

IGNABARGLI O'SIMLIKLAR EKSTRAKTLARIDAN FOYDALANISH USULLARI

Ma'mura Orifovna Yodgorova

BuxMTI assistenti

Shaxrizoda O'ktamova

BuxMTI 120-23 MSM guruh talabasi

Ignabargli o'simliklar ekstraksiyasi igna shaklidagi barglari bo'lgan o'simliklardan biologik samarali birikmalarni olish jarayonidir. Bunday o'simliklar odatda qarag'ay, sadr va archa kabi daraxt turlarini o'z ichiga oladi.

Ignabargli o'simliklardan ekstraksiya odatda distillash, infuzion yoki erituvchi ekstraksiya usullari bilan amalga oshiriladi. Distillash - bu o'simlikni bug'lash orqali efir moylarini ajratish usuli. Infuzion o'simlikni issiq suvda yoki yog'da ushlab turish orqali aralashmalarni eritishga imkon beradi. Boshqa tomondan, erituvchi ekstraksiyasi o'simlikni mos erituvchi orqali birikmalarni eritib, ajratish imkonini beradi.

Ignabargli o'simliklar ekstrakti aromaterapiya, an'anaviy tibbiyot, kosmetika, tozalash vositalari va oziq-ovqat sanoatida qo'llanilishi mumkin. Misol uchun, qarag'ay yog'i aromaterapiyada taskin beruvchi ta'sirga ega va ko'plab kosmetika mahsulotlarida qo'llaniladi.

Ignabargli o'simliklarda turli xil bioaktiv birikmalar mavjud. Bularga efir moylari, qatronlar, taninlar va boshqa fitokimyoviy moddalar kiradi. Ushbu birikmalarning ko'pchiligi antioksidant, yallig'lanishga qarshi va mikroblarga qarshi xususiyatlarga ega va salomatlikka ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Antioksidant ta'siri: ignabargli o'simliklar yuqori miqdorda antioksidant birikmalarni o'z ichiga oladi. Antioksidantlar tanadagi erkin radikallarni zararsizlantirish orqali hujayra shikastlanishini kamaytirishga yordam beradi. Bu qarish jarayonini sekinlashtirishi, oksidlovchi stressni kamaytirishi va surunkali kasalliklar xavfini kamaytirishi mumkin.

Nafas olish jarayoniga ta'siri: qarag'ay, sadr va archa kabi ignabargli o'simliklardan olingan ekstraktlar nafas olish salomatligiga foyda keltirishi mumkin. Infuzion yoki efir moylari sifatida foydalanilganda, bu o'simliklarning birikmalari nafas olish yo'llarini tinchlantirishi, yo'talni engillashtirishi va tiqilib qolishni bartaraf etishi mumkin. Ular astma, bronxit va boshqa nafas olish kasalliklarining alomatlarini engillashtirishga yordam beradi.

Yallig'lanishga qarshi ta'siri: ignabargli o'simliklarda mavjud bo'lgan ba'zi birikmalar yallig'lanishga qarshi xususiyatlarga ega. Bu shuni anglatadiki, ekstraktlar yallig'lanish jarayonini kamaytirishi va yallig'lanish

kasalliklarining alomatlarini engillashtirishi mumkin. Ular, ayniqsa, revmatoid artrit kabi surunkali yallig'lanish kasalliklarida yordam berishi mumkin.

Stress va tashvishlarni kamaytiradigan ta'sirlar: Ba'zi ignabargli o'simliklarning ekstraktleri tinchlantiruvchi ta'sirga ega bo'lishi mumkin. Aromaterapiya yoki o'simlikka asoslangan qo'shimchalar sifatida foydalanilganda, ular asab tizimiga tinchlantiruvchi ta'sir ko'rsatishi va stressni kamaytirishi mumkin. Shuningdek, ular uyqu sifatini yaxshilaydi va tashvish alomatlarini engillashtiradi.

Immun tizimiga ta'siri: Ignabargli o'simliklarning ekstraktleri immunitet tizimini mustahkamlashga yordam beradi. Ularda mavjud bo'lgan ba'zi birikmalar immunitetni rag'batlantirishi va infeksiyalar va kasalliklardan himoya qilishi mumkin. Bu kasalliklarga chidamliligini oshirishi va umumiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash xususiyatiga ega.

Ammo shuni ta'kidlash kerakki, o'simlik ekstraktleri insonlarga ta'siri turlicha bo'lishi mumkin. Agar sog'lig'ingiz bilan bog'liq muammolar mavjud bo'lsa o'simlik ekstraktlarini ishlatishdan oldin mutaxassis bilan maslahatlashish muhimdir.

