

MOMORDICA CHARANTIA HIND ANORI TARKIBI VA FOYDALI XUSUSIYATLARI

A.Bekmuradova

Qarshi muhandislik iqtisodiyot institute

OOT-167-21 guruh talabasi

N.X.Qobilova

OOMT kafedrasi dotsenti

Annotatsiya. Momordika ildizlarida revmatizmni davolashda ishlatiladigan moddalar - triterpen saponinlar mavjud. Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, mevada mavjud bo'lgan aralashmalarning ayrim turlari antiviral va antibakterial faollik tufayli gepatit va OIVni davolashda ishlatilishi mumkin.

Kalit so'zlari: Efir moylari, insulin, gematopoez jarayonini yaxshilash, immunitetni oshirish, antibakterial va antiviral, fitontsidlar, yurak qon tomir tizimi yaxshilash

“Momordica” Hind anori - Tropik Osiyoda keng tarqalgan va mashhur sabzavot uzunligi 4 m gacha o'sadigan bir uyli tok. Poyasi beshburchak shaklda bo'lib, bo'ylama oddiy paychalari bor. Barglari yassilangan buyrak shaklidagi va yumaloq shaklga ega. Barglarning uzunligi 1-7 sm, barg plastinkasining o'lchami 3-12 sm. Ular navbatma-navbat joylashtirilgan. Gullari bir jinsli, barg qo'ltig'ida birma-bir joylashadi. Mevalar dastlab yashil bo'lib, pishganida yorqin sariq yoki to'q sariq rangga aylanadi; yuzasi silliq emas, g'adir budirli. Meva shakli bodringga o'xshaydi va ba'zi odamlarda cho'zinchoq qovoqqa ham o'xshashi bor. Ular pishganida, ular dastlab bir oz sarg'ish, rangi asta-sekin to'yingan bo'lib, to'q sariq rangga ega bo'ladi. Momordikaning qobig'i kashtanga o'xshaydi, uning hammasi ko'plab mayda va tikanli sivilceler bilan qoplangan. Pishgan mevalar bir necha qismlarga bo'linadi, uning to'q qizil perikarplari ochiladi. Ajoyib go'zallik momordica urug'lari bor Jigarrang rang va original dizaynlar hind uslubi. Ta'mga ko'ra, mevalar xurmo va ozgina qovunni eslatadi.



Mevalari achchiq, vitaminlar va temirga boy, ular pishmagan holda yig'iladi, achchiqligini yo'qotish uchun bir necha soat sho'r suvda namlanadi, so'ngra dimlangandan keyin qovuriladi yoki qaynatiladi. Yosh mevalar marinadda saqlanadi. O'simlik sharbati xom shaklida zaharli bo'lib, artrit, revmatizm, astma, ba'zi teri kasalliklari, qandli diabet va bolalarga qarshi dori sifatida ishlatiladi . Pishmagan mevalarda urug'lar oshpazlikdan foydalanishdan oldin olib tashlanadi, ammo pishgan mevalarda urug'lar shirin bo'lib yeyish mumkin.

“Momordica” mag'zi tiniq va suvli bo'lib, bodring, yashil sabzavotli qalampir pulpasiga o'xshaydi va odatda meva yashil bo'lganda iste'mol qilinadi. Meva sarg'ayib, pishib qolganda ham yeyish mumkin bo'lsa-da, u achchiq bo'ladi.

Pishmagan mevalarning pulpasi och yashil, zich, suvli va juda achchiqdir.

Pishgan urug'larning rangi qizil-jigarrang.

Tropik sharoitlar: Xitoy, Hindiston, Indoneziya, Janubiy Amerika, Filippin orollarida ba'zi turlari Qrimda ham takomillashgan

“Momordica” tarkibida:

- 1) Protein, Uglevod va yog'lar.
- 2) Aminokislotalar
- 3) Alkaloidlar
- 4) A, B, E, C, va F, PP. vitaminlari
- 5) Mineral tuzlar, kalsiy va fosfor
- 6) Fenollar, moylay, qatronlar, saponinlar
- 7) folik va nikotink kislota
- 8) karotinga boy yog' - qobig'ida;
- 10) ildizida-- triterpen.

