

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O'RTA MAXSUS  
TA'LIM VAZIRLIGI

LI BORIS NIKOLAYEVICH

# XALQ TIBBIYOTI

*O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi tomonidan Oliy o'quv yurtlarining 5720100-Davolash ishi mutaxassisligi yo'nalishida tahsil olayotgan talabalari uchun darslik sifatida tavsiya etilgan*

Toshkent  
«Yangi asr avlodi»  
2008

Darslikda xalq tibbiyotining umumiy va xususiy masalalari yoritilgan, uning klassik va zamonaviy shakllari berilgan. Shuningdek, kitob asosiy vaqt ekstremal holatlarda amaliy ko'nikmalarni qo'llashni shakllantirish masalalariga ham bag'ishlangan.

Darslik tibbiyot institutlari talabalari uchun xalq tibbiyoti bo'yicha dasturga muvofiq yaratilgan.

**Taqrizchilar:**

**T.O. DAMINOV,**  
O'zR FA akademigi, professor,  
TTA yuqumli kasalliklar va bolalar  
yuqumli kasalliklari kafedrasini mudiri

**A.L. ALYAVI,**  
tibbiyot fanlari doktori, professor,  
O'zR SSV tibbiyot reabilitatsiya  
va terapiya ITI direktori

ISBN 978-9943-08-326-4

© B.N. Li. «Xalq tibbiyoti». Darslik. «Yangi asr avlodi» 2008-yil

## SO‘ZBOSHI

Yosh shifokorlarni tayyorlash sifatini oshirish Respublikamizdagi tibbiyot oliy o‘quv yurtlarining asosiy vazifasidir, bu vazifa esa faqatgina zamonaviy o‘quv adabiyotlari bilangina amalga oshadi. Biroq kafedra tashkil topgan 1996-yildan to hozirgacha tibbiyot institutlari talabalari uchun xalq tabobati bo‘yicha darslik yo‘q. Shu sababli ushbu darslikni yaratishga zarurat tug‘ildi. Darslik «Xalq tabobati» dasturi talablariga muvofiq va o‘qitishning zamonaviy texnologiyalarini e‘tiborga olgan holda tayyorlandi.

Davolash va tibbiy pedagogika fakultetlarining 5-kurs talabalari, shuningdek tibbiyot oliy o‘quv yurtlari professor - o‘qituvchilarini xalq tabobati bo‘yicha asosiy bilimlar bilan ta‘minlash va mamlakatimizda zamonaviy fan yutuqlari darajasida aholiga davolash-profilaktika yordamini tashkil qilish ushbu darslikning asosiy maqsadi qilib belgilangan.

Darslik boblari ham nazariy, ham amaliy materiallardan iboratdir. Darslikda igna sanchish konsepsiyasi, meridional qonun bo‘yicha refleksoterapiya nuqtalarini tizimlashtirish, biologik faol nuqtalarga ta‘sir o‘tkazish usullari, igna bilan davolashda kelib chiqishi mumkin bo‘lgan asoratlar va ularning oldini olish, xalq tibbiyotining shifobaxsh o‘simliklari va boshqa ma‘lumotlar ham mazkur darslikdan o‘rin olgan. Shuningdek, unda shoshilinch holatlarda xalq tibbiyoti amaliy ko‘nikmalarini qo‘llash usullariga asosiy e‘tibor qaratilgan.

Ushbu darslikka xalq tibbiyoti bo‘yicha sobiq SSSR, shuningdek xorijda nashr etilgan kitob materiallari va Toshkent Tibbiyot Akademiyasining uslubiy ishlari tajribasi asos qilib olindi.

Bu kitob xalq tibbiyotining barcha bo‘limlarini qamrab ololmaydi, biroq u o‘qituvchini xalq tibbiyotining asosiy qoidalari bilan tanishtirish imkoniyatiga ega.

Aytish joizki ushbu vazifa O‘zbekiston Respublikasi tibbiyot institutlarida kelgusida xalq tibbiyotini o‘rganish va rivojlantirishda birinchi qadam bo‘lib xizmat qiladi.

Barcha taklif va istaklar muallif tomonidan minnatdorchilik bilan kutib olinadi.

*LI B.N.,  
tibbiyot fanlari doktori*

## *I BOB*

### **XALQ TIBBIYOTI RIVOJLANISHINING QISQACHA TARIXI**

Xitoy, Tibet, Mongoliya, Yaponiyada bo'lgan davolash amaliyoti ming yillar davomidagi usullar va nozik tomonlari bo'lgan Sharq tabobati an'alariga ega. Ularning asosiysi organizmning shaxsiy resurslarini safarbar qilish, dori-darmonlarni kam miqdorda qo'llashdan iboratdir. Chunki dorilarni qabul qila olmaslik zamonaviy tibbiyotning muhim muammosi hisoblanadi.

Dori-darmonsiz samarali davolash usuli sifatida turli sohadagi shifokorlar igna terapiyasi bilan qurollanadigan vaqt keldi.

Biz igna bilan davolashning amaliy tomoniga ko'proq hissa qo'shishni zarur deb bildik, shuning uchun refleksoterapiya an'analari mexanizmlari haqidagi zamonaviy tasavvurlar va 14 klassik meridianlarga qisqacha to'xtaldik.

Chjen-szyu-terapiya usulining nomi quyidagilarni bildiradi: «chjen» – ukol va «szyu» – kuydirish. Bu usul tana nuqtasini aniqlashda ukol qilish yoki kuydirish usulini o'z ichiga oladi.

#### **Igna sanchish ta'sir mexanizmi haqida zamonaviy tasavvurlar**

Igna bilan davolash mexanizmlarini o'rganishga V.G. Vogralik, I.I. Ruseskiy, E.D. Tikochinskaya, D.M. Tabayeva, R.A. Durinyan, V.S. Goydenko, E.L. Macheret, Gavaa Luvsan va boshqalar katta hissa qo'shdilar.

I.I. Ruseskiy bilan hammualliflikda (1962-y.) yozilgan qo'lanmada keltirilishicha, igna sanchish ta'sir mexanizmining tahlilini mahalliy, segmentar va umumiy serebral, shubhasiz o'zaro aloqador bo'lgan ta'sirga bo'lish maqsadga muvofiqdir. Igna to'qimaga qanchalik chuqur kirsam, differensirlangan retseptorlarning umumiy ta'siri kam bo'ladi. Igna sanchishning o'ziga xosligi, uning barcha boshqa reflektor usullardan farqi va xususan, organizmga teri yoki shilliq qavat orqali davo ta'siri

jismoniy terapiya hisoblanadi. Bu birinchidan, igna sanchishda ta'sir kichik zonaga tushadi, mazkur jarayon esa nuqtali ta'sir deyiladi.

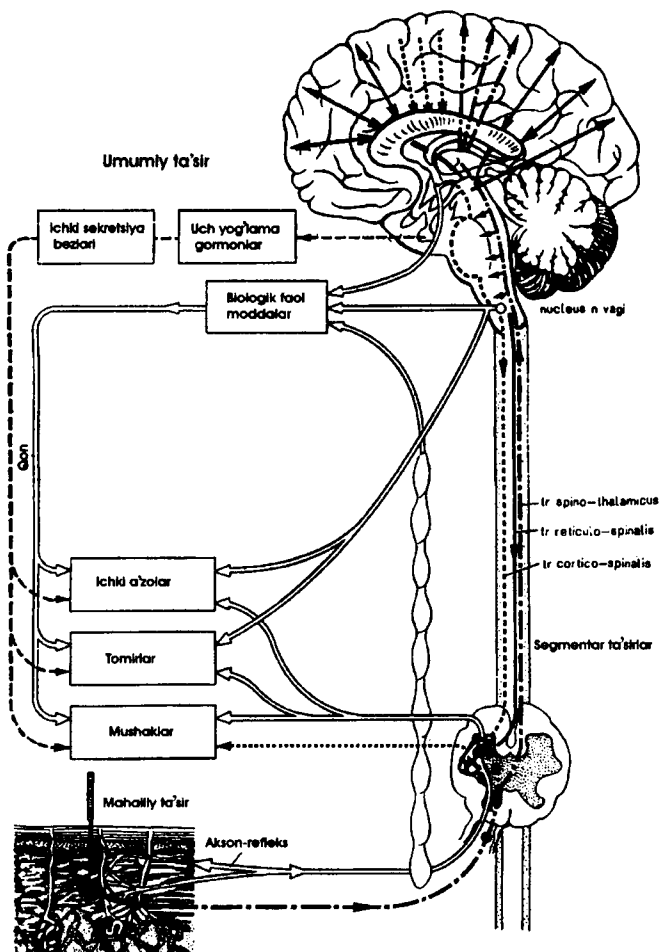
Ikkinchidan (igna sanchish ta'sirining o'ziga xosligini tushunish uchun ayniqsa muhim bo'lgan), nafaqat va terida joylashgan birmuncha sezuvchanlik (eksteroretseptorlar) uchi ta'sirlanadi, balki bevosita teri osti hujayralari, mushaklar, boylamlar, perinevral va perivaskulyar chigallarda igna yo'li bo'yicha uchraydigan proprio-baro-xemo-va angioresep-torlarning mexanik ta'siri o'ringa ega. To'qimaga igna kirgizishda organizm tomonidan mahalliy, segmentar va umumiy ta'sir kelib chiqadi (1-rasm).

Turli nerv elementlarining chuqur ta'sirlanishi proprioretseptiv sezuvchanligi ma'lumki, faol nuqtaga ma'lum chuqurlikka tormozlash usuli bilan ignani kiritishda kelib chiqadigan belgilarning paydo bo'lishi bilan xarakterlanadi va har xil sezgilar (uvishish, jizillash, bosim, «elektr toki yurishi», shishish, iliqlik) bilan tushuntiriladi.

Bu sezgilar ukol natijasida kelib chiqadigan og'riqning paydo bo'lish sezgisi bilan yoki teridan ignaning o'tishi vaqtida asosan sodir bo'ladigan sezuvchan nerv uchlarining ta'sirlanishidan ko'ra, tomir ta'sirlanishida o'zining a'lo darajadagi xarakteri bo'yicha obyektiv aksini topadi.

Mahalliy ta'sir, bunda kelib chiqadigan impulslar oqimi afferent yo'li asab ustuni va perivaskulyar bog'lamlar ichidan o'tuvchi somatik va vegetativ tolalar bo'yicha markazga intiladi, tegishli joyga ta'sir ko'rsatilganda, orqa miya segmentlari va asab tizimi bo'limlarida (miya o'qi, retikulyar formatsiya, bosh miya qobig'i sohasi va qobig'i) ham umumiy ta'sirini rivojlantirib, segmentar ta'sir keltirib chiqaradi. Umumiy ta'sir markaziy asab tizimining birmuncha yuqori bo'limlari – gipotalamus limbiko-retikulyar tizimini jarayonga jalb etish bilan xarakterlanadi. G.N. Kassil (1975) ta'kidlaydiki, qonda ba'zi gormonlar, mediatorlar va metabolitlar tarkibi ko'paya boradi va boshqalari esa kamayadi. Katexolaminlar, asetilxolin, gistamin, serotonin, kortikosteroidlar, kininlarning o'zaro munosabati o'zgaradi.

Bularning barchasi jismoniy faoliyatning buzilishini tiklashga va gomeostazni me'yorga keltirishga olib boruvchi, vegetativ-gumoral kompleksning faolligi va reaktivligini qayta qurishga olib keladi. Bu esa igna sanchish harakati asosida murakkab neyrogumoral mexanizm yotadi deb hisoblashga asos bo'ladi, ta'sir o'rni va usuli, ta'sirga javob xarakteri va yo'nalishga qaraganda, ta'sir tushadigan funksional fon muhim rol o'ynaydi.



1-rasm. Organizmga igna sanchishning mahalliy, segmentar va umumiy ta'siri (A.M. Veyn ma'lumoti bo'yicha)

Masala shundaki, ichki kasalliklarda – yuza yoki chuqur retseptorlarni ta'sirlash, qay bir ta'sir ko'proq davolash ahamiyatiga ega – bu batamom o'z yechimini topgan deb hisoblashga asos bo'lmaydi. Teri yuzasi retseptorlari yupqa differensiyalangan apparat hisoblanadi va chamasi Xitoycha igna sanchish uchun katta rol o'ynamaydi.

Igna sanchish qoidasi ukolning juda kam og'riqli bo'lishi hisoblanadi. Shunday ekan, bunday holda teri retseptorlarining ta'sirlashi boshlang'ich «ishga tushuvchi» ahamiyatga yoki po'stloq fiksatsiyasi turiga ega. Chuqur retseptorlar boshqa tur, ya'ni o'z xarakteri bo'yicha – diffuz, sust ta'sir manbalar hisoblanadi va ichki a'zolar holatiga samaraliroq ta'sir ko'rsatadi.

Boshqa mualliflar fikri bo'yicha esa igna sanchish mexanizmidagi gumoral omillar, og'riq sezgilarini blokirlovchi biologik faol moddalarning (mediatorlar, gormonlar) ajralishi katta ahamiyatga egadir.

E.D. Tikochinskaya (1959, 1966) va V.G. Vogralik o'tkazgan tadqiqotlar igna sanchish leykositlarga stimullovchi ta'sir ko'rsatadi, fagositlar faolligini oshiradi, antitelalar miqdorini ko'paytiradi va organizmning himoya kuchini oshiradi.

Igna sanchish mexanizmi haqida yana bir nechta farazlar bor, biroq hali barcha tan olgan igna sanchish samarasining barcha yashirin tomonlari va qadimgi Sharq refleksoterapiyasining boshqa usullarini zamonaviy darajada tushuntirib beradigan umumiy konsepsiya yaratilmagan.

Shunday qilib, chjen-szyu terapiyasi teri qoplaminin chuqur bo'limlaridagi refleksoterapiya hisoblanadi. Xitoy xalq tabobatining katta xizmati uning chuqur refleksoterapiyani ishlab chiqishi bilan xarakterlanadi. Chjen-szyu terapiyasi uchun davolash vaqtida qachonki igna «xitoy nuqtasida» (uvushish, og'irlik, zirqirash va b.) bo'lganda, ma'lum bir sezgi turini his qilish muhim omil hisoblanadi.

## **Sharq va G'arb tibbiyoti**

G'arb tibbiyoti kasalliklar sababini tashqi omillar deb hisoblaydi (masalan, viruslar va mikroorganizmlar), Sharq tibbiyoti esa kasallik manzarasini ichki omillar orqali ko'rib chiqadi (masalan, organizm himoya faoliyatining kuchsizlanishi). Shuning uchun G'arb tibbiyotining asosiy davolash usuli tashqi omillar ta'siriga barham berish, to'xtatish, Sharq tibbiyotida esa davolash kasalliklarga qarshi organizmning ichki himoya ta'sirini ishlab chiqish va mustahkamlashni nazarda tutadi (1-jadval).

G'arb tibbiyotidan farqli o'laroq Sharq tibbiyoti tabiiy mahsulotlardan tayyorlangan tibbiy preparatlardan ko'proq foydalanadi.

### Sharq va G'arb tibbiyotining farqli jihatlari

Sharq tibbiyoti	G'arb tibbiyoti
Falsafiy yondashuv	Ilmiy yondashuv
Har tomonlamalik	Diskretlik
Yaxlit bir butunlik tushunchasi	Ajralganlik
«Ichki tomondan» yondashuv	Jarrohlik yondashuvi
Model asos qilib olinadi	Kasallik asos qilib olinadi
Nazariy yondashuv	Eksperimental yondashuv
Shaxsiy tibbiyot	Ijtimoiy tibbiyot
Konstitutsional himoya	Bakteriologiya
Suyuqlik patologiyasi	Bakterial patologiya
Subyektiv belgilarga urg'u beriladi	Obyektiv belgilariga urg'u beriladi
Tabiiy dori vositalari	Kimyoviy dori vositalari

G'arb va Sharq tibbiyoti bir-birini to'ldiradi.

Sharq tibbiyotining ta'sir doirasi quyidagilarda namoyon bo'ladi:

– diagnostika va organizm faoliyati bilan bog'liq kasalliklarni davolashda;

- erta diagnostika va degenerativ kasalliklarning oldini olishda;
- epidemiologiya diagnostikasi va davolashda.

G'arb tibbiyoti fazilatiga esa quyidagilarni kiritish mumkin:

- jarohatlarga diagnoz qo'yish va davolash;
- gigiyena sohasidagi kasalliklar diagnostikasi va ularning oldini olish (bakteriologiya va virusologiya);
- a'zolar tuzilmalarining shikastlanishini davolash.

Har bir tabobatning kuchli tomoni birining boshqasidan ustun turishini ta'kidlamaydi, balki ularning o'zaro bir-birini to'ldirishini namoyon qiladi. Shunday qilib, zamonaviy bosqichda tibbiyotning rivojlanishi, kasalliklarni davolash yutuqlariga yangidan-yangi G'arb usullarini Sharq tibbiyotining eng samarali usullari bilan uyg'unlashtirgan holda erishish mumkin.

#### Nazorat savollari

1. «Chjen-szyu-terapiya» usulining nomi nimani bildiradi?
2. Faol nuqtaga igna kiritganda organizmda qanday ta'sirlar yuzaga keladi?
3. Qaysi asab tizimi bo'limi jalb qilinganda umumiy ta'sir xarakterlanadi?
4. Igna sanchish leykositlarga qanday ta'sir ko'rsatadi?
5. Sharq va G'arb tibbiyoti belgilarining farqli tomonlarini tavsiflang.



## II BOB

### QADIMGI SHARQ AN'ANAVIY TIBBIYOTIDA FALSAFIY KONSEPSIYALARNING AHAMIYATI

#### In-Yan konsepsiyasi

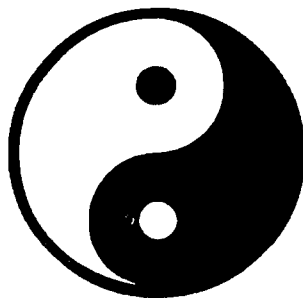
Qadimgi Sharq amaliy tibbiyoti asosida In-Yan va u-sin falsafiy ta'limoti yotadi. Har bir predmet va jonzot, har qanday tabiat hodisasi o'zida ikki tomonni – in va yan (nur va zulmat, sovuq va issiq)ni mujassam qiladi (2-rasm). Ushbu boshlanishlarning qarama-qarshi kurashlari tufayli dunyo va barcha tirik mavjudotlar mavjuddir. Me'yordagi sharoitlarda ushbu qarama-qarshiliklar orasida nisbiy muvozanat, garmoniya saqlanib turadi, patologik sharoitlarda esa in yoki yan kasallik sababi bo'lishi mumkin. Shunday qilib, barcha davolovchi tadbirlarning bosh maqsadi in va yanni nisbiy muvozanat holatiga qaytarish bo'lishi lozim.

Yan a'zosining klassik interpretatsiya faoliyati bu – «quvvat» ishlab chiqish joyi, in a'zolari esa «quvvat» deposi yoki «quvvatni» yutish joyidir. Yan meridianlari bo'shliq a'zolarga (fu – a'zolarga) yo'g'on ichak, oshqozon, ingichka ichak, siydik pufagi, o't pufagi va tananing uch bo'shlig'iga mos keladi. In meridianlari (chjen – a'zolar) yurak, taloq, buyrak, jigar va perikard parenximatoz hisoblanadi.

Perikard va tananing uch bo'shlig'i o'zining meridianlarni «boshqaruvchi», o'z morfologik asosiga ega emas, balki ularning meridianlarini aks ettiradigan «funktional tizim» hisoblanadi.

Ancha keyin, 12 asosiy meridianlardan tashqari yana ikkita, shuningdek morfologik asossiz «funktional tizim» hisoblanadigan orqa va old o'rta meridiani kashf etilgan. Orqa o'rta meridiani barcha yan meridianlarida yan-quvvatni, barcha in meridianlarida old o'rta in quvvatni boshqaradi.

In va yan orasidagi qarama-qarshilik bu – ziddiyatlar, predmet va tabiatdagi tirik mavjudotlarda ikkala qarama-qarshiliklar kurashini teran tushuntirib berishdir. Demak,



2-rasm. Xitoy monadasi

nur va zulmat, qo'zg'alish va to'xtash, issiq va sovuq va hokazolar in-yan konsepsiyasi nuqtai nazari bilan bir butunlik va qarama-qarshiliklar kurashini aks ettiradi. Doimiy kurash va bir-birini surib chiqarishga intilish dunyoda hodisalarning o'zgarishi va rivojlanishida harakatlantiruvchi kuch bo'lib xizmat qiladi.

Shunday qilib, in va yan bir vaqtning o'zida ham qarama-qarshi, ham o'zaro bog'liq bo'ladi va bir-biriga tayangan holda yagona organizmda o'zaro mavjuddir.

Zamonaviy fikrlar bo'yicha, in yanning buzilgan balansini tiklash masalasi bu – gomeostazni organizm himoya kuchini stimullash yo'li bilan tiklash masalasidir.

### **U-Sin konsepsiyasi**

Qadimgi Sharq falsafasiga ko'ra, u-sin konsepsiyasi dunyodagi barcha hodisalarning besh asosiy elementi (daraxt, olov, yer, metall, suv) butun moddiy dunyoning dastlabki asosi degan ta'limotni targ'ib qiladi (3-rasm).

Besh asosiy element konsepsiyasida inson organizmi fiziologiyasi va patologiyasi orasidagi organizm va tashqi muhit orasidagi munosabat tushuntiriladi.

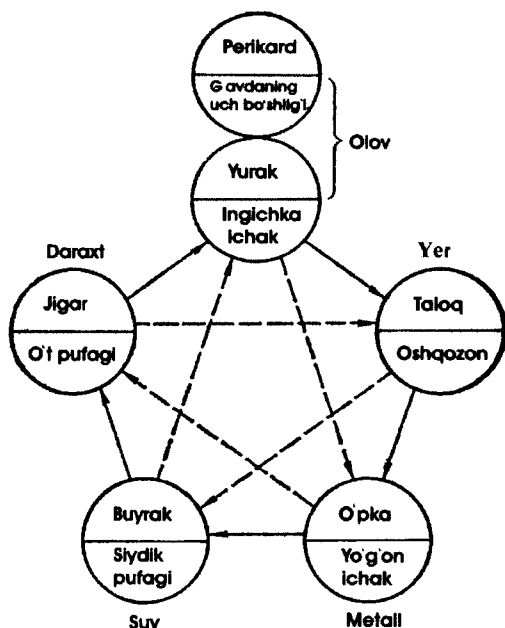
U-sin nazariyasida beshta asosiy element orasidagi munosabatning quyidagi turlari aniqlanadi: normal o'zaro stimullovchi va o'zaro jabrlovchi aloqalar, patologik – ortiqcha va qarama-qarshi jabrlovchi ta'sir.

Besh asosiy elementning o'zaro stimullash tartibi quyidagicha: daraxtdan olov kelib chiqadi, olovdan yer, metall dan suv, suvdan daraxt kelib chiqadi. Har bir asosiy element bir vaqtning o'zida stimullaydigan va stimullanadigan hisoblanadi.

Narsa va hodisalar orasidagi tabiiy o'zaro aloqalar ham stimuly beruvchi, ham chegaralovchi aloqada bo'lishi kerak. Stimulsiz rivojlanish ham bo'lmas edi, chegaralanmagan rivojlanish va o'sish esa zarar keltirishi mumkin edi.

Masalan, daraxt olovga stimuly beradi va shu bilan birga yerni jabrlaydi, yer esa o'z navbatida metallga stimuly beradi va suvni jabrlaydi.

Shu tariqa stimulyatsiya jabrlash bilan chegaralanadi, jabrlash esa stimulyatsiya bilan to'lib boradi, ya'ni bu ta'sirlar tufayli narsa va hodisalarning (garmoniya) normal rivojlanishini ta'minlovchi zarur (fiziologik) muvozanat o'rnatiladi.



**3-rasm.** Asosiy a'zolar va ular meridianlarining besh asosiy element bilan o'zaro ta'siri: katta doira ichidagi strelka chegaralangan (destruktiv) aloqani bildiradi; stimullovchi aloqalar katta doira aylanasi bo'yicha ko'rsatilgan

Besh asosiy elementlardan birining me'yordan ortishi yoki yetishmaslik holatida ular orasida me'yoriy bo'lmagan, ortiqcha va qarama-qarshi jabrlovchi ta'sir sifatida belgilanadigan patologik o'zaro ta'sir kelib chiqadi.

Me'yordan ortiq jabrlovchi ta'sirda haddan tashqari patologik jabrning o'zaro ta'sir ko'rsatuvchi ikki tomondan biri zaiflashib namoyon bo'ladi.

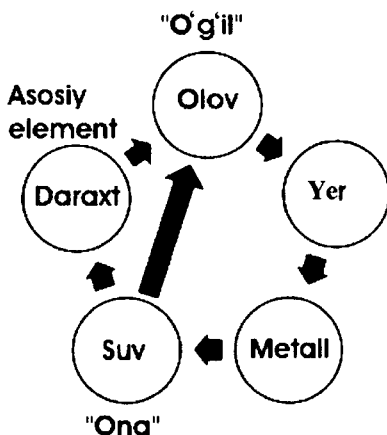
Asosiy elementlardan birining me'yordan oshishi va yetishmovchiligi – patologiya natijasida kelib chiqadigan ortiqcha va qarama-qarshi jabr ko'pincha bir vaqtda namoyon bo'ladi. Masalan, agar asosiy element – daraxt me'yordan oshsa, bu holda u asosiy elementga qarama-qarshi jabrlovchi ta'sir o'tkazadi. Agarda asosiy element – daraxt yetarli bo'lmasa, aksincha, u bir vaqtning o'zida asosiy element yer tomonidan qarama-qarshi jabr va asosiy element metall tomonidan me'yordan ortiq jabrni his qiladi.

An'anaviy tibbiyotda u-sin konsepsiyasi asosida inson organizmi fiziologiyasi va patologiyasi orasidagi, organizm va tashqi muhit orasidagi munosabat, shuningdek og'riqli holatning rivojlanish sabablari va mexanizmlari tushuntirib beriladi.

### «Ona-o'g'il» qoidasi

U-sin konsepsiyasi asosida qayerda quvvat buzilgan bo'lsa, meridianda «quvvat oqimini» kuchaytirish yoki kamaytirishga imkon beradigan igna sanchish bilan davolashning «ona-o'g'il» qoidasi ishlab chiqilgan. Asosiy element «ona» oziqlantiruvchi quvvat uzatishga qobiliyatli, asosiy element «o'g'il» esa respient, ya'ni quvvat oluvchidir. Agar asosiy elementlardan (meridianlardan) birida patologiya kelib chiqqani holda buzilgan meridianga bevosita ta'sir ko'rsatish shart bo'lmasa, u holda «ona-o'g'il» qoidasi qo'llaniladi. Ushbu qoidaga muvofiq uch asosiy element (meridianning) ko'rib chiqiladi: buzilgan quvvat bilan, undan ilgari, buzilishdan keyingi (4-rasm).

Agar buzilgan meridianda (masalan, jigarda, daraxt) ortiqcha quvvat aniqlansa, u holda «o'g'il» (yurak, olov) meridianining tonusni ko'ta-



**4-rasm.** «Ona-o'g'il» qoidasi. Asosiy uch element (yoki ularga muvofiq meridianlar) ko'rib chiqiladi: buzilgan energiya bilan unga o'tgan asosiy elementning siklda aloqalarni stimullashi «ona», navbatdagisi esa «o'g'il» deb nomlanadi

ruvchi nuqtasiga yoki «ona» (buyrak, suv) meridianining sedativ nuqtasiga ta'sir o'tkazish mumkin.

Buzilgan meridianda (daraxt) quvvat yetishmagan holatda «ona» (suv) meridianining tonusni ko'taruvchi nuqtasiga yoki «o'g'il» (olov) meridianning sedativ nuqtasiga ta'sir o'tkaziladi.

#### **Nazorat savollari**

1. An'anaviy tibbiyot konsepsiyalari va ularning ahamiyatini aytib bering.
2. In-yan falsafiy ta'limotini tavsiflab bering.
3. Yan meridianlarini sanab bering.
4. In meridianlarini sanab bering.
5. U-sin konsepsiyasi nimadan iborat?
6. Besh asosiy element orasidagi o'zaro munosabat turlari qanday bo'ladi?
7. «Ona-o'g'il» qoidasi qaysi konsepsiyaga asoslanadi?
8. «Ona-o'g'il» qoidasi bo'yicha davolashning o'ziga xosligi nimada?

### *III BOB*

#### **REFLEKSOTERAPIYA NUQTALARI TOPOGRAFIYASI VA ULARNI MERIDIAN QOIDASI BO'YICHA TIZIMLASHTIRISH**

Hozirgi vaqtda 1500 dan ortiq ta'sir nuqtalari ma'lum, ulardan 670 tasi meridianlarda, 543 nuqta meridianlaridan tashqarida joylashgan, 458 ta «yangi» nuqta va 200 ga yaqini – aurikulyardir.

Siklning davomiy emasligini hisobga olgan holda biz faqat 14 ta doimiy klassik meridianlar (2-jadval) lokalizatsiyasiga to'xtalib o'tishni maqsadga muvofiq deb bildik va mumkin qadar ko'p tarqalgan kasalliklarda klinik tibbiyotning zamonaviy bo'limlari bilan muvofiq ravishda refleksoterapiyani qo'llash malakasini o'zlashtirishga ko'proq vaqt ajratdik.

Biz meridianlarning faqat o'sha nuqtalari, shuningdek meridianlardan tashqaridagi o'sha, biz tomondan tavsiya etilgan retseptlarda eslatib o'tilgan nuqtalarni keltiramiz.

Meridian nuqtalari meridianning fransuzcha indeksi bilan xalqaro raqamlashtirish tizimi va ruscha transkripsiya bilan xitoycha nomda beriladi.

Ko'plab adabiyotlarda keltirilganidek, nuqtalarning joylashish o'rnini ko'rsatishda biz «sun» tushunchasidan foydalanamiz (5-rasm, 3-jadval), ukol chuqurligi metrik tizimda beriladi.

#### **Meridianlar topografiyasining asosiy ma'lumotlari va refleksoterapiya nuqtalari**

##### **O'pka meridiani (I; P; Lu; L)**

O'pka meridiani qo'l in meridianlari tizimiga kiradi. Juft meridian, ya'ni o'zaro bir-biri bilan aloqada bo'ladigan chap va o'ng meridianlarga ega (6-rasm).

Klassik konsepsiyaga muvofiq, meridian tananing o'zaro bo'shlig'idan chiqadi va dastlab pastga yo'g'on ichakka tushadi, keyin esa oshqozonning kardial qismini chetlab o'tib, yuqoriga ko'tariladi va diafragma singib, ikkita o'zak – chap va o'ng o'pkaga bo'linadi.

## Meridianlar nomlanishi va ularning qisqacha ifodalalanishi

Xalqaro tizim bo'yicha raqamlash kanallari	O'zbekcha	Xitoycha	Fransuzcha	Nemischa	Inglizcha
I	O'pka meridiani	Shou-tay-in-fey-szin	Poumons (P)	Lunge (Lu)	Lungs (L)
II	Yo'g'on ichak meridiani	Shou-tay-yan-da-chan-szin	Grosintestin (GI)	Dickdarm (Dd, Di)	Large intestine (Li)
III	Oshqozon meridiani	Szu-yan-min-vey-szin	Estomac (E)	Magen (M)	Stomach (S)
IV	Taloq – me'da osti bezi meridiani	Szu-tay-in-pi-szin	Rate-Pancreas (RP)	Milz-Pankreas (MP)	Spleen (Sp)
V	Yurak meridiani	Shou-shao-in-sin-szyan	Coeur (S)	Herz (H)	Heart (H)
VI	Ingichka ichak meridiani	Shou-tay-yan-syao-chan-szin	Intestin Grele (IG)	Dunndarm (Du)	Small Intestine (Si)
VII	Siydik pufagi meridiani	Szu-tay-yan-pan-guan-szin	Vessie (V)	Blase (B)	Bladder (B)
VIII	Buyrak meridiani	Szu-shao-in-shen-szin	Reins (R)	Nieren (N)	Kidney (K)
IX	Perikard meridiani	Shou-szyue-in-bao-lo-szin	Maitre du Couer (MC)	Kreislaufsexus (KS)	Circulationsex (Cx)
X	Tana «uch bo'shlig'i» meridiani	Shou-shao-yan-san-szyao-szin	Trois Rechau-fleurs (TR)	Drei-Heizer (3ZE)	Three Heartes» (T)
XI	O't pufagi meridiani	Szu-shao-yan-dan-szin	Vesicule Biliaire (VB)	Gallenblase (G)	Gall Bladder (G)
XII	Jigar meridiani	Szu-szyue-in-gan-szin	Foie (F)	Leber (Le)	Liver (Liv)
XIII	Orqa o'rti meridiani	Du-may	Tou-Mo (TM, T)	Gouveneur (TM, VG)	Governing Vessel (GV)
XIV	Old o'rti meridiani	Jen-may	Jenn-Mo (JM, J)	Conception (JM, VC)	Conception Vessel (CV)

## Tana sohasining standart sonda proporsional qismlarga bo'linishi

Anatomik soha	Chiziq	Standart sonda bo'linishi
Bosh	O'rta chiziq: qanshar usti – ensa do'm-bog'ining yuqori chekkasi	12
Qorin	Xanjarsimon o'siq negizi – kindik	8
Qo'l sohasi	Kindik – qov simfizining yuqori chekkasi	5
	Elka: tirsak burmasi – old qo'ltiq burmasi	9
	Bilak: bilak – kaft bo'g'imi burmasi – tirsak burmasi	12
Oyoq sohasi	Son: tizza ko'zining yuqori chekkasi – chov burmasi	12
	Taqim burmasi – dumba burmasi	13
	Boldir: tashqi to'piqning yuqori chekkasi – taqim burmasi	15
	Ichki to'piqning yuqori chekkasi – taqim burmasi	14

Meridian o'pkadan kekirdak orqali «ta'sir uchun qulay» bo'ladigan – meridianda tashqi yurishning boshlanishi (yuqorida belgilangan «meridianning o'tishi» ichki yurishdan va bu qismga to'g'ri ta'sirdan iborat) o'mrov suyagi ostidan chiqadi. O'mrov osti sohasidan u qo'ltiq osti chuquriga yo'naladi va yuqori qo'l sohasining medial yuzasi bo'yicha boradi (yelkada – ikki boshli mushaklarning tashqi chekkasi bo'yicha, tirsak sohasida – bilak suyagining old chekkasi bo'yicha bilak arteriyasining yurishiga muvofiq).

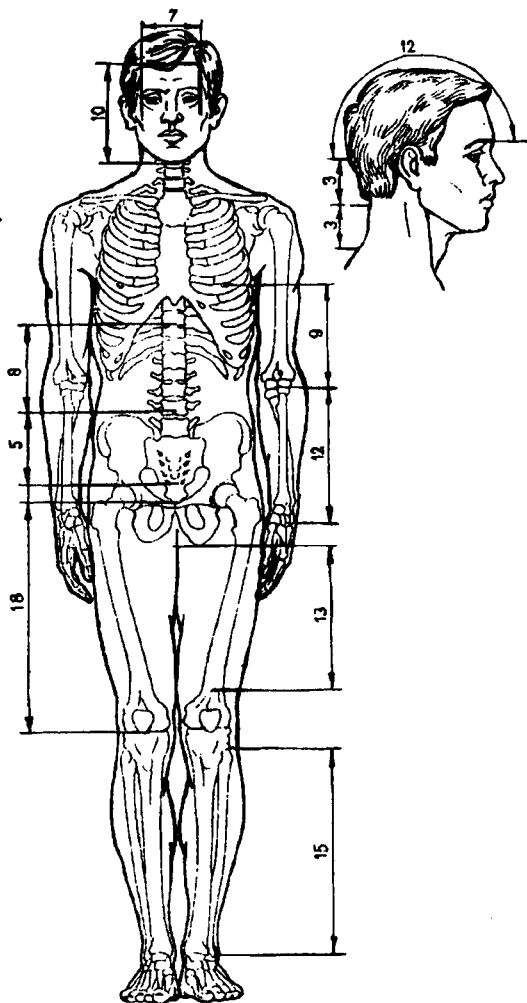
Qo'l panjasi sohasida meridian bosh barmoqning balandligi bo'yicha o'tadi va 1 barmoq nuqtasi shao-shan ( $P_{11}$ ) tirnoq o'rnining ichki chekkasida tugaydi.

Meridianda «quvvat yuborish» markazdan qochishdir. An'anaviy nuqtai nazar bilan o'pka meridiani o'zida faqat morfologik substratni, barcha nafas olish va teri tizimidan iborat bo'lgan bir qancha funksional tizimni birlashtiradi.

Xitoy xalq tibbiyotining klassik qonunlari o'pkaning asosiy faoliyatini quyidagicha belgilaydi:

1. O'pka modda almashuv va nafas olish darajasini nazorat qiladi.



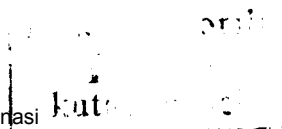


5-rasm. Tana sohasining proporsional sonlarda ifodalangan sxematik tasviri

2. O'pkadagi patologik o'zgarishlar teri, soch va ter bezlari faoliyati holatiga ta'sir ko'rsatadi.

3. O'pka faoliyatlari o'zaro chambarchas bog'langan burun – halqum, hiqildoq, bodomsimon bezlar, kekirdak va bronxlarni nazorat qiladi.

021196



Nafas olish faoliyatining yomonlashuvi ko‘pincha burundan nafas olish faoliyatining yomonlashishiga olib keladi, bundan «burun – o‘pkaning ko‘zgusi» degan tushuncha kelib chiqadi.

Shunga o‘xshash faoliyatni aniqlash akupunkturalar (igna sanchib davolash usuli) amaliyotida o‘z tasdig‘ini topadi. Shunday qilib, ushbu meridian nuqtasiga sanchish burun - halqum, kekirdak, bronxlar va o‘pka, shu bilan birga bronxial astma kasalliklariga ko‘pincha ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. Shuningdek, yuz va yuqori qo‘l sohasi og‘riqlarida meridian nuqtasiga ta‘sir o‘tkazish samaralidir.

Ekzema, allergik toshmalar va boshqa kasalliklarda meridianning biologik faol nuqtasida (BFN) akupunkturalarning samarali qo‘llanishi, o‘pkaning teri faoliyatiga ta‘siri haqidagi qadimgi konsepsiyani tasdiqlaydi. Jarrohlik amaliyotida meridian nuqtalaridan quloqqa mos bo‘lgan o‘pka nuqtasiga ta‘sir o‘tkazish bilan birga terini kesishda foydalaniladi.

Shuni yodda tutish lozimki, meridianning eng faol vaqti bu – soat 3 dan soat 5 gacha (barcha meridianlarning faol vaqti 4-jadvalda keltirilgan) bo‘lgan vaqt oralig‘idir va bu davrda meridianlar ko‘proq «ishlovga keladigan» tonusni ko‘taruvchi ta‘sirga ega bo‘ladi. Uning minimal faollik vaqti – soat 15 dan 17 gacha va bu vaqtda meridianni to‘xtatish oson.

Qadimgi shifokorlar tomonidan alohida a‘zolarining sanab o‘tilgan bioritmlari zamonaviy klinik kuzatuvlarda ham tasdiqlanmoqda. Shuningdek, klinisistlarga yaxshi ma‘lumki, bronxial astma xurujlari ko‘pincha erta tongda, ya‘ni soat 3 dan 5 gacha bo‘ladi, bu an‘anaviy sharhlarga muvofiq o‘pka meridianida quvvatning maksimal faoligidir.

Akupunkturalar amaliyotida shuningdek «me‘yordan oshish» (o‘tkir respirator kasalliklarini eslatadigan – haroratning ko‘tarilishi, kaftning qizishi, baland yo‘tal, tomoq og‘rishi, bronxial astma) yoki «yetishmovchilik» (bu ko‘pincha surunkali o‘pka jarayonlari yoki teri faoliyatining buzilishi bilan kechadigan kasalliklarda qichish, sovuqqa oqizlik, bo‘g‘iq, yo‘tal, ko‘krak qafasidagi og‘riq, shuningdek ushbu sindrom uchun xarakterlidir) sindromlari ajralib turadi. Ushbu ma‘lumotlarni bilish ma‘lum ma‘noda ignarefleksoterapiyada xatolarni tuzatishga yordam beradi.

## Meridianlarning faollik vaqti

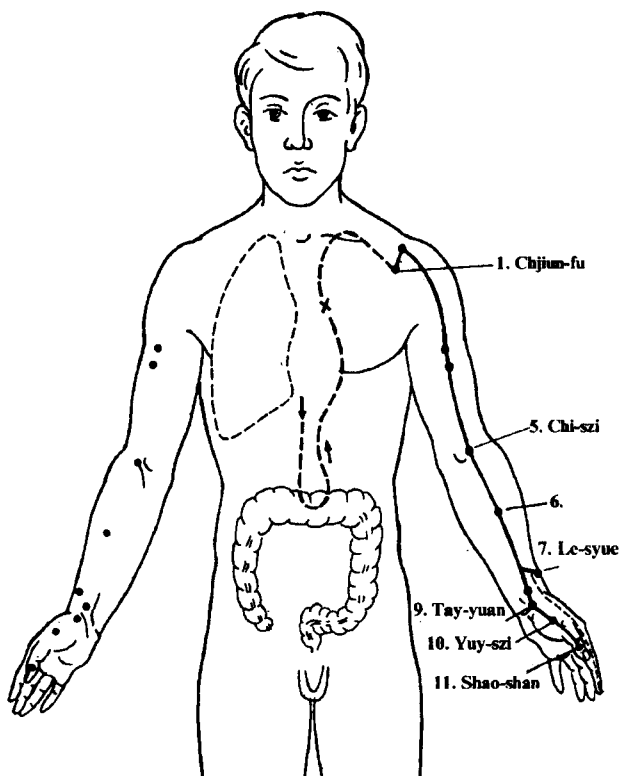
Meridianning nomlanishi	Meridianning faoliyati	Vaqlar	
		Maksimal faollik	Minimal faollik
O'pka	In	3-5	15-17
Yo'g'on ichak	Yan	5 - 7	17 - 19
Oshqozon	Yan	7 - 9	19 - 21
Taloq – me'da osti bezi	In	9 - 11	21 - 23
Yurak	In	11 - 13	23 - 1
Ingichka ichak	Yan	13 - 15	1 - 3
Siydik pufagi	Yan	15 - 17	3 - 5
Buyrak	In	17 - 19	5 - 7
Perikard	In	19 - 21	7 - 9
Tananing uch bo'shlig'i	Yan	21 - 23	9 - 11
O't pufagi	Yan	11 - 13	1 - 3
Jigar	In	13 - 15	3 - 5
Orqa o'rta meridiani	Yan	-	-
Old o'rta meridiani	In-	-	-

Meridianga 11 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular quyidagilardir:

**P<sub>1</sub>**. Chjun-fu (o'rta uy) *yun-men* nuqtasidan 30 mm pastda joylashgan. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta ko'krak muskullari yuqori bo'limi ko'krak arteriyasi, qovurg'alararo nerv va old ko'krak nervi shoxlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bronxial astma, o'pka kasalliklari, yo'tal, yuz va qo'l-oyoqlar shishi, ko'krak sohasi og'riqlari.

**P<sub>2</sub>**. Yun-men (bulutlar eshigi) — o'mrov suyagi tashqi chekkasi ostidagi chuqurlikda, ko'krak o'rta chizig'idan 6 sun tashqarida. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta ko'krak mushaklari yuqori bo'limi, qo'ltiq arteriyasining boshlanishi, yelka nerv chigallari shoxlari. Ukol chuqurligi – 10 mm. Ko'rsatma: avvalgidek (bu yerda va keyinchalik «avvalgidek» so'zi ostida bir xil, oldingi nuqtalar uchun ham bo'lgan ko'rsatmani tushunish lozim).

**P<sub>3</sub>**. Tyan-fu (samoviy qasr) – yelkaning ikki boshli mushaklari bilak chekkasida, qo'ltiq chuqurchasidan 3 sun pastda. Agar qo'l ko'tarilsa



6-rasm. O'pka meridianining yurishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

va burun uchini unga tekkizishga harakat qilinsa, u holda bu joy tyan-fu nuqtasiga mos keladi. *Topografik anatomiyasi* (TA): yelkaning tashqi yuzasi venasi, yelkaning muskul-teri nervi va yuqori lateral teri nervi. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari kasalliklari, ko'krak sohasi, yelka va yelka bo'g'imlaridagi og'riq, nekrozlar, bosh aylanishi.

**P<sub>4</sub>**. Sya-bay (ulug'vor nur) — yelka ikki boshli mushaklarining tashqi chetida, qo'ltiq chuquri sathidan 4 sun pastda. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: yurak nevrogen kasalliklari, paroksizmal taxikardiya, ko'ngil aynishi, ko'krakdagi og'riq.

**P<sub>5</sub>**. Chi-sze (tirsak hovuzi) — tirsak bukilishida, yelka ikki boshli muskuli, bilak cheti paylarida. *Topografik anatomiyasi* (TA): qaytuvchi

bilak arteriyasi, bilak nervi va bilakning lateral teri nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari va asab tizimi kasalliklari (nevrozlar, reaktiv holatlar, siydik tuta olmaslik, bolalarda tomir tortishishi, kurak sohasidagi og'riq, gemiparez, pleksitlar).

**P<sub>6</sub>**. Kun-szuy (yuqori oraliq) – bilak-kaft burmalaridan 7 sun yuqori, yelka-bilak mushaklarining ichki chekkasi, biriktiruvchi R<sub>8</sub> va R<sub>9</sub> nuqtalari chizig'ida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: o'tkir respirator kasalliklari, yuqori harorat, ovozning bo'g'ilishi, laringit, faringit, yelka sohasi va qo'l bo'g'imlaridagi og'riq.

**P<sub>7</sub>**. Le-syuye (burilish kamchiligi) — bilak suyagining bilak chekkasida, bilak kaft burmasidan 15 sun yuqori bilak suyagining bigizsimon o'siqchasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): bilak arteriyasi shoxlari, bilak lateral teri nervi va bilak nervi. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: mimika muskullari uchishi va kontraktura, yuz va uch shoxli nervlar nevriti, laringit, tonzillit, ensa sohasidagi bosh og'rig'i, ayniqsa qayt qilish bilan kechadigan migren, qo'l og'rishi. Akupunktura amaliyotidagi asosiy nuqtalardan biridir.

**P<sub>8</sub>**. Szin-syuy («kanal» yoki meridian ariqchalari) — bilak-kaft burmasidan 1 sun yuqori qo'l panjasining bukuvchi bilak chekkasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: tonzillit, bronxial astma, qayt qilish, hiqichoq, bilak nervi nevriti.

**P<sub>9</sub>**. Tay-yuan (katta manba) — bilak chekkasi qo'l panjasining bilakka bukilish payi bilak-kaft bo'g'imining pastki burmasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): bilak arteriyasi, bilak lateral teri nervi va bilak nervi. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: o'pka emfizemasi, angina, qovurg'alar orasidagi nevrалgiya, bilakdagi og'riq, konyunktivit, keratit, uyqusizlik, depressiya. Arteriyalarga o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi, arterial bosimni maksimal oshiradi va h.k.

**P<sub>10</sub>**. Yuy-szi (tenar chegarasi) — bilak tomonidan qo'l kafti 1 suyagi negizida, kaft va terining tashqi yuzasi chegarasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): bilak arteriyalari tarmoqlari va kaft yuzasi tarmoqlari o'rta nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh og'rishi, bosh aylanishi, gipergidroz, tonzillit.

**P<sub>11</sub>**. Shao-shan (yosh savdogar) — bilak cheti bosh barmoqning tirnoq o'rni, undan 3 mm tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): tegishli kaft barmoq arteriyalari, bilak nervi shoxlari. Ukol chuqurligi 3 mm.

**Ko'rsatma:** hushdan ketish holati, og'iz bo'shlig'i, halqum va qizilo'ngach kasalliklari, uyqusizlik, bolalarda tomir tortishishi, jarrohlik manipulyatsiyalarida terini og'riqsizlantirish uchun nuqta.

### **Yo'g'on ichak meridiani (II; GI; Dd; Li)**

Yo'g'on ichak meridianlari juft, yan meridianlarining qo'l tizimiga kiradi (7-rasm). Meridian ko'rsatkich barmog'ining tirnoq o'rnidan 3 mm tashqaridan boshlanadi va uning bilak chekkasidan uzunasiga ko'tariladi, shu bilan I va II qo'l kafti suyaklari orasi va bosh barmoqni yozuvchi qisqa va uzun paylar orasidan boradi. Shundan so'ng meridian bilakning tashqi-bilak va yelkaning orqa-tashqi yuzasi cheti bo'yicha yelka bo'g'imini kesib o'tadi, kurakning akromial o'siqchasigacha borib, o'sha yerdan dachjuy ( $T_{14}$ ) nuqtasidan meridian o'mrov suyagi ustki sohasiga chiqadi, o'sha yerdan uning bir tarmog'i tana ichkarisiga yo'g'on ichakka ketadi.

Meridianning ikkinchi tarmog'i o'mrov suyagi ustki sohasidan to'sh-o'mrov suyagi – so'rg'ichsimon o'siq muskulining orqa chekkasi bo'yicha borib, uning burchagidan oldingi pastki jag'ga yetadi. Meridian in-syan nuqtasining qarama-qarshi tomonida tugaydi, bunda burun-lab egati bilan aynan o'xshash meridianning qarama-qarshi tomoni kesishadi.

Meridianda «quvvat» yuborish – markazga intilishdir.

An'anaviy nuqtai nazardan, yo'g'on ichak meridiani nuqtasiga ta'sir o'tkazish ko'pincha yo'g'on ichak va oshqozon kasalliklarida, shilliq qavat va teri kasalliklarida, o'pka kasalliklarida tavsiya etiladi. Uning nuqtalaridan foydalanish shuningdek, tananing og'riqli sindromlarida, ayniqsa og'iz bo'shlig'i (til, tishlar, bodomsimon bezlar) yuz sohasi (burun, quloq, ko'z) og'riqlarida samaralidir.

Jarrohlik amaliyotida xe-gu nuqtasidan ko'pincha umumiy nuqtalardan bittasi sifatida akupunktur og'riqsizlantirish uchun foydalaniladi.

Meridianning eng maqbul faollik vaqti – soat 5 dan soat 7 gacha, minimal vaqti esa – soat 17 dan soat 19 gacha bo'lgan vaqt oralig'idir. «Me'yordan oshish» sindromlari: yuqori qo'l sohasi, orqa va qorin og'riqlari, qorinning dam bo'lishi va qabziyat, bosh aylanishi va boshqalar. «Yetishmovchilik» sindromlari yuqorida keltirilganlarga qarama-qarshi, ya'ni bunda ich ketish, qo'llardagi darmonsizlik, bronxial astma va boshqalar.

Meridianga 20 ta bilolgik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular quyidagilardir:

**GI<sub>1</sub>**. Shan-yan (savdogar yan) — tirnoq o'rnidan tashqariga 3 mm joy qoldirib, ko'rsatkich barmog'ining bilak tomonida joylashgan. *Topografik anatomiyasi* (TA): tegishli kaft barmoq arteriyasi, o'rta nerv shoxlari. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: og'iz bo'shlig'i kasalliklari – tonzillit, stomatit, laringit, tish og'rig'i; quloq shang'illashi, nafas olish a'zolari kasalliklari; hushdan ketish holatida tez yordam ko'rsatish.

**GI<sub>2</sub>**. Er-szyan (ikkinchi oraliq) — ko'rsatkich barmoqning bilak tomonida, chuqurlik paypaslanadigan joy, distal qo'l kafti – falanga bo'g'imida. *Topografik anatomiyasi* (TA): barmoq orqa arteriyasi, bilak nervining sirtqi shoxlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: og'iz bo'shlig'i a'zolari va burun (laringit, tonzillit, burundan qon ketishi, tish og'rig'i) kasalliklari, oddiy husnbuzar va b.

**GI<sub>3</sub>**. San-szyan (uchinchi oraliq) — II qo'l kafti suyagi bilak chekkasida, uning boshchasi orqaga (bu yerda chuqur paypaslanadi). *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: avvalgidek (nuqta odatda er-szyan bilan birga, ayniqsa kolitlarda qo'llaniladi).

**GI<sub>4</sub>**. Xe-gu (suyaklarning birlashishi) — I va II qo'l kafti suyaklari orasida, II qo'l kafti suyagining bilak chetiga yaqinroqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): barmoq orqa arteriyasi, bilak nervining sirtqi shoxlari. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: bosh (yuz, burun, ko'z, quloq), nafas olish a'zolari kasalliklari, kollaps, uyqusizlik, tunda terlash, amenoreya, nevrasteniya, yuqori qo'l sohasidagi og'riq va nimfalaj, gavdaning yuqori qismidagi og'riq sindromlari akupunkturaning asosiy nuqtalaridan biridir.

**GI<sub>5</sub>**. Yan-si (yan oqimi) — «anatomik tabakerka»da (bosh barmoqni bukuvchi qisqa va uzun paylar orasi) bilak – kaft bo'g'imida. *Topografik anatomiyasi* (TA): bilak arteriyasi tarmoqlari, bilak nervi sirtqi shoxlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh og'rishi, quloq shang'illashi, tonzillit, tish og'rig'i, bilak – kaft bo'g'imi kasalliklari.

**GI<sub>6</sub>**. Pyan-li (qiya o'tish joyi) — bilak suyagining orqa yuzasi ustida, bilak – kaft bo'g'imidan 3 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): bilak arteriyasi tarmoqlari, bilak nervi sirtqi shoxlari, bilak lateral teri nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**GI<sub>7</sub>.** Ven-lyu (iliq oqim) — bilak suyagining orqa yuzasi ustida, bilak-kaft bo'g'imidan bilak bukilishigacha bo'lgan masofaning o'rtasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 6-12 mm. Ko'rsatma: og'iz bo'shlig'i, oshqozon va ichak kasalliklari, qo'l og'riqlari.

**GI<sub>8</sub>.** Sya-lyan (qo'lning pastki bo'rtig'i) — syuy-chi nuqtasidan 4 sun pastda. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 6-15 mm. Ko'rsatma: siydik pufagi sfinkterlar falaji, ichak quldirashi, yurak sohasidagi og'riq, bronxit, plevrit, o'pka sili, mastit.

**GI<sub>9</sub>.** Shan-lyan (qo'lning yuqori bo'rtig'i) — syuy-chi nuqtasidan 3 sun pastda. Ukol chuqurligi 6-15 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**GI<sub>10</sub>.** Shou-san-li (uch qo'l masofa) – qo'l panjasining bilakni yozuvchi uzun orqa chekkasi va bilakni yozuvchi qisqa old chekkasi syuy-chi nuqtasidan 2 sun pastda *Topografik anatomiyasi* (TA): bilak arteriyasi, bilak nervi, bilakning orqa teri va lateral teri nervlari. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: tish og'rig'i, stomatit, tirsak va yelka sohasidagi og'riq, gemiplegiya, apopleksiya, bilak nervi nevrалgiyasi, mastit, parotit, gripp, surunkali kolitlar. Nuqta umumiy mustahkamlovchi guruhga kiradi.

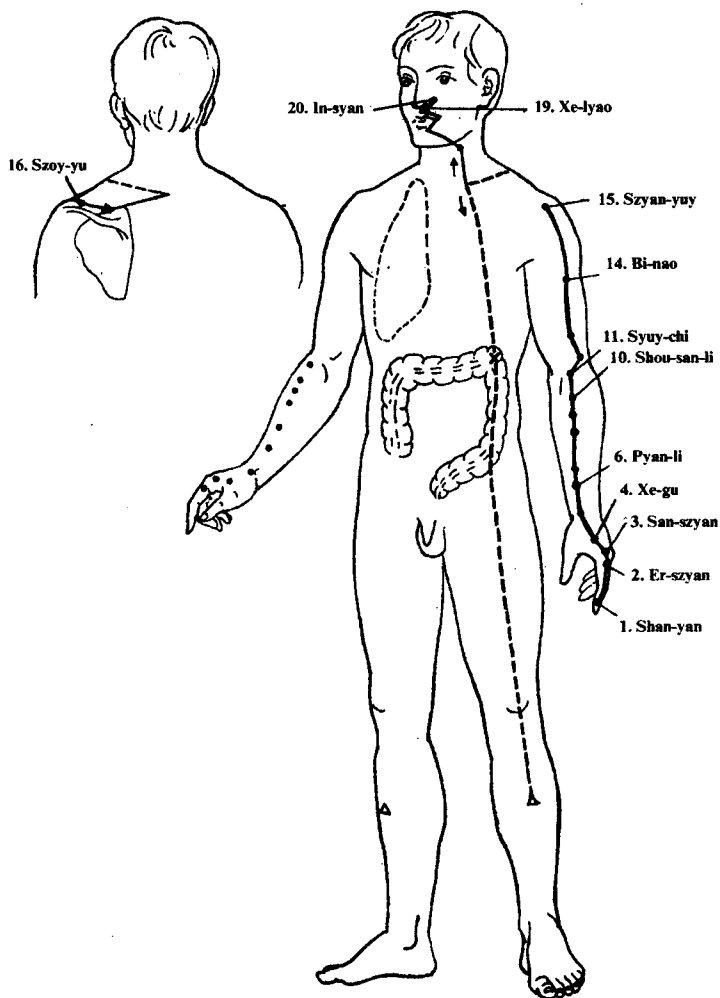
**GI<sub>11</sub>.** Syuy-chi (qiyshiq havza) – tirsak bukilishining tashqi chekkasida (tirsak burmasi va bukilgan tirsak bo'g'imidagi to'piq orasidagi masofa o'rtasida). *Topografik anatomiyasi* (TA): bilakning orqaga qaytuvchi arteriyasi, bilak nervi, orqa teri va bilakning teri nervlari. Ukol chuqurligi 15-25 mm. Ko'rsatma: tonzilit, yelka, kurak va tirsak sohasidagi og'riq, bosh og'rig'i, gemiplegiya, plevrit, qovurg'alararo nevrалgiya, nevrasteniya, anemiya, teri kasalliklari, surunkali kolitlar. Bu nuqtaga ta'sir o'tkazilganda umumiy mustahkamlovchi ta'sir ko'rsatadi.

**GI<sub>12</sub>.** Chjou-lyao (bilak bo'g'imi chuqurchasi) – bilak bo'g'imidan 1 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): bilak kollateral arteriyasi va yelkaning orqa teri nervi. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: qo'l sohasi kasalliklari.

**GI<sub>13</sub>.** Shou-u-li (besh qo'l masofa) – yelka suyagi tashqi chekkasida, bilak bo'g'imidan 3 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): bilak nervi, bilak arteriyasi tarmoqlari, yelkaning lateral teri va orqa teri nervlari. Ukol chuqurligi 5 mm. Ko'rsatma: pnevmoniya, revmatizm, qo'l harakati va sezish faoliyatining buzilishi, uyquchanlik, bo'yin sohasida sil limfadeniti, vahima.

**GI<sub>14</sub>.** Bi-nao (qo'l muskullari) – syuy-chi nuqtasidan 7 sun yuqori deltasimon mushaklarning birlashtirilish joyida. *Topografik anatomiyasi*





7-rasm. Yo'g'on ichak meridianning yurishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

(TA): yelka arteriyasi tarmoqlari qo'l'tiq nervi, yelkaning lateral teri nervi. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**GI<sub>15</sub>.** Szyan-yuy (szyan – yelka suyagi oxiri, yuy – suyak burchagi) – yelka bo'g'imi ustida kurakning akromial o'simtasi va yelka suyagining katta bo'rtmasi (qo'l ko'tarilganda hosil bo'ladigan chuqurga to'g'ri

keladi) orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): kurak usti va kurak akromial arteriyasining arterial tarmog'i, yelka chigallarining teri tarmoqlari va o'mrov usti nervi shoxlari. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko'rsatma: gipertoniya kasalligi, gemiplegiya, bo'yin qiyshayishi, yelka sohasidagi og'riq.

**GI<sub>16</sub>**. Szyuy-gu (katta suyak) – o'mrov kurak bo'g'imidan chuqurlik ichiga. *Topografik anatomiyasi* (TA): Kurak usti arteriyasi tarmoqlari, kurak usti va o'mrov usti nervlari. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: bolalarda tomir tortishishi, pastki jag' sohasida tish og'rig'i, pleksitlar, yelka-kurak periartritlari.

