

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 5, 31 Май

YALPIZ O`SIMLIGINING XUSUSIYATLARI, UNING XALQ TABOVATI VA TIBBIYITDA ISHLATISHI

Denov Tadbirkorlik va Pedagogika instituti biologiya yo`nalishi 4-bosqich talabasi
Qodirova Muxlisa Turg`unovna

ANOTATSIYA. Bugungi kunning dolzarb muammolaridan biri bu insonlarda dori mahsulotlariga ruju qo'yish, unga qaramlikning paydo bo'lishidir. Kimyoviy mahsulotlar shu bilan birga dori mahsulotlari ham insonlarda turli kasallik qo'zg'atuvchilarini paydo qilishi mumkin. Ushbu maqolada ming dardga davo deb ta'riflangan tabiiy foydali mahsulot yalpiz va uning foydali xususiyatlari batafsil bayon etilgan. Yalpizdan qaysi kasalliklarda qanday foydalanish haqida aniq ma'lumotlar asosida ko'rsatmalar berib o'tilgan.

Kalit so'zlar. Yalpiz, barglari, Osiyo yalpizi, efir moylar, riboflavin, tiamin, polifenollar, Belarus, mentol.

ХАРАКТЕРИСТИКА МЯТНОГО РАСТЕНИЯ, ЕГО НАРОДНАЯ МЕДИЦИНА И МЕДИЦИНСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ

АННОТАЦИЯ. Одной из актуальных проблем современности является зависимость людей от наркотиков. Химические продукты, как и лекарственные средства, могут вызывать у человека различные заболевания. В этой статье подробно описан полезный натуральный продукт мята перечная, которую называют лекарством от тысячи недугов, и ее полезные свойства. Инструкция давалась на основе конкретной информации о том, как применять мяту при каких заболеваниях.

Ключевые слова. Мята, листья, мята азиатская, эфирные масла, рибофлавин, тиамин, полифенолы, беларус, ментол.

CHARACTERISTICS OF THE MINT PLANT, ITS FOLK MEDICINE AND MEDICAL USE

ANNOTATION. One of the urgent problems of today is people's addiction to drugs. Chemical products, as well as medicinal products, can cause various diseases in humans. This article describes in detail the useful natural product peppermint, which is described as a cure for a thousand ailments, and its beneficial properties. Instructions were given on the basis of specific information about how to use peppermint in which diseases.

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 5, 31 Май

Key words. Mint, leaves, Asian mint, essential oils, riboflavin, thiamin, polyphenols, Belarus, menthol.

Yalpiz- labguldoshlar oilasining vakili bo'lgan ko'p yillik o'simlik hisoblanadi. Yevropa mamlakatlari, AQSH, Ukraina, Belarus va Shimoliy Kavkazda yalpizning taxir (achchiq) yalpiz va jingalak yalpiz, Xitoy, Hindiston, Braziliya va boshqalar mamlakatlarda dalayoki suv yalpiz turlari ekiladi. Yalpizning ko'p turlari mavjud bo'lib, shulardan bizning respublikamizda Osiyo yalpizi – *Mentha asiatica* Boriss, Suv yalpiz – *Mentha arvensis* L. Qalampir yalpiz – *Mentha piperita* L. kabilarni uchratishimiz mumkin. Bu yalpizlarning barchasi meditsinada qo'llaniladi. Yalpiz o'lkamizning barcha viloyatlardagi nam erlarda, ariq boylarida, sohillarda, adirlarda, tog' yonbag'irlarida ko'p yillik giyoh sifatida o'sadi. Poyasi tik shoxlangan, bo'yi 25—100 sm gacha, barglari qarama-qarshi joylashgan, rombsimon, nashtarsimon yoki tuxumsimon, gullari chala soyabonsimon to'pgulga yig'ilgan, binafsharang. May—oktabrda gullaydi. Yalpiz yorug'sevor, namsevar o'simlik. Yalpiz erta bahorda ko'karib, kech kuzda gullaydi, mevasi kuzning boshlarida yetiladi. Yalpiz tarkibida efir moylari (mentol, menton, pinen, flandren, nezliol, jasmin), organik kislotalar, flavonoidlar, karotin, ramnoza, glyukoza, rutin, vitamin C va yana bir qator foydali moddalar bor. Yalpiz qadim zamonlardan beri xalq meditsinasida ishlatiladi. Abu Ali ibn Sino yalpiz vositasida ichak og'riqlarini davolagan. Undan ovqat hazm qilishni yaxshilovchi, gijja haydovchi, qon to'xtatuvchi, qayt qilishni to'xtatuvchi vosita sifatida foydalangan. Xalq meditsinasida yalpizning er ustki qismidan tayyorlangan qaynatma tish og'rig'i, og'iz karashi, milk yallig'lanishini davolashda ishlatiladi. Yalpiz qaynatmasiga qand qo'shib tayyorlangan qiyom quyonchiqqa, o'simlik shirasi esa, migren va sariq kasaliga davodir. Yalpiz sharbati qo'tirni davolashda yaxshi ta'sir ko'rsatadi. Yalpiz balg'am ko'chiruvchi hamda nafas yo'llari kasallanishining oldini oluvchi vosita sifatida ham ishlatiladi. Qalampir yalpizning o'zgacha xosiyatlari haqida A. P. Popov shunday deydi, yalpiz asab kasalliklarida tinchlantiruvchi, oshqozon-ichak yo'li faoliyatini yaxshilovchi, tinka qurishi, holsizlanishda, vabo va bod kasalligida organizmni mustahkamlovchi ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek yalpiz o't haydash xususiyatiga ega. Yalpiz bavoasil, shirincha, rahat kasalliklarida foydali omillardan hisoblanadi. Yalpizdan damlama tayyorlash uchun o'simlikning yer ustki qismi maydalanib, suvda qaynatiladi va suziladi. Ustiga ozroq rayhon sharbati, teng

