

NOYOB SHIFOBAXSH YOG'LAR VA ULARNING ODAM ORGANIZIMIGA TASIRI

Farxodova Oyimjon Davronbek qizi

UrDU Kimyoviy texnologiya fakulteti talabasi

Annotatsiya: Oxirgi yillarda dunyo aholisi orasida turli xil kasalliklar ko'payib ketganligini inkor etolmaymiz. Buning asosiy sababini oziq ovqat bilan bog'lash tabiiy albatta. Dunyo aholisinging shiddatli ravishta o'sib borayotganligi sababli oziq ovqat mahsulotlari bo'lgan extiyoj sezilarli ravishda oshadi. Oziq ovqat mahsulotlarining tarkibida inson organizimi uchun kerakli barcha moddalar bo'lishi lozim. Biror bir zaruriy elementlat yetishmasliga odam organizimingig normal fiziologiyasining buzilishiga olib keladi. .

Kalit so'zlar : shifobaxsh yog'lar, sedana yog'i , ipak qurti yog'i.

Odam organizimida yog'lar murakkab fizilogik juda katta ahamiyatga ega. Yog' energiya manbayi bo'lib xizmat qiladi. Organizimdagi fizialagik jarayonlar oz maraomida borishi uchun kerak bo'ladigan energiyani asosan yog'dan oladi. Bundan tashqari yog'ning boshqa muhim ahamiyatlari ko'p. Masalan, organizmning qurishlash funksiyasi, transport, energiya va zaxira sifatida xizmat qiladi.

Deyarli barcha o'simliklarda ozgina miqdorda bo'lsa ham yog' bo'ladi. Ishlab chiqarish sanoati jarayonida barcha o'simliklardan yog' olingan. Yog'lar ko'pgina ishlab chiqarish jarayonlari uchun mahsus hom ashyo bo'lishi mumkin. Yog'lar asosan oziq ovqat sanoati, farmaseftika va pafumeriya sanotida ishlatiladi. Yog'larning shifobaxshlik xusiyati juda ko'p. Bu ularning tarkibiga va yog' olinish sharotiga bog'liq. Shifobaxshlik xuxsiyatiga ega bo'lgan yog'larga qora sedana yog'i, kanakunjut yog'i, bodom yog'i va so'ngi paytlarda ilmiy izlanishlar olib borilayotgan tut ipak qurti yog'i kabilarni kiritishimiz mumkin.

Qora sedana yog'i yuzdan ortiq foydali komponentlarni o'z ichiga olgan. Uning tarkibiga kiruvchi Omega -6 va Omega-9 , yog' kislotalari yurak-qon tomiz tizim, asab tizimi va hzim qilish tizimlari faoliyatini yaxshilaydi. Bundan tashqarai qora srdana yog'i inson organizimidagi gormonal muhitni yaxshilaydi. Yallig'lanish jarayonlarini to'xtatadi, shuningdek teriga yaxshi tasir ko'rsatadi. Immun tizimini yaxshilaydi va bitun organizmni keraksiz moddalardsn halos etadi. Yog' tarkibiga kiruvchi vitaminlar, yog' kislotalar yallig'lanish jarayonini to'xtatadi. Terida suv balansini yaxshilaydi. Shu bilan birga uning

tarkibida tabiiy antioksidantlar bo'lib ular bo'g'imlar faoliyatini yaxshilaydi, jismoniy quvvatni oshiradi. Qora sedana tarkibiga kiruvchi foydali moddalar inson organizmidagi zararli mikroorganizmlar bilan kurashadi va qondagi xolesterin miqdorini kamaytiradi.

Hozirgi kunda ilmiy izlanishlar olib borilayotgan ipak ishlab chiqarish sanoati chiqindi mahsulotidan olinadigan bo'lgan qurtidan olinadigan yog' yaxshi sifat ko'rsatgichlarga ega. Ipak qurti yog'ida tirik organizm uchun muhim ahamiyatga ega bo'lgan turli xil minerallarning 25 ta turi mavjud bo'lib, bu minerallar organizmda malum fiziologik funksiyalarni bajarishi mumkin. Ipak qurti yog'ida fosfor, kalsiy va magniy minerallari miqdori ko'roq ekanligini aytishimiz mumkin. Ipak qurti yog'i selenga (Se) boy bo'lib, saraton kasalligini oldini olish va stressdan himoya qilishida muhim rol o'ynaydi.

Hozirgi vaqtda saraton kimyo terapiya va radioterapiya bilan davolanadi. Bu organizmga nojoya tasiri ko'rsatadi. Shuning uchun ham uni oldini olish uchun tabiiy oзуqalarni istemol qilish yaxshi yo'ldir. Tadqiqotlarga ko'ra ipak qurti yog'i va uning tarkibidagi oqsillar odamning oshqozon saratoni hujayralari, ko'krak saratoni, jigar saratoni hujayralari ustidan boshqarib ularni rivojlanishini oldini oladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O'.Ahmedov, A.Ergashev, A.Abzalov, M.Yulchiyeva, D.Mistafakulov "Dorivor o'simliklarni yetishtirish texnologiyasi va ekalogiyasi" Toshkent 2020
2. O.K.Xojimatov, X.Q.Haydarov, D.T.Xamraeva, D.A.Imomova, A.N.Xujano v "O'zbekiston dorivkr o'simliklar atlası" Samarqand 2021
3. Sheikh.I, Bandy.M, Baba.I, Adil.S, Nissa.S.S, Zaffer.B, Bulbul.K "Utilization of silkworn pupal meal as an alternative source of protein in the diet of livestock and poultry" 2018