

FITOPREPARATLARNING OSHQOZON OSTI ENDOGEN QISMIGA TA'SIRI.

Odilova Madina Azamat qizi

*Toshkent shahri Olmazor tumani Abu Ali ibn Sino nomidagi ixtisoslashtirilgan
maktabning 7-sinf o'quvchisi*

Annotatsiya: *Yalpiz o'simligi shifobaxsh o'simlik hisoblanadi. Ushbu maqolada ushbu o'simlikning morfologiyasi, shifobaxsh xususiyatlari, xalq tabobati va tibbiyotda foydalanishi haqida ma'lumotlar beriladi*

Kalit so'zlar: *Yalpiz, achchiq yalpiz, jingalak yalpiz, flavonoidlar, methanol, damlama, tindirma.*

Dorivor o'simliklardan foydalanish butun dunyoda sog'liqni saqlash tizimida yetakchi o'rinni egalladi. Hozirgi kunda kasalliklarni davolashda dorivor o'simliklardan qilingan tadqiqotlar natijasi va ulardan foydalanish ortib bormoqda. Dorivor o'simliklarda tabiiy birikmalar mavjudligi tufayli shifobaxsh xususiyatlarga ega hisoblanadi. Dorivor o'simliklar inson kasalliklarini davolashda foydalidir va fitokimyoviy tarkibiy qismlar mavjudligi sababli shifo berishda muhim rol o'ynaydi. Foydali va fitokimyoviy dorivor o'simliklarimizdan biri Ferula bo'lib, u tinchlantiruvchi vosita sifatida ishlatilgan. Shuningdek, u qonni suyultiradi va qon bosimini pasaytiradi. U Hindistonda oziq-ovqat mahsulotlarida va hind tibbiyotida dori sifatida keng qo'llaniladi. Ferula mahalliy dorilar orasida qadim zamonlardan buyon hurmatga sazovor bo'lgan. Uning tibbiy ahamiyatga ega bo'lgan yana boshqa birikmalari ham klinik tadqiqotlar natijasida o'rganildi.

Kavrak tarkibiga efir moylarini ham kirishini hisobga olinsa, bunday kuchli hidli birikmalarning asosini oltingugurt tashkil qiladi. Undagi yog'lar tarkibida fitokimyoviy moddalar asosan pinen, kadenin va vanilin mavjud bo'lib, qatroni esa umbelliferon, asaresinotannol, foetid, kamolonol va ferul kislotasi kabi fitobirikmalarni o'z ichiga oladi. Bundan tashqari kavrak, uglevodlarni o'z ichiga olgan ba'zi ovqatlarni hazm qilishga yordam beradi, shuningdek qondagi shakar miqdorini me'yorda saqlaydi, nafas olishda kuchli stimulyator sanalib, balg'am ko'chiruvchi vositasifatida, nafas siqishini bartaraf etadi. Kavrak tarkibidagi uchuvchan yog'lar o'pka orqali tashqariga chiqariladi, shuning uchun xalq tabobatida astma, ko'k yo'tal, bronxit va o'pka bilan bog'liq boshqa muammolarni davolash uchun qo'llaniladi. Hatto sanoatda atir –upaning xushbo'y tarkibiy qismi sifatida ham ishlatiladi.

Ferulaning dorivorlik xususiyatlari.

Ferula juda samarali dorivor o'simlik bo'lib, u asosan oshqozon-ichak tizimida ishlaydi, oshqozon-ichak traktini tozalaydi va kuchaytiradi. Saqich qatroni tarkibida uchuvchan yog 'i bor bo'lib, u sarimsoq kabi doimiy hidga ega. Ushbu qatrandan tayyorlangan fitopreparatlar nafas yo'llarining yallig'lanishi uchun foydalidir. Ba'zi tadqiqotlarda kavrakning ko'pgina turlaridan foydali yurak -qon tomir ta'siriga ega bo'lgan ba'zi fitokimyoviy moddalarni ajratib olishganini ko'rishimiz mumkin. Biz "Vestar" zotli oq kalamushlarda in vitro usulida ferula va boshqa bir necha o'simliklarning hazm organlariga tasirini o'rganib chiqdik, o'rganilgan tadqiqotimiz natijalariga ko'ra, kavrakning