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 5, 31 Май

miqdorda qand qo'shilib qiyom holiga kelguncha qaynatiladi. Undan ko'ngil ayniganida, quruq yo'tal tutganda iste'mol qilish kerak. Ilmiy meditsinada yalpiz preparatlaridan keng foydalaniladi. Farmatseftika sanoatida uning tarkibidagi efir moyi validol, karvalol, olemetin, enatin, anestezol, zelenin tomchisi, Traskov eritmasi kabi preparatlar tarkibiga kiritilgan bo'lib, bu preparatlar yurak toj qon tomirlarining tirishishiga (spazma) hamda yurak kasalliklari bilan og'rikan kishilarga tafsiya etiladi va tibbiy maqsadlar uchun ishlatiladi. Yalpiz yer ustki qismi gullashidan biroz oldinroq yoki ayni gullagan paytida o'rib olinib, begona o'tlardan tozalangach, soya yerda quritiladi. Quritilgan mahsulot qog'oz qopchalrda quyosh nuridan pana joylarda saqlanadi. Uning kimyoviy tarkibidan ko'rinadiki u efir moyi ko'p bo'lgan o'simlik. Shu sababli ham o'ziga xos hidga va xususiyatlarga ega. Efir moyida og'izni uzoq vaqt muzlagandan his qildirish xususiyati bor. Yalpiz o'simligining poyasi o'zida 0.3 % , bargida esa 2,40-2,75 % , to'pgullari 6% gacha efir moyi saqlashi mumkin. Efir moylari esa o'z tarkibida 50% gacha mentol moddasiga ega. Yalpizning dorivor xususiyatlari va ishlatilishi uning tarkibiga bog'liq. Farmatsevtika sanoati uchun havo qismidagi efir moylarining yuqori miqdori eng katta ahamiyatga ega - 3 dan 5,5% gacha. Ulardan, o'z navbatida, 50-60% mentoldir. Yalpiz gullashning boshlang'ich bosqichida eng o'zgaruvchan birikmalarni o'z ichiga oladi:

barglar - 3% gacha;

gullar - 4-6%.

Izoh! Eng kamida 1% efir moylarini o'z ichiga olgan xom ashyo sanoatda foydalaniladi. Poyada ular 0,3% dan kam. Yalpizni odatdagidan nafaqat kuchli mentol hidi va uchuvchan birikmalarning ko'pligi farq qiladi. Birinchisining barglari asab retseptorlarini sovutish ta'siriga ega, ikkinchisi isinish ta'siriga ega. Yalpiz mentol va efir moylari bilan chegaralanmaydi. Unda quyidagilar mavjud:

Oziq moddalar, shu jumladan muhim minerallar va vitaminlar :

A vitamini - 0,212;

tiamin (B1) - 0,082;

riboflavin (B2) - 0,266;

pantotenik kislota (B5) - 0,338;

piridoksin (B6) - 0,129;

folatlar (B9) - 0,114;

askorbin kislotasi (C) - 31,8;

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 5, 31 Май

vitamin PP - 1,706

flavonoidlar; organik kislotalar; hujayra sintezida ishtirok etadigan va gepatoprotektor bo'lgan betain; polifenollar; antosiyaninlar. Yalpiz tarkibidagi vitamin miqdori Yalpizning xususiyatlari asosan vitamin tarkibiga bog'liq. 100 g quruq barg uchun, mg: Barglari tarkibida: ursolik kislota, kofe kislotasi, oleanolik kislota, hesperidin, karotin mavjud. Vitaminlar, mineral va mentol kabi foydali tarkibli moddalarga boyligi tufayli yalpiz sog'liqdagi ko'plab muammolarni bartaraf etadi. An'anaviy tibbiyot ko'plab kasalliklarda jumladan: bronxit, faringit, astma, tish og'rig'i, tomoq og'rig'i, migren, nevrалgiya, jigar kasalliklari kabilarda bu o'simlik foydasini asoslab bergan.

