] жуда ёруғ уйда турғизилсин. Бўшатишда дастлаб *иёраж*, Абу Жаҳл тарвузининг гўшти ва қундуз қири каби енгил дорилардан бошлаш керак, сўнгра аста-секин **катта**

мёрражларга, ундан кейин, агар мизожнинг иссиққа айланиб бузилиш хавфи бўлмаса, *балозур* маъжунига ўтилади, чунки бу маъжун зехни кучайтириш ва эса сақлаш қобилятини яхшилашда жуда кучлидир. Яна ўзингга маълум бўлган қизартириб иситувчи, томоқ чайиладиган ва ҳидланадиган дориларни ишлат. [Рутубатни] қуритишда шошилмасдан, секин-аста қилиш керак. Бўлмаса қуритиш туғма хўлликни ҳам йўқ қилиб юборади ва натижада мизож совуқлиги келиб чиқади, бу эса унутишни кўпайтирадиган нарсалардандир.

Ундай касалликка учраган кишилар маст бўлишдан, шамол ўтадиган жойларда туришдан ва тўлиқликдан сақланишлари керак, улар сувда ювинишдан ўзларини мутлақо сақлашлари керак, чунки, иссиқ сув бўшаштиради, совуқ сув эса увуштириб сезувчи руҳга зарар еткази. Агар уларда тўлиқлик пайдо бўлса, енгил тadbирлар қўлланилади. *Сакта* пайдо қилувчи, [бошни] оғирлатувчи, увуштирувчи ва буғ пайдо қилувчи овқатлардан ҳам сақланишлари керак.

Ичкиликка келсак, буни қорин тўлгунча ичиш жуда зарарлидир, ози эса кишини шодлантиради, руҳни кучли ва зийрак қилади, кўп сув ичишга ҳожат қолдирмайди, кўп сув ичиш улар учун энг зарарли нарсасидир. Туш пайтида кўп ухлаш, умуман кўп уйқу, айниқса, унинг жуда тўлиқлик ҳолатдагиси ҳам улар учун зарарлидир. Утакетган уйқусизлик ҳам руҳни кучсизлантиради ва тарқатади, шу билан бирга мияни буғга тўлғизади. Бу хил [касалларга] игир мураббоси ва узунчоқ мурч мураббосини бериб тажриба қилинган, уларнинг иккаласи ҳам эса сақлаш қувватини орттиради. Мана бу дори ҳам тажриба қилинган: кундур елими, тўпалоқ, оқ мурч, заъфарон ва *муррдан* баробар бўлақларни олинадиган асал билан қориб, ҳар куни бир *дирҳамдан* ейилади. Мана бу дори ҳам тажриба қилинган: игирдан икки бўлак, тўпалоқдан икки бўлак, қора ҳалиладан икки бўлак ва *балозур* асалидан бир бўлак олиб ишлатилади. Қуйидаги таркиб ҳам синаб кўрилган: мурч ва зирадан икки бўлак, новотдан уч бўлак. Шунингдек тўртдан уч бўлак кундур елими ва бир бўлак мурчдан иборат доридан ҳар куни наҳорга бир *миққолдан* ичириб ҳам тажриба қилинган. Яна беш бўлак зира, бир бўлак мурч, бир бўлак *балозур* асали ва шуларнинг ҳаммасига икки баробар оддий асал олиб синаб кўрилган. [«Қонун»нинг] Иккинчи китобида ёзилган содда дориларга ҳам муурожаат қилиш керак, у дориларнинг жойи бош ка-

салликларининг лавҳаларидадир. Бундай касалликка учраган киши жуда ёруғ уйда ётиши керак.

Мия шишларидан бўлган [эс бузилишини] *фаронитус* ва «уйқусизликка ўхшаш қаттиқ уйқу»ни даволашда айрилган дорилар билан даволанади.

ИШҚ [СЕВГИ]

[Ишқ] васвасали ва меланхолияга ўхшаш бир касаллик бўлиб, киши у касалликни, кўпинча [маҳбубнинг] баъзи бир кўриниш ва хулқларини яхши кўришга ўз фикрини бўйсундириш орқали ўзига чақириб олади. Гоҳо бунга шаҳват ҳам ёрдам беради, баъзан у ёрдам бермайди. [Ишқнинг] аломатлари: кўз чуқур тушади ва қуруқлашади, йиғлашдан бошқа вақтда кўз ёшланмайди, кўз қовоқлари муттасил ҳаракат қилиб туради, киши ёқимли бир нарсага қараган, ёки шодлантирувчи бир хабарни эшитган, ёки ҳазил қилаётган каби кулади, унинг нафаси кўп узилиб яна жойига қайтади ва кўп оҳ-уҳ тортади. Ҳазал эшитганда аҳволи шодлик ва кулгига ёки ғамгинлик ва йиғига томон ўзгаради, айниқса жудалик ва ҳажр тилга олинганда шундай бўлади. Кўздан бошқа ҳамма аъзолари сўлиб озади, кўз гўлагининг чуқур тушиши билан бирга, қовоқлари катталашиб салқийди, бунинг сабаби уйқусизлик ва оҳ тортишнинг кучайиб, бошга буғ юбориб туришидир. Унинг ўзини тутишда тартиб бўлмайди, томирининг уриши ғамгин кишиларники каби нотекис ва бутунлай бетартиб бўлади. Маъшуқидан гапирилса, айниқса тўсатдан севганига учрашса, томирнинг уриши ва ўзининг ҳоли ўзгаради; ана шунга қараб, севгилисини ўзи айтмаса, унинг ким эканини аниқлаш мумкин бўлади. Унинг маъшуқини аниқлаш даволаш йўлларида биридир. Буни шундай қилинади: томирини ушлаб туриб кўп исмларни қайта-қайта айтиб чиқилади. Шу пайтда томир уришда катта ўзгариш бўлиб, унинг ҳаракатида бир оз тўхталиш юз берса, кейин яна [исмларни] қайтариб бир неча марта тажриба қилиш орқали маъшуқа исмини билиб оласан. Сўнгра шунга ўхшатиб кўчалар, уйлар, ҳунарлар, иш турлари, насаблар ва шаҳарларни айтиб чиқилади, уларнинг ҳар бирини маъшуқа исмига қўшиб айтиб томир уришини кузатиб турилади. Ниҳоят ўшалардан бирини қайта-қайта айрилганда томир уриши ўзгарса, бунга қараб маъшуқанинг исми, безаги ва ҳунарини аниқлаб, унинг ким эканини таниб олинадиган.

