

SHIFOBAXSH “ZA’FARON” NING XOSSALARI.

Boynazarova Sayyora Ro`zikulovna

TDMAU kata o`qituvchisi.

sayyoraboynazarova@gmail.com

+ 998 99 678 65 43.

Toshpo`latova Shaxrizoda Muxtor qizi

TDMAU talabasi

Shahrizodatoshpolatova94@gmail.com

+998507795539

Annotatsiya: ushbu maqola zafaron gulining xususiyatlari, o`shish joyi va o`stirish texnologiyasi haqida keng yoritilgan bo`lib, dorishunoslik va xalq tabobadida qo`llanilish usullari haqida ma`lumotlar keltirilgan.

Kalit so`zi: zafaron, piyoz, changchi, sanoat, parfimeriya, hastalik,...



Za`faron (*Crocus sativus – lotin.*) – sapsarguldoshlarga mansub ko`p yillik o`tsimon tuganak piyozli o`simlik. Yovvoyi holda uchramaydi. Hindiston, Pokiston, Xitoy, Janubiy Yevropa, Ozarbayjonda katta maydonlarda ekiladi. Piyozining diametri 1-2 santimetr. Bargi 5-15 ta, och sariq rangda; eni 2 mm, tuksiz. Guli 1-4 ta, gultoqi oqish, pastki qismi

(tashqi tomondan) binafsha rang, uzunligi 2-4 sm. Changchilari gulqo`rg`ondan qisqa. Ko`sagi cho`ziq, eni 6-7 mm.

Fevral-iyulda gullaydi, aprel—avgustda meva beradi. Tarkibida efir moyi bo`lgani uchun hidi juda o`tkir va yoqimli. 90-100 ming dona za`faron gulidan 1 kg

qurigan gul tumshuqchalari olinadi. Za'faron gulining quritilgan tumshuqchalari murabbo, tortlar rangi va ta'mini yaxshilash, oziq-ovqat (pishloq, sariyog', likyor va boshqalarda rang berish uchun), parfyumeriya (atir-upa) sanoatida ishlatiladi. Tabobatda dori-darmon sifatida qo'llaniladi. Za'faron o'rta asrlardan beri bahosi va qadri tushmay kelayotgan yagona ziravordir. O'rta asrlarda bir qadoq (450 g) za'faronni zotli arab chopqir otiga ayirboshlash mumkin bo'lgan.

Za'faron haqida tarixiy manbalar

Bu ziravorning nomi deyarli hamma tillarda arabcha "sariq" ma'nosini beradigan "Za'faron" so'zidan olingan bo'lib, qadimda mazkur noyob o'simlikdan bo'yoqlash moddasi sifatida foydalanilganidan dalolat beradi. Hozirgi davrda za'faron o'zining azaliy ahamiyatini yo'qotib, asosan pazandalikda ishlatiladi va oltin bilan teng baholanadigan yagona ziravordiryu. Yer yuzida bugungi kunda yiliga faqat uch yuz tonna za'faron yetishtiriladi. *(2017-yil holatiga ko'ra)*

Ma'lumki, za'faron insoniyatga ziravor sifatida iste'mol qilinishi to'rt ming yildan ko'proq tarixga ega bo'lib, bo'yoq sifatida neolit davrida tog'larda qoya toshlariga rasm chizishda ishlatilgan. Qadimgi Mesopotamiyada uni taomda ishlatilgan izlari arxeologlar tomonidan aniqlangan. Yozuvlarda u haqda birinchi eslatmalar Shumer sivilizatsiyasi qoldiqlarida kuzatiladi. Eronda eramizdan avvalgi X asrda za'faron tolalarini qurbonlik o'raladigan matolarni bo'yashda ishlatilgan, undan shuningdek kuchli tomizg'i sifatida foydalanib, attorlik mollari va lazzatli yog'lar tayyorlashgan. Iskandar Zulqarnayn armiyasida jarohatlarni davolashda ishlatilgan. Qadimgi Ahdda (Tavrotda) za'faron qurbonlik qilishda yordamchi vosita, bo'yoqchilik va attorlik moddasi sifatida ishlatilishi haqida bitilgan. Qadimgi Xitoy manbalarida shifobaxsh dori vositasi sifatida eslatilgan. Sharqda budda monaxlari liboslarini bo'yash uchun ishlatilgan. Yevropada uni ishlatgan boylar jamiyatda kiborlar tabaqasiga mansubligini ifodalagan. Rim arkoni davlati za'faronni dori sifatida, teri va matolarga bo'yoq, attorlik moddasi sifatida ishlatgan. U – eng mazali ziravor, sifatli tabiiy bo'yoq moddasi va qimmatbaho attorlik vositasi, hamma dardlarga davo bo'luvchi moddadir.