gidroalkogolli ekstrakti nazorat guruhlarga nisbatan tajribadagi hayvonlarda fermentlar (jumladan a-amilazaning) faolligi sezilarli darajada oshishiga olib keldi. Bu esa o'z o'zidan ma'lumki, kavrak ekstrakti oshqozon-ichakda hazm fermentlari ishlab chiqarishning ham sezilarli faollashuviga olib keladi. Biroq, haddan tashqari ko'p iste'mol qilish ko'ngil aynishi, qusish, diareya va siydik chiqarish paytida noqulaylik kabi salbiy ta'sirga olib kelishi mumkin. Ba'zan ushbu o'simlik preparatlarini qabul qilish xavfsiz ko'rinsada, ularni homilador va emizikli onalar va bolalar qabul qilmasligi tavsiya etiladi. Bolalar tomonidan qabul qilinganida, aks ta'sir ko'rsatib, hayot uchun xavfli qon kasalliklariga olib kelishi mumkin. Kavrak ekstraktining minimal me'yori (10 mg / 100 mg) sezilarli ta'sir ko'rsatadi, jumladan, yo'g'on ichak kanserogeneziga qarshi kimyohimoyaviy vositachisifatida ham xizmat qiladi. Preparatlarni yuqori miqdorda qabul qilganda, yoki ziravor sifatida me'yordan ortiq iste'mol qilganda labning shishishi, yuzdagi shish ajinlari, meteorizm, diareya, bosh og'rig'i, konvulsiyalar va qonning buzilishiga olib kelishi mumkin. An'anaviy ko'rsatmalar va so'nggi tadqiqotlar kavrakni asab tizimining ishiga, ayniqsa, neyrohimoyaviy va nevrologik stimulyatorlik ta'sirga ega ekanligini ham yaqqol ifodalaydi.

Yalpiz — labguldoshlar oilasiga mansub ko'p yillik o'tsimon o'simliklar turkumi, dorivor va efirmoyli o'simlik. Shim. yarim sharning iliq iqlimli mintaqalarida 20-25 turi tarqalgan. Yevropa mamlakatlari, AQSH, Ukraina, Belorussiya va Shimoliy Kavkazda yalpizning taxir (achchiq) yalpiz va jingalak yalpiz, Xitoy, Hindiston, Braziliya va boshqalar mamlakatlarda dala yoki suv yalpiz turlari ekiladi. O'zbekistonda 4 turi: suv yalpiz, osiyo yalpizi, taxir (achchiq) yalpiz va jingalak yalpiz yovvoyi holda o'sadi, Poyasi tik shoxlangan, bo'yi 25- 100 sm gacha, barglari qarama-qarshi joylashgan, rombsimon, nashtarsimon yoki tuxumsimon, gullari chala soyabonsimon to'pgulga yig'ilgan, binafsharang.

May—oktabrda gullaydi. Yalpiz yorug'sevar, namsevar o'simlik. Barglarida 2,5- 3 %, gullarida 4—6 %, poyasida 0,3 % mentol (validolning tarkibiy qismi)ga boy bo'lgan efir moyi, shuningdek, flavonoidlar, vitaminlar, oshlovchi moddalar bor.

Tibbiyotda yalpiz bargidan tayyorlangan tindirma (nastoyka) va damlamasidan ko'ngil ayniganda hamda o't haydovchi vosita sifatida foydalaniladi. Barglari va poyasidan olingan yalpiz moyi parfyumeriya, oziq-ovqat sanoatida va tibbiyotda, bahorda yangi chiqqan barglari oshko'k sifatida ishlatiladi. Vegetativ (bahorda ildizini bo'lib ekish) yo'li bilan ko'paytiriladi. O'zbekistonniig barcha viloyatlarida nam yerlarda, ariq va daryo bo'ylarida o'sadi.

Bugungi kunda yalpizning 20 dan ortiq turlari keng qo'llaniladi, ular pishirishda ham, xalq tabobatida ham qo'llaniladi. Ushbu o'simlik materialidan foydalanish tajribasi allaqachon tabiblar va qadimgi olimlar orasida bo'lgan. Avitsena va Gippokrat o'zlarining yozuvlarida yalpizning organizm uchun foydalari haqida eslatib o'tishgan, ular bosh og'rig'i va ovqat hazm qilish kasalliklari, isitma va ruhiy kasalliklarni yalpiz asosidagi dorilar bilan davolashni buyurgan.

Rossiyada yalpiz qadimgi baharatli ko'katlarning eng sevimli turlaridan biri hisoblanadi. 19-asrga kelib, mahalliy yovvoyi o'sadigan turlardan tashqari, ushbu o'simlikning bog'lar va dorivor bog'larda madaniy ko'chatlarini ko'rish mumkin va yalpiz

barglari, fotosuratda bo'lgani kabi, allaqachon ko'plab foydali xususiyatlarga ega va minimal kontrendikatsiyaga ega bo'lgan yalpiz pastillasi, xushbo'y suv tayyorlash uchun yig'ilgan va ketgan.

Yalpizning foydali xususiyatlari o'simlik moddasi tarkibiga bog'liq bo'lib, u yalpiz efir moyi - mentolning yuqori konsentratsiyasiga etganida, barglar yoki inflorescents massasining 2,5-6% ni to'plash paytida katta ahamiyatga ega bo'ladi. Aynan shu modda o'tning ta'mini, hidini aniqlaydi, shuningdek yalpizning foydali xususiyatlari, masalan, bakteritsid xususiyatiga ega.

