

ZUBTURUM O'SIMLIGIDAN TAYYORLANADIGAN AYRIM DORIVOR VOSITALARNI DAVOLASHDA QO'LLANILISHI

Ruzikulova Nilufar Safarboyevna,

Ganiyevna Nigina Abdulkarimovna,

Achilova Manzura Ismailovna.

Siyob Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi

Farmakologiya kafedrası o'qituvchilari

Annotatsiya: Ushbu maqolada zubturm o'simligining morfologik tuzilishi, kimyoviy tarkibi, undan tayyorlanadigan dorivor vositalar, xalq tabobatida ishlatilishi haqida bayon qilingan. Hozirgi kunda tabiatimizda osayotgan dorivor osimliklardan oqilona foydalanib, ulardan kasalliklarga davo topishimiz mumkin. Zubturm dorivor osimligi juda kop kasalliklarga davo bolib uni tabobatimizda keng qollasak boladi. Bu osimlikning bargi, tomiri va uruglari juda kop kasalliklarga davo boladi. U tabiatimizda osadi va noyob hisoblanadi.

Kalit so'zlar: zubturm, damlama, qaynatma, ateroskleroz, bavorir

Zubturm o'simligi arab va fors shifokorlari tomonidan qadrlangan, ular uni oshqozon-ichak kasalliklari uchun tavsiya qilishgan. Tibet tibbiyotida zubturm yiringni to'xtatadi, deb ishonishgan.

Zubturm doshlar - Plantaginaceae oilasiga mansub, kalta va yo'g'on ildizpoyali, poyasiz ko'p yillik o't o'simlik. Yer ustki qismini ildizoldi barglari va 10-50 sm balandlikdagi gul o'qi tashkil qiladi. Barglari uzun, qanotli bandli, keng tuxumsimon yoki keng ellipsimon, tekis qirrali, 3-9 ta yoysimon asosiy tomirli bo'ladi. Gul o'qi bitta yoki bir nechta. Mayda, ko'rimsiz, to'rt bo'lakli gullari gul o'qi uchidagi boshqosimon to'pgulga joylashgan. Mevasi-tuxumsimon, ko'p urug'li ko'sakcha. Iyunsentyabr oylarida gullaydi va mevasi yetiladi. Geografik tarqalishi jihatidan Respublikamizning barcha tumanlarida, yo'l yoqalarida, ariq, daryo, buloq bo'ylarida, botqoqliklarda, dalalarda, ekinzorlarda, o'tloqlarda, o'rmon chetlarida va boshqa yerlarda o'sadi. Qo'llaniladigan qismi o'simlikning bargi bilan yer ustki qismi. Barglari kalta bandli qilib qirib olinadi va tezlikda soya yerda quritiladi. Yer ustki qismi o'simlik gullagan vaqtda yiqiladi va quritilmasidan undan shira olish uchun farmatsevtika zavodlariga yuboriladi.

Onalik tuguni ikki xonali yuqoriga joylashgan. Mevasi - tuxumsimon, ko'p urug'li ko'sakcha. May - iyun oyida gullaydi. Yo'l yoqalarida, dala va ekinzorlarda, o'tloq va o'rmon chetlarida va ariq bo'ylarida o'sadi.

Barglaridan foydalanish uchun o'simlik bargi yil bo'yi yig'iladi va salqin erda quritiladi. Quritilgan barglari tuxumsimon, ellipssimon, tekis qirrali, 5 - 9 gacha eysimon tomirlangan, uzunligi 12 sm, eni 8 sm, kalta bandli barglardan iborat, hidsiz, achchiqroq mazasi bor.

Zubtutum o'simligi 80 dan ortiq kasalliklarga shifo bo'ladi. Masalan, me'da - ichak kasalliklari (gastrit, enterit, enterokolit) da, ko'kyo'yatlda, bavo'sirda, saraton kasalligida, so'gald, ich qotishida, ko'z kasalliklarida ishlatiladi.

Quyida zubtutum o'simligidan tayyorlangan dorivor vositalarning ayrim retseptlari keltirilgan.

Arteriya qon tomirlari torayishi (ateroskleroz) da zubtutum o'simligidan tayyorlanadigan damlamalarning tayyorlanishi:

1. Bargidan bir osh qoshiqg'i ustiga bir stakan qaynoq sub quyib, 30 daqiqa damlab qo'yiladi. So'ngra qultimlab bir soat davomida ichiladi.
2. Barglarini yuvib, sharbati olinadi va unga teng miqdorda asal qo'shib 20 daqiqa qaynatiladi, kuniga 2-3 osh qoshiqdan aterosklerozda iste'molqilinadi.
3. Maydalangan quruq bargidan 1 osh qoshig'i ustiga 1 stakan qaynoq suv quyib, 10 daqiqa damlab qo'yiladi. Kuniga 1 soat ichida qultimlab ichiladi.