Sharqda ilgarilari u "qizil oltin" deb nomlangan. Za'faron qim-matbaholigining sababi ikkita: birinchidan, uni yetishtirish juda mashaqqatli ish, ikkinchidan,

xushbo'yligi, ta'mi va davolash xususiyatlari bo'yicha za'faron ziravorlar orasida tengsizdir.

Za'faronning rivojlanishi va tarkibiy moddalari

Za'faron – yiliga bir marta 10-15 kun ommaviy gullaydigan, har bir gul ochilishining davomiyligi faqat 2-3 kun bo'lgan qirmizi “krokus” (lotincha nomi) onalik guli tumshuqlarining quritilganidir. Za'faron gullari va xususan onalik gullarini qayta ishlash faqat qo'l mehnati bilan amalga oshiriladi. Onalik gullari tumshug'i faqat gullarning birinchi ochilgan kuni qirqib olinishi lozim. Uning sifati terim va uni quritishning tezligi bilan bog'liqdir. Bir kilogramm za'faron yig'ish uchun tongda quyosh hali onalik gullarini quritib ulgurmasidan, 150 ming dona atrofidagi guli terib olinishi lozim. Bir gektar yer maydonidan terimchilarning mahorati va ob-havoning munosib sharoitiga qarab 8-12 kilogramm za'faron yig'ib olish mumkin.

Za'faronning kimyoviy tarkibi 10-12 % suv, 5-7 % mineral moddalar, 5-8 % moy va mo'm, 12-13 % oqsil va eng oz miqdorda yog' ekstraktidan iborat o'ziga xos va xushbo'y yoqimli moddalardan tarkib topgan.

Za'faronning inson salomatligiga doir xususiyatlari

Qadimgi zamonlardan ma'lumki, u nodir va bemisl xususiyatlarga ega. U og'riqni qoldiruvchi, quvonch va xursandchilik baxsh etuvchi, tushkunlikdan chiqaruvchi, quvonch gormoni – serotonin ishlab chiqarish xususiyatiga egadir. Shunday qilib, za'faron – inson doimiy iste'mol qilishga o'rganib qolmaydigan, yengil psixotrop moddadir.

Hakim Ayurveda za'faronni hazm taomni yaxshilashga, sezgi va nafas olish organlarini mustahkamlashga, jigar, buyraklar, limfa bezlarini tozalashga, titroqni bosishga, tomirlarda to'xtagan qonni yurgizishga, yuz rangini tiniqlashga, jinsiy quvvatni faollashtirishga ham xizmat qilishini ta'kidlagan. Qadimda kiborlar jamiyatiga mansub ayollar tug'ish oldidan og'riqni yengillashtirish maqsadida za'faron eritilgan suvni ichishgan.

Zamonaviy tibbiyotda u ko'zga tomiziladigan dori tayyorlashda va umumiy quvvatlantiruvchi turli dori-darmonlar tayyorlashda ishlatiladi. Za'faronning

antikanserogen va antimutagen xususiyatlarga egaligi isbotlangan. Uni qaynoq sut bilan ichilsa, bosh miya faoliyatini mustahkamlab, xotirani kuchaytiradi. Agar asal bilan iste'mol qilinsa, buyrakdagi toshlarni maydalanishiga yordam beradi. Za'faron guli tumshuqlari eritmasi inson organizmiga zarur bo'lgan karotin, tiamin, riboflamin, flavonoidlar, kalsiy, fosfor kabi moddalarga va turli vitaminlarga boy. To'rt ming yillik ishlatish tarixida uning to'qson xil turli kasalliklarni davolashda qo'llanishi aniqlangan.

Za'faronning xushbo'y hidini hidlash insonni nafas olish organlariga ijobiy ta'sir qilib tinchlantiradi va uyqusizlikdan qutilishga yordam beradi. Kuchli bosh og'rig'ida va quloq shamollaganida za'faron suvida paxta yoki yumshoq matoni ho'llab kasal a'zoga bosilsa, og'riqni qoldiradi. Bundan tashqari u qorin ochish hissini ham kamaytiradi.

Za'faron me'yoridan oshirib ishlatilsa, sezgi organlarini qattiq zo'riqishiga olib kelishi mumkin. Me'yordan ko'p ovqatga qo'shilgan za'faron taomni buzishdan tashqari insonni zaharlanishga, bir necha gramm yangi uzilgan sifatli za'faron iste'mol qilinishi, o'limga ham sabab bo'lishi mumkin. Mutaxassis maslahatisiz homilador ayollarga tinchlantiruvchi vosita sifatida iste'mol qilish tavsiya etilmaydi.

