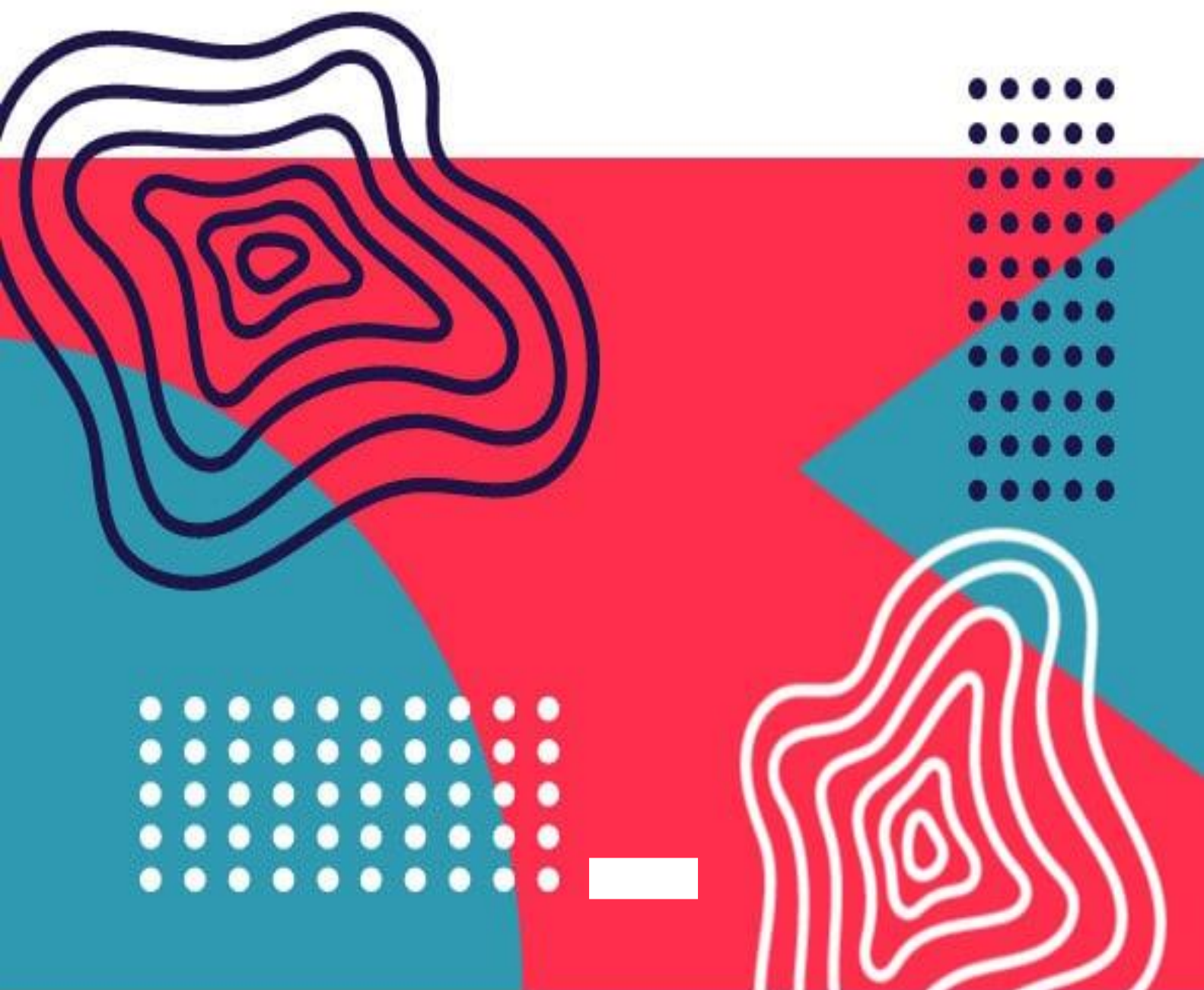


JOURNAL OF
NATURAL SCIENCE

№ 4(9)2022



<u>ТАҲРИР ҲАЙЪАТИ</u>	<u>ТАҲРИРИЯТ АЪЗОЛАРИ</u>
<p>Бош муҳаррир – У.О.Худанов т.ф.н., доц. Бош муҳаррир ёрдамчиси-Д.К.Мурадова, PhD, доц. Масъул котиб- Ш Урозов</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Худанов У.О. – ЖДПИ Табиий фанлар факултети декани, т.ф.н., доц.2. Шилова О.А.-д.х.н., профессор Института химии силикатов им. И.В. Гребенщикова Российской академии наук (ИХС РАН)3. Маркевич М.И.-ф.ф.д. проф Белорусия ФА4. Elbert de Josselin de Jong- профессор, Niderlandiya5. Кодиров Т- ТТЕСИ к.ф.д, профессор6. Абдурахмонов Э.А.–СамДУ к.ф.д., профессор7. Насимов А.М.–СамДУ к.ф.д., профессор
<p>Муассис-Жиззах давлат педагогика институти</p>	<ol style="list-style-type: none">8. Сманова З.А.-ЎзМУ к.ф.д., профессор9. Тошев А.Ю.- ТТЕСИ к.ф.д, доцент10. Султонов М-ЖДПИ к.ф.д, доц11. Яхшиева З- ЖДПИ к.ф.д, проф.в.б.12. Мавлонов Х- ЖДПИ б.ф.д., проф13. Муродов К-СамДУ к.ф.н., доц.14. Абдурахмонов Ғ- ЎзМУ фалсафа фанлари доктори (кимё бўйича) (PhD), доц
<p>Журнал 4 марта чиқарилади (хар чоракда)</p>	<ol style="list-style-type: none">15. Хакимов К – ЖДПИ г.ф.н., доц.16. Азимова Д- ЖДПИ фалсафа фанлари доктори (биология бўйича) (PhD), доц17. Юнусова Зебо – ЖДПИ к.ф.н., доц.
<p>Журналда чоп этилган маълумотлар аниқлиги ва тўғрилиги учун муаллифлар масъул</p>	<ol style="list-style-type: none">18. Гудалов М- ЖДПИ фалсафа фанлари доктори (география фанлари бўйича) (PhD)19. Мухаммедов О- ЖДПИ г.ф.н., доц