Буни биз тажриба қилдик ва [маъшуқани аниқлаш учун] фойдали [маълумотлар] топдик. Кейин дин ва шарият ҳалол қилган йўлга мувофиқ, ошиқ билан маъшуқани қўшишдан бошқа тадбир топмасанг уларни қўшасан.

Биз бунинг натижасида соғайган ва қайтадан эт олган бир кишини кўрдик: у жуда озиб ва озишдан ҳам ўтиб, ишқнинг кучлилигидан қуввати камайиб, оғир ва узоқ замонга чўзиладиган касалликлар ва иситмалар билан қийналган эди. Бир оз вақтдан кейин маъшуқасига етишини сезгач, энг қисқа муддат ичида [соғлиғи] ўзига қайтди. Биз бунга ажабландик ва киши табиатининг нафсоний таъсирларга бўйсунушига шуни далил қилдик.

Даволаш. Ўзингга маълум бўлган аломатлар орқали текшириб қарайсан: аҳвол хилтнинг куйишигача бориб етган бўлса, бўшаттир. Сўнгра [мизожни] рутубатлантириш, касални ухлатиш ва яхши овқатлар бериш билан машғул бўласан. [Касални] маълум ҳўллаш шартига мувофиқ бўлган ҳаммомга тушир ва уни жанжаллашиш, турли ишлар ва тортишишларга, қисқаси [ишқни] унуттирадиган нарсаларга овора қил, бу тадбир, кўпинча уларни қийнаётган нарсани унуттиради. Ёки унда маъшуқасидан бошқа дин ва шарият ҳалол қилган [қизга] муҳаббат пайдо қилиш тадбири кўрилади, кейин ишқ мустаҳкамланишидан олдин ва олдинги [маъшуқасини] унутгандан кейин, иккинчи маъшуқадан фикрини узилади. Ошиқ ақлли кишилардан бўлса, панднасиҳат, масхара қилиш, койиш ва унга ишқни васваса ва жинниликнинг бир тури деб тасвирлаш ҳам жуда фойда қилади, бундай вақтда сўз жуда таъсир қилади. Шунингдек ошиқнинг олдига кампирларни юборилади, улар маъшуқани унга ёмонлаб, унинг булганч қилиқлари ва нафратли ишларидан гапирадилар ва унинг кўп жафо қилишини ҳикоя қиладилар; бу нарса кўпинча уларни тинчлантиради. Агар у кампирлар маъшуқанинг суратини қабиҳ нарсаларга ўхшатиб ҳикоя қилса, унинг юз қисмларини хунук қилиб тасвирласа ва бу ҳақда узоқ ва муфассал сўзласалар, бу ҳам фойда қилади. Ҳақиқатан ҳам бу тадбирлар кампирларнинг иши бўлиб, улар, бу жиҳатдан эркакларга қараганда моҳирроқдирлар; лекин хунасаларнинг ҳам бу ҳақдаги ҳунарлари кампирларникидан камлик қилмайди. Кампирлар яна ошиқнинг севгисини аста-секин бошқа маъшуқага кўчира оладилар, сўнгра унинг иккинчи маъшуқага бўлган

севгиси мустаҳкамланишдан олдин унга қизиқтиришни тўхтатадилар.

Чўрилар сотиб олиб, улар билан кўп жинсий алоқа қилиш, уларни янгилаб туриш ва улар билан ўйнашиш [маъшуқани] унуттирадиган ишлардандир. Шодлик, ашула ва музика эшитиш баъзи кишиларга тасалли берса, баъзиларнинг [ишқини] кўпайтиради, буни билиш мумкин. Ов, турли ўйинлар, подшоҳлар томонидан бериладиган янги-янги инъом ва эҳсонлар, шунингдек турли оғир ғамларга келсак, буларнинг ҳаммаси ҳам тасалли беради.

Баъзан [ошиқларга] ҳам меланхолия, мания ва *қут-рубга* учраганларга қилинадиган тадбирни қўллашга тўғри келади: катта *иёражлар* билан бўшатилади ва юқорида айтиб ўтилган ҳўллолчи тадбирлар орқали [уларнинг мизожини] рутубатлантирилади. Бу тадбирлар [ошиқнинг] қилиқлари ва ташқи кўриниши ўшаларникига ўхшагандагина ишлатилади.

