

NAFAS YO'LLARI HASTALIKLARIDA XALQ TABOBATI USULLARIDAN
FOYDALANISH

Yakubov Ilxam Yuldashevich

Kimyo fanlari nomzodi, dotsent

Farg'ona davlat universiteti

Raxmatullayev Izzatilla

Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti faxriy professopi,

kimyo fanlari nomzodi, dotsent

Xalq tabobatoda shifobaxsh dorivor o'simliklardan foydalanish tarixi qadimgi hind tabobatiga borib taqaladi desak, xato bo'lmaydi. Eramizgacha bo'lgan VI asrda yashagan ulug' hind hakimi Sushrutning "Ayur-veda" nomli mashhur nodir asarida 700 ta shifobaxsh giyohlarga ta'rif-tavsif berilib, o'ziga xos tibbiyot qonun-qoidalari asosida ulardan foydalanish yo'llari bayon etilgan. Eramizdan avval yashab tabobat bobida o'chmas iz qoldirgan yunon tabibi Gippokrat (460-375 yillar) 200 ga yaqin shifobahsh o'simliklar to'g'risida ma'lumotlar yozib qoldirgan. Buyuk ensiklopedist olim, tabobat soxasining dunyoga mashhur sardori Abu Ali Ibn Sino (980-1037 yillar) o'zining "Tib qonunlari" asarida 900ga yaqin giyohlar to'g'risida ma'lumotlar berish bilan birga, ulardan foydalanish yo'llarini ham ko'rsatgan. Respublikamizda 4230 turdagi o'simliklar bo'lib, ulardan 577 tasining shifobahshlik xususiyati borligi aniqlangan. Bugungi kunda ruhiy kasalliklarni davolashda dorivor o'simliklarning 18 turidan, saratonni davolashda 7 turidan, qandli diabetda esa 21 turi, aterosklerozda 25 turi, oshqozon kasalliklarida 22 turidan keng foydalanib kelinmoqda. Bundan tashqari kashandalik va alkogolizmning oldini olish va davolashda, qondagi xolesterin moddasini me'yorlashtirish va boshqa ko'pgina xastaliklarni davolashda ham shifobahsh o'simliklardan tayyorlangan dori-darmonlar qo'llanilmoqda.

Kasallikni davolash uchun ishlatiladigan sintetik dorilar boshqa bir kasallikni keltirib chiqarishi mumkinligi hozirgi kunda hech kimga sir emas. Sintetik dorilar borgan sari organizmni zaharlab, to'planib boradi va yana o'ziga qaramlik chaqiradi. Bundan tashqari dorilarni ko'p iste'mol qilish natijasida ularning bora-bora ta'sir darajasi susayadi, insonning undan kuchliroq dorilarga muhtojligi ortadi. Shunday qilib, dorilarga qaramlik kelib chiqadi. Dorivor - shifobaxsh o'simliklar esa bunday asoratlarni keltirib chiqarmasligi tajribalarda isbotlangan [1]. Buni bilgan odamlar ko'pincha anashunday o'simliklarni yig'ib oladilar va ulardan uy sharoitida o'zlari dori tayyorlab ishlatadilar. Bunday hollarda o'simlik tarkibida qanday moddalar borligini, ularning kimyoviy xossalarini bilmasdan tayyorlangan dorilar foyda o'rniga zarar keltirishi ham mumkin. Dorivor o'simliklarni yig'ib olish muddatlarini bilishning ahamiyati nihoyatda muhim, chunki ulardagi ta'sir etuvchi biologik aktiv moddalarning miqdori turli rivojlanish fazalarida turlicha. Shu sababli dorivor o'simliklarni yig'ish va

ulardan kasalliklarni davolash uchun foydalanishda nihoyatda ehtiyot bo'lish zarur. Shu sababdan ham viloyatimizda bugungi kunda mavjud bo'lgan dorivor o'simliklarni o'rganish va ularni maxsus o'rmon xo'jaliklarida yetishtirish hozirgi kunning eng dolzarb masalaridandir.

Tabiat bizga juda ko'p tabiiy boyliklar in'om etganki, biz ulardan kundalik turmushimizda samarali foydalanishimiz lozim. Bizning yurtimizda dorivor o'simliklar juda ko'p bo'lib, ulardan oqilona foydalangan holda ko'p kasalliklarning oldini olish va davolash mumkin. Immun tizimi mustahkam bo'lgan insonlar organizmi har qanday kasallik bilan kurasha oladi. Biz ushbu maqolada nafas yo'llari hastaliklarini davollashda qo'llaniladigan arpabodiyon va gulxayri o'simliklarining shifobahshlik xususiyatlariga to'xtalmoqchimiz.

