

BUYRAKLAR TO'GRISIDA FIKRLASHAMIZ

Xasanova G.R.

Samarqand davlat tibbiyot universiteti.

Samarqand, O'zbekiston

Abluraxmonova D.

Eshmuxammatova D.

201 guruh talabasi

Annotatsiya: Buyraklarning asosiy vazifasi tanadan suv va suvda eriydigan moddalarni (metabolizmning yakuniy mahsulotlar), bosimni normallashtirishni, toksinlar va organism uchun yod bo'lgan moddalarni chiqarib tashlashni, shuningdek, qon elementlarini nazorat qilishni ta'minlaydi

Kalit so'zlar: buyrak, giyohlar, choy, damlama, qaynatma, muolija.

Аннотация: Основной функцией почек является удаление из организма воды и водорастворимых веществ (конечные продукты обмена веществ), нормализация давления, выведение из организма токсинов и чужеродных веществ, контроль элементов крови.

Ключевые слова: почки, травы, чай, настой, отвар, лечение.

Annotation: The main function of the kidneys is to remove water and water-soluble substances from the body (end products of metabolism), normalize pressure, remove toxins and foreign substances from the body, and control blood elements.

Key words: kidneys, herbs, tea, infusion, decoction, treatment.

Organizmning ichki muhitining ion va kislota-ishqor muvozanatini tartibga solish funktsiyasi, ekskretor funktsiyasi bilan chambarchas bog'liq. Ikkala funktsiya ham gormonlar tomonidan boshqariladi. Bundan tashqari, buyraklar ko'plab gormonlar sintezida bevosita ishtirok etib, endokrin funktsiyani bajaradi. Nihoyat, buyraklar oraliq metabolizmda, ayniqsa glyukoneogenezda va peptidlar va aminokislotalarning parchalanishida ishtirok etadi. Buyraklar orqali juda katta hajmdagi qon o'tadi: kuniga 1500 litr. Ushbu hajmdan 180 litr birlamchi siydik filtrlanadi. Keyin birlamchi siydik miqdori suvning qayta so'rilishi tufayli sezilarli darajada kamayadi, natijada kunlik siydik miqdori 0,5-2,0 litrni tashkil qiladi.

Ko'pincha urologlar va nefrologlar tomonidan davolanadigan buyrak kasalligi quyidagi hollarda yuzaga keladi:

- Gipotermiya
- Spirtli ichimliklarni haddan tashqari iste'mol qilish
- Infektsiyalar
- Dam olishning etishmasligi

- boshqa organlar ishidagi buzarlilar
- Quviqning to'liqligi va hatto vazn yo'qoti

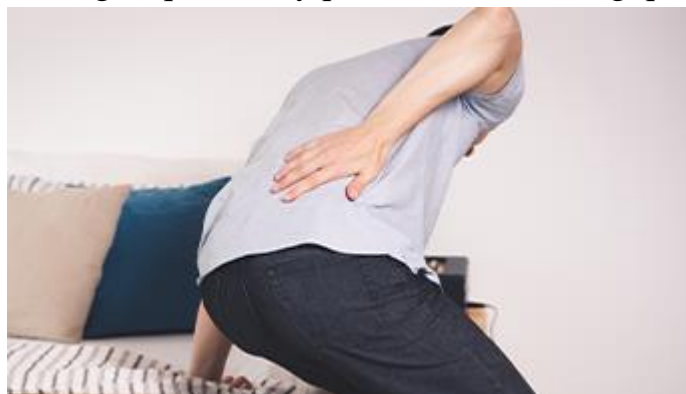
Buyrak kasalligining dastlabki belgilari

Qoida tariqasida, kasallikning boshida buyraklar umumiy noqulaylik va engil sovuqlik bilan o'zlarini signal beradi. Shu sababli, buyrak patologiyalari ko'pincha umumiy sovuq bilan aralashtiriladi. Biroq, ko'plab bemorlar o'zlariga yordam berishga muvaffaq bo'lishadi. Buyrak kasalliklariga duch kelgan tajribali bemorlar oyoqlarini isitib, issiq choy ichishadi va yotishadi. Semptomlar haqiqatan ham yo'qolishi mumkin, ammo bu kasallikning o'zi yo'qolgan degani emas. Ko'pincha faqat dam olish va oyoqlarni isitish etarli emas. Kasallik rivojlanadi va jiddiyroq davolanishni talab qiladi. Shuning uchun simptomlarni e'tiborsiz qoldirib bo'lmaydi va o'z-o'zidan davolanish shunchaki xavflidir!