**GI<sub>17</sub>**. Tyan-din (osmon tomiri) – to'sh-o'mrov-so'rg'ichsimon o'siq mushaklarining orqa chekkasi, qalqonsimon tog'ayning pastki chekkasi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): tashqi uyqu arteriyasi, bo'yin teri nervlari. Bu nuqtaning joylashuvi shuningdek diafragmal nerv va bo'yin chuqurligida bo'lgan nerv chigallari yo'nalishiga mos keladi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: tonzillit, laringit, yutumning qiyinlashuvi.

**GI<sub>18</sub>**. Fu-tu (yon tomondan bo'rtib chiqish) – to'sh-o'mrov-so'rg'ichsimon mushaklari qorincha markazida qalqonsimon tog'ay yuqori chekkasi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): bo'yinning yuqoriga ko'tariluvchi arteriyasi, bo'yin nervlarining teri tarmoqlari, qo'shimcha nerv. Bosh qimirlatuvchi muskul ostidan ichki bo'yinturuq venasi va sayyor nerv o'tadi. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: yo'tal, astma, giper-yoki giposalivatsiya, funksional afoniya, past arterial bosim.

**GI<sub>19</sub>**. Xe-lyao (kichik chuqurcha) – burun qanotidan 15 mm past, jen – chjun nuqtasi bilan bir darajada. *Topografik anatomiyasi* (TA): tashqi jag' arteriyasi tarmoqlari, tashqi jag' venalari va pastki ko'z kosasi nervi (uch shoxli nervning ikkinchi tarmog'idan davom etadi). Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: o'tkir va surunkali rinit, hid bilishning pasayishi, burundan qon ketishi, burun poliplari, burun furunkuli, yuz nervi nevriti, chaynov mushaklari uchishi va kontraktura, uch shoxli nerv nevralgiyasi.

**GI<sub>20</sub>**. In-syan (tabrik isi) – burun qanotining yon egati yuqori chekkasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 3-10 mm. Ko'rsatma: o'tkir rinit, hid sezish qobiliyatining pasayishi, burundan qon ketishi, yuz nervi nevriti va boshqalar.

Odatda avvalgilar bilan birga qo'llaniladi.

### Oshqozon meridiani (III; E; M; S)

Yan oyoq meridianlari tizimiga kiradi, juft (8-rasm). Yo'g'on ichak meridiani nuqtasidan chiqishda boshlanib, yuqoriga yo'nalib siydik pufagi meridiani bilan sin-min ( $V_1$ ) nuqtasida aloqa o'rnatib, ko'zning ichki burchagiga yaqinlashadi. O'sha yerdan u orbitaning (CHEN-si  $E_1$  nuqtasiga kirishda) pastki chekkasi o'rtasiga yaqinlashadi va burun qanoti bo'ylab pastga vertikal tushadi. Keyin u burun-lab burmasi o'rtasiga yo'naladi, undan so'ng og'iz burchagiga (di-san nuqtasi,  $E_4$ ) yaqinlashadi, biroq endi pastki labga (Chen-szyan nuqtasi,  $J_{24}$ ).

Pastki labdan meridian pastki jag' bo'yicha yo'naladi va taxminan 2/3 iyakdan uning burchagigacha ikki tarmoqqa bo'linadi. Ulardan bittasi peshona tepasi sohasiga yetib, quloq supراسi oldidan yuqoriga ko'tariladi.

Meridianning ikkinchi tarmog'i to'sh-o'mrov-so'rg'ichsimon o'siq muskulining old chekkasi bo'ylab pastga tushadi, u yerdan da-chjuy ( $T_{14}$ ) nuqtasiga qaytib, taxminan so'rg'ich chizig'i bo'ylab boradi. Bu sohada meridian tana ichiga tarmoqlanib, oshqozon va qorin bo'shlig'ining boshqa a'zolariga yaqinlashadi, undan so'ng qayta Si-chun ( $E_{30}$ ) nuqtasida meridianning tashqi qismi bilan peshona bo'ylab birikadi. Meridianning tashqi qismi o'mrov osti sohasidan o'mrov o'rtasi chizig'i bo'yicha pastga yo'naladi. 10 qovurg'a bo'ylab meridian ichkariga og'adi va qorinda shu qorin to'g'ri mushaklarining tashqi chekkasi bo'yicha o'tadi. Peshona suyagining yuqori chekkasiga yetib va chuqur tarmoq bilan birikib, to'rt boshli mushaklarning tashqi chekkasi bo'yicha o'tuvchi sonning tashqi – old yuzasiga chiqadi. Keyinchalik meridian tizza bo'g'imini kesib o'tadi va boldirda ham shunday old tashqi yuzasi bo'yicha joylashadi (barmoqlarni yozuvchi uzun va bosh barmoqni yozuvchi uzun mushaklar orasida). Oyoq panjasida meridian II va III oyoq kafti suyaklari orasidan o'tadi va oyoq panjasining II barmog'i tirnoq o'rnidan tashqarida li-duy ( $E_{45}$ ) nuqtasida tugaydi.

An'anaviy nuqtai nazardan, oshqozon meridiani ichki a'zolarga umuman va ayniqsa, oshqozonga, bunda oshqozon sekretsiyasini nazorat qilgan holda ta'sir ko'rsatadi.

Davolash amaliyotida oshqozon meridiani nuqtasini qo'llash ko'p hollarda ularning joylashish o'rniga bog'liqdir. Boshda joylashgan nuqtalar sezgi a'zolari va og'iz bo'shlig'i shilliq qavatida qon aylanishini me'yorga keltiruvchi ta'sir ko'rsatadi. Oshqozon meridiani orqali,

shuningdek, nevrалgiya va yuz mushaklari spazmalarini davolash mumkin. Bo'yin sohasida joylashgan meridian nuqtalari hiqildoq va yuqori nafas yo'llariga ta'sir ko'rsatadi, bu vaqtda ko'krak qafasi sohasi nuqtalari sifatida o'pka va bronxlar faoliyatiga ayniqsa ta'sir qiladi.

Ko'krak va qorin sohasi nuqtalarini stimullashda gastrit va enterit yaxshi davolanadi.

Oyoqlarda joylashgan nuqtalarga ta'sir ko'rsatish nafaqat oyoq sohasi, balki boshqa (bo'yin va bosh) sohalardagi qon aylanishining buzilishida ham samaralidir. Oshqozon meridianining pastki nuqtalarini shuningdek, bosh og'rig'i, ko'z va boshqa kasalliklar uchun qo'llash mumkin. Shunday qilib, oshqozon meridiani nuqtalarini stimullash bosh, burun, yuz, tishlar, tomoq kasalliklariga ta'sir ko'rsatadi, ba'zi asab tizimining buzilishi, ovqat yo'llari kasalliklari, bezgak kasalliklarida samaralidir. Jarrohlik amaliyotida szu-san-li (E<sub>36</sub>) nuqtasi akupunktur og'riqsizlantirish uchun asosiy nuqtalardan biri sifatida qo'llaniladi.

Oshqozon meridianida «meyordan oshish» sindromlari quyidagilar: ko'krak qafasining old yuzasi, oshqozon va oyoq og'rig'i, kekirish bilan qorinning dam bo'lishi, qabziyat va ochlik hissi, og'izning qurishi, qo'zg'alish va boshqalar. Meridianda «yetishmovchilik» sindromlari yuqorida tasvirlanganlarga qarama-qarshi: ovqat hazm qilishning buzilishi (qorin quldirashi va qorin to'laligi hissi, ich ketishi, qayt qilish), son, boldir sohasida uvushish va sovib ketish hissi, qorin mushaklarining og'rishi, depressiya va boshqalar.

Meridianga 45 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi.

E<sub>1</sub>. Chen-si (ko'z yoshi rezervuari) – orbitaning pastki chekkasi o'rtasida nuqta odatda ko'z qorachig'i bo'yicha aniqlanadi, uning o'rtasiga to'g'ri keladi). *Topografik anatomiyasi* (TA): ko'z kosasi arteriyasi, ko'z kosasi nervi. Ukol chuqurligi 6 mm. O'ta chuqur ukolga yo'l qo'yilmaydi, szyu mumkin emas. Ko'rsatma: ko'z kasalliklari, og'iz va ko'z aylana mushaklarining uchishi va kontraktura.

E<sub>2</sub>. Si-bay (to'rt karra yorug'lik) – chen-si nuqtasidan 1 mm past, ko'z kosasi teshigiga to'g'ri keladi. *Topografik anatomiyasi* (TA): ko'z kosasi arteriyasi, ko'z kosasi nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: uch shoxli nerv nevrалgiyasi, ko'z kasalliklari, bosh og'rishi, bosh aylanishi, gaymarit, renitlar, yuz nervi nevriti, mimika muskullari kontrakturasi, nutqning buzilishi.

**E<sub>3</sub>.** Szyuy-lyao (katta chuqurcha) – si-bay nuqtasi bilan bir vertikal chiziqda va jen-chjun (burun-lab burmasida) nuqtasi bilan gorizontol chiziqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): yuz arteriyasi tarmoqlanishi, yuz nervi tarmoqlari, ko‘z kosasi nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: yuz nervi nevriti, mimika muskullari uchishi va kontrakturasi, keratit, glaukoma, miopiya, gaymarit, tish og‘rishi, lab va lunj kasalliklari.

**E<sub>4</sub>.** Di-san (yerdagi g‘alla koni) – og‘iz burchagidan 10 mm tashqarida. *Topografik anatomiyasi* (TA): uch shoxli va yuz nervi tarmoqlari. Chuqurlikda yuz arteriyasi o‘tadi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ignalarni (30-70 mm) gorizontol kiritish mumkin. Ko‘rsatma: yuz nervi nevriti, og‘iz va ko‘z aylana mushaklarining uchishi va kontraktura, uch shoxli nerv nevralfiyasi, nutqning buzilishi va boshqalar.

**E<sub>5</sub>.** Da-in (katta qabul) – pastki jag‘ning oldingi yuzasida jag‘ burchagidan 1sun oldinga (pastki jag‘ning uchinchi katta ildiz tishi bo‘ylab). *Topografik anatomiyasi* (TA): yuz nervi tarmoqlari, uch shoxli nerv tarmog‘i, katta quloq nervi, pastki alveolyar arteriya. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko‘rsatma: yuz shishi og‘iz aylana mushaklari, chaynov mushaklari, bo‘yin va ko‘z sohasi mushaklarining uchishi va kontraktura, nutqning buzilishi, tish og‘rishi.

**E<sub>6</sub>.** Szya-che (jag‘ aravasi) – pastki jag‘ burchagidan 10-12 mm (chuqurda) oldinga va yuqoriga. *Topografik anatomiyasi* (TA): chaynov arteriyasi, uch shoxli nerv tarmoqlari, katta quloq nervi. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko‘rsatma: yuz nervi nevriti, mimika nervi uchishi va kontraktura, uch shoxli nerv nevralfiyasi, ovoznning bo‘g‘ilishi, tish og‘rishi (pastki jag‘da) – stomatit, bo‘yin sohasi mushaklarining og‘rishi, uchishi va kontraktura, bo‘yin-ensa sohasida pay cho‘zilishi, gimiplegiya, tetraplegiya, nutqning buzilishi.

**E<sub>7</sub>.** Sya-guan (pastki chegara) – pastki jag‘ bo‘g‘imi o‘simtasidan oldinga va pastga, chuqurda. *Topografik anatomiyasi* (TA): yuz ko‘ndalang arteriyasi, chakka yuza arteriyasining uchinchi tarmog‘i. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: yuz nervi nevriti, bosh aylanishi, quloq shang‘illashi, eshitishning pasayishi, tish og‘rishi (yuqori jag‘da).

**E<sub>8</sub>.** Tou-vey (charchagan bosh) – shen-tin nuqtasining ko‘ndalang chizig‘i, peshona burchagi boshning sertuk qismi chuqurligida, peshona va bosh tepa suyagining birikuvidan hosil bo‘lgan joyda. *Topografik anatomiyasi* (TA): chakka yuzaki arteriyasining peshona tarmoqlari, yuz nervining chakka tarmoqlari, uch shoxli nervning birinchi va ikkinchi

tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: peshona sohasidagi og'riq, migren, konyuktivit, ko'rish qobilyatining pasayishi, ko'z yoshlanishi, yuz nevriti va uch shoxli nervlar nevralfiyasi.

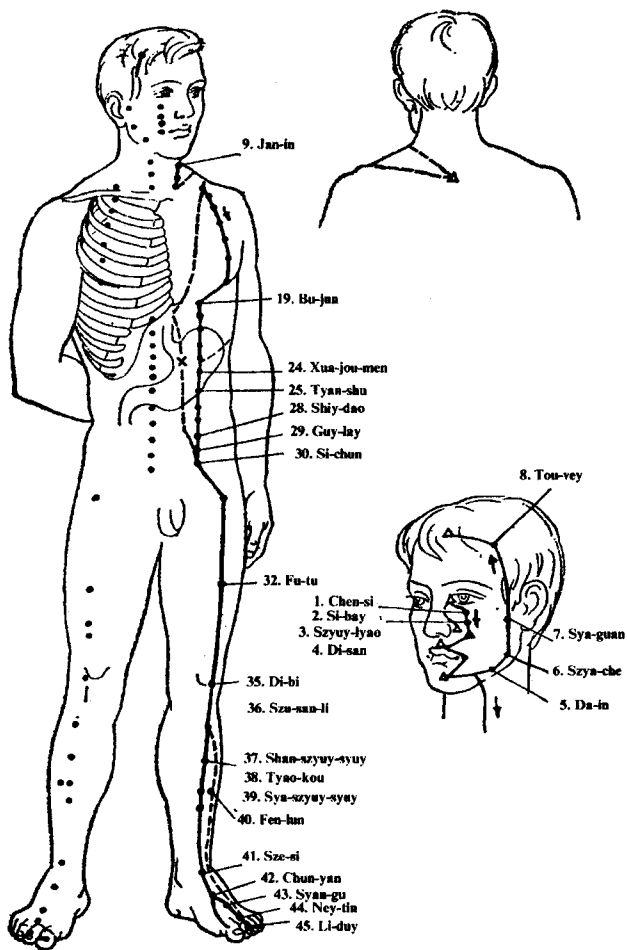
E<sub>9</sub>. Jen-in (qadimda nomlanishi uyqu arteriyasi) – to'sh-o'mrov-so'rg'ichsimon o'siq mushaklarining oldingi chetida, qalqonsimon tog'ayning yuqori chekkasi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): umumiy uyqu arteriyasining ichki va tashqi uyqu arteriyasiga bo'linish joyi. Bu soha tashqarisida bo'yin halqasi – orqada sayyor nerv va bo'yin ko'ndalang nervi joylashgan. Ukol chuqurligi 10 mm. O'ta chuqur ukol va kuydirish mumkin emas. Ko'rsatma: laringit, tonzillit, o'pka kasalliklari, gipertoniya kasalligi.

E<sub>10</sub>. Shuy-tu (sharshara) – qalqonsimon tog'ayning pastki chekkasidan tashqariga, to'sh-o'mrov suyagi-so'rg'ichsimon o'siq mushaklarining old chekkasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): umumiy uyqu arteriyasi, arteriyadan oldinga til osti nervining pasayib boruvchi tarmog'i, arteriyadan tashqariga bo'yinning sayyor nervi va ko'ndalang nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: tonzillit, bronxit, astma, laringit, ko'kyo'tal.

E<sub>11</sub>. Si-she (nafas olish kulbasi) – o'mrov suyaklarining to'sh suyagi uchi yuqori chekkasida, to'sh-o'mrov suyagi - so'rg'ichsimon o'simta muskullari orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): umumiy uyqu arteriyasi, sayyor nerv, simpatik poya, bo'yin nervlarining teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

E<sub>12</sub>. Syue-pen (singan jom) – to'sh-o'mrov suyagi - so'rg'ichsimon o'simta mushaklarining orqa chekkasida, o'mrov suyagi ustki chuqurchasi o'rtasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): dorsal kurak arteriyasi, o'mrov ustki nervi, ichkarida o'mrov osti suyagi arteriyasi o'tadi. Ukol chuqurligi 10 mm (ignani 10 mm dan ortiq chuqurlashtirish mumkin emas. Negaki o'pka uchinchi shikastlash xavfi bor, bu esa, yo'tal va hiqichoq chaqirishi mumkin). Ko'rsatma: astma, plevrit, bo'yin va yelka sohasi mushaklarining yallig'lanish jarayoni, qovurg'alararo nervlar nevralfiyasi, tonzillit, sil limfadeniti.

E<sub>13</sub>. Si-Xu (nafas olish uyi) – o'mrov osti suyagi, ko'krak o'rta chizig'idan 4 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): eng yuqori qovurg'alararo arteriya, lateral ko'krak va o'mrov osti nervlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari kasalliklari, diafragmalar spazmi, ko'kyo'tal, hiqichoq.



8-rasm. Oshqozon meridianining yurishi va uning asosiy yo'nalishi tasviri

**E<sub>14</sub>.** Ku-fan (xazina) – birinchi qovurg'alararo, ko'krak o'rta chizig'idan 4 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: o'pka kasalliklari.

**E<sub>15</sub>.** U-i (pardali xona) – ikkinchi qovurg'alararo o'rta chiziqdan 4 sun tashqariga. Ukol chuqurligi 10 mm. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ko'rsatma: avvalgidek.

**E<sub>16</sub>**. In-chuan (lochin oynasi) – uchinchi qovurg‘alararo, o‘rta chiziqdan 4 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: avvalgidek.

**E<sub>17</sub>**. Ju-chjun (ko‘krak o‘rtasi) – so‘rg‘ich markazida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol va quydirish o‘tkazilmaydi.

**E<sub>18</sub>**. Ju-chen (ko‘krak ildizi) – beshinchi qovurg‘alararo, o‘rta chiziqdan 4 sun tashqarida. *Topografik anatomiyasi* (TA): qovurg‘alararo arteriya, lateral ko‘krak nervi va qovurg‘alararo nervning tarmoqlanishi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: sut bezlarining yallig‘lanishi jarayonlari, gipogalaktiya, yo‘tal, plevrit, qovurg‘alararo nevralgia.

**E<sub>19</sub>**. Bu-jun (kirish man etiladi) – qorinning o‘rta chizig‘idan 6 sun yuqorida, tog‘ayning VIII qovurg‘aga birikishi pastki chekkasida. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: oshqozon, jigar, yurak kasalliklari, kurak va yelka sohasida harakat va sezgi faoliyatining buzilishi, qovurg‘alararo nevralgia.

**E<sub>20</sub>**. Chen-man (qabul qiluvchi to‘lalik) – qorinning o‘rta chizig‘idan 2 sun tashqariga va kindikdan 5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko‘rsatma: yo‘tal, qonli qayt qilish, yutumning qiyinligi, ishtahaning pasayishi, qorinning dam bo‘lishi, ich ketishi, ichaklarda quldirash, peritonit, sariq kasalligi, diafragmalar spazmi.

**E<sub>21</sub>**. Lyan-men (chorraha darvozasi) – qorin o‘rta chizig‘idan 2 sun tashqariga va 4 sun kindikdan yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko‘rsatma: oshqozonning turli kasalliklari, xususan gastrit, oshqozon yarasi kasalligi, ishtahaning pasayishi, dispepsiya va boshqalar.

**E<sub>22</sub>**. Guan-men (chegara darvozasi) – qorin o‘rta chizig‘idan 2 sun tashqariga va kindikdan 3 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): yuqori qorin bo‘shlig‘i usti arteriyasi, qovurg‘alararo nerv. Ukol chuqurligi 25 mm. Ko‘rsatma: oshqozon va ichak kasalligi, siydik tuta olmaslik.

**E<sub>23</sub>**. Tay-i (katta xonada) – qorin o‘rta chizig‘idan 2 sun tashqariga va kindikdan 2 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): qorin usti yuqori arteriyasi, ko‘ndalang chamber ichak. Ukol chuqurligi 25 mm. Ko‘rsatma: avvalgidek.

**E<sub>24</sub>**. Xua-jou-men (sirg‘anchiq moylangan eshik) – qorin o‘rta chizig‘idan 2 sun tashqariga va 1 sun kindikdan yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 25 mm. Ko‘rsatma:



epilepsiya, glossit, surunkali gastroenterit, assit, nefrit, endometrit, hayz siklining buzilishi.

**E<sub>25</sub>**. Tyan-shu (osmon ustuni) – qorin oʻrta chizigʻidan 2 sun tashqariga, kindik boʻylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15-30 mm. Koʻrsatma: oshqozon va ichak kasalliklari, xolisistit, nefrit, endometrit, hayz siklining buzilishi.

**E<sub>26</sub>**. Vay-lin (tashqi tepalik) – qorin oʻrta chizigʻidan 2 sun tashqariga va kindikdan 1 sm past. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 25-30 mm. Koʻrsatma: qorin pastki qismidagi ogʻriq, ichak sanchigʻi, koʻkrak qafasi old devorining ogʻrishi.

**E<sub>27</sub>**. Da-szyuy (katta hukmronlik) – qorin oʻrta chizigʻidan 2 sun tashqariga va kindikdan 2 sm pastroqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 25-30 mm. Koʻrsatma: uyqusizlik, ichak sanchigʻi, qabziyat, siydik tutilishi, asteniya.

**E<sub>28</sub>**. Shuy-dao (suv yoʻli) – qorin oʻrta chizigʻidan 2 sun tashqariga va kindikdan 3 sm pastroq. *Topografik anatomiyasi* (TA): qorin usti yuza va qorin usti pastki arteriyasi, XII qovurgʻalararo va yonbosh-qorin osti nervlari. Ukol chuqurligi 25 mm. Koʻrsatma: nefrit, sistit, siydik tutilishi, epididimit, miyetit, ichak sanchigʻi, toʻgʻri ichak tushishi, bachadon va tuxumdonlar kasalligi.

**E<sub>29</sub>**. Guy-lay (qaytish) –qorin oʻrta chizigʻidan 2 sun tashqariga va kindikdan 4sm pastda. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15-25 mm. Koʻrsatma: siydik-tanosil doirasidagi kasalliklar.

**E<sub>30</sub>**. Si-chun (nafas olish zarbasi) – qorin oʻrta chizigʻidan 2 sun tashqariga peshona suyagi doʻmboqchasi boʻylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): yonbosh suyakni aylanib oʻtuvchi, yuza arteriya, qorin usti yuza va qorin usti pastki arteriyasi, yonbosh-qorin usti va yonbosh – chov nervlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Koʻrsatma: ayol va erkaklar jinsiy aʼzolari kasalliklari, bel ogʻrigʻi.

**E<sub>31</sub>**. Bi-guan (son chegarasi) – tikiluvchi mushaklar va sonning serbar fassiyasini taranglashtiradigan mushaklar orasida, tizza koʻzining yuqori chekkasidan 12 sun baland. *Topografik anatomiyasi* (TA): son suyagini aylanib oʻtuvchi, lateral arteriyaning tarmoqlanishi, son nervi tarmoqlari, sonning lateral teri nervi va yonbosh-chov nervi. Ukol chuqurligi 20 mm. Koʻrsatma: bel ogʻrigʻi, oyoqlarda sezgi va harakat faoliyatining buzilishi, chov limfadeniti.

**E<sub>32</sub>**. Du-tu (yonboshga turtib chiqish) – son suyagidan tashqariga va oldinga, qorinchada son to‘g‘ri mushaklari, tizza ko‘zi yuqori chekkasidan 6 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): lateral arteriya tarmoqlari, son suyagini aylanib o‘tuvchi, son nervining muskul va teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko‘rsatma: avvalgidek.

**E<sub>33</sub>**. In-shi (soyali bozor) – son to‘g‘ri va keng mushaklari orasida, tizza ko‘zi yuqori chekkasidan 3 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko‘rsatma: avvalgidek.

**E<sub>34</sub>**. Lyan-syu (tepalik cho‘qqisi) – son to‘g‘ri va keng mushaklari orasida, tizza ko‘zi yuqori chekkasidan 2 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko‘rsatma: gonit, bel og‘rig‘i, mastit, oyoqlardagi og‘riq va darmonsizlik.

**E<sub>35</sub>**. Du-bi (buzoq burni) – tizza ko‘zi boylamidan chuqurcha tashqarisida, tizza ko‘zining pastki chekkasi bo‘ylab *Topografik anatomiyasi* (TA): tizza bo‘g‘imi arterial tarmog‘i, son nervining old, teri tarmoqlari, katta boldir va umumiy kichik boldir nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: tizza bo‘g‘imi faoliyatining buzilishi.

**E<sub>36</sub>**. Szu-san-li (uch oyoq masofa) – katta boldir suyagi tarmog‘idan 30 mm tashqariga; tizza ko‘zi pastki chekkasidan 3 sun past. *Topografik anatomiyasi* (TA): nuqta katta boldir old mushagi va barmoqlarni yozuvchi, old katta boldir arteriyasi tarmoqlanadigan joy, chuqur kichik boldir nervi, son nervining old teri tarmog‘i va boldirning lateral teri nervi. Ukol chuqurligi 15-25 mm, 3 yoshgacha bo‘lgan bolalarda ukol chuqurligi 3-6 mm. Ko‘rsatma: ovqat hazm qilish apparati, oyoq sohasi kasalliklari, umumiy oriqlab ketish, og‘iz bo‘shlig‘i kasalliklari, siydik tutilishi, gipertoniya kasalligi, bosh og‘rig‘i, ko‘z kasalliklari. Akupunktura amaliyotidagi asosiy nuqtalardan biri, organizmga umumiy mustahkamlovchi ta‘sir ko‘rsatadi.

**E<sub>37</sub>**. Shan-szyuy-syuy (yuqori katta bo‘shliq) – szu-san-li nuqtasidan 3 sun past, katta boldir mushaklari qorinchasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): old katta boldir arteriyasi va chuqur kichik boldir nervi. Bu sohada boldir nervining sezgi tolalari joylashgan. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko‘rsatma: bel og‘rig‘i, oyoqlarda sezgi va harorat faoliyatining buzilishi, gonit, oshqozon-ichak kasalliklari.

**E<sub>38</sub>**. Tyao-kou (serajin og‘iz) – katta boldir va kichik boldir suyaklari orasi, lateral to‘piq suyagining yuqori chekkasidan 8 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): barmoqlarni bukuvchi uzun va old katta

boldir mushaklari orasida. Bu sohada old katta boldir arteriyasi, chuqur kichik boldir va boldir nervlari o'tadi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: oshqozon-ichak kasalliklari va oyoq kasalliklari.

E<sub>39</sub>. Sya-szyuy-syuy (pastki ulkan bo'shliq) lateral to'piq yuqori chekkasidan 7 sun yuqori, katta boldir va kichik boldir suyaklari orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): old katta boldir arteriyasi, chuqur kichik boldir nervi, boldirning lateral teri nervlari. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: oyoqlarda sezgi va harorat faoliyatining buzilishi, fantom og'riq, bosh og'rig'i, qovurg'alar orasi nevralgias, tonzillit, so'lak oqishi, mastit.

E<sub>40</sub>. Fen-lun (boy to'liqlik) - E<sub>38</sub> nuqtasi (undan 1,5 barmoq ko'ndalang o'lcham tashqariga) va kichik boldir suyagi old chekkasi o'rtasida, lateral to'piq yuqori chekkasidan 8 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): old katta boldir arteriya tarmoqlari, chuqur kichik boldir nervi va boldir nervining sezgi tolalari. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: oyoq sezgi va harakat faoliyatining buzilishi, bosh og'rig'i, qabziyat, siydik tutilishi, jigar kasalliklari, balg'amli yo'tal.

E<sub>41</sub>. Sze-si (uzuq-yuluq oqim) – boldir panja bo'g'imi markazi oyoq panjasi bo'g'imida bosh barmoqni bukuvchi uzun paylar va barmoqlarni bukuvchi uzun chuqurcha orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir old arteriyasi tarmoqlari va kichik boldir yuza nervi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: oyoq kasalliklari, yuz sohasi shishlari, bosh aylanishi, bosh og'rishi, epilepsiya, qabziyat, meteorizm.

E<sub>42</sub>. Chun-yan (shiddatli yan) – oyoq panjasining eng yuqori tutashgan joyi, II-III panjasimon bo'g'implari va II-III oyoq kafti suyaklari orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): oyoq panjasining ustki arteriyasi, oraliq ustki teri nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: oyoqda sezgi va harakat faoliyatining buzilishi, oyoq bo'g'implarining yallig'lanishi kasalliklari, tish og'rishi, gingivit, epilepsiya, qayt qilish, meteorizm, anoreksiya.

E<sub>43</sub>. Syan-gu (pasayib boruvchi tepalik) – II-III oyoq kafti suyaklari orasida (eng keng joyda). *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir suyagining old tomonidagi arteriyasidan aylanib o'tuvchi, oyoq panjasining ustki arteriyasi va oraliq ustki teri nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: yuz sohasidagi shish, konyuktiva giperimiyasi, ichak quldirashi, ichak sanchig'i, bezgak kasalliklari, tunda terlash.

E<sub>44</sub>. Ney-tin (ichki hovli) – oyoq kafti suyaklarining II va III boshchalari orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): kichik boldir yuzasi

nervidan aylanib o'tuvchi, barmoq usti arteriyasi va oyoq panjasining ustki barmoq nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: vaqti-vaqti bilan tutadigan bezgak, yuz sohasidagi shish, gingivit, ovoz psychalari spazmi, ichak sanchig'i, diafragma spazmi.

E<sub>45</sub>. Li-duy (qo'rqinchli to'lov) – oyoq panjasi II barmoq o'rnidan 3 mm tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: og'iz bo'shlig'i kasalliklari, bosh og'rig'i, psixozlar, oyoq va chov sohasi og'riqlari, meteorizm.

### **Taloq – oshqozon osti bezi meridiani (IV; RP; MP; Sp)**

In oyoq meridianlari tizimiga kiradi, juft (9-rasm). Oyoq panjasi I barmoq o'rni ichki chekkasidan boshlanadi. Oyoq panjasida meridian uning ichki-yonbosh yuzasigacha teri usti va oyoq osti chegarasidan o'tadi. Medial to'piq suyagidan birmuncha oldinda boldir-tovon bo'g'imini kesib o'tadi va katta boldir suyagining orqa chekkasi bo'yicha yuqoriga yo'nalib, boldirning old-ichki yuzasidan chiqadi.

Tizza bo'g'imini kesib o'tadi va chov boylamlari o'rtasini kesib o'tib, son old ichki yuzasi bo'yicha qoringa yetadi. Mana shu darajada meridian ikki tarmoqqa bo'linadi: ulardan biri – yuza – old qorin devori bo'yicha old-o'rta chizig'idan, 4 sun masofaga yo'naladi. XI qovurg'a bo'ylab meridian tashqariga og'adi va old o'rta chizig'idan 6 sm masofaga ko'krak qafasidan o'tadi. Ikkinchi qovurg'aaro oraliqqacha yetib, meridianning yuza tarmoqlari birmuncha tashqariga va pastga buriladi, da-bao nuqtasi o'rta qo'ltiq chizig'i bo'yicha oltinchi qovurg'aaro oraliqda tugaydi. Meridianning ikkinchi (chuqur) tarmog'i, qorin bo'shlig'i qorin pastki bo'limiga kirib, taloq, oshqozon osti bezi (an'anaga ko'ra o'ng meridianni oshqozon osti bezi, chap meridianni taloq boshqaradi) va oshqozonga boradi. Diafragmani kesib o'tgandan keyin u qizilo'ngach uzunligida til o'zagigacha ko'tariladi va uning pastki yuzasida bo'linadi.

Avval meridianning oshqozon osti tarmog'idan kollateral davom etadi, xuddi shunday diafragmani kesib o'tadi, biroq yurakka yo'naladi.

Meridianda «quvvat yo'nalishi» – markazga intilishdir.

Qadimgi Sharq tibbiyoti konsepsiyalariga muvofiq, taloq meridiani (ham a'zo sifatida) – ichaklarda ovqatning siljishi va hazm bo'lishi, shuningdek oziq moddalarning so'rilishida aloqaga ega faoliyat tizimidir. Bundan tashqari, taloq organizmda suv almashuvini boshqaradi va uning

faoliyati buzilishi shishlarning paydo bo'lishiga olib kelishi mumkin. Masalan, operatsiyadan keyin o'pka shishining rivojlanishida, qorin bo'shlig'i a'zolaridagi operatsiyadan keyin, taloq meridiani va qo'shilgan meridian – oshqozon meridianiga ta'sir o'tkazishi kerak.

Taloq shuningdek, qon tarkibi va uni tozalashni yo'lga qo'yadi va boshqaradi, qonga oziq moddalar uzatib, shu bilan ularni yetarlicha qon bilan ta'minlab, boshqa a'zolar faoliyatini me'yorga keltiradi.

Taloq jigar bilan mushaklar holatiga javob beradi. Sharq konsepsiyasiga binoan taloq meridiani oshqozon osti bezi o'z ta'siri ostida intellekt, fikrlash va tasavvurni «ushlab turadi».

«Meridianning shikastlanishi» diagnostikasi hamma igna bilan davolovchi kasalliklarda ham ma'lum qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. An'anaga ko'ra, xotiraning pastligi, kunduzgi uyquchanlik, meteorizm, uvushish, oyoqdagi darmonsizlik va shirinlikka o'ch bo'lish – taloqning «yetishmovchilik» belgilari hisoblanadi.

Meridian faoliyatini aniqlash uchun og'iz bo'shlig'i shilliq qavati, ayniqsa labning holatiga vizual ahamiyat beriladi. «Og'iz taloqning ko'zguasi, lablar esa, uning salomatligi aksidir». Sog'lom taloqda – lablar pushti rang va nam, quvvat yetishmovchiligida lablar oqargan va quruq bo'ladi.

Amaliy faoliyatda shuni yodda tutish lozimki, ushbu meridian nuqtasiga igna sanchish ovqat yo'li (asosiy meridian oshqozon meridiani bilan birga), jigar, oshqozon osti bezi, taloq va o'pka faoliyatini me'yorga keltiradi.

Meridian siydik - tanosil sohasi (asosiy meridianlar – buyrak va jigar) kasalliklarini davolashda yordamchi rol o'ynaydi. Meridianning distal nuqtalariga ta'sir o'tkazish depressiyaning ba'zi ko'rinishlari, nevrasteniya, shuningdek aqliy inertlik, e'tibor konsentratsiyasi yetishmovchiligi va charchoqda emotsional va intellektual sohaga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Meridianga 21 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular:

**RP<sub>1</sub>**. In-boy (sirli nur) – oyoq panjasi bosh barmog'ining tirnoq o'rnidan 3 mm ichkarida joylashgan. *Topografik anatomiyasi* (TA): oyoq panjasining orqa barmoq arteriyasi va orqa barmoq nervi. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: kollaps, o'tkir enterokolit, qorinning dam bo'lishi, hayz siklining buzilishi, tomir tortishishi, ruhiy kasalliklar.

**RP<sub>2</sub>**. Da-du (katta shahar) – bosh barmoqning ichki tomonida, distal oyoq kafti falangasi bo'g'imida. *Topografik anatomiyasi* (TA): medial

tovon arteriyasining tarmoqlanishi, katta boldir nervini aylanib o'tuvchi medial tovon nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**RP<sub>3</sub>.** Tay-bay (eng baland nur) – I oyoq kafti suyagi boshchasidan orqaga, oyoq panjasi ichki yuzasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir orqa arteriyasidan davom etuvchi medial tovon arteriyasi va katta boldir nervidan davom etuvchi medial tovon nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: oshqozon ichak kasalliklari, bel og'rishi, oyoqlarda sezgi va harakat faoliyatining buzilishi, epilepsiya.

**RP<sub>4</sub>.** Gun-sun (knyaz nabirasi) – oyoq panjasining ichki yuzasida, oyoq kafti I suyagi o'zagining old pastki chekkasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: oshqozon-ichak kasalligi, miokardit, stenokardiya, plevrit, bosh va yuz sohasidagi shish, epilepsiya, metrorragiya, odatiy abort.

**RP<sub>5</sub>.** Shan-syu (yig'ilish tepaligi) – medial to'piqdan oldinga va pastga, to'piq uchi va qayiqsimon suyak do'mbog'i orasidagi chuqurda. *Topografik anatomiyasi* (TA): old katta boldir arteriyasidan kelib chiquvchi, medial to'piq old arteriyasi, boldir medial teri tarmoqlari, kichik boldir yuzasi nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: oshqozon ichak kasalliklari (meteorizm, ichak quldirashi, til, qorin pastki qismidagi og'riq, qayt qilish, qabziyat, bavoasil) tomir va suyaklar kasalligi.

**RP<sub>6</sub>.** San-in-szyao (uch in nuqtalari uchrashuvi) – katta boldir suyagidan orqaga medial to'piq yuqori chekkasidan 3 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir orqa arteriyasi, boldir medial teri tarmoqlari, katta boldir nervi. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: siydik – tanosil tizimi kasalliklari (amenoreya, metrorragiya, jinsiy a'zo sohasidagi og'riq, pollyusiya) oyoqda sezgi va harakat faoliyatining buzilishi, enterokolit, bavoasil tugunlaridan qon ketishi, uyqusizlik, nevrasteniya. Akupunktura amaliyotidagi asosiy nuqtalardan biri.

**RP<sub>7</sub>.** Lou-gu (ochiq tepalik) – medial to'piqning yuqori chekkasidan 6 sun yuqori va katta boldir suyagidan 15 mm orqaga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: ovqat hazm qilish tizimi kasalliklari.

**RP<sub>8</sub>.** Di-szi (yer a'zosi) – medial to'piqdan 8 sun yuqori, katta boldir suyagi orqa chekkasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: bel og'rishi, ishtahaning pasayishi, oshqozon spazmi, aspermiya, surunkali endometrit, o'tkir sistit, hayz siklining buzilishi.

**RP<sub>9</sub>**. In-lin-syuan (tepalikdagi manba) – katta boldir suyagi medial to‘piq orqa pastki chekkasida, tizza ko‘zi pastki chekkasidan 2 sun past; yan-lin-syuan nuqtasi bo‘ylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir suyagi orqa tomon arteriyasi, medial pastki tizza ko‘zi arteriyasi va boldir medial teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko‘rsatma: ich ketishi, ichak sanchig‘i, ayollarda spazmatik qabziyat, siydik tuta olmaslik, siydik tutilishi, kolpit, o‘tkir sistit, uyqusizlik, gonit.

**RP<sub>10</sub>**. Syue-xay (qonli dengiz) – son suyagi medial to‘piq yuqori chekkasida, tizza ko‘zi yuqori chekkasidan 1 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): medial yuqori tizza arteriyasi, son va yopqich nervlarining teri va muskul tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko‘rsatma: metrorragiya, endometrit, epididimit, hayz siklining buzilishi, ekzema, oyoq sohasidagi yaralar, enurez.

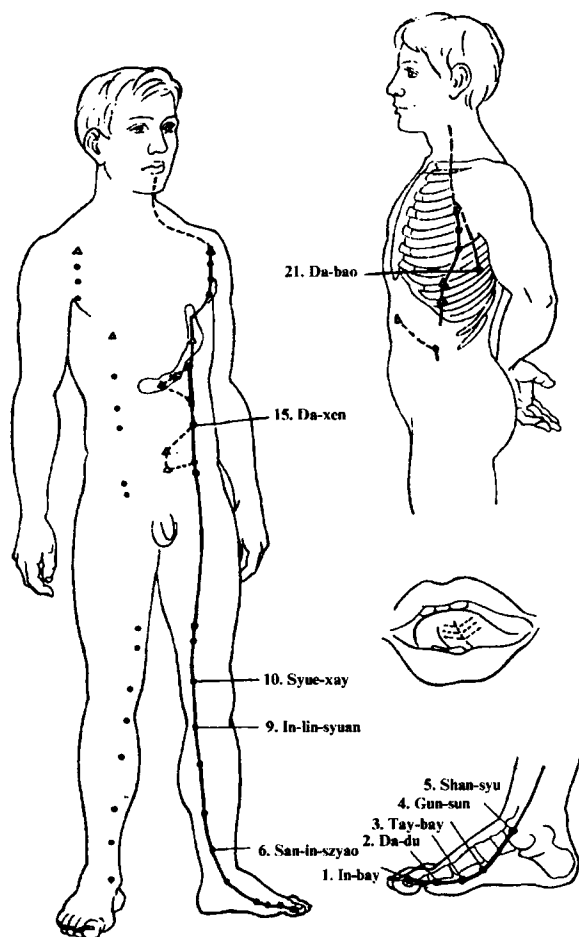
**RP<sub>11</sub>**. Szi-men (yettinchi darvoza) – son to‘rt boshli mushaklari medial chekkasida, tizza ko‘zi yuqori chekkasidan 6 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): son arteriyasi, yopqich va son nervlari. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko‘rsatma: siydik pufagi faoliyatining buzilishi, chov limfadeniti.

**RP<sub>12</sub>**. Chun-men (hujum darvozasi) – chov boylamlari o‘rtasi pastki chekkasida, syuy-gu nuqtasi bo‘ylab, qorin o‘rta chizig‘idan 4 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qorin usti pastki arteriyasi, yuza arteriya, yonbosh suyakni aylanib o‘tuvchi, yonbosh-chov nervining teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko‘rsatma: epididimit, urug‘ tizimchasi nervi nervalgiyasi, endometrit, qorining dam bo‘lishi, oshqozon spazmatik og‘rig‘i, mastit.

**RP<sub>13</sub>**. Fu-she (katta hovli) – peshonadan 1 sun yuqori, qorin o‘rta chizig‘idan 4 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): yonbosh suyakni aylanib o‘tuvchi, qorin usti yuzasi pastki arteriya va yuza arteriyasi, yonbosh-qorin usti nervi va yonbosh-chov nervi teri tarmoqlari; fu-she o‘ng tomondagi nuqtasi ko‘richakning pastki bo‘limiga to‘g‘ri keladi. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko‘rsatma: taloqning kattalashuvi, qo‘rg‘oshindan zaharlanish, qabziyat.

**RP<sub>14</sub>**. Fu-sze (qorin choki) – peshonadan 3,5 sun yuqori, 4 sun qorin o‘rta chizig‘idan tashqarida. *Topografik anatomiyasi* (TA): yonbosh – bel arteriya tarmoqlari, qovurg‘alararo nerv. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko‘rsatma: ichak sanchig‘i, dizenteriya, impotensiya.

**RP<sub>15</sub>**. Da-xen (katta egri – bugrilik) – kindik bo‘ylab, qorin o‘rta chizig‘idan 4 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ko‘rsatma: yo‘g‘on va ingichka ichak kasalliklari.



9-rasm. Taloq-oshqozon osti bezi meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

**RP<sub>16</sub>**. Fu-ay (qorin og'rig'i) – qorin o'rta chizig'idan 4 sm tashqariga, kindikdan 1,5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): qovurg'alararo nervlarning teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko'rsatma: oshqozon kasalligi.

**RP<sub>17</sub>**. Shi-dou (ovqat teshigi) – beshinchi qovurg'a orasida, ko'krak o'rta chizig'idan 6 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): lateral



ko'krak arteriyasi, uzun ko'krak nervi va qovurg'alar orasi nervining lateral teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: pnevmoniya, bronxit, qovurg'alararo nevrалgiya, jigar kasalligi.

**RP<sub>18</sub>**. Tyan-si (samoviy oqim) – to'rtinchi qovurg'a orasida, o'rta chiziqdan 6 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): lateral ko'krak arteriyasi, uzun ko'krak nervi va qovurg'alar orasi nervining lateral teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bronxit, qovurg'alar orasi nevrалgiyasi, gipogalaktiya, mastit.

**RP<sub>19</sub>**. Syun-syan (ko'krak sohasi) – uchinchi qovurg'a orasida, o'rta chiziqdan 6 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): ko'krak nervi old tarmoqlari va qovurg'alararo nervning lateral teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: ko'krak qafasi va ko'krak sohasidagi og'riq, yutumning qiyinlashuvi, so'lak oqishi, hiqichoq, qovurg'alararo nevrалgiya, bronxit.

**RP<sub>20</sub>**. Chjou-jun (atrofdagi ko'rkamlik) – ikkinchi qovurg'a orasida, o'rta chiziqdan 6 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvagidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**RP<sub>21</sub>**. Da-bao (katta ixtirochi) – qo'ltiq o'rta chizig'i oltinchi qovurg'a orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): lateral ko'krak arteriyasi, qovurg'alararo nervning lateral teri tarmoqlari, uzun ko'krak nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: qovurg'alararo nevrалgiya, jigar kasalligi.

### **Yurak meridiani (V;C;H;H)**

In meridianlari tizimiga kiradi, juft (10-rasm). Taloq – oshqozon osti bezi meridianining davomi hisoblanadi. Yurakdan boshlanadi va birdan ikki tarmoqqa bo'linadi: tarmoqlardan bittasi diafragma orqali o'tadi va ingichka ichakka boradi, boshqasi – yurakdan chiqadi va bo'yin ichki yuzasi ikkala tomoni bo'yicha ko'zga boradi. Meridian yuza tarmoqlari old qo'ltiq chizig'i bo'yicha katta ko'krak mushaklari lateral chekkasi bo'ylab yurakdan yelkaga chiqadi. So'ng meridian yelka, bilak orqa medial yuzasi bo'yicha boradi, bilak tomondan qo'l panjasi V barmog'i tirnoq o'rnida tugab, V va IV qo'l kafti suyaklari orasi qo'l panjasi tirsak chekkasi bo'yicha o'tadi.

Sharq tibbiyoti konsepsiyalariga muvofiq, yurak meridiani yurak va qon aylanish faoliyati holatiga bevosita ta'sir qiluvchi faoliyat tizimidir. Bundan tashqari, qadimgi konsepsiyalarga ko'ra, ong, aqliy faollik, sezgi

va his-hayajon yurak nazorati ostida bo'ladi. Inson yuragi sog'lom ekan, u tetik va quvnoq bo'lib qolaveradi. Yurak faoliyatining yomonlashuvi, asabiylik, holsizlik, faollikning pasayishi, ikkilanuvchanlik va boshqalarga olib keladi. Bu borada yurak meridiani nuqtalariga turli emotsional – stress buzilishlar, nevrozlar, depressiya va ba'zi boshqa funksional kasalliklarni davolash uchun alohida e'tibor beriladi. Bu kabi holatlarda akupunktura «yurakni tinchlantirish va insonning ruhiy holatini yaxshilash»ga olib keladi.

Yurak «meridianining shikastlanishi» diagnostikasi klassik shaklda puls diagnostikasi bilan bir qatorda quyidagi belgilarga asoslanadi: ko'krakdagi og'irlik, ba'zan haroratning ko'tarilishi va og'izning qurishi me'yordan oshish belgisiga to'g'ri keladi. Yurak meridianida «quvvatning oshib ketishi» belgilari bo'lgan shaxslar ozg'in, jismoniy mustahkam, terisi rangi yaxshi, ammo oson ta'sirlanuvchan va tez-tez yuqori nafas yo'li katariga moyil bo'ladilar. «Yetishmovchilik» belgilari bo'lgan shaxslar ikkilanuvchan, qo'rquv va hayajonga beriluvchan, salomatligi past, ozg'in, asab buzilishlariga moyil, munosabati yomon, teri va ko'rinuvchi shilliq qavat oqish-ko'kargan bo'ladi. Shunisi xarakterliki, Sharq vrachlari turli kasalliklar diagnostikasida shu bilan birga yurak holatini aniqlash uchun ham shilliq parda va teri holatiga katta e'tibor beradilar.

Ular «til–yurakning ko'zgusi, yuz esa – uning holati aksi» deb hisoblaydilar. Shuningdek, yurak ko'z va quloq holatiga ta'sir ko'rsatadi. «Yurakda to'lqinlangan alanga» yoqimlidir, u insonni xushyor qiladi, «yurakda quvvatning pasayishi» esa eshitishning yomonlashuvi bilan kuzatiladi.

Akupunktura amaliyotida shuni yodda tutish lozimki, yurak mediani nuqtalariga ta'sir o'tkazish, yurak-tomir tizimi faoliyatining buzilishi, nevrozlar, hushdan ketish, bosh aylanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, ruhiy – emotsional buzilishlarning ma'lum bir darajasi bartaraf etiladi (qo'rquv, hadik, ma'yuslik va b.).

Meridianga 9 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular:

C<sub>1</sub>. Szi-syuan (eng baland chashma) – nuqta qo'ltiq chuquri bo'ylab, katta ko'krak muskulining pastki chekkasi va yelka ikki boshli mushaklarining ichki chekkasida joylashgan. *Topografik anatomiyasi* (TA): tirsak va o'rta nervlar, yelka medial teri nervi, qovurg'alararo nervning lateral teri tarmoqlari, yelka arteriyasi. Ukol chuqurligi 15 mm (ukol biroz yuqori va tashqariga qilinadi). Ko'rsatma: yurak kasalligi,

isteriya, qovurg'alararo nevralgia, pleksit, ko'ngil aynashi, Reyno kasalligi.

C<sub>2</sub>. Sin-lin (yosh qalb) – yelka ikki boshli mushaklari ichki chekkasida, tirsak bo'g'imidan 3 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): yelkaning medial teri venasi, yelka arteriyasi, tirsak va o'rta nervlari, yelka medial teri nervi. Ukol chuqurligi 10 mm (yo'g'on tomirlar bo'lishi oqibatida kam qilinadi). Ko'rsatma: avvalgidek.

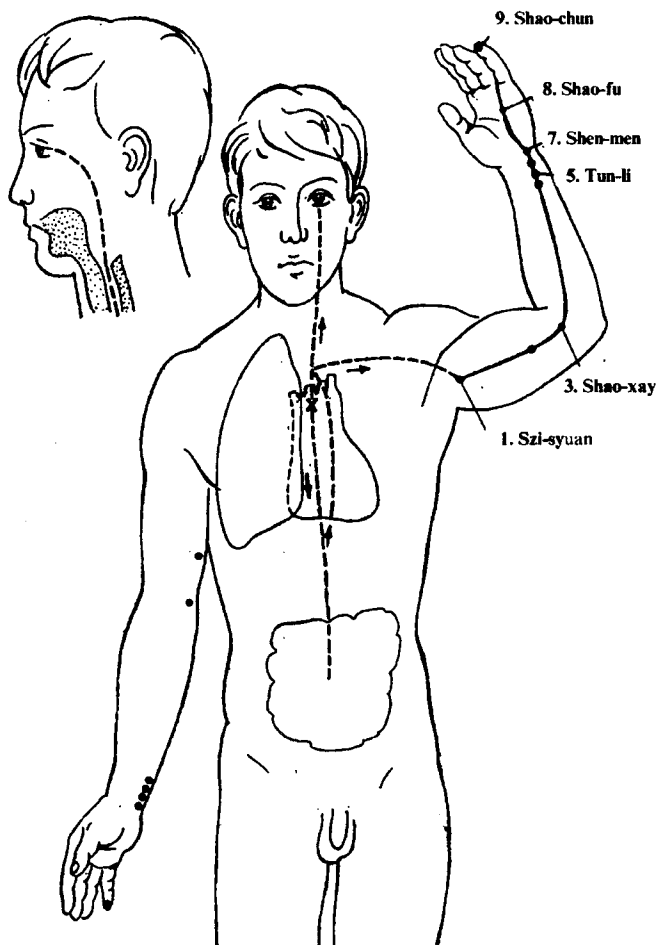
C<sub>3</sub>. Shao-xay (kichik dengiz) – tirsak bo'g'imi burmasi uning tirsak chekkasida, yelka suyagi medial do'mbog'idan oldinga, barmoq uchi bilan chuqurcha paypaslanadigan joyda. *Topografik anatomiyasi* (TA): pastki tirsak kollateral arteriyasi, yelka va bilak medial teri nervlari. Ukol chuqurligi 6-10 mm. Ko'rsatma: paroksizmal taxikardiya, bo'yin yoki qo'ltiq sohasi limfadeniti, psixoz, tish og'rig'i, bosh aylanishi, nevralgia, uch shoxli nerv nevrologiyasi, qo'l mushaklarining tortishishi, Reyno kasalligi.

C<sub>4</sub>. Lin-dao (ruh yo'li) – qo'l panjasini bukuvchi tirsak paylari bilak chekkasida, bilak-kaft burmasidan 1,5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): bilak mideal teri nervi, tirsak arteriyasi va tirsak nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: yurak faoliyati kasalliklari, isteriya, ko'ngil aynashi, tirsak bo'g'imi sohasidagi og'riq, tirsak nervi nevriti.

C<sub>5</sub>. Tun-li (ichki dunyo bilan aloqa) – qo'l panjasini bukuvchi tirsak va barmoqlarni bukuvchi yuza paylar orasida, bilak-kaft burmasidan 1 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bosh aylanishi, nevrogen taxikardiya, konyunktiv giperemiya, qo'l mushaklarining tortishishi, nevrozlar, gipotoniya.

C<sub>6</sub>. In-si (in chegarasi) – qo'l panjasini bukuvchi tirsak va barmoqlarni bukuvchi yuza paylar orasida, bilak-kaft burmasidan 0,5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bosh aylanishi, burundan qon ketishi, paroksizmal taxikardiya, tonzillit, isteriya, oshqozon yarasi, keksa yoshdagi kishilarda asteniya.

C<sub>7</sub>. Shen-men (ilohiy eshik) – qo'l panjasini bukuvchi tirsak paylari orasida, proksimal bilak-kaft burmasi no'xatsimon va tirsak suyaklari orasidagi chuqurchada. *Topografik anatomiyasi* (TA): tirsak arteriyasi va tirsak nervi, bilak medial teri nervining sezgi tolalari va tirsak nervining qo'l kafti teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: uyqusizlik,



10-rasm. Yurak meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

nevrozlar, psixozlar va yurak nevrogen kasalliklari, gipertireoz, gipertoniya kasalligi, tug'ishdan keyin qon yo'qotish va h.k.

C<sub>8</sub>. Shao-fu (kichik soha) – IV va V qo'l kafti suyaklari orasi, oraliqning keng qismida. *Topografik anatomiyasi* (TA): umumiy qo'l kafti barmoq arteriyasi va tirsak nervi tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: qovurg'alararo nevrалgiya, siydik tutilishi yoki tuta olmaslik, menome-

trorragiya, tashqi jinsiy a'zolar sohasida qichishish, paroksizmal taxikardiya, yelka sohasidagi og'riq.

C<sub>7</sub>. Shao-chun (kichik oqim) – jimjiloq oxirgi falangasi, tirnoq o'rni bilak tomondan 3 mm ichkariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qo'l kafti barmoq arteriyasiga qarashli to'r va tirsak nervi tarmoqlari. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: bezgak kasalligidan keyin asteniya, qovurg'alararo nevrologiya, nevrogen taxikardiya, qo'l mushaklarining tortishishi, laringit, tomoq og'rig'i, qo'rquv, qayg'u sindromli nevrozlar, amneziya va boshqalar.

### **Ingichka ichak meridiani (VI; IG; DU; SI)**

Yan qo'l meridianlari tizimiga kiradi, juft (11-rasm) – yurak meridianining davomi. Tirsak chekkasi, jimjiloqning tirnoq o'rnida boshlanadi, so'ng qo'l panjasi ulnar chekkasi bo'yicha bilak-kaft bo'g'imi orqali yo'nalib, bilak va yelkaning ichki orqa yuzasi bo'yicha o'tadi. Kurak suyagi pastki chekkasi bo'ylab orqa qo'ltiq chizig'i bo'yicha meridian suyak osti chuqurchasiga tushadi va keyin zigzag shaklida kurak suyagi bo'yicha da-chjuy (T<sub>14</sub>) nuqtasiga yo'naladi, u yerda boshqa yan meridianlari bilan aloqaga kirishadi. Da-chjuy nuqtasidan meridian o'mrov usti sohasiga kiradi, u yerda ikki tarmoqqa bo'linadi. Ulardan biri qizilo'ngach tana ichkarisiga boradi, yurakka tarmoqlanib, diafragmani kesib o'tib, oshqozon va ingichka ichakka yetadi. Meridianning boshqa tarmog'i o'mrov usti sohasidan to'sh-o'mrov suyagi – so'rg'ichsimon o'siq mushaklari orqa chekkasi bo'yicha yo'naladi va pastki jag' burchagiga yetadi. So'ng meridian lunjni kesib o'tib, yonoq suyagiga yetadi va o'zining ikki oxirgi tarmog'iga bo'linadi. Ulardan biri quloqqa yaqinlashadi, boshqasi esa ko'zning ichki burchagiga boradi.

Sharq tibbiyoti konsepsiyasiga muvofiq ingichka ichak va yurak bir-biriga ta'sir ko'rsatadi. Yurak kasalligida, shuningdek ingichka ichak zararlanadi yoki aksincha. Yurak va ingichka ichak orasidagi o'zaro aloqa – ichki – tashqi o'zaro munosabatning misollaridan biridir. Ichki – tashqi o'zaro munosabat nazariyasi ko'pincha akupunktur anezteziya o'tkazishda qo'llaniladi. Masalan, ingichka ichak operatsiyalarida yurak bilan bog'liq bo'lgan, quloqning tashqi nuqtasiga ta'sir o'tkaziladi, yurak operatsiyalarida esa ingichka ichak bilan bog'liq bo'lgan nuqtalar qo'llaniladi. Bir qator holatlarda ushbu nuqtalarning ikkala kategoriyasi kombinatsiyasidan foydalaniladi.

Yurak meridiani bilan ichki-tashqi aloqalar shunday tushuntiriladiki, ingichka ichak meridiani nuqtalari, shuningdek asab tizimi bilan bog'liq bo'lgan (nevrasteniya, xoreya, epilepsiya) qo'zg'alish holatiga ta'sir qiladi. Ko'pincha ingichka ichak meridiani nuqtasiga ta'sir o'tkazish yordamida ichki quloq faoliyatining buzilishidan kelib chiqqan quloq shang'illashini muvaffaqiyatli davolash mumkin.

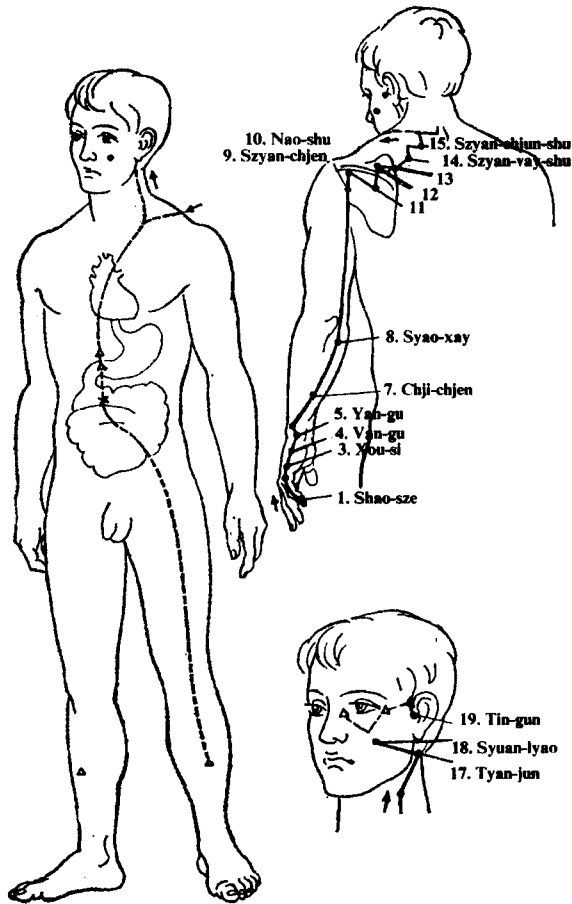
Ko'plab qo'l, yelka kamari revmatik va artraljik kasalliklarni ingichka ichak meridiani nuqtasi orqali muvaffaqiyat bilan davolash mumkin. Ba'zi holatlarda meridian nuqtalariga ta'sir o'tkazish enteritlarning turli ko'rinishida nihoyatda samarali hisoblanadi. Meridianing chap tarmog'i ingichka ichakka, o'ng tarmog'i esa qo'shimcha o'n ikki barmoq ichakka ham ta'sir qiladi, deb hisoblash qabul qilingan. Ingichka ichak meridiani nuqtalariga mahalliy segmentar ta'sir o'tkazish bosh og'rig'i, bo'yinning orqa yon qismi, yelka kamari va tirsak og'riqlarida juda samaralidir. «Me'yordan oshish» belgilari: bo'yin-ensa sohasi va yelka, bilak orqa yuzasi bo'yicha og'riq va tortishish, qorin pastki qismidagi og'riq, ba'zan qabziyat. «Yetishmovchilik» belgilari: ko'ngil aynishi, qayt qilish va ich ketishi, quloq shang'ilashi, eshitishning pasayishi, oyoq-qo'llardagi darmonsizlik, bo'yin va pastki jag' shishlari.