<p>Журналдан кўчириб босилганда манбаа аниқ кўрсатилиши шарт</p>	<ol style="list-style-type: none">20. Хамраева Н- ЖДПИ фалсафа фанлари доктори (биология фанлари бўйича) (PhD)21. Рашидова К- ЖДПИ фалсафа фанлари доктори (кимё бўйича) (PhD), доц22. Муминова Н- ЖДПИ к.ф.н., доц23. Мурадова Д- ЖДПИ фалсафа фанлари доктори (кимё фанлари бўйича) (PhD), доц24. Инатова М- ЖДПИ фалсафа фанлари доктори (кимё фанлари бўйича) (PhD)

Жиззах давлат педагогика институти Табиий фанлар факултети

Табиий фанлар-Journal of Natural Science-электрон журнали

[/http://www.natscience.jspu.uz](http://www.natscience.jspu.uz)

Matmurodova Gulnoza Bahtiyorovna

Jizzax viloyati Jizzax davlat pedagogika universiteti tabiiy fanlar fakulteti

Biologiya o`qitish metodikasi o`qituvchisi.

Azamitdinova Shoxista Raxmiddin qizi

Jizzax viloyat Jizzax davlat pedagogika universiteti tabiiy fanlar fakulteti

Biologiya o`qitish metodikasi 4-kurs

Annotatsiya: maqolada turli xil kasalliklarni davolashda va kasalliklarning kelib chiqishini oldini olishda dorivor o'simliklarning ahamiyati, dorivor o'simliklardan xalq tabobatida foydalanish usullari haqida ma'lumotlar berilgan. Bundan tashqari yalpiz(mentha) o'simligining botanik tavsifi, shifobaxshlik xususiyatlari, uning foydali xususiyatlaridan tabobatda hamda kosmetika sanoatida foydalanish imkoniyatlari haqida fikr yoritilgan.

Kalit so'zlar: yalpiz o'simligi, dorivor, flavonoidlar, menthol, vitaminlar, efir moyi, oshlovchi moddalar, balg'am ko'chiruvchi, yalpiz qaynatmasi, ekstrakti, farmakologik.

