

KAVRAK O'SIMLIGINING INSON SALOMATLIGIGA XOS XUSUSIYATLARI

SHamuratova Poshshajon Ulug'bek qizi

UrDU Tabiiy fanlar fakulteti

215 biologiya yo'nalishi talabasi

Kovrak o'simligi bir qarashda kishida keraksiz, yovvoyi o'simlik sifatida taassurot qoldiradi. Uni barchamiz yo'lda, cho'lda ko'p uchratganmiz. Ammo uning shifobaxsh xususiyatlarini hammamiz ham bilavermaymiz Respublikamizda kovrak etishtirishni jadal rivojlantirishni ta'minlash bo'yicha bir qator ishlar amalga oshirilmoqda. Prezidentimiz Shavkat Mirziyoev Surxondaryo viloyatiga tashriflaridan birida kovrak etishtiruvchilar assotsiatsiyasini tuzish taklifini o'rtaga tashlagan edilar. Darhaqiqat, yurtimizda kovrak dorivor o'simligini tabiiy ravishda keng tarqalganligi va qo'shimcha suniy ekib ko'paytirish imkoniyatlarining mavjudligini inobatga olib, keng istiqbolli rejalarni nazarda tutgan edilar.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 20 martdagi "Respublikada kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom ashyosini qayta ishlash hajmlarini ko'paytirish xamda eksport qilish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3617 Qarori asosida kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom ashyosini qayta ishlash uyushmasi tashkil etilgan va hozirgi kunda keng ko'lamli kovrak plantatsiyalari yaratilmoqda .

Kovrak (*Ferula*) — ziradoshlar (soyabonguldoshlar) oilasiga mansub ko'p yillik o'tlar turkumi. O'zbekistonda 45 turi o'sadi. Sassiqlik K.ning bo'yi 1 m cha, ildizi sholg'omsimon, diametri 15 sm cha. Poyasi tik, yo'g'on, ichi kovak, yuqori qismi shoxlangan. Ildizoldi barglari bandli, 3 bo'lakli, poyadagilari maydaroq, ketma-ket joylashgan. To'pguli yirik, sharsimon, diametri 20 sm, yon to'pgullari maydaroq. Erta bahorda gullaydi. Mevasi — ikki bo'lakli. Cho'llarda o'sadi. Ildizidan olinadigan yelim (smola)dan astma va ba'zi nerv kasalliklarida ishlatiladigan dori tayyorlanadi.

Kovrakning foydali xususiyatlari bizga avvaldan ma'lum bo'lgan bo'lib, Abu Ali ibn Sino, Beruniy kabi allomalarimiz adabiyotlarida turli kasalliklarni davolashda undan tayyorlangan dori vositalari va parhez taomlarni qo'llash tavsiya qilingan.

Bugungi kunda dunyo va yurtimizda farmasevtika sanoatida dorivor o'simliklardan olinadigan moddalarga bo'lgan talab ortmoqda. Respublikamiz hududida dorivor o'simliklardan kovrak o'simligi plantatsiyalarini tashkil etish ishlari amalga oshirilmoqda. Ushbu maqolada kovrak o'simligining dorivorlik xususiyatlari va uni yetishtirish istiqbollari tavsif berilgan.

Kovrak urug'ining qaynatmasi (urug'i xuddi supurginikiga o'xshash malla rang, shakli ham shunga o'xshab ketadi) 3 mahal 50 grammdan ichilsa, ona suti ko'payadi. Shirasiga anjir qo'shib yeyilsa, sariqlik (gepatit) kasalligini tuzatadi. Yelimiga murch, sirka

qo'shib, yomon sifatli yaralarga surilsa, foyda qiladi. Soch to'kilishiga ham o'ta foydalidir.

Kovrakning yelim-smolasi xalq tabobatida o'pka sili, o'lat, zaxm, ko'k-yo'tal, tish og'rig'i, asab va boshqa kasalliklarni davolash uchun, hamda quvvat beruvchi, balg'am ko'chiruvchi va gijja haydovchi dori sifatida qo'llaniladi. Ilmiy meditsinada kovrak yelim-smolasi – "*assafetida*" nomi bilan kukun, emulsiya va tindirma (nastoyka) holida og'riq qoldiruvchi, balg'am ko'chiruvchi, quvvat beruvchi va tinchlantiruvchi vosita sifatida ishlatiladi va ko'pgina davlatlar farmokopeyasiga kiritilgan. Bu o'simlik ildizi tarkibida ekstromofill mikroorganizmlar guruhi bo'lib, bu mikroorganizmlar guruhi yuqori harorat, haddan tashqari pH, yuqori tuz konsentratsiyasi va yuqori bosim kabi ekologik bo'shliqlarda yashashga moslashishni ta'minlab beradi.

