

УМАРХОН АҲМАД МАЛҲАМИЙ

ПОДАГРА КАСАЛЛИГИДА
ҚЎЛЛАНИЛАДИГАН
ДОРИВОР ЎСИМЛИКЛАР

МАЖБУРИЙ
НУСХА



ЯНГИ АСР АВЛОДИ

Тошкент

2013

УЎК: 615.89

КБК: 42.143

53.59

M-21

Малҳамий, Умархон Аҳмад

Подагра касаллигида қўлланиладиган доривор ўсимликлар / Умархон Аҳмад Малҳамий. – Т.: Янги аср авлоди, 2013. – 36 б.

ISBN 978-9943-27-134-0

Ушбу рисолада подагра касалини даволашда ишлатиладиган доривор ўсимликлар, уларнинг қайси ҳудудларда ўсиши, йиғиш усуллари ва муддати, кимёвий таркиби, қайси қисми айнан шу дардга шифо баришлаши ёритилган. Доривор ўсимлик йиғмаларидан дамлама, қайнатма ва малҳамларни тайёрлаш ҳам уй шароитида фойдаланиш усуллари баён этилади. Рисола шифобахш ўсимликларни тайёрловчиларга, ўқув юрти талабаларига, шифокорларга, дорихона хизматчиларига ва кенг китобхонлар оmmasига мўлжалланган.

УЎК: 615.89

КБК: 42.143

53.59

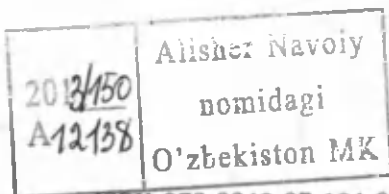
Ю41609

081

Тақризчи:

Ш.В. АБДУЛЛАЕВ,

кимё фанлари доктори, профессор



ISBN 978-9943-27-134-0

С Умархон Аҳмад Малҳамий, «Подагра касаллигида қўлланиладиган доривор ўсимликлар». «Янги аср авлоди», 2013 йил.

КИРИШ

Ўтмишимизнинг зукко олимлари Ибн Сино, Абу Бакр ар-Розий, Беруний каби алломаларимиз бемор касаллигини аниқлаб, доривор ўсимликлар билан даволаб келганлар. Орадан кўп асрлар ўтганига қарамай, айнан ўша олимларимизнинг ташхис ва тавсиялари бугунгача ўз қийматини йўқотмаган. Оғиздан оғизга кўчиб келаётган тиб ўғитлари халқимиз амалиётида бундан кейин ҳам қўлланилишига аминмиз. Зеро, бугунги кун тиббиёти қанчалик ривожланма-син, халқ таботати ҳеч қачон ўлмайдиган синоатдир.

Айтиш жоизки, кимёвий усулда олинадиган дори воситаларининг асоси ҳам табиий гиёҳлар. Табиат бизга, айниқса, юртимиз заминиди шунчалик бебаҳо ўсимликларни раво кўрган экан, улардан оқилонга фойдаланишимиз, йўқ бўлиб кетишидан асрашимиз лозим. Унутмаслигимиз лозимки, тупроқ жуда катта бойлик манбаи. Тупроқда яралган ҳеч бир неъмат инсонга наф келтирмай қолмайди. Талаб этиладигани, биргина жиҳат, яъни тўғри фойдаланиш. Билим, изланиш, тўғри тарғибот инсонни тараққиётга элтади. Мақсадимиз, билганларимиз билан ўртоқлашиш, тавсияларимизни етказиш, шу орқали кимнингдир дардига шифо бўлиш. Подагрининг бизга маълум, табиатга дахлдор жиҳатлари билан ўртоқлашишдан мамнунмиз.

Рисолада ҳозирда кўп учраётган подагра касаллигига шифо бағишловчи Ўзбекистонда ўсадиган шифобахш ўсимликларнинг тарқалган жойлари, ўсимликларнинг бўйи, пояси, илдизи, гуллаш даври, гули, ишлатадиган қисми, уларнинг кимёвий таркиби, қайси дардларга қайси ҳолда (дамлама, қайнатма, таб-

летка, порошок, аралашма ёки бошқа моддалар таъсири, малҳам, қуритилган, қуритилмаган ҳолда) ва ҳоказолар ҳақида атрофлича маълумотлар берилди. Шунинг баробарида гиёҳларнинг илмий тиббиётда ва халқ табobatiда қайси вақтда ишлатилиши айтилади. Доривор ўсимлик йиғмаларидан дамлама, қайнатма ва малҳамларни тайёрлаш ҳам уй шароитида фойдаланиш усуллари баён этилади.

Ўсимликлардан тайёрланган қайнатма, дамлавлар ўз таркибида биологик фаол моддалар сақлагани учун улар ҳар томонлама шифобахш таъсир этади. Микробларга, яллиғланишига қарши таъсир этишида мақсадга тез эришилади. Юқоридаги фикрларни ҳамда аҳоли ўртасида подагра касаллигини тез-тез учраб турганлигини ҳисобга олдик. Организмнинг умумий касалликлари асаб, юрак, жигар, буйрак меъда (ошқозон) туфайли ва инсоннинг кундалик овқатланиш жараёни тартибидан келиб чиқади. Юқоридагиларни ҳисобга олиб, подагра дардини даволашда доривор ўсимликлардан фойдаланилса айни муддао бўлади.

Бундан аввалги ва навбатдаги рисоаларимизнинг барчасида мақсадимиз муштарак. Халқимиз саломатлиги юртимиз бойлигидир. Табиий тиббиёт, яъни табобат танимизга қувват бағишласин.

ДАРДИНГИЗГА ШИФО БЎЛАДИ

Дард борки – давоси бор, деган нақл бор халқимизда. Бу давонинг сабаби эса баъзида ўзимиз ва ҳаракатимизга боғлиқ бўлади. Рисола аввалида бераётган ушбу тавсияларимиз эса ҳадисларга асосланади. Муҳаммад (с.а.в.) ҳадисларидан¹ келтирилган мазкур тиббий маслаҳатлар, умид қиламизки, ўринли ишлатилган ҳолда дардимизга шифо бўлади.

1. Умматларим учун энг қўрққан жиҳатларим, қорин солиб семириш, серуйкулик, дангасалик ва сушт эътиқодда бўлишдир.

2. Зайтун билан бўянинг, ёғини ўзингизга суртинг, чунки у муборак дарахтдан чиқади.

3. Хина билан бўянинг, чунки у ёшларингизни, хуснингизни ва жинсий қувватни зиёда қилади.

4. Қайси бирларингга райҳон тақдим этилса, уни қайтарманг, чунки у жаннатдан чиққандир.

5. Кўзингизга сурма мой қўйинг, чунки у кўзга жило беради ва киприкни ўстиради.

6. Укроп ейиш йўғон ичак касали қўланждан сақлайди.

Юқорида «Тиббий Набий» («Пайғамбар табобати») номли рисоладан мисоллар келтирдик.

Ушбу ҳадислар асосида Абу Али ибн Сино зайтун бобида бундай дейди: «Зайтун ёғининг эскисини кўз хираланишига қарши суртма қилинг. Қуйқаси кўз хираланишига қарши суртма қилинади. Қуйқаси кўз дорилари таркибига киради. Япроғининг куйдирилгани кўз касалликларида тўтиё ўрнида ўтади. Елими кўзга тушган парда, оқ ва мугуз қатламининг дағалланишига қарши, япроғининг шираси кўз ғўлагининг ирғиб чиқишига, кўзнинг мугуз пардаси яраларига

¹ «Шарқ табобати». Т.: «Абдулла Қодирий номидаги Халқ мероси нашриёти», 1994 й. Нашрга тайёрловчи: Ҳамидулла Ҳикматуллаев.

ва кўзга тушадиган назлаларга қарши ишлатилади. Кўз учун боғ зайтуни ёввойи зайтундан яхшидир. Кўзни яралар чиркини кетказади, кўзга тушган сув (катаракта), оқни кетказади».

