

УМАРХОН АҲМАД МАЛҲАМИЙ

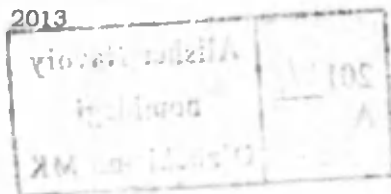
ҚОН БОСИМИНИ
МЕЪЁРЛАШТИРИШДА
ИШЛАТИЛАДИГАН
ДОРИВОР ЎСИМЛИКЛАР

МАЖБУРИЙ
НУСХА



ЯНГИ АСР АВЛОДИ

Тошкент
2013



УЎК: 615.89

КБК: ~~45.143~~

53.59

М-21

Малҳамий, Умархон Аҳмад

Қон босимини меъёрлаштиришда ишлатиладиган доривор ўсимликлар/ Умархон Аҳмад Малҳамий. – Т.: Янги аср авлоди, 2013. – 40 б.

ISBN 978-9943-27-139-5

Ушбу рисолада қон босимини меъёрлаштиришда ишлатиладиган доривор ўсимликлар, уларнинг қайси вилоятларда ўсиши, йиғиш усуллари ва муддати, кимёвий таркиби, қайси қисми айнан шу дардга шифо бағишлаши ёритилган. Доривор ўсимлик йиғмаларидан дамлама, қайнатма ва малҳамларни тайёрлаш ҳамда уй шароитида фойдаланиш усуллари баён этилади. Рисола шифобахш ўсимликларни тайёрловчиларга, ўқув юрти талабаларига, шифокорларга, дорихона хизматчиларига ва кенг китобхоналар оммасига мўлжалланган.

10 41830
0

УЎК: 615.89

КБК:45.143

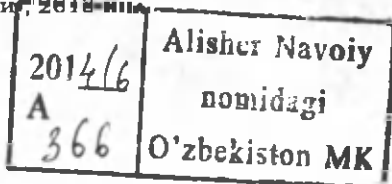
Тақризчи:

Ш. В. АБДУЛЛАЕВ,

кимё фанлари доктори, профессор

ISBN 978-9943-27-139-5

© Умархон Аҳмад Малҳамий, «Қон босимини меъёрлаштиришда ишлатиладиган доривор ўсимликлар». «Янги аср авлоди», 2013-йил



КИРИШ

Инсонга берилган улуғ неъматларидан бири ҳисобланмиш ўсимликларнинг таркиби ва хусусияти азалдан соҳа вакиллари ва мутахассислар эътиборида. Ўтмишимизнинг зукко олимлари Ибн Сино, Абу Бакр ар-Розий, Беруний каби алломалар бемор ташҳисини синчиклаб, аниқлаб, доривор ўсимликлар билан даволаб келганлар. Ҳозир ҳам илмий тиббиётда ишлатиладиган дори-дармонларнинг 45 фоизи ўсимликлардан тайёрланади. Аини пайтда юртимизда ўсимликларнинг 4148 тури мавжуд бўлса-да, уларнинг фақат 577 нафари шифобахшдир. Ҳозирда кимё фани ривожланиб, тез таъсир этувчи янгидан-янги дорилар синтез қилиб олинмоқда, бироқ шифобахш ўсимликларга эҳтиёж ҳамон катта.

Баъзи бебаҳо дорилар, жумладан, юрак гликозидлари ҳозиргача ўсимликлардан олинади. Тиббиётда аҳамиятли саналадиган алкалоидлар, гликозидлар, флавоноидлар, кумаринлар, сапонинлар, эфир мойлари ва бошқа моддалар ҳам ўсимликлардан ажратиб олинади. Шифобахш ўсимликлардан яна кўп турли доривор препаратлар ҳам витаминга бой концентратлар, суюқ дорилар тайёрланади. Доривор ўсимликлар, айниқса, йиғмалар касалликни даволаш пайтида организмга қўшимча табиий витаминлар, кимёвий элементлар, физиологик фаол моддаларни киритади. Бу моддалар организмнинг касалликларга қаршиликни оширади, асаб тизимига ижобий таъсир ўтказди, қон айланишини яхшилайдди, заҳарли ёт моддаларни нейтраллаб, организмдан чиқаради. Ўсимлик таркибидаги витаминлар, микроэлементлар, пектин-

лар, сапонинлар, органик кислоталар, эфир мойлари ва бошқа моддалар аралашмаси киши организмидаги ферментатив ҳамда биокимёвий жараёнда фаол иштирок этади.

Халқнинг доривор ўсимликлар борасидаги бой тажрибаси йўқолмаслиги ҳамда беморларнинг улардан фойдаланиши учун айнан қон босимини меъёрлаштиришда ишлатиладиган доривор ўсимликлар ҳақида қисқача маълумот беришни лозим топдик.

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, серуйқулик, дангасалик ва султ эътиқодда бўлишдир.

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

3. Хина билан бўянинг, чунки у ёшларингизни, ҳуснингизни 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 ҳадисларни 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 ве мугуз қатламининг дағалланишига қарши, япроғининг шираси кўз ғўлагининг ирғиб чиқишига, кўзнинг мугуз пардаси яраларига ва кўзга

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

тушадиган назмаларга қарши ишлатилади. Боғ зайтуни кўзга 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.

НАВОИЙ ҲИКМАТИДАН

*Агар ҳикматқа бўлсанг илтифотинг,
Ки бўлсун Нуҳ умрича ҳаётинг.*

*Ҳар кимгаки кўп таом емак фандур,
Билгилки, касалликка тани маскандур.*

*То ҳирсу ҳавас хирмони барбод ўлмас,
То нафсу ҳаво қасри барафтод ўлмас.*

*То зулму ситам жонига бедод ўлмас,
Эл шод ўлмас, мамлакат обод ўлмас.*

*Жонга чун дерман, не эрди ўлмагим кайфияти,
Дерки, боис бўлди жисм ичра маразнинг шиддати.*

ШИФОБАХШ ДОРИВОР ЎСИМЛИКЛАР

АРСЛОНҚУЙРУҚ (Пустырник Туркестанский – *Leonurus Turkestanicus*) Тошкент, Сирдарё, Жиззах, Самарқанд, Сурхондарё вилоятларининг тоғли туманларида, тош-тупроқ аралаш қияликларда ўсади. Июнь-июль ойларида гуллайди, меваси июль-августда пишади. Гуллаган пайтида поясининг юқори қисмидан 30 см ўриб олиб, салқинда қуритиб, майдалаб, элаб тозаланади. Ўсимлик таркибида алкалоидлар, эфир мойи, флавоноидлар, сапонинлар, ошловчи ва бошқа моддалар бор.



Халқ табобатида ер устки қисмидан тайёрланган дамламаси билан юрак ва қон-томир системаси ҳамда асаб касалликлари даволанади. Ер устки қисмидан тайёрланган настойка тинчлантирувчи, қон босими-ни пасайтирувчи дори сифатида қўлланади. Настойка, кукун (порошок) ва таблеткалар заводларда тайёрланиб, дорихоналарга юборилади. Ҳамда унинг ба-чадон тонусини оширувчанлиги клиник тажрибада аниқланган.

Дамлама қуйидагича тайёрланади:

1. Қайнатиб совутилган 2 стакан сувга ўсимликнинг ер устки қисмидан 2 чой қошиқ солиб, 6-8 соат қўйиб, қўйилади-да, сўнг сузиб, кунига 3-4 маҳал чорак стакандан овқатдан олдин ичилади.

2. 2 стакан қопқоқли идишдаги қайнаб турган сувга, ўсимликнинг майдаланган ер устки қисмидан 15 гр солиб, 2 соат дамлаб қўйиб, сўнгра докадан ўтказиб, 1 ош қошиқдан кунига 3-5 маҳал овқатдан ярим соат олдин ичилади.

Арслонқуйруқни дамлама, қайнатма, настойкаларини юрак қон-томир, асаб касалликларида кенг қўлланади.



АЧЧИҚМИЯ – Халқ табобатида қадим замонлардан бери қуйидаги турлари мавжуд: **Оддий аччиқмия**, оқмия, талхак (Горчак обыкновенный – *Goebelia alpesuroides*); **Қалин мевали аччиқмия**, эшакмия, талхак (Горчак толстоплодный – *Goebelia rachisagra*).