O'simlik ko'p yillik hisoblanadi, yer ustki qismlari o'sish muhiti va ob-havo sharoitiga qarab 1,5-2 oy yashaydi. Kovrakning bo'yi 1,5-2 metrgacha, ildizi yo'g'on 15-20 sm.gacha yetadi, lavlagisimon chuqur joylashgan. Bahor mavsumida hali to'liq yetilmagan ildizidan mahalliy aholi tomonidan ko'k somsa kabi taomlar tayyorlanadi. Odatda dorivor mahsulotlar sifatida ildizi, bargi, po'stlog'i, guli, mevasi va boshqa qismlaridan tayyorlanadigan shirasi, kukuni, nastoykasi, emulsiyasi va tabletka shaklida foydalaniladi. Asosan yelimi-ildizidan olinadigan smolasi-shirasi tibbiyotda keng ishlatiladi.

Bahor mavsumida hali to'liq yetilmagan ildizidan mahalliy aholi tomonidan ko'k somsa kabi taomlar tayyorlanadi. Odatda dorivor mahsulotlar sifatida ildizi, bargi, po'stlog'i, guli, mevasi va boshqa qismlaridan tayyorlanadigan shirasi, kukuni, nastoykasi, emulsiyasi va tabletka shaklida foydalaniladi. Asosan yelimi-ildizidan olinadigan smolasi-shirasi tibbiyotda keng ishlatiladi. Yuqorida yozilganidek, smola-yelim olish uchun asosan 10 turi ishlatiladi, bular sassiq kovrak, rova, kuhiston kovragi va boshqa nomdagi kovraklar hisoblanadi. Tabiatda sassiq kovrak (*Ferula assa-foetida*) keng tarqalgan bo'lib, respublikamizda tayyorlanib, iste'molchilarga etkazib berilayotgan smola-yelim asosan shu turdan olinadi. Shifobaxsh xususiyatlari ko'pligi sababli tibbiy maqsadlarda keng qo'llaniladi. Oshqozon-ichak yo'lini shlaklar va gijjalardan tozalashdan tashqari, boshqa kasalliklarni davolashda juda foydali hisoblanadi. Angina, bronxit va nafas a'zolari shamollashi bilan kechuvchi boshqa kasalliklarni misol tariqasida keltirish mumkin. Eritmasi bilan og'iz chayish uchun antiseptik va og'riq qoldiruvchi xususiyati borligi uchun nafas yo'llarini mikroblardan tozalash hamda og'izdan yoqimsiz xid kelishini yo'qotsa, oz miqdorda ichish bilan ovoz bo'g'ilishiga davo bo'ladi. O'simliklar ikkilamchi metabolitlarni sintez qiladi, ular orasida alkaloidlar, flavonoidlar, izoflavonoidlar, taninlar, kumarinlar, glyukozidlar, terpenlar va fenolik birikmalar mavjud. Antimikrobiyal xususiyatlarga ega bo'lgan ushbu birikmalar oziqovqat mahsulotlarini himoya qilish, bakterial va qo'ziqorin infeksiyalarining oldini olishda foydali dasturlarga ega. Ko'z kasalliklarida kataraktani boshlang'ich bosqichlarini samarali davolash, zaharli hasharotlar chaqqanda esa zaharli

ta'sirini kamaytirishda qo'llash mumkin. Buyrakdan tosh tushirish, psoriasis, ekzema, terini tozalash, jigarni tozalash va kasalliklarni davolash xususiyati Ibn Sino adabiyotlarida alohida ko'rsatib o'tilgan.

Odatda dorivor mahsulotlar sifatida ildizi, bargi, po'stlog'i, guli, mevasi va boshqa qismlaridan tayyorlanadigan shirasi, kukuni, nastoykasi, emulsiyasi va tabletka shaklida foydalaniladi. Asosan elimi-ildizidan olinadigan smolasi-shirasi tibbiyotda keng ishlatiladi.

Yuqorida yozilganidek, smola-elim olish uchun asosan 10 turi ishlatiladi, bular sassiq kovrak, rova, kuhiston kovragi va boshqa nomdagi kovraklar hisoblanadi. Tabiatda sassiq kovrak (*Ferula assa-foetida*) keng tarqalgan bo'lib, respublikamizda tayyorlanib, iste'molchilarga etkazib berilayotgan smola-elim asosan shu turdan olinadi. Hududimizda bu o'simlik mart-aprel oylarida gullaydi, mevasi aprel-mayda pishib etiladi. O'simlik ko'p yillik hisoblanadi, er ustki qismlari o'sish muhiti va ob-havo sharoitiga qarab 1,5-2 oy yashaydi. Kovrakning bo'yi 1,5-2 metrgacha, ildizi yo'g'on 15-20 sm.gacha etadi, lavlagisimon chuqur joylashgan. Bahor mavsumida hali to'liq etilmagan ildizidan mahalliy aholi tomonidan ko'k somsa, bichak kabi taomlar tayyorlanadi.

Odatda dorivor mahsulotlar sifatida ildizi, bargi, po'stlog'i, guli, mevasi va boshqa qismlaridan tayyorlanadigan shirasi, kukuni, nastoykasi, emulsiyasi va tabletka shaklida foydalaniladi. Asosan elimi-ildizidan olinadigan smolasi-shirasi tibbiyotda keng ishlatiladi.

