

## ARPABODIYON O‘SIMLIGIGA BIOLOGIK TAVSIF

UrDU Tabiiy fanlar fakulteti biologiya yo‘nalishi 2-kurs

Talabasi Abdirimova Kumushoy Hasanovna

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada dorivor o‘simliklardan biri bo‘lgan Arpabodiyon haqida ma’lumotlar berilgan. Arpabodiyon urug‘lari ishtaxa ochuvchi, yel haydovchi, balg‘am yumshatuvchi vosita sifatida ishlatiladi. O‘simlik ilmiy tibbiyotda ham keng qo‘llaniladi. O‘simlik urug‘larining suvli damlamasi arterial qon bosimni tushiradi, ichak, jigar, buyrak sanchiqlarida splazmolitik ta’sir etadi. Arpabodiyon antioksidant, antibakterial, zambrug‘larga qarshi, viruslarga qarshi, laktogen xususiyatga ega.

**Kalit so‘zlar:** Arpabodiyon (Anisium), arpabodiyon mevasi, xalq tabobati, anetol, efir moyi,

Arpabodiyon (Foenikulum vulgariyasi) – bu Apiaceae oilasiga mansub ko‘p yillik o‘t o‘simlik. Bu ikki yillik yoki ko‘p yillik o‘simlik bo‘lib, poyasi tik va uchi yalang‘ochlangan, mayda sariq gullardan tashkil topgan soyabon va tarvaqaylab qo‘yilgan. Bu anisidli xushbo‘y novdani tagida o‘sadigan katta oq lampochka bilan ajralib turadi, undan ko‘plab ipga o‘xshash barglar chiqadi. Arpabodiyon – bu dorivor va oshpazlik xususiyatlariga ega, bu urug‘lar, barglar va lampochkalarining o‘ziga xos xushbo‘yligi uchun keng qo‘llaniladi. Ildizlari aperitiv va diuretik xususiyatlarga ega, urug‘lari balsamik, karminativ, yallig‘lanishga qarshi va laktatsiya davrida sut oqimini faollashtiradi. Fennel deb nomlangan o‘simlik soyabonlar oilasiga tegishli. Mamlakatimizda o‘simlik Voloshskiy yoki dorixona arpabodiyon deb ham ataladi. Arpabodiyon qadim zamonlardan beri qadrlanib kelinadi.

### Tashqi ko‘rinishi.

Bu yovvoyi tabiatda balandligi 2 m gacha bo‘lishi mumkin bo‘lgan tik podshipnikli va tarvaqaylab ketgan ko‘p yillik o‘t turidir. Yetishtiriladigan navlari bir yillik yoki ikki yillik o‘simliklar bo‘lib, ularning bo‘yi taxminan 60-80 sm ga teng bo‘lib, ildizi bor. Poyasi, piyozi, barglari va gullaridan tashkil topgan o‘simlikning barchasi er yuzida bir xil rozet hosil qiladi. Ushbu tuzilishdan uzun va qattiq novda paydo bo‘ladi, juda tarvaqaylab, ochilgan yashil rangda, g‘unajin bilan tugaydigan barglari bilan. **Ildiz-**Arpabodiyon poyasi tik, shaklli, silindrsimon yoki naychasimon, ozgina burishgan, juda tarvaqaylab ketgan va och yashil yoki oqish rangga ega. Uning

balandligi xilma-xilligi va o'sish odatlariga qarab 60-80 sm dan 2-3 m gacha o'zgarib turadi. **Barglari**-Uzaygan, chuqur yashil barglarning uchlari namlikning yo'qolishini oldini olish uchun qattiqlashishga moyil bo'lgan ko'plab lakiniyalarga bo'lingan. Ular navbatma-navbat o'sib boradi va pichanga o'xshab po'stinlanadi. **Meva**-Uyda quritilmagan mevalar shizokarp hisoblanadi. Dastlab u yashil rangga aylanadi va u pishganida jigarrang-qora rangga aylanadi. U beshburchak va cho'zinchoq shaklga ega va uzunligi 5 mm ga yaqin bo'lib, beshta yaxshi ochilgan rangli qovurg'ani ta'kidlaydi. **Gullar**-Kichkina sarg'ish gullar murakkab soyabonlarda joylashgan nozik va kengaygan pedunkulada terminal holatida joylashgan. Pentamerik simmetriya, unchalik ko'rinmaydigan barglari, bikarpellar gynoecium va beshta stamens, ular odatda har bir guldastaga 10-40 birlikdan to'planadi.