ТУТҚАНОҚ

Тутқаноқ нафсоний аъзоларнинг сезиш ва ҳаракат ишларига ҳамда тик туришига тўсқинлик қиладиган касалликдир, лекин тўсқинлиги тўла бўлмайди. [Тутқаноқнинг] сабаби тикилма пайдо бўлишидир, кўпинча у миянинг олдинги қоринчасига етган зарардан пайдо бўлган умумий тиришиш сабабли вужудга келади. Бундай [зарарланиш] натижасида тўлиқ бўлмаган тикилма пайдо бўлиб, сезиш ва ҳаракат қувватининг мияга ва [бошқа] аъзоларга тўла ўтишига тўсқинлик қилади, бироқ уларни бутунлай тўхтатиб қўймайди; у яна кишини тик туришига қўймайди ва киши тик турган ҳолатда қола олмайди. Ҳар бир тиришиш, биз келгусида баён қилганимиздек, тўлиқликдан ёки қуруқликдан, ёки азият берувчи бирор сабаб натижасида [миянинг] сиқилишидан бўлади. Тутқаноқ ҳам шундай, лекин у қуруқликдан бўлмайди, чунки тутқаноқ бирдан бўлади, қуруқдан бўлган тиришиш эса бирдан бўлмайди, ҳамда миянинг қуруқлигида иш, кўпинча тиришишга бориб етмайди ва бундан илгари гавда [ишдан чиқиб] ҳалок бўлади.

Демак, тутқаноқ учун қуйидаги сабаблар қолади: бирор азият берувчи нарсани ҳайдаш учун миянинг сиқилиши; бу нарса буғ ёки ачиштирувчи бирор кайфият, ёки моддаси ёмон рутубатдан иборат бўлади; ёки унинг

[сабаби] мия қоринчалари ёки асабларнинг ўсиб чиқадиган жойидаги илдизларида тикилма пайдо қилувчи хилт бўлади. [Тикилма] гоҳо хилтдаги тўлқинли ҳаракат сабабли ёки ўтакетган ҳарорат натижасидаги қайнаш сабабли пайдо бўлади; тикилма вужудга келганда сезги ва ҳаракат қуввати [аъзоларга] табиий равишда ўта олмайди, баъзан тикилма тўла бўлмайди ва бир миқдор [қувват аъзоларга] ўтиб туради, натижада аъзолар сезиш ва ҳаракат қувватини тамом йўқотмайди. Биринчи файласуф Арастунинг фикрича, руҳ ўтадиган йўлларда қамалиб қолган қуюқ ел сабабли ҳам [тутқаноқ пайдо бўлади]. [Аристотель елни] тутқаноқ сабабларининг бири деб билади. Агар [шу йўлларда] тикилма пайдо қилувчи хилт бўлса, мия азият берувчини ҳайдаш учун сиқилади. Бу ҳол меъда [сиқилиб] ҳиқиқоч ва ўхчиш пайдо бўлганига ёки аъзо учишига ўхшайди. Чунки аъзоларнинг буришиши ва сиқилиши ҳайдаладиган нарсани ҳайдаш учун асосий [воситадир]. Мия сиқилганда унинг ҳаракатлари ўзгаради ва унга эргашиб юз ва бошқа жойдаги асаблар сиқилади ва уларнинг ҳаракатлари ўзгаради.

Тутқаноқ ўтиб ҳушга келиш хилтнинг ҳайдалганидан, ёки елнинг тарқалганидан, ёки азият берувчи [сабаб]нинг ҳайдалганлигидан бўлади. Аммо тутқаноқ вақтида аъзоларда тиришиш бўлишининг сабаби мияни ўраб оладиган модда ёки мияга етадиган азиятнинг асабларга ҳам етиб, уларнинг ҳоллари ҳам мияники каби бўлиб қолишидадир. Бу ҳол уч сабабга кўра бўлади: асабларнинг мия моддасига тобелиги, мия азиятланадиган нарсадан уларнинг ҳам азиятланиши ва ўзлари келиб чиққан ердан ҳайдалаб келаётган хилт билан тўлиқ бўлишлари; натижада [асабларнинг] кенглиги кўпайиб, узунлиги камаяди.

Тутқаноқ тиришишга ўхшайди, аммо бўшашишга ўхшамайди. Мияни буриштириб йиғиштиради, бўшаштирмайди ва ёймайди, чунки мия бу вақтда [азият берувчи] нарсани ўздан ҳайдашни истайди, ҳайдаш эса буришиш ва сиқилиш билан ҳосил бўлади. Модда сабабли бўладиган ҳар бир тиришишга иситма фойда қилади. Тутқаноқда шишлар пайдо бўлса, баъзан уни тарқатади ва [тутқаноқни пайдо қилувчи] модда камаяди. Тутқаноқ, кўпинча, меланхолияга айланади. Меланхолия ҳам, баъзан тутқаноққа айланади.

Баъзи кишилар гоҳо моддадан бўлмаган тутқаноқ ҳам бўлади, деб гумон қиладилар. Агар бу билан улар

тутқаноқнинг сабаби буғ ёки мияг азарар қиладиган бирор кайфият бўлиб, улар мияда мазкур сиқилишни келтириб чиқаради, демоқчи бўлсалар, сўзларида маъно бор, агар тутқаноқнинг сабаби содда мизожнинг ўзи бўлиб, у мияда ҳосил бўлганда, тутқаноқ пайдо қилади, демоқчи бўлсалар, унда сўзлари ўринсиз бўлади. Чунки [содда мизож] кайфияти мияда бўлиб турганда, у билан бирга доим тутқаноқ бўлиши ва унинг дарҳол кетмаслиги лозим эди. Ваҳолонки тутқаноқнинг сабаби бирдан пайдо бўлиб, дарҳол кетадиган ёки ғалаба қилса ўлдирадиган нарсалардандир. Бундай нарса миянинг ўзида ҳосил бўлган кайфият бўлолмайди, балки мияга бориб етадиган, [кейин] тўхтайдиган модда ёки кайфият бўлади, бундай нарса албатта бошқа аъзодан келиши керак.

