

УДК 547:664

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ И ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ПЛОДОВ АРБУЗА

Иброхим Рахмонович Аскарлов

Андижанский государственный университет, доктор химических наук,
профессор.

Муминджанов Мирджалол Мукимжон оглы

Андижанский государственный университет, доктор философии по химии
(PhD)

Атакулова Наргиза Бахтиёрджон кизи –

Андижанский государственный университет, преподаватель

nargizaatakulova256@gmail.com

АННОТАЦИЯ

Статье дана информация о химическом составе и лечебных свойствах арбуза. Вот правила ежедневного употребления арбуза и насколько организм может его восполнить.

Ключевые слова: арбуз, масло, липид, белок, железо, вода, калий, магний.

ANNOTATSIYA

Maqolada tarvuzning kimyoviy tarkibi va dorivor xususiyatlari haqida ma'lumot berilgan. Bu yerda tarvuzdan kundalik foydalanish qoidalari va organizm uni qanchalik to'ldirishi mumkin.

Kalit so'zlar: tarvuz, yog', lipid, oqsil, temir, suv, kaliy, magniy.

ABSTRACT

The state has information about the chemical composition and medicinal properties of watermelon. Here is the rule of daily consumption of watermelon and how much the body can fulfill the ego.

Keywords: watermelon, oil, fat, protein, jelly, water, potassium, magnesium.

ВВЕДЕНИЕ

Арбуз (Citrullus) - это семейство однолетних и многолетних травянистых растений, принадлежащих к семейству кабачковых. Родина - Африка (Египет). Его выращивают в Индии уже 3000 лет. Распространен в Индии, Америке, Европе, Китае, Турции, Иране, Японии и Австралии. В Средней Азии арбуз - вторая по величине бахчевая культура после дынь[1,2].

Фрукты - содержат 8,0-13,5% сухого вещества, 5,8-11% сахара (фруктоза; арбуз 3,2-5% сухого вещества, 1,2-3% сахара, 0,09 питательных веществ на 1 кг единицы), более 90% воды, различные витамины (В₁, В₂, РР) и минеральных солей, в семенах содержится 25-30% жира, фитиновая кислота. Арбуз - теплолюбивое, светолюбивое растение, засухоустойчивое, семена начинают прорасти при температуре почвы 14-16° (благоприятные условия 20°). Прорастает через 5-6 дней после посадки. Есть ранние, средние и поздние сорта арбуза. Раннеспелые сорта созревают за 80-90 дней, средние - за 90-100 дней, поздние - за 110-120 дней[1,3].

Кожица арбуза толстая (1,5 см), средняя (1,1,5 см), тонкая, твердая, мякоть мягкая, сочная, сочная, песочная, иногда волокнистая. Цвет мякоти красный, некоторые сорта малиновые[4].

Семена арбуза бывают белые, желтые, черные, красные, серые. Масса 1000 семян 40-120 г[5].

Арбуз - любимое летнее блюдо взрослых и детей. Однако не только мякоть арбуза, но и кожура, и даже семена могут съесть каждый[4].

В Китае семена арбуза так же популярны, как наши семечки подсолнечника или тыквы. И не зря, ведь они обладают глистогонным действием, способствуют оздоровлению сосудистой системы, укрепляют сердце. Четверть семян арбуза являются маслянистыми и в некоторых странах используются в пищу[1,5].

Арбузы значительно улучшают процесс пищеварения. Клетчатка плодов арбуза - отличный стимулятор полезной микрофлоры кишечника. Арбуз - щелочной продукт, нейтрализующий негативное воздействие яичной, мясной, хлебной и рыбной кислот[6].

Арбуз богат фолиевой кислотой, которая необходима для нормального функционирования каждого человека, так как она участвует в кроветворении, а также в синтезе аминокислот[7].

ОБСУЖДЕНИЕ.

Арбуз избавляет от негативных последствий медикаментозного лечения, а также обезболивания, его полезно употреблять после операций и после продолжительной болезни[4].

