

ИЗУЧЕНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ *PUNICA GRANATUM L* В НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

Гафурова Муаттар Абдулазизжановна

Central Asian Medical University Республики Узбекистан

**Аннотация:** Гранат обыкновенный, *Punica granatum L*, вкусный и привлекательный фрукт обладает множеством полезных свойств. Кожура и семена граната являются лекарственным сырьём. Наличие в кожуре, корнях и ветвях граната вещества пельтьерин отличает его от других растений и фруктов. Гранатовая кожура — универсальное средство от многих бактерий и инфекций, отравляющих организм.

**Ключевые слова:** *Punica granatum L*, аскорбиновая, яблочная, лимонная и щавелевые кислоты, витамины группы В, минералы, пельтьерин, антиоксидантные свойства, лекарственные препараты, кожура граната, Гиппократ, Абу Али ибн Сина, алкалоиды.

Существует популярная поговорка: «Сколько зерен в гранате, столько же в ней и лекарств от болезней».

Этот вкусный и привлекательный фрукт обладает множеством полезных свойств. Он укрепляет сердце, защищает от рака и повышает уровень гемоглобина. Плоды граната содержат 80 процентов воды, 12–15 процентов сахара, 19 процентов аскорбиновой кислоты и чистые органические кислоты — яблочную, лимонную и щавелевую. Он содержит витамины группы В — В1, В2, В6, В9 и каротин, витамин А, а также минералы, такие как калий, магний, кобальт, железо, кальций и фосфор. Гранат повышает кровь и обладает способностью омолаживать организм благодаря содержащимся в нем антиоксидантным свойствам. Кроме того, из коры, цветов, листьев и корней гранатового дерева изготавливают различные лекарственные препараты [1].

Уникальные свойства кожуры граната: Гранат — не только сладкий, но и полезный фрукт, а его целебные свойства кроются не только в его зернах, но и в кожуре и семенах. Гранатовая кожура — универсальное средство от многих бактерий и инфекций, отравляющих организм. Отваром коры можно за короткий срок (5-7 дней) вылечить язву кишечника, дизентерию, дисбактериоз, сальмонеллез, глисты, холеру, брюшной тиф и многие другие заболевания. Кожура граната содержит красящие вещества, калий, кальций, магний, железо, хром, бор и другие макро- и микроэлементы.

Наличие в кожуре, корнях и ветвях граната вещества пельтьерин отличает его от других растений и фруктов.

Известно, что Гиппократ лечил порезы и раны отваром из сушеной кожуры граната. То есть, к ране прикладывали чистую хлопчатобумажную ткань, смоченную гранатовым соком, и оставляли ткань до тех пор, пока рана не заживет [2].

Положите сушеную кожуру граната в чайник с зеленым чаем и залейте кипятком. Если вы выпьете этот чай перед сном, вы будете спать крепко.

Кожура граната является источником витамина С. Таким образом, он улучшает обмен веществ и помогает лечить все виды кровотечений и острый геморрой. 8 г порошка высушенной коры (1 чайная ложка) смешивают с необходимым количеством воды комнатной температуры и доводят до состояния пасты. Принимается утром и вечером. Измельчение кожуры граната в порошок, смешивание ее с водой и полоскание горла при кашле может помочь облегчить

першение в горле. Также высушите и смешайте порошок кожуры граната с горькой косточкой в соотношении 8х1, сделайте из этого круглую таблетку, добавьте достаточное количество воды и сделайте густую пасту. Принимать по 1 таблетке 3 раза в день. Рассасывание этих таблеток при кашле очень полезно.

Если ребенок страдает от кашля, ему достаточно просто подержать во рту сушеную кожуру граната, и кашель прекратится. Экстракт кожуры граната также является эффективным средством для предотвращения выпадения волос и перхоти.

Если смешать с розовой водой измельченную в порошок кожуру, она полезна будет при угревой сыпи и других высыпаниях на лице, а также будет омолаживать организм.

Кожура граната также полезна для кожи лица. Если у вас очень жирная, склонная к акне и неровная кожа лица, слегка обжарьте кожуру граната в оливковом масле, слегка остудите и нанесите на лицо, пока она еще теплая. Подержав маску 5-10 минут, смойте ее теплой водой.

Если порошок из кожуры граната заварить с мятой, имбирем, тмином и зеленым чаем, это поможет при расстройствах пищеварения и нарушениях моторики кишечника.

Очищает почки и печень, избавляет от вредителей. Для этого заварите 1 чайную ложку порошка кожуры граната в 1 стакане воды, дайте настояться 5 минут, добавьте мед и выпейте. Для приготовления водной настойки смешайте кожуру граната и воду в соотношении 1:20. Добавьте 10 г кожуры граната в горячую воду и доведите до кипения в закрытой емкости. Снимают с огня и пьют сразу после закипания.

Полоскание горла кипяченой водой из кожуры граната может облегчить зубную боль, гингивит и простуду. Потому что он обладает свойством бороться с бактериями и вирусами в полости рта.

