

ZIRAVOR DORIVOR O`SIMLIKLAR.

*Abdullayev Dilshodbek Ravshan o`gli,
Toshkent davlat agrar universiteti,
Dorivor o`simliklar kafedrası
1-bosqich talabasi,
Amanova Mavluda Mustafakulovna,
Toshkent davlat agrar universiteti,
Dorivor o`simliklar kafedrası dotsenti*

Annotatsiya. Ushbu maqolada ziravor o'simliklarning dorivorlik salohiyatini har tomonlama ko'rib chiqish, ularning turli xil farmakologik xususiyatlari va terapevtik qo'llanilishini ta'kidlash. Mavjud adabiyotlarni tahlil qilish orqali ushbu sharh turli xil ziravorlarning terapevtik ta'siri uchun mas'ul bo'lgan biokimyoviy tarkibiy qismlarni ochib beradi. Bundan tashqari, unda ziravorlar o'simliklaridan bioaktiv birikmalarni ajratib olish va tahlil qilishda qo'llaniladigan usullar hamda tadqiqotlardagi so'nggi yutuqlar muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: ziravor o'simliklar, dorivorlik xususiyatlar, farmakologik faoliyat, bioaktiv birikmalar, terapevtik qo'llanilishi.

Ziravorlar uzoq vaqtdan beri oziq-ovqatning ta'mi va xushbo'yligini oshirishi tufayli qadrlangan, ammo ularning dorivor xususiyatlari ham qadim zamonlardan beri tan olingan va ishlatilgan. Turli xalqlar ziravor o'simliklardan nafaqat oshpazlik ingredientlari, balki ko'plab kasalliklarni davolash vositasi sifatida ham ishlatishgan. Yallig'lanishda va stress bilan kurashishda, ovqat hazm qilish kasalliklarini bartaraf etishda ziravorlar boy fitokimyoviy tarkibi tufayli keng ko'lamlı farmakologik ta'sirga ega. So'nggi yillarda ziravor o'simliklarning dorivor salohiyatiga qiziqish qayta tiklandi, bu ilmiy tadqiqotlardagi yutuqlar va tabiiy dori-darmonlarni qadrlash bilan bog'liq. Ushbu sharh ziravor o'simliklarning dorivor xususiyatlari, ularning biokimyoviy tarkibiy qismlari, farmakologik faoliyati va terapevtik qo'llanilishini o'rganish haqida ma'lumot berishga qaratilgan.

Ziravor o'simliklarning dorivor xususiyatlari bilan bog'liq adabiyotlar keng va xilma-xil bo'lib, farmakologiya, Fitokimyoy va an'anaviy tibbiyot kabi turli fanlarning tadqiqotlarini o'z ichiga oladi. Ko'plab tadqiqot maqolalari, sharhlar va monografiyalar turli xil ziravorlar tarkibidagi bioaktiv birikmalar va ularning inson salomatligiga ta'siri haqidagi tushunchamizga hissa qo'shdi. Bunda asosiy ziravorlar zarchava (*Curcuma longa*), zanjabil (*Zingiber officinale*), dolchin (*Cinnamomum verum*) va sarimsoq (*Allium sativum*) yallig'lanishga qarshi, antioksidant, antimikrobik va saraton xususiyatlari, shu jumladan, ularning farmakologik faoliyati uchun o'rganilgan.

Ziravorlik xususiyatlari bilan mashhur bo'lgan ba'zi dorivor o'simliklar:

Zarchava (*Curcuma longa*): tarkibida yallig'lanishga qarshi va antioksidant xususiyatlarga ega curcumin mavjud. Bu artrit va ovqat hazm qilish organlari hamda turli kasalliklar uchun an'anaviy tibbiyotda ishlatiladi.

Zanjabil (*zingiber officinale*): ziravor sifatida keng ishlatiladigan zanjabil ham dorivor xususiyatlarga ega. U ko'ngil aynishini yengillashtirish, yallig'lanishni kamaytirish va ovqat hazm qilishga yordam berish xususiyati bilan mashhur.

Dolchin (*Cinnamomum verum*): ziravor sifatida ham, dorivor o't sifatida ham ishlatiladi, qondagi qand miqdorini nazorat qilish va yallig'lanishga qarshi ta'sirga ega.