Ибн Сино дейди: «Укроп ичак оғриқларига фойда. Укроп ҳуқна қилинса, ичак оғриқларини ва эрлик уруғини кесади, унинг уруғи эса чиқиб турган бавосирни қайтаради, кули орқа тешик ва эрлик олатининг яралари учун яхшидир». Ҳозирда дамламаси натрий бромид билан биргаликда қон босимнинг иккинчи босқичи (гипертония)га шифодир.

ПОДАГРА КАСАЛЛИГИДА ҚўЛЛАНИЛАДИГАН ДОРИВОР ЎСИМЛИКААР

АРПА – бир йиллик ҳамда кўп йиллик дон ўсимлик. Ўттизга яқин тури маълум бўлиб, баҳордагиси экилгандан сўнг 80-110 кунда, куздагиси 180-250 кунда пишади. Дони таркибида крахмал 45-67 фоиз, оқсил 7,2 фоиз, сахароза 1-72 фоиз, мой 2,3 фоиз, клетчатка 3- 57 фоиз бўлиб, бошқа моддалар ҳам бор. Ўзбекистонда арпанинг Унумли, Қарши, Ташкаллак навлари ўстирилиб, иқлим ва шароитига қараб, гектаридан 10-60 центнер ҳосил олинади. Подаграга даво қилиш учун беҳи ва сирка қўшиб боғлаб, чиқиндиларнинг бўғинлардан оқишини тўхтатишда, арпабодиён билан ичилади. Сутни кўпайтиради. Пиширилган талқони ични қотиради. Ҳалими ични юриштиради. Пишган ярага, кўтирга боғлаб даволанади.



ЎВВОЙИ ПИЁЗ – пиёз-дошлар оиласидан бўлган кўп йиллик ўсимлик. Поясининг узунлиги 30-100 см. Барглари қамишсимон, эни 20 мм атрофидаги ғадирбудир, қўқ ранги, соябони ярим думалоқ, кўпгулли. У Тошкент, Фарғона, Самарқанд вилоятларидаги тоғолди қисмидаги соз тупроқли ерларида ўсади.



Таркибида ҳар хил органик моддалар, минерал тузлар, фитонцидлар, витамин С бўлади. Офтобда юз-

даги сепкилга, яралардан қолган доғга суртилса, изларини ҳам қолдирмайди. Мушаклар лат еганида сирка қўшиб тайёрланган суртмаси малҳам бўлади. Бўғинлар оғриғига ва подаграда суркалса яхши наф беради. Бошдаги кепакка ва яралар ёрилганига тухум сариғига аралаштириб ҳамда тухум сариғи билан кўз қонталашига суркалади. Қизил ширин турини асал билан меъда оғриғида қорин атрофига суртилади. Аччиқ хили таом ҳазмини яхшилайти.

ЕРҚАЛАМПИР (Хрен обыкновенный – *Artemisia rusticana*) – зиравор ўсимлик сифатида ҳам ўстирилади. Бўйи 1,5 метргача етади. Пояси шохланган, узун ва йўғон илдизи кўп йиллик ўт ўсимлик. Илдизолди барглари жуда йирик, узун бандли, чўзиқ эллипссимон, тўмтоқ тишсимон қиррали, поядаги барглари патсимон қирқилган ёки чўзиқ ланцетсимон бўлиб, бандсиз, пояга кетма-кет ўрнашган. Майда, оқ рангли гуллари поя ва шохлари учидеги шингилга тўпланган. Меваси – кўзоқча. Июнь ойидан бошлаб гулаб, июлдан бошлаб етилади. Илдизи таркибиде синигрин гликозиди, витамин С, қандлар, азотли бирикмалар, фитонцидлар, лизоцим, мирозин ферменти, минерал ва бошқа моддалар бор. Синигрин гликозиди мирозин таъсирида парчаланиб, ўзидан аллил-антал эфир мойи ажратади. Бу эфир мойи ўзиге хос аччиқ таъм, ўткир ҳид, қитиқловчи таъсирге эге. Илдизи иштаҳа очиб, меъда-ичак ишини яхшилайти. Ерқалампир илдизини майдалаб, эзиб олинган илдиз ширасидан тайёрланган дамламаси меъда шираси кислотасини меъёрлаб (гастритда) иштаҳа очишда қўлланади. Илдиз препарати билан халқ табобатида истисқо, буйрак-тош касалликларида ҳамда бод, сийдик ҳайдовчи ҳамда подаграда тавсия етилади. Сувда суюлтирилган илдиз шираси билан оғиз, шиллиқ пардаси яллиғланганда, гингивитда оғиз ва томоқ чайилади. Радикулит, невралгия, миозит (эт шамол-

лаши) дардларида майдалаб эзилган илдизи билан тананинг оғриган ерига силанади. Илмий тиббиётда илдизи ва ундан олиб тайёрланган суртмаси микробларни ўлдиради ҳамда яраларни (йирингли яраларни ҳам) даволайди.

ЛИМОН (*Citrus limon*) – ўсимликнинг ватани Тинч океанининг тропик ороллари. У лимон олиш учун ҳам ўстирилади. Бўйи 2,5-4 метргача етадиган яшил доимий дарахт. Барги чўзиқ тухумсимон, ўткир учли, ялтироқ, майда, тишсимон қиррали бўлиб, пояда қисқа банди билан кетма-кет ўрнашган. Гуллари майда, хушбўй ҳидли, якка, гоҳо 2-3та бўлиб, барг қўлтигида жойлашган. Меваси – чўзиқ, тухумсимон, сариқ рангли, мазаси ниҳоятда нордон кўп уруғли ҳўл мева. Лимон меваси таркибида органик кислоталар (кўп миқдорда лимон кислота ва бошқалар), эфир мойи, флавоноидлар, кумаринлар, пектин моддалар, фитонцидлар, қандлар, витамин С, В₁, В₂, каротин бор. Мевасининг пўсти эфир мойига бой бўлади. Юмшоқ қисмидан лимон кислота олинади. Баргида ҳам юқоридаги моддаларни барчаси бўлади.



Халқ табобатида меваси баргидан тайёрланган дамлама қон босимини пасайтиради ҳамда цинга, бавосил, истисқо, сариқ, сийдик йўллари-тош касалликлари, ўпка сили, бод, радикулит, авитаминоз, подагра касалликларини даволашда, авитаминозни олдини олишда қўланади. Илмий тиббиётда витаминлар етишмаслигидан келиб чиққан авитаминозда, меваси ва лимон кислотаси танада кислота етишмаганда, эфир мойи, дорилар ҳиди ва мазасини яхшилашда ишлатилади.



МАЖНУНТОЛ – Толдош оиласидан. Бўйи 8-10 метргача. Пояси тик, новдалари туксиз, ялтироқ узун ингичка, эгилиб усади. Барги оддий, наштарсимон, пояда кетма-кет жойлашган. Март-апрел ойларида гуллайди.

Уруғи тукли. Елими тилиб олинади. Ёфочининг кули, сирка билан қўйилса, сўгал қурийдди. Қайнатилган пўстлоқ подаграга шифо, қазғоқни йўқотади. Елими, гули кўз хиралини – ошига даво.



МИНГДЕВОНА (Белена чёрная – *Hyosyamus niger*) – бўйи 50-150 см гача. Икки йиллик сертук, ёқимсиз ҳидли ўт ўсимлик. Шайтонкоса деб ҳам аташади. Тошкент, Самарқанд, Сурхондарё, Фарғона вилоятлари ҳамда Қорақалпоқ ҳудудларида ариқ бўйларида, йўл ёқаларида, экин экилмай қолган ерларда, ўтлоқларда бегона ўт сифатида экинзорларда ўсади. Биринчи йили фақат илдизолди тўпбарг-

ларини ҳосил қилади. Илдизолди барглари банди чўзиқ тухумсимон, чуқурпатсимон бўлакли. Иккинчи йили поя ўсиб чиқади. Пояси шохланган бўлади. Поясидаги барглар илдизолди баргларига нисбатан юмалоқроқ, майдароқ, умумий кўриниши, тухумсимон. Поясининг пастки қисми барглари 5-7, ўрта қисмлари 3 бўлакли, юқори қисмидагилари 1-2та йирик тишсимон қиррали бўлиб, пояда бандсиз кетма-кет ўрнашган. Барглари безли туклар билан қопланган. Шунинг учун юмшоқ, ёпишқоқ бўлади. Хира сариқ рангли гуллари

поя учидаги барг қўлтиғига жойлашган бўлиб, бурма тўпгулни ташкил этган. Гуллари очилгандан сўнг гул ўқи чўзилиб кетади. Меваси – очиладиган қўсакча. Мингдевона ёз бўйи гуллайди. Уни барча қисми заҳарли. Гуллаганда илдизолди ва поясидаги барглари йиғиб, сояда қуритилади. Ҳамма қисмида алкалоидлар, жумладан, гиосциамин, атропин, скоплавинлар бор.

