

Zubtutum o‘simligining turlari va uning dorivorlik xususiyatlari

Andijon Davlat Pedagogika instituti Tabiiy fanlar fakulteti

Biologiya yo‘nalishi 2-bosqich 202- guruh talabasi

Ergasheva Zulfiyabonu Zulimbek qizi

Ergasheva Durdonaxon Baxtiyorjon qizi

Ilmiy rahbar: Tojiboyev Murodali Umaraliyevich

Annotasiya: Ushbu maqolada Zubtutumdoshlar oila vakillarining ayrim turlarining tarqalishi, xususiyatlari, dorivorlik xususiyatlari haqida ma’lumot berilgan. Dorivorlik xususiyatlari va ulardan tayyorlanadigon dori darmonla , damlamalarni tayyorlash usullari bayon etilgan .

Abstract: This article provides information about the distribution, properties, and medicinal properties of some species of the Zubtutumdosh family. Medicinal properties and methods of preparation of medicines and tinctures prepared from them are described.

Аннотация: В данной статье представлены сведения о распространении, свойствах и лечебных свойствах некоторых видов семейства Зубтутумдош. Описаны лечебные свойства и способы приготовления лекарств и настоек из них.

Kalit so‘zlar: Zubtutumdoshlar , Plantago mayor, Plantago media, Plantago lanceolata, tuxumsimon, elipsimon.

Key words: Zubtutumdoshka, Plantago major, Plantago media, Plantago lanceolata, ovoid, elliptic.

Ключевые слова: Подорожник, Подорожник большой, Подорожник средний, Подорожник ланцетный, яйцевидный, эллиптический.

Plantago lanceolata

Polen diagrammalarida qishloq xo‘jaligining ko‘rsatkichi hisoblangan Plntago lanceolata g‘arbiy Norvegiyada ilk neolit davridan boshlab topilgan va bu o‘sha vaqtda o‘sha hududda yaylov ko‘rsatkichi hisoblanadi. Bu mantiqqa to‘g‘ri keladi, chunki Plantago lanceolata chorva mollari yerni tez-tez bezovta qiladigan ochiq dalalarda o‘sadi.

Plantago lanceolata tez-tez o‘simlik choylari va boshqa o‘simlik preparatlarida qo‘llaniladi. Barglaridan olingan choy yo‘talga qarshi dori sifatida ishlatiladi.

An'anaviy Avstriya tibbiyotida *Plantago lanceolata* barglari nafas olish yo'llari, teri kasalliklari, hasharotlar chaqishi va infeksiyalarni davolash uchun ichkarida (sirop yoki choy sifatida) yoki tashqaridan (yangi barglar) ishlatilgan. Barglarini yoshligida yeyish mumkin.



Plantago lanceolata tarkibida akteozid (verbaskozid), sistanozid F, lavandulifoliozid, planamajozid va izoakteozid kabi feniletanoidlar mavjud. Bundan tashqari, u iridoid glikozidlar aukbin va katapolni o'z ichiga oladi. Bu iridoid glikozidlar o'simlikni ba'zi o'txo'rlar uchun yemaydigan qilib qo'yadi, biroq boshqalari ular tomonidan bezovtalanmaydi — masalan, lichinkalari *Plantago lanceolata* barglarini yeydi va iridoid glikozidlarni yutib, yirtqichlar uchun yoqimsiz holga keltiradigan *Junonia coenia* paqir kapalak. Urug'ini qo'shiqchi qushlar, barglarini quyonlar yeydi.

Plantago mayor

Zubtutum - *Plantago mayor*, zubtutumdoshtlar (*Plantaginaceae-nogopo*) oilasiga mansub ko'p yillik, ildizpoyali o't o'simlik bo'lib, yer ustiga uzun qanotli, bandli ildiz oldi to'p barglari va gul o'qi o'sib chiqadi (1 yoki bir nechta). Guli mayda, ko'rimsiz. Gul kosachasi 4 bo'lakka qirqilgan, gultojisi och ko'ng'ir rangli 4 bo'lakli, otaligi 4 ta. Onalik tuguni ikki xonali, yuqoriga joylashgan. Mevasi - tuxumsimon,



ko'p urug'li ko'sakcha. May - iyun oyida gullaydi. Yo'l yoqalarida, dala va ekinzorlarda, o'tloq va o'rmon chetlarida va ariq bo'ylarida o'sadi.



Plantago mayor - diametri 15-30 santimetr bo'lgan rozetli barglari bo'lgan otsu, ko'p yillik o'simlik. Har bir barg ovalsimon, uzunligi 5–20 sm va 4–9 sm keng, kamdan-kam hollarda uzunligi 30 sm gacha. va kengligi 17 sm, o'tkir cho'qqisi, silliq cheti va deyarli bargning o'zi kabi aniq petiole bilan. Bargning uzunligi bo'ylab beshdan to'qqizgacha ko'zga tashlanadigan tomirlar bor. Gullari mayda, yashil-

jigarrang, binafsha stamensli bo'lib, 13-15 sm va kamdan-kam hollarda 70 sm gacha bo'lgan poyaning tepasida 5-15 sm uzunlikdagi zich boshoq shaklida hosil bo'ladi.



