

Ўзбекистон Республикаси
Соғлиқни Сақлаш Вазирлиги
Тошкент Фармацевтика институти
Токсикологик, Органик ва Биологик кимё кафедраси

РЕФЕРАТ

**Мавзу: Махаллий хомашёлардан фитоичимликлар
тайёрлаш технологияси**

Бажарди: 2 курс 2/1 гуруҳ

Худойбердиев Элёр

Текширди: Чиннибекова Н.

Тошкент - 2016

Махаллий хомашёлардан фитоичимликлар тайёрлаш технологияси

Ушбу қўлланма Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги

Фармация фармакология мувофиқлаштирувчи кенгаши томонидан 2014 йил

4 апрель 2-сон йиғилиш баёни асосида Умум таълим мактаблари, коллеж ва

лицейлар олий таълим ҳамда тиббиёт муассасалари фитобарларида

фитоичимлик дамламаларини тайёрлаш, сақлаш ва қўллаш бўйича амалда

фойдаланиш ва риоя қилиш учун тавсия қилинди. Ўзбекистон шифобахш гиёҳларга бой диёр.
Республикамызда

4000 дан ортиқ ўсимлик турлари мавжуд. Шулардан 100 га яқини

тиббиёт амалиётида расмий дори воситаси сифатида қўлланиб

келинмоқда. Халқ табобатида эса худидимиздаги ўсимликлардан 700 дан

зиёд тури доривор ҳисобланади. Шунинг учун ҳам табиатимиздаги

ўсимликлар дунёси янги дори-дармонлар яратишда битмас-туганмас

манба ҳисобланади.

Доривор ўсимликларининг шифобахш таъсири юмшоқ ва кўп

киррали, таъкидлаш лозимки рецептураси тўғри танланган, икки ва ундан

ортиқ гиёҳлардан тайёрланган йиғмалар, қандай усулда тайёрланиб

берилишидан қатъий назар, юқори самарали ва кўп турли даво таъсирини

кўрсатади. Қўлланмадаги фито ичимликлар сифатида ишлатиладиган

йиғмаларга киритилган ўсимликлар тиббиёт амалиётида ишлатишга

расмий рухсат этилган ва таркибида турли хил биологик фаол

моддаларини кўп миқдорда сақлайди. Ушбу моддалар ўсимликнинг ўсиш

ва ривожланиш даврининг турли вақтида, йилнинг фаслига қараб турли

миқдорда тўпланади, шунинг учун ўз вақтида йиғиб олинган ўсимликлар

юқори сифатли ҳисобланади.

Юртимизда халқ соғлиғини сақлаш, касалликларни олдини олиш,

авлодларни соғлом қилиб тарбиялаб етиштириш масалалари устувор

вазифа қилиб белгиланган экан, ўз вақтида ва малакали тиббий ёрдам кўрсатиш, касалликни олдини олиш ва даволашни асосий омилларидан бири бўлмиш яхши таъсир этувчи, нисбатан безарар бўлган доривор ўсимликлардан тайёрланадиган фито препаратлар ҳамда бошқа воситаларни кўплаб етказиб беришга бор имкониятларни жалб қилиниши катта аҳамиятга эгадир.

Доривор ўсимликларни йиғиб олиш ва уларни қўлланилиши

Доривор ўсимликлар ўзининг шифобахш хусусиятларини тўлиқ намоёни қила олиши учун уларни ўз вақтида териш, тўғри қуриштириш ва сақлаш қоидаларига риоя қилиш талаб этилади.

Доривор ўсимликлар турларини тўғри танлаш, айрим таржималардаги мавжуд хатоликларни олдини олиш мақсадида, қўлланманинг 1-иловасида уларни ўзбекча, русча ва латинча номларини келтиришни лозим топдик.

Доривор ўсимликларни қуруқ , ёнғингарчилик бўлмаган пайтда йиғиб олинади. Уларни йиғиш доривор ўсимликлар таркибидаги биофаол моддаларни максимал даражада тўпланадиган мавсумга ҳам боғлиқ.

3Доривор ўсимлик таркибидаги биофаол моддалар ўсимликнинг ҳамма қисмларида бир хил миқдорда тўпланмайди. Баъзи бир моддалар ўсимликнинг ер остки қисмида – илдизи, илдизпоиси, туганаги ва пиёзида йиғилса, баъзилари аксинча, ер устки қисмида – барги, гули, меваси , уруғи ёки пўстлоғида тўпланади.

Ўсимликларнинг ўти ва гулларини - гуллаш даврида, илдизларни – кузда ёки эрта баҳорда, уруғларни эса уларни буткул етилганда, куртаклар ва пўстлоқ эрта баҳорда йиғиб олинади. Шунинг учун ушбу қўлланмани 2-иловасида рецептураси келтирилган доривор ўсимликларни йиғиб олиш мавсумий муддатларини ҳам келтирдик.

Ўсимликларнинг гули, барги, ер устки қисми ва куртакларни қуриштириш

соя ва шамоллаб турадиган жойларда амалга оширилади. Илдизларни қуритишдан олдин уларни ювиб тозалаш зарур. Доривор ўсимликларнинг меваси, уруғи, пўстлоғи, илдизи ва илдизпояси очиқ жойда бирор нарсанинг устига ёйиб қуритилади. Шунингдек, доривор ўсимликларни қоғоз ўрамларига ўраб, осиглиқ ҳолатда, қуритиш ҳам тавсия этилади. Ўсимликнинг ўт қисми учун яроқлик муддати одатда – бир йил, илдиз, мева ва уруғлар учун – икки йилни ташкил қилади.

Турли хил касалликларни ўсимлик хом ашёси билан даволашда, уларга маълум технологик ишлов берилади. Ҳозирги пайтда суюқ дори тури сифатида - мураккаб, кўп компонентли ва комбинирланган, ўсимликларга маълум ишлов берилиб, уларнинг таркибидаги биофаол моддаларни сув ёрдамида ажратиб олинадиган восита (фитоичимликлар) – фиточой, дамлама ва қайнатмалар кенг қўлланилиб келинмоқда. Бундай сувли ажратмаларни тайёрлашдан мақсад – таркибида табиий биофаол моддаларни сақловчи истеъмол учун қулай сувли ажратма олишдир.

Сувли ажратмалар Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигининг 2002 йил 29 декабрдаги 582-сонли буйруғи билан тасдиқланган “Дорихона муассасаларида суюқ дори турларини тайёрлаш бўйича қўлланма” асосида тайёрланади.