Meridianga 19 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular quyidagilardir:

**IG<sub>1</sub>.** Shao-sze (kichik havza) – V barmoqning tirnoq o'rnida 3 mm tashqarida joylashgan. *Topografik anatomiyasi* (TA): tegishli qo'l kafti barmoq arteriyasi va tirsak nervidan kelib chiquvchi, qo'l kafti barmoq nervi. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: yo'tal, bosh og'rig'i, tonzillit, yurak faoliyati kasalliklari, bilak sohasidagi og'riq, bo'yin-ensa sohasi mushaklarining uchishi va kontraktura, gipogalaktiya, mastit, ovqatdan zaharlanish.

**IG<sub>2</sub>.** Syan-gu (oldingi vodiy) – V barmoqning kaft-falangali bo'g'imidan oldinga, ko'ndalang teri burmasi chuquri oxirida. *Topografik anatomiyasi* (TA): tirsak arteriyasidan davom etuvchi, orqa barmoq arteriyasi. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: quloq shang'illashi, bilak sohasidagi og'riq, gipogalaktiya, mastit, epilepsiya, hiqichoq.

**IG<sub>3</sub>.** Xou-si (orqadagi dara) – V qo'l kafti suyagi boshchasidan orqaga uning tirsak chekkasida, qo'l kafti burmasi chuquri oxirida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: bo'yin – ensa sohasi, bilak va yelka mushaklari tortishishi, epilepsiya, burundan qon ketishi, eshitishning pasayishi, blefarit, bo'yin radikuliti.



11-rasm. Ingichka ichak meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

**IG<sub>4</sub>.** Van-gu (kaft usti suyagi) – qo'l panjasining tirsak tomoni V qo'l kafti va uch tomonli suyaklar asosi orasidagi chuqurchada. *Topografik anatomiyasi* (TA): tirsak arteriyasi va tirsak nervi ustki tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**IG<sub>5</sub>.** Yan-gu (quyoshli vodiy) – tirsak suyagining bigizsimon o'simtasi va uch tomonli suyaklar orasida qo'lning yarim bukilgan tirsak bo'g'imida seziladigan chuqurda. *Topografik anatomiyasi* (TA): tirsak

arteriyasining orqa kaft usti tarmoqlari, tirsak nervi orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: bosh aylanishi, quloq shang'illashi, eshitishning pasayishi, epilepsiya, stomatit, bilak sohasidagi og'riq.

**IG<sub>6</sub>.** Yan-lao (qarilikka g'amxo'rlik) – yan-gu nuqtasidan Isun yuqori, tirsak suyagi orqa yuzasi, uning boshchasi ustiga to'g'ri keladi. *Topografik anatomiyasi* (TA): tirsak arteriyasining kaft usti orqa tarmoqlari, tirsak nervi orqa tarmoqlari, bilak medial teri nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: yelka-kurak sohasi sezgi va harakat faoliyatining buzilishi, konyuktiv giperemiya, ko'rishning pasayishi.

**IG<sub>7</sub>.** Chji-chjen (to'g'ri tarmoq) – bilak-kaft bo'g'imidan 5 sun yuqori, tirsak suyagi orqa yuzasi o'rtasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): suyaklararo orqa arteriya va bilak medial teri nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: ruhiy kasalliklar, nevrasteniya, bosh aylanishi, bosh og'rig'i, qo'ldagi og'riq.

**IG<sub>8</sub>.** Syao-xay (katta bo'lmagan dengiz) – yelka suyagi medial do'ng va tirsak suyagi o'simtasi orasi, tirsak egatchasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): tirsak arteriyasi tarmoqlari, yelka va bilak medial teri nervlari. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: yelka mushaklari va tirsak bo'g'imi kontrakturasi, tirsak nervi nevralfiyasi, gingivit, xoreya, epilepsiya, qorin pastki qismidagi og'riq.

**IG<sub>9</sub>.** Szyan-chjen (yelka tozaligi) – yelka bo'g'imidan orqaga va pastga, yelka suyagi va kurak orasida, qo'ltiq chuquri bilan vertikal chiziqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): yelka suyagini aylanib o'tuvchi, orqa arteriya tarmoqlari, chuqurlikda – qo'ltiq nervi, yelka orqa teri nervi, yelka medial teri nervi va qovurg'alararo nervning lateral teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko'rsatma: quloq shang'illashi, bosh og'rig'i, kurak orqa sohasi, qo'l bo'g'imlaridagi og'riq.

**IG<sub>10</sub>.** Nao-shu (yelka nuqtasi) – yelka bo'g'imi orqa yuzasida qo'ltiq orqa chizig'iga vertikal. Nuqta qo'l ko'tarilganda (chuqurcha) yaxshi aniqlanadi. *Topografik anatomiyasi* (TA): kurak usti arteriyasi, kurakni aylanib o'tuvchi arteriya, o'mrov usti nervlari, yelka lateral teri nervi va yelka orqa teri nervi. Ukol chuqurligi 15-25 mm. Ko'rsatma: yelka va kurak sohasi, yelka bo'g'imidagi og'riq, bo'yin-jag' sohasidagi og'riq.

**IG<sub>11</sub>.** Tyan-szun (samoviy ajdodlar) – suyak osti chuqurchasi markazida, V va VI ko'krak umurtqasi orasida joylashgan, bin-fen nuqtasi ostida shen-dao nuqtasi bilan bir chiziqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): kurakni aylanib o'tuvchi arteriya va kurak usti nervi. Ukol



chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: yelka-kurak sohasida sezgi va harakatning buzilishi, pleksitlar.

**IG<sub>12</sub>.** Bin-fen (shamol yuzi) – kurak suyagi yuqori chekkasi o'rtasiga to'g'ri keladi. *Topografik anatomiyasi* (TA): kurak usti arteriyasi, o'mrov usti nervi, kurak usti va qo'shimcha nervlar. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**IG<sub>13</sub>.** Syuy-yuan (devor) – szyan-szin nuqtasi ostida kurak suyagi yuqori chekkasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**IG<sub>14</sub>.** Szyan-vay-shu (yelkaning tashqi tomoni) – kurak ichki chekkasida, I va II ko'krak umurtqasi orasida joylashgan, tao-dao nuqtasi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): bo'yin ko'ndalang arteriyasi, VII - VIII bo'yin nervlarining orqa tarmoqlari, kurak dorsal nervi va qo'shimcha nerv. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko'rsatma: qo'llarda harakat va sezgining buzilishi, o'pka yallig'lanishi, nevrastiya, arterial bosimning pasayishi.

**IG<sub>15</sub>.** Szyan-chjun-shu (yelka o'rtasi) – kurak ichki chekkasi, szyan-szin va da-chjuy nuqtalari orasidagi masofa o'rtasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): bo'yin ko'ndalang arteriyasi, VI bo'yin nervi orqa tarmog'i va kurak dorsal nervi. Ukol chuqurligi 10-20 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari kasalliklari, ensa va bo'yin sohasidagi og'riq, ko'rishning pasayishi.

**IG<sub>16</sub>.** Tyan-chuan (osmon oynasi) – to'sh-o'mrov-so'rg'ichsimon o'siq mushaklarining orqa chekkasida, qalqonsimon tog'ay yuqori chekkasi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): uyqu arteriyasi, bo'yin nervlarining teri tarmoqlari, katta quloq nervining boshlang'ich qismi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: qovurg'alararo nervlar nevrалgiyasi, stomatit, va kurak sohasidagi og'riq, quloq shang'illashi, gingivit.

**IG<sub>17</sub>.** Tyan-jun (samoviy shakl) – quloq solinchagi o'zagidan 12 mm pastda, to'sh-o'mrov-so'rg'ichsimon o'siq mushaklarining so'rg'ichsimon o'siqqa birikish joyiga to'g'ri keladi (pastki jag' burchagidan bir oz yuqori va orqaga). *Topografik anatomiyasi* (TA): katta quloq nervi sezgi tolalari chuqurlikda yotadigan ichki bo'yinturuq venasi. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: qovurg'alararo nervlar nevrалgiyasi, hansirash, bo'yin-ensa sohasidagi og'riq, quloq shang'illashi, gingivit, orqa, ko'krak sohasi mushaklarining uchishi va kontraktura.

**IG<sub>18</sub>.** Syuan-lyao (yanoq suyagi chuquri) – yanoq suyagi tanasining pastki chekkasi ostidagi chuqurda, ko'zning tashqi burchagida joylashgan,

si-chju-kun nuqtasi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): chakka yuzasi arteriyasidan davom etuvchi, yuz ko'ndalang arteriyasi, yuz nervi yonoq tarmoqlari, uch shoxli nervning ikkinchi va uchinchi tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: yuz nervi nevriti, imo-ishora mushaklarining uchishi va kontraktura, qo'l og'rig'i.

**IG<sub>19</sub>**, Tin-gun (eshitish qasri) – quloq yumshog'i va pastki jag' bo'g'im o'simtasi orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): chakka yuzasi arteriyasi tarmoqlari, quloq – chakka nervi (uch shoxli nervning uchinchi tarmog'idan). Ukol chuqurligi 6-10 mm. Ko'rsatma: quloq shang'illashi, ovozning bug'ilishi, afaziya, duduqlanish.

### **Siydik pufagi meridiani (VII; V; B; B)**

Yan oyoq meridianlari tizimiga kiradi, juft, ingichka ichak meridiani davomi (12-rasm). Ko'z ichki burchagidan boshlanadi, peshona-va tepa sohasi orqali yuqoriga yo'naladi. Bu sohalarda meridianning yo'nalishi boshning birinchi yon chizig'iga shartli mos keladi, ya'ni ko'zning ichki burchagidan bosh o'rta chizig'iga parallel o'tishi mumkin. Bo'yin-ensa sohasida meridian ikki tarmoqqa bo'linadi. Ulardan biri umurtqalarning suyak o'simtali orqa-o'rta chizig'iga 1,5 sm parallel o'tadi, ikkinchisi esa 3 sm.

Bel sohasida birinchi tarmoqdan kollateral buyrak va siydik pufagiga tarqaladi. Meridian birinchi tarmog'ining asosiy qismi dumg'aza, dumba sohasiga o'tadi va son orqa yuzasidan chiqadi, tizza osti chuqurchasiga borib, u yerda ikkinchi tarmoq bilan birlashadi, shuningdek bo'yin-ensa sohasidan yo'l ochib, tizza ko'zi osti chuqurchasiga boradi. Tizza ko'zi osti chuqurchasidan meridian boldir orqa yuzasi bo'yicha pastga, orqadan aylanib, lateral to'piqqacha tushadi. So'ng meridian oyoq panjasining tashqi yuzasi bo'yicha (terining tovon va orqa yuzasi chegarasi) jimjiloqning tirnoq o'rni tashqi chekkasiga boradi va u yerda chji-in (V<sub>67</sub>) nuqtasida tugaydi.

Xalq vrachlari konsepsiyasiga amal qilgan holda siydik pufagi meridiani buyrak faoliyatini boshqarishda rol o'ynaydi va siydik chiqarishni nazorat qiladi.

«Meridian faoliyatining yetishmovchiligi» belgilari kam miqdorda tez-tez siydik chiqarish, umurtqa pog'onasida surunkali og'riq, darmonsizlik, qo'rquv hisoblanadi, «me'yordan oshish» sindromi asosan umurtqa

pog'onasi, bel va oyoqlardagi o'tkir og'riq, ko'zdan yosh oqishi va peshona-ensa sohasidagi og'riq bilan ifodalanadi.

Akupunktura amaliyotida siydik pufagi meridiani nuqtalari og'riqli va spastik holatlarda (bosh og'rig'i, bel og'rishi, boldir mushaklarining tortishishi) samarali qo'llaniladi. Siydik pufagi meridiani nuqtalari orqali, shuningdek, ekzema, dermatitlar, psoriasis kabi, surunkali kasalliklarga ta'sir o'tkazishi mumkin.

«Kelishuv» nuqtasiga ta'sir o'tkazib, har qanday a'zo (yurak, o'pka, oshqozon, ichak va b.) faoliyatini boshqarishi mumkin. Agar meridian nuqtalari orqali eng samarali ta'sir ko'rsatadigan, tana va a'zolar sohasi haqida gapiradigan bo'lsak, ular quyidagilarni o'z ichiga oladi: markaziy asab tizimi (bosh va orqa miya), bosh, bo'yin orqa yuzasi, orqa, ichki a'zolar va teri.

Meridianga 67 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular:

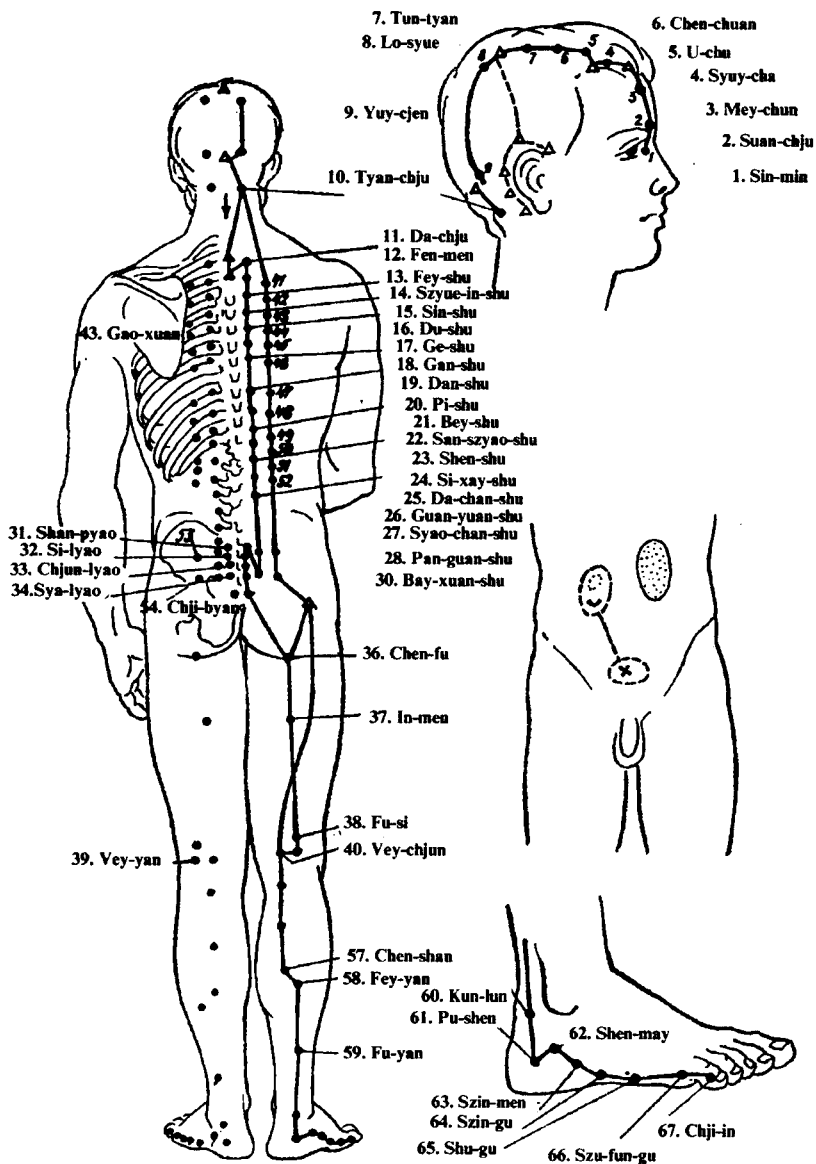
V<sub>1</sub>. Sin-min (sin-ko'z, min-yorug'lik) – ko'z ichki burchagidan 3 mm ichkarida joylashgan. *Topografik anatomiyasi* (TA): qovoq medial boylamlari, yuqori jag' arteriyasi tarmoqlari, ostki g'altaksimon nerv. Ukol chuqurligi 6 mm. Kuydirish mumkin emas. Ko'rsatma: ko'z kasalliklari, tumov.

V<sub>2</sub>. Suan-chju (Mashhur bambuk) – sin-min nuqtasi ustida, qoshning boshlanishiga to'g'ri keladi; ushbu soha paypaslanganda chuqurlik seziladi. *Topografik anatomiyasi* (TA): peshona arteriyasi, uch shoxli nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 6 mm. Kuydirish mumkin emas. Ko'rsatma: ko'z kasalliklari, bosh aylanishi, bosh old qismidagi og'riq, yuz nervi nevriti, uch shoxli nerv nevralgiyasi.

V<sub>3</sub>. Mey-chun (harakatlanuvchan qosh) – qoshning boshlanishi ustida, yan-bay nuqtasi bilan gorizontal chiziqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ko'rsatma: avvalgidek.

V<sub>4</sub>. Syuy-cha (qiyshiq yordamchi) – shen-tin nuqtasidan tashqariga, ko'z ichki burchagi ustida (boshning 0,5 sun tukli qismi old chegarasiga kiradi). *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, yuz nervi nevriti, uch shoxli nerv nevralgiyasi, ko'rishning pasayishi, burun bitishi, burundan qon ketishi, burun poliplari, rinit.

V<sub>5</sub>. U-chu (beshinchi joy) – syuy – cha nuqtasidan orqaga, shan-sin nuqtasi bilan ko'ndalang chiziqda *Topografik anatomiyasi* (TA): peshona muskuli, peshona arteriyasi, peshona nervi. Ukol chuqurligi 10 mm.



12-rasm. Siydik pufagi meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

Ko'rsatma: epilepsiya, bosh og'rig'i, bosh aylanishi, ko'rishning pasayishi, yelka va orqa sohasidagi og'riq.

V<sub>6</sub>. Chen-guan (yorug'lik qabul qiluvchi) – u-chu nuqtasidan orqaga, syan-din nuqtasi bilan ko'ndalang chiziqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): tepa suyagi, boshning payli qalpog'i, uning ostida chakka yuza arteriyasi, peshona nervi, yuz nervi chakka tarmoqlari joylashadi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bosh aylanishi, vazn kasalligi.

V<sub>7</sub>. Tun-tyan (teshilgan osmon) – bay-xuey nuqtasi bilan ko'ndalang chiziqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): chakka va ensa yuza arteriyalari, katta ensa nervining innervatsiya zonasi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: burun kasalliklari, og'iz aylana mushaklarining uchishi va kontraktura, uch shoxli nerv nevralfiyasi.

V<sub>8</sub>. Lo-syue (to'liq bo'lmagan birlashish) – syan - szyan nuqtasi bilan ko'ndalang chiziqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): nuqtalarning joylashishi tepa va ensa suyaklari birikuviga to'g'ri keladi. Bu sohada ensa arteriyasi va katta ensa nervi joylashgan. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bo'yin-ensa sohasi mushaklarining tonik kuchlanishi, glaukoma, quloq shang'illashi, psixozlar.

V<sub>9</sub>. Yuy-chjen (nefritli yostiq) – nao-xu nuqtasi bilan ko'ndalang chiziqda. *Topografik anatomiyasi* (TA): ensa arteriyasi, katta ensa nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: uch shoxli nerv nevralfiyasi, bosh aylanishi, bosh og'rishi, uzoqni ko'ra olmaslik, hid bilishning pasayishi, gipergidroz.

V<sub>10</sub>. Tyan-chju (osmon ustuni) – ya-men nuqtasi bo'ylab, trapetsiyasimon mushaklar tashqi chekkasi chuqurida. *Topografik anatomiyasi* (TA): ensa arteriyasi tarmoqlari, ensa nervi. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, ensa va bo'yin-kurak sohasi mushaklarining uchishi va kontraktura, bo'yin qiyshayishi, laringit, burun kasalliklari, nevrasteniya, ko'z kasalliklari, vegetativ asab tizimiga ta'sir qilish.

V<sub>11</sub>. Da-chju (katta umurtqa) – I va II ko'krak umurtqalari suyak o'simtalari orasidagi oraliqdan 1,5 sun tashqariga (o'tirgan holatda tirsakka qo'l bilan tayangan, boshni ekkani holatga keltirish bilan aniqlanadi). *Topografik anatomiyasi* (TA): bo'yin ko'ndalang arteriyasining pasayib boruvchi tarmoqlari, kurak dorsal nervi, qo'shimcha nerv. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: bronxit, bosh og'rishi, bosh

aylanishi, epilepsiya, bo'yin-ko'krak radikuliti, tayanch-harakat apparati kasalligi.

V<sub>12</sub>. Fen-men (shamol darvozasi) – II va III ko'krak umurtqasi oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari kasalliklari, bo'yin-ko'krak radikuliti, uyquchanlik, qayt qilish, grippning oldini olish uchun.

V<sub>13</sub>. Fey-shu (shu-hamdardlik, fey-o'pka) – III va IV ko'krak umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qovurg'alararo arteriyalarning orqa tarmoqlari, bo'yin ko'ndalang arteriyasining pasayib boruvchi tarmog'i, qo'shimcha nerv, ko'krak nervlarining orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari kasalliklari, sariq kasalligi, teri qichishi, orqa va bel sohasi og'riqlari.

V<sub>14</sub>. Szyue-in-shu (absalyut in-shu) – IV va V ko'krak umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: yurak, o'pka kasalligi, hiqichoq, qayt qilish.

V<sub>15</sub>. Sin-shu (shu - yurak) – V va VI ko'krak umurtqasi oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: yurak, oshqozon kasalliklari, qizilo'ngach torayishi, his-hayajon buzilishi.

V<sub>16</sub>. Du-shu (shu-du-may) – VI va VII ko'krak umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ko'rsatma: avvalgidek.

V<sub>17</sub>. Ge-shu (shu-diafragmalar) – VII va VIII ko'krak umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: yurak va o'pka kasalliklari (yurak urishi, plevrit, astma, bronxit), gastrit, enterokolit, bolalarda dispepsiya, gemopoezni kuchaytirish uchun.

V<sub>18</sub>. Gan-shu (shu jigari) – IX va X ko'krak umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qovurg'alararo arteriyalar va ko'krak nervlari orqa tarmoqlari. Ichkarida o'ng tomonda jigar, chapda esa oshqozon joylashgan. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: burun kasalligi, og'iz aylana mushaklarining uchishi va kontraktura, uch shoxli nerv nevralfiyasi.

V<sub>19</sub>. Dan-shu (shu - o't pufagi) – X va XI ko'krak umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek.

Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: bezgak, et uvishishi, bosh og'rig'i, o't pufagi kasalligi, sariq kasalligi, qayt qilish, qizilo'ngach torayishi, laringit, plevrit, arterial gipertenziya.

V<sub>20</sub>. Pi-shu (shu - taloq) – XI va XII ko'krak umurtqalari suyak o'simtalari orasidagi oraliqdan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: ovqat hazm qilish tizimi kasalligi, diabet.

V<sub>21</sub>. Vey-shu (shu - oshqozon) – XII ko'krak va I bel umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: oshqozon, jigar kasalligi, ko'rishning pasayishi.

V<sub>22</sub>. San-szyao-shu (shu - uch bo'shliq) – I va II bel umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): bel arteriyasining orqa tarmoqlari, bel nervlari orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: oshqozon kasalliklari, bel-dumg'aza radikuliti, nevrasteniya, siydik tuta olmaslik.

V<sub>23</sub>. Shen-shu (shu buyraklar) – II va III bel umurtqalari (min-men nuqtasi va kindik bo'ylab) oralig'idan 1,5 sun tashqariga. Ukol chuqurligi 15-25 mm. Ko'rsatma: siydik-tanosil sohasi kasalliklari (nevrit, siydik pufagi sfinkterlari spazmi, siydik tuta olmaslik, aspermiya, pollyusiya, hayz siklining buzilishi), bel og'rig'i.

V<sub>24</sub>. Si-xay-shu (shu - nafas olish dengizi) – III va IV bel umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: bel og'rig'i, gemorroy, gipertoniya.

V<sub>25</sub>. Da-chan-shu (shu - yo'g'on ichak) – IV va V bel umurtqalari oralig'idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 25-30 mm. Ko'rsatma: bel-dumg'aza og'rig'i, yo'g'on ichak kasalligi (qorin dam bo'lishi, enterkolit, qorin quldirashi, ich ketishi yoki qabziyat) siydik tuta olmaslik, gipertoniya kasalligi.

V<sub>26</sub>. Guan-yuan-shu (shu - chegaraning boshlanishi) – V bel va I dumg'aza umurtqalari suyak o'simtalari orasi oralig'idan 1,5 sun tashqariga, ya'ni V bel umurtqasi ko'ndalang o'simtasi va dumg'aza yon chekkasi orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): dumg'aza o'rta arteriyasi orqa tarmog'i, bel nervlarining orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 25-30 mm. Ko'rsatma: bel-dumg'aza og'rig'i, gipertoniya kasalligi, siydik tutilishi yoki tuta olmaslik.

V<sub>27</sub>. Syao-chan-shu (shu - ingichka ichak) – dumg‘aza umurtqalari I va II rudimentlari oralig‘idan 1,5 sun tashqariga (dumg‘aza birinchi orqa teshigidan tashqariga). *Topografik anatomiyasi* (TA): dumg‘aza o‘rta arteriyasi orqa tarmog‘i, dumg‘aza nervlari orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 20-30 mm. Ko‘rsatma: enterokolitlar, gemorroiy, bel-dumg‘aza og‘rig‘i, endometrit.

V<sub>28</sub>. Pan-guan-shu (shu - siydik pufagi) – II va III dumg‘aza umurtqalari (ikkinchi orqa dumg‘aza teshigidan tashqariga) oralig‘idan 1,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 25-30 mm. Ko‘rsatma: siydik-tanosil sohasi kasalliklari, bel-dumg‘aza og‘rig‘i,

V<sub>29</sub>. Chjun-lyuy-shu (shu - yelka o‘rtasi) – III va IV dumg‘aza umurtqalari oralig‘idan 1,5 sun tashqariga (uchinchi orqa dumg‘aza teshigi). *Topografik anatomiyasi* (TA): dumba yuqori arteriyasi, dumg‘aza nervlari orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko‘rsatma: diabet, enterokolit, bel og‘rishi.

V<sub>30</sub>. Bay-xuan-shu (shu - sfinkter) – yelka o‘rta chizig‘idan 1,5 sun, katta quymich teshigi ichki chekkasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): dumba pastki arteriyasi va nervi, dumg‘aza nervlari orqa tarmoqlarining sezgi tolalari. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko‘rsatma: bel-dumg‘aza og‘rig‘i, to‘g‘ri ichak kasalligi, siydik tutilishi, endometrit.

V<sub>31</sub>. Shan-lyao (yuqori chuqurcha) – birinchi orqa dumg‘aza teshigiga to‘g‘ri keladi. *Topografik anatomiyasi* (TA): lateral dumg‘aza arteriyasi, dumg‘aza nervlari orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 25-35 mm. Ko‘rsatma: siydik—tanosil a‘zolari kasalliklari, bel-dumg‘aza og‘rig‘i, gemorroiy.

V<sub>32</sub>. Si-lyao (ikkinchi chuqurcha) – ikkinchi orqa dumg‘aza teshigiga to‘g‘ri keladi. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 25-30 mm. Ko‘rsatma: avvalgidek.

V<sub>33</sub>. Chjun-lyao (o‘rta chuqurcha) – uchinchi orqa dumg‘aza teshigiga to‘g‘ri keladi. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 25-30 mm. Ko‘rsatma: avvalgidek.

V<sub>34</sub>. Sya-lyao (pastki chuqurcha) – to‘rtinchi orqa dumg‘aza teshigiga to‘g‘ri keladi. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ko‘rsatma: avvalgidek.

V<sub>35</sub>. Xuey-yan (chot orasi) – dum suyagi yuqori chekkasida, chan-syan dan 0,5 sun yuqoriga va tashqariga, dumba mushaklari orasida.



*Topografik anatomiyasi* (TA): to'g'ri ichak pastki arteriyasi, dumba pastki nervi, dum suyagi chigallari tarmoqlari. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: to'g'ri ichak va orqa chiqarish teshigi kasalligi, chot orasi sohasida teri qichishi va neyrodermit.

V<sub>36</sub>. Chen-fu (tayanchni tutish) – katta dumba mushaklari pastki chekkasida, dumba burmasi markazida, ikki boshli va yarim payli mushaklar orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): pastki dumba arteriyasi, pastki dumba nervi, son orqa teri nervi. Ichkarida - quymich (o'tirg'ich) nervi. Ukol chuqurligi 25-30 mm. Ko'rsatma: bel-dumg'aza og'rig'i, gemorroy, siydik tutilishi.

V<sub>37</sub>. In-men (taraqqiyot darvozasi) – son orqa yuzasi o'rtasida ikki boshli va yarim payli mushaklar orasida, dumba burmasidan 6 sun pastda. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

V<sub>38</sub>. Fu-si (yuza vodiy) – son ikki boshli mushaklari ichki chekkasida, tizza osti chuquridan 1 sun yuqori (nuqta bukilgan tizza bo'g'imidan aniqlanadi). *Topografik anatomiyasi* (TA): tizza osti arteriyasi tashqi tarmoqlari, umumiy kichik boldir nervi va son orqa teri nervi. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko'rsatma: ko'ngil aynishi, ich ketishi, qabziyat, sistit, siydik tutilishi, kichik boldir nervi nevriti, bel dumg'aza radikuliti.

V<sub>39</sub>. Vey-yan (yan to'planishi) – tizza osti chuqurchasi tashqi chekkasida son ikki boshli mushaklari paylarining ichki tomonida. *Topografik anatomiyasi* (TA): tizza osti arteriyasi tarmoqlari, katta boldir nervi va son lateral teri nervi. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko'rsatma: bel-dumg'aza radikuliti, radikulonevrit, epilepsiya, haroratni pasaytiruvchi ta'sir.

V<sub>40</sub>. Vey-chjun (hukmronlik qiluvchi o'rtalik) – tizza osti chuqurchasi markazida, tizza osti arteriyasidan tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): tizza osti venasi va son nervining tizza ko'zi osti tarmog'i va son orqa teri nervining sezgi tolalari. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: bel-dumg'aza radikuliti, gripp, gonit, apopleksiya, terlash, bezgak kasalliklarida ter ajralmasligi, soch va qosh to'kilishi, bavoil tugunlaridan qon ketishi, burundan qon ketishi, dermatozlar, oshqozon-ichak kasalliklari, gipertoniya kasalligi.

V<sub>41</sub>. Fu-fen (qo'shimcha qism) – Bu nuqtadan meridianning ikkinchi tarmoqlanishi boshlanadi. Nuqta II va III ko'krak umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqarida, kurak ichki chekkasida joylashgan.

*Topografik anatomiyasi* (TA): bo'yin ko'ndalang arteriyasining pasayib boruvchi tarmoqlari, kurak dorsal nervi, ko'krak nervlari orqa tarmoqlari, qo'shimcha nerv. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: nafas olish kasalliklari, bo'yin-ko'krak radikulitlari.

V<sub>42</sub>. Po-xu (qalb o'rni) – III va IV ko'krak umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

V<sub>43</sub>. Gao-xuan (hayot markazlari) – IV va V ko'krak umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: turli surunkali kasalliklar (o'pka sili, bronxit, oshqozon yara kasalligi), nevrasteniya, pollyusiya. Qadimda shunday hisoblangan, ya'ni bu nuqtaga ta'sir o'tkazish «yuzta kasallik»ni davolashda ko'rsatilgan va uning oldini oluvchi ta'sir bergan.

V<sub>44</sub>. Shen-tan (ruh oshyoni) – V va VI ko'krak umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: yurak, nafas olish a'zolari kasalliklari, orqa va yelka sohasidagi og'riq.

V<sub>45</sub>. I-si (og'riq qichqirig'i) – VI va VII ko'krak umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: yurak kasalligi, ko'krak radikuliti.

V<sub>46</sub>. Ge-guan (diafragma chegara) – VII va VIII ko'krak umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qovurg'alararo arteriyaning orqa tarmoqlari, ko'krak nervlari tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: qovurg'alararo nevrалgiya, qizilo'ngach kasalligi, diafragmalar, hiqichoq so'lak oqishi.

V<sub>47</sub>. Xuan-men (qalb darvozasi) - IX va X ko'krak umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: jigar, oshqozon, qizilo'ngach kasalliklari.

V<sub>48</sub>. Yan-gan (yan birlashishi) – X va XI ko'krak umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

V<sub>49</sub>. I-she (his qilish o'rni) – XI va XII ko'krak umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ko'rsatma: avvalgidek.

V<sub>50</sub>. Vey-san (oshqozonni to'ldiruvchi) – XII ko'krak va I bel umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA):

qovurg'alararo arteriya orqa tarmoqlari, ko'krak nervlari tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko'rsatma: oshqozon va ichak kasalliklari.

V<sub>51</sub>. Xuan-men (hayot markazlari darvozasi) – I va II bel umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko'rsatma: ichki a'zolar surunkali kasalliklari, mastit.

V<sub>52</sub>. Chji-shi (iroda o'rni) – II va III bel umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 20-30 mm. Ko'rsatma: jinsiy a'zolar va ichak kasalliklari.

V<sub>53</sub>. Bao-xuan (muhim a'zolar yashovchanligi ko'zgusi) – II va III dumg'aza umurtqalari oralig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): dumba yuqori arteriyasi, yuqori va pastki dumba nervlari. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko'rsatma: enterokolit, qabziyat, siydik tutilishi, epididimit, bel-dumg'aza radikuliti.

V<sub>54</sub>. Chji-byan (bukilidigan chekka) – dumg'aza kanaliga kirish tashqi chekkasiga to'g'ri keladi, yelka o'rta chizig'idan 3 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): quymich (o'tirg'ich) nervi, yuqori dumba arteriyasi, yuqori va pastki dumba nervlari. Ukol chuqurligi 15-35 mm. Ko'rsatma: sistit, gemorroy, bel og'rig'i, ishias, oyoq kasalliklari.

V<sub>55</sub>. Xe-yan (yan uchrashuvi nuqtasi) – taqim chuqurchasidan 2 sun pastda boldir mushaklari boshchasining birikish joyida. *Topografik anatomiyasi* (TA): tizza osti arteriyasi, katta boldir nervi va boldir ichki teri nervi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: bel-dumg'aza radikuliti va radikulonevrit, metroragiya, endametrit.

V<sub>56</sub>. Chen-szin (mushaklar tayanchi) – taqim chuqurchasidan 5 sun pastda boldir mushaklari boshchalari orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ko'rsatma: avvalgidek.

V<sub>57</sub>. Chen-shan (tog' tayanchi) – boldir mushaklari ikkala boshchasining birikish va ularning tovon (axill) paylariga o'tish joyida, medial to'piqning yuqori chekkasidan tizza osti chuqurchasi burmasigacha masofa o'rtasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir suyagining orqasidagi orqaga qaytuvchi arteriya, katta boldir nervi va boldir medial teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko'rsatma: bel-dumg'aza radikuliti, boldir mukshaklarining tortishishi, qayt qilish, ich ketishi, qabziyat, bolalarda tomir tortishishi, gemorroy.

V<sub>58</sub>. Fey-yan (ko'tarilish) – boldir mushaklari tashqi qorinchaning tovon paylariga o'tish joyida, lateral to'piqdan 7 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ko'rsatma: avvalgidek.

V<sub>59</sub>. Fu-yan (yan oyoq suyaklari) – lateral to‘piqdan 3 sun yuqoriga tovon paylari tashqi chekkasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): kichik boldir arteriyasi, boldir nervi va kichik boldir yuza nervi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko‘rsatma: lokal kontraktura, yuz nervi nevriti, uch shoxli nerv nevriti, son sohasidagi og‘riq va bel-dumg‘aza og‘rig‘i.

V<sub>60</sub>. Kun-lun (tibetdagi tog‘ nomi) – lateral to‘piq va tovon paylari orasidagi masofa o‘rtasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): lateral to‘piq to‘ri tarmoqlari, kichik boldir arteriyasi, boldir nervi. Ukol chuqurligi 9-15 mm. Ko‘rsatma: bosh va boshqa og‘riq sindromlari, gipertoniya kasalligi, bosh aylanishi, burundan qon ketishi, bavoil tugunlaridan qon ketishi, ishias, boldir-panja bo‘g‘imlari yallig‘lanishi, vulvit, plasenta siljishining ushlanishi.

V<sub>61</sub>. Pu-shen (ishchilarga yordam) - kun-lun nuqtasi ostida tovon suyagi lateral yuzasi chuqurida. *Topografik anatomiyasi* (TA): kichik boldir arteriyasi tovon tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: gonit, boldir va oyoq kafti mushaklarining kuchsizligi.

V<sub>62</sub>. Shen-may (cho‘zilgan qasr) – lateral to‘piq osti, bloksimon bo‘rtiq pastki chekkasida, oyoq kafti va orqa yuza chegarasi chuqurida. *Topografik anatomiyasi* (TA): lateral to‘piq turlari tarmog‘i va lateral oyoq kafti nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: bosh og‘rig‘i, bosh aylanishi, oyoq va bel og‘rig‘i, arterioskleroz, menorragiya, miyaga qon quyilishi oqibati.

V<sub>63</sub>. Szin-men (oltin darvoza) – lateral to‘piqdan yuqoriga va pastga kubsimon suyak lateral chekkasida, V oyoq kafti suyagi asosidan chuqur orqasiga. *Topografik anatomiyasi* (TA): oyoq panjasi orqa arteriya tarmoqlari va lateral tovon nervi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko‘rsatma: bosh old qismidagi og‘riq, tizza bo‘g‘imi sohasida paresteziya, qayt qilish, epilepsiya, bolalarda tomir tortishishi.

V<sub>64</sub>. Szin-gu (bosh suyak) – oyoq kafti suyagi asosidan oldinga va pastga, orqa va tovon yuzasi chegarasi chuqurida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko‘rsatma: bosh og‘rig‘i, bel-dumg‘aza sohasidagi og‘riq, epilepsiya, bolalarda tomir tortishishi, mushak kontrakturalari, ko‘zdan yosh oqishi.

V<sub>65</sub>. Shu-gu (suyaklarning birikuvi) – V oyoq kafti suyagi boshchasidan orqaga va tashqariga, orqa va tovon yuzasi chegarasi chuqurida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: bosh og‘rig‘i, bosh aylanishi, eshitishning pasayishi, ko‘z

ichki burchagining yallig'lanishi, ko'z yoshlanishi, tepa va bo'yin-ensa sohasidagi og'riq, bel va orqa sohasidagi og'riq, boldir mushaklari tortishishi, tana karbunkuli va furunkuli, oddiy husnbuzar.

V<sub>66</sub>. Szu-tun-gu (kirish vodiysi) – V qo'l kafti falangali bo'g'imidan oldinga, V barmoq tashqi yuzasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): qo'l kafti orqa arteriyasi tarmoqlari, tegishli oyoq kafti barmoq nervi. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, burundan qon ketishi, bo'yin va ensa sohasidagi og'riq.

V<sub>67</sub>. Chji-in (chetdagi in) – oyoq panjasi V barmog'i tirnoq o'rnidan 3 mm tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): barmoq orqa arteriyasi va boldir nervi tarmoqlari. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, konyunktiva va giperemiya, siydik tutilishi, oyoq bo'g'imlaridagi og'riq.

### **Buyrak meridiani (VIII; R; N; K)**

In oyoq meridianlari tizimiga kiradi, juft, siydik pufagi meridianining davomi (13-rasm). Oyoq panjasi barmoqlarini bukishda hosil bo'ladigan, tovon chuquridan boshlanadi va tovonni kesib o'tib, oyoq panjasi medial yuzasi o'rtasidan chiqadi, so'ng medial to'piqdan orqaga va pastga to'rtburchak yoki halqa hosil qiladi. Medial to'piqdan meridian boldir va son medial yuzasi bo'yicha yuqoriga deyarli vertikal yo'naladi, bunda RP va F meridianlaridan orqada joylashadi. Peshona suyagiga yetib u ikki tarmoqqa bo'linadi: yuza va chuqur. Keyingisi dumg'aza, umurtqa pog'onasi bel qismi va buyrakka kiradi.

Buyrakdan meridian kollaterallari siydik pufagi, jigarga boradi va diafragma orqali o'tib, o'pka, yurakka kiradi, kekirdak bo'ylamasini til o'zagiga yo'nalib, perikard meridiani bilan aloqaga kirishadi. Meridian yuza tarmog'i qorin sohasida ayniqsa, o'rta chiziqda medial o'tadi, ya'ni 0,5 sm masofaga. Ko'krak qafasi sohasida meridian o'mrov osti shu-fu (R<sub>27</sub>) nuqtasida tugab, o'rta chiziqdan 2 sm masofaga o'tadi.

Sharq tibbiyotining qadimgi asarlarida ushbu meridianga katta ahamiyat beriladi. Mana o'sha ma'lumotlardan ba'zilari.

Buyrak – ikki elementdan iborat bo'lgan «toza quvvat» ombori. Ushbu elementlardan biri oziqlantiruvchi moddalar bilan ifodalangan, ya'ni ichki a'zolar va ichak faolligining material asosi hisoblanadi, o'sha vaqtda boshqasi kabi buyrakning o'zi insonning o'sishi, rivojlanishi va

ko'payishida material asos bo'ladigan «toza quvvat» hisoblanadi. Uzoq davom etgan kasallik va jiddiy operatsiyadan so'ng bemorlar ko'pincha ta'sirlanuvchanlikning paydo bo'lishi, ko'rishning noxush sezgilari, uyqusizlik, tunda terlashning paydo bo'lishi va hokazolardan shikoyat qiladilar. Xitoy tibbiyoti shunday hisoblaydiki, bunday holatlar «buyrak toza quvvatining yetishmovchiligi» oqibati hisoblanadi.

Buyraklar shuningdek, suyaklar va ilik faoliyatini nazorat qiladi. Shunday qilib, suyaklarning o'sishi, rivojlanishi va tiklanishi buyrakning, «toza quvvati»ga bog'liqdir. Buyraklar va suyaklar orasida o'zaro yaqin aloqa mavjud. Ushbu nazariya bo'yicha buyraklar bilan bog'langan nuqtalar, ko'pincha suyaklarda operatsiya o'tkazishda akupunktur anezteziya qilishda qo'llaniladi. Shu bilan bir qatorda buyraklar tana suyuqligini nazorat qiladi va ularda patologik o'zgarishlarning kelib chiqishida gipuriya, shishish, poliuriya, enurez, siydik tuta olmaslik va boshqa shu kabi kasalliklar va belgilar rivojlanishi mumkin. Qadimgi asarlarda buyrak va o'pka meridiani aloqasiga katta ahamiyat berilgan.

Xitoy konsepsiyasiga asosan, buyrak meridiani ayrim xarakterli xususiyatlarni o'z nazorati ostiga oladi: qat'iyatlilik, iroda va jinsiy faollik.

Buyrak yetishmovchiligi holatlarida inson inertli, irodasiz, sabrsiz, hadiksirovchi, kamgap, melanxolik va qat'iyatsiz bo'lib qoladi. Bunday holatlarda oyoqlar muzlaydi, bo'yin taranglashadi, bularning barchasi quloq shang'illashi bilan birga kuzatiladi. «Quloq – buyrak ko'zgusi» ekanligi xarakterlidir, ya'ni quloq suprasi buyrak meridiani holatini aks ettiradi. Quloq suprasi yumshoq, shalviragan, sianotik bo'lsa, bu meridianda «quvvat yetishmovchiligi» belgisidir. Shuningdek, egiluvchan, elastik supra meridianda buyrak holatining me'yorda yoki ularda «quvvatning oshganligi»dan dalolatdir. «Me'yordan oshish» sindromiga quvvatning o'zgacha oshishi, ish qobilyatining ko'tarilishi, qat'iyatlilik, ichki hayajon hislari, ba'zan dumg'aza, bel va boshqa sohalardagi og'riq kabi shunday belgilar kiradi. Xitoy tibbiyoti buyraklarni «hayot ildizi» deb hisoblaydi.

Buyrak meridiani nuqtalariga ta'sir o'tkazish bronxial astma, shuningdek ko'krak sanchig'ida, ko'krak qafasi dimlanish holatlarida ko'proq ta'sir qiladi. Buyrak meridiani nuqtalari orqali hayz kunlarining buzilishlari va siydik tanosil sohasida o'zgarishlar kuzatilishi mumkin. Bundan tashqari, buyrak meridiani nuqtasiga igna sanchish orqali ovqat hazm qilish tizimi faoliyatini me'yorga keltirishi mumkin (qabziyat, kekirish, meteorizm, dispepsiya, qayt qilish).

Buyrak meridiani pastki nuqtalari nevrasteniya va epilepsiyada ta'sirlidir. Ba'zi holatlarda buyrak meridiani nuqtalaridan foydalanish gipertoniya va gipotoniya holatlari kasalliklari, yurak-tomir tizimi buzilishlarini davolashda yutuqlarga olib keladi. Buyrak meridiani ko'p sonli nuqtalari seksual doiraga va buyrak usti bezlariga ta'sir ko'rsatadi.

Meridianning sof a'zo yo'nalishi harakatida buyrak, bachadon va uning ortiqlari, o't pufagi va xalqum faoliyati buzilishida uning nuqtalari akupunkturasidan eng mustahkam samara olingan. Buyrak meridianidan ko'rsatilgan a'zolarga operativ aralashuvlarda akupunktur og'riqsizlantirish uchun foydalaniladi.

Meridianga 27 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular:

**R<sub>1</sub>**. Yun-syuan (otilib chiquvchi buloq manbai) – II va III oyoq kafti suyaklari orasidagi tovon yuzasida, II barmoq uchidan 2/5 masofada tovon orqa chekkasida joylashgan. *Topografik anatomiyasi* (TA): tovon yoyi, medial va lateral tovon nervlari. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: isterik afaziya, ovozning bo'g'ilishi, siydik tuta olmaslik va tutilishi, oyoq mushaklari tortishishi, bolalarda tomir tortishishi, epilepsiya.

**R<sub>2</sub>**. Jan-gu (sinov vodiysi) – oyoq panjasi medial yuzasi o'rtasida, yelkansimon suyak do'mbog'idan oldinga, chuqurda. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir arteriya tarmoqlari, katta boldir nervlari. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: laringit, miokardit, tonzillit, so'lak oqishi, qayt qilish va siydik-tanosil sohasi kasalliklari (sistit, epididimit, siydik tuta olmaslik, bepushtlik, hayz siklining buzilishi, vulva qichimasi), bolalarda tomir tortishishi. R<sub>1</sub> bilan birga ba'zan diuretik ta'sir ko'rsatadi.

**R<sub>3</sub>**. Tay-si (katta oqim) – medial to'piq va tovon paylari orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari, og'iz bo'shlig'i kasalliklari, visseral spazmlar, yurak sohasidagi og'riq.

**R<sub>4</sub>**. Da-chjun (katta jom) – tay-si nuqtasidan shuy-syuan nuqtasigacha masofa orasida, tovon paylari birikadigan joydan ichkariga, chuqurda. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir orqa arteriyasi, katta boldir nervi va boldir medial teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: paroksizmal taxikardiya, psixoz stomatit, qayt qilish, qabziyat, menorragiya, bel og'rig'i.

**R<sub>5</sub>**. Shuy-syuan (suv manbai) – tovon suyagi medial yuzasi o'rtasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir nervi tovon tarmoqlari va

boldir medial teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: alinoreya, gipomenoreya, poluriya.

**R<sub>6</sub>.** Chjao-xay (yorug' dengiz) – medial to'piqdan pastda, oyoq panjasi orqa va tovon yuzasi chegarasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): katta boldir orqa arteriyasi, medial tovon nervi va boldir teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: og'iz bo'shlig'i shilliq qavatidagi quruqlik, umumiy darmonsizlik, tonzillit, ichak sanchig'i, hayz siklining buzilishi, uyqusizlik, tomir atoniyasi, semizlik.

**R<sub>7</sub>.** Fu-lyu (qayta oqim) – szyayu – sin nuqtasidan orqaga, medial to'piq yuqori chekkasida 2 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): 0 katta boldir arteriyasi orqa tarmoqlari va katta boldir nervi, boldir medial teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: mielit, siydik-tanosil a'zolari kasalliklari, tunda terlash, lyumbago, tish og'rig'i, bavosil tugunlaridan qon ketish, arterial gipotenziya.

**R<sub>8</sub>.** Sxyao-sin (o'zgarib turuvchi ishonch) – katta boldir orqa chekkasi, medial to'piq yuqori chekkasidan 2 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: siydik-tanosil kasalliklari.

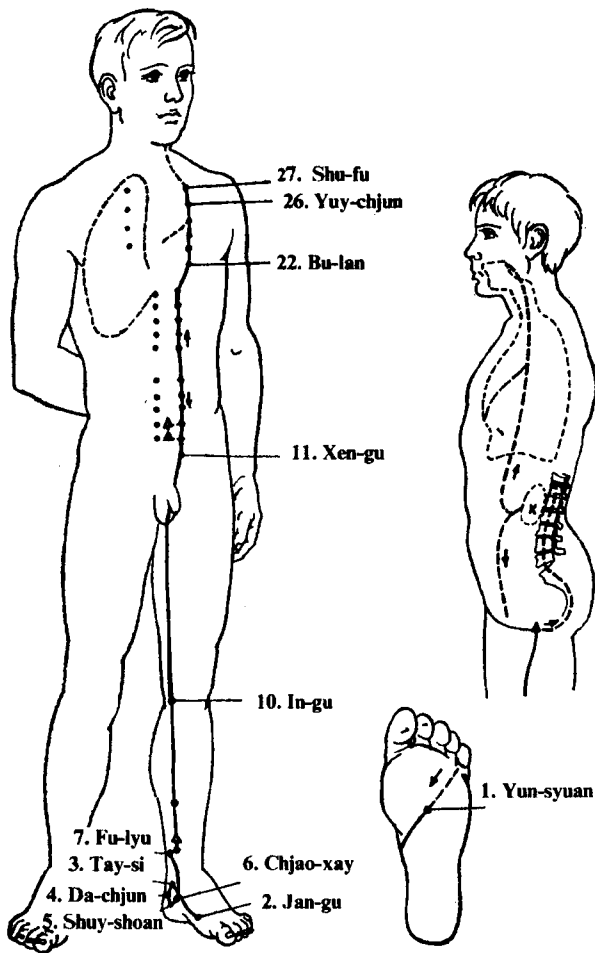
**R<sub>9</sub>.** Chju-bin (qurilgan to'g'on) – boldir mushaklarining tovon paylariga o'tish joyi, medial to'piq yuqori chekkasidan 5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: epilepsiya, boldir mushaklari tortishishi, glossit, impotensiya.

**R<sub>10</sub>.** In-gu (in vodiysi) – taqim chuqurchasi markazidan ichkariga, katta boldir suyagi medial to'piq suyagidan orqaga, son mushaklarining yarim pay va yarim ko'ndalang paylari orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): taqim arteriyasi tarmoqlari va ichki yopqich nervi. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: son ichki yuzasi sohasi og'rig'i, siydik-tanosil a'zolari kasalliklari.

**R<sub>11</sub>.** Xen-gu (ko'ndalang suyak) – peshona bo'ylab, qorin o'rta chizig'idan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): pastki va yuza qorin usti arteriyasi tarmoqlari, tashqi jinsiy arteriya va yonbosh-qorin osti nervi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: siydik tuta olmaslik, pollakiuriya, pollyutsiya, konyunktiv giperemiya, keratit, kichik chanoq a'zolarining og'riq sindromlari.

**R<sub>12</sub>.** Da-xe (katta yog'du) – peshonadan 1 sun yuqori va qorin o'rta chizig'idan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): pastki va yuza qorin usti arteriyasi tarmoqlari, qovurg'alararo nervlarning old teri





13-rasm. Buyrak meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15-30 mm. Ko'rsatma: impotensiya, jinsiy a'zo sohasidagi og'riq, aspermiya, surunkali kolpit, konyunktiv giperemiya, keratit.

**R<sub>13</sub>.** Si-syue (quvvat nuqtasi) – peshonadan 1 sun yuqori va qorin o'rta chizig'idan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Boshqa ma'lumotlar ham avvalgidek.

**R<sub>14</sub>**. Si-man (4-karra to'liqlik) – peshonadan 3 sun yuqori va qorin o'rta chizig'idan 0,5 sun tashqariga. Ukol chuqurligi 20-30 mm. Ko'rsatma: ichak va jinsiy a'zolar kasalligi.

**R<sub>15</sub>**. Chjun-chju (o'rta daryo) - peshonadan 4 sun yuqori va qorin o'rta chizig'idan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Boshqa ma'lumotlar ham avvalgidek.

**R<sub>16</sub>**. Xuan-shu (hayot markazlarining kelishuv nuqtalari) – kindik bo'ylab, qorin o'rta chizig'idan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qorin usti pastki arteriyasi, qovurg'alararo nervlarning old teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 30 mm. Ko'rsatma: oshqozon va ichak kasalligi.

**R<sub>17</sub>**. Shan-syuy (savdogar musiqasi) – kindikdan 2 sun yuqori va qorin o'rta chizig'idan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qorin usti yuqori arteriyasi, qovurg'alararo nervlar tarmog'i. Ukol chuqurligi 20-30 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**R<sub>18</sub>**. Shi-guan (toshli chegara) – kindikdan 3 sun yuqori va o'rta chiziqdan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**R<sub>19</sub>**. In-du (in markazi) – kindikdan 4 sun yuqori va o'rta chiziqdan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 20-30 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari, oshqozon va ichak kasalliklari.

**R<sub>20</sub>**. Fu-tun-gu (to'lib toshgan vodiy) - kindikdan 5 sun yuqori va qorin o'rta chizig'idan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**R<sub>21</sub>**. Yu-men (qorong'ilik darvozasi) - kindikdan 6 sun yuqori va qorin o'rta chizig'idan 0,5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qorin usti yuqori arteriyasi, qovurg'alararo nervlarning old teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: kekirish, so'lak oqishi, jigar kasalliklari.

**R<sub>22</sub>**. Bu-lan (sayr uchun yo'lak) - beshinchi qovurg'a orasida, o'rta chiziqdan 2 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qovurg'a orasi tomir-nerv boylami. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari, qizilo'ngach, oshqozon kasalliklari.

**R<sub>23</sub>**. Shen-fen (ruh tamg'asi) – to'rtinchi qovurg'a orasida, o'rta chiziqdan 2 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**R<sub>24</sub>**. Lin-syuy (ruh bo'shlig'i) - uchinchi qovurg'a orasida, o'rta chiziqdan 2 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: qovurg'alararo nevrologiya, nafas olish a'zolari kasalliklari, hid bilishning pasayishi, sut bezlarining yallig'lanishi, ayollarda nevroitik buzilishlar.

**R<sub>25</sub>**. Shen-san (ruh ombori) – ikkinchi qovurg'a orasi, o'rta chiziqdan 2 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**R<sub>26</sub>**. Yuy-chjun (shubhada bo'lish) – birinchi qovurg'a orasi ko'krak o'rta chizig'idan 2 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): qovurg'a – bo'yin o'zagi tarmoqlari, qovurg'alararo nervlar, ko'krak nervlari old tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari kasalliklari.

**R<sub>27</sub>**. Shu-fu (usta kelishuvi) - o'mrov suyagi pastki chekkasi, ko'krak o'rta chizig'idan 2 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): sut bezlari tarmoqlari, medial va lateral ko'krak nervlari, o'mrov suyagi osti nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bronxit, hiqichoq, qayt qilish, so'lak oqishi.

### **Perikard meridiani (IX; MC; KS; Cx)**

In qo'l meridianlari tizimiga kiradi, juft (14-rasm). Klassik konsepsiyalarga muvofiq, meridian ko'krak bo'shlig'idan (yuqori «isituvchi» bo'shliq) boshlanib, perikardga chiqadi, shundan keyin o'rta va pastki «isituvchi» bo'shliqda tarmoq otadi, shu bilan tana uch bo'shlig'i meridiani bilan keng aloqa o'rnatadi. Meridianing tashqi qismi yuzaga ko'ndalang barmoqqa tyan-chi (MC<sub>1</sub>) nuqtasi so'rg'ichidan tashqariga chiqadi. So'ng meridian yelkaga yo'naladi, uning medial yuzasi yelka o'rtasi, ikki boshli mushaklar boshchalari orasida joylashib, ikki boshli mushak paylaridan tirsak bo'g'imini ichkariga kesib o'tadi. Bilakda meridian uzun kaft mushaklari va bilakni bukuvchi qo'l panjasi paylari orasida, ya'ni bilak o'rtasida joylashadi. So'ng meridian bilak-kaft bo'g'imini kesib o'tadi va uchinchi qo'l kafti oralig'i medial chekkasi bo'yicha o'tib, o'rta barmoqqa yo'naladi va shu yerda tugaydi.

An'anaviy ta'lim bo'yicha, ushbu meridian qandaydir a'zoni ko'rsatmaydi, balki faqat funksional doira namunasi hisoblanadi va ba'zi a'zolarga o'zining ta'siri bo'yicha, masalan yurak, yurak meridiani bilan

o'xshashlikka ega. Biroq perikard meridiani qon aylanishida ko'proq keng diapozon ta'sirga ega, shu munosabat bilan meridian nuqtalari akupunktura amaliyotida harakat susayishi, qon aylanish yetishmovchiligi, ko'krak va qorin bo'shlig'i, siydik-tanosil tizimi qon aylanishining buzilishida keng qo'llaniladi. Shuning uchun perikard meridianini ko'pincha «yurak-qon tomir-seksual doiralari» meridiani deb ataydilar.

Perikard meridiani nuqtalariga (ayniqsa  $MS_4 - MS_9$ ga) ta'sir o'tkazish, shuningdek ruhiy – emotsional sohaga ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Fiziologik nuqtai nazardan qaraganda perikard meridiani nuqtalariga igna sanchish (xorijiy mualliflarning ba'zi ma'lumotlari bo'yicha) qonni tozalovchi umumiy massa va modda almashuviga ta'sir ko'rsatadi.

Meridianga 9 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular:

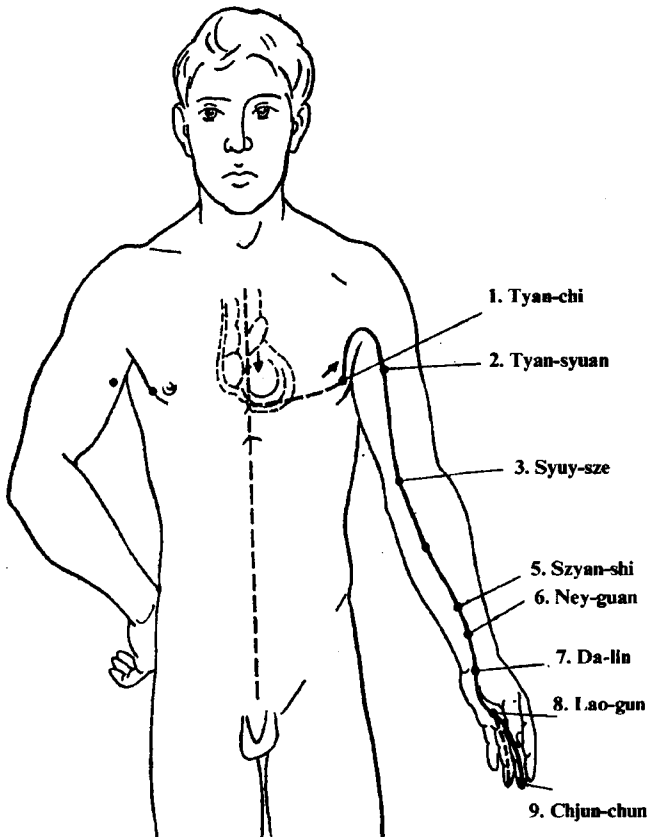
**MC<sub>1</sub>.** Tyan-chi (samoviy havza) – to'rtinchi qovurg'a orasi, oldingi o'rta chiziqdan 5 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi* (TA): lateral ko'krak arteriyasi, yelka chigalining medial va lateral nervlari, ko'krak va qovurg'alararo nervlar. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: perikardit, qovurg'alararo nevrologiya, gipogalaktiya, mastit.

**MC<sub>2</sub>.** Tyan-syuan (samoviy manba) – yelka ikki boshli mushaklari tirsak chekkasida, tirsak bukimi o'rtasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): o'rta nerv, yelka arteriyasi, tirsak venasi, yelka medial teri nervi va bilak medial teri nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: miokardit, bronxit, o'tkir gastrit, yelka og'rig'i, quyosh urishi, bosh sohasining kuchli terlashi.

**MC<sub>3</sub>.** Si-men (chegara darvozasi) – uzun qo'l kafti muskullari va panjani bukuvchi bilak muskul paylari orasida, bilak-kaft burmalaridan 5 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): tirsak arteriyasi tarmoqlari, o'rta nerv, bilak lateral va medial teri nervlari. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: miokardit, taxikardiya, qonli qayt qilish, burundan qon ketishi, hiqichoq, psixozlar.

**MC<sub>4</sub>.** Szyan-shi (vositachi) – uzun qo'l kafti va panjani bukuvchi bilak muskullari paylari orasida, bilak-kaft burmasidan 3 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: miokardit, laringit, gastrit, epilepsiya, depressiv sindrom, hayz siklining buzilishi, gidroadenit.

