

ZA'FARON O'SIMLIGI VA UNING XALQ XO'JALIGIDAGI AHAMIYATI

Malikova Ayzada Raxmatovna,

Utayeva Tulg'anoy

Navoiy davlat universiteti

ANNOTATSIYA

Za'faron xalq tabobatida bebaho dorivor va xushbo'y ziravorli giyoh hisoblanib, o'simlikning inson salomatligi uchun foydali xususiyatlari qadimdan ma'lum bo'lib, undan foydalanib kelingan. Hozirgi kungacha o'simlikning shifobaxsh xususiyatlari va ularni ishlatish usullari to'g'risida ma'lumot ilm fan olamida o'rganilib, ko'paytirilib xalq iste'moliga tavsiya etilmoqda.

Kalit so'zlar: za'faron, giyoh, gulchangchi, nafasni ravonlashtiradi, dorivor, tabobat, foydali, za'faron yog'i.

АННОТАЦИЯ

Шафран считается бесценной лекарственной и ароматической травой в народной медицине, полезные свойства растения для здоровья человека известны и используются с давних времен. До сих пор информация о целебных свойствах растения и способах их применения изучена в мировой науке, приумножена и рекомендована для всеобщего пользования.

Ключевые слова: шафран, бархатцы, опылитель, освежитель дыхания, лекарственное, целебное, полезное, шафрановое масло.

ABSTRACT

Saffron is considered an invaluable medicinal and aromatic herb in folk medicine; the beneficial properties of the plant for human health are known and used since ancient times. Until now, information about the healing properties of the plant and methods of their use has been studied in world science, multiplied and recommended for general use.

Key words: saffron, marigolds, pollinator, breath freshener, medicinal, healing, healthy, saffron oil.

KIRISH

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 xalqaro bozorlardagi dorivor o'simliklarga bo'lgan talabning keskin ortishiga sabab bo'ldi.

Jumladan, 2020-yilda dunyo mamlakatlarida dorivor o‘simliklar asosidagi vositalar aylanmasi 100,9 mlrd dollarni tashkil etgan bo‘lsa, yillik o‘shish 7,2 % dan iborat bo‘lgan. O‘zbekiston tabiiy va geografik jihatdan dorivor o‘simliklarga boy hudud hisoblanib, respublikada tabiiy holda mavjud 4500 turga yaqin yuksak o‘simliklarning 1200 ga yaqini dorivorlik xususiyatiga ega.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Mamlakatimizda so‘nggi yillarda dorivor va ziravor o‘simliklarni rivojlantirishga, xususan tabiiy boyliklardan samarali va unumli foydalanishga katta ahamiyat berilmoqda. Jumladan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 10-apreldagi “Yovvoyi holda o‘sovchi dorivor o‘simliklarni muxofaza qilish, madaniy holda yetishtirish, qayta ishlash va mavjud resurslardan oqilona foydalanish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-4670-son qarori sohani tubdan rivojlanishining huquqiy asoslarini yaratib berdi. Ushbu qarordagi vazifalarni amalga oshirish natijasida dorivor o‘simliklarni nafaqat tabiatda yovvoyi holda terib olish, balki madaniy holda plantatsiya usulida ko‘paytirish va qayta ishlashni tashkil etish bilan shug‘ullanuvchi fermerlar va tadbirkorlar soni kundan kun ortib bormoqda.

Shunday o‘simliklardan dorivorlik hamda ziravorlik xususiyatiga ega bo‘lgan oziq-ovqat, farmatsevtika va parfyumeriya sanoati uchun qimmatbaho xomashyo hisoblangan “ziravorlar sulтони” nomi bilan mashhur bo‘lgan o‘simlik – za‘faron bugungi kunda dunyodagi eng qimmat o‘simlik hisoblanadi. Za‘faron O‘rta yer dengizi, Yaqin Sharq, Markaziy va Janubiy Osiyo davlatlarida, jumladan Eron, Hindiston, Turkiya, Gretsiya, Italiya, Pokiston, AQSH, Ozarbayjon, Rossiya, shuningdek, bugungi kunda O‘zbekiston hududlarida ham katta plantatsiyalarda yetishtirilmoqda.

