

Научный вестник Бухарского государственного университета * Scientific reports of Bukhara state University



ISSN 2181-4477

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI ILMIY AXBOROTI

1/2018

• ANIQ VA TABIIY FANLAR

Зайнабидинов С.З., Курбанов А.О. О поведении времени жизни носителей заряда в кремнии р-типа при термо- и радиационной обработке.....2

Джураев Д.Р., Тураев А.А. Фотоэлектрическая чувствительность многофункционального датчика на полевом транзисторе.....7

Расулов Т.Х., Мустафоева З.Э. Об уравнениях Фаддеева и Вайнберга для собственных функций трехчастичного модельного оператора на решетке..11

Авлиякулов Н.Н., Жураев Л.Ж. Повышение долговечности подземных полиэтиленовых трубопроводов.....17

Имомова Ш.М. Аҳолига таълим соҳасида тақдим этилаётган «Электрон ҳукумат» хизматлари порталлари.....21

Бозоров З.Р. Обратная задача об определении двумерного ядра уравнения вязкоупругости, аналитического по пространственной переменной...26

Файзиёва Д.Х. Понятие модели и моделирования...39

Хасанов Б.Б. Экспериментал токсик гепатитнинг она ва авлоднинг эмизиш давридаги гематологик кўрсаткичларига таъсири.....46

Сафарова З.Т., Шамсиев Н.А. Флавоноидлар – соғлом ҳаёт манбаидир.....49

• TILSHUNOSLIK

Жўраева Б.М., Аҳмедова Р.А. Лексик вариантли мақоллар.....55

Саидов Ё.С. Жадид поэтик асарлари тилидаги янги сўзлар таҳлили.....59

Қиличев Б.Э. Бухоро этнопонимлари ва уларнинг этимологик хусусиятлари.....64

Тоирова Г.И. Нутқий мулоқотнинг лисоний вербал ва лисоний новербал воситалари хусусида (Саломлашиш мисолида).....67

Насруллаева Г. Антропоцентрик метафора ва унда тил – маданият уйғунлигининг намоён бўлиши.....74

Бегматова Р.Ф. Немис ва ўзбек тилларида юктамаларнинг эмоционал-экспрессив функциялари тўғрисидаги назарий қарашлар.....78

• ADABIYOTSHUNOSLIK

Ҳайитов Ш.А. Алишер Навоий ва Паҳлавон Муҳаммад: тақдирлар муштараклиги.....82

Жамилова Б.С. Ўзбек болалар китобхонлигининг хусусиятлари.....89

Қобилов У.У. Мумтоз адабиётда “сирр” жанри ва бадиий талқин масаласи.....96

Safarova N.O. O'zbek xalq bolalar o'yinlarida ramziy obrazlilikning tarixiy genezisi.....100

Азимов С.Р. «Хрустальная ваза» шеъри таржимасида Тўлқиннинг психологизмни сақлаш маҳорати.....107

Файзуллаева Р.А. Мирзонинг бир баёзи тўғрисида.....112

Юнусов М.А. Болалар китобхонлиги ва журналистика тараққиёти.....116

Каримова Д.Х., Тўлаганова Д.А. XX аср иккинчи ярми немис адабиёти тараққиёти хусусиятлари.....120

Ahmadova U.Sh., Ahmadova Z.Sh. Uch ayol hukmdor.....124

Achilova R.A., Hotamova D.K. Ingliz ma'rifatparvar adiblarining san'at va adabiyotga qarashlari.....128

• NAVOIY GULSHANI

Бекова Н.Ж. «Навоийнинг тилин шукрунгга гўё айла...».....132

• FALSAFA VA HUQUQ

Odinayeva Z.I. Zamonaviy O'zbekistonda globallashuv jarayonida milliy o'zlikni saqlab qolish zarurati.....136

Музаффаров Ф.Д. Муҳаммад Ҳаззолийни англашда баъзи мулоҳазалар.....138

Норова М.Ф. Сиёсий партияларнинг конституциявий-ҳуқуқий мақоми ва уни амалга ошириш муаммолари.....142

• TARIXSHUNOSLIK

Ҳайитов Ш.А. Туркистонда асаларичилик: тарихдан лавҳа (XIX аср охири-XX аср бошлари).....150

Жумаева Н.А. Зироатчилик ҳомийси - Бободехқон билан боғлиқ урф-одат ва маросимлар (Бухоро воҳаси мисолида).....154

Орзиев М.З., Аҳматов А.Ҳ. Аҳмадшоҳ Дурронийнинг Хитой Цин давлати билан муносабатлари хусусида.....159

