

**Eshboyeva Zarnigor**

*Toshkent kimyo–texnologiya instituti Shahrisabz filiali talabasi.*

**Xolmurodov Bahodir Bahrom o'g'li**

*Toshkent kimyo–texnologiya instituti Shahrisabz filiali katta o'qituvchisi.*

**Sadullayev Sirojiddin Xudoyberdi o'g'li**

*Toshkent kimyo–texnologiya instituti Shahrisabz filiali katta o'qituvchisi.*

**Anotatsiya.** Anor bu qadim yilli o'simlik hisoblanadi. Hozirgi vaqtda anor Yaqin SHarq va Kavkazda , Shimoliy va tropic Afrikada , Osiyo va O'rtayer dengizining bir qator mintaqalarida keng yetishtiriladi .Anor hayotiy shakliga ko'ra butadir. Ko'p yillik o'simlik. Uzunligi 5 metrgacha bo'ladi. Uy sharoitida 90-100 sm gacha o'sadi. Anor o'sib , gul hosil qiladi va ekishdan uch yil o'tkach meva hosil qiladi. Barglari porloq yashil rangga bo'yalgan , ular uzunligi esa 80ga va kengligi 20 mm gacha bo'ladi. Anor turli xil kasalliklar immunitet , bronxial astma, kamqonlik, diareya va anemiyaga qarshi kurashadi. Anor kosmetologiyada, tirnoq va sochlarni mustahkamlashda ishlatiladi. Maqolada anorning foydali xususiyatlari, uning turli xil sohalarda ishlatilishi haqida ma'lumotlar keltirilgan.

**Kalit so'zlar.** Mikroelement , makroelement , bronxial astma , ateroskleroz, angina , kamqonlik.

**Аннотация.** Гранат это древнее однолетнее растение. В настоящее время гранат широко выращивают на Ближнем Востоке и Кавказе, в Северной и Тропической Африке, в ряде регионов Азии и Средиземноморья. Гранат-кустарник по жизненной форме. Многолетнее растение. Бывает до 5 метров в длину. В домашних условиях вырастает до 90-100 см. Гранат растет, дает цветы и плодоносит через три года после посадки. Листья окрашены в ярко-зеленый цвет, достигают 80 мм в длину и 20 мм в ширину. Гранат борется с различными заболеваниями иммунитета , бронхиальной астмой , анемией , диареей и анемией. Гранат используют в косметологии, для укрепления ногтей и волос. В статье представлена информация о полезных свойствах граната, его применении в различных сферах.

**Ключевые слова.** Микроэлемент , макроэлемент , бронхиальная астма, атеросклероз, стенокардия, анемия.

## THE HEALING PROPERTIES OF THE POMEGRANATE PLANT.

**Anotation.** Pomegranate it is considered an ancient annual plant. Currently, pomegranate is widely grown in the Middle East and Caucasus , in northern and tropic Africa , in a number of regions of Asia and the Mediterranean Sea .Pomegranate is a shrub in its vital form. Perennial plant. The length will be up to 5 meters. Grows up to 90-100 CM in home conditions. The pomegranate grows, forms a flower and bears fruit three years after

*planting. The leaves are colored bright green, they reach a length of 80 and a width of up to 20 mm. Pomegranate fights various diseases immunity, bronchial asthma, anemia, diarrhea and anemia. Pomegranate is used in cosmetology, strengthening nails and hair. The article presents information about the beneficial properties of pomegranate, its use in various fields.*

**Keywords.** *Microelement, macroelement, bronchial asthma, atherosclerosis, angina, anemia.*

**Mavzu dolzarbligi.** Ushbu o'tkazilgan tadqiqotlarda anor mevasi iste'mol qilingan keyin organizmda turli xil kasalliklar qarshi kurashadi. Anor odamdagi kasalliklarga kurashish bilan bir qatorda hayot siklini ham normaga solib turadi. Bu esa odamning uzoq va chiroyli hayot kechirishiga sabab bo'ladi. Anor buyrak va siydik yo'llarining yallig'lanishini oldini olishda uning sharbatidan foydalaniladi. Unda C va E vitaminlari uchraydi.