Buyrak kasalligining asosiy belgilari quyidagilardan iborat:

- Siydik chiqarishda qiyinchilik
- Tez-tez chaqirish (asosan tunda)
- Tana harorati va qon bosimining oshishi
- Pastki organlarning shishishi
- Yuzning shishishi
- Siydikda qon yoki ko'pik paydo bo'lishi

Shuningdek, bemorlar bezovtalik va og'riqdan shikoyat qiladilar, bu esa buyrak proektsiyasi sohasida (pastki orqa tomonning chap va o'ng tomonida) to'plangan. Ayollar buyrak infeksiyasidan ko'proq azob chekishadi. Ularning belgilari aniqroq va infeksiya tanaga kirgandan keyin 40-48 soat o'tgach paydo bo'ladi. Adolatli jinsiy aloqada patologiyaning asosiy belgisi ko'pincha og'riqli va zerikarli yoki juda o'tkir bo'lishi mumkin bo'lgan og'riq bo'ladi. Og'riqli siyish ham noxush alomatdir. Ba'zi patologiyalar bilan, hatto hayz ko'rishning kechikishi ham mumkin. Ayollar ko'pincha oyoq va yuzning shishishidan shikoyat qiladilar, bu ayniqsa ertalab uyqudan keyin darhol aniqlanadi. Erkaklar odatda ifoda etilmagan alomatlarga e'tibor bermaydilar va allaqachon kuchli og'riq, bulutli siydik va jiddiy isitma bilan klinikaga borishadi. Asosiy shikoyatlar orasida og'iz qurishi, uyquchanlik va terining qichishi ham mavjud.



Ayollar va erkaklarda buyrak kasalligi

Eng keng tarqalgan kasalliklarga quyidagilar kiradi:

- Urolitiyoz
- Nefroptoza
- Buyrak etishmovchiligi
- Piyelonefrit
- Gidronefroz
- O'tkir va surunkali glomerulonefrit

Erkaklar ham siydik yo'llarining tutilishi va buyrak sanchig'idan aziyat chekishadi. Ko'pincha patologiyalar juda xavfli va tez rivojlanadi. Buning sababi shundaki, erkaklar ko'pincha kasallikni boshlaydilar va shifokorlarga juda kech murojaat qilishadi.

Umumiy kasalliklar:

- Sistit
- Uretrit
- Urolitiyoz kasalligi
- Ko'tarilgan pielonefrit

Sistit va uretrit ko'pincha oddiy hipotermiya bilan qo'zg'atiladi. Ayollar, qoida tariqasida, o'z sog'lig'ini diqqat bilan kuzatib boradilar, ammo buyrak patologiyalariga nisbatan ko'proq himoyasiz. Kasallikning mexanizmini boshlash uchun ko'pincha oddiy sovuqqa ega bo'lish va uni keltirib chiqaradigan immunitetni zaiflashtirish etarli. Kasallik paytida to'g'ri ovqatlanish nafaqat simptomlarning og'irligini kamaytirishi, balki tezroq shifo berishi mumkin.

BUYRAK TOSHLARI. Turlari: Oksalat tuzlari go'sht maxsulotlarini sevuvchi, fosfatlar esa yorma iste'mol qiluvchilarda ko'p bo'ladi. Toslarni paydo bo'lishi sxemasini bilish uchun quyidagilarni bilish kerak: buyraklar organizmda kislota-ishqor muvozanatini boshqaruvchi a'zo bo'lib, ular nafaqat moddalar almashinuvi maxsulotlarini chiqarib tashlaydi, balki tuzlar almashinuvini boshqarib, qonning pH ini bir meyorda ushlab turadi. Agarda inson sog'lom xayot tarzi qoidalarini buzadigan bo'lsa, organizmda muammolar paydo bo'ladi. Buyraklar «zarba»ni oxirigacha ushlab turadi, qon bosimini oshirib-tushirish orqali organizmni ortiqcha suyaklik va tuzlardan xalos qiladi. Ammo bir xildagi xayot va ovqatlanish tarzi natijasida buyraklarda xavfli muxit paydo bo'lib, toshlar xosil bo'lishi uchun imkoniyat yaratiladi. Nimalar iste'mol qilish ma'n qilinadi. Buyraklarda toshlar xosil bo'lmasligi uchun ko'p suyuqlik ichish, turli tuman maxsulotlar bilan ovqatlanish, sport bilan shug'ullanish, asabiylashmaslik, qon va siydikning pH muxitini bir meyorda ushlab turish uchun sharoit yaratish kerak. Shuningdek, muntazam ravishda siydik taxlili topshirib turish, gastroenterolog va urolog maslahatini olib turish, belni va quvuq soxalarini shamollashini oldini olish talab etiladi. Vrachlar yo'ldosh kasalliklarni xisobga olgan xolda davo terapiyasini

