

## SHIFOBAXSH YALPIZ O'SIMLIGI VA UNING AHAMIYATI

**Z. A. Yangiboyeva***Jizzax davlat pedagogika universiteti o`qituvchisi***A. A. Xolmirzayeva***Jizzax davlat pedagogika universiteti o`qituvchisi***A. Q. Mo`minxo`jayeva***Jizzax davlat pedagogika universiteti talabasi*

Yalpiz o`simligi - labguldoshlar oilasiga kiradi. Bu o`simlik ko`p yillik o`simlik bo`lib, o`tsimon o`simliklar qatoriga kiradi. U dorivor va efirmoyli o`simlik hisoblanadi. Bu o`simlikning Shimoliy yarim sharining iliq iqlimli mintaqalarida 20-25 turi tarqalgan. Yevropa mamlakatlarida, AQSH, Ukraina, Belarus va Shimoliy Kavkazda Yalpizning taxir (achchiq) Yalpiz va jingalak Yalpiz, Xitoy, Hindiston, Braziliya va boshqalar mamlakatlarda dala yoki suv Yalpiz turlari ekiladi. O`zbekiston hududida o`simlikning 4 turi ya`ni: suv Yalpiz, osiyo Yalpizi, taxir (achchiq) Yalpiz va jingalak Yalpiz yovvoyi holda o`sadi. Poyasi esa tik o`suvchi shoxlangan bo`lib, bo`yi 25-100 sm gacha bo`ladi. O`simlik barglari qarama-qarshi joylashgan, shakli esa rombsimon, nashtarsimon yoki tuxumsimon, gullari esa chala soyabonsimon to`pgulga yig`ilgan, rangi binafsharang bo`ladi. O`simlik may-oktabrda gullaydi. Yalpiz o`simligi yorug`sevar, namsevar o`simlikdir. O`simlikning barglarida 2,5-3 %, gullarida 4-6 %, poyasida 0,3 % mentol (validolning tarkibiy qismi)ga boy bo`lgan efir moyi saqlaydi. Bundan tashqari shuningdek, flavonoidlar, vitaminlar, oshlovchi moddalar bor. Tibbiyotda Yalpiz o`simligining bargidan tayyorlangan tindirma (nastoyka) va damlamasidan ko`ngil ayniganda hamda o`t haydovchi vosita sifatida foydalaniladi. Osimlik barglari va poyasidan olingan yalpiz moyi parfyumeriya, oziq-ovqat sanoatida va tibbiyotda ishlatiladi. O`simlikning bahorda yangi chiqqan barglari oshko`k sifatida ishlatiladi. Vegetativ (bahorda ildizini bo`lib ekish) yo`li bilan ko`paytiriladi. O`zbekistonning barcha viloyatlarining nam yerlarida ko`p uchratishimiz mumkin. Bundan tashqari, ariq va daryo bo`ylarida xam o`sadi. Yalpizdoshlar oilasi -Lamiaceae (Labiatae) vakillari asosan bir yillik va ko`p yillik o`t xisoblanadi, yarimbuta, kamdan-kam tropik mamlakatlarda o'sadigan buta va daraxtlardan iborat. Poyalari 4 qirrali. Barglari oddiy, qarama-qarshi joylashgan, yonbargchalari yo`q. Gullari simoz to`pgullarda o`rnashgan. Ular 3 gulli dixazii yoki murakkab tuzilgan, qo`sh gajak to`pgullardan iborat. Gullari zigomorf, 5 bo`lakli, gulkosachasi 5 tishli, ba`zan 2 labli, ustki labi 3 bargchali, ostkisi 2 561 bargchali. Gultoji 5 bo`lakli, odatda 2 labli, ostkisi 3 toj bargli, ustkisi 2 toj bargli. Changchisi 4 ta. Changchi iplari gultoij nayiga birikkan. Urug`chisi 2 meva bargli. Tugunchasi ustki, 2 uyali, har bir uya 2 urug`kurtakli. Gul formulasi:  $Ca(5)(3, .2) Co(2+3) A42 G 2$ ). Har qaysi urug`kurtak orasida barvaqt to'siq hosil bo`ladi. Natijada tuguncha gavzabondoshlarnikiga o`xshash 4 bo`lakchaga ajraladi.

