

ZUBTURUM O`SIMLIGI

Ro`ziyeva Gulsara Temirqulova

Shamatova Farangiz

Termiz iqtisodiyot va servis universiteti

Tibbiyot fakulteti

Annotatsiya

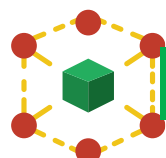
Ushbu maqolada zubturum o`simligining dorivorlik xususiyati va undan xalq tabonotida qo`llanilishi, insonlar bu o`simlikni qay maqsadda foydalanishi va undan foydalanish retseptlari bilan tanishishingiz mumkin. Zubturum (*Plantago*) — zubturumdoshlar oilasiga mansub 1—2 va ko`p yillik o`tlar turkumi. 260 tacha turi ma`lum. O`zbekistonda 6 turi uchraydi. 4 turidan dorivor o`simlik sifatida foydalaniladi. Barglari ildiz bo`g`zida to`p bo`lib joylashgan, bandli, keng tuxumsimon yoki keng ellipssimon, nashtarsimon va tasmaimon. Gullari poya va shoxlari uchida oddiy boshqoq hosil qiladi. Me-vasi ikki yoki ko`p urug`li. Bargi va urug`i tarkibida S va K vitamin, karotin, shilimshiq oshlovchi va b. mod-dalar bor. Bargidan tayyorlangan damlama me`da-ichak kasalliklarini, yaralarni davolashda, urug`ining shilimshiq eritmasi esa kuchsiz surgi sifatida ishlatiladi

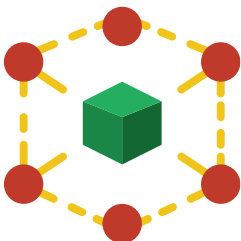
Bargizub o'ti (boshqa nomlari bilan, "zubturum" yoki "zubturum bargizub") ko`plab an'anaviy tibbiyotda shifobaxsh vosita sifatida ishlatiladi. Bargizub o'tining shifobaxsh xususiyatlari haqida bir nechta foydali tomonlar mavjud, ammo bu o`simlikning aniq tibbiy qo`llanilishi va xavf-xatarlari ham mavjud bo`lishi mumkin.

Kalit so`zlar: *Plantago*, Shifobaxsh zubturum, Dorivorligi, ogoxlantirishlar, bargizub

Kirish.

Bargizub o'ti (botanikal nomi: *Euphorbia* turkumi) xalq tibbiyotida ko`p ishlatiladigan o`simliklardan biridir. U o`zining shifobaxsh xususiyatlari bilan tanilgan va ko`plab kasalliklarni davolashda yordam beradi. Bargizub o'ti, asosan, asalarichilik, teri kasalliklari, yallig`lanish va boshqalar bilan bog`liq bo`lgan kasalliklarda foydalidir. Quyida uning qo`llanilishiga oid ko`proq ma`lumot keltirilgan:





Bargizub o'tining shifobaxsh xususiyatlari:

1. Yallig'lanishga qarshi ta'sir:

Bargizub o'ti, an'anaviy tibbiyotda yallig'lanishga qarshi ishlatiladi. U organizmdagi yallig'lanish jarayonlarini kamaytirishga yordam beradi.

2. Og'riqni kamaytirish:

U ko'pincha og'riqni kamaytirish uchun ishlatiladi, ayniqsa mushaklardagi yoki bo'g'imlardagi og'riqlarni yengillashtirishda foydalidir.

3. Jigar va buyraklarni tozalash:

Bargizub o'ti jigarni va buyraklarni tozalashda yordam berishi mumkin, chunki u toksinlarni chiqarib tashlashga yordam beradi va bu organlarning faoliyatini yaxshilaydi.

4. Antioxidant xususiyatlari:

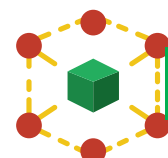
Bargizub o'ti organizmdagi erkin radikallarga qarshi kurashib, antioksidant sifatida faoliyat ko'rsatishi mumkin. Bu xususiyatlar qarish jarayonini sekinlashtirishga yordam beradi.

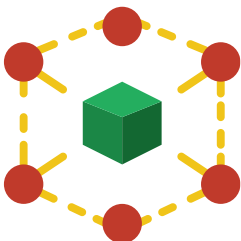
5. Qon aylanishini yaxshilash:

O'simlik qon aylanishini yaxshilashga yordam beradi va qon bosimini normallashtirishi mumkin.

6. Terini yaxshilash:

Bargizub o'ti teri kasalliklarini davolashda ham qo'llaniladi. U ekzema, akne va boshqa teri kasalliklarini yengillashtirishda foydali bo'lishi mumkin.





Xususiyatlari:

1. Antibakterial xususiyatlar:

Bargizub o'ti antibakterial xususiyatlarga ega bo'lib, infeksiyalarni davolashda yordam berishi mumkin. Bu o'simlik bakteriyalarni o'ldirishga qodir bo'lib, og'riqni kamaytirish va yallig'lanishni pasaytirish uchun qo'llanadi.

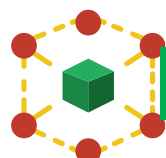
2. Yallig'lanishga qarshi:

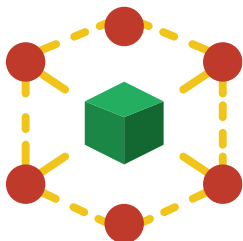
Bargizub o'ti yallig'lanishlarni kamaytirishda yordam beradi. Shu sababli, u artrit yoki boshqa bo'g'im yallig'lanishlari kabi kasalliklarda yordam beradi. O'simlik yallig'lanishga qarshi kuchli ta'sir ko'rsatadi, bu esa o'simlikni yallig'lanishni davolashda foydali qiladi.

3. Barkamollikni oshirish:

O'simlik tanadagi immun tizimini kuchaytirishi mumkin. U tananing barkamolligini oshirib, infeksiyalarni oldini olishga yordam beradi. Bu uning xavfli mikroblar bilan kurashishda foydali ekanligini ko'rsatadi.

4. Terini davolash:





Bargizub o'tining teriga foydali ta'siri haqida ko'p ma'lumot mavjud. U ekzema, akne, shilliq qavatni yallig'lanishi, teri infeksiyalarini davolashda ishlatiladi. Bargizub o'tining suvi yoki qattiq ekstrakti ba'zi teri muammolarini tezda yengillashtirishga yordam beradi.

5. Yurak-qon tomir tizimi:

Bargizub o'ti yurak va qon tomir tizimini sog'lomlashtirishda foydali bo'lishi mumkin. U qon aylanishini yaxshilashga yordam beradi va qon bosimini normal holatda ushlab turishiga yordam beradi. Shu bilan birga, u qon ivishining oldini olishda ham foydalidir.

6. Antiseptik xususiyatlar:

Bargizub o'tining antiseptik xususiyatlari bor, bu esa yaralarni tezda davolashga yordam beradi. Uning asosiy tarkibiy qismlari yaralarning tezda tuzalishiga yordam beruvchi moddalarni o'z ichiga oladi.

Ogohlantirishlar:

Bargizub o'tining foydalanilishida ehtiyotkorlik kerak, chunki u ba'zi holatlarda allergik reaksiyalarni keltirib chiqarishi yoki boshqa dorilar bilan o'zaro ta'sir qilishi mumkin. Shuning uchun, bargizub o'tidan foydalanishdan oldin shifokor bilan maslahatlashish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Wikipediya
2. Botanika (darslik)
3. Noibjonova X.M (Zubtuum o`simligi)

