

SUBTROPİK O'SIMLIKLAR TURKUMLARIGA KIRUVCHI ANOR VA ANJIR O'SIMLIKLARNING BIOLOGIYASI VA SHIFOBAXSHLIK HUSUSIYATLARI

Xolmurodov Mingboy Amirivich

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti o'qituvchisi

Komoliddinov Jaloliddin Asomiddin o'g'li

<https://doi.org/10.5281/zenodo.11396899>

Annotatsiya. Ushbu maqolada anjir va anor daraxtlari mevalari va ularning o'ziga xos shifobaxshlik xususiyatlari yoritilgan. Bu mevalarning organizmga foydalilik tomonlari hamda qaysi kasalliklarga davo ekanligi aytib o'tilgan.

Kalit so'zlar: "Tabiatning eng mukammal mevasi", anjir (*Ficus carica*), anor (*Punica granatum*), "donli olma".

BIOLOGY AND MEDICINAL PROPERTIES OF POMEGRANATE AND FIG PLANTS BELONGING TO SUBTROPICAL PLANT GROUPS

Abstract. This article describes the fruits of fig and pomegranate trees and their specific healing properties. The beneficial aspects of these fruits for the body and which diseases are treated are mentioned.

Key words: "The most perfect fruit of nature", fig (*Ficus carica*), pomegranate (*Punica granatum*), "grain apple".

БИОЛОГИЯ И ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА РАСТЕНИЙ ГРАНАТА И ИНЖИРА, ПРИНАДЛЕЖАЩИХ К СУБТРОПИЧЕСКИМ ГРУППАМ РАСТЕНИЙ

Аннотация. В данной статье описаны плоды инжира и гранатового дерева и их специфические целебные свойства. Упоминаются полезные стороны этих фруктов для организма и какие заболевания лечатся.

Ключевые слова: «самый совершенный фрукт природы», инжир (*Ficus carica*), гранат (*Punica granatum*), «зерновое яблоко».

Insoniyat juda qadim zamonlardan buyon turli kasalliklarning kelib chiqish sabablarini bilishga va ularni shifobaxsh o'simliklar bilan davolashga urunib kelishgan. Xalq tabobatiga bo'lgan qiziqish, hozirgacha susaygani yoq. Tibbiyot ilmining asoschlikaridan bo'lgan Suqrot (Gippokrat), Jolinus (Galen), Abu Ali ibn Sino, Abu Rayhon Beruniy hamda Abu Bakr Roziy kabi olimlar o'z asrlarida xalq tibbiyotining o'ziga xos jihatlari haqida, jumladan, tabiatda uchraydigan shifobaxsh o'simliklar haqida o'z kitoblarida yozib qoldirganlar va bu asarlarda keltirilgan barcha qo'lyozmalar hozirgacha tabobatda qimmatli ma'lumotlar sifatida foydalanib kelinmoqda. Anjir

mevasi Kaliforniyada “Tabiatning eng mukammal mevasi” deb ham tilga olinadi. Anjirni bejiz tabiatning eng mukammal mevasi deyishmaydi. Dunyo tabobati tan olgan “Tib qonunlari” asari muallifi Abu Ali ibn Sino : “Anjirning o’ziga xos tabiati bor. Shinnising tasiri asal tasiriga o’xshaydi”- degan fikrlari uning shifobaxshligi haqida yana bir dali hisoblanadi.

