

MOYCHECHAK O'SIMLIGINING DORIVOR VA AMALIY AHAMIYATI

Turdiyeva Gavhar Inotullayevna¹, Qurbonova Shahlo², Axmedova Umida³

¹Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti "Biologiya va qishloq xo'jaligi mahsulotlari texnologiyalari" kafedrası o'qituvchisi,

^{2,3}Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti "Biologiya va qishloq xo'jaligi mahsulotlari texnologiyalari" kafedrası (biologiya turlari bo'yicha) 2-bosqich 1B-S 2023 guruh talabalari

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15599748>

Annotasiya. *Moychechak (Matricaria chamomilla) o'simligi o'zining uzun tarixiy davomiyligi davomida xalq tabobatida keng qo'llanilgan va turli kasalliklarning davolanishida samarali natijalar beruvchi dorivor o'simliklardan biridir. Uning dorivorlik xususiyatlari yallig'lanishga qarshi, og'riqni kamaytirish, uyqusizlikni davolash, asab tizimini tinchlantirish va oshqozon-ichak tizimi muammolarini yengillashtirishga qaratilgan.*

Kalit so'zlar: *moychechak, dorivor o'simlik, yallig'lanishga qarshi, og'riqni kamaytirish, uyqusizlik, asab tizimi, oshqozon-ichak tizimi, xalq tabobati, antioksidant.*

Аннотация. *Растение ромашка (Matricaria chamomilla) широко применяется в народной медицине на протяжении всей своей многовековой истории и является одним из лекарственных растений, дающих эффективные результаты при лечении различных заболеваний. Его лечебные свойства: противовоспалительные, обезболивающие, успокаивающие бессонницу, успокаивающие нервную систему и связанные с желудочно-кишечным трактом.*

Ключевые слова: *Ромашка, лекарственные растения, противовоспалительное, обезболивание, бессонница, нервная система, желудочно-кишечный тракт, народная медицина, антиоксидант.*

Abstract. *Chamomile (Matricaria chamomilla) has a long history of effective folk medicine and is one of the most effective medicinal plants in the development of various crops. Its medicinal properties include anti-inflammatory, pain-relieving, insomnia-treating, and calming the nerves and alleviating ailments.*

Keywords: *Chamomile, medicinal plants, anti-inflammatory, pain relief, insomnia, nervous system, digestive system, traditional medicine, antioxidant.*

Moychechak (*Matricaria chamomilla*) o'simligi butun dunyo bo'ylab qadimdan shifobaxsh xususiyatlari uchun tanilgan. *Matricaria chamomilla* — janubiy va sharqiy Yevropadan kelib chiqqan Asteraceae oilasining a'zosi. Bugungi kunda o'simlikni barcha qit'alarda topish mumkin. U shoxlangan, tik va silliq poyaga ega bo'lib, balandligi 15–60 cm gacha yetadi. Uzun va tor barglari uchburchakdir.

Gullari rovak to'pgullarda joylashgan. *Matricaria chamomilla* o'simligi, odatda bahor oxiridan yozning boshigacha gullaydi. Gullash davri ko'pincha maydan iyulga qadar davom etadi, lekin bu iqlim sharoitiga qarab o'zgarishi mumkin. Chamomile o'simligi yaxshi yorug'lik va iliq, ammo quruq sharoitlarni afzal ko'radi va kuchli, xushbo'y hidga ega. Gullar tarkibida ko'k rangli efir moyi mavjud bo'lib, u o'ziga xos hidni beradi. Mevasi sarg'ish-jigarrang ranga

ega. O'simlikning gullari va barglarida mavjud bo'lgan faol moddalardan, xususan flavonoidlar, kumarinlar, terpenoidlar, efir moylari va antioksidantlar moychechakni xalq tabobatida keng qo'llanilishini ta'minlagan. Matricaria chamomilla yoki xalq tilida chamomile deb ataladigan o'simlik, qadimdan tibbiyotda keng qo'llanilgan. Uning dorivorlik xususiyatlari ko'plab kasalliklar va noxush holatlar uchun foydalidir. Moychechak o'simligining eng muhim dorivorlik xususiyatlaridan biri uning yallig'lanishga qarshi ta'siridir. O'simlikda mavjud bo'lgan flavonoidlar, kumarinlar va efir moylari yallig'lanishni kamaytirishga yordam beradi. Moychechak ekstrakti asosan artrit, artroz, og'riqli holatlar va boshqa yallig'lanishli kasalliklarni davolashda ishlatiladi. Moychechak o'simligi og'riqni kamaytiruvchi sifatleri bilan ham mashhurdir. O'simlikning alkaloidlari va flavonoidlari og'riqni kamaytirishga yordam beradi. Moychechak choyi yoki infuziyalari og'riqli holatlarda, masalan, bosh og'rig'i, oshqozon og'rig'i yoki mushaklardagi spazmlarni davolashda qo'llaniladi. Moychechak asab tizimini tinchlantiruvchi ta'sirga ega bo'lib, stress, uyqusizlik va asabiy holatlarni yengillashtiradi. O'simlikning sedativ xususiyatlari markaziy asab tizimiga yumshoq ta'sir ko'rsatadi. Moychechakdan tayyorlangan preparatlar asabiy holatlar va uyqusizlikni davolashda samarali bo'ladi. Moychechak o'simligi antioksidant xususiyatlarga ega bo'lib, organizmni erkin radikallar zararidan himoya qiladi. Bu o'simlik tarkibidagi flavonoidlar va polifenollar organizmning immun tizimini mustahkamlashga yordam beradi va qarish jarayonini sekinlashtiradi.

