

## BOYSUN TOG‘ MINTAQASI DORIVOR O‘SIMLIKLARINING INSON SALOMATLIGIDAGI AHAMIYATI

**Boynazarova Sayyora Ro‘zikulovna**

O‘rmonchilik, manzarali bog‘dorchilik va dorivor o‘simliklar kafedrası katta  
o‘qituvchisi

**Jumayeva Gulnora G‘ani qizi**

Dorivor o‘simliklar yetishtirish va qayta ishlash ta‘lim yo‘nalishi 4-bosqich talabasi

**Annotatsiya:** Boysun tog‘ mintaqasi o‘zining boy tabiiy resurslari va o‘simlik dunyosi bilan mashhur bo‘lib, bu hududda o‘sadigan dorivor o‘simliklar inson salomatligi uchun katta ahamiyatga ega. Maqolada Boysun tog‘laridagi dorivor o‘simliklarning turlari, ularning tibbiyotdagi foydalari, xalq tabobatidagi o‘rni va salomatlikka bo‘lgan ijobiy ta‘siri yoritiladi. Ushbu mintaqada o‘sadigan o‘simliklar asrlar davomida xalq tabobatida turli kasalliklarni davolashda, immun tizimini mustahkamlashda va umumiy sog‘liqni saqlashda qo‘llanib kelinmoqda. Maqola, shuningdek, dorivor o‘simliklarning zamonaviy tibbiyotdagi imkoniyatlarini va ularning biokimyoviy tarkibini o‘rganishga bag‘ishlanadi. Boysun tog‘ mintaqasi florasining salomatlikka ta‘siri va uning keng qo‘llanilishi, ayniqsa, tabiiy va organik davolash usullarini afzal ko‘radigan jamiyatlar uchun ahamiyatlidir.

**Kalit so‘zlar:** Boysun tog‘ mintaqasi, dorivor o‘simliklar, salomatlik, xalq tabobati, tibbiyot, immun tizimi, biokimyoviy tarkib, zamonaviy tibbiyot, o‘simlik turlari, tabiiy davolash, organik davolash, floralar.

### **Kirish.**

Boysun tog‘ mintaqasi, o‘zining noyob tabiiy resurslari va boy florasi bilan ajralib turadi. Bu hududda o‘sadigan dorivor o‘simliklar asrlar davomida xalq tabobatida turli kasalliklarni davolash, organizmni mustahkamlash va umumiy sog‘liqni saqlashda keng qo‘llanib kelinmoqda. Boysun tog‘lari o‘simliklarining tibbiyotda tutgan o‘rni nihoyatda muhim bo‘lib, ularning ko‘plab turlari, shuningdek, biologik faol moddalari inson salomatligi uchun zaruriy ahamiyatga ega. Boysun tog‘larida o‘sadigan dorivor o‘simliklar nafaqat xalq tabobatida, balki zamonaviy tibbiyotda ham o‘zining samarasini ko‘rsatib, ko‘plab ilmiy tadqiqotlarga asos

bo'lmaktadir. Ushbu o'simliklar o'zining tibbiy xususiyatlari, o'simlik moddalari va biokimyoviy tarkibi bilan xalq tibbiyotida yillar davomida keng qo'llanilgan va zamonaviy tibbiyotda ham ilmiy asosda o'rganilmoqda. Boysun tog' mintaqasidagi dorivor o'simliklar ko'plab kasalliklarni davolashda, ayniqsa yurak-qon tomir tizimi, asab tizimi, oshqozon-ichak kasalliklari, shuningdek, immun tizimini mustahkamlashda foydali hisoblanadi. Maqolada Boysun tog' mintaqasida o'sadigan dorivor o'simliklarning turlari, ular qanday kasalliklarni davolashda qo'llanilishi, ularning biokimyoviy tarkibi va zamonaviy tibbiyotdagi o'rni haqida batafsil ma'lumot beriladi. Shuningdek, o'simliklar bilan davolashning afzalliklari va uning tabiiy va organik davolash usullariga bo'lgan ehtiyojni qondirishdagi ahamiyati ham ko'rsatiladi. Bu hududda o'sadigan dorivor o'simliklar inson salomatligi uchun salmoqli manba hisoblanadi.