Ибн Сино оғриқ қолдирувчи, қон тўхтатувчи восита, сифатида ишлатган. Барг шираси билан қулоқ, тиш, кўз оғриғини, баргидан тайёрланган суртма до-рисси билан подаграни даволаган.

Халқ табобатида ўсимлик барги оғриқ қолдирувчи, баргидан тайёрланган малҳам, яра, чипқонларни пишириш учун ҳамда йиринглари тортиб олиш учун ишлатилади. Илмий тиббиётда ўсимликнинг доривор препарати, мингдевона мойи билан бирга оғриқ қолдирувчи восита саналади. Мойини хлороформга аралаштириб, суюқ суртма ҳолда, бод, невралгияда оғриган жойга суртилади. Барги бронхиал касаллиги астмада чекиладиган кукун «астматол» таркибига киради.

РҶЯН (Марена красильная – *Rubia tinctorum*) – бўйи 50-100 см атрофидаги кўп йиллик ўт ўсимлик. Июнь ойида гуллаб, июль-августда пишди. Тошкент, Сирдарё, Жиззах, Самарқанд, Фарғона, Андижон, Сурхондарё вилоятларидаги даладарда, боғларда, ариқ бўйларида ўсади. Пояси 4 қиррали, бўғинли ва шохланган. Барги ланцетсимон-тухумсимон ёки тухумсимон қисқа банди билан ҳалқасимон жойлашган. Гуллари майда яшил-сарик рангли бўлиб, барг қўлтиғидан ўсиб



чиққан ярим соябонга тўпланиб, рўваксимон гултўпламни ташкил этади. Меваси – қора, думалоқ, сершира ҳўл мева. Илдизини баҳорда ёки кузда ковлаб, тупроқдан тозалаб, сув билан ювиб, очиқ ҳавода қуритилади. Илдизи таркибида антрагликозидлар, органик кислоталар, қандлар, буёқ ва бошқа моддалар бор.

Абу Али ибн Сино рўян илдиздан тайёрланган қайнатма билан жигар ва қоражигар шиши ва бошқа дардларига шифо қилган, сийдик ҳайдашда ишлатган. Асал қўшиб сувда тайёрланган илдиз қайнатмаси билан зехни созлаган. Қуймич нерви яллиғланиши, фалажликни даволаган.

Халқ табобатида рўян илдиздан тайёрланган қайнатма, дамлама буйрак ва ўт йўлидаги тошларни туширади. Подагра касалини, сариқни даволайди, сийдикни ҳайдайди. Рўяндан дамлама тайёрлаш учун идишга 1 стакан қайнатиб совутилган сув қуйиб, қуритиб майдаланган илдиздан 1 чой қошиқ солиб, 8 соат дамлангандан сўнг, докада сузиб, илдиз қолдигига яна 1 стакан қайнатиб совутилган сув қуйиб, 10 дақиқа қўйилгандан сўнг, ҳар иккала дамламани аралаштириб, кунига 4 маҳал ярим стакандан ичилади.

САНО – тиббиётда ўткир баргли сано (Кассия остролистная – *Cassia acutifolia*), тўмтоқ баргли сано (Кассия туполистная – *Cassia obovata*) турлари ишлатилади. Бўйи 1 метргача бўлган ярим бута. ўсимлик ёввойи ҳолда Африка чўл ва ярим чўлларида (Судан, Нубия, Қизил денгиз бўйларида) Арабистоннинг жанубида учрайди. Ўрта Осиёда сано 1 йиллик ўт ўсимлик. Турлари бир-биридан баргчаси ва мевалари шакли билан фарқланади. Пояси шохланган бўлиб, пастки қисмидаги шохлари ерга судралиб ўсади. Барглари жуфт патли мураккаб бўлиб, 4 жуфт баргчалардан ташкил топган. Гуллари сариқ рангда, шингилга тўпланган. Меваси – япалоқ, жигарранг,

кўпуруғли дуккак. Сано турлари барглари ўсимлик гуллаганда йиғилади ва соя ерда қуритилади. Меваси пишганда йиғиб олинади. Сано турларининг барги таркибида антрогликозидлар, органик кислоталар, изорамратин, кемпферол, флавоноидлар, смолалар, оз миқдорда алкалоидлар, мевасида антрогликозидлар ва бошқа моддалар бор.

Абу Али ибн Сино сано турлари баргидан тайёрланган дамлама билан бод, жигар оғриғи, сариқ ва подагра дардини даволаган ҳамда сургига ишлатган. Сано барги дамламасини зубтурум мевасидан олинган шираси ва кашнич барги шираси билан бирга қўшиб, томоқ оғриғида ва томоқ шишларини даволашда чайишга буюрган.

Халқ табобатида сано барги ва мева дамламаси сурги дори сифатида ишлатилади. Сано барги ва мевасидан дамлама тайёрлаш учун 1 стакан қайнаб турган сувга 10-15 гр қуритилган барги ёки мевасидан солиб, 1 соат дамлаб, докада сузиб, ётиш олдидан 1 стакандан ичилади.

Тиббиётда сано баргидан, мевасидан тайёрланган препаратлар дамлама, мураккаб сано дамламаси, Вена ичимлиги, барг кукуни (яхши, зўр) сурги ҳисобланади. Сано барги кукуни сурги таъсирига эга бўлган мураккаб чучукмия кукуни таркибига, шунингдек, баргининг ўзи сурги таъсирига эга бўлгани боис, бавосилда қўлланадиган чой-йиғмалар таркибига киради.

САРИМСОҚПИЁЗ (Чеснок посевной – *Allium sativum*) Ўзбекистоннинг ҳамма вилоятларида ўстирилади. Кўп йиллик, пиёзбошиси кўп бўлакли, бўйи 20-70 см гача етадиган ўт ўсимлик. Пояси тик ўсувчи, цилиндрсимон бўлиб, ярмисига қадар барг қини билан ўралган. Барги қиррасимон ёки ясси тарнов-



симон, ўткир учли. Гуллари майда, оқ-яшил, оддий соябонга тўпланган. Меваси – кўсак. Кўпинча мева тугмайди. Июнь-июль ойларида гуллайди. Ўсимликнинг пиёзбошиси етилганда ковлаб олиб, қуритмасдан ишлатилади. Пиёзбошиси таркибида эфир мойи, витамин С ва В, фитонцидлар, оз миқдорда йод, аллиин, стеринлар ва бошқа моддалар бор. Аллиин бирикмаси фермент таъсирида кучли бактерицид хоссага эга бўлган аллицин ва бошқа моддаларга парчаланadi.

Абу Али ибн Сино саримсоқпиёзни тиш оғриғи, йўтал, меъда ва бошқа дардларни даволашда ҳамда сийдик ҳайдовчи, гижжа туширувчи, аёлларда тўхтаб қолган ҳайзни келтирувчи дори сифатида ишлатган.

Илмий тиббиётда саримсоқ пиёзбошисидан тайёрланган препаратлар (настойка, аллилсат, аллифит) атеросклероз, ичак фаолияти заифлашганда ҳамда колит, гипертонияни даволанади. Булардан ташқари, доривор препаратлари буйрак, буйрак-тош дардаларида ва ўпка сили, гинекология амалиётида трихомонадали кольпитда ва острицаларни ўлдиради (клизма қилинади). Саримсоқ шираси аэрозол ҳолида бронхиал астма, сурункали пневмония ва томоқ касалида пуркалади, ингаляция қилинади. Атеросклерозни олдини олиши, даволаши клиникада исботланган.