Anjir (*Ficus carica* L.)-tutdoshlar (anjirgullilar) oilasiga mansub subtropik meva turi hisoblanadi. Turkiya, Jazoir, Yevropaning janubida, AQSHda anjirzorlar katta maydonlarni egallaydi, shuningdek, Kavkaz, O’rta Osiyo, Qrimda ham yetishtiriladi. Yovvoyi holda O’rta dengiz boyi, Kichik Osiyo, Eron, Shimoliy-garbiy Hindistonda o’sadi. Yovvoyi holda O’zbekistonda faqat Surxondaryo viloyatida To’palang daryo havzasida uchraydi. Anjir daraxtining bo’yi 4-10 m, shoxlari qalin, yoyilib o’sadi, novda, barg va mevasida sutsimon shira bor. Bargi yirik, 3-7 bo’lmali, bazan bo’lmasiz, to’q yashil, orqasida tuklari bor. Mevasi-och sariq yoki siyohrang, shirin, xushbo’y va qarsildoq mayda danakchali bo’ladi. Mevasi tarkibida 20-24% qand, 0.5-4.2% pektin moddalar, 3.4-7.4% klechatka, 0.1% gacha organik kislotalar, karotin, kalsiy, temir, fosfor va boshqa moddalar bor. Uning dorivorlik xususiyatlari haqida aytadigan bo’lsak, Abu Ali ibn Sino anjir mevasi haqida shunday degan. Anjir balgam ko’chiruvchi va yo’tal qoldiruvchi vosita sifatida qo’llangan. Balgam ko’chiruvchi dori sifatida anjir mevasini yeyish, yo’talni qoldirish uchun mevani sutda qaynatib, istemol qilishni buyurgan. Mevasining issiq damlamasi namlangan doka yara ustiga qoyiladi. Anjir bargidan olingan psoboran dorivor preparati tibbiyotda pes kasalligiga davo qilinadi. Bundan tashqari, anjir ko’p miqdorda B6 vitaminini ham o’z ichiga oladi. Bu vitamin organizmning aminokislota va oqsillarni parchalab, ulardan energiya olishga yordam beradi, asab tizimi faoliyatida muhim ro’l oynaydi va qarishning oldini oladi. Bundan tashqari, anjir sharbatini ichish revmatizm (bot), teri kasalliklari, buyrak va qovuqda toshlar paydo bolganda, jigar hajmi kattalashib og’riq berganda va shu kabi kasalliklarni davolashda yaxshi samara beradi. Quritilgan anjir mevasi ich surish xususiyatiga ega. Xalq orasida Anjir bargi uzum va mevalarni quritishda ishqor sifatida, “suti” teri kasalliklarini (kal,so’gal, temiratki), chayon va ari chaqqan joylarni davolashda ishlatiladi. O’zbekistonda kadeta, sariq anjir, qora anjir, chapla va boshqa navlari ko’p ekiladi. Qora anjir bod kasalligini davollashda yordam beradi. U echki suti bilan birgalikda qaynatib istemol qilinsa, organizmni zararli moddalardan tozalaydi hamda immun tizimini mustahkamlaydi. Bu tansiq meva o’pka sili, mushakning holsizlanishi kabi xastaliklarda ham eng yaxshi davo hisoblanadi. Shuningdek, yurakning tez urishi, bronxial astma (ziqqinafas), ko’krak og’rig’i, opka pardasi yallig’lanishi (plevrit)da nihoyatda foydali.

