

Գիրքը լուսապատճենահանվել է  
"Համահայկական Էլ. Գրադարան"

կայքի՝ [www.freebooks.do.am](http://www.freebooks.do.am)

կողմից և ներկայացվում է իր  
այցելուների ուշադրությանը:

The book created by "PanArmenian E. Library"



Գիրքը կարող է  
օգտագործվել միայն ընթերցանության համար...

For more info: [www.freebooks.do.am](http://www.freebooks.do.am)

Library

ՄԱՅՆ ԿՈՒՅՆՈՒՄ ԿԱՐՈՂ ԵՔ ՁՅՐ ԿՆՐԱԿՈՒՄՆ ԸՐԿՆԵԱԼ, ՀԱՅԱՍՏԱՆ  
ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՏԱՐԱԾՄԱՆ ԳՈՐԾՈՒՄ ԵՎ ԻՆՏԵՐՆ  
ԼՈՒՄԻՊՈՏՔԵԼԱԶԱՆԵՆԻ ԳՐԹԵՐ:

ԹԿՈՅՆ ԳՐԹԵՐԻ ՄՏԵՂԾՄԱՆ ՄԱՆՐԱՄԱՍՆԵՐԸ ԿԱՐՈՂ ԵՔ  
ԻՄԱՆԱԼ "ՀԱՄԱՀԱՅՐԱԿԱՆ ԷԼԵԿՏՐՈՆԱՅԻՆ ԳՐԱԿՈՐՄԱՆ" ԿՈՅՔԻՆ՝

[www.freebooks.am](http://www.freebooks.am)

ԸՆԴՈՂՆԱԿԱԼ ԵՒՔ, ՈՐ ՕԳՏՎՈՒՄ ԵՔ ՄԵՂ ԿՈՅՔԻՆ:  
ՑԱՆՎԱԼՈՒՄ ԵՒՔ ՀԱՃԵՐԻ ԸՆԹԵՐՑԱԼՈՒԹՅՈՒՆ:



ԳՐԵՔ ՄԵՁ՝ [freebooks@rambler.ru](mailto:freebooks@rambler.ru)



«ՆՈՐ ԱՇԽԱՐՀ»  
ԾԱՌՈՒՄԱԶԱՐ



ՄՐԳԵՐԻ ԵՎ  
ԲԱՆԶԱՐԵՂԵՆԻ  
ԲՈՒԺԱԿԱՆ  
ՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ



**Վ.Շ Ասրանյան**

**ՄԻՓԵՐԻ ԵՎ ԲԱՆՁԱՐԵՎԵՆԻ  
ԲՈՒԺԱԿԱՆ ՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ**

**I տպագրաց 04**



ԳՄԴ 53.59

Ա 649

Ասլանյան Վ. Շ.

Մրգերի և բանջարեղենի բուժական հասկությունները Եր. 1997-թ.  
48 էջ

Ա 649

Անոտացիա

Գիրքը առողջ, բուժական սննդառության մասին և նորոքը  
քաղված է տարբեր ազգերի միջնադարյան և ժամանակակից  
ժողովրդական քեշկության աղբյուրներից, գիտական գրական-  
ությունից, Հայաստանի բնակյացների միության փաթեթի Հա-  
րատ, կիրառական նյութի օգնությամբ բնօրինակ կերպարված ոչ  
միայն կանխարգելիչ հիվանդությունների առաջացումն ու գուրդա-  
ցումը իր օրգանիզմում, այլև առանց վտանգելու առողջությունը,  
զբաղվել ինքնաբուժմամբ:

Ա  $\frac{410703000}{804(01)-95}$  -95

ԳՄԴ 53.59

ISBN5-8079-0575-x

© Ասլանյան Վ.Շ.

## Բովանդակություն

Առաջաբան	5
Գեղամիջոցների կիրառական եղանակները	6
ԲՊՍԿԵՐԻ ՕՐԻԵՒՄԱԿԱՆ ՀԱՏԱԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	
Ճիլուձ	7
Գեղա	8
Բալ և կեռաս	8
Սերկիկի	9
Նարինջ	10
Նուռ	10
Թուզ	11
Տանձ	12
Կիտրոն	13
Շազանակ	15
Ալոն	15
Մասուր	15
Հոն	16
Մանդարին	17
Նուշ	17
Ընկույզ	18
Պնդուկ	20
Մալոթ	20
Պիստակ	21
Խնձոր	22
Թուք	22
Կծոխտը	23

Հապալաս	24
Խչաղող	25
Չիչխան	26
Մոշ	28
Ելակ, գետնամորի	28
Ազնվամորի	29
Հաղարթ	30
<b>ԲԱՆՋԱՐԵՂԵՆԻ ԲՈՒԺԱԿԱՆ ՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ</b>	
Չմերուկ	31
Բաղրիցան	32
Սեխ	33
Կաղամբ	34
Կարտոֆիլ	35
Մոխ	36
Գազար	37
Վարունգ	38
Բողկ	38
Շաղգամ	39
Պոմիդոր	40
Ծնեբեկ	40
Դդում	40
Սխառր	41
Ավելուկ	42
Ճակնդեղ	42
Պղպեղ	43
Սպանախ	43
Հիվանդությունների բուժման անվանացանկ	45

## ԱՌԱՋԱԲԱՆ

Հայ ընթերցողը շատ լավ ծանոթ է դեղաբույսերի կիրառությանը . գրական շուկան հեղեղված է այդ բնագավառի բազմաթիվ գրքերով, գրքույկներով, պաստառներով, որոնք իրար կրկնելուց զատ երբեմն նաև բուժական նորություններ են մատուցում: Դեղաբույսերի կիրառման համար անհրաժեշտ է դրանց ճանաչել, հավաքել կամ ձեռք բերել դեղատներից, որը միշտ չէ, որ կնարավոր է փնտնել: Մինչդեռ մենք ձեռքի սակ ունենք ավելի մատչելի, բուժական հասկաթյուններով ավելի ազդու և օգտագործման սեփականից ավելի պարզ բուժիչ միջոցներ՝ մրգերն ու բանջարեղենը, որոնք կարելի է կիրառել առանց խստագույն կշռումների ու չափասահմանման: Դեռևս հնադարի բժիշկները նշել են, որ մարդու սնունդը պետք է բուժիչ լինի, որպեսզի լրացուցիչ դեղամիջոց ստեղծելու կարիքը չզգացվի, դրանով առաջ քաշելով առողջարար սննդի գաղափարը: Եւ մենք ունենք այդ սնունդը՝ մրգերն ու բանջարեղենը, որոնցից յուրաքանչյուրը, ունենալով որոշակի, միայն իրեն հատուկ բաղադրություն, ընդունակ է բուժել այս կամ այն հիվանդությունը, մնում է միայն խմանալ, քե սվյալ հիվանդության դեպքում, որ միրգը կամ բանջարեղենը պետք է օգտագործվի: Այսպիսի բուժումը ավելի պարզ է, բնական և արդյունավետ:

Ընթերցողների լայն շրջանակներին, ինչքան էլ զարմանալի է, անծանոթ են մրգերի բուժական հատկությունների մասին տվյալները: Այդ բացը լրացնելն է մեր նպատակը:

Գրքույկում ի մի են բերված տարբեր ժողովրդների բժշկարաններից քաղված բազմազան տեղեկություններ, դեղատոմսեր՝ մրգերի ու բանջարեղենի բուժական հատկությունների մասին՝ սկսած հնադարից: Բազմաթիվ տվյալներ են քաղված միջնադարի հայ հռչակավոր բժիշկ Ամիրդովլաթ Ամասիացու "Անգիտաց անպետ"(անգեղաների համար ոչ պիտանի) աշխատությունից և այլ տեղեկատուներից:

Հուսով ենք, որ գրքույկը պիտանի կլինի մեր ժողովրդին լայն խավերի համար՝ ստեղծելու առողջ, կենսալսինդ և հիվանդություններից ու վաղաժամ ծերությունից զերծ, դեպի մարմնական ու հոգևոր կատարելության բարձունքները ձգտող կասարակություն:



## ԴԵՂԱՍԻՋՈՑՆԵՐԻ ԿԻՐԱՌԱԿԱՆ ԵՂԱՆԱԿՆԵՐԸ

**Թուրմ:** Մանրացված բուսական հումքը տեղադրել էմալապատ, ապակյա կամ հախճապակյա ամանում, ջուր լցնել: Կափարիչով ծածկելուց հետո այն դնել եռացող ջրով ամանի մեջ և պահել 15 րոպե: Արանձին դեպքերում բուսական հումքը կարելի է մի քանի ժամ շարունակ պահել բարձր ջերմաստիճանային պայմաններում՝ չհասցնելով եռման վիճակի:

**Սպիրտային լուծույթ:** Պատրաստում են 70<sup>0</sup> կամ 40<sup>0</sup> քնդոթյան սպիրտով (կամ օղիով): Մանրացված բույսերը լցնում են ապակյա ամանի մեջ, ավելացնում են սպիրտը և սենյակային ջերմաստիճանում, մրության պայմաններում պահում են 7-8 օր:

Սովորաբար մեկ բաժին հումքին ավելացնում են նույն քանակի սպիրտ, եթե դեղատոմսի մեջ կոնկրետ քվեր չեն նշված: Մեկ շաբաթ անց լուծույթը քամում են մի քանի շերտանոց մաղախով: Անկախ զույնից՝ լուծույթը պետք է պարզ և բափանցիկ լինի:

Սպիրտային լուծույթը կարելի է երկար ժամանակ պահել առանց բուժական հատկությունների կորստյան, այն սովորաբար օգտագործում են կաթիլների տեսքով:

**Քսուր:** Պատրաստում են ճարպերի օգնությամբ՝ խոզի հալեցված յուղով, կովի յուղով, կարագով, վազելինով (գերադասելի է դեղինը) և այլն: Ճարպի վրա ավելացվում է կամ բույսից ստացված ալյուրը, կամ թուրմը, սպիրտային լուծույթը, քարմ հյութը: Խառնուրդը պետք է մանրակրկիտ ձևով տրորվի, խառնվի, քանի դեռ մինչ այդ տաքացված (կամ հալեցված) ճարպը չի սառել: Սովորաբար 1 մաս բուսական հումքին ավելացնում են 4 մաս ճարպ:

**Մոնոդիետա ( միակերություն):** Սույն զրքույկով շատ է խոսվում այս մեթոդի մասին: Այն կարելի է կիրառել յուրաքանչյուր մրզի կամ բանջարեղենի վերաբերյալ: Մեթոդի էությունը կայանում է նրանում, որ 3-35 օր անընդհատ բացի տվյալ մրզից կամ բանջարեղենից ոչ մի տեսակի սնունդ չեն օգտագործում, որպեսզի ուժգնացվի տվյալ մրզի (բանջարեղենի) կոնկրետ բուժական ազդեցությունը օրգանիզմի վրա:

Օրինակ, քանի որ կան՝ տվյալներ, որ վարունգը նպաստում է առանների, լնդերի, եղունգների, մաշկի հիվանդությունների բուժմանը, նշանակում է, որ առանց վախենալու ինչ-ինչ բացասական հե-

տևանքներից, կամ առանց "մասնագետին" դիմելու, կարելի է տնային պայմաններում 3-5 օր ( եթե կոնկրետ ժամանակի մասին ցուցում չկա) օգտագործել միմիայն թարմ վարունգ: Դրանով դուք կուժգնացնեք վարունգի բուժական հատկությունները օրգանիզմի վրա: Այս սկզբունքը կարող է կիրառվել ցանկացած մրգի կամ բանջարեղենի նկատմամբ. բուժական տեսողությունը որոշում է ինքը՝ կիրառողը, ելնելով ինքնազգացողությունից:

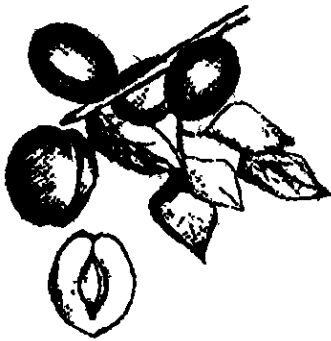
**Բնաբուժական ոսկյա օրենքներից.**

**Օրենք 1:** Խստիվ արգելվում է ճաշից հետո միքո ուտելը: Միքոը պետք է ընդունել սոված վիճակում, եփած սննդի ընդունումից 40-90 րոպե առաջ կամ 2 ժամ հետո: Նախաճաշը պետք է կազմված լինի միայն մրգից:

**Օրենք 2:** Եփած սննդի հետ միասին հնարավորին չափ շատ կանաչեղեն կերեք:

**Օրենք 3:** Մարդու սննդի 60-70 %-ը պետք է կազմված լինի հում մրգերից ու բանջարեղենից:

## ՄՐԳԵՐԻ ԲՈՒԺԱԿԱՆ ՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ



### ԾԻՐԱՆ (ԱՅՐԻԿՈՍ)

Դեռևս մեր թվարկությունից առաջ Ալեքսանդր Մակեդոնացին ծիրանը Հայաստանից Հունաստան է տարել "հայկական խնձոր" անվանմամբ:

**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 70-90 %, շաքարներ՝ 4.5-14.5 %, ազոտային թթուներ՝ 1.2-1.4%, քրոմներ՝ 0.16-2%, պեկտիններ՝ 0.05-1, 06%, բջջաթաղանթ՝ 0.4-0.6%, մոխրային մնացորդ՝ 0.6-0.8%: Պարունակում է նաև 5-13 մգ (100 գր. չոր նյութում) վիտամին A, 3-3.2 մգ վիտամին C, 0.056-0.058 վիտամին B2, մագնեզիում, պոլինձ, ցինկի աղեր, միկրոէլեմենտներ:

**Կիստումը:** Ծիրանը նորմալացնում է աղիների աշխատանքը, խթանում է երեխայի աճը, բարելավում է տեսողությունը, նպաստում է սիրտ-անոթային հիվանդությունների բուժմանը: Օգտագործում են նաև սակավարյունության, վերին շնչառական ուղիների բորբոքման, նեֆրիտի դեպքում:

Կորիզներից ստացված յուղը չինական բժշկության մեջ օգտագործվում է որպես դեղամիջոցների լուծիչ, քսուկ: Պատուղներից պատրաստված չիրը (առանց ջերմային մշակման) ունի շատ մեծ սննդային արժեք և ձմռանը օրգանիզմի համար վիտամինների աղբյուր է հանդիսանում:

Կապ է հայտնաբերված ծիրանի ու երկարակեցուքյան միջև: Ծիրանը օժտված է օրգանիզմը քափոններից մաքրելու հատկությամբ: Կա յուրահատուկ սննդաբուժության մեթոդ՝ ծիրանային մոնոդիետա: Մեթոդի էությունը կայանում է նրանում, որ 7-14 օր սնվում են ծիրանի հասուն պատուղներով (օրական 300-1000գր): Ուրիշ ոչինչ չի կարելի ուտել, անգամ ուրիշ մրգեր:

Ըստ հայ միջնադարյան բժիշկ Ամիրդովլաթ Ամասիացու տերևների եփուկը օգտակար է դիֆտերիայի դեպքում՝ ողողումների տեսքով, կորիզներից ստացված յուղը նպաստում է ականջների աղմուկից ձերբազատմանը:

### ԴԵՂՁ (ПЕРСИК)



Բաղադրությունը: Ջուր՝ 80%, շաքար՝ 4.3-4.7%, ամիսաջրեր՝ 6.5-7.5%, ազոտային նյութեր՝ 0.45-0.55%, թթուներ՝ 1%, մոխրային մնացորդներ՝ 0.74 %: Պարունակում է՝ նաև 0.62 մգ վիտամին A, 12-21 մգ վիտամին C, կալիումի, մագնեզիումի, ֆոսֆորի, երկաթի, կրեմնի, ցինկի աղեր, կարոտիններ, եթերային յուղեր:

Կիրառումը: Ուժեղացնում է մարսողական գեղձերի գործունեությունը, օգտագործում են անհաղթահարելի փսխումների դեմ: Ծաղիկների ու տերևների թուրմը վերացնում է վտրկապությունը: Մերմերի բաղադրության մեջ կա 57 % յուղ. Տերևների հյութը, Ամասիացու տվյալներով, սպանում է բոլոր տեսակի ճիճուներին:

### ԲԱԼ ԵՎ ԿԵՌԱՍ (ВНИИЯ И ЧЕРЕШНЯ)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 80%, շաքարներ՝ 10-11 %, ամիսաջրեր՝ 1 8-21 %, ազոտային նյութեր՝ 0.6-0.75 %, բջջաբաղանք՝ 6%, մոխրային մնացորդ՝ 0.65 %: Բալը սխառունակում է նաև 0.36-0.6 մգ A, C, B խմբի վիտամիններ, օրգանական աղեր:

Կիրառումը: Բալն ու կեռասը օգտագործում են օրգանիզմում քարեր ունենալու, միզատար ուղիների ինֆանգուրյան դեպքում: Բժիշկ

Մյուզեն գտնում է, որ այս պտուղների կորիզներից ստացվում է յուղ, որը հաջողությամբ օգտագործվում է պողպատալարի դեմ, նպաստում է լյարդի, երիկամների, լեղաձորանի բարային հիվանդությունների բուժմանը, ոչնչացնում է գորտնուկները, մաշկային լաքաները:

Մալերանյան դպրոցը նշում է, որ բայն ու կեռասը մաքրում են ստամոքսը, արյունը, նորմալացնում մարսողությունը: Ճյուղերից դուրս եկող բուսախեժը, ըստ Ամիրզովլաթ Ամասիացու, տերևների հետ եփելու դեպքում պահպանում է մրսելուց, բուժում ուռուցքները, թոքերի խոցերը, լուծը, քարերը: Բուսախեժի վառիչ ցրի հետ խմելուց սրում է տեսողությունը, դադարեցնում հազը, լավացնում դեմքի գույնը:

Ըստ Գ Բուխանի՝ բալը չափավորում է առատ քրանարտադրությունը, նորմալացնում է աղիների աշխատանքը, դիմադրում թունավորմանը:

Մև, վայրի բալը նպաստում է էպիլիպսիայի, շիզոֆրենիայի բուժմանը: Բայի ծաղիկներից ստացված նյութը կաթեցնում են աչքի մեջ դեղնության և արյունազեղման բուժման նպատակով, իսկ մանրացրած տերևները լցնում են քթանցքների մեջ արյունահոսության դեմ: Կաթի մեջ եփված տերևները օգտակար են դեղնախտի դեմ, իսկ պտուղները կաթի հետ օգնում են արտրիտի դեպքում:

Ըստ Վան-Սվետենի՝ բայի ճյուղերի կեղևը, չորացնելու և զինու մեջ պահելու դեպքում, հաջողությամբ կարելի է օգտագործել դաշտանային առատ արյունահոսությունների դեպքում:

Կարելի է կիրառել բալով կամ կեռասով մոնոդիետա (առանձին-առանձին)՝ 5-8 օր տևողությամբ:

### *ՄԵՐՆԵՎԻԼ (AՅՅԱ)*

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 80%, շաքարներ՝ 10-10,5%, ազոտային նյութեր՝ 0.35-0.45 %, չլուծվող նյութեր՝ 14-16 %, խնձորաթթու 0.25-0.30 %, դարադանյութեր՝ 0.03 %, բջջաթաղանթ՝ 2.5-3 %, մոխրային մնացորդ՝ 0.35 %, մակրո և միկրո էլեմենտներ (կալցիում, երկաթ, կալիում, մագնեզիում, ֆոսֆոր): Պարունակում է նաև 10-20 մգ վիտամին C, B, խմբի վիտամիններ:

Կիրառումը: Հին աշխարհի բոլոր բժիշկները խորհուրդ են ավել սերկկիր կիրառել աղիքային հիվանդությունների՝ դիզենտերիայի, լուծի, հետանցքի ճարվածքների դադարեցման նպատակով:

Ըստ Կոստելենի՝ սերկկիրը, որն ավելացվել է բոքախառվ հիվանդի սննդակազմին, օրգանիզմ տանին մայցնելու լավագույն ձևն է: Ռուսները կորիզի եփուկից ստացված լորձը օգտագործում են այր-

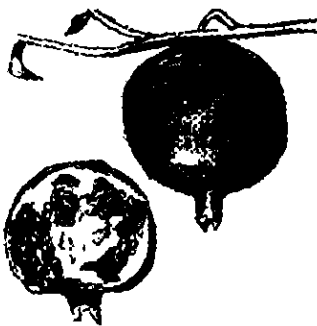
վածքներին, սլաուկների ճաքերին քսելով, աչքերի բորբոքումների, կոկորդային ցավերի, արյունոտ լուծի, բրոնխիալի, կոլիալի, գազերի կուտակման դեպքում:

Հայերը կորիզներից ստացված լորձը օգտագործել են ուժեղ հազի դեպքում: Մերկկիլի բուժական հատկությունները հիմնականում արտահայտվում են ստամոքս-աղիքային համակարգի հիվանդությունների բուժմամբ: Ամիրդովլաթը նշում է, որ ծաղիկների հյութը, աչքի մեջ կաթեցնելուց, բարելավում է տեսողությունը, ստուղները ամրացնում են սիրտը, դադարեցնում դաշտանը, օգնում միզումից առաջացող այրոցի դեպքում, մաքրում լյարդը, ստացված յուղը չափավորում է առատ քրտնարտադրությունը:

### ՆԱՐԻՆՁ (АПЕЛЬСИН)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 90 %, շաքարներ՝ 4.5 %, ածխաջրեր՝ 1%, թթուներ՝ 2.4-2.7 %, ազոտային նյութեր՝ 0.6-0.7 %, բջջաքաղանթ՝ 1-1.2 %, մոխրային մնացորդ՝ 0.4-0.5 %: Պարունակում է նաև 0.15-0.27 մգ վիտամին A, 0.04-0.08 մգ B1, 0.02-0.04 մգ B2, 60-67 մգ վիտամին C, 0.22 մգ վիտամին E, կարոտին:

Կիրառումը: Նարինջը օգտագործում են աղիքային, երիկամային հիվանդությունների դեպքում: Ուժեղ տենդը շատ արագ բուժվում է, եթե առավոտները հիվանդը խմի սպիտակ զինի, որը եռացվել է նարնջի հետ: Կեղևի եփուկը արվում է ուժեղ արտահայտված դաշտանի դեպքում: Ըստ Ամիրդովլաթի՝ կեղևով երեսը շփելը արագացնում է մազերի աճը, յուղը օգնում է ձեռքերի դողդողոցի, ատամնացավի դեմ, հյութը՝ ճիճուների ու ոսկրային ցավերի դեմ:



### ՆՈՒՌ (ГРАНАТ)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 83-85%, շաքարներ՝ 10-19%, ազոտային նյութեր՝ 0.5-0.6%, ճարպեր՝ 0.15%, էքստրակտային նյութեր՝ 1.6-1.8 %, բջջաքաղանթ՝ 2.8-3%, մոխրային մնացորդ՝ 0.28-0.3%: Պարունակում է նաև 5 մգ վիտամին C, B խմբի վիտամիններ,

դարադանյութեր:

Կիրառումը: Առաջինը Հիպոկրատն է հիշատակում նուան բուժիչ հատկությունների մասին: Նա նուան հյութը օգտագործել է ստամոքսային հիվանդությունների, իսկ կեղևը՝ դիզենտերիայի ու վերքերի բուժման դեպքում:

Բերտուլիներին նուան հյուսրը օգտագործել է թուրքի դեմ: Հյուսրը կարելի է օգտագործել նաև կոկորդային հիվանդությունների բուժման համար: Արմատի կեղևի եփուկը ճիճվասպան է: Կեղևը կարելի է նաև չորացնել, աղալ և խառնել սննդի հետ: Ընդհանրապես, չինական բժշկության մեջ խիստ տարածում է գտել չորացրած բույսերի, պտուղների, սերմերի աղացված ( ալյուրի տեսքով) օգտագործումը: Չինացի բժիշկները գտնում են, որ դեղաբույսերը ուժգին ազդեցություն են գործում այս տեսքով և ոչ թե եփած վիճակում):

Ճաղկի եփուկը օգտագործում են բերանի հիվանդությունների, լուծի դեպքում: Այրվածքների դեպքում կարելի է վերքը լվանալ մինչև 10 % նոսրացված նուան հյուսրով, որից հետո պետք է ցանել պտղի կեղևի փոշի և վերքը չկապել: Այն զարմանալիորեն արագ է առողջանում:

Նուռը օգտագործում են նաև ջրգողության, դեղնախտի, սրտի անկանոն աշխատանքի դեպքում: Արևելյան ժողովրդական բժշկության մեջ մանրացված արմատը հալվեի հետ որպես ցավազրկող միջոց է օգտագործվում:

Մի քանի դեղատոմսեր.

1 Մեկ թեյի գդալ ծաղիկները կամ պտղակեղևը եփել մեկ բաժակ ջրի մեջ, պահել 2 ժամ, քամել և օգտագործել օրական 3 անգամ ճաշից առաջ՝ 1 ճաշի գդալ:

2. Հյուսրը օգտագործել ուտելուց 20 րոպե առաջ, օրական 4 անգամ 1/4 բաժակի չափով:

3. 2-3 ճաշի գդալ ծաղիկները փաթաթել թանգիֆի (մառլայի) մեջ, մի քանի րոպե պահել եռացող ջրում և թրջոց դնել բորբոքված տեղերին:

Ամիրոբվլաթը գրում է, որ ճարպի հետ ճզմված հյուսրը կաթեցնում են ականջի մեջ ցավերի դեպքում, պտղի հյուսրը թարթիչներին են քսում բորբոքման դեպքում, տերևները ամրացնում են մազերը:

### *ԹՈՒՉ (ՄՈՋՈՐ)*

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 83-85 %, շաքարներ՝ 3.6-3.7 %, ազոտային նյութեր՝ 0.8 %, ճարպեր՝ 0.31-0.33%, էքստրակտային նյութեր՝ 12-12.5 %, բջջաթաղանթ՝ 1.1-1.3 %, մոխրային մնացորդ՝ 0.6-0.73%: Պարունակում է նաև մակրո, միկրոէլեմենտներ, ֆերմենտներ, B խմբի վիտամիններ, C վիտամիններ:

Կիրառությունը: Թուզը բուժում է փորկապությունը, ստամոքսային հիվանդությունները, բարելավում է արյան կազմը, թոքերի ու երիկամների գործունեությունը, վերացնում է երիկամային քարերը, մի-



զամուղ է, ունի հակաբորբոքային, հակամիկրոբային ընդունակություն:

Տերևների եփուկը միջնադարյան Հայաստանում օգտագործում էին հազի դեպքում, իսկ կաթի հետ եփելու դեպքում օգտագործվում էր կոկորդի ողողման համար: Թուզը հիանալի դիետիկ, սննդարար միջոց է, կարելի է կիրառել թզային մոնոդիետա 7-14 օրով, որը խիստ օգտակար է հատկապես ստամոքսային հիվանդությունների ու սակավարյունության դեպքում:

Տերևներից արտադրվող հյութը՝ "կաթը" մեծ հաշտությամբ օգտագործվում է քսուրի տեսքով մաշկային հիվանդությունների, վերքերի բուժման նպատակով:

Ամիրդովաթը նշում է, որ ամենաարժեքավորը սպիտակ թուզն է, այնուհետև կարմիրը, սևը: Տերևներից, պտուղներից արտադրվող սպիտակ հյութը՝ "կաթը", ըստ նրա, բուժում է զորտնուկներից, վիտիլիգոզից (մաշկի պիգմենտացիայի կորուստ)՝ քսելու ձևով, օգտակար է երիկամային ու միզափամփուշտային հիվանդությունների դեպքում: Իսկ ճյուղերից ստացված մոխիրով հոգնա են անում դիզենտերիայի, լուծի դեմ: Բույսի կաթը խմում են նաև կարիճի խայրոցի, շան կծածի դեմ ( մեղրի հետ): Տերևները ծամելը մաքրում է ստամոքսը: "Կաթի" ու մեղրի խառնուրդի կաթեցումը աչքի մեջ կանխում է կատարախսով հիվանդանալուց: Չավազանց արժեքավոր սննուկ է բզի չիրը: Չիրը անանուխի, ուրցի հետ ուտելու դեպքում մաքրում է միզափամփուշտը, երիկամները: Թզի չիրը շատ օգտակար է ուտել ընկույզի հետ: Իսկ եթե չիրը եփվի 1 լ. զինու քացախի հետ և 1 օր թողնվի, այնուհետև թրջոց դրվի փայծաղի շրջանում, շատ կօզնի բուժմանը:



### *ՏԱՆՉ (ԴՐՅՄԱ)*

Բաղադրությունը: Ջուր 75-83%, շաքարները՝ 5-14 %, ազոտային նյութեր 0.3 %, խնձորաթթու՝ 0.1-0.25%, պեկտինային նյութեր՝ 3.4-3.6 %, մոխրացող մնացորդ՝ 0.3%: Պարունակում է նաև 10 մգ. վիտամին C, A, B խմբի և E վիտամիններ:

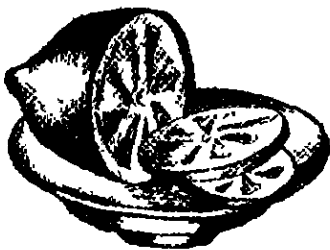
Կիրառումը: Մեծ քանակությամբ տանձի ընդունումը հանգեցնում է փորկապության: Կարելի է օգտագործել լուծի, դիզենտերիայի դեպքում: Հյութը միզամուղ է, կիրառում են ցինգայի, երիկամային քարերի դեմ: Մխիթար Հերացին սննդարուծումը ավելի բարձր է գնահատել, քան դեղորայքայինը և այդ առումով մեծ

տեղ էր տալիս տանձի, սերկևիլի, խնձորի, սեխի, նռան, հոնի քարճ հյութերի կիրառությամբ:

Տանձը ևս խնձորի, սեխի, բաճաճի պես ընդունակություն ունի շարունակելու հասունանալ ծառից հավաքելուց հետո:

Տանձի կոփիզները պետք է ծամել ու կուլ տալ, դրանք ճիճվապան են: Տանձը այն սակավ պտուղներից է, որն օգտակար է՝ սնկային հիվանդությունների դեպքում: Տերևների եփուկը մրսածության, անգինայի, խոցերի դեմ է, իսկ քաղցր տանձը՝ թոքերի չարորակ ուռուցքների: Ամիրդովաթը հասուն տանձը օգտագործում էր սրտի ամրացման, ստամոքսի բուժման, սրտխառնոցների դադարեցման համար: Տանձի չիրի եփուկը լուծ է առաջացնում:

### ԿԻՏՐՈՆ (ՊԻՄՈՒ)



Բաղադրությունը: Ջուր՝ 90-91 %, շաքարներ՝ 0.7-0.9 %, կիտրոնաթթու՝ 5-9 %, ազոտային նյութեր՝ 0.05 %, մոխրացող նյութեր՝ 0.2 %: Պարունակում է նաև միկրո և մակրոէլեմենտներ, 40-50 մգ վիտամիններ C, B խմբի վիտամիններ, A վիտամին:

Կիրառությունը: Պլինուսը նշում է, որ կիտրոնը հիանալի հակաթույն է օձի խայթոցի դեմ: Ավիցեննան կիտրոնի հյութը համարել է հզոր միջոց սրտի տենդագին խփոցների և դեղնախտի դեմ: Նա հղի կանանց կիտրոն էր տալիս սրտխառնոցների ու փսխումների դեմ:

Գիտական գրականության տվյալներով ցիտրուսայինները օգտակար են շաքարախտի դեպքում, և խորհուրդ չի տրվում օգտագործել կոլիտի, ստամոքսի խոցի, էնտերիտի դեպքում: Այս տվյալները ոչ բոլոր դեպքերում են համընկնում ժողովրդական բժշկության տվյալներին: Կիտրոնը կարելի է մանր կտրտել, խառնել մեղրի հետ 1:1 հարաբերությամբ և 1 օր պահելուց հետո ստացված հյութը խմել օրական 1-2 անգամ ճաշի գոյալով: Այս հյութը չափազանց արժեքավոր, վիտամինային հյութ է հանդիսանում՝ հյուծվածության, ցինգալի, ուժասպառության դեպքում, խթանում է երեխաների աճը:

Կիտրոնի հյութը վերացնում է փորկապությունը, պարունակում է մեծ քանակով կալիում և բուտիր, որոնք վիտամին C-ի մեծ պարունակության շնորհիվ ամրացնում են արյունատար անոթները: Սա վերաբերում է բոլոր ցիտրուսային մրգերին:

Ժողովրդական բժշկությունը գտնում է, որ երիտասարդության պահպանման համար շատ օգտակար է ամեն առավուտ սոված վի-

ճակում խմել 1 թեյի գդալ կիտրոնի հյութի, 1 թեյի գդալ մեղրի և 1 թեյի գդալ բուսական յուղի խառնուրդ:

Կիտրոնի կեղևը, որը սովորաբար դեն է զցվում, շատ օգտակար է. նրա մեջ պարունակվում է օրգանիզմի ցիտրոնինի պահանջի 3-4 օրվա չափաքանակը: Կեղևը օգտագործեք սննդի մեջ, թեյի հետ և ուրիշ միջոցներով:

Կիտրոնի կեղևից պատրաստված յուղը հակազրիպային միջոց է: Այն օգտակար է նաև քրոնիկական հազի բուժման համար: Պատրաստվում է հետևյալ կերպ. մեկ կիտրոնը 1 բուլետով դնել շատ տաք ջրի մեջ, անցկացնել մսադաջով, խառնել 100 գրամ փավկեզված կարագի հետ և ավելացնել 1-2 ճաշի գդալ մեղր: Այսպիսի կարագը պահել նույն պայմաններում, ինչպես սովորական կարագը:

Ցանկացած հիվանդության դեպքում կարելի է կիտրոն օգտագործել, որովհետև վիտամին C-ի մեծ քանակությունը նպաստում է արագ բուժմանը: Կիտրոնի հյութը ջրի հետ խմելուց իջեցնում է բարձր ջերմությունը: Փորձը ցույց է տալիս, որ կարելի է խուսափել լնդերի և ստամանքի փչանալուց, եթե ամեն առավուտ ստամանքը մաքրվեն կիտրոնի հյութով: Դրա համար առամի խոզանակը քրջեք ջրով ու կաթեցրեք նրա վրա մի քանի կաթիլ կիտրոնի հյութ:

Կիտրոնի հյութը օգտակար է նաև բերանի խոռոչի ու լեզվի բորբոքման, ստենդի, քթից արյունահոսության, ախիլի դեպքում. «Մեար և նշել, որ քիմիական ճանապարհով ստացված լիմոնաքթոն այդպիսի բուժական հատկություններ չունի:

Դեկտոր Ժիարդերոն խորհուրդ է տալիս կիտրոնի հյութը ամեն 2 ժամը մեկ, ճաշի գդալով ընդունել քրոնիկական թուրքի, պոլիսերոզիաի դեպքում:

Ժոբերը առաջարկում է կիտրոնի հյութը զանգրենայի դեպքում: Բուխանը կիտրոնի կեղևը օգտագործում է պոդագրայի, ախորժակի կորստի, սկորբուտի, նյարդային հիվանդությունների դեպքում:

Գորյախնովը հյութը օգտագործում է մաշկային ցանի, պզուկների դեմ:

Շնեյդելը հաստատում է, որ հյութը նպաստում է տարբեր սեռակի ջրգողության բուժմանը, անգամ եթե այլևս ոչ մի դեղամիջոց չի օգնում: Ս. Կորինտելին կիտրոնով բուժում էր սուր ունատիզմը, պոդագրան, ստամոքսային կատարները: Նա բուժումը սկսում էր նրանից, որ հիվանդին տալիս էր 1 ամբողջական կիտրոն՝ ուտելու և ամեն օր ավելացնում էր ևս մեկը, հասնելով մինչև 20 հատի և դրանով ավարտում էր բուժման կուրսը:

Ա.Խատովերը կիտրոնի հյութը օգտագործում էր ուրիշ դեղամիջոցների հետ կանացի զոնորեան բուժելու համար: Հյութը օգտա-

գործվում էր որպես քուր՝ դրանով անբարենպաստ (քթվային) միջավայր ստեղծելով հարուցչի համար և բարձրացնելով հյուսվածքների դիմադրողականությունը:

### **ՇԱԳԱՆԱԿ (КАШТАН)**

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 60-62 %, ազոտային նյութեր՝ 4.3-4.5 %, ճարպեր 0.8-0.9, ածխաջրեր՝ 32-34, բջջաթաղանթ՝ 1-1.5%, մոխրացող մնացորդ՝ 1, -1.2%:

Պարունակում է նաև բավականին մեծ քանակությամբ B խմբի վիտամիններ, միկրո, մակրոէլեմենտներ:

Կիրառությունը: Իր բաղադրությամբ շագանակը մոտ է հացին: Ժողովրդական բժշկության մեջ օգտագործվում է որպես միզամուղ: Ազոտային նյութերի բարձր պարունակության շնորհիվ ընդդեմի, ընկույզի պես մսի վռխարինիչ է:

### **ԱԼՈՃ (БОЯРЫШНИК)**

Բաղադրությունը: Ծաղիկների մեջ կան երեքանյութեր,, պտուղներում՝ օրգանական թթուներ, ճարպեր, կարոտին, C վիտամին, դաբաղանյութեր, միկրո և մակրոէլեմենտներ:

Կիրառությունը: Ծաղիկները պետք է հավաքել մինչև լրիվ բացվելը, դա վերաբերում է ընդհանրապես բոլոր դեղաբույսերի, ծառերի ծաղիկներին: Ծաղիկներից պատրաստված թեյը օգտակար է սրտային հիվանդությունների, հիպերտոնիայի, նկրոզների, բորբոքային երևույթների ժամանակ:

Պտուղները նույնպես ունեն վերոհիշյալ հատկությունները, միայն չափից դուրս օգտագործելու դեպքում լուծ են առաջացնում:

### **ՄԱՍՈՒՐ (ШИПОВНИК)**

Բաղադրությունը: Պտուղները պարունակում են 3-18% վիտամին C, վիտամիններ՝ P, B1, B2, K, E, պրովիտամին A, 24% շաքար, երկաթ, օրգանական թթուներ, մակրո և միկրոէլեմենտներ: Սերմերում կան E վիտամին, ճարպայուղ, օրգանական թթուներ:

Կիրառությունը: Հիպոկրատը գրել է, որ մասուրը հակաբորբոքիչ միջոց է: Տիբեթական բժշկության մեջ պտուղները օգտագործվում են

թորախտի, աթերոսկլերոզի, նեվրասթենիայի ժամանակ: Պտուղները պարբերաբար օգտագործելը լուծում է երիկամային քարերը:

Քանի որ այդ բուժական հատկությունները հիմնականում պայմանավորված են պտուղներում վիտամին C-ի մեծ պարունակությամբ, իսկ ջերմային մշակումը ոչնչացնում է վիտամինները, գերադասելի է մասուրը օգտագործել հում վիճակում: Աշնան ամիսներին եթե նոր հասունացող պտուղները հում վիճակում ուտելը հաճելի է, ապա ճնշանը չորացրած պտուղների օգտագործումը առանց ջերմային մշակման, շատերին անհնարին է թվում: Պետք է վարվել հետևյալ կերպ. Վերցրեք 1-2 բուռ չորացրած մասուր, ավելացրեք 1-2 լ զով կամ սառը ջուր և սենյակային ջերմաստիճանում (18-20) պահեք 10-12 ժամ, որից հետո փափկած պտուղները ճմռեք ու ևս 2-3 ժամ հետո քամիչով անցկացնելուց հետո ստացված թանձր, կարմիր նյութը կամ այդ ձևով, կամ մեղր խառնելուց հետո խմեք: Սեկ սուրճի բաժակ հյութը բավարարում է օրգանիզմի C վիտամինի 1-2 օրվա պահանջը: Քամելուց հետո մնացած կորիզների և պտուղների մասնիկների վրա նորից ջուր լցրեք, հնարավորություն տալով վիտամինների և այլ արժեքավոր միացությունների անմնացորդ դուրսկորզմանը: Այդ գործողությունը կարելի է կրկնել 2-4 անգամ, մինչև որ քամելուց հետո մնան միայն կորիզը ու մաքուր լվացված կեղևը: Այլ եղանակով պատրաստված "մասրահյութը" արժեք չունի:

Ամիրդովլաթի տվյալներով մասուրը բուժում է աղիների խոցը, լնդախտը, լուծը, դադարեցնում է արյունահոսությունը, դադարեցնում ծերացումը:

Վիտամին C-ն համարվում է "վիտամինների վիտամին", որովհետև առանց նրա մասնակցության օրգանիզմում շատ ու շատ պրոցեսներ չեն կարող ընթանալ: Այնպես որ, մասուրի արժեքավորությունը ընդգծելու համար պարտադիր չէ բազմաթիվ հիվանդությունների բուժման ցուցակ գրել: Առավոտները սուլած վիճակում վերը նշված եղանակով ստացված մասուրի հյութից խմեք 1 սուրճի բաժակով, կերեք 1 խնձոր և դուր հրաժեշտ կտաք բազմաթիվ հիվանդությունների, եթե ունեք այդպիսիք, իսկ եթե առողջ եք, ապազա հիվանդությունների առջև ձեր մարմնի դռները կփակվեն:

### Հոն (КИЗИЛЬ)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 75-80%, շաքարներ՝ 14-15%, խնձորաթու՝ 2.7-3%, կալցիումի, կալիումի, մագնեզիումի, ֆոսֆորի, երկաթի միացություններ, 24-26մգ. վիտամին C:

**Կիրառությունը:** Գեոևս հնադարում հոնը օգտագործում էին լուծի դեմ: Երկաթի բարձր պարունակության շնորհիվ կիրառվում է սակափարյունության, շնչառական հիվանդությունների դեպքում: Կեղևի-եփուկից ու գարու ալյուրից պատրաստված խմորը նպաստում է մաշկային խոցերի բուժմանը: Թարմ տերևներից ստացված հյութը կիրառում են աչքի հիվանդությունների դեպքում, իսկ տրոփված պանդուրներից ստացված խյուսը շքի վրա դնելով կապում են ճակատին գլխացավի դեմ:

Հոնով կարելի է մոնոդիետա անցկացնել 5-7օր: Հոնի չիրը շնչու արժեքավոր սննդամթերք է ծմռան ամիսների համար:

Հայ ժողովրդական բժշկության մեջ հոնից պատրաստված լավաշը մեծ կիրառություն է գտել:

Ըստ Ամիրդովյաթ Ամասիացու, տերևների քարմ հյութը օգուտ է խայթոցների ու կծելու դեպքում, կարելի է նաև տրոփված տերևները դնել կծած կամ խայթած տեղամասին: Եթե կեղևը վառվի և մոխիրը լուծվի ջրի մեջ, կօգնի էկզեմայի, մաշկային ցանի դեպքում: Կեղևից ստացված ալյուրը թունավոր է:

### *Մանդարին (МАНДАРИНЫ)*

**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 88-95%, 40-50 մգ վիտամին C, 35մգ - կալցիում 155 միլիգրամ կալիում, 11մգ մագնեզիում, 17մգ ֆոսֆոր, 0.1մգ երկաթ, B խմբի վիտամիններ, 0.02մգ վիտամին E:

**Կիրառությունը:** Ակտիվացնում է աղիների աշխատանքը: Հյութը խորհուրդ է տրվում օգտագործել հատկապես ստամոքս-աղիքային համակարգի հիվանդությունների դեպքում, նպաստում է երեխաների աճին, կյուծված հիվանդների կազդուրմանը:

### *Նուշ (МИНДАЛЬ)*

**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 4-5%, ազոտային նյութեր՝ 18-19%, ճարպեր՝ 54-54.5%, էքստրակտային նյութեր՝ 17.5-18%, բջջաբաղանթ՝ 2.6-2.8%, մոխրացող մնացորդ 2.5%:

Պարունակում է նաև վիտամին A (քիչ քանակով) և բավականին շատ B խմբի վիտամիններ:

**Կիրառությունը:** Հնադարյան բժշկության մեջ նուշը համարվել է շատ արժեքավոր դեղամիջոց: Իբն Մասուդին չոր և տապալկած նուշը օգտագործել է աղիների թուլության դեմ, ցավու միզարտադրությունը մեղմելու համար: Ըստ Ռազեսի նուշը շատացնում և ակտիվացնում է սերմանահեղուկը, նպաստում է քաշի ավելացմանը: Ռու-



սական բժշկությունը լնդերի ամրացման համար խորհուրդ է տալիս բերանում միշտ նուշ պահել, այն նստատեղում է նաև ճիճուների ոչնչացմանը: Ըստ Ջորջերնիևյանի և Դորբոնրավովի նուշից ստացած յուղը նշանակվում է շնչառական, սննդառական համակարգի, միզասար ուղիների, սեռական օրգանների հիվանդությունների դեպքում:

Ըստ Ամիրդովլաթի դառը նուշը ունի մաքրող ազդեցություն: Այն պզուկներին ու էկզեմային քսելու դեպքում բուժում է դրանք, եթե խառնվի գինու հետ և լվացվի գլուխը, կվերացնի թեփը, իսկ եթե գինի խմելուց առաջ հինգ հասիկ նուշ ուտեք, չեք հարբի: Դառը նուշը նաև սրում է սեստոությունը, վերացնում միզակապությունը, հալեցնում միզափամփուշտի քարերը: Իսկ քաղցր նուշը թզի հետ ուտելուց օգնում է կատաղած շան կծելու դեմ: Կորիզների կեղևի եփուկը իջեցնում է քարձր ջերմաստիճանը, դադարեցնում է լուծը:

Նուշը, շնորհիվ ազոտային նյութերի ու ճարպերի քարձր պարունակության, շատ սննդարար է շաքարախտով տառապողների, միս չօգտագործողների համար:



### Ընկույզ (ОРЕХ ГРЕЦКИЙ)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 4.5-5%, ճարպեր՝ 51-62%, ազոտային նյութեր՝ 8.6-19%, էքստրակտային ազոտագուրկ նյութեր՝ 11-20%, րջջաքաղանք՝ 2.7-10%, մոխրացող մնացորդ՝ 1.5-2.5%: A և B վիտամիններ քիչ կան, իսկ ոչ

հասուն պտուղներում կա 1000-3000մգ վիտամին C (հաշվարկը ինչպես միշտ, 100գր չոր նյութի քաշով է արված):

Կիրառությունը: Հիպոկրատը և Դիոսկորիդը պաղի շուրջը գտնվող կանաչ կեղևի եփուկը աալիս էին խմելու ճիճուների դեմ: Հալենը և Պլենկը երիտասարդ, կանաչ ընկույզների հյութը մեղրի հետ տալիս են խմելու բերանային խոցերի բուժման համար: Բոլոր ընկույզի յուղը կիրառել է քարերի դեմ: Գուֆֆելյանը մի քանի կաթիլ յուղ էր կաթեցնում աչքերի մեջ ծաղկային հիվանդությունից, կարմրուկից տեսողությունը պահպանելու համար, օգտագործում էր նաև պտուկների ճարպերի բուժման դեպքում Յուդր քարերսը ազդեցություն է բողնում նաև վերքերի, խոցերի բուժման ժամանակ:

Տուրնեֆորսը ծառի կեղևը գինու մեջ որոշ ժամանակ պահելուց հետո աալիս էր ճիճուների դեմ ու դադարած դաշտանի վերականգնման համար:

Բացի դրանից, սևերենների ջրային բուրմը, գինու բուրմը օգտագործել են կսկորդային հեղձուկի, խոցերի ողողման համար: Այն

խմելու դեպքում դեղնախառի դեմ է: Ջրային թուրմով լոզանքները բուժում են մաշկային բորախար:

Վանյեն տերևներից ստացված էքստրակտը հաջողությամբ կիրառելի է ուռախառի, դեղնախառի, բորախառի բուժման համար:

Բուսի դրանից, բնկուզենու տերևները օժտված են տոնուսը բարձրագույն, նյութավորիսանակությունը լավացնող, քարախառին վերքերը բուժող, բորբորային պրոցեսները ճնշող հատկություններով: Կարևոր է նույն նպատակների համար օգտագործել նաև սպիրտային լուծույթը՝ Էկրադատելի է տերևներն ու երիտասարդ բնկույզները այդ նպատակով հավաքել զարմանք: Չորացած տերևներից պատրաստում են լուսն քուր՝ ձկնի և մոմի հետ միասին, որը նույնպես օժտված է տերևների հատուկ բուժիչ հատկություններով:

Ներկայացնենք կիրառական դեղատոմսերից մի քանիսը.

