ISSN: 3060-4761
TerDPI ILMIY XABARNOMASI / SCIENTIFIC BULLETIN OF THE TerSPI / НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК ТерГПИ
UDK 851.615.322.
ORCID:0009-0004-5858-1239
DJUMAYEV XUDOYBERDI
TerDPI Biologiya fanlari nomzodi (b.f.n.), dotsent(Ilmiy rahbar)
Email:xudoyberdi-djumayev@inbox.ru
Tel:+998 88 368 44 40
XONGELDIYEVA DILDORA SHUXRATOVNA
TerDPI Tabiiy va aniq fanlar fakulteti, Biologiya yo'nalishi 1-bosqich talabasi.
Email: dildoraxongeldiyeva@gmail.com
Tel: +998 91 798 95 25

DORIVOR O'SIMLIKLAR VA ULARNING INSON HAYOTIDAGI AHAMIYATI

ANNOTATSIYA. Ushbu maqolada inson salomatligini saqlash va mustahkamlashda bebaho tabiiy manba hisoblangan dorivor o'simliklarning biologik va farmakologik ahamiyati kompleks ravishda tahlil qilingan. Tadqiqotda dorivor o'simliklar tarkibidagi alkaloidlar, flavonoidlar, efir moylari, glikozidlar va vitaminlar kabi biologik faol moddalarning organizmning himoya tizimini mustahkamlashdagi roli ilmiy asoslab berilgan. Shuningdek, maqolada zamonaviy tibbiyotda fitoterapiya yo'nalishining rivojlanishi va tabiiy dori vositalarining sintetik preparatlardan ustunlik jihatlari, xususan, nojo'ya ta'sirlarning kamligi yoritilgan. Maqolaning asosiy qismi O'zbekiston florasining boy imkoniyatlariga bag'ishlangan bo'lib, yurtimiz hududida uchraydigan 700 dan ortiq shifobaxsh o'simlik turlari, xususan, na'matak, isiriq, qizilmiya va yalpiz kabi o'simliklarning o'ziga xos xususiyatlari bayon etilgan. Tadqiqot davomida dorivor o'simliklarni yig'ish, qayta ishlash va ulardan foydalanishda mutaxassis tavsiyasiga amal qilishning muhimligi alohida ta'kidlangan. Xulosa qismida dorivor o'simliklar genofondini asrab-avaylash, ularni madaniy holda yetishtirishni kengaytirish va yosh avlod o'rtasida fitoterapiya madaniyatini shakllantirish sog'lom turmush tarzini qaror toptirishning muhim omili ekanligi ko'rsatib o'tilgan.

KALIT SO'ZLAR: *dorivor o'simliklar, xalq tabobati, shifobaxsh xususiyatlar, tabiiy dori vositalari, salomatlik, O'zbekiston florasi, fitoterapiya, biologik faol moddar, flavonoidlar, alkaloidlar, na'matak, isiriq, qizilmiya, antiseptik, immunomodulyator, farmatsevtika sanoati, ekologik barqarorlik, oqilona foydalanish.*

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

АННОТАЦИЯ. В данной статье комплексно проанализировано биологическое и фармакологическое значение лекарственных растений, которые являются ценным природным источником для сохранения и укрепления здоровья человека. В исследовании научно обоснована роль биологически активных веществ, содержащихся в лекарственных растениях, таких как алкалоиды, флавоноиды, эфирные масла, гликозиды и витамины, в укреплении защитной системы организма.Также в статье освещается развитие направления фитотерапии в современной медицине и преимущества природных лекарственных средств по сравнению с синтетическими препаратами, в частности их меньшее количество побочных эффектов.Основная часть статьи посвящена богатым возможностям флоры Узбекистана. Отмечается, что на территории страны произрастает более 700 видов лекарственных растений. Особое внимание уделено таким растениям, как шиповник, исирик (гармала), солодка и мята, а также их уникальным лечебным свойствам.В ходе исследования отдельно подчеркивается важность соблюдения рекомендаций специалистов при сборе, переработке и использовании лекарственных растений.В заключении отмечается, что сохранение генофонда лекарственных растений, расширение их культурного выращивания и формирование культуры фитотерапии среди молодежи являются важными факторами формирования здорового образа жизни.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: *лекарственные растения, народная медицина, , шиповник, исирик (гармала), солодка, антисептик, лечебные свойства, природные лекарственные средства, здоровье, флора Узбекистана, фитотерапия, биологически активные вещества, флавоноиды, алкалоиды иммуномодулятор, фармацевтическая промышленность, экологическая устойчивость, рациональное использование.*