**MC<sub>5</sub>.** Ney-guan (ichki darvoza) – uzun qo'l kafti muskullari va panjani bukuvchi bilak muskullari, bilak-kaft burmasidan 2 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi



14-rasm. Perikard meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

10-15 mm. Ko'rsatma: yurak, oshqozon kasalliklari, konyunktivga qon quyilishi, tirsak va yelka bo'g'imi sohasidagi og'riq, psixozlar, gipertoniya kasalligi. Akupunktura amaliyotidagi asosiy nuqtalardan biri.

**MC<sub>7</sub>**, Da-lin (katta tepalik) – bilak-kaft bo'g'imi o'rtasi, uzun qo'l kafti muskullari va panjani bukuvchi bilak muskullari paylari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: o'rta nerv va umumiy suyaklararo arteriya tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: yurak, oshqozon kasalliklari, qovurg'alararo nevrалgiya, gidroadenit, tonzillit, bosh og'rig'i, uyqusizlik, psixozlar, gipertoniya kasalligi, yozuv spazmi, pleksitlar.

**MC<sub>8</sub>.** Lao-gun (mehnat qasri) – qo‘l kafti o‘rtasi, III va IV qo‘l kafti suyaklari orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): yuza arterial qo‘l kafti yoyi, o‘rta nervdan davom etuvchi, umumiy qo‘l kafti barmoq nervlari. Ukol chuqurligi 3-6 mm. Ko‘rsatma: gipertoniya kasalligi, stomatit, sariq kasalligi, burundan qon ketishi, barmoq uchlari nimfalaji, gipergidroz, reaktiv psixozlar, isteriya, «tez yordam» nuqtasi.

**MC<sub>9</sub>.** Chjun-chun (o‘rtacha tik jarlik) – o‘rta barmoq oxirgi falangasi uchida, tirnoq o‘rnidan 3 mm chekinib. *Topografik anatomiyasi* (TA): qo‘l kaftiga qarashli barmoq arteriyasi anostomozi, o‘rta nervdan davom etuvchi, qo‘l kaftiga qarashli barmoq nervi. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko‘rsatma: yurak kasalligi, bosh og‘rig‘i, ter ajralishi bo‘lmagan bezgak kasalliklari, «Tez yordam» nuqtasi.

### **Tana uch bo‘shlig‘i meridiani (X; TR; ZE; T)**

Yan qo‘l meridianlari tizimiga kiradi, juft, perikard meridianining davomi (15-rasm). Meridian IV barmoq tirnoq o‘rni ulnor chekkasida. Qo‘l panjasida meridian bilak-kaft bo‘g‘imi o‘rtasida IV qo‘l panjasi suyagi boshchasi bo‘ylab burilish qilib, uning sirti bo‘yicha IV va V qo‘l kafti suyaklari orasidan o‘tadi. Bilakda meridian yo‘nalishi bilak va tirsak suyaklari orasidagi oraliqda uning tashqi yuzasi bo‘yichadir.

Yelkada shuningdek, meridian uning tashqi yuzasidan o‘tadi, keyin esa yelka bo‘g‘imi orqali o‘tib, kurak akromial o‘simtasini kesib o‘tadi va da-chjuy (T<sub>14</sub>) nuqtasiga yo‘naladi, u yerda qarama-qarshi tomoni o‘xshash meridian bilan birlashadi. Da-chjuy nuqtasidan o‘mrov usti chuqurini kesib o‘tib, meridian perikardga tarmoqlanib, ko‘krak bo‘shlig‘iga yo‘naladi.

Meridian ko‘krak bo‘shlig‘idan qorin va chanoq bo‘shlig‘iga tushadi. Meridianing boshqa tarmoqlanishi ko‘krak bo‘shlig‘idan yuqoriga – bo‘yinga tomon ko‘tariladi, u yerda so‘rg‘ichsimon o‘simtaga yo‘nalib trapetsiyasimon muskullar lateral chekkasi bo‘yicha o‘tadi.

Quloq atrofi sohasida meridian ikki tarmoqqa bo‘linadi: ulardan biri chakka, lunj va ta‘sir doirasining pastki chekkasiga tarmoqlanib, quloq suprachasi oldidan o‘tadi va quloq yumshog‘i yuqori kesimi bo‘ylab qosh oxirigacha qiya yo‘nalishda boradi va u yerda tugaydi. Shundan keyin faqat kollateral o‘t pufagi meridianiga tun-szi-lyao (VB<sub>1</sub>) nuqtasigacha davom etadi.

Tana uch bo'shlig'i meridiani perikard meridiani kabi qaysidir bir a'zoga tegishli bo'lmaydi, bu yaxlit funksional tizim hisoblanadi. Ushbu tizim uchta bo'shliq yoki uchta funksional birlikni o'z ichiga oladi. Yuqori bo'shliq (shan-szyao) tana ko'krak qafasini diafragma gacha o'z ichiga oladi hamda u nafas olish va qon aylanish tizimiga funksional tegishli hamdir. O'rta bo'shliq (chjun-szyao) – diafragmadan kindikkacha bo'lib, ularga birinchi navbatda oshqozon va taloq kabi a'zolar kiradi. Pastki bo'shliq (sya-szyao) – kindikdan pastki maydonda joylashgan bo'lib, ularga buyrak, siydik pufagi, jinsiy a'zolar va boshqa siydik-tanosil tizimi kiradi.

Shunday qilib, tana uch bo'shlig'i meridiani yan tizimiga kiruvchi turli jarayonlar va ichki a'zolar faoliyatini muvofiqlashtiradi va boshqaradi. Perikard meridianida xuddi o'sha avvalgi funksional doiralari ko'rsatilgan, biroq in tizimining ustun bo'lishi va shu munosabat bilan uch bo'shliq meridiani perikard meridianiga qarama-qarshi spastik va og'riq sindromlariga ta'sir ko'rsatishga qodir. Meridian yo'nalishining topografik o'ziga xosligi, xususan uning quloq atrofi, ko'z, yuz sohasidagi yo'nalishi quloq tarangligi, ko'z va quloq og'rig'i, tish og'rig'iga ham ta'sir o'tkazish imkonini beradi.

Qo'l va yelka umurtqasi sohasida joylashgan nuqtalar ushbu tana qismlari aziyat chekkanda samaralidir. Agar perikard meridiani ruhiy buzilishlarga sezilarli ta'sir ko'rsatsa va ichki sekretsiya bilan aloqaga ega bo'lsa, u holda tana uch bo'shlig'i meridiani yuqori ta'sirchanlik holatiga katta ta'sir o'tkazadi. Meridianning qorin sohasida joylashadigan xabarchi-nuqtalar bilan ikkilamchi aloqasi negizida meridianning o'zi tegishli bo'lgan nuqtalar bilan uyg'unlikdagi bir qator ko'krak va qorin bo'shlig'i kasalliklari shuningdek, siydik-tanosil a'zolari faoliyatining ba'zi buzilishlarida ta'sir o'tkazishga muvaffaq bo'ladi.

Qadimgi manbalar va zamonaviy mualliflarning ma'lumotlarini tahlil qilgan holda xulosa chiqarish mumkinki, tana uch bo'shlig'i meridiani asosan avtonom asab tizimi simpatik bo'limiga ta'sir qiladi, bu esa tekis muskullar va barcha tomirlar nerv boshqaruviga ta'sir o'tkazish bilan ifodalanadi. Ushbu meridian nuqtasiga igna sanchishda tomir spazmlari, giper- va gipotoniya holatlari, tomirlar sklerozidagi ba'zi belgilar, shuningdek kuchli ta'sirlanish holati, haddan tashqari iroda va intellektning taranglashuvini yo'qotish va kamaytirishga muvaffaq bo'linadi. Akupunktur og'riqsizlantirish maqsadida tana uch bo'shlig'i

meridiani nuqtalari quloq, ko'z, ko'krak qafasi devorlari, yelka kamari va tirsaklar jarrohlik aralashuvlarida samaralidir.

Meridianga 23 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular:

**TR<sub>1</sub>**. Guan-chun (tajovuzning chegara nuqtasi) – IV barmoqning tirsak tomonida tirnoq o'rnidan 3 mm ga joylashgan. *Topografik anatomiyasi* (TA): bu sohada tegishli barmoq arteriyalari, tirsak nerv tarmoqlari joylashadi. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: bezgak holatlari, ko'ngil aynishi, bosh og'rig'i, ishtahaning pasayishi, bolalarda dispepsiya, «tez yordam» nuqtasi.

**TR<sub>2</sub>**. E-men (suyuqlik darvozasi) – IV va V barmoq qo'l kafti – falangali bo'g'imlari orasi chuqurida (IV barmoq asosiy falangasi tirsak chekkasida). *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bosh aylanishi, eshitishning pasayishi, quloq shang'illashi, gingivit, ko'z kasalliklari, bilakning tirsak bo'g'imi sohasidagi og'rig'i, reaktiv psixozlar.

**TR<sub>3</sub>**. Chjun-chju (o'rta orol) – IV va V qo'l kafti suyaklari orasida, IV qo'l kafti suyagi boshchasidan orqaga, chuqurda. *Topografik anatomiyasi* (TA): qo'l kafti orqa arteriyasi va tirsak nervidan keluvchi, barmoq orqa nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: avvalgidek, qo'shimcha bezgak holati va arterial gipotenziya.

**TR<sub>4</sub>**. Yan-chi (yan havzasi) – bilak-kaft bo'g'imi orqa yuzasida, barmoqlarni umumiy yozuvchi paylar bilak chekkasida (bu joyda chuqur seziladi). *Topografik anatomiyasi* (TA): kaft usti suyaklari to'ri orqa tarmoqlari, tirsak nervi orqa tarmoqlari va bilak nervi yuza tarmog'i. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: diabet, bilak-kaft bo'g'imi yallig'lanishi, gripp, bod, bilak og'rig'i.

**TR<sub>5</sub>**. Vay-guan (tashqi darvoza) – barmoqlarni umumiy yozuvchi bilak chekkasida, bilak-kaft bo'g'imidan 2 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): suyaklararo arteriya, bilak orqa teri nervi, bilak nervi muskul tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko'rsatma: eshitishning pasayishi, oyoq bo'g'imlaridagi og'riq, tish og'rig'i, ko'z kasalliklari, umumiy holsizlik, uyqusizlik, gripp. Ob-havo o'zgirishiga bo'lgan kuchli sezuvchanlik. Akupunktura amaliyotidagi asosiy nuqtalardan biri.

**TR<sub>6</sub>**. Chji-gou (sertarmoq zovur) – bilak tirsak suyaklari orasida, bilak-kaft bo'g'imidan 3 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko'rsatma: o'pka va yurak kasalliklari, qo'ldagi og'riq, qayt qilish, tug'ishdan keyingi kollaps.



**TR<sub>7</sub>**. Xuey-sxun (qarshidan kelayotgan manba) – chji – gou nuqtasidan tirsak tomonga 10 mm, qo‘l panjasini yozuvchi tirsak va shaxsan jimjiloqni yozuvchi muskullar orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko‘rsatma: xoreya, yelka va bilak og‘rig‘i.

**TR<sub>8</sub>**. San-yan-lo (uch yan lo) – bilak-kaft bo‘g‘imidan 4 sun yuqori, tirsak va bilak suyaklari orasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko‘rsatma: karlik, pastki jag‘ sohasida tish og‘rig‘i, ko‘z kasalliklari, yelka va bilak og‘riqlari.

**TR<sub>9</sub>**. Si-du (to‘rt zanjir) –tirsak va bilak suyaklari orasi, tirsak bukimidan 5 sun pastda. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko‘rsatma: avvalgidek.

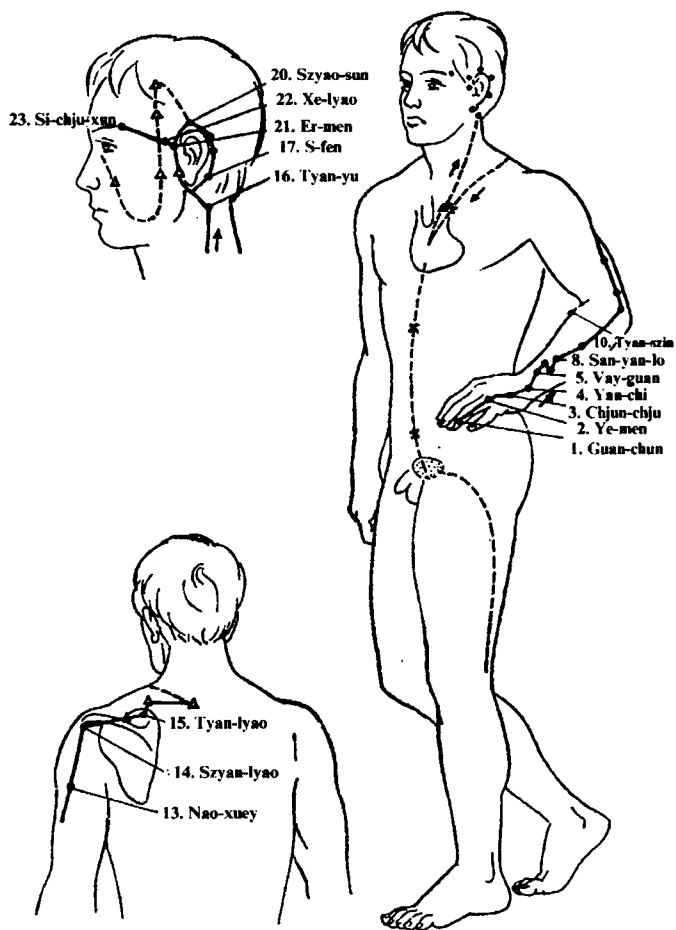
**TR<sub>10</sub>**. Tyan-szin (samoviy manba) – yelka orqa yuzasi, tirsak o‘simtasidan 1 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): tirsak bo‘g‘imi turlari arteriyasi va venalari, yelka teri nervlari va bilak nervi muskullari tarmog‘ining ayrilishi. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko‘rsatma: nafas olish kasalliklari, psixozlar, karlik, blefrit, bo‘yin va ensa sohasidagi og‘riq, bo‘yin qiyshayishi.

**TR<sub>11</sub>**. Sin-len-yuan (toza sovuq girdob) – yelka orqa yuzasi, tirsak o‘simtasidan 2 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi* (TA): yelka orqa teri nervi va bilak nervi muskullari tarmog‘i bo‘lingan joyda, yelka uch boshli muskullarida joylashgan. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: qo‘l og‘rig‘i.

**TR<sub>12</sub>**. Syao-le (turib qolgan suvni burish) – yelka orqa yuzasida, tirsak bo‘g‘imidan 5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi* (TA): avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko‘rsatma: bosh og‘rig‘i, ensa nervlari nevralgias, epilepsiya, revmatik artrit, qo‘l og‘rig‘i.

**TR<sub>13</sub>**. Nao-xuey (yelka uchrashuvi) – deltasimon muskullar pastki chekkasida, qo‘ltiq chuquri bo‘ylab. *Topografik anatomiyasi* (TA): yelka suyagini aylanib o‘tuvchi, orqa arteriya, qo‘ltiq nervi va yelka yuqori lateral teri nervi. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko‘rsatma: qo‘l va bo‘yin, ensa sohasidagi og‘riqlar.

**TR<sub>14</sub>**. Szyan-lyao (yelka chuqurchasi) –szyan-yuy (GI<sub>15</sub>) nuqtasidan nao-shu (IG<sub>10</sub>) nuqtasigacha masofa o‘rtasida, kurak akromial o‘simtasidan orqaga va pastga. Qo‘l qaytarilganda nuqta o‘rnida chuqurcha aniqlanadi. *Topografik anatomiyasi* (TA): yelka suyagini aylanib o‘tuvchi, orqa arteriya, ko‘krak-akromial va kurak ustki arteriyasi, kurak usti va yelka orqa teri nerv tolalari. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko‘rsatma: yelka pleksitlari.



15-rasm. Tana uch bo'shlig'i meridianining yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

**TR<sub>15</sub>**. Tyan-lyao (osmon chuqurchasi) – szyan-szin (VB<sub>21</sub>) nuqtasi va kurak suyagi yuqori chekkasi orasidagi masofa o'rtasida. *Topografik anatomiyasi* (TA): kurak ustki arteriyasi, o'mrov suyagi usti va qo'shimcha nervlar. Ukol chuqurligi 10-25 mm. Ko'rsatma: bo'yin-ko'krak radikulitlari, yelka pleksitlari.

**TR<sub>16</sub>.** Tyan-yu (osmon darvozasi) – so‘rg‘ichsimon o‘simtadan orqaga va pastga to‘sh-o‘mrov suyagi – so‘rg‘ichsimon o‘simtasi muskullari (van-gu (VB) nuqtasi ostida) orqa chekkasi birikish joyida, ya-men (T<sub>15</sub>) bo‘ylab. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko‘rsatma: ensa-bo‘yin sohasidagi og‘riq, laringit, quloq shang‘illashi, karlik, ko‘z geperemiyasi, yuz shishi, uyqusizlik.

**TR<sub>17</sub>.** I-fen (shamoldan himoya) – quloq solinchagi asosidan orqaga, so‘rg‘ichsimon o‘simta va pastki jag‘ burchagi orasida, ichkarida bigiz va so‘rg‘ichsimon o‘simtasi teshigiga mos keladi. Ushbu nuqta bosilganda quloqda shovqin paydo bo‘ladi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: quloq orqa arteriyasi, katta quloq nervi, bu soha yuzasida yuz nervining quloq orqa tarmoqlari o‘tadi, ichkarida bigiz-so‘rg‘ichsimon o‘simtasi teshigidan yuz nervining chiqish joyi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: quloq shang‘illashi, karlik, yuz nervi nevriti, stomatit.

**TR<sub>18</sub>.** Si-may (oziqlanuvchi meridianlar urib turuvchi vena) – quloq suprachasi asosining orqa chekkasi tashqi eshituv yo‘li teshigi bilan bir darajada. *Topografik anatomiyasi (TA)*: quloq orqa arteriyasi va venasi, katta quloq nervi. Ukol chuqurligi 3 mm. Ukol qilishda ko‘p bo‘lmagan qon oqishi bo‘lishi kerak. Ko‘rsatma: bosh og‘rig‘i, ayniqsa vena dimlanishida, quloq shang‘illashi, irit, bolalarda tomir tortishishi, epilepsiya, qayt qilish, ich ketishi.

**TR<sub>19</sub>.** Lu-si (bosh suyagi tayanchi) – quloq suprachasi asosi yuqori chekkasi szyao-sun nuqtasidan si-may nuqtasigacha masofa o‘rtasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko‘rsatma: quloq shang‘illashi, bosh og‘rig‘i, epilepsiya, qo‘rquvlar. Ushbu nuqtadan ayniqsa bolalar markaziy genezida qayt qilishda foydalanishga ko‘rsatma beriladi.

**TR<sub>20</sub>.** Szyao-sun (quloq burchagi) – quloq suprachasi yuqori chekkasi asosida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: quloq orqa arteriyasi, chakka yuza arteriyasi, uch shoxli nerv uchinchi tarmog‘i, kichik ensa nervi. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko‘rsatma: diensefal buzilishlar, og‘iz sohasi muskullarida tik va kontraktura, stomatit, chaynov mushaklarining kuchsizligi, qayt qilish, qalqonsimon bezning kattalashishi, ko‘z kasalliklari.

**TR<sub>21</sub>.** Er-men (quloq eshigi) – quloq yumshog‘idan oldinga va yuqoriga pastki jag‘ bo‘g‘im o‘simtasi orqa chekkasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka yuza arteriyasi va quloq – chakka nervi tarmoqlari. Ukol

chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: quloq shang'illashi, karlik, otit, yuqori jag'da tish og'rig'i, og'iz aylana muskullarida kontraktura.

**TR<sub>22</sub>**. Xe-lyao (chakka chuqurchasi) – quloq suprachasi asosining old-yuqori chekkasida, chakka suyagi yonoq o'simtasi asosidan yuqori: bu sohada chakka yuza arteriyasi paypaslanadi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-20 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, yuz nervi nevriti va uning asorati, rinit, tashqi eshituv yo'li yallig'lanishi.

**TR<sub>23</sub>**. Si-chju-kun (ipak bambuk) – qoshning tashqi oxirida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka yuza arteriyasi va uch shoxli nerv birinchi tarmog'i. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: ko'z kasalliklari, bosh aylanishi, yuz nervi nevriti, bolalarda tomir tortishishi.

### **O't pufagi meridiani (XI; VB; G; G)**

Yan oyoq meridianlari tizimiga kiradi, juft, tana uch bo'shlig'i meridianining davomi (16-rasm). Ko'z tashqi burchagidan boshlanadi, u yerdan quloq solinchagigacha tushadi, shundan so'ng bosh yon yuzasiga murakkab yurish qiladi. Dastlab quloq solinchagidan chakkaga ko'tariladi, keyin so'rg'ichsimon o'simta uchiga yetib, quloqni orqa tomondan aylanib o'tadi. Shundan so'ng meridian orqaga qaytadi va agar u ko'zning tashqi burchagidan o'tkazilsa, bosh o'rta chizig'idan parallel o'tuvchi, shartli qabul qilingan bosh uchinchi yon chizig'i bo'yicha o'tadi. Chakka - peshona sohasida meridian biroz ichkariga og'adi va yan-bay (VB<sub>14</sub>) nuqtasida qayta ensaga buriladi, ammo endi bosh ikkinchi yon chizig'i bo'yicha o'tadi (ko'z qorachig'i o'rtasidan o'tgan chiziq, bosh o'rta chizig'iga parallel). Ensa sohasiga yetgan, meridian bo'yin orqa – yon yuzasi bo'yicha pastga tushadi, trapetsiyasimon muskulni kesib o'tadi va da-chjuy (T<sub>14</sub>) nuqtasiga yo'naladi, u yerda boshqa yan meridianlari bilan aloqa o'rnatadi.

Da-chjuy nuqtasidan meridian o'mrov usti chuqurchasiga boradi, o'sha yerda u ikki – yuza va chuqur tarmoqqa bo'linadi. Keyin ko'krak qafasiga kiradi, diafragmani kesib o'tadi, jigar va o't pufagiga yaqinlashadi. So'ng ko'krak qafasi, qovurg'alar osti va yonbosh suyakni kesib o'tuvchi, xuan-tyao (VB<sub>30</sub>) nuqtasida yuza tarmoq bilan birlashish uchun qorin bo'shlig'i orqali chanoq-son bo'g'imiga boradi. Chanoq bo'ylab yuza tarmoqdan siydik pufagi meridianini ba-lyao (V<sub>31</sub>-V<sub>34</sub>) nuqtasida birlashtirish uchun dumg'azaga yo'nalgan, orqaga qaytuvchi kollateral ajraladi.

Xuan-tyao nuqtasida birlashgan meridian son lateral yuzasi bo'yicha pastga yo'naladi. Boldirda meridian kichik boldir suyagi old chekkasi bo'yicha joylashadi va lateral to'piqdan boldir oyoq panjasi bo'g'imini old tomonga kesib o'tib tovonga o'tadi, V va IV oyoq kafti suyaklari orasidan o'tib, oyoq panjasining IV barmog'i tirnoq o'rni tashqi chekkasida tugaydi.

Akupunktura amaliyotida o't pufagi meridiani nuqtalari turli xil og'riqlarda samaralidir. Boshdagi ko'p sonli nuqtalar birinchi navbatda bosh og'rig'i, uning peshona - chakka sohasi lokalizatsiyasida o'ziga xos ta'sir ko'rsatishga imkon beradi.

Migren, yuz og'rig'i, ba'zida quloq, ko'z, burunning qo'shimcha bo'shliqlari yallig'lanishi kasalliklarida ushbu meridian nuqtalariga igna sanchilganida yaxshi davo beradi. Boshda og'riq sindromlari, masalan, qovurg'alararo nevrалgiya, lyumbago, ishias, artritlar, ayniqsa boldirpanja, tizza va chanoq-son bo'g'imlari og'riqlarida, o't pufagi meridiani nuqtalarini qo'llash bilan igna sanchib davo qilinadi. O't pufagi va o't ajralish yo'llari kasalliklarini ushbu meridian nuqtalari orqali davolash mumkin. O't pufagi gipofunksiyasi, «yarim tun – yarim kun» qoidasi bo'yicha yurak bilan aloqada bo'ladi, ko'pincha qator ruhiy buzilishlar keltirib chiqaradi, xarakterning qat'iyatsizligi, ko'rishning yomonlashuvi, jizzakilik buning oqibati hisoblanadi. Bu buzilishlar shahdam yurmaslik, qovushmaslik, noqulaylik va bosh aylanishi, skleraning sarg'ayishi, safro qayt qilish va boshqalar bilan kuzatiladi. «Meridian giperfunksiyasi» oshqozonda to'lalilik, og'izda achchiq ta'm, boshda og'irlik sezgisi va ko'krak qafasi yoki qorin yon bo'limlarida og'riq bilan kuzatiladi.

«Meridian faolligi»ning eng qulay vaqti – 23 dan 1 gacha, bu ko'pincha klinik amaliyotda tasdiqlanadi. O'tkir xolesistitning eng ko'p xuruj tezligi yoki uning zo'rayishi aynan shu soatlarda bo'ladi. Ushbu qonuniyat boshqa ba'zi a'zolar bioritmi uchun xarakterlidir. Masalan, o'pka, buyrak qadimgi shifokorlarning yuqori kuzatuvchanligi haqida dalolat beradi.

Meridiana 44 biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular:

**VB<sub>1</sub>**. Tun-szi-lyao (ko'z chuquri suyagi) – ko'z tashqi burchagidan 6 mm tashqarida joylashgan. Paypaslanganda bu sohada chuqurlik seziladi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka yuza arteriyasi va jag' ichki arteriyasi tarmoqlari, yuz va uch shoxli nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: ko'rish a'zosi kasalliklari, uch shoxli nerv nevrалgiyasi, gingivit, yuz nervi nevriti, mimika muskullari kontrakturasi, migren.

**VB<sub>2</sub>.** Tin-xuey (eshituvni yig'uvchi) – quloq yumshog'idan pastga va quloq yumshog'i orasi kesimidan oldinga, pastki jag' bo'g'im o'simtasi orqa chekkasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka yuza arteriyasi va katta quloq nervi tarmoqlari, ichkarida yuz nervi tarmoqlanadi va tashqi uyqu arteriyasi o'tadi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: tashqi eshitish yo'lining yallig'lanishi, quloq shang'illashi, karlik, yuz nervi nevriti va uning asorati, tish og'rig'i.

**VB<sub>3</sub>.** Shan-guan (balanddagi darvoza) – chakkaning sertuk qismi chegarasi kesishuvi va muskul yoyi yuqori chekkasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka muskullari, chakka yuza arteriyasi tarmoqlari, yuz va uch shoxli nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: migren, bosh aylanishi, quloq shang'illashi, karlik, yuz nervi nevriti, og'iz aylana muskullari tiki va kontraktura, tish og'rig'i.

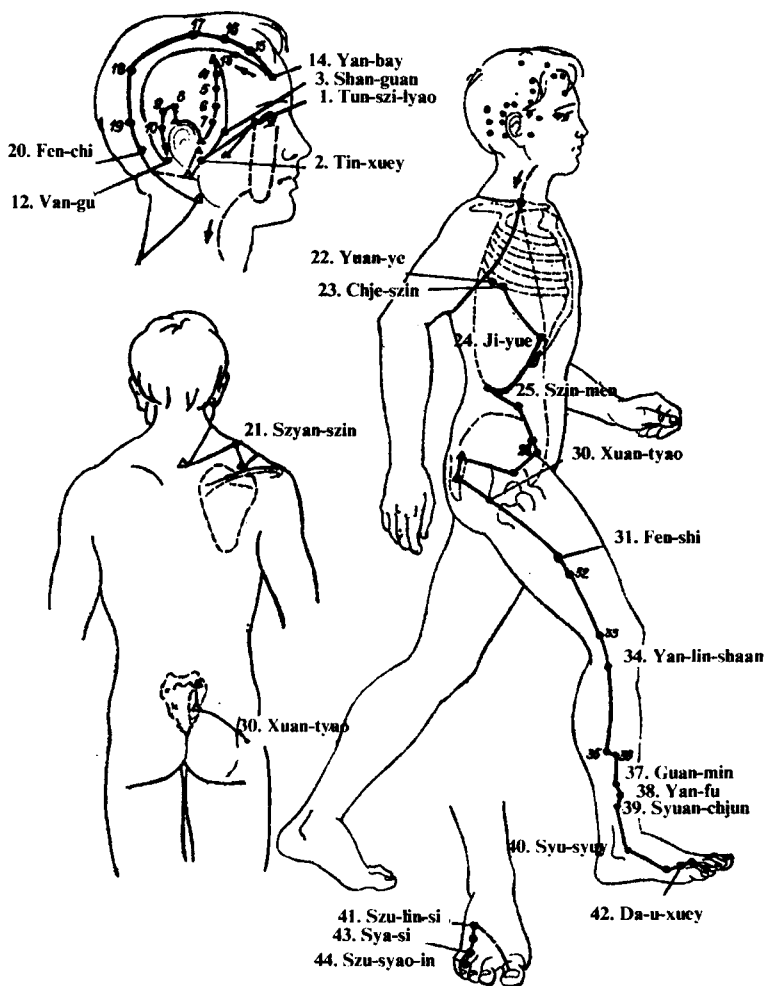
**VB<sub>4</sub>.** Xan-yan (jag' qulfi) – tou-vey va syuan-li nuqtalari orasidagi yuqori uchinchi masofa chegarasida (yuqorida belgilangan chiziq kesishuvi va in-tan nuqtasidan nao-xu nuqtasigacha gorizental chiziqqa to'g'ri keladi). *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**VB<sub>5</sub>.** Syuan-lu (peshona bostirmasi) – Tou-vey nuqtasidan syuan-lu nuqtasigacha pastki uchinchi masofa chegarasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**VB<sub>6</sub>.** Syuan-li (osilgan tarozi) – in-tan, nao-xu chizig'ida, syuy-bin dan 12 mm oldinga. Ukol chuqurligi va *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ko'rsatma: nevrasteniya, migren, yuz shishi, tish og'rig'i.

**VB<sub>7</sub>.** Syuy-bin (bekilgan chakka burchagi) – quloq suprachasi va chakka sohasi sertuk qismi yuqori chekkasidan, gorizental chiziq kesishgan joyda (suprachaning oldinga burilishida uning uchi nuqtaga mos keladi). *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka yuza arteriyasi tarmoqlari, quloq – chakka nervi, yuz nervi chakka tarmog'i. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh tepa qismi, chakka va bo'yin sohasidagi og'riq, migren, ko'z kasalliklari.

**VB<sub>8</sub>.** Shuay-gu (vodiy oxiri) – quloq supراسi asosi ustidan 45 mm, bosh tepa qismi va chakka suyagi choki o'rnida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka arteriyasi tarmoqlari, quloq-chakka va kichik ensa nervlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh tepa qismi va bo'yin-ensa sohasidagi og'riq, migren, qayt qilish, mastlik holati, chanqash.



16-rasm. O't pufagi meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

VB<sub>9</sub>. Tyan-chun (osmon nuqtasi) – syan-szyan nuqtasidan boshlanuvchi va so'rg'ichsimon o'simta orqa chegarasidan vertikal boruvchi, ko'ndalang chiziq kesishuv joyida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: quloq orqa arteriyasi va kichik ensa nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: epilepsiya, bosh og'rig'i, burun-ensa sohasidagi og'riq.

**VB<sub>10</sub>.** Fu-bay (yorug'lik to'ldiruvchi) – so'rg'ichsimon o'simta orqa chekkasi usti, quloq suprachasi asosi yuqori chekkasidan nao-xu nuqtasigacha o'tuvchi gorizental chiziqda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: quloq orqa arteriyasi, yuz nervi orqa quloq tarmoqlari, kichik ensa nervi, katta quloq nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: quloq shang'illashi, karlik, tish og'rig'i, hiqichoq, tonzillit, bo'yin-ensa sohasidagi og'riq, qo'l-oyoq tilinishi.

**VB<sub>11</sub>.** Tou-syao-in (in boshlanishi) – van-gu va fu-bay nuqtalari masofasi o'rtasida (so'rg'ichsimon o'siq va ensa suyagi birlashadigan joy). *Topografik anatomiyasi (TA)*: quloq orqa arteriyasi va kichik ensa nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: uch shoxli nerv nevralfiyasi, qo'l-oyoq muskullarining tortishishi, hiqichoq, quloq shang'illashi.

**VB<sub>12</sub>.** Van-gu (oxirgi suyak) – so'rg'ichsimon o'simta orqa chekkasi bosh sertuk qismi chegarasidan 12 mm yuqorida, fen-chi nuqtasi chizig'ida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: quloq orqa arteriyasi va katta quloq nervi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: yuz shishi, afaziya, gingivit, otit, tonzillit, migren, uyqusizlik.

**VB<sub>13</sub>.** Ben-shen (ruh ildizi) – ko'z tashqi burchagi usti shen-tin nuqtasi bilan ko'ndalang chiziqda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka yuza arteriyasi peshona tarmog'i, ko'z kosasi ustki arteriyasi va ko'z kosasi ustki nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: epilepsiya, bosh og'rig'i, bosh aylanishi, bo'yin-ensa sohasi muskullari tiki va kontraktura.

**VB<sub>14</sub>.** Yan-bay (yorug'lik yuksalishi) – ko'z qorachig'i usti va yuy-yao nuqtasi, boshning sertuk qismi old chegarasi (qoshdan 1 sun yuqori) orasidagi 2/5 masofada. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: ko'z kasalliklari, uch shoxli nerv nevralfiyasi, yuz nervi nevriti va mimika muskullari kontrakturasi.

**VB<sub>15</sub>.** Tou-lin-si (tou-bosh, ko'z yoshining oqib tushishi) – shen-tin nuqtasi bilan ko'ndalang chiziqda va qosh o'rtasida joylashgan, yuy-yao nuqtasi ustida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: ko'z kasalliklari, epilepsiya.

**VB<sub>16</sub>.** Mu-chuan (ko'z oynasi) – tou-lin-si nuqtasidan 1 sun orqaga, shan-sin va sin-xuey nuqtalari orasidagi masofa o'rtasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka yuza arteriyasi tarmoqlari va ko'z kosasi ustki nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: kon'yunktivit, ko'rishning pasayishi, yuz shishi, bosh aylanishi, bezgak holati.

**VB<sub>17</sub>.** Chjon-in (vertikal in) – mu-chuan nuqtasidan 1,5 sun orqaga, syan-din nuqtasidan ko'ndalang chiziqda. *Topografik anatomiyasi (TA)*:



va ukol chuqurligi avvalgidek. Ko'rsatma: bosh aylanishi, tish og'rig'i, ko'rish nervi atrofiyasi.

**VB<sub>18</sub>**. Chen-lin (ruh uchrashuvi) – bay-xuey nuqtasi bilan ko'ndalang chiziqda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka yuza va ensa arteriyasi anastomozlar to'ri, katta ensa nervi va quloq – chakka nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: burundan qon ketishi, gripp.

**VB<sub>19</sub>**. Nao-kun (miya bo'shlig'i) – nao-xu nuqtasi bilan ko'ndalang chiziqda, ensa burmasidan tashqariga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: burundan qon ketishi, hansirash, bosh og'rig'i, bo'yin va yelka sohasi mushaklari kontrakturasi, taxikardiya.

**VB<sub>20</sub>**. Fen-chi (shamol havzasi) – fen-fu nuqtasidan yonga, ensa suyagi pastki chekkasida, to'sh-o'mrov suyagi – so'rg'ichsimon o'siq va trapetsiyasimon muskullarning birikish joyi chuquri, ensa uchburchagi uchida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: ensa nervlari va venasi, kichik va katta ensa nervlari. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: bosh miya, ko'z, quloq va burun kasalliklari, sayyor va qo'shimcha nerv faoliyatining buzilishi, shuningdek gimplegiya va nevrasteniya, gipertoniya kasalligi.

**VB<sub>21</sub>**. Szyan-szin (yelka qudug'i) – suyak chuqurchasi usti markazida, da-chjuy va szyan-yuy nuqtalari orasidagi masofa o'rtasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: kurak usti arteriyasi, o'mrov osti suyagi va qo'shimcha nervlar. Ukol chuqurligi 10-20 mm. O'ta chuqur ukol qilish mumkin emas, negaki osongina hushdan ketish holati kelib chiqishi mumkin. Ko'rsatma: yelka kamari va ensa-bo'yin sohasidagi og'riq, gemplegiya, nevrasteniya, bosh og'rig'i, tug'ishdan keyin bachadondan qon ketishi, bosh aylanishi.

**VB<sub>22</sub>**. Yuan-e (jo'shqin manba) – to'rtinchi qovurg'alar orasi qo'ltiq o'rta chizig'ida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qovurg'alar orasi va uzun ko'krak nervlari. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: qovurg'alararo nevralsiya.

**VB<sub>23</sub>**. Chje-szin (yon muskullar) – to'rtinchi qovurg'alar orasi, ko'krak o'rta chizig'idan 6 sun tashqariga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: oshqozon kasalliklari, nevrasteniya.

**VB<sub>24</sub>**. Ji-yue (quyosh va oy) – qovurg'a yoyi va o'rta o'mrov suyagi chizig'i kesishuvidan 15 mm pastda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qorin usti yuqori arteriyasi va qovurg'alararo nervlarning tashqi teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: oshqozon va jigar kasalliklari, diafragmalar spazmi, ichak sanchig'i, meteorizm.

**VB<sub>25</sub>**. Szin-men (poytaxt darvozasi) – XII qovurg‘aning bo‘sh oxiri yonida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qorin usti arteriyasi va qovurg‘alararo nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko‘rsatma: qayt qilish, ichak sanchig‘i, qovurg‘alararo nervlar nevrologiyasi, lyumbago, gipertoniya.

**VB<sub>26</sub>**. Day-may (kamar tomiri) – XI qovurg‘a bo‘sh oxiridan pastda, kindik bo‘ylab. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 25 mm. Ko‘rsatma: ginekologik kasalliklar, lyumbalgiya.

**VB<sub>27</sub>**. U-shu (besh markaziy ustun) – yonbosh suyak old suyak do‘ngidan yuqori, guan-yuan nuqtasi bo‘ylab. *Topografik anatomiyasi (TA)*: yonbosh-qorin usti nervi teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko‘rsatma: siydik-tanosil tizimi (masalan, epididimit, menorragiya, endometrit va hokazo), oshqozon, ichak kasalliklari, lyumbago.

**VB<sub>28</sub>**. Vey-dao (biriktiruvchi yo‘l) – yonbosh suyak old suyak do‘ngi yuqori chekkasida, u-shu nuqtasidan 0,5 sun pastda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 25 mm. Ko‘rsatma: avvalgidek.

**VB<sub>29</sub>**. Szyuy-lyao (osoyishtalik chuqurchasi) – yonbosh suyak old suyak do‘ngidan pastda joylashgan chuqurda, day-may nuqtasidan 4,5 sun pastda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: yuza arteriya tarmoqlari, yonbosh suyakni aylanib o‘tuvchi va son nervining old teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 25 mm. Ko‘rsatma: lyumbago, siydik – tanosil a‘zolari kasalliklari.

**VB<sub>30</sub>**. Xuan-tyao (doiraga sakrash) – chanoq-son bo‘g‘imidan dumba orqasiga. Agar quymich suyagi do‘ngi va yonbosh suyak qirrasini uchi to‘g‘ri chiziqda birlashtirilsa va son suyagi katta do‘ngidan bu chiziqqa perpendikulyar chiziq o‘tkazilsa, ularning kesishuv joyida xuan-tyao nuqtasi joylashadi. Nuqta tizza bo‘g‘imlari bukilgan holda yonboshga yotish holati yoki qoringa yotish holatida aniqlanadi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: quymich nervi, dumba yuqori arteriyasi va dumba yuqori nervi. Ukol chuqurligi 30-75 mm. Ko‘rsatma: bel-dumg‘aza radikulitlari, gipertoniya kasalligi, teri kasalliklari.

**VB<sub>31</sub>**. Fen-shi (shamol bozori) – son lateral yuzasida, tizza ko‘zi ustki chekkasidan 5 sun yuqorida. Qo‘llar tana uzunasiga cho‘zilganda o‘rta barmoq uchi bu nuqtani aniq ko‘rsatadi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: son suyagini aylanib o‘tuvchi, lateral arteriya va son lateral teri nervlari. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko‘rsatma: artritlar, parestetik meralgiya, son nervi nevrologiyasi.

**VB<sub>32</sub>.** Chjun-du (o'rta zovur) – son lateral yuzasi, tizza ko'zi usti chekkasidan 4 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: va boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**VB<sub>33</sub>.** Szu-yan-guan (szu-oyoq, tizza; guan-chegara yoki yan darvozasi) – tizza ko'zi markazi lateral chekkasida son suyagi lateral to'piqdan orqaga, biroq son ikki boshli muskullari paylaridan oldinga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: tizza ko'zi arterial to'ri, boldir nervi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**VB<sub>34</sub>.** Yan-men-syuan (yan ko'tarmasi manbai) – kichik boldir suyagi boshchasi old - pastki chekkasi chuqurida, tizza ko'zi pastki chekkasidan 2 sun pastda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: bu sohada umumiy kichik boldir nervi yuza va chuqur kichik boldir nerviga tarmoqlanadi, shu yerning o'zida katta boldir old arteriyasi va boldir nervi tarmoqlari joylashadi. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: artritlar, parestetik meralgiya, son nervi nevralgiasi, yuz shishi, odatiy qabziyat, xoreya, kichik boldir nervi nevriti.

**VB<sub>35</sub>.** Yan-szyao (yan chorrahasi) – kichik boldir suyagi orqa chekkasida, lateral to'piq ustki chekkasidan 7 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi (TA)*: kichik boldir arteriyasi va boldir lateral teri nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: kichik boldir nervi nevriti, ishas, yuz shishi.

**VB<sub>36</sub>.** Vay-syu (tashqi tepalik) – lateral to'piq ustki chekkasidan 7 sun yuqori kichik boldir old chekkasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: va boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**VB<sub>37</sub>.** Guan-min (yorqin yorug'lik) – lateral to'piq ustki chekkasidan 5 sun yuqori, kichik boldir suyagi old chekkasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: Yan-fu nuqtasi bilan bir xil. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: oyoq sohasi kasalliklari, reaktiv psixozlar, migren.

**VB<sub>38</sub>.** Yan-fu (yan tayanchi) – lateral to'piq ustki chekkasidan 4 sun yuqori, kichik boldir suyagi old chekkasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: katta boldir arteriyasi tarmoqlari, kichik boldir yuza nervi va lateral orqa teri nervi. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: bel og'rishi, gonit, sayyor og'riq, tonzillit, tomir kasalliklari.

**VB<sub>39</sub>.** Syuan-chjun (osilgan qo'ng'iroq) – lateral to'piq usti chekkasidan 3 sun yuqori, kichik boldir suyagi old chekkasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: oyoq sohasidagi og'riq, gemiplegiya, tonzillit, burundan qon ketishi, o'tkir rinit, miyaga qon quyilishi asoratlari, arterioskleroz, nevrasteniya.

**VB<sub>40</sub>**. Syu-syuy (tepalik - bozor) – lateral to‘piq pastki chekkasida, kubsimon suyakdan chuqurda orqaga va yuqoriga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: katta boldir arteriya tarmoqlari, oyoq panjasi orqa yuza nervlari teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko‘rsatma: boldir muskullarining tortishishi, bel-dumg‘aza radikuliti, plevrit, hansirash, ichak sanchig‘i, xolesistit, qo‘ltiq sohasi shishi va og‘rig‘i, ko‘z kasalliklari.

**VB<sub>41</sub>**. Szu-lin-si (ko‘z yoshi oqib tushishi) – IV va V oyoq kafti suyaklari orasidagi eng keng qismida, u yerda chuqur paypaslanadi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Szyu o‘tkazilmaydi. Ko‘rsatma: qo‘ltiq sohasidagi og‘riq, mastit, bod, oyoq panjasidagi og‘riq, o‘pka sili.

**VB<sub>42</sub>**. Di-u-xuey (yerning besh uchrashuvi) – chuqurcha ushlab ko‘riladigan IV va V oyoq panjasi suyaklari o‘rtasidagi eng serbar qismida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Szyu o‘tkazilmaydi. Ko‘rsatma: qo‘ltiq sohasida og‘riq, mastit, revmatizm, oyoq panjasida og‘riq, o‘pka sili (tuberkulyozi).

**VB<sub>43</sub>**. Sya-si (munosib vodiy) – IV va V oyoq kafti suyaklari boshchalari orasidagi yoriqda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: eshitishning pasayishi, bosh aylanishi, bosh og‘rig‘i, oyoq sohasidagi darmonsizlik, qovurg‘alararo nevrالgiya, hansirash, qon tufdash, mastit, to‘r parda arteriyasi spazmi.

**VB<sub>44</sub>**. Szu-syao-in (chetdagi in) – oyoq panjasi IV barmoq distal falangasi tashqi tomoni tirnoq o‘rnidan 3 mm pastga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: katta boldir old arteriyasi va kichik boldir yuza nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko‘rsatma: yurak va nafas olish a‘zolari kasalliklari, hiqichoq, bosh og‘rig‘i, og‘iz qurishi, karlik, ko‘z sohasi og‘rig‘i, «tez yordam» nuqtasi.

### **Jigar meridiani (XII; F; Le; Liv)**

In oyoq meridianlari tizimiga kiradi, juft, o‘t pufagi meridianining davomi (17-rasm). Meridian oyoq panjasi I barmoq tirnoq o‘rnidan tashqi tomonga qarab boshlanadi. Oyoq panjasida meridian uning orqa tomoni bo‘yicha oyoq kafti I va II suyaklari orasidan o‘tadi va boldir-panja bo‘g‘imini medial to‘piqdan old tomonga kesib o‘tib, bunda buyrak va taloq-me‘da osti bezlari meridianlari orasida joylashib, boldir va keyin son ichki yuzasiga chiqadi. Yonbosh suyak qirrasiga yetib, meridian tashqi

jinsiy a'zolarga chuqur tarmoq otadi va qorin pastki qismiga chiqadi, so'ng jigarga yetadi. Meridian yuza tarmog'i qorin parda devori old-tashqi tomoni bo'yicha boradi va oltinchi qovurg'a orasi si-men ( $F_{14}$ ) nuqtasi so'rg'ich chizig'i bo'yicha tugaydi.

Meridianning chuqur tarmog'i jigardan nariroqqa boradi: o't pufagi va o'pkaga tarmoq otib, ko'z tashqi burchagigacha ko'tarilib hiqildoq, halqum va bo'g'izga o'tadi.

Mana shu darajada meridian oxirgi tarmoqlarga bo'linadi, ulardan biri og'iz burchagiga yo'naladi va ikkiga bo'linib, og'iz teshigini o'rab oladi, boshqasi esa peshona orqali bay-xuey ( $T_{20}$ ) nuqtasiga boradi. Qadimgi shifokorlar uchun jigar faoliyati arxaikligining izohlanishi ma'lum bir kasallikda ushbu meridiandan to'g'ri amaliy foydalanishlarida zarar qilmadi.

Jigar faoliyati haqidagi asosiy qadimgi konsepsiyalardan biri – jigar qon deposi hisoblanadi, ya'ni qon miqdorini saqlash va boshqarish faoliyatini bajaradi. Jigarning bu qobiliyatni yo'qotishi turli qon ketishlarining rivojlanishiga olib keladi. Bu ma'lumotlar zamonaviy tadqiqotlar orqali tasdiqlandi. Ma'lumki, jigarda 50-60 foizga yaqin aylanuvchi qon ushlanishi mumkin. Bundan tashqari, jigar tomonidan qon ivishida bevosita ishtirok etuvchi, biologik faol moddalar («K» vitamini va b.) ishlab chiqariladi.

«G'azab jigarni yaralaydi» degan konsepsiya to'la huquqlidir, negaki g'azab holatida qonda kuchli noradrenalin va adrenalin ajraladi, bu esa qon deposi, shu bilan bir qatorda jigardan ham qon otilib chiqishida kuzatiladi. Ushbu konsepsiyalardan kelib chiqib, metrorragiyalar va boshqa bachadondan qon ketishlarida jigar meridiani nuqtalariga ta'sir o'tkazish samarali bo'ldi.

Keyingi qadimgi konsepsiya – jigar qovurg'a sohasini nazorat qiladi va uning shikastlanishida qovurg'a sohasida og'riq paydo bo'ladi. Bunday og'riqni akupunktur og'riqsizlantirish yordamida yengillashtirish uchun ko'pincha jigar meridiani nuqtalari va jigar bilan bog'liq, quloq suprachasi nuqtalari qo'llaniladi.

Sharq xalq tabiblarining jigar paylarini nazorat qilish haqidagi o'ziga xos izohlari e'tiborga loyiqdir. «Jigar shikastlanishida» muskul kasalliklari paydo bo'lishi mumkin: muskul «spazmlari», qo'l-oyoq tortishishi, opsitotonus va boshqalar. Bularning barchasi «jigar ichki ta'sirining buzilishi»dir. Zamonaviy nuqtai nazardan bunday hodisalarni jigarning

biokimyoviy almashuv jarayonlarida ham ishtirok etishi bilan tushuntirish mumkin. Bu amaliy natijalar bilan tasdiqlanadi. Shunday qilib, jigar meridianining ko‘plab akupunktur nuqtalari (masalan, in-bao, F<sub>9</sub>) haqiqatdan ham ba‘zi muskul tizimi kasalliklarida ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. Shunday ekan, Sharq xalq tabiblarining ko‘p asrlik katta tajribasini arxaik va eskirgan bir narsa sifatida chiqarib tashlash kerak emas.

Hayratlanarli tomoni shundaki, qadimgi tabiblarning nozik kuzatuvlari barcha holatlarda aniq bo‘lib chiqdi. Ko‘z – jigarning ko‘zgusi, degan izoh buning tasdig‘i bo‘lib xizmat qilishi mumkin. Haqiqatdan ham, ko‘pgina jigar kasalliklari skleraning sarg‘ayishi bilan kuzatiladi, gepatoserebral distrofiya diagnostikasi esa asosan Kayzer-Fleysher halqasi mavjudligiga asoslanadi. Xulosa qilib aytganda, zamonaviy shifokorlar uchun ko‘p hollarda metafizik va arxaik bo‘lgan, qadimgi falsafiy qarashlar va aqliy xulosalarning o‘zi emas, balki ko‘p holatlarda foydali hisoblangan amaliy ma‘lumotlar muhimdir.

Jigar meridiani nuqtalari quyidagi kasalliklarda qo‘llaniladi:

– jigar kattalashganda, ko‘pincha disfunktsiya – despepsik buzilishlar, qayt qilish, tez charchash, ko‘rishning yomonlashuvi, bosh aylanishi va jizzakilik bilan kechadigan sariq kasalligida;

– turli xarakterdagi og‘riqlar va migrenlarda, hushdan ketish va gipotonik holatlarda, asteniya va anginoz og‘riqlari, impulsivlik va yengil ta‘sirchanlik, qo‘rquv va spastik holatlarda;

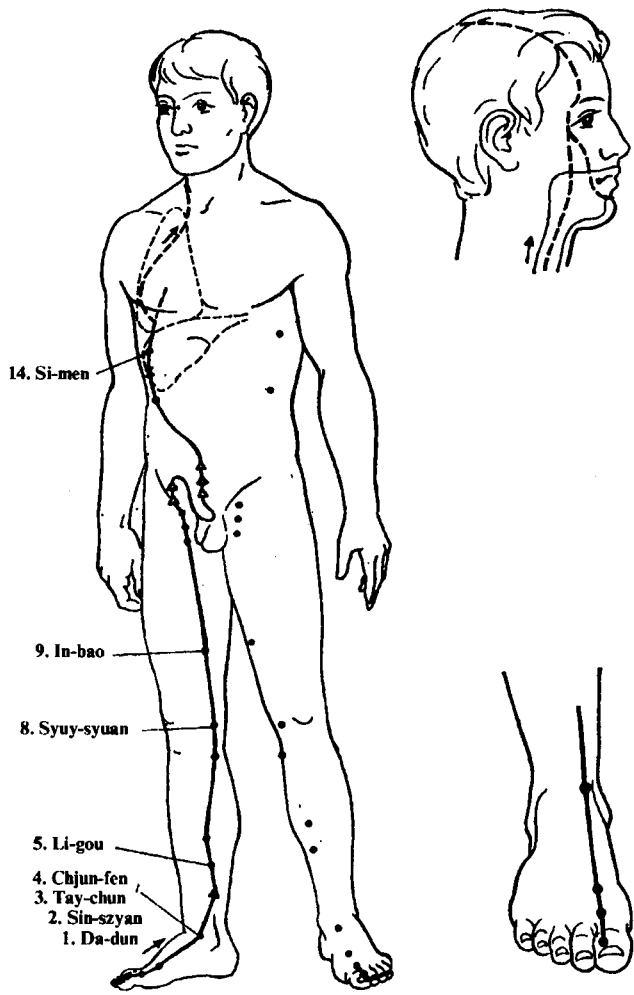
– ko‘krak qafasi sohasidagi og‘riq sindromlari, qovurg‘alararo nevrалgiya, bel va oyoq og‘riqlarida, jigar meridiani jarrohlik amaliyotida, jigar, o‘t pufagi, me‘da osti bezi, bachadon, siydik hosil qiluvchi a‘zolar operativ aralashuvlarida va shuningdek ko‘krak qafasi yon devorini kesishda akupunktur anesteziya uchun;

– jigar meridiani nuqtasi siydik-chiqarish tizimi (siydik tutilishi va tuta olmaslik va b/q) buzilishlarida, shuningdek jinsiy a‘zolar kasalliklarida qo‘llaniladi.

– turli dermatozlarda (allergiya, infeksiya) jigar meridiani nuqtalariga o‘pka nuqtalari bilan uyg‘unlikda ta‘sir o‘tkaziladi.

Meridiana 14 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular:

F<sub>1</sub>. Da-dun (katta samimiyat) – katta barmoq tashqi tomonida tirnoq o‘rnidan 3 mm da joylashgan. *Topografik anatomiyasi (TA)*: oyoq panjasining orqa arteriyasi (katta boldir arteriyasi old tarmog‘i), oyoq panjasining orqa nervi (kichik boldir nervi chuqur tarmog‘i). Ukol



17-rasm. Jigar meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

chuqurligi 3 mm. Ko'rsatma: ovqat yo'li kasalliklari, siydik tuta olmaslik, jinsiy a'zodagi og'riq, diabet, amenoreya.

**F<sub>2</sub>**. Sin-szyan (yo'nalish joyi) – oyoq kafti I va II suyak boshchalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: siydik-tanosil a'zolari, jigar, ovqat yo'li kasalliklari, yurak

kasalliklari, diabet, tish og'rig'i, gingivit, uyqusizlik, tunda terlash, qovurg'alararo nevrалgiya, tovon og'rig'i, tekis muskullarga antispastik ta'sir.

F<sub>3</sub>. Tay-chun (katta oqim) – I va II oyoq kafti suyaklari eng tor joyi orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: tovon orqa arteriyasi va kichik boldir chuqur nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: qovurg'alararo nevrалgiya, boldir og'rig'i, tug'ishdan keyin bachadonning yetarlicha bo'lmagan qisqarishi; ingichka ichak va chanoq - tos a'zolari spazmlari.

F<sub>4</sub>. Chjun-fen (o'rtacha muhr) – oyoq panjasi orqa yuzasi chuqurida medial to'piqdan oldinga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: siydik-tanosil a'zolari va oyoq sohasi kasalliklari.

F<sub>5</sub>. Li-gou (oxirgi egatcha) – katta boldir suyagi orqa chekkasida, medial to'piq ustki chekkasidan 5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi (TA)*: katta boldir orqa arteriyasi tarmoqlari, boldir teri nervlari, katta boldir nervi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: ichak sanchig'i, paroksizmal taxikardiya, siydik-tanosil a'zolari kasalligi, orqa miya buzilishlari, qichima.

F<sub>6</sub>. Chjun-du (o'rtacha poytaxt) – katta boldir suyagi orqa chetida, medial to'piq yuqori chetidan 7 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Ko'rsatma: oyoq bo'g'imlarining va siydik-tanosil a'zolarining kasalliklari.

F<sub>7</sub>. Si-guan (tizza darvozalari) – katta boldir suyagi ko'stidan orqaga va pastga. In-men-syuan dan 1 sun orqaga, tizza qopqog'i pastki chetidan 2 sun pastda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: taqim arteriyasi tarmoqlari, katta boldir nervining teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: gonit, oyoqlarda og'riq.

F<sub>8</sub>. Syuy-syuan (bukilgan manba) – son suyagi medial to'piq ustidan orqaga, yarim pardali muskullarning birikish joyida oldinga, taqim chuqurchasi o'rtasi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi (TA)*: tizza bo'g'imi arterial to'r tarmoqlari, son va boldir orqa teri nervi. Ukol chuqurligi 12-20 mm. Ko'rsatma: siydik-tanosil a'zolari va oyoq sohasi kasalliklari; tashqi jinsiy a'zolarida qichima, shishish va og'riq.

F<sub>9</sub>. In-bao (in qobig'i) – yarim pardali muskullar old chekkasida, tizza ko'zi ustki chekkasidan 4 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi (TA)*: va ukol chuqurligi avvalgidek. Ko'rsatma: tomir tortishishi, siydik tutilishi, hayz siklining buzilishi.

F<sub>10</sub>. Szu-u-li (li besh oyoq) – yaqinlashtiruvchi uzun muskullar tashqi chekkasida, chot orasi bo'ylab 1 sun pastda. *Topografik anatomiyasi (TA)*:



tashqi uyat arteriyasi, yonbosh – chov nervi va yopqich nerv. Ukol chuqurligi 15-20 mm. Ko'rsatma: umumiy terlash va uyqusizlik, yorg'oq ekzemaasi.

F<sub>11</sub>. In-lyan (in burchagi) – sonni yaqinlashtiruvchi uzun muskul old chekkasida, chot orasi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: sondagi tortuvchi og'riq, oqchil, tashqi jinsiy a'zolarida qichishish, hayz siklining buzilishi, bepushtlik.

F<sub>12</sub>. Szi-may (tez uruvchi puls) – si-chun nuqtasi ostida va qov suprachasi do'ngidan tashqariga va pastga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: erkaklarda bu sohada, moyakni ko'taruvchi muskul o'tadi, ayollarda esa – aylana bachadon boylamlari; tashqi uyat arteriyasi, yonbosh-chov nervi va chov nervi son tarmog'i, bel-chov nervi tarmoqlanadi. Nuqta igna sanchish uchun tavsiya etilmaydi.

F<sub>13</sub>. Chjan-men (qonun darvozasi) – XI qovurg'aning bo'sh oxiri oldida, qorin to'rtinchi yon chizig'ida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qovurg'alararo arteriya va qovurg'alararo nerv, o'ng tomondagi nuqta jigar pastki chekkasiga, chap tomondagisi – taloq pastki chekkasiga to'g'ri keladi. Ukol chuqurligi 20-25 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari, ovqat yo'li, jigar, o't pufagi kasalliklari, gijja invazi, bel og'rishi, gipertoniya kasalligi.

F<sub>14</sub>. Si-men (vaqt eshigi) – o'mrov suyagi o'rta chizig'i bilan qovurg'a yoyi kesishadigan joyda. Oltinchi qovurg'a orasiga to'g'ri keladi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qorin usti yuqori arteriyasi, qovurg'alararo nervlar teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

## Orqa o'rta meridiani (XII; T; VG; GV)

Orqa o'rta meridiani oddiy kategoriyalarga kirmaydi, shuningdek old o'rta, «ajoyib tomir» hisoblanadi (18-rasm) va shuning uchun barcha standart punktlarga ega emas. Biroq an'anaviy nuqtai nazariyaga muvofiq, «ajoyib tomir» sifatida bu meridianlar o'z nuqta-boshqaruvchilariga ega. Bundan tashqari, «ikkilamchi tomir» orqali ular asosiy meridianlar tizimi bilan yaqin bog'langan; orqa o'rta 6 yan bilan, old o'rta esa 6 in bilan. Shu munosabat bilan odatda, old o'rta meridiani in tizimiga, orqa o'rta esa yan tizimiga kirishi bilan izohlanadi.