Аччиқмия турлари Тошкент, Сирдарё, Жиззах, Самарқанд, Фарғона ва Бухоро вилоятларининг чўл, ярим чўлида, қирларида, тоғ этакларида, тепаликларида, бегона ўт сифатида буғдойзорларда ва бошқа жойларда ўсади. Аччиқмия турлари кўп йиллик, оқиш-яшил рангли, бўйи 30-70 см гача ўт ўсимлик, пояси бир нечта тик ўсуви, асос қисмидан бошлаб шохланган. Барги тоқ патли, мураккаб бўлиб, банди билан пояда кетма-кет жойлашган. Баргчалари эллипссимон. Гуллари оч-сарик рангли, шингилга тўпланган. Аччиқмия турларини ҳамма қисми заҳарли. Меваси – қўнғир рангли, тўғноғичсимон, пишганда очилмайдиган йўғон дуккак. Апрель-май ойларида гуллаб, июнь-июлда меваси пишади.

Аччиқмиянинг ер устки қисмини гуллаш даврида йиғилиб, салқин ерда меваси пишганида алоҳида ўриб олиб, қуритиб, янчиб, элаб уруғи ажратилади. Турларидан ажратиб олинган алкалоидлар йиғиндисидан пахикарпин, матрин ва бошқа алкалоидлар ажратиб олинган.

Илмий тиббиётда аччиқмия турлари алкалоидининг препарати мускул дистрофияларида туғруқни тезлаштирувчи ҳамда майда қон томирлар спазмида, қон

босими (гипертония)ни пасайтирувчи восита сифатида қўланади.

ЛИМОН (Лимон – *Citrus limon*) – ватани Тинч океанининг тропик ороллари. Лимондан кўп ҳосил олиш учун хонадонларда, шаҳар, туман оранжереяларида кўп ўстирилади. Бўйи 2,5-4 метргача бўлган 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, баъзан 2-3 та бўлиб, барг қўлтиғида жойлашган. Меваси – чўзиқ, тухумсимон, сариқ рангли, мазаси кўп нордон, кўп уруғли ҳўл мева. Лимон меваси таркибида органик кислоталар, эфир мойи, флавоноидлар, қандлар, витамин С, В₁, В₂, Р, каротин бор. Лимон мевасининг пўстида эфир мойи жуда кўп бўлади. Баргида ҳам меваси таркибидаги моддалар бор. Меваси, пусти таркибида органик кислоталар, эфир мойи бор. Юмшоқ қисмидан лимон кислота олинади.



Халқ табобатида лимон меваси ҳамда баргидан тайёрланган дамлама қон босимининг пасайтириш учун ишлатилади.

Илмий тиббиётда лимон меваси витаминлар етишмовчилигидан келиб чиққан авитаминоз касалликларида ҳамда мева ва ундан олинган лимон кислота организмда кислота етишмаган ҳолларда қўлланилади. Фармацевтик амалиётда баъзи дориларни ёқимсиз ҳидини йўқотишда қўланади. Лимон мевасининг авитаминозга даволиги илмий тиббиётда, халқ табобатида исботини топган.



ЛАМИУМ (Яснотка белая – *Lamium album*) – оқ ламиум ўсимлиги Тошкент ва Сурхондарё вилоятларидаги тоғли ҳудудларида учрайди. Тоғларнинг ўрта қисмигача жойлашган нам тоғ оралиқларида ўсади. Ламиум ўти кўп йиллик, бўйи 25-70 см. Пояси тик ўсувчи, 4 қиррали, барги тухумсимон,

ўткир учли, майда ва йирик аррасимон қиррали банди билан поянинг юқори қисмидагилари бандсиз, пояда қарама-қарши ўрнашган. Гуллари поянинг юқори қисмида барглар қўлтиғида ҳалқасимон тўпгулни ҳосил қилади. Меваси – тескари тухумсимон, уч қиррали 4та ёнғоқча. Июлда гуллаб, августда пишади. Ўсимлик гулаганида ер устки қисми ўрилади ёки барги ва гули алоҳида-алоҳида йиғиб, сояда қуритилади. Таркибида эфир мойи, витамин С, алкалоидлар, сапонинлар, флавоноидлар, каротин, шиллиқ ва бошқа моддалар бор.

Халқ табобатида гулидан тайёрланган доривор препаратлар (қайнатма, дамлама, настойка, кукун) нафас йўллари шиллиқ қавати яллиғланганда талоқ, қовуқ, сийдик йўллари, буйрак, бачадон, ичак, безгак, сариқ, баъзи тери (гуш, яра, эшакем) уйқусизлик дардларида ишлатилади. Яна қон оқишларни (ўпкадан, бачадондан, бавосилда) тўхтатувчи ва балғам кўчирувчи ҳамдир. Ламиум баргининг қайнатмаси қон аралаш ич кетганда қўлланади, ер устки қисмининг дамламаси сийдик ҳайдайди. Ламиумдан дамлама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига гули ёки ламиумнинг майдаланган ер устки қисмидан 1 ош қошиқ солиб, ярим соат дамлаб, кейин докада сузиб, кунига 4-5 маҳал ярим стакандан ичилади.

Ламиумнинг ер устки қисмидан тайёрланган йиғма қон босимини пасайтиради. Акушерлик-гинеколо-

гик амалиётида ишлатиш тавсия қилинган. Бачадон мусқуллари тонусини оширувчи таъсири аниқланган. Қон оқишларни тўхтади.

ЛИМОНЎТ (Мелисса лекарственная – *Melissa officinalis*) – бўйи 30-60 см гача лимон ҳидли кўп йиллик ўт ўсимлик. Тошкент, Сурхондарё вилоятларининг тоғли ҳудудларида, боғларнинг ўрта қисмидаги дарахтлар ва катта тошлар тагидаги сояларда ўсади. Июнь-август ойларида гулаб, июнь-сентябрда меваси пишади. Пояси 4 қиррали, шохланган. Барги тухумсимон ўткир учли, йирик аррасимон қиррали бўлиб, пояда банди билан қарама-қарши жойлашган. Гуллари барг қўлтигида ҳалқасимон тўпулни ташкил қилади. Меваси – тўртта ёнғоқча. Лимонўт гуллаганда барги, ер устки қисмини йиғиб, сояда қуритиб, ғалвирда элаб, тозалаб, йирик поялар ташлаб юборилади. Таркибида эфир мойи, витамин С, флавоноидлар, ошловчи ва бошқа моддалар бор.



Абу Али ибн Сино лимонўтни юрак фаолияти ва овқат ҳазмини яхшилашга ишлатган. Халқ табобатида баргдан тайёрланган дамлама камқонликда, овқат ҳазмини яхшилашда, юрак ва қон-томир, асаб касалликларида, тиришиш дардларида оғриқ қолдирувчи ҳамда сурги, сийдик ҳайдовчи дори сифатида ишлатилади.

Лимонўтдан дамлама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 2 стакан қайнаб турган сув қуйиб, ўсимликнинг майдаланган ер устки қисми ёки баргидан 8 чой қошиқ солиб, 4 соат дамлаб қўйиб, докада сузиб, юқоридаги касалликларни даволаш учун кунига 4 маҳал овқатдан олдин 0,5 стакандан ичи-

лади. Дамлама, эфир мойи юрак фаолиятини яхши-
лашда, нафас олиш қийинлашганда даволаш учун
қўлланади. Шунинг учун қон босимни туширишда
ишлатилади.