Химический состав плодов арбуза

Нутриент	Количество в 100 г фруктов	Суточная потребно сть	% Потребн ости на 100 г	100 ккал- это норма %	Потребности в 100 ккал
Калорийность	27 кКал	1684 кКал	1.6%	5.9%	6237 г
Белки	0.7 г	76 г	0.9%	3.3%	10857 г
Жиры	0.1 г	56 г	0.2%	0.7%	56000 г
Углеводы	5.8 г	219 г	2.6%	9.6%	3776 г
Пищевые волокна	0.4 г	20 г	2%	7.4%	5000 г
Вода	92.6 г	2273 г	4.1%	15.2%	2455 г
Витамин А	17 мкг	900 мкг	1.9%	7%	5294 г
Бета-каротин	0.1 мг	5 мг	2%	7.4%	5000 г
Витамин В ₁ , тиамин	0.04 мг	1.5 мг	2.7%	10%	3750 г
Витамин В ₂ , рибофлавин	0.06 мг	1.8 мг	3.3%	12.2%	3000 г
Витамин В ₅	0.221 мг	5 мг	4.4%	16.3%	2262 г
Витамин В ₆ , пиридоксин	0.09 мг	2 мг	4.5%	16.7%	2222 г
Витамин В ₉ , фолаты	8 мкг	400 мкг	2%	7.4%	5000 г
Витамин С, аскорбиновая кислота	7 мг	90 мг	7.8%	28.9%	1286 г
Калий, К	110 мг	2500 мг	4.4%	16.3%	2273 г
Кремний, Si	12 мг	30 мг	40%	148.1%	250 г

Магний, Мг	12 мг	400 мг	3%	11.1%	3333 г
Железо, Fe	1 мг	18 мг	5.6%	20.7%	1800 г
Кобальт, Со	2 мкг	10 мкг	20%	74.1%	500 г
Медь, Cu	42 мкг	1000 мкг	4.2%	15.6%	2381 г
Селен, Se	0.4 мкг	55 мкг	0.7%	2.6%	13750 г
Омега-3 жирные кислоты	0.019 г	0.9 - 3.7г	2.1%	7.8%	
Омега-6 жирные кислоты	0.05 г	4.7 - 16.8 г	1.1%	4.1%	

Фолиевая кислота в арбузе является стимулятором жирового обмена и обладает выраженным склеротическим действием. Действие фолиевой кислоты значительно усиливают витамины С, Р, холин. Арбуз в основном едят в сыром виде, что позволяет получить все ценные запасы фолиевой кислоты в отличие от других продуктов, подвергшихся термической обработке. Отвар из семян арбуза и свежей цедры арбуза обладает очень хорошим мочегонным действием. Кожу арбуза сушат и используют для приготовления таких рагу зимой[1,2,5,6,7].

Как арбуз, так и отвар из кожуры арбуза применяют при заболеваниях почек, сердца и сосудов, печени. Корень и семена арбуза используются при опухолях груди. Как упоминалось выше, семена арбуза содержат фолиевую кислоту, которая содержится в других овощах (картофель, цветная капуста и т. Д.), но все они приготовлены, а фолиевая кислота разрушается во время термической обработки. Это важно, потому что это связано с регуляцией кроветворения и многих биохимических процессов в организме. Поэтому арбуз используют в лечебных целях при анемии различного происхождения, заболеваниях крови и кроветворных органов, последствиях лучевой терапии.

При раке арбузный сахар - это продукт, богатый легкоусвояемыми фруктозой и глюкозой, макро- и микроэлементами.

Результаты и рекомендации. Арбузный сахар делают только из спелых сладких арбузов. Фруктовую массу измельчают, процеживают через сито или ситечко, процеживают через 2-х слойную марлю и ставят на огонь. Образовавшуюся при кипячении пену убирают, сок снова процеживают, затем

ставят на медленный огонь и упаривают, постоянно помешивая. Когда объем сока уменьшится в 5–6 раз, проверьте готовность сиропа по капле. Арбузный сахар хранят в банках, завернутых в чистую ткань или накрытых крышкой (не герметично). Фруктовый сок, и особенно сок арбуза, - прекрасное средство от жажды, особенно при лихорадке. В китайской медицине семена арбуза широко используются как средство укрепления здоровья[4,8,9]. Когда воспалились почки - измельчите сушеную кожуру арбуза, залейте 2 столовые ложки кипятка на 5 столовых ложек кипятка, закройте крышкой и дайте остыть. Пить по 0,5 стакана 4 раза в день[10].