Шодиева Ш.С. Ўзбекистон ва ШХТ – барқарор тинчлик йўлида.....164

• IQTISODIYOT

Камалов О.А. Тадбиркорлик фаолиятини ҳуқуқий тартибга солишнинг айрим масалалари.....169

Турсунов Х.Ш. Қизилқум ҳудудидаги чорвачиликка ихтисослашган кўп тармоқли фермер хўжаликларга экотуризм соҳасини ривожлантириш истиқболлари.....172

Kayimova Z.A., Kenjayev B.F. Yoshlarda innovatsion tafakkurni shakllantirishda davlatning o'rni.....176

Шарофиддинов Ш.Х., Рашидова С.С., Жўраева Н.Р. Замонавий меҳмонхоналарда инновацион технологиялар асосида қўшимча хизматларни такомиллаштириш.....180

• PEDAGOGIKA

Akobirov F.R., Vokhidova N.N. Emerging technologies in higher education.....185

Sayidova N.S., Xudayberdiyeva N.U. PhET saytidagi modellardan fizika faniga oid namoyish tajribalarini o'tkazish, virtual laboratoriya ishlarini tashkillashtirish va modellashtirish imkoniyatlari.....189

Kadirov R.X., Qurbonov N.I. Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishida ilmiy faoliyatning integrativ yondashuv istiqbollari.....196

Атаева Г.И. Лингвистические информационные технологии.....201

Yadgarova L.Dj. Masofaviy ta'lim tizimi - o'qitishning zamonaviy usuli.....206

Ismailova M.N. Talabalar ongini axborot sohasida xavfsizlikni ta'minlash yo'nalishlari bo'yicha shakllantirish.....211

Izbullayeva G.V. XIII asr o'rta osiyoda madaniy hayot va uning pedagogika tarixida tutgan o'rni.....215

Шарипова М.Б. Замонавий мактабгача таълим – тараққиётнинг муҳим асоси.....219

Isroilova R.S. Boshlang'ch sinflarda darslarni integratsiyalashning didaktik asoslari.....223

Ҳасанов Р.А. Касб - ҳунар коллежларида талабалар спорт тайёргарлигини режалаштириш масалалари.....229

Fayziyeva U.A., Nazarov A.M. Ekstremal vaziyatlarda shaxs o'zini o'zi psixologik himoya qilish mexanizmlari.....234

• SAN'ATSHUNOSLIK

Тухсанова В.Р., Нуруллаев Ф.Ф. Из истории золотого шитья Бухары.....237

Авлиёкулова Н.М. Матога зар ип билан муҳрланган мўъжиза.....241

Ибатова Н.И. Основные приемы росписи тканей «Батик».....244

• QUTLOV

Ҳайитов Ш.А., Раупов С.С.....249

Абузалова М.Қ.....250

• E'LON

“Бухоро давлат университети илмий ахбороти” журналида мақола эълон қилиш талаб ва шартлари.....252-253

ФЛАВОНОИДЛАР – СОҒЛОМ ҲАЁТ МАНБАИДИР

Сафарова Закия Тешаевна

БухДУ Биология кафедраси ўқитувчиси

Шамсиев Наим Амонович

БухДУ Биология кафедраси ўқитувчиси

Таянч сўзлар: кўк чой, қизил вино, тўқ рангли пиво, чаканда, қора шоколад, кверцетин, кемпферол, мирицетин, апигенин, лютеолин.

Ключевые слова: зелёный чай, красное вино, тёмное пиво, облепиха, чёрный шоколад, кверцетин, кемпферол, мирицетин, апигенин, лютеолин.

Key words: green tea, red wine, dark beer, sea buckthorn, black chocolate, myricetin, quercetin, kaempferol, luteolin, apigenin.

Мақолада флавоноидлардан табобатда ва тиббиётда фойдаланиш, флавоноидларнинг муқобил тиббиётдаги роли, флавоноидларнинг хусусиятлари ва инсон саломатлигида тутган ўрни, флавоноид моддалар сақлаган ўсимликлар ва уларнинг дориворлик ҳамда шифобахшлик хусусиятлари ҳақида маълумотлар келтирилган.

В статье приведены данные об использовании флавоноидов в современной и древней медицине, о лечебных свойствах флавоноидов, а также о растениях, содержащих флавоноиды. Определена роль флавоноидов в лечении людей.

The article presents information about the usage of flavonoids in medicine as well as the role of flavonoids in alternative medicine and in maintaining human health. It also presents information about plants that contain flavonoids and their medicinal properties.