Shu bilan birga, o'tning kaloriya miqdori juda past va 70 kkalni tashkil qiladi.

Yalpizning 100 grammidan 3,75 gramm oqsil, 6,89 gramm uglevod va atigi 0,94 gramm yog '. Bundan tashqari, o'simlikka asoslangan dorivor xom ashyoda juda ko'p xun tolasi va qimmatli organik kislotalar, vitaminlar va mineral tuzlar mavjud.

● Vitamin tarkibi inson tanasi uchun zarur bo'lgan aralashmalarni o'z ichiga oladi: A, B1 va B2, B3, B6 va B9, C va PP.

● Makronutrientlar kaltsiy, fosfor va natriy, kaliy va magniydan iborat.

● Yalpiz o'tlaridagi iz elementlari marganets, sink, temir va misdir.

● Yalpizning tanaga foydasi xalq va an'anaviy tibbiyotda

● Yalpiz yong'og'i ko'plab kasalliklarga qarshi kurashishga qaratilgan terapiya va profilaktika tadbirlarida qatnashadi. Mentol yoki yalpiz o'tlarini o'z ichiga olgan preparatlar tinchlantiruvchi, og'riq qoldiruvchi, vazodilatatsiya va yallig'lanishga qarshi ta'sirga ega. Yalpiz isitma, mahalliy og'riq va nazofarenks va og'iz bo'shlig'ining shilliq pardalarini tirnash xususiyati bilan birga bo'lgan kasalliklar uchun xavfsiz diaforetik, bakteritsid va analjezik sifatida buyuriladi.

● Yalpiz barglaridan olingan efir moyi deyarli hech qanday kontrendikatsiyaga ega emas, lekin juda ko'p foydali xususiyatlari, fotosuratda bo'lgani kabi, o'simlikning boshqa tarkibiy qismlari bilan birgalikda rinit, stomatit va faringit, tonzillit va boshqa mavsumiy shamollash bilan samarali kurashadi.

Yalpiz o'ti shuningdek, genitouriya tizimi, oshqozon va jigar yallig'lanishini davolash uchun ishlatiladi. Idish-tovoq va ichimliklar tarkibidagi yangi yalpiz nafaqat ta'mni yaxshilaydi, balki ishtahani faol ravishda oshiradi, ko'ngil aynish, ko'ngil aynish va gaz hosil bo'lishining ko'payishi kabi noxush alomatlardan xalos qiladi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, Kavrak va yalpiz dorivor o'simliklar qatoriga kiritilgan bo'lib, undan tibbiyotda ko'plab irsiy bo'lmagan kasalliklarni, qon tomir, nafas olish, ovqat hazm qilish tizimidagi muammolarni oldini oluvchi va davolovchi fitopreparat sifatida foydalaniladi. Ushbu jihatlarni hisobga olgan holda, uni kundalik ovqatlanish ratsionida yetarli miqdorda va belgilangan me'yordan ortiq bo'lmagan holda iste'mol qilish tavsiya etiladi. Bundan tashqari, ovqatlanish rejimiga to'g'ri rioya qilish va me'yorida ovqatlanish maqsadga muvofiq bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Buranova G, H. N. (2021). INTERNATIONAL JOURNAL ON ORANGETECHNOLOGIES. The Role of Vitamins in Health of Pregnancy Women.
2. Hamzayeva N, D. K. (2021). IMPORTANCE OF DIETARY FIBERS IN HEALTH. European Journal of Research Development and Sustainability,.
3. Nargiza R. Hamzaeva, N. K. (2021). Dietary Asafoetida (Ferula Asafetida). INTERNATIONAL JOURNAL OF HUMAN COMPUTING STUDIES.
4. Omid Safari I, M. S. (2019). Dietary administration of ferula (Ferula asafoetida) powder as a feed additive in diet of koi carp, *Cyprinus carpio koi*: effects on hemato-immunological parameters, mucosal antibacterial activity, digestive enzymes, and growth performance. *Fish Physiol Biochem*.
5. Xolmatov H.X., Habibov Z. H., *Farmakognoziya [Darslik]*, T., 1967;
6. Nabiyev M, *Shifobaxsh giyoxlar*, T., 1980;
7. Hojimatov Q., Olloyorov M. , *O‘zbekistonning shifobaxsh o‘simliklari va ularni muhofaza qilish*, T., 1988;
8. Xoliqov K., *O‘zbekiston janubidagi dorivor o‘simliklar*, T., 1992;
9. Hojimatov Q.H., Yo‘ldoshev K.Y., Shogulomov U.Sh., Hojimatov O.Q., *Shifobaxsh giyoxlar dardlarga malham (Fitoterapiya)*, T., 1995;
10. Murdoxayev Yu.M. *Kultura lekarstvennix rasteniy v O‘zbekistane*, T., 1988.