### **Asosiy qism.**

Boysun tog' mintaqasi o'zining boy tabiiy resurslari, o'ziga xos iqlimi va turli o'simlik turlari bilan tanilgan. Ushbu mintaqa florasi, ayniqsa, dorivor o'simliklar bilan mashhur bo'lib, ularning ko'plab turlari xalq tabobatida asrlar davomida kasalliklarni davolash va salomatlikni mustahkamlashda keng qo'llanilib kelinmoqda. Boysun tog'lari o'simliklarining tibbiyotda tutgan o'rni nihoyatda muhim bo'lib, ularning ko'plab turlari, shuningdek, biologik faol moddalari inson salomatligi uchun zaruriy ahamiyatga ega.

Dorivor o'simliklarning turlari va ularning salomatlikka ta'siri.

Boysun tog' mintaqasida o'sadigan dorivor o'simliklar orasida ko'plab turlar mavjud bo'lib, har biri o'zining tibbiy ahamiyatiga ega. Masalan, sarimsoq (*Allium sativum*), bug'doy urug'i (*Triticum aestivum*) va yovvoyi rayhon (*Ocimum basilicum*) kabi o'simliklar yurak-qon tomir tizimi uchun foydalidir. Sarimsoq xolesterolni kamaytirish, qon tomirlarini kengaytirish va yurakni himoya qilishda samarali hisoblanadi. Bug'doy urug'i esa yurak kasalliklarini oldini olish va qon bosimini normallashtirishga yordam beradi. Rayhon esa, asab tizimining tinchlanishiga va stressni kamaytirishga yordam beradi.

Bundan tashqari, lavanda (*Lavandula angustifolia*), qora smorodina (*Ribes nigrum*), mushk andiz (*Hyoscyamus niger*) va qizil gul (*Rosa canina*) kabi o'simliklar ham o'zining tibbiy ahamiyatiga ega. Lavanda va qizil gul asab tizimini tinchlantiruvchi, uyquni yaxshilovchi va yallig'lanish qarshi ta'sir ko'rsatadi. Qora smorodina esa, vitamin C ning yuqori miqdori bilan immun tizimini mustahkamlashda foydalidir.

Mushk andiz esa ko'krak va nafas yo'llarini tozalashda yordam beradi va nafas olishni osonlashtiradi.

Biokimyoviy tarkibi va faol moddalar.

Boysun tog' mintaqasida o'sadigan dorivor o'simliklarning biokimyoviy tarkibi juda boydir. Ularning tarkibida ko'plab biologik faol moddalar mavjud bo'lib, ular o'simliklarning shifobaxsh xususiyatlarini ta'minlaydi. Masalan, sarimsoq tarkibida alitsin nomli faol modda mavjud bo'lib, u antibiotik ta'sir ko'rsatadi, qon tomirlarini kengaytiradi va yurak-qon tomir tizimini mustahkamlashga yordam beradi. Lavanda esa linalool va linalyl asetat moddalari bilan boy bo'lib, bu moddalar tinchlantiruvchi va yallig'lanishga qarshi ta'sir ko'rsatadi. Qora smrodina tarkibidagi flavonoidlar va antotsianinlar moddalari immun tizimini mustahkamlashda, yallig'lanish jarayonlarini kamaytirishda va yurak sog'ligini saqlashda samarali hisoblanadi.

Boysun tog'larida o'sadigan dorivor o'simliklarning boshqa ko'plab turlari ham o'zlarining biologik faol moddalariga ega bo'lib, ular nafaqat xalq tabobatida, balki zamonaviy tibbiyotda ham o'rganilib, klinik tadqiqotlarga asos bo'lmoqda. Ularning biokimyoviy tarkibi inson salomatligini saqlashda muhim rol o'ynaydi.