Arpabodiyon – (*lot.* Pimpinella anisum) ziradoshlar (soyabonguldoshlar) oilasiga mansub, 20-60 sm balandlikdagi bir yillik o't o'simlik. Uning mayda, oq rangli, besh bo'lakli gullari murakkab soyabon gulto'plamiga joylashgan. Mevasi – tuxumsimon shaklli, qo'ng'ir-kulrang, o'ziga xos yoqimli hushbo'y hidli va shirinroq-hushbo'y mazali qo'shaloq doncha. May-iyun oylarida gullaydi, mevasi iyun-iyul oylarida yetiladi. Ovqatga ziravor mahsulot sifatida arpabodiyonning to'liq pishib yetilgan mevalari qo'llaniladi. U non pishirishda va shirinliklar (qandolatchilik) tayyorlashda, marinadlar va konservalarni xushbo'y hidli qilishda, sabzavotlarni (bodring, lavlagi, gulkaram, sabzi va boshqalar) tuzlashda ham foydalaniladi.

Maydalangani turli piroglar, pechenye, pryantik, keks va boshqa shirinliklarga hamda har xil taomlarga (sutli va mevalardan pishirilgan sho'rvialarga, guruchdan tayyorlangan shirin ovqatlarga), mevalardan tayyorlangan salatlariga qo'shiladi. Arpabodiyon mevasi tarkibida 1,2-3,2 foiz (ba'zan 6 foizgacha) efir moyi, 28,4 foizgacha moy, oqsil va boshqa moddalar bor. Arpabodiyon efir moyi rangsiz yoki sarg'ish rangli suyuqlik bo'lib, o'ziga xos yoqimli hid va shirinroq mazaga ega. Arpabodiyon mevasini kuli tarkibida kaliy, kaltsiy, temir, mis, rux, xrom, alyuminiy, selen, molibden, strontsiy, nikel va boshqa makro va mikroelementlar bor [2,3].

Qadimgi tabiblar o'zlarining davolash jarayonida arpabodiyon mevasini keng ishlatganlar. Yuz va qoyoq shishlarida, jigar, qorataloq, buyrak, quvuq kasalliklarida, qiyinlashgan nafas olishda, bosh og'rig'ida, ko'z va boshqa kasalliklarda hamda peshob haydovchi vosita sifatida tavsiya qilingan. Xalq tabobatida arpabodiyon mevasidan tayyorlangan damlama bilan me'da-ichak kasalliklari davolanadi. Bu damlama yana ishtaxa ochuvchi, peshob va o't haydovchi, terlatuvchi, yengil surgi hamda chanqovni bosuvchi dori sifatida qo'llanadi. Masalan: 2-oshqoshiq arpabodiyon mevasi 1 stakan qaynagan suvga solinib, 15 daqiqa damlanadi. Suzib, ovqatlanishdan keyin og'iz chayilsa va g'arg'ara qilinsa, noxush hidni yo'qotadi.

Arpabodiyon efir moyi antiseptik, yallig'lanishga qarshi hamda shilliq qavatlarga kuchli qitiqlovchi ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun arpabodiyon mevasi, efir moyi va ulardan tayyorlangan dori turlari ilmiy tibbiyotda bronxit va nafas olish yo'llarining

boshqa shamollash kasalliklarida balg'am ko'chiruvchi, yo'talni to'xtatuvchi dori sifatida hamda tovush chiqmay qolish hollarini davolash uchun ishlatiladi. Mevasi va efir moyi yana buyrak, siydik pufagi va siydik yo'llari kasalliklarida, ich dam bo'lganda yel haydovchi vosita sifatida, ichak faoliyatini yaxshilash uchun hamda ba'zi shamollash kasalliklarini davolashda qo'llaniladi.

Arpabodiyon mevasi surgi sifatida ishlatiladigan hamda yuqori nafas yo'llari shamollaganda qo'llaniladigan balg'am ko'chiruvchi, ko'krakni yumshatuvchi va uni og'rig'ini qoldiruvchi yig'malar – choylar tarkibiga kiradi. Meva efir moyi balg'am ko'chiruvchi vosita sifatida bronxit va boshqa nafas olish yo'llari shamollash kasalliklarida qo'llaniladigan novshadil – arpabodiyon (nashatir-arpabodiyon) tomchisi, ko'krak eliksiri va boshqa dorilar tarkibiga kiradi

