

SACHRATQI O'SIMLIGINI AHAMIYATI VA DORIVORLIK XUSUSIYATLARI

M.K. Hamroyeva¹, Omonova Durdona²

¹Ilmiy rahbar, DTPI b.f.f.d PhD, dotsent,

²DTPI 11-B-2022guruh talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15598054>

Annotatsiya. Ushbu maqolada sachratqi "*Cichorium intybus* L." o'simligining botanik tavsifi, kimyoviy tarkibi, tibbiyot sohasida qo'llanilishi hamda shifobaxsh xususiyatlari to'g'risida ma'lumotlar berilgan

Kalit so'zlar: Asteraceae, sachratqi, inulin, suvchechak, qandli diabet, podagra, bifidostimulyator, mikroflora, gastrit, disbakterioz, dispepsiya.

Аннотация. В данной статье представлена информация о ботаническом описании, химическом составе, лекарственном применении и лечебных свойствах лекарственного растения "*Cichorium intybus* L."

Ключевые слова: Сложноцветные, дрожжи, инулин, ветряная оспа, сахарный диабет, подагра, бифидо стимулятор, микрофлора, гастрит, дисбактериоз, диспепсия.

Annotation. This article provides information on the botanical description, chemical composition, medicinal use and medicinal properties of the medicinal plant "*Cichorium intybus* L."

Keywords: Compositae, yeast, inulin, chicken pox, diabetes mellitus, gout, bifidus stimulator, microflora, gastritis, dysbacteriosis, dyspepsia.

Kirish. Biz dastlabki ma'lumotimizda jigar va o't yo'llari kasalliklarida ishlatiladigan ayrim o'simliklar biologiyasi va kimyoviy tarkibini o'rganishning ahamiyatini yoritganmiz. Ushbu maqolada Sachratqi osimligining xalq tabobatida qo'llanilishi haqida batafsil to'xtalamiz. O'simlik tavsifi. Sachratqi – Asteraceae oilasiga kiruvchi urchuqsimon va yo'g'on ildizli ko'p yillik o'simlik. Poyasi tik turuvchi va uzun tuklar bilan qoplangan, barglar qarama-qarshi joylashgan. Gullari ko'k, pushti va oq rangda, to'pgullari ichida yoki kalta savatchalarda joylashgan. Sachratqi mevalari – pardasimon popukli, prizmasimon pistacha. Bitta sachratqi to'pidan 3-25 ming dona urug' olish mumkin. O'simlikning barcha organlarida sutlama naylari joylashgan. Sachratqi yozda gullab, yozning oxiridan kuzning o'rtalariga qadar mevalaydi. Hozirgi vaqtda sachratqi dunyoning ko'plab mamlakatlarida mazali ziravor va parhez taom mahsuloti sifatida ommabop hisoblanadi Maydalanib qovurilgan sachratqi ildizi uzoq vaqtlardan beri Yevropaliklarning qahvaga (kofe) qo'shiladigan sevimli ichimliklaridan biridir. Sachratqi ildizidan sut va qaymoq qo'shib tayyorlangan sharbat qahvaning o'rnini bosuvchi ichimlik sifatida asosan bolalar va sog'ligi tufayli qaxva ichish mumkin bo'lmagan odamlarning ratsioniga kiritilgan. Belgiyaliklar sachratqini pishloq va olma bilan dimlaydilar, latviyaliklar asal, limon va olma sharbati qo'shilgan holda sachratqi ildizidan salqin ichimlik tayyorlashadi. Maxsus salat sachratqisining barglari va novdalari turli- tuman salatlarning tarkibiy qismi sifatida ishlatiladi.

O'sish joyi. Tarqalishi: Toshkent, Jizzax, Samarqand, Qashqadaryo va Surxandaryo viloyatlarida keng tarqalgan, quyi va o'rta tog' mintaqasining toshli va shag'alli qiyaliklarida o'sadi. Sachratqining ildizi kuzda sentyabr-oktyabr oylarida yig'ib olinadi. Buning uchun ular birinchi navbatda belkurak yordamida kovlanadi, ba'zida plug yordamida haydab olinadi. Shundan so'ng ildizlar qo'l yordamida ajratiladi, yuviladi hamda quritiladi. Ildizni quritishdan oldin poyaning keraksiz qismidan tozalanadi. Ildizlar yo'g'on va uzun bo'lsa, ular bo'ylamasiga va ko'ndalangiga bir necha bo'laklarga bo'linib, quritgichda 50-600C haroratda quritiladi. Quritilgan xom ashyo burishgan ko'rinishiga ega bo'ladi. Tashqi tomondan ozgina jigarrang, ichi oq yoki sarg'ish bo'ladi. U o'ziga xos hidga ega emas, faqat achchiq ta'mga ega. Yer usti qismi har qanday dorivor o't kabi tayyorlanadi: sachratqi novdasining yuqorigi qismi gullash davrida yig'iladi, alohida bo'laklarga bo'linib, havo yaxshi aylanadigan soya joylarda quritiladi.