САЧРАТҚИ (Цикорий обыкновенный – *Cichorium intybus*) – бўйи 30-100 смгача бўлган кўп йиллик, ўт ўсимлик. Июнь ойдан кеч кузгача гуллаб, меваси пишади. Ўзбекистоннинг ҳамма вилоятлари далаларида, экинзорларда, боғларда, тоғли туманларда бошқа ерларда ўсади.

Сачратқи гулидан, ер устки қисми ҳамда илдизолди тўпбарглари алоҳида, алоҳида йиғиб олиниб, соя ерда

қуритилади. Меваси етилганда, илдизи эрта баҳорда ёки кеч кузда ковлаб олиб, тупроқдан тозалаб, сувда ювиб, майда бўлақларга бўлиб, очиқ ҳавода қуритилади. Илдизи таркибида инулин, интибин, аччиқ гликозидлар, витамин В₁, қандлар бор. Барги таркибида инулин, витамин С ва бошқа моддалар бор. Сачратқи ўсимлиги сут ширага бой. Сутшира таркибида аччиқ моддалар, тараксастерол, каучук ва бошқа бирикмалар мавжуд.

Ибн Сино ўсимликни кўнгил озганда, истисқо, кўз яллиғланганда, ич кетганда ишлатган. Сачратқи сутширасини кўзга тушган оққа даво қилган. Қуритилмаган илдизини янчиб, илон, чаён, ари чаққан жойга ҳам подагра дардида оғриган бўғинларга боғлашни буюрган.

Халқ табобатида қуритилмаган илдизи билан дизентерия ва яллиғланишлар даволанади. Кўп ишлатиладиган ўсимлик. Илдизидан тайёрланган қайнатма иштаҳа очишда, овқат ҳазмини яхшилашда, ер устки қисмидан тайёрланган қайнатмада офтоб урган болалар чўмилтирилади. Сачратқини мойчечак гулига аралаштириб, тайёрланган қайнатмаси жигар, талоқ, буйрак, меъда касалликларида қўланади. Меваси иситмани пасайтиради. Ўсимлик кулидан баъзан кўзтикан гули билан аралаштириб, қайнатма қориб, гуш, сувчечак, турли яралар, тери касалликларида суртилади.

Илдиздан қайнама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 2 стакан сув қуйиб, устига майдаланган илдиздан 1 чой қошиқ солиб, озроқ қайнатиб 1-2 соат дамлаб, докада сузиб, кунига 3 маҳал овқатдан олдин ярим стакачдан ичилади.

Ҳозирда сачратқи гулидан тайёрланган дамламаси марказий асаб тизимини тинчлантириши ва юрак фаолиятини яхшилаши, ер устки қисмидан тайёрланган қайнатмаси ич кетишини ва қон оқишини тўхта-тиши, янчилган илдизи подаграга шифолиги тажрибада аниқланди.



СОХТАКАШТАН (Конский каштан – *Aesculus hippocastanus*) бўйи 30 метрга етган дарахт. Апрель-май ойларида гуллаб, август-сентябрда пишади. Ўзбекистоннинг барча вилоятларида боғларда, истироҳат боғларида, кўчаларда манзарали дарахт сифатида ўстирилади. Барги йирик, 5-9 тагача бармоқсимон мураккаб баргчалардан ташкил топган бўлиб, пояда узун банди ёрдамида қарама-қарши жой-

лашган. Баргчаси тескари тухумсимон ёки тескари кенг ланцетсимон, ўткир аррасимон қиррали. Гуллари оқ ёки оқ-пушти рангли, шохлари учидан тик жойлашган шингилга тўпланган.

Меваси – думалоқ, тиканлар билан қопланган кўсак. Мевасида 1-3 тагача шарсимон уруғ бўлади. Сохта каштаннинг гули, новдаси, пўстлоғи, меваси йиғилади. Мевасидан уруғи ажратиб олинади. Йиғиб олинган пўстлоғи, уруғи очиқда, гули салқинда қуритилади. Ўсимлик пўстлоғи таркибида эскулин, фраксин гликозиди, сапонинлар, ёғ, ошловчи ва бошқа моддалар; гули, баргида руин, флавоноидлар, пектин; уруғида флавоноидлар, сапонинлар, ёғ, крахмал, ошловчи ва бир қанча бошқа моддалар бўлади.

Халқ табобатида ўсимлик пўстлоғидан тайёрланган қайнатма қораталоқ, бавосил, бронхит, бод ва ичак яллиғланишидан сўнгги ич кетганда, қон тўхтатишда (айниқса, бачадон) бод, подаграда дори сифатида ишлатилади. Пўстлоғи қайнатмаси эшакем тошганда қўлланади. Уруғи, пўстидан тайёрланган дамлама қон тўхтатишда (айниқса, бачадондан) дори сифатида ишлатилади. Гулидан тайёрланган настойка-

си бод, подаграга даво бўлади. Уруғи кукун ҳолда (ай-ниқса, нафас йўли) шамоллашида қўлланилади.

Пўстлоғидан дамлама тайёрлаш учун идишга 2 стакан қайнатиб совутилган сув қуйиб, устига майдаланган пўстлоғидан 1 чой қошиқ солиб, 8 соат давомида олиб қуйилади. Докада сузиб, 4 маҳал чорак стакандан ичилади. Гулидан настойка тайёрлаш учун, 0,5 литр спирт ёки ароққа 20 гр қуритиб майдаланган гулидан солиб, 2 ҳафта қуйиб, қўйилади. Докада сузиб, оғриқ қолдириш учун терига сурилади.

Пўстлоғидан яна бошқа қайнатма тайёрлаш учун идишга, 1 литр сув қуйиб, устига 50 гр пўстлордан солиб, 15 дақиқа қайнатиб, 8 соат дамлаб қуйилади. Сузиб, бавосилда ванна қилишга ишлатилади. Ўсимликдан тайёрланган веностезин препарати илмий тиббиётда бавосил, атеросклероз ва тромбофлебитда ишлатилади.

ТОК (Виноград культурный – *Vitis vinefera*) – 30 метр узунликда бўлиб, жингалаклари ёрдамида дарахтларга осилиб ўсади. Токнинг турли навлари юртимизнинг ҳамма жойларида кўп экилади, ёввойи ҳолда ҳам ўсади Тошкент (Оҳангарон дарё бўйларида), Сурхондарё (Тўпаланг дарё ҳавзаси)да ёввойи ҳолда учрайди. Шохлари кўнғир-сарик рангли ва бўғинли бўлади. Барги юмалоқ ёки буйраксимон, асос қисми ўйилган, ўткир ёки тўқмоқ учли, тишсимон қиррали 3-5 бўлакли, кетма-кет ёхуд панжасимон қирқилган бўлиб, узун банди ёрдамида шохлари кетма-кет жойлашган. Гуллари майда, кўримсиз, рўвакка тўпланган. Меваси – турли шаклда ва рангли, ширин ёки нордон мазали сершоҳ хўл мева. Май-июнь ойларида гуллаб, июль-октябрда пишди. Меваси пишганда узилади. Баргини эса турли



даврларда баҳорда (барги ёзилганда) ёки меваси пишганда йиғиб, соя ерда қуритиб ёки қуритмасдан ишлатилади. Меваси таркибида кўп миқдорда қандлар, органик кислоталар, витамин С, В, ошловчи, бўёқ ва бошқа моддалар, уруғида ёғ, ошловчи моддалар бор. Баргида витамин С, В, К, каротин, никотин, фоли кислота, флавоноидлар, катехинлар, ошловчи моддалар мавжуд.

Ибн Сино ток меваси билан буйрак, қовуқ, ичорикни даволаган, оғриқ қолдиришга ишлатган. Жингалак баргини бош (кўз шишганда) қулоқ, меъда касалликларида ишлатган. Барг шираси билан дизентерияни, поя ва шохларининг қули билан тери дардларини даволаган.

