

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Том 2, Выпуск 2, 29 Февраля

Zaytun (Olea) daraxtining xalq tabobatida tutgan o`rni va foydali xususiyatlari.

Fayzullayev Utkir Aminqulovich

Termiz agrotexnologiyalar va innovatsion rivojlanish instituti,
O`rmonchilik, dorivor o`simliklar va manzarali bog`dorchilik kafedrasida assistenti.

Fayzullayevotkir07@gmail.com

Omonova Latofat Bozor qizi

Termiz agrotexnologiyalar va innovatsion rivojlanish instituti
“ O`rmonchilik, Dorivor o`simliklar,Manzarali bog`dorchilik” kafedrasida
O`rmonchilik ta`lim yo`nalishi 3-kurs talabasi

e-mail:latofat842@gmail

Annotatsiya

Ushbu maqola mazmuni zaytun (olea) o`simligining inson organizmiga ta`sir qilish mexanizmlari va inson organizmida zaytun (olea) o`simligi tarkibidagi moddalarning dorivorlik xususiyatlari uning biologik xususiyatlari, qolayversa xalq tabobatida tutgan o`rni va ahamiyati to`g`risida yoritilgan.

Zaytun doimiy yashil subtropik daraxt hisoblanadi. Zaytundoshlar (oleaceae) oilasiga mansub o`simlik turkumi bo`lib, bu turkumga asosan zaytun, shumtol, ligusturum, siren vakillari kiradi. Bu turkumning 600 ga yaqin turi ma`lum. Faqat bir turi –Yevropa zaytuni (olea europaea) daraxti xo`jalik ahamiyatiga ega. Bu daraxt turlari asosan turli xil iqlim zonalarida joylashgan bo`lsa-da, ular 600-800 mm gacha bo`lgan yog`ingarchilik ko`rsatgichlari bo`lgan joylarda yaxshi o`sadi. Zaytun daraxti yog` olish uchunva bog`dorchilikda, bog`larda ham ishlatiladi. An`anaviy tibbiyotda uning barglari, qobig`i va mevalari ishlatiladi, qolaversa zaytun moyi O`rta yer dengizi aholisi parhezining asosini tashkil etadi.

Abstract

The content of this article describes the mechanisms of the olive (olea) plant's influence on the human body, the medicinal properties of the substances contained in the olive (olea) plant in the human body, its biological properties, and its role and significance in folk medicine. .

Olive is an evergreen subtropical tree. It is a family of plants belonging to the oleaceae family, which mainly includes representatives of olive, shumtol, ligusturum, and siren. About 600 species of this category are known. Only one species - European olive tree (olea europaea) has economic importance. Although these tree species are mainly located in different climatic zones, they grow well in

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Том 2, Выпуск 2, 29 Февраля

places with precipitation indicators of 600-800 mm. The olive tree is used for obtaining oil and in horticulture and gardens. In traditional medicine, its leaves, bark and fruits are used, besides, olive oil is the basis of diet of Mediterranean people.

Абстрактный

В содержании данной статьи описаны механизмы влияния растения олива (олея) на организм человека, лечебные свойства веществ, содержащихся в растении маслина (олея) в организме человека, его биологические свойства, а также его роль и значение в Народная медицина. .

Олива – вечнозеленое субтропическое дерево. Это семейство растений, относящееся к семейству масличных, в которое в основном входят представители маслины, шумтола, лигустурума, сирены. Известно около 600 видов этой категории. Хозяйственное значение имеет только один вид — оливковое дерево европейское (*olea europaea*). Хотя эти породы деревьев в основном расположены в разных климатических зонах, они хорошо растут в местах с показателями осадков 600-800 мм. Оливковое дерево используется для получения масла, а также в садоводстве и огородах. В традиционной медицине используются его листья, кора и плоды, кроме того, оливковое масло является основой рациона жителей Средиземноморья.

Kalit so`zlar: Zaytundoshlar, ichki a`zolar uchun foydali jihatlari, teri qatlami uchun foydali xususiyatlari, qarish jarayonining oldini olishi, suyaklarning o`shiga yordam berishi, o`zbekison sharoitiga moslashish usullari, zaytun o`simligini ko`paytirish usullari.

Key words: Olives, beneficial aspects for internal organs, beneficial properties for the skin layer, prevention of the aging process, helps the growth of bones, methods of adaptation to Uzbek conditions, methods of growing olives.

Ключевые слова: Оливки, польза для внутренних органов, полезные свойства для кожного покрова, профилактика процессов старения, содействие росту костей, способы адаптации к условиям Узбекистана, способы выращивания оливок.