Yetuk o'simlikda omon qolish sharoitida kichik arqonlar, baliq ovlash liniyasi, tikuv yoki to'qish uchun foydalanish mumkin bo'lgan egiluvchan va qattiq tolalar mavjud.

Ba'zi navlar bog'larda manzarali o'simlik sifatida ekilgan, jumladan binafsha barglari bilan "Rubrifolia" va "Variegata" rang-barang barglari bilan.

Barglari yosh va yumshoq bo'lganda yashil salat sifatida iste'mol qilinadi, lekin ular qariganda tezda qattiq va tolali bo'ladi. Qadimgi barglarni pishiriqlarda pishirish mumkin. Barglari kaltsiy va boshqa minerallarni o'z ichiga oladi va 100 gramm chinor katta sabzi kabi taxminan bir xil miqdordagi beta-karotinni o'z ichiga oladi. Urug'lar shunchalik kichikki, ularni yig'ish zerikarli, lekin ularni un o'rnini bosuvchi yoki kengaytirgichga maydalash mumkin.

Chinor shamolda changlanadi va asosan urug'lar orqali ko'payadi, ular barglar ustida ko'tarilgan uzun va tor boshoqlarda saqlanadi. Har bir o'simlik 20 000 tagacha urug'larni berishi mumkin, ular juda kichik va oval shaklli, achchiq ta'mga ega.

Plantago media

Plantago media, hoary plantain sifatida tanilgan, zubturdoshlar oilasiga mansub gulli o'simlik turi. U markaziy va g'arbiy Yevropada, shu jumladan Buyuk Britaniyada va Amerika Qo'shma Shtatlarining shimoli-sharqiy qismida o'sadi.





Plantago media dengiz sathidan 2000 m balandlikdagi nam o‘tloqlarda o‘sadi. Bo‘yi 5 sm dan 50 sm gacha bo‘ladi. Nozik pushti-oq gullar may va sentabr oylari orasida paydo bo‘ladi. *Plantago media* germafrodit bo‘lib, shamol yoki hasharotlar, xususan, asalarilar tomonidan changlanadi. *Plantago medianing* vatani Yevroosiyo. Bu o‘simlik kalsikol bo‘lib, bo‘r yoki ohaktosh ustidagi tuproqlarda, o‘tloqlar, yaylovlarda, maysazorlarda va chiqindi joylarda o‘sadi. O‘simlik qismlari iste‘mol qilinadi.

Dorivorlik xususiyatlari

Qadimdan dorivor o‘simlik sifatida ishlatiluvchi bargizubning yana bir nomi - zubtutum. Abu Ali ibn Sino bargizubni qon oqishini to‘xtatishda va yaralarni tuzatishda tavsiya etgan. Tibbiyotda asosan ikkita – Burga bargizub va Katta bargizub turlari ishlatiladi. Tarkibida vitamin S va K, shilliq, achchiq va oshlovchi moddalar, limon kislota mavjud.



Bargizub preparatlari balg'am ko'chirish, og'riq qoldirish, bakteritsid va yallig'lanishlarni tuzatish xususiyatiga ega.

Bargizub barglaridan tayyorlangan damlama va qaynatma bronxit, bronxial astma, ko'kyo'tal va silni davolashda qo'llaniladi. Sarxil barglarining suvi oshqozon kislotaligi pastligi bilan kechuvchi surunkali gastritda, shuningdek, oshqozon va o'n ikki barmoq ichak yarasida foyda qiladi. Bunday suv oshqozon shirasi ajralishini yaxshilaydi, qonda gemoglobinni ko'paytirib, xolesterinni kamaytiradi.

Bundan tashqari, bargizub preparatlari xoletsistit, buyrak yallig'lanishi, sariq kasalligi, dermatitni davolashda, bachadon, bavirusil, oshqozondan qon oqishini to'xtatishda ishlatiladi. Bargi yaralarga qo'yilsa, tuzalishiga yordam beradi.

Unutmang, bargizub preparatlari oshqozon kislotaligi ortiqchiligi bilan kechuvchi oshqozon yarasida tavsiya etilmaydi.

Zubtutum o'simligi arab va fors shifokorlari tomonidan qadrlangan, ular uni oshqozon-ichak kasalliklari uchun tavsiya qilishgan. Tibet tibbiyotida zubtutum yiringni to'xtatadi, deb ishonishgan.

Barglaridan foydalanish uchun o'simlik bargi yil bo'yi yig'iladi va salqin erda quritiladi. Quritilgan barglari tuxumsimon, ellipssimon, tekis qirrali, 5 - 9 gacha eysimon tomirlangan, uzunligi 12 sm, eni 8 sm, kalta bandli barglardan iborat, hidsiz, achchiqroq mazasi bor.

Zubtutum o'simligi 80 dan ortiq kasalliklarga shifo bo'ladi. Masalan, me'da - ichak kasalliklari (gastrit, enterit, enterokolit) da, ko'kyo'yatlda, bavirusirda, saraton kasalligida, so'galdada, ich qotishida, ko'z kasalliklarida ishlatiladi.