Foydalanish tartibi:

Yosh barglarini va yashil mevasidan foydalanish o'rinli faqat pishgan mevasining urug'ini iste'mol qilish mumkin. Mevalari, vino, murabbo, likyor tayyorlash uchun ham ishlatiladi. Ko'p miqdorda efir moylari bo'lgani uchun turli xil

idishlar, qandolatchilik va qandolatchilikda ishlatiladigan aromatik ziravorlar sifatida qo'llaniladi

Shaxsiy allergik reaksiyaga ega bo'lgan odamlar bundan mustasno, momordica juda ehtiyotkorlik bilan ishlatilishi kerak:

Qizil rezavorlar kaliy, sink, selen, kremniy, B, E, A, C vitaminlari, foliy va pantotenik kislotaning qo'shimcha manbai hisoblanadi.

“Momordica” Hind anori oshqozon osti bezidagi beta-fermentlar darajasini oshirishga qodir. Natijada, insulin ishlab chiqarish funksiyasi normallashadi, bu qondagi shakar kontsentratsiyasiga foydali ta'sir ko'rsatadi. Mevani muntazam iste'mol qilish prostata, jigar o'smalarining o'sishini, sarkoma, melanoma rivojlanishini to'xtatadi. Tadqiqotchilar momordica tarkibidagi moddalarning leykemiyaga qarshi faolligini isbotladilar. Pulpa sharbati antibakterial va antiviral ta'sirga ega. Mevaning yorqin ta'midan bahramand bo'lib, siz tanangizga turli infeksiyalarni yengishga yordam bera olasiz va yallig'lanish jarayonlari. Gap shundaki, momordica fitontsidlar manbai hisoblanadi. Viruslar va bakteriyalarni o'ldiradigan elementlar.

“Momordica” Hind anori immunitet tizimining faoliyatini rag'batlantiradi. Bu toksinlar va toksinlarni olib tashlashga yordam beradi. Mevalar ko'rish qobiliyatini oshiradi. Meva tarkibidagi E vitamini hujayralarni yangilashga yordam beradi. Tokoferollar antioksidant ta'sirga ega. Moddalar erkin radikallarni bog'laydi va ularni faolsizlantiradi. Folik kislota tufayli gematopoez jarayoni yaxshilanadi

Mevalarda qondagi xolesterin miqdorini kamaytiradigan moddalar mavjud. Shuning uchun momordica yurak va qon tomirlarining patologiyalarini davolashda qo'llaniladi.

Momordica pulpasini iste'mol qilish odatiy holdir. Ammo an'anaviy tibbiyot retseptlarida siz uning barcha qismlarini, shu jumladan qobig'i, urug'lari va hatto "tishlash" barglaridan foydalanishingiz mumkin. Ularda inson tanasi uchun juda foydali bo'lgan vitaminlar va minerallarning butun majmuasi mavjud.

Ko'p miqdorda efir moylari bo'lgan urug'lar turli xil idishlar, qandolatchilik va qandolatchilik uchun aromatik ziravor sifatida ishlatiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Lee-Huang S., Huang P.L., Chen H.C., Huang P.L., Bourinbaiara A., Huang H.A., Kung H.F. Anti-HIV and anti-tumor activities of recombinant MAP30 from bitter melon (АНГЛ.) // *Gene* (АНГЛ.)рус. : journal. — Elsevier, 1994. — Vol. 161. — P. 151—156.
2. ↑ Basch E., Gabardi S., Ulbricht C. Bitter melon (*Momordica charantia*): a review of efficacy and safety (АНГЛ.) // *American Journal of Health-System Pharmacy* : journal. — 2003. — Vol. 60, no. 4. — P. 356—359.

3. Suvanova F., Qobilova N., Tuxtamishova G. Improvement of solvent recovery technology in oil extraction production //Science and innovation. – 2023. – Т. 2. – №. А1. – С. 209-212.

4. [Шретер А. И.](#), Панасюк В. А. [Словарь названий растений](#) = Dictionary of Plant Names / Межд. союз биол. наук, Нац. к-т биологов России, Всерос. ин-т лек. и ароматич. растений Рос. сельскохозяй. академии; Под ред. проф. [В. А. Быкова](#). — Кенигштейн/Таунус (Германия): Кельтц Сайентифик букс, 1999. — С. 499. — 1033 с. — [ISBN 3-87429-398-X](#).

5. Study of amaranth seeds as the raw material for the extraction of biologically active additives TEST Engineering Management (Scopus) May-June 2020. ISSN:0193-4120 Page.№29349-29353