Одатда, доривор ўсимликларнинг юпқа ва нозик қисмларидан – барги, ер устки қисми, гули ва баъзи мева ҳамда уруғлардан - дамлама, ер остки органлари - пўстлоғи, меваси, уруғи ва баъзи холларда қалин баргларида эса қайнатма тайёрланади.

Маълумки сувли ажратмалар технологик қулай ва биофармацевтик нуқтаи назардан инсон организмига майин таъсир кўрсатиши, ҳамда ножўя таъсирларини камлиги билан синтетик дори воситаларидан ажралиб туради. Аммо доривор ўсимликлар ҳам мураккаб таркибли дори воситаси ҳисобланиб, уларни сақлаш муддати ва истеъмол рецептурасига

риоя этиш талаб этилади.

4Дамлама ва қайнатма тайёрлаш учун дорихона (фитобар) шароитида инфундир аппаратидан фойдаланилиб, унинг стаканига солинган хом ашё ва сувни сув ҳаммомида 15 дақиқа, қайнатмаларни эса 30 дақиқа дамланади. Кўрсатилган вақт ўтганидан сунг, дамламаларни 45 дақиқа, қайнатмаларни эса 10 дақиқа хона ҳароратида совутилади. Бунда агар дамлама ҳажми 1000 мл дан 3000 мл гача бўлса, 25 дақиқа, қайнатма 40 дақиқа дамлаб қўйилади.

Сувли ажратмаларни уй шароитида тайёрлаш учун сирли идишлардан фойдаланилади. Бунда қуритилган ўсимликларнинг ўти, барги ва гулларининг 1 ош қошиғи 3 -5г, илдиз ва пўстлоқлар эса 10 г ни ташкил қилишни инобатга олиш керак.

Дамлама ва қайнатмаларни тайёрлаш учун ўсимлик хом ашёлари – барг, гул ва ер устки қисмлари 5мм; илдиз, илдизпоя, пўстлоқ 3 мм, уруғ ва мевалар 0,5 ммгача майдаланган бўлиши мақсадга мувофиқ. Бунда сувли ажратмалар 1:10 нисбатда тайёрланади. Аммо бахорги адонис ўти ва валериана илдиз ва илдизпояси 1:30, таркибида кучли таъсир кўрсатувчи моддалар сақлаган доривор ўсимликлар хом ашёси мавжуд бўлган ҳолда 1:400 нисбатда тайёрланади.

Фиточой ва йиғмаларни тайёрлашда бир нечта ўсимликлардан ташкил топган, майдаланган аралашмалардан кенг фойдаланилади.

Йиғмаларнинг сақлаш муддати ҳам хом ашёни сақлаш муддати билан бир хил бўлади.

Тайёр бўлган сувли фитоичимликлар 2 кун давомида совитгичда сақланиши мумкин. Аммо уларни тайёрлашда 1кунлик фитоичимликларга бўлган эҳтиёждан келиб чиқиб, зарур ҳажмда тайёрлаш тавсия этилади.

Йиғмалар тавсия қилинаётган касалликларни даволаш, олдини олиш учун кенг ишлатиб келинган бўлиб, айримларидаги хорижда ўсадиган

ўсимликларни Ўзбекистонда кенг тарқалган турлари билан алмаштирилган. Аммо таъсири жиҳатдан илгари қўлланилган йиғмалар каби самарали.

I. Умумтаълим мактаблари, коллеж ва лицейлар ҳамда олий таълим муассасалари учун тавсия этилган таркиблар

1. Витаминли фиточой ва йиғмалар

Организмда витаминлар етишмовчилиги – ҳозирги куннинг долзарб муаммоларидан биридир. Ушбу етишмовчилик оқибатида – авитаминоз ва гиповитаминоз ҳасталиклари келиб чиқиб, улар одам организмида ва айниқса ёш болаларда оғир асоратларни келтириб чиқаради. Витамин танқислигида тез толиқиш, фикрни жамлай олмаслик, касалликларга тез-тез чалиниш ҳолатлари кузатилади. Доривор ўсимликлар одам организмнинг фаолияти учун зарур бўлган витаминлар билан ғоят 5бойлигини эътиборга олган ҳолда, таркибида витамин сақловчи қуйидаги йиғмалар таклиф қилинди:

1. Икки уйли газанда барги 1 қисм

Кийик ўти 1 қисм

Жағ-жағ ўти 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан

ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача
етказилади.

Ушбу йиғма ўз таркибида икки уйли газанда баргини сақлагани
туфайли, 12 ёшгача бўлган болалар учун тавсия этилмайди

2. Япон софораси ғунчаси (гули) 1 қисм

Маймунжон барги 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар
бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва
устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва
хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3
стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича
майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб
турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида
45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан
ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача
етказилади.

3. Маймунжон барги 1 қисм

Аччиқ торон ўти 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар
бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва
устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва
бхажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3
стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича
майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб

турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

4. Япон софораси ғунчаси (гули) 1 қисм

Шафтоли барг торон ўти 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

5.Маймунжон барги 1 қисм

Қора қорақат барги 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб

турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

6. Қуш торон ўти 1 қисм

Япон софораси ғунчаси (гули) 2 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

71. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қўйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича

майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қўйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

7. Наъматак меваси 1 қисм

Қора қорақат барги 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қўйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича

майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қўйиб, қайнаб

турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

8. Наъматак меваси дамламаси

Тайёрланиши:

1. Майдаланган наъматак мевасидан 5 г олиб, устига 500 мл қайноқ сув солиниб, қопқоғи беркитилган сирли идишда 10 дақиқа қайнатилиб, сўнг 2-3 соат дамланади ва сузилади. 1 кунда бир маҳал 2 ош қошиқдан ичилади.

9. Тирноқгул гули 1 қисм

Япон софораси ғунчаси (гули) 2 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

82. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича

майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

10. Қора қорақат барги (меваси) 1 қисм

Тирноқгул гули 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар

бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сигими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

Ушбу бўлимда келтирилган йиғмалардан тайёрланган фиточойлар, йиғма таркибига киритилган ўсимликларга нисбатан сезгирлиги юқори бўлган инсонларга ва хавфли ўсмаларга чалинган беморларга бериш тавсия этилмайди. Таклиф қилинган фиточойларни истеъмол қилиш албатта врач кўригидан ўтганидан сўнг, унинг назорати остида бўлиши тавсия қилинади.

