

NA'MATAK O'SIMLIGINING SANOKIMYOVIY EKISTRAKSIYASI VA TIBBIY AHAMIYATI.

Mualliflar: Ilmiy tadqiqotchi: **Bekpo'latov Dilshod Bahrom o'g'li,**
Toshkent Tibbiyot Akademiyasi talabasi.

Kalit so'zlar: Na'matak, dorivor, kimyoviy tarkibi, meva, vitamin, urug', sharbat.

Annotatsiya

Maqolada na'natak mevasining tarkibi va uning mevasid an tayorlanadigan damlama, ho'l mevasidan sharbat, organizimga foydali va zararli xususiyatlarini o'rganish hamda sohada qo'llash yo'llari yoritiladi.

Yer yuzida dorivor o'simliklarning 10-12 ming turlari borligi aniqlangan . Shulardan O'zbekistonda 700 dan ortiq turi mavjud . Odamlar qadimdan dorivor o'simliklardan foydalanib kelgan. Bundan 2-3 ming yil ilgari Hindiston, Xitoy, Qadimgi Misr mamlakatlarida dorivor o'simliklar haqida kitoblar yozilgan. O'rta Osiyo xalq tabobati bu borada ancha yetakchi hisoblanadi, bu haqida bizning allomamiz Abu Ali Ibin Sinoning " Tib qonunlari" asarida 476 ta shifobaxsh o'simliklarni xususiyatlarini va ishlatilishini yozib ko'rsatgan. Dorivor o'simliklarning deyarli barcha qismlari: guli, ildizi, piyozi, po'stlog'i, guli, g'unchasi, mevasi, danagi, sharbati dori-darmon sifatida foydalaniladi.

Ko'p izlanishlar oqibatida hozirgi vaqtda juda ko'p dorivor o'simliklar aniqlqb ularni tarkibi tekshirilib tabobatda juda ko'p kasalliklarga qarshi foydalanib kelinmoqda. Shu dorivor o'simliklardan biri bu Na'matakdir. Na'matak ra'nodoshlar oilasiga mansub. Bo'yi 3 metirga yetadigan buta. Bargi toq patsimon poyada ketma ket joylashgan. Guli xushbo'y, rangi xar xil, yakka yoki 3-4 tadan jiylashgan. Mevasi shirali, shakli va rangi har xil. Gul o'rnida soxta meva ichi tukli, bir urug'li yong'oqchada joylashgan. Mevasi qizil va soxta meva. Mevasi kuz faslining oxirida pishadi.Na'matak urug'ida moy, ildizida va bargida esa oshlovchi moddalar bo'ladi. Na'matak o'simligi mevasi tarkibida bir necha xil vitaminlar aralashmasi bor, shu sababli periparatlar avitaminoz kasaliklrini davolashda vaoldini olishda ishlatiladi. Na'matak mevasi odamdi immunitetni oshiradi. Odam quvvati kamayganda, erta bahorda organizimda vitamin yetishmaganda na'matak qaynatmasi tavsiya etiladi. Qaynatmaga nisbatan termusda damlangan na'matakda vitaminlar ko'proq saqlanib qoladi. Tarkibidagi C vitamini qonni suyiltiradi, arteriyal bosimdi tushiradi, organizimdan mikroblardi chiqarishga yordam beradi.

Na'matakdi foydali xususiyatlari: Na'matak zamonaviy tabobatda garmonlar sentezini kuchaytirishda katta yordam beradi. Mevasi tarkibida 4-6% gacha vitamin , vitamin B2, P, E, va K, 12-27% karotin, 29% gacha organik kislotalar, 18% gacha qandlar, 4% gacha pektin, 5% gacha oshlovchi moddalar bo'lib, urug'da moy va boshqa birikmalar mavjud bo'lib, mevasini tarkibida ham juda ko'p dori-darmonlar mavjud. Shifokorlar shamollashning oldini olish va davolash uchun tavsiya etishadigan na'matak mevasining damlamasi -- askorbin kislotalasi yoki vitamin C ning tabbiy manbayi hisoblanadi. Ushbu o'simlik mevasi tarkibida C vitamini ekzotik limon va apilsindan 50 barobar, qora smoradina tarkibidan 10 barobar ko'proq. Bundan tashqari u bir qator foydali mikroelementlar kaliy, magniy, kalsiy va natriyni o'z ichiga oladi.

