

XALQ TABOBATINI RIVOJLANTIRISHDA DORIVOR O‘SIMLIKLARNING AHAMIYATI

*Karimov Yusuffjon Sherali o‘g‘li, Termiz davlat universiteti
erkin tadqiqotchisi*

IMPORTANCE OF MEDICINAL PLANTS IN THE DEVELOPMENT OF FOLK MEDICINE

*Karimov Yusuffjon Sherali o‘g‘li, freelance researcher of Termiz
State University*

ЗНАЧЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ В РАЗВИТИИ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

*Каримов Юсуфжон Шерали оглы, независимый научный
исследователь Термезского государственного
университета*



<https://orcid.org/0009-0004-2133-4568>

e-mail:

karimovyusuf07@gmail.com

Annotatsiya: *Tabobat an‘analari odamlarning xo‘jaligi, tabiiy geografik muhitga moslashishi va kundalik turmush tarzi natijasida orttirgan tajribalari asosida shakllangan. Tabobat an‘analarini ilmiy tadqiq etish xalqning moddiy va nomoddiy madaniy boyliklari va empirik bilimlari haqidagi qarashlarni o‘rganishga zamin yaratadi. Ushbu maqolada xalq tabobatini rivojlantirishda dorivor o‘simliklarning ahamiyati haqida ma‘lumot beriladi.*

Kalit so‘zlar: *xalq tabobati, giyohlar, o‘simliklar, mavrak, mumiyo, to‘tiyo, simob.*

Abstract: *Medicine traditions were formed on the basis of people’s economy, adaptation to the natural geographical environment and experiences gained as a result of daily life. Scientific research of medical traditions creates a basis for studying views about material and immaterial cultural wealth and empirical knowledge of the people. This article provides information about the importance of medicinal plants in the development of folk medicine.*

Key words: *folk medicine, herbs, plants, mavrak, mummy, totiya, mercury.*

Аннотация: *Традиции медицины формировались на основе народного хозяйства, адаптации к природно-географической среде и опыта, полученного в результате повседневной жизни. Научное исследование медицинских традиций создает основу для изучения представлений о материальных и нематериальных культурных ценностях и эмпирических знаний народа. В данной статье представлена информация о значении лекарственных растений в развитии народной медицины.*

Ключевые слова: *народная медицина, травы, растения, маврак, мумие, тотия, ртуть.*

KIRISH. Tabobat ilmidan ko‘zlangan maqsad, aholi orasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, jamiyatning barcha qatlamlariga tibbiy yordam ko‘rsatilishini ta‘minlash va tibbiyotning amaliyot bilan uzviyligi hamda sog‘liqni saqlash sohasida inson huquqlariga rioya qilishdan iboratdir.

ADABIYOTLAR TAHLILI. Xalq tabobatini etnologik aspektda o‘rganish, metodologik tahlilning o‘ziga xos tomonlari haqida

H.Shehan, S.Xusain, Yu.Bromley, G.Arxangelskiy, Z.Minibayeva, A.Porozova va boshqalar izlanish olib borganlar[16]. Shuningdek, V.Ogudin, B.Nanzatov, M.Sodnompilova, S.Eysenman, N.Mamedov, S.Hohman kabi mualliflar xalq tabobatining jamiyatda tutgan o‘rni, rivojlanishi, tibbiy dorishunoslik masalalarida tadqiqot olib borishgan.

MUHOKAMA. Tabobatda ishlatiladigan xom ashyolarni quyidagilarga bo‘lish mumkin:

I. Giyohlar, o‘simliklar – madaniy va yovvoyi o‘simliklar (ildizi, bargi, tanasi, po‘stlog‘i, guli, mevasi), ulardan olinadigan mahsulotlar (moylar, yog‘lar, shirasi, yelimi);

II. Hayvonlar, hashoratlar va parrandalar tana a‘zolari (suyaklari, qoni, iligi, yog‘i, go‘shti, shoxi, ichki a‘zolari, terisi), mahsulotlari (sut mahsuloti, tuxumi, urug‘i), chiqindilari (axlati, peshobi, so‘lagi)dan foydalanish;

III. Mineral – mumiyo, to‘tiyo, simob, oltingugurt, azot kislotasi va h.k.

Tabobatda foydalaniladigan dorilarni quyidagicha turkumlash mumkin:

1. Dorining tarkibiga ko‘ra: turkona – tarkibi bir jinsli mahsulotdan iborat bo‘ladi, maxsus oshxona talab qilmaydi; murakkab dorilar – tarkibi ikki va undan ortiq xom ashyodan iborat (qaynatma, damlama, ma‘jun, xabdori, sharbat, kukun va bog‘lanadigan dori).

