

**MAVZU: YURAK QON TOMIR KASALIKLARIDA QO'LLANILADIGAN
DORIVOR O'SIMLIKLAR**

O'zganova Matlubaxon To'lanovna

*Xo'jaobod Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi
Farmakologiya va retseptura fani o'qituvchisi.*

Yurak uchun o'tlar - qaysi o'simliklar eng samarali hisoblanadi?



Fitoterapistlar arsenalida yurak muammolari bo'lgan odamlarga zarur bo'lgan bir qator muhim xususiyatlarga ega turli xil o'simliklar mavjud. Dorilar dori-darmonlarni davolashda, shuningdek, oldini olishda qo'shimcha texnik sifatida tavsiya etiladi.

Yurak va qon tomirlari uchun foydali o'simliklar

Ko'pgina dorivor o'simliklarda ko'p miqdorda vitaminlar, minerallar, efir moylari, kislotalar va boshqa oziq moddalar mavjud. Shuning uchun ular turli kasalliklarni davolashda yordam beradigan bir qator xususiyatlarga ega va ular ham profilaktika sifatida qo'llaniladi. Yurak uchun shifobahsh o'tlar quyidagi harakatlar ro'yxatiga ega:

1. **Quvvat** . O'simliklar ozuqa moddalarining va kislorodning yurak mushagi oqimini yaxshilaydi, bu o'z ishiga ijobiy ta'sir qiladi.

2. **Quvvatlash** . Yurak uchun o'tlar sog'liq uchun muhim bo'lgan spazmolitik va vazodilatator ta'sirga ega. Masalan, qizilmiyaning, yong'oqning va parsnipning misoli.

3. **Qon bosimi pasaygan** . Qon bosimini kamaytirishga yordam beradigan antihipertensiv ta'sirga ega bo'lgan o'simliklar mavjud, ammo bu muammoning rivojlanishining dastlabki bosqichlarida. Ushbu ish bilan spazmolitik, hipotansif va tinchlantiruvchi xususiyatlarga ega o'tlar mukammal tarzda boshqariladi. Bu guruhga qora tog ' , qum, sariq va oq shirin yonca va botqoq cho'chqa kiradi.

4. **Tinchlaning** . Ko'p kasalliklar ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolar bilan birga keladi. Psiko-sedativ ta'sirga ega bo'lgan yurak uchun o'tlar, masalan, melissa, romashka yoki pushti o'simligi mavjud. Bu muammolarni stress yordamida tetiklasa, tavsiya qiling.

5. **Arteriyalarni kuchaytirish** . Yurak mushaklarining mustahkamlanishi uchun antistlerotik ta'sirli o'simliklardan foydalanish tavsiya etiladi. U karaxt, o'lik, yara va katta dulavon bor.



Yurakni o'tlar bilan davolash

Fitoterapiya yurak-qon tomir tizimining turli kasalliklariga chidamli ko'plab o'simliklardan foydalanadi. Turli xil bulyonlar va tinctures tayyorlash uchun ishlatiladi. Ba'zilarida allergiya bo'lishi mumkinligini hisobga olish kerak, shuning uchun minimal dozalar bilan boshlang. Bunga qo'shimcha ravishda, belgilangan nisbatlarga rioya qilish kerak, chunki yon ta'sirlar paydo bo'lishi mumkin. Qanday o'simliklar yurakni davolashga qiziqqan kishilar uchun foydali va tez-tez ishlatiladigan o'simliklar asosiy xususiyatlari bilan tasavvur qiling.

1. **Yong'ir** . U qon tomirlarini kengaytiradi, bu esa yurak mushagining tonishiga yordam beradi, chunki kislorod oqimi oshadi. Hawthorn beat chastotasini stabillashtiradi va ritmni boshqaradi.

2. **Yong'oq** . Anjina bilan yordam beradi va yurak-qon tomir tizimida qon aylanishini yaxshilaydi.

3. **Uat ekiladi** . Yurak mushaklaridagi metabolik jarayonlarni tartibga solishga yordam beradi.

4. **Rhododendron oltin** . Nafas qisqartirishni va yurak urishlarini qisqartiradi, shuningdek, shishlarni yo'q qiladi.

5. **Asparagus officinalis** . Ildiz va asirlar shish va aritmiya bilan yordam beradi.

6. **Xushbaxt odatiy** . U yurak faoliyatini rag'batlantirish, shish va aritmiyani bartaraf etishda ishlatiladi.

7. **Qushlarning o'rni** . Tonik va tinchlantiruvchi ta'sirga ega.

Yurakning aritmi bilan o'tlar

Ko'pchilik ritm buzilishi va yurak urishi kasalliklariga uchraydi. "Aritmiya" atamasi rivojlanishning sabablari va mexanizmida farq qiluvchi ko'plab kasalliklarni nazarda tutadi. Ular o'simtani atriyal fibrilatsiyaga va boshqa anomaliyalarga yordam beradi, ular yurak urishining tiklanishiga, qon aylanishini yaxshilashga va qon bosimini normallashtirishga yordam beradi. Foydalanish zarnovets, lyubovok, binafsha tri-rang, pansies, adonis bahor, rue, maydanoz, tutunli va do'ldan tavsiya etiladi.