Kirish: Zaytun daraxti Yevropa Osiyo, Amerika va Afrika hududlarida ekiladi. Qolayversa Ozarbayjon, Gruziya, Qrim, Turkmaniston, Rossiyaning Krasnodar o`lkalarida ham zaytundoshlarni ham uchratish mumkun. Bu turkumda muhim xo`jalik ahamyatiga ega zaytun daraxti yoki madaniy zaytun (*olea europae*) O`rta yer dengizi mamlakatlarida keng tarqalgan. Bu oila tarkibiga kiruvchi turning bo`yi 4-12 metrgacha boradigan doimiy yashil daraxt hisoblanadi. Shox-shabballari

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Том 2, Выпуск 2, 29 Февраля

tarvaqaylagan barglari mayda uchli yoki to`mtiq bo`lib, ular asosan poyada qarama-qarshi joylashgan. Gullari ikki jinsli oqish bo`lib shingil yoki ro`vaksimon bo`ladi. Gullarning uzunligi esa 3-5 mm bo`lib xushbo`y hidga ega bo`ladi. Mevasi rezavor meva hisoblanib, danakli to`q binafsha rangda bo`ladi. Mevasi etida 80% gacha, mag`zida esa 30% gacha moy, oqsil, vitamin va kariatoin bor. Zaytun mevasi asosan mart oyida gullaydi, gullash vaqti tugagandan so`ng 6-8 oy vaqt o`tgach noyabr oylarida teriladi. Zaytun yog`i maxsus ishlovlarsiz istemol qilsa bo`ladigan yagona yog` turi hisoblanadi. Sanab o`tilgan turkumlar orasida zaytun qurg`oqchilikka chidamli turkum hisoblanib u -13-18 C sovuqqa bardosh bera oladi. Zaytunning har bir tupidan 20-40 kg gacha hosil olish mumkun. U asosan unumdor qumoq va qumoq ohakli tuproqlarda yaxshi o`sadi.



Zaytun daraxtini gullash vaqti

Zaytun daraxtini mevasi

Hozirgi kunda zaytun daraxtini Surxondaryo viloyati Termiz shahri (Imom At-Termiziy) ziyoratgohi hududida va Denov tumani, Jarqo`rg`on tumani, Oltinsoy tumanida introduksiya va iqlimlashtirish yo`li orqali tabiiy holda uchratish mumkun. Agarda biz zaytun daraxtini urug`idan o`stirsak unda 10-12 yilda, qalamchadan ko`paytiradigan bo`lsak 4-5 yilda hosilga kiradi va hosil bera boshlaydi. Buning uchun tuproq unumdorligi yaxshi bo`lishi, tuproqqa qo`shimcha mineral o`g`itlar ham berilsa bunda biz o`stiryotgan o`simlik vaqtidan oldin hosil berishi mumkun.

Ko`paytirilishi: Zaytun ko`p hollarda danagi, ildiz bachkisi, va qalamchasidan ko`paytiriladi. Zaytun daraxtining payvand qilingan 2-3

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Том 2, Выпуск 2, 29 Февраля

yillik ko`chati 10x10 metr yoki 10-8metr (buta shaklida o`stirilganda esa 6x6 m) qilib bahor oylarida ekiladi. Zaytun daraxti asosan tog` va tog` oldi hududlarida yetishtiriladi, o`sha yerga ekiladi va yaxshi hosil beradi. Surxondaryo viloyati hududi zaytun yetishtirishda istiqbolli loyihalarni tadbqiq etish uchun nihoyatda qulay lakatsiya hisoblanadi. Chunki hududning 400 ming dektardan ziyodini tog` oldi yerlari tashkil etadi. Ma`lumotlarga ko`ra O`zbekiston sharoitida zaytun daraxti 3-4 yilda hosilga kiradi, bir tup daraxtidan 50-70 kg gacha hosil olish mumkun, ildizlari popukli bo`lganligi uchun tuproqni sel yuvishi va erroziyadan saqlaydi va mustahkamlaydi. Zaytun daraxtining yana bir xususiyatlaridan yana biri bu uning uzoq umr ko`rishi va baquvvat ildizga ega bo`lishidir. Zaytun daraxti 1000 yilgacha umr ko`radi. Surxondaryo viloyati Jarqo`rg`on tumani Suxon hududida 10 gektar maydonga zaytunzor plantatsiyasi tashkil qilingan. Bundan tashqari, Oltinsoy tumanida 35 sotixda zaytunzor plantatsiyasi tashkil etilib hosil olish ishlari amalga oshirilmoqda.