MEDICINAL PLANTS AND THEIR IMPORTANCE IN HUMAN LIFE

ABSTRACT. This article provides a comprehensive analysis of the biological and pharmacological significance of medicinal plants, which are considered valuable natural resources for maintaining and strengthening human health. The study scientifically substantiates the role of biologically active compounds found in medicinal plants—such as alkaloids, flavonoids, essential oils, glycosides, and vitamins—in strengthening the body's immune and defense systems.The article also highlights the development of phytotherapy in modern medicine and the advantages of natural medicinal products compared with synthetic drugs, particularly their lower incidence of side effects.The main part of the article focuses on the rich potential of Uzbekistan's flora. It is noted that more than 700 species of medicinal plants grow within the country. Special attention is given to plants such as rosehip, harmala, licorice, and mint, describing their unique medicinal properties.During the study, special emphasis is placed on the importance of following expert recommendations when collecting, processing, and using medicinal plants.In conclusion, it is emphasized that preserving the gene pool of medicinal plants, expanding their cultivation, and developing phytotherapy awareness among the younger generation are important factors in promoting a healthy lifestyle.

KEYWORDS: *medicinal plants, traditional medicine, healing properties, natural medicines, health, flora of Uzbekistan, phytotherapy, biologically active compounds, flavonoids, alkaloids, rosehip, harmala, licorice, antiseptic, immunomodulator, pharmaceutical industry, ecological sustainability, rational use.*

KIRISH. Insoniyat tarixida tabiat bilan uyg‘unlikda yashash va undan shifo topish muhim o‘rin egallagan. Qadim zamonlardan boshlab odamlar turli kasalliklarni davolashda va sog‘lig‘ini mustahkamlashda dorivor o‘simliklardan foydalangan. Dorivor o‘simliklar xalq tabobatining asosiy manbalaridan biri bo‘lib, ular orqali ko‘plab kasalliklarning oldi olingan va davolangan. Bugungi kunda tibbiyot va farmatsevtika sohasi jadal rivojlanayotgan bo‘lsa-da, dorivor o‘simliklarning ahamiyati kamaymagan, aksincha, tabiiy dori vositalariga bo‘lgan qiziqish yanada ortib bormoqda.Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar dorivor o‘simliklar tarkibidagi biologik faol moddalarning inson organizmiga ijobiy ta’sirini tasdiqlamoqda[1]. Shu sababli, dorivor o‘simliklarni ilmiy asosda o‘rganish, ularning foydali xususiyatlarini aniqlash va amaliyotda qo‘llash bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir. Ushbu maqolada dorivor o‘simliklarning turlari, ularning shifobaxsh xususiyatlari, O‘zbekistonda keng tarqalgan dorivor o‘simliklar hamda ulardan oqilona foydalanish masalalari yoritiladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR. Dorivor o‘simliklar insoniyat tarixida qadimdan muhim ahamiyatga ega bo‘lgan tabiiy davolash vositalaridan biridir. Abu Ali ibn Sino o‘zining mashhur “Tib qonunlari” asarida ko‘plab dorivor o‘simliklarning shifobaxsh xususiyatlarini ilmiy jihatdan tavsiflab bergan.

Zamonaviy tadqiqotlarda ham dorivor o‘simliklarning biologik faol moddalarga boyligi va ularning inson organizmiga ijobiy ta’siri keng o‘rganilmoqda. Jumladan, alkaloidlar, flavonoidlar, efir moylari, glikozidlar va vitaminlar organizmning himoya tizimini mustahkamlashda muhim rol o‘ynashi aniqlangan.O‘zbekiston florasi ham dorivor o‘simliklarga boy bo‘lib, mamlakatimiz hududida 700 dan ortiq shifobaxsh o‘simlik turlari uchrashi qayd etilgan. Shu sababli dorivor o‘simliklarni ilmiy asosda o‘rganish va ulardan oqilona foydalanish muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

TADQIQOT METODLARI. Mazkur tadqiqotda dorivor o‘simliklarning biologik va farmakologik ahamiyatini o‘rganish uchun ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, taqqoslash va umumlashtirish metodlaridan foydalanildi.Shuningdek, O‘zbekiston hududida keng tarqalgan dorivor o‘simliklar haqida mavjud ilmiy manbalar o‘rganilib, ularning tarkibi, shifobaxsh xususiyatlari va tibbiyotda qo‘llanilishi bo‘yicha ma’lumotlar tahlil qilindi.Tadqiqot jarayonida dorivor o‘simliklarning kimyoviy tarkibi, biologik faol moddalari hamda inson organizmiga ko‘rsatadigan ta’siri haqida ilmiy ma’lumotlar tizimli ravishda umumlashtirildi.

