

ISMALOQ O'SIMLIGINING DORIVORLIK XUSUSIYATLARI

To'ychiyev G'ofurjon O'rmonovich

Andijon Davlat Tibbiyot Instituti, katta o'qituvchi

Ortiqova Madinabonu Ziyodulla qizi

Andijon davlat tibbiyot instituti Farmatsiya fakulteti 1-kurs talabasi

Annotatsiya: Ismaloq o'simligi hammamizga ma'lum va biz bu maqolamizda bu o'simlik haqida, uning tarqalish hududi, tarkibi, turli xalqlarning xalq tabobati va zamonaviy tibbiyotda ishlatilishi, ilmiy tadqiqotlarda o'simlikni davolovchi xususiyatlari haqida ma'lumotlar keltirdik[1]. Ismaloq anemiya va ateroskleroz kasalliklari, ateroskleroz- yog'simon moddalar almashinuvi buzilib, ularning arteriya ichki qavatida to'planishi va biriktiruvchi to'qimaning o'sib ketishi natijasida kelib chiqadigan surunkali kasallik[10], keksa odamlar neyrodegenerativ kasalliklarga chalinganda, kamqonlikda, kimyoviy tarkibi va boshqa bir qator xastaliklarni davolashda foydalanilganligi haqida malumotlarga ega bo'ldik.

Kalit so'zlar: Antioksidantlik, sitokinlar, endotoksin, neyrodegenerativ, ko'mik to'qima, kimyoviy tarkib.

Kirish: Quinoa (*Chenopodium quinoa* Willd.) ismaloq va lavlagini o'z ichiga olgan Amaranthaceae oilasining Chenopodiaceae keng oilasiga tegshli. Ismaloqning 80 dan ortiq turlari mavjud. U butun dunyoda keng tarqalgan[12]. Ismaloq - yashil bargli sabzavot, eng nozik ta'mga va foydali tarkibga ega bo'lib, bu tufayli Yevropa davlatlarida, AQSHda u tibbiyot va tabobatda ko'p ishlatiladigan, istemol qilinadigan mahsulotlar qatoriga kiradi. Bu o'simlikning tarixiga kelsak, uni birinchi bo'lib forslar iste'molga kiritishgan, keyinchalik ismaloq evropa va Ispaniyaga olib kelingan[11]. Ming yillar davomida vatani Janubiy Amerika bo'lgan bu turni asosan Peru va Boliviya yozida yetishtirilgan. O'simlik ob-havo, iqlim va tuproq sharoitlariga juda chidamli[3]. Ismaloq organizmga foydali ta'sir ko'rsatishi, uglevodlar va lipidlar almashinuvini normallashtirishi, tana vaznini kamaytirishi, ortiqcha lipid peroksiidatsiyasini oldini olish xususiyatlari juda xam ahamiyatlidir. Temir va B12 vitamini yetishmasligi oqibatida kelib chiqadigan anemiyaga asosiy sabab qon hosil bo'lish jarayonining buzilishi, asosiy qon hosil qiluvchi to'qima – ko'mikning o'z funksiyasini yetarli bajara olmay qolishi sabab bo'lishi mumkin va bunda ismaloq tarkibidagi foydali birikmalarni o'rni juda yuqori [9,10]. 1970 yildan beri butun dunyoda ismaloq o'simligini yetishtirish samaradorligi 5 barobardan oshdi. Dunyodagi eng yirik ismaloq yetishtiruvchi davlat Xitoy bo'lib, u yiliga 20 million tonna ismaloq ishlab chiqaradi, bu taxminan jahon ismaloq ishlab chiqarishini 90% ni tashkil qiladi [12].