Abstract: the article provides information about the importance of medicinal plants in the treatment of various diseases and prevention of the occurrence of diseases, methods of using medicinal plants in folk medicine. In addition, the botanical description of the mint (mentha) plant, its healing properties, and the possibility of using its beneficial properties in medicine and in the cosmetic industry are discussed.

Key words: peppermint plant, medicinal, flavonoids, menthol, vitamins, essential oil, astringent, expectorant, peppermint decoction, extract, pharmacological.

Аннотация: в статье приведены сведения о значении лекарственных растений в лечении различных заболеваний и профилактике возникновения

заболеваний, способах использования лекарственных растений в народной медицине. Кроме того, рассмотрено ботаническое описание растения мяты (мяты), ее целебных свойств, возможности использования полезных свойств в медицине и косметической промышленности.

Ключевые слова: растение мяты перечной, лекарственное, флавоноиды, ментол, витамины, эфирное масло, вяжущее, отхаркивающее, отвар мяты перечной, экстракт, фармакологический.

Dorivor o‘simliklar - odam va hayvonlarni davolash, kasalliklarning oldini olish uchun, shuningdek, oziq-ovqat, atir-upa va kosmetika sanoatida ishlatiladigan o‘simliklar - g'iyohlar. Yer yuzida dorivor o‘simliklarning 10-12 ming turi borligi aniqlangan. 1000 dan ortiq o‘simlik turining kimyoviy, farmakologik xossalari tekshirilgan. O‘zbekistonda dorivor o‘simliklarning 700 dan ortiq turi mavjud. Shulardan tabiiy sharoitda o‘sadigan va madaniylashtirilgan 120 ga yaqin o‘simlik turlaridan ilmiy va xalq tabobatida foydalaniladi. Dorivor o‘simliklarning quritilgan o‘ti, kurtagi, ildizi, ildizpoyasi, tunganagi, piyozi, po‘stlog‘i, bargi, guli, g‘unchasi, mevasi (ur‘ugi), danagi, sharbati, qiyomi, toshchoyi, efir moyi va boshqalardan doridarmon tarzida foydalaniladi. Butunjahon Sog‘liqni saqlash tashkilotining ma‘lumotiga ko‘ra, zamonaviy tibbiyotda qo‘llanilayotgan doridarmonlarning 60% i dorivor o‘simliklar xomashyolari asosida tayyorlanadi va ishlab chiqarishga joriy etiladi.

Yalpiz-labguldoshlar oilasiga mansub ko‘p yillik o‘tsimon o‘simliklar turkumi, dorivor va efirmoyli o‘simlik. Shimoliy yarim sharning iliq iqlimli mintaqalarida 20-25 turi tarqalgan. o'zbekistonda 4 turi: suv yalpizi osiyo yalpizi, taxir (achchiq) yalpiz va jingalak yalpiz yovvoyi holda o‘sadi. Poyasi tik shoxlangan, bo‘yi 25-100 sm gacha, barglari qarama-qarshi joylashgan, rombsimon, nashtarsimon yoki tuxumsimon. Gullari chala soyabonsimon to‘pgulga yig‘ilgan, binafsharang. May-oktabrda gullaydi. Yalpiz yorug‘sevar, namsevar o‘simlik. Barglarida 2,5-3 %, gullarida 4-6 %, poyasida 0,3 % mentol (validolning tarkibiy

qismi)ga boy bo‘lgan efir moyi, shuningdek, flavonoidlar, vitaminlar, oshlovchi moddalar bor. Uning yer ustki qismidan tayyorlangan qaynatmasi tish og‘rig‘i, og‘iz karashi, milk yallig‘lanishini davolash uchun tavsiya qilinadi. Yalpiz qaynatmasiga qand qo‘shib tayyorlangan qiyomi quyunchiq xastaligiga, o‘simlik shirasi esa shaqiqa va sariq kasaliga qarshi juda foydali. Yalpiz ko‘krakni



yumshatib, balg‘amni ko‘chiradi.