2. Qo‘llanilish usuliga ko‘ra: iste‘mol qilinadigan (kulcha, xab, bo‘tqa dori), badanga surtiladigan (malham), singdiriladigan (shiyoflar).

3. Ko‘rinishiga ko‘ra: qattiq ko‘rinishda (xab), suyuq ko‘rinishda (damlama, qaynatma), kukun holatida (talqon).

Sharqda ming yillardan buyon odamlarni tabiblar xalq tabobati asosida davolab kelishadi. Olimlarning ta‘kidlashlaricha, xalq tabobatida dorivor o‘simliklar 70-80 foizni tashkil etgan bo‘lsa, qolgani hayvonlar va ularning mahsulotlari, ozgina qismi esa, tabiiy ma‘danlardan iborat bo‘lgan.

Hozirgi paytda Xitoy, Yaponiya, Vyetnam, Koreya, Laos, Malayziya kabi mamlakatlarda xalq tabobatiga davlat maqomi berilgan. Birgina Xitoyda tibbiy xizmatning 40 foizi xalq tabiblari tomonidan ko‘rsatiladi. Birlashgan Millatlar Tashkilotining Xalqaro Sog‘liqni saqlash Tashkiloti (VOZ) o‘tgan asrning oxirgi yillarida xalq tabobatini chuqur o‘rganish va bu sohada tadqiqotlarni yanada kengaytirish bo‘yicha bir necha qarorlar qabul qildi.

Shuni ta‘kidlash lozimki, tabiiy holda o‘svuchi dorivor o‘simliklar zahiralarning chegaralanganligi tufayli farmatsevtika sanoati korxonalarining dorivor o‘simliklar xomashyosiga bo‘lgan talabini, asosan, dorivor o‘simliklar o‘stirish orqaligina qondirish mumkin. Plantatsiyalarni o‘rmon tog‘oldi adirlklaridagi sug‘oriladigan maydonlarda, asosiy qishloq xo‘jaligi ekiladigan sug‘oriladigan maydonlarda tashkil etish mumkin.

Shifobaxsh o‘simliklarning xalq tabobatida qo‘llanishi, uning tarkibi, qanday dardlarga davo bo‘lishi, shifobaxsh o‘simliklarni tayyorlash muddatlari, ulardan dori tayyorlash usullari va kasalliklarda qo‘llash yo‘llari haqida gapirilganda xalq tabobatida mavrak o‘tining gullari va barglaridan tayyorlangan damlamani bronxitlar, piyelit, sistit, gepatit, enterit, gastroenterit, me‘da yara kasalligi davosiga ishlatilishi, stomatitlar, anginalar paytida og‘iz, tomoqni chayish uchun, teri kasalliklari va kuyuk yaralar davosiga sirtga ishlatish uchun buyurilishi xalq tabobatidagi samarali vositalardir.

Mavrak gullaridan tayyorlangan qaynatmalardan yurak o‘ynog‘i va quvvatsizlikka davo qilish uchun foydalaniladi, mevalarini qovurib, qon aralash ichi ketayotgan bolalarga beriladi, yanchib, kukun holiga keltirilgan mevalarini moyga aralashtirib, yara va jarohatlarga ularning tezroq bitishi uchun surtiladi. Mavrak o‘ti xushbo‘y, ishtahani ochadigan vosita tariqasida, shuningdek, buyrak kasalliklari va isitma mahalida, jinsiy funksiyasi pasaygan vaqtlarda ham buyuriladi.