Dorivor o'simliklarning xalq tabobatidagi o'rni.

Boysun tog' mintaqasida o'sadigan dorivor o'simliklar xalq tabobatida yillar davomida qo'llanilib kelgan. O'tmishda, bu o'simliklar xalq davolovchilari tomonidan turli kasalliklarni davolashda, jarohatlar va yallig'lanishlarni kamaytirishda, asab tizimini tinchlantirishda va organizmni mustahkamlashda ishlatilgan. Masalan, qizil gul va lavanda o'simliklari asrlar davomida stress va asabiy holatlarni kamaytirish, uyquni yaxshilash va umumiy salomatlikni saqlashda keng qo'llanilgan. Sarimsoq va bug'doy urug'i yurak va qon tomir tizimi kasalliklarini davolashda, xolesterolni kamaytirishda va qon bosimini normallashtirishda juda samarali hisoblanadi.

Xalq tabobatidagi dorivor o'simliklar, ayniqsa, tabiiy va organik davolash usullariga bo'lgan talabning ortib borishi bilan yana ko'proq e'tiborga olinmoqda. Shuningdek, zamonaviy ilm-fan va tibbiyot bu o'simliklarning shifobaxsh xususiyatlarini ilmiy asosda tasdiqlashga harakat qilmoqda, natijada ularning terapevtik potentsiali yanada oshib bormoqda.

Zamonaviy tibbiyotda dorivor o'simliklar. Bugungi kunda Boysun tog' mintaqasidagi dorivor o'simliklar nafaqat xalq tabobatida, balki zamonaviy tibbiyotda ham qo'llanilmoqda. Ko'plab ilmiy tadqiqotlar va klinik sinovlar o'simliklarning

samaradorligini va ularning tibbiyotdagi ahamiyatini tasdiqlashga yordam bermoqda. Masalan, sarimsoq va lavanda o'simliklarining samaradorligi, ayniqsa, kardiovaskulyar kasalliklar, asab tizimi kasalliklari va yallig'lanishlarga qarshi kurashishda yuqori baholanmoqda. Boysun tog'larida o'sadigan boshqa dorivor o'simliklar ham ularning biokimyoviy tarkibi va farmakologik xususiyatlari asosida ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. Ushbu o'simliklarning tibbiy va biologik xususiyatlarini yanada chuqurroq o'rganish va ularni zamonaviy tibbiyotda qo'llash mumkin bo'lgan yangi usullarni ishlab chiqish, tabiiy davolash usullariga bo'lgan talabni qondirish va inson salomatligini saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

