

DAFNA BARGI EFIR MOYI (LABP-LAURUS)

*Xasanova G. R**Samarqand davlat tibbiyot universiteti. Samarqand, O'zbekiston**Karomatov N.T**Xalq tabobati fakulteti, 201-gurux talabasi*

Annotatsiya; Lavr yaprog'i insoniyat tomonidan foydalaniladigan eng qadimiy ziravorlardan biridir. Odamlar uzoq vaqtdan beri ziravorlar qirolidan nafaqat oshxonada, balki salomatlik uchun ham unumli foydalanadi. Dafna barglarining kimyoviy tarkibi tabiiy kelib chiqish elementlariga boy. Hozirgi paytda O'zbekistonning ko'pgina xududlarida etishtiriladi, ayniqsa togli zonalarda.

Kalit so'zlar; yaprog', hushbo'y, mazza, damlama, achchiq.

Аннотация; Лавровый лист – одна из древнейших специй, используемых человечеством. Люди издавна используют короля специй не только на кухне, но и для здоровья. Химический состав лаврового листа богат элементами природного происхождения. В настоящее время его возделывают во многих регионах Узбекистана, особенно в горных районах.

Ключевые слова; лист, ароматный, вкус, настойка, горький.

Annotation; Bay leaf is one of the oldest spices used by mankind. People have long used the king of spices not only in the kitchen, but also for health. The chemical composition of the bay leaf is rich in elements of natural origin. Currently, it is cultivated in many regions of Uzbekistan, especially in mountainous areas.

Keywords; leaf, fragrant, taste, tincture, bitter.

Maqsad: Tabiat bizga juda ko'p tabiiy boyliklarni in'om etganki, biz undan samarali foydalanishimiz lozim. Bizning yurtimizda dorivor o'simliklar bilan bir qatorda meva, poliz ekinlari, ziravorlar, sabzavotlar juda ko'p bo'lib, ulardan foydalangan holda bir qator kasalliklarning oldini olish mumkin. Immun tizimi mustahkam bo'lgan inson har qanday kasallik bilan kurashadi, ulardan biri dafna bargi tugrisida ma'lumot beramiz. Sog'lom dafna barglari to'q yashil rangga ega, dog'larsiz, kuchli hid chiqaradi. O'rim-terimdan so'ng dafna barglari tabiiy ravishda 5-10 kun davomida yoki sun'iy ravishda quritiladi. Quritish harorati 40 ° C dan oshmasligi kerak. Quruq barglarni qopqoqli shisha idishda va qorong'i joyda saqlanadi. Bu foydali xususiyatlar va xushbo'ylikni saqlaydi. Quritilgan dafna barglarining yaroqlilik muddati 1 yil. Quritilgan dafna barglarini har qanday oziq-ovqat do'konida, uyda etishtirilgan yoki yig'ib olinadigan joyda topish mumkin. Tavsiya etilgan yig'ish davri noyabr oyining o'rtalaridan fevral oyining o'rtalariga qadar. Xom ashyo yetishtiriladigan mamlakat: Gruziya. Yog' ishlab chiqarish uchun xom ashyo: ikki yildan ortiq

bo'lmagan yangi yoki quritilgan burglar. Hosildorligi: 30-40 kg bargdan 1 kg efir moyi, 3,3-2,5%. Ishlab chiqarish usuli: bug'da distillash Rangi: och sariq-yashil (zaytun) rangli .Ta'mi: o'tkir, achchiq, biroz tahir, tetiklantiruvchi .Xushbo'y hidi: o'tkir emas, ozgina achchiq, kofiol hidli Konsistensiya: shaffof suyuqlik, oson oqadigan.

Kimyoviy tarkibi: dafna yog'i 40 dan ortiq komponentlarni o'z ichiga oladi. Uning tarkibini zamonaviy usullar bilan o'rganish shuni ko'rsatdiki, uning asosiy tarkibiy qismlari: 1,8-sineol (35-55%), lin-lol (9% gacha), alfa-terpinil asetat (9% gacha), terpinen- 4-ol (taxminan 4%), alfa-terpineol (2-4%) va metileugenol (1-2%). Zichligi d: 0,910-0,944 Sinish koeffitsienti n: 1,468-1,473 Miqdori 25% ga yetadigan monoterpenli uglevodorodlar orasida kimyoviy o'zgarishlarga moyil, sabinen (5-8%) ayniqsa ajralib turadi. 0,03% ms-3-geksenol mavjudligi moyga yashil rang beradi.

