

2-TOM, 10-SON

ROZMARIN TABOBATDA FOYDALARI VA XUSIYATLARI VA
FOYDALANISH USULLARI

Shodiqulova G. B., Ro'ziyeva G. T.

*Termiz Iqtisodiyot va servis universiteti, Termiz sh, Faravon massiv, 4B uy
e-mail:shodiqulovag@gmail.com*

ANNOTATSIYA

Rozmarin ósimligi Rossiyaga 1816 – yilda Qrimdagi Nikitin botanika bog‘iga keltirib ekilganligi ma’lum. Endilikda bu o‘simlikni O‘zbekistonda ham ekib o‘stirish va undan foydalanish mumkinligi aniqlandi. Rozmarin sug‘oriladigan bo‘z tuproqli yerlarda issiq va sovuqqa moslashuvchan buta o‘simlik.

KALIT SÓZLAR: Rozmarin, efir moyi, Kron kasalligi, og'iz bóshlig'i, ichak kasalligi, sineol, borneol, limonen, smola, kariofillen.

ABSTRACT:

It is known that the rosemary plant was planted in Russia in 1816 in the Nikitin Botanical Garden in Crimea. Now I understand that this plant can be planted and grown in Uzbekistan. Rosemary is a hot and cold shrub on irrigated gray soils.

KEY WORDS: Rosemary, my etner, Crohn's disease, oral thrush, Isaac's disease, cineole, borneol, limonene, resin, caryophyllene.

Rozmarin novdalarining yuqori qismida, gulida, bargida efir moyi saqlaydi. Efir moyi tarkibida a - pinen, sineol, borneol, L -kamfora, kariofillen, bornilasetat, limonen, smola va boshqa moddalar bor. Rozmarin kuchli hushbo'y va yoqimli hidga ega. Bargi, guli, yosh novdalari quruq holda baliq mahsulotlariga ishlov berishda qo'llaniladi. U oz miqdorda qovurilgan go'sht, qovurilgan tovuq, qiyma go'sht, qo'ziqorinli salatlar, sabzavotli qaynatma va boshqa taomlarga ta'm beruvchi ziravor hisoblanadi . O‘simlik Rossiyaga 1816 – yilda Qrimdagi Nikitin botanika bog‘iga keltirib ekilganligi ma’lum. Endilikda bu o‘simlikni O‘zbekistonda ham ekib o‘stirish va undan foydalanish mumkinligi aniqlandi. Rozmarin sug‘oriladigan bo‘z tuproqli yerlarda issiq va sovuqqa moslashuvchan buta o‘simlik. Barglari cho‘ziq, to‘mtiq uchli bargning ostki qismi dag‘al tukchalar bilan qoplangan. Rozmarin (*Rosmarinus officinalis* L), oddiy bibariya nomi bilan mashhur bo‘lgan



2-TOM, 10-SON

bu giyohni xalq tabobati va tibbiyot sohalarida o'simlikning turli qisimlaridan foydalangan holda insonlarni qiynab kelayotgan bir nechta kasalliklarda qo'llash muhim ahamiyat kasb etadi. Rozmarin (*Rosmarinus officinalis* L) o'simligini shifobaxsh va dorivorlik xususiyatlarini xalqimizga keng ma'noda tadbiq etishimiz zarur. Bunda tashqari bu o'simlik oziq-ovqat sanoatida xushbo'y hid berish va bakeriya zamburug'lardan sifatli himoya qilishda keng qo'llaniladi.

Rozmarinning foydali xususiyatlari

Rozmarindan qadim zamonlarda dorivor vosita sifatida foydalanishgan. Uning foydali xususiyatlari to'g'risida har bir xalqda turlicha qarashlar bo'lgan: rimliklar uni xotirani yaxshilaydi deb hisoblashsa, greklar uning yordamida yaralarni davolashgan, xitoyliklar esa uning yordamida bosh og'rig'idan xalos bo'lganlar.

Hozirgi zamon olimlari esa rozmarinni o'rganib quyidagi xususiyatlarini o'rganib chiqishgan: u o'zida juda ko'p miqdordagi efir moylarini, A va C guruh vitaminlarini, kaliy, kalsiy va natriyni saqlaydi. Rozmarinning quyidagi xususiyatlari ilmiy tasdiqlangan:

u bosh, qorin va muskullar og'rig'ida yordam beradi;

revmatizm, radikulit va fibromialgiyada yordam beradi;

spazmda yordam beradi;

oshqozon buzilganida ham yordam beradi;

qon bosimi oshishini oldini oladi;

mikrob va zamburug'larga qarshi kurashadi;

antioksidant vositasini bajarib, miyadagi qarilik belgilari paydo bo'lishini sustlashtiradi.