Orqa o'rta meridiani kichik tosdan boshlanadi hamda dum suyagi va orqa chiqaruv teshigi (chan-syan, T<sub>1</sub> nuqtasi) orasidagi masofa o'rtasidan chiqadi, u yerdan bitta tarmoq buyrakka yo'naladi, boshqa tarmoq esa

orqa-o'rta chiziq bo'yicha yuqoriga boradi, miyaga tarmoq otadi va yuqori lab ostidagi milkda joylashgan, in-szyao ( $T_{28}$ ) nuqtasida tugaydi.

«Ajoyib tomir» sifatida u bir vaqtning o'zida chan-syan ( $T_1$ ) kirish nuqtasi va in-szyao ( $T_{28}$ ) chiqish nuqtasi hisoblanadigan lo-punktini o'z ichiga oladi.

Meridianni xou-si ( $IG_3$ ) nuqta – boshqaruvchi, uning qo'shaloq shen-may ( $V_{62}$ ) nuqtasi bilan birga boshqaradi.

Faoliyat munosabatida orqa o'rta meridiani turli a'zolar bilan segmentar umumiylikka ega nuqtalar meridiani sifatida muhimdir, shu bilan birga ular orqali u yoki bu a'zoga maqsadga yo'nalgan holda ta'sir o'tkazish mumkin.

Meridianning pastki qismi nuqtalariga ta'sir o'tkazish avtonom asab tizimiga, bosh sohasida esa – bosh miyaga ayniqsa kuchli ta'sir ko'rsatadi. Bolalar yoshidagi akupunktura amaliyotida bu o'rta chiziqning alohida muhim roliga e'tibor qaratiladi. An'anaviy tasavvurlar bo'yicha, ayniqsa yan meridianlari asosan jismoniy faoliyatlar orasidagi gormoniyaga yordam beradi. Meridianning qandaydir faollik vaqti oralig'i noma'lum, uning holati, puls diagnostikasi usullari ham ma'lum emas.

Meridianga 28 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular quyidagilardir:

$T_1$ . Chan-syan (kuchning o'sishi) – dum suyagi va orqa chiqaruv teshigi tashqi sfinkteri orasidagi masofa o'rtasida joylashgan. *Topografik anatomiyasi (TA)*: jinsiy ichki arteriya va jinsiy nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: to'g'ri ichak va orqa chiqaruv teshigi kanali kasalliklari, epilepsiya.

$T_2$ . Yao-shu (belning shu - nuqtasi) – dumg'aza kanaliga kirish joyi ustida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: dumg'aza o'rta arteriyasi tarmoqlari va dumg'aza boylamlari tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10-25 mm. Ko'rsatma: bel-dumg'aza radikuliti, siydik-tanosil a'zolari va to'g'ri ichak kasalliklari.

$T_3$ . Yao-yan-guan (yao - bel; yan – darvoza) –  $L_4$ - $L_5$  umurtqalari suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: bel arteriyasi va bel boylamlari orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10-25 mm. Ko'rsatma: bel-dumg'aza radikuliti, siydik-tanosil a'zolari va yo'g'on ichak kasalliklari.

$T_4$ . Min-men (hayot darvozasi) –  $L_2$ - $L_3$  umurtqalari suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10

mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bolalarda meningit, ichak sanchig'i, bel sohasidagi og'riq, bavoasil, oqchil, siydik tuta olmaslik, pollyutsiya, impotensiya, uyqusizlik, quloq shang'illashi, astenik sindromlar.

**T<sub>5</sub>**. Syuan-shu (osilib turuvchi ustun) L<sub>1</sub>-L<sub>5</sub> umurtqalar suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bel og'rishi, oshqozon va ichak kasalliklari.

**T<sub>6</sub>**. Szi-chjun (umurtqa pog'onasi o'rtasi) – D<sub>11</sub>-D<sub>12</sub> umurtqalar suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qovurg'alararo arteriya va ko'krak nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: epilepsiya, ichak kasalliklari, shu bilan bir qatorda bolalarda to'g'ri ichakning tushishi.

**T<sub>7</sub>**. Chjun-shu (o'rta o'q) – D<sub>10</sub>-D<sub>11</sub> umurtqalari suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: bel og'rishi, ko'rishning pasayishi, gripp va bezgak kasalliklarida haroratni pasaytiruvchi vosita zarurati.

**T<sub>8</sub>**. Szin-so (tortilgan muskul) – D<sub>9</sub>-D<sub>10</sub> suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: epilepsiya, bel og'rishi, oshqozon kasalliklari, nevrasteniya.

**T<sub>9</sub>**. Chji-yan (chetdagi yan) – D<sub>7</sub>-D<sub>8</sub> suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: bel og'rishi, jigar va oshqozon kasalliklari.

**T<sub>10</sub>**. Lin-tay (ruh ayvoni) – D<sub>6</sub>-D<sub>7</sub> umurtqalar suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: shen-dao nuqtasi bilan bir xil. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari kasalliklari, shuningdek grippning oldini olish uchun.

**T<sub>11</sub>**. Shen-dao (ilohiy yo'l) – D<sub>5</sub>-D<sub>6</sub> umurtqalar suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qovurg'alararo arteriya orqa tarmoqlari, kurak orqa nervi, ko'krak nervlari orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: yurak va nafas olish a'zolari kasalliklari, bosh og'rig'i, nevrasteniya, stomatit.

**T<sub>12</sub>**. Shen-chju (umurtqa pog'onasi) – D<sub>3</sub>-D<sub>4</sub> umurtqalar suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: bo'yin ko'ndalang arteriyasi pasayib boruvchi tarmoqlari, qovurg'alararo arteriya va ko'krak nervlari orqa tarmoqlari. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: bosh va orqa miya kasalliklari, epilepsiya, tundagi qo'rquv, nevrasteniya, burundan qon ketishi.

**T<sub>13</sub>**. Tao-dao (o'zgarish yo'li) – D<sub>1</sub>-D<sub>2</sub> umurtqalar suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 12

mm. Ko'rsatma: bo'yin-ko'krak radikuliti, nevrasteniya, migren, reaktiv psixozlar, bezgak kasalliklari.

**T<sub>14</sub>**. Da-chjuy (katta umurtqa) – D<sub>7</sub>-D<sub>1</sub> umurtqalar suyak o'simtalari orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 12 mm. Ko'rsatma: gripp, bezgak, o'pka kasalliklari, burundan qon ketishi, bo'yin osteoxondrozi, vegetativ-endokrin disfunksiya. Akupunktura amaliyotidagi asosiy nuqtalardan biri.

**T<sub>15</sub>**. Ya-me (sukunat darvozasi) – C<sub>1</sub> va C<sub>2</sub> umurtqalari orasi boshning sertuk qismi chegarasi, trapetsiyasimon muskullar hosil qilgan chuqurda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: ensa arteriyasi va bo'yin boylamlari tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm (o'ta chuqur ukolga yo'l qo'yilmaydi). Kuydirish 10 daqiqadan ko'p emas. Ko'rsatma: bosh aylanishi, bosh og'rig'i, quloq shang'illashi, nutqning buzilishi, meningit, miyelit, og'iz bo'shlig'i a'zolari kasalliklari, burundan qon ketishi.

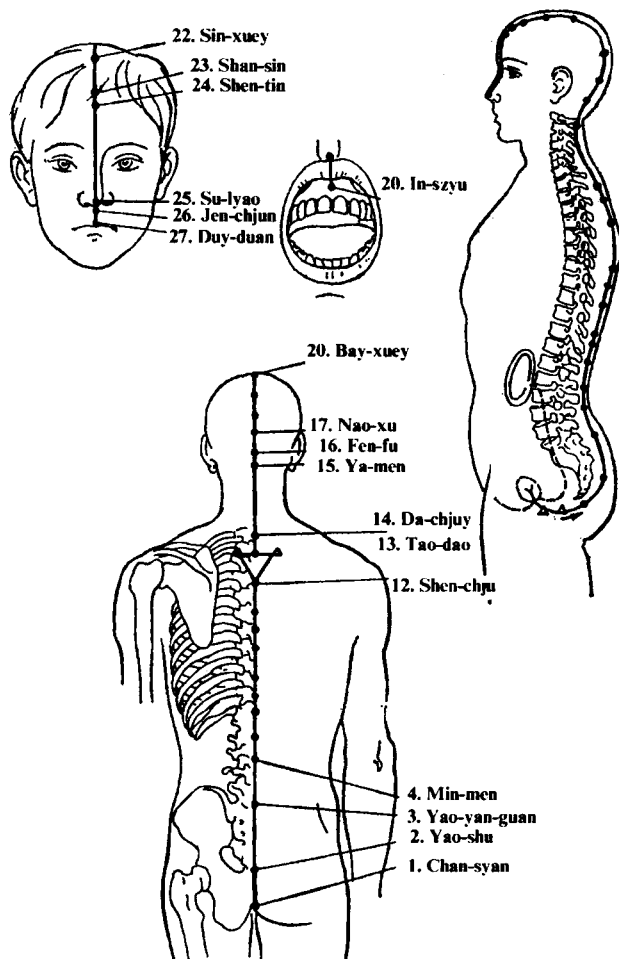
**T<sub>16</sub>**. Fen-fu (shamol sohasi) – bosh sertuk qismi orqa chegarasidan 30 mm yuqori, ensa suyagi va I bo'yin umurtqasi orasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: ichkarida katta ensa teshigi joylashgan bo'lib, undan cho'zinchoq miya o'tadi. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, ensa-bo'yin sohasidagi og'riq, burundan qon ketishi, laringit, psixoz, miyaga qon quyilishi asoratlari, sariq kasalligi, ko'rish nervi atrofiyasi va boshqa ko'z kasalliklari; gripp va bezgak kasalliklarida haroratni pasaytiruvchi vosita.

**T<sub>17</sub>**. Nao-xu (miya eshigi) – ensa do'mbog'i usti chekkasida fen-fu nuqtasidan 1,5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi (TA)*: ensa arteriyasi va katta ensa nervi. Ukol chuqurligi 3-10 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bosh aylanishi, nevrasteniya, ko'z kasalliklari.

**T<sub>18</sub>**. Syan-szyan (kuch o'rni) – shen-tin nuqtasidan 7,5 sun orqaga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bosh aylanishi, qayt qilish, bolalarda tomir tortishi, uyqusizlik, epilepsiya, nevrasteniya.

**T<sub>19</sub>**. Xou-din (boshning orqa tepasi) – shen-tin nuqtasidan 6 sun orqaga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bosh aylanishi, migren, ensa-bo'yin sohasi muskullari tiki va kontrakturasi, epilepsiya.

**T<sub>20</sub>**. Bay-xuey (yuzta uchrashuv) – shen-tin nuqtasidan 4,5 sun orqaga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka va ensa yuza arteriyalari anastomози, katta ensa nervi tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bosh aylanishi, nevrasteniya, miya anemiyasi,



18-rasm. Orqa o'rta meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

to'g'ri ichakning tushishi, bavoasil. Akupunktura amaliyotida asosiy nuqtalardan biri.

**T<sub>21</sub>.** Syan-din (old tepalik) -- shen-tin nuqtasidan 3 sun orqaga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: chakka yuza arteriyasi anastomozi va peshona nervi tarmoqlari. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: bosh og'rig'i, bosh aylanishi, epilepsiya va bolalarda tomir tortishishi, burun poliplari.

**T<sub>22</sub>.** Sin-xuey (bosh chanoq tutashishi) – shen-tin nuqtasidan 1,5 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: peshona liqildog‘i o‘rni. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko‘rsatma: bosh og‘rig‘i, bosh aylanishi, burundan qon ketishi, uyqusizlik, dispepsiya. Uch yoshgacha bo‘lgan bolalarga igna sanchib davolash mumkin emas.

**T<sub>23</sub>.** Shan-san (tepadagi yulduz) – shen-tin nuqtasidan 0,5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi (TA)*: shen-tin nuqtasi bilan bir xil. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko‘rsatma: bosh peshona qismidagi og‘riq, burundan qon ketishi, ko‘z kasalliklari.

**T<sub>24</sub>.** Shen-tin (ilohiy hovli) – qanshar ustidan 3 sun yuqori, boshning sertuk qismi old chegarasiga 0,5 sm kiradi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: peshona arteriyasi va peshona nerv tarmoqlari. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko‘rsatma: bosh peshona qismidagi og‘riq, bosh aylanishi, o‘tkir rinit, yosh bezlari yallig‘lanishi, qayt qilish, yurak urishi, emotsional beqarorlik, uyquning buzilishi.

**T<sub>25</sub>.** Su-lyao (asosiy suyak) – burun uchi markazida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: burun dorsal arteriyasi, burun-kiprik nervi. Ukol chuqurligi 3-6 mm. Ko‘rsatma: burun poliplari, rinit, ko‘zdan yosh oqishi, burundan qon ketishi, burun sohasida husnbuzar (akne), kollaps.

**T<sub>26</sub>.** Jen-chjun (odam o‘rtasi) – burun uchi osti, yuqori lab ustki uchinchi vertikal egatchasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: yuqori lab arteriyasi, uch shoxli nervning ikkinchi tarmog‘i va yuz nervi chakka tarmog‘i. Ukol chuqurligi 6-10 mm. Ko‘rsatma: hushdan ketish holatida tez yordam, epilepsiya, ruhiy ta’sirchanlik, miyaga qon to‘lishi, og‘iz va ko‘z sohasi muskullari tiki va kontraktura, yuz shishi, diabet.

**T<sub>27</sub>.** Duy-duan (labning yuqori hoshiyasi) – yuqori lab o‘rtasi, terining shilliq qavatga o‘tish joyida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 6-10 mm. Ko‘rsatma: asosiy ko‘rsatmalar, jen-chjun nuqtalaridan foydalanishdagi kabi avvalgidek, qo‘shimcha sifatida – sariq kasalligi va burundan qon ketishi.

**T<sub>28</sub>.** In-szyao (milklar chorrahasi) – shilliq qavat o‘rta chizig‘i bo‘yicha milklarning yuqori labga o‘tish joyida, ya’ni yuqori lab yuganchasi o‘rtasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: va boshqa ma’lumotlar avvalgidek.

## Old o'rta meridiani (XIV; J; JM; CV)

«Ajoyib tomirlar» dan biri hisoblanadi, shunday ekan, boshqa meridianlarda mavjud bo'lgan barcha boshqaruv nuqtalarni o'z ichiga olmaydi (19-rasm). U faqat lo - punktga ega, shuningdek xuey-in ( $J_1$ ) kirish nuqtasi hisoblanadi. Biroq modomiki old o'rta meridiani «ajoyib tomir» hisoblanar ekan, u le - syue ( $P_7$ ) nuqta – boshqaruvchi bo'ladi, uning juft nuqtasi esa chjao-xay ( $R_6$ ) nuqtasi hisoblanadi.

Orqa o'rta meridiani bilan old o'rta meridiani birgalikda o'zining o'ziga xos «kichik sirkulyatsiya» («katta sirkulyatsiya sikliga qarama-qarshi», o'n ikki haqiqiy meridianlarni qamrab oladi) sikliga ega. Ikkala meridian «katta sirkulyatsiya» sikli bilan yordamchi (ikkilamchi) tomirlar orqali aloqaga ega.

Old o'rta meridiani na a'zo, na o'ziga xos faoliyatga tegishli. U asosan in meridianlariga ta'sir ko'rsatib, barcha faoliyatlar yaxlitligini tashkil etadi.

Uni shartli ravishda uch qismga bo'lish mumkin:

– pastki – qov suprachasidan kindikkacha; asosan siydik-tanosil faoliyatiga tegishli;

– o'rta – kindikdan to'sh suyagi asosigacha; bu qism ovqat hazm qilish faoliyatiga tegishli;

– yuqori – to'sh suyagi asosidan pastki labgacha cho'ziladi; bu qism nafas olish faoliyatiga tegishli.

Old o'rta meridiani chot sohasi xuey-in ( $J_1$ ) nuqtasi bilan boshlanadi (erkaklarda yorg'oq va orqa chiqarish teshigi orasida va ayollarda katta jinsiy lablar birikmasidan orqaga), old o'rta chizig'i bo'yicha yuqoriga boradi, qov bitishmasi, kindik, to'sh, bo'yin orqali o'tib, pastki lab o'rtasiga yetadi. Ushbu darajada meridian ikkiga bo'linadi, og'iz teshigini o'raydi va orbitaning pastki chekkasiga yo'naladi.

Meridianga 24 ta biologik faol nuqtalar (BFN) kiradi. Ular:

$J_1$ . Xuey-in (in tutashishi) – erkaklarda yorg'oq va orqa chiqarish teshigi orasida, ayollarda katta jinsiy lablar birikmalari va orqa chiqarish teshigi orasida, *Topografik anatomiyasi (TA)*: jinsiy a'zo boshchasi markazi; bu yerda jinsiy ichki arteriya va chot nervi bo'linadi. Qadimgi adabiyotlarda ko'rsatilganlarga muvofiq, bu nuqtadan foydalanish cho'kayotganlar hayotini saqlab qolish uchun ko'rsatilgan. Ukol chuqurligi 10-15 mm. Szyu davomiyligi 10-20 daqiqa. Ko'rsatma: chot

sohasida gipergidroz va dermatit, siydik tutilishi, qabziyat, dismenoreya, impotensiya, to'g'ri ichak kasalliklari.

**J<sub>2</sub>.** Syuy-gu (bukilgan suyak) – chot suyagi yuqori chekkasi o'rtasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qorin usti pastki arteriyasi, jinsiy arteriya tarmoqlari, yonbosh – qorin osti nervi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: siydik – tanosil a'zolari kasalliklari.

**J<sub>3</sub>.** Chjun-szi (cho'qqi o'rta nuqtasi) – qovdan 1 sm yuqorida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: XII qovurg'a orasi nervi tarmoqlari. Ukol chuqurligi 25 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**J<sub>4</sub>.** Guan-yuan (manba darvozasi) – qovdan 2 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qorin usti arteriyasi va venalar tarmoqlari, XI va XII qovurg'alar orasi nervlari teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 25-45 mm. Ko'rsatma: ingichka ichak va siydik-tanosil a'zolari kasalliklari, depressiv holatlar.

**J<sub>5</sub>.** Shi-men (tosh darvoza) – kindikdan 2 sun pastda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qovurg'alararo nervlar teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 15-25 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

**J<sub>6</sub>.** Si-xay (quvvat dengizi) – kindikdan 1,5 sun pastda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: va boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**J<sub>7</sub>.** In-szyao (in chorrahasi) – kindikdan 1 sun pastda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qorin usti arteriya tarmoqlari, qovurg'alar orasi nervi teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 25 mm. Ko'rsatma: siydik-tanosil a'zolari va ichak kasalliklari.

**J<sub>8</sub>.** Shen-sze (ilohiy chegara) – kindik markazida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol mumkin emas. Qizdirish 20-30 min. Ko'rsatma: ich ketishi, assit, qorin dam bo'lishi, ichak quldirashi, to'g'ri ichak tushishi.

**J<sub>9</sub>.** Shuy-fen (suv taqsimlanishi) – kindikdan 1 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: ichkarida ko'ndalang chamber ichak joylashadi. Ukol chuqurligi 15 mm. Ko'rsatma: assit, ichak kasalliklari.

**J<sub>10</sub>.** Sya-van (pastki kanal) – kindikdan 2 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 25 mm. Ko'rsatma: ichak kasalliklari.

**J<sub>11</sub>.** Szyan-li (li – qoldirilgan joy) – kindikdan 3 sun yuqorida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qorin usti arteriya tarmoqlari, qovurg'alar orasi teri tarmoqlari, oshqozon ichkarisida joylashishiga to'g'ri keladi. Ukol chuqurligi 15-25 mm. Ko'rsatma: oshqozon kasalliklari, assit, diafragmalar spazmi.



**J<sub>12</sub>**. Chjun-van (o'rtacha kanal) – kindikdan 4 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi (TA)*: va boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**J<sub>13</sub>**. Shan-van (yuqori kanal) – kindikdan 5 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi (TA)*: va boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**J<sub>14</sub>**. Szyuy-syue (kuch chegarasi) – kindikdan 6 sun yuqori. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek, ichkarida jigarning chap ulushi joylashgan. Ukol chuqurligi 20 mm. Ko'rsatma: oshqozon, yurak va o'pka kasalliklari, hadik va qo'rquv holatlari, maniakal holatlar, epilepsiya.

**J<sub>15</sub>**. Szyu-vey (kaptar dumi) – qalqonsimon o'simta oxiridan 15 mm pastga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ko'rsatma: nevrasteniya, reaktiv psixozlar, oshqozon, yurak va o'pka kasalliklari.

**J<sub>16</sub>**. Chjun-tin (o'rtacha hovli) – to'sh suyagi va qalqonsimon o'simtaning birlashish chegarasiga to'g'ri keladi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: ko'krak ichki arteriyasi tarmoqlari, qovurg'alararo nervlar teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: o'pka va qizilo'ngach kasalliklari.

**J<sub>17</sub>**. Tan-chjun (ko'krak o'rtasi) – V qovurg'a (so'rg'ich bo'ylab) bo'g'im kesimi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi (TA)*: avvalgidek. Ukol chuqurligi 6 mm. Ko'rsatma: avvalgidek.

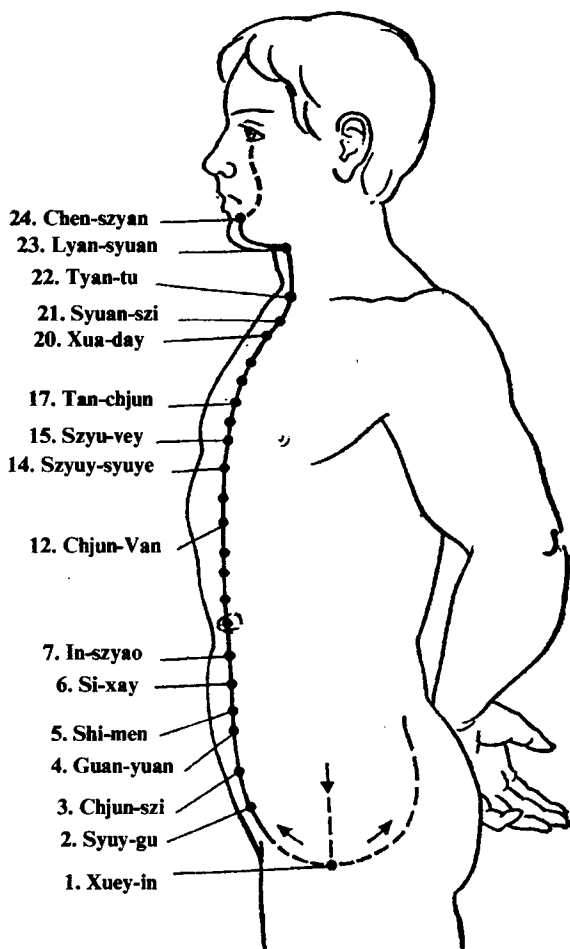
**J<sub>18</sub>**. Yuy-tan (nefritli zal) – to'sh suyagi tanasi o'rtasiga muvofiq, IV qovurg'a bo'g'im kesimi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi (TA)*: va boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**J<sub>19</sub>**. Szi-gun (siyoh rang qasr) – III qovurg'a bo'g'im kesimi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi (TA)*: va boshqa ma'lumotlar avvalgidek.

**J<sub>20</sub>**. Xua-gay (serhasham qobiq) – II qovurg'a bo'g'im kesimi bo'ylab to'sh suyagi tanasi va dastalari birlashadigan joyga to'g'ri keladi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: ko'krak ichki arteriyasi tarmoqlari, qovurg'alararo nervlar teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: nafas olish a'zolari, shu bilan birga yuqori nafas yo'llari kasalliklari.

**J<sub>21</sub>**. Syuan-szi (marvaritli nefrit) – to'sh suyagi dastasi markazida, I qovurg'a bo'g'imi kesimi bo'ylab. *Topografik anatomiyasi (TA)*: bo'yin chigallari teri tarmoqlari, ko'krak ichki arteriya tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko'rsatma: bronxial astma, tonzillit, hiqildoq shishi, qizilo'ngach va oshqozon kasalliklari.

**J<sub>22</sub>**. Tyan-tu (osmon so'qmog'i) – to'sh suyagi bo'yinturuq kesimi markazida, to'sh-o'mrov suyagi – so'rg'ichsimon o'siq muskullari orasida.



19-rasm. Old o'rta meridiani yo'nalishi va uning asosiy nuqtalari tasviri

*Topografik anatomiyasi (TA):* qalqonsimon pastki arteriya, bo'yin nervlari teri tarmoqlari. Ichkarida-kekirdak, to'sh suyagi ortida yelka bosh o'zagi va aorta yoyi. Ukol chuqurligi 10 mm dan ko'p emas. Ukol qilganda ignani to'sh ustida orqaga va pastga yo'naltirish zarur. Ko'rsatma: bronxial astma, hiqildoq muskullari spazmi, laringit, tonzillit, nutqning buzilishi, qayt qilish, qizilo'ngach spazmi.

**J<sub>23</sub>.** Lyan-syuan (yonlama manba) – til osti suyagi pastki chekkasi va qolqonsimon tog‘ay yuqori kesimi hosil qilgan yoriqda. *Topografik anatomiyasi (TA)*: qalqonsimon yuqori arteriyasi, til osti nervining pasayib boruvchi tarmog‘i, bo‘yin chigallari teri tarmoqlari. Ukol chuqurligi 10 mm. Ko‘rsatma: brønxit, astma, laringit, qayt qilish, glossit, so‘lak oqishi.

**J<sub>24</sub>.** Chen-szyan-iyak-lab egatchasi markazida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: lab pastki arteriyasi, uch shoxli nerv uchinchi tarmog‘idan iyak nervi. Ukol chuqurligi 6-10 mm. Ko‘rsatma: miyaga qon quyilishi oqibatlarini, yuz nervi nevriti, ptoz, yuz shishi, diabet, tish og‘rig‘i, epilepsiya, kollaps.

### **Meridiandan tashqarida eng ko‘p qo‘llanadigan nuqtalar**

**H<sub>1</sub>.** In-tan (muhrlangan qasr) – qanshar usti markazi, qoshlar orasida joylashgan. *Topografik anatomiyasi (TA)*: peshona arteriyasi va peshona nervi (uch shoxli nervning birinchi tarmog‘idan). Ukol chuqurligi 3-6 mm. Ko‘rsatma: ko‘z kasalliklari, uch shoxli nerv nevrалgiyasi, nevrogen qayt qilish, uyqusizlik, bolalarda tomir tortishishi.

**H<sub>2</sub>.** Tay-yan (quyosh) – qosh yon chekkasidan tashqariga va pastga, ko‘z kosasidan 12 mm orqaga. *Topografik anatomiyasi (TA)*: uch shoxli nervning harakatlanuvchi qismi, chakka yuza arteriya tarmoqlari, uch shoxli nervning ikkinchi tarmog‘i. Ukol chuqurligi 6-12 mm. Migren tomir paralitik bosqichida uncha ko‘p bo‘lmagan qon ketishini chaqiruvchi, yuza ukol qilinadi. Ko‘rsatma: migren, kon‘yunktivit, tish og‘rig‘i, yuz nervi nevriti, mimika mushaklari uchishi va kontraktura, quloq shang‘illashi, uch shoxli nerv nevrалgiyasi.

**H<sub>3</sub>.** Yuy-yao (baliq cheti) – qorachiq bo‘ylab, qosh o‘rtasida, paypaslaganda u yerda chuqurlik seziladi. *Topografik anatomiyasi (TA)*: uch shoxli nervning birinchi tarmog‘idan keluvchi, ko‘z kosasi usti arteriyasi va ko‘z kosasi usti nervi. Ukol chuqurligi 3-6 mm. O‘ta chuqur ukol mumkin emas (ukol ko‘z soqqasidan berida). Ko‘rsatma: ko‘z kasalliklari, migren, bosh og‘rig‘i, uch shoxli nerv nevrалgiyasi.

**H<sub>10</sub>.** Szin-szin-yuy-e (nefritli va oltin suyuqlik) – til yuganchasining ikkala tomonida, til osti venalarida. Ukol chuqurligi 3 mm. Uncha ko‘p bo‘lmagan qon oqishi uchun yuza va tez ukol qilinadi. Ko‘rsatma: qayt qilish, stomatit, nutqning buzilishi, sariq kasalligi, til osti nervi nevriti.

**H<sub>11</sub>.** Xay-syuan (dengiz manbai) – til osti markazi, til yuganchasida. *Topografik anatomiyasi (TA)*: til osti arteriyasi va venalari, til va til osti nervlarining tarmoqlanishi. Ukol chuqurligi 8 mm. Uncha ko‘p bo‘lmagan qon oqishi uchun yuza va tez ukol qilinadi. Ko‘rsatma: qayt qilish, til osti nervi nevriti, glossit, diabet.

**H<sub>30</sub>.** Shi-syuan (o‘nta tantanali bildirish) – o‘nta barmoq uchida (o‘rta barmoqlar uchida joylashgan chjun-chun nuqtasi ham kiradi). *Topografik anatomiyasi (TA)*: qo‘l kaftiga tegishli barmoq arteriyasi va qo‘l kaftiga tegishli barmoq nervlari. Ukol chuqurligi 3 mm. Uncha ko‘p bo‘lmagan qon oqishi uchun tez va yuza ukol qilinadi. Ko‘rsatma: shok, kollaps, tonzillit, isteriya.

### **Nazorat savollari**

1. Tana turli qismlarining standart sonda proporsional bo‘lakka bo‘linishini aytib bering.
2. Klassik meridianlar miqdori va ketma-ketligini ko‘rsating.
3. Meridianning xalqaro numeratsiya tizimiga muvofiq indeksini bering.
4. Juft meridianlarni gapirib bering.
5. Juft bo‘lmagan meridianlarni sanab bering.
6. Yan va in meridianlarini aytib bering.

## *IV BOB*

### **IGNALAR VA IGNA BILAN DAVOLASH TEXNIKASI HAQIDA UMUMIY MA'LUMOT**

#### **Ignalar va ularni muolajaga tayyorlash**

Hozirgi vaqtda ko'pincha dumaloq, o'lchovi 1,5 sm dan 15 sm gacha bo'lgan, uchi 1,5-2 mm uzunlikda va 0,35 mm qalinlikdagi (20-rasm) ignalar ishlatiladi. Akupunktura uchun ignalarni sterilizatsiya qilish oddiy usulda, ya'ni qaynatish (distillangan suvda 45 daqiqa), avtoklavirlash (1,5 atm. bosimida 30 daqiqa) yoki quruq issiqda (160° C haroratda 20 daqiqa) o'tkaziladi. Ishlatilmagan sterillangan ignalar 75 foiz etil spirtida saqlanadi.

Ignalar quyidagi tarkibli qotishmalardan tayyorlanadi:

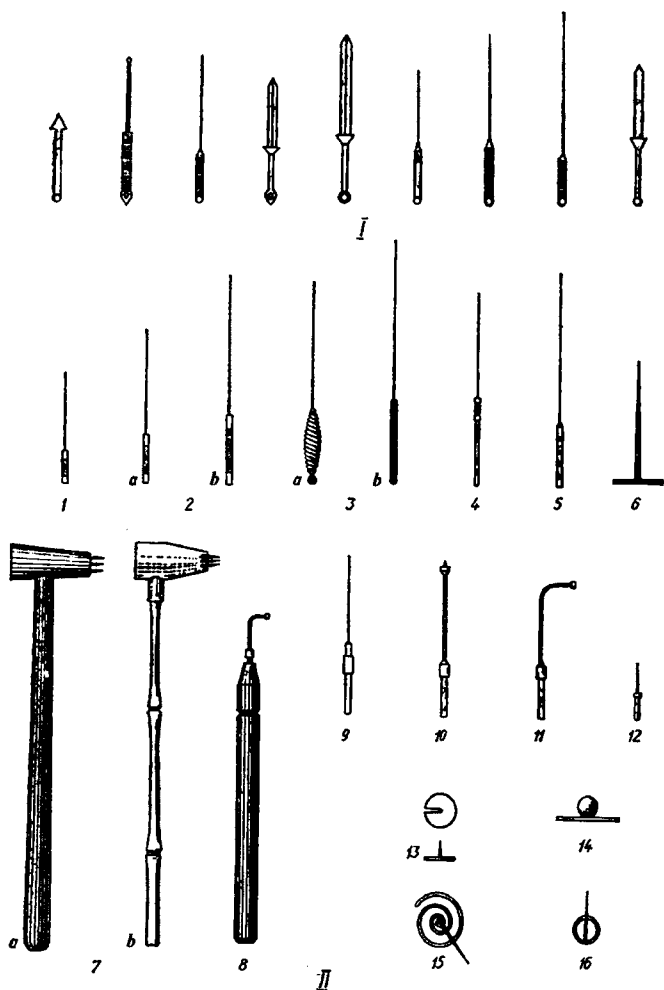
- 1) oltin igna: toza tilla – 75%, kumush – 13%, qizil mis – 12%;
- 2) kumush igna: toza kumush – 80%, qizil mis – 17%, tozalangan mis – 3%;
- 3) oddiy ingichka ignalar: zanglamaydigan po'lat iplardan yoki tozalangan misdan I. 28-I.32.

Hamma mutaxassislar ham farqlay olmaydigan fikr bo'yicha, oltin igna o'z-o'zidan quvvatni oshiruvchi, kumush esa tinchlantiruvchi xususiyatga ega.

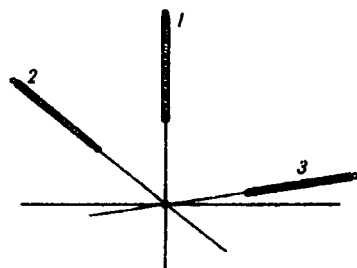
Ko'pincha qo'llanadigan igna 0,3-0,35 mm, 0,4-0,45 mm diametrga ega.

#### **Ignalarni kiritish texnikasi**

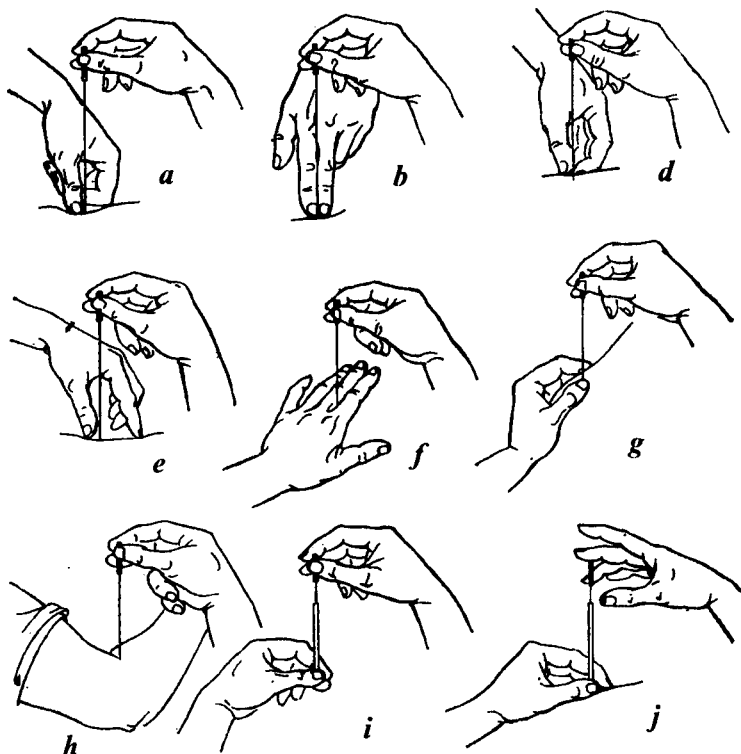
Ignalarni dastasidan uchta barmoq bilan ushlab uslubiy jihatdan to'g'ri hisoblanadi: I barmoq bir tomondan, II va III barmoq esa oshqa tomondan. Hozirgi vaqtda ayniqsa, ignalar aylantirib kiritiladi. Igna zarur nuqta markazida perpendikulyar yoki teri burchak ostiga o'rnatiladi (21-rasm) va oldinga – orqaga aylanma harakat ham bir vaqtning o'zida ignani yengil bosish bilan kiritiladi.



**20-rasm.** Akupunktura amaliyotida qo'llanadigan ignalarning ba'zi turlari: I – qadimda qo'llangan ignalar; II – ignalarning zamonaviy turlari: 1 – dumaloq igna, 2 (a,b) – ingichka ignalar, 3 (a,b) – Xitoyda ishlab chiqarilgan ignalar, 4 – Koreys ignalari, 5 – Yapon ignalari, 6 – T-simon igna, 7 (a,b) – ignalar to'plami bilan ta'sirlantirish uchun bolg'achalar, 8, 9, 10, 11 – quloq igna terapiyasi uchun to'plam, 12 – kalta igna, 14 – sharikli igna, 13, 15, 16 – mikroignalar



21-rasm. Teriga munosabat bo'yicha ignalar holati: 1-vertikal ukol, 2, 3-turli burchaklar ostidagi ukollar



22-rasm. Ignalarni kiritish usullari. a, b, d, e, f, j – terini fiksatsiya qilish bilan, h – terini fiksatsiya qilmasdan; i, j – naycha orqali

## **Igna bilan davolashdagi asoratlar va ularning oldini olish**

Igna bilan davolashda kelib chiqishi mumkin bo'lgan asoratlar: ko'p terlash, yuzning oqarishi, qo'l-oyoq muzlashi, arterial bosimning pasayishi ko'rinishidagi vegetativ ta'sirlar. Agar o'z vaqtida yordam ko'rsatilmasa, xushsizlik holati kelib chiqishi mumkin.

Profilaktika: seansni gorizontal holatda o'tkazish.

Yordam: zudlik bilan ignalardan holi qilish, bemorni yotqizish va shoshilinch yordam ko'rsatish (nashatir spirti, kordiamin yuborish, nuqtali uqalash yoki «tez yordam») E<sub>36</sub> szu-san-li nuqtasiga igna sanchiladi: katta boldir suyagi qirrasidan 3 sm tashqariga; tizza ko'zi pastki chekkasidan 3 sm pastga (katta boldir old muskullari va barmoqlarni uzun yozuvchi muskullar orasida), G<sub>14</sub> xe-gu – I va II qo'l kafti suyaklari orasi, II qo'l kafti suyagi o'rtasiga yaqin chuqurchada; T<sub>26</sub> jen-chjun – burun uchi ostida, yuqori lab usti uchinchi egatchasida va boshqalar.

### **Nazorat savollari**

1. Akupunktur ignalarni sterillash usullari.
2. Oltin va kumush ignalar qanday qotishmalardan tayyorlanadi?
3. Ignalarni kiritish texnikasi.
4. Ignalarni kiritish usullari.
5. Igna terapiyada kelib chiqishi mumkin bo'lgan asoratlar va ularning oldini olish.
6. Hushdan ketishda «tez yordam» nuqtasi va ularning topografiyasini aytib bering.



## V BOB

### BIOLOGIK FAOL NUQTALARGA (BFN) TA'SIR O'TKAZISH USULLARI

Bunda ikki asosiy usul farqlanadi:

- 1) ta'sirlantiruvchi (quvvat beruvchi)
- 2) tormozlovchi (sedativ).

Ikkala usul kuchli (I) va kuchsiz (II) variantlarga bo'linadi.

Ta'sirlantiruvchi (quvvat beruvchi) usul ignalarni 1-5 daqiqa qoldirish bilan tez, qisqa ukollar yoki bitta igna bilan bir qator nuqtalarga ketma-ket ukol qilishni nazarda tutadi.

Ta'sirlantiruvchi usulning kuchli variantida (I) beshdan o'ntagacha nuqta tanlab olinadi, ukollar yuza ignalarni 1-3 daqiqagacha qoldirish mumkinligi bilan 3-6 mm chuqurlikda qilinadi. Ushbu usul bo'yicha szyu davomiyligi 1-3 daqiqa. Ta'sirlantiruvchi usulning ushbu (I) varianti asosan ko'proq shok, kollaps, hushdan ketish, shalviragan falaj va hokazolarda ayniqsa, sezgi nuqtalariga ukol qilish bilan qo'llaniladi ( $T_{26}$  jen-chjun;  $J_{24}$  chen-szyan-iyak-lab egatchasi markazida;  $H_{30}$  shi-syuan, o'nta barmoq uchida. Ukol chuqurligi 3 mm. Ko'p bo'lmagan qon oqishi keltirib chiqarish uchun tez va yuza ukol qilinadi va boshqalar).

Ta'sirlantiruvchi usulning kuchli variantini samarali qo'llashning klinik misoliga yuz nervi nevriti hodisasi misol bo'lishi mumkin, unda odatda falajlangan tomonga ignani tez aylantirib olib tashlash bilan 5-6 nuqtaga yuza ukol qilinadi. Ko'pincha o'tkazilayotgan vaqtdayoq falajlangan muskullarda harakat paydo bo'ladi.

Ta'sirlantiruvchi usulning keyingi (II) varianti (ta'sirlantiruvchi usulning kuchsiz varianti) asosan shunday o'tkaziladi: faqat ignalar miqdori kam (4-6), ularni kiritish chuqurligi ancha ko'p (6-9 mm), ularni 5-6 daqiqaga qoldiriladi, undan keyin chiqarib olinadi (szyu – 3-5 daqiqa). Bu variant tilinishlar, falajlar (asosan periferik), boylamlar, muskullar cho'zilishi va boshqalarda qo'llaniladi.

Tormozlovchi (sedativ) usul zarur sezgilarning barcha uyg'unligini yuzaga keltirish va ignalarni maksimal mumkin bo'lgan chuqurlikka kiritish bilan kuchli ta'sirlantirishni nazarda tutadi.

Kuchli variantda uncha ko'p bo'lmagan nuqtalar (2-3) tanlab olinadi, igna ta'sirlanish kuchini tobora ko'paytiruvchi, sekin aylanma harakatlar bilan kiritiladi. Ignalar to'qimalarda 30-60 daqiqa, zarurat bo'lganda esa uzoqroq ham qoldiriladi. Ushbu variant asosan katta yoshdagi shaxslarda turli og'riq sindromlari bilan spazmlar, tomir tortishishi, ruhiy ta'sirchanlikning ba'zi holatlarida (szyu – davomiyligi – 20-30 daqiqa) qo'llaniladi.

Kuchsiz variant taxminan shunday o'tkaziladi, biroq ignani ehtiyotkor, sekin aylantirish, sezgi esa kuchsizroq va yumshoq bo'lishi lozim.

Igna to'qimada 10-20 daqiqaga qoldiriladi, nuqtalar miqdori – 2-4. Usul bolalar amaliyoti, nimjon bemorlar, keksalar, shuningdek kasallik uzoq kechuvchi (gipertoniya kasalligi, nevrosteniya va b.) kattalarda ham qo'llaniladi.

E'tibor qaratish lozimki, tasvirlangan ta'sirlanish variantlari nihoyatda shartli hisoblanadi. Ehtimol, tegishli variantni tanlashda bemor holati va ularning davolashni ko'tara olishlariga mo'ljal olish kerak.

#### **Nazorat savollari**

1. Qanday ta'sir usullari farqlanadi?
2. Ta'sirlantiruvchi usulning kuchli variantiga tavsif bering.
3. Quvvat beruvchi kuchsiz variantga tavsif bering.
4. Tormozlovchi usuli I variantining o'ziga xosligi.
5. Sedativ usulning II varianti qanday xarakterlanadi?
6. Ta'sirlantiruvchi usulning kuchli variantini samarali qo'llashga klinik misol keltiring.

## VI BOB

### BA'ZI KASALLIKLARNI KOMPLEKS DAVOLASHDA IGNA TERAPIYA

Bu bobda biz tomondan qadimgi igna bilan davolovchilar tajribasi asarlaridan ma'lumotlar, shuningdek bizning shaxsiy tajribamiz umumlashtirilgan. Resept tuzishni yengillashtirish, ma'lum kasalliklarda ularning topografiyasi va ko'rsatmalarini maqsadga muvofiq qo'llash uchun nuqtalar ro'yxati beriladi.

#### Nafas olish a'zolari kasalliklari

##### Bronxial astma

Zamonaviy tasavvurlar bo'yicha bu kasallik tabiati allergikdir. Xurujsimon bo'g'ilish shilliq qavat shishishi natijasida mayda bronxlar oralig'i qisqarishi, shilimshiq yig'ilishi yoki bronxlar muskuli spazmlaridan kelib chiqadi.

1. Xurujni to'xtatish:  $T_{14}$  (da-chjuy),  $G_{14}$  (xo-gu) tormozlovchi usuli I-II varianti kuchli stimulyatsiya bilan. Ignani aylantirish ( $G_{14}$ ) bir daqiqaga 20 yarim aylana tezligi bilan (ijobiy natijalar bilan 81,1% bemorlar).

2. Agar xuruj to'xtamasa, unda  $P_7$  (le-syue) qo'shimcha qilinadi, zarurat tug'ilganda esa  $TR_5$  (vay-guan),  $RP_6$  (san-in-szyao). Kuchli stimulyatsiya o'tkaziladi.

3. Xuruj qaytalanishi xavfida ignalarni (leykoplastir bilan yopishtirish) 15 mm uzunlikda  $G_{14}$  va  $J_{22}$  (tyan-tu) nuqtasida bir sutkacha va undan ko'proq.

4. Bronxial astma xurujlarini tugatish uchun qator holatlarda quyidagi nuqtalar resepturasi tavsiya etiladi:  $P_1$  (chjun-fu) – tormozlovchi,  $V_{13}$  (chi-sze) va  $P_7$  (le-syue) – tormozlovchi.

5. Astma va emfizemalar uyg'unligida – tormozlovchi usulning II varian. Topografik anatomiyasi (TA):  $V_{14}$ ,  $V_{13}$ ,  $P_7$ ,  $J_{17}$ ,  $J_{22}$ .

Bronxial astmada topografik nuqtalar.

1)  $T_{14}$  – Da-chjuy, VII bo'yin va I ko'krak umurtqalari suyak do'ngi o'simtalari orasida;

2)  $G_{14}$  –Xe-gu, I va II qo‘l kafti suyaklari orasida II qo‘l kafti suyagi o‘rtasiga yaqin chuqurchada;

3)  $P_1$  – Chjun-fu, I qovurg‘alararo o‘mrov suyagi burchagida 3 sun ga  $P_2$  dan pastda (o‘mrov suyagi tashqi chekkasi ostki chuqurida, to‘sh suyagi o‘rta chizig‘idan 6 sun tashqariga);

4)  $P_5$  – Chi-sze, tirsak bukimi burmalari markazida, yelka ikki boshli muskullari paylari bilak chekkasida;

5)  $P_7$  – le-syue, bilak-kaft burmasidan 1,5 sun yuqori, bigizsimon o‘simta ustida;

6)  $TR_5$  – Vay-guan, qo‘l orqa tomoni, suyak bukimidan (bilak kaft burmasi) 2 sun;

7)  $RP_6$  – San-in-szyao, medial to‘piq markazidan 3 sun yuqorida, katta boldir suyagidan orqaga;

8)  $J_{22}$  – Tyan-tu, to‘sh suyagi bo‘yinturiq kesimi markazida;

9)  $J_{17}$  – Tyan-chjun, to‘sh suyagi o‘rtasida, V qovurg‘a bo‘g‘im kesimi bo‘ylab;

10)  $V_{11}$  – Da-chju, kurak I yon chizig‘i, 1-2 kurak umurtqalari suyak do‘ngi o‘simtalari orasida;

11)  $V_{13}$  – Fey-shu, kurak I yon chizig‘i, 3-4 kurak umurtqalari orasida o‘rta chizig‘idan 1,5 sun;

12)  $V_{12}$  – Szyue-in-shu, kurak I yon chizig‘i, 4-5 kurak umurtqalari orasida o‘rta chizig‘idan 1,5 sun;

13)  $E_{36}$  – Szu-san-li, katta boldir suyagi qirrasidan 3 sun tashqariga muskullar orasida, tizza ko‘zi pastki chekkasidan 3 sun pastda;

14)  $F_2$  – Sin-szyan, I va II oyoq kafti suyaklari boshchalari orasida;

15)  $VB_{20}$  – fen-chi,  $T_{16}$  fen-fu nuqtasidan yon tomonda, ensa suyagi pastki chekkasida ( $T_{16}$  – bosh orqa o‘rta chizig‘i, ensa suyagi va I bo‘yin umurtqasi orasida, soch o‘shish orqa chegarasidan 3 sun yuqori);

16)  $T_{20}$  – Bay-xuey (yuz uchrashuv),  $T_{24}$  (shen-tan – qanshardan 3 sun yuqori, soch o‘shish chegarasidan 0,5 sun yuqori) va  $T_{17}$  o‘rtasida (nao-xu – miya eshigi, ensa do‘mbog‘i yuqori chekkasi).

#### **O‘tkir va surunkali bronxit**

O‘tkir bronxitni davolashda refleksoterapiyani kiritish bemorning davo topishini ancha tezlashtiradi va odatda 4-5 seans igna terapiya yetarli, sutkada 1-2 marta yoki to‘liq tuzalguncha o‘tkazish mumkin.

Hammadan ko‘proq tormozlash usulining II variantidan foydalaniladi. Nuqtalarni tanlash qoidasi yo‘talda qanday bo‘lsa shunday.

Asosiy nuqtalar –  $P_7$ ,  $P_5$ ,  $GI_4$ ,  $GI_{11}$ ,  $V_{11}$ ,  $E_{36}$ . Harorat ko'tarilganda  $F_2$  nuqtasiga igna sanchiladi. Agar o'tkir bronxit bosh og'rig'i bilan kuzatilsa, qo'shimcha  $VB_{20}$ ,  $V_{11}$ ,  $T_{14}$ ,  $T_{20}$  va boshqa nuqtalardan foydalaniladi.

Zotiljamni davolashda ham shu qoidaga amal qilinadi.

Surunkali shakldagi bronxidlarni davolashda asosan o'sha nuqtalar qo'llanadi, biroq uning miqdori bir seansga 3-4 umumiy mustahkamlovchi nuqtalar bilan chegaralanishi lozim. Davolash kursi 10-15 seans. Hammasi bo'lib 3-4 kurs tanaffus bilan.

Bahor va kuzda iloji boricha 2-3 hafta quvvatlovchi terapiya (5-6 seans) zarur.

Mana shu qoida bo'yicha o'pka emfizemasini ham davolash maqsadga muvofiqdir.

## **Yurak-tomir tizimi kasalliklari**

### **Gipertoniya kasalligi (GK)**

Ko'p hollarda GK da dori vositalarini kiritish bilan umumiy davolash maqsadga muvofiqdir.

Kasallikning I va II bosqichlarida refleksoterapiyani qo'llash ko'pincha samarali natija beradi. Bunda tormozlash usulining II varianti kuchsiz stimulyatsiyada qo'llaniladi.

Ko'pincha resepturaga bosh ( $T_{20}$ ), ensa – bo'yin – oyoq sohasi:  $VB_{20}$ ;  $G_{15}$ ; qo'l ( $G_{14}$ ,  $CI_{11}$ ,  $MC_6$ ) va oyoq ( $E_{36}$ ,  $VB_{30}$ ,  $F_2$ ,  $F_3$ ,  $RP_6$ ) sohasi nuqtalari kiritiladi.

Bir seansda 6 ta dan ko'p nuqtani qo'llash tavsiya etilmaydi. Davolash kursi 10-12 seansni tashkil etadi. Hammasi bo'lib ular orasida 10 dan 25-30 kungacha tanaffus bilan 3-4 kurs o'tkaziladi.

Og'irlashgan gipertoniya, masalan, gipertoniya krizida 2 foiz no-shpa eritmasidan 2 ml teri ostiga 2 foiz dibazol eritmasidan, 4 ml va 1 foiz laziks eritmasidan 1 ml va boshqalar muskul ichiga yuboriladi va ular bilan uyg'unlikda  $E_{36}$ ;  $GI_{11}$  nuqtalariga igna terapiya o'tkaziladi.  $V_{62}$  – shenmay, lateral to'piq osti, tovon va orqa yuza chegarasi chuqurida.

Insultning o'tkir davrida quvvat oshiruvchi usul «tez yordam» nuqtalaridan foydalaniladi.  $T_{26}$ ;  $J_{24}$  va gemorragiyalarni ( $GI_4$ ,  $P_9$ ) to'xtatuvchi nuqtalar hisoblanadi.

*GK da IRT nuqtalari topografiyasi.*

$T_{20}$  – Bay – xuey,  $T_{24}$  shen – tin nuqtasidan 4,5 sun orqaga.

T<sub>24</sub> – Shen – tin, qanshar ustidan 3 sun yuqori, soch o‘shish chegarasidan 0,5 sm yuqori.

VB<sub>20</sub> – Fen – chi, T<sub>16</sub> fen-fu nuqtasidan yonlama, ensa suyagi pastki chekkasida.

T<sub>16</sub> – Fen – fu, ensa suyagi va I bo‘yin umurtqasi orasida, soch o‘shish orqa chegarasidan 3 sun yuqori.

GI<sub>15</sub> – Szyan – yuy, yelka usti bo‘g‘imi, kurak yelka o‘simtasi (akromion) va yelka suyagi katta bo‘rtmasi orasida joylashgan.

GI<sub>4</sub> – Xe – gu, I va II qo‘l kafti orasi II qo‘l kafti suyagi bilak chekkasi yaqinida.

GI<sub>11</sub> – Syuy – chi, tirsak bukumi tashqi chekkasi, tirsak burmasi va tashqi to‘piq orasidagi masofa o‘rtasida.

MC<sub>6</sub> – Ney – guan, bilak – kaft burmasidan 2 sun yuqori, uzun qo‘l kafti muskullari va panjani bukuvchi bilak paylari orasida.

E<sub>36</sub> – Szu – san – li, katta boldir suyagi qirrasidan 3 sun tashqariga muskullar orasida; tizza ko‘zi pastki chekkasidan 3 sun pastda.

RP<sub>6</sub> – San – in – szyao; medial to‘piq suyagi ustki chekkasidan 3 sun yuqori, katta boldir suyagidan orqaga.

F<sub>2</sub> – Sin – szyan, I va II oyoq kafti suyaklari va boshchalari orasida.

F<sub>3</sub> – Tay – chun, I va II oyoq kafti suyaklari eng tor joyi orasida.

VB<sub>30</sub> – Xuan – tyao, chanoq son bo‘g‘imidan dumba orasiga. Agar quymich suyagi do‘ngi va yonbosh suyak qirrasidan to‘g‘ri chiziqda birlashtirilsa va son suyagi katta do‘ngidan bu chiziqqa perpendikulyar chiziq o‘tkazilsa, u holda ularning kesishuv joyida xuan – tyao nuqtasi joylashgan bo‘ladi.

T<sub>26</sub> – Jen – chjun, burun uchi ostida, yuqori lab usti uchinchi vertikal egatchasida.

J<sub>24</sub> – Chen – szyan, iyak – lab egatchasi markazida.

GI<sub>4</sub> – Xe – gu.

P<sub>9</sub> – Tay – yuan, qo‘l panjasini bukuvchi bilak paylari bilak chekkasida, bilak – kaft bo‘g‘imi proksimal burmasida.

IRT usuli shunday holatlarda intensiv terapiya bilan bir qatorda yordamchi rol o‘ynashi mumkin.

### **Stenokardiya (C)**

IRT og‘riqli xurujlarni bartaraf qilish va ularning oldini olish uchun qo‘llaniladi. Davolash kursiga MC<sub>6</sub>, MC<sub>7</sub>, JI<sub>5</sub>, VB<sub>20</sub>, E<sub>36</sub>, GI<sub>4</sub>, GI<sub>11</sub> va boshqa miokardni qon bilan ta‘minlanishini yaxshilovchi nuqtalar kiradi.

Chju – Lyan ma’lumoti bo’yicha, stenokardiya xuruji vaqtida chap tomondagi nuqtalarga - GI<sub>4</sub> yoki VB<sub>21</sub> yoki GI<sub>11</sub> (tormozlash usulining I varianti) igna sanchish yaxshi natijalar beradi. Stenokardiyada GK fonida +E<sub>36</sub> chap GI<sub>11</sub> qizdirish bilan. Quloq suprachasida shen – men nuqtasi.

*Stenokardiyada RT nuqtalari.*

MC<sub>6</sub> – Ney – guan, bilak-kaft burmasidan 2 sun yuqori, uzun qo’l kafti muskullari va panjani bukuvchi bilak paylari orasida.

MC<sub>7</sub> – Da – lin – bilak - kaft bo’g’imi o’rtasida, uzun qo’l kafti muskullari va panjani bukuvchi bilak paylari orasida.

JI<sub>5</sub> – szyu – vey – qalqonsimon o’simta uchidan 0,5 sun pastga.

VB<sub>20</sub> – Fen – chi, soch o’sish chegarasidan 1 sun yuqori, ensa suyagi ostida, trapetsiyasimon muskullar tashqi chekkasi chuqurchasi ichkarisida.

VB<sub>21</sub> – (yelka qudug’i) – suyak do’ngi usti chuqurchasi markazida, T<sub>14</sub> (Da – chju) va GI<sub>15</sub> (Szyan – yuy) nuqtalari orasidagi masofa o’rtasida, yelka bo’g’imlari usti kurak akromial o’simtasi va yelka suyagi katta bo’rtmasi orasida (qo’l ko’tarilgandagi chuqurda).

E<sub>36</sub> – Szu – san – li, katta boldir suyagi qurrasidan 3 sun tashqariga muskullar orasida, tizza ko’zi pastki chekkasidan 3 sun pastda.

GI<sub>4</sub> – Xe – gu, I va II qo’l kafti orasi II qo’l kafti suyagi bilak chekkasi yaqinida.

GI<sub>11</sub> – Syuy – chi, tirsak bukumi tashqi chekkasi, tirsak burmasi va tashqi to’piq orasidagi masofa o’rtasida.

## **Ovqat hazm qilish a’zolari kasalliklari**

### **Oshqozon va o’n ikki barmoq ichak yara kasalliklari**

Odatda tormozlash usulining II varianti, ajralib turuvchi og’riq sindromlarida esa tormozlash usulining I varianti qo’llaniladi. Ayniqsa ko’p qo’llaniladigan nuqtalar: E<sub>36</sub>; E<sub>45</sub>; MC<sub>6</sub>; RP<sub>4</sub>; J<sub>12</sub> – J<sub>15</sub>; V<sub>20</sub> – V<sub>22</sub>.

Birinchi seansda qorin sohasidagi mahalliy nuqtalardan foydalanishning keragi yo’q. Qoidaga ko’ra, davolash asosiy sindromni yo’qotish uchun nuqtalar tanlab olish bilan boshlanadi. Masalan, jig’ildon qaynashini kamaytirish uchun VB<sub>20</sub> va TR<sub>5</sub> nuqtalariga igna sanchish tavsiya etiladi (ancha og’riqli sindromlarda + aurikulyar nuqtalar: shen-men, simpatik nuqtalar va boshqa). Seanslar har kuni o’tkaziladi, ularning yo’qolishi bo’yicha kunora. Hammasi bo’lib 10-

15 seans va 7 kundan 2-3 haftagacha tanaffus bilan 3-5 kurs. Zo'rayish (bahor, kuz) ko'zda tutilgan davrda mustahkamlovchi davolash kursi o'tkazish mumkin.

Ba'zan ovqat hazm qilish tizimi resepturasiga, umumiy og'riqqa qarshi ta'sirga ega bo'lgan,  $G_{14}$  (Xe-gu) va  $V_{60}$  (kun-lun) nuqtalari kiritiladi.

Qayt qilishda:  $E_{36}$ ,  $J_{12}$ ,  $F_3$  tay-chun  $F_2$  (sin-szyan)  $MC_6$ ,  $V_{20}$ ,  $V_{21}$ ,  $V_{22}$  dan 0,5 sun yuqori.

Kallyoz yaralari, oshqozondan qon ketganda shoshilinch jarrohlik aralashuvi zarur bo'lgan paytda IRT o'tkazish maqsadga muvofiq emas.

**Oshqozon va o'n ikki barmoq yara kasalliklarini davolashda nuqtalar topografiyasi**

$E_{36}$  – Szu – san – li, katta boldir suyagi qirrasidan 3 sun tashqariga muskullar orasida; tizza ko'zi pastki chekkasidan 3 sun pastda.

$E_{45}$  – Li – duy, oyoq panjasi II barmoq tashqi tirnog'idan 0,3 sun.

$MS_6$  – Ney – guan, bilak – kaft burmasidan 2 sun yuqori, uzun qo'l kafti muskullari va panjani bukuvchi bilak paylari orasida.

$RP_4$  – Guan – sun, oyoq panjasi ichki tomoni I oyoq kafti suyagi chuqurligida, oyoq kafti – falangali bo'g'imi oyoq panjasi I barmog'idan 1 sun orqaga.

$J_{12}$  – Chjun – van, kindikdan 4 sun yuqori.

$J_{13}$  – Shan – van, kindikdan 5 sun yuqorida.