Sarimsoq (*Allium sativum*): sarimsoq nafaqat mashhur ziravor, balki kuchli dorivor o'simlikdir. U mikroblarga qarshi xususiyatlarga ega va yurak salomatligi, immunitet funksiyasi va hatto saraton kasalligining oldini olish uchun foydali deb hisoblanadi.

Achchiq qalampir (*Capsicum annum*): tarkibida kapsaitsin bor, bu unga achchiq ta'mni beradi. Kapsaitsin og'riq qoldiruvchi xususiyatlari va vazn yo'qotish va qon aylanishini yaxshilash potentsiali uchun o'rganilgan.

Arpabodiyon (*Foeniculum vulgare*): arpabodiyon urug'lari ko'pincha ziravor sifatida ishlatiladi, shuningdek dorivor xususiyatlarga ega. Ular gaz va hazmsizlik kabi ovqat hazm qilish muammolarini yengillashtirish uchun ishlatiladi.

Ziravor o'simliklarning farmakologik faoliyati asosidagi mexanizmlar murakkab va ko'p faktorli. Ko'pgina bioaktiv birikmalar o'z ta'sirini yallig'lanish, oksidlovchi stress va hujayra proliferatsiyasida ishtirok etadigan signalizatsiya yo'llarini modulyatsiya qilish orqali amalga oshiradi. Misol uchun, Gingerol oshqozon-ichak traktidagi serotonin retseptorlarini modulyatsiya qilish orqali ko'ngil aynishiga qarshi ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, ziravor o'simliklar tarkibidagi bir nechta birikmalar o'rtasidagi sinergetik o'zaro ta'sirlar ularning umumiy samaradorligini va terapevtik salohiyatini oshirishi mumkin.

Xulosa va takliflar:

Xulosa qilib aytganda, ziravor o'simliklar boy fitokimyoviy tarkibi va xilma-xil farmakologik faoliyati tufayli muhim dorivor salohiyatga ega. Shu bilan birga, ularning terapevtik ta'siriga asoslangan ta'sir mexanizmlarini to'liq tushuntirish va ularning klinik qo'llanilishini optimallashtirish uchun qo'shimcha tadqiqotlar o'tkazish kerak. Kelajakdagi tadqiqotlar yangi bioaktiv birikmalarni aniqlashga, ularning farmakokinetikasi va farmakodinamikasini aniqlashga va klinik sinovlarni o'tkazishga qaratilishi kerak. Bundan tashqari, turli xil ziravor o'simliklardan terapevtik foydalanish uchun standartlashtirilgan ekstraktlar ishlab chiqishga harakat qilish kerak.

Adabiyotlar.

1. Isagaliyev, M., Abakumov, E., Turdaliev, A., Obidov, M., Khaydarov, M., Abdukhakimova, K., ... & Musaev, I. (2022). Capparis spinosa L. Cenopopulation and Biogeochemistry in South Uzbekistan. *Plants*, 11(13), 1628.
2. Haydarov, M., Yusupova, Z., Sayramov, F., & Rahmonova, O. (2022). Lamiaceae oila vakillarining biz bilgan va bilmagan dorivorlik xususiyatlari. *Science and innovation*, 1(D7), 89-94.
3. Хайдаров, М. М. (2022, November). Лабгулдошлар оила вакилларининг эфир мойига бой бўлган ба’зи турларининг морфологияси. In international scientific research conference (vol. 1, no. 8, pp. 16-20).
4. Haydarov, M., Sayramov, B., Rahmonova, O., & Eshnorova, J. (2022). Tarkibida monosiklik monoterpenlar bo ‘lgan efir moylar va dorivor o ‘simliklar. *Science and innovation*, 1(A7), 337-343.
5. Turdaliyev, A., Haydarov, M., Ne’Matova, D., & Aliyeva, M. (2022). Valeriana officinalis l o‘simligining dorivorlik xususiyatlari. *Science and innovation*, 1(D7), 468-472.
6. Haydarov, M., & Sayramov, F. (2022). Лабгулдошлар оила вакилларининг тиббиётда қўланилиши ва кимёвий таркиби. *Science and innovation*, 1(D8), 262-270.