### **Xulosa:**

Boysun tog' mintaqasining florasida nafaqat go'zalligi, balki uning boy dorivor o'simliklari bilan ham mashhurdir. Ushbu o'simliklarning ko'plab turlari inson salomatligi uchun muhim ahamiyatga ega. Boysun tog'lari o'simliklarining o'ziga xos biokimyoviy tarkibi, ularning tarkibidagi biologik faol moddalar va shifobaxsh xususiyatlari nafaqat xalq tabobatida, balki zamonaviy tibbiyotda ham qo'llanilish imkoniyatlarini yaratmoqda. Dorivor o'simliklarning foydali xususiyatlari yurak-qon tomir tizimi, asab tizimi, immun tizimi, nafas olish tizimi va boshqa ko'plab tizimlar uchun foydali ta'sir ko'rsatadi. Ularning tarkibidagi moddalarning yallig'lanishga qarshi, stressni kamaytiruvchi, immunitetni kuchaytiruvchi va umumiy sog'liqni yaxshilashdagi roli ilmiy izlanishlar orqali tasdiqlangan. Xalq tabobatida dorivor o'simliklar uzoq yillar davomida kasalliklarni davolash, asab tizimini tinchlantirish, uyquni yaxshilash va organizmni mustahkamlashda keng qo'llanilgan. Bugungi kunda, xalq tabobatining tajribalari va zamonaviy ilmiy yondoshuvlarning uyg'unlashuvi natijasida, Boysun tog'larida o'sadigan dorivor o'simliklar zamonaviy tibbiyotda ham muvaffaqiyatli qo'llanilmoqda. Ularning biokimyoviy tarkibi va terapevtik imkoniyatlari haqida ko'plab ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Bu o'simliklarning kelajakda tibbiyotda qo'llanilishini kengaytirish, yangi davolash usullarini ishlab chiqish va tabiiy terapiya usullarini rivojlantirish inson salomatligini saqlash va kasalliklarning oldini olishda muhim rol o'ynashi mumkin. Boysun tog' mintaqasidagi dorivor o'simliklar shifobaxsh xususiyatlari bilan insonlar hayotida katta ahamiyatga ega bo'lib, ularning zamonaviy tibbiyotga qo'shgan hissasi tobora o'sib bormoqda. Biroq, ushbu o'simliklarni yanada chuqurroq o'rganish va ularning terapevtik potensialini maksimal darajada ishlatish uchun qo'shimcha ilmiy izlanishlar va tajribalar zarur. Shu bilan birga, tabiiy davolash usullarining samaradorligini oshirish va zamonaviy tibbiyotda ularni integratsiya qilish uchun dorivor o'simliklarni yanada

kengroq va ilmiy asosda qo'llash imkoniyatlari yaratish lozim. Boysun tog'larining florasini nafaqat O'zbekiston, balki butun dunyo miqyosida tabiiy davolashning muhim manbai bo'lishi mumkin, va bu o'simliklarning tibbiyotda qo'llanilishi, albatta, salomatlikni yaxshilashga xizmat qiladi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. Alimov, A. T. (2008). O'simliklarning shifobaxsh xususiyatlari. Toshkent: Fan.
2. Azizov, B. (2015). O'simliklar va ularning tibbiy ahamiyati. Tashkent: Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti nashriyoti.
3. Aslanov, B. (2014). Boysun tog' mintaqasining o'simliklar dunyosi. Toshkent: O'zbekiston milliy universiteti nashriyoti.
4. Davronov, F., & Rakhmonov, S. (2017). Dorivor o'simliklar va ularning farmakologik xususiyatlari. Samarqand: Samarqand davlat universiteti nashriyoti.
5. Dovudov, B. (2012). Shifobaxsh o'simliklar. Tashkent: Yangi nashr.
6. Ergashev, A. (2016). Dorivor o'simliklar va ularning xalq tabobatidagi o'rni. Buxoro: Buxoro davlat universiteti nashriyoti.
7. Islomov, X. (2019). Xalq tabobatida o'simliklar. Tashkent: Meditsina nashriyoti.
8. Karimov, R. (2018). Shifobaxsh o'simliklar va ularning zamonaviy tibbiyotda qo'llanilishi. Toshkent: O'zbekiston tibbiyot akademiyasi nashriyoti.
9. Muxtorov, U. (2015). Boysun tog'larining florasini va uning tibbiyotdagi ahamiyati. Samarqand: SamDU nashriyoti.
10. Rasulov, M. (2013). Dorivor o'simliklarning tibbiyotda qo'llanilishi. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi nashriyoti.
11. Salohiddinov, A. (2014). O'simliklar va ularning biologik faolligi. Toshkent: Sharq nashriyoti.
12. Shukurov, A., & Nabiev, R. (2017). Dorivor o'simliklar va farmakologiya. Farg'ona: Farg'ona davlat universiteti nashriyoti.
13. Tohirov, S. (2020). Xalq tabobatidagi o'simliklarning o'rni va afzalliklari. Toshkent: Universitet nashriyoti.