Ekma za‘faron (*Crocus sativus* – za‘faron posevnoy)ning gulchangchi (rlsa)si asosiy xomashyo hisoblanib, tibbiyotda dori-darmon vositasi sifatida, oziq-ovqat sanoatida turli xil mahsulotlarga rang, hid va ta‘m beruvchi ziravor sifatida foydalaniladi. Za‘faron o‘simligi qadimdan dorivor vosita sifatida xalq tabobatida ishlatilgan(1-rasm).



1-rasm. Ekma za‘faron (Crocus sativus)

Za‘faron xalq tabobatida bebaho dorivor va xushbo‘y ziravorli giyoh hisoblanib, za‘faron o‘simligining inson salomatligi uchun foydali xususiyatlarini sharq mutafakkir olimlari Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali ibn Sino o‘z asarlarida ishlatish uslublarini ko‘rsatib o‘tganlar .

Abu Ali ibn Sino «Al-qonun» asarida 900 ga yaqin o‘simlikning shifobaxsh xususiyatlari va ularni ishlatish usullari to‘g‘risida ma‘lumot berib, za‘farondan 100 dan ortiq kasalliklarni davolashda foydalanilishini qayd etgan. Abu Ali ibn Sinoning ma‘lumotlariga ko‘ra, za‘faron burishtiruvchi va erituvchi xususiyatga ega bo‘lishi bilan bir qatorda burishtirish va yelimlash hamda yetiltiruvchi xususiyati ham bor. Issiqligi mo‘tadil bo‘lganligi uchun tomirdagi har xil tiqilmalar yoki tromblarni davolashda foydalaniladi. Ichki a‘zolarini kuchaytiradi, tana terisi rangini chiroyli, ko‘zni ravshan qiladi va yurak faoliyatini kuchaytiradi. Shuningdek, balg‘am ko‘chishini osonlashtirib, nafas a‘zolarining faoliyatini maromga soladi. Za‘faron o‘simligi, aniqrog‘i uning gulchangchilari damlab ichilganda tana terisini silliqlashtiradi, terida qizillik paydo qilish xususiyatiga ega bo‘lib, chiroyni ochadi, shish va jarohat izlarini silliqlashtiradi.

NATIJARLAR

Ko‘z a‘zolariga ijobiy ta‘sir etadi, ko‘zning ko‘rish qobiliyatini oshiradi, ko‘zdan oqadigan har xil ajralmalarni to‘xtatadi. Yurak quvvatini oshiradi, zotiljam xastaligida bemorga hidlatilsa tinchlantiradi va uxlatadi. Ayniqsa, za‘faron yog‘i nafas yo‘llarini tozalaydi, nafasni ravonlashtiradi va nafas a‘zolari faoliyatini kuchaytiradi. Jigar va oshqozonning quvvatini kuchaytiradi. Jolinus (Galen)ning fikricha, za‘faron o‘simligining harorati uning xususiyatiga ko‘ra kuchliroq bo‘lib, yog‘i qizitish xususiyatiga ega.

Za‘faron organizmdagi barcha tabiiylikni saqlab qoladi va zaiflikning oldini oladi. Ichki a‘zolar quvvatini oshiradi. Agar za‘faron me‘yoridan ortiq iste‘mol qilinsa, bosh og‘rig‘i paydo qiladi, uyquni keltiradi, sezishni susaytiradi yoki

ko'ngilni aynitadi. Shuningdek: – qaynatmasi qon bosimini tushiradi; – katta dozasi bachadonni qo'zg'atadi yoki kichik dozasi qisqartiradi – issiq mijozli insonlar ko'p ishlatsa bosh og'irlashadi.

O'simlikning suvli eritmasi tinchlantiruvchi, og'riq qoldiruvchi, ich ketish, siydik haydovchi antispazmatik, antiseptik xususiyatga ega, bundan tashqari, jigar, oshqozon hamda yurak xastalıkları kasalliklarida keng qo'llaniladi. Za'faron eritmasi stenokardiya, yurak funksional kasalliklarida, qon kasalliklarida (leykemiya), jinsiy a'zolar funksiyasini kuchaytiruvchi vosita sifatida qo'llaniladi (2-rasm) .