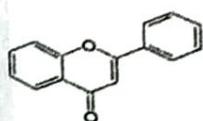
Кириш. Флавоноидлар – бу ўсимликларнинг кенг тарқалган полифеноллари дидир. Кимёвий нуқтаи назардан қарайдиган бўлсак, флавоноидлар – флавоногидроксидларни ишлаб чиқаради. (2,3-дигидрофлавонон, изофлавонон), 4-фенилкумарин, шунингдек тикланган карбон гуруҳли флавононлар. Кўпинча, флавоноидларга бошқа бирикмаларни ҳам киритишади $C_5-C_3-C_6$ қатор, унинг таркибида иккита бензол ядроси учрайди. У ўзаро 3 углерод фрагменти билан боғланган бўлади, уларни-халконлар, дигидрохалконлари ауронлар дейилади.

Флавоноидлар унча узоқ бўлмаган тарихга эга. Флавоноидлар 100 йиллардан бери ўсимликлар пигмент киритмалари сифатида маълум. Аммо, флавоноидларнинг инсон организмидаги роли, уларнинг биологик хусусиятлари тўғрисидаги маълумотлар фақатгина 1936 йилда, тиббиёт ва физиология фанлари бўйича Нобель мукофоти лауреати Альберт де Сент-Дьёрди томонидан кашф қилингандан сўнг маълум бўлди. Унинг фикрича, қизил венгер қалампери таркибидаги флавоноид томирларнинг мўрт бўлиб қолишининг олдини олади. Унинг фикрича, флавоноидлар витаминлар бўлиб, уларни "Р" гуруҳ витаминлари деб номлади.

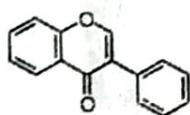
Асосий қисм. Флавоноидларга бўлган янги қизиқишлар 1990 йиллардан бошланди. Флавоноидларга қизиқишнинг ортиши уларнинг антиоксидант таъсир хусусияти ҳамда уларнинг эркин радикалларни нейтраллаш хусусияти бўлиб ҳисобланади.

Флавоноидлар таркибида липофил ва сувда эрийдиган, гидрофил турлари бор бўлиб, улар сариқ, сабзи ранг, қизил рангларга эга. Баъзи флавоноидлар антоцианин ва ауронлар-ўсимлик пигментлари бўлиб, ўсимликлар гулларининг ранги ва меваларининг ранги уларга боғлиқ бўлади. Табиатда 6500 дан ортиқ флавоноидлар бор.

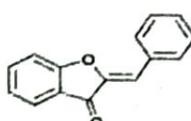
Флавоноидлар куйидагича классификацияланади



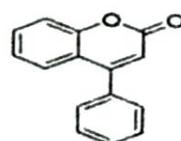
Флавонон



Изофлавонон



4-Фенилкумарин



Аурон

Уч углерод таркибли фрагментни сақлаши ва оксидланишига кўра флавоноидлар асосий 10 та гуруҳга бўлинади.

- катехинлар (флаван-3-, катехинлар ва лейкоантоцианлар)
- лейкоантоцианидинлар (флаван-3,4-диол)
- флаванонлар (флаванон, флаванол, флаван, флавонол)
- дигидрохалконлар
- халконлар
- антоциан ва антоцианидин
- флавонол
- флаван ва изофлаван
- флавонол
- аурон.

Флавоноидлар табиатда асосан юксак ўсимликларда учрайди. Флавоноидлар ўсимликлар физиологиясида ва уларнинг метаболизмида жуда катта рол ўйнайди. Кўпгина флавоноидлар бу – ўсимликларнинг турли тўқималарига ранг берувчи пигментлардир. Масалан, антоционлар-қизил, кўк, сиёҳ ранглари берса, флаванлар, ауронлар халконлар-сарик ва сабзи рангли беради.

Флавоноидлар ўсимликларда биосинтез жараёнида тўпланади. Флавоноидлар фотосинтезда иштирок этиб, лигнин ва суберинни синтезлайди. Ўсимликларни потоген таъсирлардан ҳимоя қилади, уруғларнинг ўсиш жараёнида муҳим рол ўйнайди, шунингдек ўсимликнинг, умуман тирик организмнинг эскирган ва қариган ҳужайра қисмлари тикланишига, уларнинг ҳаётчанлиги узайишига ёрдам беради. Флавоноидларнинг хилма-хиллиги уларнинг ўсимлик шакари кўринишида тўпланиши билан характерланади, улар глюкозидлар дейилади. Флавоноидлар шакар қолдиқлари-моносахаридлар-глюкоза, галактоза, ксилозалар кўринишида, шунингдек турли ди-, три-, ва тетрасахаридлар кўринишида бўлади. Шакар қолдиқларига баъзан оксикорич (жигарранг), оксобензой кислота қолдиқлари ҳам киради. Катехин ва лейкоантоцианлар эса рангсиздир [3].