Zamonaviy tabobatda mavrakdan tayyorlangan galen preparatlardan og‘iz bo‘shlig‘i, burun-halqum va yuqori nafas yo‘llarining yallig‘lanish kasalliklari davosiga buyuriladi. Bundan tashqari, mavrak terlashni kamaytiradi, shuning uchun odam hadeb terlayveradigan mahallarda, klimakterik davrda qo‘llaniladi. Bu o‘simlikning dori mavrak deb ataladigan turi burishtiradigan, qon to‘xtatadigan va yallig‘lanishlarga qarshi ta‘sir qiladigan vosita tariqasida, shuningdek gipertoniya kasalligi, titroq falaj mahalida, markaziy nerv sistemasini tinchlantiradigan dori sifatida ham ishlatiladi.

Bunda mavrak barglaridan 10 g (2 osh qoshiq) miqdorida olib, sirlangan idishga solinadida, ustiga 200 ml qaynab turgan suv quyilib, idishi bilan qaynab turgan suvga 15 minut solib qo‘yiladi, keyin undan olib, uy haroratida kamida 15 minut sovutiladi, yaxshilab suzib olib, bu damlama ustiga hajmi 200 ml ga kelguncha qaynagan suv quyiladi. Uni og‘iz va tomoqni chayish uchun ishlatiladi.

Shuningdek, 10 g dan mavrak barglari, arpabodiyon urug‘i va qarag‘ay kurtaklari, 20 g dan altay ildizi bilan chuchuk miya ildizini olib, ustiga qaynab turgan 1 stakan suv quyiladi-da, 30-40 daqiqa damlab qo‘yiladi, keyin suzib olinadi va

bronxoektaktik kasallikda bu damlamani kun bo'yi uch qismga bo'lib ichiladi.

To'g'ralgan mavrak o'ti va barglaridan 2 choy qoshiq miqdorida olib, ustiga qaynab turgan 2 stakan suv solinadi-da, bir oz damlab qo'yib, suzib olinadi. Bu damlamani iliq holida har 2-3 soatda 1 osh qoshiqdan ichiladi. Uni og'izni chayish uchun ishlatsa ham bo'ladi.

3 hissadan limon o'ti, qichitqi o't va 1 hissa mavrak (shalfey) o'tlari olinib, yaxshilab aralashtiriladi. Keyin undan 1 choy qoshiq olib, termosga solinadi. Ustiga yarim litr qaynoq suv qo'shiladi, keyin 3 soat davomida dam beriladi. So'ng damlamani suzib, 2 choy qoshiq asal qo'shiladi-da, har kuni nonushtadan keyin yarim piyoladan – 100 ml dan ichib turiladi.

Ushbu shifobaxsh o'simlikning bo'yi 80 sm gacha (ba'zan 100 sm gacha) yetadigan buta. Ildizi baquvvat, yog'ochlangan, 4-tartibgacha tarmoqlangan, sertarmoq, ildizining asosiy qismi tuproqning 10-15 sm qatlamida joylashgan, 60 sm chuqurlikkacha yetib boradi. Poyalari to'rt qirrali, quyi qismi yog'ochlangan, kulrang tusda, yuqori qismi tukli, yashil. Barglari qarama-qarshi joylashgan, uzunchoq, bandli, mayda kungurali, uzunligi 2-8, kengligi 0,8-2,5 sm, burishgan, tukli, kulrang-yashil. To'pguli – poyaning eng yuqori qismidagi boshhoqsimon qismdir, u yakka yoki shoxlangan, soxta halqalardan tarkib topgan. Gullari ikki labli, ko'k-binafsharang. Mevasi 4 dona yong'oqchadan iborat. Urug'lari kurrasimon bo'lib, kattaligi 2,2-3 mm. 1000 dona urug' vazni 7-8 gr.