Yalpizdan qaynatma tayyorlash uchun 5-20 gramm yalpiz yaprog‘i 200 gramm suvda 15 daqiqa qaynatiladi. So‘ng doka orqali sizdirib, sharbati kuniga 2 mahal ovqatdan oldin ichiladi. Yalpiz choy bir qancha kasalliklarni davolashda qo‘llanadi. Gipertoniya, ateroskleroz, stenokardiya, nevroz, uyqusizlik, oshqozon va ichak kasalliklarida yalpiz choy foydalidir. SHuningdek, asablarni tinchlantirib, bosh og‘rig‘ini qoldiradi. Ertalab ichilgan bir piyola yalpiz choy kun davomida insonga tetiklik bag‘ishlaydi. Uyqudan oldin ichilsa charchoqlarni yozib, yahshi dam olishni taminlaydi. Yalpiz tarkibidagi mentol moddasi arterial qon bosimini tushirishda yordam beradi. Turli ichak kasalliklarida, shamollash va grippni davolashda ham yalpiz choyni foydasi ko‘p. Tibbiyotda yalpiz barglaridan asab tizimini tinchlantirishda bir qator dori vositalari tayyorlanadi. Ibn Sino yalpiz bilan ichak og‘riqlarini davolagan. U yalpizni ovqat hazm bo‘lishini yaxshilovchi, gijja haydovchi, qon to‘xtatuvchi, qayt qilishni qoldiruvchi vosita sifatida tavsiya etgan. Xalq tabobati amaliyotida yalpizli qaynatma istisqo, qo‘tir, bod, sariq, shirincha, shamollash, yo‘tal va boshqa kasalliklarni davolashda yaxshi

foйда berishi aniqlangan. Yalpiz bakteritsid moddasi bo'lib, og'iz bo'shlig'idagi bakteriyalarning faollashishiga to'sqinlik qiladi, til va tishlarni tozalaydi. Og'zingizni yangilab turish va yomon hidlardan xalos bo'lish uchun vaqti-vaqti bilan yangi o'simlik barglarini chaynab turing. Yalpiz butun vujudga foydali ta'sir ko'rsatadi. Avvalo, asab tizimi tiklanadi. Qiyin kundan keyin dam olishga yoki ertalab yalpiz choyi bilan kayfiyatingizni yaxshilashga yordam beradi. Foydali xususiyatlar diqqatni yaxshiroq konsentratsiyalashga, miya faoliyatini yaxshilashga yordam beradi. Shuningdek, u ovqat hazm qilish tizimi uchun ijobiy rol o'ynaydi. Ishtahani, ovqat hazm qilish jarayonini yaxshilaydi, me'da shirasi va tuprik ajralishini rag'batlantiradi. Bundan tashqari, yalpiz xoleretik vosita bo'lib, nafasni ajoyib tarzda yangilaydi. Ichaklar tozalanadi, jigar va o't pufagi ishi rag'batlantiriladi. Yalpizning ayollar uchun foydali xususiyatlari mukammal tarzda ochib berilgan. Kosmetologiyada u maskalar, vannalar, vannalar uchun ishlatiladi. U teridagi va shilliq pardalaridagi bakteriyalarni bostirishga qodir. Jarayonlar, ayniqsa, husnbuzar bilan yog'li turga mos keladi. Keyin teri elastik va baxmalga aylanadi.

Qo'llash mumkin bo'lmagan holatlar:

- allergiya;
- gipotenziya;
- varikoz tomirlari;
- homiladorlik va laktatsiya davri;
- buyrak va jigar kasalliklari;
- kontsepsiya bilan bog'liq muammolar;
- besh yoshgacha bo'lgan bolalar.

Xulosa qilib aytganda dorivor o'simliklarning shifobaxshlik xususiyatlarini o'rganish va ulardan xalq tabobatida foydalanish ko'pgina kasalliklarni organizmning boshqa a'zolariga zarar yetkazmagan holda davolashda, turli kasalliklarning oldini olishda, inson salomatligini yanada mustahkamlashda muhim

ahamiyat kasb etadi. Shifobaxsh o'simliklardan farmasevtika sanoatida foydalanish nafaqat tibbiyot balki, ishlab chiqarish sanoatida ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1.J.Norqulov “Dorivor o'simliklar lug‘ati”

2.M.A.Jo'rayeva “Dorivor o’simliklar atlası” “Noshir” nashriyoti 2019-y

3.R.H.Ayupov “Dorivor o’simliklar va ulardan foydalanish” Toshkent 2015-y

4.ZiyoUz.com

5.Shifo.uz sayti