Ўсимлик флавоноидлари озиқ-овқат маҳсулоти сифатида кенг фойдаланилади. Флавоноидлар ўсимлик турли қисмлари ва уларнинг шарбатлари таркибида жуда кўп бўлади. Улар кўпинча цитрус мевалар пўстида (пиёз пўсти, кўк чой, қизил вино, тўқ рангли пиво, чаканда, қора шоколадда) бўлади (1-расм). Озиқ-овқат таркибига кирадиган флаван ва флавоноидларга асосан кверцетин ва кемпферол, мирицетин, апигенин ва лютеолинлар киради. Ўсимликлар таркибидаги флаван ва флавоноидларнинг бўлиши кўпгина омилларга боғлиқ, улар орасида генетик хусусиятлари ҳам бор. Бундан ташқари олимлар ҳали ҳам ўсимликлар таркибидаги флаванларнинг миқдорини аниқлашнинг тўғри усуллари ишлаб чиқишмаган [4].

Дания ва Голландияда олиб борилган кузатув натижаларига кўра бу мамлакат аҳолиси кун давомида флаван ва флавоноидларни 23-28 мг миқдорда истеъмол қилади. Вино ва шарбат

ишлаб чиқариш корхоналари саноат чиқиндиларидан арзон ва эффектив флаванлар олишади.



1-расм. Флавоноид таркибли тиниқ ва тўқ рангли ичимликлар

Кўк чой таркибидаги полифенол флавоноиди витамин С сингари кучли ва яхши антиоксидант мавжуд, чой ферментациясининг ортиши унинг антиоксидант фаоллигини пасайтиради. Кўк чой кверцтин ва компферолга бой.

Флавоноидлар тирик организмларда жуда кўплаб биологик функцияларни бажаради.

Флавоноидларнинг табиий фаолияти кам ўрганилган, шунга қарамай, уларнинг қуёш нурининг ортиқча миқдоридан ўсимликларни ҳимоя қилиш вазифаси маълум, яъни улар қуёшнинг ортиқча ультрабинафша ва кўринадиган нурларидан ҳимоя қилиб, радиациянинг камайишига олиб келади.

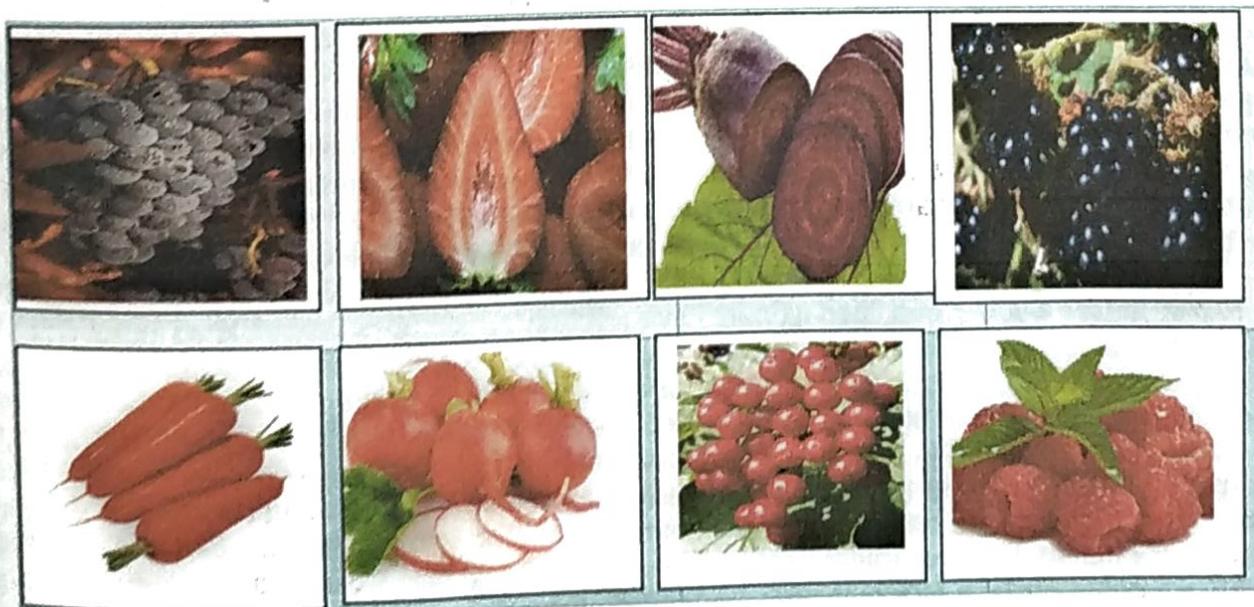
Гулларнинг тожбарглари флавоноидлар турли рангларга бўяйди ва ҳашаротларни қайси ўсимликка қўниши кераклигини, қайси гулларни чанглантириш кераклигини белгилаб беради.