belgilab, tegishli parxezni belgilaydi, iste'mol qilish mumkin bo'lmagan maxsulotlarni inkor qiladi. Masalan siydikda: Fosfat tuzlari aniqlanganda quyidagilar ta'qiqlanadi: sut va sut maxsulotlari (smetanadan tashqari), tuxum sarig'i, meva va sabzavotlar, konserva va dudlangan maxsulotlar, ziravorlar (murch, qalampir, erqalampir), alkogolli ichimliklar, kofe va achchiq choy, sho'rvalar va qaynatmalar, tuzlangan oziq moddalar. Oksolat tuzlari aniqlanganda quyidagilar mumkin emas: otquloq,shavel, salat, rovoch, murch, qizilcha, uzum, go'sht, go'shtli va baliqli sho'rvalar, xolodes, konservalangan va dudlangan maxsulotlar, ismaloq, kashnich, sarsabil, bryussel karami, turp, selderey, loviya, qo'ziqorin, qovurilgan kartoshka, olxo'ri, krijovnik, ertut, qizil smorodina, kakao, achchiq qora choy, pomidor sharbati, nonli kvas, xamirturushli non maxsulotlari, muzqaymoq.

Toshning turlari. Kimyoviy tarkibiga ko'ra buyrak toshlari uch xil bo'ladi: oksalatlar, fosfatlar va uratlar. Ularning xar biri buyrakdagi pH muxitiga qarab xosil bo'ladi. Buni xar bir inson mustaqil ravishda aniqlashni imkoni mavjud. Ya'ni maxsus lakmus kog'ozini siydikka solinadi: qizil rang - muxitni kislotaliligini, zangori rang - ishqoriy ekanini anglatadi. Undan tashqari siydik taxlili topshirsa xam bo'ladi. pH miqdori qancha kam bulsa- kislotali muxit, qancha yuqori bo'lsa - ishqoriy muxit xisoblanadi. pH miqdori 4,5 dan kam bo'lsa - kislotali, 8 dan ortiq bo'lsa -ishqoriy deyiladi. Oksolatlar - kislotali muxitda purinlar almashinuvi buzilishi natijasida paydo bo'ladi va «qirollar» toshlari xisoblanadi. Negaki ular go'sht va go'sht bul'oni, tovuq va baliq go'shti, kolbasa, pashtet va boshqa dudlangan ovqatlarni ko'p miqdorda iste'mol qiluvchilarda paydo bo'ladi. Uratlar - ular xam kislotali muxitda paydo bo'lib, nisbatan agressivligi kamroq xisoblanadi. Ulardan qutulish uchun ko'proq (gazsiz, toza) suyuqlik ichish va go'shtsiz parxezga o'tishni o'zi kifoya qiladi. Fosfatlar - ular ishqoriy muxitda rivojlanib, asosan sut maxsulotlari, oq non, pishloq va yormani ko'p iste'mol qiluvchilarda kuzatiladi. Bunday toshlarni paydo bo'lmasligi uchun sut maxsulotlarini cheklash va vrach nazorati ostida go'sht maxsulotlarini eyish tavsiya etiladi.

Davolash

Buyrak kasalligi: konservativ usullar bilan davolash

Buyrak kasalliklarini davolash har doim kompleks tarzda amalga oshiriladi. Farmatsevtika preparatlari turli protseduralar va to'g'ri ovqatlanish bilan birlashtirilgan. Fitoterapiyaga alohida e'tibor beriladi. Buyrak kasalliklarida bemorlarga maxsus choylar, damlamalar va infuziyalar buyuriladi.

