

**DORIVOR O`SIMLIKLAR . TIRNOQ GUL VA TOPINAMBUR O`SIMLIKLARINING
DORIVOR XUSUSIYATLARI****A`zamjonova Hurshida Rustam qizi***Abu Ali ibn Sino nomidagi ixtisoslashtirilgan maktab***Arziyeva Xolisabonu Ulug`bek qizi***Abu Ali ibn Sino nomidagi ixtisoslashtirilgan maktab*

Annotatsiya: *Ushbu maqola dorivor o`simliklar hamda tirnoqgul , topinambur o`simliklarining dorivor xususiyatlari va ularni hayotga tadbiiq qilishga bag`ishlangan .*

Kalit so`zlar: *Dorivor o`simliklar , topinambur , tirnoqgul , vitaminlar ,tugunak , yernok .*

Bizning eng muhim boyligimiz – salomatligimiz . Shuning uchun biz sog`ligimizga e`tiborsiz bo`lmasligimiz kerak . Abu Ali ibn Sino bobomiz bizga o`zining “Tib qonunlari “ kitobida dorivor o`simliklar va ularning qaysi kasalliklarga shifo bo`lishi haqida yozib qoldirgan . Lekin hozirgi vaqtda deyarli dorivor o`simliklardan foydalanmaymiz . O`zimizga qulay bo`lgan usul ya`ni tayyor holatda dorixonadan sotib olishni afzal ko`ramiz . Aslini olib qaraganda haddan ziyod dorilarni iste`mol qilish ba`zi bir organlarimizga ziyon keltirishi mumkin . Shu tufayli dorivor o`simliklarni iste`molimizga kirgizganimiz yaxshiroq .

O`zbekiston tabiiy va geografik jihatdan dorivor o`simliklarga boy hisoblanadi . Respublikada yuksak o`simliklarning 4500 tasidan 700 taga yaqini dorivorlik xususiyatiga ega . Shulardan 120 ga yaqin o`simlik ilmiy va xalq tabobatida ishlatiladi . Masalan , bizga tanish bo`lgan isiriq , rayhon (bazilik) , kashnich , yalpiz , na`matak va boshqalar . Biz ulardan kunlik hayotimizda va o`z iste`molimizda foydalanamiz . Misol qilib , isiriqni karantin vaqtlarida dezinfeksiya qilish uchun , na`matakning mevalarini esa shamollaganimizda foydalanamiz .

Dorivor o`simliklar 2 turga bo`linadi :

- 1) ta`sir qiluvchi moddalarning tarkibiga qarab H^+ - alkaloidli , glikozidli , efir moyli , vitaminli va boshqalar .
- 2) farmakologik ko`rsatkichlariga qarab – tinchlantiruvchi , og`riqqoldiruvchi , uxlatuvchi , yurak-tomir tizimiga ta`sir qiluvchi , qon bosimini pasaytiruvchi , markaziy nerv sistemasini qo`zg`atuvchi va boshqalar .

Dorivor o`simliklarning ta`siri uning tarkibidagi kimyoviy birikmalarning miqdoriga bog`liq . Bu birikmalar o`simliklarning qismlarida turli miqdorda to`planadi . Dorining ta`sirchanlik quvvati va sifati yuqori bo`lishi ularning gullash hamda urug`lash vaqtining boshlanishiga to`g`ri keladi . Dorivor moddalar o`simlik turiga qarab o`simlikning har xil qismida to`planadi . Shuning uchun biz o`simliklarning biologik aktiv bo`lgan qismidan foydalanamiz . Yangi yig`ib olingan dorivor o`simlik tarkibida (yer ustki a`zolarida 85%, ildizida 45%) nam bo`ladi . Bu nam yo`qotilmasa o`simlik chirib, dori moddalar parchalanib , yaroqsiz bo`lib qoladi .

Qadim zamonlardan odamlar dorivor o'simliklarni kasalliklarga qarshi foydalanib kelishgan . Bundan 3-4 ming yil ilgari Hindiston , Xitoy , Qadimiy Misr mamlaktlarida dorivor o'simliklar haqida asarlar yozilgan . O'rta Osiyo xalq tabobatida dorivor o'simliklardan foydalanib davolash o'zining qadimiy an'alariga ega .

O'zbekistonda shifobaxsh o'simliklardan dori mahsulotlari tayyorlashga ishlatiladi . Islombekov nomidagi Toshkent farmatsevtika zavodida O'zbekistondagi dorivor o'simliklardan turli-tuman dorilar tayyorlanadi . Biz bu dorilardan kasal bo'lganimizda va darmonsiz qolganimizda dardimizga shifo maqsadida foydalanamiz .

Endi dorivor o'simliklarga mansub tirnoqgul va topinambur xususiyatlari bilan tanishamiz . Tirnoqgul – murakkabguldoshlar oilasiga mansub . Bir yillik xushmanzara dorivor o'simlik . Shoxlangan poyaga ega , barglari sertukli va ular poyaga bandsiz o'rnashadi . Gullari tillarang yoki to'qsariq bo'lib , poya uchida yakka-yakka holda joylashadi . Uning mevasi – qushning tirnog'iga o'xshab qayrilgan bo'ladi , shuning uchun ham gulning nomi qushtirnoq yoki tirnoqgul .