Kimyoviy tarkibi: Sachratqi ildizida 60% gacha inulin, 10-20% fruktoza, intibin glikozidi (farmatsevtika sanoatida qo'llaniladi), shuningdek, karotin, B (B1, B2, B3) vitaminlar guruhlari, C vitamini, makro va mikroelementlar (Na, K, Ca, Mg, P, Fe va boshqalar), organik kislatalar, taninlar, pektin, oqsil moddalari, smolalar mavjud. Sachratqi ildizi tarkibida qimmatli modda inulin mavjud bo'lib, metabolizmni yaxshilaydi va ovqat hazm qilish tizimining faoliyatini normallashtiradi.

Turli xil kasalliklarni davolashda sachratqidan foydalanish: Sachratqi o'simligi uzoq vaqtdan buyon xalq tabobatida mashhur bo'lgan qimmatbaho dorivor o'simlik. Sachratqi ildizi qadimgi Rimda ovqatni hazm qilishni yaxshilash uchun ishlatilgan, Misrda undan ilon va o'rgimchak chaqqanida zaharga qarshi zardob tayyorlashgan. Mashhur Abu Ali ibn Sino oshqozon-ichak trakti va ko'z kasalliklari, ko'z yallig'lanishi hamda podagra kasalliklarini davolashda sachratqi qo'llanilgan. Zamonaviy tibbiyotda sachratqi o'zining foydali dorivor xususiyatlari (tinchlantiruvchi, shakar miqdorini pasayturuvchi, o't haydovchi, siydik haydovchi, yallig'lanishga qarshi, isitma tushiruvchi, gijja haydovchi xususiyatlar) tufayli o'z ahamiyatiga ega o'simlikdir.

O'simlikni ovqat xazm qilish tizimi uchun foydasi: Ildiz qaynatmasi ishtahani yaxshilash, oshqozon osti bezi faoliyatini normallashtirish uchun eng yaxshi vositalardan biri bo'lib kelgan. Bundan tashqari, o't qopi toshlarini eritishga yordam beradi, o't haydovchi ta'sirga ega, jigarda qon oqimi va uning metabolitik jarayonlarini yaxshilaydi. O'simlikdan olingan inulin bifidostimulyator bo'lib, foydali ichak mikroflorasini rivojlanishiga yordam berib, organizmning umumiy immunitetini mustahkamlaydi.

Sachratqi tarkibidagi moddalar oshqozon va ichak shilliq qavatining yallig'lanish jarayonini susaytirishga yordam beradi. Yuqoridagi xususiyatlar tufayli sachratqi oshqozon va o'n ikki barmoqli ichak yaralari, gastrit, disbakterioz, dispepsiya, ich qotishi, jigar va o't pufagi kasalliklari (sirroz, gepatit va boshqalar) profilaktikasi va davolashda keng qo'llaniladi. Sachratqi asab va yurak-qon tomir tizimi uchun juda foydali. Ildizidan tayyorlangan sharbat kofeinni o'zida saqlamaydigan kofe o'rnini bosuvchi ichimlik sifatida qo'llanilishi mumkin bo'lmagan holatlar aniqlanmaganligi uchun gipertoniya, nevrasteniya, depressiya, uyqusizlik va migren kasalligi bor insonlar uchun foydali hisoblanadi.

Sharbat B vitaminiga boy bo'lganligi tufayli inson asab tizimiga tinchlantiruvchi ta'sir ko'rsatadi (bu vitaminlar yaxshi kayfiyat, sog'lom uyqu, energiya va quvvat uchun javobgar). Shu bilan birga kaliyga boy bo'lgan sachratqi (yurakning normal ishlashi uchun zarur) qondan ortiqcha xolesterindan foriq bo'lishda, tomirlarning kengayishiga, yurak qisqarishining

amplituda va ritmini normallashtirishda yordam beradi. Aynan shu sababli ateroskleroz, taxikardiya, yurak-qon tomirlar tizimi kasalliklari va boshqa kasalliklarga chalingan insonlar uchun ratsionda sachratqi ichimligi iste'mol qilish foydali hisoblanadi. Sachratqi tarkibida yuqori miqdorda temir moddasi kamqonlikning (anemiya) oldini olish va kompleks davolashda ishlatiladi.