Muhim! Jiddiy patologiyalar bo'lganda giyohlar bilan davolanishl samarasiz. Ba'zi hollarda ular bemorga foydadan ko'ra zarar etkazishi mumkin. Har qanday davolanish faqat shifokor tomonidan, keng qamrovli tashxisdan keyin belgilanishi kerak. Terapiya paytida bemorning ahvoli doimiy ravishda nazorat qilinadi. Bu sizga

ba'zi dorilarning samaradorligini kuzatish imkonini beradi, agar kerak bo'lsa, ularni almashtirish yoki dozani o'zgartirish.

Buyrak kasalligi: jarrohlik davolash

Konservativ terapiya kerakli natijani bermasa, jarrohlik davolashga murojaat qiling. Asosiy usullar quyidagilardir:

- Nefrostoma. Ushbu operatsiya siydikning chiqishini tiklashga qaratilgan va og'riqni yo'qotish va yuqumli jarayonning paydo bo'lishidan qochish imkonini beradi.

- Stent qo'yish. Bu siydik yo'llarining o'tkazuvchanligini normallashtirishga qaratilgan.

- Nefrotomiya buyrakni yoki uning bir qismini olib tashlashga qaratilgan

Surunkali kasallik yuqori qon bosimi, anemiya (qondagi gemoglobinning pasayishi), qonda kaliy va magniyning ko'payishi bilan natriy va kaltsiy darajasining pasayishi bilan tavsiflanadi. To'g'ri tashxis qo'yish uchun keng qamrovli tekshiruv zarur. Oldini olish buyraklar faoliyatini yaxshilash va ko'p yillar davomida ularning sog'lig'ini saqlab qolish imkonini beradi.

Oldini olish

Profilaktik chora-tadbirlar quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- Faoliyat

- Yangi meva, rezavorlar va sabzavotlar, sut mahsulotlari va dengiz mahsulotlarini majburiy iste'mol qilish

- Saunaga tashrif. Quruq issiqlik buyraklarning sog'lom bo'lishining kalitidir, chunki u ularning filtrlash funksiyasini ta'minlaydi va organlarni qon va ozuqa moddalari bilan ta'minlashni yaxshilaydi.

- Etarlicha toza suv ichish (kuniga kamida 1,5-2 litr)

Buyrak salomatligi uchun kuchli choy va qahvadan voz kechish, ularni o'simlik choyi yoki mineral ichimlik suvi bilan almashtirish muhimdir.

Shifokorga murojaat qiladigan har yigirmanchi kishining buyrak sohasida biron muammo borligi aniqlanar ekan. Aksariyat hollarda ular buyrakdagi surunkali shamollash, qum, tuz hamda tosh yig'ilishlari bilan ifodalanarkan. Hozirgi kunda buyrak bilan bog'liq kasalliklar samarali davolanmoqda. Ammo uy sharoitida qo'llaniladigan foydali retseptlarni bilib qo'yish ham zarar qilmaydi.

Xalq tabobati: Tabiiy mevalardan kilingan kompotlar buyraklarni yuvib, mikroblarga chidamliligini oshiradi. Ushbu damlamaning peshob haydash xususiyati ham bor. Qo'yidagi o'simlirlardan tayorlangan qaynatma, damlamalar koni foyda. So'li, qulmoq qubbasi, zigir urugi, limon o't, buyrak choy, bo'znoch, archagul, oddiy igor, oq qayin kurtagi, marjon daraxti, arpabodyon, juka, moychechak, chuchukmiya, tirnoqgul, qizil tasma, dala choy, yalpiz, ro'yan, qoraqiz.

1 osh qoshiq dalachoy (zveroboy) o'simligi va shuncha miqdorda na'matak mevasini 3 stakan qaynagan suvda damlab, 20 daqiqa dam beriladi. Tayyor