Витаминлар инсон организмнинг ўсиб, ривожланиши ва нормал яшаши учун ҳаят зарур бўлган биологик фаол моддалардир. Улар организмга асосан озиқ-овқат маҳсулотлари билан тушади, ҳамда кимёвий жараёнларда ва моддалар алмашинувида қатнашади. Шунинг учун ҳам организмда витаминлар етишмовчилиги ҳозирги куннинг долзарб муаммоларидан бири бўлиб келмоқда. Витаминлар етишмовчилигининг асосий сабаблари бўлиб, истеъмол қилинаётган озиқ-овқат рационини тўғри ташкил қилинмаганлиги натижасидаги витаминларнинг етишмовчилиги, меъда-ичак касалликлари (энтерит, қабзият, гижжа ва жигар касалликлари) туфайли витаминларнинг сўрилишини бузилиши, организмни балоғат ёшига ўтиш давридаги ўзгаришлар ҳамда уни жисмоний ва ақлий толиқишлари ҳисобланади.

Витаминлар танқислигида организмни тез толиқиши, жисмоний ривожланишини бузилиши, фикрини жамлай олмаслиги, турли касалликларга тез тез чалиниш ҳолатлари кузатилади.

9Ушбу бўлимда келтирилган доривор ўсимликлар ва ўсимлик йиғмалари одам организмнинг функционал фаолияти учун зарур бўлган витаминлар билан ғоят бойлигини эътиборга олган ҳолда рецептуралари тавсия этилди. Ушбу ўсимликлар ва уларнинг йиғмалари улуғ мутафаккир, тиббиёт оламининг буюк устози Ибн Сино ва бошқа халқ табobati вакиллари томонидан бир қатор, жумладан: нафас қисиш касалликларида, кўкрак оғриғида, баъзи меъда-ичак касалликларида организмни курашиш қобилиятини оширишда, оғиз бўшлиғи ялиғланишида, нафас йўли касалликларида, балғам кўчирувчи, иштаха очувчи, хазм қилувчи, пешоб ва ел хайдовчи восита сифатида ҳам ишлатиб келинган.

Юқоридагиларни инобатга олиб, ушбу гуруҳга киритилган ўсимлик ва йиғмалардан тайёрланган фиточойларни маълум вақт давомида ичиш мақсадга мувофиқдир.

2.Иммунитетни мустаҳкамловчи йиғмалар

Маълумки стресс ҳолатлари, экологиянинг ёмонлашуви, нотўғри овқатланиш натижасида иммунитетни тушиб кетиши сир эмас. Бундай ҳолларда спорт билан шуғулланиш, кун тартибини тўғри режалаштириш, турли сабзавот ва меваларни истеъмол қилиш билан бир қаторда доривор ўсимликлардан тайёрланган сувли ажратмаларни ичиш ҳам тавсия этилади.

1 Ер бағирланган темиртикан ўти 1 қисм

Мармарак (маврак) барги 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар

бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

2. Қора қорақат барги 1 қисм

Икки уйли газанда барги 3 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

10

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма ўз таркибида икки уйли газанда баргини сақлагани туфайли, 12 ёшгача бўлган болалар учун тавсия этилмайди

3. Ер бағирлаган темиртикан ўти 3 қисм

Қора қорақат барги 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. Бир кунда 1 маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

Ушбу бўлимдаги йиғмалардан тайёрланган фиточойлар аллергияга мойил бўлган инсонларга тавсия этилмайди. Таклиф қилинган фиточойларни истеъмол қилиш албатта врач кўригидан ўтганидан сўнг, унинг назорати остида бўлиши тавсия қилинади.

Юқорида қайд этилганидек рухий-эмоционал стресс ҳолатлар, экология бузилиши ва иммун тизимининг сусайиб кетиши турли хил касалликларнинг кўпайиб кетишига сабабчи бўлмоқда. Шунингдек нотўғри овқатланиш ва овқатланиш маданиятининг бузилиши иммун тизимини сусайиб кетишига олиб келмоқда. Бундай ҳолатларда инсон организмнинг турли хил инфекцияларга қарши курашиш қобилияти сусайиб кетади, жисмоний ва ақлий меҳнат қобилияти пасаяди ва турли касалликларга тез-тез чалинадиган бўлиб қолади.

Организмни ҳимоя кучларини ошириш учун спорт билан шуғулланиш, кун тартибини тўғри режалаштириш, турли сабзавот ва меваларни истеъмол қилиш билан бирга, доривор ўсимликлардан тайёрланган

фиточойларни меъёр асосида ичиш алоҳида аҳамиятга эгадир.

Ушбу бўлимга киритилган ўсимлик ва уларнинг йиғмаларидан тайёрланган сувли ажратмалар Ўзбекистон халқ табobatiда бўғин оғриғида, радикулитда, меъда-ичак ялиғланишида, II-тип қанд касаллиғида, экзема, яра ва бошқа тери касалликларида кенг ишлатилиб келинмоқда.

3. Иштаҳани очиш учун қўлланадиган фиточойлар

1. Қора қорақат барги 2 қисм

Лимон ўт барги 2 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Лимон ўт таркибида эфир мойларини сақлагани туфайли дамлаш ва совутиш оғзи зич ёпиладиган идишда олиб борилади. Тайёр дамламани совуганидан сўнг, 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

2. Оддий бўймадарон ўти 1 қисм

Тубулғабаргли бўймадарон гули 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва

устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. Бир кунда 1 маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

3.Зубтурум барги 1 қисм

12

Тубулғабаргли бўймадарон гули 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. Бир кунда 1 маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

4.Лимонўт барги 1 қисм

Тубулғабаргли бўймадарон гули 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва

устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Лимон ўт таркибида эфир мойларини сақлагани туфайли дамлаш ва совутиш оғзи жипс ёпиладиган идишда олиб борилади. Тайёр дамламани совуганидан сўнг, 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

5. Қора қоракат барги 1 қисм

Қалампир ялпиз барги 1 қисм

Зубтурум барги 1 қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Қалампир ялпиз таркибида эфир мойларини сақлагани туфайли дамлаш ва совутиш оғзи жипс ёпиладиган идишда олиб борилади. Тайёр дамламани совуганидан сўнг, 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

6. Оққалдирмоқ барги 1қисм

Қалампир ялпиз барги 1қисм

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган йиғмадан 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма олиниб, термосга (сиғими 0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади.

2. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Қалампир ялпиз таркибида эфир мойларини сақлагани туфайли дамлаш ва совутиш оғзи жипс ёпиладиган идишда олиб борилади. Тайёр дамламани совуганидан сўнг, 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

7. Андиз илдизи 1қисм

Қоқи ўт илдизи 1қисм

Тайёрланиши :

Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 30 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 10 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

8. Аччиқ шувоқ дамламаси

Тайёрланиши 2 хил усулда келтирилди :

1. Юқорида келтирилган ўсимлик ер устки қисмининг келтирилган талаблар бўйича майдаланганидан 1 ош қошиқ олиб, термосга (сиғими

0,5 л) солинади ва устига 0,5 л қайноқ сув қуйилади. 2-3 соат ўтганидан сўнг, сузилади ва хажми қайнатилган сув билан 0,5 л гача етказилади. 1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади. Ичиш олдида 1 чой қошиқ асал солиш тавсия этилади.