Qandli diabet va semizlikka qarshi: Tibbiyotda sachratqi ildizi tarkibida yuqori molekulyar polisaxarid inulinning yuqori miqdorini saqlagani uchun qimmatli hisoblaniladi. Aynan inulin qondagi qand miqdorini kamaytirishda, metabolizm va ovqat hazm qilishni yaxshilashda yordam beradi, bu barcha xususiyatlari kompleks ravishda diabetning oldini olish va davolashda ijobiy rol o'ynab, ortiqcha vaznga qarshi kurashda samarali hisoblanadi. Sachratqi teri kasalliklarini kompleks davolashda ham qo'llaniladi. Sachratqi bakteritsid va yallig'lanishga qarshi ta'sirga ega bo'lganligi uchun yarani davolovchi vosita sifatida ishlatilishi mumkin (o'simlikning damalama, qaynatma va spirtli nastoykasi seboreya, allergik dermatit, neyrodermatit, diatez, ekzema, suvchechak, psoriaz, pes, husnbuzar, furunkul va boshqalar). Kundalik hayotda sachratqidan foydalanish taloq kasalliklari, buyrak yallig'lanish kasalliklari va buyrak toshlarini davolashda sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, sachratqi tarkibini muntazam iste'mol qilish insonlarni toksinlar, radiaktiv moddalar va og'ir metallardan tozalashda yordam beradi.

Qo'llash usuli. Sachratqi ildizidan qaynatma tayyorlash: 1 qoshiq maydalangan sachratqi ildizi ustiga 200 ml qaynoq suv qo'shib, 10 daqiqa davomida past olovda qaynagandan so'ng qizdiriladi, so'ng tindirib suzgichdan o'tkaziladi. Qandli diabeti uchun kuniga 3 mahal 50 ml dan ichiladi. Sachratqi ildizi qaynatmasi oshqozonosti bezi, o't pufagi, jigar (o't tosh kasalligida ham) kasalliklarida o't haydovchi vosita sifatida qo'llaniladi, siydik haydovchi vosita sifatida buyrak kasalliklarida, ovqat hazm qilishni yaxshilash va metabolitik kasalliklarni davolashda ishlatiladi. Tashqi tomondan teri kasalliklari va podagra kasalligi uchun vanna, ho'llanma va kompresslar sifatida qo'llaniladi.

Sachratqi ildizini damlamasi: 2 choy qoshiq maydalangan ildiz ustiga 200 ml qaynoq suv quyib, 1-2 soat damlanadi, sovutilib, suzgichdan o'tkaziladi. Damlama kun davomida 3-4 marta iste'mol qilinadi. Qandli diabetni davolashda ishlatiladi.

Sachratqi o'ti va ildizining damlamasi: 1 osh qoshiq sachratqi guli va 1 osh qoshiq sachratqi ildizi olinadi. Qon tomir kasalliklari, shuningdek, vena qon tomirlari varikozi yoki gemoroy kasalliklari bilan og'rigan bemorlar kundalik ratsionda sachratqi mahsulotlarini iste'mol qilishdan oldin shifokor bilan maslahatlashishi kerak.[6-10]. Xulosa qilib shuni aytish kerakki, sachratqi ildizidan tayyorlangan damlamalar, shuningdek ildizdan ajratib olingan moddalardan tayyorlangan turli.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Нишонов М., Умарова О.М., Д.Д. Максудов. Жигар ва ўт йўллари касалликларида ишлатиладиган айрим ўсимликлар биологияси ва кимёвий таркибини ўрганишнинг аҳамияти. "Bioorganik kimyoning dolzarb muammolari" mavzuidagi xalqaro miqyosdagi ilmiy va ilmiy-texnik anjumani materiallari. Farg'ona, 2021 yil 23 noyabr. 111-116 betlar.// (Nishonov M., Umarova O.M., D.D. Maksudov. Importance of studying the biology and chemical composition of some plants used in diseases of the liver and biliary tract. Proceedings of the international scientific and scientific-technical conference on "Actual

problems of bioorganic chemistry". Fergana, November 23, 2021. Pages 111-116.) 2. K. Xojimatov, X.Q. Haydarov, D.T. Xamraeva, D.A. Imomova, A.N. Xujanov. "O'ZBEKISTON DORIVOR O'SIMLIKLAR ATLASI" (o'quv qo'llanma). SamDU tahririy nashriyot 2021-yil. 52-56 betlar. //(K. Khojimatov, H.Q. Haydarov, D.T. Khamraeva, D.A. Imomova, A.N. Khujanov. "ATLAS OF UZBEKISTAN MEDICINAL PLANTS" (study guide). SamDU editorial-publishing year 2021. Pages 52-56.) 3. O'. Pratov, A. S. To'xtayev, F. O'. Azimova, I. Z. Saparboyev, M. T. Umaraliyeva. Biologiya, darslik / T.: "O'zbekiston" NMUI. 2017. //(O. Pratov, A. S. Tokhtayev, F. O'. Azimova, I. Z. Saparboyev, M. T. Umaraliyeva. Biology, textbook / T.: "Uzbekistan" NMUI. 2017.)