Тутқаноқда [оғиздан] кўпик чиқишининг сабаби нафаснинг бўғилиши эмас, нафас ҳаракатининг изтиробли ва бетинч бўлишидир. Бу изтироб тиришишдаги изтиробдан келади. *Сакта* касаллигида кўпик пайдо бўлишининг сабаби эса бўғилиш ва нафас олишни истамасликдир. Тутқаноқ ҳаммадан аввал мияга хос бўладиган тиришиш каби, тиришиш эса дастлаб бирор [бошқа] аъзога хос бўладиган тутқаноқ кабидир. Аксириш ҳаракати сингари бўлганидек, тутқаноқ гўё зўр ва кучли аксиришдир. Лекин аксиришда қувватнинг кучлилиги ва модданинг заифлиги сабабли унинг ҳайдалиши кўпроқ олд томонга, тутқаноқда эса мумкин ва осон бўлган томонга бўлади. Шу айтилган сўزلардан шундай хулосага келиш керакки, агар тутқаноқнинг [сабаби] миянинг ўзида бўлар экан, у албатта модда бўлиб сезиш ва ҳаракат [қувватининг] йўлларида қамалиб турадиган ел пайдо қилади ёки [миянинг] иккита олдинги қоринчасини қисман тўлғизади. Бу модда ғалабали ва кўп қон ё балғам, ё савдо, ёки сафро бўлади, бироқ кейингиси жуда кам учрайди, ундан сўнг кам учрайдиган қоннинг [тутқаноққа] сабаб бўлиши кўпроқ учрайди, лекин [тутқаноқнинг] сабаби, кўпинча холис ёки савдога бироз мойил бўлган рутубатдир. Чунки тутқаноқ асосан балғамдан бўлади. Буқрот: «Тутқаноққа учраган қўйларнинг миясини очиб текширилса, кўпидан ёмон ва бадбўй рутубат топилади», дейди. Мияда бўладиган тутқаноқнинг ҳамма хил сабаби ҳам [миядаги] ҳазм кучсизлигига асосланади. У [сабаб] ё миянинг моддаси ва маъзида бўлади, — бу жуда ёмон хили, — ёки унинг пардаларида бўлади ва бу енгилоқ ўтади.

Балғамдан бўладиган тутқаноқ кўп бўлса ҳам савдодан бўлгани энг ёмондир, чунки савдодан бўладиган руҳ йўлларини кучлироқ тўсади. Баъзи [табиблар] *умм ус-сибён* деб атайдиган [тутқаноқ] жуда ўлдирувчидир. Тутқаноқ муттасил тутаверса, ўлдиради.

Сабаби бирон бошқа аъзода бўладиган тутқаноқда ўша аъзодан мияга ўз миқдори билан зарар етказувчи буғ ва ел кўтарилади; у [буғлар мияга] кўтарилиб йиғилади, сўнгра улар зичлашиб маълум бир қуюқликка эга бўлган моддага айланади.

Бу [модда] ўз қуюқлиги ёки ўзидан вужудга келган ел орқали таъсир кўрсатади. Ёки мияга миқдори билан эмас, балки кайфияти, яъни қотириши, куйдириши ёки заҳарлилиги ва жавҳарининг ёмонлиги билан зарар берадиган буғ ё ел кўтарилади. Ёки мияга фақатгина содда кайфият кўтарилади, ёки иккала жиҳатдан ҳам зарар берадиган нарса кўтарилади. Мияга ўзининг кўплиги билан тутқаноқ ҳосил қиладиган буғ ё бутун гавдадан, ё меъдадан, ё талоқдан, ёки қорин деворидан кўтарилади; у бошқа аъзолардан ҳам [кўтарилади].

Ўз моддаси ва кайфиятининг ёмонлиги билан азият берувчи буғ ҳам бутун баданда, ҳаттс оёқ ва қўл бармоқларида ҳам бўлади. Бунга сабаб шуки, ўтиш йўлидаги тикилма сабабли қон ёки хилт у ерда қамалиб қолиб, унга туғма иссиқлик ўталмай қолади, натижада [хилт] ўлади, сасийди ва ёмон кайфиятга эга бўлади, сўнгра ундан даврий равишда буғли модда ёки заҳарли кайфият кўзғалади. Ёки у [аъзога] баъзи бир хил заҳарлар тушган бўлиб, улар асабларга таъсир қилади, масалан, чаён чаққанда асабларга шундай таъсир қилади, сўнгра заҳарлилик асаб орқали мияга бориб, унга азият беради. Шунда мия сиқилиб ва тиришиб унинг ҳаракатлари бетинч бўлади. [Бу ҳолат] кириш йўлининг сезиши кучли бўлган бўш меъдага аччиқ нарса кирганда ҳиқичоқ тутишига ўхшайди; ҳиқичоқ ҳам тиришининг бир туридир. Шундай сабабдан мияда тиришиш ва сиқилиш майдо бўлган пайтда унга эргашиб ҳамма асаблар ҳам сиқилади ва тиришади. Жолинус ўзининг *фалофилий* еб ундан кейин шароб ичганида, ўткирлик сабабли меъдасининг оғзи азият чекиб ҳиқичоқ пайдо бўлганини ҳикоя қилади. Шунга яқин воқеани биз бошқа кишида ҳам кўрдик.