Anor – Anordoshlar (*Punicaceae*) oilasiga mansub. Bu oila filogenetik jihatdan

mirtadoshlar oilasiga yaqin bolib, unga bitta turkumga mansub 2ta tur kiradi. Bittasi sokorta anori (Punica protopunica). U Sokorta orolida o'sadi. Ikkinchisi oddiy anor (Punica granatum) Yevropaning Janubi- Sharqiy qismiga yaqin Sharq va O'rta Osiyoda tarqalgan. O'zbekistonda oddiy anor tabiiy holda ham osadi. Ikkala tur ham buta yoki kichik daraxtdan iborat. Gullari aktinomorf, ikki jinsli. Gulqorg'oni murakkab gultoqi qizil rangli. Mevasi anor meva. Oddiy anor mevali va manzarali osimlik sifatida ekiladi. Tuzilishidan olmaga oxshaganligi sababli anorni qadimgi Gretsiyada "donli olma" deb atashgan. Tibbiyotda anorning mevasi, meva po'sti hamda poyasi, yirik shoxlari va ildiz po'stlog'i ishlatiladi. Anor xalq tabobatida qadimgi shifobaxsh vositalardan biri hisoblanadi. Abu Ali ibn Sino meva po'stini qon tupurish, milkdan qon oqishini toxtatish, tishni mustahkamlash uchun hamda oshqozon-ichak kasalliklari (ich ketish, qon aralash ich ketish), yaralar va boshqa kasalliklarni davolashda, shuningdek siydik haydovchi vosita sifatida ishlatgan. Oyoqda qon tomirining kengayishi va suv yigilishi kabi holatlarni davolashda anor guli yaxshi samara beradi. Bunda anorning gulini olib, issiq suvda hollab, suv yigilgan joyga qo'yib, ustidan bog'lab qo'yiladi. Olimlarning aniqlashicha, anor yurak sog'ligini yaxshilaydi va uni muntazam ravishda istemol qilish inson qarishi jarayonini sekinlashtirishini aytib o'tishgan. Anor tarkibida (Punicalagin) bor. Bu modda erkin radikallarni zararsizlantiradi va antioksidant holatini oshiradi. Shifokorlarning fikriga kora, anor tarkibidagi punikalagin va boshqa antioksidantlar qon tomirlari devorlarini mustahkamlaydi va "yomon" xolesterin (LDL) darajasini pasaytiradi. Bu aterosklerotik blyashka paydo bo'lishining oldini oladi. Shunday qilib, uyqu arteriyasi stenozi bo'lgan bemorlarga uch yil davomida kuniga 30 millilitr anor sharbatini ichish taklif qilingan. Natijada, tajriba ishtirokchilarda aterosklerotik blyashka paydo bolish xavfi 30% ga kamayganligi aniqlangan. Anor mevasi gemoglobinni kotaradi, shamollashni daf etadi, ogriqlardan xalos etadi, yurak og'rig'ini yengib, qon tomirlar va peshob yo'llaridagi faoliyatni yaxshilaydi, ich og'rig'ini davolaydi, ichaklardagi boglanish hamda o't qopi ishini meyorga keltiradi, jigardagi quvvatsizlikka barham beradi va immunitetni kotaradi. Xalq tabobatida anordan diareya, dizbakterioz va dizenteriyada ham foydalaniladi. Anorning yangi sharbati oshqozonda hazm qilish jarayonini yaxshilaydi. Shuning uchun uni og'ir hazm boluvchi taomlardan song istemol qilish juda foydali. Anor sharbati og'iz boshligi kasalliklari va tomoq og'rig'ida ham davo. Anorning gijjalarga qarshi xususiyati qadim-qadimdan malum. Anor daraxtining ildizi, postlogi va novdalaridan tayyorlangan damlama tasmaimon gijjalarni haydashga komaklashadi. Achchiq anor sharbati siydik haydalisiga yaxshi yordam beradi. Xulosa o'rnida shuni aytishimiz mumkunki, xalq tabobati hayotga kengroq tatbiq etish inson sog'ligi va bugungi kun dorishunosligi uchun ham muhim ahamiyat kasb etadi. To'g'ri, hozirgi kunda tibbiyot jadal rivojlanib, hayotimizda uchraydigan har qanday kasalliklarni bartaraf qilish

xususiyatiga ega zamonaviy farmasevtik dorilar kundan-kunga ko'paymoqda, biroq xalq tabobatchiligida foydalanib kelingan turli xil shifobaxsh osimliklardan togri tayyorlangan damlamalar inson organizmida hech qanday asorat qoldirmaydi. Ushbu maqoladagi anjir va anor mevalari shifobaxsh tabiatimizning bir qismigina hisoblanadi, xolos. Ularning nafaqat mevasi, balki, po'sti, ildizi hamda yirik novdalari, shuningdek poya va barglari ham o'zida ko'pgina shifobaxshlik xususiyatlarini namoyon qilganligi sababli mamlakatimizda anjirzor va anorzorlarni ko'paytirsak nur ustiga alo nur bolar edi.

REFERENCES

1. "O'zbekiston milliy ensiklopediyasi" Davlat ilmiy nashriyoti. Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil.
2. В.А.Буригин, Ф.Х.Жонгуразов "Ботаника" 1977.
3. Ў. Пратов, Қ. Жумаев "Юксак ўсимликлар систематикаси" Тошкент- 2003.
4. Ш.Эргашев "Юз дардга юз даво". "Абу Али ибн Сино" номидаги тиббиёт нашриёти. Тошкент-2002.