БОЗУЛБАНГ (Заячья губа – *Lagochilus inebrians*) – бу усим-
лик билан тиббиётда турли ка-
салликлар даволанади. У
Самарқанд, Бухоро, Қашқа-
дарё вилоятларининг адирла-
рида ва шағалли тоғ бағирла-
рида ўсади. Бозульбанг кўп
йиллик, бўйи 30-60 см гача
етадиган ўт ўсимлик. Пояси
тик ўсувчи, шохланмаган ёки
шохланган, 4 қиррали бўлиб,
узун ва калта туклар билан

қопланган. Барги оддий, 3-5 бўлакка бўлинган, пояда
банди билан қарама-қарши ўрнашган. Гуллари поя ва
шохларида ярим ҳалқа шаклида жойлашган. Меваси
– 4та ёнғоқча. Июнь-август ойларида гуллаб, меваси
июль-сентябрь ойларида пишади. Ўсимлик қийғос гул-
лаганда ўриб олиниб, салқин ерда қуритилади, ўсим-
лик қуригандан сўнг силкитиб, гуллари ва қисман бар-
ги йиғиб олинади. Пояси ташлаб юборилади. Ўсимлик
таркибида логохилин, страхидрин бирикмалари, эфир
мойи, флаван гликозидлари, каротин, витамин С, орга-
ник кислоталар, қандлар, смолалар, ошловчи ва бошқа
моддалар бор. Бозульбанг ўсимлиги қон ивишини тез-
латади. У қон босимини туширади. Шунинг учун ҳам
илмий тиббиётда доривор препаратлари (дамлама,
настойка) бачадон, бурун, ўпка ва яралардан, йиқил-
гандан, урилгандан кейинги қон оқишини тўхтатиш-
да, бавосилда, Верильгофда эфир мойи, дамламаси
гипертонияда (қон босимини пасайтирувчи восита
сифатида) ишлатиш тавсия этилган.

ОЧАМБИТИ, жағ-жағ (Пастушья сумка – *Capsella bursa pastoris*) – Ўзбекистоннинг барча аҳоли яшайдиган ерларида учрайди. У асосан йўл ёқаларида, дала-ларда, боғларда ва бегона ўт сифатида экинлар орасида ўсади. Жағ-жағ бир йиллик, буйи 20-60 смгача етадиган ўт ўсимлик. Пояси бир баъзан бир нечта, шохланган ёки шохланмаган. Илдизолди тўпбарглари чўзиқ ланцетсимон, кемтик тишсимон қиррали ёки патсимон кесик, бандли, поядаги барглари майда ва бандсиз бўлиб, пояда кетма-кет жойлашган. Гуллари оқ рангли шингилга тўпланган. Меваси – туморга ўхшаш, пишганда очиладиган кўзоқча. Март ойидан бошлаб ёз бўйи гуллайди. Меваси апрель ойидан бошлаб пишади. Очамбити қийғос гуллаганида ҳамда меваси етилган даврида ерустки қисми ўриб олинади ва соя ерда қуригилади. Ўсимлик таркибида холин, ацетилхолин, витамин С ва К, гиссопин гликозиди, сапонин, эфир мойи, органик кислоталар, опловчи ва бошқа моддалар бор.

Халқ табобатида жағ-жағдан тайёрланган дамлама турли (бачадондан, ўпкадан, меъдадан, ичакдан, буйракдан ва яралардан) қон оқишларни тўхтатиш ҳамда ич кетиш, буйрак, жигар, сийдик йўли касалликларини даволаш учун ишлатилади.

Ўсимликдан қуйидагича дамлама тайёрланади:

1. Бирор идишга 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига ўсимликнинг майдаланган ерустки қисмидан 1 ош қошиқ солиб, идишнинг қопқоғини ёпиб, 2 соат дамлаб, кейин докадан ўтказиб, кунига 4 маҳал 1 ош қошиқдан ичилади.

2. Бирор идишга қайнаб совуган сувдан 1 стакан қуйиб, устига ўсимликнинг майдаланган ерустки қисмидан 3 чой қошиқ солиб, 8 соат дамлаб, кейин сузиб, кунига 3-4 маҳал 1-2 ош қошиқдан ичилади.

Илмий тиббиётда очамбити ўсимлигининг доривор препаратлари қон босимини пасайтириши ва сурункали буйрак яллиғланишини даволаш хусусияти тажрибада исботланган. Баҳорда очамбити (жағ-жағ)нинг

тўпбаргларидан сомса, чучвара тайёрлаб ва овқатга солиб ейлади.



ОМОНҚОРА – Виктор омонқораси (Унгерния Виктори – *Ungernia Victorii*) ҳамда Северцев омонқораси (Унгерния Северцева – *Ungernia Severtzovii*) турлари учрайди. Виктор омонқораси Сурхондарё ва Фарғона вилоятларининг тоғли худудларида, тоғларнинг ён бағирларида ва ўрта қисмидаги тупроқли қияликларида ўсади. Ўсимлик кўп йиллик, пиёзбошли ўт ўсимлик. Ўсимликнинг пиёзи қўнғир рангли ва юпқа

қобиқларга ўралган. Меваси – пишганда очиладиган уч чаноқли кўсакча. Ердан қор кетмасданоқ ўсимлик барг ёзади. Июнь ойида гуллаб, меваси августда пишади. Ўсимликнинг барги ва пиёзини йиғиб, қуритиб ёки қуритмасдан алкалоидлар олиш учун заводларга юборилади. Виктор омонқораси таркибида алкалоидлар, крахмал, эфир мойи ва бошқа бирикмалар бор. Алкалоидлар йиғиндисидан галантамин ва бошқа алкалоидлар ажратиб олинган.

Илмий тиббиётда галантамин алкалоидининг бромгидрат тузи миастения (мускулларнинг патологик кучсизланиши ёки сохта фалажлик), миопатия (мускулларнинг кичрайиши ва аста-секин қувватсизлана бориши), полимиелит асоратлари ҳамда полиневрит, радикулит касаликларини даволаш учун, шунингдек, нервларнинг травматик узилишида қўлланади.

Северцев омонқораси Тошкент вилоятининг тоғли худудларида, тоғларнинг ўрта қисмидаги майда тоштупроқли қияликларда ўсади. Ер остида пиёзбошиси

бўлган кўп йиллик, ўт ўсимлик. Пиёзи қора ёки қора-кўнғир рангли қобиқлар билан ўралган. Пояси барглари қуригандан сўнг ўсиб чиқади. Илдизолди барглари чизиқсимон, 4-10 дона. Гуллари қизил-ғишт рангли, поя учиди оддий соябонга тўпланган. Меваси – пишганда очиладиган кўсак. Июль ойида гуллайди, меваси августда пишади. Ўсимликнинг пиёзи кузда, меваси пишиб ерга тўкилгандан сўнг ковлаб олинади. Пиёзи таркибида алкалоидлар, сапонинлар, шиллиқ моддалар, органик кислоталар, эфир мойи ва бошқа бирикмалар бор. Алкалоидлар йиғиндисидан унгерин, ликорин, галантамин ва бошқа алкалоидлар ажратиб олинган.

Ибн Сино ўсимлик пиёзини қуритиб, туйиб, талқони билан яраларни ва чипқонни даволаган.

Халқ табобатида Северцев омонқораси пиёзини қурда пишириб яралар даволанади. Чипқон йирингини тортиб олиш учун пиширилган пиёзини устига қуйиб борланади. Северцев омонқораси пиёзидан олинган ликорин алкалоидининг қон босимини пасайтириши тажрибада аниқланди.

САРИМСОҚ (Чеснок посевной – *Allium sativum*) – Ўзбекистоннинг ҳамма ҳудудларида ўстирилади. У кўп йиллик, пиёзбошиси кўп бўлакли. Бўйи 20-70 см гача бўлган ўт ўсимлик. Пояси тик ўсувчи, цилиндрсимон бўлиб, ярмисига қадар барг қини билан ўралган.



Барги қиррасимон ёки ясси тарновсимон, ўткир учли. Гуллари майда, оқ-яшил, оддий соябонга тўпланган. Меваси – кўсак. Июнь-июль ойларида гуллайди. Саримсоқнинг пиёзбошиси етилганда ковлаб олинади ва қуритмасдан ишлатилади. Пиёзбошиси таркибида эфир мойи, витамин С, фитонцидлар, озроқ йод, аллиин ва бошқа моддалар бор. Аллиин бирикмаси фер-

мент таъсирида кучли бактерицид хоссасига эга бўлган аллицин ва бошқа моддаларга парчаланеди.

Абу Али ибн Сино саримсоқни тиш оғриғи, йўтал, кўкрак оғриғи, меъда ва бошқа касалликларни даволаган ҳамда сийдик, гижжа ҳайдовчи, аёлларда тухтаб қолган ҳайзни келтирувчи дори сифатида ишлатган. Саримсоқни куйдириб, кулини асалга аралаштириб, хавфли яраларга, темираткига ва терининг касалланган ерига суртган.