Жолинус ва бошқа [табиблар] ҳикоя қиладилар ва ундан кейин биз ўзимиз ҳам кўрдикки, тутқаноққа учраган киши, кўпинча оёғининг бош бармоғидан совуқ ел

сингари бир нарсани мияга қараб кўтарилаётганини сезади, у нарса юракка ва мияга етгач, тутқаноқ бошланади. Жолинус: «ўша кишининг почасини тутқаноқ тутишидан илгари маҳкам қилиб боғланганда [тутқаноқ] тутмас эди, ёки енгил тутарди» дейди. Биз ҳам бу тўғрида ажойиб ишларни кўрдик. Баъзан [табиблар тутқаноқли] кишининг [оёғидаги] бош бармоғини, баъзилар эса буғ кўтарилаётган бошқа бармоғини боғлаганда у киши соғайиб кетди. Гижжалар ёки қовоқ уруғига ўхшаш гижжа сабабли бўладиган тутқаноқ ҳам шулар қаторига киради. Ҳушдан кетиш билан бирга бўладиган тутқаноқнинг бир хили борки, табиблар уни тутқаноқ бобига деярли қўшмайдилар, ҳолбуки у тутқаноқ хилига киради ва унинг бир туридир.

«Бачадон бўғилиши» деб аталадиган [касаллик] ҳам шулар жумласидандир. Бу шундай бўлади: хотин кишининг ҳайз қони бевақт тўхталиб, қамалиб қолади ёки жинсий алоқа қилмаганидан уруғи тутилиб келади; кейин шуларнинг ҳаммаси бачадонда заҳарли кайфиятга ўтади ва маълум давр билан ёки усиз ҳаракатланади ва буғга айланади. Баъзан у буғлар юракка ва мияга кўтарилиб, хотинда тутқаноқ пайдо бўлади. Бундай нарса баъзан эркакларда ҳам бўлиши мумкин: уруғ идишида кўп уруғ йиғилиб ва тўпланиб қолади ва заҳарли кайфиятга эга бўлиб қолади. Баъзан ҳомиладор хотинларда ҳам тутқаноқ пайдо бўлади, бироқ, у туғиб, ҳайз қориннинг ёмон моддаси бўшатишгач, тутқаноқ кетади. Бизга энса, курак ва бошқа ерлардан бошланган тутқаноқ ҳақида ҳикоя қилдилар.

Меъда, қорин девори ва ҳазм бузилиши сабабли бўладиган [тутқаноқ] томирларда тикилма пайдо қилади, натижада улар яхши овқатни қабул қилмайди ва улардаги хилт бузилади ёки улардаги яхши овқат тикилмалар сабабли тутилиб қолиб бузилади; кўпинча у бузилган ҳолида меъдага қайтиб яхши қаймуслик овқатни бузади. Шу сабабдан, кўпинча овқат ҳазм бўлмаган ҳолда қусиб ташланади.

Тутқаноқ [бошқа аъзонинг] ҳамкорлиги билан бўладими ёки усиз бўладими, барибир ҳамма ҳолда ҳам унинг энг яқин манбаи мия ёки миянинг бошқа қоринчалари билан биргаликда олдинги қоринчаси бўлади. Чунки [тутқаноқ вақтида] бошқа сезгилар ва ҳаракатли аъзолар ҳам зарарлансада, санокқа олинарли зарар дастлаб кўриш ва эшитиш сезгисига ҳамда юз ва қовоқ мушакларининг ҳаракатларига етади. Бошқа қоринчалар

ҳам зарарланишда ҳамкорлик қилмаганда эди, фаҳмлаш йўқолмас ва нафасга зарар етмас эди. Тутқаноқ касаллигида, кўпинча аввал тиришиш бўлиб, ундан кейин тутқаноқ бошланади. Бунинг [сабаби] шуки, тиришиш қаттиқ ўрнашгач, тутқаноқ тутади; азият бериб турган [сабаб] ҳайдалгач, ёки ел тарқалгач, сезиш ва ҳаракат ишлари жойига келади. Ҳайдалган хилт гоҳо бурун тешигида ва томоқда кўринади.

Кўпинча, тутқаноқда сезиларли тиришиш бўлмайди. Бунинг сабаби шуки, [тутқаноқни] пайдо қилаётган модда суюқ бўлиб, у ўзининг қаттиқ ёмонлиги билан эмас, балки тўлиқлик [пайдо қилиши] билан таъсир қилган бўлади.

Болаларда тутқаноқ, кўпинча улардаги рутубатлар сабабли пайдо бўлиб, баъзан туғилишнинг дастлабки даврларида, гоҳо ўсмирлик даврида бўлади. Уларга тўғри ва дуруст тадбир қилинса, [касаллик] йўқ бўлиб кетади, бўлмаса қолади. Болалар катта бўлишдан илгари [тутқаноқни] кетказишга ҳаракат қилиш керак. Бош томонидан яралар ва шишлар бўлиб, бурни оқиб турадиган бола — болаларнинг тутқаноқдан энг узоғидир. Мия ўзининг асл яратилишидаёқ тозаланиши керак бўлган рутубатга эга бўлади. Баъзан у бачадонда, баъзан эса туғилгандан кейин тозаланади. Агар у [рутубат] тозаланмаса, албатта тутқаноқ пайдо бўлади.

Болаларда бўладиган тутқаноқни даволаш, кўпинча, энгил бўлади. Агар уни ёмон тадбир ва даволамай қўйиш кучайтирмаса, балоғатга етишлари билан йўқ бўлиб кетади. Тутқаноқ гоҳо йигитларда ҳам пайдо бўлади. Агар у миядаги, айниқса мия моддасидаги бирор иллат сабабли йигирма беш ёшдан кейин пайдо бўлса, доимий ва ажрамайдиган бўлиб қолади; уларга қилинган тадбирдан мақсад [касалликнинг] зарарини энгиллатиш ва тутишини сусайтиришдан иборат бўлади. Буқрот бу хил тутқаноқ ўлгунча қолади, дейди. Кексаларга келсак, тиқилмалар сабабли бўладиган тутқаноқ уларда кам учрайди.