При гельминтозах - семечки арбуза просушить в духовке, измельчить на мясорубке, смешать с молоком в соотношении 1:10. Пить 2-3 раза в день. Между приемами пищи хорошо выпивать по 2 стакана. Свежие семена арбуза измельчить, 100 г (5 столовых ложек) залить 1 литром холодной воды и довести до кипения. Довести до кипения 45 минут, затем помешивать во время фазы закипания и довести до кипения. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

При головной боли - привязанная ко лбу толстая корка арбуза. Боль возвращается и долго не беспокоит.

Когда камни скапливаются в мочевыводящих путях. 2 столовые ложки измельченной коры на 0,5 л воды, кипятить на слабом огне 5 минут, настаивать 2–3 часа. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

При сердечных заболеваниях. Отжать арбузный сок, добавить 2 яблочных сока (примерно равных). Пейте каждый день осенью.

При заболеваниях геморроя. На узлы наложить тампоны с арбузным соком. Хорошо останавливает кровотечение[1,2,11].

Варенье из кожуры арбуза

Из 1 кг коры - 1,3 кг, сахар, 9 стаканов воды и чайная ложка соды. С помощью картофелечистки срежьте зеленую кожицу с кожуры арбуза и промойте кожицу. Режем небольшими кубиками и протыкаем вилкой каждую часть. Соду растворить в стакане теплой воды. Выложите кубики в миску, чтобы получилось варенье, залейте их содовым раствором и еще пятью стаканами воды. Мы будем держать это четыре часа.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Мы знаем, что сегодня население мира страдает от различных заболеваний, вызванных различными заболеваниями в организме, такими как развитие новых болезней и недугов во время профилактики и лечения этого

заболевания или ослабление иммунной системы. Мы должны сделать правильный вывод из таких случаев, то есть более эффективно использовать природные средства при лечении болезней, используя меньше химикатов.

REFERENCES

1. Асқаров И.Р. Табобат қомуси. Мумтоз сўз. Тошкент – 2019. – 1590с.
2. Асқаров И.Р. Сирли табобат. – Т: Фан ва технологиялар нашриёт-матбаа уйи. 2021. – 1084с.
3. Остонакулов Т.Э., Сабзавот экинлари биологияси ва ўстириш технологияси, Т., 1997;
4. Пивоваров В.Ф., Аромов М.Х., Турдикулов Б.Х. и др., Овощные и бахчие культуры в Узбекистане, М., 2001.
5. Fila, W.A., Ifam, E.H, Johnson, J.T, Odey, M.O., Effiong, E.E., Dasofunjo, K., and Ambo, E.E (2013). Comparative proximate compositions of watermelon *Citrullus Lanatus*, Squash *cucurbita pepo*'1 and Rambutan, *Nephelium Lappaceun*. *International Journal of Science and Technology*, 2(1), 81-88.
6. Johnson J.T., Iwang E.U., Hemen J.T., Odey, M.O., Effiong, E.E., and Eteng, O.E, (2012). Evaluation of anti-nutritional content of watermelon *Citrullus lanatus*. *Annals of Biological Research*, 3(11), 5145-5150
7. Kobyas, M., Demirbas, E., Senturk, E., and Ince, M. (2005). Adsorption of heavy metal ions from aqueous solutions by activated carbon prepared from apricot stone. *Bioresource Technology*, 96, 1518-1521.
8. Fila, W.A., Ifam, E.H, Johnson, J.T, Odey, M.O., Effiong, E.E., Dasofunjo, Jabit, N.B. (2007). The production and characterization of activated carbon using local agricultural waste through chemical activation process: Thesis submitted in fulfillment of the requirements for the degree of Master of Science, Universiti Sains Malaysia, Penang, Malaysia.
9. Olivares, M. (2006). Preparation of activated carbons from cherry stones by activation with potassium hydroxide. *Applied Surface Science*, 252 (17), 5980-5983.
10. Oseni, O.A., and Okoe, V.I. (2013). Studies of phytochemical and anti-oxidant properties of the fruit of watermelon (*Citrullis Lanatus*), *Journal of Pharmaceutical and biomedical Science*, 27(27), 508-514.
11. Paddon, A. (1987). Review of the available data concerning the amount of charcoal and fuelwood in Sudan. Field Project Document No.22. FAO, Khartoum, 1987.
11. Savova, D. (2001). Biomass conversion to carbon adsorbents and gas. *Biomass and Bioenergy*, 21, 133-142.