



ANJIR DARAXTINING BIOLOGIK XUSUSIYATLARI.

Isaqov Xayotillo

Andijon davlat universiteti k.f.d., professor

Karimova Dildora Mamazokir qizi

Farg'ona davlat universiteti magistranti

Mamatqulova Surayyo Abdusamatovna

Farg'ona davlat universiteti k.f.d., o'qituvchi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada shifobaxsh anjir daraxtining inson salomatligiga foydasi hamda kimyoviy tarkibi va ularning foydali xususiyatlari ko'rib chiqiladi.*

Аннотация: *В данной статье рассматривается польза лекарственных инжира для здоровья человека, а также их химический состав и полезные свойства.*

Annotation: *This article discusses the benefits of medicinal figs for human health, as well as their chemical composition and beneficial properties.*

Kalit so'zlar: *o'simlik, dorivor modda, organik kislotalar, karotin, kalsiy, temir, fosfor kabi mikro va makroelementlar.*

Ключевые слова: *растение, лекарственное вещество, органические кислоты, микро- и макроэлементы, такие как каротин, кальций, железо, фосфор.*

Key words: *plant, medicinal substance, organic acids, micro and macro elements such as carotene, calcium, iron, phosphorus.*

Anjir tutdoshlar oilasiga mansub subtropik meva bo'lib, uning tarkibida 20-24 foiz qand, 0,5-4,2 foiz pektin moddalari, 3-7,4 foiz kletchatka, 0,1foizgacha organik kislotalar, karotin, kalsiy, temir, fosfor kabi mikro va makroelementlar va boshqa moddalar mavjud. Tarkibidagi kaliy, natriy va oqsil bo'yicha u yong'oq va o'rik bilan raqobatlasha oladi. To'yintirish darajasi esa go'shtnikidan aslo kam emas. Anjir quritilganda konsentratsiyasi sezilarli darajada oshadigan turli vitamin va mikroelementlarga boy hisoblanadi. SHu bilan birga, quritilganda shakar va kaloriya miqdori 5 karra ortadi va shu sabab ham mutaxassislar ushbu mevani sarxil holida eyishni tavsiya qiladi. Shuningdek, anjir organizmdagi jarayonlar—metabolizm, qizil qon tanachalarining paydo bo'lishi, neyromediatorlar va biriktiruvchi to'qimalarning ishlab chiqarilishi uchun muhim bo'lgan misning ham konidir. Bundan tashqari, anjir ko'p miqdorda B6 vitaminini ham o'z ichiga oladi. Ushbu vitamin organizmning aminokislota va oqsillarni parchalab, ulardan energiya olishga yordam beradi, asab tizimi faoliyatida muhim rol o'ynaydi va qarishning oldini oladi. Yoshlikni saqlanishida ahamiyatli bo'lgan, hujayralarni shikastlanishdan himoya qiluvchi va ajin tushishi hamda giperpigmentatsiyaning oldini oluvchi antioksidantlarning ham manbayidir.





Anjirni muntazam ravishda iste'mol qilish yurak-qon tomir tizimi uchun foydali. O'tkazilgan tadqiqotlarda ushbu meva iste'molidan keyin organizmdagi yomon xolesterin miqdori kamayishi aniqlangan.