$J_{14}$  – Szyuy – syue, qalqonsimon o'simtadan 1,5 sun pastda.

$J_{15}$  – Szyu – vey, qalqonsimon o'simtadan 0,5 sun pastda.

$V_{20}$  – Pi – shu, kurak I yon chizig'i, XI va XII ko'krak umurtqalari suyak do'ngi o'simalari orasida.

$V_{21}$  – Vey – shu, kurak I yon chizig'i, XII ko'krak va I bel umurtqalari suyak do'ngi o'simalari orasida.

$V_{22}$  – San – szyao - shu, kurak I yon chizig'i, I va II bel umurtqalari suyak do'ngi o'simalari orasida.

**O'tkir va surunkali gastrit**

O'tkir va surunkali gastritlarda nuqtalarni tanlash qoidasi oshqozon yarasi kasalligidagi kabidir. O'tkir gastritda ko'pincha tormozlash usulining I varianti quyidagi nuqtalardan foydalanish bilan qo'llaniladi:  $V_{17}$  –  $V_{22}$ ;  $J_{12}$ ;  $E_{36}$ ;  $E_{25}$ ;  $GI_{10}$ ;  $RP_4$ ;  $MC_6$ .

Yuqori kislotalikni me'yorga keltirish samarasi  $MC_6$  va  $E_{36}$  yoki  $VB_{20}$  va  $TR_5$  nuqtalariga igna sanchish bilan belgilanadi.



GI<sub>4</sub> nuqtasiga ta'sir o'tkazish, oshqozon sekretsiyasi kabi uning harakatga kelishida ham shunday bir me'yorda ta'sir ko'rsatadi. E<sub>36</sub> yoki V<sub>21</sub> nuqtasiga ta'sir o'tkazish ko'proq peristaltikaga ta'sir qiladi, o'shanda MC<sub>6</sub> nuqtasi kabi ko'pincha oshqozon sekretsiyasini o'zgartiradi.

#### **Gastritlarda IRT nuqtalari topografiyasi**

V<sub>17</sub> – Ge-shu, VII-VIII ko'krak umurtqalari suyak do'ngi o'simtalari orasidagi oraliq bo'ylab, kurak I yon chizig'i.

V<sub>18</sub> – Gan-shu, kurak I yon chizig'i, IX va X ko'krak umurtqalari suyak do'ngi o'simtalari orasida.

V<sub>19</sub> – Dan-shu, kurak I yon chizig'i, X va XI ko'krak umurtqalari suyak do'ngi o'simtalari orasida.

V<sub>20</sub> – Pi-shu, kurak I yon chizig'i, XI va XII ko'krak umurtqalari suyak do'ngi o'simtalari orasida.

V<sub>21</sub> – Vey-shu, kurak I yon chizig'i, XII ko'krak I bel umurtqalari suyak do'ngi o'simtalari orasida.

V<sub>22</sub> – Syan-szyao-shu, kurak I yon chizig'i, I va II bel umurtqalari suyak do'ngi o'simtalari orasida.

J<sub>12</sub> – Chjun – van kindikdan 4 sun yuqori.

E<sub>36</sub> – Szu – san – li, katta boldir suyagi qirrasidan 3 sun tashqariga muskullar orasida; tizza ko'zi pastki chekkasidan 3 sun pastda.

E<sub>25</sub> – Tyan – shu, kindik bo'ylab, qorin o'rta chizig'idan 2 sun tashqariga.

GI<sub>10</sub> – Shou – san – li, GI<sub>11</sub> syuy – chi nuqtasidan 2 sun pastda.

MC<sub>6</sub> – Ney – guan, bilak-kaft burmasidan 2 sun yuqori, uzun qo'l kafti muskullari va panjani bukuvchi bilak paylari orasida.

RP<sub>4</sub> – Gun – sun, oyoq panjasi ichki tomoni I oyoq kafti suyagi chuqurligida, oyoq kafti – falangali bo'g'imi oyoq panjasi I barmog'idan 1 sun orqaga.

TR<sub>5</sub> – Vay – guan, bilak orqa yuzasi, bilak-kaft bo'g'imi proksimal burmasidan 2 sun yuqori.

V<sub>60</sub> – Kun-lun, lateral to'piq va tovon paylari orasidagi masofa o'rtasida.

## Periferik nerv tizimi kasalliklari

### Bel – dumg‘aza radikuliti

Zamonaviy ma‘lumotlarga ko‘ra, bel-dumg‘aza radikuliti rivojlanishining asosiy sabablari, osteoxondroz deb nom olgan, bu bo‘lim disklarning degenerativ – distrofik o‘zgarishi hisoblanadi.

Davolash: bemorga birinchi navbatda umurtqa pog‘onasiga tushadigan kuchni to‘xtatish uchun osoyishtalik yaratish zarur. Og‘riqni bartaraf etish uchun blokadalar tavsiya etiladi (paravertebral novokainli). Dori vositalaridan: degidratatsion terapiya (laziks, furasemid va b.), analgetiklar (analgin, reopirin, voltaren va b.). Kechasiga sedativ preparatlar.

O‘tkir davrida iliq muolajalar, davolash jismoniy tarbiyasi, uqalash mumkin emas, tomirchalar shishiga imkon tug‘diruvchi, shuningdek og‘riq sindromlari keskin kuchayishi mumkin. Ultrabinafsha nurlanishi, diadinamik toklar, elektroforez va boshqa belgilash maqsadga muvofiqdir. Bu muolajalarning barchasini refleksoterapiyadan keyin o‘tkazgan ma‘qul.

Davolashning umumiy ta‘sir ko‘rsatuvchi nuqtalariga ( $P_7$ ;  $GI_4$ ;  $GI_{11}$ ;  $E_{36}$ ;  $RP_6$ ;  $VB_{34}$ ) igna sanchish bilan boshlash va ularni (1-2) navbatdagi har bir muolajada qo‘llash lozim.

IRT Irritatsiyada (ta‘sirilanish)  $L_5$ :  $VB_{30}$ ,  $VB_{34}$ ,  $E_{36}$ ,  $E_{42}$ ,  $E_{44}$ .

Agarda SI tomirchalari shikastlansa, unda siydik pufagi meridianlari ( $V_{40}$ ,  $V_{60}$  va  $VB_{30}$ )  $T_4$  va  $V_{40}$  nuqtalarini ularning kuchli stimulyatsiyasi bilan qo‘llash lyumbalgiyada samarali nuqtalardan biri hisoblanadi.

Tormozlash usulining I yoki II varianti qo‘llaniladi, ya‘ni kuchli va davomli stimulyatsiya.

### Radikulitda IRT nuqtalari topografiyasi

$VB_{30}$  – Xuan – Tyao, yonbosh suyak qirrasini uchi bilan quymich suyagi bo‘rtig‘i va son suyagi katta bo‘rtig‘idan perpendikulyar birlashtiruvchi, to‘g‘ri chiziq kesishadigan joyda.

$VB_{34}$  – Yan – lin – syuan, kichik boldir suyagi old chekkasi chuqurida, tizza ko‘zi pastki chekkasidan 2 sun pastda

$E_{36}$  – szu – san – li, katta boldir suyagi qirrasidan 3 sun tashqariga, tizza ko‘zi pastki chekkasidan 3 sun pastda.

$E_{42}$  – Chun – yan, oyoq panjasi gumbazining eng baland joyida, II va III ponasimon va II va III tovon suyaklari bo‘g‘imlari orasida.

E<sub>44</sub> – Ney – tin, II – III tovon boshchalari va suyaklari orasida.

V<sub>40</sub> – Ven – chjun, taqim chuqurchasi markazida, taqim arteriyasidan tashqariga.

V<sub>60</sub> – Kun – lun, lateral to‘piq va tovon paylari orasidagi masofa o‘rtasida.

RP<sub>6</sub> – San – in – szyao, medial to‘piq markazidan 3 sun yuqorida.

T<sub>4</sub> – Min – Men, L<sub>2</sub> – L<sub>3</sub> umurtqalari suyak do‘ngi o‘simtalari orasida.

### **Yuz nervi nevriti**

O‘tkir davrida uch asosiy palla ko‘zda tutiladi: birinchidan, yuzning sog‘lom yarmiga ushbu yarimni bo‘shashtirish va shu bilan birga yuzning og‘riqli yarmi muskullari tortishishini kamaytirish maqsadida ta‘sir o‘tkaziladi.

Ikkinchidan, bir vaqtda sog‘lom tomonga ta‘sir o‘tkazishda 1-2 uzoq nuqtalardan (P<sub>7</sub>, GI<sub>4</sub> yoki GI<sub>11</sub>) foydalaniladi.

Uchinchidan, yuzning og‘riqli tomonida IRT ta‘sirlantiruvchi usul bo‘yicha 1-5 daqiqa davomida o‘tkaziladi.

1-kun: sog‘lom tomonda (CT): E<sub>6</sub>, E<sub>7</sub>; uzoq nuqtalar (UN): P<sub>7</sub>; barcha nuqtalar uchun – 20 daqiqa.

2-kun: sog‘lom tomonda E<sub>5</sub>, IG<sub>18</sub>; uzoq nuqtalar: G<sub>14</sub>, GI<sub>11</sub>; quvvat beruvchi usul bo‘yicha og‘riqli tomonda: E<sub>2</sub>, E<sub>5</sub>, E<sub>6</sub>; GI<sub>10</sub>, GI<sub>20</sub>, IG<sub>18</sub>.

3-kun: CT: E<sub>6</sub>, E<sub>7</sub>; UN: E<sub>36</sub>; OT: E<sub>4</sub> dan E<sub>6</sub> ga ignani gorizontaal kiritish.

4-kun: CT: TR<sub>17</sub> (i-fen); UN: TR<sub>5</sub> (vay-guan) OT: VB<sub>1</sub>, VB<sub>2</sub>; TR<sub>23</sub>; T<sub>26</sub>; J<sub>24</sub>; igna sanchishdan keyin og‘riqli tomonga ignalar boylami bilan ta‘sir o‘tkazish.

5-kun: CT: VB<sub>1</sub>, E<sub>5</sub>; UN: P<sub>7</sub>; OT: VB<sub>1</sub>, E<sub>5</sub>, E<sub>6</sub>; TR<sub>17</sub>.

6-kun: CT: E<sub>4</sub>, E<sub>5</sub>, E<sub>6</sub>, E<sub>7</sub>; UN: GI<sub>11</sub>, G<sub>14</sub>; OT: E<sub>4</sub> va E<sub>7</sub> ga ignalarni gorizontaal kiritish; igna sanchishdan keyin og‘riqli tomonga ignalar boylami bilan ta‘sir o‘tkazish.

7-kun: CT: GI<sub>20</sub>; E<sub>5</sub>; + H<sub>2</sub> (Tay-yan); UN : GI<sub>10</sub> (shou-san-li); OT: GI<sub>20</sub> (in-syan), T<sub>26</sub> (Jen-chjun), J<sub>24</sub> (chen-szyan), E<sub>2</sub> (sy-bay), E<sub>5</sub> (da-in), IG<sub>18</sub> (syuan-lyao)

8-kun: 7-kundagi kabi.

7-8 seansdan keyin agar tiklanish yaxshi borsa, u holda davolash kun ora yoki ikki kundan keyin 14-15 seansgacha davom etishi mumkin. Ancha yaxshilanishda 7 seans va dori vositalari bilan davolash (nikotin kislota, noshpa, euffilin va b.) davom ettiriladi.

Yomon tiklanishda 3, 4, 5 kun va hokazo resepturalarni takrorlash mumkin.

Davolash gimnastikasi dastlabki 3-4 muolajadan keyin kiritiladi. O'tkir bosqichda, igna terapiyadan tashqari oligotermik dozirovkali, UBN qo'llaniladi. Kurs 10-15 muolaja. UBN IRT dan keyin 1,5-2 soat o'tgandan so'ng o'tkazilgani yaxshiroq. O'tkir davrda yoqa sohasi va yuz sog'lom tomoni uqalanadi, og'riqli tomoni engil silanadi.

#### **Yuz nervi nevritida IRT nuqtalari topografiyasi**

$E_2$  – Si - bay,  $E_1$  (chen-si) nuqtasidan lsm vertikal pastda.  $E_1$ - ko'z qorachig'i tagi orbitaning pastki chekkasi o'rtasida.

Ukol chuqurligi 0,3 sun dan ko'p emas.

$E_4$  – Di-san, og'iz burchagidan 1 sm tashqariga, ko'z qorachig'idan vertikal chiziqda.

$E_5$  – Da-in, pastki jag' burchagidan 1-1/3 sun oldinga. Pastki jag' uchinchi katta ildiz tishi bo'ylab.

$E_6$  – szya-che, pastki jag' burchagidan 1-1,2 sun oldinga va pastga, chuqurlikda.

$E_7$  – Sya-guan, pastki jag' bo'g'imi o'simtasidan oldinga va pastga, chuqurlikda.

$GI_{10}$  – Shou-san-li, bilak tomondan qo'lning o'rta segmenti orqa yuzasida,  $G_{11}$  (syuy-chi) nuqtasidan 2 sun pastda.

$GI_{20}$  – In-syan, burun qanotlari yon egatchalari yuqori chekkasi, ko'z ichki burchagidan perpendikulyar pastda.

$IG_{18}$  – Syuan-lyao, yonoq suyagi tanasi pastki chekkasi osti chuqurida, ko'z tashqi burchagidan vertikal pastda.

$VB_1$  – Tun-szi-lyao, - ko'z tashqi burchagidan 5-6 mm tashqari chuqurda.

$VB_2$  – Tin-xuey, quloq yumshog'idan oldinga va pastga, pastki jag' bo'g'imi o'simtasi orqa chekkasi chuqurida.

$TR_{23}$  – Si-chju-kun, qosh tashqi oxiri chuqurida.

$J_{24}$  – Chen-szyan.

$T_{26}$  – Jen-chjun.

$TR_5$  - Vay-guan.

$TR_{17}$  – I-fen, quloq solinchagi asosidan orqaga, so'rg'ichsimon o'simta va pastki jag' burchagi orasidagi chuqur joyda.

$H_2$  – Tay-yan – qosh yon chizig'i chekkasidan tashqariga va pastga, ko'z kosasidan 1,2 sun orqaga.

#### **Uch shoxli nerv nevralfiyasi (USHNN)**

USHNN davolash uchun IRT boshqa davolash shakllari bilan (neyrotrop, tomir tortishishiga qarshi va qon tomirlarni kengaytiruvchi preparatlar va boshqa) va alohida holda hozirgacha keng qo'llaniladi.

Xususan, kasallikning bosh manzarasida og'riq sindromi bo'lsa, u holda IRT uchun tormozlash usullarining I va II variantlari qo'llaniladi.

Davolashning uch shaklini shartli ajratish mumkin:

Faqat uzoq nuqtalarni qo'llash bilan: GI<sub>4</sub>, GI<sub>10</sub>, GI<sub>11</sub>; P<sub>7</sub>; E<sub>36</sub>; TR<sub>5</sub>; V<sub>60</sub>; F<sub>2</sub>; F<sub>3</sub>.

Mahalliy va uzoq nuqtalarni qo'llash: har kuni faqat bir tarmoqqa ta'sir ko'rsatish.

Birinchi kunda innervatsiya zonasining birinchi tarmoqlari (3-4 nuqta): V<sub>1</sub>, V<sub>2</sub>; VB<sub>1</sub>, VB<sub>14</sub>; TR<sub>23</sub>; T<sub>24</sub>; E<sub>8</sub> va boshqa uzoq nuqtalar.

Ikkinchi kunda ikkinchi tarmoqlarning 3-4 nuqtalari: E<sub>2</sub>, E<sub>4</sub>, E<sub>7</sub>; GI<sub>20</sub>; T<sub>27</sub>; IG<sub>18</sub> va b/q.

Uchinchi kunda uchinchi tarmoq: E<sub>5</sub>, E<sub>6</sub>, E<sub>7</sub>, IG<sub>17</sub>; VB<sub>2</sub>, VB<sub>20</sub> ignalarni E<sub>4</sub> dan E<sub>6</sub> ga yoki J<sub>24</sub> dan pastki jag' bo'yicha uning burchagiga o'tkazish maqsadga muvofiqdir. Shundan so'ng IRT dastlabki tartib bo'yicha qaytariladi.

Agar bu ikki usul oxirigacha muvaffaqiyatsiz bo'lsa, u holda sog'lom tomondagi 4-6 nuqtani quvvat beruvchi usul, uzoq nuqtalar va og'riqli tomon nuqtalarini esa tormozlash usuli bo'yicha qo'llashga harakat qilish lozim.

E'tiborga olish lozimki, ya'ni og'riq sindromini bartaraf etish uchun akupunktur nuqtalari stimulyatsiyasi intensiv va uzoq (30-40 daqiqa) bo'lishi kerak.

#### **Uch shoxli nerv nevrologiyasida nuqtalar topografiyasi**

V<sub>1</sub>- sin - min, ko'z ichki burchagidan 0,3 sun ichkariga.

V<sub>2</sub> - suan - chju, qosh boshlanishi, V1 nuqtasida.

VB<sub>1</sub>- Tun-si, ko'z tashqi burchagidan 5-6 mm tashqari chuqurlikda.

VB<sub>14</sub> - Yan-bay, qosh o'rtasidan 1 sun yuqorida, to'g'riga qaragan ko'zning qorachig'idan perpendikulyar yuqori.

T<sub>24</sub> - Shen-tin, bosh o'rta chizig'i soch o'sish old chegarasidan 0,5 sun yuqori.

T<sub>27</sub> - Duy-duan, yuqori lab markazi terining shilliq qavatga o'tish o'rnida.

GI<sub>20</sub> - In-syan, burun qanoti yon egatchasi yuqori chekkasida, ko'z ichki burchagidan perpendikulyar pastda.

IG<sub>17</sub> - Tyan - jun, quloq solinchagi asosidan pastda, to'sh-o'mrov suyagi - so'rg'ichsimon o'simta muskullari old chekkasi va pastki jag' burchagi orasi chuqurchasida.

E<sub>8</sub> - Tou-vey, peshona burchagi boshning sertuk qismida 1,5 sun peshona burchagidan chakka chuquri tomonida.

## **Siydik - tanosil tizimi kasalliklari (nefrit, piyelonefrit, buyrak sanchig'i, sistit va sistalgiyalar)**

IRT spastik holatlar, og'riq qoldirishni ancha tez bartaraf qiladi, antibiotiklar bilan birga esa yallig'lanish hodisalarini ham tugatadi. Asosan zararlangan a'zolar bilan umumiy segmentlar innervatsiyaga ega bo'lgan nuqtalar qo'llaniladi. Shunday qilib, buyrak kasalliklarini davolashda  $V_{22}$ ,  $V_{23}$ ,  $V_{26}$ ,  $V_{27}$ ;  $E_{25}$ ,  $E_{28}$ ;  $VB_{25}$ ;  $RP_9$ ,  $RP_4$ ;  $J_4$ ;  $R_3$  va boshqa nuqtalar qo'llaniladi.

Siydik pufagi zararlanganda yuqorida sanab o'tilgan nuqtalar +  $V_{31}$   $V_{34}$  hamda boshqa nuqtalar qo'llaniladi.

### **Nefritlar va piyelonefritlar**

O'tkir davrda tormozlash usulining II varianti bo'yicha, yuqorida sanab o'tilgan nuqtalardan surunkali jarayonlarda esa qo'shimcha usullarni qo'llash bilan (bel va qorin nuqtalarida quvvat oshiruvchi, uzoq nuqtalarda tormozlash usullari) foydalaniladi.

Chju - lyan tormozlash usulining I varianti bilan  $VB_{30}$  va  $E_{36}$  nuqtalariga ta'sir o'tkazishni tavsiya qiladi. Ushbu nuqtalarni uzoq qizdirish diurezni ko'paytirishi mumkin.

Uremiya A. Lebarbier hodisalari bilan anuriya holatlarida diurezning ko'p bo'lishini ta'minlaydigan,  $E_{36}$  va  $RP_9$  nuqtalari birga tavsiya qilinadi.

### **Buyrak sanchig'i**

Buyrak sanchig'ida antispastik nuqtalar:  $F_3$ ;  $F_2$ ; og'riqqa qarshi -  $V_{60}$  va o'ziga xos: mahalliy -  $V_{23}$ ,  $V_{26}$ ,  $V_{28}$ ;  $VB_{25}$ ;  $E_{28}$  va uzoq -  $R_4$ ,  $R_3$ ,  $RP_9$  nuqtalarni kiritish bilan tavsiya etiladi. Tabiiyki, ular birga qo'llanilmaydi. Masalan, ta'sir o'tkazish  $V_{60}$  dan boshlanadi, so'ng  $VB_{25}$  va  $V_{23}$  keyinchalik  $R_4$  qo'shiladi. Kuchli stimulyatsiya (tormozlash usulining I varianti).

Agar tosh siydik yo'li bo'yicha surilsa, nuqtalar uning yo'nalishi bo'yicha qo'shiladi:  $E_{28}$ ;  $RP_{15}$  va boshqalar. Zarurat tug'ilganda IRT.tekis muskullarga ta'sir qiluvchi dori vositalari, shuningdek analgin kabi analgetiklar bilan uyg'unlashtiriladi. Narkotik vositalar bilan (akupunktura samarasini blokirlovchi) birga maqsadga muvofiq bo'lmaydi.

### **Sistitlar va sistalgiyalar**

Hammadan ko'proq  $V_{23}$ ,  $V_{28}$ ,  $V_{31}$ ;  $T_4$ ;  $RP_6$   $RP_{15}$ ;  $J_2$ - $J_5$ ;  $R_3$ ,  $R_4$  nuqtalariga ta'sir o'tkazish bilan tormozlash usulining II varianti qo'llaniladi. Bir seans uchun 4-5 nuqta tanlanadi.

O'tkir sistitlarda (Chju Lyan bo'yicha) tormozlash usulining I variantini qo'llash,  $E_{36}$  nuqtasiga bir vaqtning o'zida  $J_4$ ,  $RP_9$  nuqtalarini qizdirish bilan ta'sir o'tkazib yaxshi natijalarga erishiladi. Ignalarni olgandan keyin, qayta  $RP_9$  nuqtasini qizdirish. Agar siydik chiqarish faoliyati prostata bezi gipertrofiyasi munosabati bilan buzilsa,  $J_2$ - $J_5$ ;  $V_{28}$ ;  $RP_6$  va boshqa nuqtalar qo'llaniladi. Bu nuqtalar prostatitlarga ham ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Ko'p hollarda siydik - tanosil a'zolari kasalliklarida davolash kursi o'tkaziladi (kurs 10-15 seans). Takroriy kurs klinik ko'rsatmalar bo'yicha o'tkaziladi.

### **Siydik - tanosil sohasi kasalliklarida nuqtalar topografiyasi**

$V_{22}$  – San - szyao - shu, kurak I yon chizig'i, I va II bel umurtqalari suyak do'ngi o'siqlari orasida.

$V_{23}$  – Shen-shu, kurak I yon chizig'i, II va III bel umurtqalari suyak do'ngi o'siqlari orasida.

$V_{26}$  – Guan-yuan-shu, kurak I yon chizig'i V bel va I dumg'aza umurtqalari suyak do'ngi o'siqlari orasidagi oraliq bo'ylab.

$V_{27}$  – Syao-chan-shu, kurak I yon chizig'i, I va II dumg'aza umurtqalari suyak do'ngi o'siqlari orasida.

$V_{28}$  – Pan-guan-shu, kurak I yon chizig'i, II va III dumg'aza umurtqalari suyak do'ngi o'siqlari orasida.

$V_{31}$  – Shan-lyao, birinchi orqa dumg'aza teshigiga to'g'ri keladi. Kurak o'rta chizig'i va  $V_{27}$  nuqtasi (I yon chiziq, I va II dumg'aza umurtqalari) orasidagi masofa o'rtasida.

$V_{40}$  – Vey-chjun, taqim chuqurchasi markazida, taqim arteriyasidan tashqariga.

$V_{60}$  – Kun-lun, lateral to'piq orqa chekkasi va axil paylari orasi chuqurida to'piq markazi bo'ylab.

$E_{28}$  – Shuy-dao, kindikdan 3 sun past, o'rta chiziqdan 2 sun tashqariga.

$E_{36}$  – Szu-san-li, katta boldir suyagi qirrasidan 3 sun tashqariga, tizza ko'zi pastki chekkasidan 3 sun pastda.

$RP_6$  – San-in-szyao - medial to'piq markazidan 3 sun yuqori.

$RP_9$  – In-lin-syuan, katta boldir suyagi medial to'piqdan pastki chuqurda, tizza ko'zi pastki chekkasidan 2 sun pastroqda.

$RP_{15}$  – Da-xen, kindik bo'ylab, qorin o'rta chizig'idan 4 sun chetga.

$R_3$  – Tay-si, medial to'piq suyagi va axil paylari orasida, tovon suyagidan yuqori chuqurlikda.

R<sub>4</sub> – Da – chjun, Axil paylarining tovon suyagi chuqurida jiplashadigan joyidan oldinga R<sub>3</sub> nuqtasidan 1,5 sun pastda.

VB<sub>25</sub> – Szin-men, qorin yon yuzasida, XII qovurg‘aning bo‘sh oxirida.

VB<sub>30</sub> – Xuan-tyao, yonbosh suyak qirrasasi uchi bilan quymich suyagi bo‘rtig‘i va son suyagi katta bo‘rtig‘idan perpendikulyar birlashtiruvchi, to‘g‘ri chiziq kesishadigan joyda.

T<sub>4</sub> – Min-men, L<sub>2</sub>-L<sub>3</sub> umurtqalar suyak bo‘rtmasi o‘siqlari orasida.

F<sub>2</sub> – Sin-szyan, I va II oyoq kafti suyaklari va boshchalari orasida.

F<sub>3</sub> – Tay-chun, I va II oyoq kafti suyaklari eng tor joyi orasida.

J<sub>2</sub> – Syuy - gu, qov simfizi yuqori chekkasi o‘rtasida.

J<sub>3</sub> – Chjun - szi, kindikdan 4 sun pastda.

J<sub>4</sub> – Guan-yuan, kindikdan 3 sun pastda.

J<sub>5</sub> – Shi – men, kindikdan 2 sun pastda.

RP<sub>4</sub> - Guan – sun, oyoq panjasi ichki tomoni I oyoq kafti suyagi chuqurligida, oyoq kafti – falangali bo‘g‘imi oyoq panjasi I barmog‘idan 1 sun orqaga.

E<sub>25</sub> – Tyan - shu, kindik bo‘ylab, qorin o‘rta chizig‘idan 2 sun tashqariga.

V<sub>34</sub> – Sya-lyao, to‘rtinchi orqa dumg‘aza teshigiga to‘g‘ri keladi, S<sub>4</sub> suyak bo‘rtmasi o‘sig‘i bo‘ylab.

## **Davolash amaliyotida refleksoterapiya usullarini qo‘llash bo‘yicha ko‘rsatma va qarshi ko‘rsatmalar**

### **Nerv tizimi va sezgi a‘zolari kasalliklari**

#### *Asosiy ko‘rsatmalar*

Vegetativ (avtonom) nerv tizimi kasalliklari. Idiopatik periferik vegetativ nevropatiya (trunstitlar, simpatoganglionitlar, solyaritlar va boshqalar).

Migren, atipik yuz og‘rig‘i (shu bilan bir qatorda Sluder, Sharlen, Xorton sindromlari). Yuz nervi kasalliklari.

Bosh chanog‘i nervlarining boshqa kasalliklari. Nerv tomirchalari va chigallari kasalliklari. Yelka chigallarining zararlanishi.

Qo‘l-oyoq fantomi sindromi.

Qo‘l mononevriti va ko‘plikdagi mononevrit. Oyoq mononevriti.

*Ruhiy buzilishlar*

Oq alahlash



Nevrotik buzilishlar  
Xavotirlik (tashvish) nevrozi

Isterik nevroz

Nevrotik fobiya

Shilqimlik nevrozi

Nevrotik depressiya

Nevrasteniya

Ipoxondriya nevrozi.

Boshqa nevrozik buzilishlar (yozuv spazmi va boshqa kasb nevrozlari)

Jinsiy sovuqlik va jinsiy aloqaga qobilyatsizlik (shu bilan bir qatorda, jinsiy faoliyatni boshqaruvchi asab buzilishi bilan nevrozlar; nerv-retseptor, aspermatizm, urug' sochish yo'li spazmi kelib chiqishi va og'riq sindromlari, priapizm)

Surunkali alokogolizm

Tamaki chekish

Jismoniy faoliyat psixogen etiologiyasining buzilishi

Suyak-muskullar tizimi (psixogen qiyshiq bo'yin)

Nafas olish a'zolari (psixogen hiqichoq, yo'tal, esnash va b.)

Yurak-tomir tizimi (yurak nevrozi va boshqa psixogen yurak-tomir buzilishlari)

Teri (psixogen qichima)

Ovqat yo'li (aerofagiya, psixogen vaqti-vaqti bilan qayt qilish)

Duduqlanish va tutilib qolish

Nerv (ruhiy) anoreziya

Tiklar

Enurez

**Ko'z va uning ortiqlari kasalliklari**

Refraksiya va akkomadatsiyaning buzilishi (o'rtacha va uncha ko'p bo'lmagan ifodalanishi). Keratit (fotokeratit yoki qor ko'rliqi).

Nevrotrofik keratokonyunktivit

Surunkali konyunktivit (bahorgi konyunktivit)

Blefarokonyunktivit (allergik)

Blefarit (allergik)

Ko'rish nervi nevriti (ko'rishning o'rtacha pasayishi bilan)

**Quloq va so'rg'ichsimon o'simta kasalliklari**

Mener kasalligi

Quloq shang'illashi

Eshitish nervi kasalliklari (eshitishning o'rtacha pasayishi bilan nevrit)

Otalgia

**Qon aylanishi tizimi kasalliklari**

Essensial gipertoniya, gipertoniya kasalligi (I va II bosqich)

Stenokardiya (reflektor)

Surunkali yurak ishemik kasalligi (gipertoniya kasalligining I va II bosqichi) bilan yoki gipertoniya kasalligi haqida ajralib turmaydigan EKG o'zgarishlari

Yurak urushining buzilishi (ekstrasistologiya, yurak muskullarining og'ir patologiyasi bilan bog'liq bo'lmagan)

Ateroskleroz (erta bosqichi)

Reyno sindromi (erta bosqichi)

Obliteratsiyaga olib boradigan trombangiit

Boshqalar (akrosianoz, akroparesteziya, eritromelalgiya)

Flebit va tromboflebit (asoratsiz)

Oyoq yuza tomirlari

Oyoq venalarining varikoz kengayishi yara bilan

Yara yoki yallig'lanish haqida eslatib o'tilmaydi

Ichki bavoil asorati haqida eslatib o'tmasdan

Tashqi bavoil asorati haqida eslatib o'tmasdan

Gipertoniya

**Endokrin tizimi, ovqatlanish, modda almashuv va immunitetning buzilishi**

Tireotoksikoz, buuq va boshqa sabablar haqida eslatib o'tilmaydi. (o'rtacha ifodalangan).

Gipofiz kasalligi va gipotalamo-gipofizar boshqaruvning buzilishi.

Tuxumdonlar disfunksiyasi (kam miqdorda ifodalangan).

Moyaklar disfunksiyasi (o'rtacha ifodalangan).

**Nafas olish a'zolari kasalliklari**

Surunkali rinit

Surunkali faringit

Surunkali sinuit

Surunkali laringotroxeit

Allergik rinit

Surunkali bronxit

Bronxial astma

**Ovqat hazm qilish a'zolari kasalliklari**

Surunkali gingivit

Parodontoz  
Stomatit  
Glossodiniya, glossalgiya  
Qizilo'ngach diskeneziyasi  
Oshqozon yarasi  
O'n ikki barmoq ichak yarasi  
Gastrit va duodenit  
Oshqozon faoliyatining buzilishi.  
Axlorgidriya  
Odatiy qayt qilish  
Noinfeksion etiologiyada gastroenterit va kolit  
Qabziyat  
Funksional diureya  
Anal sfinktor spazmi  
Ichak faoliyatining surunkali buzilishi  
Orqa chiqaruv teshigining yorilishi  
O't yo'llari diskeneziyasi  
Oddiy sfinkteri spazmi  
**Siydik-tanosil tizimi kasalliklari**  
Surunkali sistitlar  
Sistalgiya  
Surunkali salpingit va ooforit  
Servisit va endoservisit  
Vaginit va vulvit  
Hayz davrining buzilishi va ayollar jinsiy a'zolaridan boshqa anormal qon ketishi  
Hayz ko'rmaslik  
Kam va qisqa hayz ko'rish  
Tez-tez va haddan tashqar ko'p hayz ko'rish  
Muntazam bo'lmagan hayz sikli  
Menopauza va klimaktriya davridagi holatlar  
*Tug'ish va tug'ishdan keyingi davr.*  
Normal tug'ish (tug'ish faoliyatini boshqarish, tug'ishni og'riqsizlantirish)  
Yiringli bo'lmagan mastit  
Laktatsiyaning yo'qligi  
Kam (sezilar-sezilmas) laktatsiya.

## **Teri va teri osti klechatkalari kasalliklari**

Seboreya dermatiti (ekzema)

Bolalar ekzemi va shu bilan bog'liq holatlar

Psoriasis va psoriazga o'xshash kasalliklar

Qichima va shunga o'xshash holatlar

Orqa chiqaruv teshigi qichishi

Prurigo

Eshakemi

Angionevrotik shishish

Suyak-muskul tizimi va birlashtiruvchi to'qimalar kasalliklari

Revmatoid artrit (bo'g'imlar faoliyati buzilishining I va II bosqichi)

Surunkali posttravmatik artropatiya

Osteoartroz va ular bilan bog'liq buzilishlar

Dastlabki lokalizatsiya

Travmatik artropatiya

Allergik rinit

Artropatiyaning boshqa aniqlangan shakllari

Spondilez va ular bilan bog'liq holatlar (faoliyat buzilishining o'rtacha ifodalanishi bilan, og'riq sindromining ustunligi)

Umurtqalar orasi diski kasalliklari (turli nevrologik – tomircha sindromlarining paydo bo'lishi bilan)

Bo'yin sohasining boshqa kasalliklari

Servikalgiya

Bo'yin-chanoq sindromi (orqa bo'yin simpatik sindromi)

Bo'yin-yelka sindromi (diffuz)

Yelka nevriti yoki radikulit

Aniq bo'lmagan bo'yin qiyshayishi

Boshqa va aniq bo'lmagan umurtqa pog'onasi kasalliklari

Umurtqa pog'onasining ko'krak bo'g'imidagi og'riq

Lyumbago

Ishias

Ko'krak yoki bel-dumg'aza nevriti yoki radikulit

Nerv tizimi shikastlanishining kelgusi oqibatlari (o'rtacha ifodalangan, ayniqsa og'riq sindromlari bilan)

*Nisbiy ko'rsatmalar.*

Tireotoksikoz buqoq bilan yoki buqoqsiz

Qandli diabet

Neyroendokrin almashuv va neyrotrofik buzilishlar ifodalanmagan gipotalamik sindromlar

Podagra

Ensefalit, miyelit va ensefalomiyelit

O'tkir poliomiyelit oqibatlari

Muskul distrofiyasining zo'rayishi

Titrovchi falaj (Parkinson kasalligi)

Parishonxotirlik sklerozi

Bolalar serebral falaji

Epilepsiya

Siringomiyeliya

To'r parda perefirik degeneratsiyasi

Xorioretinit o'chog'i va retinoxorioidit o'chog'i

O'tkir va o'tkirga o'xshash iridosiklit

Surunkali iridosiklit

Ko'zning rangdor pardasi va kiprik tanasi tomirlarining zararlanishi

Glaukoma (boshlang'ich shakli, og'riqli sindrom)

Otoskleroz

Aniq bo'lmagan paroksimal taxikardiya

Miya tranzitorli ishemiyasi

Serebro-vaskulyar kasalliklarning uzoq oqibatlari (faoliyat buzilishining o'rtacha ifodalanishi bilan)

O't pufagi va o't yo'llari kasalliklarida og'riq sindromlari

Surunkali pankreatit

Siydik-tanosil a'zolari kasalliklarida og'riq sindromlari

Jarrohlik amaliyotida (klinikada) refleksoterapiyani qo'llash mumkinligi haqida qo'shimcha ma'lumotlar:

1) refleksoterapiyani operatsiyadan oldin tayyorlash va operatsiyadan keyin umumiy mustahkamlovchi o'ziga xos bo'lmagan terapiya usuli sifatida kiritib, komponenti kabi qo'llash;

2) zamonaviy kombinatsiyalangan anesteziya komponenti kabi preparatlarni qabul qila olmaydigan bemorlarda, anesteziologiyada foydalaniladi.

### **Qarshi ko'rsatmalar**

Xavfli va xavfsiz o'smalarda refleksoterapiya ko'rsatmalari bo'yicha boshqa kasalliklarni davolash uchun o'tkazilishi mumkin (keskin og'riq sindromlari mavjudligida og'riqsizlantiruvchi ta'sir usuli sifatida).

1. Xavfli va xavfsiz yangi o'smalar paydo bo'lishi.
2. Qon va qon yaratuvchi a'zolar kasalliklari: irsiy gemorragik kamqonlik.  
Qon ivishining buzilishi.  
Purpura va boshqa gemorragik holatlar.
3. Homiladorlik.
4. O'tkir infeksiyon kasalliklar va noaniq etiologiyaning isitma ko'tarilishi holatlari.
5. Surunkali yuqumli kasalliklarning zo'rayish bosqichida (sil, brusellez va b.).
6. Yurak, o'pka va boshqa ichki a'zolar kasalliklarining dekom-pensatsiyasi.
7. Yengil qon ketishiga moyil bo'lgan pnevmoskleroz.
8. Miokard infarkti.
9. Faol revmatizm.
10. Vena trombozlari va emboliya o'tkir davrida.
11. Keskin ozish.
12. Jismoniy zo'riqish.
13. Quloq suprachasini sovuq oldirish va yallig'lanish jarayonlari.
14. Tayanch-harakat apparatining o'tkir yallig'lanish jarayonlari.
15. Markaziy nerv tizimining tug'ma nuqsoni.

#### **Nazorat savollari**

1. Bronxial astma xurujlarini bartaraf qilish.
2. Bronxial astmada qanday ta'sir usuli qo'llaniladi?
3. Stenokardiyada ta'sir usullari va nuqtalar.
4. Jig'ildon qaynashini kamaytirish uchun tavsiya qilinadigan nuqtalar.
5. Umumiy og'riqqa qarshi ta'sirga ega nuqtalar va ularning topografiyasini ayting.
6. Bel-dumg'aza radikulitining o'tkir davrida qanday muolajalar mumkin emas?
7. Yuz nervi nevriti o'tkir davridagi uch asosiy pallani sanab bering.
8. Uch shoxli nerv nevrалgiyasida IRT qo'llashning o'ziga xosligini ko'rsating.
9. Buyrak sanchig'ida tavsiya etiladigan antispastik va og'riqqa qarshi nuqtalar.
10. O'tkir sistitlarda ta'sir usullari.

## VII BOB

### KUYDIRISH USULINING ASOSLARI

Sharq tibbiyotida igna sanchish (chjen) bilan bir qatorda, terining ma'lum qismiga ta'sir o'tkazish uchun kuydirish (szyu) ham igna sanchish bilan bir vaqtda yoki keyin keng qo'llaniladi. Shundan ham bu usulning an'anaviy nomlanishi – chjen-szyu kelib chiqqan, ya'ni igna sanchish va kuydirish, terapiyaning yaxlit usuli sifatida ko'rib chiqilgan.

*Ermonli (kuydiruvchi o't) konus bilan kuydirish.*

Szyu usuli uchun qo'llaniladigan ermon (shuvoq) quyoshda quritiladi, keyin junsimon momiq (kuydiruvchi o't-paxta) holatiga kelguncha eziladi, undan guruch donidan kaptar tuxumigacha bo'lgan kattalikda, ya'ni balandligi 1 sm va diametri (23-rasm) 0,8 sm bo'lgan konuslar yasaladi.

Szyu o'tkazishda konus ma'lum nuqta asosiga o'rnatiladi, uning uchi yoqiladi, u qachon tutash asosga yetganda boshqasi bilan almashtiriladi. Konuslar hajmi kasallik xarakteriga bog'liq, bir muolaja vaqtida konuslar miqdori birdan-bir necha o'ntagacha o'zgarib turadi.

Ermonli konus bilan kuydirishning quyidagi variantlari qo'llanilgan: a) bevosita terini kuydirish, b) tuz, sarimsoq yoki zanjabildan qistirma bilan kuydirish. Muolaja davomiyligi – terida pufakchalar hosil bo'lguncha.

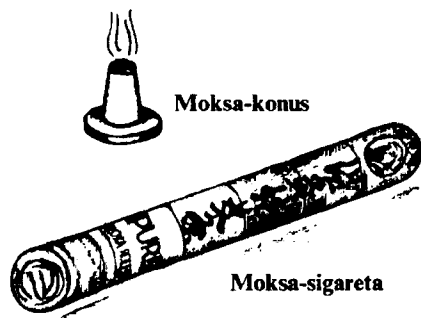
Qadimda jiddiy tarkibda pufakchalar hosil bo'lishi, yutuqlar garovi bo'lib hisoblangan, ularning mavjud bo'lmasligida esa samara bo'lmagan.

Biroq hozirgi vaqtda bu usul kam qo'llaniladi. Ilgari bo'lgan ermonli (kuydiruvchi o't) konuslar o'rniga ermon sigaretlari qo'llana boshlandi, ular davolash amaliyotida keng qo'llanilmoqda.

### **Ermon sigaretsi bilan kuydirish**

Ermon sigaretsi papiros qog'ozidan tayyorlangan, diametri 1-2 sm va uzunligi 20 sm (20-rasm), maydalangan junsimon ermon bilan zich to'ldirilgan naycha ko'rinishiga ega.

Kuydirish texnikasi oddiy. Kuydiriladigan nuqtalar lokalizatsiyasiga bog'liq bo'lgan ikkita ta'sir usuli farqlanadi. Birinchi usulda ermon sigaretasini qalamni yozish uchun ushlagan kabi uchta barmoq bilan (I, II va III) ushlanadi. Sigaretsi qo'l V barmoq orqa yuzasi kuydiriladigan



23-rasm. Kuydiruvchi o't – konus va kuydiruvchi o't – sigaret

nuqta yaqiniga, yoki kaftning tashqi chekkasiga tayanadi. Bu usul ko'krak, qorin va hokazo, ya'ni qayerda katta bo'sh yuza bo'lsa shu joyda qo'llaniladi.

Ikkinchi usulda ermon sigaretasini I va II barmoq bilan ushlab, sigaretali qo'l, V yoki IV qo'l panjasi barmog'iga tayanadi. Xulosa qilib aytganda, bu usul katta bo'lmagan yuza (chakkada, bo'yinda) nervlarga ta'sir o'tkazishda qo'llaniladi.

Kuydirish ikkita ta'sir usuli bilan o'tkaziladi: ta'sirlantiruvchi va tormozlash. Ermonli – sigaret bilan kuydirish cho'qish, silash, ilitish ko'rinishida amalga oshiriladi. Ta'sirlantiruvchi usul uchun 1-6 daqiqa davomida ta'sir o'tkazish bilan szyu cho'qish harakati qo'llaniladi. Bu usul, qachon alohida a'zolar yoki organizm tizimiga, ularning faoliyati pasayganda, masalan, bolalarda poliomyelitdan keyin shalviragan falajlarda ta'sirlantiruvchi ta'sir o'tkazish lozim bo'lganda qo'llaniladi.

Tormozlash ta'sirida silash yoki uzluksiz ilitish szyu 10 dan 20 gacha daqiqa va undan ortiq vaqt davomida o'tkaziladi. Bu usul odatda muskullar quvvatining oshishi, spazmlar, neyrodermatit, ekzema va boshqalarda qo'llaniladi.

Ermonli sigaret usulining katta afzalligi, uning shifokor tomonidan ko'rsatilgan uslubiyati bo'yicha, bemorlarning o'zi yoki ularning yaqinlari tomonidan uy sharoitida ham o'tkazishlari mumkinligidir. Bu ayniqsa, uzoq davolashni talab qiladigan surunkali kasalliklarda katta ahamiyatga ega.



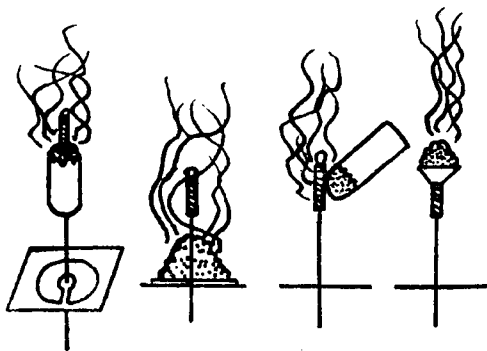
## Igna orqali kuydirish

Kuydirish bilan davolash mustaqil qo'llanganidek, igna sanchish bilan birga ham olib boriladi. Ko'rsatmalarga qarab (kontrakturalar, muskullar tonusining yuqoriligi, ichakning spastik holati va b.) ta'sir turlicha o'tkazilishi mumkin: isitish keyin igna sanchish bilan yoki ularni bir vaqtda, ermonli sigaretning tutayotgan uchi bilan to'qimaga kiritilgan ignaga yoki igna dastasiga ermon boylami biriktirilgan «issiq igna» (24-rasm) yo'li bilan ta'sir o'tkazish. Kul tushib, kuyish mumkinligining oldini olish uchun igna tagiga karton bo'lagini o'rtasigacha kesib qo'yish tavsiya etiladi. Bu usul bilan kanallarni isitishga, qon yurishi tezlashishiga erishiladi. U asosan sovuq va zax orqali kelib chiqqan bo'g'imlardagi og'riq, qo'l-oyoq qotib qolishi va falajlarda qo'llaniladi.

*Kuydirishni qo'llash uchun ko'rsatma va qarshi ko'rsatmalar.*

Kuydirishni qo'llash uchun ko'rsatmalar igna sanchishdek bo'lgani kabi asosan avvalgidek, biroq Sharq mualliflarining qator ma'lumotlari bo'yicha ushbu usulni pediatriya va holdan toygan bemorlarda qo'llash igna sanchish oldida ba'zi afzalliklarga ega.

Qadimgi tibbiyotga oid kitoblarda ko'rsatilishicha, kuydirish (szyu-terapiya, kuydiruvchi o't - terapiya) hatto igna sanchish va dori kuchsiz bo'lganda ham (masalan, agar inson uzoq vaqt sovuq qotsa, agar bemorda qayt qilish va ich ketishi, shuningdek yan - quvvatning yo'qolib borishi xavfi bo'lsa, hatto o'shanda ham) ta'sir ko'rsata oladi.



24-rasm. Ignalarni qizdirish usullari

Umumiy mumkin bo'lmagan ko'rsatmalarga me'yordan oshish va harakat sindromlarini kiritish lozim. Kuydirishni qon tuflash bilan kechadigan o'pka kasalliklari, tana haroratining yuqoriligi, patologik pollyutsiyalar va boshqalarda qo'llash mumkin emas. Kuydirish yuz, yurak sohasi, qorin osti sohasi, jinsiy a'zolarida, homilador ayollarda qorin va bel sohasida man etiladi.

**Nazorat savollari**

1. Szyu – terapiya uchun konus va sigaretalar nimadan tayyorlanadi?
2. Kuydirish o'tkazish texnikasi.
3. Kuydirish ta'siri usullari.
4. Ignalarni qizdirish yo'llari.
5. Kuydirishning uch asosiy usulini sanab o'ting.

## **VIII BOB**

### **XALQ TIBBIYOTINING SHIFOBAXSH O'SIMLIKLARI**

Xalqlar tarixi qanchadan beri mavjud bo'lsa, xalq vositalari ham shundan buyon mavjud va juda xilma-xildir. O'simliklarni davolash maqsadida qo'llash haqidagi dastlabki ma'lumotlar bizning eramizgacha VI ming yilliklarga tegishlidir. Shifobaxsh o'simliklarni qo'llashda Sharq xalq tabiblari anchagina yutuqlarga erishganlar. Tibbiyot san'atining rivojlanishida Abu Ali ibn Sinoning (980-1037) «Tib qonunlari» asari alohida o'rin tutadi. Ushbu asar ko'p asrlar davomida Sharqda bo'lgani kabi G'arbda ham tibbiy bilimlarning asosiy manbai bo'ldi. Ibn Sino «Tib qonunlari»da 811 oddiy, shulardan 612 tasi o'simliklardan tayyorlangan dorilarning davolovchi xususiyatlari va ularni qo'llash uchun ko'rsatmalar haqidagi ma'lumotlarni aks ettirgan.

Hozirgi vaqtda zamonaviy tibbiyotda qo'llanilayotgan, katta miqdordagi sintetik preparatlarga qaramay, shifobaxsh o'simliklar bilan davolash, Sharq mamlakatlaridagi kabi Yevropada ham keng qo'llanilmoqda. O'simliklardan tayyorlangan vositalarni muvaffaqiyatli qo'llash, ularning yuqori biologik faolligi, organizmga kam zararli bo'lishi bilan izohlanadi. Buning ustiga o'simliklardan tayyorlangan preparatlarning narxi sintetik preparatlardan pastroq. Ushbu bobni yozishda ko'plab mamlakatlarning, shu bilan bir qatorda dorivor o'simliklarni o'stirish texnologiyasi va shifobaxsh o'simliklardan dori tayyorlash texnologiyasining yuksak ilmiy potensialiga ega bo'lgan o'zimizning xalq tibbiyoti tajribasidan foydalaniladi. Biz esa davolash va profilaktika, dorivor o'simliklar to'plami tarkibi, tayyorlash usullari va qo'llash uchun ko'rsatmalarni keltirib o'tishini maqsadga muvofiq deb hisoblaymiz.

#### **Xalq tibbiyotida qo'llanuvchi shifobaxsh o'simliklar to'plami**

Shifobaxsh o'simlik va to'plamlardan damlama va qaynatmalar quyidagicha tayyorlanadi: 10 g (1-2 osh qoshiq) mahsulot sirlangan idishga solinadi, 200 ml issiq qaynatilgan suv quyiladi va suv hammomida isitiladi. Damlama – 15 daqiqa, qaynatma – 30 daqiqa davomida sovutiladi va suziladi. Olingan damlama hajmi qaynatilgan suv bilan 200

ml gacha yetkaziladi. Dorivor aralashma qaynamasligi lozim, damlama va qaynatma 1-2 kunga tayyorlanadi. Agar iliq ichish kerak bo'lsa, isitilmaydi, balki issiq suv qo'shiladi.

Ingalyatsiya aralashmalari tayyor qaynatmalar yoki damlamalar, ularni keyinchalik zarur konsentratsiyagacha odatda 1:2 yoki 1:3 qaynagan suv bilan aralashtirish asosida tayyorlanadi.

Ho'llab qo'yish, chayqash, mahalliy vannachalar uchun eritmalar analogik usullar bilan tayyorlanadi.

Davolovchi vannalarni tayyorlash uchun vannaga 1-2 litr hisobida damlama va qaynatmalar ishlatiladi.

Ko'pgina surunkali kasalliklarda davolash kursi 25-35 kunni tashkil qiladi. Takroriy kurslar 10-15 kunlik tanaffusdan keyin, lekin asosiy davolash kursidan so'ng ikkitadan ko'p bo'lmagan kurs belgilanadi. Alohida holatlarda samaradorlik pasayishidan qochish yoki o'rganib qolishning oldini olish uchun, takroriy davolash kursida to'plam tarkibini o'zgartirish va analogik terapevtik faollikka ega bo'lgan shifobaxsh o'simliklarni belgilash tavsiya etiladi.

#### **Nafas olish a'zolari kasalliklarida:**

1. Dorivor gulxayri (ildizi) – 20 g. Qizilmiya (ildizi) – 20 g. Oddiy Arpabodiyon (mevalari) – 20 g. Dorivor Mavrak (barglari) – 20 g. Oddiy Qarag'ay (kurtaklari) – 20 g.

Nafas olish a'zolari kasalliklarida kuniga 3-4 marta 1/4 stakan damlama qabul qilinadi.

2. Dorivor gulxayri (ildizi) – 40 g. Qizilmiya (ildizi) – 40 g. Oddiy oq zira (mevalari) – 20 g.

Nafas olish a'zolari kasalliklarida har 4 soatdan keyin 1/4 stakan damlama qabul qilinadi.

3. Dorivor gulxayri (ildizi) – 40 g. Ko'ka (barglari) – 40 g. Oddiy tog'rayhon (o'ti) – 20 g.

Nafas olish a'zolari kasalliklarida kuniga 3-4 marta 1/2 stakan iliq damlama ko'rinishida qabul qilinadi.

4. Zubtutum (barglari) – 30 g. Qizilmiya (ildizi) – 40 g. Ko'ka (barglari) – 40 g.

Nafas olish a'zolari kasalliklarida damlama har 4 soatdan keyin 1/2 stakandan qabul qilinadi.

5. Dorivor gulxayri (ildizi) – 40 g. Qizilmiya (ildizi) – 30 g. Qora Andiz (ildizi) – 30 g.

Nafas olish a'zolari kasalliklarida damlama har 3 soatdan keyin 1/4 stakandan qabul qilinadi.

6. Oddiy Arpabodiyon (ildizi) – 20 g. Dorivor gulxayri (ildizi) – 40 g. Qizilmiya (ildizi) – 40 g.

Nafas olish a'zolari kasalliklarida damlama har 3 soatdan keyin 1/4 stakandan qabul qilinadi.

7. Dorivor Mavrak (barglari) – 20 g. Oddiy Arpabodiyon (mevalari) – 20 g. Qarag'ay (kurtaklari) – 20 g. Dorivor gulxayri (ildizi) – 20 g. Qizilmiya (ildizi) – 20 g.

Nafas olish a'zolari kasalliklarida damlama kuniga 3-4 marta 1/3 stakandan qabul qilinadi.

8. Ko'ka (barglari) – 25 g. Arpabodiyon (mevalari) – 25 g. Dorivor gulxayri (ildizi) – 40 g.

Nafas olish a'zolari kasalliklarida damlama kuniga 3 marta ovqatdan keyin 1/2 stakandan qabul qilinadi.

#### **Traxeobronxit, surunkali bronxit, o'tkir, quruq bronxit va bronxospazmda:**

1. Ko'ka (barglari) – 10 g, zubtutum (barglari) – 20 g, qirqbo'g'im (o'ti) – 30 g, navro'zgul (gullari) – 40 g.

Yo'tal, traxeobronxit, surunkali bronxit, o'tkir, quruq bronxitda 1/3 – 1/4 stakandan damlama yoki qaynatma iliq holda qabul qilinadi.

2. Ko'ka (barglari) – 20 g, zubtutum (barglari) – 30 g, qizilmiya (ildizi) – 30 g, kapalakgul (o'ti) – 20 g.

Yo'tal, traxeobronxit, surunkali bronxit, o'tkir bronxitda kuniga 3 marta ovqatdan oldin 1/3 – 1/4 stakandan iliq damlama qabul qilinadi.

3. Botqoq ledumi (o'ti) – 10 g, ko'ka (barglari) – 10 g, gunafsha (o'ti) – 10 g, zubtutum (barglari) – 10 g, moychechak (gullari) – 10 g, navro'zgul (o'ti va ildizi) – 10 g, arpabodiyon (mevalari) – 10 g, dorivor gulxayri (ildizi) – 20 g, qizilmiya (ildizi) – 10 g.

Quruq bronxitlarda kuniga 3 marta 1/3 stakandan damlama yoki qaynatma ko'rinishida ovqatdan keyin qabul qilinadi.

4. Dorivor gulxayri (ildizi) – 40 g, qizilmiya (ildizi) – 25 g, ko'ka (barglari) – 20 g, oddiy fenxel (mevallari) – 15 g.

O'tkir va surunkali bronxit, o'pka emfizemasi, zotilzamda kuniga 3-5 marta iliq damlama yoki qaynatma ko'rinishida 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

5. Dorivor qashqarbeda (o'ti) – 5 g, oddiy jambil (o'ti) – 10 g, oddiy fenxel (mevalari) – 10 g, qalampir yalpiz (barglari) – 10 g, zubtutum (barglari) – 15 g, qizilmiya (ildizi) – 15 g, ko'ka (barglari) – 20 g.

Yo'tal, traxeobronxit, surunkali bronxit, o'tkir, quruq bronxitda kuniga iliq 1 litr qaynatma yoki damlama ko'rinishida 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

6. Qora andiz (ildizi) – 10 g, arpabodiyon (mevalari) – 10 g, qarag'ay (kurtaklari) – 15 g, tirnoqgul (gullari) – 10 g, dorivor mavrak (barglari) – 10 g, qalampir yalpiz (o'ti) – 10 g, ko'ka (o'ti) – 10 g, kapalakgul (o'ti) – 10 g, yog'ochsimon evkalipt (bargi) – 15 g.

Nam bronxitda 2 litr damlama yoki qaynatma ko'rinishida 1/3 – 1/4 stakandan kuniga 3 marta ovqatdan keyin qabul qilinadi.

7. Dorivor mavrak (o'ti) – 20 g, oddiy jambil (o'ti) – 15 g, dorixona moychechagi (gullari) – 15 g, zangori polemonium (ildizi) – 15 g, arpabodiyon (mevalari) – 15 g, ko'ka (barglari) – 10 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 10 g.

Bronxitda kuniga 3-4 marta ovqatdan keyin 1/3 – 1/4 stakandan 1 litr damlama ko'rinishida qabul qilinadi.

8. Qizilmiya (ildizi) – 15 g, zangori polemonium (ildizi) – 15 g, dorixona moychechagi (gullari) – 20 g, dorivor valeriana (ildizi) – 10 g, arslonquyruq (o'ti) – 10 g, qalampir yalpiz (o'ti) – 20 g, teshik dalachoy (o'ti) – 10 g.

Bronxospazmda kuniga 3-5 marta 1 damlama ko'rinishida 1/3 – 1/4 stakandan 3-5 marta ovqatdan keyin qabul qilinadi.

#### **Bronxial astma, ko'kyo'tal, surunkali zotiljamda:**

1. Oddiy arpabodiyon (mevalari) – 30 g, oddiy fenxel (mevalari) – 30 g, zig'ir urug'i – 20 g, oddiy jambil (o'ti) – 20 g.

Bronxial astma, ko'kyo'tal, bronxlarning yuqumli kasalliklarida 1 litr iliq damlama ko'rinishida kuniga 3 marta 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

2. Botqoq ledumi (o'ti) – 10 g, ko'ka (barglari) – 10 g, kapalakgul (o'ti) – 10 g, dorixona moychechagi – 10 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 10 g, tekis qizilmiya (ildizi) – 10 g, qora andiz (gullari) – 10 g, oddiy arpabodiyon (mevalari) – 10 g, qalampir yalpiz (o'ti) – 10 g, zubtutum (barglari) – 10 g.

Bronxial astma, astmasimon bronxitlarda kuniga 3 marta ovqatdan keyin 1/3 – 1/4 stakandan damlama ko'rinishida qabul qilinadi.

3. Qizilmiya (ildizi) – 10 g, uch bo‘lakli qoraqiz (o‘ti) – 10 g, manchjur araliyasi (ildizi) – 10 g, dala qirqbo‘g‘imi (o‘ti) – 10 g, dolchin rangli na‘matak (mevalari) – 10 g, bo‘znoch (gullari) – 10 g, qora andiz (ildizi) – 10 g, kulrang olxa (to‘p mevasi) – 10 g, dorivor qoqio‘t (ildizi) – 10 g, qariqiz (ildizi) – 10 g.

Desensibilizatsiyalovchi vosita sifatida kuniga 3 marta ovqatdan keyin damlama ko‘rinishida 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

4. Oddiy jambil (o‘ti) – 20 g, ko‘ka (o‘ti) – 20 g, kapalakgul (o‘ti) – 20 g, qora andiz (ildizi) – 20 g, oddiy arpabodiyon (mevalari) – 20 g.

Bronxial astma, bronxlar yuqumli kasalliklarida kuniga 3 marta iliq damlama ko‘rinishida 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

5. Oddiy arpabodiyon (mevalari) – 20 g, oddiy fenxel (mevalari) – 20 g, oddiy jambil (o‘ti) – 20 g, qizilmiya (ildizi) – 20 g, oddiy qarag‘ay (kurtaklari) – 20 g.

