

СОСНОВЫЕ ПОЧКИ ПРИ ЛЕЧЕНИИ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ.**Мирзаева Мехриноз Мамиржон кизи***Андижанский государственный университет*

Аннотация: *В данной статье приводятся данные о бронхиальной астмы и применение сосны в народной медицине.*

Ключевые слова: *бронхиальная астмы, факторы и причины бронхиальной астмы, сосна, народная медицина, настои и отвары из сосны.*

Annotation: *This article provides data on bronchial asthma and the use of pine in folk medicine.*

Keywords: *bronchial asthma, factors and causes of bronchial asthma, pine, traditional medicine, infusions and decoctions of pine.*

Бронхиальная астма - это заболевание, при котором дыхательные пути легких отекают и сужаются. Вследствие этого в дыхательных путях вырабатывается избыточное количество слизи, что затрудняет дыхание, вызывает кашель, хрипы и одышку. Заболевание носит хронический характер и мешает повседневной жизни. Заболевание поддается лечению, и ингаляторы могут помочь преодолеть приступы астмы. Бронхиальная астма может развиваться в любой возрастной группе, но чаще всего ей подвержены дети и подростки. Бронхиальная астма развивается как хроническое воспаление дыхательных путей или бронхов в результате повышения чувствительности и воспаления нервных окончаний в дыхательных путях. Во время приступов слизистая оболочка бронхов расширяется, и нормальное дыхание становится невозможным. Симптомы заболевания зависят от конкретного человека, а также от факторов окружающей среды. Симптомы могут проявляться регулярно или периодически в определенное время года.

Наиболее распространенными симптомами, позволяющими диагностировать астму, являются:

- одышка при разговоре, смехе или беге;
- боль или сдавленность в груди
- нарушение сна из-за апноэ сна или одышки;
- кашель или хрипы (шипящий звук из груди во время сна или лежания);
- простуда и грипп, вызванные вирусными инфекциями. Основные причины возникновения бронхиальной астмы неизвестны, но в основном они обусловлены экологическими и генетическими факторами.

К факторам, вызывающим астматические реакции, относятся:

- Аллергены и их возбудители;
- Вирусные инфекции, такие как простуда, грипп и пневмония;

- Загрязнение воздуха, выхлопные газы автомобилей и т.д.
- Стресс и беспокойство;
- Генетическая предрасположенность - если кто-то из ваших близких страдает астмой, то вы автоматически попадаете в группу риска;
- Астма, вызванная физической активностью или упражнениями;
- Опасные условия труда;
- Ожирение;
- Парфюмерия и ароматизаторы;
- Резкие изменения погоды, особенно температуры
- Пищевые добавки (например, MSG).

Бронхиальную астму в народе называют "жабой". В основе этого заболевания лежит избыток шлаков и отходов в организме, что вызывает раздражение и воспаление дыхательных путей.

СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ (сосна лесная) — PINUS SYLVESTRIS.

Описание. Вечнозеленое, хвойное дерево высотой до 40 м. Кора ствола оранжево-коричневая, гофрированная; ветвей - желтоватая, отслаивающаяся. Листья (хвоя) перистые, жесткие, слегка изогнутые, противоположные, 4-7 см длиной, около 2 мм шириной, края слегка пильчатые. Выпуклая поверхность темно-зеленая, с хорошо выраженными голубовато-белыми stomatitными линиями. Мужские цветки собраны в многочисленные серо-желтые мелкие конические соцветия, сгруппированные колосовидно у основания однолетних побегов, женские конические соцветия красноватые, одиночные или расположенные парами или тройками на коротких, изогнутых вниз стеблях. Шишки одиночные или по две-три, яйцевидно-конические, вначале зеленые, со временем желто-серые, с деревянистыми семенными чешуями. Семена продолговато-яйцевидные, 3-4 мм длиной, с крыльями в три раза длиннее семени. Цветение происходит в июне. Семена созревают на третий год после цветения. Шишки сосны - очень ценный дар природы. Ценность молодых побегов сосны заключается в наличии таких эфирных соединений, как пинен, лимонен и борнеол. Почки обогащены витаминами С, Р, К и В12, содержат смоляные кислоты, флавоноиды, горькие дубильные вещества, которые усиливают секрецию желудочного сока и оказывают противовоспалительное действие на слизистые оболочки.