Халқ табобатида ток меваси билан буйрак, қовуқ, меъда-ичак, юрак, жигар, бавосил, подагра касалликлари даволанади. Қувватсизликда, қон оқишни тўхтатишда, сийдик, ўт ҳайдашда, иштаҳа очишда ҳамда парҳез овқат сифатида ишлатилади. Ток баргининг дамламаси ёки қайнатмаси билан томоқ оғриганда чайилади, тери хасталикларида тери ювилади. Қуритилган баргининг кукуни бачадондан қон кетганда тўхтатиш учун 2-4 гр дан ичилади. Ток гули, ёш барглари овқат учун ишлатилади.

Илмий тиббиётда ток меваси меъда-ичак касаллигида (спастик ва атоник қабзиятда, функционал невроз туфайли меъда кислотаси ошиб, моддалар алмашинуви бузилганда, неврозда, камқонликда, сурункали бронхит касалликларида) қўлланилади. Ток меваси ўпка сили ва асаб дардлари туфайли дармонсизлик ва ҳаддан ташқари озиб кетишда, организмга қувват беришда иштаҳа очишда қўлланади. Ток мевасининг дори препарати (ампула ҳолидаги) натурозаколлапс кўп қон йўқотиш натижасида қон томирлар тонусининг ўзгаришида ҳамда қон айланишининг бирданига сусайиши туфайли (шок ҳолатларда) руҳий ёки жисмоний зарба оқибатида тананинг оғир

шикастланиши каби ҳолларда венага юборилади. Ҳозирда ток баргидан жигар касалида ишлатиладиган (холосас каби) витахол препарати олинган. Холосас сингари ишлатилади.

ТОМИРДОРИ (Горец земноводный – *Polygonum amphibium*) – бўйи 1 метргача бўлган кўп йиллик ўт ўсимлик. Июнь-сентябрь ойларида гуллаб, меваси пишади. Тошкент, Андижон, Фарғона, Жиззах, Сирдарё, Самарқанд вилоятларининг секин оқар дарёларида, кўлларда, суви қуриётган ариқ бўйларида, суғориладиган экинлар орасида ўсади. Пояси бўғинли шохланган. Барги чўзиқ ланцетсимон бўлиб, банди билан пояда кетма-кет ўрнашган. Гуллари тиниқ пушти рангли поя ва шохлари учидан жойлашган бўлиб, бошоқсимон тўпгулни ташкил этган. Меваси – майда тўқжигар ранг, тухумсимон юмалоқ ёнғоқча. Ўсимликнинг ер остки қисми илдиз, илдиз пояси ҳамда барги йиғилади. Ер остки қисми кузда ёки баҳорда ковлаб олиб, сув билан ювиб, йирикларини майдалаб очиқ ҳавода қуритилади. Таркибида органик кислоталар, флавоноидлар, витамин С, каротин, ошловчи ва бошқа моддалар бор.

Халқ табобатида ер остки қисмидан тайёрланган қайнатма подагра, захм, бод, асаб касалликларида, шунингдек, сийдик ҳайдовчи дори сифатида ишлатилади. Баргидан тайёрланган дамлама буйрак-тош касаллигини даволайди.

Ўсимликдан қайнатма тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 1,5 стакан сув қуйиб, устига 1 чой қошиқ ўсимликни майдаланган ер остки қисмидан солиб, 10 дақиқа қайнатиб, 2 соат дамлаб қўйилади. Сузиб, юқоридаги дардларни даволашда, овқатдан ярим соат олдин кунда 3 маҳал ичилади.

Ўсимлик баргидан дамлама тайёрлаш учун идишга 1,5 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига майдаланган баргидан 1 чой қошиқ солиб 1 соат дамлаб қўйилади. Докада сузиб, юқоридаги касалликларни

даволаш учун кунига 4 маҳал овқатдан олдин чорак стакандан ичилади. Ҳозирда ўсимликни сийдик ҳайдаш хусусияти борлиги тажрибада аниқланди.

ТОҒЖУМРУТ, итжумрут (Крушина слабительная – *Rhamnus cathartica*) – сершоҳ бута ёки дарахтча. Тошкент, Фарғона, Жиззах, Самарқанд вилоятлари тоғли туманларининг дарё бўйларида, арчазорларида, ёнғоқзорларда, тоғ қияликларида ўсади. Шохчасининг учи тик, барги оддий, эллипссимон ёки юмалоқ тухумсимон, бир оз ўткир учли, майда аррасимон қиррали бўлиб, пояда банди билан қарама-қарши ўрнашган. Гуллари майда, кўримсиз, 10-15 таси барг қўлтиғига жойлашиб, ярим соябонни тапқил қилади. Меваси – 4 хонали серсув данакли мева. Май-июнь ойида гуллаб, июль-августда пишади. Меваси пишганда йиғиб, очиқ ҳавода қуритилади. Меваси таркибида анрагликозидлар, қандлар, флавоноидлар, пектин моддалар, уруғи таркибида ёғ, баргида витамин С бор.

Тоғжумрут билан Рус халқ табиблари XVI асрдан буён саратонни даволаб келишади. Халқ табобатида мевасидан тайёрланган қайнатма билан подагра, сурги, истисқо, сурункали тери касаликлари даволанади.

Мевасидан қайнатма тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 1 стакан сув қуйиб, устига 1 ош қошиқ мева солиб, бир оз қайнатиб, 2 соат дамлаб қуйиб сўнг докада сузиб, юқоридаги касаликларда уйқудан ярим соат олдин ярим стакандан ичилади.

Илмий тиббиётда ўсимлик мевасидан олинадиган дори препаратлари (қайнатма, дамлама, қуруқ экстракти) сурги дори сифатида ишлатилади. Ушбу дорилар чой-йиғмалар таркибига киради.

ЭФЕДРА, тоғ эфедраси (Эфедрa хвоцевидная, хвойник – *Ephedra eguisetina*), чўл эфедраси, чўл қизилчаси (Хвойник средний – *Ephedra intermedia*), оддий эфедрa, қизилча, Кузмич ўти (Хвойник двухколосковый – *Ephedra distachia*) турлари бор. Оддий эфедрa Қорақалпоғистоннинг майда тош-тупроқли ерларида ўсади. Бўйи 10-50 см гача бўлган бута ўсимлик. Ёз ойларида эфедранинг яшил ёш новдаларини ўриб олиб, қуритиб ёки қуритмасдан алкалоидлар олиш учун заводларга юборилади. Эфедрa турлари новдаларининг таркибида алкалоидлар, витамин С, бўёқ, ошловчи ва бошқа моддалар бор. Алкалоидлар йиғиндисидан эфедрин, псевдоэфедрин алкалоидлари ажратиб олинган. Тоғ ва чўл эфедрасидан олинган алкалоидлар оддий эфедрадан олинмайди.



Халқ табобати тоғ эфедрасининг ёш новдаларидан тайёрланган қайнатмаси қаттиқ шамоллашда, бод, безгак, қутир, меъда яраси ва бошқа касалликларни даволаш учун ишлатилади. Оддий эфедранинг ёш новдаларидан тайёрланган дамлама ва қайнатма бод, нафас йўллари, подаграни, юрак, дизентерия ва бошқа касалликларни даволашда ишлатилади. Эфедранинг ҳамма турлари заҳарли.

Оддий эфедрa ўсимлигидан дамлама тайёрлаш учун оғзи ёпилаган идишга 2 стакан сув қўйиб, устига эфедранинг қуритиб майдаланган ер устки қисмидан 1 чой қошиқ солиб, 1 стакан қолгунча 1 соат дамбаб қўйилади. Докада сузиб, кунига 3-4 маҳал 1 ош қошиқдан ичилади. Эфедрa заҳарли бўлганидан қайнатмани кўрсатилган миқдордан ошиқ ичилмайди. Илмий тиббиётда эфедрa алкалоидлари гидрохло-

рид тузи оғир жарроҳлик травмалардан сўнгги кўп қон йўқотишда, коллапс ҳолатларда, қон босими пасайган (гипотония)да, бронхиал астма, пичан иситмаси (пичан астмаси)да, миостения, миастения, эшак-ем тошганда ва бошқа дардларда ишлатилади.