**Materiallar va usullar:** Ushbu maqolada foydalanilgan ma'lumotlar mahalliy va horijiy kitoblardan foydalanilgan.

**Natijalar:** Anorning quyidagi foydali xususiyatlari bor:

-Anor tarkibida inson tanasidagi oqsillarni hosil qilishda ishtirok etadigan aminokislotalar bor.[2]

-Go'sht iste'mol qilmaydigan vegetarianlar uchun metabolizmning buzilishidan saqlanish uchun anor mevalari va ulardan sharbatni dietaga kiritish juda foydali bo'ladi.[3]

-Anor sharbati qon aylanish tizimi uchun foydali bo'lgan organik kislotalarni o'z ichiga olgan.

-Anor va uning sharbati inson qon tomirlari kengaytiradi, qon aylanishini yaxshilaydi.[6]

-Bu anor sharbati gipertenziv bemorlarda qon bosimini pasaytiradi va qo'shimcha ravishda xolesterin miqdorini pasaytiradi.

-Anor sharbati yurak xurujlari va qon tomirlari ehtimolini kamaytirishga qodir.[8]

-Anor organik kislotalar me'da shirasining ovqat hazm qilish fermentlarini ko'paytirishga yordam beradi.

-Anor sharbatida mavjud bo'lgan olma kislotasi jigar va o't pufagiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, shuning uchun jigar shikastlanganda va alkogol bilan zaharlanganda ushbu sharbatni ichish juda foydalidir.

-Anor tarkibidagi fenolli birikmalarning ko'pligi uning yallig'lanishga qarshi, mikroblarga qarshi, diuretik va xoleretik xususiyatlariga qarshi vosita sifatida ishlatiladi.[1]

-Buyrak va siydik yo'llari xastaliklarda anor va uning sharbatidan foydalanish yaxshi samara beradi.

-Anor tarkibidagi pektin moddalari o'ziga xos xususiyatlarga ega. Ular tanadan zararli moddalarni olib tashlaydi, antibiotiklarni qabul qilgandan keyin nojo'ya ta'sirlarni zararsizlantiradi.[5]

-Xalq tabobatida nafaqat anor sharbatidan, balki mevalarning quritilgan po'stlog'idan va membranalaridan, shuningdek, anor daraxtining po'stlog'idan tayyorlangan qaynatmalar ham qo'llaniladi.

-Anor donalarining sharbati askorbin kislotasiga (14 %gacha), boshqa meva kislotalariga, qandlarga juda bor.[6]

-Anor sharbati vitaminlarga boy mahsulot hisoblanadi, shu bois uni organizmning sillasi quriganida, kamqonlikda, ateroskleroza, nafas olish yo'llari infeksiyalarida, bronxial astmada, anginada, radioaktiv nurlanishida ichish tavsiya etiladi.[5]

-Anorning shirin navlaridan olinadigan sharbat infeksiya kasalliklari va jarrohlik operatsiyalaridan keyin, buyrak sanchiqlari va oshqozon-ichak buzilishlarida samarali tiklovchi vosita sifatida yaxshi foyda beradi.

-Anorning nordon navlaridan olinadigan sharbat esa, diabet kasalligida yordam beradi.[7]

-Anor mevasi po'chog'idan tayyorlangan qaynatma ichak yoki oshqozon yallig'lanishi holatida yordam beradi, dizenteriya va gemorroyga qarshi kurashda qo'shimcha samara beradi. Tarkibida C vitamini juda ko'p miqdorda bo'lgan anor suvi organizmni mustahkamlaydi hamda ko'plab virusli kasalliklarning oldini olishda sitrusli mevalar sharbatidan qolishmaydi. Shuningdek anor ishtahani ochadi, uning urug'lari esa yurak mushaklarini mustahkamlaydi.

Anorning hamma qismlari foydali: po'chog'i ham, donalari ham, sharbati ham, danaklari ham, gullari ham, ildizi ham. U xo'l meva sifatida ham, murabbo ko'rinishida ham shifobaxsh hisoblanadi . Anor o'z tarkibi va foydali xususiyatlariga ko'ra shu darajada noyobki, uni ham tibbiyotda, ham kosmetologiyada qo'llashadi.[3]

-Anorli surtmalar va vannalar kosmetologiyada pigment dog'lar, sepkillar, husnbuzarlarni yo'q qilishda, yuz terisini oqartirishda, tirnoq va sochlarni mustahkamlashda faol ishlatiladi.[8]

-Anor suvi organizmdagi moddalar almashinuvini rag'batlantirishga qodir. Agar uni uchga bir nisbatda smetanaga aralashtirib, har kuni krem sifatida qo'llanilsa, u terini oziqlantiradi va yoshartiradi.