1) 1 ճաշի զդալ չոր տերևները 2 ժամ պահել նոր եռացրած 1 բաժակ ջրի սեջ (ամանի բերանը փակել) և քանել: Երեխաներին տալ օրական 3 անգամ 1 թեյի զդալով դեղնախառի, ուռախառի և վերը նշված այլ նիխանությունների դեպքում: Այդ թուրմով կարելի է նաև ողողել կոկորդը, բերանը բորբորային պրոցեսների դեպքում:

2) 3 թեյի զդալ չոր տերևները ավելացնել 2 բաժակ եռացող ջրին և վերցնել կրակից: Խմել թեյի ձևով օրական 2-3 ընդունումով:

3) 200-300 գր չոր տերևները եփել 1 և ջրի մեջ և այն օգտագործել լուսնոսների, լոզանքի համար:

Ամիրդովյաք Ամասիացին նույնպես լայն կիրառություն էր զտել բնկույզի համար. Նա նշում է, որ եթե չոր կեղևը վառվի և ցանվի խոզի վրա, վերջինս արագ կլավանա: Ընկույզը հագեցնում է Թզի հետ ուսկուղ բուրավորման դեմ է: Ստամոքսի ցավերի դեպքում կարելի է բնկույզը ծեծել և դնել պորտի վրա և կտալել.

Կեղևի մոխիրը գինու ու ձիթապաղի յուղի հետ սպորկուց հետո գլխին բազուզ ուրազացնում է մազերի աճը և կանխում է ճաղատագամը: Եթե սիլուսի ամբողջությունը պահող կեղևի մոխիրը խառնվի գինուն և աղի կոստուց՝ հեշտոց մուգնելու, կղաղարեզնի դաշաանը. Եթե ուղ նույն սիլուսի ծամվի ու դրվի չարորակ սուուցքի վրա, կոզնի

Կամուչ պարսկականի սիլուսիով բերանը ողողելու դեպքում ամբագնում է սուամները: Բնկուզենու սուվելումը բնկը նիխարեցնում է: Եթե ուրուքը ծամ պոսի և ծամի սիլուսի լուկույզ, դա կոզնի ներվախին սորոցթին, կվերազնի գեզումները: Եթե կանուչ պատուղներից բամսած կուրը կվախի խաղաղի կոռքի հետ միմչև քանձրանսար և դրանով ողորմնելու աղի, կնսպանսի կոկորդի ուուուցքի բուժմանը, կամրագնի չարժիլոց սամամները: Հասուն պաղակեղևի ալյուրը բնդունկուց

կրուժվի միզակապությունը: Պտուղներից ստացված յուղը ավելի օգտակար է, քան նուշի յուղը: Կանաչ պտղակեղևով կարել է սև գույն ներկել մազերը: Եթե պտղակեղևի հյութը մեղրի հետ կաթեցվի աչքի մեջ, փառը կանհետանա: Պտղակեղևի հյութը օգտակար է նաև դիֆթերիայի, մրսածության, կույր աղիի բորբոքման դեպքում:

Կանաչ պտղակեղևը արգելակում է հղիությունը:

Ահա թե Հայաստանում ինչպիսի մեծ կիրառություն է գտել ընկուզենին իր տերևներով ու պտուղներով: Նշենք նաև, որ ընկույզը հարուստ սպիտակուցային միրգ է և կարող է մեծ հաջողությամբ փոխարինել մսին:

### ՊՆԴՈՒԿ (ПЕЩИННЫЙ ОРЕХ)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 3.6-3.8 %, ազոտային նյութեր՝ 15.5-16%, ճարպեր՝ 65-67 %, ազոտային նյութեր՝ 9%, բջջաքաղանթ՝ 3.2-3.4 %, մոխրացող մնացորդ՝ 0.7-0.85%, B1 0.3-9 մգ:

Կիրառությունը: Պնդուկի ճարպերը ավելի հեշտությամբ են յուրացվում օրգանիզմի կողմից, քան ընկույզինը, այն օգտագործվում է էպիլեպսիայի դեպքում: Պնդուկը նպաստում է լյարդի քարերի լուծմանը, մայրերի մոտ առաջացնում է առատ կաթնարտադրություն: Ամիրդովլաթ Ամասիացին նշում է, որ պնդուկը ուժեղացնում է սեռական կարողությունը, օգտակար է երիկամների, ճիճվասույան է, ծեծված և մեղրի հետ խառնած վիճակում օգտակար է հազի բուժմանը: Պտղի կեղևի եփուկը լուծի դեմ է, եթե վառվի և մոխիրը խոզի ճարպի հետ քսվի վերքերին, կրուժի, իսկ գլխին քսվելուց ճաղատության դեմ է:

### ՄԱԼՈՐ (СЛИВА)



Բաղադրությունը: Ջուր՝ 81-83 %, շաքարներ՝ 3.4-3.6 %, ածխաջրեր՝ 4.4 %, թթուներ՝ 1.5 %, ազոտային նյութեր՝ 0.5 %, բջջաքաղանթ՝ 5%, մոխրացող մնացորդ՝ 0.5-0.6%:

Պարունակում է նաև միկրո, մակրոէլեմենտներ, 0.01-2.2 մգ վիտամին A, B խմբի վիտամիններ, 6-10 մգ վիտամին C, 0.63 մգ վիտամին E:

Կիրառությունը: Հին հունական բժիշկների տվյալներով քաղցր սալորը ակտիվացնում է աղիների աշխատանքը և վերացնում է փորկապությունը: Մալորը օգտագործում են աղեստամոքսային ցավերի հանգստացման, այրուցքի զգացողության վերացման համար: Կիրա-

ում են աթերոսկլերոզի, երիկամների ցավերի, պոդագրայի և ռևմատիզմի դեպքում: Մանրացված թարմ տերևները թարախային վերքերին ու խոցերին դնելուց նպաստում է նրանց արագ առողջացմանը: Չնայած կան սալորի շատ տեսակներ, բոլորն էլ ունենում են անոթները վնասակար մանրէներից մաքրելու հատկություն: Սալորը նպաստում է օրգանիզմից նաարիումի աղերի, ջրի ավելցուկի դուրս բերմանը, իսկ դա հիպերտոնիայի, սիրտ-անոթային հիվանդությունների, երիկամային անբավարարության դեպքում պայքարի միջոցն է: Սալորի հյութը առավտաները սոված վիճակում խմելու դեպքում մաքրում է օրգանիզմը, հատկապես լյարդը:

Թքու սալորը ի տարբերություն քաղցրի, պնդություն է առաջ բերում:

Ամիրդավլաթ Ամասիացին նշում է, որ տերևների եփուկով կատարված ողողումները օգնում են կոկորդի հիվանդությունների դեպքում, վերացնում են շնչափողի ուռուցքը, ամբացնում լնդերը: Սալորենու բուսախեժը լուծված վիճակում աչքի մեջ կաթեցնելը սուրմայի պես մաքրում է աչքը: Լուծված բուսախեժը խմելը վերացնում է չոր հազը, կոկորդի չորությունը: Բուսախեժը նաև օգնում է միզատար ուղիներում քարեր ունենալու դեպքում:

### **ՊԻՍՍՍԿ (ФИСТАШКА)**

**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 6.8-7.1 %, ճարպեր՝ 56-58%, սպիտակուցային նյութեր՝ 21-23%, բջջաքաղանք՝ 4.6%, մոխրացող նյութեր՝ 3.2-3.3%:

**Կիրառությունը:** Հնադարում պիստակը հայտնի էր որպես կենդանական թույների հակաթույն: Ավիցեննան գրել է, որ պիստակը լավ է ազդում լյարդային ցավերի, սրտխառնոցի, սրտի թուլության դեպքում. Այն օգտակար է թույլ, հյուծված, նիհար, հազացող հիվանդներին:

Ամիրդավլաթը նշում է, որ յուղը օգնում է մաշկային խաբձերի, պզուկների դեպքում, բուժում է կրծքավանդակի հիվանդությունները՝ հազը, ուժեղացնում սիրտը: Բացում է լյարդի խցանումը, ուժեղացնում սեռական հակումը, բուժում է խոցերը՝ չրոդնելով սպիներ: Պիստակի արտաքին նորբ կեղևը մաքրում է լյարդի անցուղիները, երկարացնում կյանքը:

## ԽՆՉՈՐ (ЯБЛОКО)



Բաղադրությունը: Ջուր՝ 82-88%, շաքարներ՝ 7.4-14 %, խնձորաթթու՝ 0.2-0.8%, դարադող նյութեր՝ 0.07-0.2 %, մոխրացող մնացորդ՝ 0.6-0.6%:

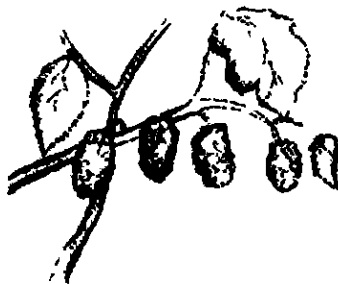
Պարունակում է նաև 16 մգ կալցիում, 248 մգ կալիում, 9 մգ մագնեզիում, 11 մգ ֆոսֆոր, 0.63 մգ երկաթ, 0.11 մգ պղինձ, 0.15 մգ ցինկ և համարյա բոլոր վիտամինները:

Կիրառությունը: Պլինուսը գրել է, որ ինքը մի կնոջ մոտ բուժել է զանգրենան՝ խոցի վրա դնելով փտած խնձորներ:

Ճարպի հետ տրորված խնձորը քսել են ճաքճաք ձեռքերին, շուրթերին, պտուկներին: Կալիումի աղերի, տանինի պարունակության շնորհիվ, խնձորը արգելակում է օրգանիզմի միզաթթվի կուտակմանը: Շենյեն խնձորի չորացրած կեղևից ստացված ալյուրով (մեկ ճաշի գդալը մեկ բաժակ ջրի հետ) հաջողությամբ կիրառել է երիկամային ու միզապարկային քարերի բուժման համար: Հում խնձորը օգտակար է դիզենտերիայի, գլխացավի, դեղնախտի, պնդության, աղիքային բոլոր տեսակի հիվանդությունների, սակավարյունության, փքվածության դեպքում:

Շատ օգտակար է խնձորային մոնոդիետան 7-14 օրով (օրեկան ուտել 400-500 գր խնձոր): Ամիրդուլլաթ Ամասիացին գրում է, որ եթե խնձորը եփվի, տրորվի ու դրվի աչքին, կսրի տեսողությունը և կհանգստացնի ցավը: Թթու խնձորը մահացու թունավորումների դեմ է, տերևների հյութը՝ ուռուցքների:

## ԹՈՒԹ (ТУТА)



Բաղադրությունը: Ջուր՝ 88-90 %, գլյուկոզա՝ 8-10%, օրգանական թթուներ՝ 1.7-1.9 %, ազոտային նյութեր՝ 0.37-0.4 %, պեկտիններ ու ճարպեր՝ 20-21 %, չլուծվող նյութեր՝ 2-1.3 %, մոխրացող մնացորդ՝ 0.5-0.5 %: Սև

թթի 1 լիտր հյութը պարունակում է 20-25 գր լիմոնաթթու: Սեւ թութը պարունակում է 6.32 % երկաթ, իսկ սպիտակը՝ 3.93 %: Թութը պարունակում է բազմաթիվ միկրո և մակրոէլեմենտներ, վիտամիններ:

Կիրառությունը: Սկսած հնադարից, թութը լայն կիրառություն է գտել և որպես բարձրարժեք սննդամթերք, և որպես դեղամիջոց: Հա-

սունները պտուղները վերացնում են փորկապությունը, իսկ ոչ հասունը՝ ընդհակառակը: Այդ պատճառով էլ վրացիները հնուց կարմիր թուրք օգտագործել են լուծի դեմ:

Թթի եփուկը՝ դռչարը մեր ժողովուրդը հնուց օգտագործել է շնչանական հիվանդությունների դեմ:

Հրաշալի բուժամիջոց է թթով մոնոդիտան (7-15 օրով): Այս դեպքում ի հայտ են գալիս քաղցարութության (ծոմապահության) բոլոր նշանները, և չնայած օրգանիզմը բավականին բարձրարժեք սնունդ է ստանում (օրեկան 1-2 կգ թուրք), 4-րդ օրվանից սկսած մարդու քաշը սկսում է պակասել օրական 700-1000 գրամ: Ստացվում է հետաքրքիր իրավիճակ. մարդն իրեն զգում է առողջ, կայտառ, ուժեղ, կուշտ և քաշ է կորցնում: Այդ ընթացքում օրգանիզմից հեռանում են կուտակված աղերն ու թափոնները, եփանդ ու ծեր բջջիջները, արյունը արագ փոխում է իր կազմը՝ թարմանում, առողջանում: Թափոնների արտազատումը այնպես բուռն է ընթանում, որ երիկամները չհասցնելով դրանց հեռացումը լրիվ իրագործել, մի մասը արտազատում են մաշկի միջոցով, որի հետևանքով մաշկի վրա կարող է առաջանալն ցան, պզուկներ:

Հատկատես բուժիչ է սև թուրքը: Թթի չիրը ձմռանը անփոխարինելի սնունդ է երեխաների ու մեծահասակների համար:

Ամիրդովլաթը նշում է, որ թուրքը բուժում է կոկորդի քաղցկեղը: Տերևների եփուկը բուժում է անզինան: Թթի հյութը առավել արագ է բուժում քաղցկեղային հիվանդությունները:

### *ԿԾՈՒՆՈՒՐ (ԵԱՐԵԱՐԻՑ)*

Բաղադրությունը: Պտուղները պարունակում են շաքարներ (գլյուկոզա և ֆրուկտոզա)՝ 4-5 %, օրգանական թթուներ՝ հիմնականում՝ խնձորաթթու (6-7%), մոխրացող նյութեր՝ 1%, հանքային աղեր, վիտամիններ: Ոչ հասուն պտուղները, տերևները, կեղևը, արմատը պարունակում են ալկոլոիդներ: Պտղակալման շրջանում տերևներում հայտնաբերվել են վիտամին E, եթերային յուղեր:

Կիրառությունը: Սկսած հնադարից կծոխուրը լայնորեն օգտագործվել է: Պտուղները լավ հազեցնում են ծարավը, խթանում ախորժակը, հանգստացնում գրգռված վիճակը, առաջացնում աղիների պնդություն լեղամուղ են, միզամուղ, օգնում են թուրքի դեպքում:

Ըստ իտալացի բժիշկների ուսումնասիրությունների՝ կծոխուրը լավ է ազդում փայծաղի մեծացման դեպքում (մալարիայից հետո):

Տերևների սպիրտային լուծույթը օգտագործում են լյարդի հիվանդությունների, փայծաղի մեծացման դեպքում: Կեղևի ջրաթուրմով



բուժում են յարդի, երիկամների հիվանդությունները, հատկապես՝ ջրգողությունը, դեղնախտը, լեղաքարային հիվանդությունները, պոդագրան, ունատիզմը, լյումբազոն: Իսկ արմատների կեղևի ջրաթորմը օգտագործում են արզանդային արյունահոսությունը դադարեցնելու համար:

Ժամանակակից բժշկությունը կեղևից ստանում է "Բերբերին" դեղամիջոցը: Հաստատված է, որ ծաղիկների թուրմը բուժում է սրտի հիվանդությունները, մաշարիան:

Տերևների սպիրտային լուծույթը օգտագործում են նաև հետժննդյան շրջանի արյունահոսությունների և արզանդի յորձաքաղանթի (էնդոմետրիայի) դեպքում: Լեղածորանի հիվանդությունների դեպքում կծոխուրը խավացնում է լեղու ելքը, քչացնում է ցավերը:

Կիրառության ձևերը.

1) Տերևների սպիրտային լուծույթը (26 կաթիլ) օրեկան 2-3 անգամ օգտագործել 2-3 շաբաթվա ընթացքում:

2) 1 թեյի գդալ արմատի կեղևը լցնել 2 բաժակ եռացող ջրի մեջ և պահել 4 ժամ, քանել: Խմել օրվա ընթացքում, կումերով:

Տիրեթական բժշկությունը կծոխուրի արմատը օգտագործում է որպես քրտնեցնող, արյան բարձր ճնշումը իջեցնող, գրգռված վիճակը հանգստացնող միջոց.

