

**Ro'ziyeva Gulsara Temirqulovna**

Termiz iqtisodiyot va servis universiteti

“Tabiiy fanlar” kafedrasida o'qituvchisi PhD, v.b. dotsent

E-mail: [Ruziyeva.gulsara@gmail.com](mailto:Ruziyeva.gulsara@gmail.com)

**Talaba: Sobirjonova Xulkar Soxibjonovna**

e-mail: [xulkar128@gmail.com](mailto:xulkar128@gmail.com)

## Аннотация

Rozmarin; Ushbu maqolada rozmarin o'simligining tarqalishi, biologik xususiyatlari hamda tibbiyotdagi ahamiyati haqida ma'lumot beriladi. Rozmarin qadimdan dorivor va xushbo'y o'simlik sifatida mashhur bo'lib, asosan iliq iqlimli hududlarda keng tarqalgan. Uning barglari tarkibida efir moylari, vitamin va turli biologik faol moddalar mavjud. Shu sababli rozmarin tibbiyotda turli kasalliklarning oldini olishda va davolashda qo'llaniladi. Labguldoshlar (Lamiaceae) oilasiga mansub doimiy yashil buta o'simligi bo'lib, “Dengiz shudringi” ba'zi manbaalarda esa “Dengiz shabadasi” degan ma'noni anglatadi.

**Kalit so'zlar:** Labguldoshlar, ziravor, ursolkislatakislata, dumaloqmeva, antioksidant, gipertaniya.

## РАСПРОСТРАНЕНИЕ И ЛЕКАРСТВЕННОЕ ЗНАЧЕНИЕ РАСТЕНИЯ РОЗМАРИНА

**Рўзиева Гулсара Темиркуловна**

Термиз иқтисодийот ва сервис университети

“Табиий фанлар” кафедраси ўқитувчиси PhD, в.б. доцент

E-mail: [Ruziyeva.gulsara@gmail.com](mailto:Ruziyeva.gulsara@gmail.com)

**Талаба: Собиржонова Хулкар Сохибжоновна**

e-mail: [xulkar128@gmail.com](mailto:xulkar128@gmail.com)

## Абстрактный

В данной статье представлена информация о распространении биологических свойствах и медицинском значении растения розмарино. Розмарин издавна известен как лекарственное и в основном распространен в теплом климате. Его листья содержат эфирные масла, витамин и различные биологически активные

вещества. Пшетаму розмарин исползуется в медицине для профилактини и лечения различных заболеваний это вечнозеленый кустарник, принадлежащий к семейству Lamiaceae, переводится как “Морской бриз”.

**Ключевые слова:** губоцветные, пряность, урсоловая кислота , круглый плод антиоксидант , гипертония.

## THE DISTRIBUTION AND MEDICINAL IMPORTANCE OF THE ROSEMARY PLANT

**Ro‘ziyeva Gulsara Temirqulovna**

Termez University of Economics and Service

Teacher of the “Natural Sciences” Department, PhD, Acting Associate Professor

E-mail: [Ruziyeva.gulsara@gmail.com](mailto:Ruziyeva.gulsara@gmail.com)

**Student: Sobirjonova Xulkar Soxibjonovna**

E-mail: [xulkar128@gmail.com](mailto:xulkar128@gmail.com)

This article provides information about the distribution, biological properties and medical significance of the rosemary plant. Rosemary has long been known as a medicinal and aromatic plant, and is mainly widespread in warm climates. Its leaves contain essential oils, vitamins and various biologically active substances. Therefore, rosemary is used in medicine for the prevention and treatment of various diseases. It is an evergreen shrub belonging to the Lamiaceae family, and in some sources, “sea breeze” means, “sea breeze”.

**Keywords;** Lamiaceae, species, ursolic acid, round fruit, antioxidant, hypertension.

### **Kirish.**

Rozmarin -ilmiy nomi “Salvia Rosmarinus” yoki ba’zi manbaalarda “Rozmarius officinalis” deb ham yuritiladi. U labguldoshlar (lamiaceae) oilasiga mansub doimiy yashil buta o’simligi bo’lib, “dengiz shudringi” degan ma’noni anglatadi. Asl vatani - Mediterranean Basin (o’rta yer dengizi hududi) hisoblanadi. Tabiiy holda Ispaniya, Italiya, Gretsiya va shimoliy afrika qirg’oqlarida tabiiy holda o’sadi. Hozirda tarqalishi – Yevropa, Osiyo, Shimoliy va janubiy amerika hududlarida keng yetishtiriladi. Ba’zi hududlarda yovvoyi holda uchraydi. O’zbekistonda issiq hududlarda bog’ va tomorqalarda dorivor va ziravor sifatida yetishtiriladi. O’rta dengiz havzasida 1-3 turi o’sadi. Doimiy yashil buta bo’lib, bo’yi 1,5-2 m, 50-100 sm gacha o’sadi. Uning bargi va to’pgulidan efir moyi olinadi. Rozmarin asosan qalamchasidan

yetishtiriladi. Kamdan kam hollarda urug'idan ko'paytiriladi. 2-3 yildan keyin bargi va to'guli yig'ib olinadi. Gullari 2 labli mayda och binafsha rangda bo'ladi. Mevasi dumaloq -silliq jigarrang bo'ladi. Bargining uzunligi 3-4 sm bo'ladi. Bargi va to'pguli tarkibida parfyumeriya va tibbiyotda ishlatiladigan 1,5-2,5 % efir moyi( quruq moddaga nisbatan), 0,5% gacha rozmaritsin va boshqa alkaloidlar, ursol va rozmarin kislotalari mavjud. Bargi tarkibida efir moylaridan pinen 30% , komfen 20%, sineol 10% borneol, bornelasetat, limonen, smola va boshqa moddalar uchraydi. Rozmarin kuchli xushbo'y va yoqimli bargi, guli yosh novdalari quruq holda baliq mahsulotlariga ishlov berishda qo'llaniladi.

