

SHIVIT O'SIMLIGI VA UNING DORIVORLIK XUSUSIYATLARI

To'ychiyev G'ofurjon O'rmonovich

Andijon Davlat Tibbiyot Instituti, katta o'qituvchi

Axmadjonova Muxlisa Shuhratbek qizi

Andijon davlat tibbiyot instituti Farmatsiya fakulteti

Farmatsiya ishi yo'nalishi 1-kurs talabasi

Annotatsiya. Hozirgi kunda turli xildagi kasalliklar ko'p va bunday kasalliklarni davolash va oldini olishda foydalaniladigan dori vositalari va dorivor o'simliklarga bo'lgan talab ortib bormoqda. Bunday yovvoyi holda va alohida o'stiriladigan dorivor o'simliklar uchun O'zbekiston geografik jixatdan juda boy hisoblanadi. Bu dorivor o'simliklarni nojo'ya ta'siri juda xam kam bulganligi sababli, ulardan uzoq muddat foydalanishimiz mumkin. Bu o'simliklarni topilishi oson va arzon, ularni xomashyolaridan juda ko'p dori shakllari tayyorlashimiz mumkin bo'ladi. Bunday o'simliklar jumlasiga: moychechak(romashka), yalpiz, jiyda, aloe, kanakunjut, bangidevona, ukror va boshqalar kiradi. Har bir o'simlikni inson organizmiga ta'siri tabiiy vitaminlarga, mineral, efir moylarga boyligiga qaraladi. Shu o'simliklar qatorida ukrop(shivit)ni xam inson organizmiga foydali xususiyati juda ko'p. Jumladan ukrop nafas olish tizimini yaxshilaydi, qon bosimini meyoriga keltiradi, imunitetni oshirishga, ortiqcha vazndan xalos bo'lishga yordam beradi.

Kalit so'zlar: xushbo'y shivit (*Anethum graveolens*), ukrop(shivit), ukrop bargi, ukrop urug'i, shivit kimyoviy tarkibi, zamonaviy tibbiyot.

Shivit, ukrop (*Anethum*) — soyabongullilar oilasiga mansub bir yillik, ba'zan ikki yillik o'tsimon o'simlik; sabzavot ekini. Osiyo va Afrikada 4 turi o'sadi [7]. Bir yillik xushbo'y shivit (*A. graveolens*) turi Yevrosiyo, Amerika va Afrikada, O'rta Osiyoda keng Tarqalgan. O'zbekistonda shivit qadimiy ekin hisoblanadi. O'zbekistonda shivitning O'zbekistonda 243 va Orom navlari ekiladi[5].

Ildizi o'q ildiz, yer ustki qismi o'rtacha shoxlangan, balandligi 18 — 36 sm, 6 —12 ta tik turuvchi sochma barglardan iborat.[5]Guli soyabon, ikki jinsli. Urugi mayda, och va to'q jigarrang. Urug'i 7—20 kunda unib chiqadi, 30—40 kunda o'riladi, 60—70 kunda to'liq gullaydi.[5]May - iyul oylarida gullaydi, mevasi iyun - iyulda pishadi.[1]



Ukrop tarkibida efir moyi, pektin, flavonoidlar, karotin, xlorofill, A, B1, B6, C, D, va E vitaminlari, kaliy tuzi, fosfor, temir, xlorogen kislotalari mavjud.[5]Ukrop urug'ida efir moyi, selluloza, flavonoidlar, yog', shakar, karotin va azotli moddalar to'planadi. Barglari tarkibida S, V, V2, RR, R vitaminlari mavjud.[6]Mevasi tarkibida 4 foizgacha efir moyi , 20 foiz yog' , kumarinlar va flavonoidlar hamda boshqa moddalar bor. [1] Shivit kundalik oziq-ovqat iste'molida, bodring, pomidor va boshqa sabzavotlarni tuzlashda ishlatiladi, tibbiyotda turli dorilar tayyorlanadi, sanoatda shivit yog'i olinadi.[6] Ibn Sino „ Tib qonunlari" da ukropning shifobahsh xususiyatlari va kasalliklarni davolashda qo'llanilishi haqida yozgan.[1] Uning yengilgina vazni o'z tarkibida turli vitamin va mineral moddalarni mujassam qiladi.Ukrop nafas olish muammolari bo'lgan odamlar uchun muhimdir.[6]. Shamollash, yo'tal, tomoq og'rig'i, gripp kabi muammolarga qarshi muhim rol o'ynaydi. O'pka, ko'krak va burun bo'shliqlaridagi balg'amni tozalaydi va bo'shatadi. Bu esa, nafas olishni osonlashtiradi.