Флавоноидлар ўсимликларни баъзи патоген бактериялардан ҳимоя қилади.

Ҳайвонлар флавоноидлар синтезлай олмайди, аммо капалакнинг қанотида флавоноидлар бор, хўш, у қаердан келган, улар капалак танасига овқат билан бирга киради, деган тахмин бор. Ҳозирги вақтда флавоноидлар, флавоноидлар инсон ва ҳайвон овқатининг ўзгармас таркибий қисми бўлиб улгурган. Улар модда алмашинуви жараёнининг нормал боришини, юрак қон томир касалликларининг авж олишини, хавфли ўсма касалликларини келтириб чиқарадиган ҳужайралар кўпайишининг олдини олади.

Флавоноидлар ҳаёт тарзимизда жуда кўплаб мақсадларда қўлланилади. Флавоноидлар-табиий бўёвчилардир, шунингдек улар антиоксидантлар ва антибактериал хусусиятга эга моддалардир. Дори воситалари сифатида рутин ва кверцетинни мисол қилиш мумкин, улар Р гуруҳ витаминларидир, улар қон томирлари мўртлигини пасайтиради, аскорбин кислота сингари таъсир қилиб, қонқуйилиб қолишининг олдини олади, эритроцитларнинг эластиклигини оширади.

Флавоноидлар – овқат билан инсон организмга кириб, кўпгина ферментлар фаоллигини оширади, табобатда ва замонавий тиббиётда дори воситаси сифатида ишлатилади. Флавоноидлар Ўзбекистонда деярли барча мева ва сабзавотлар таркибида учрайди. Масалан: қизил рангли узум навлари, қулупнай, маймунжон, гилос, олча, бақлажон, сабзи ва жуда кўп қизил, антоциан, сиёҳ рангга эга бўлган мева ва сабзавотлардир (2-расм). Табобатда бу ўсимликлардан жуда кўп фойдаланиб келишган, аммо уларнинг таркибида флавоноидларнинг борлиги ва уларнинг дориворлик хусусиятлари фақат XX асрнинг ўрталарига келиб маълум бўлган [3]. Шундай қилиб, флавоноидлар ўсимлик, сабзавотларнинг рангини белгилайди, фотосинтезда иштирок этади, ўсимлик ва инсон организмни ультрабинафша нурларнинг ортиқча таъсиридан ҳимоя қилади.



2-расм. Ўзбекистонда флавоноидлар кўп учрайдиган мева ва сабзавотлар

Флавоноидлардан тиббиётда соғлом турмуш тарзини шакллантириш мақсадида кенг фойдаланилади. Юқорида айтиб ўтганимиздек, флавоноидлар юрак-қон томир тизимида хусусан капилляр қон томирининг ўтказувчанлигини яхшилади, уларнинг эластиклигини оширади, склеротик шикастланишга йўл қўймайди [2].

Бурутин флавоноид қон томирларига яхши таъсир қилади. Уни витамин Р ёки С₂ деб юритилади, бу жуда кенг тарқалган флавоноиддир. Аскорбин кислота сингари таъсирга эга бўлгани учун у кўпгина дорилар таркибига киради. Бу флавоноиднинг аналоглари табиатда жуда кўп. Масалан: кўк чой, какао, беҳи, олма, ўрик, шафтоли, ер тут, қорақат, маймунжон таркибида. Фармакологияда қора итузум меваларидан кенг фойдаланилади. Унинг мевалари таркибида 25% антоцианлар (флавоноидлар) учрайди. Флавоноидларга бой қора итузум мевасидан юрак-қон томир касалликлари, веналарнинг варикоз кенгайишини даволашда комплекс терапияда, кўз тўр пардасининг дистрофияси ва дегенерациясини даволашда юмшоқ диуретик восита сифатида фойдаланилади.