Bronxial astma, ko‘kyo‘tal, bronxlar yuqumli kasalliklarida kuniga 3 marta damlama ko‘rinishida 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

6. Dorivor gullayri (ildizi) – 50 g, oddiy jambil (o‘ti) – 50 g.

Bronxial astma, ko‘kyo‘tal, bronxlar yuqumli kasalliklarida kuniga 3 marta damlama ko‘rinishida 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

7. Oddiy qarag‘ay (kurtaklari) – 40 g, zubtutum (barglari) – 30 g, ko‘ka (barglari) – 30 g.

Bronxial astma, ko‘kyo‘tal, bronxlar yuqumli kasalliklarida kuniga 3 marta iliq damlama ko‘rinishida 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

8. Qora andiz (ildizi) – 10 g, oddiy arpabodiyon (mevalari) – 10 g, qarag‘ay kurtaklari – 10 g, tirnoqgul (gullari) – 10 g, dorivor mavrak (barglari) – 10 g, ko‘ka (barglari) – 10 g, teshik dalachoy (o‘ti) – 10 g, zubtutum (barglari) – 10 g, qalampir yalpiz (o‘ti) – 10 g, tayoqsmimon evkalipt (barglari) – 10 g.

Surunkali zotiljam, bronxoektatik kasalliklarida kuniga 3 marta ovqatdan keyin 1/3 – 1/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

#### **Yurak-tomir kasalliklarida:**

1. Dorivor valeriana (ildizi) – 25 g, arslonquyruq (o‘ti) – 25 g, oddiy qora zira (mevalari) – 25 g, oddiy fenxel (mevalari) – 25 g,

Asabiylik va yurak urushining tezlashishida kuniga 3 marta 1/2 stakandan qabul qilinadi.

2. Manchjur araliyasi (ildizi) – 15 g, maxsarsimon levzeyya (ildizi) – 15 g, qizil do‘lana (mevalari) – 15 g, dolchin rangli na‘matak (mevalari) –

15 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 10 g, uch bo‘lakli qoraqiz (o‘ti) – 10 g, qora mevali chetan (mevalari) – 10 g, zubtutum (barglari) – 10 g.

Quvvat beruvchi va immunostimullovchi vosita sifatida kuniga 3 marta 1/3 – 1/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

3. Qalampir yalpiz (barglari) – 30 g, arslonquyruq (o‘ti) – 30 g, dorivor valeriana (ildizi) – 20 g, oddiy otquloq (g‘uddalari) – 20 g.

Asabiylik ta’sirchanlik, uyqusizlikda kuniga 3 marta 1/2 stakandan 1 damlama qabul qilinadi.

4. Pushti rodiola (ildizi) – 20 g, baland bo‘yli exinopanaks – 20 g, dolchin rangii na’matak (mevalari) – 20 g, ikki uyli gazanda (o‘ti) – 20 g, qizil do‘lana (mevalari) – 15 g, teshik dalachoy (o‘ti) – 10 g.

Quvvat oshiruvchi va immunorezistent vositalarini ko‘taruvchi sifatida kuniga 2-3 marta 1/3 – 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.

5. Dorivor valeriana (ildizi) – 30 g, qalampir yalpiz (barglari) – 30 g, uch bargli meni antes (barglari) – 40 g.

Asabiylik va ta’sirchanlikda kuniga 2 marta 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.

6. Dala qirqbo‘g‘imi (o‘ti) – 20 g, qush toron (o‘ti) – 30 g, qizil do‘lana (gullari) – 50 g.

Yurakning tez-tez urishi, ta’sirchanlik, uyqusizlikda kuniga 3-4 marta 1/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

7. Dorivor valeriana (ildizi) – 30 g, arslonquyruq (barglari) – 30 g, oddiy bo‘ymodoron (o‘ti) – 20 g, oddiy arpabodiyon (mevalari) – 20 g.

Yurak og‘riqlarida kuniga 2-3 marta damlama ko‘rinishida 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

8. Qora marjondaraxt (gullari) – 25 g, dorixona moychechagi (gullari) – 25 g, yuraksimon jo‘ka (gullari) – 25 g, qalampir yalpiz (o‘ti) – 25 g.

Siydik va ter haydovchi vosita sifatida kuniga 2-3 marta qaynoq damlama ko‘rinishida 1 stakandan qabul qilinadi.

9. Dolchin rangli na’matak (mevalari) – 54 g, oddiy brusnika (mevalari) – 15 g, ikki uyli gazanda (barglari) – 40 g.

Darmon dori vositasi sifatida kuniga 1-3 marta 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.

10. Dolchin rangli na’matak (mevalari) – 30 g, qoraqat (mevalari) – 10 g, ikki uyli gazanda (barglari) – 30 g, sabzi (ildizi) – 30 g.

Darmon dori vositasi sifatida kuniga 3 marta 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.



11. Qalampir yalpiz (barglari) – 20 g, ermon (o'ti) – 20 g, oddiy fenxel (mevalari) – 20 g, yuraksimon jo'ka (gullari) – 20 g, olxasimon frangula (po'tslog'i) – 20 g.

Klimaktrik nevrozda ertalab va kechqurun 1 stakandan damlama qabul qilinadi.

12. G'ozpanja (o'ti) – 25 g, katta qoncho'p (o'ti) – 25 g, oddiy bo'yodoron (o'ti) – 25 g, moychechak (gullari) – 25 g.

Klimaktrik nevrozda kuniga 1/2 – 1/3 stakandan katta bo'lmagan ho'plamda qabul qilinadi.

13. Marvaridgul (gullari) – 10 g, oddiy fenxel (mevalari) – 20 g, qalampir yalpiz (barglari) – 30 g, dorivor valeriana (ildizi) – 40 g.

Miokarditda damlama ko'rinishida kun davomida 3 marta 1/3 – 1/4 stakandan qabul qilinadi.

14. Dorivor valeriana (ildizi) – 20 g, dorixona moychechagi (gullari) – 30 g, qora zira (mevalari) – 50 g.

Asabiylik, ta'sirchanlik, uyqusizlikda kuniga 2 marta 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.

15. Dorixona moychechagi (gullari) – 20 g, qalampir yalpiz (barglari) – 20 g, oddiy fenxel (mevalari) – 20 g, dorivor valeriana (ildizi) – 20 g, oddiy qora zira (mevalari) – 20 g.

Uyqusizlikda ertalab 1-2 stakan, kechqurun 1 stakandan qaynatma ko'rinishida qabul qilinadi.

16. Oddiy qorazira (mevalari) – 20 g, kichik bo'rigul (barglari) – 10 g, dorivor valeriana (ildizi) – 20 g, qizil do'lana (gullari) – 20 g, oq viskum (o'ti) – 30 g.

Gipertoniya turi bo'yicha neyrosirkulyar distoniyada kun davomida bir necha marta 1/3 – 1/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

#### **Ateroskleroza:**

1. Na'matak (mevalari) – 15 g, botqoq gnafaliumi (o'ti) – 10 g, oq qayin (barglari) – 10 g, qalampir yalpiz (o'ti) – 10 g, sabzi (mevalari) – 10 g, tikanli eleuterokokk (ildizi) – 15 g, o'tkir bargli sano (mevalari va barglari) – 10 g, yer choy (o'ti) – 10 g, qariqiz (ildizi) – 10 g.

Ateroskleroza kuniga 3 marta 1/3 – 1/2 stakandan damlama ko'rinishida qabul qilinadi.

2. Dengiz karami – 10 g, qizil do'lana (mevalari) – 15 g, qora mevali chetan (mevalari) – 15 g, brusnika (barglari) – 10 g, moychechak (gullari)

-10 g, makkajo'xori poyasi popugi bilan -10 g, sinuvchi frangula (po'stlog'i) - 10 g.

Aterosklerozda kuniga 3 marta ovqatdan keyin 1/3 - 1/4 stakandan qabul qilinadi.

#### **Gipertoniya kasalligida:**

1. Baykal shlemnigi (ildizi) - 20 g, oddiy arslonquyruq (o'ti) - 15 g, qalampir yalpiz (o'ti) - 10 g, botqoq gnafaliumi (o'ti) - 15 g, na'matak (mevalari) - 15 g, yerchoy (o'ti) - 15 g, moychechak (gullari) - 10 g.

Gipertoniya kasalligining I va II bosqichida kuniga 3 marta 1/3 - 1/4 stakandan damlama ko'rinishida qabul qilinadi.

2. Qora mevali chetan (mevalari) - 15 g, sabzi (mevalari) - 10 g, oddiy oq zira (mevalari) - 10 g, dorivor valeriana (ildizi) - 15 g, dala qirqbo'g'imi (o'ti) - 10 g, zangori bo'tako'z (gullari) - 10 g, qizil do'lana (mevalari) - 15 g, baykal shlemnigi (ildizi) - 15 g.

Gipertoniya kasalligining I va II bosqichlarida kuniga 3 marta 1/4 - 1/3 stakandan damlama ko'rinishida qabul qilinadi.

#### **Tinchlantiruvchi to'plamlar:**

1. Qalampir yalpiz (barglari) - 20 g, uch bargli meni - antes (barglari) - 20 g, dorivor valeriana (ildizi) - 10 g, qulmoq (qubba mevasi) - 10 g.

Qabul qilish usuli: 2 osh qoshiq to'plam 2 stakan qaynab turgan suvda damlanadi, 20 daqiqa sovutilib, dokadan o'tkaziladi va asabiylik, ta'sirchanlik holatlarida kuniga 2 marta ertalab va yotishda 1/2 stakandan qabul qilinadi.

2. Valeriana (ildizi) - 10 g, qalampir yalpiz (barglari) - 20 g, tripastnik (barglari) - 20 g, qulmoq (qubba mevasi) - 10 g.

1 osh qoshiq aralashmaga 2 stakan qaynab turgan suv quyiladi, 30 daqiqa tindiriladi, suziladi va kuniga 2 marta 1/2 stakandan qabul qilinadi tinchlantiruvchi choy sifatida ham ichiladi.

#### **12 barmoqli ichak yara kasalliklari, gastrit, ichak sanchig'i, yuqori kislotalikda:**

1. Zubtutum (barglari) - 20 g, qalampir yalpiz (o'ti) - 10 g, teshik dalachoy (o'ti) - 10 g, moychechak (gullari) - 10 g, dorivor tirnoqgul (gullari) - 10 g, qoqio't (ildizi) - 10 g, dorivor mavrak (o'ti) - 10 g, botqoq igiri (ildizi) - 10 g, uch bargli meni - antes (barglari) - 10 g.

Surunkali gipasid va anasid gastritlarda kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 1/3 – 1/2 stakandan qabul qilinadi.

2. Moychechak (gullari) – 20 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 20 g, zubtutum (barglari) – 10 g, bo'ymodoron (o'ti) – 20 g, uch bo'lakli qoraqiz (o'ti) – 20 g.

O'tkir gastritlarda oshqozonni dezinfeksiya qiluvchi eritmalar bilan yuvish qatorida 1/2 – 1/3 stakandan damlama qabul qilinadi.

3. Dorivor gulxayri (ildizi) – 10 g, qizilmiya (ildizi) – 10 g, kulrang olxa (g'udda mevasi) – 10 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 10 g, bo'ymodoron (o'ti) – 10 g, botqoq gnafaliumi (o'ti) – 10 g, baland bo'yi qora andiz (ildizi) – 10 g, moychechak (gullari) – 10 g, chernika (gullari) – 10 g.

Normal va gipersekresiyali oshqozon va o'n ikki barmoq ichak yara kasalliklarida kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 1/2 – 1/3 stakandan qabul qilinadi.

4. Zubtutum (bargi) – 10 g, ermon (o'ti) – 10 g, qalampir yalpiz (o'ti) – 10 g, moychechak (gullari) – 10 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 10 g, teshik dalachoy (o'ti) – 10 g, oddiy igir (ildizi) – 10 g, dorivor mavrak (o'ti) – 10 g, qoqio't (ildizi) – 10 g, manchjur araliyasi (ildizi) – 10 g.

Oshqozon sekreti pasayishi bilan oshqozon va o'n ikki barmoq ichak yara kasalliklarida kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 1 damlama 1/3 – 1/2 stakandan qabul qilinadi.

5. Dorivor gulxayri (ildizi) – 10 g, moychechak (gullari) – 10 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 10 g, qizilmiya (ildizi) – 10 g, teshik dalachoy (o'ti) – 10 g, qumloq bo'znochi (gullari) – 10 g, oddiy bo'ymodoron (o'ti) – 10 g, oddiy eman (po'stlog'i) – 10 g, arslonquyruq (o'ti) – 10 g, botqoq gnafaliumi (o'ti) – 30 g.

Normal yoki gipersekresiyalar va surunkali gastritlarda kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 1/3 – 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.

6. Katta qoncho'p (o'ti) – 10 g, oddiy bo'ymodoron (o'ti) – 30 g, moychechak (gullari) – 30 g, dalachoy (o'ti) – 30 g.

Oshqozon shirasi kislotaligi yuqori bo'lganda kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 2/3 stakandan damlama qabul qilinadi.

7. Botqoq igiri (ildiz poyasi) – 20 g, uch bargli meni andiz (barglari) – 20 g, kichik tillabosh (o'ti) – 20 g, apelsin po'tlog'i – 20 g, ermon (o'ti) – 20 g.

Axilik gastritda kuniga 3 marta 1/2 – 1/3 stakandan qaynatma qabul qilinadi.

8. Dorivor valeriana (ildizi) – 5 g, botqoq igiri (ildizpoyasi) – 10 g, uch bargli meni – andiz (o'ti) – 10 g, kichik tillabosh (o'ti) - 10 g, oddiy qora zira (mevalari) – 10 g, arpabodiyon (barglari) – 15 g, bo'yodoron (o'ti) – 20 g.

Gastritlar, yara kasalliklarida ovqatdan 1/2 soat oldin – 2 qaynatma 1/3 - 1/2 stakandan bir qabul uchun issiq shaklda ichiladi.

9. Yuraksimon jo'ka (gullari) – 10 g, zig'ir urug'i – 20 g, qizilmiya (ildizi) – 20 g, botqoq igiri (ildizpoyasi) – 20 g, yalpiz (barglari) – 10 g, oddiy fenxel – 20 g.

Oshqozon shirasi kislotaligi yuqori bo'lganda kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 2/3 – 3/4 stakandan qaynatma qabul qilinadi.

10. Oddiy fenxel (mevalari) – 25 g, dorivor gulxayri (ildizi) – 25 g, moychechak (gullari) – 25 g, qizilmiya (ildizi) – 25 g.

Surunkali gastritda kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 1/2 – 1/3 stakandan qaynatma qabul qilinadi.

11. Katta qoncho'p (o'ti) – 10 g, dorivor gulxayri (ildizi) – 30 g, qizilmiya (ildizi) – 30 g, dorivor okopnik (ildizi) – 30 g.

Oshqozon va o'n ikki barmoq ichak yara kasalliklarida ovqatdan oldin kuniga 3 marta 2/3 – 3/4 stakandan qaynatma qabul qilinadi.

12. Uch bargli meni – antes (barglari) – 20 g, oddiy fenxel (mevalari) – 20 g, qalampir yalpiz (o'ti) – 20 g, bo'yodoron (o'ti) – 20 g, kichik tillabosh (o'ti) – 20 g.

Giperasid holatlarda ovqatdan 30 daqiqa oldin 1/2 stakandan qaynatma qabul qilinadi.

13. Oddiy fenxel (mevalari) – 30 g, moychechak (gullari) – 30 g, yuraksimon jo'ka (gullari) – 40 g.

Oshqozon va o'n ikki barmoq yara kasalliklarida ovqatdan oldin kuniga 2-3 marta 1/2 – 2/3 stakandan 2 damlama qabul qilinadi.

14. Kichik tillabosh (o'ti) – 20 g, qalampir yalpiz (barglari) – 80 g.

Gastritda ovqatdan 30 daqiqa oldin kuniga 3 marta 1/2 – 2/3 stakandan qabul qilinadi.

15. Botqoq igiri (mevalari) – 20 g, oddiy fenxel (mevalari) – 20 g, qora zira (mevalari) – 20 g, qalampir yalpiz (barglari) – 40 g.

Oshqozon spazmlari va meteorizmida kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 1/3 – 1/4 stakandan ho'plab ichiladi.

16. Dorivor zangvizorda (ildizi) – 10 g, shumurt (mevalari) – 10 g, kulrang olxa (to'pmevasi) – 10 g, qalampir yalpiz (o'ti) – 10 g, qora zira

(mevalari) – 10 g, oddiy fenxel (mevalari) – 10 g, qizilmiya (ildizi) – 10 g, yerqo‘noq (ildiz poyasi) – 10 g, moychechak (gullari) – 10 g, teshik dalachoy (o‘ti) – 10 g.

Surunkali enteritlarda kuniga 3-4 marta ovqatdan 10 daqiqa oldin 1/3 – 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.

17. Moychechak (gullari) – 10 g, oddiy fenxel (mevalari) – 10 g, qora zira (mevalari) – 10 g, kulrang olxa (to‘pmevasi) – 10 g, qalampir yalpiz (o‘ti) – 10 g, dorivor gulxayri (ildizi) – 10 g, teshik dalachoy (o‘ti) – 10 g, zubturum (bargi) – 10 g, qumloq bo‘znochi (gullari) – 10 g, o‘tkir bargli sano (barglari va mevalari) – 10 g.

Surunkali spastik kolitlarda kuniga 3 marta ovqatdan oldin 1/3 – 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.

18. Botqoq gnafaliumi (o‘ti) – 10 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 10 g, moychechak (gullari) – 10 g, teshik dalachoy (o‘ti) – 10 g, kulrang olxa (to‘pmevasi) – 10 g, qalampir yalpiz (o‘ti) – 10 g, zubturum (bargi) – 10 g, dorivor gulxayri (ildizi) – 10 g, bo‘ymodoron (o‘ti) – 10 g, qora zira (mevalari) – 10 g.

Surunkali o‘ziga xos bo‘lmagan yarali kolitlarda kuniga 3 marta ovqatdan oldin 1/3 – 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.

19. Oddiy fenxel (mevalari) – 15 g, botqoq igiri (ildizpoyasi) – 15 g, dorivor valeriana (ildizi) – 20 g, qalampir yalpiz (barglari) – 20 g, moychechak (gullari) – 30 g.

Meteorizm va ichak spazmlarida kuniga 3 marta ovqatdan keyin iliq ko‘rinishida 1 damlama 1/2 – 3/4 stakandan qabul qilinadi.

20. Archa (mevalari) – 10 g, oddiy fenxel (mevalari) – 20 g, qora zira (mevalari) – 20 g, moychechak (gullari) – 25 g, qalampir yalpiz (barglari) – 25 g.

Ichak spastik holatlarida kuniga 2 marta ovqatdan keyin ertalab va kechqurun iliq ko‘rinishda 1/2 - 3/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

21. Dorivor valeriana (ildizi) – 10 g, oddiy fenxel (mevalari) – 10 g, qalampir yalpiz (barglari) – 25 g, moychechak (gullari) – 60 g.

Ichak spastik holatlarida va oshqozon sohasida og‘irlik hissida kuniga 3 marta ovqatdan keyin 1/2 - 3/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

22. Oddiy arpabodiyon (mevalari) – 10 g, oddiy fenxel (mevalari) – 10 g, qalampir yalpiz (barglari) – 20 g, moychechak (gullari) – 30 g, olxasimon frangula (po‘sti) – 30 g.

Ichak sanchiqlarida kuniga 3 marta ovqatdan keyin 1/2 - 3/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

23. Ermon (o'ti) – 20 g, dala qirqbo'g'imi (o'ti) – 30 g, oddiy bo'yodoron (o'ti) – 30 g, tik o'suvchi g'ozpanja (yer ustki qismi) – 20 g.

Meteorizm va ich ketishga moyillik bo'lganda kuniga 2-3 marta 1/2 - 2/3 stakandan qaynatma qabul qilinadi.

#### **Gepatit va jigar sirrozlarida:**

1. Oddiy fenxel (mevalari) – 10 g, qora zira (mevalari) – 10 g, olxasimon frangula (po'stlog'i) – 20 g, qalampir yalpiz (barglari) – 20 g, oddiy bo'yodoron (o'ti) – 20 g, kichik tillabosh (o'ti) – 20 g.

Gepatitlarda axlatni nazorat qiluvchi vosita sifatida kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 1/3 - 1/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

2. Olxasimon frangula (po'stlog'i) – 15 g, bargli meni – antes (barglari) – 15 g, sariq yerbaho (ildizi) – 15 g, katta qoncho'p (o'ti) – 15 g, qoqio't (ildizi) – 20 g, qalampir yalpiz (barglari) – 15 g.

Gepatitlarda axlatning doimiy me'yorini ushlab turish uchun kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 1/2 - 3/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

3. Teshik dalachoy (o'ti) – 10 g, oddiy dastarbosh (gullari) – 10 g, oddiy bo'yodoron (o'ti) – 10 g, moychechak (gullari) – 10 g, qariqiz (ildizi) – 10 g, na'matak (mevalari) – 10 g, dorivor mavrak (o'ti) – 10 g, baland bo'yli qora andiz (ildizi) – 10 g, qush toron (o'ti) – 10 g, uch bo'limli qoraqiz (o'ti) – 10 g.

Surunkali hepatitlarda va jigar sirrozlarida kuniga 3 marta ovqatdan 30 daqiqa oldin 1/3 - 1/2 stakandan damlama yoki qaynatma ko'rinishida qabul qilinadi.

#### **Buyrak va siydik chiqarish yo'llarining yallig'lanish kasalliklarida:**

1. Dorivor tirnoqqul (gullari) – 20 g, ikki uyli gazanda (o'ti) – 10 g, dala ononisi (ildizi) - 15 g, bo'yodoron (o'ti) – 20 g, oddiy fenxel (mevalari) – 10 g, dala qirqbo'g'imi (o'ti) – 10 g, oq qayin (barglari) – 15 g.

Buyrak va siydik chiqarish yo'llari surunkali yallig'lanish kasalliklarida siydik haydovchi va yallig'lanishga qarshi vosita sifatida kuniga 3 - 4 marta 1/3 - 1/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

2. Dala qirqbo'g'imi (o'ti) – 30 g, tik o'suvchi g'oz panja (yer ustki qismi) – 30 g, zubtutum (barglari) – 40 g.

Buyrak va siydik chiqarish yo'llari yallig'lanish kasalliklarida 2/3 - 3/4 stakandan kechasiga iliq ko'rinishda qabul qilinadi.

3. Qora marjondaraxt (gullari) – 25 g, teshik dalachoy (o'ti) – 25 g, moychechak (gullari) - 25 g, yuraksimon jo'ka (gullari) – 25 g.

Buyrak va siydik chiqarish yo'llari yallig'lanish kasalliklarida 1-2 stakandan iliq ko'rinishda damlama qabul qilinadi.

4. Oq qayin (barglari) – 15 g, brusnika (barglari) – 15 g, yer choy (o'ti) – 10 g, qizilmiya (ildizi) – 15 g, teshik dalachoy (o'ti) – 15 g, moychechak (gullari) – 15 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 15 g.

Siydik chiqarish yo'llarining yallig'lanish kasalliklarida kuniga 3-4 marta 1/3 - 1/2 stakandan damlama qabul qilinadi.

5. Na'matak (mevalari) – 25 g, dala ononisi (ildizi) – 25 g, bahorgi adonis (o'ti) - 25 g, oddiy archa (mevalari) – 25 g.

Diuretik va yallig'lanishga qarshi vosita sifatida kuniga 3 marta iliq holda 1/2 - 1/3 stakandan qabul qilinadi.

#### **Surunkali glomerulonefrit va surunkali piyelonefritda:**

1. Yerchoy (o'ti) – 15 g, zubtutum (barglari) – 15 g, qirqbo'g'im (o'ti) - 10 g, bo'yodoron (o'ti) – 10 g, tirnoqgul (gullari) – 20 g, uch bo'lakli qoraqiz (o'ti) – 15 g, na'matak (mevalari) – 15 g.

Surunkali glomerulonefritda kuniga 3-4 marta 1/4 - 1/3 stakandan damlama qabul qilinadi.

2. Yerchoy (o'ti) – 15 g, zubtutum (barglari) – 15 g, dala qirqbo'g'imi (o'ti) – 10 g, bo'yodoron (o'ti) – 15 g, ikki uyli gazanda (barglari) – 15 g, dorivor tirnoqgul (gullari) – 15 g, uch bo'lakli qoraqiz (o'ti) – 15 g.

Surunkali glomerulonefritning gematurik shaklida kuniga 3-4 marta 1/4 - 1/3 stakandan damlama qabul qilinadi. ~

3. Yer choy (o'ti) – 20 g, toloknyanka (barglari) – 10 g, qirqbo'g'im - 10 g, qizilmiya (ildizi) – 15 g, tirnoqgul (gullari) – 15 g, moychechak (gullari) – 15 g, zubtutum (barglari) – 15 g.

Surunkali piyelonefritda kuniga 3-4 marta 1/4 - 1/3 stakandan damlama qabul qilinadi.

4. Zig'ir urug'i – 40 g, dala onosi (ildizi) – 30 g, oq qayin (barglari) – 30 g.

Piyelonefritda kun davomida bir necha marta 1/3 - 1/4 stakandan damlama qabul qilinadi.

5. O'rmon qulupnayi (barglari) – 10 g, ikki uyli gazanda (barglari) – 20 g, oq qayin (barglari) – 20 g, zig'ir urug'i - 50 g.

Piyelonefritda kun davomida bir necha marta iliq shaklda 1-2 stakandan damlama qabul qilinadi.

**Siydik – tosh kasalliklarida:**

1. Arpabodiyon (mevalari) – 10 g, petrushka (o'ti) – 20 g, ochambiti (o'ti) – 10 g, archa (mevalari) – 15 g, toloknyanka (barglari) – 15 g, dala ononisi (ildizi) – 15 g, qoqio't (ildizi) – 15 g.

Siydik – tosh kasalliklarida kuniga 2-3 marta iliq shaklda 1/2 - 1/3 stakandan qaynatma qabul qilinadi.

2. Na'matak (mevalari) – 20 g, archa (mevalari) – 20 g, oq qayin (barglari) – 20 g, ro'yan (ildizi) – 40 g.

Siydik-tosh kasalliklarida siydik haydovchi vosita sifatida kuniga 3 marta 1/3 - 1/4 stakandan damlama ho'plab ichiladi.

3. Ro'yan (ildizi) – 20 g, dala ononisi (o'ti) – 15 g, oq qayin (barglari) – 10 g, yerchoy (o'ti) – 15 g, qirqbo'g'im (o'ti) – 10 g, moychechak (gullari) – 15 g, ukrop (urug'i) – 15 g.

4. Ikki uyli gazanda (barglari) – 20 g, botqoq igiri (yer ustki qismi) – 15 g, qalampir yalpiz (barglari) – 10 g, qirqbo'g'im (o'ti) – 15 g, qora marjon daraxt (gullari) – 10 g, oddiy archa (mevalari) – 15, na'matak (mevalari) – 15 g.

Siydik-tosh kasalliklarida kuniga 2-3 marta iliq holda 1/2 - 1/3 stakandan qaynatma qabul qilinadi.

5. Ro'yan (ildizi) – 30 g, dala ononisi (ildizi) – 20 g, zig'ir urug'i – 50 g.

Siydik-tosh kasalliklarida kechasiga iliq holda 1 stakandan damlama qabul qilinadi.

6. Oq qayin (barglari) – 20 g, dala ononisi (ildizi) – 20 g, archa (mevalari) – 20 g, katta qoncho'p (o'ti) – 20 g, tik o'suvchi g'ozpanja (o'ti) – 20 g.

Siydik pufagi va siydik yo'lida tosh bo'lganda iliq holda kechasiga 1 stakandan damlama qabul qilinadi.



## Shifobaxsh o‘simliklarning davolovchi xususiyatlari

**Adaptogen, immunostimulyatsiyalovchi:** o‘rmon qulupnayi, oddiy anjir, oq boshli karam, oddiy klyukva, ikki uyli gazanda, xitoy limonnigi, limonut, chakkanda, dorivor qoqio‘t, yong‘oq, egiluvchan sallagul, oddiy chetan, qaraqat, Sharq xurmosi, chernika, ismaloq.

**Antirevmatik:** zaharli parpi, oddiy rayhon, oddiy zirk, oq qayusnika, sanchiqo‘t, oddiy tizimgul, gesper (tungi binafsha), oddiy olcha, iloncho‘p, yorongul, gajak o‘t, haqiqiy kardamon, oddiy klyukva, oddiy quyonquyruq, qo‘ng‘ir ilonpechak, archa, sabzi, qizil qalampir munchoq, turp, oddiy oyboldirg‘on, uch bo‘lakli qoraqiz.

**Antiseptik (yiringlashga qarshi):** adiantum venerin, tog‘ arnikasi, oddiy paxtatikan, oddiy oyboltirg‘on, ilonsimon toron, qariqiz, ikki bargli tungul, dorivor qoqio‘t, yong‘oq, dala qirqbo‘g‘imi, uch bo‘lakli qoraqiz, oq lamium.

**Antitoksik:** belladonna, dorivor valeriana, qo‘ypechak, dorivor qashqarbeda, limon, qariqiz, malina, dorivor qoqio‘t, semizo‘t, oddiy exium, oddiy snit, ural qizilmiyasi, oddiy sachratqi, xitoy choy butasi, uch bo‘lakli qoraqiz, sarimsoq, may na‘matagi, otquloq, solab.

**Og‘riq qoldiruvchi:** amerika agavasi, botqoq igiri, oq-gunafsha parpi, botqoq ledumi, kuzgi savrinjon, mingdevona, oddiy paxtatikan, oddiy oyboltirg‘on, dorivor valeriana, sanchiqo‘t, oddiy tizimgul, oddiy suvyig‘ar, anor, dorivor shotara, teshik dalachoy, kashnich, sariq nilufar, ko‘knori, dorivor limono‘t, oddiy bodom, qalampir yalpiz, moychechak, dumaloq bargli rosyanka, oddiy qarag‘ay, qora zira, bo‘ymodoron, oddiy qulmoq, katta qoncho‘p.

**Bronxolitik:** o‘rik, amerika agavasi, dorivor gulxayri, tog‘ arnikasi, alp astrasi, botqoq ledumi, qalin bargli bergeniya, brusnika, dorivor qoraqayin, dorivor burachnik, dorivor veronika, tok, dorivor volovik, sariq yerbaxo, baland bo‘yli qora andiz, dorivor qashqarbeda, oddiy tog‘rayhon, qarag‘ay, yasmin butasi, teshik dalachoy, anjir, tirnoqgul, sebarga, lanset kadopsis, past bo‘yli kozeles, Yevropa kopiteni, ekma kashnich, oddiy sigirquyruq, ikki uyli gazanda, qichituvchi gazanda, sibir tilog‘ochi, emanzor yormasi, lobeliya, boshpiyoz, ikki bargli tungul, malina, yapon mandarini, ko‘ka, dorivor medunisa, oddiy bodom, krovel molodilo, kakkumox, dorivor yersovun, qalampir yalpiz, nastursiya, nayzasimon g‘o‘ra, zag‘chako‘z, navro‘zgul, sallagul,

kungaboqar, ermon, tugmachagul, prostrel lugovoy, oddiy sariq choy, javdar, moychechak, dumaloq bargli rosyanka, zangori polemonium, ural qizilmiyasi, oddiy qarag'ay, serpoya o'simlik, alp termopsisi, oddiy bo'yodoron, oddiy fenxel, itburun, kapalakgul, tyuringen xatmasi, dala qirqbo'g'imi, Sharq xurmosi, uch bo'lakli qaraqiz, sarimsoq, dorivor mavrak, yirik bargli qo'ng'iroqgul, edilveysosimon edelveys, efedra, yovvoyi olma.

**Vetrogon (meteorizmda):** botqoq igiri, tog'rayhon, oq tuyoqli gibrid, dorivor valeriana, vanil dorivor qashqarbeda, oddiy rayhon, teshik dalachoy, sibir tilog'ochi, tog'zira, sabzi, dorivor yersovun, oddiy dastarbosh, ermon, dorixona moychechagi, qora zira, oddiy bo'yodoron, xushbo'y ukrop, oddiy fenxel, dorivor mavrak, ismaloq, otquloq, oq tog'turbit.

**Ishtaha ochuvchi:** botqoq igiri, daraxtsimon aloe, shirin apelsin, oddiy zirk, dorivor qoraqayin, dorivor valeriana, dorivor veronika, uzum, oddiy olcha, sariq yerbaho, anor, greypfrut, nok, baland bo'yli qora andiz, oddiy rayhon, dorivor shotira, maymunjon, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, moldava drakosefalyumi, oq boshli karam, tuganakli kartoshka, limon, boshpiyoz, malina, yapon mandarini, ko'ka, dorivor limono't, sabzi, oddiy mushmula, yalpiz, dorivor qoqio't, dala pasternagi, shaftoli, petrushka, oddiy dastarbosh, sallagul, kungaboqar, ermon, oddiy shuvoq, turp, olxo'ri, qizil smorodina, oddiy bo'yodoron, xushbo'y ukrop, oddiy fenxel, oddiy qulmoq, yerqalampir, sachratqi, uch bo'lakli qoraqiz, sarimsoq, za'faron, yovvoyi olma.

**Biriktiruvchi (ich surishga qarshi):** botqoq igiri, dorivor gulxayri, semiz bargli badan, oddiy zirk, gireber brazeniyasi, brusnika, oddiy veresk, oddiy olcha, suvqalampir, yorongul, ilonsimon toron, shirchoy, anor, nok, baland bo'yli qora andiz, oddiy eman, maymunjon, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, oddiy zolotarnik, tuganakli zopnik, oq tol, anjir, tirnoqgul, brodrezak, chegirsimon gulsapsar, soxta kashtan, sariq nilfiya, g'ozpanja, ikki bargli tungul, malina, oddiy manjetka, ko'ka, dorivor medunisa, krovel molodilo, moroshka chalabutasi, oddiy muimula, kulrang olxa, yong'oq, ikki yillik oslinnik, ochambiti, oddiy dastarbosh, chakamiq, tungut rovochi, oddiy sholg'om, dorixona moychechagi, qora smorodina, dala qirqbo'g'imi, tikanli oq karrak, oddiy jambil, bo'yodoron, shumurt, chernika, sarimsoq, dorivor mavrak, may na'matagi, otquloq, soxta otquloq, oq lamium.

**Glistlar chiqaruvchi:** zaharli parpi, manchjur araliyasi, tarvuz, banan, gulidovid, oq qayin, dorivor valeriana, golubika, sariq yerbaho, anor, qora andiz, teshik dalachoy, oq tol, oq boshli karam, Yevropa kapitani, ekma kashnich, limon, sibir tilog'ochi, boshpiyoz, oddiy zig'irak, magnoliya, archa, sutlama, sabzi, oddiy nivyanik, dorivor qoqio't, yong'oq, erkak qirqquloq, oddiy dastarbosh, ermon, shuvoq, ekstrojen shuvoq, serpoya o'simlik, tuya, qovoq, oddiy qulmoq, sarimsoq, katta qoncho'p, otquloq, oq tog'turbit.

**Isitma tushiruvchi:** botqoq igiri, oq-binafsha rang parpi, apelsin, botqoq ledumi, semiz bargli badan, oddiy rayhon, oddiy zirk, oq qayin, brusnika, dorivor burachnik, oddiy veresk, dorivor veronika, tok, olcha, suvqalampir, qo'ypechak, galega, qora andiz, oddiy tog'rayhon, dorivor shotira, maymunjon, qoraqarag'ay, o'rmon qulupnayi, tuganakli zopnik, oq tol, dorivor tirnoqgul, oddiy brodrezak, sebarga, baqa jo'xori, klyukva, Yevropa kopitani, ikki uyli gazanda, qariqiz, oddiy zig'ir, malina, ko'p yillik dastargul, ko'ka, dorivor limono't, archa, moroshka chalabutasi, qalampir yalpiz, dala yalpizi, oddiy nivyanik, oddiy dastarbosh, chakamiq, ermon, sholg'om, dorixona moychechagi, oddiy nastarin, qizil smorodina, qoraqat, oddiy snit, sossyureya, bo'yodoron, kapalakgul, sachratqi, uch bo'limli qoraqiz, sarimsoq, za'faron, oq tog'turbit.

**O't haydovchi:** Amerika agavasi, adiantum venerin, botqoq igiri, daraxtsimon aloe, tarvuz, artishok, oddiy zirk, oq qayin, bo'znoch, oybolting'on, brusnika, tog' qudisi, tizingul, tok, suvyig'ar, qora vodyanika, anor, greypfrut, qora andiz, rus jing'ili, oddiy rayhon, dorivor shotira, qoraqarag'ay, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, tuganakli zopnik, tirnoqgul brodrezak, oq boshli karam, Yevropa kapitani, ekma kashnich, zufo, ikki uyli gazanda, qichitqi gazanda, oddiy krijovnik, sariq nilfiya, oddiy makkajo'xori, to'g'ri turuvchi g'ozpanja, limon, Xitoy limonnigi, boshpiyoz, oddiy zig'ir, ko'ka, archa, sabzi, qalampir yalpiz, bodring, dorivor qoqio't, ochambiti, oddiy dastarbosh, plyushch, chakamiq, ermon, semizo't, tugmachagul, zargo'sh, tangachali rastoropsha, tangut rovochi, turp, oddiy sholg'om, dorivor rozmarin, moychechak, qizil smorodina, oddiy qarag'ay, sarsabil, oddiy qorazira, pomidor, bo'yodoron, xushbo'y ukrop, oddiy fenxel, oddiy fizalis, qirqbo'g'im, oddiy qulmoq, sachratqi, uch bo'lakli qoraqiz, katta qoncho'p, dorivor mavrak, may na'matagi, nordon otquloq, yovvoyi olma, oq lamium.

**Qon to'xtatuvchi:** botqoq igiri, daraxtsimon aloë, shirin apelsin, tarvuz, semiz bargli badan, oddiy zirk, oq qayin, dorivor tog' qudisi, sanchiqo't, tizimgul, dorivor veronika, tok, olcha, oddiy suvyig'ar, suvqalampir, vyunok, rang-barang vyazel, yorongul, chinnigul, shirchoy, qora-andiz, dorivor qashqarbeda, oddiy eman, dudnik, rayhon, maymunjon, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, tuganakli zopnik, oq tol, dorivor tirnoqgul, oddiy brodrezak, soxta kashtan, manchjur kirkazoni, sebarga, Yevropa kopiteni, zufo, ikki uyli gazanda, makkajo'xori, to'g'ri turuvchi g'ozpanja, limon, Xitoy limonnigi, qariqiz, boshpiyoz, malina, ko'p yillik dastargul, dorivor medunisa, dorivor limono't, krovel molodilo, moroshka chala butasi, kakkumox, zag'chako'z, jirg'anak, kulrang olxa, ochambiti, petrushka, oddiy dastarbosh, sallagul, chakamiq, shuvoq, prostrel lugovoy, zargo'sh, turp, dorivor rozmarin, moychechak, chetan, botqoq sabelnigi, qizil smorodina, sossyureya, tikanli dala ononisi, tikanli oq karrak, bo'ymodoron, qirqbo'g'im, xoxlotka, yerqalampir, uch bo'lakli qoraqiz, chernika, sarimsoq, na'matak, otquloq, oq lamium.

**Laktogen:** galega, o'rmon qulupnayi, Yevropa kopiteni, ikki uyli gazanda, kichik krosodnev, sariq nilfiya, qariqiz, oddiy manjetka, sabzi, dorivor qoqio't, turp, qoraqat, qora zira, bo'ymodoron, xushbo'y ukrop, oddiy fenxel.

**Siydik haydovchi:** bahorgi adonis, botqoq igiri, tarvuz, semiz bargli badan, oddiy zirk, gulidovid, oq qayin, bo'znoch, brusnika, marjon daraxt, dorivor burachnik, sanchiqo't, oddiy veresk, gesper (tungi binafsha), tok, olcha, suvyig'ar, dorivor ho'kiz tili, qizil ildizli iloncho'p, qo'ypechak, rang-barang vyazel, galega, amur chinniguli, tomirdori, anor, nok, qora andiz, rayhon, dorivor shotara, qovun, qoraqarag'ay, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, oddiy zolotarnik, anjir, kakao (shokoladli daraxt), tirnoqgul, brodrezak, oq boshli karam, tuganakli kartoshka, sebarga, baqa jo'xori, Yevropa kopiteni, oddiy quyonquyruq, zufo, ikki uyli gazanda, qichitqi gazanda, emanzor yormasi, krijovnik, sariq nilfiya, makkajo'xori, marvaridgul, limon, qariqiz, ko'kpiyoz, boshpiyoz, oddiy zig'ir, malina, oddiy manjetka, dorivor medunisa, archa (barcha turi), botqoq sutlamasi, sabzi, moroshka chala butasi, dorivor sovuno't, nastursiya, oddiy nivyanik, dala bodringi, dorivor qoqi o't, ostrolodochnik, pasternak, ochambiti, navro'zgul, petrushka, chakamiq, semizo't, turp, sholg'om, sariq choy, chetan (hamma turlari), botqoq gulsapsari (iris), lavlagi, senzenochnik, amur nastarini, olxo'ri, qizil

smorodina, qoraqat, oddiy snit, sarsabil, dala ononisi, oq karrak, qora zira, qovoq, xushbo'y ukrop, oddiy fenxel, itburun, kapalakgul, oddiy fizalis, qirqbo'g'im, yerqalampir, Sharq xurmosi, sachratqi, Xitoy choy butasi, uch bo'lakli qoraqiz, chernika, sarimsoq, tog' qudisi, na'matak, ismaloq, yovvoyi olma, oq lamium.

**Nari suruvchi:** botqoq igiri, daraxtsimon aloe, dorivor gulxayri, tog'rayhon, oddiy zirk, belladonna, burachnik, suvyig'ar, qo'ypechak, tikandaraxt, jeffersoniya, maymunjon, teshik dalachoy, dorivor tirnoqgul, oq boshli karam, tunganakli kartoshka, arktika knyajenikasi, ovknyajigi, tikka turuvchi g'ozpanja, limono't, yalpiz, moychechak, bo'ymodoron, tyurengen xatmasi, xoxlatka, dorivor mavrak, na'matak, yirik bargli qo'ng'iroqgul.

**Umumiy mustahkamlovchi:** o'rik, dala artishogi, botqoq ledumi, brusnika, sariq yerbaho, qora andiz, rayhon, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, oq boshli karam, baqa jo'xori, ikki uyli gazanda, Xitoy limoni, qariqiz, boshpiyoz, magnoliya, yapon mandarini, dorivor medunisa, yalpiz jirg'anak, bodring, pasternak, ochambiti, qizil qalampir, petrushka, shuvoq, turup, oddiy chetan, qoraqat, qora zira, pomidor, xushbo'y ukrop, yerqalampir, sachratqi, chernika, sarimsoq, duar na'matagi, oq lamium.

**Balg'am ko'chiruvchi:** o'rik, botqoq igiri, dorivor gulxayri, botqoq ledumi, bo'znoch, dorivor tog' qudisi, dorivor veronika, tok, olcha, oddiy suvyig'ar, anor, nok, qora andiz, qashqarbeda, rayhon, o'rmon qulupnayi, tunganakli zopnik, anjir, dorivor issop, oddiy brodrezak, oq boshli karam, sebarga, oddiy klyukva, Yevropa kopiteni, oddiy quyonquyruq, ikki uyli gazanda, qichitqi gazanda, sibir tilog'ochi, boshpiyoz, ko'knori, malina, yapon mandarini, oddiy manjetka, ko'p yillik dastargul, ko'ka, dorivor medunisa, oddiy bodom, sabzi, yalpiz, zag'chako'z, oddiy nivyanik, bodring, dorivor qoqio't, pasternak, navro'zgul, turp, javdar, zangori polemonium, oddiy exium, qoraqat, oddiy qarag'ay, oddiy jambil, qora zira, oddiy fenxel, kapalakgul, yerqalampir, uch bo'lakli qoraqiz, sarimsoq, za'faron, may na'matagi, yovvoyi olma, oq lamium, solab.

**Avitaminoz va gipovitaminozlarda qo'llanuvchi:** o'rik, botqoq igiri, aktinidiya kolomikta, shirin apelsin, oq qayin, dorivor burachnik, oddiy tizimgul, qora vodyanika, golubika, anor, greypfrut, dorivor shotara, qovun, maymunjon, qoraqarag'ay, o'rmon qulupnayi (barcha turi), oddiy

brodrezak, oddiy klyukva, arktika knyajenikasi, ikki uyli gazanda, limon, Xitoy limonnigi, sibir tilog'ochi, qariqiz, boshpiyoz, malina, yapon mandarini, dorivor medunisa, sabzi, pastak moroshka, mandarin, katta nastursiya, jirg'anak, dorivor qoqio't, yong'oq, pasternak, ochambiti, navro'zgul, shaftoli, petrushka, semizo't, marjon bargli chetan, oddiy chetan, lavlagi, qizil smorodina, qoraqat, oddiy snit, oddiy qarag'ay, pomidor, oddiy qulmoq, yerqalampir, shumurt, sarimsoq, daur na'matagi, may na'matagi, ismaloq, otquloq, yovvoyi olma.

**Gipertoniya kasalliklarida qo'llanuvchi:** o'rik, avokado, qora mevali aroniya, banan, oddiy zirk, kichik bo'rigul, dorivor tog' qudisi, tok, greypfrut, qora andiz, dorivor qashqarbeda, dorivor shotara, maymunjon, o'rmon qulupnayi, dorivor tirnoqgul, oddiy brodrezak, baqa jo'xori, Yevropa kopiteni, oddiy krijovnik, makkajo'xori, boshpiyoz, magnoliya, dorivor limono't, katta nastursiya, jirg'anak, bodring, ochambiti, ermon, shuvoq, arslonquyruq, chetan, lavlagi, qizil smorodina, xushbo'y ukrop, loviya, oddiy fizalis, qirqbo'g'im, uch bo'lakli qoraqiz, sarimsoq, ismaloq, yovvoyi, olma.

**Gipotoniya kasalliklarida qo'llanuvchi:** manchjuriya araliyasi, bo'znoch, dorivor tog' qudisi, tok, kakao (shokolad daraxt), Yevropa kopiteni, Xitoy limonnigi, oddiy morodovnik, oddiy dastarbosh, pushti rodiola, dorivor rozmarin, oq karrak, qovoq, Xitoy choy butasi, efedra.

**Semirishda qo'llanuvchi:** brusnika, qiziltasma, o'rmon qulupnayi, oq boshli karam, makkajo'xori, ko'k piyoz, sabzi, bodring, dorivor qoqio't, petrushka, turup, lavlagi, qoraqat, qovoq, xushbo'y ukrop, yerqalampir, Sharq xurmosi, sachratqi, chernika, sarimsoq, otquloq, yovvoyi olma.

**Yurak-tomir kasalliklarida qo'llanuvchi:** bahorgi adonis, tarvuz, dala artishogi, baqlajon, oddiy zirk, oq qayin, qizil do'lana, o'rik, dorivor tog' qudisi, dorivor valeriana, oddiy veresk, tok, rang-barang vyazel, qiziltasma, mushuko't, qora andiz, dorivor shotara, qovun, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, oq tol, anjir, dorivor tirnoqgul, brodrezak, oq boshli karam, Yevropa kopiteni, ikki uyli gazanda, makkajo'xori, marvaridgul, xitoy limmonligi, lobeliya, magnoliya, ikki bargli maynik, ko'ka, dorivor medunisa, dorivor limono't, oddiy bodom, sabzi, kavkaz moroznigi, yalpiz, angishonagul, bodring, ostrolodochnik, pasternak, ochambiti, navro'zgul, pertushka, dastarbosh, arslonquyruq, turup, sariq choy, dorivor rozmarin, oddiy chetan, lavlagi, selezenochnik, sarsabil, tikanli oq karrak, pomidor, qovoq, bo'yodoron, xushbo'y ukrop, oddiy

fizalis, oddiy qulmoq, yerqalampir, Sharq xurmosi, sachratqi, Xitoy choy butasi, uch bo'lakli qoraqiz, chernika, sarimsoq, za'faron, yovvoyi olma.

**Allergiyaga qarshi:** dala artishogi, oq qayin, qiziltasma, oddiy brodrezak, ikki uyli gazanda, jirg'anak, bodring, dorivor qoqio't, paxmoqqulli zubturum, ural qizilmiyasi, sarsabil, G'arb tuyasi, xushbo'y ukrop, qirqbo'g'im, sachratqi, uch bo'limli qoraqiz, chernika, otquloq, efedra, oq lamium.

**Aterosklerozga qarshi:** o'rik, tarvuz, dala artishogi, baqlajon, banan, oq qayin, dorivor tog' qudisi, maymunjon, o'rmon qulupnayi, oq boshli karam, makkajo'xori, boshpiyoz, oddiy manjetka, sabzi, jirg'anak, bodring, dorivor qoqio't, kungaboqar, turup, oddiy chetan, lavlagi, olxo'ri, qoraqat, dorixona sarsabili, pomidor, qovoq, xushbo'y ukrop, oddiy loviya, feyxo, oq zira, kapalakgul, yerqalampir, Sharq xurmosi, sachratqi, Xitoy choy butasi, chernika, sarimsoq, may na'matagi.

**Yallig'lanishga qarshi:** daraxtsimon aloe, dorivor gulxayri, tarvuz, botqoq ledumi, semiz bargli badan, oddiy zirk, oq qayin, dorivor burachnik, oddiy tizimgul, oddiy veresk, dorivor veronika, tok, suvqalampir, chinnigul, yorongul, qiziltasma, anor, qora andiz, oddiy eman, tog'rayhon, maymunjon, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, tuganakli zopnik, oq tol, anjir, dorivor issop, dorivor tirnoqgul, oddiy brodrezak, oq boshli karam, tuganakli kartoshka, soxta kashtan, searga, ikki uyli gazanda, marvaridgul, to'g'ri turuvchi g'ozpanja, limon, qariqiz, boshpiyoz, oddiy zig'ir, ikki bargli lyubka, malina oddiy manjetka, ko'p yillik dastargul, ko'ka, dorivor medunisa, krovel molodilo, sabzi, past bo'yli moroshka, yalpiz, zog'chako'z, oddiy nivyanik, jirg'anak, bodring, kulrang olxa, yong'oq, qirqquloq, petrushka, oddiy dastarbosh, oddiy plyushch, chakamiq, qungaboqar, ermon, semizo't, prostel lugavoy, tangut rovochi, turup, sholg'om, sariq choy, moychechak, qirqmabarg, oddiy chetan, lavlagi, tojdor serpuva, qizil smorodina, qoraqat, oddiy snit, oddiy qarag'ay, sarsabil, tikanli ononis, G'arb tuyasi, qovoq, bo'yodoron, kapalakgul, oddiy fizalis, qirqbo'g'im, oddiy qulmoq, sachratqi, uch bo'lakali qoraqiz, chernika, sarimsoq dorivor mavrak, may na'matagi, ismaloq, otquloq, yovvoyi olma, oq lamium.

**Gemorroymga qarshi:** oddiy zirk, tok, olcha, suvqalampir, chalega, shirchoy, chinnigul, qora andiz, oddiy eman, dorivor shotara, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, tuganakli zopnik, soxta kashtan, ekma kashnich, oddiy quyonquyruq, zufo, ikki uyli gazanda, qichitqi gazanda,

tikka o'suvchi g'ozpanja, oq yalponquloq olabuta, limon, qariqiz, boshpiyoz, oddiy zig'ir, oddiy manjetka, ko'p yillik dastargul, dorivor medunisa, krovel molodilo, sabzi, oddiy nivyanik, dorivor qoqio't, ochitok yedkiy, qirqquloq, zubturum, tangali rastoropsha, tojdor serpuxa, ural qizilmiyasi, dala ononisi, oq karrak, bo'yodoron, qirqbo'g'im, sachratqi, chernika, bahorgi chistyak, nordon, otquloq, dorivor otquloq, oq lamium.

**Diabetga qarshi:** manchjur araliyasi, tarvuz, qora mevali aroniya, dala artishogi, oddiy zirk, bo'znoch, dorivor valeriana, galega, gleniya, dala no'xoti, o'rmon qulupnayi, oddiy brodrezak, oq boshli karam, ikki uyli gazanda, makkajo'xori, dafna daraxti, qariqiz, boshpiyoz, oddiy manjetka, sabzi, yalpiz, bodring, dorivor qoqio't, yong'oq, pasternak, navro'zgul, ural qizilmiyasi, yer noki, oddiy loviya, oddiy fizalis, qirqbo'g'im, yerqalampir, sachratqi, chernika, ikki uyli gazanda otquloq, oq lamium.

**Mikroblarga qarshi:** botqoq igiri, daraxtsimon aloe, shirin apelsin, botqoq ledumi, semiz bargli badan, bo'rigul, oq qayin, bo'znoch, brusnika, dorivor tog' qudisi, oddiy tizingul, dorivor veronika, tok, olcha, suvqalampir, yorongul, qiziltasma, sariq yerbaho, shirchoy, anor, nok, qora andiz, oddiy eman, rayhon, maymunjon, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, oq tol, anjir, tirnoqgul, oq boshli karam, sebarga, oddiy klyukva, ekma kashnich, ikki uyli gazanda, tikka turuvchi g'ozpanja, limon, sibir tilog'ochi, qariqiz, ko'ka, dorivor medunisa, sabzi, yalpiz, kulrang olxa, yong'oq, dastarbosh, oddiy plyushch, ermon, prostel lugovoy, turup, sholg'om, dorivor rozmarin, moychechak, dumaloq bargli rosyanka, qoraqat, oddiy qarag'ay, oq karrak, oddiy jambil, qorazira, bo'yodoron, kapalakgul, oddiy fizalis, qirqbo'g'im, yerqalampir, oddiy sachratqi, katta qoncho'p, dorivor mavrak, may na'matagi, nordon otquloq, dorivor otquloq, exinaseya, yovvoyi olma.

**O'smalarga qarshi:** botqoq igiri, semiz, bargli badan, mingdevona, Shreber brazeniya, brusnika, dorivor tog' qudisi, dorivor valeriana, oddiy veresk, dorivor ho'kiz tili, qizil ildizli iloncho'p, rang-barang vyazel, yorongul, sariq yerbaho, nok, dorivor shotara, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, anjir, dorivor tirnoqgul, oddiy brodrezak, oq boshli karam, sebarga, ov knyajigi, ikki uyli gazanda, ko'p yillik dastargul, botqoq sutlamasi, sabzi, past bo'yl moroshka, jirg'anak, bodring, dorivor qoqio't, yong'oq, achchiq semizak, ochambiti, petrushka, oddiy



dastarbosh, sallagul, chakamiq, shuvoq, semizo't, prostel lugovoy, turup, sariq choy, dorixona moychechagi, botqoq gulsapsari, lavlagi, tojdoor serpuxa, qoraqat, oddiy qarag'ay, oq karrak, qovoq, itburun, oddiy qulmoq, binafsha (o'tsimon o'simlik), chernika, sarimsoq, katta qoncho'p, dorivor mavrak, nordon otquloq.

**Tortishishga qarshi:** dafna daraxti, oddiy bodom, shuvoq, shimol prolomnigi, edelveysosimon edelveys.

**Jarohat bitiruvchi:** Amerika agavasi, botqoq igiri, daraxtsimon aloe, shirin apelsin, tog' arnikasi, botqoq ledumi, semiz bargli badan, bo'rigul, gibridli belokopitnik, oq qayin, paxtatikan, dorivor tog' qudisi, oddiy tizimgul, dorivor veronika, tok suvqalampir, qo'ypechak, yorongul, sariq yerbaho, g'oz piyoz, dorivor qashqarbeda, oddiy eman, rayhon, dorivor shotara, maymunjon, qoraqarag'ay, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, moldaviya drakosefalyumi, tuganakli zopnik, oq tol, dorivor issop, dorivor tirnoqgul, oddiy brodrezak, soxta kashtan, sebarga, baqa jo'xori, gazanda (barcha turlari), to'g'ri turuvchi g'ozpanja, olabo'ta, Xitoy limonnigi, boshpiyoz, oddiy manjetka, ko'ka, dorivor medunisa, sabzi, past bo'yli moroshka, oddiy nivyanik, jirg'anak, yong'oq, qirqquloq, oddiy dastarbosh, oddiy plyushch, chakamiq, kungaboqar, ermon, turup, olxo'ri, oddiy snit, bo'yodoron, loviya, oddiy fizalis, qirqbo'g'im, yerqalampir, sachratqi, uch bo'lakli qoraqiz, sarimsoq, na'matak, otquloq, oq lamium.

**Ichni yumshatuvchi:** daraxtsimon aloe, tarvuz, gibritli belokopitnik (oq tuyoq), brusnika, marjondaraxt, dorivor tog' qudisi, tok, olcha, oddiy suvyig'ar, suvqalampir, oddiy qushqo'nmas, qizil ildizli iloncho'p, qo'ypechak, oddiy tikandaraxt, golubika, sariq yerbaho, dorivor shotara, qovun, maymunjon, o'rmon qulupnayi, anjir, dorivor issop, oddiy brodrezak, oq boshli karam, tuganakli kartoshka, tor bargli sano, past bo'yli galega, Yevropa kopiteni, kashnich, ikki uyli gazanda, qichitqi gazanda, oddiy krijovnik, sibir tilog'ochi, qariqiz, ko'p yillik dastargul, dorivor limono't, bodom, sabzi, oddiy nivyanik, bodring, dorivor qoqio't, yong'oq, navro'zgul, shaftoli, oddiy dastarbosh, kungaboqar, tangut rovochi, turup, javdar, moychechak, oddiy chetan, lavlagi, olxo'ri, qizil smorodina, sarsabil, qora zira, qovoq, kapalakgul, oddiy qulmoq, islandiya setratriyasi, oddiy sachratqi, chernika, sarimsoq, may na'matagi, ismaloq, nordon otquloq, dorivor otquloq, yovvoyi olma.

**Spazmolitik:** bahorgi adonis, botqoq igiri, kuzgi savrinjon, mingdevona, belladonna, dorivor valeriana, oddiy tizimgul, dorivor veronika, oddiy suvyig'ar, dorivor qashqarbeda, rayhon, moldaviya drakosefolyumi, tuganakli zopnik, oddiy brodrezak, soxta kashtan, ikki uyli gazanda, dafna daraxti, dorivor limono't, bodom, archa, yalpiz, oddiy nivyanik, qirqquloq, navro'zgul, petrushka, oddiy dastarbosh, kungaboqar, shuvoq, sarsabil, qora zira, bo'yodoron, xushbo'y ukrop, oddiy qulmoq, chernika, za'faron, oq lamium.

**Quvvat beruvchi:** botqoq igiri, daraxtsimon aloe, qizil do'landa, dorivor burachnik, oddiy tizimgul, tok, qora vodyanika, shirchoy, greypfrut, qora andiz, dorivor issop, sebarga, oddiy krijovnik, Xitoy limonnigi, boshpiyoz, ikki bargli lyubka, sabzi, dorivor qoqio't, kulrang olxa, yong'oq, achchiq semizak, pasternak, oddiy sariq choy, rododendron ledebura, dorivor rozmarin, botqoq gulsapsari, qoraqat, oq karrak, pomidor, aldamchi binafsha, Xitoy choy butasi, sarimsoq, na'matak, solab.

**Tinchlantiruvchi:** bahorgi adonis, botqoq igiri, tog' arnikasi, botqoq ledumi, oddiy zirk, bo'znoch, oyboltirg'on, qizil do'landa, tog' qudisi, dorivor burachnik, dorivor valeriana, vanil, oddiy veresk, dorivor veronika, qora vodyanika, suvqalampir, shirchoy, qora andiz, qashqarbeda, rayhon, qovun, teshik dalachoy, o'rmon qulupnayi, moldaviya drakosefalyumi, oq tol, maymunjon, brodrezak, sebarga, dorivor tirnoqgul, Yevropa kopiteni, oddiy quyonquyruq, sariq nilfiya, marvaridgul, olabo'ta, limon, Xitoy limonnigi, o'rmon ko'knori, uyqu ko'knor, limono't, krovel molodilo, sabzi, qalampir yalpiz, dala yalpizi, oddiy nevyanik, jirg'anak, bodring, dorivor qoqio't, navro'zgul, qizil qalampir, sallagul, chakamiq, shuvoq, shimoliy prolomnik, pushti rodiola, moychechak, hidli ruta, turup, tojdor serpuxa, zangori polemonium, qoraqat, oddiy snit, sarsabil, katta serpoya o'simlik, oq karrak, qora zira, xushbo'y ukrop, oddiy qulmoq, Sharq xurmosi, sachratqi, daur na'matagi, may na'matagi, uch bo'lakli qoraqiz, za'faron, ismalog, oq lamium.