Kimyoviy tarkibi: Ismalok usimligi tarkibida Karotin, vitamin B, B1, vitamin S, vitamin K, A, E, kabilari uchraydi. “K”- vitamini qonning ivishini ta'minlaydi va ateroskleroz kasalligini oldini oladi. Tarkibidagi “A”- vitamini esa antioksidant ta'sir ko'rsatadi, ko'z muammolarida, teriga, sochga, imunitetga ta'sir qiladi va kasalliklarni oldini oladi. Anemiyani davolashda ham foydalaniladi [4]. Ismaloq tarkibidagi Ca va boshqa bir qator nutriyentlar suyak to'qimalarini mustahkamlaydi, tayanch harakat tizimi hastaliklarini davolashda foydalaniladi. Ismaloq tarkibidagi bir qator foydali elementlar asab tizimini me'yorga tushiradi, tushkunlik va nevrozning oldini oladi. Mazkur ko'katdan tayyorlangan taom uyqusizlikning odini oladi. Bu o'simlik foydali ekanligi va uning ma'lum xususiyatlari keng ko'lamli kasalliklarni kompleks davolash va oldini olishda qo'llaniladi; kamqonlik, qandli diabet, gelmintozlar, semizlik, turli xil yallig'lanishlar, shuningdek, asabiy boshqa kasalliklar shu jumlasidandir [2, 3] Barglarida mavjud lyutein, xlorofill hamda karotinoidlar ko'z pardasini davolab, ko'rish qobiliyatini oshiradi. Dorivor giyox reproduktiv salomatlikka ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi [5]. Ismaloqda mavjud bo'lgan profilaktik ta'sir kasalliklarni modellashtirishda faol o'rganilmoqda. In Vivo laboratoriya hayvonlarida qandli diabet, yurak-qon tomir va saraton kabi kasalliklari o'rganilgan [6]. Ismaloq tarkibida 2,9% protein, 3,6% uglevodlar va 0,4% yog'lar, suv miqdori esa >91% ni tashkil qiladi. Ismaloq tarkibidagi fenolik birikmalar, xususan flavonoidlar (kversetin, kempferol), patuletin, spinatsetin, spinatozid, jaseidin hosilalar bilan ifodalanadi va fenolik kislotalar 2 guruhga bo'linadi: gidroksisin kislotalari (p-kumar, ferul) va gidroksibenzoy kislotalar (p-gidroksibenzoy, vanil) bu kislotalardan yana ferul va p-kumar kislotalari xam mavjud [13]. Belgilangan neyroprotektiv ismaloq barglari ekstraktining endotoksin ta'siridan kelib chiqqan nerv hujayralari o'limiga ta'siri - oksidlovchi stressning kuchayishi va proinflamatuvar sitokinlarning haddan tashqari faolligi natijasidir [7].

Xalq tabobatidagi ahamiyati: Ismaloq o'simligini foydali ekanligi - xalq tabobatida keng ko'lamli kasalliklarni kompleks davolashi va oldini olishidan ma'lum. O'simlik siydik haydovchi giyox sifatida hamda kamqonlik va raxit kabi og'ir kasalliklarga qarshi qo'llaniladi. Bargidan gidrolizlab olingan maxsus oqsil modda oshqozon osti bezining faoliyatini kuchaytiruvchi vosita sifatida, ortiqcha vazndan halos bo'lish uchun xamda milk yalig'langanda va asab tizimini tinchlantiruvchi vosita hisoblanadi, yosh bolalarga tavsiya etilmaydi. Tarkibida Shovul kislotalari mavjud va u kislota o'simlik qariganda juda ham ko'payib ketadi. Ushbu kislota buyrak, jigar, o'n ikki barmoqli ichak, o't pufagi faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi [8]. Ismalok yuqorida aytilgandek kamqonlik, qandli diabet, gelmintozlar, semizlik, turli xil yallig'lanishlar [15-16], asab kasalligi bor insonlarda ishlatiladi. Tabiiy o't-giyohlardan tayyorlangan damlama va choylar ham juda samarali davo usuli hisoblanadi. Misol uchun ismaloq (cho'chqatikan) bargidan bir osh qoshig'i ustiga bir

stakan suv quyilib, 10 daqiqa qaynatiladi. So'ngra bir soat vaqt mobaynida tindirib qo'yiladi. Belgilangan vaqt o'tgach, suzib olinib, kuniga 3 mahal yarim piyoladan ichiladi [14]. Zamonaviy tibbiyotda ham ismaloqning (Spinach Leaf Extrakt Swanson) bargidan tayyorlangan ekstrakti mavjud. Swanson's ismaloq barglari ekstrakti eng yuqori sifatli ismaloq barglaridan tayyorlanadi. Tarkibida ismaloq mavjudligi antioksidant ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari u charchoqni kamaytirishga, qizil qon hujayralarini ishlab chiqarib immun tizimini optimal ishlashini ta'minlaydi.

O'tmishda jinnilik yoki melanxolikni davolashda go'sht bilan qaynatilgan ismaloq tavsiya etilgan. Bundan tashqari, ismaloq sharbati buyrak toshlarini eritishi mumkinligiga ishonishgan. Zamonaviy an'anaviy tibbiyot ba'zi keraksiz "aniqlashlar" dan voz kechdi. O'pka kasalliklari, yuqori yallig'lanish uchun nafas olish yo'llari (laringit, laringofaringit, bronxit), meteorizm, lumbago kasalliklarini davolashda, qabziyatda ishlatishadi. Ismaloq yurak-qon tomir kasalliklari va yallig'lanishini davolashda biroz kamroq qo'llaniladi. Yo'g'on ichakning shilliq qavatida yara va kuyishlarni davolashda, va'zan gonoreyani davolash uchun mosn loviya (mosh yoki osiyo loviya) bilan pishirilgan ismaloqni iste'mol qilish tavsiya etiladi [17].