U qon tomirlar devorlarini mustahkamlash va tromblarni oldini olish xususiyatiga ega bo'lgan K vitaminiga ham boy. Ushbu shirin meva tarkibida kletchatkalar mo'l bo'lgani sabab ham u oshqozon hazm tizimi uchun ahamiyatlidir. Anjir ichaklar perestaltikasini yaxshilaydi va hazm tizimi bilan bog'liq ba'zi kasalliklar oldini oladi. Mazkur meva daraxti 150-200 yilgacha yashaydi. Uning bir tupidan 50kg gacha hosil olish mumkin. Anjir bargidan uzum va mevalarni quritishda ishqor sifatida, "suti" esa teri kasalliklari (so'gal, temiratki), chayon va ari chaqqanda davo maqsadida ishlatiladi. Qadim-qadimdan anjir tabobatda keng qo'llanilgan. Uning mevasi qaynoq suv yoki sutda damlab iste'mol qilinsa, yo'tal, tomoq og'rig'ini davolashda yaxshi samara beradi. Mag'zi esa tana haroratini tushiruvchi va terni haydash xususiyatiga ega. Qora anjir bod kasalida yordam beradi. U echki suti bilan birgalikda qaynatib iste'mol qilinsa, organizmni zararli moddalardan tozalaydi hamda immun tizimini mustahkamlaydi. Bu tansiq meva o'pka sili, mushaklarning holsizlanishi kabi xastaliklarda ham eng yaxshi davo hisoblanadi.

Ushbu mevada olmaga nisbatan temir moddasi bisyor. Shu sabab kamqonlik bilan og'rikan bemorlarga anjir iste'mol qilish tavsiya etiladi. Shuningdek, yurakning tez urishi, bronxial astma(ziqqinafas), ko'krak og'rig'i, o'pka pardasi yallig'lanishi(plevrit)da nihoyatda foydali. Quritilgan anjir ich surish xususiyatiga ega. Uning sharbati esa bolalar uchun quvvat bag'ishlovchi darmondori sanaladi. Mazkur sharbat ishtahani ochib, ovqat hazm qilishni yaxshilaydi. Bundan tashqari, revmatizm (bod), teri kasalliklari, buyrak va qovuqda toshlar paydo bo'lganida, jigar hajmi kattalashib, og'riq berganida anjir sharbatini ichish yaxshi samara beradi. Anjir moddasining fermenti fitsin fibrinin (qon ivishida hosil bo'ladigan oqsil modda)ni eritish xossasiga ega. Shu sabab qon tomirlarda tromb hosil bo'lishiga moyil hamda tromfoblebit kasalligi bilan og'rikan bemorlarga doimiy ravishda iste'mol qilish tavsiya etiladi. Anjir yurak kasalligiga ham davo. Unda yurak faoliyatini yaxshilaydigan kaliy tuzi mavjud. Uning bargidan psoboran nomli dorivor vosita tayyorlanadi. Bu malham teridagi oq dog'lar (vitiligo) hamda boshqa teri kasalliklarini davolashda qo'llaniladi. Bargidan olinadigan furalen dori vositasi terining zamburug'li xastaliklari, soch to'kilishi va oq dog'larda foyda beradi. Yoz faslida bozor rastalarini rangorang anjirlarsiz tasavvur qilish qiyin. Shirin, xushbo'y va qasildoq mayda danakchali bu mevani hamma ham sevib iste'mol qilmaydi. Ammo anir juda foydali bo'lib, u quyidagilarda yordam beradi:

- viruslarga qarshi kurashadi va haroratni tushiradi;
- kaliy miqdorining ko'pligi sabab, yurak va qon-tomir tizimini mustahkamlaydi;
- qon tarkibini yaxshilaydi;
- kalsiy va magniynni o'zida saqlashi sabab ham, u kayfiyatni ko'taradi va bosh og'rig'ini qoldiradi;





- o't haydash xususiyati sabab ham, buyraklar faoliyatini yaxshilaydi;
- ovqat hazm qilish faoliyatini normallashtiradi;
- bosh miya faoliyatini yaxshilaydi.

Bundan tashqari anjir juda to'yimli meva hisoblanadi.

ADABIYOTLAR:

1. Рибиков Анжир, Остроухова С. А., Ўзбекистон мевачилиги, Т., 1967.
2. Смоковница обыкновенная, винная ягода или фи́га // Флора СССР. В 30 т. / Гл. ред. и ред. тома акад. В. Л. Комаров. - М.-Л.: Изд-во АН СССР, 1936. - Т. V. - С. 380-382.
3. Энциклопедия китайской медицины: целительные силы природы. - 2-е изд., СПб «Нева», 2004. - 448 с.