### Turlari

O'rt yer dengizi havzasining tabiiy xushbo'y turlariga misol qilib anado, cenoyo, fenejo, fenollo o'tli santa yoki petrushka kabi tirlari keng tarqalgan. Tijorat ekinlari sifatida u butun g'arbiy va Markaziy Osiyoda, Evropaning janubi-g'arbiy qismida tarqaladi. U hatto Shimoliy Afrikaning Azor va Kanariya orollarida uchraydi va Yaponiya va Amerika kabi joylarda tabiiy holga aylangan. Turlar Foenikulum vulgariyasi U vatani janubiy Evropada, ayniqsa yovvoyi tabiatda bo'lgan O'rta er dengizi havzasida joylashgan. Ayni paytda u butun dunyo bo'ylab mo'tadil zonalarda tarqalgan. Urug'da taxminan 6% efir moyi mavjud, Bu anetol va fenkonning organik birikmalaridan iborat. Shuningdek, tarkibida shakar, albriminlar, fitosterollar, kumarin, shilimshiq va estragol va pinen kabi boshqa efir moylari mavjud. Barglarda oddiy uglevodlar, kumarinlar va efir moylari mavjud; kurtaklarda ba'zi mineral elementlar (Ca, Fe va P), tolalar va vitaminlar (A va B)<sup>3</sup>. Aslida, asosiy faol printsipl – bu o'simlik bo'ylab tarqalgan, ammo urug'larda to'plangan efir moylari anetol va estragol. Eng ko'p mineral – bu kaliy bo'lib, u hujayralarning ichki va tashqi suv muvozanatida ishtirok etadi. Shuningdek, u mushaklarning faoliyatini tartibga soladi va asab impulslarini shakllantirish va o'tkazishda ishtirok etadi





### Arpabodiyanning foydali xususiyatlari.

Arpabodiyon, aksariyat sabzavotlar, ko‘katlar yoki aromatik o‘simliklarga o‘xshab, kam energiya darajasiga ega, ammo tolaga va uglevodlarga boy. Kilogramm yo‘qotish dietalari yoki o‘ziga xos simptomatik davolash usullari uchun ideal ovqat. Uning ishlatilishi saraton kasallarida ko‘rsatiladi, chunki u kimyoviy terapiya va nurlanish qo‘llanilgandan so‘ng ovqat hazm qilish tizimini qayta tiklashga yordam beradi. U ovqat hazm qilish traktini tekislaydigan mushaklarga ta‘sir ko‘rsatishi va gazlarning chiqarilishini rag‘batlantirishi tufayli antispazmodik vazifasini bajaradi. Arpabodiyon urug‘i choyi ilonlar, hashoratlar yoki ovqatdan zaharlanish natijasida paydo bo‘lgan ta‘sirni susaytiradigan samarali vositadir. Bu siydik chiqarishni kuchaytiradigan siydik haydovchi ta‘siri tufayli ajoyib xun takviyesidir. Gargling ovozning balandligini va tomoq og‘rig‘ini engillashtiradi. Tibbiy Arpabodiyon ichak tutilishi va achchiq ichakni, shuningdek buyraklar, jigar, taloq va o‘pka bilan bog‘liq kasalliklarni kamaytiruvchi fitoestrogenlarga boy. Bundan tashqari, u sut oqimini ko‘paytirish, hayz ko‘rishni tartibga solish, amenoreyani davolash, ovqat hazm qilish tizimini yaxshilash va ishtahani susaytiruvchi vosita sifatida ishlatiladi. Aks holda, u odatda angina, oshqozon yonishi, qon bosimini davolash va depressiya va xavotirdan xalos bo‘lish uchun ishlatiladi. Bu astma, burun tikanikligi, yo‘tal va suyuqlikni ushlab turishga qarshi samarali vositadir, hatto libido va shahvoniy istaklarni kuchaytirish ham

samarali. Oshpazlikdan foydalanish. Arpabodiyon – bu urug’larning o‘ziga xos ta’mi tufayli ziravor sifatida gastronomiyada ishlatiladigan aromatik o‘simlik. Darhaqiqat, bu qo‘shimcha souslar, go‘sht va baliqlarni, shuningdek pirojnoe va boshqa qandolat mahsulotlarini kiyintirish uchun quruq va maydalangan holda ishlatiladi. Boshqa tomondan, barglar va novdalar aromatik o‘tlar sifatida, lampochka esa retseptlarga o‘ziga xos lazzat beradigan sabzavot sifatida ishlatiladi. Ba’zi mintaqalarda piyoz va lampochka qizilmiya lazzatiga ega ichimlik yoki likyor tayyorlash uchun xom



ashyo hisoblanadi. Quritilgan barglarning konsentrlangan infuzioni bilan bosh terisining ishqalanishi sochni mustahkamlaydi va sochlarning yo‘qolishini oldini oladi. Og‘izdan chiqqan hid yoki halitoz bilan bog‘liq muammolar ovqatni iste’mol qilgandan keyin arpabodiyon urug‘ini chaynash orqali tarqaladi. Arpabodiyon urug‘idan olinadigan efir moyi terapevtik xususiyatlari tufayli muqobil tibbiyotda keng qo‘llaniladi. Altsgeymerni terapevtik davolash uchun peshonani va orqani arpabodiyon moyi bilan surtish tavsiya etiladi. Nozik to‘qimalardan olingan sharbat kon’yunktivit, uslublar yoki glaukomalar tufayli charchagan va tirnash xususiyati beruvchi ko‘zlarni yo‘qotish uchun ishlatiladi. Xuddi shu tarzda, urug‘larni tayyorlashni filtrlash kuniga bir necha marta ko‘zlarni yuvish orqali shunga o‘xshash natijalar bilan qo‘llaniladi. Qorin ustiga qo‘yilgan qaynatilgan va ezilgan barglardan yasalgan qoraqarag‘ay qorinda og‘riq qoldiruvchi vosita bo‘lib xizmat qiladi. Boshqa tomondan, bir litr suvning kaynatilishini hammom suvida 50 gramm mevalar bilan suyultirish organizmga taskin beruvchi ta’sir ko‘rsatadi.