Gipertenziya va yurak kasalliklari uchun o'tlar

Eng yaxshi natijalarni berganida kasallikning dastlabki bosqichlarida fitoterapiyadan foydalanish tavsiya etiladi. Vaziyat og'irlashganda, xalq himoyasi shifokor tomonidan ko'rsatiladigan dori-darmonlarni qabul qilish samaradorligini oshiradigan qo'shimcha texnik bo'lishi mumkin. Qaysi o'simliklar bosimni pasaytirishi va qalbni kuchaytirishi haqida gap ketganda, kuchli gipotenziv ta'sir ko'rsatadigan o'simliklar: yong'oq, adonis, momvort, barg va gullar, dukkakli o'simliklar, yovvoyi o'simliklar va oreganolarni nazarda tutish kerak. Kalendula, lindan, romashka va valerian ildiz.

Ishemik yurak kasalliklarida o'tlar

IHD - koronar arteriya kasalligi va ishemiya kuzatiladigan kasallik. Kasallik shifobaxsh shifokorlar tomonidan tayinlangan dorilarning samaradorligini oshiradi. Yurak uchun eng samarali o'simlik shifokor bilan birgalikda tanlanadi, chunki har bir holat individualdir. Fitoterapiya asabiy taranglikni bartaraf qiladi va tananing ishini normallantiradi. Sakinleşici va sedatif ta'sir linden, oregano, motherwort, melissa va shirin yonca hisoblanadi. Ishemik kasallik profilaktikasi uchun tomchilatib yuborish, bit va mayizdan foydalanish tavsiya etiladi.

Yurakning taşikardiyasidan o'tlar

Ushbu kasallikni davolashda kompleks yondashuvni qo'llash kerak, ya'ni shifokorning ruxsatisiz dori-darmonlardan tashqari siz va xalq davolanish usullarini qo'llashingiz mumkin. Qanday turdagi o'tlarni chinakamiga ko'maklashishini bilish uchun kasallikning qaytishini oldini olish uchun profilaktik yordamni amalga oshirish

mumkin. O'ng o'simliklarni tanlasangiz, minerallar va glikozidlarni osongina hazm bo'ladigan tarzda olishingiz mumkin. Taxikardiya bilan samarali: homila, melissa, yalpiz, valerian va do'lana.

Angina pektorisidagi o'simliklar

Ishemik kasallik tufayli, odam jiddiy jismoniy kuch va hissiy tajribalar bilan namoyon bo'lgan ko'krakdagi qattiq og'riqni his qiladi. Og'riqni yo'qotish va holatni yaxshilash uchun yurak sog'ligi uchun maxsus o't bilan bo'lishi mumkin. Xalq muolajalari dori emas va ular faqat yordamchi davolash usuli sifatida foydalanish mumkin. Angina pektoris bunday o'simliklar uchun yordam beradi: quritilgan bug'doy uni, limon qulupnay, kekik va valerian ildiz.

Yurakning bradikardiyasi bo'lgan o'tlar

Ushbu turdagi aritmiyalarda yurak urish tezligi daqiqada 60 martadan kamroqqa kamayadi. Shuni e'tiborga olish kerakki, agar o'qishlar 40 yoshga kirsam, shoshilinch tezyordamni chaqirish kerak. Yurakni davolashda o'tlar: yarrow, qarag'ay filiallari, do'lana, jigarrang qichitqi o'ti va qushqo'nmas o'ljalari. Ular zaharlanish oqibatida zaharlangan bradikardiyada kontrendikedir. Xalqqa qarshi vositalar shifokorning ruxsati bilan va faqat shifokor tomonidan tayinlangan davolanishdan keyin qo'llanilishi kerak.



Qaysi o'tlar yurak uchun zararli?

Odamlar nafaqat foydali, balki zarar etkazishi mumkin, shuning uchun mavjud kontrendikatsiyalarni hisobga olish muhimdir. Yurak-qon tomir tizimining kasalliklarida ishlatib bo'lmaydigan o'tlar mavjud, chunki vaziyat yomonlashishi

mumkin, shuning uchun taqiqlangan o'simliklar hisobga olinib, yurakni o'simliklar bilan davolash. Har bir alohida holatda quyidagi ro'yxat kengaytirilishi mumkin, shuning uchun oldindan shifokor bilan maslahatlashuv yaxshiroq.

1. **Immortal** . Qon bosimini oshiradi, shuning uchun hipertansif bemorlar olinmaydi.

2. **Sent-Joni vinolari** . Zaharli o'simlik tomirlarning lümeninin daralmasına va bosimni oshiradi.

3. **Vodiy janubida may** . Jiddiy yurak-qon tomirlari, endokardit va boshqa jiddiy muammolarga qarama-qarshi.

4. **Schisandra chinese** . U asabiy quvnoqlik, uyqusizlik, qon bosimi va yurak xurujlari uchun foydalanilmaydi.

5. **Leuzea aspir** . Faqatgina shifokor bu o'simlikni buyurishi mumkin, chunki noto'g'ri qo'llanilsa, jiddiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Bunday o'simtani yurak uchun ko'proq bosim va ko'z fundus kasalliklari bilan ishlatish taqiqlanadi.

Asosiy adabiyotlar

1. M.N.Maxsumov, M.M.Malikov “Farmakologiya”. Toshkent., 2006y.
2. M.N.Maxsumov, X.X.Xolmatov “Fitoterapiya farmakologiya asoslari bilan birga”. Toshkent., 2003y.
3. B.A.Samura, L.T.Malaya “Fitoterapiya v klinike vnutrennix bolezney”. Xarkov. 2003.
4. M.D.Mashkovskiy “Lekarstvennyye sredstva” (1–2 tom). Moskva. 2004y.

Internet saytlari:

1. <http://www>.
2. ziyonet.uz/http://www.
3. [lex.uz/ httpwww.google.com/](http://lex.uz/httpwww.google.com/)