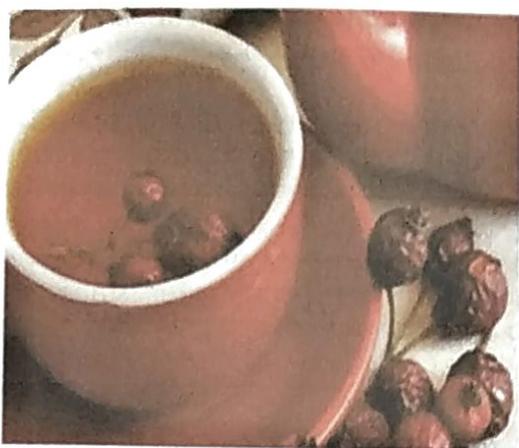
Қизил узум, қизил олма, анор, гилос, бақлажон, қизил карам, кўк чой, цитрус мевалар лўсти таркибидаги флавоноидлар антиоксидант таъсирга эга эканлиги исботланган, инсон организмида улар ўсимлик организмидаги сингари вазифаларни бажаради. Масалан: куннинг иссиғида, ёз ойларида кўпинча кўк чой ичиш ва у билан юз, қўлларни ювиш қуёшнинг ортиқча ультрабинафша нурларидан ҳимоя қилади. Хужайра мембранаси ва унинг таркибий қисмларини шикастланишдан сақлайди, овқат ҳазм бўлишини яхшилади. Тажрибаларда қизил винонинг радиация нуридан ҳимоя қилиш хусусияти исботланган ва ундан радиацияси баланд бўлган ҳудудларда фойдаланиш тавсия этилади. Флавоноидлар аллергик реакциялар натижасида ҳосил бўлган гистаминлардан ҳам ҳимоя қилади, бу эса аллергик касалликларни даволашда қўл келади. Бундан ташқари флавоноидлар гормонал таркибли хусусиятларни ҳам намоён қилади. Масалан: соя ва арпа уруғи таркибидаги флавоноидлар аёллар жинсий гормонларига яқин, яъни эстероген хусусиятни намоён қилади. Улардан климатик синдромларни енгиллаштиришда фойдаланилади.

Тиббиётда БФҚ лар термини кўп ишлатилади, бу “Биологик фаол қўшимчалар” дегани, яъни баъзи касалликларни даволашда БФҚ лардан фойдаланилади. Масалан: ўсма касалликларида БФҚ лар ўсимлик флавоноидлари асосида тайёрланади.

Флавоноидлар организмда фойдалигини билган ҳолда улардан вақти-вақти билан керакли миқдорда истеъмол қилиш мақсадга мувофиқдир. Шунингдек, уларнинг кексайиш жараёнини секинлаштирувчи таъсири ҳам аниқланган. Флавоноидларнинг эркин радикалларни қандай бириктириб олиши, қариликнинг олдини олиши, хавфли ўсмаларни юзага келтирувчи тўқималарнинг ўсишини секинлаштириш хусусиятлари ҳали тўлиқ ўрганилмаган бўлса-да, уларни истеъмол қилиш фойдадан холи эмас эканлигини барчамиз биламиз. Чунки, флавоноидлар сақлаган мева ва сабзавотлар, минераллар, витаминлар, целлюлоза, пектинга жуда бой.

Шунинг учун улар кундалик овқатимизнинг асосий таркибий қисми бўлиши керак. Шуни ҳам эсда тутиш керакки, флавоноидларни ортиқча истеъмол қилиш соғлиққа зарар етказмайди, организм ортиқча флавоноидларни айириш органлари ёрдамида ташқарига чиқаради. Чунки улар табиий флавоноидлардир, аммо БФҚ лар кўринишидаги флавоноидларни қабул қилиш тўғрисида шифокор билан маслаҳат қилиш зарур.

Жаннатмакон ватанимиз бизни бой табиат билан сийлаган, табиатда инсоннинг барча дардига даво бор, республикамизда ўсадиган кўпгина ўсимликлар (юқорида улар санаб ўтилди) таркибида хилма-хил флавоноидлар сақланади, уларнинг яққол мисоли наъматакдир (3-расм). Бу ўсимлик тоғ, тоғ олди ҳудудлар, маданий ландшафтда ҳам ўсади. Табиат наъматлари ичида оддийгина наъматак (шиповник)нинг қанчалар фойдали эканини кўрган ҳар бир киши, Оллоҳ одамларнинг шифо топишлари учун ҳамма нарсани яратиб қўйганига тўла амин бўлади. Наъматак мевалари таркибида жуда кўп миқдорда витамин С (4-8%, баъзан 18% гача боради), П,К,Б группаси каротин билан бир қаторда флавоноидлар, қанд, органик кислоталар (олма кислотаси 1,8-2% гача, лимон кислотаси 2% атрофида) пектин ва ошловчи моддалар, ликопин ва рибоксантин, шунингдек, калий, темир, марганец, фосфор, калций, магний тузлари бор [5].