Xulosa. Keltirilgan malumotlardan xulosa qilgan xolda ismaloq o'simligi barglaridan nafaqat ovqatga ko'shib ishlatish balki - tarkibiy qismlaridan ajratmalar olib, ular asosida zamonaviy tibbiyotda va xalq tabobatida qaynatma, damlama va quruq ekstraktlaridan qattiq dori shakllari yaratishda keng foydalanish kerakligiga amin bo'ldik.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ray A., Gulati K., Anand R. Stress, adaptogens and their evaluation: an overview. *J Pharm Rep.* 2016; 1 (2): 1000110.
2. Panossian A., Wikman G. Effects of adaptogens on the central nervous system and the molecular mechanisms associated with their stress-protective activity. *Pharmaceuticals (Basel).* 2010; 3 (1): 188–224. DOI: 10.3390/ph3010188
3. Kaur P., Makanjuola V.O., Arora R., Singh B., Arora S. Immunopotentiating significance of conventionally used plant adaptogens as modulators in biochemical and molecular signalling pathways in cell mediated processes. *Biomed Pharmacother.* 2017; 95: 1815–29. DOI: 10.1016/j.biopha.2017.09.081.
4. Panossian A. Understanding adaptogenic activity: specificity of the pharmacological action of adaptogens and other phytochemicals. *Ann N Y Acad Sci.* 2017; 1401 (1): 49–64. DOI: 10.1111/nyas.13399.
5. Glatz J.F., Luiken J.J. Fatty acids in cell signaling: Historical perspective and future outlook. *Prostaglandins Leukot Essent Fatty Acids.* 2015; 92: 57–62. DOI: 10.1016/j.plefa.2014.02.007i.

6. Bakrim A., Maria A., Sayah F., et al. esdysteroids in spin- ach (*Spinasia olerasea* L.): biosynthesis, transport and regula- tion of levels. *Plant Physiol Biochem.* 2008; 46 (10): 844–54. DOI: 10.1016/j.plaphy.2008.06.002.
7. Graf B.L., Poulev A., Kuhn P., et al. Quinoa seyeds leach phytoyes- dysteroids and other sompounds with anti-diabetis propertiyes. *Food CHEM.* 2014; 163: 178–85. DOI: 10.1016/j.foodchem.2014.04.088.
8. Alekseyeva L.I., Volodin V.V., Volodina S.O., et al. *Phytoyesdyste- roids.* Saint Petersburg: Nauka, 2003: 293 p. (in Russian)
9. Petrov V. N., Baxramov S. M., Farmankulov X. K., Jelezodefitsitniye anemii, T., 1995.Saidjalol Bahromov
10. O‘zME. Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil
- 11.T.V.Kalashnova[T.V.Kalashnova], I.A.Belyaeva[I.A.Belyaeva] udk 635. 321 botanicheskoye opisaniye, morfologicheskaya strukturnaya otsenka shpinata ogorodnogo botanikal dessription, morphological strusture assessment of spinaeia olerassa
12. Roberts J.L., Moreau R. Funstional propertiyes of spinach (*Spinasia olerasea* L.) phytochemisals and bioastives // *Food Funst.* 2016. Vol. 7, N 8. P. 3337–3353. DOI: 10.1039/S6FO00051G
13. Ray A., Gulati K., Anand R. Stress, adaptogens and their evaluation: an overviyew // *J. Pharm.Rep.*2016.Vol.1,N2.ArtisleID 1000110.
- 14.I.R.Asqarov FITOTERAPIYA TOSHKENT-2023 11-bet
- 15.КалашноваТ.В., БеляеваИ.А.Ботаническое описание, морфологическая структурная оценка шпината огородного //Современная наука и инноватсии. 2014. №4(8). С. 33– 37. URL: <http://pf.ncfu.ru/data/files/docs/science/mag/Журнал.pdf>
16. Jiraungkoorskul W. Review of neuro-nutrition used as anti-alzheimer plant, spinach, *Spinacia oleracea* // *Pharmacognosy Review.* 2016. V. 10. № 20. P. 105–108. doi: 10.4103/0973–7847.194040
- 17.Journal.edaplus.info - Sog'lom ovqatlanish va dietatika jurnali 52