Dorivor o‘simliklar tushunchasi va ularning tarkibi.

Dorivor o‘simliklar deb tarkibida inson salomatligi uchun foydali bo‘lgan biologik faol moddalarni saqlovchi va davolash maqsadida qo‘llaniladigan o‘simliklarga aytiladi. Bunday o‘simliklar tarkibida alkaloidlar, flavonoidlar, efir moylari, glikozidlar, vitaminlar va mineral moddalar mavjud bo‘ladi. Ushbu moddalar organizmning himoya tizimini mustahkamlash, yallig‘lanish jarayonlarini kamaytirish va moddalar almashinuvini yaxshilashda muhim rol o‘ynaydi.Dorivor o‘simliklarning har bir qismi — ildizi, poyasi, bargi, guli yoki mevasi shifobaxsh xususiyatga ega bo‘lishi mumkin. Masalan, qizilmiya o‘simligining ildizi, na’matakning mevasi, yalpizning bargi keng qo‘llaniladi. Bu holat dorivor o‘simliklarni yig‘ish va qayta ishlashda ilmiy yondashuvni talab qiladi[2].

TADQIQOT NATIJALARI. O‘rganishlar natijasida dorivor o‘simliklarning inson salomatligi uchun muhim biologik faol moddalar manbai ekanligi aniqlandi. Tadqiqot davomida dorivor o‘simliklar tarkibida alkaloidlar, flavonoidlar, efir moylari, glikozidlar va vitaminlar mavjudligi hamda ushbu moddalar organizmning himoya tizimini mustahkamlashda muhim rol o‘ynashi qayd etildi.Shuningdek, O‘zbekiston hududida keng tarqalgan na’matak, isiriq, qizilmiya va yalpiz kabi o‘simliklarning xalq tabobati va zamonaviy tibbiyotda keng qo‘llanilishi aniqlangan.

Dorivor o‘simliklarning turlari va ta’siri:

Dorivor o‘simliklar organizmga ko‘rsatadigan ta’siriga ko‘ra bir necha guruhlarga bo‘linadi. Yallig‘lanishga qarshi ta’sirga ega o‘simliklarga romashka, qizilmiya va moychechak kiradi. Tinchtiruvchi ta’sir ko‘rsatuvchi o‘simliklar qatoriga valeriana, yalpiz va limon o‘ti kiradi. Immunitetni mustahkamlovchi o‘simliklarga esa na’matak, echinatsiya va jenshenni misol qilish mumkin.Bundan tashqari, hazm tizimini yaxshilovchi, qon bosimini me’yorga keltiruvchi va asab tizimiga ijobiy ta’sir ko‘rsatuvchi dorivor o‘simliklar ham mavjud. Bu xilma-xillik dorivor o‘simliklarning inson hayotidagi ahamiyatini yanada oshiradi.

O‘zbekistonda keng tarqalgan dorivor o‘simliklar:

O‘zbekiston florasi dorivor o‘simliklarga juda boy bo‘lib, mamlakatimiz hududida 700 dan ortiq shifobaxsh o‘simlik turlari uchraydi. Ularning ko‘pchiligi xalq tabobatida va zamonaviy tibbiyotda qo‘llaniladi. Na’matak, isiriq, qizilmiya, yalpiz, shuvoq va zubturum shular jumlasidandir.Na’matak mevasi tarkibida ko‘p miqdorda C vitamini bo‘lib, shamollash va immunitet pasayganda foydali hisoblanadi. Isiriq o‘simligi esa antiseptik xususiyatga ega bo‘lib, asab tizimini tinchlantirishda qo‘llaniladi. Qizilmiya ildizi nafas yo‘llari kasalliklarida, yo‘tal va bronxitda samarali vosita hisoblanadi[3].