Quyida zubtutum o'simligidan tayyorlangan dorivor vositalarning ayrim retseptlari keltirilgan.

Arteriya qon tomirlari torayishi (ateroskleroz) da zubtutum o'simligidan tayyorlanadigan damlamalarning tayyorlanishi:

1. Bargidan bir osh qoshiqg'i ustiga bir stakan qaynoq sub quyib, 30 daqiqa damlab qo'yiladi. So'ngra qultimlab bir soat davomida ichiladi.
2. Barglarini yuvib, sharbati olinadi va unga teng miqdorda asal qo'shib 20 daqiqa qaynatiladi, kuniga 2-3 osh qoshiqdan aterosklerozda iste'molqilinadi.
3. Maydalangan quruq bargidan 1 osh qoshig'i ustiga 1 stakan qaynoq suv quyib, 10 daqiqa damlab qo'yiladi. Kuniga 1 soat ichida qultimlab ichiladi.

Bavirusirni davolashda ishlatiladigan damlamalar.

1. Maydalangan bargidan choynakka 4 qoshiq solib, ustiga yarim litr qaynatilgan suv quyib, 4 soat o'rab damlab qo'yiladi. Kuniga 4 mahal yari stakandan choy kabi ichiladi.

2. Ildizi va bargidan 50-100 gr olib, bir paqir suvda qaynatiladi. Qaynatmadan 3 stakan ichilsa, bavoirdan qon oqishi to'xtaydi.

3. Bargi va ildizidan 500 gr olib, yod qo'shib, 4 l suvda 1 soat qaynatiladi, har kuni 2 mahal 3 piyoladan ichib turilsa, bavoirda shifo bo'ladi.

4. Zubtutum, gazandao't, sigirqyruqdan 100 gr dan olib yig'ma qilinadi. 3 osh qoshiqig'ini kechqurun termosga solib, ustiga 3 stakan qaynoq suv quyiladi. Ertalab suzib, kuniga 4 mahal ovqatdan 30 daqiqa ilgari 150 ml dan ichiladi.

Tibbiyotda zubtutum bargidan tayyorlangan damlamasi bronxit, ko'k yo'tal, astma va boshqa nafas olish kasalliklari uchun ishlatiladi.

Damlamani ovqatdan 30 minut o'tgach, 2 osh qoshiqdan kuniga 2-3 marta 7-10 kun davomida ichiladi.

Tibbiyotda zubtutum bilan bir qatorda o'rta zubtutum - *Plantago media* L. (bargini ikki tomoni tukli kalta bandli), lantsetsimon zubtutum - *Plantago lanceolata* L. (bargi lantsetsimon) o'simliklari ham ishlatiladi.

Zubtutumdoshtlar oilasi vakillaridan bo'lgan *Plantago major*, *Plantago media*, *Plantago lanceolata* turlarini dorivorlik xususiyatlari juda keng maqsada qo'lanadi. Ularning farqli taraflari *Plantago media* O'zbekiston hududida uchramaydi uni faqat markaziy va g'arbiy Yevropada uchratish mumkin. *Plantago mayor* O'zbekistonda daryo, ko'l, ariqlar yoqalarida o'sadi. *Plantago lanselata* sernam joylarda tarqalgan. Ularning dorivorlik xususiyatlari ularning bargidan tayyorlangan damlamasi bronxit, ko'k yo'tal, astma va boshqa nafas olish kasalliklari uchun ishlatiladi.

Research Science and Innovation House

Foydalanilgan adabiyotlar :

1. Blamey, M.. Wild flowers of Britain and Ireland: The Complete Guide to the British and Irish Flora.. London: A & C Black, 2003. ISBN 978-1408179505.
- 2 Parnell, J. and Curtis, T. 2012. Webb’s An Irish Flora. Cork University Press. ISBN 978-185918-4783
3. „Plantago media“. Archaeobotanical Computer Database (ABCD). Qaraldi: 29-may 2006-yil.
4. И.Р.Аскарлов "Табобат комуси". Тошнит "Мумтоз суз" 2019 й, 595 б.
5. И.Р.Аскарлов "Сирли табобат". Тошнот "Фан ва технологиялар нашриёт-матбаа уйи" 2021. 1084 б.
6. Ноибжонова Х.М., Алимбаев С.А., Луфуллин К.,Л. Зубтурум усимлигининг халк табобатидаг урни. Xalq tabobati plus. Илмий, амалий, ижтимоий, тиббий, маърифий журнал. № 3 (4) 2020; 12-13 б.
- 7.. Chang I.M., Yun H.S., Kim Y.S., Ahn J.W. Aucubin: potential antidote for alpha-amanitin poisoning. Clinical Toxicology. 1984;22:77-85
8. Ahmed Z.F., Rizk A.M., Hammouda F.M. Phytochemical studies of Egyptian Plantago species (Glucides). Journal of Pharmaceutical Sciences. 1965;54:1060-1062.

Research Science and Innovation House