Халқ табобатида саримсоқ нафас олиш йўллари шамоллаганда (йўтал, нафас қисиши) цинга, безгак, турли меъда-ичак, дизентерия, турли ич кетиш, газ йиғилиши ва бошқа дардларда ишлатилади. Саримсоқ настойкасини буйрак-тош ва ўпка (яллиғланиши, йирингланиши) касалликларини даволанади. Қайнатмаси сийдик ҳайдовчи, гижжаларни туширувчи, иштаҳа очувчи, овқат ҳазмини яхшиловчи, антисептик ва оғриқ қолдирувчи хусусиятга эга.

Саримсоқдан настойка тайёрлаш учун 100 гр спирт ёки ароққа 40 гр майдаланган пиёзбоши солиб, таъмини яхшилаш учун ялпиз сувидан қўшиб, 7 кун қолдириб, сузиб, юқоридаги дардларни даволаш учун кунига, 2-3 маҳал овқатдан ярим соат олдин 10 томчидан ичилади.

Майдаланган пиёзбошини докага ўраб, 3-4 кун давомида 10 дақиқадан йирингли яра устига қўйилса, яхши наф беради.

Илмий тиббиётда саримсоқ пиёзбошисидан тайёрланган препаратлар (настойка, амилсат, аллифид) атеросклероз, гипертония (қон босимини тушириш), колит, ўпка сили касалликларида ҳамда гинекология амалиётида трихомонадали кольпитда қўлланилади ва острицаларни ўлдириш учун клизма қилинади. Саримсоқ препаратлари ва майдаланган пиёзбоши йирингли яраларни даволашда ҳам ишлатилади.

УКРОП, шивит, бодиён (Укроп пахучий – *Anethum graveolens*) – зиравор ўсимлик сифатида экилади. Укроп 1 йиллик, ҳиди ўзига хос ёқимли, ўт ўсимлик. Пояси тик ўсувчи, ўрта қисмидан бошлаб шохланган. Барги икки марта ипсимон барг бўлаклари патсимон ажралган бўлиб, қисқа қини билан пояда кетма-кет ўрнашган. Гуллари майда, сариқ, мураккаб соябонга тўпланган. Меваси – кўнғир рангли қўшалоқ писта. Апрель-май ойларида гулаб, май-июнда етилади. Ўсимлик гуллаш даврида ер устки қисмини ўроқ билан ўриб, соя ерда қуритилади. Янчиб, элаб, мевасини ажратиб олинади. Меваси пишганда йиғилади. Укроп таркибида хушбўй эфир мойи, флавоноидлар, витамин С, каротин, фитонцидлар ва бошқа моддалар бор. Меваси таркибида эфир мойидан ташқари ёғ ҳам бўлади.



Халқ табобатида укропнинг ер устки қисмидан ва мевасидан тайёрланган дамламаси овқат ҳазмини яхшиловчи, иштаҳа очувчи, ел ҳайдовчи, эмизикли аёлларнинг сутини кўпайтирувчи, укроп дамламаси юрак уришини тезлаштирувчи, қон томирини кенгайтирувчи, қон босимини туширувчи, балғам кўчирувчи, сийдик ҳайдовчи сифатида ишлатилади.

Укроп мевасидан дахлама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 2 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига 2 чой қошиқ майдаланган мевадан солиб, 10 дақиқа дахлаб доқада сузилади. Дамламадан кунига 3 маҳал овқатда 1 олдин ярим стакандан ичилади.

Илмий тиббиётда укроп дахламаси бромид натрий билан баргаликда гипертония касаллигининг биринчи ва иккинчи босқичларини даволашда ишлатилади.

2014/6 А 366	Alisher Navoiy nomidagi O'zbekiston MK
--------------------	--



ТУХУМАК (Софора японская – *Sofora japonica*) – манзарали дарахт. Ўзбекистоннинг барча кўчаларида, боғларда, канал ва ариқ бўйларида ўстирилади. Бўйи 20 м гача етади. Барги тоқ патли мураккаб бўлиб, шохларда қисқа банди билан кетмакет жойлашган. Баргчаси ўткир учли, эллипссимон,

гуллари чўзиқ тухумсимон ёки кенг ланцетсимон. Гуллари сариқ, рўваксимон гултўпламни ташкил этади. Меваси – этли, қисқа банди, тасбеҳсимон дуккак. Июнь-июль ойларида гуллаб, меваси август-сентябрда пишди. Меваси, гулғунчаси, баъзан барги ҳам йиғилди. Мевасини пишганда йиғиб, очиқ ҳавода гулғунча, барги сояда қуритилади. Тухумак меваси таркибида флавоноидлар (генистеин, рутин ва бошқа), витамин В, С, бўёқ ва бошқа моддалар бор. Гулғунчаси ва баргида кўп миқдорда флавоноидлар (асосан рутин) бор. Гулғунчаси ва мевалар рутин олинадиган асосий маҳсулот ҳисобланади. Рутин хабдори (таблетка) ва кукун (порошок) ҳолида чиқарилади. У витамин Р каби таъсир қилиб, қон томирларининг ўтказувчанлиги бузулиши ва мўрт бўлишидан келиб чиқадиган касалликнинг, геморрагик диатез, кўз пардасига қон қуйилиши, капеллярлардан қон оқиши, қон босими (гипертония), атеросклероз, нур касаллиги кабиларни олдини олишда ва даволашда қўлланилади. Мевасидан тайёрланган настойка йирингли яра ва куйганни даволашда ишлатилади.

ОЛХҲРИ (Слива домашняя – *Prunus gomentica*) Ўзбекистоннинг ҳамма вилоятларида мевали дарахт сифатида ўстирилади. Бўйи 12 м гача, танаси жигарранг пўстлоқ билан қопланган. Барглари эллипссимон, тухумсимон, ўткир аррасимон қиррали бўлиб, пояга бан-

ди билан кетма-кет жойлашган. Гуллари оқ рангли. Апрель ойида гуллаб, меваси июль-августда пишади. Олхури мевасининг кимёвий таркиби унинг навига боғлиқ.

Меваси – турли рангли ва шаклли, данакли ҳўл мева. Мева таркибида қандлар, органик кислоталар, минерал тузлар, каротин, витамин С, В, буюёқ, пектин, азотли ва бошқа моддалар бўлади.

Абу Али ибн Сино мевасини ўт ҳайдовчи ва ич юмшатувчи дори сифатида ишлатган. Олхўри ич юмшатувчи восита сифатида қўлланилади. Олхўри қон босими ошганида, атеросклероз, ўт пуфаги, юрак қонтомир ва буйрак касалликларига даво қилинади. Семиришга мойил бўлган ва диабет касаллиги билан оғриган кишиларга олхўрини кўп истеъмол қилиш тўғри бўлмайди.



МАЛИНА (Малина обыкновенная – *Rubus idaeus*) – оддий маймунжон, буддурғун тиббиётда узоқ вақтлардан бери ишлатиб келинаётган шифобахш ўсимлик. Ўзбекистоннинг кўп ҳудудларида ўстирилади. Маймунжон бўйи 1-2 м гача бўлган ярим бута. Илдизпоядан 2 йиллик ер устки новдалар ўсиб чиқади. Биринчи йилги новдалари яшил рангли, ёғочланмаган майда, тиконли бўлиб, ҳосил бермайди. Бу поя қишга бориб ёғочланади, тиконлари йўқолади ва келаси йили июнь-июль ойларида бориб гуллайди. Меваси пишиши билан эски пояси қуриб қолади. Илдизпоядан ҳар йили янги поялар ўсиб чиқади. Барги тоқ патли мураккаб, 5-7та



баргчалардан ташкил топган бўлиб, пояда узун банди билан кетма-кет жойлашган. Поянинг юқори қисмидагилари кўпроқ уч пластинкали мураккаб бўлади. Баргчаси тухумсимон, нотекис аррасимон қиррали, юқори томони туксиз, пастки томони эса тукли. Бизга оқимтир кўриниши шундан. Гуллари кўримсиз, яшил-оқ рангли, қалқонсимон рўвакка тўпланган. Меваси – қизил, данакли мураккаб ҳўл мева. Май ойида гуллаб, меваси пишади. Пишган меваларини гул ўрнисиз йиғиб олиб, очиқ ерда қуритилади. Мева таркибида (лимон, олма, салицилат, фоли ва бошқа кислоталар), витамин В₁, В₂, Р, РР, С, флавоноидлар, қандлар, калий тузлари, азотли бирикмалар, пектин, шиллиқ, бўёқ, ошловчи ва бошқа моддалар бор.