142. Сирли идишга 1 ош қошиқ келтирилган талаблар бўйича майдаланган маҳсулот олиниб,, устига 500 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган сув ҳаммомида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани совуганидан сўнг, 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилиб, қайнатилган сув билан хажми 500 мл гача етказилади.

1 кунда бир маҳал 1/3 стакан ичилади. Ичиш олдида 1 чой қошиқ асал солиш тавсия этилади.

Ушбу йиғмалардан тайёрланган фиточойлар аллергияга мойил инсонларга, меъда ва ўн икки бармоқли ичак яраси бор беморларга тавсия этилмайди. Таклиф қилинган фиточойларни истеъмол қилиш албатта врач кўригидан ўтганидан сўнг, унинг назорати остида бўлиши тавсия қилинади.

Меъда-ичак тизимдаги органлар истеъмол қилинган озиқ-овқатларни ҳазм қилишда асосий вазифаларни бажаради, овқатнинг ҳазм қилинишида овқатлар қонга сўрилиш даражасигача парчаланади, бу жараён биологик фаол полипептидлар ва ҳазм қилиш жараёнида иштирок этивчи ферментлар таъсирида амалга ошади. Бу моддаларнинг фаолияти бош миянинг гипоталамусида жойлашган очлик ва тўқлик марказини назорати остида бўлади. Булар ўртасидаги ҳамоҳанглик ўткир ва сурункали ошқозон ичак системаси касалликларида (гастрит, энтерит, колит, энтероколит, жигар ва меъда ости бези патологияларида) темир танқислик ҳолатларида, сурункалилик юрак қон-томир касалликларида ва баъзи эндокрин тизими касалликларида бузулади. Натижада тўқима маркази

кўзғалади ва иштаха бузилади.

Маълумки иштахани оширувчи моддаларга аччиқ моддалар (аччиқ шувок, оддий бўймадарон, лимон ўтини барги, гулқоқи илдизи, катта зубтурум, доривор мармарак, корсандр уруғи ва бошқалар) киради. Улар илмий тиббиётда ва халқ табobatiда турли хил физиологик таъсирлари қатори меъда-ичак, жигар, ўт-йўли ва бошқа касалликларида иштаха очувчи ва овқат ҳазм қилувчи, ел хайдовчи, антисептик ва пешоб хайдовчи восита сифатида ишлатилмоқда.

Юқорида келтирилган доривор ўсимликлар асосида тайёрланган фиточойлар қайд этиб ўтилган касалликларни даволашда, овқат ҳазм қилувчи органларнинг шираларини меёردа бўлишида қўл келади.

II. Тиббиёт муассасалари учун тавсия этилган таркиблар

Қуйида келтирилган йиғма ва фиточойлар тиббиёт муассасалари фитобарларида тайёрлашга мўлжалланган бўлиб, улар махсус инфундир аппаратида тайёрланиши мақсадга мувофиқ

15 қўлланадиган йиғмалар

Асаб тизими одам организмини атроф-муҳит билан боғлаб турувчи барча фаолиятида иштирок этиш билан бирга ички органларни фаолиятини ҳам бошқаради. Организм асаб тизимини узоқ вақт давомида толиқиши натижасида бирор бир хасталик келиб чиқиши аниқ.

Шунинг учун кўпинча касалликларни даволашда комплекс терапия сифатида асаб тизимини тинчлантирувчи воситалар ҳам тавсия қилинади. Ушбу воситалар сифатида асаб тизимини тинчлантирувчи сувли ажратмалардан ҳам кенг фойдаланилади. Қуйида шундай хусусиятга эга бўлган турли таркибли йиғмалар тавсия қилинди:

Ушбу бўлимда келтирилган барча йиғмалар 1:10 нисбатида тайёрланади.

1. Япон софораси гули 3 қисм

Қалампир ялпиз барги 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача қайнатилган сув билан етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги қалампир ялпиз эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дамлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

2. Қалампир ялпиз барги 1 қисм

Лимонўт барги 1 қисм

Қора қорақат барги 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги қалампир ялпиз ва лимон ўти эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дамлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

4. Асаб тизими касалликларида ва толиқишида

16Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан

беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

3. Япон софораси ғунчаси (гули) 2 қисм

Қалампир ялпиз барги 1 қисм

Доривор мойчечак гули 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги ўсимликлар эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дахлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

4. Шафтоли барг торон ўти 2 қисм

Лимонўт барги 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги ўсимликлар эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дахлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш

мумкин).

5. Япон софораси гули 1 қисм

Қалампир ялпиз барги 1 қисм

Лимонўт барги 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

17Ушбу йиғма таркибидаги қалампир ялпиз ва лимон ўти эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дамлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

6.Беш бўлакли арслонқуйруқ дамламаси

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган аҳсулот солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача қайнатилган сув билан етказилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

Ушбу бўлимда келтирилган йиғмалардан тайёрланган фиточойлар аллергияга мойил инсонларга ва ўта юқори марказий нерв тизимининг

кўзгалувчанлиги (тутқаноқ, паркинсонизм ва б.) бор беморларга тавсия этилмайди.

Ҳозирги кунда асаб тизими касалликлари кенг тарқалган касалликлардан биридир. Бу касаллик ва ҳолатларда ишлатиладиган дори воситалари асаб жараёнига ёки асаб билан боғлиқ патологик қайд этиладиган симптом ва синдромларга, функционал тузилмаларига таъсир этади. Демак, инсонларнинг асаб тизими организмни атроф-муҳит билан боғлаб турувчи барча фаолиятида (хис-туйғу ва фикрлашда) иштирок этади ва ички органлар фаолиятини ҳам бошқаради.

Хис-туйғулар асосан марказий нерв системаси фаолиятига боғлиқ бўлиб, шу фаолиятларнинг меёрадаги функцияси бузилганда ёки асаб системасининг узок вақт давомида толиқиши натижасида асаб тизимининг қандайдир бир хасталиги юзага чиқади. Шунинг учун кўпчилик асаб касалликларини даволашда комплекс терапия сифатида асаб тизимини тинчлантирувчи моддалар (нейролептик, транквилизатор, антиденрессант таъсирга эга) ва биологик медиаторлар алмашинувига таъсир этувчи воситалар тавсия этилади. Бу мақсадда асаб тизимини тинчлантирувчи доривор ўсимлик ва уларнинг йиғмасида ажратилган ва тайёрланган фиточойлар ҳам кенг фойдаланилади.

