

Ro‘ziyeva Gulsara Temirqulovna

Termiz iqtisodiyot va servis universiteti

“Tabiiy fanlar” kafedrası o‘qituvchisi PhD,v.b.dotsent

E-mail: Ruziyeva.gulsara@gmail.com

Talaba: Narzullayeva Mavluda Xayrulla qizi

mavludanarzullayeva118@gmail.com

Annotatsiya

Ushbu maqolada momaqaymoq o‘simligining dorivorlik xususiyatlari va tabobatda insonlar tomonidan keng qo‘llanilishi haqida ma‘lumotlar keltirilgan. Siz bu maqolani o‘qib chiqish jarayonida momaqaymoq o‘simligining qanchalik inson hayoti uchun zarur ekanligini va sog‘ligimiz uchun kichik bir o‘simlikning anchalik muhimligini bilishingiz mumkin.

Dorivor momaqaymoq yoki dala qoqi o‘ti[1] (lotincha: *Taraxacum officinale*) – momaqaymoq jinsining keng tarqalgan turi. Momaqaymoq – o‘rmon-dasht zonasida keng tarqalgan o‘simliklardan biri. Rossiyaning Yevropa qismida, Ukraina, Belorussiya, Kavkaz, Moldova, Uzoq Sharq, Saxalin, Kamchatka, Markaziy Osiyo, Sibirning, dalalarida, bog‘larida, oromgohlarida, ochiq joylarida, yo‘llar yaqinida o‘sadi. Momaqaymoq uzunligi 60 sm gacha bo‘lgan ko‘p yillik o‘simlik bo‘lib, qalinligi taxminan 2 sm, yoyilgan ildizpoyaga ega, yuqori qismida kalta ko‘p boshli ildizpoyaga ajralgan. Momaqaymoq barglari uzun, kesilgan yoki butun, nayzasimon yoki cho‘zinchoq nayzasimon, tishli, uzunligi 10-25 sm, kengligi 1,5-5 sm bo‘ladi. Mevasi kulrang-jigarrang tutamli urug‘ bo‘lib, oq shoxlanmagan tuklardan tashkil topgan. Urug‘lari juda nozik va shamol bo‘lsa osongina tarqalib ketadi. O‘simlikning barcha qismlarida achchiq ta‘mli qalin oq sutli sharbat bor. Momaqaymoq urug‘lari bahor faslining birinchi haftasida unib chiqadi. Birinchi davrida unib chiqqan o‘simlik ildizi va barglarini hosil qiladi. Gullash va meva berish ikkinchi davrida boshlanadi. Momaqaymoq may–iyun oylarida gullaydi, ba’zida kuzgi gullash ham kuzatiladi va may oyining oxiridan iyulgacha meva beradi.

Kalit so‘zlar: Momaqaymoq ekologiyasi, tabobatda qo‘llanilishi, pardoza keng qo‘llanilishi, dala momaqaymog‘i, shifobaxshligi.

Abstract

This article provides information about the medicinal properties of the dandelion plant and its wide use in traditional medicine by people. By reading this article, you will

learn how important the dandelion plant is for human life and how even a small plant can play a significant role in maintaining our health.

Medicinal dandelion, also known as field dandelion (Latin: *Taraxacum officinale*), is a widely распространённый species of the dandelion genus. Dandelion is one of the plants widely distributed in forest-steppe zones. It grows in the European part of Russia, Ukraine, Belarus, the Caucasus, Moldova, the Far East, Sakhalin, Kamchatka, Central Asia, and Siberia, in fields, gardens, recreation areas, open spaces, and near roads.

Dandelion is a perennial plant reaching up to 60 cm in height, with a thick root (about 2 cm), branching at the upper part into a short multi-headed rhizome. The leaves are long, lobed or entire, lanceolate or elongated-lanceolate, toothed, 10–25 cm long and 1.5–5 cm wide. The fruit is a gray-brown achene with a tuft of white unbranched hairs. The seeds are very light and easily dispersed by wind. All parts of the plant contain a thick, white, bitter latex sap. Dandelion seeds germinate in the first weeks of spring. In the initial stage, the plant develops roots and leaves, while flowering and fruiting occur in the second stage. It blooms in May–June, sometimes also in autumn, and bears fruit from late May to July.

Keywords: Dandelion ecology, medicinal use, cosmetic application, field dandelion, healing properties.

Аннотация

В данной статье представлены сведения о лечебных свойствах растения одуванчика и его широком применении людьми в народной медицине. Прочитав данную статью, вы сможете узнать, насколько важен одуванчик для жизни человека и какое большое значение для нашего здоровья может иметь даже небольшое растение.

Лекарственный одуванчик, или полевой одуванчик (лат.: *Taraxacum officinale*), является широко распространённым видом рода одуванчиков. Одуванчик широко распространён в лесостепной зоне. Он произрастает в европейской части России, Украине, Беларуси, на Кавказе, в Молдове, на Дальнем Востоке, Сахалине, Камчатке, в Центральной Азии и Сибири — на полях, в садах, зонах отдыха, на открытых местах и вдоль дорог. Одуванчик — многолетнее растение высотой до 60 см с толстым корнем (около 2 см), который в верхней части разветвляется в короткое многоголовое корневище. Листья длинные, рассечённые или цельные, ланцетные или удлинённо-ланцетные, зубчатые, длиной 10–25 см и шириной 1,5–5 см. Плод —

серо-коричневая семянка с хохолком из белых неветвящихся волосков. Семена очень лёгкие и легко распространяются ветром. Во всех частях растения содержится густой белый млечный сок с горьким вкусом. Семена прорастают в первые недели весны. На начальном этапе растение формирует корень и листья, а цветение и плодоношение происходят на втором этапе. Цветёт в мае–июне, иногда наблюдается и осеннее цветение, плодоносит с конца мая до июля.