ҚАРАФС (Сельдерей пахучий – *Apium graveolens*) – июль ойида гуллаб, август-сентябрда пишади. Бўйи 50 см бўлган кўп йиллик ўт ўсимлик. Тошкент, Наманган, Андижон, Фарғона, Самарқанд, Сурхондарё, Қашқадарё вилоятларнинг суғориладиган ерларида, канал, ариқ бўйларида, кўлмак сув четларида, нам жойларда ўсади. Пояси тик ўсувчи ичи ковак ўрта қисмидан бошлаб шохланган, илдизолди ва поясининг пастки қисми барглари узун бандли, патсимон ажралган. Поясининг юқори қисмлари 3 бўлакли, қирқилган бўлиб, кетма-кет жойлашган. Барг бўлакчалари чўзиқ ёки ланцетсимон. Гуллари майдароқ, рангли, мураккаб соябонга тўпланган. Меваси – юмалоқ шакли писта. Ер остки қисми мева пиша бошлагач ўриб олинса, гуллаганда барги териб олиниб, салқин ерда қуригилади. Илдизини эса кузда коваб олиб, тупроқдан тозалаб, сув билан ювиб, очиқ жойда қуригилади. Меваси таркибида эфир мойи, флавоноидлар, ёғлар, баргида эфир мойи, каротин, витамин С, В₁, апиин гликозиди ва бошқа флавоноидлар бўлади.

Халқ табобатида илдизи ва баргидан тайёрланган дамлама иштаҳа очиш, овқат ҳазмини яхшилаш, истисқо, сийдик ҳайдаш, ични юмшатиш, буйрак, сийдик пуфағи, бод, тери касалликлари (темиратки, эшак-ем)ни ва подагра касалини даволашда асқотади. Барги, илдизи дамламаси билан йирингли яралар ювилади. Қуритилмаган баргини ярага қуйиб боғланади. Меваси дамламаси иштаҳа очишда, ел ҳайдашда, кўнгил айниганда, ҳиқичоқ тутганда, қийинчалик билан кечган ҳайзда ва астма касалликларида ишлатилади.

Дамлама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 1,5 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига қуритилмаган баргидан майдалаб 1 ош қошиқ солиб, 4 соат дамлаб қуйилади. Бир идишга 2 стакан қайнаб совиган сувдан қуйиб устига 1 ош қошиқ мева солиб, 4 соат дамлаб қуйилади-да, докада сузиб, 3-4 маҳал кунига овқатдан ярим соат олдин 1 ош қошиқдан ичилади. Қарафсдан олинган сукапигравеол клиник шароитда сийдик ҳайдаши аниқланди.

ҚАРИҚИЗ, Пахмоқ қариқиз (Лопух войлочный – *Arctium tomentosum*) – бўйи 60-100 см гача етадиган бир йиллик ўт ўсимлик. Июль-август ойларида гуллаб, август-сентябрда пишади. Тошкент, Фарғона вилоятдаги далаларда, уй атрофларида, ариқ бўйларида ўсади. Пояси қиррали, тукли, юқори қисми шохланган. Барги йирик (поясининг юқори қисмидагилари майда), оқ, тухумсимон ёки кенг тухумсимон, бир



оз ўйилган, тишсимон қиррали, туксиз бўлиб, банди ёрдамида пояда кетма-кет ўрнашиб, гуллари саватчага тўпланган. Меваси – тескари тухумсимон, учма писта. Ўсимликнинг гули, барги, илдизи тайёрланади. Илдизи кузда ковлаб олиниб, тупроқдан тозалаб, сув билан ювиб, йўғон илдизини бўлак-чаларга қирқиб, очиқ ҳавода қуритилади. Қариқиз гуллаш даврида барги, гулини йиғиб, салқинда қуритилади. Таркибида инулин, эфир мойи, арктиин гликозиди, флавоноидлар, смола, аччиқ, ошловчи ва бошқа моддалар бор. Уруғида ёғ, сесквитерпенлар, актонлар мавжуд.

Халқ табобатида илдиз дамламаси, қайнатмаси, настойкаси меъда ярасида, ичакдан қон кетганда, сурункали гастритда, буйрак-тош, бод, подагра дардларида терлатувчи, сийдик ҳайдовчи дори сифатида қўлланади. Барги дамламаси меъда, иситма дардларида ишлатилади. Илдизи кукунидан тайёрланган суртма дори подаграда, бод ва тери касаликларида (гуш, учуқ, чипқон, ҳуснбузар) ва бошқаларда қўлланади. Бодом ёки зайтун мойи билан ўсимлик илдизидан тайёрланган мой сочни ўстиради. Илдизидан тайёрланган настойкаси ва гулининг қайнатмаси саратонни даволайди.

Илдизидан дамбама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 2 стакан сув қуйиб, устига қуритиб майдаланган илдизидан 1 ош қошиқ солиб, 2 соат дамбаб қуйиб, докада сузиб, қунига 2-4 маҳал 0,5 стакандан илтиб ичилади. Барги дамламаси ҳам юқоридагидек тайёрланади. Фақат 2-3 соат дамбаб, сузиб, қунига 4-6 маҳал овқатдан 1 соат кейин 1 ош қошиқдан ичилади. Илмий тиббиётда қариқиз илдизидан тайёрланган қайнатма ва дамбамаси сийдик ҳайдаш учун, мойини соч тўкилишига қарши ишлатиш тавсия этилган.



ҚОРА СМОРОДИНА, Қора қат (Смородина чёрная – *Ribes nigrum* – Ўзбекистонда мевали бута сифатида ўстирилади. Бўйи 1-1,5 м гача. Барги панжасимон 3-5 бўлакли.

Пояда банди билан кетма-кет ўрнашган. Гуллари пушти-қўнғир рангли, шингилга тупланган. Меваси – хушбўй, юмалоқ, кўп уруғли ҳўл мева. Май-июнь ойларида гуллаб, июнь-августда пишади. Барги ва меваси йиғилади. Қора смородинанинг барги гуллашдан олдин ёки гуллаганда, меваси пишганида қуритмасдан териб олиниб, барги салқин ерда

қуритиб ишлатилади. Ўсимлик барги, мевасини йиғиб, салқин ерда қуритилади. Барги гуллашгача ёки гуллаганда, меваси пишганда йиғиб, баргини салқинда қуритиб, меваси қуритилмасдан ишлатилади. Барги таркибида витамин С, эфир мойи ва бошқа моддалар, мевасида эса витамин С, В₁, В₂, В₆, К, каротин, қандлар, органик кислоталар, флавоноидлар, антоцианлар, эфир мойи, пектин, ошловчи моддалар бор.

Халқ табобатида ўсимлик баргидан тайёрланган дамлама, қайтнамаси қон босими ошганда, буйрак, бод, тери касалликларида ҳамда терлатувчи, булардан ташқари, барг ва ёш новдаларидан тайёрланган қайнатмасида тери сили, ширинча ва диатез билан оғриган болалар чўмилтиради. Меваси, қуритилмаган меваси ёки қайнатмаси юрак, буйрак, меъда (ич кетганда) сийдик ҳайдовчи, терлатувчи ва асаб касалликларида дори воситаси сифатида ишлатилади. Мева шираси, қайнатмаси ва ундан тайёрланган кисель юрак фаолиятини кучайтирувчи восита бўлиб, меъда ярасини даволаш учун қўлланади. Барг дамламаси билан подагра ва бод касалликларини даволанади.

Баргидан дамлама тайёрлаш учун бир идишга 2 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига 1 ош қошиқ майдаланган барг солиб, бир неча соат дамлаб, докада сузиб, юқорида кўрсатилган касалликларни даволаш учун 4-5 маҳал ярим стакандан ичилади.

Оғзи ёпиладиган идишга 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига мевасидан 1 ош қошиқ солиб 1-2 соат дамлаб, сўнг докада сузиб, кунига 2-3 маҳал шакар қўшиб, 0 5 стакандан ичилади.

Оғзи ёпиладиган идишга 1 стакан сув қуйиб, устига мевасидан 2 ош қошиқ солиб 40 дақиқа дамлаб қуйиб, сўнг докада сузиб, ярим стакандан овқатдан олдин ичилади.

