

# KATTA ZUBTURUM (*PLANTAGO MAJOR*)NING DORIVORLIK XUSUSIYATI

Abdunazarov Sherzod Xushboq o'g'li,

Termiz davlat muhandislik va agrotexnologiyalar universiteti magistranti.

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada zubturm o'simligini xalq tabobatida ahamiyati, paketdagi maydalangan barglar, filtr qoplarida maydalangan barglar, zubturm damlamasi, zubturm sharbati, zubturm ekstrakti, plantain malhami, yo'tal uchun zubturm siropi va boshqalar to'g'risida yozilgan.

**Kalit so'zlar:** gul, poya, boshqoq, mevasi, barg, urug', vitamin, karotin, moddalar, damlama, me'da-ichak, kasalliklar, yaralar, surgi.

**Аннотация.** В данной статье описывается значение растения подорожника в народной медицине, измельченные бузры в пакетах, измельченные листья в мешках-фильтрах, настой подорожника, сок подорожника, экстракт подорожника, мазь подорожника, сироп подорожника от кашля и другие.

**Ключевые слова:** цветок, стебель, колос, плод, лист, семя, витамин, каротин, вещества, настой, желудочно-кишечный тракт, болезни, раны, слабительное.

**Abstract.** This article discusses the importance of the yarrow plant in folk medicine. It includes crushed yarrow in a package, crushed leaves in filter bags, yarrow tincture, yarrow juice, yarrow extract, plantain ointment, yarrow syrup for cough, etc. **Keywords:** flower, stem, spike, fruit, leaf, seed, vitamin, carotene, substances, tincture, gastrointestinal tract, diseases, wounds, suppositories.

**Keywords:** flower, stem, ear, fruit, leaf, seed, vitamin, carotene, substances, infusion, gastrointestinal tract, diseases, wounds, laxative.

**Kirish.** O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 20-maydagi PQ-251-son Qarorida 2022 — 2026-yillarda Qoraqalpog'iston Respublikasi va viloyatlarda dorivor o'simliklar plantatsiyalarini barpo etish uchun yer maydonlarini ajratish topshirig'i berilgan.

Bugungi kunda dorivor o'simliklarga bo'lgan qiziqish tobora ortib bormoqda, butun dunyo pandemiyasida insonlar sog'lig'iga alohida e'tibor berishi, salomatlik sirlaridan xabardorligi ortishi, qarigan va surunkali kasalliklarga chalingan insonlar immun tizimini faollashtirish uchun tabiiy vositalarni afzal ko'rishi, tabiiy vositalarning mutloq zararsizligi va foydasi ushbu sohada ilmiy tadqiqotlarga investitsiyalar hajmining va halqaro bozorlardagi dorivor o'simliklarga bo'lgan talabning keskin ortishiga sabab bo'ldi.

Katta zubturm (*Plantago major*) zubturm doshlar oilasiga mansub 1-2 va ko'p yillik o'tlar turkumi. 260 tacha turi ma'lum. O'zbekistonda 6 turi uchraydi. 4 turidan dorivor o'simlik sifatida foydalaniladi.

Geografik tarqalishi Respublikamizning hamma tumanlarida yo'l yoqalarida, dalalarda, ekinzorlarda, o'tloqlarda, o'rmon chetlarida, ariq bo'ylarida hamda boshqa nam yerlarda o'sadi.

Zubturm ko'p yillik, kalta va yo'g'on ildizpoyali o't o'simlik. Ildizpoyasining yuqori tomonidan (yer ustida) uzun, qanotli bandli ildizoldi to'pbarglar, pastki tomonidan esa (yer osti) juda ko'p mayda ildizlar o'sib chiqqan bo'ladi. Ildizoldi to'pbarglari keng ellipsimon yoki keng tuxumsimon tekis qirrali va yirik bo'ladi. Gul o'qi bitta yoki bir nechta, tuksiz, bo'yi 10-45 sm. Guli mayda, ko'rimsiz. Gulkosachasi to'rt bo'lakka qirqilgan, gultojisi och qo'ng'ir rangli, to'rt bo'lakli, otaligi 4 ta, onalik tuguni ikki xonali uyda joylashgan. Mevasi- tuxumsimon, ko'p urug'li ko'sakcha. May-iyun oylarida gullaydi. Gullari poya va shoxlari uchida oddiy boshqoq hosil qiladi. Bargi va urug'i tarkibida S va K vitamin, karotin, shilimshiq oshlovchi va boshqa moddalar bor.

Barglari dorivor xom ashyo sifatida ishlatiladi. Kimyoviy

moddalar bilan yo'llar va korxonalardan uzoqda o'sganlari yozda pichoq bilan kesiladi. Keyin ular saralanadi, oqadigan suv bilan yuviladi va quyoshdan himoyalangan joyda quritiladi. Quritilgan barglar yana saralanadi, barcha quriganlari tashlanadi va 3 yildan ortiq bo'lmagan yog'och qutilarda yoki kanvas qoplarda saqlanadi. Plantain rasmiy dori sifatida tan olingan, shuning uchun uni dorixonada turli shakllarda sotib olish mumkin.