### Arpabodiyanga iqlimning tasiri.

Arpabodiyon har bir mintaqaning iqlim sharoitiga qarab kuzning o‘rtalaridan to bahorning boshigacha urug‘lar bo‘yicha ko‘payadi. Odatda 5-8 kg / ga urug‘ o‘simliklar orasida 0,30-0,40 m zichlikda va chiziqlar orasida 0,70 m ishlatiladi. Ekish to‘g‘ridan-to‘g‘ri yoki noqulay iqlimi bo‘lgan mintaqalarda urug‘lik maydonlari orqali amalga oshirilishi mumkin. Issiqxona sharoitida doimiy 20 ° S harorat urug‘larni ekishdan 8-10 kun o‘tgach unib chiqishiga imkon beradi. Iliq yoki mo‘‘tadil iqlimi bo‘lgan mintaqalarda fevral yoki mart oylarida ekish tavsiya etiladi. Sovuq iqlim sharoitida keyinchalik ko‘chirib o‘tkazish yoki kech ekishni amalga oshirish uchun nazorat ostida bo‘lgan sharoitda urug‘ maydonlarini tashkil etish maqsadga muvofiqdir.

Urug‘lik maydonlari tashkil etilgan joylarda ko‘chatlar ekilganidan bir oy o‘tgach, so‘nggi joyga ko‘chirishga tayyor bo‘ladi. Ekishdan oldin erni tayyorlash tavsiya etiladi, kompost va suvni bo‘sh va nam qatlam qoldirguncha to‘g‘ri suring. Ko‘chatlar ehtiyotkorlik bilan olib tashlanadi va dastani yoki ildizlarga zarar bermaslik uchun ehtiyotkorlik bilan ekish joyiga joylashtiriladi. Ular bo‘shashgan tuproq qatlami bilan qoplangan va o‘simliklar o‘rtasida 25-35 sm zichlikni saqlab, yumshoq sug‘orish qo‘llaniladi. Ildizning tepasida tepalik yoki to‘planish transplantatsiyadan 21-28 kun o‘tgach amalga oshiriladi. Ushbu ish lampochkaning o‘shishiga ko‘maklashish uchun poyalar tagida tuproqni to‘plashdan iborat, bir marta yumshatib sug‘orish qulay. Arpabodiyon suv tanqisligiga sezgir, shuning uchun tuproqni uzoq vaqt quruq ushlab turmaslik uchun tez-tez va nisbatan ko‘p sug‘orishni talab qiladi. Suvdan yaxshiroq foydalanish va quruqlikda doimiy namlikni saqlab turish uchun tomchilatib sug‘orishni qo‘llash maqsadga muvofiqdir.

### Adabiyotlar

1. Alonso Esteban, J. I. (2015) Arpabodiyon (Foeniculum vulgare Mill.) Farmatsevtika fanida (Bitiruv malakaviy ishi) Universidad Complutense. Farmatsiya fakulteti.
2. Foeniculum vulgariyasi. (2019). Vikipediya, Bepul entsiklopediya. Qayta tiklangan: [es.wikipedia.org](https://es.wikipedia.org)
3. Foeniculum vulgare tegirmoni (2007) Asturnatura DB. Qayta tiklangan: [asturnatura.com](https://asturnatura.com)
4. Murcia Raqamli Hinojo (2019) viloyati. Qayta tiklangan: [regmurcia.com](https://regmurcia.com)

- Aksincha, M. A., Dar, B. A., Sofi, S. N., Bhat, B. A., & Qurishi, M. A. (2016).  
5.Foenikulum vulgare: uning an'anaviy ishlatilishi, fitokimyo, farmakologiya va xavfsizligini har tomonlama ko'rib chiqish. Arab kimyo jurnali, 9, S1574-S1583.  
6.Sanches, E., Garcia, D., Carballo, C. & Crespo, M. (1997). Foenikulum vulgare tegirmonini farmakognostik o'rganish. (Arpabodiyon). Kubalik dorivor o'simliklar jurnali, 2 (1), 19-24.

**Internet saytlari .**

1. [www.ziyo.com](http://www.ziyo.com)
2. [www.biotus.uz](http://www.biotus.uz)
3. [www.stabbing.ru](http://www.stabbing.ru)



---

**Research Science and  
Innovation House**