Популярность молодых побегов сосны обусловлена тем, что эта "кроха" способна преодолеть практически все воспалительные процессы в организме.

В первую очередь это простудные и респираторные заболевания. Она действует как отхаркивающее и дезинфицирующее средство, снимает спазмы и облегчает дыхание.

Отвар сосновых почек используется для ингаляций при простудных заболеваниях, коклюше, бронхиальной астме и воспалении мочевого пузыря.

Сосновый чай поддерживает организм при бронхите, пневмонии, желчнокаменной и почечной болезнях.

Ароматические ванны со специальным раствором сосновых почек оказывают успокаивающее действие, снимают головную боль и успокаивают нервную систему.

Сосновые почки содержат эфирные масла, дубильные вещества и смолы. Листья содержат эфирное масло с лимоненом, пиненом, борнеолом, фитонцидами и небольшим количеством алкалоидов. Хвоя также содержит смолу, витамины С, К и Е, каротин, дубильные и горькие вещества. Живица характеризуется высоким содержанием эфирного масла и смоляных кислот. Семена содержат до 20% пищевого масла.

В народной медицине рекомендуется следующие настои:

1. Сосновые почки, листья мать и мачехи, листья подорожника соединить всего поровну залить все ингредиенты 1 стаканом воды, настоять 6-8 часов. Кипятить 5 минут. Настоять. Выпить в течение дня в 3 приема.

2. Поместить в термос вымытые зеленые сосновые шишки, немного сосновой смолы размером примерно 2 см и пол-литра горячего молока. Разместить и настаивать 4 часа. После настой процеживать через марлю, сложенную в 3 раза. Шишки помыв можно использовать повторно ещё 2 раза. Принимать по стакану настоя утром и вечером. Курс лечения 4-8 недель. После перерыва курс лечения астмы желательно повторить.

3. 10 грамм (1/3 ст. ложки) почек измельчить, добавить стакан горячей кипяченой воды, оставить на 15 минут в темном месте. Добавить в отвар кипяченую воду, до объема в 200 мл. Принимать в день 1 столовую ложку трижды перед едой.

4. 30 грамм почек измельчить, просеивать через сито и добавить 15 граммов говяжьего жира, добавить мед и принимать в течение недели. Это вылечит одышку, вызванную мокротой.

Лечение препаратами растительного происхождения можно считать уникальным и одним из наиболее востребованных методов терапии испокон веков. Благодаря достижениям науки и практическому опыту применения лекарственных средств фитотерапия – еще и одно из значимых направлений современной медицины, которое благодаря многообразию природных биологически активных соединений позволяет решать всевозможные клинические задачи, предусматривает оптимальное воздействие на организм при любых заболеваниях, соответствуя при этом принципам безопасности.

Примите во внимание важное обстоятельство и не пренебрегайте им никогда: в алюминиевой или вообще в металлической посуде никаких трав варить нельзя. Заваривать травы следует в керамической или стеклянной посуде.

В итоге можно сказать при лечении при лечении бронхиальной астмы кроме синтетических препаратов можно лечится народными способами.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. <https://tentorium-msk.ru/product/27149/>
2. <https://ru.wikipedia.org/wiki/>
3. Аскарлов И.Р. Фитотерапия. « Fan va texnologiyalar nashriyot-matbaa uyi» Ташкент 2023. 164-с
4. Аскарлов И.Р. «Mumtoz so'z» Ташкент 2019. 97-с.