Shuningdek, bronxit va astma kabi kasalliklarning shifo jarayonini tezlashtirishga yordam beradi [7].

Qondagi glyukoza miqdorini tartibga soladi: Ukrop iste'moli insulin ishlab chiqarishni faollashtiradi. Qon shakarining keskin ko'tarilishini oldini oladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, u diabetni davolashda ham, oldini olishda ham muhim o'rin tutadi.[6]



Immunitetni oshiradi:

Ukrop immunitet tizimini mustahkamlashda samaralidir. Kuchli immunitet bilan organizmning mikroblarga qarshi kurashish qobiliyati ortadi. U turli infeksiyalarni oldini olishda kuchli antibakterial, virusga qarshi va zamburug'larga qarshi kurashish xususiyatlariga ega.[6]

Yurak quvvatini oshiradi :

Ukrop yurak salomatligini saqlash va insult xavfini kamaytirishda muhim rol o'ynaydi. Cheklangan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ukrop yomon xolesteringa ajoyib ta'sir ko'rsatadi. Xolesterolni pasaytirish yurak sog'lig'ini himoya qilishning asosiy choralaridan biri.[6]

Suyaklarni mustahkamlaydi:

Ukropni iste'mol qilganda kaltsiyning so'rilishi oshadi va bu suyaklarning yo'qolishi va osteoporoz (suyak erishi) kabi surunkali kasalliklarning oldini olishga yordam beradi.[6].Ukrop barglaridagi faol moddalar va B guruhi vitaminlari tufayli uyqusizlikka qarshi samarali vositadir.[6] 100 gramm ukrop taxminan 43 kaloriya hisoblanadi. Uglevodlar miqdori kam bo'lgani uchun u vazn yo'qotish dietalarida foydali rol o'ynashi mumkin.[7].Ukrop urug'ini tuyib qaynoq suvda 1 kun qoldirib,kuniga 3 mahal 100 gr da istemol qilinsa qorin damiga juda xam foyda beradi. Ukrob qaynatmasi hiqchoq, qorin dami, yurak o'ynashi va ko'ngil aynishiga davo (kuniga 3 mahal 100 gr)bo'ladi. Yana o'tdagi tosh, peshobdagi toshga xam davo (och qoringa 3 mahal 200 gr dan)hisoblanadi.Urug'i qaynatmasi 3 mahal 100 gr dan 10 kun ichilsa ona suti ko'paytirish uchun tavsiya etiladi.[7]

Xalq davosi sifatida *Anethum graveolens* urug'i (ukrop) ba'zi oshqozon-ichak kasalliklari uchun ishlatiladi. [3]Oshqozon yallig'lanishi (Gastrit)da shivit kukunini

ovqatdan oldin 1 osh qoshiqda suv bilan ichib, ozgina vaqtdan keyin ovqatlansa kasallikni davolashga juda foydali bo'ladi.[8].U hazmsizlik va meteorizm uchun vosita sifatida va sut sekretsiasini stimulyatori sifatida ishlatilgan. Anethum graveolens urug'ining efir moyi va turli ekstraktlari mikroorganizmlarning keng doirasiga mikroblarga qarshi faollik ko'rsatadi [4].Uning antioksidant, yallig'lanishga qarshi, spazmolitik, o'smalarga qarshi, tutqanoqqa qarshi, antibakterial, gipolipedemik va gipoglikemik hususiyatlari xam aniqlangan. [2]