Ушбу бўлимга келтирилган ўсимлик ва уларнинг йиғмаларида тайёрланган сувли ажратмалар психозларда, невроз, вахима, ич-ичидан

18

мсиқилишда ва бошқа депрессия ҳолатларини даволашда кенг қўлланилади.

5.Юрак қон- томир касалликларида қўлланадиган йиғмалар

Юрак қон - томир касалликларини келиб чиқиши турлича бўлиб, баъзилари асаб тизимини толиқиши, баъзилари атеросклероз оқибатида ва бошқа сабабларга кўра келиб чиққан бўлиши мумкин. Шунинг учун

бундай пайтда бемор албатта врачни назоратида бўлиши керак. Ушбу касалликларда кенг қўлланиладиган бир нечта таркибларга мисоллар келтирилди.

Ушбу бўлимда келтирилган сувли ажратмалар 1:10 нисбатда тайёрланади.

1. Лимонўт барги 2 қисм

Оддий бўймадарон ўти 3 қисм

Қора қоракат барги 3 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона хароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва хажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги лимон ўти эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дамлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

2. Япон софораси ғунчаси (гули) 4 қисм

Қалампир ялпиз барги 3 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона хароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади, хажми қайнатилган сув билан 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги қалампир ялпиз эфир мойларини сақлагани

учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дамлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. Врачнинг тавсияси билан кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин.

3. Япон софораси гунчаси (гули) 1 қисм

19

Дўлана гули 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва хажми қайнатилган сув билан 200 мл гача етказилади.

Дўлана гули сақлаган йиғмалар 12 ёшгача бўлган болаларга ва ҳомиладор аёлларга тавсия этилмайди.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

4. Лимон ўт барги 3 қисм

Оддий бўймадарон ўти 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва хажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги лимон ўти эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дамлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

5.Қалампир ялпиз барги 3 қисм

Доривор мойчечак гули 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, ҳона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги ўсимликлар эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дамлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

Ушбу бўлимда келтирилган йиғмалардан тайёрланган фиточойлар аллергияга мойил инсонларга, ўткир юрак хасталиги бор беморларга 20тавсия этилмайди. Таклиф қилинган фиточойларни истеъмол қилиш албатта врач кўригидан ўтганидан сўнг, унинг назорати остида бўлиши тавсия қилинади.

Юрак-қон томир касалликлари дунё бўйича энг кенг тарқалган касалликдир. Юрак-қон томир касалликларининг келиб чиқиши турлича бўлиб, уларнинг энг асосийлари: организмда модда алмашинувининг бузилиши билан боғлиқ артеросклероз касаллигини, марказий нерв системасида симпатик нерв толаларининг тонусини ошиб кетиши билан боғлиқ асаб тизимини толиқиши ва “ўткинчи тромбоцитлар агрегацияси”ни юзага келиши билан боғлиқ артерия томирларини ичида

ялиғланиш жараёнини ривожланиши ҳисобланади. Шунинг учун ҳам бундай касалликларга чалинган беморлар врач назорати остида бўлиши керак.

Ушбу касалликларни олдини олишда ёки уларни даволашда кардиотоник таъсирга эга препаратлар билан бир қаторда, организмда умумий модда алмашинувини нормаллаштирувчи, қон тизимида қоннинг қуйилишини олдини олувчи таъсирга эга ва асаб тизимини тинчлантирувчи таъсирларга эга ўсимликлардан ажратиб олинган ажратма ва шу ўсимликларнинг йиғмаси асосида тайёрланган фиточойларни тавсия этиш мумкин. Лекин ўткир юрак касаллигига чалинган беморларга ва фиточой таркибига кирган ўсимликларга нисбатан сезувчанлиги юқори, аллергияга мойил инсонларга юрак-қон томир касалликлари учун мўлжалланган фиточойларни врач маслаҳатисиз ичиш тавсия этилмайди.

6. Балғам кўчирувчи ва йўталга қарши фиточой ва йиғмалар таркиби

Юқори нафас йўлларининг касалликларида одатда дастлаб таркибида шиллиқ моддаларни сақловчи доривор ўсимликлар қўлланилади. Улардан тайёрланган қайнатма ва дамламалар яллиғланган нафас йўлларининг шиллиқ қаватига тинчлантирувчи таъсир қилади. Шундай ўсимликларга оққалдирмоқ ва гулхайрини мисол қилиш мумкин.

Яллиғланиш жараёни бронхларга етган бўлса, унда балғам кўчирувчи ўсимликлардан фойдаланилади. Масалан: фенхель, эвкалипт ва б. Баъзи ҳолларда бронхолитик хусусиятли воситалар керак бўлса, у ҳолда таркибида тоғрайхон, эфедра сақловчи дахлама ва қайнатмалар тавсия этилади.

Ушбу бўлимда келтирилган сувли ажратмалар 1:10 нисбатда тайёрланади.

1. Оққалдирмоқ барги 4 қисм

Зубтурум барги 3 қисм

21 Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади. Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

2. Гулхайри илдиз дамламаси 100 мл

Тайёрланиши: Гулхайри илдизидан сувли ажратма совуқ усулда, махсус кўрсатма бўлмаса, 1:20 нисбатда тайёрланади, яъни 100 мл сувли ажратма олиш учун 5г майдаланган хом ашёдан фойдаланилади. Аммо бу ажратмани олишда майдаланган хом ашё ва сув учун сарф коэффицентини инобатга олиш керак. Бунинг учун 6,5 г (сарф коэффицентини инобатга олган ҳолда) майдаланган хом ашё устига 130 мл хона ҳароратидаги тозаланган сув (1:20 нисбатда, сарф коэффицентини инобатга олган ҳолда) солиниб, хона ҳароратида 30 дақиқа аралаштирилиб турган ҳолатда қолдирилади. Ушбу муддат ўтганидан сўнг, 2 қават дока орқали сиқилмай сузиб олинади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

3. Доривор мармарак (маврак) барги 1 қисм

Кийик ўти 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб

турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва хажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги ўсимликлар эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дахлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

4. Оққалдирмоқ барги 1 қисм

Кийик ўти 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва хажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги ўсимликлар эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дахлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

5. Майда гулли тоғрайхон дахламаси

10 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган ўсимлик ер устки қисмининг устига 220 мл қайнаб турган сув қуйилади ва 15-20 минут давомида хона ҳароратида дамланиб қўйилади. Тайёр бўлган дахламани икки қаватли докадан ўтказиб, илиқ ҳолида ичилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан

беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

Ушбу бўлимда келтирилган йиғмалардан тайёрланган фиточойлар аллергияга мойил инсонларга тавсия этилмайди. Таклиф қилинган фиточойларни истеъмол қилиш албатта врач кўригидан ўтганидан сўнг, унинг назорати остида бўлиши тавсия этилади.