Tadqiqot ishlari: Efir moyining rangi va tiniqligini bilish uchun 10 ml stilindrga yogni solib o'tkazuvchi nurda standart efir moyi bilan solishtiramiz va taqqoslaymiz. Ma'zasini bilish uchun 1 tomchi yogni 1 gm qanlga tomizib ma'zasini standart yog ma'zasi bilan taqqoslaymiz. Hidini bilish uchun filtr qogozga 1 tomchi yog tomizib, 1 soat ichida har 15 minutda hidlab ko'ramiz. So'ngra standart yog bilan taqqoslaymiz.

Tibbiyotda ishlatilishi: Dafna bargi va moyi antiseptik, bakteritsid, gipotenziv, og'riq qoldiruvchi, antispazmolitik, diuretik, yo'talga qarshi, fungitsid, ovqat hazm qilishni kuchaytiruvchi (jigar va o't pufagi), antinevralgik, antipiretik, o't haydovchi ta'sirga ega.

Dafna efir moyi aromaterapiyada foydalanish uchun asosiy yog'dir. Ovqat hazm qilish tizimiga foydali ta'sir ko'rsatadi, ovqat hazm qilish buzilishi, meteorizm, ich qotishi va zaharlanish uchun ishlatiladi. Tanadan toksinlarni olib tashlashga yordam beradi, antikansterogen xususiyatlarga ega. Buyrak faoliyatini yaxshilaydi va umuman chiqarish tizimini yaxshilaydi. Stomatitni davolash uchun ishlatiladi. Yuqori gipoglikemik xususiyatlari tufayli u qonda shakarni pasaytiradi va II turdagi diabet bilan og'riq bemorlarga ko'rsatiladi. Dafna bargi va moyi ajoyib antispazmodikdir, aritmiyani yo'q qiladi, qon aylanishini yaxshilaydi. Qon bosimini pasaytiradi, varikoz tomirlari uchun ayniqsa. Qon bosimini pasaytiradi. Dafna yog'i bilan tayorlangan malham va kompresslar artrit, miyozit va nevralgiyadagi og'riqlardan xalos qiladi. U revmatizm, falaj, osteoxondroz uchun ishlatiladi. Nafas olish yo'llari kasalliklari bronxit, gripp uchun ishlatiladi. Bu ajoyib immunostimulyator. Psixo-emotsional, markaziy asab tizimiga ta'sir ko'rsatadi, uzoq davom etgan depressiyadan xalos qiladi, qo'rquv, tashvish va o'ziga ishonchsizlikni yo'q qiladi. Dafna yog'i xotirani yaxshilaydi, aqliy faollikni oshiradi, yangi sharoitlarga moslashishga yordam beradi, iqlim sharoitlarining o'zgarishiga osongina dosh beradi. Hayotiy ritmlarni tiklaydi, uyquni yaxshilaydi (yotishdan oldin darhol foydalanish tavsiya etilmaydi). Ilgari u vabo, dizenteriya va bezgakning tarqalishini oldini olish uchun ishlatilgan.

Dermatologiyada teri infeksiyalari uchun ishlatiladi: furunkullar, absteslar. qo'tir uchun ham samarali vositadir (20 ml moyiga 1 tomchi - kuniga 2-3 marta). Psoriasis, zamburugni davolashda yordam beradi. Gerpes shakllanishining oldini olish uchun ishlatiladi. Artrit va bo'g'im og'riqlarida bo'g'imlarni turli tuzlardan tozalash va organizmdan har xil xiltlarni chiqarib yuborish uchun 5 gramm dafna yaprog'ini sirli kastryulga solib, 300 ml suvda past olovda 5 daqiqa davomida qaynatiladi. So'ng yaxshilab o'rab qo'yiladi yoki termosda 3-5 soat tindiriladi. Aralashmani dokadan o'tkazib, kun davomida oz-ozdan xo'plab ichiladi.

Bunday qaynatmani har kuni yangidan tayyorlab uch kun davomida ichish lozim. Birinchi yil muolajani har uch oyda bir marta, keyingi yillarda yiliga bir marta amalga oshiriladi. Bu muolaja davomida go'shtli ovqat eyilmaydi, shirli ichimliklar ichilmaydi.