Za'faron xarid qilishda yanchilib maydalanganini emas, balki butun tolali gullarini olish maqsadga muvofiq bo'ladi. Bundan ikki ming yil avval Pliniy yanchilgan za'faron qalbaki bo'lishi mumkinligi haqida ogohlantirgan. O'rta asrlarda za'faronni soxtalashtirgan kishi gulxan o'tida yoqilgan. Haqiqiy za'faron hech qachon arzon narxda sotilmagan. Uni uzoq saqlab bo'lmaydi, shuning uchun oldindan olib qo'yib bo'lmaydi

Za'faronning shifobaxsh xossalari

Za'faron ovqat hazm qilishni yaxshilab, ishtahani ochadi, organizmning hayotiy faolligini yaxshilaydi, kishilar undan oshqozon, yurak, jigar nafas olish a'zolari va asab tizimini mustahkamlashda, buyraklarni tozalashda, og'riqni qoldirishda, tinchlantiruvchi, peshob, o't va ter haydovchi vosita sifatida foydalanishadi. Lekin homiladorlikda uni iste'mol qilib bo'lmaydi, chunki u homilani muddatidan oldin tushishiga sabab bo'lishi mumkin.

Za'faron dorishunoslik sanoatida keng ishlatiladi, u sharq tabobatining 300 dan ortiq dori-darmonlari tarkibiga kiradi. Uning damlamasi bilan qadimda kataraktani davolashgan, hozirgi vaqtda ham u ko'zga tomiziladigan dorilar tarkibiga qo'shiladi. Za'faron butun organizm hujayralarini oziqlantiradi, terini silliq qiladi, rangni tiniqlashtiradi, xotira va aqliy faoliyatni yaxshilaydi, kayfiyatni ko'taradi. Za'faron 100 dan ortiq xastaliklarni davolovchi shifobaxsh xossalarga ega. Amalda har qandalik xastalik, u boshlanish bosqichidami yoki rivojlangan oxirgi bosqichidami, bundan qat'iy nazar, za'faron yordamida 85-87 % ga shifo topadi. Tadqiqotlar buni qayta-qayta isbotlagan.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Вехов В.Н., Лотова Л.И., Филин В.Р. Пособие по систематике высших растений. Археогониальные и однодольные растения: Учебно-методическое пособие. М., Изд-во Московского университета, 1986.
2. L.I.Kursanov, N. A. Kamenskiy, K.I.Meyer, V.F.Razdrovskiy, A.A.Uralov «Botanika» 2 tomlik T.1972 yil.
3. Еленевский А.Г., Соловьева М.П., Тихомиров В.Н. Ботаника. Систематика высших, или наземных растений. АСАДЕМА Москва. 2001. 429 с.
4. Родман Л.С. Ботаника. "КОЛОС". Москва. 2001 328 с.
5. Zokirov Q.Z., Jamolxonov X.A. - O'zbek botanika terminologiyasi masalalari. «Fan». Toshkent. 1996.
6. Сергиевская Е.В. - Практический курс систематики высших растений. Изд. Ленинградского унив. Ленинград. 1991.343 с.
7. Sh.Tojiboev O'simliklar sistematikasi T. 1990 yil
8. V.S.Xrjanovskiy «Kurs obshey botanik 1-2 toma». Moskva. 1976 yil.
9. Н.М.Жуковский «Ботаника», Москва, 1982
10. M.Likromov, X.Normurodov, A.Yuldoshev. O'simliklar morfologiyasi va anatomiyasi. T. 2000 y.
11. Maxmedov A., Tog'aev I. - Yuksak o'simliklar bo'yicha amaliy mashg'ulotlar. «Universitet». Toshkent. 1994. 85 b.
12. S.S.Saxobiddinov "O'simliklar sistematikasi" I-II bob. "O'qituvchi" T. 1966, 1976.

13. S.Sulaymonov “Geobotanika”Samarqand 2004 III b e t
14. 2. A.Xamidov O‘simliklar geografiyasi “O‘qituvchi” T. 1984.
15. O‘.Pratov, Q.Jumayev. “Yuksak o‘simliklar sistematikasi” (o‘quv qo‘llanma), T. 2003.
16. Pratov O‘.P., Odilov T.O. - O‘zbekiston yuksak o‘simliklari oilalarining zamonaviy tizimi va o‘zbekcha nomlari. Toshkent. 1995.39 b.