

ZUBTURUM O'SIMLIGINI XALQ TABOBATIDA AHAMIYATI

Meliboyeva Shoxista Sharofiddin qizi

*Abu Ali ibn Sino nomidagi tibbiyot unversiteti
farmakologiya kafedrasida assistenti*

Po'latova Mexriniso Xamza qizi

*Abu Ali ibn Sino nomidagi tibbiyot unversiteti talabasi
bexruzmehriniso@gmail.com*

Annotatsiya: ushbu maqolada zubturum o'simligini xalq tabobatida ahamiyati, paketdagi maydalangan burqlar, filtr qoplarida maydalangan burqlar, zubturum damlamasi, zubturum sharbati, zubturum ekstrakti, plantain malhami, yo'tal uchun zubturum siropi va boshqalar to'g'risida yozilgan.

Kalit so'zlar: gul, poya, boshhoq, mevasi, barg, urug', vitamin, karotin, moddalar, damlama, me'da-ichak, kasalliklar, yaralar, surgi.

Bugungi kunda dorivor o'simliklarga bo'lgan qiziqish tobora ortib bormoqda, butun dunyo pandemiyasida insonlar sog'lig'iga alohida e'tibor berishi, salomatlik sirlaridan xabardorligi ortishi, qarigan va surunkali kasalliklarga chalingan insonlar immun tizimini faollashtirish uchun tabiiy vositalarni afzal ko'rishi, tabiiy vositalarning mutloq zararsizligi va foydasi ushbu sohada ilmiy tadqiqotlarga investitsiyalar hajmining va xalqaro bozorlardagi dorivor o'simliklarga bo'lgan talabning keskin ortishiga sabab bo'ldi.



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 tasmassimon. Gullari poya va shoxlari uchida oddiy boshhoq hosil qiladi. Mevasi ikki yoki ko'p urug'li. Bargi va urug'i

tarkibida S va K vitamin, karotin, shilimshiq oshlovchi va boshqa moddalar bor. Bargidan tayyorlangan damlama me'da-ichak kasalliklarini, yaralarni davolashda, urug'ining shilimshiq eritmasi esa kuchsiz surgi sifatida ishlatiladi.[1]

Barglari dorivor xom ashyo sifatida ishlatiladi. Kimyoviy moddalar bilan yo'llar va korxonalaridan uzoqda yozda ular pichoq bilan kesiladi. Keyin ular saralanadi, oqadigan suv bilan yuviladi va quyoshdan himoyalangan joyda quritiladi. Quritilgan barglar yan a saralanadi, barcha quriganlari tashlanadi va 3 yildan ortiq bo'lmagan yog'och qutilarda yoki kanvas qoplarda saqlanadi. Plantain rasmiy dori sifatida tan olingan, shuning uchun uni dorixonada turli shakllarda sotib olish mumkin:

- paketdagi maydalangan barglar;
- filtr qoplarida maydalangan barglar;
- zubtutum damlamasi;
- zubtutum sharbati;
- zubtutum ekstrakti;
- plantain malhami;
- yo'tal uchun zubtutum siropi.



Zubtutum barglari vitaminlarga boy salatlar va bahor sho'rvalariga ham qo'shiladi. Kosmetologiyada uning shifobaxsh xususiyatlari akne, ajinlar, yog'li teri va kepekni yo'q qilish uchun ishlatiladi.

Plantain barglari faol moddalarning boy kompleksini o'z ichiga oladi, shu jumladan keng ta'sir doirasiga ega bo'lgan glikozid akubin. Ushbu modda oshqozon-ichak traktiga foydali ta'sir ko'rsatadi, mikroblarga qarshi, antiseptik, antiviral, antispazmodik, yallig'lanishga qarshi va tinchlantiruvchi xususiyatlarga ega. Shuning uchun o'simlikning barglariga asoslangan preparatlar oshqozon va ichaklarning faoliyatini normallantiradi va yurak-qon tomir va asab tizimining kasalliklarini davolashda samarali bo'ladi.

Akubin glikozidlari bilan bir qatorda zubtutum barglari kaltsiy va magniy kabi mikroelementlarga boy, flavonoidlar va saponinlar, achchiq va taninlar, K va U vitaminlari, karotin va pektin, askorbin, limon va oleanolik kislotalarni o'z ichiga oladi. Shuning uchun, oshqozon sekretsiyasini oshirish uchun zubtutum barglaridan infuziyalar va ekstraktlar qo'llaniladi.