Bavosirni davolashda ishlatiladigan damlamalar.

1. Maydalangan bargidan choynakka 4 qoshiq solib, ustiga yarim litr qaynatilgan suv quyib, 4 soat o'rab damlab qo'yiladi. Kuniga 4 mahal yari stakandan choy kabi ichiladi.
2. Ildizi va bargidan 50-100 gr olib, bir paqir suvda qaynatiladi. Qaynatmadan 3 stakan ichilsa, bavo'sirdan qon oqishi to'xtaydi.
3. Bargi va ildizidan 500 gr olib, yod qo'shib, 4 l suvda 1 soat qaynatiladi, har kuni 2 mahal 3 piyoladan ichib turilsa, bavo'sirga shifo bo'ladi.
4. Zubtutum, gazandao't, sigirquyruqdan 100 gr dan olib yig'ma qilinadi. 3 osh qoshiqg'ini kechqurun termosga solib, ustiga 3 stakan qaynoq suv quyiladi. Ertalab suzib, kuniga 4 mahal ovqatdan 30 daqiqa ilgari 150 ml dan ichiladi.

Tibbiyotda zubtutum bargidan tayyorlangan damlamasi bronxit, ko'k yo'tal, astma va boshqa nafas olish kasalliklari uchun ishlatiladi.



Damlamani ovqatdan 30 minut o'tgach, 2 osh qoshiqdan kuniga 2-3 marta 7-10 kun davomida ichiladi.

Tibbiyotda zubtutum bilan bir qatorda o'rta zubtutum - *Plantago media* L. (bargini ikki tomoni tukli kalta bandli), lantsetsimon zubtutum - *Plantago lanceolata* L. (bargi lantsetsimon) o'simliklari ham ishlatiladi.

Zubtutum bargi yo'talga qarshi ishlatiladigan yig'malar-choylar tarkibiga kiradi. Zubtutum qadimdan xalq tabobatida turli kasalliklarni davolashda ko'p ishlatilib kelingan o'simlik.

Abu Ali ibn Sino o'z vaqtida qiyin bitadigan yaralarni, shishlarni (xavfli shishlarni ham), ko'z yallig'lanishi, jigar, buyrak va boshqa kasalliklarni davolagan hamda qon oqishini to'xtatish uchun ishlatgan. Jigar va buyrak kasalliklarida hamda qon tupurishda bemorga zubtutum urug'ining qaynatmasini ichirgan, quritilmagan barg yoki urug' shirasidan ichak yarasida huqna qilgan. Bargidan tayyorlangan damlamasi yoki quritilmagan barg shirasi xalq tabobatida nafas yo'llari, ko'z, teri, bezgak, so'zak, yo'g'on ichak yallig'lanishi va turli yuqumli kasalliklarni hamda yaralarni, quydirgini davolashda, shuningdek, turli qon oqishlarni to'xtatishda qo'llaniladi. Zubtutum bargi yana o'pka va me'da raki kasaligini davolash uchun hamda nafas yo'llari kasalliklarida balg'am ko'chiruvchi vosita sifatida ishlatiladi. Yaralar, chipqon va kesilgan yerlarni davolash uchun yangi uzib olingan bargi ezib bog'lanadi.

Zubtutum urug'idan tayyorlangan qaynatmasi yoki shakarga aralashtirib qovurilgan urug'i bilan qon aralash ich ketish (ayniqsa bolalardagi qon aralash ich ketishda) hamda yo'tal, isitma, qon tupurish va boshqa kasalliklar davolanadi. Zubtutumning yangi yig'ilgan bargini ezib teng miqdorda shakar aralashtiriladi va issiq joyda uch hafta saqlanadi. So'ng shu aralashmadan ajralib chiqqan shiradan kuniga 3-4 choy qoshiqda o'pka va me'da raki kasalligini davolash uchun bemorga ichiriladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. И.Р.Асқаров “Сирли табобат”. Тошкент “Фан ва технологиялар нашриёт-матбаа уйи” 2021. 1084 б.
2. Ноибжонова Х.М., Алимбаев С.А., Луфуллин Қ.Л. Зубтutum ўсимлигининг халқ табобатидаг ўрни. *Xalq tabobati plus*. Илмий, амалий, ижтимоий, тиббий, маърифий журнал. № 3 (4) 2020; 12-13 б.



3.Madraxhimov A.S. Ibn Sino shifobaxsh o`simliklar haqida "Mehnat", Toshkent 1990 y.

4.L.M.Qurbanova, D.N.Qurbonova. //Zomin shifobaxsh o`simliklarining hususiyatlari. "Journal of Natural Sciences" №3 2021 y.154-157 b. <http://natscience.jspi.uz>