3-расм. Наъматак меваси ва дамламаси

Мева уруғларида Е витамин мавжуд. Наъматак мевалари халқ табобатида қадим замонлардан бери ишлатилиб келинмоқда. Унинг меваларидан тайёрланган дамлама ўпка сили, жигар, ўт қопчасининг яллиғланиши, ичак, буйрак, қовуқ касалликларини даволашда фойдаланилади. Шунингдек, наъматакнинг меваси асосида тайёрланган қайнатма қон тўхтатувчи, иситма тушурувчи омил сифатида истеъмол қилинади. Наъматакнинг фақатгина гул ва меваларигина шифобахш бўлиб қолмасдан, балки унинг баргларида тайёрланган қайнатма меъда оғриқларига фойдали ҳисобланади. Бу шунчалик фойдали, шифобахш ва зарур неъматки, унинг битта ўзи бутун бошли дорихона ўрнини босиши мумкин. Ўтмиш ва ҳозирги халқ табобат китобларида наъматакнинг ўнлаб шифобахш хусусиятларини келтириб ўтишган [6].

Наъматак таркибида инсон саломатлиги учун ниҳоятда зарур бўлган С, В₂, Р, Е, К дармондорилар мавжуд. Шунингдек, у каротин, қанд, ёғ, органик кислоталар, флавоноидлар, пектин, маъданли тузлар ва бошқа моддаларга ниҳоятда бой. Мевасида минерал тузлардан калий, темир, марганец, фосфор, кальций, магний бор. Улуғ олим ва табиб Абу Али ибн Сино таърифича, наъматакнинг барча тури тозаловчи ва суюлтирувчи хусусиятига эга. У қулоқдаги қуртларни ўлдиради, қулоқ шанғиллаши, тиш оғриғига фойда қилади. Ёввойи нави пешонага суртилса, бош оғриғини босади. Унинг барча навлари бурун тешиқларидаги тикилмаларни очади. У томоқдаги ва бодомсимон безлардаги шишларга ҳам фойдалидир. Унинг меваси танага қувват бағишлайди, модда алмашинувини яхшилади, ёнғоқчалари эса буйрак ва сийдик йўли касалликларини даволашда, сийдик ҳайдаш учун ишлатилади. Ўсимлик илдизидан тайёрланган дамлама ва қайнатма халқ орасида меъда ва жигар касалликларига, кукуни эса яраларга даво сифатида қўлланади. Наъматак мевасининг қайнатмаси, яъни шарбати халқ табобатида жуда кўп касалликларни даволашда тавсия этилади. Шарбат олиш учун унинг мевасидан 10-15 тасини олиб, ювиб ташланади ва сирли идишда ўн дақиқагача қайнатилади ва тиндириб истеъмол қилинади. Наъматак дамламаси тайёрлаш учун эса ярим литрли термосга тўрт-бешта наъматак мевасидан солиб, устига қайнаган сув қуйилади ва бир кеча қолдириб, эрталаб сузиб олинади. Дамлама овқатдан йигирма дақиқа олдин кунига уч маҳалдан ичилади. Мазкур дамлама бутун танага қувват беради, унинг чидамлилигини оширади, йўтални кеткази, ҳазм йўллари яллиғланишини даволайди, жигар оғриғидан халос қилади. Бодомсимон безлар шамоллаганида у билан бир неча бор ғарғара қилиб ташланса, фойдаси тегади.

Аёлларда учрайдиган бачадондан қон кетиши касаллигида наъматакни узоқ қайнатиб, шарбати ичирилади, меваси қайнатилган сувда аъзони ювиш ҳам фойда беради. Чипқонни даволашда ҳам наъматак қайнатмаси энг яхши даво саналади. Ундан беморга чой қилиб ичирилса, қони тозаланиб, ярадан қутулади, яраинг тез ётилиши учун эса унинг ширасини суртган маъкул. Совуқ мижозли ва қон босими паст бўлган беморларга, наъматак дамламаси энг шифобахш чой ўрнини босади. Қаттиқ совуқда қўл,

оёқ ва бошқа аъзоларини шамоллатган кишилар, унинг қайнатмасини тез-тез ичиб туришса, танани қиздириб, заҳарли моддаларни пешобга ҳайдайди. Кўз шамоллаб ёшланганида, шапоқланса ёки говмижжа чиқса, наъматак қайнатмаси билан кўзни кўп ювиш тавсия этилади.