Тутқаноқни қўзғатувчи сабабларга гоҳо сиртқи сабаблар ҳам ёрдам беради. Масалан, ҳаддан ташқари кўп ейиш, ичиш ва меъда бузилиши; офтобда кўп бўлиш моддани мияга тортади, чунки [бу иш] моддаларнинг гавданинг бошқа томонига боришига монелик қилиб, уларни юқорига томон қўзғатади. Жинсий алоқани кўп қилиш, нозу неъматларга чўмиб тинч ётиш ва бадантарбияни кам қилиш ҳам [тутқаноқ] сабабларидандир.

Тўлиқлик ҳолатида бадантарбия қилиш ҳам унга сабаб бўлиши мумкин, чунки бунинг натижасида хилтлар тугал шимилиб тарқалмайди ва бўшлиқларни тўлғизиб туради. Қўрқиш, бирдан [уй ва деворнинг] йиқилиб тушиши ёки тўсатдан қаттиқ овоз эшитиш каби юракни кучсиз қилувчи ҳодисалар ҳам [тутқаноққа] сабаб бўлади. Меъдаси кучсиз кишининг рўза тутиши, шунингдек сув аралаштирилмаган шароб ичиш унинг сабабларидан ҳисобланади, чунки [шароб] меъдага азият беради. Шу [баён қилинган]лар [тутқаноқнинг] узоқ сабаблари бўлиб, яқин сабабларни келтириб чиқаради. Биз бу сабабларга махсус боб ажратамиз.

Тутқаноққа учраган киши урғочи эчки терисини шилиниши биланоқ ёпиниб [ариқдан оғзи билан] сув ичса тутқаноғи тутади, шунингдек унга таканинг шохи, *мурр* ва тоғжамбилни тутатилганда ҳам тутқаноқ тутади, дейдилар. Тутқаноқ киши қаттиқ иситмалар, хусусан узоққа чўзиладиган иситмалар билан қийналса, кўпинча тутқаноғи йўқ бўлиб кетади; айниқса, тўрт кунда бир тутадиган иситма шундай, чунки у жуда узоққа чўзилиши сабабли савдо моддасини жуда етилтиради, шунда ҳатто шимилиб кетади. Кучли титратувчи иситма ҳам шундай; чунки титраш мияга ёпишган чиқиндиларни кўпоради, титратувчи иситма кетидан келадиган тер эса уни чиқариб ташлайди. *Сакта* фалаж касаллиги билан йўқолгани сингари тутқаноқнинг кўп тури ҳам фалаж билан йўқ бўлади.

Баъзилар балғамдан бўлган тутқаноқда қалтираш ва уриниш бўлади, чунки балғам қуюқлиги сабабли йўлларни тугал тўса олмайди, аммо савдо [моддаси] тугал тўсади ва бундан бўлган [тутқаноқда] уриниш кам бўлади, деб ўйлайдилар. Баъзилар эса, уриниш кўп бўладиган тутқаноқ сабабининг оз миқдори ва йўлларга кам ўтадиган хилт бўлиши муносиброқ деб, аввалгиларнинг тескарисини айтадилар. Бироқ иккала сўзнинг биттаси ҳам қатъий эмас. Руфуснинг айтишича, агар тутқаноққа учраган кишининг бош томонидан песлик пайдо бўлса, тутқаноқ моддасининг тарқалаётганига ва соғайишга далил бўлади. Кўпинча тутқаноқ фалаж ва меланхолия касалликларига ўтиб йўқ бўлади.

Тутқаноққа қобилиятли кишилар. Тутқаноқ болалар ва гўдақлар каби ёшларига кўра ҳўл мизожлиларда, меъда бузилишига учраганлар каби тадбирига кўра ҳўл мизожли кишиларда, шунингдек жанубий шамол эсадиган мамлакатларда яшовчи кишиларда пайдо бўлади,

чунки бу нарса бошни рутубатга тўлғазади, Хотинлар, болалар ва умуман қони кам ва томирлари тор кишилар тутқаноққа кўпроқ қобилиятли бўладилар.

Даволаш. Болалардаги тутқаноқда эмизувчининг овқатни тузатиб уни иссиқликка мойил ва яхши каймусли қилиб бериш орқали даволаш керак. Эмизувчи хотин сувли, бузук ёки қуюқ қон пайдо қиладиган ҳар бир нарсадан сақланиши, шунингдек ўша пайтда жинсий алоқа қилиб ҳомиладор бўлишдан ўзини тийиши лозим. [Тутқаноқли] болани чақмоқ, довул, ноғора, карнай, момақалди роқ, қўнғироқ товушлари ва кишиларнинг бақирган товушлари каби тўсатдан қўрқитадиган ва чўчитадиган йўғон ва дағал овозлардан сақлаш керак. Уларни яна уйқусизлик, ғазабланиш, қўрқиш, қаттиқ совуқ, қаттиқ иссиқ ва ҳазм бузулишидан сақлаш лозим; уларга овқатдан олдин энгил бадантарбия қилдириш, овқатдан кейин эса уларни ҳаракат қилдирмаслик керак. Бола кўтара олса, балғамни бўшатадиган суюқ сурги дорилар берилади. Ундай болаларга гоҳо асал суви бериб қустириш, шакар ва асал гулқандини ичириш, газагўт ва бошқа суйилтирувчи нарсаларни ҳидлатиш ҳам фойда қилади, чунки биз айтган нарсаларни ҳидлатишнинг ўзи ҳам баъзан даволаш учун кифоя қилади.