Kolikvel.Bu tomchi ko'rinishidagi dori moddasi bo'lib,tarkibida simetikon va arpabodiyon yog'i(ukrop yog')lari mavjud.[9] Ushbu dori go'daklar va bolalarda meteorizm,ovqat hazm qilishini buzulishida,imuniyetni oshirishda,qorin dam bo'lganda foydalaniladi. Ushbu dorini kuniga 4 mahal ovqatdan 15 daqiqa oldin (Yoshiga qarab doza miqdorida)ichish tavsiya etiladi.[9]



Ukrop damlamasi ichilganda siydikni haydaydi, xansirashni, xiqchoqni, oshqazon zaiflashuvini davolaydi.Uning sharbati uyquni keltiradi,ona sutini ko'paytiradi,bel og'rigini davolaydi. Ukrop yog'i quloqqa tomchilab yuborilsa quloq og'rig'ini davolaydi. [2].Ukrop yog'i tanani isitadi,qo'l va oyoq shishlarini,uyquni keltiradi. [2]Xolestirenni kamaytirishda,oshqazon va ovqat hazm qilish muammolarida,stresni yengillashtirishda,qorin dam bo'lishida foydalaniladi.[8].Uning urug'lari bod haydovchi sifatida ishlatiladi.[2].Ukrop suvi esa chaqaloqlardagi qorin dam bo'lishidan xalos etadi.Ukrop suvi qabziyat, oshqozon va siydik yo'llaridagi og'riqlar,enurez kabi xastaliklarda ham foyda berishi isbotlangan.[8]

Xulosa. Kundalik hayotimizda iste'mol qilinadigan ukrop o'simligi vitaminlarga boy ekanligi, dorivorlik xususiyatlari, undan tayyorlangan dori moddalari qaysi kasalliklarga davo bo'lishini, ukropni kimyoviy tarkibini o'rganib chiqdik. Ukrop uyqusizlikda, xiqichoq, hansirash, ortiqcha vazndan xalos bo'lishga, xolestirenni kamaytirishga, ovqat hazm qilish kasalliklarida va ovqatni hazm qilishda, kasalliklarni davolash va oldini olishda qo'llaniladi. U yana qon bosimini va qon tarkibidagi glukoza miqdorini me'yorlashtiradi. Ukropni antibakterial, tutqanoqqa

qarshi, o'smalarga qarshi, yallig'lanishga qarshi xususiyatlari xam aniqlangan. Ukrop urug'lari bod haydovchi sifatida xam ishlatiladi. Bu dorivor giyoxni zamonaviy tibbiyotda kasalliklarni oldini olishda va xalq tabobatida xar xil oziq ovqat qo'shilmalari tayyorlashda ishlatilsa maqsadga muvofiq bo'ladi deb o'ylaymiz.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Hamid Xolmatovich Xolmatov, O'zar Ahmedovich Ahmedov
Farmakognoziya II. (227-228)
2. Inomjon Juraevich Karomatov, Dilorom Rajabovna Sadirova, Gulbahor Xalimovna Qodirova. Biologiya va integratsiyalashgan tibbiyot, (23-40), 2017 yil
3. Va Latifa, Pusta Dalila, Balouiri Mounyr, Ouedrhiri Wessal, EE Amal
Farmatsevtika fanlari va tadqiqotlari xalqaro jurnali (IJPSR) 7 (3).
4. Lena Fadil Hamza dunyo 5 (7), 2017 yil
5. <https://m.aniq.uz/uz>. (30.01.2024)
6. Avitsenna.uz. (25.01.2024)
7. <https://www.trt.net.tr/uzbek>. (25.01.2024)
8. <https://apteka.uz>. (11.02.2024)
9. <https://pharmaclick.uz>. (.7.02.2024)