Dorivor gulxayri – (*lot.* *Althaea officinalis* L.) Tibbiyotda gulxayrining quyidagi turlari ishlatiladi. Dorivor gulxayri - *Althaea officinalis* L; Oq gulxayri - *A. Nudiflora* linell; Pushti gulxayri - *A. Litvinavii* hjin. Gulxayri turlari Gulhayridoshlar (*malvaceae*) oilasiga mansub bo'lib, bizning viloyatimizda dorivor gulxayri va pushti gulxayrilar uchraydi. Viloyatimizning to'qayzorlarida, botqoqliklarda, bog'larda, tog'larning yon bag'irlaridan tortib, o'rta qismigacha bo'lgan joylarda o'sadi. Dorivor gulxayri bo'yi 60-180 sm li ko'p yillik o't o'simlik. Poyasi tik, ko'p shoxlanmagan, gullari to'g'ri, 5 bo'lakli, ikki jinsli, poyaning yuqorisidagi barglari yaxlit, tuxumsimon, o'rta va pastki qismidagi barglari uch, besh bo'lakli bo'lib, poyada ketma-ket joylashgan. Gullari pushti, oq, ba'zi turlari och binafsha rangli, asosan sariqroq bo'lishi mumkin, ular barg qo'ltig'iga, poya va shoxchalari uchiga joylashadi.

Gulidan sifatli rang olinib, oziq-ovqat sanoatida ishlatiladi. U o'zidan doim xushbuy hid ajratadi. Mevasi yassi, yumshoq, serurug' va kuruq meva. Iyun-avgust oylarida gullaydi, mevasi iyul-sentabrda pishadi. Gulxayrining ildizi va ba'zan esa bargi ishlatiladi. Bargini o'simlik gullaganda yig'iladi va soya yerda quritiladi. Ildizi kuzda yoki erta bahorda kavlab olinadi, suv bilan yuvilib, ochiq havoda quritiladi. Tabobatda ishlatilishi: Abu Ali ibn Sino gulxayri ildizidan, bargidan va urug'laridan tayyorlangan damlama bilan yo'tal, qon tupurish, zotiljam va buyrak kasalliklarini davolagan. Buyuk tabib gulxayri ildizi asosida tayyorlangan dori darmonlarni ko'krakni yumshatuvchi, balg'am ko'chiruvchi omil sifatida tavsiya etgan.

O'rta Osiyoda xalq tabobati gulxayri ildizidan tayyorlangan damlama ko'k yo'tal, o'pka shamollashi, nafas qisish, ko'krak og'rig'i kasalliklarida yumshatuvchi, og'riq qoldiruvchi va balg'am ko'chiruvchi dori sifatida ishlatiladi [4]. Bulardan tashqari undan dizenteriya, buyrak yarasi kasalligida, tomoq yallig'langanda, bolalarning ichi ketganda qo'llaniladi. Ilmiy tibbiyotda gulxayri turlarining dorivor preparatlari (damlama, suyuq ekstrat, sharbat) bolalarning nafas yo'llari kasalliklarida ta'sir etuvchi dori sifatida qo'llaniladi. Kub shaklda qirqilgan ildiz nafas yo'llari kasalliklarida ishlatiladigan turli yig'malar choylar tarkibiga kiradi.

Gulxayri o‘simligining yer ustki qismidan dorivor preparat - mukoltin olingan. Bu preparat yuqori nafas yo‘llari va o‘pka yallig‘lanishi kasalliklarida balg‘am ko‘chiruvchi dori sifatida qo‘llaniladi. O‘simlik gulining damlamasi buyrak va qovuq kasalliklarida siydik haydovchi vosita sifatida ishlatiladi. Gulxayri gul tojbargaridan teri, shoyi va jun matolarni bo‘yashda foydalaniladi. Chunki gulxayri gulbarglarida qizil, zangori hamda binafsharang bera oladigan malvidin pigmenti bor. Gulxayri ildizidan sirach (kleyster) tayyorlash, o‘simlikning poya va shoxchalaridan a‘lo sifatli qog‘oz hamda arqonlar tayyorlash mumkin. Gulxayri gullari arilar uchun yaxshi oziq hisoblanadi. Gulxayridan damlama tayyorlash uchun idishda 2 stakan qaynatib sovutilgan suv ustiga 4 choy qoshiq maydalangan ildizidan solib, 8 soat saqlanadi. So‘ngra suzib olib, sharbatidan kuniga 3-4 mahal yarim stakandan ichiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

- 1.Акопов И.З. « Важнейшие отечественные лекарственные растения и их применение »
Ташкент 1989 г. Ст.6.
2. Sobirjonov A. « Salomatlik sandig‘i » Toshkent – 1994 y. 131 bet.
3. Nabiyev M. va bosh. « Shifobaxsh ne‘matlar » Toshkent – 1989 y. 12 bet.
- 4.Menginazarxoji Rustam o‘g‘li. « Dard borki darmon bor » Toshkent – 2005 y. 46 bet.