Shifobaxshligi: Zaytun yog`i juda ko`p shifobaxsh xususiyatlarga ega bo`lib uning tarkibida A, D, Y,K, vitaminlari bo`lib u suyaklarni mustahkamlaydi, ichak faolyatini yaxshilaydi, va arterial qon bosimni ham yaxshilaydi. Qolaversa oshqozonga ham yaxshi ta`sir ko`rsatadi, uning tarkibida holestilin moddasining miqdorini kamaytiruvchi monoto`yingan yog` kislota ya`ni (alein kislotasi) borligidir. Bu yog` organizm tomonidan oson so`riladi, ishtahani pasaytiradi va moddalar almashinuvini tezlashtirib beradi. Zaytun yog`ini muntazzam iste`mol qilish yurak qon tomir kasalliklari oldini olishning yaxshi usuli hisoblanib, tomirlarni mustahkamlaydi va ularni yanada elastik qilishga yordam beradi.



Pishib etilgan zaytun mevasi.



Zaytun moyi

Asosan qon bosimni pasaytirib berishga yordam beradigan dorilar tarkibida asosan zaytun daraxti bargidan tayyorlanadi. Bundan tashqari

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Том 2, Выпуск 2, 29 Февраля

zaytun yog`i suyak to`qimalariga ijobiy ta`sir ko`rsatib Ca yo`qotishning oldini oladi, bu xususiyat esa bolalar uchun juda foydali jarayonlardan biri hisoblanadi. Uning tarkibiy qismi bo`lgan linol kislotasi jarohat va kuyishlarning tez tuzalib ketishiga yordam beradi va ko`rish qobiliyatini yaxshilashga ham katta yordam beradi. Zaytun yog`i tarkibidagi linoleid kislota to`qimalarning yallig`lanishini rag`batlantiradi, fenol esa ba`zi tadqiqotlarga ko`ra yalig`lanishlarga qarshi ta`sirga ega. COX-1 va COX-2 faolyatini blokirovka qilish qobiliyati zaytun moyini tabiiy yalig`lanishga qarshi vosita sifatida tasniflashga imkon beradi. Yog` o`zining boy tarkibi tufayli tanani boy moddalar bilan to`yinishiga imkon beradi. Bu esa tashqi ko`rinishda aks etadi: teri yangilanadi, tirnoq va sochlarning holati yaxshilanadi, odam yoshroq ko`rinadi. Zaytun yog`ini iste`mol qilish quyidagi kasalliklarga qarshi kurashda yordam beradi:

- Jigarni tozalash
- Yarali kasalliklar
- Og`iz bo`shlig`i kasalliklari
- Ich qotishi
- xolestirining kamaytirilishi
- bo`g`imlarning surunkali yalig`lanishini kamaytiradi
- Suyaklarning tog`ri o`sishi va rivojlanishi
- Teri holatini yaxshilash
- Qon bosimni pasaytirish
- Saraton kasalligining oldini olishda foydalaniladi.

Zaytun yog`i teri uchun ham foydali hisoblanadi, ya`ni u terini namlantirish, teri rangini yaxshilash va ajinlarni yuqotish uchun ham foydalaniladi. Zaytun yog`i asosan quruq va tasirchan teri uchun foydali hisolanib, quyosh nuri ta`sirida kuygan yuz terilari uchun zaytun yog`idan foydalanish mumkun. Buning asosiy sababi esa zaytun yog`i kuygan teri qatlamini qayta tiklab berishga yordam beradi. Qolaversa zaytun daraxti haqida Islom dinning muqaddas kitobi "Qur`oni karim"da ham e`tibor qaratilgan. Unda shunday deb yozilganki.

"Alloh osmonlar va terning nuri-dir. Nurining misoli xuddi bir tokcha ichidagi chiroq, bu chiroq bir shisha ichida. U shisha go`yo bir durdan yaralgan yulduzga o`xshaydi, u chiroq na Sharqiy na G`arbiy bo`lmagan muborak zaytun daraxti (moyi) dan yoqilur. Uning moyi musaffoligidan garchi unga olov tegmasa-da, atrofni yoritib

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Том 2, Выпуск 2, 29 Февраля

yuborgudekdek. Mazkurlar qo`shilganda esa nur ustiga nur bo`lur. Alloh o`zining bu nuriga o`zi xohlagan kishilarni hidoyat qilur. Alloh odamlar ibrat olishlari uchun mana shunday misollarni keltitur. Alloh barcha narsalarni biluvchidir”. “Nur” surasi, 35-oyat.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. A.Qayimov, E.T. Berdiyev Dendrologiya 2012. 115-119 b
2. Usmanov A. U.Dendrologiya. “Teacher”, Tashkent. 1974.-255 p
3. Bo`riev H.Ch.Havaskor bog`bonlarga qo`llanma, _ T, 1987
4. Mirzaev M.M, Sobirov M.Q. Bog`bonchilik, _T 1987
5. Souzvik L. Mevali daraxtlarni parvarish qilish
6. Xonazarov A.A. va boshqa O`zbekiston hududini ko`kalamzorlashtirishda foydalanilgan asosiy manzarali daraxtlar va butalar. Tavsiyanoma. –Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2008