Gullari proterandriya, ya'ni changchi urug'chiga nisbatan tezroq yetiladi. Mevasi bir urug'li 4 ta yong'oqchaga ajraladi. Urug'i deyarli endospermasiz. Hasharotlar yordamida chetdan changlanadi. Yalpizdoshlar oilasi filogenetik jihatidan tizimguldoshlar oilasiga juda yaqin turadi. Murtak ildizining pastga qaraganligi bilan farq qiladi. Yalpizdoshlar oilasining deyarli barcha vakillari efir moylariga boy. Ularda sut yo'llari va kuchli ta'sir etuvchi zaharli moddalar bo'lmaydi. Yalpizdoshlar qabiladagi eng yirik oila. Uning vakillari asosan issiq va mo'tadil iqlimli mamlakatlarda keng tarqalgan. Bu oilaga 200 tacha turkum, 3000 ga yaqin tur kiradi. O'rta Osiyoda 53 turkumga mansub 460 turi uchraydi. O'zbekistonda 42 turkumga oid 210 turi o'sadi. Yalpizdoshlar O'zbekistonda keng tarqalgan oilalardan bo'lib, ular foydali turlarga boyligi bilan boshqa oilalardan ajralib turadi. Ayniqsa, Yalpiz (*Mentha*), Marmarak (*Salvia*), Kiyiko't (*Zizip hora*), Bozulbang (*Lagochilus*), Tog'rayhon (*Origanum*), Limono't (*Melissa*), Arslonquloq (*Leonurus*) kabi turkumlarning vakillaridan juda qadimdan tibbiyotda, oziq-ovqat, qandolatchilikda va parfumeriya sanoatida foydalanib kelinmoqda. Moy beravchi vamanzarali o'simlik sifatida ekiladi. Begona o't sifatida o'sadigan vakillari ham ko'p. Yalpiz (*Mentha*) ko'p yillik, ba'zan bir yillik xushbo'y o't o'simlik. Zax yerlarda, ariq vakanal bo'ylarida tarqalgan. Yalpizning O'zbekistonda 45 turi o'sadi. O'zbekiston florasida Osiyo yalpizi (*Mentha asiatica*) keng tarqalgan. Dala yalpizi (*Mentha arvensis*) va jingalak yalpiz (*Mentha erispe*) ekiladi. Yalpiz tarkibida efer moylari mavjud bo'lib, uning 41-65% ni mentol tashkil etadi. Mentol tibbiyotda atir-upa tayyorlashda, oziq-ovqat sanoatida ishlatiladi. Yalpiz tish og'rig'ini, bosh og'rig'ini, qorin og'rig'ini davolashda ishlatiladi. 562 Odamlar yalpizning barcha turlaridan necha ming yillardan buyon foydalanib keladi. Qadimda yunonlar va yahudiylar undan dil qulfini ochadigan xushbo'y atir tayyorlashgan. Me'da-ichak, siydik yo'li xastaliklari, yo'tal va bosh og'rig'ini davolashda hamda hasharot va ilon chaqqanda ham yalpizning foydasi ko'p. Rimliklar esa, asal aralashgan yalpiz musallas ichilgandan so'ng nafas yo'lini tozalashini kashf etishgan. Yalpiz choyga yoki taomlarga qo'shib iste'mol qilinsa, tanani biroz qizdiradi, qon aylanishini yaxshilaydi, xastalikdan tuzalayotganda quvvatni oshiradi. Yalpizning yurak faoliyatini yaxshilashi, tez-tez urishi oldini olishi, qon aylanishini me'yorga keltirishi va terlatish xususiyatlari zamonlar sinovidan o'tgan. Undan shamollashda va isitmani tushirishda foydalanilgan. Yalpizning bo'shashtiruvchi va a'zolar yallig'lanishiga qarshi malhamligi ma'lum. Me'dada og'riq, sanchiq, siqilish bo'lganda, qorin damlaganda, jig'ildon qaynaganda, me'da sustligida, hiqichoq tutganda, qattiq bosh og'rig'i, ko'ngil aynish va dengiz kasalligida bu ne'mat ajoyib muolaja bo'ladi. Yalpiz tarkibidagi taninlar me'dani qo'zg'alishdan himoyalaydi, ichburug'ning oldini oladi, qorindagi yarali ich qotishga shifo. Uning tarkibidagi taxir moddalar jigar va o't qopini mustahkamlaydi, shuning uchun jigarni tozalash, o't qopi toshlarini tushirishda ham yalpizdan foydalaniladi. Yalpiz moyi xushbo'y, terini mustahkamlash xususiyatiga ega. Shuning uchun vannaga solinadi. Bosh aylanish va hushdan ketish holatida hidlanadi. Artrit va bo'g'imlar podagrasida yalpizning yangi