Халқ табобатида қуритилган ва қуритилмаган мева дамламаси иштаҳа очувчи, овқат ҳазмини яхшиловчи, терлатувчи, қон тўхтатувчи (меъда-ичак ва бачадондан) ўпка шамоллаганда балғам кўчирувчи, иситма туширувчи ҳамда атеросклероз (қон томирларнинг қаттиқлашуви)да ва қон босимини пасайтирувчи дори сифатида ишлатилади. Мевадан дамлама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 2-3 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига қуритилган мевадан 2 ош қошиқ солиб, 15-20 дақиқа дамлаб сўнг докада сузиб, дамламани ҳаммасини 1-2 соатда иссиғида ичилади.

Илмий тиббиётда мевадан тайёрланган дамлама барча шамоллаш касалликларида терлатувчи ва енгил сийдик ҳайдовчи, булардан ташқари, барг ва мева дамламаси юқори нафас йўллари яллиғланганда иситма тушириш, иштаҳа очиш ва овқат ҳазм бўлишини яхшилаш ҳамда атеросклероз (қон томирларнинг қаттиқлашиши) ва қон босимини даволаш учун ишлатилади. Фармацевтик амалиётида ҳўл мевадан тайёрланган шарбатлар суюқ дорилар таъминини яхшилаш учун ишлатилади.

ЧОЙЎТ (Зверобой продырявленный – *Hypericum perforatum*) – чойдошлилар оиласидан бўйи 75 см гача ўт ўсимлик. Пояси силлиқ юқори қисми шохланган. Барги тухумсимон. Тўпгуллари чўткасимон ровак ёки тухумсимон шаклда. У адирлардан бошлаб тоғ минтақасининг ўрта қисмигача бўлган жойларда турли шароитга мосланган ҳолда учрайди. Май-август ойларида гуллаб, июль-сентябрда уруғи пишади. Аждодларимиз чойўт 99 дардга даво, деб узоқ йиллардан буён ишлатиб келади. Ер устки қисмидан жигар касалликларида, ошқозон шамоллашида ҳамда буриштирувчи, сийдик ҳайдовчи ва бўёқ сифатида ишлатилади. Барги, новдаларининг тўпгуллари, айниқса, гулаш даврида дори-дармонлик хусусияти кўп бўлади.



Илмий тиббиётда ошқозон-ичак, жигар, йўтал, зотилжам ва яраларни даволашда, қон кетишини тўхташида шарбат ёки доривор препаратлари қўлланади. Чойўтдан антибактериал иманин оқсил препарат гипталбин тайёрланади. Бу препарат шикастланган тўқималарни тиклайди. Шарбати, айниқса, юрак иш фаолиятининг яхшилайдиган. Қон босимини меъерига келтиради. Булгар халқ табобатида ошқозон кислотасини меъёрлаштиришда, бўғин, бод, жигар, буйрак, бавосил касалликларини даволашади.

Чех тиббиёти ҳам нафас олиш йўллари, ошқозон йўлларида учрайдиган дардларни даволашда қўлланади. Таркибида 3,8-13 фоиз танидин, 14 фоиз смола, 12 фоиз шакар, 0,2-0,5 фоиз эфир мойи, гипрозид, глюофлавонидлар, гиперин, гиперинин, псевдогиперинин, каротин, антоцианлар, органик кислоталар, минерал тузлар, С, А витаминлари бор.



ЧИЛОНЖИЙДА (Унаби
обыкновенный – *Ziziphus
jujuba*) – Сурхондарё вилояти-
даги Тупаланг дарё водийсида,
Тошкент вилояти тоғларининг
ўрта қисмидаги қуруқ қиялар-
да ёввойи ҳолда ўсади. Чилон-
жийда Ўзбекистоннинг кўпчи-
лик ҳудудларида ўстирилади.
Чилонжийда бўйи 2-3 метрга-
ча бўлган дарахт. Барги чўзиқ,
тухумсимон, тишсимон қирра-
ли бўлиб, қисқа банди билан
шоҳларида кетма-кет жойлаш-
ган. Гуллари сариқ, майда,

барг қўлтиғидан ўсиб чиқиб, ярим соябон гултўплам-
ни ҳосил қилади. Июнь-июль ойларида, гуллаб, август-
сентябрда меваси пишади. Меваси – тўқсарик-қизил
рангда, думалоқ, чўзиқ-думалоқ данакли мева. Мева-
си яхши пишганда йиғилиб, очиқ ҳавода, йиғилган
барг эса салқин ерда қуритилади. Мева таркибида
қандлар, органик кислоталар, кўп миқдорда витамин
С, ошловчи моддалар, рутин, каротин, минерал туз-
лар, пектин ва бошқа моддалар бор.

Абу Али ибн Сино чилонжийда мевасини кўкрак
оғриғи, ўпка, буйрак ва сийдик пуфағи касалликла-
рини даволашда ишлатган. Шарқ халқ табобатида
мева организм тонусини кўтарувчи, сийдик ҳайдов-
чи, балғам кўчирувчи дори сифатида ҳамда иситма,
астма, томоқ оғриғи ва ичакнинг юқумли касалликла-
рида қўлланади. Ўрта Осиё халқ табобатида чилонжий-
да мевасидан тайёрланган дамлама кўкрак оғриғи,
астма, йўтал, чечак, камқонлик ва ич кетиш касаллик-
ларида оғриқ қолдирувчи ва қон босими (гипертония)-
ни пасайтирувчи дори сифатида ишлатилади. Чилон-
жийда мевасидан дамлама тайёрлаш учун оғзи ёпи-
ладиган идишга 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, 20

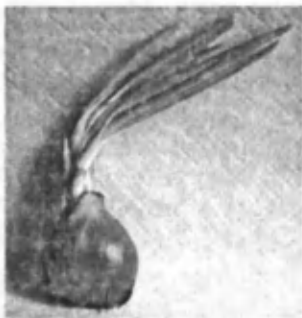
гр майдаланган мева солиб, бир соат дамлаб, сўнгра докада сузиб, кунига 3 маҳал овқатдан ярим соат олдин 2 ош қошиқдан ичилади. Меванинг қон босими-ни пасайтирувчи таъсири клиникада ўтказилган таж-рибада тасдиқланган.

ПИЁЗ (Лук репчатый – *Allium cepa*) – Ўзбекистоннинг ҳамма туманларида ўстирилади. Пиёз кўп йиллик, бўйи 60-100 смгача етадиган ўт ўсим-лик.

Ер остида йирик пиёзбоши-си бўлади. Пояси йўғон ичи ко-вак ўрта қисмидан пастроғи пишган. Барги узун, цилиндр-симон, ўткир учли, ичи ковак, пояда қини билан ўрнашган. Гуллари майда, оқ-яшил рангли бўлиб, оддий соябонга тўпланган. Меваси – шар-симон чаноқ. Май-июнь ойларида гуллаб, меваси июл-да пишади. Ўсимликнинг пиёзбошиси ковлаб олина-ди ва қуритмасдан ишлатилади. Пиёзбошиси тарки-бида эфир мойи, витамин С, В₁, каротин, қандлар, фитин, азотли бирикмалар, оз миқдорда йод, фитон-цидлар ва бошқа моддалар бор. Барги таркибида эса витамин С, В₁, каротин, эфир мойи, қандлар, фитон-цидлар ва органик кислоталар бор.

Абу Али ибн Сино пиёзни сариқ касаллигига даво қилган, иштаҳа очишга қўллаган. Йирингли яраларни, қулоқдан йиринг оқишини, ангинани, кўзга оқ туш-ганда даволаган. Пиёзширасини бош оғриқни қолди-рувчи (бурун, қулоққа томизилади), юмшоқ ич сурув-чи ва аёлларда ҳайз тўхтаганда ҳайз келтирувчи дори сифатида ишлатган.