Shuni ham aytish kerakki, xalq tabobatida mavjud bilimlardan xabardor bo'lib, o'z kasbining ustasi shug'ullangani ma'qul. Shamollagan paytda malina murabnosi yoki limon solingan choy ichishlarini, radikulitda bellariga issiqqina ro'mol o'rab olishlarini tushunsa bo'ladi. Shuningdek, oddiy shamollashdan saraton kasalligigacha har bir dardning 90 foizi psixosomatik tabiatga ega. Agar onkologik xastalikka chalingan bemor kimyoterapiya o'rniga xalq tabobatidagi retseptlar bo'yicha tayyorlangan damlamalarni iste'mol qilsa, qimmatli vaqt qo'ldan boy beriladi. Biroq, onkologik kasalliklarni davolashda o'simlik vositalarini qo'llash qo'shimcha terapiya sifatida, shuningdek, albatta shifokor tavsiyasi va kuzatuvi asosida amalga oshirilish sharti bilan muvaffaqiyat qozoniladi. Turli xalqona usullar yordamida davolashlarning to'g'ri

kelmasligini ko'rsatuvchi belgilar bo'ladi. Biror o'tning miqdorini oshirib, iste'moli uzoq davom ettirilsa, salomatlikka zarar yetkazishi mumkin. Masalan, jigarni tozalashda qo'llaniladigan shuvoq yoki shamollash jarayonlariga qarshi yaxshi vosita hisoblanuvchi mavrak (*shalfey*)da sal miqdor oshirilsa, zaharli xususiyatini namoyon etuvchi terpenoidlar mavjud.

Surxon vohasida o'simliklardan shuvoq, yantoq, kovul, gulxayri, qashqa yo'ng'ichqa, bug'doyiq, chalov, gulsapsar, qo'ziquloq, chirich (shirach), sutlama karrak, latta karrak, sigir quyruq, dastarbosh, qirqbo'g'in, kampirchopon, kovrak, andiz, kiyik o't, bo'yi modaron va boshqalar, mavsumiy rang o'tlardan no'xatak, chuchmoma, shivit, cho'chqa piyoz (anzur piyoz), qo'ng'irbosh, qoqigul, qo'yon, takasoqol, ismaloq, tortmoq, g'ozoyoq, pechak, qo'zigul va maysa o'tlarning o'nlab turlari; o'rmon daraxtlaridan archa, do'lana, zarang, uchqat, irg'ay, namatak, chiya, yovvoyi bodom, pista, olmurut, bodomcha va boshqa ko'plab dorivor giyohlar o'sadi.

XULOSA. Xulosa o'rnida aytish mumkinki, giyohlarni yig'ish, dori uchun hayvon a'zolarini tanlash, minerallarni topish dorishunoslik ilmining asosini tashkil qiladi. Tabobatda ishlatiladigan dorilarning aksariyati nomi va qisman tarkibini o'zgartirgan holda tibbiyot dorixonalaridan o'rin olgan.

So'nggi yillarda, mahalliy o'simliklardan tayyorlangan dorilarga bo'lgan talabning ortishi va xususiy tadbirkorlarning giyohlardan to'plam tayyorlab sotuvga chiqarishi ham tabiiy dorilar iste'moliga bo'lgan qiziqishni oshirmoqda.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Халқ табобати // <https://muslimaat.uz/maqola/1227>.
2. Каримов В.А., Шомахмудов А. Халқ табобати ва замонавий илми тибда қўлланиладиган шифобахш ўсимликлар. — Тошкент, Ибн Сино номидаги нашриёт-матбаа бирлашмаси. 1993. — Б. 117-118.
3. Халқ табобатида иммунитетни оширишда доривор ўсимликлар ҳам яхши ёрдам беради // <https://uzpharmagency.uz/uz/news/xalq-tabobatida-immunitetni-oshirishda-dorivor-osimliklar-ham-yaxshi-yordam-beradi>.

4. Доривор маврак – шалфей лекарственный – *salvia officinalis* l. // <https://urmon.uz/uz/10032/>
5. Халқ таботати усуллари борасида афсона ва ҳақиқатлар // <https://darakchi.uz/uz/28066>.

6. Ҳамроев М. Тиббиётми? Таботатми? // Шарқ таботати. – 2009. – № 3. – Б. 19.
7. Мўминова Г. Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш тизими тарихи (1917–1991 йиллар). – Тошкент: Yangi nashr. – Б. 265.



TAMADDUN NURI