Yuqorida yozilganidek, smola-elim olish uchun asosan 10 turi ishlatiladi, bular sassiq kovrak, rova, kuhiston kovragi va boshqa nomdagi kovraklar hisoblanadi. Tabiatda sassiq kovrak (*Ferula assa-foetida*) keng tarqalgan bo'lib, respublikamizda tayyorlanib, iste'molchilarga etkazib berilayotgan smola-elim asosan shu turdan olinadi.

Shifobaxsh xususiyatlari ko'pligi sababli tibbiy maqsadlarda keng qo'llaniladi. Oshqozon-ichak yo'lini shlaklar va gijjalardan tozalashdan tashqari, boshqa kasalliklarni davolashda juda foydali hisoblanadi. Angina, bronxit va nafas a'zolari shamollashi bilan kechuvchi boshqa kasalliklarni misol tariqasida keltirish mumkin. Eritmasi bilan og'iz chayish uchun antiseptik va og'riq qoldiruvchi xususiyati borligi uchun nafas yo'llarini mikroblardan tozalash hamda og'izdan yoqimsiz xid kelishini yo'qotsa, oz miqdorda ichish bilan ovoz bo'g'ilishiga davo bo'ladi. Ko'z kasalliklarida kataraktani boshlang'ich bosqichlarini samarali davolash, zaharli hasharotlar chaqqanda esa zaharli ta'sirini kamaytirishda qo'llash mumkin. Buyrakdan tosh tushirish, psoriasis, ekzema, terini tozalash, jigarni tozalash va kasalliklarni davolash xususiyati Ibn Sino adabiyotlarida alohida ko'rsatib o'tilgan.

Asab tizimidagi buzilishlar va tutqanoqni davolashda juda samarali ekanligi, tish og'rig'i, mushak bo'g'imdagi og'riqlar, artrit, osteoxondrozda juda yaxshi natija berishi ma'lum. Sharq tabobatida mastopatiya, bepushtlik, jinsiy ojizlikni davolashda ishlatilgan. Zamonaviy tibbiyotda qator onkologik kasalliklar, bachadon miomasi, prostata bezi adenomasida ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Kovrak o'simligi tomir tortishi, o'pka

sili, o`lat, zaxm, ko`k yo`tal kabi boshqa xastaliklarni davolovchi dorivor o`simlik hisoblanishi bilan birga insonga quvvat beruvchi, energetik balansni va tonusni tiklovchi vosita ham hisoblandi. Yana bir muhim jihati bahor faslidagi et uzildi davrida turli foydali vitaminlar, mikroelementlar o`rnini to`ldirish bilan organizmni to`planib qolgan zararli shlaklardan, ruhiy tetiklik beradi. Ana shular bois tajribali tabiblar, shifokorlar kovrakni hayotbaxsh jenshendan ustun hisoblashgan.

Kovrak o`simligining shifobaxshligidan farmasevtika sanoatida unga talab ortib bormoqda, dunyo bozorida ham bu mahsulot xaridorgirligi yuqoriligicha qolmoqda. Shundan kelib chiqib viloyatimizda kovrak etishtirish uchun qulay iqlim sharoiti mavjudligi, kam sarfli ekinligi bois plantasiyalar tashkil qilib, mavjudlarini yanada kengaytirish alohida ahamiyatga egadir. Tabiiy hududlarda o`suvchi kovrakni esa asrab-avaylash, yo`qolishiga olib keluvchi har qanday harakatlarga yo`l qo`ymaslik ham dolzarb masaladir.

Tabiiy hududlarda o`suvchi kovrakni esa asrab-avaylash, yo`qolishiga olib keluvchi har qanday harakatlarga yo`l qo`ymaslik ham dolzarb masaladir. Eng muhimi, kovrak etishtirish, qayta ishlash serdaromad bo`lib, uni rivojlanishi, yangi ish o`rinlari yaratilishi iqtisodiyotimizga ijobiy samara berish bilan birga inson salomatligi uchun tabiatning buyuk ne`mati xisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Karimov V. Shomahmudov A. "Xalq tabobati va Zamonaviy ilmiy tibda qo`llaniladigan shifobaxsh o`simliklar" Toshkent, "Ibn Sino" NMB, 1993-yil.
2. Nabiyev M. "Shifobaxsh ne'matlar" Toshkent. 1994-yil.
3. Xojimatov Q. Ollayorov K. "O`zbekistonning shifobaxsh o`simliklari va ularnimuhofaza etish" Toshkent "Fan" 1990-yil.
4. Xolmatov X.X. Qosimov A.I. "Dorivor osimliklar" , "Ibn Sino" 1994-yil.
5. O`Pratov, L. Shamsuvaliyeva, E. Sulaymonov, X. Axunov, K. Ibodov, V. Mahmudov. "Morfologiya, Anatomiya, sistematika, geobotanika".