## **Shifobaxsh o'simliklarni qo'llash mumkin bo'lmagan holatlar va ularning nojo'ya ta'siri**

**Dorivor Safroo't.** Yuqori dozada qabul qilish tutib bo'lmaydigan kuchli qayt qilishga olib keladi.

**Bahorgi Adonis** – zaharli o'simlik. Dozirovkaga rioya qilish lozim.

**Oddiy Igir** (ildizi). Aloe preparatlarini qabul qilish kichik chanoq a'zolariga qon quyilishini keltirib chiqaradi. Jigar va o't pufagi kasalliklari, bachadondan qon ketishi, bavirusil, sistit va homiladorlikda mumkin emas.

**Manchjur araliyasi.** Gipertoniya, uyqusizlik, asab ta'sirchanligi yuqori bo'lganda araliyadan tayyorlangan preparatlardan qochish zarur.

**Tog' Arnikasi** – zaharli o'simlik. Aniq dozirovkaga rioya qilish kerak.

**Botqoq ledumi** – zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda katta ehtiyotkorlik talab qilinadi, negaki noto'g'ri dozirovka oshqozon ichak trakti shilliq qavatining yallig'lanishiga olib kelishi mumkin.

**Bo'rigul** – zaharli o'simlik. Aniq dozirovkaga rioya qilish kerak.

**Oddiy Arpabodiyon** – xomi fotodermit va kontaktli dermatitga olib kelishi mumkin.

**Mingdevona** – o'ta zaharli o'simlik. Aniq dozirovkaga rioya qilish lozim.

**Serbuqoq qayin** – buyrakning ta'sirlantiruvchi harakatiga qarab qayin kurtaklari damlama, qaynatma va tindirmasi shifokor nazorati ostida siydik haydovchi vositasi sifatida ishlatishga yo'l qo'yiladi.

**Bo'znoch** – qon bosimini oshiradi. Gipertoniya uzoq qabul qilinmaydi.

**Plyushchimon budra.** Budrani ichga qabul qilish, zaharli o'simlik sifatida, ehtiyotkorlik talab qilinadi. Aniq dozirovka talab qilinadi.

**Valeriana ildizi.** Uzoq vaqt va ko'p miqdorda iste'mol qilish mumkin emas. Bunday holatlarda ovqat hazm qilish a'zolarini zo'riqtiradi, bosh og'rig'i, ko'ngil aynishi, ta'sirlanuvchi holatni keltirib chiqaradi va yurak faoliyatini buzadi.

**Bo'tako'z.** Bo'tako'z tarkibida sian komponentlari bilan kuchli faol birikmalar bo'lishiga qarab, xomligida ishlatishda ehtiyotkor bo'lish zarur.

**Sanchiqo't.** Faqat shifokor ko'rsatmasi bo'yicha qabul qilinadi. Zaharli o'simlik.

**Achchiq toron**, ilonsimon toron, qush toron – kuchli qon ivituvchi vosita. Tromboflebir bilan kasallangan bemorlar qabul qilishi mumkin emas.

**Anor (mevalari)**. Sharbatiga albatta suv qo‘shib ichiladi, negaki sharbat tarkibida ko‘plab turli xildagi kislotalar mavjud, ular esa oshqozonni ta’sirlantiradi va tishlar emal qavatini yemiradi.

**Tekis grijnik** – unutmashlik zarurki, grijnik bu zaharli o‘simlikdir va uni ko‘p miqdorda qo‘llash zaharlanishga olib keladi.

**Dorivor qora andiz** – uzoq vaqt qabul qilganda va doza oshib ketganda bosh aylanishi, bosh og‘rig‘i, ko‘ngil aynishi, qayt qilish, uyqusizlik, ba’zan jigarining zararlanishi, qon quyilishi (teri ostiga, muskullarga, ichki a’zolariga) va hatto markaziy nerv tizimi falajini keltirib chiqaradi.

**Dok**. Katta miqdorda qabul qilganda, niktin bilan zararlanganga o‘xshash zaharlanish mumkin. Bu esa o‘simlikni ishlatishda ehtiyotkorlikni talab qiladi.

**Oddiy bangidevona** – zaharli o‘simlik. Ichga qabul qilinmaydi.

**Oddiy qo‘ytikan**. Zaharli o‘simlik. Aniq dozirovkaga rioya qilish kerak.

**Oddiy tog‘rayhon**. Homiladorlikda qabul qilinmaydi, chunki abortiv ta’sir ko‘rsatadi.

**Dorivor shotara**. Zaharli o‘simlik. Ichga qabul qilishda katta ehtiyotkorlik talab qilinadi.

**Jenshen (ildizi)** – faqat sovuq vaqtda qo‘llanadi. Jenshenni uzoq va katta dozada qabul qilish quyidagi salbiy holatlarga olib keladi: uyqusizlik, yurak urishi, bosh og‘rig‘i, yurakdagi og‘riq, jinsiy potensiyaning pasayishi va boshqalar.

**Isfara** – zaharli o‘simlik. Ichga qabul qilish katta ehtiyotkorlik talab qiladi.

**Tog‘ jumurti** – chidab bo‘lmas ko‘ngil aynishi va qayt qilishning paydo bo‘lishi, shu bilan bog‘liqlik, ya’ni emodin ovqat hazm qilish trakti shilliq qavatini ta’sirlaydi. Teshik dalachoy - zaharli o‘simlik. Ichga qabul qilishda katta ehtiyotkorlik talab qiladi. Uzoq vaqt qabul qilinganda qon tomirlar torayishi va qon bosimining oshishini keltirib chiqaradi.

**Yer tuti**. Unutmashlik kerakki, alohida kishilarda yer tutiga nisbatan yuqori ta’sirchanlik borligi aniqlanadi, bu esa ularda eshak emi bilan kuzatiladigan allergik kasallikni keltirib chiqaradi. Bunday hollarda yer tutini iste’mol qilish mumkin emas.

**Oltin govron**. Zaharli o‘simlik. Dozirovkaga qat’iy rioya qilish kerak.

**Oddiy brodrezak.** Brodrezak mevalari tarkibida purinlarning yuqoriligi sababli podagra va buyrak kasalliklarida mumkin emas.

**Oddiy kirkazon.** O'simlik zaharlidir, shuning uchun vrach nazorati ostida qabul qilinadi. Homiladorlikda bola tashlashga sabab bo'lishi mumkin.

**Oddiy kislisa.** Zaharli o'simlik, aniq dozirovkaga rioya qilish lozim.

**Yevropa kopiteni.** O'ta zaharli o'simlik sifatida katta ehtiyotkorlik bilan qabul qilish talab etiladi.

**Ikki uyli bo'znoch.** Kuchli qon ivituvchi vosita. Tromboflebitlarda ehtiyotkorlik bilan qo'llash lozim. Yuqori qon bosimida uzoq vaqt qabul qilish tavsiya etilmaydi.

**Gazanda.** Gazandani shifokor maslahatisiz qabul qilish tavsiya etilmaydi. Bu o'simlikdan tayyorlangan preparatlar qon ivishi yuqori, gipertoniya va ateroskleroz kasalligi bo'lgan bemorlarga va shuningdek kista, poliplar va boshqa bachadon o'smalari va uning ortiqlaridan qon ketishida qo'llash mumkin emas.

**Qizil qalampir.** Damlamani ichga qabul qilish og'ir oshqozon-ichak buzilishlarini keltirib chiqarishi mumkin.

**Oddiy yopishqoq.** Me'yor oshganda og'iz qurishi seziladi, yurak tez uradi, o'simlikning barcha turida pirozolidin alkaloidlar konserogen ta'sirga ega bo'ladi. Qarshi ko'rsatmalar: glaukoma, jigar va burak organik kasalliklari.

**Rombasimon yopishqoq** (tekis bargli). Oxirgi vaqtlarda belgilanganki, yopishqoqning ko'pgina alkaloidlari konserogen ta'sir ko'rsatadi.

**Tog' jumurti** (po'sti). Zaharli o'simlik. Kamida 1 yil quruq joyda yoki 100°S da 1 soat davomida qizdirilgan po'stini ishlatish lozim. Aks holda qobiqni ishlatish zaharlanish havfi bilan bog'liqdir (ko'ngil aynishi, qayt qilish).

**Oq nilfiya.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlik talab qiladi.

**Sariq nilfiya.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlik talab qiladi.

**Makkajo'xori popugi.** Kuchli qon ivituvchi vosita. Qon ivishi yuqori bo'lganda qabul qilinmaydi.

**Yevropa kupolnisasi.** Zaharli o'simlik, ayniqsa ildizi. Qabul qilishda katta ehtiyotkorlik talab etiladi.

**Laminariya.** Buyrak kasalliklarida qabul qilish mumkin emas.

**Marvaridgul.** Zaharli o'simlik. Marvaridgul preparatlarini keskin yurak va tomir organik o'zgarishlarida, o'tkir miokard, endokardit va kuchli ifodalangan kardiosklerozda qo'llash mumkin emas.

**Maxsarsimon lezveya (maraliy ildizi).** Preparat shifokor ko'rsatmasi va nazorati ostida qo'llaniladi. Qon bosimi yuqori bo'lgan kishilar va ko'z tubi kasalliklarida mumkin emas.

**Xitoy limonnigi.** Shifokor ko'rsatmasi va nazorati ostida qo'llaniladi. Nerv ta'sirchanligi va o'ta ta'sirchanlik, uyqusizlik, yuqori qon bosimi, yurak faoliyatining kuchli bo'lishida mumkin emas.

**Boshpiyoz.** Piyoz damlamasi yurak va buyraklari xasta bemorlarga va buyrak kasalliklarida mumkin emas.

**Oddiy zig'irak.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlik va aniq dozirovka talab qilinadi.

**Zirk urug'i.** Xolesistit va geratitga qarshi ko'rsatma hisoblanadi. Va shuningdek uzoq qabul qilish tavsiya etilmaydi.

**Dorivor lyubistok.** Chanoq a'zolari giperemiyasini keltirib chiqarishi mumkin, shuning uchun abort kelib chiqishi havfi borligi uchun homiladorlikda qo'llash mumkin emas.

**Ko'knor (yovvoyi).** Yuqori doza zaharlidir.

**Ro'yan.** U oshqozon shilliq qavatiga ta'sir ko'rsatadi, oshqozon shirasi kislotasini oshiradi. Qarshi ko'rsatmalar: o'tkir va surunkali glomerulonefrit, yara kasalligi, giperacid gastrit (yuqori kislotalikda).

**Oddiy archa.** Archani (rezavori) buyrak o'tkir yallig'lanishida qabul qilish mumkin emas. Rezavorlarini ichga qabul qilish aniq me'yorni talab qiladi va homiladorlikda qo'llash mumkin emas.

**Har qanday turdagi sutlama.** Zaharli o'simlik sifatida sutlamalarni ichga qabul qilish katta ehtiyotkorlik talab qiladi.

**Sabzi.** Yer ustida bo'lgan va yashil rangli ildiz mevalar, ildiz mevalarning yuqori qismi ichga qabul qilinmaydi. Yurak faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

**Dengiz karami (laminariya).** Dengiz karami o'pka sili, buyrak kasalliklari, furunkulyoz, gemorragik diatez, eshakemi, homiladorlikda, yod preparatini qabul qilish mumkin bo'lmaganda qabul qilinmaydi.

**Oddiy yersovun.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlik talab etiladi.

**Dala va o'rmon yalpizi.** Ichga qabul qilish bola tug'ilishi imkonini to'sadi. Bog' va madaniy yalpizga bu taalluqli emas.

**Angishvonagul.** O'ta zaharli o'simlik, biroq bebaho yurak vositasi. Angishvonagulni qo'llash katta ehtiyotkorlik va albatta shifokor nazoratini talab qiladi.

**Periploko.** Pereplosin kuchli toksik birikmadir, uni hatto oz miqdorda qo'llash ham toksik hodisani keltirib chiqarishi mumkin, shuning uchun uni qo'llashda ehtiyotkor bo'lish zarur. Davolash uchun shifokor nazorati ostida qo'llash lozim.

**Dorivor okopnik.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilish ehtiyotkorlik va qat'iy me'yori talab qiladi.

**Oq viskum.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilish ehtiyotkorlikni talab qiladi.

**Yong'oq, funduk yong'oq (o'rmon).** Yong'oq va funduk hamda boshqa yong'oqlar mag'zini ichga qabul qilishda ko'pincha me'yorga rioya qilish lozim, ya'ni uncha ko'p bo'lmagan miqdorda qabul qilinadi, negaki me'yordan sal oshganda ham odamda darhol boshning old qismida bosh og'rig'i boshlanadi. Bu shu bilan izohlanadiki, yong'oq mag'zini qabul qilganda boshning old qismidagi miya tomirlarning spazmi kelib chiqishi mumkin.

**Semizo't.** Zaharli o'simlik. Aniq dozaga rioya qilish kerak. Yangi o't sharbati terining yallig'lanishi va pufakchalar hosil bo'lishini keltirib chiqaradi.

**Qirqquloq.** Kuchli zaharli o'simlik. Qirqquloq preparatlari yurak yetishmovchiligi, jigar, buyrak kasalliklari, oshqozon va 12 barmoq ichak yara kasalliklari, o'tkir oshqozon-ichak kasalliklari, homiladorlikda, keskin ozish, kamqonlik va faol sil kasalliklarida mumkin emas.

**Ituzum.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlikni talab qiladi.

**Ochambiti.** Ochambitidan tayyorlangan preparatlar qon ivishi yuqori bo'lgan odamlarga mumkin emas.

**Oq Abujahl tarvuzi** – ta'kidlash lozimki, bu o'simlik – zaharli. Me'yoridan oshirish qonli ich ketishi va nefritga olib kelishi mumkin.

**Dastarbosh** – Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlik va aniq doza talab qilinadi.

**Oddiy pikulnik** – o'simlik katta miqdorda qabul qilinganida mushaklarning kuchli qaqshashi bilan kechadigan intoksikatsiya belgilari kelib chiqishi mumkin. Zaharlanish belgilari ovqatga shu o'simlik somoni bilan boqilgan hayvonlar, ko'pincha cho'chqa yoki qush go'shtini iste'mol

qilgandan so'ng boshlanishi mumkin. Shikoyatlar intoksikatsiya og'irligiga qarab, uch kundan o'n kungacha cho'zilishi mumkin, keyin o'tib ketadi.

**Sallagul.** O'ta zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda katta ehtiyotkorlik va aniq me'yor talab qilinadi.

**Plyushch.** Zaharli o'simlik. Zaharlanishga olib kelishi mumkin. Ta'sirchanligi o'ta kuchli bo'lgan kishilarda mahsulot bilan aloqa qilinganda dermatit kelib chiqishi mumkin. Ayniqsa, plyushch mevalari toksikdir.

**Ermon.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilish ehtiyotkorlik va aniq dozani talab qiladi. Uzoq vaqt qabul qilishdan qochish kerak. U tomir tortishishi, gallyusinatsiya va hatto ruhiy buzilish holatlarini keltirib chiqarishi mumkin. Ermonni homiladorlik vaqtida qabul qilish man etiladi. Yara kasalliklarida ham qo'llash mumkin emas.

**Shuvoq.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda katta ehtiyotkorlik va albatta shifokor nazorati talab etiladi.

**Ortosifon.** Ichga qabul qilganda, ko'proq suv ichiladi, negaki bu o'simlik organizmdan katta miqdordagi suvni chiqaradi.

**Uyqu o'ti.** O'ta zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda katta ehtiyotkorlik va aniq doza talab qilinadi.

**Pushti rodiola** (oltin ildiz). Aniq dozaga rioya qilish lozim. Me'yoridan oshganda asab tizimi tomonidan uyqusizlik, bosh og'rig'i, yurak urishi, yuqori ta'sirchanlik kabi nojo'ya ta'sir kelib chiqishi mumkin. Shifokor nazorati ostida davo qilinadi. Kuchli ifodalangan asab kasalliklari simptomlarida, miya qobig'i hujayralarining yemirilishi, gipertoniya, ateroskleroz, shuningdek vegetativ-tomir distoniyasidan kelib chiqqan gipotoniya dorini qabul qilish mumkin emas.

**Rovoch.** Tarkibida rovoch bo'lgan preparat qabul qilinganida siydik, sut va ter sariq rangli bo'ladi. Ishqorlar muhiti – qizil rang. Podagra va oksalat toshlari bo'lgan buyrak-tosh kasalligi bilan aziyat chekkan bemorlarga tavsiya etilmaydi. Chunki rovoch rektal venalardan qon quyilishini keltirib chiqarishi mumkin, shuningdek bavo-silda ham qo'llash tavsiya etilmaydi.

**Turup.** Yurak va jigari kasal bo'lgan bemorlar uchun, oshqozon va o'n ikki barmoq ichak yara kasalliklarida, oshqozon-ichak trakti yallig'lanishida turpni ichga qabul qilish mumkin emas.



**Sariq rododendron.** Zaharli o‘simlik. Doza oshirib yuborilganda zaharlanish kelib chiqishi mumkin, zaharlanish belgilari quyidagilar: kuchli so‘lak ajralishi, qayt qilish chaqiriqlari, ovqat hazm qilish trakti yo‘li bo‘yicha kuchli og‘riq, mastlik holati, yurak-tomir tizimi nafas olishning qiyinlashuvi, arterial bosimning pasayishi. Preparatlar siydik chiqarish yo‘lini ta’sirlaydi. Buyrak kasalliklarida mumkin emas.

**Xushbo‘y ruta.** Zaharli o‘simlik, ayniqsa yangisi va u dozada ehtiyotkorlikni talab etadi.

**Oddiy lavlagi.** Lavlagining yangi sharbati qabul qilinganda qon tomirlarning kuchli spazmi kelib chiqadi. Shuning uchun yangi chiqarilgan sharbat zararli uchuvchi fraksiyalar uchib ketishi uchun 2-3 soat turishi kerak. Shundan so‘ng sharbatni qabul qilish mumkin.

**Oddiy nastarin.** Zaharli o‘simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlik talab etiladi.

**Qizilmiya.** Qizilmiya uzoq vaqt qabul qilinganda va ayniqsa karbenokselonni qabul qilgandan keyin yuqori arterial bosim, suyuqlik ajralmasligi oqibatida shishish, jinsiy soha buzilishi – libido, ginekomastiya rivojlanishi, tuk o‘shining cheklanishi yoki yo‘qolishi kuzatiladi.

**Sporinya.** O‘ta zaharli o‘simlik. O‘simlikni qabul qilish juda ehtiyotkorlik va albatta shifokor nazoratini talab etadi.

**Tikanli yoki oddiy oq karrak.** Yuqori qon bosimida qabul qilinmaydi.

**Afsonak.** Zaharli o‘simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlik talab etiladi. Qon tuflashda ichga qabul qilish mumkin emas.

**Oddiy toloknyanka** – uzoq vaqt qabul qilish mumkin emas! Ba’zi mualliflar barglaridan qaynatma shaklida foydalanishni tavsiya qilmaydilar, negaki u oshqozon-ichak trakti shilliq qavatini ta’sirlaydi.

**Bo‘ymodoron.** Zaharli o‘simlik. Bo‘ymodoronning barcha ko‘rinishi ichga qabul qilish, zaharli o‘simlik sifatida ehtiyotkorlik talab etadi. Uzoq vaqt qabul qilish va me’yordan oshirish bosh aylanishi va teri toshmalarini keltirib chiqaradi. Aniq dozaga rioya qilish kerak.

**Kapalakgul,** anyutaning ko‘zlari. Kapalakgulni uzoq vaqt qabul qilish va dozani oshirish qayt qilish, ich ketishi va qichimali toshmalarni keltirib chiqarishi mumkin.

**Oddiy fizalis.** O‘simlik tarkibida toksik moddalar borligini unutmazlik kerak. Mevalarini pufaksimom kosachasiz iste’mol qilish kerak, negaki, ular toksik moddalarga ega.

**Qirqbo'g'im.** Zaharli o'simlik, o'tkir buyrak yallig'lanishida mumkin emas, hatto ozgina ta'sirda ham ichga qabul qilishda aniq doza talab qilinadi.

**Qulmoq.** Zaharli o'simlik. Aniq dozani talab qiladi, ichga qabul qilishda dozani oshirmaslik lozim.

**Yerqalampir.** Yerqalampirni katta miqdorda ichga qabul qilishdan saqlanish lozim.

**Xitoy choyi.** Choyni haddan tashqari ko'p iste'mol qilish ta'sirchanlikning oshishiga olib kelishi mumkin. Achchiq choy yurak kasalliklari, yara kasalliklari va nevrozda mumkin emas.

**Morolquloq.** Morolquloq va undan tayyorlanadigan barcha preparatlar o'ta zaharlidir. Morolquloq tashqi qo'llanganda og'ir, hatto o'limga olib keluvchi zaharlanish keltirib chiqarishi mumkin.

**Oddiy shumurt.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlik talab etiladi (asosan po'sti, mevalari, barglari).

**Qoratomir.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilish va ayniqsa dozada katta ehtiyotkorlik talab etiladi.

**Sarimsoq.** Kasallikdan holsizlangan bemorlar, qoni ko'p kishilar va homilador ayollarga iste'mol qilish mumkin emas.

**Chastes.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilishda ehtiyotkorlik talab etiladi.

**Katta qoncho'p.** O'simlikning barcha qismi, ayniqsa ildizi zaharlidir. Ichga qabul qilish juda katta ehtiyotkorlik va aniq dozani talab qiladi. Faqat shifokor nazorati ostida qabul qilish lozim. Haddan tashqari ko'p va uzoq vaqt qabul qilish ko'ngil aynishi, qayt qilish, ich ketishi, nafas olish markazining zararlanishini keltirib chiqaradi.

**Na'matak.** Na'matak damlamasini ichga qabul qilgandan so'ng albatta og'izni iliq suv yoki sodali suv bilan chayqash lozim. Damlama tarkibidagi kislotalar tish emal qavatini yemirishi mumkin.

**Otquloq.** Turin moddalar va otquloq kislotasiga ega. Tuz almashuv buzilishi (revmatizm, podagra) va ular bilan bog'liq bo'lgan kasalliklar, ichak yallig'lanishi va sil kasalliklarida tavsiya etilmaydi.

**Efedra.** Zaharli o'simlik. Gipertoniya kasalliklari, ateroskleroz, yurakning og'ir organik kasalliklari va uyqusizlikda ichga qabul qilish ehtiyotkorlik talab etadi.

**Shumtol.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilish ehtiyotkorlik talab etadi.

**Tog' turbit.** Ayniqsa gullayotgan vaqtda o'simlikka tegishda, kuyishga o'xshash og'riqli va qiyin bituvchi, terining og'ir zararlanishi kelib chiqishi

mumkin. Tog' turbit efir moyi parlaridan ingalyatsiya qilishda zaharlanish kelib chiqarishi isbotlangan.

**Qizil tomir.** Zaharli o'simlik. Ichga qabul qilish katta ehtiyotkorlik talab etadi, me'yordan oshganda qayt qilish, bosh og'rig'i, bosh aylanishi va hatto o'lim holati ham kuzatiladi.

#### **Nazorat savollari**

1. Shifobaxsh o'simliklardan damlamalar qanday tayyorlanadi?
2. Ingalyatsiya aralashmalari va qaynatmalar qanday tayyorlanadi?
3. Nafas olish a'zolari kasalliklarida qo'llanadigan dorivor o'simliklar to'plamini sanab bering.
4. Balg'am ko'chiruvchi to'plamlar.
5. Bronxial astma va ko'kyo'talda dorivor o'simliklar to'plami.
6. Yurak-tomir kasalliklarida dorivor o'simliklar to'plami.
7. Oshqozon va o'n ikki barmoq ichak yara kasalligida dorivor o'simliklar to'plami.
8. Buyrak va siydik yo'li kasalliklarida dorivor o'simliklar to'plami.

## Akupunktur nuqtalarning alifbo tartibidagi ko'rsatkichlari

<i>Bay-xuan-shu</i>	V <sub>30</sub>	<i>Da-xe</i>	R <sub>12</sub>
<i>Bay-xuey</i>	T <sub>20</sub>	<i>Da-xen</i>	RP <sub>15</sub>
<i>Bao-xuan</i>	V <sub>53</sub>	<i>Da-szyuy</i>	E <sub>27</sub>
<i>Bi-guan</i>	E <sub>31</sub>	<i>Da-chan-shu</i>	V <sub>25</sub>
<i>Bi-nao</i>	GI <sub>14</sub>	<i>Da-chju</i>	V <sub>11</sub>
<i>Bin-fen</i>	IG <sub>12</sub>	<i>Da-chjuy</i>	T <sub>14</sub>
<i>Bu-lan</i>	R <sub>22</sub>	<i>Da-chjun</i>	R <sub>4</sub>
<i>Bu-jun</i>	E <sub>19</sub>	<i>Day-may</i>	VB <sub>26</sub>
<i>Ben-shen</i>	VB <sub>13</sub>	<i>Dan-shu</i>	V <sub>19</sub>
<i>Vay-guan</i>	TR <sub>5</sub>	<i>Di-u-xuey</i>	VB <sub>42</sub>
<i>Vay-lin</i>	E <sub>26</sub>	<i>Di-san</i>	E <sub>4</sub>
<i>Vay-syu</i>	VB <sub>36</sub>	<i>Di-szi</i>	RP <sub>8</sub>
<i>Van-gu</i>		<i>Du-bi</i>	E <sub>35</sub>
<i>(tou-van-gu)</i>	VB <sub>12</sub>	<i>Du-shu</i>	V <sub>16</sub>
<i>Van-gu</i>	IG <sub>4</sub>	<i>Dui-duan</i>	T <sub>27</sub>
<i>Vey-dao</i>	VB <sub>28</sub>	<i>Yo-men</i>	TR <sub>2</sub>
<i>Vey-san</i>	V <sub>50</sub>	<i>Jan'-gu</i>	R <sub>2</sub>
<i>Vey-chjun</i>	V <sub>40</sub>	<i>Ji-yue</i>	VB <sub>24</sub>
<i>Vey-shu</i>	V <sub>21</sub>	<i>Ju-gen</i>	E <sub>18</sub>
<i>Vey-yan</i>	V <sub>39</sub>	<i>Ju-chjun</i>	E <sub>17</sub>
<i>Ven-lyu</i>	GI <sub>7</sub>	<i>Jen-in</i>	E <sub>9</sub>
<i>Gan-shu</i>	V <sub>18</sub>	<i>Jen-chjun</i>	T <sub>26</sub>
<i>Gao-xuan</i>	V <sub>43</sub>	<i>I-si</i>	V <sub>45</sub>
<i>Guan-min</i>	VB <sub>37</sub>	<i>I-fen</i>	TR <sub>17</sub>
<i>Guan'-men</i>	E <sub>22</sub>	<i>I-she</i>	V <sub>49</sub>
<i>Guan-chun</i>	T <sub>7, 1</sub>	<i>In-syan</i>	GI <sub>20</sub>
<i>Guan-yuan</i>	J <sub>4</sub>	<i>In-chuan</i>	E <sub>16</sub>
<i>Guan-yuan-shu</i>	V <sub>26</sub>	<i>In-bay</i>	RP <sub>1</sub>
<i>Guy-lay</i>	E <sub>29</sub>	<i>In-bao</i>	F <sub>9</sub>
<i>Gun-sun</i>	RP <sub>4</sub>	<i>In-gu</i>	R <sub>10</sub>
<i>Ge-guan</i>	V <sub>46</sub>	<i>In-du</i>	R <sub>19</sub>
<i>Ge-shu</i>	V <sub>17</sub>	<i>In-lin-syuan</i>	RP <sub>9</sub>
<i>Da-bao</i>	RP <sub>21</sub>	<i>In-lyan</i>	F <sub>11</sub>
<i>Da-du</i>	RP <sub>2</sub>	<i>In-men</i>	V <sub>37</sub>
<i>Da-dun</i>	F <sub>1</sub>	<i>In-si</i>	S <sub>6</sub>
<i>Da-in</i>	E <sub>5</sub>	<i>In-tan</i>	H <sub>1</sub>
<i>Da-lin</i>	MS <sub>7</sub>	<i>In-szyao</i>	J <sub>7</sub>

*In-szyao* T<sub>28</sub>  
*In-shi* E<sub>33</sub>  
*Ku-fan* E<sub>14</sub>  
*Kun-szuy* R<sub>6</sub>  
*Kun-lun* V<sub>60</sub>  
*Lao-gun* MS<sub>8</sub>  
*Le-syue* R<sub>7</sub>  
*Li-gou* F<sub>5</sub>  
*Li-duy* E<sub>45</sub>  
*Lin-dao* S<sub>4</sub>  
*Lin-syuy* R<sub>24</sub>  
*Lin-tay* T<sub>10</sub>  
*Lin-si (tou-lin-si)* V<sub>15</sub>  
*Lin-si (szu-lin-si)* VB<sub>41</sub>  
*Lo-syue* V<sub>8</sub>  
*Lou-gu* RP<sub>7</sub>  
*Lu-si* TR<sub>19</sub>  
*Lyan-men* E<sub>21</sub>  
*Lyan-syu* E<sub>34</sub>  
*Lyan-syuan* J<sub>23</sub>  
*Min-men* T<sub>4</sub>  
*Mu-chuan* VB<sub>16</sub>  
*Mey-chun* V<sub>3</sub>  
*Nao-kun* VB<sub>19</sub>  
*Nao-xu* T<sub>17</sub>  
*Nao-xuey* TR<sub>13</sub>  
*Nao-shu* IG<sub>10</sub>  
*Ney-guan* MS<sub>b</sub>  
*Ney-tin* E<sub>44</sub>  
*Pan-guan-shu* V<sub>28</sub>  
*Pi-shu* V<sub>90</sub>  
*Po-xu* U<sub>42</sub>  
*Pu-shen* V<sub>61</sub>  
*Pyan-li* GI<sub>6</sub>  
*San -in-szyao* RP<sub>6</sub>  
*San-li (shou-san-li)* GI<sub>10</sub>  
*San-szyan* GI<sub>3</sub>  
*San-szyao-shu* V<sub>22</sub>  
*San-yan-lo* TR<sub>8</sub>  
*Si-guan* F<sub>7</sub>  
*Si-men* MS<sub>4</sub>

*Sin-xuey* T<sub>22</sub>  
*Sin-szyan* F<sub>2</sub>  
*Sin-shu* V<sub>15</sub>  
*Su-lyao* T<sub>25</sub>  
*Syt-bay* E<sub>2</sub>  
*Syt-du* TR<sub>9</sub>  
*Syt-man* R<sub>14</sub>  
*Syt-chju-kun* TR<sub>23</sub>  
*Syuan-li* VB<sub>6</sub>  
*Syuan-lu* VB<sub>5</sub>  
*Syuan-szi* J<sub>21</sub>  
*Syuan-chjun* VB<sub>39</sub>  
*Syuan-shu* T<sub>5</sub>  
*Syue-xay* RR<sub>10</sub>  
*Syun-syan* RP<sub>19</sub>  
*Sya-bay* R<sub>4</sub>  
*Sya-van* J<sub>10</sub>  
*Sya-guan* E<sub>7</sub>  
*Sya-lyan* GI<sub>8</sub>  
*Sya-lyao* V<sub>34</sub>  
*Sya-si* VB<sub>43</sub>  
*Sya-szyuy-syuy* E<sub>39</sub>  
*Syan-gu* E<sub>43</sub>  
*Syao-le* TR<sub>12</sub>  
*Syao-xay* IG<sub>8</sub>  
*Syao-chan-shu* V<sub>27</sub>  
*Tay-bay* RP<sub>3</sub>  
*Tay-i* E<sub>23</sub>  
*Tay-si* R<sub>3</sub>  
*Tay-chun* F<sub>3</sub>  
*Tay-yuan* R<sub>9</sub>  
*Tay-yan* N<sub>2</sub>  
*Tan-chjun* J<sub>17</sub>  
*Tao-dao* T<sub>13</sub>  
*Tie-gun* IG<sub>19</sub>  
*Tin-xuey* VB<sub>2</sub>  
*Tou-vey* E<sub>8</sub>  
*Tou-lin-si* VB<sub>15</sub>  
*Tou-syao-in* VB<sub>11</sub>  
*Tun-li* S<sub>5</sub>  
*Tun-tyan* V<sub>7</sub>

<i>Tun-szy-lyao</i>	VB <sub>1</sub>	<i>Xou-din</i>	T <sub>19</sub>
<i>Tyan-din</i>	GI <sub>17</sub>	<i>Xou-si</i>	IG <sub>3</sub>
<i>Tyan-jun</i>	IG <sub>17</sub>	<i>Xua-gay</i>	J <sub>20</sub>
<i>Tyan-lyao</i>	TR <sub>15</sub>	<i>Xua-jou-men</i>	E <sub>24</sub>
<i>Tyan-si</i>	RP <sub>18</sub>	<i>Xuan-men</i>	V <sub>51</sub>
<i>Tyan-tu</i>	J <sub>22</sub>	<i>Xuan-tyao</i>	VB <sub>30</sub>
<i>Tyan-fu</i>	R <sub>3</sub>	<i>Xuan-shu</i>	R <sub>16</sub>
<i>Tyan-szin</i>	TR <sub>10</sub>	<i>Xun-men</i>	V <sub>47</sub>
<i>Tyan-szun</i>	IG <sub>11</sub>	<i>Xuey-in</i>	J <sub>1</sub>
<i>Tyan-pyuan</i>	MS <sub>2</sub>	<i>Xuey-szun</i>	TR <sub>7</sub>
<i>Tyan-chju</i>	V <sub>10</sub>	<i>Xuey-yan</i>	V <sub>35</sub>
<i>Tyan-chi</i>	MC <sub>1</sub>	<i>Xe-gu</i>	GI <sub>4</sub>
<i>Tyan-chuan</i>	IG <sub>16</sub>	<i>Xe-lyao</i>	TR <sub>22</sub>
<i>Tyan-chuv</i>	VB <sub>9</sub>	<i>Xe-lyao</i>	GI <sub>19</sub>
<i>Tyan-shu</i>	E <sub>25</sub>	<i>Xe-yan</i>	V <sub>55</sub>
<i>Tyan-yu</i>	TR <sub>16</sub>	<i>Xen-gu</i>	R <sub>11</sub>
<i>Tyao-kou</i>	E <sub>38</sub>	<i>Sze-si</i>	E <sub>41</sub>
<i>U-i</i>	E <sub>15</sub>	<i>Szi-may</i>	F <sub>12</sub>
<i>U-chu</i>	V <sub>5</sub>	<i>Szi-men</i>	RP <sub>11</sub>
<i>U-shu</i>	VB <sub>27</sub>	<i>Szi-syuan</i>	C <sub>1</sub>
<i>Fu-ay</i>	RP <sub>16</sub>	<i>Szi-chjun</i>	T <sub>6</sub>
<i>Fu-bay</i>	VB <sub>10</sub>	<i>Szin-gu</i>	V <sub>64</sub>
<i>Fu-lyu</i>	R <sub>7</sub>	<i>Szin-syuy</i>	R <sub>8</sub>
<i>Fu-si</i>	V <sub>38</sub>	<i>Szin-men</i>	VB <sub>25</sub>
<i>Fu-tu</i>	GI <sub>18</sub>	<i>Szin-men</i>	V <sub>63</sub>
<i>Fu-tu</i>	E <sub>32</sub>	<i>Szin-so</i>	T <sub>8</sub>
<i>Fu-tun-gu</i>		<i>Szin-szin-yuy-e</i>	N <sub>10</sub>
<i>(tun-gu)</i>	R <sub>20</sub>	<i>Szyu-vey</i>	J <sub>15</sub>
<i>Fu-fen</i>	V <sub>41</sub>	<i>Szyuy-gu</i>	GI <sub>16</sub>
<i>Fu-sze</i>	RP <sub>14</sub>	<i>Szyue-in-shu</i>	V <sub>14</sub>
<i>Fu-she</i>	RP <sub>13</sub>	<i>Szyuy-lyao</i>	VB <sub>29</sub>
<i>Fu-yan</i>	V <sub>59</sub>	<i>Szyuy-lyao</i>	E <sub>3</sub>
<i>Fey-shu</i>	V <sub>13</sub>	<i>Szyuy-syue</i>	J <sub>14</sub>
<i>Fey-yan</i>	V <sub>58</sub>	<i>Szya-che</i>	E <sub>6</sub>
<i>Fen-lun</i>	E <sub>40</sub>	<i>Szyan-vay-shu</i>	IG <sub>14</sub>
<i>Fen-men</i>	V <sub>12</sub>	<i>Szyan-li</i>	J <sub>11</sub>
<i>Fen-fu</i>	T <sub>16</sub>	<i>Szyan-lyao</i>	TR <sub>14</sub>
<i>Fen-chi</i>	VB <sub>20</sub>	<i>Szyan-szin</i>	VB <sub>21</sub>
<i>Fen-shi</i>	VB <sub>31</sub>	<i>Szyan-chjun-shu</i>	IG <sub>15</sub>
<i>Xay-syuan</i>	N <sub>11</sub>	<i>Szyan-chjen</i>	IG <sub>9</sub>
<i>Xan-yan</i>	VB <sub>4</sub>		

<i>Szyan-shi</i>	MS <sub>5</sub>	<i>Chji-byan</i>	V <sub>54</sub>
<i>Szyan-yuy</i>	GI <sub>15</sub>	<i>Chji-gou</i>	TR <sub>6</sub>
<i>Szyao-sin</i>	R <sub>8</sub>	<i>Chji-in</i>	V <sub>67</sub>
<i>Szyao-sun</i>	TR <sub>20</sub>	<i>Chji-chjen</i>	IG <sub>7</sub>
<i>Szu-syao-in</i>	VB <sub>44</sub>	<i>Chji-shi</i>	V <sub>52</sub>
<i>Szu-lin-si</i>	VB <sub>41</sub>	<i>Chji-yan</i>	T <sub>9</sub>
<i>Szu-san-li</i>	E <sub>36</sub>	<i>Chjou-jun</i>	RP <sub>20</sub>
<i>Szu-tun-gu</i>	V <sub>66</sub>	<i>Chjou-lyao</i>	GI <sub>12</sub>
<i>Szu-u-li</i>	F <sub>10</sub>	<i>Chju-bin</i>	R <sub>8</sub>
<i>Szu-yan-guan</i>		<i>Chjun-yan</i>	J <sub>12</sub>
<i>(yan-guaya)</i>	VB <sub>33</sub>	<i>Chjun-du</i>	VB <sub>32</sub>
<i>Szy-gun</i>	J <sub>19</sub>	<i>Chjun-du</i>	F <sub>6</sub>
<i>Si-may</i>	TR <sub>18</sub>	<i>Chjun-lyuy-shu</i>	V <sub>29</sub>
<i>Si-mei</i>	F <sub>14</sub>	<i>Chjun-lyao</i>	V <sub>33</sub>
<i>Si-syue</i>	R <sub>13</sub>	<i>Chjun-tie</i>	J <sub>16</sub>
<i>Si-xay</i>	J <sub>6</sub>	<i>Chjun-fu</i>	R <sub>1</sub>
<i>Si-xay-shu</i>	V <sub>24</sub>	<i>Chjun-fen</i>	F <sub>4</sub>
<i>Si-xu</i>	E <sub>13</sub>	<i>Chjun-szi</i>	J <sub>3</sub>
<i>Si-chun</i>	E <sub>30</sub>	<i>Chjun-chju</i>	R <sub>15</sub>
<i>Si-she</i>	E <sub>11</sub>	<i>Chjun-chju</i>	TR <sub>3</sub>
<i>Sin-lin</i>	S <sub>2</sub>	<i>Chjun-chun</i>	MS <sub>9</sub>
<i>Siv-len-yuan</i>	TR <sub>13</sub>	<i>Chjun-shu</i>	T <sub>7</sub>
<i>Sin-min</i>	V <sub>1</sub>	<i>Chje-szin</i>	VB <sub>23</sub>
<i>Suan-chju</i>	V <sub>2</sub>	<i>Chjen-in</i>	VB <sub>17</sub>
<i>Sy-lyao</i>	V <sub>32</sub>	<i>Chi-sze</i>	R <sub>5</sub>
<i>Syu-syuy</i>	VB <sub>40</sub>	<i>Chun-men</i>	RP <sub>12</sub>
<i>Syuan-lyao</i>	IG <sub>18</sub>	<i>Chun-yan</i>	E <sub>42</sub>
<i>Syue-pen</i>	E <sub>12</sub>	<i>Chen-guan</i>	V <sub>6</sub>
<i>Syuy-bin</i>	VB <sub>7</sub>	<i>Chen-lin</i>	VB <sub>18</sub>
<i>Syuy-gu</i>	J <sub>2</sub>	<i>Chen-man</i>	E <sub>20</sub>
<i>Syuy-sze</i>	MS <sub>3</sub>	<i>Chen-fu</i>	V <sub>36</sub>
<i>Syuy-syuan</i>	F <sub>8</sub>	<i>Chen-szin</i>	V <sub>56</sub>
<i>Syuy-cha</i>	V <sub>4</sub>	<i>Chen-szyav</i>	J <sub>24</sub>
<i>Syuy-chi</i>	GI <sub>11</sub>	<i>Chen-si</i>	E <sub>1</sub>
<i>Syuy-yuan</i>	IG <sub>13</sub>	<i>Chen-shan</i>	V <sub>57</sub>
<i>Syan-gu</i>	IG <sub>2</sub>	<i>Llan-yan</i>	J <sub>13</sub>
<i>Syan-din</i>	T <sub>21</sub>	<i>Shan-guan</i>	VB <sub>3</sub>
<i>Syan-szyan</i>	T <sub>18</sub>	<i>Shan-lyan</i>	GI <sub>9</sub>
<i>Chan-syan</i>	T <sub>1</sub>	<i>Shan-lyao</i>	V <sub>31</sub>
<i>Chjan-men</i>	F <sub>13</sub>	<i>Shan-sin</i>	T <sub>23</sub>
<i>Chjao-xay</i>	R <sub>6</sub>	<i>Shan-szyuy- syuy</i>	E <sub>37</sub>

<i>Shan-syu</i>	RP <sub>6</sub>	<i>Shen-san</i>	R <sub>26</sub>
<i>Shan-syuy</i>	R <sub>17</sub>	<i>Shen-syue</i>	J <sub>8</sub>
<i>Shan-yan</i>	GI <sub>1</sub>	<i>Shen-chu</i>	T <sub>12</sub>
<i>Shao-fu</i>	S <sub>8</sub>	<i>Shen-shu</i>	V <sub>23</sub>
<i>Shao-xay</i>	S <sub>3</sub>	<i>Er-men</i>	TR <sub>21</sub>
<i>Shao-sze</i>	IG <sub>1</sub>	<i>Er-szyan</i>	GI <sub>9</sub>
<i>Shao-chun</i>	S <sub>9</sub>	<i>Yu-men</i>	R <sub>21</sub>
<i>Shao-shan</i>	R <sub>11</sub>	<i>Yuan-e</i>	VB <sub>22</sub>
<i>Shi-guan</i>	R <sub>18</sub>	<i>Yuy-tan</i>	J <sub>18</sub>
<i>Shi-dou</i>	RP <sub>17</sub>	<i>Yuy-szi</i>	P <sub>10</sub>
<i>Shi-men</i>	J <sub>5</sub>	<i>Yuy-chjen</i>	V <sub>9</sub>
<i>Shi-syuan</i>	N <sub>30</sub>	<i>Yuy-chjun</i>	R <sub>26</sub>
<i>Shou-san-li</i>	GI <sub>10</sub>	<i>Yuy-yao</i>	H <sub>3</sub>
<i>Shou-u-li</i>	GI <sub>13</sub>	<i>Yun-syuan</i>	R <sub>1</sub>
<i>Shu-gu</i>	V <sub>65</sub>	<i>Yun-men</i>	R <sub>2</sub>
<i>Shu-fu</i>	R <sub>27</sub>	<i>Ya-men</i>	T <sub>15</sub>
<i>Shuay-gu</i>	VV <sub>8</sub>	<i>Yan-bay</i>	VB <sub>14</sub>
<i>Shuy-dao</i>	E <sub>28</sub>	<i>Yan-gan</i>	V <sub>48</sub>
<i>Shuy-tu</i>	F <sub>10</sub>	<i>Yan-gu</i>	IG <sub>5</sub>
<i>Shuy-fen</i>	J <sub>9</sub>	<i>Yao-yan-guan</i>	T <sub>3</sub>
<i>Shuy-syuan</i>	R <sub>5</sub>	<i>Yan-lao</i>	IG <sub>6</sub>
<i>Shen-dao</i>	T <sub>11</sub>	<i>Yan-lin-syuan</i>	VB <sub>34</sub>
<i>Shen-may</i>	V <sub>62</sub>	<i>Yan-si</i>	GI <sub>5</sub>
<i>Shen-men</i>	S <sub>7</sub>	<i>Yan-fu</i>	VB <sub>38</sub>
<i>Shen -tan</i>	V <sub>44</sub>	<i>Yan-szyao</i>	VB <sub>35</sub>
<i>Shen - tin</i>	T <sub>24</sub>	<i>Yan-chi</i>	TR <sub>4</sub>
<i>Shen-fen</i>	R <sub>23</sub>	<i>Yao-shu</i>	T <sub>2</sub>



**Shifobaxsh o'simliklarni terish vaqti**

**Mart**

Qayin – kurtaklari  
Brusnika – barglari  
Qarag'ay – kurtaklari

**Aprel**

Qayin – kurtaklari  
Brusnika – barglari  
Ilonsimon toron – ildiz poyasi  
Qora Andiz – ildizpoya ildizlari bilan po'stlog'i  
Brodrezak – po'stlog'i  
Olxasimon tog' jumurti – po'tlog'i  
To'g'ri turuvchi g'ozpanja – ildizpoyasi  
Qirqquloq – ildizpoyasi  
Qarag'ay – po'stlog'i  
Oddiy toloknyanka – barglari  
Qora terak – kurtaklari

**May**

Adonis – o'ti  
Botqoq ledumi – shoxlari  
Serbuqoq qayin – bargi, po'stlog'i  
Qizil do'lana – gullari, mevalari  
Brusnika – barglari  
Dorivor Dyagil – ildizi  
Eman – po'stlog'i  
Brodrezak – po'sti  
Yevropa Kopiteni – barglari  
Ikki uyli gazanda – barglari  
Olxasimon tog' jumurti – po'sti  
Tog' jumurti – po'sti  
Marvaridgul – o'ti, bargi, gullari  
Qoraqiz – ildizi  
Ko'ka – gullari, barglari  
Dorivor qoqio't – o'ti, ildizi  
Dorivor okopnik – ildizi

Qirqbo'g'im – ildizpoyasi  
Ochambiti – o'ti  
Navro'zgul – barglari, gullari  
Sallagul – ildizi  
Sibir oqqarag'ayi – kurtaklari, ninalari  
Plaun – o'ti, sporalari  
Oddiy zubtutum – o'ti  
Bug'doyiq – ildizpoyasi  
Qoraqat – barglari  
O'rmon qarag'ayi – ninalari, kurtaklari  
Toloknyanka – barglari  
Qoraterak – kurtaklari  
Kapalakgul – o'ti  
Qirqbo'g'im – o'ti  
Yerqalampir – ildizi  
Shumurt – gullari, mevalari

#### **Iyun**

Adonis – o'ti  
Botqoq ledumi – bargsiz shoxlari  
Arpabodiyon – barglari  
Serbuqoq qayin – barglari, kurtaklari  
Qizil do'lana – gullari, mevalari  
Bo'tako'z – gullari  
Uch bargli vaxta – barglari  
Qiziltasma (qush toron) – o'ti  
Qashqarbeda – o'ti  
Dyagil – ildizi  
Erizimum – o'ti  
O'rmon qulupnayi – mevalari, barglari  
Tillabosh – o'ti  
Islandiya lishaynigi – qatlami  
Yevropa Kopiteni – barglari  
Ikki uyli gazanda – barglari  
Marvaridgul – o'ti, barglari, gullari  
Yuraksimom jo'ka – gullari  
Qoraqiz – ildizi  
Ko'ka – gullari, barglari  
Qoqio't – o'ti, ildizi

Dorivor okopnik – ildizi  
Pasternak – o'ti  
Ochambiti – o'ti  
Sallagul – ildizi  
Sibir oq qarag'ayi – kurtaklari, ninalari  
Plaun – o'ti, sporalari  
Zamburug' – barglari  
Oddiy zamburug' – o'ti  
Ermon – barglari  
Qirqquloq – ildizpoyasi  
Arslonquyruq – o'ti  
Moychechak – gul savatchalari  
O'rmon qarag'ayi – ninalari, kurtaklari  
Sushenisa – o'ti  
Jambil – o'ti  
Qora zira – o'ti  
Kapalakgul – o'ti  
Qirqbo'g'im – o'ti  
Yerqalampir – ildizi  
Uch bo'lakli qoraqiz – o'ti  
Shumurt – gullari, mevalari  
Chernika – barglari  
Katta qoncho'p – o'ti  
Solab – tunganagi

## Iyul

Adonis – o'ti  
Botqoq igiri – o'ti  
Botqoq ledumi – o'ti  
Arpabodiyon – barglari, kurtaklari  
Serbuqoq qayin – barglari, kurtaklari  
Bo'znoch – to'pguli  
Qizil do'lana – gullari, mevalari  
Bo'tako'z – gullari  
Uch bargli Vaxta – barglari  
Golubika – mevalari  
Achchiq toron – o'ti  
Ilonsimon toron – o'ti  
Qashqarbeda – o'ti

Rayhon – o‘ti  
Dyagil – ildizi  
Erizimum – o‘ti  
Shingilsimon to‘pgul Isfarak – o‘ti  
Teshik dalachoy – o‘ti  
O‘rmon qulupnayi – mevalari, barglari  
Kichik tillabosh – o‘ti  
Irlandiya lishaynigi – qatlami  
Tirmoqgul – to‘pguli  
Brodrezak – po‘stlog‘i, mevalari  
Ingichka bargli kiprey – o‘ti  
Yevropa Kopiteni – barglari  
Quyongquyruq – gullar kosasi  
Ikki uyli gazanda – o‘ti  
Yuraksimon jo‘ka – to‘pguli  
Qariqiz – ildizi  
Boshpiyoz – piyoz  
Zig‘irak – o‘ti  
Malina – mevalari, barglari  
Sabzi – urug‘i, ildizmevasi  
Ko‘ka – gullari, barglari  
Archa – g‘uddasi  
Yalpiz – o‘ti  
Qoqio‘t – o‘ti, ildizi  
Okopnik – ildizi  
Qirqbo‘g‘im – ildizmevasi  
Pasternak – o‘ti  
Ochambiti – o‘ti  
Petrushka – o‘ti, ildizi  
Dastarbosh – to‘pguli  
Sallagul – ildizi  
Sibir oq qarag‘ayi – kurtaklari, ninalari  
Plaun – o‘ti, sporalari  
Zubtutum (katta) – o‘ti  
Zubtutum (oddiy) – o‘ti  
Ermon – o‘ti, barglari  
Shuvoq – o‘ti  
Arslonquyruq – o‘ti  
Moychechak – gul savatchalari

Qoraqat – mevasi  
Sushenisa – o‘ti  
O‘rmon qarag‘ayi – ninalari, kurtaklari  
Jambil – o‘ti  
Qora zira – mevalari  
Toloknyanka – barglari  
Bo‘ymodoron – o‘ti  
Kapalagkul – o‘ti  
Qirqbo‘g‘im – o‘ti  
Yerqalampir – ildizi  
Uch bo‘lakli qora qiz – o‘ti  
Shumurt – mevalari  
Chernika – mevalari  
Katta qoncho‘p – o‘ti  
Dolchin rangli na‘matak – gullari, mevalari  
Solab – tunganagi

#### **Avgust**

Adonis – o‘ti  
Botqoq igiri – ildizpoyasi, o‘ti  
Botqoq ledumi – o‘ti  
Bo‘znoch – to‘pguli  
Qizil do‘lana – mevalari, gullari  
Valeriana – qatlami, ildizpoyasi  
Golubika – mevalari  
Ilonsimon toran – o‘ti  
Qashqarbeda – o‘ti  
Rayhon – o‘ti  
Dyagil – ildizi  
Kulrang erizimum – o‘ti  
Kichik Tillabosh – o‘ti  
Islandiya lishaynigi – qatlami  
Tirnoqgul – to‘pguli  
Brodrezak – po‘stlog‘i, mevasi  
Ingichka bargli Kiprey – o‘ti  
Quyongquyruq – gullar kosasi  
Ikki uyli gazanda – barglari  
Yopishqoq – o‘ti, ildizi  
Qoraqiz – ildizi

Boshpiyoz – piyozi  
Malina – mevalari  
Sabzi – urug‘i, ildizmevasi  
Ko‘ka – gullari, barglari  
Qoqio‘t – o‘ti, ildizi  
Okopnik – ildizi  
Qirqquloq – ildizpoyasi  
Ochambiti – o‘ti  
Petrushka – o‘ti, ildizi  
Dastarbosh – to‘pguli  
Sallagul – ildizi  
Plaun – sporalari, o‘ti  
Katta zubtutum – barglari  
Ermon – o‘ti  
Moychechak – gul savatchalari  
Chetan – mevalari  
Zangori polemonium – ildizi bilan ildizpoyasi  
Qarag‘ay – ninalari, kurtaklari  
Sushenisa – o‘ti  
Qora zira – mevalari  
Toloknyanka – barglari  
Bo‘ymodoron – o‘ti  
Kapalag‘ul – o‘ti  
Qirqbo‘g‘im – o‘ti  
Qulmoq – g‘uddasi  
Yerqalampir – ildizi  
Uch bo‘lakli qoraqiz – o‘ti  
Shumurt – mevalari  
Chernika – mevalari  
Sarimsoq – piyoz boshi  
Katta qoncho‘p – o‘ti  
Dolchin rangli na‘matak – mevalari

#### **Sentabr**

Valeriana – ildizi bilan ildizpoyasi  
Ilonsimon toron – ildizpoyasi  
Dyagil – ildizpoyasi  
Tirnoqgul – to‘pguli  
Brodrezak – mevalari, po‘tlog‘i

Klyukva – mevalari  
Ikki uyli gazanda – barglari  
Zangvizorba – ildizi, ildizpoyasi  
Tog'jumurt – mevalari  
To'g'ri turuvchi g'ozpanja – ildizmevasi  
Qoraqiz – ildizi  
Boshpiyoz – piyozi  
Archa – g'udda mevasi  
Sabzi – urug'i, ildiz mevasi  
Qoqio't – ildizi  
Kulrang olxa – g'uddalari  
Qirqbo'g'im – o'ti  
Navro'zgul – ildizi bilan ildiz poyasi  
Petrushka – o'ti, ildizi  
Sallagul – ildizi  
Plavun – sporalari  
Ermon – o'ti  
Zubtutum – barglari  
Moychechak – gul savatchalari  
Chetan – mevalari  
Zangori polemonium – ildiz bilan ildizpoyasi  
Qora zira – o'ti  
Toloknyanka – o'ti  
Bo'yodoron – o'ti  
Kapalakgul – o'ti  
Qulmoq – g'uddalari  
Yerqalampir – ildizi  
Sachratqi – ildizi  
Na'matak – mevalari  
Otquloq – ildiz poyasi va ildizi

### **Oktabr**

Valeriana – ildizi bilan ildizpoyasi  
Ilon toron – ildizpoyasi  
Dyagil – ildizi bilan poyasi  
Brodrezak – mevalari, po'stlog'i  
Klyukva – mevalari  
Zangvizorba – ildizpoyasi va ildizi  
Sabzi – urug'i, ildizmevasi

Archa – g‘udda mevalari  
Qoqio‘t – ildizi  
Okopnik – ildizi  
Kulrang olxa – g‘uddalari  
Qirqbo‘g‘im – ildizpoyasi  
Navro‘zgul – ildizi bilan poyasi  
Bug‘doyiq – ildizpoyasi  
Dala ononisi – ildizi  
Toloknyanka – barglari  
Yovvoyi sachratqi – ildizi  
Na‘matak – mevalari  
Otquloq – ildiz poyasi va ildizi

### **Noyabr**

Olxa - to‘p mevasi  
Dala ononisi – ildizi



## MUNDARIJA

SO'ZBOSHI .....	3
<b>I BOB. XALQ TIBBIYOTI RIVOJLANISHINING QISQACHA TARIXI</b>	
Igna sanchish ta'sir mexanizmi haqida zamonaviy tasavvurlar .....	4
Sharq va G'arb tibbiyoti .....	7
<b>II BOB. QADIMGI SHARQ AN'ANAVIY TIBBIYOTIDA FALSAFIY KONSEPSIYALARNING AHAMIYATI</b>	
In-Yan konsepsiyasi .....	9
U-Sin konsepsiyasi .....	10
«Ona-o'g'il» qoidasi .....	12
<b>III BOB. REFLEKSOTERAPIYA NUQTALARI TOPOGRAFIYASI VA ULARNI MERIDIAN QOIDASI BO'YICHA TIZIMLASHTIRISH</b>	
Meridianlar topografiyasining asosiy ma'lumotlari va refleksoterapiya nuqtalari	
O'pka meridiani (I; P; Lu; L) .....	14
Yo'g'on ichak meridiani (II; GI; Dd; Li) .....	22
Oshqozon meridiani (III; E; M; S) .....	27
Taloq – oshqozon osti bezi meridiani (IV; RP; MP; Sp) .....	36
Yurak meridiani (V;C;H;H) .....	41
Ingichka ichak meridiani (VI; IG; DU; SI) .....	45
Siydik pufagi meridiani (VII; V; B; B) .....	50
Buyrak meridiani (VIII; R; N; K) .....	61
Perikard meridiani (IX; MC; KS; Cx) .....	67
Tana uch bo'shlig'i meridiani (X; TR; ZE; T) .....	70
O't pufagi meridiani (XI; VB; G; G) .....	76
Jigar meridiani (XII; F; Le; Liv) .....	84
Orqa o'rta meridiani (XII; T; VG; GV) .....	89
Old o'rta meridiani (XIV; J; JM; CV) .....	95
Meridiandan tashqarida eng ko'p qo'llanadigan nuqtalar .....	99

<b>IV BOB. IGNALAR VA IGNA BILAN DAVOLASH TEXNIKASI HAQIDA UMUMIY MA'LUMOT</b>	
Ignalar va ularni muolajaga tayyorlash .....	101
Ignalarni kiritish texnikasi .....	101
Igna bilan davolashdagi asoratlar va ularning oldini olish .....	104
<b>V BOB. BIOLOGIK FAOL NUQTALARGA (BFN) TA'SIR O'TKAZISH USULLARI .....</b>	
105	
<b>VI BOB. BA'ZI KASALLIKLARNI KOMPLEKS DAVOLASHDA IGNA TERAPIYA</b>	
Nafas olish a'zolari kasalliklari .....	107
Yurak-tomir tizimi kasalliklari .....	109
Ovqat hazm qilish a'zolari kasalliklari .....	111
Periferik nerv tizimi kasalliklari .....	114
Siydik - tanosil tizimi kasalliklari (nefrit, piyelonefrit, buyrak sanchig'i, sistit va sistalgiyalar) .....	118
Davolash amaliyotida refleksoterapiya usullarini qo'llash bo'yicha ko'rsatma va qarshi ko'rsatmalar .....	120
<b>VII BOB. KUYDIRISH USULINING ASOSLARI</b>	
Ermon sigaretsi bilan kuydirish .....	127
Igna orqali kuydirish .....	129
<b>VIII BOB. XALQ TIBBIYOTINING SHIFOBAXSH O'SIMLIKLARI</b>	
Xalq tibbiyotida qo'llanuvchi shifobaxsh o'simliklar to'plami .....	131
Shifobaxsh o'simliklarning davolovchi xususiyatlari .....	145
Shifobaxsh o'simliklarni qo'llash mumkin bo'lmagan holatlar va ularning nojo'ya ta'siri .....	155

*O'quv-uslubiy nashr*

**B.N. LI**

**XALQ TIBBIYOTI**  
*(darslik)*

Muharrir  
**M.QUTLIYEVA**

Musahhih  
**N.YUSUPOVA**

Tex.muharrir  
**Ye. DEMCHENKO**

Kompyuterda sahifalovchi  
**F.BOTIROVA**

Bosishga 23.06.2008-y.da ruxsat etildi. Bichimi 60x84 1/16.  
Bosma tobog'i 11,25. Shartli bosma tobog'i 10,46.  
Adadi 1000 nusxa. Buyurtma №135  
Bahosi kelishilgan narxda.

«Yangi asr avlodi» nashriyot-matbaa markazida tayyorlandi.  
«Yoshlar matbuoti» bosmaxonasida bosildi.  
100113. Toshkent, Chilonzor-8, Qatortol ko'chasi, 60.

*Murojaat uchun telefonlar*

Nashr bo limi 278-36-89, marketing bo'limi 128-78-43  
Faks 273-00-14, e-mail: [yangiasravlodi@mail.ru](mailto:yangiasravlodi@mail.ru)