uzilgan barglari og‘rigan joyga ezib bog‘lanadi. Yalpiz tarkibidagi efir moylari, ayniqsa, kamfora va mentol moyi a‘zolarni sovuq urganda, biror joy tilingan yoki chaqa bo‘lganda gazak olib yiringlashdan saqlovchi yaxshi antiseptikdir. Shuningdek, bu moyni nafas yo‘llari xastaliklarida hidlash va tomoq og‘rig‘ini qoldirish uchun og‘iz chayish foyda beradi. Yalpiz moyi tish og‘rig‘ini qoldiradi, bir tomchisi quloq og‘rig‘iga davo. Buyuk hakim Ibn Sino yalpiz me‘dani quvvatlantiradi, uni qizdiradi, taom hazmiga yordam beradi, shilliq modda va qon qusishni to‘xtatadi, sariq xastaligi muolajasida nafi ko‘p, deb yozgan va yalpiz bilan ichdan qon ketishni davolagan.

#### FOYDALANGAN ADABIYOTLAR:

1. A.A. Matkarimova, T.X. Mahkamov, M.M. Maxmudova, X.Ya. Azizov, G.B. Vaisova. Botanika. –Toshkent. 2018.
  2. O‘. Pratov, I. Shamsuvaliyeva, E. Sulaymonov, X. Axunov, Q. Ibodov, V. Mahmudov. Botanika. –Toshkent. 2019.
  3. Sh.J. Tojiboyev, N.H. Qarshiboyeva. Botanika., „Namangan“ nashriyoti. 2015.
- ZA‘FAR
4. <https://n.zyouz.com>.
  5. Tuychieva, I., Aripov, S., Madaminova, D., & Mustaev, R. (2021). THE PEDAGOGICAL SYSTEM OF PREPARING BOYS FOR FAMILY RELATIONSHIPS IN GENERAL SECONDARY SCHOOLS. 湖南大学学报 (自然科学版), 48(8).
  8. Aripov, S. O. (2020). SOCIO-PSYCHOLOGICAL ROLE AND SIGNIFICANCE OF THE FAMILY IN PREPARING CHILDREN. In Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества (pp. 311-313).
  9. Olimovich, A. S. (2023). The Role of Parents in the Formation of Young People and the Imagination of the Family. Journal of Intellectual Property and Human Rights, 2(4), 4-8.
  10. Арипов, Ш. О. (2022). Ёшларни оилага тайёрлашда оилада эр ва хотиннинг айрим мажбурият ва бурчларини қонуний жиҳатдан тушунтириш. Academic research in educational sciences, 3(1), 68-75.
  11. Olimovich, A. S. (2023). DINIY VA DUNYOVIY BILIMLAR ASOSIDA AJRIM SABABLARINI YOSHLARNI OILAGA TAYORLASHDA YETKAZIB BERISH. IJODKOR O‘QITUVCHI, 3(26), 335-338.
  12. Tuychieva, I., Aripov, S., Madaminova, D., & Mustaev, R. (2023, June). Language and computer in the development of communicative competence of school children. In AIP Conference Proceedings (Vol. 2789, No. 1). AIP Publishing.