Shu bilan bir qatorda ignabargli o'simliklar ekstraktidan quyidagi maqsadlardan ham foydalanish mumkin:

Aromaterapiya: Ignabargli o'simlik ekstraktlarini efir moylari sifatida ishlatish orqali aromaterapiya qilishingiz mumkin. Buning uchun siz aromaterapiya diffuzeriga bir necha tomchi ekstrakti qo'shishingiz va uni atrof-muhitga tarqatishingiz mumkin. Bu xonani yoqimli hid bilan to'ldiradi va dam olishga yordam beradi. Bundan tashqari, bug'lanishi uchun bir piyola issiq suvga bir necha tomchi ekstraktidan foydalanishingiz mumkin.

Massaj moylari: ignabargli o'simliklar ekstraktini tashuvchi moylar bilan aralashtirish orqali massaj moylarini yaratishingiz mumkin. Misol uchun, siz bir necha tomchi ekstrakti zaytun moyi, bodom yog'i yoki hindiston yong'og'i yog'i kabi tashuvchi moylar bilan aralashtirib, teriga massaj qilishingiz mumkin. Bu sizning teringizga kirib, yengillikni ta'minlaydi va terining sog'lig'ini qo'llab-quvvatlaydi.

Hammom: Vanna suviga ignabargli o'simlik ekstraktlarini qo'shib, undan foyda olishingiz mumkin. Issiq suv bilan to'ldirilgan vanna yoki havzaga bir necha tomchi ekstrakt qo'shib, bug'ning ta'siri bilan dam olishingiz mumkin. Bundan tashqari, ekstrakti tashuvchi moy bilan aralashtirib, uni teringizga surtish orqali hammom yog'ini tayyorlashingiz mumkin.

Ichimliklar: Ichimliklarda siz ignabargli o'simliklarning ba'zi ekstraktlaridan foydalanishingiz mumkin. Misol uchun, qarag'ay yog'i yoki

archa yog'ini bir choy qoshiq asal bilan aralashtirib, issiq suvga qo'shib, ichishingiz mumkin. Bu tomoqni tinchlantirishi va nafas olish yo'llarini qo'llab-quvvatlashi mumkin.

Kosmetik mahsulotlar: Kosmetik mahsulotlarda ignabargli o'simliklar ekstraktidan foydalanishingiz mumkin. Shampun, konditsioner, loson yoki sovun kabi mahsulotlarga bir necha tomchi ekstrakti qo'shib foydalanishingiz mumkin. Bu soch va terining sog'lig'ini qo'llab-quvvatlaydi va yoqimli hid beradi.

Har qanday ignabargli o'simlik ekstraktini ishlatishdan oldin, mahsulot yorlig'ini diqqat bilan o'qing va foydalanish ko'rsatmalariga rioya qiling. Kichik maydonni birinchi marta ishlatishdan oldin sinovdan o'tkazish ham muhim, chunki u ba'zi odamlarda allergik reaksiyalar yoki sezuvchanlikni keltirib chiqaradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Djuraev , K., Yodgorova , M., Usmonov , A., & Mizomov , M. (2021, September). Experimental study of the extraction process of coniferous plants. In IOP Conference Series: Earth and Environmental Science (Vol. 839, No. 4, p. 042019). IOP Publishing .

2. Yodgorova , MO (2022). DETERMINATION OF BIOLOGICALLY ACTIVE SUBSTANCES BY MODERN METHODS. The American Journal of Engineering oath Technology , 4 (02), 5-8.

3. Djurayev , K., Yadgarova , M., Khikmatov , D., & Rasulov , S. (2021, September). Mathematical modeling of the extraction process of coniferous plants. In IOP Conference Series: Earth and Environmental Science (Vol. 848, No. 1, p. 012013). IOP Publishing .

4. Baxtiyorovna, D. M. (2022). Food safety management. Texas Journal of Multidisciplinary Studies, 8, 64-67.

5. Glushenkova, A. I., Sagdullaev, S. S., & Davlyatova, M. B. (2017, September). Oil cake of sesamiumAcad. In S. YU. Yunusov institute of the chemistry of plant Substances AS RUz «12 th International Symposium on the Chemistry of Natural Compounds (p. 202).

6. Xudoyberdiyevna, K. M. (2023). Management System Requirements for Certification Bodies. Web of Synergy: International Interdisciplinary Research Journal, 2(5), 620-624.