Paketdagi maydalangan barglar, filtr qoplarida maydalangan barglar, zubturm damlamasi, zubturm sharbati, zubturm ekstrakti, plantain malhami, yo'tal uchun zubturm siropi. Zubturm barglari vitaminlarga boy salatlar va bahor sho'rvalariga ham qo'shiladi. Kosmetologiyada uning shifobaxsh xususiyatlari akne, ajinlar, yog'li teri va kepekni yo'q qilish uchun ishlatiladi.

Akubin glikozidlari bilan bir qatorda zubturm barglari kaltsiy va magniy kabi mikroelementlarga boy, flavonoidlar va saponinlar, achchiq va taninlar, K va U vitaminlari, karotin va pektin, askorbin, limon va oleanolik kislotalarni o'z ichiga oladi. O'simlik tarkibidagi shilimshiq nafas yo'llarini himoya qiladi, shilimshiqni suyultiradi va yallig'lanishni yengillashtiradi. Pektin moddalari oshqozon yarasidan himoya qiladi, xolesterinni kamaytiradi va ba'zi hollarda qon bosimini pasaytiradi. Rasmiy tibbiyot oshqozon-ichak kasalliklarini davolash uchun zubturm urug'i va barglaridan foydalanadi. Keng ta'sir doirasi tufayli o'simlik ko'plab dori-darmonlarga, shuningdek, ko'p komponentli ko'krak qafasi va ekspektoran preparatlariga kiritilgan. Zubturm barglari ekstrakti asosida Plantaglucid preparati o'tkir va surunkali gastrit, oshqozon va o'n ikki barmoqli ichak yarusi, enterokolit, disbiyoz, rinit, bronxit, pnevmoniya va ko'k yo'talni davolash uchun ishlab chiqariladi. Tashqi tomondan qo'llanilganda, dermatit, yaralar, kesmalar, ko'karishlar, trofik yaralar, furunkullar, xo'pnozlar va kuyishlar uchun samarali bo'ladi. Plantain shuningdek, Gerbion va Eucabal o'tlari uchun yo'tal siropi va tiklovchi Evalar eliksiri tarkibiga kiradi. Gomeopatiyada yangi zubturm mohiyati mashhur Zubturm barglaridan foydalanish

Plantain antispazmodik, ogohlantiruvchi va ekspektoran sifatida ishlatiladi, shuning uchun oshqozon-ichak trakti va bronxlarning sekretor-motor funksiyasini rag'batlantirish uchun ko'plab o'simlik vositalariga kiritilgan. Zubturm barglarining qaynatmalari va infuziyalari tonik sifatida siydik pufagining yallig'lanishi, enurez va iktidarsizlik uchun ishlatiladi. Boshqa o'simliklar bilan aralashmalarda prostata adenomasi, erkaklar bepushtligi va

prostatitni davolash uchun ishlatiladi.

**Xulosa** qilib aytganda, Zubturm nafas yo'llarini himoya qiladi, shilimshiqni suyultiradi va yallig'lanishni yengillashtiradi. o'tkir va surunkali gastrit, oshqozon va o'n ikki barmoqli ichak yarasi, enterokolit, disbiyoz, rinit, bronxit, pnevmoniya va ko'k yo'talni davolash uchun ishlab chiqariladi. Shu sababli ushbu o'simlikni yurtimizda yetishtirishiga alohida e'tibor beriladi.

#### ADABIYOTLAR:

1. Мелибоева, Ш. Ш., Болтаев, М. М., & Шарипова, Э. М. (2021). Сравнительная Эффективность Препарата «Нодинорм» При Комплексном Лечении Фиброзно-Кистозной Мастопатии. *Central Asian Journal of Medical and Natural Science*, 114-119.
2. Мелибоева, Ш. Ш. К., Мусаева, Д. М., Шарипова, Э. М., & Болтаев, М. М. (2020). Ботаническая характеристика лекарственного растения «broccoli», фармакологические свойства и химический состав лекарственного растительного сырья «brassicaoleracea». *Вестник науки и образования*, (24-1 (102)), 98-102.
3. Болтаев, М. М., & Мелибоева, Ш. Ш. к., Джалилов, ФС, Юлдашева, ДХ, Джалилова, ФС, & Самадов, БШ (2022). Применение брокколи и ростков брокколи для различных профилактики и лечения. *Журнал химии товаров и народной медицины*, 1(4), 242-254.
4. O'zME. Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil
5. <https://uz.wikipedia.org/wiki/Zubturm>
6. <https://www.agro.uz/dorivor-osimliklar/>
7. <https://zamin.uz/uz/tibbiyot/42301-halq-tabobatida-yutalni-davolash-usullari>.