ISSN: 3060-4761



Dorivor o‘simliklardan foydalanish madaniyati:

Dorivor o‘simliklardan foydalanishda me’yor va ehtiyot choralariga amal qilish muhim ahamiyatga ega. Har bir o‘simlikning o‘ziga xos dozalari va tayyorlash usullari mavjud. Noto‘g‘ri foydalanish holatlari salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. Shu sababli, dorivor o‘simliklardan foydalanishda shifokor yoki mutaxassis tavsiyasiga amal qilish lozim[4].Mening fikrimcha, hozirgi kunda dorivor o‘simliklardan foydalanish madaniyatini yoshlar orasida keng targ‘ib qilish zarur. Chunki ko‘plab yoshlar tabiiy dori vositalarining ahamiyatini yetarlicha anglab yetmaydi. Agar dorivor o‘simliklar ilmiy asosda va to‘g‘ri qo‘llanilsa, ko‘plab kasalliklarning oldini olish mumkin.

Dorivor o‘simliklarning zamonaviy tibbiyotdagi o‘rni:

Zamonaviy tibbiyotda dorivor o‘simliklar muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega bo‘lib, ularni o‘rganish va amaliyotga joriy etish tobora kengayib bormoqda. Farmatsevtika sanoatida qo‘llanilayotgan ko‘plab dori vositalari aynan dorivor o‘simliklardan ajratib olingan faol moddalar asosida ishlab chiqarilmoqda. Bu holat dorivor o‘simliklarning zamonaviy tibbiyotdagi o‘rni beqiyos ekanini ko‘rsatadi[5].Dorivor o‘simliklar tarkibidagi biologik faol moddalar — alkaloidlar, flavonoidlar, efir moylari, glikozidlar, saponinlar va vitaminlar organizmga murakkab, ammo muvozanatli ta’sir ko‘rsatadi. Ushbu moddalar yallig‘lanishga qarshi, antibakterial, antivirus, tinchlantiruvchi va immunitetni kuchaytiruvchi xususiyatlarga ega. Shu sababli dorivor o‘simliklar asosida tayyorlangan preparatlar yurak-qon tomir tizimi, nafas yo‘llari, oshqozon-ichak tizimi hamda asab tizimi kasalliklarini davolashda samarali qo‘llanilmoqda.Zamonaviy tibbiyotda fitoterapiya — ya’ni dorivor o‘simliklar bilan davolash usuli alohida yo‘nalish sifatida rivojlanib bormoqda. Fitoterapiya, ayniqsa, surunkali kasalliklarni davolashda va kasalliklarning oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi. Masalan, qizilmiya ildizi asosida tayyorlangan preparatlar bronxit va yo‘talni davolashda, yalpiz va valeriana esa asab tizimini tinchlantirishda keng qo‘llaniladi.Na’matak mevasi esa vitamin yetishmovchiligida va immunitetni mustahkamlashda samarali vosita hisoblanadi.

Mening fikrimcha, zamonaviy tibbiyotda dorivor o‘simliklardan foydalanishning asosiy ustun tomoni — ularning tabiiyligi va organizmga nisbatan yumshoq ta’sir ko‘rsatishidadir. Ko‘plab sintetik dori vositalari tez ta’sir qilishi bilan birga, uzoq muddat qo‘llanilganda turli nojo‘ya ta’sirlarga olib kelishi mumkin. Dorivor o‘simliklar esa to‘g‘ri dozalarda va mutaxassis tavsiyasi asosida ishlatilganda kamroq salbiy oqibatlarga sabab bo‘ladi.Bugungi kunda dorivor o‘simliklarni ilmiy asosda o‘rganish, ularning kimyoviy tarkibini tahlil qilish va standartlashtirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Chunki bir xil o‘simlik turining turli hududlarda o‘sishi ularning shifobaxsh xususiyatlariga



ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli zamonaviy tibbiyot dorivor o‘simliklarni nazorat ostida yetishtirish va qayta ishlashga katta e’tibor qaratmoqda.Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ham an’anaviy tibbiyot va dorivor o‘simliklardan foydalanishni ilmiy jihatdan qo‘llab-quvvatlamoqda. Bu esa kelajakda dorivor o‘simliklarning zamonaviy tibbiyotdagi o‘rni yanada mustahkamlanishidan dalolat beradi. Shunday ekan, dorivor o‘simliklardan oqilona foydalanish, ularni asrab-avaylash va ilmiy asosda tadqiq etish sog‘lom jamiyatni

shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

MUHOKAMA. Olingan ma'lumotlar dorivor o'simliklarning inson salomatligini saqlash va mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. Ayniqsa, ularning tarkibidagi biologik faol moddalar organizmga kompleks ta'sir ko'rsatib, turli kasalliklarning oldini olish va davolashda samarali bo'lishi mumkin.Shuningdek, dorivor o'simliklardan foydalanishda ilmiy yondashuv va mutaxassis tavsiyalariga amal qilish muhim hisoblanadi. Chunki noto'g'ri qo'llash holatlari organizmga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli dorivor o'simliklarni ilmiy asosda o'rganish, ularni madaniy holda yetishtirish va oqilona foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi.

XULOSA. Xulosa qilib aytganda, dorivor o'simliklar inson salomatligini saqlash va mustahkamlashda bebaho tabiiy manba hisoblanadi. Ular qadim zamonlardan buyon xalq tabobatida qo'llanilib kelinayotgan bo'lsa-da, bugungi kunda ham zamonaviy tibbiyotda o'z ahamiyatini yo'qotmagan. Aksincha, ilmiy tadqiqotlar natijasida dorivor o'simliklarning shifobaxsh xususiyatlari yanada chuqur o'rganilib, ularning farmatsevtika sanoatidagi o'rni tobora mustahkamlanib bormoqda.Mazkur maqolada dorivor o'simliklarning turlari, ularning biologik faol moddalarga boyligi, O'zbekiston hududida keng tarqalgan dorivor o'simliklar hamda ularning zamonaviy tibbiyotdagi o'rni atroflicha tahlil qilindi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, dorivor o'simliklar asosida tayyorlangan dori vositalari ko'plab kasalliklarni davolashda samarali bo'lib, organizmga nisbatan yumshoq ta'sir ko'rsatadi va kamroq nojo'ya ta'sirlarga ega.

Mening fikrimcha, hozirgi davrda dorivor o'simliklardan foydalanish faqat xalq tabobati bilan cheklanib qolmasdan, ilmiy asosda rivojlantirilishi zarur. Ayniqsa, yosh avlod orasida dorivor o'simliklar haqidagi bilimlarni oshirish, ularni asrab-avaylash va oqilona foydalanish madaniyatini shakllantirish muhim ahamiyatga ega. Chunki tabiiy resurslardan noto'g'ri foydalanish ularning kamayishiga olib kelishi mumkin. Shuningdek, dorivor o'simliklarni muhofaza qilish, ularni madaniy holda yetishtirish va qayta ishlash masalalariga ham alohida e'tibor qaratish lozim. Bu nafaqat inson salomatligi uchun, balki ekologik barqarorlikni ta'minlash uchun ham muhimdir. Kelajakda dorivor o'simliklar asosida yangi, samarali va xavfsiz dori vositalarini yaratish imkoniyatlari yanada kengayadi, deb hisoblayman.

Umuman olganda, dorivor o'simliklar sog'lom hayot tarzini shakllantirishda, kasalliklarning oldini olishda va davolashda muhim o'rin tutadi. Ularni ilmiy jihatdan chuqur o'rganish va amaliyotga keng joriy etish zamonaviy tibbiyot rivojining muhim yo'nalishlaridan biri bo'lib qoladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1.Djumayev X. O'zbekiston florasining dorivor o'simliklari va ulardan oqilona foydalanish. – Termiz, 2021. – 120 b.
2.Abu Ali ibn Sino. Tib qonunlari (Saylanma). – Toshkent: Fan, 1993. – 82 b.
3.Qodirov M. Markaziy Osiyo, Yaqin va O'rta Sharqning falsafiy tafakkuri (o'rta asrlar). – T.: Sharq, 2010. – 189 b.
4.O'zbekiston Respublikasi dorivor o'simliklar agrotexnologiyasi ma'lumotlari. – Toshkent, 2021. – 200 b.
5.O'zbekiston Respublikasi Prezidentining «Yovvoyi holda o'suvchi dorivor o'simliklarni muhofaza qilish, madaniy holda yetishtirish, qayta ishlash va mavjud resurslardan oqilona foydalanish chora-tadbirlari to'g'risida»gi Qarori. 2020-yil.