2-rasm. Ekma za'faron qaynatmasi.

Za'faron o'simligi tarkibida, karotinoidlar (krotsin, pikrorkrotsin), flavonoidlar, efir moylari (za'faronal), V, V2 vitaminlari, yog', azotli moddalar, qandlar, kaliy va kalsiy birikmalari mavjud. Rasmiy tibbiyotda za'faronning engil tetiklashtiruvchi, ayollar hayz jarayonlarini mo'tadillashtiruvchi, tug'ruqdan keyingi og'riqni qoldiruvchi, gepatit, qonli ich ketishining oldini olishda va undan tayyorlangan surtma esa tuxumdon shamollashi, gemorroy, tomir tizimining tortishish kasalliklarida, ko'z kasalliklarida qo'llaniladi.

Ushbu o'simlikni kimyoviy va farmatsevtik xususiyatlari borasida keyingi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqot natijasida o'simlikning urug'chisi tarkibida saraton kasalliklarida qo'llash mumkin bo'lgan moddalar mavjudligi. Za'faron oziq-ovqat mahsulotlarini tayyorlashda qadimdan ishlatilib kelingan. O'simlikning gul ustunchalarida 50 foizdan ortiq bo'yovchi modda krotsin yoki polixroit, 2,7 foiz yog', 0,32 foiz efir moyi, shuningdek, V, V2 vitaminlari, azotli moddalar, qandlar, kaliy va kaltsiy birikmalari mavjudligi sababli, u qo'shilgan oziq-ovqat mahsulotlari bir necha kun o'z sifatini yo'qotmaydi. Za'faron tarkibi jihatidan shunisi bilan xarakterliki, uning ozgina miqdori, ya'ni 6-7 tomchisi (spirtdagi eritmasi) 1 litr yoki 1 kg ozuqaga rang, ta'm berish xususiyatiga ega. O'simlik o'ziga xos xushbo'y hidga ega bo'lganligi, taomga yorqin rang va ta'm berganligi sababli ularni tayyorlashda tabiiy yoki rasmiy ravishda foydalanilgan.

Qandolat mahsulotlari pechene, keks, pirog, turli bulochka, turli kremlar, muzqaymoq tayyorlashda keng qo'llaniladi. Shuningdek, saryog', pishloqlarga rang

berishda, salqinlantiruvchi ichimliklarga xushbo'ylik berishda, hatto choy hamda kofeni sifatli va xushxo'r qilishda ham ishlatiladi.

Za'faron dan bebaho dori-darmon retseptlari:

Jigar faoliyatini me'yoriga keltirish va uni davolash maqsadida za'faron un kabi yanchilib, maydalanadi va ovqatlangandan 20 minut o'tkazib iste'mol qilinadi. Uslubi: choy qoshig'i uchidan til bilan yalab iste'mol qilinadi.

Yurak, buyrak, jigar kasalliklarini davolashda, konyunktivit, keratit va yiringli jarohatlarni davolashda za'faronning suvdagi aralashmasidan foydalaniladi. Buning uchun bir choy qoshig'i za'faron tolalari ustidan qaynab turgan bir stakan suv quyiladi, 20 daqiqa tindiradi, 3 qavat dokadan o'tkazib, sovutiladi va kuniga uch mahal ovqatdan oldin 15 gramdan ichiladi yoki bu suvga doka ho'llab jarohatga qo'yiladi.

Tomirlar xastalıkları, kataraktada, glaukomada, yurak qon tomir kasalliklarida va oshqozon-ichak kasalliklarini davolashda, buyrak toshlarini maydalashda za'faronning quritib maydalangan va asalga aralashtirilgan tolalari til tagiga qo'yib shimib iste'mol qilinadi.

Za'faronni qaynoq sutga qo'shib ichish bosh miya to'qimalarining o'sishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bu xotirani yaxshilaydi, aqliy faoliyat va sezgi organlari faoliyatini yaxshilaydi.