Oziq-ovqat sanoati dafna yog'ining asosiy iste'molchisi bo'lib qolmoqda. *Dafna daraxtining quritilgan bargi suyuq va quyuq ovqatlarga o'ziga xos ta'm beruvchi xushbo'y ziravor hisoblanadi.* U qandolatchilik va spirtli ichimliklar sanoatida ham ziravor sifatida ishlatiladi.

Kosmetologiyada sosh, yog'li, muammoli, yallig'langan teriga tavsiya etiladi. U yuqori regenerativ qobiliyatga ega, chandiqlarni, gematomalarni yo'q qilish uchun terapevtik massaj uchun ishlatiladi. Yog'li seboreyani sezilarli darajada yo'q qiladi. Bu soch va bosh terisi uchun taniqli tonik. Soch o'sishini rag'batlantiradi. Tirnoq plastinkasini mustahkamlaydi. U kofiol va sineol olish uchun manba sifatida ishlatiladi.

Dafnaning achchiq, iliq, xushbo'y hidi parfyumerlar tomonidan juda keng qo'llaniladi. U tualet suvi, losonlar ishlab chiqarish uchun, kosmetika mahsulotlari uchun xushbo'y hid sifatida ishlatiladi. Parfyumeriya maqsadlarida u nisbatankichik miqdorda, asosan sovun va uy jihozlari ishlab chiqarishda kimyoviy moddalar uchun xushbo'y hidlarda ishlatiladi.

Qo'llash mumkin bo'lmagan holatlar: homiladorlik va emizaklik davrda, 5 yoshgacha bo'lgan bolalar, o'tkir yoki surunkali buyrak etishmovchiligi, nefrit, og'ir diabetik holatlarda ishlatilmaydi. Nozik teriga ega odamlarda ehtiyotkorlik bilan foydalanish, dozani oshirib yubormaslik, aks holda allergik holat va bosh og'rig'iga olib kelishi mumkin.

Xulosa. Dorivorlik hususiyatihi saqlovchi meva va sabzavotlar, ziravorlar inson salomatligini saqlash uchun kurashda asosiy o'rinni egallaydi. Tabiatning ana shu muqaddas ne'matlariga zamonaviy inson nigohi, zamonaviy farmacognoziya, farmakologiya, kimyo va gigiyena nuqtai nazaridan qarash kerak. Faqat tinimsiz mehnat, ijodiy izlanishlar, kompleks toksiko-farmakologik, gigiyenik, klinik va fitokimyoviy tadqiqotlar, meva-sabzavotlardan shuningdek, boshqa bir qator

уёйладиган о ‘симликлардан доривор ва парhez mahsulot sifatida oqilona foydalanish bo‘yicha to‘g‘ri tavsiyalar berilgan degan umiddamiz



Adabiyotlar.

1. Усманова, М., Эрнazarова, М., Куйлиева, М., & Хасанова, Г. (2021). Дорихона фаолиятини ташкил этиш, дорилар саклаш чора тадбирлари. Экономика и социум, (11), 90.
2. Хасанова, G. R., Ernazarova, M. E., & SHIFOBASH, Q. O. T. F. J. ORIENSS. 2022. № Special Issue 4-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/shifobash-qoqi-otining-foydali-jihatleri>.
3. Yakubova, Sarvinoz Raxmonqulovna, & Хасанова, Gulbahor Raxmatullayevna (2022). KAMQONLIK HAQIDA TUSHUNCHA. Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, (Special Issue 4-2), 897-900.,
4. Хасанова, Г. Р., & Усмонова, М. Б. (2022). Применение фасоли (phascolus) в медицине. *Science and Education*, 3(11), 117-125.
5. Sh, A., Kuylieva, M. U., & Usmanova, M. B. (2022). Application of phytotherapy in the treatment of chronic prostatitis. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(5), 466-470.
6. Гайбуллаев.К Хасанова Gulbahor .Соғлом овкатлвниш тарзи. Таълим фидойилар Respublika ilmiy uslubiy jurnal <file:///C:/Users/Lenovo/Desktop/Ta'lim%20fidoyilari-22.05.2022-2-qism%20-.pdf>
7. Хасанова Gulbahor Raxmatullayevna .Olimov S.M .Ordinary Mountain Basil-Origanum Vulgare_Web of scientist: International schientific research journal may2022yil