Ըստ Ամիրդովլաթ Ամասիացու՝ արմատի կեղևը ամրացնում է առանձները, բուժում քաղցկեղային խոցը, ամրացնում մազարմատը, սրում տեսողությունը, օգնում է կոստիի բորբոքման, աղիների խոցերի դեպքում:

### *ՀԱՊԱԼԱՍ (БРУСНИКА)*

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 88-90%, խնձորաթթու և լիմոնաթթու՝ 2.2-2.4 %, շաքար՝ 1.4-1.6%, ազոտային նյութեր՝ 0.1-0.2%, բենզոլաթթու՝ 0.07-0.21 %, վիտամին A, B խմրի վիտամիններ, 15 մգ վիտամին C, միկրո և մակրոէլեմենտներ:

Կիրառությունը: Ջրով նոսրացած հյութը սրվում է բարձր ջերմաստիճանի դեպքում: Չորացված տերևների ջրաթորմը խմում են որպես՝ թեյ քարային հիվանդությունների, ունատիզմի դեպքում:



## ԽԱՂՈՂ (ВИНОГРАД)

Խաղողի մասին ամենաբից լեզենըր առնչվում է Նոյ Նահապետի անվանը՝ տապանը Արարատ լեռանը նստելուց հետո: Ստացվում է, որ մշակույթն սկսվել է Արարատյան դաշտավայրում:

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 75-80%, շաքարներ՝ 18-20%, զինեթթու 0.6-0.7 %, խնձորաթթու՝ 0.4-0.6 %, ազոտային նյութեր՝ 0.3-0.5%, հանքային նյութեր՝ 0.7-0.12%, այլ օրգանական թթուներ, կալիումի, կալցիումի, երկաթի աղեր, դաբաղանյութեր, ներկանյութեր, բազմաթիվ վիտամիններ, բջջաթաղանթ, օսլա, պեկտինային նյութեր: Տերևները պարունակում են 2% շաքար, վիտամին C և այլ արժեքավոր միացություններ:

Կիրառությունը: Դիտակորիզը չհասունացած պտուղների հյութը օգտագործել է ջերմությունը իջեցնելու համար, անզինայի, բերանի խոցի, արյունաթորության դեմ: Կորիզներն ու պտղի կեղևը լուծի դեմ են: Չամիչը հազի, միզափամփուշտի հիվանդության դեմ է:

Պավել Էզինը խաղողի հյութը օգտագործել է ծարավի հազեցման, դիզենտերիայի, քարային հիվանդության ու ախորժակի բացակայության դեպքում:

Սալերանյան դպրոցը խաղողի հյութը նշանակել է որպես միզամուղ միջոց, չամիչը՝ թոքերի, անոթների, լյարդի հիվանդությունների և լուծի դեպքում:

Ֆլամանը. տերևներից ստացված այուրը 2-4 գրամ խմել հանձնարարելով, բուժում էր արգանդային արյունահոսությունները:

Կրյուշոն նշել է խաղողի հիանալի ազդեցությունը խոտառության և ձայնի կորստի դեպքում:

Յիսերմանը, Պրինզլեն խաղողը օգտագործել են քարախային լուծի, Բոզենհեյնը սակավարյունության բուժման համար:

Հերպինը, համենատեղով խաղողի հյութի և մայրական կաթի բաղադրությունները, գաավ, որ նրանք համարյա իրարից չեն տարբերվում:

Խաղողով մոնոդիետան կարելի է կիրառել 10-15 օրով ուժասպառության, թոքախտի, քրոնիկական բրոնխիտի, սակավամիզության, սակավարյունության, փորկապության, թուրքի, ստամոքսային հիվանդությունների (բարձր թթվայնություն), պոդագրայի, երիկամների ու լյարդի որոշ հիվանդությունների դեպքում: Ընդհանրապես, այս բուժումից օրգանիզմը միմիայն օգուտներ է քաղում:

Գիտական բժշկությունը խաղողն օգտագործում է ախորժակի կորստի, նյութափոխանակության անկման, նյարդավարձի համակարգի յուծվածության, նեֆրիտի, թոքախտի դեպքում: Խաղողից ստանում են նատուրոզա դեղամիջոցը, որն օգտագործվում է ներկրակային սրսկիւնների ձևով, արյան կորստի, կողքապսի, շոկի դեպքում: Եթե խաղողային բուծումը մոնոդիտանային տեսքով չի տրվում, բուծման կուրսը պետք է տևի 3-4 շաբաթ: Այս դեպքում խաղողի օրական նորման պետք է սկսվի 1 կգ ից և հասցվի 2-3 կգ ի, առավտուները կարելի է խնել 1-2 բաժակ թարմ հյութ սոված վիճակում:

Ամիրդովլաթ Ամասխաջին գրում է որ սպիտակ, քաղցր խաղողը օգտակար է շնչառական հիվանդությունների, սեռական անկարողության հսկ եփված հյութը (հոշաթ) ստամոքսի խոցի, երիկամների ու միզաքամամուշտի հիվանդությունների դեպքում: Եթե զարնանը ճյուղը կտրենք և հավաքենք դուրս եկող հյութը ու զինու հետ խառնենք, կրուծի քարերը, իսկ մաշկին քսելուց (նախապես սողայաջրով լվանալ) կրուծի էկզեման: Գյուղից դուրս էկող հյութը ձիթապտղի յուղի հետ նայաստում է մազերի աճին: Երիտասարդ ընձյուղները ամրացնում են ստամոքսը: Գյուղերից ստացված մոխիրը քացախի հետ թուփին քսելուց բուծում է: Եթե խակ խաղողի հյութը աչքի մեջ կաթեցվի, կօզնի կոպերի բորբոքման բուժմանը: Խակ խաղողի հյութը նաև օգնում է թոքախտի, ծաղկի, ժանտախտի, արզանդի հիվանդությունների, տենդի դեպքում: Այդ հյութով մարմինը օժտված օգտակար է:

Խաղողը մեղրի պես արագորեն թափանցում է արյան մեջ: Երկի հետու չէ այն օրը, երբ կվերացվի խաղողը շաքարախտով հիվանդներին հանձարարելու արգելքը, ինչպես դա արվեց մլ դրի կապակցությամբ: Եվ պատահական չէ, որ շտուղգարդի բժիշկ չէյնը բազմաթիվ ապացույցներ ունի խաղողի հյութով արյան շաքարի տոկոսը իջեցնելու վերաբերյալ: Ինչպես մյուս մրգերի, այնպես էլ խաղողի դեպքում, անհրաժեշտ է խաղողը ուտել դատարկ ստամոքսին կամ ուտելուց 2-3 ժամ հետո:

### *Չիչխան (ОБЛЕПИХА)*

Բաղադրությունը: Ջուր 83-87%, 8-10% ճարպ, վիտամինների 900 մգ C, 11-12 մգ A, 0-2-0-3 մգ B1, 0-5-0-6 մգ B2, 0-7-0-8 մգ B6, 14-3 մգ E, օրգանական թթուներ, մակրո և միկրոէլեմենտներ:

Սերմերի մեջ կա մինչև 12% յուղ, կարոտին, տոկոֆերոլ:

Կիրառությունը: Ջրաթուրմը, հյութը լավ ազդեցություն են թողնում աղեստամոքսային տրակտի հիվանդությունների դեպքում:

Չիչխանի յուրը շատ արժեքավոր դեղամիջոց է, այն կարելի է խնել սոված վիճակում, օրեկան 2-3 անգամ, ուտելուց 30-40 րոպե առաջ 1 թեյի գդալով՝ հյութավածության, ուժասպառության, աթերոսկլերոզի, սրտի հիվանդությունների, 12-մատնյա աղիի խոցի, քաղցկեղի դեպքում:

Կարելի է քսել նաև մաշկային վերքերին, խնցերին, ցրտահարված տեղամասերին, օգտագործել զինակողոզիախան պրանկալիկայում:

Պտուղների կեղևը, սերտոտոնինի բարձր պարունակության շնորհիվ, օժտված է հակառոտոցրային ակտիվությամբ:

Պտուղների օգտագործման լավագույն եղանակը թարմ վիճակում օգտագործելն է, որովհետև ջերմային մշակման ենթարկվելուց վիտամինները կորցնում են ակտիվությունը: Կարելի է նաև օգտագործել հետևյալ կերպ՝ ճյուղերից առանձնացրած, վացած և ջրաքամված պտուղները անցկացրել մսադաջով (կամ հյութաքամիչով), ստացված զանգվածին ավելացրել 2 անգամ շատ շաքարավազ կամ մուրը, որպեսզի չքթվի, 2 օր ժամանակ առ ժամանակ խառնելով լուծել շաքարը կամ մեղրը (գերադասելի է՝ մեղր) և լցնելով բանկաների մեջ ու ծածկելով րերանները, պահել մութ և հնարավորին չափ սառը տեղ: Աշնանը այս եղանակով պատրաստված չիչխանը ամբողջ ձմեռ ձեզ համար բազմաթիվ վիտամինների, օրգանական միացությունների արժեքավոր աղբյուր կհանդիսանա: Այս զանգվածից առավոտյան վերցրել 1 ճաշի գդալ, լուծել 1 բաժակ ջրի մեջ և խնել ամբողջը՝ կորիզներով, պտղակեղևով:

Եթե աշնանը այդ զանգվածը պատրաստելու ընթացքում դուք հյութաքամիչ եք օգտագործել և առանձնացրել եք կորիզներն ու պտղակեղևը հյութից, կարող եք հյութը միայն վերցնել վերը նշված եղանակով բազմավիտամինային պաշար պատրաստելու համար, իսկ կորիզներն ու թեփը օգտագործել յուղ ստանալու համար: Դա արվում է հետևյալ կերպ թեփն ու կորիզները փոքր րարակ շերտով ու չորացրել, կարելի է օգտագործել գազօջախը, միայն թե պետք է հետևել, որ զանգվածը չխարկվի ու չվառվի, շուտ-շուտ խառնել: 4-5 օր հետո, երբ կորիզներն ու թեփը չորացել են, այդ ամբողջը աղաց տարել և աղացել հնարավորին չափ մանր: Ստացված ալյուրի մի մասը պահել՝ կենցաղում որպես համեմունք օգտագործելու համար, այդ ալյուրը թթվաչ համ ունի և շատ օգտակար է, կարող եք խառնել տարբեր ճաշերի, սալաքների հետ և ուտել: Մնացած մասը լցրել 2-3 լիտրանոց բանկայի մեջ՝ վրան ավելացրել մինչև 50 աստիճան տաքացրած ձեթ (ցանկալի է ձիթապտղի), խառնել և պահել, ամեն օր լավ խառնելով: Չեթը պետք է վերցնել չիչխանի ալյուրից 2-3 անգամ

շատ: 20-25 օր հետո դուր կունենաք չիչխանի յուղ:

### *ՄՈՇ (ЕЖЕВИКА)*

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 83-85%, գլյուկոզա՝ 3-3.2%, ֆրուկտոզա՝ 3-3.1%, սախարոզա՝ 0.8-1%, օրգանական թթուներ՝ 0.9-1% (հիմնականում խնձորաթթու), բջջաթաղանթ՝ 3.8-4%, մոխրացող նյութեր՝ 0.52%, 0.5-0.9 մգ վիտամին A, 20-25 մգ վիտամին C, B խմբի վիտամիններ, մակրո և միկրոէլեմենտներ:

Կիրառությունը: Դիտակորիդը և Պլինիուսը տերևների ու արմատների թուրմը, որը պահումնակում է բավականին տանին, օգտագործել են ջերմությունը իջեցնելու, իսկ տերևների եփուկը կոկորդային վերքերի, արյունաթթության, լուծի դեպքում:

Ծեծված տերևները դրվել են հին վերքերի, մկնատամի վրա: Ըստ Պլենկի ծեծված քարն տերևները թարախտա վերքերի վրա դնելուց պակասեցնում են ցավերը ու նպաստում թարախից վերքերը մաքրելուն:

Հասուն պտուղները փորը թուլացնող հատկություն ունեն, չհասունացածները՝ պնդացնող:

Ամիրդովլաթը նշում է, որ ճյուղերի եփուկով գլուխը լվանալը նպաստում է մազերի աճին, ողողումների դեպքում դադարեցնում է լնդերից արյունահոսությունը, ականջների աղմուկը:

Արմատների եփուկը լուծում է օրգանիզմի քարերը: Տերևները ամրացնում են ստամոքսը, օգնում են արյունոտ լուծի դեպքում:

Ամեն առավոտ սոված վիճակում 0.5-1 բաժակ մոշի թարմ հյութ խմելու կամ 2-3 բաժակ պտուղներ ուտելու դեպքում (20-25 օր) բարձրանում է արյան ցածր ճնշումը, բուժվում է գլխապտույտը, նորմալանում սրտի աշխատանքը:

### *ԵԼԱԿ, ԳԵՏՆԱՍՏՐԻ (ЗЕМЛЯНИКА, КЛУБНИКА)*

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 86-88%, ազոտային նյութեր՝ 12-18%, մոխրացող նյութեր՝ 0.4-0.8%, շաքարներ՝ 6-8%, պեկտիններ՝ 0.9-1.8%, օրգանական թթուներ, եթերային յուղեր, վիտամիններ, մեծ քանակությամբ երկաթ և այլ էլեմենտներ:

Կիրառությունը: Համաձայն միջնադարյան բժշկարանների՝ ելակը (գետնամորին) օգնում է պզուկների, ախորժակի բացակայության, ռևմատիզմի, փտախտի դեպքում: Հյութը բուժում է վերքերը, դի-

գեներիան, իսկ տերևների եփուկը՝ անզինան, դեղնախար: Եթակը նաև օգտագործում են պողպատայի, լյարդի, անոթների, երիկամների հիվանդությունների դեպքում:

Գյուլբերը խորհուրդ է տալիս հիվանդներին ամեն օր ուտել 300-500 գրամ ելակ: Այն խորհուրդ է տրվում ուտել նաև շաքարախտով հիվանդներին: Պտուղները քրտնեցնող են, միզամուղ, իջեցնում են բարձր ճնշումը: Եթե տրորվի և դրվի էկզեմայի վրա, բուժում է: Օգնում է սակավարյունության, դեղնուկի, շնչառական հիվանդությունների դեպքում:

Տերևների եփուկը օգնում է չարորակ ուռուցքների, սրտի արագ աշխատանքի, անոթների նեղացման դեպքում:

Նշենք կիրառման եղանակներից մի քանիսը.

1) 50 գր չորացրած տերևները 1 լ ջրում եռացրեք 30 րոպե և խմեք 1-ական ճաշի զդալով, օրական 4-6 անգամ:

2) 1 թևի զդալ հումքը (տերևներ, ցողուն) 1 բաժակ եռման ջրում 2 ժամ պահել և օրվա ընթացքում խմել 2 անգամով:

Որոշ մարդկանց մոտ գեղձամորին առաջացնում է մաշկային ցան, սրտխառնոց, փսխումներ, չուծ. Այդ ամենը և բնորոշ ախտաբանական երևույթները օրգանիզմի մաքրման քափոններից հետևանք են: Եթե սվայ պտուղը կամ գործոնը չափազանց ուժեղ մաքրման ռեակցիա են առաջացնում, կարելի է մեղմել այդ պրոցեսը՝ անցնելով ներազդման այլ եղանակների:

### ԱԶՆՎԱՍՏՐԻ (МАЛИНА)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 70-90%, ազոտային նյութեր՝ 1.3-1.5%, օրգանական քրուներ՝ 3.5-4%, շաքարներ, եթերային յուղեր՝ 0.4-0.5%, 40 մգ կալցիում, 224 մգ կալիում, 22 մգ մագնեզիում, 37 մգ ֆոսֆոր, 1, 2 մգ երկաթ, պղինձ, ցինկ, B խմբի վիտամիններ, 25 մգ վիտամին C, 0.58 մգ վիտամին E:

Կիրառությունը: Մկսած հնադարից, ազնվամորու ծաղիկների օդերուրձը համարվել է օձերի և կարիճների դեմ հակաբույն:

Բարտոլինին ազնվամորին հանձնարարում է որնյես սրտային, Ժոֆրեն՝ ախորժակը բացող, աղիների վիճակը բարելավող միջոց, իսկ Բոլսանը հանձնարարում է փսխումների դեմ: Տերևների եփուկը խմում են թոքերի և բրոնխների բուժման դեպքում: Չորացված պտուղները քրտնեցնող են: Պտուղների բուրմը կիրառվում է գրիպի, ռևմատիզմի, մրսածության դեպքում: Պտուղները օգտակար են ստամոքսային հիվանդությունների, սակավարյունության, լնդախտի, տենդի դեպքում:



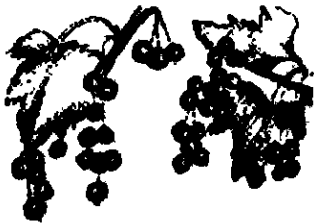
Բուլղարացի բժիշկները տերևների եփուկը օգտագործում են ստամոքսային արյունահոսությունների, լուծի, փսխման, դաշտանային խանգարումների ժամանակ:

Պտուղների բարձր հյութը իջեցնում է ջերմաստիճանը, հազեցնում հիվանդի ծարավը:

Նշենք կիրառման եղանակներից մի քանիսը.