Asablarni tinchlantirish va uyquni yaxshilash, shuningdek, peshob ajralishini yaxshilash uchun za'faron yog'ini iste'mol qilish yaxshi natija beradi.

Bosh og'rig'idan forig' bo'lish uchun za'faronning 3 dona tolasini olib, 3-4 tomchi eritilgan (топлённый) yog'ga aralashiramiz. Yaxshilab aralashtirib burun kataklari ustidan surtamiz, qolganini burun ichiga tortamiz.

Ichki qon ketishini davolashda. Bir choy qoshiq zarchavani 6-7 ta za'faron tolasi bilan aralashtirib, aralashmani qaynoq sutga solib ichamiz.

Jigar xastaliklarini va qonga oid kasalliklarni davolash maqsadida 10 dona mayiz, 3 ta tola za'faron va oqar suvdan olib tindirilgan 100 g suvdan foydalanamiz. Bu aralashmani 8-9 soat davomida tindiriladi. Bir yarim oy davomida har safar mazkur yo'sinda yangi tayyorlanib tindirilgan aralashmani ichiladi.

Ko'zni davolash uchun maydalab un holiga keltirilgan 5 ta za'faron tolasini olib, shunga teng miqdorda atirgul suvi (gulob) aralashtirib, ko'zga surtiladi.

Buyrakdagi toshlarni tushirish uchun unday yanchilgan 50 ta za'faron tolasini 100 g toza tabiiy asal bilan aralashtiriladi. Bu aralashmani ovqatlanishdan oldin kuniga 2 mahal yarim desert (choy qoshiq emas!) qoshiqdan iste'mol qilinadi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda za‘faron o‘simligi turli hastaliklarga da‘vo, og‘riqlarni yengillashitiruvchi, tana va teri uchun ajoyib parvarishchi. Bugungi kunda za‘faron o‘simligiga bo‘lgan talabning ortishi uni ko‘plab hududlarda plantatsiyalarini yaratishga, yetkazib berish xizmatlari va qadoqlash, ishlov berish kabi jarayonlarni olib borishga undamoqda. Bu esa o‘z navbatida xalqimiz uchun tabiiy vositalardan foydalish, kimyoviy moddalar orqali zaharlanishni oldini olishga yordam berdi degan umiddamiz.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 10-apreldagi “Yovvoyi holda o‘sovchi dorivori o‘simliklarni muxofaza qilish, madaniy holda yetishtirish, qayta ishlash va mavjud resurslardan oqilona foydalanish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-4670-son qarori.
2. Ostonakulov, T., Alimardonov, O., Amanturdiev, I., & Shamsiev, A. (2021). Management of Agrophysical Soil Properties, Plant Growth and the Formation of a Potato Yield with Early and Double-yielding Culture by Optimizing Row Spacing and Maintenance Measures in Southern UZBEKISTAN. *Annals of the Romanian Society for Cell Biology*, 11907-11916.
3. Хужжиев, С. (2022). ФИТОРЕМЕДИАЦИЯ ПОЧВ, ЗАГРЯЗНЁННЫХ ТЯЖЁЛЫМИ МЕТАЛЛАМИ. *ЭКОЛОГИЯ (БИОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ)*.
4. Shomurodov, H. F., Saribaeva, S. U., Abduraimov, O. S., Khayitov, R. S., & Sayfullaev, A. F. (2021). The Current State of Iris Hippolyti’s (Vved.) Kamelin Population in Uzbekistan. *Annals of the Romanian Society for Cell Biology*, 6589-6597.
5. Sayfullayev, A. (2021). UZLUKSIZ TALIM VOSITASIDA EKOLOGIK MUAMMOLARNI HAL ETISH TEXNOLOGIYASI. *Uzluksiz talim*.
6. Sayfullayev, A. F. O. (2023). SHAHARLARNI KO‘KALAMZORLASHTIRISHDA KATALPA DARAXTINING AHAMIYATI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 3(4-2), 77-82.
7. www.byrdie.com.
8. <https://xalq.tabobati.uz/uy/2095/tabobat-dorixonasi/zafaron-ziravorlar-sultoni-va-sultonlar-ziravori/>