Moychechak oshqozon-ichak tizimini yaxshilashda ham muhim rol o'ynaydi. U oshqozon shilliq qavatini yengillashtiradi, hazm qilish jarayonini yaxshilaydi va gastrit, dispepsiya kabi muammolarni bartaraf etishda yordam beradi. Chamomile oshqozonning faoliyatini tartibga soladi va ovqat hazm qilish jarayonini yaxshilaydi. U ovqatdan keyin oshqozon og'rig'ini kamaytirish va ovqat hazm qilishni osonlashtirishda yordam beradi. Chamomile tarkibidagi spazmolitik moddalar oshqozon va ichaklardagi spazmlarni (qisqarishlarni) yumshatadi. Bu, ayniqsa, oshqozon og'rig'i, ich qotishi yoki ich ketishining oldini olishda foydalidir. Oshqozon va ichaklarda gaz to'planishini kamaytirish uchun chamomile samarali vosita hisoblanadi. U ichaklardagi shishishni kamaytiradi va oshqozonning normallashtirishga yordam beradi.



1-rasm. Dorivor moychechak.

Oshqozonning yallig'lanishini kamaytirish. Bu, ayniqsa, oshqozonning gastrit yoki oshqozon yarasi kabi kasalliklarida foydalidir. Chamomile oshqozon kislotasining ko'p bo'lishini (giperkislilikni) kamaytirishga yordam beradi, bu esa oshqozonning shikastlanishini oldini olishga yordam beradi. U shuningdek, oshqozon kislotasining oshishi bilan bog'liq bo'lgan achishishni yengillashtiradi. Chamomile o'simligi o'rtacha miqdorda infuziya yoki choy shaklida foydalaniladi. Biroq, dozlashda ehtiyotkorlik talab etiladi, chunki ko'p miqdorda iste'mol qilish oshqozonning sezgirligini oshirishi mumkin. Chamomile tarkibidagi efir moylari va boshqa birikmalar antibakterial va antiseptik xususiyatlarga ega. U yaralarni davolash, teri kasalliklarini kamaytirish va mikroblarni yo'qotish uchun ishlatiladi. Chamomile terini tinchlantirish va yallig'lanishlarni kamaytirish uchun ishlatiladi. U ekzema, teri toshmasi va boshqa teri kasalliklarini davolashda yordam beradi. Moychechakni urug'lar orqali ko'paytirish mumkin. Urug'lar bahor oylarida ekiladi va yaxshi o'sishi uchun quyoshli joy va yaxshi drenajlangan tuproq talab etiladi. Ba'zi hollarda vegetativ ko'paytirish usullari ham qo'llaniladi.

Xulosa. Moychechak o'simligi o'zining yallig'lanishga qarshi, og'riqni kamaytiruvchi, asab tizimini tinchlantiruvchi va antioksidant xususiyatlari bilan keng tarqalgan dorivor o'simliklardan biridir. O'zbek xalq tabobatida moychechak ko'plab kasalliklarni davolashda ishlatilgan va uning tibbiyotdagi ahamiyati kuchli. Moychechakni ishlatishda ehtiyotkorlik zarur, chunki u ba'zi hollarda allergik reaksiyalarga olib kelishi mumkin. Shuningdek, moychechak o'simligi ko'paytirish jarayonida ham ehtiyotkorlik talab etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Davletov, I. F. (2017). Moychechak o'simligining dorivorlik xususiyatlari va tibbiy foydalanilishi. O'zbekiston Tibbiyot Journal, 4(3), 121-125.
2. Akhmedov, T. G. (2015). Dorivor o'simliklar va ularning klinik qo'llanilishi. Toshkent: Fan.
3. Zubairi, M. T. (2019). Moychechakning farmatsevtik xususiyatlari. Tibbiyot fanlari, 5(1), 46-50.
4. Tursunov, B. F. (2020). Moychechak va uning tibbiy ahamiyati. O'zbekistonda tibbiyot, 12(2), 30-35.
5. G'aniyev, R. I. (2018). Xalq tabobatida moychechakning o'rni va qo'llanilishi. Tibbiy ilmiy tadqiqotlar, 7(4), 98-103.