O'simlik tarkibidagi shilimshiq nafas yo'llarini himoya qiladi, shilimshiqni suyultiradi va yallig'lanishni engillashtiradi. Pektin moddalari oshqozon yarasidan himoya qiladi, xolesterinni kamaytiradi va ba'zi hollarda qon bosimini pasaytiradi.

Rasmiy tibbiyot oshqozon-ichak kasalliklarini davolash uchun zubtutum urug'i va barglaridan foydalanadi.

Keng ta'sir doirasi tufayli o'simlik ko'plab dori-darmonlarga, shuningdek, ko'p komponentli ko'krak qafasi va ekspektoran preparatlariga kiritilgan. Zubtutum barglari ekstrakti asosida Plantaglucid preparati o'tkir va surunkali gastrit, oshqozon va o'n ikki barmoqli ichak yarasi, enterokolit, disbiyoz, rinit, bronxit, pnevmoniya va ko'k yo'talni davolash uchun ishlab chiqariladi.



Tashqi tomondan qo'llanilganda, dermatit, yaralar, kesmalar, ko'karishlar, trofik yaralar, furunkullar, xo'ppozlar va kuyishlar uchun samarali bo'ladi. Plantain shuningdek, Gerbion va Eucabal o'tlari uchun yo'tal siroplari va tiklovchi Evalar eliksiri tarkibiga kiradi. Gomeopatiyada yangi zubtutum mohiyati mashhur.

Zubtutum barglaridan foydalanish

Plantain antispazmodik, ogohlantiruvchi va ekspektoran sifatida ishlatiladi, shuning uchun u oshqozon-ichak trakti va bronxlarning sekretor-motor funksiyasini rag'batlantirish uchun ko'plab o'simlik vositalariga kiritilgan.

Zubtutum barglarining qaynatmalari va infuziyalari tonik sifatida siydik pufagining yallig'lanishi, enurez va iktidarsizlik uchun ishlatiladi.

Boshqa o'simliklar bilan aralashmalarda prostata adenomasi, erkaklar bepustligi va prostatitni davolash uchun ishlatiladi.

Xalq tabobatida zubtutum barglari qo'shimcha davolash sifatida ko'pincha quyidagi sharoitlarda qo'llaniladi:

Oshqozon-ichak trakti kasalliklari uchun

Yuqorida aytib o'tilganidek, zubturum barglari past kislotaliliksiz gastritni, shuningdek oshqozon va ichak yaralarini, enterokolitni va past kislotali gastritni davolashi mumkin. Shu maqsadda sharbatlar, damlamalar, infuziyalar va siroplar qo'llaniladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Мелибоева, Ш. Ш., Болтаев, М. М., & Шарипова, Э. М. (2021). Сравнительная Эффективность Препарата «Нодинорм» При Комплексном Лечении Фиброзно-Кистозной Мастопатии. *Central Asian Journal of Medical and Natural Science*, 114-119.
2. Мелибоева, Ш. Ш. К., Мусаева, Д. М., Шарипова, Э. М., & Болтаев, М. М. (2020). Ботаническая характеристика лекарственного растения «broccoli», фармакологические свойства и химический состав лекарственного растительного сырья «brassica oleracea». *Вестник науки и образования*, (24-1 (102)), 98-102.
3. Sh, M. S. (2022). Comparative analysis of common fennel regenerants according to the main morpho-biological features based on I. *European Journal of Life Security and Stability* (2660-9630), 15, 299-303.
4. Болтаев, М. М., & Мелибоева, Ш. Ш. к., Джалилов, ФС, Юлдашева, ДХ, Джалилова, ФС, & Самадов, БШ (2022). ПРИМЕНЕНИЕ БРОККОЛИ И ПРОРОСТКОВ БРОККОЛИ В ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИИ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ. *Журнал химии товаров и народной медицины*, 1(4), 242-254.
5. O'zME. Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil
6. <https://uz.wikipedia.org/wiki/Zubturum>
7. <https://www.agro.uz/dorivor-osimliklar/>
8. <https://zamin.uz/uz/tibbiyot/42301-halq-tabobatida-yutalni-davolash-usullari.html>