Ключевые слова: Экология одуванчика, применение в медицине, использование в косметологии, полевой одуванчик, лечебные свойства.

Kirish.

Momaqaymoq (qoqio't) — tarkibida vitamin C, temir va foydali moddalar ko'p bo'lgan dorivor o'simlik. U jigar, o't pufagi, me'da yallig'lanishi, bavo-sil va teri kasalliklarini davolashda, shuningdek, o't va siydik haydovchi hamda ishtaha ochuvchi vosita sifatida xalq tabobatida keng qo'llaniladi.

Momaqaymoq haqida asosiy ma'lumotlar:

Tavsifi: Aprel-may oylarida gullaydigan, poyasidan sutsimon shira chiqadigan ko'p yillik o't.

Tarqalishi: O'rmon-dasht zonalari, bog'lar va yo'l yoqalarida, xususan, O'rta Osiyo, Yevropa va Sibirda keng tarqalgan.

Shifobaxsh xususiyatlari:

Jigar va o't pufagi: Ildizi va bargidan tayyorlangan damlamalar jigar shamollashida, o't pufagi va me'da kasalliklarida yordam beradi.

Moddalar almashinuvi: Vitamin C tanqisligi (avitaminoz) va anemiyada tavsiya etiladi.

Teri kasalliklari: Bargidan olingan shira teri toshmalari va so'gallarni ketkazishda ishlatiladi.

Xususiyati: Ovqat hazm qilishni yaxshilaydi, surgi va siydik haydovchi ta'sirga ega.

Ildiz damlamasini tayyorlash: 10 g (1 osh qoshiq) quruq ildiz ustiga 200 ml issiq suv quyib, 15 daqiqa davomida suv hammomida qizdiriladi, 45 daqiqa davomida sovutiladi va suzib olinadi.

Labaratoriya tadqiqotlariga ko'ra momaqaymoq ildizi ekstrakti ikki kun ichida saraton hujayralarini 95 % ini yo'q qila oladi



Qo‘llanilishi:

Tibbiyotda, kosmetikada va ba’zan oziq-ovqatda (salatlarda) ishlatiladi. Eslatma: Har qanday dorivor o‘simlikni ishlatishdan oldin shifokor bilan maslahatlashish tavsiya etiladi.

Tabobatda momaqaymoqning ildizidan, bargidan, sharbatidan dorivor o‘simlik sifatida foydalanadi. Barglar, sharbatlar iyun oyida – erta bahorda yoki kech kuzda barglarning so‘lishi bosqichida yig‘ib olinadi, quritgichlarda 40-50 ° S haroratda quritiladi. Momaqaymoq – g‘ozlar va shimol bug‘ulari, Yevropa lozlari uchun yaxshi ozuqa.



a

Xalq tabobatida qo‘llanishi.

Momaqaymoq gepatit, xolesistit, xolelitiyoz, sariq kasal, gastrit, kolit, sistitni davolashda, ishtahani va ovqat hazm qilishni yaxshilashda, ich qotishi, meteorizm kasalliklarining oldini olishda foydalaniladi.

Arterioskleroz, teri kasalliklari, vitamin C tanqisligi va anemiyani davolash uchun yangi barglaridan sharbat tavsiya etiladi. Ildizlari bilan birga o‘simlikdan jigar va o‘t pufagining turli kasalliklari, o‘smalar, tomchilar, siydik tosh kasalligi va bamosir uchun ishlatiladi. Bundan tashqari o‘simlikdan vitamin yetishmasligi uchun, turli xil teri kasalliklari: toshmalar, oqmalar uchun ham qo‘llanadi.

Xitoy xalq tabobatida momaqaymoqning barcha qismlari antipiretik, diaforetik, tonik sifatida, shuningdek, ilon chaqishi, emizikli onalarda laktatsiyani kuchaytirish, limfa tugunlarining yallig‘lanishi va boshqa teri kasalliklari uchun ishlatiladi.

Pardozdagi xususiyatlari.

Momaqaymoq xalq kosmetikasida ham keng tarqalgan: uning yangi barglaridan iborat niqob terini oziqlantiradi, namlaydi va yoshartiradi, sepkil va dog‘larni kamaytirishga yordam beradi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, momaqaymoq (*Taraxacum officinale*) o‘simligi yuqori dorivor xususiyatlarga ega bo‘lib, xalq tabobati va zamonaviy tibbiyotda keng qo‘llaniladigan muhim o‘simliklardan biridir. Uning tarkibidagi biologik faol moddalar jigar, o‘t pufagi, ovqat hazm qilish tizimi hamda teri kasalliklarini davolashda samarali ta‘sir ko‘rsatadi. Shuningdek, momaqaymoq moddalar almashinuvini yaxshilaydi, organizmni tozalaydi va umumiy sog‘liqni mustahkamlashga xizmat qiladi. Shu bois ushbu o‘simlikdan oqilona va me‘yorida foydalanish inson salomatligini saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Соколов Е. А. „Парнокопытные (Artiodactyla)“, . Корма и питание промысловых зверей и птиц, 10000 экз, М., 1949 — 193-bet.
2. Семёнов-Тян-Шанский О. И. „Питание северного оленя“, . Дикий северный олень на Кольском полуострове, 500 экз, Труды Лапландского государственного заповедника. Вып. 2, М., 1948 — 23-bet.
3. Юргенсон П. Б., Капланов Л. Г., Книзе А. А. „Вопросы экологии лося“, . Лось и его промысел. М.: Главпушнина НКВТ, 1935 — 64-bet.
4. Botanika (darslik)
5. Wikipediya.