Оғзи ёпиладиган идишга 1 стакан сув қуйиб, устига 20 гр мевадан солиб, 0,5 соат қайнатилади. Сову-

гандан сўнг докада сузиб ичилса, ич кетишини тўхта-тиб, сийдикни ҳайдайди. Илмий тиббиётда дори пре-паратлари (дамлама, қайнатма) билан цинга, авита-минозлар даволанади. Барги, меваси витаминли йиғ-ма-чайлар таркибига киради.



ҚОРА ТЕРАК (Тополь чёрный – *Populus nigra*) – бўйи 25 метрли дарахт. Март-апрелда гуллаб, меваси етилади. Диёримизнинг барча вилоятлари кўчаларида, боғларда, паркларда манзарали дарахт сифатида ўстирилади. Тошкент вилоятининг Оҳангарон туманида ёввойи ҳолда учрайди. Йўғон танали хира кулранг пўстлоқ билан қопланган. Барг куртаклари чўзиқ тухумсимон, ўткир учли ёпишқоқ бўлади.

Барги учбурчак, майда, аррасимон қиррали бўлиб, узун банди билан шохларида кетма-кет жойлашган. Гуллари майда, бир жинсли кучалага тўпланган. Меваси – кўпуруғли пишганда 2-4 паллага бўлинган кўсакча. Барг куртаги эрта баҳорда барги чиқмасдан олдин йиғиб, салқин ерда қуритилади. Куртаги таркибида эфир мойи, смола, органик кислоталар, гликозидлар, ошловчи, бўёқ ва аччиқ моддалар бор.

Абу Али ибн Сино барг куртагидан сирка билан тайёрланган настойкасини подагра касалига оғриган бўғинга суртиб даволаган.

Халқ табобатида барги куртагидан тайёрланган дамлама иситма туширувчи, юрак фаолиятини яхши-ловчи дори сифатида ишлатилади. Булардан ташқари барг куртагидан тайёрланган суртма дори, дамла-ма куйган тери, бод, бавосил ҳамда подаграни даво-лашда қўлланади.

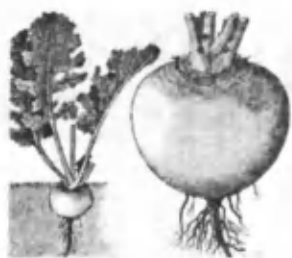
ҚУШҚЎНМАС (Волчец кудрявый, Волчец благословенный – *Spicus benedictus*) – бўйи 15-30 см ли сариқ-



гулли, бир йиллик ўт ўсимлик. Май-июнь ойларида гуллаб, меваси июнь-июлда пишади. Тошкент, Жиззах, Самарқанд, Сурхондарё тоғ этакларида, йўл ёқаларида, уйлар атрофида ўсади. Пояси сертук, асос қисмидан бошлаб шохланган. Илдизолди тўпбарглари бандли, чўзиқ, ланцетсимон ва учбурчак ланцетсимон, бўлаклари патсимон қирқилган бўлиб, ён томонлари тишсимон тиканлар билан қопланган. Поясининг пастки қисмидаги барглари илдизолди баргларига ўхшаш. Поясининг юқори қисмидаги барглари ланцетсимон, тиканли. Тишлари бўлақларга патсимон бўлинган бўлиб, пояда бандсиз, кетма-кет ўрнашган. Сариқ рангли гуллари саватчага тўпланган. Меваси – қўнғир рангли, цилиндрсимон, учмали писта. Май-июнь ойларида гуллаб, июнь-июлда пишади. Ер устки қисми таркибида мениантин ва кницин аччиқ гликозидлари, витамин С, олма кислота, шиллиқ, ошловчи ва бошқа моддалар бор.

Халқ табобатида ер устки қисмидан тайёрланган қайнатма нафас йўли яллиғланишида меъда-ичак иши заифлашганда, ҳазм сусайганда, буйрак сийдик йўллари, сариқ, ўзгариб турадиган иситма, қустирувчи ҳамда подагра дардини даволовчи дори сифатида ишлатилади. ўсимлик билан эркакларнинг қовуқ ости саратонини қадимдан даволанади. Бунинг учун беморга ҳар куни ўсимликнинг ер устки қисмидан майдаланиб, 1-2 гр истеъмолга буюрилади.

Илмий тиббиётда ўсимликнинг препаратлари (дамламаси, суюқ экстракти) иштаҳа очувчи, овқат ҳазмини яхшиловчи дори сифатида ишлатилади.



ШОЛГОМ (Резпа) – бут-гуддошлар оиласига кира-диган икки йиллик илдизмевали сабзавот. Биринчи йили барг ва илдизи, иккинчи йили эса тана гули уруғ ҳосил қилади. Гули 4 бўлакли бўлиб, шингилсимон тўпгулга йиғилган. Поясининг

юқори қисмидаги барглари бандсиз жойлашган. Меваси – думалоқ, япасқи, оқ-қизил ва бинафша рангли бўлади. Уруғлари думалоқ. Майда барглари заъфарон, яшил рангли. Усти ўсимталар билан қопланган. Унинг уруғини оғриган ёки бирон аъзога қуйиб боғланса, оғриқни қолдиради, елни ҳайдади чот оралиғидаги шишларни даволайди. Сув ва туз билан қайнатилганда озиқлик қиймати кам бўлади. Семиз гўшт билан қайнатиб, истеъмол қилингани яхши бўлади. Кўкрак, томоқ юмшайди, буйракни қиздиради ҳамда секин ҳазм бўлади. Меъдада узоқ вақт қолиб кетади. Гўшт билан қайнатилгани белни қиздиради. Шолғомни пишириб ёки хом ейилса, кўз нурини оширади қувват бағишлайди. Шолғом қайнатмасини подаграга қуйиб даволанади.



ТУРП (Редька обыкновенная – *Raphanus sativus*) – турп сабзавот ўсимлиги бўлиб, диёримизнинг ҳамма вилоятларида ўстирилади. Икки йиллик, бўйи 80 см гача бўлган ҳамда илдизмеваси йўғон

бўлади. Пояси тик ўсувчи, шохланган, туксиз ёки сийрак тукли. Поянинг томонидаги барглари лирасимон-патсимон қирқилган, юқори томондагилари эса бутун, юмалоқ ёки чўзиқ бўлади. Барги пояда кетмакет ўрнашган. Гуллари оқ рангда, шингилга тўпланган. Меваси – қўзоқ. Апрель-май ойларида гулаб, меваси май-июнда етилади. Илдизмеваси қазиб олиниб,

баргидан ажратилади, тупроқдан тозалаб, махсус ерда сақланади. Илдизмева таркибида қандлар, гликозидлар, бактерицид модда – лизоцим, фитонцидлар, эфир мойи, холин, каротин, витамин С, В, РР, кристал ҳолдаги рафанол, гистидин, ферментлар, кўп миқдорда калий тузлари ва бошқа бирикмалар бор.

Халқ табобатида турп ширасини кўкйўтал касаллигида, ўпка шамолаганда (балғам кўчирувчи дори сифатида ва қон тупирганда истеъмол қилиш буюрилади, меваси иштаҳа очади, меъда ширасини кўпайтиради, овқат ҳазм қилишни яхшилайти. Шираси кучли антисептик ҳам. Турп илдизмеvasи меъда-ичак яраси бор, меъданинг кислоталиги ошган, буйрак ва жигар касалликлари бор беморлар истеъмол қилмасликлари керак. Турп шираси жигар ва ўт пуфаги дардларида ўт ҳайдовчи, буйрак ва сийдик дардларида сийдик ҳайдовчи дори сифатида ишлатилади. Ширага баробар миқдорда асалми, шакар кўшиб аралаштириб, кунига 3-4 ош қошиқдан нафас йўллари яллиғланганда, бронхитда ва ўпка сили дардларида балғам кўчирувчи восита сифатида ҳамда йўтални тўхтатиш учун истеъмол қилинади. Турп ширасидан 3 қисм олиб унга 2 қисм асал 1 қисм ароқ ва озроқ (1 литр аралашмага 2 ош қошиқ) туз кўшиб аралаштирилади. Бу аралашмани бод, невралгия, радикулит, ишиас, миозит ва подагра касалликларида танани оғриган жойига суртилади.