Халқ табобатида пиёз сийдик ҳайдовчи дори, тур-ли яраларни, чипқонни, цингани даволанади. Пиёзни спиртдаги настойкаси ичак, гипертония ҳамда атеро-



склерозга шифодир. Пиёзни асал, олма билан аралаштириб, томоқ шамоллашга, йўталга даво қилинади. Пиёзбошидан настойка тайёрлаш учун 0,5 л спирт ёки ароққа 40 гр тозаланган ва майдаланган пиёзбошидан солиб, 7 кун қўйиб, докада сузиб, айтиб ўтилган дардларга даво қилиш учун кунига 2-3 маҳал 1 чой қошиқ настойкага 3 ош қошиқ сув аралаштириб ичилади. 1 стакан сутга 2 дона ўртача пиёзбошини майда тўғраб солиб, қайнатиб, 4 соат қўйиб, докада сузиб, йўталга кунига, 1ош қошиқдан 2-3 маҳал ичилади. Грипп, қаттиқ шамоллашда пиёзни косага майдалаб тўғраб, эзиб, пиёзли косага энгашиб, бошга каттароқ рўмол ёпиб ҳидлаб, бурунга 1-2 томчи томизилади. Пиёзбошини тозалаб, қўрга кўмиб пишириб, чипқонга қўйилса оғриқ камаяди.

Илмий тиббиётда пиёзнинг доривор препаратлари: настойка, аллилчеп, аллилглицер (пиёзбоши экстракти билан глицерин аралашмаси) ичак атонияси, колит, гипертониянинг баъзи турини, атеросклероз, авитаминоз (цинга ва бошқа)ни даволашда ишлатилади. Бу препаратлар яна бурун (ринит)ни шиллиқ қаватига суртиш билан гинекологияда трихомонадали кольпитини даволашда қўлланади. Ҳозирги кун тажрибасида пиёзнинг спиртдаги 10 фоизли экстракти астма касаллиги хуружини 50 фоизга енгилантириши аниқланди. У кучли бактерицид хоссага эга. Майдаланган пиёзбошидан қийин битадиган ва йирингли яраларга қўйилади.

ҚАШҚАРБЕДА (Донник лекарственный – *Melilotus officinalis*) – сариқ беда Тошкент, Жиззах, Самарқанд, Фарғона, Андижон ва Қашқадарё вилоятларининг тоғли худудларидаги дарёлар қирғоқларида, сойларда, боғларда ва йўл ёқаларида ўсади. Қашқарбеда 2 йиллик, бўйи 20-100 см гача ўт ўсимлик. Пояси битта ёки бир нечта қиррали бўлиб, юқори қисми шохланган. Барги қўшимча баргли, уч пластинкали мураккаб,

пояда банди билан кетмакет ўрнашган. Баргчаси тескари тухумсимон ёки чўзиқ ланцетсимон, текис қиррали, туксиз. Гуллари майда, сариқ рангли, шингилга тўпланган. Меваси – бир уруғли дуккак. Май-август ойларида гуллайди ва меваси пишади. Ўсимлик гуллаганда ер устки қисми ўриб олинади ва соя ерда қуритилади. Қашқарбеданинг ер устки қисми таркибида кумарин, меллотин, меллотозид, кумар ва меллот кислоталар ҳамда эфир мойи бор. Уруғи таркибида ёғ, тригонеллин алкалоиди бўлади.



Халқ табобатида қашқарбеда яраларни даволаш (ярани фасодини тортиб олиш учун), ўсимлик дамламаси гипертония (қон босимини тушириш)да, бош оғриғи, сурункали бронхит ва бошқа касалликларда ишлатилади. Қашқарбеда ўсимлигидан тайёрланган дориларни кўп миқдорда ва узоқ муддат қабул қилиб бўлмайди. Акс ҳолда бош айланиши, қусиш, уйқусизлик бўлиши мумкин.

Дамлама қуйидагича тайёрланади:

1. Бирор идишга 2 стакан қайнатиб совутилган сув қуйилади-да, устига ўсимликнинг майдаланган ер устки қисмидан 2 чой қошиқ солиб, бир оз қолдириб, сўнгра докада сузиб, кунига 2-3 маҳал чорак стакандан ичилади.

2. Бирор овзи ёпиладиган идишга 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига ўсимликнинг майдаланган ер устки қисмидан 2 чой қошиқ солиб, бир соат дамлаб, сузиб, дамламадан 1 ош қошиқдан 2-3 маҳал ичилади.

3. Яраларни ювиш, ванна қилишда ишлатиладиган дамлама тайёрлаш учун бирор идишга 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига ўсимликнинг майдаланган ер устки қисмидан 20 гр солиб, дамбаб, докада сузиб ишлатилади.

Илмий тиббиётда ўсимликдан тайёрланган малҳам чипқонни даволашда қўлланади. Ўсимликнинг ер устки қисми юмшатувчи чойлар-йиғмалар таркибига киради. Ўсимликдан ажратиб олинган дикумарол моддаси қонни ивитмайдиган таъсири тажрибада аниқланди.

Тиббиётда оқ беда тури бўлиб, қашқарбеданинг ўрнида ишлатилади (*Melilotus albus* – Донник белый). Оқ беда гулини оқлиги билан фарқланади. Таркиби ҳам бир хилдир.

ПАТЛОҚ (Смирновия Туркестанская – *Smirnovia Turkestanica*) – Бухоро вилоятининг қумли чўлларида ва қумли тепаликларида ўсади. Патлоқ бўйи 1 метргача бўлган бута. Барги тескари юраксимон ёки тухумсимон, сертук, қисқа банди билан новдаларда кетма-кет жойлашган. Гуллари қизил, поя ва новдаларнинг юқори қисмидаги барг қўлтиғига якка-якка жойлашиб шингил тўпгул ҳосил қилади. Меваси – сертук, йирик тухумсимон ёки думалоқ тухумсимон, шишган дуккак. Апрель-май ойларида гуллайди, меваси майиюнда пишади. Патлоқ гуллаганида ёш новдаларини ўриб олиб, соя ерда қуритиб, алкалоидлар олиш учун заводларга юборилади. Патлоқнинг ер устки қисми таркибида алкалоидлар ва бошқа бирикмалар бор. Алкалоидлар йиғиндисидан смирновин, сферофизин ва бошқа алкалоидлар ажратиб олинган.

Илмий тиббиётда смирновин ва сферофизин алкалоидлари қон босимининг ошиши касаллигини даволашга тавсияланган.

ДЎЛАНА (Боярышник – *Grataegus prontica*) – раъногулдошлар оиласидан. Бўйи 10 м гача. Июнда гуллаб, меваси сентябрда пишади. Барги кўк яшил, устки ва остки томони сийрак тукли, йирик барглари туксиз. Баргларини эни ва бўйи деярли бир хил катталиқда. Барг банди япроқлардан 3-6 марта кичик. Ромб ёки тескари тухумсимон, асоси кенг понасимон 5-7 бўлакчага бўлинган бўлади. Тўпгули зич, диаметри 3-5 см тукчалари чалпашиб кетган. Косача барги 3 қиррали. Гултожининг диаметри 2 см гача, меваси йирик бўлиб, диаметри 3 см гача сариқ ёки тўқ сариқ рангли, учи ва мева банди томони бир оз ялпайган, 2-3 та данакчали, ён томони силлиқ томли ва қуруқ жойлашган. Баъзан майда қияликларда якка-якка, тўптўп айрим ҳолларда дўланазорлар ташкил этган. Меваси яхши дори-дармон. Пишганда меваси жуда хушхўр, таъми мазали. Иштаҳа билан истеъмол қилинади. Дизентерияга даво бўлади. Чехия тиббиёти дўлана турларини жуда қадрлайди. Улар оғриқни пасайтирадиган, юракни фаолиятини яхшилайдиган, хаёлпаршонликда (склероз), қон босимни туширадиган дори сифатида ишлатади. Данаги таркибида 6-10 ғоиз ёғ, оқсил, меваси таркибида 15-20 ғоиз қандлар, танидин ва кварцитемиринлар, кратегус ва олмактерин бўлади. Шакар 0,036 гр, витамин В, 0,075 мг ғоиз, В, 0,128 мг ғоиз, РР 45,3 ғоиз, С 0,27 ғоиз, Е витаминлари ва 0,07 ғоиз каротин бор. Сафрони сўндириб, суюқликни энг яхши тўхтатади. Сийдик тутилишини туғдирмайди. Ич кетишини тез қолдира-



ди. Халқ табобатида толиққанга, уйқусизликка, юрак атрофида оғриқ пайдо бўлганида ишлатилади. Илмий тиббиётда ҳам кўп қўлланади.



