

DORIVOR O'SIMLIKLARNING INSON HAYOTIDAGI AHAMIYATI

Zulfiqorov Abdurahim Naimovich

Buxoro Zarmed Universiteti dotsenti.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17258551>

Annotatsiya. Ushbu maqolada dorivor o'simliklarning inson salomatligidagi o'rni, ularning shifobaxsh xususiyatlari hamda xalq tabobotidagi qo'llanilishi haqida ma'lumot beriladi. Dorivor o'simliklarning farmatsevtika sohasida tutgan o'rni, ularni ilmiy asosda o'rganishning ahamiyati va ekologik muhofazaga oid masalalar yoritiladi. Shuningdek, maqolada O'zbekiston hududida keng tarqalgan dorivor o'simliklar, ularning kimyoviy tarkibi, xalq tabobati va zamonaviy tibbiyotdagi qo'llanilishiga oid ma'lumotlar ham berilgan.

Kalit so'zlar: dorivor o'simliklar, xalq tabobati, farmatsevtika, shifobaxshlik, fitoterapiya, o'simlikshunoslik.

Insoniyat qadimdan o'simliklarning shifobaxsh kuchidan foydalanib kelgan. Qadimiy manbalarda, jumladan, Abu Ali ibn Sino, Hipokrat va boshqa tabiblarning asarlarida dorivor o'simliklardan foydalanish usullari keng yoritilgan. Xalq tabobotida dorivor o'simliklardan tayyorlangan damlama, qaynatma va surtmalar kasalliklarni davolashda keng qo'llanilgan.

Bugungi kunda ham dorivor o'simliklar farmatsevtika sohasida muhim xomashyo hisoblanadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, dunyo aholisining qariyb 80 foizi biror darajada o'simliklardan tayyorlangan dorilardan foydalanadi.

O'zbekiston hududi dorivor o'simliklarga juda boy bo'lib, bu boylikdan oqilona foydalanish xalq salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Dorivor o'simliklar tarkibida inson salomatligi uchun foydali bo'lgan biologik faol moddalar mavjud. Masalan, alkaloidlar, glikozidlar, efir moylari, vitaminlar, organik kislotalar va flavonoidlar dorivor o'simliklarning shifobaxsh xususiyatlarini belgilab beradi. Masalan, valeriana ildizi asab tizimini tinchlantiruvchi ta'sir ko'rsatadi, moychechak gulidan tayyorlangan damlama esa yallig'lanishga qarshi samarali vosita hisoblanadi. Shuningdek, dorivor o'simliklarning kimyoviy tarkibi ularni turli sohalarida qo'llash imkonini beradi. O'zbekiston tabiati turli dorivor o'simliklarga boy.

Quyida ayrim keng tarqalgan dorivor o'simliklar haqida ma'lumot keltiriladi:

Shuvoq (*Artemisia absinthium*) – ovqat hazm qilish tizimi kasalliklarida, shamollash va isitma tushirishda ishlatiladi.

Sarimsoq (*Allium sativum*) – antibakterial va antiviral xususiyatlarga ega, yurak-qon tomir tizimini mustahkamlaydi.

Piyoz (*Allium cepa*) – organizmni infeksiyalardan himoya qiladi, immunitetni kuchaytiradi.

Qora zira (*Nigella sativa*) – qadimdan “har dardga davo” sifatida mashhur bo'lib, immun tizimini mustahkamlashda qo'llanadi.

Yalpiz (*Mentha piperita*) – asab tizimini tinchlantiradi, ovqat hazm qilishni yaxshilaydi.

Na'matak (*Rosa canina*) – C vitamini manbai bo'lib, immunitetni ko'tarishda keng qo'llaniladi.

Qizilmiya ildizi (*Glycyrrhiza glabra*) – yo'tal, shamollash va nafas yo'llari kasalliklarida samarali.

Xalq taboboti dorivor o'simliklarni davolashda keng qo'llab kelgan. Masalan, yo'tal va shamollash uchun qizilmiya ildizi damlamasi, oshqozon og'riqlarida yalpiz bargi choyi, qon bosimini pasaytirishda sarimsoq ishlatilgan. Bundan tashqari, turli hududlarda mahalliy tajribaga asoslangan davolash usullari mavjud bo'lib, ular bugungi kungacha xalq orasida qo'llanilmoqda.

Xalq taboboti ilmiy tadqiqotlar bilan uyg'unlashtirilsa, dorivor o'simliklardan foydalanish yanada samarali bo'ladi. Dorivor o'simliklardan tayyorlangan dori vositalari kimyoviy sintetik dorilarga nisbatan nojo'ya ta'sirlari kamligi bilan ajralib turadi. Bugungi kunda dorivor o'simliklardan tayyorlangan dori vositalari sirop, tabletka, kapsula, malham va boshqa shakllarda ishlab chiqariladi.

Masalan, valeriana tabletkalari asabni tinchlantirish uchun, echinatsiya ekstrakti immunitetni ko'tarish uchun keng ishlatiladi. Shuningdek, xalq tabobatida qadimdan ma'lum bo'lgan ko'plab retseptlar zamonaviy farmatsevtikada qayta ishlab chiqilib, standartlashtirilgan holda qo'llanilmoqda. Dorivor o'simliklarni haddan tashqari ko'p yig'ib olish ularning tabiiy muhitda kamayishiga sabab bo'lmoqda.

Shu sababli ularni sun'iy ravishda yetishtirish, seleksiya ishlari va ekologik muhofazaga alohida e'tibor berish lozim. Bugungi kunda O'zbekiston Fanlar akademiyasi, qator oliy ta'lim muassasalari va ilmiy markazlarda dorivor o'simliklar ustida ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Yangi o'simlik turlarining shifobaxsh xususiyatlarini aniqlash, xalq tabobatidagi tajribalarni ilmiy asoslash va zamonaviy farmatsevtikaga tatbiq etish istiqbolli yo'nalishlardan hisoblanadi. Bundan tashqari, dorivor o'simliklarni eksport qilish orqali mamlakat iqtisodiyotiga ham katta foyda keltirish mumkin.

Dorivor o'simliklar inson salomatligini asrashda muhim o'rin tutadi. Ular xalq taboboti va farmatsevtikada qadimdan keng qo'llanilib kelmoqda. O'zbekiston hududi dorivor o'simliklarga boy bo'lib, ularni ilmiy asosda o'rganish va sanoat miqyosida yetishtirish xalq salomatligini mustahkamlash va iqtisodiy taraqqiyot uchun katta ahamiyat kasb etadi.

Kelajakda dorivor o'simliklar asosida yangi dorilar ishlab chiqish, ularni xalqaro miqyosda keng targ'ib etish, ekologik muhofazani ta'minlash va ilmiy izlanishlarni yanada chuqurlashtirish dolzarb vazifalardan biri bo'lib qolmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimov A. "Dorivor o'simliklar va ularning shifobaxsh xususiyatlari." – Toshkent: Fan, 2019.
2. O'zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi. "O'simlikshunoslik asoslari." – Toshkent, 2021.
3. WHO. "Medicinal plants in primary health care." Geneva, 2020.
4. Abdullayev X. "Xalq taboboti va zamonaviy fitoterapiya." – Samarqand, 2022.
5. Ibn Sino. "Tib qonunlari." – Toshkent: G'afur G'ulom nomidagi adabiyot va san'at nashriyoti, 2018.
6. Qodirov S. "Fitoterapiya asoslari." – Toshkent: Innovatsiya-Ziyo, 2023.