Балғам кўчирувчи ва йўталга қарши фиточойлар асосан юқори нафас йўллариининг ялиғланиши билан кечадиган касалликларда қўлланилади.

Ушбу касалликлар асосан совуқ қотиш ва совуқ тушишига боғлиқ бўлгани учун “фасл касалликлари” ёки “фасл шамоллашиши” деб юритилади. Бунда касалликларда бурун, томоқ, ҳалқум, трахия ва бронхларнинг шиллиқ қаватини ялиғланиши қайд этилади. Бунда юқори нафас йўллариининг шиллиқ пардаларининг ялиғланиши билан бирга қон томирларини торайиши кузатилади. Натижада беморда тез-тез аксириш, бурундан сув оқиши, овозни ўзгариши, турли хил йўтал ва бошқа аломатлар юзага чиқади.

Даво сифатида ностероид ялиғланишга қарши препаратлар билан бирга йўталга қарши дори моддалари қўлланилади. Шунингдек юқори нафас йўллари шиллиқ қаватини безларини секрециясини оширувчи, балғамни сусайтирувчи ва уларни кўчишини енгиллаштирувчи ва нафас йўлидан осонроқ ўтишини юзага чиқарувчи ҳалқ табобатида кенг қўлланилиб келаётган доривор ўсимликлардан ва уларнинг йиғмаларидан ажратиб олинган сувли ажратмалар, фиточойлар ҳам кенг қўлланилади.

Лекин бу бўлимга киритилган ўсимлик ва улардан ажратиб олинган сувли ажратмаларни ўткир бронхиал астма касаллигида ва шу ўсимлик ва унинг ажратмаларига юқори сезувчанликга эга, ҳамда аллергияга мойил бўлган беморларга тавсия этилмайди.

7. Ошқозон касалликлари ва гастритда қўлланадиган йиғмалар

Бугунги кунда турли юмушлар билан банд инсон доим шошиб, вақт етишмовчилигини сезиб туради. Бундай пайтда тўғри овқатланишни унутиш натижасида турли хил ошқозон касалликлари келиб чиқиш эҳтимоли жуда юқори. Ҳозирги кунда атрофимиздаги кўплаб фаст-фудлар эса бу аҳволни янада чуқурлаштириб юбориши исботланган. Қуйида келтирилган таркиблар ошқозон касалликларида, уни яллиғланишида даволаш хусусиятига эга.

1. Фенхель меваси 2 қисм

Тубулғибаргли бўймадарон гули 2 қисм

Оддий бўймадарон ўти 4 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва хажми 200 мл гача етказилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

2. Оддий бўймадарон ўти 4 қисм

Доривор мойчечак гули 2 қисм

Қора қорақат барги 2 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва хажми 200 мл гача етказилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан

беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

3. Лимонўт барги 1 қисм

Жағ-жағ ўти 1 қисм

Кийик ўти 1 қисм

Доривор мойчечак гули 1 қисм

24Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, ҳона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу йиғма таркибидаги кийик ўти ва лимон ўти эфир мойларини сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дахлама бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

4. Тубулғи баргли бўймадарон гули 4 қисм

Тирноқгул гули 2 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, ҳона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

5.Тубулғи баргли бўймадарон гули 4 қисм

Оққалдирмоқ барги 2 қисм

Маккажўхори оналик устунчаси билан оғизчаси 2 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади, ҳажми 200 мл га етказилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

6. Тешик далачай ўти дамламаси

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 10 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган ўт солиниб, устига 250 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 25қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 250 мл гача етказилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

7. Майда гулли тоғрайхон дамламаси

10 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган ўсимлик ер устки қисмининг устига 220 мл қайнаб турган сув қуйилади ва 15-20 минут давомида хона ҳароратида дамланиб қўйилади. Тайёр бўлган дамламани икки қаватли докадан ўтказиб, илиқ ҳолида ичилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш

мумкин).

8.Доривор мойчечак дамламаси

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 10 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган ўт солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Ушбу ўсимлик ўз таркибида эфир мойлари сақлагани учун, инфундир стаканининг қопқоғини маҳкам ёпилган ҳолатида тайёрланиб, дамба бутунлай совуганидан сўнг, сузилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

Ушбу бўлимда келтирилган йиғмалардан тайёрланган фито ичимликлар аллергияга мойил инсонларга тавсия этилмайди. Таклиф қилинган фитоchoйларни истеъмол қилиш албатта врач кўригидан ўтганидан сўнг, унинг назорати остида бўлиши керак.

Меъда ва ичак яра касалликлари ва гастрит ҳолатлари овқат ҳазм қилиш тизимида энг кўп тарқалган касалликлар қаторига киради. Бу касалликларни келиб чиқиши, тури, кўриниши ва кечимига кўра турли ҳолда юзага чиқиши мумкин. Шунга яраша меъда ва 12 бармоқ яра касаллигида ва гастритларда қўлланиладиган дори воситалари ҳам турличадир. Уларнинг аксарияти кимёвий синтез йўли билан олинган бўлиб, узоқ муддат қўлланилади. Натижада терапевтик ижобий таъсирлар билан бир қаторда турли хил ножўя таъсирлар ҳам юзага чиқиши мумкин.

Шунинг учун ҳам кейинги йилларда бу касалликларни даволашда фитопрепаратлардан фойдаланиш тиббиётга кенг кириб келмоқда.

Беморларни ҳалқ табobatiда қўлланиладиган доривор ўсимликлардан

26ажратиб олинган ва тайёрланган сувли ажратмалар ёки фиточойлар билан даволаш синтез йўли билан олинган препаратларга нисбатан анча хавфсиздир.