O'simlik yovvoyi holda Old Osiyo , Janubiy Yevropa va Yaqin sharq mamlakatlarida tarqalgan . Uni qadim zamonlardan manzarali gul sifatida o'stirib kelinadi .

O'simlik gullari tarkibida 17% kalenden moddasi , 3% karotin , organik kislotalar , fitonsidlar , alkaloidlar , kalendulin va boshqa moddalar mavjud .

Kalendulin moddasi yordamida yog' , qayla va nonga o'ziga xos rang bera oladi . Tirnoqgul antiseptik , yallig'lanishga qarshi va shifobaxsh xususiyatlarga ega bo'lib , uni kosmetika va dori vositalarining qimmatli tarkibiy qismidir .

O'simlik yordamida o'zimizning ruhiy muvozanatimizni qaytarishimiz mumkin . Masalan , biz tushkunlik yoki asabiy holatni yo'qotishda foydalana olamiz . Buning uchun shifobaxsh gul yaproqlaridan ko'k choyga qo'shib iste'mol qilamiz . Agar tunlari uxlay olmasak ham bu o'simlik bizga qo'l keladi . Bundan tashqari biz sistitda , og'iz bo'shlig'i kasalliklarida , jarohatlarda va yuzdagi pigment dog'larda qo'llaymiz .

Yuzdagi pigment dog'lar o'simlik yordamida bartaraf qilinadi . Tirnoqgul barglari sharbati teng miqdorda olingan limon sharbati , o'simlik moyi va qorag'at mevalari sharbati bilan aralashtiriladi . Shundan so'ng shifobaxsh xususiyatga ega tonik tayyor .

Gul yaproqlari aksariyat tayyor kosmetik vositalari tarkibiga kiritilgan . Ammo biz ham o'z qo'limiz bilan tayyorlashimiz mumkin . Buning uchun biz maydalangan suli yormasi , tirnoqgul va bo'yimadaron kerak bo'ladi . Demak biz tirnoqgul o'simligi yordamida o'z dardimizga davo sifatida foydalanishimiz mumkin.

Yana bir dorivor o'simliklardan biri topinambur hisoblanadi . Uni mahalliy tilda yernok deb ham atashadi va u murakkabguldoshlarga mansub ko'p yillik o'simlik , tugunak mevali yemxashakka ishlatiladigan o'simlik hisoblanadi . Vatani - Shimoliy Amerika . Yevropaga 17-asr boshlarida , Rossiyaga esa 18-asrlarda tarqalgan . Ko'rinishi kungaboqarni eslatadigan yernok O'zbekistonda silosbop o'simlik sifatida foydalaniladi . Uning yer osti poyalarida 20-70 ta noksimon (yernok nomi shundan) va turli shakldagi tugunaklar hosil qilib , popuksimon ildizi yerga 2-3 metr kirib boradi . Pista mevasining ming donasi atiga 7-8 gram bo'ladi . Bo'yi 1,5-2,5 ba'zan 4 metrgacha yetadi . Barglari tuxumsimon , bandli va gullari savatcha to'pgulga yig'ilgan .

Topinambur sho'rlanmagan tuproqlarda o'sadi , ozuqaga talabchan o'simlik . Uning ustki poyasi -6 gradusgacha , ostki poyasi esa -20 gradusgacha chidaydi . Yernok to'liq pishib yetilgungacha 120-200 kun ketadi . Hozirgi kunda u texnik va oziq-ovqat sifatida ishlatiladi . Tarkibi 1.3% kul , 0.2% moy , 16-18% inulin (undan qand , fruktoza va spirt ishlab chiqariladi) , 17.9% azotsiz moddalar , 2.3% oqsil va vitaminlardan iborat . Bunan tashqari u kletchatka , pektin va temir , kalsiy magniy, fosfor , sink va kremniyning mineral tuzlariga boy . Yernok yordamida tibbiyotda turli xil doridarmonlar tayyorlanadi . Uni ekishda 25-50 gramli tugunaklari foydalaniladi .

Topinambur o'simligini Amerikalik hindular uzoq umr ko'rish vositasi deb atashadi . Chunki , unda odamga quvvat beruvchi darmon-dorilar bisyor .

Uni muntazam ravishda yeb yurilsa , kamqonlik , oshqozon-ichak hastalıkları , ateroskleroz , buyrak va siydik yo'llarida tosh bo'lishi , 2-tur qandli diabet va asab kasalliklarini oldini olishda yordam beradi . Bundan tashqari tugunagidagi inulin moddasi o't va jigarni himoya qilib , tosh va qum hosil bo'lish jarayonlarini sekinlashtiradi . Ozishga ham yordam beradi , sababi tugunaklari uglevod va yog' almashinuviga yordam berib , qonda xolesterin darajasini pasaytiradi . Ular yallig'lanish va diuretikga qarshi ta'sirga ega . Tanadagi ortiqcha tuzlarni chiqarishda , shish , osteoxondroz va podagra kasalliklarida tavsiya etishadi .

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR :

1. Vikipediya.uz sayti
2. Agra.uz sayti
3. Gujum.uz sayti
4. Nauchniyimpuls.uz sayti
5. "Dorivor o'simliklar atlası " M.A.Jo'rayeva
6. "Tib qonunlari " Abu Ali ibn Sino