Приготовление лечебной кожуры граната одинаково для большинства заболеваний, отличается только ее прием. Например, при таких заболеваниях, как острый аппендицит, холера, кишечная палочка и дизентерия, выпивают полстакана этого напитка. Отвар через марлю не процеживается. Оставшийся напиток оставляют рядом с пациентом. Если вы выпили это средство при диарее и почувствовали себя лучше в течение 10 минут, это простое кишечное расстройство. Поэтому вы можете спокойно выходить на улицу или идти на работу. Больше диарея вас не будет беспокоить. Если вам не станет лучше в течение 10 минут, у вас может быть брюшной тиф, дизентерия, сальмонеллез или другие заболевания. В этом случае вам следует остаться дома и продолжить пить настой гранатовой кожуры. Процесс лечения займет еще 3 часа. Выздоровление наступает в течение 5 дней после начала лечения.

Для лечения язвы желудка и кишечника, дисбактериоза, колита за 1 неделю заварите отвар из сушеных корок граната и пейте его в течение 25–30 минут. В этом случае принимают по 25–30 мл в день за один прием. Это поможет вам восстановиться в течение недели. При лечении этим средством вредные бактерии погибают, а полезные выживают. Помните, что во время лечения гранатовой кожурой ни в коем случае нельзя употреблять алкоголь. Тонкая мембрана между зернами граната издавна используется для лечения грыж и различных раковых опухолей.

Кипячение кусочков кожуры граната в воде и полоскание ею рта может помочь устранить кровоточивость десен и укрепить их. При бактериальных кишечных заболеваниях клизма из отвара из тонкого слоя гранатового сока, , лечить слизистые выделения из толстой кишки.

Древние источники не упоминают о негативном воздействии кожуры граната. Результаты клинических исследований состава коры подтвердили ее эффективность в улучшении общего

самочувствия, снятия боли, стимуляции аппетита и лечения запоров. Употребление 75 г отвара в день помогает при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. В этом случае следует принимать по 300 мг 4 раза в день в течение 1 года.

Препараты из коры, а именно отвар, полезны при обильных менструациях, кровохарканье, заболеваниях полости рта. Для приготовления этого отвара заварите 1 столовую ложку сушеной кожуры граната в 1 литре воды. Затем снимите с огня, перелейте в термос и дайте настояться в течение 2 часов. Пить по 50-100 мл до еды. Это средство также лечит ожоги и другие повреждения кожи[2].

Спиртовая настойка из кожуры граната также применяется при ряде заболеваний. Для приготовления этого средства кожуру 1 граната измельчают и заливают 100 мл 40-процентного спирта. Через 1 неделю добавляется глицерин в соотношении 1:1. Полученная мазь при нанесении на рану быстро заживает. При ожогах кожу сначала ополаскивают гранатовым соком, смешанным с водой в соотношении 1:5, затем добавляют воду и посыпают сверху измельченной гранатовой кожурой.

Мазь из кожуры граната можно использовать для лечения гриппа, простуды и насморка. Для этого полощите горло 5–6 раз в день настойкой из порошка коры граната, дуба или ивы. Чтобы приготовить эту противомикробную и противовирусную жидкость, заварите 1 столовую ложку смеси в 1 стакане кипятка. Оставьте на 4 часа. Затем пейте по трети стакана 3–4 раза в день. Продолжительность лечения составляет 7–10 дней. Лечение кожурой граната не вызывает никаких побочных эффектов. Однако натуральное средство, приготовленное из кожуры граната, не следует принимать одновременно с антигистаминными препаратами и превышать указанную дозировку. Также следует отметить, что мази из кожуры граната не следует использовать, если у вас есть склонность к запорам, геморрою или заболеваниям почек.[2]

Помимо плодов и коры, для лечения различных заболеваний используются также ствол и кора дерева. Кожура граната содержит алкалоиды, дубильные вещества, смолы, красители и другие соединения, а кожура плода также содержит большое количество лекарственных и дубильных веществ. Пельтьерин и другие алкалоиды выделяют из содержащегося в нем алкалоидного комплекса. Плоды граната содержат органические кислоты, до 21 процента сахаров, витамины и другие соединения. Для медицинского применения из кожуры плодов извлекают танин, а из сока плодов — лимонную кислоту. Абу Али ибн Сина использовал кожуру граната при кровохарканье, кровоточивости десен, заболеваниях желудка (понос, кровавый понос), мочеиспускании, укреплении зубов и десен, лечении ран и других заболеваний. В народной медицине плоды, фрукты кожура и цветки граната используются при водянке, чесотке, кашле, диарее, дизентерии и желтухе, а также как разжижающее кровь, мочегонное и рвотное средство.

Гранатовый сок назначают при синусите, а также пьют для стимуляции аппетита.

#### Список литературы

1. <https://t.website/s/avitsennauz?before=1185>
2. <https://hordiq.uz/2019/11/20/anor-pustining-noyob-hususiyatlari/?lang=lat>
3. <https://lex.uz/docs/4785256.O'zbekiston-Respublikasi-Prezidentining-2020-yil-10-apreldagi-PQ-4670-son-qarori>
4. Judd, Walter S.; Christopher S. Campbell; Elizabeth A. Kellogg; Peter F. Stevens; Michael J. Donoghue. Plant Systematics: A Phylogenetic