damlamadan bir kunda 3 mahal 1/4 stakandan ichiladi. 10 kun ichib, 10 kun dam olinadi. So'ng yana shu tartibda ikki-uch marta takrorlash mumkin. Peshob ajralishi ortishi sabab buyrakda yig'ilgan qum va tuzlar yuvilib ketadi. Buyrak shamollashi sabab qo'l-oyoqlarda shish paydo bo'lsa, asalli muolajani sinab ko'rish mumkin. Asal kasallikni davolovchi va oldini oluvchi profilaktik usul sifatida ham yaxshi natija ko'rsatadi. Asalni bir kunda 80 gr.dan 120 gr.gacha qabul qilish mumkin. Ertalab och qoringa ozroq qaynagan suv bilan iste'mol qilish ayniqsa foydali. Buyrak faoliyati bilan bog'liq xastaliklarda tog' asalining suyuq xilini tanlagan ma'qul. Buyrakda tosh bo'lsa mayizning cho'pini olib tashlab, o'rniga yumaloq murch donasini joylash kerak. So'ng birinchi kuni bir dona mayizni yaxshilab chaynab yeyiladi. Ikkinchi kuni ikkita, uchinchi kuni uchtagacha yetkazilardi. Shu tariqa 10 ta murchli mayizni yeb bo'lgach, bir kun dam olib, teskarisiga hisobni davom ettiriladi. Ya'ni 10 dona mayizdan boshlab, bitta qolgunicha yeyiladi. Mayiz murch bilan birga yeyilganda buyrakdagi har qanday turdagi toshni maydalab, tozalaydi.

Olma po'stini quritib, kukun holiga kelguncha tuyish kerak. Keyin 1-2 choyqoshiq kukundan choynakka solinadi va ustidan qaynoq suv quyiladi. 20 daqiqa tindiriladi. So'ngra istalgan vaqtda choy o'rnida ichiladi.

Bu damlama buyrak faoliyatini yaxshilaydi. Siydik tizimi kasalliklarini bartaraf qilishga yordam beradi.

1 choy qoshiq kashnich urug'ini 0,5 litr qaynagan suvda damlab, usti yopiq idishda ertalabgacha qoldiriladi. Damlamani iliq holatda kuniga 2-3 mahal qabul qilinadi. Muolaja samaradorligini oshirish uchun kechasi 1 stakan suvga 2 osh qoshiq mayiz aralashtirib, ertasiga kun bo'yi oz-ozdan ichish kerak. Mayizini esa yeyish mumkin. Bunday muolaja davomiyligi bir haftani tashkil etadi. Sodda ko'ringani bilan bu muolajadan so'ng buyraklar tozalanib, ortiqcha bezovtalik bo'lmaydi.

Buyrak va siydik chiqaruvchi yo'llar kasalliklarida ishlatiladigan yig'ma (choy)lar.

1. Dorivor tirnoqgul gullari 20,0 chayono't ko'kati 10,0 ,dala anonisi (stal'nik) ildizi 15,0, oddiy bo'ymadoron ko'kati 20,0 oddiy fenxel (dorixona ukropi) mevasi 10,0,dala qirqbo'g'imi ko'kati 10,0,oqqayin barglari 15,0.

Damlamani 1/3—1/4 stakandan kuniga 3—4 mahal buyrak va siydik chiqaruvchi yo'llarining surunkali shamollashida siydik haydovchi va yallig'lanishga qarshi dori sifatida ichish uchun

2. Bo'yoqdor ro'yan (marena) ildizi

Dala anonisi ko'kati 20,0

Okqayin barglari 15,0

Buyrak choyi ko'kati 10,0

Dala qirqbo'g'imi ko'kati 15,0

Dorixona moychechagi gullari 14,0

Dala ukropi mevasi 10,0

Damlamani 1/2—1/3 stakandan kuniga 3—4 maxal buyraktosh kasalligida ichish uchun

3. Na'matak mevasi 20,0

Oddiy archa, mevasi 20,0

Oqqayin barglari 20,0

Bo'yoqdor ro'yan (marena) ildizi 40,0

Damlamani 1/3—1/4 stakandan kuniga 3—4 maxal ho'plab-xo'plab buyraktosh kasalligida siydik haydovchi dori sifatida ichilsin

4. Buyrak choyi ko'kati 15,0 Katta zubturm ko'kati 15,0

Dala qirqbo'g'imi ko'kati 10,0

Oddiy bo'yadoron ko'kati 15,0

Chayono't barglari 15,0

Dorivor tirnoqgul gullari 15,0

Qoraqiz ko'kati 15,0

Damlamani 1/2—1/3 stakandan kuniga 3—4 mahal surunkali glomerulonefritda siydikda qon paydo bo'lganda ichish uchun.