ЧЕРКЕЗ (Солянка Рихтера – *Salsola Richteri*) – Бухоро, Навоий, Қашқадарё, Сурхондарё ва Қорақалпоғистон воҳасидаги қумлик ерларда ўсади. Бўйи 2-3, баъзан 5 метргача бўлган бута. Йўғон шохларининг пўстлоғи оч кулранг, ёш 1 йиллик новдаларининг пўстлоғи оқиш. Барги оддий, цилиндрсимон ёки ипсимон, тукли, серсув бўлиб, пояда кетма-кет жойлашган. Гуллари

поя учида, бошоқсимон рўвакни ташкил этади. Меваси – гулқўрғони билан бирлашган бир уруғли ёнғоқча. Май ойининг охиридан ноябргача гуллаб, июлдан пишди. Кузда меваларининг асосий қисми қизарганда (сентябрь-ноябрь ойларида) йиғиб олинади ва очиқ ҳавода қуритилади. Черкезнинг ҳамма қисмида алкалоидлар бор. Черкез мевасидан сальсолин, сальсолидин алкалоидлари олинади. Бу алкалоидлар қон томирларни кенгайтиради, қон босимини пасайтиради ва марказий нерв системасини тинчлантиради. Шунинг учун ҳам илмий тиббиётда черкез ўсимлигининг доривор препаратлари сальсолин, сальсолидин алкалоидларининг гидрохлорид тузлари, гипертония ва бош оғриғида қўлланади. Черкез мевасидан тайёрланган настойкани қон босимини пасайтиришда ишлатилади.

ШИЛДИРБОШ (Сферофиза солонцеватая – *Sphaerophy salsula*) – Тошкент, Сирдарё, Жиззах, Самарқанд, Сурхондарё вилоятлари ҳамда Қорақалпо-

гистон воҳасида чўл, шўр тупроқ ва қумликлардаги ариқ бўйларида, тўқайларда, бегона ўт сифатида экинлар орасида учрайди. Шилдирбош кўп йиллик, бўйи 25-100 см гача етадиган ўт ўсимлик. Пояси тик ўсувчи, кулранг яшил-тусли шохланган. Барги тоқ патли, мураккаб бўлиб, пояда банди билан кетма-кет жойлашган. Гуллари қизил, барг қўлтивидан ўсиб чиққан шингилга тўпланган. Меваси – чўзиқ шарсимон, туксиз, шишган, пишганда очилмайдиган дуккак. Май-июнь ойларида гуллайди, августда пишади. Ўсимликнинг ҳамма қисми заҳарли. Шилдирбош таркибида алкалоидлар бор. Алкалоидлар йиғиндисидан сферофизин ажратиб олинган. Илмий тиббиётда ўсимлик алкалоидининг препарати – сферофизин бензоат гипертония (қон босими кўтарилган ҳолларда) аёлларнинг туғишини осонлаштириш ва тезлатишда, туққандан кейин бачадондан қон кетишини тўхтатиш учун ишлатилади.

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 пуштиқўнғир рангли, шингилга тўпланган. Меваси – хушбўй, юмалоқ, кўп уруғли ҳўл мева. Май-июнь ойларида гуллаб, июнь-августда пишади. Барги, меваси йиғилади. Қора смородинанинг барги гуллашдан олдин ёки гуллаганда, меваси пишганида қуритмасдан териб олиниб, барги салқин ерда қуритиб ишлатилади. Ўсимликнинг барги таркибида витамин С, эфир мойи ва бошқа моддалар, мевасида эса витамин С, В₁, каротин, қандлар, органик кислоталар, флавоноидлар, ошловчи ва бошқа моддалар бор.

Халқ табобатида ўсимлик баргидан тайёрланган дамлама қон босими ошганда, бод, тери ва буйрак дардларида ва терлатувчи дори сифатида қўлланади. Булардан ташқари, тери сили, ширинча ва диатез касалликлари билан оғриган болалар чўмилтирилади. Ўсимлик меваси, қуритилмаган мева ёки мева қайнатмаси юрак, буйрак, меъда (ич кетганда) ва нерв касалликларида ҳамда сийдик ҳайдовчи, терлатувчи дори сифатида ишлатилади.

Баргдан дамлама тайёрлаш учун бирор идишга 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига 1 ош қошиқ майдаланган барг солиб, 1 неча соат дамлаб, докада сузиб, дамламадан юқорида кўрсатилган касалликларга даво қилиш учун кунига 4-5 маҳал ярим стакандан ичилади.

Ўсимликдан дамлама тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига мевадан 1 ош қошиқ солиб, 1-2 соат дамлаб, докада сузиб, шакар қўшиб, кунига 2-3 маҳал ярим стакандан ичилади.

Яна бир усули – 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, устига мевадан 2 ош қошиқ солиб, 40 дақиқа дамлаб, докада сузиб, кунига овқатдан олдин ярим стакандан ичилади.

Қайнатма тайёрлаш учун оғзи ёпиладиган идишга 1 стакан сув қуйиб, устига 20 гр мева солиб, 30 дақиқа қайнатиб, совугач, докада сузиб (ич кетишни) тўхтатувчи, сийдик ҳайдовчи, терлатувчи дори сифатида кунига 3 маҳал 1 ош қошиқдан ичилади.

Илмий тиббиётда ўсимликнинг доривор препаратлари (дамлама, қайнатма) цинга ва бошқа авитаминоз касалликларини даволаш учун ишлатилади. Барги ҳам, меваси ҳам витаминли йиғмалар таркибига кирилади.

ИТТИКАНАК (Черёда трёхраздельная – *Videns tripartita*) – Ўзбекистоннинг ҳамма вилоятларида учрайди. Иттиканак нам ўтлоқларда, ариқ, дарё бўйларида, қўл ёқаларида, шолиторларда, бегона ўт сифатида экинзорлар орасида ва бошқа ерларда ўсади. Пояситик ўсувчи, туксиз ёки сийрак тукли, асос қисмидан бошлаб, қарама-қарши шохланган. Барги 3 бўлакки, калта қанотли банди билан пояда қарама-қарши ўрнашган. Гуллари хира сариқ рангли бўлиб, саватчага тўпланган. Меваси – чўзиқ тескари тухумсимон, тиконли 4 қиррали писта. Июнь-июль ойларида гуллайди, меваси августда пишади. Гуллаш олдидан ва қисман гуллаш даврида поясининг юқори қисмидан ўроқ билан ўриб олиб ёки йирик барглари қўл билан териб, салқин ерда қуритилади.

Ўсимлик таркибида каротин, витамин С, эфир мойи, флавоноидлар, кумаринлар, полифеноллар, полисахаридлар, оз миқдорда алкалоидлар, ошловчи, шилиқ, аччиқ ва бошқалар бор.

Халқ табобатида ўсимликнинг ер устки қисмидан тайёрланган дамламаси ва қайнатмаси рақ касаллигини ва ширинчанинги баъзи турларини даволайди. Иштаҳа очувчи, қон оқишини тўхтатувчи, сийдик ҳайдовчи, терлатувчи восита сифатида қўлланилади.

Қайнатмаси тери касалликлари (гуш, қўтир), болалар диатезида шифобахш ванналар тайёрлашда ишлатилади.

Иттиканак ер устки қисмидан дамма ёки қайнатма тайёрлаш учун 1 идишга 0,5 литр қайнаб турган сув қуйиб, устига ўсимликнинг майдаланган ер устки қисмидан 2 ош қўшиқ солиб, иссиқ газ печига 12 соат қўйилгандан сўнг доқада сузиб олиб, юқорида кўрсатилган касалликларни даволанади. Илмий тиббиётда иттиканак препаратлари (дамлама ва настойкаси) бўйрак, сийдик йўллари дардларида сийдик ҳайдовчи ва шамоллашда терлатувчи, ҳазмни яхшиловчи дори сифатида ишлатилади. Иттиканакнинг ер устки қисми

ширинча касаллигида қўлланадиган чой-йиғмалар таркибига киради. Ўсимликнинг настойкаси умумий тинчлантирувчи, қон босимини пасайтириши тажрибада аниқланди.