Shifokorlar kuz-qish mavsumida ichishni tavsiya qiladigan damlama odam organizimiga ijobiy ta'sir qiladi.Bunday vositani xususiyatlari quyidagilardan iborat:

1. Organizimning himoya kuchlarini mustahkamlaydi va kuchaytiradi
2. Qon tomirlarni mustahkamlaydi
3. Yurak ishini barqarorlashtiradi
4. Qon bosimini pasaytiradi
5. Hazim qilish tizimini me'yorlashtiradi.
6. Xolisterin darajasini pasaytiradi.
7. Organizimni hujayra darajasida intoksikatsiya qiladi
8. Barcha a'zolari regeneratsiyasini rag'banlantiradi.

Na'matak seropi yoki mevalardan tayyorlangan choy sovuq mavsumda juda samaraliy ichimlik sanaladi, ayniqsa viruslar faollashganda va immunitet darajasi pasayganda. Agar ushbu xalqona vosita muntazam ravishda qabul qilinib boriladigan bo'lsa, unda shamollashdan saqlanish, shifo jarayonini tezlashtirish va kasallikdan keyin tezroq tiklanishi mumkin. Na'matak asosan oshqozon va ichak tizimini tozalash, hazim qilishni yaxshilashda yordam beradi. Bunda na'matak tarkibidagi tolalar va boshqa foydali moddalar oshqozon va ichakni tartibga solishga yordam beradi. Ular shu bilan birgalikda oshqozon va ichak shikastlanishini oldini olishga yordam beradi. Albatta bulardi barchasini shifokor ko'rsatmasi orqali birgalikda qo'llash mumkin.

Na'matakning inson organizimi uchun salbiy oqibatlar ba'zi hollarda yuzaga kelishi mumkin, ayniqsa haddan tashqari ko'p iste'mol qilinsa yoki noxush holatlar mavjud bo'lsa:

1. Oshqozon hazim tizimida momolar bulsa: oshqozon va ichak tizimida yaralar, yalig'lanishlar bulsa noxush holatlarga olib keladi.
2. Allergik yoki intolerans kuzatilgan holatlarda.
3. Kaliy yoki mineral balans: Na'matak tarkibida o'ziga xos tarkibda kaliy va boshqa minerallar bor. Haddan tashqari iste'mol qilinsa mineral balans buzulishiga olib keladi.
4. Xushboy yoki qo'shimchalar bilan ishlov berilgan na'matak: Agar na'matakga sanoatda turli qo'shimchalar va su'niy tam beruvchi moddalar qo'shilgan bulsa noxush holatlarga olib kelishi mumkin.

Xulosa qilib shuni aytishim mumkinki Na'matakning dorivor xususiyatlari juda ko'p bo'lib, tibbiyotda na'matal mevasidan damlamalar va ekstraktlar tayorlab inson salomatligini yaxshilash mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'. Ahmedov, A. Ergashev, A. Abzalov, M. Yulchiyeva, S. Azimboyev. Dorivor o'simliklarni yetishtirish texnologiyasi o'quv qo'llanma. Toshkent "NIF MSH", 2020, 109-113betlar.
2. Nasimova.Z.H va SH.T.Y 2023. LILIYALAR O'SISHI VA RIVIJLANISHIGA TASHQI MUHID OMILLARI TASIRI. Biyalogiyani zamonaviy tendensiyalari va yechimlari. 1(1), 84-87/.