Тутқаноққа учраганларнинг ҳаммасига умумий бўлган [қоида] рутубатлантириши ўта кетган бўлмай, ёқимли бўлган яхши овқатлар ейишдир. Улар тўлиб кетишдан сақлансинлар ва ҳазм бузулишидан эҳтиёт бўлсинлар, бу эса тугал тўймай овқатдан тийилиш билан бўлади. Бир кунда бир марта овқатланишга одат қилмаган киши ўзини тўйғазмайдиган овқатни учга бўлади: бир бўлагини эрталаб, икки бўлагини кечқурун энгил бадантарбиядан кейин ейди; шаробни кўп ичмасинлар, чунки у мияни жуда тўлғазади. Агар шароб ичмасликнинг иложи бўлмаса, эскирган, сузилган ва бироз тахир шаробдан озгина ичсинлар. [Тутқаноқли кишилар] учун бўшатилишдан кейин шароб ичиш энг зарарлидир. Тўсатдан совуқ тегиш ҳам жуда зарарли, улар бошларини қаттиқ иссиқ ва қаттиқ совуққа дуч бўлишидан сақлашлари ва ҳаммомда узоқ турмасликлари керак.

Тутқаноқли кишининг ҳамма хил [ҳазми] оғир ва ғизолилиги кўп гўшлардан ва ҳамма балиқлардан, ҳатто ҳамма тўрт оёқли катта ҳайвонларнинг гўшларидан парҳез қилиб, жўжа, бедана, хонаки ва ёввойи

чумчуқ, тўрғай, мусича, эчки ва кийик болалари ва қуён гўшлари билан чекланишлари лозим. Улар учун ёввойи чўчқанинг гўшти жуда фойдали, дейдилар; қурийтиши ва бироз ҳўллаши сабабли така гўштини ҳам мақтайдилар. Бироқ ширин, ёғли ва шунга ўхшаш нарсалар уларга ёқмайди.

Тутқаноққа учраган кишилар барча мева, сабзавотлардан, ҳатто бошқа нарсалар у ёқда турсин, рум исмалоғи ва Яман бақласидан, айниқса петрушкадан парҳез қилишлари керак, чунки [петрушкада] тутқаноқни қўзғатиш хусусияти бор, уларни емасликнинг иложи бўлмаса, шотара ва сачратқи истеъмол қилсинлар. Уларга сутчўп истеъмол қилишга рухсат берилган, бироқ мен буни унча яхши деб билмайман. Шунингдек, мияга буғ чиқишига монелик қилиши сабабли кашнич истеъмол қилишга ҳам рухсат берадилар, лекин мен буни маъқул кўрмайман, айниқса [кашнични] кўп истеъмол қилишлари яхши эмас. Бироқ қон ва сафродан бўлган [тутқаноқда мумкин]. Аммо лавлагини сувда қайнатиб, кейин зайтун ёғи, *муррий* ва шу кабилар билан хушхўр қилиб ични юмшатиш учун овқатдан олдин ейилса бўлади. Сабзавотдан газагўт солинса ҳам фойдали бўлади.

Ғализ ҳўл мевалардан ҳам сақланиш лозим. Лекин меъда оғзини кучли қилиш, овқатни [меъдадан] тушириш, ични юмшатиш ва буғ кўтарилишини тўхтатиш учун баъзи бир буриштирувчи меваларни овқат устидан жуда оз миқдорда ейиш мумкин. Тутқаноқли киши шолғом, турп, карам ва сабзи каби [таъсир қилувчи] ҳамма оғир овқатлардан сақлансин. У яна буғ пайдо қиладиган мазаси ўткир нарсалардан парҳез қилиши лозим. Хардал тутқаноқлиларни қийновчи нарсалардан саналади, чунки у буғ пайдо қилади, чиқиндиларини мия томонга йўналтиради ва мияга юборади ва ўз ўткирлиги билан мияга азият беради. [Ундай касаллар] маст бўлишдан, шамол эсадиган жойда туришдан ва тўлиқликдан ҳам сақланишлари лозим, улар мутлақо сувда чўмилишдан эҳтиёт бўлсинлар: иссиқ сув бўшатиради, совуқ сув сезувчи руҳни зичлаштириб увуштиради. Тутқаноқли кишида овқатдан тўлиқлик пайдо бўлса, уни қусиб ташлаб, кейин энгил тадбир [қўллаш лозим]. Шунингдек қаттиқ ухлатувчи, [бошни] оғир қилувчи, увуштирувчи ва буғ пайдо қилувчи овқатлардан ҳам сақланиш лозим.

Шаробга келсак, буни тўйиб ичиш жуда зарарли,

аммо озгинаси нафси шодлантиради, руҳни кучайтиради ва ўткирлаштиради, сувни кўп ичишга эҳтиёж қолдирмайди, сувни кўп ичиш эса [тутқаноқда] энг зарарли нарсадир. Туш вақтида кўп ухлаш, умуман кўп уйқу, айниқса овқатга жуда тўйиб туриб ухлаш ҳам зарарли. Ҳаддан ташқари уйқусизлик ҳам руҳни кучсиз қилади ва таркатади, шу билан бирга мияни буғга тўлғизади.