Quyidagi insonlar esa undan juda kam miqdorda tanovvul qilishlari kerak:

homilador ayollar;

Kron kasalligi, oshqozon yarasi va qorin sanchishi kasalliklaridan aziyat chekuvchi insonlarga;



2-TOM, 10-SON



Rozmarining kópayish turlari: Bizning sharoitda o'simlik urug' bermaydi. Shu sababli vegetativ usulda qalamchalaridan ko'paytiriladi. Yetilmagan (hali yog'ochlashmagan) qalamchalarga ishlov berish uchun past, chala yetilganlari uchun o'rta, yog'ochlangan qalamchalar uchun esa yuqori darajadagi o'stiruvchi moddalar aralashmasi ishlatiladi. Shuningdek, qalamcha tayyorlashda geteroauksindan (tuman hosil qiluvchi moslama yo'qligida) foydalanish ildiz otishini 10-15 % ga oshiradi. Oz miqdorda margansovka eritmasi yordamida ishlov berish ham ildiz otishni tezlashtirib, tuproqdagi chirish jarayonini pasaytiradi. Qalamchalar iyul-avgust oylarida poyasi yog'ochlangan novdalardan 15-20 sm uzunlikda kesiladi. Nam matoga o'ralgan qalamchalar 25-30 tadan qilib bog'lanadi va boylamlar suvli idishchaga yoki har qanaqa shisha, sirlangan, zanglamaydigan po'lat idishga joylanadi. Eritma qatlami 3-3,5 sm dan ko'p va 1,5-2 sm dan kam bo'lmasligi kerak. Rozmarin o'simligi bizni hududda asosan unumdor bo'lgan o'zimiz ekadigan yerlar yani sug'oriladigan yerlarda ekish maqsadga muvofiq hisoblanadi. O'simlik yiliga 8-9 martagacha sug'oriladi, har 2-3 sug'orishdan so'ng kultivatsiya qilinadi. Xalq tabobatida ósimlikning yer usti barglari va yosh boyalaridan tayyorlangan damlama va spirdagi eritmaları, bosh og'rig'i, oshqozon-ichak kasalliklari, shamollashda ayollarda uchraydigan ayrim kasalliklarning davolashda yaxshi natija beradi. Shu bilan birga organizmni tetiklashda hamda insoni tanasiga quvvat berish xususiyatiga ham ega. Efir moylari rozmarin o'simligining hamma qismlarida (ayniqsa yosh poya va gullarida uning miqdori 1,2% gacha) saqlanadi. Efir moyi o'z tarkibida 50% pinen, kamfen, sineol, barneol va kamfora saqlanganligi sababli ulardan parfyumeria sanoatida, dorivor va insektatsiya preparatlari tayyorlashda foydalaniladi.

Sog'liq uchun Foydalari



2-TOM, 10-SON

– Antioksidant xususiyatlari:

Rozmarin kuchli antioksidan bo'lib ,erkin radikalalar bilan kurashga yordam beradi. Yallig'lanishga qarshi ta'sir: Rozmarin yallig'lanishni kamaytirishga yordam berishi mumkin, bu esa turli kasalliklarning oldini olishda foydali.

Hafsalani oshirish: Rozmarinning hidini hidlash, xotirani yaxshilash va diqqatni oshirishga yordam berishi mumkin.

Hazmni yaxshilash: Rozmarin, ovqat hazm qilish jarayonini yaxshilashga yordam beradi va oshqozon muammolarini kamaytirishi mumkin.

Stressni kamaytirish: Rozmarin aromaterapiya uchun ishlatilganda, stressni kamaytirishga va ruhiy holatni yaxshilashga yordam beradi.

Teri va soch uchun foydalari: Rozmarin ekstrakti terini va sochni oziqlantiradi, soch to'kilishini kamaytirishi mumkin.

Antibakterial va antifungal xususiyatlar: Rozmarin bakteriyalar va qo'ziqorinlarga qarshi kurashishda yordam berishi mumkin.

Foydalangan adabiyot:

1. Ataboyeva X.N., Xudayqulov J.B., O'simlikshunoslik. Toshkent 2018.

2. Xolmatov H.X , Ahmedov O'.A. Farmokognoziya. Toshkent 1995.

3. Saminov A.A. O'g'li, Nasriddinova D.K.qizi
Zanjabil o'simligini ochiq maydonlarda yetishtirish texnologiyasi// Science and innovation-2022.

4. Ro'ziyeva G.T "Babamuradov B.E" "Shaymanova F.T" Quruq subtropik mintaqalar sharoitida o'sayotgan zaytun (OLEA EUROPAEAL) o'simligining tabobatda dorivorlik xususiyatlari . Monografiya . Toshkent "Metodist Nashriyoti"2023.

5. Abdurahimova M.A Dorivor o'simliklarning o'sishi va Rivojlanishi va dorivor xususiyatlaridan foydalanish// Science and innovation-2022.