Rozmarin Qadim zamonlardan dorivor vosita sifatida foydalanishgan. Uning foydali xususiyatlari to'grisida har bir xalqda turlicha qarashlar mavjud bo'lgan. Rimliklar uni xotirani yaxshilaydi deb xisoblasa, Greklar uning yordamida yaralarni davolashgan. Xitoyliklar esa uning yordamida bosh og'rig'idan halos bo'lishgan. Hozirgi zamonda olimlar uni o'rganib , tarkibida juda ko'p efir moylari vitamin -C guruh elementlari , kaliy , kalsiy va natriyni saqlashini aniqlashgan.

Rozmarinning ilmiy xususiyatlari ilmiy tasdiqlangan;

1; U qorin, bosh va muskullar og'rig'ida yordam beradi.

2; Revmatizm , radikulit va fibromialgiyada yordam beradi.

3; Oshqazon buzilganda

4; spazmda yordam beradi

5; Qon bosimini oshishini oldini oladi.

Rozmarin soch o'sishini tezlashtiruvchi, bosh terisida qon aylanishini yaxshilovchi va soch sinishini oldini oluvchi tabiiy vosita hisoblanadi. Uning tarkibida kuchli antioksidantlar mavjud bo'lib, nafaqat sochni mustahkamlaydi balki ovqat hazm qilish tizimini yaxshilash va hujayralarni himoya qilish xususiyatiga ham ega .

## **Rozmarinning tibbiyotdagi ahamiyati:**

1. Xotira va miya faoliyatini yaxshilaydi. Rozmarin miya faoliyatini faollashtiradi va xotirani mustahkamlaydi. Uning efir moyi miyadagi qon aylanishini yaxshilab, diqqatni oshiradi. Shu sababli ayrim tadqiqotlarda rozmarin hidini hidlash ham aqliy faoliyatni kuchaytirishi aytiladi .

2. Yallig'lanishga qarshi ta'siri

Rozmarin tarkibidagi moddalar organizmdagi yallig'lanish jarayonlarini kamaytiradi. Shu sababli u shamollash , tomog' og'rig'I yoki bo'g'im og'riqlarida foydali hisoblanadi.



3.Ovqat hazm qilishni yaxshilaydi.

Rozmarin oshqozon va ichak faoliyatini yaxshilaydi.U hazm qilishni tezlashtiradi,qorin dam bo'lishini kamaytiradi. Ko'pincha undan choy yoki damlama sifatida foydalaniladi.

4.Antioksidant manbai

Rozmarin tarkibida kuchli antioksidant moddalar mavjud .Bu moddalar organizmdagi zararli erkin radikallarni kamaytiradi va hujayralarni himoya qiladi.Natijada qarish jarayoni sekinlashadi va turli kasalliklarning oldi olinadi.

Rozmarinning salbiy tomonlari ham mavjud ;U ziravor sifatida keng qollaniladi.Rozmarinni ziravor sifatida kam miqdorda ovqatlarga, choy va limonadlarga solishda me'yoridan ortiq istemol qilingandan esa ovqat hazm qilishda muammolar kelib chiqadi.Bosh og'rig'I va qon bosimining ko'tarilishiga sababchi bo'lishi mumkin.Oshqozon yarasi va qorin sanchishi kasalliklaridan aziyat chekuvchi insonlarga ,gipertaniya kasalligiga duchor bo'lgan kishilarga juda oz miqdorda tanavvul qilish tavsiya beriladi.

**Xulosa:** Qilib aytganda rozmarin inson salomatligi uchun juda qimmatli dorivor o'simliklardan biri hisoblanadi.Uning tarkibida organism uchun foydali bo'lgan ko'plab biologik faol moddalar, vitaminlar va antioksidantlar mavjud.Shuningdek rozmarin yallig'lanishga qarshi ,antibacterial va tetiklashtiruvchi xususiyatlarga ega

bo'lib, ko'plab kasaliklarni ildini olishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli u xalq tabobatida, balki zamonaviy tibbiyot va kasmetologiyada ham keng qo'llaniladi. Demak rozmarin tabiat tomonidan insonlarga berilgan foydali va shifobaxsh o'simliklardan biri bo'lib, undan oqilona foydalanish sog'liqni saqlash va mustahkamlashda muhim ro'l o'ynaydi.

## Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Wormwood, V, A (2016). The complete book of essential Oils and Aromatherapy.
2. Atabayeva, X. N. Xudoyqulov, J B "O'simlikshunoslik" Toshkent 2018
3. C. M. S. Z. Verma et al. (2015) "The potential of rosemary (rozmarinus officinales) as a natural food preservative".
4. Journal of food science.
5. H. X. Xolmatov, O', A Ahmedov. Formokognoziya, Toshkent 2008.