1) Շնչառական հիվանդությունների դեպքում ազնվամորու պտուղները 1: 2 հարաբերությամբ խառնեք քանթրվենու ծաղիկների հետ և եռման ջրում պահեք 15-20 րոպե: Այդպիսի բույսը օգտագործեք օրվա ընթացքում 3 անգամ՝ մի-մի բաժակով: Մեկ բաժակ ջրին կարելի է ավելացնել 1 ճաշի գդալ բույսերի խառնուրդ:

2) Թարախային վերքերի բուժման կամ կոսմետիկական նպատակով՝ 1 ճաշի գդալ տերևների հյութը խառնեք 4 ճաշի գդալ կարագի հետ և քսեք մարմնին:



### ՀԱՂԱՐՉ (СМОРОДИНА)

Բաղադրությունը: Հայտնի են հազարչեցնու 300-400 ծառատեսակներ և պտուղների 3 տեսակ՝ կարմիր, սպիտակ, սև:

Կազմությունը	Կարմիր	Մեռ
Ազոտային նյութեր	1,4-1,6 %	1,3-1,4 %
Դաբադային նյութեր	0,1-0,15 %	0,3-0,4 %
Մոխրացող նյութեր	0,6-0,7 %	0,7-0,8 %
Բջջաթաղանթ	4,2-4,4 %	3,7-3,8 %
Շաքարներ	4,1-4,8 %	7-12 %
Թթուներ	2,3-2,4 %	2,5-4 %
Վիտամին C	8-16 մգ	100-400 մգ

Սև հաղարջը իր բուժական հատկություններով գերազանցում է մյուս տեսակներին: Դեղաշամպի կարծիքով կարմիր հաղարջի հյութը իջեցնում է ջերմաստիճանը, հազեցնում ծարավը, դադարեցնում փսխումը, բացում ախորժակը, կորիզները ակտիվացնում են աղիների աշխատանքը:

Յոդեստիուսը գտնում է, որ սև հաղարջը ակտիվ միջոց է ցավոտ միզածորության, միզածորանի քարերի դեմ:

Շֆենկֆելը գրում է, որ սև հաղարջը լավ միջոց է ունսաաիզմի, տերևները՝ տենդի ու ճիծունների դեմ, ատրևներով և ճյուղերի եփուկով լողացնում են դեղնախտով հիվանդ երեխաներին:

Բուխանը հաղարջը օգտագործել է դիզենտերիայի դեմ:

Հյութը օգտագործում են նաև ստամոքսի խոցի, հազի, խոպոտության, սակավարյունության, արյան բարձր ճնշման դեպքում: 1 թեյի գդալ չորացրած տերևները եռացող ջրում պահել 15-20 րոպե և խմել թեյի պես, օրական մի քանի անգամ:

## ԲԱՆՋԱՐԵՂԵՆԻ ԲՈՒԺԱԿԱՆ ՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

### ՉՍԵՐՈՒԿ (ԱՐԵՄՅ)



Բաղադրությունը: Բաղադրությունը: Ջուր՝ 88-95%, շաքարներ՝ 3-10%, ազոտային նյութեր՝ 1-1.2%, ճարպեր՝ 0.1-0.15%, բջջաքաղանք՝ 2-2.4%:

Պարունակում է նաև 7-40 մգ վիտամին C, 1-1.2 մգ վիտամին A, B խմբի վիտամիններ, 14 մգ կալցիում, 64 մգ կալիում, 224 մգ մագնեզիում, 7 մգ ֆոսֆոր, 1 մգ երկաթ:

Կիրառությունը: Միջնադարյան բժիշկները տենդային վիճակների դեպքում կիրառել են ձմերուկ:

Ռուսական ժողովրդական բժշկությունը ձմերուկի չհասունացած կորիզների հյութը հանձնարարել է տենդով, բորբոքային ուռուցքներով, ցավոտ միզածորությանը տառապողներին:

Վրացիները ձմերուկը օգտագործել են որպես միզամուղ միջոց, ինչպես նաև դեղնախտի դեմ:

Չմերուկի կանաչ կեղևը հում կամ չորացրած տեսքով տալիս են կոլիտով տառապողներին: Մերմերը ունեն արյունահոսությունը կանգնեցնող, հակաճիճվային, հակադեղնախտային հատկություն: Չմերուկը օգտակար է բոլորին, բայց առավել ևս սկլերոզով, արտրիտով, պոդագրայով տառապողներին:

Ամիրդովլաթ Ամասիացին գրել է, որ եթե ձմերուկը ուսվի զինուրացախի ու մեղրի հետ, մեզը կշատացնի և միզափամփուշտը կմաքրի:

Չմերուկով մոնոդիետան կարող է ակել 20-35 օր, որի ընթացքում հիվանդը կազատվի ավելորդ քաշից, օրգանիզմի բոլոր տեսակի քրտերից և բազմաթիվ հիվանդություններից:

## ԲԱՂՈՒՅԱՆ, ՍՄՐՈՒԿ (Եստրաժոն)



Բաղադրությունը: Չուր՝ 92-93%, ազոտա-  
յին նյութեր՝ 1-1.2%, ճարպեր՝ 0.09-0.1%, ած-  
խաջրեր՝ 4.4-4.6%, աղեր՝ 1.9-2%, բջջաբա-  
ղանք՝ 1.1-1.2%, մոխրացող նյութեր՝ 0.5-0.6%,  
շաքարներ՝ 6-8%, պեկտիններ՝ 0.9-1.8%, օր-  
գանական բրուներ, նաև վիտամին B1, B2, PP,  
B9, աղեր, այլ վիտամիններ:

Կիրառությունը: Արաք բժշկները անվաստախոթյամբ են վերա-  
բերվել սմբուկին և համարյա չեն օգտագործել բուժական նպատակ-  
ներով: Իսկ Ամիրոպլաս Անասիացին օգտագործել է: Նա գրում է, որ  
եփելու և ջուրը խմելու դեպքում սև մաղձը կհանի միզանմուր արյուն-  
նից, իսկ եթե քացախով եփվի, կրացի լյարդի և փայծաղի խցանումը:  
Ընկուղների և տերևների փոշին բուքբին քսելուց կօզնի, իսկ յուրը  
գրտից ձեռքերին ու ոտքերին առաջացած ուռուցքների բուժմանը:  
Մոխիրը օգտակար է կիրառել չարորակ խոցերի ու սպուկների դեմ:  
Դեղին սմբուկի մեջ լցնում են դոմի յուղ, խորովում, քամելով հավա-  
քում յուղը և պահում. այն ցավող ականջի մեջ կաթեցնելով, անմիջա-  
պես կտրում է ցավը: Եթե մանր սմբուկները եփվեն աղի ջրի մեջ, ջու-  
րը քամվի ու խառնվի հավասար քանակով ձիթալոցի յուղի հետ և  
նորից եփվի մինչև ջրի գուրը շիանալը, մնացածը, որը յուղն է, քսելով  
գորտնուկներին վերացնում է դրանց: Իսկ եթե դեղին բաղրիջանը  
եփվի կաավառի ձեթի հետ, քամվի ու խառնվի դեղին մոմի հետ և  
այնուհետև քսվի կրունկների ու ձեռքերի ճաքերին, կրուժի: Սմբուկը  
դրական ազդեցություն է թողնում արյունապտեղծ օրգանների վրա:  
Տերևները պարունակում են մեծ քանակությամբ ոփրոնուկլեինաթթու-  
ներ, դեզոքամիոփրոնուկլեինաթթուներ, որոնք մեծ դեր են խաղում  
սպիտակուցների բիոսինթեզի պրոցեսներում:

Սմբուկի բաղադրության մեջ գտնվող մանգանը բարելավում է  
ճարպերի յուրացումը, կանխում լյարդի ցիրոզը, ուժեղացնում է ին-  
սուլինի ակտիվությունը, որի հետևանքով արյան մեջ շաքարի տակո-  
սը իջնում է:

Բաղրիջանը կանխում ու բուժում է աթերոսկլերոզը, աղերի կու-  
տակումը, երիկամների հիվանդությունը: Քանի որ հում պտուղները  
որոշ բունավոր միացություններ ունեն, սմբուկը պետք է օգտագործվի  
ջերմային մշակման ենթարկելուց հետո միայն: Պտուղները կաթելի է  
նաև չորացրած վիճակում պահել ձմռան համար:

## ՄԵԽ (ДЫНЯ)



Բաղադրությունը: Ջուր՝ 94-96%, ազոտային նյութեր՝ 0.5-0.65%, ճարպեր՝ 0.9-0.12%, բջջաթաղանթ՝ 0.2-0.35%, մոխրացնող նյութեր՝ 0.2-0.3%, շաքարներ՝ 1.5-17%, վիտամին C 10-40 մգ (ինչպես միջո, 100 գր քաշի հաշ-

վարկով), B խմբի վիտամիններ, 0.1-0.12 մգ վիտամին E, 16 մգ կալցիում, 118 մգ կալիում, 13 մգ մագնեզիում, 12 մգ ֆոսֆոր, 1 մգ երկաթ, սոդիում, ցինկ:

Կիրառությունը: Միջնադարի բժիշկները սեխին վերաբերվել են բշտամարար, համարելով, որ այն խափանում է աղիների գործունեությունը:

Վրացիները սեխը օգտագործում են լուծի դեմ:

Ֆոն Սվիտենը սեխը տվել է ցինգայի, մելանխոլիայի, կոզեկան հիվանդությունների, իսկ Բորելը՝ արագընթաց բորախտի դեպքում:

Պեկենը սեխը հանձնարարել է բորբոքային, տենդային պրոցեսների, ջերմությունը իջեցնելու, և ծարավը հազեցնելու համար:

Սեխը օգտագործում են նաև նյարդային համակարգը հանգստացնելու, ունատիզմի, պողպազրայի դեպքում: Սերմերի ջրաթուրքը օգտագործում են որպես միզամուղ և երիկամները բուժող միջոց:

Սեխի եփուկը ունի կոսմետիկական արժեք՝ մաշկի տարբեր դեֆեկտների վերացման միջոց է (քսելու եղանակով):

Մեծ քանակով սեխի ընդունումը կարող է հանգեցնել լուծի:

Ամիրդովլաթը գրում է, որ եթե սեխը տրորվի ու թրջոց դրվի աչքի ուռուցքին կօզնի: Այն առատացնում է մեզը, մաքրելով երիկամների քարերից, դադարեցնում է թարախային արտազատությունները: Սերմերից ճգմունով ստացված յուղը օգնում է միզատար ուղիների խոցի բուժմանը, նորմալացնում է դեմքի գույնը, բուժում վիտիլիգոն, սենդը: Կեղևների եփուկով ոտքերը լվանալը վերացնում է ցրտահարությունից առաջացած ոտքերի ուռածությունը: Վիտիլիգոյի բուժմանը նաև նպաստում է տրորված պտղի քսելը: Սեխի հետ արգելվում է ուտել ձու և կաթնամթերքներ:



## ԿԱՂԱՄՔ (ԿԱՊՄՇՏԱ)

**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 92-93%, ազոտային նյութեր՝ 1-1.2%, ճարպեր՝ 0.1-0.15%, շաքարներ՝ 1.8-2.1%, էքստրակտային նյութեր՝ 2.4-2.6%, քջաքաղանք՝ 0.04-0.06%, սոխուրացող մնացորդ՝ 0.5-0.6%, 0.03 մգ Ա, 131 0.16-0.26 մգ, С 25-66 մգ, Р, К, В6 և U վիտամիններ, ֆերմենտներ, 118 մգ կալիում, 13 մգ մագնեզիում, 12 մգ ֆոսֆոր, 1 մգ երկաթ, պրինձ, զինկ:

**Կիրառությունը:** Վաղ հնադարից կաղամբը օգտագործվել է բուժական նպատակներով՝ հյուսքը ճարպերը ճեղքելու և մարսողությունը բարելավելու հասկությամբ և օժտված: Հոտմեական գրող Կատոնը նշում է, որ կաղամբը հոտմեակների համար ծառայել է ոչ միայն որպես սևուկ, այլև դեղամիջոց բոլոր հիվանդությունների դեմ. Այդպիսով, հոտմեակները շուրջ 600 տարի առանց դեղերի էին ապրում Համարում են, որ կաղամբը բնորոշակ է ոչնչացնել անբնությունը, գլխացավերը: Սննդարսմում մեծ քանակությամբ հում կաղամբ օգտագործած երեխաները աճում են արագ, նորմալ, առանց հիվանդությունների. անբնականակ՝ սարքեր հիվանդությունների նկատմամբ: Կատոնը նշում է, որ մարդկային մարմնի բոլոր օրգանները միայն շահում են կաղամբից:

Դիտելորիդը նշում է, որ հում կաղամբը վերացնում է պնդությունը և նորմալացնում ազիների աշխատանքը, իսկ եփվածը առաջացնում է պնդություն:

Վերածննդի դարաշրջանում համարել են, որ հում կաղամբը բավական է ընդհանուր նյութափոխանակությունը: Բարսուլինին պնդում է, որ երևի թույլ աճող, վաստառող կրկնային սենն կաղամբով և լողացնեմ ջրի հետ խառնած մեղով, նա շատ արագ կառողջանա:

Ռուսական ժողովրդական բժշկությունը նշում է, որ սպորված կաղամբը ձվի սպիտակուցի հետ խառնելուց հետո դրվում է առանձին սակի այրվածքների, խոցերի վրա, իսկ կաղամբի արմատի սոխիքը սննդի մեջ օգտագործելու դեպքում հալեցնում է բարեքը:

Թրու դրսմ կաղամբի կյուրը օգնում է բնկնափայտայան դեմ, բարձր հյուսքը գորտնուկների, խալոտություն դեմ և Եկրների ոչնչացնում են ճիճանների:

Գլխուկան բժշկությունը կաղամբի կյուրը համձնադարում է որպես ստամոքսի ու աղիների բուժամիջոց՝ Թեպև հյուսքը նոստատում է խոցերի արագ վասկմանը, բայելավում նյութափոխանակությունը:

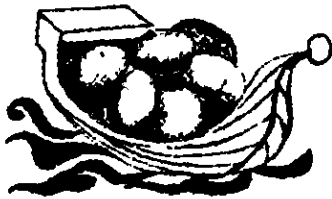
բարձրացնում ստամոքսահյութի քթվայնությունը, ողողումների ձևով օգնում է կոկորդի բորբոքման դեպքում:

Կաղամբը նպաստում է աթերոսկլերոզի բուժմանը:

Հում, ձեռքով անրևները ցավոտ տեղերին դնելուց հետո ցանցատացնում են ցավերը:

Բնաբույժ (բնական եղանակներով բուժող) Ուոքերը նշում է, որ կաղամբի բարձր հյութի ընդունումից հետո առաջանում են զազեր, ուրևն աղիների բուժման կարիք ունեն՝ պետք է ամեն արագությամբ ստացված վիճակում խմել 0.5-1 բաժակ հյութ եւ 1-2 ժամ հետո խմելայով աղիների վազում կատարել: Նա նշում է, որ 50 կիրառված եկված կաղամբը իր սննդային արժեքներով չի կարող համեմատվել 500 գրք բարձր հյութի հետ: Նա բարձր հյութը օգտագործել է նաև ուռուցքների բուժման համար:

Ամիրդովլաթ Ամասիացու սվյալներով կաղամբը սրում է տեսողությունը, օգնում գլխի ցնցումների բուժմանը, իսկ ծաղիկները հեշտոցի մեջ մազներու դեպքում սպանում է սաղմը: Տերևները բացախի հետ նպաստում են ստամոքսացավի վերացմանը: Ծաղիկների ու սևրմների մոխիրը հեշտոց մազները արգելալում է եղիացումը:



### ԿԱՐՏՈՖԻԼ (KAPTOՓԵՂԻԵ)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 76-77%, ածխաջրեր՝ 19-20%, ազոտային նյութեր՝ 2-3%, բջջաբաղանք՝ 0.9-1%, ճարպեր՝ 0.2-0.25%, մոխրացող մնացորդ՝ 0.9-1%, 10 մգ վիտամին

C, 0.1 մգ B1, 0.9-1 մգ կրկալ, սպիտակուցներ, բազմաթիվ ֆերմենտներ, միկրո և մակրոէլեմենտներ:

Կիրառությունը: Բժիշկ Նոշր կարառֆիլը մեծ հաջողությամբ օգտագործում է լորձաբաղանքների քրոնիկական հիվանդությունների, ցինգայի, մարսողության խարաբումների, միզավումփուշաի ալազի, փորկապության, սագխաի դեպքում Հում սրտով ավարները դնում են մարմնի վառված տեղումներին:

Մուսեի սվյալներով եկված կարառֆիլը շարաբախառով հիվանդների մոտ փոխարինում է հացին (օրվա ընթացքում օգտագործել 1-1.5 կգ):

Մոզրկը հաջողությամբ կարառֆիլի հյութը կիրառել է ստամոքսի բարձր քթվայնությունը բուժելու համար:

Բաբեն օրեկան 150 գր կարառֆիլի բարձր հյութի կիրառությամբ բուժել է փորկապությունը, հյուժվածությունը, ստամոքսի խոցը:

Գասարիաի բուժման դեպքում պետք է կարառֆիլից (ցանկալի 1

օգտագործել նոր պալարները, ոչ թե նախորդ տարվանը) ստանալ թարմ հյութ և օրական 2 անգամ խմել կես բաժակով: Հյութը հաճելի դարձնելու համար կարելի է խառնել գազարի հյութի հետ. այն օրգանիզմը մաքրող մեծ հատկությամբ է օժտված:

### ՍՈՒՆ (ՄՄԿ)



**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 83-86%, սպիտակուցային նյութեր՝ 1-2%, ճարպեր՝ 0.09-0.13%, շաքարներ՝ 2-3.5%, անազոտ նյութեր՝ 8-8.5%, բջջաթաղանթ՝ 0.5-0.9%, մոխրացող մնացորդ՝ 0.4-0.9%, ֆերմենտներ (օքսիդազա, կատալազա), 10-33 մգ վիտամին C, 3.7-8 մգ վիտամին A, B2 0.05-0.06 մգ, եթերային յուղեր 0.03-0.05%:

**Կիրառությունը:** Հիպոկրատը, Պիլինիուսը, Դիոսկորիդը սոխը մեղրի հետ օգտագործել են որպես միզամուղ, իսկ խորոված սոխը յուղի հետ հազի ու կրծքային ցավերի դեպքում:

Փորձված է, որ մեծ քանակությամբ սոխ օգտագործելուց բուժվում է ոտքերի ջրզոդությունը: Սոխը թրու կաղամբի հետ ցինգայի դեմ է: Խորոված սոխը աաք վիճակում դրվում է փորին՝ միզակապության դեպքում, կոշտուկների, ցավոտ ուռուցքների վրա:

Գինու մեջ պահված սոխը լավ միզամուղ է, դուրս է հանում ավազը, կանխում փորկապությունը, ոչնչացնում հետանցքային ճիճուների: Ըստ Դիոսկորիդի՝ բամբակով ներծծված հյութը ականջի մեջ դնելուց ականջացավի ու ականջների աղմուկի դեմ է:

Ֆոզելը սոխի հյութի ու մեղրի խառնուրդը աչքի մեջ կաթեցնելուց բուժում էր թույլ տեսողությունը, նոր սկսվող կուրությունը: Սոխի հյութը նախատում է գլխի մազերի աճին, կանգնեցնում մազաթափությունը:

Գուֆելանդը պատմում է, որ համաճարակների դեպքում սոխի մշտական օգտագործումը կանխում է վարակը:

Տրորված սոխը ցրտահարված տեղամասերին քսելը նախատում է նրանց վերականգմանը:

Դեռևս հնագույն ժամանակներում Յելըը ջրզոդության բուժման լավագույն ձևը որոշ ժամանակով սննդից հրաժարումն էր համարում և սոխի հյութի ընդունումը՝ 30-60 գ երեխաների համար, 125-250 գ - մեծահասակների համար:

Բորդոն հայտնում է, որ այն դեպքում, երբ լյարդի ցիրոզի ժամանակ դեղամիջոցները չեն օգնել, սոխը բուժել է:

Երիկամներում և միզափամփուշտում քարեր ունենալու դեպքում, օրվա ընթացքում 3 անգամ խմում են սոխի հյութ՝ 2 ճաշի գրպով:

Ամիրդովլաթ Ամասիացին լավագույն սոխը համարում է սպիտակը, նրա հյութը աչքի մեջ կաթեցնելուց բուժում է կատարամիտից: Սոխը նպաստում է սեռական հակման ուժեղացմանը, մաշկի դեղնուրյան անհետացմանը, բացում է անոթների խցանումները, արագացնում է արյան շրջանառությունը, բուժում վիտիլիգոն, եղունգի ախտահարումը, աղի հետ խառնելուց բուժում է գորտնուկը:



### ԳԱԶԱՐ (ՄՈՐԿՈՅԵ)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 87%, ածխաջրեր՝ 8.5-9%, ճարպեր՝ 0.2%, աղեր՝ 1-1.2%, բջջաքաղանք՝ 1.3-1.5%, 0.64 մգ երկաթ, վիտամիններից՝ 6.3 մգ A, 5 մգ C, 0.1-0.7 մգ B1, նաև D,

E, H, K, ամինոթթուներ, կարոտին, ֆոսֆոր, կալիում, մանգան և այլ էլեմենտներ:

Կիրառությունը: Հիպոկրատը գազարը հանձնարարել է երկարատև խուպոտության, հազի, թորախտի, թուրքի դեպքում: Վան-Հելմոնտը գազարի հյութն ու սերմերը օգտագործել է երիկամներից քարերի, ավազի արտաքսման, Դելա Կրոան՝ արյունոտ լուծի ու ճիճուների դեպքում (օրական 2 ճաշի գրպա):

Պիզաներին գտնում է, որ գազարը շատացնում է կրծքի կաթը, սերմնահեղուկը.

Ուոքերի տվյալներով հղիության հատկապես վերջին ամիսներին մեծ քանակներով գազարի օգտագործումը խիստ նվազեցնում է ապագա երեխայի մոտ արյան վարակի ի հայտ գալու հավանականությունը, իսկ մեծ քանակներով գազարի հյութը օգտագործելու դեպքում (օրական 100-500 գր) բուժվում են օրգանիզմում եղած խոցերը և քաղցկեղի գոյացումները, սրտի տեսողությունը, հզորացնում նյարդային համակարգը, բուժում անպտղությունը:



## ՎԱՐՈՒՆԳ (ՕԿՄՐԵԼ)



**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 96-97%, ազոտային նյութեր՝ 0.7-0.75%, ճարպեր՝ 0.2-0.25%, անազոտ նյութեր՝ 1%, բջջաքաղամբ՝ 0.4-0.5%, մոխրացող մնացորդ՝ 0.5%, վիտամիններ՝ 0.08 մգ A և B1, 8 մգ C, նատրիում, կալցիում, ֆոսֆոր, կալիում, քլոր:

**Կիրառությունը:** Հին Հույն բժիշկները նրան վերագրել են ջերմությունը իջեցնող հասկություն: Սերմերը միզամուղ են: Հյութը շատ օգտակար է խոցային բորբախտի, հազի դեպքում, հանգստացնում է նյարդային համակարգը, իջեցնում ջերմությունը, վերացնում փորկապությունը, լավ կոսմետիկական միջոց է: Պտղամարմնի ալյուրը (ատանց սերմերի) ցանում են այրվածքների վրա:

Ուտերի ավյալներով՝ վարունգի հյութը գազարի և բազուկի հյութերի հետ նպաստում է ուռնախիզմի, աստամների, լնդերի, կղունզների և մաշկային հիվանդությունների բուժմանը:

Ամիրոզվաթր գրել է, որ վարունգի հյութը օգտակար է մինինգիտի, արագ սրտխափոցների, քրային արյունակտությունների (քսկոլդ) դեպքում:

## ԲՈՂԿ (ՔԵԴԻՏԿԱ)

**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 85-88%, ազոտային նյութեր՝ 1.4-2.6%, ճարպեր՝ 0.1%, էքստրակտային նյութեր՝ 7.5-9.5%, բջջաքաղամբ՝ 1.5-1.8%, մոխրացող նյութեր՝ 1-1.2%, ֆերմենտներ, վիտամիններից B, C (10-20 մգ):

**Կիրառությունը:** Հիպոկրատը բողկը օգտագործել է բորային հիվանդությունների, ջրգողության դեպքում, Դ-իոսկորիդը սեսողության ուժեղացման, հազի հանգստացման համար: Պլինիոսը համարում է, որ բողկը հալեցնում է քարերը, դադարեցնում արյունաթքությունը, շատացնում կաթնարտադրությունը, կանխում արյունազեղումը:

Ռուսական բժշկության մեջ ընդունված էր բողկի հյութով բուժել բորբախտը, քարային հիվանդությունները, ուռնախիզմը (100-400 գր օրեկան):

Բողկը կարելի է տրորել, խառնել մեղրին 1:1 հարաբերությամբ և ստացված հյութը խմել վերոհիշյալ հիվանդությունների դեպքում, կարելի է նաև դրանով մշակել քարախտ վերքերն ու խոցերը:

Ուռքերը խորհուրդ է տալիս օգտագործել նաև տերևների հյութը: Ընդհանրապես մեծ քանակներով հյութը դժվար է խմել, այն հանձնարարվում է խառնել զազարի հյութի հետ: Այդ խառնուրդը նրա տվյալներով, նպաստում է ներքին օրգանների լորձաթաղանթի վերականգնմանը, մաքրում է օրգանիզմը լորձի կուտակումներից:

Ըստ Ամասիացու հյութը մաքրում է աչքերը, նրանց փայլ է տալիս, սերմերը նպաստում են ձայնի բացվելուն, կաթի առատացմանը: Բողկը նպաստում է ընդունած սննդի մարմանը, լյարդի խցանման անհետացմանը: Մեղրի հետ խառնած վիճակում բուժում է չարորակ խոցերը, չրզոդությունը: Եթե կարիճի խայթոցից անմիջապես հետո բողկ ուտեք, կոչնչացնի թույնը: Բողկը նաև նպաստում է մազերի աճին՝ ներքին ընդունման ձևով:

### ՇԱՂԳԱՄ (ՔԵՒԱ)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 90-91%, ազոտային նյութեր՝ 1-1.2%, ճարպեր՝ 0.2-0.3%, անազոտ նյութեր՝ 6-6.2%, բջջաթաղանթ՝ 1-1.2%, մոխրացող մնացորդ՝ 0.8%, վիտամիններից 0.04 մգ A, 8-20 մգ C, 0.08-0.11մգ. B1:

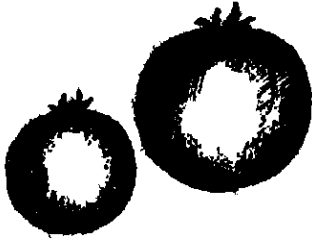
Կիրառությունը: Շաղգամի եփուկով լոզանքը օգտագործում են պոդագրայի դեպքում, հյութը՝ ասթմայի, չարորակ տենդի բուժման համար:

Գարեկիտվերը շաղգամը զովարանում է որպես միզամուղ, քունը նորմալացնող, ատամի ցավը հանգստացնող միջոց:

Բուխանը հյութը օգտագործել է հազի սլատճառով առաջացած խուպոտության բուժման համար: Ամիրդովլաթը նշում է, որ շատ շաղգամ ուտելը սրում է տեսողությունը, առատացնում է կերակրող մայրերի կաթը, միզամուղ է: Հյութով կարելի է օժել կրունկների ճաքերը, սերմերը թունազերծող հասկություն ունեն:

Ուռքերը գտնում է, որ շաղգամի, զազարի, խատուտիլի խառնուրդը (հյութի կամ սալաթի ձևով) շատ արդյունավետ միջոց է ատամների և բոլոր ոսկրային հյուսվածքների ամրացման համար: Նա օգտագործում է նաև շաղգամի տերևները, քանի որ նրանք մեծ քանակությամբ կալցիում են պարունակում:

## ՊՈՍԻՂՈՐ, ԼՈԼԻԿ (TOMATY)



Բաղադրությունը: Ջուր՝ 92-93%, ազոտային նյութեր՝ 1.2-1.3%, ճարպեր՝ 0.3-0.4%, շաքարներ՝ 2.5-2.7%, անազոտ նյութեր՝ 1.5%, բջջաթաղանթ՝ 0.8-0.9%, մոխրացող նյութեր՝ 0.6-0.65%, վիտամիններից՝ 1.2-1.6 A, 20-40 մգ C, 0.08-0.16 մգ B1, 0.05-0.07 մգ B2, օրգանական թթուներ ու աղեր:

Կիրառությունը: Բժիշկ Բոխիմը համարում էր, որ պոմիդորի հյութը կանխում է գլաուկոմայի ի հայտ գալը:

Պոմիդորով մոնոդիետան կարելի է կիրառել 8-10 օր:

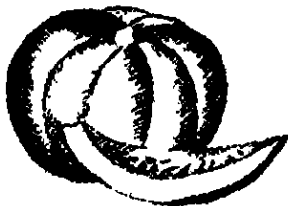
## ԾՆԵՔԵԿ (СИАРЖА)

Բաղադրությունը: Ջուր՝ 90%, ազոտային նյութեր՝ 3-3.5%, ճարպեր՝ 0.4-0.45%, էքստրակտային նյութեր՝ 4-5%, բջջաթաղանթ՝ 0.5-0.6%, մոխրացող նյութեր՝ 0.8%, նուկլեին, ֆոսֆորական թթու, ասպարազին, բավականին քանակությամբ վիտամին B, C:

Կիրառությունը: Հալենը, Պլինիոսը ծնեբեկը (ծնեփուկը) հանձնարարել են որպես միզամուղ, աղիների աշխատանքը կարգավորող, լյարդային, երիկամային հիվանդությունները բուժող միջոց: Ամիրդովլաթի տվյալներով՝ արմատի եփուկը հանգստացնում է ատամնացավը, հյութը քսում են ցավոտ տեղերին:

Ուտեղը գրում է, որ ծնեբեկի հյութը զագարի հյութի հետ բուժում է սակավարյունությունը, շաքարախտը, օգնում է ռևմատիզմի, ներիտի դեպքում:

## ԴԴՈՒՄ (ТЫКВА)



Բաղադրությունը: Ջուր՝ 94-95%, ազոտային նյութեր՝ 0.3-0.4%, ճարպեր՝ 0.06%, էքստրակտային նյութեր՝ 4%, բջջաթաղանթ՝ 0.6%, մոխրացող մնացորդ՝ 0.3-0.4%, վիտամիններից՝ 2.5-5 մգ C, 5 մգ A:

Կիրառությունը: Դդումը միզամուղ է, քունը նորմալացնող, լեղամուղ: Սերմերը ժապավենաձև որդերի դեմ են կիրառվում:

Ամիրդովլաթ Ամասիացին նշում է, որ դդումը օգտակար է կիրառել գլխային ուռուցքների, միսինգիտի դեպքում, այն փայլեցնում է ատամները, օգնում հազի ու կրծքային ցավերի բուժմանը: Թարմ հյութը օգնում է դեղնախտի, լյարդի հիվանդությունների դեպքում Մոխիրը օգնում է նյարդային խոցերի բուժմանը:

Պատեհին գրում է, որ եփված դդմի հյութը աչքի մեջ կաթեցնելուց մաքրում է դեղնախտի հետևանքով առաջացած աչքերի դեղնությունը, իսկ դդմի մոխիրը քացախի հետ մաքրմանից քսելու դեպքում բուժում է խոցերը, դադարեցնում վերքից արյունահոսությունը: Սերմերից ստացված յուղը նպաստում է ականջների ու աղիների հիվանդությունների բուժմանը: Եթե հասունացած դդմի վրա անցք բացվի և լցվի երկաթի մանր կտորներ ու ստվերում պահվի 40 օր, այնուհետև քամվի ծորացող սև ջուրը, այն մազերը կներկի խիտ սև գույնի: Չորացրած դդմի կեղևները օգնում են առնանդամի խոցերի դեպքում, եթե քսվում է կարագի հետ միասին:

### ՄԵՏՈՐ (ՎԵՇՈՔ)



Բաղադրությունը: Չուր՝ 61-62%, ազոտային նյութեր՝ 6-7%, ճարպեր՝ 0.1%, ածխաջրեր՝ 30-31%, մոխրացող մնացորդ՝ 1-1.2%, կալիում, նատրիում, մագնեզիում, քլոր, օրգանական թրուներ, եթերային յուղեր, B, C, D վիտամիններ.