Бу касалликлар баҳор ва куз ойларида кўпроқ юзага чиқади. Натижада беморлар тинкаси қурийди, бемор озиб кетади, қувватсизланади ва турли ножўя таъсирлар юзага чиқади. Бунда меъда ва 12 бармоқ ичак яраларини даволаш учун гастропротектор препаратлар билан бирга доривор ўсимлик ва уларнинг йиғмаларидан фойдаланиш ўзига хос ижобий таъсирларга эгадир. Бунда ҳалқ табобатида қўлланилиб келинаётган антацид таъсирга эга ёки меъда муҳитини, ошқозон ширасини ажралишини сусайтирадиган ва меъда ичак ҳаракатини камайтирувчи ва яраларни ботишини тезлаштирадиган доривор ўсимликлар ва уларнинг йиғмаларидан тайёрланган фиточойларни қабул қилиш мақсадга мувофиқдир.

Бундай фиточойларни ўткир меъда ва 12 бармоқ ичак яраларида қўллаш врач маслаҳати остида бўлиши керак. Шунингдек бу ҳолатларда ишлатиладиган ўсимлик ва улардан олинган моддаларга нисбатан юқори сезувчанликка эга беморларга бу фиточойларни бериш тавсия этилмайди.

8.Буйрак ва пешоб йўллари касалликларида

қўлланиладиган йиғмалар

Буйрак ва пешоб чиқариш йўлларининг касалликларида доривор ўсимликлардан фойдаланиш, уларнинг пешоб ҳайдаш хусусияти билан белгиланади. Кўпинча шундай ўсимликлар таркибида эфир мойлари ва бошқа моддаларни сақлагани сабабли, улар нафақат пешоб ҳайдовчи, балки антимикроб таъсирга ҳам эга бўлади. Доривор ўсимликларнинг ушбу хусусияти туфайли уларнинг йиғмалари буйрак, ўт пуфагининг инфекцион яллиғланишларида кенг қўлланилади. Қуйида буйрак ва пешоб чиқариш йўлларининг яллиғланишида қўлланилиш мумкин бўлган бир нечта йиғмалар келтирилди.

Ушбу бўлимда келтирилган сувли ажратмалар 1:10 нисбатда тайёрланади.

1. Дала қирқбўғимининг ўти 2 қисм

Тубулғи баргли бўймадарон гули 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

27Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

2. Маймунжон барги 4 қисм

Оққалдирмоқ барги 1 қисм

Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 қаватли докадан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

3. Маккажўхори оналик устунчаси билан оғизчаси 2 қисм

Дала қирқбўғимининг ўти 1 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг,

хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 каватли докдан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

4. Қора қорақат барги 1 қисм

Икки уйли газанда барги 1 қисм

Дала қирқбўғимининг ўти 1 қисм

Маккажўхори оналик устунчаси билан оғизчаси 2 қисм

Тайёрланиши: Инфундир стаканига 20 г келтирилган талаблар бўйича майдаланган йиғма солиниб, устига 200 мл тозаланган сув қуйиб, қайнаб турган инфундир аппаратида 15 дақиқа дамлаб қўйилади. Сўнг, хона ҳароратида 45 дақиқа давомида совутилади. Тайёр дамламани 2 каватли докдан ўтказиб, қолдиқ сиқилади ва ҳажми 200 мл гача етказилади.

Кунига 1 маҳал $\frac{1}{4}$ стакандан қабул қилинади. (врачни тавсияси билан беморни ёши, ҳолатини инобатга олиб кўрсатмага ўзгартириш киритиш мумкин).

Ушбу бўлимда келтирилган йиғмалардан тайёрланган фито ичимликлар аллергияга мойил инсонларга ҳамда ўткир буйрак касаллигига чалинган беморларга тавсия этилмайди. Таклиф қилинган фиточойларни 28 истеъмол қилиш албатта врач кўригидан ўтганидан сўнг, унинг назорати остида бўлиши керак.

Маълумки, буйрак организмни ички муҳитини доимийлигини, сув-туз алмашинувини ва электролитларини бир меъёردа бўлишини юзага чиқишида муҳим ўрин тутади. Буйрак ва пешоб йўли фаолияти кўп жиҳатдан организмни ҳолатига, қабул қилинган сув миқдорига, юрак-қон

томир тизими ва жигарни физиологик ва патологик ҳолатига боғлиқдир.

Масалан, юракни ўткир ва сурункали касалликларида юрак фаолияти сусайиб боради, организмни, шу жумладан буйракни қон билан таъминлаш бузилади ва пешоб ажралиши камаяди, организмда сув йиғила бошлайди ва шишлар пайдо бўлади. Бу ҳолат жигар фаолияти бузилганида ҳам юзага чиқиши мумкин. Шундай ҳолларда буйрак фаолиятини тиклаш, пешоб ажралишини йўлга солиш мақсадида турли хил пешоб хайдовчи препаратлар берилади.

Пешоб хайдовчи препаратларнинг аксарияти кўпчилиги синтетик препаратлар бўлиб, уларни қўлланганда турли хил ножўя таъсирлар юзага чиқиши мумкин. Шунинг учун диуретик таъсирга эга ҳалқ табобатида қўлланган доривор ўсимликлар ва уларнинг йиғмаларида тайёрланган сувли ажратмалар ва фиточойлар ўзига хос аҳамиятга эгадир. Бу йўналишда қўлланиладиган доривор ўсимликлардан тайёрланган диуретик таъсирга эга фиточойлар нафақат пешоб хайдовчи, балки антимикроб таъсирга ҳам эгадир. Фиточойларнинг бундай хусусиятлари буйрак ва пешоб йўлининг турли инфекцион ялиғланишларидан ҳимоя қилишда қўл келади. Лекин бу мақсадда ишлатиладиган фиточойларни аллергияга мойиллиги бор инсонларга тавсия этилмайди.

29Илова 1

Услубий қўлланмада келтирилган ўсимликларнинг ўзбекча, русча ва лотинча номлари:

Андиз - Девясил– *Inula viscosa* (Dryand) Ait.

Аччиқ торон ўти – Горец перечный – *Polygonum hydropiper* L.

Аччиқ шувоқ - Полынь горькая – *Artemisia absinthium* L.

Беш бўлакли арслонқуйруқ –Пустырник пятилопастный - *Leonurus quinquelobatus*

Дала қирқбўғими Хвощ полевой– *Equisetum avence* L.

Доривор гулхайри Алтей лекарственный – *Althaea officinalis* L.

Доривор лимонўт Мелисса лекарственная – *Melissa officinalis* L.

Доривор мармарак Шалфей лекарственный - *Salvia officinalis* L.

Доривор мойчечак - Ромашка аптечная – *Chamomilla recutita*

Доривор укроп – Фенхель обыкновенный (укроп аптечный)*Foeniculum*
Vulgare Mill.

Доривор коки –Одуванчик лекарственный – *Taraxacum Officinale* Webb.

Дўлана – Боярышник *Crataegus* L.