Yalpizning shifobaxsh xususiyatlari qadim zamonlardan beri o'simlikshunoslar tomonidan qo'llanilgan. O'simlik shifobaxsh ta'siriga ega:

- Oshqozon-ichak trakti. O'tlarning infuzioni ovqat hazm qilish tizimining kasalliklariga yordam beradi, antispazmodik ta'sirga ega. Jigar, o't yo'llari va oshqozon osti bezining ishiga yordam beradi. O'simlik o't pufagidagi toshlarning shakllanishiga to'sqinlik qiladi. Tadqiqotlar bu o'tni ko'plab ichak kasalliklarini davolashda qo'llash samaradorligini tasdiqladi. Safar oldidan yalpizli choy ichish sayohatdagi ko'ngil aynishini engillashtiradi.

- Ajratish tizimi. O'simlik siydik yo'llari infeksiyasida davolovchi ta'sirga ega.

- Nafas olish tizimi. O'simlik moyi sifatida ishlatiladiyuqori nafas yo'llarining yallig'lanishi uchun inhalatsiya. O'simlik infuzioni tanani isitadi, qon aylanishini yaxshilaydi va terlashni keltirib chiqaradi, shuning uchun u ko'pincha yuqori isitma, shamollash yoki gripp uchun buyuriladi. Yalpiz efir moyi qo'shilgan suv bilan chayqash tomoq og'rig'ini engillashtiradi va nafasni yangilaydi.

- Asab tizimi. O'tlarning infuzioni bosh og'rig'i va uyqusizlikka yordam beradi. O'simlik choyi tinchlantiruvchi ta'sirga ega, tashvish, asabiylashish, zo'riqish va og'riqni engillashtiradi.

- Teri. Tashqi tomondan, o'simlik dermatologik tirnash xususiyati yo'qotish uchun ishlatiladi. Bu o'simlikning efir moyi dermatofitlar keltirib chiqaradigan herpes yoki qo'ziqorin infeksiyalarini davolash uchun ishlatiladi.

Yalpizning xususiyatlari yaxshi o'rganilgan va rasmiy tibbiyot tomonidan keng qo'llaniladi. U ko'plab dozalash shakllariga kiritilgan. Yalpiz o'z ichiga olgan kamida bitta dori bo'lmagan kasallikni nomlash qiyin. Eng mashhur:

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 5, 31 Май

- spirtli damlamasi;
- yalpiz moyi;
- Validol;
- Zelenin tomchilari;
- yalpiz tabletkalari;
- Pektusin;
- Menovazin;
- Camphomenes va Ingacamp aerzollari;
- Anestezol shamlari;
- Olimetin;
- Efkamon malhami;
- balzam yulduzcha;
- Boromentol.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, yalpiz o`simligining dorivorlik xususiyati ko`pgina sohalarda keng qo`llaniladi. Tabobatimizda tabiatdagi barcha osimliklardagi foydali va zararli xususiyatlar o`rganilgan bo`lib, Abu Ali ibn Sinoning "Tib qonunlari" asarida bu o`simlikka xos bo`lgan shifobaxshliklar ham keltirib otilgan.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Murdaxaev Yu. M. Medicinal culture in Uzbekistan, Tashkent, 2001.
2. Murdaxayev Yu.M. Medicinal plants found in Uzbekistan. Tashkent, 1990.
3. Musayev BS "Fertilizer application system", Tashkent, 1998.
4. Musayev B. S. Agrochemistry. Tashkent, 2001
5. Reference book on medicinal cultures. Voronezh, 1963.
6. TTurova A.D.Sapojnikova E. N. Medicinal rasteniya SSSR i ix primeneniye. Moscow, 1982.
7. Kholmatov X.X. etc. Russian-Latin-Uzbek Dictionary of Medicinal Plants, Tashkent, 1992.
8. Хайдаров М. М., Турдалиев А. Т. Саминов ААУ Энергетические особенности аминокислот в светлых сероземах //Тенденции развития науки и образования. 2021. – №. 80-3. – С. 45-47.

**МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ:
ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА**

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 5, 31 Май

9. Turdaliev A. T. et al. Influence of irrigation with salty water on the composition of absorbed bases of hydromorphic structure of soil //IOP Conference Series: Earth and Environmental Science. – IOP Publishing, 2022. – Т. 1068. – №. 1. – С. 012047.
10. Saminov A., Ismoiljonova D., Rahmataliyeva M. DORIVOR SUT QUSHQO'NMAS OSIMLIGINING FOYDALI XUSUSIYATLARI VA UN DAN OQILONA FOYALANISH //Science and innovation. – 2022. – Т. 1. – №. D4. – С. 155-159.
11. Anvarjonovich D. Q., O'g'li S. A. A., O'g'li X. The importance of fungicides and stimulants in preparing seed grains //Asian journal of multidimensional research. – 2021. – Т. 10. – №. 4. – С. 415-419.
12. Saminovich M. B., Gulomatovna X. N., O'G'Li S. A. A. Petrushka o 'simligini yetishtirish va undan oqilona foydalanish //Science and innovation. – 2022. – Т. 1.