Կիրառությունը: Եզիպտոսում սխտորը օգտագործվել է աչքերի բորբոքման, չունաստանում՝ օձի խայթոցների դեմ: Դիոսկորիդը առաջինն է սխտորը հանճնարարել ճիճուների դեմ: Պլինիոսը սխտորը հանճնարարել է ջրգողության, թույլ մարսողության, տենդի, ցինգայի, սպազմերի, հազի դեպքում:

Հնդիկ բժիշկները սխտոր են տվել ասթմայի, կաթվածի, ռևմատիզմի դեպքում: Միջին դարերում սխտորը յուղի հետ օգտագործում էին ժանտախտով չհիվանդանալու համար: Վրացիները սխտորը օգտագործել են ճիճուների, կատաղած շների կծածի դեմ, իսկ մեղրի հետ խառնելուց հետո դնում էին թարախտով վերքերին:

Լեկտերկը սխտորի օդերուրմը նշանակել է բորբախտով, բրոնխիալ ասթմայով հիվանդներին և ստացել դրական արդյունքներ:

Լորանը սխտորը համարել է քաղցկեղից ապահովագրման միջոց:

Սխտորի ջրաթուրմը կամ օդերուրմը համարում են նաև արյան բարձր ճնշումը իջեցնող, սրտազարկերի ուժգնությունը մեծացնող, միզամուղ, աթերոսկլերոզը բուժող միջոց:

Ամիրդովլաթ Ամասիացին համարում է, որ սխտորը մեծացնում է սեռական կարողությունը, բարելավում է դեմքի գույնը, բուժում թութքը, օգնում փայծաղի առողջացմանը, բուժում է կզեման: Օրական դոզան համարում է 3 խտամիկը:

### **ԱՎԵԼՈՒԿ (ՍԱՅԵԼԻՆ)**

**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 91-92%, ազոտային նյութեր՝ 2.75%, ճարպեր՝ 0.4%, էքստրակտային նյութեր՝ 3.5-4%, բջջաթաղանթ՝ 0.6%, մոխրացող նյութեր՝ 1.2-1.3%, վիտամիններից՝ 5 մգ A, 12-14 մգ C:

**Կիրառությունը:** Դիտակորիզը և Հալենը բույսի արմատների եփուկը նշանակում են դիզենտերիայի դեմ: Բոշչֆորը ավելուկի հյութով բուժել է տենդի այնպիսի դեպքեր, երբ այլ դեղամիջոցներ չեն օգնել:

Բուխանը ավելուկը կիրառել է դեղնախտի, մետեորիզմի, ցինգայի դեպքում: Կովկասում արմատներն ու սերմերը պնդացնող, լուծը վերացնող կիրառություն ունեն:

Ամիրդովլաթ Ամասիացին գրել է, որ սերմերը օգնում են արյունահոսությունների դեպքում, եթե արմատը ծեծվի, խառնվի քացախի հետ ու դրվի վերքի վրա:

### **ՃԱԿՆԴԵՂ (ՇԵԿՂԻԱ)**

**Բաղադրությունը:** Շաքար՝ 23-25%, պիզմենտներ, բազմաթիվ վիտամիններ, պրոտեիններ, մեծ քանակությամբ կալցիում, բազմաթիվ քիմիական էլեմենտներ, օրգանական միացություններ:

**Կիրառությունը:** Միզամուղ է, փորկապությունը վերացնող, հակաբորբոքային հատկություն ունի: Հյութը իջեցնում է արյան բարձր ճնշումը, բուժում մրսածությունը (մեղրի հետ խառնած վիճակում), օգնում է քաղցկեղի դեպքում: Արտաքին խոցերի ու վերքերի դեպքում ոչ միայն կարելի է ճակնդեղի հյութը խմել, այլև քսել վերքերին:

Ուտքերի՝ տվյալներով սակավարյունությունը բուժելու համար բազուկի թարմ հյութը ամենաարժեքավորն է: Պետք է այն կիսով չափ խառնել զազարի հյութի հետ և օրական խմել 3-4 բաժակ:

Եթե օգտագործում ենք ճակնդեղը մեղրի հետ, ապա կարելի է հետևյալ կերպ վարվել՝ թարմ հյութին ավելացրեք նույնքան մեղր և խմեք սուրճի բաժակով օրական 4-6 անգամ:

Ամիրդովլաթը նշում է, որ նրա եփուկով հոգնա կատարելը կօգնի գոտկատեղի ցավերին: Տերևները ծեծում և դնում են ուռուցքին, իսկ

զլխին դնելուց ոչնչանում են ոջիկները, ամրանում են մագերը: Դակնդեղը սննդի մեջ օգտագործելը մեծացնում է սեռական կարողությունը:



### ՊՂՊԵՂ (ՊԵՐԵՎ)

**Բաղադրությունը:** Պղպեղն իր կազմի մեջ ունի ջուր, ազոտային նյութեր, եթերային յուղեր, ճարպեր, բջջաթաղանթ, խեժեր, պիպերին, պիպերիդին, վիտամին C (100-400 մգ), P, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>:

**Կիրառությունը:** Հալենը պղպեղը օգտագործել է ստամոքսի քրոնիկական հիվանդությունների դեպքում: Մեզուեն պղպեղի յուղը կիրառել է կաթվածի, ձեռքերի դողդողոցի, էպիլեպսիայի, ունատիզմի, արգանդի հիվանդությունների, անոթների, երիկամների հիվանդությունների բուժման ժամանակ:

Պղպեղը C վիտամինի պարունակությամբ գերազանցում է բոլոր բույսերին, նրա բուժական հատկությունները դրանով են պայմանավորված: Կծու պղպեղի կազմում 10 անգամ ավելի շատ վիտամին C կա, քան քաղցր պղպեղում: Օրեկան 1-2 պտուղ օգտագործելը բավարարում է օրգանիզմի պահանջը վիտամին C-ի նկատմամբ:

Գիտական բժշկությունը պղպեղը կիրառել է սակավարյունության, ուժասպառության, վիտամինների պակասի, մարսողության խթանման դեպքում:

Ուտքերը հյութը օգտագործում է ցինգայի բուժման, մագերի, եղունգների ամրացման, քրոնազեղծերի աշխատանքի բարելավման համար:

Պղպեղի օդերուրմը բուսական յուղերի հետ քսում են մաշկին իշխախ բուժման ժամանակ: Գտնում են, որ պղպեղը հակացուցված է տասներկու մասնյա աղու խոցի, լյարդի հիվանդությունների դեպքում: Մեծ հաջողությամբ կիրառվում է նաև չորացված վիճակում:

### ՍՊԱՆԱԽ (Սոսիս)

**Բաղադրությունը:** Ջուր՝ 90-93.3%, ազոտային նյութեր՝ 2.1-3.4%, ճարպեր՝ 0.3-0.5%, Լքսուրակտային նյութեր՝ 0.7-3.2%, բջջաթաղանթ՝ 0.8-1.6%, մոխրացուցիչ նյութեր՝ 1.6-2%, հանքային աղեր, եր-

կաթ, վիտամիններից՝ 5 մգ A, 50 մգ C, 0.20 մգ B1, 0 06 մգ B2:

**Կիրառությունը:** Դեռևս եին Բարելոնում սպանախը մեծ քանակ-  
ներով օգտագործվել է կոկորդի ու բոբերի հիվանդությունների դեմ:

200 գր սպանախը պարունակում է այնքան կալորիա, ինչքան  
ծուն: Կիստելքոնը ապացուցել է, որ սպանախի քլորոֆիլը իր քիմիա-  
կան կազմությամբ մոտիկ է արյան հեմոգլոբինի կազմին և այդ առու-  
մով կարելի է օգտագործել սակավարյունության դեպքում:

**Հիվանդությունների բուժման անվանագանկ**

**Ա**

- Աղերի կուտակում-31,32
- Աղեփություն-7,9,10,17,20,22,40
- Աքերոսկլերոզ-16,21,27,32,35,41
- Այրվածք-9,11,34,35,38
- Արտրիտ-9,31
- Անպաղություն-37
- Անբնություն-34,40
- Անոթների հիվանդություն-12,13,21,25,29,37,38,43
- Աչքի հիվանդություններ-7,9,10,17,18,20,21,22,24,26,35,36,37,38,39,41
- Ախորժակի կորուստ-14,23,25,26,28,29
- Ավիտամինոզներ-12,26,33,35,36,41,42,43
- Ասցիտ-35
- Ատամների և բերանի խոռոչի հիվանդություններ-10,14,18,19,24,28,  
35,38,39,40
- Ականջի հիվանդություններ-11,28,32,36,40
- Արյունահոսություն-9,14,16,28,31,38,40,42
- Արյունաստեղծ-9,11,32
- Արյան վարակ-37

**Բ**

- Բրոնխիալ ասքմա-39,41
- Բրոնխիտ-10,25,29

**Գ**

- Գանգրենա-14,22,29
- Գաստրիտներ-26,34,35
- Գիմեկլոզոլիական հիվանդություններ-14,19,24,25,26,27,43
- Գլխացավ-17,22,34,38
- Գորտնուկ-9,12,32,34,37
- Գրիպ-26,29

**Դ**

- Դաշտանի խանգարումներ-9,10,18,30
- Դիաբեզ-29
- Դեղնախտ-9,13,19,22,24,29,31,40,42
- Դիֆտերիա-8,20
- Դիզենտերիա-9,10,12,22,25,29,41



**Ե**

Երիկամային հիվանդություններ-7,10,11,12,20,21,23,26,29,32,33, 40,43

Երեխաների աճին նպաստող-7,13,17,34

**Է**

Էկզեմա-17,26,28,29,41

Էպիլեպսիա-9,20,42

Էնտերոկոլիտ-13

**Ը**

Ընկնավորություն-34

**Թ**

Թորային հիվանդություններ-9,11,25,26,29,33,37,43

Թորախտ-9,16,19,38,41

Թուրք-11,14,23,25,26,32,37,41

Թունավորում-9,19,22,39

**Ի**

Իշխաս-43

**Լ**

Լեղամուղ-10,21,23,38

Լեղաքարային հիվանդություններ-24

Լնդախտ-16,21,29

Լուծողական-13,15,29

**Խ**

Խոցային հիվանդություններ-13,16,17,18,19,21,24,25,26,27,32,33, 34,35,37,38,40,42,43

**Ճ**

Ճաղիկ-18,26

Կ

Կազդուրիչ-13,17,19,23,27,35,43  
Կատաղած շան կծելու դեմ-12,17,18,41  
Կաթնաբեր-20,37,38,39  
Կաթված-41  
Կոսմետիկական միջոցներ-30,33,37,38,40,41,42  
Կրծքային հեղձուկ-18

Հ

Հազր հանգստացնող և խորխամուղ-9,10,12,14,19,20,21,25,36,37,  
38,39,40,41  
Հանգստացնող-33,38  
Հակաբեղմնավորիչ-20,35  
Հակամիկրոբային-12  
Հակաբորբոքային-12,15,19,20  
Հակալուծային-9,10,11,12,16,17,18,20,21,23,25,28,30,33,37,42  
Հակափսխեցուցիչ-8,13,30  
Հեպատիտ և լյարդի ցիրոզ-21,23,24,25,29,32,36,40,43  
Հոգեկան հիվանդություններ-33  
Հիպերտոնիկ հիվանդություններ-15,21,29,41,42  
Հիպոտոնիկ-28

Չ

Չեռքերի դողոց-10,42

Ճ

Ճիճկամուղ-8,10,11,13,18,20,31,34,36,37,40,41

Մ

Մազաթափություն և մաշկի թեփուտություն-10,11,18,19,20,24,26,  
28,36,39,42,43  
Մաշկային հիվանդություններ-9,12,14,17,18,19,21,28,38,39  
Մետեորիզմ-42  
Միզամուղ-12,15,23,25,29,30,31,32,33,36,38,39,40,41,42  
Միզափամփուշտի հիվանդություններ-12,20,25,26,30,31,35,36  
Միզաքարային հիվանդություն-22,30  
Միզուղիների բորբոքում-10,18,30,31  
Միջատների և սողունների խայթվածք-12,13,17,21,29,38,41

Ն

Նիհարեցնող-23,31,34  
Ներխաներ-14,16,19  
Ներուզներ-15,25,37

Շ

Շարարախառ-13,18,26,29,32,35  
Շիզոֆրենիա-9

Ո

Ոսկրային-10,39

Պ

Պատուկների ճաքեր-10,18,22,32  
Պողազրա-9,14,21,24,29,31,39  
Պոլիսերոզիա-14

Ջ

Ջերմությունը իջեցնող-14,18,24,25,28,30,33,37,38  
Ջրզողություն-11,14,24,36,38,41

Ռ

Ռախիտ-19  
Ռեանատիզմ-14,21,24,29,33,38,43

Ս

Սակավարյունություն-7,12,17,22,25,29,42,43  
Սեռական օրգանների հիվանդություններ-18,40  
Սեռական կարողության ուժգնացում-17,20,21,26,37,41,42  
Ստամոքսային հիվանդություններ-9,10,11,12,13,14,17,18,19,20,  
21,25,26,28,29,30,34,35,42  
Սրտի արատ-10  
Սրտամկանի ախտահարումներ-7,11,13,15,24,27  
Սրտախառնոցներ-13,21,29  
Սրտի ռիթմը կարգավորող-21  
Սնկային հիվանդություններ-13

**Վ**

Վխտիյիգո-12,33,37

Վերին շնչուղիների բորբոքում-7,10,11,12,17,18,21,23,25,26,29

Վերքերը բուժող-10,12,19,20,21,27,28,29,30,38,41,42

**Տ**

Տենդ-10,14,26,29,31,33,39,41

Տիֆ-14

**Ց**

Ցավ հանգստացնող-11,17,28,35

Ցրտահարություն-9,13,27,33,36

**Ու**

Ուռուցքներ-9,13,19,21,22,23,31,32,33,35,36,40,42

**Փ**

Փայծաղի հիվանդություններ-12,23,32,41

Փորկապարյուն-8,9,10,11,12,13,20,22,28,31,34,35,36,42

Փսխեցնող-29

**Ք**

Քաղցկեղ-23,24,27,29,37,41,42

Քարային եիվանդություններ-9,16,18,20,21,22,24,25,26,28,33,34,  
36,37,38

Քաշը ավելացնող միջոցներ-17

Քիթ կոկորդի հիվանդություններ-40,43

Քրտնամուղ-24,29

Քրտնաբուժությունը կարգավորող-9,10

ԱՍԼԱՆՅԱՆ Վ. Շ.

«ՄՐԳԵՐԻ ԵՎ ԲԱՆՁԱՐԵՂԵՆԻ ԲՈՒԺԱԿԱՆ  
ՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ»

Խմբագիր Լ. Բախշյան  
Սրբագրիչ Ջ. Գրիգորյան  
Ձևավորումը և նկարները Ա. Հակոբյանի