Ер бағирлаган темиртикан ўти Якорцы стелющиеся –*Tribulus Terrestris*
L.

Жағ-жағ Пастушья сумка *Capsella Bursa – Pastoris* (L.) Med

Икки уйли газанда Крапива двудомная

Катта зубтурум – Подорожник – *Plantago mayor*

Кийикўт – Зизифора – *Ziziphora Pedicellata* Pazij

Майда гулли тоғрайхон Душица мелкоцветная– *Origanum tythanthum*
Gonsch.

Маккажўхори оналик устунчаси билан оғизчаси *Styli cum stigmata*
Maydes

Наъматок – Шиповник *Rosa* L.

Оддий бўймадарон Тысячелистник обыкновенный *Achillea*
millefolium L.

Оддий маймунжон - Малина обыкновенная - *Rubus idaeus* L.

Оққалдирмоқ - Мать-и-мачеха обыкновенная – *Tussilago Farfara* L.

Тешик далачай ўти(Оддий далачай) – июль-август

Тирноқгул – Ноготки лекарственные – *Calendula officinales* L.

Тубулғибаргли бўймадарон - Тысячелистник таволголистный – *Achillea*
filipendulina L.

Уч бўлакки қорақиз – Черёда трёхраздельная – *Bidens tripartite* L.

Шафтоли барг тарон – Горец почечуйный – *Polygonum persicaria* L.

Япон софораси- Софора японская – *Sophora japonica* L.

Қалампир ялпиз - Мята перечная – *Mentha Piperita*

Қора қорақат - Смородина чёрная - *Rebes Nigrum* L.

30

—

—

—

—

—

— —

— — *Urtica Dioica* L.

—

—

—

— — Илова 2

Услужбий қулланмада келтирилган ўсимликларнинг йиғиб олиш

мавсумий муддатлари

Андиз илдизи – апрель – май ёки август-сентябрь

Аччиқ торон ўти – июнь-август

Аччиқ шувок ўти– июнь-июль

Беш бўлаккли асрлонқуйруқ ўти - июнь-июль -август

Дала қирқбўғими ўти– июнь-июль

Доривор гулхайри илдизи– июль-август

Доривор лимонўт барги – июль-август

Доривор мармарак барги– июнь-июль

Доривор мойчечак гули – июнь-август

Доривор укроп меваси– июль-август

Доривор қоқи илдизи - март-апрель

Дўлана меваси – август-сентябрь

Ер бағирлаган темиртикан ўти- июнь-июль

Жағ-жағ ўти– апрель-май

Зубтурум барги– май-июль

Икки уйли газанда барги– июль-август

Катта зубтурум – май - сентябрь

Кийик ўти – июнь-июль

Майда гулли тоғрайхон ўти– июль-август

Маккажўхори оналик устунчаси билан оғизчаси - июль -август

Наъматак меваси– июль-август

Оддий бўймадарон ўти - июнь-август

Оддий маймунжон меваси– июль-август, барги –май-июнь

Оддий оққалдирмоқ барги – июнь-июль

Тешик далачай ўти(Оддий далачай) – июль-август

Тирноқгул – апрель - август

Тубулғибаргли бўймадарон гули- июнь-август

Уч бўлаккли қорақиз ўти- июль

Шафтоли барг тарон – июль-август

Япон софораси- июнь-июль

Қалампир ялпиз барги- июль

Қора қорақат меваси- июль – август, барги –май-июнь

31 ДОРИВОР ГУЛХАЙРИ

Маҳсулот сифатида илдизи ишлатилиб, у ўраб олувчи, балғам

кўчирувчи ҳамда яллиғланишга қарши восита сифатида, шунингдек,

болалар амалиётида юқори нафас йўллари касалликларида кенг

қўлланилади.

32 ДЎЛАНА

Маҳсулот сифатида гули ва мевасидан фойдаланилади. Юрак ва
кон босими касалликларида қўлланилади.

3334353637ОДДИЙ МАЙМУНЖОН

Маҳсулоти – меваси. Шамоллаганада тер ҳайдовчи восита
сифатида қўлланилади.

38ОҚҚАЛДИРМОҚ

Маҳсулоти – барги. Юмшатувчи, балғам кўчирувчи, яллиғланишга
қарши таъсири туфайли бронхит, ларингин ва ўпка касалликларида
ишлатилади.

394041ҚОҚИ ЎТ

Маҳсулоти – илдизи. Иштаҳа очувчи, овқат хазм қилдирувчи, ўт
ҳайдовчи хусусиятларига эга.

42КАТТА ЗУБТУРУМ

Маҳсулоти – барги. Яллиғланишга қарши, балғам кўчирувчи, меъда
ичак, ўн икки бармоқли ичакнинг касалликларида қўлланилади.

4344ДОРИВОР МОЙЧЕЧАК

Маҳсулоти – гули. Ичаклар спазмида, микробларга, аллергияга,
яллиғланишга қарши восита. Шунингдек, яраларни даволовчи сифатида
ичакмеъда ичак касалликларида қўлланилади

45ОДДИЙ БЎЙМАДАРОН

Маҳсулоти – ер устки қисми. Меъда ичак касалликларида
қўлланилиб, иштаҳа очувчи, кон тўхтатувчи хусусиятга эга.

46ФЕНХЕЛЬ

Маҳсулоти – меваси. Юқори нафас йўллари яллиғланишида балғам
кўчирувчи, ични юмшатувчи, ел ҳайдовчи, буйрак тош касалликларида
қўлланилади.

474849АЧЧИҚ ШУВОҚ

Маҳсулоти ер устки қисми. Иштаҳа очувчи ва меъда

касалликларида қўлланилади.

5051 Литература

1. В.И.Петров, А.А.Спасов. Российская энциклопедия биологически активных добавок.–М.:, Гэотар-Медиа, 2007. 25с.
2. Энциклопедия биологически активных добавок к пище. –М.: ООО «Издательство Новая Волна», 2003.-528с.
3. М.Б.Ингерлейб, Л.Н.Славгородская. Лечебные сборы трав. Настои, отвары, чай. М.: Омега-л, 2013.-273с
4. В.И.Глебов, В.Ф.Корсун . , Б.Г.Тувальбаев . . . Оздоровительные технологии при желудочных заболеваниях.–М.:МГОУ, 2013
5. Р.М.Шафин. Лекарственная плантация.М., 2012.-144с
6. А.Г.Курмуков, И.В.Белолипов. Дикорастущие лекарственные растения Узбекистана.–Ташкент;-Extremum press, 2012.-246с
7. С.Н.Турищев Современная фитотерапия.–М.; Гэотар, 2007.-445с