ДАМЛАМА ВА ҚАЙНАТМАНИ УЙ ШАРОИТИДА ТАЙЁРЛАШ

Маълум даражада майдаланган ўсимлик қисми кичикроқ сирли кастрюлькага солиниб, устига керакли миқдорда уй ҳароратидаги сув қуйилади (бунда маҳсулот шимадиган сув миқдорини ҳам ҳисобга олиш керак), кастрюлька қопқоғини ёпиб, суви қайнаб турган каттароқ идишга қўйиб қўйилади ва вақти-вақти билан аралаштириб турилади. Агар дамлама тайёлнаётганда 15 дақиқа тутилса, қайнатма тайёрланаётганда 30 дақиқа тутиб турилади. Кейин кастрюлькани идишдан олиб, дамламалар совутунча (камида 45 дақиқа), қайнатмалар эса совутиш учун уй ҳароратида 10 дақиқа сақланади.

Совуган дамлама ёки қайнатмани 2 қават доқада сузилади ва керакли ҳажмигача сув қуйилади. Агар қайнатма ёки дамламаларни кўп миқдорда (масалан, 1 - 2 л) тайёрлаш керак бўлса, уларни қайноқ сувли идишда тутиш муддати дамламалар учун 15 дақиқа ўрнига 25 дақиқа, қайнатмалар учун яна 30 дақиқага узайтирилади. Агар рецептда маҳсулотни миқдори кўрсатилмаган бўлса, 100 мл дамлама ёки қайнатма тайёрлаш учун 10 қисм маҳсулот олинади. Қуйида дамлама ва қайнатма тайёрлаш усуллари келтирамиз.

1. Арслонқуйруқ дамламаси. Дамлама арслонқуйруқ ер устки қисмидан тайёрланади. Асабни тинчлантириш ва юрак касалликларини даволаш учун ишлатилади. Дамлама тайёрлаш учун 1 ош қошиқ маҳсулот кичикроқ сирли кастрюлькага солиниб, устига 200 мл (1 стакан) қайнаб турган сув қуйилади, сўнг қопқоғи ёпилади. Кастрюлькани суви қайнаб турган каттароқ идишга 15 дақиқага қўйиб қўйилади. Вақти-вақти билан аралаштириб турилади. Кастрюлькани сувдан олиб, уй ҳароратида 45 дақиқа совутилади, сўнгра 2 қават доқадан ўткази-

лади. Дамламага қайнатиб совутилган сув қўшиб, 200 мл га етказилади. Кунига 2 маҳал ярим стакандан овқатдан олдин ичилади. Дамламани ичишдан олдин чайқалади. Уни салқин жойда 2 кун сақлаш мумкин.

2. Дулана дамламаси дўлана гулидан тайёрланади. Дамлама юрак фаолияти функционал бузилганда, оғир касалликлардан сўнг юрак фаолиятини яхшилашда ҳамда организм тонусини ошириш учун ишлатилади. Дамлама тайёрлаш учун дулана гулидан 5 гр олиб, кичикроқ кастрюлькага солинади. Устига 200 мл қайнаб турган сув қуйилиб, қопқоғи бекитилади. Кастрюлькани суви қайнаб турган каттароқ идишга қўйиб, 30 дақиқа тутиб турилади. Сўнгра уни сувдан олиб, 15 дақиқа давомида уй ҳароратида совутилади. Совутилган дамлама икки қават докадан ўтказилади ва устига қайнатиб совутилган сув қуйиб, 200 мл га етказилади. Дамламадан кунига 2-3 марта овқатдан 30 дақиқа олдин ичилади. Дамламани муддати салқинда икки кун. Чалахлатиб ичилади.

3. Қора смородина дамламаси. Ўсимлик дамламаси витаминга бойлиги билан машҳур. Дамлама тайёрлаш учун 15 гр (3 ош қошиқ) смородина мевасини кичикроқ сирли кастрюлькага солиб, устига 200 мл (1 стакан) қайнаб турган сув қуйиб, кастрюлька қопқоғини ёпилади. Кастрюлькани қайнаб турган каттароқ сувли идишга қўйиб, 200 мл га етказилади. Дамламадан овқатдан кейин 2-3 маҳал ярим стакандан ичилади. Дамламани сақлаш муддати салқинда икки кун. Чайқатиб ичилади.

2. Малина дамламаси.

Малина мевасидан дамлама тайёрлаш учун 20 гр (2 ош қошиқ) мевага 1 стакан қайнаб турган сув қуйиб, қопқоғи ёпилади. Кастрюлькани суви қайнаб турган каттароқ идишга қўйиб, 15 дақиқа тутиб турилади. Сўнгра уни сувдан олиб, уй ҳароратида 45

дақиқа совутилади. Совутган дамламани 2 қават до-
кадан ўтказиб, устига қайнатиб совутилган сув қуйиб,
200 мгга етказилади. Дамлама иссиқ ҳолида 2-3 ма-
ҳал ичилади.

ХУЛОСА

Доривор ўсимликларнинг тайёрлаш усулларини, ишлатилишини, меъёрини, сақланишини билиш дегани улардан ҳар ким ўз билганча фойдаланаверади ёки қўлмайверади, 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 – 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, албатта, айтиб ўтилган. Ўсимликни билиб-билмай татиб кўриш мумкин эмас. Акс ҳолда заҳарланиб қолиш мумкин. Ҳар қандай ўсимликнинг зарур қисmlари йиғилгандан сўнг, қўлни албатта 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. Абуллаев 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.

МУҲТАРАМ КИТОБХОН!

Жаннатмакон жонажон юртимиз Ўзбекистон шифобахш доривор ўсимликларга бой. Муқаддас тупроғимиздаги ҳар бир гиёҳ мўъжиза, ҳазрати инсон дардига даво, умрига умр қўшади. Мутахассис кишиларнинг кўрсатмаларига амал қилиш, меҳнатларини эъзозлаш билан бирга, сиз ва бизни вазифамиз ана шу гиёҳ ва ўсимликларни янада кўпайтириш учун қайғуришимиз керак. Зероки, бу ўсимликлар дардимизга даво ҳамда ўлкамиз ҳуснига ҳусн қўшади.

МУНДАРИЖА

КИРИШ	3
ДАРДИНГИЗГА ШИФО БЎЛАДИ	5
НАВОЙИ ҲИКМАТИДАН	6
ШИФОБАХШ ДОРИВОР ЎСИМЛИКЛАР	7
Арслонқуйруқ	7
Аччиқмия	8
Лимон	9
Ламиум	10
Лимонўт	11
Бозульбанг	12
Очамбити	13
Омонқора	14
Саримсоқ	15
Укроп	17
Тухумак	18
Олхўри	18
Малина	19
Чойўт	21
Чилонжийда	22
Пиёз	23
Қашқарбеда	24
Патлоқ	26
Дўлана	27
Черкез	28
Шилдирбош	28
Қора смородина	29
Иттиканак	31
ДАМЛАМА ВА ҚАЙНАТМАНИ УЙ ШАРОИТИДА ТАЙЁРЛАШ	33
ХУЛОСА	36
ҲОЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР	37

Тиббий-маърифий нашр

УМАРХОН АҲМАД МАЛҲАМИЙ

**ҚОН БОСИМИНИ МЕЪЁРЛАШТИРИШДА
ИШЛАТИЛАДИГАН ДОРИВОР ЎСИМЛИКЛАР**

Муҳаррир
Феруза ҚУВОНОВА

Техник муҳаррир
Сурайё АҲМЕДОВА

Бадий муҳаррир
Уйғун СОЛИҲОВ

Компьютерда саҳифаловчи
Феруза БОТИРОВА

2000 с.м.

Босишга 08.10.2013 й.да рухсат этилди. Бичими 84x108 1\32.
Гарнитура «Bookman Суг+Uzb». Офсет қоғоз.
Босма тобоғи 1,25. Шартли босма тобоғи 2,1.
Адади 1000 нусха. Буюртма № 219.
Баҳоси келишилган нарҳда.

«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, Қаторгол кўчаси, 60.

Мурожаат учун телефонлар:

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