Қовуқ, буйрак шамоллаганда ҳам наъматак қайнатмасидан бетобга бот-бот иссиғида ичирилса, шифо бўлади. Қайнатма билан қовуқ устини бир неча бор ювиш ҳам мумкин. Мушаклар шамоллаганда, қорасон хасталигида наъматак қайнатмасини оғрик кўзгалган, хаста жойларга суртиш дардни енгиллаштиради. Бу қайнатма, шунингдек болалар шамоллаши туфайли баданига тошган майда қизил сувсиз тошмаларни даволашда ҳам қўл келади. Бунинг учун бола қайнатмада чўмилтирилади ёки кун давомида у билан бир неча бор эмланади. Наъматак меваси болалар иштаҳасини очади ва уларга қувват бўлади. Бу неъмат семизликни аста-секин даф қилади, чунки у ични суриб, ювиб тозалайди, кичик таҳоратни (сийдик ажралишини) тезлаштиради. Кам қувват, тинкаси қуриган одамлар унинг баргларини чой ўрнига дамлаб ичишса, фойда қилади. Иккита ош қошиқдаги наъматак мевасини қайноқ сув қуйилган термосга солиб, бир кеча-кундуз дамланади ва сўнг сузиб олинади. Ундан ҳар куни икки-уч маҳал овқатдан олдин 100 мл дан ичилса, камқонлик, қувватсизлик, атеросклероз, буйрак ва жигар хасталиклари, шамоллаш, авитаминозда шифо бўлади. Бир ош қошиқдаги майдаланган наъматак баргини 300 мл қайноқ сувда икки-уч соат ёпиқ идишда дамлаб қўйилади ва сузилади. Буни икки ош қошиқдаги асал билан икки-уч маҳал овқатдан олдин ичилса, битиши қийин яраларни даволашда қўл келади. Агар кунига икки грамм қуритилган наъматак мевасидан майдалаб истеъмол қилинса, инсон умрини узайтириш, жинсий қувватни сақлашга ёрдам беради.

Иссиқ мизожли кишиларга эса наъматак дамласи ва қайнатмаси тўғри келмайди, чунки у бундай одамларнинг ошқозон ости безига салбий таъсир кўрсатади. Шунингдек қон босими-хафахон, қанд касаллиги, шақиқа, жигар касалликлари, тахт, бавосир, темиртки касалликлари бор беморлар иссиғи ошиб кетиши туфайли пайдо бўладиган хасталикларда ҳам наъматак қайнатмаси фойда бермайди. Наъматакдаги С дармондориси тишнинг эмал қатламини емириши боис, уни истеъмол қилгандан кейин оғизни албатта илиқ сув билан чайиб ташлаш керак. Замонавий тиббиётда наъматак мевасидан дамлама, экстаркт ва ҳўл мевасидан шарбат ҳамда хапдори ва холосис каби доривор воситалар тайёрланади. Мазкур дорилар авитаминоз хасталиги ва атеросклерозни даволашда ўт ҳайдаш мақсадида ишлатилади. Картолин препарати битмайдиган яралар, дерматитлар, қўтир, қичима, экзема, псориаз каби тери касалликларини даволашда қўл келади. Наъматак барча турлари мевасидан витаминли ва поливитаминли йиғма чойлар, озиқ-овқат саноатида эса витаминга бой аралашма, конфетлар ва қандолат маҳсулотлари тайёрланади. «Шифобахш дорининг кўпи заҳарга айланади», деганларидай, наъматакдан фойдаланишни суистеъмол қилиш даво ўрнига зарар келтириши мумкин. Профессор А.Д.Туров тавсияларига кўра, наъматак шарбатлари ва дориларини узоқ вақт сурункали истеъмол қилганда меъда ости безининг инсулин ишлаб чиқаришига салбий таъсир кўрсатиши, лангерганс оролчаларининг мўътадил фаолияти бузилишига сабаб бўлиши мумкин экан.

АДАБИЁТЛАР

1. Минаева В.Г., Запрометов М.Н. Центральный сибирский ботанический сад. – М.: Наука, Сибирское отд-ние, 1978. – С. 252.
2. Андреас Мориц. Откройте для себя истинные причины болезни. – Минск: Попурри, 2015. – 260 с.
3. Медведев С.С. Физиология растений: Учебник. – СПб.: БХВ-Петербург, 2012. – 512 с.
4. Корулькин Д.Ю. Природные флавоноиды. – Новосибирск: Тео, 2007. – 232 с.
5. Зунунова Д. Наъматак 100 дардга даво. – Т.: DAVR PRESS, 2010. – 55 б.
6. Холиқов К. Ўзбекистон жанубидаги доривор ўсимликлар. – Т.: Меҳнат, 1992. – 75 б.