ҚАЙИН (Берёза бородавчатая – *Betula verrucosa*) – оқ қайин Тошкент вилоятидаги тоғ қияликларида ва водийларда ўсади. Манзарали дарахт сифатида шаҳар кўчаларида, боғларда ўстирилади. Қайин оқ пўстлоқли, бўйи 10-20 м га етадиган дарахт. Барги учбурчак ромбсимон ёки юраксимон, ўткир учли, кўштишли



қиррали бўлиб, пояда банди билан кетма-кет ўрнашган. Шохчалари ва барглари хушбўй смолали безлар ёки сўгалчалар билан қопланган. Гуллари 1 жинсли, кучалага тўпланган. Меваси – ёнғоқча. Апрель-май ойларида гуллаб, август-октябрда пишади. Қайин дарахтининг барги ва куртаги йиғилади. Ҳамда қора мой (катрондэготь дарахт шираси) олинади. Куртаги бўртиб чиққан вақтида эрта баҳорда йиғилади. Куртаги билан кесиб олинган шохчаларини совуқроқ ерда қуритиб (иссиқда очилиб қолади) олинади. Куртаклар қуригандан кейин қоқиб ёки териб олинади. Барги қайин гуллаганида йиғиб, соя ерда қуритилади. Қайин дарахти қора мойини пояни ҳайдаш усули билан, ширасини эса эрта баҳорда пўстлоғини қирқиш билан олинади. Битта дарахтдан 30-60 литргача олиш мумкин.

Куртаги ва барги таркибида витамин С, флавоноидлар, эфир мойи, сапонинлар, смолалар, ошловчи, буёқ ва бошқа моддалар, қора мойида феноллар эфир мойи ва бошқа бирикмалар бор. Дарахт шираси қандлар, олма ва бошқа кислоталар, ароматик ва турли бирикмаларга анча бой бўлади.

Халқ табобатида ундан тайёрланган дамлама сийдик ҳайдовчи дори куртак дамламаси ва настойкаси (спирт ҳам винода тайёрланган) меъда оғриғи ва шамоллаш касалликларида ҳам сийдик ҳайдовчи (бод дардида ва бўғинлар оғриғида суртишга) дори сифатида қўлланади. Шираси яралардан кейинги камқонликда кўп чипқон чиқишидан қувватсизланганда дармон берувчи, томоқ оғриғида ҳамда яраларни даволовчи дори сифатида ичилади, куртагидан дамлама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга ярим стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига 1 чой қошиқ куртак солиб, бир соат дамлаб қуйиб, сузиб, ҳаммасини бир кунда тенг қисмга бўлиб ичилади.

Баргидан дамлама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига 20 гр майдаланган баргдан солиб, 6 соат қуйиб, қуйилади-да, сузиб, иккига бўлиб, ҳар 4 соатда ичилади. Кур-

такдан настойка тайёрлаш учун 0,5 литр спиртга ёки ароққа 15 гр куртак солиб, 1 неча соат дамлаб, қуйиб, сузиб, настойкадан кунига 2-3 маҳал сувга 15-20 томчи томизиб ичилади.

Илмий тиббиётда қайин дарахти барги ва куртагининг доривор препаратлари сийдик ҳайдовчи дори, барги авитаминоз ва гиповитаминоз касалликларида, куртак препаратлари ўт ҳайдовчи дори сифатида ишлатилади. Куртакдан тайёрланган настойка гуш (экзема)га даво қилинади.

ХУЛОСА

Доривор ўсимликларнинг тайёрлаш усулларини, ишлатилишини, меъёрини, сақланишини билиш дегани улардан ҳар ким ўз билганча фойдаланаверади ёки қўллайверади, дегани эмас. Доривор ўсимликнинг қайси қисми ишлатилишидан қатъи назар, мутахассис шифокор билан маслаҳатлашиб, тегишли кўрсатмаларга амал қилиб фойдаланиш мумкин. Қўлингиздаги ўсимлик, сиз истаган ўсимликми, муддати борми-йўқми, яроқлими, албатта, билиш учун доришуносга, мутахассисга кўрсатиш зарур бўлади. Баъзи ҳолларда танланган ўсимлик ўрнида бошқа бир ўсимликни ишлатиб, кўнгилсиз воқеаларга дучор бўлганлар учраб туради. Шифобахш ўсимликлардан тайёрланган дамлама, қайнатма, настойка каби табиий дори турларини кўрсатилган миқдордан ортиқча ичмаслик керак. Доривор гиёҳларни йиғишда эҳтиёткорлик чоралари кўрилиши шарт. Чунки заҳарлилари учраб туради. Рисолада ҳар бир ўсимликни қайси қисми заҳарли ёки ўсимлик заҳарли-заҳарли эмаслиги ҳақида айтиб ўтилган. Ўсимликни билиб, билмай татиб кўриш мумкин эмас. Акс ҳолда заҳарланиб қолиш мумкин. Ҳар қандай ўсимликнинг зарур қисмлари йиғилгандан сўнг, қўлни совунлаб ювиш зарур. Тўпламда доривор ўсимликлардан айрим дори турларини тайёрлаш усуллари ва қайси дардларда ишлатилиши (дамлама, қайнатма, настойка ва бошқалар) хусусида ҳам баҳоли қудрат билдиришга ҳаракат қилдик.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Абулласв Ш.В., Ҳакимова Н., Супижанова С.Ж. Доривор неъматлар ва улардан фойдаланиш бўйича услубий тавсиялар. Фарғона нашриёти, 1999.
2. Холматов Х.Х., Ҳабибов З.Х., Олимхўжаева Н.З. Ўзбекистоннинг шифобахш ўсимликлари. Ибн Сино номидаги нашриёт. Тошкент, 1991.
3. Умархон Аҳмад Малҳамий. Шифобахш доривор ўсимликлар. Тошкент, Турон замин зиё нашриёти. 2013.

МУНДАРИЖА

КИРИШ	3
ДАРДИНГИЗГА ШИФО БЎЛАДИ	5
ПОДАГРА КАСАЛЛИГИДА ҚЎЛЛАНИЛАДИГАН ДОРИВОР ЎСИМЛИКЛАР	
Арпа	7
Ёввойи пиёз	7
Ерқалампир	7
Лимон	8
Мажнунтол	9
Мингдевона	9
Рўян	10
Сано	11
Саримсоқпиёз	12
Сачратқи	13
Сохта каштан	14
Ток	16
Томирдори	17
Тоғжумрут	18
Эфедра	19
Қарафс	20
Қариқиз	21
Қора смородина	22
Қора терак	24
Қушқўнмас	24
Шолғом	25
Турп	26
Қайин	27
ХУЛОСА	29
Фойдаланилган адабиётлар	30

Тиббий-маърифий нашр

УМАРХОН АҲМАД МАЛҲАМИЙ

**ПОДАГРА КАСАЛЛИГИДА
ҚЎЛЛАНИЛАДИГАН
ДОРИВОР ЎСИМЛИКЛАР**

Муҳаррир
Феруза ҚУВОНОВА

Техник муҳаррир
Сурайё АҲМЕДОВА

Бадий муҳаррир
Уйғун СОЛИҲОВ

Компьютерда саҳифаловчи
Феруза БОТИРОВА

2000000.

Босишга 11.09.2013 й.да рухсат этилди. Бичими 84x108 1\32.
Гарнитура «Bookman Cyr+Uzb». Офсет қоғоз.
Босма тобоғи 1,0. Шартли босма тобоғи 1,68.
Адади 1000 нуска. Буюртма № 222.
Баҳоси келишилган нархда.

«Янги аср авлоди» нашриёт-матбаа марказида тайёрланди.
Лицензия рақами: А1 № 198. 2011 йил 28.08 да берилган.
«Ёшлар матбуоти» босмахонасида босилди.
100113. Тошкент, Чилонзор-8, Қатортол кўчаси, 60.

Мурожаат учун телефонлар:

Нашр бўлими – 273-62-71; Маркетинг бўлими – 128-78-43
факс – 273-00-14; e-mail: yangiasravlodi@mail.ru