Ma'lumki dorivor o'simliklar asosida tayyorlanadigan dori vositalari, shu jumladan dorivor damlamalar qator afzalliklarga ega bo'lib, ular quyidagilarda ifodalanadi:

- dori vositasining tegishli samaradorligiga ega bo'lgan holda, bezararli (kam zaharliligi);
- ularning "mayin" doimiy ta'siri;
- tez va oson tayyorlash imkoniyatlari mavjudligi;
- alohida murakkab texnologik uskunalar talab etilmasligi;
- arzonligi va boshqalar.

Adabiyotlar.

1. СОФЛОМ ОБҚАТЛАНИШ ТАРЗИ

АШК Махмудова, КФУ Гайбуллаева, ГР Хасанова Та'лим fidoyilari 24 (17), 571-577 Education. 2022. №11. URL: <https://cyberl/article/n/geksikon-shamchasini-tayorlashda-uning-a>

2.Хасанова, Г. Р., & Усмонова, М. Б. (2022). Применение фасоли (phascolus) в медицине. *Science and Education*, 3(11), 117-125.

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.

3.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.

4.Имамова, Ю. А., & Усманова, М. Б. (2022). РОДИОЛЫ РОЗОВАЯ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ОРГАНИЗМА. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(Special Issue 4-2), 901-904.

5.Имамова, Ю. А., Усманова, М. Б., & РОДИОЛЫ, Р. ORIENSS. 2022. № Special Issue 4-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rodioly-rozovaya-dlya-povysheniyarabotosposobnosti-organizma>.

6.Усманова, М. Б., & Имамова, Ю. А. (2022). ЛУК РЕПЧАТЫЙ– ПРИМЕНЕНИЕ В МЕДИЦИНЕ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(Special Issue 4-2), 914-917.

7.Кўйлиева МУ, Э. М., Усманова, М., & Имамова, Ю. (2021). General information on the age of Chilonjtyda, its composition, application in folk medicine, its features and their different types, conditions for cultivation. *Шкурова, Д., Усманова, М., & Имамова, Ю.*

8.Usmanova, M., & Toshpolatov, C. Endokrine gland system, humoral managementof the organizm. *Researchjet journal of analisis and inventions In Voiume, 1.*

9.Шкурова, Д., Усманова, М., & Имамова, Ю. (2021). Private technology of powders Preparation of powders with abrasives, dyes and hard powders, extracts and essential oils. *Экономика и социум,(11), 90.*

10.Usmanova, M., & Yuldoshev, C. Importanse of lipids in the cell, simple and kompleks lipids, classification. *Researchjet journal of analisis and inventions.*

Imomova, Y., Usmonova, M. B., Yo‘Ldoshev, S., & Ahmadov, J. (2021). DORI VOSITALARINING ZAMONAVIY TAHLIL USULLARI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 1(8), 587-596.

11.Усманова, М., Эрназарова, М., Куйлиева, М., & Хасанова, Г. (2021). Дорихона фаолиятини ташкил этиш, дорилар сақлаш чора тадбирлари. *Экономика и социум,(11), 90(6).*

12.Хасанова, Г. Р., Усманова, М. Б., & Нажмитдинов, Х. Б. (2022). ВИТАМИНГА БОЙ ЛОВИЯ (PHASCOLUS) ЎСИМЛИГИНИНГ УМУМИЙ ХУСУСИЯТЛАРИ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(9), 333-336.

13.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>.

14.Yakubova, Sarvinoz Raxmonqulovna, & Xasanova, Gulbaxor Raxmatullayevna (2022). КАМҚОНЛИК НАҚИДА ТУШУНЧА. *Oriental*

renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, (Special Issue 4-2), 897-900.

1516. Ordinary mountain Basil-origanum vulgare

GR Khasanova, SM Olimov

Web of Scientist: International Scientific Research Journal 3 (5), 471-474

White mulberry

17. GR Xasanova

Web of Scientist: International Scientific Research Journal 3 (4), 1240-1244

18. GR Xasanova. Karomatov, N. T. (2023). DAFNA BARGI EFIR MOYI (ЛАВР-LAURUS). *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 15(2), 126-129.

19. Хасанова, Г. Р. (2023). ШИФОБАХШ АНОР-PUNICA GRANATUM L. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 15(5), 33-36.

20. Рахматуллаетвна, X. G. (2023). DORIVOR O'SIMLIK LARDAN AJRATIB OLINGAN ODDIY EKSTRAKTLARNING SHIFOBAXSH XUSUSIYATLARI HAQIDA. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 15(5), 44-48.