Тутқаноқда учраган кишининг биринчи тадбири тутқаноқни қўзғатувчи биз айтиб ўтган сабаблардан сақланишидир. Улар учун тинч ва уринмай туриш яхшироқ, аммо биз [қуйида] айтадиган бўшалиш ва баданни тозалашдан кейин бадантарбияга эҳтиёж туғилса, [меъдани овқатга] тўлғизмасдан ва чарчатмайдиган даражада бадантарбия қилиб, ундан кейин дам олиш керак. [Бадантарбияда] бошни юқори тутиш, мумкин бўлганича қуйи қилмаслик ва уни кўп ҳаракат қилдирмаслик керак, [акс ҳолда] моддалар бошга тортилади. Юқори аъзолардан кўра қуйи аъзоларни кўпроқ ҳаракатлантириш керак. Гавдани юқоридан пастгача секин-аста ишқалаш ҳам моддани қуйига тортадиган тадбирлардандир. Кўкрак ва кўкрак ёнидан бошлаб дағал латта билан [бадан] қизаргунча ишқаланади, кейин секин-аста оёққа тушилади; ҳамма вақт бошни тикка тутилади. Ундан кейин касални юришга буюрилади. Нафас жойига келиб, тўлқини тинчиши учун бадантарбия қилган жойида дам берилиши лозим, нафас тинчлангандан кейингина у жойдан кетади. Моддаларнинг ҳаммаси қуйига тортилгач, бошни ишқалаш ва сочни тараш мумкин бўлади, [бу тадбир] бошни қизитади ва унинг мизожини ўзгартиради. Бошқа қортиқ солиш ва мияни қизитиш учун бошни доғлаш ҳам [тутқаноқли кишиларга] фойда қиладиган тадбирлардандир.

[Баданни] тозалаб ва сурги бериб, бир неча кун тинч қўйгандан кейин тутқаноқликларни ҳаммомга тушириш, қобирға учларининг тагига қортиқ солиш ва [Юқорида] билган нарсаларинг билан бошларини қизитиш ёмон эмас. Касалнинг оғзи очилиб турсин учун тутқаноқ тутиш вақтида тишлари орасига коптокча, айниқса унинг майин юнгдан тайёрланганини текилади. Моддани ҳисобга олиб туриб, аввал бўшатиш керак, кейин [моддани] тортиш хусусиятига эга бўлган томоқ чайиладиган дорилар билан бош тозаланади. Агар тутқаноқ даврли бўлиб, хилтларнинг кўпайишига қараб [кучаядиган] бўлса, баҳор бўлиши билан бўшатиш тадбири қўлланилади, бу [касалга] ёрдам беради ва кў-

найган хилтни чиқариб юборади, буни қуйида айтамыз.

Агар томирдан қон олишга бирон монелик бўлмаса, қон олинади, чунки баҳорда, айниқса икки оёқдан қон олиш, агар у мияни совутиш даражасига етмаса, фойдалидир, бу ҳақда ҳам келгусида айтамыз. Агар [тутқаноқ] тутиш вақти яқинлашганда гулсапсар ёғи билан ёлланган патни касалнинг оғзига текиб, уни қустириш мумкин бўлса, у суюқликни қусиб ташлаб, дарҳол фойдаланади, айниқса касалликка меъданинг дахли бўлганда шундай бўлади, лекин кўп қусиш миядан бўлган тутқаноққа зарарлидир.

Ангуза ва қундуз қири солинган асал *сиканжубини* тутқаноқ тутган вақтда, шунингдек бошқа вақтда ҳам томоққа қуйиладиган дорилардандир. Тутқаноққа қарши бурунга нуфланадиган дорилар: Абу Жаҳл тарвузининг гўшти ёввойи бодринг ва унинг шираси, навшадил, седана ва бунга ўхшаш нарсалар, етмак, оқ харбақ, мурч, занжабил, *мурр*, *фарбиюн*, қундуз қири, рум райҳони — буларни айрим-айрим ёки қўшиб [ишлатиш мумкин]; яна зифт ва қатрон. Пион гул эса [тутқаноққа қарши] тутатиладиган дорилардандир. Газагўт тутқаноқ тутган вақтда ва тутмай турган вақтда ҳидлатиладиган дорилардан ҳисобланади. Ҳунайн танлаб олган дори тоғ газзагўтининг елими бўлиб, уни арпа уни ва узум шаробининг сиркаси билан қориб, бурунга пуфлаш учун дори тайёрлаб, доимо ҳидлатиб турилади. Ичиладиган [фойдали] нарсалар: денгиз пиёзи солинган *сиканжубин*, айниқса уни ҳар кун ичиб турилса, шунингдек эрман шароби, каклик ўти билан бирга кўкат [*зуфо*] қайнатмаси, ёки шу иккаласидан тайёрланган *сиканжубиндан* иборат. Денгиз пиёзи *сиканжубинини* қишда иссиқ сув билан, ёзда совуқ сув билан ичилади. Улар учун суриладиган яхши ёғ туя болдир суягининг илиги билан гул ёғи бўлиб, уларни қўшиб чаккага, бош чокларига, умуртқаларга ва кўкракка суртилади. [Касалга] пион гулни тақиб қўйишга келсак, бу нарса қадимгиларнинг тажрибасича, тутқаноққа монелик қилади; бу хусусият ҳўл рум пионида кучлироқ бўлса керак.

Дарахт пўкаги, рум сассиқ қавраги, чўл саримсоғи, юмалоқ аристолохиянинг илдизи ва пион гул доимо ичирилиб туриладиган дорилардан бўлиб, уларни ҳар кун сув билан ичириб турилади. *Тийдаритусдан* ҳар кун икки марта — эрталаб ва [кечқурун] ухлаш олди-дан бир дона жилонжийда миқдоридан ичириб туришни ҳам мувофиқ топадилар; бу [доридан] кўп кишилар