Teri toshmalarni davolashda anordan quyidagicha foydalanamiz:

Anorlarni po'tidan ajratib olamiz va po'stini mayda qilib tuyib olamiz. Tuyib bo'lgach uni tovada qizartirib olamiz va bir choy qoshiq miqdorda sariyog' solib aralashtiramiz. Malham sovutkichda saqlanadi va haftasiga yuz terisiga ikki marta surtib qo'yiladi.[3]

Bundan tashqari, anor po'stlog'iningkukuni yordamida kuyishdan qolgan jarohatni davolash mumkin . Kuygan joyga anor sharbatidan 5-6 tomchi tomizib ,

ustiga po'stlog'idan tayyorlangan kukun sepiladi . Muolaja har kuni ikka marotaba takrorlanadi. Bu bir hafta davomida bajariladi.[2].

Anorning kimyoviy tarkibi jadvalda keltirilgan:

Element nomi	Ovqatlanadigan qismning 100 gr ga miqdori	Insonning kunlik ehtiyoji
Sincaplar	0,8 gr	1,6%
Yog'lar	0,7 gr	1,1%
Uglevodlar	14,6 gr	6%
Selluloza	10 gr	4,6%
Ash	0,5 gr	
Suv	81 gr	
Organik kislota	1,7 gr	
To'yingan va to'yinmagan yog'li kislotalar	0,2 gr	
Mono-va di saxarid	14,4 gr	

Tarkibidagi makro va mikroelementlari:

Elementlar	makro	mikro
Kaltsiy	10 gr	1%
Kaliy	150 mg	5,9%
Fosfor	9 mg	1%
Temir	1 mg	5,7%
Magniy	2 gr	0,6%
Natriy	2 mg	0,2%

Vitaminlari:

B6(piridoksin)	0,6 mg	25%
B5(pantotenat kislota)	0,6 mg	10%
B9(foliy kislota)	19 mkg	4,6%
S vitamini	4 mg	4,4%
B1(tiamin)	0,04 mg	2,6%
E vitamini	0,5 mg	2,6%
PP vitamini	0,5 mg	2,5%
Riboflavin	0,02 mg	0,6%
Beta karotin	0,04 mg	0,5%
A vitamini	6 mkg	0,6%

**Xulosa** .Anor shifobaxsh o'simlik hisoblanadi. Tibbiyotda husnbuzarlarga , sepskillarga , teridagi dog'larga qarshi foydalanamiz. Kosmetologiyada keng qo'llaniladi. Tirnoq va sochni mustahkamlaydi. Jigar va o't pufagiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Anor qobig'i taninlar, pektinlar, selluloza, fenol- karboksiklik kislota va minerallarga boy.

#### ADABIYOTLAR:

1. Xalimatov X.X., Axmedov U.A. Farmakognoziya. Toshkent, Abu Ali Ibn Sino nashriyoti. Toshkent., 1995.
2. Hojimatov Q., Olloyorov M., O'zbekiston shifobaxsh o'simliklari va ularni muhofaza qilish, T., 1988.
3. Xalimatov X . X. Dikorastushie lekarstvennie rasteniya Uzbekistana. Izdatelstvo "Meditsina". 1964.
4. Pol de Mato "Terpenoidi". M., 1963.
5. Punica Granatum // Ботанический словарь / сост. Н. И. Анненков. — СПб.: Тип. Имп. АН, 1878. — XXI + 645 с.
6. Антонов А. А. Гранатник, гранатовое дерево // Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона : в 86 т. (82 т. и 4 доп.). — СПб., 1893. — Т. IXа.
7. Борисова А. Г. Род 921. Гранат — Punica // Флора СССР : в 30 т. / начато при рук. и под гл. 1949. — Т. 15 / ред. тома Б. К. Шишкин, Е. Г. Бобров. — С. 553. — 742 с. — 4000 экз.
8. Даников Н.И. Целебная магия даров юга. — М.: ТОО Леопись, 1998. — С. 71-78. — 174 с.